

科目名	ヘルスサイエンス論		科目 コード		単位数 時間	2単位 30時間	対象 学年	1年	開講 学期	後期
区分	社会福祉学支援科目	選択	担当者名	吉岡 利忠・宇田 宗弘			授業 形態	講義	オムニバス	
授業の 概要	健康に関する知識、健康に関する科学的分析について知る。									
到達 目標	現代人のための健康、体力、疾病及び休養について知る。									
授 業 計 画										
回	主 題		授 業 内 容 (授 業 時 間 外 の 学 修 を 含 む)					備 考		
第1回	健康とは		健康の概念を知る					宇田		
第2回	健康と体力		健康と体力の概念について知る					宇田		
第3回	健康度の指標		健康であるための条件などについて					宇田		
第4回	健康阻害の要因		健康を阻害する要因について知る					宇田		
第5回	健康の現状と問題点		健康と平均寿命や健康寿命					宇田		
第6回	健康管理Ⅰ		健康維持のための方策Ⅰ					宇田		
第7回	健康管理Ⅱ		健康維持のための方策Ⅱ					宇田		
第8回	健康管理の実際		近代における人々の健康状態を知る					宇田		
第9回	疾病管理		疾病とは何かの概念を知る					吉岡		
第10回	遺伝について		特に遺伝病について					吉岡		
第11回	成長と老化		成長と老化について知る					吉岡		
第12回	精神保健Ⅰ		現代人の心の問題について知るⅠ					吉岡		
第13回	精神保健Ⅱ		現代人の心の問題について知るⅡ					吉岡		
第14回	運動と疲労Ⅰ		現代人の疲労問題、過労、過労死について知るⅠ					吉岡		
第15回	運動と疲労Ⅱ		現代人の疲労問題、過労、過労死について知るⅡ					吉岡		
評価 方法 及び 評価 基準	課題レポートによる評価（100%）									
教材 教科書 参考書	講義時に必要なプリントを配布									
留意点	新聞や雑誌の健康および生活欄を見ること									