

作成者:

科目名		学科/学年	年度/時期	授業形態
食生活と健康		調理技術科/1年	2022/通年	講義（遠隔授業含む）
授業時間	回数	単位数（時間数）	必須・選択	担当教員
50分	90回	3単位（90時間）	必須	平田 ふさ子（実務経験有り）
授業の概要				
食生活は人間が生きていく基本的な営みで健康な生活を送るために重要である。健康な生活を送るため食生活と疾病、健康づくり、食育の推進、職場の作業環境、環境汚染などについて幅広く学習する。 〈実務経験〉栄養士教員				
授業終了時の到達目標				
調理師として食生活と健康に関する基本的知識を習得し健全な健康観を育てることを目標とする				
回	テーマ	内容		
1	第1章調理師と健康 第1節健康の考え方、健康とは何か	WHOの健康の定義		
2	健康とは何か	日本国憲法（生存権）高齢社会		
3	わが国の健康水準	平均寿命、平均余命		
4	わが国の健康水準	乳児死亡率、新生児死亡率		
5	目指すべき健康とは	健康寿命の延伸		
6	目指すべき健康とは	WHOオタワ憲章、ヘルスプロモーション		
7	第2節食と健康の関係 食生活が健康に果たす役割	ライフステージの食生活、生活習慣病		
8	食生活が健康に果たす役割	特定健康診査、特定保健指導（メタボリックシンドローム）		
9	健康的な食生活習慣づくり	国民健康栄養調査		
10	健康的な食生活習慣づくり	食生活指針		
11	第3節調理師の役割 調理師の成り立ち	調理師法		
12	調理師の成り立ち	調理師に関する条例		
13	調理師の概要	調理師の目的、定義		
14	調理師の概要	調理師免許の申請、変更など		
15	食生活における調理師の役割	健康日本21、生活習慣病の予防		

回	テーマ	内容
16	食生活における調理師の役割	食の安全、食育の実践、食料自給率
17	第2章食生活と疾病 第1節疾病の動向予防、疾病の動向	死亡原因
18	疾病の動向	生活習慣病と死亡原因
19	疾病の予防	疾病予防の分類
20	疾病の予防	疾病予防の取り組み
21	第2節生活習慣病 生活習慣病とは	生活習慣病の定義
22	生活習慣病とは	三大生活習慣病
23	生活習慣病の国際比較と生活習慣の重要性	部位別にみたがん死亡率
24	生活習慣病の国際比較と生活習慣の重要性	諸外国とわが国の死亡率比較
25	生活習慣病の予防	がんを防ぐための12か条
26	生活習慣病の予防	がん対策基本法
27	第3章健康づくり 第1節健康づくり対策	疾病予防の段階
28	疾病予防から健康増進へ	健康増進、ゼロ次予防
29	健康増進法	健康増進法の目的、責務の明確化
30	健康増進法	国民健康栄養調査、保健指導・栄養指導の実施
31	わが国における健康づくり対策	健康づくり対策の概要
32	わが国における健康づくり対策	健康日本21（第2次）
33	健康教育	健康教育の目的
34	健康教育	健康教育の方法
35	健康に関する食品情報	食品表示法（栄養成分、強調表示、機能性表示）

回	テーマ	内容
36	健康に関する食品情報	特別用途食品、特定保健用食品など
37	第2節心の健康づくり 心身相関とストレス	欲求のしくみ
38	心身相関とストレス	適応機制
39	ストレスへの対処方法	ストレスの原因に向き合う
40	ストレスへの対処方法	ストレスの見方や考え方、気分転換
41	心の健康と自己実現	自己実現とは
42	心の健康と自己実現	自己実現のための目標、発表
43	第4章調理師と食事 第1節食育とは	食育とは何か
44	食育の定義	食育の歴史、学校給食の歴史
45	食育の意義	食品の安全性、表示の偽装
46	食育基本法の概要	食育基本法の目的、基本理念
47	食育基本法の概要	食育基本法の基本的施策
48	食育基本法の概要	食育推進会議、食育白書
49	第2節食育における調理師の役割	地産地消の促進
50	正しい知識の提供	食料自給率の減少
51	食育の実践	食育インストラクターの実践
52	食育の実践	地域における食育の実践を考える
53	第5章労働と健康 第1節労働と健康	作業環境管理
54	作業環境と健康	健康管理、労働衛生教育
55	作業条件と健康	労働時間、賃金

回	テ ー マ	内 容
56	作業条件と健康	優生保護、解雇制限
57	職業病	職業病（作業方法が原因となるもの）
58	職業病	職業病（作業環境が原因となるもの）
59	労働災害	労働災害の種類
60	労働災害	労働災害、補償
61	第2節調理師の職場環境	調理人の数
62	職場環境の現状	労働時間、賃金
63	職場環境の現状	調理場の換気、採光、照明
64	調理施設的环境	調理場の衣服、繊維素材
65	調理施設での労働災害	飲食店の事故
66	調理施設での労働災害	職場の作業環境、作業条件の現状
67	第6章環境と健康 第1節生活環境	食物連鎖、ダイオキシン
68	生活環境の衛生	環境ホルモン、大気汚染
69	現代の生活環境	フロンガス
70	現代の生活環境	オゾン層の破壊
71	環境因子	環境と健康の復習、まとめ
72	環境因子	物理的要因、化学的要因
73	第2節環境条件	空気の組成
74	大気	至適温度、気候
75	水	水の重要性

回	テ ー マ	内 容		
76	水	上水道、下水道		
77	住居	快適な住環境		
78	住居	日照権、採光		
79	廃棄物	一般廃棄物、産業廃棄物		
80	廃棄物	リサイクル法		
81	放射線	電離放射線		
82	放射線	非電離放射線（紫外線、可視光線、赤外線）		
83	第3節環境汚染とその対策	公害とは		
84	広がる環境汚染、空気汚染	一酸化炭素、二酸化硫黄、浮遊粉塵、PM2.5		
85	水質汚染	水質汚染現状		
86	水質汚染	安全な水		
87	騒音、振動、悪臭	騒音、振動		
88	騒音、振動、悪臭	悪臭の苦情		
89	環境問題とそのとりくみ	内分泌攪乱物質、シックハウス症候群		
90	環境問題とそのとりくみ	地球温暖化、循環型社会		
	教科書・教材	評価基準	評価率	その他
	食生活と健康	期末試験	100.0%	

作成者:

科目名		学科/学年	年度/時期	授業形態
食品と栄養の特性		調理技術科/1年	2022/通年	講義(遠隔授業含む)
授業時間	回数	単位数(時間数)	必須・選択	担当教員
50分	150回	5単位(150時間)	必須	平田 ふさ子(実務経験有り)
授業の概要				
ヒトは食物を摂取し体内に必要な物質(栄養)を摂り入れることで生命活動を維持している。食物に含まれる栄養素と栄養素の消化吸収の働き及び食品が持つ性質や特性を理解し日常生活に反映させることを目的とする。〈実務経験〉栄養士教員				
授業終了時の到達目標				
五大栄養素の働き、栄養素の消化吸収、日本人の食事摂取基準、食品の成分や特徴を理解し健康への意識を高めることを目標とする。				
回	テーマ	内 容		
1	第1章栄養素の機能と健康 第1節栄養と健康	栄養の定義、栄養素		
2	栄養素の種類	五大栄養素、三大栄養素		
3	栄養素の種類	微量栄養素、水分		
4	栄養素の種類	栄養素の種類と機能		
5	食品の成分と体の成分	食品の成分		
6	食品の成分と体の成分	体の構成成分		
7	食品中の栄養素と健康	食品の一次機能		
8	食品中の栄養素と健康	食品の二次機能、食品の三次機能		
9	第2節炭水化物	炭水化物とは		
10	炭水化物の種類	炭水化物の構成、糖質、食物繊維		
11	炭水化物の種類	単糖類、二糖類		
12	炭水化物の種類	多糖類、食物繊維		
13	第3節脂質	脂質の定義		
14	脂質とは	脂質の構成元素、特徴		
15	脂質の種類	脂質の種類、中性脂肪		

回	テ ー マ	内 容
16	脂質の種類	単純脂質、複合脂質、誘導脂質
17	脂質の種類	飽和脂肪酸、不飽和脂肪酸
18	脂質の種類	n-9, n-6, n-3系脂肪酸
19	第4節たんぱく質	たんぱく質の定義
20	たんぱく質とは	たんぱく質の構成、アミノ酸
21	たんぱく質の種類	単純たんぱく質、複合たんぱく質、誘導たんぱく質
22	たんぱく質の種類	アミノ酸、必須アミノ酸
23	たんぱく質の栄養価	アミノ酸スコア、第一制限アミノ酸
24	たんぱく質の栄養価	たんぱく質の補足効果
25	第5節ビタミン	ビタミンの定義
26	ビタミンとは	ビタミンの機能
27	ビタミンの種類	水溶性ビタミン、ビタミンB群
28	ビタミンの種類	水溶性ビタミン、ナイアシン、葉酸、ビタミンC
29	第6節ミネラル、ミネラルとは	ミネラルの定義
30	ミネラルの種類	多量ミネラル、Na, K, Ca, Mg
31	ミネラルの種類	拮抗作用、微量ミネラルFe
32	ミネラルの種類	微量ミネラル、I, Zn, Cu, Cr, Cs
33	第7節その他の成分、水分	人体の水分、構成
34	機能性成分	フィトケミカル、ポリフェノール
35	機能性成分	カロテノイド、ビタミン様物質

回	テーマ	内容
36	体の構成成分と栄養素の機能	小テスト、まとめ
37	第2章消化吸収 第1節食品の摂取	視床下部
38	生理的欲求	摂食中枢、満腹中枢
39	心理的欲求	味覚、甘味、酸味、塩味、苦味、旨味
40	心理的欲求	嗅覚、触覚、聴覚、視覚
41	栄養管理	食べ方のバランス
42	第2節栄養素の消化吸収代謝	栄養素の消化とは
43	栄養素の消化	消化管の構造
44	栄養素の消化	消化酵素（口腔、胃）
45	栄養素の消化	消化酵素（十二指腸、小腸）
46	消化管の分泌	消化管ホルモン
47	消化の種類	蠕動運動、分節運動
48	消化の種類	口腔での消化、胃での消化
49	消化の種類	小腸での消化、膜消化
50	消化の種類	大腸での消化
51	栄養素の吸収	胃、小腸での吸収
52	栄養素の吸収	栄養素の吸収経路
53	各栄養素の吸収	糖質の吸収、脂質の吸収
54	各栄養素の吸収	たんぱく質の吸収
55	各栄養素の吸収	肝臓、腎臓の働き

回	テ ー マ	内 容
56	各栄養素の吸収	大腸での吸収
57	各栄養素の吸収	消化吸収率
58	栄養素の代謝	糖質の代謝
59	栄養素の代謝	脂質の代謝
60	栄養素の代謝	たんぱく質の代謝
61	栄養素の代謝	TCAサイクル、ATP、オルニチン回路
62	栄養素の代謝	消化吸収のまとめ
63	第3章エネルギー代謝と食事摂取	アトウォーター係数
64	エネルギー代謝とは	エネルギー代謝の定義
65	エネルギー摂取量	エネルギー摂取量の求め方
66	エネルギー消費量	エネルギー消費量、エネルギー摂取量と消費量のバランス
67	エネルギー消費量	基礎代謝
68	エネルギー消費量	身体活動レベル
69	エネルギー消費量	身体活動レベルとメッツ
70	第2節日本人の食事摂取基準	健康増進法に基づく食事摂取基準
71	日本人の食事摂取基準とは	食事摂取基準の定義、重症化予防
72	食事摂取基準の指標	エネルギーの指標、BMI
73	食事摂取基準の指標	推定エネルギー必要量
74	食事摂取基準の指標	栄養素の指標、推定平均必要量
75	食事摂取基準の指標	推奨量、目安量

回	テーマ	内容
76	食事摂取基準の指標	耐用上限量、目標量
77	第3節食品の選択、食品標準成分表	食品標準成分表の使い方
78	食品標準成分表	可食部、食品数
79	食品標準成分表	食品群の分類と配列
80	食品標準成分表	エネルギー、水分
81	食品標準成分表	たんぱく質、窒素換算係数
82	食品標準成分表	脂質、炭水化物、灰分
83	食品標準成分表	無機質、ビタミン
84	食品標準成分表	脂肪酸、コレステロール、食塩相当量
85	食品分類法	3色、4色食品群
86	食品分類法	6つの基礎食品群
87	食事バランスガイド	食事バランスガイドとは
88	食事バランスガイド	食生活指針、献立作成
89	第4章食品の特徴と性質 第1節植物性食品とその加工品」	米（粳米、糯米）
90	穀類	米の加工品、小麦、グルテン
91	穀類	米と小麦
92	穀類	とうもろこし、大麦、そば
93	いも及びでんぷん類	じゃがいも、さつまいも、
94	いも及びでんぷん類	さといも、山芋、こんにゃくいも
95	砂糖及び甘味類	砂糖、分蜜糖

回	テ ー マ	内 容
96	砂糖及び甘味類	水飴、蜂蜜、トレハロース、人工甘味料
97	豆類	大豆、大豆の加工品
98	豆類	小豆、いんげん豆、そら豆
99	種実類	ナッツ類（アーモンド、カカオ）
100	種実類	ナッツ類（ぎんなん、くるみ、落花性）
101	野菜類	緑黄色野菜、その他の野菜
102	野菜類	葉菜類、茎菜類
103	野菜類	根菜類、果菜類
104	野菜類	花菜類、野菜の加工品
105	果実類	仁果類、準仁果類
106	果実類	核果類、液果類、堅果類
107	きのこ類	しいたけ、マッシュルーム
108	藻類	褐藻類、紅藻類、緑藻類、藍藻類
109	第2節動物性食品とその加工品 魚介類	魚介類の構造、成分
110	魚介類	死後硬直、魚の種類
111	魚介類	貝類、加工品
112	食肉類	食肉類の構造と肉質
113	食肉類	食肉の成分、肉の熟成
114	食肉類	食肉類の種類、加工品
115	卵類	鶏卵の構造

回	テーマ	内容
116	乳類	牛乳、乳製品
117	乳類	チーズの特徴、乳酸菌飲料
118	第3節その他の食品、油脂類	植物油脂、動物油脂
119	油脂類	加工油脂、硬化油
120	菓子類	和菓子、洋菓子
121	嗜好飲料類	アルコール飲料
122	嗜好飲料類	非アルコール飲料（茶、紅茶、コーヒー）
123	調味料及び香辛料	調味料（食塩、食酢、みそ）
124	調味料及び香辛料	調味料（しょうゆ、ソース）香辛料
125	調味料及び香辛料	膨張剤、イースト、重曹
126	調理加工食品	冷凍食品
127	調理加工食品	インスタント食品、レトルト食品
128	ゲル状食品	寒天、ゼラチン、ペクチン
129	特別用途食品、保健機能食品	特別用途食品
130	特別用途食品、保健機能食品	保健機能食品（特定保健用食品）
131	特別用途食品、保健機能食品	保健機能食品（栄養機能用食品）
132	特別用途食品、保健機能食品	保健機能食品（機能性食品）
133	特別用途食品、保健機能食品	保健機能食品、レポート
134	第5章食品の加工と貯蔵 第1節食品の加工の目的	食品の加工とは
135	食品の加工方法	食品の加工方法の種類

回	テ ー マ	内 容		
136	食品の加工方法	物理的作用、化学的作用、生物学的作用		
137	微生物の利用	発酵、腐敗		
138	微生物の利用	発酵食品		
139	第2節食品の貯蔵、貯蔵の目的	食品貯蔵の目的		
140	食品の貯蔵法	乾燥法、漬物法		
141	食品の貯蔵法	冷蔵法、CA貯蔵		
142	食品の貯蔵法	空気遮断法		
143	食品の貯蔵法	燻煙法		
144	食品の貯蔵法	殺菌、食品照射		
145	第6章食品の生産と流通 第1節食品の国内生産と輸入	日本型食生活		
146	わが国の食品の生産	食糧需給表		
147	海外から輸入される食品	国内生産量と輸入量		
148	海外から輸入される食品	食料自給率		
149	第2節食品の流通 食品流通のしくみ	フードマイレージ		
150	各食品の流通経路	トレーサビリティ、総まとめ		
	教科書・教材	評価基準	評価率	その他
	食品と栄養の特性	期末試験	100.0%	

作成者:

科目名		学科/学年	年度/時期	授業形態
食品の安全と衛生		調理技術科/1年	2022/通年	講義(遠隔授業含む)
授業時間	回数	単位数(時間数)	必須・選択	担当教員
50分	120回	4単位(120時間)	必須	加藤 久(実務経験有)
授業の概要				
食品の加工、保存、流通技術が格段に進歩しあらゆる食品が入手できる環境になったが便利さや豊かさの反面飲食に起因する危害は後を絶たない。そこでノロウイルス、細菌性食中毒など食中毒の基本を学び消毒などの衛生管理、食品添加物をはじめとする各物質の特性を学び安全性及び危険性について理解することを目的とする。〈実務経験〉病院勤務				
授業終了時の到達目標				
調理師として食中毒の種類について知り食中毒を発生させないための衛生管理、食品添加物のメリット、デメリットについて知ることを目標とする。				
回	テーマ	内容		
1	第1章食の安全と衛生 第1節食の安全を守る	食の安全を守るとはどうか		
2	第2節食の安全を脅かす要因	食の安全を脅かす要因には何があるか		
3	第3節食の安全確保のしくみ	食の安全確保のしくみを知る		
4	第4節食品衛生とは 第5節食品衛生と調理師の責務	食品衛生の定義と調理師の役割		
5	第2章食品と微生物 第1節食品中の微生物	微生物の種類について知る、細菌の種類、真菌		
6	微生物の種類	ウイルス、原虫、スピロヘータ、リケッチア		
7	微生物の増殖条件	栄養素、水分活性、温度		
8	食品の微生物汚染	食品の汚染指標		
9	第2節食品の腐敗 腐敗の化学	腐敗、酸敗、変敗		
10	腐敗に関与する微生物、腐敗の化学	低温細菌、高温細菌、ヒスタミン		
11	第3章食品と化学物質 第1節食品添加物、食品添加物の概 要	食品添加物の定義		
12	食品添加物の分類	法的分類、食品添加物の使用目的		
13	食品添加物と食品衛生関係法規	指定基準、ポジティブリスト		
14	食品添加物と食品衛生関係法規	表示基準、アレルギー特定原材料の表示		
15	食品添加物の安全性の評価	一日摂取許容量(ADI)		

回	テ ー マ	内 容
16	主な食品添加物とその用途	保存料、防かび剤、殺菌料
17	主な食品添加物とその用途	発色剤、甘味料、着色料
18	主な食品添加物とその用途	漂白剤、ゲル化剤、乳化剤、調味料など
19	第2節食品と重金属 ヒ素及び重金属、主な有毒元素	ヒ素、水銀、カドミウム
20	第3節食品と放射性物質 放射線、放射線物質の基準値	放射線照射、セシウムの基準値、じゃがいもの発芽防止
21	第4章器具、容器包装の衛生 第1節器具容器包装の概要	器具、容器包装の定義、取り扱い方
22	第2節材質の種類	熱可塑性樹脂、熱硬化性樹脂
23	第5章飲食による健康障害 第1節飲食による健康危害の種類	生物的危害、化学的危害、物理的危害
24	第2節食中毒の概要、食中毒とは	食中毒の定義
25	食中毒の分類	細菌性食中毒、ウイルス性食中毒、寄生虫の食中毒など
26	食中毒の概況	食中毒統計、食中毒の発生と季節
27	食中毒の起こりやすい食品、病因物質	調理食品、病因物質の事例
28	食中毒の原因施設	食中毒の事件数、大規模食中毒発生状況
29	第3節細菌性食中毒 感染型食中毒	サルモネラ属菌、腸炎ビブリオ
30	感染型食中毒	病原性大腸菌
31	感染型食中毒	カンピロバクター
32	感染型食中毒	エルシニア、リステリア
33	食品内毒素型食中毒	黄色ブドウ球菌
34	食品内毒素型食中毒	ボツリヌス菌
35	生体内毒素型食中毒	ウエルッシュ菌

回	テーマ	内容
36	生体内毒素型食中毒	セレウス菌
37	細菌性食中毒予防	細菌性食中毒予防三原則
38	細菌性食中毒予防	細菌性食中毒のまとめ
39	第4節ウイルス性食中毒 ノロウイルスによる食中毒	ノロウイルスの特徴
40	ノロウイルスによる食中毒	ノロウイルス、A型肝炎ウイルス
41	ウイルス性食中毒予防	予防と消毒（次亜塩素酸Na）
42	ウイルス性食中毒予防	ウイルス性食中毒まとめ
43	第5節自然毒食中毒 動物性自然毒	フグ毒
44	動物性自然毒	イシナギ、シガテラ毒
45	動物性自然毒	麻痺性貝毒、下痢性貝毒
46	植物性自然毒	アルカロイド、青酸配糖体、ビルマ豆
47	植物性自然毒	毒ぜり、チョウセンアサガオ
48	植物性自然毒	スイセン、トリカブト
49	植物性自然毒	じゃがいも、青梅、ぎんなん
50	植物性自然毒	有毒きのこ
51	自然毒食中毒の予防	自然毒食中毒の予防法
52	自然毒食中毒の予防	自然毒食中毒のまとめ
53	第6節化学性食中毒 化学性食中毒の概要	急性、慢性食中毒、ダイオキシン
54	化学性食中毒の発生	メタノール、ホルムアルデヒド
55	化学性食中毒の発生	有機リン、ヒ素、PCB

回	テ ー マ	内 容
56	化学性食中毒の発生	有機水銀、カドミウム
57	過去の事例	ヒ素ミルク事件、カネミ油症
58	原因物質と人体への影響	内分泌攪乱物質
59	化学性食中毒の予防	化学性食中毒の予防方法
60	アレルギー様食中毒	赤身魚とアレルギー
61	アレルギー様食中毒	ヒスタミンの特徴
62	アレルギー様食中毒	化学性食中毒のまとめ
63	第7節寄生虫による食中毒 寄生虫食中毒の概要	寄生虫と宿主
64	魚介類から感染する寄生虫	アニサキス
65	魚介類から感染する寄生虫	旋尾線虫、クドア
66	魚介類から感染する寄生虫	顎口虫、横川吸虫
67	魚介類から感染する寄生虫	肺吸虫、肝吸虫
68	食肉から感染する寄生虫	トキソプラズマ
69	食肉から感染する寄生虫	トリヒナ
70	食肉から感染する寄生虫	有鉤条虫、無鉤条虫
71	食肉から感染する寄生虫	サルコシスティス
72	野菜類から感染する寄生虫	回虫
73	野菜類から感染する寄生虫	赤痢アメーバ
74	野菜類から感染する寄生虫	鉤虫（十二指腸虫）蟯虫
75	飲料水から感染する寄生虫	クリプトスポリジウム症

回	テーマ	内容
76	飲料水から感染する寄生虫	エキノコックス
77	寄生虫による食中毒の予防	加熱と冷凍
78	寄生虫による食中毒の予防	寄生虫による食中毒のまとめ
79	第8節経口感染症 経口感染症とは	感染症の成立の条件、経口感染症の定義
80	経口感染症とは	感染症の分類、Ⅰ、Ⅱ類感染症
81	経口感染症とは	Ⅲ類感染症
82	経口感染症とは	Ⅳ、Ⅴ類感染症
83	経口感染症と食中毒	経口感染症と食中毒の分類
84	経口感染症と食中毒	人畜共通感染症
85	経口感染症の予防	保菌者、健康診断
86	経口感染症の予防	経口感染症のまとめ
87	第9節食物アレルギー 食物アレルギーとは	食物アレルギーの症状
88	食物アレルギーの種類	即時型と遅延型食物アレルギー
89	食物アレルギーの種類	アナフィラキシー
90	アレルギー物質の表示	特定原材料の表示
91	アレルギー物質の表示	表示の注意点
92	第10節その他の健康障害	BSE、鳥インフルエンザ
93	農薬及び動物用医薬品の残留	ポジティブリスト
94	第6章食品安全対策 第1節食品安全対策とは	衛生管理法
95	第2節食品安全対策にかかわる法律	食品衛生法、食品安全基本法

回	テーマ	内容
96	第3節食品安全行政	中央組織（消費者庁など）地方組織
97	第4節食品安全情報の共有 食品表示とは	食品表示の一元化、加工食品（消費期限、賞味期限）
98	食品表示とは	栄養成分の表示、機能性食品、栄養機能食品
99	食品表示とは	遺伝子組み換え食品、生鮮食品の食品表示
100	その他の法律による表示	JAS法
101	第5節食品営業施設の安全対策	食品営業施設の衛生管理、給水及び排水処理
102	第6節調理従事者の健康管理	健康保菌者の把握
103	調理従事者の健康管理	調理従事者の服装、健康チェック
104	調理従事者の健康管理	衛生教育、食品衛生責任者
105	第7節調理作業時における安全対策 食材の衛生管理	食材を納入するときのポイント、食材の保存、管理
106	異物混入防止	動物性異物、鉱物性異物
107	手洗い	手洗いの考え方、手洗いの手順
108	洗浄、消毒、殺菌	洗浄（洗剤の働き）殺菌と滅菌
109	洗浄、消毒、殺菌	物理的消毒（熱湯消毒、低温殺菌）
110	洗浄、消毒、殺菌	物理的消毒（高温短時間殺菌、超高温殺菌）
111	洗浄、消毒、殺菌	物理的消毒（LL牛乳、殺菌灯など）
112	洗浄、消毒、殺菌	物理的消毒（高温短時間殺菌、超高温殺菌）
113	第8節自主衛生管理 HACCP HACCPとは	HACCPの定義、わが国でのHACCPに対するとりくみ
114	HACCPシステム	HACCP 7原則
115	HACCPシステム	HACCP12手順

回	テ ー マ	内 容		
116	HACCPを支える 一般的衛生管理プログラム	食品衛生管理の一般的概念		
117	HACCPの普及、推進	記録と評価、マネジメント		
118	第9節食品事故対応危機管理	食中毒の苦情を受け入れた場合の対応、汚染物の処理		
119	実際におこった食中毒の例	サルモネラ、腸炎ビブリオ、ウェルシュ菌、ノロウイルスなど		
120	実際におこった食中毒の例	食中毒を含めた食品衛生の総まとめ		
教科書・教材		評価基準	評価率	その他
食品の安全と衛生		期末試験	100.0%	

作成者:

科目名		学科/学年	年度/時期	授業形態
食品の安全と衛生（実習）		調理技術科/1年	2022/後期	実習（遠隔授業含む）
授業時間	回数	単位数（時間数）	必須・選択	担当教員
50分	30回	1単位（30時間）	必須	加藤 久（実務経験有）
授業の概要				
食品衛生学、食品と栄養の特性などで学んだ栄養生理学、食中毒、食品添加物、食品の衛生管理などの知識を基に調理師として人の健康を維持・増進するため実験・実習を通じて「食の安全性」について学習する。〈実務経験〉病院勤務				
授業終了時の到達目標				
微生物の汚染細菌、正しい手洗いの仕方、栄養の消化と吸収、器具類の消毒方法、食材の衛生管理、食材の鮮度判定などを体験しより一層実践的知識を身につけることを目標とする。				
回	テーマ	内容		
1	食品衛生学実習について	食品衛生学実習オリエンテーション		
2	食品の汚染指標	食品の汚染指標単位を知る		
3	細菌性食中毒（1）	細菌性食中毒予防三原則、正しい手洗いの仕方、		
4	細菌性食中毒（2）	細菌性食中毒予防三原則、加熱食品の中心温度測定		
5	細菌性食中毒（3）	家庭での細菌性食中毒予防、まな板、包丁などの消毒		
6	ウイルス性食中毒（1）	ノロウイルスの特性、予防温度		
7	ウイルス性食中毒（2）	次亜塩素酸ナトリウム使用方法		
8	体液のバランス、水の役割（1）	浸透圧、一日の水分摂取量と排泄量		
9	体液のバランス、水の役割（2）	腎臓などの臓器における水の働き		
10	ヒトの消化酵素の働き（1）	消化液と消化酵素の働き		
11	ヒトの消化酵素の働き（2）	消化酵素とPH（酸性、アルカリ性）		
12	寄生虫食中毒	寄生虫食中毒予防、冷凍と加熱		
13	食品添加物（1）	食品添加物の定義、種類について知る		
14	食品添加物（2）	食品添加物の表示の仕方を調べる（用途名と物質名）		
15	食品添加物（3）	食品添加物、着色料の特性と減らす方法		

回	テ ー マ	内 容		
16	食品添加物（４）	食品添加物、発色剤の働きとボツリヌス菌との関係		
17	食品添加物（５）	食品添加物、乳化剤（レシチン）の働き		
18	抗酸化作用、アントシアニン色素	アントシアニン色素、（酸性、アルカリ性での変化）		
19	調理器具の消毒（１）	物理的消毒		
20	調理器具の消毒（２）	化学的消毒		
21	調理器具の消毒（３）	オゾン、電解水の消毒		
22	自主的衛生管理（１）	HACCPのしくみを知る、7原則12手順		
23	自主的衛生管理（２）	HACCPのしくみを知る、冷凍庫、冷蔵庫の温度		
24	自主的衛生管理（３）	HACCPのしくみを知る、冷蔵庫、冷凍庫における食材の管理の仕方		
25	自主的衛生管理（４）	HACCPのしくみを知る、記録の作成の仕方		
26	食材の鮮度を知る（１）	新鮮卵と古い卵の比較		
27	食材の鮮度を知る（２）	食肉の鮮度、ドリップ		
28	食材の鮮度を知る（３）	食肉（牛肉）のトレーサビリティシステム		
29	食材の鮮度を知る（４）	魚の鮮度とトリメチルアミンの関係		
30	食材の鮮度を知る（５）	牛乳の鮮度		
	教科書・教材	評価基準	評価率	その他
	食品の安全と衛生	期末試験	100.0%	

作成者:

科目名		学科/学年	年度/時期	授業形態
調理理論と食文化概論		調理技術科/1年	2022/通年	講義(遠隔授業含む)
授業時間	回数	単位数(時間数)	必須・選択	担当教員
50分	180回	6単位(180時間)	必須	鈴木 中島 清水(実務経験有)
授業の概要				
調理方法や技術には必ず科学的根拠が存在する 人類の食文化はどのように展開してきたか学ぶ (実務経験) レストラン勤務(鈴木 中島) 栄養士教員(清水)				
授業終了時の到達目標				
調理の意義や目的について理解する グローバルな視野で捉えることの必要性について理解する				
回	テーマ	内容		
1~3	調理とは	調理理論を学ぶ意義		
4~6	おいしさの構成	食べるとの要因について		
7~9	非加熱調理操作	計量・洗浄・浸漬・切碎・混合・かくはんなどについて		
10~12	加熱調理操作	湿式加熱・乾式加熱について		
13~15	誘電加熱	電子レンジ・電磁調理器について		
16~18	植物性食品	穀類・でんぷん類・砂糖・豆類・種実類などについて		
19~21	動物性食品	魚介類・食肉類・卵類・乳類について		
22~24	その他の食品	油脂類・調味料・ゲル状食品などについて		
25~27	調理施設・設備とは	調理施設・設備について		
28~30	調理器具	非加熱調理器具・加熱調理器具について		
31~33	食器・容器	素材別の特徴について		
34~36	調理と熱源	熱源の種類と特徴		
37~39	食と文化	食文化の成り立ち		
40~42	食文化とはなにか	食事作法・食物禁忌について		
43~45	食文化の相対性	文化とカルチャー		

回	テーマ	内容
46～ 48	多様な食文化	自然環境と食文化
49～ 51	宗教と食物禁忌	食物と宗教
52～ 54	宗教と食物禁忌	食物禁忌について
55～ 57	食法・調理法などの多様性	食法の多様性について
58～ 60	三大食法文化圏	文化圏について
61～ 63	調理法の多様性	多様な調理法について
64～ 66	食文化の共通化と国際化	民族の文化の要素について
67～ 69	食の伝播と変容	農耕文化について
70～ 72	異文化交流による食の国際化	食の不安定要素について
73～ 75	食生活の変容と食文化の創造	食文化の創造・食の外部化について
76～ 78	世界の食事情	環境汚染・温暖化について
79～ 81	日本の食文化	日本の食文化について
82	前期のまとめ	テスト
83～ 84	前期のまとめ	解説
85～ 87	原始	縄文・弥生時代について
88～ 90	古代	古墳～平安時代について
91～ 93	肉食禁止令	肉食禁止令について
94～ 96	遣唐使	多くの成熟した食文化について
97～ 99	大饗料理	大饗料理について
100 ～ 102	中世	鎌倉～安土桃山時代について

回	テーマ	内容
103 ～ 105	近世	江戸時代の食文化について
106 ～ 108	鎖国	料理様式について
109 ～ 111	会席料理	料理屋文化について
112 ～ 114	卓袱料理	円卓料理について
115 ～ 117	普茶料理	精進料理について
118 ～ 120	近代	明治～昭和について
121 ～ 123	栄養教育	国民の生活様式について
124 ～ 126	グルタミン酸ナトリウム	グルタミン酸ナトリウムについて
127 ～ 129	配給制	国民の食生活悪化について
130 ～ 132	現代	三種の神器について
133 ～ 135	日本料理の食文化	日本料理の特徴について
136 ～ 138	五感で味わう料理	目で食べる日本料理について
139 ～ 141	食器と一体化した料理	器の素材・形・用途について
142 ～ 144	日本料理様式	本膳料理について
145 ～ 147	本膳料理の献立構成	内容および特徴について
148 ～ 150	懐石料理	茶道の結び付きについて
151 ～ 153	会席料理	現在の宴席について
154 ～ 156	袱紗料理	儀式的要素について
157 ～ 159	精進料理	五味・五色・五法について

回	テーマ	内 容		
160 ～ 162	普茶料理	禅僧隠元について		
163 ～ 165	卓袱料理	食事様式のルーツについて		
166 ～ 168	日本料理の食事作法	日本料理の食事作法の歴史		
169 ～ 171	行事食と郷土料理	食文化の地域性		
172 ～ 174	世界の料理と食文化	西洋料理の食文化		
175 ～ 177	中国料理の食文化	中国料理の変遷		
178 ～ 179	その他の国の料理の食文化	アジア料理		
180	後期のまとめ	確認テスト		
	教科書・教材	評価基準	評価率	その他
4	調理理論と食文化概論	期末試験	100.0%	

作成者:

科目名		学科/学年	年度/時期	授業形態
調理実習		調理技術科/1年	2022/通年	実習(遠隔授業含む)
授業時間	回数	単位数(時間数)	必須・選択	担当教員
50分	300回	10単位(300時間)	必須	鈴木 中島 大野(実務経験有)
授業の概要				
<p>基本的なレシピ・技術習得・器材の使い方・手入れ・食材の下処理の仕方。そこからの応用力を身に付ける。 創造性・対応力・考える力・段取り・清掃チェック・挨拶を身に付ける。〈実務経験〉レストラン勤務</p>				
授業終了時の到達目標				
<p>プロの調理現場でも参考になるようにする 高度な技術や高価な食材も扱える知識を身に付ける。 基本を利用して応用に身に付ける。</p>				
回	テーマ	内容		
1	衛生的な手洗い・器具の衛生	安全・安全な料理を提供する知識を第一とする。		
2	挨拶の仕方・厨房での礼儀	調理場に入室するときから、作業中・退出までの一連の挨拶・礼儀を習得する。		
3	白衣の着かた・衛生的な身だしなみ	基本的な白衣の着かた・衛生的な身だしなみ・厨房の使い方・掃除・器具の殺菌を学ぶ。		
4	和包丁研ぎ	和包丁の種類・研ぎ方を学ぶ。		
5	洋包丁研ぎ	洋包丁の種類・研ぎ方を学ぶ。		
6	中包丁研ぎ	中華包丁の種類・研ぎ方を学ぶ。		
7	大根の切り方	包丁で大根の切り方を学ぶ。包丁の扱い・まな板の扱い・タオルの場所		
8	チャーハン	中華の器具の使い方・名前。実際に器具を使ってみる		
9	中国料理 切り方の種類	切り方の種類・意味を学ぶ		
10	中国料理のスープ・器具	基本のスープ・器具の名前・使い方を学ぶ		
11	ジャガイモのシャトー	ナイフの持ち方・シャトー剥きを学ぶ		
12	人参シャトー	ナイフに慣れること、シャトーに慣れる		
13	人参ジュリエンヌ	包丁に慣れる。人参の細切りを学ぶ。		
14	大根桂剥き	和包丁に慣れる。手の使い方を覚える		
15	大根桂剥き	反復練習		

回	テ ー マ	内 容
16	大根の桂剥き	反復練習
17	大根の桂剥き	反復練習
18	柳刃包丁研ぎ	和包丁の種類の違いと研ぎかたの違いを学ぶ
19	出汁のひきかた	基本のだしのひき方をと注意点を学ぶ
20	ふき御飯	御飯の研ぎかた・炊き方を学ぶ
21	人参のシャトー	反復練習
22	人参のジュリエヌ	反復練習
23	エスカベッシュ	切った野菜を使用して酢漬けを作ってみる
24	だし巻き玉子	だし巻き鍋の使い方・手入れ・作り方を学ぶ
25	天婦羅	和食の天婦羅の衣・温度・素材によつての温度
26	天婦羅	反復練習で油に慣れる
27	天婦羅	反復練習で調理作業に慣れる
28	アルミ鍋の特性	アルミ鍋の特性を学び、火入れを考える
29	中華 ベースのスープ	基本のスープの取り方・鶏ガラの処理方法など
30	中華 葱のみじん切り	包丁を実際に使ってみる
31	中華 豚肉のニンニクソースがけ	雲白肉 代表的な料理を作ってみる
32	オムレツ	フライパンの使い方・動かし方を基本のオムレツで練習する
33	人参のシャトー	反復練習
34	玉葱のみじん切り	みじん切りの方法を学ぶ
35	鶏そぼろの作り方	そぼろの作り方を学び、機材にも慣れる。

回	テーマ	内容
36	あんかけ つゆ生姜	あんかけの意味と技法を学ぶ
37	芋饅頭	饅頭の作り方 応用できるものを考える
38	鶏そぼろの玉子焼き	鍋の感覚に慣れる。実際に作ってみる
39	エビチリのタレ	調味料の種類。使い方・火の通し方
40	エビチリ	エビの下処理・下味・作り方
41	から揚げ	鶏の下処理・下味・揚げ方
42	むら洗い	醤油で洗う方法を学ぶ
43	エビの処理 日本料理	いろいろなエビの下処理を学ぶ
44	茶碗蒸し	割合・温度・蒸し方を学ぶ
45	チンジャオロース	包丁に慣れる。下味の漬け方・器材に慣れる
46	チンジャオロース	肉の切り方・ピーマンの切り方・薬味
47	チンジャオロース	鍋を実際に振ってみる
48	ニース風サラダ	包丁に慣れる
49	ニース風サラダ	切り方・包丁の持ち方に慣れる
50	鯖の三枚おろし	三枚おろしの意味と技法を学ぶ
51	さかなの水洗い	水洗いの仕方と意味を学ぶ
52	魚の扱い方	魚の保存から扱い方の注意点などを学ぶ
53	豆乳プリン	プリンの作り方・材料の扱いかたを学ぶ
54	酢豚	肉の切り方。下味。野菜の切り方
55	酢豚	タレの作り方

回	テーマ	内容
56	酢豚	実際に油で揚げる工程からあんかけ工程までを作る
57	海鮮と春雨の煮込み	海鮮の切り方。下味・下処理。
58	海鮮と春雨の煮込み	野菜の切り方・扱い
59	海鮮と春雨のの煮込み	煮込み方・水溶き片栗粉の止め方の練習
60	鶏肉の唐辛子炒め	官保という味付けで炒める
61	フカヒレの煮込み	フカヒレを実際にみる・下処理の方法
62	フカヒレの煮込み	煮込み方の方法・水溶き片栗粉の使い方
63	麻婆豆腐	揚げそばの作り方・豆腐の塩茹で・煮込み・水溶き片栗粉のとめ方
64	鶏肉の香料煮	香辛料の種類
65	鶏肉の香料煮	鶏肉の下処理
66	鶏肉の香料煮	鶏もも肉の煮込み方
67	鶏肉の香料煮	包丁で切る練習
68	スペアリブの煮込み	スペアリブの下処理
69	スペアリブの煮込み	スペアリブの煮込み方・注意点
70	ヒレ肉の特性	ヒレ肉の特性と下処理の方法
71	卵の特性	卵の特性を学び、色々な卵料理を考える
72	親子鍋の使い方	使い方を学び、実際に作ってみる
73	シャトーむき	反復練習
74	オムレツ	反復練習
75	バターライス	フライパン・反復練習

回	テ ー マ	内 容
76	人参のシャトー	反復練習
77	ハスの実あん	中国料理のハスの実餡の作り方を学ぶ
78	ハスの実あんのゴマ団子	白玉生地を作り、ハスの実あんを包む
79	タピオカ入りココナッツミルク	タピオカの戻し方・牛乳の沸かし方
80	イタリア料理	パスタを作り方を学ぶ
81	イタリア料理	茄子のフ란の作り方を学ぶ
82	イタリア料理	茄子のフ란の作り方を学ぶ
83	イタリア料理	茄子のフ란の作り方を学ぶ
84	薄焼き卵	日本料理の薄焼き卵の焼き方・温度
85	グラニュー糖の特性	砂糖の特性を学ぶ 実験
86	味の相乗効果	相乗効果の実験
87	大名おろし	大名おろしを学ぶ
88	ビシソワーズ	ポタージュスープの作り方を学ぶ
89	ビシソワーズ	トロミのつけ方
90	ドフィノワーズ	ポテトグラタンの作り方・焼き方・温度
91	魚の蒸し物	コンベクションで蒸す時の注意点・蒸し方
92	魚のソース	魚に油をかける工程からソースを作る工程まで
93	高菜炒飯	チャーハンの作り方・鍋を焼く意味・卵の意味
94	もち米	もち米の扱い方
95	ずんだ餡	ずんだ餡の作り方

回	テーマ	内容
96	おはぎ	おはぎの作り方・コツ
97	野菜の煮物	煮物料理の基本・コツ
98	カルボナーラ	パスタを茹でる
99	カルボナーラ	ソースを作る時の流れ
100	ポモドーロ グラティナティ	トマトソースを作る。ポロモードの意味・種類
101	豆腐白玉	白玉の扱いを学び、豆腐と合わせる
102	ココナッツミルクぜんざい	ココナッツミルクで日本料理のデザートを作る
103	鶏と冬瓜の葛引き	冬瓜の扱い・葛の扱い
104	ジュンサイについて	ジュンサイの調理方法
105	プラムコンポート	旬のデザートを作る
106	春巻き	春巻きの皮を作る
107	春巻き	具を作り、包んで油で揚げる
108	サーモンのムニエル	サーモンの下処理
109	サーモンのムニエル	ムニエルの技法
110	茄子グラタン	グラタンの作り方
111	手打ちうどん	うどんのこね方
112	手打ちうどん	切り方・茹で方
113	かき揚げ	うち衣・揚げ温度
114	糖尿病食	砂糖を使わない技法・甘味を考えよう
115	焼売	焼売の具・包み方

回	テーマ	内容
116	広東風・焼売	豚肉・エビを使用した広東風焼売の作り方
117	野菜スープ	スープを作り、味付けしてみよう。
118	サンジョソワポワレ	蒸し焼きの技法を学ぶ
119	サンジョソワポワレ	ポワレの技法とロティ・ブレゼの違い
120	ベシャメルソースとは	基本のベシャメルソースを作る
121	鰻について	鰻のさばき方・焼き方・タレ
122	豚ロースの香草風味	豚ロースの下処理
123	豚ロースの香草風味	西洋料理で使用する香草
124	豚ロースの香草風味	コンベクションオーブンで焼く。器材に慣れる。
125	黒ゴマプリン	ヘルシーなデザートを作ってみる。
126	黒ゴマプリン	ゼラチンの使い方。計量の大切さ。
127	肉じゃが	野菜の切り方・調味料の使い方
128	肉じゃが	味付けの順番
129	玉子豆腐	玉子豆腐を自家製で作る
130	玉子豆腐	玉子豆腐の出汁をつくる
131	海老真丈	真丈の作り方
132	海老真丈	真丈の種類・応用
133	かつら剥き	基礎反復練習
134	鱻のフライ	鱻のおろしからフライにするまで
135	オムレツ	基礎反復練習

回	テーマ	内容
136	オムレツ	基礎反復練習
137	オムレツ	基礎反復練習
138	かつら剥き	基礎反復練習
139	かつら剥き	基礎反復練習
140	薄焼き卵	中華鍋で薄焼き卵を焼く
141	チキンソテー シャンピニオン	チキンの下処理・ソテー
142	チキンソテー シャンピニオン	シャンピニオンソース
143	ペンのグラタン	グラタンの応用・反復
144	蕪マン	皮を作る
145	蕪マン	具を作る・包む・焼く
146	玉子炒飯 葱のみじん切り	基礎練習・鍋振り・包丁
147	牛肉のオイスターソース炒め	牛肉の下処理から炒めるまで
148	サーモンの南蛮漬	中国料理の南蛮を学ぶ
149	炒飯	基礎練習・鍋振り
150	イタリア料理	イタリア料理について
151	イタリア料理	食材の違い
152	イタリア料理	技法の違い
153	イタリア料理	味付けのポイント
154	フェルイドメール フラン	白身魚を詰めて蒸す フランとはなにかを学ぶ。
155	ブール ブランソース	白いバターソースの作り方

回	テーマ	内容
156	ペネアラビアータ	唐辛子トマトソースを作る
157	フュメド ポワソン	魚の出汁を取る
158	海老のマンゴーソース	海老の下処理・マンゴーソース
159	卵白の衣	卵白の衣で海老を油で揚げる。
160	豚肉と野菜の炒め	魚香という味付け・技法を学ぶ
161	チキンフリカッセ	玉葱をいためて、白い煮込みをつくる
162	チキンフリカッセ	煮込みかたのポイント・注意点
163	フリッタータ パターテ	フリッタータの技法を学ぶ
164	ミラノ風リゾット	リゾットの調理法を学ぶ
165	上海風焼きそば	野菜のカット・味付け・炒め方
166	白菜の酢漬け	中国料理の白菜の漬け方・甘酢の作り方
167	鶏肉の甘味噌炒め	醬爆という技法を学ぶ
168	ブリの黒酢炒め	中国黒酢を使ってみる。旬の食材を使ってみる。
169	コーンスープ	中国料理のコーンスープの作り方・水溶き片栗粉の入れかた・卵の入れ方
170	玉子炒飯	基礎反復練習
171	かぶら蒸し	かぶら蒸しの技法を学ぶ
172	かぶら蒸し	蒸し方・味付け
173	栗御飯	栗の下処理・御飯の味付け
174	アスパラ豆腐	旬の食材を使って日本料理の豆腐の作り方を学ぶ
175	クレープシュゼット	西洋料理の技法を学ぶ

回	テーマ	内容
176	クレープシュゼット	西洋料理の技法を学ぶ
177	仔羊のトマト煮込み	仔羊の使い方を学ぶ
178	西洋料理	西洋料理の素材を学ぶ
179	西洋料理	西洋料理の技法を学ぶ
180	西洋料理	西洋料理の香辛料を学ぶ
181	西洋料理	西洋料理の特徴を学ぶ
182	カマスの幽庵焼き	カマスを下処理し。幽庵焼きを作る
183	栗ご飯	御飯・栗の下処理
184	栗ご飯	味付け・御飯の炊き方
185	豚の鰻焼き	豚肉の鰻焼きの技法を学ぶ
186	塩焼きそば	野菜の切り方・下味
187	塩焼きそば	炒め方・味付け
188	ささみのみの揚げ	ささみの下処理の仕方
189	ささみのみの揚げ	ささみの揚げ方
190	帆立の酢味噌掛け	帆立の下処理・酢味噌の作り方
191	鯖の三枚おろし	三枚おろしの反復練習
192	班ごとでメニューを考え調理する	班でメニューを考え役割を決めて仕上げる
193	蓮根のかつら剥き	かつら剥きの応用
194	蓮根のかつら剥き	かつら剥きの応用・蓮根の場合の注意点
195	ゼラチンの艶出し	展示用のサンプルに使用するゼラチンの作り方を学ぶ

回	テーマ	内容
196	巻きずし	日本料理の巻きずしの技法を学ぶ
197	巻きずし	シャリの作り方・巻く手順を学ぶ
198	鯖 けんちん蒸し	旬の材料を使用してけんちん蒸しを作る
199	アクアパッツァ	西洋料理の技法を学ぶ
200	アクアパッツァ	西洋料理の技法を学ぶ
201	コンソメジュリエヌ	西洋料理のジュリエヌを学ぶ
202	刺身昆布メ	日本料理の昆布メの技法・扱い方・注意点を学ぶ
203	豆腐田楽	日本料理の田楽の技法を学ぶ
204	豆腐田楽	日本料理の田楽の応用・味付けを学ぶ
205	エスカロップ ヴィエノワーズ	西洋料理のパン粉を付けて揚げる技法を学ぶ
206	エスカロップ ヴィエノワーズ	西洋料理のパン粉を付けて揚げる技法を学ぶ
207	クレームブリュレ	プリンの作り方・ブリュレの焼き方・砂糖の種類
208	フォカッチャ	フォカッチャの作り方・工程
209	担々麺	タンタンメンの作り方・タレ・挽肉・青味
210	野菜の千切り	中華の包丁で千切りを切ってみる
211	玉子炒飯	反復基礎練習
212	だし巻き玉子	反復基礎練習
213	だし巻き玉子	反復基礎練習
214	包丁研ぎ	包丁研ぎ 基本の手入れ
215	ポークソテー	ソテーの仕方

回	テ ー マ	内 容
216	ポークソテー	焼く手順・焼き上がりの見極め
217	ムール貝のヌリニエール	西洋料理の技法を学ぶ
218	五目あんかけ焼きそば	具材の下処理・下味・味付け
219	玉子スープ	玉子スープを作り、水溶き片栗粉でとめる練習
220	人参の飾り切り	中華包丁で人参の鳥をほる。
221	じょうよ蒸し	材料の切込み・味付け
222	じょうよ蒸し	蒸し方のポイント
223	焼鯛寿司	鯛の下処理 酢飯の作り方・味付け
224	栗きんとん	正月料理を学ぶ
225	豚肉のロースト	西洋料理のローストの技法を学ぶ
226	ラタトゥイユ	西洋料理のラタトゥイユを作ってみる
227	ピスキュイ生地	生地を作って調理する
228	ローストチキン	西洋料理のローストチキンを学ぶ
229	ジャガイモのシャトー	基礎反復練習
230	オムレツ	基礎反復練習
231	ローストビーフ	日本料理のローストビーフを学ぶ
232	ローストビーフ	低温調理法を学ぶ
233	伊達巻き	日本料理のお節料理を作ってみる
234	鶏肉の巻物	日本料理のお節料理を作ってみる
235	ヨーグルトプリン	中国料理の流行のデザートを作ってみる

回	テ ー マ	内 容
236	ヨーグルトプリン	中国料理のデザート。ゼラチンの使い方
237	中華風揚げドーナツ	生地を作って実際に油で揚げてみる
238	穴子 八幡巻き	穴子の下処理
239	穴子 八幡巻き	実際に巻いてみる
240	あみ大根	飾り大根を学ぶ・実際に作ってみる
241	黄身酢	日本料理の黄身酢を作ってみる
242	小籠包	煮凝り・具を作る
243	小籠包	生地を作る。実際に麺棒で伸ばして包む
244	マンゴープリン	中国料理のデザートの代表的なものを作ってみる
245	玉子炒飯	基礎反復練習
246	鶏松風	日本料理の松風を学ぶ
247	ジャガイモのシャトー	基礎反復練習
248	カワハギの水洗い	魚の水洗いの復習
249	カワハギの三枚おろし	三枚おろしの復習
250	カワハギのうす造り	うす造りの方法・いろいろな切り方の技法
251	寒牡丹	日本料理の寒牡丹を学ぶ。
252	寒牡丹	日本料理の寒牡丹を学ぶ
253	だし巻き玉子	反復基礎練習
254	鴨肉の冷製	中国料理の前菜と鴨肉の扱いを学ぶ
255	白菜のクリーム煮	中国料理のクリーム煮の味付け・切り方を学ぶ

回	テ ー マ	内 容
256	玉子のチリソース	チリソースの作り方 復習
257	ピザマルゲリータ	ピザの作り方の復習
258	杏仁豆腐	中国料理の代表的なデザートを作ってみる
259	中華風クッキー	中国料理の代表的なデザートを作ってみる
260	人参の飾り切り	基礎反復練習
261	きのこのスープ	西洋料理のスープの作り方
262	ビーツのサラダ	ビーツを使用するときのサラダの方法
263	野菜のテリーヌ	西洋料理の冷菜テリーヌを作ってみる
264	野菜のテリーヌ	テリーヌの切り方・飾りソース
265	天津飯	中国料理のかに玉を作る。焼き方・返し方・タレ
266	イチゴプリン・ココナッツソース	中国料理の代表的なデザートを作ってみる
267	タケノコの茹で方	あく抜き・下処理
268	ごま豆腐	ゴマ豆腐を実際練ってみる
269	イカの鳴門巻き	日本料理の鳴門巻きを作る
270	若竹煮	日本料理の煮込みを学ぶ
271	焼餃子の具	切込み・練り・味付け
272	焼餃子の皮	皮の練り・麺棒での伸ばし
273	焼餃子の包み方	皮のヒダの作り方・原理
274	アンティパスト	イタリア料理の幅を広げる
275	冬野菜のズッパ	イタリア料理の幅を広げる

回	テーマ	内容
276	スパゲッティ ポロネーゼ	イタリア料理の幅を広げる
277	プリモピアット	イタリア料理の幅を広げる
278	ドルチェ 自然塩とチーズのトルタ	イタリア料理の幅を広げる
279	鯛の醤油煮	中国料理の紅焼の技法を学ぶ
280	海老と豆腐の煮込み	中国料理の代表的な煮込み料理を作る
281	高菜炒飯	基礎反復練習
282	ニョッキ トマトソース	ニョッキの作り方を学ぶ
283	ニョッキ トマトソース	トマトソースを作ってみる
284	チョコレートケーキ	チョコレートの扱い方
285	チョコレートケーキ	ケーキを作ってみる
286	だし巻き玉子	反復基礎練習
287	梅人参	基礎反復練習
288	ねじり梅	基礎反復練習
289	立春御飯	旬の材料で御飯を作ってみる
290	うぐいす饅頭	うぐいすの意味・実際に作る
291	白胡麻和え	すり鉢の使い方・白和えの味付け
292	包丁研ぎ	日本料理の包丁の手入れ
293	パエリア	パエリア 復習
294	パエリア	パエリア 復習
295	ペンネ アラビアータ	ペンネの茹で方

回	テ ー マ	内 容		
296	ペンネ アラビアータ	ペンネの味付け		
297	オムレツ	反復基礎練習		
298	シャトー剥き	反復基礎練習		
299	人参飾り切り	反復基礎練習		
300	後期試験・まとめ	1年のまとめ		
教科書・教材		評価基準	評価率	その他
調理実習レシピ集		期末試験	100.0%	

作成者:

科目名		学科/学年	年度/時期	授業形態
総合調理実習		調理技術科/1年	2022/通年	実習(遠隔授業含む)
授業時間	回数	単位数(時間数)	必須・選択	担当教員
50分	90回	3単位(90時間)	必須	鈴木 中島 大野(実務経験有)
授業の概要				
<p>安心安全に配慮し衛生的に調理することを学ぶ。 介護食を学ぶ 基礎から応用知識までを学ぶ。〈実務経験〉レストラン勤務</p>				
授業終了時の到達目標				
<p>衛生的に調理することにより、食の安全性を確保する技術を身に着ける。 介護食について理解し、刻み食やえんげ食を理解する</p>				
回	テーマ	内容		
1~4	介護食について	ご飯の水加減、介護食とは		
5~8	介護食 米の調理について	米の調理について		
9~12	介護食 お粥の作り方	お粥の作り方について		
13~16	介護食 軟食について	軟食について		
17~20	介護食 郷土料理	介護食の郷土料理について		
21~24	介護食 中華料理	介護食の中華料理について		
25~28	介護食 便秘予防	便秘予防の食材、調理法について		
29~32	介護食 減塩食	減塩食、うま味で補う		
33~36	介護食 西洋料理	介護食の西洋料理について		
37~40	介護食 高たんぱく食	介護食で高たんぱく食を作る		
41~44	介護食 骨粗しょう症予防食	骨粗しょう症食を作る		
45~48	介護食 寒天とゼラチン	介護食での寒天をゼラチンの違いについて		
49~52	介護食 おやつ作り	介護食のデザートを作る		
53	前期のまとめ	テスト		
54~57	介護食 秋の献立	介護食の季節料理を作る		

回	テ ー マ	内 容		
58～ 61	介護食のまとめ	介護食・嚥下食について		
62～ 65	秋の西洋料理	秋の味覚を使った イタリア料理		
66～ 69	日本料理 秋の味覚	栗などの秋の味覚を作る		
70～ 73	西洋料理 ポワソン	ポワソン料理を作る		
74～ 77	日本料理 鮭料理	秋の味覚 鮭料理を学ぶ		
78～ 81	西洋料理 乳製品の料理	ソース ベイヤメル グラタンを作る		
82～ 85	日本料理 鍋料理	柳川鍋を作る		
86～ 89	西洋料理 クリスマス料理	チキン料理を学ぶ		
90	後期のまとめ	後期のまとめ		
教科書・教材		評価基準	評価率	その他
総合調理実習6		期末試験	100.0%	

作成者:

科目名		学科/学年	年度/時期	授業形態
キャリアデザイン		調理技術科/1年	2022/通年	講義(遠隔授業含む)
授業時間	回数	単位数(時間数)	必須・選択	担当教員
50分	30回	1単位(30時間)	必須	鈴木 中島(実務経験有)
授業の概要				
人生を考える機会と時間を与える。 多様な価値観があること、考え方があることを学ぶ(実務経験) レストラン勤務				
授業終了時の到達目標				
人生100年時代のなかで、自分自身の生き方の道を考え、到達目標に対して今現在からの行動を考え目標設定に近い、または夢に向かって進む力を養う。				
回	テーマ	内容		
1	キャリアデザインとは	キャリアデザインについて		
2	人生を考える	将来について		
3	キャリアロールを考える	キャリアロールについて		
4	社会が視点を考える	社会の視点について		
5	成果主義	成果主義について		
6	エンプロイアビリティと資格	エンプロイアビリティについて		
7	球技大会①	調理・製菓のコミュニケーションをはかる		
8	球技大会②	調理・製菓のコミュニケーションをはかる		
9	球技大会③	調理・製菓のコミュニケーションをはかる		
10	球技大会④	調理・製菓のコミュニケーションをはかる		
11	球技大会⑤	調理・製菓のコミュニケーションをはかる		
12	球技大会⑥	調理・製菓のコミュニケーションをはかる		
13	球技大会⑦	調理・製菓のコミュニケーションをはかる		
14	適職	適職について考える		
15	天職	天職について考える		

回	テ ー マ	内 容		
16	企業研究・求人票の見方	就職について考える		
17	大企業・中小企業・ベンチャー・NPO	会社について学ぶ		
18	モチベーション	働くうえでの、気持ちの持ち方について考える		
19	希望について考える	夢実現について		
20	希望のつくり方	希望について考えてみる		
21	休みのすごし方	充実した休日について		
22	校外交流会①	調理・製菓で交流会		
23	校外交流会②	調理・製菓で交流会		
24	校外交流会③	調理・製菓で交流会		
25	校外交流会④	調理・製菓で交流会		
26	校外交流会⑤	調理・製菓で交流会		
27	校内美化活動①	校内美化		
28	校内美化活動②	校内美化		
29	校内美化活動③	校内美化		
30	校内美化活動④	校内美化		
	教科書・教材	評価基準	評価率	その他
	キャリアデザイン ワークシート	期末試験	100.0%	