

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 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。
「子どもの食と栄養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。私語をしない。トイレは授業前に済ませておく。

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：『子育て・子育てを支援する 子供の食と栄養』
- ・著 者 名：堤ちはる、土井正子
- ・出版社名：萌文書店
- ・出 版 年 (ISBN)：