



整理番号	HT25187	分野	社会、その他	(キーワード)ケースメソッド
------	---------	----	--------	----------------

園田学園女子大学

プログラム名 「こころとからだの健康づくり(ダイエット)について保健室の先生と一緒に考えてみよう！」

先生(代表者)	林 照子(はやしてるこ) 人間健康学部総合健康学科・准教授			
自己紹介	専門分野:学校保健、学校心理学 趣味:芸術鑑賞 大学で仕事をする前は養護教諭(保健室の先生)として働いていました。			
開催日時・主な募集対象	平成25年8月10日(土)	(対象)	高校生	(人数) 25名
集合場所・時間	園田学園女子大学6号館	(集合時間)	12:30	
開催会場(集合場所)	園田学園女子大学 住所:〒661-8520 兵庫県尼崎市南塚口町7丁目29番1号 アクセスマップ: http://www.sonoda-u.ac.jp/access.html			
内 容				
<p>ダイエットに関する情報は世の中にあふれています。そしてテレビ番組で活躍しているタレントたちやスポーツ選手たちは必ず普通以上にスマートです。また、ファッション雑誌でかっこよく服を着こなしているモデルたちも、必ず背が高くやせてかっこいい。この体型を良しとする人が多く、行き過ぎたダイエットになってしまいます。では、正しいダイエットとはどんなものなのでしょうか？また、ダイエットをする人は本当に痩せる必要があるのでしょうか？</p> <p>このプログラムでは、実際に体脂肪率の測定実習を体験し、測定結果や体格指数をもとに「肥満・やせ」に相当する体重や体内脂肪を計算し、自己分析をしてもらいます(他の人に結果を見られることはありません)。そしてその結果をどのように活用すればいいのかミニ講義で学びます。そうすることで、身近な友人や家族に健康づくりの大切さとともにダイエットについても伝えることができるでしょう。</p> <p>知識を得た後、学校の健康づくりの専門的アドバイザーでもある保健室の先生や大学生と一緒に、ケース教材をもとに健康づくりについて考え、話しあってみませんか？</p> <p>身近な友人や家族と健康づくりの大切さを考える機会にさせていただきたいと思えます。</p>				
				

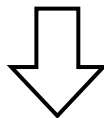
スケジュール		持ち物
12:30～13:00	受付（園田学園女子大学6号館集合）	筆記用具
13:00～13:20	開講式（あいさつ、オリエンテーション、 科研費の説明）	
13:20～13:50	ガイダンス・＜事例学習＞ ・＜実習：体内脂肪率測定＞	特記事項
13:50～14:35	＜ミニ講義＞「楽しくダイエットを学ぼう！ ～測定結果をもとに色々計算してみよう（講師：藤沢政美）」	このプログラムは健康づくりを目的としており、ダイエットを推奨するものではありません。本プログラムの参加にあたっては、保護者の同意が事前に必要です。
14:35～15:25	クッキータイム（親睦会）・施設見学	
15:25～15:55	＜演習＞グループ・ディスカッション（講師：林照子）	
15:55～16:10	（休憩）	
16:10～16:30	＜演習＞グループ発表と全体ディスカッション ・まとめ	
16:30～17:00	閉講式（未来健康博士号授与式 ・感想・アンケート記入）	
17:00	終了・解散	

《お問い合わせ・お申し込み先》

所属・氏名：	教学支援部学術研究支援課 西田 英一
住所：	〒661-8520 兵庫県尼崎市南塚口町7丁目29番1号
TEL 番号：	06-6429-9921
FAX 番号：	06-6426-2307
E-mail：	gakujyutu@sonoda-u.ac.jp
申込締切日：	平成25年7月22日（月）

《プログラムのテーマと関係する科研費》

研究代表者	研究期間	研究種目	課題番号	研究課題名
林 照子	H22-24	基盤研究 (C)	22531041	養護実践力の向上を目指したケースメソッド教育プログラムの開発と評価



★この科研費について、さらに詳しく知りたい方は、下記をクリック！

<http://kaken.nii.ac.jp/>

※国立情報学研究所の科研費データベースへリンクします。