

大学名：びわこ成蹊スポーツ大学

住所：滋賀県大津市北比良 1204

電話番号：077-596-8410 (代表)

養成開始：2007年度



公開講座ランニング教室での  
トレーニング指導風景

### 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

本学は、社会人に必要な普遍的な教養と、スポーツに関する高度な専門的知識と実践力を身につけた「人間力」溢れる人材の育成を目指しています。カリキュラムは、2年次生よりスポーツに関する7つのコースで各専門科目を学んでいます。子どもから高齢者、アスリートまで幅広い年齢の方への実践的な指導を行うことのできる健康運動指導士の養成を目指しています。

### 健康運動指導士の養成方法やその特徴

健康運動指導士資格は、すべてのコースで取得可能です。現在は4年次履修科目である『健康運動指導士特別講座(1)』、『健康運動指導士特別講座(2)』が主要な養成科目となっています。この授業で生活習慣病や高齢者の医療について深く学びます。実践演習としては、学生同士で心電図や血圧の測定をしたり、運動強度の設定の仕方を学んだ上で自転車エルゴメータを使って漸増負荷トレーニングを実践したりしています。また、現場実習のほかに、大学の必修単位になっているインターンシップ実習を利用して、医療関係機関に10日間実習に行くこともできます。

### 我が大学の魅力・PRポイント

大学で実施されている公開講座では、地域のみならず県民のための健康・運動教室が開催されており、ランニング、ウォーキング、ストックウォーキング、水泳、水中運動教室等の補助を実践しています。それらに参加することによって世代間交流も図られています。

### その他 (今後取り組みたいこと等)

今後は、トレーニングルームを活用して運動指導を実践したいと考えています。現在本学のトレーニングルームを利用されている地域の方々のニーズに対応できるプログラムの作成と運動指導ができる学生の育成が目標です。そのために学生の引き出しにたくさんの知識と技能を入れていきたいと思っています。