

科目名	手技実技 3							年度	2026
英語科目名	Hand Therapy Practice 3							学期	前期
学科・学年	鍼灸科 2年次	必/選	必	時間数	30	単位数	1	種別※	実習
担当教員	大関千佐子	教員の実務経験		有	実務経験の職種		鍼灸師		

【科目の目的】

- ・按摩の各手技を身につける
- ・ベッド、マッサージチェア、マットなど施術環境の違いにも対応できる技術を身につける
- ・指頭感覚を養い、鍼灸施術にも役立てていく
- ・紅華祭での実習に備えマッサージチェアを使用した施術を習得する

【科目の概要】

- ・按摩の技術を身につけ、臨床の幅を広げ、鍼灸施術にも生かせるように学習していく

【到達目標】

- 按摩の基本手技が身についている
- 体重移動やリズムが適切である
- 解剖学的知識をもとに、施術部位や筋肉を的確に施術できる
- 左右圧の差がなく適正圧で施術できる
- 叩打法が身についている

【授業の注意点】

授業日数の4分の3以上出席しない者は定期試験を受けることができない。講義時間に無連絡で20分以上遅れた場合、受講はできるが出席扱いはいしない。明確な理由が無い早退は出席したとは認めない場合がある。

評価基準＝ルーブリック

ルーブリック 評価	レベル5 優れている	レベル4 よい	レベル3 ふつう	レベル2 あと少し	レベル1 要努力
到達目標 A	按摩の7つの基本手技を習得し実践することができる	基本手技を理解し、揉捏法は身につけている	半分以上の基本手技は身につけている	揉捏法が身につけていない	すべての手技が不十分である
到達目標 B	体重移動で圧をコントロールでき、一定のリズムで揉むことができる	体重移動で適正圧は入るが、リズムが一定でない	リズムは一定だが体重移動が少ない	圧やリズムにムラがある	圧が入らず、リズムも一定でない
到達目標 C	解剖学的な理解ができていて、施術部位や筋肉を適切に把握できる	解剖学的な知識は身につけている	患者や施術部位により筋をとらえられないことがある	探りながらでないと、施術部位を把握できない	施術部位が把握できていない
到達目標 D	左右の圧の差がなく適正圧で施術できる	施術部位によって左右差が出る	利き手でない方の圧が常に弱い	左右の圧の差が大きい	左右とも圧が入らない
到達目標 E	各種の叩打法が身につけている	よく使用する手技は身につけている	時々リズムが乱れる	強弱やリズムが乱れることが多い	叩打法が身につけていない

【教科書】

自作プリント等

【参考資料】

【成績の評価方法・評価基準】

期末試験を中心に平常授業態度、課題提出状況などを加味して評価する。

※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。

科目名		手技実技3			年度	2026
英語表記		Hand Therapy Practice 3			学期	前期
回数	授業テーマ	各授業の目的	授業内容	到達目標＝修得するスキル	評価方法	自己評価
1	按摩の基礎知識、基本手技	按摩の特徴は何か？	1 按摩の基礎知識	按摩の特徴を理解している	2	
			2 注意事項	施術にあたっての注意事項を理解している		
			3 基本手技	7つの基本手技について理解している		
2	揉捏法	最も重要な揉捏法を習得する	1 手の形	母指揉捏法の手の形を習得している	2	
			2 押圧法	押圧方向を習得している		
			3 動かし方	手指、手関節、肘の動かし方を習得している		
3	揉捏法	枕を使用した母指揉捏法を習得する	1 体重移動	体重移動を利用した押圧ができています	2	
			2 リズム	一定のリズムで揉むことができる		
			3 動かし方	手指、手関節、肘の動かし方を習得している		
4	座位	座位による肩背部の施術を習得する	1 軽擦法	肩背部の軽擦法を習得している	2	
			2 四指揉捏	肩上部の四指揉捏を習得している		
			3 母指揉捏	背部の母指揉捏を習得している		
5	座位	座位による肩背部の施術を習得する	1 軽擦法	密着、同一圧、同一速度を習得している	2	
			2 四指揉捏	筋をとらえて同一圧でリズムよく揉捏できる		
			3 母指揉捏	重心移動で垂直圧をかける確に筋をとらえて揉捏できる		
6	ベッド	ベッドで伏臥位による肩背部の施術を習得する	1 軽擦法	伏臥位での肩背部の軽擦法を習得している	2	
			2 母指揉捏	肩上部、背部の母指揉捏を習得している		
			3 手根揉捏	肩上部、背部の手根揉捏を習得している		
7	ベッド	ベッドで伏臥位による肩背部の施術を習得する	1 母指揉捏	肩甲骨内縁の母指揉捏を習得している	2	
			2 手根揉捏	棘下窩の手根揉捏を習得している		
			3 叩打法	背部での手拳叩打法、切打法、合掌法を習得している		
8	ベッド	ベッドで伏臥位による肩背部の施術を習得する	1 軽擦法	目的に合ったスムーズな軽擦法を習得している	2	
			2 揉捏法、圧迫法	部位により適切な圧で左右差のない揉捏法を習得している		
			3 叩打法	リズムカルで適正な圧の叩打法を習得している		
9	マッサージチェア	マッサージチェアを利用した施術を習得する	1 軽擦法	肩背部の軽擦法を習得している	2	
			2 揉捏法	肩背部の母指揉捏、手根揉捏を習得している		
			3 圧迫法	背部の圧迫法を習得している		
10	マッサージチェア	マッサージチェアを利用した施術を習得する	1 揉捏法	上肢の母指揉捏を習得している	2	
			2 把握圧迫法	上腕の把握圧迫法を習得している		
			3 二指揉捏法	手部の二指揉捏、牽引を習得している		
11	マッサージチェア	マッサージチェアを利用した、紅華祭に向けた施術を習得する	1 圧迫法	頸部、背部、肩上部の母指圧迫法を習得している	2	
			2 叩打法	肩背部のリズムカルな叩打法を習得している		
			3 曲手	横手を習得している		
12	マッサージチェア	マッサージチェアを利用した紅華祭に向けた施術を習得する	1 時間配分	紅華祭に向けて20分間の時間配分ができています	2	
			2 手ぬぐい使用	適切な手ぬぐいの使用ができています		
			3 圧の加減	患者や施術部位のより圧の加減が的確にできています		
13	マッサージチェア	マッサージチェアによる確認テスト	1 施術時の姿勢	無理のない重心移動のできる姿勢が身についている	2	
			2 体重移動と適正圧	部位により体重を利用した適正圧で施術ができています		
			3 施術部位	的確な筋をとらえた施術ができています		
14	マッサージチェア	マッサージチェアによる確認テスト	1 施術時の姿勢	無理のない重心移動のできる姿勢が身についている	2	
			2 体重移動と適正圧	部位により体重移動を利用した適正圧で施術ができています		
			3 施術部位	的確な筋をとらえた施術ができています		
15	マッサージチェア	マッサージチェアを利用した紅華祭に向けた施術を習得する	1 時間配分	紅華祭に向けて20分間の時間配分ができています	2	
			2 施術のリズム	施術部位の移動や施術のリズムがスムーズにできています		
			3 圧の確認	患者への圧の確認などが的確にできる		

評価方法：1. 小テスト、2. パフォーマンス評価、3. その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考等