令和５年度山形大学模擬講義一覧（I.食品・栄養・健康）

講義番号	開講方法		学問分野	講義テーマ	講義概要	教員氏名・職名	学部・学科・コース名	形式	受講人数	講義時間（目安）	対象			実験費の額（目安）	備　考	SDGsの17の目標															
	オンライン	対面									小学	中学	高校			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
I5-1	○	○	食品・栄養・健康	私達の食生活と心身の健康	毎日の食事は、私たち人間の生命の維持にとって必要不可欠であるだけでなく、文化を継承する、親睦を深める、五感を研ぎ澄ます、ストレスに対処する等、様々な場面で重要な役割を果たしています。そのような多面的な食事を適切に管理・実践できる力、フードリテラシーを身につけることについて、朝食の役割、間食のとり方、食品ロスの削減等、具体例を挙げながら解説します。	大森　桂　　教授	学術研究院（地域教育文化学部主担当）	講義	ご相談に応じます。	60~90分程度	○	○	○	ご相談に応じます。			○	○	○		○		○		○	○	○	○			
I5-2	○	○	食品・栄養・健康	氾濫する食と健康に関する情報への対応～どのように考え、利用するか？～	巷に多く出回っている食に関する情報。中にはウソの情報も多く存在します。我々が生活していく上で、これらの情報とどのように付き合い、利用するべきなのか？実際の論文からの栄養データを読み解きながら、科学的根拠に基づいた栄養学とはどのようなものなのか、について講義します。	橋本　健二　　准教授	地域教育文化学部 文化創生コース	講義	10～40名程度 （ご相談に応じます）	45~90分程度 （ご相談に応じます）	△	○	○		実施校にて、プロジェクター、スクリーン、パソコンをご準備願います。			○	○													
I5-3	○	○	食品・栄養・健康	「油（あぶら）」と「脂（あぶら）」と健康の話	油（あぶら）と脂（あぶら）を合わせて油脂（ゆし）といいます。一般的に油脂は健康に関して悪者扱いされがちですが、実際はそうでもありません。これまで思っていた油脂への考え方、見方が変わります。油脂と健康について科学的根拠を基盤に講義します。	橋本　健二　　准教授	地域教育文化学部 文化創生コース	講義	10～40名程度 （ご相談に応じます）	45~90分程度 （ご相談に応じます）	△	○	○		実施校にて、プロジェクター、スクリーン、パソコンをご準備願います。			○	○													
I5-4	○	○	食品・栄養・健康	骨の健康を考える	身体の支持組織である骨は、若いうちからしっかりと強化しておく必要があります。将来、骨粗鬆症などの骨に関する病気を防ぐためにも今から骨の健康について考えてみましょう。骨の健康には一般的にカルシウムと考えられていますが、実はそれだけではありません。近年の新しい知見とともに現代の問題、解決策について講義します。	橋本　健二　　准教授	地域教育文化学部 文化創生コース	講義	10～40名程度 （ご相談に応じます）	45~90分程度 （ご相談に応じます）	○	○	○		実施校にて、プロジェクター、スクリーン、パソコンをご準備願います。			○	○													
I5-5	○	○	食品・栄養・健康	ジュニア選手のスポーツ栄養学	ジュニアスポーツ選手やその保護者、指導者を対象にスポーツ選手として適切な食事の量、トレーニング効果を上げる食事のとり方のコツをお話します。	矢口　友理　　准教授	地域教育文化学部 文化創生コース	講義、調理実習	ご相談に応じます	ご相談に応じます		○	○	ご相談に応じます	ジュニア選手の指導者や保護者も対象に含みます。				○	○										
I5-6	○	○	食品・栄養・健康	下水道資源を農業に活かす「ビストロ下水道」	下水道の役割は，皆さんの家庭から出る下水をきれいにして，環境をまもることだけではありません。下水道から出る栄養豊富な水，たい肥（コンポスト），熱を農業に活かす研究が進んでいます。飼料用米，豚肉，野菜，だだちゃ豆，魚のアユまで，下水道資源を用いて，いろんな食べ物を育てている鶴岡市の先進的な取組とともに紹介します。	渡部　徹　　教授	農学部 エコサイエンスコース	講義	何名でも可	ご希望に応じます		○	○					○		○		○		○		○	○		○		
I5-7	○	○	食品・栄養・健康	ウイルス感染症の流行を下水で調べる「下水疫学」	毎年冬になるとノロウイルスによる胃腸炎が流行します。下水に存在するウイルスをモニタリングすると，この流行の兆しを早くとらえることができます。その情報を皆さんに伝えて注意を促すことで，医療に頼らず社会で流行拡大を防ぐ新しい取組を紹介します。これは新型コロナウイルスの対策にも活用が試みられており，また，安全な生ガキの養殖にもつながる取組です。	渡部　徹　　教授	農学部 エコサイエンスコース	講義	何名でも可	ご希望に応じます			○					○		○		○		○		○			○		
I5-8		○	食品・栄養・健康	発酵と食生活	食生活の中で、食品、医薬品、日用品などさまざまなところに、発酵技術が利用されています。発酵食品の中で、しょうゆ、みそ、酒などの醸造技術やそれに関わる微生物を紹介します。	小関　卓也　　教授	農学部 バイオサイエンスコース	講義	特になし	ご希望に応じます		○	○									○							
I5-9	○	○	食品・栄養・健康	酸化ストレスへの防御～体が持つ抗酸化防御系について～	常に体は様々な刺激により活性酸素種に曝されています。過剰な活性酸素種は体に悪影響を与え、老化や生活習慣病の原因になり得ます。そのような活性酸素種に対して抗酸化酵素や抗酸化物質が協調的に働き、体を保護しています。本講義では、活性酸素種と体がもつ抗酸化防御系についての概説と共に最近の研究内容についてご紹介いたします。	小林　翔　　准教授	農学部 バイオサイエンスコース	講義	何名でも可	ご希望に応じます	○	○	○				○	○									○					