

授業科目 健康管理概論

【担当教員名】 齋藤 トシ子		対象学年	1	対象学科	健栄
		開講時期	前期	必修選択	必修
		単位数	1	時間数	15
【ディプロマポリシーとの関連性】					
知識・理解		思考・判断		態度	
◎		◎		○	
【概要・一般目標：GI0】 健康の概念、健康の現状、健康増進対策、健康阻害要因、健康管理の進め方の基礎知識を学ぶ。					
【学習目標・行動目標：SBO】					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康の概念を考える。</li> <li>2. 主な健康指標を知る。</li> <li>3. 国民の健康の現状を知る。</li> <li>4. 国民栄養の現状を知る。</li> <li>5. 健康増進対策を知る。</li> <li>6. 健康阻害要因（喫煙、飲酒、栄養・食生活、運動、ストレス）を知る。</li> <li>7. 健康管理の進め方を知る。</li> </ol>					
回数	授業計画・学習の主題			SBO番号	学習方法・学習課題 備考・担当教員
1	オリエンテーション、健康の概念			1	講義
2	主な健康指標			2	講義
3	国民の健康の現状			3	講義
4	国民栄養の現状			4	講義
5	健康増進対策			5	講義
6	健康阻害要因（喫煙、飲酒、栄養・食生活、運動、ストレス）			6	講義
7	健康管理の進め方			7	講義
【使用図書】		<書名>	<著者名>	<発行所>	<発行年・価格 他>
教科書 (必ず購入する書籍)		改定保健・栄養系学生のために健康管理概論	宮城重二	光生館	2013・2,400円＋税
参考書					
その他の資料					
【評価方法】 定期試験、出席回数			【履修上の留意点】		