

前 期 選 択 学 科 履 修 計 画

米原校

4 2 期 生 (2 年) 健 康 づ くり 学 科

月	日	曜日	テーマ	講 師	会 場
4	6	火	健康とレクリエーション ニュースポーツの体験 インディアカ、ドッチビー	滋賀県レクリエーション 協会 会長 前山 亨	練習室 I
	28	水	健康と運動2 (実技) 筋肉とストレッチについての理解 ストレッチの実技	健康運動指導士 中原今日子	第2会議室 練習室 I
5	7	金	健康とコミュニケーション 認知症ケアと回想法	社会福祉法人 虹の会 杉本 学士	第2会議室
	21	金	健康と住まい 過ごしやすい住環境とは	滋賀県立大学 人間文化学部 教授 宮本 雅子	第2会議室
6	9	水	健康と食・栄養2 口腔ケアの必要性と方法	小金沢歯科診療所 歯科衛生士 大谷 直美	第2会議室
7	9	金	地域における健康づくりへのアプローチⅡ ～地域サロン等を活用して～ ・地域サロン等での介護予防の取り組み、口腔体操、 高齢者と接する際の留意点 ・地域サロン等での介護予防トレーニングとゲームの要点② 実習に向けて	栗東市社会福祉協議会 健康運動指導士 飯田 忍宣	第2会議室
	28	水	高齢期のこころとからだの健康2 Ⅰ. 老化と食機能の変化 Ⅱ. 食機能の変化への対応 (実習)	聖泉大学 准教授 安田千寿	草津校
8	20	金	健康と運動2 (理論) 運動と心拍数 運動とメンタルヘルス (ストレス対処)	聖泉大学 准教授 多胡 陽介	第2会議室 練習室 I
	25	水	健康と運動2 (実技) いすを使った運動の概論と実技 筋トレや有酸素運動の実技と指導法	中原今日子	第2会議室 練習室 I
9	10	金	健康と運動2 (理論) 内臓脂肪と運動 健康と活性酸素	多胡 陽介	第2会議室 練習室 I
	22	水	課題学習 中間報告会		第2会議室