『〇〇〇』を予防するための食事法について考えよう

ワークシート①-１

◆市民講座で『〇〇〇を予防するための食事方法』について、講座（７分）の開催とパンフレットを配布することになりました。チームで参加者により分かりやすいプレゼンテーションと資料を作成してみましょう。

【学習内容の振り返り】　＊個人

|  |
| --- |
| 〇授業で学んだことをから参加者(対象者)への配慮事項や伝えるべきことを書き出してみよう　 |

【課題の発見】　＊個人

|  |
| --- |
| 〇対象者に「〇〇〇」の栄養と食事として伝えるべき事柄を考えて、書き出してみよう。□□□□□ |

（　　）組（　　　　）番　名前（　　　　　　　　　　　　　　　　　）

【課題の情報共有】　＊グループ

ワークシート①-２

|  |
| --- |
| 〇対象者に「〇〇〇」の栄養と食事として伝えるべき事柄をまとめてみよう。 |

【課題の解決方法の検討】　＊グループ

|  |
| --- |
| 〇対象者へ配布する資料の内容を書き出してみよう。 |
| 〇課題を解決するために不足している情報を調べて記入しよう。 |

（　　　）班（　　）組（　　　　）番　名前（　　　　　　　　　　　　　　　　）

【資料作成】

ワークシート①-３

＊解決方法をもとに、対象者へ配布資料の案を書いてみよう

|  |
| --- |
| 表紙 |
| 裏表紙 |

【講座内容】＊７分で病気の特徴や食生活等で気を付ける事柄など、伝える講座を考えよう

ワークシート①-４

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ① | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ⑧ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| ② | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ⑨ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| ③ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ⑩ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| ④ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ⑪ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| ⑤ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ⑫ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| ⑥ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ⑬ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| ⑦ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ⑭ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |

『　　　』を予防するための食事法の発表を評価しよう

ワークシート②

【Ａグループ】

①－１　『　　　　』について理解できましたか？

　【　とてもよく分かった　・　分かった　・　少し分かりにくかった　・　分からなった　】

　①－２　なぜ①－１のように思われましたか？アドバイスをしてあげてください。

　②－１　『　　　　』の食事の注意点について理解できましたか？

　【　とてもよく分かった　・　分かった　・　少し分かりにくかった　・　分からなった　】

　②－２　なぜ②－１のように思われましたか？アドバイスをしてあげてください。

　③－１　説明を受け、自分の食生活を見直そうと思いましたか？

　【　改善していこうと思った　・　気にかけようと思った　・　機会があれば　・　思わない　】

　③－２　なぜ③－１のように思われましたか？アドバイスをしてあげてください。

④　配布資料はどうでしたか？

　【　読みやすく分かりやすい　・　分かった　・　少し分かりにくかった　・　読みにくかった　】

④－２　なぜ④－１のように思われましたか？アドバイスをしてあげてください。

⑤　最後に発表（説明）全体の感想やアドバイスをお願いします。

『　　　』患者の食事療法を改善しよう

ワークシート③－１

１　資料の問題点

|  |
| --- |
|  |

２　講座の問題点

|  |
| --- |
|  |

３　各問題点を解決するための手立て

|  |
| --- |
| 【資料】【説明内容】 |

４　改善

ワークシート③－２

【資料作成の改善】

＊改善案をもとに、患者への配布資料を書き直してみよう

|  |
| --- |
|  |

【講座内容】＊７分で病気の特徴や食生活等で気を付ける事柄など、伝える講座を考えよう

ワークシート③-３

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ① | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ⑧ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| ② | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ⑨ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| ③ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ⑩ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| ④ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ⑪ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| ⑤ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ⑫ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| ⑥ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ⑬ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| ⑦ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ⑭ | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |

食事療法の発表（改善後）を評価しよう

ワークシート④-2

【Ｄグループ・糖尿病】

①　糖尿病の病気について理解できましたか？

　【　とてもよく分かった　・　分かった　・　少し分かりにくかった　・　分からなった　】

　②　糖尿病の食事の注意点について理解できましたか？

　【　とてもよく分かった　・　分かった　・　少し分かりにくかった　・　分からなった　】

　③　最後に発表（説明）全体を通して、良かった点と改善点を１点以上記入してください。

　　　良かった点

　　　改善するとさらに良くなる点

【Ｅグループ・脂質異常症】

①　脂質異常症の病気について理解できましたか？

　【　とてもよく分かった　・　分かった　・　少し分かりにくかった　・　分からなった　】

　②　脂質異常症の食事の注意点について理解できましたか？

　【　とてもよく分かった　・　分かった　・　少し分かりにくかった　・　分からなった　】

　③　最後に発表（説明）全体を通して、良かった点と改善点を１点以上記入してください。

　　　良かった点

　　　改善するとさらに良くなる点

【Ｆグループ・脂質異常症】

①　脂質異常症の病気について理解できましたか？

　【　とてもよく分かった　・　分かった　・　少し分かりにくかった　・　分からなった　】

　②　脂質異常症の食事の注意点について理解できましたか？

　【　とてもよく分かった　・　分かった　・　少し分かりにくかった　・　分からなった　】

　③　最後に発表（説明）全体を通して、良かった点と改善点を１点以上記入してください。

　　　良かった点

　　　改善するとさらに良くなる点

『高血圧』患者の食事療法～自己評価シート～

ワークシート⑤

一つの病態の栄養や食事に対して検討と改善を重ね、完成させることができました。

それぞれの項目について質問に答えながら、自己評価をしましょう。

１　今回の発表を受け、さらに改善が必要だと思う項目にその改善方法(内容)を記入してください。

　①　資料

　②　発表（説明）

２　今回の方法(講習会)以外で病態の栄養や食事を指導する効果的な方法があれば書いてください。

|  |
| --- |
|  |

３　食事療法において配慮すべき点を重要度が高い順に２つ答えてください。

　　またその理由も記入してください。

|  |
| --- |
| 【重要度１位】　　　（理由）【重要度２位】　　　（理由） |

４　今後、あなたは栄養面で健康の保持増進を担う者としてどんな栄養改善を周囲の人に呼びかけていきますか。

|  |
| --- |
|  |

３年（　　）組　（　　　）番　名前（　　　　　　　　　　　　　　　）