

## 人間栄養学 (2単位)

担当者氏名 松崎広志

### ◆学習・教育目標 (到達目標を記載)

健康の保持・増進、さらには生活の質(QOL)を向上する上で欠かすことができない健康阻害要因の系統的理解の理解を深める。また、ミネラルの生理機能とその代謝調節機構ならびにミネラルと骨疾患をはじめとした生活習慣病との関係について理解するとともに、疾患モデル動物を用いた各疾病におけるミネラル摂取の影響についての研究方法の基本的スキル習得を目的とする。

### ◆取り扱う領域 (キーワードで記載)

ミネラルの過不足      多量ミネラル      微量ミネラル      生活習慣病  
骨代謝      腎臓病      疾病モデル動物

### ◆授業の進行等について

	テーマ	内容	準備学習(予習復習)等の内容と分量
1	健康阻害要因の系統的理解①	栄養素の過不足	日本人の健康阻害要因を系統的に理解し、微量栄養素の現状と代謝調節機構ならびに疾病における微量栄養素の影響について理解を深める。また、講義に加え、教員と院生での論議も重視する。 事前の学習で講義内容の基礎的事項について確認し、講義後、講義内容の要点をまとめ復習すること。
2	健康阻害要因の系統的理解②	運動の過不足	
3	健康阻害要因の系統的理解③	飲酒、喫煙およびストレス	
4	ミネラル栄養の基礎①	ミネラルの摂取基準の基礎	
5	ミネラル栄養の基礎②	多量ミネラルの代謝調節機構①	
6	ミネラル栄養の基礎③	微量ミネラルの代謝調節機構②	
7	ミネラル栄養の基礎④	ミネラルの摂取不足	
8	ミネラル栄養の基礎⑤	ミネラルの過剰摂取	
9	ミネラル栄養の基礎⑥	ミネラルと生活習慣病	
10	ミネラルの栄養研究の現状①	カルシウムと骨代謝	
11	ミネラルの栄養研究の現状②	リンと骨代謝・腎臓病	
12	ミネラルの栄養研究の現状③	マグネシウムと骨代謝・その他の疾患	
13	ミネラルの栄養研究の現状④	微量ミネラルと骨代謝・その他の疾患	
14	ミネラルの栄養研究の現状⑤	ミネラルと三大栄養素との関係	
15	総括	講義内容の重要事項について整理・確認	

### ◆教科書及び資料 (授業前に読んでおくべき本・資料)

プリント・関連論文配布

### ◆授業をより良く理解するために便利な参考書・資料等

関連論文、また随時紹介する。

### ◆評価の方法 (レポート・小テスト・試験・課題等のウエイト)

レポートなどの課題 (70%) プレゼンテーション (30%)。

### ◆オフィスアワー

月曜日 5 限時に研究室にて質問等を受け付ける。

### ◆その他受講上の注意事項

大学院生として主体的・積極的に講義に参加すること。授業計画の進行状況によりその計画を変更する場合があります。