

科目名 Course Name	栄養指導実習 Nutrition Education Practice			ナンバリング No.	L3-002		
年次	2年	期別	前期	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	<p>栄養教育・栄養指導の基礎となる知識や栄養情報を理解するとともに、ライフステージ・ライフスタイル別の個人指導や集団指導の実施方法を各自のテーマにそって企画案から指導の展開、評価について具体的に学習し、自主的な実践力を学ぶ。①栄養指導論で習得した知識と栄養指導技術を基礎として、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、実践的に活用展開できるようにする。②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。③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。</p>						
授業の方法	<p>「プレゼンテーションによる指導」「食育教材の作製」「食育媒体の作製」では個別・グループを併用してのグループ討議や発表、媒体作成などを実施する。「対象者別の栄養教室」では習得した知識や技能を活用した栄養教育・栄養指導の実践力を身に付ける。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)。</p>						
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	<p>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。</p>					
	L03						
	L04						
課題に対するフィードバック	発表や食育教材作成については改善点等をフィードバックする。						
教科書/参考図書	参考図書:「栄養指導論」(相川りゑ子編著・建帛社)、参考資料:「日本人の食事摂取基準(2025 年版)」厚生労働省、「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 ●スマートホンの使用は許可ある時のみ可 ●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。	20			
レポート/作品	S 評価は「目的を十分に理解して内容構成されていること。対象者が理解できるような内容であること。評価に対する改善や考察ができていること。適切かつ正確な資料を用いていること。丁寧に作成されていること。」		50		
発表	S 評価は「対象者が理解できるような内容であること。適切かつ正確な資料を用いていること。誰もが聞き取りやすく明瞭な発表であること。」		30		
小テスト					
試験					
その他					
合計		20	80		

回数		授業計画
1	授業内容	授業ガイダンス・授業概要、3分間スピーチの組み立て方・話し方の要点
	事前・事後学習	3分スピーチの内容について考える。
2	授業内容	食事および行動記録のとり方、3分間スピーチの原稿作成・発表・評価<課題1>
	事前・事後学習	食事および行動記録の記録、3分間スピーチの自己評価と改善点のまとめ。
3	授業内容	生活時間調査の分析、身体活動レベルの算出 <課題2>
	事前・事後学習	自分自身の生活時間調査結果の振り返り。
4	授業内容	食事記録の分析①:食物摂取量調査の栄養価計算<課題3>
	事前・事後学習	食事摂取状況の振り返り、食事摂取基準の活用法の確認。
5	授業内容	食事記録の分析②:六つの基礎食品群摂取量および食品数・食事バランスガイドによる分析、ディスカッション <課題4>
	事前・事後学習	栄養素摂取量について診断する。
6	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、生活状況および栄養状況の評価と改善計画の作成<課題5>
	事前・事後学習	自分自身の食生活状況の問題点や課題の振り返り。
7	授業内容	栄養教室の企画・立案・計画①:PC (対象者の決定、教室の目的・内容を考える)
	事前・事後学習	班活動:栄養教室に利用するスライド作成の準備をする。
8	授業内容	栄養教室の企画・立案・計画②:PC (教室の内容を考える)
	事前・事後学習	班活動:栄養教室に利用するスライド作成・発表準備をする。
9	授業内容	栄養教室の実施・評価:PC (栄養教室を実施し、評価に基づき、改善まで実施する)
	事前・事後学習	班活動:栄養教室の発表準備をする。
10	授業内容	栄養教室の評価・改善:PC (栄養教室を実施し、評価に基づき、改善まで実施する)
	事前・事後学習	班活動:栄養教室の振り返りを実施する。
11	授業内容	食育教材(食育リーフレット)の作成(テーマ設定・掲載内容の検討)
	事前・事後学習	個人活動:食育リーフレットのテーマを検討する。
12	授業内容	食育教材(食育リーフレット)の作製(発表(展示)・評価)
	事前・事後学習	個人活動:食育リーフレットを完成する。
13	授業内容	栄養教育媒体の計画・作成
	事前・事後学習	班活動:媒体作成のための資料収集
14	授業内容	栄養教育媒体を用いた栄養教育(媒体の作成と発表)
	事前・事後学習	班活動:発表できる形にまで仕上げ、発表の準備をしておく。
15	授業内容	【発表】栄養指導の実践(ロールプレイングなど)
	事前・事後学習	参考図書「栄養指導論」の栄養指導の方法と技術(5章)・栄養指導の実際(6章)を復習する。