

授業科目 健康管理概論

【担当教員名】 斎藤 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	関心・意欲	態度	技能・表現	
◎	◎	○	○	○	
【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：SB0】 1. 健康の概念を考える。 2. 主な健康指標を知る。 3. 国民の健康の現状を知る。 4. 健康阻害要因（喫煙、飲酒、栄養・食生活、運動、ストレス）を知る。 5. 国民栄養の現状を知る。 6. 健康増進対策を知る 7. 健康管理の進め方を知る。					
回数	授業計画・学習の主題			SB0 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	健康阻害要因（喫煙、飲酒、栄養・食生活、運動、ストレス）			4	講義
5	国民栄養の現状			5	講義
6	健康増進対策			6	講義
7	健康管理の進め方			7	講義
8	健康管理の実際（地域、学校、職域）			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】			