

# 東都大学 管理栄養学部管理栄養学科

## 出張講義テーマ一覧(2025年10月改訂版)

講義番号	講義テーマ	対象
管理栄養1	地域で行う健康づくりと食育	一般、中・高
管理栄養2	実践！健康的な食生活	一般・中・高
管理栄養3	スポーツに大切な食事管理	一般・中・高
管理栄養4	健康づくりをサポートする管理栄養士	中・高
管理栄養5	防災と暮らし ~非常事態の食生活を考える~	一般・小・中・高
管理栄養6	地域野菜の魅力 ~簡単な科学実験をしてみましょう~	一般・小・中・高
管理栄養7	SDGsと食育 ~食品ロスを考える~	一般・小・中・高
管理栄養8	健康づくりのための糖尿病食事療法	
管理栄養9	いつのまにかぽっちゃり？見直してみましょう食習慣	
管理栄養10	脂質異常症と言われたら ～見直してみましょう食習慣～	
管理栄養11	減塩しましょう ～なぜ？おいしく食べるには？～	
管理栄養12	確認しましょうあなたの食事内容 ～バランスの良い食事って何？～	
管理栄養13	「一病息災」合併症にならないために今できること	
管理栄養14	元気で長生き1 ～フレイル、ロコモにならないために、まずは食事の再点検～	

管理栄養15	元気で長生き2 ～脳にやさしい食事のポイント～	
管理栄養16	「おいしいってなんだろう？」 ～五感でたのしむ食育体験～	小
管理栄養17	「たべもののひみつをさぐろう！」 ～食べ物の旅とからだのつながり～	小
管理栄養18	「やさいってすごい！」 ～野菜の力と元気のひみつ～	小
管理栄養19	「いただきますのこころ」 ～食べ物といのちを考える～	小
管理栄養20	「10年後の自分をつくる食事」 ～未来の健康は今日の選択から～	中
管理栄養21	食べることは生きること ～命と食のつながりを考える～	中
管理栄養22	「食生活サバイバル」～自炊力を身につけよう～ 簡単でコスパが良く栄養バランスのとれた食事づくり	高
管理栄養23	「ビタミンB12ってなに？」 食品や栄養と健康の関係を科学的に考える	高
管理栄養24	「食べ物の中の科学」～栄養素・添加物・調理のしくみ 身近な食品の成分とその働きを探る	高
管理栄養25	「冷蔵庫の中から始まる食育」 ～食品ロスと保存の知恵～	高
管理栄養26	「世界の食卓から考える日本の食」 — 異文化理解と日本食の特徴を学ぶ	高
管理栄養27	ワンコインでできる簡単フレンチ(実習)	高・中
管理栄養28	ワンコインでできる簡単イタリアン(実習)	高・中
管理栄養29	酵素って何だろう！(実験) 肉が柔らかくなる？ゼラチンが固まらない？	高・中
管理栄養30	学校の先生になるには ～学校の先生になるための道のり～	小・中・高

管理栄養31	生徒指導における「段階的指導」の現状と課題	一般
管理栄養32	お口とつながる全身疾患～お口の中にいるのはどんな菌？～	中・高
管理栄養33	身近な寄生虫 アニサキスってどんな生き物？	小・中・高