

授業科目名・形態	成人保健活動論 演習	必修・選択の別	選択	単位数	1
担当者氏名	松橋 セツ子・中村 みえ子	実務経験の有無	有	開講期	2年後期

### 【授業の主題】

成人保健分野における保健活動の動向を踏まえ、対象者の特徴と健康問題を理解する。又、人々の健康レベルに応じたセルフケアを促すために、健康の保持増進や疾病予防対策の具体的な方法や技術を学ぶ。

更に、日常の生活習慣と生活習慣病の関連を理解し、高齢期を元気で過ごすための基礎的な健康づくりを支援する能力を養う。

### 【到達目標】

1. 成人保健活動の動向を踏まえ、成人期の特徴と健康問題を理解できる。
2. 成人の健康レベルに応じたセルフケアの方法や技術を修得できる。
3. 生活習慣と生活習慣病の関連を理解し、高齢期を元気で過ごすための基礎的な健康づくりを支援する能力を養うことができる。

### 【授業計画・内容】

- 第1回 成人保健の理念と動向、歴史的変遷について理解する。(中村)
- 第2回 成人保健の現状(死因別死亡の推移・生活習慣病の現状と国民医療費の推移を理解する)(中村)
- 第3回 成人期の特徴と発達課題(ライフサイクルから見た生活と健康・成人期の健康管理を理解する)(中村)
- 第4回 成人保健施策(健康日本21・健康増進法・新健康フロンティア戦略を理解する)(中村)
- 第5回 成人保健活動(健康増進事業と成人期における保健師活動を理解する)(中村)
- 第6回 生活習慣病と保健指導 ①メタボリックシンドローム・高血圧・脳卒中・心疾患を理解する。(中村)
- 第7回 生活習慣病と保健指導 ②糖尿病・高脂血症・骨粗鬆症・がん等を理解する。(中村)
- 第8回 各種検(健)診の目的・対象・方法・支援の実際を理解する。(松橋)
- 第9回 成人期におけるメンタルヘルスについて理解する。(松橋)
- 第10回 特定健康診査・特定保健指導を理解する。(松橋)
- 第11回 特定保健指導の実際 ①特定保健指導計画を理解する。(松橋)
- 第12回 特定保健指導の実際 ②特定保健指導計画と評価を理解する。(松橋)
- 第13回・第14回 特定保健指導の実際 生活習慣改善のための保健指導を体験する(演習)(松橋)
- 第15回 成人保健の今後の課題(地域・職域との連携。関連機関との連携を理解する)(松橋)
- 第16回 試験

### 【授業実施方法】

講義、演習

### 【授業準備】

2年生までの関連する科目(成人看護学)で学んだことを復習し、教科書を読んで講義に臨む。

### 【主な関連する科目】

「成人看護学概論」「成人看護方法論Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ」「保健医療福祉行政論」「公衆衛生看護学」の科目・実習

### 【教科書等】

公衆衛生看護学 .jp 第5版 インターメディカル 2020  
国民衛生の動向 2020/2021年版、厚生労働統計協会

### 【参考文献】

相手の心に届く保健指導のコツ 東京法規出版

### 【成績評価方法】

筆記試験の成績90%、課題レポート10%を総合して評価する。

### 【実務経験及び実務を活かした授業内容】

保健師として住民の健康管理に対する啓発活動を実践してきた。学生には特に生活習慣病予防の健康づくり対策として保健師の様々な事業への取り組み姿勢を授業でいかしていきたい。

### 【学生へのメッセージ】

成人期は、生涯の中で心身共に最も充実した時期です。日々変化する社会情勢やライフスタイルの変化から受けるストレスは心身の健康に大きな影響を及ぼし、近年特に社会問題となってきています。また、成人期の生活習慣は、高齢期への影響も大きく非常に重要な時期であることを念頭に、常に社会情勢に関心を持ち、授業の予習・復習を心がけて下さい。