

科目名	栄養学	科目分類	☐ 基礎教育科目 ☒ 専門教育科目
英文表記	Nutrition	開講年次	☒ 1年 ☐ 2年
ナンバリング	NH110G	開講期間	☒ 前期 ☐ 後期 ☐ 通年 ☐ 集中
ふりがな	おかべ くにひこ	授業形態・修得単位	講義・2単位
担当教員名	岡部 晋彦	実施方法	☒ 対面のみ ☐ 遠隔のみ ☐ 対面・遠隔併用
		実務家教員担当科目	
授業のテーマ	栄養学の基本的な知識・法則・考え方の修得		
授業概要	教科書をベースとして、栄養の概念、消化・吸収の仕組み、5 大栄養素および水・食物繊維の役割、エネルギー代謝について学ぶ。		
到達目標	1. 栄養の概念を理解し、栄養と健康・疾患との関連を説明できる 2. 栄養素の消化・吸収の仕組みを理解し、説明できる 3. 5 大栄養素および水、食物繊維について、その種類と生体内での役割を説明できる 4. エネルギー代謝とその測定法、各種の指標について理解し、計算に応用できる		
授業時間外の学習	授業の前に下の授業計画に記載してある教科書の頁を開き、内容に目を通しておくこと。当日学んだ内容について小テストを課すので、毎回 60 分以上当日の復習をすること。		
履修条件	生物学、化学、有機化学を受講していることが望ましい。		
授業計画			
第1回	テーマ： 栄養の概念：栄養とは何か、その意味および健康・疾患との関連を学ぶ。		
第2回	テーマ： 食物の摂取：栄養状態を左右する摂食調節の機構、つまり食欲の仕組みについて学ぶ。		
第3回	テーマ： 消化・吸収①：栄養素の消化・吸収の仕組みについて学ぶ。		
第4回	テーマ： 消化・吸収②：栄養素別の消化・吸収の仕組み、生物学的利用度について学ぶ。		
第5回	テーマ： 炭水化物の栄養①：主食の成分である炭水化物の栄養学的役割について学ぶ。		
第6回	テーマ： 炭水化物の栄養②：血糖の調節機構、食物繊維の役割などについて学ぶ。		
第7回	テーマ： たんぱく質の栄養①：体を構成するたんぱく質・アミノ酸の栄養学的役割について学ぶ。		
第8回	テーマ： たんぱく質の栄養②：たんぱく質の栄養価について学ぶ。		
第9回	テーマ： 脂質の栄養①：脂質の栄養学的役割、リポたんぱく質の種類と機能について学ぶ。		
第10回	テーマ： 脂質の栄養②：脂質の栄養評価、他の栄養素との関係などについて学ぶ。		
第11回	テーマ： ビタミンの栄養①：脂溶性ビタミンの種類、働きについて学ぶ。		
第12回	テーマ： ビタミンの栄養②：水溶性ビタミンの種類、働きについて学ぶ。		
第13回	テーマ： ミネラルの栄養：生体に必要なミネラルの種類、働きについて学ぶ。		
第14回	テーマ： 水・電解質の栄養的意義：生体内の水の働きと水分出納、電解質として主にナトリウム、カリウムの働きについて学ぶ。		
第15回	テーマ： エネルギー代謝：生体内でのエネルギー代謝とその測定法について学ぶ。		
第16回	定期試験		
テキスト	大口 健司、小野 廣紀、田村 明 著 「イラスト基礎栄養学 第3版」東京教学社		
参考文献・資料	スライドを印刷したプリントを配布する。		
成績評価の方法	小テスト（毎回授業時に実施）20% 定期試験 80% 出席回数が規定に満たなかった場合及び授業料その他納入金等の全額を納めていない場合は試験を受けることができません。		
成績評価基準	秀(100～90点)、優(89～80点)、良(79～70点)、可(69～60点)、不可(59点以下)		
オフィスアワー	火曜日、在室であれば何時でも OK。		
受講生に望むこと・受講のルール	授業には集中して参加してください。限られた授業時間、回数の中で比較的早いスピードで授業を行いますので、授業時間外の学習を積極的に行ってください。		