

香川高等専門学校		開講年度	令和06年度 (2024年度)		授業科目	社会科学 I	
科目基礎情報							
科目番号	1140			科目区分	一般 / 選択		
授業形態	授業			単位の種別と単位数	学修単位: 2		
開設学科	情報工学科 (2019年度以降入学者)			対象学年	4		
開設期	後期			週時間数	後期:2		
教科書/教材	大阪商工会議所編『メンタルヘルス・マネジメント検定試験公式テキスト Ⅲ種セルフケアコース(第5版)』中央経済社、2021年						
担当教員	田村 昌己						
到達目標							
社会生活においてメンタルヘルスクア（セルフケア：自らのストレス状況を把握する・早期にメンタルヘルス不調に気づく・自らケアを行う・必要に応じて助けを求める等）を実践できるようになるために、その基礎知識を習得する。							
ルーブリック							
	理想的な到達レベルの目安			標準的な到達レベルの目安		未到達レベルの目安	
評価項目1	メンタルヘルスクアの意義と重要性を十分に説明できる。			メンタルヘルスクアの意義と重要性をある程度説明できる。		メンタルヘルスクアの意義と重要性を説明できない。	
評価項目2	ストレス及びメンタルヘルスに関する基礎知識を十分に説明できる。			ストレス及びメンタルヘルスに関する基礎知識をある程度説明できる。		ストレス及びメンタルヘルスに関する基礎知識を説明できない。	
評価項目3	ストレスへの気づき方と対処・軽減方法を十分に説明できる。			ストレスへの気づき方と対処・軽減方法をある程度説明できる。		ストレスへの気づき方と対処・軽減方法を説明できない。	
学科の到達目標項目との関係							
教育方法等							
概要	メンタルヘルスクア（セルフケア）の基礎知識を習得すべく、ストレス及びメンタルヘルスに関する基礎知識・ストレスへの気づき方・ストレスへの対処法といった項目について学習する。その成果として、メンタルヘルス・マネジメント検定試験Ⅲ種セルフケアコースに合格することを目指す。						
授業の進め方・方法	公式テキストをもとに、メンタルヘルス・マネジメント検定Ⅲ種セルフケアコースの内容を、講義と問題演習を通じて学習する。						
注意点	中間試験50%と検定試験50%とによって評価する。検定試験合格に向けて授業外の自学自習が必要となる。（※検定試験：試験日未定、受験料4220円）						
授業の属性・履修上の区分							
☐ アクティブラーニング		☒ ICT 利用		☐ 遠隔授業対応		☐ 実務経験のある教員による授業	
授業計画							
		週	授業内容		週ごとの到達目標		
後期	3rdQ	1週	イントロダクション		社会人としてどうしてメンタルヘルスクアを学習する必要があるのかを理解し、その説明ができる。A1:3, A3:1-3		
		2週	メンタルヘルスクアの意義		メンタルヘルスクアの意義を理解し、その説明ができる。A1:3, A3:1-3		
		3週	ストレスおよびメンタルヘルスに関する基礎知識(1)		ストレスおよびメンタルヘルスに関する基礎知識を習得し、その説明ができる。A1:3, A3:1-3		
		4週	ストレスおよびメンタルヘルスに関する基礎知識(2)		ストレスおよびメンタルヘルスに関する基礎知識を習得し、その説明ができる。A1:3, A3:1-3		
		5週	セルフケアの重要性		セルフケアの重要性を理解し、その説明ができる。A1:3, A3:1-3		
		6週	ストレスへの気づき方		ストレスへの気づき方を理解し、その説明や実践ができる。A1:3, A3:1-3		
		7週	問題演習		問題演習を通じて、これまでの学習内容について理解の深化と知識の定着を図ることができる。A1:3, A3:1-3		
		8週	中間試験		第1-7週の授業での学習内容を適切にアウトプットできる。A1:3, A3:1-3		
	4thQ	9週	ストレスへの対処、軽減の方法(1)		ストレスへの対処、軽減の方法を理解し、その説明や実践ができる。A1:3, A3:1-3		
		10週	ストレスへの対処、軽減の方法(2)		ストレスへの対処、軽減の方法を理解し、その説明や実践ができる。A1:3, A3:1-3		
		11週	社内外資源の活用		社内外資源の活用について理解し、その説明ができる。A1:3, A3:1-3		
		12週	問題演習		問題演習を通じて、これまでの学習内容について理解の深化と知識の定着を図ることができる。A1:3, A3:1-3		
		13週	問題演習		問題演習を通じて、これまでの学習内容について理解の深化と知識の定着を図ることができる。A1:3, A3:1-3		
		14週	検定試験受験		これまでの学習成果をもとに、メンタルヘルス・マネジメント検定Ⅲ種セルフケアコースに合格することができる。A1:3, A3:1-3		
		15週	検定試験受験		これまでの学習成果をもとに、メンタルヘルス・マネジメント検定Ⅲ種セルフケアコースに合格することができる。A1:3, A3:1-3		
		16週	総括と今後の展望		これまでの授業で扱った内容を総括し、今後の社会生活に活かすことができる。A1:3, A3:1-3		

モデルコアカリキュラムの学習内容と到達目標						
分類	分野	学習内容	学習内容の到達目標		到達レベル	授業週
評価割合						
	試験	レポート	ポートフォリオ	合計		
総合評価割合	100	0	0	100		
基礎的能力	100	0	0	100		
専門的能力	0	0	0	0		
分野横断的能力	0	0	0	0		