

目名	人間健康科学研究演習 I			担当教員：小川寿美子	
科目名(英語)	Research Seminar in Human Health Sciences I			メールアドレス：sumiko@meio-u.ac.jp	
単位数	受講年次	開講予定学期	登録予定人数	研究室	オフィスアワー
2	1	通年	2	608	研究室前に掲示

### 1. 授業の概要

“健康とは何か”を広く考える学問である公衆衛生学を広く捉える力を養うことを目標とする。初年次である演習 I では、論理的な文章力と文献の読解力を養うための基礎固めをするため、論理的な日本語を書く技術の修得と、人間健康科学、とりわけ公衆衛生学や国際保健に関する数多くの論文、資料を精読し、多方面からの知識を涵養する。

### 2. 到達目標

前期の演習 I の構成は、前半 90 分が、毎回ゼミ生が準備する課題である 200 字エッセイをゼミの仲間同士のエディティングを通じて（第 1~7 回は日本語エッセイ、第 9~14 回は英語エッセイ）論理的な国語力を養うことができる。

後半 90 分が、毎回ゼミ生が準備する課題である興味のある研究論文を 200 字でレビューを提出、その内容に関して仲間同士でクリティカルディスカッションをすることを通じ、専門分野の最新情報を取得すると同時に、批判的な思考を養うことができる。後期の演習 I の構成は、定性データ分析のツールとして NVIVO を駆使し、実際インタビュー調査を分析することを通じて、修士論文に使用する分析ツールを習得することができる。

### 3. 授業の計画と内容

前期 (Interactive Writing 「IW」 + Paper Review 「PR」)	後期 (Qualitative Data Analysis + Paper Review)
第 1 週 演習 I 前期の目標・概要説明	第 1 週 演習 I 後期の目標・概要説明
第 2 週 テキスト①、参考書②の説明	第 2 週 テキスト④の説明、インタビュー起こし
第 3 週 「IW」日本語 1 + 「PR」-1	第 3 週 テキスト④ 1~5 章
第 4 週 「IW」-日本語 2 + 「PR」-2	第 4 週 テキスト④ 6 章
第 5 週 「IW」-日本語 3 + 「PR」-3	第 5 週 テキスト④ 7 章
第 6 週 「IW」-日本語 4 + 「PR」-4	第 6 週 テキスト④ 8 章
第 7 週 「IW」-日本語 5 + 「PR」-5	第 7 週 テキスト④ 9 章
第 8 週 第 1~7 週のポートフォリオをもとに振り返り	第 8 週 第 1~7 週のポートフォリオをもとに振り返り
第 9 週 「IW」-英語 5 + 「PR」-5	第 9 週 テキスト④ 10 章
第 10 週 「IW」-英語 6 + 「PR」-6	第 10 週 テキスト④ 11 章
第 11 週 「IW」-英語 7 + 「PR」-7	第 11 週 テキスト④ 12 章
第 12 週 「IW」-英語 8 + 「PR」-8	第 12 週 Nvivo の応用 1
第 13 週 「IW」-英語 9 + 「PR」-9	第 13 週 Nvivo の応用 2
第 14 週 「IW」-英語 10 + 「PR」-10	第 14 週 修士論文概要発表会準備 1
第 15 週 第 9~14 週のポートフォリオをもとに振り返り	第 15 週 修士論文概要発表会準備 2

### 4. テキスト

- ① 阿部紘久「文章力の基本 100 題」光文社、2010 年、1,300 円+税
- ② 野矢茂樹「論理学トレーニング」東京大学出版 2006 年 2,200 円+税
- ③ 野矢茂樹「論理学トレーニング 101 題」東京大学出版 2006 年 2,000 円+税
- ④ Bazeley & Jackson. Qualitative Data Analysis with NVIVO, SAGE, 2013, ¥5,381

#### 参考文献

- ①石崎秀徳「あなたの文章がみるみるわかりやすくなる本」
- ②福嶋隆史「ふくしま式 200 字メソッドで書く力は驚くほど伸びる！」大和出版、2010 年、1,500 円+税  
その都度、提示する。

### 5. 準備学習

各週に出される課題、宿題をすること

### 6. 成績評価の方法 (明記すること。学生が一見して理解できる評価方法にすること。)

演習ポートフォリオ	50 点
課題レポート (IW, PR)	50 点
合計	100 点

### 7. 履修の条件:

将来、公衆衛生学および国際保健 (グローバル・ヘルス) 分野を専門としたい意思がある学生。

### 8. その他

特になし

目名	人間健康科学研究演習Ⅱ			担当教員：小川寿美子	
科目名(英語)	Research Seminar in Human Health Sciences I			メールアドレス：sumiko@meio-u.ac.jp	
単位数	受講年次	開講予定学期	登録予定人数	研究室	オフィスアワー
4	2	通年	2	608	研究室前に掲示

### 1. 授業の概要

最終年次である演習Ⅱでは、論理的な文章力と文献の読解力を養うための基礎固めをするため、論理的な英語を書く技術の修得と、人間健康科学、とりわけ公衆衛生学や国際保健に関する数多くの論文、資料を精読し、多方面からの知識を涵養する。併せて、修士論文の執筆を完成させる。

### 2. 到達目標

演習Ⅱの構成は、前半90分が、毎週ゼミ生が準備する課題である英文エッセイをゼミの仲間同士のエディティングを通じて、英作文力を養うことができる。後半90分が、毎週ゼミ生が準備する課題である興味のある先行研究論文を200字でレビューを提出、その内容に関して仲間同士でクリティカルディスカッションを通じて、専門分野での最先端の研究内容の理解と批判的思考力を養うことができる。

### 3. 授業の計画と内容

前期 (Interactive Writing 「IW」+Paper Review 「PR」) 後期 (Master thesis + Paper Review 「PR」)

第1週	演習Ⅰ 前期の目標・概要説明	第1週	演習Ⅰ 後期の目標・概要説明
第2週	テキスト①、参考書②の説明	第2週	修士論文 + 「PR」-1
第3週	「IW」-英語1 + 「PR」-1	第3週	同上 + 「PR」-2
第4週	「IW」-英語2 + 「PR」-2	第4週	同上 + 「PR」-3
第5週	「IW」-英語3 + 「PR」-3	第5週	同上 + 「PR」-4
第6週	「IW」-英語4 + 「PR」-4	第6週	同上 + 「PR」-5
第7週	「IW」-英語5 + 「PR」-5	第7週	同上 + 「PR」-6
第8週	第1~7週のポートフォリオをもとに振り返り	第8週	第1~7週のポートフォリオをもとに振り返り
第9週	「IW」-英語5 + 「PR」-5	第9週	修士論文最終発表準備 + 「PR」-7
第10週	「IW」-英語6 + 「PR」-6	第10週	同上 + 「PR」-8
第11週	「IW」-英語7 + 「PR」-7	第11週	同上 + 「PR」-9
第12週	「IW」-英語8 + 「PR」-8	第12週	同上 + 「PR」-10
第13週	「IW」-英語9 + 「PR」-9	第13週	同上 + 「PR」-11
第14週	「IW」-英語10 + 「PR」-10	第14週	同上 + 「PR」-12
第15週	第9~14週のポートフォリオをもとに振り返り	第15週	修士論文最終発表 本番

### 4. テキスト

Zemach, Dorothy E. Paragraph Writing: From Sentence to Paragraph, Macmillan Education, 2004. ¥2,469  
 Macmillan, Writing Essays, Education Australia, 2011 ¥3,510  
 Colin Robson. Real World Research: A Resource for Social Scientists and Practitioner – Researchers.  
 Blackwell Pub. 2002. ¥4,624

#### 参考文献

その都度、提示する。

### 5. 準備学習

各週に出される課題、宿題をすること

### 6. 成績評価の方法

演習ポートフォリオ	20点
課題レポート(IW, PR)	50点
修士論文	30点
合計	100点

### 7. 履修の条件:

将来、公衆衛生学および国際保健(グローバル・ヘルス)分野を専門としたい意思がある学生。  
 原則として演習Ⅰで小川ゼミを取得している学生に限る。

### 8. その他

特になし

目名	健康医学・保養特論			担当教員：	
科目名(英語)	Medicine and Health Promotion			メールアドレス：	
単位数	受講年次	開講学期	登録予定 人数	研究室	オフィスアワー
2	1・2	前期			

### 1. 講義内容

健康学の専門家として幅広い分野で活躍するためには、医学的エビデンスに基づいた健康づくりを理解し活用する手法を身につけることは重要である。これらが出来た上で、広義の意味での多様な健康の概念にもとづく考え方やその実践があることが重要である。主に身体の健康を構成する運動・栄養・休養を医学的科学的な立場から理解し、この知識の理解のもとに身体の健康をミクロからマクロ、ホリスティックに考え、さらにアンチエイジング医学から得られる健康学についての基礎を学ぶ。本講義では、これらを統合的に効率よく具現化する手法の一つである保養学を学びながら理解を進めていく。これらを理解しすることで、新しい知識と考え方のもとに、異なる様々な地域や環境における健康づくりを考えることの出来るスキルを身に付けることが出来るようになることを到達目標とする。

### 2. 到達目標

### 3. 講義予定

- 第 1 回 オリエンテーション
- 第 2 回 健康医学 1
- 第 3 回 健康医学 2
- 第 4 回 健康医学 3
- 第 5 回 健康医学 4
- 第 6 回 健康医学 5
- 第 7 回 健康医学 6d
- 第 8 回 健康医学 7
- 第 9 回 健康医学 8
- 第 10 回 健康医学 9
- 第 11 回 保養論 1
- 第 12 回 保養論 2
- 第 13 回 保養論 3
- 第 14 回 保養論 4
- 第 15 回 総括

### 4. テキスト

適宜紹介する。  
参考文献  
適宜紹介する。

### 5. 準備学習

### 6. 評価方法

課題の達成内容	50点
活動状況(演習への取り組み)	30点
口頭試問	20点
合計	100点

### 7. 履修の条件

### 8. その他

#### 【履修の心得】

出された課題は確実にしてくること。(それを活用して進める講義もいくつかある)

#### 【教育目標】

最新の医学的考えにもとづく健康が理解でき、その実践方法をデザインすることが出来る。

#### 【その他】

本講義では知識と情報の提供のみではなく、自らが考え調べて問題を解決しながらすすめる形式をとる。

目名	公衆衛生学特論			担当教員：小川寿美子	
科目名(英語)	Advanced Course of Public Health			メールアドレス：sumiko@meio-u.ac.jp	
単位数	受講年次	開講予定学期	登録予定人数	研究室	オフィスアワー
2	1・2	前期	4	608	研究室前に掲示
<p>1. 授業の概要</p> <p>戦前および戦後における沖縄の公衆衛生学は、米国民政府の指導のもと、本土にはみられない制度が導入され、独特の歴史を歩んできた。本講義では、その歴史を体系的に検証し、そこから現代の公衆衛生学の在り方に生かせる教訓は何かを考える。特に、戦後の沖縄の状況と近い地域として、現在の途上国の保健医療問題と合わせて考察する。 It is available to provide the lecture in English, if it is strongly requested.</p> <p>2. 到達目標</p> <p>本特論を通じて、経時的に保健医療システムの変遷があることを理解することができる。また過去の沖縄の保健医療システムを理解することにより、それを如何に現在の途上国に適用することができるかを考えるシミュレーションを通じて、実効可能な保健医療政策の応用力を養うことができる。</p> <p>3. 授業の計画と内容</p> <p>第1週 沖縄の公衆衛生の歴史（概論）  第2週 沖縄の疾病構造の変遷と行政の取り組み  第3週 沖縄の公衆衛生看護婦制度（行政編）  第4週 沖縄の公衆衛生看護婦制度（実践編）  第5週 沖縄の寄生虫ゼロ作戦  第6週 沖縄県小児保健協会の活動と意義  第7週 沖縄の医療保険のあゆみ  第8週 沖縄にみる“野のカウンセラー”  第9週 沖縄の配置家庭薬システム  第10週 途上国の保健医療システムへの応用  第11週 途上国の保健人材育成への応用  第12週 途上国の保健医療財源確保への応用  第13週 途上国の private/public mix への応用  第14週 途上国の感染症対策への応用  第15週 現在の沖縄の保健医療問題に対する過去の経験の応用</p> <p>4. テキスト</p> <p>Ogawa,S, Boostrom E. Okinawa's Post-War Health Recovery and Development」 Seido-sha. 2009. ¥2,500  中村安秀（編）. 「日本の保健医療の経験と途上国への応用」 JICA. 2004.  ダウンロード可：<a href="http://www.jica.go.jp/jica-ri/publication/archives/jica/field/200403_02.html">http://www.jica.go.jp/jica-ri/publication/archives/jica/field/200403_02.html</a></p> <p>参考文献</p> <p>小川寿美子（責任編集）. 「沖縄の保健医療の経験」 シリーズ（8編：DVD3枚）国際協力機構. 2000. ¥700/枚</p> <p>5. 準備学習</p> <p>各週に出される課題、宿題をすること</p> <p>6. 成績評価の方法（明記すること。学生が一見して理解できる評価方法にすること。）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・活動状況 50点</li> <li>・レポート 50点</li> <li>・合計 100点</li> </ul> <p>7. 履修の条件：</p> <p>共通科目「人間健康学特論」を受講したもの。</p> <p>8. その他</p> <p>特になし</p>					

目名	人間健康科学研究方法特論			担当教員：小川寿美子	
科目名(英語)	Advanced Course of Human Health Science Research Methods			メールアドレス：sumiko@meio-u.ac.jp	
単位数	受講年次	開講予定学期	登録予定人数	研究室	オフィスアワー
2	1・2	前期	4	608	研究室前に掲示

#### 1. 授業の概要

健康・スポーツ科学領域の多くの研究では、身体パフォーマンスを測定したり、健康を促進もしくは阻害する要因を推定する作業などを行う。この領域における研究すべきテーマや問題は多く、様々な要因が複雑に絡み合っているため、研究アプローチも多岐にわたる。そのため健康やスポーツに関する現象の諸側面を単純化、数値化、視覚化し、客観的に表現する手法（データ解析）は、健康・スポーツ科学研究にとって欠かすことのできないものである。同特論は、研究の取り掛かり方から、研究計画の遂行方法、データの処理方法と統計解析方法といった研究の基盤となる一連の流れを受講生が系統的に理解し実践できる知識を獲得することを目的とする。

It is available to provide the lecture in English, if it is strongly requested.

#### 2. 到達目標

本特論を通じて、主に科学的根拠に基づく研究手法を学ぶことを通じて、第三者に対して説得力のある論文を書き上げる手法を習得する。また簡単な統計処理から多変量解析までができるようになる。

#### 3. 授業の計画と内容

- 第1週 研究にとりかかる（概論）
- 第2週 研究計画を立てる際の注意点
- 第3週 サンプルサイズ
- 第4週 実験的研究の計画
- 第5週 調査研究の計画
- 第6週 調査、測定、実験データの基礎的な処理
- 第7週 質的データと量的データの処理法
- 第8週 統計手法での検定
- 第9週 実験データの差を比較
- 第10週 2要因の比較
- 第11週 順序尺度の比較
- 第12週 名義尺度の比較
- 第13週 データ間の比較
- 第14週 データの妥当性、信頼性、客観性の検証方法
- 第15週 多変量解析の概要と使い方

#### 4. テキスト

- 出村慎一「健康・スポーツ科学のための研究方法」杏林書院、2007
- 柳井久江「4Steps エクセル統計」OMS出版、2008

#### 参考文献

- 柳井久江「エクセル統計 実用多変量解析編」OMS出版、2005

#### 5. 準備学習

各週に出される課題、宿題をすること

#### 6. 成績評価の方法（明記すること。学生が一見して理解できる評価方法にすること。）

授業での活動状況	50点
課題レポート	50点
合計	100点

#### 7. 履修の条件：

公衆衛生学特論を受講中もしくは受講済みであること。

#### 8. その他

同演習を通じて得た分析技法を用い、科学的根拠に基づく修士論文を執筆してほしい。

科目名	地域保健学特論			担当教員：竹沢 昌子	
科目名(英語)	Advanced Course of Health in Social Work			メールアドレス：takezawa@meio-u.ac.jp	
単位数	受講年次	開講学期	登録予定 人数	研究室	オフィスアワー
2	1・2	前期	2～3	606	研究室前に掲示

### 1. 講義内容

現代社会には、子育て、障害者や高齢者の生活、雇用や労働をめぐる諸問題の他、多様な形態の暴力（虐待、DV、自殺）など、憲法第 25 条が規定する「健康で文化的な最低限度の生活」を脅かす状況が深刻である。本講義では、さまざまな形で健康な生活が疎外されがちな状況にある人々を理解するとともに、すべての人の健康で文化的な生活を創造するために必要な価値（values）と地域における実践（practice）のあり方について考察する。

### 2. 履修要件

### 3. テキスト

湯浅誠『ヒーローを待っていても世界は変わらない』朝日新聞出版、2012 年  
森田ゆり『子どもと暴力 子どもたちと語るために』岩波書店、1999 年

### 4. 参考書

川村隆彦『ソーシャルワーカーの力量を高める理論・アプローチ』中央法規出版、2011 年  
孔枝泳『私たちの幸せな時間』新潮社、2007 年  
梁石日『闇の子供たち』幻冬舎、2004 年

### 5. 講義予定

- 第 1 週 現代社会の諸問題～健康の概念からの考察～
- 第 2 週 日本国憲法第 25 条をめぐる諸議論～「健康で文化的な最低限度の生活」とは？
- 第 3 週 健康で文化的な生活のために必要な価値① 個人の尊厳と社会正義①
- 第 4 週 健康で文化的な生活のために必要な価値② 個人の尊厳と社会正義②
- 第 5 週 健康で文化的な生活のために必要な価値③ 個人の尊厳と社会正義③
- 第 6 週 健康で文化的な生活のために必要な価値④ 貢献①（エンパワメント）
- 第 7 週 健康で文化的な生活のために必要な価値⑤ 貢献②（ソーシャルアクション）
- 第 8 週 健康で文化的な生活のために必要な価値をめぐるペーパーの発表・ディスカッション
- 第 9 週 健康で文化的な生活を疎外する諸問題と地域における実践① 貧困①
- 第 10 週 健康で文化的な生活を疎外する諸問題と地域における実践② 貧困②
- 第 11 週 健康で文化的な生活を疎外する諸問題と地域における実践③ 子ども虐待①
- 第 12 週 健康で文化的な生活を疎外する諸問題と地域における実践④ 子ども虐待②
- 第 13 週 健康で文化的な生活を疎外する諸問題と地域における実践⑤ 障害者をめぐって
- 第 14 週 健康で文化的な生活を疎外する諸問題と地域における実践⑥ 高齢者をめぐって
- 第 15 週 健康で文化的な生活を疎外する諸問題と地域における実践に関するペーパーの発表・ディスカッション
- 第 16 週 全体のふりかえり

### 6. 評価方法

- ・活動状況 50点
- ・レポート 50点
- ・合計 100点

### 7. その他

特になし。

科目名	健康・スポーツ指導特論			担当教員：高瀬幸一	
科目名(英語)	Instructing Health and Sports			メールアドレス：k_takase@meio-u.ac.jp	
単位数	受講年次	開講予定学期	登録予定人数	研究室	オフィスアワー
2	1・2	後期	3	研 203	火 3, 木 4

### 1. 授業の概要

健康指導やスポーツ指導の現場においては、専門的な知識を如何にして効果的に伝えるかが重要になる。今日の健康科学やスポーツ科学の進歩はめまぐるしいものがあり、「健康科学やスポーツ科学」に関する正しい理論・知識を習得し、それを実践していく手法（スキル）を身につけることが必要となる。

また、超高齢化社会の今日、一般健常者や中・高齢者などの運動未経験者の健康・体力特性に視点を置いた運動指導は、十分になされているとは言い難い現状がある

本特論は、日進月歩する分野における最新の理論を論じながら、日本における健康・スポーツ理論について考察する。

### 2. 到達目標

1. 健康指導やスポーツ指導における専門的な知識を習得できる。
2. 健康指導やスポーツ指導における専門的な知識を実践の場で活用できる。
3. 健康指導における取り組みの事例について理解できる。

### 3. 授業の計画と内容

- 第 1 週 オリエンテーション
- 第 2 週 世界、日本の健康の状況
- 第 3 週 //
- 第 4 週 //
- 第 5 週 中・高齢者の機能的特性
- 第 6 週 //
- 第 7 週 ヘルスポモーションの実際について
- 第 8 週 //
- 第 9 週 健康づくりのための運動（メタボ編）
- 第 10 週 健康づくりのための運動（ロコモ編）
- 第 11 週 発育発達と老化からみた健康・スポーツ指導
- 第 12 週 //
- 第 13 週 スポーツ競技と科学
- 第 14 週 //
- 第 15 週 まとめ

### 4. テキスト

青木 高、他編集 『健康・スポーツの指導』、建白社、2006年、¥2,205

成 和子 編著 『ライフスキルのための改訂健康科学』、2008年、¥2,100

西平/文部科学省 21世紀 COE プログラム 『健康・スポーツ科学研究の推進中間成果報告書』 2004年

#### 参考文献

適宜資料として配付する。

### 5. 準備学習

講義の履修に際し、予習と復習を行いこと。

### 6. 成績評価の方法（明記すること。学生が一見して理解できる評価方法にすること。）

討論への参加：50点、レポート：50点、合計：100点

### 7. 履修の条件

特になし

### 8. その他

科目名	伝統舞踊特論			担当教員：花城洋子(学外)	
科目名(英語)	Theory of Traditional Dance			メールアドレス：	
単位数	受講年次	開講予定学期	登録予定人数	研究室	オフィスアワー
2	1・2	後期	2～3	非常勤控室	

### 1. 授業の概要

比較動作学の視点から、世界に伝わる民族の伝統舞踊についてその舞踊特性を捉え、伝統文化について理解することが出来る内容を提供する。さらに、ノンバーバルコミュニケーションからみた身体表現というテーマで、日常生活における身振りしぐさや所作等について観察・調査をしてプレゼンテーションを行う。

### 2. 到達目標

1. 歴史や文化の相違がどのように伝統舞踊や芸能に反映され表現されているか理解することができる。
2. 日常の様々な所作や舞踊の所作から身体コミュニケーションについてその関連性を理解できる。

### 3. 授業の計画と内容

- 第1週 オリエンテーション
- 第2週 世界の伝統舞踊とその歴史概要
- 第3週 世界の伝統舞踊 VTR で紹介
- 第4週 日本の伝統舞踊とその歴史概要
- 第5週 日本の伝統舞踊 VTR で紹介
- 第6週 伝統舞踊に関する和書講読
- 第7週 伝統舞踊に関する和書講読
- 第8週 伝統舞踊に関する英書講読
- 第9週 伝統舞踊に関する英書講読
- 第10週 表現動作からみた舞踊 1
- 第11週 表現動作からみた舞踊 2
- 第12週 地域の伝統芸能の調査・見学
- 第13週 地域の伝統芸能の調査・見学
- 第14週 地域の伝統芸能の調査・見学
- 第15週 調査発表・試験

### 4. テキスト

武藤芳照他著、新訂 現代身体教育論、放送大学教育振興会、2006年、2,300円

#### 参考文献

- クルト・ザックス著、小倉重夫訳、世界舞踊史、音楽之友社、1972年、2,500円
- アンドレ・ルロワグーラン著、荒木 亨訳、身振りと言、新潮社、1973年、2,500円
- 藤波隆之著、伝統芸能の周辺、未来社、1982年、2,000円
- 尼ヶ崎 彬著、ダンス・クリティーク、勁草書房、2006年、2,800円
- Nirmala Paniker 著、NANGIRA KOTHU、NATANAKAIRALI、1992年、2,000円

### 5. 準備学習

様々な楽劇を鑑賞 (VTR,TV,公演等を通して) してください。

### 6. 成績評価の方法 (明記すること。学生が一見して理解できる評価方法にすること。)

- 活動状況 40点
- ・レポート 30点
- ・試験 30点
- ・合計 100点

### 7. 履修の条件：特になし

### 8. その他

この講義を通して伝統舞踊に対する認識を深めるとともに、実際の舞踊を「観る」「体験する」機会を出来るだけ取り入れ、文化としての舞踊を意識してとらえることを希望する。

科目名	伝統武道特論			担当教員：盧 姜威（学外）	
科目名(英語)	Traditional Japanese Martial Arts			メールアドレス：	
単位数	受講年次	開講予定学期	登録予定人数	研究室	オフィスアワー
2	1、2	前期	1～6	非常勤控室	

### 1. 授業の概要

この授業科目において、武道に内在する日本文化の本質を理解し、スポーツと異なる日本伝統武道の特質の理解を深めていくと同時に、武道全般にわたる基礎知識を的確に把握する。その上、沖縄伝統空手の歴史的変遷について考察していく。

### 2. 到達目標

武道全般にわたる基礎知識を的確に把握する。文献資料の蒐集、分析、考察などの研究方法の基本を身につける。

### 3. 授業の計画と内容

- 第 1 週 受講心得について
- 第 2 週 世界武芸文化の概観
- 第 3 週 日本伝統武道の諸相
- 第 4 週 日本武道成立の歴史的要件
- 第 5 週 日本武道の歴史的な歩み
- 第 6 週 技芸文化としての武道
- 第 7 週 武道とスポーツ
- 第 8 週 中国・日本・沖縄の文武両道観
- 第 9 週 沖縄伝統空手道の事象①—廃藩置県前
- 第 10 週 沖縄伝統空手道の事象②—明治期
- 第 11 週 沖縄伝統空手道の事象③—大正期
- 第 12 週 沖縄伝統空手道の事象④—昭和期
- 第 13 週 沖縄伝統空手道の組織化
- 第 14 週 沖縄伝統空手道の国際化
- 第 15 週 まとめ
- 第 16 週 期末試験（或いはレポート提出）

### 4. テキスト

適宜プリントを配布する。

#### 参考文献

- 中林信二（著）『武道のすすめ』中林信二先生遺作集刊行会 1987 年
- 高橋富雄（著）『武士の心日本の心：武士道評論集』（上巻）近藤出版社 1991 年
- 高宮城繁・比嘉敏雄・比嘉勝芳（編著）『沖縄空手道概説—武道空手の諸相—』沖縄空手道協会北谷道場 1996 年
- 田中守・[ほか]（著）『武道を知る』不昧堂出版 2000 年
- 高宮城繁・比嘉敏雄（編著）『武魂—奥妙在錬心』沖縄空手道協会北谷道場 2002 年
- 新渡戸稲造（著）奈良本辰也（訳）『武士道』三笠書房 2004 年

### 5. 準備学習

事前に配布した資料を予習する。

### 6. 成績評価の方法

受講態度	50点
課題発表	20点
期末試験	30点
合計	100点

### 7. 履修の条件

特になし。

### 8. その他

科目名	国際スポーツ・体育史特論			担当教員：	
科目名(英語)	History of Physical Education and International Sports			メールアドレス：	
単位数	受講年次	開講学期	登録予定人数	研究室	オフィスアワー
2	1・2	前期			

### 1. 講義内容

体育・スポーツの生成及び発展について、欧米諸国や近代社会におけるスポーツと国民教育、学校体育の展開及び、我が国の学校体育について考究する。

体育・スポーツの制度、目的、内容、方法、教員養成等の変遷を対象として分析を行うとともに、内外の論文や資料を講読しながら考察・討議する。

### 2. 到達目標

### 3. 講義予定

- 第 1 回 オリエンテーション
- 第 2 回 体育・スポーツ史研究の意義
- 第 3 回 資料収集と分析・解釈
- 第 4 回 古代ギリシャの体育
- 第 5 回 古代ギリシャにおける競技施設
- 第 6 回 ドイツにおける近代体育の展開
- 第 7 回 イギリス近代スポーツの成立と展開
- 第 8 回 アメリカ・スポーツの成立と展開
- 第 9 回 日本における近代スポーツの導入と展開
- 第10回 日本における学校体育制度
- 第11回 明治期における学校体育文献
- 第12回 明治期における学校体育の教材
- 第13回 明治期における学校体育の指導方法
- 第14回 大正期における学校体育の展開
- 第15回 昭和・平成期における学校体育の展開

### 4. テキスト

- ・D・B・ヴァン ダーレン、B・L・ベネット、加藤橋夫訳（1976）体育の世界史。ベースボール・マガジン社。
- ・岸野雄三編著（1984）体育史講義。大修館。

#### 参考書

- ・今村嘉雄（1989）19世紀に於ける日本体育の研究。第一書房。
- ・井上一男（1970）学校体育制度史 増補版。大修館。
- ・岸野雄三・多和健雄（1972）スポーツの技術史。大修館。
- ・岸野雄三 他（1986）新版 近代体育スポーツ年表。大修館。
- ・成田十次郎 他（1988）スポーツと教育の歴史。不昧堂。
- ・能勢修一（1995）明治期学校体育の研究－学校体操の確立過程－。不昧堂。
- ・竹之下休蔵・岸野雄三（1983）近代日本学校体育史。日本図書センター。

### 5. 準備学習

### 6. 評価方法

授業意欲	50点
レポート	50点
合計	100点

### 7. 履修条件

### 8. その他

特になし

科目番号	科目名	トレーニング特論			担当教員：平野 貴也	
	科目名(英語)	Training Sciences				
単位数	受講年次	開講学期	登録人数	研究室	オフィスアワー	
2	1、2	前期	3	人205	研究室に掲示	

### 1. 授業の概要

競技選手として活躍する時期の身体的トレーニングはもちろん、ジュニアから高齢者まで生涯を通じての健康で生き生きとした生活を送るためのトレーニング指導・指導方法について学ぶ。テーマを設定し、テーマに関する文献を読み、ディスカッションを通して、目標設定、トレーニング計画、トレーニングプロセス、効果的なトレーニングの実践法と指導法に関する専門的知識および理論の理解を深める。

### 2. 到達目標

身体的トレーニングおよびコーチングの原則に基づいて健康維持増進、競技力向上に効果的なスポーツの実践法およびトレーニング法・指導方法に関する専門的知識および理論の理解を深める。

### 3. 授業の計画と内容

- 第1週 オリエンテーション（身体的トレーニングの学習に関する目標を示す）
- 第2週 身体的トレーニングの必要性（運動指導者の役割、身体的能力の向上の理解）
- 第3週 運動指導・トレーニングスキルの理論体系（トレーニングスキル概説、運動者の問題と課題の設定）
- 第4週 トレーニングサイクルの理解（年齢、体力、心身の発達に応じた適時性、年間計画や期間計画）
- 第5週 トレーニング計画①（技術、用具、練習時間、評価、フィードバックの活用）
- 第6週 トレーニング計画②（モチベーションの高揚、目標設定、ケガの予防と対処）
- 第7週 レジスタンストレーニングプログラムの構成と実践①
- 第8週 レジスタンストレーニングプログラムの構成と実践②
- 第9週 有酸素性トレーニングプログラムの構成と実践①
- 第10週 有酸素性トレーニングプログラムの構成と実践②
- 第11週 トレーニング実践と評価①
- 第12週 トレーニング実践と評価②
- 第13週 トレーニング実践と評価③
- 第14週 まとめ①(各自専門分野のトレーニング方法に関する発表)
- 第15週 まとめ②(各自専門分野のトレーニング方法に関する発表)

### 4. テキスト・参考文献

適時プリントを配布する。

### 5. 成績評価の方法

受講態度・学習への取り組み	50点
発表の内容	30点
レポート課題	20点

### 6. 履修の条件

特になし

### 7. 履修の心得

予習：次回のテーマについての文献を精読しておくこと。

### 8. その他

トレーニング及び実践、実習を伴う内容については連続した講義時間が必要となるため週末もしくは夏季休暇期間に実施する予定である。

科目名	ヘルスプロモーション・ウェルネス特論			担当教員：杉本 英夫(学外) メールアドレス：
科目名(英語)	Health Promotion and Wellness			
単位数	受講年次	開講学期	研究室	オフィスアワー
2	1・2	(後期) 集中講義	非常勤講師控室	講義終了後

### 1. 講義内容

ヘルスプロモーション・ウェルネスについての理念は現代の先進諸国における健康政策においては不可欠な理念である。現在そのことを理解し、その理念で健康政策を立案する基本的能力を身につけたウェルネス・マネージャー的人材は幅広く求められている。ヘルスプロモーション・ウェルネスの理念は現代社会における健康政策のパラダイムとも言える。

本講義ではその理念の起こりと歴史的背景、健康感についての歴史的変遷、健康政策への活用と評価の視点を講じ、ヘルスプロモーション・ウェルネス理念を理解した健康政策立案への基本的能力を習得することをねらいとする。

### 2. 履修要件

特にないが、健康政策立案に関心のあることが望ましい。

### 3. テキスト

- ・山本幹夫監訳、島内憲夫編訳：21世紀の健康戦略1 ヘルス・フォー・オール、垣内出版、¥1,400 + 税
- ・島之内憲夫 訳、21世紀の健康戦略2 ヘルスプロモーション、垣内出版、¥1,400 + 税
- ・島之内憲夫 訳、21世紀の健康戦略3 ヘルスプロモーション～戦略・活動・研究政策～、垣内出版、¥1,800 + 税
- ・野崎康明 著、ウェルネスの理論と実践、丸善メイツ、1994年、(現在絶版、ただし、大学図書館に在庫あり)

### 4. 参考文献

- ・島之内憲夫 編著、ヘルスプロモーション講座、順天堂大学ヘルスプロモーション・リサーチセンター、2005年
- ・島之内憲夫 編訳、21世紀の健康戦略4～ヘルシー・シテイズ～新しい公衆衛生を目指して～、垣内出版、¥2,000 + 税

### 5. 講義予定

- 第1回 ガイダンス
- 第2回 健康観の変遷について
- 第3回 ウェルネス概念の歴史と変遷
- 第4回 //
- 第5回 ヘルスプロモーションの概念と変遷
- 第6回 //
- 第7回 WHOの健康政策
- 第8回 //
- 第9回 我が国における健康政策の変遷
- 第10回 //
- 第11回 ヘルスプロモーション・ウェルネス理念と健康政策
- 第12回 健康政策の立案と策定
- 第13回 //
- 第14回 健康政策の評価と視点
- 第15回 //
- 第16週 まとめ

### 6. 評価方法

評価は次の視点から総合的に行う

- ① 授業への取り組み(30点)：授業態度、討論・グループワークへの積極的参加
- ② 課題レポート(70点)

### 7. その他

- ・集中講義となるので、上記の講義は4回に分けて行う。
- ・講義の形態は講義形式を主体とし、討論、グループワークも行う。

科目名	健康栄養学特論			担当教員：新城 澄枝（学外）	
科目名(英語)	Special Topics in Health Nutrition			メールアドレス：	
単位数	受講年次	開講予定学期	登録予定人数	研究室	オフィスアワー
2	1・2	前期	2～3	非常勤講師控室	講義終了後

### 1. 授業の概要

食事の意義、食と健康の関係、わが国ならびに諸外国における食の現状・課題と健康問題、健康・栄養政策、食生活指針などについて考究する。さらに、食品の安全・安心、食を選択する能力を培い科学的根拠に基づいた正しい食生活実践のために、四群点数法について学習する。また、沖縄の食文化に触れ長寿との関連で学習を深める。

### 2. 到達目標

生活の中での食事の意義や現代における食生活と健康問題との関連、それをふまえた国や地方の健康・栄養政策について理論・知識を深める。現代の食の課題であるメタボリックシンドロームの概念に基づく生活習慣病予防や食品の安全・安心、食を選択する能力を培い、健康の為の食の自己管理能力を高める。

### 3. 授業の計画と内容

- 第 1 週 食生活の重要性
- 第 2 週 健康栄養学・基礎①：食品の成分と機能、安全性
- 第 3 週 健康栄養学・基礎②：消化吸収、代謝
- 第 4 週 日本の食生活の変遷と健康（食品ならびに栄養素摂取量の変化と疾病構造の変化）  
沖縄の食生活の変遷と健康（食品ならびに栄養素摂取量の変化と疾病構造の変化）
- 第 5 週 わが国の食をめぐる現状と課題Ⅰ（母性期、乳幼児期の健康栄養問題）
- 第 6 週 わが国の食をめぐる現状と課題Ⅱ（青年期：18歳までに育てたい食の自己管理能力）
- 第 7 週 わが国の食をめぐる現状と課題Ⅲ（壮年期：食生活と生活習慣病・メタボリックシンドロームの概念）  
わが国の食をめぐる現状と課題Ⅳ（高齢期、慢性疾患：低栄養の予防）
- 第 8 週 沖縄百寿者に学ぶ健康のための食生活
- 第 9 週 わが国の健康・栄養政策：「健康日本21（第二次）」と地方施策
- 第10週 「食育基本法」、「食育推進基本計画（第二次）」と地方施策
- 第11週 世界の食文化類型と健康問題の特徴、健康・栄養政策、食生活指針
- 第12週 バランスのとれた食生活の実践（生活習慣病発症予防のための食生活：四群点数法の基礎）
- 第13週 正しい減量のための食生活実践（生活習慣病の重症化予防、アスリートの減量：四群点数法応用Ⅰ）
- 第14週 低栄養予防のための食生活実践（貧血、肝疾患、感染症、糖尿病性腎症など：四群点数法応用Ⅱ）
- 第15週 四群点数法、体重計、血圧計を活用した生活習慣病の発症・重症化予防のための賢い食事管理

### 4. テキスト

適宜資料を配布する。四群点数法を活用した糖尿病療養のための賢い食事管理、ニライ社（無償配布）  
参考文献

- 「新しい食物学—食生活と健康を考える— 改訂第2版」加藤陽治/長沼誠子 編集、南江堂、2009年
- 「標準的な健診・保健指導プログラム（確定版）：全4冊」厚生労働省健康局、平成19年4月
- 「公衆栄養学」古畑公・松村康弘・鈴木三枝 編著、光生館、2013年4月
- 「健康の科学シリーズ9 沖縄の長寿」日本栄養・食糧学会監修、学会センター関西学会出版センター

### 5. 準備学習

健康と食生活に関する文献を、幅広く読むこと。

### 6. 成績評価の方法（明記すること。学生が一見して理解できる評価方法にすること。）

授業での活動状況	50点
レポート	50点
合計	100点

### 7. 履修の条件：<履修の順序（Sequence）又は履修にあたって前提条件とする科目（単位修得済科目）等があればこの欄に記入すること。>

特になし

### 8. その他