

## 健康運動指導士の活躍の場

健康運動指導士は、健康のプロフェッショナルとして次のような場で活躍しています。

### 行政機関(一次予防)



スポーツ健康学科 2018年度卒業  
南箕輪村役場健康福祉課 勤務

**堀内 香純** さん

【在学中に取得した資格】  
健康運動指導士  
健康運動実践指導者  
第一種衛生管理者



スポーツ健康学科 2014年度卒業  
筑北村役場住民福祉課 勤務

**中条 ちひろ** さん

【在学中に取得した資格】  
健康運動実践指導者  
トレーニング指導者  
NSCA-CPT

【卒業後に取得した資格】  
健康運動指導士



スポーツ健康学科 2008年度卒業  
松本市立病院 事務部 勤務

**甘利 祐紀** さん

【在学中に取得した資格】  
健康運動指導士、第一種衛生管理者、  
高等学校教諭一種免許状(保健体育)、  
介護職員初任者研修

【卒業後に取得した資格】  
パラスポーツ指導員(初級)

### 医療機関(二次予防・三次予防)



スポーツ健康学科 2022年度卒業  
医療法人横浜ヘルスケアシステム  
戸塚共立第1病院 勤務

**杉山 絢都** さん

【在学中に取得した資格】  
健康運動指導士  
健康運動実践指導者  
第一種衛生管理者

【卒業後に取得した資格】  
CMS事務認定試験(取得中)



スポーツ健康学科 2021年度卒業  
社会医療法人財団慈恵会  
相澤東病院 看護部 勤務

**小澤 郁予** さん

【在学中に取得した資格】  
健康運動指導士  
健康運動実践指導者  
第一種衛生管理者



スポーツ健康学科 2017年度卒業  
大学院健康科学研究科修士課程  
2021年度修了  
順天堂大学医学部附属順天堂医院  
健康スポーツ室 勤務

**土井 麻弓** さん

【在学中に取得した資格】  
健康運動指導士、健康運動実践指導者

【卒業後に取得した資格】  
東京糖尿病療養指導士、心電図検定4級、  
心臓リハビリテーション指導士(取得中)、  
心電図検定3級(取得中)

### 指定運動療法施設(一次予防・二次予防・三次予防)




スポーツ健康学科 2015年度卒業  
一般社団法人MOSC メディカル  
フィットネス Alcurar 勤務

**東 良道** さん

【在学中に取得した資格】  
健康運動指導士、健康運動実践指導者、  
第一種衛生管理者

【卒業後に取得した資格】  
NSCA-CSCS、NASM-PES  
PHIピラティスマットインストラクター  
アスレティックトレーナー(受講中)




スポーツ健康学科 2011年度卒業  
順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科  
博士前期課程2013年度修了  
社会医療法人徳生会 丸の内病院 リハビリテーション部 勤務

**本沢 晶雄** さん

【在学中に取得した資格】  
健康運動指導士、健康運動実践指導者、  
トレーニング指導者、第一種衛生管理者

【卒業後に取得した資格】  
心臓リハビリテーション指導士  
東京糖尿病療養指導士、NASM-PES、  
NASM-CES、TRXベーシックトレーナー



スポーツ健康学科 2011年度卒業  
城西医療財団S'ウェルネスクラブ小谷 勤務

**荻澤 ひとみ** さん

【在学中に取得した資格】  
健康運動指導士  
健康運動実践指導者

【卒業後に取得した資格】  
温泉入浴指導員  
ストレッチポールベーシックインストラクター


### 一般企業(一次予防)



スポーツ健康学科 2022年度卒業  
コナミスポーツ株式会社 勤務

**今井 美月希** さん

【在学中に取得した資格】  
健康運動指導士  
健康運動実践指導者  
第一種衛生管理者



スポーツ健康学科 2020年度卒業  
株式会社池の平ホテル&リゾート 勤務

**助川 由衣** さん

【在学中に取得した資格】  
健康運動指導士  
健康運動実践指導者  
第一種衛生管理者  
養護教諭一種免許状



スポーツ健康学科 2010年度卒業  
順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科  
博士前期課程2012年度修了  
エア・ウォーター株式会社HR戦略室 勤務

**重野 利彰** さん

【在学中に取得した資格】  
健康運動指導士、健康運動実践指導者、  
第一種衛生管理者、NSCA-CPT

【卒業後に取得した資格】  
キャリアコンサルタント、健康経営エキスパート  
アドバイザー、メンタルヘルスマネジメント検定II種

## 就職の特長

上記のように一次予防から三次予防に関わる多くの企業・機関で、専門的な知識・技術を生かして活躍することができます。また、社員の健康増進を目的に健康経営を行っている企業からも人材が求められています。

現在の医療・健康産業の市場規模は約1,500兆円ですが、2032年には現在の自動車産業(400兆円)の7倍近くの市場規模(2,800兆円)に成長するといわれています(出所『医療・健康ビジネスの未来2023-2032』)。このことから、今後の医療・健康産業を支える人材としての活躍が期待されています。

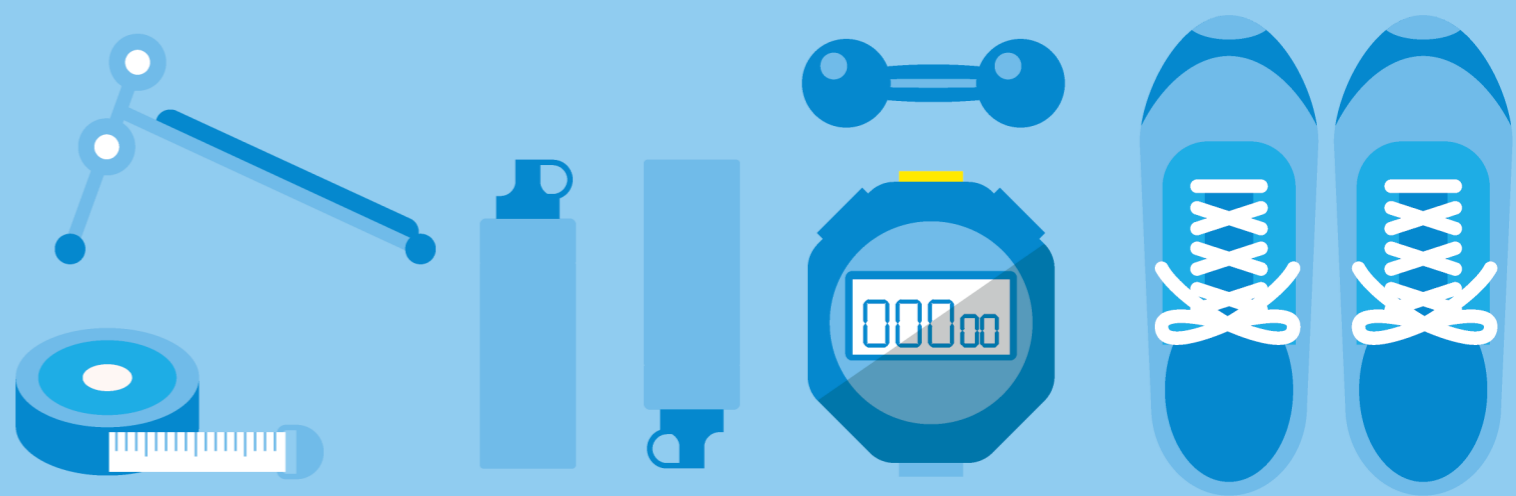


# 運動と健康のプロフェッショナルになる 健康運動指導士

健康や運動を学ぶとは？

どうやって健康運動指導士になるの？

ここで学び育つ全ての学生に向けて・・・



学校法人松商学園  
**松本大学・松商短大**

〒390-1295 長野県松本市新村2095-1 ☎0120-507-200 Email kouhou@t.matsui.ac.jp

- 総合経営学部 総合経営学科/観光ホスピタリティ学科
- 人間健康学部 健康栄養学科/スポーツ健康学科
- 教育学部 学校教育学科
- 松商短期大学部 商学科/経営情報学科
- 大学院 健康科学研究科(博士前期課程/博士後期課程)/総合経営研究科(修士課程)



学校法人松商学園  
**松本大学**



# 健康運動指導士

## これからの国を支える健康運動指導士

超少子高齢化社会に突入している我が国において、国民が健康的に生活することは、国家をあげて取り組んでいる部分です。

右下のグラフには、平均寿命と健康寿命(日常生活に支障がない期間)の差が男女で10年前後存在することが示されています。これは、10年間はだれかのサポートを受けながら生活をしなければならない、ということになります。

このことは、厚生労働省が発表している「21世紀における第三次国民健康づくり運動(健康日本21(第三次))」(例えば、新数値目標のひとつに、2032年度までに20~64歳の1日の平均歩数を8,000歩とする等がある)の考えのもととなっており、この問題解決を担うプロフェッショナルの育成が急務であることから、厚生労働大臣が認定する『健康運動指導士』に期待が集まっています。

## 健康運動指導士とは

この『健康運動指導士』という資格は、「個々人の心身の状態に応じた、安全で効果的な運動を実施するための運動プログラムの作成及び指導を行える者」のことを言います。

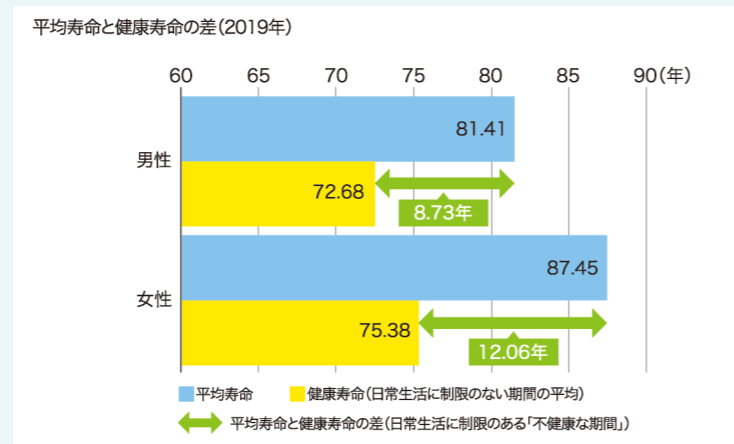
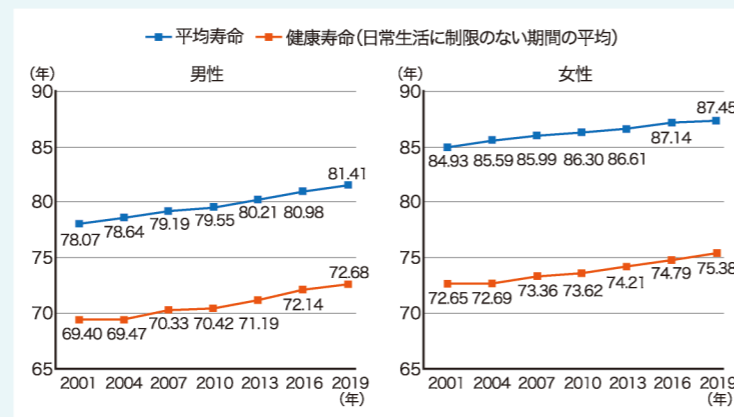
また、特定健康診査・特定保健指導制度においても生活習慣の改善に医師・保健師・管理栄養士と共に健康運動指導士からも指導が行われることが望まれています。

加えて、厚生労働省が指定する「指定運動療法施設」(厚労省が運動療法を行うに適した施設として指定された施設)には健康運動指導士が配置されていることが施設の認定を受ける条件になっています。人生100年時代において健康寿命の延伸は急務であり、健康運動指導士にかかる期待は今後ますます大きくなっていきます。

医療の進化によって平均寿命は延びましたが、現在は健康寿命の延伸のために下図のような「予防」という考え方が重要となっています。

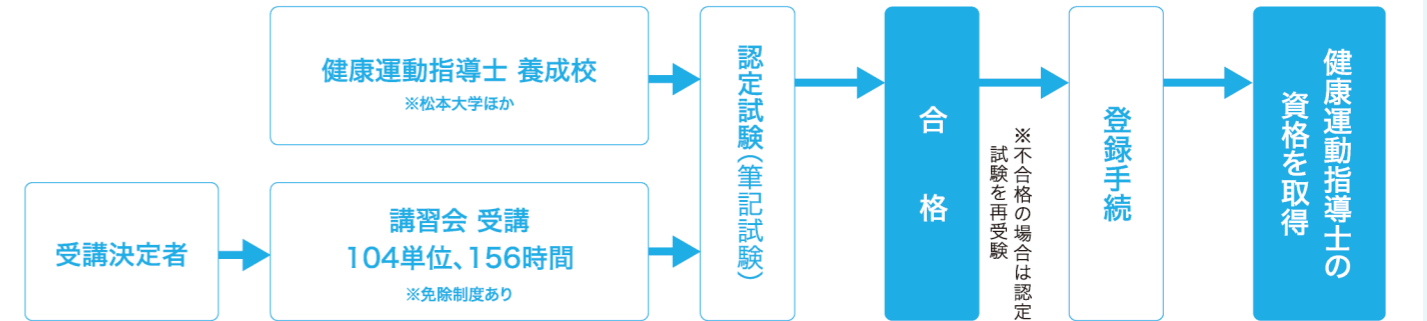
健康運動指導士は、この一次予防・二次予防・三次予防のすべてに関わることができる健康のプロフェッショナルとなる資格です。

一次予防	健康な人が日常的に行う予防
二次予防	検診や健康診断等で病気の早期発見や早期治療
三次予防	リハビリテーション 病気になった後の生活サポート



## 健康運動指導士になるためには?

健康運動指導士の資格を取得するためには、下図のように、健康運動指導士養成講習会を受講するか、又は、健康運動指導士養成校が定める講義を修了して、健康運動指導士認定試験に合格した上で、健康運動指導士台帳に登録されなければなりません。健康運動指導士になるための最短ルートは、大学等の養成校で知識・技術を身につけ在学中に認定試験に合格することです。松本大学は養成校に認定されており、在学中に3回認定試験にチャレンジすることができます。



## 松本大学スポーツ健康学科での健康運動指導士養成の方法

本学スポーツ健康学科では、2007年の開学部から健康運動指導士の養成を行っており、高い資格合格率に加え専門性を生かした就職の実績を誇っています。

しかし、本学は単に有資格者を輩出しているだけではありません。我が国の課題解決に寄与する「誠(まこと)の指導者」「影響力ある指導者」を養成し続けています。運動の継続はなかなか難しいものですが、なぜ本学スポーツ健康学科で学んだ健康運動指導士は、対象者の方々に受け入れられ、運動を継続していただけているのか。4年間の学修で「誠(まこと)の指導者」を養成するための「本物の指導」をお約束します。

## 取得を目指す資格・免許

- 健康運動指導士(受験資格)
- 健康運動実践指導者(受験資格)
- 第一種衛生管理者
- 中学校教諭一種免許状[保健体育][保健]
- 養護教諭一種免許状
- 小学校教諭二種免許状(明彦大学通信教育部との教育業務提携により取得可能、または他学部他学科履修により取得が可能となる場合があります)
- 日本スポーツ協会公認スポーツ指導者(養成講習会における共通科目の受講が免除されます)
- 日本スポーツ協会公認アシスタントマネージャー
- 日本サッカー協会公認C級コーチ・日本サッカー協会公認3級・4級審判員
- トレーニング指導者(受験資格)
- レクリエーション・コーディネーター(受験資格)・レクリエーション・インストラクター
- スポーツ・レクリエーション指導者
- パラスポーツ指導員(初級・中級)
- 司書教諭資格
- 介護職員初任者研修

## 松本大学のサポートだからこそできる バツグンの資格・就職実績

健康運動指導士  
認定試験 合格率

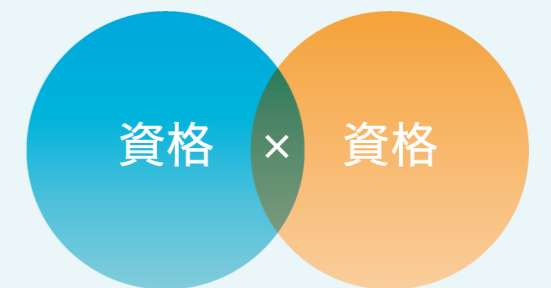
2022年度  
実績  
**94.4%**

全国平均合格率66.2%  
合格者17名/受験者18名

## 就職率

2022年度  
実績  
**99.0%**

就職者101名/就職希望者102名



## 資格×資格でさらに実用的な能力を育成

スポーツ健康学科で取得できる資格を複数取得することで現場に求められる能力を更に養成します。

## 資格×資格の例

健康運動指導士 ×

- 健康運動実践指導者
- 第一種衛生管理者
- トレーニング指導者
- 各種教員免許状
- レクリエーション関係資格
- 各協会の公認資格
- パラスポーツ指導員
- 介護職員初任者研修

