

## 授業科目

## 食品学

担当教員名 山崎 貴子	対象学年	1	対象学科	看護
	開講時期	後期	必修・選択	選択
	単位数	1	時間数	15

## ディプロマポリシーとの関連性

知識・理解	思考・判断	関心・意欲	態度	技能・表現
◎				

## 授業の概要

食品は生命を維持し、健康的な生活を営むために欠かせないものである。本講義では、食品のもつ3つの機能および五大栄養素の種類と性質、役割、主な給源について学ぶ。また、養護教諭として必要な学校での食育やバランスの良い食事について基礎的な内容を学ぶ。

## 授業の目的

食品や栄養に関する正しい知識を持つことは、保健・医療・福祉の専門分野に携わる者にとって意義のあることである。特に養護教諭は、精神的・身体的成長が著しい学童期・思春期の生徒達が、バランスのとれた食生活と正しい食習慣を養うようサポートする必要がある。本講義では、基礎的な食品・栄養の知識を身につけるとともに、小・中学生の栄養と食育について理解することを目的とする。

## 学習目標

1. 食品の3機能について説明できる。
2. 五大栄養素の種類、性質、役割、主な給源について説明できる。
3. 栄養バランスの良い食事について、説明できる。
4. 小・中学生の栄養と食育について説明できる

## 授業計画

回数	授業計画・学習の主題	学習方法・学習課題・備考	担当教員
1	食品の3機能 五大栄養素の種類と働き 炭水化物（糖質）の種類と性質、役割、主な給源	講義・小テスト	山崎 貴子
2	食物繊維の種類と性質、役割、主な給源 脂肪酸・脂質の種類と性質、役割、主な給源	講義・小テスト	山崎 貴子
3	アミノ酸・タンパク質の種類と性質、役割、主な給源	講義・小テスト	山崎 貴子
4	ビタミンの種類と性質、役割、主な給源	講義・小テスト	山崎 貴子
5	無機質の種類と性質、役割、主な給源	講義・小テスト	山崎 貴子
6	水の役割 食品成分表、食事摂取基準、食事バランスガイド	講義・小テスト	山崎 貴子
7	小・中学生の栄養と食育	講義・小テスト	山崎 貴子
8	まとめ	講義・演習	山崎 貴子

## 使用図書

使用図書	書名	著者名	発行所	発行年	価格	その他
教科書	保健・医療・福祉のための栄養学 第3版	渡邊早苗、寺本房子、丸山千寿子 他	医歯薬出版株式会社	2011年	2,400円＋税	
参考書						
その他の資料						

## 評価方法

期末試験にて評価する。

## 履修上の留意点

養護教諭資格取得希望者必修科目

授業の出席時間数が総時間数の2/3未満の者は期末試験を受験することができない場合もあるので、注意すること。

## オフィスアワー・連絡先

平日9:30～19:00（出張・授業・会議時間を除く）

yamazaki@nuhw.ac.jp

あらかじめアポイントメントをとること。