

2020年度 授業計画（シラバス）

科目名	健康管理論	科目区分	専門基礎分野	授業の方法	講義・演習
対象学年	1学年	単位(時間)	1 (15)	開講時期	1年前期
担当教員： 後藤 ゆかり					
<p>《科目目標》</p> <p>学習目的：社会における人々の健康に関する意識状況を知る。また、自己の健康に関心を持ち、適切な健康管理を理解する。</p> <p>学習目標：1. WHO の健康の定義の概要を理解する。 2. 健康政策であるプライマリヘルスケア、ヘルスプロモーション、健康日本21の概要を理解する。 3. 健康に影響を及ぼす要因を理解し、その対応を考える。 4. 自分の健康を的確に把握し、適切に健康管理する必要性を理解する。 5. 健康問題へのアプローチの方法としての健康行動理論を理解する。</p>					
<p>《成績評価の方法》</p> <p>筆記試験・レポート</p>					
<p>《使用教材（教科書）及び参考図書》</p> <p>系統看護学講座：基礎看護学〔1〕 看護学概論 医学書院 医療・保健スタッフのための健康行動理論の基礎 生活習慣病を中心に 医歯薬出版</p>					
《授業外における学習方法》					
《履修に当たっての留意点》					
回数	時間数	内 容			教授方法
1	2	1. 健康とは			講義・演習
2	2	2. 健康の定義			講義・演習
3	2	3. 健康に影響する因子 4. 健康政策と健康教育			講義・演習
4	2	5. 健康行動理論① 健康信念モデル、自己効力感、変化のステージモデル			講義
5	2	5. 健康行動理論② 計画的行動理論、ストレスとコーピング、ソーシャルサポート、コントロール所在			講義
6	2	5. 健康行動理論③ 7つの理論のまとめと活用			講義
7	2	6. 発達段階からみた健康 ライフサイクルと健康 7. 健康に影響を及ぼす要因への対応			講義
8	1	8. 自分の健康について考える まとめ			講義