

大学名：名桜大学

住所：沖縄県名護市字為又 1220-1

電話番号：0980-51-1100 (代表)

養成開始：2007年度



高齢者の体づくり教室にて
学生が指導体験をしている様子

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

本学では、各種現場での実習に重点をおき健康運動指導士を養成しています。本人の技量向上だけでなく、お客・利用者・患者といった方々との交流も積極的に取り組むよう指導しています。利用者との交流を通して人々の健康づくり指導に必要なもの、大切なものは何か、自ら学び考える指導者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

現場実習を夏休みに9つの施設に分かれて、2週間行っています。その事前学習として3年生前期に、実習施設調査研究・発表、接遇、健康運動指導管理（健康状態の把握、体力測定、ストレッチングプログラムの作成・指導、レジスタンス運動指導等）を学習します。また、リスク管理の一環として心肺蘇生法も練習します。実習施設は、特定健診・特定保健指導を実施している施設や、心臓リハビリを実施している総合病院など積極的に医療施設で行い、メタボやロコモ、心疾患を抱えた方々への生の運動処方に触れています。運動負荷試験実習では、運動中の心拍数や血圧の変化を実体験するとともに、運動処方に活かせるVT測定を繰り返し行い、決定方法の技術を磨いています。

我が大学の魅力・PRポイント

- ・健康運動指導士認定科目の中にも実習が多く、就職に活かせる体験ができます。実際に実習先への就職者も少しずつですが現れてきています。
- ・健康長寿サポートセンターという学内組織があり、希望する学生は自治体や様々な公共施設での健康づくり活動のサポーターとしての活動に参加でき、中高年者を中心とした市民と直接触れ合うことができます。
- ・運動負荷試験実習では健診施設での学外実習も行います。自らのエルゴメータ運動とその指導体験をし、また利用者の様子や心電図を観察し、実際にその場の雰囲気を感じています。さらには、直後の結果指導にも同席し、指導士が行う結果説明を聞いて学んでいます。

その他（今後取り組みたいこと等）

- ・学科教員と協力して、半期の資格対策講座の開催を検討したいです。
- ・就職先を開拓するために、沖縄県内で健康運動指導士が仕事をしている施設を探索し、リストアップしていこうと思っています。
- ・実習先としての医療施設を開拓したいです。