



eラーニングによる更新必修講座  
受講のしおり

# 視聴推奨環境

---

- 【OS (Windows)】
- Windows 10 / 8.1
  
- 【ブラウザ】
- ・ Microsoft Edge (最新バージョン)
- ・ Internet Explorer 11
- ・ Chrome (最新バージョン)
- ・ Firefox (最新バージョン)

スマートフォン、タブレット端末視聴環境については、端末の仕様によって異なります。

また、Wi-FiやLTEなど高速で安定したインターネット接続をご利用ください。

# 更新必修講座の受講～単位の付与までの流れ

マイルームへの  
ログイン

- <https://mite.stream.co.jp/eqh241vcom/user/login.php> アクセスしログインページにログインID及びパスワードを入力してください。
- その後、ログインをクリックするとマイルームへログインができます。

受講講座の選択

- マイルームにある講座一覧（問題集）から受講する講座を選択し、講座一覧右側の「受講」ボタンをクリックしてください。

講義動画の視聴

- 講義動画ページの「再生」をクリックして動画を視聴してください。
- 未受講の状態ではシークバーは表示されませんが、一度最後まで視聴されるとシークバーが出現し自由に再生箇所を選べるようになります。

受講の修了

- 講義動画を最後まで視聴されたら動画ページ左上にある「実施する」ボタンをクリックして問題集の回答ページから「受講完了」をチェックして「全問答え合わせ」をクリックすることで受講が修了いたします。

単位の付与

- 講義を最後まで視聴すると、マイルームにある講座一覧（問題集）の右側に修了証ボタンが表示されます。修了証ボタンをクリックして修了証を発行の上印刷してください。
- 未修了、視聴途中の講座は単位付与の対象になりません。
- 印刷機器がない場合にはその旨財団までご相談ください。

# eラーニングサイトに入る（「マイルーム」へのログイン）

下記アドレスにアクセスします。

<https://mite.stream.co.jp/eqh241vcom/user/login.php>

開講案内メールに記載されている同文字列をクリックすると直接ログイン画面に移動することができます。

ログイン画面（下図）が表示されたら、開講案内に記載されているIDとパスワードを入力します。「ログイン」ボタン（赤枠）をクリックすると、講座の一覧が表示される「マイルーム」に移ります。

ユーザID・パスワード共に、  
大文字・小文字は区別されます  
ので、開講案内に記載されてい  
る通りに入力してください。  
（コピー・貼り付け可）

ログインIDとパスワードを入力し、「ログイン」をおしてください。

ログインID	<input type="text"/>
パスワード	<input type="password"/>
	<input type="button" value="ログイン"/>

※画面のイメージは一部実際のものとは異なる場合があります。

# マイルーム各種メニューボタン、ページ遷移ボタン

マイルームの画面は以下のようになっています。

ようこそ事務局用ID (受講者) さん 最終ログイン2021-05-13 14:07:47

お知らせ

KEN123456

未読のお知らせはありません。

新着問題集

実施	優先度	タイトル(シリーズ)	カテゴリ	開始日時	終了日時	
未	通常	健康運動指導士に必要な疾患別ガイドラインの知識 (NCD) ①	健康運動指導士に必要な疾患別ガイドラインの知識 (NCD)	2021-05-13 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講
未	通常	健康運動指導士に必要な疾患別ガイドラインの知識 (NCD) ②	健康運動指導士に必要な疾患別ガイドラインの知識 (NCD)	2021-05-13 00:00:00	2021-06-10 00:00:00	受講
未	通常	健康寿命延伸のためのサルコペニア・フレイル対策①	健康寿命延伸のためのサルコペニア・フレイル対策	2021-05-13 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講
未	通常	健康寿命延伸のためのサルコペニア・フレイル対策②	健康寿命延伸のためのサルコペニア・フレイル対策	2021-05-13 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講
未	通常	「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康運動指導士の役割①	「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康運動指導士の役割	2021-05-12 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講
未	通常	「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康運動指導士の役割②	「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康運動指導士の役割	2021-05-12 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講

※最新の10件を表示しています。

## ログアウト

クリックし、マイルームからログアウトします。  
ログアウトしないと他人も受講できてしまうので、  
他人と共有するパソコンで受講する場合は必ず「ログアウト」してください。

## お知らせ

財団やeラーニングシステム会社から受講者の方へお知らせする事項があった場合にはこちらに表示されます。

## 視聴ステータス

各講座の視聴ステータスが表示されます。  
各ステータスは以下のとおりです。

**受講** … この講座を受講できます。

**受講** … 前編未修了のためこの講座は視聴出来ません。前編を修了後に視聴可能になります。

## 講座の表示

更新必修講座は3講座各前後編を①②としての合計6講座があります。

※画面のイメージは一部実際のものと異なる場合があります。

# マイルームから受講する「講座」を選択する

講座（問題集の一覧が表示される「マイルーム」ページです。

学習したい講座の「タイトル（シリーズ）」の受講ボタン（赤枠）をクリックして開始します。

※各講座は前後編になっており、①の前編からしか視聴出来ません。

新着問題集

実施	優先度	タイトル(シリーズ)	カテゴリ	開始日時	終了日時	
未	通常	健康運動指導士に必要な疾患別ガイドラインの知識 (NCD) ②	健康運動指導士に必要な疾患別ガイドラインの知識 (NCD)	2021-05-13 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講
未	通常	健康運動指導士に必要な疾患別ガイドラインの知識 (NCD) ①	健康運動指導士に必要な疾患別ガイドラインの知識 (NCD)	2021-05-13 00:00:00	2021-06-10 00:00:00	受講
未	通常	健康寿命延伸のためのサルコペニア・フレイル対策②	健康寿命延伸のためのサルコペニア・フレイル対策	2021-05-13 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講
未	通常	健康寿命延伸のためのサルコペニア・フレイル対策①	健康寿命延伸のためのサルコペニア・フレイル対策	2021-05-13 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講
未	通常	「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康運動指導士の役割②	「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康運動指導士の役割	2021-05-12 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講
未	通常	「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康運動指導士の役割①	「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康運動指導士の役割	2021-05-12 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講

※画面のイメージは一部実際のものとは異なる場合があります。

# 講義視聴の流れ

「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康運動指導士の役割	2021-05-12 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講
「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康運動指導士の役割	2021-05-12 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講

**問題集詳細**  
タイトル: 「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康運動指導士の役割①

問題集の説明

公益財団法人健康・体力づくり事業財団  
理事長 下光 輝一

カテゴリ

「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康運動指導士の役割

実施期間

2021-05-12 00:00:00 ~ 2021-06-10 23:59:59

出題形式

連続回答

出題数

1 問  
※この問題集にはアンケートは登録されていません。

① 視聴する講義の「受講」をクリックしてください

② 講義の詳細が表示されます。  
カテゴリや実施期間を確認ください。

「出題形式」や「出題数」が表示されておりますが、  
受講後に確認テスト等はありません。

**実施する** ※最後まで閲覧した後、問題集を実施できます。

③ 問題集詳細ページ下部にある「実施する」をクリックすることで、動画のページに飛びます。

※画面のイメージは一部実際のものと異なる場合があります。

# 講義動画の視聴

実施する

② 講義の視聴が全て終わったら実施するボタンをクリックしてください。

我が国における健康づくり対策の流れ

年	対策名	内容
1978	S53～ 第1次国民健康づくり対策	乳幼児から高齢者までの健康診査 市町村保健センター等の整備 保健師、栄養士等マンパワーの確保
1988	S63～ 第2次国民健康づくり対策 ～アクティブ80への挑戦～	運動習慣の普及を重点とした対策 (運動指針の策定、健康運動指導士などの制度)
2000	H12～ 第3次国民健康づくり対策 ～21世紀における国民健康づくり運動(健康日本21)～	一次予防重視 健康づくり支援のための環境整備 目標等の設定と評価
2013	H25～ 第4次国民健康づくり対策 ～健康日本21(第2次)～	

健康増進法の施行  
H18 医療制度改革関連法の成立  
H20 特定健康診査・特定保健指導開始

健康・体力づくり事業財団  
30

0:47:04 / 0:47:04 Auto

再生

① 再生ボタンをクリックして動画を再生してください。

【注意】

最後まで視聴される前に画面を閉じたり、ページを移動したりすると、システム上に正しく完了の記録が残りませんのでご注意ください。

※画面のイメージは一部実際のものとは異なる場合があります。



# 問題集の回答

動画を最後まで視聴して「実施する」ボタンをクリックすると解答画面が表示されます。  
選択肢「受講完了」にチェックをして「全問答え合わせ」をクリックしてください。

The screenshot shows a quiz interface with the following elements:

- 問題集実施中** (Quiz in Progress)
- タイトル: 「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康運動指導士の役割①** (Title: Current status of national policies centered on "Healthy Japan 21 (2nd Round)" and the role of health and fitness instructors ①)
- 1問目/全1問** (Question 1 / Total 1 question)
- 問題** (Question): こちらで終了となります。 (This is where you finish.)
- 選択肢** (Options):
  - ① 受講完了にチェックを入れてください。 (Check "Completed Course" in the options.)
- 選択肢** (Options):
  - 受講完了 (Completed Course)
- 全問 答え合わせ** (All questions Answer Check)
- 確認画面へ** (To Confirmation Screen):
  - ② 確認画面に移動します。「受講完了」にチェックした状態で「全問答え合わせ」をクリックしてください。 (Move to the confirmation screen. Click "All questions Answer Check" with "Completed Course" checked.)

※画面のイメージは一部実際のものとは異なる場合があります。

# 受講の修了

下記画面が表示され受講が修了いたします。  
ウインドウを閉じてマイページから次の動画をご視聴ください。

問題集実施中

タイトル：「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康運動指導士の役割①

1問目/全1問 あなたの答えは **正解!**

問題

こちらで終了となります。

あなたの回答

選択肢

受講完了

正しい答え

選択肢

受講完了

解説

問題集完了

問題集が完了しました。

ウインドウを閉じる

※画面のイメージは一部実際のものとは異なる場合があります。

公益財団法人 健康・体力づくり事業財団

# 修了証の発行

講義を最後まで視聴すると、マイルームにある講座一覧（問題集）の右側に修了証ボタンが表示されます。修了証ボタンをクリックして修了証を発行の上印刷してください。

開始日時	終了日時		
2021-05-13 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講	修了証
2021-05-13 00:00:00	2021-06-10 00:00:00	受講	
2021-05-13 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講	修了証
2021-05-13 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講	
2021-05-12 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講	修了証
2021-05-12 00:00:00	2021-06-10 23:59:59	受講	

## 選択肢

① 「修了証」をクリックしてください。

## ②付与単位数

講義1.5単位 「健康日本21(第二次)」を中心とする国の施策の現況及び健康  
運動指導士の役割

講義2.0単位 健康寿命延伸のためのサルコペニア・フレイル対策

講義1.5単位 健康運動指導士に必要な疾患別ガイドラインの知識（NCD）

- 前編後編両方とも修了されてないと修了証ボタンは表示されません。
- 配信期間内に未視聴又は視聴途中の為修了していない講座は単位付与の対象になりません。
- 印刷機器がない場合には、その旨を財団までご相談ください。

※画面のイメージは一部実際のものとは異なる場合があります。

# お問い合わせ

---

eラーニングをご受講いただくにあたり、受講方法や学習内容についてご不明な点がございましたら、下記までお問い合わせください。

電話

公益財団法人健康・体力づくり事業財団  
指導者支援部

03 - 6430 - 9115

受付9時～17時30分（土曜祝日休、12/29～1/3休）

メール

[kenataizaidan@health-net.or.jp](mailto:kenataizaidan@health-net.or.jp)

土日祝日、年末年始のお問い合わせは翌通常営業日以降の回答となります。  
お問い合わせ内容によっては、回答まで時間がかかる場合があります。