

科目名	<b>法 学</b>	科目分類	<input checked="" type="checkbox"/> 基礎教育科目 <input type="checkbox"/> 専門教育科目 <input type="checkbox"/> 必修 <input checked="" type="checkbox"/> 選択 <input type="checkbox"/> 栄養士必修
英文表記	<b>L a w</b>	開講年次	<input type="checkbox"/> 1年 <input checked="" type="checkbox"/> 2年
ふりがな	<b>なかがわしゅういち</b>	開講期間	<input type="checkbox"/> 前期 <input checked="" type="checkbox"/> 後期 <input type="checkbox"/> 通年 <input type="checkbox"/> 集中
担当者名	<b>中川 修一</b>	修得単位	<b>2 単位</b>
授業の到達目標 及びテーマ	〔到達目標〕 社会において、法と日常生活がどのような形式で関わっているのか、理解度を高める。 〔テーマ〕 一日一日		
準備学習	身の周りには法に関する諸問題が新聞、報道等に資料がたくさんあり、常に興味を持つこと。毎回資料を配布するので、理解してくること。		
授業概要	私たちは、法を意識しないで生活をしております。ところが、普段の生活は、法に守られて生活をしております。この講義では、意識させるための理解度を高めるための実例をあげ、分かり易く進めていきます。		
授業計画			
第1回 法とは何か			
第2回 法と他の社会規範			
第3回 法と道徳Ⅰ			
第4回 法と道徳Ⅱ			
第5回 法の権利・義務			
第6回 法の適用			
第7回 法の解釈Ⅰ			
第8回 法の解釈Ⅱ			
第9回 法の分類Ⅰ			
第10回 法の分類Ⅱ			
第11回 憲法とは何か			
第12回 基本的人権Ⅰ			
第13回 基本的人権Ⅱ			
第14回 統治機構Ⅰ			
第15回 統治機構Ⅱ			
第16回 試験			
テキスト	<b>新やさしく学ぶ法学 法律文化社</b>		
参考文献	<b>授業でその都度紹介します。</b>		
評価の方法	出席。その他で総合判断。		
学生への メッセージ	社会にでても、困らない内容になっております。		

科目名	<b>運動生理学</b>	科目分類	<input type="checkbox"/> 基礎教育科目 <input checked="" type="checkbox"/> 専門教育科目 <input type="checkbox"/> 必修 <input checked="" type="checkbox"/> 選択 <input type="checkbox"/> 栄養士必修
英文表記	<b>Exercise Physiology</b>	開講年次	<input type="checkbox"/> 1年 <input checked="" type="checkbox"/> 2年
ふりがな	さとう みのる	開講期間	<input type="checkbox"/> 前期 <input checked="" type="checkbox"/> 後期 <input type="checkbox"/> 通年 <input type="checkbox"/> 集中
担当者名	佐藤 実	修得単位	<b>2 単位</b>
授業の到達目標 及びテーマ	[到達目標] 健康の形成・維持・増進および生活習慣病の予防・改善に効果的な運動を栄養学的かつ生理学的に理解し、説明できること [テーマ] 自分の運動体験を通して理解する		
準備学習	普段から新聞やネットの関連記事に目を通しておくこと		
授業概要	健康の形成、増進および生活習慣病の予防・改善の意義、それらに有効な運動の種類と時間、エネルギー消費、それらの処方仕方等について学ぶ。		
授業計画			
第1回	健康の増進と運動(1)	用語：健康の増進の意義、現代人の生活の問題点、運動不足、ストレス	
第2回	健康の増進と運動(2)	肥満の種類と原因・病態、肥満度の判定、メタボリックシンドローム	
第3回	健康の増進と運動(3)	生活習慣病	
第4回	身体運動のしくみ(1)	骨格筋収縮のしくみ、	
第5回	身体運動のしくみ(2)	収縮時のエネルギー供給(クレアチンリン酸、乳酸)、呼吸循環器との関連	
第6回	運動とエネルギー代謝(1)	エネルギー代謝の測定、基礎代謝量、メッツ	
第7回	運動とエネルギー代謝(2)	最大酸素摂取量、身体活動レベル	
第8回	トレーニングとその効果(1)	トレーニングの種類と方法、トレーニングの原則(過負荷)	
第9回	トレーニングとその効果(2)	筋繊維、心臓、肺臓、肥満解消	
第10回	トレーニングとその効果(3)	トレーニング効果による遺伝子の発現	
第11回	運動と栄養	運動時のエネルギー産生、運動時の栄養素の利用、活性酸素と運動	
第12回	運動選手と栄養	運動選手の食事、運動選手とサプリメント	
第13回	運動処方と運動負荷検査の実際(1)	運動処方作成、基礎調査、医学的検査、運動負荷検	
第14回	運動処方と運動負荷検査の実際(2)	運動負荷検査と体力検査の実際	
第15回	運動処方と運動負荷検査の実際(3)	運動処方の実際(健康人、肥満者、高齢者、幼児等)	
第16回	試験		
テキスト	資料を配布する。		
参考文献	「やさしい運動生理学」、杉晴夫、南江堂		
評価の方法	試験の成績で評価する。		
学生への メッセージ	栄養学、生化学、解剖生理学、病態生理学、臨床栄養学などで学習したことに関連付けて受講してほしい。実際に健康形成のための運動を通して理解してもらう。		