

YGU College Sports Center Life Skill Program

山梨学院大学カレッジスポーツセンター（CSC）「Life Skill Program」は、学部教育にはない、学生アスリートにこそ求められる（学生アスリートに特化した）専門的な知識や技能を提供しています。CSCのビジョンである「スポーツ強化指定選手の**競技力向上**の推進」と「社会で活躍できる**たくましい人間力の育成**」の実現を目的としています。

目的学習（Objective-Based Learning）

学部教育にはない、学生アスリートにこそ求められる**専門的な知識や技能**の習得・向上

- | | |
|---------------------------------|--|
| ①競技と 学業 の両立 | ②スポーツ（競技）経験を活かした キャリア形成 と 就職活動 |
| ③スポーツ（競技）における 心身 との向き合い方 | |
| ④学生アスリートとしての リスクマネジメント | ⑤学生アスリートとしての 振る舞い |

2026年度 スケジュール（全9回）

時間：17時00分～18時30分（60分間程度。最長90分間とする）

場所：メモリアルホール ※筆記具を持参してください（ペン、メモ等）。

（前期）

回	日程	内容*	対象**	担当
1	4月14日(火)	・Life Skill Program について ・心身と向き合う 自身を思いやる力	1・3年生	学生相談室
2	4月21日(火)	アンチドーピング 夢を現実のものとするために	1・3年生	山梨県薬剤師会 志村 人士 先生
3	5月19日(火)	選手、チームが 社会からの信頼 を得るために (含、 SNSの利用 について)	1・3年生	上田 大介 先生
4	6月9日(火)	禁止薬物 （「夢」を壊さないために） &アルコールコントロール (注意)「闇バイト」の恐さ	1・3年生	甲府警察署
5	7月7日(火) (7/16～22:定期試験)	パブリックスピーキング 相手の心に届ける スピーチ、インタビュー、ミーティング	1・3年生	共通教育センター 川井 崇禎 (たかよし) 先生

（後期） 後期授業開始：9/7(月)

6	9月15日(火)	スポーツ 栄養 実践 (含、サプリメントの利用について)	1・3年生	エームサービス(株) 管理栄養士 中込 結生 (ゆうき) 先生
7	10月13日(火)	アスリート経験を生かした 進路選択・就職活動 について 卒業後（ セカンドキャリア ）も見据えて	2・3年生	学生センター 就職キャリアチーム
8	11月10日(火)	アスリートのための 睡眠術	1・3年生	早稲田大学 教授 西多 昌規 (まさき) 先生
9	12月1日(火) (12/10～16:定期試験)	負傷予防 身体の仕組み を知って パフォーマンスを向上させる	1・3年生	岸 邦彦 先生

*事後に**全体アンケート**（出席確認）実施。 **その他の学年、指導者も**希望者は参加可**。