

課目名:栄養学 課目コード:M100

単位名:国際エステティック学科、

1単位(30単位時間)

開講時期:1年(後期))

担当教員:南 仁

※実務経験のある教員等による授業

【実務経験のある教員】

南 仁

理科教員免許を持っているという確かな知識から、エステティックにとり重要な栄養学を、学生が理解しやすく詳細に授業をして頂いている。特に皮膚科学と関連付け、美容に興味がわく食べ物や料理法等で学生のお肌に影響する栄養に対する講義をして頂いている。

●課目授業の目的と学生の達成目標:

身体のエネルギー源及び身体の発達と修復のための栄養源としての食物の役割を理解する。

体内の過程、特に皮膚及び体重コントロールに関係した過程の維持を担う重要な役割を持つ。

健康と良好な生活における食物の役割に関する概念を提供する。

食事は、全てその役割に影響を及ぼす身体、特に皮膚への影響に関する完全な知識を習得する。

栄養源としての食物の役割を理解する。

栄養が欠乏する結果生じる一般的な疾患の過程及びそれらが身体及び皮膚に及ぼす影響について理解する。

ボディリートメントに関連して、顧客にアドバイスをする際に代謝、運動及び食物の知識を応用する。

基本食品群の概念を用い、良質な基本的食生活をアドバイスする。

●成績評価の方法:

筆記試験、1月・筆記追試試験・70点以上合格

●教材・ならびに教育方法:

選択授業購入教材

●特に必要な教育方法、講師、協力企業等:

●この課目の今後の展開

●備考

栄養学 20時限

回	時間	授業内容・授業方法	実務経験のある教員
1～2	4	ダイエットのための栄養学・食品成分について・各栄養素の働き・食材の効果	南 仁
3～4	4	便秘と食物繊維・BMI・食材の効果	南 仁
5～6	4	肥満の原因・基礎代謝・食材の効果	南 仁
7～8	4	消化と吸収・代謝・食材の効果	南 仁
9～10	4	試験対策・ポイント復習	南 仁
11～12	4	肥満の原因・食材の効果・ダイエットのための栄養学	南 仁
13～14	4	便秘と食物繊維・BMI・食材の効果	南 仁
15～	2	消化と吸収・代謝・食材の効果	南 仁