

## 栄養カウンセリング論

2 単位 (必修)

### Nutritional Counseling

高橋 章・教授/栄養学科 基礎予防栄養学講座, 馬渡 一論・講師/栄養学科 基礎予防栄養学講座, 關戸 啓子・教授/保健学科 看護学専攻 基礎看護学講座

佐藤 健二・教授/大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部, 境 泉洋・准教授/大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部

内海 千種・講師/大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部, 福森 崇貴・講師/大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部

原 幸一・准教授/大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部

【授業目的】糖尿病, 高血圧, 高脂血症, 肥満などの予防や病態コントロールには食生活をはじめとする生活習慣の是正がキーポイントとなる。個々人のライフスタイルに改善をもたらせるためには, 生活習慣および生活上の問題点を把握し, 問題解決の有効な指針をうち立てることはもとより, 行動療法に基づいた自己変容を促す栄養カウンセリング手法が必要とされる。本講義では現実の栄養指導において必要とされるカウンセリング論およびカウンセリング手法について解説する。

#### 【授業計画】

1. 栄養カウンセリングとは?
2. 食行動変容の関する理論と技法 (1)
3. 食行動変容の関する理論と技法 (2)
4. 食行動変容の関する理論と技法 (3)
5. 食行動変容の関する理論と技法 (4)
6. 食行動変容の関する理論と技法 (5)
7. 食行動変容の関する理論と技法 (6)
8. カウンセリングの理論 (1)
9. カウンセリングの理論 (2)
10. カウンセリングの理論 (3)
11. カウンセリングの技法と栄養教育への応用 (1)
12. カウンセリングの技法と栄養教育への応用 (2)
13. カウンセリングの技法と栄養教育への応用 (3)
14. カウンセリングの技法と栄養教育への応用 (4)
15. まとめ

#### 【教科書】

- ◇ 山本茂著「栄養指導論」栄養科学シリーズ NEXT(講談社)
- ◇ 宗像恒次編「栄養指導と患者ケアの実践ヘルスカウンセリング」(医歯薬出版)
- ◇ 足立淑子編「ライフスタイル療法」(医歯薬出版)
- ◇ その他講義資料

【授業コンテンツ】 <http://cms.db.tokushima-u.ac.jp/cgi-bin/toURL?EID=217904>

#### 【連絡先】

⇒ 高橋 (514 室, 088-633-9428, [akiratak@nutr.med.tokushima-u.ac.jp](mailto:akiratak@nutr.med.tokushima-u.ac.jp)) MAIL

⇒ 馬渡 (088-633-9249, [mawatari@nutr.med.tokushima-u.ac.jp](mailto:mawatari@nutr.med.tokushima-u.ac.jp)) MAIL

⇒ 關戸 (088-633-9035, [sekido@medsci.tokushima-u.ac.jp](mailto:sekido@medsci.tokushima-u.ac.jp)) MAIL (オフィスアワー: 毎週水曜日, 金曜日 18:00~ 19:00, 研究室 (保健学 A 棟 1 階))