

つま読み書きの部屋(教案)

担当者 柴田 静子

テーマ	健康チェックをしよう		分類	健康
実施日時	①	2017年2月6日 19:00~21:00	②	2017年2月7日 10:00~12:00
目標	健康チェックにより、生活習慣を見直し、健康管理ができる			
使用教材	測定結果記録用紙(表紙)・骨量測定・血液循環測定			
資料その他	測定機器・新旧ゴムホースなど			

【分類】①健康②安全③生活④移動⑤人と付き合う⑥地域参加⑦通信⑧学校⑨働く

時間	流れ	語彙・文法	
19:00 (10:00)	00:00 ～ 00:10	話題の提示 ・自分が健康だと思いますか。 ・健康かどうか検査をしたことがありますか。	健康・健康診断
19:10 (10:10)	00:10 ～ 00:30	「大和市役所 健康づくり推進課」保健師 金田さんの紹介 ・金田さんより一言 自己紹介 ・名前・国・住んでいるところ・日本に来て何年か ・何か運動の習慣があるか	保健師 運動の習慣
19:30 (10:30)	00:30 ～ 1:00	骨量・血液循環測定 ・表紙に名前・性別・年齢・身長・その他を書き込む。 ・測定	測定・結果・習慣
20:00 (10:00)	1:00 ～ 1:40	教材を読む ・区切って順番に音読。(骨量→血液循環) 測定結果を見ながら読み解く。 (金田さんに色々聞きながら) データ記載事項の見方を、となりのスタッフが補助する。	骨量・骨年齢・バランス・食生活・吸収・適度・日光浴・血液循環・血管・状態・弾力性・加齢・栄養・生活習慣・脂っこいストレス
20:40 (11:40) ～ 21:00 (12:00)	1:40 ～ 2:00	質問・まとめ ・金田さんのお話し (各種健康診断・その他) ・質疑応答	

2017年2月6日(月) 19:00~21:00 於:健康福祉センター4階 視聴覚室

2017年2月7日(火) 10:00~12:00 於:シリウス 生涯学習センター6階 612文化創造室