

講義名	栄養学各論
開講学年	1
単位	2

授業の達成目標	1. 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。 2. 各ライフステージの栄養管理の基本となる生理的特徴を理解し、それぞれに応じた栄養ケアやアセスメント方法を習得する。
授業の概要	各ライフステージの特徴、それぞれに適した栄養管理および栄養摂取方法や生活習慣について学ぶ。
授業形式	講義 パワーポイント（スライド）を使用する

授業計画表

回	項目	内容	キーワード・備考
1	栄養学各論の概要 栄養ケアマネジメント	オリエンテーション 栄養ケアマネジメントの概念	ADL, QOL, 栄養ケアマネジメントの過程
2	食事摂取基準の基礎的理解-1	食事摂取基準の意義 食事摂取基準策定の基礎理論	エネルギー, 栄養素の指標, 策定における留意事項
3	食事摂取基準の基礎的理解-2	食事摂取基準活用の基礎理論 エネルギー・栄養素別食事摂取基準	エネルギー・各栄養素の算定根拠
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	スキャモンの発育曲線, 成長・発達と加齢
5	妊娠, 授乳期-1	妊娠, 授乳期の生理的特徴	妊娠の成立・維持, 授乳, 乳汁分泌の機序 母乳(初乳, 成乳)
6	妊娠, 授乳期-2	妊娠, 授乳期の栄養アセスメントと栄養ケア	体重増加量指導の目安, 嗜好品, 妊娠悪阻, 貧血, 妊娠糖尿病, 妊娠 高血圧症候群, 葉酸と 神経管閉鎖

7	新生児期, 乳児期-1	新生児期, 乳児期の生理的特徴	生理的体重減少, 未熟性, 発育と発達 摂食・消化機能の発達
8	新生児期, 乳児期-2	新生児期, 乳児期の栄養アセスメントと栄養ケア	食事摂取基準, 授乳・離乳の支援ガイド, 栄養補給方法(乳汁栄養と離乳期栄養)
9	成長期(幼児期)	幼児期の生理的特徴, 栄養アセスメントと栄養ケア	発達, 食事摂取基準, 適切な栄養状態の維持(保育所給食)
10	成長期(学童期, 思春期)	学童期・思春期の生理的特徴, 栄養アセスメントと栄養ケア	発達, 食事摂取基準, 適切な栄養状態の維持(学校給食)
11	成人期	成人期の生理的特徴, 栄養アセスメントと栄養ケア	更年期, 食事摂取基準, 生活習慣病, メタボリックシンドローム
12	高齢期	高齢期の生理的特徴, 栄養アセスメントと栄養ケア	フレイル, サルコペニア, 低栄養, 脱水, 転倒, 認知症, 咀嚼・嚥下機能
13	運動・スポーツと栄養	健康のための栄養 運動時の生理的特徴とエネルギー代謝 運動と栄養ケア	運動基準, 骨格筋, グリコーゲンローディング, BCAA
14	環境と栄養	ストレスと栄養ケア 特殊環境と栄養ケア	ホメオスタシス, ストレス, 熱中症, 体温
15	栄養学各論のまとめ	単元のポイント(復習)と質疑応答	

事前・事後学習の内容	事前に教科書にて学習内容を確認する。
成績評価の方法	提出物と*授業態度 10%、テスト 90% *授業や演習の取り組み態度, 忘れ物, 私語, 不必要な携帯電話の使用など、 問題のある場合減点とする 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、59 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
教材	栄養科学イラストレイテッド 応用栄養学 : 羊土社 適宜、資料、プリントを配布する