

科目区分	教養科目	授業科目名	ウェルビーイング入門			科目コード	26L001	担当者	松島 完			担当形態	単独
対象学科・コース	生活創造学科 地域未来創生コース	配当年次	1年次	開講学期	秋学期	単位数	1	必修・選択の別	必修	免許・資格要件			
授業形態	講義	履修条件							教育職員免許法施行規則に定める科目区分等	科目区分			
実務の経験を有する教員担当科目		実務の経験内容及び科目との関連								科目に含めることが必要な事項			

授業の主題	「幸せ」や「豊かさ」の定義が多様化する現代において、身体的・精神的・社会的に満たされた状態（ウェルビーイング）とは何かを学び、「あなたのしあわせ」をデザインする。	課題等への対応（フィードバックの方法等）	可能な限り、個別コメントや口頭講評を軸にし、質問や意見は随時受け付け、学習をサポートする。
授業の方法	講義形式を基本にしつつ、グループワーク等の対話や受講者によるプレゼンやディスカッションを可能な限り組み込み、主体的な学びを促す。	アクティブ・ラーニングの実施方法	グループワーク、ディスカッション、プレゼンテーション等を活用する。

回数	授業計画	事前・事後学修
第1回	ガイダンス、しあわせって何？	授業のポイントを整理・復習
第2回	あなたのしあわせ度を診断	授業のポイントを整理・復習
第3回	しあわせな人とは（個人の幸せと社会全体の幸せ）	学習した内容を踏まえて課題をレポートにまとめる
第4回	しあわせなまちとは（幸福度ランキング、Better Life Indexなどデータで見るまちのしあわせ）	学習した内容を踏まえて課題をレポートにまとめる
第5回	デモクラシーとウェルビーイング	発表準備・復習
第6回	ウェルビーイング・マニフェスト（ワークショップ）	発表準備・復習
第7回	ウェルビーイング・マニフェスト（プレゼン）	授業のポイントを整理・復習
第8回	まとめ（「あなたのしあわせ」をデザイン）（レポート）	全体を踏まえて課題をレポートにまとめる

事前・事後学修時間（分／授業1回）	180分／授業1回
-------------------	-----------

教科書 [書名／著者名／出版社]	教科書なし	受講生へのメッセージ	「しあわせ」は持っているものではなく、自ら気づき、デザインするものです。自分自身の生活や地域をより良くするためのヒントを一緒に探求しましょう。
参考書 [書名／著者名／出版社]	前野隆司『幸せのメカニズム 実践・幸福学入門』講談社現代新書（2013） 前野隆司・前野マドカ『ウェルビーイング』日経文庫（2022） 西研『しあわせの哲学』NHK出版（2021）		

