

## 栄養教育論実習における実習方法と教育効果に関する一考察(3)

### —学生のための学習カルテの提案—

平光美津子

(東海学院大学 健康福祉学部 管理栄養学科)

#### 要 約

管理栄養士養成課程科目の「栄養教育論実習」において、栄養教育論で学んだ知識を定着させ実習で技術を習得させる為、実習課題の検討を重ねると共に教育効果を客観的に把握する方法を模索してきた。一報<sup>1)</sup>では実習課題の理解度について学習前後の自己評価(5点)の平均点を分析し、二報<sup>2)</sup>では理解度の低かった実習課題について改善策を講じ報告した。本報では、「管理栄養士国家試験出題基準(ガイドライン)」<sup>3)</sup>に沿ったカリキュラム構成に配慮し、実習課題に対応させた自記式の学習カルテを提案する。

キーワード：栄養教育、実習方法

#### 1. はじめに

管理栄養士養成課程における「栄養教育論」は、栄養士法施行規則(2001年9月5日厚生労相令第186号)の第11条関係の別表4(管理栄養士養成施設)専門分野<sup>4)</sup>の教育内容に位置し、理論又は演習で計6単位と、実習で1単位以上とされ、本学の本実習は1単位で行っている。

教育内容の基準は、「管理栄養士国家試験出題基準(ガイドライン)」に示され(以下ガイドラインと記す)、平成14年の栄養士法一部改正で、管理栄養士の業務が明確化されて以降、厚生労働省は平成17年(新試験)<sup>5)</sup>・22年<sup>6)</sup>・27年<sup>3)</sup>にガイドラインを改定している。

「栄養教育論」の中に、理論的基礎として「行動科学の理論とモデル」及び、「行動変容技法と概念」が導入され、「栄養教育マネジメント」の項目も確立されてきた。筆者がこの科目を担当するにあたり、理論・演習、実習の教育形態を考慮し、順次、授業内容を変更してきている。

さて、聞き慣れない行動変容技法などを学ぶ学生は、自身の生活習慣をどのように思うだろう。生活習慣病は自覚症状がないまま進行するので、大半の者が自分の生活習慣に無関心であるとする、先ず、自らの生活習慣を見直すことが大切となる。Health belief modelの病気への脅威の認識、行動を変えるメリットとデメリットのバランスの認識や、社会的認知理論のモデリングや結果

期待、self-efficacy、セルフコントロールなど理論の数々の意味と現実を結びつけ、自分のこととして理解することが大切である。つまり、講義で数々の専門用語を知り、実習で自己の栄養診断をきっかけに無関心な行動を変える必要性を感じ、実践的な事例・症例の課題を通して栄養教育法を体験する。模擬体験で対象者の立場に立つてみることで心情に寄り添い共感し、行動変容技法や栄養教育の意義を理解するものと考えている。対象者を行動変容に導き、生活習慣病の予防及び治療に役立つという仕事の重さを学生自身が感じるには、単に実習課題をこなすのではなく、課題の到達目標を意識し理解度のチェックをすることで学習意欲向上への動機づけにもなる。

これらの考えの上に、学生のための学習カルテを提案する。理解度は、plan-do-check-act cycleの元、教員が更に実習方法を改善する為に活用し、一層、充実した実習方法を検討する資料として活用できる。

卒業後、管理栄養士の現場では栄養教育マネジメント能力が求められている。対象者の栄養診断結果を踏まえ、栄養教育プログラムの立案・実施によって、対象者の意識や行動が改善されれば、栄養診断結果は良い状態を維持できていくという意味に繋がる。このような専門業務を目指し学習していく過程において、学習への動機を作り、やる気を引き出すことがとても重要だと考える。

## 2. 方法とその経緯

学習カルテを作成する方法と共に、1報、2報で報告した内容にも一部触れてその経緯を記す。学習カルテは、自記式で実習前後の理解度を自己評価(5点)する様式案であり、まだ改編を重ねている。参考とするものは「教職実践演習」で使う「教職履修カルテ(自己評価シート)」<sup>7)</sup><sup>8)</sup>の中の「必要な資質能力の指標の自己評価(5点、各年次)文部科学省」の様式である。教育職員免許法施行規則第6条第1項表の備考11に、「教職実践演習は、当該演習を履修する者の教科に関する科目及び教職に関する科目の履修状況を踏まえ、教員として必要な知識技能を修得したことを確認するものとする」<sup>8)</sup>と記されている。教員が学生の学習内容や理解度等の把握と指導、学生のモチベーション向上が目的とされている。本学科は栄養教諭養成課程でもあり「教職実践演習(栄養教諭)」を筆者が担当し、教職履修カルテを活用し指導している。そのknow-howを管理栄養士養成に応用し「栄養教育論実習」の学習カルテを提案し、学生の理解度等の把握及び学生のモチベーション向上に活用したいと考えている。

管理栄養士の教育内容は、平成27年のガイドライン(厚生労働省)<sup>3)</sup>が現基準であり、理論等の内容はこれに準拠していくことになる。また、ガイドラインには「養成課程の教育内容全てを網羅するものではなく、教育の在り方を拘束するものではない<sup>3)</sup>」とも記されている。

実習のコアモデルは、平成25年8月に管理栄養士養成課程におけるモデルコアカリキュラム検討会が栄養改善学雑誌に発表した<sup>9)</sup>。それによると、「栄養教育・指導実習」の到達目標は「対象者の健康・食生活に関する情報収集、優先課題の特定、目標設定、学習計画の立案、実施、評

表 2. 自己の振り返りのための尺度(学習前と学習後)

学習前	点	学習後
十分理解できている	5	十分理解できた
ある程度理解できている	4	ある程度理解できた
理解できたと思うが自信がない	3	理解できたと思うが自信がない
あまり理解できていない	2	あまり理解できていない
まだ理解できていない	1	まだ理解できていない

価、およびそのフィードバックまでのPDCAサイクルの作業を体験的に学習して臨地実習などの学外実習で活用できるスキルを習得する。」<sup>9)</sup>と示された。1報でこの科目全体の到達目標、項目、目的、内容、具体的例示を紹介した。ここでは表1に項目と目的を再掲する。準拠する栄養教育論実習の教科書<sup>10)</sup>(編共著)を平成27年4月に刊行し、行動変容技法と栄養教育プログラムの事例・症例を用い、授業計画に入れ込んでいる。学習カルテ案は、課題毎に5点の尺度で、実習前後の理解度を自己診断するという方法(表2は1報の再掲)で、考察欄も設ける。ただし、カルテ案には成績評価に影響しないことを明記し、説明を行い、記入は学生の主体性に任せている。この詳細については1報<sup>1)</sup>・2報<sup>2)</sup>で報告済みである。課題の取り組み方や自分の力量など、学生自身のモチベーションは、考察からも読み取れる。尺度の平均点を出すと、実習課題別の理解度がわかり、カウンセリングや、評価結果のフィードバックは平均点が他に比べやや低い。カルテ案の具体的な様式は、モデルコアカリキュラム2015が公表されているのでそれにも関わりつつ考察で示す。

## 3. 結果及び考察

### 1) ガイドラインの変化

平成14年の栄養士法一部改正で、管理栄養士業務が明確化された新カリキュラムのガイドラインは、平成17年に「大項目」「中項目」「小項目」として発表された。ガイドラインの中の「栄養教育論」について、平成17年<sup>5)</sup>を表3に、平成22年<sup>6)</sup>を表4に、平成27年<sup>3)</sup>を表5に記し、改定毎の項目の変化を分析する。

表3の特徴は、大項目の「1. 栄養教育の概念」が詳しく「2. 食行動変容と栄養教育」が入ったことと、大項目の「3. 栄養マネジメント」「8. 栄養教育の評価」、中項目の「A. 栄養アセスメント」「a. 栄養教育計画」は、「応用栄養学」の知識を共有することになっている。網掛け箇所は、平成22年改定のガイドラインにおいて削除や改編される項目であり、変化を見る目的で筆者が加筆した。「11. 栄養教育の国際的動向」は削除されていく。

表 1. 「栄養教育・指導」実習の例示

項目	目的
対象者アセスメント・目標設定(Plan)	対象者にあったアセスメント項目を選択し、アセスメントを実施して栄養・食生活における栄養教育・指導の優先課題を抽出
栄養教育プログラムの作成(Plan)	目的達成に向けて学習指導案や支援計画を作成、そのための教材や教具を作成・決定、評価計画を作成。
栄養教育プログラムの実施(ロールプレイ)(Do)	個別栄養カウンセリング実施、対象者が小集団の時は効果的なプレゼンテーションの検討実施、グループダイナミクスを活かしたグループカウンセリングの実施
モニタリング・評価(Check)	栄養教育プログラムの実施記録の作成と経過評価を実施
評価結果のフィードバック(Act)	評価結果を栄養教育プログラムにフィードバックするための改善案作成

出典：専門分野の実習「栄養教育・指導」：第二次管理栄養士養成課程における教育の在り方に関する検討会、平成25年<sup>1)</sup>より

表3. 平成17年管理栄養士国家試験出題基準ガイド  
ライン<sup>5)</sup> 「栄養教育論」の大項目、中項目、小項目

大項目	中項目	小項目
1. 栄養教育の概念	A. 栄養教育の定義 B. 栄養指導・栄養教育の歴史 C. 栄養教育の目的 D. 栄養教育の目標 E. 栄養教育の対象 F. 栄養教育の場 G. 栄養指導(栄養教育)の法的根拠	a. 教育の概念・定義 b. 栄養教育の概念・定義  a. 栄養教育と社会の変化 b. 栄養教育と健康教育 c. 栄養教育と生涯教育 d. 栄養教育とQOL(生活の質、人生の質) a. 健康・栄養知識の理解 d. 食知識の理解と定着 c. 動機づけ、食態度の形成 d. 食スキルの習得 e. 食行動の変容と維持 f. 栄養・食生活上の評価と選択 g. 自己管理能力の習得 a. ライフステージからみた対象のとりえ方 b. ライフスタイルからみた対象のとりえ方 c. 健康状態からみた対象のとりえ方 a. 地域保健の場, b. 産業保険の場 c. 医療の場, d. 学校教育の場 e. 給食経営管理の場 f. 福祉の場, g. 介護の場
2. 食行動変容と栄養教育	A. 食行動変容と栄養教育 B. 個人の態度と行動変容に関する理論の応用 C. 個人間の関係と行動変容に関する理論の応用 D. 集団や社会の行動変容に関する理論の応用 E. 行動変容技法の応用	a. 行動科学からみた食行動変容の機序 b. 学習者の課題や状態に対応した適切な理論の選択 a. 保健信念モデルの応用 b. 行動変容段階のモデルの応用 c. 行動意思理論の応用 a. 社会的学習理論・社会的認知理論の応用 b. ソーシャルネットワーク・ソーシャルサポートの応用 a. 社会変革モデルの応用 b. コミュニケーションモデルの応用 c. コミュニティ・オーガニゼーションの応用
3. 栄養教育マネジメント	(応用栄養学: 1)	
4. 栄養教育のためのアセスメント	A. 栄養アセスメント B. 情報収集の方法	(応用栄養学: 1B, C) a. 実測法, b. 観察法 c. 個人・集団面接法, d. 質問票法 e. 既存資料の活用 <b>社会・環境と健康</b>
5. 栄養教育計画	A. カリキュラムの立案	a. 栄養教育計画 <b>応用栄養学: 1D</b> b. 栄養教育目標(教育目標, 中期目標, 長期目標) c. 学習時間の配分 d. 栄養教育実施者, 栄養教育チーム e. 学習者の決定
6. 栄養教育の方法	A. 栄養教育方法の選択 B. 学習(教育・指導)形態  C. カウンセリングの概要 D. カウンセリ	a. 学習形態の選択 b. 教材・媒体の選択, c. 場所の選択 a. 講義, b. シンポジウム c. パネルディスカッション d. グループ討議, e. ワークショップ f. ロールプレイ, g. 体験学習(実験, 実習) h. 問題解決型学習, i. 参加型学習 j. 個別栄養相談、栄養カウンセリング k. 自己学習, l. 通信教育(双方向通信) m. インターネット(ウェブサイト等)の活用 n. 種々の学習形態の組み合わせ a. カウンセリングの本質 b. カウンセリングの技術 c. カウンセラーの態度と倫理 a. 個人への栄養カウンセリング

	ングの栄養教育への応用 E. 教材・媒体  F. 学習段階の発展	b. 家族への栄養カウンセリング c. 小集団を対象とするカウンセリング a. 教材利用の目的・意義 b. 教材の種類と特徴 c. 教材作成法 a. 人間関係・家族関係づくり b. ネットワークづくり c. 自助集団の形成 d. 個人・組織・地域エンバウメント
7. 栄養教育の実施	A. 連携  B. 栄養教育実施者 C. 実施	a. 栄養教育関連組織・従事者・学習者の連携・チームワーク b. コーディネーターとしての管理栄養士 a. トレーニング, b. プレゼンテーション技術, c. コミュニケーション技術 a. 学習者の募集, 周知 b. 予算の確保, c. 場の設定
8. 栄養教育の評価	応用栄養学: 1I・J・K	
9. ライフステージ・ライフスタイル別栄養教育	A. 妊娠・授乳期の栄養教育  B. 乳・幼児期の栄養教育  C. 学童期の栄養教育  D. 思春期の栄養教育  D. 成人期の栄養教育  E. 高齢期の栄養教育  F. 障害者の栄養教育	a. 妊娠・授乳期の栄養教育の特徴 b. リプロダクティブ・ヘルスと栄養教育 c. 子育て支援と栄養教育 a. 乳・幼児期の栄養教育の特徴 b. 成長・発達と栄養教育 c. 離乳と栄養教育 d. 保育と栄養教育 d. 子育て支援と栄養教育 a. 学童期の栄養教育の特徴 b. 成長・発達と栄養教育 c. 学校教育・学校給食と栄養教育 a. 思春期の栄養教育の特徴 b. ダイエットと栄養教育 c. 摂食障害と栄養教育 d. スポーツと栄養教育 a. 成人期の栄養教育の特徴 b. 生活習慣病の予防・治療と栄養教育 c. 労働と栄養教育 d. 職場給食と栄養教育 e. 外食と栄養教育 f. 単身生活と栄養教育 g. 外国人に対する栄養教育 a. 高齢期の栄養教育の特徴 b. 寝たきり予防と栄養教育 c. QOLと栄養教育 d. 介護と栄養教育 e. 食事サービスと栄養教育 a. 身体障害者の栄養教育の特徴 b. 精神障害者の栄養教育の特徴 c. ノーマライゼーションと栄養教育
10. 食環境づくりにおける栄養教育	A. 食物のアクセス面での展開  B. 情報のアクセス面での展開	a. 食品生産・加工・流通活動と栄養教育 b. 食品生産・加工・流通関係者への栄養教育 c. 外食産業と栄養教育 a. マスコミュニケーションと栄養教育 b. パーソナルコミュニケーションと栄養教育
11. 栄養教育の国際的動向	A. 先進諸国における栄養教育  B. 開発途上国における栄養教育	a. 先進諸国における栄養教育の動向 b. がん予防と栄養教育 c. 循環器病予防と栄養教育 d. 社会福祉活動と栄養教育 e. 家庭崩壊と栄養教育 f. 食品開発と栄養教育 a. 開発途上国における栄養教育 b. ジェンダーと栄養教育 c. 地域開発と栄養教育 d. 食料生産と栄養教育

出典:厚生労働省, 管理栄養士国家試験出題基準改定検討会報告, 平成17年2月16日。

注)筆者の加筆について、網掛け箇所は平成22年に削除又は、改編され(類似は残す)、下線は「応用栄養学」を参照するもの。

栄養教育論実習における実習方法と教育効果に関する一考察 (3)

表 4. 平成 22 年管理栄養士国家試験出題基準ガイド  
ライン<sup>6)</sup>「栄養教育論」の大項目、中項目、小項目

大項目	中項目	小項目
1. 栄養教育の概念	A. 栄養教育の目的・目標 B. 栄養教育の対象と機会	a. 栄養教育の定義 b. 栄養教育と健康教育・ヘルスプロモーション c. 栄養教育と生活の質 (QOL) d. 栄養教育と他の生活習慣 (身体活動、喫煙、飲酒、休養、睡眠) a. ライフステージ・ライフスタイルからみた対象と機会 b. 健康状態からみた対象と機会 c. 個人・組織・地域社会のレベル別にみた対象と機会
2. 栄養教育のための理論的基礎	A. 行動科学理論と栄養教育 B. 行動科学の理論とモデル C. 行動変容技法と概念 D. 栄養カウンセリング E. 組織作り・地域づくりへの展開 F. 食環境づくりとの関連	a. 栄養教育の課題に応じた理論の選択と展開 b. 栄養教育マネジメントにおける理論の活用 a. 刺激-反応理論 (レスポント条件づけ, オペラント条件づけ) b. ヘルスビリーフモデル (健康信念のモデル) c. トランスセオレティカルモデル d. 合理的行動理論, 計画的行動理論 e. 社会的認知理論 (社会的学習理論) f. ソーシャルネットワーク、ソーシャルサポート g. コミュニティ・オーガニゼーション h. プリシード・プロシードモデル a. 刺激統制, b. 反応妨害・拮抗 c. 行動置換, d. オペラント強化 e. 認知再構成, f. 意思決定バランス g. 目標宣言・行動契約 h. セルフモニタリング i. 自己効力感 (セルフエフィカシー) j. ストレスマネジメント k. ソーシャルスキルトレーニング a. カウンセリングの基本 (考え方と技法) b. 栄養カウンセリングの方法論 c. 栄養カウンセリングの特徴 a. 自助集団 (セルフヘルプグループ) b. 組織作り、ネットワークづくり c. グループダイナミクス d. エンパワメント d. ソーシャルキャピタル a. 食環境の概念 b. 食べ物へのアクセスと栄養教育 c. 情報へのアクセスと栄養教育 d. 食環境にかかわる組織・集団への栄養教育 e. 食環境整備に関連した法律・制度・施策
3. 栄養教育マネジメント	A. 健康・食物摂取に影響を及ぼす要因のアセスメント B. 栄養教育の目標設定 C. 栄養教育プログラムの作成	a. 方法 (質問紙法、個人面接法、集団面接法、フォーカスグループ、観察法、二次データの利用) b. 行動記録・行動分析 c. 個人要因のアセスメント d. 環境要因のアセスメント e. 優先課題の特定 a. 目標設定の意義と方法 b. 学習目標, c. 行動目標 d. 環境目標, e. 結果 (アウトカム) 目標 a. 学習者の決定 b. 全体計画・プログラムの立案・学習指導案の作成 c. 期間・時期・頻度・時間の設定 d. 場所の選択と設定 e. 実施者の決定とトレーニング f. 教材の選択と決定 (栄養表示, 食品群, フードガイド, 食生活指針, 実物など) g. 学習形態の選択 (個別学習, グループ学習, 一斉学習, マスコミュニケーションなど)

	D. 栄養教育プログラムの実施 E. 栄養教育の評価	a. コミュニケーション技術 b. プレゼンテーション技術 a. 経過 (過程) 評価、形式的評価 b. 影響・結果 (アウトカム) 評価 c. 総合的評価 e. 経済的評価 (費用効果分析, 費用便益分析, 費用効用分析) h. 結果評価のフィードバック
4. ライフステージ・ライフスタイル別栄養教育の展開	A. 妊娠・授乳期の栄養教育 B. 乳幼児期の栄養教育 C. 学童期・思春期の栄養教育 D. 成人期の栄養教育 E. 高齢期の栄養教育 F. 傷病者及び障がい者の栄養教育	a. 妊娠・授乳期の栄養教育の特徴と留意事項 b. 母性の育成と栄養教育 a. 乳幼児期の栄養教育の特徴と留意事項 b. 食事のリズム、生活のリズムの形成と栄養教育 c. 味覚・嗜好の形成と栄養教育 a. 学童期・思春期の栄養教育の特徴と留意事項 b. 学校を拠点とした食育と栄養教育 a. 成人期の栄養教育の特徴と留意事項 b. ワークライフバランスと栄養教育 c. 勤務形態と栄養教育 a. 高齢期の栄養教育の特徴と留意事項 b. 高齢期のライフイベントと栄養教育 a. 傷病者の栄養教育の特徴と留意事項、 b. 障がい者の栄養教育の特徴と留意事項 c. 医療と保健・福祉の連携による栄養教育 d. ノーマライゼーションと栄養教育

出典：厚生労働省管理栄養士国家試験出題基準検討会報告，平成 22 年 12 月 24 日。

注) 筆者の加筆について、平成 27 年に網掛け箇所は削除又は改編され、波下線は項目移動、実践下線はこの新規を示すもの。

平成 22 年のガイドラインを表 4 に示す。平成 17 年と比べて、大項目の「2. 栄養教育のための理論的基礎」「3. 栄養教育マネジメント」が大きく導入された。中項目の「B. 行動科学の理論とモデル」「C. 行動変容技法」については、小項目が大幅に増え、更に整理される。「3. 栄養教育マネジメント」のアセスメント、目標設定、プログラムの作成、実施、評価の流れが分かりやすく組まれた。これは実習を行うための重要項目である。平成 17 年と比べて大項目の「1. 栄養教育の概念」は小項目が絞られ、「9. ライフステージ・ライフスタイル別栄養教育」は、各期の特徴と留意事項が主となるが、平成 27 年には更に整理される。表 4 に筆者が加筆したのは、下線箇所が平成 22 年の新規項目であり、網掛け箇所は平成 27 年で削除・改編される項目である。ガイドラインの改定に関わる社会背景について 2 報で詳しく記したが要約すると、日本人の生活習慣病の有病率が依然高く、重症化予防に焦点をあて個人・集団への栄養介入によって、対象者の意識を変えて行動変容を促すという支援を管理栄養士の業務内容とし、重要性が増してきているためと考える。

したがって、行動科学理論、行動変容技法など、人の生活習慣を変えるために必要な栄養介入・栄養教育法を授業に取り入れていかなければならない。

表5. 平成27年管理栄養士国家試験出題基準ガイド  
ライン<sup>3)</sup>「栄養教育論」の大項目、中項目、小目標

大項目	中項目	小項目
1. 栄養教育の概念	A. 栄養教育の目的・目標 B. 栄養教育の対象と機会	a. 栄養教育と健康教育・ヘルスプロモーション b. 栄養教育と生活習慣 a. ライフステージ・ライフスタイルからみた対象と機会 b. 健康状態からみた対象と機会 c. 個人・組織・地域社会のレベル別にみた対象と機会
2. 栄養教育のための理論的基礎	A. 栄養教育と行動科学 B. 行動科学の理論とモデル C. 栄養カウンセリング D. 行動変容技法と概念 E. 組織作り・地域づくりへの展開 F. 環境づくりとの関連	a. 行動科学の定義 a. 刺激-反応理論 b. ヘルスビリーフモデル c. トランスセオレティカルモデル d. 計画的行動理論 e. 社会的認知理論 f. ソーシャルサポート g. コミュニティオーガニゼーション h. イノベーション普及理論 i. コミュニケーション理論 a. 行動カウンセリング b. ラポールの形成 c. カウンセリングの基礎的技法 d. 行動分析 a. 刺激統制, b. 反応妨害・拮抗 c. 行動置換, d. オペラント強化 e. 認知再構成, f. 意思決定バランス g. 目標宣言、行動契約 h. セルフモニタリング i. 自己効力感(セルフ・エフィカシー) j. ストレスマネジメント k. ソーシヤルスキルトレーニング a. セルフヘルプグループ b. 組織ネットワークづくり c. グループダイナミクス d. エンパワメント d. ソーシャルキャピタル a. 食物へのアクセスと栄養教育 b. 情報へのアクセスと栄養教育 c. 食環境にかかわる組織・集団への栄養教育
3. 栄養教育マネジメント	A. 健康・食物摂取に影響を及ぼす要因のアセスメント B. 栄養教育の目標設定 C. 栄養教育計画立案 D. 栄養教育プログラムの実施 E. 栄養教育の評価 F. 栄養教育マネジメントで用いる理論やモデル	a. アセスメントの種類と方法 b. 個人要因のアセスメント c. 環境要因のアセスメント a. 目標設定の意義と方法 b. 実施目標, c. 学習目標 d. 行動目標, e. 環境目標 f. 結果目標, a. 学習者の決定 b. 期間・時期・頻度・時間の設定 c. 場所の選択と設定 d. 実施者の決定とトレーニング e. 教材の選択と決定 f. 学習形態の選択 a. モニタリング b. 実施記録・報告 a. 企画評価, b. 経過評価 c. 影響評価, d. 結果評価 e. 形式的評価, f. 総括的评价 g. 経済評価, h. 総合的评价 a. プリシード・プロシードモデル b. ソーシャルマーケティング c. 生態学的モデル

4. ライフステージ・ライフスタイル別栄養教育の展開	A. 妊娠・授乳期の栄養教育 B. 乳児期の栄養教育 C. 学童期・思春期の栄養教育 D. 成人期の栄養教育 E. 高齢期の栄養教育 F. 傷病者及び障がい者の栄養教育	a. 妊娠・授乳期の栄養教育の特徴と留意事項 a. 乳児期の栄養教育の特徴と留意事項 a. 学童期・思春期の栄養教育の特徴と留意事項 a. 成人期の栄養教育の特徴と留意事項 a. 高齢期の栄養教育の特徴と留意事項 a. 傷病者の栄養教育の特徴と留意事項 b. 障がい者の栄養教育の特徴と留意事項
----------------------------	---	---

出典：厚生労働省管理栄養士国家試験出題基準検討会報告，平成27年2月16日。

注)筆者の加筆について、波下線は項目移動、実践下線は新規を示す。

現在使用中の平成27年のガイドラインを表5に示す。大項目の「栄養教育の基礎的理論」に、中項目の「A. 栄養教育と行動科学」、小項目の「a. 行動科学の定義」が入り、イノベーション普及理論などが追加された。中項目の「C. 栄養カウンセリング」の小項目に「a. 行動カウンセリング」「d. 行動分析」が入り、不適切な行動の学習・適応的な学習の失敗の改善についても理論で学ぶことになる。大項目の「3. 栄養教育マネジメント」の小項目にプリシード・プロシードモデルが移動し、更に生態学的モデル等も追加された。また、大項目の「栄養教育マネジメント」の栄養教育の目標設定と評価の項目が充実し、実習で活用する重要な項目が更に整ってきている。大項目の「4. ライフステージ・ライフスタイル別栄養教育の展開」は、小項目で「各期の栄養教育の特徴と留意事項」に絞られた。これを受け、各期の栄養特性を理解した上で栄養教育に展開するので「応用栄養学」で栄養特性を学び知識を統合できるよう、カリキュラムツリーに配慮が必要である。

## 2) 管理栄養士養成課程におけるモデルコアカリキュラム2015

平成27年ガイドライン発表に付随し、同年8月29日に、特定非営利活動法人日本栄養改善学会理事会が「管理栄養士養成課程におけるモデルコアカリキュラム2015」を栄養学雑誌<sup>12)</sup>に発表した。これには「カリキュラム全体について」「目指すべき管理栄養士像」「策定の基本方針」「モデルコアカリキュラムの特徴」「策定方針」が示された。そして、大項目に「Ⅰ. 全学年を通じて学ぶ項目」「Ⅱ. 導入教育」「Ⅲ. 専門科目を学ぶ前に」「Ⅳ. 専門基礎科目」「Ⅴ. 実践専門科目」「Ⅵ. 総合的な力量を高める」が配置され、中項目、小項目と到達目標、及び、項目の

# 栄養教育論実習における実習方法と教育効果に関する一考察(3)

表 6. 「健康・栄養教育の実践を理解する」の小項目

大項目：V. 実践専門科目	
中項目：4. 健康・栄養教育の実践を理解する	
小項目	1. 栄養教育の意義と特性(①②)
	2. 栄養教育に関わる理論とモデル(①～⑬)
( )は到達目標項目数	3. カウンセリングの基本的栄養教育への応用(①～⑤)
	4. 行動変容の手法の栄養教育への応用(①②)
	5. 個人を対象とした栄養教育(①～⑥)
	6. 集団を対象とした栄養教育(①～⑨)
	7. 発達段階と場に応じた栄養教育(①～⑧)

「管理栄養士養成課程におけるモデルコアカリキュラム 2015」  
平成 27 年 8 月より一部を抜粋・改編<sup>12)</sup>

重要度と教育形態、授業時間数の目安も文章化された。

栄養教育論に関する内容は、大項目「V. 実践専門科目」の中項目「4. 健康・栄養教育の実践を理解する」に該当し、小項目と到達目標(数)を取り上げて表 6 に纏めた。実習は「5. 個人を対象とした栄養教育」「6. 集団を対象とした栄養教育」の中の到達目標項目に示されている。

## 3) 栄養教育論全体としての学習カルテ案

栄養教育論の科目全体について学習カルテを作成する構想を記す。表 6 の小項目別到達目標を縦列に書き出し、横列に 2 年次、3 年次、4 年次の自己評価点(5 点)の欄を設ける様式をイメージし学習カルテ案とする。すると、栄養教育論の全内容について学年毎の自己評価ができ、4 年間の理解度を記録できる。本学科のカリキュラム構成では、1 年次は「栄養教育概論」、2 年次は「栄養教育論」「栄養カウンセリング論」、3 年次は「栄養教育論実習」の順に開講され、学年が上がった時に自己評価点を記入し、苦手な項目を把握して、4 年次の「健康栄養総合演習 II」を活用して学習の強化ができるという構想である。

## 4) 栄養教育論実習の学習カルテ案

栄養教育論実習に焦点を当てて学習カルテを作成する。表 7 は、管理栄養士養成課程におけるモデルコアカリキュラム検討会(平成 25 年 8 月)の「栄養教育・指導」実習の例示(表 1)について、横列に自己評価点(5 点)を足したもので、学習カルテ案 1 としてみた。この項目では、

表 7. 栄養教育論実習の学習カルテ案 1

項 目	実習前					実習後				
対象者アセスメント・目標設定(Plan)	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
栄養教育プログラムの作成(Plan)	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
栄養教育プログラムの実施(ロールプレイ)(Do)	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
モニタリング・評価(Check)	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
評価結果のフィードバック(Act)	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

表 8. 栄養教育論実習の学習カルテ案 2

項目		実習前					実習後				
1	個人の栄養評価項目と栄養診断	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
2	個人の栄養診断による栄養介入の教育プログラム作成	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
3	個人の行動変容支援	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
4	個人の栄養教育・栄養カウンセリングの実施記録	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
5	個人の評価方法と評価計画の作成	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
6	集団の栄養評価項目と栄養診断	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
7	集団の栄養診断による栄養介入の教育プログラム作成	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
8	各栄養教育の学習指導案の作成	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
9	集団の学習目標と教育内容・方法の選定	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
10	集団の学習目標に応じた教材・教具を作成・選択	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
11	集団の栄養教育の実施記録作成	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
12	集団の評価方法と評価計画の作成	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

「管理栄養士養成課程におけるモデルコアカリキュラム 2015」より、小項目の 5 と 6 の実習部分を引用・改編<sup>12)</sup>

項目名が抽象的なので、学生の自己評価項目としては、具体性に欠ける。次の学習カルテ案 2 を、表 8 に示す。これは、表 6 の「5. 個人を対象とした栄養教育」「6. 集団を対象とした栄養教育」の到達目標を参考に縦列に示し、横列に自己評価点を足したものである。表 7 に比べて、個人と集団に分けた栄養教育プログラム作成上の要点が入り、案 1 よりは分かりやすい項目となった。

次に表 8 の項目について、現在自分が実施する実習課題について、コアカリキュラムに準拠しているのかについて分析する。課題は到達目標を考慮し、個人の栄養教育と、集団の栄養教育をシラバスに組み合わせている。

表 9 は現在の実習課題(題材)とその実習形態である。限られた実習時間の中で効果的に実習するため、形態を個別、グループ、一斉に分けて組み合わせている。個別実習では理解度の格差を課題添削で毎回調整し、グループ実習ではロールプレイングや教材作成で、学生相互の意見交換を行い、グループダイナミクスを期待し、一斉実習では、全体の意見交換やプレゼンテーションを行う。

対象者を想定した個人教育と集団教育の区別については、次のように行う。個人教育は、模擬患者の事例で、カウンセリングシナリオの見本(技法の説明入り)を使い、ロールプレイングを一斉とグループで行う。また、学生本人の測定・調査記録を用いて自分で栄養診断を行い、トランスセオレティカルモデルの行動期(無関心期、関心期、準備期、実行期、維持期)を判断して、初回面接のカウンセリングシナリオを自分のために作成する。自分の栄養診断結果を分析し、自分の生活習慣を客観視して、

表 9. 実習課題(題材)と学習形態

	実習課題(題材)	形態
1	集団向き討議の進行方法と意見交換	グループ →一斉
2	集団教育の全体プログラムの成り立ち	一斉・個別
3	集団向きの教材作成	個別
4	個人の食事摂取基準、減量計画	個別
5	個人の測定・調査による実態把握	個別
6	栄養カウンセリングの技術(ロールプレイング)	一斉→ グループ
7	行動変容段階モデルに合うカウンセリングシナリオ作成	個別
8	個人の食事調査結果の解析	個別
9	集団・個人の栄養教育プログラムの作成と教材の作成	グループ
10	集団・個人の栄養教育プログラムの実施	グループ・一斉
11	栄養教育プログラムの評価と意見交換	グループ・一斉
12	栄養教育プログラムの評価後の改善	個別

表 10. 栄養教育論実習課題(題材)用学習カルテ案 3

	実習題材	実習前					実習後				
1	集団向き討議の進行方法と意見交換	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
2	集団教育の全体プログラムの成り立ち	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
3	集団向きの教材作成	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
4	個人の食事摂取基準、減量計画	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
5	個人の測定・調査による実態把握	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
6	栄養カウンセリングの技術(ロールプレイング)	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
7	行動変容段階モデルに合うカウンセリングシナリオ作成	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
8	個人の食事調査結果の解析	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
9	集団・個人の栄養教育プログラムの作成と教材の作成	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
10	集団・個人の栄養教育プログラムの実施	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
11	栄養教育プログラムの評価と意見交換	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
12	栄養教育プログラムの評価後の改善	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

行動期に向く支援法を考えることで、行動変容の意識が深まるのである。集団教育については、学生の同年代の食事例を、記録写真と集団の栄養診断結果を題材に一斉実習で評価し、個人で改善策を考え、グループでそれを討議する。導入はグループのアイスブレイクで和み、全体討議に発展する。また、会社員(集団)の特定保健指導結果を利用して、栄養教育プログラムと教材作成、評価方法までを個人で実習する。これらを基礎にグループで対象を設定して栄養教育プログラムと教育教材を作成し、プレゼンテーションにより意見交換を行う。以上について概ねコア項目に準じていると判断し、課題がチェック項目を最も具体的に表現すると考え、実習課題(題材)用に学習カルテ案3を作成してみた(表10)。当面、この案

を採用しカルテの効果を見たいと考える。行動科学の理論などは、講義で学習させる比率が高い。実習では、症例に各種の理論を活用し、自身の栄養診断を機に行動期を意識して生活習慣を変える意義を感じられるように、はたらきかけていきたい。また、事例・症例別に栄養教育マネジメントの立案を体験していき、現場で、様々な生活習慣の人に接するので、研究心をもって広い視野で向き合う姿勢を身につけてもらいたいと考えている。

#### 4. 今後の課題

栄養教育論実習課題(題材)用に作成した学習カルテ案3が活用できるのか、今後、学生側の意見を把握してみなければ効果は分らない。同時に「管理栄養士養成課程におけるモデルコアカリキュラム2015」で、実習で行うが望ましいとされる項目について、現在の実習課題に不足するもの、無駄なものを精査し、現在のガイドラインに準拠するように、講義・演習と共に、実習課題と実習方法について更に検討をしていきたいと思う。

#### 5. 要約

- 1) 管理栄養士業務が明確化された新カリキュラムのガイドラインは、平成17年、平成22年、平成27年に厚生労働省から発表され、その項目の変化を分析すると、行動科学理論、行動変容技法など人の生活習慣を変えるために必要な栄養介入・栄養教育法に移行してきた。
- 2) 「管理栄養士養成課程におけるモデルコアカリキュラム2015」が特定非営利活動法人日本栄養改善学会理事会により平成27年に発表され、大項目、中項目、小項目と到達目標、及び、項目の重要度と教育形態、授業時間数の目安が示され、実際の授業について比較した。
- 3) 学習カルテ案は、課題(題材)毎に、実習前後の理解度を自己診断するもので、「教職履修カルテ(必要な資質能力の指標の自己評価(5点))」を参考にした。
- 4) 学習カルテの項目には、対象者を個人と集団に区別し、各栄養教育プログラム作成上の要点を入れると具体的となることがわかった。
- 5) 現在の実習課題(題材)は、およそコアに準拠しているので、カルテ項目には実習課題(題材)を使用し、自己評価点を記入する様式とし、今後、過不足項目については検討をしつつ、カルテの効果を見ることとしたい。

## 参考文献

- 1) 平光美津子, (2015年) 栄養教育論実習における実習方法と教育効果に関する一考察—学生による自己評価を通して—, 東海学院大学紀要, 第8号, 105-110
- 2) 平光美津子, (2016年) 栄養教育論実習における実習方法と教育効果に関する一考察—学生による自己評価を通じた実習方法の改善—, 東海学院大学紀要, 第9号, 217-222
- 3) 厚生労働省, (2015年) 管理栄養士国家試験出題基準(ガイドライン) 改定検討会報告書. 管理栄養士国家試験出題基準(ガイドライン) 改定検討会, 平成27年2月
- 4) 栄養士法施行規則(2001年9月5日厚生労相令第186号)の第11条関係別表4, 最終改正: 平成27年3月31日厚生労働省令第73号  
<http://law.e-gov.go.jp/htmldata/S23/S23F03601000002.html> (最終アクセス2016/8/29)
- 5) 厚生労働省, (2005年) 管理栄養士国家試験出題基準(ガイドライン) 改定検討会報告書. 管理栄養士国家試験出題基準(ガイドライン) 改定検討会, 平成17年2月
- 6) 厚生労働省, (2010年) 管理栄養士国家試験出題基準(ガイドライン) 改定検討会報告書. 管理栄養士国家試験出題基準(ガイドライン) 改定検討会, 平成22年2月
- 7) 文部科学省, (2016) 教職課程認定申請の手引き及び提出書類の様式等について, 05参考, 文部科学省H.P. 教職実践演習について  
[http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/detail/\\_icsFiles/afiedfile/2014/12/05/1267752\\_08.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/_icsFiles/afiedfile/2014/12/05/1267752_08.pdf) (最終アクセス2016/8/29)
- 8) 文部科学省, (2015) 教職課程履修のカルテ②<自己シート>, 履修カルテ例について, 文部科学省H.P. 資料8-2 教職実践演習の進め方及びカリキュラムの例, 文部科学省.  
[http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/detail/\\_icsFiles/afiedfile/2014/12/05/1267752\\_09.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/_icsFiles/afiedfile/2014/12/05/1267752_09.pdf) (最終アクセス2016/8/29)
- 9) 第二次管理栄養士養成課程における教育のあり方に関する検討会, (2013年) 管理栄養士養成課程における専門基礎分野・専門分野の実験・実習・演習について, 特定非営利活動法人日本栄養改善学会第11期8月度理事会報告, 平成25年8月24日
- 10) 辻とみ子, 堀田千津子, 平光美津子編著, (2015年) 『栄養教育・栄養指導論演習・実習』 株式会社みらい, 平成27年
- 11) 特定非営利活動法人日本栄養改善学会, (2009) 「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、栄養学雑誌Vol. 67. No. 4、202～232(2009)
- 12) 特定非営利活動法人日本栄養改善学会, (2015) 「管理栄養士養成課程におけるモデルコアカリキュラム2015」の提案、栄養学雑誌Vol. 73. No. 5、i ～xxx i (2015)

## A Study on Practice Methods and Educational Effects in Nutrition

### Education Practice (3) :

## Suggestion of the learning record Methods Based on Self-Assessments by University Students

Mitsuko Hiramitsu