

宇都宮短期大学 食物栄養学科 自宅研修中の第2回学修課題一覧(4/20～5/6)

1. まとめ方
 - ・課題の中で、特に指定のないものは、課題1,2を合わせて、A4版2枚(2,000字程度)、文字の大きさ10.5ポイント(手書きでも構いません)でまとめてください。
 - ・1行目に科目名、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
 - ・メールで受け付けます。下表の右欄にある各担当科目の先生へ連絡してください(非常勤の先生の科目は、教務担当教員又は助手の先生を通して受け付けます)。
 - ・メールのタイトルには、「質問(科目名) 学籍番号 氏名」を必ず入力してください。
3. 提出先
 - ・専任の先生の科目で、メール提出できる場合は、担当教員に直接提出してください。できない場合は、担当の先生に連絡の上、郵送してください。
 - ・非常勤の先生の科目は郵送してください。
 - ・郵送先
〒321-0346 宇都宮市下荒針町長坂3829 宇都宮短期大学 食物栄養学科 課題提出係 宛
※すべてまとめて郵送してください。
4. 提出締切日 5月5日(火) 17:00

2年生科目

【必修科目】

科目名	担当教員	課題
解剖生理学 実験	渡部	次の課題1,2について、合わせて2,000字程度でまとめてください。 【課題1】 体温について、朝食前と夕食後では、夕食後のほうが体温が高くなることが多い。その理由を調べてまとめる。 【課題2】 また、自分自身で1週間、朝食前と夕食後の体温をそれぞれ測定し、実際に違いがあるかどうかまとめる。
生化学	渡部	次の課題1,2について、合わせて2,000字程度でまとめてください。 【課題1】 水溶性ビタミン9種類について、自分自身の場合1日当たりどのくらいの量を摂ることが必要か、食事摂取基準2020年版(厚労省ホームページなど)を参考にまとめる。 【課題2】 さらに、その水溶性ビタミン9種類すべての必要量を満たすために、1日当たりどのような食材をどれだけ食べればよいか、食品成分表を参考にまとめる。
給食管理 実習Ⅰ	大谷津	【課題1】 次の①～④について、まとめてください。 ①給食における献立作成の留意点 ②学校給食・事業所給食それぞれの特徴 ③大量調理の調理特性 ④大量調理における衛生管理のポイント 【課題2】 課題1をふまえて学校給食の献立を立ててください。 対象者：児童10～11歳 給与栄養目標量：「献立作成マニュアル」p.121参照 注意点： ①生野菜禁止 ②献立のコンセプトを明確にすること ③栄養教育に反映できる献立にすること
栄養 指導論Ⅱ	土橋	【課題】 教科書「栄養指導論」のp.119～120、2) 思春期の栄養を読み、(2)～(5)の中から2つ課題を選び、解決方法を考えてそれぞれ1,000字程度でまとめてください。
栄養指導 実習Ⅱ	土橋	【課題】 「栄養指導論Ⅱ」で選んだ課題をもっている対象者に栄養指導を行う媒体を、パワーポイントを使って1～2枚作成しなさい。(例)鉄分の多い食品、吸収のよい食べ方など。 画像を用紙に貼り付け、横に説明文を記入してください(パソコンがない場合は手書きのものでもよい)。
食品学Ⅱ	大森	【課題1】 ①食品の様々な分類法についてまとめてください。②日本と世界の食料需給についてTPPを絡めてまとめてください。 【課題2】 ①米・小麦・大麦・トウモロコシ・そば・雑穀がよく食べられている世界の地域について地図を用いてまとめてください。さらに、②米・小麦・大麦・トウモロコシ・そば・雑穀の栄養的特徴および加工特性についてまとめてください。
調理学 実習Ⅱ	成田	次の課題1,2について調べてください。 【課題1】 西洋料理について、①西洋料理のソースに、温かいソース、冷たいソース、その他のソースがある。それぞれのソースの名前と作るうえでの留意点について調べる。②西洋料理の特殊材料(世界3大珍味)についてその特徴を調べる。 【課題2】 中国料理について、①一般的な特徴 ②中国料理の4大系統の特徴(北方系:北京、南方系:広東、江浙:上海、四川:四川) ③中国料理の基本分類(調理法8菜)および点心について、調べる。
ライフステージ 栄養学実習	藤澤	次の課題1,2について、合わせてA4版2枚程度にまとめてください。 【課題1】 妊娠期・授乳期の特性を理解し栄養マネジメントとして、1年で使用した教科書を参考にしたり、インターネット等で調べて、妊娠中期の1日分の献立作成をする。 【課題2】 課題1の献立で試作をし、写真を撮り考察をレポートに書く。

【選択科目】

科目名	担当教員	課題
経済学	森	別紙の2つのワードファイル
歴史学	安藤	課題1,2について、それぞれ下記に示すいくつかのポイントを参考に、500字～1000字以内でまとめましょう(尚、PC又は手書きで、A4用紙かルーズリーフ1枚にまとめ、メール又は郵送する)。 【課題1】 先人の知恵のかたまりである「キノコ図鑑」について、深く考えてみよう。(ポイント) ・なぜ「キノコ図鑑」が必要とされるのだろうか。 ・なぜ、そのキノコが食用か否かがわかったのだろうか。 ・「キノコ図鑑」の知恵からスタートできる私たちの暮らしを、一寸だけ考えてみよう。 ・先人の過去の暮らし(歴史)を知ることの意味を、一寸だけ考えてみよう。 【課題2】 私たちが生き続けるために、絶対に欠かせないものはなんだろうか。 (ポイント) ・生きていくために、必ずしも無くても良いものを考えてみよう。 ・必要なものを、どのようにして手にしているのだろうか。 ・必要なものは、どのようにに生みだされているのだろうか。 ・なぜ「土地」をめぐる争いが生まれるのだろうか。

科目名	担当教員	課題	
法学	吉良	<p>最近の新型コロナウイルス拡大によって懸念されている法律問題を5つ以上 取り上げ、関連する憲法・法律の条文、裁判例、専門家による主張などを引用し、どのようなことが争点になりうるかを述べよ。外国との比較や、法律の改正の必要性などを論じてもよい。それぞれ数行程度でまとめ、全体で2ページ以内におさめること。</p> <p>・ ニュースを調べるにあたっては、新聞や総合雑誌をよく読むこと。インターネットのニュース検索を用いてもかまわない。 ・ 法律の条文を調べるには「e-Gov法令検索」などを用いること。 https://elaws.e-gov.go.jp/search/elawsSearch/elaws_search/lsg0100/ ・ 裁判例を調べるには、最高裁判所サイトなどを用いること。 https://www.courts.go.jp/index.html ・ wikipediaや「まとめサイト」などの内容を単にコピーしただけのものは失格とする。</p> <p>提出方法： Word、PDF、画像ファイルなどを、上記のメールアドレスに添付して送ること。メールの送り方がわからない場合は、印刷したもの・紙に書いたものを初回の授業までに提出してもよい。</p> <p>e-Gov法令検索</p> <p>最高裁判所サイト</p>	
調理学実習Ⅲ	大原	<p>【課題1】食品の一つを選び、自身がその食品になったつもりで自己紹介をしない。(A4版2枚 横書き 1000字程度) 例：私はトマトです。私の祖先是、南アメリカのアンデス山脈で自生していましたが、15世紀にやってきたスペイン人によって世界中に広まりました。……</p> <p>【課題2】自分が作るのが得意な料理の一つを選び、その作り方を、調理経験のない小学校5年生(10歳)の子に言葉で伝えなさい。小学校5年生が相手ですので、専門用語は使えません。(A4版 横書き 字数制限なし)</p>	
食物栄養学演習Ⅰ	上田	<p>【課題】乳酸菌の有効性について記載してください。種々の発酵食品から乳酸菌を分離し、殺菌力の強い乳酸菌を分離する手法についても記載してください。</p>	
食物栄養学演習Ⅰ	渡部	<p>【課題1】自分自身、または家族や知り合いが使っている「サプリメント」を3個取り上げて、なぜそのサプリメントを使っているのか、また効果はあると感じているか、調査する。 (足りない場合は、自分がネットやテレビ、雑誌で見て気になるものでも良い。その場合は、なぜ気になるのか、効果があると思う理由をまとめる。)</p> <p>【課題2】課題1で選んだサプリメントの有効成分は何か。また使用上の注意事項は何か。それを調べて、有用性と安全性について自分の考えをまとめる。 参考：「健康食品の安全性・有用性情報ウェブサイト(国立健康・栄養研究所)」</p>	
食物栄養学演習Ⅰ	布川	<p>【課題】自分が興味を持った食事療法について、①歴史 ②発祥地 ③目的 ④内容を、調べる。(例：地中海食・バラオ食・マクロビオティック・糖質制限食・MIND食・DASH食・ベジタリアン食・薬膳など何でも良い)</p>	
食物栄養学演習Ⅰ	土橋	<p>【課題】平成28年厚生労働省「乳幼児栄養調査」の「第2部乳幼児の生活習慣や健康状態に関する状況」の中から課題を選び、その背景、解決方法を考えなさい。</p>	
食品の官能評価・識別論	土橋	<p>【課題】教科書「食品の官能評価・識別演習」のp.177、演習5『飲用乳の表示を見て、次のことについて調べよ。①「牛乳」、「成分調整牛乳」、「加工乳」の違い ②加熱殺菌法の違い ③「乳飲料」にはどのようなものがあるか』を調べなさい。</p>	
子どもと食育	百田 北爪	<p>【課題】乳幼児期(0歳～5歳)の子どもの食生活が将来の健康に大きな影響を与え、子どもの発達段階に合わせた食育が重要視されています。子どもが食に興味を持つように、 ①2歳から5歳までの年齢に合わせて子どもと一緒にどのような方法で食育をしているか、 ②年齢に合わせた食育絵本について、本の題名とその特徴をインターネット等で調べてください。 ①、②を通して、栄養士として子どもの食育をどのように実践していきたいかまとめてください。</p>	
美容福祉Ⅱ	川津	<p>【課題】次の①、②について、人の画像を入れてA4版2枚程度にまとめてください。 ①課題高齢者メイクと若者メイクの違いとポイント ②今年のトレンドを活かしたメイクとは…?ファッションや色の流行りから、自分の考えをまとめて下さい。</p>	
栄養とスポーツ	岩崎	<p>【課題1】以下の①、②について、あわせて1000字程度でまとめなさい。 ①あなたのこれまでのスポーツとの関わり(競技として、レクリエーションとしてなど問わない) ②「栄養とスポーツ」の授業を履修する動機、どのようなことを学んでいきたいか</p> <p>【課題2】4/20(月)から5/6(水)まで、毎日の①起床時の体温、②体調(5段階評価で、1悪い・2どちらかというと悪い・3普通・4どちらかというとよい・5よい)、③食事の有無(朝、昼、晩、間食)④健康維持のために行った運動を記録し、自宅研修中の生活について考察しなさい(体温、体調の記録はできればグラフなどで変化を見えるかし、食事や運動との関係を考察できる形でまとめること)。</p>	