

2006 年度

科目名 乳幼児栄養学		対象学科・学年 教育福祉学科 3回生	担当者 岡 佐智子
授業テーマ 乳幼児の健康と栄養			
授業の概要と目標 ① 乳幼児の発育段階毎の身体的特徴を理解し、それに相応する栄養の重要性を認識する。 ② 現在の乳幼児の食生活実態をとおして、子どものおかれている生活状況を把握する。 ③ 食生活から見た園児の家族への援助・支援を考える。			
評価方法 学期末試験 70 点 作品 30 点			
テキスト 保育士のための 小児栄養演習・実習―		著者 岡 佐智子編	出版社 相川書房
参考書 6 4 6 食品成分表		著者	出版社 一橋出版
授業スケジュール・内容			
1	講義概要と授業計画 乳幼児栄養の意義	・ 発育段階毎の身体的特徴と栄養の重要性 ・ ビデオ鑑賞「赤ちゃんの生活」	
2	栄養学の進歩 私たちの生活と栄養学	・ 栄養学発展の歴史 ・ うま味と日本人 ・ 食生活としての栄養（食事と健康 生体リズムと食事）	
3－6	栄養素および食品 栄養素および食品の分類 糖質、脂質、蛋白質 無機質、ビタミン 水分、繊維質	・ 五大栄養素の種類 食べ物の栄養素と栄養 生体リズムと 栄養素の代謝 ・ 各栄養素の摂取適量と摂取の現状 ・ 各栄養素の体内における消化・吸収と排泄 ・ 糖質、脂質、蛋白、無機質の代謝 エネルギー代謝 ・ 体内におけるビタミンの働き ・ 各栄養素に富む食品 特殊栄養食品	
7－8	食物摂取基準	・ 策定の目的・策定方針の理解 ・ 国民栄養調査結果と日本人の食生活 ・ 乳児、幼児など対象別エネルギーの食事摂取基準 ・ 身体活動別学生のエネルギーの食事摂取基準 ・ 食構成策定の方法 ・ 献立、調理、供食、食品の安全性	
9－12	発育・発達段階の 栄養と食生活 乳幼児の栄養学 (乳汁栄養、離乳期栄 養、幼児期栄養) 学童・思春期栄養	・ 乳幼児期の栄養代謝の特徴 ・ 母乳栄養、混合栄養、人工栄養、離乳各期における離乳食 ・ ベビーフードの適切な利用法 ・ 学童期から思春期への栄養問題（児童・生徒の発育と健康状態） 食習慣形成期の生活習慣の問題点	
13-14	小児の食事と健康 子どもの生活実態と食事	・ 飽食・グルメ時代の子どもの食事の現況（肥満児にみられる 小児生活習慣病 偏食、朝食の欠食などの問題点） ・ 障害をもつ小児の食事	
1 5	集団給食 児童福祉施設給食 保育所給食	・ 集団保育での「食」と「食教育」 ・ 栄養量、食構成、食事計画と献立例	