

科目名 「健康管理学Ⅲ（食育）」

学年	学期	科目責任者
1	前学期	小出 ひとみ
科目ナンバリング	E-/-②-II-08	
単位数	2	
学習目標 (GIO)	飽食の時代と言われ、いつでも食べたいものが手に入る一方で食習慣の乱れが問題となっている現在、ユネスコの無形文化遺産となった和食の良さなどを通して食の基礎知識や料理の基本技術等身近なところから食育について考えていく。	
担当教員	*小出 ひとみ	
教科書	プリント配布	
参考図書	授業中に紹介	
評価方法 (EV)	最終評価は定期試験80%レポート20%で総合的に判断する。	
学生への メッセージ オフィスアワー	食に対する情報が氾濫している中で歯科衛生士として正しい情報を選び伝える力を身につけて下さい。質問等は授業終了後、随時受け付ける。	

日付	授業項目	授業内容	担当教員
第1回 4/6	食育とは	臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 【授業の一般目標】 なぜ今食育が大切なのかを、食を取り巻く現状を通して理解する。 【行動目標 (SB0s)】 臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 国民栄養調査から食の問題点を推測する。 【準備学習項目・時間】 予習時間：10分 食に関して知りたいことを書き出しておく。 復習時間：10分 講義ノートの見直し 【アクティブラーニングの有無】無 【学習方略 (LS)】 講義	*小出
第2回 4/13	自分の食事を見直してみよう	臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 【授業の一般目標】 食事記録をつけ自分の食事を分類し問題点を見つけ出すことができる。 【行動目標 (SB0s)】 臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 食品の3分類、6分類を説明できる。 【準備学習項目・時間】 予習時間：30分 食事記録を付ける。 復習時間：10分 講義ノートの見直し。 【アクティブラーニングの有無】無 【学習方略 (LS)】 講義と実習	*小出

第3回 4/20	食事バランスガイドとは	臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 【授業の一般目標】 食事バランスガイドを理解し活用できる。 【行動目標 (SBOs)】 臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 食事バランスガイドを説明できる。 【準備学習項目・時間】 予習時間：30分 食事記録をつける 復習時間：10分 講義ノートの見直し 【アクティブラーニングの有無】有 【学習方略 (LS)】 講義と実習	*小出
第4回 4/27	食品の種類と特徴	臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 【授業の一般目標】 食品の種類と特徴。加工食品、食品表示を理解する 【行動目標 (SBOs)】 臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 食材の特徴を説明できる。旬の食材を説明できる。 加工食品、食品表示を説明できる。 【準備学習項目・時間】 予習時間：10分 前回配布資料を読んでおく。 復習時間：20分 講義ノートの見直し。 【アクティブラーニングの有無】無 【学習方略 (LS)】 講義	*小出
第5回 5/11	料理の基礎	臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 【授業の一般目標】 料理の基礎を理解する。 【行動目標 (SBOs)】 味の種類やだしの基本を説明できる。 減塩方法やカロリーオフの方法を説明・実践できる 【準備学習項目・時間】 予習時間：10分 前回配布資料を読んでおく。 復習時間：10分 講義ノートの見直し。 【アクティブラーニングの有無】無 【学習方略 (LS)】 講義	*小出
第6回 5/18	日本の食文化について	臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 【授業の一般目標】 日本の食文化の基礎を理解する。 【行動目標 (SBOs)】 日本特有の食材、旬、郷土料理、行事食について説明できる。 【準備学習項目・時間】 予習時間：30分 郷土料理、行事食を調べておく。 復習時間：10分 講義ノートの見直し。 【アクティブラーニングの有無】無 【学習方略 (LS)】 講義	*小出
第7回 5/25	年代別食育	臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 【授業の一般目標】 幼児から学童までの食育を理解する。 【行動目標 (SBOs)】 幼児期、学童期の特徴を理解できる。 この時期の食育の必要性を説明できる。 【準備学習項目・時間】 予習時間：10分 前回配布し資料を読んでおく。 復習時間：10分 講義ノートの見直し。 【アクティブラーニングの有無】無 【学習方略 (LS)】 講義	*小出

第8回 6/1	年代別食育	臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 【授業の一般目標】 思春期から壮年期までの食育を理解する。 【行動目標 (SBOs)】 思秋期から壮年期までの健康問題、生活の変化を説明できる。年代に適応した食育を説明できる 【準備学習項目・時間】 予習時間：10分 前回配布資料を読んでおく。 復習時間：10分 講義ノートの見直し。 【アクティブラーニングの有無】無 【学習方略 (LS)】 講義	*小出
第9回 6/8	年代別食育	臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 【授業の一般目標】 高齢者の食育を理解する。 【行動目標 (SBOs)】 高齢者の生活の変化、健康問題を説明できる。 高齢者に適応した食育を説明できる。 【準備学習項目・時間】 予習時間：10分 前回配布資料を読んでおく。 復習時間：10分 講義ノートの見直し。 【アクティブラーニングの有無】無 【学習方略 (LS)】 講義	*小出
第10回 6/15	介護食について	臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 【授業の一般目標】 介護食について理解する。 【行動目標 (SBOs)】 臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 介護食について説明できる。 簡単に作れる介護食や市販の介護食について説明できる。 【準備学習項目・時間】 予習時間：10分 前回配布資料を読んでおく。 復習時間：10分 講義ノートの見直し 【アクティブラーニングの有無】有 (グループワーク) 【学習方略 (LS)】 講義・演習	*小出
第11回 6/22	食品衛生	臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 【授業の一般目標】 食品衛生について理解する。 【行動目標 (SBOs)】 臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 賞味期限と消費期限の違いを説明できる。 家庭でできる食中毒予防法を説明できる。 【準備学習項目・時間】 予習時間：10分 前回配布資料を読んでおく。 復習時間：10分 講義ノートの見直し。 【アクティブラーニングの有無】無 【学習方略 (LS)】 講義	*小出
第12回 6/29	身近でみられる食育推進活動	臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 【授業の一般目標】 県や市町村、食育推進活動を知る。 【行動目標 (SBOs)】 自分の住んでいる町の食育推進活動を説明できる。 【準備学習項目・時間】 予習時間：20分 住んでいる都市の食育推進活動を調べておく。 復習時間：10分 講義ノートの見直し。 【アクティブラーニングの有無】有 (グループワーク) 【学習方略 (LS)】 演習	*小出

<p>第13回 7/6</p>	<p>家庭でできる身近な食育とは</p>	<p>臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 【授業の一般目標】 食育とは何かを再確認し家庭でできる食育を実践できる。 【行動目標 (SBOs)】 旬の食材、食事のマナー、和食の基礎知識を説明できる。 【準備学習項目・時間】 予習時間：10分 前回配布資料を読んでおく。 復習時間：10分 講義ノートの見直し。 【アクティブラーニングの有無】 無 【学習方略 (LS)】 講義</p>	<p>*小出</p>
<p>第14回 7/13</p>	<p>自分の食事を見直してみよう</p>	<p>臨床経験に基づき以下の内容を教授する。 【授業の一般目標】 自分の食事記録から問題点を見つけ改善し実践につなげられる。 【行動目標 (SBOs)】 自分の食生活の問題点を説明できる。 食生活の問題点の具体的改善方法を見つけられる。 【準備学習項目・時間】 予習時間：30分 食事記録をつける。 復習時間：10分 講義内容の復習。 【アクティブラーニングの有無】 有 (PBL) 【学習方略 (LS)】 演習</p>	<p>*小出</p>
<p>第15回 7/20</p>	<p>平常試験 解説講義</p>	<p>平常試験と解説を行う。</p>	<p>*小出</p>