

授業科目	栄養カウンセリング論				実務家教員担当科目	-					
単位	2.	履修	選択	開講年次	3	開講時期	後期				
担当教員	永原 真奈見										
授業概要	<p>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。</p> <p>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。</p>										
授業形態	講義, 演習		授業方法	アクティブラーニング (グループワーク, 発表) を含む							
学生が達成すべき行動目標											
標準的レベル	<p>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。(DP2-1, DP3-1)</p> <p>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。(DP1-1, DP1-2, DP2-1, DP5-1)</p> <p>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。(DP1-1, DP1-2, DP4-1, DP4-2)</p>										
理想的レベル	標準的レベル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。(DP4-2, DP5-1)										
評価方法・評価割合											
評価方法		評価割合 (数値)			備考						
試験											
小テスト											
レポート											
発表 (口頭、プレゼンテーション)		50%									
レポート外の提出物		50%									
その他											
カリキュラムマップ (該当 DP) ・ナンバリング											
DP1	○	DP2	○	DP3	○	DP4	○	DP5	○	ナンバリング	NT21703J
学習課題 (予習・復習)										1回の学習目安 (時間)	
予習：各テーマに該当する箇所の教科書等を読み、まとめる。										4	
復習：講義内容に関連して調べ学習を行い、演習で得た気づきや知識を整理する。											
授業計画											
第1回	<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。 										
第2回	<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。 										

第3回	<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。
第4回	<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。
第5回	<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。
第6回	<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。
第7回	<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。
第8回	<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。
第9回	<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。
第10回	<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。
第11回	<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。
第12回	<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。
第13回	<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。
第14回	<p>テーマ：グループカウンセリングの実際</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。
第15回	<p>テーマ：栄養カウンセリング論のまとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・栄養カウンセリング論の重点項目を解説する。
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	<p>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際」(医歯薬出版)</p>

<p>ベース・ 雑誌等の 紹介</p>	
<p>課題に対 するフィ ードバッ クの方法</p>	<p>ワークシート等の提出物は、コメントを添えて返却します。</p>
<p>学生への メッセー ジ・コメ ント</p>	<p>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。</p>