

# 出張講義お申込み

下に必須事項をご記入のうえ、南九州大学入試広報課 FAX0985-83-3436 にご返信ください。  
講座担当者と調整後、折り返しお電話でご連絡致します。

申込日： 年 月 日

高校名			
ご担当者	所属役職	氏名	ふりがな
	TEL		FAX
連絡先	E-mail		
□申込み(1) 又は □第1希望 講義No. <input type="text"/>	希望日	年 月 日( 曜日)	
	希望時間・コマ数	時 分 ~ 時 分( コマ)	
	受講人数	学年 人 ・ 未定	
□申込み(2) 又は □第2希望 講義No. <input type="text"/>	希望日	年 月 日( 曜日)	
	希望時間・コマ数	時 分 ~ 時 分( コマ)	
	受講人数	学年 人 ・ 未定	
□申込み(3) 又は □第3希望 講義No. <input type="text"/>	希望日	年 月 日( 曜日)	
	希望時間・コマ数	時 分 ~ 時 分( コマ)	
	受講人数	学年 人 ・ 未定	
通信欄	※出張講義へのご要望等をご記入ください。		

こちらからお申込みいただけます



【お問い合わせ】〒880-0032 宮崎県宮崎市霧島 5-1-2  
フリーダイヤル 0120-3739-20  
E-mail koho@nankyudai.ac.jp

高校生の皆さんに当学科の教育の一端に触れていただき、ぜひ探求学習のヒントにご活用ください。

下記の要領で出張授業を実施いたします。学科教員が御校へ出向いて分かりやすく講義いたしますので、ぜひご利用くださいますようお願い申し上げます。費用は必要ございませんので、お気軽にお申し付け下さい。講義内容や時間など、ご相談にも応じますのでお問い合わせください。

お申し込みやお問い合わせは、お電話、メール、または FAX 申込書をご利用下さい。HP からもお申し込みできます。

## 1 食べ物と健康との関わり～食べ物大切さについて～

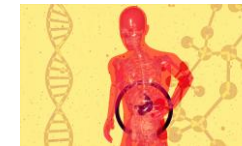
食品学研究室 竹之山 慎一 教授



食べ物に含まれる栄養素について、私たちが日々食べている身近な食べ物を例に取り上げながら、「食べる」ということを健康・栄養の面からお話します。

## 2 メタボとロコモって？なに？予防の食生活

臨床栄養学研究室 村上 真珠美 准教授



過剰栄養でメタボリックシンドローム、対極的な低栄養でのロコモティブシンドロームについて、その予防法の食生活についてお話します。

## 3 栄養に関する基礎知識

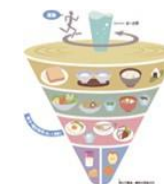
基礎栄養学研究室 川北 久美子 教授



私達はみんな食べ物を食べて生きています。食べ物にはどんな栄養素が含まれているのか、食べたものが身体の中でどのように変化して利用されるのか、わかりやすくお話します。また食べるときにどんなことに気を付ければよいかなどもお話していきます。

## 4 やさしい実験で学ぶ食と健康

応用栄養学研究室 出口 佳奈絵 講師



食べ物の栄養も大切ですが、食べた後の効果を健康的に高めることが重要です。野菜や果物のアンチエイジング効果を、簡単な実験で確かめます。

## 5 健やかな食の発見

応用栄養学研究室 出口 佳奈絵 講師



おいしい食事は、健康の基盤です。身近な食材の”長所”と”短所”を知り、世代に応じた食生活の知識をアップデートします。

## 6 生活習慣病予防と時間栄養学

応用栄養学研究室 出口 佳奈絵 講師



時間栄養学には健康的な食生活を送るヒントが潜んでいます。これまでの科学的健康情報に基づき、からだのリズムに合わせて「いつ食べるか」について解説します。

## 7 給食施設での管理栄養士・栄養士のお仕事



給食経営管理研究室 棚町 祥子 講師

管理栄養士・栄養士の基本的な業務のひとつに、「給食を継続して安全に提供する」ことが挙げられます。給食施設はどのような施設にあるのか、また調理機器や給食施設内の特徴、近年の給食業務の特徴について紹介します。実習では給食を提供するために必要な食材の発注・納品の方法など、業務の一部を行います。

## 8 地域連携でお店と健康づくり



公衆栄養学研究室 長友 多恵子 准教授

産官学で様々な健康づくりの取り組みが行われています。それらを効果的に行うためには、単独で働きかけるのではなく連携することがとても大切です。この講義では、南九州大学管理栄養学科の学生が関わった地域連携事業の一部について紹介していきます

## 9 低糖質スイーツって甘くないの？



公衆栄養学研究室 長友 多恵子 准教授

スーパーやコンビニでも買えるようになった「低糖質スイーツ」について、県内の販売状況や選び方等を説明します。また、低糖質の材料や自分で手作りする方法についても紹介します。

## 10 アンケート調査でわかること～エクセルのグラフ作成で改善点を見つけよう～



健康教育論研究室 木村 志緒 准教授

アンケート調査は、いろんな場面で課題などを発見するために用いられています。この講座では、あるイベントで提供した料理等に関するアンケート仮想データ(を使って「次の機会も利用したい」という方を増やすために、どのような改善を行っていったらよいかについて、エクセルで集計して平均値や中央値を出したり、グラフを作成することによって探っていきます。

※講座実施にはエクセルが使えるPCが必要です。

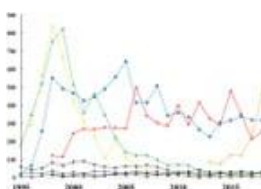
## 11 酵素のチカラを知る



生化学研究室 生地 暢 教授

食品に含まれている栄養素がどのように消化されていくのかを簡単な実験を実施して、消化分解酵素の働きを観察・解説します。

## 12 食中毒について知る



生化学研究室 生地 暢 教授

食の「安心」「安全」を知る上で、「食中毒」について解説します。「食中毒」とひと口に言っても、自然毒、化学物質、アレルギー、寄生虫、ウイルス、細菌等様々です。特に水産物由来の食中毒、その予防・防除法について紹介します。

## 13 海の環境を考えてみよう



生化学研究室 生地 暢 教授

「里海」について解説します。この海域を環境保全・回復のための取り組みを紹介します。地球温暖化・マイクロプラスチックゴミ等の問題にも触れます。

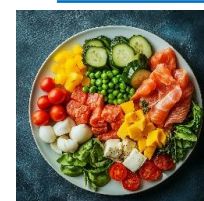
## 14 『食事の適量ってどのくらい？』



調理学研究室 田中 貴絵 講師

健康なからだをつくるために、どのような食品をどれだけ食べればよいのか、具体的な献立をたてながら考えます。

## 15 管理栄養士・栄養学の世界 –食と健康のプロになる–



栄養教育研究室 原口 直樹 講師

大学進学や職業としての病院、学校、トップアスリート支援など幅広い管理栄養士の活躍フィールドを紹介します。栄養教育の行動技法を用いてのクラスメイト、仲間間の声掛けも解説します。

## 16 スポーツと食事 –高校生アスリートの栄養戦略–



栄養教育研究室 原口 直樹 講師

部活生が多い高校生に向け、試合前後の食事、補食の工夫、水分補給などを紹介します。栄養教育の行動技法を用いてのクラスメイト、仲間間の声掛けも解説します。

## 17 10年後の自分のための食習慣



栄養教育研究室 原口 直樹 講師

若い時期の食生活が将来の健康にどう影響するかを、糖尿病や生活習慣病予防の観点で解説します。

## 18 スポーツと栄養



臨床栄養学研究室Ⅱ 竹元 朋子 准教授

故障しない身体づくりや健康的な生活を送るうえで栄養に関する事をプロ野球球団管理栄養士の経験を含めてお話します。

## 19 臨床現場での栄養指導



臨床栄養学研究室Ⅱ 竹元 朋子 准教授

がん、肝臓疾患、摂食・嚥下障害など、様々な疾患に対応する個々の合わせた臨床現場での栄養指導について、病院栄養士の経験を含めお話します。

## 20 臨床栄養分野の食品開発



臨床栄養学研究室Ⅱ 竹元 朋子 准教授

臨床栄養では様々な疾患に対する食事制限。食欲不振、低栄養等、対応しなければならない課題が多々あります。臨床分野での商品開発についてお話します。