

2021年度 愛知学泉大学シラバス

シラバス番号	科目名	担当者名	実務経験のある教員による授業科目	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
221112054	基礎栄養学 I Basic Nutrition I	竹村 ひとみ		専門	2	必修	1後期

科目の概要

基礎栄養学は、管理栄養士に必要な疾病・疾病予防・食育に関する基礎知識・技能を身に付ける基盤となる科目である。摂取した栄養素が体内でどのように利用されているかを学ぶ。基礎栄養学 I では、栄養の基本的概念および意義、各栄養素の構造と機能、摂食調節のしくみ、各栄養素の消化・吸収、体内動態、代謝について学び、健康の保持・増進、生活習慣病の発症予防・重症化予防における栄養素の基礎的役割を理解する。特に、糖質、脂質の生理機能、体内代謝・調節機構、他の栄養素との関係について理解を深める。

学修内容	到達目標
① 栄養の基本的概念および意義について学修する。 ② 栄養素の構造と基本的機能について学修する。 ③ 摂食の調節機構について学修する。 ④ 摂取した食物中の栄養素が体内でどのように消化、吸収、代謝、排泄されるのかを学修する。 ⑤ エネルギー、栄養素の代謝とその生理的意義について学修する。	① 栄養の基本的概念および意義を説明することができる。 ② 栄養素の構造と基本的機能を説明することができる。 ③ 摂食の調節機構を説明することができる。 ④ 摂取した食物中の栄養素の消化、吸収、代謝、排泄の流れを説明することができる。 ⑤ エネルギー、栄養素の代謝とその生理的意義を説明することができる。

学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素	学生に求める社会人基礎力の能力要素の具体的行動事例
前に踏み出す力	主体性 学修内容を修得するため、自発的に予習に取り組むことができる。重要点や分からない点を抽出することができる。
	働きかけ力 学修内容を修得するため、予習に取り組むことができる。分からない点は、自ら調べることができる。
	実行力 学修内容の疑問点や自身に不足している点を抽出し、その内容を解決するための自己学修ができる。
考え抜く力	課題発見力 学修内容の疑問点や自身に不足している点を抽出し、その内容を解決するための自己学修ができる。
	計画力 学修内容を修得するため、予習に取り組むことができる。分からない点は、自ら調べることができる。
	創造力 今までの知識を活用しつつ、新たな知識の獲得のための自己学修ができる。
チームで働く力	発信力 自分の考えをまとめて発言することができる。分からないことや疑問に感じたことに対し、質問することができる。学修内容を分かりやすく整理しまとめることができる。
	傾聴力 他者の発言に耳を傾け、必要なことは必ずメモを取る。相手の意見や伝えたいことを引き出すことができる。
	柔軟性 学修内容を修得するため、予習に取り組むことができる。分からない点は、自ら調べることができる。
	状況把握力 学修内容を修得するため、予習に取り組むことができる。分からない点は、自ら調べることができる。
	規律性 無断欠席、遅刻、居眠り、私語など授業に支障をきたす行動をせず、ルールを守ることができる。提出物を期限までに提出できる。
	ストレスコントロール力 学修内容を修得するため、予習に取り組むことができる。分からない点は、自ら調べることができる。

テキスト及び参考文献

テキスト：健康・栄養科学シリーズ「基礎栄養学」（南江堂）
 その他：適宜プリントを配布する

他科目との関連、資格との関連

「基礎栄養学 I」は、学科専門科目の専門分野に位置する。「健康管理概論」「解剖生理学 I」「生化学 I」「食品学 I」「調理学実習 I」で獲得した知識・技能を活用する。また、その後に履修する「基礎栄養学 II」「食事摂取基準論」「応用栄養学 I」「食事設計演習」の基盤となる科目である。
 関連する資格は、栄養士、管理栄養士、食品衛生監視員、健康運動実践指導者、栄養教諭である。

学修上の助言	受講生とのルール
栄養学に関する基本的かつ幅広い知識を修得するために、関連科目のテキストを活用して欲しい。 専門科目を学ぶための基礎となる科目である。分からない箇所を残さないよう、毎回予復習するよう努める。	授業で配布する資料の予備は原則保管しない。自分できちんと管理すること。 Google classroomを活用し、資料の配付や課題の提出を行うこともある。 授業中の私語は慎み、意見交換などの場面では積極的に発言すること。 遅刻3回を欠席1回として扱う。

【評価方法】

評価対象	評価方法	評価の割合	到達目標	各評価方法、評価にあたって重視する観点、評価についてのコメント		
学修成果	学期末試験	75	①	✓	<ul style="list-style-type: none"> 到達目標に沿った基礎的知識が身に付いているか、内容が理解できているかを評価基準とする。 次の到達レベルをもって合格の基準とする。 S：栄養の基本的概念および意義、各栄養素の体内動態および役割について、重要な内容を全て理解し、適切な語句を用いて説明できる。 A：学修内容に関する重要な内容を80%以上理解している。 B：学修内容に関する重要な内容を70%以上理解している。 C：学修内容に関する基礎的な内容を理解している。 F：Cのレベルに達していない。 	
			②	✓		
			③	✓		
			④	✓		
			⑤	✓		
	平常評価	小テスト	15	①	✓	<ul style="list-style-type: none"> 毎授業で修得する基礎的知識について確認する。 授業で学修した内容を出題範囲とする。 全ての小テストの得点を評価対象とする。
				②	✓	
				③	✓	
				④	✓	
				⑤	✓	
		レポート	0	①		
				②		
				③		
				④		
				⑤		
		成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）	0	①		
				②		
				③		
				④		
				⑤		
学修行動	社会人基礎力（学修態度）	10	①	✓	<ul style="list-style-type: none"> (主体性) 予習により、学修内容の要点をまとめることができる。 (実行力) 予習により、学修内容の不明な点について調べることができる。 (課題発見力) 学修内容の疑問点や不足している点を抽出することができる。 (創造力) 学修した内容を基に、問題を作成できる。 (発信力) 学修内容を分かりやすく整理しまとめることができる。疑問点や質問に対して自分の考えを発信できる。 (傾聴力) 話す相手に意識を向け、必要なことはメモを取る。 (規律性) 提出物を期限までに提出できる。 	
			②	✓		
			③	✓		
			④	✓		
			⑤	✓		
総合評価割合		100				

【到達目標の基準】

到達レベルS(秀)及びA(優)の基準	到達レベルB(良)及びC(可)の基準
<p>S(秀)は、栄養の基本的概念および意義、各栄養素の体内動態および役割について、修得すべき内容を全て理解し、重要語句を使用して論理的に説明することができる。</p> <p>A(優)は、上記の項目について、修得すべき内容を全て理解し、適切な語句を使用して説明ができる。</p>	<p>栄養の基本的概念および意義、各栄養素の体内動態について、修得すべき内容をほぼ理解できている。栄養素の基礎的役割に関する重要語句の意味を理解し、語句を正しく使うことができる。</p>

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
1	栄養の概念 栄養と栄養学の定義、 栄養素の役割と食品 群、栄養学の歴史に関 わる人物と事柄につ いて学ぶ	講義 適宜ディスカッション を行う	栄養と栄養学の定義、 栄養素の歴史に関わる 人物と事柄を説明でき る	(予習) テキストp1- 16を読み、要点をまと める (復習) 栄養の定義、 栄養学の歴史について 整理する	180	主体性 実行力 課題発 見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
2	栄養素の構造と機能① タンパク質・糖質の種 類と特徴、構造と機能 について学ぶ	小テスト、解説 講義 適宜ディスカッション を行う	タンパク質・糖質の種 類と特徴、構造と機能 について説明できる	(予習) テキストp20- 28を読み、要点をまと める (復習) タンパク質、 糖質の構造・機能につ いて整理する	180	主体性 実行力 課題発 見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
3	栄養素の構造と機能② 脂質・ビタミン・ミネ ラルの種類と特徴、構 造と機能について学ぶ	小テスト、解説 講義 適宜ディスカッション を行う	脂質・ビタミン・ミネ ラルの種類と特徴、構 造と機能について説明 できる	(予習) テキストp28- 36を読み、要点をまと める (復習) 脂質の構造・ 機能について整理する	180	主体性 実行力 課題発 見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
4	摂食行動 空腹感と食欲、摂食の 調節機構について学ぶ	小テスト、解説 講義 適宜ディスカッション を行う	空腹感と食欲、摂食の 調節機構について説明 できる	(予習) テキストp53- 66を読み、要点をまと める (復習) 空腹感と食 欲、摂食の調節機構に ついて整理する	180	主体性 実行力 課題発 見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
5	消化と吸収① 消化器系の構造と機 能、消化のしくみにつ いて学ぶ	小テスト、解説 講義 適宜ディスカッション を行う	消化器系の構造と機 能、消化のしくみにつ いて説明できる	(予習) テキストp67- 73を読み、要点をまと める (復習) 消化器系の機 能、消化のしくみにつ いて整理する	180	主体性 実行力 課題発 見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
6	消化と吸収② 消化管ホルモンと消化 液の分泌調節、消化酵 素について学ぶ	小テスト、解説 講義 適宜ディスカッション を行う	消化管ホルモンと消化 液の分泌調節、消化酵 素について説明できる	(予習) テキストp74- 78を読み、要点をまと める (復習) 消化液の分泌 調節、消化酵素につい て整理する	180	主体性 実行力 課題発 見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
7	消化と吸収③ 膜消化と吸収の機構、 タンパク質と糖質の消 化吸収について学ぶ	小テスト、解説 講義 適宜ディスカッション を行う	膜消化と吸収の機構、 タンパク質と糖質の消 化吸収について説明で きる	(予習) テキストp78- 86を読み、要点をまと める (復習) タンパク質と 糖質の消化吸収につい て整理する	180	主体性 実行力 課題発 見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
8	消化と吸収④ 脂質の消化吸収、各栄 養素の体内動態につ いて学ぶ	小テスト、解説 講義 適宜ディスカッション を行う	脂質の消化吸収、各栄 養素の体内動態につ いて説明できる	(予習) テキストp86- 88, 93-94を読み、要点 をまとめる (復習) 脂質の消化吸 収について整理する	180	主体性 実行力 課題発 見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
9	糖質① 糖質の代謝、エネルギー産生系について学ぶ	小テスト、解説 講義 適宜ディスカッションを行う	糖質代謝、エネルギー産生系について説明できる	(予習) テキストp44-46, 48-49を読み、要点をまとめる (復習) 糖質の代謝、エネルギー産生系について整理する	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
10	糖質② 糖質の体内分布、臓器別糖質代謝について学ぶ	小テスト、解説 講義 適宜ディスカッションを行う	糖質の体内分布、臓器別糖質代謝について説明できる	(予習) テキストp126-132を読み、要点をまとめる (復習) 糖質の体内分布、臓器別代謝について整理する	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
11	糖質③ 血糖調節、ホルモンの働きについて学ぶ	小テスト、解説 講義 適宜ディスカッションを行う	血糖調節、ホルモンの働きについて説明できる	(予習) テキストp132-140を読み、要点をまとめる (復習) 血糖調節、ホルモンの働きについて整理する	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
12	糖質④ 難消化性糖質、食物繊維の挙動と生理効果について学ぶ	小テスト、解説 講義 適宜ディスカッションを行う	難消化性糖質、食物繊維の挙動と生理効果について説明できる	(予習) テキストp140-147を読み、要点をまとめる (復習) 難消化性糖質、食物繊維の挙動と生理効果について整理する	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
13	脂質① 脂質の体内代謝、脂質の臓器間輸送、リポタンパク質の役割について学ぶ	小テスト、解説 講義 適宜ディスカッションを行う	脂質の体内代謝、脂質の臓器間輸送、リポタンパク質の役割について説明できる	(予習) テキストp149-156を読み、要点をまとめる (復習) 脂質の体内代謝、臓器間輸送について整理する	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
14	脂質② 脂質の貯蔵、コレステロール代謝について学ぶ	小テスト、解説 講義 適宜ディスカッションを行う	臓器の役割、脂質の貯蔵、コレステロール代謝について説明できる	(予習) テキストp156-163を読み、要点をまとめる (復習) 脂質の貯蔵、コレステロール代謝について整理する	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
15	脂質③ 各種脂肪酸の分類、生理作用、他の栄養素との関連について学ぶ	小テスト、解説 講義 適宜ディスカッションを行う	各種脂肪酸の分類、生理作用、他の栄養素との関連について説明できる	(予習) テキストp163-169を読み、要点をまとめる (復習) 各種脂肪酸の分類、生理作用、他の栄養素との関連について整理する	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力