

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(実技)	ウェイトトレーニング演習Ⅰ	田島 伸悟	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
ウェイトトレーニングの基礎知識、正しい方法、効果を理解し、個々のトレーニングに生かせるようにする。			
講義概要			
ウェイトトレーニングの基礎知識及び指導法を習得させる。			
授業内容			
1	オリエンテーション(授業の進め方等)		
2	ウェイトトレーニングとは		
3	筋肉について		
4	トレーニングマシンの使用法、特徴、利点について		
5	フリーウェイトの使用法、特徴、利点について		
6	〃		
7	筋収縮の種類		
8	負荷の決め方		
9	腕部 ウェイトトレーニング種目について		
10	〃		
11	〃 1RM測定		
12	肩部、胸部 ウェイトトレーニング種目について		
13	〃		
14	〃 1RM測定		
15	定期試験		
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
実技(トレーニングセンター)を基本とし、ロールプレイングやプレゼンテーションも行う。担当の田島伸悟は日ス協アスレティックトレーナー資格を有し、実業団ラグビー部ヘッドトレーナー、パークハイアット東京ジムインストラクター他の勤務経験を活かし、その理論や方法を伝える。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	2年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(実技)	ウェイトトレーニング演習Ⅱ	田島 伸悟	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
ウェイトトレーニングの応用知識、正しい方法、効果を理解し、インストラクターとしての運動処方ができる能力を身に付ける。			
講義概要			
ウェイトトレーニングの応用知識及び指導法を習得させる。			
授業内容			
1	ガイダンス 授業の進め方 内容		
2	トレーニングの概念		
3	部位別指導法 肩部のトレーニング		
4	腰部のトレーニング		
5	腹部のトレーニング		
6	背中のトレーニング		
7	下肢のトレーニング		
8	胸部のトレーニング		
9	補助種目		
10	パワートレーニング①		
11	パワートレーニング②		
12	初動負荷と終動負荷…理論		
13	実技①		
14	実技②		
15	定期試験		
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
実技(トレーニングセンター)を基本とし、ロールプレイングやプレゼンテーションも行う。担当の田島伸悟は日ス協アスレティックトレーナー資格を有し、実業団ラグビー部ヘッドトレーナー、パークハイアット東京ジムインストラクター他の勤務経験を活かし、その理論や方法を伝える。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	コミュニケーション開発論Ⅰ	池田一穂	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
コミュニケーションの基本的な概念を理解した上で、サービスマインドやホスピタリティーを活かしたコミュニケーション技術を身に付ける。			
講義概要			
コミュニケーションの基本的な概念及び効果的なコミュニケーションの在り方について学習			
授業内容			
1	授業ガイダンス		
2	コミュニケーションの概念1		
3	コミュニケーションの概念2		
4	コミュニケーションの概念3		
5	メディアの概念1		
6	メディアの概念2		
7	メディアの概念3		
8	インフォメーションの概念1		
9	インフォメーションの概念2		
10	インフォメーションの概念3		
11	コミュニケーションスキルアップ1		
12	コミュニケーションスキルアップ2		
13	コミュニケーションスキルアップ3		
14	まとめ		
15	定期試験		
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。グループディスカッションビデオ教材やロールプレイング形式も数多く取り入れている			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	2年後期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	コミュニケーション開発論Ⅱ	池田一穂	30時間(2単位)
実務経験			
無			
授業の到達目標			
コミュニケーションの基本的な概念を理解した上で、サービスマインドやホスピタリティーを活かしたコミュニケーション技術を身に付ける。			
講義概要			
コミュニケーションの基本的な概念及び効果的なコミュニケーションの在り方について学習			
授業内容			
1 授業ガイダンス			
2 コミュニケーションのセオリー①			
3 コミュニケーションのセオリー②			
4 集団による意思決定①			
5 集団による意思決定②			
6 コミュニケーション技法①ディスカッション1			
7 コミュニケーション技法①ディスカッション2			
8 コミュニケーション技法①ディスカッション3			
9 コミュニケーション技法②ディベート1			
10 コミュニケーション技法②ディベート2			
11 コミュニケーション技法②ディベート3			
12 コミュニケーションの実践①			
13 コミュニケーションの実践②			
14 まとめ			
15 定期試験			
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。ビデオ教材やロールプレイング形式も数多く取り入れている。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	コミュニケーション論Ⅰ	池田一穂	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
コミュニケーションの基本的な概念を理解し、効果的な方法を習得し、実践で活かせるようにする。			
講義概要			
コミュニケーションの応用として、サービス・マーケティングやホスピタリティ・マネジメントについて学習する。			
授業内容			
1 授業ガイダンス			
2 コミュニケーションの理論			
3 話し上手になるための発声・発音			
4 聞き手が正しく理解するための表現			
5 話をするときの心構え			
6 コミュニケーション効果を高める話し方①			
7 コミュニケーション効果を高める話し方②			
8 コミュニケーション効果を高める表現力①			
9 コミュニケーション効果を高める表現力②			
10 聞き上手になる①			
11 聞き上手になる②			
12 コミュニケーション事例①			
13 コミュニケーション事例②			
14 まとめ			
15 定期試験			
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。ビデオ教材やロールプレイング形式も数多く取り入れている。幼少年体育協会での接客・営業経験を活かし、コミュニケーションの重要性や事例研究を通じてその方法を指導する。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	2年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	コミュニケーション論Ⅱ	池田一穂	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
コミュニケーションの基本的な概念に加え、サービスマインドや接客についても学ぶ。			
講義概要			
より上手なコミュニケーションの取り方や効果的な方法について、事例研究、発案、評価を通じて学習			
授業内容			
1 授業ガイダンス			
2 コミュニケーションの基礎知識			
3 対人コミュニケーション②			
4 対人コミュニケーション①			
5 リーダーシップとフォロワーシップ①			
6 リーダーシップとフォロワーシップ②			
7 発案・意見の方法①			
8 発案・意見の方法②			
9 プレゼンテーションツールによるコミュニケーション①			
10 プレゼンテーションツールによるコミュニケーション②			
11 ビジネスとしてのコミュニケーション技術①			
12 ビジネスとしてのコミュニケーション技術②			
13 グループワーク			
14 まとめ			
15 定期試験			
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。ビデオ教材やロールプレイング形式も数多く取り入れている。幼少年体育協会での接客・営業経験を活かし、コミュニケーションの重要性や事例研究を通じてその方法を指導する。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	スポーツ医学	千葉智久	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
スポーツと医学の関係を熟知し、指導者やトレーナーとして従事する際に、適切な一次処置を行うことができる知識を身に着けることを目標とする。			
講義概要			
運動・スポーツにおける内科的・外科的スポーツ障害を医学的見地から解説するとともに、その予防と対策、また、救急処置の講義を行う。			
授業内容			
1	スポーツ医学について(健康と医学)		
2	スポーツ選手の健康管理(1)		
3	スポーツ選手の健康管理(2)		
4	運動中のケガや病気(内科的な面から)		
5	運動中のケガや病気(外科的な面から)		
6	救急処置について(熱中症・貧血・一般外傷等)		
7	障害と対策方法(内科的な面から)		
8	障害と対策方法(精神的な面から)		
9	内臓疾患と生活習慣病(肝・心・呼吸器・糖尿病・高脂血症・肥満)		
10	AIDS・性病		
11	腱・滑液包		
12	野球肩・テニス肘・ランナーズニー		
13	環境条件の変動に対する対応と馴化(特殊環境下での運動に対する身体の変化について)		
14	まとめ		
15	定期試験		
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。対面授業の中で視覚教材を多く取り入れている。 担当の千葉は、都立高校保健体育科教諭として38年勤務し、合わせて都高野連副理事長(競技部)として永年緊急時の救急処置等の対応をしてきた。特に夏季大会においては、熱中症対策などを継続的に実施した経験がある。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	2年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	スポーツ栄養学	伊藤剛之	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
スポーツ栄養学の重要性、栄養素の働きについて理解する。 日常生活での栄養摂取について、健康な生活を送るためのメニュー作りや食事計画を立案できるようになることを目標とする。			
講義概要			
健康と食生活との関わりや栄養素の役割、必要摂取量等の基礎知識・理論について学ぶ。			
授業内容			
1 栄養・食について、食品群、食事バランスガイドの使用			
2 スポーツと栄養、七大栄養素			
3 日本人の食事摂取基準			
4 カロリーについて、エネルギー消費			
5 消化と吸収			
6 糖質について			
7 脂質について			
8 タンパク質について			
9 アミノ酸について			
10 ビタミンについて			
11 ミネラルについて			
12 食物繊維について			
13 ファイトケミカルについて			
14 授業のまとめ(日常の食事メニューについて)			
15 定期試験			
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。メニュー作成時はグループディスカッションやプレゼンテーション形式も取り入れる。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	2年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	スポーツ指導論	中宿 晃	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
スポーツ指導にあたって、基本的な指導方法と、指導企画の立案及びそれに基づいた指導ノウハウを身に付けることを目標とする。			
講義概要			
この科目では、健康・体力・レクリエーション・クラブ活動のスポーツ指導にあたって、基本的な指導方法を養う。また、競技者の指導法について実際に体験をしながらその方法と発展について理解する。加えて、プロスポーツ選手(トップアスリート含む)の指導法、育成法などより詳しく具体的な指導法にも例を参考に考えていく。			
授業内容			
1	指導者とは？指導者倫理		
2	指導の種類 健康・体力づくりとして、レクリエーションとして、クラブ活動としてのスポーツ指導の類別化		
3	アスリートの発掘・育成・強化①		
4	アスリートの発掘・育成・強化①		
5	種目別生徒指導の要点① 個人スポーツ種目について		
6	種目別生徒指導の要点② チーム(集団)スポーツ種目について		
7	一斉指導の特徴とその指導上の留意点		
8	班別指導の特徴とその指導上の留意点		
9	グループ指導の特徴とその指導上の留意点(プレーヤーとの良い関係について①)		
10	グループ指導の特徴とその指導上の留意点(プレーヤーとの良い関係について②)		
11	個別指導の特徴とその指導上の留意点(女性とスポーツ指導①)		
12	個別指導の特徴とその指導上の留意点(女性とスポーツ指導②)		
13	個別指導の特徴とその指導上の留意点(中高年者のスポーツ指導について)		
14	まとめ		
15	定期試験		
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物			
成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。ビデオ教材も数多く取り入れている			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	2年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	スポーツ心理学	伊藤剛之	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
スポーツ心理学の基礎の理解を深め、現場での選手へのメンタルマネジメントの知識と技術を身に付けることを目標とする。			
講義概要			
スポーツにおける心理面の影響やパフォーマンスとの関連、メンタルトレーニング、集団心理等について事例をもとに幅広く考察を行い、メンタルマネジメントに基づく運動パフォーマンス向上のための知識や方法を学ぶ。			
授業内容			
1	ガイダンス、スポーツ心理学とは		
2	スポーツと心(脳)の係わり		
3	スポーツにおける動機づけ		
4	運動上達の仕組み(1)		
5	運動上達の仕組み(2)		
6	実力発揮(1)		
7	実力発揮(2)		
8	コーチングの心理(1)		
9	コーチングの心理(2)		
10	メンタルマネジメント(1)		
11	メンタルマネジメント(2)		
12	メンタルマネジメント(3)		
13	指導者におけるメンタルマネジメント(1)		
14	指導者におけるメンタルマネジメント(2)		
15	定期試験		
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。グループディスカッションや実験も取り入れる。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	ビジネス教養 I	長尾朱夏	30時間(2単位)
実務経験			
無			
授業の到達目標			
社会人の基礎知識となるコミュニケーション、プレゼンテーション能力を向上させる。			
講義概要			
社会人としての常識(敬語表現や服装、冠婚葬祭等)などの基礎コミュニケーションから、即戦力としてビジネスシーンで効果的な自己表現の仕方について、多くの事例をもとに学習する。			
授業内容			
1 授業ガイダンス			
2 コミュニケーションの基本1ー①			
3 コミュニケーションの基本1ー②			
4 コミュニケーションの基本2ー①			
5 コミュニケーションの基本2ー②			
6 コミュニケーションとファシリテーター1			
7 コミュニケーションとファシリテーター2			
8 自分を知る1ー①			
9 自分を知る1ー②			
10 自分を知る2ー①			
11 自分を知る2ー②			
12 聞く技術1ー①			
13 聞く技術1ー②			
14 まとめ			
15 定期試験			
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。ロールプレイング、プレゼンテーション、ビデオ教材も数多く取り入れている			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年後期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	ビジネス教養Ⅱ	長尾朱夏	30時間(2単位)
実務経験			
無			
授業の到達目標			
社会人の基礎知識となるコミュニケーション、プレゼンテーション能力を向上させる。			
講義概要			
社会人としての常識(敬語表現や服装、冠婚葬祭等)などの基礎コミュニケーションから、即戦力としてビジネスシーンで効果的な自己表現の仕方について、多くの事例をもとに学習する。			
授業内容			
1 授業ガイダンス			
2 聞く技術2ー①			
3 聞く技術2ー②			
4 伝える技術(プレゼンテーション基礎)1ー①			
5 伝える技術(プレゼンテーション基礎)1ー②			
6 伝える技術(プレゼンテーション基礎)1ー③			
7 伝える技術(プレゼンテーション基礎)2ー①			
8 伝える技術(プレゼンテーション基礎)2ー②			
9 伝える技術(プレゼンテーション基礎)2ー③			
10 伝える技術(プレゼンテーションステップアップ)1ー①			
11 伝える技術(プレゼンテーションステップアップ)1ー②			
12 伝える技術(プレゼンテーションステップアップ)2ー①			
13 伝える技術(プレゼンテーションステップアップ)2ー②			
14 まとめ			
15 定期試験			
成績評価			
履修条件: 校則に準じた出席と提出物 成績評価: 授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。ロールプレイング、プレゼンテーション、ビデオ教材も数多く取り入れている			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	ビジネス自己開発論Ⅰ	池田一穂	30時間(2単位)
実務経験			
無			
授業の到達目標			
授業のねらい 自己開発をキャリア開発としてとらえ、自身のキャリアをデザインする能力を育成する			
講義概要			
自己開発をキャリア開発としてとらえ、自身のキャリアをデザインする能力を育成する			
授業内容			
1 授業ガイダンス			
2 自己の能力とは1			
3 自己の能力とは2			
4 自己の能力とは3			
5 自己開発とキャリア開発の連動1			
6 自己開発とキャリア開発の連動2			
7 自己開発とキャリア開発の連動3			
8 事業家型人材と管理型人材の違い1			
9 事業家型人材と管理型人材の違い2			
10 事業家型人材と管理型人材の違い3			
11 能力・欲求・価値のバランス1			
12 能力・欲求・価値のバランス2			
13 能力・欲求・価値のバランス3			
14 コミュニケーション学について3			
15 定期試験			
成績評価			
履修条件: 校則に準じた出席と提出物			
成績評価: 授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下 の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象 外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。ビデオ教材やロールプレイング形式も数多く取り入れている。幼少年体育協会での接 客・営業経験を活かし、自己開発の重要性や事例研究を通じてその方法を指導する。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年後期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	ビジネス自己開発論Ⅱ	池田一穂	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
授業のねらい 自己開発をキャリア開発としてとらえ、自身のキャリアをデザインする能力を育成する			
講義概要			
自己開発とキャリアデザインの作成を学習する			
授業内容			
1 授業ガイダンス			
2 能力の開発1			
3 能力の開発2			
4 能力の開発3			
5 欲求の集約1			
6 欲求の集約2			
7 欲求の集約3			
8 価値の位置づけ1			
9 価値の位置づけ2			
10 価値の位置づけ3			
11 自己開発プランの作成1			
12 自己開発プランの作成2			
13 自己開発プランの作成3			
14 まとめ			
15 定期試験			
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物			
成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。ビデオ教材やロールプレイング形式も数多く取り入れている。幼少年体育協会での接客・営業経験を活かし、自己開発の重要性や事例研究を通じてその方法を指導する。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年前期 2年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	ホスピタリティー論Ⅰ	山口 智之	60時間(4単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
ホスピタリティーの概念を理解し、それに基づくサービスの方法や顧客満足満足度を高める方法について起案、実践できる知識を身に付ける。			
講義概要			
ホスピタリティーの概念を学び、その領域を日本やアジアなどそれぞれの文化などに広げ、その特徴を分析しつつ、ホスピタリティーのあり方に理解を深める			
授業内容			
1 授業ガイダンス ホスピタリティーとは			
2 ホスピタリティーの構成要素			
3 ホスピタリティーとサービス			
4 顧客満足と相互満足			
5 ホスピタリティースタンド			
6 ホスピタリティートレーニング			
7 ホスピタリティーマインドの構成要素 1 挨拶・笑顔			
8 ホスピタリティーマインドの構成要素 2 相手のニーズに応える			
9 ホスピタリティーマインドの構成要素 3 相手の満足に対するやりがい			
10 ホスピタリティーマインドの構成要素 4 相手の状況把握			
11 ホスピタリティーマインドの構成要素 5 ポジティブな表現			
12 ホスピタリティーマインドの構成要素 6 聞く力・相手の立場			
13 ホスピタリティーマインドの構成要素 7 当たり前のことを当たり前			
14 ホスピタリティーマインドの構成要素 8 気付き			
15 定期試験			
16 1年次試験の総括 授業ガイダンス			
17 ホスピタリティー向上のための3つのステップ			
18 経営戦略としてのホスピタリティー1			
19 経営戦略としてのホスピタリティー2			
20 経営戦略としてのホスピタリティー3			
21 日本のおもてなし文化 1			
22 日本のおもてなし文化 2			
23 日本のおもてなし文化 3			
24 日本と海外のホスピタリティー比較 1 東アジア			
25 日本と海外のホスピタリティー比較 2 東南アジア			
26 日本と海外のホスピタリティー比較 3 ヨーロッパ1			
27 日本と海外のホスピタリティー比較 4 ヨーロッパ2			
28 日本と海外のホスピタリティー比較 5 北米			
29 まとめ			
30 定期試験			
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。グループディスカッションビデオ教材やロールプレイング形式も数多く取り入れている			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年後期 2年後期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
講義	ホスピタリティー論Ⅱ	山口 智之	60時間(4単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
ホスピタリティーの概念を理解し、それに基づくサービスの方法や顧客満足満足度を高める方法について起案、実践できる知識を身に付ける。			
講義概要			
ホスピタリティーの概念を学び、その領域を日本やアジアなどそれぞれの文化などに広げ、その特徴を分析しつつ、ホスピタリティーのあり方に理解を深める			
授業内容			
1	1年次試験の総括 授業ガイダンス		
2	ホスピタリティー向上のための3つのステップ		
3	ホスピタリティー事例研究 1 ホテル		
4	ホスピタリティー事例研究 2 飲食業		
5	ホスピタリティー事例研究 3 冠婚葬祭		
6	ホスピタリティー事例研究 4 テーマパーク		
7	ホスピタリティー事例研究 5 医療機関		
8	ホスピタリティー事例研究 6 行政		
9	ホスピタリティー事例研究 7 金融		
10	ホスピタリティー事例研究 8 教育		
11	ホスピタリティー事例研究 9 旅行		
12	ホスピタリティー事例研究10 スポーツ		
13	ホスピタリティー事例研究11 製造		
14	まとめ		
15	定期試験		
16	1年次試験の総括、ガイダンス		
17	ホスピタリティーとマーケティング1		
18	ホスピタリティーとマーケティング2		
19	ホスピタリティーとマーケティング3		
20	ホスピタリティーと顧客満足		
21	ホスピタリティーとリーダーシップ		
22	ホスピタリティーと人的管理		
23	ホスピタリティーとコミュニケーション		
24	ホスピタリティーとプロトコール		
25	ホスピタリティー産業の課題 1		
26	ホスピタリティー産業の課題 2		
27	ホスピタリティー人材の育成		
28	ホスピタリティー業界の展望 1		
29	ホスピタリティー業界の展望 2		
30	定期試験		
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以上の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。グループディスカッションビデオ教材やロールプレイング形式も数多く取り入れている			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	ライフプロモーション論Ⅰ	山口 智之	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
スポーツの生涯化についての理解や認識を高め、それに基づいたプロモーションの知識を身に着けることを目標とする。			
講義概要			
生涯スポーツと健康に資するスポーツを中心としたプロモーションの意義を理解し、そのスキルを身に着ける。			
授業内容			
1 授業ガイダンス			
2 キャリアデザインという考え方1			
3 キャリアデザインという考え方2			
4 キャリアデザインという考え方3			
5 ライフプランの中のキャリアデザイン1			
6 ライフプランの中のキャリアデザイン2			
7 ライフプランの中のキャリアデザイン3			
8 スポーツと生活とのかかわり 幼少期			
9 スポーツと生活とのかかわり 青年期			
10 スポーツと生活とのかかわり 老齢期			
11 スポーツ処方 幼少期			
12 スポーツ処方 青年期			
13 スポーツ処方 老齢期			
14 まとめ			
15 定期試験			
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下 の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象 外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。ビデオ教材やロールプレイング形式も数多く取り入れている。担当の山口智之は、公 益財団法人日本幼少年体育協会において、幼児体育指導者検定、幼児体育健康教育講習会の 指導及び運営統括などの経験を活かし、生涯スポーツの設計について指導する。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康福祉科	2025年度	2年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	ライフプロモーション論Ⅱ	山口智之	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
スポーツの生涯化についての理解や認識を高め、それに基づいたプロモーションの知識を身に着けることを目標とする。			
講義概要			
スポーツ庁が提示した第2期スポーツ基本計画(中間発表)に基づき、これからのスポーツを中心としたプロモーションの方法を考え、立案する能力を身に付ける。			
授業内容			
1	授業ガイダンス		
2	プロモーション手法1		
3	プロモーション手法2		
4	プロモーション手法3		
5	企画・立案1		
6	企画・立案2		
7	効果測定1		
8	効果測定2		
9	グループディスカッション及び発表0		
10	グループディスカッション及び発表2		
11	ライフプロモーションモデルの作成1		
12	ライフプロモーションモデルの作成2		
13	ライフプロモーションモデルの作成3		
14	まとめ		
15	定期試験		
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以上の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。ビデオ教材やロールプレイング形式も数多く取り入れている			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年後期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	運動生理学	千葉智久	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
運動生理学について理解を深めることを目標とする。			
講義概要			
運動と関連付けた生理学の説明から入り、科学的なからだづくりの方法を追求する。さまざまな身体の構成要素のかかわりをより細かく説明する。			
授業内容			
1 運動生理学とは			
2 身体の構造について			
3 身体の構造と各系の働きについて			
4 循環器について			
5 呼吸器について			
6 運動とエネルギー供給のメカニズム(1)			
7 運動とエネルギー供給のメカニズム(2)			
8 消化器について			
9 内分泌系について			
10 体温とは			
11 骨と関節について			
12 筋肉のしくみについて			
13 骨格筋の種類			
14 等張性・等尺性収縮について			
15 定期試験			
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。ビデオ教材も数多く取り入れている			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年後期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	救急処置法	中宿 晃	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
一次救命処置についての正しい知識とその方法を身に付けることを目標とする。			
講義概要			
スポーツの外傷に対して、救急処置がしっかり行われたか否かによって、その後のスポーツ復帰までの期間が大きく左右されることから、正しい応急処置についての実技・講義を行う。			
授業内容			
1 救急処置についての基本知識の説明			
2 スポーツ外傷時の救急処置① 緊急時の対応(フローチャートにて説明)計画			
3 スポーツ外傷時の救急処置② (外傷の認知と評価・判断)			
4 スポーツ外傷の救急処置③			
5 スポーツ外傷の救急処置④			
6 スポーツ外傷の救急処置⑤			
7 三角巾の使い方①			
8 三角巾の使い方②			
9 内科的疾患における救急処置①			
10 内科的疾患における救急処置②			
11 内科的疾患における救急処置③			
12 内科的疾患における救急処置④			
13 アイシングについて①			
14 アイシングについて②			
15 定期試験			
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物			
成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合には特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以上の場合には成績評価の対象外となる。			
授業の特徴・形式等			
講義形式と人体模型やAED等の医療器具を使用した実技を併用。担当の中宿晃は、赤十字救急法救急員の認定者で、永年高校の保健体育教員そしてバスケット指導者として従事した経験を活かし、救急処置の方法や概念について指導する。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	2年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	健康科学概論	横山紀子	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
健康に関する概念や、健康増進に関する国の施策や現代の健康問題についての知識を身に付ける。			
講義概要			
生涯を通した健康づくりを運動、栄養、休養、コミュニケーション、医学等、様々な側面から学習する。			
授業内容			
1	生活と健康 その①		
2	生活と健康 その②		
3	食生活と健康 その①		
4	食生活と健康 その②		
5	疾病とその予防 その①		
6	疾病とその予防 その②		
7	成人病と予防 その①		
8	成人病と予防 その②		
9	青年期の発育と発達 その①		
10	青年期の発育と発達 その②		
11	心と健康 その①		
12	心と健康 その②		
13	くすりと健康 その①		
14	くすりと健康 その②		
15	定期試験		
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年後期 2年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(実技)	高齢者運動指導演習	岩田 諭	60時間(4単位)
実務経験			
有			

授業の到達目標

高齢者の立場に立って、高齢者のQOLの向上および維持を第一に考えられるようになる。同時に高齢者が要介護状態に陥ることがないよう、介護予防プログラムが実施できるようになる。

講義概要

高齢者の身体的特徴を知り、高齢者が安全かつ健康的な生活を送れるよう、運動処方及び運動指導の方法を学ぶ。

授業内容

1	ガイダンス
2	介護予防に対する姿勢、目標
3	老年症候群について
4	介護保険の問題点と改正介護保険法
5	介護予防評価の重要性
6	介護予防評価実習 1
7	介護予防評価実習 2
8	介護予防評価実習 3
9	効果判定に用いる評価1
10	効果判定に用いる評価2
11	リスクマネジメント 1
12	リスクマネジメント 2
13	リスクマネジメント 3
14	まとめ
15	定期試験
16	ガイダンス
17	高齢者筋力向上トレーニング(理論)
18	高齢者筋力向上トレーニング(実技 1)
19	高齢者筋力向上トレーニング(実技 2)
20	高齢者筋力向上トレーニング(実技 3)
21	転倒予防プログラム(講義)
22	転倒予防プログラム(実技 1)
23	転倒予防プログラム(実技 2)
24	失禁予防プログラム(講義)
25	失禁予防プログラム(実技)
26	低栄養予防プログラム
27	認知症予防プログラム1
28	認知症予防プログラム2
29	まとめ
30	定期試験

成績評価

履修条件: 校則に準じた出席と提出物

成績評価: 授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる

授業の特徴・形式等

実技と講義を併用。担当の岩田諭は、パーソナルトレーナー会社代表取締役であり、また日本高齢者運動機能向上研究会理事等の経験を活かし、高齢者の運動指導方法について指導する。

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年後期 2年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(実技)	障がい者運動指導演習	江口 秀幸	60時間(4単位)
実務経験			
有			

授業の到達目標

障がい者に安全かつ効果的なスポーツ指導を行うスキルを身に付けることを目標とする。

講義概要

障がい者の身体的・精神的な特徴を知り、高齢者の健康に寄与できる運動処方及び指導スキルを学ぶ。

授業内容

1	障がい者スポーツ指導者制度と指導者の役割
2	障がい者とスポーツの特徴
3	障がいの理解 1.身体障がい者(切断・脊損・脳性麻痺)①
4	障がいの理解 1.身体障がい者(切断・脊損・脳性麻痺)②
5	2.高齢障がい者(脳血管障がい・高次機能障がい)①
6	2.高齢障がい者(脳血管障がい・高次機能障がい)②
7	3.聴覚・言語障がい、視覚障がい その他障がい①
8	3.聴覚・言語障がい、視覚障がい その他障がい②
9	4.内部障がい①
10	4.内部障がい②
11	5.知的障がいと精神障がい①
12	5.知的障がいと精神障がい②
13	重度障がい者スポーツの実際
14	まとめ(安全管理)
15	定期試験
16	リハビリテーション概論①
17	リハビリテーション概論②
18	リハビリテーション概論③
19	全国障がい者スポーツ大会概論①
20	全国障がい者スポーツ大会概論②
21	競技規則とクラス分け、補装具について①
22	競技規則とクラス分け、補装具について②
23	パラリンピック夏季大会の実際①
24	パラリンピック夏季大会の実際②
25	パラリンピック冬季大会の実際①
26	パラリンピック冬季大会の実際②
27	重度障がい者スポーツの実際①
28	重度障がい者スポーツの実際②
29	まとめ
30	定期試験

成績評価

履修条件:校則に準じた出席と提出物

成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以上の場合は成績評価の対象外となる

授業の特徴・形式等

講義と実技を併用。担当の江口秀幸は元財団法人日本障がい者スポーツ協会部長、長野オリンピックアイススレッジホッケー日本代表監督という経験を活かし、障がい者に対するスポーツ指導の方法について指導する。

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(実技)	情報処理演習	渋井二三男	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
ブラインドタッチを概ね修得する。 Wordの基本的な操作方法を習得する			
講義概要			
Windowsマシンを使用し、基本的な操作方法からアプリケーションソフトを使用した文書作成の基本を学ぶ。 。			
授業内容			
1 デジタルの基礎			
2 ガイダンス…パソコンの起動と終了、マウス操作			
3 印刷の機能、加工方法			
4 キーボードの基本、各キーの特徴と役割			
5 タイプ練習①			
6 タイプ練習②			
7 Windowsの基本操作①			
8 Windowsの基本操作②			
9 パソコン内のファイル・フォルダについて			
10 webブラウザ、サーチエンジン、電子メールなどのしくみ			
11 文字の入力方法、書式変更方法			
12 文書の編集①(文字の強調、置換)			
13 文書の編集②(段落の処理、配置)			
14 文書の編集③(図やファイルの挿入、描画)			
15 定期試験			
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合には特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合には成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
実技形式。担当の渋井二三男は、工学博士の学歴を有し、大手電気メーカーやNTT電気通信研究所等での技術職勤務経験を活かし、コンピュータの基本操作を指導する。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年後期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(実技)	情報処理技術Ⅰ	渋井二三男	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
ブラインドタッチを概ね修得する。 Wordの基本的な操作方法を習得する			
講義概要			
Windowsマシンを使用し、Wordの基本的な操作方法から、ビジネス文書、プレゼンテーション文書作成の方法を学ぶ。			
授業内容			
1	Wordの基本操作…Wordの画面の仕組み		
2	ホームタブ①		
3	ホームタブ②		
4	挿入タブ①		
5	挿入タブ②		
6	ページレイアウトタブ、差し込み文書タブ、表示タブ		
7	ビジネス文書の作成…コピー・移動・文字体裁の設定		
8	ビジネス文書の作成印刷…印刷機能の説明		
9	表と罫線…表の編集・罫線種の変更と網掛け		
10	履歴書を作る…自分の経歴を記入し、実際の履歴書を作る		
11	表現力のある文書の作成…ワードアート・図形描画		
12	企画書、稟議書の作成		
13	プレゼンテーション資料の作成		
14	検定模擬試験		
15	定期試験		
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
実技形式。担当の渋井二三男は、工学博士の学歴を有し、大手電気メーカーやNTT電気通信研究所等での技術職勤務経験を活かし、コンピュータの基本操作を指導する。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	2年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(実技)	情報処理技術Ⅱ	渋井二三男	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
表計算ソフト(Excel)の基本的な使い方を身に付ける。			
講義概要			
Windowsマシンを使用し、Excelの基本的な操作方法から、表計算やグラフ作成の方法を段階的に学ぶ。			
授業内容			
1	ガイダンス…授業の進め方・内容・評価について		
2	Excelの基本…WindowsとExcelの基本操作		
3	データの入力方法…数値・文字の入力及び編集		
4	ブックの作成と保存…ファイルの呼び出しと保存		
5	ワークシートの装飾…表示形式・フォント・文字位置の設定		
6	ワークシートの装飾…表示形式・フォント・文字位置の設定		
7	表計算の作成…データを表形式で計算		
8	表計算の作成…データを表形式で計算		
9	関数の利用…関数を使用した計算式(SUM,AVERAGE,MAX,MIN,IF)		
10	関数の利用…関数を使用した計算式(SUM,AVERAGE,MAX,MIN,IF)		
11	高度なワークシート作成		
12	高度なワークシート作成		
13	グラフ作成…表データをもとにグラフの作成・編集		
14	グラフ作成…表データをもとにグラフの作成・編集		
15	定期試験		
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
実技形式。担当の渋井二三男は、工学博士の学歴を有し、大手電気メーカーやNTT電気通信研究所等での技術職勤務経験を活かし、コンピュータの基本操作を指導する。			

日本ウェルネススポーツ専門学校

開講課程	開講学科	開講年度	履修対象
社会体育専門課程 (職業実践専門課程)	健康コミュニケーション科	2025年度	1年前期
講義区分	授業科目名	担当教員	単位時間数
専門教育科目(講義)	発育発達・老化論	中宿 晃	30時間(2単位)
実務経験			
有			
授業の到達目標			
身体、運動能力、運動スキルの発育・発達・老化のプロセスを学習し、知識を身に付けることを目標とする。			
人間は、その成長過程において様々な変化を見せる。この変化の課程を通して、人間の身体(骨、筋肉、内臓、等)、運動能力(有酸素性作業能力、無酸素性作業能力)、運動スキル(歩・走・跳・投)の発育・発達のプロセスを学習し、習得する。加えて、成人以降の体力の変化、それに関係した遺伝的要因、老化についても理解を深めさせる。			
授業内容			
1	身体的発育発達・老化(解剖学的な発育発達・老化について)		
2	生物体の構成・細胞		
3	組織・器官と器官系		
4	骨の構造・形状・成分の発育・発達		
5	関節の構造・種類・運動		
6	骨格・頭蓋・顎関節		
7	脊柱・胸郭		
8	上肢骨・下肢骨		
9	第一次・第二次成長期の特徴		
10	発育期に起こる障害および疾病について(1)		
11	発育期に起こる障害および疾病について(2)		
12	体力の発育・発達(有酸素性作業能力、無酸素性作業能力)		
13	運動スキルの発育・発達(歩・走・跳・投)		
14	成人以降の体力の変化について		
15	定期試験		
成績評価			
履修条件:校則に準じた出席と提出物 成績評価:授業中の課題及び定期試験の結果で成績評価を行う。なお、出席が全体の3/4以下の場合は特別補講受講が必要となる。また、出席が全体の半分以下の場合は成績評価の対象外となる			
授業の特徴・形式等			
講義形式。ビデオ教材も数多く取り入れている。担当の中宿晃は、赤十字救急法救急員の認定者で、永年高校の保健体育教員そしてバスケット指導者として従事した経験を活かし、発育発達の知識について指導する。			