

【授業の到達目標および概要】

授業のテーマ及び到達目標：成長期において、栄養状態（肥満・やせなど）や生活習慣の評価法・重要性を科学的に理解し、自分なりの問題意識と解決法を獲得する。この授業は、ディプロマポリシーにあるように、保健学の幅広い視野に立って多様で精深な学識を修得することを目的としている。

授業の概要：子どもにおいて、栄養状態や、それらの原因となる食事・身体活動・座位行動や睡眠などの生活習慣についてしばしば話題になるが、真に理解するには、それぞれの適切な評価法・調査法や実験・調査結果を踏まえ、科学的な解釈が必要である。そこで、科学的な知見の収集や解釈、評価法や実験計画の理解に基づき、生活習慣や栄養状態に関する課題と解決法を探っていく。

【授業計画】

- ① Introduction: エネルギーの“常識”と“科学的知見”の齟齬からみた科学的根拠の重要性
- ② 成人（含；高齢者）や乳児・小児・妊産婦におけるエネルギー必要量
- ③④⑤ 子どもにおける肥満ややせの評価法と実態
- ⑥⑦ 子どもの発育状態の原因と対策
- ⑧⑨ 子どもにおける身体活動・座位行動の現状と評価法
- ⑩⑪ 睡眠を含めた生活習慣全般や体力の評価法と実態
- ⑫⑬⑭ まとめと発表

【授業外学習】

授業や各種メディア等で得られた情報について、情報をうのみにすることなく気になったことを整理し、自分で調べる習慣をつけておく。さらに、授業で出てきた課題（論文のレビューなど）をまとめた上で各回の授業に臨むとともに、課題を分担しパワーポイントを使って各自で発表を行う。それらの自学自習には、授業時間の倍程度の時間を要する。

【成績評価の方法・基準】

授業中の態度（50%）、発表（50%）によって評価する。

【教科書】

特になし

【参考書】

特になし

【教材】

必要に応じてその都度、準備する。

【備考】

特になし