

| | |
|--------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> ・三大栄養素の消化吸収 |
| 第 4 回 | <p>テーマ：消化と吸収 3</p> <ul style="list-style-type: none"> ・消化液の分泌調節 ・消化管ホルモン ・摂食調節 |
| 第 5 回 | <p>テーマ：糖質の栄養 1</p> <ul style="list-style-type: none"> ・糖質の栄養代謝の概要 ・糖質栄養の種類と特徴 |
| 第 6 回 | <p>テーマ：糖質の栄養 2</p> <ul style="list-style-type: none"> ・血糖について ・グリコーゲンの合成と分解 ・糖新生 ・血糖調節ホルモンによる血糖調節 |
| 第 7 回 | <p>テーマ：糖質の栄養 3</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動のエネルギー源としての糖質 ・他の栄養代謝との関連 |
| 第 8 回 | <p>テーマ：脂質の栄養 1</p> <ul style="list-style-type: none"> ・脂質の栄養代謝の概要 ・脂質栄養の種類と特徴 |
| 第 9 回 | <p>テーマ：脂質の栄養 2</p> <ul style="list-style-type: none"> ・リポたんぱく質の種類と役割 |
| 第 10 回 | <p>テーマ：脂質の栄養 3</p> <ul style="list-style-type: none"> ・脂肪酸の分解と合成 ・必須脂肪酸 ・貯蔵中性脂肪の利用（ホルモン感受性リパーゼ） ・白色脂肪と褐色脂肪 |
| 第 11 回 | <p>テーマ：脂質の栄養 4</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コレステロール代謝 ・アディポサイトカイン ・エイコサノイド |
| 第 12 回 | <p>テーマ：タンパク質の栄養 1</p> <ul style="list-style-type: none"> ・タンパク質の栄養代謝の概要 ・窒素出納（窒素平衡） |
| 第 13 回 | <p>テーマ：タンパク質の栄養 2</p> <ul style="list-style-type: none"> ・たんぱく質の栄養価 生物価、正味たんぱく質利用率、アミノ酸スコア etc. ・必須アミノ酸 |
| 第 14 回 | <p>テーマ：タンパク質の栄養 3</p> <ul style="list-style-type: none"> ・糖原性アミノ酸とケト原性アミノ酸 |

| | |
|-----------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> ・アミノ酸代謝・アミノ基転移反応（ALT、AST） ・尿素回路 |
| 第 15 回 | <p>タンパク質の栄養 4</p> <ul style="list-style-type: none"> ・臓器別のアミノ酸利用の特徴 ・たんぱく質代謝回転 <ul style="list-style-type: none"> 臓器別の代謝回転速度の違い 高代謝回転たんぱく質（短半減期たんぱく質） ・タンパク質の分解系 ・食後・空腹時のたんぱく質代謝 ・アミノ酸からつくられる生体成分 |
| テキスト | <ul style="list-style-type: none"> ・基礎栄養学 改訂第 6 版 柴田・合田編（南江堂） ・講義したすべてのスライド（パワーポイント）および講義資料について、印刷したものを配付する。 |
| 参考図書・教材／データベース・雑誌等の紹介 | <p>参考図書：</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ヒトの生化学 水上・谷口・中坊編（講談社） ・やさしい栄養学 香川靖男著（女子栄養大学出版） ・基礎栄養学 田地編（羊土社） ・生化学・分子生物学 伊東・木元・小林編（建帛社） ・日本人の食事摂取基準 2025 年版（第一出版）・・・「栄養学概説」で使用する。 |
| 課題に対するフィードバックの方法 | <p>毎回の講義終了前に実施する小テストは、解説し、提出する。回収した小テストは確認し、質問等あればそれに必ず回答し、次週の講義時に返却する。</p> |
| 学生へのメッセージ・コメント | <p>栄養素が体の中でどのように利用されるかを理解するために、人体の解剖・生理、生化学の基本を理解しておくことが重要です。また、栄養素を含む食品の性質・機能に関する食品学の基礎知識も必要です。また、この講義で修得した知識を同時期に開講されている「栄養学概説」の食事摂取基準の内容に繋げてください。</p> <p>日頃から「栄養」や「健康」に関する話題に関心を持ち、テレビ・新聞等で話題になった事柄について、栄養学的にどのように解釈できるか、また、それが正しい内容であるかについて考察してほしいと思います。</p> |

