

Minami Kyushu University Syllabus

シラバス年度	2026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	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。 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。									
関連する科目	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ⅠⅡ、からだと疾病Ⅱを受講し理解を深めることが望ましい。									
授業の進め方 と方法	教科書や配布プリント教材で事前に自学自習を行う。授業でわからなかった点は、教員に質問する。次回復習テストまでに知識を整理する。復習テスト後は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。各自疑問点などを確認する。 書きこみ式のプリント教材を活用して、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ついては、質疑応答しながら完成させ、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確認する。 Google フォームなどのICTも活用して進める。また授業プリントや演習問題のフィードバックは、ユニパのクラスプロフィール上で行う。									
授業計画 【第1回】	私たちのからだと健康について ・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】	細胞からヒトへ① ・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】	細胞からヒトへ② ・遺伝情報と細胞分裂について学ぶ。									
授業計画 【第4回】	酵素 ・酵素の分類や性質、代謝制御について学ぶ。									
授業計画 【第5回】	生体エネルギーと代謝マップ ・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6回】	ホルモン ・ホルモンの種類や働きについて学ぶ。									
授業計画 【第7回】	タンパク質とアミノ酸 ・アミノ酸の構造・種類・性質について学ぶ。 ・タンパク質の分類・構造・性質 について学ぶ。									
授業計画 【第8回】	糖質 ・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。 ・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】	脂質① ・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】	脂質② ・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】	ビタミン① 脂溶性ビタミンの栄養 ・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】	ビタミン② 水溶性ビタミンの栄養 ・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】	ミネラル① 多量ミネラルの栄養 ・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】	ミネラル② 微量ミネラルの栄養 ・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】	栄養素の摂取と疾病 ・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	1. 細胞と細胞の構造と機能、遺伝のしくみ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。ホルモンの種類や働きについて理解する。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	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)
授業時間外学習【予習】	予習課題を事前に与えるので、各自Formにアクセスして回答する、もしくは配布プリントに教科書を見ながら書き込みをする。(約1時間)
授業時間外学習【復習】	復習テストを行うので、授業の復習をしておくこと。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)
課題に対する フィードバック	予習課題については取り組みを授業前にチェックする。 復習テストについては都度授業内で答え合わせをする。チェック後返却する。解答はユニパにアップロードする。 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。
評価方法・基準	復習テスト(10点) 予習課題の取り組み、提出物(10点) 定期試験(80点)
テキスト	生化学・基礎栄養学 第3版 池田彩子他 編著(朝倉書店) 生体のしくみ 標準テキスト第3版 新しい解剖生理 高松研、堀内ふき監修(医学映像教育センター)
参考書	人体の構造と機能 第6版 上田晃他 著 (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) 必要に応じて資料を配布する。
備考	