

授業概要

小児期の食生活は、身体の発育・発達にとって重要であるばかりでなく、精神の発達にも大きな役割を果たすといわれている。現代の小児の食生活は社会変化の影響を深く受けている。将来の生活習慣病発症予防のため、また、子どもたちが豊かな人間性を育み、自ら生きる力を身につけていくためには、食の健全化が何よりも重要である。「食育基本法」では、「食育」は生きるうえでの基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置づけ、また、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することが出来る人間の育成を推進することとしている。子どもの食生活の大半は、大人に依存している。そのため、食育は子どもだけでなく、子どもと大人の双方に行うことが必要となる。

ここでは、「食育基本法」「授乳・離乳の支援ガイド」、乳児期、幼児期、学童期、思春期といった小児の各発達段階に応じた栄養の摂取、食育、食生活の現状、問題点について学ぶ。更に、障害を持つ小児の食生活や、小児期の様々な疾患に関する食事療法について理解する。また、保育所や児童施設における給食の役割や、特徴についても学ぶ。

授業計画

第1回	小児の健康な生活と食生活の意義
第2回	栄養に関する基本的知識
第3回	母乳栄養
第4回	人工栄養・混合栄養 調乳
第5回	離乳期の栄養 「授乳・離乳の支援ガイド」
第6回	幼児期の栄養と特徴
第7回	幼児期における食生活上の問題点
第8回	食物アレルギー
第9回	小児期の疾病と食生活
第10回	疾病および体調不良の子どもへの対応
第11回	障害を持つ小児の食生活と対応
第12回	幼児期の食育の基本と内容 食育基本法・第2次食育推進基本計画 食事バランスガイド
第13回	保育所、児童福祉施設の給食における保育士の役割
第14回	学童期・思春期の栄養と特徴
第15回	学童期・思春期の食育
第16回	定期試験

到達目標

小児期における食事、栄養の重要性を理解し、子どもが健全な発育をしていくために必要となる知識を確実に習得し、子どもと保護者の食生活への支援ができる人材になることを目標とする。

履修上の注意

- ・「子どもの食と栄養Ⅰ」を履修していることが望ましい。
- ・「子どもの食と栄養Ⅰ」のテキストを必ず持参すること。
- ・遅刻3回で欠席1回分とする。

予習復習

各テーマの課題について、各自、テキストを読みまとめておくこと。

評価方法

筆記試験・小テスト及び課題、授業貢献度等から総合的に評価する。

テキスト

「最新子どもの食と栄養 一食生活の基礎を築くために」 飯塚美和子 他編集、学建書院
(子どもの食と栄養Ⅰで使用するものと同じ)