

授業科目	＊ 栄養学実習（A クラス）					単位	1	
履 修	必修	関連資格	栄養士 管理栄養士 栄教一種免			ナンバリング	NT22101J	
開講年次	3 年	開講時期	前期	該当DP	DP1-2 DP2-1 DP3-1 DP4-2 DP5-1			
担当教員	坂巻 路可							
授業概要	管理栄養士は医療の現場や一般の個人、集団を対象に、健康の維持・増進や生活の質の向上に繋がる具体的な栄養管理方法を提案できる能力が必要である。対象者の栄養状態を適確に評価・判定し、具体的な栄養補給法、栄養教育内容を設定することが重要である。 栄養学実習では、栄養素等の意義を理解し、個人および集団の健康の保持・増進、疾病の予防のための活用に繋がるよう、演習及び調理実習等を通して、様々な食事療法に対応できる実践力を身につける。							
学生が達成すべき行動目標	1.栄養素と体構成成分について理解し、身体計測の意義と目的、方法を理解して正しく計測できる。 2.活動記録を行い、身体活動レベルよりエネルギー消費量を推定できる。 3.エネルギー及び栄養素の摂取量を栄養・食事調査から推定することができる。 4.栄養・食事調査の結果から、食生活改善のための献立を提案し、調理できる。 5.栄養素の役割を理解し、成人期に起こりやすい疾病の特性と食事療法を関連づけ、調理できる。 6.高齢期の加齢に伴う身体機能の変化を疑似体験し、高齢期の栄養管理と関連づけることができる。							
達成度評価								
評価と評価割合／ 評価方法	試験	小テスト	レポート	発表(口頭、プレゼンテーション)	レポート 外の提出物	その他	合計	備考
総合評価割合	75	0	15	10	0	0	100	
知識・理解（DP1-1）								
知識・理解（DP1-2）	55		5	5			65	
知識・理解（DP1-3）								
知識・理解（DP1-4）								
思考・判断（DP2-1）	20		5				25	
思考・判断（DP2-2）								
関心・意欲（DP3-1）			5				5	
関心・意欲（DP3-2）								
態度（DP4-1）								
態度（DP4-2）				3			3	
態度（DP4-3）								
技能・表現（DP5-1）				2			2	
技能・表現（DP5-2）								
技能・表現（DP5-3）								
具体的な達成の目安								
理想的レベル				標準的なレベル				
標準的なレベルに記載の 1～6 の全てを達成したうえで、修得した知識および技術を応用し、本実習テーマ以外の献立作成および調理を実践できる。				1.栄養素と身体構成成分について理解した上で、身体計測の意義と目的、方法を理解し、正しく計測できる。 2.活動記録を行い、身体活動レベルよりエネルギー消費量を推定できる。 3.エネルギー及び栄養素等の摂取量を栄養・食事調査から推定することができる。 4.栄養食事調査の結果から、食生活改善のための献立を提案し、調理できる。 5.栄養素の役割を理解し、成人期に起こりやすい疾病の特性と				

		食事療法を関連づけ、調理できる。 6.高齢期の加齢に伴う身体機能の変化を疑似体験し、高齢期の栄養管理と関連づけることができる。		
授業計画				
進行	テーマ・講義内容	授業の運営方法	学習課題(予習・復習)	予習・復習時間(分)
1	テーマ:栄養学実習のオリエンテーション 栄養学実習の目的及び実習スケジュール、レポート作成等について説明する。	講義・演習	予習:テーマの予習をし、まとめる。 復習:栄養マネジメントについて整理し、理解する。	30 60
2	テーマ:身体計測(1) 各栄養素と身体構成成分について、また身体計測の意義と目的、方法について解説する。	講義・演習	予習:テーマの予習をし、まとめる。 復習:身体計測について整理し、理解する。	30 60
3	テーマ:身体計測(2) 各自、身体計測を実施し、手技を習得する。	講義・演習	予習:テーマの予習をし、まとめる。 復習:身体計測について整理し、理解する。	30 30
4	テーマ:活動記録(1) 1日の活動記録を行い、身体活動レベルとエネルギー消費量の推定について、解説する	講義・演習	予習:テーマの予習をし、まとめる。 復習:活動記録について整理し、理解する。	30 60
5	テーマ:活動記録(2) 活動記録より、各自の身体活動レベルとエネルギー必要量を推定する	講義・演習	予習:テーマの予習をし、まとめる。 復習:活動記録について整理し、理解する。	30 60
6	テーマ:摂取エネルギー量、栄養素量の推定(1)栄養・食事調査の目的、方法、種類と特徴、エネルギー、栄養素等摂取量の求め方について解説する。	講義・演習	予習:テーマの予習をし、まとめる。 復習:栄養・食事調査について整理し、エネルギー摂取量、栄養素摂取量の求め方について理解する。	30 30
7	テーマ:摂取エネルギー量、栄養素量の推定(2)栄養・食事調査を実施し、各自の摂取エネルギー、栄養素量を推定する。	講義、発表	予習:テーマの予習をし、まとめる。 復習:栄養・食事調査について整理し、エネルギー摂取量、栄養素摂取量の求め方について理解する。	30 60
8	テーマ:摂取エネルギー量、栄養素量の推定(3)栄養・食事調査を実施し、エネルギー摂取量、栄養素量を推定した結果を食事摂取基準(2015年版)と比較検討し発表する。	講義・演習	予習:テーマの予習をし、まとめる。 復習:対象者に適した栄養管理について整理し、理解する。	30 60
9	テーマ:創作料理(1) 第8回の発表内容を踏まえ、エネルギー必要量、栄養必要量を考慮した献立作成を行う。	講義・演習	予習:テーマの予習をし、まとめる。 復習:対象者に適した栄養管理について整理し、理解する。	30 30
10	テーマ:生活習慣病予防(1)-成人期の栄養管理-成人期の栄養管理、糖尿病、腎臓病等の食事療法について解説をする。	講義・実習	予習:テーマの予習をし、まとめる。 復習:生活習慣病予防のための栄養管理について整理し、	30 30

			理解する。	
11	テーマ:生活習慣病予防(2)-栄養バランスを考慮した献立- 糖尿病と食事療法について解説し、調理実習を行う。	講義・実習	予習:テーマの予習をし、まとめる。 復習:生活習慣病予防のための栄養管理について整理し、理解する。	30 30
12	テーマ:生活習慣病予防(3)-たんぱく質の質と量を考慮した献立- 腎疾患と食事療法について解説し、調理実習を行う。	講義・実習	予習:テーマの予習をし、まとめる。 復習:生活習慣病予防のための栄養管理について整理し、理解する。	30 30
13	テーマ:高齢者の身体的特徴と栄養管理 加齢に伴う身体機能の変化を疑似体験し、高齢期の栄養管理について解説する。	講義・実習	予習:テーマの予習をし、まとめる。 復習:高齢期の栄養管理について整理し、理解する。	30 30
14	テーマ:創作料理(2) エネルギー及び栄養必要量を考慮して作成された献立を調理する。	講義・実習	予習:テーマの予習をし、試作をする。 復習:作成した献立の改善点を整理し、まとめる。	30 30
15	テーマ:総まとめ 創作料理の試作の振り返り(発表)を含め、これまでの、まとめを行い、本実習で修得した知識と技術を整理し確認する	講義・発表	復習:これまでの実習内容を整理し、まとめる。	30 30
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				

理解に必要な予備知識や技能	栄養素の役割を理解し、対象者の栄養状態を判定できる知識と併せて各疾患の栄養・食事療法を実践できる調理技術を必要とする
テキスト	「日本食品成分表 2017」(医歯薬出版), 1300 円 「日本人の食事摂取基準(2015 年版)」菱田 明、佐々木 敏 監修 (第一出版), 2700 円 栄養アセスメントキット(医科学出版社), 2200 円 「糖尿病食事療法のための食品交換表(第 7 版)」日本糖尿病学会編 (文光堂), 900 円 * 第 10 回と第 11 回の授業で使用します。
参考図書・教材／データベース・雑誌等の紹介	必要に応じて、パワーポイント、関連資料を配布する。
授業以外の学習方法・受講生へのメッセージ	日頃の食生活や身近な健康問題に常に興味を持ち、栄養学実習に結びつけるように心がけて下さい。各回のテーマについてはシラバスを参照にし、事前に配布された資料をよく読み予習をして下さい。また、演習、実習につきましてはサブノートを準備し、各回毎にまとめと復習をし次の実習に臨んで下さい。
達成度評価に関するコメント	試験、レポート、発表の内容については、授業の中で指示する。