

授業科目	インターンシップ支援講座【実習】		開講時期	前期
担当教員	崔 耿美		単位	1
授業の目的と概要	<p>本学の学生の大半は就職する。しかし、就職したからといってそれがゴールではない。女性であるからには、結婚・妊娠・出産などのライフイベントと仕事を絡めてキャリアを形成していくことを考える必要がある。本授業では、そのために必要な知識・技能を体得することを目的とする。そのために、インターンシップ経験を通じて知識と体験を合わせて自分の職業人生を考える。本授業の構成は、前期の授業+九州インターンシップ協議会主催の事前研修+インターンシップ経験+キャリアインターンシップ（後期科目）の受講で2単位である。授業の目的を効果的に構成するために、TBL(Team-Based Learning)を導入する。TBLを成立させるためには、個々の学生が責任を持って授業外学修に取り組み→授業において真摯にチームで討議を行い→クラス全体で討議を行うとともに→教員からのメッセージを受け取り、気づきを内省するというプロセスが不可欠である。</p>			
到達目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. キャリアを形成していくために必要な、知識・技能・態度について説明することができる。</li> <li>2. インターンシップの課題表示より、インターンシップで体得したいことを具体的に表現できる</li> <li>3. 職業選択に関する自らの思いを、第三者に伝えることができる。</li> </ol>			
この授業が目的としてDPや関連する科目など	<p>(1) -②自分の感情や欲求をコントロールして行動できる。「自己管理能力」  (1) -④社会の一員としての意識をもってその発展に関わることができる。「市民としての社会的責任・勤労観」  (3) -①自己にふさわしいキャリアを構想できる。「キャリアを構想する力」</p> <p>&lt;授業外学修&gt;1回の授業につき45分必要です。詳しくは学生便覧参照。</p> <p>この科目は韓国の製造業・日本の経済団体での実務経験のある教員が担当しています。</p>			
授業計画	授業内容	授業外学修など		
第1回	授業の概要説明（授業の全対象を理解するための模擬授業） 0時間目 女だからチャンスはある	復習：シラバスの内容の吟味と履修の意思決定		
第2回	1時間目 就・妊・婚・三大「活」はつながっている	受講ノートの指示に沿った教科書「1時間目」事前学修・事後学修		
第3回	2時間目 今就活に何が起きているか？	受講ノートの指示に沿った教科書「2時間目」事前学修・事後学修		
第4回	インターンシップについてのガイダンス（進路支援課）	進路支援課の学内での役割を事前に調べて参加すること		
第5回	チームビルディング演習	継続して受講予定の学生は必ずチームビルディング演習に参加すること		
第6回	3時間目 女子学生の就活・常識のウソ	受講ノートの指示に沿った教科書「3時間目」事前学修・事後学修		
第7回	4時間目 女子学生のための“納得就活”のコツ	受講ノートの指示に沿った教科書「4時間目」事前学修・事後学修		
第8回	5時間目 女子が働きやすいのはどんな職場？	受講ノートの指示に沿った教科書「5時間目」事前学修・事後学修		
第9回	6時間目 社会で役立つ雇用の常識・法律知識	受講ノートの指示に沿った教科書「6時間目」事前学修・事後学修		
第10回	7時間目 後悔しないための「結婚」とお仕事の基礎知識	受講ノートの指示に沿った教科書「7時間目」事前学修・事後学修		
第11回	8時間目 後悔しないための「妊娠」とお仕事の基礎知識	受講ノートの指示に沿った教科書「8時間目」事前学修・事後学修		
第12回	9時間目 女子が本当に幸せになるための働き方	受講ノートの指示に沿った教科書「9時間目」事前学修・事後学修		
第13回	成果発表（オーラル・プレゼンテーション）と質疑応答	受講ノートの提出/持論の整理とプレゼンテーションの準備/受講ノートの完成		
第14回	成果発表（オーラル・プレゼンテーション）と質疑応答	持論の整理とプレゼンテーションの準備		
第15回	インターンシップの課題の提示、授業のまとめ 授業ノートの返却	授業で提示したインターンシップの課題の達成方法を考案		
成績評価	割合（％）、種類・評価基準など			
定期試験	なし			
レポート	30% 受講ノート（最終ページで授業全体の振り返りを記述したもの）の提出 *フィードバックは授業ノートの返却の際に書面添付			
小テスト等	なし			
成果発表	20% オーラル・プレゼンテーション			
受講態度他	50% TBLへの貢献、チーム討議・クラス討議への積極的な参加			
受講上の留意点・ルールに関わる情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業の目的と概要で述べたように、本授業ではTBL(Team-Based Learning)を導入する。TBLを成立させる大前提は、個々の学生による自らとチームの仲間の学修への責任を持った授業外学修である。これを怠る学生は授業の場に入ることを拒否する。初回の授業で本授業専用の受講ノートを配付し、受講に関するルールの詳細について説明する。この授業を履修しようとする学生は必ず初回の授業に参加することを強く求める。</li> <li>・九州インターンシップ推進協議会主催の事前研修会・インターンシップ参加には1万2千円程度の参加費が必要である</li> </ul>			
教科書	プリントを配布する			
指定図書	なし			
参考図書	なし			
オフィスアワー	授業の前後	メールアドレス		

授業科目	ウエルネス・スポーツⅡ【実技】		開講時期	後期
担当教員	宮平(喬)・栗木(明)・泉原(嘉)・山下(龍)・大橋(充)・城戸(親)		単位	1
授業の目的と概要	本授業は各人が選択したスポーツの実習を通して、それぞれのスポーツの技術・ルール・マナーなどを学習しながら発育終期を迎えた学生の健康・体力向上を図る。また、体力のみならずスポーツを通して、社会の中で生きていく上でのライフスキルを養う。実習するスポーツは、ウエルネス・スポーツⅠと同じ。Ⅱでは前期にⅠを履修し、①Ⅰと異なった種目を選択するグループ、②Ⅰと同じ種目を継続選択するグループの2つに分かれる。①はⅠと同じ要領で学習を進めるが、②の場合はⅠよりもレベルの高い技術やルールを加え、更に集団技能やゲームの学習に力点を置きながら学習を深める。			
到達目標	1チームワークを含めたスポーツの楽しさを体得する。 2スポーツを媒体にして仲間とのコミュニケーション能力をはじめとするライフスキルを養う。 3自らの体力レベルを把握し、自己評価することができる。 4スポーツなどの身体活動を積極的に生活の一部に取り入れることができる。			
この授業が目的としているDPや関連する科目など	(1) -③他者と協働して課題に取り組むことができる。「チームワーク力」 (2) -①多様な価値観を尊重し、他者とつながるための意思疎通ができる。「コミュニケーション・スキル」 担当教員の中には理学療法士としての実務経験を有する者がおり、「授業の目的と概要」記載どおりの実践的教育を行います。			
授業計画	授業内容	授業外学修など		
第1回	オリエンテーション (更衣不要。場所は当日朝に体育館前に掲示する)	健康・体力・身体活動に対する自分の現状を検証する		
第2回	身体ほぐし運動、体力テスト (未測定者のみ)	健康・体力・身体活動に対する自分の現状を検証する		
第3回	レクレーション、体力テスト (未測定者のみ)、種目分け	健康・体力・身体活動に対する自分の現状を検証する		
第4回	種目 (バレーボール、バドミントン、卓球、テニス) に分かれて実技	各自該当する種目のルールと基本技術について学習する		
第5回	種目 (バレーボール、バドミントン、卓球、テニス) に分かれて実技	各自該当する種目のルールと基本技術について学習する		
第6回	種目 (バレーボール、バドミントン、卓球、テニス) に分かれて実技	各自該当する種目のルールと基本技術について学習する		
第7回	種目 (バレーボール、バドミントン、卓球、テニス) に分かれて実技	各自該当する種目のルールと基本技術について学習する		
第8回	種目 (バレーボール、バドミントン、卓球、テニス) に分かれて実技	各自該当する種目のルールと基本技術について学習する		
第9回	種目 (バレーボール、バドミントン、卓球、テニス) に分かれて実技	各自該当する種目のルールと基本技術について学習する		
第10回	種目 (バレーボール、バドミントン、卓球、テニス) に分かれて実技	各自該当する種目のルールと基本技術について学習する		
第11回	種目 (バレーボール、バドミントン、卓球、テニス) に分かれて実技	各自該当する種目のルールと基本技術について学習する		
第12回	種目 (バレーボール、バドミントン、卓球、テニス) に分かれて実技	各自該当する種目のルールと応用技術について学習する		
第13回	種目 (バレーボール、バドミントン、卓球、テニス) に分かれて実技	各自該当する種目のルールと応用技術について学習する		
第14回	種目 (バレーボール、バドミントン、卓球、テニス) に分かれて実技	各自該当する種目のルールと応用技術について学習する		
第15回	まとめ	スポーツの役割、ウエルネススポーツの目的の再確認する		
成績評価	割合(%)、種類・評価基準など			
定期試験	なし			
レポート	なし			
小テスト等	なし			
成果発表	なし			
受講態度他	出席状況 (90%) : 欠席1回に対して10%を減点する。 授業への積極性 (10%) : 毎回の授業における受講状況・態度によって評価する。 授業態度や忘れ物(更衣シューズ)は減点の対象となす。			
受講上の留意点・ルールに関わる情報	1. 能率・安全のために、スポーツ用の服装やシューズを着用する。 2. ルールに従い、クラスの成員と協力すること。 3. 身体活動が中心の学習であるから、各自が自らの健康管理に配慮すると共に、他のメンバーの安全にも留意する。 4. 用具・器具使用上の注意を守ると共に、長い爪や装身具の着用等も事故の原因になることを知り注意すること。			
教科書	特になし			
指定図書	特になし			
参考図書	特になし			
オフィスアワー	栗木：水曜日10：50～12：20、非常勤教員は授業前後に対応する	メールアドレス		

授業科目	キャリアインターンシップ【実習】		開講時期	後期
担当教員	大橋 健治		単位	1
授業の目的と概要	本授業の目的は、インターンシップ支援講座の修了者（単位取得者）が自らの経験を振り返り、第三者に対して語るに足る価値を導き出す機会を与える場を提供することにある。そのために、同様の経験をした学生同士が、自らの経験を語り合い学びあって自らの経験を昇華させるような、いわゆる経験学習を実践できるような授業をめざす。具体的には、TBL（Team-Based Learning）とプレゼンテーションというアクティブ・ラーニングの手法を導入する。			
到達目標	1. 自らのインターンシップ経験を体系的にまとめることができる。 2. 自らのインターンシップ経験を第三者に語るすることができる。			
この授業が目的としているDPや関連する科目など	(3) -①自己にふさわしいキャリアを構想できる。「キャリアを構想する力」 この科目は一般企業での実務経験のある教員が担当しており、「授業の目的と概要」記載どおりの実践的教育を行います。 関連する科目：キャリアデザイン基礎、ライフマネジメントⅠ、ライフマネジメントⅡ、インターンシップ支援講座など			
授業計画	授業内容	授業外学修など		
第1回	インターンシップの振り返りとインターンシップ体験報告書の作成	インターンシップ支援講座の内容とインターンシップ体験の振り返り		
第2回	インターンシップ体験の報告会（TBLに基づくアクティブ・ラーニング）	インターンシップ体験報告書の作成とTBLでの気づきのまとめ		
第3回	インターンシップ体験のプレゼンテーションⅠ（全受講者の内5～7名）	PPTによるスライドと口頭発表に準備&気づきのまとめ		
第4回	インターンシップ体験のプレゼンテーションⅡ（全受講者の内5～7名）	PPTによるスライドと口頭発表に準備&気づきのまとめ		
第5回	インターンシップ体験のプレゼンテーションⅢ（全受講者の内3～5名）&まとめ	PPTによるスライドと口頭発表に準備&気づきのまとめ		
—	—	—		
—	—	—		
—	—	—		
—	—	—		
—	—	—		
—	—	—		
—	—	—		
—	—	—		
—	—	—		
成績評価	割合（％）、種類・評価基準など			
定期試験	なし			
レポート	30％ 初回の授業（事後学修を含む）で作成したインターンシップ体験報告書の出来栄			
小テスト等	なし			
成果発表	20％ インターンシップ体験のプレゼンテーションの出来栄			
受講態度他	50％ アクティブ・ラーニングへの貢献度			
受講上の留意点・ルールに関わる情報	授業の目的と概要で述べたように本授業はTBL（Team-Based Learning）とプレゼンテーションで運営する。これらのアクティブ・ラーニングの前提は学生による事前学修への誠実な取り組みである。また、授業への無遅刻・無欠席での参加も重要な要素である。やむを得ない遅刻・欠席は可能な限り事前に連絡を入れること。			
教科書	プリントを配布する			
指定図書	なし			
参考図書	なし			
オフィスアワー	水曜日の昼休み	メールアドレス		

授業科目	仏教学Ⅰ【講義】		開講時期	前期
担当教員	栗山 俊之		単 位	2
授業の目的と概要	<p>本学の建学の精神である仏教とはどのような教えであるかを学ぶ。特に、仏教の開祖である釈尊の生涯について知る。さらに、仏教の学びを通じて、今の自分の生き方を考える。</p> <p>本学建学の精神である仏教はいかなる要請によって生まれたのか、仏教の目指すところはどこにあるのか、インドの思想的・社会的背景を学習しながら、釈尊の教えとその現代的意義について考える。また、仏教の倫理観・人間観を学ぶことにより、今一度、「わたし」を見つめ直す機会にする。講義の中に、体験学習やフィールドワークを取り入れ、座学とは別の方法で学ぶ機会を設ける。</p>			
到達目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 宗教が何を目的としているかについて説明することができる。</li> <li>2. 釈尊の生涯に起こった主要な出来事について説明することができる。</li> <li>3. 仏教的な視点から自分の感情や欲求を客観的に分析することができる。</li> <li>4. 仏教の人間観を通じて自分自身の生き方を振り返ることができる。</li> </ol>			
この授業が目的としているDPや関連する科目など	<p>(1) -①自己の良心と社会の規範・ルールに従って行動できる。「倫理観・人間観」  (1) -②自分の感情や欲求をコントロールして行動できる。「自己管理能力」  (3) -①自己にふさわしいキャリアを構想できる。「キャリアを構想する力」</p> <p>&lt;授業外学修&gt;1回の授業につき180分必要です。詳しくは学生便覧参照。</p> <p>この科目は仏教福祉活動・高校教員の実務経験のある教員が担当しており、「授業の目的と概要」記載どおりの実践的教育を行います。</p>			
授業計画	授 業 内 容	授 業 外 学 修 等		
第1回	オリエンテーション	仏教を学ぶことの意味について		
第2回	筑紫女学園、その建学の精神・校訓	『聖典』に掲載されている建学の精神・校訓を読んでください		
第3回	建学の精神にもとづく様々な活動（東日本大震災、インド、京都・奈良研修など）	仏教とボランティアや、インド、京都・奈良の関係について調べてください		
第4回	仏教行事の実際（全学礼拝）	仏教行事に参加してみたいの感想を提出してください		
第5回	人間について	現代の私たちが抱える様々な課題について考えてみましょう		
第6回	宗教とは	身近にある宗教について、あなたはどうか考えますか		
第7回	太宰府天満宮フィールドワーク	太宰府天満宮とその宗教性について調べてください		
第8回	フィールドワーク、プレゼンテーション	プレゼンテーションの準備をしてください		
第9回	「仏教の基礎」と「釈尊の生涯」概説	仏教・釈尊について概説している配布プリントを読んでください		
第10回	釈尊以前のインドと釈尊の誕生	バラモン教・カースト制度・「唯我独尊」について調べてください		
第11回	若き釈尊の苦悩	存在そのものが不可避的に抱える不条理について		
第12回	「四門出遊」	生老病死について		
第13回	出家と苦行	覚りへの道、真実との出会いについて		
第14回	釈尊の覚り	無我ということ		
第15回	まとめ	前期の講義を振り返ってください		
成績評価	割 合（％）、種 類・評 価 基 準 等			
定期試験	なし			
レポート	80％ 毎回の「講義の感想・意見」および全学礼拝・礼拝アワーレポート・学期末レポート			
小テスト等	なし			
成果発表	なし			
受講態度他	20％ 講義に向き合う姿勢により評価する。			
受講上の留意点・ルールに関わる情報	座席は指定制とする。毎回授業終了時（10分間）に、「講義の感想・意見」を書いて提出すること。			
教科書	なし			
指定図書	なし			
参考図書	適宜紹介			
オフィスアワー	水4、金3	メールアドレス		

授業科目	仏教学Ⅱ【講義】		開講時期	後期
担当教員	栗山 俊之		単位	2
授業の目的と概要	仏教の基本的な教えについての知識を得る。また、縁起的な人間観・世界観を通じて、生きるこの意味を考える。さらに、現代社会の様々な問題を見つめ直す視点を身につける。 「縁起」「無我」などの釈尊の教えについて講義する。また、「人間としていかに生きるか」「死についてどう考えるか」など、現代人が抱える思想的問題に対して仏教が示す指針を考察して、「自分」を見つめ直す。 本学建学の精神である仏教はいかなる要請によって生まれたのか、仏教の目指すところはどこにあるのか、インドの思想的・社会的背景を学習しながら、釈尊の教えとその現代的意義について考える。また、仏教の倫理観・人間観を学ぶことにより、今一度、「わたし」を見つめ直す機会にする。講義の中に、体験学習を取り入れ、座学とは別の方法で学ぶ機会を設ける。			
到達目標	1. 釈尊の思想の基本的内容を説明することができる。 2. 「縁起」という視点から自己のあり方を論理的に説明することができる。 3. 仏教が提供する人間観・倫理観を通じて、自己を取り巻く世界を振り返ることができる。 4. 仏教の現代的意味について自分の見解を表明できる。			
この授業が目的としているDPや関連する科目など	(1) -①自己の良心と社会の規範・ルールに従って行動できる。「倫理観・人間観」 (2) -③獲得した情報や知識を使って物事を筋道立てて考えることができる。「論理的思考力」 (3) -①自己にふさわしいキャリアを構想できる。「キャリアを構想する力」 <授業外学修>1回の授業につき180分必要です。詳しくは学生便覧参照。 この科目は仏教福祉活動・高校教員の実務経験のある教員が担当しており、「授業の目的と概要」記載どおりの実践的教育を行います。			
授業計画	授業内容	授業外学修など		
第1回	はじめに：仏教学Ⅰの復習	仏教学Ⅰを振り返ってください		
第2回	不可思議なる世界	「不思議」ということ		
第3回	坐を立て、あらゆるものの救いへ	自利利他ということ		
第4回	初転法輪「縁起」	関係の中の存在		
第5回	釈尊の教団	サンガ		
第6回	対機説法	対機説法		
第7回	愚・悪	愚・悪		
第8回	仏教行事の実際	仏教行事jに参加した感想を書いてください		
第9回	釈尊の死	ブッタ最後の旅		
第10回	釈尊滅後の仏教の展開	上座部仏教と大乘仏教		
第11回	あらゆるものの救いという願い	阿弥陀如来		
第12回	仏教、日本へ	日本の仏教受容と親鸞までの日本仏教の展開		
第13回	仏教に出会った人びと①	親鸞		
第14回	仏教に出会った人びと②	宮沢賢治		
第15回	まとめ	後期を振り返ってください		
成績評価	割合（％）、種類・評価基準など			
定期試験	なし			
レポート	80％ 毎回の「講義の感想／意見」および全学礼拝・礼拝アワーレポート・学期末レポート			
小テスト等	なし			
成果発表	なし			
受講態度他	20％ 講義に向き合う姿勢			
受講上の留意点・ルールに関わる情報	座席は指定制とする。毎回授業終了時（10分間）に、「講義の感想／意見」を書いて提出すること。			
教科書	なし			
指定図書	なし			
参考図書	適宜紹介			
オフィスアワー	月曜4講目	メールアドレス		

授業科目	ウエルネス・スポーツ I 【実技】		開講時期	前期
担当教員	栗木 明裕・泉原 嘉郎・大橋 充典		単位	1
授業の目的と概要	本授業は各人が選択したスポーツの実習を通して、それぞれのスポーツの技術・ルール・マナーなどを学習しながら発育終期を迎えた学生の健康・体力向上を図る。また、体力のみならずスポーツを通して、社会の中で生きていく上でのライフスキルを養う。実習するスポーツは、バレーボール、バドミントン、卓球、テニスであり、その他にレクリエーション等も適宜加えられる。また、多種多様なトレーニング方法を準備運動等へ盛り込み、体力の向上に役立てる。			
到達目標	1チームワークを含めたスポーツの楽しさを体得する。 2スポーツを媒体にして仲間とのコミュニケーション能力をはじめとするライフスキルを養う。 3自らの体力レベルを把握し、自己評価することができる。 4スポーツなどの身体活動を積極的に生活の一部に取り入れることができる。			
この授業が目的としているDPや関連する科目など	(1) -③他者と協働して課題に取り組むことができる。「チームワーク力」 (2) -①多様な価値観を尊重し、他者とつながるための意思疎通ができる。「コミュニケーション・スキル」 担当教員の中には理学療法士としての実務経験を有する者がおり、「授業の目的と概要」記載どおりの実践的教育を行います。			
授業計画	授業内容	授業外学修など		
第1回	オリエンテーション	現在の生活習慣を検証する。		
第2回	大学生に必要なライフスキル・カラダを知る	自分に必要なライフスキルを理解する。 適切な強度で運動を実践する		
第3回	演習 (1) 自宅のできる軽運動	普段の生活に取り入れて実践する		
第4回	演習 (2) ボディメイクエクササイズ	普段の生活に取り入れて実践する		
第5回	演習 (3) ボディメイクエクササイズ	普段の生活に取り入れて実践する		
第6回	演習 (4) ボディメイクエクササイズ (体幹を意識したエクササイズ)	普段の生活に取り入れて実践する		
第7回	演習 (5) コーディネーショントレーニング (1)	普段の生活に取り入れて実践する		
第8回	演習 (6) ピラティス (1)	普段の生活に取り入れて実践する		
第9回	演習 (7) 運動プログラムの作成・実践 (1)	普段の生活に取り入れて実践する		
第10回	演習 (8) 運動プログラムの作成・実践 (2)	普段の生活に取り入れて実践する		
第11回	種演習 (9) ピラティス (2)	普段の生活に取り入れて実践する		
第12回	演習 (10) コーディネーショントレーニング (2)	普段の生活に取り入れて実践する		
第13回	演習 (11) 観るスポーツ (1)	普段の生活に取り入れて実践する		
第14回	演習 (12) 観るスポーツ (2)	普段の生活に取り入れて実践する		
第15回	まとめ	スポーツの役割、ウエルネススポーツの目的を再確認する		
成績評価	割合 ( % )、種類・評価基準など			
定期試験	なし			
レポート	なし			
小テスト等	90% : 授業毎の課題を提出することで評価する			
成果発表	なし			
受講態度他	10% : 授業への参加状況を評価する			
受講上の留意点・ルールに関わる情報	前期は感染症予防の観点から遠隔授業で対応する。 大学施設を利用して演習することができないため、受講生自身で教員の指示に従って自宅での演習に取り組むこと。 私生活に運動を取り入れ、健康的な生活を送ること。 資料は授業時間割に合わせて配信する。毎回の課題の提出期限は翌々日の23:59までとする。 質問は筑女ネットフォーラム、Office Teamsなどを利用して行う。			
教科書	特になし			
指定図書	特になし			
参考図書	特になし			
オフィスアワー	栗木：水曜日10:50~12:20、非常勤教員は授業前後に対応する	メールアドレス		

授業科目	ウエルネス・スポーツ論【講義】		開講時期	前期
担当教員	栗木 明裕		単位	2
授業の目的と概要	<p>「ウエルネス」とは、「健康」を積極的かつ総合的に捉えた健康観を指す。換言すると「どのようにすれば毎日をそして将来をより楽しめるか?」という考え方である。本授業はスポーツをキーワードに身体構造や身体活動について学習するにとどまらず、身の回りにあふれている健康や美容に関する情報を見極めるための知識と自分自身の健康観を養うことを目的としている。</p>			
到達目標	<p>1ウエルネスに対する知見を日常生活に生かせるようになる。 2身体活動・体力要素の特徴についての理解から、日常生活における運動の重要性を考えることができる。 3スポーツを運動の手段としてだけでなく、精神的、社会的なウエルネスに対して活用することができる。</p>			
この授業が目的としているDPや関連する科目など	<p>(1) -②自分の感情や欲求をコントロールして行動できる。「自己管理能力」 (3) -①自己にふさわしいキャリアを構想できる。「キャリアを構想する力」</p> <p>&lt;授業外学修&gt;1回の授業につき180分必要です。詳しくは学生便覧参照。</p> <p>この科目は理学療法士としての実務経験のある教員が担当しており、「授業の目的と概要」記載どおりの実践的教育を行います。</p>			
授業計画	授業内容	授業外学修など		
第1回 授業総論		WHO憲章の「健康」について調べる（予習）		
第2回 ウエルネスの概念		大学生としての快適なライフスタイルを考える（予習）		
第3回 健康と社会（1） 健康観の変遷		自分自身の健康観について考えをまとめる（予習）		
第4回 健康と社会（2） ライフスタイルの変遷		「生活習慣病」について調べる（予習）		
第5回 健康と生活（1） 身体のしくみ		内臓とその働きについて調べる（予習）		
第6回 健康と生活（2） 食と健康（ダイエット）		一日の摂取カロリーを計算する（予習）		
第7回 健康と生活（3） フードファディズム		身近なフードファディズムの例を調べる（予習）		
第8回 健康と生活（4） ストレスと健康		身のまわりのストレスについて調べる（予習）		
第9回 健康と生活（5） 睡眠と健康		一週間の睡眠時間を調べる（課題）		
第10回 スポーツと社会（1） スポーツ・運動の効果		身体活動の身体に対する効果について調べる（予習）		
第11回 スポーツと社会（2） スポーツ参加		スポーツイベントの魅力について考えをまとめる（予習）		
第12回 スポーツと社会（3） 観るスポーツ		メディアに取り上げられているスポーツとその効果について調べる（予習）		
第13回 女性と健康（1） 女性の身体特性		身体的性差について調べる（予習）		
第14回 女性と健康（2） 女性と体脂肪の関係		体脂肪の機能について調べる（予習）		
第15回 授業総括		自分自身の健康観について考えをまとめる（予習）		
成績評価	割合（％）、種類・評価基準など			
定期試験	なし			
レポート	55％ レポート40％（授業中に1回）、調査課題15％（授業中に1回）			
小テスト等	45％ 授業中に毎回課題を課す（15回）			
成果発表	なし			
受講態度他	提出課題の内容が基準に達していない場合（不備が多い場合等）は減点する可能性がある			
受講上の留意点・ルールに関わる情報	<p>感染症対策のため遠隔授業にて対応する。 資料は授業時間割に合わせて配信する。毎回の課題の提出期限は翌日の23：59までとする。 質問は筑女ネットフォーラム、Office Teamsなどを利用して行う。 単位取得としての授業参加も大切だが、ここで示した内容は自らの健康に関わってくるものであると捉えながら、授業にのぞんでもらいたい。</p>			
教科書	適宜資料を配布する			
指定図書	なし			
参考図書	適宜紹介する			
オフィスアワー	水曜日10：50～12：20（事前連絡要）	メールアドレス		