



一般社団法人
日本肥満予防健康協会
Japan Obesity Prevention Healthy Society

[協会案内]

活動内容 activities

- ・肥満と健康に関する知識の普及を目的とした講演
- ・肥満と健康に関する知識の普及要員としての各資格認定
- ・当協会認定資格者の継続的教育を行い倫理規制の周知徹底
- ・肥満と健康に関するセミナー及び勉強会の開催
- ・上記の活動を円滑に発展させるために必要な調査・研究
- ・肥満を原因とする生活習慣病と取り組む行政や関係諸団体との連携を深めて、より有効な活動を展開する
- ・その他、本協会の目的を達成するために必要な幅広い広報活動

協会概要 Outline

協会名 一般社団法人 日本肥満予防健康協会
会長 宮崎 健爾
理事長 藤田 賢史
設立 平成18年10月
所在地 【協会本部】 〒630-8302 奈良県奈良市白毫寺町835-1 大和紀寺ビル205号
【東日本本部】 〒157-0063 東京都世田谷区粕谷4-19-6-2F トータルヘルスケアハーブ内
TEL 03-5313-7888
Email info@himanyobou.jp

医療現場から生まれた資格

健康
体づくり
を応援

正しいダイエット法は 肥満基礎知識から学ぶ

真面目に学びたい♪

数多くのアドバイザーを輩出

基礎となる知識、
教える力が身に着く

取得したいスキルが見つかる！

学べる6つのスキル



肥満予防健康管理士

ダイエットアドバイザー

アンチエイジング

体系コンシェルジュ

肥満予防健康指導

ストレッチトレーナー

「肥満」を学んで

健康寿命をのばそう!
Smart Life Project



一般社団法人
日本肥満予防健康協会
Japan Obesity Prevention Healthy Society

[協会の歴史]

肥満と健康に関する知識の普及を目指します。

当協会は、一般の人たちの肥満や、肥満解消、肥満予防の基礎知識の普及という考えで「肥満予防健康管理士」という資格制度普及を目的としてはじまり、当協会目的に有益と考えられる「健康長寿、内外美容、心身の健康」の講座群を御案内いたしております。

現在

2023

・「スマートバスマット」専用アプリ内実証実験への参加

2015

・肥満予防健康指導員 資格講座完成
・白鳳女子短期大学 肥満予防健康管理士 資格講座

2014

・美肌食マイスター(中級) 資格講座完成
・宮崎県都城市 実践型地域雇用創造事業 受託

2013

・美肌食マイスター(初級) 資格講座完成
・宮崎県都城市 実践型地域雇用創造事業 受託

2012

・協会を一般社団法人として独立
・宮崎県都城市 実践型地域雇用創造事業 受託

2010

・健康日本メディカルダイエット掲載
・伊勢新聞社主催で資格講座開講

2009

JOPH ダイエットアドバイザー資格講座完成

2008

・学校法人 若羽学園 開講
・学校法人 青池学園 開講
・日本肥満予防健康協会セミナー開催
・自治労通信 快適健康生活のススメ掲載

2006

JAM アンチエイジングアドバイザー資格講座開催

奈良新聞社主催で資格講座開催。フジサンケイビジネスアイ主催で資格講座開催

2005

協会設立
社会法人 企業福祉・共済総合研究所内にて教育事業として肥満予防健康管理士の事業開始

2002

日本内科学会総会でメタボリックシンドローム基準を公表

1999

医療機関の健康教室として肥満と病気についてのセミナーがルーツとなる

WHO がインスリン抵抗性症候群の診断基準をメタボリックシンドロームと命名

医療機関の健康教室



学校法人 若羽学園 開講



学校法人 青池学園 開講



学校法人田村学園 開講



北國新聞社主催で資格講座開催



issin 株式会社様「スマートバスマット(体重計)」専用アプリ内での生活習慣改善プログラムに、ユーザー様のコーチとして有資格者を派遣及び、実証実験への参加

ダイエット専門スタジオ

肥満予防健康管理指導員資格講座



セミナー開催

自治労通信(全日本自治団体労働組合発行)3・4号、5・6号快適健康生活のススメ掲載



美肌食マイスター



メタボリックシンドローム

糖尿病学会や肥満学会をはじめ 8 学会が合同で疾患概念と診断基準を策定
日本内科学会総会で日本におけるメタボリックシンドローム基準を公表

JAM アンチエイジング



協会設立





肥満と健康に関する 知識の普及を提供します。

当協会は、2000年に入って当初公益法人の福利厚生事業の中で広く一般の人たちの肥満や、肥満解消、肥満予防の基礎知識の普及という考えで「肥満予防健康管理士」という資格制度普及を目的として始まり、今日では当協会目的である「肥満と健康に関する知識の普及」に有益と考えられる「健康長寿、内外美容、心身の健康」の講座群を御案内いたしております。

活動内容

国民の健康を支える団体を目指します

- 肥満と健康に関する知識の普及を目的とした講演
- 肥満と健康に関する知識の普及要員としての各資格認定
- 協会認定資格者の継続的教育を行い倫理規制の周知徹底
- 肥満と健康に関するセミナー及び勉強会の開催
- 上記の活動を円滑に発展させるために必要な調査・研究
- 肥満を原因とする生活習慣病と取り組む行政や関係諸団体との連携を深めてより有効な活動を展開する
- その他、本会の目的を達成するために必要な幅広い広報活動



提供団体

- Global Medical Education Network
- NPO法人 日本アンチエイジングメディカル協会
- SOINビューティースクール
- 一般社団法人 中医学耳つば美容協会
- 一般社団法人 分子整合医学美容食育協会
- 医療法人 拓誠会
- 学校法人 神須学園
- 学校法人 谷岡学園
- 日本健康美肌指導士協会
- 有限会社 クウィーポインターナショナル
- 株式会社 奈良新聞社
- 西日本ビューティーアカデミー
- 職業訓練法人 宮崎リゾートサービスアソシエーション
- NPO法人 リビング健康寿命を延ばす会
- NPO法人 食育推進協会
- トータルヘルスケア ハーブ
- 一般社団法人 企業福祉・共済総合研究所
- 一般社団法人 日本ボディデザイン協会
- 国立大学法人奈良女子大学 梅田智広 先生
- 学校法人 若羽学園
- 学校法人 青池学園
- 日本美肌食マイスター協会
- 株式会社 伊勢新聞社

Qualification

資格講座一覧



肥満予防健康管理士

肥満と健康に関する正しい知識を備えるための資格です。

P.10



JOPHダイエットアドバイザー

ダイエットアドバイザーの実務に生かせる指導法を学習できます

P.12



肥満予防健康指導員

肥満予防とダイエットの基礎理論編を学びます。

P.13



美肌食マイスター初級

美肌に良い食材や栄養素、皮膚の構造、肌荒れの原因を具体的に学びます。

P.14



美肌食マイスター中級

肌の仕組みを知り、美肌食をより深く学びます。

P.15



JAMアンチエイジングアドバイザー

老化を抑え、若々しさを保つ方法をアドバイスする人材を育成します。

P.16



大山式メディカルストレッチトレーナー

だれでもできる若々しさを保つ簡単なストレッチが学べます。

P.17



体質コンシェルジュ

体質を九分類する方法、体質別の特徴や養生法について学びます。

P.18

当協会活動において多くの方々から支援いただいています！



協会員サポート

- 協会認定資格講義動画（JOPHダイエットアドバイザー、肥満予防健康指導員、美肌食マイスター初級）及びセミナー動画の視聴会員であれば、いつでも何回でもWEB上で最新の動画をご覧頂くことができます。随時、講義動画、セミナー動画が追加されます。
- リアルセミナーの無料参加及び有料セミナーへの特別価格
- 学会会員は協会ホームページに協力医療機関として掲載（リンク掲載）
- 賛助会員は協会ホームページに協力企業、協力者として掲載（リンク掲載）

協会HPの
リンク掲載例



準会員について

準会員では、肥満予防健康協会が監修している3つの講座の講義動画が見放題になります。さらに、最新のセミナー動画なども随時更新していきますので、ぜひこの機会に準会員に登録して理解を深めてください。

見放題になる講座

※テキストは、WEB閲覧用は認定試験受験お申込みの際に送付。
(紙媒体ご希望の場合は別途有料となります)



JOPHダイエットアドバイザー



肥満予防健康指導員



美肌食マイスター初級

認定試験にお申込みし、合格すると資格取得ができ正会員に!

嬉しいお声が届いています! /

資格が欲しいということではなかったのですが、ダイエットがたくて、準会員になりました。JOPHダイエットアドバイザー講座だけでなく、美肌食アドバイザーの講座も見ることができて、他にも動画コンテンツが追加されていくということで、結構お得かなと思います。ダイエット目的でしたが、参考にして実践できることも多かったです。美肌の講座もすぐに試せる内容もあったので満足しています。

健康美容には興味があるので、資格を活かせるような副業でも見つければ試験に挑戦したいと思います。

26歳女性 会社員



ダイエット系の資格が欲しくていろいろ調べていく中で、こちらの協会にたどり着きました。他の協会などの資格は、数万円する指定講座をうけてから認定ということでしたが、どの協会も同じようなことを書いていたので迷っていましたが、こちらの協会は1万円講座内容がまず見放題になるというのが決め手で準会員にまず登録しました。講座内容を見てから決めようと思っていましたが、目当てのJOPHダイエットアドバイザーはとて分かりやすく細かく区切って学習出来るので、空き時間にスマホで勉強するにはいいと思いました。試験も受けて資格を取ろうと勉強中ですが、この前も、新しいコンテンツが増えたので、満足度は高いです。

34歳男性 健康食品営業職



仕事柄、お客様に美容や健康の食に関する質問、問合せなどが多く、よくセミナーなどに参加していましたが、仕事仲間から日本肥満予防健康協会のことを聞いて調べたところ、誰でも準会員に登録できて、資格講座の動画が見放題であることも知りました。美容関連の資格を取ろうかとも考えていたのですが、その内容がまず見れることと、他の美容系の協会に比べて、古くからやっている協会ということで、登録させていただきました。ダイエット、肥満予防、美肌食とすべての講座が見放題なので、とて勉強になりました。一つ一つ学習して、すべての資格を取ろうと思っています。

42歳女性 エステティシャン



仕事の関係で、健康系の資格を取ろうと思って調べていたのですが、資格講座のサブスクリプションのようなサービスをやっているこの協会に興味をもち、さっそく準会員に登録しました。結構歴史のある協会のように、講座も学習側の視点に立ってよく纏められていると思います。

仕事では常に新しい情報が必要になりますので、これから追加されていくコンテンツに期待しています。

32歳女性 健康美容系ライター



資格取得者インタビュー

活躍のステージ広がる 美と健康の認定資格



花岡 淑子先生

奈良県在住 / 人間ドック・
健康施設勤務 (健康アドバイザー)



◎肥満予防健康管理士 ◎ダイエットアドバイザー
◎美肌食マイスター ◎アンチエイジングアドバイザー

肥満のメカニズムや知識を得て、勤務する健診施設の患者さんに対して生活習慣病の改善アドバイスができればと思い、資格を取得しました。実際に肥満の方の中には高血圧、高血糖、脂質異常といった生活習慣病の症状が多く見られます。資格取得後は、的確なアドバイスができるようになっています。また、地域の「肥満予防教室」などでの講演依頼も多くなっています。

今後は資格を活かして地域の子どもの健康意識を高める運動を始めると共に、将来的には医療費の軽減、つまりは病気になる人を少しでも減らしていければと思っています。「健康的に痩せたい!」という方は絶対資格を取得するべし!です。受講の間にも減量が実感できますよ。

羽賀 嵩益先生

健康ダイエットサロントータルヘルスケアハーブ総代表
日本肥満予防健康協会常任理事
日本肥満予防健康協会 東日本本部
日本肥満予防健康協会 講師会会長
肥満予防健康管理士上級講師



◎肥満予防健康管理士 ◎ダイエットアドバイザー
◎美肌食マイスター ◎アンチエイジングアドバイザー

現在、私が主宰している「トータルヘルスケアハーブ」は世田谷区に2か所あります。新宿や渋谷のような繁華街でなく、住宅地の中で地域に密着しながらやっているの、地元のちょっとしたサロンようになっております。美しくなりたい方や健康になりたい方が訪れるわけですが、みなさんおしゃべりも大好きでここに来て交流を楽しんでいる様子ですね。実はこれらは健康と密接なことなのです。人と関わり、コミュニティに属することによって慢性的な安心感が得られます。何かとストレスを感じやすい世の中ですが、地域の人に寄り添い、みんなの心の拠り所になることによって貢献できる部分は確実にあると思います。私は「トータルヘルスケアハーブ」のような場所がもっとも増えれば良いと思っています。そのためにはしっかりと知識を持った人がその中心に必要です。健康に長生きするという目標を共有しつつも、たわいのないことをしゃべりながらゆるりと繋がっていられるような拠点はこれからの時代に必要になってくるのではないのでしょうか。

細江 啓太郎先生

セミナー講師



◎肥満予防健康管理士 ◎ダイエットアドバイザー
◎美肌食マイスター ◎アンチエイジングアドバイザー

以前は工事現場で働いていましたが、肥満予防健康管理士の資格を取得してから、ダイエットに関する仕事をするようになりました。資格があることで人々が興味を持って話を聞いてくれ、徐々に仕事につながっていきました。具体的にはパーソナルアドバイス、資格講座の開催、スムーズのワークショップ、ダイエットメニューの開発、美容サイトへ記事の提供、健康食品会社でのセミナーなど多岐に渡ります。

講座では、脳の仕組みを踏まえたりバウンド防止法に関する授業が興味深かったですね。人の健康を良くする仕事が出来れば何から始めればいいのか分からないという方は、ぜひ資格を取得して最初の一步を踏み出してください。

上原 美琴先生

美容健康研究者



◎肥満予防健康指導員 ◎ダイエットアドバイザー
◎美肌食マイスター

お肌のトラブルが多く、これまでいろいろ試してきましたが、一時的には改善するのですが、すぐまた悪くなるの繰り返しで、それをなんとか解消したいと思い、いろんな商品やサービスがある中でどれが本当によいのか勉強しようと思い、美肌食マイスターをまず受講しました。

講師の方の豊富な経験を踏まえた丁寧で分かりやすい講義で、美しくなるために必要な肌の仕組み、さらには栄養や食事の知識を学ぶことができました。

とても楽しく学べたので、さらに学びを深めるためにJOPHダイエットアドバイザー、肥満予防健康指導員を取得、もう少しで講師認定になります!受講者の中には、自分の悩みを消すために学ぶ方だけでなくエステティシャンやセラピストの方なども受講していて、自分が知ることのできなかった情報や業界の話など聞くことができました。早く講師になって、私と同じような悩みをもつ方にアドバイス出来るようになるのが今の私の目標です。

肥満予防 [理論編]

肥満予防
肥満解消
スペシャリスト

肥満予防健康管理士

肥満と健康の専門家へ！
メタボリックシンドローム予防の分野で注目！

🏠 通学講座

📺 DVD講座

医療・福祉・美容など 多彩に広がる 活躍のフィールド

現在、厚生労働省はメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）予防に力を入れており、人々の健康への意識もより高まりつつあります。「肥満予防健康管理士」はそのようなニーズに応える資格であり、食事・運動療法・意識療法など多様な角度から肥満を予防・解消するためのダイエット指導を行うスペシャリストです。看護師や薬剤師、栄養士といった医療・福祉関係者はもちろん、ダンス講師やトレーナーなどスポーツや健康に関わる専門家のキャリアアップにも役立ちます。さらに健康・ダイエットの専門知識を美容に活かしたいというエステティシアンへの受講も増えています。もちろん、自分が痩せるダイエット目的や、メタボリックシンドロームが心配な家族のために取得することもおすすめします。

こんな人におすすめ

- ☑ 勤務先の医療機関等の患者さんに的確なアドバイスをしたい
- ☑ 資格を保有することでお客様からの信頼度を高めたい
- ☑ 健康・ダイエットの専門知識を美容に活かしたい
- ☑ 栄養学校では習わない肥満に特化した知識を習得したい



通学か DVD 講座を選んで、 ステップを踏みながらマスター

肥満のメカニズムなど基礎知識を身につけたうえで、実際にダイエットするために必要となる栄養に関する専門知識、食生活のあり方、運動療法などを幅広く学んでいきます。基礎からステップを踏みながら「肥満とダイエット」を体系的に学ぶので、医療や健康に関する専門知識がない初心者も大丈夫です。

基礎からのステップで安心！

Point 01

肥満のメカニズムを学習

肥満とは何か、基準数値などを挙げながら具体的に理解。さらにその原因や病気との因果関係など、肥満のメカニズムを体系的に学びます。

Point 02

ダイエットや栄養の学習

肥満予防・改善に必要な「運動」と「食事」の両方から、ダイエットにアプローチしていきます。さらに、ダイエット計画書の作成にも取り組めます。

Point 03

指導方法や実践演習

実際にダイエットや運動療法などを指導するためのノウハウを学習。コーチングスキルへの理解も深め、ロールプレイングの実践演習についても学びます。

合格までのステップ

1 通学講座 or DVD講座を選択

通学講座

講師の丁寧な解説で健康や肥満、ダイエットに関する最新情報が得られるだけでなく他の受講生同士で情報交換が可能になるので、ネットワークを広げられます。

DVD講座

テロップ補足付のDVDとテキストを併用するため、ポイントの理解が容易です。5回の添削問題の提出を通して理解度をチェックしてもらえるため、自分の弱点を把握しながら学習を進められます。



2 講座開始30単元（30時間）

肥満のメカニズムなど基礎知識を身につけたうえで、実際にダイエットするために必要となる栄養に関する専門知識、食生活のあり方、運動療法などを幅広く学んでいきます。基礎からステップを踏みながら「肥満とダイエット」を体系的に学ぶので、医療や健康に関する専門知識がない初心者も大丈夫です。



3 認定試験を受験（60分）

通学講座 / DVD講座 70%以上の正解率で合格



4 合格

合格通知発送時に協会入会方法など認定に必要な書類が送られてきます。認定を希望される方は、書類記載のURLより必要事項の入力をして、協会会員登録およびお支払方法の登録後、別途協会年会費11,000円（税込）のお支払いが必要となります。（既に協会会員の方は、年会費は必要ありません）。協会年会費は選択されたお支払方法で毎年納入となります。



資格認定！申請から約1ヶ月で認定証、協会カードが発行されます。

After Service

卒業後の教育サポートも実施！

当協会では、加入者に対して継続的な教育を実施。肥満と健康に関するセミナー及び勉強会などを開き、常に最新の情報・知識が得られるようにサポートしています。

学校への 導入事例

- 学校法人 若羽学園
- 学校法人 青池学園
- 青池調理師専門学校
- 学校法人 谷岡学園
- 大阪商業大学高等学校
- 若狭医療福祉専門学校



肥満は万病の元。正しい知識を身につけて。

講師からのメッセージ

専門的で難しい内容の中にもありますが、私たち講師がわかりやすく丁寧に講義しますので、30時間はあっという間だと思います。さまざまな体調不良の原因となる肥満。巷にはダイエット情報があふれ、間違ったダイエットでリバウンドを繰り返す方も多くいらっしゃいます。健康的に綺麗に痩せるためには、正しい知識を学ぶことです。そして教育の現場にいる方に正しい知識を持ってもらうことが非常に重要だと思います。これは各家庭においても同じことです。

講師 廣田 尚子



受講者の声

DVDとテキストが理解しやすく、マイペースに学習できるのがよかった。これからは役立ちそうです。

E.Oさん（理学療法士）

食に関することは勉強しておきたいと思い受講しました。健康についてのお話はとてもためになりました。

H.Mさん（女性/35歳/パティシエ）

肥満予防 [実践編]

食事・運動
意識療法
スペシャリスト

JOPH ダイエットアドバイザー

「ダイエットを成功させ、維持する」ことについて、
より実践的な知識を得られる資格です。

🏠 通学講座

📺 DVD講座



エステティシャン・美容師・健康食品販売員・スポーツインストラクターの方は、適切なアドバイスやダイエット指導で顧客サービス向上と信頼度アップにつながります。看護師・薬剤師・栄養士・調理師の方のお仕事にも役立ちます。

こんな人におすすめ

- ✓ エステサロンにダイエットのアドバイスを取り入れたい
- ✓ フィットネスクラブで食事と運動のダイエットプログラムを取り入れたい
- ✓ 理想のスタイルを長期的にキープする方法を知りたい

Point

- 実践学を習得
- 現場の知識を学ぶ
- 講師養成講座に進める

合格までのステップ

協会認定講座の受講

- 1 申し込み**
HPより、開催日時を選び、受講申し込み
- 2 講義受講**
通学会場またはZOOMにて受講
- 3 認定試験**
通学会場または自宅にて認定試験受験
- 4 合格・手続き**
合格証、入会申込書が郵送で届く返送し、資格認定料のお支払

準会員（動画）登録より認定試験の受験

- 1 申し込み**
HPより、開催日時を選び、受講申し込み
- 2 講義受講**
講義動画の視聴(動画見放題)
- 3 認定試験**
HPより認定試験受験申込、受験費用のお支払
WEBにて認定試験受験
- 4 合格・手続き**
合格証、入会申込書が郵送で届く返送し、資格認定料のお支払

スマートスタイル検定の受験（準備中）

- 1 受験**
HPより1級受験申し込み、受験費用のお支払
※1級受験には2級合格が必要
- 2 講義受講**
テキストやYouTubeなどで各自受験対策
- 3 認定試験**
合格証、入会申込書が郵送で届く
- 4 合格・手続き**
入会申込書の返送、資格認定料のお支払

資格認定！申請から約1ヶ月で認定証、協会カードが発行されます。



受講者の声

とても楽しい講座でした。他の資格も取得し、
ダイエットスクールを開くのが夢です。

T.Sさん（看護師）

明日からでも役立つ情報が、たくさんありました。
仕事でお客様に食事面からもアドバイスが
したいです。

Y.Fさん（スポーツインストラクター）

肥満予防 [基礎編]

ダイエット
健康
アドバイザー

肥満予防健康指導員

ダイエットの基礎知識、肥満予防や肥満解消、
肥満と健康に関する基礎知識が学べます。

🏠 通学講座

📺 DVD講座



ダイエットについて勉強したいけれど、何から学べばいいかわからない、
本やインターネットの情報でダイエットに挑戦したけれど結果が出ないなど、
ダイエット、健康について少し勉強を始めたいという方にぴったりの
講座です。自分の健康のため、家族の健康のためにも役立ちます。

こんな人におすすめ

- ✓ ダイエットについて勉強したいけれど何から学べばいいかわからない
- ✓ 正しいダイエット知識を身につけたい

協会からのメッセージ

一般社団法人 日本肥満予防健康協会

JOPHダイエットアドバイザーの資格を持っているけれど、
ダイエットの健康知識が不足気味と感じる方には、とても充実した講座になると思います。
ダイエット関連のお仕事をされている方の基礎学習や復習にぴったりの講座です。

合格までのステップ

協会認定講座の受講

- 1 申し込み**
HPより、開催日時を選び、受講申し込み
- 2 講義受講**
通学会場またはZOOMにて受講
- 3 認定試験**
通学会場、ZOOMにて認定試験受験
- 4 合格・手続き**
合格証、入会申込書が郵送で届く返送し、資格認定料のお支払

準会員（動画）登録より認定試験の受験

- 1 申し込み**
HPより、開催日時を選び、受講申し込み
- 2 講義受講**
講義動画の視聴(動画見放題)
- 3 認定試験**
HPより認定試験受験申込、受験費用のお支払
WEBにて認定試験受験
- 4 合格・手続き**
合格証、入会申込書が郵送で届く返送し、資格認定料のお支払

スマートスタイル検定の受験（準備中）

- 1 受験**
HPより2級受験申し込み、受験費用のお支払
※2級受験には3級合格が必要
- 2 講義受講**
テキストやYouTubeなどで各自受験対策
- 3 認定試験**
合格証、入会申込書が郵送で届く
- 4 合格・手続き**
入会申込書の返送、資格認定料のお支払

資格認定！申請から約1ヶ月で認定証、協会カードが発行されます。



受講者の声

持病あり。病を治すのは病院や医者ではなく、
生活習慣を見直す自分自身だと確信しました。

M.Mさん（中古自動車販売）

何か新しいことがしたいと思い受講しました。
自分のダイエットに役立てたいです。

R.Kさん（学生）

[美肌食 資格]

キレイな
肌づくりの
スペシャリスト

美肌食マイスター初級

美肌に良い食材や栄養素、皮膚の構造、肌荒れの原因を具体的に学びます。



通学/WEB講座



DVD講座



エステティシャン・美容部員・美容師の方は、適切な美肌食のアドバイスができ顧客サービスにつながります。飲食店を経営されている方には、美肌食メニューの考案の参考にもなります。また、肌荒れが気になる方、美肌を目指したい方などにも、もちろんおすすめです。

こんな人におすすめ

- 体の内臓からキレイになる食の知識を身につけたい
- 肌の乾燥やシミ・シワをどうにかしたい
- 自然な美肌になるスキンケアを学びアドバイスしたい

Point

- 美肌づくりの知識が得られる
- 一生使える美肌づくりの知識が身につく

合格までのステップ

協会認定講座の受講

- 1 申し込み
HPより、開催日時を選び、受講申し込み
- 2 講義受講
通学会場またはZOOMにて受講
- 3 認定試験
通学会場、ZOOMにて認定試験受験
- 4 合格・手続き
合格証、入会申込書が郵送で届く返送し、資格認定料のお支払

準会員（動画）登録より認定試験の受験

- 1 受験
HPより、準会員登録、年会費のお支払
- 2 講義受講
講義動画の視聴(動画見放題)
- 3 認定試験
HPより認定試験受験申込、受験費用のお支払
WEBにて認定試験受験
- 4 合格・手続き
合格証、入会申込書が郵送で届く返送し、資格認定料のお支払



資格認定！申請から約1ヶ月で認定証、協会カードが発行されます。



受講者の声

テキストがわかりやすく、先生の色々なたとえを交えた説明で、楽しく勉強できました。

M.Fさん (医療関係経営)

飲食店に勤務。女性のお客様に向けて、美肌に良い食材でメニューを提供したいです。

A.Fさん (調理師)

[美肌食 資格]

健康な
美肌づくりの
スペシャリスト

美肌食マイスター中級

肌の仕組みを知り、美肌食をより深く学びます。

※中級の認定には、日本肥満予防健康協会の協会員でありかつ初級に認定されていることが必要です。



DVD講座



エステティシャン・美容部員・美容師の方は、適切な美肌食のアドバイスができ顧客サービスにつながります。飲食店を経営されている方には、美肌食メニューの考案の参考にもなります。また、肌荒れが気になる方、美肌を目指したい方などにも、もちろんおすすめです。

こんな人におすすめ

- 体の外側と内側の両方のケアで素肌を整えたい
- デドックスについてきちんと知りたい
- 肌のダメージを根本的に修復する方法を知りたい

Point

- 深い美肌づくりの知識を習得
- 一生使える美肌づくりの知識が身につく

合格までのステップ

- 1 申し込み
- 2 講座開始(DVD講座のみ)
- 3 認定試験レポートの提出

- 4 合格
合格をお知らせする書類と一緒に認定申請書等が送られてきます。認定証を希望される方は認定申請書に必要事項を記入して協会までご送付ください。※(一社)日本の食生活を考える会へのお支払いとなります。※中級の認定には、日本肥満予防健康協会の協会員でありかつ初級に認定されていることが必要です。

資格認定！協会確認、初級認定の確認後、認定証を発行します。



美肌作りは健康な身体作りにつながります!

講師からのメッセージ

美肌、それは皮膚の状態が「良い」ということです。そして皮膚を構成しているそれぞれの細胞の質、機能が良いということです。ではその細胞はどのようにしてできるのでしょうか。私たちが口にするすべての食べ物が原料となることができるのです。皮膚は人の臓器の一部でもあります。よって美肌を作ることとは身体全体を良くすることにつながります。「食物」がどのように「人体」に影響するのか、そのメカニズムと一緒に勉強していきましょう!

講師 秋元 尚枝



受講者の声

初級よりもより深く踏み込んだ内容で、少し内容は難しかったですが、今後の仕事で活かせそうです。

S.Iさん (ダイエットインストラクター)

普段、管理栄養士の仕事に従事していますが、栄養士資格に+αの知識を勉強できて、更に食の大切さを知れたので充実した勉強でした。

T.Mさん (管理栄養士)

アドバイザー 資格

若返り
抗老化の
スペシャリスト

JAM アンチエイジングアドバイザー

老化を抑え、若々しさを保ち、
アドバイスする人材を育成します。

🏠 通学講座

📀 DVD講座



美容関連産業従事者、健康食品会社担当者、エステティシャン、メイクアップアーティスト、ヘアメイクアーティスト、ビューティーアドバイザー、看護師、保健師の方は顧客サービスにつながります。本当に自分に合ったもの、方法を正しい知識をもとに見分ける力を身につけたい方には、ぜひ受講をおすすめします。

こんな人におすすめ

- ☑️ 病気の予防に取り組みたい
- ☑️ 勤務先の医療機関等の患者さんに的確なアドバイスがしたい
- ☑️ 健康食品やサプリメントの正しい選び方を知りたい

Point

- アンチエイジングの構造から学び、“相談役”へ
- ビジネスの下支えに有効

合格までのステップ

- 1 申し込み
- 2 講座開始10単元 (10時間)
- 3 認定試験レポートの提出

- 4 合格 合格合格通知発送時に協会入会申込書が送られてきますので、必要事項を記入して協会までご送付ください。同時に認定料、協会年会費をお振込ください。(※NPO法人日本アンチエイジング・メディカル協会への入会)

資格認定！申請から約1ヶ月で認定証、協会カードが発行されます。

日々の生活習慣がキーポイントです！

講師からのメッセージ

25歳を過ぎたら目に見えないところから老化が始まっていると思ってください。30歳は決して早くありません。アンチエイジングは日々の生活習慣が大切ですから、早い年齢を身につけるほど良いのです。日本でもやっとアンチエイジングの言葉が根付きはじめ、医療界も予防医療に目を向け始めました。少しでも予防医療に興味を持ち、自分のため、家族のために、講座で得られた知識を教えてあげて、アンチエイジングの輪を広げましょう。

NPO法人 日本アンチエイジングメディカル協会理事長 森吉臣

受講者の声

アンチエイジングアドバイザーとして、アンチエイジングの大切さを男性の方にも広げていきたいです。

C.Tさん (エステティシャン)

長生きでも、寝たきりになっては意味がない。自分と家族にアンチエイジングを役立て、また啓蒙していきたいです。

T.Hさん (診療放射線技師)

大山式ストレッチ

肩こり
腰・膝の
痛みを予防

大山式メディカルストレッチトレーナー

だれでもできる若々しさを保つ簡単なストレッチが学べます。

🏠 通学講座



大山式メディカルストレッチトレーナー (OST体幹エクサ) は、どこでも老若男女を問わず誰でもいつでも簡単にできるので、食事を摂るのと同じように3~5分でもよく、気軽に身体を動かすだけで良いのです。自分の体力に応じ、無理しない、競争しない思いついたらすぐに僅かな時間でもいい、ストレッチです。

こんな人におすすめ

- ☑️ 肩こり・痛みにお悩みの方
- ☑️ いつまでも若く体力を維持したい方に

Point

- だれでもできる簡単なストレッチが学べます
- いつでもどこでもストレッチをすることで、健康な体づくりを指導することができます。

いつでもどこでもできるストレッチ！ あなたの活躍のフィールドがさらに広がります

柔道整復師、鍼灸師、トレーナーエステティシャンの方は顧客サービスにつながります。



合格までのステップ

- 1 申し込み
- 2 講座開始6単元 (6時間)

- 3 認定試験レポートの提出

- 4 合格 合格通知発送時に協会入会申込書が送られてきます。必要事項を記入して協会までご送付ください。OSTスポーツ科学研究会の認定料、入会金、年会費はありません。

資格認定！申請から約1ヶ月で認定証、協会カードが発行されます。

大山 良徳 大阪大学名誉教授

講師からのメッセージ

1972年に京都大学助教授、77年大阪大学教授を経て94年に大阪大学名誉教授。第9回日本健康科学学会会長、全国健康増進会会長などを務め、健康科学の権威として知られる。主な著書に「学校保健の統計学」「学校保健用語辞典」「健康情報科学」「発達運動生理学」「体力づくりと身体柔軟性」などほか多数。

体質 スタジオ
体質判定
養成指導
スペシャリスト

体質コンシェルジュ

体質を九分類する方法、
体質別の特徴や養生法について学びます。

DVD講座



適切な体質判定と養生アドバイスによりクライアントへの独自のサービスが展開できます。健康に興味がある方、栄養士、調理師、健康食品管理士、薬剤師、登録販売者、鍼灸師、柔道整復士、ハーブ、アロマセラピー、ヨガ、スポーツインストラクター・スパ・温泉保養士、メンタルケアなど。

こんな人におすすめ

- 体質九分類と五大養生法を学びたい
- 健康管理上のわかりやすい指標が欲しい
- 自分たちが行なっている健康業務の結果・成果を図示したい

Point 体質九分類判定と養生法の実践的な知識の習得

合格までのステップ

- 1 申し込み
- 2 講座開始(DVD講座のみ)
- 3 認定試験レポートの提出

- 4 合格 合格通知発送時に認定申請書・未病体質研究会入会申込書など認定に必要な書類が送られてきます。認定を希望される方は、必要事項を記入して協会まで送付ください。別途、認定料6,019円(税込6,620円)、研究会初年度年会費6,019円(税込6,620円)のお支払が必要となります。

資格認定！申請から約1ヶ月で認定証、協会カードが発行されます。

この講座は、未病体質研究会が運営しています。

講師からのメッセージ

①食②メンタル③ライフスタイル④運動⑤ツボを体質別に指導することにより、「健康寿命延伸」や「未病対策」に総合的な対応が可能となります。また、体質調査票は誰にでも答えやすい問いになっており、各個人の体質は点数化されますので、健康状態をはっきりビジュアル化できます。とくに、未病体質研究会の体質コンシェルジュは、ウェブサイト「体質スタジオ」を利用することができ、これまで評価の難しかったアロマセラピー等の効果判定も、施術前後でより詳細に行えるようになります。さらに、各種食事療法や運動指導などの成果もお客様に直接示すことができます。国民医療費は高騰し、未病対策は一刻の猶予もありません。本資格を取得し、ご自分の健康や仕事にぜひご活用ください。

資格認定後

未病体質研究会認定 体質コンシェルジュは、本研究会が運営するウェブサイト「体質スタジオ」<http://taisitsu.jp/>上の体質コンシェルジュ専用のマイページにおいて、体質判定・管理・履歴システムをご利用いただけます。

学ぶわたしから 教えるわたしへ



資格講座で学んだことを友達に教えたら、「知らなかった、ありがとう」と喜んでもらえた。自分のために学び始めたことなのにいつの間にか誰かの役に立てるようになっていた。もうしかしたら、一生の仕事に出会ったのかも。今度はあなたが教える番です。

受講希望者に合わせて、講座開講いたします。
お気軽にお問い合わせください。

認定講師養生講座 概要

日本肥満予防健康管理協会は、人々の肥満と健康への関心を高め、いつまでも健康で明るい人生を送っていただくために活動しています。あなたも、セミナーや講演会で協定認定講師として活躍しませんか？

【必要書類】●履歴書(職務経歴書) ●日本肥満予防健康協会 認定講師養生講座 申込書

【必要資格】●肥満予防健康管理士 ●JOPHダイエットアドバイザー ●JAMアンチエイジングアドバイザー

【認定条件】●全課程修了後、理事による面談テスト ●誓約書の提出

【受講料】350,000円(税込385,000円)



	講座名	内容	コマ数(時間)	受講期間
基礎項目	講師入門講座	日本肥満予防健康管理協会の講師としての基本的な姿勢や心構えを学べます。	5コマ(300分)	1~2日
	肥満予防健康管理士【通学再受講】	肥満予防健康管理士講座を再受講し、授業を行う講師の視点を学びます。	30コマ(1000分)	1.5ヶ月~3ヶ月
	JOPHダイエットアドバイザー【通学再受講】	JOPHダイエットアドバイザー講師を再受講し、授業を行う講師の視点を学びます。	6コマ(360分)	1日~2日
専門教育	肥満予防健康管理士フォローアップ講習【通学再受講】	糖質や栄養吸収など、専門知識を深めます。	6コマ(360分)	1日
	JOPHダイエットアドバイザーフォローアップ講習【通学再受講】	ダイエットカウンセリングのスキルを高めます。	6コマ(360分)	1日
実習	教育実習	実際に重要ポイントを指導する、模擬講義を通じた実習講座です。	5コマ(300分)~10コマ(600分)	1ヶ月~3ヶ月
試験	認定テスト	認定テストをもって、全過程修了となります。	90分	1日

※1コマごとに10分間の休憩時間があります。
※目的を達するための受講者全てが必ずしも認定されるわけではありません。認定後、講師の職を保障するものではありません。認定後は、当協会と雇用関係の締結につながるものではありません。認定後は、当協会よりの講師募集に応募することができます。

一般社団法人 日本肥満予防健康協会 取扱資格講座価格表

2023年9月7日現在 (税込)

資格講座	通学講座 * 試験料込	DVD講座 * 試験料込	試験料
肥満予防健康管理士	165,000	110,000	—
肥満予防健康指導員	36,300	33,000	16,500
JOPHダイエットアドバイザー	38,500	—	22,000
美肌食マイスター初級	38,500	36,300	22,000
美肌食マイスター中級	—	82,500	—
美肌食マイスター上級	現在お申し込みを中止しております		
JAMアンチエイジングアドバイザー	55,000	38,500	—
大山式メディカルストレッチトレーナー	現在お申し込みを中止しております		
体質コンシェルジュ	現在お申し込みを中止しております		
スマートスタイル検定	現在お申し込みを中止しております		
日本肥満予防健康協会 認定講師	385,000	—	—
JOPHダイエットアドバイザー講師	110,000	—	—
美肌食マイスター初級講師	55,000	—	—
一般社団法人 日本肥満予防健康協会 年会費 各資格認定には協会入会、毎年の協会年会費の納付が必要です。 ・肥満予防健康指導員 ・JOPHダイエットアドバイザー ・美肌食マイスター初級 の資格講座がWEB上でいつでも視聴できます。 * 正会員、準会員とも	11,000		

NPO法人 日本アンチエイジングメディカル協会 年会費 資格認定には協会入会、資格認定料(初年度のみ)および毎年の協会年会費の納付が必要です。 ・JAMアンチエイジングアドバイザー	資格認定料(入会初年度のみ) 5,500 協会年会費 3,300		
--	-------------------------------------	--	--

講座セット特別価格 (規定人数にて終了致します)

JOPHダイエットアドバイザー認定講師セット講座	132,000
[DVD講座] JOPH美肌食マイスター初級/中級セット講座	118,800
[DVD・通学/ZOOM講座] JOPH美肌食マイスター 中級/講師育成セット講座	137,500
[DVD・通学/ZOOM講座] JOPH美肌食マイスター 初級/中級/講師育成総合講座	173,800

キャンペーン特別価格 (規定人数にて終了致します)

[DVD講座] 肥満予防健康管理士	110,000	→	55,000
[DVD講座] 肥満予防健康指導員	33,000	→	16,500
[DVD講座] JOPH美肌食マイスター初級講座	36,300	→	19,800
[DVD講座] JOPH美肌食マイスター中級講座	82,500	→	44,000
[DVD講座] JOPH美肌食マイスター初級/中級セット講座	118,800	→	55,000
[DVD・通学/ZOOM講座] JOPH美肌食マイスター 中級/講師育成セット講座	137,500	→	99,000
[DVD・通学/ZOOM講座] JOPH美肌食マイスター 初級/中級/講師育成総合講座	173,800	→	110,000
[DVD講座] JAMアンチエイジングアドバイザー 資格講座	38,500	→	19,800