

健康運動指導士各位

NPO 法人日本健康運動指導士会

2025年度 更新必修講座（東京会場）のご案内

- 1 主催：NPO 法人日本健康運動指導士会 共催：公益財団法人健康・体力づくり事業財団
後援：健康日本 21 推進全国連絡協議会
- 2 期日：2026年3月28日（土）
- 3 会場：日本教育会館 〒101-0003 [東京都千代田区一ツ橋 2-6-2](#)
- 4 定員：300名
- 5 対象：更新必修講座未受講の健康運動指導士
- 6 認定単位：講義5単位 + 必修要件の獲得（認定番号：25K016）
- 7 内容：

更新必修講座 講義5.0単位 + 必修要件

実施時間	講師	内容
10:00～11:40	津下 一代 先生 女子栄養大学 教授	国の健康づくり施策と身体活動・運動推進について
11:40～12:40	昼食・休憩	
12:40～14:20	赤間 高雄 先生 早稲田大学 スポーツ科学学院 教授	運動と免疫
14:35～16:15	金森 悟 先生 帝京大学大学院 公衆衛生学研究科 講師	運動指導における社会的つながりの重要性

- 8 受講料 (税込)：11,000円（会員、非会員統一料金）
- 9 申込方法：2ページ目の申込用紙に必要事項をご記入のうえ、メール、FAX、郵送のいずれかでお申込みください。（電話による申込は受け付けておりません。）
申込受理後、（公財）健康・体力づくり事業財団にて要件を確認後、2週間を目安に受講決定通知を郵送させていただきます。

お申込み・問合せ先 （NPO）日本健康運動指導士会 本部事務局 宛
〒105-0004 東京都港区新橋 6-20-1 ル・グラシエル BLDG.1-602
TEL：03-5472-5821 FAX：03-5472-5820 e-mail：kosyukai@jafias.net

※メールでのお問い合わせの際は、当会（kosyukai@jafias.net）からのメールを受信できるよう設定をお願いいたします。また、迷惑メールに振り分けられてしまう事もございますので、しばらくお待ち頂いても受講決定通知等の郵送物が届かない場合、お電話等で確認をお願いいたします。

- 10 受講料支払い：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、勤務先等への請求をご希望の方は、お申込み時に請求先をお知らせください。
※受講料の振込手数料は、各自のご負担となります。
- 11 持ち物：健康運動指導士・健康運動実践指導者証（顔写真付きカード）、筆記具等

12 更新必修講座について Q&A

Q1：更新必修講座の受講対象者とは？

A1：更新必修講座未受講の健康運動指導士

Q2：受講対象者以外の健康運動指導士・健康運動実践指導者は、受講出来ますか？ また、単位は取得できますか？

A2：はい。受講は可能で単位も取得（内容が異なる場合）できます。但し、基本的として受講対象者ではございませんので、申込状況によっては、受講決定までにしばらくお待ちいただくことや、受講をお断りさせていただくこともございます。

Q3：更新必修講座の一部のみを受講する事は出来ますか？

A3：出来ません。全て受講していただきます。

・更新必修講座は、更新までの5年間で1回の受講で構いません。（更新までの5年間で内容が変更されても再受講する必要はございません。）

※更新必修講座の制度についてのその他のご質問は、（公財）健康・体力づくり事業財団まで、直接お問合せください。

（公財）健康・体力づくり事業財団 指導者支援部 TEL：03-6430-9115

NPO 法人日本健康運動指導士会のご案内

当会は、健康運動指導士・健康運動実践指導者の皆様の職能団体です。当会への入会につきましては、下記の本部事務局まで、健康運動指導士・健康運動実践指導者の登録番号・氏名・郵便番号・住所・電話番号を明記の上、「入会資料希望として」FAX または e-mail にてお知らせください。折り返し郵送にて入会のご案内をお送りいたします。

入会資料申請先：NPO 法人日本健康運動指導士会本部事務局 宛

〒105-0004 東京都港区新橋 6-20-1 ル・グラシエル BLDG.1-602 FAX：03-5472-5820 e-mail：office@jafias.net

申込受付開始 **2026 年 1 月 28 日(水)**

※受付開始日前の申込は全て無効となります。その際は返信も致しかねますのでご注意ください。

申込締切 **2026 年 3 月 14 日(土)必着**

※但し、締切日前でも定員になり次第、締切となります。

申込受付状況は当会HP（<http://www.jafias.net/>）をご確認下さい。

2025 年度 更新必修講座申込用紙

更新必修講座		東京 会場		開催日(西暦) 2026 年 3 月 28 日	
登録番号	健康運動指導士			健康運動実践指導者	
(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	運動指導経験	豊富 ・ 普通 ・ 無し		現在従事している業務	
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、当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 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