

## 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
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		
回	項 目	内 容
1	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（区分と発育、心と体の健康、食生活とは、ライフサイクルと食生活の特徴）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）
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（炭水化物、たんぱく質、脂質）
3	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（ビタミン、ミネラル、水分）
4	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）
5	II. 栄養に関する基礎知識	献立作成と調理（献立の立て方とその評価）調理実習概論、調理の基本、調理法の分類、食中毒とその予防、幼児に対する調理上の留意点、
	III. 子どもの発育・発達と食生活	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
6	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、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、移行期、幼児期の食と栄養
7	III. 子どもの発育・発達と食生活	幼児期の食と栄養（間食、弁当、行事食）、
		演習 離乳食の調理、ベビーフードを使った調理
8	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）、生涯発達と食生活（食育基本法、若年女性の食生活）
9	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）
10	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
	IV. 食育の基本と内容	幼児への食育 食育媒体作り計画
11	IV. 食育の基本と内容	幼児への食育 食育媒体作り
12	V. 家庭や児童福祉施設における食事と栄養	演習 給食だより作成
	III. 子どもの発育・発達と食生	演習（献立作成） 子どもの弁当づくり（弁当の特徴、弁当を作る時の注意）
13	III. 子どもの発育・発達と食生	各班で計画した弁当を作る（前日までに各班で買い物を済ませ、当日持参する）
14	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
15	VI. 特別な配慮を要する子どもの食と栄養	演習 子どものアレルギー食を作る
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		

