

# 後 期 選 択 学 科 履 修 計 画

米原校

41期生（2年） 健康づくり学科

月	日	曜日	テーマ	講 師	会 場
9	2	水	課題学習 中間報告会		第2会議室
	10	木	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～ ・地域加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 ・地域加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
	30	水	健康と運動2（実技） 様々な道具を使ったトレーニングの紹介 実技	健康運動指導士 中原今日子	第2会議室 練習室1
10	15	木	高齢期のこころとからだの健康3 Ⅰ 老化と排泄機能の変化 Ⅱ 排泄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
	28	水	健康と運動2（実技） 膝や腰の痛みのメカニズムや原因を知ろう 予防や改善のためのトレーニング 実技	中原今日子	第2会議室 練習室1
11	11	水	地域における健康づくりへのアプローチⅢ ～地域サロン等を活用して～ 実習 ・サロン体験に向けて 加等で行うゲームや体操の実演計画、グループ分けと 持ち時間、場所等の確認、先方での諸注意	健康運動指導士 井花 春美	第2会議室
12	2	水	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
	9	水	地域における健康づくりへのアプローチⅣ ～地域サロン等を活用して～ 実習 ・サロンに向かう（サロンでの実演）会場設営、備品等セッティング ・実演の振り返り	井花 春美	第2会議室 現地研修 (米原市内)
	25	金	高齢期のこころとからだの健康4 Ⅰ 脳の活性化 Ⅱ 認知症の理解と対応	敦賀市立看護大学 看護学部教授 北村 隆子	第2会議室
1	6	水	健康と食・栄養2 口腔ケアの必要性和方法	小金沢歯科診療所 歯科衛生士 大谷 直美	第2会議室
	22	金	健康とヨガ ～ボディーケアヨガ～ 呼吸の重要性、機能改善のためのヨガ	健康運動指導士 ヨガ講師 北 京子	練習室1
2	24	水	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1
3	10	水	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1
	12	金	課題学習の振り返り 健康と運動2（理論） 体力測定、各自の体力課題	多胡 陽介	第2会議室