

講義名	栄養学実習
開講学年	2 年
講義開講時期	前期
開講曜日・時間	月曜日 1. 2 時間目、 金曜日 3. 4 時間目
単位	1 単位

担当教員

北井 宏幸

授業の達成目標	各ライフステージにおける一連の栄養管理のあり方と食事摂取基準に基づいた栄養管理の基本を実 習を通して修得する。
授業の概要	演習ではグループワークにて、ライフステージごとの栄養状態に応じた栄養ケアマネジメントが展開できるようにする。
授業形式	講義・演習及びグループ学習

授業計画表

回	項目	内容	キーワード・備考
1	栄養マネジメントの基礎知識	栄養マネジメントの基礎知識・栄養アセスメントの方法について 食事摂取基準・献立作成の注意点	
2	妊娠期の栄養Ⅰ	妊娠期の栄養ケアプログラム作成(妊娠期における推奨体重増加・児の正常 な発育の為に必要な栄養・個々人に応じた食生活指導等について)	
3	妊娠期の栄養Ⅱ	献立作成(調理実習に向けての準備含む)	食品成分表 献立作成の用意
4	乳児期の栄養Ⅰ (授乳期)	離乳食の具体的な進め方、献立作成(分量、使用食材、調理形態)を行います。	
5	乳児期の栄養Ⅱ	調理実習 調乳・粥・乳児期の食事	実習
6	幼児期の栄養	アレルギー対応食(除去食、代替食)の献立作成及び栄養ケアプランの作成	
7	学童期の栄養	学童期における肥満と痩せの問題、朝食の欠食、偏食問題について	
8	思春期の栄養	神経性食欲不振症の栄養ケア、鉄欠乏性貧	

		血等を学びながら一生涯で一番栄養摂取が必要な時期であることの理解	
9	幼児期～成人期	調理実習 幼児期の間食等 アレルギー対応食・カルシウムを多く含む食品を用いた食事	
10	高齢期の栄養Ⅰ	高齢期の献立作成 ・栄養バランスを考えた献立作成 ・摂食、嚥下困難者への献立作成	
11	スポーツ栄養Ⅰ	スポーツ栄養について スポーツ選手の食事	
12	スポーツ栄養Ⅱ	スポーツ選手の食事 パワーポイント作成	
13	スポーツ栄養Ⅲ	発表 パワーポイントの発表	
14	実習	調理実習 ライフステージに応じた調理	
15	まとめ	各ライフステージを振り返り、総復習を行う。	

事前・事後学習の内容	授業前には各ライフステージにおける栄養管理の基本を予習しておくこと。
成績評価の方法	授業の出欠と期末試験および提出物にて判定 ・授業評価は出席回数が10回以上無ければ、D判定となり期末試験を受験できない。 ・S・A・B・C・Dで判定（Dは不合格）【提出物及び実習20% 試験の成績80%で総合評価する】（総合獲得点数 S：90点以上 A：80～89点 B：70～79点 C：60～69 D：59点以下※不合格） ※D評価の者は、教員が必要と判断した場合には再試験を行うことができる。
参考書	【ライフステージ 実習栄養学 医歯薬出版株式会社】
教材	【応用栄養学マネジメント演習・実習第5版 医歯薬出版株式会社】 プリント