

授業概要

小児期（学童期・思春期）、および成人の栄養について学び、自身の食生活についても考える力を養う。
子どもたちに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである（食育基本法）。本授業では、講義および実習を通して、食育基本法について学び、子どもの食の問題点や改善点について検討し、食育を実践できる力を養っていく。また、児童福祉施設や家庭での食と栄養、食の安全（食中毒）、疾患のときの食と栄養、肥満ややせの子どもの食と栄養、障がいのある子どもの食と栄養についても学習する。疾患のときの食と栄養では近年増加している食物アレルギーを持つ子どもへの対応について理解を深める。また、被災時に役立つ食事をつくることできるように指導する。

授業計画

第 1 回	ガイダンス・子供の食と栄養Ⅰの復習
第 2 回	子どもの発育・発達と栄養・食生活 学童・思春期の食事
第 3 回	成人の栄養・食生活
第 4 回	食育の基本と実践
第 5 回	食育について計画する
第 6 回	食育指導案の作成
第 7 回	食の安全(食中毒)
第 8 回	防災食ワークショップ(調理実習)
第 9 回	SDGs と食育
第 10 回	児童福祉施設や家庭における食と栄養
第 11 回	食育発表会1
第 12 回	食育発表会2
第 13 回	特別な配慮を要する子どもの食と栄養①食物アレルギーのある子どもへの対応
第 14 回	特別な配慮を要する子どもの食と栄養②障がいのある子どもへの対応
第 15 回	特別な配慮を要する子どもの食と栄養③体調不良および疾患の子どもへの対応

到達目標

学童期、思春期、成人期の栄養と食生活について理解し、実践できる。
なぜ食育が必要なのか理解することができ、実際に食育を行うことができる。
疾患のある子ども、肥満ややせの子どもへの対応ができる。

履修上の注意

子どもの食と栄養Ⅰを履修していること。
授業には積極的に参加すること。私語、居眠りをしないこと。
課題等の提出期限を遵守すること。スマートフォンの利用については指示のあったとき以外は認めない。
遅刻・早退は 30 分以内、それ以降は欠席とする。
遅刻 3 回で欠席 1 回とする。

予習・復習

- ・予習：次の授業内容に関して教科書を読み、わからないことをチェックしておくこと。
- ・復習：事後学習として出された課題は必ず取り組むこと。

評価方法

レポート（課題、食育指導案、調理実習）60%、食育発表20%、最終レポート20%

テキスト

- ・教科書名：新・子供の食と栄養
 - ・著 者 名：今津屋直子・久藤麻子編著
 - ・出版社名：教育情報出版
 - ・出 版 年（ISBN）：2022（ISBN978-4-909378-37-8）
- 2,024年度の「子どもの食と栄養Ⅰ」で使用した教科書を使用します。