

【概要・目標】

WHO によれば「健康とは身体的、精神的および社会的に完全な状態であって、ただ単に疾病や虚弱がないということではない」とされている。人々は生活習慣の重要性を理解しているが、必ずしも行動に結びついていない。そこで、各種生活習慣病と疾病との関連、疾病の予防、健康管理活動、健康行動変容のための効果的方法などについて論ずる。身体活動が身体に及ぼす影響についても、生理学的病態学的知識にとどまらず、健康の維持・増進に関する研究について解説し議論を深める。

【授業内容・スケジュール】

1. 健康づくり施策概論
 2. 健康管理概論
 3. 生活習慣病総論
 4. 生活習慣病①高血圧症
 5. 生活習慣病②糖尿病
 6. 生活習慣病③脂質異常症、メタボリックシンドローム
 7. 生活習慣病⑤虚血性心疾患
 8. 食生活と身体活動
 9. 薬物療法
 10. 救急蘇生法
 11. 研究論文解釈①
 12. 研究論文解釈②
 13. 研究論文解釈③
 14. 研究論文解釈④
 15. 研究論文解釈⑤
-

【評価】

授業への参加態度（40%）、課題レポート（40%）およびそのプレゼンテーション（20%）

【テキスト】

特になし（資料の配付を行う）

【推薦参考図書】

特になし

【その他】

第 11～15 回は健康増進策に関する論文やレポートについてのプレゼンテーションとディスカッションによる学生主体の講義を行う。