

第 3 回	<p>テーマ：ビタミンの栄養 3</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水溶性ビタミン（ナイアシン、パントテン酸、ビオチン、ビタミン C）の機能と特徴
第 4 回	<p>テーマ：ビタミンの栄養 4</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各種ビタミンの欠乏症と過剰症
第 5 回	<p>テーマ：無機質・微量元素の栄養 1</p> <ul style="list-style-type: none"> ・主要無機質(Ca、P、K、Na、S、Cl、Mg)の機能と特徴
第 6 回	<p>テーマ：無機質・微量元素の栄養 2</p> <ul style="list-style-type: none"> ・微量元素(鉄、亜鉛、銅、マンガン)の機能と特徴
第 7 回	<p>テーマ：無機質・微量元素の栄養 3</p> <ul style="list-style-type: none"> ・微量元素(ヨウ素、クロム、セレン、コバルト、モリブデン)の機能と特徴
第 8 回	<p>テーマ：水・電解質の栄養 1</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体液の組成・分布 ・体液の性別、年齢別の変化
第 9 回	<p>テーマ：水・電解質の栄養 2</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水の出納 ・脱水症の特徴
第 10 回	<p>テーマ：エネルギー代謝 1</p> <ul style="list-style-type: none"> ・エネルギー代謝の概要 ・物理的燃焼熱と生理的燃焼熱 ・呼吸商
第 11 回	<p>テーマ：エネルギー代謝 2</p> <ul style="list-style-type: none"> ・基礎代謝と安静時代代謝 ・エネルギー消費量の推定式 ・動作強度、身体活動レベル(PAL) ・メッツ（代謝当量）
第 12 回	<p>テーマ：エネルギー代謝 3</p> <ul style="list-style-type: none"> ・臓器別のエネルギー代謝の特徴 ・エネルギー消費量の測定法 ・運動の種類とエネルギー供給系
第 13 回	<p>テーマ：栄養と遺伝子 1</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病における遺伝要因と環境要因 ・栄養代謝と遺伝子多型
第 14 回	<p>テーマ：栄養と遺伝子 2</p> <ul style="list-style-type: none"> ・儉約遺伝子 ・一塩基多型と生活習慣病
第 15 回	<ul style="list-style-type: none"> ・食物繊維 ・栄養学の歴史 ・その他
テキスト	基礎栄養学 改訂第 6 版 柴田・合田編（南江堂）
参考図書・ 教材／データ ベース・	講義資料について、印刷したものを配付する。

<p>雑誌等の紹介</p>	<p>参考書：</p> <p>ヒトの生化学 水上・谷口・中坊編（講談社）</p> <p>やさしい栄養学 香川靖男著（女子栄養大学出版）</p> <p>基礎栄養学 田地編（羊土社）</p> <p>生化学・分子生物学 伊東・木元・小林編（建帛社）</p>
<p>課題に対するフィードバックの方法</p>	<p>配付する練習問題の解答は、次回の授業時に提示する。</p>
<p>学生へのメッセージ・コメント</p>	<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ある。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ある。</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みる。</p> <p>講義の内容に関する練習問題や国家試験の過去問（解答・解説付）を配付するので、講義の予習・復習に活用する。</p>

