

2026年度 愛知学泉短期大学シラバス

シラバス番号	科目名	担当者名	実務経験のある教員による授業科目	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
23307	調理Ⅱ CookingⅡ	大津 ゆみ子			1	必修	1後期

科目の概要

調理Ⅱでは調理Ⅰで培った知識・技術のさらなる向上を目指し、他の専門科目習得へ繋げる。(ディプロマ・ポリシー③) 栄養士として必要な調理の基礎知識・技術を修得するだけでなく、料理を組み合わせる美味しく、バランスの良い献立を作成できる力を養う。(ディプロマ・ポリシー④) また調理作業全体を把握し、作業労作をスムーズに、チーム共同で調理を行えるようにする。(ディプロマ・ポリシー①)

学修内容	到達目標
① 食材の切り方、調理法を正確に実施できる調理知識・技術を修得する。 ② 食材について関心を持ち、食材ごとの特徴、取り扱い、調理知識を修得する。 ③ 共同で調理を行うことにより、チームワークや豊かな感性と創造力を身に付ける。 ④ 多様な調理法や味付けの仕方を習得し、献立作成に活用できるようにする。 ⑤ NotebookLMを活用して資料や栄養基準を基に情報を整理・分析し、栄養バランス・季節性・対象者特性を踏まえた献立を考案する方法を学ぶ。	① 食材の切り方、調理法を正確に迅速に行うことができる。(ディプロマ・ポリシー③) ② 食材ごとに、その特性を理解し、調理操作を行うことができる。(ディプロマ・ポリシー③) ③ 全体の調理の進行、料理のバランスを考えて、チーム共同で料理を仕上げることができる。(ディプロマ・ポリシー①) ④ 多様な調理法や味付けの仕方を習得し、献立作成に活用できる。(ディプロマ・ポリシー④) ⑤ NotebookLMを適切に活用し、根拠資料に基づいて栄養バランスや目的に応じた献立を主体的に立案・修正し、その妥当性を説明できる。(ディプロマ・ポリシー④)

学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素	学生に求める社会人基礎力の能力要素の具体的行動事例
---------------------	---------------------------

前に踏み出す力	主体性	調理の知識・技術を修得し、栄養士として社会貢献をするという目標に向かって指示が無くても、その知識・技術を自ら進んで高めるよう自己学修をすることができる。技術の修得のために自ら練習をすることができる。
	働きかけ力	
	実行力	何分で調理を完了するかの手順や方法を考え、確実に目標に向かって進めることができる。
考え抜く力	課題発見力	思い込みや憶測でなく事実に基づいて情報を客観的に整理し、課題を見極めることができる。
	計画力	グループ内で時間内に終わることができるよう手順や役割分担を考えて完成させることができる。
	創造力	物事を考える時に、固定概念に捉われないことと色々な方向から考えることができる。
チームで働く力	発信力	授業で修得した内容を、的確な文章で表現できる。
	傾聴力	教員のデモから自分の知識・技術を確認し、さらに自分の行うべき行動を考えることができる。実習において、人の意見を確認し、さらに自分の意見を述べるができる。
	柔軟性	
	状況把握力	
	規律性	遅刻、無断欠席など、学習意欲をきたす行動をせず、授業が円滑に進行するようルールを守ることができる。
	ストレスコントロール力	

テキスト及び参考文献

テキスト：
 「調理のためのベーシックデータ」 女子栄養大学出版部 1,800円＋税、「新食品成分表FOODS 2020」とうほう 780円＋税

他科目との関連、資格との関連

他科目との関連 : 調理Ⅰ、給食管理実習、栄養学
 資格との関連 : 栄養士
 実習教材費 : 材料費10,000円(余剰分は調理Ⅲの材料費とする)

学修上の助言	受講生とのルール
--------	----------

<ul style="list-style-type: none"> ・実習の前に必ずレシピを確認し、料理ごとの食材の処理、全体の食材の配分をノートに整理しておいてください。 ・実習で学んだ献立は、自宅などで再度作成し、知識・調理技術の修得にむけて努力してください。 ・将来実践に役立つ栄養指導、調理指導ができる栄養士を目指して食材、献立・調理についての関心を高め、調理ノートに書き加え、実践できる知識・技術の幅を高める努力しておいてください。 ・包丁の練習は家庭でも必ず行い、包丁技術を高める努力しておいてください。 	欠席は、班での調理作業に支障を来すため、事前に教員に連絡すること。 作成した献立を撮影する場合のみ、携帯電話の持ち込みを許可する。 定められた服装で実習を行い、忘れた場合は教員に申し出ること。
---	--

【評価方法】

評価対象	評価方法	評価の割合	到達目標	各評価方法、評価にあたって重視する観点、評価についてのコメント		
学修成果	学期末試験	0	①		学習した知識及び包丁使いの習熟度を確保するため、中間テストを行う。評価は以下の2項目について行う。 1. 包丁操作を正しく、スムーズに行う事ができる。 2. 塩分濃度の計算が正確にできる。	
			②			
			③			
			④			
			⑤			
	平常評価	小テスト	15	①		✓
				②		✓
				③		✓
				④		
				⑤		
		レポート	60	①		✓
				②		✓
				③		✓
				④		
				⑤		
成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）	15	①				
		②	✓			
		③				
		④				
		⑤				
学修行動	社会人基礎力（学修態度）	10	①	✓		
			②	✓		
			③	✓		
			④			
			⑤			
総合評価割合		100				

【到達目標の基準】

到達レベルS(秀)及びA(優)の基準	到達レベルB(良)及びC(可)の基準
<p>到達レベルS (秀) 総合評価点 90点以上</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎回の実習についてのレポートがしっかりとまとめられており、今後に活用できるように効果的に考察ができる。 ・調理操作についての知識・技術を修得し、次回、自身で完全に再現できる。 <p>到達レベルA(優) 総合評価点 80点以上</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎回の実習についてのレポートがほぼまとめられており、今後に活用できるように考察ができる。 ・調理操作についての知識・技術を修得し、次回、自身でほぼ完全に再現できる。 	<p>到達レベルB (良) 総合評価点 70点以上</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎回の実習についてのレポートがまとめられており、今後にほぼ活用できるように考察ができる。 ・調理操作についての知識・技術を修得し、次回、自身である程度再現できる。 <p>到達レベルC (可) 総合評価点 60点以上</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎回の実習についてのレポートがまとめられており、今後にほぼ活用できるようにある程度考察ができる。 ・調理操作についての知識・技術を修得し、次回、自身である程度再現できる。

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
1	オリエンテーションでは、シラバスの説明を行う。 和食 ① ちらし寿司、切り干し大根の煮物、吉野鳥すまし汁、りんごの実習を行う。	実習 質疑応答にてフィードバックする。	すし飯の調理ポイントを学ぶ。乾物、寒天の特性を理解している。盛り付けのポイントを理解し、美しく盛り付けることができる。	(予習) : シラバスを読んでおく。学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習レポートを提出する。栄養価計算ソフトを用いて栄養価計算を行う。	60	主体性 実行力 課題発見力 傾聴力 規律性
2	エスニック料理 ビビンバ、生春巻き、あさりにとらのスープ、パイナップルケーキの実習を行う。	実習 質疑応答にてフィードバックする。	エスニック料理特有の食材、調味料を扱うことができる。盛り付けのポイントを理解し、美しく盛り付けることができる。	(予習) : シラバスを読んでおく。学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習レポートを提出する。栄養価計算ソフトを用いて栄養価計算を行う。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
3	西洋料理 ① パン、鮭の香草パン粉焼き、前菜盛り合わせ、クラムチャウダー、クレームブリュレの実習を行う。	実習 質疑応答にてフィードバックする。	西洋料理の献立形式を説明できる。ハーブの種類、特徴を知り、調理できる。盛り付けのポイントを理解し、美しく盛り付けることができる。	(予習) : シラバスを読んでおく。学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習レポートを提出する。栄養価計算ソフトを用いて栄養価計算を行う。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
4	和食 ② 五目御飯、ふくさ焼き、鰯のつみれ汁、そばぼうろの実習を行う。	実習 質疑応答にてフィードバックする。	炊き込みご飯のポイントを理解し、調理できる。鰯を手開きにできる。盛り付けのポイントを理解し、美しく盛り付けることができる。	(予習) : シラバスを読んでおく。学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習レポートを提出する。栄養価計算ソフトを用いて栄養価計算を行う。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
5	西洋料理 ② マカロニグラタン、ワルドルフサラダ、コンソメ・ペイザンヌの実習を行う。	実習 質疑応答にてフィードバックする。	ホワイトソースのポイントを理解し、調理できる。スープの浮き実の種類を説明できる。盛り付けのポイントを理解し、美しく盛り付けることができる。	(予習) : シラバスを読んでおく。学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習レポートを提出する。栄養価計算ソフトを用いて栄養価計算を行う。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
6	実技テスト りんごの皮むき・飾り切り 汁物の塩分計算	実技・筆記テスト	基本的な包丁の技術が身についている。各種調味料を用いて、汁物の塩分を調整できる。	(予習) : りんごの皮むき及び飾り切りができる様に練習しておく。ベーシックデータにて、だし汁や調味料の塩分含量を見直しておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
7	西洋料理 ③ パン、ポトフ、鱈のエスカベッシュ、モンブランの実習を行う。	実習 質疑応答にてフィードバックする。	圧力鍋の調理原理、使い方を説明できる。スポンジ生地ポイントを理解し、調理できる。盛り付けのポイントを理解し、美しく盛り付けることができる。	(予習) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習レポートを提出する。栄養価計算ソフトを用いて栄養価計算を行う。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
8	クリスマス菓子(シュトーレン)の実習を行う。	実習 質疑応答にてフィードバックする。	他国の食文化を説明できる。発酵菓子の調理のポイントを押さえて調理ができる。	(予習) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習レポートを提出する。栄養価計算ソフトを用いて栄養価計算を行う。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
9	中国料理 ① 白飯、酢豚、なすの蒸し物、豆腐と蟹のスープ、ごま団子の実習を行う。	実習 質疑応答にてフィードバックする。	溜菜の調理ポイントを理解し、調理できる。中華料理特有の食材や調味料を扱うことができる。盛り付けのポイントを理解し、美しく盛り付けることができる。	(予習) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習レポートを提出する。栄養価計算ソフトを用いて栄養価計算を行う。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
10	パーティー料理 えびピラフ、ローストチキン、きのこのスープ、ロールケーキの実習を行う。	実習 質疑応答にてフィードバックする。	ピラフ、スポンジ生地のポイントを理解し、調理できる。パーティー料理のテーブルセッティングを知り、美しく盛り付けることができる。	(予習) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習レポートを提出する。栄養価計算ソフトを用いて栄養価計算を行う。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
11	お正月料理 おせち料理(黒豆、田づくり、昆布巻き、お煮しめ、きんとん)、お雑煮の実習を行う。	実習 質疑応答にてフィードバックする。	おせち料理のポイントを理解し調理、盛り付けできる。 雑煮のポイントを理解し調理できる。	(予習) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習レポートを提出する。栄養価計算ソフトを用いて栄養価計算を行う。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
12	和食 ③ 里芋ご飯、サバの味噌煮、白和え、かきたま汁、いちご大福の実習を行う。	実習 質疑応答にてフィードバックする。	魚の処理方法を理解し調理できる。でんぶんの調理性を知る。盛り付けのポイントを理解し、美しく盛り付けることができる。	(予習) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習レポートを提出する。栄養価計算ソフトを用いて栄養価計算を行う。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
13	中国料理 ② 白飯、餃子、いかの和え物、春雨スープ、杏仁豆腐の実習を行う。	実習 質疑応答にてフィードバックする。	点心文化を理解する。中国料理特有のだしや調味料の調理ポイントを理解し、調理できる。盛り付けのポイントを理解し、美しく盛り付けることができる。	(予習) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習レポートを提出する。栄養価計算ソフトを用いて栄養価計算を行う。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
14	創作献立実習 ① 班ごとにテーマに沿った献立を計画し、発注書を作成する。作成した計画書はGoogleclassroomに提出する。PC使用(NotebookLM)。	演習 質疑応答にてフィードバックする。	テーマ・献立のバランス・食材の旬・予算等に配慮し、班員で協力して献立を計画できる。	(予習) : 与えられたテーマに沿った献立について、自身の案をまとめておく。 (復習) : 決定した献立の調理方法や手順を確認しておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
15	創作献立実習 ② 創作各班で計画した献立の実習を行う。	実習・評価 作成した献立を評価し、フィードバックする。	班ごとに計画した献立について、班員で協力し効率よく作業ができる。味付けや盛り付けにも配慮し、作成した献立のプレゼンテーションができる。	(予習) : 献立の調理方法や手順を確認しておく。 (復習) : 実習レポートを提出する。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力