科目名称：	子どもの食と栄養Ⅰ	
担当者名：	井上　好美	
区分	授業形態	単位数
専門教育科目	演習	1

授業の目的・テーマ

健康と食生活について栄養に関する基本的知識を学び、乳幼児期に必要な栄養素と適量について食品に結びつけて理解する。特に小児の栄養上の問題点など実践面について学ぶ。

授業の達成目標・到達目標

自分自身が食事を柱とする生活リズムを保ち、正しい食生活を身につける。保育に携わる者に喜びや楽しみを持てるよう、地域社会との関わりの中で食育の実践が出来る。

幼児教育学科	ディプロマポリシー（卒業認定・学位授与の方針）	重点項目
DP(1)	建学の精神と設立の理念を基に、基礎知識を修め、子ども・保護者・地域住民に信頼され、多様な文化に対応できる幅広い教養が身についている。	
DP(2)	優れた専門知識や技能を修得し、他者と協調・協働し、社会の一員として、保育・幼児教育の分野において貢献できる使命感、倫理観、責任感、実践力を身につけている。	○
DP(3)	幼児教育の学びを通して多様な社会に対応できるような豊かな人間性を養い、人との関わりの中で自己の考えを的確に表現するとともに、他者の意見を尊重し良好な信頼関係を築いていくことができる。	
DP(4)	学生一人ひとりが、演習、実習などを通して様々な課題に取り組み解決する学修経験を重ねることで、その場に応じた活用力が身についている。	

評価方法／ディプロマポリシー	定期試験	クイズ 小テスト	提出課題 （レポート含む）	その他	合計
幼児教育DP(1)					0
幼児教育DP(2)		70	30		100
幼児教育DP(3)					0
幼児教育DP(4)					0
					100

実務経験のある教員の担当	担当教員の実務経験の内容（内容・経験年数を記載）	
あり	《内容１》　　管理栄養士	《経験年数１》　　29年
	《内容２》	《経験年数２》
	《内容３》	《経験年数３》
	《内容４》	《経験年数４》

評価ルーブリック	すばらしい	とてもよい	よい	要努力

授業の内容・計画		事前事後学修の内容	事前事後学修時間（分）
第１回	子どもの健康と食生活の意義及び栄養に関する基本知識	各回の授業テーマに関連する情報を収集しておくこと。 自分自身の現在の食生活をみなおしてみる。 １日の食事記録をする。中口絵⑧参照	20分
第２回	栄養に関する基本的知識　炭水化物の種類と摂り方	成人の基本的な炭水化物を多く含む食品種類を調べておく	20分
第３回	基本的知識　脂質の種類と摂り方　たんぱく質の種類と摂り方	栄養素の種類と機能について調べておく	20分
第４回	基礎知識　ビタミン、ミネラル、水分からだに必要な栄養素とそれを多く含む食品	季節の食材・旬について調べておく（地元の産物）	20分
第５回	食べ物の消化過程と排泄	各消化管と消化酵素・栄養素の吸収・排泄について調べておく	20分
第６回	各栄養素の食事摂取基準の指標　献立と調理の基本	エネルギーの摂り方　（各栄養素の配分）について調べておく	20分
第７回	日本人の食事摂取基準と食品構成を生かした 献立と栄養バランスの学び方	１日の献立をたてておく…健康を考慮した日常食　3日間自身のメニューをもとに	20分
第８回	献立の評価とチェック　グループワークを通して	対象に合わせた調理と作り方 ・教材の発表（メニュー例）を提出できるようにおく	20分
第９回	衛生管理と調理の基本　子供の食べやすいおやつ実習	衛生管理・食品の表示制度…食品を購入する際、日常の中で調べてくる	20分
第10回	子供の発育、発達の特徴	現代の栄養管理と昨今の違いを調べておく	20分
第11回	妊娠期の食生活と栄養の留意点	妊婦の体重管理について調べておく	20分
第12回	乳児期の授乳、離乳食の意義と食生活	母乳の利点を予習しておく	20分
第13回	家庭における離乳期の栄養問題	中口絵⑥～⑦離乳食の調理例 前回授業の復習をしておく	20分
第14回	乳児期における栄養状態の評価	心身の成長発達と食行動の変化　発育値 栄養状態による発育発達の評価について調べておく	20分
第15回	前期のまとめ	栄養教育の教材を発表する準備をしておく	20分

事後学修時間については、受講するにあたっての最低限の目安を明記したが、単位取得のためには原則として授業時間と事前事後学修を含め短期大学設置基準で規定された学修時間が必要である。

成績評価の方法・基準

定期試験は、 実施しない。　　その他の評価配分は、以下のとおりである。
小テスト　７０％　　レポート３０％　　授業への参加度も考慮する

課題に対してのフィードバック

授業内プリントは回収後に返却しない。
課題に対して、必要に応じてフィードバックする。

教科書・参考書

「最新　子どもの食と栄養」食生活の基礎を築くために
「五訂増補　食品成分表」　　「日本人の食事摂取基準」（2015年版）　他