

応用栄養学実習

1 unit (compulsory)

Yutaka Nakaya · PROFESSOR / COURSE OF CLINICAL AND APPLIED NUTRITION, SCHOOL OF NUTRITION, Hiroshi Sakaue · ASSOCIATE PROFESSOR / COURSE OF CLINICAL AND APPLIED NUTRITION, SCHOOL OF NUTRITION

Nagakatsu Harada · ASSISTANT PROFESSOR / COURSE OF CLINICAL AND APPLIED NUTRITION, SCHOOL OF NUTRITION

Target) 労作や運動時などのエネルギー代謝を理解する。また実際に運動負荷試験等を行い、最大酸素摂取量などの測定法や評価法を理解する。

Outline) 安静時、労作時、運動時のエネルギー代謝を測定し評価する。さらに各種の特殊環境下におけるエネルギー代謝を測定し評価する。

Notice) 1) 成績評価の方法は、レポート。

2) 再試験の有無は、有り(レポート)

3) 自分から積極的に参加して体験してください。

Goal) エネルギー代謝の測定法、評価法を理解する。各種特殊環境下でのエネルギー代謝を理解する。

Schedule)

1. 安静時のエネルギー代謝測定
2. 労作時のエネルギー代謝測定
3. 運動時のエネルギー代謝測定
4. 食事由来の代謝変化
5. ダグラスバッグを用いた運動負荷試験
6. エルゴメーターを用いた運動負荷試験
7. 動中の心拍数、心拍出量
8. 最大酸素摂取量と AT 測定
9. 身体計測、⑩栄養評価
10. 運動中の糖代謝
11. 運動中の乳酸測定
12. 運動によるグリコーゲン量の変化
13. 低温環境での代謝測定
14. 高温環境での代謝測定

Textbook)

- ◇ 教科書:環境・スポーツ栄養学(建帛社), NEXT 運動生理学(講談社)
- ◇ 補助教材としてプリントを配布します。

Contents) <http://cms.db.tokushima-u.ac.jp/cgi-bin/toURL?EID=217695>

Contact)

⇒ Nakaya (栄養学科棟 302, +81-88-633-7090, yutaka-nakaya@nutr.med.tokushima-u.ac.jp) MAIL (Office Hour: Tuesday from 11:00 to 14:00)

⇒ Sakaue (303, +81-88-633-7091, hsakaue@nutr.med.tokushima-u.ac.jp)

MAIL

⇒ Harada (+81-88-633-9249, harada@nutr.med.tokushima-u.ac.jp) MAIL