

大学名：常葉大学（浜松キャンパス）

住所：静岡県浜松市北区都田町 1230

電話番号：053-428-3511 (代表)

養成開始：2010年度



現場実習で、学生が教職員にストレッチングを指導する様子

健康運動指導士養成における我が大学の方針、目的や目指す方向性等

本学健康プロデュース学部心身マネジメント学科では、現代をより豊かに生きようとするすべての人々を対象に「からだ」「こころ」「社会（マネジメント）」の分野から「健康」と「スポーツ」をキーワードに幅広く学びます。相互の関連や連携を考えながら時代のニーズに応える専門性を身につけ、個人の健康についてサポートできる人材の育成を目指します。

健康運動指導士の養成方法やその特徴

本学のトレーニングルームには、有酸素マシン25台、マシン30台、フリーウエイト等、充実した機器を完備しています。10週間の健康産業施設等現場実習では、トレーニングルームにて学生利用者への指導、マシンメンテナンスなど管理運営や運動プログラムの作成、中高年者を想定した体力測定などを現場経験豊富な健康運動指導士の下で学びます。個別指導の実習として、メタボリックシンドロームおよび予備群の教職員を対象にカウンセリングを行い、メタボ改善・予防のための運動処方を作成し運動指導を行っています。また、集団指導の実習として、集団でのストレッチングや自重負荷トレーニングの指導を行っています。

我が大学の魅力・PRポイント

静岡、浜松、富士と静岡県全域に広がる3つのキャンパスがあり、県内最大の私立総合大学です。健康運動指導士の養成を行っている浜松キャンパスは、緑豊かな広大なキャンパスに1,200名収容の大講堂、最新のトレーニングマシンを完備したアリーナ、天然芝のグラウンド、自然体験学習園などを有します。勉学に励み学外活動にも活躍できる施設と環境が整っています。教養と豊かな人間性を高められるキャンパスです。

その他（今後取り組みたいこと等）

地域連携推進事業として、中高年者を対象とした地域での健康教室の開催、および学内での公開講座として大学施設を利用した健康講座を開催していきたいです。指導には、健康運動指導士を目指す学生と教員があたり、健康産業施設等現場実習の成果を発揮できる場としていきたいと考えています。