

2025年度 授業シラバスの詳細内容

○基本情報			
科目名	栄養学 (Nutrition)		
ナンバリングコード	S10301	大分類 / 難易度 科目分野	保健医療学科 / 基礎レベル / 臨床検査学
単位数	1	配当学年 / 開講期	2 年 / 後期
必修・選択区分	コース必修 ※入学年度及び所属学科コースで異なる場合がありますので、学生便覧で必ず確認してください。		
授業コード	S006151	クラス名	-
担当教員名	岩崎 香子		
履修上の注意、 履修条件	・解剖学、生理学で学修した消化・吸収の部分を復習してから講義に望んでください。 ・本科目では基礎事項を学びますが、毎回異なるトピックを扱うので欠席がないようにしてください。 ・講義前までに該当箇所を必ず読んでおいてください。		
教科書	①栄養科学シリーズNEXT 新・栄養学総論 第2版(友竹浩之・桑波田雅士編、講談社、2020年) ②楽しくわかる栄養学(中村丁次、羊土社、2020年)		
参考文献及び指定図書	日本人の食事摂取基準〈2020年版〉(伊藤 貞嘉・佐々木 敏 監修、第一出版、2020年) 系統看護学講座 人体の構造と機能[3] 栄養学 第13版(中村丁次他、医学書院、2020年) 栄養科学イラストレイテッド基礎栄養学 第4版(田地陽一 編、羊土社、2020年)		
関連科目	解剖学、生理学、生化学		

○基本情報		
授業の目的	食物には我々の生命維持、成長、健康保持に必要な物質(栄養素)が含まれています。これらを口から摂取し、消化・吸収を経て体内で代謝する過程を学ぶことで、それぞれの栄養素の役割を理解し、どのような食生活が望ましいかを判断できる知識を修得します。併せて健康状態、栄養状態を良好に保つための具体的な栄養摂取の考え方についても理解を深めます。	
授業の概要	食物にはヒトの生命維持、成長、健康保持に必要な物質(栄養素)が含まれる。これらを口から摂取し、消化・吸収を経て体内で代謝する過程を学ぶことで、それぞれの栄養素の役割を理解し、どのような食生活が望ましいかを判断できる知識を修得する。ヒトの健康状態、栄養状態を良好に保つための具体的な栄養摂取の考え方についても学ぶ。	
授業の運営方法	(1) 授業の形式	「講義形式」
	(2) 複数担当の場合の方式	「該当しない」
	(3) アクティブ・ラーニング	「グループワーク」
地域志向科目		
実務経験のある教員による授業科目		

○成績評価の指標		○成績評価基準(合計100点)		
到達目標の観点	到達目標	テスト (期末試験・中間確	提出物 (レポート・作品等)	無形成果 (発表・その他)
【ディプロマ・ポリシー1】	1. 同級生と共同作業課題に取り組み、自分の理解不十分な点を洗い出す。 2. 共同課題に取り組んだ同級生の良かった点を相手に伝え、共有する			10点
【ディプロマ・ポリシー2】	1.食物の消化・吸収を比較することができる。 2.5大栄養素(炭水化物、脂質、タンパク質、ビタミン、無機質)と水について、生体での役割が説明できる。 3.栄養素の体内運搬について、例を挙げて説明できる。	70点		20点
【ディプロマ・ポリシー3】				
【ディプロマ・ポリシー4】				

○成績評価の補足(具体的な評価方法および期末試験・レポート等の学習成果・課題のフィードバック方法)	
・講義終了時に毎回課される個人課題の提出状況と達成度は提出物として評価します。 ・共同作業課題(グループワーク)は、指定された内容を同級生と一緒に取り組んでレポートとして提出してもらいます。レポート内容を評価します。指示内容に従っていない場合や、記入漏れがある場合は評価対象から外します。 ・個人課題と共同作業課題については、授業内でポイントを解説し、フィードバックします。	

○その他	
・栄養学は日々の食事と直結しています。内容を学ぶだけでなく、日ごろの自分の食生活に関心をもち、学習した内容を生かしてください。 ・1年次に学修した生理学、生化学の知識が栄養学の理解を助けます。カタカナ表記の語句が多く、似ている言葉も多いため苦手意識が強くなりがちです。これらを払拭するために、毎回講義終了時に出される個人課題に丁寧に取り組んでください。 ・共同作業課題も学習内容の理解を定着させるために重要です。必ず実施して提出してください。 ・教科書ならびに配布する資料を利用しながら学習を進めてください。特に教科書②は平易かつコンパクトに内容が記されているので、予習で必ず読みましょう。講義時間はメモを取る時間を設けますので、メモを取る習慣をつけましょう。授業後には、講義中のメモを基に教科書①を参照しながら、学習内容をまとめてください。 ・理解が困難な点については、担当教員に質問してください。時間が可能な限り対応します。	

2025年度 授業シラバスの詳細内容

○授業計画	科 目 名 担当教員	栄養学(Nutrition) 岩崎 香子	授業コード	S006151
学修内容				
1. 栄養素の消化と吸収 はじめに本講義の内容、講義スケジュール、成績評価等について説明を行う。 予習・復習の仕方についても助言する。 初回は、栄養素の消化と吸収について復習し、理解を深める。				
予習	教科書①P10-28、教科書②P62-69を読んで、理解が困難な個所を洗い出しておく。			約2時間
復習	学習した内容を整理する。教科書①P28の演習問題を解く。			約2時間
2. 炭水化物の栄養 炭水化物の栄養(種類、代謝、エネルギー産生、食物繊維のはたらき)について学ぶ。				
予習	教科書①P29-48、教科書②P40-43を読んで、理解が困難な個所を洗い出しておく。			約2時間
復習	学習した内容を整理する。教科書①P48の演習問題を解く。			約2時間
3. タンパク質の栄養 タンパク質の栄養(タンパク質・アミノ酸の構造、タンパク質の栄養価)について学ぶ。				
予習	教科書①P49-61、教科書②P36-38を読んで、理解が困難な個所を洗い出しておく。			約2時間
復習	学習した内容を整理する。教科書①P61の演習問題を解く。			約2時間
4. 脂質の栄養 脂質の栄養(中性脂肪の代謝、脂肪酸の種類、コレステロールの特徴)について学ぶ。				
予習	教科書①P62-74、教科書P39-40を読んで、理解が困難な個所を洗い出しておく。			約2時間
復習	学習した内容を整理する。教科書①P74の演習問題を解く。			約2時間
5. ビタミンの栄養 ビタミンの栄養(脂溶性/水溶性ビタミンの働き、過剰症/欠乏症)について学ぶ。				
予習	教科書①P75-93、教科書②P43-48を読んで、理解が困難な個所を洗い出しておく。			約2時間
復習	学習した内容を整理する。教科書①P93の演習問題を解く。			約2時間
6. ミネラル(無機質)の栄養 ミネラル(多量ミネラル/微量ミネラル)の働きについて学ぶ。				
予習	教科書①P94-112、教科書②P48-53を読んで、理解が困難な個所を洗い出しておく。			約2時間
復習	学習した内容を整理する。教科書①P112の演習問題を解く。			約2時間
7. 水のはたらき・エネルギー代謝 水のはたらきと出納、エネルギー代謝について学ぶ。				
予習	教科書①P113-133、教科書②P53-54、88-96を読んで理解が困難な個所を洗い出しておく。			約2時間
復習	学習した内容を整理する。教科書①P112、133の演習問題を解く。			約2時間
8. 栄養アセスメント 栄養アセスメントの必要性、アセスメントに用いる指標の特徴を学ぶ。				
予習	教科書②P122-139を読んで理解が困難な個所を洗い出しておく。			約2時間
復習	学習した内容を整理する。講義中に提示された課題に取り組む			約2時間

○授業計画	科 目 名 担当教員	栄養学(Nutrition) 岩崎 香子	授業コード	S006151
学修内容				
9. 期末試験 期末試験を実施する。試験範囲は全8回が対象。				
予習				
復習				
10.				
予習				
復習				
11.				
予習				
復習				
12.				
予習				
復習				
13.				
予習				
復習				
14.				
予習				
復習				
15.				
予習				
復習				
16.				
予習				
復習				