授業科目	子どもの食と栄養					実務家教員担当科目	-
単位	2	履修	選択	開講年次	2	開講時期	後期
担当教員	糟須海　圭子						
授業概要	実務家教員として、保育園や幼稚園で食に携わっていた経験をもとに、実際に行っていた食育や子どもたちおよび保護者の実態や様子を紹介することで、保育現場での食育の実態を知らせる。 食べることは、子どもの健やかな心身の成長・発達の基礎である。特に、乳幼児期は食への関心が高まる大切な時期であり、発達段階に応じた栄養と食生活の重要性について理解を深めること必要がある。そのために、栄養に関する基本的知識や発達段階における栄養摂取に関連する生理機能の変化と栄養補給法についての講義を行う。併せて、調乳や調理実習を通して実践的な技術を修得する。また、乳幼児の食生活の多様性や食環境の変化における現状と課題を理解した上で、保育者として子どもたちが望ましい食生活を身につけられるように、食育を実践する基盤を養う。実際の保育現場で役立つような知識と技術が修得できるよう、講義に加えて調乳、離乳食、間食、弁当実習を行い、ポスター作り、プレゼンテーション等を行う。 授業全体を通して、保育者、保護者、子どもの三つの視点で考えられるような態度を養う。						
授業形態	演習				授業方法	実習、グループワーク、プレゼンテーション。 Classroom で質問を受け付ける。	

学生が達成すべき行動目標

標準的レベル	1. 食生活の意義や、成長期における栄養に関する基礎的知識を理解し説明できる。 2. 食育の基本とその内容及び食育のための環境を理解でき、食文化や食との関わりの中で実践できる。 3. 演習・実習を通して、こどもの発育・発達に応じた食と栄養について理解を深めることができる。 4. 児童福祉施設における食育の重要性と食事の留意点について把握できる。 5. 特別な配慮を要するこどもの食についての知識や援助技術を修得できる。
理想的レベル	標準的レベルを修得した上で 1.食生活の意義や栄養の基礎的知識を理解し、発育段階に応じた食生活・栄養管理への対応が適切にできる。また、特別な配慮を要する子どもに対して、適切な判断で対応できる。 2.自身の健康管理ができ、自ら進んで望ましい食生活を実践することができる。

評価方法・評価割合

評価方法	評価割合（数値）	備考
試験	30%	
小テスト	10%	小テストを 3 回実施し 10 点満点換算します
レポート	20%	調乳・調理実習・ジュース実験レポート
発表（口頭、プレゼンテーション）	20%	幼児の弁当 10%、食育プレゼン 10%
レポート外の提出物	10%	食育ポスター
その他	10%	調乳・調理実習時の身だしなみ

カリキュラムマップ（該当 DP）・ナンバリング

DP1	○	DP2	-	DP3	-	DP4	-	DP5	○	ナンバリング	CH21205J

学習課題（予習・復習）	1回の学習目安（時間）
予習：シラバス、次週の実習内容を読む。 復習：レポート作成。	1

授業計画	
第1回	オリエンテーション テーマ：子どもの健康と食生活の意義1【第1章 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：子どもの健やかな成長と食生活の意義について解説する。
第2回	テーマ：子どもの健康と食生活の意義2【第1章 子どもの健康と食生活の意義】 ・子どもの食生活の現状と課題：「乳幼児栄養調査」について解説する。 ※朝ごはん、間食等についてのポスターを作成する（個人ワーク） ※課題：自分が3日間に食べた食事写真を撮っておく（次回授業で使用）
第3回	テーマ：栄養に関する基本的知識1【第2章 栄養に関する基礎知識】 ・栄養の基本的概念と栄養素の種類と機能について解説する。
第4回	テーマ：栄養に関する基本的知識2【第2章 栄養に関する基礎知識】 ・栄養の基本的概念と栄養素の種類と機能について解説する。 ※3日間の食事状況について自身の食生活を振り返る（個人ワーク→グループワーク）。
第5回	テーマ：栄養に関する基本的知識3【第3章 栄養に関する制度】 ・食事摂取基準と献立作成・調理の基本：食事摂取基準、食事バランスガイド等について解説する。
第6回	テーマ：栄養に関する基本的知識4【第3章 栄養に関する制度, 第4章 妊娠期と授乳期の食生活】 ・生涯発達と食生活1：妊娠・授乳期（母体）について解説する。 ・次回からの調理実習について説明を行う。
第7回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活1【第4章 妊娠期と授乳期の食生活, 第5章 乳児期の食生活】 ※調乳実習・・・・乳児期に関して学び、調乳及び試飲を行う。
第8回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活2【第4章 妊娠期と授乳期の食生活, 第5章 乳児期の食生活】 ※調乳実習・・・・乳児期に関して学び、調乳及び試飲を行う。
第9回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活3【第5章 乳児期の食生活】 ※調理実習１（初期・中期）・・・離乳の必要性と進め方を学び、離乳食を作り試食する。
第10回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活4【第5章 乳児期の食生活】 ※調理実習１（初期・中期）・・・離乳の必要性と進め方を学び、離乳食を作り試食する。
第11回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活5【第5章 乳児期の食生活】 ※調理実習２（後期・完了期）・・・離乳の必要性と進め方を学び、離乳食を作り試食する。
第12回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活6【第5章 乳児期の食生活】 ※調理実習２（後期・完了期）・・・離乳の必要性と進め方を学び、離乳食を作り試食する。
第13回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活7【第5章 乳児期の食生活】 ※調理実習３（取り分け離乳食（初期・中期・後期））・・・離乳の必要性と進め方を学び、離乳食を作り試食する。
第14回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活8【第5章 乳児期の食生活】 ※調理実習３（取り分け離乳食（初期・中期・後期））・・・離乳の必要性と進め方を学び、離乳食を作り試食する。

第 15 回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活 9【第 6 章 幼児期の発育・発達と食生活】 ・幼児期の発育に応じた栄養管理や間食の意義について解説する。
第 16 回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活 10【第 6 章 幼児期の発育・発達と食生活】 ・幼児の弁当について解説をする。 ※弁当献立作成（グループワーク）
第 17 回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活 11（特別な配慮を要する子どもの食と栄養 1 を含む） 【第 6 章 幼児期の発育・発達と食生活, 第 11 章 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ある子どもや障害のある子どもへの対応について解説する。
第 18 回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活 12（特別な配慮を要する子どもの食と栄養 2 を含む） 【第 6 章 幼児期の発育・発達と食生活, 第 12 章 アレルギー疾患を持つ子どもの食と栄養】 ・食物アレルギーのある子どもの対応について解説する。 ※官能検査＆ジュースの実験
第 19 回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活 13（特別な配慮を要する子どもの食と栄養 3 を含む） 【第 6 章 幼児期の発育・発達と食生活, 第 12 章 アレルギー疾患を持つ子どもの食と栄養】 ※調理実習４（間食）・・・アレルギー対応を含んだ間食作りをし、試食をする。
第 20 回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活 14（特別な配慮を要する子どもの食と栄養 4 を含む） 【第 6 章 幼児期の発育・発達と食生活, 第 12 章 アレルギー疾患を持つ子どもの食と栄養】 ※調理実習４（間食）・・・アレルギー対応を含んだ間食作りをし、試食をする。
第 21 回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活 15【第 7 章 学童期・思春期の発育・発達と食生活, 第 8 章 生涯発達と食生活】 ・学童期・思春期、成人期・高齢期の食について解説する。
第 22 回	テーマ：家庭や児童福祉施設における食事【第 10 章 家庭や児童福祉施設における食事と栄養】 ・児童福祉施設・ 保育所における食について解説する
第 23 回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活 16【第 6 章 幼児期の発育・発達と食生活】 ※調理実習５（幼児の弁当）・・・自分たちで立てた献立の弁当作りをし、試食する。
第 24 回	テーマ：子どもの発育・発達と食生活 17【第 6 章 幼児期の発育・発達と食生活】 ※調理実習５（幼児の弁当）・・・自分たちで立てた献立の弁当作りをし、試食する。 ※プレゼンテーション（班毎）
第 25 回	テーマ：食育の基本と内容 1【第 9 章 食育の基本と内容】 ・食育の基本等について解説する。 ※保育園での食育実践例を紹介する。
第 26 回	テーマ：食育の基本と内容 2【第 9 章 食育の基本と内容】 ※食育プレゼンテーション作成（グループワーク） 給食時の 5 分間を想定し、媒体は実物食材、イラスト、写真、紙芝居、絵本、ペープサート、食育クイズ等、自由に決める。 導入ー展開－終末で行う。
第 27 回	テーマ：食育の基本と内容 3【第 9 章 食育の基本と内容】 ※プレゼンテーション(グループ毎)
第 28 回	テーマ：食育の基本と内容 4【第 9 章 食育の基本と内容】 ※プレゼンテーション(グループ毎)

第 29 回	テーマ：まとめと振り返り（試験）
第 30 回	テーマ：まとめと振り返り（試験の解説） ※動画視聴
テキスト	・太田百合子、堤ちはる　編著「子どもの食と栄養　第 2 版」（羊土社）
参考図書・教材／データベース・雑誌等の紹介	・日本人の食事摂取基準 2020 年版（厚生労働省） ・妊娠前からはじめる妊産婦のための食生活指針（厚生労働省） ・授乳・離乳の支援ガイド（厚生労働省） ・保育所における食物アレルギーガイドライン（厚生労働省） ・楽しく食べる子どもに～保育所における食育に関する指針～（厚生労働省） ※実習・演習資料は適宜配布する。
課題に対するフィードバックの方法	・試験・小テスト・・・実施後に解答例を提示し解説する。 ・レポート・・・適宜、赤線、赤コメントを入れて返却する。 ・発表・プレゼン・ポスター・・・実施後、講評を行う。
学生へのメッセージ・コメント	この授業では調理実習も行いますので、班で協力して臨み、基本的な調理技術や衛生面の知識など身につけてほしいと思っています。 乳幼児期の子ども達は自分で食事準備ができない為、周囲の大人の食に対する考え方やあり方によって子どもの心や体の成長を左右します。 食に関する学びを深め、実際に作って、食べて重要性を感じ、保育者としてだけでなく、保護者として、子ども自身として考えることができるようになることを願います。それぞれを理解した上で何が大切か分かるようになってほしいです。 これからの人生に役立つ内容ですので、一緒に学びましょう。