



# オフィシャルコンテンツサイト official contents site

ご利用ガイド

# もくじ

- 1. オフィシャルコンテンツサイトとは？
- 2. どんなことができるの？
- 3. どうやって使うの？
- 4. アカウントの作成方法
- 5. コンテンツを見てみよう
- 6. JAF教育単位証明をもらう
- 7. 追記事項
- 8. お問い合わせ先

# 1. オフィシャルコンテンツサイトとは？

・日本フィットネス協会（JAF）が主催している講習会（実地講習会・オンデマンド講座・オンライン講座）の申込み・動画配信に関する情報を集約したページとなっています。

## 2. どんなことができるの？

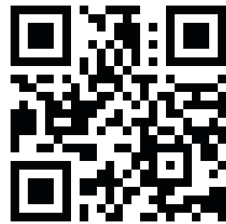
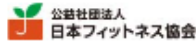
- 申込みから受講料のお支払いまでサイト内で行うことができます。
- コンテンツサイトでは、受講料をクレジットカード決済、コンビニ決済、銀行振込で支払うことができます。
- オンデマンド講座では、決済後にすぐ視聴を開始することができます。 ※一部、決済方法を除く

### 3. どうやって使うの？

- ・コンテンツサイトを利用するためには、利用登録（アカウント作成）が必要です。ご利用ガイドを見ながらアカウントを作成してみましょう。

## 4. アカウントの作成方法

- 1. PC・スマホから<https://jafa.share-wis.com/>へアクセスします。



左記のQRコードからでもアクセスできます。

ログイン

新規登録の方はこちら

メールアドレスまたはアカウント名

メールアドレスまたはアカウント名

パスワード

パスワード

ログイン

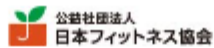
パスワードを忘れた方はこちら

- 2. はじめて利用する方は、「新規登録の方はこちら」を選択して次へ進んでください。

※新規登録が完了すると、次回からは「メールアドレスまたはアカウント名」と「パスワード」でログインできるようになります。

# 4-2. メールアドレスで登録

(アカウントの作成方法)



## 新規登録

すでにアカウントをお持ちの方は[こちら](#)

メールアドレス

メールアドレス

メールアドレスで登録

登録すると、「個人情報の取り扱いについて」に同意することになります。

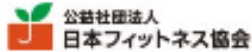
個人情報の取り扱いについては「[公益社団法人日本フィットネス協会 個人情報の取り扱いについて](#)」をご確認ください。

3. メールアドレスを入力して「メールアドレスで登録」を選択して次へ進んでください。

※メールアドレスを登録すると「個人情報の取り扱いについて」に同意することになりますので、事前にご確認ください。

## 4-2. メールアドレスで登録②

(アカウントの作成方法)



←

### メールアドレスで登録

メールアドレス

入力したアドレスが表示されます。

パスワード

パスワード

アカウントを作成

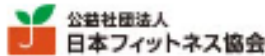
4.パスワードを設定して「アカウントを作成」してください。

※パスワードには、6文字以上（英大文字・英小文字・数字・記号の4種類の文字種のうち3種類以上を含む）で設定してください。



## 4-2. メールアドレスで登録③

(アカウントの作成方法)



### 認証メールを送信しました

ご入力いただいたメールアドレス宛に認証メールをお送りしました。メールの指示に従って認証手続きを完了してください。

[メールを再送する](#)

[登録をキャンセルする](#)

- ・「アカウントを作成」をすると「メール認証のご依頼」メールが入力したアドレスに届きます。

- ・メール本文の案内に沿ってメール認証を完了してください。

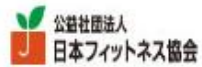
※認証メールが届かない場合は、以下の内容を確認ください。

- ・メールアドレスの入力を間違えている
- ・迷惑メールフォルダに入ってしまった
- ・セキュリティ設定により受信できない状態にある

どの項目も該当しない場合は別のメールアドレスを使って、アカウントを作成し直してみてください。

## 4-2. メールアドレスで登録④

(アカウントの作成方法)



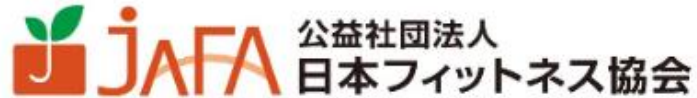
🔍 学びたいコースを探す

マイコース

soumu14



← アカウント名が自動で作成され表示されます。



オフィシャルコンテンツサイト  
official contents site

※登録したメールアドレスに  
「アカウント登録完了のお知らせ」の  
メールが届きます。



# 5.コンテンツを見てみよう

オフィシャルコンテンツサイト  
official contents site



JAJFAからのお知らせ

2022年9月28日

new

【new】新コース配信開始のお知らせです！

GFI筆記試験対策講座（オンデマンド動画）

← カテゴリー

GFI資格取得の筆記試験に備えて出題ポイントを動画で学ぶGFI理論講座。視聴期間は14日間ありますので、期間中は繰り返し動画を見ることができます。筆記試験の合格を目指し、とことん勉強してください！

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <br>AGWB・AGW・AGDB・AGDIのための<br>アクアエクササイズ<br>指導理論              | <br>AGWB・AGW・AGDB・AGDIのための<br>アクアエクササイズ<br>指導理論                        | <br>WE・WEIのための<br>ウォーキングエクササイズ<br>指導理論                       | <br>SEB・SEIのための<br>ストレッチングエクササイズ<br>指導理論                         |
| GFI筆記試験対策講座<br>アクアエクササイズ指導理<br>論【GFI筆記試験対策講座】<br>1時間27分の動画講座 | GFI筆記試験対策講座<br>アクアウォーキングエクササイズ<br>指導理論【GFI筆記試験対策<br>講座】<br>1時間25分の動画講座 | GFI筆記試験対策講座<br>ウォーキングエクササイズ指導理<br>論【GFI筆記試験対策講座】<br>56分の動画講座 | GFI筆記試験対策講座<br>ストレッチングエクササイズ指導<br>理論【GFI筆記試験対策講座】<br>1時間10分の動画講座 |

← コース

コンテンツサイトは、  
「カテゴリー」と「コース」によって構成されて  
います。

見たいカテゴリーを確認して「コース」を選び  
ましょう。

【補足】

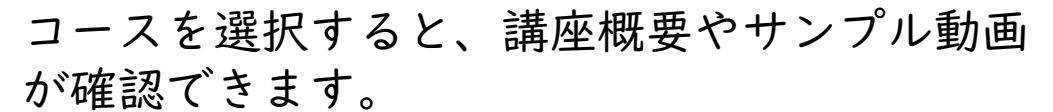
オンデマンド・・・録画した動画を配信。  
見る時間を自分で自由に決められる。（※視聴期間に制限ある）


オンライン・・・LIVE配信。配信される時間が決まっている。  
（見逃すとあとから見られない）

もっと見る (8) >

← コースが4つ以上ある場合、ここから他コースを選択できます。

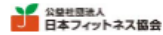
(コースを選ぶ)



別のコースを確認する場合は  の項目から  
トップ画面やカテゴリーに戻ることができます。

# 5.コンテンツを見てみよう③

(アカウント情報の確認とクーポンについて)



## アカウントのご確認

soumu14  
soumu@jafa-net.or.jp



\* 氏名

\* 姓

\* 名

\* フリガナ

性別

\* 生年月日

\* 郵便番号



エアロビックダンスエクササイズ指導理論【GFI筆記試験対策講座】

|         |        |
|---------|--------|
| 受講料     | ¥3,300 |
| 合計額(税込) | ¥3,300 |

クーポンをお持ちの方はこちら

「コースを受講」を選択すると「アカウントのご確認」画面に推移します。

ここで必要事項を入力してください。

※一度、受講すると項目内容が保存され、次回以降の入力を省略できます。

特定のコースではクーポン割引を受けられます。  
クーポンをお持ちの方はこちらに入力ください。

※クーポンの使用条件を満たしていなく、その割引を受けて受講したことが発覚した場合、差額+手数料をご請求いたします。

※このコースは例として特別にクーポン入力画面を表示しています。このコースでのクーポン利用はできません。

# 5.コンテンツを見てみよう④

(お支払い方法の選択)

## お支払い方法の選択

☒ クレジットカード 

カード番号


1234 1234 1234 1234

カード名義

TARO YAMADA

有効期限

月 / 年

セキュリティコード 

CVC

☐ このクレジットカード情報を登録する

次に進む

※お客様情報はSSLによって暗号化され、安全な通信でお手続きを進めていただけます。

☐ 銀行振込

☐ コンビニ決済



お支払いは

「クレジットカード決済」・「銀行振込」・「コンビニ決済」がご利用いただけます。

選択した、お支払い方法の必要事項を入力して「次に進む」と確認画面となりますので、コース内容を確認して「注文を確定する」を選んでください。

※注文を確定してしまうと「取り消し」ができませんので、内容を必ず確認してください。

※「コンビニ決済」・「銀行振込」の場合、ご入金後、視聴開始まで最大3営業日かかる場合があります。

※「コンビニ決済」・「銀行振込」の場合、振込先がメールで届きます。

振込先は日本フィットネス協会ではなく、集金代行の「株式会社シェアウィズ」となりますので、ご注意ください。

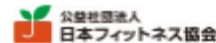
※「コンビニ決済」の場合コンビニ決済手数料180円（税込）が加算されます。

※「銀行振込」の振込手数料はご負担願います。



# 5.コンテンツを見てみよう⑤

(購入完了からマイコース)



## 購入完了

この度はご購入いただきありがとうございました。  
確認のメールを **ご自身のメールアドレス** 宛にお送りさせていただきましたので、ご確認ください。  
ご購入いただいたコースは **マイコース** から受講いただけます。



エアロビックダンスエクササイズ指導理論【GFI筆記試験対策講座】

さらにコースを探す



このコースには、1時間6分の動画レクチャーが含まれています。

すでにGFI資格をお持ちの方は継続単位が付与されます。(フィットネス基礎理論2.5単位、グループエクササイズ指導理論1.0単位、種目別指導理論1.5単位)

購入完了するとご自身のメールアドレスに確認のメールが送信されます。

購入したコースは視聴期間が終わるまでは「マイコース」に入ります。

購入後はマイコースを確認してみましょう。

# 5.コンテンツを見てみよう⑥

(購入後のコース画面)



マイコース soumu14



GFI  
J.A.F.A.  
ADBI・ADIのための  
**エアロビックダンス  
エクササイズ  
指導理論**

GFI筆記試験対策講座  
**エアロビックダンスエクササイズ指導理論【GFI筆記試験対策講座】**

▶ レクチャー1:  
第2章 エアロビックダンスエクササイズの歴史と運動特性

**受講する**

0/6のレクチャーを完了しました

受講期限: 2022/12/30 (残り14日)

← 受講期限と残り日数

「受講する」から視聴を開始できます。

コースの内容

この講座について

テキストについて

合計 1時間7分

セッション 1: 第1章 「有酸素性運動の基礎知識」は省略

|   |                               |       |
|---|-------------------------------|-------|
| 1 | ▶ 第2章 エアロビックダンスエクササイズの歴史と運動特性 | 26:33 |
| 2 | ▶ 第3章 エアロビックダンスエクササイズの基本の動き   | 13:24 |
| 3 | ▶ 第4章 エアロビックダンスエクササイズのプログラミング | 19:00 |
| 4 | ▶ 第5章 エアロビックダンスエクササイズの指導法     | 4:38  |
| 5 | ▶ 第6章 エアロビックダンスエクササイズの運動環境の整備 | 3:08  |
| 6 | ▶ コース終了確認                     |       |

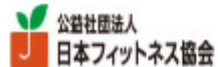
このコースで学べる内容と視聴時間

※希望の章を選んで視聴できます。



# 5.コンテンツを見てみよう⑦

(テキスト (教本) について)



🔍 学びたいコースを探す

マイコース

テスト



ADBI・ADIのための

**エアロビックダンス  
エクササイズ  
指導理論**

GFI筆記試験対策講座

**エアロビックダンスエクササイズ指導理論【GFI筆記試験対策講座】**

6/6のレクチャーを完了しました

受講期限: 2022/12/30 (残り14日)

コースの内容

この講座で使用しているテキストは「ADBI・ADIのためのエアロビックダンスエクササイズ指導理論」です。

この講座について

ご購入は[JAFIオンラインショップへ](#)



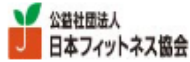
テキストについて



コースによってはテキスト (教本) を使って学習を進めています。  
購入を希望される場合は「JAFIオンラインショップ」からご購入いただけます。  
※JAFIオンラインショップはコンテンツサイトとは別サイトになります。

# 5.コンテンツを見てみよう⑧

(コース内容について)



🔍 学びたいコースを探す

マイコース

テスト



**GFI**  
JAFPA  
ADBI・ADIのための  
**エアロビックダンス  
エクササイズ  
指導理論**

GFI筆記試験対策講座

エアロビックダンスエクササイズ指導理論【GFI筆記試験対策講座】

6/6のレクチャーを完了しました

受講期限: 2022/12/30 (残り10日)

コースの内容

この講座について

テキストについて

合計 1時間7分

セッション 1 : 第1章 「有酸素性運動の基礎知識」(は省略)

|   |                               |       |      |
|---|-------------------------------|-------|------|
| 1 | 🕒 第2章 エアロビックダンスエクササイズの歴史と運動特性 | 26:33 | 学習する |
| 2 | 🕒 第3章 エアロビックダンスエクササイズの基本の動き   | 13:24 |      |
| 3 | 🕒 第4章 エアロビックダンスエクササイズのプログラミング | 19:00 |      |
| 4 | 🕒 第5章 エアロビックダンスエクササイズの指導法     | 4:38  |      |
| 5 | 🕒 第6章 エアロビックダンスエクササイズの運動環境の整備 | 3:08  |      |
| 6 | 🕒 コース終了確認                     |       |      |

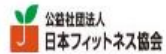
コース内容を選択すると各章のタイトルが確認できます。

「学習する」を選択すると各章の動画再生ページに進みます。

※初回は順番に学習していきましょう

# 5.コンテンツを見てみよう⑨

(動画の再生をしよう)



学びたいコースを探す

マイコース

テスト



## 第2章 エアロビックダンスの 歴史と運動特性



10秒戻す・進む

音量

(ミュートになっていると  
音が出ません)

動画の残り時間

シークバー

再生速度

再生画面を  
大きく表示

レクチャー 1: 第2章 エアロビックダンスエクササイズの歴史と運動特性

質問・コメント

このコースではコメントを受け付けておりません。

→ 次のレクチャーへ

エアロビックダンスエクササイズ  
指導理論【GFI筆記試験対策講  
座】

6/6のレクチャーを完了しました

※用語解説

シークバーとは？

再生箇所を表示する機能のことです。

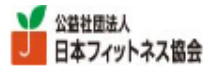
音楽やムービーの始めから終わりまでのうちどこまでを再生しているのかが「スライダー (●)」の位置によって視覚的に把握できる。

スライダーをマウスで直接移動させ、それによって任意の箇所から再生を始めることができる。

動画を最後まで再生すると「次のレクチャーへ」進むことができます。

# 6. JAFA教育単位証明をもらう①

(GFI資格をお持ちの方)



🔍 学びたいコースを探す

マイコース

テスト



このコースの終了確認をおこないます。

質問に答えて、コースを終了してください。

開始する



GFI資格をお持ちの方は、JAFA教育単位証明をメールで受け取ることができます。各コースの最後に「コース終了確認」を開始してください。  
※送信されるアドレスは、アカウント作成した時に登録したアドレスへ送信されます。



レクチャー 6: コース終了確認

コースに戻る

# 6. JAF A教育単位証明をもらう②

(GFI資格をお持ちの方)

コース終了確認

● コース終了確認

テストを終了する

未解答の問題がある場合、終了ボタンは押せません。

コース終了確認

受講いただきありがとうございました。コースを終了します。

すでにGFI資格をお持ちの方は、資格の更新に必要な受講終了を証明するメールを送信いたします。「JAF A教育単位証明の発行を希望する」を選んでください。

これから資格を取得される方は「希望しない」を選んでいただきコースを終了してください。視聴期間中は何度でも繰り返し動画を見ることができますので、テキストを参照しながら復習してみてください。

☒ JAF A教育単位証明の発行を希望する

☐ 希望しない

終了

「JAF A教育単位証明の発行を希望する」を選んでください。

※証明書の発行を希望しない方は「希望しない」を選んでください。

## 7. 追記事項

### ●クレジットカードの明細表記の変更について

クレジットカード明細について、「JAFA」と記載されます。

### ●領収書の発行について（適格請求書発行事業者登録番号対応）

クレジットカード決済の場合に限り、ご自身で領収書を発行することができます。

以下の手順でユーザーは領収書を表示することができます。

アカウントメニュー > アカウント設定 > 購入履歴 を開きます。

「領収書」のリンクをクリックします。

領収書が表示されます。必要に応じてプリントアウトして利用できます。

※宛名はユーザー自身で任意の名称を設定することが可能です。

## 8. 追記事項

- ・オリジナルコンテンツサイトのご利用方法等についての、お問い合わせは下記へお願いいたします。

(公社) 日本フィットネス協会 (JAFA) 事務局

- ・メール：[soumu@jafa-net.or.jp](mailto:soumu@jafa-net.or.jp)

※お問い合わせ内容によっては、ご返答までお時間を頂く場合がございます。

- ・TEL：03-6240-9861

受付時間：9:30～12:00および13:00～16:00（土日祝・年末年始を除く）