

《単位互換提供科目詳細（シラバス）》

* 科目 No. 1812

科目概要記入欄

1. 開設大学名	広島修道大学		科目開講 キャンパス	本学		
2. 科目名	正式科目名	健康心理学			クラス名	
	副題				配当年次	3・4
	旧科目名				受入学年	2・3・4
	学問分野	番号	1 3	名称	心理学	
	サテライトで開講される科目の科目群			A群	B群	
3. 担当教員名	古満 伊里					
4. 単位数	2単位		5. 開講学期	前期前半		
6. 開講期間 曜日・時間	2018年4月10日（火）～ 2018年5月29日（火） 火曜日 13:05～ 16:20（3,4限連続講義）					
個別開講日	1回目 4/10	2回目 4/10	3回目 4/17	4回目 4/17	5回目 4/24	6回目 4/24
	7回目 5/1	8回目 5/1	9回目 5/8	10回目 5/8	11回目 5/15	12回目 5/15
	13回目 5/22	14回目 5/22	15回目 5/29	16回目 /	試験日 5/29	
7. 基礎知識の有無	②. 「基礎知識を必要としない科目」					
8. 募集人数 (総授業定員)	10人 (150人)		9. 定員超過時の 選考方法	抽選		
10. 科目内容・ 授業計画	<p>健康心理学は人生・生活の質(Quality of Life; QOL)の向上を目指す学際領域です。私たちが健やかに日々過ごすためには、こころとからだの相互作用という個人内の現象に気づくことはもちろん、日々変化する社会システムへの適応も必要です。本講義では、QOLの向上に役立つと思われる心理学的知見を紹介しながら、健康心理学の全体像の理解を目指します。</p> <p>①健康心理学とは1－健康とウェルビーイング（1） ②健康心理学とは2－健康とウェルビーイング（2） ③健康心理学とは3－健康リスクへのアプローチ ④健康心理学と臨床心理学 ⑤健康増進の心理学1－健康な社会づくり ⑥健康増進の心理学2－現代生活とストレス ⑦健康増進の心理学3－健康な食生活 ⑧健康増進の心理学4－運動と休養 ⑨健康増進の心理学5－スピリチュアリティ ⑩健康を脅かすもの1－健康リスク要因とパーソナリティ ⑪健康を脅かすもの2－健康リスク要因と行動 ⑫健康を脅かすもの3－女性・男性に特有な健康リスク ⑬健康を脅かすもの4－高齢者に特有な健康リスク ⑭ヘルスケアシステムの現状と問題点 ⑮まとめ</p>					
11. 試験・評価方法	試験(70%)＋リアクションペーパー(30%)					
12. 別途負担費用	教科書：島井哲志・長田久雄・小玉正博（編）『健康心理学・入門－健康なこころ・身体・社会づくり（有斐閣アルマ）』, ¥2,000＋税, 修大生協					
13. その他特記事項	なし					
14. サテライト科目の 社会人受講について	科目等履修生（単位付与）として受け入れ			可	否	
	聴講生（単位認定不要）として受け入れ			可	否	