

|                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                  |      |       |       |   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------|-------|---|
| 科 目 名                                                                                                 | 調理実習Ⅱ                                                                                                                                                                                            |      | 担 当   | 酒向 純子 |   |
| 科目分類                                                                                                  | 専門教育科目                                                                                                                                                                                           | 開講時期 | 1 年前期 | 単 位 数 | 1 |
| 授 業 概 要 及 び 到 達 目 標                                                                                   |                                                                                                                                                                                                  |      |       |       |   |
| ユネスコ無形文化遺産に登録されている「日本人の伝統的な食文化“和食”」。和食のもつ特徴（多様な食材・栄養と健康・季節の移ろい・行事との関わり等）を踏まえてその味わいを生かす調理技術を学んでいきましょう。 |                                                                                                                                                                                                  |      |       |       |   |
| テキスト                                                                                                  | 毎回プリントを配布します。参考資料「調理学実習 基礎から応用」女子栄養大学出版部                                                                                                                                                         |      |       |       |   |
| 評価方法                                                                                                  | 出欠席(40%) 試験(30%ただし 100 点満点中 20 点以下はD判定) 課題、授業態度(30%)                                                                                                                                             |      |       |       |   |
| 授 業 内 容                                                                                               |                                                                                                                                                                                                  |      |       |       |   |
| 第 1 回                                                                                                 | 「授業概要」和食、家庭料理の特色 お茶の入れ方 お箸の使い方                                                                                                                                                                   |      |       |       |   |
| 第 2 回                                                                                                 | 「朝食 一番出汁の取り方」<br>白飯/味噌汁（合わせみそ 豆腐、若芽）/焼き塩鮭/だし巻き卵/青菜のお浸し                                                                                                                                           |      |       |       |   |
| 第 3 回                                                                                                 | 「旬の食材」<br>黄飯/旬野菜の炊き合わせ（筍、蒟、鶏団子）/酢味噌和え/澄まし汁（三つ葉、蒲鉾）                                                                                                                                               |      |       |       |   |
| 第 4 回                                                                                                 | 「揚げ物」 味噌カツ/キャベツの千切り/マカロニサラダ<br>「イカのおろし方」 イカときゅうりの辛し和え/「煮干し出汁の取り方」なめこの赤だし（豆味噌）                                                                                                                    |      |       |       |   |
| 第 5 回                                                                                                 | 「洋食①」 ツボ抜き（ニジマスのムニエル） ドレッシングについて（ミックスサラダ）<br>ヴィシソワーズ（ジャガイモのスープ） ゲル化剤について（人参ゼリー）                                                                                                                  |      |       |       |   |
| 第 6 回                                                                                                 | 「飯物の種類」 香ごはん/鶏の照り焼き/エンドウの卵とじ/ジュンサイの澄まし汁/水ようかん                                                                                                                                                    |      |       |       |   |
| 第 7 回                                                                                                 | 「寿司」 鮭のちらし寿司/冷しゃぶサラダ/あおさ汁（麹味噌）/ミルクゼリーピーチソース                                                                                                                                                      |      |       |       |   |
| 第 8 回                                                                                                 | 「乾物」 宝袋と高野豆腐の煮物/ひじきの五目煮/切干大根のサラダ/麴の味噌汁（麦みそ）                                                                                                                                                      |      |       |       |   |
| 第 9 回                                                                                                 | 「煮魚」 鯛の煮つけ/花シュウマイの変わりソースかけ/いんげんの胡麻和え/あじさい                                                                                                                                                        |      |       |       |   |
| 第 10 回                                                                                                | 「魚の扱い①」（鰯の手開き）鰯のフライ/かぼちゃの甘煮/長芋とオクラの梅肉和え/フルーツ白玉                                                                                                                                                   |      |       |       |   |
| 第 11 回                                                                                                | 「オーブンと電子レンジ」<br>白身魚の更紗焼き/塩こうじ鶏とニラの酢味噌和え/焼きナスの生姜醤油/ヨーグルトレモンケーキ                                                                                                                                    |      |       |       |   |
| 第 12 回                                                                                                | 「魚の扱い②」（鰺の三枚おろし）鰺の竜田揚げ/おろし和え/吉野鶏の澄まし汁                                                                                                                                                            |      |       |       |   |
| 第 13 回                                                                                                | 「うどんと天ぷら」 天ぷら/冬瓜の煮物/うどんのゆで方と返し/わらび餅                                                                                                                                                              |      |       |       |   |
| 第 14 回                                                                                                | 「ハレの日の献立」<br>トウモロコシご飯/ローストビーフのサラダ仕立て/鰻ざく/エビ真丈の椀物/水物                                                                                                                                              |      |       |       |   |
| 第 15 回                                                                                                | 筆記テスト・まとめ                                                                                                                                                                                        |      |       |       |   |
| 事前学習について                                                                                              | レジュメは授業当日に配布します。したがって事前学習の必要はありませんが<br>当日の授業で学んだこと、実習で習得した技術を自分なりにまとめて提出していただきます。                                                                                                                |      |       |       |   |
| 実務経験を生かした教育内容                                                                                         | カルチャースクール、出張教室などで集いや会話を楽しむための家庭料理の指導を続けています。<br>また管理栄養士、シニアソムリエなどの資格を生かし会員制リゾートホテルでの健康を考えたフルコースメニューの開発や有料老人ホームでのメニュー開発にも取り組んできました。これらの経験を生かして食材の選び方から盛り付けまで立場の違う喫食者 1 人ひとりの気持ちを汲んだ調理ができるよう指導します。 |      |       |       |   |

|                                                                                                                                                                                             |                                                   |                                                                                                                     |       |        |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------|------|
| 科 目 名                                                                                                                                                                                       | 臨床栄養の基礎                                           |                                                                                                                     | 担 当   | 山中 麻希  |      |
| 科目分類                                                                                                                                                                                        | 専門教育科目                                            | 開講時期                                                                                                                | 1 年後期 | 専門教育科目 | 開講時期 |
| 授 業 概 要 及 び 到 達 目 標                                                                                                                                                                         |                                                   |                                                                                                                     |       |        |      |
| 医療・福祉の場では、常食のみならず疾病や障害などの症状に応じた治療食を提供する。なぜそのような対応をしなければならないのか、何を用いることが最良なのかを考える上で、疾病や障害に合わせた食事をよく理解しておかなければならない。本講では、栄養管理の流れを学ぶと共に、生活習慣病を中心に病態と食事療法を学び、栄養管理を実施するための知識と技能を習得することを目標とした授業を行う。 |                                                   |                                                                                                                     |       |        |      |
| テキスト                                                                                                                                                                                        | 栄養科学シリーズ NEXT 臨床栄養学概論第 2 版 友竹浩之・塚原丘美／編 講談社、配布プリント |                                                                                                                     |       |        |      |
| 評価方法                                                                                                                                                                                        | 試験(75%)、授業態度(25%)                                 |                                                                                                                     |       |        |      |
| 授 業 内 容                                                                                                                                                                                     |                                                   |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 1 回                                                                                                                                                                                       | 臨床栄養学の概念                                          |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 2 回                                                                                                                                                                                       | 栄養管理（栄養ケア・マネジメントと栄養管理プロセス）                        |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 3 回                                                                                                                                                                                       | 栄養補給方法（経口）                                        |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 4 回                                                                                                                                                                                       | 栄養補給方法（経腸・経静脈）                                    |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 5 回                                                                                                                                                                                       | 栄養管理の記録                                           |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 6 回                                                                                                                                                                                       | メタボリックシンドローム                                      |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 7 回                                                                                                                                                                                       | やせ、肥満、脂肪肝                                         |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 8 回                                                                                                                                                                                       | 糖尿病の病態と治療                                         |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 9 回                                                                                                                                                                                       | 糖尿病の食事療法（糖尿病食事療法のための食品交換表の使い方）                    |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 10 回                                                                                                                                                                                      | 脂質異常症、動脈硬化症                                       |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 11 回                                                                                                                                                                                      | 痛風、高尿酸血症                                          |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 12 回                                                                                                                                                                                      | 高血圧症                                              |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 13 回                                                                                                                                                                                      | 虚血性心疾患、心不全                                        |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 14 回                                                                                                                                                                                      | 総復習                                               |                                                                                                                     |       |        |      |
| 第 15 回                                                                                                                                                                                      | まとめ、試験                                            |                                                                                                                     |       |        |      |
| 事前学習について                                                                                                                                                                                    |                                                   | 身近な疾病に対する自身の考えやイメージをノートにまとめる。また、授業を受ける前に教科書を読み、疑問点をまとめることで授業の理解度を高める。                                               |       |        |      |
| 実務経験を生かした教育内容                                                                                                                                                                               |                                                   | 健診施設、病院での勤務経験を生かし、体験談を交えながら、疾病と栄養の関係に興味を持てるような解説を行う。難しく捉えがちな疾病や障害について、医学用語ではなくかみ砕いた言葉を用いて理解度を高め、自分の言葉で説明出来るように支援する。 |       |        |      |

|                                                                                                                                                              |                                                                                                     |      |      |        |   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|--------|---|
| 科 目 名                                                                                                                                                        | 栄養指導概論                                                                                              |      | 担 当  | 谷口 江利子 |   |
| 科目分類                                                                                                                                                         | 専門教育科目                                                                                              | 開講時期 | 2年前期 | 単 位 数  | 2 |
| 授 業 概 要 及 び 到 達 目 標                                                                                                                                          |                                                                                                     |      |      |        |   |
| 対象者の健康・栄養状態、食行動、食環境などを適切に評価・判定することや、カウンセリングの技法まで幅広く学び、栄養教育プログラムの作成・実施・評価を総合的にマネジメントする能力を養います。<br>対象者に合った栄養教育が出来るようになることを目標とします。<br>また、教科書を一冊終えることで達成感も味わいます。 |                                                                                                     |      |      |        |   |
| テキスト                                                                                                                                                         | 『イラスト 栄養教育・栄養指導論〈第4版〉』 東京教学社<br>新聞記事など必要に応じてプリントを配布                                                 |      |      |        |   |
| 評価方法                                                                                                                                                         | 試験（50%）、課題（20%）、授業態度等（30%）                                                                          |      |      |        |   |
| 授 業 内 容                                                                                                                                                      |                                                                                                     |      |      |        |   |
| 第 1 回                                                                                                                                                        | 栄養教育・栄養指導とは<br>栄養教育・栄養指導の目的と必要性、まとめ                                                                 |      |      |        |   |
| 第 2 回                                                                                                                                                        | 食生活を取り巻く環境と栄養指導<br>食生活の変遷、栄養士と栄養指導、まとめ                                                              |      |      |        |   |
| 第 3 回                                                                                                                                                        | 行動科学理論と栄養教育<br>行動科学の理論とモデル、まとめ                                                                      |      |      |        |   |
| 第 4 回                                                                                                                                                        | 行動変容技法の応用、まとめ                                                                                       |      |      |        |   |
| 第 5 回                                                                                                                                                        | 栄養カウンセリング、まとめ                                                                                       |      |      |        |   |
| 第 6 回                                                                                                                                                        | 組織づくり・地域づくりへの展開、まとめ                                                                                 |      |      |        |   |
| 第 7 回                                                                                                                                                        | 食環境づくりと栄養教育・栄養指導、まとめ                                                                                |      |      |        |   |
| 第 8 回                                                                                                                                                        | 栄養教育マネジメントの概要<br>健康・食物摂取に影響を及ぼす要因のアセスメント、まとめ                                                        |      |      |        |   |
| 第 9 回                                                                                                                                                        | 栄養教育の目標設定<br>栄養教育プログラムの実施、まとめ                                                                       |      |      |        |   |
| 第 10 回                                                                                                                                                       | 栄養教育の評価、まとめ                                                                                         |      |      |        |   |
| 第 11 回                                                                                                                                                       | 妊娠・授乳期の栄養教育・栄養指導<br>乳幼児期の栄養教育・栄養指導、まとめ                                                              |      |      |        |   |
| 第 12 回                                                                                                                                                       | 学童期・思春期の栄養教育・栄養指導<br>成人期の栄養教育・栄養指導、まとめ                                                              |      |      |        |   |
| 第 13 回                                                                                                                                                       | 高齢期の栄養教育・栄養指導<br>傷病者及び障がい者の栄養教育・栄養指導、まとめ                                                            |      |      |        |   |
| 第 14 回                                                                                                                                                       | 食育推進基本計画の推進と栄養教育、まとめ                                                                                |      |      |        |   |
| 第 15 回                                                                                                                                                       | テスト、まとめ                                                                                             |      |      |        |   |
| 事前学習について                                                                                                                                                     | 教科書の内容を予習しておくこと。                                                                                    |      |      |        |   |
| 実務経験を生かした教育内容                                                                                                                                                | 病院、高齢者施設での勤務経験を生かし、病気の予防について講義の充実を図る。<br>新聞記事等を配布し、栄養士の新しい仕事等の情報提供も行う。また、職域を広げる為他の資格についても随時解説をしていく。 |      |      |        |   |

|                                                                                                                                                                                                                                      |                           |                                           |      |       |   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------------------|------|-------|---|
| 科 目 名                                                                                                                                                                                                                                | 栄養カウンセリング                 |                                           | 担 当  | 金子 千春 |   |
| 科目分類                                                                                                                                                                                                                                 | その他                       | 開講時期                                      | 2年後期 | 単 位 数 | 2 |
| 授 業 概 要 及 び 到 達 目 標                                                                                                                                                                                                                  |                           |                                           |      |       |   |
| <p>栄養士は多くの人々とコミュニケーションを円滑にしながら、業務をこなしていかなければならない。</p> <p>相手（調理師、喫食者、業者）の行動を変容させるには、頭ごなしの命令や知識の伝達だけでは思うような結果は得られない。相手の行動が変わらない心理的背景を理解し、自己決定を促す援助をする必要がある。その際にカウンセリング技法が有効となる。</p> <p>心理学、行動科学理論、カウンセリング技法を理解し、実習を通し体得することを目的とする。</p> |                           |                                           |      |       |   |
| テキスト                                                                                                                                                                                                                                 | 無し、随時プリント配布               |                                           |      |       |   |
| 評価方法                                                                                                                                                                                                                                 | 試験(70%)、課題(10%)、授業態度(20%) |                                           |      |       |   |
| 授 業 内 容                                                                                                                                                                                                                              |                           |                                           |      |       |   |
| 第 1 回                                                                                                                                                                                                                                | 授業概要、栄養カウンセリングとは？         |                                           |      |       |   |
| 第 2 回                                                                                                                                                                                                                                | 栄養指導とカウンセリングの違い           |                                           |      |       |   |
| 第 3 回                                                                                                                                                                                                                                | パーソナルチェック①                |                                           |      |       |   |
| 第 4 回                                                                                                                                                                                                                                | パーソナルチェック②                |                                           |      |       |   |
| 第 5 回                                                                                                                                                                                                                                | 今ここで感じること                 |                                           |      |       |   |
| 第 6 回                                                                                                                                                                                                                                | 実習Ⅰ：基本姿勢                  |                                           |      |       |   |
| 第 7 回                                                                                                                                                                                                                                | 実習Ⅱ：沈黙ゲーム                 |                                           |      |       |   |
| 第 8 回                                                                                                                                                                                                                                | 感情のガイドライン表                |                                           |      |       |   |
| 第 9 回                                                                                                                                                                                                                                | 行動変化ステージ                  |                                           |      |       |   |
| 第 10 回                                                                                                                                                                                                                               | 実習Ⅲ：開いた質問                 |                                           |      |       |   |
| 第 11 回                                                                                                                                                                                                                               | 行動シーソーモデル                 |                                           |      |       |   |
| 第 12 回                                                                                                                                                                                                                               | 実習Ⅳ：目標化カウンセリング            |                                           |      |       |   |
| 第 13 回                                                                                                                                                                                                                               | グループカウンセリング実習             |                                           |      |       |   |
| 第 14 回                                                                                                                                                                                                                               | 実習Ⅳの例題実習                  |                                           |      |       |   |
| 第 15 回                                                                                                                                                                                                                               | テスト・まとめ                   |                                           |      |       |   |
| 事前学習について                                                                                                                                                                                                                             |                           | 栄養指導総論は理解しておくように。<br>配布するプリント類は最後まで保管すること |      |       |   |
| 実務経験を生かした教育内容                                                                                                                                                                                                                        |                           | 病院での栄養指導経験を活かし、実生活の人間関係の対応部分での講義の充実を図る。   |      |       |   |