

科目名	食生活論（卒業必修：栄養士必修：NR・SA 必修）				
授業形態	講義	学年	1		
開講時期	2021 年度 前期	単位数	2		
担当教員	鈴木 秀子				
内容および計画	食生活の歴史の変遷や食文化・食習慣を概観し、健康との関連から見た食生活と栄養の問題及び食生活と栄養士とのかかわりや今後の栄養士の役割などについて講義する。				
1	・ガイダンス・人と食のかかわり ・「食べる」って何だろう？				
2	食生活の現状と課題（食生活の変遷、現状と課題）・ ・日本人の食生活は『日本型食生活』なのだろうか？				
3	食生活の現状と課題（食料・食材の安全性の現状と課題） ・私たちが食べている食べものは安全か？				
4	食生活の現状と課題（栄養素摂取状況と健康状態の変遷と課題） ・日本人は健康なのだろうか？				
5	食生活の現状と課題（食生活・食事のバランス） ・あなたにとって、食生活・食事のバランスとは？				
6	食生活が果たす役割（食品の生理的意義） ・私たちのからだを作っている食べものとは？				
7	食生活が果たす役割（精神的意義、嗜好） ・『好き嫌い』をどう考える？				
8	食生活が果たす役割（社会的意義） ・食の社会化と食べ方（食卓）の変化により、私たちの社会はどう変わるのか？				
9	食生活が果たす役割（文化的機能） ・生きるために食べる、よりよく生きるために食べる				
10	食生活が果たす役割（教育的意義） ・家族の食卓を取り戻そう！				
11	食生活が果たす役割（教育的意義） ・家庭の食育を支援する様々な人たちの役割				
12	ライフステージにおける食の特徴と役割 ・妊娠期、乳児期、幼児期、学童期、思春期				
13	ライフステージにおける食の特徴と役割 ・壮・中年期、老年期 1 分間スピーチ				
14	これからの食生活 ・自分らしい食生活をつくろう！ 1 分間スピーチ				
15	食生活と栄養士の関わり ・栄養士の果たしてきた役割と今後 1 分間スピーチ				
教科書					
	タイトル	著者名	出版社	ISBN	発行年
適宜資料を配布します。					
参考書					

成績評価	
評価方法	割合(%)
筆記試験	70
課題等（リアクションペーパー提出状況を含む）	20
1 分間スピーチ	10
学習到達目標	食生活について、人の生理・精神・社会・文化・教育的側面から捉え、総合的に考えることが出来る
先修条件	
実務経験	<p>実務経験あり：</p> <p>県の栄養技師として、総合病院、保健所に 17 年間勤務した。</p> <p>病院では傷病者に対する療養のため必要な栄養の指導をはじめ栄養管理や給食管理業務、保健所では地域の健康政策の企画・立案とそれに基づく健康づくり事業、乳幼児等の栄養相談、特定給食施設の指導や支援業務及び地区組織育成に従事した。</p> <p>この経験をもとに、食生活論、栄養指導論、栄養指導論演習、栄養指導論実習、公衆栄養学概論について教授する。</p>
その他	