

講義科目 : 給食運営総合指導 (70期生)	単位数 : 2
担当 : 生川 美江	学習形態 : 選択科目
	栄養士免許必修科目
	実務経験 : 有

### 講義の内容・方法および到達目標

本科目では、利用者に対して適切な食事を提供するために必要な実践的知識について学びます。具体的には、次の4点ができることを目指して学修します。

- ・主食・主菜・副菜の料理構成を理解し、1料理、1食あたりの適量を把握する。
- ・調味パーセントを活用し、調味を標準化（材料に対して適量の調味割合を理解）したうえで利用者の嗜好性やニーズに合わせた献立を作成する。
- ・日本食品成分表における食品の分類法・分析法を理解し食事計画に活用する。
- ・食品構成に基づいた食事計画を立案し、エネルギー産生栄養素バランスを指標とした献立の評価および改善を行う。

### 授業計画

- 第1回 オリエンテーション、食事をする目的、献立構成
- 第2回 日本食品成分表における食品の分類
- 第3回 日本食品成分表における分析法、廃棄率
- 第4回 食事計画における食事摂取基準の考え方、食品構成、常用食品、一料理あたり・一食あたりの食品の適量
- 第5回 エネルギー・栄養素の配分と、献立作成時の配慮
- 第6回 食事計画と献立の評価（エネルギー産生栄養素比率）
- 第7回 基本の調味
- 第8回 一品料理の食品の使用量と調味
- 第9回 食事摂取基準と食品構成に基づく朝食献立の作成
- 第10回 食事摂取基準と食品構成に基づく昼食献立の作成
- 第11回 献立の評価と改善
- 第12回 調味の標準化
- 第13回 食事摂取基準と食品構成に基づく夕食献立の作成
- 第14回 食事摂取基準と食品構成に基づく一日献立の作成
- 第15回 献立の評価と改善

### 教材・テキスト・参考文献等

- ・「流れと要点がわかる『調理学実習』」香西みどり、綾部園子編著、光生館
- ・資料・ワークシートを配布します。
- ・参考書として「日本食品成分表」を使用します。

### 成績評価方法

- ・平常点（80％）、定期試験（20％）で成績評価を行います。  
100点満点で、60点以上を合格とします。
- ・毎回出席をとります。欠席回数が6回を超えた場合、評価対象外となります。
- ・平常点は出席および講義中に課す課題の結果を総合的に評価します。

### 実務経験

保健センターで管理栄養士として勤務していました。実務経験を活かし、健康の保持・増進に寄与する食事計画と実践に必要な知識・技術が修得できるよう努めます。

### その他

- ・欠席・自己都合（遅刻・忘れたなど）により課題（用紙）の受け取りや提出ができなかった場合の対処は、自己責任とします（翌週の授業開始までに申し出があれば対応し配点します）。但し、一定の減点を行います。