

授業科目 生活科学

【担当教員名】 村山篤子	対象学年	1年	対象学科	全
	開講時期	後期	必修・選択	選択
	単位数	1年	時間数	7

【一般目標：G I O】

人間生活とその環境を自然科学的視点から総合的に学習する。学習分野は衣・食・住・生活資源などあるが、ここでは、食生活を中心に学ぶ。

【行動目標：S B O】

1. 食物の機能について理解する。
2. 健康と不健康の境界：生活習慣病とその予防について理解する。
3. 世界の食料生産とアジア・日本の食生活動向について理解する。
4. 地球規模での環境にやさしい食生活の実践（エコライフ）について考える。

回数	授業計画又は学習の主題	SBO	
		番号	学習方法又は担当教員
1	生活科学とは、その学習分野について	1	
2	人はなぜ食べるか。食物は生命維持の基本	1	
3	栄養素と栄養—食事摂取基準	1, 2	
4	日常食事の評価—バランスのとれた食事	2	
5	日常の食品と食事計画	2, 4	
6	スポーツ活動と栄養・食事のポイント	2, 4	
7	食料の需要・供給—食料自給率と輸入	3, 4	

【使用図書】	<書名>	<著者名>	<発行所>
教科書	食物科学のすべて	P.M.ケイマン/K.B.シェリトン著 中浜信子監修	建帛社
参考書			
その他の資料			
【評価方法】 期末テスト、レポート	【履修上の留意点】 健康栄養学科以外の学生の受講歓迎		