

科目コード	E2106	科目名	子どもの食と栄養					
履修区分	選択	開講期	3年前期	授業回数	15回	単位数	2単位	
担当者	富田道子							
授業の概要	子どもの栄養と食生活は、豊かな人間性を育て、生涯にわたる健康の基礎となる。本授業では、子どもの発育・発達に必要な事柄を栄養と食生活の面から学び、理解を深める。具体的には、胎児期・乳児期・幼児期および特別な配慮を必要とする子どもたちの栄養と食事の特徴を理解する。また、子どもの食育を進めるにあたっては保護者支援が重要な役割を果たすため、保育士と保護者の連携についての理解を深める。							
DPとの関連	平和を希求し、その教育に努め、幸せな人生を創造しようとする力を身につける							
	人間愛のもと、ケアすることの意義を教育・保育の専門性において学び、専門的な知識・技術との統合を図る力を身につける							
	修得した専門的な知識・技術を活用し、教育者・保育者として実践する力を身につける							
	教育・保育者として、子どもの育ちや学びに関わる問題について時代の変化を見通して研究し、新たな価値の創造を図る力を身につける							
	社会との連携を図り、人々の教育的・保育的ニーズや社会的ニーズに応えることができる力							
到達目標	DP：ディプロマ・ポリシー（卒業認定・学位授与の方針）＝卒業までに身に付けるべき資質・能力 (1) 健康な生活の基本として、食生活の意義や栄養に関する基礎的知識を身につけることができる。 (2) 子どもの発育・発達と食生活の関係について、理解を深めることができる。 (3) 食育の基本を理解し、児童福祉施設等も含めた現場で活用できる力を身につけることができる。							
履修上の注意事項	演習においては、衛生・安全面を重視するとともに共同で飲食することから、次の点を厳守してください。 エプロン・三角巾の着用 付け爪・マニキュアなどの装飾を外す 毎回の授業で小レポートを課します。							
授業計画	回数	講義内容【担当教員】			事前・事後学修			
	1	ガイダンス	子どもの健康と食生活の意義			事前に講義概要に目を通し、自身の保育所・幼稚園時代の食にかかわるエピソードについて振り返っておく(1時間)。事後は子どもにとっての食べる意義、健康の定義などをまとめておく(1時間)。		
	2		子どもの発育・発達と食生活			事前にテキストに目を通し、子どもの発育・発達と食生活について事前学習しておく(1時間)。事後は講義内容について整理し、食生活と運動機能・遊びとのかわりをつかめる(1時間)。		
	3		演習：味覚について			事前にテキストに目を通し、食欲・味覚・嗜好について事前学習しておく(1時間)。事後は講義・演習を踏まえ、離乳期の食経験の重要性についてまとめておく(1時間)。		
	4		栄養に関する基礎的知識			事前にテキストに目を通し、成長期の栄養摂取について事前学習しておく(1時間)。事後は成長期に必要な栄養の基礎的知識を整理しておく(1時間)。		
	5		献立作成と調理の基本			事前にテキストに目を通し、献立の手順について事前学習しておく(1時間)。事後は献立作成の留意点、食材の選択方法を理解した上で、次回の演習準備をする(1時間)。		
	6		演習：作成した献立に基づく調理実習			事前に作成した献立について、調理手順等を確認しておく(1時間)。事後は演習を踏まえ、他のグループの献立・実習を参考にしながら、献立を修正する(1時間)。		
	7		食の衛生と安全			事前に食中毒などの衛生管理に関わる報道について調べておく(1時間)。事後は講義内容について整理しながら、保育所・幼稚園における予防についてまとめておく(1時間)。		
	8		ライフステージ別の栄養と食生活(1) 乳児期			事前にテキストの乳児期の授乳・離乳の現状について事前学習しておく(1時間)。事後は講義内容およびこどもケアセンターの調査結果を踏まえたうえで、離乳の支援についてまとめておく(1時間)。		
	9		演習：離乳食			事前にテキストに目を通し、離乳食において気をつけることなどをまとめておく(1時間)。事後は演習を踏まえ、形状や味などのポイントおよび市販のベビーフードの活用方法をまとめておく(1時間)。		
	10		ライフステージ別の栄養と食生活(2) 幼児期			事前にテキストに目を通し、幼児期の間食の役割について事前学習しておく(1時間)。事後は計画した幼児食について、次回の実習準備をする(1時間)。		
	11		演習：幼児食			事前に作成した献立について、調理手順等を確認しておく(1時間)。事後は演習を踏まえ、献立を立てる際のポイントを整理しておく(1時間)。		
	12		食物アレルギーの基本的知識			事前にテキストに目を通し、食物アレルギーの種類と症状について事前学習しておく(1時間)。事後は講義内容について整理し、児童の健康把握と食品表示の確認の重要性をまとめておく(1時間)。		
	13		食育の計画			事前にこれまでの学習を踏まえ、食育活動の具体的なイメージをつくっておく(1時間)。事後は計画した食育活動の準備をする(1時間)。		
	14		食育の実施			事前に計画した食育活動について、内容やポイントを確認しておく(1時間)。事後は計画した食育活動について、成果と課題をまとめておく(1時間)。		
	15		食育の評価・まとめ			事前に食育活動での気づき・課題等を振り返っておく(1時間)。事後は食生活の意義や栄養に関する基礎的知識、子どもの発育・発達と食事の関係について理解が深められたかを確認する(1時間)。		
成績評価方法	毎回の小レポート50%、提出物30%、発表20% ただし、受験資格を満たしていない場合は評価の対象としない。							
教科書	書名・著者(出版社)					ISBNコード		
	子どもの食と栄養 森脇千夏 他(東京教学社)					978-4-8082-6060-6		
参考書								
教員からのメッセージ	配布された資料はその日のうちに復習し、しっかりファイリングすること。日常的にメディア等の「食」関連情報に興味・関心をもつようにしてください。							
教員との連絡方法	第1回の授業で説明します。							
実務経験のある教員								