

2024年度 愛知学泉大学シラバス

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
120112029	食生活論 argument of dietary life	生川卓弘		専門	2	必修	1後期

科目の概要

食に関する様々な事柄を学ぶ。現代の我が国における食料事情や自給率を始め諸外国との自給率の違い、あるいは病気や平均寿命に違いも比較し、食生活の与える影響を考える。また、食品の加工や開発、遺伝子操作などの知識も得て、今後の食生活でどのような食品を選択していくかを考えられるようにする。栄養素や人間の発達過程における食の役割、我が国の食文化についても学び伝統食、行事食について知識を修得する。この知識を持って食生活の関する幅広い知識を持ち、食生活に関する柔軟な思考法と独自の発想や表現ができる。また、以下のDPに関する点についても学ぶ
 ①建学の精神、社会人基礎力、pisa型学力を修得して、職場と地域の人々と協働して解決していくことができる。
 ②ライフスタイルのデザインを提案するために必要な衣・食・住および地域活性に関連する専門的知識・技能を身に付け、地域再生に貢献することができる。
 ③自立した社会人として、常に自己研鑽に取り組み、自らの可能性を高めて社会に貢献することができる。

学修内容	到達目標
① 現代の食生活について考える。 ② 食品の加工技術について正しい知識を得る。 ③ 食品衛生について危機管理がおこなえる。 ④ 子どもに食生活が与える影響を考える。 ⑤ 地域、環境と食を考える。	① 現代の食に関する諸問題について、各個人の生活から振り返ることができる。 ② 現代までの様々な食品加工技術について知識を得て理解し、取捨選択ができる。 ③ 食品衛生について知り、自分の食生活の中で気をつけることができる。 ④ 次世代を担う子どもの食生活が心身にどのように影響を与えるか考え、理解できる。 ⑤ 地域の食文化、環境問題と食生活を考えることができる。

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	授業内容の予習・復習をおこない理解度を高めることができる。
	働きかけ力	理解出来ないことはクラスのメンバーに聞いて確認することができる。
	実行力	新聞やニュースを見て現代の食問題を理解することができる。
考え抜く力	課題発見力	自分の食生活を振り返り、改善点を見出し実行するように努めることができる。
	計画力	次回の授業に備えて予習を行い、授業で役立てることができる。
	創造力	学んだことをこれからの自分の生活に生かしていくことができる。
チームで働く力	発信力	自分の家庭ではどのような食生活か説明することができる。
	傾聴力	授業内容を理解し、ノートや文章として整理することができる。
	柔軟性	自分の知らない内容もきちんと理解するように務めることができる。
	状況把握力	班での発表は他人に任せないで自分も順番に発表することができる。
	規律性	遅刻、欠席をしない、授業中に私語を慎むことができる。
	ストレスコントロール力	班の中で意見が異なっても、きちんと意見を言い合うことができる。

テキスト及び参考文献

教科書：『食生活論』朝倉書店 ISBN-978-4-2546-1046-8

他科目との関連、資格との関連

次年度位以降にある栄養学、食品学、調理学及び調理学実験に関する基礎的な知識を得るとともに 家庭科教員免許、フードスペシャリストの資格に必要な教養と知識を学ぶものである。資格：教職 中一種（家庭）、教職 高一種（家庭）

学修上の助言	受講生とのルール
授業中の、課題については内容に沿った文章で記述すること。また、授業中の質問やグループでの討論の際は積極的に発言することが大切である。	遅刻・欠席をしないこと、また課題提出は期限をきちんと守ること。わからない点は質問し、グループ討論時には自分の意見を発言する。

【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	筆記（レポート含む）・実技・口頭試験	50	①	✓	① 授業中に討論した内容を把握しているか。 ② 班で討論した際に自分の意見を持つことが出来たか。 討論内容や課題についてきちんと考えられたかを穴埋め問題および計算、記述など様々な形式の筆記試験で判断する。		
				②	✓			
				③	✓			
				④	✓			
				⑤	✓			
	平常評価	小テスト		0	①			
					②			
					③			
					④			
					⑤			
		レポート		20	①	✓		① 課題について理解した上で記述しているか。 ② 自分の思いっきだけでなく、資料に基づいてレポートを作成しているか。 課題内容を正しく把握した上で記述されているか、また、記述内容は感想に留まらず、意見を述べているか。
					②	✓		
					③	✓		
					④			
					⑤			
成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）		20	①	✓	① 課題について理解した上で記述しているか。 ② 自分の思いっきだけでなく、資料に基づいて作成しているか。 課題内容を正しく把握した上で記述されているか、また、記述内容は感想に留まらず、意見を述べているか。 授業時間内に作成した作品・資料を発表する、その際には他の人の発表に対して感想や意見を積極的に言えるかどうかを評価する。			
			②	✓				
			③	✓				
			④	✓				
			⑤					
学修行動	社会人基礎力（学修態度）		10	①	✓	(主体性) 予習・復習をおこない理解度を高め自ら進んで実習を進めていくことが出来るか。 (実行力) 新聞やニュースを見て現代の食問題を理解することが出来る。 (課題発見力) 苦手とする内容を理解するように努めることが出来る。 (創造力) 学習内容を自分の生活と比較して改善することが出来るか。 (発信力) 自分の食生活を客観的に説明することが出来るか。 (傾聴力) 授業内容を理解し、文章にまとめて整理することが出来る。 (規律性) 遅刻・欠席をしない。授業中に個人の意見あるいは班の話合い結果について記述し、時間内に提出する。		
				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
筆記試験の点数が良くレポート内容が意欲的で、日頃の授業態度が常に積極的である。また、学んだ内容を自分の食生活と照らし合わせて考えることができ、それを授業中に発信させることができるものはSとする。	筆記試験が60点以上で、レポート課題を期限までに提出し、制作物に対するプレゼンテーションを行っていればCとし、創意工夫が見られるものはBとする。

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	食生活の変遷 戦後からの日本人の食生活の変化を見て、栄養素の摂取がどのように変化しているかとの関連を考える。	講義	日本人の食生活の変遷を理解する。	(予習)教科書p4～6を読む (復習)日本人の食生活の変遷を復習する	180	主体性 傾聴力
2	食生活の現状と課題 実際に食生活から栄養素のPFCバランスを計算して、より良い食生活を送ることが出来る献立を考える。	ICTを活用した講義および演習	日本人の食生活と健康状態から現代の食生活の課題を考える。	(予習)教科書の食生活と課題p4-10を読む (復習)授業中に配布したシートに記入する	180	主体性 傾聴力
3	日本型食生活の現状 和食と洋食では何が異なるかを考え、給食の果たす役割について意見を交換して、自分なりに考える。	ICTを活用した講義	日本の食生活の現状を様々な報告書から読み取ることができる。	(予習)教科書p7～13を読む (復習)配布したシートに他の班の報告とともにまとめる	180	主体性 実行力 傾聴力
4	食品の加工技術 食品加工の発達について知り、アレルギー物質の除去や遺伝子組み換えについて自分の考えを述べる。	ICTを活用した講義および討論と発表	食品加工に関する知識を得て、その問題点について理解する。	(予習)教科書p14～16食品加工技術の変遷と課題の項目を読む (復習)配布したシートに食品加工についての自分の考えをまとめる	180	主体性 実行力 計画力
5	飲食に関する健康障害および危害因子 農薬、食品添加物など危険因子についての知識を得て、食の安全には何が必要かを知る。	ICTを活用した講義および自分の食生活における衛生面のチェックをする	食の安心と安全について正しく理解し、自分の意見が言える。	(予習)教科書p20～26の項目を読む (復習)配布したシートに食の安心と安全の違いについてまとめる	180	主体性 実行力 計画力
6	栄養素摂取状況と健康状態の変遷と課題 各国の食品バランスガイドを知り、食生活と病気とのかかわりを考える。	ICTを活用した講義および討論と発表	各国の栄養素摂取状況および食品別摂取状況を理解する。	(予習)各国の栄養素摂取状況を調べてくる (復習)発表内容から分かったことを配布したシートにまとめる	180	主体性 実行力 計画力
7	食品の生理機能 食品に求められる機能として栄養とは何かを知る。	ICTを活用した講義及びレポートをクラスルームを使用して提出する	栄養素の名前と働きを知り、栄養素の摂取方法を理解する。	(予習)栄養素の名前と働きを調べてくる (復習)栄養素の名前と働きをまとめて配布シートに記入する	180	主体性 実行力 計画力
8	食生活の精神的機能 年齢別に必要となるエネルギー摂取量や嗜好の変化について知り、満足感が得られる食生活について考える。	https://www.kairyudo.co.jp/contents/10_goods/335131/ を使用した授業	年代により食品のおいしさや満足度の変化を理解する。	(予習)食品のおいしさや満足度について調べ、教科書p125～138を読んでくる (復習)各年代により食品のおいしさや満足度の変化を配布シートにまとめる	180	主体性 実行力 創造力

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	機能的食品 特定保健用食品、機能的表示食品など制度について学び、正しい知識を得る。	ICTを活用した講義および討論と発表	特定保健用食品、機能的表示食品と健康食品との違いについて理解する。	(予習) 特定保健用食品について調べ教科書p48～53を読んでくる (復習) 特定保健用食品、機能的表示食品、健康食品の違いを配布シートにまとめる	180	主体性 実行力 計画力
10	食生活の文化的機能 地域により異なる郷土料理について知識を得て、自分の居住地域の郷土料理を報告する。	ICTを活用した講義および討論と発表	地域の伝統料理を知り、食文化の伝承・意義について考える。	(予習) 地域の伝統料理を調べ教科書P81～85を読んでくる (復習) 日本各地の伝統食品に付いてまとめる	180	主体性 実行力 創造力
11	食に関する心の病 地域により異なる郷土料理について知識を得て、自分の居住地域の郷土料理を報告する。	ICTを活用した講義および討論と発表	地域の伝統料理を知り、食文化の伝承・意義について考える。	(予習) 地域の伝統料理を調べ教科書P76～8を読んでくる (復習) 日本各地の伝統食品に付いて配布シートにまとめる	180	主体性 実行力 創造力
12	社会教育の役割 マスコミなどによる食の情報をもとに正しく理解するための知識を学ぶ。	ICTを活用した講義および演習、演習内容をまとめてクラスルームを使用して提出	社会における食に関わる情報発信について考えられる。	(予習) 社会における食に関わる情報発信には何が有るか調べる (復習) 食に関わる情報発信での注意点を知り、今後の食生活に活かす方法をまとめる	180	主体性 実行力 計画力
13	食生活の社会的機能 食生活が家族の中でどのように機能しているのかを考えて、自身の生活の中でどのように生かせるのかを考える。	ICTを活用した講義および討論	好ましい食生活を考え、自分の生活を振り返り、改善点を探る。	(予習) 自分の食生活を振り返って書き出してくる。 (復習) 自分にとって好ましい食生活を考え、配布シートにまとめる。	180	主体性 実行力 傾聴力
14	教育的意義 こどもが成長する中で、食生活が心身に与える影響を様々な資料から読み解いていく。	ICTを活用した講義および討論と発表	食生活が子どもにどのような影響を与えるか考える。	(予習) 教科書のp90～95を読み食生活が子どもにどのような影響を与えるか考える (復習) データから分かった事を配布シートにまとめ今後の食生活を考える	180	主体性 実行力 計画力
15	これからの食生活 現代の食生活から何が問題化を考えて改善点を上げていく。	ICTを活用した講義および意見交換し、まとめた内容をクラスルームを使用して提出	社会における食の問題を考え、食の役割をしっかりと把握する。	(予習) 食の役割にはどのような物が有るか調べてくる (復習) これからの食生活で大切な事を考えてまとめる	180	主体性 実行力 計画力

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