

体重管理に関するカード教材「ベストアドバイザー FOR ダイエット」の開発と保健医療従事者による教材の評価

○^{しんぼ}新保みさ*¹, 赤松利恵*¹, 武見ゆかり*²

*¹ お茶の水女子大学大学院人間文化創成科学研究科

*² 女子栄養大学食生態学研究室

【背景・目的】成人を対象に、体重管理の誘惑場面と対策について、ゲームを通して学ぶことができるカード教材「ベストアドバイザー FOR ダイエット」を開発した。本研究では、保健医療従事者を対象とした研修会において、教材のゲーム編を実施し、収集した意見から、教材の評価を行った。

【方法】

1) カード教材について

カード教材は、誘惑カード、アドバイスカード、評価カードからなる。誘惑カードには、つい食べ過ぎてしまう誘惑場面、アドバイスカードには食べ過ぎないために行う対策、評価カードには論理的、ざん新、強引の3種類の評価が書かれている。カード教材の使い方には、ゲーム編、学習編、指導者学習編がある。ゲーム編では、誘惑場面に悩む相談者、相談者に対してアドバイスをを行うアドバイザー、アドバイスについて評価をする者の3つの役割を順番に担うことでゲームが進んでいく。最終的には、3種類の評価カードをバランスよく手に入れた人が勝ちである。

2) 調査の概要

2011年7月～10月に開催された市町村の保健指導従事者向けの研修会に参加した66名を対象にゲーム編を実施した。ゲーム終了後に、質問紙を用いてゲームの感想や遊び方、体重管理の教材としての評価、属性をたずねた。また、質問紙の最後に意見や感想を自由記述で記載してもらった。

【結果】解析対象者は62名(女性:57名, 91.9%)だった。年代は20代8名(12.9%), 30代16名(25.8%), 40代23名(37.1%), 50代8名(12.9%), 60代以上7名(11.3%)だった。「ゲームは楽しかったですか」という問いに対して57名(91.9%), 「ゲームの遊び方はわかりやすかったですか」という問いでは42名(68.9%)が「とてもそう思う/そう思う」と回答した。さらに、「体重管理の教材として役立つと思いますか」という問いでは49名(79.1%), 「体重管理の指導に使いたいと思いますか」という問いには35名(58.4%)が「とてもそう思う/そう思う」と答えた。自由記述では、「誘惑場面が親しみやすくてよかった」、「アドバイスの方法が勉強できてよかった」という評価が得られた。また、「体重管理の教材として使用したい」という意見の他に、「指導者向けの教材として利用したい」という意見があがった。一方で、時間や人数が必要であるため、「実施することが難しい」という意見や、教材の遊び方について、「ルールや内容が難しい」などの意見もあがった。

【結論】体重管理における誘惑場面と対策に関する学習教材として、肯定的な意見が得られた。一方で、教材や遊び方について改善すべき点もあがられた。

(連絡先)

新保みさ

お茶の水女子大学大学院

人間文化創成科学研究科

E-mail ; g1140544@edu.cc.ocha.ac.jp