

2024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
33201	フード・ライフスタイル Life and food culture	大津ゆみ子		専門	2	選択	1・2前期

科目の概要

食は日常的な行為であり、ヒトが生きていくうえで生命に直接繋がる大切な行為である。この授業では「食生活アドバイザー3級テキスト&問題集」を通して、食文化をはじめ、栄養と健康、食品衛生、食マーケット、食環境など広く「食生活」に関わる基礎知識を学ぶ。この知識を実生活中で活用し、課題解決する力の習得を目指す。この授業は、生活デザイン総合学科のディプロマ・ポリシー「社会的に自立して生きていく上で必要なライフスタイルを自らデザインできる能力に必要な専門的知識・技能を身につけている」という項目を重視し、pisa型学力の必要な知識・情報等の資源を獲得する力および活用して課題解決する力の習得を目指す。

学修内容	到達目標
① 食生活アドバイザー3級のテキストを通して「食生活」について幅広く様々な角度から学ぶ。 ② 健やかに過ごすための「食生活」について学ぶ。 ③ 日本の食文化について、行事食や郷土料理から学ぶ。 ④ 日本料理と各国料理の特徴について学ぶ。 ⑤ 「食生活」を安全や流通の面から捉えることを学ぶ。	① 食生活アドバイザー3級の資格問題が解け、「食生活」について様々な角度から問題点を見つけることができる。(ディプロマ・ポリシー②④) ② 健康と食について学び、自分の食生活を振り返ることができる。(ディプロマ・ポリシー②) ③ 年中行事と行事食について調べまとめることができる。(ディプロマ・ポリシー②) ④ 日本料理や各国料理の特徴が説明できる。(ディプロマ・ポリシー②) ⑤ 安心安全な「食生活」を過ごすための施策、仕組みについて説明できる。(ディプロマ・ポリシー②③④)

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	授業の時に積極的に発言をする。 授業以外の時間を使い、レポート課題を調べて記述できる。
	働きかけ力	
	実行力	小テストやレポート課題など、目標を設定し最後までやり遂げることができる
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	
	創造力	物事を考える時に、固定観念に捉わられることなく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	発表の仕方を工夫しわかりやすく伝えることができる。
	傾聴力	グループワークで、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、学習意欲欠如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：「食生活アドバイザー3級テキスト&問題集」 FLAネットワーク協会編 日本能率協会マネジメントセンター発行
1800円＋税

他科目との関連、資格との関連

食生活アドバイザー3級

学修上の助言	受講生とのルール
<ul style="list-style-type: none"> ・ 日常の「食」について関心を持ち、普段の「食生活」を知識と結びつけて考えられるように努める。 ・ 興味を持ったことは、文献、インターネット、身の回りの人に聞くなどして、自主的に調べる。 ・ 課題をレポートにまとめ次週に提出する 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 授業中の私語は慎み、積極的に授業に参加する。 ・ 提出物は、期限を守る事、授業当時欠席した場合は、次週までに提出する。 ・ 授業を受け、興味を持った内容および課題をレポートにまとめ次週に提出する ・ 出席日数が必要日数に満たない場合は無資格となる。

【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	60	①	✓	授業で学習した内容の理解度を確認する。 年中行事と行事食についていわれなども含めて説明ができる。 「食生活アドバイザー3級」の資格試験の問題が解ける。 「食生活」に関して、様々な角度から捉えることができる。 これらの項目は、pisa型学力の必要な知識・情報等の資源を獲得する力に該当する。	
			②	✓		
			③	✓		
			④	✓		
			⑤	✓		
	平常評価	小テスト	10	①	✓	単元が終わる毎に小テストを行い、理解度を確認する。 (出題内容はテキスト模擬問題を中心に) 出題する。 小テストを7回実施し、点数を平均して判定する。
				②	✓	
				③	✓	
				④	✓	
				⑤	✓	
		レポート	10	①	✓	課題レポート1題 日本のハレの食、年中行事のいわれと食事について調べ、 Googleclassroomにレポートを提出する。
				②	✓	
				③	✓	
				④	✓	
				⑤		
		成果発表 (プレゼンテーション・作品制作等)	10	①	✓	年中行事を調べその由来と行事食の資料を作り、プレゼンテーションする。 これらの項目は、pisa型学力の獲得した知識・情報等の資源を活用する力に該当する。
				②	✓	
				③	✓	
				④	✓	
				⑤		
学修行動	社会人基礎力 (学修態度)	10	①	✓	(主体性) 授業の時に積極的に発言をする。授業以外の時間を使い、レポート課題を調べて記述できる (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 (創造力) 物事を考える時に、固定観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 (発信力) 発表の仕方を工夫して発表ができる (傾聴力) グループワークで、人の意見を確認し、さらに自分の意見を述べることができる (規律性) 遅刻、無断欠席など、学習意欲欠如をきたす行動をせず、円滑に授業が進行するようルールを守ることができる	
			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
到達レベルS (秀) : 総合評価点90点以上 ・日本の食文化について、年中行事などを理解し資料を作成しわかりやすく伝えることができる。 ・食生活アドバイザーテキストを通して、食生活について幅広く様々な角度からとらえることができる。 到達レベルA (優) : 総合評価点80点以上 ・日本の食文化について、年中行事などをほぼ理解し資料を作成しわかりやすく伝えることができる。 ・食生活アドバイザーテキストを通して、食生活について幅広く様々な角度からほぼとらえることができる	到達レベルB (良) : 総合評価点70点以上 ・日本の食文化について、年中行事などをおおむね理解し資料を作成しわかりやすく伝えることができる。 ・食生活アドバイザーテキストを通して、食生活について幅広く様々な角度からおおむねとらえることができる。 到達レベルC (可) : 総合評価点60点以上 ・日本の食文化について、年中行事などをおおむね理解し資料を作成し伝えることができる。 ・食生活アドバイザーテキストを通して、食生活についておおむね様々な角度からとらえることができる。

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 「食生活アドバイザー」の役割を知り、「食生活指針」を通して望ましい食生活について考える。	講義 質疑応答する形式で フィードバックする	「食生活アドバイザー」の役割を知り、「食生活指針」をもとに、自分の食生活を見直すことができる	復習:テキストp10-22を読み、ポイントをまとめておく 予習:テキストp28-64を読んでおく	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
2	第1章 ウェルネス上手になろう(テキストp28-64) 健康の3原則「栄養・運動・休養」について学ぶ	講義 質疑応答する形式で フィードバックする	五大栄養素の働き、運動の種類、休養の種類について説明できる。	復習:次週に小テストを行うためテキストp65-73の模擬問題を復習しておくこと 予習:テキスト第2章p76-80を読んでおく	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 傾聴力 規律性
3	第2章 もてなし上手になろう(テキストp76-80) 日本のハレとケの食(賀寿の祝い、行事食、通過儀礼)について学ぶ	小テスト① 講義 質疑応答する形式で フィードバックする	日本のハレとケの食について年中行事と関連づけて説明できる。	復習:テキストp122-123の模擬問題1-3をやっておくこと 予習:(レポート課題)興味を持った年中行事について、いわれや歴史、行事食について調べてくる。	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
4	第2章 もてなし上手になろう グループ学習:各自調べてきた年中行事と食をもとに話し合い、発表のための資料作成をする	グループ学習 PowerPointで資料を作成し(PC使用)、発表の準備をする レポートについて フィードバックする	年中行事と食について調べ、グループで資料を作成することができる	復習:発表のための資料を完成させる	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
5	第2章 もてなし上手になろう 年中行事と食について、作成したPowerPoint資料を使い発表する	グループ学習 発表 発表と資料について フィードバックする	年中行事と食についてグループで作成した資料を使い発表できる 発表をしっかりと聞き、意見をいうことができる	復習:次週に年中行事と食に関して小テストを行うので復習しておくこと 予習:テキストp81-95を読んでおく	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
6	第2章 もてなし上手になろう(テキストp81-95) 郷土料理と地産地消、旬の食材、おいしさを感じる条件について学ぶ	小テスト② 講義 質疑応答する形式で フィードバックする	旬の食材を説明できる おいしさの要因について説明できる	復習:テキストp123p-124の模擬問題4-8を解いておく 予習:テキストp96-112を読んでおく	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
7	第2章 もてなし上手になろう(テキストp96-112) 日本料理の特徴、形式、料理の盛り付け方、調理の種類、日本料理に用いる器、和食の五について学ぶ	講義 質疑応答する形式で フィードバックする	日本料理の特徴や形式について説明できる	復習:テキストp125-128の模擬問題9-17を解いておく 予習:テキストp113-117を読んでおく	180	主体性 実行力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
8	第2章 もてなし上手になろう(テキストp113-117) 食事のマナーについて学ぶ	講義 質疑応答する形式で フィードバックする	箸使いのマナーについて説明できる	復習:次週に小テストを行うのでテキストp122-129の模擬問題を見直してこること 予習:食べ物にまつわることわざについて知っているものをかきだしておくこと	180	主体性 実行力 課題発見力 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	第2章 もてなし上手になろう (テキスト p118-121) 食べ物にまつわることわざについて先人の知恵を学ぶ	小テスト③ 講義 質疑応答する形式でフィードバックする	食べ物にまつわることわざについて3つあげ説明することができる	復習：小テストの見直しをして理解を深めておく 予習：テキストp132-154を読んでおく	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
10	第3章 買い物上手になろう (テキスト p132-154) 食品表示やマークの見方を把握し、食品選択の際に活用する方法を学ぶ	講義 質疑応答する形式でフィードバックする	食品表示やマークについて説明できる	復習：次週に食品表示やマークについて小テストを行うのでテキストp155-162の模擬問題を解いておく 予習：テキストp164-193を読んでおく	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
11	第4章 段取り上手になろう (テキスト p164-193) 食中毒の種類にはどのようなものがあるか、またその予防法について学ぶ	小テスト④ 講義 質疑応答する形式でフィードバックする	食中毒の種類について分類でき、それぞれの予防法について説明できる	復習：次週に食中毒の種類と予防法について小テストを行うのでテキストp194-201の模擬問題を復習しておくこと 予習：テキストp204-216を読んでおく	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
12	第5章 生き方上手になろう (テキストp204-216) 食マーケットの基礎知識について学び、小売の種類にはどのようなものがあるか、また消費者と供給側の変化について学ぶ	小テスト⑤ 講義 質疑応答する形式でフィードバックする	食マーケットの変化について、小売店の種類から説明することができる	復習：授業での内容についてノートにまとめ、理解しておく 予習：テキストp217-224を読んでおく	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
13	第5章 生き方上手になろう (テキストp217-224) 物流システムの変化について、流通経路や環境から昨今の物流について学ぶ。また商品陳列についても学び、売れる仕組みについて考える。	講義 質疑応答する形式でフィードバックする	物流システムの変化について流通経路や環境問題の点から説明することができる。売上げを上げる商品陳列について説明することができる。	復習：自分がよく行く小売店の商品陳列の仕方を見て気づいたことを箇条書きしてくる。次週、食マーケットの小テストを行うのでテキストp225-232の模擬問題を解いておく 予習：テキストp234-248を読んでおく	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
14	第6章 やりくり上手になろう (テキスト p234-248) 社会生活に関する基礎知識として、暮らしと経済や契約について、消費者を守る制度を学ぶ	小テスト⑥ 講義 質疑応答する形式でフィードバックする	暮らしと契約について学び、注意が必要な悪質商法について知り、対策を説明できる	復習：次週に悪質商法について小テストを行うのでテキストp266の模擬問題を解いておくこと 予習：テキストp249-263を読み、食生活の問題点を整理しておくこと	180	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
15	まとめ 1～14回の講義の要点の解説をオンデマンド方式で行う。	講義 (オンデマンド) Googleclassroomを用い、質疑応答する形式でフィードバックする。	1～14回の復習を行い、筆記試験の準備をする。	復習：筆記試験の準備をする	180	主体性 実行力 課題発見力 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