

講義名	栄養管理
開講学年	1年
講義開講時期	前期
開講曜日・時間	Aクラス：月曜日 2時間目 Bクラス：金曜日 3時間目
単位	2

担当教員

濱田 悠希

授業の達成目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 栄養士業務に必要な計算を行うことができるようになる 2. 食品成分表を理解し、活用できるようになる 3. 食事摂取基準を理解し、活用できるようになる 4. 栄養価計算ソフトが使用できるようになる
授業の概要	専門科目で学ぶ献立作成、食材発注、栄養指導業務、栄養状態の分析等の理解を容易にするため、基本の計算の復習から模擬的な栄養士業務を通じて「栄養士」という職種を理解する。
授業形式	講義、パソコン実習

授業計画表 調理学実習 I

回	項目	内容	キーワード・備考
1	計算の基礎 ①	栄養管理を行うための基礎的な計算を行う（四則演算、小数点の計算）	電卓、四則演算、小数点
2	計算の基礎 ②	栄養管理を行うための基礎的な計算を行う（分数、べき乗の計算、一次方程式）	分数、べき乗、一次方程式
3	計算の基礎 ③	栄養管理を行うための基礎的な計算を行う（単位、比率の計算） 日本食品標準成分表の概要を学ぶ	単位、比率、食品成分表
4	栄養士の計算①	栄養士業務に関する計算を行う（計量スプーン、献立に用いる調味料の計算） 日本食品標準成分表の詳細を学ぶ	小さじ・大さじ、献立、調味料、食品成分表
5	計算の基礎 ④	栄養管理を行うための基礎的な計算を行う（割合、濃度の計算）	割合、パーセント濃度、モル濃度
6	ミニテスト	これまでの基礎的な計算の確認	
7	栄養士の計算②	栄養士業務に関する計算を行う（味付けの計算）	調味パーセント

8	栄養士の計算③	栄養士業務に関する計算を行う（廃棄率・可食部率、購入量の計算）	廃棄率、可食部率、購入量
9	栄養士の計算④	栄養士業務に関する計算を行う（アトウォーター係数の計算） 「日本人の食事摂取基準」とは	アトウォーター係数、エネルギー産生栄養素バランス（PFC比）、食事摂取基準
10	栄養士の計算⑤	栄養士業務に関する計算を行う（体格指数の計算）	体格指数、BMI、標準体重
11	栄養士の計算⑥	栄養士業務に関する計算を行う（原価の計算）	原価、直接費、間接費、経費、食材費、人件費
12	栄養価計算ソフト①	栄養価計算ソフトの使い方を学ぶ 献立を栄養価計算ソフトで計算する	栄養価計算ソフト
13	栄養価計算ソフト②	献立を栄養価計算ソフトで計算し、エネルギー産生栄養素バランスを分析する	栄養価計算ソフト、エネルギー産生栄養素バランス
14	栄養価計算ソフト③	1食分の献立を考え、栄養価計算ソフトで計算・分析する	栄養価計算ソフト、献立作成
15	筆記試験	栄養士業務に関する計算の確認	食品成分表

事前・事後学習の内容	事後：授業内容の復習を行い、不明な点が残らないようにすること。理解できない点がある際は、友達と相談や教員に質問するなど、次回以降に持ち越さないようにすること。
成績評価の方法	定期試験 70% 授業態度 10% ミニテスト 10% 提出物 10% 《評価基準》 S：90点以上 A+：85～89点 A：80～84点 B+：75～79点 B：70～74点 C+：65～69点 C：60～64点 D：60点未満 D評価は不合格とする 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	小野廣紀 他著「栄養士・管理栄養士をめざす人の基礎トレーニングドリル」（化学同人）
教材	香川明夫 監修「八訂食品成分表 2022」（女子栄養大学出版部） 「栄養価計算ヘルシーメーカープロ 501 献立分析編」（マッシュルームソフト） 別途、適宜プリントを配布する。 なお、授業には電卓を必ず持参すること。