	1~1	学園女子大学 総合ポータルシ		
科目名 クラス名	食医学			
科目名(英語)	Food Medicine			
担当教員名	辻 典子			
ナンバリング	NCb3003			
学科	2020~2025年度 大学 教育人文学部 幼児 年度 大学 教育人文学部 心理学科 3年/20 人間生活学部 健康栄養学科 3年/2024年 生活学部 食物栄養学科 3年/2020~2025 学 人間生活学部 人間福祉学科 社福・介語 年度 大学 非正規生 科目等履修生 3年/20 年度 大学 人間生活学部 人間福祉学科 社 文コース 3年/2020~2025年度 大学 社情デ	024年度 大学 人間生活学部 人間福度 大学 人間生活学部 人間福祉学科 度 大学 人間生活学部 人間福祉学科 年度 大学 教育人文学部 文芸文化 覧コース 3年/2020~2025年度 大学 020~2025年度 大学 教育人文学部 届・保育コース 3年/2020~20254	祉学科 介護コース 3年/↓こどもコース 3年/ ↓こどもコース 3年/ 学科 芸術・文化コー. 浡人間生活学部 食品 文芸文化学科 多文化	年/2020~2025年度 大学 /2020~2025年度 大学 人間 ス 3年/2020~2025年度 大 開発学科 3年/2022~2025 よ・共生コース 3年/2020~202
学年	3年	開講期	2025年度後期	
授業形態	講義	単位数	2単位	
遠隔授業対象科目				
振替元科目				
実務経験の有無	有			
実務経験および科目との関連性	有 食と健康の科学エビデンスに基づく理解に向けた研究活動と並行して、公共的機関として運営推進される国立研究開発法人 産業技術総合研 究所、ヘルスケア・サービス効果計測コンソーシアム(当時)に拠る組織としてフードメディシンネットワ ークを設立するなど、社会実装の仕組みづくりも進めてきた。			
ねらい				
	私たちは「食べる」ことで生命と心身の優 ており、洋の東西を問わず古来"食医"が重		体が作られ、体力を	と高めることはよく認識され
①科目の性格	食文化と人類の繁栄がもたらされた。近年化に応じて地域ごとに形成されてきたもの体恒常性の乱れは、肥満、動脈硬化、糖尿学的根拠に基づいた食生活のデザイン、ると期待されている。新しい生活様式のと連動させて"確立していくことは意義深	F注目を集めている腸内細菌叢なと Dである。不適切な食事やストレス R病、認知症など多くの生活習慣病 それを可能とする様々な食材の開発 中でのヘルスケアと予防医療を考え	腸内環境も、もとを など生活習慣により とも関連する可能性 やヘルスモニタリン	たどれば長年親しんだ食文 誘発された腸内細菌叢と生 が示されている。そこで科 グの価値はますます高くな
①科目の性格 ②科目の概要	食文化と人類の繁栄がもたらされた。近年 化に応じて地域ごとに形成されてきたもの 体恒常性の乱れは、肥満、動脈硬化、糖尿 学的根拠に基づいた食生活のデザイン、そ ると期待されている。新しい生活様式の	F注目を集めている腸内細菌叢なと Dである。不適切な食事やストレス 尿病、認知症など多くの生活習慣病 それを可能とする様々な食材の開発 中でのヘルスケアと予防医療を考え い。 及についての学習に重点を置き、日 方法論を学習する。医食同源による は何かを追求する上で、日本食の利	腸内環境も、もとをなど生活習慣によりとも関連する可能性やヘルスモニタリンとる上で、さまざまな常生活の中で美味し疾病・未病制御、健	たどれば長年親しんだ食文 誘発された腸内細菌叢と生 が示されている。そこで科 グの価値はますます高くな メソルーションを"食・食文化 く健康な身体づくりを通し 全な加齢にヒントを与える
	食文化と人類の繁栄がもたらされた。近年化に応じて地域ごとに形成されてきたもの体恒常性の乱れは、肥満、動脈硬化、糖尿学的根拠に基づいた食生活のデザイン、るると期待されている。新しい生活様式のと連動させて"確立していくことは意義深食が腸管環境に及ぼす影響と全身への波及て健康長寿を達成するための食品開発の方だけでなく、脳腸軸にも美味しい食事とに	F注目を集めている腸内細菌叢など Dである。不適切な食事やストレス R病、認知症など多くの生活習慣療 それを可能とする様々な食材の開発 中でのヘルスケアと予防医療を考え い。 なについての学習に重点を置き、日 な活論を学習する。医食同源による は何かを追求する上で、日本食の利 とは何かを考える構成とする。 内容を解説することにより、食医学 に、講義テーマに関する小課題(レ	腸内環境も、もとをなど生活習慣によりによりにより関連するの中で美味した。 常生活の中で無いないで、はまずの中で美味した。 点も整理しつつ、いた。 に関連する課題	たどれば長年親しんだ食文 誘発された腸内細菌叢と生 が示されている。そこで科 グの価値はますます高くな メソルーションを"食・食文 く健康な身体づくりを通し 全な加齢にヒントを与える
②科目の概要	食文化と人類の繁栄がもたらされた。近年化に応じて地域ごとに形成されてきたもの体恒常性の乱れは、肥満、動脈硬化、糖尿学的根拠に基づいた食生活のデザイン、ると期待されている。新しい生活様式のと連動させて"確立していくことは意義深食が腸管環境に及ぼす影響と全身への波及て健康長寿を達成するための食品開発のだけでなく、脳腸軸にも美味しい食事とはな、また地域と地球にとって理想的な食とパワーポイントで作成した資料と教科書内と解決法の理解が深まるようにする。また地域と地球にある。また地域と地球にとって理想的な食と	F注目を集めている腸内細菌叢などのである。不適切な食事やストレス 尿病、認知症など多くの生活習慣病 それを可能とする様々な食材の開発 中でのヘルスケアと予防医療を考えい。 なについての学習に重点を置き、よる は何かを追求する上で、日本なの利 は何かを考える構成とする。 内容を解説することにより、食医学 に、講義テーマに関する小課題(レ は期間中に数回)。 替在的な機能を理解するだけではな	腸内環境も、もとをより 関大環境を関連を出ている。 とも関連スとは、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は	たどれば長年親しんだ食文 誘発された腸内細菌叢と生 が示されている。そこで科 グの価値はますます高くなな メンルーションを"食・食文化 く健康な身体づくりを通し 全な加齢にヒントを与える とりひとりにとって理想的 受け手の状態の把握も重要
<ul><li>②科目の概要</li><li>③授業の方法 (ALを含む)</li><li>④到達目標</li><li>⑤ディプロマ・ポリシーとの関係(右の資質・能力を育成</li></ul>	食文化と人類の繁栄がもたらされた。近年化に応じて地域ごとに形成されてきたもの体恒常性の乱れは、肥満、動脈硬化、糖尿学的根拠に基づいた食生活のデザイン、ると期待されている。新しい生活様式のと連動させて"確立していくことは意義深食が腸管環境に及ぼす影響と全身への波及て健康長寿を達成するための食品開発のだけでなく、脳腸軸にも美味しい食事とはな、また地域と地球にとって理想的な食とパワーポイントで作成した資料と教科書がと解決法の理解が深まるようにする。また時間外の課題として実施し提出を求める健康の維持増進のためには、食品が持つ流	F注目を集めている腸内細菌叢など Dである。不適切な食事やストレス R病、認知症など多くの生活習慣療 それを可能とする様々な食材の開発 中でのヘルスケアと予防医療を考え い。 なについての学習に重点を置き、よる は何かを学する。医食日本食の利 は何かを考える構成とする。 内容を解説することにより、食医学 は、講覧・レ 、調間中に数回)。 替食文化の理解を通じて食品開発のア	腸内環境も、もとをより はなど生活連することを見違するようで、 は、で、は、で、は、で、は、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で	たどれば長年親しんだ食文 誘発された腸内細菌叢と生 が示されている。そこで科 グの価値はますます高くな なソルーションを"食・食文" く健康な身体づくりを通し 全な加齢にヒントで理想的 とりひとりにとって理想的 受け手の状態の把握も重要 とができる。
<ul><li>②科目の概要</li><li>③授業の方法 (ALを含む)</li><li>④到達目標</li><li>⑤ディプロマ・ポリシーとの 関係 (右の資質・能力を育成 することを目的とする)</li></ul>	食文化と人類の繁栄がもたらされた。近年化に応じて地域ごとに形成されてきたもの体恒常性の乱れは、肥満、動脈硬化、糖原学的根拠に基づいた食生活のデザイン、そると期待されている。新しい生活様式のと連動させて"確立していくことは意義深食が腸管環境に及ぼす影響と全身への波及で健康長寿を達成するための食品開発のだけでなく、脳腸軸にも美味しい食事とにな、また地域と地球にとって理想的な食とパワーポイントで作成した資料と教科書やと解決法の理解が深まるようにする。また時間外の課題として実施し提出を求める健康の維持増進のためには、食品が持つ流であることを理解できる。地域における質	F注目を集めている腸内細菌叢など Dである。不適切な食事やストレス R病、認知症など多くの生活習慣療 それを可能とする様々な食材の開発 中でのヘルスケアと予防医療を考え い。 なについての学習に重点を置き、よる は何かを学する。医食日本食の利 は何かを考える構成とする。 内容を解説することにより、食医学 は、講覧・レ 、調間中に数回)。 替食文化の理解を通じて食品開発のア	腸内環境も、もとをより はなど生活連することを見違するようで、 は、で、は、で、は、で、は、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で	たどれば長年親しんだ食文 誘発された腸内細菌叢と生 が示されている。そこで科 グの価値はますます高くな なソルーションを"食・食文化 く健康な身体づくりを通し 全な加齢にヒントで理想的 とりひとりにとって理想的 受け手の状態の把握も重要 とができる。
<ul><li>②科目の概要</li><li>③授業の方法 (ALを含む)</li><li>④到達目標</li><li>⑤ディプロマ・ポリシーとの関係 (右の資質・能力を育成することを目的とする)</li><li>教科書</li></ul>	食文化と人類の繁栄がもたらされた。近年化に応じて地域ごとに形成されてきたもの体恒常性の乱れは、肥満、動脈硬化、糖原学的根拠に基づいた食生活のデザイン、そると期待されている。新しい生活様式のと連動させて"確立していくことは意義深食が腸管環境に及ぼす影響と全身への波及で健康長寿を達成するための食品開発のだけでなく、脳腸軸にも美味しい食事とにな、また地域と地球にとって理想的な食とパワーポイントで作成した資料と教科書やと解決法の理解が深まるようにする。また時間外の課題として実施し提出を求める健康の維持増進のためには、食品が持つ流であることを理解できる。地域における質	F注目を集めている腸内細菌叢など Dである。不適切な食事やストレス R病、認知症など多くの生活習慣療 それを可能とする様々な食材の開発 中でのヘルスケアと予防医療を考え い。 なについての学習に重点を置き、よる は何かを学する。医食日本食の利 は何かを考える構成とする。 内容を解説することにより、食医学 は、講覧・レ 、調間中に数回)。 替食文化の理解を通じて食品開発のア	腸内環境も、もとをより はなど生活連することを見違するようで、 は、で、は、で、は、で、は、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で	たどれば長年親しんだ食文 誘発された腸内細菌叢と生 が示されている。そこで科 グの価値はますます高、食文イ く健康な身体づくりを通し 全なかひとりにとって理想的 受け手の状態の把握も重要 とができる。
<ul><li>②科目の概要</li><li>③授業の方法 (ALを含む)</li><li>④到達目標</li><li>⑤ディプロマ・ポリシーとの関係 (右の資質・能力を育成することを目的とする)</li><li>教科書</li></ul>	食文化と人類の繁栄がもたらされた。近年化に応じて地域ごとに形成されてきたもの体恒常性の乱れは、肥満、動脈硬化、糖原学的根拠に基づいた食生活のデザイン、そると期待されている。新しい生活様式のと連動させて"確立していくことは意義深食が腸管環境に及ぼす影響と全身への波及で健康長寿を達成するための食品開発のだけでなく、脳腸軸にも美味しい食事とにな、また地域と地球にとって理想的な食とパワーポイントで作成した資料と教科書やと解決法の理解が深まるようにする。また時間外の課題として実施し提出を求める健康の維持増進のためには、食品が持つ流であることを理解できる。地域における質	F注目を集めている腸内細菌叢など Dである。不適切な食事やストレス R病、認知症など多くの生活習慣療 それを可能とする様々な食材の開発 中でのヘルスケアと予防医療を考え い。 なについての学習に重点を置き、よる は何かを学する。医食日本食の利 は何かを考える構成とする。 内容を解説することにより、食医学 は、講覧・レ 、調間中に数回)。 替食文化の理解を通じて食品開発のア	腸内環境も、もとをより はなど生活連することを見違するようで、 は、で、は、で、は、で、は、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で	たどれば長年親しんだ食文 誘発された腸内細菌叢と生 が示されている。そこで科 グの価値はますます高くな なソルーションを"食・食文" く健康な身体づくりを通し 全な加齢にヒントで理想的 とりひとりにとって理想的 受け手の状態の把握も重要 とができる。
<ul><li>②科目の概要</li><li>③授業の方法 (ALを含む)</li><li>④到達目標</li><li>⑤ディプロマ・ポリシーとの 関係 (右の資質・能力を育成 することを目的とする)</li></ul>	食文化と人類の繁栄がもたらされた。近年化に応じて地域ごとに形成されてきたもの体恒常性の乱れは、肥満、動脈硬化、糖原学的根拠に基づいた食生活のデザイン、そると期待されている。新しい生活様式のと連動させて"確立していくことは意義深食が腸管環境に及ぼす影響と全身への波及で健康長寿を達成するための食品開発のだけでなく、脳腸軸にも美味しい食事とにな、また地域と地球にとって理想的な食とパワーポイントで作成した資料と教科書やと解決法の理解が深まるようにする。また時間外の課題として実施し提出を求める健康の維持増進のためには、食品が持つ流であることを理解できる。地域における質	F注目を集めている腸内細菌叢など Dである。不適切な食事やストレス R病、認知症など多くの生活習慣療 それを可能とする様々な食材の開発 中でのヘルスケアと予防医療を考え い。 なについての学習に重点を置き、よる は何かを学する。医食日本食の利 は何かを考える構成とする。 内容を解説することにより、食医学 は、講覧・レ 、調間中に数回)。 替食文化の理解を通じて食品開発のア	腸内環境も、もとをより はなど生活連することを見違するようで、 は、で、は、で、は、で、は、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で	たどれば長年親しんだ食文 誘発された腸内細菌叢と生 が示されている。そこで科 グの価値はますます高くな なソルーションを"食・食文" く健康な身体づくりを通し 全な加齢にヒントで理想的 とりひとりにとって理想的 受け手の状態の把握も重要 とができる。
②科目の概要  ③授業の方法 (ALを含む)  ④到達目標  ⑤ディプロマ・ポリシーとの 関係 (右の資質・能力を育成することを目的とする)  教科書 推薦書・参考文献  履修上の助言、教員からのメ	食文化と人類の繁栄がもたらされた。近年化に応じて地域ごとに形成されてきたもの体恒常性の乱れは、肥満、動脈硬化、糖原学的根拠に基づいた食生活のデザイン、そると期待されている。新しい生活様式のと連動させて"確立していくことは意義深食が腸管環境に及ぼす影響と全身への波及で健康長寿を達成するための食品開発のだけでなく、脳腸軸にも美味しい食事とにな、また地域と地球にとって理想的な食とパワーポイントで作成した資料と教科書やと解決法の理解が深まるようにする。また時間外の課題として実施し提出を求める健康の維持増進のためには、食品が持つ流であることを理解できる。地域における質	F注目を集めている腸内細菌叢など Dである。不適切な食事やストレス R病、認知症など多くの生活習慣療 それを可能とする様々な食材の開発 中でのヘルスケアと予防医療を考え い。 なについての学習に重点を置き、よる は何かを学する。医食日本食の利 は何かを考える構成とする。 内容を解説することにより、食医学 は、講覧・レ 、調間中に数回)。 替食文化の理解を通じて食品開発のア	腸内環境も、もとをより はなど生活連することを見違するようで、 は、で、は、で、は、で、は、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で、で	たどれば長年親しんだ食文 誘発された腸内細菌叢と生 が示されている。そこで科 グの価値はますます高くな なソルーションを"食・食文" く健康な身体づくりを通し 全な加齢にヒントで理想的 とりひとりにとって理想的 受け手の状態の把握も重要 とができる。
②科目の概要  ③授業の方法 (ALを含む)  ④到達目標 ⑤ディプロマ・ポリシーとの関係 (右の資質・能力を育成することを目的とする)  教科書 推薦書・参考文献  履修上の助言、教員からのメッセージ	食文化と人類の繁栄がもたらされた。近年化に応じて地域ごとに形成されてきたもの体恒常性の乱れは、肥満、動脈硬化、糖原学的根拠に基づいた食生活のデザイン、そると期待されている。新しい生活様式のと連動させて"確立していくことは意義深食が腸管環境に及ぼす影響と全身への波及で健康長寿を達成するための食品開発のだけでなく、脳腸軸にも美味しい食事とにな、また地域と地球にとって理想的な食とパワーポイントで作成した資料と教科書やと解決法の理解が深まるようにする。また時間外の課題として実施し提出を求める健康の維持増進のためには、食品が持つ流であることを理解できる。地域における質	F注目を集めている腸内細菌叢などのである。不適切な食事やストレス尿病、認知症など多くの生活習慣病とする様々な食材の開発中でのヘルスケアと予防医療を考えい。 なについての学習に重点を置き、よるは何がを考える構成とする。とにようながあるとにより、課題(レーマの本語を開発のでは、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、	腸内環境も関連を表して、 はとも関連を表して、 はとも関連を表して、 は、で、 は、で、 は、で、 は、で、 に、で、、 に、で、、 に、で、、 に、で、、 に、で、、 に、で、、 に、で、、 に、、、、、、、、、、	たどれば長年親しんだ食文 誘発された腸内細菌叢と生 が示されている。そこで科 グの価値はますます高くな なソルーションを"食・食文" く健康な身体づくりを通し 全な加齢にヒントで理想的 とりひとりにとって理想的 受け手の状態の把握も重要 とができる。

023/03/04 10.33	十文子子園女士人子 総合ホーダルンステム[2]	
事後学習・次回事前学習	授業内容について配布資料を参照しながら復習する。 配布資料を読み、疑問点等を整理しておく。	180分
第2回	ı	
授業内容	食システムと健康長寿社会	
事後学習・次回事前学習	授業内容について配布資料を参照しながら復習する。 配布資料を読み、疑問点等を整理しておく。	180分
第3回		
授業内容	腸内細菌叢と健康/疾患	
事後学習・次回事前学習	授業内容について配布資料を参照しながら復習する。 配布資料を読み、疑問点等を整理しておく。	180分
第4回	'	
授業内容	食と腸内環境・腸内細菌叢	
事後学習・次回事前学習	授業内容について配布資料を参照しながら復習する。 配布資料を読み、疑問点等を整理しておく。	180分
第5回	·	
授業内容	食品と免疫	
事後学習・次回事前学習	授業内容について配布資料を参照しながら復習する。 配布資料を読み、疑問点等を整理しておく。	180分
第6回	'	
授業内容	食と健康に関わる制度と現状	
事後学習・次回事前学習	授業内容について配布資料を参照しながら復習する。 配布資料を読み、疑問点等を整理しておく。	180分
第7回	·	'
授業内容	消化管の機能と健康(腸-多臓器連関)	
事後学習・次回事前学習	授業内容について配布資料を参照しながら復習する。 配布資料を読み、疑問点等を整理しておく。	180分
第8回	·	<u>'</u>
授業内容	ライフステージ(周産期)と生体高次機能と栄養	
事後学習・次回事前学習	授業内容について配布資料を参照しながら復習する。 配布資料を読み、疑問点等を整理しておく。	180分
第9回		
授業内容	ライフステージ(高齢期)と生体高次機能と栄養	
事後学習・次回事前学習	授業内容について配布資料を参照しながら復習する。 配布資料を読み、疑問点等を整理しておく。	180分
第10回		
授業内容	食品による生体高次機能(免疫、神経、内分泌)調節作用	
事後学習・次回事前学習	授業内容について配布資料を参照しながら復習する。 配布資料を読み、疑問点等を整理しておく。	180分
第11回	·	<u>'</u>
授業内容	食品の生体高次機能(免疫、神経、内分泌)調節作用の評価法	
事後学習・次回事前学習	授業内容について配布資料を参照しながら復習する。 配布資料を読み、疑問点等を整理しておく。	180分
第12回		
授業内容	和食と健康	
事後学習・次回事前学習	授業内容について配布資料を参照しながら復習する。 配布資料を読み、疑問点等を整理しておく。	180分
第13回		,
授業内容	地中海食と健康	

評価を受けるためには3分の2以上の出席および全てのレポートの提出が必要である。それを満たせない場合、評価はDとな

事後学習・次回事前学習		授業内容について配布資料を参照しながら復習する。 配布資料を読み、疑問点等を整理しておく。	180分	
第14回				
授業内容 地域の食医素材				
事後学習・次回事前学習 授業内容について配布資料を参照しながら復習する。 配布資料を読み、疑問点等を整理しておく。			180分	
第15回				
授業内容 試験 (記述式)				
事後学習 期		期間を通じての授業内容について配布資料を参照しながら復習する。	180分	
フィードバック 提出されたレポートに対しては、その内容をチェックし、理解に大きな誤りが 修正・再提出を求める。		提出されたレポートに対しては、その内容をチェックし、理解に大きな誤りがあるものなどに 修正・再提出を求める。	はコメントを付して返還し、	

る。出席10%、レポート50%、試験40%により評価を行い、60%以上を合格とする。

ルー	ブ	IJ	w	ク	

評価方法および評価の基準

•	•	評価基準				•
DP	評価項目	【S】到達目標以上 に達している	【A】到達目標を十 分に達成できている	【B】到達目標を達 成できている(到達 目標)	【C】到達目標を最 低限度は達成できて いる	評価方法
論理的思考・判断 力、食に関する問題 把握、判断力	論理的思考・判断 力、食に関する問題 把握、判断力	論理的思考・判断 力、食と健康・環境 に関する問題把握、 判断力を総合的に修 得し、科学的根拠に 基づき、論理的に説 明することができる	論理的に思考し、食 と健康・環境に関す る問題を把握し、科 学的根拠の基づいて 判断できる、またそ れについて説明でき る	断できる、またそれ	論理的に思考する方 途を修得し、食と健 康・環境に関する問 題を把握し、判断す る方途を修得し、説 明できる	レポート 50% 、筆記 試験 40% 、学修活動 10% で評価を行う。