令和7年5月吉日

各 位

一般社団法人
日本スイミングクラブ協会
会 長 三 宅 泉
指 導 力 向 上 委 員 会
委員長 北 本 勉

令和7年度
『アクアフィットネス&アクアダンスインストラクターのための全国研修会』
開催のご案内

(兼 水泳教師・水泳インストラクター・アクアフィットネスインストラクター・メディカルアクア
フィットネスインストラクター・水泳教員・アクアダンスインストラクター資格更新研修会、
並びに健康運動指導士・健康運動実践指導者の登録更新単位認定講習会)

拝啓 時下益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。日頃は、当委員会の事業に格別のご支援とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、「令和7年度 アクアフィットネス&アクアダンスインストラクターのための全国研修会」を、別紙の内容にて開催いたしますのでご案内を申し上げます。

令和元年より厚生労働省では健康寿命延伸プランを策定し、運動プログラムの提供や「通いの場」の更なる拡充などが明記されております。今後、健康に対する意識がよりいっそう高まることが予想され、そして、水泳・水中運動を行う方が着実に増えることが期待されます。

当協会では、社会のニーズに合った水泳指導者を養成するために、平成11年より水中運動の指導ができる資格として「アクアフィットネスインストラクター資格」の認定を開始いたしました。そして、平成13年より水中運動に音楽を取り入れた指導ができる資格として「アクアダンス（アクアビクス）インストラクター資格」の認定を開始いたしました。以上の資格制度の確立により、水中運動のプロインストラクターが多数誕生しております。

なお、インストラクターは、資格を取得したからそれでいいというものではなく、プロのインストラクターとして絶えずレベルアップをはかり、レッスンに参加されるお客様のニーズと健康増進に役立つ内容の実践と楽しいレッスンを実践してゆかなければなりません。

以上のことを踏まえまして、今年度も全国研修会は、『ワンランク上のアクアフィットネス&アクアダンスを目指す』をテーマに開催いたします。今回の研修会には、インストラクターのレベルアップに役立つ内容の講義と実技を組み入れてありますので、より具体的な内容について詳しく学んでいただけたと思います。

またこの研修会は、水泳教師・水泳インストラクター・水泳教員・アクアフィットネスインストラクター・アクアダンスインストラクター・メディカルアクアフィットネスインストラクター資格保持者の方の更新研修会として認定しております。併せて、健康運動指導士と健康運動実践指導者の登録更新単位認定講習会としても認定されておりますので、更新が間近の方は是非受講して下さい。

つきましては、時節柄何かとご多忙のことと存じますが、多数のインストラクターの方々にご参加頂きますよう重ねてご案内を申し上げます。

敬具

『令和7年度アクアフィットネス&アクアダンスインストラクターのための全国研修会』 開 催 要 項

1. 開催趣旨：『ワンランク上のアクアフィットネス&アクアダンスを目指す』をテーマに開催いたします。水泳・水中運動と生活習慣病の知識を踏まえて、お客様の高いレベルの健康維持に役立つレッスン内容の習得と楽しいレッスン内容の習得を行い、参加者一人一人のプロとしての指導力アップにつなげることが開催趣旨です。
2. 主催：一般社団法人日本スイミングクラブ協会
3. 後援：公益財団法人日本水泳連盟
4. 主管：指導力向上委員会
5. 期日：令和7年7月6日（日）
6. 会場：（午前）ふれあい貸し会議室 秋葉原 No. 67 - 秋葉原加藤ビル 2F
〒101-0025 東京都千代田区神田佐久間町 2-15 秋葉原加藤ビル 2 階
TEL：050(3187)8473
（午後）東京マリン舎人スイミング
〒121-0831 東京都足立区舎人 1-16-3 TEL：03-3855-2121
日暮里舎人ライナー「舎人駅」より徒歩0分
7. 対象者：1) アクアフィットネス&アクアダンス（アクアビクス）インストラクター
2) アクアフィットネス&アクアダンス（アクアビクス）に興味のある方
3) 水泳教師・水泳インストラクター・アクアフィットネスインストラクター・
メディカルアクアフィットネスインストラクター・水泳教員・アクアダンス
インストラクター資格保持者で、資格更新を希望される方
4) 健康運動指導士・健康運動実践指導者資格保持者の方で、登録更新単位認定を
希望される方
8. 定員：60名
9. 受講料：8,800円
10. 申込方法：予め電話予約の上、別紙申込書に必要事項を記入し、受講料の振込受領書のコピー添えて、下記宛にご郵送下さい。
11. 申込書 〒101-0047 東京都千代田区内神田2丁目11番6号 喜助内神田ビル6階
郵送先：一般社団法人日本スイミングクラブ協会 指導力向上委員会
12. 受講料 銀行名／三菱UFJ銀行 江戸川橋支店
振込先：口座番号／普通預金 0376796
口座名／一般社団法人日本スイミングクラブ協会
13. 申込締切日：令和7年6月26日（木）
14. 申込確認：申込みの確認は、締切後に受講案内の発行をもって連絡をいたします。
15. その他：1) この研修会は、水泳教師・水泳インストラクター・アクアフィットネスインストラクター・メディカルアクアフィットネスインストラクター・水泳教員・アクアダンスインストラクター資格保持者の更新研修会に認定されています。また、健康運動指導士・健康運動実践指導者資格保持者の方の登録更新単位認定講習会に認定されています。（なお、単位認定数は、講義2単位・実習4.5単位となります。）
希望者は、その旨を申込書にご記入下さい。
2) お問い合わせは、当協会事務局の担当：丁子（Tel03-6381-0750）又は、指導力向上委員会副委員長：藤井（Tel090-7332-2987）までご連絡下さい。

— 研修会プログラム 令和7年7月6日(日) —

時 間	研 修 内 容
9:30～ 9:50 会場：ふれあい貸会議室	受 付
9:50～10:00	開 講 式
10:00～12:00 会場：ふれあい貸会議室	<p>講義『ゼロから学ぶ！糖尿病と運動療法の最新知識 — 糖尿病とともに生きる人のために、運動指導者ができること — 』</p> <p>講師：原 健二（獨協医科大学埼玉医療センター糖尿病内分泌・血液内科准教授） （プロフィール：1973 年生まれ、東京都出身。医学博士。現在、日本の糖尿病患者とその予備群の合計人数は約 2,000 万人と言われ、その国民病とも言うべき糖尿病の予防・改善を目的とした運動療法の研究、実臨床での導入を行う。コロナ禍では、糖尿病性腎症の重症化予防に向けた「自宅で一人でできる」運動プログラム開発に取り組み、大きな話題を呼ぶ。大学での教鞭や医療センターでの診療の傍ら、大手スポーツクラブと連携し、運動療法実践教室を立ち上げるなど精力的に活動。著書に「ゼロから始める！運動のある健康生活（単著・株式会社東武スポーツ）がある。）</p>
12:00～13:30	休 憩 ・ 移 動
13:30～15:00 会場：東京マリン舎人スイミング	<p>プール実技①『強度を大切に！やりごたえのあるアクアダンス』</p> <p>講師：荒井 拓馬（アクシーMAKI） （プロフィール：1991 年生まれ。福島県出身。健康運動指導士。小学生時代の怪我のリハビリのために通ったメディカルフィットネスクラブがきっかけで、この道を目指す。高校卒業後は新潟県有数の運動指導専門学校であるアップルスポートカレッジで運動指導を学び、優秀な成績で卒業。在学中からトレーニング指導やプール・スタジオプログラムを担当し、注目される。新潟県のアクシーMAKI で 12 年運動指導を行なったのち、現在はダブルワークスタイルでアクアダンス指導やパーソナルトレーナーとして、フリーとしても積極的に活動の場を拡げている。）</p>
15:00～16:30 会場：東京マリン舎人スイミング	<p>プール実技②『水中プレコリオ Water in Motion プラチナ ～90 代も楽しむ！アクアビクスの秘密とは！？ 目から鱗メソッドの体験～』</p> <p>講師：渋谷 亜樹（ボルゲブリック主宰） （プロフィール：山形県出身。東京 YMCA 社会体育保育専門学校卒を卒業後、スポーツクラブに就職、好評を得る。その後独立し、トータルフィットネスインストラクターとしてエアロビクス等のスタジオレッスンと水中エクササイズを担当。水陸両方の運動の知見を高め、最適な運動プログラム作成に取り組む。大手スポーツクラブでは pool レッスンアドバイザーやレッスン査定、養成コースを担当。アクアビクス指導者向けプレゼンテーション講師や英語プレコリオ動画の日本語解説も行う。Water in Motion 日本マスタートレーナー、厚生省ヘルスケアトレーナー、ADI 研究所スペシャリストインストラクター)</p>
16:30～18:00 会場：東京マリン舎人スイミング	<p>プール実技③『目で耳で ～指導の基本を見直しバーバル&ノンバーバルを使いこなそう！！』</p> <p>講師：谷尾 有希（ウォーターメイドジャパン代表） （プロフィール：東京都出身。東京女子体育大学体育学部体育学科卒業。保健体育の教員を経て、長男出産後、アクアフィットネスに深い興味を持ち、フィットネスの世界へ。アクア指導歴 20 年超。大手スポーツクラブや、公共プールにおいて、アクアエクササイズ・アクアフラダンス・アクアコンディショニング・アクアリラクゼーション等を指導。また、複数の大手スポーツクラブでアドバイザーを務め、養成、研修、講演を行い現在に至る。当協会公認アクアフィットネス・アクアダンス講習会講師、E・E・O・A 公認アクアフラダンスインストラクター、CPR 有資格者。）</p>
18:00～	閉 講 式

※プールでの実技時は、水着・ゴーグル・タオル・スイムキャップを必ずご持参下さい。また、入水時間が長くなりますので、各自保温対策を万全にしておいて下さい。

受講者番号	
-------	--

令和7年度
アクアフィットネス&アクアダンスインストラクターのための全国研修会申込書
 (開催日：7月6日(日))

氏名		年齢	歳	指導者登録番号 (SC協登録者のみ記入)							
クラブ名				更新研修会証明書の発行 (登録単位認定証明書を含む)	希望する・希望しない						
水泳水中運動指導年数	年			アクアダンス指導年数	年						
申込確認書の 郵送先住所	〒 TEL ()										

更新研修会受講修了証明書(又は登録単位認定証明書)の発行を希望される方は、下記の事項についてご記入下さい。
 (※記入事項は、正確に記入して下さい。なお、未記入事項がある場合は、証明書の発行ができませんのでご注意下さい。)

あなたの 生年月日	西暦 年 月 日 生まれ			
資格名 (※取得している資格に○印を付けて必要事項を記入下さい。)	<ul style="list-style-type: none"> ・水泳教師 ・水泳(級)インストラクター ・アクアフィットネス(級)インストラクター ・水泳教員 ・アクアダンスインストラクター ・メディカルアクアフィットネスインストラクター ・健康運動指導士 ・健康運動実践指導者 			
資格番号と 有効期限	水泳教師	水泳(級) インストラクター	アクアフィットネス (級) インストラクター	水泳教員
	NO:	NO:	NO:	NO:
	20 年 月 日	20 年 月 日	20 年 月 日	20 年 月 日
	アクアダンス インストラクター	メディカル アクアフィットネス インストラクター	健康運動指導士	健康運動実践指導者
NO:	NO:	NO:	NO:	
20 年 月 日	20 年 月 日	20 年 月 日	20 年 月 日	

- ☆受講料等の振込領収書のコピーを必ず添付して下さい。
- ☆指導者登録番号は、当協会の指導者登録をしている方のみご記入下さい。