

科目名：子どもの食と栄養 (演習2単位)		担当教員名： 堰野端 都美	使用テキスト：出版社名・テキスト名 (株) 医歯薬出版 子どもの食と栄養演習書
授業の到達目標及びテーマ： 子どもの食と栄養に関する知識及び技術を習得する。 食育の重要性を理解し、健全な食生活を実践できる力を養う。			
授業の概要： 講義（健康と食生活の意義、栄養に関する基本知識、子どもの発育・発達と食生活、食育の基本と内容、家庭や児童福祉施設における食と栄養、特別な配慮を要する子どもの食と栄養）、調理実習・調乳実習、献立作成、食育媒体・給食だより作り等			
回	項 目	内 容	
1・2	I. 子どもの心身の健康と 食生活の意義	子どもの心身の健康と食生活（子どもの区分と発育、心と体の健康、食生活とは、ライフサイクルと子どもの食生活の特徴）等	
3・4		食生活の現状と課題（子どもの身体状況、子どもを取り巻く食生活の現状と課題）等 演習 子どもの食生活アンケート	
5・6	II. 栄養に関する基礎知識	栄養の基本的概念、食品群、栄養素の特徴と働き（炭水化物、脂質、たんぱく質）等	
7・8		栄養の基本的概念、栄養素の特徴と働き（ビタミン、ミネラル、水分）食事摂取基準 等	
9・10	III. 子どもの発育・発達と食生活	授乳期の食と栄養（母乳栄養、人工栄養、混合栄養、授乳期に起こりうる問題とその対応）等 演習 調乳 調乳器具の消毒、母乳（育児用ミルク使用）の冷凍保存	
11・12		離乳期の食と栄養、離乳の定義と意義、離乳食の必要性、離乳食の進め方、離乳の開始と完了、ベビーフード、離乳期における食の問題とその対応 等	
13・14		移行期、幼児期の食と栄養、間食、弁当 等	
15・16	II. 栄養に関する基礎知識	演習 離乳食の基本 離乳食作り、冷凍した母乳の解凍 献立作成と調理（調理実習概論、献立の立て方とその評価、食中毒とその予防）等	
17・18	III. 子どもの発育・発達と食生活	学童期の栄養（心身の特徴と食生活、学童期の食の現状と課題）等	
19・20	III. 子どもの発育・発達と食生活	妊娠のメカニズム、妊娠。授乳期の食生活、妊娠・授乳期の疾病とその予防 妊娠期の献立（食事バランスガイド）等 演習 子どもの弁当作り 計画	
21・22		III. 子どもの発育・発達と食生活	演習 子どもの弁当作り
23・24	IV. 食育の基本と内容	食育における養護と教育の一体化、食育の内容と計画および評価、食育のための環境、地域の関係機関や職員間との連携、食・生活指導および食を通じた保護者への支援 等 幼児への食育 食育媒体作り計画	
25・26		幼児への食育 食育媒体作り	
27・28	V. 家庭や児童福祉施設における 食事と栄養	家庭における食事と栄養の課題、児童福祉施設における食事と栄養 等	
		演習 給食だより作成	
29・30	VI. 特別な配慮を要する子どもの 食と栄養	疾病および体調不良の子どもへの対応、食物アレルギーがある子どもへの対応 障害がある子どもへの対応 等	
参考書・参考資料等： 家政学概論 栄養学総論 食品衛生学 食品学総論 心と体のしくみ			
学生に対する評価方法： 期末考査、調理実習・演習、課題、授業態度、出欠状況等で総合的に評価する			