

講義科目 : 栄養学実験	単位数 : 1
担当 : 杉野 香江	学習形態 : 選択科目 栄養士免許必修科目

講義の内容・方法および到達目標

- ① 栄養学で学んだ事項について、実験的手法を用いてより理解を深め、実験結果を論理的に考察する能力を養うことを目標とする。
- ② 三大栄養素の消化について、各栄養素に対する消化酵素の働きを実験で確認し、消化・吸収について理解する。
- ③ 栄養管理で用いる栄養評価方法について理解し、食事内容の違いによる変化を実験により確認する。
- ④ 各自が自分のエネルギー消費量を理解することで、対象者の必要エネルギーを理解し、個人や集団の食事計画ができる能力を養う。

授業計画

第1回	演習	オリエンテーション、実験の基本操作
第2回	実験	炭水化物の消化
第3回	実験	たんぱく質の消化
第4回	実験	脂質の消化
第5回	実験	血糖値の測定①（随時血糖値の測定）
第6回	実験	血糖値の測定②（食事による血糖値の変化）
第7回	実験	過食が肝臓脂質に及ぼす影響
第8回	演習	たんぱく質の補足効果（アミノ酸スコアの計算）
第9回	実験	食事と尿に関する実験①（尿中尿素の測定）
第10回	実験	食事と尿に関する実験②（尿中クレアチニンの測定）
第11回	演習	食事と尿に関する実験③（食事記録の解析）
第12回	演習	食事と尿に関する実験④（データの解析と評価）
第13回	演習	エネルギー出納の計算
第14回	演習	活動時エネルギー消費量の算出
第15回	演習	総括、器具の管理

教材・テキスト・参考文献等
適宜配布する。

成績評価方法

実験に取り組む姿勢（50%）とレポート（50%）によって評価する。