



# 新入生やることリスト

2025.03.14  
P.9一部更新

ご入学おめでとうございます！

春学期授業開始は4/9です。それまでに「新入生やることリスト」に沿って事前準備しておきましょう！

月日	No.	✓	やること	詳細	ページ
3月下旬	1	<input type="checkbox"/>	履修要項を、ガイダンス当日に持参するPCやタブレット等へ保存する	学科・専攻ガイダンスはPC・タブレット等必携です 履修要項はページ数が多いのでPC等への保存を推奨します	<a href="#">P.1</a>
4/1(火)	2	<input type="checkbox"/>	学科・専攻ガイダンスの資料を、ガイダンス当日に持参するPCやタブレット等へ保存する	学科・専攻ガイダンス資料は、4/1以降に学習支援ポータルサイト「3S」から閲覧できます。 学科・専攻ガイダンスはPC・タブレット等必携なので、当日、資料が閲覧できるように事前にPC・タブレットへ保存(または印刷)しておきましょう	<a href="#">P.2</a>
	3	<input type="checkbox"/>	学生証とMusashi-IDカードを確認する	学生証とMusashi-IDカードが交付されます	<a href="#">P.3</a>
	4	<input type="checkbox"/>	情報セキュリティガイダンス(対面)に参加する	Musashi-IDを受け取ったら情報セキュリティガイダンスに参加してください。案内に沿って仮パスワードの変更・誓約書の提出・セキュリティテストを受けましょう	<a href="#">P.4</a>
	5	<input type="checkbox"/>	学習支援ポータルサイト「3S」の使い方を覚える	大学生活の基本となる「3S」でできることを覚えましょう	<a href="#">P.5</a>
	4/2(水)	6	<input type="checkbox"/>	入学式に参加する	学部によって開式時間が異なるので、よく確認しておきましょう。
4/3(木)	7	<input type="checkbox"/>	学科・専攻ガイダンス(対面)に参加する	必ずガイダンス資料と履修要項を保存したPCを持参しましょう	<a href="#">P.8</a>
	8	<input type="checkbox"/>	必要なガイダンスを全て受講する	ガイダンスの実施形式は「対面またはライブ配信」と「オンデマンド配信」があります	<a href="#">P.9</a>
4/8(火)	9	<input type="checkbox"/>	大学のメールを設定する	スマートフォンやPCで、いつでもメールの確認ができるようにしておきましょう	<a href="#">P.10</a>
	10	<input type="checkbox"/>	授業用のツールを準備する	授業で使う「Google Classroom」や「Zoom」に慣れておきましょう	<a href="#">P.12</a>
	11	<input type="checkbox"/>	履修したい授業を考える	「3S」で履修要項とシラバス(授業案内)を確認して、履修する授業を考えておきましょう	<a href="#">P.13</a>
	12	<input type="checkbox"/>	履修登録する	4/4(金)から「3S」で履修する授業を登録します	<a href="#">P.16</a>
4/5(土)	13	<input type="checkbox"/>	新入生歓迎会に参加する(希望者のみ)	大講堂で開催されます	-
4/7(月)	14	<input type="checkbox"/>	個別履修相談会に参加する(希望者のみ)	履修要項を読んでも履修する授業の選び方等でわからないことがある場合は、各学科の教員に相談できます	-
4/8(火)	15	<input type="checkbox"/>	健康診断を受診する	健康診断のお知らせに従って、受診してください	-
4/9(水)	16	<input type="checkbox"/>	初回授業に参加する	授業開始前までに「3S」で「初回授業」の掲示を見て担当教員からのお知らせを確認しましょう	<a href="#">P.20</a>

4/3(木)まで  
にやること

## 履修要項を、ガイダンス当日に持参する PCやタブレット等へ保存する

学科・専攻ガイダンスはPC・タブレット等必携です。当日、資料が閲覧できるように事前にPCへ保存（または印刷）しておきましょう。※履修要項はページ数が多いのでPC等への保存を推奨します

### 1.履修要項

- ・履修要項は3月下旬に大学HP「2025年度入学式及びガイダンス等のお知らせ」から閲覧可能となります。事前にダウンロードまたは印刷した上で、確認しておいてください。

大学HPにアクセス> 在学生の方> 「2025年度入学式及びガイダンス等のお知らせ」> 履修要項（共通編および各学部の履修要項）をクリック> ダウンロードボタンをクリック

※履修要項については、[P.13](#)も参照してください。



履修要項に関するURL

<https://www.musashi.ac.jp/faculty/requirements.html>



4/3(木)まで  
にやること

## 学科・専攻ガイダンスの資料を、 ガイダンス当日に持参するPCやタブレット等へ保存する

学科・専攻ガイダンスはPC・タブレット等必携です。当日、資料が閲覧できるように事前にPCへ保存  
(または印刷)しておきましょう。※履修要項はページ数が多いのでPC等への保存を推奨します

## 2.学科・専攻ガイダンス資料

学科・専攻ガイダンス資料は4/1から閲覧可能となります。  
学生証と一緒に交付する「Musashi-ID」を使用して3Sにログインし、資料をダウンロードまたは印刷しておいてください。

- ①3Sにログイン後、「掲示」からガイダンス一覧を開き、自分の学科・専攻のフォルダから資料を保存する  
※詳細については、[P.9](#)を参照してください

②自分の学科・専攻のフォルダーをダブルクリックする

③ファイルを右クリック → 「ダウンロード」をクリックして、  
PCやタブレットにフォルダー内のファイルを  
全て保存する

※学生支援ポータルサイト「3S」のログイン方法については[P.5](#)を参照してください

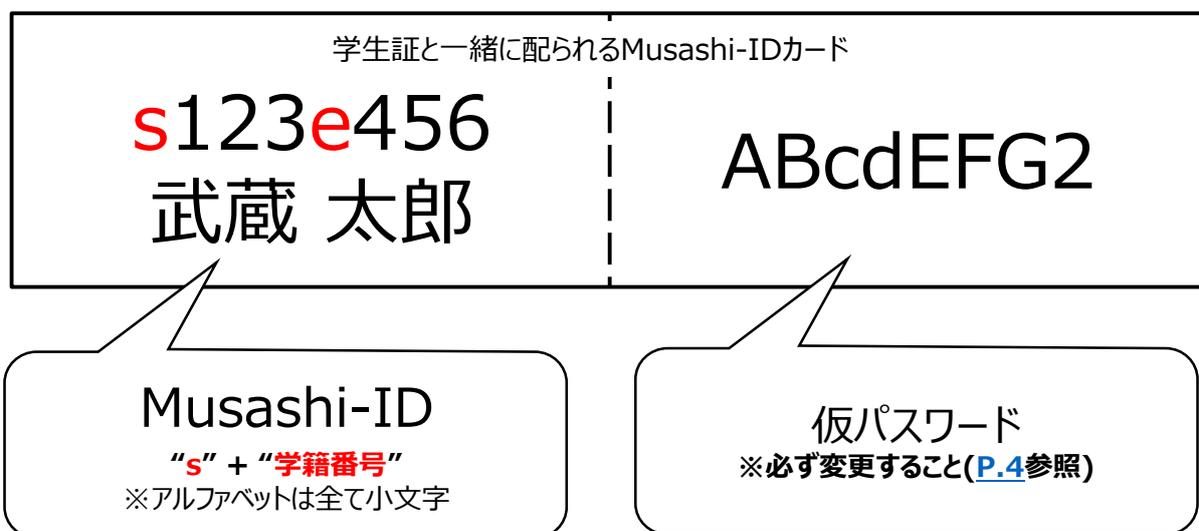
# 学生証とMusashi-IDカードを確認する

4/1(火)に学生証とMusashi-IDカードを配布します。受け取ったら、以下の記載内容を確認してください。紛失しないよう取り扱いには十分に注意しましょう。

**1** 4/1(火)に学生証とMusashi-IDカードを受け取ったら、自分のものか確認する

※学生証と一緒に配られたカードがMusashi-IDカードです。

**2** Musashi-IDカードに記載された、自分のMusashi-IDと仮パスワードを確認する



※Musashi-IDカードを紛失した場合は、学生証を持って9号館1FのITサポートデスクに来てください。

※Musashi-IDの貸し借りは厳禁です。

**3** 情報セキュリティガイダンスを受講して、パスワードを変更する (P.4参照)

## <Musashi-IDで使える学内ITサービス>

在籍中は、Musashi-IDで以下のサービスが利用できます。

Musashi-ID単独で使う場合と、「@～」を組み合わせて使う場合があります。パスワードはすべて共通です。

サービス名称	ログインで使う文字列
<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習支援ポータルサイト 3S</li> <li>・学内PC</li> </ul>	Musashi-IDのみ (例) s123e456
<ul style="list-style-type: none"> <li>・Googleサービス (Gmail、ドライブ、Classroom等)</li> </ul>	Musashi-ID@ <b>st</b> .musashi.ac.jp (例) s123e456@st.musashi.ac.jp
<ul style="list-style-type: none"> <li>・Microsoft 365</li> <li>・学内Wi-Fi</li> </ul>	Musashi-ID@ <b>music67</b> .musashi.ac.jp (例) s123e456@music67.musashi.ac.jp

# 情報セキュリティガイダンス（対面）に参加する

4/1(火)に大学で行われる情報セキュリティガイダンスに参加しましょう。

当日のガイダンスでは、情報セキュリティについてや、手続きの詳細を案内します。  
学内ITサービスの使い方を覚えて、必要な手続きを完了しましょう。

ガイダンス会場は以下のURLをクリックして確認してください。

[https://www.musashi.ac.jp/for\\_internal/entrance\\_ceremony.html](https://www.musashi.ac.jp/for_internal/entrance_ceremony.html)

## 4/1 にやること

- 情報セキュリティガイダンスに参加（対面）
- 誓約書の提出
- 仮パスワード変更

## 授業開始までにやること

- セキュリティテストに合格

<https://forms.gle/8Bh8smUG1BRSGp428/>

※以下のIDとパスワードでログインしてください

ID : **s学籍番号@st.musashi.ac.jp**

(例) 学籍番号が「123A567」の場合 : s123a567@st.musashi.ac.jp

パスワード : **変更したパスワード**



すみやかに完了させましょう。  
4/22（火）までにすべての利用手続きを完了しない場合、  
**「学内Wi-Fi」の利用を停止します。**



スリーエス

# 学習支援ポータルサイト「3S」の使い方を覚える

3Sは、大学の公式連絡ツールとして使われています。授業や履修登録で使うだけでなく、大学生活を送るうえで必要な情報が掲示されます。ブックマークに登録して1日1回は確認するようにしましょう。3Sに掲示される情報は原則としてメールでは通知されません。見落とさないよう注意しましょう。

※注意！3Sで掲示された情報は、学生はすべて承知したものと扱われます。

## 【3Sでできること】

- ・履修登録 ・掲示の確認 ・授業資料の確認、ダウンロード
- ・課題の確認、提出 ・アンケートの回答 ・Q&Aの利用 ・成績照会 など

**1** 以下のURLにアクセスし、「お気に入り」や「ブックマーク」に登録しておく

<https://3s.musashi.ac.jp/>

**2** 以下のIDとパスワードでログイン

ID : **s学籍番号** (全て小文字)  
 (例)学籍番号が「123A567」の場合 : s123a567  
 パスワード : **変更したパスワード**

## 3Sスマートフォン版



※スマートフォンはPCログイン画面の「スマートフォンはこちら」からもアクセスできます

## < 3S動作環境 >

### PC

- ・OS : Windows 10, Windows 11 (推奨)  
macOS 10.14.x, 10.15.x, 11.x, 12.x, 13.x
- ・ブラウザ : Chrome、Microsoft Edge、Mozilla Firefox、Safari (全て最新版)

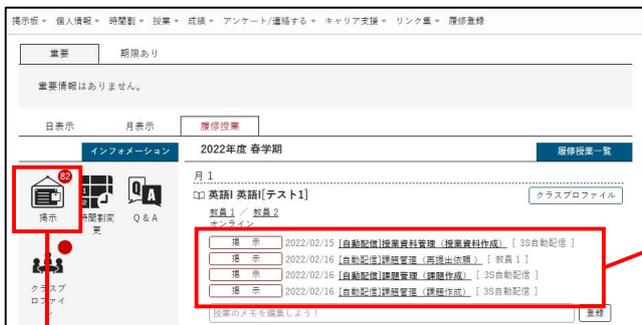
### スマートフォン

- ・OS : iOS 12, 13, 14, 15, 16, 17 Android 8.0, 8.1, 9, 10, 11, 12, 13, 14
- ・ブラウザ : Chrome、Safari (全て最新版)

**タブレット** : 動作保証外。タブレットから3Sへの登録・更新はしないでください。

# 学習支援ポータルサイト「3S」の使い方を覚える

## 3 ログイン後に表示されるページで掲示を確認する



### 確認方法1

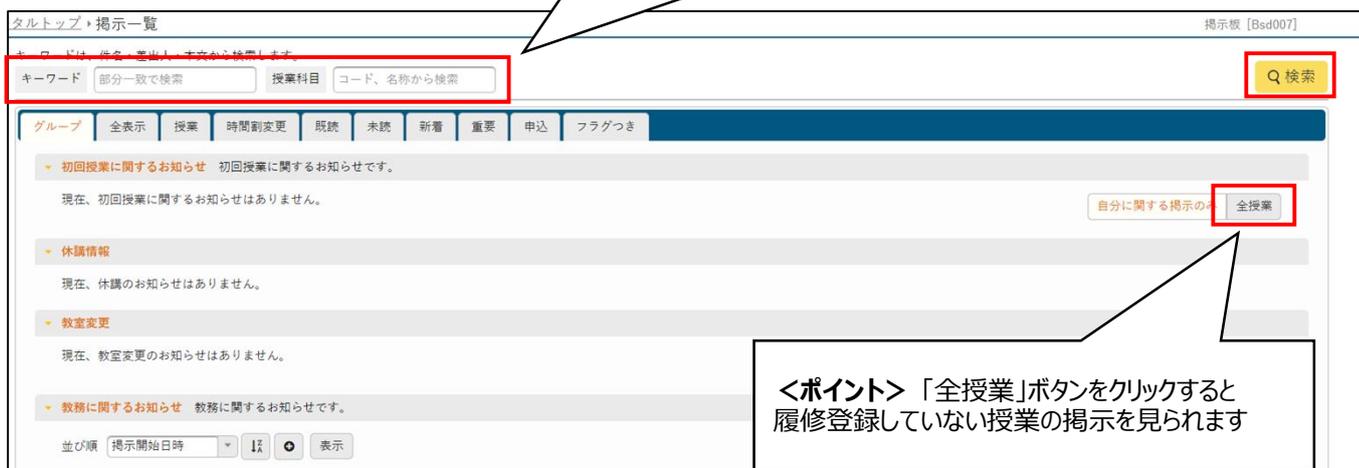
「履修授業」から見たい掲示をクリック



### 確認方法2

「掲示」をクリックして見たい掲示をクリック。「初回授業に関するお知らせ」は、「グループ」タブから確認できます。

<ポイント> キーワードや授業名称から  
授業を検索することができます



# 学習支援ポータルサイト「3S」の使い方を覚える

## 4 授業資料や課題提出をするには・・・クラスプロファイルを使う

ホーム画面に表示されている「クラスプロファイル」をクリックし、画面左の曜日を展開して授業を選択すると、自分が履修している授業のクラスプロファイルが表示され、さまざまな機能を利用することができます。詳しくは3Sからダウンロードできるマニュアル「3S操作マニュアル【学生用】」を参照してください。



参考：利用方法は3Sのマニュアルを確認

画面左下「リンク」の「3Sマニュアル【学生用】」、または、画面右上の「リンク集」の「3Sマニュアル【学生用】」をクリック



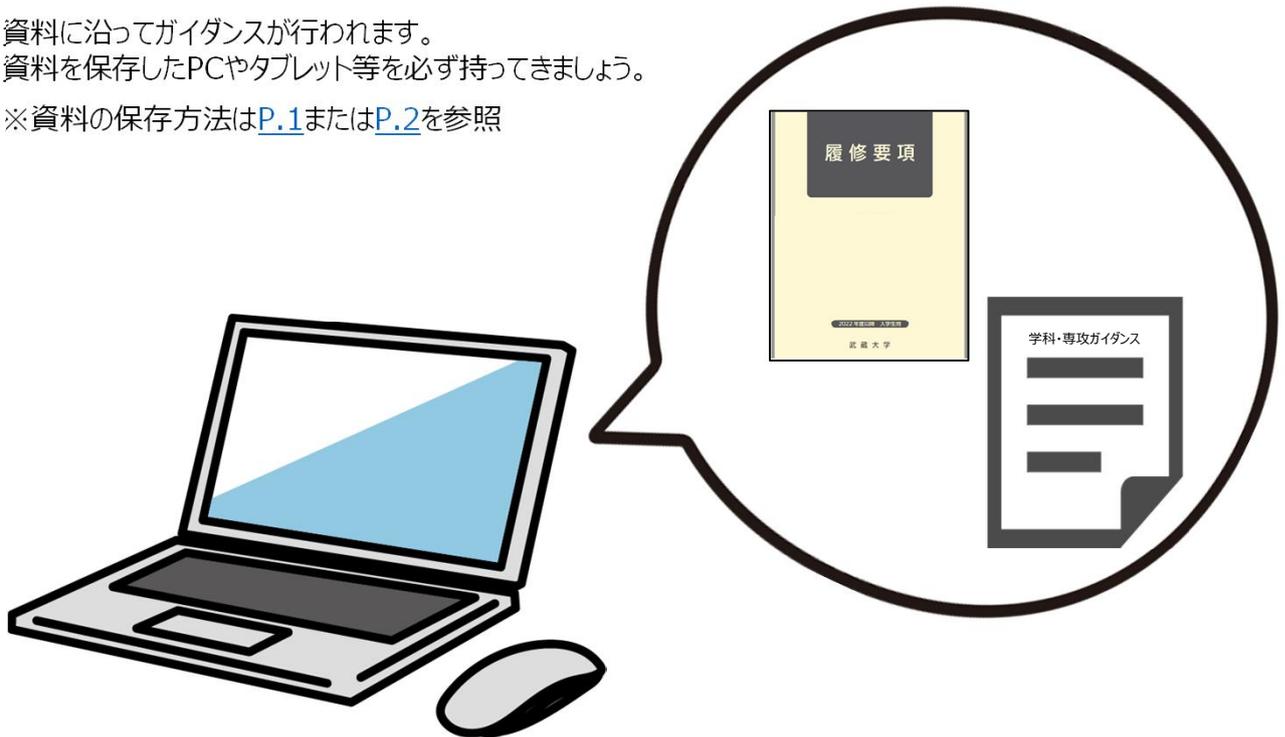
# 学科・専攻ガイダンス（対面）に参加する

自分のPCやタブレット等に保存（または印刷）したガイダンス資料と履修要項を見ながら、学科・専攻ガイダンスを受講しましょう。

## 1 資料を保存したPCやタブレットなどを持ってくる

資料に沿ってガイダンスが行われます。  
資料を保存したPCやタブレット等を必ず持ってきてください。

※資料の保存方法は[P.1](#)または[P.2](#)を参照



## 2 資料を保存したPCやタブレット等を持ってガイダンス会場に行く

各ガイダンスの会場は、大学HPの「2025年度入学式及びガイダンス等のお知らせ」ページに掲載されている「ガイダンス・行事についてのご案内」で確認しましょう。

学科・専攻ガイダンスは全員参加必須です。



# 必要なガイダンスを全て受講する

すべてのガイダンス情報は 3Sの掲示から確認できます。対面ガイダンスを受講する際は、あらかじめガイダンス資料および履修要項を保存（または印刷）したPC、タブレット等を持参してください。オンデマンド実施ガイダンスにも受講必須のガイダンスが複数あります。

## 1 3Sにログイン

<https://3s.musashi.ac.jp/>

## 2 ログイン後に表示されるページで「掲示」をクリック



## 3 「グループ」タブの「2025年度ガイダンス一覧」からガイダンスに関する掲示をクリック



## 4 ガイダンス名をクリック



## 5 Googleドライブが開いたら資料を保存（または印刷）

※フォルダー内の資料は全て確認しましょう。詳細はP.1



Googleへのログインを求められた場合は、以下のIDとパスワードでログイン

ID : **s学籍番号@st.musashi.ac.jp**  
(例)学籍番号が「123A567」の場合：  
s123a567@st.musashi.ac.jp

パスワード : **変更したパスワード**

ログイン画面



※「新しいアカウントへようこそ」の画面が表示された場合は「同意する」をクリックしてください。  
※ページが上手く開かない場合はP.10を参照してください。

情報セキュリティガイダンスの受講と仮パスワードの変更がまだの方は、先にそちらを済ませてから、以降の設定をしてください  
(P.4参照)

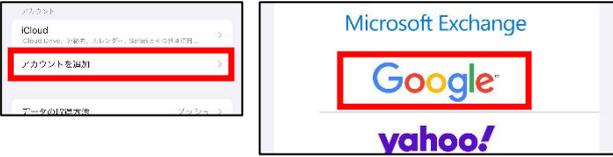
# 大学のメールを設定する

## ①メールアプリに設定する

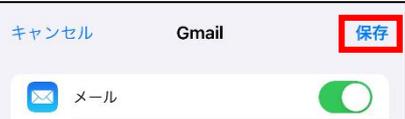
大学からのお知らせや授業の情報は、自分で3Sの掲示を確認するのが基本です。ただし、緊急の連絡や教員からの大事なお知らせ、Google Classroomで行われる授業の通知が大学のメールアドレス（Gmail）に届くことがあります。いつでも確認できるようにしておきましょう。

※手順の途中などで「Gmailのスマート機能」の確認画面が表示される場合があります。自身で有効または無効を選んでください。

### ■ iPhone/iPad

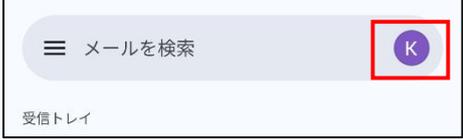
- 1 iPhoneまたはiPadで、「設定」>「アプリ」>「メール」>「メールアカウント」の順にタップ
- 2 「アカウントを追加」をタップし、「Google」を選択
 
- 3 大学のメールアドレスとパスワードを入力
 

ID : s学籍番号@st.musashi.ac.jp  
(例)学籍番号が「123A567」の場合: s123a567@st.musashi.ac.jp  
パスワード: 変更したパスワード

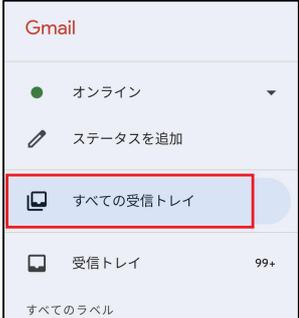

- 4 「次へ」>「Gmail～」にチェックをいれた状態で「続行」をタップ  
※他の項目は任意です
 
- 5 「保存」をタップ
 

### ■ Android

- 1 Googleアカウントを追加する方法を検索してGoogleアカウントを追加
 

ID : s学籍番号@st.musashi.ac.jp  
(例)学籍番号が「123A567」の場合: s123a567@st.musashi.ac.jp  
パスワード: 変更したパスワード
- 2 「Gmail」アプリを開き、右上のアイコンをタップ
 
- 3 追加した武蔵大学のアカウントが表示されることを確認して武蔵大学のアカウントをタップ
 
- 4 右上のアイコンが変わったことを確認
 

※「すべての受信トレイ」をクリックすることで登録しているすべてのアカウントのメール確認ができます



大学のメールアドレス(Gmail)はPCのメールアプリにも設定できます。設定したい場合は自分で調べてみてください。

# 大学のメールを設定する

## ②ブラウザで見る方法を知っておく

スマートフォンなどが手元にないときや、PCのメールソフトにうまく設定できない場合でも大学のメールを見られるように、ブラウザから見る方法も覚えておいてください。

### 1 Gmailにアクセスする

<https://mail.google.com/>

- ※PC・スマートフォン・タブレットで利用できます
- ※「Gmail」のログイン画面を開いてもよいです



### <ログイン画面>

**s123a567@st.musashi.ac.jp**

メールアドレスを忘れた場合

ご自分のパソコンでない場合は、ゲストモードを使用して非公開でログインしてください。ゲストモードの使い方の詳細

アカウントを作成 **次へ**

**変更したパスワード**

パスワードを表示する

パスワードをお忘れの場合 **次へ**

### 2 大学のメールアドレスとパスワードでログインする

ID : **s学籍番号@st.musashi.ac.jp**  
 (例)学籍番号が「123A567」の場合 : s123a567@st.musashi.ac.jp  
 パスワード : **変更したパスワード**

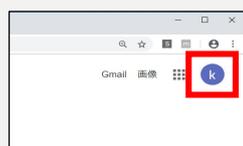
※ログイン後に「新しいアカウントへようこそ」の画面が表示される場合は「同意する」をクリックします。

上手く画面が表示されない場合は以下のいずれかを試してみましょう。

**方法①** 個人のGoogleアカウントでログインしていると、うまく表示できない場合があります。以下を参考にしながら、大学のアカウントとパスワードでログインし直してください。

#### ■ PC

1.「Google」を検索して画面右上のアカウントをクリック



2.「ログアウト」をクリックした後、大学のアカウントで再ログイン



#### ■ iPhone/iPad (Safari)

1.「Google」を検索して右上のアカウントをタップ



2.「ログアウト」をクリックした後、大学のアカウントで再ログイン



#### ■ Android

1.ホーム画面の検索バーにあるGoogleマークをタップ



2.画面右上のアカウントをタップ



3.アカウント横の「▼」をタップ



4.「別のアカウントを追加」をタップして大学のアカウントでログイン



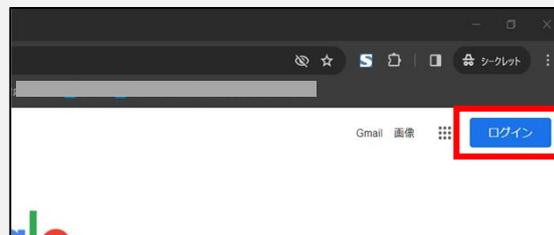
**方法②** シークレットモードでブラウザを開いてログインし直してください。

※Google Chromeの場合です。他のブラウザやスマートフォンでの方法は自分で調べてみましょう。

1. Google Chromeを開き、右上の三点をクリックして「新しいシークレット ウィンドウ」をクリック



2. シークレットウィンドウが開いたら「Google」を検索して、画面右上の「ログイン」をクリックして大学のアカウントでログイン



# 授業用のツールを準備する

Google ClassroomやZoomによる授業が行われることもあります。授業を担当する教員の指示に従って操作を行ってください。Classroom、Zoomの利用有無等は3Sの掲示や初回授業で示されますので確認してください。

## ■ Google Classroom

**1** 以下のURLにアクセス

<https://classroom.google.com/>

※PC・スマートフォン・タブレットで利用できます

**2** 以下のIDとパスワードでログイン

ID : **s学籍番号@st.musashi.ac.jp**

(例)学籍番号が「123A567」の場合 : s123a567@st.musashi.ac.jp

パスワード : **変更したパスワード**

- ・個人のGmailを使っている方は、ログアウトしてから大学のメールアドレスとパスワードでログインし直してください
- ・Androidの場合は、アカウントを追加してください

< ログイン画面 >

**s123a567@st.musashi.ac.jp**

メールアドレスを忘れた場合

ご自分のパソコンでない場合は、ゲストモードを使用して非公開でログインしてください。ゲストモードの使い方の詳細

アカウントを作成

**変更したパスワード**

パスワードを表示する

パスワードをお忘れの場合

**3** 画面右上「+」をクリック



**4** 教員から指示されたクラスコードを入力して「参加」をクリック

クラスコード  
教員にクラスコードを聞いてこちらに入力してください。

クラスコード

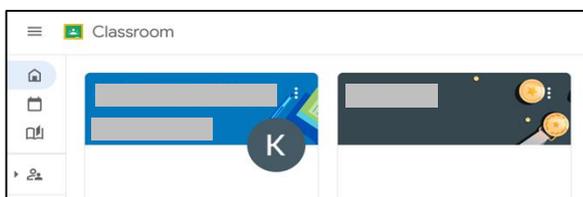
クラスコードを使用してログインするには

- ・承認済みアカウントを使用します
- ・5～7個の文字と数字で構成され、スペースや記号を含まないクラスコードを使用してください

クラスに参加できない場合は、[ヘルプセンターの記事](#)を確認してください

キャンセル

**5** 画面にクラスが表示されたことを確認



## ■ Zoom

**1** Zoomをインストールして開く

**2** 「ミーティングに参加」をクリック



**3** ミーティングID、「学籍番号 自分の姓」を入力して「参加」をクリック

**123-456-7890**

**s1234e56 武蔵**

将来のミーティングのためにこの名前を記憶する

オーディオに接続しない

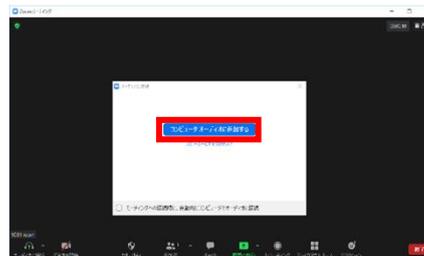
自分のビデオをオフにする

**4** ミーティングパスワードを入力して「ミーティングに参加」をクリック

ミーティング パスコードを入力

ミーティング パスコード

**5** 「コンピューターでオーディオに参加」をクリック



**6** ミーティングが開始されたことを確認

- ・Zoomのミーティング画面が表示されれば、ミーティングが開始されます
- ・マイクやカメラ(ビデオ)は基本OFFにしておき、指示があればONにしましょう

4/4(金)までに  
やること

# 履修したい授業を考える

## ①履修要項を熟読する

履修要項には、卒業までにどの区分の科目を何単位修得する必要があるか等、学習計画を立てる上で重要な情報がまとめられています。また、学籍上の届出やその期限について等、知っていないと不利益を被る事項も掲載されているので、必ず熟読し、内容を理解するようにしましょう。

※履修要項は、大学HPの「2025年度入学式及びガイダンス等のお知らせ」のページからも閲覧できます。[P.2](#)を参照してください。

1 3Sにログインする

<https://3s.musashi.ac.jp/>

2 「履修要項」で閲覧する履修要項（共通編または学部編）をクリック



3 履修要項を確認

### <共通編>

履修・学修上の基本事項や学籍に関すること、各種規則など、大学共通の情報を記載している履修要項



### <学部編>

授業科目の履修について、学部固有の情報を記載している履修要項



大学HPの「履修要項」のページ  
が開きます

閲覧する学部履修要項の  
リンクをクリックしてください



4/4(金)までに  
やること

## 履修したい授業を考える

## ②3Sで事前にシラバスを確認する

3Sから「シラバス」を確認し、履修登録する授業を考えておきましょう。履修登録開始前に、候補の授業を下調べしておくことをおすすめします。なお、必修科目等の事前配当科目はあらかじめ時間割に登録されるため、自身で履修登録することや変更することはできません。

## 1 3Sにログイン

<https://3s.musashi.ac.jp/>

## 2 「授業」の「シラバス検索」をクリック



## 3 授業を選択してシラバスを確認

## 確認方法1

「検索条件を指定」を選択して授業を検索する

曜日	時間	授業科目	担当教員	開講区分	開講年度
月4		A0250 専門ゼミナール第1部...		週間授業	2021年 2021年
月4		A0350 専門ゼミナール第1部...		週間授業	2021年 2021年

## 確認方法2

「カリキュラムツリー照会」を選択して授業を表示する

自分の学科が表示されます

※シラバスとは、「授業案内」のことです。

授業の内容、方法、評価基準、教科書等が示されています。よく読んで、授業選びの参考にしましょう。

シラバス照会			
開講年度 / Academic year	2021年度	開講開始学期 / Start date	前期
授業コード / Course code	A0250	授業名 / Course title	専門ゼミナール第1部
授業区分 / Course classification	演習	単位数 / Credits	4単位
曜日時限 / Period	月曜4限	教室 / Classroom	9102教室(コンピュータ教室2)
担当教員 / Instructor		科目ナンバリングコード / Subjects numbering code	SEM21010
キーワード / Keywords	環境問題、社会実装、グループワーク、リーダーシップ、プレゼンテーション、情報収集		
授業の概要 / Course outline	5月10日まではZoom授業を行う。主体的に設定した環境問題に関する課題のもとで、情報収集の手法および専門的な知識について学び、共同作業を通じて現代社会における経済と環境の関係を理解することを目標とする		
到達目標 / Learning	環境問題についての的確な情報収集を行い専門的な知識を獲得するとともに、各自が主体的に課題設定を行ったうえ		

4/4(金)までに  
やること

# 履修したい授業を考える

## ②3Sで事前にシラバスを確認する

授業方法には、対面授業とオンライン授業があります。また、授業は半期13回授業（1回あたり105分）が基本となっています。ほとんどの授業は対面で実施されますが、一部、授業回数の半分以上をオンラインで実施する「メディア授業」があります。「メディア授業」の場合は、シラバスの授業名称に明記されていますので事前に確認しておきましょう。

シラバス協会			
原講年度 / Academic year	2023年度	原講開始学期 / Start date	春学期
授業コード / Course code	B0780	授業名 / Course title	スポーツと健康の科学 [特別・遠隔授業] [金]
授業区分 / Course classification	講義	単位数 / Credits	2単位
曜日時限 / Period	集中講義	教室 / Classroom	オンライン
担当教員 / Instructor		科目ナンバリングコード / Subjects numbering code	GEE00030
キーワード / Keywords	体力、トレーニング、生活習慣病、運動と健康		
授業の概要 / Course outline	日本では生活習慣病に起因する疾病として、糖尿病・心疾患・脂質異常症などが指摘されている。それらは、日本人の3大疾病である。これらは、生活習慣が原因に深く関連していると考えられている。そのため、普段の生活習慣が健康に及ぼす影響について学ぶ。また、身体の機能を向上させるためには、トレーニングが必須である。トレーニングの原理原則に基づき、トレーニングによる身体への効果や身体の適応について学ぶ。		
到達目標 / Learning objectives	自身のライフスタイルを知り、より健康な人生を過ごすために必要な知識や情報を身に付け、それらを実践することができるようになることを目標とする。		
授業を通して身につく能力 / Abilities to be acquired in this class	○心と体をトータルに捉える力 ○学びを社会のなかで活用する力		
PC等デバイスの持参 / Bring your own PC or other device			
履修上の注意事項 / Course guidelines	授業で扱った内容を自身に適用するために、自身の現在の健康状態や身体組成、スポーツパフォーマンスの状態を理解していることが望ましい。授業動画や授業に関する提示、講義提出等はすべて3Sを使用します。		

### <授業名>

メディア授業の場合、科目名に続けて、[メディア授業]と明記されています。対面授業の場合は、特別な記載はありません。

第11回 / Class outline session 11	運動と体温調整	講義で取り上げたテーマについて、自身に当てはめ理解を深めること。健康問題や体力向上に関連する情報について調べ、自らの知見を深めること。	270
第12回 / Class outline session 12	運動と肥満（体重、体脂肪率、BMIについて）	講義で取り上げたテーマについて、自身に当てはめ理解を深めること。健康問題や体力向上に関連する情報について調べ、自らの知見を深めること。	270
第13回 / Class outline session 13	運動と食事（5大栄養素、基礎代謝）	講義で取り上げたテーマについて、自身に当てはめ理解を深めること。健康問題や体力向上に関連する情報について調べ、自らの知見を深めること。	270
オンラインで実施する授業の回数 / Number of sessions to be conducted online	13回		
3SのQ&A利用 / Use of 3S Q&A	利用する		

### <オンラインで実施する授業の回数>

オンラインで実施する授業回数が明記されています。

- ・メディア授業…授業により異なります（全授業回数の半分以上）
- ・対面授業…授業により異なります（13回授業の場合6回まで）

### 「メディア授業」とは？

授業回数の半分以上をオンラインで実施する授業のことです。時間割上はほとんどの場合6時限に配置されており、6時限の授業については同一曜日・時限の授業を複数履修登録することができます（ただし、1～5時限の授業については同一曜日・時限に複数の登録はできません）。授業方法の詳細はシラバスに明記されていますので、確認してください。

**メディア授業において修得した単位は、在学中の合計で60単位を上限として卒業単位に含まれます。**

# 履修登録する

## ① 3Sで自分専用の時間割を確認する

学生時間割表（＝自分専用の時間割）は4/4(金)に公開されます。必修授業の中には、あらかじめ時間割に登録されている授業があります。この授業は変更できません。

**1** 3Sにログイン

<https://3s.musashi.ac.jp/>

**2** 「時間割」の「学生時間割表」をクリック



**3** 自分の時間割を確認

※時間割にあらかじめ登録されている授業は変更できません

2024年度 春学期					
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
1	経営学基礎 [M1年] 1002教室 / 江古田キャンパス A4210 2単位				
2			教養ゼミナール [ ] 7108教室 / 江古田キャンパス A1800 2単位		
昼休み					
3	中国語I [経済・文法] 3321教室 / 江古田キャンパス Q6010 1単位	中国語入門1 [2] 3216教室 / 江古田キャンパス Q6390 1単位			
4	中国語I [経済・読本] 3125教室 / 江古田キャンパス Q6030 1単位	情報処理入門 [08] 9101教室 / コンピュータ教室1 / 江古田キャンパス A0120 2単位		スポーツ実践1(バレーボール) [3] 大学体育館 / 江古田キャンパス J1100 1単位	
5					

### 教室名の見方

4桁表示の場合

1桁目	2桁目	3桁目	4桁目
号館	階	番号	

(例)

9101教室 → 「9号館・1階・01番」教室

11201教室 → 「11号館・2階・01番」教室

# 履修登録する

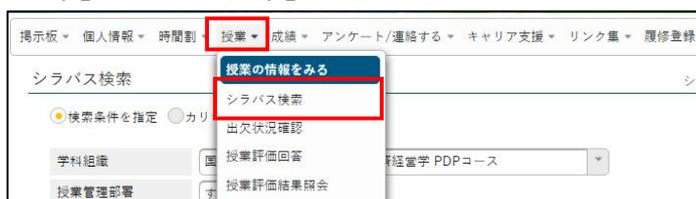
## ② 3Sで履修できる授業を最終確認する

学生時間割表にあらかじめ授業が登録されている曜日・時限に開講される他の授業は、履修登録できません。学生時間割表とシラバスを照らし合わせて、必修授業が登録されていない曜日・時限の授業を選びましょう。

### 1 3Sにログイン

<https://3s.musashi.ac.jp/>

### 2 「授業」の「シラバス検索」をクリック



### 3 履修したい授業のシラバスを確認

#### 確認方法1

「検索条件を指定」を選択して授業を検索する

曜日時限	授業科目	担当教員	開講区分	開講年度
月4	A0250 専門ゼミナール第1部...		通開授業	2021年 2021年
月4	A0350 専門ゼミナール第1部...		通開授業	2021年 2021年
月4	A0630 専門ゼミナール第1部...		通開授業	2021年 2021年

#### 確認方法2

「カリキュラムツリー照会」を選択して授業を表示する

- 【合計】
  - 総合科目+外国語科目
    - 総合科目
      - (A)情報とコミュニケーション
        - 808200 クリエイティブ・シンキング
        - 8060210 論文の書き方
        - 1年
          - 1120040 情報技術と人間社会
          - 1120280 デジタル協働学
          - 2221210 知識社会の情報学
          - 8020050 他者理解とコミュニケーション
          - 8020060 データ分析の応用
          - 8020070 データ分析の基礎
          - 8020110 Information Technology and Global Communication

※実際の履修にあたっては、学年や所属コース等の条件があります。  
自分が履修登録できる授業かどうかは、「履修要項(学部編)」で確認することができます。

4/4(金)から  
やること

# 履修登録する

## ③ 登録する

**履修登録開始は4/4(金)10:00～ 「履修登録」メニューは履修登録期間中のみ表示されます**

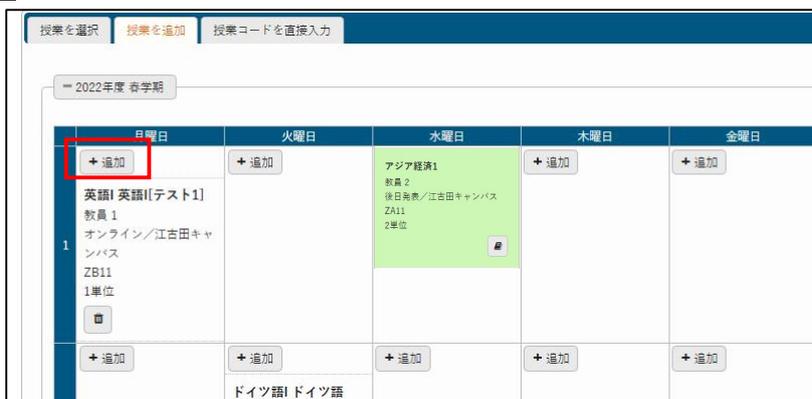
**1** 3Sにログイン

<https://3s.musashi.ac.jp/>

**2** メニュータブ「履修登録」にカーソルを合わせ、「履修登録」をクリック  
表示される注意事項をよく読んで、次の画面へ進む



**3** 履修登録する曜限の「追加」をクリック



登録したい授業のチェックボックスにチェックを入れて、「確定」をクリック



4/4(金)から  
やること

# 履修登録する

## ③ 登録する

**4** 選択した授業が表示されたことを確認して右上の「最終確認へ」をクリック



※時間割にあらがじめ入っていて、授業の曜日・時限が緑色で示されている授業は、変更や削除ができません

**5** 「エラーがあります」と表示された場合は「授業の選択へ戻る」をクリックして授業を選択し直す



**6** 「エラーはありません」と表示されると「提出」ボタンが表示されるので「提出」をクリック



**7** 「OK」をクリック



※注意！「OK」ボタンを押さないと登録完了となりません

**8** 「履修登録が完了しました。」と表示されたことを確認



### <ポイント>

履修登録期間中は自身の履修科目を何度でも変更することができます。

### <履修関連資料の掲載場所>

履修登録方法やスケジュール、履修登録を行う際の注意点等は3Sから確認できます。

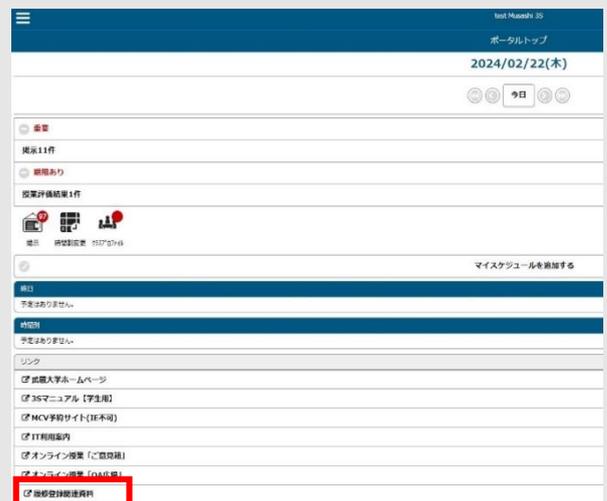
### ■PC版

TOP画面左下「リンク」の「履修登録関連資料」または上部「履修登録」メニュー



### ■スマートフォン版

TOP画面「リンク」の「履修登録関連資料」



# 初回授業に参加する

初回授業のお知らせは、3Sの「初回授業に関するお知らせ」に掲示されています。履修する授業の掲示を確認しましょう。

※対面授業では掲示が配信されないこともあります。履修希望者が多い授業では、初回授業で履修者を選抜する場合がありますので、初回授業の曜日・時間に教室に行き、授業に関する説明を聞きましょう。

※4月時点では、主に春学期授業の掲示のみ配信されています。

**1** 3Sにログイン

<https://3s.musashi.ac.jp/>

**2** 「掲示板」をクリック



**3** 「グループ」タブの「初回授業に関するお知らせ」をクリック

ポータルトップ・掲示一覧

キーワードは、件名・著出入・本文から検索します。

キーワード  部分一致で検索  授業科目  コード、名称から検索

**グループ** 全表示 授業 時間割変更 既読 未読 新着 重要 申込 フラグつき

休講情報 **重要**  
現在、休講のお知らせはありません。

教室変更 **重要**  
現在、教室変更のお知らせはありません。

重要なお知らせ **重要** 重要なお知らせです。 全2件

**初回授業に関するお知らせ** 初回授業に関するお知らせです。  
現在、初回授業に関するお知らせはありません。

教務に関するお知らせ **重要** 教務に関するお知らせです。

自分の履修授業に関する掲示のみ

**<ポイント>** すべての授業を対象に、キーワードや授業名称から授業を検索することができます

**<ポイント>** 「全授業」ボタンをクリックすると履修していない授業も含め、すべての授業の掲示を見ることができます

**<ポイント>** 履修登録している授業の掲示が表示されます

### ※注意

「初回授業に関するお知らせ」の表示について変更の可能性があります。  
変更後の表示については3Sの掲示でお知らせいたしますので、4月1日以降にご確認ください。

授業の場所（教室）は学生時間割で確認できます。(P.16参照)

# 付録

## 武蔵大学 IT利用案内

武蔵大学に在籍している間に使えるITツールの利用方法やインストール方法、よくある質問をまとめたページです。使い方を調べたい時やうまく操作ができない時は、IT利用案内にアクセスして確認してみましょう。

<https://sites.google.com/u.musashi.ac.jp/itdojo/>



### Microsoft 365

Word、Excel、PowerPointなどを使えるマイクロソフトのサービスです。最大5台の端末（PC/スマートフォン/タブレット）にインストールできます。



### Googleサービス

GoogleドライブやGmail、授業で利用するClassroomなどのGoogleサービスを利用することができます。



## 学習用ノートPCについて

大学での学習用にPCを購入する際は大学公式HPの案内を参考にしてください。

[https://www.musashi.ac.jp/for\\_internal/MLC\\_info.html](https://www.musashi.ac.jp/for_internal/MLC_info.html)

## 学内PC利用可能施設

学内のPC教室は授業時間以外の空き時間には自習で利用でき、プリンターも利用可能です。「[PC教室開室カレンダー](#)（右のQRからもアクセスできます）」で開室状況や開室時間を確認して、課題や自習に活用してください。  
※大学図書館、グループスタディールームの利用方法や開室状況は各自で確認してください。



#### ■ 学内PC利用可能施設

施設	場所：教室	備考
PC教室	1号館：1304教室 6号館：6202教室 7号館：7201・7203教室 9号館：9101・9102・9201教室	授業時間以外で利用可
情報・メディア教育センター	9号館1階フリースペース	
大学図書館	大学図書館本館 8号館地下1階：洋書プラザ	学習・調査・研究のための利用に限る
グループスタディールーム	11号館4階	

# ? 困ったときは

## Q. 3Sの掲示からガイダンス情報が保存されている Googleドライブにアクセスできない

A1. 個人のGoogleアカウントでログインしている可能性があります Googleアカウントを切り替えてからアクセスしてください

### ■ Googleアカウント切り替え方法

<https://support.google.com/docs/answer/2405894?co=GENIE.Platform%3DAndroid&hl=ja&oco=0/>

A2. ブラウザの「シークレットモード」でお試しください (P.11参照)

## Q. パスワードを忘れた

A. 学生証を持って、9号館1階の 情報・メディア教育センター ITサポートデスク に来てください

## Q. ログインできない

A. IDとパスワードが間違っていないか確認してください

- ・IDに含まれるローマ字はすべて小文字になっているか
- ・IDの先頭に“s”(小文字)がついているか
- ・IDの後の@以降が間違っていないか

(例)学籍番号が「123A567」の場合：s123a567@st.musashi.ac.jp

## Q. ガイダンスの資料が見られない/動画が再生されない

A1. ブラウザを変更してお試しください Google Chrome・Edge・Firefox・Safariが使えます

A2. ブラウザの「シークレットモード」を試してください (P.11参照)

## Q. 仮パスワードで学内Wi-Fiに接続してしまい、パスワードを変更したら接続できなくなった

A. 以下の手順に沿って一度ネットワークを削除してから、再度Wi-Fiを接続してください

### ■ Windows

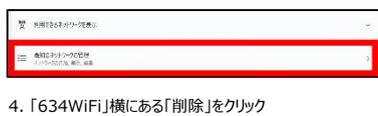
1. スタートメニューから「設定」をクリック



2. 「ネットワークとインターネット」>「Wi-Fi」の順にクリック



3. 「既知のネットワークの管理」をクリック



4. 「634WiFi」横にある「削除」をクリック



### ■ Mac (13以降)

1. 「システム設定(歯車マーク)」を開き、Wi-Fiをクリック



2. 「634WiFi」の横にある「詳細…」をクリック



3. 「このネットワーク設定を削除」をクリック



### ■ iPhone/iPad

1. 「設定(歯車マーク)」を開き「Wi-Fi」をタップ



2. 「634WiFi」をタップ



3. 「このネットワーク設定を削除」をタップ



### ■ Android端末

1. 「設定」を開き「ネットワークとインターネット」をタップ



2. 「インターネット」をタップ



3. 「634WiFi」横の歯車マークをタップ



4. 「削除」をタップ



### 問合せ先

授業に関するお問い合わせ先  
武蔵大学 教務課 ☒ [aams@sec.musashi.ac.jp](mailto:aams@sec.musashi.ac.jp)

各ガイダンスについてのお問い合わせ先  
各ガイダンスの資料に記載がありますので、ご確認ください

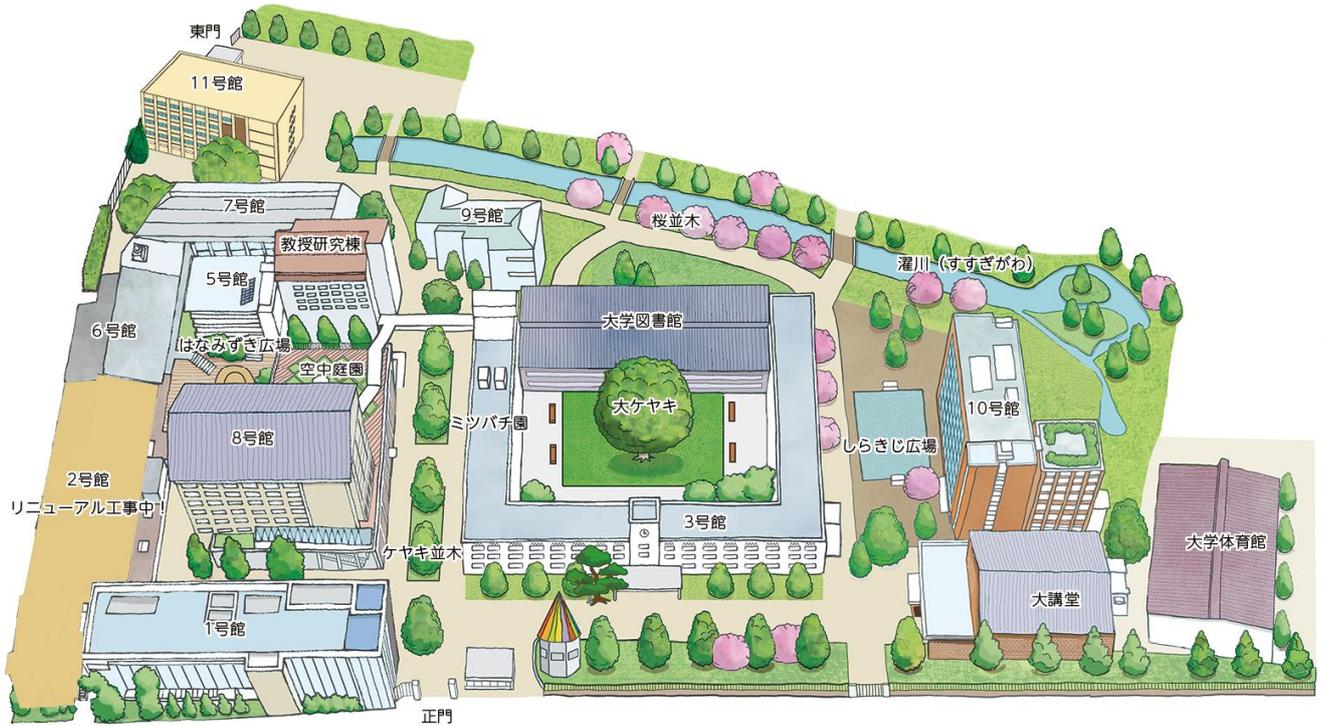
ログインやツールの操作に関するお問い合わせ先  
武蔵大学 情報・メディア教育センター ITサポートデスク ☒ [helpdesk@musashi.ac.jp](mailto:helpdesk@musashi.ac.jp)

※個人で購入したデバイスのハードウェアおよびソフトウェアの不具合は、ITサポートデスクの対応対象外です

メールで問合せをする場合は、必ず武蔵大学のメールアドレスを使用し、  
「所属する学部・学科・学年・学籍番号・氏名」を書いてください

# キャンパスマップ・教室一覧

## キャンパスマップ



## 教室一覧

教 室	場 所
1001 ~ 1406	1号館
3101 ~ 3324	3号館
6101 ~ 6202	6号館
7101 ~ 7309	7号館
8501 ~ 8702	8号館
9101 ~ 9304	9号館
11201 ~ 11204	11号館
グループスタディールーム	11号館 4階
人文演習室 1・2	大学図書館 3階