

授業科目

栄養学実習II

担当教員名 鈴木 一恵	対象学年	2	対象学科	健栄
	開講時期	後期	必修・選択	必修
	単位数	1	時間数	45

ディプロマポリシーとの関連性

知識・理解	思考・判断	関心・意欲	態度	技能・表現
◎	◎	○	○	◎

授業の概要

本科目は1回あたり2コマの連続授業である。

「応用栄養学」で学んだ各ライフステージ別及び各種スポーツ等における栄養の特性を理解し、対象に応じた食事計画により献立成と調理実習を実施する。それにより、それぞれの栄養管理について理解し、個人および集団の食事を評価する力を習得する。

授業の目的

ライフステージに即した個人及び集団の特性を十分理解し、その上で各期の食摂取基準に基づいた適正エネルギーや栄養素摂取量を充足する献立が作成、評価できるようになるために、基本的な理論や技術を習得する。

学習目標

1. 各ライフステージ別及び各種スポーツ等における栄養の特性を理解し、対象に応じた食事計画及び献立作成ができる。
2. 各ライフステージ別及び各種スポーツ等において作成した献立を調理し評価ができる。
3. 各ライフステージ別及び各種スポーツ等における栄養ケア・マネジメントについて説明できる。
4. 調理実技の向上を図るとともに、管理栄養士として栄養指導を行う際の具体的な実践力を身に付けることができる。

授業計画

回数	授業計画・学習の主題	学習方法・学習課題・備考	担当教員
1	ガイダンス、日本人の食事摂取基準（2015年版）について	講義	
2	成人期の食事計画（栄養適正量の算定）、献立作成	講義・演習	
3	成人期の献立調理実習、発表・評価	調理実習	
4	学童期の食事計画（栄養適正量の算定）、献立作成	講義・演習	
5	学童期の献立調理実習、発表・評価	調理実習	
6	妊娠・授乳期の食事計画（栄養適正量の算定）、献立作成	講義・演習	
7	妊娠・授乳期の献立調理実習、発表・評価	調理実習	
8	乳幼児期の食事計画（栄養適正量の算定）、献立作成	講義・演習	
9	乳幼児期の献立調理実習、発表・評価	調理実習	
10	高齢期の食事計画（栄養適正量の算定）、献立作成	講義・演習	
11	高齢期の献立調理実習、発表・評価	調理実習	
12	種目別アスリートの食事計画（栄養適正量の算定）、献立作成	講義・演習	
13	種目別アスリートの献立調理実習、発表・評価	調理実習	
14	発表準備	演習	
15	班ごとの発表とまとめ	講義	

使用図書

使用図書	書名	著者名	発行所	発行年	価格	その他
教科書	栄養科学イラストレイテッド 応用栄養学	栢下 淳、上西一弘	羊土社	2014年	2,800円+税	最新版
参考書	食品成分表 新訂版（七訂）	新しい食生活を考える会	大修館書店		1,000円	最新版
	日本人の食事摂取基準（2015年版）	厚生労働省 策定	第一出版	2014年	2,700円+税	
その他の資料	随時、プリントを使用					

評価方法

学習態度（調理実習含む）、レポートから評価する。

履修上の留意点

オフィスアワー・連絡先

研究室 連絡先 025-257-4421（内線5204）