

授業科目

生活習慣病と予防

担当教員名 埜 晴雄	対象学年	3・4	対象学科	スポ
	開講時期	前期	必修・選択	選択
	単位数	2	時間数	30

ディプロマポリシーとの関連性

知識・理解	思考・判断	関心・意欲	態度	技能・表現
◎	○	◎	○	

授業の概要

生活習慣病全般について学習する。
特に予防と治療における生活習慣変容、運動の重要性と効果について学ぶ。

授業の目的

生活習慣病について理解し、運動療法を中心とした予防法とその効果を説明する。

学習目標

- ・生活習慣病の発症機序や病態生理を理解する。
- ・主要な生活習慣病の概念と病態を説明できる。
- ・主要な臨床検査について、その目的や意義の説明と、結果の解釈ができる。
- ・生活習慣病の発症機序や病態生理をもとに運動や食事療法の意義を理解する。
- ・具体的な運動療法の注意点や効果を説明できる。

授業計画

回数	授業計画・学習の主題	学習方法・学習課題・備考	担当教員
1	高血圧症（1）	講義	埜 晴雄
2	高血圧症（2）	講義	埜 晴雄
3	高血圧症（3）	講義	埜 晴雄
4	糖尿病（1）	講義	埜 晴雄
5	糖尿病（2）	講義	埜 晴雄
6	糖尿病（3）	講義	埜 晴雄
7	高脂血症	講義	埜 晴雄
8	高尿酸血症	講義	埜 晴雄
9	肥満・メタボリックシンドローム	講義	埜 晴雄
10	虚血性心疾患（1）	講義	埜 晴雄
11	虚血性心疾患（2）	講義	埜 晴雄
12	生活習慣病と運動（1）	講義	埜 晴雄
13	生活習慣病と運動（2）	講義	埜 晴雄
14	生活習慣病と運動（3）	講義	埜 晴雄
15	まとめ	講義	埜 晴雄

使用図書

使用図書	書名	著者名	発行所	発行年	価格	その他
教科書	健康運動指導士養成講習会テキスト（上）（下）		財団法人 健康・体力づくり事業財団	2014年		
参考書						
その他の資料						

評価方法

授業態度、レポート、期末試験で評価します。

履修上の留意点

少なくとも過半数の方が関わりを持つことになる、極めてありふれた病気について学び、その予防策を会得してください。

オフィスアワー・連絡先

授業初回到連絡します。