

とくしま健康寿命からだカレッジ 専門課程カリキュラム

令和5年度

課程	科目	分類		#	授業題目	講師	部局	日付	時限	コード
専門課程	健康寿命	講義	1	2101	理解&伝達！健康寿命と疾患予防		県	5月9日	2	健講1
専門課程	健康寿命	講義	2	2102	理解&伝達！メタボリックシンドローム	松久	医科	5月16日	3	健講2
専門課程	健康寿命	講義	3	2103	理解&伝達！ロコモティブシンドローム	藤谷	医科	5月23日	2	健講3
専門課程	健康寿命	講義	4	2104	理解&伝達！認知症	和泉	医科	6月6日	2	健講4
専門課程	健康寿命	講義	5	2105	理解&伝達！健康寿命と運動	田中	センター	5月16日	2	健講5
専門課程	健康寿命	講義	6	2106	健康指導者の役割と倫理	田中	センター	6月13日	2	健講6
専門課程	成人学習指導	講義	1	2201	成人心理の理解とカウンセリング	榎本	心理	5月9日	3	成講1
専門課程	成人学習指導	講義	2	2202	成人の理解と学習支援	鈴木	センター	5月23日	3	成講2
専門課程	成人学習指導	講義	3	2203	体力の加齢変化と維持・向上の原理	田中	センター	5月30日	2	成講3
専門課程	地域人材育成	講義	1	2301	地域活動の企画と運営	吉田	高等教育C	5月30日	3	地講1
専門課程	地域人材育成	講義	2	2302	活動の場を見つける・作る	田中	センター	7月4日	3	地講2
専門課程	地域人材育成	講義	3	2303	大規模災害時にできること		県	6月13日	3	地講3
専門課程	運動指導	実習	1	2401	メタボ対策運動の指導1	田中	センター	5月16日	1	運実1
専門課程	運動指導	実習	2	2402	メタボ対策運動の指導2	田中	センター	5月23日	1	運実2
専門課程	運動指導	実習	3	2403	ロコモ対策運動の指導1	田中	センター	5月30日	1	運実3
専門課程	運動指導	実習	4	2404	ロコモ対策運動の指導2	藤谷	医科	6月6日	1	運実4
専門課程	運動指導	実習	5	2405	脳活運動の指導1	田中	センター	6月6日	3	運実5
専門課程	運動指導	実習	6	2406	脳活運動の指導2	田中	センター	6月13日	1	運実6
専門課程	運動指導	実習	7	2407	総合運動指導1	田中	センター	6月27日	1	運実7
専門課程	運動指導	実習	8	2408	総合運動指導2	田中	センター	6月27日	2	運実8
専門課程	運動指導	実習	9	2409	総合運動指導3	田中	センター	7月4日	1	運実9
専門課程	運動指導	実習	10	2410	総合運動指導4（リハビリテーション）	藤谷	医科	7月11日	1	運実10
専門課程	運動指導	実習	11	2411	総合運動指導5	田中	センター	8月1日	1	運実11
専門課程	運動指導	実習	12	2412	災害時の運動指導（エコノミークラス症候群対策）	田中	センター	7月11日	2	運実12
専門課程	健康指導	実習	1	2501	指導ツールを用いた歯の健康指導	伊藤	歯科	7月25日	3	健実1
専門課程	健康指導	実習	2	2502	高齢者の食事改善	竹谷	栄養	7月4日	2	健実2
専門課程	健康指導	実習	3	2503	指導ツールを用いた保健指導	山下	保健	7月11日	3	健実3
専門課程	測定・安全管理	実習	1	2601	救急法（熱中症、脳卒中、外傷など）	日赤指導員	外部	6月27日	3	測実1
専門課程	測定・安全管理	実習	2	2602	メタボリックシンドローム体力測定	田中	センター	7月25日	1	測実2
専門課程	測定・安全管理	実習	3	2603	ロコモティブシンドローム体力測定	田中	センター	7月25日	2	測実3

授業1時間=60分

< 基礎課程 >

	必修科目		専修科目			行動変容・測定		
	健康寿命	地域人材育成	メタボ・糖尿予防	ロコモ予防	認知症予防・サポート	行動変容	測定	
講義	5	4	5	5	5			24
実習	4	2	5	5	5	6	4	31
小計	9	6	10	10	10	6	4	
合計	55							

< 専門課程 >

	講義			実習			
	健康寿命	成人学習指導	地域人材育成	運動指導	健康指導	測定・安全管理	
講義	6	3	3				12
実習				12	3	3	18
合計	30						

【受講料と受講可能な学内オプション学習】

				受講可能な学内プログラム (学内オプション学習)
		受講料	地域推薦 枠 受講料	公開講座
基礎課程	55時間	¥30,000	¥15,000	30時間まで
専門課程	30時間	¥18,000	¥9,000	基礎課程講義のビデオ視聴
有料追加 プログラム (任意)	プラス10 (10時間)	¥5,000		
	成果サ ポート	有酸素運動	春秋 各¥3,000	
		筋トレ		
脳トレ				