

講義名	フードコーディネート論		
科目区分	学部専門科目		
担当教員	坂元 美子		
開講期・曜日・時限	後期 水曜日 2時限		
	2014年度 サービス産業学部 サービスマネジメント学科 / 2014年度 サービス産業学部 観光学科 / 2014年度 総合政策学部 総合政策学科 / 2014年度 商学部 商学科 / 2013年度 サービス産業学部 サービスマネジメント学科 / 2013年度 サービス産業学部 観光学科 / 2013年度 総合政策学部 総合政策学科 / 2013年度 商学部 商学科 / 2012年度 サービス産業学部 サービスマネジメント学科		
履修開始年次	3年生	単位数	2
		講義コード	32096

### 主題と概要

ヒトが成長し、健康を保持・増進するために必要な栄養を摂取するための食品の種類と量を、毎日の食事から摂取するためにはどのような工夫が必要であるかについて、スポーツの現場、生活習慣病の予防、自身の健康といった観点から学ぶ。

### 到達目標

2年時に学んだ栄養学概論の知識を、様々な場面でより実践的に考察できるよう学習する。

### 提出課題

授業終了間際に出すミニ課題

### 評価の基準

確認テスト 60%  
授業態度 40%

### 履修にあたっての注意・助言他

わからない部分はそのまましておかず、質問時間内に積極的に質問してください。  
13、14回目はアクティブラーニングになります。積極的な授業参加が評価につながります。

### 教科書

スポーツ・健康栄養学	坂元美子編著	化学同人	ISBN 978-4-

### プリント資料及び参考文献

パワーポイント資料

### 授業計画

1. 導入（授業の進め方、栄養摂取）
2. 日本人の食事摂取基準
3. 遺伝と栄養、時間栄養学
4. 生活習慣病と栄養 1
5. 生活習慣病と栄養 2
6. 生活習慣病と栄養 3
7. 生活習慣病と栄養 4
8. スポーツと栄養 1
9. スポーツと栄養 2
10. スポーツと栄養 3
11. スポーツと栄養 4
12. 健康と栄養（発表 1）
13. 健康と栄養（発表 2）
14. 健康と栄養（発表 3）
15. まとめ

### 予習・復習

毎回の授業前に前回の授業を復習しておいてください。

### 備考