

2010年度

科目名	生活習慣病(成人病)		
担当教員	島津 晃		
配当	人社2	コード	42660
開期	前期	講時	木曜日2限
		単位数	2
授業テーマ	生活習慣病を理解し、その予防と対策を学習する。		
目的と概要	平成20年(2008年)度より医療保険者に対し健診・保健指導の実施が義務付けられた。効果的・効率的な健診・保健指導を実施するため、生活習慣病に対する基本概念を理解する必要がある。メタボリックシンドロームという言葉が国民に浸透してきたことでもわかるように、生活習慣病は日常生活において大きな関心事となっている。本講義では生活習慣病を正しく理解し、その予防となる良い生活習慣を身につける基礎知識を得ることを目的とする。		
成績評価法	授業取り組み姿勢(30%)、毎回の授業終了時提出課題(30%)、まとめとしての考査(40%)を含め総合評価。		
テキスト	健康運動指導士養成講習会テキスト上巻(財団法人健康・体力づくり事業財団)		
参考書	必要に応じ紹介する。		
履修に当たっての注意・助言	積極的な受講を期待する。授業中の私語は慎むように。		
講義計画			
1: 生活習慣病とは	健康運動士の役割とメタボリックシンドローム		
2: メタボリックシンドローム	概念と定義、頻度、身体活動の意義、効果の評価		
3: 肥満症 (1)	肥満とは、頻度、判定		
4: 肥満症 (2)	予防効果のエビデンス、運動療法、運動療法の実際		
5: 高血圧症 (1)	定義と診断、成因と合併症、自然歴		
6: 高血圧症 (2)	治療		
7: 高脂血症(高尿酸血症) (1)	高脂血症の疫学、定義と分類、発生機序、治療指針		
8: 高脂血症(高尿酸血症) (2)	尿酸血症と痛風、発生機序、治療指針		
9: 糖尿病 (1)	定義と分類、有病率、治療の基本		
10: 糖尿病 (2)	治療の種類		
11: 虚血性心疾患 (1)	循環器疾患の動向、定義と分類、病態生理、動脈硬化、狭心症		
12: 虚血性心疾患 (2)	治療、危険因子、運動療法、リハビリテーション		
13: 骨粗鬆症	診断と治療法、運動の影響		
14: 関節リウマチと変形性関節症	関節リウマチの疫学、変形性関節症とリハビリテーション		
15: 生活習慣病のまとめ			