

科目名	基礎解剖学Ⅰ						
担当講師	似鳥 徹						
実務経験の概要							
履修年次	1	単位数	2	時間数	60	開講時期	通年
授業形態	講義						

授業概要

正常な人体及び身体各部位の構造と機能を理解し、疾病時に起こりうる形態及び機能的な変化の状況の理解を助ける基礎を作る目的で、人体の基本構成単位である細胞とその組み合わせにより構成される組織及び各器官群の構造と機能について、解剖学的な視点にたつて教授する。

学修到達目標

ヒトの顔や体つきは各人様々であるが、人体としての構造と機能はほぼ一定している。自らの身体の構造や機能を学び、正常に“生きる”機構を理解することによって、疾病や障害に陥った医療対象者の身体状況を客観的に正しく認識出来るよう知識を身に付け、見識を養うことを目標とする。

授 業 計 画

- 第1回 解剖学総論
- 第2回 運動器系（骨格系と筋系）の発生と組織構築について
- 第3回 上肢の解剖Ⅰ：骨格の構成（1）
- 第4回 上肢の解剖Ⅱ：骨格の構成（2）
- 第5回 上肢の解剖Ⅲ：筋および関節の構成（1）
- 第6回 上肢の解剖Ⅳ：筋および関節の構成（2）
- 第7回 下肢の解剖Ⅰ：骨格の構成（1）
- 第8回 下肢の解剖Ⅱ：骨格の構成（2）
- 第9回 下肢の解剖Ⅲ：筋および関節の構成（1）
- 第10回 下肢の解剖Ⅳ：筋および関節の構成（2）
- 第11回 消化器系の構成
- 第12回 呼吸器系の構成
- 第13回 内分泌系の構成
- 第14回
- 第15回

評価方法

筆記試験の成績を評定の対象としますが、必要に応じてレポート課題提出求め、対象に加える。

教科書

標準理学療法・作業療法 専門基礎分野 解剖学（医学書院）
 人体解剖カラーアトラス（南江堂）

参考図書・文献

特になし

履修上の留意点及び講義時間外の学習(予習・復習)

教科書の講義予定範囲を熟読して予習を行って下さい。受講後は当日中に復習し、理解できなかった点に関しては速やか質問して疑問を解消してください。質問は随時受け付けます。

科目名	基礎解剖学Ⅱ						
担当講師	小野寺悟						
実務経験の概要	医師：岩手医科大学にて神経解剖学研究・教育における実務経験を有する。						
履修年次	1	単位数	2	時間数	60	開講時期	通年
授業形態	講義						

授業概要

解剖学は人体の構造を骨格系, 筋系, 神経系等の10項目の系統にわけて, それに所属する器官の構造を働きと関連付けて理解することを目的とします。人体解剖学見学実習は一日かけて岩手医科大学で行います。特に初期胚から胎児までの貴重な標本も観察し, ヒトの発生過程を知ることによって生命の大切さに触れることを目指している。

学修到達目標

前期はまず初めに, 人体は200種類の細胞, 4種類の組織, 10種類の器官によって構成される階層構造であることを理解する。次に骨格系の中で, 体軸を構成する軸骨格(頭蓋・脊柱・胸郭)を理解する。最後に複雑な中枢神経系の構造・機能を理解する。後期は循環器系と泌尿生殖器系の構造・機能を理解する。前期・後期の授業を通して, 学生自身が自ら教科書を読み込んで理

授 業 計 画

- 第1回 解剖学総論
- 第2回 人体の構成：A. 細胞
- 第3回 B. 組織 C. 器官、器官系、個体
- 第4回 骨学各論：A. 頭蓋
- 第5回 骨学各論：B. 脊柱、胸郭
- 第6回 人体の発生：体づくりのプロセス、四肢の発生プログラム
- 第7回 神経系Ⅰ 神経系総論
- 第8回 II 中枢神経系 A. 脊髄
- 第9回 B. 脳幹 C. 小脳
- 第10回 D. 大脳
- 第11回
- 第12回
- 第13回
- 第14回
- 第15回

評価方法

小テスト 筆記試験

教科書

標準理学療法・作業療法 専門基礎分野 医学書院
人体解剖カラーアトラス 南江堂

参考図書・文献

講義中に, 興味深い書籍は随時紹介する。

履修上の留意点及び講義時間外の学習(予習・復習)

解剖学の学習は, 教科書を読み込んで, 必要な知識は自ら身に付けなければならないという医学教育のための『学習の基本的技術』を身に付ける最初のステップであり, 教科書と仲良くなる事が大切である。

【専門基礎分野】

【理学療法学科】

科目名	触診実習						
担当講師	菊池賢汰						
実務経験の概要	保健学博士、理学療法士、医療施設・スポーツ施設において実務経験を有する。						
履修年次	1	単位数	1	時間数	30	開講時期	後期
授業形態	演習/実習						

授業概要

人体の構造、運動を理解した上で、体表面から触診することができる骨・関節・靭帯・筋の触診技術を学修します。

学修到達目標

1. 基本的な触診技術について説明できる。
2. 体表面から触診できる骨・関節・靭帯・筋を列挙できる。
3. 模擬患者に対して、体表面から骨・関節・靭帯・筋を触診できる。

授 業 計 画

- 第1回** 体表解剖 骨、関節、靭帯、筋の基礎
- 第2回** 股関節の骨・関節・靭帯
- 第3回** 股関節の筋
- 第4回** 膝関節の骨・関節・靭帯
- 第5回** 膝関節の筋
- 第6回** 足関節の骨・関節・靭帯
- 第7回** 足関節の筋
- 第8回** 体幹の骨・関節・靭帯
- 第9回** 体幹の筋
- 第10回** 肩関節の骨・関節・靭帯
- 第11回** 肩関節の筋
- 第12回** 肘関節の骨・関節・靭帯
- 第13回** 肘関節の筋
- 第14回** 手関節の骨・関節・靭帯
- 第15回** 手関節の筋

評価方法

実技試験（50％）筆記試験（50％）

教科書

改訂第2版 運動療法のための機能解剖学的触診技術 動画プラス 上肢（メジカルビュー社）

改訂第2版 運動療法のための機能解剖学的触診技術 動画プラス 下肢・体幹（メジカルビュー社）

参考図書・文献

特になし

履修上の留意点及び講義時間外の学習(予習・復習)

科目名	基礎生理学I						
担当講師	川崎 敏						
実務経験の概要							
履修年次	1	単位数	2	時間数	60	開講時期	前期
授業形態	講義/実習						

授業概要

生理学は人体の正常な機能を研究する学問です。生理学は、大きくは動物性功能と植物性功能に分けられますが、基礎生理学Iでは、主に神経系、筋系、感覚器系に代表される動物性功能について学びます。また、動物やヒトの体を使った実習も行い、講義の理解を深めます。

学修到達目標

1. 神経系の構造、膜電位、活動電位、興奮伝導、シナプス伝達について説明できる。
2. 感覚系における刺激の変換機構、伝導路、中枢での情報処理について説明できる。
3. 運動系における筋の収縮機構、脊髄および脳運動中枢による運動と姿勢の制御について説明できる。
4. 高次脳機能としては、睡眠と覚醒、記憶と学習、情動などの神経機構について説明できる。

授 業 計 画

- 第1回 細胞の構造と機能調節 (1)
- 第2回 細胞の構造と機能調節 (2)
- 第3回 膜興奮とイオンチャネル： 静止膜電位
- 第4回 膜興奮とイオンチャネル： 活動電位の発生機構
- 第5回 膜興奮とイオンチャネル： 活動電位の伝導機構
- 第6回 膜興奮とイオンチャネル： 神経線維の刺激と興奮伝導の記録
- 第7回 演習1
- 第8回 筋の収縮機構： 骨格筋
- 第9回 筋の収縮機構： 心筋・平滑筋
- 第10回 シナプス伝達： 神経・筋接合部
- 第11回 シナプス伝達： 中枢神経系のシナプス伝達
- 第12回 演習2
- 第13回 自律機能と本能行動： 自律神経系
- 第14回 自律機能と本能行動： 視床下部、辺縁系
- 第15回 感覚機能： 体性感覚 (1)
- 第16回 感覚機能： 体性感覚 (2)
- 第17回 感覚機能： 視覚
- 第18回 感覚機能： 聴覚
- 第19回 感覚機能： 前庭感覚
- 第20回 感覚機能： 味覚・嗅覚
- 第21回 演習3
- 第22回 運動と姿勢の制御： 脊髄 (1)
- 第23回 運動と姿勢の制御： 脊髄 (2)
- 第24回 運動と姿勢の制御： 脳幹
- 第25回 運動と姿勢の制御： 運動性皮質

- 第26回 運動と姿勢の制御： 大脳基底核
第27回 運動と姿勢の制御： 小脳
第28回 脳の統合機能： 大脳皮質の構造と機能、睡眠と覚醒、学習と記憶（1）
第29回 脳の統合機能： 大脳皮質の構造と機能、睡眠と覚醒、学習と記憶（2）
第30回 演習4

評価方法

筆記試験（100％）

教科書

シンプル生理学改訂第8版（南江堂）

参考図書・文献

人体の正常構造と機能（日本医事新報社） 消して忘れない生理学要点整理ノート改訂第2版（羊土社）

履修上の留意点及び講義時間外の学習(予習・復習)

物事には必ず理由があり、意義もあります。丸暗記するのではなく、常に理由と意義を考えて理解して下さい。
講義中、どんどん質問してください。メールでの質問は、kwskmtrw@icloud.comへ

科目名	基礎生理学 II						
担当講師	駒切 洋						
実務経験の概要	岩手医科大学医学部講義(医科生理学, 器官生理学), 実習(神経生理学実習, 器官生理学実習)						
履修年次	1	単位数	2	時間数	60	開講時期	後期
授業形態	講義						

授業概要

生体を持つ生命維持に必要な機能である植物機能について器官別に講義を行う。
適宜、演習問題や実習を行い知識の理解、定着を促す。

学修到達目標

器官ごとの個別の機能にとどまらず、器官どうしの機能的な連関にも注目し、生体がいかに身体の恒常性を保っているかを理解することを目標とする。

授 業 計 画

- 第1回 血液の生理 血液の組成と働き
- 第2回 血液の生理 血液凝固・止血
- 第3回 血液の生理 生体の防御
- 第4回 血液の生理 免疫の仕組み
- 第5回 循環器の生理 心臓の構造と機能 1
- 第6回 循環器の生理 心臓の構造と機能 2
- 第7回 循環器の生理 心電図
- 第8回 循環器の生理 循環動態 血圧
- 第9回 循環器の生理 特殊循環
- 第10回 呼吸器系 呼吸と換気
- 第11回 呼吸器系 呼吸機能
- 第12回 呼吸器系 呼吸の調節
- 第13回 運動時の人体機能の変化
- 第14回 問題演習と解説(血液・循環・呼吸)
- 第15回 消化器系 消化管運動
- 第16回 消化器系 消化と吸収
- 第17回 栄養と代謝(中間代謝)
- 第18回 演習I 循環器 運動生理
- 第19回 栄養と代謝(エネルギー代謝)
- 第20回 演習I 循環器 運動生理
- 第21回 体温の調節 熱産生、熱放散
- 第22回 問題演習と解説(消化器・栄養と代謝・体温)
- 第23回 泌尿器系 腎臓の構造と働き1
- 第24回 泌尿器系 腎臓の構造と働き2
- 第25回 体液と酸塩基平衡
- 第26回 演習II 腎臓の機能 体液の調節

- 第27回** 内分泌系 総論 内分泌器官とホルモン
第28回 演習II 腎臓の機能 体液の調節
第29回 内分泌系 各論 内分泌の仕組みとはたらき
第30回 問題演習と解説(腎機能と内分泌)

評価方法

期末試験(80%)・レポート(20%)：期末試験には講義内容だけでなく実習内容(レポート課題)からも出題する。

教科書

シンプル生理学改訂第8版(南江堂)

参考図書・文献

人体の正常構造と機能(第5版：日本医事新報社)，からだが見える(メディックメディア)，生理学テキスト(第9版：文光堂)，新版生理学(理工図書)

履修上の留意点及び講義時間外の学習(予習・復習)

講義で聞いた内容、講義スライドに示した「確認事項」，「キーワード」，「○×問題」を教科書，参考書を読んで必ず復習し，疑問点を早めに解消する。演習問題の解説(計3回)をもとに各単元のポイントを整理して理解する。

科目名	基礎運動学						
担当講師	菊池賢汰 長野由紀江						
実務経験の概要	菊池賢汰 : 保健学博士, 理学療法士, 医療施設・スポーツ施設において実務経験を有する. 長野由紀江 : 理学療法士, 医療施設において実務経験を有する.						
履修年次	1	単位数	2	時間数	45	開講時期	通年
授業形態	講義/実習/オムニバス						

授業概要

バイオメカニクス, 関節運動, 姿勢, 運動・動作を実行するためのメカニズムについて学修します.

学修到達目標

1. バイオメカニクスの基礎について説明できる.
2. 各関節の運動メカニズムについて説明できる.
3. 姿勢, 歩行について説明できる.
4. 運動を実行および継続するためのメカニズムについて説明できる.

授 業 計 画

第1回	バイオメカニクスの基礎①	菊池賢汰
第2回	バイオメカニクスの基礎②	菊池賢汰
第3回	バイオメカニクスの基礎③	菊池賢汰
第4回	股関節の運動学① (講義)	菊池賢汰
第5回	股関節の運動学② (実習)	菊池賢汰
第6回	膝関節の運動学① (講義)	菊池賢汰
第7回	膝関節の運動学② (実習)	菊池賢汰
第8回	足関節の運動学① (講義)	菊池賢汰
第9回	足関節の運動学② (実習)	菊池賢汰
第10回	体幹の運動学① (講義)	菊池賢汰
第11回	体幹の運動学② (実習)	菊池賢汰
第12回	姿勢① (講義)	菊池賢汰
第13回	姿勢② (実習)	菊池賢汰
第14回	歩行① (講義)	菊池賢汰
第15回	歩行② (実習)	菊池賢汰
第16回	肩複合体の運動学①	長野由紀江
第17回	肩複合体の運動学②	長野由紀江
第18回	肘・前腕複合体の運動学①	長野由紀江
第19回	肘・前腕複合体の運動学②	長野由紀江
第20回	手関節の運動学	長野由紀江
第21回	手指の運動学	長野由紀江
第22回	運動学習	長野由紀江
第23回	運動生理	長野由紀江

評価方法

筆記試験 (菊池担当範囲70%, 長野担当範囲30%)

教科書

基礎運動学第7版補訂 (医歯薬出版株式会社) 筋骨格系のキネシオロジー原著第3版 (医歯薬出版株式会社) プリント教

科目名	運動学実習						
担当講師	長野由紀江						
実務経験の概要	理学療法士。医療施設において実務経験を有する。						
履修年次	1	単位数	1	時間数	30	開講時期	後期
授業形態	演習/実習						

授業概要

様々な身体運動や動作を運動学的に計測する方法や分析について学修します。

学修到達目標

1. 動作や運動過程についてバイオメカニクスに基づいた関節運動と筋活動の観点から述べるができる。
2. 姿勢アライメント, バランス機能について述べるができる。
3. 歩行分析と歩容の関連について述べるができる。
4. 運動による循環・呼吸機能の変化を述べるができる。

授 業 計 画

- | | |
|------|--------------------------|
| 第1回 | 運動分析に関する基礎① |
| 第2回 | 運動分析に関する基礎② |
| 第3回 | 動作に関する運動分析① |
| 第4回 | 動作に関する運動分析② |
| 第5回 | 動作に関する運動分析③ |
| 第6回 | 動作に関する運動分析④ |
| 第7回 | 運動実習 関節肢位と筋活動① |
| 第8回 | 運動実習 関節肢位と筋活動② |
| 第9回 | 運動実習 姿勢アライメント・バランスの評価① |
| 第10回 | 運動実習 姿勢アライメント・バランスの評価② |
| 第11回 | 運動実習 歩行の分析① |
| 第12回 | 運動実習 歩行の分析② |
| 第13回 | 運動実習 歩行の分析③ |
| 第14回 | 運動実習 運動による循環・呼吸機能に関する実習① |
| 第15回 | 運動実習 運動による循環・呼吸機能に関する実習② |

評価方法

筆記試験 (30%) 課題レポート (70%)

教科書

プリント教材

参考図書・文献

観察による運動・動作分析演習ノート(医歯薬出版株式会社) 基礎運動学(医歯薬出版株式会社) 筋骨格系のキネシオロジー(医歯薬出版株式会社)

履修上の留意点及び講義時間外の学習(予習・復習)

運動, 動作について実習を通して理解を深める科目ですので, 解剖学・生理学・運動学など基礎科目の復習をして下さい。

科目名	人間発達学						
担当講師	久保加世子						
実務経験の概要	理学療法士。総合病院・医療型障害児施設で実務経験を有する。						
履修年次	1	単位数	1	時間数	30	開講時期	後期
授業形態	講義						

授業概要

人間の一生にわたる発達について学び、発達段階に応じた発達課題と発達に応じた社会とのかかわりについて学修します。

学修到達目標

1. 人間発達における生涯発達の考え方を理解する。
2. 人間の身体構造と機能の発達について理解する。
3. 人間の発達段階に応じた発達課題について理解する。

授 業 計 画

- 第1回 人間発達の概念、人間発達の原則、発達段階
- 第2回 発達課題、発達理論
- 第3回 発達過程と課題：胎生期 受精～出生まで
- 第4回 発達過程と課題：胎児期 脳の発生と発達
- 第5回 発達過程と課題：乳児期 正常運動発達
- 第6回 発達過程と課題：乳児期 反射・反応
- 第7回 発達過程と課題：正常運動発達と各種反射・反応との関連
- 第8回 発達過程と課題：正常運動発達（実技）
- 第9回 発達過程と課題：幼児期の発達概要
- 第10回 発達過程と課題：学童期の発達概要
- 第11回 発達過程と課題：青年期・成人期の発達概要
- 第12回 発達過程と課題：老年期の発達概要、言語機能の発達
- 第13回 感覚・知覚および認知機能の発達
- 第14回 情緒・社会性の発達、発達検査
- 第15回 人間発達学のまとめ

評価方法

筆記試験

教科書

リハビリテーションのための人間発達学（メディカルプレス）

参考図書・文献

運動発達と反射-反射検査の手技と評価-（医歯薬出版株式会社）

履修上の留意点及び講義時間外の学習(予習・復習)

理学療法を行う上で基本となる科目の一つです。予習・復習をして理解を深めてください。

科目名	医療概論						
担当講師	長野由紀江						
実務経験の概要	理学療法士。医療施設において実務経験を有する。						
履修年次	1	単位数	1	時間数	30	開講時期	前期
授業形態	講義/グループワーク						

授業概要

1. 健康・病気・医学の関係及び医療の理念・過程・倫理・死生観について学修します。
2. 日本における医療システムや保健医療政策について学修します。

学修到達目標

1. 健康や病気の概念について述べるができる。
2. 医学の概念・歴史・倫理・過程について述べるができる。
3. 死生観を述べるができる。
4. 日本の医療制度・構造・安全・連携・予防について述べるができる。

授 業 計 画

- | | |
|------|--------------------|
| 第1回 | 健康と病気① |
| 第2回 | 健康と病気② |
| 第3回 | 健康と病気③ |
| 第4回 | 医学概論① |
| 第5回 | 医学概論② |
| 第6回 | 医療の流れ 病気の診断と治療の概要① |
| 第7回 | 医療の流れ 病気の診断と治療の概要② |
| 第8回 | 医療専門職の理解と連携① |
| 第9回 | 医療専門職の理解と連携② |
| 第10回 | 日本における医療制度① |
| 第11回 | 日本における医療制度② |
| 第12回 | 日本における医療構造☒ |
| 第13回 | 医療安全☒ |
| 第14回 | 予防と保健☒ |
| 第15回 | 死への対応 まとめ |

評価方法

筆記試験

教科書

医療概論 総合医学社

参考図書・文献

特になし

履修上の留意点及び講義時間外の学習(予習・復習)

医療職の倫理感、医療の基礎となる学問です。予習・復習として、教科書をしっかり読んでください。

科目名	臨床医学概論						
担当講師	中嶋奈津子 及川真人 細越友貴 山川志野						
実務経験の概要	中嶋奈津子 : 理学療法士. 医療施設・介護保険施設において実務経験を有する. 及川真人 : 理学療法士. 医療施設において実務経験を有する. 細越友貴 : 作業療法士. 医療施設, 精神領域施設において実務経験を有する. 山川志野 : 理学療法士. 医療施設・スポーツ施設において実務経験を有する.						
履修年次	1	単位数	1	時間数	30	開講時期	後期
授業形態	講義/オムニバス						

授業概要

この科目では、医療概論で学んだことに引き続き、臨床で見られる主な病気とその治療過程について理解することを目的として学習します。具体的な内容としては、症状や疾患の原因と対応、その疾患を診断し治療する手段、課程を学びます。

学修到達目標

1. 疾病の主要症状とその原因について説明できる。
2. 主要な症状とその対応について説明できる。
3. 疾病を診断する手段と治療法について説明できる。

授 業 計 画

第1回	診察・評価・検査の基礎知識	細越友貴
第2回	臨床医学総論	細越友貴
第3回	疾患学・症候学	細越友貴
第4回	治療学	細越友貴
第5回	脳神経・脊髄疾患	及川真人
第6回	循環器疾患 呼吸器疾患	及川真人
第7回	消化器疾患	及川真人
第8回	肝胆膵疾患 腎臓・泌尿器・生殖器系疾患	山川志野
第9回	がん(悪性腫瘍) 内分泌・代謝疾患	山川志野
第10回	血液疾患 感染症	山川志野
第11回	先天性疾患 運動器疾患	山川志野
第12回	神経疾患 膠原病・アレルギー・免疫疾患	中嶋奈津子
第13回	口腔疾患 頭頸部疾患 眼科疾患	中嶋奈津子
第14回	耳鼻咽喉科疾患 皮膚科疾患	中嶋奈津子
第15回	婦人科・乳腺疾患 小児科疾患	中嶋奈津子

評価方法

筆記試験

教科書

疾患や症候の概要がわかる！臨床医学 基礎のキソ (南山堂)

参考図書・文献

特になし。

履修上の留意点及び講義時間外の学習(予習・復習)

臨床医学の基礎を学びます。基礎医学と関連づけて学習して下さい。

科目名	リハビリテーション概論						
担当講師	長野由紀江						
実務経験の概要	理学療法士。医療施設において実務経験を有する。						
履修年次	1	単位数	1	時間数	30	開講時期	前期
授業形態	講義/グループワーク						

授業概要

リハビリテーションの概念・過程・役割について学びます。
対象となる「障害」を理解し、リハビリテーションサービスを提供するためのチーム連携の重要性について学びます。

学修到達目標

1. リハビリテーションの概念・定義を述べるができる。
2. リハビリテーションの対象となる障害について述べるができる。
3. リハビリテーションの目的・過程と関わる専門職の役割を理解し、チームアプローチの重要性を述べるができる。
4. これからの社会におけるリハビリテーションの役割を述べるができる。

授 業 計 画

- | | |
|------|------------------------------|
| 第1回 | リハビリテーションの概念 歴史 |
| 第2回 | リハビリテーションの定義の変換 |
| 第3回 | 健康 疾病 障害の概念 |
| 第4回 | 国際障害分類(ICIDH)と国際生活機能分類(ICF)① |
| 第5回 | 国際障害分類(ICIDH)と国際生活機能分類(ICF)② |
| 第6回 | 国際障害分類(ICIDH)と国際生活機能分類(ICF)③ |
| 第7回 | 障がい者の心理的・社会的視点 |
| 第8回 | リハビリテーションの目的と過程① |
| 第9回 | リハビリテーションの目的と過程② |
| 第10回 | 一次障害・二次障害 |
| 第11回 | リハビリテーションの分類 |
| 第12回 | リハビリテーションの諸段階① |
| 第13回 | リハビリテーションの諸段階② |
| 第14回 | リハビリテーションに関わる専門職種役割とチームアプローチ |
| 第15回 | これからの社会におけるリハビリテーションの役割 |

評価方法

筆記試験 (70%) 課題レポート (30%)

教科書

リハビリテーション概論(永井書店)

参考図書・文献

特になし

履修上の留意点及び講義時間外の学習(予習・復習)

グループワークを取り入れ、リハビリテーション・障害について理解を深めてほしいと考えていますので、活発な意見交換を期待しています。

【専門基礎分野】

【理学療法学科】

科目名	健康学概論						
担当講師	佐藤浩哉 作山正美						
実務経験の概要	佐藤浩哉 : 医学博士, 理学療法士, 医療施設・介護保険施設において実務経験を有する.						
履修年次	1	単位数	1	時間数	30	開講時期	通年
授業形態	講義/グループワーク/オムニバス						

授業概要

近年, 身体的な健康概念の他にメンタル的な健康観が注目をされています. 健康学概論の中では, 身体的な健康概念の他に, 精神的な健康観も含めて学修していきます.

また, 健康と運動を中心としたスポーツ科学・運動生理学の立場から, 健康の3要素(運動・栄養・休養)の関連性, 肥満とメタボリックシンドローム, 安全で効率的な運動の実践などについて学修する.

学修到達目標

1. 健康の概念・スマホの影響ならびに心理的な健康について説明できる.
2. 身体的・心理的健康管理の概要について説明できる.
3. 健康の維持増進における運動の関わりについて説明できる.

授 業 計 画

第1回	健康の定義・概念、バイオソーシャルモデル	佐藤浩哉
第2回	スマホ脳と運動脳 : 概要と紹介	佐藤浩哉
第3回	健康作りガイドライン2023	佐藤浩哉
第4回	WHO 身体活動・坐位行動ガイドライン	佐藤浩哉
第5回	健康評価とスクリーニング、環境と健康	佐藤浩哉
第6回	健康プロモーション、行動変容	佐藤浩哉
第7回	幸せとWell-beingの概念	佐藤浩哉
第8回	振り返り	佐藤浩哉
第9回	健康の維持増進と運動・スポーツ	作山正美
第10回	運動とエネルギー供給機構および骨格筋	作山正美
第11回	運動と酸素摂取および血液循環	作山正美
第12回	運動と体力およびトレーニング	作山正美
第13回	運動と栄養および水分摂取	作山正美
第14回	運動と肥満およびメタボリックシンドローム	作山正美
第15回	運動処方と健康・体力づくり	作山正美
第16回	運動と疲労および休養	作山正美

評価方法

佐藤担当範囲50% : 筆記試験 作山担当範囲50% : 筆記試験・レポート課題

教科書

プリント教材

参考図書・文献

スマホ脳 (新潮新書) 運動脳 (サンマーク出版) テキスト健康科学改訂第2版 (南江堂)

履修上の留意点及び講義時間外の学習(予習・復習)

途中適宜, 演習を取り入れて行っていきます.

理学療法において「健康」を理解することは重要です. 日頃から、「健康」に関する情報収集に努めてください. (佐藤)