

2024年 秋冬公開講座 シラバス

| 項目 | 入力欄 |
|---------------------------|--|
| 科目分野 | 9. 健康・スポーツ (フィットネス・マラソン・介護等) |
| 昼夜 | 昼 |
| 講義／実習 | 講義 |
| 講座開始日 | 12/2 |
| 講座最終日 | 2/10 |
| 講座実施回数 | 6回 |
| 講座の形態 (対面、オンラインなどの別) | 1.対面 |
| 曜日 | 月 |
| 時間数 | 90分 |
| 時間帯 | 15:00 ~ 16:30 |
| 担当教員 | 武田英二、河野和代、河野裕美子、板東正記、北田功 |
| 担当教員について (所属・職名・自己PR等) | 専門学校 健祥会学園 武田英二 (校長)、河野和代 (主査・介護福祉学科学科長)、河野裕美子 (主査、作業療法学科学科長)、板東正記 (理学療法学科教員)、北田功 (理学療法学科教員) |
| 講座の目的 | 超高齢社会において、高齢者が健康で豊かに生活するための基本的な知識を学ぶことと、高齢者介護をしている人が、介護に関する必要な知識や技術を学ぶことを目的とします。 |
| 講座の概要 | 誰もが迎える高齢期を健やかに楽しく過ごすため、また高齢者を在宅で介護している人に必要な介護に関する知識・技術を学ぶ講座です。高齢期のサルコペニアやフレイルの予防法、摂食・嚥下のしくみ、認知症を有する人へのかかわり方、腰痛予防体操やストレッチなどについて、各回の講座を通して理解を深めます。 |
| キーワード | 高齢者、介護、健康、認知症、フレイル、介護施設選択 |
| 到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・加齢にともなう身体の変化を理解できる。 ・フレイルやサルコペニアについて理解できる。 ・認知症の基本を理解できる。 ・腰痛体操やストレッチ方法知り、実践できる。 ・オーラルフレイルについて理解できる。 |
| 講座の計画 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 認知症についての基礎知識、認知症の人の思いを尊重したサポート方法 2. VR体験～認知症の疑似体験～ 3. 高齢者のサルコペニアやフレイルの予防法 4. 摂食・嚥下を知ろう 5. 腰の痛みで困らない実践腰痛予防 6. 姿勢の見方、改善ストレッチ |
| テキスト | なし、配付資料を使用 |
| 修了証書発行基準 | 開講された全日程の7割以上の出席 |
| 受講者へのメッセージ | 加齢に伴う心身の変化、認知症、腰痛、フレイルを理解します。そのうえで、自分が要介護状態にならないように運動や摂食について学びましょう。 |
| 備考 | |