

NPO 法人日本健康運動指導士会 2025年度第6回本部講習会 ご案内
神奈川県開催

「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023(厚労省)」では、推奨事項として筋力トレーニングを週2～3日実施することが明記されました。これに伴い、国内では筋力トレーニングに対するニーズがさらに高まることが予想されます。その一方で、国民生活センターからは、「パーソナル筋力トレーニング」におけるけがや体調不良に関する注意喚起がなされ、事業者に対して安全への一層の取組みについて勧告されています。

これらの背景から、運動指導者には、対象者の特性に応じた安全で質の高い筋力トレーニングの指導がより強く求められており、これが社会的なニーズにもなっています。

本講習では、安全性と有効性を配慮した器具を用いた筋力トレーニングの実践方法と指導ポイントを中心に紹介します。

主催：(NPO) 日本健康運動指導士会 共催：(NPO) 日本トレーニング指導者協会 (JATI)

後援：公益財団法人健康・体力づくり事業財団 健康日本21推進全国連絡協議会

開催日：2025年8月30日(土)

会場：東海大学 湘南キャンパス(15号館) 〒259-1292 [神奈川県平塚市北金目4-1-1](#)

受講対象者：健康運動指導士・健康運動実践指導者・その他運動指導者

定員：60名

取得単位数：5単位(講義0.0単位・実習5.0単位) (認定番号：256471)

※JATI認定資格保有者は、継続単位5単位を取得できます。

受講料(税込)：指導士会・JATI非会員11,000円 指導士会・JATI会員5,500円

申込方法：下記の「申込用紙」にご記入の上、メール、FAX、郵送のいずれかでお送りください。

受講決定：申込受付後、「受講決定通知」を送付いたします。到着まで2週間程度お待ちください。

受講料振込：「受講決定通知」に請求書を同封いたしますので、指定の口座にお振込みください。

原則、申込者宛に請求書を発行いたしますが、お振込みの都合により、勤務先等へのご請求をご希望の方は、お申込み時に請求先宛名をご記入ください。

※受講料の振込手数料は、各自のご負担となります。

受付開始 2025年6月30日(月) ※受付開始日前の申込は全て無効となります。

受付締切 2025年8月20日(水) 必着 ※但し締切日前でも定員に達した時点で受付は終了となります。

2025年度 第6回本部講習会 申込用紙

| | | | | | |
|----------|---|------|-----------|-------|--|
| 登録番号 | 健康運動指導士 | | 健康運動実践指導者 | | |
| JATI資格 | 資格種類(いずれかに○) JATI-ATI・JATI-AATI・JATI-SATI・無し | | 会員番号 | | |
| (フリガナ)氏名 | | 性別 | 男・女 | 年齢 | |
| 自宅住所 | 〒 | | | | |
| 日中の連絡先 | | 電話番号 | | FAX番号 | |

| | | | | |
|-----|--------|----------|------------|--|
| 勤務先 | | | 現在従事している業務 | |
| | 運動指導経験 | 豊富・普通・無し | | |

| | |
|-------|---|
| 送付先住所 | 〒 |
|-------|---|

※自宅以外の送付先をご希望の場合はご記入ください。なお、指導士会会員の方につきましては、現在登録されているご住所宛(会報等の送付先)にお送りいたしますので、送付先住所に変更の無い方は、自宅住所と異なる場合でも記入は不要です。

| | |
|-------|--|
| 請求先宛名 | |
|-------|--|

※原則、申込者宛に請求書を発行いたしますので、申込者以外へのご請求をご希望の場合はご記入ください。

◎申込先 NPO 法人 日本健康運動指導士会

メール：kosyukai@jafias.net FAX：03-5472-5820

郵送：〒105-0004 東京都港区新橋6-20-1ル・グラシエル BLDG.1-602

2025年度第6回本部講習会（2025.8.30）日程

開催日 2025年8月30日（土）

会場 東海大学 湘南キャンパス（15号館） 〒259-1292 神奈川県平塚市北金目4-1-1

講師 有賀 誠司 先生：東海大学 健康学部 健康マネジメント学科 教授

2025年8月30日（土）

| 実施時間 | 講師 | 演題 |
|--|----------|---|
| 10:00 ～ 16:00 (途中休憩 60分含む) | 有賀 誠司 先生 | 実習5.0単位 安全性と有効性に配慮した筋力トレーニングの代表的種目の 実技と指導 |

※健康運動指導士、健康運動実践指導者の登録更新単位及び（NPO）日本トレーニング指導者協会の継続単位は、遅刻・早退等がございますと発行が出来ませんのでご注意ください。

※NPO 法人日本健康運動指導士会へのご入会について

当会にご入会いただきました有資格者の方には、受講料の会員割引の他に、賠償責任保険（健康運動指導士、健康運動実践指導者対象）等の入会特典もございます。

入会をご希望の方は、講習会申込時に、申込用紙の余白に「同時入会希望」とお書きいただくか、問合せ先宛に「入会希望」として、氏名・資格の登録番号・郵便番号・住所を FAX・e-mail でお知らせください。折り返し、当該年度からの入会案内一式をお送りいたします。なお、同時入会の場合は、講習会開催年度からの入会となります。

①入会費用1万5千円（4～9月入会の場合） ②下期入会費用1万円（10～3月入会の場合）①、②共に次年度以降は、年度会費1万円をご請求させていただきます。

詳細は当会HPを参照ください。

http://www.jafias.net/member_info.html



その他、本部講習会及び支部研修会に関する情報は、当会HPをご参照ください。

本部講習会

<http://www.jafias.net/lecture.html>



支部研修会

<http://www.jafias.net/lecture2.html>

