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	千葉しのぶ

〇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理解し説明ができる。

2．妊娠期・乳児期・幼児期・学童期・思春期における子どもの発育・発達と食生活の関連について理解し説明ができる。

3．食育の基本と内容を理解し、子どもへの食育指導ができる。

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し説明ができる。

5．食物アレルギー疾患を持つ子どもなど、特別な配慮を要する子どもの食と栄養について理解し、説明ができる。

6、子どもへの伝承がのぞまれる地域に伝わる食文化について理解し説明ができる。

7、調理における衛生管理、調理の基本を理解し実践ができる。

〇授業の概要

幼児の保育の場において必要な子どもの食と栄養の実際に伴う知識および技能を習得させる。また食生活を通して、家庭や地域との密接な関わりや環境の望ましい姿、並びに食育の重要性を理解させる。

〇授業計画

第1回：オリエンテーション　現代における食に関する諸問題

第2回：食生活の評価・改善（食事記録をもとに）

第3回：子どもの健康と食生活の意義(日本人の健康問題と食事内容、孤食、朝食欠食)

第4回：栄養に関する基礎知識①（栄養と栄養素）

第5回：栄養に関する基礎知識②（食事記録をもとに）

第6回：栄養に関する制度、献立作成（日本人の食事摂取基準・バランスのとれた食事)

第7回：妊娠期と授乳期の食生活(妊産婦のための食生活指針、授乳期の食事、母乳分泌)

第8回：乳児期の食生活(乳汁栄養、離乳の進め方)

第9回：幼児期の発育・発達と食生活（食事の形態や食卓環境、間食、保護者への支援)

第10回：学童期・思春期の発育・発達と食生活（食事摂取基準・食生活の問題)

第11回：生涯発達と食生活（各ライフスタイルの特徴と位置づけ、生活習慣病の理解)

第12回：食育の基本と内容（食育基本法、保育所保育指針における食育)

第13回：児童福祉施設における食事と栄養（保育所等における給食、 家庭や地域への支援)

第14回：家庭への食育情報の提供（食育便り作成案)

第15回: 食育便りの作成

第16回：食育計画と食育活動の実際 、食育指導計画案作成

第17回：食育活動指導計画作成、指導媒体作成(グループ活動4人×10班)

第18回：食育指導発表と評価①(1～5班)

第19回：食育指導発表と評価②(6～10班)

第20回：特別な配慮を要する子どもの食と栄養

第21回：食物アレルギー疾患を持つ子どもの食と栄養
第22回：日本および地域における食文化、郷土料理
第23回：食文化をテーマにした食育指導案作成
第24回：調理における衛生管理、配膳、食事のマナー
第25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26回：調理実習（ 離乳食）※第25回と連続で実施
第27回：調理実習(幼児の成長に適したおやつ・のみもの)
第28回：調理実習(素材を生かしたおやつ作り)※第27回と連続で実施
第29回：鹿児島の郷土料理実習(歴史・由来・調理説明)
第30回：鹿児島の郷土料理実習(調理)※第29回と連続で実施
定期試験

〇テキスト
「子どもの食と栄養　」太田百合子　編著　羊土社

〇参考書・参考資料等
「世界一やさしい栄養素図鑑」牧野直子　新星出版社
「はじめての郷土料理」千葉しのぶ　燦燦舎

〇学生に対する評価
試験　50%　　授業課題　50%