

科 目 名	基礎栄養学					開 講 キャンパス	神 埼	
担 当 者	江 口 昭 彦							
開 講 年 次	1	開講期	前期	単位数	2	必修・選択	必 修	
授業の概要 及びねらい	栄養学は人の食生活や健康を支える基礎となる重要な学問である。日本人の食生活は大きく変化してきており、栄養不足から栄養過剰となり生活習慣病が問題となってきたので基礎栄養学では、我々が日常摂取している食品に含まれている栄養素の意義、生体との関係、食生活と健康の関わり等の基礎事項について解説する。							
授 業 の 到 達 目 標	1) 摂食行動について理解し説明できる。 2) 消化過程と消化酵素について理解し説明できる。 3) たんぱく質の体内代謝の概要について理解し説明できる。 4) 糖質の体内代謝の概要について理解し説明できる。 5) 血糖値の調節について理解し説明できる。 6) 脂質の体内代謝の概要について理解し説明できる。 7) 三大栄養素の相互関係について理解し説明できる。 8) ビタミン、無機質の欠乏症と過剰症について理解し説明できる。 9) 水分の体内代謝の概要について理解し説明できる。 10) エネルギー代謝について理解し説明できる。							
学 習 方 法	講義（パワーポイント、教科書、プリント）							
テキスト及 び参考書等	テキスト：栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学（羊土社） 補助教材：栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学ノート（羊土社）							
評 価 基 準 ・ 方 法	到 達 目 標							
	知識・理解	思考・判断	関心・意欲・態度	技能・表現	評価割合%			
定期試験	◎	○			100			
小テスト等								
宿題・授業外レポート								
授業態度			○					
受講者の発表				○				
授業への参加度			○					
その他								
合 計						100		
(表中の記号 ○評価する観点 ◎評価の際に重視する観点)								
授業計画（学習内容・キーワードとスケジュール）								
第 1 週	健康と栄養、食生活と健康、栄養学史、栄養素の機能							
第 2 週	遺伝形質と栄養、摂食行動、消化と吸収（消化管の構造と機能）							
第 3 週	消化と吸収（栄養素の消化と吸収、消化管機能の調節）							
第 4 週	たんぱく質の栄養（たんぱく質の構造と種類、たんぱく質の代謝、たんぱく質の栄養価）							
第 5 週	（アミノ酸の臓器間輸送、他の栄養素との関連）							
第 6 週	糖質の栄養（糖質の構造と種類、糖質の代謝、血糖調節）							
第 7 週	（エネルギー源、他の栄養素との関係）							
第 8 週	脂質の栄養（脂質の構造と種類、脂質の代謝、臓器間輸送）							
第 9 週	（貯蔵エネルギー、コレステロール代謝）							
第 10 週	ビタミンの栄養（構造と機能）							
第 11 週	（代謝と栄養学的意義、他）							
第 12 週	無機質の栄養（分類、代謝、主要・微量ミネラル）							
第 13 週	（生体調節、酵素賦活作用、他）							
第 14 週	水・電解質の代謝（水の出納、電解質代謝）							
第 15 週	エネルギー代謝							
第 16 週	（試験）							
備 考	毎回教科書と補助教材により各自が予習した後、講義を受け疑問に思う点などが解消できるように双方向の授業進行により理解を深める講義とする。 講義終了後は、補助教材による復習をして知識の定着を図ること。							