

令和4年度

徳島大学 人と地域共創センター リカレント学習プログラム

「とくしま健康寿命からだカレッジ」基礎課程（地域推薦枠）募集要項

とくしま健康寿命からだカレッジとは

徳島県との連携の下、徳島大学人と地域共創センターにおいて開設する、全学協働によるリカレント学習プログラムです。

社会的、地域的課題である「健康寿命の延伸」と、それに係る「地域ボランティア並びに地域リーダーの育成」を目的としています。

このたび募集する基礎課程と、令和5年度には専門課程を開講します。

基礎課程では、健康寿命を延ばす基礎資質の向上と、健康寿命パートナー（健康寿命延伸に係るボランティア）の育成を目指します。

専門課程では、基礎課程修了者や専門職やそのOB等を対象として、健康の目的に応じた具体的な健康運動指導、生活支援ができるリーダー・指導者（とくしま健康寿命マスター）の養成を目指します。

開設の背景と目的

我が国では、人口減少と高齢化の加速が様々な社会課題を引き起こしており、特に医療や介護など健康に関わる諸問題は多方面からの取り組みが必要となっています。徳島県においてはこの危機が全国に先駆けて進行中であり、県民の健康力向上は喫緊の課題といえます。健康寿命は男性が39位で女性は36位（2019）であり、まだまだ上げることができるはずですが、その必要性と可能性を考えた時、県民に健康寿命の延伸に取り組んでいただき、その成果を地域に拡散できる学習プログラムができればその果たす役割は大きいと考えました。

「より健康になりたい」と考えている県民から、すでに地域活動に関わっている方、ボランティアやサポーター養成講座などを受講した方で「より広く、より深く」学びたいと考えている方の多様なニーズに応えることができるように学習プログラムの構成を検討しました。

開設された「とくしま健康寿命からだカレッジ」は、健康寿命に関連する総合的な学習・実践と人材育成を組み合わせたプログラムとして開発し、育成した人材を活用して地域の健康力を向上できる仕組みを構築することを目指しています。

「楽しく実現、ウエルエイジング！」をキャッチコピーとして、カレッジ生が知識と行動変容をベースに健康的に年齢を重ねていけるよう学び、実践し（自身のウエルエイジングの実現）、その輪を地域で広げることで、地域健康力の向上（地域のウエルエイジングの拡大）に貢献したいと考えています。

学習内容

講義では、健康寿命に関して徳島県における現状や課題を知り、予防医学の観点から健康寿命に関わる3大要因（メタボリックシンドローム、ロコモティブシンドローム、認知症）を専修科目として、それぞれの医学、歯学、栄養、運動の領域における基礎知識を学習します。人材育成の科目では、地域におけるボランティア活動について理解を深め、体験談視聴や実践経験も学習内容とします。また、実習として、健康目的に応じた各種運動の方法や注意点を学びます。行動変容実習では、生活習慣の改善や目標の設定と達成に取り組み、各種測定（体カテスト、心理アンケート、健康アンケート）により心身の変化を確認することとします。

カリキュラムは講義（24時間）と実習（36時間）の組合せです。

地域推薦枠について

とくしま健康寿命からだカレッジでは「地域の健康力を高める人材育成」を目標としています。そのために、地域（市町村）での活動が期待できる地域人材を「地域推薦枠」として市町村より推薦していただき、受講料を半額免除するシステムとしました。

地域推薦枠受講者は、受講期間中2回程度、受講報告などをしていただき、基礎課程修了後は「健康寿命パートナー」として地域の健康事業のサポートに携わっていただけるようお願いいたします。

また、基礎課程修了者は、リーダーや指導者を育成し、資格認定も行う専門課程に進むこともできます。

1 受講期間と受講会場

令和4年6月7日（火）～ 令和4年12月6日（火）

6月より12月までの計21回とし、曜日は火曜日午後とします。授業は基本的に1日3時間（1時限（13：00～14：00）、2時限（14：15～15：15）、3時限（15：30～16：30））行います。期間中6回の休講日を設けます。

また、学内オプション学習として、公開講座（30時間以内）や教養教育公開授業（2授業まで）を受講することができます（科目指定あり、受講は任意）。

徳島大学常三島キャンパスの人と地域共創センター講義室と体育館を使用します。

2 受講対象（地域推薦枠）

一般的な健康事業のサポートが可能な健康・体力を有している次の者。

- ・現在、地域においてボランティア活動や行政事業のサポートに携わっている者
- ・運動指導や健康指導に関わっている（いた）者で、地域活動に取り組みたい者

- ・今後、地域の健康増進のお手伝いをしたいと考えている者

地域推薦枠として申し込まれた方の受講申込書における個人情報とは該当市町村と共有いたします。

3 募集定員

40名。うち、一般枠と地域推薦枠はそれぞれ20名程度。

※受講希望者多数の場合は、抽選となります。

4 受講申込期間

令和4年4月1日（金）～5月2日（月）

5 受講申込方法

別紙申込書に必要事項を記載の上、受講申込期間内（土曜、日曜を除く9時から17時まで）に申込先へ持参または郵送（5/2 必着）してください。

6 受講料

15,000円（一般枠は30,000円）

※受講が確定しましたら、振込口座をご連絡します（5月中旬郵送予定）。

5月23日（月）～5月30日（月）を受講料納付期間とします。

納付は指定の銀行口座への振込み限定となり、振込後の返還はできません。

振込手数料はご負担願います。

7 修了認定

修了要件（別紙参照）を満たした場合、徳島大学長と徳島県知事の連名により「健康寿命パートナー」と認定されます。複数年（最大4年間）にわたって修了要件を満たした場合も有効です。

8 備考

- 1) カリキュラム及びカレンダー等の詳細については、別紙を参照してください。
- 2) 講義・実習で使用する消耗品等、別途個人負担の費用がかかることがあります。

○お問い合わせ先

徳島大学 人と地域共創センター事務室 〒770-8502 徳島市南常三島町1丁目1番地 TEL 088-656-7276 FAX 088-656-7277 (月～金 9:00～17:00)

○大学へのアクセスガイド



とくしま健康寿命からだカレッジの課程修了要件

からだカレッジでは受講者のうち、一定の授業・プログラムを受講した者に、徳島大学長と徳島県知事により修了が認定される。

○基礎課程

●基礎課程修了

[修了要件]：以下の①②③をすべて満たした場合、修了を認定する。

① からだカレッジのカリキュラム修了

各科目（健康寿命、地域人材育成、メタボ・糖尿病、ロコモティブシンドローム、認知症、行動変容・測定）についてそれぞれ 2/3 以上出席すること

② オプショナル学習

学内オプショナル学習（講義、実習共に 1 科目以上 3 時間以上）、学外オプショナル学習（講義、実習共に 1 科目以上 3 時間以上）を受講すること。

③ 修了レポート

① と②を満たしたものはからだカレッジ基礎課程受講について 400 字以上のレポートを提出する。

○専門課程

●専門課程修了

[修了要件]：以下の①②③をすべて満たした場合、修了を認定する。

① からだカレッジのカリキュラム修了

講義、実習についてそれぞれ 2/3 以上出席すること

② 指導実習

学内外指導実習を 3 回以上実施。（本科カリキュラムの指導実習を除く）

③ 修了レポート

①と②を満たしたものはからだカレッジ専門課程受講について 800 字以上のレポートを提出する。

【認定規則】

出席、欠席の認定は以下の通り行う。

- ・からだカレッジ本科の授業では合わせて 15 分以上の遅刻・早退は出席とはならない。
- ・複数年にわたって出席数を合算する場合、同じ授業は合算対象とならない。
- ・基礎課程の学内、学外のオプショナル学習については所定の受講記録表を用い、事務室に提出する。
- ・基礎課程の学外オプショナル学習については実施要項やプログラムを添付する。内容が対象と

なるかどうかの判断は事務局が行う。

・専門課程の指導実習については、メイン講師を務めなくても構わないが全体指導を担当することを条件とし、補助的役割のみでは不可とする。所定の様式にプログラムの主催者またはメイン講師より承認をもらい提出する。主催者は大学内外いずれでも構わないが、専門課程の本科カリキュラムにおける「指導実習」授業における指導は含まれない。

<1年間で修了できなかった場合>

翌年度以降にからだカレッジ受講経験者だけが受講できる「からだカレッジプラス 10」（有料講座）において10コマまでの授業が自由選択できる。それにより不足した授業を受講し、修了要件を満たせば修了が認定される。

認定可能期間は受講初年度より4年間とする。

●令和4年度基礎課程について

②オプション学習、③修了レポートの提出物については令和4年11月22日を提出期限とする。

「とくしま健康寿命マスター」の資格認定について

○「とくしま健康寿命マスター」資格の概要

専門課程の修了者は資格認定試験を受験することができ、合格者には徳島大学長による資格認定を行う。

試験は筆記と指導実技に分かれ、両方に合格した者に徳島大学長により「とくしま健康寿命マスター」の資格を認定する。

資格取得者は「有償指導者」として位置づけ、プロフェッショナルとボランティアの中間指導者として活動する。

○資格試験の概要

出願：受験申込書を1月中に人と地域共創センター窓口提出する。

時期：専門課程修了後3週間以内に実施する。

内容：筆記試験と指導実技試験を実施する。

- ・筆記試験（60分）：選択式と記述式により健康寿命と成人指導に関する知識を審査する。

出題範囲は基礎課程、専門課程の講義資料とする。

- ・指導実技試験（15分）：与えられた課題に沿う運動指導を実施し、指導内容・技術を審査する。

出題範囲は専門課程の指導実習の範囲とする。

○審査と合否

筆記試験も指導実習試験も複数の試験員により採点を行い、平均点を得点とする。両試験共に基準点を上回れば「健康寿命マスター」と認定する。合否結果は郵送により受験者に通知し、1ヶ月以内を目途に資格認定証を発行する。

○再試験

不合格となった受験者で再試験を希望する者は受験後14日以内に再受験を申請する。再試験では筆記試験、指導実技試験のうち、合格基準点以上を獲得した者については試験が免除される。

○翌年度以降の受験

専門課程修了年度以後の受験についても上記と同様に行う。ただし、当該年度で筆記試験、指導実技試験の両方に合格しなければならない。また、受験可能な期間は専門課程修了年度を含めての2年間とする。

令和4年3月28日

とくしま健康寿命からだカレッジにおける新型コロナ対応について

とくしま健康寿命からだカレッジ校長
田中俊夫

新型コロナの影響を受けて、令和2年度は専門課程（5月開講）も基礎課程（10月開講）が中止、令和3年度は専門課程（5月開講）が11月開講へ延期となりました。

令和4年度に関しては可能な限り「開講」と「修了」が実現できるように進めていきたいと考えています。以下にその基本的な考え方と対応について説明します。

○徳島大学の BCP レベルに合わせて基本的には人と地域共創センターで実施する講座と同様の対応とします。

レベル1の場合は、十分な感染防止措置を講じた上で通常の対面授業を実施できます。

レベル2では、条件付きで対面授業も可能です。

レベル3以上となった場合は、対面授業が休止となります。講義については延期またはオンラインによる実施となります。オンライン講義となった場合は、インターネット配信だけでなく、自宅でのDVD視聴や対面授業再開後のセンターでの視聴などなたでも受講できる選択肢を用意いたします。

実習については対面実施が原則となるため、レベル3以上においてはレベルが下がるまで対面授業を延期します。

したがってレベル3以上となった場合には、課程の基本日程はおそらく変更となりますが、開講期間が延長となっても課程修了に向けて調整していきます。

以上のコロナ対応をご理解の上、受講いただけますことをお願いいたします。