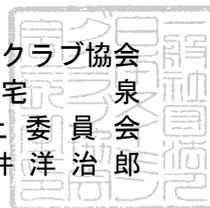


各 位

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 藤 井 洋 治 郎



一般社団法人日本スイミングクラブ協会認定  
『 令和8年度メディカルアクアフィットネスインストラクター  
(ストレス予防改善) 資格取得のための対象別講習会開催のご案内 』

拝啓 時下ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。日頃は、当協会および当委員会にご支援とご協力を賜り、厚くお礼を申し上げます。

さて、「令和8年度メディカルアクアフィットネスインストラクター資格取得のための対象別講習会（ストレス予防改善メディカルアクアフィットネスインストラクター資格取得講習会）」を別紙の内容にて開催をいたしますのでご案内を申し上げます。

多忙な毎日を送る現代人は、さまざまなストレスにさらされています。特に最近では「人間関係の葛藤」、「リストラや失業などの不安」、「欲求不満、怒り、失望といった心理的・社会的なストレス」「ウイルス感染拡大の不安」などに悩まされることが多くなってきております。

ストレスを受けますと、体内では交感神経が優位の状態になり、血圧が上がリ心拍数が増え血管が収縮して、ストレスに対応しようとしみます。それに対して、アクアフィットネスを中心とした運動を行うことは、筋肉の緊張をほぐし、心拍数を減少させ血圧が下がりますので、ストレス解消には最適な運動です。そして、専門的な知識と技能を有したプロの水泳指導者の指導を受けたいという社会の要求がございます。

当協会では、この社会のニーズに答えることのできる水泳指導者の養成が急務と考え、平成15年に「メディカルアクアフィットネスインストラクター資格制度」を決定いたしました。この資格は、アクアフィットネスの専門的な知識と技能を有し、生活習慣病を中心とした各種の疾病とストレスの予防改善のためのアクアフィットネスの指導および管理ができるものです。

今後、この資格を取得された優秀な水泳指導者が、スイミングクラブはもちろんのこと全国各地の水泳施設で、生活習慣病を中心とした各種の疾病とストレスを予防改善するプログラムの指導を行い、大いに活躍されるものと思います。

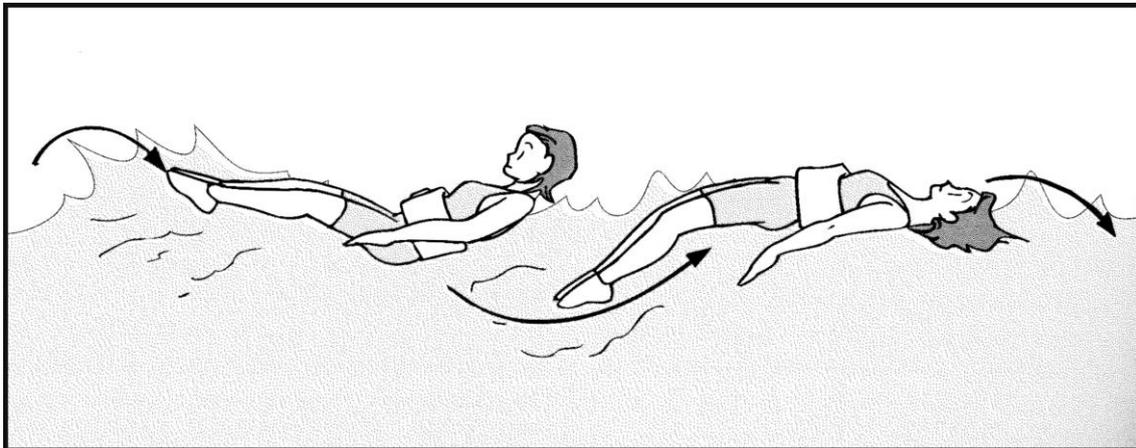
つきましては、講習会受講条件を満たしている方々に、この「メディカルアクアフィットネスインストラクター資格」を早期に取得していただき、プロの資格を持った水泳指導者として自信を持って指導をしていただきたいと思います。

また、この資格を取得していただきますと、当協会が認定しております「健康増進水中運動施設」の認定を受けていただくことができますので併せてご検討下さい。

敬具

『メディカルアクアフィットネスインストラクター資格取得講習会のご案内』

令和8年度メディカルアクアフィットネスインストラクター資格取得  
のための対象別講習会（ストレス予防改善）開催要項



一般社団法人日本スイミングクラブ協会

1. 主 催：一般社団法人日本スイミングクラブ協会
2. 主 管：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
3. 開 催 日：令和8年4月25日（土）・26日（日）
4. 会 場：1日目（25日）ホテルクライトン新大阪 2F  
〒532-0011 大阪府大阪市淀川区西中島 2-13-32 TEL：06-6885-1211  
地下鉄御堂筋線「西中島南方駅」、阪急京都線「南方駅」徒歩3分  
2日目（26日）スペックスイミングクラブ  
〒533-0004 大阪市東淀川区小松 1-5-3 TEL：06（6326）5577  
阪急京都線「上新庄駅」北口より徒歩3分
5. 受講対象者：下記の資格保持者の方か、または5年以上の水泳・水中運動指導経験者（\*）が、受講することができます。
  - 1）水泳教師 2）水泳 AA 級インストラクター
  - 3）アクアフィットネス上級インストラクター 4）医師
  - 5）健康運動指導士 6）看護師 7）健康運動実践指導者
  - 8）管理栄養士 9）介護福祉士 10）理学療法士 11）作業療法士
  - 12）温泉利用指導者 13）保健体育教諭

\* 5年以上の水泳・水中運動指導経験の条件で受講する場合、勤務先の責任者の署名が入った証明書が必要となります。ご希望の方には用紙をFAX致しますので、当協会事務局までご連絡下さい。
6. 講 師：一般社団法人日本スイミングクラブ協会認定メディカルアクアフィットネスインストラクター資格取得講習会講師
7. 参加諸費用：受講料 16,500 円、テキスト代 5,500 円（各対象別講習会共通）  
検定料 3,300 円 合計：25,300 円（初めてこの講習会を受講する場合は、必ずテキストの購入が必要です。なお、すでに他の対象別講習会を受講しテキストをご購入済みの方は、19,800 円になります。）
8. 定 員：40名
9. 資格の取得方法：1）本協会が定めた 6 つの対象別講習会を受講修了し試験に合格することで、資格申請をすることにより、メディカルアクアフィットネスインストラクター資格が取得できます。  
2）なお、各対象別講習会を修了し試験に合格するとともに、対象別メディカルアクアフィットネスインストラクターの資格が取得できます。
10. 講習科目の免除および受講料の減額：  
次の資格を保持している方に対しては、講習科目の受講の免除と試験の免除及び講習会受講料の減額を行います。
  - 1）水泳教師の資格保持者が対象別講習会を受講される場合は、実技実習及び指導実習を免除いたします。その場合は、基礎理論（通信講習を含む）の受講と試験のみとします。そして、対象別講習会受講料は、8,800 円とします。なお、別途検定料 3,300 円が必要になりますので、合計 12,100 円となります。
  - 2）アクアフィットネス上級インストラクターの資格保持者が対象別講習会を受講される場合は、実技実習及び指導実習を免除いたします。その場合は、基礎理論（通信講習を含む）の受講と試験のみとします。そして、対象別講習会受講料は、8,800 円とします。なお、別途検定料 3,300 円が必要になりますので、合計 12,100 円となります。
  - 3）健康運動指導士の資格保持者が対象別講習会を受講する場合は、基礎理論を免除いたします。その場合は、通信講習、実技実習、

及び指導実習の受講のみとします。そして、対象別講習会受講料は、8,800円とします。なお、別途検定料3,300円が必要になりますので、合計12,100円となります。

4) 医師又は看護師の資格保持者が対象別講習会を受講する場合は、基礎理論を免除いたします。その場合は、通信講習、実技実習及び指導実習の受講のみとします。そして、対象別講習会受講料は、8,800円とします。なお、別途検定料3,300円が必要になりますので、合計12,100円となります。

5) 水泳教師又はアクアフィットネス上級インストラクターの資格を有し、合わせて医師、健康運動指導士又は看護師の資格がある場合は、通信講習のみとします。なお、対象別講習会受講料はありませんが、検定料3,300円が必要になります。

11. 申込み方法 : 別紙申込書に必要事項を記入の上、必要書類を添えて下記宛ご郵送と同時に、参加諸費用を指定口座にお振込み下さい。  
《必要書類》①申込書 ②参加費用の振込み受領書のコピー  
③顔写真1枚(2.5×3.0cm) ④受講対象資格証のコピー
12. 申込み先 : 〒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 一般社団法人日本スイミングクラブ協会
13. 諸費用振込先 : 三菱UFJ銀行 江戸川橋支店  
普通預金 0376796 一般社団法人日本スイミングクラブ協会
14. 申込み締切り : 『ストレス予防改善メディカルアクアフィットネスインストラクター資格取得講習会』の締切りは、令和8年4月16日(木)必着です。  
(但し、定員になり次第締切ります。)
15. 申込みの確認 : 申込と振込みの確認は、申込み締切日後に「会場案内」の郵送をもって、ご連絡を致します。
16. その他 : ①1クラブ2名以上の申込の場合は、申込書をコピーしてお使い下さい。  
②諸費用の領収証としては、振込銀行発行の振込受領書を当て下さい。  
③講習会当日は、筆記用具、水着、水泳帽子、タオルをご用意下さい。  
④感染症拡大等の理由より、中止となる場合がございます。予めご承知おき下さい。  
⑤この資格を取得していただきますと、当協会が認定しております「健康増進水中運動施設」の認定を受けていただくことができます。詳しくは、同封の案内をご参照ください。  
⑥この講習会のお問合せは、一般社団法人日本スイミングクラブ協会事務局 : 丁子 (Tel03-6381-0750) 又は指導力向上委員会委員長 : 藤井 (Tel 090-7332-2987) 迄、ご連絡下さい。

**『ストレス予防改善メディカルアクアフィットネス  
インストラクター資格取得講習会プログラム』**

| 1日目（4月25日（土））<br>会場：ホテルクライトン新大阪 2F |  | 2日目（4月26日（日））<br>会場：スペックスイミングクラブ |  |
|------------------------------------|--|----------------------------------|--|
| 時 間                                | 受 講 内 容  | 時 間                              | 受 講 内 容                                  |
| 9：30～<br>9：50                      | 受 付  | 8：45～<br>9：00                    | 受 付                                      |
| 9：50～<br>10：00                     | 開 講 式  | 9：00～<br>10：30                   | <実技実習><br>ストレス予防改善のための<br>アクアフィットネス①     |
| 10：00～<br>12：00                    | <講義><br>ストレス予防改善のための<br>アクアフィットネスの指導<br>手順と注意点（4H） | 10：30～<br>12：00                  | <指導実習><br>ストレス予防改善のための<br>アクアフィットネス①（3H） |
| 12：00～<br>13：00                    | 休 憩  | 12：00～<br>13：00                  | 休 憩                                      |
| 13：00～<br>15：00                    | <講義><br>ストレス予防改善のための<br>アクアフィットネスの意義<br>と効果（4H）    | 13：00～<br>14：30                  | <実技実習><br>ストレス予防改善のための<br>アクアフィットネス②     |
| 15：00～<br>17：00                    | <講義><br>ストレス予防改善のための<br>アクアフィットネスの適応<br>と禁忌（4H）    | 14：30～<br>16：00                  | <指導実習><br>ストレス予防改善のための<br>アクアフィットネス②（3H） |
| 17：00～<br>18：00                    | 筆記テスト  | 16：00～<br>16：10                  | 閉 講 式                                    |

※（ ）時間数は、通信時間数を示し、レポートの提出になります。詳しくは、当日受講者に説明をいたします。

|      |  |
|------|--|
| 受講番号 |  |
|------|--|

**メディカルアクアフィットネスインストラクター資格取得講習会受講申込書**  
 (ストレス予防改善アクアフィットネスインストラクター資格取得講習会受講申込書)

- |                |            |                                    |
|----------------|------------|------------------------------------|
| ①. 25日・25日両日参加 | ②. 25日のみ参加 | ③. 26日のみ参加<br>(※希望する参加日に○印を付けて下さい) |
|----------------|------------|------------------------------------|

|          |                     |        |             |
|----------|---------------------|--------|-------------|
| 指導者登録番号※ |                     | 水泳指導歴  | 年 月 間 ( 時間) |
| フリガナ     |                     | 性別     | 生年月日 (西暦)   |
| 受講者氏名    |                     | 男<br>女 | 年 月 日生 ( 歳) |
| 自宅住所     | 〒<br><br>(Tel ( ) ) |        |             |
| 所属名      |                     |        |             |
| 所属住所     | 〒<br><br>(Tel ( ) ) |        |             |
| 代表者名     |                     |        |             |

※一般社団法人日本スイミングクラブ協会へ指導者登録をしている方は、指導者登録番号をご記入下さい。

<現在取得している資格> (取得している資格の登録番号を記入して下さい。)

|   |                    |
|---|--------------------|
| ・ 水泳教師〔資格登録番号： 〕  |                    |
| ・ 水泳 AA 級インストラクター〔資格登録番号： 〕                                 |                    |
| ・ アクアフィットネス上級インストラクター〔資格登録番号 〕                              |                    |
| ・ 健康運動指導士〔資格登録番号： 〕   |                    |
| ・ 医師〔医師登録番号 〕   | ・ 看護師〔資格登録番号： 〕    |
| ・ 健康運動実践指導者〔資格登録番号： 〕                                       |                    |
| ・ 管理栄養士〔資格登録番号： 〕   | ・ 介護士〔資格登録番号： 〕    |
| ・ 理学療法士〔資格登録番号： 〕   | ・ 作業療法士〔資格登録番号： 〕  |
| ・ 温泉利用指導者〔資格登録番号： 〕   | ・ 保健体育教諭〔資格登録番号： 〕 |
| ・ 本講習会が更新対象となっている日本スポーツ協会発行資格 (水泳教師資格以外)<br>〔資格名： 資格登録番号： 〕 |                    |

※上記資格の中で取得している資格がある方は、資格証のコピーを添えて下さい。

<講習科目の免除および受講料の減額>

|                                       |
|---------------------------------------|
| 1. 基礎理論 (通信講習を含む) の受講と試験のみ (12,100 円) |
| 2. 通信講習、実技実習、指導実習の受講のみ (12,100 円)     |
| 3. 通信講習のみ (3,300 円)                   |

※講習科目の免除および受講料の減額に該当する方は、該当するものに○印を付けて下さい。

<修了した対象別講習会>

|                                |
|--------------------------------|
| ・ 内科的疾患予防改善アクアフィットネスインストラクター   |
| ・ 循環器系疾患予防改善アクアフィットネスインストラクター  |
| ・ 整形外科的疾患予防改善アクアフィットネスインストラクター |
| ・ 転倒・寝たきり予防改善アクアフィットネスインストラクター |
| ・ 肥満予防改善アクアフィットネスインストラクター      |

※すでに修了した講習会に○印を付けて下さい。