

| | |
|---------|-----------------|
| 講義名 | 栄養学各論 |
| 開講学年 | 1年 |
| 講義開講時期 | 後期 |
| 開講曜日・時間 | 月曜日3時間目 木曜日2時間目 |
| 単位 | 2 |

担当教員

| |
|-----|
| 奥谷香 |
|-----|

| | |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 授業の達成目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・食事摂取基準の目的と策定の基本方針、活用のための理論と方法、各指標を理解する。 ・各ライフステージ別に生じている問題を理解し、各ライフステージに適した栄養摂取方法や生活習慣についての知識を修得する。 ・運動時や特殊環境下での代謝変化やその際の栄養摂取方法について理解する |
| 授業の概要 | 食事摂取基準を用い各ライフステージ別に生じる問題について解決するすべを学ぶ。 |
| 授業形式 | 講義 |

授業計画表

| 回 | 項目 | 内容 | キーワード・備考 |
|---|--------------------------|--------------------------------------------|----------|
| 1 | 栄養学各論とは(概要) 遺伝形成と栄養の相互作用 | ライフステージにおける栄養アセスメント 体の設計図であるDNA、遺伝子、ゲノム | |
| 2 | 日本人の食事摂取基準(2020年版) その1 | 意義、総論(目的、対象、指定指標) 策定の基本的事項 | |
| 3 | 日本人の食事摂取基準(2020年版) その2 | 策定の基本的留意事項 活用の基礎理論、活用の各論 | |

| | | | |
|----|------------------|------------------------------------------------------|--|
| 4 | 成長、発達、加齢 | 成長、発達、加齢の概念 身体的、精神的変化と栄養 | |
| 5 | 妊娠期、授乳期 その1 | 生理的特徴（妊娠、胎児付属物、胎児の成長、母体の生理的変化他） | |
| 6 | 妊娠期、授乳期 その2 | 栄養アセスメントと栄養ケア（妊娠期、授乳期） 妊娠期、授乳期の問題点と対策 | |
| 7 | 新生児期、乳児期 その1 | 生理的特徴（体水分量、未熟性、発育、摂食・消化管機能の発達他） | |
| 8 | 新生児期、乳児期 その2 | 栄養アセスメントと栄養ケア（新生児期、乳児期） | |
| 9 | 成長期（幼児期、学童期、思春期） | 生理的特徴（身体的、精神的機能発達） 疾患とその予防、食習慣、生活習慣 栄養アセスメントと栄養ケア | |
| 10 | 成人期 | 生理的特徴（生理的変化と生活習慣の変化） 栄養アセスメントと栄養ケア（生活習慣病の予防他） | |
| 11 | 高齢期 | 生理的特徴（各機能の変化他） 栄養アセスメントと栄養ケア（低栄養、脱水と水分補給、転倒、認知症他） | |
| 12 | 運動・スポーツと栄養 | 生理的特徴とエネルギー代謝 運動と栄養ケア（必要なエネルギー、栄養素他） | |
| 13 | 環境と栄養 | ストレスと栄養ケア 特殊環境と栄養ケア | |
| 14 | 栄養学各論のまとめ | ライフステージにおける栄養ケアの課題 質疑応答 | |
| 15 | テスト | | |

| | |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 事前・事後学習の内容 | 本科目の他、関連する教科の予習・復習を行う。 |
| 成績評価の方法 | 授業の出欠と期末試験にて判定をおこなう。 評価基準は合計90点以上：S、85～89点：A+、80～84点：A、75～79点：B+、70～74点：B、65～69点：C+、60～64点：C、60点以下：Dとし、Dは不合格とする。 |

| | |
|-----|---------------------------------|
| | ただし、出席が2 / 3 未満の場合は評価をせず不合格とする。 |
| 参考書 | プリントの配布 |
| 教材 | 応用栄養学 羊土社 |