

## 健康食品学

《履修上の留意事項》「食品衛生管理者」「食品衛生監視員」の任用資格の取得、「健康食品管理士」の受験資格の取得に必要なとなる。

《担当者名》 吉田 繁 高橋祐司 本間直幸(非) 宇野智子(非) 筒浦さとみ(非)

## 【概要】

高齢化社会を迎え、健康に対する関心がこれまで以上に高まっている。食は未病、予防医学を支える一因であることから、一般の食品のみならず、健康に寄与するとたわれる様々な食品、いわゆる「健康食品」が流通し、多くの消費者がそれを利用していている。しかしながら健康食品においては、効果の有無、安全性、薬品との相互作用など明確にすべき多くの問題が残されている。したがって、これらを科学的根拠に基づき適切に助言・指導するコミュニケーターが必要である。本講義では、「健康食品管理士」として必要な食品に関する知識を習得するために、1)食品の機能と健康食品の定義、2)健康食品の問題点・安全性、3)健康食品の主成分・効能、4)医薬品・検査との相互作用、5)臨床での栄養アセスメントについて学習する。「健康食品管理士」「食品衛生管理者・食品衛生監視員」の受験資格を得るためには、本講義の受講が必要。

## 【学修目標】

- 1) 食品の機能と健康食品の定義と現状について説明できる。
- 2) 健康食品の摂取における問題点と安全性について説明できる。
- 3) 主な健康食品の実例を示し、主成分、効果、安全性等について説明できる。
- 4) 食品の表示方法、安全性、添加物、食中毒、有害物質の食品汚染について概要を説明できる。
- 5) 医薬品・検査と食品の相互作用の概要について説明でき、主たる相互作用例を挙げることができる。

## 【学修内容】

回	テーマ	授業内容および学修課題	担当者
1	健康食品学概論、ガイダンス	・食品の機能と健康 ・いわゆる健康食品が内包する問題点 ・健康食品管理士とは 教科書：1-A、1-B	吉田 繁
2	食品化学総論	・保健機能食品制度 ・フードファディズム 教科書：1-B、1-C	本間直幸
3	食品化学各論	・栄養機能食品 ・特定保健用食品 ・保健機能食品素材として用いられる非栄養成分 教科書：2-A、2-B、2-C、2-D、2-E	本間直幸
4	食品と栄養(1)	・栄養と食生活 ・栄養素 教科書：3-A、3-B、3-C、3-D、3-E	宇野智子
5	食品と栄養(2)	・エネルギー代謝 ・栄養と遺伝子 教科書：3-F、3-G、3-H、3-I	宇野智子
6	医薬品と食品の相互作用(1)	・医薬品と食品 ・医薬品の服用と薬物相互作用 教科書：4-A、4-B	宇野智子
7	医薬品と食品の相互作用(2)	・医薬品の血中濃度と食品の相互作用 ・医薬品と食品成分の代謝との相互作用 教科書：4-C、4-D、4-E	宇野智子
8	病態解析と栄養管理(1)	・臨床検査総論 ・疾病予防と臨床検査 教科書：5-A、5-B	吉田 繁
9	病態解析と栄養管理(2)	・病態栄養管理 ・疾患別の臨床検査と栄養管理(代謝系疾患、循環器疾患、脳血管疾患、腎疾患)	高橋祐司

回	テーマ	授業内容および学修課題	担当者
		教科書：5-C、5-D	
10	病態解析と栄養管理(3)	・疾患別の臨床検査と栄養管理(肝疾患、血液疾患、胃腸疾患、胆嚢・膵臓疾患) 教科書：5-D	高橋祐司
11	病態解析と栄養管理(4)	・疾患別の臨床検査と栄養管理(アレルギー疾患、がん、筋疾患、嚥下障害、褥瘡) 教科書：5-D	吉田 繁
12	食品の安全性(1)	・食品の衛生管理と安全性 ・食品添加物 教科書：6-A、6-B	筒浦さとみ
13	食品の安全性(2)	・食中毒 ・有害物質による食品汚染 教科書：6-C、6-D、6-E	筒浦さとみ
14	食品の表示	・食品の表示制度 教科書：7-A、7-B	本間直幸
15	リスクコミュニケーション	・健康食品管理士に必要なコミュニケーション技術 ・コミュニケーションに関するグループワークをおこなう。 教科書：1-D	本間直幸

【授業実施形態】

面接授業と遠隔授業の併用

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

【アクティブ・ラーニング】

導入している

【評価方法】

定期試験(筆記試験) 100%

【教科書】

その都度プリントを配付する

【参考書】

長村洋一 他 編集 「健康食品管理士認定試験のための問題解説集 第5版」 一般社団法人 日本食品安全協会 平成29年  
長村洋一 他 編集 「食品の機能と健康の科学 第1版」 一般社団法人 日本食品安全協会 令和7年

【備考】

その都度プリントを配布する。

Google Form を利用して小テスト(学修課題)を提示する。

Google Form で提出された小テストの回答を返信する。

小テストの質問・意見に対して返信する。

【学修の準備】

今回の授業内容について、教科書を読み理解しておくこと、もしくは、次回の授業に関するキーワードについて、調べておくこと(30分)

復習は、教科書や配付資料を活用し学修を深めること(30分)

【ディプロマポリシーとの関連性】

(DP1) 生命の尊重を基盤とした豊かな人間性、幅広い教養、高い倫理観を身につけている。

(DP3) 保健・医療・福祉の各分野の役割を理解し、チーム医療の一員としての自覚とそれを実践するための専門性と協調性を身につけている。

【実務経験】

吉田 繁(臨床検査技師)、高橋祐司(臨床検査技師)、宇野智子(看護師)

【実務経験を活かした教育内容】

( 2026年度・医療技術学部 )

医療機関での実務経験を活かし、医学・医療における食品や栄養の重要性について講義する。