

時間割コード	G2B65213	開講年度	2026				
授業題目	社会と健康・スポーツゼミ					担当教員	友川 幸
英文授業名	Society, Health and Sports						
単位数	2	講義期間	後期	曜日・時限	木曜・4時限	対象学生	全
講義室	共通教育 2 3 講義室			授業形態	演習	遠隔授業科目	備考
信大コンピテンシー	該当						
(1)授業の達成目標	授業で得られる「学位授与の方針」要素					⇔	【授業の達成目標】
	大学DP						
	的確に情報を収集し、理解し、発信する力					⇔	自己実現の基本的手段である健康を維持するための知識・手段を修得する。
(2)授業で学べる「テーマ」	環境共生、健康長寿						
(3)全学横断特別教育プログラム							
(4)授業の概要	健康は人間が生きていくうえで必要不可欠であり、その保持増進は、個人、社会、地球環境にまたがる課題となっている。また、スポーツを通じて、健康増進を図ったり、幸福で豊かな生活を営むことは全ての人々の権利である。一方、健康やスポーツの推進や課題は、密接に社会の問題と関連している。この科目では、「健康」、「スポーツ」、「社会」をキーワードとした講義や演習を通して、健康に留意した生活を実践する動機づけを行うとともに、それぞれの関心を他者と共有したり、授業で取り扱った事象に関する自分の考えを表現できるようになる。						
(5)授業のキーワード	「健康」、「スポーツ」、「社会」						
(6)授業計画	第 1 回：オリエンテーション（講義予定と授業評価について） 第 2 回：健康な柔らかい身体づくり：演習（結城） 第 3 回：スポーツとの出会い（渡辺） 第 4 回：スポーツが社会に果たす役割（渡辺） 第 5 回：心の健康を保つワザ：演習（結城） 第 6 回：自然体験活動と健康①1/fゆらぎ（瀧） 第 7 回：自然体験活動と健康②キャンプセラピー（瀧） 第 8 回：自然体験活動と健康の実践（瀧） 第 9 回：笑顔と運動の効果（渡辺） 第10 回：社会問題としての健康（橋本） 第11 回：スポーツと健康への問題提起（橋本） 第12 回：健康の定義と歴史（友川） 第13 回：健康と環境の深い繋がり（友川） 第14 回：身体を整えて健康に生きよう：演習（結城） 第15 回：日本と世界の子どもの健康（友川） 第16 回：授業のまとめ、レポート提出、授業のアンケート ※各当者ごとに小テストまたはレポートの提出、および授業中に演習を行う場合がある。						
(7)成績評価の方法	5人の教員が各自が課したレポートに対して、各20点で評価し、5人の教員の総合判断により評価する。						
(8)成績評価の基準	・レポートの場合： (i)問題の設定が適切である。(ii)その問題の背景を説明できている(iii)提示された問題にどのような課題があるのかを指摘できている。(iv)提示された問題の課題に対しての既存の学説が提示する解決法が適切に把握できている (v)自分の見解を提示できており、かつ、誤字脱字がなく、引用文献やデータの出所が明確である。(i)から(v)の5項目を満たしていれば「卓越している」,4項目までできていれば、「かなり上にある」。3項目までできていれば「やや上にある」。2項目までできていれば「水準にある」と評価する。 得点率による評価基準は次のとおりとする。 90%以上 秀, 89-80% 優, 79-70% 良, 69-60% 可, 59%以下 不可。						
(9)事前事後学習の内容	授業資料がある場合は、eALPS上に次週の授業内容を掲載するので、ダウンロードでして予習しておくこと。自宅学習では、専門書、新聞、ニュース、インターネットなどを用いて、授業で扱った内容について学習すること。授業内で十分に理解できなかった事項は、授業内で紹介する情報や書籍などを用いて、自宅学習などを行い、補完・理解するように努めること。この授業は 90時間の学修を必要とする内容です。従って、60時間以上の時間外学習が必要となります。						
(10)履修上の注意	プレゼンテーションの資料に関しては、インターネットの情報のコピーや出所の不明瞭な情報を使用しないこと。授業への遅刻、授業に関係ない作業（授業中の飲食、ガムを噛むこと、他の授業のテスト勉強や提出物の作成、携帯電話の使用）および私語を禁止する。アルバイトや部活動などによる欠席は公欠として認められない。						
(11)質問,相談への対応	授業に関する質問は、基本的に授業内で確認するようにし、授業内で解決できなかった質問については、授業全体に関することは、友川（sachitjp@shinshu-u.ac.jp）にメールで質問すること。それ以外の教員の連絡先は、以下の通り。						

(11)質問,相談への対応	結城 : myuki@shinshu-u.ac.jp 渡辺 : toshiwa@shinshu-u.ac.jp 瀧 : taki@shinshu-u.ac.jp 橋本 : hashimo@shinshu-u.ac.jp
(12)授業への出席	演習を伴う授業であるため、毎回授業に出席すること。特に、担当者がそれぞれに出す課題（計5回分）にすべて対応すること。
(13)授業に出席できない場合の学修の補充	「信州大学における授業の出席に関する要項」第4に規定する「学修の補充の対象とする事由」で欠席した場合は、講義時間までに各回の授業担当者までメールで連絡すること。
【教科書】	指定なし
【参考書】	日本国際保健医療学会,国際保健医療学,第3版,4764405318,杏林書院,2,013年,3,520円 笹川スポーツ財団,「スポーツ白書2020ー2030年のスポーツのすがたー」,4915944743,笹川スポーツ財団,2020年,3800円 坂本昭裕著、キャンプセラピーの実践、978-4-8105-3602-7、道和書院、2023 玉手慎太郎,公衆衛生の倫理学:国家は健康にどこまで介入すべきか,筑摩選書,2022