

# Minami Kyushu University Syllabus

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	食事計画論実習 I						授業形態	実習	
科目コード	309704	単位数	1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	木村 志緒							ICT活 用	○
授業概要	<p>本授業では、対象者の食事計画を行うにあたって、管理栄養士として必要な基本的知識および技術を身につけることを目的とする。まずは、20歳代の食生活の課題を理解したうえで、下記の事柄を学習する。</p> <p>(1) 主食・主菜・副菜がそろっている食事を栄養士の視点で評価するために食事バランスガイドを理解する。                      (2) 食事バランスガイドにおいてより正確に評価できるように栄養計算方法を理解する。                      (3) 自身の食事だけでなく、他者の食事を評価するために、見た目で食品重量を正確に予測できるようになることを目指す。                      (4) 日本人や宮崎県民が食塩を摂りすぎていることや、若年世代における減塩の必要性を理解する。                      (5) PDCAサイクルを活用して、食生活における具体的な改善の提案を試みる。                      (6) 食事バランスガイド等について、国試形式の問題に取り組む。</p>								
関連する科目	同時期に、調理学、食品学 I を受講しておくことが望ましい。 履修後は、食事計画論実習 II を受講することが望ましい。								
授業の方法と進め方	実習書に記載された事項にそって進める。								
授業計画【第1回】	オリエンテーション : 本授業の概要説明、20歳代の食生活の課題を理解する。								
授業計画【第2回】	食事バランスガイドの理解 : 主食・主菜・副菜がそろっている食事を栄養士の視点で評価するために食事バランスガイドを理解する。								
授業計画【第3回】	栄養計算方法の理解 : 食事バランスガイドにおいてより正確に評価できるように栄養計算方法を理解する。								
授業計画【第4回】	食品の重量(1) : 他者の食事を評価するために、見た目で食品重量を正確に予測できるようになることを目指す(主食など)。								
授業計画【第5回】	食品の重量(2) : 他者の食事を評価するために、見た目で食品重量を正確に予測できるようになることを目指す(副菜など)。								
授業計画【第6回】	食品の重量(3) : 他者の食事を評価するために、見た目で食品重量を正確に予測できるようになることを目指す(主菜など)。								
授業計画【第7回】	減塩の必要性(1) : 日本人や宮崎県民が食塩を摂りすぎていることや、若年世代における減塩の必要性を理解する。								
授業計画【第8回】	減塩の必要性(2) : 減塩パン試食、減塩カレー調理・試食を体験する。								
授業計画【第9回】	食生活における具体的な提案(1) : 20歳代の食生活の課題を解決するためのプランなどを班で話し合う(PDCAのP)。								
授業計画【第10回】	食生活における具体的な提案(2) : 発注票作成や役割分担決めを中心に行う(PDCAのPのつづき)。								
授業計画【第11回】	食生活における具体的な提案(3) : 調理実習を中心に行う(PDCAのD)。								

授業計画 【第12回】	食生活における具体的な提案(4) : 提出資料を作成し、実習を通して感じたこと等を記載する (PDCAのCA)。
授業計画 【第13回】	食生活における具体的な提案(5) : さらなる改善プランまたは別の改善プランを個別で考案する (PDCAのP)。 (フードモデルなどの活用を含む)
授業計画 【第14回】	国試形式問題への取り組み(1) : 食事バランスガイド等に関する国試問題に取り組む。
授業計画 【第15回】	国試形式問題への取り組み(2) : 食事バランスガイド等に関する模試問題に取り組む。
授業の到達目標	(1)下記の事柄に関する知識や技術を習得することを目標とする。 【知識・理解を応用し活用する能力】 ①食事バランスガイド ②栄養計算方法 ③食品重量予測 ④減塩の必要性 ⑤食生活における具体的な改善提案
学位授与の方針 (DP)との関連	1. 知識・理解を応用し活用する能力-(1) / 3. 人間力、社会性、国際性の涵養-(2)
授業時間外の学習 【予習】	<学習時間：30分程度> ①実習書を一読する ②事前に取り組めるPC操作などがあれば実践してみて疑問点などを明らかにしておく。
授業時間外の学習 【復習】	<学習時間：1時間程度> 指示されたレポート作成等に取り組む。
課題に対する フィードバック	・ 模範回答例を提示する。 ・ 国試形式問題の解説を提示する。
評価方法・基準	以下の項目について総合的かつ相対的に評価する。 1) 提出物：約7割 2) 取り組み姿勢：約3割
テキスト	・ 実習書を配布する。
参考書	・ 食品成分表