

科目名	食と健康		
担当教員名	池川 繁樹、徳野 裕子、木村 靖子、高橋 京子 他		
ナンバリング	KEa001		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係			

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

健康のスペシャリストとして、社会に貢献できる栄養士をめざすために、入学初年度から明確な目的意識を持ち、職業人としての専門性を身につけるための基礎的知識を、学科専任教員全員がそれぞれの専門分野において講義を行う。

科目の概要

栄養士となるための心構えと自覚を高めることを目的に、健康の意義、健康に関与する要因、健康に関する諸問題と各国の施策、栄養と食事、運動と健康などについてわかりやすく解説する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 将来、資格取得を目指す栄養士に対して関心と意識を高める。
2. 健康に影響を与える要因について多方面から理解する。
3. 栄養士に必要な基礎的知識を習得する。

内容

1	健康の意義、健康に関与する要因 (池川、高橋京、高橋正、長尾、飯田、木村、徳野、佐々木)
2	健康に関する諸問題とそれに対する各国の施策 1 (池川、高橋正)
3	健康に関する諸問題とそれに対する各国の施策 2 (高橋正)
4	栄養と健康 1 (人体の構造と働き、栄養素の種類とはたらき) (長尾、佐々木)
5	栄養と健康 2 (食品の成分と栄養、調理の役割) (木村、佐々木)
6	栄養と健康 3 (食品衛生) (長尾)
7	栄養と健康 4 (食事設計の意義と献立作成) (木村)
8	運動と健康 1 (運動の意義、運動に伴う人体の変化など) (高橋京、飯田)
9	運動と健康 2 (栄養と運動) (池川)
10	運動と健康 3 (健康維持・増進のための運動) (池川、高橋京、飯田)
11	栄養士とは、栄養士の役割と主な仕事 (木村 徳野、佐々木)
12	栄養士に必要なコミュニケーション能力 (徳野、飯田)
13	栄養士の働く現場 1 (高齢者施設、保育園) (木村、徳野、佐々木)
14	栄養士の働く現場 2 (学校、病院、事業所) (木村、徳野、佐々木)
15	まとめ (池川、高橋京、高橋正、長尾、飯田、木村、徳野、佐々木)

評価

課題に対するレポート50点、授業への参加度50点を総合し、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】

テキストなどを事前によく読み、解らないところは授業中に質問できるように準備しておく。

【事後学修】

テキスト、授業の中で記録したノートや配布プリントを用いて復習を十分に行う

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】授業中に適宜指示するあるいはプリントを配布

【参考図書】小野章史編著 小野尚美他共著 『めざせ！栄養士・管理栄養士 まずはここからナビゲーション』 第一出版

科目名	健康管理概論		
担当教員名	高橋 正人		
ナンバリング	KEa102		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係			

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

教員の免許状取得のための必修科目

科目の概要

この科目はヒトの人体生理に関わる職種を志す者において、もっとも基幹科目となる科目である。健康および運動に詳しい栄養士になることを希望する学生において、健康の概念、健康の現状、健康づくりの施策、健康管理技術を理解することは必須である。

学修目標 (= 到達目標)

健康の概念と現状を学んだ後、健康づくりの施策を学ぶ。健康統計なども理解してもらう。そのうえで現代人が抱える健康に関するさまざまな問題、すなわち疾患、栄養、運動、休養、環境、遺伝子の問題等の各論を学び、栄養士および健康運動指導士としての基本的知識を習得してもらう。

内容	
1	寿命と老化
2	健康の概念と現状 (1)
3	健康の概念と現状 (2)
4	健康づくり施策と健康管理 (1)
5	健康づくり施策と健康管理 (2)
6	現代人が抱える疾患
7	栄養と健康 (1)
8	栄養と健康 (2)
9	栄養と健康 (3)
10	運動と健康 (1)
11	運動と健康 (2)
12	休養と健康
13	環境と健康
14	遺伝子発現と栄養、今後の健康と医療
15	まとめ

評価

ミニテスト30%、筆記試験60%、平常点10%とし、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】教科書の該当箇所を読んでくる。

【事後学修】もう一度教科書の該当箇所を読む。ミニテストのための勉強をする。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

健康長寿をめざす健康管理学 八千代出版

科目名	健康管理概論		
担当教員名	高橋 正人		
ナンバリング	KEa102		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係			

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

教員の免許状取得のための必修科目

科目の概要

この科目はヒトの人体生理に関わる職種を志す者において、もっとも基幹科目となる科目である。健康および運動に詳しい栄養士になることを希望する学生において、健康の概念、健康の現状、健康づくりの施策、健康管理技術を理解することは必須である。

学修目標 (= 到達目標)

健康の概念と現状を学んだ後、健康づくりの施策を学ぶ。健康統計なども理解してもらう。そのうえで現代人が抱える健康に関するさまざまな問題、すなわち疾患、栄養、運動、休養、環境、遺伝子の問題等の各論を学び、栄養士および健康運動指導士としての基本的知識を習得してもらう。

内容	
1	寿命と老化
2	健康の概念と現状 (1)
3	健康の概念と現状 (2)
4	健康づくり施策と健康管理 (1)
5	健康づくり施策と健康管理 (2)
6	現代人が抱える疾患
7	栄養と健康 (1)
8	栄養と健康 (2)
9	栄養と健康 (3)
10	運動と健康 (1)
11	運動と健康 (2)
12	休養と健康
13	環境と健康
14	遺伝子発現と栄養、今後の健康と医療
15	まとめ

評価

ミニテスト30%、筆記試験60%、平常点10%とし、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】教科書の該当箇所を読んでくる。

【事後学修】もう一度教科書の該当箇所を読む。ミニテストのための勉強をする。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

健康長寿をめざす健康管理学 八千代出版

科目名	基礎統計学		
担当教員名	岐部 智恵子		
ナンバリング	KEa103		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係			

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格：統計は心理学・社会学・マーケティング・気象学・物理学などあらゆる分野で使用されています。栄養や健康に関する調査研究においても、多くの人から集めたデータをまとめ分析するという作業が必要になります。本講義では、データを初めて扱う人を対象に、保健統計や疫学の知識を参照しながら統計学の考え方と使い方の基礎を学びます。

科目の概要：統計学は記述統計と推測統計に分けることができます。集めたデータをまとめ、その概要を簡単な数値で示すことを記述統計といいます。まず初めに、変数とデータについて説明し、表やグラフの作成方法、データの特性を示す数値の計算方法を示します。次に、1変数と2変数の分析に関して説明し、最後に、手元の限られたデータから、全体の傾向つまり母集団の傾向を推測するという推測統計の基礎について確率論の議論を織り込み説明します。後期統計学演習では統計ソフト等を使用しながら推測統計を学びます。

学修目標 (= 到達目標)

1 . 見やすく分かりやすい度数分布表やヒストグラムの描き方について理解を深め実際に描くことができる。 2 . 平均・分散・標準偏差を計算することができその性質を理解する。 3 . 確率分布について学ぶ。 4 . 母集団と標本の関係について習熟し統計的推定的前提条件を理解する。

内容

1	授業オリエンテーション
2	変数とデータ
3	1変数の分析：度数分布
4	1変数の分析：代表値と散布度(1)
5	1変数の分析：代表値と散布度(2)
6	グラフ、表の読み方
7	2変数の分析：相関(1)
8	2変数の分析：相関(2)
9	2変数の分析：クロス表
10	母集団と標本：サンプリング方法
11	母集団と標本の関係性：確率分布
12	母集団と標本の関係性：正規分布 標本誤差
13	母集団と標本の関係性：標準化・偏差値・線形変換
14	復習
15	まとめ

評価

1. アンケートへの回答 (10点) : 自由参加 (参加希望しない者はレポート)

2.宿題（30点）：計算問題やグラフ作成等

3.期末テスト（60点）： 選択式 持ち込み可

100点満点とし、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】授業内で連絡します。

【事後学修】統計は数学と同じ「積み重ね」の必要な科目なので授業に参加できなかった人は、次回までにレジメ等で自習をお願いします。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】身近な統計（放送大学教材）単行本？ 2012/3 熊原 啓作（著），渡辺 美智子

【推薦書】『保健統計・疫学』福富和夫・橋本修二（南山堂）

【参考図書】『統計分析のここが知りたい』 石井秀宗（文光堂）

科目名	基礎統計学		
担当教員名	岐部 智恵子		
ナンバリング	KEa103		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係			

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格：統計は心理学・社会学・マーケティング・気象学・物理学などあらゆる分野で使用されています。栄養や健康に関する調査研究においても、多くの人から集めたデータをまとめ分析するという作業が必要になります。本講義では、データを初めて扱う人を対象に、保健統計や疫学の知識を参照しながら統計学の考え方と使い方の基礎を学びます。

科目の概要：統計学は記述統計と推測統計に分けることができます。集めたデータをまとめ、その概要を簡単な数値で示すことを記述統計といいます。まず初めに、変数とデータについて説明し、表やグラフの作成方法、データの特性を示す数値の計算方法を示します。次に、1変数と2変数の分析に関して説明し、最後に、手元の限られたデータから、全体の傾向つまり母集団の傾向を推測するという推測統計の基礎について確率論の議論を織り込み説明します。後期統計学演習では統計ソフト等を使用しながら推測統計を学びます。

学修目標 (= 到達目標)

1 . 見やすく分かりやすい度数分布表やヒストグラムの描き方について理解を深め実際に描くことができる。 2 . 平均・分散・標準偏差を計算することができその性質を理解する。 3 . 確率分布について学ぶ。 4 . 母集団と標本の関係について習熟し統計的推定の前提条件を理解する。

内容

1	授業オリエンテーション
2	変数とデータ
3	1変数の分析：度数分布
4	1変数の分析：代表値と散布度(1)
5	1変数の分析：代表値と散布度(2)
6	グラフ、表の読み方
7	2変数の分析：相関(1)
8	2変数の分析：相関(2)
9	2変数の分析：クロス表
10	母集団と標本：サンプリング方法
11	母集団と標本の関係性：確率分布
12	母集団と標本の関係性：正規分布 標本誤差
13	母集団と標本の関係性：標準化・偏差値・線形変換
14	復習
15	まとめ

評価

1. アンケートへの回答 (10点) : 自由参加 (参加希望しない者はレポート)

2.宿題（30点）：計算問題やグラフ作成等

3.期末テスト（60点）： 選択式 持ち込み可

100点満点とし、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】授業内で連絡します。

【事後学修】統計は数学と同じ「積み重ね」の必要な科目なので授業に参加できなかった人は、次回までにレジメ等で自習をお願いします。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】身近な統計（放送大学教材）単行本？ 2012/3 熊原 啓作（著），渡辺 美智子

【推薦書】『保健統計・疫学』福富和夫・橋本修二（南山堂）

【参考図書】『統計分析のここが知りたい』 石井秀宗（文光堂）

科目名	統計学演習		
担当教員名	岐部 智恵子		
ナンバリング	KEa204		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	2Aクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係			

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格：基礎統計学で学んだ知識をベースに、推測統計、中でも統計的検定について重点的に学習する。エクセル表計算ソフト統計ソフトを使用し、実際に分析を行うことにより、卒業論文や就職後データ分析する際の基礎的な技術を学ぶ。

科目の概要：図や表をエクセルで描いてみる。テキストに従い統計ソフトを使用し代表値等を計算してみる。データに対する統計的仮説検定の考え方を理解し、t検定や相関分析を行う。

学修目標 (= 到達目標)

データから、目的に応じて適切な統計的処理を実施することができる。科学的な結論を得るための考え方と実践手順を習得する。

内容	
1	授業オリエンテーションと基礎統計学の復習 (テストの解説)
2	データの取り扱いとデータの特徴 (1)
3	データの取り扱いとデータの特徴 (2)
4	データ集計とデータの分布 (1)
5	データ集計とデータの分布 (2)
6	推測統計学への橋わたし：母集団と標本
7	2項分布による識別，判別法：官能検査
8	信頼区間
9	対応のある2標本の検定 t 検定
10	対応のない2標本の検定 t 検定
11	相関係数の算出とクロス集計
12	アンケート作成
13	アンケート回答と整理、入力、分析
14	分析ととりまとめ
15	グループ発表

評価

1. 出席、宿題 (60点)
2. テスト (40点)

100点満点とし、総合評価60点以上を合格とする。教科書を持ってこない、私語や授業に関係のない作業等は減点対象とする。

授業外学習

【事前準備】情報処理演習等でPCやEXCEL等表計算ソフトの操作に慣れておくことが望ましい。

【事後学修】統計は数学と同じ「積み重ね」の必要な科目である。習熟のために宿題を出す。授業に参加できなかった学生は次回までにレジメ等で自習をしておくこと。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】よくわかる統計学 介護福祉・栄養管理データ編 単行本 ? 2013/11石村 貞夫 (著), 石村友二郎 (著), 広田 直子 (著)

【推薦書】授業で紹介する。

【参考図書】授業で紹介する。

科目名	統計学演習		
担当教員名	岐部 智恵子		
ナンバリング	KEa204		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	2Bクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係			

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格：基礎統計学で学んだ知識をベースに、推測統計、中でも統計的検定について重点的に学習する。エクセル表計算ソフト統計ソフトを使用し、実際に分析を行うことにより、卒業論文や就職後データ分析する際の基礎的な技術を学ぶ。

科目の概要：図や表をエクセルで描いてみる。テキストに従い統計ソフトを使用し代表値等を計算してみる。データに対する統計的仮説検定の考え方を理解し、t検定や相関分析を行う。

学修目標 (= 到達目標)

データから、目的に応じて適切な統計的処理を実施することができる。科学的な結論を得るための考え方と実践手順を習得する。

内容	
1	授業オリエンテーションと基礎統計学の復習 (テストの解説)
2	データの取り扱いとデータの特徴 (1)
3	データの取り扱いとデータの特徴 (2)
4	データ集計とデータの分布 (1)
5	データ集計とデータの分布 (2)
6	推測統計学への橋わたし：母集団と標本
7	2項分布による識別，判別法：官能検査
8	信頼区間
9	対応のある2標本の検定 t 検定
10	対応のない2標本の検定 t 検定
11	相関係数の算出とクロス集計
12	アンケート作成
13	アンケート回答と整理、入力、分析
14	分析ととりまとめ
15	グループ発表

評価

1. 出席、宿題 (60点)
2. テスト (40点)

100点満点とし、総合評価60点以上を合格とする。教科書を持ってこない、私語や授業に関係のない作業等は減点対象とする。

授業外学習

【事前準備】情報処理演習等でPCやEXCEL等表計算ソフトの操作に慣れておくことが望ましい。

【事後学修】統計は数学と同じ「積み重ね」の必要な科目である。習熟のために宿題を出す。授業に参加できなかった学生は次回までにレジメ等で自習をしておくこと。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】よくわかる統計学 介護福祉・栄養管理データ編 単行本 ? 2013/11石村 貞夫 (著), 石村友二郎 (著), 広田 直子 (著)

【推薦書】授業で紹介する。

【参考図書】授業で紹介する。

科目名	解剖生理学(解剖学を含む)		
担当教員名	高橋 正人		
ナンバリング	KEc107		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい(科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

教員の免許状取得のための必修科目

科目の概要

この科目は医学系、および看護学などの医療系、栄養系、体育系などおおよそヒトの人体生理に関わる職種を志す者において、もっとも基幹科目となる科目である。健康および運動に詳しい栄養士になることを希望する学生において、人体の構造と機能(生理)を理解することは必須である。

学修目標(=到達目標)

人体の構造と機能を理解する。細胞の構造と機能、骨系、筋系、循環系、呼吸系、泌尿系、生殖系などあらゆる臓器の構造と機能について授業を進める。

内容	
1	からだの構造と機能の概論、細胞
2	遺伝とゲノム、組織
3	骨
4	筋
5	体液と血液、免疫系
6	循環系
7	呼吸系、代謝・栄養・体温
8	消化器系
9	神経系(1)
10	神経系(2)
11	感覚系
12	内分泌系
13	泌尿器系
14	生殖と発生
15	まとめ

評価

ミニテスト30%、筆記試験60%、平常点10%とし、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】教科書の該当箇所を読んでくる。

【事後学修】もう一度教科書の該当箇所を読む。図表をマンガチックでもよいので書き写す。ミニテストのための勉強をする。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

シンプル解剖生理学 南江堂

科目名	解剖生理学(解剖学を含む)		
担当教員名	高橋 正人		
ナンバリング	KEc107		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい(科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

教員の免許状取得のための必修科目

科目の概要

この科目は医学系、および看護学などの医療系、栄養系、体育系などおおよそヒトの人体生理に関わる職種を志す者において、もっとも基幹科目となる科目である。健康および運動に詳しい栄養士になることを希望する学生において、人体の構造と機能(生理)を理解することは必須である。

学修目標(=到達目標)

人体の構造と機能を理解する。細胞の構造と機能、骨系、筋系、循環系、呼吸系、泌尿系、生殖系などあらゆる臓器の構造と機能について授業を進める。

内容	
1	からだの構造と機能の概論、細胞
2	遺伝とゲノム、組織
3	骨
4	筋
5	体液と血液、免疫系
6	循環系
7	呼吸系、代謝・栄養・体温
8	消化器系
9	神経系(1)
10	神経系(2)
11	感覚系
12	内分泌系
13	泌尿器系
14	生殖と発生
15	まとめ

評価

ミニテスト30%、筆記試験60%、平常点10%とし、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】教科書の該当箇所を読んでくる。

【事後学修】もう一度教科書の該当箇所を読む。図表をマンガチックでもよいので書き写す。ミニテストのための勉強をする。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

シンプル解剖生理学 南江堂

科目名	解剖生理学実験		
担当教員名	池川 繁樹、佐々木 菜穂、高橋 正人		
ナンバリング	KEc208		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	2Aクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

この科目は栄養士免許取得のために必要な必修科目である。解剖生理学で学修した事項について、実験を通じて体得する。健康、栄養、疾病の成り立ちを学ぶための基礎となる科目である

科目の概要

机上では理解しがたい事項について実験を通じて修得する。解剖生理学講義で学んだ人体の構造と機能に関する知識を検証し、より深く理解する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 実験を通して人体の構造と機能について学び、解剖生理学で学修した知識をより深く理解する。
2. 人体の構造と機能を関連させて考えることができる。
3. 標本の観察や実験レポートの作成を通じて、観察力と考察力を養う。

内容

1	オリエンテーション (池川、高橋、佐々木)
2	人体の構造の観察 1 (骨格) (高橋)
3	人体の構造の観察 2 (筋肉 1) (高橋)
4	人体の構造の観察 3 (筋肉 2) (高橋)
5	人体の構造の観察 4 (血管) (高橋)
6	人体の構造の観察 5 (神経) (高橋)
7	人体の構造の観察 6 (内臓) (高橋)
8	人体の組織の観察 (佐々木)
9	身体計測・バイタルサイン (池川・佐々木)
10	動作解析実験 (池川)
11	心拍解析実験 (池川)
12	感覚生理学実験 1 (佐々木)
13	感覚生理学実験 2 (佐々木)
14	感覚生理学実験 3 (池川・佐々木)
15	まとめ (池川、高橋、佐々木)

評価

授業内レポート (70%)、実習態度 (30%) により評価を行い、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】配布資料を読み、実験に該当する範囲の参考図書を事前に読んでおくこと。

【事後学修】実験で得られた成果をレポートにまとめる。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】相磯貞和 監訳 「ネッター解剖学カラーリングテキスト」南江堂

【参考図書】岸恭一・石村和敬 編著 管理栄養士講座「人体の構造と機能」建帛社

科目名	解剖生理学実験		
担当教員名	池川 繁樹、佐々木 菜穂、高橋 正人		
ナンバリング	KEc208		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	2Bクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

この科目は栄養士免許取得のために必要な必修科目である。解剖生理学で学修した事項について、実験を通じて体得する。健康、栄養、疾病の成り立ちを学ぶための基礎となる科目である

科目の概要

机上では理解しがたい事項について実験を通じて修得する。解剖生理学講義で学んだ人体の構造と機能に関する知識を検証し、より深く理解する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 実験を通して人体の構造と機能について学び、解剖生理学で学修した知識をより深く理解する。
2. 人体の構造と機能を関連させて考えることができる。
3. 標本の観察や実験レポートの作成を通じて、観察力と考察力を養う。

内容

1	オリエンテーション (池川、高橋、佐々木)
2	人体の構造の観察 1 (骨格) (高橋)
3	人体の構造の観察 2 (筋肉 1) (高橋)
4	人体の構造の観察 3 (筋肉 2) (高橋)
5	人体の構造の観察 4 (血管) (高橋)
6	人体の構造の観察 5 (神経) (高橋)
7	人体の構造の観察 6 (内臓) (高橋)
8	人体の組織の観察 (佐々木)
9	身体計測・バイタルサイン (池川・佐々木)
10	動作解析実験 (池川)
11	心拍解析実験 (池川)
12	感覚生理学実験 1 (佐々木)
13	感覚生理学実験 2 (佐々木)
14	感覚生理学実験 3 (池川・佐々木)
15	まとめ (池川、高橋、佐々木)

評価

授業内レポート (70%)、実習態度 (30%) により評価を行い、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】配布資料を読み、実験に該当する範囲の参考図書を事前に読んでおくこと。

【事後学修】実験で得られた成果をレポートにまとめる。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】相磯貞和 監訳 「ネッター解剖学カラーリングテキスト」南江堂

【参考図書】岸恭一・石村和敬 編著 管理栄養士講座「人体の構造と機能」建帛社

科目名	生化学		
担当教員名	長尾 昭彦		
ナンバリング	KEc109		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

生物の営みが生体物質の化学変化や相互作用によってもたらされることを理解し、生体の構造・性質・機能を分子レベルで学ぶ。生体物質の化学的特性、体内での代謝、それらの生理機能等を学び、栄養士として必要とされる生化学の基本的原理及び知識を習得する。

科目の概要

生体を構成する炭水化物、タンパク質、脂質、微量成分等の物質の構造と性質を学び、代謝、生体エネルギー産生、遺伝子の発現、生体内情報伝達、免疫等の分子レベルの仕組みを学習する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 生体物質の化学構造と化学的性質を学ぶ。
2. 生体物質の代謝と生理機能を学ぶ。
3. 遺伝子発現、生体内情報伝達等の仕組みを学ぶ。

内容

1	生体を構成する物質
2	炭水化物の化学
3	脂質の化学
4	アミノ酸・タンパク質の化学
5	核酸の化学とタンパク質生合成
6	ビタミン及びミネラルの生化学
7	酵素化学
8	生体エネルギーと代謝
9	糖質の代謝
10	脂質の代謝
11	アミノ酸と核酸の代謝
12	遺伝子の複製と発現
13	生体内情報伝達
14	免疫と生体防御
15	まとめ

評価

授業と課題への取り組み (30%)、期末試験 (70%) で評価し、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】 教科書の授業内容に相当する部分を読んでおくこと。30分程度を目安とする。

【事後学修】 教科書、パワーポイント資料、ノート等で復習する。30分程度を目安とする。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】 大塚譲、脊山洋右、藤原葉子、本田善一郎編「生化学」東京化学同人

【参考図書】 野口正人、五十嵐和彦編「シンプル生化学」南江堂

科目名	生化学		
担当教員名	長尾 昭彦		
ナンバリング	KEc109		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

生物の営みが生体物質の化学変化や相互作用によってもたらされることを理解し、生体の構造・性質・機能を分子レベルで学ぶ。生体物質の化学的特性、体内での代謝、それらの生理機能等を学び、栄養士として必要とされる生化学の基本的原理及び知識を習得する。

科目の概要

生体を構成する炭水化物、タンパク質、脂質、微量成分等の物質の構造と性質を学び、代謝、生体エネルギー産生、遺伝子の発現、生体内情報伝達、免疫等の分子レベルの仕組みを学習する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 生体物質の化学構造と化学的性質を学ぶ。
2. 生体物質の代謝と生理機能を学ぶ。
3. 遺伝子発現、生体内情報伝達等の仕組みを学ぶ。

内容

1	生体を構成する物質
2	炭水化物の化学
3	脂質の化学
4	アミノ酸・タンパク質の化学
5	核酸の化学とタンパク質生合成
6	ビタミン及びミネラルの生化学
7	酵素化学
8	生体エネルギーと代謝
9	糖質の代謝
10	脂質の代謝
11	アミノ酸と核酸の代謝
12	遺伝子の複製と発現
13	生体内情報伝達
14	免疫と生体防御
15	まとめ

評価

授業と課題への取り組み (30%)、期末試験 (70%) で評価し、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】 教科書の授業内容に相当する部分を読んでおくこと。30分程度を目安とする。

【事後学修】 教科書、パワーポイント資料、ノート等で復習する。30分程度を目安とする。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】 大塚譲、脊山洋右、藤原葉子、本田善一郎編「生化学」東京化学同人

【参考図書】 野口正人、五十嵐和彦編「シンプル生化学」南江堂

科目名	生化学実験		
担当教員名	長尾 昭彦		
ナンバリング	KEc210		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	2Aクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

生化学の講義で学んだ生体成分や酵素について、実験を通して確実な知識を習得する。特に、臨床栄養で重要な検査項目について重点的に取り組み、定量的な分析技術やデータの解析法を身につける。

科目の概要

血液成分 (タンパク質、グルコース、トリアシルグリセロール、コレステロール等) と尿成分の分析実験を実施し、生体成分とその生理的役割について理解を深める。

学修目標 (= 到達目標)

1. 生体成分や酵素活性の分析原理及び手技を学ぶ。
2. 実験結果の解析およびとりまとめ方法を習得する。
3. 実験を通じて生化学の考え方を学び、栄養学の理解を深める。

内容

1	生化学実験の概要
2	測定機器操作法
3	実験準備
4	血清総タンパク質の測定
5	血清アルブミン・グロブリン比の測定
6	血清グルコースの定量
7	血清トリアシルグリセロールの定量
8	総コレステロールの定量
9	HDLコレステロールの定量
10	リン脂質の定量
11	血清酵素の活性測定
12	尿成分の定性反応
13	尿クレアチニンの定量
14	尿素の定量
15	まとめ

評価

実験への取り組み姿勢 (2 割)、レポート (4 割)、筆記試験 (4 割) を評価し、60点以上を合格とする

授業外学習

【事前準備】 当日行う実験の目的、原理、方法等について、配付テキストを熟読し実験手順を把握しておく。

【事後学修】 実験結果を整理しレポートをとりまとめる。理解が不十分な箇所はテキストや参考図書等で復習しておく。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】 プリントを使用する。

科目名	生化学実験		
担当教員名	長尾 昭彦		
ナンバリング	KEc210		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	2Bクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

生化学の講義で学んだ生体成分や酵素について、実験を通して確実な知識を習得する。特に、臨床栄養で重要な検査項目について重点的に取り組み、定量的な分析技術やデータの解析法を身につける。

科目の概要

血液成分 (タンパク質、グルコース、トリアシルグリセロール、コレステロール等) と尿成分の分析実験を実施し、生体成分とその生理的役割について理解を深める。

学修目標 (= 到達目標)

1. 生体成分や酵素活性の分析原理及び手技を学ぶ。
2. 実験結果の解析およびとりまとめ方法を習得する。
3. 実験を通じて生化学の考え方を学び、栄養学の理解を深める。

内容

1	生化学実験の概要
2	測定機器操作法
3	実験準備
4	血清総タンパク質の測定
5	血清アルブミン・グロブリン比の測定
6	血清グルコースの定量
7	血清トリアシルグリセロールの定量
8	総コレステロールの定量
9	HDLコレステロールの定量
10	リン脂質の定量
11	血清酵素の活性測定
12	尿成分の定性反応
13	尿クレアチニンの定量
14	尿素の定量
15	まとめ

評価

実験への取り組み姿勢 (2 割)、レポート (4 割)、筆記試験 (4 割) を評価し、60点以上を合格とする

授業外学習

【事前準備】 当日行う実験の目的、原理、方法等について、配付テキストを熟読し実験手順を把握しておく。

【事後学修】 実験結果を整理しレポートをとりまとめる。理解が不十分な箇所はテキストや参考図書等で復習しておく。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】 プリントを使用する。

科目名	生化学実験		
担当教員名	長尾 昭彦		
ナンバリング	KEc210		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	2Cクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

生化学の講義で学んだ生体成分や酵素について、実験を通して確実な知識を習得する。特に、臨床栄養で重要な検査項目について重点的に取り組み、定量的な分析技術やデータの解析法を身につける。

科目の概要

血液成分 (タンパク質、グルコース、トリアシルグリセロール、コレステロール等) と尿成分の分析実験を実施し、生体成分とその生理的役割について理解を深める。

学修目標 (= 到達目標)

1. 生体成分や酵素活性の分析原理及び手技を学ぶ。
2. 実験結果の解析およびとりまとめ方法を習得する。
3. 実験を通じて生化学の考え方を学び、栄養学の理解を深める。

内容

1	生化学実験の概要
2	測定機器操作法
3	実験準備
4	血清総タンパク質の測定
5	血清アルブミン・グロブリン比の測定
6	血清グルコースの定量
7	血清トリアシルグリセロールの定量
8	総コレステロールの定量
9	HDLコレステロールの定量
10	リン脂質の定量
11	血清酵素の活性測定
12	尿成分の定性反応
13	尿クレアチニンの定量
14	尿素の定量
15	まとめ

評価

実験への取り組み姿勢 (2 割)、レポート (4 割)、筆記試験 (4 割) を評価し、60点以上を合格とする

授業外学習

【事前準備】 当日行う実験の目的、原理、方法等について、配付テキストを熟読し実験手順を把握しておく。

【事後学修】 実験結果を整理しレポートをとりまとめる。理解が不十分な箇所はテキストや参考図書等で復習しておく。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】 プリントを使用する。

科目名	運動生理学（生理学を含む）		
担当教員名	池川 繁樹		
ナンバリング	KEc112		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士 / 中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

運動生理学はヒトのからだの構造や機能の知識から、運動によってそれらがどのような振る舞いをするか学ぶ学問である。

科目の概要

人間が運動をおこなうとき、からだの諸機能はどのような応答を示すのか。またトレーニングをおこなうとからだの形態や機能はどのように変化するのか。さらにこれらのことと栄養との関連はどうなるのか。運動生理学では身体運動によるからだの生理学的な諸機能がどのように変化するのかを学び、健康やスポーツのための運動について考える。

学修目標（=到達目標）

運動によるヒトのからだの応答を学び、健康と運動について考え、そして健康のための運動がどのようなものであるか検討する。

内容	
1	呼吸器系と運動
2	循環系と運動
3	運動と酸素摂取量
4	神経系・脳と運動
5	骨格筋の形状と神経・筋機能
6	筋収縮のタイプとエネルギー供給系
7	筋の就職様式と神経調節、筋力トレーニングの効果
8	内分泌と運動
9	運動中の基質・エネルギー代謝
10	運動と免疫機能
11	高温環境と運動
12	運動時の調節、効果器の働き
13	暑熱環境における生理学的応答および馴化
14	水中運動
15	まとめ

評価

まとめのレポート50点、各回ごとの小レポート20点、通常の授業態度30点とし、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】どのような内容のおとを学ぶのか教科書を予め読んでおく（４５分）。

【事後学修】講義時に学んだことを思い出し、教科書やメモをもう一度見直す（４５分）。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】健康のためのスポーツ生理学（光生館）

科目名	運動生理学（生理学を含む）		
担当教員名	池川 繁樹		
ナンバリング	KEc112		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士 / 中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

運動生理学はヒトのからだの構造や機能の知識から、運動によってそれらがどのような振る舞いをするか学ぶ学問である。

科目の概要

人間が運動をおこなうとき、からだの諸機能はどのような応答を示すのか。またトレーニングをおこなうとからだの形態や機能はどのように変化するのか。さらにこれらのことと栄養との関連はどうなるのか。運動生理学では身体運動によるからだの生理学的な諸機能がどのように変化するのかを学び、健康やスポーツのための運動について考える。

学修目標（=到達目標）

運動によるヒトのからだの応答を学び、健康と運動について考え、そして健康のための運動がどのようなものであるか検討する。

内容	
1	呼吸器系と運動
2	循環系と運動
3	運動と酸素摂取量
4	神経系・脳と運動
5	骨格筋の形状と神経・筋機能
6	筋収縮のタイプとエネルギー供給系
7	筋の就職様式と神経調節、筋力トレーニングの効果
8	内分泌と運動
9	運動中の基質・エネルギー代謝
10	運動と免疫機能
11	高温環境と運動
12	運動時の調節、効果器の働き
13	暑熱環境における生理学的応答および馴化
14	水中運動
15	まとめ

評価

まとめのレポート50点、各回ごとの小レポート20点、通常の授業態度30点とし、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】どのような内容のおとを学ぶのか教科書を予め読んでおく（４５分）。

【事後学修】講義時に学んだことを思い出し、教科書やメモをもう一度見直す（４５分）。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】健康のためのスポーツ生理学（光生館）

科目名	運動生理学実験		
担当教員名	池川 繁樹、松本 晃裕		
ナンバリング	KEc213		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	
開 講 期	後期	必修・選択の別	選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係			

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

ヒトが運動を行ったときの、生理学的応答がどのようなものか、そしてそれらの測定法について学ぶ

科目の概要

運動生理学実験ではヒトが運動をおこなったときの生理学的応答をどのように測定評価するのかについて学ぶ。呼吸・循環系については酸素摂取量と心拍数を、身体組成については形態計測と皮脂厚測定を中心にこれらの測定法を学習する。さらに体力測定法（新体力測定）について測定法と評価法を習得する。

学修目標（＝到達目標）

ヒトが運動を行ったときの、生理学的応答がどのようなものか、そしてそれらの測定法について学ぶ

内容

1	運動負荷試験の基礎（検査の目的、適応）
2	運動負荷試験の基礎（禁忌、合併症）
3	運動負荷試験の基礎（様式、プロトコール）
4	運動負荷試験の準備、実際および判定
5	運動強度と心拍数
6	トレッドミルによる運動負荷試験
7	自転車エルゴメーターによる運動負荷試験
8	運動負荷試験における心拍数、血圧の測定
9	運動負荷試験における自覚的運動強度
10	ホルター心電計による心拍の記録
11	テレメータによる心電、心拍の記録
12	潜水反射試験の理解（潜水反射のデータ例による）
13	身体組成測定法
14	身体組成測定の実際
15	まとめ

評価

まとめのレポート50点、各会ごろのレポート20点通常の授業態度30点とし、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】どのような内容の実習であるのか資料を予め読んでおく（45分）

【事後学修】実習時に行った内容をレポートにする（45分）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

【推薦書】

【参考図書】

授業時に指定する。

科目名	病態生理学		
担当教員名	高橋 正人		
ナンバリング	KEc215		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	2Aクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい(科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

栄養・食生活領域(人体の構造と機能)

科目の概要

病態生理学を学ぶための基礎知識をまず習得する。その後各論として病態生理学を論じながら具体的な疾患について説明する。

学修目標 (= 到達目標)

栄養士として必要な、基礎医学と臨床医学の橋渡し役を務める病態生理学を習得する。生理学を基盤とし、系統別または臓器別の各疾患について、その原因、症状を理解し、治療法について学ぶ。

内容	
1	加齢に伴う変化、疾患の概要
2	疾患治療の概要
3	栄養障害と代謝疾患
4	消化器系
5	循環器系
6	腎、尿路系
7	内分泌系
8	神経系
9	呼吸器系
10	運動器系
11	生殖器系
12	血液・造血器・リンパ系
13	免疫・アレルギー
14	感染症
15	まとめ

評価
出席点10%、ミニテスト20%、テスト70%で総合評価を行い、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】教科書の該当箇所を読む。

【事後学修】ミニテストの勉強。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】サクセス管理栄養士講座 人体の構造と機能及び疾病の成り立ち 第一出版

【推薦書】

【参考図書】

科目名	病態生理学		
担当教員名	高橋 正人		
ナンバリング	KEc215		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	2Bクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

栄養・食生活領域 (人体の構造と機能)

科目の概要

病態生理学を学ぶための基礎知識をまず習得する。その後各論として病態生理学を論じながら具体的な疾患について説明する。

学修目標 (= 到達目標)

栄養士として必要な、基礎医学と臨床医学の橋渡し役を務める病態生理学を習得する。生理学を基盤とし、系統別または臓器別の各疾患について、その原因、症状を理解し、治療法について学ぶ。

内容	
1	加齢に伴う変化、疾患の概要
2	疾患治療の概要
3	栄養障害と代謝疾患
4	消化器系
5	循環器系
6	腎、尿路系
7	内分泌系
8	神経系
9	呼吸器系
10	運動器系
11	生殖器系
12	血液・造血器・リンパ系
13	免疫・アレルギー
14	感染症
15	まとめ

評価

出席点10%、ミニテスト20%、テスト70%で総合評価を行い、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】教科書の該当箇所を読む。

【事後学修】ミニテストの勉強。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】サクセス管理栄養士講座 人体の構造と機能及び疾病の成り立ち 第一出版

【推薦書】

【参考図書】

科目名	食品学		
担当教員名	福家 洋子		
ナンバリング	KEd116		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

この科目は栄養士免許取得のために必要な必修科目である。食品学入門として、食品成分の特徴と食べもののおいしさなどを理解するための基礎科目であり、今後学ぶ食品関連の講義の基盤となる。

科目の概要

「食品学」では、食品を科学的に理解するため、食品に含まれる五大栄養素である炭水化物、脂質、たんぱく質、無機質、ミネラル、さらに食品を特徴づける味、香り、色などの嗜好成分、調理・保存による褐変などについての基本的知識について修得する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 健康を維持・管理するために食する「食べものと健康」の概念を理解する。
2. 食品学の各領域を学ぶ上での基本的知識を身につける。
3. 食品成分に関する正しい知識と考え方を身につける。

内容

1	人間と食品 食生活と健康
2	フードマイレージ 食料自給率 食品ロス問題
3	食品成分表の成り立ちとその使い方 食品中の水
4	食品の炭水化物 構造と種類
5	食品の炭水化物 特色と成分の変化
6	食品のたんぱく質 構造と種類
7	食品のたんぱく質 特色とたんぱく質の変性
8	食品の脂質 構造と種類
9	食品の脂質 特色と脂質の酸化
10	食品中の無機質・ビタミン
11	食品の味 甘味・酸味・塩味・苦味・旨味
12	食品の色・香り
13	食品の褐変 酵素反応の食品への利用
14	食品の機能性 健康食品にかかわる制度
15	まとめ

評価

毎回の授業への参加度20%、授業中に出すレポートなど20%、筆記試験60%とし、総合評価60点以上を合格とする

。合格点に満たない場合は、「再試験」を実施する。

授業外学習

【事前準備】講義日に該当する教科書の範囲を読んでおく。

【事後学修】授業終了後は、配付資料と教科書でよく復習しておく。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】「新版マスター 食品学」小関正道編著 建帛社。プリントの配付。

【推薦書】授業内で紹介する。

科目名	食品学		
担当教員名	福家 洋子		
ナンバリング	KEd116		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい(科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

この科目は栄養士免許取得のために必要な必修科目である。食品学入門として、食品成分の特徴と食べもののおいしさなどを理解するための基礎科目であり、今後学ぶ食品関連の講義の基盤となる。

科目の概要

「食品学」では、食品を科学的に理解するため、食品に含まれる五大栄養素である炭水化物、脂質、たんぱく質、無機質、ミネラル、さらに食品を特徴づける味、香り、色などの嗜好成分、調理・保存による褐変などについての基本的知識について修得する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 健康を維持・管理するために食する「食べものと健康」の概念を理解する。
2. 食品学の各領域を学ぶ上での基本的知識を身につける。
3. 食品成分に関する正しい知識と考え方を身につける。

内容	
1	人間と食品 食生活と健康
2	フードマイレージ 食料自給率 食品ロス問題
3	食品成分表の成り立ちとその使い方 食品中の水
4	食品の炭水化物 構造と種類
5	食品の炭水化物 特色と成分の変化
6	食品のたんぱく質 構造と種類
7	食品のたんぱく質 特色とたんぱく質の変性
8	食品の脂質 構造と種類
9	食品の脂質 特色と脂質の酸化
10	食品中の無機質・ビタミン
11	食品の味 甘味・酸味・塩味・苦味・旨味
12	食品の色・香り
13	食品の褐変 酵素反応の食品への利用
14	食品の機能性 健康食品にかかわる制度
15	まとめ

評価

毎回の授業への参加度20%、授業中に出すレポートなど20%、筆記試験60%とし、総合評価60点以上を合格とする

。合格点に満たない場合は、「再試験」を実施する。

授業外学習

【事前準備】講義日に該当する教科書の範囲を読んでおく。

【事後学修】授業終了後は、配付資料と教科書でよく復習しておく。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】「新版マスター 食品学」小関正道編著 建帛社。プリントの配付。

【推薦書】授業内で紹介する。

科目名	食品学		
担当教員名	福家 洋子		
ナンバリング	KEd117		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	2Aクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい(科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

この科目は栄養士免許取得のために必要な必修科目である。「食品学」は「食品学」で学んだ内容を基礎として、個々の食品を上手に利用するために、食品素材の特性を把握・理解する科目である。また、加工食品の原理についても理解する科目である。

科目の概要

「食品学」では、食品学で学んだ食品の主要成分をもとに、植物性食品(穀類・いも類・豆類・野菜類・果実類等)および動物性食品(食肉類・乳類・卵・魚介類等)について各食品の概要、特徴、成分組成、栄養的特質、さらにその加工原理などについて習得する。

学修目標(=到達目標)

- 1.各食品素材の特徴を理解する。
- 2.食品の分類と利用法を理解する。
- 3.加工食品のできる理由を成分から探る。

内容	
1	穀類の特性
2	いも類の特性
3	豆類の特性
4	野菜類・果実類
5	藻類・きのこ類
6	食肉類の特性
7	乳類の特性
8	卵の特性
9	魚介類の特性
10	油脂食品・醸造食品の特性
11	調味料・インスタント食品の特性
12	食品加工の意義と原理
13	食品の容器と包装
14	食品の栄養表示
15	まとめ

評価

毎回の授業への参加度15%、授業中に出すレポート20%、筆記試験65%とし、総合評価60点以上を合格とする。合格点に満たない場合は、「再試験」を実施する。

授業外学習

【事前準備】講義日に該当する教科書の範囲を読んでおくこと。

【事後学修】授業終了は、配付資料と教科書でよく復習しておくこと。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】授業内で指示する。プリントを配付する。

【推薦書】授業内で紹介する。

科目名	食品学		
担当教員名	福家 洋子		
ナンバリング	KEd117		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	2Bクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

この科目は栄養士免許取得のために必要な必修科目である。「食品学」は「食品学」で学んだ内容を基礎として、個々の食品を上手に利用するために、食品素材の特性を把握・理解する科目である。また、加工食品の原理についても理解する科目である。

科目の概要

「食品学」では、食品学で学んだ食品の主要成分をもとに、植物性食品(穀類・いも類・豆類・野菜類・果実類等)および動物性食品(食肉類・乳類・卵・魚介類等)について各食品の概要、特徴、成分組成、栄養的特質、さらにその加工原理などについて習得する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 各食品素材の特徴を理解する。
2. 食品の分類と利用法を理解する。
3. 加工食品のできる理由を成分から探る。

内容	
1	穀類の特性
2	いも類の特性
3	豆類の特性
4	野菜類・果実類
5	藻類・きのこ類
6	食肉類の特性
7	乳類の特性
8	卵の特性
9	魚介類の特性
10	油脂食品・醸造食品の特性
11	調味料・インスタント食品の特性
12	食品加工の意義と原理
13	食品の容器と包装
14	食品の栄養表示
15	まとめ

評価

毎回の授業への参加度15%、授業中に出すレポート20%、筆記試験65%とし、総合評価60点以上を合格とする。合格点に満たない場合は、「再試験」を実施する。

授業外学習

【事前準備】講義日に該当する教科書の範囲を読んでおくこと。

【事後学修】授業終了は、配付資料と教科書でよく復習しておくこと。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】授業内で指示する。プリントを配付する。

【推薦書】授業内で紹介する。

科目名	食品学実験		
担当教員名	竹嶋 伸之輔		
ナンバリング	KEd118		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい(科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムにおける「食品と衛生」分野の「食品の分類と食品成分表」に関する科目の一つである。「食品学」および「食品学」で得た食品成分に関する知識を実験的に確認すると同時に、化学、生化学実験に必要な基礎技術も習得する。

科目の概要

化学・生化学実験に必要な基礎技術・知識を学びながら、食品の水分、タンパク質、脂質、灰分の一般分析、蛋白質の定量などを行い、食品成分表に規定されている各成分の分析方法を習得する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 実験を主体的に実施し、その内容を理解した上でレポートを作成、提出する。
2. 食品成分表にかかわる分析法を理解する。
3. 定量的な化学・生化学実験技術の原理と分析方法を身につける。

内容	
1	オリエンテーション
2	基本実験操作 - 1
3	基本実験操作 - 2
4	実験講義
5	食品中の水分・灰分・カルシウム分の定量
6	食品中の水分・灰分・カルシウム分の定量
7	食品中の水分・灰分・カルシウム分の定量・たんぱく質の定量
8	実験講義
9	脂質の定量
10	脂質の特性
11	脂質の乳化
12	食品の色素分析 1
13	食品の色素分析 2
14	たんぱく質の電気泳動
15	まとめ(筆記試験)

評価

平常点（実験態度・レポートなど）30点、筆記試験70点とし、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

事前予習】当日行う実験の目的、使用器具・試薬や方法・操作等について、配布テキスト「食品化学実験」を熟読し、効率よく実験が進められるよう頭の中を整理しておく。30分以上を目安とする。

【事後学修】得られた結果を整理し、レポートとしてまとめ上げる。とくに、考察を充実させるため、関連の情報について、推薦書、参考書や食品学関連の教科書を参照する。1時間程度を目安とする。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【テキスト】各実験項目について測定原理や実験操作を詳述したテキスト「食品化学実験」を配布。

【推薦書】

谷口亜樹子ほか編集 『基礎から学ぶ食品科学実験テキスト』 建帛社

安本教傳ほか編集 『五訂増補日本食品標準成分表分析マニュアル』 建帛社

【参考書】医歯薬出版編 『最新日本食品成分表』 医歯薬出版

科目名	食品学実験		
担当教員名	竹嶋 伸之輔		
ナンバリング	KEd118		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムにおける「食品と衛生」分野の「食品の分類と食品成分表」に関する科目の一つである。「食品学」および「食品学」で得た食品成分に関する知識を実験的に確認すると同時に、化学、生化学実験に必要な基礎技術も習得する。

科目の概要

化学・生化学実験に必要な基礎技術・知識を学びながら、食品の水分、タンパク質、脂質、灰分の一般分析、蛋白質の定量などを行い、食品成分表に規定されている各成分の分析方法を習得する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 実験を主体的に実施し、その内容を理解した上でレポートを作成、提出する。
2. 食品成分表にかかわる分析法を理解する。
3. 定量的な化学・生化学実験技術の原理と分析方法を身につける。

内容

1	オリエンテーション
2	基本実験操作 - 1
3	基本実験操作 - 2
4	実験講義
5	食品中の水分・灰分・カルシウム分の定量
6	食品中の水分・灰分・カルシウム分の定量
7	食品中の水分・灰分・カルシウム分の定量・たんぱく質の定量
8	実験講義
9	脂質の定量
10	脂質の特性
11	脂質の乳化
12	食品の色素分析 1
13	食品の色素分析 2
14	たんぱく質の電気泳動
15	まとめ (筆記試験)

評価

平常点 (実験態度・レポートなど) 30点、筆記試験70点とし、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】

【事後学修】

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【テキスト】各実験項目について測定原理や実験操作を詳述したテキスト「食品化学実験」を配布。

【推薦書】

谷口亜樹子ほか編集 『基礎から学ぶ食品科学実験テキスト』 建帛社

安本教傳ほか編集 『五訂増補日本食品標準成分表分析マニュアル』 建帛社

【参考書】医歯薬出版編 『最新日本食品成分表』 医歯薬出版

科目名	食品学実験		
担当教員名	竹嶋 伸之輔		
ナンバリング	KEd118		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Cクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムにおける「食品と衛生」分野の「食品の分類と食品成分表」に関する科目の一つである。「食品学」および「食品学」で得た食品成分に関する知識を実験的に確認すると同時に、化学、生化学実験に必要な基礎技術も習得する。

科目の概要

化学・生化学実験に必要な基礎技術・知識を学びながら、食品の水分、タンパク質、脂質、灰分の一般分析、蛋白質の定量などを行い、食品成分表に規定されている各成分の分析方法を習得する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 実験を主体的に実施し、その内容を理解した上でレポートを作成、提出する。
2. 食品成分表にかかわる分析法を理解する。
3. 定量的な化学・生化学実験技術の原理と分析方法を身につける。

内容

1	オリエンテーション
2	基本実験操作 - 1
3	基本実験操作 - 2
4	実験講義
5	食品中の水分・灰分・カルシウム分の定量
6	食品中の水分・灰分・カルシウム分の定量
7	食品中の水分・灰分・カルシウム分の定量・たんぱく質の定量
8	実験講義
9	脂質の定量
10	脂質の特性
11	脂質の乳化
12	食品の色素分析 1
13	食品の色素分析 2
14	たんぱく質の電気泳動
15	まとめ (筆記試験)

評価

平常点（実験態度・レポートなど）30点、筆記試験70点とし、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前予習】当日行う実験の目的、使用器具・試薬や方法・操作等について、配布テキスト「食品化学実験」を熟読し、効率よく実験が進められるよう頭の中を整理しておく。30分以上を目安とする。

【事後学修】得られた結果を整理し、レポートとしてまとめ上げる。とくに、考察を充実させるため、関連の情報について、推薦書、参考書や食品学関連の教科書を参照する。1時間程度を目安とする。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【テキスト】各実験項目について測定原理や実験操作を詳述したテキスト「食品化学実験」を配布。

【推薦書】

谷口亜樹子ほか編集 『基礎から学ぶ食品科学実験テキスト』 建帛社

安本教傳ほか編集 『五訂増補日本食品標準成分表分析マニュアル』 建帛社

【参考書】医歯薬出版編 『最新日本食品成分表』 医歯薬出版

科目名	食品衛生学		
担当教員名	長尾 昭彦、井手 隆		
ナンバリング	KEd122		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	2Aクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*, 選必
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士 / 中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

栄養士として必要とされる食品の安全性に関わる基本的知識を習得する。食品衛生について、多様な危害要因、衛生管理、行政と法規などの幅広い知識を身につける。

科目の概要

食中毒の原因となる微生物や化学物質による汚染を理解する。また、食品の安全性を脅かす有害物質、適正な食品添加物の使用、食品の安全性を確保する方法並びに食品の安全性に関わる食品衛生行政と法規を学ぶ。

学修目標 (= 到達目標)

1. 食中毒の様々な原因とその予防法を学ぶ。
2. 食品中の有害物質や食品添加物の安全性について学ぶ。
3. 食品の安全性確保のため行政や法規を学ぶ。

内容

1	食品衛生概説
2	食品の変質 (腐敗と微生物)
3	食品の変質 (化学的変質、変質防止法)
4	食中毒 (微生物性食中毒)
5	食中毒 (ウイルス性食中毒、自然毒食中毒)
6	食中毒 (化学性食中毒、アレルギー)
7	食品と感染症
8	食品と寄生虫
9	食品中の汚染物質 (カビ毒、残留農薬、ダイオキシン等)
10	食品中の汚染物質 (重金属、食品中に生成する有害物質等)
11	食品添加物 (使用目的、使用基準、表示基準、安全性評価)
12	食品添加物 (保存料、防かび剤、殺菌料、酸化防止剤等)
13	食品衛生対策 (衛生管理、HACCP)
14	食品衛生のための法規と行政
15	まとめ

評価

授業と課題への取り組み (30%)、期末試験 (70%) で評価し、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】 教科書の授業内容に相当する部分を読んでおくこと。30分程度を目安とする。

【事後学修】 教科書、パワーポイント資料、ノート等で復習する。30分程度を目安とする。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】 有菌幸司編著「食べ物と健康 食品の安全」南江堂

【参考図書】 一色賢司編著「食品衛生学」(新スタンダード栄養・食物シリーズ8) 東京化学同人

科目名	食品衛生学		
担当教員名	長尾 昭彦、井手 隆		
ナンバリング	KEd122		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	2Bクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	選必, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士 / 中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

栄養士として必要とされる食品の安全性に関わる基本的知識を習得する。食品衛生について、多様な危害要因、衛生管理、行政と法規などの幅広い知識を身につける。

科目の概要

食中毒の原因となる微生物や化学物質による汚染を理解する。また、食品の安全性を脅かす有害物質、適正な食品添加物の使用、食品の安全性を確保する方法並びに食品の安全性に関わる食品衛生行政と法規を学ぶ。

学修目標 (= 到達目標)

1. 食中毒の様々な原因とその予防法を学ぶ。
2. 食品中の有害物質や食品添加物の安全性について学ぶ。
3. 食品の安全性確保のため行政や法規を学ぶ。

内容

1	食品衛生概説
2	食品の変質 (腐敗と微生物)
3	食品の変質 (化学的変質、変質防止法)
4	食中毒 (微生物性食中毒)
5	食中毒 (ウイルス性食中毒、自然毒食中毒)
6	食中毒 (化学性食中毒、アレルギー)
7	食品と感染症
8	食品と寄生虫
9	食品中の汚染物質 (カビ毒、残留農薬、ダイオキシン等)
10	食品中の汚染物質 (重金属、食品中に生成する有害物質等)
11	食品添加物 (使用目的、使用基準、表示基準、安全性評価)
12	食品添加物 (保存料、防かび剤、殺菌料、酸化防止剤等)
13	食品衛生対策 (衛生管理、HACCP)
14	食品衛生のための法規と行政
15	まとめ

評価

授業と課題への取り組み (30%)、期末試験 (70%) で評価し、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】 教科書の授業内容に相当する部分を読んでおくこと。30分程度を目安とする。

【事後学修】 教科書、パワーポイント資料、ノート等で復習する。30分程度を目安とする。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】 有菌幸司編著「食べ物と健康 食品の安全」南江堂

【参考図書】 一色賢司編著「食品衛生学」(新スタンダード栄養・食物シリーズ8) 東京化学同人

科目名	食品衛生学実験		
担当教員名	長尾 昭彦、井手 隆		
ナンバリング	KEd123		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

食品の安全性を確保するための様々な検査を実験によって体得し、食品衛生学の講義で得た知識をさらに深める。微生物実験や化学分析の原理を理解し実験手法を習得する。また、実験結果を的確に考察する力を養う。

科目の概要

食品の衛生管理の要となる微生物の検出、生菌数計測の基本的手法を実験によって学習する。また、食品中の着色料、保存料、発色剤等の食品添加物や有害物質の化学分析法を学ぶ。実験結果を整理し考察を取りまとめる。

学修目標（=到達目標）

1. 食品添加物等の化学分析について原理と手技を習得する。
2. 微生物実験によって微生物の増殖特性を理解し食中毒細菌の検出法を習得する。
3. 遺伝子解析技術を用いたアレルギー食品検出法の原理と手技を習得する。

内容

1	食品衛生学実験の概要
2	発色剤の定量試験（食品からの抽出）
3	発色剤の定量試験（比色定量）
4	着色料の定性試験（試料調製、抽出、濃縮）
5	着色料の定性試験（薄層クロマトグラフィーによる定性試験）
6	飲料水の水質試験
7	食器洗浄の検査
8	微生物を取り扱う基本操作
9	食品中の生菌数の測定と大腸菌群の検出（培地の準備）
10	食品中の生菌数の測定と大腸菌群の検出（試料の採集、接種、培養）
11	食品中の生菌数の測定と大腸菌群の検出（観察、菌数の算出）
12	アレルギー食品の検出（DNAの抽出）
13	アレルギー食品の検出（PCRによる遺伝子増幅）
14	アレルギー食品の検出（電気泳動）
15	まとめ

評価

実験への取り組み姿勢（2割）、レポート（4割）、筆記試験（4割）を評価し、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】 当日行う実験の目的、原理、方法等について、配付テキストを熟読し実験手順を把握しておく。

【事後学修】 実験結果を整理しレポートをとりまとめる。理解が不十分な箇所はテキストや参考図書等で復習しておく。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】 プリントを使用する。

科目名	食品衛生学実験		
担当教員名	長尾 昭彦、井手 隆		
ナンバリング	KEd123		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修* , 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

食品の安全性を確保するための様々な検査を実験によって体得し、食品衛生学の講義で得た知識をさらに深める。微生物実験や化学分析の原理を理解し実験手法を習得する。また、実験結果を的確に考察する力を養う。

科目の概要

食品の衛生管理の要となる微生物の検出、生菌数計測の基本的手法を実験によって学習する。また、食品中の着色料、保存料、発色剤等の食品添加物や有害物質の化学分析法を学ぶ。実験結果を整理し考察を取りまとめる。

学修目標（=到達目標）

1. 食品添加物等の化学分析について原理と手技を習得する。
2. 微生物実験によって微生物の増殖特性を理解し食中毒細菌の検出法を習得する。
3. 遺伝子解析技術を用いたアレルギー食品検出法の原理と手技を習得する。

内容

1	食品衛生学実験の概要
2	発色剤の定量試験（食品からの抽出）
3	発色剤の定量試験（比色定量）
4	着色料の定性試験（試料調製、抽出、濃縮）
5	着色料の定性試験（薄層クロマトグラフィーによる定性試験）
6	飲料水の水質試験
7	食器洗浄の検査
8	微生物を取り扱う基本操作
9	食品中の生菌数の測定と大腸菌群の検出（培地の準備）
10	食品中の生菌数の測定と大腸菌群の検出（試料の採集、接種、培養）
11	食品中の生菌数の測定と大腸菌群の検出（観察、菌数の算出）
12	アレルギー食品の検出（DNAの抽出）
13	アレルギー食品の検出（PCRによる遺伝子増幅）
14	アレルギー食品の検出（電気泳動）
15	まとめ

評価

実験への取り組み姿勢（2割）、レポート（4割）、筆記試験（4割）を評価し、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】 当日行う実験の目的、原理、方法等について、配付テキストを熟読し実験手順を把握しておく。

【事後学修】 実験結果を整理しレポートをとりまとめる。理解が不十分な箇所はテキストや参考図書等で復習しておく。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】 プリントを使用する。

科目名	食品衛生学実験		
担当教員名	長尾 昭彦、井手 隆		
ナンバリング	KEd123		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	1Cクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*,選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

食品の安全性を確保するための様々な検査を実験によって体得し、食品衛生学の講義で得た知識をさらに深める。微生物実験や化学分析の原理を理解し実験手法を習得する。また、実験結果を的確に考察する力を養う。

科目の概要

食品の衛生管理の要となる微生物の検出、生菌数計測の基本的手法を実験によって学習する。また、食品中の着色料、保存料、発色剤等の食品添加物や有害物質の化学分析法を学ぶ。実験結果を整理し考察を取りまとめる。

学修目標（=到達目標）

1. 食品添加物等の化学分析について原理と手技を習得する。
2. 微生物実験によって微生物の増殖特性を理解し食中毒細菌の検出法を習得する。
3. 遺伝子解析技術を用いたアレルギー食品検出法の原理と手技を習得する。

内容

1	食品衛生学実験の概要
2	発色剤の定量試験（食品からの抽出）
3	発色剤の定量試験（比色定量）
4	着色料の定性試験（試料調製、抽出、濃縮）
5	着色料の定性試験（薄層クロマトグラフィーによる定性試験）
6	飲料水の水質試験
7	食器洗浄の検査
8	微生物を取り扱う基本操作
9	食品中の生菌数の測定と大腸菌群の検出（培地の準備）
10	食品中の生菌数の測定と大腸菌群の検出（試料の採集、接種、培養）
11	食品中の生菌数の測定と大腸菌群の検出（観察、菌数の算出）
12	アレルギー食品の検出（DNAの抽出）
13	アレルギー食品の検出（PCRによる遺伝子増幅）
14	アレルギー食品の検出（電気泳動）
15	まとめ

評価

実験への取り組み姿勢（2割）、レポート（4割）、筆記試験（4割）を評価し、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】 当日行う実験の目的、原理、方法等について、配付テキストを熟読し実験手順を把握しておく。

【事後学修】 実験結果を整理しレポートをとりまとめる。理解が不十分な箇所はテキストや参考図書等で復習しておく。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】 プリントを使用する。

科目名	基礎栄養学I		
担当教員名	佐々木 菜穂		
ナンバリング	KEe124		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目は健康栄養学科の必修専門科目であり、栄養士養成カリキュラムにおける「栄養と健康」に関する科目として位置づけられている。基礎栄養学は本科目と1年次後期履修の基礎栄養学 を通して学修する。

科目の概要

本科目では、まず栄養の概念およびその意義について理解する。さらに三大栄養素の消化・吸収・代謝と栄養学的機能について学ぶことにより、健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割について理解する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 栄養とは何か、その意義について理解する。
2. 三大栄養素の代謝とその生理的意義を理解する。
3. 健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割を理解する。

内容

1	栄養の概念
2	摂食行動
3	消化・吸収1 (消化器系の構造と機能)
4	消化・吸収2 (消化の調節、吸収)
5	消化・吸収3 (消化の調節、吸収)
6	糖質の栄養1 (糖質の種類と特徴)
7	糖質の栄養2 (糖質の消化と吸収)
8	糖質の栄養3 (糖質の代謝)
9	脂質の栄養1 (脂質の種類と特徴)
10	脂質の栄養2 (脂質の消化と吸収)
11	脂質の栄養3 (脂質の代謝)
12	タンパク質の栄養1 (タンパク質とアミノ酸)
13	タンパク質の栄養2 (タンパク質の消化と吸収)
14	タンパク質の栄養3 (タンパク質の代謝)
15	まとめ

評価

ペーパーテスト (70%)、授業への取り組み (30%) により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】該当する範囲の教科書を読んでおくこと。

【事後学修】教科書および配布資料を用いて、授業の内容をノートにまとめる。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学』羊土社

【推薦書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 演習版 基礎栄養学ノート』羊土社

【参考図書】奥恒行，柴田克己編集『健康・栄養科学シリーズ 基礎栄養学』南江堂

科目名	基礎栄養学I		
担当教員名	佐々木 菜穂		
ナンバリング	KEe124		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目は健康栄養学科の必修専門科目であり、栄養士養成カリキュラムにおける「栄養と健康」に関する科目として位置づけられている。基礎栄養学は本科目と1年次後期履修の基礎栄養学 を通して学修する。

科目の概要

本科目では、まず栄養の概念およびその意義について理解する。さらに三大栄養素の消化・吸収・代謝と栄養学的機能について学ぶことにより、健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割について理解する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 栄養とは何か、その意義について理解する。
2. 三大栄養素の代謝とその生理的意義を理解する。
3. 健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割を理解する。

内容

1	栄養の概念
2	摂食行動
3	消化・吸収1 (消化器系の構造と機能)
4	消化・吸収2 (消化の調節、吸収)
5	消化・吸収3 (消化の調節、吸収)
6	糖質の栄養1 (糖質の種類と特徴)
7	糖質の栄養2 (糖質の消化と吸収)
8	糖質の栄養3 (糖質の代謝)
9	脂質の栄養1 (脂質の種類と特徴)
10	脂質の栄養2 (脂質の消化と吸収)
11	脂質の栄養3 (脂質の代謝)
12	タンパク質の栄養1 (タンパク質とアミノ酸)
13	タンパク質の栄養2 (タンパク質の消化と吸収)
14	タンパク質の栄養3 (タンパク質の代謝)
15	まとめ

評価

ペーパーテスト (70%)、授業への取り組み (30%) により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】該当する範囲の教科書を読んでおくこと。

【事後学修】教科書および配布資料を用いて、授業の内容をノートにまとめる。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学』羊土社

【推薦書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 演習版 基礎栄養学ノート』羊土社

【参考図書】奥恒行，柴田克己編集『健康・栄養科学シリーズ 基礎栄養学』南江堂

科目名	基礎栄養学		
担当教員名	佐々木 菜穂		
ナンバリング	KEe125		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	2Aクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目は健康栄養学科の必修専門科目であり、栄養士養成カリキュラムにおける「栄養と健康」に関する科目として位置づけられている。基礎栄養学は1年次前期履修の基礎栄養学 と本科目を通して学修する。

科目の概要

基礎栄養学 に引き続き、本科目ではビタミン、ミネラルの消化・吸収・代謝と栄養学的機能、エネルギー代謝について学ぶ。健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割について理解を深め、栄養士として必要な栄養学の基礎知識を学修する。

学修目標 (= 到達目標)

1. エネルギー、栄養素の代謝とその生理的意義を理解する。
3. 健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割を理解する。

内容

1	栄養素代謝の概要
2	ビタミンの栄養 1 : 脂溶性ビタミンの構造と機能
3	ビタミンの栄養 2 : 水溶性ビタミンの構造と機能
4	ビタミンの栄養 3 : ビタミンの代謝と栄養学的機能
5	ビタミンの栄養 4 : 他の栄養素との関係
6	ミネラルの栄養 1 : ミネラルの分類と機能
7	ミネラルの栄養 2 : ミネラルの栄養学的機能
8	ミネラルの栄養 3 : 他の栄養素との関係
9	水・電解質の栄養的意義 1 : 水の出納
10	水・電解質の栄養的意義 2 : 電解質の代謝
11	エネルギー代謝 1 : エネルギー代謝の概念・エネルギー消費量
12	エネルギー代謝 2 : エネルギー代謝の測定方法
13	遺伝子発現と栄養
14	食事摂取基準
15	まとめ

評価

ペーパーテスト (70%)、授業への取り組み (30%) により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】該当する範囲の教科書を読んでおくこと。

【事後学修】教科書および配布資料を用いて、授業の内容をノートにまとめる。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学』羊土社

【推薦書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 演習版 基礎栄養学ノート』羊土社

【参考図書】奥恒行，柴田克己編集『健康・栄養科学シリーズ 基礎栄養学』南江堂

佐々木敏，菱田明監修『日本人の食事摂取基準 2015年版』第一出版

科目名	基礎栄養学		
担当教員名	佐々木 菜穂		
ナンバリング	KEe125		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	2Bクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目は健康栄養学科の必修専門科目であり、栄養士養成カリキュラムにおける「栄養と健康」に関する科目として位置づけられている。基礎栄養学は1年次前期履修の基礎栄養学 と本科目を通して学修する。

科目の概要

基礎栄養学 に引き続き、本科目ではビタミン、ミネラルの消化・吸収・代謝と栄養学的機能、エネルギー代謝について学ぶ。健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割について理解を深め、栄養士として必要な栄養学の基礎知識を学修する。

学修目標 (= 到達目標)

1. エネルギー、栄養素の代謝とその生理的意義を理解する。
3. 健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割を理解する。

内容

1	栄養素代謝の概要
2	ビタミンの栄養 1 : 脂溶性ビタミンの構造と機能
3	ビタミンの栄養 2 : 水溶性ビタミンの構造と機能
4	ビタミンの栄養 3 : ビタミンの代謝と栄養学的機能
5	ビタミンの栄養 4 : 他の栄養素との関係
6	ミネラルの栄養 1 : ミネラルの分類と機能
7	ミネラルの栄養 2 : ミネラルの栄養学的機能
8	ミネラルの栄養 3 : 他の栄養素との関係
9	水・電解質の栄養的意義 1 : 水の出納
10	水・電解質の栄養的意義 2 : 電解質の代謝
11	エネルギー代謝 1 : エネルギー代謝の概念・エネルギー消費量
12	エネルギー代謝 2 : エネルギー代謝の測定方法
13	遺伝子発現と栄養
14	食事摂取基準
15	まとめ

評価

ペーパーテスト (70%)、授業への取り組み (30%) により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】該当する範囲の教科書を読んでおくこと。

【事後学修】教科書および配布資料を用いて、授業の内容をノートにまとめる。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学』羊土社

【推薦書】田地陽一編『栄養科学イラストレイテッド 演習版 基礎栄養学ノート』羊土社

【参考図書】奥恒行，柴田克己編集『健康・栄養科学シリーズ 基礎栄養学』南江堂

佐々木敏，菱田明監修『日本人の食事摂取基準 2015年版』第一出版

科目名	基礎栄養学実験		
担当教員名	佐々木 菜穂		
ナンバリング	KEe126		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	2Aクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

この科目は栄養士免許取得のために必要な必修科目である。基礎栄養学で学修した事項について、実験を通じて体得する。健康、栄養を学ぶための基礎となる科目である。

科目の概要

講義で学んだ栄養学の知識を検証し、より深く理解する。基本的実験操作によりタンパク質・糖質・脂質の化学的特性や栄養学的特性、体内代謝を理解する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 実験を通して基礎栄養学で学修した知識をより深く理解する。
2. 栄養と代謝、生体機能を関連付けて考え、理解する。
3. 実験とレポート作成を通じて、科学的根拠に基づいた考え方を身につける。

内容

1	オリエンテーション (安全に実験を行うための心構え)
2	実験講義 (基本実験手技の習得)
3	第一部 栄養素の定性実験 実験講義
4	実験準備・試薬調整
5	糖質の定性 (糖質の呈色反応)
6	糖質の定性 (未知試料分析)
7	タンパク質およびアミノ酸の定性 (タンパク質の呈色反応)
8	タンパク質およびアミノ酸の定性 (未知試料分析)
9	脂質の定性
10	第二部 栄養素の消化に関する実験 実験講義
11	唾液アミラーゼによるデンプンの消化
12	ペプシンによるタンパク質の消化
13	リパーゼによる脂質の消化
14	演習: 食事たんぱく質の栄養価の評価
15	まとめ

評価

授業内レポート (50%)、ペーパーテスト (30%)、実習態度 (20%) により評価を行い、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】配布資料に基づき実験ノートを作成する。実験に該当する範囲の参考図書を事前に読んでおくこと。

【事後学修】実験で得られた成果をレポートにまとめる。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】指定しない。別途資料を配布する。

【参考図書】基礎栄養学、基礎栄養学（講義）教科書

科目名	基礎栄養学実験		
担当教員名	佐々木 菜穂		
ナンバリング	KEe126		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	2Bクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

この科目は栄養士免許取得のために必要な必修科目である。基礎栄養学で学修した事項について、実験を通じて体得する。健康、栄養を学ぶための基礎となる科目である。

科目の概要

講義で学んだ栄養学の知識を検証し、より深く理解する。基本的実験操作によりタンパク質・糖質・脂質の化学的特性や栄養学的特性、体内代謝を理解する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 実験を通して基礎栄養学で学修した知識をより深く理解する。
2. 栄養と代謝、生体機能を関連付けて考え、理解する。
3. 実験とレポート作成を通じて、科学的根拠に基づいた考え方を身につける。

内容

1	オリエンテーション (安全に実験を行うための心構え)
2	実験講義 (基本実験手技の習得)
3	第一部 栄養素の定性実験 実験講義
4	実験準備・試薬調整
5	糖質の定性 (糖質の呈色反応)
6	糖質の定性 (未知試料分析)
7	タンパク質およびアミノ酸の定性 (タンパク質の呈色反応)
8	タンパク質およびアミノ酸の定性 (未知試料分析)
9	脂質の定性
10	第二部 栄養素の消化に関する実験 実験講義
11	唾液アミラーゼによるデンプンの消化
12	ペプシンによるタンパク質の消化
13	リパーゼによる脂質の消化
14	演習: 食事たんぱく質の栄養価の評価
15	まとめ

評価

授業内レポート (50%)、ペーパーテスト (30%)、実習態度 (20%) により評価を行い、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】配布資料に基づき実験ノートを作成する。実験に該当する範囲の参考図書を事前に読んでおくこと。

【事後学修】実験で得られた成果をレポートにまとめる。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】指定しない。別途資料を配布する。

【参考図書】基礎栄養学、基礎栄養学（講義）教科書

科目名	応用栄養学		
担当教員名	佐々木 菜穂		
ナンバリング	KEe227		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格 本科目は健康栄養学科の必修専門科目であり、栄養士養成カリキュラムにおける栄養と健康に関する科目として位置づけられている。健康・栄養を学ぶための基礎となる科目である。

科目の概要 応用栄養学では、まずは栄養ケア・マネジメントの概念について学び、食事摂取基準の基礎的理解を深める。さらに、成長・発達・加齢に伴う身体状況や栄養状態の変化に応じた栄養ケアのあり方を修得する。また、ストレスや特殊環境時の栄養について学修する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 栄養状態や心身機能に応じた栄養ケア・マネジメントの基本的な考え方を理解する。
2. 食事摂取基準策定の考え方や科学的根拠について理解する。
3. 各ライフステージにおける栄養状態や心身機能の特徴に基づいた栄養ケアを理解する。

内容

1	栄養ケア・マネジメント
2	食事摂取基準の基礎的理解
3	妊娠期・授乳期の生理的特徴
4	妊娠期・授乳期の栄養アセスメントと栄養ケア
5	新生児期・乳児期の生理的特徴
6	新生児期・乳児期の栄養アセスメントと栄養ケア
7	幼児期の生理的特徴、栄養アセスメントと栄養ケア
8	学童期の生理的特徴、栄養アセスメントと栄養ケア
9	思春期の生理的特徴、栄養アセスメントと栄養ケア
10	成人期の生理的特徴
11	成人期の生理的特徴、栄養アセスメントと栄養ケア
12	高齢期の生理的特徴
13	高齢期の栄養アセスメントと栄養ケア
14	環境と栄養
15	まとめ

評価

ペーパーテスト (70%)、授業への取り組み (30%) により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】該当する範囲の教科書を読んでおくこと。

【事後学修】教科書および配布資料を用いて、授業の内容をノートにまとめる。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】田村明，天本理恵他著『イラスト応用栄養学 第2版』東京教学社

【教科書】菱田明，佐々木敏監修『日本人の食事摂取基準（2015年版）』第一出版

科目名	応用栄養学		
担当教員名	佐々木 菜穂		
ナンバリング	KEe227		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格 本科目は健康栄養学科の必修専門科目であり、栄養士養成カリキュラムにおける栄養と健康に関する科目として位置づけられている。健康・栄養を学ぶための基礎となる科目である。

科目の概要 応用栄養学では、まずは栄養ケア・マネジメントの概念について学び、食事摂取基準の基礎的理解を深める。さらに、成長・発達・加齢に伴う身体状況や栄養状態の変化に応じた栄養ケアのあり方を修得する。また、ストレスや特殊環境時の栄養について学修する。

学修目標 (= 到達目標)

1. 栄養状態や心身機能に応じた栄養ケア・マネジメントの基本的な考え方を理解する。
2. 食事摂取基準策定の考え方や科学的根拠について理解する。
3. 各ライフステージにおける栄養状態や心身機能の特徴に基づいた栄養ケアを理解する。

内容

1	栄養ケア・マネジメント
2	食事摂取基準の基礎的理解
3	妊娠期・授乳期の生理的特徴
4	妊娠期・授乳期の栄養アセスメントと栄養ケア
5	新生児期・乳児期の生理的特徴
6	新生児期・乳児期の栄養アセスメントと栄養ケア
7	幼児期の生理的特徴、栄養アセスメントと栄養ケア
8	学童期の生理的特徴、栄養アセスメントと栄養ケア
9	思春期の生理的特徴、栄養アセスメントと栄養ケア
10	成人期の生理的特徴
11	成人期の生理的特徴、栄養アセスメントと栄養ケア
12	高齢期の生理的特徴
13	高齢期の栄養アセスメントと栄養ケア
14	環境と栄養
15	まとめ

評価

ペーパーテスト (70%)、授業への取り組み (30%) により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】該当する範囲の教科書を読んでおくこと。

【事後学修】教科書および配布資料を用いて、授業の内容をノートにまとめる。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】田村明，天本理恵他著『イラスト応用栄養学 第2版』東京教学社

【教科書】菱田明，佐々木敏監修『日本人の食事摂取基準（2015年版）』第一出版

科目名	応用栄養学実習		
担当教員名	佐々木 菜穂		
ナンバリング	KEe328		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	2Aクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格 この科目は栄養士免許取得のための必修科目であり、栄養士養成カリキュラムにおける「栄養と健康」に関する科目として位置づけられている。

科目の概要 応用栄養学で学修した各ライフステージの身体状況や栄養状況に応じた栄養ケア・マネジメントの知識を基礎として実習を行う。実習では、各ライフステージにおける食事摂取基準に基づいた献立を作成し、試作および評価を行う。

学修目標 (= 到達目標)

1. 食事摂取基準の活用の理論を理解する。
2. 各ライフステージに応じた栄養ケアを習得する。

内容	
1	オリエンテーション
2	乳児期における栄養管理 1 : 乳汁栄養
3	乳児期における栄養管理 2 : 離乳期
4	乳児期における栄養管理 3 : 離乳食の試作および評価
5	成長期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
6	成長期における栄養管理 2 : 幼児期の 1 日の食事の試作および評価
7	成人期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
8	成人期における栄養管理 2 : 成人期の 1 日の食事の試作および評価
9	妊娠・授乳期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
10	妊娠・授乳期における栄養管理 2 : 妊娠・授乳期の 1 日の食事の試作および評価
11	更年期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
12	更年期における栄養管理 2 : 更年期の 1 日の食事の試作および評価
13	高齢期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
14	高齢期における栄養管理 2 : 高齢期の 1 日の食事の試作および評価
15	まとめ

評価

レポート (70%) および実習態度 (30%) により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】各ライフステージの食事摂取基準と栄養管理を確認しておくこと。

【事後学修】実習で得られた結果をレポートとして取りまとめ、各ライフステージにおける栄養管理の理解を深める。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】菱田明，佐々木敏監修『日本人の食事摂取基準（2015年版）』第一出版

【参考図書】日本栄養改善学会監修『日本人の食事摂取基準（2015年版）対応 食事摂取基準 理論と活用』医歯薬出版

科目名	応用栄養学実習		
担当教員名	濱谷 亮子		
ナンバリング	KEe328		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	2Bクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格 この科目は栄養士免許取得のための必修科目であり、栄養士養成カリキュラムにおける「栄養と健康」に関する科目として位置づけられている。

科目の概要 応用栄養学で学修した各ライフステージの身体状況や栄養状況に応じた栄養ケア・マネジメントの知識を基礎として実習を行う。実習では、各ライフステージにおける食事摂取基準に基づいた献立を作成し、試作および評価を行う。

学修目標 (= 到達目標)

1. 食事摂取基準の活用の理論を理解する。
2. 各ライフステージに応じた栄養ケアを習得する。

内容

1	オリエンテーション
2	乳児期における栄養管理 1 : 乳汁栄養
3	乳児期における栄養管理 2 : 離乳期
4	乳児期における栄養管理 3 : 離乳食の試作および評価
5	成長期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
6	成長期における栄養管理 2 : 幼児期の 1 日の食事の試作および評価
7	成人期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
8	成人期における栄養管理 2 : 成人期の 1 日の食事の試作および評価
9	妊娠・授乳期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
10	妊娠・授乳期における栄養管理 2 : 妊娠・授乳期の 1 日の食事の試作および評価
11	更年期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
12	更年期における栄養管理 2 : 更年期の 1 日の食事の試作および評価
13	高齢期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
14	高齢期における栄養管理 2 : 高齢期の 1 日の食事の試作および評価
15	まとめ

評価

レポート (70%) および実習態度 (30%) により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】各ライフステージの食事摂取基準と栄養管理を確認しておくこと。

【事後学修】実習で得られた結果をレポートとして取りまとめ、各ライフステージにおける栄養管理の理解を深める。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】菱田明，佐々木敏監修『日本人の食事摂取基準（2015年版）』第一出版

【参考図書】日本栄養改善学会監修『日本人の食事摂取基準（2015年版）対応 食事摂取基準 理論と活用』医歯薬出版

科目名	応用栄養学実習		
担当教員名	濱谷 亮子		
ナンバリング	KEe328		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	2Cクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格 この科目は栄養士免許取得のための必修科目であり、栄養士養成カリキュラムにおける「栄養と健康」に関する科目として位置づけられている。

科目の概要 応用栄養学で学修した各ライフステージの身体状況や栄養状況に応じた栄養ケア・マネジメントの知識を基礎として実習を行う。実習では、各ライフステージにおける食事摂取基準に基づいた献立を作成し、試作および評価を行う。

学修目標 (= 到達目標)

1. 食事摂取基準の活用の理論を理解する。
2. 各ライフステージに応じた栄養ケアを習得する。

内容	
1	オリエンテーション
2	乳児期における栄養管理 1 : 乳汁栄養
3	乳児期における栄養管理 2 : 離乳期
4	乳児期における栄養管理 3 : 離乳食の試作および評価
5	成長期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
6	成長期における栄養管理 2 : 幼児期の 1 日の食事の試作および評価
7	成人期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
8	成人期における栄養管理 2 : 成人期の 1 日の食事の試作および評価
9	妊娠・授乳期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
10	妊娠・授乳期における栄養管理 2 : 妊娠・授乳期の 1 日の食事の試作および評価
11	更年期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
12	更年期における栄養管理 2 : 更年期の 1 日の食事の試作および評価
13	高齢期における栄養管理 1 : 食事摂取基準、献立作成
14	高齢期における栄養管理 2 : 高齢期の 1 日の食事の試作および評価
15	まとめ

評価

レポート (70%) および実習態度 (30%) により評価を行い、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】各ライフステージの食事摂取基準と栄養管理を確認しておくこと。

【事後学修】実習で得られた結果をレポートとして取りまとめ、各ライフステージにおける栄養管理の理解を深める。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】菱田明，佐々木敏監修『日本人の食事摂取基準（2015年版）』第一出版

【参考図書】日本栄養改善学会監修『日本人の食事摂取基準（2015年版）対応 食事摂取基準 理論と活用』医歯薬出版

科目名	栄養指導論		
担当教員名	加藤 理津子		
ナンバリング	KEf132		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

栄養指導とは、人々の健康維持・増進、疾病予防と治療の促進を目的に、栄養学、食品学等を基本とした正しい知識の普及と、行動科学的手法を用いた実践指導を行うことである。したがって栄養学や食品学等の基礎知識が必要となる。また、栄養指導論 で学んだ内容を基に栄養指導論 および栄養指導論実習 、 で知識と技術の統合を図る。

科目の概要

栄養指導の意義と目的、栄養指導に関わる法規や施策...第1～3回

栄養指導の実践に必要な基礎知識と実践方法...第4～13回

情報の収集・処理方法...第14回

学修目標 (= 到達目標)

対象者の考えや状態を客観的に判断する能力を身につける

対象者に必要な支援計画を立案する能力を身につける

計画の目標達成に向けて運営する能力を身につける

内容

第1回 栄養指導論 の概念

第2回 栄養指導の変遷

第3回 栄養指導と関係法規

第4回 栄養指導マネジメント

第5回 アセスメント - 食生活・栄養に関する諸調査 -

第6回 アセスメント - 対象別のアセスメント -

第7回 栄養指導の計画 (Plan)

第8回 栄養指導の実施 (Do) 栄養指導の基礎知識 (理論とモデル)

第9回 栄養指導の実施 (Do) 栄養指導とカウンセリング

第10回 栄養指導の実施 (Do) 栄養指導で用いる教材・媒体

第11回 栄養指導の評価 (Check)、改善・見直し (Act)

第12回 栄養指導に必要な基本事項 (健康日本2 1、日本人の食事摂取基準、食生活指針、食事バランスガイド、食品成分表)

第13回 栄養指導に必要な基本事項 (健康づくりのための身体活動基準、休養指針、食育関連、食料需給表と食の安全性)

第14回 情報の収集・処理

第15回 まとめ

評価

提出物 20%、筆記試験 80%とし、総合評価の 60 点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】関連科目を復習する。また、テキストの授業範囲を熟読し、不明な点を確認しておく。

【事後学修】授業内容について、最低 1 時間程度、ノートを整理する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】相川りゑ子編著 Nブックス改訂栄養指導論 建帛社

【推薦書】岡崎光子編集 新・栄養指導論改訂第2版 南江堂

【推薦書】芦川修貳、田中弘之編 栄養士のための栄養指導論 第4版 学建書院

科目名	栄養指導論		
担当教員名	加藤 理津子		
ナンバリング	KEf132		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

栄養指導とは、人々の健康維持・増進、疾病予防と治療の促進を目的に、栄養学、食品学等を基本とした正しい知識の普及と、行動科学的手法を用いた実践指導を行うことである。したがって栄養学や食品学等の基礎知識が必要となる。また、栄養指導論 で学んだ内容を基に栄養指導論 および栄養指導論実習 、 で知識と技術の統合を図る。

科目の概要

栄養指導の意義と目的、栄養指導に関わる法規や施策...第1～3回

栄養指導の実践に必要な基礎知識と実践方法...第4～13回

情報の収集・処理方法...第14回

学修目標 (= 到達目標)

対象者の考えや状態を客観的に判断する能力を身につける

対象者に必要な支援計画を立案する能力を身につける

計画の目標達成に向けて運営する能力を身につける

内容

第1回 栄養指導論 の概念

第2回 栄養指導の変遷

第3回 栄養指導と関係法規

第4回 栄養指導マネジメント

第5回 アセスメント - 食生活・栄養に関する諸調査 -

第6回 アセスメント - 対象別のアセスメント -

第7回 栄養指導の計画 (Plan)

第8回 栄養指導の実施 (Do) 栄養指導の基礎知識 (理論とモデル)

第9回 栄養指導の実施 (Do) 栄養指導とカウンセリング

第10回 栄養指導の実施 (Do) 栄養指導で用いる教材・媒体

第11回 栄養指導の評価 (Check)、改善・見直し (Act)

第12回 栄養指導に必要な基本事項 (健康日本2 1、日本人の食事摂取基準、食生活指針、食事バランスガイド、食品成分表)

第13回 栄養指導に必要な基本事項 (健康づくりのための身体活動基準、休養指針、食育関連、食料需給表と食の安全性)

第14回 情報の収集・処理

第15回 まとめ

評価

提出物 20%、筆記試験 80%とし、総合評価の 60 点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】関連科目を復習する。また、テキストの授業範囲を熟読し、不明な点を確認しておく。

【事後学修】授業内容について、最低 1 時間程度、ノートを整理する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】相川りゑ子編著 Nブックス改訂栄養指導論 建帛社

【推薦書】岡崎光子編集 新・栄養指導論改訂第2版 南江堂

【推薦書】芦川修貳、田中弘之編 栄養士のための栄養指導論 第4版 学建書院

科目名	栄養指導論		
担当教員名	加藤 理津子		
ナンバリング	KEf233		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	2Aクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

栄養指導論 で学んだ内容を基礎に、対象別 (ライフステージ別、ライフスタイル別、施設別) の栄養指導に関する知識を深める。また、栄養指導論実習 、 で学習内容の実践力を身につける。

科目の概要

ライフステージ別栄養指導...第1～7回

ライフスタイル別栄養指導...第8～10回

給食の場の栄養指導...第11～13回

栄養指導の国際的動向...第14回

学修目標 (= 到達目標)

対象者の状況別に客観的に判断する能力を身につける

対象者の状況別に必要な支援計画を立案する能力を身につける

計画の目標達成に向けて運営する能力を身につける

内容

第1回 栄養指導論 の概念

第2回 ライフステージ別栄養指導 (妊娠期・授乳期)

第3回 ライフステージ別栄養指導 (乳児期)

第4回 ライフステージ別栄養指導 (幼児期)

第5回 ライフステージ別栄養指導 (学童期・思春期)

第6回 ライフステージ別栄養指導 (成人期)

第7回 ライフステージ別栄養指導 (高齢期)

第8回 ライフスタイル別栄養指導 (単身生活者)

第9回 ライフスタイル別栄養指導 (スポーツ選手)

第10回 健康障害者の栄養指導

第11回 給食の場の栄養指導 (病院・社会福祉施設)

第12回 給食の場の栄養指導 (学校・児童福祉施設)

第13回 給食の場の栄養指導 (事業所)

第14回 栄養指導の国際的動向

第15回 まとめ

評価

提出物 20%、筆記試験 80%とし、総合評価の 60 点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】関連科目を復習する。また、テキストの授業範囲を熟読し、不明な点を確認しておく。

【事後学修】授業内容について、最低 1 時間程度、ノートを整理する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】教科書：相川りょう子編著 N ブックス改訂栄養指導論 建帛社

【推薦書】岡崎光子編集 新・栄養指導論改訂第2版 南江堂

【推薦書】芦川修貳、田中弘之編 栄養士のための栄養指導論 第4版 学建書院

科目名	栄養指導論		
担当教員名	城田 直子		
ナンバリング	KEf233		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	2Bクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

栄養指導論 で学んだ内容を基礎に、対象別 (ライフステージ別、ライフスタイル別、施設別) の栄養指導に関する知識を深める。また、栄養指導論実習 、 で学習内容の実践力を身につける。

科目の概要

ライフステージ別栄養指導・・・第1～7回

ライフスタイル別栄養指導・・・第8～10回

給食の場の栄養指導・・・第11～13回

栄養指導の国際的動向・・・第14回

学修目標 (= 到達目標)

対象者の状況別に客観的に判断する能力を身につける

対象者の状況別に必要な支援計画を立案する能力を身につける

計画の目標達成に向けて運営する能力を身につける

内容

1	栄養指導論 の概念
2	ライフステージ別栄養指導 (妊娠期・授乳期)
3	ライフステージ別栄養指導 (乳児期)
4	ライフステージ別栄養指導 (幼児期)
5	ライフステージ別栄養指導 (学童期・思春期)
6	ライフステージ別栄養指導 (成人期)
7	ライフステージ別栄養指導 (高齢期)
8	ライフステージ別栄養指導 (単身生活者)
9	ライフステージ別栄養指導 (スポーツ選手)
10	健康障害者の栄養指導
11	給食の場の栄養指導 (病院・社会福祉施設)
12	給食の場の栄養指導 (学校・児童福祉施設)
13	給食の場の栄養指導 (事業所)
14	栄養指導の国際的動向
15	まとめ

評価

提出物20%、筆記試験80%とし、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】関連科目を復習する。また、テキストの授業範囲を熟読し、不明な点を確認しておく。

【事後学修】授業内容について、最低1時間程度、ノートを整理する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】相川りゑ子編著 Nブックス改訂栄養指導論 建帛社

【推薦書】岡崎光子編集 新・栄養指導論改訂第2版 南江堂

【推薦書】芦川修貳、田中弘之編 栄養士のための栄養指導論 第4版 学建書院

科目名	栄養指導論実習		
担当教員名	加藤 理津子		
ナンバリング	KEf234		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	2Aクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

栄養指導論、 の学習を基に、栄養教育を実施するために必要な知識と技術の統合を図り、実践力を身につける。

科目の概要

栄養アセスメントの実践...第1～3回

栄養教育計画立案の実践...第4～6回

栄養教育の実践...第7～13回

栄養指導の国際的動向...第14回

学修目標 (= 到達目標)

対象者の考えや状態を客観的に判断する技術を身につける

対象者に必要な支援計画を立案する技術を身につける

計画の目標達成に向けて運営する技術を身につける

内容

- 第1回 栄養指導論実習 の概念
- 第2回 栄養アセスメント (身体計測・臨床検査・臨床診査) の実践
- 第3回 栄養アセスメント (食事調査) の実践
- 第4回 栄養教育計画立案の実践 (目標設定・計画立案)
- 第5回 栄養教育計画立案の実践 (栄養補給計画の立案)
- 第6回 栄養教育計画立案の実践 (栄養教育計画の立案)
- 第7回 栄養教育の実践 (カウンセリング)
- 第8回 栄養教育の実践 (集団討議法)
- 第9回 栄養教育の実践 (インターネットの活用)
- 第10回 栄養教育の実践 (指導案の作成)
- 第11回 栄養教育の実践 (媒体の作成)
- 第12回 栄養教育計画の発表
- 第13回 栄養教育計画の発表
- 第14回 栄養教育計画の発表
- 第15回 まとめ

評価

提出物50%、知識・技術の習得状況50%とし、総合評価の60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】関連科目を復習する。また、テキストの授業範囲を熟読し、不明な点を確認しておく。

【事後学修】授業内容について、最低1時間程度、ノートを整理する。また、課題等に取り組む。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】片井加奈子／川上貴代／久保田恵・編 栄養科学シリーズNEXTシリーズ 栄養教育論実習 第2版

【教科書】相川りゑ子編著 Nブックス改訂栄養指導論 建帛社

【推薦書】岡崎光子編集 新・栄養指導論改訂第2版 南江堂

【推薦書】芦川修貳、田中弘之編 栄養士のための栄養指導論 第4版 学建書院

科目名	栄養指導論実習		
担当教員名	城田 直子		
ナンバリング	KEf234		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	2Bクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

栄養指導論、 の学習を基に、栄養教育を実施するために必要な知識と技術の統合を図り、実践力を身につける。

科目の概要

栄養アセスメントの実践・・・第1～3回

栄養教育計画立案の実践・・・第4～6回

栄養教育の実践・・・第7～13回

栄養指導の国際的動向・・・第14回

学修目標 (= 到達目標)

対象者の考えや状態を客観的に判断する技術を身につける

対象者に必要な支援計画を立案する技術を身につける

計画の目標達成に向けて運営する技術を身につける

内容

1	栄養指導論実習 の概念
2	栄養アセスメント (身体計測・臨床検査・臨床診査) の実践
3	栄養アセスメント (食事調査) の実践
4	栄養教育計画立案の実践 (目標設定・計画立案)
5	栄養教育計画立案の実践 (栄養補給計画の立案)
6	栄養教育計画立案の実践 (栄養教育計画の立案)
7	栄養教育の実践 (カウンセリング)
8	栄養教育の実践 (集団討議法)
9	栄養教育の実践 (インターネットの活用)
10	栄養教育の実践 (指導案の作成)
11	栄養教育の実践 (媒体の作成)
12	栄養教育計画の発表
13	栄養教育計画の発表
14	栄養教育計画の発表
15	まとめ

評価

提出物50%、知識・技術の習得状況50%とし、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】関連科目を復習する。また、テキストの授業範囲を熟読し、不明な点を確認しておく。

【事後学修】授業内容について、最低1時間程度、ノートを整理する。また、課題等に取り組む。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】片井加奈子／川上貴代／久保田恵・編 栄養科学シリーズNEXTシリーズ 栄養教育論実習第2版 講談社

【教科書】相川り糸子編著 Nブックス改訂栄養指導論 建帛社

【推薦書】岡崎光子編集 新・栄養指導論改訂第2版 南江堂

【推薦書】芦川修貳、田中弘之編 栄養士のための栄養指導論 第4版 学建書院

科目名	栄養指導論実習		
担当教員名	加藤 理津子		
ナンバリング	KEf234		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	2Cクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

栄養指導論、 の学習を基に、栄養教育を実施するために必要な知識と技術の統合を図り、実践力を身につける。

科目の概要

栄養アセスメントの実践...第1～3回

栄養教育計画立案の実践...第4～6回

栄養教育の実践...第7～13回

栄養指導の国際的動向...第14回

学修目標 (=到達目標)

対象者の考えや状態を客観的に判断する技術を身につける

対象者に必要な支援計画を立案する技術を身につける

計画の目標達成に向けて運営する技術を身につける

内容

- 第1回 栄養指導論実習 の概念
- 第2回 栄養アセスメント (身体計測・臨床検査・臨床診査) の実践
- 第3回 栄養アセスメント (食事調査) の実践
- 第4回 栄養教育計画立案の実践 (目標設定・計画立案)
- 第5回 栄養教育計画立案の実践 (栄養補給計画の立案)
- 第6回 栄養教育計画立案の実践 (栄養教育計画の立案)
- 第7回 栄養教育の実践 (カウンセリング)
- 第8回 栄養教育の実践 (集団討議法)
- 第9回 栄養教育の実践 (インターネットの活用)
- 第10回 栄養教育の実践 (指導案の作成)
- 第11回 栄養教育の実践 (媒体の作成)
- 第12回 栄養教育計画の発表
- 第13回 栄養教育計画の発表
- 第14回 栄養教育計画の発表
- 第15回 まとめ

評価

提出物50%、知識・技術の習得状況50%とし、総合評価の60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】関連科目を復習する。また、テキストの授業範囲を熟読し、不明な点を確認しておく。

【事後学修】授業内容について、最低1時間程度、ノートを整理する。また、課題等に取り組む。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】片井加奈子／川上貴代／久保田恵・編 栄養科学シリーズNEXTシリーズ 栄養教育論実習 第2版

【教科書】相川りゑ子編著 Nブックス改訂栄養指導論 建帛社

【推薦書】岡崎光子編集 新・栄養指導論改訂第2版 南江堂

【推薦書】芦川修貳、田中弘之編 栄養士のための栄養指導論 第4版 学建書院

科目名	調理学		
担当教員名	木村 靖子		
ナンバリング	KEg138		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムにおける「給食の運営」に関する科目の1つであるとともに、学科の必修専門科目として位置づけられている。「基礎調理学実習」や「給食運営実習」などの実習科目の基礎知識を習得する科目である。

科目の概要

食べ物を栄養的に優れ、おいしく安全に調理するために必要な食品材料や調理操作 (特に加熱) に関する知識、調理により生じる食品材料の栄養素・呈味成分・機能性成分の変化や物性の変化、望ましい食事設計のしかたなどについて解説する。

学修目標

1. 食品材料や調理操作における基礎的知識を習得する。
2. 調理過程における食品材料の化学的、物理的变化について学び、食品をおいしく調理するための方向性を理解する。
3. 食事設計の意義と献立作成の基本を習得する。

授業はノートなどに記録をとりながら聞いてください。授業終了後は家で教科書やノート、プリントなどで復習を行い、解らない点があれば次の授業のときに必ず質問して理解するようにしてください。

内容

1	調理の意義と目的、調理の文化
2	おいしさについて (食味と嗜好の形成要因)
3	調理操作：加熱調理の原理 (熱の伝わり方と効率的な加熱条件)
4	調理操作：非加熱調理
5	調理機器・調理器具の原理と使い方
6	植物性食品の調理と栄養素の変化1 (米、小麦)
7	植物性食品の調理と栄養素の変化2 (いも、豆)
8	植物性食品の調理と栄養素の変化3 (野菜、果物、海藻)
9	動物性食品の調理と栄養素の変化1 (肉、魚介)
10	動物性食品の調理と栄養素の変化2 (卵、乳・乳製品)
11	調味料、ゲル化剤 (ゼラチン、寒天など) の調理への利用
12	献立作成 (1) 食事設計の意義と献立作成
13	献立作成 (2) 献立作成の要素、献立作成手順
14	献立作成 (3) 献立作成手順、供食・食事環境など
15	まとめ

評価

ペーパーテスト80点、レポート提出など20点で評価を行い、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前学習】

教科書をよく読み、解からないところは参考書などで自分なりに調べてみましょう。

【事後学習】

授業を聞きながら記録したノートと教科書、プリントなどをもとに復習する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

安原安代・柳沢幸江共編 『改訂新版 調理学 健康・栄養・調理』 アイ・ケイコーポレーション
新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』大修館書店

【参考図書】

畑江敬子・香西みどり編 『スタンダード栄養・食物シリーズ6 / 調理学 第2版』 東京化学同人
金谷昭子編著 『食べ物と健康 調理学』 医歯薬出版
畑井朝子・渋川祥子編著 『ネオエスカ / 調理学』 同文書院

科目名	調理学		
担当教員名	木村 靖子		
ナンバリング	KEg138		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	栄養士		

ねらい(科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムにおける「給食の運営」に関する科目の1つであるとともに、学科の必修専門科目として位置づけられている。「基礎調理学実習」や「給食運営実習」などの実習科目の基礎知識を習得する科目である。

科目の概要

食べ物を栄養的に優れ、おいしく安全に調理するために必要な食品材料や調理操作（特に加熱）に関する知識、調理により生じる食品材料の栄養素・呈味成分・機能性成分の変化や物性の変化、望ましい食事設計のしかたなどについて解説する。

学修目標

1. 食品材料や調理操作における基礎的知識を習得する。
2. 調理過程における食品材料の化学的、物理的变化について学び、食品をおいしく調理するための方向性を理解する。
3. 食事設計の意義と献立作成の基本を習得する。

授業はノートなどに記録をとりながら聞いてください。授業終了後は家で教科書やノート、プリントなどで復習を行い、解らない点があれば次の授業のときに必ず質問して理解するようにしてください。

内容

1	調理の意義と目的、調理の文化
2	おいしさについて(食味と嗜好の形成要因)
3	調理操作：加熱調理の原理(熱の伝わり方と効率的な加熱条件)
4	調理操作：非加熱調理
5	調理機器・調理器具の原理と使い方
6	植物性食品の調理と栄養素の変化1(米、小麦)
7	植物性食品の調理と栄養素の変化2(いも、豆)
8	植物性食品の調理と栄養素の変化3(野菜、果物、海藻)
9	動物性食品の調理と栄養素の変化1(肉、魚介)
10	動物性食品の調理と栄養素の変化2(卵、乳・乳製品)
11	調味料、ゲル化剤(ゼラチン、寒天など)の調理への利用
12	献立作成(1)食事設計の意義と献立作成
13	献立作成(2)献立作成の要素、献立作成手順
14	献立作成(3)献立作成手順、供食・食事環境など
15	まとめ

評価

ペーパーテスト80点、レポート提出など20点で評価を行い、60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前学習】

教科書をよく読み、解からないところは参考書などで自分なりに調べてみましょう。

【事後学習】

授業を聞きながら記録したノートと教科書、プリントなどをもとに復習する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

安原安代・柳沢幸江共編 『改訂新版 調理学 健康・栄養・調理』 アイ・ケイコーポレーション
新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』大修館書店

【参考図書】

畑江敬子・香西みどり編 『スタンダード栄養・食物シリーズ6 / 調理学 第2版』 東京化学同人
金谷昭子編著 『食べ物と健康 調理学』 医歯薬出版
畑井朝子・渋川祥子編著 『ネオエスカ / 調理学』 同文書院

科目名	基礎調理学実習		
担当教員名	木村 靖子		
ナンバリング	KEg139		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい(科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目は栄養士養成課程教育カリキュラムの「給食の運営」に関する科目の1つで、栄養士として食品の栄養的・衛生的・嗜好的特性を理解した上で、健康でおいしい食事を提供するために必要な調理操作の基礎的な知識と技術の修得を目的とする。同期履修の「調理学」で学ぶ理論を踏まえて本科目を履修する必要がある。1年後期履修「調理学実習」、3年前期履修「給食計画・実務論」、3年後期履修「給食運営実習」の基礎科目となる。

科目の概要

日本料理、西洋料理、中国料理の日常的献立について食材の選び方や扱い方、基本的な調理操作や調味のしかた、盛りつけ方、テーブルセッティングや食事作法について学ぶ。

学修目標

1. 調理による食品の科学的な変化を実習により確認する。
2. 日常的献立での基本的な調理操作について理解し、実習により調理技術の習得と向上をめざす。
3. 献立構成の基本を理解する。

内容

1	オリエンテーション：実習の授業内容と進め方、実習室の使い方、献立と調理
2	調理の基本 調理器具の取扱い、食材の洗い方、切り方（廃棄率）など
3	調理の基本 食材の計量、調味の考え方（調味率）
4	日本調理の基本：炊飯、澄まし汁（だしのとり方）、煮物、お浸しなど
5	日本調理：味つけ飯、みそ汁、焼き物、酢の物など
6	日本調理：炊き込みご飯、吸物、卵料理、和え物など
7	西洋調理の基本：スープ（ブイヨンのとり方）、肉料理、サラダなど
8	西洋調理：マカロニグラタン、サラダ、飲み物など
9	西洋調理：煮込み料理（カレー）、サラダ、デザートなど
10	中国調理の基本：冷菜、湯菜（毛湯のとり方）、炒菜など
11	中国調理：冷菜、炸菜、炒飯など
12	中国調理：冷菜、炒菜、点心など
13	日本調理：ちらしずし、澄まし汁、緑茶の入れ方など
14	西洋調理：サンドイッチ、スポンジケーキ、紅茶の入れ方など
15	まとめ

評価

ペーパーテスト60点、実習ノート40点で評価を行い、60点以上を合格とする。ただし、ペーパーテストの受験、実習ノートの提出いずれもクリアしていることが単位修得の条件である。

授業外学習

【事前予習】教科書やプリントをよく読み、実習内容を確認する。

【事後学修】実習中は記録をきちんと取り、実習後に実習ノートを整理して理解を深める。

実習内容の確実な習得と調理技術を高めるため、積極的に家庭でも調理を行う。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】三輪里子監修 飯田文子・藤井恵子編著 石原三妃他共著 『改訂新版 あすの健康と調理 食を通して豊かなLife styleを』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』 大修館書店

【参考図書】

川端晶子監修・著 阿久澤さゆり他共著 『改訂 イラストでわかる基本調理』 同文書院

宮下朋子編著 菊池節子他共著 『新調理学実習』 同文書院

粟津原宏子他共著 『たのしい調理 - 基礎と実習 - 』 医歯薬出版

科目名	基礎調理学実習		
担当教員名	木村 靖子		
ナンバリング	KEg139		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*, 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい(科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目は栄養士養成課程教育カリキュラムの「給食の運営」に関する科目の1つで、栄養士として食品の栄養的・衛生的・嗜好的特性を理解した上で、健康でおいしい食事を提供するために必要な調理操作の基礎的な知識と技術の修得を目的とする。同期履修の「調理学」で学ぶ理論を踏まえて本科目を履修する必要がある。1年後期履修「調理学実習」、3年前期履修「給食計画・実務論」、3年後期履修「給食運営実習」の基礎科目となる。

科目の概要

日本料理、西洋料理、中国料理の日常的献立について食材の選び方や扱い方、基本的な調理操作や調味のしかた、盛りつけ方、テーブルセッティングや食事作法について学ぶ。

学修目標

1. 調理による食品の科学的な変化を実習により確認する。
2. 日常的献立での基本的な調理操作について理解し、実習により調理技術の習得と向上をめざす。
3. 献立構成の基本を理解する。

内容

1	オリエンテーション：実習の授業内容と進め方、実習室の使い方、献立と調理
2	調理の基本 調理器具の取扱い、食材の洗い方、切り方（廃棄率）など
3	調理の基本 食材の計量、調味の考え方（調味率）
4	日本調理の基本：炊飯、澄まし汁（だしのとり方）、煮物、お浸しなど
5	日本調理：味つけ飯、みそ汁、焼き物、酢の物など
6	日本調理：炊き込みご飯、吸物、卵料理、和え物など
7	西洋調理の基本：スープ（ブイヨンのとり方）、肉料理、サラダなど
8	西洋調理：マカロニグラタン、サラダ、飲み物など
9	西洋調理：煮込み料理（カレー）、サラダ、デザートなど
10	中国調理の基本：冷菜、湯菜（毛湯のとり方）、炒菜など
11	中国調理：冷菜、炸菜、炒飯など
12	中国調理：冷菜、炒菜、点心など
13	日本調理：ちらしずし、澄まし汁、緑茶の入れ方など
14	西洋調理：サンドイッチ、スポンジケーキ、紅茶の入れ方など
15	まとめ

評価

ペーパーテスト60点、実習ノート40点で評価を行い、60点以上を合格とする。ただし、ペーパーテストの受験、実習ノートの提出いずれもクリアしていることが単位修得の条件である。

授業外学習

【事前予習】教科書やプリントをよく読み、実習内容を確認する。

【事後学修】実習中は記録をきちんと取り、実習後に実習ノートを整理して理解を深める。

実習内容の確実な習得と調理技術を高めるため、積極的に家庭でも調理を行う。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】三輪里子監修 飯田文子・藤井恵子編著 石原三妃他共著 『改訂新版 あすの健康と調理 食を通して豊かなLife styleを』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』 大修館書店

【参考図書】

川端晶子監修・著 阿久澤さゆり他共著 『改訂 イラストでわかる基本調理』 同文書院

宮下朋子編著 菊池節子他共著 『新調理学実習』 同文書院

粟津原宏子他共著 『たのしい調理 - 基礎と実習 - 』 医歯薬出版

科目名	基礎調理学実習		
担当教員名	木村 靖子		
ナンバリング	KEg240		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	2Aクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい(科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムの「給食の運営」に関する科目の1つである。前期の「基礎調理学実習」に引き続き、健康でおいしい食事を安全に提供するために栄養士として必要な基礎的な知識と調理技術の習得をめざすことを目的とする。「調理学」や「基礎調理学実習」で学んだ理論や技術を十分に踏まえて履修することが大切である。

科目の概要

基礎調理学実習と同様、日本料理、西洋料理、中国料理の日常的献立について食材の選び方や扱い方、基本的な調理方法、テーブルセッティングなどについて学ぶとともに、季節にふさわしい食材を使った行事食や供応食などの調理方法や食卓のととのえ方、また食文化についてもふれる。

学修目標

1. 調理による食品の科学的な変化について実習により確認する。
2. 実習をとおして基礎的な調理技術の習得と向上をめざす。
3. 行事食や供応食の意義と調理方法、背景となる食文化について学ぶ。

内容

1	授業内容と進め方など
2	日本調理：栗おこわ、天ぷら、ひじきの煮物など
3	日本調理：茶碗蒸し、魚の煮つけ、白和えなど
4	日本調理：丼物、汁物、即席漬けなど
5	日本調理：鶏のくわ焼き、炊き合わせ、きんぴらごぼうなど
6	中国調理：飲茶（什錦炒麵、餃子、杏仁酥）など
7	中国調理：炒墨魚、芙蓉蟹、酸辣湯など
8	中国調理：春巻き、酢豚、中華粥など
9	西洋調理：ムニエル、コンソメスープ、バターケーキ、コーヒーなど
10	西洋調理：カニクリームコロッケ、コンポート、サラダなど
11	西洋調理：パスタ（スパゲッティ）、ミネストローネ、マリネなど
12	西洋調理：クリスマス料理（カナッペ、ローストチキン、サラダなど）
13	日本調理：おせち料理（だて巻き、きんとん、錦なます、田作り、雑煮など）
14	自由献立実習
15	まとめ

評価

ペーパーテスト60点、実技テスト20点、実習ノート20点で評価を行い、60点以上を合格とする。ペーパーテストおよび実技テストの受験、実習ノートの提出がいずれもクリアされていることが単位修得の条件である。

授業外学習

【事前予習】教科書、プリントをよく読み、実習内容を確認する。

調理学で学んだ理論および基礎調理学実習 で習得した調理操作を復習しておく。

【事後学修】実習中は記録をきちんと取り、実習後に実習ノートを整理して理解を深める。

実習内容の確実な習得と調理技術を高めるため、積極的に家庭で調理を行う。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】三輪里子監修 飯田文子・藤井恵子編著 石原三妃他共著 『改訂新版 あすの健康と調理 食を通して豊かなLife styleを』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』 大修館書店

【参考図書】

川端晶子監修・著 阿久澤さゆり他共著 『改訂 イラストでわかる基本調理』 同文書院

宮下朋子編著 菊池節子他共著 『新調理学実習』 同文書院

粟津原宏子他共著 『たのしい調理 - 基礎と実習 - 』 医歯薬出版

科目名	基礎調理学実習		
担当教員名	木村 靖子		
ナンバリング	KEg240		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	1	ク ラ ス	2Bクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	栄養士		

ねらい(科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムの「給食の運営」に関する科目の1つである。前期の「基礎調理学実習」に引き続き、健康でおいしい食事を安全に提供するために栄養士として必要な基礎的な知識と調理技術の習得をめざすことを目的とする。「調理学」や「基礎調理学実習」で学んだ理論や技術を十分に踏まえて履修することが大切である。

科目の概要

基礎調理学実習と同様、日本料理、西洋料理、中国料理の日常的献立について食材の選び方や扱い方、基本的な調理方法、テーブルセッティングなどについて学ぶとともに、季節にふさわしい食材を使った行事食や供応食などの調理方法や食卓のととのえ方、また食文化についてもふれる。

学修目標

1. 調理による食品の科学的な変化について実習により確認する。
2. 実習をとおして基礎的な調理技術の習得と向上をめざす。
3. 行事食や供応食の意義と調理方法、背景となる食文化について学ぶ。

内容

1	授業内容と進め方など
2	日本調理：栗おこわ、天ぷら、ひじきの煮物など
3	日本調理：茶碗蒸し、魚の煮つけ、白和えなど
4	日本調理：丼物、汁物、即席漬けなど
5	日本調理：鶏のくわ焼き、炊き合わせ、きんぴらごぼうなど
6	中国調理：飲茶（什錦炒麵、餃子、杏仁酥）など
7	中国調理：炒墨魚、芙蓉蟹、酸辣湯など
8	中国調理：春巻き、酢豚、中華粥など
9	西洋調理：ムニエル、コンソメスープ、バターケーキ、コーヒーなど
10	西洋調理：カニクリームコロッケ、コンポート、サラダなど
11	西洋調理：パスタ（スパゲッティ）、ミネストローネ、マリネなど
12	西洋調理：クリスマス料理（カナッペ、ローストチキン、サラダなど）
13	日本調理：おせち料理（だて巻き、きんとん、錦なます、田作り、雑煮など）
14	自由献立実習
15	まとめ

評価

ペーパーテスト60点、実技テスト20点、実習ノート20点で評価を行い、60点以上を合格とする。ペーパーテストおよび実技テストの受験、実習ノートの提出がいずれもクリアされていることが単位修得の条件である。

授業外学習

【事前予習】教科書、プリントをよく読み、実習内容を確認する。

調理学で学んだ理論および基礎調理学実習 で習得した調理操作を復習しておく。

【事後学修】実習中は記録をきちんと取り、実習後に実習ノートを整理して理解を深める。

実習内容の確実な習得と調理技術を高めるため、積極的に家庭で調理を行う。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】三輪里子監修 飯田文子・藤井恵子編著 石原三妃他共著 『改訂新版 あすの健康と調理 食を通して豊かなLife styleを』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』 大修館書店

【参考図書】

川端晶子監修・著 阿久澤さゆり他共著 『改訂 イラストでわかる基本調理』 同文書院

宮下朋子編著 菊池節子他共著 『新調理学実習』 同文書院

粟津原宏子他共著 『たのしい調理 - 基礎と実習 - 』 医歯薬出版

科目名	応用調理学実習		
担当教員名	木村 靖子		
ナンバリング	KEg341		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	
開 講 期	後期	必修・選択の別	選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係			

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムの「給食の運営」に関する科目の1つであり、専門教育科目の選択科目として位置づけられている。1年の「基礎調理学実習 および 」で習得した調理操作の基礎的な知識と技術をもとに、より高度で多様な調理操作を実践することを目的とする。

科目の概要

日本料理、西洋料理、中国料理をはじめ諸外国の料理について、日常的な献立だけでなく季節に応じた供応食や行事食の献立を実習し、人に料理をもてなすための調理操作や盛りつけ方、テーブルセッティング、食事作法について学修する。

学修目標

1. 基本的な調理技術を高め、より高度な調理操作を理解し、実践する。
2. 季節の献立、供応食、行事食などの献立構成を理解する。
3. 料理をとおして諸外国の食文化について理解を深める。

内容

1	オリエンテーション：実習の授業内容と進め方、供応食の献立と調理
2	日本調理：すし（巻きずし、いなりずし）、澄まし汁、和え物など
3	日本調理：丼物（親子丼）、汁物、和え物、蒸しまんじゅうなど
4	日本調理：二色そばろご飯、焼き物（魚の塩焼き）、煮物など
5	日本調理：会席献立（吸物・向付・鉢肴・煮物・小鉢）
6	西洋調理：ハンバーグステーキ、クラムチャウダー、サラダ、パパロアなど
7	西洋調理：いわし香草焼き、ラトウイユ、パンナコッタなど
8	西洋調理：ピザ、パスタ、ニース風サラダ、マドレーヌなど
9	西洋調理：ビーフシチュー、シーザーサラダ、シュークリーム
10	中国調理：乾焼明蝦、又焼肉、抜絲紅薯など
11	中国調理：辣黄瓜、油淋鶏、豆腐丸子湯、芒果布丁など
12	中国調理：飲茶（炒米粉、粽子、焼売、開口笑、茉莉花茶）など
13	中国調理：回鍋肉、?? 湯、小西米など
14	日本調理：松花堂弁当（自主献立）など
15	まとめ

評価

ペーパーテスト60点、実習ノート40点で評価を行い、60点以上を合格とする。ただし、ペーパーテストの受験、実習ノートの提出いずれもクリアしていることが単位修得の条件である。

授業外学習

【事前予習】教科書やプリントをよく読み、実習内容を確認する。

【事後学修】実習中は記録をきちんと取り、実習後に実習ノートを整理して理解を深める。

実習内容の確実な習得と調理技術を高めるため、積極的に家庭でも調理を行う。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】三輪里子監修 飯田文子・藤井恵子編著 石原三妃他共著 『改訂新版 あすの健康と調理 食を通して豊かなLife styleを』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』 大修館書店

【参考図書】

川端晶子監修・著 阿久澤さゆり他共著 『改訂 イラストでわかる基本調理』 同文書院

宮下朋子編著 菊池節子他共著 『新調理学実習』 同文書院

粟津原宏子他共著 『たのしい調理 - 基礎と実習 - 』 医歯薬出版

科目名	食事計画論		
担当教員名	木村 靖子		
ナンバリング	KEg246		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係			

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムにおける「給食の運営」に関する科目の1つであるとともに、学科の必修専門科目として位置づけられている

科目の概要

食の専門家、とくに栄養士には、対象とする人および人々が健康な生活を送るために、栄養面、衛生面、嗜好面、経済性を考慮した食事を提供するための知識と技能を習得していることが求められる。なかでも、食事献立作成能力は最も重要である。

本科目では、対象者の栄養的特性や嗜好、季節感、コストを考慮した献立を作成するために必要な基礎的知識と技術を学び、献立作成能力を習得することを目的とする。

学修目標

1. 献立の意義と要件を理解し、献立作成に必要な基礎知識と技術を習得する。
2. 献立の作成手順を習得する。
3. 作成した献立の評価方法について理解する。

1年生の基礎栄養学、食品学、調理学で学んだ内容を必ず復習して授業に臨んでください。授業はノートなどに記録をとりながら聞き、授業終了後は、教科書やノート、プリントなどで復習を行い、解らない点があれば次の授業のときに必ず質問して確実に理解するようにしてください。

内容

1	献立の意義と要件（栄養・嗜好・経済性・安全性など）
2	献立の作成に影響する要因
3	献立作成に必要な基礎知識（1）給与栄養目標量（日本人の食事摂取基準2015年版）
4	献立作成に必要な基礎知識（2）栄養比率、食品比率
5	献立作成に必要な基礎知識（3）食品群と食品成分表
6	献立作成に必要な基礎知識（4）食品群別荷重平均成分表
7	献立作成に必要な基礎知識（5）食品構成
8	献立作成に必要な基礎知識（6）食品の重量把握の方法（目安量など）
9	献立作成の理論（1）献立作成の手順
10	献立作成の理論（2）献立作成における食品、調理方法の選び方
11	献立作成の理論（3）献立作成における食品、調理方法の選び方
12	献立作成の理論（4）献立票の書き方
13	献立作成の理論（5）献立の栄養的評価
14	献立作成の理論（6）献立の栄養的評価
15	まとめ

評価

ペーパーテストで60点、レポートなどの提出物で40点の評価を行い、60点以上を合格とする。ただし、ペーパーテストの受験およびレポートの提出、いずれも満たしていることが単位修得の条件である。

授業外学習

【事前予習】

教科書をよく読み、解からないところは参考書などで自分なりに調べてみましょう。

【事後学修】

授業を聞きながら記録したノート、教科書、プリントをもとに必ず復習してください。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

安原安代・柳沢幸江共編 『調理学 健康・栄養・調理』 アイ・ケイコーポレイション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』大修館書店

松本仲子監修 『調理のためのベーシックデータ 第4版』 女子栄養大学出版部

配布プリント

【参考図書】

赤羽正之他著 『給食施設のための献立作成マニュアル 第8版』 医歯薬出版

科目名	食事計画論		
担当教員名	木村 靖子		
ナンバリング	KEg246		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係			

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムにおける「給食の運営」に関する科目の1つであるとともに、学科の必修専門科目として位置づけられている

科目の概要

食の専門家、とくに栄養士には、対象とする人および人々が健康な生活を送るために、栄養面、衛生面、嗜好面、経済性を考慮した食事を提供するための知識と技能を習得していることが求められる。なかでも、食事献立作成能力は最も重要である。

本科目では、対象者の栄養的特性や嗜好、季節感、コストを考慮した献立を作成するために必要な基礎的知識と技術を学び、献立作成能力を習得することを目的とする。

学修目標

1. 献立の意義と要件を理解し、献立作成に必要な基礎知識と技術を習得する。
2. 献立の作成手順を習得する。
3. 作成した献立の評価方法について理解する。

1年生の基礎栄養学、食品学、調理学で学んだ内容を必ず復習して授業に臨んでください。授業はノートなどに記録をとりながら聞き、授業終了後は、教科書やノート、プリントなどで復習を行い、解らない点があれば次の授業のときに必ず質問して確実に理解するようにしてください。

内容

1	献立の意義と要件（栄養・嗜好・経済性・安全性など）
2	献立の作成に影響する要因
3	献立作成に必要な基礎知識（1）給与栄養目標量（日本人の食事摂取基準2015年版）
4	献立作成に必要な基礎知識（2）栄養比率、食品比率
5	献立作成に必要な基礎知識（3）食品群と食品成分表
6	献立作成に必要な基礎知識（4）食品群別荷重平均成分表
7	献立作成に必要な基礎知識（5）食品構成
8	献立作成に必要な基礎知識（6）食品の重量把握の方法（目安量など）
9	献立作成の理論（1）献立作成の手順
10	献立作成の理論（2）献立作成における食品、調理方法の選び方
11	献立作成の理論（3）献立作成における食品、調理方法の選び方
12	献立作成の理論（4）献立票の書き方
13	献立作成の理論（5）献立の栄養的評価
14	献立作成の理論（6）献立の栄養的評価
15	まとめ

評価

ペーパーテストで60点、レポートなどの提出物で40点の評価を行い、60点以上を合格とする。ただし、ペーパーテストの受験およびレポートの提出、いずれも満たしていることが単位修得の条件である。

授業外学習

【事前予習】

教科書をよく読み、解からないところは参考書などで自分なりに調べてみましょう。

【事後学修】

授業を聞きながら記録したノート、教科書、プリントをもとに必ず復習してください。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

安原安代・柳沢幸江共編 『調理学 健康・栄養・調理』 アイ・ケイコーポレイション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』大修館書店

松本仲子監修 『調理のためのベーシックデータ 第4版』 女子栄養大学出版部

配布プリント

【参考図書】

赤羽正之他著 『給食施設のための献立作成マニュアル 第8版』 医歯薬出版

科目名	食事計画論演習		
担当教員名	木村 靖子		
ナンバリング	KEg347		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係			

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムにおける「給食の運営」に関する科目の1つであるとともに、学科の選択専門科目として位置づけられている。「応用栄養学実習」「臨床栄養学実習」「給食運営実習」で必須となる献立作成の基礎を学ぶ科目である。

科目の概要

同期に開講されている「食事計画論」で学んだ内容を基礎としている。多様な対象者を設定し、その対象者への適切な献立作成を実践することで、献立作成能力を向上させることを目的とする。

学修目標

1. 「食事計画論」で習得した献立作成に必要な基礎知識と技術を実際に活用できるようにする。
2. 対象者の特性を正しく把握し、対象者に適切な献立を作成する能力を習得する。
3. 作成した献立を正しく評価し、改善できる能力を習得する。

「食事計画論」で使用した教材は必ず持参してください。演習ですので、各自が主体的に授業に臨み、献立作成方法を確実に習得してください。

内容

1	献立の意義と要件（栄養・嗜好・経済性・安全性など）
2	献立の作成に影響する要因
3	健康な成人女子を対象とした食事献立作成（1）給与栄養目標量の算出
4	健康な成人女子を対象とした食事献立作成（2）栄養比率、食品比率の算出
5	健康な成人女子を対象とした食事献立作成（3）食品群別荷重平均成分表の作成
6	健康な成人女子を対象とした食事献立作成（4）食品構成の作成
7	健康な成人女子を対象とした食事献立作成（5）1食の献立作成と栄養的評価
8	健康な成人女子を対象とした食事献立作成（6）1日の献立作成と栄養的評価
9	各年代を対象とした食事献立作成（1）成長期
10	各年代を対象とした食事献立作成（2）成長期
11	各年代を対象とした食事献立作成（3）高齢期
12	各年代を対象とした食事献立作成（4）高齢期
13	各年代を対象とした食事献立作成（5）スポーツ・運動をしている場合
14	各年代を対象とした食事献立作成（6）スポーツ・運動をしている場合
15	まとめ

評価

授業で課せられた献立レポート80点、授業への取り組む態度20点で総合評価を行い、60点以上を合格とする。同期に

開講されている「食事計画論」を受講していることが単位修得の条件である。

授業外学習

【事前予習】

「食事計画論」の教科書、ノートをもとに献立作成の基礎的知識や技術を復習する。

【事後学修】

授業で出された献立作成の課題を教科書、プリント、ノートをもとに行う。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

安原安代・柳沢幸江共編 『調理学 健康・栄養・調理』 アイ・ケイコーポレイション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』大修館書店

松本仲子監修 『調理のためのベーシックデータ 第4版』 女子栄養大学出版部

配布プリント

【参考図書】

赤羽正之他著 『給食施設のための献立作成マニュアル 第8版』 医歯薬出版

科目名	食事計画論演習		
担当教員名	木村 靖子		
ナンバリング	KEg347		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係			

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

本科目は、栄養士養成課程教育カリキュラムにおける「給食の運営」に関する科目の1つであるとともに、学科の選択専門科目として位置づけられている。「応用栄養学実習」「臨床栄養学実習」「給食運営実習」で必須となる献立作成の基礎を学ぶ科目である。

科目の概要

同期に開講されている「食事計画論」で学んだ内容を基礎としている。多様な対象者を設定し、その対象者への適切な献立作成を実践することで、献立作成能力を向上させることを目的とする。

学修目標

1. 「食事計画論」で習得した献立作成に必要な基礎知識と技術を実際に活用できるようにする。
2. 対象者の特性を正しく把握し、対象者に適切な献立を作成する能力を習得する。
3. 作成した献立を正しく評価し、改善できる能力を習得する。

「食事計画論」で使用した教材は必ず持参してください。演習ですので、各自が主体的に授業に臨み、献立作成方法を確実に習得してください。

内容

1	献立の意義と要件（栄養・嗜好・経済性・安全性など）
2	献立の作成に影響する要因
3	健康な成人女子を対象とした食事献立作成（1）給与栄養目標量の算出
4	健康な成人女子を対象とした食事献立作成（2）栄養比率、食品比率の算出
5	健康な成人女子を対象とした食事献立作成（3）食品群別荷重平均成分表の作成
6	健康な成人女子を対象とした食事献立作成（4）食品構成の作成
7	健康な成人女子を対象とした食事献立作成（5）1食の献立作成と栄養的評価
8	健康な成人女子を対象とした食事献立作成（6）1日の献立作成と栄養的評価
9	各年代を対象とした食事献立作成（1）成長期
10	各年代を対象とした食事献立作成（2）成長期
11	各年代を対象とした食事献立作成（3）高齢期
12	各年代を対象とした食事献立作成（4）高齢期
13	各年代を対象とした食事献立作成（5）スポーツ・運動をしている場合
14	各年代を対象とした食事献立作成（6）スポーツ・運動をしている場合
15	まとめ

評価

授業で課せられた献立レポート80点、授業への取り組む態度20点で総合評価を行い、60点以上を合格とする。同期に

開講されている「食事計画論」を受講していることが単位修得の条件である。

授業外学習

【事前予習】

「食事計画論」の教科書、ノートをもとに献立作成の基礎的知識や技術を復習する。

【事後学修】

授業で出された献立作成の課題を教科書、プリント、ノートをもとに行う。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】

安原安代・柳沢幸江共編 『調理学 健康・栄養・調理』 アイ・ケイコーポレーション

新しい食生活を考える会編著 『新ビジュアル食品成分表〔新訂版〕』大修館書店

松本仲子監修 『調理のためのベーシックデータ 第4版』 女子栄養大学出版部

配布プリント

【参考図書】

赤羽正之他著 『給食施設のための献立作成マニュアル 第8版』 医歯薬出版

科目名	運動の障害と予防		
担当教員名	高橋 宏幸		
ナンバリング	KEi253		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係			

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

授業の到達目標及びテーマ

スポーツや運動を指導する場合、それに伴う怪我や病気について理解し、予防法を考えなければならない。内科的障害については、急性障害、および慢性障害について、外科的障害については上肢、下肢および脊椎に関する障害の基本的知識を学び、予防法、治療法について理解する。

授業の概要

内科的急性障害として熱中症、急性腎不全、運動誘発喘息、運動誘発アナフィラキシーなどを慢性障害として貧血、オーバートレーニングなどを学ぶ。外科障害についてはいわゆるスポーツ外傷について述べる。さらにスポーツにおける薬物やサプリメント使用による副作用についても述べる。

内容

1	内科的急性障害総論（内科的突然死）
2	熱中症（ミオグロビン尿症と急性腎不全含む）
3	運動性喘息・運動誘発アナフィラキシー
4	虚血性心疾患
5	不整脈（心臓震盪症候群含む）
6	脳血管疾患
7	運動性貧血
8	オーバートレーニング症候群
9	運動性無月経・摂食障害
10	外傷論総論
11	スポーツによる外傷と障害（上肢）
12	スポーツによる外傷と障害（下肢）
13	スポーツによる外傷と障害（脊柱）
14	スポーツによる外傷と障害（頭部）
15	スポーツにおける薬物・サプリメント使用による副作用

評価

筆記試験100%、60点以上を合格とする。参加点で10点ほど幅を設ける。

授業外学習

【事前準備】どのような内容のことを学ぶのか教科書（あるいは資料）を予め読んでおく（45分）

【事後学修】講義時に学んだことを思い出し、教科書（あるいは資料）やメモをもう一度見直す（45分）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】スポーツ医学研修ハンドブック第2版 基礎科目 および同 応用科目（文光堂）

【参考図書】必要に応じてプリント配布

科目名	健康づくりの運動A（体づくり運動・体操）		
担当教員名	飯田 路佳、石山 隆之、古関 美保子		
ナンバリング	KEj158		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	1	ク ラ ス	
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修* , 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

本科目は教員の免許状取得のための必修科目である。中学校・高等学校の保健体育 体育実技を学ぶ科目である。

科目の概要

児童から高齢者までを対象とした健康づくり運動と、健康づくり運動に対する知識と技術を習得し、年齢・体力・健康状態などの個人差を配慮して対象者に応じた安全で効果的な運動の計画の立て方を習得する。

学修目標（＝到達目標）

体づくり運動の理解を深め、指導法など運動指導者に必要な知識を身に着けることができる。ストレッチング・ウォーキング・エアロビックダンス・アクアエクササイズなどの種目を通して、対象者の体力や生活に応じた運動を計画的に実施できる資質や能力、それに必要な指導力を身につける。

【受講上の注意】

各種目に適した服装で受講すること。靴下、シューズも同様。

長髪の場合は髪をまとめ、実践のじゃまにならないようにするとともに、危険防止のため装飾品は禁止。

自ら前向きに取り組めるような姿勢で臨むこと。

内容

1	健康づくり運動の意義 ウォーミングアップとクーリングダウン（石山）
2	体ほぐしの運動 ストレッチングと柔軟体操（高齢者の操体法基礎）（石山）
3	体ほぐしの運動 リズム体操・用具体操（高齢者のチェアエクササイズ）（石山）
4	体力を高める運動 ウォーキング（高齢者のウォーキングエクササイズ）（石山）
5	体力を高める運動 ジョギング（石山）
6	エアロビックダンス オリエンテーションとエアロビックダンス体験（飯田）
7	エアロビックダンス ロ インパクトとハイインパクト（飯田）
8	エアロビックダンス 基本的な考え方と特性（健康づくり運動の実際）（飯田）
9	エアロビックダンス 指導法 集団の運動指導（飯田）
10	エアロビックダンス プログラム作成（飯田）
11	水中運動 水慣れ、水中ウォーキング（高齢者のアクア身体調整法）（古関）
12	水中運動 アクアピクス（高齢者のアクアダンスエクササイズ）（古関）
13	水中運動 アクアエクササイズ（高齢者のアクアエクササイズ）（古関）
14	水中運動 指導法 集団の運動指導 プログラム作成（古関）
15	まとめ（古関）

評価

授業態度を含めた平常点30% スキルテスト40% 指導実習10% リアクションペーパー等提出物20% とし、

総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前予習】シラバスを予め確認し、授業で扱う内容の前提となる事項に関連する資料に目を通し、レディネスを高める。

【事後学修】授業で学修した内容を確認し、指定された様式に従い学修内容をまとめる。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】【推薦書】【参考図書】は適宜授業内で指示する

科目名	健康づくりの運動B（ダンス）		
担当教員名	井村 祥子、宗村 典子		
ナンバリング	KEj259		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	2Aクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修* , 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

体育授業を行う上で教師に必要なダンスの知識および技能について学ぶとともに、身体への意識、人と関わる力などの社会性およびチームワーク、自己管理、時間管理の態度を養う。さらに指導力につながる基礎力を獲得し、生徒を惹きつける魅力ある授業展開のできる指導者を目指す。

科目の概要

ダンスに関する基礎的運動とその発展。1) アイスブレイク（グルーピングの仕方）、2) ウォーミングアップ、3) 口コミーション、4) その日のテーマ、5) クーリングダウン（ストレッチ、マッサージ）

学修目標（=到達目標）

の概要等を通じて、自らもダンスを楽しみ、実践、指導できる力を養う。

内容

- 第 1 回： オリエンテーション ダンスとは？
- 第 2 回： まずは動く（基礎的な運動から）
- 第 3 回： 自ら楽しむ（人に楽しさを伝えるために）
- 第 4 回： リズムダンスの基礎
- 第 5 回： フォークダンス（民謡等）を学ぶ
- 第 6 回： 本気になって踊る（恥ずかしさを忘れる）
- 第 7 回： 本気になって踊る（動きを大きくするには）
- 第 8 回： 創作し工夫する（部分的にどのように工夫するか）
- 第 9 回： 創作し工夫する（人数の変化と方向と空間）
- 第 10回： 踊り込むとは（ポイントの絞り方と集中の仕方）
- 第 11回： 踊り込むとは（動きのつなぎ目と一流れの動き）
- 第 12回： 構成を工夫するには？（個と群の効果）
- 第 13回： 構成を工夫するには？（他の要素の検討：衣装、照明）
- 第 14回： 観る側の評価と踊る側のポイント（お互いに採点しあう）
- 第 15回： まとめ

評価

とし、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】ダンスを理解するための動画、書籍等での知識を得る

【事後学修】自分を撮影した動画等を通じた、振り返り、次回へ向けた課題の発見

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】 授業内で適宜紹介する

【推薦書】

【参考図書】 高等学校指導要領解説 保健体育編 体育編 等

科目名	健康づくりの運動B（ダンス）		
担当教員名	井村 祥子、宗村 典子		
ナンバリング	KEj259		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	2Bクラス
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修* , 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

体育授業を行う上で教師に必要なダンスの知識および技能について学ぶとともに、身体への意識、人と関わる力などの社会性およびチームワーク、自己管理、時間管理の態度を養う。さらに指導力につながる基礎力を獲得し、生徒を惹きつける魅力ある授業展開のできる指導者を目指す。

科目の概要

ダンスに関する基礎的運動とその発展。1) アイスブレイク（グルーピングの仕方）、2) ウォーミングアップ、3) ロコモーション、4) その日のテーマ、5) クーリングダウン（ストレッチ、マッサージ）

学修目標（=到達目標）

の概要等を通じて、自らもダンスを楽しみ、実践、指導できる力を養う。

内容

- 第 1 回： オリエンテーション ダンスとは？
- 第 2 回： まずは動く（基礎的な運動から）
- 第 3 回： 自ら楽しむ（人に楽しさを伝えるために）
- 第 4 回： リズムダンスの基礎
- 第 5 回： フォークダンス（民謡等）を学ぶ
- 第 6 回： 本気になって踊る（恥ずかしさを忘れる）
- 第 7 回： 本気になって踊る（動きを大きくするには）
- 第 8 回： 創作し工夫する（部分的にどのように工夫するか）
- 第 9 回： 創作し工夫する（人数の変化と方向と空間）
- 第 10回： 踊り込むとは（ポイントの絞り方と集中の仕方）
- 第 11回： 踊り込むとは（動きのつなぎ目と流れの動き）
- 第 12回： 構成を工夫するには？（個と群の効果）
- 第 13回： 構成を工夫するには？（他の要素の検討：衣装、照明）
- 第 14回： 観る側の評価と踊る側のポイント（お互いに採点しあう）
- 第 15回： まとめ

評価

とし、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】ダンスを理解するための動画、書籍等での知識を得る

【事後学修】自分を撮影した動画等を通じた、振り返り、次回へ向けた課題の発見

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】授業内で適宜紹介する

【推薦書】

【参考図書】高等学校指導要領解説 保健体育編 体育編 等

科目名	健康づくりの運動C（水泳・陸上競技）		
担当教員名	高橋 京子、青木 己奈		
ナンバリング	KEj260		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	1	ク ラ ス	
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

水泳・陸上競技とも達成型・競争型の特性を持つ。水泳は、年齢に関係なく誰でも無理なく行える運動であるが、事故が命を落とすことにもつながる危険性の高い運動でもある。水泳に関わる基礎的知識を身につけ、各種の泳法の技術のポイントを理解し、技能を向上させ、指導法に関する知識を深めていく。陸上競技も、幅広い年齢に親しまれる運動である。陸上競技に関わる基礎的知識を身につけ、各種目特有の技術のポイントを理解し、技能を向上させ、指導法に関する知識を深めていく。

科目の概要

水泳では、抵抗の少ないフォームで、より大きな推進力を得られる効率のよい泳法を、映像資料により理解する。具体的な練習方法を実際に体験しながら学修する。習熟度別に班を編成し、授業を進める。陸上競技では、各種目特有の記録の向上につながる技術のポイントを、映像資料により理解する。具体的な練習方法を実際に体験しながら学修する。

学修目標（＝到達目標）

水泳の特性、各種の泳法の技術のポイントを理解し、技能を向上させ、指導法についても理解を深める。陸上競技の特性、各種目特有の技術のポイントを理解し、技能を向上させ、指導法についても理解を深める。

内容

1	水泳の歴史と水泳の意義（高橋・青木）
2	泳法1 水慣れの原理と指導法（高橋・青木）
3	泳法2 ストリームラインのポイントと指導法（高橋・青木）
4	泳法3 クロールの動作の原理と指導法（高橋・青木）
5	泳法4 平泳ぎの動作の原理と指導法（高橋・青木）
6	泳法5 背泳ぎの動作の原理と指導法（高橋・青木）
7	泳法6 バタフライの動作の原理と指導法（高橋・青木）
8	着衣泳の意義とその指導法（高橋・青木）
9	陸上競技の歴史と陸上競技の意義（青木）
10	陸上競技1 走の運動と指導法 短距離走・リレー（青木）
11	陸上競技2 走の運動と指導法 ハードル走（青木）
12	陸上競技3 走の運動と指導法 ジョギング（青木）
13	陸上競技4 跳の運動と指導法 走り幅跳び（青木）
14	陸上競技5 跳の運動と指導法 走り高跳び（青木）
15	競技会や記録会の運営の仕方（青木）

評価

平常点（授業に取り組む姿勢・態度・関心）40点、提出物・レポートの内容30点、テスト30点とし、総合評価60点

以上を合格とする。記録の優劣のみで評価することはしない。 欠席時間が4回を超えると評価を行わない(遅刻2回で、欠席1回とする)。

授業外学習

【事前準備】授業で扱う内容について事前に調べ、授業ノートに記入する

【事後学修】授業を振り返り、技術のポイント、練習方法など授業ノートに記入する。

教科書・推薦書(著者名・書名・出版社名)

【教科書】使用しない

【推薦書】随時授業中に紹介する

【参考図書】随時授業中に紹介する

科目名	健康づくりの運動D（武道・器械運動）		
担当教員名	佐藤 愛子、高橋 京子、上向 のり子		
ナンバリング	KEj261		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	1	ク ラ ス	
開 講 期	後期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

本科目は教員の免許状取得のための必修科目である。中学校・高等学校の保健体育「体育実技」に関する科目であり「武道」主に「柔道」および「器械運動」を学ぶ科目である。

科目の概要

柔道...柔道の歴史・講話。安全管理・柔道着の規定。柔道式準備運動。受け身及び基本動作とその応用

器械運動...本実技は、マット運動、鉄棒、とび箱等を教材として器械運動の技能習得を目的とすると共に指導法・帮助法についても学習し、指導者としても資質を高める。

学修目標（＝到達目標）

1) 柔道・器械運動のそれぞれの基本動作や技術を取得する 2) 身体への意識、人と関わる力などの社会性およびチームワーク、自己管理、時間管理の態度を養う 3) 指導力につながる基礎力を獲得する

内容	
1	オリエンテーション（柔道・器械運動の授業目的・到達目標・授業方法等）（佐藤）
2	柔道の歴史・安全管理・柔道着の規定・柔道式準備運動・受け身及び基本動作（佐藤）
3	基礎技術 投技 固技 関節技 変化技 中間動作（佐藤）
4	応用技術 （連絡変化技、対応の変化技）（投げ技～固め技）（佐藤）
5	基礎技術および応用技術による総合練習 試合形式乱取 投の形練習 試合の方法（佐藤）
6	基礎技術および応用技術による総合練習 試合形式乱取 固の形練習 （佐藤）
7	柔道の形の総合的指導：投の形および固の形試合、まとめ（佐藤）
8	マット運動 基本技能（含オリエンテーション）（上向）
9	マット運動 （側転系・倒立）（上向）
10	マット運動 （発展技・倒立回転系・倒立回転とび・連続課題）（上向）
11	鉄棒 （逆上がり、前回り、後回り、け上がりの基本知識・基本技能の習得）（上向）
12	鉄棒 （け上がり、前回り、前ふり跳び下りを連結させ連続技に発展させテスト）（上向）
13	とび箱 （開脚跳びと閉脚跳びの基本知識と基本技能の習得）（上向）
14	とび箱 （台上前転、前転跳びの基本知識と基本技能の習得）（上向）
15	まとめ（佐藤）

評価

平常点（授業時の課題に対する意欲、関心、態度）50%、提出物の内容20%、実技試験やレポート30%

これらから総合的に評価し、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】技術などキーワードを調べておく

【事後学修】振り返りノートなどを作成し、活用する

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】【推薦書】【参考図書】については授業内で適宜指示する

科目名	健康づくりの運動E（球技）		
担当教員名	石山 隆之、清水 文子、小林 理紗		
ナンバリング	KEj262		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	1	ク ラ ス	
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修* , 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

この実技科目は教職に関する科目（中学校及び高等学校 保健体育）である。球技において、最適なプレーの成果を得るためには、プレー条件やルールをいかに設定し、「戦術」を成立させていくことの重要性について体験を通して理解する。

科目の概要

サッカーとハンドボールやバレーボール、ソフトボールを中心とした球技を通じてゴール型、ネット型、ベースボール型、それぞれの球技をプレー条件やルールを工夫し、多くの参加者が「戦術」にかかわることにより生じる球技の楽しさを体験し、球技の授業のあり方を、指導実践などを通して理解する。

学修目標（＝到達目標）

種目を通じて運動のスキルアップをはかり指導方法を獲得する。またフィジカルトレーニング的効果の獲得は勿論だが、クラス内でとる良いコミュニケーションを通じて、何よりも楽しく意識的にスポーツに取り組めるようにする。担当を決め簡易な指導実践ができるようにする。

内容

- 第1回：今後の授業内容、評価について、注意事項など 平服可 指導実践ガイダンス
- 第2回：指導実践ガイダンス
- 第3回：指導実践デモンストレーション
- 第4回：ゴール型球技（サッカー 基本技術と戦術攻撃と個人やグループ戦術の理解と実践）
- 第5回：ゴール型球技（サッカー ゲーム、審判法、ルール説明）
- 第6回：ゴール型球技（ハンドボール コートプレーヤーとゴールキーパーの基礎技術）
- 第7回：ゴール型球技（ハンドボール 攻撃と防御の個人やグループ戦術、ゲーム）
- 第8回：ゴール型球技（ハンドボール 攻撃と防御のチーム戦術、ゲーム）
- 第9回：ネット型球技（バレーボール基本技術と基本戦術）
- 第10回：ネット型球技（バレーボール ゲーム、審判法、ルールの理解）
- 第11回：ネット型球技（バドミントン基本技術と基本的な戦術学習）
- 第12回：ネット型球技（バドミントン シングルスゲーム、ダブルスゲーム）
- 第13回：ベースボール型球技（ソフトボール基本技術と、基本戦術）
- 第14回：ベースボール型球技（ソフトボールゲームの実践とルールや審判法の理解）
- 第15回：まとめ

天候等によっては、グラウンドで行う場合とアリーナで行う場合があるので外履き・体育館履きの両方を必ず準備すること

運動のできる服装で参加。体調不良等の理由でやむを得ない場合は見学となるが、その際も運動着に必ず着替えること。
「授業の内容と活動記録」「授業の留意点」「感想」を毎時間整理する。筆記用具持参。

評価

平常点（授業に取り組む姿勢・態度・関心）50％ / 提出物の内容10％ / 指導実践、実技試験やレポート40％ による評価を行い、60％以上を合格点とする。 授業内で行うゲームの勝敗等については、マイナスの評価はしない。 欠席時間が4回を超えると評価を行わない（遅刻2回で、欠席1回とする）。合格点に満たなかった場合は、再試験を行う。

授業外学習

【事前予習】基礎体力づくり

【事後学修】振り返りノートなどを作成し活用

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】使用しない

【推薦書】随時授業中に紹介する

【参考図書】随時授業中に紹介する

科目名	健康づくりの運動F（野外活動）		
担当教員名	高橋 京子、飯田 路佳		
ナンバリング	KEj363		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係			

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

野外活動の内容は多岐にわたる。野外活動では、自然の中で仲間と共に様々な活動を体験することにより、自然の美しさや厳しさに触れ、自分自身への理解、仲間への理解を深め、人としての成長を育んでいくことができる。

科目の概要

事前学修により野外活動への理解を深め、2泊3日の野外活動実習の活動計画を作成する。2泊3日の野外活動実習を実施し、野外活動に必要な基礎的な技能を習得し、自然を生かした様々な活動を体験する。事後学修により、野外活動実習の学びを共有し、理解を深める。

学修目標（＝到達目標）

大自然の中で、自然を生かした様々な活動を体験を通し、野外活動の楽しさや喜びに触れ、野外活動への理解を深めることができる。

内容

事前学修（1回～4回）

- ・野外活動の歴史・意義・効果について学ぶ。
- ・野外活動における安全管理について学ぶ。
- ・2泊3日の野外活動の計画を立てる。

野外活動実習（5回～14回）

以下の活動について、それぞれの活動の意義を理解し、活動に取り組む。

- ・オリエンテーリング
- ・野外炊事
- ・登山
- ・ハンドクラフト
- ・ネイチャーゲーム
- ・ナイトハイク
- ・キャンプファイヤー

事後学修（15回）

- ・野外活動の意義・効果を共有化し、野外活動についての理解を深める。

評価

提出課題を50点、野外活動の理解と技術の習熟を30点、学修への取り組みを20点とし、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】事前学修として指示された内容について、文献等にあたり、授業ノートにまとめる。

【事後学修】取り組んだ活動について、意義・留意すべき事項を授業ノートにまとめる。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】特に指定しない

【推薦書】【参考図書】 授業において紹介する。

科目名	運動プログラム演習		
担当教員名	高橋 正人		
ナンバリング	KEj373		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係			

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

健康運動領域

科目の概要

健康スポーツ医学における内科的メディカルチェックの基本を学んでもらう。さらにその後、整形外科的な障害の有無を踏まえて運動処方をする。運動処方に必要な運動負荷心電図などの実習も行う。

学修目標 (= 到達目標)

健康のための運動を指導する際、運動プログラムを作成し、指導にあたらなければならない。健診結果、メディカルチェック、心電図に関する知識、運動プログラム作成の理論、有病者の運動プログラム、生活習慣病対策の運動プログラム、運動負荷試験の理論と実際について学ぶ。

内容

1	スポーツ医学的メディカルチェックとは
2	問診について
3	血液検査・尿検査
4	胸部レントゲン検査、呼吸機能検査
5	心電図の基礎
6	負荷心電図を行う意味
7	超音波検査を行う意味
8	運動処方の基礎
9	整形外科的メディカルチェック
10	バイタルチェック、安静時心電図(実習)
11	トレッドミルを用いる運動負荷試験(実習)
12	エルゴメーターを用いる運動負荷試験(実習)
13	有疾病者の運動処方(心疾患・呼吸器疾患)
14	有疾病者の運動処方(糖尿病、その他代謝性疾患疾患)
15	まとめ

評価

出席点で10%、ミニテストまたはレポート提出で20%とし、試験で70%とする。その総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】教科書で該当箇所を読む。

【事後学修】ミニテスト準備。レポート作成。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】運動負荷心電図 その方法と読み方 第2版 医学書院

【推薦書】はじめて学ぶ健康・スポーツ科学シリーズ スポーツ医学(内科) 化学同人

【参考図書】スポーツ医学研修ハンドブック 基礎科目 文光堂

科目名	運動プログラム演習		
担当教員名	高橋 正人		
ナンバリング	KEj373		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係			

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

健康運動領域

科目の概要

健康スポーツ医学における内科的メディカルチェックの基本を学んでもらう。さらにその後、整形外科的な障害の有無を踏まえて運動処方を作る。運動処方に必要な運動負荷心電図などの実習も行う。

学修目標 (= 到達目標)

健康のための運動を指導する際、運動プログラムを作成し、指導にあたらなければならない。健診結果、メディカルチェック、心電図に関する知識、運動プログラム作成の理論、有病者の運動プログラム、生活習慣病対策の運動プログラム、運動負荷試験の理論と実際について学ぶ。

内容

1	スポーツ医学的メディカルチェックとは
2	問診について
3	血液検査・尿検査
4	胸部レントゲン検査、呼吸機能検査
5	心電図の基礎
6	負荷心電図を行う意味
7	超音波検査を行う意味
8	運動処方の基礎
9	整形外科的メディカルチェック
10	バイタルチェック、安静時心電図(実習)
11	トレッドミルを用いる運動負荷試験(実習)
12	エルゴメーターを用いる運動負荷試験(実習)
13	有疾病者の運動処方(心疾患・呼吸器疾患)
14	有疾病者の運動処方(糖尿病、その他代謝性疾患疾患)
15	まとめ

評価

出席点で10%、ミニテストまたはレポート提出で20%とし、試験で70%とする。その総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】教科書で該当箇所を読む。

【事後学修】ミニテスト準備。レポート作成。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】運動負荷心電図 その方法と読み方 第2版 医学書院

【推薦書】はじめて学ぶ健康・スポーツ科学シリーズ スポーツ医学(内科) 化学同人

【参考図書】スポーツ医学研修ハンドブック 基礎科目 文光堂

科目名	体育原理		
担当教員名	高橋 京子		
ナンバリング	KEk175		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Aクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 選必
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

保健体育科の教員の免許状取得のための選択科目である。

科目の概要

学校体育の変遷について理解することを通し、体育は何を教える教科であり、体育に何ができるのかを探っていく。

学修目標 (= 到達目標)

体育の存在理由や意義、教育としての可能性について学び、教科体育を担当する専門家として、体育のあるべき姿を理解することができる。

内容	
1	「体育」と「スポーツ」の意味
2	学校体育の理念の変遷 教育としての体育の誕生
3	学校体育の理念の変遷 身体教育としての体育
4	学校体育の理念の変遷 運動による教育としての体育
5	学校体育の理念の変遷 運動を目的とする体育
6	学校体育の理念の変遷 楽しい体育の誕生
7	学校体育の理念の変遷 生涯スポーツにつながる体育
8	学習指導要領を読み解く 指導内容の体系化
9	学習指導要領を読み解く 体づくり運動
10	学習指導要領を読み解く 球技のゴール型、ネット型、ベースボール型
11	学習指導要領を読み解く 種目選択・領域選択
12	学習指導要領を読み解く 男女共習授業
13	学習指導要領を読み解く 言語活動の充実
14	学習指導要領を読み解く 部活動
15	まとめ

評価

授業への取り組み、授業ノートの作成50点、確認テストの結果50点とし、総合評価60点以上を合格点とする。

授業外学習

【事前準備】次時の内容として示されたテーマについて、下調べをし、授業ノートにまとめる。

【事後学修】授業の内容を踏まえ、与えられたテーマについて小論文を作成する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】中学校学習指導要領解説保健体育科

【推薦書】

【参考図書】

科目名	体育原理		
担当教員名	高橋 京子		
ナンバリング	KEk175		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	1Bクラス
開 講 期	前期	必修・選択の別	選択, 選必
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

保健体育科の教員の免許状取得のための選択科目である。

科目の概要

学校体育の変遷について理解することを通し、体育は何を教える教科であり、体育に何ができるのかを探っていく。

学修目標 (= 到達目標)

体育の存在理由や意義、教育としての可能性について学び、教科体育を担当する専門家として、体育のあるべき姿を理解することができる。

内容	
1	「体育」と「スポーツ」の意味
2	学校体育の理念の変遷 教育としての体育の誕生
3	学校体育の理念の変遷 身体教育としての体育
4	学校体育の理念の変遷 運動による教育としての体育
5	学校体育の理念の変遷 運動を目的とする体育
6	学校体育の理念の変遷 楽しい体育の誕生
7	学校体育の理念の変遷 生涯スポーツにつながる体育
8	学習指導要領を読み解く 指導内容の体系化
9	学習指導要領を読み解く 体づくり運動
10	学習指導要領を読み解く 球技のゴール型、ネット型、ベースボール型
11	学習指導要領を読み解く 種目選択・領域選択
12	学習指導要領を読み解く 男女共習授業
13	学習指導要領を読み解く 言語活動の充実
14	学習指導要領を読み解く 部活動
15	まとめ

評価

授業への取り組み、授業ノートの作成50点、確認テストの結果50点とし、総合評価60点以上を合格点とする。

授業外学習

【事前準備】次時の内容として示されたテーマについて、下調べをし、授業ノートにまとめる。

【事後学修】授業の内容を踏まえ、与えられたテーマについて小論文を作成する。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】中学校学習指導要領解説保健体育科

【推薦書】

【参考図書】

科目名	運動学（運動方法学）		
担当教員名	中村 容一		
ナンバリング	KEk176		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	
開 講 期	後期	必修・選択の別	選択, 必修*
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

選択科目

科目の概要

当該科目は、健康づくり施策概論、運動生理学、運動プログラムの立案などの領域から、運動学（運動方法学）を通じて「健康づくり」に必要なさまざまな知識を習得していく。

ヒトは健康であることを当たり前のように享受しているが、それが如何に意味深いことであるかを知ることが学習の大きな意義である。

学修目標（＝到達目標）

運動学（運動方法学）を「健康・体力づくりのための学問」と解釈して講義を展開する。

本講義が、人々の健康・体力を保持・増進させていくために活用される科学的な手法であることを学ぶとともに、学生諸子が「人々の健康・体力づくりにどのように貢献できるのか」について考えるきっかけをつくれるよう講義を進めていく。

また、疾病を予防し、人々の健康を保持増進させていくために活用される科学的な手法と基本的な知識の習得も図っていく。

内容

1	講義概要および評価方法について、健康・体力づくりの目的と意義について
2	健康づくり施策概論1：健康と健康増進の概念、わが国の現状と健康づくり施策
3	健康づくり施策概論2：生活習慣病とメタボリックシンドローム、メディカルチェック等
4	運動生理学1：運動の発現、筋線維タイプと収縮特性
5	運動生理学2：運動と筋線維タイプ、トレーニングと骨格筋、レポート課題
6	運動生理学3：運動の持続と呼吸循環系、運動に伴う呼吸循環機能の変化
7	運動生理学4：運動時の酸素利用、運動と血液・体液
8	運動生理学5：成長期における体力・基本動作の発達、体力に及ぼす先天的要因と後天的要因
9	運動プログラム1：身体活動の必要性、身体活動基準2013
10	運動プログラム2：健康づくりのためのトレーニングの原則、プログラム作成上のポイント
11	運動プログラム3：ウォーミングアップとクーリングダウン
12	運動プログラム4：有酸素性運動とその効果
13	運動プログラム5：レジスタンス運動とその効果
14	資料づくり：健康づくり（生活習慣病の一次予防）を目的とした運動プログラムの作成
15	まとめ（質疑応答およびテスト対策）

評価

期末試験40%，平常点（出席を含む）30%，レポート20%，授業への貢献（発表・意見など）10%とし，総合評価60点以上を合格とする．

授業外学習

【事前準備】特になし

【事後学修】健康・体力に関わるキーワード（運動，栄養，休養など）につき関心ある記事（メディア）を見ておく．

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】なし（担当講師が資料を準備）

【推薦書】特になし

【参考図書】健康運動実践指導者養成用テキスト

科目名	健康・スポーツ心理学		
担当教員名	宮脇 梨奈		
ナンバリング	KEk177		
学 科	人間生活学部 (K) - 健康栄養学科 (KE)		
学 年	2	ク ラ ス	
開 講 期	後期	必修・選択の別	選必, 選択
授 業 形 態		単 位 数	2
資 格 関 係	中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

この科目は、人間生活学部 健康栄養学科の選択科目であり、2年生を対象とする。また、健康運動指導士教育課程および高齢者体力づくり支援士教育課程においては必須科目である。

科目の概要

メンタルヘルスの基礎知識を習得し、その後、健康運動とカウンセリング、ストレスマネジメント等を学習する。

学修目標 (= 到達目標)

- 1.メンタルヘルス、運動とカウンセリングについて知識を習得する。
- 2.習得した知識の応用を理解する。
- 3.習得した知識を実生活に活用できるようになる。

内容

1	メンタルヘルスとは
2	メンタルヘルスにおける媒介要因と交絡要因
3	発達段階とメンタルヘルス
4	運動と心理的要因
5	身体と心の調和
6	健康運動達成欲求の多様性
7	運動の心理的効果、行動変容の理論
8	生活行動時間と運動・休養・栄養の調和
9	行動変容理論の実践的適用
10	行動変容を意図したプログラム開発及びカウンセリング(実習)
11	ストレスの概念・定義、生物的、社会的因子
12	ストレス関連疾患、ストレスの測定、ストレスの心理的尺度、臨床的ストレスチェック
13	ストレスの対処法、カウンセリング、相談指導
14	カウンセリング、欲求運動、カウンセリング技法(禁煙指導から運動指導との関連)
15	まとめ

評価

事業への参加度度20%、授業中のリアクションペーパー30%、筆記試験50%による評価とし、総合評価60点以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】配布資料を事前に読み、概要を理解するように努める

【事後学修】学習内容を整理しまとめ、日常生活での行動、自分自身の行動に当てはめて考えてみる

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】プリント・資料を配布する

【推薦書】教室で紹介する

【参考図書】教室で紹介する

科目名	救急・応急処置演習		
担当教員名	田中 秀治、高橋 宏幸		
ナンバリング	KEk378		
学 科	人間生活学部（K）-健康栄養学科（KE）		
学 年	2	ク ラ ス	
開 講 期	後期	必修・選択の別	必修* , 選択
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	中学校教諭一種免許状(保健体育) / 高等学校教諭一種免許状(保健体育)		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

本科目は、主に「心肺蘇生法における知識、技術」をテーマとして、講義だけでなく実際に実施しながら授業を進めていく。それに加えて、出血時や骨折時の対応法である応急手当についても触れていく。

肺蘇生法やAED（自動体外式除細動器）の普及が進んでいく中で、実際にいざという時に実践できる人材を育てていくことを本科目の目標としている。

概要としては、心肺蘇生法に対する正しい理解、心肺蘇生法の適切な実施方法、AEDの適切な使用方法、各種応急手当の実施要領について実施していく。

内容	
1	心肺蘇生法とは何にか
2	心肺蘇生法における日本の現状と課題
3	気道確保・人口呼吸
4	各年代によって異なる胸骨圧迫
5	AED（自動体外式除細動器）とは何か
6	AED（自動体外式除細動器）の使用法
7	AEDを含めたシナリオトレーニング
8	応急手当とは何か
9	出血時の対応と処置
10	骨折時の対応と処置
11	火傷の対応と処置
12	アナフィラキシーを起こした時の対応
13	窒息時の対応と処置
14	熱中症の対応と処置
15	まとめ

評価

総合的な実技による試験（60％）と筆記試験（40％）により評価を行う。

60％以上を合格とする。

授業外学習

【事前準備】どのような内容のことを学ぶのか教科書（あるいは資料）を予め読んでおく（45分）

【事後学修】講義時に学んだことを思い出し、教科書（あるいは資料）やメモをもう一度見直す（45分）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】指定しない。授業時にプリントを配布する。