

講義メニュー



健康

健康的な身体を保つための運動方法や、成長期に生じる身体的変化に対する解決方法などについて学びます。

- B-1 健康づくりのための正しい運動方法
- B-2 スポーツ外傷・スポーツ障害・競技力アップのコツ
- B-3 成長期のスポーツ障害と予防
- B-4 柔軟性を高めるためにできること～正しいストレッチのやり方～
- B-5 正しい姿勢
- B-6 正しいトレーニングの方法



その他関連分野

リハビリに通じる心理・音楽・社会活動の広がりをご紹介します。

- E-1 音楽で元気になろう…音楽療法とは？
- E-2 誰でもわかる心理学
不安・緊張のコントロールの仕方



身体のしくみ

身体が動くしくみや痛みの原因について、わかりやすく学びます。

- C-1 運動神経ってなんだろう
- C-2 痛みのしくみ
- C-3 字を書くこと、字を読むことの原理
- C-4 脳のやくわり
- C-5 骨のやくわり
- C-6 利き手とは、なんだろう
- C-7 筋肉のやくわり
- C-8 心臓のやくわり



リハビリテーション と関連分野

リハビリテーションにおける専門職の役割、障がいと共に生きる社会のあり方、介護予防など私たちの暮らしに深く関わるテーマを学びます。

- A-1 リハビリテーションとは何か
- A-2 理学療法士の仕事
- A-3 作業療法士の仕事
- A-4 障がい者とともに生きる社会
- A-5 介護予防のためにできること
- A-6 超高齢社会の問題点と私たちの役割
- A-7 バリアフリーってなんだろう？
- A-8 障害があっても旅行ができる
…ユニバーサルツーリズム



障害者スポーツ (パラスポーツ)

障がいの有無を越えたスポーツの楽しさと共生社会への理解を深めます。

- D-1 障害者スポーツの実際
- D-2 パラリンピックのはなし
- D-3 パラスポーツ(ボッチャ編)
- D-4 パラスポーツ(陸上競技編)
- D-5 パラスポーツ
(車いすバスケットボール編)
- D-6 パラスポーツ(その他)

- E-3 ボランティア入門

本学では
専門家教員による「出前講義」を
各教育機関に提供しています。

総合的な学習の時間や

部活動での指導

保健委員会等に

ご活用ください。



【お問い合わせ】
政策企画課

☎ 03-6272-5671

✉ seisakukikaku@tpu.ac.jp



東京保健医療専門職大学



東京保健医療専門職大学

出前講義ご案内