

2025年度 明治大学 文学部

ウェルネス科目（選択科目）履修案内（3・4年生用）

明治大学 文学部

3・4年生が履修できる「ウェルネス科目（選択科目）」について案内します。

取得した単位は、共通選択科目として認定され、卒業単位に算入されます。講義科目・実技科目、定時授業・学外集中授業など、さまざま科目が用意されているので、受講希望者は、事前登録を行ってください。

なお、実技科目は、受講希望者が定員を上回った場合は抽選を行います。また受講する際には、当該年度の健康診断受診が必須となります。

1. 講義科目

- ・2025年度に開講される講義科目（半期2単位）は、和泉キャンパスでは「スポーツ文化論Ⅰ（秋学期・金曜2限）」、駿河台キャンパスでは「生涯スポーツ論Ⅱ（春学期・水曜3限）」「ウェルネスライフ特論Ⅱ（春学期・木曜4限）」となります。授業内容は、シラバスで確認してください。
- ・ほかの科目同様、Web履修登録システムにて「Web履修登録」をしてください。

【講義科目】履修登録

Web履修本登録期間：4月12日(土)午前9時30分～4月14日(月)午前9時30分

2. 実技科目（定時科目）

- ・駿河台、和泉、両キャンパスで開講されている「文学部開講科目」と「他学部開講科目」が「生涯スポーツⅠ（和泉）」または「生涯スポーツⅡ（駿河台）」として履修できます。登録手続きが異なるため、以下を確認してください。授業内容は、シラバスで確認してください。
- ・実技科目は、定員が設定されており、希望者がそれを超える場合は抽選となります。
- ・履修申告後の履修取り消しは認められないため、専攻必修科目など他の必修科目と重複しないか等を確認してから事前登録をしてください。手続きの詳細は、文学部HP「履修登録（3.4年生向け）」（3月下旬公開）内の各資料を確認してください。

(1) 駿河台キャンパス開講科目

- ・4学部（法・政経・文・情コミ）乗り入れ科目です。他学部主催科目を履修した場合でも、取得単位は、文学部の「生涯スポーツⅡ（2018年度以前入学者は生涯スポーツⅡ-1～4）」として認定され、卒業単位に算入されます。

※2018年度以前入学者は、同一名称の科目を複数受講することができないため、文学部事務室（駿河台）の窓口で科目名を確認してください。

- ・今年度は、下表のとおり開講します。詳細は、各種目のシラバスを確認してください。

【駿河台・実技科目「生涯スポーツⅡ」履修登録

春学期科目・秋学期科目とも、春学期の同一曜日・時限の初回授業【4月10日(木)～4月16日(水)】に参加し、履修者名簿に記名すること

※定員に空きがあり、科目担当者が認めた場合は、第2週目までは履修の追加をお認めできる場合があります。希望する場合は、時間に余裕をもって実施場所へ行き、科目担当者に相談してください。

主催学部	開講期	曜日	時限	種目	定員	氏名	備考
法	春	木	2	フットサル	25	釜崎 太	
	秋	木	3	フットサル	25	釜崎 太	
政経	春	火	3	バレーボール	30	中西 康己	
	秋	火	3	バレーボール	30	中西 康己	
	春	火	4	バレーボール	30	中西 康己	
	秋	火	4	バレーボール	30	中西 康己	
	春	金	3	マルチスポーツ	30	相澤 勝治	
	秋	金	3	マルチスポーツ	30	相澤 勝治	
	春	金	4	マルチスポーツ	30	相澤 勝治	
	秋	金	4	マルチスポーツ	30	相澤 勝治	
文	春	火	2	卓球	24	出井章雅	
	秋	火	2	卓球	24	出井章雅	
	春	火	4	太極拳	30	劉 立凡	
	秋	火	4	太極拳	30	劉 立凡	
	春	水	1	テニス	15	田中 伸明	経験者対象
	秋	水	1	テニス	15	田中 伸明	経験者対象
	春	水	2	テニス	15	田中 伸明	経験者対象
	秋	水	2	テニス	15	田中 伸明	経験者対象
情	春	金	1	バレーボール	20	奈良岡 佑南	
	秋	金	1	バスケットボール	20	奈良岡 佑南	

※1 2018年度以前入学者は、「生涯スポーツⅡ-1~4」となります。

(2)和泉キャンパス開講科目

- ・今年度開講科目は本資料の最終ページに記載しています。詳細は各種目のシラバスを確認してください。
- ・「文学部設置科目」は、文学部生が優先的に履修できます。
- ・「他学部設置科目」も履修することもでき、取得した単位は、文学部の「生涯スポーツⅠ（2018年度以前入学者は生涯スポーツⅠ-1~4）」として認定され、卒業単位に算入されます。
- ・定員に余裕がある場合は、追加受付を行います(定員に達した場合は行われません)。追加受付の案内は、Oh-o! Meiji での案内を確認してください。
- ・文学部設置科目と他学部設置科目で、履修登録方法が異なるため注意してください。

【和泉・実技科目(文学部開講)「生涯スポーツⅠ」履修登録

履修アンケート回答期間：4月5日(土)午前8時~4月6日(日)午前9時

結果発表：4月7日(月)午後18時頃【Oh-o! Meijiのお知らせにて通知します】

※追加受付期間(行われる場合は)、4月9日(水)午前9時~午後15時を予定しています。

【和泉・実技科目(他学部開講)「生涯スポーツⅠ」履修登録

- ・アンケート回答期間：4月5日(土)午前9時～4月6日(日)午前9時
 - ・結果発表：4月7日(月)午後18時頃【Oh-o! Meijiのお知らせにて通知します】
- ※追加受付期間(行われる場合は、4月9日(水)午前9時～午後15時を予定しています。

3. 実技科目(学外集中授業)

- ・今年度は、「生涯スポーツⅢ」は、「ゴルフ、キャンプベーシック(1期、2期)、馬術、マリンスポーツ」の5コース、「生涯スポーツⅣ」は、「スキー(旭川・裏磐梯)、スノーハイキング、スケート、スノーボード」の5コースが実施されます。ゴルフには、参加条件があります。シラバスにて確認してください。
- ・ゴルフ、キャンプベーシック(2コース)、スノーハイキング、スケート、マリンスポーツ、スノーボードについては4月1日(火)【14時30分～】と2日(水)【10時～】に【和泉キャンパス体育館3階メインホール ※外履きを入れるビニル袋持参】および【リパティタワー11階1115教室、中野キャンパス301教室(体育館の映像を投影)】にて対面でのガイダンスが行われます(スキー：旭川・裏磐梯の対面ガイダンスの実施はありません)。いずれかのガイダンスに出席すればよく、ガイダンスは1時間位ですが、開始時間に遅れると出席できません。出席していなくても申込はできますが、抽選になった場合は対面ガイダンス出席者が優先となります。
- ・4年生が「生涯スポーツⅣ」を履修する場合、認定される単位は卒業判定には間に合わないため、履修登録にあたっては注意してください。
- ・履修希望者は、必ず各コースのシラバスを確認の上、登録するようにしてください。
- ・これらの科目の履修登録は、Oh-o! Meiji システムを利用してのアンケート回答方式です。手続きの詳細は、文学部 HP「履修登録(3.4年生向け)」(3月下旬公開)内の各資料を確認してください。

【実技科目(学外集中授業)「生涯スポーツⅢ・Ⅳ」履修登録

- ・アンケート回答期間：4月3日(木)午前9時～4月4日(金)午前9時
 - ・結果発表：4月5日(土)【Oh-o! Meijiのお知らせにて通知します】
- ※追加受付期間(行われる場合は、4月9日(水)午前9時～午後15時を予定しています。

2025年度 選択体育実技 時間割一覧

曜日	時限	設置学部	春学期				秋学期				
			担当教員	No.	種目	定員	担当教員	No.	種目	定員	
集中授業			高峰 修	1	キャンプ《ベーシックコース1期》	42	田中伸明	6	スキー《旭川》	50	
			吉松 梓	2	キャンプ《ベーシックコース2期》	42	水村信二	7	スキー《裏磐梯》	40	
			後藤光将	3	ゴルフ	35	多田 聡	8	スノーハイキング	30	
			長尾 進	4	馬術	20	後藤光将	9	スケート	40	
			武田紘平	5	マリンスポーツ	18	竹崎一真	10	スノーボード	30	
月	2	法	夏目麻子	11	スイミング《初級》	24	夏目麻子	44	スイミング《中級》	24	
	3	政経	高峰 修	12	クライミング	24	佐古隆之	45	卓球	40	
			佐古隆之	13	バドミントン	36					
	4	政経	西谷善子	14	レクリエーション・スポーツ	20	佐古隆之	46	卓球	40	
			佐古隆之	15	バドミントン	36					
	4	文	劉立凡	16	太極拳	30	西谷善子	47	クライミング	24	
			西谷善子	17	レクリエーション・スポーツ	20					
	5	政経	一川大輔	18	ゴルフ	28	一川大輔	48	ゴルフ	28	
火	2	法	多田 聡	19	レクリエーション	24	多田 聡	49	レクリエーション	24	
			井上 望	20	サッカー《初級》	40	井上 望	50	サッカー《中級》	40	
	3	文	小岩健一	21	セルフディフェンス《入門》	30	小岩健一	51	セルフディフェンス《初中級》	30	
			下田 学	22	ニューススポーツ(SR11)	20	下田 学	52	ニューススポーツ(SR11)	20	
水	2	情コ				竹崎一真	53	ニューススポーツ(SR11)	20		
	3	政経	堀川浩之	23	バドミントン	36	堀川浩之	54	ゴルフ	28	
			板橋 クリストファー・マリオ	24	テニス	24	板橋 クリストファー・マリオ	55	テニス	24	
	4	文	水村信二	25	クライミング《入門編》	24	水村信二	56	クライミング《入門編》	24	
							大嶽真人	57	フットサル	30	
	4	商	東原文郎	26	オルタナティブスポーツ	20	三浦康二	58	レクリエーション・スポーツ	20	
			板橋 クリストファー・マリオ	27	テニス	24	板橋 クリストファー・マリオ	59	テニス	24	
	5	政経	水村信二	28	クライミング《初級》	24					
			宮脇梨奈	29	ストレッチ&ヨガ(柔道場)	30					
	木	3	文	田中伸明	33	テニス《中級》	20	田中伸明	63	テニス《中級》	20
西谷善子				34	クライミング《初級》	24	西谷善子	64	クライミング《初級》	24	
4		文	ソド・ワル・マヤ	35	ヨガ・護身術(柔道場)	20					
			田中伸明	36	テニス《上級》	20	田中伸明	65	テニス《上級》	20	
5		政経	緒方貴浩	37	テニス《初級》	24	緒方貴浩	68	ゴルフ	28	
			竹井尚也	38	バドミントン	36	竹井尚也	69	フィットネス(FR)	30	
金		1	政経	後藤光将	39	ゴルフ	28				
		3	政経	高村直成	40	クライミング《初級》	24	高村直成	70	クライミング《中級》	24
				成瀬和弥	41	ニューススポーツ	24	後藤光将	71	バラスポーツ	24
		4	政経	後藤 肇	42	バスケットボール	40	後藤 肇	72	バスケットボール	40
	森田ゆい			73	日本舞踊(剣道場)	25					
5	政経	梅澤秋久	43	バレーボール	40	梅澤秋久	74	バレーボール	40		

※設置学部の学生が優先です。

※学部によって科目名が異なります。