

ヘルスプロモーション論

[講義] 第2学年 後期 必修 1単位

《担当者名》明野聖子 naga-s@hoku-iryo-u.ac.jp 表山知里

【概要】

人々の健康を支えるためのヘルスプロモーションの基本的な考え方を理解し、看護職の果たす役割について学ぶ。個人・家族・集団・組織を含む地域社会および地域で暮らす人々が自発的に健康的な生活を送ることができるような方法と看護職による支援を学ぶ。

【学修目標】

1. ヘルスプロモーションにおける「資源としての健康」という考え方にに基づき、健康を守る意義と方法を述べられる。
2. 健康行動モデルを自分の生活に関連づけて理解し、健康を保持増進する支援のポイントを理解できる。
3. 健康づくりの要素である栄養・食生活、運動、休養、睡眠に関する指針（厚生労働省）と知識に基づいて、対象者の健康的な生活習慣についてアセスメントし、支援のポイントを説明することができる。
4. 個人・家族・集団・組織を含む地域社会におけるヘルスプロモーションの取り組みと看護職の役割を理解する。

【学修内容】

回	テーマ	授業内容および学修課題	担当者
1	ヘルスプロモーションの考え方 (1)	1) ヘルスプロモーションの概念 2) ヘルスプロモーションの戦略 3) ヘルスプロモーションの活動方法	明野
2	ヘルスプロモーションの考え方 (2)	1) ヘルスプロモーションと健康政策 2) ヘルスプロモーションの対象 3) ヘルスプロモーションの場	明野
3	健康行動に必要な理論	1) 健康信念モデル 2) 変化のステージモデル 3) セルフエフィカシー 4) ナッジ 5) ヘルスリテラシー	明野
4	生活習慣におけるヘルスプロモーション1	1) 栄養・食生活の指針（厚生労働省） 2) 食事バランスガイドの概要と活用方法	明野
5	生活習慣におけるヘルスプロモーション2	1) 運動、休養、睡眠の指針（厚生労働省） 2) 国民健康栄養調査	明野
6	生活習慣におけるヘルスプロモーション3	生活における情報収集とアセスメントの基本	明野
7	生活習慣におけるヘルスプロモーション4	1) 生活習慣の振り返り(1) 2) 栄養・食生活のアセスメント	明野・表山
8	生活習慣におけるヘルスプロモーション5	1) 生活習慣の振り返り(2) 2) 運動、休養、睡眠に関するアセスメント	明野・表山
9	生活習慣におけるヘルスプロモーション6	人々の生活と健康を守るための支援	明野・表山
10	ライフステージにおけるヘルスプロモーション1	ライフステージに応じた人々の生活と健康を守るための支援	明野
11	ライフステージにおけるヘルスプロモーション2	乳幼児期にある子どもと家族のアセスメントと支援	明野
12	ライフステージにおけるヘルスプロモーション3	成人期にある人々のアセスメントと支援	明野
13	地域におけるヘルスプロモーション1	健康な地域づくり	明野
14	地域におけるヘルスプロモーション2	地域におけるヘルスプロモーションの取り組みの実際 ～行政で働く保健師の活動より～	津野日奈子（特別講師） 明野
15	まとめ	ヘルスプロモーションにおける看護の役割	明野

【授業実施形態】

面接授業

授業実施形態は、各学部（研究科）、学校の授業実施方針による

【評価方法】

ワークシート等の提出課題20点、定期試験80点

【教科書】

市村久美子・島内憲夫：新体系看護学全書 別巻 ヘルスプロモーション、メジカルフレンド社

【参考書】

- 1) 標美奈子：標準保健師講座・1 公衆衛生看護学概論,医学書院
- 2) 中村裕美子他編著：標準保健師講座・2 公衆衛生看護技術,医学書院
- 3) 松田正己他編著：標準保健師講座・3 対象別公衆衛生看護活動,医学書院
- 4) 看護法令要覧,日本看護協会出版会
- 5) 厚生労働統計協会：国民衛生の動向
- 6) 坂根直樹他編著：説明力で差がつく保健指導,中央法規
- 7) 坂根直樹他編著：質問力でみがかく保健指導,中央法規

【備考】

ワークシートの配信、課題の提出には、Google Classroomを利用する。

Google Formを活用し、講義内容のポイントを確認する。

【学修の準備】

- 1) 授業内容に関する教科書の該当ページを予習すること（30分）
- 2) 講義でふれた内容について、教科書の該当ページや配布資料を読み返して復習すること（40分）
- 3) 生活習慣の振り返り、食事記録等の課題（50分）

【ディプロマ・ポリシー(学位授与方針)との関連】

DP1：人間の生命および個人の尊重を基本とする高い倫理観と豊かな人間性を身につけている。

【実務経験】

明野聖子(保健師)、表山知里(保健師)

【実務経験を活かした教育内容】

行政機関での実務経験を通じて得た知識・技術・態度を活用し、実践的な教育を行う。