

科目名 Course Name	栄養学 Dietetics				ナンバリング No.	L1-010	
年次	1 年	期別	通年	単位数	4	授業形態	講義
担当者氏名	小松 渡						
連絡方法	C-Learning にて対応。それ以外は講義中に指示する。						
必修／選択	選択(栄養士養成課程必修)						
関連 DP	DP1, DP2, DP5						
授業の概要と到達目標	【概要】 栄養素の成分的特徴、体内代謝と生理的意義について基本的な事項を解説して「栄養素の代謝機能」について学んだ後、生体は環境と遺伝的要因との関わりの中でいかに栄養を営んでいるか「栄養と生体応答」について学ぶ。また、健康問題と個々の栄養素の機能との関係について、エビデンスに基づいて解説する。 【目標】 ① 栄養学の基礎となる栄養素の基本的な概念について解説することができる。 ② 各栄養素の種類や特徴、生体での機能を解説することができる。 ③ 身体状況や栄養状態に対応した栄養管理の概要を解説することができる。 ④ 健康増進、疾病予防に寄与する栄養素の機能等を学び、健康への関与やリスク管理の基本的な考え方や方法について解説することができる。						
授業の方法	講義の内容を PowerPoint および板書で示し、教科書および配布資料を用いて解説する。講義内容について章ごとにミニテストを行い、内容を復習することで知識を定着させる。						
学習成果	L01	健康の維持・増進に深く関わっている栄養素について説明できる。					
	L02						
	L03	自分の考えを表現することができる。					
	L04						
課題に対するフィードバック	講義内容の理解の確認のため、宿題プリント(ミニテスト)を配布する。次回講義の最初にその内容について解説し、復習することで前回の講義の理解度を確認する。						
教科書／参考図書	【教科書】サクセス管理栄養士・栄養士養成講座 基礎栄養学(第一出版)、サクセス管理栄養士・栄養士養成講座 応用栄養学(第一出版)						
履修上の留意点やルール等	- 講義中の私語、携帯電話等の使用は禁止する。 - 講義への積極的な参加態度がみられない場合は、その回の講義を欠席扱いとする。 - 宿題プリント(ミニテスト)は期限内に提出する。 - 事前・事後学習に費やすべき時間の目安は毎回 180 分とする。						
担当教員の実務経験							

成績評価の方法と基準							
評価の領域	評価基準	学習成果の割合					
		L01	L02	L03	L04		
授業参加態度	講義への積極的な参加態度を評価する。	5					
レポート／作品							
発表							
小テスト	各回の講義内容をしっかり理解できていて、自分の知識や考えを表現することができる。			25			
試験	100 点満点の試験を 2 回(中間試験と期末試験)行い、その平均得点に 0.7 を乗じた点数を最終的な得点とする。	70					
その他							
合 計		75		25			

回数		授業計画
1	授業内容	栄養の概念(栄養の定義、栄養学の歴史)
	事前・事後学習	教科書の「栄養の概念」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
2	授業内容	食物の摂取(食欲調節因子、摂食中枢と満腹中枢)
	事前・事後学習	教科書の「食物の摂取」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
3	授業内容	消化・吸収と栄養素の体内動態(1)
	事前・事後学習	教科書の「消化器系の構造と機能」「消化・吸収と栄養」「消化過程」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
4	授業内容	消化・吸収と栄養素の体内動態(2)
	事前・事後学習	教科書の「管内消化の調節」「膜消化、吸収」「栄養素別の消化・吸収」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
5	授業内容	炭水化物の栄養(1)
	事前・事後学習	教科書の「糖質の体内代謝」「血糖とその調節」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
6	授業内容	炭水化物の栄養(2)
	事前・事後学習	教科書の「エネルギー源としての作用」「他の栄養素との関係」「食物繊維・難消化性糖質」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
7	授業内容	脂質の栄養(1)
	事前・事後学習	教科書の「脂質の体内代謝」「脂質の臓器間輸送」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
8	授業内容	脂質の栄養(2)
	事前・事後学習	教科書の「貯蔵エネルギーとしての作用」「コレステロール代謝の調節」「摂取する脂質の量と質の評価」「他の栄養素との関係」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
9	授業内容	たんぱく質の栄養(1)
	事前・事後学習	教科書の「摂取するたんぱく質の量と質の評価」「他の栄養素との関係」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
10	授業内容	たんぱく質の栄養(2)
	事前・事後学習	教科書の「摂取するたんぱく質の量と質の評価」「他の栄養素との関係」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
11	授業内容	ビタミンの栄養(1)
	事前・事後学習	教科書の「ビタミンの構造と機能」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
12	授業内容	ビタミンの栄養(2)
	事前・事後学習	教科書の「ビタミンの栄養学的機能」「ビタミンの生物学的利用度」「他の栄養素との関係」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
13	授業内容	ミネラルの栄養(1)
	事前・事後学習	教科書の「ミネラルの分類と栄養学的機能」「硬組織とミネラル」「生体機能の調節作用」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
14	授業内容	ミネラルの栄養(2)
	事前・事後学習	教科書の「酵素反応の賦活作用」「鉄代謝と栄養」「ミネラルの生物学的利用度」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
15	授業内容	水・電解質の栄養学的意義、エネルギー代謝
	事前・事後学習	教科書の「水・電解質の栄養学的意義」「エネルギー代謝」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
16	授業内容	栄養ケア・マネジメント(1)
	事前・事後学習	教科書の「栄養ケア・マネジメントの概念」「栄養アセスメント」の部分あらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。

17	授業内容	栄養ケア・マネジメント(2)
	事前・事後学習	教科書の「栄養ケアの実施、モニタリング、評価、フィードバック」の部分をおらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
18	授業内容	食事摂取基準の基礎的理解(1)
	事前・事後学習	教科書の「食事摂取基準の意義」「食事摂取基準策定の基礎的理論」の部分をおらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
19	授業内容	食事摂取基準の基礎的理解(2)
	事前・事後学習	教科書の「エネルギー・栄養素別食事摂取基準」の部分をおらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
20	授業内容	食事摂取基準の基礎的理解(3)
	事前・事後学習	教科書の「ライフステージ別食事摂取基準」の部分をおらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
21	授業内容	成長、発達、加齢
	事前・事後学習	教科書の「成長、発達、加齢」の部分をおらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
22	授業内容	妊娠期、授乳期(1)
	事前・事後学習	教科書の「妊娠期・授乳期の生理的特徴」の部分をおあらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
23	授業内容	妊娠期、授乳期(2)
	事前・事後学習	教科書の「妊娠期・授乳期の栄養アセスメントと栄養ケア」の部分をおあらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
24	授業内容	新生児期、乳児期(1)
	事前・事後学習	教科書の「新生児期・乳児期の生理的特徴」の部分をおあらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
25	授業内容	新生児期、乳児期(2)
	事前・事後学習	教科書の「新生児期・乳児期の栄養アセスメントと栄養ケア」の部分をおあらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
26	授業内容	成長期(幼児期、学童期、思春期)(1)
	事前・事後学習	教科書の「成長期の生理的特徴」の部分をおあらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
27	授業内容	成長期(幼児期、学童期、思春期)(2)
	事前・事後学習	教科書の「成長期の栄養アセスメントと栄養ケア」の部分をおあらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
28	授業内容	成人期・高齢期
	事前・事後学習	教科書の「成人期」「高齢期」の部分をおあらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
29	授業内容	運動・スポーツと栄養
	事前・事後学習	教科書の「運動・スポーツと栄養」の部分をおあらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。
30	授業内容	環境と栄養
	事前・事後学習	教科書の「環境と栄養」の部分をおあらかじめ読んでおく。宿題プリントをやる。