

2026 年度日本スポーツ精神医学会認定

第 17 回メンタルヘルス運動指導士・指導員資格認定講習会

開催要項

【はじめに】

古くから精神科病院において、運動・スポーツは盛んに行われていましたが、レクリエーションとしての意味が強いものでした。その後、運動の効果が生理学的に徐々に明らかにされ、運動・スポーツが治療の補助的な役割を期待されるようになり、実際の臨床場面で取り入れられることが多くなってきました。しかしながら、その運動が精神保健福祉領域でどう良いのかその効果の解明は十分ではなく、また、どんな運動・スポーツを取り入れたらよいのかという方法論も確立できていない現状があります。そこで、本学会では、2010 年に精神保健福祉領域専門の運動指導者の育成およびその効果の検証が必要だと考え、学会認定の「メンタルヘルス運動指導士・指導士（2015 年）」資格制度を立ち上げました。

2021 年の東京オリンピック、パラリンピックの開催もあり、障がい者における運動・スポーツの重要性は社会的にも認知されるようになってきました。また、医療・福祉関係者に関わらず色々な立場の方が精神障がい者スポーツに関わる機会が増え、本学会認定資格の要望が増えてきています。時代の流れもあり、安全かつ安心して楽しくスポーツができる幅広い指導者の育成が求められています。

今回から新たにメンタルヘルス運動アドバイザー資格も新設しました（詳細は学会ホームページより）。いろいろな立場の方々にこの分野でご活躍いただくことを願っております。

今後は、学会として、「メンタルヘルス運動指導士」および、「メンタルヘルス運動指導員」の技術向上を図るとともに、「メンタルヘルス運動アドバイザー」資格を広めつつ、引き続き運動・スポーツ効果の科学的検証を進めていきたいと考えています。

【名称】

日本スポーツ精神医学会認定 「メンタルヘルス運動指導士・指導員」資格制度

資格制度の理念：

「精神科領域の運動療法に関する知識の習得と技能の獲得を体系的に実践できる機会を提供し、運動を用いたメンタルヘルスの保持・増進の取組を広く普及させることで、社会に貢献できる資格となる」

1. 目的

- (1) 精神科関連施設（病院・事業所など）における精神科運動指導に関する専門的知識修得と実践。
- (2) 精神障害者スポーツにおける指導を行う際の専門的知識修得と実践。
- (3) メンタルヘルスの保持・増進および不調者の発症予防・ケア・回復を目的とした運動指導に関する専門的知識修得と実践

2. 主催 ：日本スポーツ精神医学会

- 3. 期日 : 令和 8 年 8 月 28 日 (金) 予定
- 4. 会場 : 北里大学白金キャンパス
- 5. 講習会内容 (8 単位) (下記、講習会カリキュラム参照)
- 6. 受講対象者

本学会員であること (講習会は、資格申請要件を満たしていなくても受講は可能)。

ただし、資格申請については「9. 資格申請について」を参照のこと。

- 7. 定員 30 名程度
- 8. 受講料 8,000 円 (資料代含む)

9. 資格申請について

- 1) 本学会員であること (職種により、ある一定期間学会員を継続していること)。
- 2) 本学術集會に 1 度以上参加し、その参加証の提出 (コピー可)。
- 3) 講習会を受講した修了書の提出。
- 4) 精神科患者の運動療法の計画・立案、実施等に関わった実務経験の証明書の提出。

※資格申請に関わる実務経験は以下に示す。

【日本スポーツ精神医学会認定 資格制度】

I. 資格の説明

《メンタルヘルス運動指導士》

メンタルヘルス運動指導士は、精神医学や運動療法の基礎知識を有し、精神科患者の運動療法の計画・立案、実施等に関わった経験がある、もしくは相応の研究調査の実績がある者。

《メンタルヘルス運動指導員》

メンタルヘルス運動指導員は、精神医学や運動療法の基礎知識は有しているものの精神科患者の運動療法の計画・立案、実施等に関わった経験がない、もしくは経験が十分でない者で、今後、精神医学の基礎知識および精神科患者の運動療法の実務経験を積んでいく者。

II. メンタルヘルス運動指導士 資格申請要件について

[資格申請要件]

本学会員であり、講習会参加後、以下の要件を満たすこと。

1. 精神科・心療内科医師の場合

A) 精神科患者の運動療法の計画立案・実施

常勤職員 (週 4 日以上勤務) の場合、精神科患者の運動療法の立案、実施等に関わった経験が 2 年以上あること (週 1 日勤務であれば 4 年以上、週 2・3 日勤務は 3 年以上)。現在、過去を問わない。その期間を証明する所属診療施設長の署名・捺印の入った書類 (所定の書式) を提出すること。

B) または、本学会入会後 2 年以上が経過した者で精神科患者のスポーツや運動療法に関する研究・調査に従事する者で、この場合、以下 1～3 の業績のいずれかを提出すること。

(業績)

1. 学会発表 3 回以上 (筆頭 2、共同 1 以上)	査読付論文の有無は問わない
2. 学会発表 1 回以上 (筆頭 1 以上)	査読付論文 筆頭 1 編以上
3. 学会発表なしの場合	査読付論文 筆頭 1 編以上かつ共著 1 編以上

これらについては、発表は学会抄録を、論文については別刷を提出してください (コピーも可)。

2. 医師 (精神科・心療内科医師以外)、看護師、精神保健福祉士、作業療法士、

臨床心理士、理学療法士、薬剤師、栄養士資格保有者の場合 (その他の医療資格に準ずる方は、お問い合わせください)

A) 精神科患者の運動療法の計画立案・実施

常勤の場合、メンタルヘルス運動指導士の資格を持った精神科医の指導の下で精神科患者の運動療法の計画・立案、実施等に関わった経験が 2 年以上あること (週 1 日勤務であれば 4 年以上、週 2・3 日勤務は 3 年以上)。現在、過去を問わない。

その期間を証明する所属施設長およびメンタルヘルス運動指導士の資格を持った精神科医の署名・捺印の入った書類 (所定の書式) を提出すること。

B) または、本学会入会后 2 年以上経過した者で精神科患者のスポーツや運動療法に関する研究・調査に従事する者。この場合、以下 1～3 の業績のいずれかを提出すること。

(業績)

1. 学会発表 3 回以上 (筆頭 2、共同 1 以上)	査読付論文の有無は問わない
2. 学会発表 1 回以上 (筆頭 1 以上)	査読付論文 筆頭 1 編以上
3. 学会発表なしの場合	査読付論文 筆頭 1 編以上かつ共著 1 編以上

これらについては、発表は学会抄録を、論文については別刷を提出してください (コピーも可)。

※但し、**現在**、移行期間で、メンタルヘルス運動指導士の資格を持たない精神科医の指導の下でも申請可である。

3. 運動指導関係者の場合

A) 精神科患者の運動療法の計画立案・実施

メンタルヘルス運動指導士の資格を持った精神科医の指導の下で精神科患者の運動療法の計画・立案、実施等に関わった経験が 3 年以上 (週 1 日勤務であれば 5 年以上、週 2・3 日勤務は 4 年以上)。現在、過去を問わない。

その期間を証明する所属施設長およびメンタルヘルス運動指導士の資格を持った精神科医の署名・捺印の入った書類 (所定の書式) を提出すること。

B) または、本学会入会 3 年以上で精神科患者のスポーツや運動療法に関する研究・調査に従事する者。この場合、以下の 1～3 の業績のいずれかを提出すること。

(業績)

1. 学会発表 3 回以上 (筆頭 2、共同 1 以上)	査読付論文の有無は問わない
2. 学会発表 1 回以上 (筆頭 1 以上)	査読付論文 筆頭 1 編以上

3. 学会発表なしの場合	査読付論文 筆頭 1 編以上かつ 共著 1 編以上
--------------	------------------------------

これらについては、学会発表は学会抄録を、論文については別刷を提出すること（コピーも可）。
※但し、メンタルヘルス運動指導士の資格を有する精神科医の指導を受けていない方の申請については、担当の横山までご相談ください。

Ⅲ. メンタルヘルス運動指導員 資格認定制度について

（平成 27 年度から制度）

〔資格申請要件〕

医療関係者や運動指導関係者でメンタルヘルス運動指導士の資格要件を満たさない者でも、メンタルヘルス運動指導士・指導員資格認定講習会を修了し、学会入会后 3 年を経ている者は「メンタルヘルス運動指導員」の資格を申請できる。

1. メンタルヘルス運動指導員は、メンタルヘルス運動指導士の資格を持った精神科医の指導の下で常勤としてメンタルヘルスに関する運動療法の計画・立案、実施等に関わった経験が 3 年以上（週 1 日勤務であれば 5 年以上、週 2・3 日勤務は 4 年以上）あれば、その期間を証明するメンタルヘルス運動指導士の資格を持った精神科医の署名・捺印の入った書類（所定の形式）を提出し、資格認定審査会で認定されればメンタルヘルス運動指導士資格を申請することができる。
2. または、精神科患者のスポーツや運動療法に関する研究・調査に従事する者で、以下の 1～3 研究業績により資格認定審査会で認定されれば「メンタルヘルス運動指導士」資格を申請することもできる。

（業績）

1. 学会発表 3 回以上（筆頭 2、共同 1 以上）	査読付論文の有無は問わない
2. 学会発表 1 回以上（筆頭 1 以上）	査読付論文 筆頭 1 編以上
3. 学会発表なしの場合	査読付論文 筆頭 1 編以上かつ 共著 1 編以上

これらについては、発表は学会抄録を、論文については別刷を提出してください（コピーも可）。

※資格認定に関しては、全て「メンタルヘルス運動指導士資格認定審査会」の審査を経て決定する。

これらについては、学会発表は抄録を、査読付論文については別刷を提出すること（コピーも可）。

※指導士・指導員 資格申請料： 5,000 円 （資格申請時に振り込み）

指導士・指導員 登録料： 5,000 円（資格認定審査 合格後納付）

10. 資格更新の手続きについて

〔メンタルヘルス運動指導士 資格更新手続き〕

- 1) 資格取得後 5 年ごとの更新手続きを行う。
- 2) 職種は問わず、5 年間に①実務能力研修会（更新講習会）1 回以上参加 4 単位（講義 2 単

位、実践 2 単位)。②学会への 2 回以上の参加（1 回参加は 2 単位）。③学会発表 4 単位（学会参加 2 単位、発表 2 単位）。④5 年間の実践報告書 2 単位。⑤精神保健福祉関連のスポーツ大会運営・補助を行い、その報告書か証明書が提出できること 1 単位。5 年間で①～⑤の合計 10 単位以上を取得し、その必要書類を委員会に提出すること。

※①②は必須で、①～⑤の合計単位が 10 単位以上となること。

[メンタルヘルス運動指導員 資格更新手続き]

1. 資格取得後 5 年ごとの更新手続きを行う。
2. 職種は問わず、5 年間に①実務能力研修会（更新講習会）1 回以上参加 4 単位（講義 2 単位、実践 2 単位）。②学会への 1 回以上参加 2 単位。③学会発表 4 単位（学会参加 2 単位、発表 2 単位）。④5 年間の実践報告書 2 単位。⑤精神保健福祉関連のスポーツ大会運営・補助を行い、その報告書か証明書が提出できること 1 単位。5 年間で①～⑤の合計単位を 8 単位以上取得し、その必要書類を委員会に提出すること。

※①②は必須で、①～⑤の合計単位が 8 単位以上になること。

11. お申し込み

お申し込みは、下記の参加申込みフォームよりお願いいたします。

参加申込みフォーム



<https://forms.gle/dGRSXixp9jKgJHVn9>

12. お問い合わせ

〒814-0180 福岡県福岡市城南区七隈 7-45-1

福岡大学医学部精神医学教室 横山まで

Fax : 092-863-3150 E-mail: cstyokoyama@fukuoka-u.ac.jp

参加お申込みの締切りは、2026 年 8 月 20 日（木）まで

【メンタルヘルス運動指導士・指導員 資格認定講習会カリキュラム】

学会ホームページよりご確認ください。

メンタルヘルス運動指導士委員会
委員長 横山 浩之