

健康ウオーキング指導士

ウオーキングが持つ身体運動に対する機能を活用し、運動不足、栄養過多などに起因する生活習慣病、メタボリックシンドロームなどの予防・未病・疾病改善に役立て、心と身体の健康を維持促進し、活力寿命の延伸に役立てる目的をもって健康ウオーキング指導士の養成をしています。健康ウオーキング指導士は、ヘルスウオーキング指導士、アクティブウオーキング指導士から構成されています。

公認ウオーキング指導員の資格を同時に取得

受講資格・受講料

ヘルスウオーキング指導士	75,000円
アクティブウオーキング指導士	75,000円
健康ウオーキング指導士	125,000円

※登録料5,000円/年会費10,000円を含みます。
※既にJWA認定の資格をお持ちの方は、別途料金表をご参照下さい。

【受講資格】

①JWA個人正会員 ※年会費の納付

【実施形態】

- 通信講座
- 座学/実技 ①通い型(3~4回)

ヘルスウオーキング指導士

健康づくりのウオーキングとしての運動処方、未病、疾病改善の対応などウオーキングの運動機能を活用し、主に健康づくりの視点からウオーキングを捉え、その未病(兆候はあるが、発症していない状態)・疾病改善対応の助成を目的に学習していただきます。お仕事にも結びつきやすい資格です。

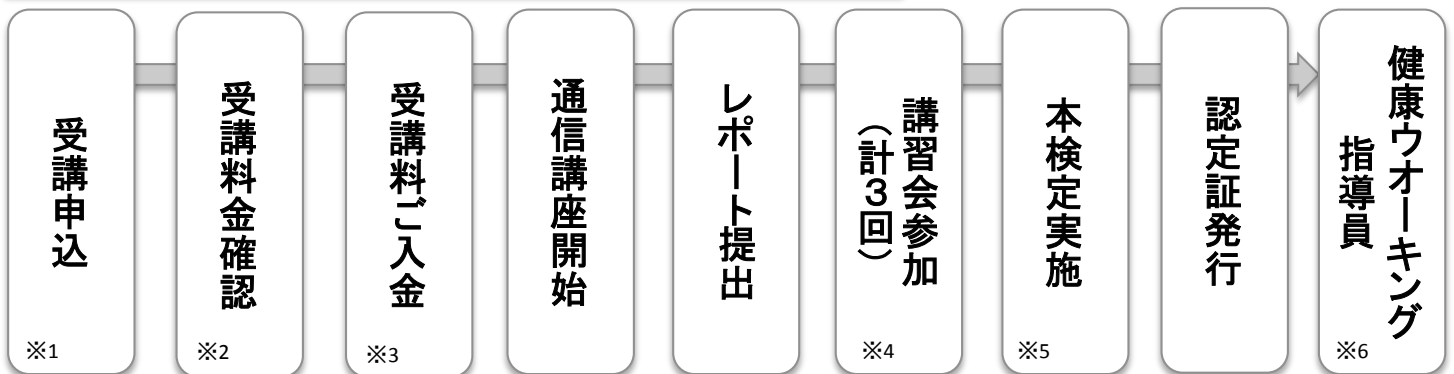
アクティブウオーキング指導士

世代を問わず、自然に親しむ、遠くへ出かける、日本や世界の自然を歩く、仲間づくりをするなど、ウオーキングをスポーツとして捉え、環境にもやさしいウオーキングを楽しむ“人づくり”のプログラムです。

講座	カテゴリー	カリキュラム概要
通信	ウオーキング概論	ウオーキングを活用した指導 ウオーキングマーケット概論/身体の健康/心の健康/身体運動とウオーキング/実践マネジメントスキルなど
座学 第1回	ウオーキングマーケット概論	ウオーキングマーケットを理解し、ウオーカーの特性や動機、目的などを学びます。 ウオーカーとウオーキングのタイプ/ヘルスウオーキング/身体の健康/心の健康/身体運動とウオーキングなど
座学 第2回	ウオーキング実技	ウオーキング指導に必要な実践的なスキルを講義と実技で身につけていきます。 ウオーキングを生活に活かす/健康をともなった体に効くウオーキング/ウオーキングと靴の関係/体力測定/ウオーキングと補助運動など
座学 第3回	実践マネジメント	ウオーキング指導方法やマネジメントなどのスキルを身につけます。 ウオーキング実践マネジメント/コーチングコミュニケーションなど

※講義の内容・タイトル等は変更となる場合がございます。

資格取得までの流れ



- ※1.WEB又は申込用紙にご記入の上、事務局までご連絡下さい。 https://www.walkbiz.com/bsc/lesson_form.php
- ※2.初めての方は、JWA会員となるための年会費・登録料が必要です。既にJWAの資格を保有している方は、別途料金表をご確認ください。
- ※3.ご入金後、テキスト等必要書類を郵送いたします。
- ※4.日程はお申込後ご案内しております。
- ※5.不合格の場合、追試がございます。
- ※6.ビジネスサポートセンターの登録(任意)することができます。

こんな方におすすめです

- ・自治体の健康増進に関わるお仕事をされている方
- ・福祉関係などのお仕事をされている方
- ・人々の健康づくりを支援している専門家の皆様
- ・ご自身の健康づくりとして専門的な知識を身につけたい方
- ・ウオーキングを活かした健康づくりに興味のある皆様

お問い合わせ・お申込

社団法人日本ウオーキング協会 健康ウオーキング指導士育成事務局
〒104-0061 東京都千代田区神田淡路町2-9-11 東酒類ビル6F
TEL: 03-6206-8795(代表) FAX: 03-6206-8192