

# 食と健康情報 -食を知り、病気から身を守る-

単位数	ナンバリングコード	
2	DIF419	
	教員名	西平 順
	専門	内科学、医療情報学、分子医科学
	出身校等	北海道大学 医学部 医学博士（北海道大学）
	現職	北海道情報大学 非常勤講師
授業形態		
前期インターネットメディア授業・後期インターネットメディア授業		
授業範囲	試験範囲	
インターネットメディア授業内容すべて	授業内容すべて	
	【試験時参照許可物】 一切自由 ※ただしWebページ（通信教育部POLITEを除く） と生成系AIの参照は不可とする。	
科目の概要		
<p>高齢化に伴い、生活習慣、特に食習慣に起因した疾患に関心が高い。糖尿病、肥満、がん、消化器疾患の多くは、その発症に食が関連していることが明らかにされてきた。</p> <p>本科目では、食と病気の関連について理解すると同時に、食材に含まれる機能性成分（抗動脈硬化作用など）について栄養学の観点から学ぶ。さらに、基本的な食品の加工技術についても学ぶ。</p>		
授業における学修の到達目標		
食と病気の関連について理解することを目標とする。		
講義の方針・計画		
以下の内容について学ぶ。		
第1回：食事による病気の予防		
第2回：食欲の制御		
第3回：食習慣と糖尿病（前編）		
第4回：食習慣と糖尿病（後編）		
第5回：食習慣とがん（前編）		
第6回：食習慣とがん（後編）		
第7回：食習慣と消化器疾病		
第8回：食習慣と肝疾患		
第9回：食習慣と骨粗鬆症		
第10回：機能性食品の開発（前編）		
第11回：機能性食品の開発（後編）		
第12回：食品加工と栄養（前編）		
第13回：食品加工と栄養（後編）		
第14回：食品の栄養と機能性		
第15回：まとめ		

<b>準備学習</b>
以下の準備学習を行う。 (予習) インターネットメディア授業の各回のタイトルから、用語を調べる。 (復習) 授業後に、用語等のポイントについてまとめる。
<b>課題(試験やレポート等)に対するフィードバック方法</b>
Eラーニングによる授業ですので、繰り返し学習し、知識の定着に努めて下さい IM授業は、練習問題を解答すると、解答に応じたコメントを画面に表示する。
<b>成績評価の方法およびその基準</b>
科目試験による評価100%
<b>教科書</b>
なし
<b>参考書</b>
書名：栄養の基本がわかる図解事典 著者名：中村丁次 発行所：成美堂出版
<b>その他</b>
なし
<b>試験期間</b>
シラバス検索画面トップページ ( <a href="https://syllabus-tsushin.do-johodai.ac.jp/">https://syllabus-tsushin.do-johodai.ac.jp/</a> ) 下部の「2026学年暦」を参照
<b>学習プリント</b>
なし
<b>教職科目</b>
<b>関連受講科目</b>
「医学医療」、「医療制度と医療情報システム」
<b>担当教員の実務経験</b>
食の臨床試験を実践しており、食と健康の関する臨床医学の経験を講義に反映させている。