



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. JAFA教育単位証明をもらう
- 7. 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？

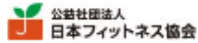
- 申込みから受講料のお支払いまでサイト内で行うことができます。
- コンテンツサイトでは、受講料をクレジットカード決済、コンビニ決済、銀行振込で支払うことができます。
- オンデマンド講座では、決済後にすぐ視聴を開始することができます。 ※一部、決済方法を除く

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。



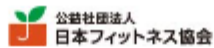
左記のQRコードからでもアクセスできます。

- 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。

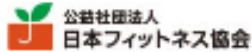
個人情報の取り扱いについては「[公益社団法人日本フィットネス協会 個人情報の取り扱いについて](#)」をご確認ください。

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

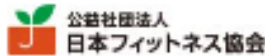
アカウントを作成

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。

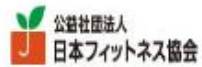
※認証メールが届かない場合は、以下の内容を確認ください。

- ・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！

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

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。（視聴期間に制限がある）

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）

← コース

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。

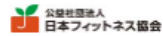
(コースを選ぶ)

コースを選択すると、講座概要やサンプル動画が確認できます。

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。

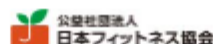
振込先は日本フィットネス協会ではなく、集金代行の「株式会社シェアウィズ」となりますので、ご注意ください。

※「コンビニ決済」の場合コンビニ決済手数料140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)

公益社団法人
日本フィットネス協会

🔍 学びたいコースを探す

マイコース soumu14

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】

🎬 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)

「受講する」から視聴を開始できます。

受講期限と残り日数

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

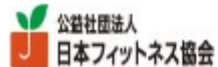
1	🎬 第2章 エアロビックダンスエクササイズの歴史と運動特性	26:33
2	🎬 第3章 エアロビックダンスエクササイズの基本の動き	13:24
3	🎬 第4章 エアロビックダンスエクササイズのプログラミング	19:00
4	🎬 第5章 エアロビックダンスエクササイズの指導法	4:38
5	🎬 第6章 エアロビックダンスエクササイズの運動環境の整備	3:08
6	📄 コース終了確認	

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



AOBI・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「AOBI・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[JAF Aオンラインショップへ](#)



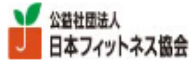
テキストについて



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「JAF Aオンラインショップ」からご購入いただけます。
※JAF A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

セッション 1 : 第1章 「有酸素性運動の基礎知識」(は省略)

合計 1時間7分

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		

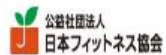
コース内容を選択すると各章のタイトルが確認できます。

「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。

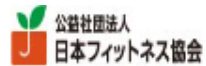
音楽やムービーの始めから終わりまでのうちどこまでを再生しているのかが「スライダー (●)」の位置によって視覚的に把握できる。

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. お問い合わせ先

- ・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

※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）