

学期 / Semester	2017年度 / Academic Year 1クオ ーター / First Quarter	曜日・校時 / Day・Period	火 / Tue 4, 火 / Tue 5
開講期間 / Class period	2017/04/06 ~ 2017/05/23		
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	20170587006502	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, 松浦 江美 / Matsura Emi, 橋爪 可織 / Hashizume Kaori		
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, 松浦 江美 / Matsura Emi, 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	2, 3, 4	講義形態 / Class Form	講義 / Lecture
教室 / Class room	教養教育A棟32 / RoomA-32		
対象学生 (クラス等) / Object Student	選択 全学		
担当教員Eメールアドレス / E-mail address	kusubay nagasaki-u.ac.jp (メールを送信する を@に変更して送信してください)		
担当教員研究室 / Laboratory	医学部保健学科2階 長崎市坂本1-7-1		
担当教員TEL / Tel	095-819-7936 (教員室直通)		
担当教員オフィスアワー / Office hours	授業終了後、随時		
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。仕事の場や労働の中に潜む健康問題、仕事を継続する上での望ましい健康術について、長崎の人々が働いている職場などを取り入れながら学習する。		
授業到達目標 / Goal	1. 仕事の場や労働の中に潜む健康問題について述べることができる。 2. 仕事を継続する上での生活場面での健康問題について考えることができる。 3. 仕事を継続する上での自分自身の健康について考えることができる。 4. 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、血管年齢・骨密度測定、アルコール体質試験、ストレスチェック、ストレスマネジメントなど)、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	楠葉 (176回目、14、15回目)、松浦 (9?12回目)、橋爪 (7、8、10回目)、長岡 (13回目ゲストスピーカー) 第1回 授業ガイダンス、青壮年期の特徴、労働生活と健康 第2回 仕事を持ち働くことの意味を考える : グループ学習 第3回 仕事・労働環境の中に潜む健康問題 (1) 作業環境 第4回 仕事・労働環境の中に潜む健康問題 (2) 作業内容・方法 第5回 仕事・労働環境の中に潜む健康問題 (3) 人間関係、産業疲労 第6回 長崎における産業と健康問題 (課題発表) 第7回 仕事を継続する上での生活場面での健康問題 (1) 飲酒、喫煙 第8回 仕事を継続する上での生活場面での健康問題 (2) 食事 第9回 仕事を継続する上での生活場面での健康問題 (3) 感染症 第10回 自分の身体について考える : 演習 (血管年齢、骨密度、血圧測定、アルコール体質試験) 第11回 ストレスマネジメントの実際 (1) 演習 第12回 ストレスマネジメントの実際 (2) 演習 第13回 長崎の企業「ものづくり」における健康管理 第14回 サラリーマンの健康の実態と労働衛生 第15回 まとめ : サラリーマンの健康術について考える		
事前、事後学習の内容 / Preparation & Review	授業時間内に必要に応じて提示します。		
キーワード / Key word	仕事、青壮年期、労働環境、生活習慣病、ストレス、健康管理、労働衛生、長崎		
教科書・教材・参考書 / Textbook, Teaching material, and Reference book	必要に応じて資料を配付する。		
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@ml.nagasaki-u.ac.jp		
備考 (URL) / Remarks (URL)			

学生へのメッセージ/Message for students	賃金が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 (4/11 4校時)	第1回 授業ガイダンス、青壮年期的特徴、労働生活と健康(楠葉)
第2回 (4/11 5校時)	第2回 仕事を持ち働くことの意味を考える：グループ学習(楠葉)
第3回 (4/18 4校時)	第3回 仕事・労働環境の中に潜む健康問題(1)作業環境(楠葉)
第4回 (4/18 5校時)	第4回 仕事・労働環境の中に潜む健康問題(2)作業内容・方法(楠葉)
第5回 (4/25 4校時)	第5回 仕事・労働環境の中に潜む健康問題(3)人間関係、産業疲労(楠葉)
第6回 (4/25 5校時)	第6回 長崎における産業と健康問題(課題発表)(楠葉)
第7回 (5/2 4校時)	第7回 仕事を継続する上での生活場面での健康問題(1)飲酒、喫煙(橋爪)
第8回 (5/2 5校時)	第8回 仕事を継続する上での生活場面での健康問題(2)食事(橋爪)
第9回 (5/9 4校時)	第9回 仕事を継続する上での生活場面での健康問題(3)感染症(松浦)
第10回 (5/9 5校時)	第10回 自分の身体について考える：演習(血管年齢、骨密度、血圧測定、アルコール体質試験)(橋爪、松浦)
第11回 (5/16 4校時)	第11回 ストレスマネジメントの実際(1)演習(松浦)
第12回 (5/16 5校時)	第12回 ストレスマネジメントの実際(2)演習(松浦)
第13回 (5/23 4校時)	第13回 長崎の企業「ものづくり」における健康管理(長岡)
第14回 (5/23 5校時)	第14回 サラリーマンの健康の実態と労働衛生(楠葉)
第15回 (5/30 4校時)	第15回 まとめ：サラリーマンの健康術について考える。(楠葉)

学期 / Semester	2017年度 / Academic Year 4クオ ーター / Fourth Quarter	曜日・校時 / Day・Period	月 / Mon 3, 月 / Mon 4
開講期間 / Class period	2017/11/28 ~ 2018/02/05		
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	20170587007302	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	中野 治郎 / Nakano Jirou, 楠葉 洋子 / Kusuba Youko, 永江 誠治 / Nagae Masaharu, 平瀬 達哉 / Hirase Tatsuya, 本多 直子 / Honda Naoko		
授業担当教員名 (科目責任者) / Professor in charge of the subject	中野 治郎 / Nakano Jirou		
授業担当教員名 (オムニバス科目等) / Professor(s)	中野 治郎 / Nakano Jirou, 永江 誠治 / Nagae Masaharu, 平瀬 達哉 / Hirase Tatsuya, 本多 直子 / Honda Naoko		
科目分類 / Class type	全学モジュール 科目		
対象年次 / Year	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	2年次生		
担当教員Eメールアドレス / E-mail address	nakano-j nagasaki-u.ac.jp (メールを送信する際は を@に変更して送信してください)		
担当教員研究室 / Laboratory	医学部保健学科3F 中野研究室		
担当教員TEL/Tel	095-819-7919		
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。また長崎県の健康・体力における現状及び実施されている行政主導の運動・スポーツのイベントや健康教育に関する事業について理解を深める。		
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。 5. 長崎県内の健康状況や運動実施状況について理解する。 		
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。長崎県内の健康状況および運動実施状況を調べ、行政主導で行われている運動・スポーツイベントや健康教育の担う役割について討論する。		
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 青年期の健康を考える 中野治郎 (保健学科) 12/4</p> <p>第2回 青年期の健康を考える?ヘルスプロモーションの観点から? 中野治郎 (保健学科) 12/4</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? 平瀬達哉 (保健学科) 12/11</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? 平瀬達哉 (保健学科) 12/11</p> <p>第5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) 12/18</p> <p>第6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) 12/18</p> <p>第7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) 12/25</p> <p>第8回 青年期の体力・体力トレーニングについて学ぶ? 中野治郎 (保健学科) 12/25</p> <p>第9回 青年期の体力・体力トレーニングについて学ぶ? 平瀬達哉 (保健学科) 1/15</p> <p>第10回 青年期の体力・体力トレーニングについて学ぶ? 平瀬達哉 (保健学科) 1/15</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) 1/22</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) 1/22</p> <p>第13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) 1/29</p> <p>第14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) 1/29</p> <p>第15回 青年期の健康・体力についてのGW・まとめ 中野治郎 (保健学科) 2/5</p>		
事前、事後学習の内容 / Preparation & Review	授業時に提示された課題について事前学習をする。授業後にLACSを用いた小テストを実施するので、それを活用して復習する。		
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			
成績評価の方法・基準等 / Evaluation	授業へ臨む態度 (20%)、グループワーク・討論での積極性 (20%)、小テスト (20%)、発表およびレポート内容 (40%) を総合して評価する。100点のうち、60点以上を合格とする。		
受講要件 (履修条件) / Requirements			
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	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	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	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)
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	2017年度 / Academic Year 3ク ォーター / Third Quarter	曜日・校時 / Day・Period	月 / Mon 3, 月 / Mon 4
開講期間 / Class period	2017/09/29 ~ 2017/11/27		
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	20170587052502	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		
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		
科目分類 / Class type	全学モジュール 科目		
対象年次 / Year	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			
担当教員研究室 / Laboratory			
担当教員TEL / Tel			
担当教員オフィスアワー / Office hours			
授業の概要及び位置づけ / Course Outline and Objectives			
授業到達目標 / Goal			
授業方法 (学習指導法) / Method			
授業内容 / Class outline / Con			
事前、事後学習の内容 / Preparation & Review			
キーワード / Key word			
教科書・教材・参考書 / Textbook, Teaching material, and Reference book			
成績評価の方法・基準等 / Evaluation			
受講要件 (履修条件) / Requirements			
アクセシビリティ / Accessibility			
備考 (URL) / Remarks (URL)			
学生へのメッセージ / Message for students			

学期 / Semester	2017年度 / Academic Year 3クオ ーター / Third Quarter	曜日・校時 / Day・Period	月 / Mon 3, 月 / Mon 4
開講期間 / Class period	2017/09/29 ~ 2017/11/27		
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	20170587052502	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		
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		
科目分類 / Class type	全学モジュール 科目		
対象年次 / Year	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	選択 全学		
担当教員Eメールアドレス / E-mail address	k-oishi nagasaki-u.ac.jp (メールを送信する を@に変更して送信してくだ さい)		
担当教員研究室 / Laboratory	坂本キャンパス 医学部保健学科5階		
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	妊娠・出産、乳幼児の発育・発達と育児に必要な技術等について学ぶ。長崎で育児する親子と交流 することで育児の現状について理解し、育児課題を自らの課題として理解する。		
授業到達目標 / Goal	妊娠・出産・育児での男女の役割について理解する。 胎児・乳幼児の発育・発達と養護について理解する。 いくつかの育児技術を行うことができる。 長崎の育児問題を整理し、課題を発表できる。		
授業方法 (学習指導法) / Method	PCプレゼンテーションを中心とした講義ならびに演習、長崎の親子との交流、グループワーク、プ レゼンテーション		
授業内容 / Class outline / Con	第 1回 妊娠中からの親子のコミュニケーション 第 2回 妊婦体験とマザーリングマザー 第 3回 出産 (産む力と産まれる力) 第 4回 新生児の能力と養護 第 5回 乳幼児の心身の発育・発達 第 6回 乳幼児と遊び 第 7回 乳幼児の病気 第 8回 乳幼児の事故 第 9回 幼児の緊急時対策と応急措置? 第10回 幼児の緊急時対策と応急措置? 第11回 長崎で育児する親子との交流 (フィールドリサーチ)? 第12回 長崎で育児する親子との交流 (フィールドリサーチ)? 第13回 長崎で育児する親子との交流 (フィールドリサーチ)? 第14回 長崎での育児の課題と解決方法についての検討 (グループワーク) 第15回 長崎での育児の課題と解決方法についてのプレゼンテーション 第16回 定期試験		
事前、事後学習の内容 / Preparation & Review	毎回、予習あるいは復習課題を提示する。		
キーワード / Key word	妊娠・出産、育児、親子のコミュニケーション、育児技術、長崎の育児課題		
教科書・教材・参考書 / Textbook, Teaching material, and Reference book	必要に応じて資料を配布する。		
成績評価の方法・基準等 / Evaluation	予習復習課題 (5点×5回=25点)、内容理解確認の小テスト (5点×4回=20点)、フィールドワーク の課題 (15点)、プレゼンテーションの課題 (15点)、授業への取り組み (5点)、レポート課題 (20点)=合計100点のうち60点以上を合格とする。		
受講要件 (履修条件) / Requirements			
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	育児はすでに妊娠中から始まっていますが、親子の絆形成に深く関係し、子どもの成長・発達、人格形成にも大きく影響します。自分が親になるときの準備として学んでほしい。		

授業計画詳細 / Course Schedule	
回(日時) / Time(date and time)	授業内容 / Contents
1	