

2007 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として、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 <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 10%;">1</td> <td style="width: 35%;">講義概要と授業計画 乳幼児栄養の意義</td> <td style="width: 55%;"> ・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」 </td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>栄養学の進歩 私たちの生活と栄養学</td> <td> ・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） </td> </tr> <tr> <td>3－6</td> <td> 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 </td> <td> ・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 </td> </tr> <tr> <td>7－8</td> <td>食物摂取基準</td> <td> ・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 </td> </tr> <tr> <td>9－12</td> <td> 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 </td> <td> ・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 </td> </tr> <tr> <td>13-14</td> <td>小児の食事と健康 子どもの生活実態と食事</td> <td> ・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 </td> </tr> <tr> <td>1 5</td> <td> 集団給食 児童福祉施設給食 保育所給食 </td> <td> ・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 </td> </tr> </table>			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
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																					