

実務経験のある教員等による授業科目一覧【美容科 理容修得者】

授業科目	単位数	実務経験のある科目担当教員の氏名		
美容技術理論	4	石川裕美		
美容実習	23	石川裕美		
マツエク	2	石川裕美		
クリエイティブ	2	大谷孔平		
<b>合 計</b>	<b>31</b>			

授 科 目	業 名	美容技術理論				
担 教 員	石川裕美	学 年	1	単 位 数	4	
開 講 時 期	通 年	必 修 ・ 選 択	必 修	授 業 区 分	講 義	
実務経験	美容師として美容店勤務					
授業の概要	優れた美容技術は、経験によってだけ得られるものではなく、合理的な方法によって実践されなければならない。美容技術理論を学ぶ目的は美容技術の習得を容易にすることである。					
授業の到達目標	美容技術理論を体系的に理解し、技術習得において、理論的に考えて実践できるようにすることが目標である。また、国家試験の「美容技術理論」において確実に合格できるまでの実力を身に着けることが到達目標である。					
授 業 計 画					コマ数	
1	日本髪由来 各部の名称				1	
2	日本髪と調和 装飾品				1	
3	日本髪の結髪道具 結髪技術と手入れ かつらの下地 付け外し				2	
4	シザーズとレザーの扱い方 美容の刃物				2	
5	ブロッキング 頭部の基準ポイント				4	
6	ヘアカッティングの正しい姿勢とカットライン基礎理論				4	
7	ベーシックカットの種類と技法				4	
8	シザーズによるカット技法 (ストローク・セニング・スライド)				4	
9	レザーによるカット技法 (テーパー面・方向・位置)				4	
10	ワインディングのバリエーション				4	
11	錯覚現象を美容に生かそう (距離・角度・大きさ)				3	
12	その他の錯覚現象 (存在しないものが見える・動いて見える)				3	
13	デザインの要素 (点・線・面・空間)				3	
14	デザインの原理 法則 (方向・角度・比率)				3	
15	バランス シンメトリーとアシンメトリー				3	
16	調和 (ハーモニー) 対比 (コントラスト) 躍動感 (リズム)				3	
17	エステティック概論 美容におけるマッサージ				3	
18	皮膚の生理と構造				3	
19	カウンセリング				3	

20	フェイシャルケア技術及びデコルテマッサージ	3
21	フェイシャルパック	3
22	ボディケア技術 マッサージ	3
23	ネイル技術の種類 ネイルアート	3
24	爪の構造と機能 各部の名称 カット形状	3
25	ネイル技術と公衆衛生	3
26	消毒法	3
27	カウンセリング	3
28	ネイルケア 道具と技術手順	3
29	マニキュア・ペディキュア技術手順	3
30	アーティフィシャルネイル (メンテナンス・オフ)	3
31	ジェルネイル技術手順	3
32	シルクラップ技術手順	3
33	ハンドマッサージ・フットマッサージ	3
34	メイクアップ概論	3
35	顔のプロポーション 骨格と筋肉	3
36	メイクアップ概論による立体感 光と陰 色彩	3
37	スキンケア	3
38	ベースメイクアップ ポイントメイクアップ	3
39	まつ毛エクステンションにおける衛生管理	3
40	カウンセリング アフターケア まつ毛の毛周期	3

評価の3観点とウエイト

1. 知識・理解 (定期試験, 授業内テスト)	2. 関心・意欲・態度 (課題提出など)	3. 出席状況 (受講意欲、思考と演習など)
ウエイト 1.5	ウエイト 1	ウエイト 1

授業外で行うべき学習（準備学習・事後学習等）

教科書を授業計画に従って授業前に読んでおくこと。  
授業後はワークブック（問題集）を活用し、確実に学習する習慣をつけて欲しい。

使用テキスト	
書籍名	出版社
美容技術理論Ⅱ	公益社団法人日本理容美容教育センター
美容実習Ⅱ	公益社団法人日本理容美容教育センター
ワークブック	公益社団法人日本理容美容教育センター
参考書又は参考資料等	
授業中に適宜、その他の資料を配布する。	
そ の 他（生徒への要望等）	
① 国家試験に合格できる知識を確実に習得してほしい。 ② 「理論的に思考して技術練習を行う」ことで、個々の技術の早期習得に役立てて欲しい。 ③ この技術理論を確実に身に着けて、美容技術を発展的に実践できるようになって欲しい。	

授 科 目	業 名	美容実習			
担 教 員	石川裕美	学 年	1	単 位 数	23
開 講 時 期	通 年	必修・選択	必修	授業区分	実習
実務経験	美容師として美容店勤務				
授業の概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 基礎技術の応用を実践で学ぶ。</li> <li>• 人頭モデルので技術練習を増やすことで、さまざまな事例に対応できるようにする。</li> <li>• 国家試験合格に向けた反復練習と個々の能力に応じた個別訓練を徹底する。</li> </ul>				
授業の到達目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 基礎技術が身につき、応用されていること。</li> <li>• 国家試験合格に向け、衛生面などの意識付けが日常生活から身につけていること。</li> <li>• 技術の見直し、反復練習が習慣化できていること。</li> <li>• 各単元の定期テストが合格基準に達していること。</li> </ul>				
授 業 計 画					コマ数
1	美容実習カリキュラム説明 美容用具及び器具等の取扱い説明				5
2	ワインディング技術（モデルウィッグ）目的に応じたブロッキング 正確なブロッキングを取る為のフォームワーク				30
3	サロンスタイル パーマネント（ウェーブヘア、ストレートヘア）の習得 （相モデル）				30
4	サロンスタイル カット技術 （レイヤーカット・グラデーションカット）の習得				30
5	ヘアセッティングⅡ 国家試験第2課題技術の構成の説明 （オールウェーブセッティング）				5
6	オールウェーブセッティング技術のタイムラン（40分）				100
7	美容国家試験第1 課題レイヤーカット技術のポイント説明				5
8	美容国家試験第1 課題、レイヤーカット技術 ブロッキング～ガイドライン、第3ブロックのカット技術の習得				30
9	美容国家試験第1 課題、レイヤーカット技術 第3ブロック～第1ブロックのカット技術習得				30
10	美容国家試験第1 課題、レイヤーカット技術 フロント～両サイドのカット技術の習得				30
11	美容国家試験第1 課題、レイヤーカット技術 タイムラン（40分）				50
12	美容国家試験第1 課題、レイヤーカット技術 タイムラン（30分）				50
13	美容国家試験第1 課題、レイヤーカット技術 タイムラン（25分）				50
	技術テストⅠ				
14	美容国家試験第1 課題、レイヤーカット技術 タイムラン（20分）				50
	技術テストⅡ				
15	美容国家試験第2課題オールウェーブ技術のポイント説明				5
16	美容国家試験第2課題、オールウェーブ技術 タイムラン（25分）				30
	技術テストⅢ				

17	美容国家試験実技課題、衛生試験の説明	5
18	美容国家試験実技課題、衛生試験の習得 (準備時間、試験中、試験終了後)	40
19	美容国家試験実技課題、衛生試験、実技試験の反復練習 (①準備、②第1課題、③準備、④第2課題)	100
20	美容国家試験、模擬試験	15
評価の3観点とウエイト		
1. 知識・理解 (定期試験, 授業内テスト)	2. 関心・意欲・態度 (課題提出など)	3. 出席状況 (受講意欲、思考と演習など)
ウエイト 1	ウエイト 1	ウエイト 1
授業外で行うべき学習(準備学習・事後学習等)		
定期技術テストでの結果に応じ、個々で技術の自主練習を徹底させる		
使用テキスト		
書籍名	出版社	
美容実習Ⅰ	公益社団法人日本理容美容教育センター	
美容技術理論Ⅰ	公益社団法人日本理容美容教育センター	
参考書又は参考資料等		
美容技術DVDを必要に応じて視聴する		
そ の 他 (生徒への要望等)		
① 2年次は就職に向けて人頭モデルでの実習。 ② 国家試験合格に向け日常から衛生面の気配りを意識。 ③ 評価に応じて自主的に反復練習。		

授 科 目	業 名	まつエク（１）				
担 教 員	当 名	石川裕美	学 年	1	単 位 数	1
開 講 時 期	前 期	必修・選択	選 択	授 業 区 分	演 習	
実務経験	美容師として美容店勤務					
授業の概要	まつ毛エクステーションの正しい知識を身に着ける。 用具類の衛生管理、使用法を正しく理解し、基本的な装着、 リムービングの技術を習得する。					
授業の到達 目 標	用具類の使い方や管理方法を正しく理解する。 基本的な装着方法、リムーブが時間内に仕上げる事ができる。					
授 業 計 画						コマ数
1.	睫毛エクステーションについて概論。使用薬品・用具の説明					2
2.	衛生管理の基礎知識					2
3.	睫毛エクステーション技術 カウンセリング テーピングの習得（モデルウィッグ）					4
4.	睫毛エクステーション技術 カウンセリング 掻き分けの習得（モデルウィッグ）					4
5.	睫毛エクステーション技術 テーピングの習得（相モデル）					4
6.	睫毛エクステーション技術 人工毛装着とリムーブの習得（モデルウィッグ）					6
7.	睫毛エクステーション技術 人工毛装着とリムーブの習得（モデルウィッグ） タイムアップ					8
評価の3観点とウエイト						
1. 知識・理解 （定期試験、授業内テスト）		2. 関心・意欲・態度 （課題提出など）			3. 出席状況 （受講意欲、思考と演習など）	
実習外で行うべき学習（準備学習・事後学習等）						
なし						
使用テキスト						
書籍名			出版社			
「まつ毛エクステーション」日本理容美容教育センター						
参考書又は参考資料等						
なし						

そ の 他（生徒への要望等）

- ①まつ毛エクステーションの魅力
- ②正しい基礎知識の習得

授 科 目	業 名	マツエク（２）				
担 教 員	当 名	石川裕美	学 年	1	単 位 数	1
開 講 時 期	後 期	必修・選択	選 択	授 業 区 分	演 習	
実務経験	美容師として美容店勤務					
授業の概要	用具類の衛生管理、使用法を正しく理解し、実践できる。 デザインを取り入れた装着技術の習得する。大会出場に向けての練習。					
授業の到達目標	用具類の使い方や管理方法を正しく理解する。 デザインを理解し、決められた本数を時間内に、正確に美しく仕上げることができる。					
授 業 計 画					コマ数	
1.	睫毛エクステンション技術 （モデルウィッグ）復習	人工毛装着とリムーブの習得（モデルウィッグ）			2	
2.	睫毛エクステンション技術 （モデルウィッグ）復習	デザインに沿った人工毛の選択と装着の習得			2	
3.	睫毛エクステンション技術 テーピング、搔き分けの習得復習	カウンセリング			2	
4.	睫毛エクステンション技術 （モデルウィッグ）タイムアップ	人工毛装着とリムーブの習得（モデルウィッグ）			2	
5.	まつ毛エクステンションのデザイン（キューティーライン）				2	
6.	まつ毛エクステンションのデザイン（セクシーライン）				2	
7.	まつ毛エクステンションのデザイン（グラマスライン）				2	
8.	大会練習				16	
評価の3観点とウエイト						
1. 知識・理解 （定期試験, 授業内テスト）		2. 関心・意欲・態度 （課題提出など）		3. 出席状況 （受講意欲、思考と演習など）		
ウエイト 1.5		ウエイト 1		ウエイト 1		
実習外で行うべき学習（準備学習・事後学習等）						
使用テキスト						
書籍名			出版社			
「まつ毛エクステンション」日本理容美容教育センター						
参考書又は参考資料等						

そ の 他（生徒への要望等）

- ①先端が鋭利な道具、グルーなど危険を伴う技術であることを意識して授業に臨むこと。
- ②技術練習はウィックを使用し、人体に行うことのないようにしてください。

授 科 目	クリエイティブ（１）				
担 当 教 員 名	大谷孔平	学 年	1	単 位 数	1
開 講 時 期	前期	必修・選択	選択	授業区分	演習
実務経験	美容師として美容店勤務				
授業の概要	ヘアスタイル制作の応用力を身につけさせる				
授業の到達目標	ヘアスタイルの仕組みを理解し、自分の力でスタイルづくりが行えるようになる				
授 業 計 画					コマ数
1.	カットの基礎スタイルを学ぶ（ワンレン・レイヤー・グラデーション）				8
2.	コピーカット実習				6
3.	作品制作（カットのみ）				4
4.	ブリーチ技術の基礎				4
5.	ヘアカラーリング技術の基礎				4
6.	作品制作（カラーのみ）				4
評価の3観点とウエイト					
1. 知識・理解 （定期試験, 授業内テスト）		2. 関心・意欲・態度 （課題提出など）		3. 出席状況 （受講意欲、思考と演習など）	
実習外で行うべき学習（準備学習・事後学習等）					
使用テキスト					
書籍名			出版社		
教科担当が制作したカットノート					
参考書又は参考資料等					

そ の 他（生徒への要望等）

通常の実習で学ぶカット技術とカラー技術から一歩進んだ知識と技術を身につけてほしい

授 科 目	業 名	クリエイティブ（2）			
担 教 員 名	大谷孔平	学 年	1	単 位 数	1
開 講 時 期	後期	必修・選択	選択	授業区分	演習
実務経験	美容師として美容店勤務				
授業の概要	今日のサロン現場におけるクリエイティブワークの技術と理論を研究・考察をおこない、実習という形で経験し、サロン現場に役立つ知識とスタイル発想力を高めていく。				
授業の到達目標	通常実習で学ぶ基本ヘアスタイルと技術を基にデザイン力を鍛え、個人が発想した独創的なヘアスタイルを応用技術において現実化し、カメラを用いたフォトアートとしてクリエイティブ作品を制作する。				
授 業 計 画					コマ数
1.	座学（作品撮りとカメラ操作について）				2
2.	作品制作（ウィッグ）				6
3.	作品制作（相モデルによる、フォトシューティング）				7
4.	作品制作（相モデルによるコンテスト出品作品）				7
5.	作品制作（ウィッグによるコンテスト出品作品）				8
6.					
評価の3観点とウエイト					
1. 知識・理解 （定期試験、授業内テスト）		2. 関心・意欲・態度 （課題提出など）		3. 出席状況 （受講意欲、思考と演習など）	
実習外で行うべき学習（準備学習・事後学習等）					
雑誌やインターネットを活用してスタイルフォトやクリエイティブ作品などを積極的に観覧し、クラスメイトまたは講師とのディスカッションが円滑にすすむように個人の方法でスクラップしておく					
使用テキスト					
書籍名			出版社		
授業中に適時資料を配布する。市販テキストは使用しない。					
参考書又は参考資料等					
授業中に適宜、関連資料を配布する。					

そ の 他（生徒への要望等）

- ① ヘアスタイルをつくる楽しさを知ってほしい。
- ② 基礎技術と応用技術の違いを知り、ヘアスタイルの変化を感じてほしい。
- ③ クリエイティブ活動を通じて、ヘアスタイルをいろんな角度から見る力を養ってほしい。

授 科 目	業 名	選択科目（ネイルⅠ）				
担 教 員	当 名	浜咲智絵 早矢仕陽子 船川桃華	学 年	1	単 位 数	1
開 講 時 期	前 期	必 修 ・ 選 択	選 択	授 業 区 分	演 習	
実 務 経 験	船川桃華（実務経験なし）					
授 業 の 概 要	日本ネイリスト協会発行のテキストを用いて検定試験2級に合格できる技術と知識の習得を行う。					
授 業 の 到 達 目 標	日本ネイリスト検定2級取得を目標に、プロとしてのネイルケアの技術を修得する。また、サロンワーク、及び技術競技大会で通用するアート技術を磨く。					
授 業 計 画					コ マ 数	
1.	2級検定に求められるネイルケア技術				8	
2.	検定のテーマに沿ったアート作成				2	
3.	大会レベルのアート作成				2	
4.	爪の補強、修復技術				2	
5.	チップ&ラップの正しい装着方法				6	
6.	2級検定技術の規定時間での練習				8	
7.	1級検定レベルの技術工程				2	

評価の3観点とウエイト		
1. 知識・理解 (定期試験, 授業内テスト)	2. 関心・意欲・態度 (課題提出など)	3. 出席状況 (受講意欲、思考と演習など)
ウエイト 1	ウエイト 1.5	ウエイト 1
授業外で行うべき学習（準備学習・事後学習等）		
授業で学んだ技術を反復練習し、着実な技術習得に努めること。		
使用テキスト		
書籍名	出版社	
JNAテクニカルシステム ベーシック	NPO法人 日本ネイリスト協会	
JNAテクニカルシステム ジェルネイル	NPO法人 日本ネイリスト協会	
参考書又は参考資料等		
その他、授業中に適宜、資料を配布する。		
そ の 他（生徒への要望等）		
卒業後には、即実践できるようプロテクニクを学ぶ教科課目である。 プロに求められる技術指導を行っていくため、技術レベルの要求だけでなく、立ち振る舞いについても指導するので、プロ意識を持って学んでほしい。		

授 科 目 業 名	選択科目（ネイルⅡ）				
担 教 員 当 名	浜咲智絵 早矢仕陽子 船川桃華	学 年	1	単 位 数	1
開 講 時 期	後期	必修・選択	選択	授業区分	演習
実務経験	船川桃華（実務経験なし）				
授業の概要	ネイルの基礎をしっかりと学んだ後、さらに技術を磨いて修得することのできる、プロテクニクを学ぶものである。				
授業の到達目標	高度な技術であるのは勿論、アート性にも優れた完成度の高い作品を、自分で考え、作りあげることが目標とする。 日本ネイリスト検定の中で最難関と言われる1級取得を目指す。				
授 業 計 画					コマ数
1.	アクリルスカルプチュアとは何か・理論				2
2.	アクリルスカルプチュアの安全な装着方法と手順				2
3.	アクリルスカルプチュアの作成				10
3.	チップオーバーレイの作成				4
3.	立体的な3Dアート・創造性を働かせる				6
3.	検定1級レベルの技術練習（規定時間での練習）				4
3.	エアブラシを使用した高度なアート技術				2
評価の3観点とウエイト					
1. 知識・理解 （定期試験, 授業内テスト）		2. 関心・意欲・態度 （課題提出など）		3. 出席状況 （受講意欲、思考と演習など）	
ウエイト 1		ウエイト 1.5		ウエイト 1	
授業外で行うべき学習（準備学習・事後学習等）					
授業で学んだ技術を反復練習し、着実な技術習得に努めること。					

使用テキスト	
書籍名	出版社
JNAテクニカルシステム ベーシック	NPO法人 日本ネイリスト協会
JNAテクニカルシステム ジェルネイル	NPO法人 日本ネイリスト協会
参考書又は参考資料等	
その他、授業中に適宜、資料を配布する。	
そ の 他（生徒への要望等）	
卒業後には、即実践できるようプロテクニクを学ぶ教科科目である。 プロに求められる技術指導を行っていくため、技術レベルの要求だけでなく、立ち振る舞いについても指導するので、プロ意識を持って学んでほしい。	

授 科 目	業 名	選択科目（ブライダル1）				
担 教 員	木村裕紀子	学 年	1	単 位 数	1	
開 講 時 期	前期	必修・選択	選択	授業区分	演習	
実務経験	無し					
授業の概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>・TPOに応じたメイクアップ技術の習得ができるように相モデルによる実践授業</li> <li>・さまざまな年齢層に対応できる技術、知識の習得</li> <li>・ブライダル業界での即戦力になる細やかな配慮ができる人材育成</li> </ul>					
授業の到達目 標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ブライダル業界で美容師として活躍することの自覚をつけること。</li> <li>・さまざまな分野に興味を持ち続け、自身の知識を増やすこと。</li> </ul>					
授 業 計 画					コマ数	
1.	セレモニー全般の基礎知識 ブライダルの歴史と習慣 市場の現状と今後 サービス業とセレモニー 美容師と業界の関わり				2	
2.	洋装メイクアップ技術（相モデル） フォーマルメイク、シーズンメイク、カラーコーディネート				2	
3.	洋装メイクアップ技術（相モデル） ブライダルメイク ウェディングドレスに合うメイク技術の習得				2	
4.	和装メイクアップ技術（相モデル） 着物に合うフォーマルメイク技術の習得				2	
5.	和装メイクアップ技術（相モデル） 和装花嫁の古典化粧技術の習得				2	
6.	洋装、和装のメイク技術テストⅠ				2	
7.	洋装アレンジヘア アップスタイル技術の習得（モデルウィッグ）				4	
8.	洋装アレンジヘア ダウンスタイル技術の習得（モデルウィッグ）				4	
9.	和装アレンジヘア 成人式アップヘアの習得（相モデル）				4	
10.	和装アレンジヘア ミセス向けダウンスタイルヘアの習得（相モデル）				2	
11.	和装ヘアメイク技術テストⅡ（相モデル）				2	
12.	和装ヘアメイク技術テストⅢ（相モデル）				2	

評価の3観点とウエイト		
1. 知識・理解 (定期試験, 授業内テスト)	2. 関心・意欲・態度 (課題提出など)	3. 出席状況 (受講意欲、思考と演習など)
ウエイト 1.5	ウエイト 1	ウエイト 1
授業外で行うべき学習 (準備学習・事後学習等)		
メイクアップイメージ画、アレンジヘアスタイルブック作成		
使用テキスト		
書籍名	出版社	
美容実習 I	公益社団法人日本理容美容教育センター	
美容技術理論 I	公益社団法人日本理容美容教育センター	
参考書又は参考資料等		
美容技術DVDを必要に応じて視聴する		
そ の 他 (生徒への要望等)		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 日常から様々な分野に興味関心を持ち、知識を増やして欲しい。</li> <li>・ 常に向上心を持ち、自身の技術を磨いて欲しい。</li> </ul>		

授 科 目	業 名	選択科目（ブライダルⅡ）				
担 教 員	木村裕紀子	学 年	1	単 位 数	1	
開 講 時 期	後期	必修・選択	選択	授業区分	演習	
実務経験	無し					
授業の概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ブライダル現場を想定した実践授業が中心。</li> <li>・和装、洋装、ヘアメイクトータルでのバリエーションを増やす</li> </ul>					
授業の到達目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ブライダル業界での即戦力になる細やかな配慮ができる人材に育てる</li> <li>・さまざまな場面での機転が利く人材になるよう育てる</li> </ul>					
授 業 計 画					コマ数	
1.	着付け技術習得 女性袴着付け	(相モデル)			2	
2.	着付け技術習得 男性袴着付け	(相モデル)			2	
3.	着付け技術習得 振袖着付け	(相モデル)			2	
4.	和装トータル習得 袴着付け	ヘアメイクアップ	(相モデル)		2	
5.	和装トータル習得 振袖着付け	ヘアメイクアップ	(相モデル)		2	
6.	洋装アレンジヘア	ヘッドドレス、ベール、ティアラ 装着			4	
7.	洋装アレンジヘア	メイクアップのコーディネート			4	
8.	洋装アレンジヘア	メイクアップ、ドレスのコーディネート			4	
9.	洋装ウェディングモデルの撮影				4	
10.	洋装トータル 技術テスト				4	
評価の3観点とウエイト						
1. 知識・理解 (定期試験, 授業内テスト)		2. 関心・意欲・態度 (課題提出など)		3. 出席状況 (受講意欲、思考と演習など)		
ウエイト 1.5		ウエイト 1		ウエイト 1		
授業外で行うべき学習（準備学習・事後学習等）						
ヘッドドレス、アクセサリとドレスのコーディネートの打ち合わせ						

使用テキスト	
書籍名	出版社
美容実習Ⅰ	公益社団法人日本理容美容教育センター
美容技術理論Ⅰ	公益社団法人日本理容美容教育センター
参考書又は参考資料等	
美容技術DVDを必要に応じて視聴する	
そ の 他（生徒への要望等）	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• TPOに応じた顧客への対応や自身の身だしなみなどの自覚を持つ。</li> </ul>	

授 科 目	業 名	選択科目（エステティック）				
担 教 員 名	池田薫	学 年	1	単 位 数	1	
開 講 時 期	通年	必 修 ・ 選 択	選 択	授 業 区 分	演 習	
実 務 経 験	無し					
授 業 の 概 要	身体組織や器官の活動を助け身体内部の生理機能に働きかけることで新陳代謝を促し美しく健康的な状態をつくりだすさまざまな技術を理解、実践していく。					
授 業 の 到 達 標	デコルテ（胸板）の筋肉や僧帽筋への施術により血液供給、物質代謝を促進させ、離れたところからはたらきかけがフェイシャルケアの効果をさらに向上させることを実践し理解する。					
授 業 計 画					コ マ 数	
1.	有酸素運動・筋肉トレーニング・ストレッチングについて				2	
2.	ボディマッサージのポイント手技・デモ				2	
3.	相モデル 背中でのマッサージにおける手の動きとポイント				4	
4.	背中から首の軽擦・背筋の深めの軽擦				4	
5.	背中から首全体の重手掌揉擦・背筋から肩甲骨まわりの手拳揉擦				4	
6.	肩甲骨から僧帽筋の母指揉擦・首の牽引				4	
7.	デコルテ全体の軽擦・肩の圧迫と僧帽筋へのつなぎ				4	
8.	デコルテと僧帽筋の手拳・僧帽筋の圧迫法				2	
9.	肩から僧帽筋へのらせん軽擦とつなぎ				2	
10.	首の重手掌軽擦・デコルテと肩全体の軽擦				2	

評価の3観点とウエイト		
1. 知識・理解 (定期試験, 授業内テスト)	2. 関心・意欲・態度 (課題提出など)	3. 出席状況 (受講意欲、思考と演習など)
ウエイト 1.5	ウエイト 1	ウエイト 1
授業外で行うべき学習（準備学習・事後学習等）		
施術前に、テキストで手技手順を確認。		
使用テキスト		
書籍名	出版社	
授業中に適時資料を配布する。市販テキストは使用しない。		
参考書又は参考資料等		
授業中に適宜、その他の資料を配布する。		
そ の 他（生徒への要望等）		
意識せずに自然に手技ができるところまで習熟して欲しい。		