授業計画（シラバス）

■科　目	栄養代謝学	■講師名	平石 奈月
Ⅱ部１学年	中期	１５コマ（1ｺﾏ 90 分授業）	総時間 30 時間　講義 2 単位

■学修概要

生化学では、摂取した食物が体内でどのような化学反応を経てエネルギーや体に必要な物質へと変換されるのかを学び、栄養学を学ぶうえでの土台形成を目指す。栄養学では、健康を実現するためのより良い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。

■授業目的、到達目標

生化学では、ヒトの体を構成する細胞とその種類と役割を学び、体を構成する糖質・脂質・タンパク質の基本構造と性質、役割を理解することで、栄養学を学ぶための基盤となる知識を習得することを目的とする。栄養学では、栄養素の種類とその働きを知り、食事で摂取する食物の果たす役割、栄養と健康の関わりを理解して、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。

■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ＦＯＯＤＳ2023 年版　　東京法令出版

■成績評価・講義上の注意

出席および学期末試験による総合評価

■実務経験

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、生化学および栄養学についてわかりやすく講義する。

■授業計画（講義の流れ）

1	人体の組成と生体の構成要素①
2	人体の組成と生体の構成要素②、体内での化学反応
3	ビタミンとミネラル、栄養素と代謝①
4	栄養素と代謝②、タンパク質合成
5	生体における恒常性の維持
6	歯周組織と硬組織の生化学
7	唾液とプラークの生化学
8	日本人の健康・栄養課題、日本の健康施策
9	栄養素の働き、栄養素の必要量と栄養価
10	食事摂取基準
11	食べ物と食生活
12	食品表示と食品表示制度
13	ライフステージ別栄養①
14	ライフステージ別栄養②
15	定期試験、解答解説