

学期 / Semester	2016年度 / Academic Year 前期 / First Semester	曜日・校時 / Day・Period	火 / Tue 5
開講期間 / Class period	2016/04/06 ~ 2016/07/26		
必修選択 / Required/Elective class	選択 / elective	単位数(一般/編入/留学) / Credits (general/admission/overseas)	2.0/2.0/2.0
時間割コード / Time schedule code	20160587006501	科目番号 / Subject code	05870065
科目ナンバリングコード / Numbering Code	GEMB 11521_005		
授業科目名 / Subject	青壮年期における健康課題 (仕事と健康) / Work and Health		
編集担当教員 / Professor in charge of putting together the course syllabus	楠葉 洋子 / Kusuba Youko, 中根 秀之 / Nakane Hideyuki, 橋爪 可織 / Hashizume Kaori, 黒田 裕美 / Kuroda Hiromi		
授業担当教員名 (科目責任者) / Professor in charge of the subject	楠葉 洋子 / Kusuba Youko		
授業担当教員名 (オムニバス科目等) / Professor(s)	楠葉 洋子 / Kusuba Youko, 中根 秀之 / Nakane Hideyuki, 橋爪 可織 / Hashizume Kaori		
科目分類 / Class type	全学モジュール 科目		
対象年次 / Year	1, 2, 3, 4	講義形態 / Class Form	講義 / Lecture
教室 / Class room	教養教育C棟16 / RoomC-16		
対象学生 (クラス等) / Object Student			
担当教員Eメールアドレス / E-mail address	kusubay@nagasaki-u.ac.jp		
担当教員研究室 / Laboratory	医学部保健学科2階		
担当教員TEL / Tel	095-819-7936		
担当教員オフィスアワー / Office hours	適宜 (事前にメール等で連絡をすること)		
授業の概要及び位置づけ / Course Outline and Objectives	仕事は人間に報酬や達成感などの喜びをもたらすが健康問題にも関連している。雇用・労働環境を知り、メンタルヘルスの危機や生活習慣病などの仕事に関わる健康問題について理解する。		
授業到達目標 / Goal	<ol style="list-style-type: none"> 1. 壮年期の特徴について述べるができる。 2. 仕事をするこの意味について考えることができる。 3. 雇用環境・労働環境について述べるができる。 4. 仕事と生活習慣病の因果関係について述べるができる。 5. 病気をもちながら仕事を継続している人々のセルフマネジメントについて述べるができる。 6. メンタルヘルスのあり方について考えることができる。 7. 働く人々の健康の実態を知り、仕事を継続する上での望ましい健康術について考えることができる。 		
授業方法 (学習指導法) / Method	講義、演習 (個人学習、グループ学習、生活習慣病を考える: 血管年齢測定、アルコールパッチテストなど)、学習内容の発表、討論などをまじえながら学習を進める。		
授業内容 / Class outline / Con			
キーワード / Key word	仕事、壮年期、労働環境、生活習慣病、メンタルヘルス、セルフマネジメント、労働衛生		
教科書・教材・参考書 / Textbook, Teaching material, and Reference book	配布資料、参考書等については適宜紹介する。		
成績評価の方法・基準等 / Evaluation	授業への貢献度、レポート課題等を基に総合的に評価する。評価方法の詳細は授業ガイダンスで説明する。		
受講要件 (履修条件) / Requirements	特になし		
アクセシビリティ / Accessibility	長崎大学では、全ての学生が平等に教育を受ける機会を確保するため、修学の妨げとなり得る社会的障壁の除去及び合理的配慮の提供に取り組んでいます。授業における合理的配慮等のサポートについては、担当教員 (上記連絡先参照) または「アシスト広場」(障がい学生支援室) にご相談下さい。 アシスト広場 (障がい学生支援室) 連絡先 (TEL) 095-819-2006 (FAX) 095-819-2948 (E-MAIL) support@m1.nagasaki-u.ac.jp		
備考 (URL) / Remarks (URL)			
学生へのメッセージ / Message for students	まだ、賃金発生する仕事に就いた経験がない人が多いと思います。新聞やテレビ、インターネットなどで、仕事と健康に関係ある記事をチェックしたり、周囲で仕事をしている人たちの話を聞いたりすることが、授業の理解を深めるために有用です。		
授業計画詳細 / Course Schedule			
回 (日時) / Time (date and time)	授業内容 / Contents		
第1回	授業ガイダンス、労働人口の特徴 (楠葉)		
第2回	仕事を持ち働くこの意味を考える (楠葉)		
第3回	雇用環境・労働環境の実態 (1): 労働生活と健康の概略 (楠葉)		
第4回	雇用環境・労働環境の実態 (2): 健康障害要因 (楠葉)		
第5回	雇用環境・労働環境の実態 (3): 課題発表: 業種別作業別健康問題 (楠葉)		
第6回	仕事と生活習慣病: 糖尿病 (黒田)		
第7回	仕事と生活習慣病: 虚血性心疾患 (黒田)		
第8回	仕事と腰痛、VDT作業と健康 (黒田)		

第9回	病気をもちながら仕事を継続するためのセルフマネジメント（楠葉）
第10回	仕事とメンタルヘルス（1）：（中根）
第11回	仕事とメンタルヘルス（2）：（中根）
第12回	働く人々の健康の実態と労働衛生（1）：サラリーマンの健康の実態（楠葉）
第13回	働く人々の健康の実態と労働衛生（2）：健診データを基に健康について考える（楠葉）
第14回	働く人々の健康の実態と労働衛生（3）：（ゲストスピーカー：長岡清子）企業における健康管理、“ものづくり”における健康管理
第15回	働く人々の健康術：サラリーマンの健康術について考える（楠葉）
第16回	まとめ：課題学習；最終レポート課題の提出

学期 / Semester	2016年度 / Academic Year 前期 / First Semester	曜日・校時 / Day・Period	火 / Tue 3
開講期間 / Class period	2016/04/06 ~ 2016/07/26		
必修選択 / Required/Elective class	選択 / elective	単位数(一般/編入/留学) / Credits (general/admission/overseas)	2.0/2.0/2.0
時間割コード / Time schedule code	20160587007301	科目番号 / Subject code	05870073
科目ナンバリングコード / Numbering Code	GEMB 11541_005		
授業科目名 / Subject	青壮年期における健康課題 (青年期の健康・体力増進) / Physical fitness promotion and health promotion of young adult		
編集担当教員 / Professor in charge of putting together the course syllabus	中垣内 真樹 / Nakagaiti Masaki, 楠葉 洋子 / Kusuba Youko, 山崎 浩則 / Yamasaki Hironori, 永江 誠治 / Nagae Masaharu		
授業担当教員名 (科目責任者) / Professor in charge of the subject	中垣内 真樹 / Nakagaiti Masaki		
授業担当教員名 (オムニバス科目等) / Professor(s)	中垣内 真樹 / Nakagaiti Masaki, 永江 誠治 / Nagae Masaharu		
科目分類 / Class type	全学モジュール 科目		
対象年次 / Year	1, 2, 3, 4	講義形態 / Class Form	講義 / Lecture
教室 / Class room	教養教育A棟43 / RoomA-43		
対象学生 (クラス等) / Object Student			
担当教員Eメールアドレス / E-mail address	gaichi@nagasaki-u.ac.jp		
担当教員研究室 / Laboratory	医学部保健学科体育館2F中垣内研究室		
担当教員TEL / Tel	095-819-7966		
担当教員オフィスアワー / Office hours	月曜日 10:30~12:30、16:00~17:00		
授業の概要及び位置づけ / Course Outline and Objectives	青年期にある大学生にとっての健康とは何かを学び、健康・体力増進のための体力トレーニング、スポーツ、食生活、メンタルヘルス等について理解する。		
授業到達目標 / Goal	<ol style="list-style-type: none"> 1. 身体活動と食事のセルフチェックができる。 2. 青年期における健康づくりの意義について理解する。 3. 精神的な健康について理解する。 4. 健康における運動、スポーツの意義について理解する。 		
授業方法 (学習指導法) / Method	講義にグループワーク、討論、演習、地域イベント参加等を取り入れ、自ら考え、行動する学習方法を身につける。		
授業内容 / Class outline / Con	<p>青年期にある大学生にとっての健康とは何かを学び、健康・体力増進のための体力トレーニング、スポーツ、食生活、メンタルヘルス等について理解する。</p> <p>第1回 青年期に健康を考える 中垣内真樹 (保健学科)</p> <p>第2回 青年期に健康を考える～ヘルスプロモーションの観点から～ 中垣内真樹 (保健学科)</p> <p>第3回 青年期の体力・体力トレーニングについて学ぶ 中垣内真樹 (保健学科)</p> <p>第4回 青年期の体力・体力トレーニングについて学ぶ 中垣内真樹 (保健学科)</p> <p>第5回 青年期の体力・体力トレーニングについて学ぶ 中垣内真樹 (保健学科)</p> <p>第6回 青年期の体力・体力トレーニングについて学ぶ 中垣内真樹 (保健学科)</p> <p>第7回 青年期の体力・体力トレーニングについて学ぶ 中垣内真樹 (保健学科)</p> <p>第8回 健康のための食生活について学ぶ ゲストスピーカー 松本妙子 (栄養士)</p> <p>第9回 健康のための食生活について学ぶ ゲストスピーカー 松本妙子 (栄養士)</p> <p>第10回 健康のための食生活について学ぶ ゲストスピーカー 松本妙子 (栄養士)</p> <p>第11回 青年期のメンタルヘルスについて学ぶ 永江誠治 (保健学科)</p> <p>第12回 青年期のメンタルヘルスについて学ぶ 永江誠治 (保健学科)</p> <p>第13回 地域の運動・健康づくりイベントへの参加 (チャレンジデーなど) 中垣内真樹 (保健学科)</p> <p>第14回 地域の運動・健康づくりイベントへの参加 (チャレンジデーなど) 中垣内真樹 (保健学科)</p> <p>第15回 地域の運動・健康づくりイベントへの参加 (チャレンジデーなど) 中垣内真樹 (保健学科)</p> <p>第16回 青年期の健康・体力についてのGW・まとめ 中垣内真樹 (保健学科)</p>		
キーワード / Key word	健康、体力、スポーツ、食事、メンタルヘルス、ヘルスポロモーション		
教科書・教材・参考書 / Textbook, Teaching material, and Reference book	中垣内真樹 長崎さかだんウォークのすすめ 長崎文芸社 2010		
成績評価の方法・基準等 / Evaluation	授業へ臨む態度、グループワーク・討論での積極性、発表およびレポート内容を総合して評価する。		
受講要件 (履修条件) / Requirements			
アクセシビリティ / Accessibility	<p>長崎大学では、全ての学生が平等に教育を受ける機会を確保するため、修学の妨げとなり得る社会的障壁の除去及び合理的配慮の提供に取り組んでいます。授業における合理的配慮等のサポートについては、担当教員(上記連絡先参照)または「アシスト広場」(障がい学生支援室)にご相談下さい。</p> <p>アシスト広場 (障がい学生支援室) 連絡先 (TEL) 095-819-2006 (FAX) 095-819-2948 (E-MAIL) support@ml.nagasaki-u.ac.jp</p>		
備考 (URL) / Remarks (URL)			
学生へのメッセージ / Message for students	演習や社会参画を通して、自身の健康増進や体力増進の実践方法を学んでほしいと思います。		

授業計画詳細 / Course Schedule	
回(日時) / Time(date and time)	授業内容 / Contents
第1回	青年期に健康を考える 中垣内真樹(保健学科)
第2回	青年期に健康を考える～ヘルスプロモーションの観点から～ 中垣内真樹(保健学科)
第3回	青年期の体力・体カトレーニングについて学ぶ 中垣内真樹(保健学科)
第4回	青年期の体力・体カトレーニングについて学ぶ 中垣内真樹(保健学科)
第5回	青年期の体力・体カトレーニングについて学ぶ 中垣内真樹(保健学科)
第6回	青年期の体力・体カトレーニングについて学ぶ 中垣内真樹(保健学科)
第7回	青年期の体力・体カトレーニングについて学ぶ 中垣内真樹(保健学科)
第8回	健康のための食生活について学ぶ ゲストスピーカー 松本妙子(栄養士)
第9回	健康のための食生活について学ぶ ゲストスピーカー 松本妙子(栄養士)
第10回	健康のための食生活について学ぶ ゲストスピーカー 松本妙子(栄養士)
第11回	青年期のメンタルヘルスについて学ぶ 永江誠治(保健学科)
第12回	青年期のメンタルヘルスについて学ぶ 永江誠治(保健学科)
第13回	地域の運動・健康づくりイベントへの参加 (チャレンジデーなど) 中垣内真樹(保健学科)
第14回	地域の運動・健康づくりイベントへの参加 (チャレンジデーなど) 中垣内真樹(保健学科)
第15回	地域の運動・健康づくりイベントへの参加 (チャレンジデーなど) 中垣内真樹(保健学科)
第16回	青年期の健康・体力についてのGW・まとめ 中垣内真樹(保健学科)

学期 / Semester	2016年度 / Academic Year 後期 / Second Semester	曜日・校時 / Day・Period	月 / Mon 3
開講期間 / Class period	2016/09/30 ~ 2017/01/30		
必修選択 / Required/Elective class	選択 / elective	単位数(一般/編入/留学) / Credits (general/admission/overseas)	2.0/2.0/2.0
時間割コード / Time schedule code	20160587052501	科目番号 / Subject code	05870525
科目ナンバリングコード / Numbering Code			
授業科目名 / Subject	青壮年期における健康課題 (育児リテラシー入門) / Introduction to parenting literacy		
編集担当教員 / Professor in charge of putting together the course syllabus	大石 和代 / Ooishi Kazuyo, 楠葉 洋子 / Kusuba Youko, 永橋 美幸 / Nagahashi Miyuki, 上野 美穂 / Miho Ueno		
授業担当教員名 (科目責任者) / Professor in charge of the subject	大石 和代 / Ooishi Kazuyo		
授業担当教員名 (オムニバス科目等) / Professor(s)	大石 和代 / Ooishi Kazuyo, 永橋 美幸 / Nagahashi Miyuki, 上野 美穂 / Miho Ueno		
科目分類 / Class type	全学モジュール 科目		
対象年次 / Year	1, 2, 3, 4	講義形態 / Class Form	講義 / Lecture
教室 / Class room	教養教育A棟42 / RoomA-42		
対象学生 (クラス等) / Object Student	全学部		
担当教員Eメールアドレス / E-mail address	k-oishi@nagasaki-u.ac.jp		
担当教員研究室 / Laboratory	医学部保健学科5階大石和代研究室		
担当教員TEL / Tel	095-819-7980		
担当教員オフィスアワー / Office hours	k-oishi@nagasaki-u.ac.jp		
授業の概要及び位置づけ / Course Outline and Objectives	赤ちゃんへの関わりは既に妊娠中から始まっているが、親と子の絆形成に深く関係し、子どもの成長・発達、子どもの将来の人格形成に大きく影響を及ぼす。妊娠・出産、乳幼児の発育・発達と育児技術について学び、男女共同での育児への関わり方及び育児しやすい社会について考える。		
授業到達目標 / Goal	妊娠・出産・育児での男女の役割について説明できる。 胎児・乳幼児の発育・発達と養護について説明できる。 いくつかの育児技術を行うことができる。 男女ともに子育てしやすい社会について考えることができる。		
授業方法 (学習指導法) / Method	妊婦体験やおもちゃ作り、育児技術の演習、グループワーク、親子との交流		
授業内容 / Class outline / Con	<ol style="list-style-type: none"> 1. イントロダクション～生命をつなぐ～ (大石) 2. 妊娠中からの親子のコミュニケーション (永橋) 3. 妊婦体験とマザーリングマザー (永橋) 4. 出産 (大石) 5. 新生児の能力と養護 (永橋) 6. 乳幼児の心身の発育・発達 (永橋) 7. 乳幼児の遊び (大石) 8. おもちゃ作り (大石) 9. 乳幼児の病気 (上野) 10. 乳幼児の事故 (上野) 11. 乳幼児の緊急時対策と応急措置 (上野) 13. 乳幼児との交流 (大石) 14. 子育て中の母親・父親との交流 (外来講師) 15. 男女ともに子育てしやすい社会について考える (大石) 		
キーワード / Key word	妊娠・出産・育児、胎児・新生児・乳幼児、育児技術、男女共同参画		
教科書・教材・参考書 / Textbook, Teaching material, and Reference book	講義資料を配布する。		
成績評価の方法・基準等 / Evaluation	小テスト : 40% 演習・実習参加度 : 30% 課題レポート : 30%		
受講要件 (履修条件) / Requirements	授業外学習に当てるべき時間 (週2時間以上)		
アクセシビリティ / Accessibility	長崎大学では、全ての学生が平等に教育を受ける機会を確保するため、修学の妨げとなり得る社会的障壁の除去及び合理的配慮の提供に取り組んでいます。授業における合理的配慮等のサポートについては、担当教員 (上記連絡先参照) または「アシスト広場」 (障がい学生支援室) にご相談下さい。 アシスト広場 (障がい学生支援室) 連絡先 (TEL) 095-819-2006 (FAX) 095-819-2948 (E-MAIL) support@ml.nagasaki-u.ac.jp		
備考 (URL) / Remarks (URL)			
学生へのメッセージ / Message for students			