

授業科目名	子どもの食と栄養	担当教員名	川島 規子
必修/選択	必修	開講学年・学期	3年 前期 (年間開講数 1講座)
科目区分	教職・保育に関する科目	単位数	2単位 (30時間)
施行規則に定める科目区分等	保育の対象の理解に関する科目	授業方法/担当形態	演習 / 単独
		特記事項	
授業の概要及び全体目標	子どもの発育・発達過程における食生活と栄養の特性について学ぶ。また自らの食への意識や食生活を省み、適切な食習慣を実践する力を身につける。学んだ知識を保育の実践活動に活かし、具体的な食生活支援および食育の場で活用できる力を養う。特別な配慮を要する子どもの食と栄養について理解を深める。		
到達目標	(1)健康な生活の基本としての食生活の意義や栄養に関する基本的知識を習得する。 (2)子どもの発育・発達と食生活の関連について理解する。 (3)養護及び教育の一体性を踏まえた保育における食育の意義・目的、基本的考え方、その内容等について理解する。 (4)家庭や児童福祉施設における食生活の現状と課題について理解する。 (5)関連するガイドライン(※)等を踏まえ、特別な配慮を要する子どもの食と栄養について理解する。 ※「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(2019年改訂版)」「(2019(平成31)年、厚生労働省)」、「保育所における食事の提供ガイドライン」(平成24年3月、厚生労働省)等		
テキスト	「子どもの食と栄養演習(第5版)」小川雄二編著(建帛社)		
参考書・参考資料等	「子どもの食と栄養」監修 公益財団法人 児童育成協会 編集 堤ちはる・藤澤由美子(中央法規出版株式会社)		
成績評価の方法	○ 平常点(授業態度、提出物等) : 40% ○ 定期試験(筆記試験) : 60%		
授業計画	授業の内容	到達目標番号	
第1回	「子どもの健康と食生活の意義」子どもの食を取り巻く状況の問題点を認識し、資料を利用しながら、対応方法について考える。	(1) (2) (5)	
第2回	「栄養の基本」食べ物は体の中でどのように利用されるのか等について理解し、栄養の基本を学ぶ。	(1)	
第3回	「栄養素の種類とはたらき」食べ物のなかの5種類の成分のはたらきについて理解し、子どもたちに正しい食育を実践するために、また自分自身が生涯よい食生活を送るために必要な知識を深める。	(1)	
第4回	「日本人の食生活の目標」「日本人の食事摂取基準」「食事バランスガイド」「食生活指針」から日本人の食生活の目標を理解し、日本人の食生活の課題を知り、自身の食生活を重ね合わせ、改善について考える。	(1) (2) (5)	
第5回	「献立作成・調理の基本」献立作成と調理の基本について理解を深める。また、日本の伝統的食文化について関心を深め、食文化の継承について考える。	(1)	
第6回	「乳児期の授乳の意義と食生活」乳汁栄養について理解を深め、母乳育児について、その留意点なども含めて学ぶ。	(2)	
第7回	「乳児期の離乳の意義と食生活」離乳の定義と必要性を理解し、離乳食の進め方や目安量、離乳食作りの留意点などについて学ぶ。	(2)	
第8回	「幼児期の心身の発達と食生活」幼児期の食事やおやつを組み合わせ等を通して正しい食生活のあり方を理解し、身体機能や味覚の発達に起因する幼児期特有の食行動等について学ぶ。	(2)	
第9回	「学童期・思春期の心身の発達と食生活、生涯発達と食生活」学校給食を振り返り、食育の大切さについて考える。また、妊娠期の栄養・食生活について理解を深める。	(1) (2)	
第10回	「保育における食育の意義・目的と基本的考え方」食育推進の基本的な考え方について理解し、保育所等における乳幼児とその保護者に向けた食育の基礎を学ぶ。	(3) (5)	
第11回	「食育の内容と計画および評価」食育の取り組みが多様であることを理解し、食育計画、実施、評価、改善のPDCAサイクルで食育に取り組むことを学ぶ。	(3) (5)	
第12回	「地域や家庭と連携した食育の展開」食育を行ううえで、配慮すべき、地域の関連機関や家庭との連携について学ぶ。	(1) (2) (3) (5)	
第13回	「家庭や児童福祉施設における食事と栄養」子どもの健やかな発育・発達の基礎をつくるため、家庭での食生活が健全に営まれるように支援し、施設にあっては個々の子どもにあった食事が提供できるように運営する重要性について学ぶ。	(1) (2) (4) (5)	
第14回	「特別な配慮を要する子どもの食と栄養①」子どもの体調不良等、個々の症状についての食に関する特別な配慮について学ぶ。	(1) (2) (5)	
第15回	「特別な配慮を要する子どもの食と栄養②」食物アレルギーのある子ども、摂食障害のある子どもへの支援について理解し、緊急時対応の手順をマニュアルに沿って確認し、理解する。 「全体のまとめ」	(1) (2) (5)	
定期試験	筆記試験		