

【担当教員名】 塚原典子	対象学年	2	対象学科	健康
	開講時期	前期	必修・選択	必修
	単位数	2	時間数	30

【概要】
健康の増進には、各ライフステージに適した栄養素摂取、運動、休養が重要である。そこで、妊娠・授乳期、乳幼児期、学童期、青少年期のライフステージにおける生理的特徴、身体状況や栄養状態に応じた栄養管理、健康と栄養に関する事項、さらには現在の食生活上の問題点について学ぶ。

【学習目標】

- ・妊娠、発育、加齢など、生体の生理的変化等に伴う栄養状態等の変化について理解する。
- ・各ライフステージにおける栄養アセスメントに必要な基礎的知識を習得し、身体状況や栄養状態に応じた栄養管理の考え方を理解する。

回数	授業計画又は学習の主題		学習方法
	1	栄養アセスメント	栄養管理、栄養アセスメントとは
2	母性栄養	母性の特徴、妊娠期・授乳期の生理・代謝	講義
2	成長・発達・加齢		講義
3	母性栄養	妊娠期・授乳期の食事摂取基準、栄養管理	講義
4	新生児・乳児期栄養	新生児期・乳児期の特徴	講義
5	新生児・乳児期栄養	新生児期・乳児期の栄養管理	講義
6	新生児・乳児期栄養	新生児期・乳児期栄養の実際と問題点	講義
7	幼児期栄養	幼児期の特徴、幼児期栄養の特徴	講義
8	幼児期栄養	幼児期の栄養管理、幼児食の特徴	講義
9	幼児期栄養	幼児期栄養の実際と問題点	講義
10	学童期栄養	学童期の特徴	講義
11	学童期栄養	学童期の栄養管理	講義
12	学童期栄養	学童期お実際と問題点	講義
13	思春期栄養	思春期の特徴および思春期の栄養管理	講義
14	思春期栄養	思春期栄養の実際と問題点	講義

【使用図書】	<書名>	<著者名>	<発行所>	<発行年・価格・その他>
教科書	ブックス応用栄養学	江澤郁子編	建帛社	最新版 2100円
参考書	ライフステージの栄養学	武藤静子編著	朝倉書店	最新改訂版
	応用栄養学 改訂5版	寺田和子他	南山堂	最新版 2600円
	日本人の食事摂取基準 (2005年版)			未発行
その他の資料	母子健康・栄養ハンドブック	平山宗宏 監修	医歯薬出版	最新版
	国民栄養の現状	健康・情報研究所	第一出版	最新版
	5訂 日本食品標準成分表	食品成分研究調査会他	第一出版他	2001年

【評価方法】 出席状況等の平常点、定期試験等から総合的に評価する	【履修上の留意点】
-------------------------------------	-----------

健康栄養学科 専門