

1. 教育の責任

健康栄養学部では、「食」を通じて人々の健康および生活の質向上を支援する管理栄養の専門家として、医療、福祉をはじめ、スポーツ、学校、企業など幅広い分野で社会に貢献できる人材の養成を目標としている。

その目標を達成するための教育の一環として、本教員は以下の教科の講義を担当し、学生の教育に臨んでいる。

「公衆衛生学Ⅰ」（栄養学メジャー必須科目、1 年次秋学期、2 単位、92 名）

「公衆衛生学Ⅱ」（栄養学メジャー必須科目、2 年次春学期、2 単位、74 名）

「応用セミナーⅢ」（栄養学メジャー必須科目、4 年次春学期、1 単位、35 名）

「応用セミナーⅣ」（栄養学メジャー必須科目、4 年次秋学期、1 単位、35 名）

「卒業研究」（栄養学メジャー選択必須科目、4 年次通年、2 単位、3 名）

（その他）

「公衆衛生」（看護学メジャー必須科目、2 年次秋学期、2 単位、83 名）

「公衆衛生学特論」（国際看護学研究科必須科目、1 年次春学期、2 単位、11 名）

2. 教育の理念

健康栄養学部管理栄養学科に入学した学生は、人の健康を守る「管理栄養士」になることを第一の目標としている。健康栄養学部の教育では、まずそれが実現できるように支えていく必要がある。「管理栄養士国家試験」に合格するためには、多くの科目の勉強をして総合的知識を身につけないといけない。そのためには、「国家試験」を念頭に入れた体系的な教育が必要であり、講義内容を常に最新の概念とデータに更新していくことを心がけている。

また、ただ知識を身につけるだけでなく、自分が目指す目標を達成することにより、どのような社会貢献ができるのかも講義を通じて伝えることも必要がある。常に使命感と緊張感をもって、有意義な 4 年間の学生生活を送ることができるように、メンタル面のサポートにも気を配っている。

3. 教育の方法

専門科目である「公衆衛生学Ⅰ、Ⅱ」においては、国家試験対策のために必須の内容をしっかりと学習させるとともに、健康を守るために基本的に身につけるべき知識や、健康を増進させる因子や悪化させる因子に対する考え方の変遷などを教え、将来患者や一般人に対する健康指導を行う時の材料として活用できるよう工夫をしている。

「応用セミナーⅢ、Ⅳ」では、管理栄養士国家試験対策において、学生 1 人ひとりの苦手分野の把握と理解度の改善とに努めるとともに、個人面談を通じて就職活動の支援やメンタル面でのサポートを行った。

「卒業研究」では、今まで学生たちが受けてきた「受動的教育」とは異なる、自分で目標を設定して、資料を収集・分析し、最終的に結論をまとめていく、「能動的教育」の経験を提供している。今年度は、「日本人と韓国人の肥満率と低体重率の調査研究」と「韓国料理のレシピ開発」というテーマで卒業研究を行った。

4. 教育の成果

「公衆衛生学Ⅰ、Ⅱ」では、定期試験を通じて熟知度を確認した。成績不良の学生については、再試験を通じて、必要な知識が身についたことを確認した。

「応用セミナーⅢ、Ⅳ」では、管理栄養士国家試験対策のため今まで学んだ教科の復習を行うとともに、実力実験の実施と自己分析を通じて、管理栄養士国家試験合格のための実践的知識を身につける指導を行った。

「卒業研究」では、「日本人と韓国人の肥満率と低体重率の調査研究」と「韓国料理のレシピ開発」のテーマで学生の研究指導を行い、スライドを用いた発表会を無事に終え、現在卒業論文を作成中である。研究の内容がしっかり理解できたことや皆の前で堂々と発表できたことを高く評価したい。

ティーチング・ポートフォリオ

大学名：大手前大学 所属：健康栄養学部 名前：李 明鎮 作成日：2023 年 12 月 28 日

5. 改善への努力と今後の目標

毎年一定数の成績不良の学生がいることに対処し、追加的サポートを強化する。授業中の理解度チェックを徹底し、学生が理解できていない部分が蓄積され、悪循環に陥ることを防ぐための努力を行う。

【添付資料】

- ①各担当科目のシラバス
- ②卒業研究の発表要旨と発表用 PowerPoint 資料（pdf ファイル）

開講年度	2023		開講学期	秋学期	
科目コード	ZN0005		授業コード	75063	
科目名	公衆衛生学 I			開講曜日・時限	木曜1限
担当教員名【代表】	李 明鎭（Lee Myeong Jin）				
担当教員					
授業形態	講義				
単位数	2単位				
メジャー名	栄養学				
授業の目的	近年、食生活の欧米化や少子高齢化の進行、保健福祉政策の変更、地球環境の破壊など、我々の健康に関わる様々な要素に急激な変化が訪れており、健康の保持増進に関する個人の自覚がより強く要望されるようになった。本講義では、その要望に対する組織的責任の一端を担う管理栄養士として必要な公衆衛生学の知識を習得し、管理栄養士の果たすべき役割について理解を深めることを目的とする。				
授業の内容					
①能力開発メソッド	毎講義終了時に確認テストを実施し、講義における集中度と理解度を高める。				
②課題レポート等	各章ごとに、国家試験過去問をもとに作成した練習問題を課題として配布し、各章の講義終了後提出してもらい、成績を評価する。問題については詳細な解説を行う。				
③授業概要	公衆衛生の目的は、地域社会の努力により、環境を整え、疾病を予防し、健康の保持増進を図ることである。公衆衛生学Ⅰでは、公衆衛生の基本的目標を理解し、生活環境と人の健康との関わりについての知識を深めるとともに、集団の健康と疾病の分布およびその影響を把握するための衛生統計と疫学的手法について基本的知識を習得し、日本社会の現状が評価できる能力を培う。 講義はパワーポイントを用いて行い、毎回講義用資料を配布する。				
授業時間外学習	講義後に配付資料とノートに基づき復習を行う。				
授業計画					
	目的	主題	概要	授業時間外学習	
01	知識／能力	公衆衛生学概論	本教科でこれから勉強していく全般的な内容について概説し、公衆衛生学とはどのような学問であるか、理解する。	講義内容の復習を行う 所要時間240分	
02	知識／能力	公衆衛生の概念	健康の概念、健康増進や疾病予防の考え方やその取り組み、公衆衛生の意義と目的について理解する。	講義内容の復習、課題の練習問題の解答 所要時間240分	
03	知識／能力	環境汚染と健康（1）	大気汚染、水質汚濁などの典型7公害について説明し、環境汚染による健康被害について理解を深める。	講義内容の復習を行う 所要時間240分	
04	知識／能力	環境汚染と健康（2）	日本の4大公害病といわれるイタイイタイ病、水俣病、第2水俣病、四日市喘息について解説し、その病気の原因、被害、対策について理解する。	講義内容の復習を行う 所要時間240分	
05	知識／能力	環境汚染と健康（3）	ダイオキシン、環境ホルモン、地球温暖化、オゾン層の破壊など人類が経験した様々な環境問題による実際の被害について説明し、その対策のあり方について考察する。	講義内容の復習、課題の練習問題の解答 所要時間240分	
06	知識／能力	環境衛生（1）	水と人の生活との関係、水道の種類、上水道の浄化方法や水質基準について理解を深める。	講義内容の復習を行う 所要時間240分	
07	知識／能力	環境衛生（2）	水系感染症の種類と伝播様式について理解し、廃棄物と下水の処理方法と基準について知識を深める。	講義内容の復習、課題の練習問題の解答 所要時間240分	
08	知識／能力	衛生統計（1）	日本の人口の推移と少子高齢化について理解し、今後の問題点について考察する。	講義内容の復習を行う 所要時間240分	

09	知識／能力	衛生統計（2）	人口静態統計と人口動態統計の種類を確認し、その調査方法と結果から読み取れる健康情報の利用方法について理解する。	講義内容の復習を行う 所要時間240分
10	知識／能力	衛生統計（3）	日本人の死因順位を確認し、その年次推移から読み取れる社会現象について理解する。年齢調整死亡率の計算方法を習得する。	講義内容の復習、課題の練習問題の解答 所要時間240分
11	知識／能力	衛生統計（4）	生命表を用いて計算する平均寿命について理解する。患者調査、国民生活基礎調査から得られる情報の違いについて理解する。	講義内容の復習、課題の練習問題の解答 所要時間240分
12	知識／能力	疫学（1）	疫学調査の目的について理解し、記述疫学、分析疫学、介入研究などの各研究手法の特徴を学習する。	講義内容の復習を行う 所要時間240分
13	知識／能力	疫学（2）	分析疫学のなかの患者対照研究とコホート研究の特徴と相違点を理解し、相対危険度、オッズ比の求め方を習得する。	講義内容の復習を行う 所要時間240分
14	知識／能力	疫学（3）	介入研究の意義と倫理上の問題点を理解する。根拠に基づく医療の必要性を理解し、各研究手法の信頼性を考察する。スクリーニングの目的について理解し、敏感度と特異度の計算方法を習得する。根拠に基づく医療（EBM）を実行するための情報収集、情報管理、情報処理について理解する。	講義内容の復習、課題の練習問題の解答 所要時間240分
15	知識／能力	まとめ授業	秋学期授業全体のまとめを行う。	全体のまとめを行うとともに、弱点分野の知識・能力を補強する。 所要時間240分

到達目標と学習成果

①知識レベル	公衆衛生学についての基本的知識を習得し、健康に対する危険因子を認識するとともに、健康を維持・増進するための知識を身につける。
②能力レベル	健康と関連した様々な因子の影響について、論理的に思考し、分析・評価する能力を培う。

C-PLATS（Level）到達基準

コミュニケーション		プレゼンテーション		リーダーシップ		行動力	
創造力		計画力		論理的思考力	1	分析力	1
チームワーク力		社会的責任	1				

成績評価の基準と方法	確認テストと課題の成績による平常点（20%配分）と定期試験の成績（80%配分）で評価する。 評価は85点以上がA、70点から84点がB、60点から69点がC、50点から59点がDとし、50点未満をF（不合格）とする。
教科書	教科書を指定せず、配付資料を用いて講義する。
参考図書	国民衛生の動向（厚生統計協会） シンプル衛生公衆衛生学（鈴木庄亮編著、2022年、南江堂） 社会・環境と健康 公衆衛生学（柳川 洋編著、2022年、医歯薬出版）
授業に関する質問等の方法	メールアドレス：myeong@otemae.ac.jp
備考	本授業は必須科?であり、単位を取得できないと、卒業ができない。

開講年度	2023		開講学期	春学期	
科目コード	ZN0022		授業コード	70017	
科目名	公衆衛生学Ⅱ			開講曜日・時限	木曜2限
担当教員名【代表】	李 明鎭（Lee Myeong Jin）				
担当教員					
授業形態	講義				
単位数	2単位				
メジャー名	栄養学				
授業の目的	近年、食生活の欧米化や少子高齢化の進行、保健福祉政策の変更、地球環境の破壊など、我々の健康に関わる様々な要素に急激な変化が訪れており、健康の保持増進に関する個人の自覚がより強く要望されるようになった。本講義では、その要望に対する組織的責任の一端を担う管理栄養士として必要な公衆衛生学の知識を習得し、管理栄養士の果たすべき役割について理解を深めることを目的とする。				
授業の内容					
①能力開発メソッド	毎講義終了時に確認テストを実施し、講義における集中度と理解度を高める。				
②課題レポート等	各章ごとに、国家試験過去問をもとに作成した練習問題を課題として配布し、各章の講義終了後提出してもらい、成績を評価する。問題については詳細な解説を行う。				
③授業概要	近年、地球環境問題の増加、少子高齢化の進行、食の欧米化などで代表される生活環境の変化は、人々の健康に大きな影響を与えている。公衆衛生学Ⅱでは、生活環境の欧米化に伴い急速に増加している生活習慣病の現状と対策について学び、依然として大きい脅威となっている感染症の現状を理解し、その対策に必要な知識を修得する。また、社会を支える福祉政策の中から、母子保健と老人保健、医療保険および年金保険について現状を把握し、その問題点と改善策について理解する。				
授業時間外学習	講義後に配付資料とノートに基づき復習を行う。				
授業計画					
	目的	主題	概要	授業時間外学習	
01	知識／能力	主要疾患（１）	日本人の死因の上位を占める悪性新生物、心疾患、肺炎、脳血管疾患の発症機序と発生動向及び予防対策	講義内容の復習を行う 所要時間240分	
02	知識／能力	主要疾患（２）	日本人の死因の上位を占める悪性新生物、心疾患、肺炎、脳血管疾患の発症機序と発生動向及び予防対策	講義内容の復習、課題の練習問題の解答 所要時間240分	
03	知識／能力	骨・関節・歯の疾患	骨・関節・歯の疾患の疫学と予防対策	講義内容の復習を行う 所要時間240分	
04	知識／能力	感染症（１）	感染症の発生動向と感染症法に基づく感染症防止対策 ・ 感染症発生の3条件 ・ 感染症法による感染症の分類 ・ 新興感染症と再興感染症 ・ エイズ、結核対策	講義内容の復習を行う 所要時間240分	
05	知識／能力	感染症（２）	感染症の発生動向と感染症法に基づく感染症防止対策 ・ 感染症発生の3条件 ・ 感染症法による感染症の分類 ・ 新興感染症と再興感染症 ・ エイズ、結核対策	講義内容の復習、課題の練習問題の解答 所要時間240分	
06	知識／能力	精神疾患	精神疾患の種類とその発生動向および予防対策	講義内容の復習、課題の練習問題の解答 所要時間240分	
07	知識／能力	社会保障の概念、医療制度、福祉・介護制度（１）	・ 社会保障・社会福祉の必要性 ・ 年金、医療保険、生活保護などの制度 ・ 老人保健事業と介護保険制度	講義内容の復習を行う 所要時間240分	
08	知識／能力	社会保障の概念、医療制度、福祉・介護制度（２）	・ 社会保障・社会福祉の必要性 ・ 年金、医療保険、生活保護などの制度 ・ 老人保健事業と介護保険制度	講義内容の復習を行う 所要時間240分	

09	知識／能力	社会保障の概念、医療制度、福祉・介護制度（3）	・社会保障・社会福祉の必要性 ・年金、医療保険、生活保護などの制度 ・老人保健事業と介護保険制度	講義内容の復習、課題の練習問題の解答 所要時間240分			
10	知識／能力	地域保健	保健所と市町村保健センターを中心とした地域保健システム	講義内容の復習、課題の練習問題の解答 所要時間240分			
11	知識／能力	母子保健	母子保健の現状及び関連事業	講義内容の復習、課題の練習問題の解答 所要時間240分			
12	知識／能力	産業保健（1）	・労働者の保健対策と職業性疾病 ・労働災害の補償制度	講義内容の復習を行う 所要時間240分			
13	知識／能力	産業保健（2）	・労働者の保健対策と職業性疾病 ・労働災害の補償制度	講義内容の復習、課題の練習問題の解答 所要時間240分			
14	知識／能力	学校保健	学校の児童・生徒・学生・職員に対する保健安全対策	講義内容の復習、課題の練習問題の解答 所要時間240分			
15	知識／能力	まとめ授業	春学期授業全体のまとめを行う。	全体のまとめを行うとともに、弱点分野の知識・能力を補強する。 所要時間240分			
到達目標と学習成果							
①知識レベル		公衆衛生学についての基本的知識を習得し、健康に対する危険因子を認識するとともに、健康を維持・増進するための知識を身につける。					
②能力レベル		健康と関連した様々な因子の影響について、論理的に思考し、分析・評価する能力を培う。					
C-PLATS（Level）到達基準							
コミュニケーション		プレゼンテーション		リーダーシップ		行動力	
創造力		計画力		論理的思考力	1	分析力	1
チームワーク力		社会的責任	1				
成績評価の基準と方法		確認テストと課題の成績による平常点（20％配分）と定期試験の成績（80％配分）で評価する。 評価は85点以上がA、70点から84点がB、60点から69点がC、50点から59点がDとし、50点未満をF（不合格）とする。					
教科書		教科書を指定せず、配付資料を用いて講義する。					
参考図書		国民衛生の動向（厚生統計協会） シンプル衛生公衆衛生学（鈴木庄亮編著、2022年、南江堂） 社会・環境と健康 公衆衛生学（柳川 洋編著、2022年、医歯薬出版）					
授業に関する質問等の方法		メールアドレス：myeong@otemae.ac.jp					
備考		本授業は必須科目であり、単位を取得できないと、卒業ができない。					

開講年度	2023	開講学期	秋学期	
COURSE CODE 科目コード	RKH201	CLASS CODE 授業コード	85022	
COURSE TITLE 科目名	公衆衛生（Public Health）		開講曜日・時限	水曜4限
SUBJECT TEACHER 【REPRESENTATIVE】 担当教員名【代表】	李 明鎭（Lee Myeong Jin）			
SUBJECT TEACHER 担当教員				
授業形態	講義			
単位数	2単位			
MAJOR メジャー名	看護学			
COURSE OBJECTIVES 授業の目的	Human health is strongly correlated with the natural, social, and cultural environment. Public health is the science for maintaining and improving the health of people living in the above environments by developing various systems and systematically facilitating health activities. In this course, students are expected to deepen their understanding of the effects of environmental factors on individual and group health as well as social life. Moreover, students will learn about the content of health activities based on the characteristics of each group and acquire the basic knowledge required of nurses. 人々の健康は、自然環境・社会的環境・文化的環境と強く関わっている。公衆衛生学は、その環境の中で生きていく人々の生涯にわたる健康の維持・増進のため、関連する諸制度の整備と保健活動の組織的推進を考究する学問である。本授業では、環境諸要因が個人と集団の健康や社会生活に及ぼす影響について理解を深めるとともに、様々な集団の特性に対応した保健活動の内容について学び、看護師として活躍するための基本的知識を身につける。			
COURSE DESCRIPTION 授業の内容				
①COMPETENCE DEVELOPMENT METHOD 能力開発メソッド	Students will have a test at the end of class to improve their understanding of and concentration on the lecture. 授業終了時に確認テストを実施し、講義における集中度と理解度を高める。			
②ASSIGNMENTS 課題レポート等	Students will conduct exercises that have been developed based on past national examination questions, submit them, and be evaluated on each chapter. Detailed explanations about the questions will be given to students. 各章ごとに、国家試験過去問をもとに作成した練習問題を課題として配布し、各章の授業終了後提出してもらい、評価する。問題については詳細な解説を行う。			
③COURSE OUTLINE 授業概要	Students will learn about the epidemiological research and analysis methods to acquire basic knowledge on epidemiology and skills required of nurses. Moreover, students are expected to understand the content of lifestyle-related diseases, environmental pollution-related diseases, infectious diseases, and occupational diseases as well as measures to manage them. Students will also learn about practical public health activities and deepen their understanding of the roles and functions of organizations, institutions, and medical workers to protect human health. 本授業では、看護師として必要な疫学の基本的な知識と技術を習得できるように、疫学的研究手法の内容とその研究結果の解析方法について学習する。なお、生活習慣病、環境汚染関連疾患、感染症、職業性疾患の内容とその対策を理解し、公衆衛生活動の実践活動を学ぶとともに、人々の健康を守るための組織、機関および医療従事者の役割や機能への理解を深める。			
AFTER-CLASS HOUR LEARNING 授業時間外学習	Students are expected to review the lectures using distributed materials and notebooks. 授業後に配付資料とノートに基づき復習を行う。			
COURSE SCHEDULE 授業計画				
	OBJECTIVES 目的	TOPICS 主題	OUTLINE 概要	AFTER-CLASS HOUR LEARNING 授業時間外学習
01	Knowledge/abilities 公衆衛生概論	Introduction to public health 公衆衛生概論	Students will learn about the overall content of this course and understand what public health is. 本教科でこれから勉強していく全般的な内容	Students are expected to review the lecture content. 240 minutes required. 講義内容の復習を行う

	知識／能力		について概説し、公衆衛生学とはどのような学問であるか、理解する	所要時間240分
02	Knowledge/abilities 知識／能力	Concepts of public health 公衆衛生の概念	Students are expected to understand the concept of health, ideas of measures for improving health and the prevention of diseases, as well as the significance and goals of public health. 健康の概念、健康増進や疾病予防の考え方やその取り組み、公衆衛生の意義と目的について理解する	Answer the distributed exercises as assignments 240 minutes required 配付した練習問題を課題として解答する 所要時間は240分
03	Knowledge/abilities 知識／能力	Public health statistics (1) 衛生統計（１）	Students are expected to understand changes in the Japanese population as well as decreasing birthrate and the aging population and will discuss future problems. 日本の人口の推移と少子高齢化について理解し、今後の問題点について考察する	Students are expected to review the lecture content. 240 minutes required. 講義内容の復習を行う 所要時間240分
04	Knowledge/abilities 知識／能力	Public health statistics (2) 衛生統計（２）	Students will learn about census statistics and demographic statistics, as well as survey methods. They are also expected to understand methods of utilizing health information they can read from survey results. 人口静態統計と人口動態統計の種類を確認し、その調査方法と結果から読み取れる健康情報の利用方法について理解する	Answer the distributed exercises as assignments 240 minutes required 配付した練習問題を課題として解答する 所要時間は240分
05	Knowledge/abilities 知識／能力	Epidemiology (1) 疫学（１）	Students will learn about the aims of epidemiological surveys as well as the characteristics of research methods of descriptive epidemiology, analytical epidemiology, and intervention studies, among others. 疫学調査の目的について理解し、記述疫学、分析疫学、介入研究などの各研究手法の特徴を学習する	Students are expected to review the lecture content. 240 minutes required. 講義内容の復習を行う 所要時間240分
06	Knowledge/abilities 知識／能力	Epidemiology (2) 疫学（２）	Students are expected to understand the characteristics of case-control studies and cohort studies; both included in analytical epidemiology, as well as their differences. Students are also expected to understand the significance of intervention studies and their ethical problems. 分析疫学のなかの患者対照研究とコホート研究の特徴と相違点を理解する。介入研究の意義と倫理上の問題点を理解する	Answer the distributed exercises as assignments 240 minutes required 配付した練習問題を課題として解答する 所要時間は240分
07	Knowledge/abilities 知識／能力	Major diseases (1) 主要疾患（１）	Students are expected to understand the mechanisms of onset, outbreak trend, and preventive measures of malignant neoplasm, heart diseases, pneumonia, and cerebrovascular diseases, which rank high among the causes of death in Japanese people. 日本人の死因の上位を占める悪性新生物、心疾患、肺炎、脳血管疾患の発症機序と発生動向及び予防対策について理解する	Students are expected to review the lecture content. 240 minutes required. 講義内容の復習を行う 所要時間240分
08	Knowledge/abilities 知識／能力	Major diseases (2) 主要疾患（２）	Students will learn about the epidemiology of bone, joints, and tooth diseases and measures for their prevention. 骨・関節・歯の疾患の疫学と予防対策について理解する	Answer the distributed exercises as assignments 240 minutes required 配付した練習問題を課題として解答する 所要時間は240分

09	Knowledge/abilities 知識／能力	Infectious diseases 感染症	Students will learn about outbreak trends of infectious diseases and preventive measures based on the infectious disease control law. Students are expected to understand three conditions of infectious outbreaks, the classification of infectious diseases based on the infectious disease control law, as well as emerging and re-emerging infectious diseases. 感染症の発生動向と感染症法に基づく感染症防止対策について学習し、感染症発生の3条件、感染症法による感染症の分類、新興感染症・再興感染症について理解する	Answer the distributed exercises as assignments. 240 minutes required. 配付した練習問題を課題として解答する 所要時間は240分
10	Knowledge/abilities 知識／能力	Concepts of social security, health care systems, welfare/nursing care systems (1) 社会保障の概念、医療制度、福祉・介護制度（１）	Students are expected to understand the necessity for social security and social welfare, the pension systems, the medical insurance systems, the public assistance systems, geriatric health care services, and the long-term care insurance system. 社会保障・社会福祉の必要性、年金、医療保険、生活保護などの制度、老人保健事業と介護保険制度について理解する	Students are expected to review the lecture content. 240 minutes required. 講義内容の復習を行う 所要時間240分
11	Knowledge/abilities 知識／能力	Concepts of social security, health care systems, welfare/nursing care systems (2) 社会保障の概念、医療制度、福祉・介護制度（２）	Students are expected to understand the necessity for social security and social welfare, the pension systems, the medical insurance systems, public assistance systems, geriatric health care services, and the long-term care insurance system. 社会保障・社会福祉の必要性、年金、医療保険、生活保護などの制度、老人保健事業と介護保険制度について理解する	Answer the distributed exercises as assignments 240 minutes required 配付した練習問題を課題として解答する 所要時間は240分
12	Knowledge/abilities 知識／能力	School health 学校保健	Students will learn about health and safety measures for students, teachers, and other school staff. 学校の児童・生徒・学生・職員に対する保健安全対策について学習する	Answer the distributed exercises as assignments. 240 minutes required. 配付した練習問題を課題として解答する 所要時間は240分
13	Knowledge/abilities 知識／能力	Industrial health (1) 産業保健（１）	Students will learn about health measures for workers, occupational diseases, and the industrial accident compensation systems. 労働者の保健対策と職業性疾病、労働災害の補償制度について学習する	Students are expected to review the lecture content. 240 minutes required. 講義内容の復習を行う 所要時間240分
14	Knowledge/abilities 知識／能力	Industrial health (2) 産業保健（２）	Students will learn about health measures for workers, occupational diseases, and the industrial accident compensation systems. 労働者の保健対策と職業性疾病、労働災害の補償制度について学習する	Answer the distributed exercises as assignments 240 minutes required 配付した練習問題を課題として解答する 所要時間は240分
15	Knowledge/abilities 知識／能力	Maternal and child health 母子保健	Students will learn about the current state of maternal and child health and associated projects. 母子保健の現状及び関連事業について学習する	Answer the distributed exercises as assignments. 240 minutes required. 配付した練習問題を課題として解答する 所要時間は240分
Course goals／learning effect 到達目標と学習成果				
①Knowledge level 知識レベル		Learning the basic knowledge about public health, recognizing risk factors for health, and gaining knowledge on maintaining and improving health. 公衆衛生学についての基本的知識を習得し、健康に対する危険因子を認識するとともに、健康を維持・増進するための知識を身につける。		
②Ability level 能力レベル		Developing the ability to think logically, analyze, and assess the effects of factors related to health.		

		健康と関連した様々な因子の影響について、論理的に思考し、分析・評価する能力を培う。					
C-PLATS (Level)到達基準							
Communication コミュニケーション		Presentation プレゼンテーション		Leadership リーダーシップ		Ability to act 行動力	
Creativity 創造力		Planning ability 計画力		Theoretical thinking 論理的思考力	1	Analytical ability 分析力	1
Teamwork チームワーク力		Social responsibility 社会的責任	1				
Grading policy 成績評価の基準と方法		Students will be evaluated based on the results of tests and assignments (20%) and the results of regular examinations (80%). 確認テストと課題の成績による平常点（20%配分）と定期試験の成績（80%配分）で評価する。					
Textbooks 教科書		「ナースিং・グラフィカ 健康支援と社会保障② 公衆衛生 平野かよ子編集 山田和子編集 曽根智史編集 守田孝恵編集 メディカ出版 2021年 ISBN 978-4-8404-4913-7					
Reference books 参考図書							
Class related questions 授業に関する質問等の方法		Email address: myeong@otemae.ac.jp メールアドレス : myeong@otemae.ac.jp					
Note 備考							

韓国料理のレシピ開発

U20 ●●●●●●●●
U20 ●●●●●●●●

1

日本と韓国の食文化の違い

○食事文化の違い

日本→一人一皿ずつ盛り付ける
韓国→大皿に盛り付けてシェアする。



韓国料理

○調味料・味付け

韓国→ニンニクなどの香味野菜や香辛料を使用(とうがらし等)
日本→出汁や食材本来の旨味を活かす



日本料理

2

研究の方法

韓国出身の李先生が提供したレシピをもとに試作

1. ビビンバ 2. チヂミ 3. プルコギ 4. チャプチェ 5. キンパ



研究者らと家族による味の評価



意見とインターネットのレシピを参考にし、日本人に合うように変更したレシピを作成

3

研究の目的

- ・普段私たちが口にしている韓国料理は、本場の味と違い、日本人の口に合うようにアレンジされた料理がほとんどである。
- ・本研究では、本場の味や食感を考察し、より本場のものに近く、かつ日本人の口に合うレシピの開発を行うことを目的とする。

4

調理実習室での試作光景と完成品



5

ビビンバのレシピ

6

ビビンバの歴史

○起源

- 古くは1800年代の文献に出てくる、今と食べ方はほとんど変わっていない。
- 日本には1930年代に伝わった。
- 石焼ビビンバは日本が発祥



7

○大根ナムル

- 1.大根の皮をむき千切りにする。
にんにくはみじん切り。
白ネギは半月切りに切る。
- 2.フライパンに油とにんにくを加え、
香りを引き立てる。
- 3.フライパンに大根を加え透明感が出るまで炒める。**(透明感が出てきたら火を消す)**



○人参ナムル

- 1.皮をむき千切りに切る。
(大きさをそろえる)
- 2.フライパンに油を入れて人参を炒める
- 3.調味料を加えてよく和える。



○もやしナムル

- 1.もやしを湯がき軽く絞って水気を取る。**(シャキシャキ感を残す)**
- 2.調味料を入れて和える。



8

○キュウリ

1. 輪切りにした後塩を少々振り水気を切る。



○牛肉

1. 肉と調味料を合わせフライパンで炒める
2. 焼けた肉ときゅうりを和える



9

○コチュジャン

- ・コチュジャン 大さじ3
- ・砂糖 小さじ2
- ・ごま油 小さじ4
- ・ごま 小さじ1
- ・ニンニク 1片(15g)

1. すべてを合わせてよく混ぜる



○目玉焼き

- ・卵 1人1個

1. 黄身が半熟になるように目玉焼きを造る



10

○盛り付け

1. 容器にご飯170gを入れごま油小さじ2を加える。
2. 目玉焼きを中央に乗せる。
3. 準備した材料を色が対象になるように盛り付ける。



ビビンバの評価



- 辛いものが苦手な人は甘めのコチュジャンを使用した方が良い。
- メーカーによって辛味に違いがあるため、好みのものを選んで使用する。
- お肉は小さめに切るとご飯と混ざりやすくなり、味のバランスも改善する。

11

12

チヂミのレシピ

13

チヂミの歴史

- ・韓国では**부침개**(**プッチムゲ**)と呼ばれている。
- ・チヂミとは元々韓国の方言で「チヂム」と呼んでおり、訛ってチヂミになった説がある。
- ・チヂミとは小麦粉に食材入れて油を引き薄く焼くものの通称を「チヂミ」と呼んでいる。



14

チヂミのレシピ

◎材料

- ・チヂミ粉 100g
- ・水 170g
- ・ニラ 1/4束(50g)
- ・人参 1/2本(70g)
- ・たまねぎ 1/2個

- ・チヂミ粉に水と切った野菜をよく混ぜる。
- ・油が温まったら強火で焼く。
- ・きつね色になったら裏返し**大さじ1の油を追加**する。
- ・きつね色になるまで時々フライ返しで**押しながら焼く**。
- ・**2～3回裏返ししながら繰り返し完成**。



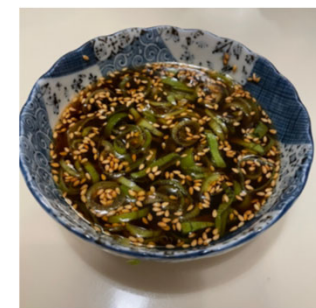
15

○チヂミのたれ

◎材料

- ・醤油 大さじ2
- ・みりん 大さじ1
- ・砂糖 小さじ1
- ・**ごま油** 小さじ1
- ・にんにく 1かけ
- ・青ネギ 少々

1. 青ネギを小口切りに切る。
2. 材料を全て混ぜ合わせる。



16

アレンジレシピについて

〇とろろチヂミ
とろろをすりおろす。



〇レンコンチヂミ
薄いいちょう切りに切る



〇海鮮チヂミ
イカとエビを1cm角に切る。



チヂミ粉と水・具材を混ぜてオリジナルレシピと同様に焼いていく

チヂミの評価

- 焼き上げるときはパリッとした食感に仕上げるため押し焼きや途中での油の追加に注意する。(強火で焼くので焦げに注意をする)
- チヂミの特徴はパリッとした食感のために生地をモチッとしてしまうとろろなどはアレンジには向いていなかった。
- ごま油は加熱により風味がほとんどなくなってしまう。そのため焼くときには使用せずたれで風味を味わう。

プルコギの歴史

- 古くは高句麗の頃から食べられている。
- 時代によって形を変えながら現在のプルコギとなった。
- 現在のスタイルの歴史は浅く朝鮮戦争時であると言われている。



プルコギのレシピ

○プルコギ

◎材料(3人分)

- ・牛肉: 300g
- ・たまねぎ: 大玉1個
- ・白ネギ: 15cm程度
- ・リンゴ: 中玉1個
- ・砂糖: 大さじ1
- ・醤油: 大さじ1.5
- ・ごま油: 大さじ1/2
- ・こしょう: 少々
- ・ニンニク: 大さじ1
- ・すりごま: 大さじ1/2



プルコギの評価

○お肉を寝かす際には調味料に加えてリンゴ果汁を加えること。

⇒ りんごの甘みが**相乗効果**となり、甘味や香りが加わる。

○漬けておく時間は長くしても味や固さに変化は出ない。

⇒ リンゴの酵素にある**たんぱく質分解酵素**が働きお肉を柔らかくする。

21

22

チャプチェのレシピ

チャプチェの歴史

- ・17世紀初期の朝鮮時代に誕生したと考えられている。
- ・現在の春雨を主材料とするスタイルになったのは、1910年代であると言われている。
- ・韓国式は**タンミョン**と呼ばれる春雨を使っている。



23

24

チャプチェのレシピ

◎材料

- 牛肉: 200g (油が多すぎないもの)
- たまねぎ: 大玉1/2
- 人参: 10cm
- ほうれん草: 5株
- きくらげ: 10gもしくは椎茸10g
- チャプチェ用春雨: 150g
- たまご: 2個
- 調味料



25

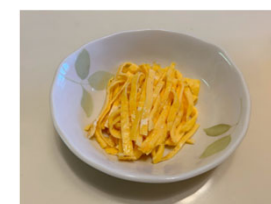
・ほうれん草の準備

1. 電子レンジで1分30秒程度加熱。
2. 水で洗い水気をよく切る。
3. 5cm程度の長さに切る。
4. 塩、ごま油、すりごまを入れて和える。



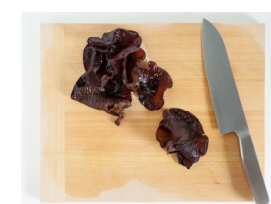
・錦糸タマゴ

1. タマゴ2個に塩を加え混ぜる。
2. フライパンで2mm程の薄さで焼く。
3. 適当な太さと長さに切る



・きくらげの準備

1. きくらげ10gをよく洗う。
2. 適当な大きさに切る。
(乾燥のものはしっかりと戻す)



26

・たまねぎの準備

1. たまねぎを5mm幅で切る。
2. フライパンに油を引き、たまねぎに塩を加えて炒める。



・人参の準備

1. 5cm程度の千切りにする。
2. 油を引いたフライパンで塩を加えて炒める。



・牛肉の準備

1. 中火で熱したフライパンで牛肉と調味料を加え炒める。
2. 炒め終わる前にきくらげを入れて、少し炒める。



27

○春雨の準備

◎材料

- | | |
|-----------|-------------|
| ・チャプチェ用春雨 | 150g (15cm) |
| ・醤油 | 大さじ2 |
| ・お酒 | 大さじ1.5 |
| ・砂糖 | 大さじ1と1/3 |
| ・サラダ油 | 大さじ1 |
| ・水 | 200ml |
| ・ニンニクおろし | 大さじ1/2 |



POINT

タンミョンをぬるま湯でしっかりと戻しておく。
水気が無くなるまで煮詰めることで調味料の味に移る。

28

○盛り付け

- ・準備した全ての材料とごま少々とごま油大さじ1を加える。



チャプチェの評価

◎変更点

- ・牛肉の代用としてひき肉を使用

◎評価

全体的な味のバランスは良くなるが、牛肉と比べひき肉は小さく食べずらさが感じられた。

◎ポイント

- ・春雨にしっかりと味をしみこませる。
- ・味を染みこませるためにタンミョンを良く戻しておく必要がある。



29

30

キンパのレシピ

キンパの歴史

○起源

・韓国発祥説

サム文化(五穀を海苔や野菜で包む)に由来する説。

・日本発祥説

日本統治時代に日本人が韓国で(海苔まき)を広めたことが始まりという説。

- ・巻き寿司との違いは酢飯ではなくご飯にごま油などを使用する点である。



31

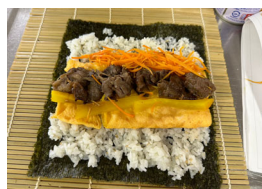
32

○キンパのレシピ

◎材料

- 海苔巻用の焼きのり:2枚
- 牛肉:200g
- 人参:10cm
- ほうれん草:3株
- たくあん:1本
- たまご:1個
- お米:1合
- 調味料

盛り付け後



完成写真



33

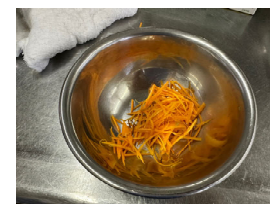
○ほうれん草の準備

1. 電子レンジで1分30秒程度加熱する。
 2. 水で洗ってから、軽く絞って水気を取る。
- ※チャブチェと違い切らない。



○人参の準備

1. 人参を長さ5cmに千切りにする。
2. 油を少し引いたフライパンで塩を少々入れて、炒める。



○たくあんの準備

- 少し甘めの味付けで長めの1本がきれいに仕上がる。
1. 人差し指くらいの太さに切る。
(長さは海苔と同じ)



34

○ご飯の準備

1. 酢飯と同じ硬さで炊く
2. ご飯に塩・いりごま・ごま油を加えてよく混ぜる



○牛肉の準備

1. ボールに全ての材料を入れよく混ぜる。
2. 中火で熱したフライパンで牛肉を炒める。



○たまごの準備

1. 卵に塩少々を加えて溶く。
2. 四角いフライパンで薄く焼く



35

○海苔で巻く

1. 海苔を1枚用意しざらざら面が上にくるように敷く。
2. 味付けしたごはんを海苔に伸ばす。
3. ごはんの真ん中あたりに集まるように具材を乗せていく。
4. 海苔がくっつくように水を端っこに少しつける。
5. 巻く



最後に切って盛り付け



36

キンパの評価

- 「**ごま油を米に混ぜ込むか**」・「**巻き終わりに海苔の外に塗るか**」によって、ごま油の風味の感じ方が変わる。
- 巻くときに海苔の1辺に水を少しつけると引っ付きやすい。
(水ではなく**ごま油**を使っても良い)
- 切るときはキッチンタオルを水で濡らして毎回包丁を拭くと断面がきれいになる。

37

考 察

伝統的な韓国料理のレシピに従って試作を行い、日本人の好みに合致するかを検討した。

各料理における適切な変更点を考案し、日本人の嗜好に合わせて辛さや食感を調整した、新しいレシピを提案した。

両国の食文化の違いを理解し、互いの好みに対応することが国際的な料理の普及において重要であることが示唆された。

このような取り組みが、日韓両国の食文化に対する深い相互理解と新たな料理の創造につながることを期待する。

38

日本人と韓国人の 肥満率と低体重率の調査研究

U20 ● ● ● ● ● ● ● ●
指導教員 李 明鎮

1

目的

日本と韓国は、**独自の文化や生活習慣**を持っている。
その相違が、健康の面においても大きい影響を与えている。

肥満は、様々な生活習慣病の原因になるもので、肥満自体も生活習慣に大きく左右される。

低体重は、免疫系の機能不全や骨粗鬆症のリスクを高め、栄養不足による疲労や筋力低下を引き起こす可能性がある。

異なる生活環境下の日本人と韓国人の**体重の相違とそれに関連した要因**を分析し、健康増進に役立つ情報として活用する。

2

方法

日本と韓国の政府機関からの発表データ:

- 国民健康栄養調査

民間の統計集計サイトのデータ:

- Global Note と Coronaboard

肥満率、低体重率の年次推移
運動習慣、栄養素摂取状況、コロナ禍との関連性

Excelを用いたグラフ作成と年次推移解析

3

結果

1. 肥満についての説明
2. 日本人と韓国人の肥満率
3. 日本人と韓国人の低体重率
4. 日本人と韓国の運動習慣と栄養素摂取状況
5. コロナ禍による影響

4

1. 肥満について

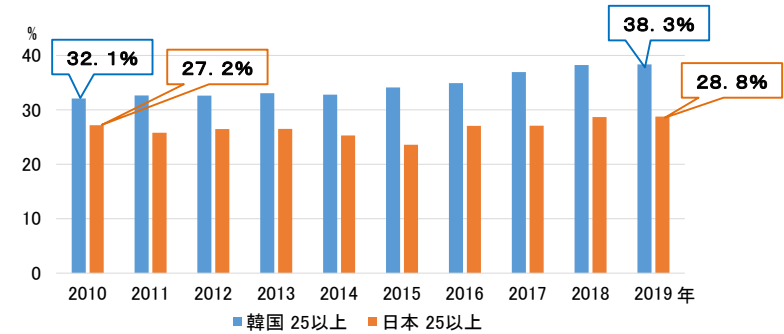
肥満:「体内に脂肪組織が過剰に蓄積した状態」

肥満度の指標としてBMI(kg/m²)を利用

BMI	日本・韓国	WHO
18.5未満	低体重	低体重
18.5～25未満	普通体重	普通体重
25～30未満	肥満1度	過体重
30～35未満	肥満2度	肥満1度
35～40未満	肥満3度	肥満2度
40以上	肥満4度	肥満3度

5

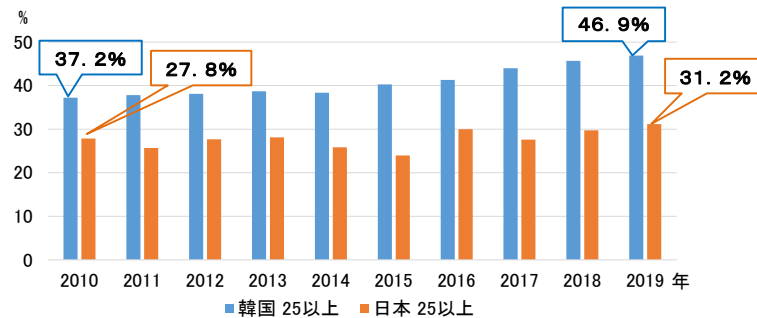
2. 日本人と韓国人の肥満率



- ・韓国人は、増加傾向。
- ・日本人は、横ばい。

6

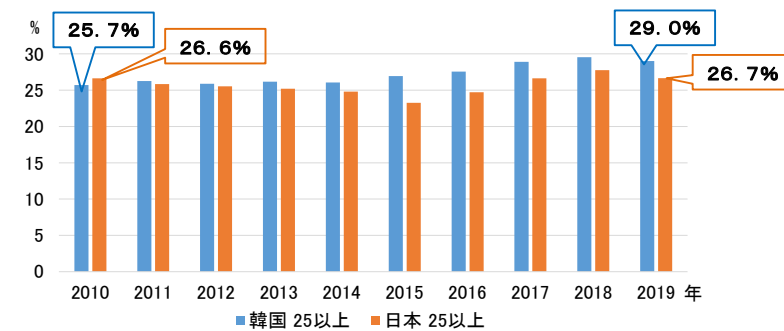
男性の肥満率の状況



- ・韓国人男性で、増加傾向
- ・日本で男性は、横ばい傾向

7

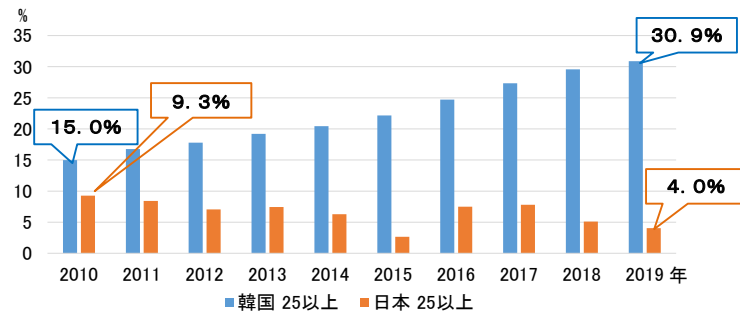
女性の肥満率の状況



- ・韓国人女性は、少し増加の傾向
- ・日本人女性は、横ばいの傾向

8

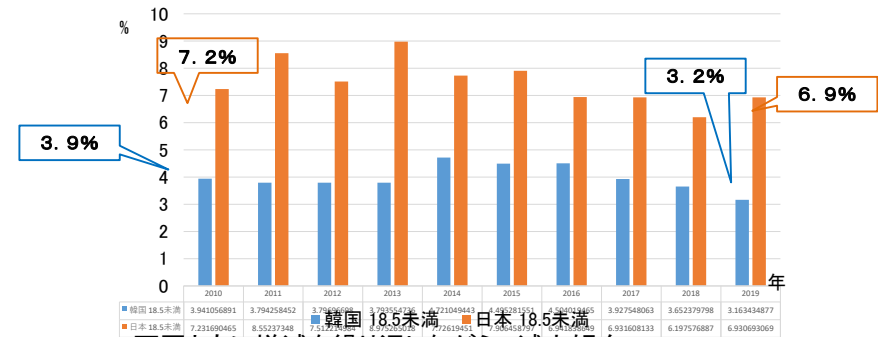
19歳以下の肥満率の状況



- ・韓国人は、増加傾向
- ・日本人は、減少傾向

9

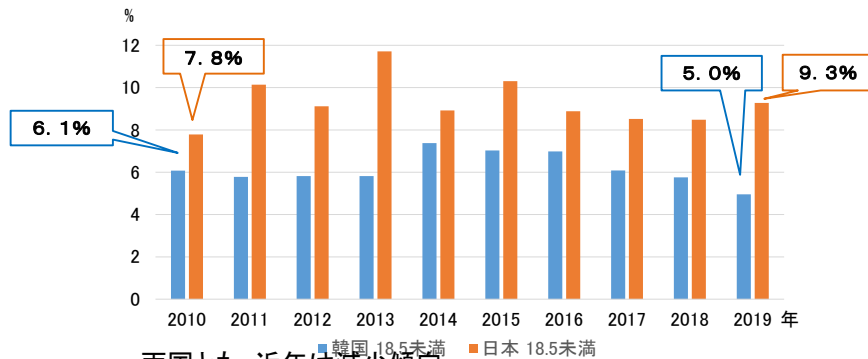
3. 日本人と韓国人の低体重率



- ・両国ともに増減を繰り返しながら、減少傾向
- ・日本人が韓国人より、3.7%高い

10

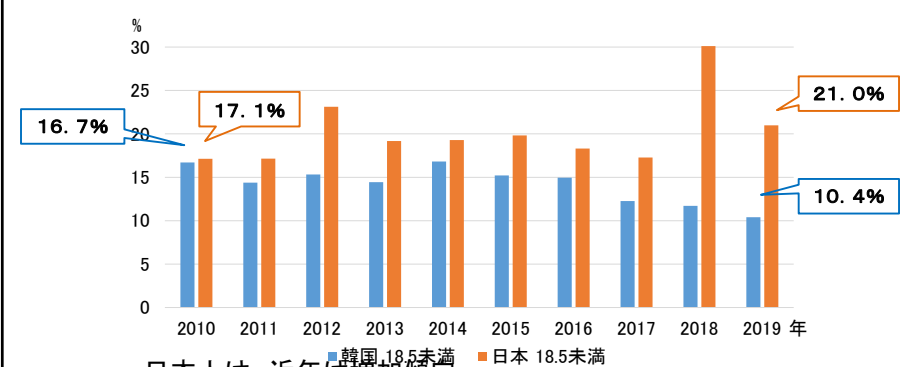
女性の低体重率の状況



- ・両国とも、近年は減少傾向
- ・日本人女性の低体重率は、韓国人女性より4.3%高い

11

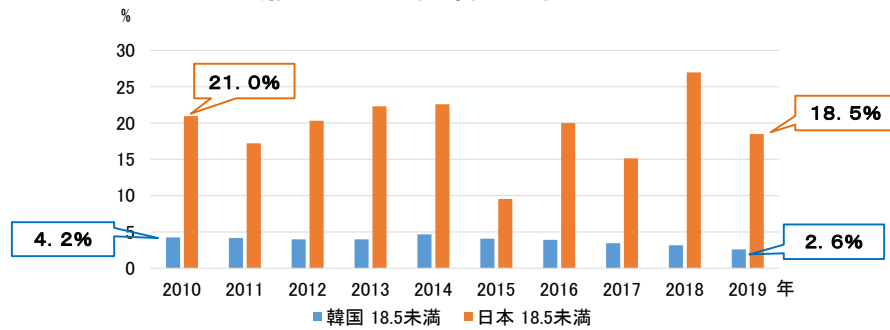
19歳以下女性の低体重率の状況



- ・日本人は、近年は増加傾向
- ・韓国人は、近年は低下傾向

12

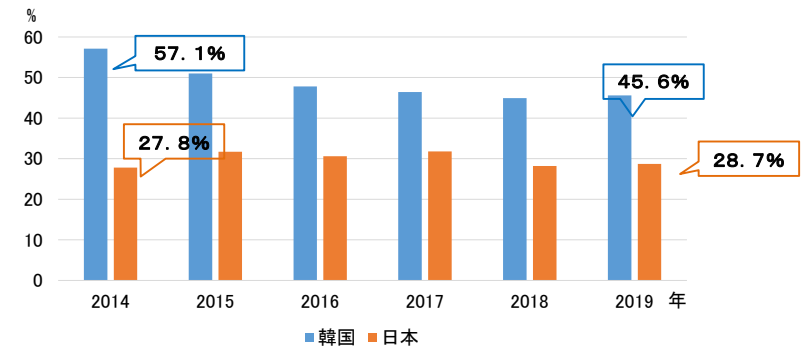
65歳以上の低体重率の状況



- ・日本人が、著しく高い
- ・日本人と韓国人ともに、減少傾向

13

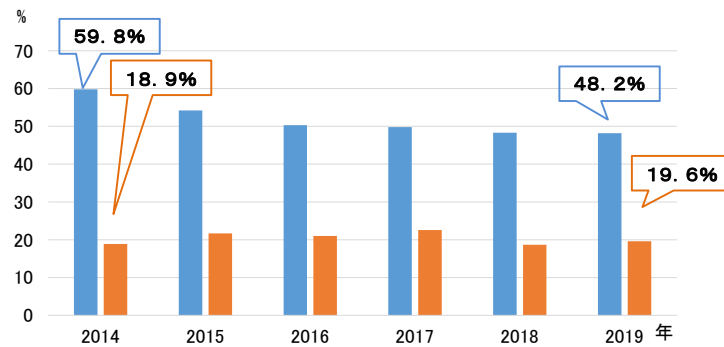
4. 運動習慣の状況



- ・韓国人は運動習慣がある人は多いが、減少傾向
- ・日本人は、横ばい傾向

14

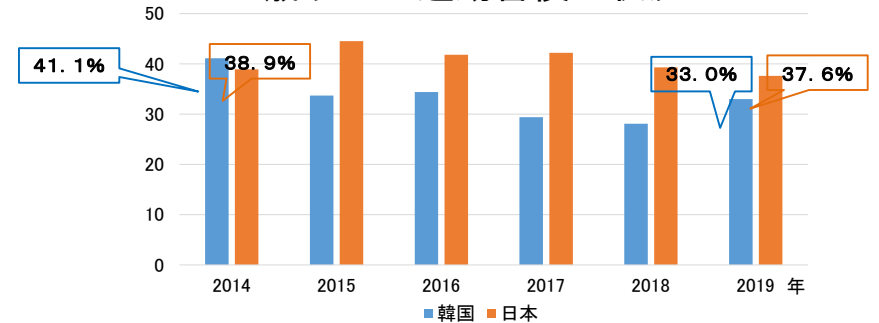
65歳未満の運動習慣の状況



- ・韓国は減少が見られたが、近年は横ばい状態
- ・韓国は、日本の2.5倍も高い

15

65歳以上の運動習慣の状況



- ・65歳以上では、日本人の方が高い
- ・両国とも減少傾向が見られる

16

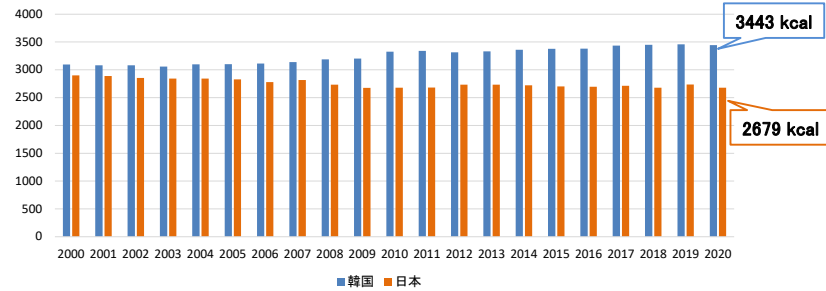
13

14

15

16

(1) 1人当たりのカロリー供給量の推移 (kcal/日)

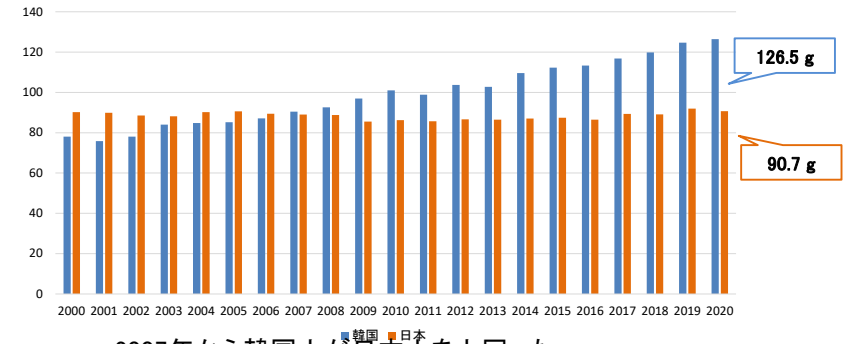


・日本人は減少し、韓国人は増加した。

17

17

(2) 1人当たりの脂肪供給量の推移 (g/日)

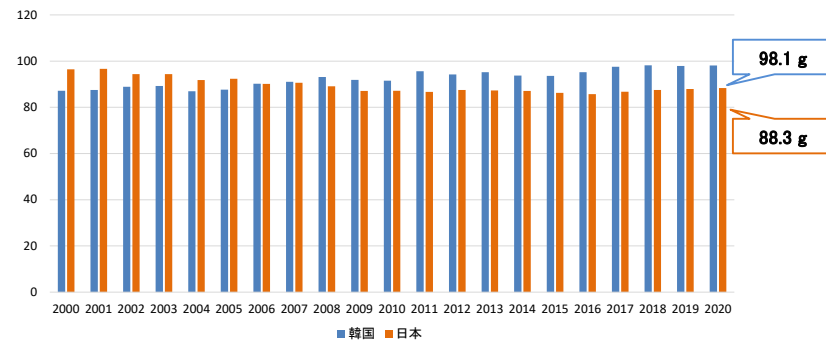


・2007年から韓国人が日本人を上回った。
・日本人はほぼ変動なく、韓国人は増加の傾向を示した。

18

18

(3) 1人当たりの蛋白質供給量の推移 (g/日)

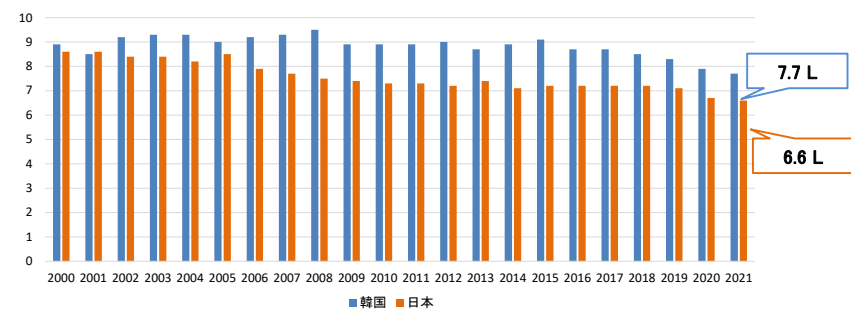


・2007年から韓国人が日本人を上回った。
・韓国人は増加し、日本人は減少した。

19

19

(4) 1人当たりのアルコール消費量の推移 (L/年)

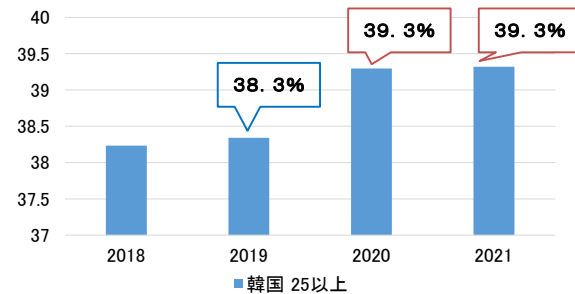


・韓国人が日本人より多かった(年間1.1リットル)。
・余分なエネルギーの摂取で、肥満への影響が推測される。

20

20

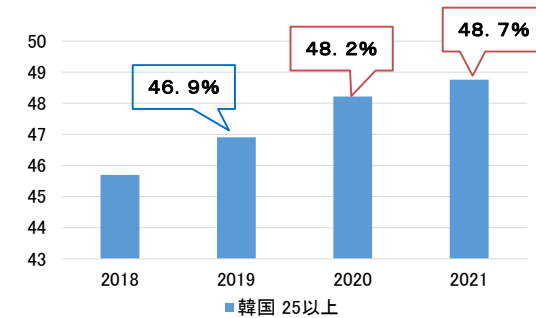
5. コロナ禍での肥満率の変化



・2020年と2021年は、肥満率が1.0%増加

21

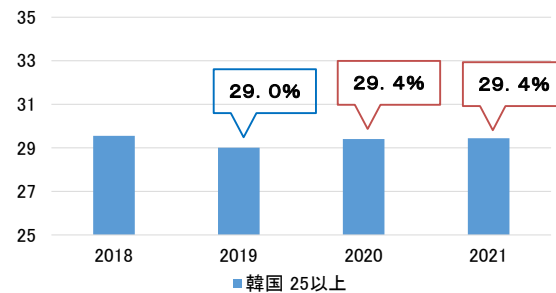
コロナ禍の韓国男子の肥満率



・2020年は1.3%、2021年は1.8%増加

22

コロナ禍の韓国女子の肥満率



・女子は、ほとんど差が見られなかった

23

考 察

- 韓国人の肥満率が、日本人より高い。
- 日本人の低体重率が、韓国人より高い。
特に、19歳未満女性での差は著しい。
- 日本人と韓国人の健康状態は、両方とも良好である。
- しかし、韓国人の肥満率上昇と日本人の低体重率の上昇が今後マイナスに働く可能性があり、改善が望ましい。

24

- カロリー供給量と栄養摂取量は、韓国人は増加、日本人は減少している。
- 韓国人の肥満率の上昇につながる可能性がある。
- 韓国ではコロナの影響で肥満率が増加しており、日本も同様の影響があった可能性が高い。
- 日本では必須栄養素の適量の摂取と65歳未満者の運動習慣の向上が必要で、韓国では肥満率、特に男性の肥満率を下げるための努力が必要と考えられる。

25