

【様式 02】 高大連携公開講座シラバス

* 科目 No.	18203
----------	-------

1. 開設大学	広島修道大学	開講場所 (キャンパス・施設)	本学
2. 科目名	食品の裏側を活用しよう！ ～栄養成分表示と私たちの食生活～		
	学問分野	番 号	44 名 称 食物・被服・生活 (栄養食物)
3. 担当教員	村上 淳 (健康科学部 健康栄養学科)		
4. 開講期間 (曜日) 開講時間	平成 31 年 8 月 6 日 (火) 9 時 00 分 ~ 12 時 15 分 (90 分× 2 回)		
個別開講日	1 回目 /	2 回目 /	3 回目 /
	4 回目 /	5 回目 /	6 回目 /
	7 回目 /	8 回目 /	9 回目 /
	10 回目 /	11 回目 /	12 回目 /
5. 募集定員	16 人		
6. 科目内容・ 授業計画	<p>1 限目 (9 : 00~10 : 30) 私たちが日ごろ食べている加工食品 (生鮮食品以外) には, 必ずその裏側に栄養表示等食品に関連する情報が記載されています。その栄養表示等に関する表示の決まり (栄養成分表示制度など) やその内容について解説することで, 今まで見過ごしていた食べ物の特徴を理解し, これからの食生活に役立ててもらいたいと思います。また, 私たちに必要な適切な栄養摂取についても学びます。とくにその中でも今回は塩分の摂取に注目してみることにします。</p> <p>2 限目 (10 : 45~12 : 15) 実際に私たちの身の回りにある食品を使って, そこに含まれる塩分量を測定し (簡易法), 食品の裏側に記載されている表示の内容と比べてみましょう。また, 1 限目に学んだ適切な塩分摂取を考慮すると, どのくらい食べてよいのかなども計算をして考えてみましょう。</p> <p>1, 2 限の講義・実習を通じて, 栄養成分表示の読み方を知り, 今後の自分の食生活に生かせるようにしましょう。</p>		
7. 受講料	無料		
8. 別途負担費用	(テキスト代・実習料等) なし		
9. 開講条件※1 あり ない	① 最少開講人数 (人) 定員超過の不許可は選考により決定 ② 不許可・不開講通知日 (7月12日(金)以前の開講科目は3月末まで/7月13日(土)以降の開講科目は6月末まで)		
10. その他特記事項	受講者についての制限事項、事前に予習しておく資料・文献など特記すべきこと ・自分が食べたお菓子などの包装物 (外箱など) を 1 品以上持参して下さい。		
11. 開設大学への 交通手段	http://www.enica.jp/ から開設大学のホームページにジャンプして確認してください。		

※申込時点で原則、受講できます。ただし、開講条件で不許可・不開講があった場合は受講申込者へ通知します。