

科目名 Course Name	栄養学実習 Nutrition Practice			ナンバリング No.	L4-004		
年次	2年	期別	後期	単位数	1	授業形態	実験実習
担当者氏名	野中 春奈、眞野 晴香						
連絡方法	C-Learning で対応。または福祉棟 2F 研究室。オフィスアワーは授業担当時間以外。						
必修/選択	選択(栄養士養成課程必修)						
関連 DP	DP2, DP3, DP5						
授業の概要と 到達目標	<p>人間が健康で生きていくためには、より良い生活習慣を確立することが大切である。妊娠・発育・成長、加齢に伴う人体構造や機能の変化を把握し、各ライフステージの栄養特性や栄養管理のあり方について理解し、各ライフステージに応じた献立作成とその調理ができるよう、具体的・実践的な方法と指導法を学ぶ。</p> <p>①栄養素の健康への関与を説明できるようにする。 ②模擬献立においてその作成と実施の基礎を習得できるようにする。 ③栄養素の消化・吸収を説明できるようにする。 ④ライフステージ別の栄養特性を理解し、実践的に活用・展開できるようにする。</p>						
授業の方法	講義と実習を組み合わせた演習形式で行う。実習におけるグループワーク、考察発表等のプレゼンテーションを盛り込んだ、実践的な形式で進める。レポート(授業時間内・授業後課題)の提出を必須とする。1回の実習は2コマ連続で行う(合計30コマ)。						
学習成果	L01	各ライフステージの栄養特性と栄養管理のあり方を理解することができる。					
	L02						
	L03	各ライフステージの栄養特性を理解し、生活習慣の改善を提案することができる。 各ライフステージに適した献立作成と調理を具体的に実践することができる。 栄養素の消化・吸収の原理や機能について、具体的に説明することができる。					
	L04						
課題に対する フィードバック	課題レポートは、評価後に返却する。						
教科書/ 参考図書	「ライフステージ 実習栄養学」内田和宏 大石明子 他(医歯薬出版株式会社)、「食品成分表」・「調理のためのベーシックデータ」(女子栄養大学出版社)、独自のプリント・資料を配布						
履修上の留意点 やルール等	●担当教員の指示・指導を厳守。 ●授業内容の順番については変更の場合もある。 ●課題レポートの提出期限を厳守する。 ●調理実習実施時の持ち物については授業内に指示。 ●事前・事後学習に費やすべき時間の目安はおおむね各回90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	授業で使用する教材・出された課題を準備し、意欲を持って臨んでいる。実習時のグループワークに積極的に参加している。	10			
レポート/作品	課題レポートの満点の条件は「結果や参考書籍等を参考に課題を探究し、内容構成がしっかりし、期限厳守で提出されている」である。			50	
発表	創意が感じられ、自らの取組みについて伝えるために有効なプレゼンテーション内容であり、質問に対して的確に応じることができる。			20	
小テスト	習得した基礎知識に対して正しく理解しているか確認する。	20			
試験					
その他					
合計		30		70	

回数		授業計画
1	授業内容	【演習】授業ガイダンス、ライフステージ栄養学への導入 母性栄養：妊娠期および授乳期の栄養特性（野中） <レポート①②>
	事前・事後学習	ライフステージ栄養学を理解する。このステージにおける問題点や課題を整理する。
2	授業内容	【演習】妊娠期・授乳期・乳児期の栄養特性とアセスメント（野中） <レポート③>
	事前・事後学習	このステージにおける問題点や課題の整理。
3	授業内容	【演習】妊娠期・授乳期・乳児期の栄養特性とアセスメント（野中） <レポート④>
	事前・事後学習	このステージにおける問題点や課題を整理する。離乳食レシピの検討。
4	授業内容	【実習】離乳食の進め方、ベビーフードについて、調乳（野中） <レポート⑤>
	事前・事後学習	このステージの食事(実習)についてまとめる。
5	授業内容	【実習】離乳食(初期、中期、後期、完了期)（野中） <レポート⑥⑦ >
	事前・事後学習	このステージの食事(実習)についてまとめる。
6	授業内容	【演習】幼児期の栄養特性とアセスメント（野中） <レポート⑧>
	事前・事後学習	このステージにおける問題点や課題を整理する。テーマに沿った食育計画の立案。
7	授業内容	【実習】幼児期の食事・間食（野中） <レポート⑨>
	事前・事後学習	このステージの食事(実習)についてまとめる。テーマに沿った食育計画の立案。
8	授業内容	授業の振り返り、【発表】食育計画【演習】成長期の栄養特性とアセスメント（野中） <レポート⑩>
	事前・事後学習	このステージにおける問題点や課題を整理する。
9	授業内容	【実習】学童期・思春期の食事（野中） <レポート⑪ >
	事前・事後学習	このステージの食事(実習)についてまとめる。
10	授業内容	【演習】成人期・高齢期の栄養特性とアセスメント：発表テーマの検討（野中） <レポート⑫>
	事前・事後学習	このステージにおける問題点や課題を整理する。
11	授業内容	【演習】成人期・高齢期の栄養特性とアセスメント：発表テーマの検討（野中） <レポート⑬>
	事前・事後学習	このステージにおける問題点や課題を整理する。
12	授業内容	【実習】成人期の食事：栄養バランスの検討と提案-食事の選択法を考える-（野中）
	事前・事後学習	このステージの食事(実習)についてまとめる。
13	授業内容	【実習】高齢期の食事（野中） <レポート⑭>
	事前・事後学習	このステージの食事(実習)についてまとめる。プレゼンテーション準備。
14	授業内容	【演習】スポーツ栄養・災害時の栄養・環境と栄養（眞野）
	事前・事後学習	この分野における問題点や課題を整理する。プレゼンテーション準備。
15	授業内容	【発表】プレゼンテーション（野中） <レポート⑮>
	事前・事後学習	発表準備。レポート提出の準備。