

2026年『ヘルスツーリズム人材育成講座』兼 『健康運動指導士・健康運動実践指導者更新講習』 in 高尾！

受講生募集！

健康運動指導士
健康運動実践指導者
登録更新15単位
取得可能認定番号
第1回（256693）
第2回（256694）

主催：特定非営利活動法人日本ヘルスツーリズム振興機構

共催：一般社団法人日本ヘルスツーリズム学会

後援：八王子市教育委員会、健康日本21推進全国連絡協議会

旅と健康という新しい視点の観光形態である「ヘルスツーリズム」は次世代ヘルスケア産業として、「楽しみながら健康について学ぶ」ことが期待されている注目の領域です。この度、八王子市においてヘルスツーリズムの拡大と高い品質確保を目的に、人材育成講座を開催いたします。受講後、認定試験に合格された方には「日本ヘルスツーリズムアテンダント」の資格が付与されます。また、「健康運動指導士」「健康運動実践指導者」の方は受講講座に応じて登録更新に必要な履修単位として講義7単位／実習8単位が認められます。講義ではヘルスケア産業の現状から健康づくり概論等、実習では健康チェックや運動の基本からリラクゼーション体験の指導法まで幅広く、最新の知見を提供いたします。皆さまのご参加をお待ちしております。1日だけの参加も可能です。（ヘルスツーリズムアテンダントを目指す方は2日間の参加が必須）

- ◆ヘルスツーリズムアテンダントの資格認定試験はWEBにて実施を予定しております。希望者には受講後改めましてご案内いたします。
- ◆ヘルスツーリズムアテンダントの資格を取得せず健康運動指導士/健康運動実践指導者の登録更新の単位取得のみの目的でも受講可能です

講座 スケジュール

第1回：2026年1月23日（金）～2026年1月24日（土）2日間

第2回：2026年1月25日（日）～2026年1月26日（月）2日間

ご希望の日程をお選びください（内容は同一です）

<1日目：講義> 9：30～17：40

会場：高尾の森わくわくビレッジ

【主な内容】（座学・実習）

- 健康づくり施策 ●ヘルスツーリズム論 ●健康経営における保健指導法 ●運動療法プログラム ●ストレス理論 ●ウェルネス論

<2日目：実習> 9：20～18：30

会場：高尾の森わくわくビレッジ

【主な内容】（実地研修）

- 健康チェック・体力測定 ●屋外での健康プログラム ●屋外でのレジスタンストレーニング ●リラクゼーション・メンタルヘルス ●ヘルスツーリズムにおける運動プログラム作成実習

ご確認 下さい

- 会場までの交通・宿泊に関してはご自身でお手配くださいますようお願いいたします。
- 会場の駐車場は台数に限りがございますので、公共交通機関をご利用いただきおこください。
- ヘルスツーリズムアテンダントの資格を目指す方は、全講座の受講が必須です。
- 健康運動指導士・実践指導者更新講習を目的に受講される方は、期日毎（1日目のみ、2日目のみ）のお申込みも可能です。

お申し込み方法

受講希望の方は下記リンクもしくは右記QRコードより

アクセスの上お申込ください。QRコードは胸デンソーウェブの登録商標です。



または「2026年日本ヘルスツーリズム
人材育成講座」で検索

申込専用リンク：<https://forms.gle/CxXAbUocS3XgAYdp9>

受講料金

30,000円（税込）2日間の講座（講義・実習）受講料 ※交通費・宿泊費は含んでおりません

※健康運動指導士・実践指導者更新講習目的の期日毎受講料は、1日目（1/23、1/25）：14,000円、2日目（1/24、1/26）：16,000円です（税込）

受講定員

各回50名 定員（受講生50名）に達し次第、締め切らせていただきます。予めご了承ください。

参加対象者

ヘルスツーリズムに携わる方、健康運動指導士、健康運動実践指導者、保健師、看護師、理学療法士、医師、管理栄養士、観光関係者（ガイド、旅行会社スタッフ、DMO職員）など

講座に関する お問い合わせ

ヘルスツーリズム人材育成講座事務局（日本ヘルスツーリズム振興機構内）

E-mail：attendant@healthtourism-npo.org ※お問い合わせは左記メールにて承っております。

講座スケジュール（予定）

※講師は都合により変更になる場合がございます

1日目

内容	時間（分）	科目	講師	講義	実習	認定 単位数
健康づくり施策	60	9:30～10:30	健康づくり施策概論	特定非営利活動法人日本ヘルスツーリズム振興機構 理事長 下光 輝一	○	1
ヘルスツーリズム論	60	10:30～11:30	健康づくり施策概論	特定非営利活動法人日本ヘルスツーリズム振興機構 事務局長 西崎 徹	○	1
健康経営における保健指導法	60	11:40～12:40	健康づくり施策概論	株式会社ウェルネスツーリズム研究所 代表 木下 藤寿	○	1
運動療法プログラム	120	13:30～15:30	健康づくり運動の理論	株式会社ウェルネスツーリズム研究所 代表 木下 藤寿	○	2
ストレス理論	60	15:40～16:40	健康づくり運動の理論	太成学院大学人間学部 教授 Ph.D 公認心理師 河野梨香	○	1
ウェルネス論	60	16:40～17:40	健康づくり施策概論	太成学院大学人間学部 教授 Ph.D 公認心理師 河野梨香	○	1

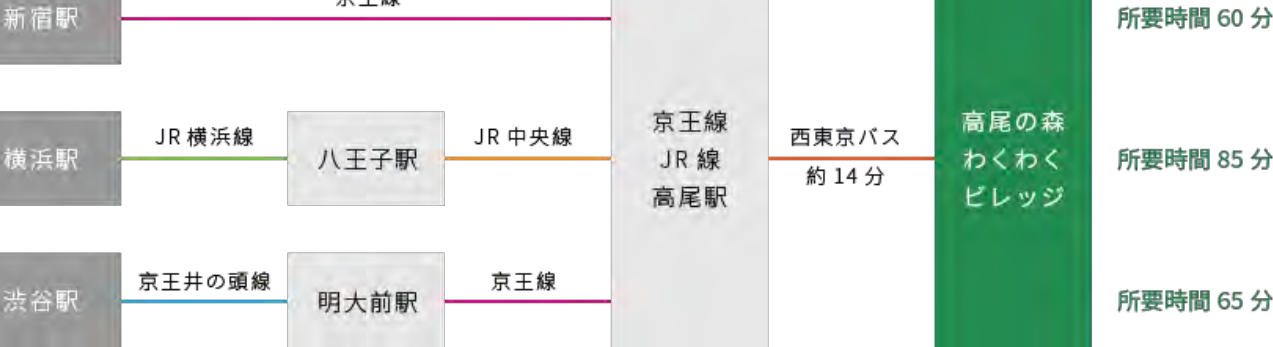
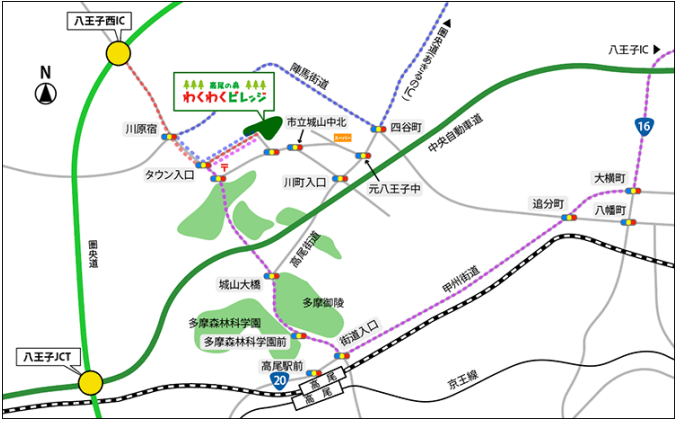
2日目

内容	時間（分）	科目	講師	講義	実習	認定 単位数
健康チェック・体力測定	120	9:20～11:20	体力測定と評価	株式会社ウェルネスツーリズム研究所 代表 木下 藤寿	○	2
屋外でのウォーキング	120	11:30～13:30	健康づくり運動の実際	株式会社ウェルネスツーリズム研究所 代表 木下 藤寿	○	2
屋外でのレジスタンストレーニング	60	14:20～15:20	健康づくり運動の実際	株式会社ウェルネスツーリズム研究所 代表 木下 藤寿	○	1
リラクゼーション体験の指導法とメンタルヘルス	60	15:20～16:20	運動とこころの健康増進	株式会社ウェルネスツーリズム研究所 代表 木下 藤寿	○	1
ヘルスツーリズムにおける運動プログラム作成実習	120	16:30～18:30	運動プログラムの実際	株式会社ウェルネスツーリズム研究所 代表 木下 藤寿	○	2

会場案内

高尾の森わくわくビレッジ
〒193-0821 東京都八王子市川町55
TEL：042-652-0911
FAX：042-652-0944
※**駐車場は台数が限られているため、
公共交通機関をご利用ください。**

アクセス



八王子市の観光情報