

横浜栄養専門学校

# 食と栄養のサイエンス ～栄養士について学ぼう～



食品や栄養に関する学習を通し、栄養士の仕事を理解する

- 1 栄養士の資格と活躍の場
- 2 栄養素の働きについてなど
- 3 食品の衛生についてなど
- 4 日常の食事の評価、適正な食事とは何か

■ 人数 / 15名 ■ 教材費 / 無料 ■ 性別 / 男女

## TIME SCHEDULE

### 1日目 8月2日(木)

- 9:10～11:15 オリエンテーション／栄養とは…基礎の栄養学
- 11:20～12:20 健康と食の安全・安心
- 13:00～14:00 食事の自己点検をしてみよう
- 14:05～15:05 身近な食品の栄養価

### 2日目 8月3日(金)

- 9:10～10:10 栄養士に必要な調理技術(1)
- 10:15～11:15 栄養士に必要な調理技術(2)
- 11:20～12:20 栄養士に必要な調理技術(3)
- 13:00～15:05 栄養士という職業とは(1)(2)

〈特記事項〉