

【授業の概要】

1. 健康な生活の基本としての食生活の意義や栄養に関する基本的知識を学ぶ。
2. 子どもの発育・発達と食生活の関連について理解を深める。
3. 食物の基本とその内容及び食育のための環境を地域社会・文化とのかかわりの中で理解する。
4. 家庭や児童福祉施設における食生活の現状と課題について学ぶ。
5. 特別な配慮を要する子どもの食と栄養について理解する。

【授業要旨】

回数	題目	授 業 内 容 (留意点、テスト、レポート、作業、参考文献、教材等)
1	オリエンテーション ・子どもの食と栄養を学ぶにあたり	子どもの食と栄養についての概要を理解する
2	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	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの区分を知る ・出生数および乳児死亡率 ・食生活とは ・ライフスタイルと子どもの食生活の特徴
3		
4	・子どもの食生活と課題	<ul style="list-style-type: none"> ・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
5	演習 1	・子どもの食生活のアンケート
6	栄養に関する基礎知識 ・栄養の基本的概念	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養と栄養素 ・5大栄養素の働き ・食品成分のバランス ・食品群と栄養
7	・栄養素の特徴と働き	・5大栄養素の働き
8	演習 2	・食品と栄養への興味・関心を育てる教材作成
9	子どもの発育・発達と食生活 ・授乳期の食と栄養	・母乳, 人工・混合栄養について必要性とその方法
10	・離乳期の食と栄養	<ul style="list-style-type: none"> ・離乳の定義と意義を知り, その必要性を考える ・離乳食の進め方の目安 ・フォローアップミルク ・ベビーフード ・離乳期における食の問題とその対応
11	・幼児期の食と栄養	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養の特徴を知り, 献立を考える ・弁当の特徴とつくるときの注意 ・行事食
12	演習 3	・弁当をつくる
13	・学童期の食と栄養	<ul style="list-style-type: none"> ・学童期の食の現状と課題 ・学校給食
14	・生涯発達と食生活 ・妊娠, 授乳期の食生活	<ul style="list-style-type: none"> ・食育基本法 ・保育と母性保護 ・若年女性の食生活 ・疾病とその予防 ・食生活と献立作成
15		

回数	題 目	授 業 内 容 (留意点、テスト、レポート、作業、参考文献、教材等)
16	食育の基本と内容 ・食育における養護と教育の一体化	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの食と栄養についての養護や教育のあり方 ・食生活や栄養についての指導や教育内容 ・子どもの食育をめぐる動向
17	・食育の内容及び評価	<ul style="list-style-type: none"> ・ねらいと内容 ・食育の計画の作成と評価 ・食生活の指導や食べ物の選択, 食べ方 ・栄養教育
18	・食育のための環境	
19	演習 4	食育媒体をつくってみよう
20	<ul style="list-style-type: none"> ・地域の関係機関や職員間の連携 ・食生活指導及び食を通した保護者への支援 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域, 職員間の連携 ・保護者への食生活指導 ・食を通した保護者への支援
21	家庭や児童福祉施設における食事と栄養 ・家庭における食事と栄養	<ul style="list-style-type: none"> ・生活リズムと朝食 ・食生活と栄養 ・家庭の食事の役割 ・食育活動
22	演習 5	<ul style="list-style-type: none"> ・バランスのよい朝ごはんの献立を立てる ・給食だよりを作成する
23	演習 6	・朝ごはんをつくる
24	・児童福祉施設における食事と栄養	<ul style="list-style-type: none"> ・施設と食事の特徴 ・保育所における給食
25	演習 7	<ul style="list-style-type: none"> ・どんな行事食があるか調べる ・行事食をつくる
26	特別な配慮を要する子どもの食と栄養	<ul style="list-style-type: none"> ・疾病と食事の進め方 ・先天性代謝異常症, 肥満と生活習慣病 ・アレルギーの基本, 症状, 治療, 予防上の注意
27	・疾病および体調不良の子どもへの対応	
28	・食物アレルギーへの対応	
29	・障害のある子どもへの対応	<ul style="list-style-type: none"> ・食事に配慮を要する主な障害 ・食事の役割と栄養 ・障害に応じた食べる機能の発達への対応
30	まとめ及び評価	

【評価の方法】 出席状況, 受講態度, 提出物, 試験等により評価する

【テキスト】「第2版 子どもの食と栄養 演習書」 小川 雄二 編著