

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月より「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

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、今後は登録更新に必要な単位数に「実習」が含まれていれば「実習」の単位数は問いません。

○健康運動指導士：実習を含む20単位以上。  
(※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

日本赤十字社や各都道府県の消防庁（署）が実施する一次救命処置等の対象講習を有効期限内に受講した場合、その技能認定証や受講証明証を登録更新時に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証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。

○注意事項

- ・対象講習会の主催団体が発行した証明証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。

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](mailto:mailbox-shidousya@health-net.or.jp)