

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科1年	食品と栄養の特性	2025年度	1年・前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
基礎	栄養学	柳井	1単位 30時間

## 【授業の到達目標及びテーマ】

人間は、食物を摂取し体内に必要な物質（栄養素）を摂り入れることで、その生命活動を維持している。食に携わる者として、食物に含まれる栄養素と体内における役割について理解する必要がある。

この授業は、栄養学の基礎知識と、健康への意識を高めることを目標とする。

## 【講義概要】

栄養素には、どんな種類があり、どのような役割があるのか。それらの栄養素が体内でどのように吸収されるのか。人体機能の理解を深め、調理師として料理に展開できるよう学ぶ。

前半は各栄養素の特徴について学び、後半はエネルギー代謝や食事摂取基準を用いて理解を深める

## 【授業の特徴 形式と教員紹介】

講義形式を基本とするが、献立作成における演習やグループワークなどの時間も適宜取り入れる。

担当教員は病院で管理栄養士として勤務経験があり、献立作成・栄養指導に関する実務経験に基づいて調理師養成に向けた授業を展開する

## 【成績評価方法】

講義全体を100点満点として採点する。定期試験70点、出席状況30点とし成績評価を行う。なお出席が全体の2/3以下の場合は、成績評価の対象外となる。

回	授業計画及び学習の内容
1	栄養・栄養素とは
2	五大栄養素・三大栄養素の概論
3	炭水化物とは①
4	炭水化物とは②
5	脂質とは①
6	脂質とは②
7	たんぱく質とは①
8	たんぱく質とは②
9	ビタミンについて①
10	ビタミンについて②
11	ミネラルについて①
12	ミネラルについて②
13	献立作成（グループワーク）
14	献立作成（グループワーク）
15	前期試験対策

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科 1 年	食品と栄養の特性	2025年度	1年・後期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
基礎	栄養学	萬成	1単位 30時間

## 【授業の到達目標及びテーマ】

人間は、食物を摂取し体内に必要な物質（栄養素）を摂り入れることで、その生命活動を維持している。食に携わる者として、食物に含まれる栄養素と体内における役割について理解する必要がある。

この授業は、栄養学の基礎知識と、健康への意識を高めることを目標とする。

## 【講義概要】

栄養素には、どんな種類があり、どのような役割があるのか。それらの栄養素が体内でどのように吸収されるのか。人体機能の理解を深め、調理師として料理に展開できるよう学ぶ。

前半は各栄養素の特徴について学び、後半はエネルギー代謝や食事摂取基準を用いて理解を深める

## 【授業の特徴 形式と教員紹介】

講義形式を基本とするが、献立作成における演習やグループワークなどの時間も適宜取り入れる。

担当教員は管理栄養士として保育園の勤務経験があり、献立作成・栄養指導に関する実務経験に基づいて調理師養成に向けた授業を展開する

## 【成績評価方法】

講義全体を100点満点として採点する。定期試験70点、出席状況30点とし成績評価を行う。なお出席が全体の2/3以下の場合は、成績評価の対象外となる。

## 回

## 授業計画及び学習の内容

- 1 前期栄養素の各論復習
- 2 食事の生理的欲求と心理的欲求
- 3 消化と吸収
- 4 炭水化物の消化吸収
- 5 炭水化物の消化吸収
- 6 脂質の消化吸収
- 7 脂質の消化吸収
- 8 たんぱく質の消化吸収
- 9 たんぱく質の消化吸収
- 10 エネルギー代謝
- 11 エネルギー代謝
- 12 日本人の食事摂取基準
- 13 食品成分表
- 14 食事バランスガイドの活用
- 15 後期試験対策

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科 1 年	食品の安全と衛生	2025 年度	1 年・前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
基礎	食安全学	中埜	2単位 60 時間

## 【授業の到達目標及びテーマ】

食品を調理加工し、消費者に提供する立場にある調理師にとって、食品の安全を守ることは責務である。安全であるはずの食品が、健康危害の原因になりうる要因や、法的根拠を学ぶことで、衛生管理を実践し、危害を未然に防ぐことが目標である。

## 【講義概要】

実際に調理現場で発生しやすい細菌性・ウイルス性食中毒などの発生原因・症状・予防法などの特徴を学び、食中毒予防の三原則を理解する。前期は、微生物の種類や増殖条件・細菌性の食中毒、後期はウイルス性食中毒や寄生虫食中毒、その他 B S E など世界的な健康危害について学ぶ。

## 【授業の特徴 形式と教員紹介】

講義形式を基本とするが、実践的なグループディスカッションなどの時間も適宜取り入れる。担当教員は、区役所にて食品衛生監視員としての実務経験を積んでおり、食品衛生に関する実践的な知識を生かし、調理師養成に向けた授業を行う。

## 【成績評価方法】

講義全体を 100 点満点として採点する。定期試験 70 点、出席状況 30 点、とし成績評価を行う。なお出席が全体の 2 / 3 以下の場合は、成績評価の対象外となる。

## 授業計画及び学習の内容

回	食安全 1	回	食安全 2
1	食の安全と衛生①	1	食の安全（導入）
2	食の安全と衛生②	2	食中毒事例研究
3	食品添加物の概要	3	調理場における微生物制御
4	食品添加物と衛生関係法規	4	微生物の種類
5	食品添加物の安全性の評価	5	微生物の増殖条件 1
6	主な食品添加物とその用途	6	微生物の増殖条件 2
7	食品と重金属・放射線物質	7	食品微生物汚染・食品の腐敗
8	器具・容器包装の衛生・材質の種類	8	第 5 章 飲食による健康危害
9	自然毒食中毒・動物性自然毒（ふぐ・イシナギ）	9	健康危害の種類・食中毒概要
10	シガテラ・貝毒による中毒	10	サルモネラ・腸炎ビブリオ食中毒
11	植物性自然毒（ビルマ豆など）	11	病原大腸菌・カンピロバクター食中毒
12	植物性自然毒（じゃがいも、有毒キノコなど）	12	エルシニア・リステリア食中毒
13	化学性食中毒概要	13	ブドウ球菌・ボツリヌス菌食中毒
14	化学性食中毒の予防/ヒスタミン食中毒	14	ウェルシュ菌・セレウス菌食中毒
15	前期まとめ	15	細菌性食中毒の予防法

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科 1 年	食品の安全と衛生	2025 年度	1 年・後期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
基礎	食安全学	中埜	3 単位 90 時間

## 【授業の到達目標及びテーマ】

食品を調理加工し、消費者に提供する立場にある調理師にとって、食品の安全を守ることは責務である。安全であるはずの食品が、健康危害の原因になりうる要因や、法的根拠を学ぶことで、衛生管理を実践し、危害を未然に防ぐことが目標である。

## 【講義概要】

実際に調理現場で発生しやすい細菌性・ウイルス性食中毒などの発生原因・症状・予防法などの特徴を学び、食中毒予防の三原則を理解する。前期は、微生物の種類や増殖条件・細菌性の食中毒、後期はウイルス性食中毒や寄生虫食中毒、その他 B S E など世界的な健康危害について学ぶ。

## 【授業の特徴 形式と教員紹介】

講義形式を基本とするが、実践的なグループディスカッションなどの時間も適宜取り入れる。

担当教員は、区役所にて食品衛生監視員としての実務経験を積んでおり、食品衛生に関する実践的な知識を生かし、調理師養成に向けた授業を行う。

## 【成績評価方法】

講義全体を 100 点満点として採点する。定期試験 70 点、出席状況 30 点、とし成績評価を行う。なお出席が全体の 2 / 3 以下の場合は、成績評価の対象外となる。

## 授業計画及び学習の内容

回	食安全 1	回	食安全 2	回	食安全 3
1	食物アレルギー概要	1	細菌性食中毒の制御について 1	1	手洗い・実験
2	アレルギー物質の表示	2	細菌性食中毒の制御について 2	2	食品営業施設①（設備・衛生管理）
3	食物アレルギー事故（例）	3	ウイルス性食中毒	3	食品営業施設②（給水および排水・廃棄物処理）
4	アレルギー事故防止対策	4	ウイルス性食中毒の予防法	4	食品営業施設③（営業許可・図面作成）
5	食品安全対策・食品安全対策とは	5	第 7 章 食品衛生実習	5	調理従事者の健康管理
6	食品安全対策にかかわる法律	6	食品衛生実習総論（食品の内部構造・鮮度判定）	6	調理従事時における安全対策①
7	食品衛生法①	7	微生物による二次汚染（培地） / （判定）	7	調理従事時における安全対策②
8	食品衛生法②	8	第 5 章 飲食による健康危害	8	調理作業時の安全対策（洗浄・消毒）
9	食品安全基本法	9	経口感染症 その他の健康危害	9	調理作業時の安全対策（消毒・殺菌）
10	食品安全行政①中央組織②地方組織	10	概要、海産魚介類から感染する寄生虫	10	食中毒事故対応
11	食品安全情報の共有	11	淡水産魚介類から感染する寄生虫	11	自主衛生管理 HACCP の概要
12	食品表示とは	12	食肉から感染する寄生虫	12	我が国における HACCP の取り組み
13	食品表示法	13	野菜類から感染する寄生虫	13	HACCP にそった衛生管理
14	その他の法律による表示	14	飲料水から感染する寄生虫、予防法	14	HACCP の普及・推進
15	後期授業まとめ	15	後期授業まとめ	15	後期授業まとめ

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科 1 年	食生活と健康	2025年度	1 年・前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
基礎	食生活学	木村	2 単位 6 0 時間
<b>【授業の到達目標及びテーマ】</b>			
現代の健康の在り方は多様化しており、単に病気でない状態をさしているわけではない。健康の概念と理想とする健康状態を成立させるために、わが国の疾病の動向から心身の健康づくり、環境問題など幅広く学ぶ。調理師の存在意義や社会との関わりを理解し、果たすべき役割を考える。			
<b>【講義概要】</b>			
健康の保持・増進に寄与する食生活の重要性を認識し、我が国の健康の現状とともに、調理師法、健康づくりや食生活の向上に関する法規や関連する対策及び活動を学ぶ。 前期は生活習慣病や健康づくり運動について、後期は労働法規や環境問題を中心に理解を深める。			
<b>【授業の特徴・形式と教員紹介】</b>			
講義形式を基本とするが、実践的なグループディスカッションなどの時間も適宜取り入れる。 担当教員は、管理栄養士として病院や保育園の勤務経験があり、栄養指導や食育活動等の実務経験を生かし調理師養成に向けた授業を行う。			
<b>【成績評価方法】</b>			
講義全体を 1 0 0 点満点として採点する。定期試験 7 0 点、出席状況 3 0 点、とし成績評価を行う。なお出席が全体の 2 / 3 以下の場合は、成績評価の対象外となる。			
回	授業計画及び学習の内容		
1	ガイダンス、食生活学概要、学ぶ意義	16	生活環境
2	健康とは何か・我が国の健康水準	17	環境条件・大気
3	目指すべき健康とは・食生活が健康に果たす役割	18	環境条件・水
4	国民健康・栄養調査の結果とその考察	19	環境条件・住居
5	健康的な食生活習慣づくり	20	環境条件・廃棄物
6	生活習慣と疾病	21	環境条件・放射線・広がる環境汚染
7	生活習慣病とは	22	空気汚染
8	生活習慣病の国際比較とその重要性	23	水質汚染
9	生活習慣病の予防	24	騒音、振動、悪臭
10	疾病予防から健康増進へ	25	主な環境問題
11	健康増進法	26	循環型社会の形成
12	わが国における健康づくり対策	27	調理師と環境・実践①
13	健康教育、健康に関する食品情報	28	調理師と環境・実践②
14	健康づくり・心の健康作り・相関とストレス	29	調理師と環境・実践③
15	健康づくり・ストレスの対処方法	30	調理師と環境・実践④

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科 1 年	食生活と健康	2025年度	1 年・後期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
基礎	食生活学	木村	1 単位 30 時間
【授業の到達目標及びテーマ】			
現代の健康の在り方は多様化しており、単に病気でない状態をさしているわけではない。健康の概念と理想とする健康状態を成立させるために、わが国の疾病の動向から心身の健康づくり、環境問題など幅広く学ぶ。調理師の存在意義や社会との関わりを理解し、果たすべき役割を考える。			
【講義概要】			
健康の保持・増進に寄与する食生活の重要性を認識し、我が国の健康の現状とともに、調理師法、健康づくりや食生活の向上に関する法規や関連する対策及び活動を学ぶ。 前期は食育における調理師の役割、後期は労働法規を中心に理解を深める。			
【授業の特徴・形式と教員紹介】			
講義形式を基本とするが、実践的なグループディスカッションなどの時間も適宜取り入れる。 担当教員は、管理栄養士として病院や保育園の勤務経験があり、栄養指導や食育活動等の実務経験を生かし調理師養成に向けた授業を行う。			
【成績評価方法】			
講義全体を 100 点満点として採点する。定期試験 70 点、出席状況 30 点、とし成績評価を行う。なお出席が全体の 2 / 3 以下の場合は、成績評価の対象外となる。			
回	授業計画及び学習の内容		
1	食育とは（定義、意義）		
2	食育基本法概要		
3	食育における調理師の役割・正しい知識の提供		
4	食育における調理師の役割・正しい知識の提供		
5	食育における調理師の役割・食育の実践		
6	食育における調理師の役割・食育の実践		
7	調理師の成り立ち		
8	調理師法（免許申請）		
9	調理師法（免許変更、取消、就業届出ほか）		
10	食生活における調理師の役割		
11	労働と健康・作業条件と健康		
12	労働と健康・職業病・労働災害		
13	調理師の職場環境・現状		
14	調理師の職場環境・施設環境		
15	調理師の職場環境・施設での労災		

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科 1 年	食品と栄養の特性	2025年度	1 年・前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
基礎	食品学	上村	1 単位 30 時間
【授業の到達目標及びテーマ】			
調理師にとって、食品について学ぶことは、食品を購入、調理をする上でとても重要なことである。市場に多く出回っている食品について、多方面から理解を深める。また、さまざまな加工品についても同様に理解を深め、調理の多様化、省略化に対応し、調理の幅を広げることを目的とする。			
【講義概要】			
食品と栄養の特性を理解し、調理や保存への応用を図る。 食品に含まれる成分、分類法、特徴の違いなどを学習し、食品が持つ性質を見極め、それらを上手に調理・加工する方法を理解する。			
【授業の特徴・形式と教員紹介】			
講義形式を基本とするが、調理の実演やグループワークを取り入れ、双方向的な授業時間を取り入れる。担当教員は管理栄養士であり、管理栄養士養成施設の国家試験対策講座等の講師経験や他校の講師経験を生かし調理師に向けた授業を展開する。			
【成績評価方法】			
講義全体を 100 点満点として採点する。定期試験 70 点、出席状況 30 点、とし成績評価を行う。なお出席が全体の 2 / 3 以下の場合は、成績評価の対象外となる。			
回	授業計画及び学習の内容		
1	食品とは、食品の成分		
2	穀類① 米の成分、搗精		
3	穀類② 米の種類と加工品		
4	穀類③ 小麦、小麦粉の種類		
5	穀類④ 小麦の加工品		
6	穀類⑤ とうもろこし、そば、大麦、その他		
7	いも類① ジャガイモ、さといも		
8	いも類② さつまいも、やまのいも、その他		
9	砂糖および甘味類		
10	豆類① 大豆、その他の豆類		
11	豆類② 豆の加工品		
12	種実類		
13	野菜類① 概要、分類、成分		
14	野菜類② 葉菜類、茎菜類		
15	野菜類③ 根菜類、果菜類、花菜類		

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科 1 年	食品と栄養の特性	2025年度	1 年・後期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
基礎	食品学	上村・寺島	2 単位 6 0 時間
<b>【授業の到達目標及びテーマ】</b>			
調理師にとって、食品について学ぶことは、食品を購入、調理をする上でとても重要なことである。市場に多く出回っている食品について、多方面から理解を深める。また、さまざまな加工品についても同様に理解を深め、調理の多様化、省略化に対応し、調理の幅を広げることを目的とする。			
<b>【講義概要】</b>			
食品と栄養の特性を理解し、調理や保存への応用を図る。 食品に含まれる成分、分類法、特徴の違いなどを学習し、食品が持つ性質を見極め、それらを上手に調理・加工する方法を理解する。			
<b>【授業の特徴・形式と教員紹介】</b>			
講義形式を基本とするが、調理の実演やグループワークを取り入れ、双方向的な授業時間を取り入れる。担当教員は管理栄養士であり、管理栄養士養成施設の国家試験対策講座等の講師経験や他校の講師経験を生かし調理師に向けた授業を展開する。			
<b>【成績評価方法】</b>			
講義全体を 1 0 0 点満点として採点する。定期試験 7 0 点、出席状況 3 0 点、とし成績評価を行う。なお出席が全体の 2 / 3 以下の場合は、成績評価の対象外となる。			
<b>授業計画及び学習の内容</b>			
回	食品学 1	回	食品学 2
1	第1節 植物性食品とその加工品 ⑦果実類	1	第5節 食品の加工と貯蔵 ①食品加工の目的
2	⑧きのこ類	2	食品の加工法
3	⑨藻類	3	微生物の利用①
4	第2節 動物性食品とその加工品 ①魚介類	4	微生物の利用②
5	②食肉類	5	食品の貯蔵 食品貯蔵の目的
6	③卵類	6	食品の貯蔵法①
7	④乳類	7	食品の貯蔵法②
8	第3節 その他の食品 ①油脂類	8	第6章 食品の生産と流通 ①我が国の流通輸入
9	②菓子類	9	我が国の食品生産①
10	③嗜好飲料類	10	我が国の食品生産②
11	④調味料および香辛料類	11	海外から輸入される食品①
12	⑤調理加工食品類	12	海外から輸入される食品②
13	⑥ゲル状食品	13	食品の流通の仕組み①
14	⑦特別用途食品	14	食品の流通の仕組み②
15	⑧保健機能食品	15	各食品の流通経路

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象		
専修科 1 年	調理理論と食文化概論	2025年度	1 年前期		
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数		
基礎	調理学	塚田・寺島・大山	3単位 90時間		
<b>【授業の到達目標及びテーマ】</b>					
調理師にとって、調理技術に関する原理を知ることが、自身の技術を向上させることだけでなく、国民の健康に寄与する意味でも、とても重要なことである。理論に裏付けされた技術を理解し、調理の幅を広げ、調理師としての資質を向上させることを目標とする。					
<b>【講義概要】</b>					
調理は、食品の栄養を摂取しやすくし、機能性を高めるばかりでなく、おいしさを引き出す工夫もしている。美味しいとは何か、美味しさを構成している要素について学び、調理との関係性を理解する。また、食材が持つ基本的な調理性について理解を深め、食材を活かすための調理法を学ぶ。					
<b>【授業の特徴・形式と教員紹介】</b>					
講義形式を基本とするが、調理の実演やグループワークを取り入れ、双方向的な授業時間を取り入れる。担当教員は専門調理師であり、ホテルやレストランでの勤務経験や調理師養成施設における実習師範の経験を活かし調理師に向けた授業を展開する。					
<b>【成績評価方法】</b>					
講義全体を100点満点として採点する。定期試験70点、出席状況30点、とし成績評価を行う。なお出席が全体の2/3以下の場合は、成績評価の対象外となる。					
<b>授業計画及び学習の内容</b>					
回	調理学 1	回	調理学 2	回	調理学 3
1	調理と美味しさ①	1	植物性食品 穀類①	1	食文化とは何か・食文化の相対性①
2	調理と美味しさ②	2	穀類②	2	食文化とは何か・食文化の相対性②
3	調理と美味しさ③	3	小麦粉①	3	自然環境と食文化①
4	調理と美味しさ④	4	小麦粉② そば	4	自然環境と食文化②
5	調理と美味しさ⑤	5	いも類①	5	宗教と食物禁忌・食法などの多様性①
6	調理と美味しさ⑥	6	いも類②	6	宗教と食物禁忌・食法などの多様性②
7	調理と美味しさ⑦	7	でんぷん類	7	宗教と食物禁忌・食法などの多様性③
8	調理と美味しさ⑧	8	砂糖類	8	食の伝播と変容・世界の食事情①
9	調理と美味しさ⑨	9	豆類①	9	食の伝播と変容・世界の食事情②
10	調理器具 非加熱調理器具①	10	豆類②	10	食の伝播と変容・世界の食事情③
11	調理器具 非加熱調理器具②	11	種実類 野菜類①	11	現代の食文化と未来の食文化①
12	調理器具 加熱調理器具①	12	野菜類②	12	現代の食文化と未来の食文化②
13	調理器具 加熱調理器具②	13	果実類	13	田植え①
14	調理設備・器具と熱源	14	きのこ類・藻類	14	田植え②
15	前期授業まとめ	15	前期授業まとめ	15	田植え③

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象		
専修科 1 年	調理理論と食文化概論	2025年度	1 年後期		
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数		
基礎	調理学	塚田・寺島・大山	3単位 90 時間		
<b>【授業の到達目標及びテーマ】</b>					
調理師にとって、調理技術に関する原理を知ることが、自身の技術を向上させることだけでなく、国民の健康に寄与する意味でも、とても重要なことである。理論に裏付けされた技術を理解し、調理の幅を広げ、調理師としての資質を向上させることを目標とする。					
<b>【講義概要】</b>					
調理は、食品の栄養を摂取しやすくし、機能性を高めるばかりでなく、おいしさを引き出す工夫もしている。美味しいとは何か、美味しさを構成している要素について学び、調理との関係性を理解する。調理操作の種類と特徴を学び、料理に適した調理操作を選択し、応用できるように理解を深める。					
<b>【授業の特徴・形式と教員紹介】</b>					
講義形式を基本とするが、調理の実演やグループワークを取り入れ、双方向的な授業時間を取り入れる。担当教員は専門調理師であり、ホテルやレストランでの勤務経験や調理師養成施設における実習師範の経験を活かし調理師に向けた授業を展開する。					
<b>【成績評価方法】</b>					
講義全体を 100 点満点として採点する。定期試験 70 点、出席状況 30 点、とし成績評価を行う。なお出席が全体の 2 / 3 以下の場合は、成績評価の対象外となる。					
<b>授業計画及び学習の内容</b>					
回	調理学 1	回	調理学 2	回	調理学 3
1	調理施設・設備	1	動物性食品 魚介類①	1	中国料理の変遷
2	調理施設で使用する調理器具①	2	魚介類②	2	中国料理の特徴・様式①
3	調理施設で使用する調理器具①	3	魚介類③	3	中国料理の特徴・様式②
4	調理器具（はかり～温度計）	4	肉類①	4	日本の食文化史①
5	非加熱（包丁～ふるい）	5	肉類②	5	日本の食文化史②
6	加熱調理器具（鍋類）	6	肉類③	6	日本の食文化史③
7	加熱調理器具（蒸し・オーブン）	7	卵類①	7	日本の食文化史④
8	加熱調理器具（電子レンジ）	8	卵類②	8	西洋料理の変遷
9	加熱調理器具（その他）	9	乳類①	9	西洋料理の特徴・様式①
10	材質別の食器・容器の特徴①	10	乳類②	10	西洋料理の特徴・様式②
11	材質別の食器・容器の特徴②	11	その他の食品 油脂類	11	アジアの料理①
12	食器・容器（和食器）	12	調味料	12	アジアの料理②
13	食器・容器（洋食器・中国食器）	13	ゲル状食品①	13	中東の料理①
14	熱源種類と特徴・電気	14	ゲル状食品②	14	中東の料理②
15	前期授業まとめ	15	前期授業まとめ	15	中南米の料理

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科 1 年	調理デザイン	2026年度	1 年通年
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
特設	調理デザイン	星野	1 単位 30 時間
<b>【授業の到達目標及びテーマ】</b>			
調理実習で学んだことを忘れずに自分の言葉で記録した世界に一冊の「調理実習ノート」の完成を目指す。月に一度ノート提出の機会を設け、調理実習の理解度とノートの進み具合をチェックする。フィードバックを返してノートの精度を上げていき、調理祭で展示ができるまでの力作になるように指導していく。			
<b>【講義概要】</b>			
どんな料理かが一目でわかる料理の盛り付け図は、実際の調理場でもチームの仲間にデザインを伝えるために有効な手段である。和洋中の料理の盛り付け図が描けるように一から指導し、また実習形式での野菜の飾り切りの授業を取り入れ、自分でデザインすることの楽しさを伝えながら一人一人の美的感性を養う。			
<b>【授業の特徴・形式と教員紹介】</b>			
書画カメラ等で手元を映して描きながら見本を見せ、描く順序を示しながら進行する。担当教員は美術大学で学士（芸術）を取得後に本校に入学し調理師免許を取得しており、絵の描き方だけではなく、描く料理がどのような工程で調理されたのかも合わせて解説ができるため、より深い盛り付け図の指導ができる。			
<b>【成績評価方法】</b>			
課題の提出（実習ノートの提出）を100点として成績評価を行う。 課題の提出がされなかった者は成績評価の対象外となる。			
回	授業計画及び学習の内容		
1	実習ノートの記入方法を学ぶ		
2	和洋中の盛り付け図を描く①		
3	色鉛筆の使い方を学ぶ		
4	和洋中の盛り付け図を描く②		
5	食器を描く(小テスト)/和洋中の盛り付け図を描く③		
6	和洋中の盛り付け図を描く④		
7	麺料理の描き方を学ぶ		
8	トマトと人参の飾り切り		
9	サラダの盛り付けをデザインする（実習授業）		
10	和洋中の盛り付け図を描く⑤		
11	魚の三枚おろしの手順を描く		
12	和洋中の盛り付け図を描く⑥		
13	和洋中の盛り付け図を描く⑦		
14	和洋中の盛り付け図を描く⑧		
15	和洋中の盛り付け図を描く⑨		

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科 1 年	調理実習	2025年度	1 年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
実習	調理実習（西洋料理）	瀬沼・塚田	2 単位 60 時間
<b>【授業の到達目標及びテーマ】</b>			
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し、即戦力を身に付ける。			
<b>【講義概要】</b>			
調理器具の取り扱い、食材の扱いと下処理、調理操作、調味、盛り付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。			
<b>【授業の特徴・形式と教員紹介】</b>			
<p>師範によるデモンストレーションで実習内容を把握した後、班に分かれて実習＋試食を行う。</p> <p>担当教員は、専門調理師でありそれぞれホテル、レストラン等の調理場にて実務経験を積んでいるため、より実践的な学びの授業を展開する。</p>			
<b>【成績評価方法】</b>			
<p>実習全体を 100 点満点として採点する。実技試験 70 点、出席状況 30 点とし成績評価を行う。</p> <p>なお出席が全体の 2 / 3 以下の場合は、成績評価の対象外となる。</p>			
回	授業計画及び学習の内容		
1	・握り方・使い方、姿勢	ペンネ トマトソース	
2	・基本の切り方を知る①	スープピストー・コールスロー	
3	・基本の切り方を知る②	ミネストローネ・ミックス野菜サラダ・ターメリックライス	
4	・基本の切り方を知る③	カレーピラフ・マセドワーズサラダ	
5	・基本の切り方を知る④	ハンバーグ・レギューム オ ブール・バターライス	
6	・基本の調理（ブレゼ）	シューファルシ・ポテトサラダ・バターライス	
7	・基本のソース（ポロネーゼ）	リガトーニ ポロネーゼ	
8	・基本の切り方を知る⑤	クラムチャウダー、ペンネアラビアータ	
9	・基本のソース（ベシャメル）	ホワイトシチュー・バターライス	
10	・鶏の卸し方（モモ）	鶏もも肉の香草パン粉焼き・ポムピューレ	
11	・基本のソース（ベシャメル）	チキンクリームペンネグラタン	
12	・基本の Pasta シャトー剥き	ボンゴレロッソ・クレームパリソワール	
13	・実技試験サポート	カチョエペペ オレキエッテ・ポテトサラダ	
14	・実技試験	玉葱みじん切り・きゅうり薄切り	
15	・鶏の卸し方（モモ）	鶏のトマト煮 クスクスと季節の野菜添え	

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科 1 年	調理実習	2025年度	1 年後期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
実習	調理実習（西洋料理）	瀬沼・塚田	2 単位 6 0 時間
<b>【授業の到達目標及びテーマ】</b>			
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し、即戦力を身に付ける。			
<b>【講義概要】</b>			
調理器具の取り扱い、食材の扱いと下処理、調理操作、調味、盛り付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。			
<b>【授業の特徴・形式と教員紹介】</b>			
<p>師範によるデモンストレーションで実習内容を把握した後、班に分かれて実習＋試食を行う。</p> <p>担当教員は、専門調理師でありそれぞれホテル、レストラン等の調理場にて実務経験を積んでいるため、より実践的な学びの授業を展開する。</p>			
<b>【成績評価方法】</b>			
<p>実習全体を 1 0 0 点満点として採点する。実技試験 7 0 点、出席状況 3 0 点とし成績評価を行う。</p> <p>なお出席が全体の 2 / 3 以下の場合は、成績評価の対象外となる。</p>			
回	授業計画及び学習の内容		
1	・基本の卵料理	オムライス	
2	・魚の卸し方	鱈フライ	
3	・基本の卵料理・基本のパン	スクランブルエッグ・キャロットラペ・フォカッチャ	
4	・魚の卸し方	鱈と野菜のトマトグラタン	
5	・基本の Pasta ・基本のソース	ニョッキ トマトソース・ポトフ	
6	・製菓 基本の生地	パウンドケーキ・チョコペン	
7	・製菓 基本の生地	シュークリーム	
8	・基本の卵料理	オムレツ強化実習	
9	・基本の生地・ベシャメル	フィセル ピカルド	
10	・揚げ焼きの調理	豚ロースのカツレツ・タブレ	
11	・魚の焼き方	白身魚のムニエル グルノーブル風	
12	・基本のソース 復習	ラザニア	
13	・肉の焼き方	鴨胸肉のロースト オレンジソース	
14	・基本のソース（オランダーズ）	エッグベネディクト	
15	実技試験	トマトのエマンセ キャベツのジュリエヌ	

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科 1 年	調理実習	2025年度	1 年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
実習	調理実習（中国料理）	内野・星野・島崎	2 単位 60 時間
<b>【授業の到達目標及びテーマ】</b>			
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、その重要性和必要性を理解し、即戦力を身に付ける。			
<b>【講義概要】</b>			
調理器具の取り扱い、食材の扱いと下処理、調理操作、調味、盛り付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。			
<b>【授業の特徴・形式と教員紹介】</b>			
<p>師範によるデモンストレーションで実習内容を把握した後、班に分かれて実習＋試食を行う。</p> <p>担当教員は、専門調理師であり、レストラン等の調理場にて実務経験を積む他、専門調理師として教育研究に務めているため、より実践的な学びの授業を展開する。</p>			
<b>【成績評価方法】</b>			
<p>実習全体を 100 点満点として採点する。実技試験 70 点、出席状況 30 点とし成績評価を行う。</p> <p>なお出席が全体の 2 / 3 以下の場合は、成績評価の対象外となる。</p>			
回	授業計画及び学習の内容		
1	・握り方・使い方、姿勢	・大根雑炊	
2	・基本の切り方①	・豚肉と大根の炒め・ご飯・大根の醤油漬	
3	・中華鍋の扱い方①	・チャーシュー炒飯・大根と干しエビのスープ	
4	・中華鍋の扱い方②	・五目チャーハン・中華風サラダ	
5	・食材の下処理・油通し①	・牛肉のオイスターソース炒め	
6	・点心①	・春巻・ニラとチャーシューのチャーハン	
7	・点心②	・シュウマイ・ゴマ団子	
8	・食材の下処理・油通し②	・海老のチリソース煮・揚げワンタン	
9	・麺の調理①・とろみづけ	・五目あんかけ焼きそば	
10	・揚げ物について	・焼きビーフン・鶏のから揚げ	
11	・香辛料・寒天の扱い方	・麻婆豆腐・杏仁豆腐	
12	・基本の切り方②	・大根あんかけご飯	
13	・中華鍋の扱い方③	・鶏の四川風炒め・海鮮チャーハン	
14	・試験対策	・大根と春雨の煮込み	
15	・実技試験	・大根水平切り、絲	

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科 1 年	調理実習	2025年度	1 年後期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
実習	調理実習（中国料理）	内野・星野・島崎	2 単位 60 時間
<b>【授業の到達目標及びテーマ】</b>			
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し、即戦力を身に付ける。			
<b>【講義概要】</b>			
調理器具の取り扱い、食材の扱いと下処理、調理操作、調味、盛り付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。			
<b>【授業の特徴・形式と教員紹介】</b>			
<p>師範によるデモンストレーションで実習内容を把握した後、班に分かれて実習＋試食を行う。</p> <p>担当教員は、専門調理師であり、レストラン等の調理場にて実務経験を積む他、専門調理師として教育研究に務めているため、より実践的な学びの授業を展開する。</p>			
<b>【成績評価方法】</b>			
<p>実習全体を 100 点満点として採点する。実技試験 70 点、出席状況 30 点とし成績評価を行う。</p> <p>なお出席が全体の 2 / 3 以下の場合は、成績評価の対象外となる。</p>			
回	授業計画及び学習の内容		
1	・炒め物の調理①	・チンジャオロース・茄子の甘みそ炒め	
2	・基本の切り方③	・冷やし棒棒鶏麵	
3	・炒め物の調理②	・ホイコーロー・卵チャーハン	
4	・あんかけの調理①	・酢豚・ほうれん草チャーハン	
5	・点心③	・焼き餃子・コーンスープ	
6	・炒め物の調理③	・鶏肉の炒め物	
7	・揚げ物の調理①	・鶏のから揚げ・海老の衣揚げ	
8	・点心④	・肉まん・あんまん	
9	・炒め物の調理④	・海老と季節野菜の炒め	
10	・点心④	・四川風水餃子・ココナッツ団子	
11	・炒飯の調理・とろみづけ	・あんかけ炒飯・サラダ	
12	・煮込みの調理	・肉団子の醤油煮込み・チャーハン	
13	・麵の調理②	・海老あんかけ焼きそば	
14	・基本の切り方④	・大根と人参の貝柱あんかけ	
15	・実技試験	・筍絲・蛋皮	

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科 1 年	調理実習	2025年度	1 年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
実習	調理実習（日本料理）	角田・池田	2 単位 60 時間
<b>【授業の到達目標及びテーマ】</b>			
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、その重要性和必要性を理解し、即戦力を身に付ける。			
<b>【講義概要】</b>			
調理器具の取り扱い、食材の扱いと下処理、調理操作、調味、盛り付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。			
<b>【授業の特徴・形式と教員紹介】</b>			
師範によるデモンストレーションで実習内容を把握した後、班に分かれて実習＋試食を行う。 担当教員は、専門調理師でありそれぞれホテル、レストラン等の調理場にて実務経験を積んでいるため、より実践的な学びの授業を展開する。			
<b>【成績評価方法】</b>			
実習全体を 100 点満点として採点する。実技試験 70 点、出席状況 30 点とし成績評価を行う。 なお出席が全体の 2 / 3 以下の場合は、成績評価の対象外となる。			
回	授業計画及び学習の内容		
1	・握り方・使い方、姿勢	・けんちんうどん	
2	・切り方基本①	・きゃべつのせん切り 豚の生姜焼き その他	
3	・切り方基本②	・じゃが芋の皮剥き 肉じゃが その他	
4	・切り方基本③	・せん切り たっぷりせん切野菜の豚汁 その他	
5	・切り方基本④	・じゃが芋皮剥き じゃが芋餅よりおやきとすいとん その他	
6	・実技試験課題説明	・大根皮剥き、桂剥き、せん切り、半月木取り、半月切り その他	
7	・切り方基本⑤	・大根おろしあんかけ丼 その他	
8	・切り方基本⑥	・上記 6 実施より 大根もちと牛の照り焼き その他	
9	・切り方基本⑦	・上記 6 実施より 大根肉味噌炒り、しょぼろ納豆 その他	
10	・魚の三枚おろし①	・鱈の三枚おろし 鱈の竜田揚げ その他	
11	・魚の三枚おろし②	・鱈三枚おろし、魚のあら出汁 鱈のおろし煮 その他	
12	・切り方基本⑧	・鶏と厚揚げと大根の旨煮 その他	
13	・実技模擬試験	・大根千段はさみ蒸し その他	
14	・実技試験	・大根皮剥き、桂剥き、せん切り、半月木取り、半月切り その他	
15	・魚の三枚おろし③	・冷や汁 その他	

# 新宿調理師専門学校

開講学科	教育内容	開講年度	履修対象
専修科 1 年	調理実習	2025年度	1 年後期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位・時間数
実習	調理実習（日本料理）	角田・池田	2 単位 60 時間
<b>【授業の到達目標及びテーマ】</b>			
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し、即戦力を身に付ける。			
<b>【講義概要】</b>			
調理器具の取り扱い、食材の扱いと下処理、調理操作、調味、盛り付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。			
<b>【授業の特徴・形式と教員紹介】</b>			
師範によるデモンストレーションで実習内容を把握した後、班に分かれて実習＋試食を行う。 担当教員は、専門調理師でありそれぞれホテル、レストラン等の調理場にて実務経験を積んでいるため、より実践的な学びの授業を展開する。			
<b>【成績評価方法】</b>			
実習全体を 100 点満点として採点する。実技試験 70 点、出席状況 30 点とし成績評価を行う。 なお出席が全体の 2 / 3 以下の場合は、成績評価の対象外となる。			
回	授業計画及び学習の内容		
1	・魚の三枚おろし④	・さんが焼き その他	
2	・切り方基本⑨	・桂剥き 大根つくね包み焼き その他	
3	・卵料理基礎技術①	・薄焼き玉子 五色丼 その他	
4	・卵料理基礎技術②	・薄焼き玉子 袱紗寿司 その他	
5	・卵料理基礎技術②	・薄焼き玉子 錦糸玉子丼 その他	
6	・魚の三枚おろし⑥	・鰯ご飯 その他	
7	・魚の三枚おろし⑦	・つみれ汁 鰯と豆腐の照り焼き その他	
8	・切り方基本⑩	・鶏手羽中と大根の旨煮 その他	
9	・切り方基本⑪	・鶏酒蒸し奉書巻き その他	
10	・魚の三枚おろし⑧	・鰯の錦糸玉子包み揚げ その他	
11	・行事食①	・年越し蕎麦 天ぷら その他	
12	・行事食②	・七草 七草粥、その他	
13	・実技試験対策	・薄焼き玉子、桂剥き 豚バラ大根飯、豆腐玉子年輪 その他	
14	・実技試験	・薄焼き玉子、桂剥き 鶏照焼丼	
15	・節句料理	・上巳の節句 ちらし寿司、蛤すまし汁、桜餅	