

2023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 |

科目的概要

基礎栄養学は、DP1に記載された建学の精神、社会人基礎力、pisa型学力を修得しつつ、DP2、DP3に記載された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、社会に貢献する管理栄養士になるための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理解し、説明することができる。 ② 栄養素の構造と基本的機能を理解し、説明することができる。 ③ 摂食の調節機構を理解し、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、排泄の流れを理解し、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理解し、個人および集団の健康維持・増進、疾病予防に活用・発展させることができる。 |

| 学生に發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。重要な点や分からぬ点を抽出することができる。 |
| | 働きかけ力 | |
| | 実行力 | 学修内容を修得するため、予習に取り組むことができる。分からぬ点は、自ら調べることができる。 |
| 考え方抜く力 | 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 | |
| | 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。分からぬ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 | |
| | 情況把握力 | |
| | 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 | |

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。必要に応じて外部webサービスを紹介する。

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」「食品化学 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、食品衛生管理者、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。分からぬ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 ✓ | ・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 ✓ | |
| | 小テスト | 15 | ① ✓ | ・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 ✓ | |
| | 平常評価 | 0 | ① | |
| | | | ② | |
| | | | ③ | |
| | | | ④ | |
| | | | ⑤ | |
| 学修行動 | 成果発表（プレゼンテーション・作品制作等） | 0 | ① | |
| | | | ② | |
| | | | ③ | |
| | | | ④ | |
| | | | ⑤ | |
| | 社会人基礎力（学修態度） | 10 | ① ✓ | (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。 |
| 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 |
|--|--|
| 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。 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。 | 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。 |

| 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、栄養学の歴史に関す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、栄養素の歴史に関する人物と事柄を説明できる | (予習) テキストp1-17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p21-25, 30-35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p25-30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p57-70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 | 消化と吸收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p71-78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 | 消化と吸收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p78-83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 | 消化と吸收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p83-92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 | 消化と吸收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p92-93, 99-100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 情況把握力 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p43-45, 50-53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p111-117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p118-125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p125-133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p135-143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p143-150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p150-157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 情況把握力 規律性 ストレスコントロール力