

歩育コーチ養成講座



「歩育」は、歩くことで
子どもたちが生きる喜びを実感し、生きる知恵を学ぶ、
“誰でも取り組み体得できる” 直接体験学習です。

子どもの心と身体の成長要因に大きく影響を及ぼすのが「歩育」です。

歩く力がどれだけ体力・気力・知力づくりに必要か、歩きはじめて8歳くらいまでが重要であることが認められています。歩行機能がもたらす運動を正しく身につけるよう指導するのが「歩育コーチ」の役割です。100歳まで生きれる力を子どもの時から導いて、人間力を身につけ、健康で健全な子どもたちの教育環境を担い、社会貢献できる資格として活用していただければ幸いです。

「歩育コーチ」はこんな方におすすめの資格です

今の子ども達の成長を支援する方法を学ぶことができます

「歩育」の考え方は、お子様をお持ちの保護者の皆様、子どもの教育に関わる指導者の皆様、そして地域活性化を推進されている皆様の活動に役立てることができます。「歩育コーチ養成講座」では、さらに、「歩育」をテーマにした活動を行うことで地域を巻き込んだ活動が期待できます。

資格を取得後の
活躍(例)

- 地域での歩育イベントの開催
- 自治体や学校などへの歩育の普及
- JWA普及活動事業部からのイベントサポート依頼
- 講演などによる歩育の普及活動

歩育コーチ養成講座 受講料

87,000円 (税込)

内訳：JWA年会費(非課税) 10,000円
受講料 77,000円



※JWAの資格を既にお持ちの方は受講料の割引制度がございます。
詳しい金額は事務局にお問い合わせください。

※受講申込み・受講料入金確認次第、教本・課題を送付いたします。

資格取得までの流れ

受講方法

歩育コーチは基礎課程（公認ウオーキング指導員）と専門課程（歩育コーチ）から構成されています。基礎課程・専門課程は並行して学習することが可能です。

※公認ウオーキング指導員資格をすでにお持ちの方は専門課程のみの受講になります。



基礎課程（公認ウオーキング指導員）課題提出

テキストとDVDを活用して課題をすすめていただき、事務局あてに提出してください。

提出された課題は、採点、講評、解説を加えた上でお返しします。

結果の判定基準は、正答率70%以上で合格となります。不合格の場合、再試験となります。

基礎課程（公認ウオーキング指導員）オンラインスクーリング

オンラインスクーリング（Zoom）を2回受講していただきます。（要予約）各スクーリング受講後にレポートをメールにて提出していただきます。

※Zoomの操作が不安な方は、事務局までご連絡ください。



専門課程（歩育コーチ）課題提出

公認ウオーキング指導員資格をすでにお持ちの方は「専門課程」のみの受講になります。

テキストとe-learningを活用して課題をすすめていただき、事務局あてに課題を提出してください。提出された課題は、採点・講評・解説を加えた上でお返しします。



本検定

全課程修了後、最終検定試験を行います。結果の判定基準は

正答率70%で合格となります。不合格の場合、再試験となります。



歩育コーチ資格取得

一般社団法人日本ウオーキング協会『歩育コーチ』資格取得

※公認ウオーキング指導員としても活躍することが可能です。

- 資格取得者には一般社団法人日本ウオーキング協会 歩育コーチ認定の証として資格証が発行されます。
- 資格取得者は登録料無料で日本ウオーキング協会のサポートを受けることができます。

更新案内・WEBでの資格者紹介、並びに資格を活かしたお仕事に関するサポートを受けることができます。

歩育コーチ資格更新について

- 資格取得後は、一般社団法人日本ウオーキング協会（JWA）に資格者として登録されます。
- 資格の保持には正会員（年会費10,000円）が必要となります。
- 資格は3年毎更新（必要単位数10単位）が必要となります。（更新料2,500円）

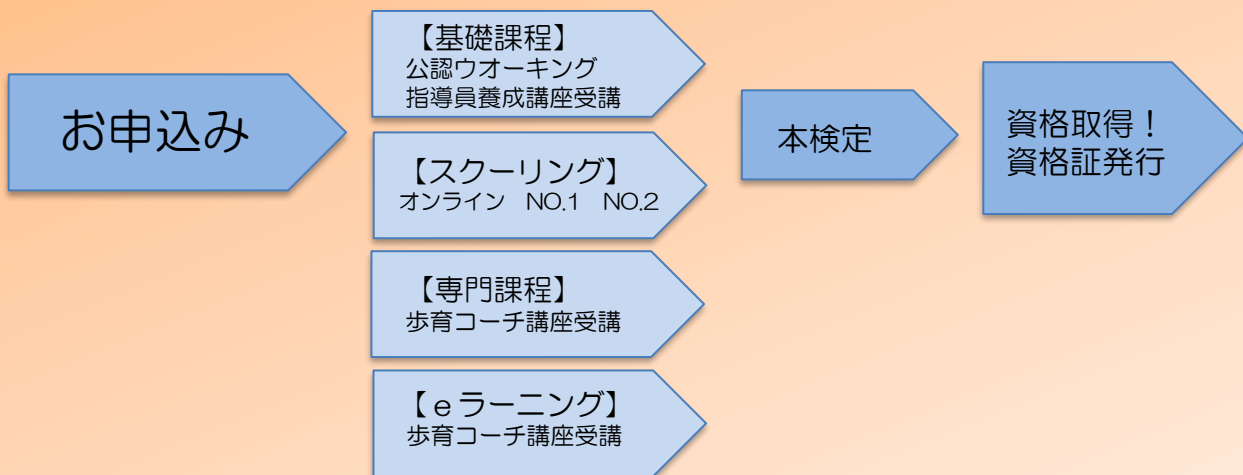
<問い合わせ>一般社団法人日本ウオーキング協会 資格・指導者事務局
〒113-0034 東京都文京区湯島2-25-7 ITP本郷ビル6F
TEL: 03-5816-2175 FAX: 03-5816-2176

「歩育コーチ」カリキュラム・サポート

歩育コーチになるには・・・

基礎課程として公認ウォーキング指導員養成講座、専門課程「歩育コーチ」を受講となります。

基礎課程・スクーリング・専門課程・eラーニング 同時受講可能



※公認ウォーキング指導員資格をすでにお持ちの方は専門課程のみの受講になります。



公認ウォーキング指導員カリキュラム

ウォーキングに関する基本的な知識とスキルを学習していただきます。公認ウォーキング指導員としての活動も可能となります。

～通信講座～

講座	カテゴリー	カリキュラム概要
テキスト	ウォーキングマーケット概論 ウォーキングの基礎知識 ウォーキングの危機管理 ウォーキングイベントマネジメント	ウォーキング市場動向・ニーズ・効果 ウォーキング概論・基礎科学・携行品に関する基礎知識 ストレッチ・ウォーキング実践・運動強度の設定 イベント企画・コースづくり・リスクマネジメント
DVD	ウォーキング科学・ウォーキング実技 指導・スポーツ医学からみたウォーキング危機管理、他	二足歩行の機能を活用したウォーキングと健康 効果的な歩き方の実践指導・ウォーキングで起こりうる障害と予防と処置
スクーリング ・オンライン 2回 (Zoom) ・実技	①美しい立脚姿勢とウォーキング ②グループ歩行の基礎知識、リスクマネジメント・補助運動・ストレッチ	ウォーキングのためのストレッチ・レジスタンス運動 ウォーキング中のリスクマネジメント
本検定	総合判定 (レポート)	ウォーキング基礎課程検定

※カリキュラム内容は予告なく変更になることがあります。

歩育コーチカリキュラム

歩育コーチは、歩きながら子ども達の学びや成長を促進できる①プログラムづくりと、学びを深め、自律性ややる気を高めるための②コーチングコミュニケーションのスキルが不可欠です。テキストでは歩育コーチに必要なたくさん知識を、映像授業とイラストで理解を深めながら専門知識を学習していただきます。

～通信講座～

講座	カテゴリー	カリキュラム概要
テキスト	歩育概論（全般）	子どもの成長について理解し、歩育がもつ特性と必要な能力について学習します。 （歩育のプログラムづくり／歩育と体づくり／歩育と心の健康／歩育とコーチングなど）
e-learning	心と身体を育む運動プログラム	目的に応じた歩育プログラムの作り方を学習します。 （歩育概論／歩育プログラム体験／歩育プログラムの作り方／歩育プログラムづくり実践など）
e-learning	子どもがやる気になる運動とコーチングの実践	子どもの成長に必要なコーディネーショントレーニングや、やる気を引き出すような声かけやコミュニケーション（コーチング）について学習します。実際に子ども達にプログラムやコミュニケーションを実践するためのスキルを磨きます。 （コーディネーション運動／コーチング哲学／コーチングコミュニケーション／トレーニングなど）
本検定	企画作成支援	歩育コーチになるための最後の過程として、歩育プログラムづくりを行います。

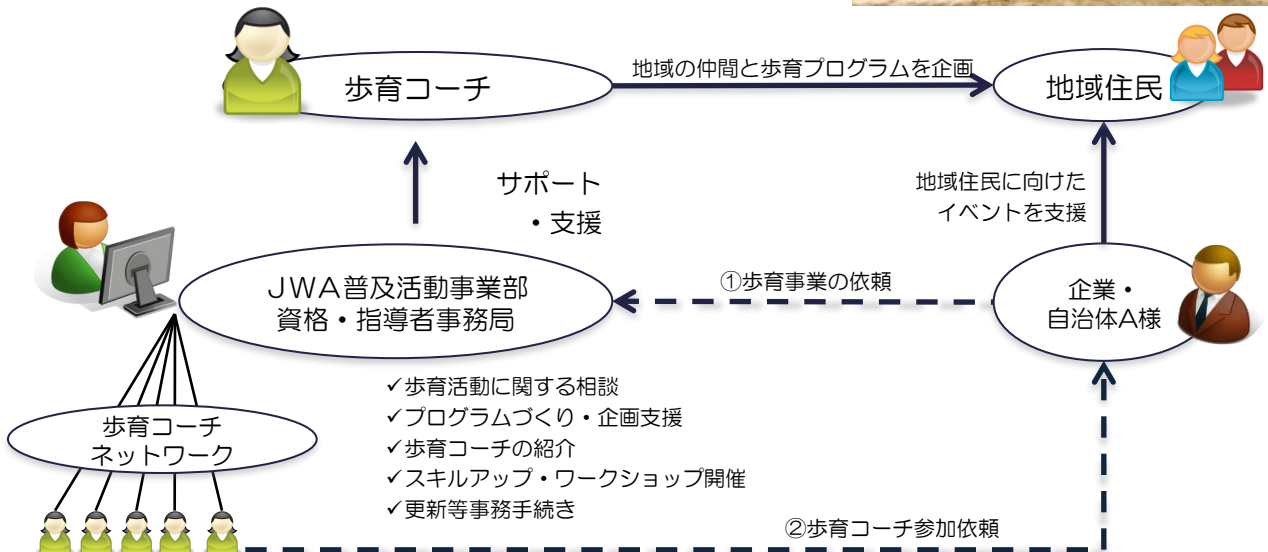
※ カリキュラム内容は予告なく変更になることがあります。

JWA資格・指導者事務局によるサポート

歩育コーチの資格を取得された方は、JWA資格指導者事務局による歩育コーチの皆様の歩育活動・スキルアップ等のサポート、更新等事務手続きを行っております。



JWA資格・指導者事務局の役割



<問い合わせ>一般社団法人日本ウオーキング協会 資格・指導者事務局
〒113-0034 東京都文京区湯島2-25-7 ITP本郷ビル6F
TEL: 03-5816-2175 FAX: 03-5816-2176

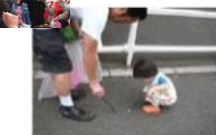
歩育プログラム 例

歩育スポーツGOMI拾い 町中で多くのゴミを拾うことで得点となるユニークなスポーツ

子ども達の教育活動である歩育に地域の方と取組むことができます。



職員と地元商店会などと合同で実施。



小さな子でも参加できます。



チーム単位でゴミを拾います。



優勝チームを決定します。

※本プログラムに関しては、スポーツGOMI拾い連盟と提携しております。

フードハンターウォーク

地図を見ながらエリアに隠された食材カードを探すウォーキングプログラムです。見つけたカードは、自分たちの昼食の調理に使う食材と交換します。食育を兼ねたプログラムです。



中央青少年交流の家（静岡）
オリンピック記念青少年センター（東京）
国立能登青少年交流の家（石川）

ミッションウォーク

フィールド内にあるチェックポイントにある課題やゲームを解決しポイントを稼ぐウォーキングプログラムです。頭と身体を使いながら楽しく歩きます。



阿蘇青少年交流の家（熊本）
国立吉備青少年交流の家（岡山）
ウォーキングフェスタ東京（東京）
オリンピック記念青少年センター（東京）
中央青少年交流の家（静岡）

食べ歩きウォーク

ウォーキングコース上にいくつか食べ物コーナーを設置し、ポイントで地域の食材を使った料理や特産物を食べながら歩きます。



国立能登青少年交流の家（石川）
阿蘇青少年交流の家（熊本）

ロハス探検隊

いくつものチェックポイントを歩き回り、エコや自然の大切さを学びます。最後に「明日からできるロハス宣言」をします。



環境省（活かそう資源プロジェクト）（東京）