

| | | | |
|---------|---------------------------|---------|----|
| 科目名 | 栄養士入門 | | |
| 担当教員名 | 木村 靖子、佐々木 菜穂、林 典子、徳野 裕子 他 | | |
| ナンバリング | NAa0001 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

有

実務経験および科目との関連性

本科目担当者は全員が管理栄養士であり、そのうち3名は病院や事業所における栄養管理やカウンセリング、競技者の栄養ケアマネジメントなどの実務経験を有する。第3回および第10回～第13回は実務経験のある教員が中心となり講義を行う。

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は健康栄養学科専門科目教育課程の栄養領域に位置し、栄養士免許取得に必須となる栄養士養成教育課程を受講するための入門科目である。

科目の概要

栄養士養成教育課程を学ぶための基本姿勢を身につける。さらに、栄養士の使命及び役割と活動分野について理解し、各自がめざす栄養士のあるべき姿を考え、本学科で学ぶ目的を明確にするための講義およびグループワークを行う。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、栄養士に必要な基礎的事項について講義を中心とした解説を行い、グループワークやレポート、ミニテストなどを取り入れて理解を深める。【グループワーク】【レポート】【ミニテスト】

到達目標

1. 栄養士の役割を説明することができる。
2. 栄養士に必要な基礎的知識を身につけ、レポートを作成することができる。
3. 栄養士に対する関心と意識を高め、各自が目指す栄養士像を述べるすることができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能、 -3 食・運動指導のためのコミュニケーション能力、 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

| | |
|---|--|
| 1 | 栄養士とは1 (定義と資格の概要) 【グループワーク】【リアクションペーパー】 (全員) |
| 2 | 栄養士とは2 (求められる倫理観、情報リテラシー) 【グループワーク】【リアクションペーパー】 (木村、佐々木) |

| | |
|----|--|
| 3 | 栄養士の役割と主な仕事【グループワーク】【リアクションペーパー】（木村、徳野） |
| 4 | 栄養の基礎知識1（食品と栄養）【ミニテスト】【リアクションペーパー】（木村、佐々木） |
| 5 | 栄養の基礎知識2（人体の仕組み）【ミニテスト】【リアクションペーパー】（林、佐々木） |
| 6 | 栄養の基礎知識3（食生活と健康）【ミニテスト】【リアクションペーパー】（木村、徳野） |
| 7 | 栄養の基礎知識4（食品成分表）【ミニテスト】【リアクションペーパー】（木村、林） |
| 8 | 栄養の基礎知識5（数値の扱い方）【ミニテスト】【リアクションペーパー】（林、佐々木） |
| 9 | 栄養の基礎知識6（情報収集法）【ミニテスト】【リアクションペーパー】（徳野、佐々木） |
| 10 | 栄養士が活動する現場を知る1（保育園、学校）【レポート(表現)】【リアクションペーパー】（村田、徳野） |
| 11 | 栄養士が活動する現場を知る2（病院、高齢者施設）【レポート(表現)】【リアクションペーパー】（村田、林） |
| 12 | 栄養士が活動する現場を知る3（運動、スポーツ）【レポート(表現)】【リアクションペーパー】（村田、徳野） |
| 13 | 栄養士が活動する現場を考える【グループワーク】【リアクションペーパー】（村田、林） |
| 14 | 給食運営実習報告会【レポート(表現)】【リアクションペーパー】（全員） |
| 15 | まとめ【グループワーク】【リアクションペーパー】（全員） |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】各授業内容について興味・関心のあることを調べ、自分の意見をまとめる [60分]

【事後学修】学修した内容をノートに整理し、自らの課題をまとめる。 [60分]

評価方法および評価の基準

授業への参加度50%、課題に対するレポート50%とし、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標1. 平常点（10%/50%）、レポート（10/50%）

到達目標2. 平常点（20%/50%）、レポート（20/50%）

到達目標3. 平常点（20%/50%）、レポート（20/50%）

【フィードバック】課題レポートは、提出後コメントを記載し、翌週以降の授業内で返却する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】授業の中で指示する。

【推薦書】「めざせ！栄養士・管理栄養士 まずはこちらから・ナビゲーション（第2版）」小野章史編 第一出版

「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」小野廣紀 日比野久美子 吉澤みな子著 化学同人

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

食を通じて人々の健康をサポートする栄養士には高い専門性が求められ、資格取得のためには多くの知識と技術を習得しなければなりません。各自が将来を具体的に思い描きながら基礎知識を身につけ、専門科目の理解を深めることにより、大学での学びを充実させてほしいと思います。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 統計学演習 | | |
| 担当教員名 | 森 彩乃 | | |
| ナンバリング | NAa1002 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Aクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 演習 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

実務経験および科目との関連性

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

人間生活学部健康栄養学科の栄養領域 (社会生活と健康) における選択科目である。統計学的なデータの扱い方、考え方を学ぶことで、実験結果の取り扱いや情報解釈の基礎を身につける。

科目の概要

Excel 表計算ソフトを使用しつつ、統計学の基礎となる用語、手法、考え方、結果の解釈、表現方法について学ぶ。

授業の方法 (ALを含む)

【リアクションペーパー】や【ミニテスト】による理解度の確認を行う。【実技】の中で知識と技術の定着を目指す。【グループワーク】や【レポート】を通して考え、表現する力を養う。

到達目標

1. 基本的な統計用語と手法を理解し、使用することができる。
2. 科学的な結論を得るための考え方と実践的手順を習得する。
3. 得られた結果を解釈し、考察することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1栄養に関する基礎的知識と技能 -2健康づくりに関する専門的知見の実践 -1情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

| | |
|---|------------------------|
| 1 | 授業オリエンテーション、統計学の概要 |
| 2 | 変数とデータ |
| 3 | サンプリングとデータ集計 |
| 4 | 度数分布・代表値・散布度 (1) 計算と解釈 |
| 5 | 度数分布・代表値・散布度 (2) 図表 |
| 6 | クロス表・相関 |
| 7 | 相関・散布図 |

| | |
|----|----------------|
| 8 | 記述統計、誤差、推測統計 |
| 9 | 妥当性、信頼性 |
| 10 | t検定の方法と種類 |
| 11 | t検定の使い分けと解釈 |
| 12 | まとめ |
| 13 | 総合演習1：目的に沿った分析 |
| 14 | 総合演習2：解釈、考察、表現 |
| 15 | 復習 |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】世の中のどのようなところで統計が用いられているのか、意識しておくこと。PCの操作に慣れておくこと。統計の本を読むなど予習しておくこと。（各授業に対して60分）

【事後学修】参考文献などに目を通し、理解を深めること。習得した内容を書き溜めていくこと。最終的に習得内容をA4サイズ1枚（両面）にまとめなおすこと。（各授業に対して60分） 欠席者は、必ず次回までに自習しておくこと。

評価方法および評価の基準

適宜実施されるミニテストおよび課題への取り組みを合わせて平常点とする。平常点（50点）+筆記試験（30点）+レポート（20点）=100点満点とし、総合評価60点以上を合格とする。私語や授業に関係のない作業は減点対象とする。

到達目標1. 平常点（10/50）、筆記試験（30）

到達目標2. 平常点（30/50）

到達目標3. 平常点（10/50）、レポート（20）

【フィードバック】

ミニテストの返却は翌週以降とする。筆記試験は返却の上で解説を行う。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】石村貞夫・石村友二郎・広田直子（2013）. よくわかる統計学 介護福祉・栄養管理データ編 第2版 東京図書

【推薦書】熊原啓作・渡辺美智子（2012）. 身近な統計〔改訂版〕＜DVD-ROM付＞ 放送大学教育振興会。

【参考図書】詳しくは教室で紹介する。

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 統計学演習 | | |
| 担当教員名 | 森 彩乃 | | |
| ナンバリング | NAa1002 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Bクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 演習 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

実務経験および科目との関連性

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

人間生活学部健康栄養学科の栄養領域 (社会生活と健康) における選択科目である。統計学的なデータの扱い方、考え方を学ぶことで、実験結果の取り扱いや情報解釈の基礎を身につける。

科目の概要

Excel表計算ソフトを使用しつつ、統計学の基礎となる用語、手法、考え方、結果の解釈、表現方法について学ぶ。

授業の方法 (ALを含む)

【リアクションペーパー】や【ミニテスト】による理解度の確認を行う。【実技】の中で知識と技術の定着を目指す。【グループワーク】や【レポート】を通して考え、表現する力を養う。

到達目標

1. 基本的な統計用語と手法を理解し、使用することができる。
2. 科学的な結論を得るための考え方と実践的手順を習得する。
3. 得られた結果を解釈し、考察することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1栄養に関する基礎的知識と技能 -2健康づくりに関する専門的知見の実践 -1情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

| | |
|---|------------------------|
| 1 | 授業オリエンテーション、統計学の概要 |
| 2 | 変数とデータ |
| 3 | サンプリングとデータ集計 |
| 4 | 度数分布・代表値・散布度 (1) 計算と解釈 |
| 5 | 度数分布・代表値・散布度 (2) 図表 |
| 6 | クロス表・相関 |
| 7 | 相関・散布図 |

| | |
|----|----------------|
| 8 | 記述統計、誤差、推測統計 |
| 9 | 妥当性、信頼性 |
| 10 | t検定の方法と種類 |
| 11 | t検定の使い分けと解釈 |
| 12 | まとめ |
| 13 | 総合演習1：目的に沿った分析 |
| 14 | 総合演習2：解釈、考察、表現 |
| 15 | 復習 |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】世の中のどのようところで統計が用いられているのか、意識しておくこと。PCの操作に慣れておくこと。統計の本を読むなど予習しておくこと。（各授業に対して60分）

【事後学修】参考文献などに目を通し、理解を深めること。習得した内容を書き溜めていくこと。最終的に習得内容をA4サイズ1枚（両面）にまとめなおすこと。（各授業に対して60分） 欠席者は、必ず次回までに自習しておくこと。

評価方法および評価の基準

適宜実施されるミニテストおよび課題への取り組みを合わせて平常点とする。平常点（50点）+筆記試験（30点）+レポート（20点）=100点満点とし、総合評価60点以上を合格とする。私語や授業に関係のない作業は減点対象とする。

到達目標1. 平常点（10/50）、筆記試験（30）

到達目標2. 平常点（30/50）

到達目標3. 平常点（10/50）、レポート（20）

【フィードバック】

ミニテストの返却は翌週以降とする。筆記試験は返却の上で解説を行う。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】石村貞夫・石村友二郎・広田直子（2013）. よくわかる統計学 介護福祉・栄養管理データ編 第2版 東京図書

【推薦書】熊原啓作・渡辺美智子（2012）. 身近な統計〔改訂版〕＜DVD-ROM付＞ 放送大学教育振興会。

【参考図書】詳しくは教室で紹介する。

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 統計学演習 | | |
| 担当教員名 | 森 彩乃 | | |
| ナンバリング | NAa1002 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Cクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 演習 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

実務経験および科目との関連性

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

人間生活学部健康栄養学科の栄養領域 (社会生活と健康) における選択科目である。統計学的なデータの扱い方、考え方を学ぶことで、実験結果の取り扱いや情報解釈の基礎を身につける。

科目の概要

Excel表計算ソフトを使用しつつ、統計学の基礎となる用語、手法、考え方、結果の解釈、表現方法について学ぶ。

授業の方法 (ALを含む)

【リアクションペーパー】や【ミニテスト】による理解度の確認を行う。【実技】の中で知識と技術の定着を目指す。【グループワーク】や【レポート】を通して考え、表現する力を養う。

到達目標

1. 基本的な統計用語と手法を理解し、使用することができる。
2. 科学的な結論を得るための考え方と実践的手順を習得する。
3. 得られた結果を解釈し、考察することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1栄養に関する基礎的知識と技能 -2健康づくりに関する専門的知見の実践 -1情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

| | |
|---|------------------------|
| 1 | 授業オリエンテーション、統計学の概要 |
| 2 | 変数とデータ |
| 3 | サンプリングとデータ集計 |
| 4 | 度数分布・代表値・散布度 (1) 計算と解釈 |
| 5 | 度数分布・代表値・散布度 (2) 図表 |
| 6 | クロス表・相関 |
| 7 | 相関・散布図 |

| | |
|----|----------------|
| 8 | 記述統計、誤差、推測統計 |
| 9 | 妥当性、信頼性 |
| 10 | t検定の方法と種類 |
| 11 | t検定の使い分けと解釈 |
| 12 | まとめ |
| 13 | 総合演習1：目的に沿った分析 |
| 14 | 総合演習2：解釈、考察、表現 |
| 15 | 復習 |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】世の中のどのようなところで統計が用いられているのか、意識しておくこと。PCの操作に慣れておくこと。統計の本を読むなど予習しておくこと。（各授業に対して60分）

【事後学修】参考文献などに目を通し、理解を深めること。習得した内容を書き溜めていくこと。最終的に習得内容をA4サイズ1枚（両面）にまとめなおすこと。（各授業に対して60分） 欠席者は、必ず次回までに自習しておくこと。

評価方法および評価の基準

適宜実施されるミニテストおよび課題への取り組みを合わせて平常点とする。平常点（50点）+筆記試験（30点）+レポート（20点）=100点満点とし、総合評価60点以上を合格とする。私語や授業に関係のない作業は減点対象とする。

到達目標1. 平常点（10/50）、筆記試験（30）

到達目標2. 平常点（30/50）

到達目標3. 平常点（10/50）、レポート（20）

【フィードバック】

ミニテストの返却は翌週以降とする。筆記試験は返却の上で解説を行う。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】石村貞夫・石村友二郎・広田直子（2013）. よくわかる統計学 介護福祉・栄養管理データ編 第2版 東京図書

【推薦書】熊原啓作・渡辺美智子（2012）. 身近な統計〔改訂版〕＜DVD-ROM付＞ 放送大学教育振興会。

【参考図書】詳しくは教室で紹介する。

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 解剖生理学(解剖学を含む) | | |
| 担当教員名 | 高橋 正人 | | |
| ナンバリング | NAa0003 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Aクラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 必修* |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

有

実務経験および科目との関連性

総合内科専門医であり、および博士(医学)取得時の研究で、解剖学、生理学の実務は積んでいる。また実地の臨床医学をふまえた講義を行う。

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法(ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

健康栄養学科の学位授与方針1,2に該当する。栄養士養成のための必修科目。この科目は医学系、および看護学などの医療系、栄養系、体育系などおおよそヒトの人体生理に関わる職種を志す者において、もっとも基幹科目となる科目である。

科目の概要

人体の構造と機能について学ぶ。解剖学的内容に生理学的内容を加味した内容である。

授業の方法(ALを含む)

1回目はガイダンス授業。その後はパワーポイントを利用した授業。そのパワーポイントで作成したスライドは学生にもあらかじめ提示されている。

学修目標(=到達目標)

人体の構造と機能を理解する。細胞の構造と機能、骨系、筋系、循環系、呼吸系、泌尿系、生殖系などあらゆる臓器の構造と機能について授業を進める。細かなことよりもおおまかにヒトのからだを理解してもらうことを目標とする。そしてそれを学生が説明できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は医療、栄養、体育いずれにとっても基本科目である。

-1栄養に関する基礎的知識と技能 -2健康問題への論理的思考・行動 -1食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

この授業は講義を中心に行なう。授業内で適宜学生に質問をする。

| | |
|----|-----------------|
| 1 | からだの構造と機能の概論、細胞 |
| 2 | 遺伝とゲノム、組織 |
| 3 | 骨 |
| 4 | 筋 |
| 5 | 体液と血液、免疫系 |
| 6 | 循環系 |
| 7 | 呼吸系、代謝・栄養・体温 |
| 8 | 消化器系 |
| 9 | 神経系（1） |
| 10 | 神経系（2） |
| 11 | 感覚系 |
| 12 | 内分泌系 |
| 13 | 泌尿器系 |
| 14 | 生殖と発生 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】教科書の該当箇所を読んでくる。授業プリントを印刷し、事前に読んでおくこと。（各授業に対し30分）

【事後学修】もう一度教科書の該当箇所を読む。管理栄養士国家試験問題解説の該当箇所の問題をやる。（各授業に対し45分）

評価方法および評価の基準

筆記試験の60点以上が合格の必須条件である。授業参加を含めた平常点を筆記試験の点数に加味して、最終的に合否を決める。合計の60%以上で合格。60%以上で到達目標に達することができる。評価の基準はテスト90%、平常点10%。

フィードバック：試験を施行した後に解答と解説を加える。追・再試験該当者にも次回合格できるようにする。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

教科書：シンプル解剖生理学 南江堂

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

総合評価60点以下の場合は再試験を行う。その場合、実施日、教室はLive Campusの授業連絡で連絡する。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 解剖生理学(解剖学を含む) | | |
| 担当教員名 | 高橋 正人 | | |
| ナンバリング | NAa0003 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Bクラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 必修* |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

有

実務経験および科目との関連性

総合内科専門医であり、および博士(医学)取得時の研究で、解剖学、生理学の実務は積んでいる。また実地の臨床医学をふまえた講義を行う。

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法(ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

健康栄養学科の学位授与方針1,2に該当する。栄養士養成のための必修科目。この科目は医学系、および看護学などの医療系、栄養系、体育系などおおよそヒトの人体生理に関わる職種を志す者において、もっとも基幹科目となる科目である。

科目の概要

人体の構造と機能について学ぶ。解剖学的内容に生理学的内容を加味した内容である。

授業の方法(ALを含む)

1回目はガイダンス授業。その後はパワーポイントを利用した授業。そのパワーポイントで作成したスライドは学生にもあらかじめ提示されている。

学修目標(=到達目標)

人体の構造と機能を理解する。細胞の構造と機能、骨系、筋系、循環系、呼吸系、泌尿系、生殖系などあらゆる臓器の構造と機能について授業を進める。細かなことよりもおおまかにヒトのからだを理解してもらうことを目標とする。そしてそれを説明できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は医療、栄養、体育いずれにとっても基本科目である。

-1栄養に関する基礎的知識と技能 -2健康問題への論理的思考・行動 -1食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

この授業は講義を中心に行なう。授業内で適宜学生に質問をする。

| | |
|----|-----------------|
| 1 | からだの構造と機能の概論、細胞 |
| 2 | 遺伝とゲノム、組織 |
| 3 | 骨 |
| 4 | 筋 |
| 5 | 体液と血液、免疫系 |
| 6 | 循環系 |
| 7 | 呼吸系、代謝・栄養・体温 |
| 8 | 消化器系 |
| 9 | 神経系（1） |
| 10 | 神経系（2） |
| 11 | 感覚系 |
| 12 | 内分泌系 |
| 13 | 泌尿器系 |
| 14 | 生殖と発生 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】教科書の該当箇所を読んでくる。授業プリントを印刷し、事前に読んでおくこと。（各授業に対し30分）

【事後学修】もう一度教科書の該当箇所を読む。管理栄養士国家試験問題解説の該当箇所の問題をやる。（各授業に対し45分）

評価方法および評価の基準

筆記試験の60点以上が合格の必須条件である。授業参加を含めた平常点を筆記試験の点数に加味して、最終的に合否を決める。合計の60%以上で合格。60%以上で到達目標に達することができる。評価の基準はテスト90%、平常点は10%。

フィードバック：試験を施行した後に解答と解説を加える。追・再試験該当者にも次回合格できるようにする...

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

教科書：シンプル解剖生理学 南江堂

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

総合評価60点以下の場合は再試験を行う。その場合、実施日、教室はLive Campusの授業連絡で連絡する。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 解剖生理学(解剖学を含む) | | |
| 担当教員名 | 高橋 正人 | | |
| ナンバリング | NAa0003 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 10クラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 必修* |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

有

実務経験および科目との関連性

総合内科専門医であり、および博士(医学)取得時の研究で、解剖学、生理学の実務は積んでいる。また実地の臨床医学をふまえた講義を行う。

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法(ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

健康栄養学科の学位授与方針1,2に該当する。栄養士養成のための必修科目。この科目は医学系、および看護学などの医療系、栄養系、体育系などおおよそヒトの人体生理に関わる職種を志す者において、もっとも基幹科目となる科目である。

科目の概要

人体の構造と機能について学ぶ。解剖学的内容に生理学的内容を加味した内容である。

授業の方法(ALを含む)

1回目はガイダンス授業。その後はパワーポイントを利用した授業。そのパワーポイントで作成したスライドは学生にもあらかじめ提示されている。

学修目標(=到達目標)

人体の構造と機能を理解する。細胞の構造と機能、骨系、筋系、循環系、呼吸系、泌尿系、生殖系などあらゆる臓器の構造と機能について授業を進める。細かなことよりもおおまかにヒトのからだを理解してもらうことを目標とする。そしてそれを学生が説明できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は医療、栄養、体育いずれにとっても基本科目である。

-1栄養に関する基礎的知識と技能 -2健康問題への論理的思考・行動 -1食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

この授業は講義を中心に行なう。授業内で適宜学生に質問をする。

| | |
|----|-----------------|
| 1 | からだの構造と機能の概論、細胞 |
| 2 | 遺伝とゲノム、組織 |
| 3 | 骨 |
| 4 | 筋 |
| 5 | 体液と血液、免疫系 |
| 6 | 循環系 |
| 7 | 呼吸系、代謝・栄養・体温 |
| 8 | 消化器系 |
| 9 | 神経系（1） |
| 10 | 神経系（2） |
| 11 | 感覚系 |
| 12 | 内分泌系 |
| 13 | 泌尿器系 |
| 14 | 生殖と発生 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】教科書の該当箇所を読んでくる。授業プリントを印刷し、事前に読んでおくこと。（各授業に対し30分）

【事後学修】もう一度教科書の該当箇所を読む。管理栄養士国家試験問題解説の該当箇所の問題をやる。（各授業に対し45分）

評価方法および評価の基準

筆記試験の60点以上が合格の必須条件である。授業参加を含めた平常点を筆記試験の点数に加味して、最終的に合否を決める。合計の60%以上で合格。60%以上で到達目標に達することができる。評価の基準はテスト90%、平常点10%。

フィードバック：試験を施行した後に解答と解説を加える。追・再試験該当者にも次回合格できるようにする。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

教科書：シンプル解剖生理学 南江堂

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

総合評価60点以下の場合は再試験を行う。その場合、実施日、教室はLive Campusの授業連絡で連絡する。

| | | | |
|---------|--------------------|---------|-------|
| 科目名 | 解剖生理学実験 | | |
| 担当教員名 | 池川 繁樹、高橋 正人、佐々木 菜穂 | | |
| ナンバリング | NAa2008 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Aクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実験・実習 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

有

実務経験および科目との関連性

第2回から第7回および第14回の授業は、総合内科専門医による臨床医学を踏まえた実験を行う。

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は健康栄養学科の栄養士養成カリキュラムにおける「人体の構造と機能」に関する科目として位置づけられおり、栄養士免許取得のために必須の科目である。解剖生理学（解剖学を含む）で学修した事項について、実験を通じて体得する。健康、栄養、疾病の成り立ちを学ぶための基礎となる科目である。

科目の概要

机上では理解しがたい事項について実験を通じて修得する。解剖生理学講義で学んだ人体の構造と機能に関する知識を検証し、より深く理解する。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、数人のグループで人体の構造と機能に関する実験を行い、レポート作成やミニテストを実施することにより理解を深める。【グループワーク】【レポート(知識)】【ミニテスト】

到達目標

1. 人体の構造と機能について説明できる。
2. 他者とコミュニケーションを取り、実験を遂行することができる。
3. 人体の構造と機能を関連させて考え、科学的根拠に基づいたレポートを書くことができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能、 -2 健康づくりに関する専門的知見の実践、 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

各回の主担当はカッコ書きの教員で、3名の教員が共同で担当している。

| | |
|---|---|
| 1 | オリエンテーション(全員) |
| 2 | 人体の構造の観察1(骨格)【実験】【レポート(知識)】【ミニテスト】(高橋) |
| 3 | 人体の構造の観察2(筋肉1)【実験】【レポート(知識)】【ミニテスト】(高橋) |

| | |
|----|---|
| 4 | 人体の構造の観察3（筋肉2）【実験】【レポート（知識）】【ミニテスト】（高橋） |
| 5 | 人体の構造の観察4（血管）【実験】【レポート（知識）】【ミニテスト】（高橋） |
| 6 | 人体の構造の観察5（神経）【実験】【レポート（知識）】【ミニテスト】（高橋） |
| 7 | 人体の構造の観察6（内臓）【実験】【レポート（知識）】【ミニテスト】（高橋） |
| 8 | 動作解析実験【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（池川） |
| 9 | 心拍解析実験【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（池川） |
| 10 | バイタルサイン【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（池川・佐々木） |
| 11 | 身体計測【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（池川・佐々木） |
| 12 | エネルギー代謝【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（佐々木） |
| 13 | 血液に関する実験【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（佐々木） |
| 14 | 実験結果の確認【レポート（知識）】（高橋） |
| 15 | まとめ（全員） |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】実験に該当する範囲の教科書および推薦書を読んでおくこと。（各授業に対し60分）

【事後学修】実験で得られた成果をノートやレポートにまとめる。（各授業に対し60分）

評価方法および評価の基準

レポート（40%）、筆記試験（40%）、実習態度（20%）により評価を行い、60点以上を合格とする。

到達目標1．実習態度（10%/20%）、筆記試験（40%/40%）

到達目標2．実習態度（10%/20%）、レポート（10%/40%）

到達目標3．レポート（30%/40%）

【フィードバック】提出されたレポートは採点し、翌週以降に返却する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】相磯貞和 監訳 「ネッター解剖学カラーリングテキスト」南江堂

【推薦書】河田光博/樋口隆 著 シンプルシリーズ「シンプル解剖生理学」南江堂

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|--------------------|---------|-------|
| 科目名 | 解剖生理学実験 | | |
| 担当教員名 | 池川 繁樹、高橋 正人、佐々木 菜穂 | | |
| ナンバリング | NAa2008 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Bクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実験・実習 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

有

実務経験および科目との関連性

第2回から第7回および第14回の授業は、総合内科専門医による臨床医学を踏まえた実験を行う。

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は健康栄養学科の栄養士養成カリキュラムにおける「人体の構造と機能」に関する科目として位置づけられおり、栄養士免許取得のために必須の科目である。解剖生理学（解剖学を含む）で学修した事項について、実験を通じて体得する。健康、栄養、疾病の成り立ちを学ぶための基礎となる科目である。

科目の概要

机上では理解しがたい事項について実験を通じて修得する。解剖生理学講義で学んだ人体の構造と機能に関する知識を検証し、より深く理解する。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、数人のグループで人体の構造と機能に関する実験を行い、レポート作成やミニテストを実施することにより理解を深める。【グループワーク】【レポート(知識)】【ミニテスト】

到達目標

1. 人体の構造と機能について説明できる。
2. 他者とコミュニケーションを取り、実験を遂行することができる。
3. 人体の構造と機能を関連させて考え、科学的根拠に基づいたレポートを書くことができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能、 -2 健康づくりに関する専門的知見の実践、 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

各回の主担当はカッコ書きの教員で、3名の教員が共同で担当している。

| | |
|---|---|
| 1 | オリエンテーション(全員) |
| 2 | 人体の構造の観察1(骨格)【実験】【レポート(知識)】【ミニテスト】(高橋) |
| 3 | 人体の構造の観察2(筋肉1)【実験】【レポート(知識)】【ミニテスト】(高橋) |

| | |
|----|---|
| 4 | 人体の構造の観察3（筋肉2）【実験】【レポート（知識）】【ミニテスト】（高橋） |
| 5 | 人体の構造の観察4（血管）【実験】【レポート（知識）】【ミニテスト】（高橋） |
| 6 | 人体の構造の観察5（神経）【実験】【レポート（知識）】【ミニテスト】（高橋） |
| 7 | 人体の構造の観察6（内臓）【実験】【レポート（知識）】【ミニテスト】（高橋） |
| 8 | 動作解析実験【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（池川） |
| 9 | 心拍解析実験【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（池川） |
| 10 | バイタルサイン【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（池川・佐々木） |
| 11 | 身体計測【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（池川・佐々木） |
| 12 | エネルギー代謝【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（佐々木） |
| 13 | 血液に関する実験【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（佐々木） |
| 14 | 実験結果の確認【レポート（知識）】（高橋） |
| 15 | まとめ（全員） |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】実験に該当する範囲の教科書および推薦書を読んでおくこと。（各授業に対し60分）

【事後学修】実験で得られた成果をノートやレポートにまとめる。（各授業に対し60分）

評価方法および評価の基準

レポート（40%）、筆記試験（40%）、実習態度（20%）により評価を行い、60点以上を合格とする。

到達目標1．実習態度（10%/20%）、筆記試験（40%/40%）

到達目標2．実習態度（10%/20%）、レポート（10%/40%）

到達目標3．レポート（30%/40%）

【フィードバック】提出されたレポートは採点し、翌週以降に返却する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】相磯貞和 監訳 「ネッター解剖学カラーリングテキスト」南江堂

【推薦書】河田光博/樋口隆 著 シンプルシリーズ「シンプル解剖生理学」南江堂

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|--------------------|---------|-------|
| 科目名 | 解剖生理学実験 | | |
| 担当教員名 | 池川 繁樹、高橋 正人、佐々木 菜穂 | | |
| ナンバリング | NAa2008 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Cクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実験・実習 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

有

実務経験および科目との関連性

第2回から第7回および第14回の授業は、総合内科専門医による臨床医学を踏まえた実験を行う。

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は健康栄養学科の栄養士養成カリキュラムにおける「人体の構造と機能」に関する科目として位置づけられおり、栄養士免許取得のために必須の科目である。解剖生理学（解剖学を含む）で学修した事項について、実験を通じて体得する。健康、栄養、疾病の成り立ちを学ぶための基礎となる科目である。

科目の概要

机上では理解しがたい事項について実験を通じて修得する。解剖生理学講義で学んだ人体の構造と機能に関する知識を検証し、より深く理解する。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、数人のグループで人体の構造と機能に関する実験を行い、レポート作成やミニテストを実施することにより理解を深める。【グループワーク】【レポート(知識)】【ミニテスト】

到達目標

1. 人体の構造と機能について説明できる。
2. 他者とコミュニケーションを取り、実験を遂行することができる。
3. 人体の構造と機能を関連させて考え、科学的根拠に基づいたレポートを書くことができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能、 -2 健康づくりに関する専門的知見の実践、 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

各回の主担当はカッコ書きの教員で、3名の教員が共同で担当している。

| | |
|---|---|
| 1 | オリエンテーション(全員) |
| 2 | 人体の構造の観察1(骨格)【実験】【レポート(知識)】【ミニテスト](高橋) |
| 3 | 人体の構造の観察2(筋肉1)【実験】【レポート(知識)】【ミニテスト](高橋) |

| | |
|----|---|
| 4 | 人体の構造の観察3（筋肉2）【実験】【レポート（知識）】【ミニテスト】（高橋） |
| 5 | 人体の構造の観察4（血管）【実験】【レポート（知識）】【ミニテスト】（高橋） |
| 6 | 人体の構造の観察5（神経）【実験】【レポート（知識）】【ミニテスト】（高橋） |
| 7 | 人体の構造の観察6（内臓）【実験】【レポート（知識）】【ミニテスト】（高橋） |
| 8 | 動作解析実験【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（池川） |
| 9 | 心拍解析実験【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（池川） |
| 10 | バイタルサイン【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（池川・佐々木） |
| 11 | 身体計測【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（池川・佐々木） |
| 12 | エネルギー代謝【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（佐々木） |
| 13 | 血液に関する実験【実験】【グループワーク】【レポート（知識）】（佐々木） |
| 14 | 実験結果の確認【レポート（知識）】（高橋） |
| 15 | まとめ（全員） |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】実験に該当する範囲の教科書および推薦書を読んでおくこと。（各授業に対し60分）

【事後学修】実験で得られた成果をノートやレポートにまとめる。（各授業に対し60分）

評価方法および評価の基準

レポート（40%）、筆記試験（40%）、実習態度（20%）により評価を行い、60点以上を合格とする。

到達目標1．実習態度（10%/20%）、筆記試験（40%/40%）

到達目標2．実習態度（10%/20%）、レポート（10%/40%）

到達目標3．レポート（30%/40%）

【フィードバック】提出されたレポートは採点し、翌週以降に返却する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】相磯貞和 監訳 「ネッター解剖学カラーリングテキスト」南江堂

【推薦書】河田光博/樋口隆 著 シンプルシリーズ「シンプル解剖生理学」南江堂

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 食品学 | | |
| 担当教員名 | 小長井 ちづる | | |
| ナンバリング | NAa0004 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Aクラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 必修* |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

この科目は栄養士免許取得のための必修科目である。食品学入門として、食品成分の特徴と食べもののおいしさなどを理解するための基礎科目であり、今後学ぶ食品関連の講義の基盤となる。

科目の概要

「食品学」では、食品を科学的に理解するため、食品に含まれる五大栄養素である炭水化物、脂質、たんぱく質、無機質、ビタミン、さらに食品を特徴づける味、香り、色などの嗜好成分、調理・保存による化学変化などに関する基本的知識を修得する。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、講義による解説を中心とする。毎回の授業後にミニテストを実施し、知識の定着を確認する。また、授業内容に関する疑問点や要望等についてはフィードバックを行う。【ミニテスト】【リアクションペーパー】

学修目標 (= 到達目標)

- (1) 健康を維持・管理するために食する「食べものと健康」の概念を述べることができる。
- (2) 食品学の各領域を学ぶ上での基本的知識を説明することができる。
- (3) 食品成分の性質に関する正しい知識と化学的な考え方を身につけ、説明することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価 -1 食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|---|--|
| 1 | 人間と食品 食生活と健康 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 2 | 食品の主要成分：水 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 3 | 食品の主要成分：炭水化物 構造と種類 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |

| | |
|----|---|
| 4 | 食品の主要成分：炭水化物 特色と成分の変化 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 5 | 食品の主要成分：脂質 構造と種類 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 6 | 食品の主要成分：脂質 特色と脂質の酸化 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 7 | 食品の主要成分：タンパク質 構造と種類 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 8 | 食品の主要成分：タンパク質 特色とタンパク質の変性 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 9 | 食品の主要成分：無機質・ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 10 | 食品中の嗜好成分：甘味・酸味・塩味・苦味・うま味 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 11 | 食品中の嗜好成分：色・香り 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 12 | 食品成分の化学変化 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 13 | 食品の物性、官能評価 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 14 | 食品成分表 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】該当する教科書の範囲を読んでおく（各授業に対して45分）。

【事後学修】授業終了後は、配付資料と教科書をよく復習し、ノートをまとめる（各授業に対して75分）。

評価方法および評価の基準

毎回の授業への参加度20%、ミニテスト20%、筆記試験60%とし、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標(1) 授業への参加度（10/20）、ミニテスト（5/20）、筆記試験（5/60）

到達目標(2) 授業への参加度（5/20）、ミニテスト（5/20）、筆記試験（15/60）

到達目標(3) 授業への参加度（5/20）、ミニテスト（10/20）、筆記試験（40/60）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】森田潤司ほか編「食品学総論（第3版） 食べ物と健康（新 食品・栄養科学シリーズ）」化学同人、新しい食生活を考える会編「新ビジュアル食品成分表（新訂第二版）」大修館

【推薦書】授業内で紹介する。

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

総合評価 60 点未満の場合は、再試験を行う。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 食品学 | | |
| 担当教員名 | 小長井 ちづる | | |
| ナンバリング | NAa0004 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Bクラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 必修* |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

この科目は栄養士免許取得のための必修科目である。食品学入門として、食品成分の特徴と食べもののおいしさなどを理解するための基礎科目であり、今後学ぶ食品関連の講義の基盤となる。

科目の概要

「食品学」では、食品を科学的に理解するため、食品に含まれる五大栄養素である炭水化物、脂質、たんぱく質、無機質、ビタミン、さらに食品を特徴づける味、香り、色などの嗜好成分、調理・保存による化学変化などに関する基本的知識を修得する。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、講義による解説を中心とする。毎回の授業後にミニテストを実施し、知識の定着を確認する。また、授業内容に関する疑問点や要望等についてはフィードバックを行う。【ミニテスト】【リアクションペーパー】

学修目標 (= 到達目標)

- (1) 健康を維持・管理するために食する「食べものと健康」の概念を述べることができる。
- (2) 食品学の各領域を学ぶ上での基本的知識を説明することができる。
- (3) 食品成分の性質に関する正しい知識と化学的な考え方を身につけ、説明することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価 -1 食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|---|--|
| 1 | 人間と食品 食生活と健康 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 2 | 食品の主要成分：水 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 3 | 食品の主要成分：炭水化物 構造と種類 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |

| | |
|----|---|
| 4 | 食品の主要成分：炭水化物 特色と成分の変化 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 5 | 食品の主要成分：脂質 構造と種類 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 6 | 食品の主要成分：脂質 特色と脂質の酸化 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 7 | 食品の主要成分：タンパク質 構造と種類 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 8 | 食品の主要成分：タンパク質 特色とタンパク質の変性 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 9 | 食品の主要成分：無機質・ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 10 | 食品中の嗜好成分：甘味・酸味・塩味・苦味・うま味 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 11 | 食品中の嗜好成分：色・香り 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 12 | 食品成分の化学変化 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 13 | 食品の物性、官能評価 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 14 | 食品成分表 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】該当する教科書の範囲を読んでおく（各授業に対して45分）。

【事後学修】授業終了後は、配付資料と教科書をよく復習し、ノートをまとめる（各授業に対して75分）。

評価方法および評価の基準

毎回の授業への参加度20%、ミニテスト20%、筆記試験60%とし、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標(1) 授業への参加度（10/20）、ミニテスト（5/20）、筆記試験（5/60）

到達目標(2) 授業への参加度（5/20）、ミニテスト（5/20）、筆記試験（15/60）

到達目標(3) 授業への参加度（5/20）、ミニテスト（10/20）、筆記試験（40/60）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】森田潤司ほか編「食品学総論（第3版） 食べ物と健康（新 食品・栄養科学シリーズ）」化学同人、新しい食生活を考える会編「新ビジュアル食品成分表（新訂第二版）」大修館

【推薦書】授業内で紹介する。

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

総合評価 60 点未満の場合は、再試験を行う。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 食品学 | | |
| 担当教員名 | 小長井 ちづる | | |
| ナンバリング | NAa0004 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 10クラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 必修* |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

この科目は栄養士免許取得のための必修科目である。食品学入門として、食品成分の特徴と食べもののおいしさなどを理解するための基礎科目であり、今後学ぶ食品関連の講義の基盤となる。

科目の概要

「食品学」では、食品を科学的に理解するため、食品に含まれる五大栄養素である炭水化物、脂質、たんぱく質、無機質、ビタミン、さらに食品を特徴づける味、香り、色などの嗜好成分、調理・保存による化学変化などに関する基本的知識を修得する。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、講義による解説を中心とする。毎回の授業後にミニテストを実施し、知識の定着を確認する。また、授業内容に関する疑問点や要望等についてはフィードバックを行う。【ミニテスト】【リアクションペーパー】

学修目標 (= 到達目標)

- (1) 健康を維持・管理するために食する「食べものと健康」の概念を述べることができる。
- (2) 食品学の各領域を学ぶ上での基本的知識を説明することができる。
- (3) 食品成分の性質に関する正しい知識と化学的な考え方を身につけ、説明することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価 -1 食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|---|--|
| 1 | 人間と食品 食生活と健康 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 2 | 食品の主要成分：水 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 3 | 食品の主要成分：炭水化物 構造と種類 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |

| | |
|----|---|
| 4 | 食品の主要成分：炭水化物 特色と成分の変化 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 5 | 食品の主要成分：脂質 構造と種類 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 6 | 食品の主要成分：脂質 特色と脂質の酸化 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 7 | 食品の主要成分：タンパク質 構造と種類 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 8 | 食品の主要成分：タンパク質 特色とタンパク質の変性 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 9 | 食品の主要成分：無機質・ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 10 | 食品中の嗜好成分：甘味・酸味・塩味・苦味・うま味 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 11 | 食品中の嗜好成分：色・香り 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 12 | 食品成分の化学変化 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 13 | 食品の物性、官能評価 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 14 | 食品成分表 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】該当する教科書の範囲を読んでおく（各授業に対して45分）。

【事後学修】授業終了後は、配付資料と教科書をよく復習し、ノートをまとめる（各授業に対して75分）。

評価方法および評価の基準

毎回の授業への参加度20%、ミニテスト20%、筆記試験60%とし、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標(1) 授業への参加度（10/20）、ミニテスト（5/20）、筆記試験（5/60）

到達目標(2) 授業への参加度（5/20）、ミニテスト（5/20）、筆記試験（15/60）

到達目標(3) 授業への参加度（5/20）、ミニテスト（10/20）、筆記試験（40/60）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】森田潤司ほか編「食品学総論（第3版） 食べ物と健康（新 食品・栄養科学シリーズ）」化学同人、新しい食生活を考える会編「新ビジュアル食品成分表（新訂第二版）」大修館

【推薦書】授業内で紹介する。

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

総合評価 60 点未満の場合は、再試験を行う。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 食品学 | | |
| 担当教員名 | 小長井 ちづる | | |
| ナンバリング | NAa1009 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Aクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

この科目は栄養士免許取得のための必修科目である。「食品学」では「食品学」で学んだ内容を基礎として、食品の分類や個々の食品の特性について学修する。また、食品加工の意義についても理解する。

科目の概要

植物性食品(穀類・いも類・豆類・野菜類・果実類等)および動物性食品(食肉類・乳類・卵・魚介類等)について、それらの分類や各食品の概要、特徴、成分組成、さらにその加工特性などを学ぶ。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、講義による解説を中心とする。毎回の授業後にミニテストを実施し、知識の定着を確認する。また、授業内容に関する疑問点や要望等についてはフィードバックを行う。【ミニテスト】【リアクションペーパー】

学修目標 (= 到達目標)

- (1) 食品の分類を説明することができる。
- (2) 各食品の特性に関する正しい知識を身につけ、述べることができる。
- (3) 各食品の性質を化学的に捉え、説明することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価 -1 食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|---|------------------------------|
| 1 | 穀類の特性 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 2 | いも類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 3 | 豆類・種実類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 4 | 野菜類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |

| | |
|----|------------------------------------|
| 5 | 果実類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 6 | 藻類・きのこ類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 7 | 肉類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 8 | 卵類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 9 | 乳類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 10 | 魚介類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 11 | 油脂類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 12 | 調味料・香辛料・嗜好飲料の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 13 | 機能性食品の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 14 | 食品の保存と加工技術【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】該当する教科書の範囲を読んでおく（各授業に対して45分）。

【事後学修】授業終了後は、配付資料と教科書をよく復習し、ノートをまとめる（各授業に対して75分）。

評価方法および評価の基準

毎回の授業への参加度20%、ミニテスト20%、筆記試験60%とし、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標(1) 授業への参加度(5/20)、ミニテスト(5/20)、筆記試験(5/60)

到達目標(2) 授業への参加度(10/20)、ミニテスト(5/20)、筆記試験(25/60)

到達目標(3) 授業への参加度(5/20)、ミニテスト(10/20)、筆記試験(30/60)

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

瀬口正晴ほか編「食品学各論（第3版） 食べ物と健康（新食品・栄養科学シリーズ）」化学同人
新しい食生活を考える会編「新ビジュアル食品成分表（新訂第二版）」大修館書店

【推薦書】

授業内で紹介する。

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

総合評価 60 点未満の場合は、再試験を行う。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 食品学 | | |
| 担当教員名 | 小長井 ちづる | | |
| ナンバリング | NAa1009 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Bクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

この科目は栄養士免許取得のための必修科目である。「食品学」では「食品学」で学んだ内容を基礎として、食品の分類や個々の食品の特性について学修する。また、食品加工の意義についても理解する。

科目の概要

植物性食品(穀類・いも類・豆類・野菜類・果実類等)および動物性食品(食肉類・乳類・卵・魚介類等)について、それらの分類や各食品の概要、特徴、成分組成、さらにその加工特性などを学ぶ。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、講義による解説を中心とする。毎回の授業後にミニテストを実施し、知識の定着を確認する。また、授業内容に関する疑問点や要望等についてはフィードバックを行う。【ミニテスト】【リアクションペーパー】

学修目標 (= 到達目標)

- (1) 食品の分類を説明することができる。
- (2) 各食品の特性に関する正しい知識を身につけ、述べることができる。
- (3) 各食品の性質を化学的に捉え、説明することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価 -1 食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|---|------------------------------|
| 1 | 穀類の特性 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 2 | いも類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 3 | 豆類・種実類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 4 | 野菜類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |

| | |
|----|------------------------------------|
| 5 | 果実類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 6 | 藻類・きのこ類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 7 | 肉類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 8 | 卵類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 9 | 乳類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 10 | 魚介類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 11 | 油脂類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 12 | 調味料・香辛料・嗜好飲料の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 13 | 機能性食品の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 14 | 食品の保存と加工技術【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】該当する教科書の範囲を読んでおく（各授業に対して45分）。

【事後学修】授業終了後は、配付資料と教科書をよく復習し、ノートをまとめる（各授業に対して75分）。

評価方法および評価の基準

毎回の授業への参加度20%、ミニテスト20%、筆記試験60%とし、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標(1) 授業への参加度（5/20）、ミニテスト（5/20）、筆記試験（5/60）

到達目標(2) 授業への参加度（10/20）、ミニテスト（5/20）、筆記試験（25/60）

到達目標(3) 授業への参加度（5/20）、ミニテスト（10/20）、筆記試験（30/60）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

瀬口正晴ほか編「食品学各論（第3版） 食べ物と健康（新食品・栄養科学シリーズ）」化学同人
新しい食生活を考える会編「新ビジュアル食品成分表（新訂第二版）」大修館書店

【推薦書】

授業内で紹介する。

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

総合評価 60 点未満の場合は、再試験を行う。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 食品学 | | |
| 担当教員名 | | | |
| ナンバリング | NAa1009 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | | ク ラ ス | 2Cクラス |
| 開 講 期 | | 必修・選択の別 | |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

この科目は栄養士免許取得のための必修科目である。「食品学」では「食品学」で学んだ内容を基礎として、食品の分類や個々の食品の特性について学修する。また、食品加工の意義についても理解する。

科目の概要

植物性食品(穀類・いも類・豆類・野菜類・果実類等)および動物性食品(食肉類・乳類・卵・魚介類等)について、それらの分類や各食品の概要、特徴、成分組成、さらにその加工特性などを学ぶ。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、講義による解説を中心とする。毎回の授業後にミニテストを実施し、知識の定着を確認する。また、授業内容に関する疑問点や要望等についてはフィードバックを行う。【ミニテスト】【リアクションペーパー】

学修目標 (= 到達目標)

- (1) 食品の分類を説明することができる。
- (2) 各食品の特性に関する正しい知識を身につけ、述べることができる。
- (3) 各食品の性質を化学的に捉え、説明することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価 -1 食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|---|------------------------------|
| 1 | 穀類の特性 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 2 | いも類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 3 | 豆類・種実類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 4 | 野菜類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |

| | |
|----|------------------------------------|
| 5 | 果実類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 6 | 藻類・きのこ類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 7 | 肉類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 8 | 卵類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 9 | 乳類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 10 | 魚介類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 11 | 油脂類の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 12 | 調味料・香辛料・嗜好飲料の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 13 | 機能性食品の特性【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 14 | 食品の保存と加工技術【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】該当する教科書の範囲を読んでおく（各授業に対して45分）。

【事後学修】授業終了後は、配付資料と教科書をよく復習し、ノートをまとめる（各授業に対して75分）。

評価方法および評価の基準

毎回の授業への参加度20%、ミニテスト20%、筆記試験60%とし、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標(1) 授業への参加度(5/20)、ミニテスト(5/20)、筆記試験(5/60)

到達目標(2) 授業への参加度(10/20)、ミニテスト(5/20)、筆記試験(25/60)

到達目標(3) 授業への参加度(5/20)、ミニテスト(10/20)、筆記試験(30/60)

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

瀬口正晴ほか編「食品学各論（第3版） 食べ物と健康（新食品・栄養科学シリーズ）」化学同人
新しい食生活を考える会編「新ビジュアル食品成分表（新訂第二版）」大修館書店

【推薦書】

授業内で紹介する。

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

総合評価 60 点未満の場合は、再試験を行う。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 食品学実験 | | |
| 担当教員名 | 小長井 ちづる | | |
| ナンバリング | NAa2010 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Aクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実験 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムにおける「食品と衛生」分野の「食品の分類と食品成分表」に関する科目の一つである。「食品学」および「食品学」で得た食品成分に関する知識を実験的に確認すると同時に、化学実験に必要な基礎技術も習得する。

科目の概要

化学実験に必要な基礎技術・知識を学びながら、食品中の成分の定性や定量などを行い、食品の性質や分析方法について理解を深める。

授業の方法 (ALを含む)

実験項目ごとに手順書をもとに説明を行う。手順書に従い、グループごとに実験を行う。得られた結果をもとに、各自レポートをまとめる。

【実験】【レポート(知識)】【グループワーク】

到達目標

- (1) 化学実験技術の原理を理解し、実験に主体的に取り組むことができる。
- (2) 実験の目的や方法を理解し、結果を解釈、説明することができる。
- (3) 食品ならびに食品成分の性質を説明することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能 -2 健康づくりに関する専門的知見の実践 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

| | |
|---|----------------------------|
| 1 | ガイダンス、実験の基礎、試薬調製 【グループワーク】 |
| 2 | 基本実験操作【グループワーク】 |

| | |
|----|-------------------------------------|
| 3 | 食品中の色素に関する実験 【実験】【レポート】 |
| 4 | 褐変反応に関する実験（酵素的褐変、非酵素的褐変） 【実験】【レポート】 |
| 5 | 油脂の鮮度に関する実験 【実験】【レポート】 |
| 6 | 卵の鮮度に関する実験 【実験】【レポート】 |
| 7 | 食品成分表における食品の分析法 |
| 8 | 水分・灰分の定量（1） 【実験】【レポート】 |
| 9 | 水分・灰分の定量（2） 【実験】【レポート】 |
| 10 | たんぱく質の定量 【実験】【レポート】 |
| 11 | 脂質の定量 【実験】【レポート】 |
| 12 | 炭水化物の定量 【実験】【レポート】 |
| 13 | ビタミンCの定量 【実験】【レポート】 |
| 14 | 食塩の定量 【実験】【レポート】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前予習】各回で採り上げる成分や食品について、その性質等を食品学の教科書や食品成分表を用いて復習しておく。（各授業に対して45分）

【事後学修】得られた結果を整理し、レポートとしてまとめ上げる。とくに、考察を充実させるため、関連の情報について、推薦書、参考書や食品学関連の教科書を参照する。（各授業に対して90分）

評価方法および評価の基準

評価は、毎回の授業への取り組み（30点）、レポート課題（40点）と期末試験（30点）で総合的に評価し、60点以上を合格とする。

到達目標(1) 授業への参加度（15/30）、レポート課題（5/40）、期末試験（5/30）

到達目標(2) 授業への参加度（10/30）、レポート課題（25/40）、期末試験（5/30）

到達目標(3) 授業への参加度（5/30）、レポート課題（10/40）、期末試験（20/30）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

各実験項目について測定原理や実験操作を詳述した資料を配布。

森田潤司ほか編「食品学総論（第3版）食べ物と健康（新食品・栄養科学シリーズ）」化学同人

瀬口正晴ほか編「食品学各論（第3版）食べ物と健康（新食品・栄養科学シリーズ）」化学同人

新しい食生活を考える会編「新ビジュアル食品成分表（新訂第二版）」大修館書店

【参考書】

安井明美ほか編「日本食品標準成分表2015年版（七訂）分析マニュアル」建帛社

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

総合評価 60点未満の場合は、再試験を行う。

レポート課題の未提出や、レポートに不正があった場合には、不合格となる。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 食品学実験 | | |
| 担当教員名 | 小長井 ちづる | | |
| ナンバリング | NAa2010 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Bクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実験 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムにおける「食品と衛生」分野の「食品の分類と食品成分表」に関する科目の一つである。「食品学」および「食品学」で得た食品成分に関する知識を実験的に確認すると同時に、化学実験に必要な基礎技術も習得する。

科目の概要

化学実験に必要な基礎技術・知識を学びながら、食品中の成分の定性や定量などを行い、食品の性質や分析方法について理解を深める。

授業の方法 (ALを含む)

実験項目ごとに手順書をもとに説明を行う。手順書に従い、グループごとに実験を行う。得られた結果をもとに、各自レポートをまとめる。

【実験】【レポート(知識)】【グループワーク】

到達目標

- (1) 化学実験技術の原理を理解し、実験に主体的に取り組むことができる。
- (2) 実験の目的や方法を理解し、結果を解釈、説明することができる。
- (3) 食品ならびに食品成分の性質を説明することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能 -2 健康づくりに関する専門的知見の実践 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

| | |
|---|----------------------------|
| 1 | ガイダンス、実験の基礎、試薬調製 【グループワーク】 |
| 2 | 基本実験操作【グループワーク】 |

| | |
|----|-------------------------------------|
| 3 | 食品中の色素に関する実験 【実験】【レポート】 |
| 4 | 褐変反応に関する実験（酵素的褐変、非酵素的褐変） 【実験】【レポート】 |
| 5 | 油脂の鮮度に関する実験 【実験】【レポート】 |
| 6 | 卵の鮮度に関する実験 【実験】【レポート】 |
| 7 | 食品成分表における食品の分析法 |
| 8 | 水分・灰分の定量（1） 【実験】【レポート】 |
| 9 | 水分・灰分の定量（2） 【実験】【レポート】 |
| 10 | たんぱく質の定量 【実験】【レポート】 |
| 11 | 脂質の定量 【実験】【レポート】 |
| 12 | 炭水化物の定量 【実験】【レポート】 |
| 13 | ビタミンCの定量 【実験】【レポート】 |
| 14 | 食塩の定量 【実験】【レポート】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前予習】各回で採り上げる成分や食品について、その性質等を食品学の教科書や食品成分表を用いて復習しておく。（各授業に対して45分）

【事後学修】得られた結果を整理し、レポートとしてまとめ上げる。とくに、考察を充実させるため、関連の情報について、推薦書、参考書や食品学関連の教科書を参照する。（各授業に対して90分）

評価方法および評価の基準

評価は、毎回の授業への取り組み（30点）、レポート課題（40点）と期末試験（30点）で総合的に評価し、60点以上を合格とする。

到達目標(1) 授業への参加度（15/30）、レポート課題（5/40）、期末試験（5/30）

到達目標(2) 授業への参加度（10/30）、レポート課題（25/40）、期末試験（5/30）

到達目標(3) 授業への参加度（5/30）、レポート課題（10/40）、期末試験（20/30）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

各実験項目について測定原理や実験操作を詳述した資料を配布。

森田潤司ほか編「食品学総論（第3版）食べ物と健康（新食品・栄養科学シリーズ）」化学同人

瀬口正晴ほか編「食品学各論（第3版）食べ物と健康（新食品・栄養科学シリーズ）」化学同人

新しい食生活を考える会編「新ビジュアル食品成分表（新訂第二版）」大修館書店

【参考書】

安井明美ほか編「日本食品標準成分表2015年版（七訂）分析マニュアル」建帛社

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

総合評価 60点未満の場合は、再試験を行う。

レポート課題の未提出や、レポートに不正があった場合には、不合格となる。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 食品学実験 | | |
| 担当教員名 | 小長井 ちづる | | |
| ナンバリング | NAa2010 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Cクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実験 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムにおける「食品と衛生」分野の「食品の分類と食品成分表」に関する科目の一つである。「食品学」および「食品学」で得た食品成分に関する知識を実験的に確認すると同時に、化学実験に必要な基礎技術も習得する。

科目の概要

化学実験に必要な基礎技術・知識を学びながら、食品中の成分の定性や定量などを行い、食品の性質や分析方法について理解を深める。

授業の方法 (ALを含む)

実験項目ごとに手順書をもとに説明を行う。手順書に従い、グループごとに実験を行う。得られた結果をもとに、各自レポートをまとめる。

【実験】【レポート(知識)】【グループワーク】

到達目標

- (1) 化学実験技術の原理を理解し、実験に主体的に取り組むことができる。
- (2) 実験の目的や方法を理解し、結果を解釈、説明することができる。
- (3) 食品ならびに食品成分の性質を説明することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能 -2 健康づくりに関する専門的知見の実践 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

| | |
|---|----------------------------|
| 1 | ガイダンス、実験の基礎、試薬調製 【グループワーク】 |
| 2 | 基本実験操作【グループワーク】 |

| | |
|----|-------------------------------------|
| 3 | 食品中の色素に関する実験 【実験】【レポート】 |
| 4 | 褐変反応に関する実験（酵素的褐変、非酵素的褐変） 【実験】【レポート】 |
| 5 | 油脂の鮮度に関する実験 【実験】【レポート】 |
| 6 | 卵の鮮度に関する実験 【実験】【レポート】 |
| 7 | 食品成分表における食品の分析法 |
| 8 | 水分・灰分の定量（1） 【実験】【レポート】 |
| 9 | 水分・灰分の定量（2） 【実験】【レポート】 |
| 10 | たんぱく質の定量 【実験】【レポート】 |
| 11 | 脂質の定量 【実験】【レポート】 |
| 12 | 炭水化物の定量 【実験】【レポート】 |
| 13 | ビタミンCの定量 【実験】【レポート】 |
| 14 | 食塩の定量 【実験】【レポート】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前予習】各回で採り上げる成分や食品について、その性質等を食品学の教科書や食品成分表を用いて復習しておく。（各授業に対して45分）

【事後学修】得られた結果を整理し、レポートとしてまとめ上げる。とくに、考察を充実させるため、関連の情報について、推薦書、参考書や食品学関連の教科書を参照する。（各授業に対して90分）

評価方法および評価の基準

評価は、毎回の授業への取り組み（30点）、レポート課題（40点）と期末試験（30点）で総合的に評価し、60点以上を合格とする。

到達目標(1) 授業への参加度（15/30）、レポート課題（5/40）、期末試験（5/30）

到達目標(2) 授業への参加度（10/30）、レポート課題（25/40）、期末試験（5/30）

到達目標(3) 授業への参加度（5/30）、レポート課題（10/40）、期末試験（20/30）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

各実験項目について測定原理や実験操作を詳述した資料を配布。

森田潤司ほか編「食品学総論（第3版）食べ物と健康（新食品・栄養科学シリーズ）」化学同人

瀬口正晴ほか編「食品学各論（第3版）食べ物と健康（新食品・栄養科学シリーズ）」化学同人

新しい食生活を考える会編「新ビジュアル食品成分表（新訂第二版）」大修館書店

【参考書】

安井明美ほか編「日本食品標準成分表2015年版（七訂）分析マニュアル」建帛社

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

総合評価 60点未満の場合は、再試験を行う。

レポート課題の未提出や、レポートに不正があった場合には、不合格となる。

| | | | |
|---------|---------------------|---------|-------|
| 科目名 | 食品衛生学 | | |
| 担当教員名 | 長尾 昭彦 | | |
| ナンバリング | NAa1011 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N) - 健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Aクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 必修* |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目では、栄養士として必要とされる食品の安全性に関わる基本的知識を習得する。食品衛生について、多様な危害要因、衛生管理、行政と法規などの幅広い知識を身につける。

科目の概要

食中毒の原因となる微生物や化学物質による汚染を理解する。また、食品の安全性を脅かす有害物質、適正な食品添加物の使用、食品の安全性を確保する方法並びに食品の安全性に関わる食品衛生行政と法規を学ぶ。

授業の方法 (ALを含む)

講義を基本とし、より理解を深めるためミニテストを数回実施する。

【ミニテスト】

到達目標

1. 食中毒の様々な原因とその予防法を理解し説明することができる。
2. 食品中の有害物質や食品添加物を理解し、健康リスクに関わる食品中の化学物質について説明することができる。
3. 食品の安全性確保のための行政や法規を理解し、食品の安全性確保のための社会制度について説明することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

- 1 栄養に関する基礎的知識と技能
- 1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

この授業は講義を基本とし、ミニテストにより知識を確実なものにする。

| | |
|---|-----------------------|
| 1 | 食品衛生概説 |
| 2 | 食品の変質 (腐敗と微生物) |
| 3 | 食品の変質 (化学的変質、変質防止法) |
| 4 | 食中毒 (微生物性食中毒) 【ミニテスト】 |

| | |
|----|------------------------------------|
| 5 | 食中毒（ウイルス性食中毒、自然毒食中毒） |
| 6 | 食中毒（化学性食中毒、アレルギー） |
| 7 | 食品と感染症【ミニテスト】 |
| 8 | 食品と寄生虫 |
| 9 | 食品中の汚染物質（カビ毒、残留農薬、ダイオキシン等）【ミニテスト】 |
| 10 | 食品中の汚染物質（重金属、食品中に生成する有害物質等） |
| 11 | 食品添加物（使用目的、使用基準、表示基準、安全性評価）【ミニテスト】 |
| 12 | 食品添加物（保存料、防かび剤、殺菌料、酸化防止剤等） |
| 13 | 食品衛生対策（衛生管理、HACCP）【ミニテスト】 |
| 14 | 食品衛生のための法規と行政 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】教科書の授業内容に相当する部分を読んでおくこと。45分程度を目安とする。

【事後学修】教科書、パワーポイント資料、ノート等で復習する。45分程度を目安とする。

評価方法および評価の基準

授業と課題への取り組み（30%）、筆記試験（70%）で評価し、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標1．ミニテスト提出（12%/30%）、筆記試験（30%/70%）

到達目標2．ミニテスト提出（12%/30%）、筆記試験（30%/70%）

到達目標3．ミニテスト提出（6%/30%）、筆記試験（10%/70%）

【フィードバック】ミニテストの中で正答率が低かった問題について授業時間内に解説する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】有菌幸司編著「食べ物と健康 食品の安全」南江堂

【参考図書】一色賢司編著「食品衛生学」(新スタンダード栄養・食物シリーズ8) 東京化学同人

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 食品衛生学 | | |
| 担当教員名 | 長尾 昭彦 | | |
| ナンバリング | NAa1011 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Bクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 必修* |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目では、栄養士として必要とされる食品の安全性に関わる基本的知識を習得する。食品衛生について、多様な危害要因、衛生管理、行政と法規などの幅広い知識を身につける。

科目の概要

食中毒の原因となる微生物や化学物質による汚染を理解する。また、食品の安全性を脅かす有害物質、適正な食品添加物の使用、食品の安全性を確保する方法並びに食品の安全性に関わる食品衛生行政と法規を学ぶ。

授業の方法 (ALを含む)

講義を基本とし、より理解を深めるためミニテストを数回実施する。

【ミニテスト】

到達目標

1. 食中毒の様々な原因とその予防法を理解し説明することができる。
2. 食品中の有害物質や食品添加物を理解し、健康リスクに関わる食品中の化学物質について説明することができる。
3. 食品の安全性確保のための行政や法規を理解し、食品の安全性確保のための社会制度について説明することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

- 1 栄養に関する基礎的知識と技能
- 1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

この授業は講義を基本とし、ミニテストにより知識を確実なものにする。

| | |
|---|----------------------|
| 1 | 食品衛生概説 |
| 2 | 食品の変質 (腐敗と微生物) |
| 3 | 食品の変質 (化学的変質、変質防止法) |
| 4 | 食中毒 (微生物性食中毒)【ミニテスト】 |

| | |
|----|------------------------------------|
| 5 | 食中毒（ウイルス性食中毒、自然毒食中毒） |
| 6 | 食中毒（化学性食中毒、アレルギー） |
| 7 | 食品と感染症【ミニテスト】 |
| 8 | 食品と寄生虫 |
| 9 | 食品中の汚染物質（カビ毒、残留農薬、ダイオキシン等）【ミニテスト】 |
| 10 | 食品中の汚染物質（重金属、食品中に生成する有害物質等） |
| 11 | 食品添加物（使用目的、使用基準、表示基準、安全性評価）【ミニテスト】 |
| 12 | 食品添加物（保存料、防かび剤、殺菌料、酸化防止剤等） |
| 13 | 食品衛生対策（衛生管理、HACCP）【ミニテスト】 |
| 14 | 食品衛生のための法規と行政 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】教科書の授業内容に相当する部分を読んでおくこと。45分程度を目安とする。

【事後学修】教科書、パワーポイント資料、ノート等で復習する。45分程度を目安とする。

評価方法および評価の基準

授業と課題への取り組み（30%）、筆記試験（70%）で評価し、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標1．ミニテスト提出（12%/30%）、筆記試験（30%/70%）

到達目標2．ミニテスト提出（12%/30%）、筆記試験（30%/70%）

到達目標3．ミニテスト提出（6%/30%）、筆記試験（10%/70%）

【フィードバック】ミニテストの中で正答率が低かった問題について授業時間内に解説する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】有菌幸司編著「食べ物と健康 食品の安全」南江堂

【参考図書】一色賢司編著「食品衛生学」(新スタンダード栄養・食物シリーズ8) 東京化学同人

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 食品衛生学 | | |
| 担当教員名 | | | |
| ナンバリング | NAa1011 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | | ク ラ ス | 2Cクラス |
| 開 講 期 | | 必修・選択の別 | |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目では、栄養士として必要とされる食品の安全性に関わる基本的知識を習得する。食品衛生について、多様な危害要因、衛生管理、行政と法規などの幅広い知識を身につける。

科目の概要

食中毒の原因となる微生物や化学物質による汚染を理解する。また、食品の安全性を脅かす有害物質、適正な食品添加物の使用、食品の安全性を確保する方法並びに食品の安全性に関わる食品衛生行政と法規を学ぶ。

授業の方法 (ALを含む)

講義を基本とし、より理解を深めるためミニテストを数回実施する。

【ミニテスト】

到達目標

1. 食中毒の様々な原因とその予防法を理解し説明することができる。
2. 食品中の有害物質や食品添加物を理解し、健康リスクに関わる食品中の化学物質について説明することができる。
3. 食品の安全性確保のための行政や法規を理解し、食品の安全性確保のための社会制度について説明することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

- 1 栄養に関する基礎的知識と技能
- 1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

この授業は講義を基本とし、ミニテストにより知識を確実なものにする。

| | |
|---|----------------------|
| 1 | 食品衛生概説 |
| 2 | 食品の変質 (腐敗と微生物) |
| 3 | 食品の変質 (化学的変質、変質防止法) |
| 4 | 食中毒 (微生物性食中毒)【ミニテスト】 |

| | |
|----|------------------------------------|
| 5 | 食中毒（ウイルス性食中毒、自然毒食中毒） |
| 6 | 食中毒（化学性食中毒、アレルギー） |
| 7 | 食品と感染症【ミニテスト】 |
| 8 | 食品と寄生虫 |
| 9 | 食品中の汚染物質（カビ毒、残留農薬、ダイオキシン等）【ミニテスト】 |
| 10 | 食品中の汚染物質（重金属、食品中に生成する有害物質等） |
| 11 | 食品添加物（使用目的、使用基準、表示基準、安全性評価）【ミニテスト】 |
| 12 | 食品添加物（保存料、防かび剤、殺菌料、酸化防止剤等） |
| 13 | 食品衛生対策（衛生管理、HACCP）【ミニテスト】 |
| 14 | 食品衛生のための法規と行政 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】教科書の授業内容に相当する部分を読んでおくこと。45分程度を目安とする。

【事後学修】教科書、パワーポイント資料、ノート等で復習する。45分程度を目安とする。

評価方法および評価の基準

授業と課題への取り組み（30%）、筆記試験（70%）で評価し、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標1．ミニテスト提出（12%/30%）、筆記試験（30%/70%）

到達目標2．ミニテスト提出（12%/30%）、筆記試験（30%/70%）

到達目標3．ミニテスト提出（6%/30%）、筆記試験（10%/70%）

【フィードバック】ミニテストの中で正答率が低かった問題について授業時間内に解説する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】有菌幸司編著「食べ物と健康 食品の安全」南江堂

【参考図書】一色賢司編著「食品衛生学」(新スタンダード栄養・食物シリーズ8) 東京化学同人

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎栄養学 | | |
| 担当教員名 | 佐々木 菜穂 | | |
| ナンバリング | NAa0005 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Aクラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 必修* |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

健康栄養学科の必修専門科目であり、栄養士養成カリキュラムにおける「栄養と健康」に関する科目として位置づけられている。基礎栄養学は本科目と1年次後期履修の基礎栄養学 を通して学修する。

科目の概要

本科目では、まず栄養の概念およびその意義について解説する。さらに三大栄養素の消化・吸収・代謝と栄養学的機能について学ぶことにより、健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割について理解する。

授業の方法 (ALを含む)

この授業は講義を基本に、学びを深める。毎回の授業開始時に前回の振り返りテストを行い、知識の定着を確認しながら授業を進める。毎回の授業に対する感想や質疑についてはリアクションペーパーによりフィードバックを行う。【リアクションペーパー】【ミニテスト】

学修目標 (= 到達目標)

1. 栄養とは何か、その意義について説明できる。
2. 三大栄養素の代謝とその生理的意義を説明できる。
3. 健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割を説明できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能、 -1情報収集、エビデンスに基づく判断・評価、 -1 食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|---|---|
| 1 | 栄養の概念【リアクションペーパー】 |
| 2 | 摂食行動【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 3 | 消化・吸収 1 (消化器系の構造と機能)【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |

| | |
|----|---|
| 4 | 消化・吸収2（消化の調節、吸収）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 5 | 消化・吸収3（消化の調節、吸収）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 6 | 糖質の栄養1（糖質の種類と特徴）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 7 | 糖質の栄養2（糖質の消化と吸収）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 8 | 糖質の栄養3（糖質の代謝）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 9 | 脂質の栄養1（脂質の種類と特徴）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 10 | 脂質の栄養2（脂質の消化と吸収）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 11 | 脂質の栄養3（脂質の代謝）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 12 | タンパク質の栄養1（タンパク質とアミノ酸）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 13 | タンパク質の栄養2（タンパク質の消化と吸収）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 14 | タンパク質の栄養3（タンパク質の代謝）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】該当する範囲の教科書を読んでおくこと。（各授業に対して45分）

【事後学修】教科書および配布資料を用いて、授業の内容をノートにまとめる。（各授業に対して75分）

評価方法および評価の基準

筆記試験（70%）、授業への取り組み（30%）により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標1．筆記試験（10%/70%）、平常点（10%/30%）

到達目標2．筆記試験（40%/70%）、平常点（10%/30%）

到達目標3．筆記試験（20%/70%）、平常点（10%/30%）

【フィードバック】授業の始めに前回授業の振り返りを行い、理解度を確認する。毎回の授業に対しリアクションペーパーを回収し、質疑については次回授業において返答する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学』羊土社

【参考図書】伊藤 貞嘉、佐々木 敏 監修『食事摂取基準（2020年度版）』第一出版

【推薦書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 演習版 基礎栄養学ノート』羊土社

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

本科目は栄養士免許を取得するために履修する多くの科目の基礎となります。授業には必ず教科書を持参し、配布プリントは整理して保存してください。また、普段から食と健康に興味を持ち、食や健康に関するニュースやトピックを気にするようにしてください。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎栄養学 | | |
| 担当教員名 | 佐々木 菜穂 | | |
| ナンバリング | NAa0005 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Bクラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 必修* |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

健康栄養学科の必修専門科目であり、栄養士養成カリキュラムにおける「栄養と健康」に関する科目として位置づけられている。基礎栄養学は本科目と1年次後期履修の基礎栄養学 を通して学修する。

科目の概要

本科目では、まず栄養の概念およびその意義について解説する。さらに三大栄養素の消化・吸収・代謝と栄養学的機能について学ぶことにより、健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割について理解する。

授業の方法 (ALを含む)

この授業は講義を基本に、学びを深める。毎回の授業開始時に前回の振り返りテストを行い、知識の定着を確認しながら授業を進める。毎回の授業に対する感想や質疑についてはリアクションペーパーによりフィードバックを行う。【リアクションペーパー】【ミニテスト】

学修目標 (= 到達目標)

1. 栄養とは何か、その意義について説明できる。
2. 三大栄養素の代謝とその生理的意義を説明できる。
3. 健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割を説明できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能、 -1情報収集、エビデンスに基づく判断・評価、 -1 食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|---|---|
| 1 | 栄養の概念【リアクションペーパー】 |
| 2 | 摂食行動【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 3 | 消化・吸収 1 (消化器系の構造と機能)【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |

| | |
|----|---|
| 4 | 消化・吸収2（消化の調節、吸収）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 5 | 消化・吸収3（消化の調節、吸収）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 6 | 糖質の栄養1（糖質の種類と特徴）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 7 | 糖質の栄養2（糖質の消化と吸収）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 8 | 糖質の栄養3（糖質の代謝）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 9 | 脂質の栄養1（脂質の種類と特徴）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 10 | 脂質の栄養2（脂質の消化と吸収）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 11 | 脂質の栄養3（脂質の代謝）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 12 | タンパク質の栄養1（タンパク質とアミノ酸）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 13 | タンパク質の栄養2（タンパク質の消化と吸収）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 14 | タンパク質の栄養3（タンパク質の代謝）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】該当する範囲の教科書を読んでおくこと。（各授業に対して45分）

【事後学修】教科書および配布資料を用いて、授業の内容をノートにまとめる。（各授業に対して75分）

評価方法および評価の基準

筆記試験（70%）、授業への取り組み（30%）により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標1．筆記試験（10%/70%）、平常点（10%/30%）

到達目標2．筆記試験（40%/70%）、平常点（10%/30%）

到達目標3．筆記試験（20%/70%）、平常点（10%/30%）

【フィードバック】授業の始めに前回授業の振り返りを行い、理解度を確認する。毎回の授業に対しリアクションペーパーを回収し、質疑については次回授業において返答する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学』羊土社

【参考図書】伊藤 貞嘉、佐々木 敏 監修『食事摂取基準（2020年度版）』第一出版

【推薦書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 演習版 基礎栄養学ノート』羊土社

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

本科目は栄養士免許を取得するために履修する多くの科目の基礎となります。授業には必ず教科書を持参し、配布プリントは整理して保存してください。また、普段から食と健康に興味を持ち、食や健康に関するニュースやトピックを気にするようにしてください。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎栄養学 | | |
| 担当教員名 | 佐々木 菜穂 | | |
| ナンバリング | NAa0005 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Cクラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 必修* |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

健康栄養学科の必修専門科目であり、栄養士養成カリキュラムにおける「栄養と健康」に関する科目として位置づけられている。基礎栄養学は本科目と1年次後期履修の基礎栄養学 を通して学修する。

科目の概要

本科目では、まず栄養の概念およびその意義について解説する。さらに三大栄養素の消化・吸収・代謝と栄養学的機能について学ぶことにより、健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割について理解する。

授業の方法 (ALを含む)

この授業は講義を基本に、学びを深める。毎回の授業開始時に前回の振り返りテストを行い、知識の定着を確認しながら授業を進める。毎回の授業に対する感想や質疑についてはリアクションペーパーによりフィードバックを行う。【リアクションペーパー】【ミニテスト】

学修目標 (= 到達目標)

1. 栄養とは何か、その意義について説明できる。
2. 三大栄養素の代謝とその生理的意義を説明できる。
3. 健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割を説明できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能、 -1情報収集、エビデンスに基づく判断・評価、 -1 食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|---|--|
| 1 | 栄養の概念【リアクションペーパー】 |
| 2 | 摂食行動【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 3 | 消化・吸収1 (消化器系の構造と機能)【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 4 | 消化・吸収2 (消化の調節、吸収)【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |

| | |
|----|---|
| 5 | 消化・吸収3（消化の調節、吸収）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 6 | 糖質の栄養1（糖質の種類と特徴）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 7 | 糖質の栄養2（糖質の消化と吸収）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 8 | 糖質の栄養3（糖質の代謝）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 9 | 脂質の栄養1（脂質の種類と特徴）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 10 | 脂質の栄養2（脂質の消化と吸収）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 11 | 脂質の栄養3（脂質の代謝）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 12 | タンパク質の栄養1（タンパク質とアミノ酸）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 13 | タンパク質の栄養2（タンパク質の消化と吸収）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 14 | タンパク質の栄養3（タンパク質の代謝）【リアクションペーパー】【ミニテスト】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】該当する範囲の教科書を読んでおくこと。（各授業に対して45分）

【事後学修】教科書および配布資料を用いて、授業の内容をノートにまとめる。（各授業に対して75分）

評価方法および評価の基準

ペーパーテスト（70%）、授業への取り組み（30%）により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

【フィードバック】授業の始めに前回授業の振り返りを行い、理解度を確認する。毎回の授業に対しリアクションペーパーを回収し、質疑については次回授業において返答する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学』羊土社

【参考図書】伊藤 貞嘉、佐々木 敏 監修『食事摂取基準（2020年度版）』第一出版

【推薦書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 演習版 基礎栄養学ノート』羊土社

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

本科目は栄養士免許を取得するために履修する多くの科目の基礎となります。授業には必ず教科書を持参し、配布プリントは整理して保存してください。また、普段から食と健康に興味を持ち、食や健康に関するニュースやトピックを気にするようにしてください。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎栄養学 | | |
| 担当教員名 | 佐々木 菜穂 | | |
| ナンバリング | NAa1012 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Aクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は健康栄養学科の専門科目「栄養領域」の選択科目であるが、栄養士養成教育課程における「栄養と健康」に関する科目として位置づけられおり、栄養士免許取得のために必須の科目である。基礎栄養学は1年次前期履修の基礎栄養学 と本科目を通して学修する。

科目の概要

基礎栄養学 に引き続き、本科目ではビタミン、ミネラルの消化・吸収・代謝と栄養学的機能、エネルギー代謝について学ぶ。健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割について理解を深め、栄養士として必要な栄養学の基礎知識を学修する。

授業の方法 (ALを含む)

この授業は講義を基本に、学びを深める。毎回の授業開始時に前回の振り返りテストを行い、知識の定着を確認しながら授業を進める。毎回の授業に対する感想や質疑についてはリアクションペーパーによりフィードバックを行う。【リアクションペーパー】【ミニテスト】

学修目標 (= 到達目標)

1. エネルギー、ビタミン、ミネラルの代謝とその生理的意義を説明できる。
2. 水および電解質の生理的意義を説明できる。
3. 生理機能を持つ非栄養素について説明できる。
4. 健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割を説明できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能、 -1情報収集、エビデンスに基づく判断・評価、 -1 食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|----|---|
| 1 | ビタミンの栄養1：脂溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 2 | ビタミンの栄養2：脂溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 3 | ビタミンの栄養3：水溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 4 | ビタミンの栄養4：水溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 5 | ビタミンの栄養5：水溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 6 | ミネラルの栄養1【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 7 | ミネラルの栄養2【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 8 | ミネラルの栄養3【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 9 | 水・電解質の栄養的意義1：水の代謝【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 10 | 水・電解質の栄養的意義2：電解質の代謝【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 11 | 生理機能を持つ非栄養素1【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 12 | 生理機能を持つ非栄養素2【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 13 | エネルギー代謝1：エネルギー代謝の概念・エネルギー消費量【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 14 | エネルギー代謝2：エネルギー代謝の測定方法【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】該当する範囲の教科書を読んでおくこと。（各授業に対して45分）

【事後学修】教科書および配布資料を用いて、授業の内容をノートにまとめる。（各授業に対して75分）

評価方法および評価の基準

ペーパーテスト（70%）、授業への取り組み（30%）により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標1．筆記試験（40%/70%）、授業への取り組み（7.5%/30%）

到達目標2．筆記試験（10%/70%）、授業への取り組み（7.5%/30%）

到達目標3．筆記試験（10%/70%）、授業への取り組み（7.5%/30%）

到達目標4．筆記試験（10%/70%）、授業への取り組み（7.5%/30%）

【フィードバック】授業の始めに前回授業の振り返りを行い、理解を深める。毎回の授業に対しリアクションペーパーを回収し、質疑については次回授業において返答する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学』羊土社

【参考図書】伊藤 貞嘉、佐々木 敏 監修『食事摂取基準（2020年度版）』第一出版

【推薦書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 演習版 基礎栄養学ノート』羊土社

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

基礎栄養学 に引き続き、本科目は栄養士免許を取得するために履修する多くの科目の基礎となります。授業には必ず教科書を持参し、配布プリントは整理して保存してください。また、普段から食と健康に興味を持ち、食や健康に関するニュースやトピックを気にするようにしてください。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎栄養学 | | |
| 担当教員名 | 佐々木 菜穂 | | |
| ナンバリング | NAa1012 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Bクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は健康栄養学科の専門科目「栄養領域」の選択科目であるが、栄養士養成教育課程における「栄養と健康」に関する科目として位置づけられおり、栄養士免許取得のために必須の科目である。基礎栄養学は1年次前期履修の基礎栄養学 と本科目を通して学修する。

科目の概要

基礎栄養学 に引き続き、本科目ではビタミン、ミネラルの消化・吸収・代謝と栄養学的機能、エネルギー代謝について学ぶ。健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割について理解を深め、栄養士として必要な栄養学の基礎知識を学修する。

授業の方法 (ALを含む)

この授業は講義を基本に、学びを深める。毎回の授業開始時に前回の振り返りテストを行い、知識の定着を確認しながら授業を進める。毎回の授業に対する感想や質疑についてはリアクションペーパーによりフィードバックを行う。【リアクションペーパー】【ミニテスト】

学修目標 (= 到達目標)

1. エネルギー、ビタミン、ミネラルの代謝とその生理的意義を説明できる。
2. 水および電解質の生理的意義を説明できる。
3. 生理機能を持つ非栄養素について説明できる。
4. 健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割を説明できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能、 -1情報収集、エビデンスに基づく判断・評価、 -1 食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|----|---|
| 1 | ビタミンの栄養1：脂溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 2 | ビタミンの栄養2：脂溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 3 | ビタミンの栄養3：水溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 4 | ビタミンの栄養4：水溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 5 | ビタミンの栄養5：水溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 6 | ミネラルの栄養1【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 7 | ミネラルの栄養2【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 8 | ミネラルの栄養3【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 9 | 水・電解質の栄養的意義1：水の代謝【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 10 | 水・電解質の栄養的意義2：電解質の代謝【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 11 | 生理機能を持つ非栄養素1【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 12 | 生理機能を持つ非栄養素2【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 13 | エネルギー代謝1：エネルギー代謝の概念・エネルギー消費量【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 14 | エネルギー代謝2：エネルギー代謝の測定方法【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】該当する範囲の教科書を読んでおくこと。（各授業に対して45分）

【事後学修】教科書および配布資料を用いて、授業の内容をノートにまとめる。（各授業に対して75分）

評価方法および評価の基準

ペーパーテスト（70%）、授業への取り組み（30%）により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標1．筆記試験（40%/70%）、授業への取り組み（7.5%/30%）

到達目標2．筆記試験（10%/70%）、授業への取り組み（7.5%/30%）

到達目標3．筆記試験（10%/70%）、授業への取り組み（7.5%/30%）

到達目標4．筆記試験（10%/70%）、授業への取り組み（7.5%/30%）

【フィードバック】授業の始めに前回授業の振り返りを行い、理解を深める。毎回の授業に対しリアクションペーパーを回収し、質疑については次回授業において返答する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学』羊土社

【参考図書】伊藤 貞嘉、佐々木 敏 監修『食事摂取基準（2020年度版）』第一出版

【推薦書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 演習版 基礎栄養学ノート』羊土社

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

基礎栄養学 に引き続き、本科目は栄養士免許を取得するために履修する多くの科目の基礎となります。授業には必ず教科書を持参し、配布プリントは整理して保存してください。また、普段から食と健康に興味を持ち、食や健康に関するニュースやトピックを気にするようにしてください。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎栄養学 | | |
| 担当教員名 | 佐々木 菜穂 | | |
| ナンバリング | NAa1012 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Cクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は健康栄養学科の専門科目「栄養領域」の選択科目であるが、栄養士養成教育課程における「栄養と健康」に関する科目として位置づけられおり、栄養士免許取得のために必須の科目である。基礎栄養学は1年次前期履修の基礎栄養学 と本科目を通して学修する。

科目の概要

基礎栄養学 に引き続き、本科目ではビタミン、ミネラルの消化・吸収・代謝と栄養学的機能、エネルギー代謝について学ぶ。健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割について理解を深め、栄養士として必要な栄養学の基礎知識を学修する。

授業の方法 (ALを含む)

この授業は講義を基本に、学びを深める。毎回の授業開始時に前回の振り返りテストを行い、知識の定着を確認しながら授業を進める。毎回の授業に対する感想や質疑についてはリアクションペーパーによりフィードバックを行う。【リアクションペーパー】【ミニテスト】

学修目標 (= 到達目標)

1. エネルギー、ビタミン、ミネラルの代謝とその生理的意義を説明できる。
2. 水および電解質の生理的意義を説明できる。
3. 生理機能を持つ非栄養素について説明できる。
4. 健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割を説明できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能、 -1情報収集、エビデンスに基づく判断・評価、 -1 食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|----|---|
| 1 | ビタミンの栄養1：脂溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 2 | ビタミンの栄養2：脂溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 3 | ビタミンの栄養3：水溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 4 | ビタミンの栄養4：水溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 5 | ビタミンの栄養5：水溶性ビタミン 【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 6 | ミネラルの栄養1【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 7 | ミネラルの栄養2【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 8 | ミネラルの栄養3【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 9 | 水・電解質の栄養的意義1：水の代謝【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 10 | 水・電解質の栄養的意義2：電解質の代謝【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 11 | 生理機能を持つ非栄養素1【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 12 | 生理機能を持つ非栄養素2【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 13 | エネルギー代謝1：エネルギー代謝の概念・エネルギー消費量【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 14 | エネルギー代謝2：エネルギー代謝の測定方法【ミニテスト】【リアクションペーパー】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】該当する範囲の教科書を読んでおくこと。（各授業に対して45分）

【事後学修】教科書および配布資料を用いて、授業の内容をノートにまとめる。（各授業に対して75分）

評価方法および評価の基準

ペーパーテスト（70%）、授業への取り組み（30%）により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

到達目標1．筆記試験（40%/70%）、授業への取り組み（7.5%/30%）

到達目標2．筆記試験（10%/70%）、授業への取り組み（7.5%/30%）

到達目標3．筆記試験（10%/70%）、授業への取り組み（7.5%/30%）

到達目標4．筆記試験（10%/70%）、授業への取り組み（7.5%/30%）

【フィードバック】授業の始めに前回授業の振り返りを行い、理解を深める。毎回の授業に対しリアクションペーパーを回収し、質疑については次回授業において返答する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学』羊土社

【参考図書】伊藤 貞嘉、佐々木 敏 監修『食事摂取基準（2020年度版）』第一出版

【推薦書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 演習版 基礎栄養学ノート』羊土社

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

基礎栄養学 に引き続き、本科目は栄養士免許を取得するために履修する多くの科目の基礎となります。授業には必ず教科書を持参し、配布プリントは整理して保存してください。また、普段から食と健康に興味を持ち、食や健康に関するニュースやトピックを気にするようにしてください。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎栄養学実験 | | |
| 担当教員名 | 佐々木 菜穂 | | |
| ナンバリング | NAa2013 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Aクラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実験 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は健康栄養学科の栄養士養成教育課程における「栄養と健康」に関する科目として位置づけられおり、栄養士免許取得のために必須の科目である。基礎栄養学で学修する事項について実験を通じて体得し、健康と栄養を学ぶための基礎となる科目である。

科目の概要

基本的な化学実験の知識と技術を習得し、タンパク質・糖質・脂質の化学的特性および栄養学的特性や消化酵素のはたらきについて理解を深める。

授業の方法 (ALを含む)

单元ごとに実験講義およびデモンストレーションを行う。実験は手順書に従い、2人1組で行う。得られた結果を元に考察し、各自レポートにまとめる。14回目の授業では、実験で得られた結果と基礎栄養学講義で学んだ知識を結びつけ、グループごとにプレゼンテーションを行う。【実験】【グループワーク】【レポート(知識)】【プレゼンテーション】

学修目標 (= 到達目標)

1. 基本的な実験機器および器具を正しく使用することができる。
2. 実験の目的、方法とその原理を理解して実験を行うことができる。
3. 科学的根拠に基づいた考え方により結果を解釈し、レポートを作成できる。
4. 実験を通して基礎栄養学で学修した知識をより深く理解し、栄養と代謝、生体機能を関連付けて説明できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能、 -2 健康づくりに関する専門的知見の実践、 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

| | |
|---|--------------------------------------|
| 1 | オリエンテーション (安全に実験を行うための心構え) 【グループワーク】 |
|---|--------------------------------------|

| | |
|----|--|
| 2 | 基本実験手技の習得【グループワーク】 |
| 3 | 第一部 栄養素の定性実験 実験講義【グループワーク】 |
| 4 | 実験準備・試薬調整【グループワーク】 |
| 5 | タンパク質およびアミノ酸の定性（タンパク質の呈色反応）【実験】【レポート（知識）】 |
| 6 | 糖質の定性（糖質の呈色反応）【実験】【レポート（知識）】 |
| 7 | 糖質の定性（未知試料分析）【実験】【レポート（知識）】 |
| 8 | 演習：食事たんぱく質の栄養価の評価【グループワーク】 |
| 9 | 第二部 栄養素の消化に関する実験 実験講義【グループワーク】 |
| 10 | 唾液の緩衝能【実験】【レポート（知識）】 |
| 11 | 唾液アミラーゼによるデンプンの消化【実験】【レポート（知識）】 |
| 12 | ペプシンによるタンパク質の消化【実験】【レポート（知識）】 |
| 13 | リパーゼによる脂質の消化（脂質の薄層クロマトグラフィー）【実験】【レポート（知識）】 |
| 14 | グループ発表【プレゼンテーション】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】配布資料に基づき実験ノートを作成する。実験に該当する範囲の参考図書を事前に読んでおくこと。（各授業に対し45分）

【事後学修】実験で得られた成果をレポートにまとめる。（各授業に対し90分）

評価方法および評価の基準

レポート（50%）、プレゼンテーション（10%）、筆記試験（30%）、実験の取り組み（10%）により評価を行い、60点以上を合格とする。

到達目標1．筆記試験（20%/30%）、実験の取り組み（5%/10%）

到達目標2．筆記試験（10%/30%）、レポート（20%/50%）、実験の取り組み（5%/10%）

到達目標3．レポート（30%/50%）

到達目標4．プレゼンテーション（10%/10%）

【フィードバック】提出されたレポートは採点し、コメントを記入して翌週以降に返却する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】指定しない。別途資料を配布する。

【参考図書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学』羊土社

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎栄養学実験 | | |
| 担当教員名 | 佐々木 菜穂 | | |
| ナンバリング | NAa2013 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Bクラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実験 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は健康栄養学科の栄養士養成教育課程における「栄養と健康」に関する科目として位置づけられおり、栄養士免許取得のために必須の科目である。基礎栄養学で学修する事項について実験を通じて体得し、健康と栄養を学ぶための基礎となる科目である。

科目の概要

基本的な化学実験の知識と技術を習得し、タンパク質・糖質・脂質の化学的特性および栄養学的特性や消化酵素のはたらきについて理解を深める。

授業の方法 (ALを含む)

单元ごとに実験講義およびデモンストレーションを行う。実験は手順書に従い、2人1組で行う。得られた結果を元に考察し、各自レポートにまとめる。14回目の授業では、実験で得られた結果と基礎栄養学講義で学んだ知識を結びつけ、グループごとにプレゼンテーションを行う。【実験】【グループワーク】【レポート(知識)】【プレゼンテーション】

学修目標 (= 到達目標)

1. 基本的な実験機器および器具を正しく使用することができる。
2. 実験の目的、方法とその原理を理解して実験を行うことができる。
3. 科学的根拠に基づいた考え方により結果を解釈し、レポートを作成できる。
4. 実験を通して基礎栄養学で学修した知識をより深く理解し、栄養と代謝、生体機能を関連付けて説明できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能、 -2 健康づくりに関する専門的知見の実践、 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

| | |
|---|--------------------------------------|
| 1 | オリエンテーション (安全に実験を行うための心構え) 【グループワーク】 |
|---|--------------------------------------|

| | |
|----|--|
| 2 | 基本実験手技の習得【グループワーク】 |
| 3 | 第一部 栄養素の定性実験 実験講義【グループワーク】 |
| 4 | 実験準備・試薬調整【グループワーク】 |
| 5 | タンパク質およびアミノ酸の定性（タンパク質の呈色反応）【実験】【レポート（知識）】 |
| 6 | 糖質の定性（糖質の呈色反応）【実験】【レポート（知識）】 |
| 7 | 糖質の定性（未知試料分析）【実験】【レポート（知識）】 |
| 8 | 演習：食事たんぱく質の栄養価の評価【グループワーク】 |
| 9 | 第二部 栄養素の消化に関する実験 実験講義【グループワーク】 |
| 10 | 唾液の緩衝能【実験】【レポート（知識）】 |
| 11 | 唾液アミラーゼによるデンプンの消化【実験】【レポート（知識）】 |
| 12 | ペプシンによるタンパク質の消化【実験】【レポート（知識）】 |
| 13 | リパーゼによる脂質の消化（脂質の薄層クロマトグラフィー）【実験】【レポート（知識）】 |
| 14 | グループ発表【プレゼンテーション】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】配布資料に基づき実験ノートを作成する。実験に該当する範囲の参考図書を事前に読んでおくこと。（各授業に対し45分）

【事後学修】実験で得られた成果をレポートにまとめる。（各授業に対し90分）

評価方法および評価の基準

レポート（50%）、プレゼンテーション（10%）、筆記試験（30%）、実験の取り組み（10%）により評価を行い、60点以上を合格とする。

到達目標1．筆記試験（20%/30%）、実験の取り組み（5%/10%）

到達目標2．筆記試験（10%/30%）、レポート（20%/50%）、実験の取り組み（5%/10%）

到達目標3．レポート（30%/50%）

到達目標4．プレゼンテーション（10%/10%）

【フィードバック】提出されたレポートは採点し、コメントを記入して翌週以降に返却する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】指定しない。別途資料を配布する。

【参考図書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学』羊土社

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎栄養学実験 | | |
| 担当教員名 | 佐々木 菜穂 | | |
| ナンバリング | NAa2013 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Cクラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実験 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は健康栄養学科の栄養士養成教育課程における「栄養と健康」に関する科目として位置づけられおり、栄養士免許取得のために必須の科目である。基礎栄養学で学修する事項について実験を通じて体得し、健康と栄養を学ぶための基礎となる科目である。

科目の概要

基本的な化学実験の知識と技術を習得し、タンパク質・糖質・脂質の化学的特性および栄養学的特性や消化酵素のはたらきについて理解を深める。

授業の方法 (ALを含む)

单元ごとに実験講義およびデモンストレーションを行う。実験は手順書に従い、2人1組で行う。得られた結果を元に考察し、各自レポートにまとめる。14回目の授業では、実験で得られた結果と基礎栄養学講義で学んだ知識を結びつけ、グループごとにプレゼンテーションを行う。【実験】【グループワーク】【レポート(知識)】【プレゼンテーション】

学修目標 (= 到達目標)

1. 基本的な実験機器および器具を正しく使用することができる。
2. 実験の目的、方法とその原理を理解して実験を行うことができる。
3. 科学的根拠に基づいた考え方により結果を解釈し、レポートを作成できる。
4. 実験を通して基礎栄養学で学修した知識をより深く理解し、栄養と代謝、生体機能を関連付けて説明できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

-1 栄養に関する基礎的知識と技能、 -2 健康づくりに関する専門的知見の実践、 -1 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価

内容

| | |
|---|--------------------------------------|
| 1 | オリエンテーション (安全に実験を行うための心構え) 【グループワーク】 |
|---|--------------------------------------|

| | |
|----|--|
| 2 | 基本実験手技の習得【グループワーク】 |
| 3 | 第一部 栄養素の定性実験 実験講義【グループワーク】 |
| 4 | 実験準備・試薬調整【グループワーク】 |
| 5 | タンパク質およびアミノ酸の定性（タンパク質の呈色反応）【実験】【レポート（知識）】 |
| 6 | 糖質の定性（糖質の呈色反応）【実験】【レポート（知識）】 |
| 7 | 糖質の定性（未知試料分析）【実験】【レポート（知識）】 |
| 8 | 演習：食事たんぱく質の栄養価の評価【グループワーク】 |
| 9 | 第二部 栄養素の消化に関する実験 実験講義【グループワーク】 |
| 10 | 唾液の緩衝能【実験】【レポート（知識）】 |
| 11 | 唾液アミラーゼによるデンプンの消化【実験】【レポート（知識）】 |
| 12 | ペプシンによるタンパク質の消化【実験】【レポート（知識）】 |
| 13 | リパーゼによる脂質の消化（脂質の薄層クロマトグラフィー）【実験】【レポート（知識）】 |
| 14 | グループ発表【プレゼンテーション】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】配布資料に基づき実験ノートを作成する。実験に該当する範囲の参考図書を事前に読んでおくこと。（各授業に対し45分）

【事後学修】実験で得られた成果をレポートにまとめる。（各授業に対し90分）

評価方法および評価の基準

レポート（50%）、プレゼンテーション（10%）、筆記試験（30%）、実験の取り組み（10%）により評価を行い、60点以上を合格とする。

到達目標1．筆記試験（20%/30%）、実験の取り組み（5%/10%）

到達目標2．筆記試験（10%/30%）、レポート（20%/50%）、実験の取り組み（5%/10%）

到達目標3．レポート（30%/50%）

到達目標4．プレゼンテーション（10%/10%）

【フィードバック】提出されたレポートは採点し、コメントを記入して翌週以降に返却する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】指定しない。別途資料を配布する。

【参考図書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学』羊土社

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 調理学 | | |
| 担当教員名 | 木村 靖子 | | |
| ナンバリング | NAa0006 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Aクラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 必修* |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、学科の必修専門科目として位置づけられているとともに、栄養士養成課程の必修科目である。食品の特性を踏まえたうえで、調理を行う際の基本的な知識と技術を学修する。「基礎調理学実習」や「給食運営実習」などの実習科目の基礎知識を修得する科目である。

科目の概要

食べ物を栄養的に優れ、おいしく安全に調理するために必要な食品材料や調理操作（特に加熱）に関する知識、調理により生じる食品材料の栄養素・呈味成分・機能性成分の変化や物性の変化、望ましい食事設計のしかたを解説する。ディスカッションを取り入れながら調理学の専門用語の学びを深める。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、講義による解説が中心であるが、各授業の最後にグループによるディスカッションを行い、協同で課題に取り組み、知識の定着を確認する。【グループワーク】

到達目標

1. 調理過程における食品材料の化学的、物理的变化を説明できる。
2. 食品の特性を踏まえて適切な調理方法を選択できる。
3. 食べ物のおいしさについて多角的に述べるができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

- 1栄養に関する基礎的知識と技能
- 1情報収集、エビデンスに基づく判断・評価
- 1食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|---|-------------------------------|
| 1 | 調理の意義と目的、調理の文化 |
| 2 | おいしさについて(食味と嗜好の形成要因)【グループワーク】 |

| | |
|----|--|
| 3 | 植物性食品の調理と栄養素の変化1（米、小麦）【グループワーク】 |
| 4 | 植物性食品の調理と栄養素の変化2（小麦）【グループワーク】 |
| 5 | 植物性食品の調理と栄養素の変化3（いも、豆）【グループワーク】 |
| 6 | 植物性食品の調理と栄養素の変化4（野菜、果物、海藻）【グループワーク】 |
| 7 | 動物性食品の調理と栄養素の変化1（肉、魚介）【グループワーク】 |
| 8 | 動物性食品の調理と栄養素の変化3（卵、乳・乳製品）【グループワーク】 |
| 9 | 調味料、ゲル化剤（ゼラチン、寒天など）の調理への利用 【グループワーク】 |
| 10 | 調理操作：非加熱調理【グループワーク】 |
| 11 | 調理操作：加熱調理の原理（熱の伝わり方と効率的な加熱条件）【グループワーク】 |
| 12 | 調理機器・調理器具の原理と使い方【グループワーク】 |
| 13 | 献立作成（1）食事設計の意義と献立作成【グループワーク】 |
| 14 | 献立作成（2）献立作成手順、供食・食事環境など【グループワーク】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前学習】教科書を熟読し、解からないところは参考書に示す書籍で自分なりに調べ、理解を深める（各授業に対して60分）。

【事後学習】授業については復習を必須として、不明な点は次回の授業で質問できるように復習ノートを作成する。（各授業に対して60分）

評価方法および評価の基準

毎回の授業での課題への取り組み30%、筆記試験70%で評価し、60%以上を合格とする。

到達目標（1）課題への取り組み 10%/30% 筆記試験 30%/70%

到達目標（2）課題への取り組み 10%/30% 筆記試験 20%/70%

到達目標（3）課題への取り組み 10%/30% 筆記試験 20%/70%

【フィードバック】提出された課題レポートはコメントし、次回授業以降の授業時間内に返却する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

柳沢幸江・柴田圭子編著 『改訂第2版 調理学 健康・栄養・調理』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』大修館書店

【参考図書】

畑江敬子・香西みどり編 『スタンダード栄養・食物シリーズ6 / 調理学 第2版』 東京化学同人

金谷昭子編著 『食べ物と健康 調理学』 医歯薬出版

畑井朝子・渋川祥子編著 『ネオエスカ / 調理学』 同文書院

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

授業は、ノートなどに記録を取りながら聴いてください。授業終了後は、家で教科書やノート、プリントなどで復習を行い、解らない点は次の授業の際に質問し、理解するようにしてください。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 調理学 | | |
| 担当教員名 | 木村 靖子 | | |
| ナンバリング | NAa0006 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Bクラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 必修* |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、学科の必修専門科目として位置づけられているとともに、栄養士養成課程の必修科目である。食品の特性を踏まえたうえで、調理を行う際の基本的な知識と技術を学修する。「基礎調理学実習」や「給食運営実習」などの実習科目の基礎知識を修得する科目である。

科目の概要

食べ物を栄養的に優れ、おいしく安全に調理するために必要な食品材料や調理操作（特に加熱）に関する知識、調理により生じる食品材料の栄養素・呈味成分・機能性成分の変化や物性の変化、望ましい食事設計のしかたを解説する。ディスカッションを取り入れながら調理学の専門用語の学びを深める。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、講義による解説が中心であるが、各授業の最後にグループによるディスカッションを行い、協同で課題に取り組み、知識の定着を確認する。【グループワーク】

到達目標

1. 調理過程における食品材料の化学的、物理的变化を説明できる。
2. 食品の特性を踏まえて適切な調理方法を選択できる。
3. 食べ物のおいしさについて多角的に述べるができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

- 1栄養に関する基礎的知識と技能
- 1情報収集、エビデンスに基づく判断・評価
- 1食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|---|---------------------------------|
| 1 | 調理の意義と目的、調理の文化 |
| 2 | おいしさについて(食味と嗜好の形成要因)【グループワーク】 |
| 3 | 植物性食品の調理と栄養素の変化1(米、小麦)【グループワーク】 |

| | |
|----|--|
| 4 | 植物性食品の調理と栄養素の変化2（小麦）【グループワーク】 |
| 5 | 植物性食品の調理と栄養素の変化3（いも、豆）【グループワーク】 |
| 6 | 植物性食品の調理と栄養素の変化4（野菜、果物、海藻）【グループワーク】 |
| 7 | 動物性食品の調理と栄養素の変化1（肉、魚介）【グループワーク】 |
| 8 | 動物性食品の調理と栄養素の変化3（卵、乳・乳製品）【グループワーク】 |
| 9 | 調味料、ゲル化剤（ゼラチン、寒天など）の調理への利用 【グループワーク】 |
| 10 | 調理操作：非加熱調理【グループワーク】 |
| 11 | 調理操作：加熱調理の原理（熱の伝わり方と効率的な加熱条件）【グループワーク】 |
| 12 | 調理機器・調理器具の原理と使い方【グループワーク】 |
| 13 | 献立作成（1）食事設計の意義と献立作成【グループワーク】 |
| 14 | 献立作成（2）献立作成手順、供食・食事環境など【グループワーク】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前学習】教科書を熟読し、解からないところは参考書に示す書籍で自分なりに調べ、理解を深める（各授業に対して60分）。

【事後学習】授業については復習を必須として、不明な点は次回の授業で質問できるように復習ノートを作成する。（各授業に対して60分）

評価方法および評価の基準

毎回の授業での課題への取り組み30%、筆記試験70%で評価し、60%以上を合格とする。

到達目標（1）課題への取り組み 10%/30% 筆記試験 30%/70%

到達目標（2）課題への取り組み 10%/30% 筆記試験 20%/70%

到達目標（3）課題への取り組み 10%/30% 筆記試験 20%/70%

【フィードバック】提出された課題レポートはコメントし、次回授業以降の授業時間内に返却する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

柳沢幸江・柴田圭子編著 『改訂第2版 調理学 健康・栄養・調理』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』大修館書店

【参考図書】

畑江敬子・香西みどり編 『スタンダード栄養・食物シリーズ6 / 調理学 第2版』 東京化学同人

金谷昭子編著 『食べ物と健康 調理学』 医歯薬出版

畑井朝子・渋川祥子編著 『ネオエスカ / 調理学』 同文書院

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

授業は、ノートなどに記録を取りながら聴いてください。授業終了後は、家で教科書やノート、プリントなどで復習を行い、解らない点は次の授業の際に質問し、理解するようにしてください。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 調理学 | | |
| 担当教員名 | 木村 靖子 | | |
| ナンバリング | NAa0006 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 10クラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 必修* |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、学科の必修専門科目として位置づけられているとともに、栄養士養成課程の必修科目である。食品の特性を踏まえ、調理を行う際の基本的な知識と技術を学修する。「基礎調理学実習」や「給食運営実習」などの実習科目の基礎知識を修得する科目である。

科目の概要

食べ物を栄養的に優れ、おいしく安全に調理するために必要な食品材料や調理操作（特に加熱）に関する知識、調理により生じる食品材料の栄養素・呈味成分・機能性成分の変化や物性の変化、望ましい食事設計のしかたを解説する。ディスカッションを取り入れながら調理学の専門用語の学びを深める。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、講義による解説が中心であるが、各授業の最後にグループによるディスカッションを行い、協同で課題に取り組み、知識の定着を確認する。【グループワーク】

到達目標

1. 調理過程における食品材料の化学的、物理的变化を説明できる。
2. 食品の特性を踏まえて適切な調理方法を選択できる。
3. 食べ物のおいしさについて多角的に述べるができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

- 1栄養に関する基礎的知識と技能
- 1情報収集、エビデンスに基づく判断・評価
- 1食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|---|---------------------------------|
| 1 | 調理の意義と目的、調理の文化 |
| 2 | おいしさについて(食味と嗜好の形成要因)【グループワーク】 |
| 3 | 植物性食品の調理と栄養素の変化1(米、小麦)【グループワーク】 |

| | |
|----|--|
| 4 | 植物性食品の調理と栄養素の変化2（小麦）【グループワーク】 |
| 5 | 植物性食品の調理と栄養素の変化3（いも、豆）【グループワーク】 |
| 6 | 植物性食品の調理と栄養素の変化4（野菜、果物、海藻）【グループワーク】 |
| 7 | 動物性食品の調理と栄養素の変化1（肉、魚介）【グループワーク】 |
| 8 | 動物性食品の調理と栄養素の変化3（卵、乳・乳製品）【グループワーク】 |
| 9 | 調味料、ゲル化剤（ゼラチン、寒天など）の調理への利用 【グループワーク】 |
| 10 | 調理操作：非加熱調理【グループワーク】 |
| 11 | 調理操作：加熱調理の原理（熱の伝わり方と効率的な加熱条件）【グループワーク】 |
| 12 | 調理機器・調理器具の原理と使い方【グループワーク】 |
| 13 | 献立作成（1）食事設計の意義と献立作成【グループワーク】 |
| 14 | 献立作成（2）献立作成手順、供食・食事環境など【グループワーク】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前学習】教科書を熟読し、解からないところは参考書に示す書籍で自分なりに調べ、理解を深める（各授業に対して60分）。

【事後学習】授業については復習を必須として、不明な点は次回の授業で質問できるように復習ノートを作成する。（各授業に対して60分）

評価方法および評価の基準

毎回の授業での課題への取り組み30%、筆記試験70%で評価し、60%以上を合格とする。

到達目標（1）課題への取り組み 10%/30% 筆記試験 30%/70%

到達目標（2）課題への取り組み 10%/30% 筆記試験 20%/70%

到達目標（3）課題への取り組み 10%/30% 筆記試験 20%/70%

【フィードバック】提出された課題レポートはコメントし、次回授業以降の授業時間内に返却する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

柳沢幸江・柴田圭子編著 『改訂第2版 調理学 健康・栄養・調理』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』大修館書店

【参考図書】

畑江敬子・香西みどり編 『スタンダード栄養・食物シリーズ6 / 調理学 第2版』 東京化学同人

金谷昭子編著 『食べ物と健康 調理学』 医歯薬出版

畑井朝子・渋川祥子編著 『ネオエスカ / 調理学』 同文書院

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

授業は、ノートなどに記録を取りながら聴いてください。授業終了後は、家で教科書やノート、プリントなどで復習を行い、解らない点は次の授業の際に質問し、理解するようにしてください。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎調理学実習 | | |
| 担当教員名 | 木村 靖子、伊藤 美穂 | | |
| ナンバリング | NAa1007 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Aクラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実習 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、学科の栄養領域の専門科目として位置づけられているとともに、栄養士必修科目である。同期履修の「調理学」で学ぶ理論を踏まえて本科目を履修する必要がある。1年後期履修「基礎調理学実習」、3年前期履修「給食計画・実務論」、3年後期履修「給食運営実習」の基礎科目となる。

科目の概要

栄養士として食品の栄養的・衛生的・嗜好的特性を理解した上で、健康でおいしい食事を提供するために必要な調理操作の基礎的な知識と技術を身につける。日本料理、西洋料理、中国料理の日常献立について食材の選び方や扱い方、基本的な調理操作や調味のしかた、盛りつけ方、テーブルセッティングや食事作法について学ぶ。

授業の方法 (ALを含む)

本科目は、教科書・手順書 (プリント) をもとに教員がデモンストレーション (実演) を行い、学生はグループごとに用意された食材で調理を行う実習である。できあがった料理は試食し、評価する。各自で実習ノートをまとめ、実習内容を確認する。【実習】【レポート (知識)】

到着目標

1. 食品の特性と調理による食品の科学的变化を理解し、日常献立における基本的な調理操作を行うことができる。
2. 調理における衛生管理について説明できる。
3. グループの実習において、人とコミュニケーションをとりながら効率よく作業できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

-1栄養に関する基礎的知識と技能 -2健康づくりに関する専門的知見の実践 -3食・運動指導のためのコミュニケーション能力

内容

| | |
|---|-------------------------------------|
| 1 | オリエンテーション：実習の授業内容と進め方、実習室の使い方、献立と調理 |
|---|-------------------------------------|

| | |
|----|--|
| 2 | 調理の基本 調理器具の取扱い、食材の洗い方、切り方（廃棄率）【実習】【レポート（知識）】 |
| 3 | 調理の基本 食材の計量、調味の考え方（調味率）【実習】【レポート（知識）】 |
| 4 | 日本調理の基本：炊飯、澄まし汁（だしのとり方）、煮物、お浸しなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 5 | 日本調理：味つけ飯、みそ汁、焼き物、酢の物など【実習】【レポート（知識）】 |
| 6 | 日本調理：炊き込みご飯、吸物、卵料理、和え物など【実習】【レポート（知識）】 |
| 7 | 西洋調理の基本：スープ（ブイヨンのとり方）、肉料理、サラダなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 8 | 西洋調理：マカロニグラタン、サラダ、飲み物など【実習】 【レポート（知識）】 |
| 9 | 西洋調理：煮込み料理（カレー）、サラダ、デザートなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 10 | 中国調理の基本：冷菜、湯菜（毛湯のとり方）、炒菜など【実習】【レポート（知識）】 |
| 11 | 中国調理：冷菜、炸菜、炒飯など【実習】【レポート（知識）】 |
| 12 | 中国調理：冷菜、炒菜、点心など【実習】【レポート（知識）】 |
| 13 | 日本調理：ちらしずし、澄まし汁、緑茶の入れ方など【実習】【レポート（知識）】 |
| 14 | 西洋調理：サンドイッチ、スポンジケーキ、紅茶の入れ方など【実習】 【レポート（知識）】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前予習】教科書やプリントをよく読み、実習内容を確認する。（各授業に対して60分）

【事後学修】実習中は記録を取り、実習後に実習ノートを整理することで復習する。実習内容の確実な修得と調理技術を高めるため、積極的に家庭でも調理を行う。（各授業に対して60分）

評価方法および評価の基準

毎回の授業への取り組み20%、筆記試験50%、実習ノート30%で総合的に評価を行い、60%以上を合格とする。ただし、筆記試験の受験、実習ノートの提出いずれもクリアしていることが単位修得の条件である。

到達目標（1）授業への取り組み 5%/20% 筆記試験 25%/50% 実習ノート 15%/30%

到達目標（2）授業への取り組み 10%/20% 筆記試験 5%/50% 実習ノート 5%/30%

到達目標（3）授業への取り組み 5%/20% 筆記試験 20%/50% 実習ノート 10%/30%

【フィードバック】授業最初に前回の授業に対する疑問点に回答し、学習内容の理解を深める。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】三輪里子監修 飯田文子・藤井恵子編著 石原三妃他共著 『改訂新版 あすの健康と調理 食を通して豊かなLife styleを』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』 大修館書店

【参考図書】

松崎政三・藤井恵子他編著 『映像で学ぶ調理の基礎とサイエンス』学際企画

川端晶子監修・著 阿久澤さゆり他共著 『改訂 イラストでわかる基本調理』 同文書院

香西みどり・綾部園子編著 『流れと要点がわかる 調理学実習』 光生館

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

実習室の衛生管理を考えて毎回授業に臨んでください。

食物アレルギーを持つ学生は初回の授業で申し出てください。

調理技術は繰り返すことで定着します。復習を兼ねて家でも調理を行うよう心がけてください。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎調理学実習 | | |
| 担当教員名 | 木村 靖子 | | |
| ナンバリング | NAa1007 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 1Bクラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実習 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、学科の栄養領域の専門科目として位置づけられているとともに、栄養士必修科目である。同期履修の「調理学」で学ぶ理論を踏まえて本科目を履修する必要がある。1年後期履修「基礎調理学実習」、3年前期履修「給食計画・実務論」、3年後期履修「給食運営実習」の基礎科目となる。

科目の概要

栄養士として食品の栄養的・衛生的・嗜好的特性を理解した上で、健康でおいしい食事を提供するために必要な調理操作の基礎的な知識と技術を身につける。日本料理、西洋料理、中国料理の日常献立について食材の選び方や扱い方、基本的な調理操作や調味のしかた、盛りつけ方、テーブルセッティングや食事作法について学ぶ。

授業の方法 (ALを含む)

本科目は、教科書・手順書 (プリント) をもとに教員がデモンストレーション (実演) を行い、学生はグループごとに用意された食材で調理を行う実習である。できあがった料理は試食し、評価する。各自で実習ノートをまとめ、実習内容を確認する。【実習】【レポート (知識)】

到着目標

1. 食品の特性と調理による食品の科学的変化を理解し、日常献立における基本的な調理操作を行うことができる。
2. 調理における衛生管理について説明できる。
3. グループの実習において、人とコミュニケーションをとりながら効率よく作業できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

-1栄養に関する基礎的知識と技能 -2健康づくりに関する専門的知見の実践 -3食・運動指導のためのコミュニケーション能力

内容

| | |
|---|---|
| 1 | オリエンテーション：実習の授業内容と進め方、実習室の使い方、献立と調理 |
| 2 | 調理の基本 調理器具の取扱い、食材の洗い方、切り方 (廃棄率) 【実習】【レポート (知識)】 |

| | |
|----|---|
| 3 | 調理の基本 食材の計量、調味の考え方（調味率）【実習】【レポート（知識）】 |
| 4 | 日本調理の基本：炊飯、澄まし汁（だしのととり方）、煮物、お浸しなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 5 | 日本調理：味つけ飯、みそ汁、焼き物、酢の物など【実習】【レポート（知識）】 |
| 6 | 日本調理：炊き込みご飯、吸物、卵料理、和え物など【実習】【レポート（知識）】 |
| 7 | 西洋調理の基本：スープ（ブイヨンのとり方）、肉料理、サラダなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 8 | 西洋調理：マカロニグラタン、サラダ、飲み物など【実習】【レポート（知識）】 |
| 9 | 西洋調理：煮込み料理（カレー）、サラダ、デザートなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 10 | 中国調理の基本：冷菜、湯菜（毛湯のととり方）、炒菜など【実習】【レポート（知識）】 |
| 11 | 中国調理：冷菜、炸菜、炒飯など【実習】【レポート（知識）】 |
| 12 | 中国調理：冷菜、炒菜、点心など【実習】【レポート（知識）】 |
| 13 | 日本調理：ちらしずし、澄まし汁、緑茶の入れ方など【実習】【レポート（知識）】 |
| 14 | 西洋調理：サンドイッチ、スポンジケーキ、紅茶の入れ方など【実習】【レポート（知識）】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前予習】教科書やプリントをよく読み、実習内容を確認する。（各授業に対して60分）

【事後学修】実習中は記録を取り、実習後に実習ノートを整理することで復習する。実習内容の確実な修得と調理技術を高めるため、積極的に家庭でも調理を行う。（各授業に対して60分）

評価方法および評価の基準

毎回の授業への取り組み20%、筆記試験50%、実習ノート30%で総合的に評価を行い、60%以上を合格とする。ただし、筆記試験の受験、実習ノートの提出いずれもクリアしていることが単位修得の条件である。

到達目標（1）授業への取り組み 5%/20% 筆記試験 25%/50% 実習ノート 15%/30%

到達目標（2）授業への取り組み 10%/20% 筆記試験 5%/50% 実習ノート 5%/30%

到達目標（3）授業への取り組み 5%/20% 筆記試験 20%/50% 実習ノート 10%/30%

【フィードバック】授業最初に前回の授業に対する疑問点に回答し、学習内容の理解を深める。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】三輪里子監修 飯田文子・藤井恵子編著 石原三妃他共著 『改訂新版 あすの健康と調理 食を通して豊かなLife styleを』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』 大修館書店

【参考図書】

松崎政三・藤井恵子他編著 『映像で学ぶ調理の基礎とサイエンス』学際企画

川端晶子監修・著 阿久澤さゆり他共著 『改訂 イラストでわかる基本調理』 同文書院

香西みどり・綾部園子編著 『流れと要点がわかる 調理学実習』 光生館

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

実習室の衛生管理を考えて毎回授業に臨んでください。

食物アレルギーを持つ学生は初回の授業で申し出てください。

調理技術は繰り返すことで定着します。復習を兼ねて家でも調理を行うよう心がけてください。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎調理学実習 | | |
| 担当教員名 | 木村 靖子 | | |
| ナンバリング | NAa1007 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 10クラス |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実習 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、学科の栄養領域の専門科目として位置づけられているとともに、栄養士必修科目である。同期履修の「調理学」で学ぶ理論を踏まえて本科目を履修する必要がある。1年後期履修「基礎調理学実習」、3年前期履修「給食計画・実務論」、3年後期履修「給食運営実習」の基礎科目となる。

科目の概要

栄養士として食品の栄養的・衛生的・嗜好的特性を理解した上で、健康でおいしい食事を提供するために必要な調理操作の基礎的な知識と技術を身につける。日本料理、西洋料理、中国料理の日常献立について食材の選び方や扱い方、基本的な調理操作や調味のしかた、盛りつけ方、テーブルセッティングや食事作法について学ぶ。

授業の方法 (ALを含む)

本科目は、教科書・手順書 (プリント) をもとに教員がデモンストレーション (実演) を行い、学生はグループごとに用意された食材で調理を行う実習である。できあがった料理は試食し、評価する。各自で実習ノートをまとめ、実習内容を確認する。【実習】【レポート (知識)】

到着目標

1. 食品の特性と調理による食品の科学的变化を理解し、日常献立における基本的な調理操作を行うことができる。
2. 調理における衛生管理について説明できる。
3. グループの実習において、人とコミュニケーションをとりながら効率よく作業できる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

-1栄養に関する基礎的知識と技能 -2健康づくりに関する専門的知見の実践 -3食・運動指導のためのコミュニケーション能力

内容

| | |
|---|---|
| 1 | オリエンテーション：実習の授業内容と進め方、実習室の使い方、献立と調理 |
| 2 | 調理の基本 調理器具の取扱い、食材の洗い方、切り方 (廃棄率) 【実習】【レポート (知識)】 |

| | |
|----|--|
| 3 | 調理の基本 食材の計量、調味の考え方（調味率）【実習】【レポート（知識）】 |
| 4 | 日本調理の基本：炊飯、澄まし汁（だしのとり方）、煮物、お浸しなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 5 | 日本調理：味つけ飯、みそ汁、焼き物、酢の物など【実習】【レポート（知識）】 |
| 6 | 日本調理：炊き込みご飯、吸物、卵料理、和え物など【実習】【レポート（知識）】 |
| 7 | 西洋調理の基本：スープ（ブイヨンのとり方）、肉料理、サラダなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 8 | 西洋調理：マカロニグラタン、サラダ、飲み物など【実習】【レポート（知識）】 |
| 9 | 西洋調理：煮込み料理（カレー）、サラダ、デザートなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 10 | 中国調理の基本：冷菜、湯菜（毛湯のとり方）、炒菜など【実習】【レポート（知識）】 |
| 11 | 中国調理：冷菜、炸菜、炒飯など【実習】【レポート（知識）】 |
| 12 | 中国調理：冷菜、炒菜、点心など【実習】【レポート（知識）】 |
| 13 | 日本調理：ちらしずし、澄まし汁、緑茶の入れ方など【実習】【レポート（知識）】 |
| 14 | 西洋調理：サンドイッチ、スポンジケーキ、紅茶の入れ方など【実習】【レポート（知識）】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前予習】教科書やプリントをよく読み、実習内容を確認する。（各授業に対して60分）

【事後学修】実習中は記録を取り、実習後に実習ノートを整理することで復習する。実習内容の確実な修得と調理技術を高めるため、積極的に家庭でも調理を行う。（各授業に対して60分）

評価方法および評価の基準

毎回の授業への取り組み20%、筆記試験50%、実習ノート30%で総合的に評価を行い、60%以上を合格とする。ただし、筆記試験の受験、実習ノートの提出いずれもクリアしていることが単位修得の条件である。

到達目標（1）授業への取り組み 5%/20% 筆記試験 25%/50% 実習ノート 15%/30%

到達目標（2）授業への取り組み 10%/20% 筆記試験 5%/50% 実習ノート 5%/30%

到達目標（3）授業への取り組み 5%/20% 筆記試験 20%/50% 実習ノート 10%/30%

【フィードバック】授業最初に前回の授業に対する疑問点に回答し、学習内容の理解を深める。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】三輪里子監修 飯田文子・藤井恵子編著 石原三妃他共著 『改訂新版 あすの健康と調理 食を通して豊かなLife styleを』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』 大修館書店

【参考図書】

松崎政三・藤井恵子他編著 『映像で学ぶ調理の基礎とサイエンス』学際企画

川端晶子監修・著 阿久澤さゆり他共著 『改訂 イラストでわかる基本調理』 同文書院

香西みどり・綾部園子編著 『流れと要点がわかる 調理学実習』 光生館

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

実習室の衛生管理を考えて毎回授業に臨んでください。

食物アレルギーを持つ学生は初回の授業で申し出てください。

調理技術は繰り返すことで定着します。復習を兼ねて家でも調理を行うよう心がけてください。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎調理学実習 | | |
| 担当教員名 | 木村 靖子、伊藤 美穂 | | |
| ナンバリング | NAa2014 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Aクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実習 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、学科の栄養領域の専門科目として位置づけられているとともに、栄養士必修科目である。前期の「調理学」や「基礎調理学実習」で学んだ理論や技術を十分に踏まえて履修する。

科目の概要

「基礎調理学実習」と同様、日本料理、西洋料理、中国料理の日常的献立について食材の選び方や扱い方、基本的な調理方法、テーブルセッティングなどについて学ぶとともに、季節にふさわしい食材を使った行事食や供応食などの調理方法や食卓のととのえ方、各地域の食文化について解説する。

授業の方法 (ALを含む)

本科目は、教科書・手順書 (プリント) をもとに教員がデモンストレーション (実演) を行い、学生はグループごとに用意された食材で調理を行う実習である。できあがった料理は試食し、評価する。各自で実習ノートをまとめ、実習内容を確認する。【実習】【レポート (知識)】

到達目標

1. 食品の調理による特性を踏まえた調理操作を行うことができる。
2. 実習作品について多角的に評価できる。
3. 身近な人に、積極的に健康でおいしく安全な食事づくりを行うことができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

-1栄養に関する基礎的知識と技能 -2健康づくりに関する専門的知見の実践 -3食・運動指導のためのコミュニケーション能力

内容

| | |
|---|--|
| 1 | 日本調理：鶏のくわ焼き、炊き合わせ、青菜のごま和えなど【実習】【レポート (知識)】 |
| 2 | 日本調理：栗おこわ、天ぷら、ひじきの煮物など 【実習】【レポート (知識)】 |
| 3 | 日本調理：茶碗蒸し、魚の煮つけ、白和えなど【実習】【レポート (知識)】 |

| | |
|----|--|
| 4 | 日本調理：丼物、汁物、きんぴらごぼう、即席漬けなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 5 | 中国調理：回鍋肉、雲吞、辣白菜など【実習】【レポート（知識）】 |
| 6 | 中国調理：飲茶（什錦炒麵、餃子、杏仁酥）など【実習】【レポート（知識）】 |
| 7 | 中国調理：炒墨魚、芙蓉蟹、酸辣湯など【実習】【レポート（知識）】 |
| 8 | 中国調理：春巻、酢豚、中華粥など【実習】【レポート（知識）】 |
| 9 | 西洋調理：ムニエル、コンソメスープ、バターケーキ、コーヒーなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 10 | 西洋調理：カニクリームコロッケ、コンポート、サラダなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 11 | 西洋調理：パスタ（スパゲッティ）、ミネストローネ、マリネなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 12 | 西洋調理：クリスマス料理（カナッペ、ローストチキン、サラダなど）【実習】【レポート（知識）】 |
| 13 | 日本調理：おせち料理（だて巻き、きんとん、錦なます、雑煮など）【実習】【レポート（知識）】 |
| 14 | 特定の食材を多様な方法で調理する【実習】【レポート（知識）】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前予習】教科書やプリントをよく読み、実習内容を確認する。（各授業に対して60分）

【事後学修】実習中は記録をきちんと取り、実習後に実習ノートを整理することで復習する。実習内容の確実な修得と調理技術を高めるため、積極的に家庭でも調理を行う。（各授業に対して60分）

評価方法および評価の基準

毎回の授業への取り組み15%、筆記試験40%、実技試験15%、実習ノート30%で総合的に評価を行い、60%以上を合格とする。ただし、筆記試験および実技試験の受験、実習ノートの提出いずれもクリアしていることが単位修得の条件である。

到達目標（1）授業への取り組み 5%/15% 筆記試験 15%/40% 実技試験 5%/15% 実習ノート 15%/30%

到達目標（2）授業への取り組み 5%/15% 筆記試験 15%/40% 実技試験 5%/15% 実習ノート 5%/30%

到達目標（3）授業への取り組み 5%/15% 筆記試験 10%/40% 実技試験 5%/15% 実習ノート 10%/30%

【フィードバック】授業最初に前回の授業に対する疑問点に回答し、学習内容の理解を深める。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】三輪里子監修 飯田文子・藤井恵子編著 石原三妃他共著 『改訂新版 あすの健康と調理 食を通して豊かなLife styleを』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』 大修館書店

【参考図書】

松崎政三・藤井恵子他編著 『映像で学ぶ調理の基礎とサイエンス』学際企画

川端晶子監修・著 阿久澤さゆり他共著 『改訂 イラストでわかる基本調理』 同文書院

香西みどり・綾部園子編著 『流れと要点がわかる 調理学実習』 光生館

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

実習室の衛生管理を考えて毎回授業に臨んでください。

食物アレルギーを持つ学生は初回の授業で申し出てください。

調理技術は繰り返すことで定着します。復習を兼ねて家でも調理を行うよう心がけてください。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎調理学実習 | | |
| 担当教員名 | 木村 靖子 | | |
| ナンバリング | NAa2014 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Bクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実習 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、学科の栄養領域の専門科目として位置づけられているとともに、栄養士必修科目である。前期の「調理学」や「基礎調理学実習」で学んだ理論や技術を十分に踏まえて履修する。

科目の概要

「基礎調理学実習」と同様、日本料理、西洋料理、中国料理の日常的献立について食材の選び方や扱い方、基本的な調理方法、テーブルセッティングなどについて学ぶとともに、季節にふさわしい食材を使った行事食や供応食などの調理方法や食卓のととのえ方、各地域の食文化について解説する。

授業の方法 (ALを含む)

本科目は、教科書・手順書 (プリント) をもとに教員がデモンストレーション (実演) を行い、学生はグループごとに用意された食材で調理を行う実習である。できあがった料理は試食し、評価する。各自で実習ノートをまとめ、実習内容を確認する。【実習】【レポート (知識)】

到達目標

1. 食品の調理による特性を踏まえた調理操作を行うことができる。
2. 実習作品について多角的に評価できる。
3. 身近な人に、積極的に健康でおいしく安全な食事づくりを行うことができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

-1栄養に関する基礎的知識と技能 -2健康づくりに関する専門的知見の実践 -3食・運動指導のためのコミュニケーション能力

内容

| | |
|---|--|
| 1 | 日本調理：鶏のくわ焼き、炊き合わせ、青菜のごま和えなど【実習】【レポート (知識)】 |
| 2 | 日本調理：栗おこわ、天ぷら、ひじきの煮物など 【実習】【レポート (知識)】 |
| 3 | 日本調理：茶碗蒸し、魚の煮つけ、白和えなど【実習】【レポート (知識)】 |

| | |
|----|--|
| 4 | 日本調理：丼物、汁物、きんぴらごぼう、即席漬けなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 5 | 中国調理：回鍋肉、雲呑、辣白菜など【実習】【レポート（知識）】 |
| 6 | 中国調理：飲茶（什錦炒麵、餃子、杏仁酥）など【実習】【レポート（知識）】 |
| 7 | 中国調理：炒墨魚、芙蓉蟹、酸辣湯など【実習】【レポート（知識）】 |
| 8 | 中国調理：春巻、酢豚、中華粥など【実習】【レポート（知識）】 |
| 9 | 西洋調理：ムニエル、コンソメスープ、バターケーキ、コーヒーなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 10 | 西洋調理：カニクリームコロッケ、コンポート、サラダなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 11 | 西洋調理：パスタ（スパゲッティ）、ミネストローネ、マリネなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 12 | 西洋調理：クリスマス料理（カナッペ、ローストチキン、サラダなど）【実習】【レポート（知識）】 |
| 13 | 日本調理：おせち料理（だて巻き、きんとん、錦なます、雑煮など）【実習】【レポート（知識）】 |
| 14 | 特定の食材を多様な方法で調理する【実習】【レポート（知識）】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前予習】教科書やプリントをよく読み、実習内容を確認する。（各授業に対して60分）

【事後学修】実習中は記録をきちんと取り、実習後に実習ノートを整理することで復習する。実習内容の確実な修得と調理技術を高めるため、積極的に家庭でも調理を行う。（各授業に対して60分）

評価方法および評価の基準

毎回の授業への取り組み15%、筆記試験40%、実技試験15%、実習ノート30%で総合的に評価を行い、60%以上を合格とする。ただし、筆記試験および実技試験の受験、実習ノートの提出いずれもクリアしていることが単位修得の条件である。

到達目標（1）授業への取り組み 5%/15% 筆記試験 15%/40% 実技試験 5%/15% 実習ノート 15%/30%

到達目標（2）授業への取り組み 5%/15% 筆記試験 15%/40% 実技試験 5%/15% 実習ノート 5%/30%

到達目標（3）授業への取り組み 5%/15% 筆記試験 10%/40% 実技試験 5%/15% 実習ノート 10%/30%

【フィードバック】授業最初に前回の授業に対する疑問点に回答し、学習内容の理解を深める。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】三輪里子監修 飯田文子・藤井恵子編著 石原三妃他共著 『改訂新版 あすの健康と調理 食を通して豊かなLife styleを』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』 大修館書店

【参考図書】

松崎政三・藤井恵子他編著 『映像で学ぶ調理の基礎とサイエンス』学際企画

川端晶子監修・著 阿久澤さゆり他共著 『改訂 イラストでわかる基本調理』 同文書院

香西みどり・綾部園子編著 『流れと要点がわかる 調理学実習』 光生館

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

実習室の衛生管理を考えて毎回授業に臨んでください。

食物アレルギーを持つ学生は初回の授業で申し出てください。

調理技術は繰り返すことで定着します。復習を兼ねて家でも調理を行うよう心がけてください。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|-------|
| 科目名 | 基礎調理学実習 | | |
| 担当教員名 | 木村 靖子 | | |
| ナンバリング | NAa2014 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | 2Cクラス |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実習 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、学科の栄養領域の専門科目として位置づけられているとともに、栄養士必修科目である。前期の「調理学」や「基礎調理学実習」で学んだ理論や技術を十分に踏まえて履修する。

科目の概要

「基礎調理学実習」と同様、日本料理、西洋料理、中国料理の日常的献立について食材の選び方や扱い方、基本的な調理方法、テーブルセッティングなどについて学ぶとともに、季節にふさわしい食材を使った行事食や供応食などの調理方法や食卓のととのえ方、各地域の食文化について解説する。

授業の方法 (ALを含む)

本科目は、教科書・手順書 (プリント) をもとに教員がデモンストレーション (実演) を行い、学生はグループごとに用意された食材で調理を行う実習である。できあがった料理は試食し、評価する。各自で実習ノートをまとめ、実習内容を確認する。【実習】【レポート (知識)】

到達目標

1. 食品の調理による特性を踏まえた調理操作を行うことができる。
2. 実習作品について多角的に評価できる。
3. 身近な人に、積極的に健康でおいしく安全な食事づくりを行うことができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

-1栄養に関する基礎的知識と技能 -2健康づくりに関する専門的知見の実践 -3食・運動指導のためのコミュニケーション能力

内容

| | |
|---|--|
| 1 | 日本調理：鶏のくわ焼き、炊き合わせ、青菜のごま和えなど【実習】【レポート (知識)】 |
| 2 | 日本調理：栗おこわ、天ぷら、ひじきの煮物など 【実習】【レポート (知識)】 |
| 3 | 日本調理：茶碗蒸し、魚の煮つけ、白和えなど【実習】【レポート (知識)】 |

| | |
|----|--|
| 4 | 日本調理：丼物、汁物、きんぴらごぼう、即席漬けなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 5 | 中国調理：回鍋肉、雲吞、辣白菜など【実習】【レポート（知識）】 |
| 6 | 中国調理：飲茶（什錦炒麵、餃子、杏仁酥）など【実習】【レポート（知識）】 |
| 7 | 中国調理：炒墨魚、芙蓉蟹、酸辣湯など【実習】【レポート（知識）】 |
| 8 | 中国調理：春巻、酢豚、中華粥など【実習】【レポート（知識）】 |
| 9 | 西洋調理：ムニエル、コンソメスープ、バターケーキ、コーヒーなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 10 | 西洋調理：カニクリームコロッケ、コンポート、サラダなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 11 | 西洋調理：パスタ（スパゲッティ）、ミネストローネ、マリネなど【実習】【レポート（知識）】 |
| 12 | 西洋調理：クリスマス料理（カナッペ、ローストチキン、サラダなど）【実習】【レポート（知識）】 |
| 13 | 日本調理：おせち料理（だて巻き、きんとん、錦なます、雑煮など）【実習】【レポート（知識）】 |
| 14 | 特定の食材を多様な方法で調理する【実習】【レポート（知識）】 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前予習】教科書やプリントをよく読み、実習内容を確認する。（各授業に対して60分）

【事後学修】実習中は記録をきちんと取り、実習後に実習ノートを整理することで復習する。実習内容の確実な修得と調理技術を高めるため、積極的に家庭でも調理を行う。（各授業に対して60分）

評価方法および評価の基準

毎回の授業への取り組み15%、筆記試験40%、実技試験15%、実習ノート30%で総合的に評価を行い、60%以上を合格とする。ただし、筆記試験および実技試験の受験、実習ノートの提出いずれもクリアしていることが単位修得の条件である。

到達目標（1）授業への取り組み 5%/15% 筆記試験 15%/40% 実技試験 5%/15% 実習ノート 15%/30%

到達目標（2）授業への取り組み 5%/15% 筆記試験 15%/40% 実技試験 5%/15% 実習ノート 5%/30%

到達目標（3）授業への取り組み 5%/15% 筆記試験 10%/40% 実技試験 5%/15% 実習ノート 10%/30%

【フィードバック】授業最初に前回の授業に対する疑問点に回答し、学習内容の理解を深める。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】三輪里子監修 飯田文子・藤井恵子編著 石原三妃他共著 『改訂新版 あすの健康と調理 食を通して豊かなLife styleを』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』 大修館書店

【参考図書】

松崎政三・藤井恵子他編著 『映像で学ぶ調理の基礎とサイエンス』学際企画

川端晶子監修・著 阿久澤さゆり他共著 『改訂 イラストでわかる基本調理』 同文書院

香西みどり・綾部園子編著 『流れと要点がわかる 調理学実習』 光生館

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

実習室の衛生管理を考えて毎回授業に臨んでください。

食物アレルギーを持つ学生は初回の授業で申し出てください。

調理技術は繰り返すことで定着します。復習を兼ねて家でも調理を行うよう心がけてください。

| | | | |
|---------|---------------------------|---------|----|
| 科目名 | ウェルネス概論（演習を含む） | | |
| 担当教員名 | 飯田 路佳、村田 浩子、神田 俊平、若葉 京良 他 | | |
| ナンバリング | NAb1042 | | |
| 学 科 | 人間生活学部（N）-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 演習 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

有

実務経験および科目との関連性

各回のトピックについて、地域住民に対する健康づくり支援活動に携わってきた教員、学生～トップアスリートの健康・コンディショニング管理に携わってきた教員が担当し、現場で活用できる各種健康関連指標の測定・評価方法や支援の方法について演習を取り入れながら講義を進める

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法（ALを含む） 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、健康栄養学科健康運動コースの必修科目である。ウェルネスとは健康を基盤として豊かな人生、輝く人生を送ることである。生涯を通じて、心身ともに健康で豊かな生活を送るために大切なことを学びとってほしい。

科目の概要

子ども～高齢者、スポーツアスリートにおけるウェルネスの実際やスポーツ史・人類学の視点からウェルネスの歴史的な成り立ちについて学ぶ。

授業の方法（ALを含む）

毎回、1つのトピックについて、グループワーク等の演習を交えながら講義を進める。

到達目標

- 1.ウェルネスの基本的理念について理解し、説明することができる
- 2.一般人、アスリートにおけるウェルネスについて理解し、説明することができる
- 3.自分自身や周囲の人のウェルネスを実現するための具体的な方策について、自分なりの考えを説明することができる

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

- 3健康づくりに関わる指導をするためのコミュニケーション能力を身につけている
- 2健康に関わる問題に対して論理的に思考し、行動できる能力を有している
- 3自分の考えをもとに自己を表現するとともに、他人の考えに協調し、相互理解する能力を有している

内容

| | |
|---|-------------------------|
| 1 | オリエンテーション、ウェルネスとは何か【若葉】 |
| 2 | 身体の「かたち」とウェルネスの関係【相馬】 |

| | |
|----|------------------------------------|
| 3 | 身体の「使い方」とウェルネスの関係【相馬】 |
| 4 | ウェルネスにおける栄養の役割とは【徳野】 |
| 5 | 栄養素の基本エネルギー量とは【徳野】 |
| 6 | 各栄養素の体と化学の関係とは【徳野】 |
| 7 | 健康度を高める姿勢とは【飯田・若葉】 |
| 8 | 健康と体力の関係【飯田・若葉】 |
| 9 | 健康のための運動実践について【飯田・若葉】 |
| 10 | スポーツと健康の歴史 古代文明以前の人々の暮らしと健康【神田】 |
| 11 | スポーツと健康の歴史 古代文明における健康的な理想の人間像【神田】 |
| 12 | 東南アジアにおける健康とスポーツの実際（生涯スポーツ含む）【神田】 |
| 13 | 身体活動時の食事のとり方について【村田】 |
| 14 | 暑熱及び寒冷時の運動・スポーツ実施と栄養摂取について【村田】 |
| 15 | 運動・スポーツ実施と栄養・食事摂取の相乗効果について、まとめ【村田】 |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】シラバスを予め確認し、授業で紹介した文献や資料の自主的な講読を行い、授業で取り組む内容を理解する（60分）

【事後学修】授業で学修した内容を確認し、指定された様式に従い学修内容をまとめる（60分）

評価方法および評価の基準

授業態度を含めた平常点30%、レポート課題30%、グループワーク等の活動成果20%、リアクションペーパー等提出物20%とし、総合評価60%以上を合格とする。

【フィードバック】 提出された課題にはコメントを付して返却する

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】【推薦書】【参考図書】は適宜授業内で指示する。

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

受講生には、積極的・主体的な発言や行動をおこなうこと、また、受講生同士の積極的な交流を期待する。

| | | | |
|---------|-------------------|---------|----|
| 科目名 | 女性のコンディショニング管理論 | | |
| 担当教員名 | 村田 浩子、相馬 満利 | | |
| ナンバリング | NAb3044 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

幅広く分厚い教養教育を基盤とし、その基盤と有機的に結びついた学科での多様な専門教育が行われ、高い学力と深い専門性、広い視野を持つ人材を輩出することの社会的な意義について学修する。

科目の概要

講義では、生理的・身体的変化に伴う健康問題や女性特有の疾患、結婚・妊娠・出産・育児・介護など人生の様々なステージにおいて、将来直面する可能性のある現実的な諸問題とその背景を含めて女性のコンディショニングを理解させることを目的に解説する。

授業の方法 (ALを含む)

この授業は講義を基本に、グループワークやディスカッション、プレゼンテーション、ICT環境を生かした授業展開を目指し、学びを深めていく。【グループワーク】【討議・討論】【プレゼンテーション】【リアクションペーパー】【ICT】

到達目標

1. 生理的・身体的変化に伴う健康問題や女性特有の疾患について理解を深めることができる。
2. 近年問題視されている女性アスリートにおけるトレーニング開始年齢の低下や激しいトレーニングによる初経発来年齢の遅延、月経周期の異常、食行動の異常といった「女性アスリートの三主徴」について理解を深めることができる。
3. エネルギーとたんぱく質が欠乏し、健康な体を維持するために必要な栄養素が足りない状態である「低栄養」について正しい知識とその対処法について理解を深めることができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

内容

| | |
|---|---|
| 1 | オリエンテーション(村田・相馬) |
| 2 | セルフマネジメント・コンディショニング管理(目標設定・ダイアリー作成・セルフケア)(相馬) |

| | |
|----|---------------------------------------|
| 3 | 月経周期によるコンディションの変化（相馬） |
| 4 | トップアスリートの現状（女性アスリートの三主徴）（相馬） |
| 5 | 月経随伴症状（月経前症候群・月経困難症・月経移動）（相馬） |
| 6 | トップアスリートの現状（月経前・月経中の症状）（相馬） |
| 7 | 月経周期とパフォーマンス（相馬） |
| 8 | 月経とトレーニング（相馬） |
| 9 | 女性競技者及び運動実施者における低栄養（村田） |
| 10 | 若年女性における低栄養の現状（村田） |
| 11 | ライフステージにおける女性のコンディショニング1（思春期～青年期）（村田） |
| 12 | ライフステージにおける女性のコンディショニング2（中高年～高齢期）（村田） |
| 13 | 現代女性のライフスタイルと栄養・運動・休養（村田） |
| 14 | 現代女性におけるコンディショニングと食からのアプローチ（村田） |
| 15 | まとめ（村田・相馬） |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】自身の身体についてよく理解し、コンディションを自己管理する。女性のコンディショニングに関することを予習することも大事である。(60分)

【事後学修】日々の心身の状態を記録し、自分の身体と向き合う。また、授業で学んだことをノートなどにまとめ、復習する。(60分)

評価方法および評価の基準

授業の取り組み20%、毎回のリアクションペーパーなど10%、レポート20%、プレゼンテーション10%、筆記試験40%とし、総合評価60点以上を合格とする。

【フィードバック】

毎授業の最初に前回授業の質疑に返答し、学習理解を深められるようにする。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書・推薦書・参考図書】は、授業内で紹介する。

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|----------------------|---------|----|
| 科目名 | 健康づくりの運動A（体づくり運動・体操） | | |
| 担当教員名 | 飯田 路佳、若葉 京良、古関 美保子 | | |
| ナンバリング | NAb2042 | | |
| 学 科 | 人間生活学部（N）-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実技 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

有

実務経験および科目との関連性

子ども～高齢者まで地域住民に対する健康づくり・運動指導にかかわってきた教員が担当し、実際の健康づくり支援現場で活用できる運動プログラムや支援スキルについて具体的な事例を紹介（体験）しながら講義を進める。

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法（ALを含む） 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は教員の免許状取得のための必修科目である。中学校・高等学校の保健体育における体育実技を学ぶ科目である。

科目の概要

児童から高齢者までを対象とした健康づくり運動と、健康づくり運動に対する知識と技術を習得し、年齢・体力・健康状態などの個人差を配慮して対象者に応じた安全で効果的な運動プログラムの計画法を習得する。

授業の方法（ALを含む）

毎回1つの運動種目を取り上げ、実技を中心に授業を進める。毎回の授業の振り返りとして、リアクションペーパーを作成・提出する。

到達目標

体づくり運動の理解を深め、指導法など運動指導者に必要な知識を身に着けることができる。ストレッチング・ウォーキング・エアロビックダンス・アクアエクササイズなどの種目を通して、対象者の体力や生活に応じた運動を計画的に実施できる資質や能力、それに必要な指導力を身につける。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

- 3健康づくりに関わる指導をするためのコミュニケーション能力を身につけている
- 2健康に関わる問題に対して論理的に思考し、行動できる能力を有している
- 3健康で活力ある生活を送る社会実現に向けて、多様な人々とのつながりや協働を生み出す態度を備えている

内容

| | |
|---|-------------------------------|
| 1 | 健康づくり運動の意義、ウォームアップとクールダウン（若葉） |
| 2 | 体ほぐしの運動：ストレッチングと柔軟体操の実際（若葉） |
| 3 | 体力を高める運動：レジスタンス運動（若葉） |

| | |
|----|---------------------------------------|
| 4 | 体力を高める運動：ウォーキング（高齢者のウォーキングエクササイズ）（若葉） |
| 5 | 体力を高める運動：ジョギング（若葉） |
| 6 | エアロビックダンス オリエンテーションとエアロビックダンス体験（飯田） |
| 7 | エアロビックダンス ローインパクトとハイインパクト（飯田） |
| 8 | エアロビックダンス 基本的な考え方と特性（健康づくり運動の実際）（飯田） |
| 9 | エアロビックダンス 指導法 集団の運動指導・プログラム作成（飯田） |
| 10 | エアロビックダンス 発表・評価（含高齢者のチェアエクササイズ）（飯田） |
| 11 | 水中運動 水慣れ、水中ウォーキング（高齢者のアクア身体調整法）（古関） |
| 12 | 水中運動 アクアピクス（高齢者のアクアダンスエクササイズ）（古関） |
| 13 | 水中運動 アクアエクササイズ（高齢者のアクアエクササイズ）（古関） |
| 14 | 水中運動 指導法 集団の運動指導 プログラム作成（古関） |
| 15 | まとめ（古関） |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】シラバスを予め確認し、授業で紹介した文献や資料の自主的な講読を行い、授業で取り組む運動やスポーツ種目を理解する（60分）

【事後学修】授業で学修した内容を確認し、指定された様式に従い学修内容をまとめる（60分）

評価方法および評価の基準

平常点（授業に対する意欲、関心、態度を含む）60%、毎回のまとめ（振り返りシート）20%、実技テスト20%とし、総合的に評価し、6割以上を合格とする。

【フィードバック】提出された課題にはコメントを付して返却し、実技テストについてはテスト終了後にコメントをおこなう

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】【推薦書】【参考図書】は適宜授業内で指示する

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

装飾品（ピアスやネックレス等）は外し、長髪の場合は髪をまとめ、運動に適した服装で受講すること。

運動の得意・不得意、技術レベルに関係なく、受講生全員が心から楽しめる授業にするため、積極的・主体的な発言や行動をおこなうこと、また、仲間とともに身体を動かすことを楽しめるマインドをもつことを期待する。授業中は、受講生同士の積極的な交流を期待する。

| | | | |
|---------|--------------------|---------|----|
| 科目名 | 健康づくりの運動C（水泳・陸上競技） | | |
| 担当教員名 | 神田 俊平、相馬 満利、若葉 京良 | | |
| ナンバリング | NAb2043 | | |
| 学 科 | 人間生活学部（N）-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実習 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

有

実務経験および科目との関連性

当該科目及び関連科目において経験のある教員（本学及び、他大学において水泳・陸上競技の実技指導経験を有する）が担当する。

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法（ALを含む） 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、教職課程における中学校・高等学校一種免許状（保健体育）取得のための必須科目である。水泳・陸上競技とも達成型・競争型の特性を持つ。水泳は、年齢に関係なく誰でも無理なく行える運動であるが、事故が命を落とすことにもつながる危険性の高い運動でもある。水泳に関わる基礎的知識を身につけ、各種の泳法の技術のポイントを理解し、技能を向上させ、指導法に関する知識を深めていく。陸上競技も、幅広い年齢に親しまれる運動である。陸上競技に関わる基礎的知識を身につけ、各種目特有の技術のポイントを理解し、技能を向上させ、指導法に関する知識を深めていく。教職科目内においては、指導実践に活かすことのできる実技科目として位置づく。

科目の概要

この授業は、課題解決に向けて取り組むことで、学生主体の授業展開を目指す。また、「身体を動かす」ことの楽しさを伝え、コミュニケーション能力や協調性を深めていく。

授業の方法（ALを含む）

水泳では、抵抗の少ないフォームで、より大きな推進力を得られる効率のよい泳法を、映像資料により理解する。具体的な練習方法を実際に体験しながら学修する。習熟度別に班を編成し、授業を進める。陸上競技では、各種目特有の記録の向上につながる技術のポイントを、映像資料により理解する。具体的な練習方法を実際に体験しながら学修する。

到達目標

- ・水泳の運動特性及び各種泳法を理解し、実践・説明することができる。
- ・陸上競技の特性を理解し、実践・説明することができる。
- ・水泳・陸上競技の種目特有の技術のポイントを理解し、指導実践に活かすことができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

3健康づくりの運動に関する知識と技能 2論理的思考に基づく栄養指導・運動指導 1主体的・継続的学修

内容

- 1 水泳・陸上の歴史と意義（若葉）
- 2 泳法1 水慣れの原理と指導法（神田・若葉）
- 3 泳法2 ストリームラインのポイントと指導法（神田・若葉）
- 4 泳法3 クロールの動作の原理と指導法（神田・若葉）
- 5 泳法4 平泳ぎの動作の原理と指導法（神田・若葉）
- 6 泳法5 背泳ぎの動作の原理と指導法（神田・若葉）
- 7 泳法6 バタフライの動作の原理と指導法（神田・若葉）
- 8 着衣泳の意義とその指導法（神田・若葉）
- 9 陸上競技の歴史と陸上競技の意義（相馬）
- 10 陸上競技1 走の運動と指導法 短距離走・リレー（相馬）
- 11 陸上競技2 走の運動と指導法 ハードル走（相馬）
- 12 陸上競技3 走の運動と指導法 ジョギング（相馬）
- 13 陸上競技4 跳の運動と指導法 走り幅跳び（相馬）
- 14 陸上競技5 跳の運動と指導法 走り高跳び（相馬）
- 15 競技会や記録会の運営の仕方（相馬）

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

- 【事前準備】授業で扱う内容について事前に調べ、授業ノートに記入する。また、学生同士意思の疎通をはかる。（45分）
- 【事後学修】授業を振り返り、技術のポイント、練習方法など授業ノートに記入する。（45分）

評価方法および評価の基準

平常点（授業に取り組む姿勢・態度・関心）40点、提出物・レポートの内容30点、テスト30点とし、総合評価60点以上を合格とする。記録の優劣のみで評価することはせず、到達目標に沿って評価を行う。
欠席時間が4回を超えると評価を行わない（遅刻2回で、欠席1回とする）。

【フィードバック】

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

- 【教科書】使用しない
- 【推薦書】随時授業中に紹介する
- 【参考図書】随時授業中に紹介する

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

装飾品（ピアスやネックレス等）は外し、長髪の場合は髪をまとめ、運動に適した服装で受講すること。運動の得意・不得意、技術レベルに関係なく、受講生全員が心から楽しめる授業にするため、積極的・主体的な発言や行動をおこなうこと、また、仲間とともに身体を動かすことを楽しめるマインドをもつことを期待する。授業中は、受講生同士の積極的な交流を期待する。

| | | | |
|---------|------------------|---------|----|
| 科目名 | 健康づくりの運動F（球技） | | |
| 担当教員名 | 相馬 満利、清水 文子 | | |
| ナンバリング | NAb2045 | | |
| 学 科 | 人間生活学部（N）-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 実習 | 単 位 数 | 1 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法（ALを含む） 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

本科目は、教職課程における中学校・高等学校一種免許状（保健体育）取得のための必須科目である。健康のスペシャリストとして必要な運動技能を実技により修得する。また、球技において、最適なプレーの成果を得るためには、プレー条件や広い視野を持つ人材を輩出することの社会的な意義について学修する。

科目の概要

サッカーとハンドボールやバレーボール、ソフトボールを中心とした球技を通じてゴール型、ネット型、ベースボール型、それぞれの球技をプレー条件やルールを工夫し、多くの参加者が「戦術」にかかわることにより生じる球技の楽しさを体験し、球技の授業のあり方を、指導実践などを通して理解する。

授業の方法

学生主体の授業を展開していく。チームのレベルを考えたとうえで、学生自らがルールを考え実行していく。

学修目標（＝到達目標）

- 1．種目を通じて運動のスキルアップをはかり指導方法を獲得することができる。
- 2．フィジカルトレーニングの効果の獲得は勿論だが、クラス内でとる良いコミュニケーションを通じて、何よりも楽しく意識的にスポーツに取り組むことができる。

内容

この授業は、課題解決に向けて取り組むことで、学生主体の授業展開を目指す。また、「身体を動かす」ことの楽しさを伝え、コミュニケーション能力や協調性を深めていく。

- 1：天候等によっては、グラウンドで行う場合とアリーナで行う場合があるので外履き・体育館履きの両方を必ず準備すること。
- 2：運動のできる服装で参加。体調不良等の理由でやむを得ない場合は見学となるが、その際も運動着に必ず着替えること。

| | |
|---|---|
| 1 | 球技の基本的な特性を学ぶ（相馬・清水） |
| 2 | ゴール型（バスケットボール）：ボール操作を学ぶ（清水） |
| 3 | ゴール型（バスケットボール）：戦術を学ぶ（解説・試合・まとめ）（清水） |
| 4 | ゴール型（ハンドボール）：ボール操作を学ぶ（解説・練習・試合・まとめ）（清水） |

| | |
|----|--|
| 5 | ネット型（卓球）：戦術を学ぶ（解説・練習・試合・まとめ）（清水） |
| 6 | ネット型（バドミントン）：ラケット操作を学ぶ（解説・練習）（清水） |
| 7 | ネット型（バドミントン）：戦術を学ぶ（試合・まとめ）（清水） |
| 8 | ゴール型（サッカー）：ボール操作を学ぶ（相馬） |
| 9 | ゴール型（サッカー）：戦術を学ぶ（解説・試合・まとめ）（相馬） |
| 10 | ネット型（バレーボール）：ボール操作を学ぶ（相馬） |
| 11 | ネット型（バレーボール）：戦術を学ぶ（解説・試合・まとめ）（相馬） |
| 12 | ネット型（テニス）：戦術を学ぶ（解説・練習・試合・まとめ）（相馬） |
| 13 | ベースボール型（ソフトボール）：打撃動作・投動作を学ぶ（解説・練習）（相馬） |
| 14 | ベースボール型（ソフトボール）：戦術を学ぶ（試合・まとめ）（相馬） |
| 15 | まとめ（相馬・清水） |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前予習】基礎体力づくり。様々な球技スポーツのルールを確認しておく。（各授業に対して60分）

【事後学修】振り返りノートなどを作成し活用。（各授業に対して60分）

評価方法および評価の基準

平常点（授業に取り組む姿勢・態度・関心）50% / 提出物の内容10% / 指導実践、実技試験やレポート40%による評価を行い、60%以上を合格点とする。授業内で行うゲームの勝敗等については、マイナスの評価はしない。欠席時間が4回を超えると評価を行わない（遅刻2回で、欠席1回とする）。合格点に満たなかった場合は、再試験を行う。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】使用しない

【推薦書】随時授業中に紹介する

【参考図書】随時授業中に紹介する

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

装飾品（ピアスやネックレス等）は外し、長髪の場合は髪をまとめ、運動に適した服装で受講すること。運動の得意・不得意、技術レベルに関係なく、受講生全員が心から楽しめる授業にするため、積極的・主体的な発言や行動をおこなうこと、また、仲間とともに身体を動かすことを楽しめるマインドをもつことを期待する。授業中は、受講学生同士の積極的な交流を期待する。

| | | | |
|---------|----------------------------|---------|----|
| 科目名 | 食文化概論 | | |
| 担当教員名 | 名倉 秀子、林 典子、小長井 ちづる、土井 善晴 他 | | |
| ナンバリング | NAc1079 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

「有」

実務経験および科目との関連性

- ・第2～4の授業は、おいしいもの研究所の代表より、和食文化の観念について概要を講義する。
- ・第13回～第15回の授業では、医療機関で食物アレルギーの食事指導経験のある教員が、食文化と疾病との関わりについて概要を講義する。

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

食文化コースの必修科目である。4年間の学びにおける食文化専門領域の入門講座としての科目である。

科目の概要

食文化の学問領域は広範囲に及ぶことから、総合的に捉え、理解できるよう5名の教員が各専門分野から食文化を概説する。それらの内容から4年間の食文化コースでの学びの目標、ゴールの設定を学生がそれぞれが考え、見出す授業を展開する。食文化に関わる疑問や問題点を見出し、その問題点に応えるための学びの視点に気づき、栄養領域との関係を理解できる授業内容を展開していく。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、講義による解説とテーマに基づく調査やグループによるディスカッションを取り入れて3回ずつの専門分野ごとに授業を展開する。知識の定着や確認のためにリアクションペーパー、グループワーク、表現力の育成のために討議や討論、プレゼンテーションなどを積極的に組み込んで授業を行う。

到達目標

1. 食文化コースで学ぶ専門領域には、どのような専門分野が含まれるのか述べたり、説明することができる。
2. 食文化コースでの興味あるテーマや課題、あるいは問題点を見出すとともに、それらを表現示することができる。
3. 4年間の学びの目標を設定し、食文化の学びの意義について応えることができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

- 1栄養に関する基礎的知識と技能
- 2健康問題への論理的思考・行動

内容

| | |
|---|-----------------------------------|
| 1 | オリエンテーション、本講義15回の担当者と授業内容の説明。[全員] |
|---|-----------------------------------|

| | |
|----|--|
| 2 | 和食文化の観念()思想：起源・進化発展・現代・可能性 和食とはなにかと考える。 [土井善晴]【リアクションペーパー、ディスカッション、レポート】 |
| 3 | 和食文化の観念()技術：基本思想(時間・場所・方法の変化) 和食の思想をもとにした和食の調理技術を考える。 [土井善晴]【ディスカッション、レポート】 |
| 4 | 和食文化の観念()思想と技術 和食の起源を知り、日本人の食事を考える。 [土井善晴]【リアクションペーパー、ディスカッション、レポート】 |
| 5 | 食文化の形成と地域性について [名倉秀子]【ディスカッション】 |
| 6 | 地域の食文化や食生活の紹介 [名倉秀子] 【ディスカッション、プレゼンテーション】 |
| 7 | 食文化に影響する自然環境について [伊藤美穂]【リアクションペーパー】 |
| 8 | 食文化と社会的環境について [伊藤美穂]【ディスカッション】 |
| 9 | 食文化の伝承のための食育を考える [伊藤美穂]【ディスカッション、プレゼンテーション】 |
| 10 | 食文化と食習慣の関係について [小長井ちづる] 【リアクションペーパー】 |
| 11 | 食文化と食のおいしさを考える [小長井ちづる]【ディスカッション】 |
| 12 | 食文化に関係する食の嗜好 [小長井ちづる]【ディスカッション、プレゼンテーション】 |
| 13 | 食文化に関連する食と疾病について [林典子]【リアクションペーパー】 |
| 14 | 日本の食文化と超高齢化社会の健康 [林典子]【ディスカッション】 |
| 15 | 食文化と食物アレルギーの関係 [林典子]【ディスカッション、プレゼンテーション】 |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】第1回のオリエンテーションおよび各担当教員の授業初回時に、具体的な準備内容を示す。[90分]

【事後学修】各担当教員から課題が示され、それに対して適切な方法によりまとめる。[90分]

評価方法および評価の基準

各担当教員が、到達目標に関して課題を提示する。その内容に対してプレゼンテーションやレポートを課す。各担当教員による課題(プレゼンテーションやレポート)を総合的に20点として評価し、5名??20点による総合評価が60点以上を合格とする。

【フィードバック】担当教員の講義内でレポート等は返却、実施する。

教科書・推薦書(著者名・書名・出版社名)

【教科書】使用しない。授業中に適宜プリントを配布する。

【推薦書】担当教員より、授業時に紹介する。

【参考図書】

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|-------------------|---------|----|
| 科目名 | 食文化と健康 | | |
| 担当教員名 | 名倉 秀子 | | |
| ナンバリング | NAc2080 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

食文化コースの4年間の学びの中で、専門領域「食の文化」の選択必修科目である。人間が食べるということは生理的、精神的な意義があり、食べるということはどういうことを考える科目である。また、美味しさの追求と健康との関係について、個人レベルと同時に地球レベルで認識する。

科目の概要

本講では、ブリアサバランの美味礼賛 (アフォリズム含む)、道元禅師の典座教訓・赴粥飯法、神饌などに示される美学、栄養学、生理学、料理哲学、調理学、食作法に通じる食事に関する美学や哲学を解説しながら、物質的機能を最優先する食生活のあり方に食の文化をとおした精神的機能の必要性を見出し、健康との関係を示しながら、今後の日本の食文化のゆくえを考え、その発信を意欲的に行うために必要な基本的な知識を理解できるように講義する。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、講義による解説とグループワークによるディスカッション、その他、リアクションペーパーやレポートなどを積極的に取り入れる。

到達目標

1. 食に関係するアフォリズム等について、その真理を理解し、それぞれの言葉で表現、説明できる。
2. 食生活や食文化と健康との問題や関係性、繋がりについて例を挙げ、述べることができる。
3. グループワークにおいて、積極的に授業に参加することができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

- 1栄養に関する基礎的知識と技能 -3相互理解と自己表現 -1食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

| | |
|---|------------------------------------|
| 1 | オリエンテーション、本講義の授業内容とその進め方の説明 |
| 2 | ユネスコ無形文化遺産に登録された和食について【リアクションペーパー】 |

| | | |
|----|----------------------|---------------------|
| 3 | 和食の健康的な食生活への貢献 | 【グループワーク】 |
| 4 | 和食文化の保護と継承 | 【討議・討論】 |
| 5 | 今後の和食文化の発展に向けて | 【レポート】 |
| 6 | 和食と日本の食の思想 | 【リアクションペーパー】 |
| 7 | 食に関わる禅寺の教え1 料理する人 | 【グループワーク】【討議・討論】 |
| 8 | 食に関わる禅寺の教え2 料理をいただく人 | 【グループワーク】【討議・討論】 |
| 9 | 世界の人はいかに食べつつあるか | 【グループワーク】 |
| 10 | 料理と芸術の関係 | 【討議・討論】 |
| 11 | 「おいしい」「美味しい」「美味学」の関係 | 【リアクションペーパー】 |
| 12 | 美味礼賛（味覚の生理学）より | 【リアクションペーパー】【討議・討論】 |
| 13 | アフォーリズムについて考える1 | 【グループワーク】【討議・討論】 |
| 14 | アフォーリズムについて考える2 | 【グループワーク】【討議・討論】 |
| 15 | まとめ | 【レポート】 |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】授業時に適宜プリントの配布を行う。そのプリントを読み、理解できない内容についてまとめる。授業時に説明を加える。[90分]

【事後学修】授業内容に関する新たな発見、問題、などをまとめておく。[90分]

評価方法および評価の基準

各授業回に指示する課題への取組み（40%）と授業での討議・討論（40%）、レポート（20%）とし、総合評価60点以上を合格とする。

【フィードバック】

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】和食文化国民会議監修 和食文化ブックレット 「和食とは何か」思文閣出版

【推薦書】

【参考図書】

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|-------------------|---------|----|
| 科目名 | 食の比較文化論 | | |
| 担当教員名 | 船曳 建夫、名倉 秀子、伊藤 美穂 | | |
| ナンバリング | NAc2081 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | |
| 開 講 期 | 前期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

無

実務経験および科目との関連性

無

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

健康栄養学科の選択科目である。健康や栄養についての他の科目を関連づけるために、広い見地から「食」について学ぶ。繰り返しの受講は不可。

科目の概要

「食」とは私たちが生存するために食べ物をからだに入れることである。しかし私たちは生活の中で食べ物を美味しいから、元旦にふさわしいからと選び、神が汚れと定めているからと避け、「からだ」だけではなく「頭」でも食べている。その「食べる頭」の中味について考える。

授業の方法

私たちが食べ物についてどう考えているかを、

- 1) 毎回の講義の前半では具体的な事例を挙げて、そこに潜んでいる論理や仕組みを説明する。
- 2) 後半ではその論理や仕組みが私たち個人の食生活にどのように働いているか、またその論理や仕組みが私たちが生きている世界をどのように作り上げているかを、解き明かす。

到達目標

- 1) 「食」が、からだに食物、栄養を取り込む、というシンプルな行為以上の、広く大きな文化的、社会的な意味のあることを理解し、「食」について考え直す。
- 2) 「私」から世界に向かって：自分が「食」に美しさやおぞましさ、見栄や誇りを感じることによって、自分が外の世界と「食」を通じた関係を持っていることを生活のいろいろな場面で気づく。
- 3) 「世界」から私に向かって：私たちの食生活を成立させている地球規模のシステムのあること、そうした外側からの影響やルールによって私たちの食生活が作られていることを、自分自身の問題として理解する。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

- 1 栄養に関する基礎的知識と技能
- 3 食・運動指導のためのコミュニケーション能力
- 2 問題の把握・解決策の立案

内容

| | |
|----|--|
| 1 | オリエンテーション 「食」は私たちの「すべて」であること 事例:「食わず嫌い」 |
| 2 | ヒト(人類一般のこと)は何でも食べられるように進化した。それでも食べるものと食べないものがあるのはなぜ? ・事例:「ベジタリアン」 |
| 3 | 食べることと「結婚」すること 事例:すべてのヒトは結婚相手に「外の人」を選ぶ。しかし、「外の、そのまた外の人」は選ばない |
| 4 | 食べることと「戦争」すること 事例:ヒトは「外の人」と戦争をするが、友だちにもなる。しかし、戦争もしないし友人にもならない相手とはどうなる? |
| 5 | 食べることがあれば、「食べない」こともある 事例:断食、タブー、「ティファニーで朝食を」 |
| 6 | 料理の三角形 事例:「焼いたもの」と「生(なま)のもの」。鮭はどこに入る? |
| 7 | 中休み:ここまでの講義で説明された「食」にひそむ論理と仕組みをおさらいする。 |
| 8 | 世界を制覇した食料、世界を旅する食物。 事例:胡椒、砂糖、ピザ、サンドイッチ、そしてSUSHI。 |
| 9 | ファーストフードはどこまで速くなるか? 事例:マクドナルドと回転鮭。 |
| 10 | 「共食」と「個食」が作る社会関係。 事例:祭りと宴、鍋物、インスタントラーメン。 |
| 11 | 「食」に見られる道徳と倫理。 事例:「フェアトレード」 |
| 12 | 頂上で一休み:「頭で食べる」とはどういうことかをおさらいする。 |
| 13 | 鮭の過去と未来 事例:「小僧の神様」、ミシュラン三つ星。 |
| 14 | 神との食事、神話の食物 事例:「聖書・最後の晩餐」、「古事記」。 |
| 15 | まとめ |

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】受講者自身の「食生活」の中にある、講義内容の「事例」および前回の講義終了時に指示した問題点について関心を持ち、考えてくる。[30分]

【事後学修】講義内容と、受講者自身の「食生活」を結びつけてとらえ直してみる。[30分]

評価方法および評価の基準

講義期間中に一回、到達度を調べるための小レポートを提出(30%)、最終講義の「まとめ」において筆記試験を行う(70%)。それらの評価を合わせた総合評価60点以上を合格とする。

教科書・推薦書(著者名・書名・出版社名)

指定なし。

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など

| | | | |
|---------|-------------------|---------|----|
| 科目名 | 食事学概論 | | |
| 担当教員名 | 土井 善晴、名倉 秀子、伊藤 美穂 | | |
| ナンバリング | NAc1082 | | |
| 学 科 | 人間生活学部 (N)-健康栄養学科 | | |
| 学 年 | 1 | ク ラ ス | |
| 開 講 期 | 後期 | 必修・選択の別 | 選択 |
| 授 業 形 態 | 講義 | 単 位 数 | 2 |
| 資 格 関 係 | | | |

実務経験の有無

実務経験および科目との関連性

ねらい 科目の性格 科目の概要 授業の方法 (ALを含む) 到達目標 ディプロマ・ポリシーとの関係

科目の性格

食文化コースの必修科目である。4年間の学びにおける食文化専門領域の基礎なる科目である。

科目の概要

食事は人間の創造の始まりです。食事は単に栄養摂取・本能の満足 (ストレス解消)・コミュニケーション (鍋を囲む) ではありません。これまでは食べるだけでも意味は大きく、それで食事の意味も十分だと私たちは信じてきたのです。しかし、食事とは「料理して食べる」こととすれば、食事の意味は広がり、深まります。これまで食事学の必要を感じることはなかったのは、それは当たり前前の日常に埋没していたからです。しかし、その当たり前前が失われてしまった今、食事学の必要を感じます。人間は料理する動物です。火の使用を50万年として、以来続けてきた行為は、料理することです。料理するという行為には、人間を人間たらしめる働きがあります。食事学の基礎から、食事哲学までを考えていきます。

授業の方法 (ALを含む)

本科目では、講義による解説とともに、ディスカッションやプレゼンテーションを取り入れた授業を行います。また、授業の方法は、初回の授業で説明いたします。

到達目標

- (1) 食事とは何か、食事に関する考え方を自分の言葉で述べることができる。
- (2) 和食の特徴を理解するとともに、工夫して器に料理を盛り付けることができる。
- (3) 旬を知るために、自然の変化に関心を持ちながら、授業に取り組むことができる。

ディプロマ・ポリシーとの関係

この科目は、健康栄養学科のディプロマ・ポリシーの以下の資質・能力を育成することを目的とする。

- 1: 情報収集、エビデンスに基づく判断・評価 -1: 食文化・運動に関する主体的・継続的学修

内容

第1~2回 食事学の範囲、人間の起源、料理する動物 (生命誌)、食事という行為、学習機能 (与えられる経験 / 経験 (情報) の身体的蓄積)

否認知力、食育 (真の食教育) 何が与えられるのか

第3~4回 和食の起源、和食の思想、和洋の比較、秩序、人間と自然の関係、ケ・ハレ、日本人の世界観

【討議・討論】

- 第5～6回 食事の方法の意味、調理に参加する、創作、人間とニンゲンの関係、あるものを食べるという行為
- 第 7回 和食の特徴、日本における器の多様性、盛り付け 【プレゼンテーション】
- 第 8回 民藝 / 工芸 民藝のメッセージ、道具の美、ものとももの間に生まれる情緒、人間と自然の間の必要性
- 第 9回 日本の情緒 日本人の美意識、茶と料理、茶道の意味、茶の価値観、季節を楽しむ（旬を知る）
- 第10～11回 調理技術、献立（場を読む） 場の料理（意味） 【討議・討論】
- 第12～13回 伝統料理 art de vie / 暮らしの料理、民族の料理、暮らしの料理、レストラン料理の起源、調理場（台所）というシステム
- 第14回 創作料理の思考、現代の食事の楽しみの多様性、化学変化、イマジネーション
- 第15回 未来、料理の（意味）価値 まとめ

各授業回における授業外学習の内容・所要時間

【事前準備】初回の授業で説明します。

【事後学修】初回の授業で説明します。

評価方法および評価の基準

初回の授業にて、説明します。（総合評価60点以上を合格とする。）

【フィードバック】

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】初回の授業で紹介、連絡します。

【推薦書】

【参考図書】

学習上の助言、教員からのメッセージ、履修上の注意点など