

科目名	小 児 栄 養	教員名	たにくち まだこ 谷口 定子	開 講	保育科	2 年次	前・後期		
<p>・ 目的と内容</p> <p>現代の子どもを取り巻く食生態を体系的に把握し、食・栄養の基本的知識を持ち、乳汁期から離乳期、幼児期を経て、青年期に達するまでのライフステージの栄養生理や食べる行動の発達過程の特殊性、食行動の障害について学び、子どもの栄養・食生活を支援する保育士の役割を理解する。こうした理論を基にした食事展開、援助、食教育の具体的な演習・実習を通して実践力を養うことを目的とする。</p>									
<p>・ 授業計画 [ 単位数：2 単位、授業週数：2 3 回 ]</p> <table border="1"> <tr> <td style="vertical-align: top;"> <p>[ 前期 ]</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 . オリエンテーション</li> <li>2 . 小児の健康な生活と食生活の意義</li> <li>3 . 小児の発育・発達</li> <li>4 . 発育評価と栄養状態の評価</li> <li>5 . 栄養に関する基本的知識</li> <li>6 . からだに必要な栄養素とそれを含む食品</li> <li>7 . 栄養素の消化・吸収・排泄・代謝</li> <li>8 . 食事摂取基準</li> <li>9 . 妊婦・授乳期の食生活</li> <li>10 . 乳汁期の食生活 母乳栄養・人工栄養</li> <li>11 . 離乳期の栄養（離乳食の進め方他）</li> <li>12 . 幼児期の食生活（幼児期栄養の問題点と対策）</li> <li>13 . 学童期・思春期の食生活</li> <li>14 . 小児期の疾病と食生活</li> <li>15 . 障害がある小児の食生活</li> </ol> </td> <td style="vertical-align: top;"> <p>[ 後期 ] 2 コマ連続授業</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 . 講義：調理の基礎知識・実習について</li> <li>2 . 実習 1：調乳・離乳食（離乳準備・初期、中期、後期食）</li> <li>3 . 実習 2：幼児食（保育所給食 1～2 才・3～5 才）</li> <li>4 . 実習 3：間食（むし歯予防のおやつ等）</li> <li>5 . 実習 4：お弁当（1 日約 1/3 量の栄養摂取を目分量として色どり、食べやすさなどに配慮し、周囲の人と一緒に食べる楽しさを学ぶ）</li> <li>6 . 実習 5：行事食（四季折々の行事を通じて、日本人としての食文化を大切に、幼児期の家庭行事としてのよき思い出につながるよう、生活習慣として伝える）</li> <li>7 . 実習 6：偏食による食事、消化によい食事</li> <li>8 . 講義 7：食教育・総まとめ</li> </ol> <p style="text-align: center;">A 班・B 班 隔週となります。</p> </td> </tr> </table>								<p>[ 前期 ]</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 . オリエンテーション</li> <li>2 . 小児の健康な生活と食生活の意義</li> <li>3 . 小児の発育・発達</li> <li>4 . 発育評価と栄養状態の評価</li> <li>5 . 栄養に関する基本的知識</li> <li>6 . からだに必要な栄養素とそれを含む食品</li> <li>7 . 栄養素の消化・吸収・排泄・代謝</li> <li>8 . 食事摂取基準</li> <li>9 . 妊婦・授乳期の食生活</li> <li>10 . 乳汁期の食生活 母乳栄養・人工栄養</li> <li>11 . 離乳期の栄養（離乳食の進め方他）</li> <li>12 . 幼児期の食生活（幼児期栄養の問題点と対策）</li> <li>13 . 学童期・思春期の食生活</li> <li>14 . 小児期の疾病と食生活</li> <li>15 . 障害がある小児の食生活</li> </ol>	<p>[ 後期 ] 2 コマ連続授業</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 . 講義：調理の基礎知識・実習について</li> <li>2 . 実習 1：調乳・離乳食（離乳準備・初期、中期、後期食）</li> <li>3 . 実習 2：幼児食（保育所給食 1～2 才・3～5 才）</li> <li>4 . 実習 3：間食（むし歯予防のおやつ等）</li> <li>5 . 実習 4：お弁当（1 日約 1/3 量の栄養摂取を目分量として色どり、食べやすさなどに配慮し、周囲の人と一緒に食べる楽しさを学ぶ）</li> <li>6 . 実習 5：行事食（四季折々の行事を通じて、日本人としての食文化を大切に、幼児期の家庭行事としてのよき思い出につながるよう、生活習慣として伝える）</li> <li>7 . 実習 6：偏食による食事、消化によい食事</li> <li>8 . 講義 7：食教育・総まとめ</li> </ol> <p style="text-align: center;">A 班・B 班 隔週となります。</p>
<p>[ 前期 ]</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 . オリエンテーション</li> <li>2 . 小児の健康な生活と食生活の意義</li> <li>3 . 小児の発育・発達</li> <li>4 . 発育評価と栄養状態の評価</li> <li>5 . 栄養に関する基本的知識</li> <li>6 . からだに必要な栄養素とそれを含む食品</li> <li>7 . 栄養素の消化・吸収・排泄・代謝</li> <li>8 . 食事摂取基準</li> <li>9 . 妊婦・授乳期の食生活</li> <li>10 . 乳汁期の食生活 母乳栄養・人工栄養</li> <li>11 . 離乳期の栄養（離乳食の進め方他）</li> <li>12 . 幼児期の食生活（幼児期栄養の問題点と対策）</li> <li>13 . 学童期・思春期の食生活</li> <li>14 . 小児期の疾病と食生活</li> <li>15 . 障害がある小児の食生活</li> </ol>	<p>[ 後期 ] 2 コマ連続授業</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 . 講義：調理の基礎知識・実習について</li> <li>2 . 実習 1：調乳・離乳食（離乳準備・初期、中期、後期食）</li> <li>3 . 実習 2：幼児食（保育所給食 1～2 才・3～5 才）</li> <li>4 . 実習 3：間食（むし歯予防のおやつ等）</li> <li>5 . 実習 4：お弁当（1 日約 1/3 量の栄養摂取を目分量として色どり、食べやすさなどに配慮し、周囲の人と一緒に食べる楽しさを学ぶ）</li> <li>6 . 実習 5：行事食（四季折々の行事を通じて、日本人としての食文化を大切に、幼児期の家庭行事としてのよき思い出につながるよう、生活習慣として伝える）</li> <li>7 . 実習 6：偏食による食事、消化によい食事</li> <li>8 . 講義 7：食教育・総まとめ</li> </ol> <p style="text-align: center;">A 班・B 班 隔週となります。</p>								
<p>・ 講義の進め方</p> <p>人間の心身の成長発達に深くつながっていることを認識し、併せて、保育士を目指す学生自身が自分の食生活に積極的に生かすよう、事例や体験談等を混ぜて興味を持てるよう進めていきたい。</p>									
<p>・ 試験と成績評価</p> <p>試験成績、レポート提出状況、演習・実習態度、出席状況等 総合評価とします。</p>									
<p>・ 担当教員から受講生諸君へ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 講義をより理解するために教科書の予習をし、小児栄養に関する事柄や食品に対して関心を持つよう努力し、積極的に探求して欲しいと思います。</li> <li>・ 実習を通じて協調性や思いやりの心が養われ、調理をする楽しさ、食事に関心を持ってもらいたい。</li> </ul>									
<p>・ 使用教材</p> <p>教科書：『最新小児栄養』 飯塚美和子他著（学建書院）  5訂増補『カラーチャート食品成分表』 石井克枝他監修（教育出版）  参考書：その都度紹介します</p>									