

■ ファッション科1年次 必修科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	パターン・ソーイング			科目No	FSA01
授業形態	実習	授業コマ数	120	単位数	4
担当教員	田中 聖子				
実務経験教員	田中 聖子				
実務内容	ドレスメーカー ドレス製作				
授業の概要	ファッションの基本となる洋服の構造やディテールを理解し、知識として習得します。また、ディテールを知るために、実際にテクニックとしてパターンや縫製を行います。				
到達目標	ファッションアイテムの基本となる洋服の構造やディテールを理解し、知識として習得します。また、構造を知るため実技も習得することで説得力のあるプレゼンテーションや企画が出来ます。				
テーマ	内 容				
道具の使い方について	パターンメイキングやソーイングテクニックで使用する道具を理解し、その扱い方を学びます。				
布について	布について、布目・耳・布幅・布の表裏の見分け方を学びます。布の地直し方法、アイロンの掛け方を学びます。				
ミシン・ロックミシンの使い方について	直線ミシンとロックミシンの扱い方を学びます。				
手縫いの基礎	並縫い・本返し縫い・半返し縫い・ぐし縫い・しつけ・まつり縫い・ボタン付け・カギホック・スナップボタンなどの縫い方を学びます。				
ミシンの縫い代始末	三つ折・三つ折端ミシン・袋縫い・折り伏せ縫い・フリル始末などの縫い方を学びます。				
オープンシャツ(半袖)製作	シャツを製作し、工程を学びます。				
パンツ製作	パンツを製作し、工程を学びます。				
教 材				評価基準	評価率
コーディネートテクニックアパレル編立 裁縫道具 定規セット				出席率	20%
				取組姿勢	20%
				課題・試験 成果物評価等	60%
関連資格・検定 コンテスト等					

■ ファッション科1年次 必修科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	販売ロールプレイング			科目No	FSA02
授業形態	実習	授業コマ数	180	単位数	6
担当教員	諫山 凜平				
実務経験教員	諫山 凜平				
実務内容	アパレルメーカー 販売				
授業の概要	設定時間内でロールプレイングを繰り返し実践します。販売知識や技術だけでなく、コミュニケーション能力・細やかな所作、言葉遣いも習得します。ロールプレイングコンテストを開催し、即戦力となる販売力を企業の方々に披露します。この取り組みを就職内定へ繋がります。				
到達目標	販売知識から実践に落とし込み、店頭で役に立つ販売技術を習得します。販売知識だけでなく、待機・迎え入れ・ファーストアプローチ・商品説明・レジ対応・お見送りの一連の流れを実践する事で、即戦力となる販売力を身に付けます。				
テーマ		内 容			
販売員とは		販売員の仕事内容について理解します。 販売員からのキャリアアップについて理解します。			
接客スキル①基本マナー		接客における基本マナー 挨拶・笑顔・姿勢			
接客スキル② 接客プロセスのポイント		待機からお見送りまでの一連の流れを購買心理の8段階を取り入れ理解します。			
商品知識		素材・カラー・ディテール・コーディネート・プライス・サイズ・取り扱い方法について理解します。			
シチュエーション設定		お客様のニーズ(要望)に合わせてファーストアプローチのトレーニングを行います。			
接客ロールプレイング実践		7分間のロールプレイングの実践			
ロールプレイング学内予選		学内予選			
ロールプレイング本選		本選			
全体の振り返り		授業、大会を通しての全体の振り返り、フィードバックを行います。			
教 材				評価基準	評価率
ファッション販売能力検定3級テキスト				出席率	20%
				取組姿勢	20%
				課題・試験 成果物評価等	60%
関連資格・検定 コンテスト等	販売ロールプレイングコンテスト				

■ ファッション科1年次 必修科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	デザイン画			科目No	FSA03
授業形態	実習	授業コマ数	60	単位数	2
担当教員	田谷 修宏				
実務経験教員	田谷 修宏				
実務内容	アパレルメーカー 企画				
授業の概要	デザインやイメージを伝えるためにファッションデザイン画の描き方を習得します。イメージに適した画材を使い、素材表現もします。デザインをする手順、考え方、ディテールやアイテム、シルエットの名称や構造、トレンドを学び新しいデザインを生み出し、表現する方法を学びます。				
到達目標	デザインをする手順、考え方、ディテールやアイテム、シルエットの名称や構造、トレンドを学び、自分が考えたデザインを相手に伝えるためのファッションデザイン画が描けるようになります。				
テーマ	内 容				
ボディの描き方を学ぶ	8頭身ボディの描き方、片足重心のボディの描き方について学びます。				
デザインの考え方を学ぶ	デザインをする手順や考え方について学びます。				
着装・ペン入れ・着色を学ぶ	コピック・水彩・パステル・色鉛筆での着色方法、柄・素材表現を学びます。				
平絵について学ぶ	デザインやイメージを正確に伝えるための平絵トップス(シャツ・ジャケット)ボトムス(パンツ・スカート)の描き方を学びます。				
ディテール・アイテム・シルエットについて学ぶ	ディテール・アイテム・シルエットの名称、構造、トレンドについて学びます。				
服装史① 古代から1900年 1901年から1940年代	古代から1900年までのファッションの成り立ちを理解します。1901年から1940年代、現代服の確立となるキーワードを学びます。				
服装史② 1950年代・1960年代 1970年代	各年代ごとのファッションを学びます。アイビー、ロック、ピーコック革命、プレタポルテ、5大コレクションなど。				
服装史③ 1980年代・1990年代 2000年代・2010年代	各年代ごとのファッションを学びます。ヒップホップ、スタイルミックス、スーパーモデル、ユーズド、フリマ、カワイイ、甘辛ミックス、ファストファッションなど。				
教 材				評価基準	評価率
デザイン画道具一式 着色道具一式				出席率	20%
				取組姿勢	20%
				課題・試験 成果物評価等	60%
関連資格・検定 コンテスト等					

■ ファッション科1年次 必修科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	キャリア			科目No	FSA04
授業形態	講義	授業コマ数	150	単位数	10
担当教員	田中 聖子				
実務経験教員	田中 聖子				
実務内容	ドレスメーカー ドレス製作				
授業の概要	アパレル業界で希望職種への就職を目指すために、職種理解や就職活動の基礎知識を習得します。さらに就職ロールプレイングによる面接トレーニングも行います。				
到達目標	ファッション業界での就職がイメージでき、2年生から本格的にスタートする就職活動の準備が出来るようになります。				
テーマ		内容			
キャリア教育① 働く事の意義		学生と社会人の違いを理解し、働く事の意義を理解します。			
キャリア教育② 人生と職業		自身の人生と職業の関わり方、キャリアプランについて理解します。			
就職HR① 業界理解		ファッション業界の仕組みについて理解します。			
就職HR② 職種理解		ファッション業界のそれぞれの職種について理解します。			
就職HR③ 自己分析		自己PRを作成する為に、これまでの人生を振り返り、自己分析を行います。			
就職HR③ 自己PRの書き方		自己分析を基に、自己PRの書き方を理解し、作成します。			
就職HR④ 履歴書の書き方		就職ロールプレイングに備えて、履歴書の書き方を理解し作成します。			
就職HR⑤ 面接トレーニング		就職ロールプレイングに備えて、面接のスキルを習得します。			
就職HR⑥ 就職ロールプレイング		学校を企業と見立て就職活動の一連の流れ(受付・待機・入室・面接・退室)をトレーニングします。			
教材				評価基準	評価率
就職活動用手帳				出席率	20%
				取組姿勢	20%
				課題・試験 成果物評価等	60%
関連資格・検定 コンテスト等					

■ ファッション科1年次 必修科目紹介（2025年度入学生）

科目名	PCスキル			科目No	FSA05
授業形態	実習	授業コマ数	60	単位数	2
担当教員	田中 聖子、外部講師				
実務経験教員	田中 聖子				
実務内容	ドレスメーカー ドレス製作				
授業の概要	効果的なプレゼンテーションを行うための資料の作成方法、PC操作技術を学びます。				
到達目標	プレゼンテーションにおいて、効果的なツール作成とプレゼンテーションが出来る力を身につけます。				
テーマ		内容			
PCスキル		Microsoft ワード、エクセル、パワーポイントの操作方法を学び、企画書や計画書の作成方法を習得します。			
プレゼンスキル		大勢の前でプレゼンテーションが出来るように基本的なプレゼンスキルを習得します。			
教材			評価基準	評価率	
			出席率	20%	
			取組姿勢	20%	
			課題・試験 成果物評価等	60%	
関連資格・検定 コンテスト等					

■ ファッション科1年次 必修科目紹介（2025年度入学生）

科目名	ファッションビジネス			科目No	FSA06
授業形態	講義	授業コマ数	60	単位数	4
担当教員	諫山 滉平、山地 南星				
実務経験教員	諫山 滉平				
実務内容	アパレルメーカー 販売				
授業の概要	ファッションビジネスに関する基礎知識を学び、ファッションビジネス能力検定3級を取得を目指します。				
到達目標	素材産業から、服の企画・生産・販売を行うアパレル産業、百貨店・専門店・量販店・小売店、流通などの広範囲な領域のビジネス活動の専門知識が身につきます。				
テーマ		内容			
ファッションビジネス知識		企画や生産から流通に渡るファッションビジネスの基本的な知識を学びます。			
ファッション造形知識		服飾造形とデザイン、テキスタイルの基本的な知識を学びます。			
教材			評価基準	評価率	
ファッションビジネス3級新版			出席率	20%	
			取組姿勢	20%	
			課題・試験 成果物評価等	60%	
関連資格・検定 コンテスト等	ファッションビジネス能力検定3級				

■ ファッション科1年次 必修科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	ファッションビジネス感度			科目No	FSA07
授業形態	講義	授業コマ数	15	単位数	1
担当教員	諫山 滉平、外部講師				
実務経験教員	諫山 滉平				
実務内容	アパレルメーカー 販売				
授業の概要	世界5大コレクションを中心に、ファッションのトレンド(アイテム・カラー・ディテール・テキスタイル)を学びファッション感度を高めます。西洋の服装史を中心に学びます。服の始めから、どう時代の変化とともに服も変化していったかなど、時代背景を理解しながら流行を学びます。				
到達目標	ファッション感度が高く、トレンドが先読みできる能力を身に付けます。服装史を知ること、服の変化や流行とはどういふものかを理解します。				
テーマ		内容			
コレクション①		世界5大コレクション(パリ・ミラノ・ロンドン・ニューヨーク・東京)について学びます。			
コレクション②		世界的に有名なデザイナーのバックグラウンドについて学びます。			
コレクション③		パリコレクション ロンドンコレクションの映像を見ながら今季のトレンド、ブランドについて学びます。			
コレクション④		ニューヨークコレクション ミラノコレクション 東京コレクションの映像を見ながらトレンド、ブランドについて学びます。			
コレクション⑤		コレクションに登場したトレンドが、実際の店頭に反映されているのか調査し、プレゼンテーションをします。			
テキスタイル①		織地の組織と性質、ニットの組織と性質を学びます。			
テキスタイル②		品質表示(選択表示、取扱い方法)を学びます。			
教材			評価基準	評価率	
			出席率	20%	
			取組姿勢	20%	
			課題・試験 成果物評価等	60%	
関連資格・検定 コンテスト等					

■ ファッション科1年次 必修科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	検定対策			科目No	FSA08
授業形態	講義	授業コマ数	45	単位数	3
担当教員	又江 清香、瓦 咲乃				
実務経験教員	又江 清香				
実務内容	日本ファッションスタイリスト協会認定講師				
授業の概要	スタイリングマップの基礎知識を学習し、スタイリングマップ検定ジュニアレベルの取得を目指します。日本フォーマルウェア協会が実施するフォーマル検定のブロンズライセンス取得のための内容を習得します。				
到達目標	スタイリングマップ検定ジュニアレベル取得 フォーマル検定ブロンズライセンス取得				
テーマ	内 容				
スタイリングマップ検定①	StylingMapとは何かを知り、StylingMapの基本(4つのテストと6つのゾーン)を理解します。				
スタイリングマップ検定②	色の仕組みを知り、その人に似合う「物の色」「人の色」を分析・分類する手法を学びます。				
スタイリングマップ検定③	ファッションアイテムの特徴を捉え、「物の形」「人の形」を分析・分類する手法を学びます。				
スタイリングマップ検定④	ファッションアイテムの特徴を捉え、「物の素材」「人の素材」を分析・分類する手法を学びます。				
スタイリングマップ検定⑤	「人の個性」を見る方法を知り、スタイリングテクニックを学びます。コミュニケーションタイプを知り、タイプ別に分析、分類する手法を学びます。過去問題を解いて検定対策を行います。				
フォーマル検定①	フォーマルの定義、フォーマルライフスタイル、フォーマル分類表の内容を理解します。				
フォーマル検定②	メンズフォーマルウェアの昼、夜の正礼装、準礼装、略礼装を学びます。				
フォーマル検定③	レディースフォーマルウェアの昼、夜の正礼装、準礼装、略礼装を学びます。				
フォーマル検定④	ブライダルシーンの正礼装、準礼装、略礼装を学びます。				
フォーマル検定⑤	フォーマルウェアの正喪服、準喪服、略喪服を学びます。				
教 材				評価基準	評価率
スタイリングマップ検定テキスト フォーマル検定ブロンズライセンステキスト				出席率	20%
				取組姿勢	20%
				課題・試験 成果物評価等	60%
関連資格・検定 コンテスト等	スタイリングマップ検定ジュニアレベル、フォーマル検定ブロンズライセンス				

■ ファッション科1年次 必修科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	ファイナルコンテスト			科目No	FSA09
授業形態	実習	授業コマ数	30	単位数	1
担当教員	田中 聖子				
実務経験教員	田中 聖子				
実務内容	ドレスメーカー ドレス製作				
授業の概要	与えられたテーマやコンセプトに沿って、ファッションショーで発表するための企画を立てコーディネートを考えます。ショー演出、ウォーキング練習、メイクなどファッションショーに必要な内容を学びます。				
到達目標	自分が伝えたいテーマやコンセプトに合ったトータルコーディネートを行い、ステージで発表することが出来ます。				
テーマ		内 容			
企画	テーマやコンセプトに合ったトータルコーディネートを行います。				
ショーメイク	メイク道具の種類、使用方法を学びます。メイクレシピを作成し作品に合わせたメイクを行います。				
ウォーキング	音楽に合わせてランウェイでの歩き方やポーズの取り方の練習を行います。				
教 材				評価基準	評価率
				出席率	20%
				取組姿勢	20%
				課題・試験 成果物評価等	60%
関連資格・検定 コンテスト等	ファイナルコンテスト				

■ ファッション科1年次 必修科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	POP-UP SHOP			科目No	FSA10
授業形態	実習	授業コマ数	90	単位数	3
担当教員	諫山 滉平				
実務経験教員	諫山 滉平				
実務内容	アパレルメーカー 販売				
授業の概要	POP UP SHOPの企画から運営方法までのプロセスを学びます。パイニングテクニックの基礎を学び、仕入れ方法から仕入れ先との交渉の仕方を習得します。				
到達目標	POP UP SHOPを企画、運営するためのプロセス、業務内容を理解し、実際にPOP UP SHOPがオープンできる力を身につけます。				
テーマ	内 容				
ショップ企画①	目的理解、運営予算の把握、運営要素理解について学びます。				
ショップ企画②	運営条件の把握、ターゲティング、買付け先について学びます。				
ショップ運営①	店舗デザイン、宣伝方法、企画書作成、上代下代決定、予算について学びます。				
ショップ運営②	買付け、宣伝ツール作成、接客方法について学びます。				
ショップ運営③	下げ札作成、レジ準備、売上管理表作成について学びます。				
店頭VMD①	効果的な商品の陳列方法の基礎を学びます。				
店頭VMD②	仕入れた商品に合わせて店頭ディスプレイの模擬を作ります。				
販売スキル①	プレスリリースを作成し、SNS、媒体を使った広報活動の仕方を学びます。				
販売スキル②	ショップ企画で想定したターゲット層に合わせた接客方法を学びます。				
ショップ運営④	実際にPOP UP SHOPをオープンし、お客様に販売を行います。				
教 材				評価基準	評価率
				出席率	20%
				取組姿勢	20%
				課題・試験 成果物評価等	60%
関連資格・検定 コンテスト等					

■ ファッション科1年次 必修科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	スタイリストワーク			科目No	FSA11
授業形態	実習	授業コマ数	60	単位数	2
担当教員	山地 南星				
実務経験教員	山地 南星				
実務内容	スタイリストアシスタント				
授業の概要	スタイリストの基本技術(スチーミング・シミ抜き・リース方法・商品管理・衣装のセッティング方法・小道具の使い方・おたたみ)のほか、イメージの伝え方、その為に必要なツール作成の仕方、スケジュール管理方法を学びます。				
到達目標	スタイリストの基礎知識、基礎技術を身に付け、準備、撮影から商品返却や撤収まで出来るようになります。				
テーマ		内容			
スタイリストワーク① スタイリストとは		スタイリストの職業、仕事内容について理解します。			
スタイリストワーク② スタイリストの役割と種類		スタイリストのファッション業界の立ち位置(役割)、撮影の種類について理解します。			
スタイリストワーク③ アシスタントスキル		撮影において必要な、アイロン掛け、衣装のセッティング方法について理解します。			
スタイリストワーク④ 撮影基礎 スケジュールマネジメント		モデル、カメラマン、ロケハンなど、撮影における業務、スケジュール管理の方法を習得します。			
スタイリストワーク⑤ 撮影基礎 コンセプトワーク		作品を作る上で必要なテーマ、コンセプトの設定方法を学びます。			
スタイリストワーク⑥ 撮影基礎 イメージの具現化		自身の企画、スタイリングイメージをイメージボード、カラーージュで視覚的に表現出来る方法を学びます。			
コーディネート論		オケージョンやファッションスタイルに合わせたコーディネートを学びます。			
撮影実習		撮影実習を行います。			
教材				評価基準	評価率
WWD				出席率	20%
				取組姿勢	20%
				課題・試験 成果物評価等	60%
関連資格・検定 コンテスト等					

■ ファッション科1年次 選択科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	パターン検定3級			科目No	FSS01
授業形態	実習	授業コマ数	30	単位数	1
担当教員	田中 聖子				
実務経験教員	田中 聖子				
実務内容	ドレスメーカー ドレス製作				
授業の概要	ファッション専門学校で2年間学び、ファッション造形知識・技術とパターンメイキングに関する基礎知識・技術を習得し、パターンメーカーとしての基礎能力を有するレベルの検定です。				
到達目標	パターンメイキング検定3級合格				
テーマ		内 容			
フラットパターンメイキングの基礎知識		原型を理解し、フラットパターンの作図方法を学びます。			
検定対策		実技試験課題の模擬練習など、検定当日を想定した対策を行います。			
教 材			評価基準	評価率	
パターンメイキング技術検定試験3級ガイドブック			出席率	20%	
			取組姿勢	20%	
			課題・試験 成果物評価等	60%	
関連資格・検定 コンテスト等	パターンメイキング検定3級				

■ ファッション科1年次 選択科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	コンテストデザイン画			科目No	FSS02
授業形態	実習	授業コマ数	30	単位数	1
担当教員	外部講師				
実務経験教員	外部講師				
実務内容					
授業の概要	外部のファッションデザインコンテストに応募するために、リサーチ・分析をし、各コンテストの概要に沿ったデザイン画を作成します。				
到達目標	ファッションデザインコンテストへの入賞				
テーマ		内 容			
コンテストデザインとは		コンテストデザインで入賞するために必要となる「考え方」について学びます。			
コンテストにチャレンジ		各コンテストに応募するために、リサーチ・分析をし、そのコンテストに合わせたデザイン画を作成します。			
教 材		評価基準	評価率		
		出席率	20%		
		取組姿勢	20%		
		課題・試験 成果物評価等	60%		
関連資格・検定 コンテスト等	ファッションデザインコンテスト				

■ ファッション科1年次 選択科目紹介（2025年度入学生）

科目名	服飾雑貨製作			科目No	FSS03
授業形態	実習	授業コマ数	30	単位数	1
担当教員	小林 春子、外部講師				
実務経験教員	小林 春子				
実務内容	アパレルメーカー パタンナー				
授業の概要	ファッションのトータルスタイリングに欠かせないアクセサリやファッション小物の製作を行います。				
到達目標	ファッションショーでの活用や商品として販売できるレベルを目指します。				
テーマ	内 容				
アクセサリ製作	基本的なパーツや用具の使い方を学び、自身がデザインしたオリジナルアクセサリを製作します。				
帽子製作	帽子製作に必要となる基礎的な知識を学び、自分サイズの帽子を製作します。				
バッグ製作	基本的な裏付きトートバッグの作図方法、縫製手順を学びオリジナルトートバッグを製作します。				
自由作品	学んだ知識・技術を応用して、自身でデザインしたオリジナル作品を制作します。				
教 材				評価基準	評価率
				出席率	20%
				取組姿勢	20%
				課題・試験 成果物評価等	60%
関連資格・検定 コンテスト等					

■ ファッション科1年次 選択科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	韓国語			科目No	FSS04
授業形態	実習	授業コマ数	30	単位数	1
担当教員	セレーノコーポレーション				
実務経験教員					
実務内容					
授業の概要	旅行時に使える挨拶や日常会話をはじめ、ヒアリングやドローイング、スピーキングがバランスよく出来るように学習します。				
到達目標	仕事をする仲間や取引先、お客様にも外国人が増えて来たファッション業界において、販売接客やバイイングが韓国語で出来たり、コミュニケーションが円滑に行われるレベルを目指します。				
テーマ		内 容			
文化		韓国の伝統・文化やサブカルチャーを興味深く学びます。			
挨拶・日常会話		旅行などで使える挨拶から日常会話の基礎を学びます。			
ハングル		ハングルが読み・書き出来るように基礎から学びます。			
コミュニケーション		身につけた韓国語で、お互いにコミュニケーションを取ります。			
教 材		評価基準	評価率		
		出席率	20%		
		取組姿勢	20%		
		課題・試験 成果物評価等	60%		
関連資格・検定 コンテスト等					

■ ファッション科1年次 選択科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	英語			科目No	FSS05
授業形態	実習	授業コマ数	30	単位数	1
担当教員	セレーノコーポレーション				
実務経験教員					
実務内容					
授業の概要	旅行時に使える挨拶や日常会話をはじめ、ヒアリングやドローイング、スピーキングがバランスよく出来るように学習します。				
到達目標	仕事をする仲間や取引先、お客様にも外国人が増えて来たファッション業界において、販売接客やバイイングが英語で出来たり、コミュニケーションが円滑に行われるレベルを目指します。				
テーマ		内容			
文化		英語圏の伝統・文化やサブカルチャーを興味深く学びます。			
挨拶・日常会話		旅行などで使える挨拶から日常会話の基礎を学びます。			
読み・書き		英単語、文章が読み・書き出来るように基礎から学びます。			
コミュニケーション		身につけた英語で、お互いにコミュニケーションを取ります。			
教 材		評価基準	評価率		
		出席率	20%		
		取組姿勢	20%		
		課題・試験 成果物評価等	60%		
関連資格・検定 コンテスト等					

■ ファッション科1年次 選択科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	ビジネスマネー講座			科目No	FSS06
授業形態	実習	授業コマ数	30	単位数	1
担当教員	セレーノコーポレーション				
実務経験教員					
実務内容					
授業の概要	一般企業に勤めた場合の税金や保険、起業や独立した場合の税金や保険、世の中の経済の影響を受ける株や為替など今後身近になるビジネスマネーの知識を学びます。				
到達目標	税金や保険の仕組み、株や為替の仕組みなど社会人として一般的に知っておくべき知識を身につけます。				
テーマ		内 容			
企業就職における税金や保険		企業に勤めた場合に関する税金や保険について学びます。			
起業や独立をして働く場合の税金や保険		起業や独立をして働く際に関する税金や保険について学びます。			
世の中の経済と株や為替の関係		世の中の経済の動きと株や為替の関係性について学びます。			
教 材		評価基準		評価率	
		出席率		20%	
		取組姿勢		20%	
		課題・試験 成果物評価等		60%	
関連資格・検定 コンテスト等					

■ ファッション科1年次 選択科目紹介 (2025年度入学生)

科目名	モデルレッスン			科目No	FSS07
授業形態	実習	授業コマ数	30	単位数	1
担当教員	オフィスノアール				
実務経験教員					
実務内容					
授業の概要	基本的な姿勢や歩き方などの基礎を学び、美しくバランスの取れた理想のプロポーションになるためのボディトレーニングを重ねます。				
到達目標	日頃から美しい姿勢や立ち振る舞いが、自然に出来るようになります。				
テーマ	内 容				
プロポーション美学	ボディサイズチェックと基本の立ち姿勢を学びます。				
ウォーキングレッスン	きれいな歩き方と脚、腕の運び方を学びます。				
ボディメーカーキング&コントロール	ピラティスで内面から心と身体のバランスを取り、強くなやかな体へ導くセルフメンテナンスを学びます。				
教 材				評価基準	評価率
				出席率	20%
				取組姿勢	20%
				課題・試験 成果物評価等	60%
関連資格・検定 コンテスト等					