

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
理学療法1	理学療法士という仕事について	高校生・高校教員
理学療法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
理学療法3	解剖学から考えたストレッチ方法	一般
理学療法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
理学療法5	速く楽に走るためのトレーニング	限定無し
理学療法6	スポーツと神経筋促通手技（PNF）	高校生
理学療法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）
理学療法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
理学療法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
理学療法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
理学療法11	ひざ痛、肩こり、腰痛を予防しよう！	一般
理学療法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）
理学療法13	高齢期の関節疾患を予防しよう！	一般（高齢者）
理学療法14	痛いとき、冷やすの？温めるの？	一般
理学療法15	むくみとコリを撃退：家庭でできるマッサージ	一般
理学療法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
理学療法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
理学療法18	元気に歩き続けるために足病を予防しよう！	一般
理学療法19	コグニサイズで認知症予防	一般（中高年）
理学療法20	身体運動は脳機能、認知機能を活性化する	高校生・一般

理学療法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
理学療法22	転倒予防：ロコモティブシンドロームを防ごう！	一般
理学療法23	脳の機能：高次脳機能とその障害について	高校生・一般
理学療法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
理学療法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
理学療法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
理学療法27	現代の食事と健康	高校生・一般
理学療法28	健康な心とからだを育む食育	小学生の保護者
理学療法29	食の安全性を考える	高校生・一般
理学療法30	気になる食と健康の情報の見きわめかた	一般
理学療法31	後期高齢者のための過食のススメ	一般（中高年）
理学療法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
理学療法33	ビタミンのはたらき	高校生・一般
理学療法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
理学療法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
理学療法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
理学療法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
理学療法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
理学療法39	ストレス社会をよりよく生きる	限定無し
理学療法40	カラス学のすすめ	限定無し
理学療法41	カラスの生態とカラス対策	限定無し
理学療法42	カラスとヒトとの付き合い方	限定無し