

1 管理栄養士の役割と養成課程

No.	テ ー マ	概 要
1	管理栄養士の仕事と大学で学ぶこと	管理栄養士という職業の説明と、大学の授業内容を一部紹介します
2	進化の仕組みと現代人の食と健康	分子生物学的視点から、現代人が抱える健康上の課題と管理栄養士の役割を考えます
3	管理栄養士養成課程の食品学	管理栄養士養成課程で学ぶ食品学とは何かを理解してもらうことを目的に講義します

2 からだと健康

No.	テ ー マ	概 要
1	常在細菌叢と健康	人は一人で生きているのではなく、多くの細菌と共生し利益と不利益を享受しています
2	タンパク質の役割	タンパク質は人にとって重要な栄養素です タンパク質の働きのお話しします
3	うんちのお話し	ウンチ（便）はからだからの「便り」 ウンチと健康の関係をお話しします
4	クジラは何故むせないのか？	むせずに物を飲み込むとはどういうことか？ 比較解剖学や進化の視点も含めて考えます
5	ヤツメウナギに習う脳のしくみ	5億年以上前から生き続けるヤツメウナギは脳について多くの事を教えてくれます
6	脳と体の健康	脳や身体の健康を高める運動や栄養を紹介します（特に運動は実際に体験して頂くことも可能です）
7	運動能力とコンディショニング	高い運動能力を発揮するためのコンディショニング法などを紹介します
8	環境の心身に及ぼす影響の疫学的研究	集団への環境の影響について学び、得られた因果関係の科学的な証明方法を紹介します
9	体脂肪率について考える	男性と女性、高齢者と若者、アスリートと一般の人を例に自分に適した体脂肪率を考えます
10	若い女性の健康と栄養	適正体重や鉄欠乏性貧血予防を考えた望ましい栄養バランスと具体的な食事内容についてお話しします

3 食と栄養

No.	テ ー マ	概 要
1	子どもの心とからだを育てる食育	5歳児と学童期の食育を通して得られた知見より子どもの心とからだを育てる食事を考えます
2	健康寿命を延ばす健康・栄養管理	健康寿命を延ばすために有効とされた栄養等の生活習慣について考えます
3	高齢者の栄養における食生活の課題と改善	高齢者の栄養施策の標的は「老化」をいかに食い止めるか 老化遅延のための食生活を考えます
4	食品成分の身体に対する役割	食品に含まれる成分が体の中でどのように役立つのかを講義します
5	健康食品は健康によいのか？	健康に暮らすにはどうしたらいいのか？ 食品の分野の立場でお話しします
6	箸の持ち方は大丈夫？	箸の正しい持ち方を学びながら、食育について考えます
7	食中毒および食事の際の感染症予防について	調理と食事の際に、食中毒および感染症を防ぐための基本的な事項を説明します

4 子どもの心と学び

No.	テ ー マ	概 要
1	親と子どもの相互発達に関する研究	子どもだけではなく、子育てで親自身がどう成長していくか心理学的に考察します
2	子どもと絵本	絵本の言葉や絵、子どもと絵本を読むことの意味についてお話ししたいと思います
3	子どものことば	作文等、子どものことばを手がかりに子どもの世界を考えたいと思います
4	「教育」の哲学	教育とは何か、子どもとは何か、教育に関する様々な言葉を歴史を手がかりに講義します