

学 科	鍼灸マッサージ科	学 年	1年生	期 別	後期	科目の実務経歴	無
授業科目名	栄 養 学			担当教員	柿崎 博美		
授業の方法	講 義			単位数	2単位	時間数	30時間
学修内容	栄養素は、身体の構成成分や身体活動に不可欠なエネルギー源、さらに体内の様々な働きの潤滑油としての役割などを担っている。身体を健康に保つための食物の供給と、肉体的、精神的並びに社会的健康の維持の重要性を講述する。						
授業の到達目標	Ⅰ. プロフェッショナリズム 5. 自身の栄養管理 Ⅱ. 医学的知識 3. 人体に影響を及ぼす諸因子 Ⅴ. 社会貢献 4. 疾病予防と健康増進に関するアドバイス						
授業計画	前 期			後 期			
	回	テーマ		回	テーマ		
	1			1	栄養を学ぶということ 栄養と栄養素		
	2			2	栄養素の種類とはたらき① 糖質の種類		
	3			3	栄養素の種類とはたらき② 糖質の代謝		
	4			4	栄養素の種類とはたらき③ 脂質の種類		
	5			5	栄養素の種類とはたらき④ 脂質の代謝		
	6			6	栄養素の種類とはたらき⑤ タンパク質の種類		
	7			7	栄養素の種類とはたらき⑥ タンパク質の代謝		
	8			8	栄養素の種類とはたらき⑦ ビタミンについて		
	9			9	栄養素の種類とはたらき⑧ ミネラルについて		
	10			10	栄養素の種類とはたらき⑨、エネルギー代謝について 食物繊維の機能と水の役割について		
	11			11	食事と食品① 摂取基準、代表的な食品群		
	12			12	食事と食品② 食品とそれに含まれる栄養素、調理法による変化について		
	13			13	スポーツと栄養① スポーツと呼吸商		
	14			14	スポーツと栄養② 摂取量と摂取タイミング		
15			15	人類と食物			
評価基準	評価：90-100点（A評価）、80-89点（B評価）、70-79点（C評価）、60-69点（D評価）、59点以下（F・不可）						
評価方法	小テスト、中間テスト、期末テスト（60％）および授業参画度（40％）で評価します。			実務経験	大学助教経験		
履修上の注意	特になし			授業時間外の学習	最低でも3回は復習をして、理解できなかったところをまとめておくこと。		
使用教材	配布プリント（教科書は授業中に紹介予定）			連絡先	事務課を通してお声がけください。		