

科目名 Course Name	健康管理総論 General Remarks of Health Care				ナンバリング No.	G3-008	
年次	2 年	期別	前期	単位数	2	授業形態	講義
担当者氏名	眞野 晴香、本庄 広大						
連絡方法	C-Learning で対応。または栄養福祉棟 2F 研究室。オフィスアワーは授業担当時間以外。						
必修／選択	選択 (健康運動実践指導者・スポーツプログラマー資格関連科目)						
関連 DP	DP2, DP5						
授業の概要と 到達目標	[概要] 健康管理に必要となる健康の概念、および日本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、運動負荷前のメディカルチェックについて学習する。 [到達目標] ①健康の概念および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生活習慣病の成因やその予防法について説明できるようにする。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できるようにする。④メディカルチェックの意義と実践方法について説明できるようにする。						
授業の方法	教科書および配布プリントを用いて解説する。必要に応じて映像資料を活用する。理解度を高めるために適宜口頭試問や小テストを実施する。正答率が低い問題については学生同士のプレゼンテーション形式で解説させ、理解を深める。レポート課題にて最新のトピックについて自分で調べまとめる力を身につける。						
学習成果	L01						
	L02	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できる。 ②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。					
	L03	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できる。また、介護予防の実際を解説できる。					
	L04						
課題に対する フィードバック	小テストは試験後に模範解答を示し、試験結果は授業内にフィードバックする。						
教科書／ 参考図書	教科書:「健康運動実践指導者養成用テキスト」(健康体力づくり事業団) 参考資料は必要に応じて配布する。						
履修上の留意点 やルール等	講義に集中すること。自分でノートをとること。欠席日に配布された資料や講義内容のまとめは各自が自己管理すること。事前・事後学習に費やすべき時間の目安は各回 180 分とする。						
担当教員の実務 経験	実務経験(眞野、職種:管理栄養士・公認スポーツ栄養士、職歴:11 年) 健康管理や生活習慣病予防について実務経験を反映させる。 実務経験(本庄、職種:医師、職歴:通算 24 年) 健康阻害因子や公衆衛生学的所見、臨床的所見やメディカルチェック法について実務経験を反映させる。						

成績評価の方法と基準					
評価の領域	評価基準	学習成果の割合			
		L01	L02	L03	L04
授業参加態度	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。		10		
レポート／作品	課題に対して的確にまとめられている。		10		
発表	正答率の低い設問についての的確に解説できている。		10		
小テスト	適宜復習として小テストを実施する。的確に解答できているかを評価する。			20	
試験	設問に対してどれだけの的確に解答できるかで評価する。			50	
その他					
合 計			30	70	

回数		授業計画
1	授業内容	講義ガイダンス(成績評価法、学習方法) :担当 眞野
	事前・事後学習	次回講義内容に関連するテキストページを読み、それぞれの内容をまとめること。
2	授業内容	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) :担当 眞野
	事前・事後学習	各宣言や憲章の内容の違いを整理すること。
3	授業内容	健康を阻害する要因 :担当 眞野
	事前・事後学習	現在における健康を阻害する要因のうちで影響の大きいものを考える。
4	授業内容	わが国の疾病構造の推移 :担当 眞野
	事前・事後学習	わが国の疾病構造は過去のいつ頃から同じか調べること。
5	授業内容	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) :担当 眞野
	事前・事後学習	第1次と第2次における施策内容の違いは何か、まとめること。
6	授業内容	わが国の健康づくり施策の推移2(身体活動・運動の社会環境対策、健康日本21、健康増進法) :担当 眞野
	事前・事後学習	健康日本21の第一次と第二次の相違点をまとめること。
7	授業内容	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) :担当 眞野
	事前・事後学習	健康フロンティア戦略ができた社会的背景は何か。新健康フロンティア戦略とは。
8	授業内容	わが国の健康づくり施策の推移4(健康づくりのための身体活動基準2013、がん対策基本法) :担当 眞野
	事前・事後学習	わが国のがん対策はどのように経緯しているか、がんによる死亡率はどうなっているか調べる。
9	授業内容	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) :担当 眞野
	事前・事後学習	メタボリックシンドロームの概念とは何か。行政対策はどのようなになっているか。
10	授業内容	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) :担当 眞野
	事前・事後学習	健康寿命の概念と行政対策の推移はどのようなになっているか。
11	授業内容	介護予防2(介護保険法と介護予防の実際) :担当 眞野
	事前・事後学習	介護予防の行政対策はどのようなものか。
12	授業内容	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) :担当 眞野
	事前・事後学習	生活習慣病の概念とわが国における罹患率の推移はどのようなになっているか。
13	授業内容	生活習慣病2(各種の生活習慣病における病的機序ー栄養・食生活、身体活動・運動、休養ー) :担当 眞野
	事前・事後学習	最も罹患率の高い生活習慣病での病態と生活習慣の改善点を考える。
14	授業内容	メディカルチェック1(目的、手順と内容) :担当 本庄
	事前・事後学習	メディカルチェックの重要性とは何か。
15	授業内容	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和実際) :担当 本庄
	事前・事後学習	医学的検査の意義は何か。