

科 目 名	運 動 生 理 学	科目分類	専 門 選 択
(ふりがな)	た き ざ わ は る ひ ろ	開 講 年 次	2 年
氏 名	滝 沢 晴 弘	開 講 期 間	後 期
		修 得 単 位	2
授業概要			
<p>近年のめざましい経済成長の結果、経済的・時間的ゆとりをもち、より豊かな生活ができるようになってきた。しかし一方では、食事の摂り過ぎ、運動不足、精神的ストレスの増大等により生活習慣病が増加しつつある。健康増進の三本柱は栄養・運動・休養と言われ、中でも運動は、体力低下防止、生活習慣病予防に特に有効であり、食べることのみによって、健康を維持することはできないと言っても過言ではない。</p> <p>運動と聞けば競技力向上、記録更新を連想しがちだが、健康のためにはどうしたら良いか？ここに主眼を置いて講義を進めたい。</p>			
授業方針と留意点			
		授業計画 後 期	
		第1回 運動のエネルギーはどうして生まれるか [キーワード]	
		第2回 体力があれば健康と言えるか [キーワード]	
		第3回 運動と身体の仕組み(1) [キーワード]	
		第4回 運動と身体の仕組み(2) [キーワード]	
		第5回 ストレッチング [キーワード]	
		第6回 有酸素運動がなぜ良いか [キーワード]	
		第7回 健康に役立つ運動をするためには [キーワード]	
		第8回 運動をするためには [キーワード]	
		第9回 運動をすればやせられるか [キーワード]	
		第10回 正しいダイエット法と計画(1) [キーワード]	
		第11回 正しいダイエット法と計画(2) [キーワード]	
		第12回 楽しみながら運動をするためには [キーワード]	
		第13回 パワートレーニングとスタミナトレーニング [キーワード]	
		第14回 栄養と運動の関係 [キーワード]	
		第15回 まちがったダイエット [キーワード]	
		第16回 後期試験	
テキスト	池上晴夫著 健康のためのスポーツ医学（講談社）		
参考図書			
評価方法	授業の最初に時間に説明します。		

科 目 名	ホスピタリティ入門Ⅱ	科目分類	基礎	選択
(ふりがな)	しんたに けいこ いしやま 新谷 恵子、石山あつむ	開講年次	1	年
氏 名		開講期間	後	期
		修得単位	2	
授業概要				
<p>前期にホスピタリティの概念とその発揮プロセスを理解したうえで、ホスピタリティ産業の発展とマーケティング、現代社会（産業・企業）におけるホスピタリティのニーズ、企業の取り組み等を学び、実社会でホスピタリティを發揮できることを目指す。</p> <p>小レポート、各自の実体験のプレゼンテーション（皆の前で発表）も実施する。</p>				
授業方針と留意点				
進捗状況、学生の理解度により、カリキュラムを見直すこともある。				
授業計画 後 期				
第1回 オリエンテーション 授業でめざすもの 【キーワード】				
第2回 産業構造の変遷① 【キーワード】				
第3回 産業構造の変遷② 【キーワード】				
第4回 ホスピタリティ産業のマーケティング特性 【キーワード】				
第5回 ホスピタリティ産業のマネジメント戦略 【キーワード】				
第6回 顧客心理 【キーワード】				
第7回 CS（顧客満足）とES（従業員満足） 【キーワード】				
第8回 品質の向上とCS 【キーワード】				
第9回 エアライン産業の構造 【キーワード】				
第10回 エアラインの取り組み 【キーワード】				
第11回 観光産業とホスピタリティ① 【キーワード】				
第12回 観光産業とホスピタリティ② 【キーワード】				
第13回 ディスカッション① 【キーワード】				
第14回 ディスカッション② 【キーワード】				
第15回 後期試験 【キーワード】				
第16回				
テキスト				
参考図書				
評価方法	出席日数、授業参加姿勢、課題遂行状況、定期試験結果を総合的に判断。			