

【様式 02】 高大連携公開講座シラバス

* 科目 No.	06203
----------	-------

1. 開設大学	県立広島大学 人間文化学部	開講場所 (キャンパス・施設)	広島キャンパス			
2. 科目名	人間文化学への招待—健康科学科で何を学ぶか—					
	学問分野	番 号	34	名 称	健康科学	
3. 担当教員	三浦 朗	人間文化学部	健康科学科	教授		
	北台靖彦	人間文化学部	健康科学科	教授		
	森脇弘子	人間文化学部	健康科学科	教授		
4. 開講期間 (曜日) 開講時間	平成 30 年 7 月 28 日 (土) 9 時 00 分 ~ 12 時 20 分 (60 分×3 回) ①9:00~10:00 ②10:10~11:10 ③11:20~12:20					
個別開講日	1 回目 /	2 回目 /	3 回目 /	4 回目 /	5 回目 /	6 回目 /
	7 回目 /	8 回目 /	9 回目 /	10 回目 /	11 回目 /	12 回目 /
5. 募集定員	50 人程度					
6. 科目内容・ 授業計画	<p>少子高齢化社会の中で「人間の健康の科学」を考究する学問の役割はますます重要になっています。県立広島大学 人間文化学部 健康科学科では、「生活習慣病の予防」の観点で、「生体科学」,「栄養・食品科学」,「健康スポーツ科学」,「健康管理科学」の 4 分野について、遺伝子・細胞レベルの生体メカニズムから、個体・集団レベルの健康維持に至るまで、幅広い教育・研究を行っています。この講座では、健康科学に関心のある高校生を対象に、健康科学科で行われている教育・研究内容を紹介します。教員は、それぞれの専門分野について、具体的にわかりやすく講義します。</p> <p>講座内容</p> <ol style="list-style-type: none"> 健康スポーツ科学分野「トレーニングの科学」(三浦 朗) ヒトに対する運動トレーニングの効果について、これまでに得られた情報をわかりやすく紹介します。その上で、成長段階に応じた効果的なトレーニング方法を、全身持久力(ねばり強さ)と筋力(力強さ)に分けてお話します。 生体科学分野「生活習慣病と臓器間ネットワーク」(北台 靖彦) ヒトの体は中枢神経である脳が各臓器を制御していると考えられていましたが、最近臓器と臓器がホルモンなどの液性因子を介して直接、臓器間でコミュニケーションを取っていることが判明しました。生活習慣病に対する考え方が変わりつつある現在、どのような対策が必要かを一緒に考えていきましょう。 健康管理科学分野「使ってみよう！食事バランスガイド」(森脇 弘子) バランスのよい食事って何でしょうか？ 今まで家庭科等で「三色食品群」,「六つの基礎食品」,「四つの食品群」を学んできました。今回は「食事バランスガイド」を使い、バランスのよい食事について考えてみましょう。 					
7. 受講料	無料					
8. 別途負担費用	(テキスト代・実習料等) なし					
9. 開講条件※1 あり・ない	① 最少開講人数 (人) 定員超過の不許可は選考により決定 ② 不許可・不開講通知日 (7月13日(金)以前の開講科目は3月末まで/7月14日(土)以降の開講科目は6月末まで)					
10. その他特記事項	受講者についての制限事項、事前に予習しておく資料・文献など特記すべきこと 特になし					
11. 開設大学への 交通手段	http://www.enica.jp/ から開設大学のホームページにジャンプして確認してください。					

※申込時点で原則、受講できます。ただし、開講条件で不許可・不開講があった場合は受講申込者へ通知します。