

## 栄養公衆衛生学演習

1 単位 (必修)

二川 健・教授 / 栄養学科 基礎予防栄養学講座, 奥村 裕司・准教授 / 栄養学科 基礎予防栄養学講座, 平坂 勝也・助教 / 栄養学科 基礎予防栄養学講座  
近藤 茂忠・特任助教 / 栄養学科 基礎予防栄養学講座, 真板 綾子・助教 / 栄養学科 基礎予防栄養学講座

**【授業目的】** 高齢化時代を迎え、癌、脳卒中、心臓病、糖尿病などのいわゆる生活習慣病が大きな社会問題となってきた。このような生活習慣病を予防し、健康の維持・増進を図ることは重要である。栄養公衆衛生学演習は、これら健康の維持・増進に関する栄養学研究の最新知見と研究手法を学習する。

**【授業概要】** 集中講義形式で行う。講義はプリント、PowerPoint を利用して行う。

### 【授業計画】

1. 健康とは (健康の定義)
2. 栄養必要量
3. 日本人の食生活の変遷
4. 食品と健康をめぐる諸問題
5. 健康増進活動 (施策) と栄養士の役割
6. 寝たきりの科学
7. 抗老化食・宇宙食開発の実際
8. データ解析実習 (卒業研究のまとめ方)

### 【教科書】

- ◇ 日本人の食事摂取基準 (厚生労働省)
- ◇ 食生活論 細谷憲政他著 (同文書院)

**【授業コンテンツ】** <http://cms.db.tokushima-u.ac.jp/cgi-bin/toURL?EID=217691>

### 【連絡先】

- ⇒ 二川 (nikawa@nutr.med.tokushima-u.ac.jp) MAIL (オフィスアワー: 水曜18時-19時)
- ⇒ 奥村 (okumura@nutr.med.tokushima-u.ac.jp)
- ⇒ 平坂 (088-63-9246, katsuya9@nutr.med.tokushima-u.ac.jp) MAIL
- ⇒ 近藤 (088-633-9246, kondoshi@nutr.med.tokushima-u.ac.jp) MAIL
- ⇒ 真板 .