授業科目	＊栄養学概説					実務家教員担当科目	-
単位	2	履修	必修	開講年次	1	開講時期	後期
担当教員	天本　理恵、木村　宏和						
授業概要	SDGs と食の関わりや日本食品標準成分表 2020 年版(八訂）の意義と用途について学習し、栄養士・管理栄養士として十分に活用できる能力を会得できるよう解説する（第 1 回～5 回）。さらに、「日本人の食事摂取基準 2020 年版」の策定方針、指標の目的と種類など、食事摂取基準の基本事項について概説する。また、食事摂取基準 2020 年版に収載されているエネルギーと 34 種類の栄養素について、それぞれの基準値を策定した際の科学的根拠を概説し、食事摂取基準の各指標の活用方法についても解説する（第 6 回～15 回）。2025 年 4 月より使用する日本人の食事摂取基準 2025 年版の概要も解説する。						
授業形態	講義				授業方法		

学生が達成すべき行動目標	
標準的レベル	【SDGs と食との関わり】 １．SDGs と食との関わりについて、具体的に説明できる（DP1-2）。 【日本食品標準成分表に関する項目】 1.　日本食品標準成分表の見方を説明できる（DP1-2、DP2-1）　。 2.　収載食品の特性、および、収載成分項目の意義を説明できる（DP1-2、DP2-1）。 3.　実践的な栄養価計算に活用できる（DP2-1）。 【日本人の食事摂取基準に関する項目】 1.「日本人の食事摂取基準 2020 年版」に定められている各指標の基本的考え方について理解できる(DP1-2、DP2-1、DP3-1）。 2. 食事摂取基準に定められているエネルギーと 34 の栄養素について、基準値設定の際の科学的根拠を理解することができる（DP1-2、DP2-1、DP3-1）。
理想的レベル	標準的レベルに加え、【SDGs と食との関わり】、【日本食品標準成分表に関する項目】、【日本人の食事摂取基準に関する項目】の全てを、与えられた対象者へ実践し活用できるだけの基本的な応用力を身につけることが出来る。

評価方法・評価割合		
評価方法	評価割合（数値）	備考
試験	95%	
小テスト	05%	
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		

カリキュラムマップ（該当 DP）・ナンバリング											
DP1	○	DP2	○	DP3	○	DP4	-	DP5	-	ナンバリング	NT11601J

学習課題（予習・復習）	１回の学習目安（時間）
予習：教科書や配付資料の次回講義内容に関するところを読んでおく。 復習：配布資料やノートを見直し、講義内容をまとめる。	4

授業計画	
第 1 回	【SDGs と食との関わり】食に関わる諸問題 SDGs と食との関わりについて解説する。 担当：木村宏和
第 2 回	【日本食品標準成分表に関する項目】日本食品標準成分表本表の概説（１） 歴史的な変遷過程、作成目的、構成、記載ルールの詳細、留意点を解説する。 担当：木村宏和
第 3 回	【日本食品標準成分表に関する項目】日本食品標準成分表本表の概説（２） 記載成分の特性と分析方法について解説する。 担当：木村宏和
第 4 回	【日本食品標準成分表に関する項目】別表のアミノ酸成分表・炭水化物表・脂肪酸成分表の概説 別表のアミノ酸成分表・炭水化物表・脂肪酸成分表について概説する。 担当：木村宏和
第 5 回	【日本食品標準成分表に関する項目】食品のエネルギーの算出方法、基本的な栄養価計算への活用方法の概説および計算演習 食品のエネルギーの算出や栄養価計算の概説およびそれらの計算演習 を実施する。 担当：木村宏和
第 6 回	【日本人の食事摂取基準に関する項目】「日本人の食事摂取基準 2020 年版」の特徴および各指標の基本的考え方 　歴史的変遷、食事摂取基準の法律上の位置づけ、食事摂取基準の指標の基本的な考え方について解説する。 担当：天本理恵
第 7 回	【日本人の食事摂取基準に関する項目】「日本人の食事摂取基準 2020 年版」の活用に関する基本的事項(1)　((2)は第 15 回の講義で行う。) 食事摂取基準の指標の基本的な考え方（第 6 回）の続きと、活用に関して注意すべき基本的事項を説明する。 担当：天本理恵
第 8 回	【日本人の食事摂取基準に関する項目】「日本人の食事摂取基準 2020 年版」エネルギーについて エネルギーの食事摂取基準について解説する。 担当：天本理恵
第 9 回	【日本人の食事摂取基準に関する項目】「日本人の食事摂取基準 2020 年版」たんぱく質、脂質、炭水化物、エネルギー産生栄養素について(1) たんぱく質および脂質の食事摂取基準について解説する。 担当：天本理恵
第 10 回	【日本人の食事摂取基準に関する項目】「日本人の食事摂取基準 2020 年版」たんぱく質、脂質、炭水化物、エネルギー産生栄養素について(2) 脂質、炭水化物、エネルギー産生栄養素の食事摂取基準について解説する。 担当：天本理恵
第 11 回	【日本人の食事摂取基準に関する項目】「日本人の食事摂取基準 2020 年版」　ビタミン（脂溶性ビタミン、水溶性ビタミン）について(1) 脂溶性ビタミンの食事摂取基準について解説する。

	担当：天本理恵
第 12 回	【日本人の食事摂取基準に関する項目】「日本人の食事摂取基準 2020 年版」　ビタミン（脂溶性ビタミン、水溶性ビタミン）について（2） 水溶性ビタミンの食事摂取基準について解説する。 担当：天本理恵
第 13 回	【日本人の食事摂取基準に関する項目】「日本人の食事摂取基準 2020 年版」　ミネラル（多量ミネラル、微量ミネラル）について(1) 多量ミネラルと微量ミネラルの食事摂取基準について解説する。 担当：天本理恵
第 14 回	【日本人の食事摂取基準に関する項目】「日本人の食事摂取基準 2020 年版」ミネラル（多量ミネラル、微量ミネラル）について(2) 微量ミネラルの食事摂取基準について解説する。 「日本人の食事摂取基準 2020 年版」の活用に関する基本的事項(2) 担当：天本理恵
第 15 回	【日本人の食事摂取基準に関する項目】「日本人の食事摂取基準 2020 年版」の活用に関する基本的事項(2) 食事摂取基準を対象者へ活用する。日本人の食事摂取基準 2025 年版の概要について解説する。 食事摂取基準についての「まとめ」をおこなう。 担当：天本理恵
テキスト	・　配布プリント（SDGs と食の関わり） ・「日本食品成分表 2020 年版(八訂）」（医歯薬出版株式会社） ・「日本人の食事摂取基準 2020 年版」　厚生労働省（第一出版） 電卓は常に持参するようにしてください。
参考図書・教材／データベース・雑誌等の紹介	・文部科学省の日本食品本表編成分表電子版 ・「栄養データ」はこう読む！」　佐々木　敏　著　（女子栄養学出版部） ・食事摂取基準　理論と活用　第２版（管理栄養士養成課程におけるモデルコアカリキュラム準拠第２巻）日本栄養改善学会監修　鈴木公、木戸康博　編　（医歯薬出版株式会社）
課題に対するフィードバックの方法	第 6 回の講義(食事摂取基準）から実施する毎回の小テスト（講義内容と予習・復習内容含む）は、講義時間の最後に実施し、解説し、提出する。小テストの返却は次講義時とする、小テストに書く質問等にも必ず回答する。また講義内容によっては課題を出す時もある。課題の模範解答は次の講義時に配付する予定である。
学生へのメッセージ・コメント	【理解に必要な予備知識や技能】日本食品標準成分表に関する講義では、食品学Ⅰで学んだ食品成分に関する知識が必要になります。　食事摂取基準に関する講義では、簡単な統計学に関する知識（「情報リテラシー」などで学んだ内容)と、同時開講されている生化学Ⅰおよび基礎栄養学Ⅰの栄養素に関する基礎的な知識が必要になります。

	【学生へのメッセージ】日本食品本表編成分表に関する知識は、栄養士・管理栄養士において必要不可欠なものであり、本講義で学ぶ食事摂取基準を理解するためにも必要であるので、単なる知識として終わらせることなく十分に会得して頂きたい。また、食事摂取基準に関する知識は、2年次以降の給食に関する講義・実習および基礎栄養学、応用栄養学、公衆栄養学、栄養教育論等多くの教科で活かす必要がある。この栄養学概論で修得した知識を栄養学科で学ぶ多くの教科に繋げて行けるように、わからない項目は、この後期のうちにマスター出来るようにして頂きたい。なお、試験の内容については、授業中に指示します。