

科目名 Course Name	栄養指導実習 I Nutrition Education Practice I			ナンバリング No.	L2-005		
年次	1 年	期別	後期	単位数	1	授業形態	実験実習
担当者氏名	野中春奈、山崎敬子						
連絡方法	C-Learning で対応。または福祉棟 2F 研究室、オフィスアワーは授業担当時間以外。						
必修/選択	選択(栄養士は必修)						
関連 DP	DP2, DP3, DP5						
授業の概要と到達目標	栄養指導論等の理論を基に、栄養教育に必要な基礎知識の習得、各種調査の実施・分析、栄養教育計画作成方法の検討、必要なツールの活用を主とする。栄養士としての栄養教育技法の習得について自主的かつ積極的な実践力を学ぶ。①食事摂取基準の算出、食品成分表の基本的な活用、栄養価計算方法の習得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・方法を理解し、実践できるようにする。③自身の食事、生活、身体面の現状を把握することで問題点を理解し、関心を持つことができるようにする。④食生活を改善しようとする意欲を高め、より良い食生活の実践のための行動と態度変容により、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、講義および例題演習を行った後、各自が栄養計算や調査を実施し、分析、評価を進める。実習の内容に応じて、グループワークや学生同士のディスカッション等を行うこともある。レポートや課題(授業時間内・授業後)の提出を必須とする。1 回の実習は 2 コマ連続で行う(合計 30 コマ)。						
学習成果	L01	栄養教育に必要な基礎知識を理解することができる。					
	L02						
	L03	栄養指導に必要な基本的な処理能力を身につけ、実践に応用することができる。栄養教育の目標達成のための情報収集や問題の検出、指導計画の作成ができ、対象者の行動変容に対応することができる。自分自身の食生活改善、健康維持・増進に向けた意識や考え方を実践することができる。					
	L04						
課題に対するフィードバック	課題レポートは、評価後に返却する。						
教科書/参考図書	「新訂 すぐわかる栄養指導実習」田中ひさよ、熊谷秀子(萌文書林)、「食品成分表」・「調理のためのベーシックデータ」(女子栄養大学出版部)						
履修上の留意点やルール等	●担当教員の指示・指導を厳守。 ●課題レポートの提出期限を厳守。 ●電卓使用。 ●事前・事後学習に費やすべき時間の目安はおおむね各回 90 分とする。						
担当教員の実務経験							

成績評価の方法と基準					
評価の領域	評価基準	学習成果の割合			
		L01	L02	L03	L04
授業参加態度	授業で使用する教材・出された課題を準備し、意欲を持って臨んでいる。積極的にグループワークやディスカッションに参加し、意見を述べている。	10			
レポート/作品	レポートの満点条件は「目的を十分に理解して探求している、内容構成がしっかりしている、評価に対する改善や考察ができていること」である。			10	
発表	自分自身の食生活改善に向けたテーマ設定ができ考えを述べている。			10	
小テスト	習得した基礎知識に対して正しく理解しているか確認する。	20			
試験					
その他	課題は、正確性があり記録や分析がきちんとされ、要件を満たしている。			50	
合計		30		70	

回数		授業計画
1	授業内容	授業ガイダンス、栄養指導実習への導入、食品成分表の見方・使い方
	事前・事後学習	食品成分表の活用法について確認する。
2	授業内容	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<課題①>
	事前・事後学習	食事および行動記録を記録する。
3	授業内容	身体計測と体格指数の算出と評価 <課題②>
	事前・事後学習	食事および行動記録への記録、体格指数算出方法の確認。
4	授業内容	食事摂取基準の意義と使い方、食事摂取基準の算出方法 <課題③>
	事前・事後学習	食事および行動記録への記録、食事摂取基準の活用法の確認。
5	授業内容	生活時間調査の分析 <課題④>
	事前・事後学習	自分自身の生活時間調査結果の振り返り。
6	授業内容	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>
	事前・事後学習	自分自身の食事摂取状況の振り返り。小テストにむけた確認。
7	授業内容	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【確認小テスト①】
	事前・事後学習	自分自身の食事摂取状況の振り返り。
8	授業内容	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>
	事前・事後学習	栄養素摂取量について診断する。
9	授業内容	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、ディスカッション
	事前・事後学習	栄養素摂取量について診断する。
10	授業内容	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>
	事前・事後学習	自分自身の食生活状況の問題点や課題を整理しておく。
11	授業内容	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>
	事前・事後学習	自分自身の食生活状況の問題点や課題について振り返り。
12	授業内容	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>
	事前・事後学習	荷重平均食品群別栄養成分表の完成
13	授業内容	食事・献立作成計画(2)食品構成表の意義と必要性 <課題⑨>
	事前・事後学習	食品構成表の必要性について確認する。
14	授業内容	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<課題⑩>
	事前・事後学習	提出課題の作成
15	授業内容	【発表】自分自身の食生活状況の評価に対する指導とディスカッション【確認小テスト②】
	事前・事後学習	小テストにむけた確認。