

平成 30 年度

厚生労働省後援

サウナ・スパ健康士 養成研修講座のご案内

(サウナトレーナー等を対象)



公益社団法人
日本サウナ・スパ協会

第26回 サウナ・スパ健康士養成研修講座 募集要領

1. 目的

この事業は、サウナ及びスパ施設において、サウナ利用者がサウナ浴のもつ保健的機能を応用した健康維持増進のために、サウナ浴を安全で衛生的に実施できるよう指導するとともに、効果的な入浴前、入浴後の運動の方法を指導する者を養成することを目的とします。

2. 事業主体

サウナ・スパ健康士の養成事業は、公益社団法人日本サウナ・スパ協会が実施いたします。
なお、通信教育に係る事務については、学校法人産業能率大学に委託して行います。

3. 期間

- (1) 養成期間1年間（資格登録を含み平成30年9月～平成31年8月）
- (2) 研修期間、場所
通信教育受講場所 自宅または勤務先
集中講義受講場所 全国ブロック単位に実施（詳細は後日通知します）

4. 募集人員

30名

5. 研修内容

カリキュラム（別表）
通信教育80単位、集中講義（スクーリング）20単位、計100単位を修得します。1単位45分間です。

6. 受講資格

- (1) 公益社団法人日本サウナ・スパ協会会員の温浴施設において勤務するトレーナー等。
- (2) (1)以外で協会会長が認める者。

7. 受講申込書等受付期間

平成30年7月20日までに必着のこと。

8. 受講申し込み方法

受講申し込みは、この案内に添付の受講申込書（試験申込書を含む）を受付期限までに、公益社団法人日本サウナ・スパ協会事務局に送付してください。

9. 受講者の決定

申込書類を審査のうえ受講者を決定し、受講許可書を通知します。

10. 開講時の注意事項について

研修については、最初に通信教育を行い、次いで集中講義を行います。
通信教育を委託する学校法人産業能率大学（予定）から「学習のしおり」が受講者の皆様に送られ、学習の進め方や諸注意がわかります。

11. 修了証書の授与等について

所定の単位を取得した者には、公益社団法人日本サウナ・スパ協会会長の修了書を授与します。
なお、病気、事故等により研修講座の課程を全部修了できなかった者については、次回以降の研修講座において欠けている単位を取得していただきます（受講料は別途定めます）。

12. 試験の実施

研修会集中講義日に修了者を対象として研修講座カリキュラムに沿った内容の筆記試験を行います。試験は、公益社団法人日本サウナ・スパ協会が行います（なお、病気等の都合により試験を受けることができなかった者は1年以内に行われる試験を受けることができます）。

13. 登録の実施

- (1) 試験の合格者には、公益社団法人日本サウナ・スパ協会のサウナ・スパ健康士登録資格が与えられます。
- (2) 登録者にはサウナ・スパ健康士の名称の使用を許可します。
- (3) 登録は3年間有効で、所定の研修を受講することにより更新することができます。

14. 受講料

10万円（教科書代、試験料を含みます）

15. 登録料

2万円（3年毎の更新料6千円）

但し、サウナ・スパ健康アドバイザー資格登録をしている者は1万5千円。

16. 後援

この事業は、厚生労働省の後援を得て実施します。

17. その他

- (1) 受講料は、受講者決定通知書送付の際に受講料納入のための「銀行振込み依頼書」を同封しますので、それにより納入してください。
受講申し込み時に現金等を持参または郵送しないよう注意してください。
- (2) 受講案内等に関し不明の点や疑義がある場合は公益社団法人日本サウナ・スパ協会に照会してください。

養成研修講座・受講申し込みから登録までの日程

①研修講座ご案内送付 (協会→会員)	会員宛に協会より「ご案内」と通知文を送付。	平成30年	6月1日
②受講申込書送付 (受講者→協会)	受講希望者が記入した受講申込書（試験申込書を含む）を協会宛に送付。		～7月20日
③受講申込書審査決定 (協会)	受講希望者からの申込書を審査、不備がなければ受講者として決定。		7月23日～8月10日
④受講決定通知書送付 (協会→受講者)	受講決定通知書を受講決定者に通知。		8月17日
⑤受講許可書類送付 (協会→受講者)	受講料納入を確かめ、受講許可書を受講者に送付。		8月31日
⑥受講開始 (産能大)	学校法人産能大学による通信教育を開始。		9月5日
⑦集中講義 (協会)	各ブロック単位にて開催。		
⑧修了書の交付 (協会→受講者)	通信教育を修了し、集中講義でのテスト合格者に対し通知。	平成31年	5月1日
⑨登録 (協会)			7月31日

サウナ・スパ健康士 カリキュラム

科目名	単位数		内容
	通信教育	集中講座	
【基礎科目】 1. サウナ浴スパ健康法概論 2. 公衆衛生等 3. 職業と法律 4. サウナ業務の関連する法規	19		<ul style="list-style-type: none"> ・サウナ浴による健康法について ・公衆衛生の意義、環境衛生等 ・法律と人との関わりなど ・公衆浴場法など関係法規
5. 健康管理と健康障害 6. サウナ施設概論 7. 健康士としての心得 8. 応急手当の知識と実際	22	6	<ul style="list-style-type: none"> ・健康の概念、疾病の概念と分類等 ・サウナ施設の歴史、サウナ施設等 ・職業倫理と職業管理 ・万一の事故に備えての基礎知識
9. からだの構造とその働き(1) 10. からだの構造とその働き(2)	15		<ul style="list-style-type: none"> ・体の区分と各部の名称、解剖学用語等 ・骨格、筋肉、消化器等の種類、働き
小計	56	6	
【専門科目】 第1章 サウナ浴スパ健康法 1. サウナ浴スパ健康法の理論 (1) サウナ浴スパ健康法とは (2) サウナ浴の発汗作用と効果 (3) サウナの衛生管理とリスク管理 (4) サウナ浴の方法 (5) サウナエイドサービス 2. サウナ浴健康法の実際	12	6	<ul style="list-style-type: none"> ・サウナ浴スパ健康法 ・サウナ浴の発汗作用、サウナの効果等 ・サウナ浴がリスクになる場合、サウナ浴にあたっての注意 ・サウナ浴に出かける回数、サウナの入浴マナー等の健康チェックとサウナの入り方 ・サウナエイドサービス ・肩こり、スポーツ後の筋肉痛、全身疲労等
小計	12	6	
第2章 運動指導と入浴法の種類 1. 運動指導の種類	12	8	<ul style="list-style-type: none"> ・運動指導の目的、健康チェック、体力テスト法、サウナ浴スパ健康法に必要なプログラム ・温冷交替浴、冷浴、足浴、薬浴と泥浴、紫外線浴、バイブバス渦流浴、運動浴
2. 入浴法の種類			
小計	12	8	
合計	80	20	



■ 受講・受験申込先／お問い合わせ先 ■

公益社団法人 日本サウナ・スパ協会

〒102-0074 東京都千代田区九段南 4-8-30 アルス市ヶ谷 907

TEL : 03-5275-1541 FAX : 03-5275-1543

サウナ・スパ健康士養成研修講座受講及び試験申込書

(トレーナー等を対象)

氏名	(ふりがな)	性別	男・女	生年月日	昭和・平成	年	月	日	日生 歳
	(〒 -)								
現住所	携帯	-	-	電話	-	-	-	-	-

勤務先	社名	所在地 (〒 -)	電話	-	-
	(店名)				

施設での勤務歴 サウナ及びスパ	期間	年	月	年	月	年	月	年	月

教材等発送先
[該当に○を]
<input type="radio"/> 現住所
<input type="radio"/> 勤務先

健康アドバイザー資格
[該当に○を]
<input type="radio"/> 有り <input type="radio"/> 無し