

【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①メタボリックシンドローム
4. 生活習慣病②高血圧症
5. 生活習慣病③糖尿病
6. 生活習慣病④脂質異常症
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（30%）、課題レポート（50%）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】

最新の論文から健康増進策を議論、検討することを中心として講義を進める。