

開講期間	配当年	単位数	科目必選区分
前期	1	2	必修
担当教員			
羽藤 和子			
金4、金5			
添付ファイル			

科目の概要	人が生きていくうえで、重要な食べ物（食品）について、食品成分の科学的特質を知り、どのように利用しているのか学ぶ。
授業の内容	<p>第1回 オリエンテーション シラバスを見ながら授業の進め方等の説明をする。自分の食生活について振り返る。</p> <p>第2回 栄養の機能と健康について 栄養素の種類、食品成分と体の成分、食品中の栄養と健康について説明する。</p> <p>第3回 炭水化物について 炭水化物について説明する。</p> <p>第4回 脂質について 脂質について説明する。</p> <p>第5回 たんぱく質について たんぱく質について説明する。</p> <p>第6回 ビタミンについて① 脂溶性ビタミンについて説明する。</p> <p>第7回 ビタミンについて② 水溶性ビタミンについて説明する。</p> <p>第8回 ミネラルについて① グループごとにミネラルについて（主な働き、そのミネラルを多く含む食材、欠乏症、過剰症について）まとめる。</p> <p>第9回 ミネラルについて② グループでの発表を行う。（ナトリウム、カリウム、カルシウム、マグネシウム、リンについて）</p> <p>第10回 ミネラルについて③ グループでの発表を行う。（鉄、亜鉛、銅、マンガン、ヨウ素について）</p> <p>第11回 エネルギー代謝について エネルギー代謝について説明する。</p> <p>第12回 食品成分表について 食品成分表、食品分類法、バランスガイドについて説明する。食品の栄養価を計算する。</p> <p>第13回 食品の表示について 集めていた食品表示についてグループでまとめる。</p> <p>第14回 食品の表示についての発表 前回まとめた食品表示について、各グループでの発表を行う</p> <p>第15回 総括 第1回の授業から第14回の授業での、重要ポイントを解説する</p>
学習到達目標	各食品成分の食品機能について説明し、その概要が説明できる。
授業の方法	講義、ディスカッション（第1回の授業についてはディスカッションを通し、各自の課題を見つける。グループワーク（第8回の授業についてはグループワークにより作成する）（第13回の授業についてはグループワークにより作成する）プレゼンテーション（第9回、第10回の授業については各グループの発表を行う）（第14回の授業については各グループの発表を行う）
成績評価の方法	レポート課題50%、食品表示についてレポート作成30%、授業参加態度20%、による総合評価
教科書・テキスト	公益社団法人、全国調理師養成施設協会 新調理師養成教育全書必修編、第2巻 <食品と栄養の特性>、資料プリント（随時配布）、新ビジュアル食品成分表
参考書	新ビジュアル食品成分表
授業時間外の学修について（事前・事後学習について）	授業の前にテキストをよく読み、わからない専門用語は調べておくこと。食品の表示を集めておくこと。毎回講義の初めに前回講義の内容に関する小テストをするので復習をしておくこと。
履修上の留意事項	テキスト、ノートは必ず持参すること。授業の前にテキストを読んでおくこと。決められた座席にすわる事。携帯電話、不要なものは机にださない。水、お茶は可。
オフィスアワー	授業時間の直後、講義室で。

担当教員への連絡方法	教務部を通じて。
その他	特になし。