

## 2026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
221621080	食事設計演習 (2025年度生～) Meal Desing Exercise	小関 直美		専門	1	必修	1後期

## 科目の概要

この科目は、個人や給食施設を対象とした「栄養の指導業務」において欠かせない能力を育成します。各ライフステージや給食施設における食事を設計する管理栄養士として不可欠な専門知識・技能を学び、人々の日常生活を健康の面から支援できる管理栄養士を目指します (DP3・4)。学びの過程で四大精神を実践するなかで、社会的に自立して生きていく上で必要な、社会人基礎力、pisa 型学力、一般的知識・技能を修得します (DP2)。担当教員は特定給食施設での勤務経験から、献立の役割や給食施設の特性に応じた献立作成の方法についての演習を行います。

学修内容	到達目標
① 献立の意義と役割を知る ② 献立の構成要素、調味濃度、調理法を知る ③ 集団の給与栄養目標量の算出方法を知る ④ 食品構成表の作成方法を知る ⑤ 給食施設の特性を踏まえた献立作成の方法を知る ⑥ 給食施設の献立を評価する方法を知る ⑦ 栄養計算の方法を知る	① 献立の意義と役割について、生産、文化、健康、嗜好等の側面から説明できる ② 献立の構成要素、調味濃度、調理法を理解し、献立の立案に活用できる ③ 給与栄養目標量を算出することができ、集団の栄養管理に活用できる ④ 食品構成表を作成することができ、献立の立案に活用できる ⑤ 給食施設の特性を理解した上で、献立を作成できる ⑥ 給食施設の献立を評価することができ、食の課題を解決するための献立の立案に活用できる ⑦ PCソフトを使用して栄養計算をすることができ、献立の作成および評価に活用できる

## 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	日常の食事に興味を持ち、食に関する課題を抽出することができる。 授業の目標到達のために必要な知識・技術を習得するために自発的に取り組むことができる。
	働きかけ力	授業の目標到達のために、自ら他者に働きかけて、協力・協働することができる。
	実行力	授業の目標到達のために、より深く知識・技術を修得しようと意欲的に行動できる。
考え抜く力	課題発見力	授業の目標達成のための問題点や、自身の課題を見極め、解決方法を見出すことができる。
	計画力	指定された課題を実施するために、準備・段取りを考えることができる。
	創造力	従来の考えにとらわれずに、身につけた知識・技術を活用した献立作成ができる。
チームで働く力	発信力	献立の内容や目的を他者に明確に示し、伝えることができる。 グループワークでは、自分の意見や伝えたいことをお阿割安く説明できる。
	傾聴力	教員の指示や助言を献立作成に活かすことができる。 グループワークでは、相手の意見を伝えたいことを引き出す環境を作ることができる。
	柔軟性	計画通りに進まないことがあっても、場面に応じた最適な行動や答えを見つけることができる。
	状況把握力	教員の指示や助言を献立作成に活かすことができる。 グループワークでは、相手の意見を伝えたいことを引き出す環境を作ることができる。
	規律性	欠席、遅刻・早退することなく授業に参加する。 授業のルールや課題提出の期限を守ることができる。
	ストレスコントロール力	学びの過程でストレスを感じるがあっても、問題解決に向けて行動できる。

## テキスト及び参考文献

テキスト 日本食品標準成分表2020年版(八訂)：医歯薬出版  
調理のためのベーシックデータ 第6版：女子栄養大学出版部  
日本人の食事摂取基準2025：第一出版  
そのほかのテキストは、授業開始前までに連絡する。

## 他科目との関連、資格との関連

「食事設計演習」は、「調理学実習」や「調理科学」を活用して、「応用栄養学」、「応用栄養学実習」や「給食経営管理論」、「給食経営管理論実習」における食事計画に必要な知識・技術を獲得します。  
資格との関連：栄養士、管理栄養士の必修科目

学修上の助言	受講生とのルール
講義による説明後、演習形式で授業を進めていく。グループで協働する過程で、疑問点の解消や知識の共有を深められるように積極的にコミュニケーションをとる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>講義には集中して臨み、課題提出の期限を守る。</li> <li>社会人基礎力を発揮して積極的にグループ活動を行う。</li> </ul>

【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	30	① <input checked="" type="checkbox"/> ⑥ <input checked="" type="checkbox"/>	到達目標の①～⑥について、理解度を確認する。 知識の獲得 55% 知識の活用 30% 課題の解決 15%	
			② <input checked="" type="checkbox"/> ⑦ <input type="checkbox"/>		
			③ <input checked="" type="checkbox"/>		
			④ <input checked="" type="checkbox"/>		
			⑤ <input checked="" type="checkbox"/>		
	平常評価	小テスト	20	① <input checked="" type="checkbox"/> ⑥ <input checked="" type="checkbox"/>	到達目標①～④、⑥について、授業内容の理解度を確認する。 知識の獲得 50% 知識の活用 50%
				② <input checked="" type="checkbox"/> ⑦ <input type="checkbox"/>	
				③ <input checked="" type="checkbox"/>	
				④ <input checked="" type="checkbox"/>	
				⑤ <input type="checkbox"/>	
		レポート	20	① <input type="checkbox"/> ⑥ <input checked="" type="checkbox"/>	到達目標の⑤～⑦について、PCソフトを使用した献立を課題として評価する。 知識の活用 80% 課題の解決 20%
				② <input type="checkbox"/> ⑦ <input checked="" type="checkbox"/>	
				③ <input type="checkbox"/>	
				④ <input type="checkbox"/>	
				⑤ <input checked="" type="checkbox"/>	
成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）	20	① <input type="checkbox"/> ⑥ <input checked="" type="checkbox"/>	到達目標⑤、⑥について、グループごとに作成した献立のプレゼンテーションを行い、相互にコメントや質問をすることで評価する。 知識の活用 20% 課題の解決 80%		
		② <input type="checkbox"/> ⑦ <input type="checkbox"/>			
		③ <input type="checkbox"/>			
		④ <input type="checkbox"/>			
		⑤ <input checked="" type="checkbox"/>			
学修行動	社会人基礎力（学修態度）	10	① <input checked="" type="checkbox"/> ⑥ <input checked="" type="checkbox"/>	<small>                     主体性：日常の食事に興味を持ち、食に関する課題を抽出することができる。授業の目標到達のために必要な知識・技術を習得するために自発的に取り組むことができる。                      働きかけ力：授業の目標到達のために、自ら他者に働きかけて、協力・協働することができる。実行力：授業の目標到達のために、より深く知識・技術を修得しようとする意欲的に行動できる。                      課題発見力：授業の目標達成のための問題点や、自身の課題を見極め、解決方法を見出すことができる。                      計画力：指定された課題を実施するために、準備・採取を考えることができる。                      創造力：従来の考えにとらわれずに、身につけた知識・技術を活用した献立作成ができる。                      発信力：献立の内容や目的を他者に明確に示し、伝えることができる。グループワークでは、自分の意見や伝えたいことを分かりやすく説明できる。                      傾聴力：教員の指示や助言を献立作成に活かすことができる。グループワークでは、相手の意見を伝えたいことを引き出す環境を作ることができる。                      柔軟性：計画通りに進まないことがあっても、場面に応じた最適な行動や答えを見つけることができる。                      状況把握力：教員の指示や助言を献立作成に活かすことができる。グループワークでは、相手の意見を伝えたいことを引き出す環境を作ることができる。                      規律性：欠席、遅刻・早退することなく授業に参加する。授業のルールや課題提出の期限を守ることができる。                      ストレスコントロール力：学びの過程でストレスを感じるがあっても、問題解決に向けて行動できる。                 </small>	
			② <input checked="" type="checkbox"/> ⑦ <input checked="" type="checkbox"/>		
			③ <input checked="" type="checkbox"/>		
			④ <input checked="" type="checkbox"/>		
			⑤ <input checked="" type="checkbox"/>		
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
到達目標①～⑥について、小テスト、提出物、社会人基礎力で総合的に評価する。その得点が90～100点であればS（秀）、80～89点であればA（優）とする。	到達目標①～⑥について、小テスト、提出物、社会人基礎力で総合的に評価する。その得点が70～79点であればB（可）、60～69点であればC（可）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	食事設計演習の概要(食事設計の定義・目標・必要性)を知る 献立の意義と役割について知る	講義、演習、グループディスカッション、発表 google classroomによる質問の受付	食事設計演習の概要を説明できる 献立の意義と役割について説ける	予習：シラバスを読む 食事内容の記録 復習：授業シートで指示された項目に取り組む	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
2	献立の構成要素を知る 料理区分、調理法ごとの料理の種類を知る	講義、演習、グループディスカッション、発表 課題のフィードバック、小テスト google classroomによる質問の受付	献立の構成要素を説明できる 料理区分、調理法ごとに料理の特徴と種類を説明できる	予習：指定された調理法ごとの料理の種類を調べる 食事内容の記録 復習：授業シートで指示された項目に取り組む	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
3	料理に応じた食品重量や調味濃度について知る 調味濃度の計算方法について知る	講義、演習、グループディスカッション、発表 課題のフィードバック、小テスト google classroomによる質問の受付	料理に応じた食品重量や調味濃度を決定できる 調味濃度から調味料の分量を計算できる	予習：調味濃度の計算方法を確認する 食事内容の記録 復習：授業シートで指示された項目に取り組む	45	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
4	集団の給与エネルギー目標量の設定について考える たんぱく質、脂質、炭水化物の給与栄養目標量を設定できる	講義、演習、グループディスカッション、発表 課題のフィードバック、小テスト google classroomによる質問の受付	給与エネルギー目標量が設定できる 個人、および施設の実情に合わせた給与栄養目標量を設定できる	予習：食事摂取基準の概要について調べる 食事内容の記録 復習：授業シートで指示された項目に取り組む	45	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
5	栄養計算の方法を知る 栄養計算のPCソフトを使用して栄養計算を行う 料理の栄養計算を行う	講義、演習、グループディスカッション、発表 課題のフィードバック、小テスト google classroomによる質問の受付	栄養計算の基本を理解している 適切な食品選択ができる PCソフトを使用して栄養計算を行うことができる	予習：PCソフトをインストールする PCソフトの使用方法を確認する 食事内容の記録 復習：PCソフトに料理を登録する	45	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
6	食品分類表について知る 食品群別加重平均栄養成分表を作成する	講義、演習、グループディスカッション、発表 課題のフィードバック、小テスト google classroomによる質問の受付	食品分類の方法を説明することができる 食品群別加重平均栄養成分表を作成できる	予習：加重平均栄養成分値について調べる 食事内容の記録 復習：加重平均栄養成分表を作成する 授業シートで指示された項目に取り組む	45	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
7	食品構成表の作成① 主食、動物性食品の食品構成を知る	講義、演習、グループディスカッション、発表 課題のフィードバック、小テスト google classroomによる質問の受付	主食、動物性食品の食品構成ができる	予習：食品構成について調べる 復習：授業シートで指示された項目に取り組む	45	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
8	食品構成表の作成② 植物性食品の食品構成を知る	講義、演習、グループディスカッション、発表 課題のフィードバック、小テスト google classroomによる質問の受付	植物性食品の食品構成ができる	予習：植物性食品の食品構成について確認する 復習：食品構成の作成手順について振り返る 授業シートで指示された項目に取り組む	45	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

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	食品構成の作成③ 異なる条件で食品構成を行う	講義、演習、グループディスカッション、発表 課題のフィードバック、小テスト google classroomによる質問の受付	エネルギー量の異なる食品構成表を作成できる 主食の種類異なる食品構成表を作成できる	予習：異なるエネルギーで食品構成を作成する 復習：食品構成の作成手順について振り返る 授業シートで指示された項目に取り組む	45	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
10	献立作成の手順と方法を知る 週間献立を作成する	講義、演習、グループディスカッション、発表 課題のフィードバック、小テスト google classroomによる質問の受付	要点を押さえた献立を作成できる	予習：献立のフォーマットを確認する 行事食と郷土料理について調べる 復習：週間献立を修正・改善する	45	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
11	食品構成を活用し、朝・昼・夕の献立を作成する 献立の記入ルールに従い、献立表を作成する 献立の指示書としての役割を知る	講義、演習、グループディスカッション、発表 課題のフィードバック、小テスト google classroomによる質問の受付	食品構成を活用し、朝・昼・夕の献立を作成できる 献立の記入ルールに従い献立表を作成できる 献立の指示書としての役割を理解し、献立表に反映できる	予習：献立の記入ルールを確認する 献立表の構成を確認する 復習：献立表を完成させる 授業シートで指示された項目に取り組む	45	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
12	献立の栄養計算を行う 給与栄養目標量に沿った献立表を作成する	講義、演習、グループディスカッション、発表 課題のフィードバック、小テスト google classroomによる質問の受付	適切な栄養計算を行うことができる 給与栄養目標量から作成献立の栄養価を評価できる 給与栄養目標量に則した献立を作成できる	予習：栄養計算の留意点を確認する 復習：献立の修正・改善を行う 授業シートで指示された項目に取り組む	45	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
13	献立の評価基準に従って献立を評価する 他班の献立を評価し、改善案を提示する	講義、演習、グループディスカッション、発表 課題のフィードバック、小テスト google classroomによる質問の受付	献立の評価基準に従って献立を評価できる 献立の改善案を提示できる	予習：献立の評価基準を確認する 評価基準にそって自班の献立を評価する 復習：献立を修正・改善する	45	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
14	献立の実実施計画を立てる 食品の発注、指示書を作成する	講義、演習、グループディスカッション、発表 課題のフィードバック、小テスト google classroomによる質問の受付	献立を料理に変換する計画を作成できる 発注量の算出ができる 作業指示書を作成できる	予習：指示書の確認 献立の評価基準の確認 食事内容の記録 復習：授業シートで指示された項目に取り組む	45	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
15	献立の計画から実施準備までを振り返りまとめ、発表する	講義、演習、グループディスカッション、発表 課題のフィードバック google classroomによる質問の受付	献立の計画、実施、評価を行うことができる	予習：個人で献立の計画から実施までを振り返る 復習：授業を振り返り、自己課題に取り組む	45	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

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