＊2025 年度に履修登録された EK60（人生 100 年時代の健康づくりと社会保障）とは別科目になりますのでご注意ください

専門教育科目　講義科目

授業科目名	人生100年時代の健康づくりと社会保障 （健康生きがいづくりアドバイザー）	科目コード	配当年次	単位
担当教員	木村　栄宏	EJ96	―	2

科目の概要

本科目では中高年の心身の健康づくりについて、人生100年時代の視点から、生活習慣病やフレイル（健常な状態と要介護状態の中間の状態）とその予防、認知症、ストレスさらには在宅医療の各側面から詳しく学ぶ。健康づくりには人と社会とのつながりが大切であることを理解する。次に、健康づくりと超高齢社会を支える基礎となる社会保障について、高齢化などに対応した変遷と公的年金制度、医療保険制度、介護保険制度についてその概要を学ぶ。その上で、コミュニティに重点を置いた地域包括ケアシステムの概要と、コーディネーターとしての健康生きがいづくりアドバイザーの役割と、知っておくべき制度や法律等を理解する。

科目の到達目標

①中高年の心身の健康づくりや超高齢社会、社会保障などについて、個人的側面と社会的側面の多様な視点から理解し、自分の考えを持つことができる。
②今後の課題や社会との関わり、社会への働きかけについて明確に考え、意見を述べることができ、さらには今後の行動に移す準備を行うことができる。

テキスト	『人生100年時代の健康づくり/社会保障』辻 哲夫(監),健康・生きがい開発財団,2019年

テキストの読み方

①テキストは、「健康生きがいづくりアドバイザー」資格取得のテキストでもあり、人生100年時代の健康づくりとそれを支える社会保障制度について、さまざまな基本的な用語や知識、考え方などが最新のデータによって習得できるようになっている。
②人生100年時代にとって重要なフレイル予防や認知症、われわれの人生を助ける社会保障制度について、行政や民間の取り組みを学びながら自分の生活にあてはめつつ読んでいただきたい。そうした学習により、一層の理解と今後の行動につながる。

単位修得の方法

リポート課題を提出し、60点以上であれば合格となり、科目修得試験を受験できる。科目修得試験の得点が60点以上であれば合格となり、評価が確定し、２単位を修得できる。