

授業科目 栄養学 I

【担当教員名】 塚原典子	対象学年	1	対象学科	栄養
	開講時期	後期	必修・選択	必修
	単位数	2	時間数	30

【<概要>又は<一般目標：G I O>】

栄養について、その基本概念および食生活とのかかわり、エネルギーおよび栄養素等の機能と生体とのかかわりなどについて、食生活を科学的に評価できるよう基礎知識を学ぶ。

【<学習目標>又は<行動目標：S B O>】

- ・ 栄養とは何か、その意義について学習する。
- ・ 健康の保持・増進等における栄養の役割、生体におけるエネルギー、栄養素の消化・吸収・代謝およびその生理的意義を理解する。

回数	授業計画又は学習の主題	SBO	
		番号	学習方法・学習課題又は備考・担当教員
1	栄養の概念とその歴史		講義
2	摂食行動		講義
3	消化・吸収と栄養素		講義
4	消化・吸収と栄養素		講義
5	糖質の栄養		講義
6	脂質の栄養		講義
7	たんぱく質の栄養		講義
8	ビタミンの栄養		講義
9	無機質の栄養		講義
10	水、電解質の代謝		講義
11	エネルギー代謝		講義
12	栄養と遺伝子		講義
13	生理機能を持つ非栄養素		講義
14	栄養と健康		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 (必ず購入する書籍)	Nブック基礎栄養学	林淳三編著	建帛社	最新版
参考書	基礎栄養学	飯塚美和子、寺田和子他	南山堂	最新版
	日本人の食事摂取基準 (2005年版)		第一出版	2005年発行
その他の資料	五訂増補日本食品標準成分表	食品成分研究調査会他	第一出版	

【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】