

## (4) 骨太授業が育む健康運動指導者

－地域をフィールドにした健康運動指導の実践的教育－

人間健康学部スポーツ健康学科 准教授 根本賢一  
専任講師 岩間英明

(様式1 一部)

申請区分	教育方法の工夫改善を主とする取組			取組期間	平成20年度～22年度	
取組名称 (全角20 字以内)	骨太授業が育む健康運動指導者 題(サブタイトル) －地域をフィールドにした健康運動指導の実践的教育－					
取組学部等	人間健康学部スポーツ健康学科					
申請の分類	教養教育	<input type="radio"/> 専門基礎	キャリア	外国語	<input type="radio"/> 体験活動	
	職業教育	ICT	成績評価	初年次教育	補習教育	
	高大連携	FD・SD	<input type="radio"/> 地域活性化	知的財産	環境教育	
	その他 ( )					
キーワード (5つ以内)	健康づくりの指導者、実践力・人間力、学びのサイクル、 学生の研究会組織、地域連携					

## 取組に当たって

現代社会において「健康」は人々の生活のキーワードとなっており、ライフスタイルそのものに多大な影響を及ぼしている。今日、健康に対するアプローチの方法は「医療」「医薬」「栄養」「メンタル」などますます多様化の様相を帯びてきたが、そうした状況の中で、「運動」は、最近特に注目されている。

元来、健康と運動の関係は不可分な関係であるはずなのだが、運動機会の減少が現代社会では顕著なものとなってきている。かつて人間の生活行動には、歩行をはじめ自然と運動機会が存在していた。しかし現代社会は、モータリゼーションが円熟期を迎えただけでなく、生活の多くが自動化され、「運動」は意図的・意識的に行わなければならないものへと変容してきた。そのため、健康と運動の関係について科学的知識を持ち、個人に応じた運動処方やそのスキルを理解し、さらにはコミュニケーション能力を含めたマネジメント能力の高い健康運動指導者の養成は、火急の問題となっている。

本プログラムは、こうした社会的背景を踏まえた上で、学生のニーズも取り込みながら、カリキュラムの配列やサポーター教育制度などの学習方法の工夫、実効性のある主体的な学生組織の形成、あるいは、本学がこれまで築き上げてきた地域や自治体との連携などを基盤として、高い専門性と実践力を身につけた健康運動指導者の養成に取り組もうとするものである。さらに、単に大学側の視点である学生の教育、指導者養成という枠組みだけにとどまらず、学生が指導者の一人として地域社会に積極的に貢献できるようなシステムの構築を目指している。

本取組は、地域に密着した地方大学の特色を生かし、多彩な体験活動を通して、より豊かな実践力を持った健康づくりの指導者を養成しようとする教育プログラムである。

#### 本取組の目標

本取組は、健康づくりの指導に関する専門的知識の習得に加えて、プログラムを運営するためのマネジメントスキルや、人間関係を構築するためのコミュニケーションスキルなど、運動を通した健康づくりの指導者として不可欠な実践力・人間力を、地域をフィールドにした教育展開の中で、総合的に身につけることを目標としている。

#### 具体的な取組

##### 【カリキュラムの工夫と授業の充実】

学生の学びを生成する意味でカリキュラムは重要であり、学びの状況に合わせた学習内容の配列と、学生が自らの学びをデザインできるような制度を整えることが必要である。また、エビデンスに基づいた運動指導をするには、その背景となる知識の獲得が不可欠である。それには授業の構造的充実が欠くことのできない視点であり、講義型の授業において基本的な知識を学び、それを実習型の授業において実践することによって、新たな課題発見・再学習・深化という理論と実践の相互関係を重視した『学びのサイクル』を構成している。また、サポーター教育制度の導入により、学外のプロ（専門家）を通して、より現場に即した内容について学ぶことができている。

##### 【実践を進める学生の主体的組織】

授業では対応できない休祭日の実践活動に対応し、且つ学生が主体的に活動するためのシステムとして、学生の研究会組織を発足させた。入会するためには対外的、かつ健康に関わる重要な内容を伴うことから、厳しい学内審査基準を設定し、それを通過することを条件としているが、同時に、数多くの学生がこの審査を通過し、研究会に所属して実践活動に参加できるような支援体制も整えている。

##### 【運営の組織化】

本取組が学外の諸団体との関係の上に成り立っていることから、運営面の負担は重い。そのため、複数の教員や事務職員を配置し、学生指導や地域・企業との連携など、円滑な運営できるよう学内組織を確立している。

##### 【学外との連携】

本取組における最も大きな特長が、周辺市町村との連携である。現在、大学所在地の松本市はもちろんのこと、さらに広域の自治体からの問い合わせもきている状況である。また、自治体以外でも、県内外の大企業や健康関連企業から、協力・支援の要請がきており、一部企業とは事業連携協定を調印するに至っている。こうした学外との連携は、学内のみでは身につけることのできない指導者としての実践力向上に欠くことのできないものであることから、今後も多様な地域連携を模索していくことを予定している。

#### 取組の評価

本取組の評価については、「教員による学生の評価」「学生からの評価」「利用者からの評価」「プログラム評価」の4つの視点から実施すると共に、実施と評価を一体化させ、常に評価を実践に反映させることによって、動きのある取組となるよう目指している。

(様式2)

## 1 教育の質の向上への大学等の対応について【原則3ページ以内】

## (1) 人材養成目的の明確化 [申請書作成・記入要領 P.4参照]

松本大学は開学以来7年目に入り、平成19年度には二つ目の学部が増設され、学生募集も順調に推移している。設立に際しては長野県、松本市、及び松商学園が各々1/3ずつを出資し、広域連合(松本市を含む周辺19市町村)からの支援も頂いたという経緯がある。そのため教職員は、私立でありながら、『地域立大学』という認識を強く持っている。

## ①人材養成目的の学則等での規定について

本学の学則には、その目的として「本学は、教育基本法及び学校教育法の趣旨に則り、本学園創立の精神たる自主独立に基づく人間教育を行うことにより、地域社会の振興と地域文化の発展に資する人材を育成し、もって平和で豊かな社会の創造に貢献することを目的とする」と規定されている。しかしよりわかりやすくするため学生には、松本大学のミッションは「"地域社会の幸せづくり"ができる人づくり」だと説明している。

## ②学生に修得させるべき能力等について

ミッションの実現には、次の3つの能力を身に付けることが重要である。①大学で学んだ専門的知識や技術を生かし、地域社会の課題解決に向けて周囲と協働しながら努力できる能力。②ホスピタリティ精神を持ってコミュニケーションを重ね、自らの主張をわかりやすくプレゼンテーションできる能力。③高い専門性と幅広い教養を兼備し、地球規模でグローバルに考え、地域社会での実現に向けローカルに活動するという視点を持つこと。その結果として、将来地域社会の中核的存在となって、人間健康学部の場合は『地域社会を「健康づくり」の視点から支えて行く』という自覚を持った人材として育てたい。

## ③卒業認定・学位授与、カリキュラム編成、入学者受入のポリシー(以下「3つの方針」という。)

## を踏まえた実施・展開について

## a) 3つの方針 - 入学者受け入れ・教育課程編成・学位授与 -

これまでに述べてきた松本大学のミッションに対する自己規定、それを実現するために学生に示した大学生活で身につけるべき能力・態度などから、卒業認定やカリキュラム編成、そして入学者受け入れのポリシーという3つの方針は自ずと決まってくる。

卒業認定については、大学が必要だと宣言している専門的力量に加え、社会性がどれだけ身についたかで判断される。また、カリキュラム編成は資格に絡む専門科目群の他に、幅広い視野をもたらす教養教育、特にコミュニケーション、プレゼンテーション能力、それにホスピタリティ精神を養うのに必要な課程を準備する。入学者の受け入れでは、単に偏差値の高さを基準にするのではなく、「自らが獲得した能力を広く住民のために生かしたい」「地域社会の将来を自らが担いたい」という大志を持った学生を受け入れたいと思っている。そのため入学試験においてもAO、推薦(一般、指定校)、一般、センターといった多様な形式を採用している。

## b) 入学前キャリア・カウンセリングの実施

また、入学前からキャリア・カウンセリングを全入学予定者に一人1時間程度をかけ、専門家との間で話し合いを持つようにしている。そこでは、入学予定者からは夢や希望が語られ、その実現のための自覚や努力の必要性が認識され、入学後の学びに良い影響を与えている。大学は彼らの夢の実現に出来る限りのサポートをすることになる。

## (2) 成績評価基準等の明示等 [申請書作成・記入要領 P.4参照]

## ①授業の方法及び内容並びに一年間の授業計画の明示内容・方法や学生の学習時間確保の方法について

## a) 授業の方法及び内容並びに一年間の授業計画の明示

シラバスは、学生がその授業科目を履修するかどうか、履修する場合にはどのような条件が付いているのか、またその科目が資格取得に対して必須科目となっているのかどうかなど、学生の便宜を図る目的で情報を提供している。そのために、①講義科目名、担当者名、配当年次、単位数、必修・選択の別、資格との関係などの形式要件が記されている。また、②講義のねらい、概要、進め方、履修上の注意、成績評価の仕方、テキスト、参考文献、講義計画等学生が履修する上で参考になる、講義内容に関する情報を提示している。

#### b) 学生の学習時間確保について

学習時間確保の方法についてはいくつかの異なる視点から対応している。①一つは、CAP制度の導入である。一時に多くの科目を並行して履修すると、一つの科目にかける時間がどうしても不足するからである。但し夏期や春期の集中講義については、CAPの意義からしても除外するのが妥当だと判断をしている。また、個人の力量の差なども考慮して、教職専門科目など特定の学生だけに向けた「自由科目群」も除外している。②もう一つの対応は、特待生制度や学内奨学金制度の充実、あるいはSA (Student Assistant) という、学びと資金収入を兼ねた制度の導入で、生活費や授業料等のために学習時間を削ってアルバイトに精を出さざるを得ない状況を、少しでも緩和しようと考えている。

#### ②学修の成果に係る評価及び卒業の認定に当たっての基準の明示と、基準に沿った実施について

卒業要件として、①全必修授業の単位取得、②教養科目32単位以上、③専門科目82単位以上、④そして総単位数124単位以上が課され、学則にも明記しオリエンテーション等で説明している。また資格に固有の必修科目はシラバスに明記しており、各資格の養成課程であると認定された大学として、該当者には卒業時点で資格取得証明書を発行している。

シラバスを読み、計画を立てて履修するように促すため、GPA制度を採用し、S(4)・A(3)・B(2)・C(1)・D(0)・R(=放棄、-)とし、放棄することに強いペナルティを課している。現在はGPAの値によって退学勧告などはしていないが、奨学生としての継続条件や卒業時の成績優秀者を表彰する場合など、プラス面での評価に利用している。

成績評価基準はシラバスに明記されている。実験・実習系などはレポートを課す場合が多いが、それ以外の科目については、出席点やレポート点などに配慮はしても、基本的には試験を課して単位認定を行うこととし、安易な単位認定は避けるようにしている。

### (3) ファカルティ・ディベロップメントの実施 [申請書作成・記入要領 P.4参照]

#### ①授業内容及び方法の改善を図るための組織的な研修・研究の内容の整備と展開について

各期毎に学生による授業評価アンケートを行い、その結果に対する教員の自己評価を加えた『わかりやすい授業を目指して』という報告書を毎年発行している。しかしながら、FDという場合、私たちは教職員側の努力を促す方向ばかりではなく、学生側にいかに学ぶ姿勢を持たせるかということの重要性を強く意識している。「良い授業は教員の情熱と、学生の意欲がぶつかり合うところでのみ実現する」という信念からである。その実現のために、地域社会との連携を取り入れた学びのサイクル(帰納的教育手法)を駆使した教育方法について理論化し、発展・充実させてきている。これらは、アクティブ・ラーニングやサービス・ラーニングと呼ばれている学習形態に相通じるところがある。

#### ②授業内容及び方法の改善を図るための組織的な研修及び研究の実施体制の整備と展開について

開学科前の時点(1月)で赴任予定の全教員が集まり、事前に配布しておいた設置認可申請書に基づいて、学科のコンセプト、教育目標などの説明会を兼ねた意見交換会を開き、教育方針についての意思統一を図っている。開学科後もこの姿勢は変わらず、学期終了時に行われる「学生による授業評価アンケート」に基づいて、各自が思い至った改善方向などについて、大学の研修施設を利用して教員同士の話し合いを持ち相互チェックしている。

また教務委員会が主導して、教員ごとの成績評価の分布もとっており、極端にAやCに偏っている場合には、教員側の問題なのか学生側の問題なのかを、当該教員と学科長や教務委員長と話し合いを持ち、必要な場合は次年度からの是正措置を取るようになっている。

教授会においても3つの方針と絡んで、入学者選抜システムと教育方針に関する議論が入試・広報委員会の主導で活発に行われ、授業改善への教員側の意欲には高いものがある。

#### (4) 自己点検・評価等の実施体制・展開と評価結果の反映〔申請書作成・記入要領P.4参照〕

##### ①自己点検・評価や外部評価の実施体制等の整備と展開について

自己点検・評価の基礎データとして、教員各個人には「研究活動、教育活動、社会的活動に関する情報の整理と提出」や、「獲得した外部資金や内部的な学術研究助成費について、その研究成果報告書の提出」を義務付けている。これらは「アニュアル・レポート」として、「地域総合研究」誌にまとめ公開されている。また、教員のみならず職員も構成員となっている委員会や、各センター毎に活動経過報告と明らかになった課題についてまとめるようになっている。これらに、年度頭書の活動計画に照らして実施される総合的な評価を加え、法人部門などの活動も付加すれば、自己点検・評価報告書の完成となる。

本学科では、学生の教育や学生生活に関係するような大学運営には学生の参画が重要だとの認識を持っており、学生にも自己点検・評価を課している。例えば学友会活動に関するものであるが、方針に基づいて年間行った活動をきちんと見直し、改善された案を次年度の活動方針として、学生大会の議案書に反映させている。やりっ放しではなく、こうした点検・評価のサイクルを行うよう、学生委員会が学生に対して指導している。

##### ②自己点検・評価や外部評価の評価結果を改善へとつなげる方法（PDCAサイクルの確立方法）等について

学びのサイクル（帰納的な教育手法）をテーマにした本取組に関しての点検・評価は、計画を立てて実行した教員が、予め期待していた成果が上がっているかどうかで、その効果について、まずは自らの責任で考えるであろう。またアウトキャンパスでの学習企画を実施するには、バスを利用するなど大学側のサポートが不可欠であるが、その視点での課題整理も行われる必要がある。学科全体の構想の中で、こうした体験活動への取組がどのような意義を持ったのかはFD活動によって評価される。その結果を受けて、いかに改善するかは、学科会議での議論を踏まえて方向性が出される。このようなPDCAサイクルを経て、本取組は進化を遂げることになる。

(様式3)

## 2 取組について【5ページ以内】

### (1) 取組の趣旨・目的〔申請書作成・記入要領P.4参照〕

#### ①取組の背景、社会的ニーズについて（様式5：図1参照）

我が国は急速な少子・高齢社会に突入しつつある。そのため、例えば本年4月より高齢者の医療費を抑制するために後期高齢者医療制度がスタートしたが、こうした制度変更のみでは根本的な解決にはなり得ない。重要なのは「健やかな老い」であり、それを保証するための若年期からの健康づくりである。そこで、厚生労働省は健康づくりの推進に力を入れ、生活習慣病対策としてメタボリックシンドローム概念を導入するとともに「運動」を対策の大きな柱の一つとした。2006年には運動方法などを国民向けに分かりやすく示した「エクササイズガイド」を策定した。これにより「運動」を通じた「健康づくり指導」を担う専門的知識やスキルを持った健康指導者の育成は社会的急務となった。

中高齢者がいつまでも元気で意欲的な生活を送ることのできる社会は、それだけで“明るく健康的なまちづくりが進んでいる地域”であると認識される。病気を減らすことによって節約できた医

療費などの社会保障費は、元気な中高齢者の生き甲斐づくり等にも振り向けることが可能となり、ますます充実した地域社会づくりを実現できる。

それは、企業についても同様であり、健康な社員が働いている会社は、労働効率が上がるということだけでなく“明るく元気な企業”という企業のイメージアップにもつながることになる。こうした「健康」をキーワードにした身近な地域の活性化や、企業のイメージアップに向けた取組に対する本学への期待や、支援要請は非常に高く、実際に多くの問い合わせが寄せられている。本学としても、有する人的・物的資源が有効に活用されることは、社会的貢献という意味で意義深いだけでなく、健康づくりの指導者を目指す学生にとっては、貴重な体験や経験を得る機会や場であると認識している。

## ②取組の学生教育の目的と成果に関する具体的な目標について

本学は現在、「健康運動実践指導者」「健康運動指導士」の養成校となっており、これらの資格取得は本学科に在籍する学生の大きな目標の一つでもある。しかしながら、運動指導の方法を学ぶということは、トレーニング法などの技術的なものを理解し対象者へ一方的に伝える、いわゆるティーチングスキルを身に付けることだけではない。本取組では、健康に関する知識や運動処方を単に伝達するだけの指導者ではなく、地域や企業の健康づくりを組織的に経営するマネジメント能力や、運動を継続させるための親和的な人間関係を構築するコミュニケーションスキルなど人間力を獲得し、健康づくりを多様な側面から支援し、より豊かな健康生活社会の構築に貢献しうる人材養成を目的としている（様式5：図2参照）。こうした目的を達成するためには、①教員の指導の下、学生が地域や企業の健康づくり支援や高齢者の運動指導に主体的・自立的に関わり、実践的な指導力の向上を目指す。②それまでに学んだ専門的な知識や能力を最大限活かす努力を重ねることで、指導者としての資質や態度を養い、さらに、多くの人々と交流し、プレゼンテーション能力やコミュニケーション能力に加えその人間性を磨く。③大学と地域・企業が協力し、健康指導の理論的・実践的システムを創り上げることによって、「教育」・「住民や社員の健康づくり」についてのプログラムの策定というそれぞれの目的を達成し、「指導者の育成」－「サービスの質の向上」－「指導者の供給」といった好循環（様式5：図3参照）を創り出すことが必要である。

## ③学部等の人材養成目的との関係について

松本大学は設立当初から、地域に密着した「“地域社会の幸せづくり”を担う人づくり」を使命とする「地域立大学」を標榜している。それを踏まえ昨年度開設された人間健康学部では「“健康づくり”を通して“地域社会の幸せづくり”に貢献”できる人材の育成を目指しており、更に本学科では、そうした大学・学部理念をより具現化する形で『エビデンスに基づき、運動を通して健康指導を担える人間味あふれる人材の養成』を学科目標の一つとしている（様式5：図2参照）。これは、臨床研究等の科学的データに基づいた指導ができるような教育内容を学生に提供し、更に、コミュニケーションやマネジメントスキルなど、高い人間性や社会性を身につけた指導者養成も教育目標として定めているということでもある。本取組はこうした大学・学部・学科の人材育成の方向性及び地域連携の姿勢に基づいて、その目標のより具体的かつ実践的な教育の展開と捉え実施している（様式5：図4参照）。

## (2) 取組の具体的な内容・実施体制等 [申請書作成・記入要領P.5参照]

### ①取組の目的を達成するための教育課程・教育方法等について

#### a)カリキュラムの工夫

取組の目的達成には、「学び」を生成するようなカリキュラム構成と、学習内容の精選、教授方法の工夫が求められる。また学生自身が授業内容を知り、自分が考える学びへと導くために事前指導を十分に実施することが不可欠であることから、本学全体で実施する[入学前教育][入学時オリエンテーション][教務課職員による相談窓口]等の一層の充実に加え、健康指導を学ぶ[履修

モデルの提示] [積極的な個別の履修指導] を行っている。さらに、4年間のカリキュラム全体の流れを下級学年では基礎知識の習得に重点を置き、上級学年に進むにつれて体験的な実習授業に重点を置くような構成としているが、実習授業に向けての基礎として [地域社会と大学教育] を1年次の必修科目とし、地域をフィールドとした学習のグランドデザインとして位置づけている (様式5: 図5参照)。

#### b) 授業の構造的充実のための方策

健康指導に関わる授業には基礎・基本となる知識を学ぶ講義型の学習と、実際に学外の健康指導の現場や、地域の方を対象に健康指導講座や体力測定を学内で行う実習型の学習に二分される。また、測定技術や運動処方などの健康指導の中心的目標を学ぶ授業と、コミュニケーションスキルの獲得など付随的目標を学ぶ授業に分けられる。このような「講義型-実習型」「中心内容-付随内容」といったパターンの違う科目を有機的に連動させることが、実践力向上につながる。講義型の授業で獲得した知識を実習型の授業を通して実践に結びつけ、さらに、現場で経験した専門知識や対人スキルの不足など、実習型授業で生まれた新たな課題を再び講義型授業や養成講座等で学習し、学びを深化させるという、それぞれが相互に関連した【学びのサイクル】を形成したい (様式5: 図6参照)。

#### c) 「サポーター教育制度」- 現職の健康指導者から学ぶ-

地域連携の一環として本学は、“学外のプロ (専門家) から学ぶ”ことを目的に、サポーター教育制度を取り入れており、複数の科目において本学の教員とのチームティーチングや、非常勤講師として授業を担当してもらっている。サポーター教育は正規の授業時間の中で、現場に即した学習内容を学ぶことができるため、直接的な体験こそないが、実践に近い学びが展開できている (様式5: 図6参照)。学生の感想からもプロの姿勢に大きな刺激を受けている様子が伺える。

#### d) 健康指導の活動に機敏に対応するためのクラブ組織

健康指導に関する活動や自治体からの依頼は休祭日が多く、授業で対応することは不可能に近い。ため、機動的な対応ができるクラブ組織が必要となり、学生代表、担当教員、大学当局の三者が連携する形で「健康・体育研究会 (通称: H.A.R.C、ハルク、Health & Athletic Research Club)」を発足させた。クラブの構成メンバーは学外の人と接するだけでなく、健康指導という生命にも関わる重要な役割を担うことから、複数の担当教員による健康指導に関する基礎的な知識を問う口頭試問や、コミュニケーション能力などを中心とした人間力を重視した面接の2段階の学内審査を実践した上で決定している。一方で、こうした厳しい条件を課す活動の趣旨が指導者の育成であることや、入会を希望してくる学生の意欲と将来性を考慮し、〈参加希望者の随時受け付け〉〈審査内容に沿った学習会の開催〉〈規準に満たなかった学生への学習支援〉〈継続的な審査〉を実施して、意欲のある学生が、いつでも審査を受けられ、数多くの学生が審査に合格できるよう支援体制を学科全体の取組として整えている。また、クラブ組織化は、学生が主体的に取り組めるようなシステムの構築といった意味や、健康実践授業等におけるリーダーとしての役割も併せ持っている。さらに、ハルクに所属していない学生にとって、具体的な学習目標のモデルになるといった、副次的効果も重要なミッションと考えている。(様式5: 図7参照)

### ②取組の実現に向けた実施体制 (大学としての組織的な取組体制、学外との連携等) について

#### a) 大学としての組織的な取組体制

◇人的な手当: 本取組の実施に際し、活動の中心となる担当教員を複数配置するだけでなく、その教員が、本学スポーツ健康学科の教員を中心にそれぞれの専門性を生かし、学生の指導や地域・企業との連携に当たることができるよう組織的・内容的にコーディネートしている。また、事務局も、担当職員を配置し経費等の支援はもちろん、広報活動を含め運営全体に関わって、本取組に対する協力体制を構築しサポートしている。

◇施設設備面の手当: 「健康づくり」教室などを企画し開催をするにしても、参加人数が多くな

れば会場の確保が大きな問題になってくるため、大学が保有する施設・設備などの資源を有効活用できるように体制を整えている。キャンパス内にある体育館やトレーニングルームといった健康運動に直接関わる施設だけでなく、安曇野市穂高の国営アルプスあづみの公園に隣接する本学所有のセミナーハウスも利用することができる。このセミナーハウスは最大80名が宿泊可能であり、会議室や大型厨房、さらに温泉施設と体育館が併設されていることから、遠方からの利用者や長期にわたる活動にも対応が可能であるため、学生の工夫次第で幅広い活動を企画することも可能である。

◇移動手段の確保：会場まで参加者をいかに連れて行くか、その移動手段の確保問題も生ずる。特に、公共交通網が不十分な本地域にあって、自家用車の持つ意味は大きい。しかしながら、誰もが自家用車で移動できるわけではなく、常に大きな課題の一つになっている。幸い本学は自家用バスを保有しており、必要に応じて利用可能である。

*b)学外(周辺市町村)との連携*

個人の「健康観」「人生観」を尊重し、かつ各人に適した「健康づくり」を支援できる指導者教育は、大学内の学習のみでは決して成し得ない。そのため、「健康づくり」の指導者養成として、学生が中高齢者をはじめとする学外の人々と交流できる場や機会の確保は教育環境整備ならびに、本取組においても最も重要な課題であり、特色となる。実際の健康指導現場に立って、プログラムに参加したり、指導(補助)したりすることによって、具体的方法について学んでいくだけでなく、利用者への挨拶・マナーなど、指導者として必要な人間的資質の重要性について初めて体験的に感じ取ることができるからである。また、こうした交流を通してコミュニケーション能力の必要性を理解し、学生が相手の思いを汲みとり、自らの考えを自分の言葉で語る契機となっている。周辺市町村と大学が連携した住民の「健康づくり」事業は、下の表の通りであるが、こうしたつながりを最大限活用すると共に、今後すでに問い合わせや協力要請のきている自治体、企業、病院等の医療機関、さらに将来的には幼稚園・学校等の教育機関との連携を模索しているところである。

提携市町村名	講座名	参加者数
松本市	熟年体育大学 いきいき健康ひろば	120
塩尻市	ヘルシーフィジカル教室	60
諏訪市	すわっこランド健康教室	100
南箕輪村	てくてくけんこう広場	20
大町市	きらり健康塾	80

(3) 取組の評価体制 [申請書作成・記入要領 P.5参照]

①申請する取組(取組の達成度)に対する評価体制、方法、指標の設定について

*a)教員による学生の評価*

本取組によって学生の健康指導者としての資質や能力の向上が見られたかどうかについては、観点別教育目標に対する評価を、下記のような評価方法にしたがって実施する。

観点	観点別教育目標	評価方法
関心・意欲・態度	主体的、積極的に健康指導の活動に取り組み、自身の資質向上を図ろうとしている。	活動への参加率 活動時の態度(観察)
思考・判断	活動の趣旨や意味を考えて、適切な活動内容を選択したり、創造的な活動を取り入れたり、工夫した取り組みができる。	企画書・活動計画書 実施報告書 観察評価
表現・技能	適切な態度で参加者に対応したり、わかりやすい方法で指導したりすることができる。	活動計画書・実施報告書 観察評価
知識・理解	健康指導に関する基礎的な知識や、コミュニケーションスキルを身につけ、利用者に正しい内容を伝えることができる。	個人カルテ 口頭指導 観察評価



### b) 学生からの評価

本取組が学生にとってどういう意味や価値があるかについては、本学が既に実施しているFDを参考に、半期ごとに学生から定期的に評価を受けており、評価項目は「学生自身の取組」「教員の指導の仕方」など10項目である（様式5：表1参照）。また、活動終了後にレポートを課す・ミーティングを行うなど、即時的評価も実施している。評価結果については、担当教員がその都度把握し、関係教員や事務職員とも連携して、PDCAサイクル（様式5：図8参照）に則り、次の活動に生かすことができるようにしている。

### c) 第三者からの評価（健康づくり教室等に参加された方々からの評価）

指導者(学生)は、参加者から一定の満足を得られてはじめて評価されるべきである。健康づくりのプログラムで指導者が担う役割は、対象者の差異も含めさまざまである。「指導者としての資質」「プログラムの企画・運営」などに関して、教室終了後、参加者全員に20項目のアンケート調査（様式5：表2参照）を実施し、指導評価の一助としている。また、年1回フォーラム等を開催し、地域へ健康づくりに関する情報を発信し、自分たちの活動を広く評価してもらうようにする。

### d) プログラム評価

健康指導が成功したかどうかのもう一つの規準は、やはり活動によって、どの程度の改善や効果もたらされたかということであろう。そこで、学生が参加した健康指導期間の前後に、メディカルチェックや体力面の測定（様式5：表3参照）を行う。そして、得られたデータを学生が統計処理をしながら効果判定をし、市町村担当者との合同評価委員会を開催し、地域活動事業としても相応しいものであったか否かを総合的に評価する。

#### ② 当該評価を取組へ反映させる方法について

評価された内容は、担当教員を中心に項目ごとにまとめ、教員や学生はもちろん関係する学外の担当者にも公開する。さらに、評価内容を基にした企画書や計画書を、学生と教員それぞれの立場から出し合い、次の取組や新たな取組のプランづくりに役立てる。

#### ③ 取組期間終了時における評価体制等について

担当教員や職員が活動内容やその評価を評価項目・方法ごとに報告書にまとめ、提示ないしは可能な限りで公表する。また、学科会議・学部教授会・全学協議会等、本学における段階的意思決定の公的会議の席上でも報告し、全学的な視点から本取組の活動を総括していく。さらに、学外関係者や関連機関にも報告書の提示をはじめ、活動内容の総括を示し、評価の妥当性と今後の活動の方向性についての意見を求め、次へのステップとする。

（参考） [申請書作成・記入要領 P.5 参照]

#### ① 取組に関連する今日までの教育実績

本学部・学科は開設2年目ではあるが、当初より、教員の学外活動を補佐する形で、本取組のベースとなる地域と連携した学生指導を実施してきた。この活動に数多く携わった学生は、他の学生に比して抜群の実践的知識とスキルを保有しており、学外関係者からも非常に高い評価を得ている。昨年10月より学生からの要望に応える形で、健康づくりを指導する上で必要な基礎的知識や測定技術、さらに、利用者と上手く関係をつなぐコミュニケーションスキルの獲得等を目的に「健康指導者養成講座」を開催してきた。講座は、教育課程外の時間に、運動生理、レクリエーション、スポーツ心理等専任教員が指導している。また、近隣市町村が開催する健康づくり教室にアシスタントとして参加したり、要請のあった中学・高等学校の運動部員の体力測定を実施したり、体験活動を展開してきた。

#### ② 実施体制等の今日までの経緯

本学科では設置の段階から、指導者養成を念頭にカリキュラム編成をしてきた。その結果、平成19年度に「健康運動実践指導者」、平成20年度に「健康運動指導士」の養成校の認定を受けたが、

この背後に必要なカリキュラムの充足はもとより、これまで述べてきた取組を含めた本学科全体のカリキュラムが健康運動指導者養成に合致しているからであると自負している。また、現場体験に必要な学外諸団体との連携もますます拡大し、近隣市町村、企業、病院、学校など、実践活動をする場や数だけでなく、内容的にも健康運動指導だけでなく、スポーツビジネスや学校教育など多様化してきている。

(様式4)

3 取組の実実施計画等について【2 ページ以内】 [申請書作成・記入要領 P.5 参照]

①取組の全体スケジュール及び各年次の実施計画

取組内容を整理すると「教育課程の関連内容」「学内における推進活動」「学外の機関等との連携」の3分野に分けることができるが、それぞれの内容は密接な関連があるため、どの取組も平均的に推進する必要がある。また、本学科は昨年度開設されたばかりであり、現在の2年生が正式には第1期生であるが、転入・編入制度により3年生・4年生がそれぞれ30名前後ずつ在籍していることから、速やかなスケジュールの完成が必要と考えている。そのため、「点検・評価」を含め年次計画は下表のように定めた。

	平成 20 年度	平成 21 年度	平成 22 年度
教育課程の 関係	○4年生までのカリキュラムの完成	○カリキュラム全体及び関連科目の学習内容についての確認・検討	○カリキュラムならびに関連科目の横断的・総合的学習システムの完成
	○カリキュラムモデルの提示		→
	○カリキュラムの個別指導		→
	○「健康運動指導士・健康運動実践指導者」認定試験受験対策講座の開催		→
学内活動	○「健康運動指導者養成講座」の開催		→
	○サポーター教員の招聘		→
	○ハルクへの人会促進及び審査		→
	○担当事務職員の雇用		→
学外との 連携	○自治体との連携		→
	○病院等の医療関係機関との連携		→
	○健康関連企業との連携		→
	○地域への情報発信		→
		○一般企業との連携	→
	○学校等教育機関との連携	→	
点検・ 評価	○教員による学生の評価		→
	○学生からの評価		→
	○第三者評価		→
	○プログラム評価		→
			○報告書の作成

### ②取組に参加する教職員と学生の数

興味・関心のある学生だけが参加する取組も一部あるが、本取組の基底にあるのは、本学・学部・学科の理念を追究するための具体策の一つであるため、参加対象となるのは本学科に所属する全学生・全教職員である（平成20年度の専任教員数は14名・学生数は定員80名に対して、1年生101名・2年生88名・3年生33名・4年生25名、計247名）。

しかしここでは、内容的に区分できる項目については、その中心的な役割を果たす教職員及び学生の人数について概数を記載しておく。

取組の内容	教職員数／年	学生数／年
カリキュラム編成に関する活動	4（教務係）	全員
資格試験対策講座	8	40
健康運動指導者養成講座	12	50
サポーター教員による教育活動	10	全員
ハルクの活動	5	35
ハルクへの加入促進・支援活動	全員	120
自治体との連携による体験的実践活動	6	40
病院等医療機関との連携による体験的実践活動	5	30
健康関連企業との連携による体験的実践活動	5	30
一般企業との連携による体験的実践活動	5	10
学校等教育機関との連携による体験的実践活動	5	20
学外機関等との連携による継続的な活動	5	10
地域への情報発信活動（フォーラム開催等）	5	10
評価活動に関する活動	4	全員
報告書の作成	2	5

### ③取組期間終了後の大学等における取組の展開の予定（財務的措置を含む。）

本取組は時限的な取組や内容ではなく、本学・学部・学科の教育理念の具体化であることを考えると、取組期間が終了したとしても継続・発展させていくことが必要となる。

取組期間中の活動が周囲から評価されるような成果を上げることができれば、「本学と自治体による官学連携」「本学と企業による産学連携」「本学と医療機関との連携」といった関係ができあがるだけでなく、それぞれの関係が有機的に結びつき、本学が仲介的役割を果たして、周辺地域や企業健康増進を担う『松本大学健康づくりプログラム』へと発展させることができるのではないかと考えている。

また、既に実績をあげている就学前の幼児を対象とした『キッズサッカー教室』の開催状況や、小学校・中学校・高等学校との連携に向けての協議が昨年度から始まっていることなどを考え合わせると、将来的には、幼児から高齢者までの幅広い年齢層や、自治体・企業・医療機関・教育機関などを対象とした健康指導プロジェクト、言うなれば『地域総合型ヘルスプロモーション』が展開できるのではないかと考えている。

さらに、そうした健康指導に関する動きを創出することができれば、自治体・企業・医療機関等から財務的措置を引き出すことも可能となり、松本モデルとして全国に発信できるような取組に発展させることができると考え、現在、その可能性を探っているところである。

(様式5)

4 「データ、資料等」【4ページ以内】[申請書作成・記入要領 P.5 参照]

図1 松本大学が考えている3つの方針と教育方法の工夫改善

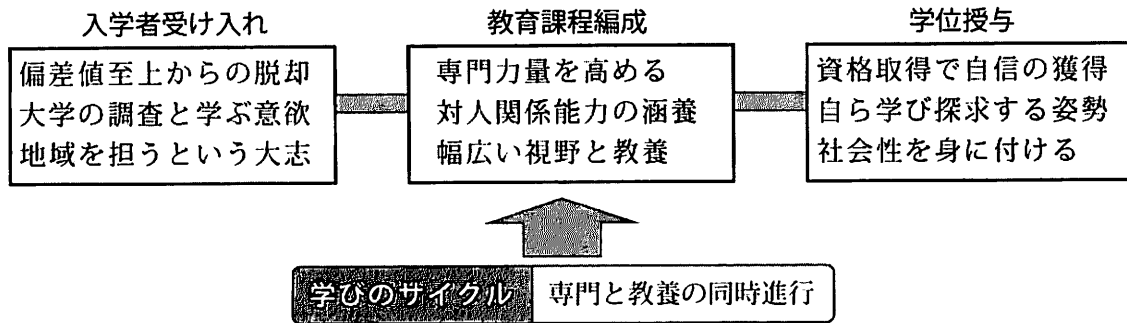


図2 <松本大学が目指す健康指導者の姿>

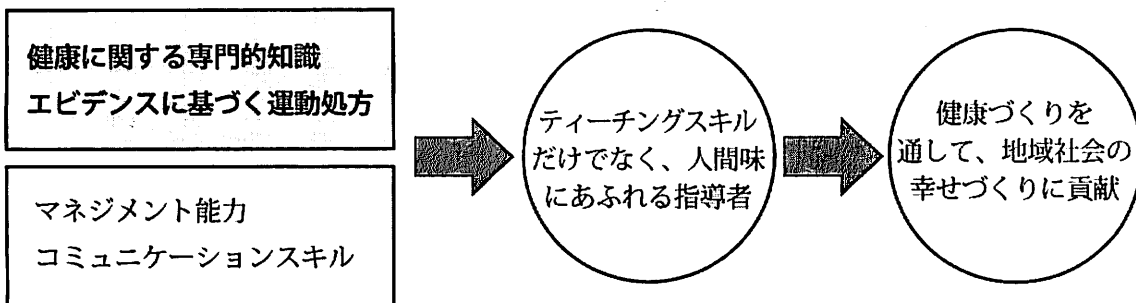


図3 <大学と地域・企業の連携による期待される成果>

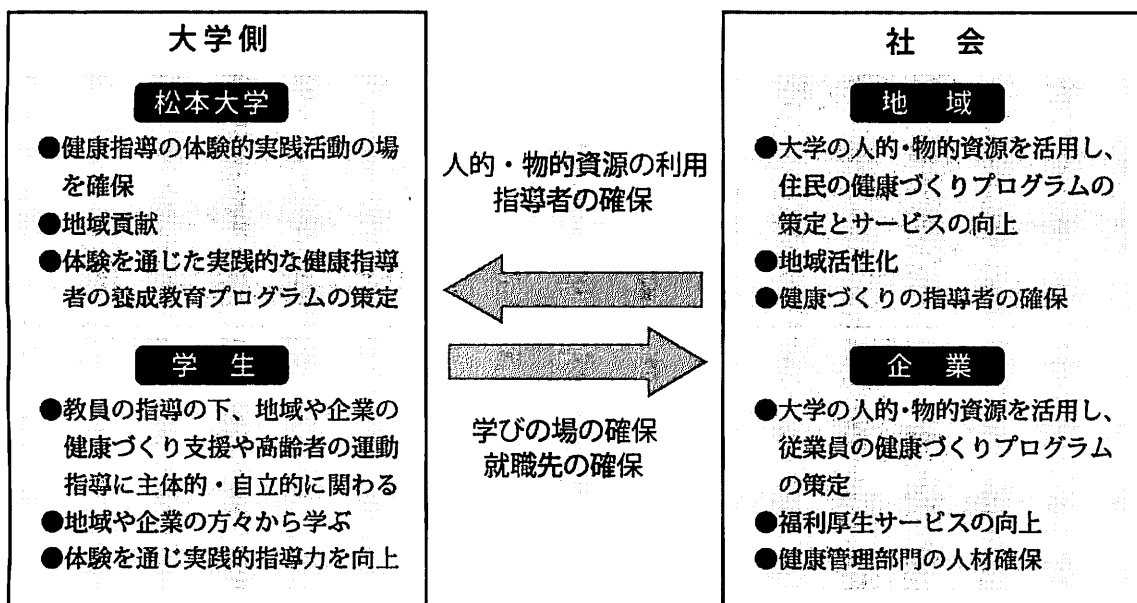


図4 大学・学部・学科の人材育成目的の相互関係

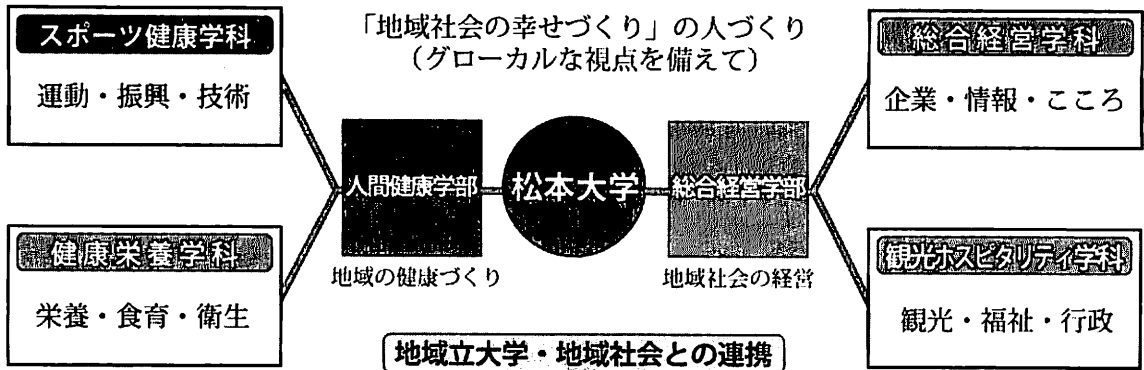


図5 <カリキュラムの流れ>

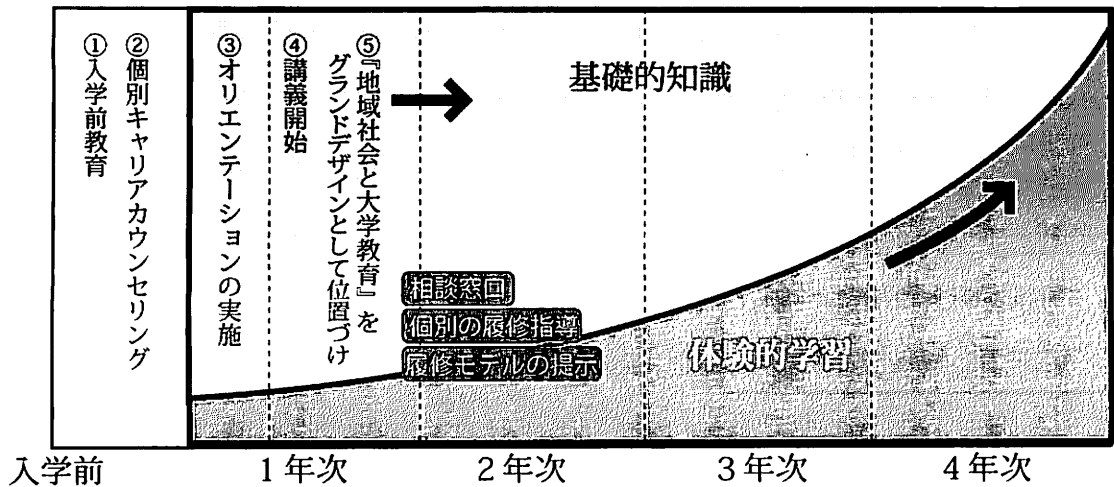


図6 <授業の構造的充実>

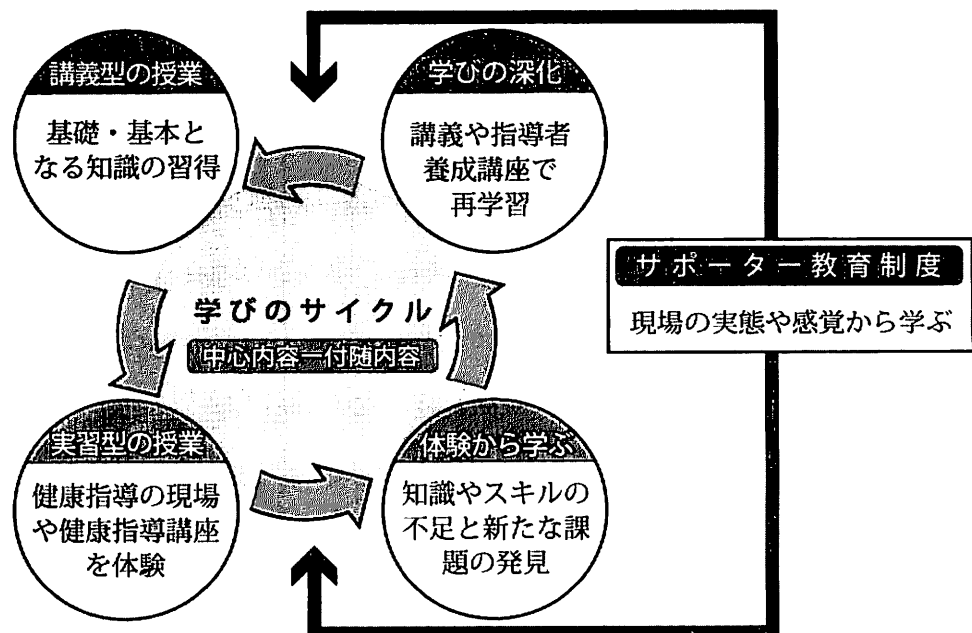


図7 《クラブ組織》

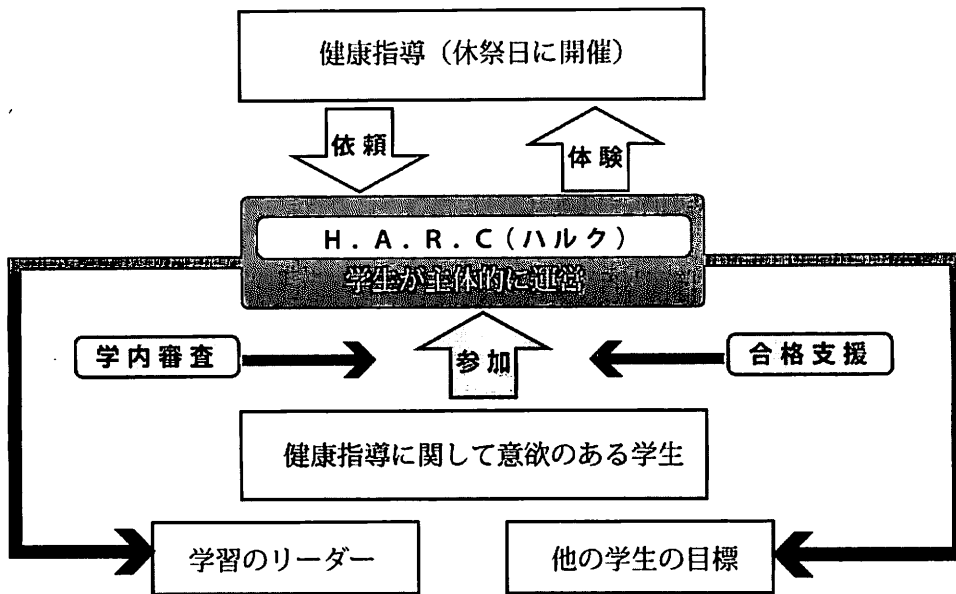


図8 松本大学におけるP D C Aサイクルの概念図

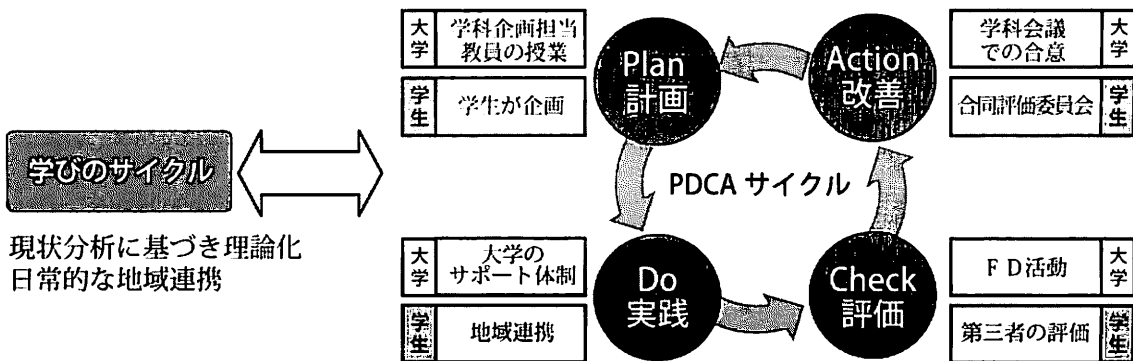


表1 《学生からの評価》

No.	質問項目 (5段階で評価)
1	健康づくりに関心を持って、積極的に授業に参加した
2	授業以外の健康指導者養成講座や、学内外で実施された体験活動に参加した
3	健康づくりの指導に関して、様々な場面で教員からアドバイスがある
4	健康づくりの指導に関する教員の指導の内容は実践の場で参考になる
5	現場体験などの活動は計画的に参加ができるよう学生にも事前に周知されている
6	体験活動の内容は、自分が望んでいるような内容や方法が用意されている
7	教室での授業と体験的な活動がうまく連動している
8	体験的な活動を通して、新しい課題を見つけ出すことができた
9	健康指導に関して自分の力がついていると感じる
10	現在行っている健康指導に関する学習は、将来役に立つと思う

表2 《指導者（学生）の出来を評価する質問》

No.	質問項目	回答	
1	指導者は教室参加者のニーズに高い優先順位をおいている	はい	いいえ
2	指導者は教室でたくさんミスをする	はい	いいえ
3	指導者の指示は速すぎる	はい	いいえ
4	私は指導者に気楽に質問が出来る	はい	いいえ
5	指導者は今よりもっと親しみやすくすべきである	はい	いいえ
6	指導者の言うことを聞きたい気持ちになる	はい	いいえ
7	指導者は私を感じていることを理解出来る人だ	はい	いいえ
8	指導者と話すだけで私は気持ちが楽になる	はい	いいえ
9	各教室の目的は、始まる前、教室中、終了後とで明確である	はい	いいえ
10	指導者は私の話を真剣に聞いてくれる	はい	いいえ
11	指導者は時々支離滅裂である	はい	いいえ
12	指導者が話すことはいつも理解しやすい	はい	いいえ
13	指導者は私の問題や疑問を通して私を支援することが出来る	はい	いいえ
14	指導者は参加者同士の感情を共有することを促進している	はい	いいえ
15	指導者は個人の問題を聞き理解している	はい	いいえ
16	指導者は時間に正確である	はい	いいえ
17	指導者には常に励まされる	はい	いいえ
18	指導内容は常に専門性に富んでいる	はい	いいえ
19	指導者の話し方には思いやりがある	はい	いいえ
20	とても役に立つ教室であった	はい	いいえ

表3 《プログラム評価の項目》

区分	検査項目
メディカルチェック	体重、体脂肪率、腹囲、臀囲、最高血圧、最低血圧、 総コレステロール、HDL コレステロール、LDL コレステロール
体力チェック	最大脚伸展・屈曲力、予測最大酸素摂取量