

栄養学・栄養指導

《担当者名》 歯学部教授 / 荒川 俊哉
リハビリテーション科学部准教授 / 澤田 篤史

【概要】

日本人の食生活は、社会の状況に極めて敏感に反応し、大きな影響を受けながら変化している。食生活を構成する多様な要素と問題点を理解し、食生活の改善について考察する。様々な食品に含まれる栄養素を理解すると共に、食品のう食誘発性について考える。幼児、高齢者、障害者を含む多様な人々の実際の食生活を把握し、正しい食生活を身に付け、充実した食生活を送れるよう、生活援助の基礎的な知識と方法を学ぶ。

【学修目標】

栄養指導を学ぶ目的は、歯科衛生士としての診療活動の中で、食生活の改善を必要とする患者に対して、的確で筋道の通った指導ができるようになることである。この目標に到達する第一段階として、各栄養素の性質や働きを理解し、栄養指導の基礎を形成する。

【学修内容】

回	テーマ	授業内容および学修課題	担当者
1	栄養の役割	栄養の役割を説明できる。 日本人の栄養摂取状況を説明できる。 「栄養と代謝」 P.116 - P.119 P.124 - P.126	荒川 俊哉
2	日本人の食事摂取基準 I	推定エネルギー必要量を説明できる。 基礎代謝を説明できる。 「栄養と代謝」 P.128 - P.133	荒川 俊哉
3	日本人の食事摂取基準 II	日本人の食事摂取基準を説明できる。 「栄養と代謝」 P.133 - P.139、P.211 - P.217	荒川 俊哉
4	日本人の食事摂取基準 III	日本人の食事摂取基準を説明できる。 「栄養と代謝」	荒川 俊哉
5	栄養素の働き I：糖質	糖質の栄養的意味を説明できる。 「栄養と代謝」 P.140 - P.145	荒川 俊哉
6	栄養素の働き II：タンパク質	タンパク質の栄養的意味を説明できる。 「栄養と代謝」 P.145 - P.152	荒川 俊哉
7	栄養素の働き III：脂質	脂質の栄養的意味を説明できる。 「栄養と代謝」 P.152 - P.156	荒川 俊哉
8	栄養素の働き IV：ビタミンI	水溶性ビタミンの栄養的意味を説明できる。 「栄養と代謝」 P.156 - P.162	荒川 俊哉
9	栄養素の働き IV：ビタミンII	脂溶性ビタミンの栄養的意味を説明できる。 「栄養と代謝」 P.156 - P.162	荒川 俊哉
10	栄養素の働き V：ミネラルI	多量ミネラルの栄養的意味を説明できる。 「栄養と代謝」 P.162 - P.169	荒川 俊哉
11	栄養素の働き V：ミネラルII	微量ミネラルの栄養的意味を説明できる。 「栄養と代謝」 P.162 - P.169	荒川 俊哉
12	栄養素の働き VI：水と食物繊維	水の栄養的意味を説明できる。	荒川 俊哉

回	テーマ	授業内容および学修課題	担当者
		食物繊維の栄養的意味を説明できる。 「栄養と代謝」 P.170 - P.175	
13	臨床栄養Ⅰ	栄養サポートチームの役割 リハビリテーションと栄養 「プリント」	澤田 篤史
14	臨床栄養Ⅱ	臨床栄養アセスメント 「プリント」	澤田 篤史
15	臨床栄養Ⅲ	疾患と栄養療法 サルコペニアと摂食・嚥下障害 「プリント」	澤田 篤史
16	国民の健康と栄養の現状	食生活の変遷と疾病構造の変化 国民栄養の現状と課題 「栄養と代謝」 P.178 - P.183	荒川 俊哉
17	望ましい食生活Ⅰ	国民健康づくりにおける食生活改善の取り組み 「栄養と代謝」 P.184 - P.187	荒川 俊哉
18	望ましい食生活Ⅱ	国民健康づくりにおける食生活改善の取り組み 食事環境・食事計画 「栄養と代謝」 P.187 - P.194	荒川 俊哉
19	ライフステージ別の栄養と調理	ライフステージ別の栄養と調理 「栄養と代謝」 P.194 - P.202	荒川 俊哉
20	食べ物と健康	食品の成分と分類 食べ物の物性 「栄養と代謝」 P.203 - P.210	荒川 俊哉

【授業実施形態】

面接授業

授業実施形態は、各学部（研究科）、学環、学校の授業実施方針による

【評価方法】

定期試験100%

【教科書】

最新歯科衛生士教本 人体の構造と機能2 「栄養と代謝」高橋信博ら共著 医歯薬出版

【学修の準備】

予習：指定した教科書の項目を読んでおくこと。疑問点を最低1つ見つけ出す。（60分）

復習：講義ノート・配布資料をまとめ、講義内容を理解しておくこと。（90分）

【到達目標】

- 日本人の食事摂取基準を理解する。
- 各栄養素の栄養的な意味を知る。
- 口腔の健康状態と栄養との関係を理解する。
- 食生活と健康との関連を理解する。
- 食品の3つの機能性を理解する。
- 臨床での栄養アセスメントとアプローチについて理解する。