

【心身補完成分指導士カリキュラム】

	日付	教育科目	講義内容	目的
1	第1回 月 日	生活習慣病予防と心身の健康増進指導1	<ul style="list-style-type: none"> <li>心と脳を支える体の仕組み</li> <li>心身構成栄養成分の補完医療法</li> <li>アサーティブコミュニケーション</li> </ul>	心身の構造や働きと人間の細胞構成成分について学びます。また、それを分かりやすい言葉で交流を図れるように、コミュニケーションスキル向上も到達目的とします。
2	第2回 月 日	生活習慣病予防と心身の健康増進指導1	<ul style="list-style-type: none"> <li>精神構造と身体構造</li> <li>精神分析と精神分析療法</li> <li>行動分析と行動分析療法</li> </ul>	心身の生命維持を司る自律神経系や内分泌系が生活習慣病や予備軍の予防に對しどのように働かを学びます。また、それを基に心身の諸問題解決に對しての具体的な療法習得を目的とします。
3	第3回 月 日	生活習慣病予防と心身の健康増進指導2	<ul style="list-style-type: none"> <li>サプリメント基礎知識と基本摂取方法</li> <li>サプリメント成分選択方法</li> <li>ストレスと免疫抑制の関係性</li> </ul>	人間構成栄養成分のビタミン系・アミノ酸系・ミネラル系の基礎知識と生活習慣病第一次予防を目的とする基本摂取方法と食生活習慣についても理解を深め、素因となるストレスと免疫の関係についても学びます。
4	第4回 月 日	生活習慣病予防と心身の健康増進指導2	<ul style="list-style-type: none"> <li>心身疾病予防と必須栄養成分</li> <li>成分表示の見方</li> <li>免疫亢進と免疫後退への対応と栄養成分</li> </ul>	現代社会において、健康食品の普及は著しい中、より健康増進を図る為、成分表示の適切な見方について学び、疾病に對する免疫の亢進と後退について理解深めることを目的とします。
5	第5回 月 日	生活習慣病予防と心身の健康増進指導3	<ul style="list-style-type: none"> <li>生命活動を担うエネルギーの基礎知識</li> <li>わが国の食品区分と諸外国の食品区分</li> <li>食生活とストレス対処方法との関連</li> </ul>	生命活動を担う食生活エネルギー栄養成分について理解を深めます。また、代替医療先進国のアメリカやイギリスと日本との食品区分についても学び、食生活とストレスの変容についても学びます。
6	第6回 月 日	生活習慣病予防と心身の健康増進指導3	<ul style="list-style-type: none"> <li>交流分析概論と交流分析療法</li> <li>パーソンセンタードセラピー(来談者中心療法)</li> <li>デマンドコントロール(職業満足度)</li> </ul>	心理的ストレスには、職場内の人間関係要因の一つにあります。この人間交流(やり取り)を適切にするための基礎知識について学びます。また、社内における復職支援方法についても習得することを目的とします。
7	第7回 月 日	生活習慣病予防と心身の健康増進指導4	<ul style="list-style-type: none"> <li>栄養補助食品と特定補助食品の違い</li> <li>オプティマルヘルス(心身の健康)概論</li> <li>老化の特性と心身の健康管理方法</li> </ul>	日本における食品区分に関する制度について理解を深めます。また、一般食品・加工食品・栄養機能食品の心身の健康増進を図る活用方法と老化との関係を学びます。
8	第8回 月 日	生活習慣病予防と心身の健康増進指導4	<ul style="list-style-type: none"> <li>細胞活性と細胞修復の栄養成分</li> <li>ヘルス(健康)とウェルネス(最高の健康)</li> <li>疾病病理と疾病進行</li> </ul>	細胞構造について理解を深め、健康増進を図る方法を考えるに当たり基礎となる健康基準と最高健康について学びます。また、病気の成り立ちと進行について学び予防方法を習得目的とします。
9	第9回 月 日	生活習慣病予防と心身の健康増進指導5	<ul style="list-style-type: none"> <li>スポーツ前後における栄養成分と摂取方法</li> <li>骨格の仕組みと骨の健康基礎知識</li> <li>肥満症予防と食生活</li> </ul>	健康増進を図るにあたり、運動との関連は非常に深い関わりがあり、その際、骨格や筋肉の健康は第一条件となり、運動体内環境整備の為に骨代謝について学びます。また、運動活用と食生活について理解を深め肥満症予防についても学びます。
10	第10回 月 日	生活習慣病予防と心身の健康増進指導5	<ul style="list-style-type: none"> <li>心気症と身体表現性障害</li> <li>予期不安と筋肉運動</li> <li>急性胃粘膜病変と専門職特有の筋肉痛</li> </ul>	予期不安について学び、その後心身の変化や病状による病気の変化について理解を深めます。また、精神的ストレスによる筋肉のこわばりや痛みに對するセルフケア方法について習得目的とします。

11 月 日	第11回 生活習慣病予防と心身の健康増進指導6	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品に関わる法規</li> <li>・食品表示方法と表現方法</li> <li>・食品機能に関するアドバイス指導法</li> </ul>	わが国には、食品に関するいくつかの法律規制があります。正しく法令順守をし、その上で分かりやすい言葉で理解を深めるアドバイス方法や表示方法について学びます。
12 月 日	第12回 生活習慣病予防と心身の健康増進指導6-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・睡眠障害に対する栄養摂取予防</li> <li>・肥満症と睡眠時無呼吸症候群</li> <li>・ナルコレプシー(過眠症)について</li> </ul>	社会生活を送る上で活動と睡眠バランスをコントロールしていくために栄養成分摂取の種類について学びます。また、食生活の乱れから肥満症と睡眠障害を引き起こす原因と予防のための栄養成分知識習得を目的とします。
13 月 日	第13回 ライフサイクルとストレス対処法1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・心を創り出す脳</li> <li>・脳の仕組みと基本的働き</li> <li>・脳と認知の関係性</li> </ul>	心は脳に存在すると考えられ、それにより感覚や知覚、認識、認知を司る脳について脳の基礎構造について理解を深め、人間としての営みへの影響について学びます。
14 月 日	第14回 ライフサイクルとストレス対処法1-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・脳の慢性障害と復職支援</li> <li>・うつ病とパーキンソン病の違いと診立て方法</li> <li>・統合失調症とハンチントン舞蹈病の違いと診立て</li> </ul>	うつ病(感情障害)や統合失調症の情報が普及する中、類似した症状にあるパーキンソン病やハンチントン舞蹈病は、誤認されやすい為、この2つの脳障害について理解を深め、復職支援に対する方法を習得目的とします。
15 月 日	第15回 ライフサイクルとストレス対処法2	<ul style="list-style-type: none"> <li>・覚醒と睡眠の概念</li> <li>・生体リズムと本能行動</li> <li>・動機付けと葛藤</li> </ul>	心身の構造や働きと人間の細胞構成成分について学びます。また、それを分かりやすい言葉で交流を図れるように、コミュニケーションスキル向上も到達目的とします。
16 月 日	第16回 ライフサイクルとストレス対処法2-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・クレッチマーの分類とストレス</li> <li>・職業せん妄と過重労働</li> <li>・意識障害と簡便な判定法</li> </ul>	過重労働によるオーバーストレスにより、職業せん妄や意識障害の症状について理解を深めます。また、その簡便な判定方法について習得することを目的とします。
17 月 日	第17回 ライフサイクルとストレス対処法3	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パーソナリティーの理解</li> <li>・人間的学習と記憶のメカニズム</li> <li>・脳内活動の捉え方</li> </ul>	パーソナリティーを人間の個性を理解する手段の一つでもあります。人間の環境から構築されるパーソナリティーには、記憶と脳内情報処理能力との関係について学びます。
18 月 日	第18回 ライフサイクルとストレス対処法3-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動失行と前頭葉及び側頭葉症状群の種類</li> <li>・ケアレスミスとゲシュトルマン症状群の違い</li> <li>・自動症と精神運動発作の支援方法</li> </ul>	業務上のミスや日常生活においても、はさみで紙を切る事ができない、服をいじる、口をもぐもぐする動作、計算不能な特異な現象失効や失認の種類について理解を深めます。また、それによる外部資源活用と併用した社内整備について習得目的とします。
19 月 日	第19回 ライフサイクルとストレス対処法4	<ul style="list-style-type: none"> <li>・呼吸と脳内の関連</li> <li>・自然免疫と獲得免疫について</li> <li>・代謝とエネルギー生産</li> </ul>	健康増進を図るにあたり、呼吸と免疫、代謝、エネルギー発生という一連の生命活動には非常に大切な営みとなります。健康状態の生命活動の基本概念を学びます。
20 月 日	第20回 ライフサイクルとストレス対処法4-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレスと過換気症候群</li> <li>・ストレスと心因性うつ状態</li> <li>・パニック障害の支援法</li> </ul>	ストレスによる動悸及び頻脈・過呼吸・息苦しさは、このまま死ぬという3つ恐怖が最も多くパニック障害の症状の代表的なものです。この症状について理解を深め、支援方法について習得目的とします。
21 月 日	第21回 ライフサイクルとストレス対処法5	<ul style="list-style-type: none"> <li>・遺伝と染色体</li> <li>・遺伝と環境の関係性</li> <li>・細胞の基本型</li> </ul>	健康状態なのか病状なのかの自己判断をする場合には、遺伝的要因もしくは環境的要因なのか両要因なのかの理解を深め生活習慣病予防について学びます。
22 月 日	第22回 ライフサイクルとストレス対処法5-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・重度のストレス反応及び適応障害</li> <li>・急性ストレス反応の支援方法</li> <li>・ストレスと転換状態の介入方法</li> </ul>	重度のストレス反応や急性ストレス反応について理解を深め、その状態に対する支援方法を習得目的とします。

23 月 日	第23回 ライフサイクルとストレス対処法6	<ul style="list-style-type: none"> <li>・細胞の老化と細胞死</li> <li>・心身のライフサイクル特性</li> <li>・ストレスの内外要因</li> </ul>	生活習慣病の第一予防について理解を深め、欠乏症と過剰症により細胞の老化や心身の発達段階及びストレスとの関連に対して学びます。
24 月 日	第24回 ライフサイクルとストレス対処法6-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・悲哀反応と被害妄想対処法</li> <li>・ストレスと性関連障害</li> <li>・性関連障害における行動療法</li> </ul>	ストレスによる性機能不全にかんしての理解を深め、傾聴などの介入方法について学び、支援として行動療法を習得目的とします。
25 月 日	第25回 ライフサイクルとストレス対処法7	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレスの概念</li> <li>・全身適応症候群</li> <li>・ライフサイクルとストレスの種類</li> </ul>	ストレス基本概念とストレスの種類、ストレス状態の生体反応と全身適応による疾病症状の予防及び対処法について学びます。
26 月 日	第26回 ライフサイクルとストレス対処法7-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレスと自殺念慮</li> <li>・職場環境と自殺予防</li> <li>・ストレスと自傷行為</li> </ul>	オーバーストレスによる自傷行為や自殺企図に対する状態について理解を深め、予防措置や予防方法について習得目的とします。
27 月 日	第27回 ライフサイクルとストレス対処法8	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレスと体内環境状態</li> <li>・ホメオスタシス概論</li> <li>・体内緊急反応とストレスコーピング</li> </ul>	健康な状態を維持する為に、生体恒常性を保つ必要性に対して理解を深め、外的要因における体内のストレス反応後のケア方法に対し、今後同じストレス直後生体反応を受けない対処法を学びます。
28 月 日	第28回 ライフサイクルとストレス対処法8-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・タバコ依存症と離脱症状について</li> <li>・ストレスと情動失禁</li> <li>・産後うつに対する社会復帰支援</li> </ul>	生理・社会・心理的ストレスにおける依存と離脱症状について理解を深め、支援方法について習得目的とします。
29 月 日	第29回 ライフサイクルとストレス対処法9	<ul style="list-style-type: none"> <li>・職場環境とストレス</li> <li>・家族環境とストレス</li> <li>・ライフストレス</li> </ul>	ストレスの外的要因として、職場環境や家庭環境、日常生活における環境などが主なストレス要因となります。ストレスを受けづらい環境作りを自ら実行できる方法を学びます。
30 月 日	第30回 ライフサイクルとストレス対処法9-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・短期抑うつ反応</li> <li>・遷延性抑うつ反応</li> <li>・混合性不安抑うつ反応</li> </ul>	個々人の置かれる環境に応じて、様々なストレス反応について理解を深め、各々のストレス反応に対して、いち早い気づきと対処方法について習得することを目的とします。
31 月 日	第31回 ストレス後遺症と支援・介入方法1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・不安と不安障害</li> <li>・ストレスと防御因子</li> <li>・ストレス関連ホルモンと体内環境</li> </ul>	不安の3分類とそれに伴う不安障害における事前の予防方法の理解とストレス時に分泌されるホルモンについて理解を深め、体内環境維持と有害ストレスホルモン対処方法について学びます。
32 月 日	第32回 ストレス後遺症の支援・介入方法1-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・感情と気分の表情理解方法</li> <li>・感情の生理学的基礎</li> <li>・感情と認知の行動関係</li> </ul>	基本的感情(情動)について顔の表情から識別可能な生得的基本的感情について理解を深め、事態に適した行動支援方法について習得目的とします。
33 月 日	第33回 ストレス後遺症と支援・介入方法2	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレス性健康障害</li> <li>・ストレス耐性</li> <li>・ストレスとプライマリ・ケア法</li> </ul>	仕事の要求度が高く、コントロールが低く、おなかつ社会的支援が低い場合が最もストレス性健康障害をおこしやすいとしています。これに対する耐性強化方法を学びます。
34 月 日	第34回 ストレス後遺症と支援・介入方法2-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特性論と因子分析による特性</li> <li>・各種・力動論</li> <li>・マキャベリズムと条件付け</li> </ul>	親和的動機付けについて理解を深め、行動特性による個々人の理解方法と支援方法について習得目的とします。

35 月 日	第35回 ストレス後遺症と支援・介入方法3	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレス性健康障害と仮面うつものの診立て方法</li> <li>・心因性ストレスへのアプローチ方法</li> <li>・心因性ストレスへの支援方法</li> </ul>	身体症状が前面に現れ、精神症状が乏しい仮面うつものは、周囲環境からも理解しにくい特性があります。この特性に関し理解を深めアプローチ及び支援法を学びます。
36 月 日	第36回 ストレス後遺症と支援・介入方法3-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・精神病理現象</li> <li>・転換と反動形成</li> <li>・投影と摂取の関係性</li> </ul>	行動科学的立場において、無意識とメンタルヘルスとの関連について理解を深め、社会生活における失錯行為の現象に対する対処方法について習得目的とします。
37 月 日	第37回 ストレス後遺症と支援・介入方法4	<ul style="list-style-type: none"> <li>・精神構造と精神機能</li> <li>・体型と性格気質の関係性</li> <li>・パーソナリティタイプ別問題解決促進方法</li> </ul>	精神構造及び機能性について、諸問題もパーソナリティにより変容します。これを体型から性格や気質との関連について理解を深め、問題解決促進について学びます。
38 月 日	第38回 ストレス後遺症と支援・介入方法4-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・コミュニケーションの多様性</li> <li>・コミュニケーションの基本的成り立ち</li> <li>・コミュニケーションの伝達経路</li> </ul>	コミュニケーションの重要な点は、方法が多種多様であり、尚且つ、その内容が状況により変化することについて理解を深め、適切な伝達経路について習得目的とします。
39 月 日	第39回 ストレス後遺症と支援・介入方法5	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己防衛機制の診立て方法</li> <li>・恐怖心克服の論理療法概論</li> <li>・適応反応と不適応反応の対処法</li> </ul>	自己防衛機制により、事実を歪め自己防衛を図り、結果として不適応行動として表出していきます。これに対する対処法を学びます。
40 月 日	第40回 ストレス後遺症と支援・介入方法5-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・集団役割と相互作用の安定化と習慣化</li> <li>・仕事集団と依存集団</li> <li>・闘争及び逃避集団</li> </ul>	フロイトの仕事集団心理について理解を深め、合理的かつ円滑・快適に進むために、自我の働きコントロール習性について習得目的とします。
41 月 日	第41回 ストレス後遺症と支援・介入方法6	<ul style="list-style-type: none"> <li>・人間五段階欲求とストレスの関係性</li> <li>・精神疾患の主な種類</li> <li>・不安ストレスと適応障害</li> </ul>	人間の五段階欲求の構造を理解を深め、この欲求不満時に発症する精神疾患の種類と適応障害特性について学びます。
42 月 日	第42回 ストレス後遺症と支援・介入方法6-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>ヘルスケアシステム</li> <li>・社会的学習論</li> <li>・バイオフィードバックと健康維持の促進</li> </ul>	ストレス後遺症の支援及び介入具現化に向けてヘルスケアシステムの構築について理解を深めます。また、情動反応を抑制する概念について習得目的とします。
43 月 日	第43回 ストレス後遺症と支援・介入方法7	<ul style="list-style-type: none"> <li>・不安の種類と支援方法</li> <li>・認知の歪みとストレスの関係性</li> <li>・発達段階に応じたストレス特性</li> </ul>	各発達段階到達目標獲得の失敗による認知の歪みに対して理解を深め、その結果、起こる不安の種類と支援方法について学びます。
44 月 日	第44回 ストレス後遺症と支援・介入方法7-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・局所論的観点と構造論的観点</li> <li>・経済論的観点と発生論的観点</li> <li>・力動論的観点と適応論的観点</li> </ul>	各々の観点について理解を深め、ストレス後遺症や後遺症障害に対する支援及び介入の方法論について習得目的とします。
45 月 日	第45回 ストレス後遺症と支援・介入方法8	<ul style="list-style-type: none"> <li>・問題発見とストレスコーピング</li> <li>・問題の明確化とストレスコーピング</li> <li>・問題解決行動計画とストレスコーピング</li> </ul>	問題発見から問題の明確化、そして問題解決行動計画における問題解決促進行動に対するストレス対処法に関して学びます。
46 月 日	第46回 ストレス後遺症と支援・介入方法8-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生物学的・心理学的の発達法則と社会的環境</li> <li>・脱価値化とストレス後遺症の関係性</li> <li>・万能感とストレス後遺症の関係性</li> </ul>	ストレス後遺症による脱価値化について理解を深め、分裂や原子的理想化に対する支援及び介入方法について習得目的とします。

47 月 日	第47回 ストレス後遺症と支援・介入方法9	・A型とB型行動パターンの特徴と疾病率の関係 ・メンタルヘルスの流れ ・ストレスと肥満の関係と成り立ち	メンタルヘルスの流れと行動タイプ別特性に関する発症疾病と環境整備について理解を深め、ストレスによる肥満症との関係及び発症成り立ちについて学びます。
48 月 日	第48回 ストレス後遺症と支援・介入方法9-1	・心理・社会的課題と危機 ・価値規範と判断基準 ・積極性対罪悪感	ストレス後遺症には、エディプス期の発達課題達成状況に応じて変容することについて理解を深め、支援・介入及び対策方法について習得目的とします。
49 月 日	第49回 生活習慣指導法1	・交流分析概論 ・交流分析を活用した職場環境作り ・自己評価法と他者評価法の差異と特性	人間関係における「やり取り=交流」の基本的概念について理解を深め、対人関係の適切な交流方法と職場環境作りについて学びます。
50 月 日	第50回 生活習慣指導法1-1	・現代人の心理特性 ・シゾイド人間タイプ論 ・自己愛人間タイプ論	シゾイド(分裂)人間及び自己愛人間タイプについて理解を深め、生活習慣指導及び支援方法について習得目的とします。
51 月 日	第51回 生活習慣指導法2	・ストレス予防方法の種類 ・アルコール多飲による健康障害 ・食生活摂取時間と摂取内容の見直し方法	人間の一日の24時間の生体リズムに適した食生活摂取時間と食事摂取内容について理解を深め、ストレス対処としての過度のアルコール多飲に対する心理支援について学びます。
52 月 日	第52回 生活習慣指導法2-1	・欲求不満と代償行為 ・障壁と性格行動 ・代償行動に必要とされる指導と援助	生理的欲求や人格的欲求、支配と優越を求める欲求に理解を深め、その欲求と障壁に対する必要な支援及び指導方法について習得する事を目的とします。
53 月 日	第53回 生活習慣指導法3	・交感神経と副交感神経の働き ・ストレス性潰瘍発症原因 ・体内ストレスにおける攻撃因子と防御因子	ストレス時における胃の痛みや潰瘍に対し理解を深め、胃粘膜攻撃因子と防御因子との関係について食生活習慣の見直しについて学びます。
54 月 日	第54回 生活習慣指導法3-1	・運動と事象の知覚 ・般化と弁別による内発的動悸付け ・エピソード記憶と意味記憶による抑圧	問題発見や問題解決の優先順位を決める支援について理解を深め、内発的動機付け支援法を習得目的とします。
55 月 日	第55回 生活習慣指導法4	・脳科学概論 ・脳内の各部位の役割と働き ・脳と心の栄養成分アドバイス方法	人間の営みを司る脳は、心を生み出し、その全てを身体が支える仕組みとなっています。人間中枢の脳に関する構成栄養成分と補完医療についての適切アドバイス方法について学びます。
56 月 日	第56回 生活習慣指導法4-1	・老いの心理 ・前頭葉刺激による老化予防 ・老化の受容プロセス	加齢に伴う心身バランス変化に対する精神受容プロセスについて理解を深め、抗加齢対策方法を習得目的とします。
57 月 日	第57回 生活習慣指導法5	・ストレスにおける臨床面接の進め方 ・社会的スキル欠如の分類 ・社会的スキルトレーニング法	社会的実行の欠如や自己コントロール欠如などの社会的スキルの分類について理解を深めるための基礎知識を学び、その臨床面接方法についても学びます。
58 月 日	第58回 生活習慣指導法5-1	・適応と不適応の間の診立て方法 ・適応から不適応へのプロセスと対処法 ・外的刺激と環境的变化に対する受容及び適応指導	適応時から不適応結果に至るプロセスについて理解を深め、適応と不適応の移行期の診立て方法を習得目的とします。

59	第59回 月 日	生活習慣指導法6	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一次及び二次障害と疾病概論</li> <li>・心身障害の捉え方</li> <li>・正常と異常における障害者理解方法</li> </ul>	障害は、大きく二つに分類され、一次障害は個人の機能や構造などの基本的障害であり、二次障害は異常行動、動作様式で心理及び社会的要因について理解を深め、適切な対応方法を学びます。
60	第60回 月 日	生活習慣指導法6-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・劣等感と不安原因の関係性</li> <li>・不安にもとづく生理的变化と行動特性</li> <li>・劣等感の理解と指導法</li> </ul>	個々人により異なる劣等感に対し理解を深め、不安と変化した心理状態に対する心理支援方法を習得することを目的とします。
61	第61回 月 日	生活習慣指導法7	<ul style="list-style-type: none"> <li>・睡眠障害と摂食障害の心理的治療と支援</li> <li>・心身症の定義と心身医学的配慮とあり方</li> <li>・心的外傷後ストレス障害(PTSD)支援法</li> </ul>	睡眠や食事、性行動は、生理的欲求に根ざすものであり、身体的な疾病により変容・変態について理解を深め、それらにおける支援及びアドバイス方法を学びます。
62	第62回 月 日	生活習慣指導法7-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・睡眠障害における生活習慣改善指導</li> <li>・摂食障害予防指導法</li> <li>・フラッシュバックに対するケア方法</li> </ul>	日常生活習慣や食生活習慣の問題発見により、障害まで至るフラッシュバックに対するケア方法を習得することを目的とします。
63	第63回 月 日	生活習慣指導法8	<ul style="list-style-type: none"> <li>・社会環境と発達病理概論</li> <li>・情動と欲求における社会的ストレスとの関係性</li> <li>・ストレスにおける成熟と学習</li> </ul>	心身発達には「社会化」と「個人化」を目指す心身の変化であり、成熟(原因論として遺伝)学習(原因論として環境)の相互作用について理解を深めストレス後遺症のケア方法について学びます。
64	第64回 月 日	生活習慣指導法8-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・観察学習における指導法</li> <li>・符号化と検索の気づきの支援</li> <li>・生活習慣学習と転移の捉え方</li> </ul>	過去の問題や不適応な生活習慣を符号化し再度、検索を繰り返す負の生活習慣改善に関する「気づき」を与える支援方法を習得することを目的とします。
65	第65回 月 日	ストレス性疾患に対する治療の種類1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・薬物療法概論</li> <li>・自律神経訓練法概論</li> <li>・音楽療法と光療法概論</li> </ul>	ストレスの薬物療法の種類についての基礎知識と薬物作用と副作用についても理解を深め、薬物療法以外の療法についても実施方法について学びます。
66	第66回 月 日	ストレス性疾患に対する治療の種類1-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレス支援の個別指導法</li> <li>・ストレス支援の集団指導法</li> <li>・ストレス予防の組織指導法</li> </ul>	ストレスによる指導において、個別と集団の指導方法の差異について理解を深め、組織としてストレス予防方法を習得目的とします。
67	第67回 月 日	ストレスマネジメントとセルフケア法1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・気づきとセルフケア法</li> <li>・アルコールとストレス</li> <li>・運動とストレス</li> </ul>	飲酒による快適酩酊(かいてきめいてい)効果を反復体験し、長期的な摂取の結果、精神的と身体的依存の強迫的飲酒行動について理解を深め、運動活用などのセルフケアについて学習します。
68	第68回 月 日	ストレスマネジメントとセルフケア法1-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・向社会的行動とストレスマネジメント</li> <li>・モデリング活用におけるストレス対処法</li> <li>・3つの自己評価方法とセルフケア</li> </ul>	望ましい自己評価基準について理解を深め、変化を伴う環境に対し、3つの自己評価方法をセルフケア対策として習得を目的とします。
69	第69回 月 日	メンタルヘルス1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・対象喪失感と受容プロセス</li> <li>・自律神経反応論と心理特性</li> <li>・消化性潰瘍成因と自律神経系役割と中枢支配</li> </ul>	対象喪失感の心理受容プロセスにおける自律神経系の体内環境での役割に関して理解を深め、受容プロセス支援方法について学びます。
70	第70回 月 日	メンタルヘルス1-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・メンタルヘルス対策に活用する薬理作用</li> <li>・メンタルヘルス対策に活用する生理作用</li> <li>・心身の生命維持と健康補助食品の活用</li> </ul>	メンタルヘルス対策に関する薬理作用と生理作用の特性について理解を深め、薬物療法から代替療法の状態に応じた心身の生命維持を図る事を習得目的とします。