令和８年３月

健康運動指導士及び健康運動実践指導者の登録更新に係る要件等の変更について（お知らせ）

令和８年３月６日付で「健康運動指導士及び健康運動実践指導者養成事業規則細則」及び「健康運動指導士及び健康運動実践指導者登録更新講習会の認定等に関する規程」を一部改正し、健康運動指導士及び健康運動実践指導者の登録更新に係る要件が変更されましたのでお知らせします。

1. 登録更新に必要な実習単位数の変更について

登録更新に必要な「実習単位」の要件を見直しました。これまでは「実習５単位以上」を必須要件としていましたが、更新に必要な単位に「実習」が含まれていれば実習の単位数は問いません。これに伴い、登録更新に必要な単位は以下のとおりです。

○健康運動指導士：実習を含む 20 単位以上。
（加えて更新必修講座の受講が必要。）

○健康運動実践指導者：実習を含む 10 単位以上。

2. 一次救命処置等の講習における実習単位の認定について

各都道府県の消防庁（署）や日本赤十字社が実施する一次救命処置等の対象講習を受講し、その技能認定証や受講証明書を提出することで登録更新に必要な実習単位として認めることができます。

○対象講習会
- 赤十字救急法基礎講習
- 赤十字救急法救急員養成講習
- 消防庁（署）普通救命講習（自動体外式除細動器業務従事者講習含む）
- 消防庁（署）上級救命講習
- 消防庁（署）応急手当普及員・指導員

○認定単位数

・実習３単位

※受講日数や受講時間数にかかわらず一律で実習３単位とします。

※「対象講習会」のうち、いずれかの受講を有効期限内で１回のみ単位認定します。

※オンライン(ウェブ)のみの講習は対象外です。現地で実習を含む講習を受講し、技能認定証や受講証明書が発行されたものが認定対象です。

○申請方法

・登録更新時に、技能認定証や受講証明証の写しを添付してください。
ただし、健康運動指導士・健康運動実践指導者の登録の有効期限内に受講したものに限ります。

○注意事項

・対象講習会の主催団体が発行した証明書をもって単位認定します。技能認定証や受講証明証が発行されない場合は単位認定できません。

・健康運動指導士・健康運動実践指導者の資格更新手続きや実習単位認定について、日本赤十字社及び消防庁（署）へ直接問い合わせすることはご遠慮ください。一時救命処置等の講習における実習単位認定に関するご不明な点は、当財団までお問い合わせください。

以上

【本件に関する問い合わせ先】
公益財団法人 健康・体力づくり事業財団
指導者支援部
〒105-0021 東京都港区東新橋 2-6-10
大東京ビル 7 階
TEL：03-6430-9115 FAX：03-6430-9215
Mail: mailbox-shidousya@health-net.or.jp