

# 公衆衛生学

## 概要

公衆衛生学は、疾病を予防し健康を維持増進するための実践科学である。食は健康の礎であり、これに係る職種において公衆衛生学の知識は不可欠である。

本講座では、公衆衛生の歴史を踏まえてその理念を学習する。また、集団の健康を評価する方法として「保健統計」及び「疫学」を学ぶ。さらに公衆衛生活動の実際を、分野ごとに幅広く学んでいく。講義が主体であるが、毎回終わりに演習またはグループディスカッションを実施し理解を深める。

担当教員	長谷川美規
授業形態	講義
学期	前期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	90分×15回
単位数	2

## 目標

- ・公衆衛生学や健康・疾病について基本的理念を理解する。
- ・保健統計の代表的な指標を理解し、保健統計資料の内容を解釈できる。
- ・社会・環境が健康に及ぼす多様な影響を多面的にとらえ、説明するための科学的な考え方を身につける。

## 各回の内容

1. 社会と健康（公衆衛生学の概要）
2. 環境と健康
3. 健康・疾病・行動に関わる統計資料1（統計資料とは、人口統計）
4. 健康・疾病・行動に関わる統計資料2（統計指標、生命表など）
5. 健康状態・疾病の測定と評価1
6. 健康状態・疾病の測定と評価2
7. 健康状態・疾病の測定と評価3
8. 生活習慣（ライフスタイル）の現状と対策
9. 主要疾患の疫学と予防対策1（がん）
10. 主要疾患の疫学と予防対策2（循環器・代謝性疾患、骨・関節疾患）
11. 主要疾患の疫学と予防対策3（感染症、食中毒）
12. 保健・医療・福祉の制度1
13. 保健・医療・福祉の制度2
14. 保健・医療・福祉の制度3
15. 国際保健・まとめ
16. 試験

## 準備学習（予習・復習等）

- ・事前に該当する範囲のテキストを読み、疑問点を明確にして講義にのぞむこと。
- ・公衆衛生に関する日常の情報に関心を持ち、自分なりに考察しておく。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

最終試験80%、授業での演習および課題レポートの総合評価20%  
試験の解答は掲示する。

## 教科書

武山英麿・中谷弥栄子 著 『サクセス管理栄養士講座 社会・環境と健康[公衆衛生学][健康管理概論]』 第一出版

## 参考文献

授業で紹介

# 生化学

## 概要

栄養学の基礎である、各種栄養素について、個々の分子レベルでの構造と役割、生体内での代謝、および体全体の成長・発達や恒常性の維持における栄養素の相互作用について学ぶ。特に食物栄養と関連する、各種栄養素の消化、吸収、分布、貯蔵、代謝および排泄に関わる概念と用語を正確に理解する。

担当教員	畑 伸秀
授業形態	講義
学期	後期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	90分×15回
単位数	2

## 目標

人体が良好な栄養状態を維持するために必要な、たんぱく質、脂質、ミネラル、ビタミンなどの栄養素の種類、名称、分子構造とその基本的な役割について理解する。

主要栄養素の食物内での存在形態、接種後の消化・吸収、分布、貯蔵、代謝および排泄の流れを理解する。

体内でのエネルギー産生のしくみについて理解する。

体内の各種栄養素の相互作用とその調節のしくみについて、酵素、ホルモンなどの概念を含めて理解する。

遺伝子の発現から免疫に至る、生体の恒常性の維持のしくみについて理解する。

## 各回の内容

1. 人体の構成：細胞と身体構成成分
2. アミノ酸・たんぱく質の種類とはたらき
3. 糖質の種類とはたらき
4. 脂質の種類とはたらき
5. 核酸の種類とはたらき、遺伝情報の発現
6. 栄養と遺伝子、遺伝と多型
7. アミノ酸・たんぱく質の消化・吸収・代謝・排泄
8. 糖質の消化・吸収・代謝・排泄
9. 脂質の消化・吸収・代謝・排泄
10. 酵素
11. ホメオスタシスとホルモン(1)
12. ホメオスタシスとホルモン(2)
13. 生体エネルギーと代謝(1)
14. 生体エネルギーと代謝(2)
15. 免疫
16. 試験

## 準備学習（予習・復習等）

予習：次回内容（シラバス、または講師からの指示）について、教科書をあらかじめ読み、わからない用語について参考書やインターネットで調べておく。

復習：学んだ内容について、次の講義の時間の冒頭に小テストを行う（評価の対象となる）ので、講義の後に教科書やプリント、板書内容の重要部分を必ず復習しておく。また、小テストで間違えた箇所やわからなかった箇所は、都度正確を確認しておく。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

小テスト30%(小テストの解答は講義内で都度開設する)

試験70%(解答は掲示する)

## 教科書

教科書はなし。各回の授業でプリント・資料を配布する。

## 参考文献

津田謹輔、伏木亨、本田桂子監修、岡崎純・田中進編集『人体の構造と機能および疾病の成り立ち』生化学 中山書店 ISBN 978-4-521-74285-4

2016年11月 発行

その他、講義内で都度解説する

# 臨床栄養学

## 概要

病院における栄養士の役割は、近年ますます重要視されてきている。本講義は、それぞれの疾患の病因、診断、検査、病態、治療等について学び、病院における食事療法および栄養管理の方法について学ぶ。さらに入院患者の症例の考え方について学び、様々な症例における入院時栄養管理計画書の記入の仕方について学ぶ。

担当教員	齋藤 瑛介
授業形態	講義
学期	後期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	90分×15回
単位数	2

## 目標

病院における病態別の栄養管理の手法について理解する。 各疾患の症例を通して、入院時栄養管理計画書の作成について学ぶ。

## 各回の内容

1. 臨床栄養学の意義と医療制度
2. 病院における栄養ケア・マネジメントと栄養診断、栄養補給法
3. 消化器疾患患者の栄養管理
4. 術後の栄養管理
5. 症例：胃切除術後患者
6. 消化器疾患患者の栄養管理
7. 代謝性疾患患者の栄養管理（1）
8. 代謝性疾患患者の栄養管理（2）
9. 循環器疾患患者の栄養管理
10. 腎疾患患者の栄養管理
11. 透析患者の栄養管理
12. 呼吸器疾患患者の栄養管理
13. 症例：嚥下障害患者
14. 症例：褥瘡患者
15. 症例：緩和ケア・患者
16. 試験

## 準備学習（予習・復習等）

予習：教科書の指示されたところを事前に読んでくる。

復習：ノートテイクした内容と教科書を照らし合わせ、学習を深める。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

試験：50点、レポート：50点

## 教科書

佐藤和人他編『エッセンシャル臨床栄養学第8版』医歯薬出版

## 参考文献

医療情報科学研究所編『病気がみえる』シリーズ 消化器 循環器 糖尿病・代謝・内分泌 血液 免疫・膠原病・感染症  
腎・泌尿器, メディックメディア

# 解剖生理学

## 概要

解剖学とは人体解剖学のことをさし、ヒトのからだ（身体）のつくりや形について学ぶ学問である。また生理学とは生命現象を機能の面から学ぶ学問である。将来、栄養士または管理栄養士として活躍するために、食物が人体のどのような組織や器官で吸収されてそれがどのようにしてエネルギーとして働くかは健康を管理するものにとって必要な知識である。本科目ではこれらの基礎知識を習得する。

担当教員	内藤秀明
授業形態	講義
学期	前期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	90分×15回
単位数	2

## 目標

人体の構造を細胞から学び、主に骨格系・筋系・消化器系・循環器系の仕組みおよび各臓器についての働き・機能について習得し栄養士として必要な基礎知識を身につける。

## 各回の内容

1. 解剖生理学とは 人体の概要
2. 人体の構造（細胞と細胞内代謝）
3. 組織・器官
4. 皮膚と膜
5. 骨格
6. 筋
7. 消化器（口腔・食道）
8. 消化器（胃・小腸）
9. 消化器（肝臓・胆嚢・膵臓）
10. 消化器（栄養素の消化と吸収）
11. 消化器（大腸）
12. 循環（血液循環）
13. 循環（血管系・リンパ系）
14. 血液
15. 免疫
16. 試験

## 準備学習（予習・復習等）

授業時に配布する関連問題を解く。  
また、確認テストを通して基礎力を確かめる。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

最終試験80%、参加態度と確認テストを最終試験に加点20%  
(確認テストについては返却し、講義中に再度確認し正解をだす。)

## 教科書

浅野伍朗 監修 『からだのしくみ事典』成美堂出版 2002年

## 参考文献

『人体の構造と機能：解剖生理学』建帛社、『解剖生理学』メディカ出版  
『しくみと病気がわかる からだの事典』成美堂出版  
志村二三夫・石田均 編著 『カレント：人体の構造と機能及び疾病の成り立ち2』建帛社 2015年

# 解剖生理学

## 概要

解剖生理学 に続いて循環器、泌尿器、呼吸器、神経系、妊娠・出産にかかわる各器官の基本的な機能について学ぶ。特に肝機能、腎機能、糖代謝、低栄養について、全身の代謝調節や各臓器・ホルモンなどの関連性を理解する。

担当教員	畑 伸秀
授業形態	講義
学期	後期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養学専攻1年
時間数	90分×15回
単位数	2

## 目標

体内の主要器官の名称、体内の位置、構造および主な働きについて、正確な知識を持つ。  
特に、肝機能、腎機能、糖代謝、低栄養の全身とのかかわり、代謝調節について理解する。

## 各回の内容

1. 解剖生理学 の復習（体全体のしくみ、細胞）
2. 解剖生理学 の復習（消化器）
3. 心臓・血管の構造とはたらき
4. 血液とそのはたらき
5. 腎臓の構造とはたらき
6. 呼吸器の構造とはたらき
7. ホルモンとそのはたらき(1)
8. ホルモンとそのはたらき(2)
9. 神経系と構造とはたらき
10. 肝臓・腎臓の異常と全身への影響
11. 糖代謝の異常と全身への影響
12. 低栄養と全身への影響
13. 感覚器官
14. 妊娠・出産にかかわる機能
15. バイタルサインや臨床検査の意義
16. 試験

## 準備学習（予習・復習等）

予習：次回の講義内容（シラバスまたは講師の指示）について、教科書をあらかじめ読み、わからない用語などについては参考書やインターネットを用いるなどして調べておく。

復習：学んだ内容について、次の講義の時間の冒頭に小テストを行う（評価の対象となる）ので、講義の後に教科書やプリント、板書内容のポイント部分を必ず復習しておく。また小テストで間違えた箇所やわからなかった箇所は、都度正解を確認しておく。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

小テスト30%(小テストの解答は講義内で都度開設する)  
試験70%(解答は掲示する)

## 教科書

浅野伍朗 監修 からだのしくみ辞典 成美堂出版 ISBN:978-4-415-01903-1 2002年11月13日発行

## 参考文献

志村二三夫、岡純、山田和彦 解剖生理学ノート人体の構造と機能 改訂第2版 羊土社ISBN:978-4-7581-0885-0 2014年10月30日発行

# 食品学

## 概要

食事を構成する素材としての食品は、おいしさに関連するさまざまな要素を備えている。まず、食品自体がもつ性状および人体に対する食品のはたらきについて取り上げ、栄養素および非栄養素の栄養・嗜好・生理的な側面を学ぶ。そして、個別の食品の特性や機能について解説し、食品の成分や成分間の相互関係に発展させる。

担当教員	市川 優
授業形態	講義
学期	前期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	90分×16回
単位数	2

## 目標

調理加工、献立作成、食事調査などの実践の場で食品を基本的な構成単位として捉えられる。食品に関する正確でバランスのとれた知識を習得することで、健康で健全な食生活を営むことができる。正しい食知識は有益または過剰な食情報を取捨選択するときに活用できる。

## 各回の内容

1. 食品学概論: 人と食べ物、食品成分の基礎
2. 食品の成分 (1): 水分、炭水化物 (役割、単糖、オリゴ糖)
3. 食品の成分 (2): 炭水化物 (多糖、その他)
4. 食品の成分 (3): 脂質 (脂肪酸、単純/複合脂質、ステロール)
5. 食品の成分 (4): 脂質 (油脂の性質)、たんぱく質 (アミノ酸)
6. 食品の成分 (5): たんぱく質 (酵素、その他)
7. 食品の成分 (6): 脂溶性/水溶性ビタミン
8. 食品の成分 (7): 無機質、核酸
9. 味、香り、色の成分
10. 成分間の相互作用
11. 食品の物性とおいしさ、官能評価
12. 食品成分表
13. 食品学各論 (1)
14. 食品学各論 (2)
15. 食品学まとめ
16. 試験

## 準備学習 (予習・復習等)

予習: 各回授業の食品や食品成分について調理と理論や食品成分表で調べる。

復習: 各自復習および適宜、確認のためのミニテストを実施する。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

授業に取り組む姿勢20%

ミニテスト20%

最終テスト60%

## 教科書

水野祐士・喜多野宣子・近藤民恵 著「食べ物と健康」化学同人

## 参考文献

授業毎に適宜プリントを配布する。

山崎清子ら 著、同文書院、「NEW 調理と理論」

# 食品衛生学

## 概要

栄養・機能面がどんなに優れている食品でも、その安全性が保障されていないなければ意味がない。安全な食物・水の確保は生命の維持、健康の維持・増進のために必須である。食の安全性を確保するための基礎知識を身につけ、毎年国内外で発生する食品衛生問題について理解を深める。

担当教員	市川優
授業形態	講義
学期	後期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	90分×16回
単位数	2

## 目標

身近にあるさまざまな食品を介した健康被害に対する認識を深め、食の安全確保に有用な知識を習得する。

## 各回の内容

1. 食品衛生学概論
2. 食品衛生と法規
3. 食品と微生物
4. 食品の変質(1)
5. 食品の変質(2)
6. 食中毒(1)
7. 食中毒(2)
8. 食水系感染症
9. 食品中の有害物質
10. 食品添加物(1)
11. 食品添加物(2)
12. 食品衛生管理(1)
13. 食品衛生管理(2)
14. 器具と容器包装
15. 新しい食品の安全性問題
16. 試験

## 準備学習（予習・復習等）

予習：各回授業の食品の安全性に関する国内外のニュースを確認する。

復習：各自復習および適宜、確認のためのミニテストを実施する。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

授業に取り組む姿勢20%

ミニテスト20%

最終試験60%

## 教科書

川井英雄ら 編「著食べ物と健康：食品衛生学」建帛社

## 参考文献

授業毎に適宜プリントを配布する。

# 食品学実験

## 概要

食品学の講義で学習した内容を体験的にも学習し、食品に対する正しい認識をもつことに重点を置く。基礎的な実験操作に慣れるための試薬や機器の取り扱いからはじめ、基本的な測定原理を考えるトレーニングを行う。そして、身近な食品を題材に、どんな成分が含まれているか、含まれている成分は何か、どのくらい含まれているかを実験により学んでいく。

担当教員	市川 優
授業形態	実験
学期	後期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	135分×15回
単位数	1

## 目標

本実験をとおして、食品化学の知識を充実させ、化学実験の基礎技術を身につける。また、能率的な操作で精度のよい結果が得られるよう丁寧な実験を目指す。そして、実験の流れを記録し、実験結果から考えられることや見解を述べ、まとめて報告できる力を養う。

## 各回の内容

1. オリエンテーション、基礎実験
2. 基礎実験、水分の定量
3. 基本実験、粗灰分の定量
4. 有機酸の定量
5. ビタミンAの分離・同定
6. 油脂の性質試験
7. 鉄の定量
8. 還元糖の定量
9. カルシウムの定量
10. 油脂の品質試験
11. たんぱく質の定量
12. ビタミンCの定量
13. 食塩の定量
14. ポリフェノール類の定量
15. 食品学実験まとめ

## 準備学習（予習・復習等）

予習：各回授業の食品学の教科書および食品成分表などから、試料となる食品の特性や食品中の成分変化について確認しておく。

復習：各自復習および適宜、レポート作成課題を実施する。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

実験に取り組む姿勢20%

課題レポート30%

実験レポート50%

## 教科書

なし

授業毎にプリントを配布する。

## 参考文献

山崎清子ら 著、同文書院、「NEW 調理と理論」

水野祐士ら 著、化学同人、「食べ物と健康」（食品学の教科書）



# 基礎栄養学

## 概要

ヒトは食べることによって生命活動を営み、健康の保持・増進を図っている。基礎栄養学では、これらの営みの仕組みと内容を学ぶ。摂取した食品の栄養成分が生体内においてどのように吸収・消化・代謝され、臓器間の連携により栄養成分がバランスをとりながら相互に利用されているかを全体として捉え、理解する。

担当教員	畑 伸秀
授業形態	講義
学期	前期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	90分×15回
単位数	2

## 目標

栄養とは何か、その全体像と意義について理解し、健康の保持・増進、疾病の予防・治療における栄養の役割、栄養成分の代謝と生理的意義を理解することができ、栄養士としての専門知識を深めるための基礎を身につけることができる。

## 各回の内容

1. 栄養の概念とその歴史
2. 摂食行動
3. 消化・吸収と栄養素(1)
4. 消化・吸収と栄養素(2)
5. 化学の基礎確認
6. 糖質の栄養(1)
7. 糖質の栄養(2)
8. たんぱく質の栄養(1)
9. たんぱく質の栄養(2)
10. 脂質の栄養
11. ビタミンの栄養
12. 無機質の栄養
13. 五大栄養素のまとめ
14. 水・電解質の代謝
15. エネルギーの代謝
16. 試験

## 準備学習（予習・復習等）

予習：テキストの指定範囲を読み授業に備える。

復習：各授業内容で学んだことを復習することを基本とし、毎回、確認テストを実施する。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

小テスト20%、試験80%

## 教科書

友竹浩之他著『栄養学科シリーズNEXT 新・栄養学総論』講談社 ISBN 978-4-06-155390-3

## 参考文献

医療情報科学研究『病気が見えるvol.3第4版.糖尿病・代謝・内分泌』メディックメディア ISBN 978-4-89632-543-0  
渡辺昌『運動・からだ図解 栄養学の基本』マイナビ出版 ISBN 978-4-8399-5852-7

# 応用栄養学

## 概要

ヒトの一生は連続しているが、人生の時期や生活環境条件により食生活においても配慮する内容は異なる。そこで妊娠・授乳期、乳・幼児期、学童・思春期、成人期、更年期、高齢期等の各ライフステージ、ライフスタイルにおける身体の形態的・機能的な特性を理解し、それぞれの栄養状態や身体状況に応じた適切な栄養管理（マネジメント）について学ぶ。

担当教員	津田和加子
授業形態	講義
学期	後期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	90分 × 16回
単位数	2

## 目標

各ライフステージ、ライフスタイルに応じた栄養管理を行うための知識を習得することができる。

## 各回の内容

1. 栄養管理の考え方
2. エイジングとライフステージ
3. 食事摂取基準と食事バランスガイド
4. 母性栄養 妊娠時の栄養管理
5. 母性栄養 授乳期の栄養管理
6. 乳児期の栄養管理
7. 幼児期の栄養管理
8. 学童期の栄養管理
9. 思春期の栄養管理
10. 成人期の栄養管理
11. 更年期の栄養管理
12. 高齢期の栄養管理
13. ライフステージ別の栄養
14. スポーツと栄養
15. 環境と栄養
16. まとめ
17. 試験

# 応用栄養学

## 準備学習（予習・復習等）

予習：テキストの指定範囲を読み授業に備える。

復習：授業内容を各自復習することを基本とし、毎回、確認テストを実施する。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

小テスト20点 試験80%

## 教科書

宮澤節子他「新編 応用栄養学実習」学建書院

## 参考文献

辰巳芳子「あなたのために いのちを支えるスープ」文化出版局

宗像伸子「カラー版一品料理500選治療食への展開 第3版日本食品標準成分表2015(七訂)準拠」医歯薬出版

# 栄養指導論

## 概要

現在の日本における栄養・食糧・生活に関する問題について学ぶ。  
個人を対象とした栄養指導を行う際に、どのような知識とスキルが必要なのかを、事例とともに学ぶ。  
集団を対象とした栄養指導を行う際に、どのような知識とスキルが必要なのかを、模擬栄養指導演習とともに学ぶ。

担当教員	齋藤 瑛介
授業形態	講義
学期	前期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	90分×15回
単位数	2

## 目標

栄養指導を行うために必要な理論、技術、教育的手法に関する知識を習得することを目的とする。

栄養指導の目的と必要性、栄養士の役割を理解する。対象者の習慣的な食事状況を聞き取ることができる。対象者の習慣的な食事状況を評価することができる。対象者の習慣的な食事の改善点について検討できる。

## 各回の内容

1. 栄養教育の目的 日本と世界における食と健康の問題
2. 栄養指導の歴史 栄養指導のツール（食事バランスガイド）
3. 栄養評価のツール（日本人の食事摂取基準）
4. 栄養評価のツール（食事摂取状況調査）
5. 栄養評価のツール（24時間思い出し法）
6. 栄養ケアマネジメント・栄養ケアプロセス
7. 栄養指導における技術（行動科学の理論）
8. 肥満患者（減量のための）の栄養管理計画の立案
9. 高血圧患者（減塩のための）の栄養管理計画の立案
10. 摂食障害患者の栄養管理計画の立案
11. 栄養指導関係法規 集団栄養指導（健康な集団）プログラムの計画
12. 集団栄養指導（健康な集団）プログラムの準備
13. 集団栄養指導（健康な集団）プログラムの準備
14. 集団栄養指導（健康な集団）プログラムの実践・評価
15. 集団栄養指導（健康な集団）プログラムの実践・評価
16. 試験

## 準備学習（予習・復習等）

予習：授業で指示された範囲の教科書を読む。

復習：ノートテイクした箇所について、改めて教科書で確認する。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

試験：40点、事例レポート：30点（A：30点、B：20点、C：10点）、集団栄養指導発表：30点（A：30点、B：20点、C：10点）

## 教科書

辻とみ子・堀田千津子編『新版ヘルス21栄養教育・栄養指導論』医歯薬出版  
香川芳子監修『毎日の食事のカロリーガイド』女子栄養大学出版部  
松本仲子監修『調理のためのベーシックデータ第4版』女子栄養大学出版

## 参考文献

『栄養計算ソフトフーズサポーター付 新食品成分表』東京法令

# 給食管理論

## 概要

給食管理は特定給食施設における栄養士の業務を理解し、給食の運営で基本となる栄養・食事管理から給食運営のプロセス評価までの一連の業務を学ぶ科目である。

給食施設での給食運営に必要な利用者の身体状況、栄養状態、利用の状況等に応じた栄養計画や食材料管理、生産管理、品質管理、衛生管理等を具体的に学ぶ。

担当教員	土屋久美
授業形態	講義
学期	後期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	90分×16回
単位数	2

## 目標

特定給食施設における給食の意義や役割を理解し、給食運営に必要な「栄養・食事計画」及び「安全・衛生管理」の知識を習得する。

特定給食施設における給食の意義・役割を理解する。

食事摂取基準の活用及び給食の生産管理を理解する。

給食運営に関わる安全・衛生管理について理解する。

## 各回の内容

1. 給食の概念	健康増進法と給食施設の位置づけ
2. 給食の概念	給食を提供する施設と関連法規（医療施設）
3. 給食の概念	給食を提供する施設と関連法規（高齢者・介護福祉施設）
4. 給食の概念	給食を提供する施設と関連法規（児童福祉施設、学校等）
5. 栄養・食事管理	栄養アセスメントの基本 小テスト
6. 栄養・食事管理	日本人の食事摂取基準
7. 栄養・食事管理	給食施設における栄養・食事のアセスメント
8. 栄養・食事管理	栄養・食事計画の実施、評価、改善 小テスト
9. 給食の品質	品質管理の意義、献立や調理工程、作業工程の標準化
10. 給食の生産管理	給食の原価、食材料の流通・購入・管理方法
11. 給食の生産管理	調理工程・作業工程、大量調理の特性
12. 給食の安全・衛生	安全・衛生管理の意義と目的
13. 給食の安全・衛生	大量調理施設衛生管理マニュアル 小テスト
14. 給食の安全・衛生	給食施設における事故・災害時対策
15. 給食の施設・設備	施設・設備の基準と関連法規
16. まとめ	
17. 試験	

# 給食管理論

## 準備学習（予習・復習等）

テキストの指定範囲を読み授業に備える。小テストを3回実施するので、出題された内容を整理・理解し知識の定着を図ること。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

テスト70%、小テスト30%

## 教科書

芦川修貳・田中寛著『実力養成のための給食管理論』学建書院

## 参考文献

鈴木久乃共著『給食経営管理論』南江堂  
菱田明・佐々木敏監修『日本人の食事摂取基準2015版』

# 調理学

## 概要

食品を食品のままだけでなく、調理することによって料理となり、食事となる。おいしさのメカニズムを科学的に理解することで、おいしさを追求することができる。また調理が、衛生面で安全であることや、環境に配慮することができるかなどの視点を持つことの大切さにも触れる。また、食事は人間の持つ文化と深くかかわっていることから、日本はもとより、世界の食事形態と調理様式にも触れる。食材に含まれる成分の持つ、科学的特徴を生かし、欠点を補うことで、栄養的にも、消化吸収の面でも、考慮された料理につなげられる理論を学ぶ。

担当教員	津田和加子
授業形態	講義
学期	前期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	90×15回
単位数	2

## 目標

食品に調理という手法を加えることで、衛生的で、安全であること、また、食べやすさや消化しやすさを助け、栄養効果を高めたりするだけでなく、嗜好に合わせ、おいしさの追求につながっていく。これらの意義と食文化を理解した上で、各食品の調理操作、食品の調理性について科学的に学ぶ。たとえば、理論が分かれば電気炊飯器がなくても、ご飯を炊くことができる。また、調理は環境問題と深くかかわっており、地球資源的な食材、エネルギーや排水、ごみの処理にまで目を向けていく。これにより、実践の科目としての、調理実習や集団給食の基礎基本的な知識と理論を身につけることができる。

## 各回の内容

1. 調理学の意義 食べ物のおいしさ
2. 調理操作 非加熱操作
3. 調理操作 加熱操作
4. 食品の調理性 米
5. 食品の調理性 小麦
6. 食品の調理性 いも類、豆類
7. 食品の調理性 野菜類、果物類
8. 食品の調理性 種実類、海藻類、茸類
9. 食品の調理性 肉類
10. 食品の調理性 魚介類
11. 食品の調理性 卵、牛乳・乳製品
12. 食品の調理性 成分抽出素材
13. 食品の調理性 成分抽出素材
14. 調理の設備・器具・エネルギー源、調理環境
15. まとめ
16. 試験

## 準備学習（予習・復習等）

予習：テキストの指定範囲を読み授業に備える。

復習：テキストおよび配布されたプリントについて復習しておく。毎回、確認テストを実施する。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

課題および小テスト20%、試験80%

## 教科書

久木久美子ほか「はじめて学ぶ健康・栄養系教科書シリーズ10調理学 おいしく安全に調理を行うための科学の基礎」化学同人

## 参考文献

山崎清子他著「NEW 調理と理論」 同文書院（2014年）  
「新食品成分表」 東京法令出版

# 給食管理・学内実習

## 概要

給食が実際にどのような手順で作られ、法的な決まりのもと、衛生管理、品質管理がどのようになされているかを中心に大量調理の実習をおこなう。  
 一年次は、大量調理の視点から「給食の運営」について学ぶ。

担当教員	土屋久美
授業形態	実習
学期	後期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	45時間（5日間）
単位数	1

## 目標

学内の集団給食施設における実習を通して、給食管理とその運営に必要な知識と態度を身につける。「給食管理論」や「調理学実習」など基礎的、基本的知識、技術を活用して、自主的に給食サービスを実践することができる。

## 各回の内容

1. モデル献立1による学内実習及び班献立予定表の作成
2. モデル献立 による学内実習及び発注書、出庫伝票の作成
3. モデル献立 による学内実習及び作業工程表の作成
4. モデル献立 による学内実習及び掲示資料、アンケート作成
5. A1班献立による学内実習及び日誌、栄養出納表作成
6. B1班献立による学内実習及びアンケート集計
7. A2班献立による学内実習及び日誌、栄養出納表作成
8. B2班献立による学内実習及びアンケート集計

## 準備学習（予習・復習等）

テキストを読み、実習に備える

学内のカフェテリアの喫食者の基準に合わせた大量調理に向く献立を班ごとに考え、試作をする

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

実習態度および技術70%、提出書類および課題30%

## 教科書

桜の聖母短期大学生活科学科食物栄養専攻給食管理学内実習テキスト  
 芦川修 田中寛『実力養成のための給食管理論』  
 『新食品成分表』東京法令出版

## 参考文献

日本栄養改善学会監修 富田教代 神田知子 著『給食経営管理論実習』医歯薬出版株式会社



# 調理実習I

## 概要

食品材料の取り扱い、調理法の特徴、材料の標準的配合および調味パーセントなどを、理論と実践から学び、調理技術、料理を組み合わせたましい食事作りを修得する。

担当教員	土屋久美
授業形態	実習
学期	通年
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	135分×31回
単位数	2

## 目標

食品、調理方法の特徴を理解し、基礎調理技術を向上させ、栄養的・嗜好的に望ましい日常の食事を調えられるようにする。

## 各回の内容

1. 調理実習の意義・目的 調理器具の扱い方
2. 塩分濃度、調味料の計算方法、包丁の扱い方・切り方
3. 朝食献立1 (炊飯、だしのとり方)
4. 昼食献立 (丼物の料理の組み合わせ、和え物)
5. 夕食献立 (煮魚を主菜とした一汁三菜の献立、煮魚)
6. 基礎調理の確認とスチコンの活用
7. 朝食献立 (パンを主食とした献立、ドレッシングの基本)
8. 昼食献立 (主食・主菜を兼ねた料理を中心とした献立、ルウについて)
9. パテシェから学ぶ(斎藤隆一先生)
10. 夕食献立 (とんかつを主菜とした献立、油の特性)
11. 朝食献立 (中華粥を主食とした献立、中華の炒め物)
12. 昼食献立 (寿司を主食とした献立、締め卵)
13. 夕食献立 (焼き魚を主菜とした献立、焼き物)
14. 調理技術の確認とまとめ 調理方法の理解(課題の調理)調味パーセント、配膳位置
15. 和菓子の先生から学ぶ(菅野嘉春先生)
16. 夕食献立 (薄切り肉を主菜とした一汁三菜の献立、煮干しだし)
17. 朝食献立 (炊き込みごはんを主食とした献立、炊き込み)
18. 昼食献立 (おふかしを主食としたおもてなしの献立、もち米、寒天)
19. 夕食献立 (ひき肉を主菜とした献立、パイヨンのとり方)
20. 家庭料理技能講習 家庭料理技能検定に向けた調理技術の向上
21. 昼食献立 (パスタを主食とした献立、卵の調理性)
22. 夕食献立 (主菜と副菜を兼ねた煮物を中心とした献立、煮物、セ、ラチン)
23. 夕食献立 (什景留炒飯を中心とした中華の献立)
24. 家庭料理技能講習 家庭料理技能検定に向けた調理技術の向上
25. 行事食(クリスマス料理)
26. 行事食 (お節料理 ・祝い肴(3種)・口取り(2種)・焼き物・雑煮)
27. 創作料理 カフェテリア実習における献立作成、実習
28. 夕食献立 (ムニエルを主菜とした献立、小麦粉の調理性)
29. 夕食献立 (天ぷらを主菜とした献立、酢の物の調理性)
30. 調理技術の確認とまとめ 調理方法の理解(課題の調理)
31. 和食のマナー

# 調理実習I

## 準備学習（予習・復習等）

予習は、実習のレシピを読み調理工程を考えておく。  
復習は、実習の記録、まとめのレポートを作成し提出する。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

平常点50%、実習ノートの記録課題レポート30%、実習において実技テスト20%

## 教科書

## 参考文献

- 『新版 調理と理論』同文書院
- 『調理の基礎とサイエンス』学際企画

# 調理科学実験（官能評価を含む）

## 概要

担当教員	津田和加子
授業形態	実験
学期	前期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養1年
時間数	135分×15回
単位数	1

調理実習は調理学の理論的裏付けがあって上手に調理ができる。米や小麦粉、あるいは寒天などの凝固材料を使用してその理論的裏付けを実験的に検証することにより、調理実習における失敗の減少、材料損失の低減、調理技術の向上につなげていくことを学ぶ。また、官能評価の基本を理解し、おいしさを評価する手法を学ぶ。

## 目標

理論と技術や感覚を科学的に解明し、理解することができる。  
 実験レポートをまとめることにより、観察力や洞察力が習得することができる。  
 官能評価を学ぶことにより、おいしさを評価し、自分の味覚能力を高めることができる。

## 各回の内容

1. オリエンテーション・文献検索方法
2. 計量とpHの測定
3. 官能評価（1）五味の識別調査
4. 米（吸水・品質判定）
5. 小麦
6. でんぷんの種類と糊化特性
7. 野菜
8. 官能評価（2）だし汁（2点識別試験法）
9. 果物
10. 肉
11. 魚
12. 官能評価（3）飲料の嗜好調査（順位法）
13. 卵
14. フレンチドレッシング
15. 冷菓三種(ゼラチン・寒天・アガー)
16. 試験

## 準備学習（予習・復習等）

予習：プリントに目を通し、関連する実験項目の情報を収集しておく。  
 復習：実験レポートを提出する。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

実験レポート100%

## 教科書

予習：毎回実験プリントを事前に読んでおく。  
 復習：実験のレポートを提出する。

## 参考文献

山崎清子他「NEW調理と理論」同文書院

# 栄養士活動論

## 概要

栄養士の活動する職域は多岐にわたっており、医療施設、福祉施設、学校や行政分野、多くの事業所給食等において、給食管理や栄養管理にかかわっている。また、食品加工・製造分野においても専門知識や技術を発揮する機会が増えている。授業を通して、各分野における栄養士の活動を理解し、栄養士の職務内容と責務について学ぶ。商品開発などについても体験的に学ぶ。

担当教員	池田洋子
授業形態	講義
学期	後期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	90分×15回
単位数	2

## 目標

- 1 栄養士としての専門知識や技術を生かせる業種における職務内容や責務を学び、栄養士の専門性を理解できる。
- 2 商品開発などを体験し、栄養士として求められる資質の向上を図り、調理の知識や技術の応用力も習得できる。

## 各回の内容

1. 栄養士の役割
2. 福島県における有機農業の現状
3. 高齢者施設における栄養士活動
4. 商品開発マネジメント
5. 栄養と咀嚼
6. 商品開発演習
7. 商品開発演習
8. 福島県における果実農業の現状
9. 食文化伝承と栄養士活動
10. 地域における行政栄養士活動
11. 商品開発演習
12. 商品開発演習
13. 菓子製造における重要な要素
14. 提案報告会
15. 地域の栄養教育活動・まとめ

## 準備学習（予習・復習等）

予習：多岐にわたる職域での栄養士業務に関心を持ち、職域の違いで異なる栄養士業務を事前に調べておくこと。  
 復習：授業で学んだ内容を整理し、レポートにまとめる。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

授業・課題への取り組み20%、課題レポート80%

## 教科書

なし

## 参考文献

関連する授業科目の教科書を利用しながら、テーマ毎に授業の中で紹介する。

# 食生活論

## 概要

人間の食生活に関する生態・文化・歴史・食品・栄養の知識・消費経済について総合的に学習し、その基礎的知識を身に着ける。

担当教員	旗野梨恵子
授業形態	講義
学期	前期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	90分×15回
単位数	2

## 目標

人間が食べるという行動の意義を理解し、望ましい食生活はどうあるべきかを理解する。また、生活の中で食事が果たす役割を理解し、それを生活の中で実行することができるような力を培う。

## 各回の内容

1. 食べることの意義
2. 人類と食物
3. 日本と世界の食生活と歴史
4. 日本と世界の食文化と習慣
5. 日本の郷土食
6. 現代日本の食生活（食生活の変化）
7. 現代日本の食生活（環境と食）
8. 食生活と流通のしくみ
9. 食品産業
10. 食品と食品表示
11. 食品の安全性
12. 食情報
13. 日本型食生活
14. 食生活の未来
15. まとめ

## 準備学習（予習・復習等）

予習：身の回りの食品について普段から関心を持ち、自分や家族の食生活の内容や特徴をまとめておく。次回の講義内容（シラバスまたは講師の指示）について、あらかじめ参考書やインターネット等で基本事項を調べておく。課題のレポートやグループワークの主旨をよく理解し、十分な準備をする

復習：講義時に配布されたプリントや講義中のプレゼンテーションのポイントを、つど復習し、不明な用語や事項についてインターネットや参考書などで調べる。講義時に行われたミニテストなどについては、間違えた箇所を確認し、自分で調べておく。（正解や解説はその都度講師が実施する）

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。\*学則第24条

## 評価方法

振り返りテスト40%（次回の講義時にフィードバックする）  
レポート60%（返却については、別途掲示する）

## 教科書

なし  
都度プリントを配布する

## 参考文献

三訂フードコーディネーター論 建帛社  
食卓のコーディネーター基礎 フードデザイン研究会  
食生活論 光生館  
食育・食生活論 柴田書店



# 栄養教育論

## 概要

現代日本におけるさらなる高齢化に伴い、介護予防のための栄養教育の重要性は非常に大きくなってきている。本講義は、妊娠期・授乳期、幼児期、成人期、更年期、そして高齢期における健康栄養問題と疾患について理解し、症例を通して栄養管理計画について学ぶ。

担当教員	内藤秀明・齋藤瑛介
授業形態	講義
学期	後期
必修・選択の別	必修
対象学生	食物栄養専攻1年
時間数	90分×15回
単位数	2

## 目標

ライフステージ別の栄養の特徴について理解する。 症例を通して、栄養管理計画について学ぶ。 症例を通して、栄養指導内容の検討ができるようになる。

## 各回の内容

1. コミュニケーション手法(1)
2. コミュニケーション手法(2)
3. コミュニケーション手法(3)
4. コミュニケーション手法(4)
5. 妊娠・授乳期・乳児期の栄養
6. 妊産婦・授乳婦疾患
7. 妊娠期対象者の栄養管理計画の立案
8. 成人期・更年期の栄養
9. 特定保健指導対象者の栄養管理計画の立案
10. 貧血患者の栄養管理計画の立案
11. 高齢期の栄養
12. 高齢者疾患
13. 介護予防・栄養改善プログラム対象者の栄養管理計画の立案
14. 骨粗鬆症患者の栄養管理計画の立案
15. アスリートの栄養
16. 試験

## 準備学習(予習・復習等)

予習：教科書の指示されたところを事前に読んでくる。

復習：ノートテイクした内容と教科書を照らし合わせ、学習を深める。

短期大学設置基準では、1単位の授業科目を45時間の学修を必要とする内容をもって構成することが標準と定められております。本学では講義、演習については、原則として15時間の授業をもって1単位としています\*ので、1単位の講義、演習については、30時間、2単位の講義、演習については60時間の予習・復習が必要となります(実験・実習は除く)。 \*学則第24条

## 評価方法

試験：50点、レポート：50点

## 教科書

辻とみ子・堀田千津子編『新版ヘルス21栄養教育・栄養指導論』医歯薬出版  
佐藤和人他編『エッセンシャル臨床栄養学』医歯薬出版

## 参考文献