

愛知東邦大学 シラバス

開講年度(Year)	2025年度	開講期(Semester)	前期
授業科目名(Course name)	子どもの食と栄養		
担当者(Instructors)	石山 絹子	配当年次(Dividend year)	3
単位数(Credits)	2	必修・選択(Required / selection)	選択

■授業の目的と概要(Course purpose/outline)
人間が望ましい生活習慣を身につけることにより、健康を保持・増進することができる。発育・発達のみられる小児期に望ましい生活習慣を身につけることは、将来の健康状態を左右する重要な課題である。しかし、その生活習慣の根幹を成す食生活についても考えて見ると、小児の食生活の現状は必ずしも望ましいものばかりとはいえない。この授業では小児の望ましい食生活を支えることを目的として、栄養に関する基礎的な知識、子どもの食生活の現状とあり方について学ぶ。

■授業形態・授業の方法(Class form)	
授業形態(Class form)	演習
授業の方法(Class method)	栄養に関する基礎的な知識や、乳児期、幼児期、学童期の各ステージ及び食物アレルギーや疾病、障がいなどにより特別な配慮を要する子どもの栄養特性など、各授業テーマに沿って講義を行い、さらに実践的な知識を身につけるため講義内容に合わせて、栄養状態や食事バランスの評価や学生自身の食事内容をより食事バランスの整った献立に作り替える実習を行う。調乳や離乳食の調理の実習は、ビデオ教材を視聴する形で行う。

■各回のテーマとその内容(Each theme and its contents)			
回数(Num)	テーマ(Theme)	内容(Contents)	メディア区分(Media)
第1回	はじめに	授業内容や評価に関する説明を行い、どんなことを学んでいくのか確認する。第1回からテキストを使った講義に入るため、用意しておくこと。	☐
第2回	子どもの健康な生活と食生活の意義	生活習慣病や現代の子どもの食生活の問題点を確認し、小児期から好ましい食習慣を身につけることの意義を学ぶ。また、体格指数の計算を行い、食生活の問題点を考察する演習を行う。	☐
第3回	子どもの発育・発達	子どもの発育や発達に関して学ぶ。発達段階ごとに栄養形態が変化することから、身体的・精神的発達に見合った栄養を行うことの必要性を確認する。	☐
第4回	栄養に関する基礎的知識（糖質・脂質・たんぱく質）	炭水化物・脂質・たんぱく質の化学的特徴、体内での役割（消化・代謝）、摂取について学ぶ。また、食事摂取基準に関する演習を行う。	☐
第5回	栄養に関する基礎的知識（ビタミンなど）	無機質・ビタミンの化学的特徴、体内での役割、摂取に関することを学ぶ。また、栄養価計算の演習を行う。	☐
第6回	妊娠・授乳期の食生活	妊娠期・授乳期の食生活の特徴や留意点について学ぶ。	☐
第7回	乳児期の食生活（母乳栄養と人工栄養）	母乳栄養の意義や留意点、人工栄養の栄養的特徴、食物アレルギーについて学ぶ。また、3種類の調製粉乳を試飲する演習を行う。	☐
第8回	乳児期の食生活（離乳食）	離乳期の栄養や離乳食の形態・味の変化を学ぶ。また、3種類の離乳食を試食する演習を行う。	☐
第9回	ビデオ教材による学習（胎児の発育・離乳食）	胎児の発育や離乳食についてビデオ教材で視覚的に、より詳細に学ぶ。ビデオ内容はプリントの設問に応じて記録を行う。	☐
第10回	幼児期の食生活	幼児期の食生活の特徴について学ぶ。また、食事バランスガイドを用いて自らの食事について評価する演習を行い、好ましい食事バランスや、食事内容の評価方法について学ぶ。	☐
第11回	学童期の食生活	学童期の食生活の特徴について学ぶ。また、食育を行う場合の教育媒体として、食や食生活に関するカルタを作る演習を行う。	☐
第12回	子どもの疾病と食生活	小児期の疾病や、各疾病における食生活での留意点を学ぶ。食物アレルギーについて再度確認し、食物アレルギー児への対応について学ぶ。	☐
第13回	障害がある小児の食生活	障がいのある子どもの食生活の特徴や留意点について学ぶ。また、えん下助剤を用いたお茶や果汁ジュースを試飲する演習を行う。	☐

第14回	児童福祉施設における食生活	児童福祉施設、および家庭での食事や栄養の留意点について学ぶ。	☐
第15回	まとめ	これまでの講義内容をまとめたプリントを提出する。それにより学習度・理解度を判断する。	☐

■授業時間外学習（予習・復習）の内容(Preparation/review details) 次回の授業内容のテキスト該当ページに目を通しておくこと。（30分程度）配布される確認問題を解いて提出すること。（1時間30分程度）演習の内容は配布されたプリントにまとめ、提出する。（1時間30分程度）また、返却されたプリントは見直し、間違い等指摘された部分を確認する。（30分程度）
--

■課題とフィードバックの方法(Assignments/feedback) 行われた演習の内容はレポートにまとめ提出する。提出されたレポートは評価を行い返却する。授業内容に沿った確認問題を出題するので解答を提出する。採点内容を通知する。

■授業の到達目標と評価基準(Course goals)		
区分(Division)	DP区分(DP division)	内容(DP contents)
知識・技能	◆ 2019子ども発達DP1	保育士になるための資格に必須となる子どもの食と栄養に関する基本的、実践的な知識を身につけていること。
主体性	◇ 2019子ども発達DP3	保育所等において子どもの望ましい食生活について主体的かつ協働的に指導ができるような力を体得していること。

■成績評価(Evaluation method)				
筆記試験(Written exam)	実技試験(Practical exam)	レポート試験(Report exam)	授業内試験 (in-class exam)	その他(Other)
			50%	50%
授業内試験等(具体的内容)(Specific contents) 演習のレポートはその内容を点数化して評価し、50点満点で採点する。50問の小テストを出題し習熟度を50点満点で評価する。この二つを合計し平常評価とし、成績を決定する。				

■テキスト(Textbooks)		
No. (No.)	テキスト名など(Text name)	ISBN(ISBN)
1	飯塚美和子ら、最新子どもの食と栄養、学建書院	978-4-7624-6841-4
2		
3		
4		
5		

■参考図書(references books)		
No. (No.)	テキスト名など(Text name)	ISBN(ISBN)
1		
2		
3		
4		
5		