

科目名	開講時期	必修・選択	科目区分	単位（時間）	科目責任者
栄養学演習	4年次	必修	演習	1単位（30時間）	高橋 知衣
授 業 概 要					
基礎栄養学で学んだ5大栄養素が人体の機能維持において果たす役割、その過不足がもたらす欠乏症と過剰症、消化・吸収・代謝の動態について理解を深める。さらに水分代謝、エネルギー代謝についても理解する。					
到 達 目 標					
<p>☆各栄養素の関係が説明できる。</p> <p>☆健康の保持・増進、疾病の予防・治療における各栄養素の役割を説明することができる。</p> <p>☆水分代謝・エネルギー代謝について説明できる。</p> <p>☆管理栄養士国家試験出題基準に従い、管理栄養士に必要な不可欠な栄養学の基礎知識を説明できる。</p>					
回	学 習 内 容				担当教員
1	糖質の栄養：糖質の消化・吸収、体内代謝				高橋 知衣
2	脂質の栄養：脂質の消化と吸収、体内代謝				
3	タンパク質の栄養：タンパク質の消化と吸収、体内代謝				
4	3大栄養素の関わり：3大栄養素の体内での関わり				
5	食物繊維：食物繊維の働きと摂取量				
6	ビタミンの栄養：脂溶性ビタミンの働き				
7	ビタミンの栄養：水溶性ビタミンの働き				
8	無機質の栄養：多量元素、微量元素の働き				
9	摂食行動：生活リズムと食生活、摂食の調節				
10	消化と吸収と栄養素の体内動態①				
11	消化と吸収と栄養素の体内動態②				
12	水分と電解質				
13	エネルギー代謝①：基礎代謝とは何か				
14	エネルギー代謝②：エネルギー消費量の測定方法				
15	まとめ				
学 習 方 法					
必ず予習復習をする。授業には積極的に参加・発言する。					
評 価 方 法					
〔評価方法〕 科目修了試験（90%）および学習態度（10%）で総合評価する。					
先 修 科 目					
教科書、参考書					
〔参考書〕 東京アカデミー編『管理栄養士国家試験対策完全合格教本 上巻』（七賢出版） 奥 恒行・柴田 克己 編『基礎栄養学』（南江堂）					