

7. 各大学提供科目

⑤ 各科目のシラバス

・ 対面授業科目

対面授業(教養教育科目)				03001																
栄養学入門			竹原良記																	
Introduction of Nutrition																				
履修年次:1年生	2単位	前期	1コマ	定員 10名																
<p>【授業の目的】 食に関連した様々な生活習慣病の脅威や食環境変化にさらされている現在、私たちが健康に生きていくためには科学的根拠に基づいた栄養に関する正しい知識を身につけることが必要です。 本講義では、初学者のために栄養学の基礎知識を、最近の情報も加えて分かりやすく解説します。</p>																				
<p>【授業内容】</p> <table border="0"> <tr> <td>1. 健康と栄養</td> <td>9. 食品の機能性と栄養:抗酸化物質</td> </tr> <tr> <td>2. 食事と栄養:食事に含まれる栄養物質(糖質、脂質)</td> <td>10. 健康とダイエット</td> </tr> <tr> <td>3. 食事と栄養:食事に含まれる栄養物質(たんぱく質)</td> <td>11. ライフステージと栄養:乳児期と成長期</td> </tr> <tr> <td>4. 食事と栄養:食事に含まれる栄養物質(ミネラル、ビタミン、水分)</td> <td>12. ライフステージと栄養:成人期と高齢期</td> </tr> <tr> <td>5. 食事と栄養:食後の体の働き</td> <td>13. 生活習慣病と栄養</td> </tr> <tr> <td>6. 食事と健康:栄養状態の判定</td> <td>14. 遺伝と栄養</td> </tr> <tr> <td>7. 食事と健康:食事摂取基準</td> <td>15. 栄養情報と健康</td> </tr> <tr> <td>8. 食品の機能性と栄養:食物繊維</td> <td>16. 試験</td> </tr> </table>					1. 健康と栄養	9. 食品の機能性と栄養:抗酸化物質	2. 食事と栄養:食事に含まれる栄養物質(糖質、脂質)	10. 健康とダイエット	3. 食事と栄養:食事に含まれる栄養物質(たんぱく質)	11. ライフステージと栄養:乳児期と成長期	4. 食事と栄養:食事に含まれる栄養物質(ミネラル、ビタミン、水分)	12. ライフステージと栄養:成人期と高齢期	5. 食事と栄養:食後の体の働き	13. 生活習慣病と栄養	6. 食事と健康:栄養状態の判定	14. 遺伝と栄養	7. 食事と健康:食事摂取基準	15. 栄養情報と健康	8. 食品の機能性と栄養:食物繊維	16. 試験
1. 健康と栄養	9. 食品の機能性と栄養:抗酸化物質																			
2. 食事と栄養:食事に含まれる栄養物質(糖質、脂質)	10. 健康とダイエット																			
3. 食事と栄養:食事に含まれる栄養物質(たんぱく質)	11. ライフステージと栄養:乳児期と成長期																			
4. 食事と栄養:食事に含まれる栄養物質(ミネラル、ビタミン、水分)	12. ライフステージと栄養:成人期と高齢期																			
5. 食事と栄養:食後の体の働き	13. 生活習慣病と栄養																			
6. 食事と健康:栄養状態の判定	14. 遺伝と栄養																			
7. 食事と健康:食事摂取基準	15. 栄養情報と健康																			
8. 食品の機能性と栄養:食物繊維	16. 試験																			
<p>【テキスト】 日本フードスペシャリスト協会 編 「栄養と健康」 建帛社</p>																				
<p>【参考図書】 江指隆年ら 編 「ネオエスカ 基礎栄養学」 同文書院 江指隆年ら 編 「ネオエスカ 応用栄養学」 同文書院</p>																				
<p>【成績評価の方法】 授業中の質問および課題(30%)、授業の最後に行う小テスト(20%)、および期末試験(50%)の全てを合計し、60%以上を取得した者に対して単位を認定します。</p>																				