

令和3年度

授業内容（シラバス）

栄養士科

1年次

学校法人 長岡総合学園

悠久山栄養調理専門学校

授業内容（シラバス）

《教育目的》

1. 食生活に関する理論と技術の基礎を学び、応用・実践して、社会の発展に寄与しうる人材を育成する。
2. 社会に出て能力を発揮できるよう、自分の専門分野に強く、人格円満で常識を兼ね備えた心豊かな人材を育成する。

《課程、学科及び修業年限並びに定員》

本校の課程、学科及び修業年限並びに定員は、次のとおりとする。

| 課 程 名 | 学 科 名 | 修業年限 | 入学定員 | 総定員 | 学級数 | 備 考 |
|--------|---------|------|-------|-------|-----|-----|
| 衛生専門課程 | 栄 養 士 科 | 2 年 | 4 0 名 | 8 0 名 | 2 | 昼 間 |
| 衛生専門課程 | 調理専攻科 | 2 年 | 4 0 名 | 8 0 名 | 2 | 昼 間 |
| | 調 理 師 科 | 1 年 | 4 0 名 | 4 0 名 | 1 | 昼 間 |

2021年度栄養士科1年 教育課程

| 栄養士法施行規則の規定 | | | 学則規定科目 | | | | | 備考 | | |
|-------------|--------|--------|--------|--------|--------|----|-----|----|-----|-------|
| 教育内容 | 単位数 | | 科目名 | 単位数 | | | 本年度 | | 担当者 | |
| | 講義又は演習 | 実験又は実習 | | 講義又は演習 | 実験又は実習 | 時間 | 前期 | 後期 | | |
| 基礎分野 | 人文科学 | 12単位以上 | - | 心理学 | 1 | | 30 | | ○ | 大坪 純子 |
| | 社会科学 | | | 現代社会 | 1 | | 30 | ○ | | 渡邊 健実 |
| | 自然科学 | | | 化学 | 4 | | 60 | ○ | ○ | 穂苺 竹和 |
| | | | | 情報処理演習 | 2 | | 60 | ○ | ○ | 平野 実良 |
| | 外国語 | | | 英語 | 2 | | 60 | ○ | ○ | 堀 百合子 |
| | 保健体育 | | | 保健体育 | 2 | | 60 | ○ | ○ | 猪又 悦子 |
| 基礎分野合計 | | 12以上 | - | 合計 | 12 | | 300 | | | |

| 栄養士法施行規則の規定 | | | 学則規定科目 | | | | | 備考 | | |
|-------------|----------|---------|--------|---------|--------|----|------|-------|-----|---------|
| 教育内容 | 単位数 | | 科目名 | 単位数 | | | 本年度 | | 担当者 | |
| | 講義又は演習 | 実験又は実習 | | 講義又は演習 | 実験又は実習 | 時間 | 前期 | 後期 | | |
| 専門分野 | 社会生活と健康 | 4単位以上 | 4単位以上 | 公衆衛生学 | 2 | | 30 | | | |
| | | | | 社会福祉概論 | 2 | | 30 | | | |
| | | | | (小計) | 4 | | 60 | | | |
| | 人体の構造と機能 | 8単位以上 | | 解剖生理学 | 4 | | 60 | ○ | ○ | 浅田 千加子 |
| | | | | 解剖生理学実験 | | 1 | 60 | ○ | ○ | 浅田 千加子 |
| | | | | 運動生理学 | 2 | | 30 | | | |
| | | | | 生化学 | 2 | | 30 | | | |
| | | | | 生化学実験 | | 1 | 60 | | | |
| | | | | (小計) | 8 | 2 | 240 | | | |
| | 食品と衛生 | 6単位以上 | | 食品学Ⅰ | 2 | | 30 | ○ | | 池津 直子 |
| | | | | 食品学Ⅱ | 2 | | 30 | | ○ | 長谷川 千賀子 |
| | | | | 食品学実験 | | 1 | 60 | | | |
| | | | | 食品加工学実習 | | 1 | 60 | | | |
| | | | | 食品衛生学 | 2 | | 30 | | ○ | 西川 眞 |
| | | | | 食品衛生学実験 | | 1 | 60 | | | |
| | (小計) | 6 | | 3 | 270 | | | | | |
| | 栄養と健康 | 8単位以上 | | 基礎栄養学 | 4 | | 60 | ○ | ○ | 渡邊 令子 |
| | | | | 応用栄養学 | 2 | | 30 | | | |
| | | | | 応用栄養学実習 | | 1 | 60 | | | |
| | | | | 臨床栄養学 | 2 | | 30 | | | |
| | | | | 臨床栄養学実習 | | 1 | 60 | | | |
| | (小計) | 8 | | 2 | 240 | | | | | |
| | 栄養の指導 | 6単位以上 | | 栄養指導論 | 4 | | 60 | | ○ | 川上 紗恵 |
| | | | | 栄養指導論実習 | | 2 | 120 | | | |
| 公衆栄養学 | | | 2 | | 30 | | | | | |
| メニュープランニング | | | 2 | | 60 | ○ | ○ | 竹中 遼子 | | |
| (小計) | 8 | 2 | 270 | | | | | | | |
| 給食の運営 | 4単位以上 | 調理学 | 4 | | 60 | ○ | ○ | 高野 壮浩 | | |
| | | 調理実習Ⅰ | | 2 | 120 | ○ | ○ | 小林 直子 | | |
| | | 調理実習Ⅱ | | 2 | 120 | | | | | |
| | | 給食計画論 | 2 | | 30 | ○ | | 高野 壮浩 | | |
| | | 給食実務論 | 2 | | 30 | | ○ | 高野 壮浩 | | |
| | | 給食実務論実習 | | 1 | 60 | | | | | |
| | | 校外学習 | | 2 | 90 | | | | | |
| (小計) | 8 | 7 | 510 | | | | | | | |
| 専門分野合計 | | 36以上 | 14以上 | 合計 | 42 | 16 | 1590 | | | |
| 総計 | | 62 | | | 70 | | 1890 | | | |

| | | |
|---------------------|----------------|-----------------------|
| 教科名 心理学 | 開講時期 1年次 後期 | 時間数(コマ数) 授業時間 15コマ |
| 授業方法 講義(グループワークを含む) | 担当者名 大坪 純子 | |

| | |
|------|--|
| 教科概要 | 心理学領域における「人のこころと脳のしくみ」を講義し、具体事例に対応できるようグループワークを取り入れながら共に考察していく |
| 到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・学生が基礎心理学について理解をする ・学生が臨床心理学について理解をする ・学生が心理学の知識を踏まえたうえで、様々な事例について考察できるようになる |

授業計画

| | |
|--|---|
| 1 | 栄養士が「心理学」を学ぶ意義について考える |
| 2 | 知覚・認知① 人が考えたり行動したりする際の脳のはたらきを知る |
| 3 | 学習理論① 人の思考や行動はどのように学習し獲得するのかを理解する |
| 4 | 記憶① 記憶の種類とプロセスを学び、応用事例について考察する |
| 5 | 発達① 発達理論を学び、アイデンティティやライフサイクルについて考察する |
| 6 | 動機づけ・情緒① モチベーションやセルフ・エフィカシーについて学ぶ |
| 7 | 臨床心理① こころとは何か、パーソナリティについて理論を基に考察する |
| 8 | 臨床心理② 適応と不適応について学び、こころとの付き合い方を考える |
| 9 | 臨床心理③ 精神症状・精神疾患について理解し、対応方法を学ぶ |
| 10 | 臨床心理③ // |
| 11 | 臨床心理④ 心理療法を知り、カウンセリング・マインドを習得する |
| 12 | 臨床心理⑤ 虐待、PTSD、災害支援について学び、対応方法を理解する |
| 13 | 臨床心理⑥ 自殺問題、産業保健について学ぶ |
| 14 | 栄養士と心理学の実践① 事例の理解(母子の栄養相談、こどもの貧困など) |
| 15 | 栄養士と心理学の実践② 事例の理解(障害、高齢者、多文化共生など) |
| 評価方法 定期試験・筆記(100%) 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C | 使用教科書等 ・「心理学ナビゲータ」 神田義浩 著 (北大路書房) ・参考資料は講義内に配布 |

| | | |
|-------------|----------------|-----------------------|
| 教科名 現代社会 | 開講時期 1年次 前期 | 時間数(コマ数) 授業時間 15コマ |
| 授業方法 講義 | 担当者名 渡邊 健実 | |

| | |
|------|---|
| 教科概要 | 様々な人間の営みによって現代社会は形成されています。そう考えると「自己の周りにある現代社会を理解」するだけでなく、「現代社会の中にある自己を理解」することも必要です。 具体的な問題等について、広い視野から考えたり、判断したりしていきましょう。正解は一つではありません。 |
| 到達目標 | 課題解決を通して、もの・ひと・ことと関わらせながら、自分なりの考えを広げたり、深めたり、まとめたりすることができる。 |

授業計画

| | | |
|---|-----------------|-------------------------------------|
| 1 | 現代社会の授業について | オリエンテーション |
| 2 | 正義とは何か | |
| 3 | 消費者主権について考える | |
| 4 | 労働について考える | |
| 5 | 完食指導はどこまで許されるのか | |
| 6 | 現代社会と宗教 | |
| 7 | 性的少数者と人権 | |
| 8 | SDGs について考える | |
| 9 | ハンセン病と人権 | |
| 10 | 生まれるについて考える | |
| 11 | 生命倫理と自己決定権 | |
| 12 | お金は大切 | |
| 13 | 文化としての落語 | |
| 14 | CMの実際 「伝える」を学ぶ | |
| 15 | まとめレポート作成 | |
| 評価方法 各回のショートレポート5点満点×14回=70点 最終レポート30点 ※ショートレポートの回数が変わった場合、配点に変更になる。 合計100点 なお、授業中に特に優れた意見を発表した場合は各回3点を上限に加点する。学期末合計点が100点を超える場合は100点とする。 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C | | 使用教科書等 なし A4 フラットファイルを各自用意する。 |

| | | |
|------------------|----------------|-----------------------|
| 教科名 化学 | 開講時期 1年次 通年 | 時間数(コマ数) 授業時間 30コマ |
| 授業方法 講義・実験(一部予定) | 担当者名 穂苅 竹和 | |

| | |
|------|--|
| 教科概要 | 人類は物質について、どのように考え、調べ、知り得てきたのか。その積み重ねを基に造り上げられた「化学」という学問が、我々の周りで起こる自然現象・生命活動の解明、それにより様々な物質が生み出されて利用されていることを知り、今後に生かして欲しい。 |
| 到達目標 | 学生の目標 自然現象・生命活動などの現象を探究する方法・考え方を、また、実験・実習などでの基本的な操作・技術、結果などを考察できる力を養い、更に授業が確認・復習の段階となるよう、必ず予習を行う習慣を身に付けて欲しい。 |

授業計画(「注」コマ数下の ex.は、実験 experiment を含めて予定)

| | | | |
|--|--|---|---|
| 1 | 化学の出発点 成分元素の考えの流れ 素粒子の考えの発展 原子説・分子説 | 16 | 有機化合物の分類 構造と異性体の存在 分子式だけでは、構造式の必要性和表示 |
| 2 | 原子の構造 陽子・中性子・電子 粒子の半径・質量 原子番号・同位体 | 17 | 鎖式炭化水素 alkane・alkene・alkyne 炭素間の結合と反応 官能基と性質 |
| 3 | 元素の周期律と電子配置の関係 周期律と2つの電子配置による証明 | 18 | IUPAC 命名 ギリシャ数詞 alkane の IUPAC 命名 慣用語 |
| 4 | 化学結合 結合する原子としない原子 安定な電子配置の希ガス イオン結合 | 19 | IUPAC 命名 alkene alkyneのIUPAC命名 慣用語 |
| 5 | 化学結合 同じ様な共有結合と配位結合 電気を通す金属結合 極性と水素結合 | 20 | アルコールとアルコールからの誘導物質 アルコール・アルデヒド・カルボン酸 |
| 6 | 素粒子の質量の考え「物質という単位」 相対質量(原子量・式量・分子量) | 21 ex | エーテル・エステル化反応・ケン化反応 腐敗のもと セッケンの合成と働き |
| 7 | 化学反応 化学反応式の必要性 化学反応式の持つ意味とその利用 | 22 | 有機化合物に存在する異性体の種類 ベンゼン環を持つ芳香族化合物 |
| 8 | 化学反応とエネルギー なぜ発熱・吸熱反応があるのか? | 23 | 糖質 多糖類を構成する二糖類・単糖類 デンプンとセルロースの構造、性質の相異 |
| 9 | 反応速度 反応の速度を変えるには 反応速度を変える活性化エネルギー | 24 ex | 糖質 エネルギーを生み出す TCA 回路 高エネルギーリン酸化合物 ATP とは何? |
| 10 | 酸化・還元反応 錆びるだけが酸化か? 酸化・還元の見分け 酸化剤・還元剤 | 25 | 脂質の種類 単純脂質(脂肪と脂肪油) 脂質を構成する脂肪酸 β酸化とは |
| 11 ex | 酸と塩基 中和反応とその条件 酸性・中性・塩基性の物差し pH測定 | 26 | 脂質の役割 β-カロテンも脂質? コレステロールは我々には不要な物? |
| 12 ex | 物質の状態 水は何℃で蒸発、沸騰する? 物質の三態 食材の保存フリードライとは | 27 | タンパク質 アミノ酸の構造・性質と種類 両性イオン アミノ酸のペプチド結合 |
| 13 | 溶液 溶解度・溶解平衡 溶液の濃度(%濃度・モル濃度) | 28 ex | タンパク質 ゆで卵を生卵に戻せる? タンパク質の4つの高次構造と変性 |
| 14 ex | 溶液の性質 沸点上昇と凝固点降下 水の電気を流すと感電する? 野菜に塩 | 29 | 旨味成分は旨味だけの働きか? ビタミン・ミネラルの働き |
| 15 ex | 溶液の種類 真の溶液とコロイド溶液 コロイド粒子とは その利用は | 30 | 化学と環境問題 公害・気候変動等の環境 や生命の破壊等を誘発するものは何か |
| 評価方法 ・定期試験……………60% ・実験、課題等レポート……………30% ・小テスト、授業への態度等……………10% ・出席率は75%以上のこと ・80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C | | 使用教科書等 ・教科書「食を中心とした化学(第5版)」 (東京化学社) 著者 北原重登他3名 ・参考書「化学への誘い」(廣川書店) 「生活の基礎科学」(東京化学社) 「有機化学の基礎」(丸善) | |

| | | |
|---------------|----------------|-----------------------|
| 教科名 情報処理演習 | 開講時期 1年次 通年 | 時間数(コマ数) 授業時間 30コマ |
| 授業方法 演習 | 担当者名 平野 実良 | |

| | |
|------|--|
| 教科概要 | 今の時代はパソコンスキルが必須です。栄養士も例外ではありません。栄養価計算や原料計算,栄養指導の媒体作り,新作メニューを紹介するプレゼンテーション資料の作成など,業務でパソコンを使用することが多くあります。本科目では、基礎的な情報処理能力と情報リテラシーを習得し,演習を通じてワープロソフト,表計算ソフト,プレゼンテーションソフトの使い方とインターネットを活用した情報収集の方法等を学びます。 |
| 到達目標 | パソコンの基本操作を修得し,業務内で Word・Excel・PowerPoint が効率的に使用できることを目標とする。●Word:書式設定や印刷設定を適切に使える。表・図形・写真を取り入れた表現力のある文章を作成できる。●Excel:書式設定をして表を整えることができる。適切な計算式や関数を使う。グラフを作成できる。●PowerPoint:プレゼンテーションについて理解し,訴求力のあるスライド作成とスライドショー実施ができる。 |

授業計画

| | |
|----|---|
| 1 | パソコン(Windows)の基本操作とタイピング練習 |
| 2 | インターネットの活用(検索の方法等)とマナー |
| 3 | Word(1):Word の基礎知識,文字入力の方法等 |
| 4 | Word(2):文書作成における基本的操作(文字のコピー・移動,配置,装飾,書式) |
| 5 | Word(3):表を利用した文書作成(1) |
| 6 | Word(4):表を利用した文書作成(2) |
| 7 | Word(5):グラフィック能力(オンライン画像,図,図形,ワードアート)を使用した文書作成(1) |
| 8 | Word(6):グラフィック能力(オンライン画像,図,図形,ワードアート)を使用した文書作成(2) |
| 9 | Word(7):グラフィック能力(オンライン画像,図,図形,ワードアート)を使用した文書作成(3) |
| 10 | Word(8):まとめ(学習した Word の機能を活用して文書を作成) |
| 11 | Word(9):実技テスト |
| 12 | Excel(1):Excel の基礎知識,データ入力の方法等 |
| 13 | Excel(2):表の作成と編集 |
| 14 | Excel(3):表計算機能(数式,四則計算,関数など)(1) |
| 15 | Excel(4):表計算機能(数式,四則計算,関数など)(2) |

| | | |
|----|--|--|
| 16 | Excel(5):表計算機能(数式, 四則計算, 関数など)(3) | |
| 17 | Excel(6):グラフ作成(1) | |
| 18 | Excel(7):グラフ作成(2) | |
| 19 | Excel(8):データベース機能(1) | |
| 20 | Excel(9):データベース機能(2) | |
| 21 | Excel(10):まとめ(学習した Excel の機能を活用してデータ処理) | |
| 22 | Excel(11):実技テスト | |
| 23 | PowerPoint(1):プレゼンテーションとは(意味, 目的, 手法), PowerPoint の基礎知識, スライド作成の基礎 | |
| 24 | PowerPoint(2):テキスト, オンライン画像, 図, 図形, 表, SmartArt を使用したスライドの作成(1) | |
| 25 | PowerPoint(3):テキスト, オンライン画像, 図, 図形, 表, SmartArt を使用したスライドの作成(2) | |
| 26 | PowerPoint(4):テキスト, オンライン画像, 図, 図形, 表, SmartArt を使用したスライドの作成(3) | |
| 27 | PowerPoint(5):画面切り替え, アニメーション, スライドショー(1) | |
| 28 | PowerPoint(6):画面切り替え, アニメーション, スライドショー(2) | |
| 29 | PowerPoint(7):まとめ(学習した PowerPoint の機能を活用してプレゼンテーション用の試料を作成) | |
| 30 | PowerPoint(8):実技テスト | |
| | <p>評価方法</p> <p>実技テスト(60点)</p> <p>授業での課題(20点)</p> <p>授業態度と意欲(20点)</p> <p>合計 100点</p> <p>80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C</p> | <p>使用教科書等</p> <p>30時間でマスターWord2019(実教出版)</p> <p>30時間でマスターExcel2019(実教出版)</p> <p>その他:プリント配布</p> |

| | | |
|---|----------------|-----------------------|
| 教科名 英語 | 開講時期 1年次 通年 | 時間数(コマ数) 授業時間 30コマ |
| 授業方法 読む・書く・聞く・話すをバランスよく取り入れて実施。 小テストを実施し到達度を見極めて難易度を調整する。 | 担当者名 堀 百合子 | |

| | |
|------|--|
| 教科概要 | 世界には多くの言語がある。母語(私たちには日本語)以外の言語を知ることが、自国の文化や歴史、社会を新たに知ることになる。また今後母語の違う人と栄養士として出会うとき、英語はコミュニケーションの強い味方となる。そういう英語力をみなさんに付けてほしい。 |
| 到達目標 | 実用英語検定準2級～2級程度の力を身につける。 |

授業計画

| | | | |
|----|---------------------------|----------------------------------|---|
| 1 | ・オリエンテーション ・確認テスト① | | Part1～3 内容 (○の項目に添ってレッスンを進めていきます。) ・Main handouts 主たるプリントを毎レッスンで使用する ・English for current topics 時事英語を毎回ディクテーション形式でやります ・Report about yourself 自分のプロフィールを考えそれをレポートにしてみま しょう ・Written test/ Listening test 筆記と聞きとりテスト①にチャレンジしてみましょう ・Phonetic Signs 英語の正しい発音と発音記号に慣れましょう ・Other handouts その他の外書コピー ・Games&Songs 折々レッスン内にゲームを入れます |
| 2 | Part1 | ① Pictures 絵&文 | |
| 3 | | 2 Synonyms 同義語 | |
| 4 | | 3 Opposites 反対語 | |
| 5 | | 4 Derivatives 派生語 | |
| 5 | | ⑤ Words in Sentences 文章の中での語彙 | |
| 6 | ・実用英語検定 | | |
| 7 | Part2 | ① Pictures 絵&文 | |
| 8 | | 2 Synonyms 同義語 | |
| 9 | | 3 Opposites 反対語 | |
| 10 | | 4 Derivatives 派生語 | |
| 10 | | ⑤ Words in Sentences 文章の中での語彙 | |
| 11 | Part3 | ① Pictures 絵&文 | |
| 12 | | 2 Synonyms 同義語 | |
| 13 | | 3 Opposites 反対語 | |
| 14 | | 4 Derivatives 派生語 | |
| 14 | | ⑤ Words in Sentences 文章の中での語彙 | |
| 15 | ・前期テスト結果に関する 一人一人の面接実施 | | |

| | | | | |
|---|---------------------------|----------------------------------|--|--|
| 16 | ・確認テスト② | | Part4～6 内容 (○の項目に添ってレッスンを進めていきます。) ・Main handouts 主たるプリントを毎レッスンで使用する。 ・English for current topics 時事英語を毎回ディクテーション形式でやります。 ・Report about your summer vacation 夏休みの体験及びその他のテーマを英文にしてみま しょう。 ・Written test/ Listening test 筆記と聞きとりテスト②にチャレンジしてみましょう。 ・Phonetic Signs 英語の正しい発音と発音記号に慣れましょう。 ・Other handouts その他の外書コピー ・Games&Songs 折々レッスン内にゲームや英語の歌 (Christmas Songs)を入れます。 | |
| 17 | Part4 | ① Pictures 絵&文 | | |
| 18 | | 2 Synonyms 同義語 | | |
| 19 | | 3 Opposites 反対語 | | |
| 20 | | 4 Derivatives 派生語 | | |
| 21 | | ⑤ Words in Sentences 文章の中での語彙 | | |
| 21 | ・実用英語検定 | | | |
| 22 | Part5 | ① Pictures 絵&文 | | |
| 23 | | 2 Synonyms 同義語 | | |
| 24 | | 3 Opposites 反対語 | | |
| 25 | | 4 Derivatives 派生語 | | |
| 26 | | ⑤ Words in Sentences 文章の中での語彙 | | |
| 26 | Part6 | ① Pictures 絵&文 | | |
| 27 | | 2 Synonyms 同義語 | | |
| 28 | | 3 Opposites 反対語 | | |
| 29 | | 4 Derivatives 派生語 | | |
| 30 | | ⑤ Words in Sentences 文章の中での語彙 | | |
| 30 | ・後期テスト結果に関する 一人一人の面接実施 | | | |
| 評価方法 ・英検方式の筆記&リスニングテスト 50点 ・基礎力テスト、 課題レポート&各種課題プリント提出 25点 ・小テスト 10点 ・出席点 15点 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C | | | | 使用教科書等 ・「Word Power 1500」 L.A.Hill 著 (Oxford University Press) ・外書版コピー他 ※毎回授業には英和、和英の2冊の辞書を必ず用意してお きましょう。(英和は必ず用意すること。電子辞書もO.K.です) |

| | | |
|--------------|----------------|-----------------------|
| 教科名 解剖生理学 | 開講時期 1年次 通年 | 時間数(コマ数) 授業時間 30コマ |
| 授業方法 講義 | 担当者名 浅田 千加子 | |

| | |
|------|---|
| 教科概要 | 誕生から人生の最期まで成長し続ける私たち人間は、「食べる」「息をする」「トイレに行く」「働く」「眠る」など生活をしながら生きている。その生命の営みを、遺伝子・細胞レベルから構造や機能まで、人体の仕組みについての基礎を学ぶ。 |
| 到達目標 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 細胞レベルでの、生命の誕生と営みを知る。 2. 生命の営みに欠かせない 11 の器官系の構造と機能の基礎を理解する。 3. 主な器官のつながりを理解する。 4. 誕生から加齢まで、人体の連続的な変化を理解する。 |

授業計画

| | |
|----|-----------------------------------|
| 1 | 授業オリエンテーション 1. 生命の科学(生命の誕生、生命の営み) |
| 2 | 2. 組織学総論 3. 人体各部の名称と機能 |
| 3 | 4. 骨格器系(骨格器の機能と構造、骨の健康) |
| 4 | 骨格器系(主な骨格と特徴、5種類の関節) |
| 5 | 5. 筋系 (3つの筋組織、筋の刺激電動) |
| 6 | 筋系 (骨格筋の機能、主な動きと骨格筋群) |
| 7 | 6. 消化器系(消化管の構造と機能) |
| 8 | 消化器系(肝臓、胆嚢、膵臓の構造と機能) |
| 9 | 7. 栄養と代謝(代謝と体温、主栄養素の代謝、代謝率) |
| 10 | 栄養と代謝(体温調節、発熱と解熱) |
| 11 | 8. 体液・免疫系(体液画分と機能、体液の平衡) |
| 12 | 体液・免疫系(血液の組成と機能、リンパ系) |
| 13 | 体液・免疫系(体を守る免疫系の機能) |
| 14 | 9. 循環器系(体循環、小循環、血管) |
| 15 | 循環器系(動き続ける心臓の構造と機能、電気的活動) |
| 16 | 循環器系(心拍と脈拍、血圧の変動) |
| 17 | 10. 呼吸器系(内呼吸と外呼吸、呼吸器の構造と機能) |
| 18 | 呼吸器系(呼吸のメカニズムと調節) |
| 19 | 11. 泌尿生殖器系(泌尿器の構造、腎臓の構造と機能) |

| | | |
|---|------------------------------------|--|
| 20 | 泌尿生殖器系(尿の排泄、排尿のメカニズム) | |
| 21 | 泌尿生殖器系(男性生殖器、女性生殖器) | |
| 22 | 12. 内分泌系(内分泌腺、ホルモン作用のメカニズム) | |
| 23 | 内分泌系(各ホルモンの機能) | |
| 24 | 13. 神経系(神経系の構成、脳の構造と機能) | |
| 25 | 神経系(脊髄の構造と機能、被膜と髄液腔) | |
| 26 | 神経系(末梢神経の構造、自律神経) | |
| 27 | 14. 感覚器系(一般感覚と特殊感覚、みる) | |
| 28 | 感覚器系(聞く、バランスを保つ、味わう、嗅ぐ) | |
| 29 | 15. 成長と体の変化(出生、乳児期、小児期、青年期、成人期、加齢) | |
| 30 | 総括:学習を振り返り、人間の体のしくみを全体像に描いてみる | |
| <p>評価方法 期末試験 50% 確認プリント 50% 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C</p> <p>*確認プリント 通年で 10 回、授業と並行して各学習内容のまとめりごとにプリントを使って理解を確認する。結果は学習内容を正しく理解する、深く理解するなど自己学習に役立つ。</p> | | <p>使用教科書等 カラーで学ぶ解剖生理学 第2版 (MEDSi)</p> <p>参考図書 いちばんやさしい生理学 加藤尚志・南沢 享 監修 成美堂出版</p> |

| | | |
|----------------|----------------|-----------------------|
| 教科名 解剖生理学実験 | 開講時期 1年次 後期 | 時間数(コマ数) 授業時間 30コマ |
| 授業方法 実験とまとめ | 担当者名 浅田千加子 | |

| | |
|------|---|
| 教科概要 | 生活行動に関する体の構造、機能について、実験や体験から科学的に結果を得る。その結果を調べ、結論や疑問を明らかにする。また、個々の結果を共有する。これらの学習を通して、生きている私たち人間の体のしくみを探求する。 |
| 到達目標 | 1. 学習テーマの目標を理解して実験プロセスを計画する。 2. 計画に基づいて、科学的に結果を得る。 3. 結果を調べ、人間の体のしくみについて結論や疑問を明らかにする。 4. 共同学習や発表から、結果や結論を共有する。 |

授業計画

| | | | |
|---|--|---|--|
| 1 2 | 授業オリエンテーション | 17 18 | テーマ4 生命を支える呼吸と循環を探る (休息時、運動時の呼吸や循環を測定する) |
| 3 4 | テーマ1 人体を構成する細胞の存在を確かめる (細胞標本の観察) | 19 20 | ↓ |
| 5 6 | 観察した細胞の構造や機能を調べる | 21 22 | 結果の分析、まとめ |
| 7 8 | テーマ2 生活動作を探る (姿勢から関節の動きを測定する) | 23 24 | テーマ5 生活を豊かにする感覚を探る (グループテーマを決めて計画する) |
| 9 10 | 測定結果から関節の可動、支持組織を調べる | 25 26 | 実験する |
| 11 12 | テーマ3 食べるを探る (食物形態による咀嚼や嚥下の違いを実感する) | 27 28 | 結果を分析し、まとめる |
| 13 14 | 結果の分析、まとめ | 29 30 | 全体に発表をする |
| 15 16 | 講義:「食べる」を支える体の機能 | | |
| 評価方法 実験の出席率、取り組み、レポートから総合評価をする。 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C | | 使用教科書等 カラーで学ぶ解剖生理学 第2版 (MEDSi) 参考図書 授業で紹介する および個人で検索する | |

| | | |
|--------------|-----------------|------------------------|
| 教科名 食品学 I | 開講時期 1 年次 前期 | 時間数(コマ数) 授業時間 15 コマ |
| 授業方法 講義 | 担当者名 池津 直子 | |

| | |
|------|---|
| 教科概要 | 最初に人と食品のかかわりを学びます。次に食品の分類や食品成分表を学び、そして食品に含まれる主要成分(種類, 化学的, 物理的性質)、生理機能、成分変化などを学びます。 これが適切な食品の選択と、特性を生かした調理に結びついていくことを望んでいます。 |
| 到達目標 | 人と食品のかかわり(歴史・食生活・環境問題・分類など)、食品成分表を理解する。 食品中の主要成分(種類・化学的・物理的性質)、生理機能、成分変化を理解する。食品表示と規格基準について関心を持つ。 |

授業計画

| | | | |
|--|---|---|--------------------------------------|
| 1 | 食品とのかかわり 歴史・食生活・食嗜好・環境問題 栄養素・食品成分・食品の分類 | 9 | 分類 栄養評価 酵素 |
| 2 | 食品成分表 沿革・収載食品・収載細分 | 10 | 食品成分の化学(食品の一次機能) 灰分と無機質 ビタミン |
| 3 | 食品成分の化学(食品の一次機能) 水分 炭水化物 単糖類 | 11 | 嗜好成分の化学(食品の二次機能) 色素 呈味成分 におい成分 |
| 4 | 少糖類 多糖類 | 12 | 食品の機能性(食品の三次機能) 消化管内 消化管吸収後 |
| 5 | | 13 | 有害成分の化学 |
| 6 | 食品成分の化学(食品の一次機能) 脂質 脂肪酸 単純脂質 | 14 | 食品成分の変化 |
| 7 | 複合脂質 油脂の利用と化学 脂質の酸価 | 15 | 食品の物性 まとめ・試験対策 |
| 8 | 食品成分の化学(食品の一次機能) たんぱく質 アミノ酸 オリゴペプチドと たんぱく質 | | |
| 評価方法 期末試験(筆記試験) 80点 長期休暇中のレポート 20点 合計 100点 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C | | 使用教科書等 N ブックス 新版食品学 I (建帛社) 日本食品成分表(女子栄養大学) | |

| | | |
|-------------|----------------|-----------------------|
| 教科名 食品学Ⅱ | 開講時期 1年次 後期 | 時間数(コマ数) 授業時間 15コマ |
| 授業方法 講義 | 担当者名 長谷川 千賀子 | |

| | |
|------|--|
| 教科概要 | 献立作成に必要な「食品の成分・栄養素の機能」を理解するとともに、個人の嗜好や喫食場面に応じて食品を適切に選択できるための知識を伝達します。 |
| 到達目標 | 食品の種類、旬、特性(栄養性、嗜好、機能性)、利用法の知識をつけ、献立作成で適切な食品の選び方が出来るようにする。 生活の基本をなす「食」の機能を理解し、食事の役割を多面的に捉える態度を身につける。 |

授業計画

| | |
|--|---|
| 1 | 植物性食品(穀類) |
| 2 | (芋類) |
| 3 | (豆類・種実類) |
| 4 | (野菜類) |
| 5 | (野菜類) |
| 6 | (野菜類) |
| 7 | ↓ (きのこ類・海藻類) |
| 8 | 動物性食品(食肉類・魚類) 種類、構造、成分 |
| 9 | 筋肉の特徴、熟成と成分変化、貯蔵 |
| 10 | 食肉・水産食品の加工と製品 |
| 11 | (乳類・卵類) 卵の構造、成分、加工 |
| 12 | ↓ 牛乳の成分、乳・乳製品の種類 |
| 13 | 油脂・甘味料・調味料・香辛料・嗜好飲料の種類、用途、製造法 |
| 14 | ↓ |
| 15 | ↓ |
| 評価方法 筆記試験 90% 提出物 10% 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C | 使用教科書等 N ブックス新版「食品学Ⅱ」(建帛社) 新訂原色食品図鑑第2版(建帛社) |

| | | |
|--------------|-----------------|-----------------------|
| 教科名 食品衛生学 | 開講時期 1 年次 後期 | 時間数(コマ数) 授業時間 15コマ |
| 授業方法 講義 | 担当者名 西川 眞 | |

| | |
|------|---|
| 教科概要 | 飲食に起因する健康被害を防ぐ衛生管理技術を学ぶ。食は生命を支える根源資源であり、QOL を高め、人生を豊かにもすることを認識する。 |
| 到達目標 | 栄養士として、 ① 安全に食品を提供できる食品管理技術と、その科学的根拠を学ぶ。 ② 消費者が納得し、信頼する安全情報を、自ら発信できる。 ③ 安全に食品を提供できる食品管理技術と、その科学的根拠を学ぶ。 消費者が納得し、信頼する安全情報を、自ら発信できる。 |

授業計画

| | | | |
|--|--|---|--|
| 1 | <ul style="list-style-type: none"> 食品衛生の概念。 食品管理とは何を行うことか。 食品衛生の歴史を知る。 | 9 | 食中毒を、原因別、食品別に学ぶ。⑤ ・マリントキシン、フグ中毒 キノコ中毒、カビ毒 |
| 2 | <ul style="list-style-type: none"> 微生物を生態系の中で考える。 生態系の中での接点はどこか。 細菌性食中毒は加工品で発生。 | 10 | 食中毒を、原因別、食品別に学ぶ。⑥ ・水銀、カドミウム、ヒ素、 農薬ポジティブリスト、アレルゲン |
| 3 | 水産食品、畜産食品、農産物 前講義の採捕環境で考える | 11 | その他の食品危害 水系感染症 ・コレラ・赤痢・チフス・ノロウイルス |
| 4 | 微生物の増殖で、代謝されるもの 代謝物に注目しよう | 12 | 食品添加物を商品で用途と効果を確認する(サンプル持参) |
| 5 | 食中毒を、原因別、食品別に学ぶ。① ・病原大腸菌 O157 ・サルモネラ、カンピロバクター ・腸炎ビブリオ | 13 | 調理施設の衛生管理を実例で確認 ・食品の器具、容器包装、洗浄剤、 衛生管理・異物対策 |
| 6 | 食中毒を、原因別、食品別に学ぶ。② ・黄色ブドウ球菌 ・ウエルシュ菌 | 14 | 大量調理施設衛生管理マニュアル ・大量調理施設の衛生管理、安全性評価 |
| 7 | 食中毒を、原因別、食品別に学ぶ。③ ・乳児ボツリヌス症 ・セレウス菌 | 15 | 模擬テスト 管理栄養士試験の形式で設問 自己採点、理解の深度を修正 |
| 8 | 食中毒を、原因別、食品別に学ぶ。④ ・ノロウイルス、ロタウイルス、 肝炎ウイルス(A 型、E 型) | | |
| 評価方法 定期テスト 100 点 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C 出席が 75%未満の場合、別途指示。 | | 使用教科書等 「新食品衛生学要説」2021 年版 廣末・安達編 / 医歯薬出版 | |

| | | |
|--------------|----------------|------------------------|
| 教科名 基礎栄養学 | 開講時期 1年次 通年 | 時間数(コマ数) 授業時間 30 コマ |
| 授業方法 講義 | 担当者名 渡邊 令子 | |

| | |
|------|---|
| 教科概要 | 栄養学とは、栄養に関する真理を明らかにし、それを広く日常生活の場に応用して、健康の保持増進、疾病の予防・治療をはかる学問である。基礎栄養学は、栄養士・管理栄養士養成課程における基盤科目で、本科目をふまえて応用栄養学、臨床栄養学などが展開される。摂食行動から食物の消化・吸収、エネルギー、栄養素の代謝とその生理的意義について理解を深める。 |
| 到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・専門用語の定義を理解し、専門用語を用いて食物摂取の意義を説明できる。 ・食べ物の消化・吸収の概要を説明できる。 ・エネルギー産生栄養素(糖質、脂質、たんぱく質)の栄養学的役割を説明できる。 ・微量栄養素(ビタミン、ミネラル)および水の栄養学的機能について説明できる。 |

授業計画

| | | | |
|--|---|---|---|
| 1 | 栄養の概念とその役割 「栄養とは？」栄養学を履修するために必須の専門用語や生命現象における食物摂取の意義 | 16 17 | たんぱく質の栄養(1) たんぱく質の定義と分類、構成アミノ酸の種類とその特徴、たんぱく質・アミノ酸の体内代謝(臓器差、食後と食間など)の概要 |
| 2 | 栄養と食生活 わが国における栄養と健康、生活習慣病などの関係について | 18 19 | たんぱく質の栄養(2) 体たんぱく質の合成と分解、摂取たんぱく質の栄養価の評価法、他の栄養素との関係について |
| 3 4 | 生体リズムと食物の摂食調節 摂食行動の調節とその調節因子、食事のリズムとタイミングの重要性 | 20 21 | ビタミンの栄養(1) ビタミンの定義、代謝や生理機能調節におけるビタミンの役割 |
| 5 | 人体と栄養素と食品の関係 生体の構成元素や成分と、日本人の食事摂取基準と日本食品標準成分表の関連について | 22 23 | ビタミンの栄養(2) 食事摂取基準が策定されている13種類のビタミンの栄養学的機能(欠乏症や過剰症も含めて) |
| 6 7 8 | 消化・吸収 消化器系の構造と機能、食物の消化過程と栄養素の吸収機構の概要、および腸内細菌叢のはたらき | 24 | ミネラル(無機質)の栄養(1) ミネラルの分類、生体構成成分としてのミネラルと生体機能調節に係わるミネラルの概要 |
| 9 10 11 | 炭水化物(糖質、食物繊維)の栄養 糖質の定義と分類、糖質の体内代謝の概要、血糖調節のしくみやエネルギー源としての役割、食物繊維の生理機能 | 25 26 | ミネラル(無機質)の栄養(2) 食事摂取基準が策定されている13種類のミネラルの栄養学的機能(欠乏症や過剰症も含めて) |
| 12 13 | 脂質の栄養(1) 脂質の定義と分類、脂質を構成する脂肪酸の種類とその特徴、脂質の体内代謝(臓器差、輸送、食後と食間)の概要 | 27 28 | 水・電解質の栄養学的意義 生体内の水の分布、1日の水の出納量、浸透圧とその調節機構(脱水や浮腫)など |
| 14 15 | 脂質の栄養(2) エネルギー源としての役割と脂肪細胞のはたらき、摂取した脂質の質と量の評価、他の栄養素との関係について | 29 30 | エネルギー代謝 エネルギー産生栄養素の生理的燃焼値、基礎代謝等の定義と影響を及ぼす因子、臓器別エネルギー代謝量の特徴など |
| 評価方法 ・定期試験(筆記): 80% ・ミニテスト: 20% (採点返却後の再提出も含む) 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C | | 使用教科書等 ・田地陽一 編、栄養科学イラストレイテッド 基礎栄養学 第4版、羊土社。 ・伊藤/佐々木 監修、日本人の食事摂取基準(2020年版)、第一出版。 | |

| | | |
|--------------|---------------------|------------------------|
| 教科名 栄養指導論 | 開講時期 1年 後期/2年 前期 | 時間数(コマ数) 授業時間 30 コマ |
| 授業方法 講義 | 担当者名 川上 紗恵 | |

| | |
|------|---|
| 教科概要 | <p>栄養指導の目的は健康の維持増進である。「食べる」という行動は、育ってきた環境や食体験、現在の状況など様々な要因が関連して決定しており人それぞれである。それらに対応するためには、様々な方法や技法が必要である。この科目では行動変容やカウンセリング等の理論や技法を学んでいくが、常に人対人であることを忘れずに、寄り添う気持ちを大切にしていきたい。</p> |
| 到達目標 | <p>①食事調査の目的・種類・方法について説明できる ②行動変容の基礎となる理論や技法を説明できる ③栄養カウンセリングの特徴・基本的な考え方・基本技法を説明できる</p> |

授業計画

| | | |
|----|-----------------------------|--------|
| 1 | 栄養教育とはなにか？ 栄養教育の定義、栄養教育の目的 | ☆小テスト① |
| 2 | 栄養指導・栄養教育の歴史 | ☆小テスト② |
| 3 | | |
| 4 | 行動科学とは何か？なぜ栄養教育に行動科学が必要なのか？ | ☆小テスト③ |
| 5 | | |
| 6 | | |
| 7 | カウンセリングの基本とコミュニケーションのポイント | ☆小テスト④ |
| 8 | | |
| 9 | | |
| 10 | 行動変容に必要な条件や技法について | ☆小テスト⑤ |
| 11 | | |
| 12 | 栄養教育マネジメントについて | |
| 13 | | |
| 14 | 栄養教育のためのアセスメントについて | ☆小テスト⑥ |
| 15 | 目標を達成するための栄養教育計画の立て方 | |
| | 期末試験 | |

| | | |
|----|---|---|
| 16 | | |
| 17 | 目標を達成するための栄養教育計画の立て方 | ☆小テスト⑦ |
| 18 | | |
| 19 | 栄養教育を実施するために必要なこと | |
| 20 | | |
| 21 | 栄養教育の評価の仕方 | ☆小テスト⑧ |
| 22 | 妊娠期・授乳期の栄養教育の特徴 | ☆小テスト⑨ |
| 23 | グループディスカッション | |
| 24 | 乳・幼児期の栄養教育の特徴、 | ☆小テスト⑩ |
| 25 | グループディスカッション | |
| 26 | 学童期の栄養教育の特徴、グループディスカッション | |
| 27 | 思春期の栄養教育の特徴、グループディスカッション | ☆小テスト⑪ |
| 28 | 成人期の栄養教育の特徴、グループディスカッション | |
| 29 | 高齢期の栄養教育の特徴 | ☆小テスト⑫ |
| 30 | グループディスカッション、定期試験前のまとめ | |
| | 定期試験 | |
| | 評価方法 小テスト 30% 提出物 20% 定期試験 50% 合計 100点 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C | 使用教科書等 健億・栄養科学シリーズ 栄養教育論 改定第5版(南江堂) |

| | | |
|------------------------------|----------------|-----------------------|
| 教科名 メニュープランニング | 開講時期 1年次 通年 | 時間数(コマ数) 授業時間 30コマ |
| 授業方法 講義、演習 プリントを用いて演習を行う。 | 担当者名 竹中 僚子 | |

| | |
|------|---|
| 教科概要 | 栄養士として、個人または集団に対して、食事の管理をするうえで必要な「献立作成」の基礎的知識と技能を、演習を通してできるようにします。 |
| 到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・前期は、自分の、または、個人を対象とした献立作成(栄養管理)ができるようになる。 ・後期は、集団を対象とした献立作成(栄養管理)ができるようになる。また、それに関わる一連の栄養士業務を理解する。 |

授業計画

| | | | |
|---|---|----|--|
| 1 | 「日本食品標準成分表」の要点と使い方を理解し、食品の栄養価の計算を行う。 | 10 | 四群点数法による「1日20点(1,600kcal)」の基本献立について理解し、献立例の点数計算を行い、評価する。 |
| 2 | <ul style="list-style-type: none"> ・献立表の記入の仕方を学び、献立の栄養価の計算を行う。 ・廃棄率、吸油率、食塩相当量の計算方法を理解する。 | 11 | <ul style="list-style-type: none"> ・献立の組み合わせ方の基本と留意点を理解する。 ・料理別に、一品に適する食品材料の使用重量を知る。 |
| 3 | | 12 | <ul style="list-style-type: none"> ・四群点数法により「1日20点(1,600kcal)」の献立を作成する。 |
| 4 | 栄養比率について学び、栄養素の摂取バランスなど食事内容の評価について理解する。 | 13 | 調味料の割合(調味パーセント)の計算方法を学び、調味料の分量の割り出しや味の評価ができることを理解する。 |
| 5 | <ul style="list-style-type: none"> ・「日本人の食事摂取基準 2020年版」について学び、使い方を理解する。 ・自分の1日に摂取すべきエネルギーと栄養素の量(食事摂取基準)を知る。 | 14 | 夏休みの課題についての説明と準備 |
| 6 | <ul style="list-style-type: none"> ・年齢・性別・身体活動レベル別の食事摂取基準を理解する。 | 15 | 前期期末試験対策授業 |
| 7 | <ul style="list-style-type: none"> ・BMI、標準体重(理想体重)、肥満度の算出方法と判定基準を理解する。 | 16 | 後期授業の概要説明として、献立計画の流れ(給食業務の流れ)について学ぶ。 |
| 8 | 生活時間調査(タイムスタディ)により、自分の1日のエネルギー消費量を算出する。 | 17 | <ul style="list-style-type: none"> ・四群点数法による食品群の分類と栄養的特徴、点数法について理解する。 ・点数による栄養量の計算を行う。 |
| 9 | | 18 | |

| | | | |
|---|--|---|---|
| 19 | ②食品群別荷重平均栄養成分表の作成法を理解し、作成を行う。 | 25 | 24に同じ |
| 20 | ③食品構成の作成法を理解し、食品構成表の作成を行う。 | 26 | 栄養出納について理解し、栄養出納表の計算を行う。 |
| 21 | | 27 | 特定給食施設別、献立の目標と献立の評価の仕方、評価のための留意点について学ぶ。 |
| 22 | | 28 | 冬休みの課題についての説明と準備 |
| 23 | 献立立案と献立計画として、①献立表の様式②献立立案の留意点③献立の年間・月間・1週間・1日3食の計画を学ぶ。 | 29 | 倉出し係数を使用した食材使用重量の求め方を理解し、発注量を求める。 |
| 24 | 献立計画に基づいて作成する予定献立の作成手順を理解し、予定献立の作成を行う。 | 30 | 後期期末試験対策授業 |
| 評価方法 前期 定期テスト(筆記) 50点 夏休みの課題 50点 合計100点 ただし、課題が提出されない場合は不合格とする。 | | 使用教科書等 「給食施設のための献立作成マニュアル」 赤羽正之 他著 医歯薬出版株式会社 「日本人の食事摂取基準2020年版」 第一出版 「食品成分表」 女子栄養大学出版部 「食品80kcalガイドブック」 女子栄養大学出版部 「調理のためのベーシックデータ」 女子栄養大学出版部 | |
| 後期 定期テスト(筆記) 50点 冬休みの課題 50点 合計100点 ただし、課題が提出されない場合は不合格とする。 | | | |
| 学年末 前期と後期の平均点とする。 ただし、前期と後期の課題の両方が提出されなければ合格にはならない。 | | | |
| 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C | | | |

| | | |
|--|----------------|-----------------------|
| 教科名 調理学 | 開講時期 1年次 通年 | 時間数(コマ数) 授業時間 30コマ |
| 授業方法 講義 教科書を中心に授業を行い、必要に応じて資料を配布する。 | | 担当者名 高野 壮浩 |

| | |
|------|---|
| 教科概要 | 最終的な栄養摂取の手段が食事である以上、「調理」は栄養士にとって不可欠な分野である。調理に関する事柄を科学的に捉え、調理の目的と意義を理解し、食べ物の特性を踏まえた調理操作の理論や特性を学ぶことで、基礎知識の習得と調理技術の向上を目指す。 |
| 到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・調理操作によって起こるうる、食品の組織・物性の変化を理解し、科学的根拠を説明できる。 ・実際の調理に応用できる。 |

授業計画

| | | | |
|---|--|--|--|
| 1 | 調理学の概要、調理文化論 ・調理の目的・意義を知り、科学的側面と文化的側面を理解する。 | 16 17 | 植物性食品の調理機能③ いも類、豆類 ・それぞれの種類と構成成分、調理性について理解する。 |
| 2 3 | おいしさの科学① ・五基本味、味の相互作用について理解する。 ・食品のおいしさを構成する要素について理解する。 | 18 20 | 植物性食品の調理機能④ 種実類、野菜類、果実類 ・それぞれの種類と構成成分、調理性について理解する。 |
| 4 | おいしさの科学② ・物理的要素 (レオロジー、温度、色、外観) ・食べる人側にある要素 | 21 | 植物性食品の調理機能⑤ きのこ類、藻類 ・それぞれの種類と構成成分、調理性について理解する。 |
| 5 | おいしさの評価 ・主観的評価と客観的評価を理解する。 | 22 24 | 動物性食品の調理機能① 食肉類、魚介類 ・構成するたんぱく質の特徴を理解する。 ・種類と調理特性について理解する。 |
| 6 11 | 調理操作・非加熱調理操作 ・種類と特徴、操作により生じる食品材料の変化について理解する。 ・伝熱方法と原理および特徴について理解する。 調理器具・非加熱調理器具 ・調理器具の種類と用途を理解する。 | 25 27 | 動物性食品の調理機能② 卵類 ・構造、鮮度による変化、調理特性について理解する。 乳類 ・成分と調理特性について理解する。 |
| 12 13 | 植物性食品の調理機能① ・米の種類・構造・構成成分について学び、種類別の調理法について理解する。 | 28 30 | 抽出食品素材 でんぷん、寒天、ゼラチン、カラギーナン ・種類と特性を学び、使用法について理解する。 |
| 14 15 | 植物性食品の調理機能② ・小麦の構造・種類・小麦粉の調理性と特徴を理解する。 | | |
| 評価方法 定期試験(筆記) 80% 提出物(ファイル) 20% 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C | | 使用教科書等 N ブックス 新版調理学 鈴野弘子 他 編著/建帛社 調理と理論 山崎清子 他 共著/同文書院 ※A4 用紙を綴れるファイルを用意すること。 | |

| | | |
|------------------|----------------|-----------------------|
| 教科名 調理実習 I | 開講時期 1年次 通年 | 時間数(コマ数) 授業時間 60コマ |
| 授業方法 師範料理の後、班で実習 | 担当者名 小林 直子 | |

| | |
|------|---|
| 教科概要 | 調理の実際を理解し確かな調理技術を身に着け献立作成に反映させる。 基本に忠実な調理をし正しい箸の文化を継承する。地球に優しい料理をする。 指示待ちをしないで率先して動けるように訓練する。 |
| 到達目標 | 調味%を計算できるようになる。魚の三枚おろしができる。 班ごとに声を掛け合って円滑な調理作業ができるようになる。 家庭料理技能検定 3 級を取得し、2 級取得を目標にする。 |

授業計画

| | | | |
|---|--|---|---|
| 1 | 調理器具について 包丁の持ち方 野菜の切り方 味噌汁 サラダ 炒め物 | 16 | 小麦粉のグルテン形成、発酵について 花捲 八宝菜 涼拌三絲 |
| 2 | 炊飯 米の種類 給水の比較 包丁に慣れる 切った野菜で簡単な献立を考え料理 | 17 | ホワイトソース 野菜の加熱 マカロニグラタン ラトウユウ サラダ |
| 3 | 動物性たんぱく質の熱変性 魚について かきたま汁 煮魚 ほうれん草のお浸し | 18 | 定食の人気メニュー 長岡野菜について 鯖の味噌煮 ごぼうサラダ 菊のお浸し |
| 4 | 動物性たんぱく質の熱変性 卵について 筍ご飯 すまし汁 だし巻き 辛し和え | 19 | 秋のおもてなし 栗ご飯 えび真薯の 吸い物 さんまの焼き付け 磯部和え |
| 5 | 動物性たんぱく質の熱変性 肉について スープ ハンバーグステーキ コールスロー | 20 | もち米の扱い 炊くと蒸すの違い水加減 中華ちまき かに玉 青菜とわかめスープ |
| 6 | 植物性たんぱく質 豆 大豆製品について 中国風スープ 麻婆豆腐 きゅうり和え物 | 21 | 手打ちパスタ 強力粉と塩と水分 トマトソース 鱈炒め揚げ 白菜サラダ |
| 7 | 肉料理たんぱく質分解酵素について 豚肉の生姜焼き 根菜の炒り煮 白和え | 22 | パラパラ炒飯に挑戦 料理検定 2 級課題 炒飯 青梗菜と肉の炒め煮 辣白菜 |
| 8 | 寄せもの 寒天 ゼラチン カラギーナン えびのチリソース 棒棒鶏 杏仁豆腐 | 23 | 卵の希釈と湿式加熱 フライパンで焼き魚 鮭の鍋照り焼き 茶碗蒸し 切干大根煮物 |
| 9 | 地域の伝統料理 粉物、小豆の扱い 笹団子 けんちん汁 青菜の煮びたし | 24 | 煮込み料理 根菜の加熱 間接加熱 ロールキャベツ ポテトサラダ ホイル焼き |
| 10 | 魚の三枚おろし 骨も揚げてエコクッキング オニグラスープ 鱈のマリネ サラダ | 25 | 揚げ物の適温 郷土料理について 天ぷら のっぺ 柿なます |
| 11 | 洋風炊き込みご飯 卵をふっくらと シーフードピラフ プレーンオムレツ | 26 | クリスマスのおもてなし カナッペ フライドチキン サラダ ロールケーキ |
| 12 | 小麦粉の種類と組成 炒合菜 涼拌茄子 マレー風カステラ | 27 | 後世に伝えたいお節料理 行事食について 雑煮 松風焼 伊達巻 栗金団 紅白なます |
| 13 | 乾物 精進料理 高野豆腐の煮物 なすの田楽 浅漬け | 28 | 鱈の三枚おろし ひき肉の結着について 鱈のフライ ひじき煮 鶏つくねのスープ |
| 14 | 鱈の大名卸 夏野菜料理 鱈のたたき ゴーヤチャンプルー 胡麻和え | 29 | 簡単人気のもてなしメニュー ビーフストロガノフ 花野菜サラダ スープ |
| 15 | 料理検定対策 肉の筋切り、加熱温度 ポークソテー 南瓜の含め煮 きゅうりもみ | 30 | 節句料理 謂れ たんぱく質の変性でんば ちらし寿司 蛤の潮汁 大阪漬け 桜餅 |
| 評価方法 レポート、筆記試験、実技試験 定期テスト(実技)60点(筆記)25点 レポート15点 合計100点 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C | | 使用教科書等 「基本調理のためのレシピ」 (悠久山栄養調理専門学校) 「栄養と料理基本カード」(女子栄養大学出版部) | |

| | | |
|--|----------------|------------------------|
| 教科名 給食計画論 | 開講時期 1年次 前期 | 時間数(コマ数) 授業時間 15 コマ |
| 授業方法 講義 教科書を中心に授業を行い、必要に応じて資料を配布する。 | | 担当者名 高野 壮浩 |

| | |
|------|--|
| 教科概要 | 給食業務とは何か。一連の給食業務について一つずつ内容を理解し、基本的な知識を身に付けるとともに、給食業務における栄養士の役割を学ぶ。 |
| 到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・特定給食施設の基本的概念について理解し説明できる。 ・給食における献立管理、食材料管理、生産管理、安全・衛生管理、施設・設備管理の内容について理解し説明できる。 |

授業計画

| | | | |
|---|---|--|--|
| 1 2 | 給食の概念 <ul style="list-style-type: none"> ・特定給食施設の目的・役割を理解する。 ・栄養士・管理栄養士の業務の違い、法規を理解する。 | 8 9 | 品質管理、食材料管理 <ul style="list-style-type: none"> ・品質・食材料管理の方法、購入管理、発注・検収、在庫管理について理解する。 |
| 3 | 給食の運営とマネジメント <ul style="list-style-type: none"> ・給食システム、給食運営業務の流れについて理解する。 | 10 11 | 衛生・安全管理 <ul style="list-style-type: none"> ・衛生・安全管理の目的について理解する。 ・HACCP システムについて理解する。 ・大量調理施設衛生管理マニュアルについて理解する。 |
| 4 | 栄養・食事管理 <ul style="list-style-type: none"> ・栄養・食事管理の目的、システム、アセスメント、献立作成基準について理解する。 | 12 | 施設・設備管理 経営管理・マーケティング <ul style="list-style-type: none"> ・施設・設備の基準と関連法規、内装・関連設備、機械・器具、保守管理について理解する。 ・組織の形態、給食におけるマーケティングについて理解する。 |
| 5 6 | 献立計画 <ul style="list-style-type: none"> ・献立の条件・種類、献立作成の手順 ・各種給食施設の献立の特徴・提供方法対象者に合わせた献立について理解する。 ※行事食について | 13 14 | 顧客管理、人事・労務管理 給食運営の委託、原価管理 <ul style="list-style-type: none"> ・顧客満足度の評価、人材育成、委託の形態、給食の原価・会計管理について理解する。 |
| 7 | 生産管理 <ul style="list-style-type: none"> ・生産システム、調理作業工程計画、大量調理について理解する。 | 15 | 危機管理 <ul style="list-style-type: none"> ・災害時の給食対応、備蓄について理解する。 |
| 評価方法 筆記試験 80% レポート提出 20% 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C | | 使用教科書等 「テキストブックシリーズ 給食経営管理論」 三好恵子、山部秀子、平澤マキ 編著(第一出版) | |

| | | |
|--------------------|----------------|-----------------------|
| 教科名 給食実務論 | 開講時期 1年次 後期 | 時間数(コマ数) 授業時間 15コマ |
| 授業方法 講義、グループワーク | 担当者名 高野 壮浩 | |

| | |
|------|--|
| 教科概要 | 各種給食施設の給食運営の特徴を捉え、給食の役割を理解する。また、特定給食施設における栄養管理、具体的な大量調理の献立作成、衛生管理、安全管理、作業管理、施設管理について、給食実務論実習で実践できるように計画から実務まで学ぶ。 |
| 到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・各種給食施設の給食運営の特徴を理解し、説明できる。 ・具体的な大量調理の献立作成を行うことができる。 |

授業計画

| | | | |
|--|--|---|-------------------------------------|
| 1 | 児童福祉施設 ・関連法規、栄養・食事管理の特徴 | 9 | 食品構成表の作成 |
| 2 | 学校 ・関連法規、栄養・食事管理の特徴 ・食物アレルギー対応 ・献立作成課題 | 10 11 | 献立作成、献立の評価 |
| 3 | 事業所 ・関連法規、栄養・食事管理の特徴 ・献立作成課題 | | |
| 4 | 高齢者・介護施設 ・関連法規、栄養・食事管理の特徴 ・献立作成課題 | 12 13 | 班献立作成 グループワーク |
| 5 | 医療施設・障害者福祉施設 ・関連法規、栄養・食事管理の特徴 | | |
| 6 | 事業所給食を想定した給食実務計画 ・給与栄養目標量の設定 | 14 15 | 作業計画の作成、まとめ レシピ・作業工程表の作成 |
| 7 8 | 食品構成過程表の作成 | | |
| 評価方法 定期試験(筆記) 70%、 課題 30% 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C | | 使用教科書等 「テキストブックシリーズ 給食経営管理論」 三好恵子、山部秀子、平澤マキ 編著(第一出版) 「給食の運営管理実習テキスト」 太田、羽田、石田 著(第一出版) | |