

<b>科目名：栄養学</b> ( Nutritional science ) 履修年次/時期：1 年次 後期 授業形態：講義 担当教員：西村 康 (実務経験有)、角田 晃 (実務経験有)		必	1 単位 (45 時間)
学修目的	豊かに食糧が供給されているなかで、なぜ栄養学を学ばなければならないのかという基本を理解し、日本人の食生活・栄養摂取状況、栄養素の消化吸収、日本人の食事摂取規準、各種栄養素の働きなどの基礎を学ぶ。さらに、実際の食生活に関連する望ましい食生活、国民の健康と栄養の実態、調理とライフスタイル、各種食品の成分と分類・物性などを学んで、歯科臨床における栄養指導が、各個人のライフスタイルおよび歯科治療経過に適合して行えるように習熟することが最終目標である。CP(6)に関連する。 科目 No. S1C11H25		
この科目が目的としている DP	1. 医療専門職としての倫理観を有する。	(1) 生命の尊厳を基盤とし、医療における倫理観を有する。 (2) 医療専門職として礼節を重んじ品格を備える。	
	2. 医療専門職として健康問題の発見と課題に取り組む能力を有する。	(1) 教養と考える力を身につけ、主体的に課題解決に取り組む能力を有する。 (2) 専門的知識や技術を修得し、人びとの健康に寄与できる能力を有する。 (3) 社会の動向に関心を持ち、学び続ける力を有する。	○ ○ ○
	3. 口腔の健康支援を通し、全身の健康を守る高度な専門的能力を有する。	(1) 多様な価値観を持った人びとを理解し、人間関係を築く能力を有する。 (2) 優しさに溢れる歯科衛生士として地域社会に貢献する能力を有する。 (3) 歯科衛生士としての役割と責任を自覚し、多職種と協働できる能力を有する。	○ ○ ◎
◎： この講義・演習・実習と最も関連がある DP ○： この講義・演習・実習と関連がある DP			
到達目標	1. エネルギー代謝について理解する。 2. 食事の摂取基準について理解する。 3. 栄養素の種類と働きについて理解する。 4. 栄養素の体内代謝について理解する。 5. ライフステージと栄養について理解する。 6. 国民の健康と栄養の現状を理解する。 7. 国民健康づくりにおける食生活改善の取り組みを理解する。 8. 健康づくりと食品・食事・食生活について理解する		
授業概要	栄養学では基礎栄養学を最初に講義する。 2年生で相互実習として行う歯科保健指導論Ⅲ(栄養指導および献立の立案実習)の基礎となる「食生活」及び「栄養指導」の基礎的概念を理解し、食物より摂取された各栄養素の生体内における消化、吸収、代謝を中心にその生理的意義、エネルギー収支、栄養価について学ぶ。 人間の生命活動の源泉である栄養と生体とのかかわりを認識し、全身的な健康維持の基本となるものが栄養であることを理解する。さらに食事摂取基準、健康日本21、食事バランスガイドなど食生活の改善の取り組みやライフステージ別の栄養特性についても学ぶ。		
評価方法	学期末試験(100%)、 その他 レポート課題を課する場合もある。(その場合は加点する。)		

	最終成績は総合評価。試験に対するフィードバックは掲示で行う。
予習・ 復習時間	【予習】0.5時間 【復習】0.5時間
教科書	最新歯科衛生士教本 人体の構造と機能2 栄養と代謝 全国歯科衛生士教育協議会監修、医歯薬出版 第4版 イラストでわかる歯科医学の基礎 村上秀明、西村 康、天野 修 監修 永末書店
参考書	楽しくわかる栄養学 中村丁次著 羊土社 よくわかる栄養学の基本としくみ 中屋 豊著 株式会社秀和システム 栄養学イラストレイテッド 基礎栄養学 改訂第4版 田地陽一編著 羊土社 栄養学イラストレイテッド 応用栄養学 改訂第2版 栢下 淳他編著 羊土社
オフィス 連絡先	月、水、金 12:00~13:20 4号館 2階 西村研究室 nisimura@kdu.ac.jp ※不在時はメールでお願いします。

実施回	授業計画	予習・復習・キーワード	担当
1 ( / ) 講義	栄養の基礎知識、食生活と栄養、栄養素の消化・吸収 ①日本人の栄養摂取状況について説明できる。 ②栄養素の消化・吸収の概要について説明できる。	教科書 p.116～127 を読んでおくこと。[キーワード] 国民健康・栄養調査、栄養素の消化・吸収、5大栄養素	西村
2 ( / ) 講義	食事摂取基準 推定エネルギー必要量、基礎代謝 ①食物に含まれるエネルギー量について説明できる。 ②基礎代謝について説明できる。	教科書 p.128～133 を読んでおくこと [キーワード] 食事摂取規準、推定エネルギー必要量、基礎代謝	西村
3 ( / ) 講義	日本人の食事摂取基準 ①日本人の食事摂取基準の各指標について説明できる。 ②日本人の食事摂取基準の各指標の基本的活用方法について説明できる。	教科書 p.128～133 を読んでおくこと [キーワード] 日本人の食事摂取規準 およびその基本的な活用方法	西村
4 ( / ) 講義	栄養素の働き① 糖質の種類、栄養的意味 ①糖質の種類について説明できる。 ②糖質の栄養的意味について説明できる。	教科書 p.140～145 を読んでおくこと [キーワード] 糖質、単糖類、二糖類、オリゴ糖、多糖類、食物繊維	西村
5 ( / ) 講義	栄養素の働き② たんぱく質の種類、栄養的意味 ①たんぱく質の種類について説明できる。 ②たんぱく質の栄養的意味について説明できる。	教科書 p.145～152 を読んでおくこと [キーワード] たんぱく質、アミノ酸、たんぱく質栄養価、アミノ酸プール	西村
6 ( / ) 講義	栄養素の働き③ 脂質の種類、栄養的意味 ①脂質の種類について説明できる。 ②脂質の栄養的意味について説明できる。	教科書 p.152～156 を読んでおくこと [キーワード] 脂質の種類、飽和脂肪酸、不飽和脂肪酸、必須脂肪酸	西村
7 ( / ) 講義	栄養素の働き④ ビタミンの種類、栄養的意味 ①ビタミンの種類について説明できる。 ②ビタミンの栄養的意味について説明できる。	教科書 p.156～162 を読んでおくこと [キーワード] 水溶性ビタミン、脂溶性ビタミン、ビタミン必要量、ビタミン欠乏症、ビタミンの給源	西村
8 ( / ) 講義	栄養素の働き⑤ ミネラルの種類、栄養的意味 ①ミネラルの種類について説明できる。 ②ミネラルの栄養的意味について説明できる。	教科書 p.162～169 を読んでおくこと [キーワード] ミネラルの作用、ミネラルの欠乏、過剰、カルシウム、リン、マグネシウム、ナトリウム、カリウム、鉄、亜鉛、銅、セレン、ヨウ素	西村
9 ( / ) 講義	栄養素の働き⑥ 水の栄養的意味、必要量、給源 ①水の働きと代謝について説明できる。 ②水の必要量と給源について説明できる。	教科書 p.170～172 を読んでおくこと [キーワード] 水の働き、1日の水の出入、不感蒸泄、代謝水	西村
10 ( / ) 講義	栄養素の働き⑦ 食物繊維の栄養的意味 ①食物繊維の働きについて説明できる。 ②食物繊維の摂取量と給源について説明できる。	教科書 p.172～175 を読んでおくこと [キーワード] 食物繊維の種類、食物繊維の働き、食物繊維の給源	西村
11 ( / ) 講義	食生活と食品 国民の健康と栄養の現状 ①食生活の変遷と疾病構造の変化について説明できる。 ②国民栄養の現状と課題について説明できる。	教科書 p.178～183 を読んでおくこと [キーワード] 食生活の変遷、疾病構造の変化、国民栄養の現状、栄養と健康	西村
12 ( / )	食生活と食品 望ましい食生活	教科書 p.184～194 を読んでおくこと	西村

講義	<p>①国民健康づくりにおける食生活改善の取り組みについて説明できる。</p> <p>②国民健康栄養調査、健康日本21、食事バランスガイド、特別用途食品制度、食育基本法と食育推進計画,食生活指針などについて説明できる。</p>	<p>[キーワード] 国民健康・栄養調査、健康日本21、食事バランスガイド、食育基本法、食育推進基本計画、噛ミング30、食生活指針成人期</p>	
13 ( / ) 講義	<p>食生活と食品 ライフステージ別の栄養と調理①</p> <p>①成長期における栄養と調理の特性について説明できる。</p> <p>②成人期における栄養と調理の特性について説明できる。</p>	<p>教科書p.195~202を読んでおくこと</p> <p>[キーワード] 母乳栄養、人工乳栄養、離乳、学童期、思春期、成人期</p>	西村
14 ( / ) 講義	<p>食生活と食品 ライフステージ別の栄養と調理②</p> <p>①妊娠・授乳期の栄養と調理の特性について説明できる。</p> <p>②高齢期の栄養と調理の特性について説明できる。</p> <p>③特別な支援が必要な者への食事指導が説明できる。</p>	<p>教科書p.195~202を読んでおくこと</p> <p>[キーワード] 妊娠期、授乳期、更年期、高齢者、摂食障害、咀嚼障害、嚥下障害</p>	西村
15 ( / ) 講義	<p>食生活と食品 食べ物と健康</p> <p>①食品の成分と分類について説明できる。</p> <p>②食べ物の物性について説明できる。</p>	<p>教科書p.195~202を読んでおくこと</p> <p>[キーワード] 食品成分表、6つの基礎食品、食べ物の物性、5つの基本味</p>	西村