

**【授業の到達目標および概要】**

脂質を構成する脂肪酸には、飽和、一価不飽和、n-6 及び n-3 系多価不飽和などの種類があり、それぞれ、生体に与える影響は大きく異なる。本講義では、脂肪酸と疾病等との関係、各ライフステージにおける脂肪酸栄養の重要性について理解することを目標とする。

**【授業計画】**

①②脂質栄養の現状：トランス脂肪酸を含めた脂質栄養の問題点、今後の取り組み

③④脂質と健康：脂質・n-3系脂肪酸（EPA, DHA）・飽和脂肪酸と疾病との関係

⑤⑥栄養疫学と脂肪酸栄養：出生コホート調査の概要、妊婦及び子どもの健康

⑦⑧ まとめ

**【授業外学習】**

授業終了時に示す課題について、レポートを作成すること。

**【成績評価の方法・基準】**

授業への参加度及びレポート提出により評価を行う。

**【教科書】** 随時プリントを配付する。