

講義名	研究演習 (人)			
講義コード	45206	授業形態		開講期・曜日・時限
担当教員	北村 裕美		備考	

学部・学科	演習分野
人間社会学部人間健康学科	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。

**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

**教員よりの要望**

人生100年時代を健康に生き抜く力を身につけるために、健康・運動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。素直に、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、日頃からパソコンを扱うようにしてください。

**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。

**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。

\*授業実施時限数の4分の1以上欠席した者は単位を認定しない。

教員英字氏名	研究室
Hiromi Kitamura	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

**学位**

博士（Ph.D）

**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  
 行動特性や生活習慣と腸内細菌叢に関する研究  
 子どもの体力・運動能力に関する研究

**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

**担当科目**

発育発達論、健康情報論、レクリエーション指導演習、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、教養特講、専門基礎演習、研究演習、卒業研究

**備考**

新型コロナウイルス感染症の陽性者または濃厚接触者となり、一時的に通学が禁止となった場合は、解除後に個別対応します。新型コロナウイルス感染症の状況により、授業形態が変更になる場合があります。

**実務経験の有無及び活用**