

平成29年度 愛知学泉短期大学シラバス

科目番号	科目名	担当者名	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
23201	栄養カウンセリング Nutritional counseling	早瀬 須美子	専門	2	必修	2年 前期
<b>科目の概要</b>						
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、栄養マネジメントを理解し、対象者の行動変容を促すカウンセリングに関する知識・技術を修得する。						
<b>学修内容</b>			<b>到達目標</b>			
①技法等のカウンセリングの基礎知識について理解する。 ②栄養マネジメントに基づいた適切かつ効果的な実践に向けた準備、支援計画立案の方法を理解する。 ③実際にカウンセリングを体験し、自己評価、他の学生から受ける評価から、自身の支援の改善点を整理し、効果的なカウンセリング技術を理解する。			①カウンセリングの意味を理解し、様々なカウンセリング法について説明することができる。 ②栄養マネジメントに基づいた支援計画を計画することができる。 ③他者の支援、自己評価から、自身のカウンセリング技術についての改善を常に行い、様々な技術を応用し、実施することができる。			
<b>学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素</b>		<b>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</b>				
前に踏み出す力	主体性	ア. カウンセリングに関する知識について、教科書・文献を使って自己学修をすることができる。 イ. カウンセリング技術の修得のために自ら練習をすることができる。				
	働きかけ力					
	実行力	ア. 対象者に適したカウンセリングの手順や方法を考え、確実に目標に向かって進めることができる。				
考える力	課題発見力	ア. 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、課題を見極めることができる。				
	計画力	ア. 決められた時間内に必要な支援を実施しすることができる。 イ. 計画通り進まない時は、計画を見直し修正できる。				
	創造力	ア. 物事を考える時に、固定概念に捉われないことと色々な方向から考えることができる。				
チームで働く力	発信力	ア. 支援計画に従って、対象者に寄り添った支援となるよう、解りやすい支援の仕方(声の大きさ、スピード等)や話すポイントが整理された支援をすることができる。 イ. 支援の仕方を工夫して支援できる。				
	傾聴力	ア. 対象者の意見を確認し、さらに自分の意見を述べるすることができる。				
	柔軟性					
	状況把握力					
	規律性	ア. 自分の都合を優先することなく集団のルールを守ることができる。 イ. 無断欠席、遅刻、居眠り、私語など講義に支障をきたす行動をせず、授業が円滑に進行するようルールを守ることができる。				
	ストレスコントロール力					
<b>テキスト及び参考文献</b>						
テキスト:「フローチャートで学ぶ栄養教育論実習」(橋ゆかり・森美奈子編著)「建帛社」(2,376円) (栄養教育実習で使用) 「Nブックス 栄養指導論」(相川りゑ子編著)「建帛社」(2,376円)(栄養教育で使用) 参考文献:授業の中で適宜資料を配布(文献・新聞記事等)						
<b>他科目との関連、資格との関連</b>						
他科目との関連 : 栄養学、食品学、食事療法論、栄養教育 関連する資格 : 栄養士						

<b>学修上の助言</b>	<b>受講生とのルール</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>健康・栄養の知識を生かして、その知識をもとに上手く相手の行動変容を導く技術が必要となるため、他の教科を含め、栄養、病態についての基礎知識を支援に活用できるようにノートにまとめおくとよい。</li><li>健康関連の情報を常に収集しノートにまとめておくとよい。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>欠席により課題提出ができない場合は、別にレポート提出が必要となります。</li><li>携帯電話は必ずカバンの中にしまっておいてください。</li></ul>

【評価方法】

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	
筆記試験	50	①	✓	カウンセリングの基礎技法の理解、実際のカウンセリング場面を想定して支援計画を適切に立案できるかを評価する。 ポイント:①カウンセリングの意味、カウンセリング技法についての知識を理解し、適切な支援について説明することができる。 ②栄養マネジメントに基づいた支援計画を立案することができる。 ③様々な技術を応用し、適切な支援法を選択することができる。
		②	✓	
		③		
小テスト	20	①	✓	3回の小テストの点数を平均して判定する。 ①授業内容を理解できているかを確認する。 ②穴埋め問題と簡単な説明を求める内容で出題する。
		②	✓	
		③	✓	
レポート	20	①	✓	・課題(支援計画①、カウンセリング用資料、グループ支援計画②)の3テーマ)テーマごとに、A4サイズ2枚以上にまとめる。 内容の詳細については、授業の中で説明をし、支援計画については、様式を配布する。 ・提出期限 翌週の月曜日2限終了後
		②	✓	
		③	✓	
成果発表 (口頭・実技)				
作品				
社会人基礎力 (学修態度)	10	①		(主体性) カウンセリングに関する知識について、自己学修をすることができ、カウンセリング技術の修得のために自ら練習をすることができている。 (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、確実に目標に向かって進めることができている。 (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、課題を見極めることができている。 (計画力) 支援計画、資料等のレポートや、実際の支援等において、期日、時間内に終えることができるよう手順や役割分担を考えて進めることができている。 (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ている。 (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ている。 (傾聴力) 演習において人の意見を確認し、さらに自分の意見を述べるができている 「あいづち」や「うなづき」など話を聞く姿勢ができている。 (規律性) ルールを守って作業ができている。 受講態度(遅刻、欠席、学修意欲欠如)が見られる場合は5点を減点する。 課題の提出物の未提出が見られる場合は5点を減点する。 グループ活動への非協力などが見られる場合は5点を減点する。
		②		
		③		
その他		①		・2/3以上の授業に出席し、レポートを提出した学生のみ評価の対象とする。 ただし、授業に出席することは当たり前のことなので、出席点は加味しない。
		②		
		③		
総合評価割合	100			

【到達目標の基準】

到達レベル A(優)の基準	到達レベル B(良)の基準
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 栄養マネジメントを理解し、適切に実施できている。</li> <li>• 栄養アセスメントから、適切に課題を発見し、支援のプログラムを選択できている。</li> <li>• 対象者をどのように支援し、行動目標設定に導くことができるかの支援計画を構築できている。</li> <li>• カウンセリング技法を理解し、カウンセリングの場면을想定して技法選択ができている。</li> </ul> <p>到達レベルS</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 到達レベルA者の中で、総合評価上位 5 名及び欠席回数が 1 回以下の者</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 栄養マネジメントを理解し、適切にほぼ実施できている。</li> <li>• 栄養アセスメントから、適切に課題を発見し、支援のプログラムをほぼ選択できている。</li> <li>• 対象者をどのように支援し、行動目標設定に導くことができるかの支援計画をほぼ構築できている。</li> <li>• カウンセリング技法を理解し、カウンセリングの場면을想定してほぼ技法選択ができている。</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週 /	栄養カウンセリングについてその概要を学ぶ ・栄養カウンセリングとは ・栄養カウンセリングに必要な知識について理解する。	講義 小テスト1	・概要を理解している。	予習 : 栄養カウンセリングとは何かを教科書等で調べておく。 復習 : 小テストの復習、授業での内容について、ノートにまとめ、理解しておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 傾聴力 規律性
2週 /	栄養マネジメントについて理解する① ・PDCA の過程を理解する ・栄養アセスメントについて理解する。	講義	・栄養マネジメント全体像を理解している。 ・栄養アセスメントについて概要を理解している。	予習 : 栄養マネジメントについて教科書等で予習しておく。 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。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 傾聴力 規律性
3週 /	栄養マネジメントについて理解する② ・アセスメント法について理解できているか小テストにて確認する ・栄養調査等を実際に体験し、アセスメントの方法を実践で学ぶ。	小テスト2 講義	・栄養アセスメントについて理解している。	予習 : 栄養アセスメントについて、授業で学んだ臨床所見データ、食物摂取データ、身体組成データ、生化学データ等について、さらに自分で調べて、ノートにまとめ、理解しておく。 復習 : 小テストでの結果から、理解不足の項目をしっかりと理解しておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 傾聴力 規律性
4週 /	栄養マネジメントについて理解する③ ・デモデータのアセスメントをグループ内で発表、評価を行い、アセスメントの実践を理解する。	講義 グループワーク	・栄養アセスメントを実施することができる。	予習 : デモデータを使い摂取状況等について栄養アセスメント行いレポートにまとめておく。 復習 : グループワークで得た知識をまとめ、自身の支援計画の修正を行う。	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週 /	栄養マネジメントについて理解する④ ・栄養処方設計の立案の方法を理解する。 (各種調査から課題発見への手順・方法、データ整理法・活用方法等含む) ・支援計画を作成する	グループワーク 発表 レポート作成	・評価・分析法を理解し、行うことができる。 ・支援計画作成の手順が理解できる。	予習 : 自身の支援計画の評価・改善点をまとめておく 復習 : グループワークで得た知識をまとめ、自身の支援計画のさらに修正しておく。	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週 /	カウンセリングの手法について理解する ・カウンセリングの基礎技術を学ぶ ・カウンセリングのための準備について学ぶ。	講義 小テスト3	・カウンセリングの基礎技術について理解している。 ・カウンセリングの準備について理解し、実施に備えた準備を行うことができる。	予習 : カウンセリングの手法について教科書等で予習しておく 復習 : カウンセリングの手法について、小テストで不明だった点、授業で学んだ事項も含め、ノートに書き加えまとめ理解しておく。	180	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 傾聴力 規律性
7週 /	支援(カウンセリング)に必要な資料を作成する① ・必要な資料をKJにより選定する ・資料種類別にクラスで分担を決める	演習	カウンセリングに必要な資料を準備できる。	予習 : カウンセリングのための準備として、国民健康・栄養調査、食事摂取基準をはじめとする、必要と思われる資料を集め、資料の概要についてノートにまとめておく。 復習 : 授業で新たに知った項目について調べ、その概要をノートに書き加えまとめておく。	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
8週 /	支援(カウンセリング)に必要な資料を作成する② ・作成資料の発表・評価	演習	カウンセリングに必要な資料を準備できる。	予習 : 分担された項目について、分かりやすくA4サイズ2枚程度の資料を作成しておく。 復習 : 自身の資料について、授業での評価を参考に修正・改善する。→レポート(資料)提出①	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週 /	カウンセリングを体験する① 支援計画を用いて、支援法を実際に体験して学ぶ。	演習	・支援計画に沿って支援ができています。 ・支援の評価・改善点の整理ができています。 ・他の学生が行う支援について評価、改善点の提案ができています。	予習 : カウンセリングの基礎技術について理解を深め、5週で作成した支援計画どおり支援できるように、支援の練習をしておく。 復習 : 計画と実際の支援との相違について評価し、再度支援計画を修正する。	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
10週 /	カウンセリングを体験する② 支援計画を用いて、支援法を実際に体験して学ぶ。	演習	・支援計画に沿って支援ができています。 ・支援の評価・改善点の整理ができています。 ・他の学生が行う支援について評価、改善点の提案ができています。	予習 : 支援計画どおり支援できるように、支援の練習をしておく。 復習 : 計画と実際の支援との相違について評価し、再度支援計画を修正する。	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週	カウンセリングを体験する③ 支援計画を用いて、支援法を実際に体験して学ぶ。	演習	・支援計画に沿って支援ができています。 ・支援の評価・改善点の整理ができています。 ・他の学生が行う支援について評価、改善点の提案ができています。	予習 : 支援計画どおり支援できるように、支援の練習をしておく。 復習 : 計画と実際の支援との相違について評価し、再度支援計画を修正する。	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週 /	カウンセリングを体験する④ 支援計画を用いて、支援法を実際に体験して学ぶ。	演習	・支援計画に沿って支援ができています。 ・支援の評価・改善点の整理ができています。 ・他の学生が行う支援について評価、改善点の提案ができています。	予習 : 支援計画どおり支援できるように、支援の練習をしておく。 復習 : 計画と実際の支援との相違について評価し、再度支援計画を修正する。 →レポート提出②	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週 /	ライフステージ別アプローチを学ぶ① ・支援計画、使用する媒体の検討方法、選択法について学ぶ。 (グループ作成)	講義 グループワーク	・ライフステージ別に支援のポイントを抑えた支援計画を作成できている。 ・適切な媒体を準備できている。	予習 : 年代別の食事指導のポイントについて整理しておく。 復習 : グループワークで作成した支援計画を再度グループで評価・改善点をまとめておく。 ・グループで媒体を完成させておく。	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週 /	ライフステージ別アプローチを学ぶ② ・支援計画を用いて、支援法を実際に体験して学ぶ。 (グループごとに発表)	グループワーク	・支援計画に沿って支援ができています。 ・カウンセリング手法を支援に用いることができている。 ・支援の評価・改善点の整理ができています。	予習 : カウンセリング手法を取り入れ、支援計画どおり支援できるように、支援の練習をグループ内で行い、さらに修正があれば修正し完成しておく。 復習 : 再度グループの支援計画について班員と評価し、改善点をまとめ、修正しておく。→レポート提出(グループ単位)	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週 /	栄養カウンセリングのまとめ ・半期のまとめをし、今後に向けた活用法について学ぶ	講義	・栄養カウンセリングの目的を理解し、適切な支援計画のもと、カウンセリング手法を駆使して、効果的な支援ができています。	予習 : 半期の復習をしておく。 復習 : 15週の授業での内容について、ノートに書き加え、資料の整理も同時に行い、カウンセリング実習の資料として活用できるようにまとめ、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

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



