

授業科目 食生活論

【担当教員名】 村山篤子	対 象 学 年	1	対 象 学 科	栄養
	開 講 時 期	前期	必修・選択	必修
	単 位 数	1	時 間 数	15

【概要及び学習目標】

人間の食生活に関する生態、文化、歴史、食品・栄養の知識、消費経済などを総合的にとらえ、'一つの論'としてまとめたものであり、次の内容にそって授業を展開する。

- A : 食生活の変遷 (歴史的要素)
- B : 食文化と食生活 (文化的要素)
- C : 食生活の環境 (社会環境的要素)
- D : 食生活と健康 (健康的要素)
- E : 食生活と食物 (食物調理的要素)
- F : 望ましい食生活づくり (実践的要素)

人間が食べるという行動の意義を理解し、自立した生活者として望ましい食生活はどうあるべきかを考える。

回数	学 習 の 主 題	学 習 内 容	学習方法
1 - 2 3 - 4	食生活の変遷	食料採集の時代：岩宿時代、縄紋時代 食料生産の時代：弥生・古墳時代、飛鳥・奈良・平安時代 日本の食の特色	講義および 少人数による 集団討議
5 - 7 8 - 10	食文化と食生活 食生活の環境	世界の食事文化、食と宗教、年中行事と食物、食事様式 世界の食料生産・人口と日本・アジアの食料需給の動向 食生活に与える経済社会環境の変化	
11	食生活と健康	健康と栄養：健康とは、 日本人の健康状態－高齢社会と疾病構造の変化 食生活の移り変わり－戦前・戦中・戦後・現在 健康づくりと食生活：健康増進対策とその具体化	
12	食生活と食物	食品と食物、食生活における調理 献立からみた食生活、台所から考える地球環境、食情報	
13	望ましい食生活づくり	食生活の担い手：社会・家庭・個人の食生活 望ましい食生活づくりの必要性	
14		食の専門家：栄養士と管理栄養士 栄養士および管理栄養士とその養成 栄養士の歴史 栄養士・管理栄養士の役割と将来	
15		調理師・専門調理師・調理技能士 フードスペシャリスト フードコーディネーター その他	

【評価方法】

レポートおよび期末テスト

【履修上の留意点】

食関連の雑誌、新聞などを読んで、特に興味深かった記事を記録する。

教科書・参考書別	書 名	著 者 名	発 行 所	発行年・価格・その他
教科書	生活科学双書 改訂 食生活論	川端晶子他5名	建 社	平成12年 1,900円＋税