

授業科目	栄養カウンセリング論 (B クラス)				単位	2		
履 修	選択	関連資格	管理栄養士 栄教一種免		ナンバリング	NT21703J		
開講年次	3	開講時期	後期	該当DP	DP1-1 DP1-2 DP2-1 DP3-1 DP4-1 DP4-2 DP5-1			
担当教員	永原 真奈見							
授業概要	栄養カウンセリングは、栄養教育で用いられる教育方法の1つであり、人々が健康的に生きるための行動変容を促す手段として有効である。本講義では、栄養教育論で学んだ基本的なカウンセリング技法を用いて、行動科学の理論に基づいたカウンセリングを行う実践的スキルについて解説する。							
学生が達成すべき行動目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 人の食行動を科学的に考察するとともに、行動科学と栄養教育の関連性を理解できる。 2. 個人及び集団におけるカウンセリングの意義と特性について説明できる。 3. カウンセリングの基本技法を説明でき、カウンセリングマインドを持つことの重要性を理解できる。 							
達成度評価								
評価と評価割合／ 評価方法	試験	小テスト	レポート	発表(口頭、プレゼンテーション)	レポート外の提出物	その他	合計	備考
総合評価割合	0	0	50	50	0	0	100	
知識・理解 (DP1-1)			10				10	
知識・理解 (DP1-2)			5	10			15	
知識・理解 (DP1-3)								
知識・理解 (DP1-4)								
思考・判断 (DP2-1)			10	15			25	
思考・判断 (DP2-2)								
関心・意欲 (DP3-1)			10	5			15	
関心・意欲 (DP3-2)								
態度(DP4-1)			5	5			10	
態度(DP4-2)			10	10			20	
態度 (DP4-3)								
技能・表現 (DP5-1)				5			5	
技能・表現 (DP5-2)								
技能・表現 (DP5-3)								
具体的な達成の目安								
理想的レベル				標準的なレベル				
標準的なレベル1～3の全てを達成したうえで、あらゆる対象の栄養カウンセリングに応用することができる。				<ol style="list-style-type: none"> 1. 人の食行動を科学的に考察するとともに、行動科学と栄養教育の関連性を理解できる。 2. 個人及び集団におけるカウンセリングの意義と特性について説明できる。 3. カウンセリングの基本技法を説明でき、カウンセリングマインドを持つことの重要性を理解できる。 				
授業計画								
進行	テーマ・講義内容			授業の運営方法		学習課題(予習・復習)		予習・復習時間(分)

1	<p>テーマ: 管理栄養士と職業倫理, 人に“伝える”ということ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーション(本授業の進め方) ・職業倫理について学ぶ。また自己を理解してもらうための伝え方について演習を行う。 	講義 演習	<p>予習: テーマを予習し、まとめる。</p> <p>復習: テーマを復習し、まとめる。</p>	30 30
2	<p>テーマ: カウンセリングを始める前の基礎知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ・心の準備や信頼されるカウンセラーについて解説する。 	講義 演習	<p>予習: テーマを予習し、まとめる。</p> <p>復習: テーマを復習し、まとめる。</p>	30 30
3	<p>テーマ: カウンセリングを始める前の基礎知識, 環境整備と身だしなみ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・行動療法や環境整備について解説する。 	講義 演習	<p>予習: テーマを予習し、まとめる。</p> <p>復習: テーマを復習し、まとめる。</p>	30 30
4	<p>テーマ: カウンセリングの基本的技法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・カウンセリングの基本的技法について解説する。 ・管理栄養士のコンピテンシーに関する演習を行う。 	講義 演習	<p>予習: テーマを予習し、まとめる。</p> <p>復習: テーマを復習し、まとめる。</p>	30 30
5	<p>テーマ: 人の話を“聴く”ということ, 行動変容に必要な技法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・話の聴き方による違いを知る。また聴いた情報から問題を抽出し、目標立てを促す流れを理解する。 	講義 演習	<p>予習: テーマを予習し、まとめる。</p> <p>復習: テーマを復習し、まとめる。</p>	30 30
6	<p>テーマ: カウンセリングの実際</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象者に応じたカウンセリングの特徴について解説する。 	講義 演習	<p>予習: テーマを予習し、まとめる。</p> <p>復習: テーマを復習し、まとめる。</p>	30 30
7	<p>テーマ: 電話やメールによる支援</p> <ul style="list-style-type: none"> ・継続支援等で実施される電話やメールによる支援の留意点について解説する。 	講義 演習	<p>予習: テーマを予習し、まとめる。</p> <p>復習: テーマを復習し、まとめる。</p>	30 30
8	<p>テーマ: 大学1年生の個別カウンセリング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・事例における対象者の特徴、準備性、健康・栄養上の課題、カウンセリングの方向性を理解するための演習を行う。 	講義 演習	<p>予習: テーマを予習し、まとめる。</p> <p>復習: テーマを復習し、まとめる。</p>	30 30
9	<p>テーマ: 妊婦の個別カウンセリング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・事例における対象者の特徴、準備性、健康・栄養上の課題、カウンセリングの方向性を理解するための演習を行う。 	講義 演習	<p>予習: テーマを予習し、まとめる。</p> <p>復習: テーマを復習し、まとめる。</p>	30 30
10	<p>テーマ: 幼児の母親の個別カウンセリング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・事例における対象者の特徴、準備性、健康・栄養上の課題、カウンセリングの方向性を理解するための演習を行う。 	講義 演習	<p>予習: テーマを予習し、まとめる。</p> <p>復習: テーマを復習し、まとめる。</p>	30 30
11	<p>テーマ: 中学生の個別カウンセリング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・事例における対象者の特徴、準備性、健康・栄養上の課題、カウンセリングの方向性を理解するための演習を行う。 	講義 演習	<p>予習: テーマを予習し、まとめる。</p> <p>復習: テーマを復習し、まとめる。</p>	30 30
12	<p>テーマ: 高齢者(本人)の個別カウンセリング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・事例における対象者の特徴、準備性、健康・栄養上の課題、カウンセリングの方向性を理解するための演習を行う。 	講義 演習	<p>予習: テーマを予習し、まとめる。</p> <p>復習: テーマを復習し、まとめる。</p>	30 30
13	<p>テーマ: 高齢者(妻)の個別カウンセリング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・事例における対象者の特徴、準備性、健康・栄養上の課題、カウンセリングの方向性を理解するための演習を行う。 	講義 演習	<p>予習: テーマを予習し、まとめる。</p> <p>復習: テーマを復習し、まとめる。</p>	30 30

14	テーマ:グループカウンセリングの実際 ・事例における対象者の特徴、準備性、健康・栄養上の課題、カウンセリングの方向性を理解するための演習を行う。	講義 演習	予習:テーマを予習し、まとめる。 復習:テーマを復習し、まとめる。	30 30
15	テーマ:栄養カウンセリング論のまとめ ・栄養カウンセリング論の重点項目を解説する。	講義 演習	予習:全授業内容を見直しておく。 復習:全授業内容について復習し、まとめる。	30 30
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
理解に必要な予備知識や技能	これまでに履修した専門基礎科目及び専門科目(特に栄養教育論1及び2は必須)をしっかりと復習し、理解した上で授業に臨む姿勢が必要です。			
テキスト	赤松利恵・永井成美 著「栄養カウンセリング論」(化学同人)			
参考図書・教材／データベース・雑誌等の紹介	参考図書:国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所(監修):「栄養教育論(改訂第5版)(健康・栄養科学シリーズ)」(南江堂)、足達淑子 著「行動変容のための面接レッスン 行動カウンセリングの実践」(医歯薬出版)			
授業以外の学習方法・受講生へのメッセージ	栄養カウンセリングは実践活動の場における基本的なコミュニケーションスキルを学ぶものです。対象者の心理に寄り添い、どのように支援すれば対象者の行動が変わるのか考えていきましょう。 毎回の授業の中での発表や提出物を大切にしてください。			

達成度評価に関するコメント	評価については、授業の中で指示します。
---------------	---------------------