

科目名	調理学実習Ⅰ	科目分類	☐ 基礎教育科目 ☒ 専門教育科目
			☐ 卒業必修 ☒ 栄養士必修 ☐ 選択
英文表記	Practical Cookery ScienceⅠ	開講年次	☒ 1年 ☐ 2年
ナンバリング	FS131D	開講期間	☒ 前期 ☐ 後期 ☐ 通年 ☐ 集中
ふりがな	たなか けいこ	授業形態・修得単位	実習 ・ 1 単位
担当教員名	田 中 景 子	実施方法	☒ 対面のみ ☐ 遠隔のみ ☐ 対面・遠隔併用
		実務家教員担当科目	
授業のテーマ	食品や調理法について学び、基礎的な実習を行う。		
授業概要	本実習では、調理における基礎的知識・基本技術、調理器具の使用方法や衛生管理を実践的に習得する。		
到達目標	[知識]栄養学や食品学、調理学、調理科学などの理論に基づき、調理のコツを科学的に理解する。 [技能]基礎包丁技術を身につける。 [態度]積極的に実習に参加し、コミュニケーション能力を養う。		
授業時間外の学習	授業計画に該当するテキストの予習および前回授業の復習を、週 60 分以上行うこと。 家庭での調理の機会を多くし、包丁技術・調理技術の上達に努める。		
履修条件	調理学、基礎調理学実習を習得していることが望ましい。		
授業計画			
第1回	テーマ： 調理の基礎 ガイダンス（実習の目的、衛生管理、実習記録及び課題提出）、評価、他		
第2回	テーマ： 基礎実習「測定の基礎①」体積と重量、目安量、基準量、調理器具の特徴と使い方		
第3回	テーマ： 基礎実習「測定の基礎②」計量・計測、廃棄率		
第4回	テーマ： 基礎実習「五感に視点をあてた実験～味覚①～」和風だしのとり方（かつお節・昆布・煮干し）		
第5回	テーマ： 基礎実習「五感に視点をあてた実験～味覚②～」対比効果、調味パーセントの計算		
第6回	テーマ： 基礎実習「調理による理化学変化に視点をあてた実験～米～」米の吸水に及ぼす温度と時間		
第7回	テーマ： 基礎実習「五感に視点をあてた実験～嗅覚～」加熱によるにおいの変化、生野菜の下処理とテクスチャー		
第8回	テーマ： 基礎実習「米の調理性」：和食の基本、炊飯の基本操作（白飯、味噌汁、厚焼き卵、ほうれん草のごま和え）		
第9回	テーマ： 基礎実習「丼物」：味付け炊飯（醤油味）、食味に適する塩分濃度（二色ごはん、野菜の即席漬け）		
第10回	テーマ： 基礎実習「肉の調理性」：ハンバーグステーキに加える副材料の影響		
第11回	テーマ： 応用実習「魚の調理性」：魚の下処理の方法、ムニエルのコツ（さけのムニエル、オニオンスープ）		
第12回	テーマ： 応用実習「煮物」：煮物について、煮物の種類、煮汁の割合（肉じゃが、かきたま汁）		
第13回	テーマ： 応用実習「魚の焼き物」：加熱様式の影響、蒲焼きのポイント（鰯の蒲焼き、かぼちゃの含め煮）		
第14回	テーマ： 応用実習「肉の焼き物」：間接焼きの食味と食感、加熱時間の旨味と香り（ポークソテー、ポテトサラダ）		
第15回	テーマ： 基礎実習「蒸し物」：茶碗蒸しにおける調味料の影響、まとめ		
第16回	定期試験		
テキスト	香西みどり・綾部園子編著 よくわかる調理学実習一流れと要点（朝倉書店）		
参考文献・資料	女子栄養大学調理学研究室他監修「調理のためのベーシックデータ第6版」女子栄養大学出版部 山崎清子他著 「NEW 調理と理論」同文書院		
成績評価の方法	定期試験<筆記・実技>（60%）、課題提出（30%）、実習態度（10%）を基本に総合的に評価する。出席回数 が規定に満たなかった場合及び授業料その他納入金等の全額を納めていない場合は試験を受けることが できません。		
成績評価基準	秀(100～90点)、優(89～80点)、良(79～70点)、可(69～60点)、不可(59点以下)		
オフィスアワー	木曜日 12：10-14：30		
受講生に 望むこと・受講 のルール	身支度をきちんとする。5分前行動の励行。授業中の私語は慎むこと。スマホ禁止。遅刻 30 分過ぎは出席 と認められません。途中退席は申し出ること。授業回数の 4/5 以上の出席がないと単位が認められません。 課題レポート提出は期限厳守。班員とコミュニケーションを密にし、向上心を持って楽しく学ぶこと。		