

東都大学 幕張ヒューマンケア学部
理学療法学科 出前講義テーマ (一覧)

講義番号	講義テーマ	受講対象者
理学1	理学療法士という仕事について	高校生・高校教員
理学2	国際協力(青年海外協力隊)における理学療法士の活動について	高校生・高校教員
理学3	解剖学から考えたストレッチ方法	一般
理学4	ケガ予防のためのストレッチとトレーニング： 快適にスポーツに取り組むために	限定無し
理学5	速く楽に走るためのトレーニング	限定無し
理学6	スポーツと神経筋促通手技(PNF)	高校生
理学7	効果的に運動を覚えるためには？：運動学習とトレーニング	高校生・その他 (指導者)
理学8	障害者スポーツ：その歴史と現状と未来について	中学生・高校生・ 一般
理学9	アンチ・ドーピング：その歴史と現状と未来について	中学生・高校生・ 一般
理学10	良い姿勢を作ろう！：姿勢とバランスを良くするワンポイントレッスン	一般
理学11	ひざ痛、肩こり、腰痛を予防しよう！	一般
理学12	股関節の痛みを治そう：変形性股関節症に対する運動療法	一般(高齢者)
理学13	高齢期の関節疾患を予防しよう！	一般(高齢者)
理学14	痛いとき、冷やすの？温めるの？	一般
理学15	むくみとコリを撃退：家庭でできるマッサージ	一般
理学16	糖尿病の運動療法：正しい運動の仕方と靴の選び方	一般
理学17	糖尿病を予防しよう！：運動を続けるにはどうしたらよいか？	一般
理学18	元気に歩き続けるために足病を予防しよう！	一般
理学19	コグニサイズで認知症予防	一般(中高年)
理学20	身体運動は脳機能、認知機能を活性化する	高校生・一般
理学21	元気で長生きするために：介護予防、フレイル予防について	一般
理学22	転倒予防：ロコモティブシンドロームを防ごう！	一般
理学23	脳の機能：高次脳機能とその障害について	高校生・一般
理学24	視覚から触覚や運動を誘発する： 視覚錯覚のメカニズムとリハビリテーションの応用	高校生・一般

理学25	自動車の安全運転のために：動体視力とそのトレーニングについて	一般
理学26	体も心も元気な毎日のために：規則正しい食事と運動の大切さ	小学生
理学27	現代の食事と健康	高校生・一般
理学28	健康な心とからだを育む食育	小学生の保護者
理学29	食の安全性を考える	高校生・一般
理学30	気になる食と健康の情報の見きわめかた	一般
理学31	後期高齢者のための過食のススメ	一般（中高年）
理学32	大人になるまえに知ってほしいタバコのこと	小・中学生・高校生
理学33	ビタミンのはたらき	高校生・一般
理学34	細胞とは何か？： 「タンパク質」とATPの構成要素である「リン酸」をテーマとして	高校生
理学35	なぜヒトは運動を続けることができるのか？： ヒトが動くために必要なエネルギー供給のしくみと有酸素運動について	高校生・一般
理学36	歳をとるということ：成長と老化におけるカラダの変化について	一般
理学37	身体と心のリラックス：筋弛緩法や呼吸法について	限定無し
理学38	言いたいことをさわやかに伝えよう：アサーション超入門	限定無し
理学39	ストレス社会をよりよく生きる	限定無し
理学40	カラス学のすすめ	限定無し
理学41	カラスの生態とカラス対策	限定無し
理学42	カラスとヒトとの付き合い方	限定無し