

講義名	栄養学各論
開講学年	1 年
講義開講時期	後期
単位	2

担当教員

奥谷 香

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生理的特徴を理解し、それぞれに応じた栄養ケアやマネジメント方法を習得する。
授業の概要	各ライフステージの生理的特徴、それぞれに適した生活習慣や栄養管理および栄養摂取方法について講義する。
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	栄養ケア・マネジメント、スクリーニング
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、策定の留意事項、活用の基本的考え方
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
5	妊娠、授乳期の栄養管理-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、授乳期の栄養管理-2	妊娠、授乳期の栄養ケア・マネジメント	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、葉酸と神経管閉鎖障害

7	新生児期，乳児期の栄養管理-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，乳児期の栄養管理-2	新生児期，乳児期の栄養ケア・マネジメント	食事摂取基準，授乳・離乳の支援ガイド， 乳児期の栄養補給法
9	幼児期の栄養管理	幼児期の発達と生理的特徴 栄養ケア・マネジメント	成長・発達，食事摂取基準，教育・保育施設における栄養ケア
10	学童期，思春期の栄養管理	学童期・思春期の発達と生理的特徴 栄養ケア・マネジメント	成長・発達，食事摂取基準，学校における栄養ケア
11	成人期の栄養管理	成人期の生理的特徴 栄養ケア・マネジメント	更年期，食事摂取基準，生活習慣病予防，骨粗しょう症
12	高齢期の栄養管理	高齢期の生理的特徴 栄養ケア・マネジメント	ADL，低栄養，脱水，フレイル，サルコペニア，転倒，認知症，咀嚼・嚥下機能
13	運動・スポーツと栄養管理	運動の健康への影響 運動時の生理的特徴 運動時における栄養ケア・マネジメント	運動基準，骨格筋，グリコーゲンローディング，BCAA
14	環境と栄養管理	ストレスと栄養ケア・マネジメント 特殊環境における栄養ケア・マネジメント	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， unnecessary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