科目名 Subject　Name		開講年次	開講学期	曜日・時限
介護予防運動論 The nursing care prevention kinetics		2年	後期	別途、時間割参照
単位数	授業の形態	授業の性格		
2単位	講義	選択　（介護予防運動指導員資格取得科目）		

当該科目の理解を促すために受講することが望まれる科目

なし

同時に履修しておくことが望まれる科目

介護予防運動演習

担当者に関する情報

氏名	研究室の場所	オフィスアワー	電話番号・メールアドレス
和田晴美	福祉棟２Ｆ	初回授業で説明します	授業中に指示します

授業の概要

介護予防とは、高齢者ができる限り要介護状態に陥ることなく、健康で生き生きした生活を送れるように支援することである。介護予防運動指導員はその中核として高齢者を支える役割を持つ。この授業では「介護予防運動指導員」資格取得を目指し、介護予防の概要、行動科学、リスクマネジメント、失禁、転倒、低栄養、口腔機能の低下、認知症について学ぶ。さらに、具体的な介護予防方法についての理解を深めることを目的とする。

授業の到達目標

①介護予防が必要とされている社会的背景を踏まえて、介護予防の現状が理解できるようにする。
②介護予防に必要な健康行動定着に向けた支援を理解できるようにする。
③高齢者の要介護につながる失禁、低栄養、口腔機能の低下、認知症の概要とその予防方法について理解でき、リスクマネジメントしながら介護予防プログラムが実施できるようにする。

授業の方法

講義中心であるが、失禁予防、転倒予防については体育館またはトレーニングルームで演習を行う。授業の初めに前回の授業内容の問題を数題を行い、授業の復習と資格試験対策とする。

学習の成果

①介護予防が必要とされている社会的背景、介護予防の目標を理解することができる。
②健康行動が定着しない理由、健康行動定着へ向けた支援のポイントを列挙することができる。
③介護予防プログラムを実践する際の、リスクと適切な対処方法を列挙することができる。
④要介護につながる失禁、転倒、低栄養、口腔機能の低下、認知症の原因がわかり、介護予防プログラムについて説明することができる。

授業のスケジュールと内容

第1回目	ガイダンス、介護予防の概要（介護予防の目標、対象、介護予防で扱う老年症候群等）介護予防運動指導員資格取得について
第2回目	介護保険制度（介護保険制度の概要、介護予防の位置づけ）
第3回目	行動科学特論（健康行動が定着しない理由、支援のポイント）
第4回目	リスクマネジメント（リスクマネジメントのプロセス、介護予防の場で考えられるリスク）
第5回目	失禁とは（高齢期における尿失禁の問題、排尿のしくみ）
第6回目	失禁予防トレーニング（演習：準備運動、筋力向上トレーニング、骨盤底筋運動）　＊体育館
第7回目	転倒予防特論（講義）
第8回目	転倒予防トレーニング（演習）＊体育館
第9回目	低栄養予防（高齢期の栄養問題、低栄養予防プログラム）
第10回目	低栄養予防（演習：低栄養プログラム）
第11回目	口腔機能について（高齢者の口腔機能の現状、口腔衛生のとらえ方、演習：口腔機能向上プログラム）
第12回目	認知症予防（認知症とは、認知症予防の根拠）
第13回目	認知症予防（演習：地域型認知症予防プログラム）
第14回目	検定試験に向けて授業のまとめ
第15回目	授業のまとめと定期試験

成績評価の方法と基準

評価の領域	割合	評価の基準
授業参加態度	40%	教材の準備状況、授業への集中力で評価する。評価基準Ｓは、授業の準備（テキスト、配布プリント等）が整い、講義は集中して聴いていること。演習時には服装等の準備が整い、積極的に参加していること。
レポート		
調査報告書		
小テスト		
中間・学期末試験	60%	検定試験を想定し、4者択一の問題とする。
発表内容（態度含む）		
その他		

教科書と参考図書

介護予防運動指導員養成講座テキスト「介護予防」　受講手続き後、配布となる。

履修上の心得・ルール

講義･演習・グループワークとも積極的に参加すること。やむを得ず欠席した場合は、必ずその部分の学習を補い、届出等は速やかに提出すること。演習時はトレーニングができる服装、中履用のシューズを準備すること。「介護予防運動指導員」資格取得のためには、同時期に開講される「介護予防運動演習」の履修と資格試験を受験することが必要である。