

科目名	高齢社会と老化								年度	2024
英語科目名	Aging society and aging								学期	前期
学科・学年	スポーツトレーナー科三年制	1 年次	必／選	選※	時間数	15	単位数	1	種別※	講義
担当教員	柴田		教員の実務経験		有	実務経験の職種		介護福祉士		
【科目の目的】										
人生100年」と言われ始めた近年、内閣府が毎年公表する「高齢社会白書」を参考に、高齢化した現代社会についてグループワークを通じて学習します。また加齢に伴う心身の変化について学び、老化とは何かを考え、メディカルフィットネストレーナーに必要な力をつけていきます。授業後半は「介護予防」や「健康寿命延伸」の取り組みや実技を学び、将来現場で活かせる指導力を養います。										
【科目の概要】										
日本における高齢化社会から考えられる諸問題について考え、運動等による対応策について学びます。										
【到達目標】										
介護保険法第4条には「国民の努力及び義務」として介護予防の取り組みについて明記されている。 今後更に高齢化に拍車がかかる現代において、メディカルフィットネストレーナーとして必要なA～Cを目標とします。 A. 「高齢化した社会」を十分に理解する B. 「加齢に伴う心身の変化」を十分に理解する C. 必要な知識の習得と、高齢化に対応できる力を得る										
【授業の注意点】										
授業中の私語や受講態度等の受講マナーの順守については厳しく対応する。授業に出席するだけでなく授業に参加することを求め、授業時数の4分の3以上出席しない者は定期試験を受験することができない。										
評価基準＝ルーブリック										
評価基準＝ルーブリック										
ルーブリック 評価	レベル3 優れている	レベル2 ふつう	レベル1 もう少し							
到達目標 A	十分に理解できた	理解できた	概ね理解できた							
到達目標 B	十分に理解できた	理解できた	概ね理解できた							
到達目標 C	十分に理解できた	理解できた	概ね理解できた							
【教科書】										
配布プリント										
【参考資料】										
【成績の評価方法・評価基準】										
課題・平常点										
※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。										

科目名		高齢社会と老化			年度	2024
英語表記		Aging society and aging			学期	前期
回数	授業テーマ	各授業の目的	授業内容		到達目標＝修得するスキル	評価方法 自己評価
1	高齢社会の現状 (1)	内閣府が公表する「高齢社会白書」を参考に高齢社会について理解を深める (1)□	1	高齢者白書について	内閣府が公表する「高齢社会白書」を参考に高齢社会について理解を深める (1)□	3
2	高齢社会の現状 (2)	内閣府が公表する「高齢社会白書」を参考に高齢社会について理解を深める (2)	1	高齢社会について	内閣府が公表する「高齢社会白書」を参考に高齢社会について理解を深める (2)	3
3	介護予防概論	介護予防・健康寿命について学び理解する□	1	介護予防	介護予防・健康寿命について学び理解する□	3
			2	健康寿命		
4	高齢者の健康や体力	高齢者の健康や体力、身体機能について学び理解する	1	高齢者の健康	高齢者の健康や体力、身体機能について学び理解する	3
			2	高齢者の体力		
			3	高齢者の身体機能		
5	「ロコモ」「フレイル」 (1)	「ロコモ」「フレイル」について学び、それに関わる運動の実技を習得する (1)	1	フレイル	「ロコモ」「フレイル」について学び、それに関わる運動の実技を習得する (1)	3
			2	ロコモ		
6	「ロコモ」「フレイル」 (2)	「ロコモ」「フレイル」について学び、それに関わる運動の実技を習得する (2)	1	フレイル	「ロコモ」「フレイル」について学び、それに関わる運動の実技を習得する (2)	3
			2	ロコモ		
7	介護予防に関わる実技 (1) □	介護予防の取り組み (運動器機能向上、尿もれ予防体操)	1	運動機能向上	介護予防の取り組み (運動器機能向上、尿もれ予防体操)	3
			2	尿もれ予防体操		
8	介護予防に関わる実技 (2)	介護予防の取り組み (栄養・口腔機能向上・認知機能向上) を理解できる	1	栄養	介護予防の取り組み (栄養・口腔機能向上・認知機能向上) を理解できる	3
			2	口腔機能向上		
			3	認知機能向上		
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

評価方法：1. 小テスト、2. パフォーマンス評価、3. その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考 等