

授業科目名・形態	高齢者と健康	講義	必修・選択の別	選択	単位数	2
科目担当者氏名	中里 操		実務経験の有無	無	開講期	2年前期

【授業の主題】

健康な日常生活の維持は誰もが望むところである。しかし加齢に伴う心身の老化や、機能の低下は、日常生活の質（QOL）を低下させる様々な症状として顕れてくる。高齢期の QOL の要素である健康と、老化がもたらす日常生活への影響を、こころとからだの仕組みから理解する。

【到達目標】

1. 高齢期の生活場面で現れる具体的な機能の低下とその影響を理解し、健康という視点からの気づきと対応ができる。
2. 老化に伴う身体的・心理的・社会的な変化や、高齢者に多く見られる疾病と生活への影響、健康の維持増進を含めた生活を支援するための基礎的な知識を習得する。

【授業計画・内容】

- 第 1 回 こころとからだの健康とは？（精神的、身体的、社会的、経済的な健康）
- 第 2 回 心の仕組みの理解（人間のさまざまな欲求、自己実現）
- 第 3 回 心の仕組みの基礎①（脳の仕組み、学習・記憶・感情の仕組み）
- 第 4 回 心の仕組みの基礎②（認知・意欲・動機づけ、適応の仕組み）
- 第 5 回 体の仕組みと働きを理解
- 第 6 回 身支度の仕組みと心身機能の低下が及ぼす影響、変化の気付と対応
- 第 7 回 移動の仕組みと心身機能の低下が及ぼす影響、変化の気付と対応
- 第 8 回 食事の仕組みと心身機能の低下が及ぼす影響、変化の気付と対応
- 第 9 回 入浴・清潔保持の仕組みと心身機能の低下が及ぼす影響、変化の気付と対応
- 第 10 回 排泄の仕組み①（排泄と心の仕組み、排泄と体の仕組み）
- 第 11 回 排泄の仕組み②（心身機能の低下が及ぼす影響、変化の気付と対応）
- 第 12 回 睡眠の仕組み①（睡眠と心の仕組み、睡眠と体の仕組み）
- 第 13 回 睡眠の仕組み②（心身機能の低下が及ぼす影響、変化の気付と対応）
- 第 14 回 死にゆく人に関連した仕組み（本人および家族の、死の理解から受け入れと支援）
- 第 15 回 保健医療職との連携

【授業実施方法】

講義形式と演習形式を併用して行う。

【授業準備】

生活支援技術演習と関連が深いので、関連科目の学習を振り返り、テキストに眼を通して事前学習、相互の振り返り学習をする。

【主な関連する科目】

発達と老化の理解、生活支援技術演習

【教科書等】

最新 介護福祉士養成講座 【14】『こころとからだのしくみ』（第3版） 中央法規出版

【参考文献】

適宜紹介、配布する。

【成績評価方法】

授業への取り組み姿勢 10%、演習・レポート 30%、期末試験の成績 60%の総合評価とする。

【学生へのメッセージ】

高齢期を健康な状態で迎え、過ごし、「ぽっくり信仰」に頼ることなく、健康なラストシーンを迎えるための支援を目指すために必要な専門知識です。生活支援技術演習と関連づけて準備学習してください。