

科目名	フードスペシャリスト論		
担当教員名	森高 初恵		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部 (K) - 食物栄養学科 (KF) - 資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	4	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	フードスペシャリスト		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

食物栄養学科の学位授与方針 1 . 2 に該当する。

本科目はフードスペシャリスト認定試験受験資格を得るための必修科目である。資格認定試験の受験へ向けて、食に関する総合的な知識を修得できるよう授業を進める。食に関する専門知識に基づき、フードスペシャリストとして活躍できる力を獲得することを目指す。

科目の概要

フードスペシャリストの概念、世界と日本の食の歴史と現状、現代日本の食生活の特徴、食品産業の役割、食品の品質規格と表示、食の安全、食情報と消費者保護等について理解する。

学修目標 (= 到達目標)

1. フードスペシャリストの役割と責務について説明できる。
2. 世界と日本の食の歴史と現状および食品産業の役割について理解できる。
3. 食品の品質規格と表示および食の安全、食情報、消費者保護について説明できる。

内容

この授業は講義を基本に、グループワーク、ディスカッションを取り入れながら、学びを深めていく。

1. フードスペシャリストの役割、業務、責務
2. 世界と日本における人類の歩みと食物
3. 食品の加工と保存の技術史
4. 世界の食文化の概要－食作法、禁忌、各地域の食の特徴－
5. 日本の食文化 (1)食の歴史
6. 日本の食文化 (2)地域の食文化の特徴
7. 現代日本の食生活の変容
8. 食生活と地球環境のかかわり
9. 食品産業の役割 (1)食品製造業と食品流通業の役割と特徴
10. 食品産業の役割 (2)外食産業の役割と特徴
11. 食品の品質規格と表示 (1)法体系、JAS法による規格
12. 食品の品質規格と表示 (2)食品表示法、健康や栄養に関する表示制度
13. 食情報の特性と問題点
14. 食品の安全性および消費者保護の課題
15. まとめ

評価

授業への参加度10%、毎回のリアクションペーパー等10%、中間レポート40%、筆記試験40%とし、総合評価60点以上を合格とする。

【フィードバック】毎授業の最初に前回授業の質疑に返答し、学習理解を深められるようにする。

授業外学習

【事前準備】各授業において教科書や資料等を利用してキーワードを調べ、A4 1枚にまとめる。（各授業に対して60分）

【事後学修】授業については復習することを必須とし、授業で取り扱った事項を新聞等で調べ、資格認定試験問題については内容を理解し、復習ノートを作成しておく。（各授業に対して60分）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】「五訂フードスペシャリスト論」（日本フードスペシャリスト協会編 建帛社）授業使用パワーポイントを授業用フォルダーに格納するので、各自プリントするかノートパソコンを授業時持参すること。その他必要に応じて図書等について授業時に紹介する。

【推薦書】フードスペシャリスト資格認定試験 過去問題集(日本フードスペシャリスト協会編 建帛社)

科目名	食品の官能評価・鑑別論		
担当教員名	小長井 ちづる		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部 (K) - 食物栄養学科 (KF) - 資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	3	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	フードスペシャリスト		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目はフードスペシャリスト認定試験受験資格に必要な科目である。

フードスペシャリストとして必要な官能評価や食品鑑別に関する知識・技術の修得をめざす。

科目の概要

講義では、官能評価の種類と特徴、実施における留意事項を詳説する。また、食品の鑑別方法についても概説する。

官能評価実習では、グループ単位で官能評価を実施し、収集したデータを用いて統計処理の基礎的な方法を学ぶ。食品の鑑別については数種の食品を用いて実習し、鑑別する際の基礎的考え方を学ぶ。

学修目標 (= 到達目標)

- 1) 官能評価の意義や問題点について理解できる。
- 2) 官能評価の留意事項を理解し、適切な方法によって官能評価を実施することができる。
- 3) 官能評価データの統計について理解し、評価デザインに適した統計手法を選択することができる。
- 4) 食品鑑別のための基本的事項を理解する。

内容

この授業は講義と実習を基本に、グループワーク、ディスカッションを取り入れながら、学びを深めていく。

1	食品の「おいしさ」と官能評価
2	官能評価の基礎と実際
3	官能評価実習 (1) 2点比較法
4	官能評価実習 (2) 順位法
5	官能評価実習 (3) 評点法
6	官能評価実習 (4) グループ別演習
7	食品鑑別の基礎知識
8	個別食品の鑑別 (1) 米・麦類・トウモロコシ・雑穀類・イモ類
9	個別食品の鑑別 (2) 豆類・種実類・野菜類,キノコ類
10	個別食品の鑑別 (3) 果実類・海藻類・魚介類
11	個別食品の鑑別 (4) 肉類・卵とその加工品
12	個別食品の鑑別 (5) 乳と乳製品・油脂・菓子類
13	個別食品の鑑別 (6) 酒類・茶類・コーヒー,ココア・清涼飲料・醸造食品
14	個別食品の鑑別 (7) 調味料・香辛料・インスタント食品・冷凍食品・弁当・機能性食品
15	まとめ

評価

授業への参加度20%、プレゼンテーション20%、提出物10%、筆記試験50%とし、総合評価60点以上を合格とする。

【フィードバック】提出されたレポートは、コメントを記載し翌週以降の授業内で返却する。

授業外学習

【事前準備】教科書の該当部分をよく読み、疑問点を明らかにしておく。（各授業に対して45分）

【事後学修】教科書や配布資料の内容について、ノートをまとめる。また、実習で得られたデータについて、検定結果をもとに考察し、レポートにまとめる。（各授業に対して75分）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】日本フードスペシャリスト協会編 『三訂 食品の官能評価・鑑別演習』 建帛社

【推薦書】古川秀子 『おいしさを測る』 幸書房, 大越ひろ・神宮英夫 編著 『食の官能評価入門』 光生館

【参考図書】新版 官能検査ハンドブック 日科技連出版社

科目名	食品の官能評価・鑑別論		
担当教員名	小長井 ちづる		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部 (K) - 食物栄養学科 (KF) - 資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	3	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	フードスペシャリスト		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

本科目はフードスペシャリスト認定試験受験資格に必要な科目である。

フードスペシャリストとして必要な官能評価や食品鑑別に関する知識・技術の修得をめざす。

科目の概要

講義では、官能評価の種類と特徴、実施における留意事項を詳説する。また、食品の鑑別方法についても概説する。

官能評価実習では、グループ単位で官能評価を実施し、収集したデータを用いて統計処理の基礎的な方法を学ぶ。食品の鑑別については数種の食品を用いて実習し、鑑別する際の基礎的考え方を学ぶ。

学修目標 (= 到達目標)

- 1) 官能評価の意義や問題点について理解できる。
- 2) 官能評価の留意事項を理解し、適切な方法によって官能評価を実施することができる。
- 3) 官能評価データの統計について理解し、評価デザインに適した統計手法を選択することができる。
- 4) 食品鑑別のための基本的事項を理解する。

内容

この授業は講義と実習を基本に、グループワーク、ディスカッションを取り入れながら、学びを深めていく。

1	食品の「おいしさ」と官能評価
2	官能評価の基礎と実際
3	官能評価実習 (1) 2点比較法
4	官能評価実習 (2) 順位法
5	官能評価実習 (3) 評点法
6	官能評価実習 (4) グループ別演習
7	食品鑑別の基礎知識
8	個別食品の鑑別 (1) 米・麦類・トウモロコシ・雑穀類・イモ類
9	個別食品の鑑別 (2) 豆類・種実類・野菜類,キノコ類
10	個別食品の鑑別 (3) 果実類・海藻類・魚介類
11	個別食品の鑑別 (4) 肉類・卵とその加工品
12	個別食品の鑑別 (5) 乳と乳製品・油脂・菓子類
13	個別食品の鑑別 (6) 酒類・茶類・コーヒー,ココア・清涼飲料・醸造食品
14	個別食品の鑑別 (7) 調味料・香辛料・インスタント食品・冷凍食品・弁当・機能性食品
15	まとめ

評価

授業への参加度20%、プレゼンテーション20%、提出物10%、筆記試験50%とし、総合評価60点以上を合格とする。

【フィードバック】提出されたレポートは、コメントを記載し翌週以降の授業内で返却する。

授業外学習

【事前準備】教科書の該当部分をよく読み、疑問点を明らかにしておく。（各授業に対して45分）

【事後学修】教科書や配布資料の内容について、ノートをまとめる。また、実習で得られたデータについて、検定結果をもとに考察し、レポートにまとめる。（各授業に対して75分）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】日本フードスペシャリスト協会編 『三訂 食品の官能評価・鑑別演習』 建帛社

【推薦書】古川秀子 『おいしさを測る』 幸書房, 大越ひろ・神宮英夫 編著 『食の官能評価入門』 光生館

【参考図書】新版 官能検査ハンドブック 日科技連出版社

科目名	食品商品学		
担当教員名	島森 正昭		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部 (K) - 食物栄養学科 (KF) - 資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	2	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	フードスペシャリスト		

ねらい(科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

現代の食生活の課題である、健康、安全、経済性を効率よく実現するための「食」を商品の観点から体系的に学習し、食品関連業界に携わろうとする人にとって必要な知識の習得と理解を目標とする。食料経済と合わせてフードスペシャリスト試験科目「食品の消費・流通」全体をカバーする。(フードスペシャリスト資格取得のための必修科目)

科目の概要

1. 食生活における商品の役割を多方面から理解する
2. 食品のマーケティングの基礎知識の習得と事例紹介
3. 食品の消費実態のつかみ方の学習

学修目標 (=到達目標)

授業では、各單元ごとに基本的な事柄を中心に説明をする。

食品商品学は身近な分野の学問であり、実際的な問題を題材として、考える力を養い、それを社会に還元することのできる能力を身につけることを目標とする

内容

食品のマーケティングを学ぶ中で、商品の価値を認識するとともに、そこに抱える課題を把握し、その解決策を考察する。具体的には、テーマ毎に適宜、ディスカッション、グループワークを実施することにより、自分の考えを深掘りするとともに、他人の意見にも触発されるようにする。

1	食品商品学とフードシステム
2	商品とは
3	食生活の変遷と商品
4	中食の成長と変化
5	主要食品の消費
6	加工食品の技術と品質
7	商品の売り場と購入先
8	消費者の商品評価
9	食品のマーケティング
10	食品のマーケティング
11	食品の品質と表示
12	商品と環境問題
13	食品の安全と安心
14	商品の公正性
15	まとめ

評価

筆記試験(80%)、授業への参加度(20%)とし、総合評価60点以上を合格とする。合格点に満たなかった場合は再試験を行う。

【フィードバック】試験の解答を翌週以降の授業内で解説する。

授業外学習

【事前予習】授業範囲の教科書に目を通し、関連事項を調べておくこと(各授業に対し0.5時間)

【事後学修】授業で取り扱った事柄をよく見返し、その内容を新聞や統計などで調べ、内容の理解を深めること(各授業に対し1時間)

教科書・推薦書(著者名・書名・出版社名)

【教科書】3訂 食品の消費と流通 ? 日本フードスペシャリスト協会 編

科目名	食料経済（食品流通経済を含む）		
担当教員名	島森 正昭		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部（K）-食物栄養学科（KF）-資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	4	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	フードスペシャリスト		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格

フードシステムを構成する農業、食品産業、流通業などが食料供給に果たす役割を理解することを目標とし、食品業界に携わろうとする人にとって必要な知識の習得と理解を目標とする。食品商品学と合わせてフードスペシャリスト試験「食品の消費・流通」全体をカバーする。社会との関わりが大きいことと資格試験の時期を考慮して4年次での履修となっている。（フードスペシャリスト資格取得のための必修科目）

科目の概要

1. 食品消費の実態のつかみ方と分析法を学習・理解する
2. 食品の生産・流通の基礎知識と事例紹介
3. 食品産業全体がかかえる特徴や課題を認識、理解する

学修目標（＝到達目標）

授業では、各單元ごとに基本的な事柄を中心に説明をする。

マクロな視点から、食品、食の消費、流通などの学習を通して、「食を考える力」を身に付けることを目標とする。

内容

食品の生産、流通および消費の実態を把握することで食品産業の全体像を理解し、そこにおける諸問題を身近なものとして認識。その対応策を考察する。

具体的には、テーマ毎に適宜、ディスカッション、グループワークを実施することで、他人の意見を参考にしながら自分の考えを深掘りさせる。

1	食料経済で学ぶこと
2	食生活の成熟と外部化
3	食生活の多様化
4	食品選択の理論
5	食品の小売業1（スーパー）
6	食品の小売業2（CVS）
7	食品の小売業3（その他）
8	主要食品の流通
9	外食と外食産業
10	食品工業/食料の安全保障
11	食料と環境問題
12	食品流通と安全
13	食料消費を取り巻く課題
14	基本関連統計

評価

筆記試験(80%)、授業への参加度(20%)とし、総合評価60点以上を合格とする。合格点に満たなかった場合は再試験を行う。

【フィードバック】試験の解答を翌週以降の授業内で解説する。

授業外学習

【事前予習】授業範囲内の教科書に目を通し、関連事項を調べておくこと(各授業に対し0.5時間)

【事後学修】授業で取り扱った事柄をよく見返し、その内容を新聞や統計などで調べ、内容の理解を深めること(各授業に対し1時間)

教科書・推薦書(著者名・書名・出版社名)

【教科書】3訂 食品の消費と流通 日本フードスペシャリスト協会 編

科目名	フードコーディネート論		
担当教員名	赤堀 博美		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部 (K) - 食物栄養学科 (KF) - 資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	4	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	フードスペシャリスト		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

フードスペシャリストの資格取得のための科目である。

科目の概要

フードコーディネートとは、食にまつわるすべての事象を目的に合わせてコーディネートすることである。栄養士としての知識を基盤に食ビジネスの実践を身につける。

学修目標 (=到達目標)

フードスペシャリスト試験の合格と食業人としてスキルを持って社会で活躍できるようになること。

内容

テキストに沿って授業を進める。

授業の進み具合で内容は変更される。

1	フードコーディネーターの仕事 (1 章) 企画力 食企画の実践コーディネート (8 章)
2	食事の文化 (2 章)
3	食事の文化 (2 章)
4	食卓のコーディネート (3 章)
5	食卓のコーディネート (3 章)
6	サービスとマナー (4 章)
7	サービスとマナー (4 章)
8	メニュープランニング (5 章)
9	メニュープランニング (5 章)
10	食空間のコーディネート (6 章)
11	食空間のコーディネート (6 章)
12	フードサービスマネジメント (7 章)
13	フードサービスマネジメント (7 章)
14	食企画の実践コーディネート (8 章)
15	まとめ

評価

平常点、レポート提出で70%、小テストを含むテスト30%とし、総合評価60点以上を合格とする。

【フィードバック】

レポートはコメントなどをつけて返却する。

授業外学習

【事前準備】食に関わるニュースをさまざまな媒体から貪欲に入手し、自分なりに考察すること。(授業毎に60分)

【事後学修】自分なりに感じたこと、自分で考えた企画、オリジナルのレシピをストックすること。(授業毎に60分)

教科書・推薦書(著者名・書名・出版社名)

【教科書】三訂 フードコーディネーター論 (公社)日本フードスペシャリスト協会 建帛社

【推薦書】フードコーディネーター教本 日本フードコーディネーター協会 柴田書店

【参考図書】授業ごとに提示

科目名	生涯発達人間学		
担当教員名	長田 瑞恵		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部 (K) - 食物栄養学科 (KF) - 資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	1	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	健康運動実践指導者		

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、食物栄養学科学位授与方針1.と3.に対応している。人間生活学部児童幼児教育学科児童教育専攻及び食物栄養学科の学生を対象とした、選択科目である。

科目の概要

人は生まれてから死ぬまで生涯を通じて発達していく存在であるという生涯発達の観点から、人の一生の各時期の特徴を学ぶ。特に、加速する少子高齢化に焦点を当てて、人生の最初期である乳幼児期と65歳以上の高齢期における、心身のさまざまな特徴や生じうる問題点を学び、他者への援助のあり方を含めた人間についての理解を深める。

学修目標

毎回、授業の内容に関するリアクションペーパーを提出する。

各発達時期の特徴及びそこで生じうる問題点について、各自が概観しまとめることができるようにする。

内容

講義形式であるが、各回の授業の最初に教員から授業に関連する疑問・論点を投げかけ、それを含めて授業の終了時に、授業の内容に関するリアクションペーパーを提出する。リアクションペーパーで多かった疑問や意見に対しては、教員からコメントをフィードバックする。

1	生涯発達とは
2	乳児期 1
3	乳児期 2
4	幼児期 1
5	幼児期 2
6	幼児期 3
7	児童期
8	前半のまとめ
9	思春期
10	青年期
11	成人期
12	高齢期 1
13	高齢期 2
14	高齢期 3
15	まとめ

評価

毎回のリアクションペーパー30点、期末筆記試験70点で評価を行う。60点以上を合格とする。

合格点に達しなかった場合には、再試験を行う。

授業外学習

【事前予習】指定テキストの次回該当箇所を熟読しておくこと。出来れば事前にレジメを作成し、疑問点などをまとめて授業に出席することが望ましい。約1時間～1時間半。

【事後学修】授業内容はレジメとして配布するので、よく復習し、各自の疑問点と照らし合わせながら理解しておくこと。約1時間～1時間半。

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】無藤隆・大坪治彦・岡本祐子 『よくわかる発達心理学（やわらかアカデミズム・わかるシリーズ）』 ミネルヴァ書房

【推薦書】内田伸子編「よくわかる乳幼児心理学」ミネルヴァ書房

伊藤亜矢子編「エピソードでつかむ児童心理学」ミネルヴァ書房

白井利明編「よくわかる青年心理学」ミネルヴァ書房

大川一郎他編「エピソードでつかむ老年心理学」ミネルヴァ書房

科目名	安全・救急法演習		
担当教員名	松本 晃裕、福田 平		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部 (K) - 食物栄養学科 (KF) - 資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	2	ク ラ ス	
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	健康運動実践指導者 / 第一種衛生管理者		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

食物栄養学科の学位授与方針 1、2 に該当する。

健康運動実践指導者になるための心肺蘇生法、AEDの使用法、応急処置法、さらにメディカルチェックなどについて講義とともに、実際に演習形式で学ぶ科目です。

科目の概要

心肺蘇生法、AEDの使用法、出血・骨折・火傷・熱中症などに対する応急処置法、さらにメディカルチェックなどについて、具体的に学び、実際に人体模型などにも触れて演習します。

学修目標 (= 到達目標)

心肺蘇生法、AEDの使用、出血・骨折・火傷・熱中症などに対する応急処置法が、緊急時にも自ら行えるようになることを目標とします。またスポーツ現場において熱中症の発生を防いだり、メディカルチェックを受けることにより、スポーツ中の突然死を防いだりすることができますが、そうしたことが実践できるようになることを目標とします。

内容	
1	スポーツ中の突然死
2	熱中症と対応・処置
3	気管支喘息、過換気症候群、運動誘発アナフィラキシーなどの内科的急性障害と対応・処置
4	貧血、オーバートレーニング症候群などの内科的慢性障害と対応・処置
5	運動中止の判定
6	メディカルチェック (1)
7	メディカルチェック (2)
8	救急蘇生法とは
9	気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫
10	AEDとは
11	AEDの使用法
12	出血時、創傷・骨折と対応・処置
13	火傷・窒息時と対応・処置
14	脳卒中など意識消失と対応・処置
15	まとめ

評価

授業への参加度15%、レポート15%、筆記試験70%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】教科書などを使っての事前学習（各授業に対して60分）

【事後学修】授業について復習することを必須とし、内容を教科書などを参考にしながら復習ノートを作成する（各授業に対して60分）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】（健康運動実践指導者カリキュラム受講者は）健康運動実践指導者養成用テキスト
授業内で配布するプリントにて学修すること

科目名	エアロビック運動（水泳・水中運動）		
担当教員名	池川 繁樹、飯田 路佳		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部（K）-食物栄養学科（KF）-資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	2	ク ラ ス	
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	健康運動実践指導者		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

食物栄養学科の学位授与方針 1，2，3 に該当する。

健康運動実践指導者の資格を習得するために必要な、エアロビック運動について理論を学び、実際に実技を通して習得する。

エアロビック運動における水泳・水中運動に必要な基本知識を学習し、技術を習得する。また水とからだの衛生環境から、水泳をおこなう環境、救急法などの安全対策について習得する。

内容

- 1．オリエンテーション
- 2．水とからだの衛生および環境について
- 3．エアロビック運動（水泳・水中運動）の基本
- 4．エアロビック運動の実際 1（水中運動での抵抗感）
- 5．エアロビック運動の実際 2（水中運動での心拍数と運動強度）
- 6．エアロビック運動の実際 3（水中運動での運動・動作）
- 7．エアロビック運動の実際 4（水中運動での運動プログラムの作成）
- 8．エアロビック運動の実際 5（水中運動での運動プログラムの実施）
- 9．エアロビック運動の実際 6（水中運動での呼吸法および身体各部位の動作）
- 10．エアロビック運動の実際 7（水中運動での各種泳法）
- 11．エアロビック運動の実際 3（水中運動でのエネルギー消費、運動強度の理解）
- 12．救急法などの安全対策
- 13．実技試験（4分間の運動プログラムの実践）
- 14．実技試験（4分間の運動プログラムの実践）
- 15．筆記試験

実技は学外のプールでおこなう

評価

通常の授業態度 60%、実技及び筆記試験 40%とし、総合評価60点以上を合格とする。

三分の二以上の出席で評価を受けることができる

授業外学習

【事前予習】どのような内容のことを学ぶのか資料等を予め読んでおく（45分）。

【事後学修】授業時に学んだことを思い出し、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）

授業時に指示

科目名	エアロビック運動（エアロビックダンス）		
担当教員名	飯田 路佳		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部（K）-食物栄養学科（KF）-資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	2	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	健康運動実践指導者		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

科目の性格：この科目は食物栄養学科DP1．2．に該当し、健康運動実践指導者の資格を取得するために必要な、エアロビック運動について実技を通して習得する。

科目の概要：エアロビック運動におけるエアロビックダンスに必要な基本知識を学習し、技術を習得する。また、運動を行う時の服装から環境条件、および運動実施上の留意点について習得する。

学修目標：単に技術習得だけでなく、自分自身も運動のよるこびを知り、楽しんで動くことを人に伝えられるようにする。

内容

- 第1回 オリエンテーション
- 第2回 エアロビックダンスに必要な基本知識1（服装、環境条件、運動実施上の留意点）
- 第3回 エアロビックダンスに必要な基本知識2（特性と効果）
- 第4回 エアロビックダンスに必要な基本知識3（運動動作と運動強度）
- 第5回 エアロビックダンスに必要な基本知識4（音楽の特徴と指導方法）
- 第6回 エアロビックダンスの実際1（一連の運動動作の実習）
- 第7回 エアロビックダンスの実際2（一連の運動動作の実習と運動上の留意点の習得）
- 第8回 エアロビックダンスの実際3（運動プログラムの作成）
- 第9回 エアロビックダンスの実際4（運動プログラムの作成）
- 第11回 エアロビックダンスの実際5（運動プログラムの実施）
- 第12回 エアロビックダンスの実際6（運動上の留意点に注意した運動プログラムの実施）
- 第13回 実技試験（4分間での運動プログラムの実施）
- 第14回 実技試験（4分間での運動プログラムの実施）
- 第15回 まとめ

全体の人数やレベル、進度などの状況により柔軟に対応する場合もある。

評価

平常点60%（授業に対する意欲・関心・態度等。毎回のリアクションペーパー含む）、試験（実技）40%
時間厳守。20分以上の遅刻は欠席、忘れものは減点とする。以上を総合し、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（60分）

【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（60分）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】健康運動実践指導者養成用テキスト。他、授業内で適宜指示する。

科目名	エアロビック運動（ジョギング・ウォーキング）		
担当教員名	池川 繁樹		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部（K）-食物栄養学科（KF）-資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	3	ク ラ ス	
開 講 期	前期	必修・選択の別	必修*
授 業 形 態		単 位 数	1
資 格 関 係	健康運動実践指導者		

ねらい（ 科目の性格 科目の概要 学修目標）

食物栄養学科の学位授与方針 1，2，3 に該当する。

健康運動実践指導者の資格を習得するために必要な、エアロビック運動について理論を学び、実際に実技を通して習得する。

エアロビック運動におけるジョギング・ウォーキングに必要な基本知識を学習し、技術を習得する。また、シューズの選択方法から水分摂取方法および実施上の留意点について習得する。

内容

- 1．オリエンテーション
- 2．ジョギング・ウォーキングの実施における留意点（シューズ選択方法・水分摂取方法など）
- 3．エアロビック運動（ジョギング・ウォーキング）の基本
- 4．エアロビック運動の実際 1（心拍数を考慮した相違する速度によるジョギング）
- 5．エアロビック運動の実際 2（生体反応の特性、エネルギー消費を考慮したジョギング）
- 6．エアロビック運動の実際 3（個人差・速度を考慮したウォーキング）
- 7．エアロビック運動の実際 4（ウォーキングの基本姿勢）
- 8．エアロビック運動の実際 5（心拍数を考慮した相違する速度によるウォーキング）
- 9．エアロビック運動の実際 6（5種類の速度でのウォーキング）
- 10．エアロビック運動の実際 7（ジョギング・ウォーキングでの安全に関する留意点）
- 11．エアロビック運動の実際 8（ジョギング・ウォーキングでの運動プログラムの作成）
- 12．エアロビック運動の実際 9（ジョギング・ウォーキングでの運動プログラムの実施）
- 13．実技試験（4分間の運動プログラムの実践）
- 14．実技試験（4分間の運動プログラムの実践）
- 15．まとめ

評価

通常の授業態度 60%、実技及び筆記試験 40%とし、総合評価60点以上を合格とする。

三分の二以上の出席で評価を受けることができる

授業外学習

【事前予習】どのような内容のことを学ぶのか資料等を予め読んでおく（45分）。

【事後学修】授業時に学んだことを思い出し、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）

授業時に指示

科目名	健康運動指導実習		
担当教員名	池川 繁樹、松丸 史		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部 (K) - 食物栄養学科 (KF) - 資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	3	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	健康運動実践指導者		

ねらい(科目の性格 科目の概要 学修目標)

食物栄養学科の学位授与方針 1, 2, 3 に該当する。

健康運動指導実習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びます。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します。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します。

内容

- [講義] 体力測定方法について 池川
- [講義] 体力測定評価法について 池川
- [実習] 呼吸代謝測定法 池川
- [実習] 有酸素性作業能力の測定法および評価法 池川
- [実習] 無酸素性作業能力の測定法および評価法 池川
- [実習] 運動量(活動量)評価 池川
- [実習] 形態計測・皮下脂肪厚測定 池川
- [実習] 身体組成測定 1 池川
- [実習] 心拍数測定 1 池川
- [実習] 心拍数と酸素摂取量 池川
- [実習] 体力測定法(新体力測定 1) 松丸
- [実習] 体力測定法(新体力測定 2) 松丸
- [実習] 体力測定法(その他の体力測定法) 松丸
- [実習] 体力測定法とその評価法 松丸
- まとめ 池川

評価

平常点 60%、レポート点 40% 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】どのような内容のこ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)

授業時に指定

科目名	インダストリアルハイジーン論		
担当教員名	對木 博一		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部 (K) - 食物栄養学科 (KF) - 資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	1	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	第一種衛生管理者		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格：国家資格である第一種衛生管理者資格（免許）を取得するための科目である。

科目の概要：インダストリアルハイジーン論、では、働く職場における健康に及ぼす可能性のある化学的因子、物理的因子および心理的因子等を取り上げ、それらの健康影響因子による職業性疾病対策や予防について概説する。インダストリアルハイジーン論では、労働衛生5管理のうち、労働衛生管理対策、作業環境管理と作業管理を中心に修得する。

学修目標：履修して、就職活動に活かせるレベルを目標とする。

内容

1	衛生管理者とは ~ 講義とディスカッションを中心に
2	労働衛生の現状 ~ 講義とディスカッションを中心に
3	衛生管理体制 ~ 講義とディスカッションを中心に
4	作業環境要素の概念 ~ 講義とディスカッションを中心に
5	一般作業環境（温熱環境、空気環境、視環境）~ 講義とディスカッションを中心に
6	一般作業環境（音環境、作業空間、作業負担、有害作業環境）~ 講義とディスカッション中心に
7	職業性疾病（化学物質1） ~ 講義とディスカッションを中心に
8	職業性疾病（化学物質2） ~ 講義とディスカッションを中心に
9	職業性疾病（有害エネルギー） ~ 講義とディスカッションを中心に
10	職業性疾病（有害生物、その他） ~ 講義とディスカッションを中心に
11	作業環境管理（作業環境測定） ~ 講義とディスカッションを中心に
12	作業環境管理（環境改善） ~ 講義とディスカッションを中心に
13	作業環境管理（事務所環境管理） ~ 講義とディスカッションを中心に
14	作業管理（化学物質） ~ 講義とディスカッションを中心に
15	まとめ ~ 講義とディスカッションを中心に

評価

授業に対する意欲・関心・態度30%、筆記試験70%とし、総合評価60点以上を合格とする。

【フィードバック】提出されたレポートはコメントを記載し翌週以降の授業内で返却する。

授業外学習

【事前予習】教科書を用いて事前に予習をする。（30分程度）

【事後学修】ノートを整理して復習する。（1時間程度）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】中央労働災害防止協会編 『新衛生管理』上 第1種用 中央労働災害防止協会

[参考書] 中央労働災害防止協会編 『新衛生管理』下 第1種用 中央労働災害防止協会

科目名	インダストリアルハイジーン論		
担当教員名	對木 博一		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部 (K) - 食物栄養学科 (KF) - 資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	1	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	第一種衛生管理者		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格：国家資格である第一種衛生管理者資格（免許）を取得するための科目である。

科目の概要：インダストリアルハイジーン論、では、働く職場における健康に及ぼす可能性のある化学的因子、物理的因子および心理的因子等を取り上げ、それらの物質や因子による職業性疾病や予防について概説する。インダストリアルハイジーン論では、作業管理や健康管理を中心に働き方とストレス及びメンタルヘルスについて修得する。

学修目標：履修して、就職活動に活かせるレベルを目標とする。

内容

1	作業管理 ~ 講義とディスカッションを中心に
2	健康管理 ~ 講義とディスカッションを中心に
3	健康管理 ~ 講義とディスカッションを中心に
4	健康管理 ~ 講義とディスカッションを中心に
5	健康管理 ~ 講義とディスカッションを中心に
6	健康づくりと衛生管理者 ~ 講義とディスカッションを中心に
7	長時間労働と衛生管理者 ~ 講義とディスカッションを中心に
8	ストレスマネジメント ~ 講義とディスカッションを中心に
9	ストレスマネジメント ~ 講義とディスカッションを中心に
10	労務管理と労働衛生管理 ~ 講義とディスカッションを中心に
11	職場のメンタルヘルス ~ 講義とディスカッションを中心に
12	労働生理 ~ 講義とディスカッションを中心に
13	テーマディスカッション・業績とメンタル不調 ~ 講義とディスカッションを中心に
14	総合的な労働衛生管理の具体的な進め方 ~ 講義とディスカッションを中心に
15	まとめ

評価

授業に対する意欲・関心・態度30%、筆記試験70%とし、総合評価60点以上を合格とする。

【フィードバック】提出されたレポートはコメントを記載し翌週以降の授業内で返却する。

授業外学習

【事前予習】教科書を用いて事前に予習をする。(30分程度)

【事後学修】ノートを整理して復習する。(1時間程度)

教科書・推薦書 (著者名・書名・出版社名)

【教科書】中央労働災害防止協会編 『新衛生管理』上 第1種用 中央労働災害防止協会

[参考書] 中央労働災害防止協会編 『新衛生管理』下 第1種用 中央労働災害防止協会

科目名	衛生行政		
担当教員名	根岸 幸夫		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部 (K) - 食物栄養学科 (KF) - 資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	1	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	第一種衛生管理者		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

食物栄養学科の学位授与方針 1 . 2 に該当する。

国家資格である第一種衛生管理者の資格を取得するための科目である。

科目の概要

職場においては、労働者保護のための法律として、労働基準法、労働安全衛生法等が定められている。そのうち、労働者の健康の確保、快適な職場環境の形成の促進等を定めた労働衛生の具体的な規定を学び、第 1 種衛生管理者としての必要な知識を身につける。

学修目標 (= 到達目標)

職場において健康に有害な要因にはどのようなことがあるか、その有害な要因により健康を損なうことを防止するための法律にはどのような規定が設けられているかを習得し、職場において労働衛生管理を適正に行うことができるようにする。

内容

この授業は重要な部分、難解な部分について講義を行ない、理解可能な部分については自習によることとし、不明な部分について質問を受けることとする。

1	労働基準法第 1 章 ~ 第 3 章 総則関係 労働契約関係 賃金関係
2	労働基準法第 4 章 労働時間、休憩、休日及び年次有給休暇関係
3	労働基準法第 5 章 ~ 第 7 章 安全及び衛生関係 ~ 技能者の養成関係
4	労働基準法第 8 章 ~ 第 1 4 章 災害補償関係 ~ 附則関係
5	労働安全衛生法第 1 章 ~ 第 2 章 総則関係 労働災害防止計画関係
6	労働安全衛生法第 3 章 (1) ~ (4) 安全衛生管理体制関係 1
7	労働安全衛生法第 3 章 (5) ~ (1 2) 安全衛生管理体制関係 2
8	労働安全衛生法第 4 章 (1) ~ (2)、(4) ~ (8) 危険、健康障害防止措置関係 1
9	労働安全衛生法第 4 章 (3) 危険、健康障害防止措置関係 2
10	労働安全衛生法第 5 章第 1 節、第 2 節 (1) ~ (4)、(6) ~ (7) 有害物規制等 1
11	労働安全衛生法第 5 章第 2 節 (5) 有害物規制等 2
12	労働安全衛生法第 6 章 ~ 第 7 章 (1) ~ (4) 就業時措置関係 健康の保持増進関係 1
13	労働安全衛生法第 7 章 (5) (面接指導等を除く) 健康の保持増進関係 2
14	労働安全衛生法第 7 章 (5) (面接指導) 健康の保持増進関係 3
15	まとめ

評価

授業への参加度 30%、筆記試験 70%とし、総合評価 60 点以上を合格とする。

合格点に満たなかった場合、再試験を実施する。

【フィードバック】毎授業の最初に前回授業、練習問題に対する質問があり回答した事項の内、理解に資する事項について公表する。

授業外学習

【事前予習】授業の 1 週間前に資料、練習問題を配布するので授業当日までに予習すること。（各授業に対して 60 分）

【事後学修】練習問題、及び授業内容で理解できなかったことを再学習し、それでも理解できなかった場合はメールで質問すること。（各授業に対して 60 分）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】中央労働災害防止協会編 衛生管理（下）（第 1 種用） 中央労働災害防止協会

【推薦書】

【参考図書】中央労働災害防止協会編 衛生管理（上）（第 1 種用） 中央労働災害防止協会

科目名	衛生行政		
担当教員名	根岸 幸夫		
ナンバリング			
学 科	人間生活学部 (K) - 食物栄養学科 (KF) - 資格科目【フード・健康運動・第一種】		
学 年	1	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	第一種衛生管理者		

ねらい (科目の性格 科目の概要 学修目標)

科目の性格

食物栄養学科の学位授与方針 1 . 2 に該当する。

国家資格である第一種衛生管理者の資格取得に必要な科目である。

科目の概要

職場においては、労働者保護のための法律として、労働基準法、労働安全衛生法等が定められている。そのうち、労働者の健康の確保、快適な職場環境の形成の促進等を定めた労働衛生の具体的な規定を学び、第 1 種衛生管理者としての必要な知識を身につける。

学修目標 (= 到達目標)

職場において健康に有害な要因にはどのようなことがあるか、その有害な要因により健康を損なうことを防止するための法律にはどのような規定が設けられているかを習得し、職場において労働衛生管理を適正に行うことができるようにする。

内容

この授業は重要な部分、難解な部分について講義を行い、理解可能な部分については自習によることとし、不明な部分について質問を受けることとする。

1	労働安全衛生法第 7 章 (6) 健康の保持増進関係 4
2	労働安全衛生法第 7 章 (7) ~ (1 3)、第 8 章 ~ 第 9 章 健康の保持増進関係 5 ~ 改善措置等
3	労働安全衛生法第 1 0 章 監督等関係
4	労働安全衛生法第 1 1 章 ~ 第 1 2 章 雑則関係 罰則関係 労働安全衛生規則第 3 編
5	有機溶剤中毒予防規則
6	鉛中毒予防規則 四アルキル鉛中毒予防規則
7	特定化学物質障害予防規則第 1 章 ~ 第 4 章
8	特定化学物質障害予防規則第 5 章 ~ 第 1 0 章
9	高気圧作業安全衛生規則
10	電離放射線障害防止規則 除染業務等に係る電離放射線障害防止規則
11	酸素欠乏症等防止規則
12	粉じん障害防止規則
13	石綿障害予防規則 事務所衛生基準規則
14	機械等検定規則等 じん肺法及び同法施行規則 作業環境測定法ほか
15	まとめ

評価

授業への参加度 30%、筆記試験 70%とし、総合評価 60 点以上を合格とする。

合格点に満たなかった場合、再試験を実施する。

【フィードバック】毎授業の最初に前回授業、練習問題に対する質問があり回答した事項の内、理解に資する事項について公表する。

授業外学習

【事前予習】授業の 1 週間前に資料、練習問題を配布するので授業当日までに予習すること。（各授業に対して 60 分）

【事後学修】練習問題、及び授業内容で理解できなかったことを再学習し、それでも理解できなかった場合はメールで質問すること。（各授業に対して 60 分）

教科書・推薦書（著者名・書名・出版社名）

【教科書】中央労働災害防止協会編 衛生管理（下）（第 1 種用） 中央労働災害防止協会

【推薦書】中央労働災害防止協会編 労働衛生のしおり平成 31 年度 中央労働災害防止協会

【参考図書】中央労働災害防止協会編 衛生管理（上）（第 1 種用） 中央労働災害防止協会