区分11	基礎分野 人間と生活・社会の理解	授業科目名	保健体育	単位数	1単位 （20時間）
開講時期	1年　前期	担当教員	松田　一之	担当教員の実務経験	有・無

◆実務経験の内容

1982年～長崎市立市民病院にて、病理検査、輸血・移植検査、免疫検査、微生物検査、緊急検査業務など検体検査全般を担当。1997年～長崎市立市民病院にて、循環器系検査、神経・筋機能検査、呼吸器系検査、感覚機能検査、画像検査など、生理機能検査全般をを担当。2010年～長崎みなとメディカルセンター（旧長崎市立市民病院）にて、臨床検査部技師長業務の傍ら超音波検査など生理機能検査全般を担当。2015年～長崎みなとメディカルセンター事務部にて、診療報酬関連、病院経営管理などを担当。以上、39年間の病院勤務実績あり。

◆授業の目的・目標

・生涯にわたって健康を維持・増進するための知識を身につける。
・自分のみならず、家族や周囲の人々の健康づくりに寄与する態度を身につける。
・将来、検査技師として働く場合に役立つ、健康に関わる科学的思考を身につける。

◆授業の概要・授業方針

・健康とは何かを考え、健康的な生活を実現するための知識や態度を身につけることを目的として、運動・栄養・休養などの観点から健康に関する話題を提供し、現代社会の様々な健康問題やその対策について考える授業を展開する。
・課題レポートの提出。

◆テキスト・参考資料等

・必要に応じて資料を配布する。
・参考書籍：「健康・スポーツ科学講義」第2版（杏林書院）

◆成績評価の方法

・授業課題レポートで評価
（期末試験は行わない）

授業計画		チェック欄
第1回	私のスポーツ歴	
第2回	わが国の健康と病気に関する背景と社会問題、生活習慣病の原因と予防	
第3回	体力とは何か、体力測定法	
第4回	運動のしくみ（エネルギー・筋・神経）	
第5回	運動のしくみ（呼吸・循環）	
第6回	運動のしくみ（内分泌）	
第7回	トレーニングの基礎理論と実践	
第8回	減量（ダイエット）の生理学	
第9回	運動と水分補給、熱中症、応急手当	
第10回	薬物・喫煙・飲酒・性感染症の健康への影響	