教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食生活と健康・公衆衛生学	１年次・前期	50時間	調理科

担当教員名

髙澤　史明

授業の概要、目的

調理師が公衆衛生に果たす役割を理解するとともに、他の法令との関連を知ることで地域や社会に如何に貢献していけるかを学ぶ。また、幅広い知識を自ら吸収することで、教養を身につけ厚みのある人材の育成を目的とする。

到達目標

・健康とは何かを調理師の立場でよく理解し実践できる。
・疾病の動向を知り、生活習慣病の概要を理解し、調理師が果たすべき役割について知識を身につける。

授業の進め方

授業は板書きを中心に行う。適宜、プリント資料や映像を用いてさらなる理解を促す。

授業計画

第1回：健康の考え方について
第2回：わが国の健康水準について
第3回：目指すべき健康とは（健康寿命について）
第4回：目指すべき健康とは（健康を推進する環境づくり）
第5回：食と健康の関係について
第6回：調理師の役割（調理師の成り立ちと調理師法の目的・定義について）
第7回：調理師の役割（調理師免許について①）
第8回：調理師の役割（調理師免許について②）
第9回：調理師の役割（調理師免許について③）
第10回：食生活における調理師の役割について
第11回：疾病の動向と予防について
第12回：生活習慣病について
第13回：生活習慣病の国際比較と生活習慣病の重要性について
第14回：生活習慣病の予防について
第15回：わが国の生活習慣病を改善するために調理師ができることについて

その他、期末試験対策を行う。

授業時間外学修の方法

教科書、配布資料を用いて予習復習をする。

評価方法、基準

各章・節ごとに適宜小テストを実施して理解度の確認を行う。毎学期ごとに行われる定期試験による成績評価。

テキスト等、必要な教材

・「新調理師養成教育全書必修編　①食生活と健康」（全国調理師養成施設協会）　・ノート

備考

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食生活と健康・公衆衛生学	１年次・前期	50時間	調理科

担当教員名

髙澤　史明

授業の概要、目的

調理師が公衆衛生に果たす役割を理解するとともに、他の法令との関連を知ることで地域や社会に如何に貢献していけるかを学ぶ。また、幅広い知識を自ら吸収することで、教養を身につけ厚みのある人材の育成を目的とする。

到達目標

・健康とは何かを調理師の立場でよく理解し実践できる。
・疾病の動向を知り、生活習慣病の概要を理解し、調理師が果たすべき役割について知識を身につける。

授業の進め方

授業は板書きを中心に行う。適宜、プリント資料や映像を用いてさらなる理解を促す。

授業計画

第16回：疾病の原因別分類について
第17回：疾病予防の段階について
第18回：健康増進法の目的、責務、基本方針について
第19回：健康増進法の国民、国等の責務について
第20回：わが国における健康づくり対策について
第21回：健康教育の目的、方法について
第22回：食品表示法が作られた背景について
第23回：食品表示基準について
第24回：特別用途食品と特定保健用食品について
第25回：心の健康づくりにおける心身相関とストレスについて

その他、期末試験対策を行う。

授業時間外学修の方法

教科書、配布資料を用いて予習復習をする。

評価方法、基準

各章・節ごとに適宜小テストを実施して理解度の確認を行う。毎学期ごとに行われる定期試験による成績評価。

テキスト等、必要な教材

・「新調理師養成教育全書必修編　①食生活と健康」（全国調理師養成施設協会）　・ノート

備考

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食生活と健康・公衆衛生学	1年次・後期	40時間	調理科

担当教員名

髙澤　史明

授業の概要、目的

調理師が公衆衛生に果たす役割を理解するとともに、他の法令との関連を知ることで地域や社会に如何に貢献していけるかを学ぶ。また、幅広い知識を自ら吸収することで、教養を身につけ厚みのある人材の育成を目的とする。

到達目標

・心と体の健康づくりのための健康増進法、食品表示法並びに食育基本法等について理解する。
・食育の意義を理解し、調理師としての役割を理解する。

授業の進め方

授業は板書きを中心に行う。適宜、プリント資料や映像を用いてさらなる理解を促す。

授業計画

第1回：心の健康づくりにおけるストレスへの対処方法について
第2回：食育の定義と意義について
第3回：食育基本法の概要について
第4回：食育における調理師の役割について
第5回：食糧事情の課題（食糧自給率、フードマイレージなど）について
第6回：労働安全衛生法における作業環境と健康について
第7回：労働安全衛生法における労働時間、年次有給休暇について
第8回：労働安全衛生法における賃金等について
第9回：労働安全衛生法における職業病について
第10回：労働安全衛生法における労働災害について
第11回：調理師の職場環境について
第12回：生活環境の衛生について
第13回：環境条件について（大気）
第14回：環境条件について（水）
第15回：環境条件について（住居）

その他、期末試験対策を行う。

授業時間外学修の方法

教科書、配布資料を用いて予習復習をする。

評価方法、基準

各章・節ごとに適宜小テストを実施して理解度の確認を行う。毎学期ごとに行われる定期試験による成績評価。

テキスト等、必要な教材

・「新調理師養成教育全書必修編　①食生活と健康」（全国調理師養成施設協会）　・ノート

備考

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食生活と健康・公衆衛生学	1年次・後期	40時間	調理科

担当教員名

髙澤　史明

授業の概要、目的

調理師が公衆衛生に果たす役割を理解するとともに、他の法令との関連を知ることで地域や社会に如何に貢献していけるかを学ぶ。また、幅広い知識を自ら吸収することで、教養を身につけ厚みのある人材の育成を目的とする。

到達目標

・心と体の健康づくりのための健康増進法、食品表示法並びに食育基本法等について理解する。
・食育の意義を理解し、調理師としての役割を理解する。

授業の進め方

授業は板書きを中心に行う。適宜、プリント資料や映像を用いてさらなる理解を促す。

授業計画

第16回：環境条件について（放射線）
第17回：環境汚染とその対策について（広がる環境汚染）
第18回：環境汚染とその対策について（空気、水質、騒音、振動）
第19回：環境汚染とその対策について（悪臭、苦情の実例）
第20回：環境汚染とその対策について（環境問題とその取り組み）

その他、期末試験対策を行う。

授業時間外学修の方法

教科書、配布資料を用いて予習復習をする。

評価方法、基準

各章・節ごとに適宜小テストを実施して理解度の確認を行う。毎学期ごとに行われる定期試験による成績評価。

テキスト等、必要な教材

・「新調理師養成教育全書必修編　①食生活と健康」（全国調理師養成施設協会）　・ノート

備考

2025年度　　光塩学園調理製菓専門学校　シラバス

授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食品と栄養の特性・栄養学	1年次・前期	50時間	調理科

担当教員名
上坂　真智子

授業の概要、目的
栄養・栄養素の基礎を学び、健康の維持・増進における栄養的な役割を理解する。食事を摂る意義、消化・吸収の仕組み、各栄養素の特徴について学ぶことで調理やメニュー作成に必要な基礎知識を身につける。

到達目標
①栄養と栄養素について理解する。
②食物摂取の意義、消化・吸収、栄養素の働きについて学修する。

授業の進め方
配布資料と教科書を用いて授業を進める。

授業計画

第1回: オリエンテーション、栄養の定義、栄養と健康
第2回: エネルギー、炭水化物（糖質）①
第3回: 炭水化物（糖質）②
第4回: 炭水化物（食物繊維）
第5回: 脂質①
第6回: 脂質②
第7回: たんぱく質①
第8回: たんぱく質②
第9回: ビタミン：ビタミンの概要、脂溶性ビタミン（ビタミンA、ビタミンD）
第10回: ビタミン：脂溶性ビタミン（ビタミンE、ビタミンK）
第11回: ビタミン：水溶性ビタミン（ビタミンB1、ビタミンB2 、ナイアシン）
第12回: ビタミン：水溶性ビタミン（ビタミンB6、ビタミンB12、葉酸）
第13回: ビタミン：水溶性ビタミン（パントテン酸、ビオチン、ビタミンC）
第14回: ミネラル：ミネラルの概要、多量ミネラル（ナトリウム、カリウム）
第15回: ミネラル：多量ミネラル（カルシウム）

その他、期末試験対策を行う

授業時間外学修の方法
教科書、配布資料などで復習する。詳細は授業時に解説する。

評価方法、基準
学期毎に実施される定期試験による成績評価（平素の受講態度なども加味する）

テキスト等、必要な教材
新調理師養成教育全書２「食品と栄養の特性」（全国調理師養成施設協会）、ノート

備考

授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食品と栄養の特性・栄養学	1年次・前期	50時間	調理科

担当教員名
上坂　真智子

授業の概要、目的
栄養・栄養素の基礎を学び、健康の維持・増進における栄養的な役割を理解する。食事を摂る意義、消化・吸収の仕組み、各栄養素の特徴について学ぶことで調理やメニュー作成に必要な基礎知識を身につける。

到達目標
①栄養と栄養素について理解する。
②食物摂取の意義、消化・吸収、栄養素の働きについて学修する。

授業の進め方
配布資料と教科書を用いて授業を進める。

授業計画

第16回: ミネラル：多量ミネラル（マグネシウム、リン）
第17回: ミネラル：微量ミネラル（鉄、亜鉛）
第18回: ミネラル：微量ミネラル（銅、マンガン、ヨウ素）
第19回: ミネラル：微量ミネラル（セレン、クロム、モリブデン）
第20回: 機能性成分（ファイトケミカル、フィトケミカル）
第21回: 水分
第22回: アルコール
第23回: 食品の摂取
第24回: 食事のリズムとタイミング
第25回: 消化・吸収・代謝：消化器官の構造と働き、消化液、口腔～胃、

その他、期末試験対策を行う

授業時間外学修の方法
教科書、配布資料などで復習する。詳細は授業時に解説する。

評価方法、基準
学期毎に実施される定期試験による成績評価（平素の受講態度なども加味する）

テキスト等、必要な教材
新調理師養成教育全書２「食品と栄養の特性」（全国調理師養成施設協会）、ノート

備考

授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食品と栄養の特性・栄養学	1年次・後期	40時間	調理科

担当教員名
上坂　真智子

授業の概要、目的
栄養・栄養素の基礎を学び、健康の維持・増進における栄養的な役割を理解する。食事を摂る意義、消化・吸収の仕組み、各栄養素の特徴について学ぶことで調理やメニュー作成に必要な基礎知識を身につける。

到達目標
①栄養と栄養素について理解する。
②食物摂取の意義、消化・吸収、栄養素の働きについて学修する。

授業の進め方
配布資料と教科書を用いて授業を進める。

授業計画

第1回: 消化・吸収・代謝：小腸、大腸、肝臓
第2回: 消化・吸収・代謝：消化の調節、膜消化・吸収
第3回: 消化・吸収・代謝：各栄養素の消化・吸収・代謝
第4回: エネルギー代謝
第5回: まとめ
第6回: 食品分類法、食事バランスガイド
第7回: ライフステージと栄養：新生児～高齢期
第8回: 健康と栄養：ストレスと食事
第9回: 健康と栄養：ダイエットと食事
第10回: 健康と栄養：免疫力アップと食事
第11回: 健康と栄養：腸内環境を整える食事
第12回: 健康と栄養：アンチエイジングと食事
第13回: 健康と栄養：肌と髪を整える食事
第14回: 健康と栄養：体を温める食事
第15回: 疾病と栄養：メタボリックシンドローム、糖尿病

その他、期末試験対策を行う

授業時間外学修の方法
教科書、配布資料などで復習する。詳細は授業時に解説する。

評価方法、基準
学期毎に実施される定期試験による成績評価（平素の受講態度なども加味する）

テキスト等、必要な教材
新調理師養成教育全書２「食品と栄養の特性」（全国調理師養成施設協会）、ノート、電卓（授業による）

備考

授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食品と栄養の特性・栄養学	1年次・後期	40時間	調理科

担当教員名
上坂　真智子

授業の概要、目的
栄養・栄養素の基礎を学び、健康の維持・増進における栄養的な役割を理解する。食事を摂る意義、消化・吸収の仕組み、各栄養素の特徴について学ぶことで調理やメニュー作成に必要な基礎知識を身につける。

到達目標
①栄養と栄養素について理解する。
②食物摂取の意義、消化・吸収、栄養素の働きについて学修する。

授業の進め方
配布資料と教科書を用いて授業を進める。

授業計画

第16回: 疾病と栄養：高血圧、痛風
第17回: 疾病と栄養：動脈硬化、虚血性心疾患、脳卒中
第18回: 疾病と栄養：肝炎、慢性腎臓病（CKD）
第19回: 疾病と栄養：貧血、骨粗鬆症
第20回: まとめ

その他、期末試験対策を行う

授業時間外学修の方法
教科書、配布資料などで復習する。詳細は授業時に解説する。

評価方法、基準
学期毎に実施される定期試験による成績評価（平素の受講態度なども加味する）

テキスト等、必要な教材
新調理師養成教育全書２「食品と栄養の特性」（全国調理師養成施設協会）、ノート、電卓（授業による）

備考

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食品と栄養の特性・食品学	1年次・前期	30時間	調理科

担当教員名

余湖　郁子

授業の概要、目的

調理に用いる食品の知識を習得するとともに、食品の加工と貯蔵法、生産と流通の仕組みの知識を習得して活用できる調理師となることを目的とする。

到達目標

・食品の一般成分、嗜好成分を理解し、食品との関連付けができる。
・市場に多く出回っている食品の特徴や成分など知識を習得し、調理に活用できる。

授業の進め方

板書を中心に行い、適宜、プリント資料を用いて更なる理解を促す。

授業計画

第1回：授業オリエンテーション、食品の条件とは
第2回：食品の種類と分類
第3回：食品の一般成分①
第4回：食品の一般成分②
第5回：食品の味覚成分
第6回：食品の嗜好成分
第7回：食品学各論…穀類（米）
第8回：食品学各論…穀類（小麦、その他穀類）
第9回：食品学各論…いもおよびでんぷん類
第10回：食品学各論…砂糖および甘味類
第11回：食品学各論…豆類
第12回：食品学各論…種実類
第13回：食品学各論…野菜類①
第14回：食品学各論…野菜類②
第15回：食品学各論…果実類

その他、期末テスト対策を行う。

授業時間外学修の方法

教科書、配布資料を用いて予習復習をする。詳細は授業時に説明する。

評価方法、基準

学期ごとに行われる定期試験による成績評価。

テキスト等、必要な教材

新調理師養成教育全書2巻、食品成分表、ノート

備考

2025年度　　光塩学園調理製菓専門学校　シラバス

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食品と栄養の特性・食品学	1年次・後期	30時間	調理科

担当教員名

余湖　郁子

授業の概要、目的

調理に用いる食品の知識を習得するとともに、食品の加工と貯蔵法、生産と流通の仕組みの知識を習得して活用できる調理師となることを目的とする。

到達目標

・食品の一般成分、嗜好成分を理解し、食品との関連付けができる。
・市場に多く出回っている食品の特徴や成分など知識を習得し、調理に活用できる。

授業の進め方

板書を中心に行い、適宜、プリント資料を用いて更なる理解を促す。

授業計画

第1回：食品学各論…魚介類①
第2回：食品学各論…魚介類②
第3回：食品学各論…食肉類①
第4回：食品学各論…食肉類②
第5回：食品学各論…卵類
第6回：食品学各論…乳類
第7回：食品学各論…油脂類、菓子類
第8回：食品学各論…嗜好飲料類、調味料類
第9回：食品学各論…香辛料類、調理加工食品類
第10回：食品学各論…ゲル状食品、特別用途食品、保健機能食品
第11回：食品の加工
第12回：食品の貯蔵①
第13回：食品の貯蔵②
第14回：食品の国内生産と輸入
第15回：食品の流通

その他、期末テスト対策を行う。

授業時間外学修の方法

教科書、配布資料を用いて予習復習をする。詳細は授業時に説明する。

評価方法、基準

学期ごとに行われる定期試験による成績評価。

テキスト等、必要な教材

新調理師養成教育全書2巻、食品成分表、ノート

備考

2025年度　　光塩学園調理製菓専門学校　シラバス

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食品の安全と衛生・食品衛生学	1年次・前期	70時間	調理科

担当教員名

須佐　会美

授業の概要、目的

食と健康は、密接な関係にある。食の安心・安全性確保、そのために、食品の衛生的な取り扱い等が非常に大切であることを学ぶ。健康危害の発生を未然に防止することなど、食品衛生の基礎的な知識や調理従事者の責務などについて学び、社会で活躍できる人材を育てることを目的とする。

到達目標

食の安全と衛生に関わる基礎知識として、食品と微生物の関係についてよく理解する。食品添加物の使用目的などよく理解する。

授業の進め方

授業は、教科書を中心に行う。適宜、内容をよく理解するための資料配布や映像を用いる。

授業計画

第1回:食の安全と衛生／食の安全を守る、食の安全を脅かす要因、食の安全確保のしくみ
第2回:食の安全と衛生／食品衛生とは、食品衛生と調理師の責務
第3回:食品と微生物／微生物の種類、微生物とは、衛生微生物、微生物の大きさ、
第4回:微生物の種類／細菌、細菌の分類
第5回:微生物の種類／真菌類（かびと酵母）・ウイルス・原虫
第6回:微生物の増殖条件／栄養素・水分と水分活性
第7回:微生物の増殖条件／温度・増殖、芽胞・低温菌、中温菌、高温菌
第8回:微生物の増殖条件／酸素・好気性菌、嫌気性菌、通性嫌気性菌・水素イオン濃度（ＰＨ）と繁殖
第9回:食品の微生物汚染／汚染源・汚染経路・微生物巣（ミクロフローラ）
第10回:食品の微生物汚染／食品の汚染指標菌、菌数測定、糞便汚染指標
第11回:食品の腐敗／腐敗とは、腐敗に関与する微生物、腐敗の化学
第12回:食品添加物／食品添加物の概要・食品添加物の定義・食品添加物の分類・食品添加物の使用目的
第13回:食品添加物と食品衛生関係法規／指定基準・成分基準
第14回:使用基準・表示基準・食品添加物公定書、製品検査・食品添加物の安全性の評価・毒性試験
第15回:1日摂取許容量・食習慣による使用基準・安全性の評価

この他、学期末試験の準備を行う。

授業時間外学修の方法

教科書や配布プリントなどを使用して復習する。

評価方法、基準

学期毎に行われる筆記試験によって成績を評価する。

テキスト等、必要な教材

調理師養成教育全書・調理師養成全書必携問題集（公益社団法人全国調理師養成施設協会）

備考

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食品の安全と衛生・食品衛生学	1年次・前期	70時間	調理科

担当教員名

須佐　会美

授業の概要、目的

食と健康は、密接な関係にある。食の安心・安全性確保、そのために、食品の衛生的な取り扱い等が非常に大切であることを学ぶ。健康危害の発生を未然に防止することなど、食品衛生の基礎的な知識や調理従事者の責務などについて学び、社会で活躍できる人材を育てることを目的とする。

到達目標

食の安全と衛生に関わる基礎知識として、食品と微生物の関係についてよく理解する。食品添加物の使用目的などよく理解する。

授業の進め方

授業は、教科書を中心に行う。適宜、内容をよく理解するための資料配布や映像を用いる。

授業計画

第16回:主な食品添加物とその用途／保存料・防ばい剤・殺菌剤・酸化防止剤
第17回:主な食品添加物とその用途／発色剤・甘味料・着色料・漂白剤・調味料・その他
第18回:食品と重金属／重金属とは、ヒ素・水銀・カドミウム
第19回:食品と放射性物質／放射線・放射性物質の基準・放射線照射食品
第20回:器具・容器包装の衛生／容器包装の概要／容器包装の定義／容器包装の取り扱い・材質の種類
第21回:材質の種類／ガラス・陶磁器・ほうろう・ゴム・プラスチック・金属・その他
第22回:飲食による健康危害／飲食による健康危害の種類／健康危害とは
第23回:食中毒の概要／食中毒とは・食中毒の分類・細菌性・ウイルス性・自然毒・化学性・寄生虫
第24回:食中毒の概要／食中毒の発生状況・食中毒の発生と季節・食中毒の起こりやす食品・病因物質・原因施設
第25回:細菌性食中毒／感染型食中毒・サルモネラ
第26回:細菌性食中毒／感染型食中毒・腸炎ビブリオ・病原大腸菌・カンピロバクター
第27回:細菌性食中毒／感染型食中毒・エルシニア・リステリア
第28回:細菌性食中毒、毒素型食中毒／食品内毒素型（黄色ブドウ球菌・ボツリヌス菌）
生体内毒素型（ウエルシュ菌・セレウス菌）
第29回:細菌性食中毒の予防／付けない（清潔）・増やさない（温度管理）・やっつける（加熱）
第30回:ウイルス性食中毒／ノロウイルス（原因食品・生ガキ）・ウイルス性食中毒の予防

この他、学期末試験の準備を行う。

授業時間外学修の方法

教科書や配布プリントなどを使用して復習する。

評価方法、基準

学期毎に行われる筆記試験によって成績を評価する。

テキスト等、必要な教材

調理師養成教育全書・調理師養成全書必携問題集（公益社団法人全国調理師養成施設協会）

備考

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食品の安全と衛生・食品衛生学	1年次・前期	70時間	調理科

担当教員名

須佐　会美

授業の概要、目的

食と健康は、密接な関係にある。食の安心・安全性確保、そのために、食品の衛生的な取り扱い等が非常に大切であることを学ぶ。健康危害の発生を未然に防止することなど、食品衛生の基礎的な知識や調理従事者の責務などについて学び、社会で活躍できる人材を育てることを目的とする。

到達目標

食の安全と衛生に関わる基礎知識として、食品と微生物の関係についてよく理解する。食品添加物の使用目的などよく理解する。

授業の進め方

授業は、教科書を中心に行う。適宜、内容をよく理解するための資料配布や映像を用いる。

授業計画

第31回:自然毒食中毒／動物性自然毒・フグ中毒・イシナギ・シガテラ・貝毒
第32回:自然毒食中毒／植物性自然毒・有毒植物・ビルマ豆・ドクゼリ・トリカブト
第33回自然毒食中毒／:植物性自然毒・ジャガイモ・青うめ・ギンナン・有毒キノコ
第34回:実習１食器洗浄後の汚れの状態の検査、食肉・魚介類の鮮度判定（官能検査とＰＨのチェック
第35回:実習2水道水の残留塩素測定、消毒液（次議亜塩素酸ナトリウム）の作り方

この他、学期末試験の準備を行う。

授業時間外学修の方法

教科書や配布プリントなどを使用して復習する。

評価方法、基準

学期毎に行われる筆記試験によって成績を評価する。

テキスト等、必要な教材

調理師養成教育全書・調理師養成全書必携問題集（公益社団法人全国調理師養成施設協会）

備考

2025年度　　光塩学園調理製菓専門学校　シラバス

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食品の安全と衛生・食品衛生学	1年次・後期	８０時間 (実習30時間を含む)	調理科

担当教員名

須佐　会美

授業の概要、目的

食と健康は、密接な関係にある。食の安心・安全性確保、そのために、食品の衛生的な取り扱い等が非常に大切であることを学ぶ。健康危害の発生を未然に防止することなど、食品衛生の基礎的な知識や調理従事者の責務などについて学び、社会で活躍できる人材を育てることを目的とする。

到達目標

食中毒（化学性・寄生虫）にもこのような原因で事件が起こったり、普段何気なく食べている魚介類などにも注意を払うことが大切であることを理解する。人畜共通感染症（いわゆる動物由来）、食物アレルギーについて理解する。

授業の進め方

授業は、教科書を中心に行う。適宜、内容をよく理解するための資料配布や映像を用いる。

授業計画

第1回:化学性食中毒／化学性食中毒の概要・過去の事例（森永ヒ素ミルク事件、カネミ油症事件）
第2回:化学性食中毒／原因物質と人体への影響・化学性食中毒の予防・ヒスタミンによる食中毒（アレルギー様）
第3回:寄生虫による食中毒／寄生虫による食中毒の概要
第4回:魚介類から感染する寄生虫／海産魚介類（アニサキス、クドア）、淡水産魚介類（顎口虫・横川吸虫）
第5回:淡水産魚介類（肝吸虫・日本海裂頭条虫）、淡水産カニ類（肺吸虫）
第6回:食肉から感染する寄生虫／旋毛虫・有鉤条虫・無鉤条虫・トキソプラズマ・サルコシステイス
第7回:野菜類から感染する寄生虫／回虫・赤痢アメーバ・肝蛭・鞭中・ズビニ鉤虫
第8回:飲料水から感染する寄生虫／クリプトスポリジウム・エキノコックス
第9回:寄生虫による食中毒の予防、経口感染症／経口感染症とは・経口感染症と食中毒の関係
第10回:経口感染症／人畜共通感染症・経口感染症の予防
第11回:食物アレルギー／食物アレルギーとは・食物アレルギーの種類・その他の食物アレルギー
第12回:アレルギー物質の表示／特定原材料の表示・表示の注意点
第13回:その他の健康危害／ＢＳＥ・鳥インフルエンザ・農薬及び動物用医薬品等の残留
第14回:食品の安全対策／食品の安全対策とは・食品安全対策にかかわる法律
第15回:食品衛生法／目的・関係者の責務

うち、実習（30時間）を含む

授業時間外学修の方法

教科書や配布プリントなどを使用して復習する。

評価方法、基準

学期毎に行われる筆記試験によって成績を評価する。

テキスト等、必要な教材

調理師養成教育全書・調理師養成教育全書必携問題集（公益社団法人全国調理師養成施設協会）

備考

2025年度　　光塩学園調理製菓専門学校　シラバス

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食品の安全と衛生・食品衛生学	1年次・後期	８０時間 (実習30時間を含む)	調理科

担当教員名

須佐　会美

授業の概要、目的

食と健康は、密接な関係にある。食の安心・安全性確保、そのために、食品の衛生的な取り扱い等が非常に大切であることを学ぶ。健康危害の発生を未然に防止することなど、食品衛生の基礎的な知識や調理従事者の責務などについて学び、社会で活躍できる人材を育てることを目的とする。

到達目標

食中毒（化学性・寄生虫）にもこのような原因で事件が起こったり、普段何気なく食べている魚介類などにも注意を払うことが大切であることを理解する。人畜共通感染症（いわゆる動物由来）、食物アレルギーについて理解する。

授業の進め方

授業は、教科書を中心に行う。適宜、内容をよく理解するための資料配布や映像を用いる。

授業計画

第16回:食品衛生法／清潔衛生の原則と届け出、食品の販売禁止・営業による規制
第17回:食品安全基本法／目的・食品の安全性確保に関する基本理念・責務と役割
第18回:食品安全行政／中央組織・食品安全委員会厚生労働省・農林水産省・消費者庁、地方組織（保健所）
第19回:食品安全情報の共有／食品表示とは、食品表示法・食品表示の一元化・届出・食品表示の適用範囲と区分
第20回:食品表示基準の区分・加工食品の食品表示・生鮮食品の食品表示
第21回:その他の法律による表示／ＪＡＳ法・景品表示法・計量法、食品営業施設・設備の安全対策／食品営業施設・設備の衛生管理・全体的な構造、配置・内部構造
第22回:手洗い設備・便所・付帯器具・建物の運営管理・施設設備・そ族・衛生害虫の駆除
第23回:給水および排水・廃棄物処理
第24回:調理従事者の健康管理・病原微生物保有者の把握、調理従事者の衛生管理（服装のポイント・衛生的習慣）
第25回:調理従事者の家族の健康チエックと届出、衛生教育の重要性、食品衛生責任者
第26回:調理作業時における安全対策／食材の衛生管理・食品の簡易鑑別法・食材を納入するときのポイント
第27回:食材の保存・管理・調理中の衛生的な取り扱い・盛り付けと客への提供・調理済み食品の配送・販売
第28回:異物の混入防止／食品中の異物・異物混入予防法
第29回:手洗い／手洗いはなぜ重要か・手洗いの考え方・手洗いのタイミング・手洗いの順序
第30回:洗浄・消毒・殺菌／食品、容器などの洗浄・殺菌と消毒

うち、実習（30時間）を含む

授業時間外学修の方法

教科書や配布プリントなどを使用して復習する。

評価方法、基準

学期毎に行われる筆記試験によって成績を評価する。

テキスト等、必要な教材

調理師養成教育全書・調理師養成教育全書必携問題集（公益社団法人全国調理師養成施設協会）

備考

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
食品の安全と衛生・食品衛生学	1年次・後期	８０時間 (実習30時間を含む)	調理科

担当教員名

須佐　会美

授業の概要、目的

食と健康は、密接な関係にある。食の安心・安全性確保、そのために、食品の衛生的な取り扱い等が非常に大切であることを学ぶ。健康危害の発生を未然に防止することなど、食品衛生の基礎的な知識や調理従事者の責務などについて学び、社会で活躍できる人材を育てることを目的とする。

到達目標

食中毒（化学性・寄生虫）にもこのような原因で事件が起こったり、普段何気なく食べている魚介類などにも注意を払うことが大切であることを理解する。人畜共通感染症（いわゆる動物由来）、食物アレルギーについて理解する。

授業の進め方

授業は、教科書を中心に行う。適宜、内容をよく理解するための資料配布や映像を用いる。

授業計画

第31回:物理的方法／熱湯消毒、煮沸消毒、低温殺菌・超高温殺菌
第32回:加圧加熱殺菌・放射線殺菌・殺菌灯殺菌・ろ過除菌
第33回:化学的方法／逆性石けん・次亜塩素酸水、次亜塩素酸ナトリウム・アルコール・オゾン水・電解水
第34回:自主衛生管理ＨＡＣＣＰ／ＨＡＣＣＰとは・わが国のＨＡＣＣＰに対する取り組み
第35回:ＨＡＣＣＰに沿った衛生管理／ＨＡＣＣＰに基づく衛生管理・ＨＡＣＣＰの考え方を取り入れた衛生管理
第36回:ＨＡＣＣＰの考え方を取り入れた衛生管理／衛生管理計画の作成・計画の実施・確認・記録
第37回:ＨＡＣＣＰの普及・推進
第38回:食品事故の対応／危機管理・食中毒の苦情を受けた場合・苦情内容の把握・確認・届け出
第39回:汚染物の処理方法・手順
第40回:実際に起こった食中毒の例／サルモネラ属菌・腸炎ビブリオ・病原大腸菌・ウエルシュ菌など

うち、実習（30時間）を含む

授業時間外学修の方法

教科書や配布プリントなどを使用して復習する。

評価方法、基準

学期毎に行われる筆記試験によって成績を評価する。

テキスト等、必要な教材

調理師養成教育全書・調理師養成教育全書必携問題集（公益社団法人全国調理師養成施設協会）

備考

2025年度　　光塩学園調理製菓専門学校　シラバス

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
調理理論と食文化概論・調理学総論	1年次・前期	110時間	調理科

担当教員名
遠田　悦子・実習担当教員

授業の概要、目的
調理方法や技術には、必ず科学的根拠が存在する。どう調理するかには何かしらの科学的な裏付けがあり、調理を上手にすることの原理になっている。授業を通して調理技術に関する原理を学び、理論に裏付けされた技術を工夫し、応用することで調理の幅を広げられるようになることを目的とする。また異文化との交流によって変化する食文化をグローバルな視野でとらえることの必要性について理解を深める。

到達目標
・食べ物のおいしさとは何かを考え、おいしさを構成する要因について理解する。
・調理の基本操作の種類を学び、それぞれの操作に適する食材を選択できるようになる。
・様々な食品の性質と調理による変化を捉え、実際の調理に活用できるようになる。
・日本の食文化と各国の食文化を学び、基礎知識を身につける。

授業の進め方
教科書を中心に進め、参考資料、プリントの活用、映像資料などの活用を行い授業を展開する。

授業計画

第1回：オリエンテーション、調理とは
第2回：調理の目的①嗜好性の多様化、栄養価の向上
第3回：調理の目的②安全性の向上、調理の文化的特性
第4回：おいしさの構成①～甘味
第5回：おいしさの構成②～酸味
第6回：おいしさの構成③～塩味
第7回：おいしさの構成④～苦味
第8回：おいしさの構成⑤～うま味・その他の味
第9回：おいしさの構成⑥～味の相互作用・香り
第10回：おいしさの構成⑦～温度・テクスチャー
第11回：おいしさの構成⑧～外観・音
第12回：おいしさの構成⑨～食べる人の側にある要因
第13回：調理の基本操作①～非加熱調理操作（１）
第14回：調理の基本操作②～非加熱調理操作（２）
第15回：調理の基本操作③～非加熱調理操作（３）

他、実習授業時にて行う。

授業時間外学修の方法
普段から食に関する話題に関心を持ち、また、食品店では何が並んでいるかなど、自分の目で見て考えることが日常的に出来ることが望ましい

評価方法、基準
定期試験（８０％）、授業時に行う小テスト、提出物、授業態度（２０％）により評価する。

テキスト等、必要な教材
・「新調理師養成教育全書必修編　④調理理論と食文化概論」（全国調理師養成施設協会）
・「新調理師養成教育全書必修編　⑤調理実習」（全国調理師養成施設協会）

備考

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
調理理論と食文化概論・調理学総論	1年次・前期	110時間	調理科

担当教員名
遠田　悦子

授業の概要、目的
調理方法や技術には、必ず科学的根拠が存在する。どう調理するかには何かしらの科学的な裏付けがあり、調理を上手にすることの原理になっている。授業を通して調理技術に関する原理を学び、理論に裏付けされた技術を工夫し、応用することで調理の幅を広げられるようになることを目的とする。また異文化との交流によって変化する食文化をグローバルな視野でとらえることの必要性について理解を深める。

到達目標
・食べ物のおいしさとは何かを考え、おいしさを構成する要因について理解する。
・調理の基本操作の種類を学び、それぞれの操作に適する食材を選択できるようになる。
・様々な食品の性質と調理による変化を捉え、実際の調理に活用できるようになる。
・日本の食文化と各国の食文化を学び、基礎知識を身につける。

授業の進め方
教科書を中心に進め、参考資料、プリントの活用、映像資料などの活用を行い授業を展開する。

授業計画

第16回：調理の基本操作④～非加熱調理操作（４）
第17回：調理の基本操作⑤～加熱調理操作（１）
第18回：調理の基本操作⑥～加熱調理操作（２）
第19回：調理の基本操作⑦～加熱調理操作（３）
第20回：食品の調理科学　植物性食品①～穀類
第21回：食品の調理科学　植物性食品②～いもおよびでんぷん類
第22回：食品の調理科学　植物性食品③～砂糖
第23回：食品の調理科学　植物性食品④～豆類・種実類
第24回：食品の調理科学　植物性食品⑤～野菜類・果実類
第25回：食品の調理科学　植物性食品⑥～きのこ類・藻類

他、実習授業時にて行う。

授業時間外学修の方法
普段から食に関する話題に関心を持ち、また、食品店では何が並んでいるかなど、自分の目で見て考えることが日常的に出来ることが望ましい

評価方法、基準
定期試験（８０％）、授業時に行う小テスト、提出物、授業態度（２０％）により評価する。

テキスト等、必要な教材
・「新調理師養成教育全書必修編　④調理理論と食文化概論」（全国調理師養成施設協会）
・「新調理師養成教育全書必修編　⑤調理実習」（全国調理師養成施設協会）

備考

2025年度　　光塩学園調理製菓専門学校　シラバス

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
調理理論と食文化概論・調理学総論	1年次・後期	70時間	調理科

担当教員名
遠田　悦子・実習担当教員

授業の概要、目的
調理方法や技術には、必ず科学的根拠が存在する。どう調理するかには何かしらの科学的な裏付けがあり、調理を上手にすることの原理になっている。授業を通して調理技術に関する原理を学び、理論に裏付けされた技術を工夫し、応用することで調理の幅を広げられるようになることを目的とする。また異文化との交流によって変化する食文化をグローバルな視野でとらえることの必要性について理解を深める。

到達目標
・食べ物のおいしさとは何かを考え、おいしさを構成する要因について理解する。
・調理の基本操作の種類を学び、それぞれの操作に適する食材を選択できるようになる。
・様々な食品の性質と調理による変化を捉え、実際の調理に活用できるようになる。
・日本の食文化と各国の食文化を学び、基礎知識を身につける。

授業の進め方
教科書を中心に進め、参考資料、プリントの活用、映像資料などの活用を行い授業を展開する。

授業計画

第1回：食品の調理科学　動物性食品①～魚介類
第2回：食品の調理科学　動物性食品②～食肉類
第3回：食品の調理科学　動物性食品③～卵類
第4回：食品の調理科学　動物性食品④～乳類
第5回：食品の調理科学　その他の食品①～油脂類
第6回：食品の調理科学　その他の食品②～調味料
第7回：食品の調理科学　その他の食品③～ゲル状食品
第8回：調理設備・設備とは
第9回：調理器具①～非加熱調理器具
第10回：調理器具②～加熱調理器具
第11回：調理器具③～その他
第12回：食器・容器～食器・容器の種類と特徴
第13回：調理と熱源～種類と特徴
第14回：食と文化　～食文化の成り立ち
第15回：多様な食文化①　～宗教と食物禁忌

他、実習授業時にて行う。

授業時間外学修の方法
普段から食に関する話題に関心を持ち、また、食品店では何が並んでいるかなど、自分の目で見て考えることが日常的に出来ることが望ましい

評価方法、基準
定期試験（８０％）、授業時に行う小テスト、提出物、授業態度（２０％）により評価する。

テキスト等、必要な教材
・「新調理師養成教育全書必修編　④調理理論と食文化概論」（全国調理師養成施設協会）
・「新調理師養成教育全書必修編　⑤調理実習」（全国調理師養成施設協会）

備考

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
調理理論と食文化概論・調理学総論	1年次・後期	70時間	調理科

担当教員名
遠田　悦子

授業の概要、目的
調理方法や技術には、必ず科学的根拠が存在する。どう調理するかには何かしらの科学的な裏付けがあり、調理を上手にすることの原理になっている。授業を通して調理技術に関する原理を学び、理論に裏付けされた技術を工夫し、応用することで調理の幅を広げられるようになることを目的とする。また異文化との交流によって変化する食文化をグローバルな視野でとらえることの必要性について理解を深める。

到達目標
・食べ物のおいしさとは何かを考え、おいしさを構成する要因について理解する。
・調理の基本操作の種類を学び、それぞれの操作に適する食材を選択できるようになる。
・様々な食品の性質と調理による変化を捉え、実際の調理に活用できるようになる。
・日本の食文化と各国の食文化を学び、基礎知識を身につける。

授業の進め方
教科書を中心に進め、参考資料、プリントの活用、映像資料などの活用を行い授業を展開する。

授業計画

第16回：多様な食文化②　～食法・調理法の多様性
第17回：食文化の共通化と国際化①　～食の伝播と変容・食の国際化
第18回：食文化の共通化と国際化②　～食生活の変容・世界の食事情
第19回：日本の食文化史①　原始～中世
第20回：日本の食文化史②　近世～現代
第21回：日本料理の食文化
第22回：行事食と郷土料理
第23回：食生活の現状と未来
第24回：世界の料理と食文化①　西洋料理の食文化
第25回：世界の料理と食文化②　中国とその他の国の食文化

他、実習授業時にて行う。

授業時間外学修の方法
普段から食に関する話題に関心を持ち、また、食品店では何が並んでいるかなど、自分の目で見て考えることが日常的に出来ることが望ましい

評価方法、基準
定期試験（８０％）、授業時に行う小テスト、提出物、授業態度（２０％）により評価する。

テキスト等、必要な教材
・「新調理師養成教育全書必修編　④調理理論と食文化概論」（全国調理師養成施設協会）
・「新調理師養成教育全書必修編　⑤調理実習」（全国調理師養成施設協会）

備考

2025年度　　光塩学園調理製菓専門学校　シラバス

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
その他・総合演習	１年次・前期	20時間	調理科

担当教員名	※実務経験のある教員はその主な実務経験
太田　克彦　（カクテル） 佐々木　恵　（ワイン） 小野　恵美　（礼法） 村井　美香子　（紅茶） 遠藤　由香利　（中国茶）　ほか	太田：ホテル・バーに２０年間勤務、バーのオーナー 佐々木：ホテル等にてソムリエとして従事 小野：茶道裏千家の準教授として指導 村井：紅茶教室を主宰 遠藤：中国茶の輸入・販売業

授業の概要、目的

飲食業に深く関係する飲材について、調理学総論でも詳しく学ぶが総合演習においては実際にプロの講師陣より取り扱い方、淹れ方、飲み方などを細部に亘り学ぶと共に、それらの成分や効能、保存の仕方を知り実践に役立てることを目的としている。

到達目標

・飲料の特徴を理解し、それらを用いて料理に活かすことができる。
・飲食業に不可欠な商品であることの重要性を考えることができる。

授業の進め方

授業は板書、映像、プリント資料を使い実践を交え理解を促す。

授業計画

以下の内容を学習する。時期等は不特定で行う為、内容のみ示す。

カクテル：お酒全般とカクテルの知識、技法や作り方を学ぶ。

礼　　法：茶道を通して、日本の文化の礼法を学ぶ。

ワイン　：お酒全般とワインの知識、サービスの技術を身に付ける。

紅　　茶：紅茶の知識、淹れ方などを学ぶ。

中国茶　：中国茶の知識、淹れ方などを学ぶ。

授業時間外学修の方法

配布したプリントなどを用いて復習する。

評価方法、基準

出席状況や積極的授業参加度など総合的に評価する。

テキスト等、必要な教材

プリント、ノート

備考

2025年度　　光塩学園調理製菓専門学校　シラバス

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
その他・総合演習	１年次・後期	20時間	調理科

担当教員名	※実務経験のある教員はその主な実務経験
井上　鉄也　　（コーヒー） 桔梗原　佐和子（チーズ） 野村　一正　　（フルーツカッティング） 鈴木　千春　　（製パン） 栗林　理架　　（洋菓子） ほか	井上：コーヒー専門店で店長兼バリスタとして勤務 桔梗原：勤務先で食育担当、チーズセミナー講師 野村：ホテル洋食7年、レストラン4年従事 鈴木：ベーカリー専門店４年従事 栗林：洋菓子専門店15年従事

授業の概要、目的

飲食業に深く関係する食材・飲材、また幅広い調理技術、パン、洋菓子について調理学総論でも詳しく学ぶが総合演習に於いては実際にプロの講師陣より取り扱い方、作り方など細部に亘り学ぶと共に、それらの成分や効能、保存の仕方などを知り実践の場に役立てることを目的としている。

到達目標

・色々な食材の扱い方や調理法の特徴を理解し、それらを用いて料理に活かすことができる。
・飲食業に不可欠な商品であることの認識を持ち、その重要性を考えることができる。

授業の進め方

授業は板書、映像、プリント資料を使い実習を交えて理解を促す。

授業計画

以下の内容を学習する。時期等は不特定で行う為、内容のみ示す。

コーヒー：コーヒーの知識と淹れ方、飲み比べ

チーズ　：チーズの知識、カットの仕方、盛り付け方、チーズを使ったデザート作り、試食

フルーツカッティング：各フルーツの切り方、盛り付け方、試食

製パン　：パンの基本的な作り方

洋菓子　：ケーキ等の基本的な作り方

授業時間外学修の方法

配布したプリントなどを用いて復習する。

評価方法、基準

出席状況や積極的授業参加度など総合的に評価する。

テキスト等、必要な教材

・プリント　・ノート

備考

2025年度　　光塩学園調理製菓専門学校　シラバス

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
総合調理実習・総合調理実習	１年次・前期	75時間	調理科

担当教員名	※実務経験のある教員はその主な実務経験
大野　浩平　（専門調理師） 野村　一正　（専門調理師） 後明　祐希　（専門調理師） 鳴海　えみり（専門調理師）	大野：ホテル日本料理4年、給食1年 野村：ホテル洋食7年、レストラン4年 後明：ホテル洋食9年、レストラン3年 鳴海：ホテル中国2年7ヶ月 調理師として従事

授業の概要、目的

衛生管理、献立・調理、食事環境、接遇等を総合的に学ぶことにより、調理師の業務全体を理解する。集団調理の基本技術を習得するとともに、食品、栄養と健康の関わりについて、調理を通して食事に調整する意義を理解する。

到達目標

・調理設備について、機器の使用方法、施設を理解し、安全に衛生的な調理をすることが出来る
・集団調理における衛生面の大切さを理解し、チームワークで給食を作り上げることが出来る
・飲食店を営業するに必要な接客を学び、お客様の心理を把握して対応することが出来る

授業の進め方

実習形式で行う。それ以外の形式で行う際は別途伝える。

授業計画

以下の内容を学ぶ。時期等は不特定で複数回行う為、内容のみ示す。一部は校外実習にて学習する。

調理設備・設備
・調理施設、設備について、機器の特徴や使用方法など
・衛生や安全性を保つ為の設備とは

集団調理実習
・集団調理実習の進め方、衛生管理計画について
・食物アレルギーの対応について
・大量調理の特徴と調理技術
・献立作成と調理

接客サービス
・接客サービスの基本と実務について
・食事の場におけるセッティングと演出

飲食店開業計画
・飲食店の開業について（心構え、メニュー、ターゲットなど）

授業時間外学修の方法

教科書、配布資料などを用いて復習をする。詳細は授業時に説明する。

評価方法、基準

出席状況や積極的授業参加度など総合的に評価する。

テキスト等、必要な教材

・「新調理師養成教育全書必修編　⑥総合調理実習」（全国調理師養成施設協会）
・実習衣一式　　・包丁等一式

備考

・ヘアネットを着用のこと

2025年度　　光塩学園調理製菓専門学校　シラバス

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
総合調理実習・総合調理実習	１年次・後期	15時間	調理科

担当教員名	※実務経験のある教員はその主な実務経験
大野　浩平　（専門調理師） 野村　一正　（専門調理師） 後明　祐希　（専門調理師） 鳴海　えみり（専門調理師）	大野：ホテル日本料理4年、給食1年 野村：ホテル洋食7年、レストラン4年 後明：ホテル洋食9年、レストラン3年 鳴海：ホテル中国2年7ヶ月 調理師として従事

授業の概要、目的

衛生管理、献立・調理、食事環境、接遇等を総合的に学ぶことにより、調理師の業務全体を理解する。集団調理の基本技術を習得するとともに、食品、栄養と健康の関わりについて、調理を通して食事に調整する意義を理解する。

到達目標

・調理設備について、機器の使用方法、施設を理解し、安全に衛生的な調理をすることが出来る
・集団調理における衛生面の大切さを理解し、チームワークで給食を作り上げることが出来る
・飲食店を営業するに必要な接客を学び、お客様の心理を把握して対応することが出来る

授業の進め方

実習形式で行う。それ以外の形式で行う際は別途伝える。

授業計画

以下の内容を学ぶ。時期等は不特定で複数回行う為、内容のみ示す。

調理設備・設備
・調理施設、設備について、機器の特徴や使用方法など
・衛生や安全性を保つ為の設備とは

集団調理実習
・集団調理実習の進め方、衛生管理計画について
・食物アレルギーの対応について
・大量調理の特徴と調理技術
・献立作成と調理

接客サービス
・接客サービスの基本と実務について
・食事の場におけるセッティングと演出

授業時間外学修の方法

教科書、配布資料などを用いて復習をする。詳細は授業時に説明する。

評価方法、基準

出席状況や積極的授業参加度など総合的に評価する。

テキスト等、必要な教材

・「新調理師養成教育全書必修編　⑥総合調理実習」（全国調理師養成施設協会）
・実習衣一式　　・包丁等一式

備考

・ヘアネットを着用のこと

2025年度　　光塩学園調理製菓専門学校　シラバス

教育内容・授業科目名	開講時期	時間数	受講学科
調理実習・調理実習	１年次・前期 1年次・後期	前期：160時間 後期：140時間	調理科

担当教員名	※実務経験のある教員はその主な実務経験
大野　浩平　（専門調理師） 野村　一正　（専門調理師） 後明　祐希　（専門調理師） 鳴海　えみり（専門調理師） 他、実習非常勤講師	大野：ホテル日本料理4年、給食1年 野村：ホテル洋食7年、レストラン4年 後明：ホテル洋食9年、レストラン3年 鳴海：ホテル中国2年7ヶ月 調理師として従事

授業の概要、目的

調理師としての基本的な態度を身につけ、調理師の業務について、調理技術の習熟度による業務内容の分担や役割を理解する。調理の基本技術を反復することにより習得することで、その重要性と必要性を理解する。調理機器・器具の取扱い、食材の扱いと下処理、調理操作、調味、盛りつけ等の調理過程全体の基本技術を習得するとともに、各種料理の特性を調理を通して理解する。

到達目標

・食品の基本的な取扱法および調理操作（包丁の使い方、調理器具の扱い方）などの基礎技術を習得する。
・調理の際の衛生管理を学び、実習を通じて身に付け実践することが出来る
・日本料理、西洋料理、中国料理それぞれの基礎的技法を修得し、調理することが出来る

授業の進め方

実習形式で行う。レシピは始業前に配布する。それ以外の形式で行う際は別途伝える。

授業計画

授業内容は別途。

授業時間外学修の方法

授業で学修したことを自宅や実習室（開放時）で反復する。

評価方法、基準

学期毎に行われる実技試験により評価する。

テキスト等、必要な教材

・「新調理師養成教育全書必修編　⑤調理実習」（全国調理師養成施設協会）
・実習衣一式　　・包丁等一式　　・クリアファイル（レシピホルダー：日本、西洋、中国）

備考

2025年　前期・後期　調理科

科目名	調理実習（日本料理1）
単元	講義内容と目的
1	〈実習室、器具の説明〉 ・実習室の使い方、基本的な使い方は現場と変わりないので就職後においても役に立つ。 〈飾り切り〉 ・日本料理の包丁の技術を見せることにより少しでも興味を持たせる。
2	〈包丁の研ぎ方〉 ・片刃という日本料理独特の包丁の特徴、用途、手入れ法などを学ぶ。 〈日本料理について〉 ・現在の型に至るまでの歴史、料理の型などを学ぶ。
3	〈包丁の使い方〉 ・包丁の持ち方、構え方、基本の３本の使用法、用途など ・基本の包丁の動かし方を桂剥きで練習 「大根の桂剥き、妻打ち」
4	〈出汁について〉 ・種類、出汁の引き方などを実際に体験、学習 「一番出汁、二番出汁」
5	〈ご飯について〉 ・お米の研ぎ方、漬け時間、炊き方を学ぶ ・出汁の復習を兼ね、お握りと味噌汁を作る 「お握り、味噌汁、野菜の浅漬け」
6	〈郷土料理〉 ・色々な料理がある中で北海道に根付いている古くからの料理に触れる数少ない 　学習の機会 「甘納豆赤飯他」
7	〈魚の卸し方〉 ・魚の卸し方（３枚卸し）を練習 ・魚の焼き方について 「鰺の塩焼き」
8	〈おさらい〉 ・今迄の、包丁、出汁、ご飯の復習 （炊き込み御飯、味噌汁、漬物） 「炊きこみ御飯、赤出汁、野菜の浅漬け」
9	〈揚げ物①〉 ・揚げ方、油の温度管理、衣の堅さ等を基本の天婦羅で学ぶ 「天婦羅盛り合わせ・掻き揚げ」

科目名	調理実習（日本料理2）
単元	講義内容と目的
10	〈揚げ物②〉 ・材料の下処理法、揚げ衣の種類、揚げ油の温度の使い分けについて学ぶ 「変わり揚げ」
11	〈反復授業〉 ・実技テストの内容を告知しデモンストレーションで見せる。 ・練習させることにより課題を理解させ各自の弱点を確認し、改善点を見つける
12	〈和え物〉 ・材料の持ち味を生かした下処理、和え衣の扱い方について学ぶ 「ほうれん草の胡麻和え」
13	〈酢の物〉 ・材料の持ち味を生かした下処理、利用法、酢の効果利用法、合せ酢の種類を学ぶ 「北寄の酢の物」
14	〈焼き物〉 ・基本的な串の打ち方、焼き物の火加減、合せタレの種類について学ぶ 「鮭の柚庵焼き、黄身焼き」
15	〈蒸し物〉 ・他の加熱法との比較、特徴などを基本の茶碗蒸しで体験し、道明寺蒸しで応用を学ぶ 「茶碗蒸し、道明寺蒸し」
16	〈煮物〉 ・調味料についての講義と加熱による調味料、食材の変化について学ぶ 「炒り鶏、金平牛蒡」
17	〈寿司〉 ・ご飯を炊き、シャリ切り迄を実際に体験し基本の巻物（太巻き、細巻き）を体験する 「太巻き、細巻き」
18	〈卵料理〉 ・調理の基本である卵料理について ・卵の特性を改めて見直し調理に生かす。 「出汁巻き玉子」「薄焼き卵」「ちらし寿司」

科目名	調理実習（日本料理3）
単元	講義内容と目的
19	〈反復授業２〉 ・実技テストの内容を知らせ解説し、練習させることにより課題を理解させ各自の弱点を確認し練習点を見つける
20	〈正月料理〉 ・節供料理の中でも最も重要な正月、御節料理について学ぶ 「伊達巻、栗きんとん」
21	〈煮物〉 ・一つの鍋で一度で含め煮を作り、大きさを揃える事の大切さ、下処理の大切さを学ぶ 「おでん」
22	＜寄せ物・練り物＞ ・寄せ物の特性、練り物の特性について学ぶ ・ゼラチンの扱い方、くず粉の練り方について 「ホワイトアスパラ豆腐」「ごま豆腐」
23	〈節句料理〉 ・節句料理を季節折々の基本的な授業の要素を含んだものでおさらいし、五法全ての関連を学ぶ
24	〈お造り〉 ・包丁の使い方、木取り、造り方などを学ぶ ・あしらい物の作り方を学ぶ
25	〈寿司〉 ・基本の握り方を学ぶ ・ネタに鮪を１本使い部位の説明、利用法、卸し方なども学ぶ 「鮪の握り寿し」
26	＜蕎麦＞ ・我が国古くから親しまれてきた庶民的な麺類である蕎麦について学ぶ ・蕎麦の産地からつゆのバリエーションについて、蕎麦打ちの一連の流れをつかむ。
27	〈一汁三菜〉 ・主食の飯に対して汁物1品とおかず３品の組み合わせ。和食献立の基本となる形について学ぶ ・季節に合わせた前菜の種類と盛り付け方、八寸の基本的な盛り込みについて

科目名	調理実習（日本料理4）
単元	講義内容と目的
28	〈松花堂弁当〉 ・一汁三菜を松花堂弁当に盛り込み、１品料理と弁当（盛り込み料理）の違いを学ぶ
29	〈鮟鱇料理〉 ・鮟鱇独自の卸し方であるつるし切りや、他の魚の卸し方との共通点を学ぶ ・鍋料理について材料の相性や彩の工夫について学ぶ 「鮟鱇鍋」

2025年　前期・後期　調理科

科目名	調理実習（西洋料理1）
単元	講義内容と目的
1	＜実習室の使い方について＞ ・器具や調理台の使用方法をフランス語を交えて学ぶ ＜包丁砥ぎ＞ ・西洋包丁の名称及び砥石の使い方を実際に砥いで学ぶ
2	＜西洋料理について＞ ・フランス料理の特色を始め、食文化を学ぶ ＜一年次の最終の型を体験する＞ ・デモンストレーションの料理を実際に盛り付けて試食する ・包丁研ぎについて ・レギューム・ショー
3	＜野菜の切り方について＞ ・包丁の持ち方や立つ姿勢を学ぶ ・野菜を3種切って、切り方のフランス語を学ぶ ·シュージュリエンヌ ・キャロットジュリエンヌ ・オニオンアッシェ
4	＜ドレッシングについて＞＜パスタ１＞ ・野菜をゆでる際の塩分濃度について ・パスタの茹で方と濃度のつけ方について学ぶ ・乳化について ・ポム・トゥルネ ・シーザーサラダ ・スパゲティボンゴレビアンコ
5	＜西洋料理のスープ、ソースについて＞ ・基本のブイヨン、フォンの作り方 ・ブイヨンを使ってスープの基本を学ぶ ・ブイヨンドヴォライユ ・フォンドヴォー(デモのみ) ・フュメドポワソン(デモのみ) ・ミネストローネ
6	＜反復授業＞ ・一人ずつ限られた時間の中で仕事を進め現状を確認する ・シュージュリエンヌ ・キャロットジュリエンヌ ・オニオンアッシェ } 30分
7	＜ルーとブルーテについて＞ ・ベシャメルソースについて ・オーブンの使い方 ・魚介のグラタン ・クリームコロッケ
8	＜油脂とオリーブオイルについて＞ ・オリーブオイルについて ・オリーヴオイルのテイスティング ・ヴァージンオイルを使って一品
9	＜料理の応用　フランス料理＞ ・古典フランス料理を通して基本の技術・味付けについて学ぶ ・オーブンを使い火の通し方を学ぶ ・フリカッセドヴォライユ ・ラタトゥイユ

科目名	調理実習（西洋料理2）	
単元	講義内容と目的	
10	＜肉のつなぎについて＞＜パスタについて＞ ・肉の扱いについて ・ショートパスタについて ・洋食の基本メニューを作り、料理の組み立てを学ぶ	・ロールキャベツ ・リガトーニ　カルボナーラ
11	＜反復授業２＞ ・素材を指定の大きさ、時間内に切り洋包丁の　使い方を習得する	・野菜の切り方 ・包丁の使い方 ・仕事の流れ 30分
12	＜料理の応用３　イタリア料理２＞ ・イタリア料理の技法、食文化を実習を通じて学ぶ ・イタリア料理のコースの流れについて ・揚げ物について ・リゾットについて	・フリットミスト ・魚介のリゾット ・豚肉のピッツァイオーラ
13	＜料理の応用４　フランス料理＞ ・スープについて ・貝の特性 ・古典フレンチについて	・豚肉のシャリュキュティエール ・アサリ貝のサフランスープ
14	＜デザートについて＞ ・基本のパティシエールについて ・シュー生地について	・クレームパティシエール ・シューアラクレーム
15	＜料理の応用３　イタリア料理２＞ ・基本のトマトソースについて ・ニョッキについて	・タコのカルパッチョ ・ニョッキサルサポモドーロ ・基本のトマトソース
16	＜料理の応用５　イタリア料理＞ ・イタリア地方の郷土料理について ・マリネについて	・魚介のサラダ仕立て ・ポレンタのサルシッチャソース
17	＜料理の応用６　フランス料理＞ ・牛肉の部位について学び、ソースの組み立て方を覚える ・ポワルを使い焼き方を学ぶ	・牛ロース肉のポワレ、ロッシーニ風 ・キャロットグラッセ ・オムレツ
18	＜反覆授業３＞ ・一人ずつ限られた時間の中で仕事を進め現状を確認する	・人参のシャトーむき ・オムレツ

科目名	調理実習（西洋料理3）	
単元	講義内容と目的	
19	＜料理の応用7　フランス料理＞ ・豚肉の部位について ・スフレについて ・バターライスについて	・豚肉のシャリアピン風パネ バターライス添え ・パッションフルーツのスフレ
20	＜料理の応用8　フランス料理＞ ・豚肉について学ぶ ・二枚貝の下処理の仕方について	A ・活帆立のタルタル マリモ風 ・豚ロースの香草パン粉焼き
21	＜デセールについて＞ ・パイ生地の扱い方を学ぶ	・アップルパイ
22	＜反覆授業４＞ ・与えられた2つの課題を時間内に正確に 仕上げる	・人参のシャトーむき15分 ・オムレツ
23	＜料理の応用10　創作料理＞ ・各班で西洋料理を考えレシピの作り方、 創造力を高め、組み合わせ方について学ぶ	
24	＜料理の応用１１　フランス料理＞ ・マリネについて学ぶ ・鴨肉について学ぶ	・鮭と秋刀魚のエスカベッシュ ・鴨胸肉のサラダ仕立て
25	＜料理の応用１２　イタリア料理＞ ・手打ちパスタについて学ぶ ・フルーツのソースと料理の組み合わせに ついて学ぶ	・パッパルデッレ　ボスカイオーラ ・カジキマグロのインボルティーニ オレンジソース
26	＜料理の応用１３　フランス料理＞ ・焼き菓子 ・アシェットデセールについて	・ガトーショコラ ・フルーツの冷製サバイヨングラタン 桜風味
27	＜食肉加工＞ ・食肉加工について ・スモーク(燻製)について	・ベーコン ・ポークソーセージ

科目名	調理実習（西洋料理4）
単元	講義内容と目的
28	＜特別授業１　イタリア料理＞ ・イタリア人シェフによる現代イタリア料理を学ぶ ・アンティパスト ・プリモ･ピアット ・セコンドピアット ・ドルチェ
29	＜クードレィ校特別授業１＞ ・姉妹校教授によるフランス語での授業、文化の違いを学ぶ
30	＜クードレィ校特別授業２＞ ・姉妹校教授によるフランス語での授業、文化の違いを学ぶ
31	＜パンについて＞ ・生地の特性や、成形、焼成を触れて学ぶ

2025年　前期・後期　調理科

科目名	調理実習（中国料理1）	
単元	講義内容と目的	
1	＜中国料理オリエンテーション 1＞ ・実習室の機能について ・包丁について	・実習室の使い方とその機能、安全な使用法を学ぶ ・中華包丁の特性を学び手入れ方法を習得する
2	＜中国料理のオリエンテーション 2＞ ・中国料理について ・鍋振りの練習	・料理の歴史や特色、中国茶・中国種などを学ぶ ・器具の使用方法を習得する
3	＜基本のだし汁(スープストック)＞ ・だし汁の広義について ・吊湯(スープをとる) ・上湯雲呑	・種類を学び、使用方法を探る ・「毛湯」の取り方を習得する ・おのおのの作ったスープで作り試食 ・実習準備方法(材料・機具等)を習得する
4	＜野菜の基本切り＞ ・「片」「絲」「末」を切る	・まな板の扱い方、洗浄方法を習得する ・包丁の持ち方、立ち位置、姿勢を習得する ・野菜の切り方の基本を学ぶ
5	＜炸(揚げる)の基本＞ ・「炸」の広義について ・春捲 ・上海油淋鶏	・炸の基本、ポイント、主な種類を学ぶ ・巻包炸について習得する ・軟炸、打献を習得する ・実習後の片づけについて学ぶ
6	＜煎(煎り焼く)の基本＞ ・「煎」の広義について ・生煎鍋貼 ・金華煎釀帯子	・煎の基本、ポイントを学ぶ ・鍋貼の方法と生地を習得する ・煎・釀を習得し、あわせて金華ハムについて学ぶ
7	＜炒(炒める)の基本 1＞ ・「炒」の広義について ・鮮炒素菜 ・宮保鶏丁	・炒の基本、一連の手順を学ぶ ・湯通しからの炒を習得する ・油通しからの炒を習得する　対比して学ぶ
8	＜麺・飯・粥の基本 1＞ ・「麺・飯・粥」について ・蟹肉炒飯 ・炸醤麺	・中国の主食について。 また「北麺南飯」の特徴をとらえ、その種類を学ぶ ・炒飯の技法を習得する ・拌麺(あえ麺)を習得し、あわせて甜麺醤を作る
9	＜肉の切り方の基本(牛肉を使って)＞ ・「刀工」の広義について ・牛肉絲炒麺 ・水煮牛肉	・刀工、刀法、上漿について学ぶ ・牛肉絲について刀法を習得する ・牛肉片について習得し、あわせて四川料理の調味料を学ぶ

科目名	調理実習（中国料理2）	
単元	講義内容と目的	
10	＜湯(スープ料理)の調理法＞ ・「湯」の広義について ・冬瓜薏仁煲鶏湯 ・酸辣上湯 ・清燉獅子頭	・湯とは何か、またその種類について学ぶ ・深手の鍋で長時間煮込むスープを習得する ・比較的短時間で調味するとろみスープを習得する ・器に材料を入れ長時間蒸すスープを習得する
11	＜甜品(デザート)の基本＞ ・甜品の定義について ・蛋撻(エッグタルト) ・脆皮芝麻球 ・杏仁豆腐	・点心とその種類、調理法について学ぶ ・西洋的な焼く点心を習得する ・揚げる点心と生地を習得する ・冷やし固める点心と漢方について習得する
12	＜鹹點の基本 1＞ ・鹹點の広義について ・小籠包 ・蝦餃皇	・点心とその種類、調理法について学ぶ ・小麦の生地と餡の特性を習得する ・小麦粉デンプンの生地の特性を知り習得する
13	＜麺・飯・粥の基本 2＞ ・瑶柱靚白粥 ・家郷炒米粉 ・荷葉珍珠鶏	・粥の作り方と日本との違いを検証する ・米から作る麺(米粉)の戻し方、作り方の基本を習得する ・もち米を包んで蒸すを習得する
14	＜焼(煮込み)の基本 1＞ ・焼の広義について ・豉汁炆鶏球(鶏レッグ使用) ・陳麻婆豆腐	・焼とそのポイント、とろみ付けやつけ合わせなどを学ぶ ・炆(軽い煮込み)を習得する ・麻婆豆腐完成の成り立ちや調味料、調理法を習得する
15	＜焼(煮込み)の基本 2＞ ・東坡肉 ・胡蝶餅 ・沙爹粉絲蝦煲	・長時間煮込む調理法を学ぶ ・東坡肉に添えるバーンズを習得する ・土鍋煮込みを習得する。あわせて沙爹醤について学ぶ
16	＜冷菜(前菜)の基本＞ ・冷菜の広義について ・椒麻魷魚花　・蜜汁叉焼 ・涼拌海蜇皮 ・棒棒鶏	・冷菜について、盛り付け方、出し方、主な調理法について学ぶ ・冷菜の個人盛りを習得する ・各種調理法、調味料、ソースを学ぶ
17	＜蒸(蒸す)の基本＞ ・蒸の広義について ・荷葉粉蒸羊肉 ・家郷蒸魚腩	・蒸について、蒸のポイント、主な種類について ・米の粉をまぶして蒸す特徴を習得する ・清蒸について習得する
18	＜焼烤(焼き物)の基本＞ ・焼烤の広義について ・北京烤鴨 ・蜜汁叉焼	・焼烤について、焼烤のポイントや種類、提供の仕方について学ぶ ・北京ダックの仕込みや調理、提供方法を学ぶ。 あわせて包餅を習得する ・叉焼の仕込み方法、火加減などを学ぶ

科目名	調理実習（中国料理3）	
単元	講義内容と目的	
19	＜炒(炒める)の基本 2＞ ・沙律炒蝦仁 ・刀豆鶏片	・マヨネーズ炒めの香りの出し方と失敗例を学ぶ ・鶏ささみの刀法と上漿、いんげんの火入れのタイミングを習得する
20	＜鹹點の基本 2＞ ・焼売 ・豆豉蒸排骨	・豚肉とエビの下処理、蒸し加減を習得し、大量に作ることで熟練度を上げる ・骨付き肉の特性と蒸し加減、豆豉について習得する
21	＜前期実技テスト　テスト前授業＞ ・「片」「絲」「末」を切る	・試験課題を提示し、調理手順の説明と注意すべき点を確認する ・重要点(出来栄え、衛生、時間内修了)を再認識する ・弱点を見つけ克服する
22	＜前期実技テスト＞ ・「片」「絲」「末」を切る	・前期の習得目標「刀工」の熟練度をはかる
23	＜後期実技テスト　テスト前授業＞ ・軟炸子鶏を仕上げる	・試験課題を提示し、調理手順の説明と注意すべき点を確認する ・重要点(出来栄え、衛生、時間内修了)を再認識する ・弱点を見つけ克服する
24	＜後期実技テスト＞ ・軟炸子鶏を仕上げる	・年間の習得目標「刀工・調理・盛付」の習熟度をはかる
25	＜四川料理の調理法＞ ・回鍋肉 ・搾菜肉崧炒飯 ・乾焼蝦仁	・ここ数年流行している「四川料理」の理由を探る ・四川料理の調理法、泡菜、調味料を使用したベーシックメニューを習得する
26	＜鮮魚を使って＞ ・芫茜皮蛋魚片湯 ・豉汁五彩炒魚絲	・鮮魚を頭・皮・骨を使いだしを取り、正身を使った料理を学ぶ
27	＜まんじゅう生地の応用＞ ・蜜汁叉焼包	・中国特有の生地「老麺」を学び、チャーシューまんじゅうを作る

科目名	調理実習（中国料理4）	
単元	講義内容と目的	
28	＜中国の医食同源とその歴史＞	・医食同源の考え方を学び、 陰陽五行を取り入れた料理の デモンストレーションと試食をする