

授業科目名	開講年次	開講学期	講義種類	単位数	担当教員名
子どもの食と栄養	1	通年	演習	2	有田 喜美子

○授業の到達目標及びテーマ

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習得する。
2. 子どもの発育・発達と食生活の関連について理解する。
3. 養護及び教育の一体性を踏まえた保育における食育の意義・目的、基本的な考え方、その内容等について理解する。
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理解する。
5. 関連するガイドラインや近年のデータ等を踏まえ、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。

○授業の概要

子どもの健やかな成長は生涯にわたる第一歩となるので、食と栄養に関する基礎を発育発達の特徴をふまえて学習する。心身の健康にも大きく影響があるので、栄養の特性を学び、時期のあった食生活のあり方、食育の重要性について実践例をふまえながら、また家庭・地域の関係機関と連携しながら理解を深める。

○授業計画

- 第1回：子どもの食と栄養についての概要を理解
- 第2回：子どもの心身の健康と食生活（子どもの区分 出生数および乳児死亡率 食生活の意義）
- 第3回：子どもの身体状況
- 第4回：子どもの食生活の現状と課題（朝食の欠食 肥満と小児生活習慣病）
- 第5回：栄養の基本的概念（栄養の働き 食品成分のバランス 食品群）
- 第6回：栄養素の特徴と働き
- 第7回：献立の意義 献立作成の基本
- 第8回：調理実習の概論（調理の基本 調理法の分類 調理上の留意点 食中毒とその予防）
- 第9回：授乳期の食と栄養（母乳栄養 人工栄養 混合栄養 授乳期に起こりうる問題点）
- 第10回：離乳期の食と栄養（定義 意義 問題点）
- 第11回：幼児期の食と栄養（栄養の特徴 食の与え方 食生活と健康における問題点）
- 第12回：学童期の栄養（心身の特徴と食生活 現状と課題）
- 第13回：調理実習（離乳期・幼児期の献立と調理）
- 第14回：生涯発達と食生活
- 第15回：妊娠・授乳期の食生活（妊娠期の献立）
- 第16回：食育における養護と食育の一体化
- 第17回：食育の内容と計画および評価（短期指導案作成の手順）
- 第18回：食育のための環境（食べ物選択や食べ方）
- 第19回：栄養教育（媒体・絵本）
- 第20回：媒体の発表（食育媒体）
- 第21回：地域の関係機関や職員間の連携

第22回：食生活指導および食を通じた保護者への支援

第23回：家庭における食事と栄養

第24回：演習（給食便り作成）

第25回：児童福祉施設における食事と栄養

第26回：疾病および体調不良の子どもへの対応

第27回：アレルギーがある子どもへの対応

第28回：障害のある子どもへの対応

第29回：日本の食文化（行事食作成）

第30回：調理実習（行事食）

定期試験

○テキスト

「第2版 子どもの食と栄養 演習書」小川 雄二 編著

○参考書・参考資料等

「幼稚園教育要領解説」（最新版）文部科学省・フレーベル館

「保育所保育指針解説」（最新版）厚生労働省・フレーベル館

「幼保連携型認定こども園教育・保育要領解説」（最新版）内閣府・文部科学省・厚生労働省・フレーベル館

○学生に対する評価

試験 50%、 受講態度、講義への参加態度 30%、 授業課題 20%