

2026 年度 授業計画(シラバス)

学 科	鍼灸美容学科		科 目 区 分	その他	授業の方法	実習
科 目 名	健康美容実習 I A		必修/選択の別	選択	授業時数(単位数)	60 (2) 時間(単位)
対 象 学 年	1年生		学期及び曜時限	後期	教室名	実習室
担 当 教 員	ミスパリエステティック専門学校、藤代	実務経験とその関連資格				
《授業科目における学習内容》						
<ul style="list-style-type: none"> ・ボディの全身マッサージの取得 ・手技・理論を学び、ボディケアの効果を知る ・体の使い方を学びボディケアの基本を学ぶ 						
《成績評価の方法と基準》						
<ul style="list-style-type: none"> ・出席率・授業態度・中間チェック ・オイルマッサージ技術採点表に基づき、70点以上で評価 上記2点を含めて評価します。 						
《使用教材(教科書)及び参考図書》						
<ul style="list-style-type: none"> ・日本スパ・ウェルネス協会 300時間 基礎4冊セット ・化粧品(ハーブミルク・ホットジェル・ボディマッサージソルト・バリニーズオイル3種) 						
《授業外における学習方法》						
<ul style="list-style-type: none"> ・自主練習 ・手順ノートの作成 ・教科書を使用し、口頭試問の練習。 						
《履修に当たっての留意点》						
<ul style="list-style-type: none"> ・授業の準備・身だしなみを整えて、授業開始しましょう。 ・お客様への接客力も学びます。 						
授業の方法	内 容			使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容	
第1回	講義形式	授業を通じての到達目標	ボディケアの目的を学ぶ	教科書		
		各コマにおける授業予定	オリエンテーション(準備物の説明・身だしなみ) ボディケア理論(ボディケアの目的・6手技・化粧品の成分)			
第2回	講義形式	授業を通じての到達目標	ボディケアの目的を学ぶ	教科書		
		各コマにおける授業予定	オリエンテーション(準備物の説明・身だしなみ) ボディケア理論(ボディケアの目的・6手技・化粧品の成分)			
第3回	実習形式	授業を通じての到達目標	ベッドへのご案内の仕方が実践できる。 背面 足の手順を確認しながら実践できる。	教科書 化粧品	ボディケアの目的を復習しておく	
		各コマにおける授業予定	ベッドへのご案内の仕方。 背面 足の手順。練習。			
第4回	実習形式	授業を通じての到達目標	ベッドへのご案内の仕方が実践できる。 背面 足の手順を確認しながら実践できる。	教科書 化粧品	ボディケアの目的を復習しておく	
		各コマにおける授業予定	ベッドへのご案内の仕方。 背面 足の手順。練習。			
第5回	実習形式	授業を通じての到達目標	背面 足の手順が通してできる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく	
		各コマにおける授業予定	背面 足 通し練習。			

授業の方法		内 容		使用教材	授業以外での準備学習 の具体的な内容
第6回	実習形式	授業を通じての到達目標	背面 足の手順が通してできる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	背面 足 通し練習。		
第7回	実習形式	授業を通じての到達目標	背面 背中の手順を確認しながら実践できる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	背面 背中の手順。練習。		
第8回	実習形式	授業を通じての到達目標	背面 背中の手順を確認しながら実践できる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	背面 背中の手順。練習。		
第9回	実習形式	授業を通じての到達目標	背面 背中の手順が通してできる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	背面 背中 通し練習。		
第10回	実習形式	授業を通じての到達目標	背面 背中の手順が通してできる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	背面 背中 通し練習。		
第11回	実習形式	授業を通じての到達目標	背面(足・背中)が通してできる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	背面(両足・背中) 通し練習。		
第12回	実習形式	授業を通じての到達目標	背面(足・背中)が通してできる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	背面(両足・背中) 通し練習。		
第13回	実習形式	授業を通じての到達目標	背面(足・背中)が通してできる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	・背面 中間チェック ・口頭試問の練習		
第14回	実習形式	授業を通じての到達目標	背面(足・背中)が通してできる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	・背面 中間チェック ・口頭試問の練習		
第15回	実習形式	授業を通じての到達目標	前面 足・腹部の手順を確認しながら実践できる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	前面 足・腹部の手順。練習。		

授業の方法		内 容		使用教材	授業以外での準備学習 の具体的な内容
第16回	実習形式	授業を通じての到達目標	前面 足・腹部の手順を確認しながら実践できる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	前面 足・腹部の手順。練習。		
第17回	実習形式	授業を通じての到達目標	前面 腕・デコルテの手順を確認しながら実践できる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	前面 腕・デコルテの手順。練習。		
第18回	実習形式	授業を通じての到達目標	前面 腕・デコルテの手順を確認しながら実践できる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	前面 腕・デコルテの手順。練習。		
第19回	実習形式	授業を通じての到達目標	前面の手順が通してできる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	前面 通し練習。		
第20回	実習形式	授業を通じての到達目標	前面の手順が通してできる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	前面 通し練習。		
第21回	実習形式	授業を通じての到達目標	全身の手順が1人でできる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	全身 通し練習。		
第22回	実習形式	授業を通じての到達目標	全身の手順が1人でできる。	教科書 化粧品	前回の授業で実践した内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	全身 通し練習。		
第23回	実習形式	授業を通じての到達目標	スムーズに全身の通しができる。	教科書 化粧品	これまでの内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	全身 通し練習。		
第24回	実習形式	授業を通じての到達目標	スムーズに全身の通しができる。	教科書 化粧品	これまでの内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	全身 通し練習。		
第25回	実習形式	授業を通じての到達目標	試験合格できるレベルに仕上げる。	教科書 化粧品	これまでの内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	模擬練習		

授業の方法		内 容		使用教材	授業以外での準備学習 の具体的な内容
第26回	実習形式	授業を通じての到達目標	試験合格できるレベルに仕上げる。	教科書 化粧品	これまでの内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	模擬練習		
第27回	実習形式	授業を通じての到達目標	オイルマッサージが1人でできる。説明ができる。	教科書 化粧品	これまでの内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	実技確認		
第28回	実習形式	授業を通じての到達目標	オイルマッサージが1人でできる。説明ができる。	教科書 化粧品	これまでの内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	実技確認		
第29回	実習形式	授業を通じての到達目標	オイルマッサージが1人でできる。説明ができる。	教科書 化粧品	これまでの内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	実技再確認 or マッサージソルト体験		
第30回	実習形式	授業を通じての到達目標	オイルマッサージが1人でできる。説明ができる。	教科書 化粧品	これまでの内容を復習しておく
		各コマにおける授業予定	実技再確認 or マッサージソルト体験		
第31回		授業を通じての到達目標			
		各コマにおける授業予定			
第32回		授業を通じての到達目標			
		各コマにおける授業予定			
第33回		授業を通じての到達目標			
		各コマにおける授業予定			
第34回		授業を通じての到達目標			
		各コマにおける授業予定			
第35回		授業を通じての到達目標			
		各コマにおける授業予定			