

授業科目名	4. 高齢期栄養学(高齢期栄養学特論)
授業形態	講義
単位数	1単位
時間数	11.25 時間(100分授業×7回)
担当教員名	新開 省二
担当形態	単独
<b>【授業のテーマ及び到達目標】</b> テーマ: 高齢者の特性を踏まえた栄養学とその展開 到達目標: 高齢者の特性を踏まえた食・栄養のあり方とその展開方法を学び、何らかの形で自身の修士研究に役立てる。	
<b>【授業の概要】</b> 高齢者の健康指標には様々なものがある。中年期とは違って高齢期に重要性を増すのは機能的健康(functional health)である。そこで、高齢者の機能的健康と食・栄養との関係について、これまでに分かってきた国内外のエビデンスについて、特に自身の研究を中心に紹介する。これらを踏まえて、高齢者の健康余命を延ばすために、地域、臨床あるいは在宅で、どういった食・栄養管理が求められているのかを学ぶ。	
<b>【授業計画】</b>	
第1回	高齢者の医学的、身体的、心理・社会的な特性を学ぶ。
第2回	高齢者の健康指標(特に機能的健康)および食・栄養の評価指標について学ぶ
第3回	最新の栄養疫学研究をレビューし、高齢者の健康と食・栄養との関係を学ぶ。
第4回	低栄養とはなにか、また低栄養予防のための食・栄養のあり方を学ぶ。
第5回	フレイルとはなにか、またフレイル予防のための食・栄養のあり方を学ぶ。
第6回	認知症とはなにか、また認知症予防のための食・栄養のあり方を学ぶ。
第7回	高齢者の特性を踏まえた食・栄養指導の展開(地域、臨床、在宅)を学ぶ。
<b>【授業外学習】</b> 1. 教科書や参考書の事前学習 2. 関連する論文及び資料の事前講読 3. 授業内発表の事前準備。 授業時間の倍の自学自習(予習・復習等)を行うこと。 予習では、前もって配布する資料や論文を中心に学習し発表に備えること。	
<b>【教科書】</b> 応用栄養学第8版(南江堂、2025年) 新開省二「死ぬまで介護いらずで人生を楽しむ食べ方」(草思社、2017年)	
<b>【参考書】</b> 東京都健康長寿医療センター編「健康長寿新ガイドライン エビデンスブック」(社会保険出版社、2017年)、Summary: World Report on Ageing and Health(WHO、2015)	
<b>【教材】</b> 教科書および参考書は配布予定。また、随時、資料や参考論文等を配布する。	
<b>【成績評価の方法・基準】</b> 自学自習を含めた学習態度(50%)、授業内発表(50%)により評価する。	
<b>【備考】</b> 欠席等の場合は事前に連絡すること。また、欠席の場合は、当日配布する資料や参考論文についての課題学習・レポート提出を求めることがある。	