

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。

【授業の概要】

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	