

授業概要

小児期の食生活は身体の発育・発達に加え精神の発達にも大きな役割を果たす。食育は知育・徳育の基本として「食育基本法」で位置付けられ、子ども達の将来の生活習慣病発症予防、健康で豊かな人間性・自立して生きる力を培う基礎となる。保育所や児童福祉施設では、保育士は食育を実践する役割を担う。子どもの食生活は大人に大きく依存するため、食育は子どもと大人（保護者）の双方に行う必要がある。ここでは、「食育基本法」「授乳・離乳の支援ガイド」、成長期の各発達段階での栄養摂取、食育の重要性、食生活の現状、問題点、疾患を持つ小児の食生活を個々の学生の実体験と照らし合わせて講義する。

授業計画

第1回	自分たちの現在の食の関心事・食事内容を見直す。食育を学ぶ意味を考える。／課題：自分の食生活の記録。
第2回	栄養と食事の意義を考える。／課題：バランスのとれた栄養摂取の意義をまとめる。
第3回	栄養のバランスのとれた食事を摂る意義を学ぶ。食育とは・生涯発達の概念を学ぶ。
第4回	思春期の発達の特徴と食育のねらい・内容・目標を学ぶ。／課題：保護者に離乳期の食体験を聞く。
第5回	高齢期の発達の特徴と食育のねらい・内容・目標を学ぶ。／課題：保護者に幼児期の食体験を聞く。
第6回	離乳期の体験をまとめ、食育との関連を考える。離乳期の発達の特徴・『離乳・授乳の支援ガイド』を学ぶ。
第7回	離乳期の食育のねらい・離乳食支援を学ぶ。／課題：離乳期の発達の特徴と離乳食の進行をまとめる。
第8回	幼児期の食の行事と体験から、食育のねらい・内容・目標を学ぶ／課題—感想の提出。
第9回	幼児期の心身の発達の特徴と栄養・食生活上の問題点、対策を学ぶ。
第10回	学童期の心身の発達の特徴と食生活上の問題点を学ぶ。
第11回	学校給食とその意義と課題／学校の食育／食物アレルギーアナフィラキシーを起こす子どもへの対応を学ぶ。
第12回	家庭の食生活支援・特別な配慮を要する子どもの個別相談を学ぶ—食物アレルギー／肥満／痩せ他
第13回	保育所、児童福祉施設における食事と栄養の意義・保護者への対応のポイントを学ぶ。
第14回	食育のまとめ／「子どもの食と栄養Ⅰ」の復習テスト
第15回	子どもの発達における食の意義を考えるビデオ鑑賞／課題—ビデオ感想の提出
第16回	定期試験

到達目標

生涯発達の考えのもと、ヒトにおける食事・栄養の精神的、身体的重要性を理解できる
 子どもの成長発達に沿った食育のねらいと内容が理解できる
 子どもの成長発達に直接関わる上で、保護者の食生活支援の基礎がわかる

履修上の注意

「子どもの食と栄養Ⅰ」を履修している。
 「子どもの色と栄養Ⅰ」のテキストを持参する。
 課題の提出期限の厳守、積極的な授業参加、遅刻2回を欠席1回とする

予習・復習

事前出題される課題は必ず行って授業に臨む。
 事後学習として出された課題と授業内容の理解を深めておく

評価方法

筆記試験 50%、課題 40%、授業態度／貢献度 10%

テキスト

- ・教科書名：『最新 こどもの食と栄養 一食生活の基礎を気づくために』
- ・著者名：飯塚 美和子
- ・出版社名：学建書院