

|                  |      |    |       |    |
|------------------|------|----|-------|----|
| 【担当教員名】<br>斎藤トシ子 | 対象学年 | 1  | 対象学科  | 健康 |
|                  | 開講時期 | 前期 | 必修・選択 | 必修 |
|                  | 単位数  | 2  | 時間数   | 30 |

【一般目標：G | O】

健康の概念、健康の現状、健康増進医学、健康づくり施策、健康管理方法の基礎知識を学ぶ。

【行動目標：S B O】

1. 健康の概念を説明できる。
2. 基本的な健康度の指標、保健統計の定義を理解し、健康事象の分析ができる。
3. 健康阻害要因を説明できる。
4. 健康増進における栄養・運動・休養・禁煙・適量飲酒の基本を説明できる。
5. 日本人の健康の現状を知り、問題点を探ることができる。
6. 日本及び諸外国の健康づくり施策を説明できる。
7. 健康管理の基本的な方法を説明できる。

| 回数 | 授業計画又は学習の主題                          | SBO |                    |
|----|--------------------------------------|-----|--------------------|
|    |                                      | 番号  | 学習方法・学習課題又は備考・担当教員 |
| 1  | 健康の定義                                | 1.  | 講義                 |
| 2  | 個人の健康度の指標、やせ・肥満の判定法                  | 2.  | 講義                 |
| 3  | 集団の健康度の指標（平均寿命、死亡率、PMI、罹患率、有病率、受療率等） | 2.  | 講義                 |
| 4  | 健康と生活（喫煙）要因との関係                      | 3.4 | 講義, VTR            |
| 5  | 健康と生活（飲酒）要因との関係                      | 3.4 | 講義, VTR            |
| 6  | 健康阻害要因、健康と生活（食事）要因との関係               | 3.4 | 講義                 |
| 7  | 健康と生活（運動、休養）要因との関係                   | 3.4 | 講義                 |
| 8  | 日本人の健康の現状及び生活状況：現状を調べ健康及び生活の問題点を探る   | 5.  | 演習                 |
| 9  | 海外及び日本の健康施策の流れ、理念                    | 6.  | 講義                 |
| 10 | 国、都道府県、市町村の衛生行政機構、健康増進施設の概要          | 6.  | 講義                 |
| 11 | 地域、学校、職域の健康管理施策                      | 6.  | 講義                 |
| 12 | スクリーニング検査の概念と評価方法                    | 7.  | 講義                 |
| 13 | 健康管理の方法、健康教育、健康相談                    | 7.  | 講義                 |
| 14 | まとめ                                  | 7.  | 講義                 |

| 【使用図書】 | <書名>          | <著者名>      | <発行所>  | <発行年・価格・その他>   |
|--------|---------------|------------|--------|----------------|
| 教科書    | イラスト健康管理概論    | 朝山正巳       | 東京数学社  | 2005年 ¥2,000+税 |
| 参考書    | 国民衛生の動向       |            | 厚生統計協会 | 最新版            |
|        | 国民栄養の現状       | 健康・栄養情報研究会 | 第一出版   | 最新版            |
| その他の資料 | 必要に応じてプリントを配布 |            |        |                |

|   |           |
|---|-----------|
| 【評価方法】<br>出席状況、授業中の態度、小テスト、課題発表、定期試験から総合的に評価する。 | 【履修上の留意点】 |
|---|-----------|