

食物栄養学科の学修課題

下記の各学年の学修課題についてまとめ、締切日までに提出をしてください。

記

1. まとめ方

A4版使用 2,000～3,000字、文字の大きさ10.5ポイント

1行目に課題名、2行目に学籍番号 氏名、4行目から書いてください。

2. 質問および提出先

1年生 渡部 誠先生 watanabe@ujc.ac.jp

2年生 布川かおる先生 fukawa@ujc.ac.jp

※ メールタイトルには、「質問(または学修課題提出) 学籍番号 氏名」を必ず入れてください。

※ メールで課題提出ができない場合は、担当の先生にご相談ください。

3. 提出締め切り日

2020年4月17日(金) 17:00まで

	1年生	2年生
課題 1	<p>「自己の食生活の課題をみつけよう！」</p> <p>① 教科書「栄養教育・指導実習ワークブック」p. 39の1-食事記録の記入例、および注意点を参照しながら、あなたの1週間分の食事内容を記録してください。記録用紙は、別紙参照</p> <p>② 健康な身体をつくるために食事をバランスよくとることが大切です。あなたの年齢の「食事バランスガイド」をインターネット等で調べてください。</p> <p>③ ①と②より、あなたの現在の食生活の課題と、どのように改善したいかをまとめてください。</p>	<p>「自己の食生活は改善されたか確認しよう！」</p> <p>① 1年次で学んだ『栄養君』のフォーマットに、あなたの1週間分の食事を記録してください(記録方法については教科書「栄養教育・指導実習ワークブック」p39～40の1-食事記録の記入例、および注意点①～⑦を参照)。</p> <p>② 上記で作成した食事記録から1年間栄養士になるために学んだことを、自己の食生活の中にもどのように活かしているかを評価し、課題と改善方法をまとめてください。</p>
課題 2	<p>『食品衛生』の大切さを認識しよう！」</p> <p>① 新型コロナウイルスについてどのようなウイルスか調べてください。</p> <p>② 衛生面で気をつけることは何ですか。</p> <p>③ 生活面で気をつけることは何ですか。</p> <p>④ ①～③を通して、栄養士をめざす者として、特にどのようなことに気をつけなければならないかをまとめてください。</p>	<p>『食品衛生』の大切さを再認識しよう！」</p> <p>① 新型コロナウイルスについてどのようなウイルスか調べてください。</p> <p>② 衛生面で気をつけることは何ですか。</p> <p>③ 生活面で気をつけることは何ですか。</p> <p>④ ①～③を通して、疾患をもつ方が重症化しないために、栄養士をめざす者として、さらにどのような学びが必要かを考察してください。</p>

週間食事記録表

月 日 ~ 月 日

日付	メニュー			
(曜日)	朝食	昼食	夕食	間食
例	ロールパン 1個 目玉焼き 1個 サラダ (トマト、レタス) 1皿 カフェオレ(無糖) 1杯	焼きそば 1皿 (キャベツ、豚肉入り) お茶 1杯	ご飯 1膳 焼き鮭 1切れ 肉じゃが 1皿 味噌汁(芋、ワカメ) 1杯	肉まん 1個 プリン 1個
日				
(月)				
日				
(火)				
日				
(水)				
日				
(木)				
日				
(金)				
日				
(土)				
日				
(日)				