

講義名	地域ボランティア論		
担当教員	北村 裕美 / 関 和俊		
開講期・曜日・時限	後期 木曜日 1時限	授業形態	講義
履修開始年次	3年生	単位数	2
備考			

主題と概要

本講義は、住民の健康づくりに関する知識や運動指導法の基礎を習得する科目である。健康づくりを中心としたボランティア活動の企画・運営方法、健康づくりに関する運動指導法を学ぶとともに、国内の社会情勢を踏まえたエビデンスに基づいた資料の作成方法について学ぶ。また、地域住民に対して、健康をテーマとしたパンフレットを制作、配布し、地域社会に貢献する。将来、地域の活性化を担える人物の育成を目指す。

本講義は、「地域ボランティア実習（木曜2限）」と同時履修することが必須条件である。

到達目標

地域住民に対する健康増進法について、基本的な知識を学び、説明できる。
運動を通じた中高年者への健康づくり支援法について説明できる。

提出課題

振り返りレポート

課題（レポートや小テスト等）に対するフィードバック

授業中に講評する。

評価の基準

出席状況・・・75%
振り返りレポート・・・25%

履修にあたっての注意・助言他

差別（10分まで）2回で1回欠席とみなし、4回欠席で単位認定しない。
感染予防に向けた生活や受講ルールを遵守すること。
本講義は、「地域ボランティア実習（木曜2限）」と同時履修することが必須条件である。
運動指導や保健事業に興味・関心ある者や「健康運動実践指導者」の取得を目指す者は履修を推奨する。

教科書				
.使用しない。				

プリント資料及び参考文献

必要に応じて、授業中に資料を配布する。

- 授業計画**
1. ガイダンス、中高齢者と健康
 2. 語りずきの弊害とは
 3. 新型コロナウイルス感染症とは
 4. 感染症と予防接種とは
 5. フレイルとは
 6. ロコモティブシンドロームとは
 7. 認知症とその予防、介護予防
 8. ストレッチの指導法
 9. リズム体操の指導法
 10. ホールエクササイズ法の指導法
 11. コグニティブの指導法
 12. レクリエーションゲームの指導法
 13. 健康支援ポスター 企画
 14. 健康支援ポスター 制作
 15. まとめ

授業形態（アクティブ・ラーニング）

ア：PBL（課題解決型学習）	イ：反転授業（知識習得の要素を授業外に済ませ、知識確認等の要素を教室で行う授業形態）
ウ：ディスカッション、ディベート	エ：グループワーク
オ：プレゼンテーション	カ：実習、フィールドワーク
キ：その他（A-L型であるけども、以上の項目のいずれにも該当しない場合）	

準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

<予習> 「健康」に関する情報収集（新聞、メディア情報）をしておくこと（2時間）。
<復習> 講義内で出てきたキーワードなどを調べておくこと。また、教員からのコメント、参加者アンケートなどを参考にして指導の反省点をまとめ、出来なかった点および修正すべき点を抽出し、まとめること（2時間）。

卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目の関連

本講義は、健康分野に関する基礎知識や健康保持・増進のための理論や指導法の習得を到達目標としており、ディプロマポリシーに貢献できる科目である。

双方向授業の実施及びICTの活用に関する記述

実務経験の有無及び活用

備考

新型コロナウイルス感染症の状況次第では、シラバスの修正があります。