

講義名	農と食学
開講学年	1年
単位	2

授業の達成目標	① 身近な食材を観察し、食品の見分け方と適切な使用方法を学ぶ。 ② 様々な年齢層の方に対応できる献立作成能力を養う。 ③ 日常の食生活を見直し、食の行動変容を目指す。
授業の概要	学問として食品学を学ぶ前に、農業視点から主要材料の見分け方や使い方、栄養成分を学ぶ。また、社会の様々な現場で必要とされる献立作成の工夫や考え方を学ぶ。
授業形式	講義、サンプル実習

授業計画表

回	項目	内容	キーワード・備考
1	野菜について	野菜の見分け方 ・人参 玉葱 ピーマン 胡瓜 トマト ・廃棄率 自給率 栄養 保存方法 旬	見分け方 自給率・廃棄率
2	果実について	果実の見分け方 ・オレンジ りんご キウイフルーツ ・消化酵素について ・廃棄率 自給率 栄養 保存方法 旬	見分け方 自給率・廃棄率
3	鶏肉について	鶏肉の解体 部位ごとの特徴・栄養 牛肉・豚肉との比較	部位ごとの特徴 サンプル実習
4	魚について	魚の三枚おろし 廃棄率 自給率 旬	三枚おろし 旬 サンプル実習
5	米について	米の消費量と現状 米の栽培と収穫 米の炊き方	米の栽培・消費
6	きのこについて	椎茸の栽培過程 椎茸・まいたけ・しめじ	見分け方 栽培過程
7	いも類について	じゃがいも・さつまいも ・廃棄率 自給率 栄養 保存方法 旬	見分け方 自給率・廃棄率
8	お茶について	お茶の種類と生産地 紅茶・日本茶・中国茶	お茶の種類
9	油脂について	オリーブオイル・サラダ油・バター	油と脂

	ついて	マヨネーズの作り方	サンプル実習
10	香辛料について	香辛料・ハーブの種類・用途 胡椒・からし・ローリエ・タイム	香辛料・ハーブの種類と用途
11	離乳食	離乳食開始から終了時まで ・安心・安全な食材 ・重湯・お粥・ペースト・刻み食 ・食材のかたさ、大きさ、食べられる食材と使える調味料	安心・安全な食材 サンプル実習
12	幼児の食事	こどもが喜ぶ調理方法とアイデア 五味・五法・五色 規則正しい食事習慣、おやつ の必要性 食経験、農業体験に期待すること オーガニック野菜・有機無農薬野菜	お弁当のアイデア 有機無農薬野菜 サンプル実習
13	学校給食	食農教育、地産地消 食品ロス、個食・孤食・固食の現状と食生活	食農教育 地産地消
14	現代の食生活	現代の食生活の現状と問題、食環境の変化 インスタント食・サステイナブル・SDGs	食生活の変化と問題 サステイナブル・SDGs
15	介護食	介護食の調理の工夫 とろみ 嚥下	介護食

事前・事後学習の内容	講義内容の復習、サンプル実習の記録と復習をしておく。 また適宜、質問や意見は講義の事前・事後で受け付け、補足をする。
成績評価の方法	試験 90% 授業態度・小テスト 10% 評価基準は合計 90 点以上 : S、85~89 点 : A+、80~84 点 : A、75~79 点 : B+、70~74 点 : B、65~69 点 : C+、60~64 点 : C、60~64 点 : C、60 点以下 : D とし、D は不合格とする。 ただし、出席が 2/3 未満の場合は評価をせず、不合格とする。
参考書	食品成分表 オールフォト食材図鑑
教材	適宜