

## スポーツ健康科学科 2026年度入学生 フレッシュマンセミナー 開催要項

### 【セミナー概要】

スポーツ健康科学科フレッシュマンセミナーは、新入生が大学生活をスムーズに始めるために、学業や社会的な側面で充実した経験を得ることをサポートすることを目的とするセミナーである。大学・学部・学科の理念を共有し、周南公立大学の価値観や文化、ルールを理解してもらうことに加え、新しい環境に適応しやすくするために、新入生同士の交流の機会を提供する。また、人間健康科学部の設置趣旨にもある人間の心身及び社会的健康に携わる様々な分野の専門職者と真の連携・協働を推し進めていくことができる専門職者の育成を図るべく、十種ヶ峰青少年自然の家の冒険教育プログラム（AFPY）の体験学習を通して人間的成長を感じることでできるプログラムを展開する。

### 記

1. 日 時：令和8年4月5日（日）～6日（月） 1泊2日  
【集合】4月5日（日）8時50分に記念会館（体育館）に集合  
【解散】4月6日（月）16時30分頃に大学にて解散予定
2. 場 所：山口県十種ヶ峰青少年自然の家  
〒759-1602 山口県山口市阿東嘉年下 1883-2
3. 参加費：10,000円（上限額で設定しています。お支払い期間前に、再度決定額をお知らせします。）
4. お支払い期間：令和8年4月10日（金）～16日（木）
5. お支払い方法：本館2F学務課前の券売機にてお支払い後、半券を学務課に提出
6. 服 装：動きやすい服装、履き慣れた運動靴（サンダル、クロックス等は危ないので不可）
7. 携行品：①筆記用具（鉛筆、ボールペン等）  
②体育館シューズ  
③寝間着、着替え等、雨具（レインコート）  
④タオル、洗面用具（シャンプー、ボディーソープ、歯ブラシ等）  
⑤水筒、帽子  
※虫よけ、虫さされ薬（虫が多い季節ですので、必要があれば持参）  
⑥保険資格を確認できる書類。参加学生は以下のいずれかを携行すること。
  - ・マイナ保険証
  - ・マイナポータルに表示される被保険者資格情報のPDFファイルをあらかじめダウンロードしたものやその印刷物
  - ・健康保険資格確認書またはその写し
8. 注意事項：①貴重品や不要なもの（ゲーム機・マンガ等）は持参しないこと。  
②野外活動もあるので肌を露出しない長袖・長ズボンを準備しておくこと。  
③持病のある者はいつも服用している薬を必ず持参すること。特に、花粉症のある学生は対策を万全にすること。  
④現地は高所にあるため、天候によって、寒い場合がある。衣類における防寒対策をとること。  
⑤火災予防と施設利用マナー向上の観点から、期間中は、全受講生の喫煙を禁止する（成人している学生についても許可しない）。タバコ・ライター・マッチなどは持参しないこと。  
⑥山口県十種ヶ峰青少年自然の家が定める生活上のルールを遵守すること。

- ※ 健康上の心配がある方は、事前に学務課（Tel 0834-28-5390）に連絡してください。
- ※ フレッシュマンセミナー前日および当日の連絡先については、担当教員（Tel は前日まで記載）へお願いします。

#### 9. フレッシュマンセミナー行程表

4月5日（日）		4月6日（月）	
8:50	記念会館集合 出発式	6:30	起床・洗面
9:30	大学出発	7:00	朝のつどい
11:00	自然の家 到着	7:10	清掃
11:20	入所式	7:40	朝食
12:00	昼食	9:00	チームビルディング④ AFPY（アフピー）
13:00	チームビルディング① アイスブレイク		
15:00	チームビルディング② 在学生によるキャリア形成 に関する説明		昼食はグループごと
16:00	チームビルディング③ 学生・教職員の交流／学生 生活やキャリア形成に関する 質疑・応答		13:30
17:20	夕食・入浴	14:00	退所点検
19:30	ふりかえり・交流タイム	14:30	退所式
21:00	就寝準備	15:00	自然の家 出発
22:00	消灯	16:30	大学到着 解散

※活動内容は、天候等により変更となる場合があります。

以上