

## 神戸市シルバーカレッジ 講義概要(シラバス)

コース 専攻	総合芸術コース 食文化専攻	対象学年	3年
講義日	令和8年①4月13日(月) ②5月11日(月) ③5月14日(木) ④5月25日(月) ⑤6月1日(月) ⑥6月18日(木) ⑦6月29日(月) ⑧7月6日(月)		
テーマ	食を学ぶⅢ 健康的な食生活への実践へ繋げる学び		
講師	元神戸女子大学家政学部准教授 安田 敬子		
<p>講義内容</p> <p>1.ねらい</p> <p>グループ学習においては、各研究テーマに沿って進められる調査・研究の中で、必要に応じた指導、支援を行います。</p> <p>調理実習においては、調理の様々な知識をより深く理解し、楽しく調理します。</p> <p>2.主な内容</p> <p>①グループ学習①</p> <p>②味付けと調味パーセント(講義)</p> <p>③グループ学習②</p> <p>④料理で脳を活性化～DHAやEPAを摂ろう～</p> <p>⑤グループ学習③</p> <p>⑥アンチエイジング～チキンの赤ワイン煮込み～</p> <p>⑦おいしさと味覚～牛肉とトマトの炒め物～</p> <p>⑧グループ学習④</p> <p>①③⑤⑧はグループ学習</p> <p>各グループの研究テーマに沿って調査・研究を進め、まとめる中で指導、支援を実施</p> <p>②は講義</p> <p>④⑥⑦は調理実習</p> <p>午前:料理の手順、ポイントを説明の後、各グループで調理実習</p> <p>午後:試食、反省会、ミニ講義、質疑応答など</p> <p>講師からのメッセージ</p> <p>いよいよ最終学年でのグループ学習が始まります。</p> <p>「自ら学ぶ」「共に学びあう」「仲間づくり」を基本とし、目標に向けて楽しく取り組んでください。</p>			

