

# 令和8年度シラバス

文化学園大学保育専門学校

科目名				授業の種類	授業担当者
子どもの食と栄養				演習	伊藤 志織
学年	単位	時間数	授業回数	履修時期	選択・必修
2	2	60	30	通年	幼免：選択 保育士：必修
[授業の目的・ねらい]					
<ul style="list-style-type: none"> <li>子どもと関わる者として、食や栄養について正しい知識とスキルを習得し、実践できる力を身につける。</li> <li>乳幼児期の食生活が生涯にわたる心身の健康と豊かな生活の基礎であることを理解する。</li> <li>ライフステージ別の食と栄養の特徴を理解する。</li> <li>保育者として、食生活や栄養についての正しい情報を発信・伝達できる力を身につける。</li> </ul>					
[授業全体の内容と概要]					
<ul style="list-style-type: none"> <li>栄養に関する基本的知識、食の衛生と安全に関する基本的知識を理解する。</li> <li>子どもの健康と食生活の意義を知り、子どもの発育・発達と食生活を理解する。</li> <li>食育の基本と内容を理解する。</li> <li>家庭や児童福祉施設における食事と栄養、特別な配慮を要する子どもの食事と栄養を理解する。</li> </ul>					
[受講上の注意事項]					
<ul style="list-style-type: none"> <li>予習、復習をして授業に臨む。</li> <li>レポート等の課題は期限内に提出をする。</li> <li>調理実習では、安全かつ衛生的に実施できるよう、事前に確認し実習に臨む。</li> </ul>					
[使用テキスト]			[評価基準]		
イラスト「子どもの食と栄養」(株)東京数学社 八訂準拠ビジュアル食品成分表(株)大修館書店			受講態度、課題、試験等により総合的に評価をする。		
[授業の日程と各回のテーマ・授業内容]					
回	項目		授業内容		
1	オリエンテーション 栄養とは		栄養学を学ぶ目的、意義 食生活の現状と課題		
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 子どもの食生活の現状と課題		
3	栄養に関する基本的知識①		栄養の基本的知識、たんぱく質、脂質、炭水化物		
4	栄養に関する基本的知識②		ビタミン、ミネラル		
5	栄養に関する基本的知識③		望ましい食生活、私の食生活診断		
6	食の衛生と安全①		食中毒の原因とその特徴、衛生管理		
7	食の衛生と安全②		食品の表示、健康や栄養に関する表示、食品添加物		
8	調理の基礎(調理実習)		1日の献立、計量、調理の基本		
9	同上		同上		
10	子どもの発育・発達と食生活①		発育・発達の基本的知識 子どもの消化器官・排泄機能の発達の基本的知識		
11	子どもの発育・発達と食生活②		食べる機能の発達に関する基本的知識、発育・栄養状態の評価		
12	ライフステージ別の栄養と食生活①		胎児期(妊娠期)、乳児期(乳汁期・離乳期)		
13	調理実習		調乳実習・離乳食(初期・中期・後期)実習		
14	同上		同上		
15	前期まとめ		前期試験		

16	ライフステージ別の栄養と食生活②	幼児食
17	調理実習	幼児食・間食
18	同上	同上
19	ライフステージ別の栄養と食生活③	学童期・思春期
20	ライフステージ別の栄養と食生活④	生涯発達と食生活、成人期・高齢期
21	ライフステージ別の栄養と食生活	まとめ
22	食育の基本と内容①	食育とは、食育の内容と計画および評価
23	食育の基本と内容②	食育のための環境、保護者への支援
24	食育の実践①	食育の実際、食育計画表の作成
25	食育の実践②	同上
26	食育の実践③	食育の発表
27	児童福祉施設における食事と栄養	児童福祉施設における食事の提供、保育所給食
28	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子どもへの対応 障がいのある子どもへの対応
29	食物アレルギーの基本的知識	食物アレルギーのある子どもへの対応
30	一年のまとめ	後期試験
実務教員としての経歴		栄養士として保育園にて勤務、管理栄養士として保健センター等で講習会や健診業務に携わる。
実務経験と授業の関連		栄養士・管理栄養士の経験を活かし、保育者を目指す学生に食の面から必要な知識と技術を伝える。