

授業計画（シラバス）

■科 目	栄養代謝学	■講師名	平石 奈月
I 部 1 学年	前期	1 5 コマ (1 コマ 90 分授業)	総時間 30 時間 講義 2 単位
■学修概要			
<p>栄養代謝学には、生化学・口腔生化学・栄養学の 3 つの分野が含まれる。生化学では摂取した食物の体内での化学反応を理解し、食物がエネルギーや体に必要な物質へどのように変換されるのかを学ぶ。口腔生化学では口腔の基礎とう蝕予防に関わる要素を中心に学ぶ。栄養学では、健康を実現するための食生活習慣について関心をもち、生涯を通じた健康づくりと QOL の高い人生を送るうえで役立つ知識、また歯科診療活動の一環としての栄養指導に必要となる基礎知識を習得することを目指す。</p>			
■授業目的、到達目標			
<p>日頃の食事が私たちの生命維持や健康維持にどのように関わるのかを理解し、歯科診療活動の一環としての栄養指導に活用できる知識を習得することを目的とする。</p>			
■授業方法			
講義形式			
■教科書（書籍名・出版社）			
歯科衛生学シリーズ／栄養と代謝		医歯薬出版	
新食品成分表 F O O D S 2024 年版		東京法令出版	
■成績評価・講義上の注意			
小テストおよび学期末試験による総合評価			
■実務経験			
<p>管理栄養士としての国立研究機関での勤務および、糖尿病療養指導士としての実務経験に基づき、わかりやすく講義する。</p>			
■授業計画（講義の流れ）			
1	(生化学分野) 1 章 生体の構成要素		
2	(生化学分野) 2 章 生体における化学反応		
3	(生化学分野) 3 章 糖質と脂質の代謝		
4	(生化学分野) 4 章 タンパク質とアミノ酸の代謝		
5	(生化学分野) 5 章 生体における恒常性の維持		
6	(口腔生化学分野) 1 章 歯と歯周組織の生化学、2 章 硬組織の生化学		
7	(口腔生化学分野) 3 章 唾液の生化学、4 章 プラークの生化学 ②プラークによるう蝕発症機構		
8	(栄養学分野) 1 章 栄養の基礎 ー日本人の健康・栄養課題、日本の健康施策ー		
9	(栄養学分野) 3 章 栄養素の働き ー栄養素の働き、栄養素の必要量と栄養価ー		
10	(栄養学分野) 2 章 食事摂取基準 ー日本人の食事摂取基準 2020 年版ー		
11	(栄養学分野) 2 章 食べ物と健康 ー食品成分表と食事バランスガイドー		
12	(栄養学分野) 2 章 食べ物と健康 ー食品表示と食品表示制度ー		
13	(栄養学分野) 1 章 食生活と健康 ーライフステージ別栄養 (1) 成人期、妊娠・授乳期ー		
14	(栄養学分野) 1 章 食生活と健康 ーライフステージ別栄養 (2) 乳幼児期、学童期、高齢期ー		
15	定期試験、解答解説		