

授業科目名	健康・スポーツ科学概論Ⅰ	担当教員	教授 名越 究 他		
開講年次及び学期	1年 後期	必修・選択の別	必修		
開講形態	医学科「健康科学概論」との 合同講義	時間数	30	単位数	2
授業の目的（概要）					
<p>医療人を志す者は、専門職としての専門的知識と技術を身につけるのは当然だが、さらに社会生活を営む中で、人間の諸機能を十分に発揮し得る心身の健康な状態を知り、かつ自ら健康な状態を保ちつつ市民を先導できることが望ましい。</p> <p>本科目では、現代社会において身体的、精神的に健康な生活を送るために必要な科学的な基礎知識や考え方を実践・研究事例などを含めた講義により学習する。</p> <p>リベラルアーツとして学ぶ健康科学の知識が、充実した学生生活の基礎となり、また社会人となつてからの羅針盤となることを期待する。</p>					
学修成果（到達目標）					
<ol style="list-style-type: none"> 1. 身体の基本的な構造と機能の理解に基づいて、健康と環境との関わり、健康増進のためのスポーツの利用、栄養学、ストレスコーピングなどを理解する。 2. 健康科学、環境医学を概論的に理解する。 3. 化学リテラシー、情報リテラシーを身に付ける。 4. 地域におけるこれからの医療、ケア実践、ケア体制、研究のあり方を考えることができる。 5. 在学中、卒業後の自身のキャリアに重ね合わせ具体的な問いの設定と自己学習課題について考えることができる。 					
キーワード					
健康、メンタルヘルス、栄養、運動、スポーツ、食の安全、科学リテラシー、情報リテラシー					
授業の進め方					
医学科・看護学科合同の講義であるが、講師の裁量によりディスカッションも取り入れる。各講義の学びをもとに理解を深めるためのレポート作成をさせる。					
成績評価の方法（合否基準）					
レポートの総得点を100点満点に換算したうち60点以上					
教科書					
教科書 なし 参考書 (調査中)					
オフィスアワー					
名越 究（環境保健医学）質問、講師の先生方への質問など随時 環境保健医学講座環境予防ユニット(2169) nagoshi@med.shmane-u.ac.jp					

コア・カリとの関連

B-2-1) 健康の概念

ねらい：

心身の健康の概念と課題についてまなぶ。

学修目標：

- ①心身の健康の定義、概念を説明できる。
- ②心身の健康課題と解決に向けた評価・対策を説明できる

B-2-1) 環境と健康

ねらい：

健康に環境が深く関わることを理解する。

学修目標：

- ①動物を含む環境がヒトの健康と関わることを説明できる。
- ②生活環境とコロナウイルスなど感染症の関係を説明できる。

B-2-3) 生活・ライフスタイルと健康の関係

ねらい：

健康と運動・スポーツ、食生活との関係を理解する。

学修目標：

- ①運動の予防医学的な意義を説明できる。
- ②スポーツ傷害の発症機序と予防法を説明できる。
- ③胎生期からのライフステージの健康と食の関係を説明できる。

C-3-3) 生命誕生、成長・発達と加齢、ヒトの死

ねらい：

自然の営みの中と人の暮らしの関係について学ぶ

学修目標：

- ①長寿社会の中の生殖補助医療、再生医療の意義を考える。

C-5-1) 病（やまい）に対する人間の反応

ねらい：

病気と向き合うとき人はどのような行動をとるのか考える。

学修目標：

- ①医療者である前に1人の人間として医療に何を求めるのか自問してみる。

準備学修に必要な学修の時間

各講義の中で指示します。

授業計画

回	日程	時間	場所	実施方法	配信方法	テーマ	授業内容	担当者
1	10/ 8 (金)	8:30~ 10:10	L3	オンライン	ライブ (Webex)	健康科学概論	リベラルアーツと健康科学	名越
2	10/22 (金)	"	"	オンライン	ライブ (Webex)	健康科学①	健康とは	山崎
3	10/29 (金)	"	"	オンライン	ライブ (Webex)	健康科学②	環境と健康	山崎
4	11/ 5 (金)	"	"	オンライン	ライブ (Webex)	健康科学③	栄養・運動と健康	山崎
5	11/12 (金)	"	"	オンライン	ライブ (Webex)	健康科学④	健康増進施策	山崎
6	11/19 (金)	"	"	オンライン	ライブ (Webex)	健康科学⑤	ゲノム医療	磯村
7	11/26 (金)	"	"	オンライン	ライブ (Webex)	健康科学⑥	働く人の健康管理	磯村
8	12/ 3 (金)	"	"	オンライン	ライブ (Webex)	健康科学⑦	地域と取り組む生活習慣病予防	磯村
9	12/10 (金)	"	"	オンライン	ライブ (Webex)	リベラルアーツ①	安全・安心の食生活	堀口
10	12/14 (火)	"	"	対面+ライブ	Webex (ライブ)	リベラルアーツ②	自然と人間	篠崎
11	12/17 (金)	"	"	対面+ライブ	Webex (ライブ)	リベラルアーツ③	学生生活でのヘルスプロモーション	小林
12	12/24 (金)	"	"	オンライン	ライブ (Webex)	リベラルアーツ④	うそをつかない医療	豊田
13	1/21 (金)	"	"	対面+ライブ	Webex (ライブ)	リベラルアーツ⑤	感染症に学ぶ健康づくり	中本
14	1/28 (金)	"	"	オンライン	ライブ (Webex)	リベラルアーツ⑥	メンタルヘルス	河野

備考

・ライブ配信については基本的に毎回録画し、後日視聴できるようにしますが、授業の内容によっては録画を公開できない場合があります。

・①授業時間内のWebExのチャットへの学科・学籍番号・氏名の記入、②講義の際に示された課題に対するレポートの両方が完了した者を出席とします。

・当日の突然の機材トラブルなどによりライブ配信授業が受講できなかった学生は連絡してください。

・また、ネット環境の関係で対面での聴講を希望する人は事前登録してください。