

# 至誠館大学

科目名	子どもの食と栄養			コード	1323		
英語表記	Child food and nutrition						
担当教員名	野村 京子			年度	平成28年度		
基準年次	3年次	開講期	前期	単位数	2		
授業形態		授業形式	講義	履修形態	必修		
授業概要							
小児期の栄養と食生活は、生涯にわたる健康と生活の基礎であることを理解し、小児から成人に至る一貫した食生活の意義を理解させる。現代の食生活と社会的背景を的確に把握し、子ども達の食生活において生じる問題をとりあげて「食」が子どもの健全育成の基本であることを理解させる。子どもの食と栄養の基本的理論を体系的に理解し、保育者としての支援のあり方や考え方を学ばせる。							
到達目標							
①小児期の日々の食生活が子供の健全な食習慣の確立や食行動の自立につながることを理解する。							
②発達段階に合わせた適切な食事の提供、食事指導ができる基礎知識を身に付ける。							
授業計画							
第1回	●オリエンテーション・小児の栄養と食生活の意義 ○小児と成人の栄養の違いを知り、成人期とは異なる小児期の栄養と食生活の特徴を理解する。						
第2回	●小児の発育・発達と栄養 ○子どもの身体発育や食べる機能の発達について理解し、発育・発達に沿った栄養状態の把握の仕方について学ぶ。						
第3回	●栄養に関する基礎知識 ○健全な成長や健康維持・増進のための望ましい食べ方や献立作成、調理について学ぶ。						
第4回	●乳児期の食生活 ○乳児期の食機能の発達や、幼児期に向けて自分で食べる能力等の特徴について理解する。						
第5回	●乳児期の食生活 ○離乳食[実習]						
第6回	●幼児期の食生活 ○生涯にわたる食生活の基礎が形成される幼児期の支援のありかたについて学ぶ。						
第7回	●幼児期の食生活 ○幼児食[実習]						
第8回	●学齢期・思春期の食生活 ○この時期特有の心身の特徴を理解し、生活習慣病予防を視野に入れた食生活について学ぶ。						
第9回	●妊婦・胎児期の食生活 ○健やかな子どもを産むための食生活について学ぶ。						
第10回	●特別な配慮を要する子どもの食と栄養 ○疾病および体調不良、食物アレルギー等のある子どもへの対応について学ぶ。						
第11回	●家庭や児童福祉施設における食生活 ○児童福祉施設における食生活のありかた、および家庭との連携について学ぶ。						
第12回	●家庭や児童福祉施設における食生活 ○家庭との連携について実践例より学ぶ。						
第13回	●食育の基本 ○食を通して子どもの育ちや保護者の子育てをどのように支援することができるか学ぶ。「早寝 早起き 朝ご飯」子どもの生活リズムについて実践例より理解する。						
第14回	●食育の実践 ○楽しい食事となる環境を整える食育指導計画を考える。						
第15回	●食育の実践 ○各自が作成した「食育指導計画」を1人3分間でプレゼンテーションする。						
評価方法と基準			評価項目と割合(%)				
授業態度、レポート、プレゼンテーション			出席	授業態度	レポート	期末試験	その他
			0	20	20	20	40
授業外学習			テキスト、教材				
			「子どもの食生活」 上田玲子著(ななみ書房出版)				
参考書			受講生へのメッセージ				
「子どもの食と栄養」峯木真知子、高橋淳子著(株みらい出版)			講義中の携帯電話の使用は禁止、質問は授業中、授業後でも受け付ける。				
キーワード							