

Minami Kyushu University Syllabus

シラバス年度	2023年度	開講キャンパス	宮崎キャンパス	開設学科	管理栄養学科				
科目名称	からだと栄養 I					授業形態	講義		
科目コード	307600	単位数	2単位	配当学年	1	実務経験教員		アクティブラーニング	○
担当教員名	川北 久美子							ICT活用	○
授業概要	<p>栄養の概念や生命の基本単位である細胞の成り立ちを理解するために、タンパク質、糖質、脂質、ビタミン、ミネラルなどの栄養素の構造や特徴、身体における生理機能を習得し、過剰摂取や欠乏状態による身体への影響について学ぶ。</p> <p>食事の意義や栄養とは、健康とは、また栄養素の摂取と疾病では特に生活習慣病と関連の深いエネルギー・栄養素との関連について考える。</p>								
関連する科目	<p>同時期にからだと疾病 I、食品学 I を受講することが望ましい。履修後は生化学 I II、からだと疾病 II を受講し理解を深めることが望ましい。</p>								
授業の方法と進め方	<p>教科書やプリント教材あるいは配布資料をもとに事前に自学自習を行う。授業ではわからなかった点を共有し、教員に質問する。確認テストを行い、答えを共有し疑問点などを確認する。教員から解答を全員に提示し、ポイントの補足説明などを行う。次回復習テストまでに知識を整理する。また書きこみ式のプリント教材を配布する。国家試験に出題される点を強調しながら埋めていき教科書を理解していく。理解しがたい内容に関しては、まず自身で教科書を読み、プリント教材に図式化する。その際に質疑応答しながら図式を完成し、理解を深める。また項目ごとに関連する一問一答問題あるいは国家試験問題を提示し、授業内容とリンクさせ、学んだことがどのように出題されるかを説明する。</p>								
授業計画【第1回】	<p>栄養の概念について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事の意義や栄養について、健康とはどういう状態かについて学ぶ。 								
授業計画【第2回】	<p>細胞、臓器の機能</p> <ul style="list-style-type: none"> ・人体を構成する単位や細胞・組織について学ぶ。 								
授業計画【第3回】	<p>酵素</p> <ul style="list-style-type: none"> ・酵素の分類や性質、代謝制御について学ぶ。 								
授業計画【第4回】	<p>生体エネルギーと代謝マップ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生体のエネルギー源と代謝について学ぶ。 ・代表的な物質の構造を書き、覚え、物質の変化をイメージしながら知識の定着をはかる。 								
授業計画【第5回】	<p>タンパク質とアミノ酸①</p> <ul style="list-style-type: none"> ・アミノ酸の構造・種類・性質について学ぶ。 								
授業計画【第6回】	<p>タンパク質とアミノ酸②</p> <ul style="list-style-type: none"> ・タンパク質の分類・構造・性質について学ぶ。 								
授業計画【第7回】	<p>糖質①</p> <ul style="list-style-type: none"> ・糖質の分類、単糖類と二糖類の種類や構造、特徴について学ぶ。 								
授業計画【第8回】	<p>糖質②</p> <ul style="list-style-type: none"> ・多糖類と誘導糖の種類や構造、特徴について学ぶ。 								
授業計画【第9回】	<p>脂質①</p> <ul style="list-style-type: none"> ・脂質の種類や単純脂質、特に脂肪酸、中性脂肪の構造と特徴について学ぶ。 								
授業計画【第10回】	<p>脂質②</p> <ul style="list-style-type: none"> ・複合脂質、誘導脂質、特にリン脂質やコレステロールの構造と特徴について学ぶ。 								
授業計画【第11回】	<p>ビタミン① 脂溶性ビタミンの栄養</p> <ul style="list-style-type: none"> ・脂溶性ビタミンの構造・種類・機能・生理作用・欠過剰症について学ぶ。 								

授業計画 【第12回】	<p>ビタミン② 水溶性ビタミンの栄養</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水溶性ビタミンの構造・種類・機能・生理作用・欠過剰症について学ぶ。
授業計画 【第13回】	<p>ミネラル① 多量ミネラルの栄養</p> <ul style="list-style-type: none"> ・多量ミネラルの種類や機能、欠過剰症について学ぶ。
授業計画 【第14回】	<p>ミネラル② 微量ミネラルの栄養</p> <ul style="list-style-type: none"> ・微量ミネラルの種類や機能、欠過剰症について学ぶ。
授業計画 【第15回】	<p>栄養素の摂取と疾病</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特に生活習慣病と関係の深いエネルギー・栄養素との関連について学ぶ。
授業の到達目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 細胞と細胞の構造と機能を説明できるようになる。【知識、理解の育成】 2. 酵素の役割やATPが生成される代謝の流れを理解する。栄養素の種類や機能を知り、体内での栄養素の相互関係や働きについて全体像を理解する。 【知識、理解の育成】 3. 栄養素の摂取量や摂取方法によって、どのような影響をうけるかについて理解する。【汎用的技能の育成】
学位授与の方針 (DP)との関連	<ol style="list-style-type: none"> 1. 知識・理解を応用し活用する能力-(1) / 2. 汎用的技能を応用し活用する能力-(1)
授業時間外の学習 【予習】	<p>教科書やプリント教材あるいは配布資料をもとに事前に自学自習を行う。(約1時間)</p>
授業時間外の学習 【復習】	<p>復習テストを行うので、確認テストから生じた疑問点など知識を整理しておくこと。(約1時間)</p>
課題に対する フィードバック	<p>小テストについては毎回答え合わせをする。チェック後返却する。 定期試験は試験前後に必要な事項の解説および質疑応答をする。試験に対する質問には個別でも対応する。</p>
評価方法・基準	<p>復習テスト(10点)、課題提出(10点)、定期試験(80点)</p>
テキスト	<p>生化学・基礎栄養学 第3版 池田彩子他 編著(朝倉書店) 栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学 第4版 田地陽一 編 (羊土社)</p>
参考書	<p>人体の構造と機能 第5版 内田さえ他 編 (医歯薬出版株式会社) 管理栄養士をめざす人のいちばんやさしい代謝ドリル 西村直道著 (講談社) 栄養科学イラストレイテッド 生化学 菌田勝 編 (羊土社) 栄養学の基本 人体の理解と栄養学の基礎 南久則 編 (医歯薬出版株式会社) 必要に応じて資料を配布する</p>