

2023年度 愛知学泉短期大学シラバス

シラバス番号	科目名	担当者名	実務経験のある教員による授業科目	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
23203	栄養教育 Nutrition education	熊崎稔子		専門	2	必修	1前期

**科目の概要**

食生活の改善を通して健康の保持増進および生活習慣病予防等に向けた提案ができ、人々の生活の質（QOL）の向上に貢献できるようにするため、この科目では栄養士教育に必要な知識の習得を目標とする。主に国民健康・栄養調査、食事摂取基準をはじめとする平均的な食事摂取状況の把握と適正摂取量の算出に関わる項目、食品の知識、栄養価算出のための食品成分表、栄養教育に必要な基本的な栄養ツールの概要、活用法を中心に修得する。栄養教育とは、教育手段により、学習者の生活の質、人生の質を高めるのに必要な資源である。健康や栄養状態の保持・増進のために、学生自らが生活の中で食を営む力（栄養に関する知識、選択力、調理技術、判断力等）を身につける。授業の中で、獲得した知識をもとに、食生活に関する課題を解決する力を養う。

学修内容	到達目標
① 栄養教育に必要な基礎知識を身につける。 ② 栄養教育実践に必要な基礎知識を身につける。 ③ 健康教育に必要な資料について理解し、対象者に応じた資料を作成する。	① 栄養教育のための基礎知識を理解し、説明することができる。 ② 栄養教育実践のための基礎知識を理解し、実施することができる。 ③ 健康教育に必要な資料について理解し、対象者に応じた資料をpisa型学力を活かして作成することができる。

学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素	学生に求める社会人基礎力の能力要素の具体的行動事例
---------------------	---------------------------

前に踏み出す力	主体性	栄養教育に関する知識について、教科書・文献を使って自己学修することができる。
	働きかけ力	
	実行力	対象者に適した栄養教育の手順や方法を考え、目標に向かって進めることができる。
考え抜く力	課題発見力	思い込みや憶測でなく、事実に基づいて情報を客観的に整理し、課題を見出すことができる。
	計画力	決められた時間内に、効果的な栄養教育を実施することができる。
	創造力	物事を考える時に固定概念に捉われないこと、いろいろな方向から考えることができる。
チームで働く力	発信力	栄養教育計画に従って、対象者に寄り添った教育内容となるよう、わかりやすい教育の仕方（声の大きさ、スピード、話すポイントの整理等）を実施することができる。
	傾聴力	対象者の意見を聞き、さらに対象者から話を引き出すことができる。
	柔軟性	
	状況把握力	
	規律性	遅刻、無断欠席をせず、授業が円滑に進行するようにルールを守ることができる。
	ストレスコントロール力	

**テキスト及び参考文献**

テキスト：「Nブックス 改訂 栄養指導論」相川りゑ子編著、建帛社、2,530円  
 参考文献：授業の中で適宜資料を配布（文献・新聞記事等）

**他科目との関連、資格との関連**

他科目との関連：栄養学、食品学、公衆栄養  
 関連する資格：栄養士

学修上の助言	受講生とのルール
--------	----------

国民栄養の現状や食生活の問題点及び食環境について興味をもつこと。 健康関連の情報を新聞や専門雑誌などから収集し、スクラップする習慣をつけること。	授業内容を理解するための努力をし、分からないことは質問すること。 配布資料が多いため、この科目専用のファイル（A4）を用意すること。 社会人基礎力の規律性を守ること。
---	---

【評価方法】

評価対象	評価方法		評価の割合	到達目標	各評価方法、評価にあたって重視する観点、評価についてのコメント		
学修成果	学期末試験	筆記（レポート含む）・実技・口頭試験	50	①	✓	到達目標の①②③に対応して、基礎となる事柄の理解度、栄養教育に必要な資料の理解度について評価する。修得した知識を活用して、食生活に関する課題を解決する力について評価する。 テキスト、プリント等の持ち込み不可。	
				②	✓		
				③	✓		
	平常評価	小テスト		30	①	✓	小テストを10回実施し、点数を平均して判定する。 ・授業内容を理解できているか、栄養士として必要な知識が獲得できているかを確認する。 ・穴埋め問題と簡単な説明を求める内容で出題する。 実施にあたっては、講義時に伝達する。
					②	✓	
					③	✓	
		レポート		10	①	✓	課題レポート2題（1レポート5点） 内容の詳細については、講義時に説明する。
					②	✓	
成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）		0	①				
			②				
学修行動	社会人基礎力（学修態度）		10	①	✓	（主体性）栄養教育に関する知識について、自己学修をすることができ、栄養教育技術の修得のために自ら練習をすることができる。 （実行力）いつまでに支援計画、資料等を完了するかの手順や方法を考え、目標に向かって進めることができる。 （課題発見力）思い込みや憶測でなく事実に基づいて情報を客観的に整理し、課題を見出すことができる。 （計画力）決められた時間内に、効果的な栄養教育を実施するように計画をたてることができる。 （創造力）物事を考える時に、固定概念に捉われないことなどいろいろな方向から考えることができる。 （発信力）ポイントが整理され、工夫して発表、支援をすることができる。 （傾聴力）対象者の意見を聞き、さらに対象者から話を引き出すことができる。「あいづち」や「うなづき」など話を聞く姿勢ができる。 （規律性）遅刻、無断欠席など、学修意欲欠如をきたす行動をせず、授業が円滑に進行するようにルールを守ることができる。	
				②	✓		
				③	✓		
総合評価割合			100				

【到達目標の基準】

到達レベルS(秀)及びA(優)の基準	到達レベルB(良)及びC(可)の基準
<p>到達レベルS (秀)</p> <p>総合評価点 90点以上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養教育のために必要な基礎知識を理解し、実践に向け、効果的に説明することができる。</li> <li>・健康教育に必要な資料についてしっかりと理解し、対象者に応じた資料を作成することができる。</li> </ul> <p>到達レベルA(優)</p> <p>総合評価点 80点以上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養教育のために必要な基礎知識を理解し、実践に向け、ほぼ説明することができる。</li> <li>・健康教育に必要な資料について理解し、対象者に応じた資料を作成することができる。</li> </ul>	<p>到達レベルB (良)</p> <p>総合評価点 70点以上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養教育のために必要な基礎知識を理解し、実践に向け、ほぼ説明することができる。</li> <li>・健康教育に必要な資料についておおむね理解し、対象者に応じた資料を作成することができる。</li> </ul> <p>到達レベルC (可)</p> <p>総合評価点 60点以上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養教育のために必要な基礎知識をおおむね理解し、実践に向け、説明することができる。</li> <li>・健康教育に必要な資料についてほぼ理解し、対象者に応じた資料を作成することができる。</li> </ul>

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
1	◆オリエンテーション ・栄養教育とは ・栄養教育の目的 ・栄養教育と栄養士の役割について	講義 質問を受け、フィードバックする	栄養教育と栄養士の役割について説明できる。	〈復習〉栄養教育の目的をまとめる 〈予習〉食品成分表の18群に付箋を貼り、掲載されている食品について理解しておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
2	◆食品成分表の見方・使い方(1) ・栄養成分表の概要について	講義 演習 質問を受け、フィードバックする	食品成分表の使い方、食品の検索法、食品分類を理解し、使用することができる。	〈復習〉授業での内容についてノートにまとめ、理解しておく。 〈予習〉食品成分表の使い方について理解を深めておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
3	◆食品成分表の見方・使い方(2) ・栄養価計算の方法 ・栄養価計算上の注意点	講義 演習 質問を受け、フィードバックする	食品成分表を用いて正しく栄養価計算ができる。	〈復習〉栄養価計算の方法を復習し、完全マスターする。 〈予習〉栄養に関する公式統計や報告書を調べておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
4	◆栄養教育に必要な情報 ・官公庁発表の公式統計、公的報告書、各種調査機関の報告書について	講義 質問を受け、フィードバックする	既存資料の内容を理解し、説明できる。	〈復習〉授業での内容についてノートにまとめ、理解しておく。 〈予習〉教科書等で国民健康・栄養調査の概要について予習しておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
5	◆国民健康・栄養調査 ・国民健康・栄養調査の意義と役割、実施方法について ・国民健康・栄養調査結果から現在の国民の栄養摂取の傾向を探り、問題点の整理法を学ぶ	講義 質問を受け、フィードバックする	国民健康・栄養調査の概要を理解し、活用することができる。	〈復習〉授業での内容について、ノートにまとめ、理解しておく。 〈予習〉教科書等で食事摂取基準について予習しておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
6	◆日本人の食事摂取基準(1) ・日本人の食事摂取基準の概要と記載されている栄養素について	講義 質問を受け、フィードバックする	食事摂取基準について理解し、活用の仕方を説明することができる。	〈復習〉授業での内容について、ノートにまとめ、理解しておく。 〈予習〉教科書等で食事摂取基準について予習しておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
7	◆日本人の食事摂取基準(2) ・日本人の食事摂取基準から、年代別の特徴を学ぶ。	講義 質問を受け、フィードバックする	講義 質問を受け、フィードバックする	〈復習〉授業での内容について、ノートにまとめ、理解しておく。 〈予習〉教科書等で食品の分類、食事バランスガイドについて予習しておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
8	◆食品の分類、食事バランスガイド ・3色食品群、四つの食品群、6つの基礎食品群について ・食事バランスガイドについて ・上記を活用して、食事バランスの問題点を取り上げ、改善点を考える	講義 演習 アクティブラーニング 質問を受け、フィードバックする	6つの基礎食品、食事バランスガイド等、教材、評価資料となるツールの概要を理解し、活用することができる。	〈復習〉授業での内容について、ノートにまとめ、理解しておく。 〈予習〉食事バランスガイドについて予習しておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
9	◆食事バランスガイド (1) ・食事バランスガイドを使用した栄養教育の方法	講義 演習アクティブラーニング 質問を受け、フィードバックする	食事バランスガイドについて、正しく説明ができる。	〈復習〉自分の1日の食事を食事バランスガイドで確認する。 〈予習〉食事バランスガイドの料理のカウントについて予習しておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
10	◆食事バランスガイド (2) ・食事バランスガイドを使用した栄養教育を実際に応用し活用し、指導法を学ぶ ・これまでに獲得した知識を活用して、自身の食事の問題点を見つけ、解決する方法を考える	講義 演習アクティブラーニング 質問を受け、フィードバックする	食事バランスガイドを用いて、栄養教育が展開できる。	〈復習〉食事バランスガイドを用いた栄養教育計画を考える。 〈予習〉生鮮食品、加工食品の表示を収集し、食品表示を確認する。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
11	◆生鮮食品・加工食品の表示内容と栄養教育 (1) ・生鮮食品と加工食品の食品表示の見方を学ぶ	講義 演習アクティブラーニング 質問を受け、フィードバックする	生鮮食品と加工食品の表示の見方が理解し、説明することができる。	〈復習〉加工食品の表示の見方を確認する。 〈予習〉加工食品の表示を収集し、栄養成分表示を確認する。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
12	◆生鮮食品・加工食品の表示内容と栄養教育 (2) ・加工食品の栄養成分表示の見方、活用の仕方を学び、食生活を向上させるための課題を見出し、解決方法を考える。	講義 演習アクティブラーニング 質問を受け、フィードバックする	加工食品の栄養成分表示の見方を理解し、栄養教育に活用することができる。	〈復習〉加工食品の栄養成分表示の見方を確認する。 〈予習〉栄養マネジメントについて予習をし、まとめる。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
13	◆栄養教育の展開 ・栄養教育に必要な栄養マネジメントについて概要、手順を学ぶ	講義 質問を受け、フィードバックする	栄養マネジメントについて概要を説明することができる。	〈復習〉授業での内容について、ノートにまとめ、理解しておく。 〈予習〉栄養マネジメントについてその手法について理解を深めておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
14	◆栄養教育案の作成 ・栄養教育の内容を栄養マネジメントに沿って教育案を作成する手順、実際の進め方を学ぶ	講義 演習アクティブラーニング 質問を受け、フィードバックする	栄養マネジメントに即したア教育案を作成できる。	〈復習〉グループ内で協力して、対象の栄養教育案を完成させる。 〈予習〉教育計画が説明できるように、プレゼンテーションの練習をしておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
15	◆栄養教育案発表・評価 ・栄養教育案のプレゼンテーションをする ◆栄養教育のまとめ	講義 プレゼンテーション 質問を受け、フィードバックする	栄養教育案を立案できる。	〈復習〉授業での内容について、ノートにまとめ、理解しておく。 栄養教育に必要な基礎知識を復習しておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力