

講義名	対)研究演習		
講義コード	15419	授業形態	演習
担当教員	北村 裕美		
開講期・曜日・時限	通年 月曜日 5時限		
備考			

ゼミ
北村裕美ゼミナール
学部
人間社会学部
学科
人間健康学科
演習名
健康づくり学

**概要説明**

当ゼミでは、健康の維持増進のために健康行動を実践するとともに、健康に関する情報を適切に得て、活用できる力（ヘルスリテラシー）を高めること、そして、健康を科学的に研究することをミッションとしています。

研究演習 では、健康の維持増進のための身体活動（運動・スポーツ）を実践します。また、健康に関する情報をもとに日本が抱える健康問題について議論します。

研究演習 では、健康、身体活動などをキーワードに各自で健康情報（公表データ、新聞、雑誌、学術論文など）を集め、その中から選んだテーマについて抄読会を行います。

卒業研究では、健康に関する諸問題を解決するために介入研究や調査研究を実施し、卒業論文としてまとめます。

学位
博士（Ph.D）

**教員よりの要望**

健康、運動、スポーツに関心があり、これらをテーマとした卒業研究を行いたい方と一緒に学びたいと考えています。

何事にも素直に、地道に、主体的に、協力的に取り組んでください。

基本的なパソコンスキルが必要になりますので、入学からパソコンを扱うようにしてください。

人生100年時代を健康に生き抜く力を身につけるために、仲間と一緒に笑ったり、悩んだりしながら、一緒に学びましょう。

教員英字氏名
Hiromi Kitamura
研究室
5405
最終学歴
川崎医療福祉大学大学院医療技術学研究所健康体育学専攻
主な研究活動・社会活動・研究業績

健康行動やヘルスリテラシーに関する研究  
メタボリックシンドロームに対する運動の予防効果に関する研究  
子どもの体力・運動能力に関する研究

**主な卒業論文のタイトル**

<2015年度>

- 子どもの頃の運動経験が現在の身体活動状況におよぼす影響
- 食事の摂り方の違いが満腹感におよぼす影響
- 体幹トレーニングがバランス感覚におよぼす影響

<2016年度>

- 本学サッカー部における競技レベルと体力の関係
- アルバイトが大学生生活と学習態度に及ぼす影響
- 本学学生におけるスポーツドリンクの利用実態と嗜好に関する研究

<2018年度>

- 本学学生における健康飲料の利用とカフェイン認知度の現状
- アライメント異常（O脚X脚）がスポーツ傷害に及ぼす影響
- 本学サッカー選手におけるケガとコンディショニング実施の関係

<2019年度>

- 本学体育会クラブの競技環境および所属学生の満足度に関する研究

<2020年度>

- 怪我によるリハビリテーションの実施と復帰後のパフォーマンスに関する研究

趣味・特技

所属
人間社会学部

所属学会
日本体力医学会 日本肥満学会 日本健康教育学会 日本健康支援学会

専門分野
健康科学 体力医学 レクリエーション

**選考方法**

研究演習 では、面談による選考を行います。書類提出前に必ず面談に来てください。面談可能時間はガイダンス資料に示します。

研究演習 では、研究演習（北村裕美ゼミナール）の単位を取得した者を優先します。研究演習（北村裕美ゼミナール）の単位取得していない者が履修を希望する場合は、面談による選考を行います。

卒業研究の履修は、原則研究演習（北村ゼミナール）の単位を取得した者に限ります。

担当科目
発達発達論、健康情報論、レクリエーション指導演習、レクリエーション実践演習、運動指導技術演習A、地域ボランティア論、地域ボランティア実習、エンターテインメント演習、研究演習、卒業研究、専門基礎演習、教養特講

**備考**

本講義は、「対面型」で実施します。到達目標の達成のためには、授業形態や扱う教材等の関係上、対面型での授業が望ましいためです。「オンデマンド型」ではないため、時間割通りの時間帯に指定された教室で授業に出席してください。なお、新型コロナウイルス感染症等の学校感染症への感染者または濃厚接触者に指

**評価方法**

取組状況や課題提出状況などを総合的に評価します。

実務経験の有無及び活用