

科目名 Subject Name		開講年次	開講学期	曜日・時限
クッキングⅠ Cooking I		1年	前期	金曜日・4・5時限
単位数	授業の形態		授業の性格	
1単位	実験実習		選択 (2時限続きの授業を行う。)	
当該科目の理解を促すために受講することが望まれる科目				
クッキングⅡ				
同時に履修しておくことが望まれる科目				
健康食生活Ⅰ				
担当者に関する情報				
氏名		研究室の場所	オフィスアワー	電話番号・メールアドレス
牧田 泰子 藤田 睦		授業中に指示します	授業初回に指示します	授業中に指示します
授業の概要				
クッキングⅠでは調理の基礎となる包丁の扱い方、切り方、だしの取り方および、衛生的な調理方法や基礎となる料理を作成し、盛り付けや調理手順を学ぶ。また、食事計画や食品の安全性などの理論を同時に学び、「家庭料理技能検定3級」に対応できる知識の習得を目指す。				
授業の到達目標				
①基本的な調理技術および献立や食に関する基礎を身につけることができるようにする。 ②食品の安全性や衛生を身につけることができるようにする。 ③「家庭料理技能検定3級」に対応する知識の習得ができるようにする。 ④グループ実習を行うことで協調性やグループでの役割分担を身につけることができるようにする。				
授業の方法				
前半は理論を学ぶための講義を行う。後半は調理技術を身につけるためのグループ実習を行う。				
学習の成果				
①基本的な調理技術および献立や食に関する基礎を身につけることができる。 ②食品の安全性や衛生を身につけることができる。 ③「家庭料理技能検定3級」に対応する知識を習得することができる。				
授業のスケジュールと内容				
第1回目	ガイダンス (授業の概要、授業形式、実習室の説明、身支度 家庭料理技能検定について) (担当 1. 2 時限 藤田)			
第2回目	1 時限目講義 2 時限目実習	食事計画 (身体と栄養) (担当 藤田) 計量の仕方、切り方、リンゴの皮むき (担当 牧田)		
第3回目	1 時限目講義 2 時限目実習	食事計画 (身体と栄養) (担当 藤田) 米のとぎ方、だしの取り方 (担当 牧田)		
第4回目	1 時限目講義 2 時限目実習	食事計画 (献立作成) (担当 藤田) 煮物 (カレー) (担当 牧田)		
第5回目	1 時限目講義 2 時限目実習	食事計画 (献立作成) (担当 藤田) 煮物 (肉じゃが)、汁物 (かきたま汁) (担当 牧田)		
第6回目	1 時限目講義 2 時限目実習	調理の基本 (調味の割合) (担当 藤田) 焼き物 (プレーンオムレツ) (担当 牧田)		

第7回目	1 時限目講義 2 時限目実習	調理の基本 (食品の特性) (担当 藤田) 焼き物 (ぶりの照り焼き) (担当 牧田)		
第8回目	1 時限目講義 2 時限目実習	食品と栄養 ( (食品の栄養と選び方) (担当 藤田) 焼き物 (豚肉の生姜焼き) (担当 牧田)		
第9回目	1 時限目講義 2 時限目実習	食品と栄養 (食材の旬と加工食品) (担当 藤田) 焼き物 (ポークソテー) (担当 牧田)		
第10回目	1 時限目講義 2 時限目実習	食品の安全と衛生 (衛生管理と食品の保存) (担当 藤田) 焼き物 (ビーマンのせん切り炒め) (担当 牧田)		
第11回目	1 時限目講義 2 時限目実習	食品の安全と衛生 (有害化学物質) (担当 藤田) 揚げ物 (から揚げ) (担当 牧田)		
第12回目	1 時限目講義 2 時限目実習	食品の安全と衛生 (栄養成分表示) (担当 藤田) ごはん物 (チャーハン) (担当 牧田)		
第13回目	1 時限目講義 2 時限目実習	食環境 (担当 藤田) ご飯もの (親子どんぶり) (担当 牧田)		
第14回目	1 時限目講義 2 時限目実習	食文化と食育 (担当 藤田) 実技テスト (切り方) (担当 牧田)		
第15回目	1 時限目講義 2 時限目実習	定期試験 (担当 藤田) 実技テスト (調理技術) (担当 牧田)		
成績評価の方法と基準				
評価の領域		割合	評価の基準	
授業参加態度		20%	以下の事柄で評価する。積極的に授業に参加している。実習班内のチームワークが良く協力して実習を行っている。料理の出来上がり状態 (盛り付け、味)。時間内に調理が完成している。	
レポート		30%	実習ノートの提出で評価する。(第1回目から13回目までの実習ノートの提出。提出は第14回目の授業日) (実習ノートの書き方、ポイントのとらえ方の詳細は授業の初回に説明する。)	
調査報告書				
小テスト		20%	授業前半で前回の部分の小テストを行う。(内容は家庭料理技能検定過去問題から出題する。)	
中間・学期末試験		30%	形式は家庭料理技能検定同様に五者択一形式で行う。内容がよく理解されている (S=90) 基本的な内容が理解されている (B=70-79、C=60-69) 基本的な内容が理解されない場合はDとなる。	
発表内容 (態度含む)				
その他				
教科書と参考図書				
教科書 「家庭料理技能検定テキスト3・4級」				
履修上の心得・ルール				
実習では衛生上の観点から長つめ、マニキュア、装飾品は禁止する。髪の毛は束ねる。実習靴、三角巾、エプロンを着用し衛生面には十分に注意する。実習費は別途徴収する。家庭料理技能検定受験日9月下旬。検定料12,000円				