

出張講義 高校生向けテーマ

ヘルスフードサイエンス学科

講義名
●講義 50分
今後ますます重要になる食に関する仕事 – 食の専門家を目指して –
いろいろな油
たまねぎの秘密
高校生の心身の健康と食生活
行動変えてダイエット！
栄養成分表示をチェック！
何を食べたら健康になれるの？
食中毒を防ぐにはどうすればいいの？
「調理のさしすせそ」のヒミツ
●体験型 100分
鶏卵の鮮度判定
献立を立ててみよう
正しい手洗い方法を習得しよう
おいしい色を考えよう～野菜編～
香りについて

健康栄養学科

講義名
でんぷん種類と調理特性
米の種類と調理特性
運動と食生活
高校生の食生活について
スポーツと栄養(アスリートの栄養補給とパフォーマンス)
管理栄養士のお仕事
高校生の食と健康
いわゆる健康食品の分類
食品加工について
食品の安全性について

心身健康科学科【通学課程】

講義名
脳が生むビッグデータの活用 – ブレインテックとウェルビーイング –
ストレスを見てみよう！～ウェルビーイングを考える～
こころとからだを知る！～身近なデータのチカラ～
食べ物と腸内細菌の科学
文化・社会が心理・メンタルヘルスに与える影響
AI/ITで開発！こころを育てるテクノロジーを考えよう
心身健康科学で読み解く あなたの遺伝子と生活習慣の関係 なぜ同じ生活をして、病気になる人とならない人がいるのか？
0と1の世界 – 2進数の四則演算 –
「こころ」と「からだ」の健康を育むストレス・マネジメント ～「こころ」のマナビから考える～
ひとことがすべてを左右する？ ～心理学で探る人の見方～

心身健康科学科【通信教育課程】

講義名
心身の健康とストレス
触れる刺激で体調を整える
女性のライフサイクルと心身の健康
自分を作り上げる細胞を見てみよう(赤血球と白血球)
神経が伝わるしくみの最前線
身近で役立つ食卓の科学
血圧測定 ～血圧って何？血圧を測ってみよう！～
パワースポットの科学
禅によるレクリエーション
「農」で地域を元気にしよう！
私たちが考える健康とは？