

科目群	科目区分等	科目名	担当教員名	対象学年次	学期
専門科目	2単位 保育の対象	小児栄養 I	後藤香織	1年次	秋

授業のキーワード	小児期の栄養と食生活 栄養素の生理作用
授業の概要・目的	小児における栄養は成長と発達の為にエネルギーや栄養素を必要とするが、年齢差、個人差が大きく過不足に陥りやすい。このために栄養、栄養素について学び、さらに小児栄養の意義や重要性を学ぶ。
履修のアドバイス・前提科目等	栄養知識を身につけ、自分の食生活にも役立てることができるように講義します

授業展開

	テーマ	内 容		テーマ	内 容
第1講	子どもの健康と食生活	小児栄養の意義と重要性	第9講	栄養素の働き～ビタミン、無機質	生理作用と食品
第2講	子どもの成長と発達	小児の区分、身体発達、発育	第10講	小児期の栄養調理の基本	小児期の栄養 調理の基本
第3講	成人期の栄養1	健康な食生活をデザインする 一日の行動とエネルギー	第11講	日本調理の方法論	日本料理の献立の歴史、献立の作り方、調理方法
第4講	成人期の栄養2	病気と栄養 安心して食べるために	第12講	西洋調理の方法論	西洋料理の献立の歴史、献立の作り方、調理方法
第5講	成人期の栄養3	5大栄養素の種類と働き 消化と吸収	第13講	献立作成	11講、12講で説明した献立を参考に一日の献立を作成し、栄養素を計算してみる
第6講	栄養素の働き～糖質	生理作用と食品	第14講	調理実習	作成した献立による実習
第7講	栄養素の働き～脂質	生理作用と食品	第15講	テスト	
第8講	栄養素の働き～たんぱく質	生理作用と食品	評価方法		出席状況、定期試験
備考 (関連する資格・試験等)		保育士資格試験の問題等を関連のある授業中に紹介し演習を行う。			
使用する教科書(必ず購入してください)			参 考 文 献		
新編 小児栄養 理論と演習・実習 医歯薬出版株式会社 大浦敏博 廣野治子 実教出版株式会社 食品成分表			授業時に紹介		