

栄養士養成の栄養学教育モデル・コア・カリキュラム（提案）

A	栄養士として求められる基本的な資質・能力	1
B	社会と栄養	
1.	社会および環境と健康の関わり	4
2.	健康・栄養に関わる社会制度・法規と保健活動	5
3.	根拠に基づく栄養管理ための疫学の理解と活用	6
C	栄養の実践のための基礎科学	
1.	人体の構造と機能	8
2.	栄養における栄養素等のはたらき	10
3.	栄養における食べ物の機能	14
4.	栄養管理の基本	15
5.	人間の行動変容に関する理論	17
D	食べ物をベースとした栄養管理の実践	
1.	食べ物と健康の関連の理解	19
2.	食事と調理の科学の理解	22
3.	給食と給食経営管理の理解	24
E	ライフステージと栄養管理の実践	
1.	ライフステージ別の栄養管理	28
2.	栄養教育の進め方と多様な場での展開	30
3.	日本と世界の公衆栄養の現状の理解	31
4.	公衆栄養活動の実践のための理論と展開	33
F	疾病と栄養管理の実践	
1.	疾病の成り立ちと傷病者の栄養管理	35
2.	傷病者、要介護者および障がい者の栄養・食事管理	35
3.	病態に対する栄養・食事管理	36
4.	ライフステージ別の病態に対する栄養管・食事管理	40
G	給食の運営に関する総合学修	42

A 栄養士として求められる基本的な資質・能力

A-1. プロフェッショナリズム

豊かな人間性、生命への尊厳や職業に対する倫理観を備え、幅広い教養を有し、専門職としての使命感と責任感をもって、職務を遂行できる。

学修目標

- ① 人々の健康と幸福に貢献する栄養と食の専門職であることを説明できる。
- ② 専門職としての職業倫理を説明できる。
- ③ 生命の尊厳を尊重できる。
- ④ 使命感と責任感をもって職務を遂行するためのコミュニケーション能力を修得する。

A-2. 栄養学の知識と課題対応能力

栄養学の専門的知識及び技術を活用し、課題に対して必要な情報を収集・選択し、科学的視点を持って論理的に判断し、健全な発育・発達、健康の維持増進、疾病の発症予防・重症化予防に貢献できる。

学修目標

- ① 栄養の定義を説明できる。
- ② 人と栄養・食の相互的な関係性を説明できる。
- ③ 科学的根拠を示す情報を収集し、情報リテラシーをもって正しく活用できる。
- ④ 専門的知識や収集した情報をふまえ、課題を明確にし、解決策を考え、提案できる。

A-3. 対象者への理解と栄養・食事管理の実践

対象者の身体状況、栄養状態、価値観、社会経済状況等を総合的・全人的に理解し、適切な栄養・食事管理を実践できる。

学修目標

- ① 人々の価値観や社会的背景の多様性を説明できる。
- ② 適切な栄養・食事管理のために、対象者を全人的に理解し、寄り添うことができる。
- ③ 対象者に対する適切な食事計画を立案し、食事の提供ができる。

A-4. 栄養・食の選択と決定を支援するコミュニケーション能力

人々の生活背景や価値観を尊重し、豊かな人間性を持って、より良い食生活の意思決定を支援できる。

学修目標

- ① 対象者の栄養・食に関する主体的な意思決定を尊重することができる。
- ② 対象者と適切なコミュニケーションができる。
- ③ 適切な支援を行うために、食に関わる体験の蓄積がある。

A-5. 栄養・食の質と安全の管理

科学的視点と専門的知識及び技術をもって、個人や集団の健康状態や特性をふまえた、良質で安全な栄養・食事管理を行うことができる。

学修目標

- ① 安全で質の高い栄養・食事管理ができる。
- ② 栄養・食に関するリスクについて説明できる。
- ③ 緊急時の栄養・食事管理が説明できる。

A-6. 連携と協働

栄養・食の管理を必要とする人々に関わる関係者の役割を理解し、協調性を持って連携・協働することで、より良い食生活の実現に貢献する。

学修目標

- ① 幅広い分野，業種における栄養士の役割を説明できる。
- ② 管理栄養士と協働し，栄養・食事管理を適切に行うことができる。
- ③ 連携・協働するために，他職種の役割と専門性を説明できる。

A－7．科学的態度の形成と科学的探究

栄養学研究の基礎から応用までの必要性を理解し，研究成果を実践に応用・活用できる。

学修目標

- ① 実践現場の課題と研究の繋がりを説明できる。
- ② 科学的探究における批判的思考の必要性を説明できる。

A－8．生涯にわたって自律的に学ぶ能力

専門職としての誇りを持ち，生涯を通して自律的に学び続ける。

学修目標

- ① 栄養と食の専門職として誇りを持ち，生涯にわたり自己研鑽する必要性を説明できる。
- ② 自律的に学び続ける能力を習得する。
- ③ 栄養と食の専門職として，自らのキャリアデザインができる。

B 社会と栄養

1. 社会および環境と健康の関わり

小項目：1-1) 健康の考え方

ねらい：健康の定義について理解し，現代社会における健康増進，疾病の予防の重要性を理解する．

学修目標

- ① 健康の定義および維持・増進の在り方，疾病の予防ならびに健康格差や健康に関する社会環境要因について説明できる．
- ② 国民の健康づくりにおける保健・医療・福祉の位置づけと相互の役割について概説できる．

小項目：1-2) 環境と健康

ねらい：地球規模で変化しつつある環境問題とその健康影響を理解する．

学修目標

- ① 環境，生態系，食物連鎖・生物濃縮の概念を説明できる．
- ② 環境汚染（大気汚染，水質汚濁，土壌汚染）と健康影響について説明できる．
- ③ 地球規模の環境変化（地球温暖化，オゾン層破壊）による健康影響について説明できる．
- ④ 廃棄物（一般，産業）処理と3R（Recycle, Reduce, Reuse）について説明できる．

小項目：1-3) わが国における健康の現状

ねらい：健康に関わる保健統計や既存データ（健診・医療・介護等を含む）を用いて，人びとの健康状態の現状と動向を把握できるようにする．

学修目標

- ① 健康に関わる情報（保健統計，既存データ）の目的・内容・収集について説明できる。
- ② 主な保健統計指標の定義，意義，用途について説明できる。
- ③ 平均余命，平均寿命，健康寿命について説明できる。
- ④ 人口静態統計および人口構成の現状と変遷（将来推計を含む）の概要について説明できる。
- ⑤ 人口動態統計による死因別死亡等の現状と変遷（疾病構造の変化）の概要について説明できる。
- ⑥ 傷病統計による主な疾病の現状と動向について説明できる。
- ⑦ 医療費の現状とその背景について説明できる。

2. 健康に関わる社会制度・法規と保健活動

小項目 2-1) 社会保障制度・衛生法規と保健活動

ねらい：社会生活における制度および法規の重要性を踏まえ，私たちの健康を維持・増進するための国及び地方公共団体の役割を理解し，栄養士活動の根拠となる法規について理解する。

学修目標

- ① 日本国憲法第 25 条の理念を踏まえ，社会保障の定義と歴史および社会保障と公衆衛生の関連ならびに健康づくりに関する諸制度について説明できる。
- ② 地域保健法及び地域保健活動の概要を踏まえ，地域保健に関する行政組織，関連機関等の役割と相互の連携について説明できる。
- ③ 児童・生徒，労働者，母子等の健康の現状と問題を踏まえ，関連法規に基づく保健活動について説明できる。

- ④ 医療保険制度の概要，医療法，医療従事者の各資格の概要について説明できる．
- ⑤ 老人福祉法，介護保険法，地域包括ケアシステムについて説明できる．
- ⑥ 社会福祉施設の種類，障がい者福祉のあり方，在宅ケア及び訪問看護について説明できる．
- ⑦ 高齢者の医療の確保に関する法律による特定健診と特定保健指導について説明できる．
- ⑧ 公衆栄養に係る法律制定の意義と内容を説明できる（栄養士法，健康増進法，食育基本法）．

3. 根拠に基づく栄養の実践のための疫学の方法の理解

小項目：3-1) 疫学の方法

ねらい：健康情報の根拠となる疫学の方法論を理解し，健康の維持・増進や疾病予防に役立つ基本的な考え方を理解する．

学修目標

- ① 疫学の基本的な考え方，疫学指標について説明できる．
- ② 記述疫学，分析疫学，実験疫学の基礎的な方法について理解している．
- ③ 疫学情報の収集方法とエビデンスレベルについて概説できる．
- ④ スクリーニングの意義，要件，指標について概説できる．
- ⑤ 疫学で使用する曝露効果の指標（相対危険，オッズ比，寄与危険）について概説できる．

小項目：3-2) 主要疾患の疫学と予防対策

ねらい：わが国の死因や医療費の順位で上位の主要疾患のうち，栄養の影響が大きなものについて，疾患の原因と転帰の機構を理解する．

学修目標

- ① がん，循環器疾患，メタボリックシンドローム，骨粗鬆症，ロコモティブシンドローム，CKD（慢性腎臓病）の発症機構とその各段階に対する栄養の影響について説明できる．
- ② 近年の感染症の動向を踏まえ，感染症法の分類，主な感染症の成立と対策について説明できる．
- ③ 主要な精神疾患の分類と現状，精神保健対策について概説できる．
- ④ 自殺，不慮の事故，虐待の現状と対策の重要性について説明できる．

C 栄養の実践のための基礎科学

1. 人体の構造と機能

小項目：1-1) 細胞，組織，臓器・器官の構造と機能

ねらい：人体を，生体成分，細胞，組織，臓器・器官および個体のレベルで理解する。

学修目標

- ① 生体成分（糖質，脂質，アミノ酸・タンパク質）の構造と機能について説明できる。
- ② 細胞の基本的な構造と機能について説明できる。
- ③ 組織の基本的な構造（上皮，支持，筋，神経）と機能について説明できる。
- ④ 各臓器・器官の形態，体内での位置および主要臓器の構造について説明できる。
- ⑤ 消化器系の役割と構造（口腔・咽頭，消化管，消化腺）・機能（咀嚼・嚥下，消化管運動，肝機能，消化・吸収）について説明できる。
- ⑥ 循環器系の役割と構造（心臓，血管壁）・機能（心機能，体循環，肺循環，血圧）について説明できる。
- ⑦ 血液・造血器系の役割と構造（血球，血漿成分）・機能（血液性状・貧血，血漿タンパク質，血液凝固，血液型，免疫・アレルギー，造血）について説明できる。
- ⑧ 泌尿器系・生殖器系の役割と構造（腎臓，生殖器）・機能（腎機能，性周期）について説明できる。
- ⑨ 内分泌系の役割と構造・機能（視床下部・下垂体，甲状腺，カルシウム代謝，ランゲルハンス島・糖尿病，副腎皮質・髄質，性腺）について説明できる。
- ⑩ 呼吸器系の役割と構造（気道，肺）・機能（外呼吸・内呼吸，呼吸運動，肺気量，呼吸の調節）について説明できる。
- ⑪ 運動器系（骨格系，筋肉系）の役割と構造（骨，主要骨格，横紋筋，平滑筋，心筋）・機

能（骨リモデリング，造血，筋収縮）について説明できる．

- ⑫ 神経・感覚器系の役割と構造（脳，神経単位，舌）・機能（ニューロン，大脳皮質，中枢神経系・末梢神経系，味覚）について説明できる．
- ⑬ 皮膚の役割と構造（表皮）・機能（皮膚感覚）について説明できる．

小項目：1-2) 生体内代謝

ねらい：生体内でみられる各種代謝を理解する．

学修目標

- ① 代謝（異化，同化）について説明できる．
- ② 高エネルギーリン酸化合物の役割について説明できる．
- ③ 酵素と補酵素の機能について説明できる．
- ④ 解糖系，クエン酸回路，電子伝達系と酸化的リン酸化，熱産生について概説できる．
- ⑤ 血糖の調節に係る糖新生とグリコーゲンの合成と分解について概説できる．
- ⑥ ペントースリン酸経路，ウロン酸経路の役割について説明できる．
- ⑦ 脂肪酸の生合成， β 酸化，ケトン体の代謝について概説できる．
- ⑧ トリアシルグリセロールの代謝を概説できる．
- ⑨ 必須脂肪酸から生合成される主なエイコサノイドについて概説できる．
- ⑩ リポタンパク質の種類と機能を理解し，脂質の輸送経路について概説できる．
- ⑪ コレステロールの生合成と利用について概説できる．
- ⑫ アミノ酸の分解経路（アミノ基転移反応，尿素回路，炭素骨格の代謝）とアミノ酸の利用について概説できる．
- ⑬ 糖質，脂質，アミノ酸代謝の相互連関について概説できる．

⑭ 遺伝子とたんぱく質の合成について概説できる。

小項目：1-3) 個体の調節機構

ねらい：個体の調節機構，人体のホメオスタシス（恒常性）維持機構を，神経性調節，内分泌性調節，生体防御機構から理解する。

学修目標

- ① 神経による情報伝達について概説できる。
- ② ホルモンによる恒常性維持について説明できる。
- ③ 体温，呼吸，血圧の調節を説明できる。
- ④ 体液の組成と調節（酸塩基平衡，浸透圧）について説明できる。
- ⑤ 特異的生体防御機構と非特異的生体防御機構について概説できる。

2. 栄養における栄養素等のはたらき

小項目：2-1) 栄養の概念

ねらい：栄養の概念および栄養と健康・疾患との関わりから，栄養の意義を理解する。

学修目標

- ① 栄養，栄養素および栄養学の概念について，それぞれ説明できる。
- ② 食事の意義と役割について説明できる。
- ③ 栄養と健康・疾病の関連，すなわち，食生活と健康・疾病発症の関わりについて説明できる。

小項目：2-2) 摂食行動の仕組み

ねらい：摂食行動の調節機構および摂食を調節する生理的要因を理解する。

学修目標

- ① 摂食行動の調節機構について説明できる。
- ② 摂食行動に影響を及ぼす生理的要因について説明できる。

小項目：2-3) 栄養素等の消化・吸収のメカニズム

ねらい：消化と吸収の意義と機構，調節機構，および吸収後の栄養素の体内動態を理解する。

学修目標

- ① 消化と吸収の意義と機構について説明できる。
- ② 栄養素ごとに，関連の消化酵素と作用機序，吸収過程について説明できる。
- ③ 消化と吸収の調節機構について説明できる。
- ④ 吸収後の栄養素の体内動態について説明できる。

小項目：2-4) 炭水化物の栄養学的是たらき

ねらい：糖質の栄養学的な役割，血糖の調節機構および食物繊維の生理作用を理解する。

学修目標

- ① 糖質の栄養学的な役割について説明できる。
- ② 糖質の各臓器における役割と動態が説明できる。
- ③ 血糖とその調節機構が説明できる。
- ④ 糖質と他の栄養素との関係について説明できる。
- ⑤ 食物繊維の定義，種類，分類，それぞれの主な生理作用について説明できる。

小項目：2-5) 脂質の栄養学的是たらき

ねらい：脂質の栄養学的な役割，脂質の体内動態と臓器特性を理解する。

学修目標

- ① 脂質と脂肪酸の栄養学的な役割について説明できる。
- ② 脂質と脂肪酸の体内動態と臓器特性について説明できる。
- ③ 脂質と他の栄養素との関係について説明できる。

小項目：2-6) たんぱく質の栄養学的是たらき

ねらい：たんぱく質・アミノ酸の代謝と栄養学的な役割，栄養価の評価法を理解する。

学修目標

- ① たんぱく質・アミノ酸の栄養学的な役割について説明できる。
- ② たんぱく質・アミノ酸の臓器間輸送と臓器における機能の特徴について説明できる。
- ③ 窒素平衡について説明できる。
- ④ 食事たんぱく質の栄養価評価法について説明できる。
- ⑤ たんぱく質・アミノ酸とエネルギーおよび他の栄養素との関係について説明できる。

小項目：2-7) ビタミンの栄養学的是たらき

ねらい：ビタミンの栄養学的な役割，他の栄養素との関係を理解する。

学修目標

- ① ビタミンの栄養学的な役割について説明できる。
- ② ビタミンの生理作用と欠乏・過剰について説明できる。
- ③ ビタミンの吸収と体内利用に及ぼす食事成分の影響について説明できる。

- ④ ビタミンと他の栄養素の関係について説明できる。

小項目：2-8) ミネラル（無機質）の栄養学的是たらき

ねらい：ミネラルの栄養学的な役割，他の栄養素との関係を理解する。

学修目標

- ① ミネラルの栄養学的な役割について説明できる。
- ② ミネラルの生理作用と欠乏・過剰について説明できる。
- ③ ミネラルの吸収，体内動態に及ぼす食事成分の影響について説明できる。
- ④ ミネラルと他の栄養素の関係について説明できる。

小項目：2-9) 水・電解質の栄養学的是たらき

ねらい：水・電解質の代謝調節と栄養学的な役割を理解する。

学修目標

- ① 生体内の水の分布，機能および水分出納について説明できる。
- ② 電解質（ナトリウム (Na)，カリウム (K) 等）の分布と生理作用について説明できる。

小項目：2-10) エネルギー代謝

ねらい：エネルギー代謝の概念，基礎代謝，安静時代謝，活動時代謝，食事誘発性熱産生およびエネルギー代謝の測定法とエネルギー出納を理解する。

学修目標

- ① エネルギーの概念について説明できる。
- ② 基礎代謝・安静時代謝の定義，算定方法およびそれらに影響を及ぼす因子について説

明できる。

- ③ 活動時代謝の定義，METs，Af，身体活動レベルについて説明できる。
- ④ 食事誘発性熱産生について説明ができる。
- ⑤ 生体の利用エネルギー，エネルギー消費量の測定法，エネルギー出納について説明できる。

3. 栄養における食べ物の機能

小項目：3-1) 食品の主要成分と機能

ねらい：食品に含まれる様々な成分の構造，性質，所在，機能等を理解する。

学修目標

- ① 食品中の水の状態（結合水・自由水）と物性や貯蔵性との関連を説明できる。
- ② 食品中のアミノ酸・ペプチドの種類，構造の概要，性質，所在を説明できる。
- ③ 食品中のたんぱく質の種類，構造の概要，性質，所在を説明できる。
- ④ 食品中の炭水化物（単糖，少糖，多糖）の種類，構造の概要，性質，所在を説明できる。
- ⑤ 食物繊維（水溶性・不溶性）の種類と生理的機能について説明できる。
- ⑥ 食品中の脂質の種類，構造の概要，性質，所在を説明できる。
- ⑦ 食品中の無機質の種類，性質，所在，生理的機能を説明できる。
- ⑧ 食品中のビタミンの種類，構造，性質，所在を説明できる。
- ⑨ 食品の嗜好成分（味，香り，色素成分）の種類，性質，所在を説明できる。
- ⑩ 食品の物性と食品機能について概説できる。

小項目：3-2) 食事の理解

ねらい：健康を支える食事を実践するために食品および食事の基本事項を理解する。

学修目標

- ① 食べ物の循環（食物連鎖）や食品ロスについて説明できる。
- ② 食事の構成要素を説明できる。
- ③ 日常食の基本構成（主食，主菜，副菜）を説明できる。

4. 栄養管理の基本

小項目：4-1) 食事摂取基準の理解

ねらい：食事摂取基準の基本的な考え方を理解する。

学修目標

- ① 食事摂取基準の目的について説明できる。
- ② 食事摂取基準の各設定指標について説明できる。
- ③ 体格指数（body mass index; BMI），基礎代謝量（basal metabolic rate; BMR），身体活動レベル（physical activity level; PAL），推定エネルギー必要量（estimated energy requirement; EER）について説明できる。
- ④ ライフステージ別の各栄養素の食事摂取基準策定について科学的根拠を概説できる。

小項目：4-2) 食事摂取量，食行動と食環境の把握

ねらい：食事調査法の理解と活用，食行動と食環境の評価を理解する。

学修目標

- ① 食事調査の意義と目的について説明できる。
- ② 各種食事調査法の種類と方法について説明できる。
- ③ 各種食事調査法の特徴（長所，短所）と信頼度（妥当性や再現性）について説明でき

る。

- ④ 食事調査（個人および集団）を実施し、栄養素等の摂取量を評価・活用できる。〔実習〕
- ⑤ 環境と食習慣・食行動の関連について説明できる。
- ⑥ 食環境の客観的評価指標（食料品店の分布、食品の販売品目、栄養表示の実施状況等）と主観的評価指標（食料品店や情報の入手しやすさ等に関する食環境の認知）の違いを説明できる。

小項目：4-3) 栄養管理プロセスの理解

ねらい：栄養管理の国際的な基準である栄養管理プロセスを理解する。

学修目標

- ① 栄養管理と栄養管理プロセスについて説明できる。
- ② 栄養評価（主観的栄養評価、客観的栄養評価）の目的、静的栄養評価、動的栄養評価について概説できる。
- ③ 身体計測法、血液および尿中の代表的な生化学成分の種類、基準値、判定等について概説できる。
- ④ 栄養素等摂取量に影響を及ぼす要因について概説できる。
- ⑤ 身体計測ができる。〔実習〕
- ⑥ 身体活動の評価方法を理解し、実践できる。〔実習〕
- ⑦ 栄養診断の意義、目的、記録方法（problem of nutrition diagnosis label, etiology, sign/symptoms; PES を含む）を概説できる。
- ⑧ 行動変容に関する理論等を応用し、栄養介入計画を作成できる。
- ⑨ 良好なコミュニケーションを通して、対象者の行動変容を支援する力を身に付ける。

⑩ 栄養介入の経過をモニタリングし、その評価（判定）について説明できる。

5. 人間の行動変容に関する理論

小項目：5-1) 行動変容に関する理論・モデル・概念

ねらい：生活の質の向上や健康の維持増進に向けた望ましい食習慣の形成のために、行動科学を中心とした理論・モデル・概念を理解する。（以下の「理論等」には、理論・モデル・概念の3つを含む）

学修目標

- ① 栄養状態の改善と食行動変容の関わりについて説明できる。
- ② 人間の食行動（食事を準備し整える、食べる、食の知識や技術を伝承する等）を説明できる。
- ③ 行動変容の基礎となる学習に関する理論（刺激-反応理論等）を説明できる。
- ④ 個人要因に焦点を当てた行動変容の理論（トランスセオレティカルモデル等）を説明できる。
- ⑤ 対人関係の影響に関係する行動変容の理論（社会的認知理論等）を説明できる。
- ⑥ 食行動には個人要因の他に、個人間、環境等複数のレベルの要因が関わっていることを説明できる（エコロジカルモデル）。

小項目：5-2) カウンセリングの基本の理解

ねらい：カウンセリングの基本と技法を理解する。

学修目標

- ① 栄養カウンセリングの特徴を説明できる。
- ② カウンセリングの基本（ラポールの形成、課題の明確化、目標の共有、クライアント

中心)を説明できる。

- ③ カウンセリングの基本技法（傾聴，受容，要約，開かれた質問，閉ざされた質問，沈黙への対応）を実践できる。〔実習を含む〕
- ④ 栄養マネジメントサイクルおよび行動変容の理論等に基づいて，カウンセリング技法を活用した栄養カウンセリングが実践できる。〔実習を含む〕

D 食べ物をベースとした栄養の実践

1. 食べ物と健康の関連の理解

小項目：1-1) 食品の分類

ねらい：様々な視点に基づく食品の分類を理解する。

学修目標

- ① 原料、生産様式に基づく食品の分類について説明できる。
- ② 食品を主要栄養素含量に基づいて分類できる。

小項目：1-2) 食品成分表

ねらい：食品成分表における食品の分類法・分析法を理解するとともに、食品成分の分析法を身につける。

学修目標

- ① 食品成分表の基本的な構成について説明できる。
- ② 食品成分表の収載成分分析方法について説明できる。
- ③ 食品成分表利用における留意点を説明できる。
- ④ 食品の水分やたんぱく質について分析できる。〔実験・実習〕
- ⑤ 食品の脂質や炭水化物について分析できる。〔実験・実習〕

小項目：1-3) 食品加工と食品成分の変化

ねらい：食品材料の特徴、食品加工における原理や食品成分の変化を理解するとともに、加工法を実践的に学ぶ。

学修目標

- ① 主要な食品材料（農産物，畜産物，卵類，乳類，水産物，油脂，香辛料）の特徴について説明できる。
- ② 主要な加工食品の特徴とその加工原理を説明できる。
- ③ 食品の加工に伴う食品成分の物性的，化学的，栄養学的変化を概説できる。
- ④ 食品の劣化原因（脂質の酸化，褐変反応等）とその防止方法について説明できる。
- ⑤ 食品加工に用いられる食品添加物の種類と用途について説明できる。
- ⑥ 食品包装材料の種類と特性を概説できる。
- ⑦ 植物性食品の加工法を修得する。〔実験・実習〕
- ⑧ 動物性食品の加工法を修得する。〔実験・実習〕

小項目：1-4) 食品の安全性

ねらい：食品の安全の確保や衛生管理を実施するために必要な法律や制度を理解する。

学修目標

- ① 食品のハザード（危害要因）とリスクについて説明できる。
- ② 食品衛生・食品の安全性確保に関するリスク分析（リスク評価，リスク管理，リスクコミュニケーション）の考え方を説明できる。
- ③ 食品衛生・食品の安全性確保に関する法規（食品安全基本法，食品衛生法，食品表示法等）と行政制度を概説できる。
- ④ 食品衛生管理（一般衛生管理プログラム，HACCP等）について説明できる。
- ⑤ 食品による窒息事故のリスクについて説明できる。
- ⑥ 食物アレルギーのリスクについて説明できる。

小項目：1-5) 病原性微生物・有害物質による食品の汚染とその防止

ねらい：病原性微生物，有害物質による食品の汚染と防止法を理解し，安全な食品・食事を提供するための基礎を身につける。

学修目標

- ① 食中毒の定義，発生状況について説明できる。
- ② 病原微生物（細菌，ウイルス）による食中毒の原因と予防方法について説明できる。
- ③ 食品の変質とその判定法を理解し，微生物取扱いの基本操作と生菌数測定ができる。
〔実験を含む〕
- ④ 自然毒及び化学性の食中毒の原因と予防方法について説明できる。
- ⑤ 食品による寄生虫症と感染症（人獣共通感染症を含む）の原因と予防方法について説明できる。
- ⑥ 食品汚染物質（カビ毒，放射性物質，農薬等）について説明できる。
- ⑦ 食品成分の変化によって生じる有害物質について説明できる。

小項目：1-6) 食品添加物の種類・用途・安全性

ねらい：食品添加物の役割と安全性を理解する。

学修目標

- ① 食品添加物の安全性評価について概説できる。
- ② 食品添加物の分類，用途を説明できる。
- ③ 食品中の食品添加物（着色料，発色剤等）の定性分析ができる。〔実験〕

小項目：1-7) 食品の機能性

ねらい：食品の1次，2次および3次機能を理解し，その違いについて理解する。

学修目標

- ① 食品の1次，2次および3次機能について説明できる。

小項目：1-8) 特別用途食品・保健機能食品・いわゆる健康食品

ねらい：特別用途食品・保健機能食品・いわゆる健康食品の制度や表示を学び，それらの違いを理解する。

学修目標

- ① 特別用途食品について説明できる。
- ② 保健機能食品（特定保健用食品，機能性表示食品，栄養機能食品）について，説明できる。
- ③ いわゆる健康食品について概説できる。

小項目：1-9) 食品の規格と表示

ねらい：食品の規格基準や種々の表示を理解する。

学修目標

- ① 食品の規格基準について説明できる。
- ② 食品の期限表示について説明できる。
- ③ 食品の規格表示（栄養成分表示，JAS規格表示等）について説明できる。
- ④ その他の表示（アレルギー表示，食品添加物の表示，遺伝子組換え食品に関する表示等）について説明できる。

2. 食事と調理の科学の理解

小項目：2-1) 調理の基本

ねらい：食事を構成する各食材料について適切な調理ができるように，その調理性および加熱調理操作・非加熱調理操作を理解する。

学修目標

- ① 調理の意義を説明できる。
- ② 植物性食品，動物性食品の調理性について説明でき，それらの調理性を評価できる。
- ③ 成分抽出素材，調味料の調理性について説明でき，調理性を評価できる。
- ④ 加熱調理操作と加熱用器具の原理・要点を理解し，各調理に活用できる。
- ⑤ 非加熱調理操作と非加熱用器具の原理・要点を理解し，各調理に活用できる。

小項目：2-2) 食べ物のおいしさの評価と応用

ねらい：食べ物の嗜好性（おいしさ）について理解する。

学修目標

- ① おいしさの要因及び関与する化学的・物理的性質について説明できる。
- ② 食べ物の客観的評価（機器測定）の方法について説明できる。
- ③ 食べ物の主観的評価（官能評価）の方法について説明できる。

小項目：2-3) 食事計画と調理・食事提供

ねらい：主食・主菜・副菜を組み合わせた日常食を計画し，調理および食事を提供する力を身につける。

学修目標

- ① 主食・主菜・副菜の料理構成を理解し，1料理・1食あたりの食品の組み合わせ・使

用量を説明できる。

- ② 調味パーセントを活用した調味の標準化を説明できる。
- ③ 食品成分表を食事計画に活用できる。
- ④ 対象者に応じた食事計画ができる。
- ⑤ 食事計画に基づいた適切な調理・食事提供ができる。
- ⑥ 代表的な調理器具を使用し、基本的な調理ができる。
- ⑦ 和食および世界の代表的な食事様式をふまえた食事計画と調理ができる。
- ⑧ 調理した料理および食事提供を評価し、食事計画と調理の改善ができる。
- ⑨ 調理済み食品・病者用食品(減塩、低脂質等)を使用した食事計画ができる。

小項目：2-4) 食文化と調理

ねらい：日本の食文化を理解し、食事計画に展開できる。

学修目標

- ① 日本の伝統的な食文化を理解し、それをふまえた行事食（正月料理等）や郷土料理の調理ができる。

3. 給食と給食経営管理の理解

小項目：3-1) 給食運営のマネジメント

ねらい：給食の概念と給食運営のマネジメントを理解する。

学修目標

- ① 食環境としての給食の意義・役割を説明できる。
- ② 給食における経営資源とその活用方法を概説できる。
- ③ 給食運営におけるマネジメントサイクルを説明できる。

- ④ 給食運営に関わる原価構成と費用の算定方法を説明できる。
- ⑤ 給食運営の方式について委託と直営の違いを説明できる。

小項目：3-2) 食材料管理

ねらい：食材料管理の方法を理解する。

学修目標

- ① 給食の目的に応じた食材料の選択ができる。
- ② 食材料管理（発注・購入・検収・保管）の概要について説明できる。

小項目：3-3) 給食施設における栄養管理と品質管理

ねらい：給食の品質管理を栄養管理と関連付けて理解する。

学修目標

- ① 利用者の食事計画に必要なアセスメント方法を説明できる。〔実習を含む〕
- ② 食事摂取基準を活用して、給食施設の給与栄養目標量を決定できる。〔実習を含む〕
- ③ ②に基づき、給食の施設・設備、食材料費、調理従事者の技術と人数、衛生を考慮した献立作成を実践できる。〔実習を含む〕
- ④ 利用者の栄養管理を目的とした食事の品質管理の意義とその方法を説明できる。
- ⑤ 提供された食事の品質評価と利用者の摂取状況を把握する方法を説明できる。〔実習を含む〕

小項目：3-4) 給食の調理・提供における衛生管理

ねらい：給食の調理・提供における人、食材料、施設、作業の衛生管理を理解する。

学修目標

- ① 一般衛生管理プログラムと HACCP システムとの関連を説明できる。
- ② 法令に準拠した衛生管理マニュアルを理解し、人、食材料、施設・設備、作業の衛生管理について説明できる。
- ③ 献立に応じて衛生管理基準に沿った調理工程の衛生管理を実践する。〔実習〕

小項目：3-5) 給食の生産管理

ねらい：給食施設の特性（施設・設備、献立内容、調理担当者の配置）に基づいた生産管理を理解する。

学修目標

- ① 給食施設により調理・提供システムが異なることを概説できる。
- ② 献立の調理工程、作業工程を計画できる。〔実習〕
- ③ 作業指示書の機能を理解し、作業指示書を作成できる。〔実習〕
- ④ 大量調理の特性について説明できる。
- ⑤ 業務用調理機器を使用して給食の調理・提供を行うことができる。〔実習〕

小項目：3-6) 給食施設における事故対策の基本

ねらい：給食施設における事故対策の必要性について理解できる。

学修目標

- ① 給食施設における事故の種類と影響について説明できる。
- ② インシデント・アクシデント管理の意義を説明できる。
- ③ 食中毒事故に対する対応を説明できる。

2019.1.17 現在

D 食べ物をベースとした栄養の実践

- ④ 食物アレルギーに対する対応を説明できる.
- ⑤ 自然災害・事故に対する対策について説明できる.

E ライフステージと栄養の実践

1. ライフステージ別の栄養・食事管理

小項目：1-1) 妊娠期・授乳期の栄養

ねらい：妊娠期・授乳期の栄養・食事管理について説明できる。

学修目標

- ① 妊娠期・授乳期の生理的・身体的特徴について説明できる。
- ② 妊娠期・授乳期の栄養評価について説明できる。
- ③ 妊娠期・授乳期の栄養・食事管理について説明できる。
- ④ 妊娠期・授乳期に特徴的な疾病の栄養・食事管理について説明できる。

小項目：1-2) 新生児期・乳児期の栄養管理

ねらい：新生児期・乳児期の栄養・食事管理について理解する。

学修目標

- ① 新生児期・乳児期の生理的・身体的特徴を説明できる。
- ② 身体発育曲線や体格指数を用いた栄養評価について説明できる。
- ③ 母乳栄養，人工栄養，およびその支援について説明できる。
- ④ 摂食機能の発達と離乳の方法，およびその支援について説明できる。
- ⑤ 新生児期・乳児期に特徴的な疾病の栄養・食事管理について説明できる。
- ⑥ 食物アレルギーへの対応・予防について説明できる。

小項目：1-3) 幼児期・学童期・思春期の栄養管理

ねらい：幼児期・学童期・思春期の栄養・食事管理について理解する。

学修目標

- ① 幼児期・学童期・思春期の生理的・身体的特徴，および食生活の特徴について説明できる。
- ② 身体発育曲線，および体格指数を用いた栄養評価について説明できる。
- ③ 幼児期・学童期・思春期の栄養・食事管理について説明できる。
- ④ 幼児期・学童期・思春期に特徴的な疾病の栄養・食事管理について説明できる。

小項目：1-4) 成人期・更年期の栄養管理

ねらい：成人期・更年期の栄養・食事管理について理解する。

学修目標

- ① 成人期・更年期の生理的・身体的特徴について説明できる。
- ② 生活習慣病に関連する社会生活と食環境について説明できる。
- ③ 成人期・更年期の栄養・食事管理について説明できる。
- ④ 成人期・更年期に特徴的な疾病の発症，および重症化予防の為の栄養・食事管理について概説できる。

小項目：1-5) 高齢期の栄養管理

ねらい：高齢期の栄養・食事管理について理解する。

学修目標

- ① 高齢期の生理的・身体的特徴，および食生活の特徴について説明できる。
- ② 高齢期の栄養評価について説明できる。
- ③ 高齢期の栄養・食事管理について説明できる。

- ④ 高齢期に特徴的な疾病の栄養・食事管理について説明できる。

小項目：1-6) ライフステージに応じた食事計画と調理

ねらい：各ライフステージに応じた食事計画を理解し、調理ができる。

学修目標

- ① 摂食機能等の発達段階に応じ、離乳食に適した食品選択および調理ができる。
- ② 高齢者の咀嚼・嚥下機能に応じた食事計画および調理ができる。〔実習〕

2. 栄養指導の進め方と多様な場での展開

小項目 2-1) 栄養指導の意義と進め方

ねらい：栄養士が行う栄養指導の意義や目的を理解し、行動変容に関する理論等を統合した栄養指導を実践できる力を身につける。

学修目標

- ① 健康教育やヘルスプロモーションと栄養指導の関係を理解し、栄養指導の目的と意義を説明できる。
- ② 栄養指導マネジメントサイクルを説明できる。〔実習を含む〕
- ③ 栄養指導プログラムに必要な人的資源を説明できる。〔実習を含む〕
- ④ 対象者に則したアセスメント結果を踏まえ、課題の優先順位、目標設定ができる。〔実習を含む〕
- ⑤ 目標を達成するために必要な学習形態や教材を作成、または選択できる。〔実習を含む〕
- ⑥ 行動変容の理論等を活用して、栄養指導プログラムを作成できる。〔実習を含む〕
- ⑦ 良好なコミュニケーション（プレゼンテーションスキルを含む）を通して、対象者の行動変容を支援する力を身につける。〔実習を含む〕

- ⑧ 栄養指導プログラムの評価項目を選択できる。〔実習を含む〕
- ⑨ 評価の結果を総合的に捉え、栄養指導教育プログラムの見直し・改善点を提案できる。
〔実習を含む〕
- ⑩ 適切に情報を収集・分析し、栄養指導プログラム等に活用することができる。〔実習を含む〕

小項目：2-2) 多様な場における栄養指導の実践

ねらい：栄養指導の多様な場における対象者のライフステージや身体・精神的状況、価値観、社会的背景等の特徴を理解し、それらに応じた栄養指導プログラムを計画し、説明する力を身につける。

学修目標

- ① 幼稚園・保育園における栄養指導プログラムを計画し、説明できる。〔実習を含む〕
- ② 小・中・高等学校における栄養指導プログラムを計画し、説明できる。〔実習を含む〕
- ③ 職域・地域における栄養指導プログラムを計画し、説明できる。〔実習を含む〕
- ④ 高齢者福祉施設や在宅介護の場における栄養指導プログラムを計画し、説明できる。
〔実習を含む〕

3. 日本と世界の公衆栄養の現状の理解

小項目：3-1) 公衆栄養学の概念

ねらい：公衆栄養学の意義・役割を理解する。

学修目標

- ① 公衆栄養学の意義・役割について説明できる。

小項目：3-2) 国民の健康・栄養・食の現状

ねらい：疾病構造や栄養課題の変化について理解する。

学修目標

- ① 国民の疾病構造の変化や少子・高齢化における栄養問題を説明できる。

小項目：3-3) 健康づくり対策の推移と展開

ねらい：疾病構造，栄養課題，社会状況の変化に伴う健康・栄養対策の変遷を理解する。

学修目標

- ① 健康・栄養対策の歴史的経緯を説明できる。
- ② 健康日本 21（第二次）について説明できる。
- ③ 日本の食生活指針とフードガイドについて説明できる。
- ④ 国レベルの事業（特定健康診査・特定保健指導制度等）について説明できる。
- ⑤ 地域・職域における栄養士等の業務を理解し，その役割について説明できる。

小項目：3-4) 国民の健康・栄養・食の実態把握の方法

ねらい：国民の健康・栄養・食ならびに食料需給の状況を継続的に把握する意義やその方法を理解する。

- ① 平均寿命と健康寿命および死亡の状況と原因の資料やデータを収集し，その解釈ができる。
- ② 国民健康・栄養調査の意義・目的・方法について説明できる。
- ③ 食料需給について説明できる。

小項目：3-5) 国際栄養の理解

ねらい：世界における健康・栄養課題を理解し、これらに関わる機関の役割を理解する。

- ① 世界の主要な健康・栄養課題を概説できる。
- ② 栄養にかかわる国際的機関（世界保健機関（WHO）、国連食糧農業機関（FAO））を概説できる。

4. 公衆栄養活動の実践のための理論と展開

小項目：4-1) 栄養疫学の地域の健康・栄養活動への活用

ねらい：栄養疫学による状況把握とこれにより計画・展開された施策の客観的な評価方法を理解する。

学修目標

- ① 栄養疫学を活用して、地域・職域の健康・栄養状態・食行動・食環境の実態把握と効果測定の方法を説明できる。
- ② 栄養疫学を使用した報告書を読み、地域・職域の健康・栄養対策に活用されていることを説明できる。

小項目：4-2) 地域・職域の食環境整備

ねらい：食環境のとらえ方（概念）と、食環境整備の方法を理解する。

学修目標

- ① 食環境のとらえ方（概念）を説明できる。
- ② 食物へのアクセスと情報へのアクセスの整備の方法および両者の統合の方法を説明できる。

2019.1.17 現在

E ライフステージと栄養の実践

小項目：4-3) 災害時の栄養対策

ねらい：災害時における課題と対策を理解する。

学修目標

- ① 災害時に想定される栄養課題について説明できる。
- ② 具体的な対策について説明できる。

F 疾病と栄養管理の実践

1. 疾病の成り立ちと傷病者の栄養・食事管理

小項目：1-1) 疾病の原因の成り立ち

ねらい：栄養士が学ぶべき疾病の原因，病態，症候について人体の構造と機能に関連づけて理解する。

学修目標

- ① 循環障害（虚血，充血，うっ血，血栓形成，塞栓，梗塞等）を概説できる。
- ② 炎症と創傷について説明できる。

小項目：1-2) 疾患の症候と診断・治療の概要

ねらい：栄養士が学ぶべき疾病の診断，診断にいたる検査項目および治療の概要について理解する。

学修目標

- ① 病歴情報（主訴，現病歴，既往歴，家族歴，社会歴），全身状態（体重，血圧，脈拍，呼吸，体温等）を概説できる。
- ② 臨床検査における基準値の設定の考え方（敏感度，特異度等）を概説できる。
- ③ 一般臨床検査，血液生化学検査の種類と意義を概説できる。
- ④ 根拠に基づく栄養（evidence-based nutrition; EBN）を説明できる。

2. 傷病者，要介護者および障がい者の栄養・食事管理

小項目：2-1) 傷病者，要介護者および障がい者に対する栄養士の役割

ねらい：傷病者・要介護者および障がい者の栄養管理に対する理念と目標を理解し，医療・

介護領域における栄養士の役割を理解する。

学修目標

- ① 傷病者・要介護者および障がい者を説明できる。
- ② 医療分野における栄養士の役割および職業倫理について説明できる。
- ③ 傷病者・要介護者（要支援者）の社会的支援および医療（診療報酬）制度・介護保険制度について概説できる。
- ④ 終末期医療（緩和ケア）における栄養士の役割について概説できる。

3. 病態に対する栄養・食事管理

小項目：3-1) 栄養障害

ねらい：栄養障害の病態と具体的な食事管理を理解する。

学修目標

- ① 飢餓、たんぱく質・エネルギー栄養障害（protein-energy malnutrition;PEM）の病態と食事管理を概説できる。
- ② ビタミン欠乏症・過剰症の病態と食事管理を概説できる。
- ③ ミネラル欠乏症・過剰症の病態と食事管理を概説できる。

小項目：3-2) 代謝・内分泌系疾患

ねらい：代謝・内分泌系疾患の病態と治療を理解し、具体的な食事（栄養補給）管理ができる力を身につける。

学修目標

- ① メタボリックシンドロームの病態と食事管理を概説できる。
- ② 肥満症・糖尿病の病態を理解し、エネルギーコントロール食を実践できる。〔演習・実

習]

- ③ 脂質異常症の病態と食事管理を概説できる.
- ④ 高尿酸血症・痛風の病態と食事管理を概説できる.

小項目：3-3) 消化器系疾患

ねらい：消化器系疾患の病態と治療を理解し、具体的な食事（栄養補給）管理ができる力を身につける.

学修目標

- ① 口腔疾患（口内炎，舌炎）の病態を理解し，食事管理を概説できる.
- ② 胃・腸疾患（胃・食道逆流症，急性胃粘膜病変，消化性潰瘍，慢性胃炎）の病態を理解し，食事管理を実践できる．〔演習・実習〕
- ③ 炎症性腸疾患（クローン病，潰瘍性大腸炎）の病態を理解し，食事管理を概説できる.
- ④ 肝疾患（肝炎，脂肪肝，非アルコール性脂肪肝炎（NASH），肝硬変）の病態を理解し，食事管理を概説できる.
- ⑤ 胆石症と胆のう炎・胆管炎の病態を理解し，食事管理を概説できる.
- ⑥ 膵臓疾患（急性膵炎，慢性膵炎）の病態を理解し，脂質コントロール食を実践できる．〔演習・実習〕

小項目：3-4) 循環器系疾患

ねらい：循環器系疾患の病態と治療を理解し、具体的な食事（栄養補給）管理ができる力を身につける.

学修目標

- ① 高血圧症（本態性高血圧，二次性高血圧）の病態を理解し，食事管理を概説できる．
- ② 動脈硬化症の病態を理解し，虚血性心疾患（狭心症と心筋梗塞），脳血管障害の食事管理を実践できる．
- ③ 心不全に至る経過と病態を理解し，食事管理を概説できる．
- ④ ナトリウムコントロール食を実践できる．〔演習・実習〕

小項目：3-5) 腎・尿路系疾患

ねらい：腎・尿路系疾患の病態と治療を理解し，具体的な食事（栄養補給）管理ができる力を身につける．

学修目標

- ① 急性糸球体腎炎症候群，慢性糸球体腎炎症候群について概説できる
- ② 急性腎不全の病態を理解し，食事管理を概説できる．
- ③ 慢性腎臓病（chronic kidney disease; CKD），糖尿病性腎症，慢性腎不全に至る経過を理解し，食事管理を概説できる．
- ④ ネフローゼ症候群の病態を理解し，食事管理を概説できる．
- ⑤ 血液透析・腹膜透析患者に対する食事管理を概説できる．
- ⑥ たんぱく質コントロール食を実践できる．〔演習・実習〕

小項目：3-6) 悪性腫瘍

ねらい：悪性腫瘍の病態，治療（外科的治療，内科的治療，緩和ケア），および具体的な食事（栄養補給）管理が理解できる．

学修目標

- ① 消化管（口腔，食道，胃，大腸）の悪性腫瘍の病態と治療，および食事管理を概説できる。
- ② その他（肝臓，膵臓，肺，白血病等）の悪性腫瘍の病態と治療，および食事管理を概説できる。
- ③ 緩和ケアを理解し，その食事管理の意義を概説できる。

小項目：3-7) 血液系疾患

ねらい：血液系疾患の病態と治療を理解し，具体的な食事（栄養補給）管理ができる力を身につける。

学修目標

- ① 貧血の病態について理解し，鉄欠乏性貧血・悪性貧血等に対する食事管理が実践できる。〔演習・実習〕

小項目：3-8) 運動器系（骨格系）の疾患

ねらい：運動器系（骨格系）の疾患の病態と治療を理解できる。

学修目標

- ① くる病，骨軟化症について概説できる。

小項目：3-9) 免疫・アレルギー疾患

ねらい：免疫・アレルギー疾患の病態と治療を理解し，具体的な食事（栄養補給）管理ができる力を身につける。

学修目標

- ① 食物アレルギーの病態について理解し、その病態に対応した食事管理が実践できる。

〔演習・実習〕

4. ライフステージ別の病態に対する栄養・食事管理

小項目：4-1) 妊娠期疾患

ねらい：妊娠期の疾患の病態と治療を理解し、具体的な食事（栄養補給）管理について理解する。

学修目標

- ① 妊娠糖尿病の病態について理解し、食事管理が概説できる。
- ② 妊娠高血圧症候群の病態について理解し、食事管理が概説できる。

小項目：4-2) 乳幼児・小児疾患

ねらい：乳幼児・小児疾患の病態と治療を理解し、具体的な食事（栄養補給）管理ができる力を身につける。

学修目標

- ① 消化不良症，周期性嘔吐症の病態について理解し，食事管理を概説できる。
- ② 先天性代謝異常症（フェニルケトン尿症，ホモシスチン尿症，メープルシロップ尿症，ガラクトース血症，糖原病）の病態について理解し，食事管理を概説できる。
- ③ 小児肥満の病態について概説できる。

小項目：4-3) 高齢者疾患

ねらい：加齢による心身の変化，高齢者に多い疾患の病態と治療を理解し，具体的な食事（栄養補給）管理ができる力を身につける。

学修目標

- ① サルコペニア・フレイルについて概説できる.
- ② 咀嚼・嚥下障害の病態について理解し，食事管理を実践できる．〔演習・実習〕
- ③ 骨粗鬆症の病態について理解し，食事管理が概説できる．
- ④ 認知症の病態について理解し，食事管理が概説できる．
- ⑤ 慢性閉塞性肺疾患（COPD）の病態を理解し，食事管理が概説できる．
- ⑥ 褥瘡の病態について理解し，食事管理が概説できる．
- ⑦ 在宅高齢者の食事管理が概説できる．

G 給食の運営に関する総合学修

1. 給食施設の利用者への栄養・食事管理の実践

ねらい：給食施設における栄養士の役割を理解し，利用者の栄養管理の課題を関連部門・多職種と共有し，具体的な給食提供に展開するための力を総合的な実習を通して修得する。

学修目標

- ① 事前学習を通じて，校外実習の目標・ねらいを説明できる。
- ② 栄養士の職業倫理について，給食運営の中で説明できる。
- ③ 利用者および多職種とのコミュニケーションを実践できる。
- ④ 給食施設の中で献立計画から調理・提供までの給食の運営業務を実践できる。
- ⑤
- ⑤給食施設（児童福祉施設，教育機関，職域，高齢者福祉施設，医療施設）において関連部門・多職種と共同し，利用者の栄養・食事管理を実践できる。