

富山高専専門学校		開講年度	令和05年度 (2023年度)		授業科目	保健
科目基礎情報						
科目番号	0013			科目区分	一般 / 選択	
授業形態	授業			単位の種別と単位数	履修単位: 1	
開設学科	機械システム工学科			対象学年	1	
開設期	後期			週時間数	2	
教科書/教材	図説現代保健					
担当教員	中村 祐太郎					
到達目標						
高専生活での安全な生活については、運動中の事故防止・熱中症予防・救命救急や処置について、基礎的な知識を身につける。また、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくための基礎的な事項を理解し、健康の保持増進のための課題の解決を目指し、知識を活用し総合的に考え判断する力を養う。						
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	
救急・応急処置の基礎的な知識を身につけ、実践することが出来る	救急・応急処置の基礎的な知識を身につけ、実践することが出来る		救急・応急処置の基礎的な知識を身につけている		救急・応急処置の基礎的な知識を理解していない	
自らの健康維持の為に、基礎的な事項を理解し、身の回りの環境を改善する	自らの健康維持の為に、基礎的な事項を理解し、身の回りの環境を改善する		自らの健康維持の為に、基礎的な事項を理解している		自らの健康に理解がなく、健康管理を怠っている	
授業で学んだ知識を活用し、総合的に考え判断できる	授業で学んだ知識を活用し、総合的に考え判断できる		授業で学んだ知識を活用し、総合的に考えることができる		授業で学んだ知識を活用していない	
学科の到達目標項目との関係						
ディプロマポリシー 2						
教育方法等						
概要	1. 人間の身体特性、機能を理解し、身体活動に必要な運動、栄養、休養についての実施方法及び留意事項を学習する。また、健康に害を及ぼす諸要因（喫煙、飲酒その他）を再認識し、健康で明るいライフスタイルを送るための知識、知恵を身につける。 2. 現代社会に欠かすことのできない、健康の保持増進と病気の予防、対処法（救急、応急処置法）に加え、精神の健康（ストレスコントロール）などの対処法についても学習する。					
授業の進め方・方法	授業内容に応じたスライド・白板、資料プリントを用いて授業を展開し、理解を深めていく。救急法の授業においては心肺蘇生法の実技及び止血法など実技を導入した授業を展開する予定のため、体育館で実技を行う場合がある。学習内容を身近なものとしてとらえ、実生活に取り入れていくことに期待する。また、今後の長い人生において、健康を維持し明るい日常生活を送るために必要な知識であるため、単に成績のために覚えることなく、積極的に学習を進めてもらいたい。					
注意点	教科書とプリントを使用した講義ではあるが、心肺蘇生法など技術習得のため、体育館を利用する場合がある。本科目では、50点以上の評価で単位を認定する。評価が50点に満たない者は、願い出により追認試験を受けることができる。追認試験の結果、単位の修得が認められた者にあつては、その評価を50点とする。					
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	ガイダンス及び保健の意義について ～授業の進め方、評価方法等ガイダンスを行うと共に保健を学習することの意義について説明する～	保健授業を通して、日常生活の過ごし方を改善できるように、生活習慣の重要性を意識させる。		
		2週	人体の筋肉について ～人体の構造を学習する～	人体の筋肉、骨、内臓などの名称や位置関係を理解して、どのような働きがあるかを理解する。普段、何気なく身体活動を行っている中で、どのようにしてその動きが生じるかのメカニズムを学び、日常生活に活用する。		
		3週	人体の骨について ～人体の構造を学習する～	人体の筋肉、骨、内臓などの名称や位置関係を理解して、どのような働きがあるかを理解する。普段、何気なく身体活動を行っている中で、どのようにしてその動きが生じるかのメカニズムを学び、日常生活に活用する。		
		4週	人体の内臓について ～人体の構造を学習する～	人体の筋肉、骨、内臓などの名称や位置関係を理解して、どのような働きがあるかを理解する。普段、何気なく身体活動を行っている中で、どのようにしてその動きが生じるかのメカニズムを学び、日常生活に活用する。		
		5週	血液の役目について	人間や動物の体内で血液がいかに重要であるか、その役割は何かを理解する。		
		6週	飲酒が人体に与える影響 ～外的な要因が人体に与える影響を学習する～	飲酒や喫煙が私たちの身体に与えるマイナス面を理解し、健康を阻害しない手段、予防対策などを学習する。		
		7週	喫煙が人体に与える影響 ～外的な要因が人体に与える影響を学習する～	飲酒や喫煙が私たちの身体に与えるマイナス面を理解し、健康を阻害しない手段、予防対策などを学習する。		
		8週	思春期と性教育 ～性に関する問題を取り上げ学習する～	この年齢期に直面する大きな事項であることから、性に対する正しい知識を身につける。		
	4thQ	9週	精神の健康	精神（メンタル）の健康に対してのストレスコントロール法などの具体事例報告を挙げ、個々のストレス対処法を探す。		
		10週	スポーツ栄養学 ～私たちが生きていくために欠かすことのできない栄養に関して学習する～	健康で生活するために何をどのように食べていかなければならないかを具体的な品名をピックアップできるように学習する。		

		11週	運動が身体に及ぼす影響 ～運動が身体に及ぼす影響を考える～	スポーツなどの身体運動で自身の体にかかる負荷を主観的に判断することは困難である。運動中の心拍数等を測定し、個々にあった負荷の運動を見つけ出し、その運動を継続することで健康で明るい生活を送る実践方法を学習する。
		12週	運動が身体に及ぼす影響、救急、応急処置法 ～とっさの事故などに遭遇した場合の救急、応急処置法を学習する～	心肺蘇生法ばかりでなく、急病人などに遭遇した場合、何をどのような順序で優先して処置していけばよいかを理解する。
		13週	救急、応急処置法 ～実技～	人形を利用して、心肺蘇生法・AEDの模擬実践を行い、現場で活用できるように準備しておく。
		14週	家庭生活と健康 ～今後、家庭生活の中で留意すべき事柄を学習する～	自身の生活を見直し、留意点をみつけ改善できるように学習する。
		15週	期末テストの解答とその説明、アンケート	
		16週		

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
分野横断的能力	汎用的技能	汎用的技能	汎用的技能	日本語と特定の外国語の文章を読み、その内容を把握できる。	2	
				他者とコミュニケーションをとるために日本語や特定の外国語で正しい文章を記述できる。	2	
				他者が話す日本語や特定の外国語の内容を把握できる。	2	
				日本語や特定の外国語で、会話の目標を理解して会話を成立させることができる。	2	
				円滑なコミュニケーションのために図表を用意できる。	2	
				円滑なコミュニケーションのための態度をとることができる(相づち、繰り返し、ボディランゲージなど)。	2	
				他者の意見を聞き合意形成することができる。	2	
				合意形成のために会話を成立させることができる。	2	
				グループワーク、ワークショップ等の特定の合意形成の方法を実践できる。	2	
				書籍、インターネット、アンケート等により必要な情報を適切に収集することができる。	2	
				収集した情報の取捨選択・整理・分類などにより、活用すべき情報を選択できる。	2	
				収集した情報源や引用元などの信頼性・正確性に配慮する必要があることを知っている。	2	
				情報発信にあたっては、発信する内容及びその影響範囲について自己責任が発生することを知っている。	2	
				情報発信にあたっては、個人情報および著作権への配慮が必要であることを知っている。	2	
				目的や対象者に応じて適切なツールや手法を用いて正しく情報発信(プレゼンテーション)できる。	2	
				あるべき姿と現状との差異(課題)を認識するための情報収集ができる。	2	
				複数の情報を整理・構造化できる。	2	
				特性要因図、樹形図、ロジックツリーなど課題発見・現状分析のために効果的な図や表を用いることができる。	2	
				課題の解決は直感や常識にとらわれず、論理的な手順で考えなければならないことを知っている。	2	
				グループワーク、ワークショップ等による課題解決への論理的・合理的な思考方法としてブレインストーミングやKJ法、PCM法等の発想法、計画立案手法など任意の方法を用いることができる。	2	
				どのような過程で結論を導いたか思考の過程を他者に説明できる。	2	
				適切な範囲やレベルで解決策を提案できる。	2	
				事実をもとに論理や考察を展開できる。	2	
				結論への過程の論理性を言葉、文章、図表などを用いて表現できる。	2	
	態度・志向性(人間力)	態度・志向性	態度・志向性	周囲の状況と自身の立場に照らし、必要な行動をとることができる。	2	
				自らの考えで責任を持つてものごとに取り組むことができる。	2	
				目標の実現に向けて計画ができる。	2	
				目標の実現に向けて自らを律して行動できる。	2	
				日常生活における時間管理、健康管理、金銭管理などができる。	2	
				社会の一員として、自らの行動、発言、役割を認識して行動できる。	2	
				チームで協調・共同することの意義・効果を認識している。	2	
				チームで協調・共同するために自身の感情をコントロールし、他者の意見を尊重するためのコミュニケーションをとることができる。	2	
				当事者意識をもってチームでの作業・研究を進めることができる。	2	
				チームのメンバーとしての役割を把握した行動ができる。	2	
				リーダーがとるべき行動や役割をあげることができる。	2	

			適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。	2	
			リーダーシップを発揮する(させる)ためには情報収集やチーム内での相談が必要であることを知っている	2	
			法令やルールを遵守した行動をとれる。	2	
			他者のおかれている状況に配慮した行動がとれる。	2	
			技術が社会や自然に及ぼす影響や効果を認識し、技術者が社会に負っている責任を挙げることができる。	2	
			自身の将来のありたい姿(キャリアデザイン)を明確化できる。	2	
			その時々で自らの現状を認識し、将来のありたい姿に向かっていくために現状で必要な学習や活動を考えることができる。	2	
			キャリアの実現に向かって卒業後も継続的に学習する必要性を認識している。	2	
			これからのキャリアの中で、様々な困難があることを認識し、困難に直面したときの対処のありかた(一人で悩まない、優先すべきことを多面的に判断できるなど)を認識している。	2	
			高専で学んだ専門分野・一般科目の知識が、企業や大学等でのように活用・応用されるかを説明できる。	2	
			企業等における技術者・研究者等の実務を認識している。	2	
			企業人としての責任ある仕事を進めるための基本的な行動を上げることができる。	2	
			企業における福利厚生面や社員の価値観など多様な要素から自己の進路としての企業を判断することの重要性を認識している。	2	
			企業には社会的責任があることを認識している。	2	
			企業が国内外で他社(他者)とどのような関係性の中で活動しているか説明できる。	2	
			調査、インターンシップ、共同教育等を通して地域社会・産業界の抱える課題を説明できる。	2	
			企業活動には品質、コスト、効率、納期などの視点が重要であることを認識している。	2	
			社会人も継続的に成長していくことが求められていることを認識している。	2	
			技術者として、幅広い人間性と問題解決力、社会貢献などが必要とされることを認識している。	2	
			技術者が知恵や感性、チャレンジ精神などを駆使して実践な活動を行った事例を挙げることができる。	2	
			高専で学んだ専門分野・一般科目の知識が、企業等でのように活用・応用されているかを認識できる。	2	
			企業人として活躍するために自身に必要な能力を考えることができる。	2	
			コミュニケーション能力や主体性等の「社会人として備えるべき能力」の必要性を認識している。	2	
総合的な学習経験と創造的思考力	総合的な学習経験と創造的思考力	総合的な学習経験と創造的思考力	工学的な課題を論理的・合理的な方法で明確化できる。	2	後6,後7
			公衆の健康、安全、文化、社会、環境への影響などの多様な観点から課題解決のために配慮すべきことを認識している。	2	後6,後7
			要求に適合したシステム、構成要素、工程等の設計に取り組むことができる。	2	
			課題や要求に対する設計解を提示するための一連のプロセス(課題認識・構想・設計・製作・評価など)を実践できる。	2	
			提案する設計解が要求を満たすものであるか評価しなければならないことを把握している。	2	
			経済的、環境的、社会的、倫理的、健康と安全、製造可能性、持続可能性等に配慮して解決策を提案できる。	2	

評価割合

	救急・応急処置の基礎的な知識を身につけ、実践することが出来る	自らの健康維持の為に、基礎的な事項を理解し、身の回りの環境を改善する	授業で学んだ知識を活用し、総合的に考え判断できる	合計
総合評価割合	20	30	50	100
評価配点	20	30	50	100