マッサージ実技（保健理療基礎実習）シラバス

（本科・専攻科保健理療科１年次に履修）

【授業目標】

　マッサージに関する実際的な知識と基礎的な技術を習得し、施術を適切かつ効果的に行う能力と態度を養う。

【授業の概容】

　マッサージの基本手技、身体各部のマッサージ及びその他のマッサージ（結合織マッサージ、リンパマッサージ等）について学習する。

◇使用教科書（出版社）：「保健理療基礎実習第２版　上巻」（日本ライトハウス）

◇総時間：70時間（２単位）

◇学習内容

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 月 | 単元・題材名 | 備考 |
| ４ | マッサージの基本手技 |  |
| ５ | 前腕のマッサージ |  |
| ６ | 下腿のマッサージ |  |
| ７ | １学期の復習 |  |
| ９ | 背部のマッサージ |  |
| １０ | 関節部のマッサージ | 手関節、足関節 |
| １１ | 関節部のマッサージ | 膝関節、肘関節、肩関節 |
| １２ | ２学期の復習 |  |
| １ | その他のマッサージ（結合織マッサージ、リンパマッサージなど） |  |
| ２ |
| ３ | 総復習 |  |