

2026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			2	必修	1後期

科目の概要

この科目は、管理栄養士に不可欠な専門的知識・技能を身に付け、人々の日常生活を健康の面から支援するため（DP3,4）の基盤となる科目である。そのために、社会的に自立して生きていく上で必要な一般的知識・技能を身に付け（DP2）、学修内容の理解・修得につなげる。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。

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、個人の健康維持、疾病予防に関する課題解決に繋げることができる。 ⑤ エネルギー、栄養素の代謝とその生理的意義を理解し、個人の健康維持、疾病予防に関する課題解決に繋げることができる。

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、テキストを活用して予習に取り組むことができる。重要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、テキストを活用して予習に取り組むことができる。分からない点を自ら調べることができる。
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	
	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	
	状況把握力	
	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、社会福祉主事である。

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。 授業内容に沿った課題（問題）に取り組み、内容の理解を深めるため、NotebookLMを活用する。	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の獲得、活用、課題解決に向けた提案ができるかを評価基準とする。 <pisa型学力の評価> 知識の獲得（到達目標①～⑤）40% 知識の活用（到達目標①～⑤）40% 獲得した知識を活用した課題解決（到達目標④⑤）20% 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の獲得について確認する。 授業で学修した内容を出題範囲とする。 全ての確認テストの得点を評価対象とする。 <pisa型学力の評価> 知識の獲得（到達目標①～⑤）60% 知識の活用（到達目標①～⑤）40%
				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、ペアワーク ディスカッション	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- 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	確認テスト、解説 講義、ペアワーク ディスカッション	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	確認テスト、解説、 フィードバック 講義、ペアワーク ディスカッション	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	確認テスト、解説、 フィードバック 講義、ペアワーク ディスカッション	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	消化と吸収① 消化器系の構造と機 能、消化のしくみにつ いて学ぶ	確認テスト、解説、 フィードバック 講義、ペアワーク ディスカッション	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	確認テスト、解説、 フィードバック 講義、ペアワーク ディスカッション	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	確認テスト、解説、 フィードバック 講義、ペアワーク ディスカッション	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	消化と吸収④ 脂質の消化吸収、各栄 養素の体内動態につい て学ぶ	確認テスト、解説、 フィードバック 講義、ペアワーク ディスカッション	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 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	確認テスト、解説、フィードバック 講義、ペアワーク ディスカッション	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	確認テスト、解説、フィードバック 講義、ペアワーク ディスカッション	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	確認テスト、解説、フィードバック 講義、ペアワーク ディスカッション	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	確認テスト、解説、フィードバック 講義、ペアワーク ディスカッション	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	確認テスト、解説、フィードバック 講義、ペアワーク ディスカッション	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	確認テスト、解説、フィードバック 講義、ペアワーク ディスカッション	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	確認テスト、解説、フィードバック 講義、ペアワーク ディスカッション	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 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力