

令和5年度 新潟県栄養士会 生涯教育アンケート結果

第1回実務研修（研究・教育事業部担当）

講演:「栄養教育における行動科学を活用したアプローチの可能性」

講師:新潟県立大学人間生活学部健康栄養学科 講師 玉浦 有紀 氏

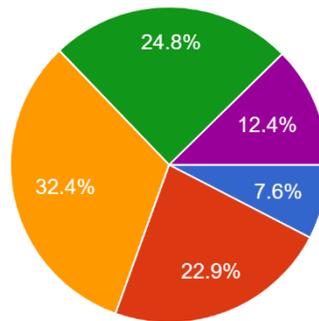
配信期間:6月22日～6月28日

アンケート提出者数:105人 再生回数:366

1. 受講者の年代

20代	8
30代	24
40代	34
50代	26
60代以上	13
計	105

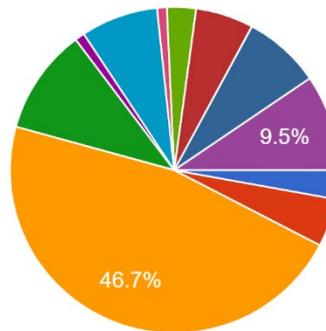
(人)



2. 受講者の所属支部

村上	3
新発田	5
新潟市	49
三条	11
長岡	8
柏崎	1
十日町	3
魚沼	6
上越	8
佐渡	1
県外・会員外	10
計	105

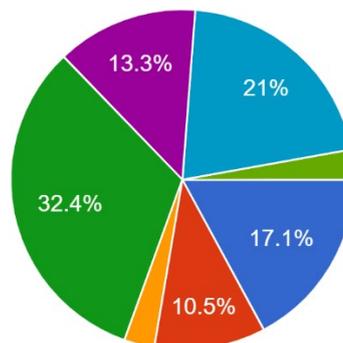
(人)



3. 受講者の職域

公衆衛生	18
研究・教育	3
学校健康教育	11
医療	34
勤労者支援	0
福祉	14
地域活動	22
職域なし(県外・会員外)	3
合計	105

(人)



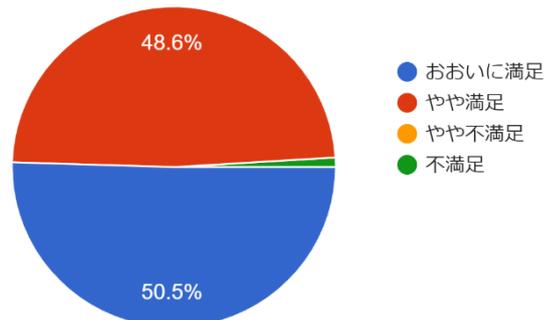
4. 研修内容の理解

非常によく理解できた	32	(人)
よく理解できた	67	
やや理解できなかった	6	
計	106	



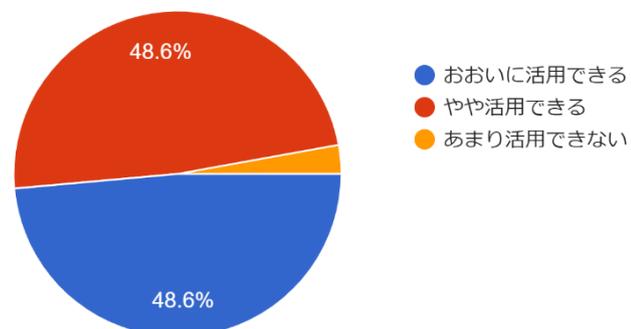
5. 研修会の満足度

おおいに満足	53	(人)
やや満足	51	
やや不満	1	
計	105	



6. 実務への活用度

おおいに活用できる	51	(人)
やや活用できる	51	
あまり活用できない	3	
計	105	



7. ご意見、ご感想など（抜粋）

○今後、活用していきたい。(32人)

- ・アセスメント方法、アプローチ方法などを仕事の中で参考にしていきたい。
- ・40 から 50 代男性の栄養指導では特に無関心の方が多くて指導しても手応えがないことがあります。背景をしっかりと理解し、変わりたいと思える聞き返し等、今回の講演内容を活用しながら少しでも行動変容につながるような指導をしていきたいと思いました。
- ・保育園での食物アレルギーのお子さんの保護者との面談で活用できると思いました。食物アレルギーのあるお子さんの保護者の方で、お子さんがアレルギーのない食品についても悩まれています。まず、その保護者の方の思いの背景を充分理解しようと思いました。
- ・決めつけや諦めで否定するのではなく行動変容を後押しできるような歩み寄りが出来たらと思いました。プリシード・プロシードモデル活用します！
- ・まずは食行動や食生活を知り、その行動の背景を知ること、それから目標設定をすることが分かりました。目標設定する上で、デメリット<メリットになるように、また誘惑<セルフエフィ

カシーになるような働きかけが大事であると思いました。

・行動の背景から重要性和自信を高める動機付けのアプローチがあり、変わりたいという気持ちに気付いてもらえるように会話をするなどテクニックを知り、なるほどと思いました。対象者が行動変容するための支援は配慮する点が多くあると感じましたが、行動変容を活用して、少しでもよい支援ができればと思いました。

・今回の行動科学の活用については、栄養教育だけでなく、その他の教育現場でも活用できるような内容でした。学んだ知識をこれからまた復習をして、実務に活用していきたいです。

・対象者の意図を汲み取り、自分の考えに気づいてもらえるような聞き返しが出来る会話術を身につけたいと思います。

・大学を卒業して 20 年以上経ちます。現在、学校給食という現場にいて、なかなか個別の対応が出来ていません。対象者への問いかけや目標への持っていく方、そしてプリシード・プロシードモデル、セルフエフィカシーなど遠のいていた用語や意味を確認することが出来ました。今後、栄養教諭は個別対応が増えていく中で活用していきたいです。

○理解が深まった。興味深い内容だった。(13 人)

・経験に頼りがちになる部分を、行動科学を使ったアプローチで見直してみると関係性を変えていけるようになる可能性を感じました。

・プリシード・プロシードモデルを地域や集団ではなく、個人の栄養指導にも活用するところが新鮮でした。栄養指導に行動科学理論を取り入れること、より意識したいと思います。

・決めつけるのではなく、対象者の背景をよく聞いたり、見たりして、その人がより良くなるにはどうしたら良いかを考えることが大事だと思いました。

・事例に沿った内容は、今日からでも取り入れたいものばかりでした。保健指導を担当していますので、対象者が自分の健康についてどう思っているのかを、確認する場面が疎かだった、と気づくことができ大変勉強になりました。

・対象者の両価性を理解し、変わりたい気持ちに、気づかせるよう、栄養士が導く事が大切だと再認識しました。

○今後、学びを深めたい。スキルアップしていきたい。(7 人)

・説明を受けながらだと理解したような気になるが、実際の場面になると難しそうだった。繰り返しの経験が必要だと思う。

・とてもためになる内容の講習でしたが、私自身の理解力が追い付かず、一度聞いただけではちゃんと理解できなかったように思います。時間がとれなくて見返すことができず、残念でした。資料を読みなおしてもう一度勉強したいと思います。

・今回の講習会でリフレーミングがうまくできていなかったことに気づくことができました。リフレーミングについてより理解したいと思いました。

・行動科学を 1 回の講義で理解することに無理があると感じた。スライド 5 枚目、行動科学とは、から理解が追いつかなかった。しかし、学校における食育においても、行動変容ステージを当てはめ実施できれば、根拠に基づいた評価にもつながりそうだと感じた。シリーズ化されるとありがたいと感じた。

○そのほかのご意見など

- ・資料のボリュームがもう少し少ないともっと良かったかなと感じています。内容は行動変容に繋げる為のアプローチの仕方が詳しく説明されていて良かったです。
- ・希望を言うなら、講師の先生の表情や話し方が見えないとなかなか内容(どこがより大切なのか、とか)が入ってこなかったので、お話ししているところも映っているとありがたかったです。
- ・受講開始期間の初日に受講案内のメールをしてほしい。

8. 今後、研究・教育事業部の生涯教育として取り上げてほしい内容(おもな内容、人数)

コミュニケーションスキル	7	スポーツ栄養	3
行動科学関連、栄養教育の成功事例	6	乳幼児期の口腔機能、摂食行動、離乳食、幼児食	3
ナッジ	6	フレイル	2
今回の講義を踏まえて症例を上げて実技など	5	褥瘡	2
食物アレルギー	5	説得力ある話し方、ビジネス	2
研究方法、プレゼンテーションスキル、統計学など	5	スマナー、成果の上がる仕事の仕方、人を感動させる	
摂食嚥下障害の対応(小児、高齢者)、口腔ケア	4	仕事とは	
時間栄養学	4		
ICT を活用した食育、評価	4		