

科目名 Course Name		開講年次	開講学期	曜日・時限
健康管理総論 General remarks of Health Care		2年	前期	別途、時間割参照
単位数	授業の形態	授業の性格		履修上の制限
2単位	講義	選択	(健康運動実践指導者資格試験受験希望者は選択必修科目)	全フィールドの学生の受講可
当該科目の理解を促すために受講しておくことが望まれる科目				
特になし				
同時に履修しておくことが望まれる科目				
健康運動実践指導者資格試験受験希望者はその関連科目				
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
穂積 元	福祉棟2階	月曜から木曜日午前（授業時間は除く）		授業中に指示します
授業の概要				
健康管理に必要な健康や健康増進の概念やわが国の健康づくりのための施策の推移と現状を解説する。また、現代社会において問題となっている生活習慣病や介護予防の実態、さらに運動負荷前のメディカルチェックについても学習する。				
授業の目標				
①健康運動実践指導者に必要となる健康や健康の概念やわが国の健康づくりのための施策の推移と現状を説明できるようにする。②現代社会において問題となっている生活習慣病の成因やその予防法について考えることができるようにする。③超高齢化社会における介護行政の実態や介護予防の施策について説明することができるようにする。				
授業の方法				
毎回の講義は、重要事項の板書や配布資料を用いて解説する。聴講しながら受講生はメモをとる。説明した後に質問時間を必ず設け、質問内容によっては補充解説を行う。				
学習の成果（学習成果）				
①健康運動実践指導者に必要となる健康管理の概要を知り、健在、わが国で増加している生活習慣病の成因や予防のための施策内容を説明することができる。②超高齢化社会に伴う要介護者の増加が社会的問題になっているわが国において、介護に関連する行政や法規及び保健制度を説明することができる。また、介護予防の実態を解説することができる。③運動療法に欠かせない運動負荷によるメディカルチェックの概要を説明できる。				
授業のスケジュールと内容				
第1回目	講義ガイダンス（成績評価法、学習方法）			
第2回目	健康と健康増進の概念（健康の定義、アルマ・アタ宣言、オタワ憲章）			
第3回目	わが国の健康づくり施策の推移1（第1次国民健康づくり対策、第2次国民健康づくり対策、身体活動・運動の社会環境対策）			
第4回目	わが国の健康づくり施策の推移2（生活習慣病対策、健康日本21、健康増進法）			
第5回目	わが国の健康づくり施策の推移3（健康フロンティア戦略、食育基本法）			
第6回目	わが国の健康づくり施策の推移4（健康づくりのための運動基準2006、がん対策基本法）			

第7回目	生活習慣病1（生活習慣病の概念、各種生活習慣病罹患率の推移）、課題レポート(前回までの内容から出題、次回提出締め切り)
第8回目	生活習慣病2（各種の生活習慣病における病的機序－栄養・食生活、身体活動・運動、休養－）
第9回目	生活習慣病3（各種の生活習慣病における病的機序－喫煙、飲酒、口腔衛生－） *生活習慣病のクイズ形式のまとめ
第10回目	メタボリックシンドローム（概念と成因、診断基準、行政対策）
第11回目	介護予防1（わが国の人口動態と高齢化、平均寿命の推移、健康寿命の概念）
第12回目	介護予防2（介護保険法と介護予防の実際）
第13回目	メディカルチェック1（目的、手順と内容）
第14回目	メディカルチェック2（医学的検査の意義と実際、運動負荷試験の必要性と実際）、課題レポート2（後半の内容から出題）
第15回目	講義のまとめと理解不足箇所の補足説明、課題レポート提出

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	20%	最高評価は毎回の授業に集中し、必要なことはきちんとノートにとる。また、分かりにくい点があれば積極的に質問する。
レポート	70%	最高評価は適切な資料をもとに課題についてよく調べられ、それをよく検討した考えが述べられている。各35点満点とする。
調査報告書		
小テスト		
試験		
発表内容（態度含む）		
その他	10%	授業中に関連した基礎知識に関する口頭試問に対して、しっかり回答することができる。

教科書と参考図書

教科書：健康運動実践指導者養成用テキスト(南江堂)
参考資料は必要に応じて配布する。

履修上の留意点・ルール

授業中の携帯電話の使用や私語、飲食は厳禁とする。