

開講日	2009年12学期 木曜日 18:30-20:30	講義場所	研究棟11階講義室B	医	技	保
				○	●	●
コーディネーター	名古屋市立大学大学院システム自然科学研究科 生体制御情報系 准教授 高石 鉄雄			※●:コア科目、○:選択科目		

科目概要 および 期待される 成果	【概要】 病院内の運動教室、自治体の体育施設、あるいはフィットネスクラブなどで運動指導に従事する者に対し、運動生理学、スポーツ医学、栄養学などの講義および準備運動、有酸素運動および筋力トレーニングなどから構成される実習を行ない、理論と実践力を兼ね備えた運動指導者を育成する。 【期待される成果】
目標とする 資格	

サブカテゴリ	No	タイトル	講義概要	開講日	講師(所属)
メタボリック 症候群とは	1	現代人の食生活とメタボリック 症候群	現代人の食生活の問題点とメタボリック症候群の改善および運動効果を上げるための食生活について理解する。	12月3日	講師 石原健吾 椋山女学園大学 生活科学部
	2	メタボリック症候群と特定保健 制度	特定保険指導制度設立の医学的、社会的背景について理解する。 制度設立の背景、メタボリック症候群の基準、各疾患の病体等について理解する。	12月10日	准教授 神谷吉宣 名古屋市立大学大学院医学 研究科
身体運動 の理解	3	身体運動の理解	身体活動の原理および運動時のエネルギー代謝、トレーニング理論などについて理解する。	12月17日	准教授 高石鉄雄 名古屋市立大学大学院システ ム自然科学研究科
	4	健康づくりのための運動Ⅰ	メタボリック症候群の予防と改善における有酸素運動の必要性和日常生活におけるその実践方法について理解する。	12月24日	准教授 高石鉄雄 名古屋市立大学大学院システ ム自然科学研究科
	5	健康づくりのための運動Ⅲ	水中運動の特徴および水中運動による健康づくりの方法と課題について理解する。	1月7日	教授 若吉浩二 びわこ成蹊スポーツ大学
	6	健康づくりのための運動Ⅱ	メタボリック症候群の予防と改善における筋力づくり運動の必要性和その具体的方法、および加齢に伴う筋力低下とその改善方法について理解する。	1月14日	准教授 高石鉄雄 名古屋市立大学大学院システ ム自然科学研究科
具体的な 運動方法	7	運動指導法Ⅰ	運動プログラムの作成手順とその具体的方法について理解する。	1月21日	所長 植屋節子 健康運動企画センター
	8	運動指導法Ⅰ [実習]	運動プログラム作成に関わる準備運動、体力測定および整理運動などについて理解する。	1月28日	所長 植屋節子 健康運動企画センター
	9	運動指導法Ⅱ	運動プログラム実施による健康指標、運動機能などの変化について理解する。	2月4日	所長 植屋節子 健康運動企画センター
	10	運動指導法Ⅱ [実習]	各種内科的疾患保有者に対する有酸素運動の指導方法について理解する。	2月18日	所長 植屋節子 健康運動企画センター
	11	運動指導法Ⅲ [講義・実習]	日常生活の中で行う各種筋力づくり運動の理論と方法について理解する。	2月25日	准教授 高石鉄雄 名古屋市立大学大学院システ ム自然科学研究科
	12	運動機能障害	加齢あるいは運動不足、オーナーユースなどによる運動機能低下と筋肉痛、関節痛などの部位別発症原因について理解する。 更に、これらの機能障害・愁訴を有する者に対する運動指導上の留意点について理解する。	3月4日	准教授 小林正明 名古屋市立大学大学院医学 研究科
運動機能 障害および 事故に対 する理解と 対処法	13	運動指導法Ⅳ [講義・実習]	整形外科的機能障害および関節その他に痛み等の愁訴を有する者に対する運動指導方法について理解する。	3月11日	講師 後藤英之 名古屋市立大学大学院医学 研究科
	14	運動指導法 [実習]	障害発生予防および筋・関節痛緩和のためのテーピング方法、補助具の使用方法などについて理解する。	3月18日	助教 島 典広 東海学園大学
	15	救急蘇生法 [実習]	運動指導中の突発的的事故に対する対処法について理解する。	3月25日 ※病院第3 会議室	助教 久保 貞祐 名古屋市立大学大学 院医学研究科