2012. 10.23 No.40

文教大学の授業

文教大学教育研究所
埼玉県越谷市南荻島3337
TEL 048-974-8811 〒343-8811

理論を実践に繋げるための授業づくりを考える
―現代社会で活躍できる管理栄養士養成を目指して―

健康栄養学部 渡 邊　美 樹



病院の常勤管理栄養士として約7年間勤務。母校の大学院にて修士を取得後、非常勤の管理栄養士（病院）を経て、2000年に本学女子短期大学部健康栄養学科に就任し、2010年4月より現職。専門は食教育・栄養教育。目的に即した栄養教育の方法とその効果について研究している。
（わたなべ　みき）

今回紹介する「栄養教育論実習Ⅰ」「栄養教育論実習Ⅱ」は、短期大学部で担当していた「栄養指導論実習A・B（Bは別の教員が担当）」と同じ位置づけの科目である。管理栄養士養成の目的に合わせて内容を練り直し、健康栄養学部の一期生に向けて2011年秋学期、2012年春学期に開講したばかりである。よりよい授業づくりに向けて、諸先生方のご助言をいただきたい。

1.「栄養教育・指導分野の実習」における到達目標

2002年、厚生労働省から示された到達目標は次の通りである。

> 対象者の健康･食生活に関する情報収集、優先課題の特定､学習計画（支援計画）の立案､実施､評価､及びそのフィードバックまでの栄養教育のPDCAサイクルの作業の一通りを体験し､講義科目だけではわからなかったより深い理解に到達し､栄養教育に関連した自己の課題（弱点）に気付くこと。

2009年5月、日本栄養改善学会理事会より「『管理栄養士養成課程におけるモデルコアカリキュラム』の提案」が出された（検討のスタートは2003年8月）。高度化、複雑化、多様化する社会の中で活躍する管理栄養士への期待と要求は年々膨らみ、これに応えられる養成のため、教育内容の精選および整理が行われた。

(http://www.jade.dti.ne.jp/~kaizen/about/pdf/model_core_090523.pdf)

この提案で想定する管理栄養士像は、「管理栄養士とは、人間の健康の維持・増進、および生活の質の向上を目指して、望ましい栄養状態・食生活の実現に向けての支援と活動を、栄養学および関連する諸科学をふまえて実践できる専門職」である。

2.「栄養教育論実習Ⅰ・Ⅱ」の概要

私が担当する「栄養教育論実習Ⅰ（第4セメスター）」および「栄養教育論実習Ⅱ（第5セメスター）」は、講義科目「栄養教育総論（第2セメスター）」「栄養教育各論Ⅰ・Ⅱ（第3，4セメスター）」で学んだ理論を実践に繋げる役割を持つ。

1科目15回 計30回の実習では、必要資料とは別に毎回A4版のレジュメ（私は「もくじ」と呼んでいた）を配付する。基本的な記載項目は 1.今日の内容 2.今日の目標 3.今日の提出

課題（予定）　4.次回の概要・持ち物。2,4については、タイトルのみ記載し、空欄を広めにとり、板書を転記させる。これにより、各回の実習の位置づけと目標の意識づけができると考えている。

栄養教育論実習Ⅰでは、前半の4回で食生活の提案に必要な基礎知識として食品の重量・成分の把握、献立・食品構成の作成と評価を演習として学ぶ。他の科目で活用（例：ライフステージ・ライフスタイル別、疾病に対応した献立の提案など）していく中で習熟度を上げることを目指している。次の4回で栄養教育に必要な基礎技術（アセスメント、カウンセリング、集団討議法など）を2～5人程度の小グループで実践を通して学んだ後、グループごとにテーマを設定した上で栄養教育のPDCAサイクルの作業を6回の授業でひと通り体験させ、最後に“クラス全員を対象者に見立てた栄養教育”という設定のロールプレイングを行い、相互評価を行う。

栄養教育論実習Ⅱにおいても、前半に基礎知識・基礎技術として栄養計算ソフトや食品交換表などの使用法を演習の中で学び、他の科目での活用および習熟度の向上を目指す。

中盤から後半にかけては、3，4回を1セットとして、疾病別栄養教育、高齢者の栄養ケアマネジメント、思春期の対象者向け食育弁当の提案（コンテスト）をグループで実習する。それぞれ最終回には現場を想定したロールプレイングやコンテスト（プレゼンテーションと調理・試食会・投票）と質疑応答・評価（自己評価を含む）を行う。



ロールプレイング（疾病別栄養教育）の様子

3．研究と授業のつながり

－研究成果のフィードバックと今後の展望－

近年、学科内の共同研究として、“使い勝手がよく教育効果の高い”文教大学オリジナルの栄養計算ソフトの開発と授業への有効活用を目指している。

従来、栄養士は献立を提案する際、その栄養計算は食品成分表を元にすべて手計算で行ってきた。一連の作業は食品の常用量や栄養成分の含有量などを把握し、柔軟な栄養教育に役立つ一方で、その計算作業の負担はかなり大きい。現在は栄養教育論実習Ⅱ（第5セメスター）の第2，3回で栄養計算ソフトの紹介・演習による技術習得を行っている。

学期末（今年の7月）に学生に感想を尋ねたところ、「食品成分表を使って計算していた時に比べ、栄養計算がとても早くできるようになり、楽になった反面、使用する食品の範囲が狭まり、代替えの食品のアイディアも出づらくなった。ソフトは便利だが、活用の仕方に気をつけ、成分表も上手に併用したいと実感した。」とのことであった。

市販のソフトと比較し、教育効果を考慮し敢えて「不便」にしている部分もあるが、現段階では明らかに機能が不十分と思われる。今後も検討を重ね、バージョンアップさせていきたい。

この他、学部全体で学生の健康・栄養状態に関する調査研究も行っている。年に1回、在学中の計4回の調査で、学生自身も計算・分析・評価することで、栄養アセスメント技術の修得と同時に自分自身の健康増進を図ることが理想である。また分析結果については、今後さらに研究・発表などを経て学生に還元していきたい。

4．おわりに

健康栄養学部の一期生が3年生になった。秋学期からの臨地実習で事業所、小学校、病院、各種福祉施設、保健所…と各分野における管理栄養士の活動、栄養教育の実際を学び、再来年の春には巣立っていく。管理栄養士の活躍の場は、対象者に寄り添った効果の上がる栄養教育の実践により広がっていく。卒業後も家族・友人や母校の教員、職場のスタッフとの連携を大切にしてほしい。そして、思い出したら母校を訪ね、近況を語ってほしい。