

科目名 Course Name		開講年次	開講学期	曜日・時限
栄養指導実習 I Nutrition Education Practice I		1年	後期	別途、時間割参照
単位数	授業の形態	授業の性格		履修上の制限
1単位	実験実習	選択	(栄養士資格必修)	栄養士養成課程限定
当該科目の理解を促すために受講しておくことが望まれる科目				
栄養指導論 栄養学				
同時に履修しておくことが望まれる科目				
栄養士資格取得に必要な科目				
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
駒場 啓子	福祉棟研究室	月・火・水・木曜日 9:00～16:00 (授業時間を除く)		授業中に指示します
授業の概要				
栄養指導論等の理論を基礎として、①栄養教育に必要な基礎知識の習得、②栄養教育のために必要な各種調査の実施、分析、③栄養教育計画作成の方法の検討、④栄養教育に必要なツールの活用を主たる授業内容とし、栄養士としての栄養教育の技法の習得と自主的で積極的な実践力を養成する。				
授業の目標				
①個人の食事摂取基準の算出、食品成分表の基本的な取り扱い、栄養価計算の基礎について習得し、栄養指導等に应用することができるようにする。 ②栄養教育のためのアセスメント実施の目的、内容、方法について理解し、実践することができるようにする。 ③自身の食事、生活、身体面の現状を把握し、問題点を理解し、関心を持ち、積極的に食生活を改善しようとする意欲を高め、より良い食生活を実践できるように行動と態度を変容させ、習慣化することができるようにする。				
授業の方法				
個人による演習形式を主とする。各項目について、実施の意義と目的、方法等についての講義および例題演習を行った後、各自が栄養計算や調査の実施し、分析、評価を進め、栄養教育計画を作成する。実習の内容に応じて、少人数の班を編成し、学生同士でのディスカッション等を行う。また、コンピューターソフトを用いての演習も行い、栄養指導の実践的な技法の習得を図る。				
学習の成果 (学習成果)				
①栄養指導を行う際に必要とされる基本的な処理能力を身につけ、栄養指導の実践に应用することができる。 ②栄養教育の目標を確実に達成するための情報収集や問題の検出、指導計画の作成ができ、対象者の行動変容を対応することができる。 ③栄養士として自身の食生活改善、健康維持・増進へ向けた望ましい意識や考え方をもち、実践することができる。				
授業のスケジュールと内容				
第1回目	ガイダンス、食品成分表の見方、使い方：活用上の留意点、廃棄率、食塩相当量			
第2回目	栄養教育・指導に必要な情報収集のための測定・記録について、実施の目的と方法、食品の常用量の確認と食品分解方法 *課題1：食事および行動記録日誌（提出は第5回目の授業日）			
第3回目	身体計測と体格指数の算出と評価 *課題2：身体計測と体格指数の算出（提出は今回の授業終了後）			
第4回目	食事摂取基準の意義と使い方、対象別食事摂取基準の算出方法 *課題3：個人の食事摂取基準の算出（提出は今回の授業終了後）			
第5回目	生活時間調査の分析 *課題4：1日の生活時間調査記録票、1日の生活時間調査結果の検討（提出は今回の授業終了後）			
第6回目	食事記録の分析（1）個人別食物摂取量調査の栄養価計算① *課題5：個人別食物摂取状況調査（提出は第7回目の授業日）			

第7回目	食事記録の分析（2）個人別食物摂取量調査の栄養価計算②
第8回目	食事記録の分析（3）栄養素摂取量、栄養比率による分析 *課題6：栄養素摂取量の診断（充足率）、栄養比率の検討（提出は第9回目の授業日）
第9回目	食事記録の分析（4）六つの基礎食品群摂取量および食品数による分析
第10回目	食事記録の分析（5）食事バランスガイドによる分析、食知識、食態度、食行動、食環境の分析 *課題7：食事バランスガイドによる分析、食習慣調査（提出は今回の授業終了後）
第11回目	生活状況および栄養状況の評価と改善計画の作成 *レポート：栄養摂取に関する改善計画、生活活動に関する改善計画（提出は今回の授業終了後）
第12回目	食事・献立作成計画（1）荷重平均食品群別栄養成分表の意義と必要性 *課題8：食事計画(1)荷重平均食品群別栄養成分表の作成(提出は第13回目の授業日)
第13回目	食事・献立作成計画（2）食品構成表の意義と必要性 *課題9：食事計画(2)食品構成表の作成（提出は今回の授業終了後）
第14回目	食事・献立作成計画（3）荷重平均食品群別栄養成分表と食品構成表を使用した献立作成、栄養価計算の実施① *課題10：食事栄養素集計表、栄養素充足率食品群充足率（提出は第15回目の授業日）
第15回目	食事・献立作成計画（4）荷重平均食品群別栄養成分表と食品構成表を使用した献立作成、栄養価計算の実施②

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%	遅刻欠席等なく授業に出席し、班別の実習や討議に積極的に参加し、自身の意見を述べている。不明な点があれば積極的に質問している。（詳細はガイダンス時に説明する。）
レポート	40%	第11回目にレポートを課す。Sは詳細に課題を探求し、内容構成もしっかりしており、課題の要件を十分に満たしている。（詳細はガイダンス時に説明する。）
調査報告書		
小テスト		
試験		
発表内容（態度含む）		
その他	40%	栄養価計算および各種調査記録と分析課題を計10回課す。Sは正確に栄養価計算がなされ、記録や分析内容がしっかりとっており、課題の要件を十分に満たしている。（詳細はガイダンス時に説明する。）

教科書と参考図書

教科書：「新訂 すぐわかる栄養指導実習」萌文書林、「五訂食品成分表」「調理のためのベーシックデータ」女子栄養大学出版社

履修上の留意点・ルール

「授業への参加態度」に準ずる。飲食物の教室への持ち込みや携帯電話の使用は不可とする。上記の教科書、参考書及び計算機を毎回使用するので必ず持参すること。