

授業計画（シラバス）

|         |                                    |      |       |      |     |
|---------|------------------------------------|------|-------|------|-----|
| 教育内容    | 専門基礎分野 人体の構造と機能                    |      |       |      |     |
| 科目名     | 栄養代謝（栄養学）                          | 対象学年 | 1年 後期 |      |     |
| 単位（時間数） | 1単位（22時間）                          | 講義時間 | 20時間  | 試験時間 | 2時間 |
| 講師名     | 外来講師                               | 実務経験 | 管理栄養士 |      |     |
| 学習目標    | 人間の基本的な栄養素の吸収と代謝、栄養価と摂取基準について理解できる |      |       |      |     |

| 回数   | 単元・授業内容                            | 授業形態 | 使用教材 |
|------|------------------------------------|------|------|
| 1    | 糖質について                             | 講義   | 教科書  |
| 2    | 脂質・コレステロールについて                     | 講義   |      |
| 3    | 必須アミノ酸・たんぱく質について                   | 講義   |      |
| 4    | 脂質の分解                              | 講義   |      |
| 5    | ビタミンについて                           | 講義   |      |
| 6    | 鉄・ミネラル・カリウム・カルシウムなど                | 講義   |      |
| 7    | 5大栄養素、血糖                           | 講義   |      |
| 8    | 食品・食事の成分と構成の実際                     | 演習   |      |
| 9    | エネルギー代謝の測定の実際<br>エネルギー消費と代謝、身体活動強度 | 演習   |      |
| 10   | 食事摂取基準の実際<br>栄養素の指標の実際             | 演習   |      |
| 11   | 終講試験                               |      |      |
| 教科書  | 栄養学（医学書院）                          |      |      |
| 参考図書 |                                    |      |      |
| 評価方法 | 終講試験                               |      |      |