

大学名：松本大学

住所：長野県松本市新村 2095-1

電話番号：0263-48-7200（代表）

養成開始：2007年度



演習実技授業の風景

学生が指導者となって地域の中高齢者を指導

### 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、人間健康学部（健康栄養学科・スポーツ健康学科）は2007年に開設し、2017年度には開設10周年の節目を迎えます。スポーツ健康学科の学びは、「予防医学・健康づくり」「ヘルスケア・スポーツビジネス」「学校教育・健康教育」の3つの柱を軸としています。そのカリキュラムは、健康づくり、運動・スポーツの指導者やプロデューサーとして活躍する人材を育成するように編成しており、専門資格取得だけでなく、地域社会の健康づくりに寄与できるスペシャリストを育成します。

### 健康運動指導士の養成方法やその特徴

地域貢献を理念とし地域社会に貢献できる人材の育成を使命・目的とする本学では、キャンパスを飛び出し、地域社会の現場で学ぶ独自の教育手法「アウトキャンパス・スタディ」を多くの科目に取り入れています。これは地域の自治体や企業、医療機関などと連携協定を結び、教育・研究活動とともに地域に貢献してきた本学ならではの教育手法といえます。実際に学生たちにそれらアウトキャンパスの一つである健康教室や講座で、学内で学んだ知識や技術を用いて指導させると、「専門的知識が十分に修得できていないこと」や「伝えることの難しさ」など、自らの課題を実感し、明確にして戻ってきます。それによって、学生の学ぶ姿勢や意欲が大きく変化し、さらに学修に取り組むようになることを感じています。

### 我が大学の魅力・PRポイント

2013年度に文部科学省の「地（知）の拠点整備事業」（大学COC事業）に選定され、地域活性化の中核的存在として、多彩な活動を行っています。この活動には学生が積極的に参加・企画し、それはそのまま、地域に貢献できる人材を育成する、本学ならではの教育手法になっています。また、本学にはカリキュラム以外での活動の場として、学生主体の地域活動を積極的にサポートする地域づくり考房「ゆめ」や、栄養と運動の両面から地域の健康づくりを支援する「地域健康支援ステーション」もあります。

（詳細はHPをご覧ください）

### その他（今後取り組みたいこと等）

今後は、地域での健康運動指導士の認識も高まってきたことから、現場で活躍できる実践力のある健康運動指導士の養成に、より力を入れて行きたいと考えています。日々の学修や実習の積み重ねの延長に資格があるということを学生にさらに意識づけることで、資格を目指す気持ちや取り組む姿勢が変わり、日々の時間の使い方にも変化がもたらされると考えています。

記者：根本 賢一・田邊 愛子（松本大学 人間健康学部 スポーツ健康学科）

田嶋 哲也・宮坂 佳典（松本大学 教務課）