

科目区分	専門教育科目	科目名	栄養学 I (基礎栄養学)		科目コード	21S500	担当者	桑原 真美			
対象学生	生活創造学科 栄養士コース 1年生	学期区分	前期		単位数	2	担当形態	単独			
		授業形態	講義								
科目		施行規則に定める科目区分又は事項等				卒業要件	必修				
						免許・資格要件	栄養士必修、社会福祉主事任用資格				
科目の主題						学修成果との関連 (大◎、中○、小△)					
栄養素の性質と健康とのかかわりを理解する。						1. 「良心」 誠実な人柄と 人間力	2. 「創造」 高度な知性と 創造力	3. 「実践」 明確な意思と 実践力			
科目の到達目標						① 誠実性・真摯性	② 多様性・協働性	③ 知識・技能	④ 表現力・創造断力	⑤ 実行力・自立性	⑥ 就業力・貢献力
1.	栄養素の概念を理解する。										
2.	主要な栄養素の性質と役割を理解する。										
3.	消化吸収と代謝について理解する。										
4.								◎	○		
5.						成績評価の方法と割合					
授業方法						定期試験 (80%) 小テスト (20%)					
パワーポイントスライドを使用した講義形式とする。 学生には、関連する資料を配布する。											
課題等への対応						授業外学修時間					
小テストは、採点后、返却・解説を行う。						復習30分程度					
回数	授業計画					学習課題 (予習・復習)					
第1回	栄養とは何か					栄養とは何か、五大栄養素の働き、生活習慣病について要点をまとめる					
第2回	栄養と食生活、栄養学史、摂食行動					栄養学史、空腹と食欲のメカニズムについて要点をまとめる					
第3回	消化と吸収 I					消化吸収における消化器の働き、消化酵素について要点をまとめる					
第4回	消化と吸収 II					各栄養素の消化吸収について要点をまとめる					
第5回	糖質の栄養					糖質の分類、糖質とエネルギーについて要点をまとめる					
第6回	糖質の代謝					糖質の代謝図を書き、要点をまとめる					
第7回	食物繊維、その他の機能性成分					食物繊維の分類と働き、機能成分について要点をまとめる					
第8回	脂質の栄養、小テスト					脂質の分類、脂質の体内での動態について要点をまとめる					
第9回	脂質の代謝					脂質の代謝図を書き、要点をまとめる					
第10回	たんぱく質の栄養					タンパク質・アミノ酸の分類と働きについて要点をまとめる					
第11回	たんぱく質・アミノ酸の代謝					アミノ酸の代謝図を書き、要点をまとめる					
第12回	ビタミンの栄養					ビタミンの性質と働きについて要点をまとめる					
第13回	無機質の栄養					無機質の性質と働きについて要点をまとめる					
第14回	水、電解質の代謝、小テスト					水の出納、電解質の代謝について要点をまとめる					
第15回	エネルギー代謝					エネルギー消費量と臓器別のエネルギー代謝について要点をまとめる					
試験	定期試験を実施する										
教科書	エスカペーシック基礎栄養学 江指隆年著 同文書院				受講生への メッセージ	高校化学、生物の復習をしておくより理解しやすくなります。基礎栄養学は、栄養士の知識として基礎となる部分ですので、しっかり身につけましょう。					
参考書等	なし										