

令和 8 年度 通信教育実施計画

教科		科目		単位数	履修上の留意点	
家庭		フードデザイン		4	家庭総合または家庭基礎を履修・修得した3～4年生が受講できる	
指導目標	・栄養、食品、献立、テーブルコーディネートなどについて体系的・系統的に理解するとともに関連する技術も身につけるようにする ・食生活の現状から食生活全般に関する課題を発見し、解決する力を養う ・食生活の充実向上を目指して自ら学び、食生活の総合的なデザインに主体的かつ協働的に取り組む姿勢を養う					
教科書		副教材等		添削指導		面接指導
フードデザイン（実教出版）		カラーグラフ食品成分表（実教出版）		10回		最低 12 時間
メディア視聴減免実施の有無		☐	実施している		☒	実施していない
メディア減免 視聴メディア及び視聴日程				メディア減免報告課題提出締切		
なし				なし		
レポート（学習報告書）						
回	学習内容					提出期限
1	第1章 食生活と健康 ・食事の基本的な意義を理解する ・現代の食に関する問題点を把握する					佐・月 5 / 7 唐 5 / 13
2	第2章 栄養素のはたらきと食事計画 第1節 栄養素のはたらき ・各栄養素の特徴と体内ではたらき、代謝について理解する					佐・月 5 / 27 唐 6 / 3
3	第2章 栄養素のはたらきと食事計画 第2節 ライフステージと栄養 第3節 食事摂取基準と食事計画 ・ライフステージごとの栄養摂取の留意点を理解する ・食品群別摂取量のめやすを利用し食事計画を立てる					佐・月 5 / 27 唐 6 / 3
4	第3章 食品の特徴・表示・安全 第1節 食品の特徴と性質 ・様々な食品の特徴を理解する ・調理上の性質や加工品を理解し、食事計画や調理に活用する					佐・月 6 / 17 唐 7 / 8
5	第3章 食品の特徴・表示・安全 第1節 食品の特徴と性質 ・様々な食品の特徴を理解する ・調理上の性質や加工品を理解し、食事計画や調理に活用する ・特定保健用食品などについて理解する					佐・月 7 / 15 唐 7 / 22
6	第6章 食品の特徴・表示・安全 第1節 献立作成 ・条件に合った夕食の献立を作成する ・作成した献立をもとに調理を行い、レポートにまとめる（写真添付）					佐・月 7 / 15 唐 7 / 22
7	第3章 食品の特徴・表示・安全 第3節食品の選択と表示 第4節食品の衛生と安全 ・食品の表示についての理解を深める ・食中毒や衛生についての知識を深め、衛生と安全に配慮した調理について考える					佐・月 10 / 21 唐 10 / 28
8	第4章 調理の基本 ・おいしさにかかわる条件を知り、調理にいかせるようにする。・加熱調理、非加熱調理について理解し、調理にいかせるようにする ・だしを使った1品を作り、レポートにまとめる（写真添付）					佐・月 11 / 25 唐 12 / 2
9	第5章 料理様式とテーブルコーディネート ・日本料理、西洋料理、中国料理等それぞれの様式に応じた食卓構成と作法について理解する ・テーブルコーディネートの特徴を理解する。 ・正月にふさわしい箸袋を作成し提出する					佐・月 12 / 16 唐 12 / 23
10	第6章 フードデザイン実習 第7章 食育 ・栄養バランス、年齢、性、目的を考慮した食事の献立について、要点を理解する ・条件に合った災害食を考える ・食育基本法の内容を理解する					佐・月 1 / 6 唐 1 / 27

スクーリング（面接指導）		
月	学習内容	実施日
4	・自分の食生活を振り返ったり日本の食を取り巻く現状知り、自分自身や日本の食生活の課題について考える。また、食品ロス削減やプラスチックゴミの削減のための解決方法を考える	佐賀 4/19 唐津4/26 月曜4/20
5	・各栄養素の特徴や体内ではたらき、代謝について学ぶ。 ・自分に必要な1日のエネルギー量や各栄養素量を調べる ・食品群別摂取量のめやすを用いて条件に合った1食分の献立を立てる	佐賀 5/10 唐津5/17 月曜5/11
6	・穀類、いも類、砂糖、豆類、野菜類、果物類、きのこ類、海藻類、種実類などの栄養的特徴や調理上の性質を学ぶ	佐賀 5/31 唐津6/21 月曜6/1
7	・魚介類、肉類、卵、乳などの栄養的特徴や調理上の性質を学ぶ ・条件に合った夕食の献立を考える。考えた献立をもとに家庭で調理する	佐賀 6/28 唐津7/5 月曜6/29
集中S	・テーブルコーディネートに役立つ「刺し子のコースター」の作成。事前申し込みと材料代300円が必要	全課程 7/12,13
前期末S	・第1回～第6回までのレポートの復習を行う	全課程 7/22
10	・生鮮食品を選ぶときのポイントや食品についている表示の見方を学ぶ ・食中毒について学び、事例検討を通して食中毒の予防法を考える	佐賀 10/4 唐津10/11 月曜10/5
11	・非加熱調理、加熱調理の様々な調理方法を知る ・昆布、かつお節、煮干しを使っただしの取り方を学び、家庭での調理に活用する	佐賀 11/8 唐津11/15 月曜11/9
12	・日本料理、西洋料理、中国料理の献立様式やテーブルマナーを知る ・テーブルコーディネート実習として、正月にふさわしい箸袋を製作する	佐賀 11/29 唐津12/6 月曜11/30
1	・行事食や郷土料理について調べる ・食育基本法や食育で育てたい「6つの力」を理解する ・災害食について学び、事例をもとにポリ袋調理を活用した食事を考える	佐賀 12/20 唐津1/10 月曜12/21
後期末S	・第7回～第10回までのレポートの復習を行う	全課程 1/20,21
試験		
前・後期	試験範囲	実施日
前期	・レポート：第1回～第6回 ・教科書：第1章、第2章、第3章第1節	佐賀 8/23 唐津8/30 月曜8/24
後期	・レポート：第7回～第10回 ・教科書：第3章第2節～第4節、第4章、第5章、第6章、第7章	佐賀 1/24 唐津1/31 月曜1/25
学習の成果に係る評価及び単位の修得の認定に当たっての基準		
・評価は3つの観点について、観点ごとに3段階（A、B、C）で評価を行う ・「知識・技能」：テスト・レポート 「思考・判断・表現」：レポート 「主体的に学習に取り組む態度」：レポート		
その他		
特になし		