

## 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 演習書（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。子どもの食を取り巻く現状や問題を把握し、課題解決力を養う。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、食育の基本都内容、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） 演習（調乳、離乳食、献立作成、食育媒体、給食だより作りなど）		
回	項 目	内 容
1	I. 子どもの心身の健康と食生活の意義	A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、ライフサイクルと食生活の特徴）
2	I. 子どもの心身の健康と食生活の意義 II. 栄養に関する基礎知識	B子どもの食生活の現状と課題（身体状況 子どもを取り巻く食生活の現状と課題） A栄養の基本的概念、B栄養素の特徴と働き（炭水化物）
3	II. 栄養に関する基礎知識	B栄養素の特徴と働き（脂質 たんぱく質）
4	II. 栄養に関する基礎知識	B栄養素の特徴と働き（ミネラル ビタミン 水） C献立作成と調理
5	III. 子どもの発育・発達と食生活	A授乳期の食と栄養（母乳栄養 人工栄養 混合栄養など）
6	III. 子どもの発育・発達と食生活	B離乳期の食と栄養（離乳の定義と意義 離乳期における食の問題と対応など） C移行期の食と栄養（移行期の特徴 0～3歳の発達と食品の使い方など）
7	演習 調乳実習 離乳食の基本	調乳実習（調乳 器具の消毒 母乳の冷凍保存など） 離乳食の調理（離乳初期の調理 市販のベビーフードを使用した調理など）
8	III. 子どもの発育・発達と食生活	D幼児期（3～5歳児）の食と栄養（幼児期の栄養の特徴 幼児食の与え方など）
9	III. 子どもの発育・発達と食生活	E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など）
10	III. 子どもの発育・発達と食生活	F生涯発達と食生活（食育基本法 若年女性の食生活 食を選択する力など） G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 疾病と予防など）
11	IV. 食育の基本と内容 V. 家庭や児童福祉施設における 食事と栄養	A食育における養護と教育の一体化 B食育の内容と計画および評価 C食育のための環境 D地域の関係機関や職員間との連携 E食・生活指導および食を通じた保護者への支援 A家庭における食事と栄養の課題 B児童福祉施設における食と栄養
	演習 献立作成	子どもの弁当作り計画（献立作成 弁当の特徴、弁当を作る時の注意など）
12	演習 弁当	子どもの弁当作り
13	演習 給食だより作成	給食だより作成
	演習 食育媒体	食育媒体計画
14	演習 食育媒体	食育媒体作り
15	VI. 特別な配慮を要する子どもの 食と栄養	A疾病および体調不良の子どもへの対応 B食物アレルギーがある子どもへの対応
16	VI. 特別な配慮を要する子どもの 食と栄養	C障害がある子どもへの対応
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、各演習、提出物、授業態度、出欠状況等で総合的に評価する		