

保 育 科 2 年

科目名： 子どもの食と栄養（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 子どもの食と栄養（株）医歯薬出版、食品成分表 教育図書
授業の到達目標及びテーマ： 小児期の発育・発達及び、妊娠・授乳期の食生活に関する基礎的な知識及び技術を習得する。 望ましい人格形成には「食」が何より重要であることを理解し、「食育」における実践力を高める。		
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		
回	項 目	内 容
1	I. 子どもの心身の健康と食生活の意義、食生活の現状と課題	子どもの健康と食生活の意義、子どもの心身の健康と食生活、子どもの食生活の現状と課題 朝食欠食、小児生活習慣病、サプリメント 等 *アンケート（食物アレルギー等）
2	II. 栄養に関する基礎知識	栄養の基本的概念、栄養素の特徴と働き
3	II. 栄養に関する基礎知識 献立作成と調理	栄養素の働きと特徴、献立作成と調理 調理実習概論、調理の基本、調理法の分類、調理上の注意、食中毒とその予防
4	III. 子どもの発育・発達と食生活 授乳期の食と栄養	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
5	III. 子どもの発育・発達と食生活 離乳期の食と栄養	離乳期の食と栄養、移行期の食と栄養、幼児期の食と栄養、間食、弁当 調乳実習、離乳食調理の説明
6	III. 子どもの発育・発達と食生活 学童期の栄養	心身の健康と食生活、学童期の食と現状の課題
7	III. 子どもの発育・発達と食生活 妊娠・授乳期の食生活	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）、調乳実習・離乳食調理の説明
8	調乳実習 離乳食調理	調乳、調乳器具の消毒、母乳（育児用ミルク使用）の冷凍保存 離乳食の調理（手作り、市販のベビーフード）、冷凍母乳の解凍
9	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
10	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
11	調理実習	子どものアレルギー食を作る（小麦粉、牛乳、卵不使用）
12	講義内容のまとめ 子どもの弁当作り	これまでの講義内容をまとめる 子どもの弁当作りの献立作成、計画
13	調理実習 幼児期の食と栄養 子どもの弁当作り	各班で計画した弁当を作る（前日までに各班で買い物済ませ、当日持参する）
14	V. 家庭や児童福祉施設における食事と栄養 IV. 食育の基本と内容	演習 給食だより作成 *ペン書き 各自、黒のボールペン、色ペンなど準備する 幼児への食育 食育媒体作り計画
15	IV. 食育の基本と内容	幼児への食育 食育媒体作り
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、提出物、授業態度、出欠状況等で総合的に評価する		