

科目名		担当者氏名	授業形式	単位	開講時期
食生活特論		大野 智子	講義	2	1年前期
必修・選択	修了要件	必修			
	資格要件				
学習目標	健康寿命をいかに長くするか、QOLをいかに高めるかは大きな課題であり、食生活や健康管理がその基本と考える。また、食生活は様々な環境による影響を受けやすいことから、食生活にかかわり合う諸要因に配慮する必要もある。これらの知識を理解し、Evidenceに基づいた食生活改善や栄養教育の展開ができるよう、基本的な知識を身につける。				
授 業 計 画					
回	項 目	授 業 内 容			
1	食生活特論の必要性	食生活特論の役割			
2	食べ物と健康の関わり (1)	日本の食生活の現状と課題 Evidenceに基づく生活習慣病を予防する食生活			
3	食べ物と健康の関わり (2)	美味しさ、咀嚼、嚥下、テクスチャーの関係			
4	日本の食文化	料理と作法と文化の伝承			
5	日本の行事と食	わが国における主な行事と伝承料理等			
6	アジアの食文化	主に中国、韓国、バンコクなど			
7	ヨーロッパの食文化	主にフランス、イギリス、アメリカ、カナダなど			
8	食行動と食育 (1)	食の持つ役割			
9	食行動と食育 (2)	ライフスキル(生きる力)を育む食生活教育			
10	食育基本法と食生活	食育基本法、食育推進基本計画、食育白書など			
11	国民健康づくり運動と食生活 (1)	健康づくりの3要素、健康増進の重要性、平均寿命から健康寿命へ、新健康フロンティア戦略			
12	国民健康づくり運動と食生活 (2)	健康づくりの3要素、健康増進の重要性、平均寿命から健康寿命へ、新健康フロンティア戦略			
13	食環境の変化と食生活 (1)	環境型社会の構築に向けて、飽食時代の食品ロス			
14	食環境の変化と食生活 (2)	グリーンコンシューマー 10 原則 エコロジカル・フットプリント			
15	食の安心・安全と食生活	食品安全基本法と関連した情報機関 食品の安全性と二次機能			
参 考 書	内野澄子著「人口変動と食生活」第一出版 1977 藤沢良知他編著「よくわかる栄養教諭」同文書院 2009				
学習上の注意 (自己学習、学外学習など)	ノートを作成し、見やすくまとめ、必ず復習を行うこと。				
評価の方法と時期	評価は、授業態度、出席状況、最終筆記試験を行い総合的に評価する。				