



# 取得単位一覧表

＜表面＞

フリガナ 氏名	Jafa 会員番号	GFI番号	保有資格 ※カッコ内に「B」または「J」を記入 AD ( ) RE ( )
		有効期限 20 年 月 末日	SE ( ) WE ( ) 種目 AQW ( ) AQD ( )

①ヘルスネットワーク購読単位記入欄(Jafa会員のみのみ)

ヘルスネットワーク購読単位(1年間で3.0単位、2年間で6.0単位)	(公社)日本フィットネス協会	①取得単位数
------------------------------------	----------------	--------

②講座/コース単位 記入欄 ※教育単位証明書「GFI取得単位数」(または「資格移行手続後」)欄記載の単位数 ☆認定番号の記入がない場合は無効

実施年月日	講座/コース名	認定番号	主催者名	取得単位数

※＜裏面＞に記入がある場合は右に☑を入れてください □＜裏面＞につづく ②単位計

③指導実績 記入欄 ○で囲んでください。 ※指導実績で単位取得の方は、別紙「指導実績表」を併せて提出してください。(Jafaホームページよりダウンロードも可) 時間目安は裏面をご覧ください。

延べ時間	単位数	延べ時間	単位数	延べ時間	単位数
1.5時間以上～9時間未満	0.5	36時間以上～45時間未満	2.5	72時間以上～81時間未満	4.5
9時間以上～18時間未満	1.0	45時間以上～54時間未満	3.0	81時間以上	5.0
18時間以上～27時間未満	1.5	54時間以上～63時間未満	3.5	指導実績で取得できる最大単位数は5.0単位です。	
27時間以上～36時間未満	2.0	63時間以上～72時間未満	4.0		

単位の記入が＜裏面＞に続く場合も、＜表面＞と＜裏面＞の合計単位をこちらにご記入ください。	※必ず記入して下さい。
合 計 ( ① + ② + ③ )	単位

資格更新料 _____ 円を 右記のとおり振り込みました。	振込日	※必ず記入して下さい。 20 年 月 日
----------------------------------	-----	-------------------------

※FAXでお送り頂く場合、取得単位の記入が＜表面＞に収まる場合は＜裏面＞をお送りいただく必要はありません。

※住所や姓名の変更があれば必ずご記入ください。  
 新住所： 〒 \_\_\_\_\_ 姓名： \_\_\_\_\_  
 新電話番号： \_\_\_\_\_ 携帯電話番号： \_\_\_\_\_

Jafa事務局記入欄	振込日	20 年 月 日
手続き受領日	カード発行日	20 年 月 日



# 取得単位一覧表

<裏面>

フリガナ
氏 名

GFI有効期限		
20	年	月 末日

②講座/コース単位 記入欄 ※教育単位証明書「GFI取得単位数」(または「資格移行手続後」)欄記載の単位数 ☆認定番号の記入がない場合は無効

実施年月日	講座/コース名	認定番号	主催者名	取得単位数

### ※③指導実績について (時間目安)

#### ◆対象者 スポーツクラブで運動指導している方(種目は問いません)

大学・短大・専門学校講師、サークル主催の運動指導、公共機関委託事業の運動指導

【例1】週1回(1レッスン:45分)・・・45分×4週(1ヶ月)×3ヶ月=540分(9時間)=1.0単位

【例2】週2回(1レッスン:45分)・・・45分×2回×4週(1ヶ月)×12ヶ月=4,320分(72時間)=4.5単位

- 更新期間内の指導合計(延べ)時間数を計算してください。(契約期間、指導場所数は問いません)
- 取得単位一覧表と、指導実績表を併せて提出してください。
- 指導実績関連書類(契約・委嘱書など)は更新手続きが完了するまで保管してください。

※記載内容について確認をとる場合があります。

指導実績表は同封のフォーマットで「取得単位一覧表」と一緒に提出してください。(指導実績で単位取得の方)  
フォーマットはJAJFAホームページよりダウンロードも可能です。(計算機能つき)

JAJFAホームページ⇒「GFI資格更新」ページ

※ 取得単位は<表面>と<裏面>の分を合算し、<表面>の合計欄にご記入ください。