

# PHI Pilates JAPAN 資格更新制度

～資格更新における継続教育単位（CEU）について～

CEU : Continuing Education Unit



Vol.7 (2021年1月～)

CEUの報告期日：偶数年の年末(12月31日)

## 【 Contents 】

1. PHI Pilates JAPAN 代表より
2. 資格更新についての概要
3. 継続教育単位（CEU）取得の目的
4. CEU カテゴリー
5. 各CEUプログラムの詳細
6. CEU の報告と資格更新手続き
7. CEU の報告手順
8. 認定資格の失効と請願手続き
9. PHI Pilates JAPAN 組織概要
10. お問い合わせ先

## 【 1. PHI Pilates JAPAN 代表より 】

PHI Pilates インストラクターの皆様へ

日頃は大変お世話になっております。

2年間の資格更新年があげました。

資格更新制度は PHI Pilates インストラクターの質が落ちないように設定されたものです。

ご協力いただき誠に感謝致します。

さて、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）により健康被害に遭われた方へ心よりお悔やみを申し上げます。

経済的にも我々の業界では大きな被害を受けた方もいらっしゃいます。ですが、パーソナルを主体とした PHI Pilates は、オンラインへの移行、オンラインとオフラインのハイブリッドへの移行がしやすく、COVID-19 以前よりも売り上げを上げた方もいらっしゃいます。整形外科同様、機能改善に特化した PHI Pilates はコロナ禍でも世に必要とされているように思いました。

2020 年度から「PHI Pilates 認定 Basic Exercise Instructor」という新規の資格（PHI 創始者のクリスティー監修の元、学校でのみ取得できる、Mat I&II の下位資格）が設けられました。現在のところ、学校法人三幸学園 10 校、日本医療専門学校 1 校で必修科目となり年度末には 1500 名強の若人が PHI Pilates の基礎を学び社会に輩出されました。

ぜひ、PHI Pilates インストラクターの皆様におかれましては暖かい目で彼ら彼女の成長を見守っていただき、雇用の機会がありましたら何卒よろしく願い致します。

「学校にてピラティスを学ぶ」

これはジョセフ・ピラティス氏の悲願であった事です。これを PHI Pilates Japan は日本で初めて達成致しました。

今年から来年に向けて Mat I&II コース、プロップスコース、リフォーマーIコースに続いてバレルコース、チェアコースがマスタートレーナーによって開催されます。より多くのインストラクターの方に受講していただけるようになりますので、何卒よろしくお願い致します。

PHI Pilates Japan 創立時からのミッション、

「フィットネスとメディカルの融合」をこれからも念頭に PHI Pilates Japan 本部一同邁進していきますので、これからも PHI Pilates、PHI Pilates Japan を何卒よろしくお願い致します。

長文となり失礼致しました。

益々のご活躍により、皆様インストラクターが、そして、皆様のクライアントがこのような混沌とした世の中で光を見出せますよう心から願っております。



PHI Pilates JAPAN 代表  
PHI Pilates アジア局長  
桑原匠司

## 【 2. 資格更新についての概要 】

### • PHI Pilates JAPAN CEU 制度について

PHI Pilates 資格保有者の皆様が、資格を更新し、PHI Pilates Instructor として活動を継続して頂く為には、更新に必要な継続教育単位（CEU）を取得・報告し、**2年に1度** 資格更新を行って頂く必要があります。

### • PHI Pilates Instructor 資格継続方法

- ① 更新に必要な CEU の取得
- ② CEU の報告及び資格更新手続き
- ③ 資格更新料の納付 **（現在、更新料は徴収しておりません）**

### • PHI Pilates Instructor 資格継続に必要な CEU 数

**偶数年の年末**までに A ～ E までの5つの CEU カテゴリーの中から、合計で **12CEU** を取得し、PHI Pilates JAPAN 本部に報告願います。

※ **ただし、Mat I & II インストラクターの認定日によって継続に必要な**

**CEU 数に違いがございますので、下記の表をご確認ください。**

**また、各カテゴリーごとに申請の上限数が異なります。**



上記を参考に、認定日に合わせて更新期日までに報告に必要な CEU を取得し、

所定の方法にて PHI Pilates JAPAN 本部までご報告願います。

※認定日は PHI より試験合格の E メールが届いた日となります。

### 【 3. 継続教育単位（CEU）取得の目的 】

Pilates や PHI Pilates に関する知識・指導技術を始めとし、スポーツ医科学やフィットネスなどに関する深く幅広い知識・技術をセミナーやワークショップ、イベントなどを通して、継続的に学ぶ。それらの教育活動を通し、Pilates やスポーツ医科学分野の進歩や指導技術の発展に遅れることなく、常に新しい情報を吸収することを奨励する。その結果、PHI Pilates Instructor としての質を高め、広く社会に貢献する事を目的とします。



## 【 4. CEU カテゴリー 】

カテゴリー・項目		内容	申請上限	カテゴリー 申請上限
A	PHI Pilates JAPAN 主催のセミナー等への参加	PHI Pilates JAPAN が 主催する FESTA 等の 参加		無し
	各養成コースの新規受講	プロップス・バレル・ チェアーなどの 各養成コースに新規受講		
B	各養成コースの再受講	既に1度受講している 養成コースを再受講	10CEU	無し
	PHI Pilates JAPAN CEU 付与対象セミナーの受講	ディレクターや全国の マスタートレーナーが 講師となっている CEU 付与対象セミナーの受講	10CEU	
	ゴールド認定スタジオ、 オンラインパーソナルでの マスターセッションの受講	全国のゴールド認定 スタジオやオンラインで マスタートレーナーの パーソナルセッションを 受講	6CEU	
C	出版、執筆活動	論文や記事の執筆 書籍の執筆、監修、監訳		3CEU
	学会活動	学会発表、参加		
D	オンラインセミナーの受講	米国本部のオンライン セミナーの受講		3CEU
	米国 PHI Pilates 主催 セミナーの受講	海外で開催されている PHI Pilates に関する セミナーの受講		
E	パーソナルスタディ	技術や知識の向上に 向けて行った 学習活動の報告		2CEU (1年間で1CEU)

※それぞれの申請上限を超えない範囲で CEU を取得する必要があります

## 【 5. 各 CEU プログラムの詳細 】

### カテゴリーA PHI Pilates JAPAN 主催のセミナー等への参加

PHI Pilates に関連するセミナー・イベントへの参加（ツアー、フェスタなど）

『内容により取得可能 **CEU 数** が異なります』

PHI Pilates JAPAN 本部が主催する PHI Pilates 米国本部に渡米するコンプリヘンシブツアーや様々な講師を集めて行われる FESTA 等にて **CEU** を取得することが可能となります。開催時期などの最新情報につきましては、PHI Pilates JAPAN 本部から送られるメール、もしくは PHI Pilates JAPAN ホームページにてご確認ください。

### カテゴリーA 各養成コースの新規受講

プロップス・バレル・チェアー・タワー・リフォーマーⅠ、Ⅱ、Ⅲコース・YUR BACK®

『各コース新規受講時に **6CEU** 取得可能』

PHI Pilates JAPAN が主催する下記 6 つのコースのうち 1 コース受講するごとに、2 年間で必要となる 12CEU の半分となる **6CEU** が取得可能となります。

• PHI Pilates プロップスインストラクター養成コース (2日間)

ピラティスリング (Balanced Body 社製) とフォームローラーを活用したコース。特に肩のアライメント矯正、脊柱の柔軟性の向上、腰痛へのアプローチ、アスリートの肩と股関節周囲のコントロール力の向上、そして柔軟性の向上に役立ちます。

「受講料：107,800円 (税込) PDF テキスト・リング付」



• PHI Pilates バレルインストラクター養成コース (1日間)

持ち運びのできるバレルというイクイップメントを用いたコース。脊柱の柔軟性向上、固定性向上のエクササイズが多々あります。首のアライメント矯正には他のピラティスイクイップメントをはるかにしのぐ効果を発揮します。

「受講料：118,800円 (税込) PDF テキスト・バレル付」

「受講料：74,800円 (税別) PDF テキスト付」



- PHI Pilates チェアインストラクター養成コース（2日間）

座位と立位のピラティスが行える器具で、より日常生活に近い状態でピラティスの指導ができ、クライアントが実感する効果も得やすい特徴があります。腰椎と骨盤との機能異常メカニズムの矯正、脊柱の柔軟性とコアのコントロール力の向上、理想的な股関節の使い方の学習などに特に効果があります。

「受講料：140,800円（税込） PDF テキスト付」



- PHI Pilates タワーインストラクター養成コース（2日間）

リフォーマーに取り付けることのできるタワーを用いて行うコース。タワー独特のプッシュルーバーやスプリングの付いたロールダウンバーを用いて行うエクササイズは Mat では苦手な脊柱の動作を引き出すのに重宝します。

「受講料：140,800円（税込）」

※テキスト別…Amazonにて3,630円（税込）



• PHI Pilates リフォーマーⅠ、Ⅱ、Ⅲインストラクター養成コース  
(それぞれ2日間ずつ)

リフォーマーというイクイップメントを用いたコース。トータル6日間という研修期間が物語っているように、リフォーマー1つあればとてつもない数のエクササイズを行うことができます。スプリングの力を利用したキャリッジという台に乗って行うエクササイズが主で、コア強化のエクササイズはもちろん、肩関節のリハビリテーションや繊細な股関節のコントロール、全身の協調性を高めるフローを意識したエクササイズ、さらには、様々な感覚受容器にアプローチできるような活用法などなど、これ一台で幅広いクライアントに適切な運動療法としてのピラティスアプローチを行うことが可能となります。

「受講料：それぞれ 220,000 円（税込）」

※テキスト別…Amazonにて販売（為替によって価格変動あり）



- YUR BACK®インストラクター養成コース（2日間）

背部痛に特化したピラティスエクササイズを学ぶ2日間です。背部痛をカテゴリー分けすることで、効率よく有効なエクササイズを処方できるように学んでいきます。イクイップメントのない施設やホームワークとしても活用できるよう、マットエクササイズがメインとなる内容です。

「受講料：107,800円（税込） PDF テキスト・バンド・ミニボール付」



## カテゴリーB 各養成コースの再受講

### 各養成コースの再受講

『養成コース参加により **1 ~ 2CEU** 取得可能』

過去に資格取得をしたマットI&II、プロップス、バレル、チェアー、タワー、リフォーマーI、II、III、YUR BACK®の養成コースに、再受講者として受講することで**CEU**が取得可能となります。開催日程・開催場所については PHI Pilates JAPAN ホームページや本部からのメール連絡をご確認ください。

(※通常の開催日程や時間と異なる養成コースのCEUについては、別途お問い合わせください。)

「マットI&II、プロップス、バレル、チェアー、YUR BACK®コース」

0~3 時間未満                      3,000 円 (税込)                      **0CEU**

3 時間~途中早退                      5,000 円 (税込)                      **1CEU**

1 日                                      5,000 円 (税込)                      **2CEU**

「タワー、リフォーマーI、II、IIIコース」

0~3 時間未満                      7,000 円 (税込)                      **0CEU**

3 時間~途中早退                      10,000 円 (税込)                      **1CEU**

1 日                                      10,000 円 (税込)                      **2CEU**

## カテゴリーB PHI Pilates JAPAN CEU 付与対象セミナーの受講

### 各種セミナーの受講

『セミナー2 時間あたり **1CEU** 取得可能』

PHI Pilates JAPAN ホームページに記載されているブラッシュアップセミナーやメール連絡に記載されている付与対象セミナーを受講することでセミナーの学習時間 2 時間あたり **1CEU** が取得可能となります（例外セミナー有）。また、遂行最低人数が集まれば、地方にて CEU 付与対象セミナーを開催することも可能となりますので、開催依頼などにつきましては PHI Pilates JAPAN 本部までお問い合わせください。

[ PHI Pilates JAPAN 本部 お問い合わせ先 ]

E-Mail : [info@phipilatesjapan.com](mailto:info@phipilatesjapan.com)

TEL : 06-6227-8237

※マスタートレーナーが講師となる全てのセミナーが CEU 付与の対象ではありませんのでご注意ください。

カテゴリーB ゴールド認定スタジオ、オンラインパーソナルでの  
マスターセッションの受講

マスタートレーナーによるピラティスセッションの受講

『1セッションあたり **0.5 ~ 1CEU** 取得可能』

本部スタジオ及び全国のゴールド認定スタジオにてPHI Pilates インストラクターに限り、CEU 発行のセッションを限定価格にて受講することができます。また、マスタートレーナーのオンラインセッションを受講することでCEUの取得が可能です。マスタートレーナーによるセッションを受講することで、指導技術と知識の向上が可能となります。

※全国のゴールド認定スタジオやオンラインパーソナルセッション実施マスタートレーナーはHP参照

◎45分パーソナルセッション

(ゴールド認定スタジオ) 8,250円(税込) **1CEU**

(本部スタジオ) 7,700円(税込) **1CEU**

(オンラインパーソナル) 8,250円(税込) **1CEU**

◎50分ピラティスグループセッション

(本部) 3,300円(税込) **0.5CEU**

セッションのご予約やお問い合わせは、各スタジオや各マスタートレーナーまでお願い申し上げます。また、ご予約やお問い合わせの際には、「**CEU付** **与対象のマスターセッションの受講**」を希望している旨を必ずお伝えし、受講後に受講証明書をお受け取りください。

## カテゴリーC 出版、執筆活動

### 論文や記事の執筆、書籍の執筆、監修、監訳

『内容によって **0.5 ~ 3CEU** を取得可能』

ピラティスや運動療法、スポーツ医学等々、PHI Pilates インストラクターの知識や指導技術等の向上に繋がる論文の執筆や記事の投稿等に CEU を付与します。

上記の CEU 申請をされる場合は、事前に本部までお問い合わせ頂き、関連した論文や書籍等の内容証明を基に審査致します。

審査に合格しましたら、審査申請手数料を納付頂き、CEU の獲得となります。

審査が認められなかった場合は、審査申請料は発生しません。

審査申請料：1,650 円（税込）

※郵送頂いたものは、返却出来兼ねます。（書籍については、着払い返送可）

※執筆、発行（書籍の場合は初版）は CEU 対象となる2年間のうちに含まれるものを対象とします。

## カテゴリーC 学会活動

### 学術集会・学会大会等での発表や参加

『内容によって **0.5 ~ 3CEU** を取得可能』

ピラティスや運動療法、スポーツ医学等々、PHI Pilates インストラクターの知識や指導技術等の向上に繋がる学会活動に CEU を付与します。

上記の CEU 申請をされる場合は、事前に本部までお問い合わせ頂き、活動を証明できるもの提出いただき、それを基に審査致します。

上記の CEU 申請をされる場合は、事前に本部までお問い合わせ頂き、関連した論文や書籍等の内容証明を基に審査致します。

審査に合格しましたら、審査申請手数料を納付頂き、CEU の獲得となります。

審査が認められなかった場合は、審査申請料は発生しません。

審査申請料：1,650 円（税込）

※郵送頂いたものは、返却出来兼ねます。（書籍については、着払い返送可）

※執筆、発行（書籍の場合は初版）は CEU 対象となる2年間のうちに含まれるものを対象とします。

#### 「対象となる学会の例」

日本整形外科学会、日本体力医学会、日本リハビリテーション医学会

日本臨床スポーツ医学会、日本運動器科学会 等

## カテゴリーD オンラインセミナーの受講

### PHI Pilates 米国本部が提供するオンラインセミナー

『内容によって **0.5 ~ 3CEU** を取得可能』

PHI Pilates 米国本部が作成した PHI Pilates についての教育プログラムをオンラインで受講することで CEU を取得することが可能となります。

※米国 HP に記載の PHI CEU 数は PHI Pilates JAPAN の規定する CEU 数と異なる場合がございますので、上記の CEU 申請をされる場合は、事前に日本本部までお問い合わせください。また、申請時には、受講を証明できるもの提出いただき、それをもって付与致します。

## カテゴリーD 米国 PHI Pilates 主催セミナーの受講

### 米国本部等で開催されている主に Christine が講師となるセミナーへの参加

『内容によって **0.5 ~ 3CEU** を取得可能』

PHI Pilates 創始者である Christine Romani-Ruby 女史が主に講師となっているセミナー（YUR BACK®コースや PMA カンファレンスなど）を海外で受講することで CEU を取得することが可能となります。

※米国 HP に記載の PHI CEU 数は PHI Pilates JAPAN の規定する CEU 数と異なる場合がございますので、上記の CEU 申請をされる場合は、事前に日本本部までお問い合わせください。また、申請時には、受講を証明できるもの提出いただき、それをもって付与致します。

## カテゴリーE パーソナルスタディ

### 技術や知識の向上に向けて行った学習活動の報告

『1CEU/年を取得可能』

日頃のホームスタディの記録や外部のセミナーへの参加などを通じて、自身の指導技術の向上や知識の充実のための学習活動（合計4時間以上の学習活動であると換算できるもの）を本部に申請することでCEUを取得することが可能となります。

自身のその年の学習活動をCEU報告欄に記載し提出を行ってください。

また、その活動が証明できるものを本部まで郵送頂き、活動の詳細を本部にて審査致します。

審査に合格しましたら、審査申請手数料を納付頂き、CEUの獲得となります。審査が認められなかった場合は、審査申請料は発生しません。

こちらの報告は、偶数年の年末ではなく、1年ごとに申請が必要となります。

2021年の活動を2022年に申請することはできかねます。

審査申請料：1,650円（税込）/年

※郵送頂いたものは、返却出来兼ねます。

※ご自身のクライアントや契約アスリートへのセッションはパーソナルスタディの対象外とします。

## 【 6. CEU の報告と資格更新手続き 】

PHI Pilates Instructor は 2 年間で A～E のカテゴリーの中から、トータルで 12CEU を取得し、それを PHI Pilates JAPAN 本部に報告することで、資格を更新することが可能となります。それぞれのカテゴリーには申請の上限がございます、6 ページの一覧表にてご確認ください。

CEU の PHI Pilates JAPAN 本部への報告は、取得後から更新期日までであれば、どのタイミングで行っていただいてもかまいません。また、現在のご自身の CEU のご報告状況については PHI Pilates JAPAN 本部までお問い合わせください。

更新期日の時点で 12CEU の取得・報告が完了している場合、PHI Pilates JAPAN 本部より資格更新が無事に行われたことのお知らせするメールをお送りいたします。万が一、メールでのご連絡が無い場合はお手数ではございますが、PHI Pilates JAPAN 本部までお問い合わせください。

妊娠・海外留学等のやむを得ない事情で、CEU の取得が行えない場合は、【 8. 認定資格の失効と請願手続き 】(23,24 ページ)を確認の上、請願手続きを行ってください。

## 【 7. CEU の報告手順 】

CEU の報告は PHI Pilates JAPAN ホームページにて行っていただきます。

※取得後、CEU 報告はいつ行っていただいてもかまいません。

### 《 STEP 1 》

インターネットを利用して、PHI Pilates JAPAN ホームページ  
[ URL : <https://phipilatesjapan.com/> ]を開き、「資格更新制度 (CEU 報告)」  
をクリックする。



### 《 STEP 2 》

「CEU の報告 (申請) フォーム」をクリックする。



解航に必要なCEU数 | 手続きの流れ | 資格更新手続き | **CEU 報告フォーム** | 認定資格の失効と申請手続き

PHI Pilates インストラクター資格 更新制度 (CEU制度)

《 STEP 3 》

開いたページ (<https://pro.form-mailer.jp/fms/8f5a792b40877>) に沿って、氏名、取得 CEU の詳細などを入力し、「確認画面へ」をクリックする。

「取得・報告例」

- 2021 年××月××日  
「Mat 養成再受講～亜弥マスター」 2CEU
  - 2022 年××月××日  
「Mat 養成再受講～空マスター」 2CEU
  - 2022 年××月××日  
「PHI Pilates JAPAN FESTA 2020」 8CEU
- 合計 12CEU

## 《 STEP 4 》

内容を再確認し、「送信する」をクリックする。**(報告完了!)**

The screenshot shows a web form titled "PHI Pilates CEU 報告". Below the title is a warning message: "送信前に入力内容をご確認ください。ボタンをクリックされると、入力内容が送信されます。" (Please confirm the input content before sending. When you click the button, the input content will be sent.)

名前	PHI Pilates
メールアドレス	phi@phi.com
連絡先	000-0000-0000
取得CEU	2021年〇月〇日 「マット養成コース」〇〇講師 2CEU
ゴールド認定スタジオ セッション受講証明書添 付	
備考	

At the bottom of the form, there are two buttons: a blue "送信する" (Send) button and a grey "戻る" (Back) button.

## 《 STEP 5 》

自動返信により、PHI Pilates JAPAN 本部に CEU 報告についての情報が送信された旨が送られてきます。

## 【 8. 認定資格の失効と請願手続き 】

先だって説明した CEU 報告の手順に基づいた CEU 報告を更新期日までに終えられなかった場合（12CEU に達しなかった場合）、PHI Pilates JAPAN 本部より**資格更新が行えないこと（認定資格の失効）**をお知らせするメールをお送りいたします。認定資格の失効の取消しを請願する場合は、認定資格の失効をお知らせするメールを受け取ってから 30 日以内に PHI Pilates JAPAN 本部に請願書の提出手続きを行ってください。

請願書は、何らかの理由（海外留学・出張・災害・妊娠など）により期日までに CEU の取得が行えなかった場合に、その旨を PHI Pilates JAPAN 本部に説明し、認定資格の失効の取消しを請願するものです。請願書が提出された場合でも、PHI Pilates JAPAN 本部での審査の結果、内容が承認されなかった場合は、認定資格失効は撤回されません。また、**提出期限までに上記理由により CEU 取得できない見込みの場合も、同様に請願書を提出してください。**

本部にて請願書を受け取りましたら、その後の手続きについてメールでご案内をお送りいたします。（郵送後 10 日営業日以内に請願書についてのメール連絡がない場合、恐れ入りますが PHI Pilates JAPAN 本部までご連絡ください。）

《 STEP 1 》 次ページの請願書をコピーし、必要事項を記入する。

《 STEP 2 》 記入した請願書を、PHI Pilates JAPAN 本部宛に郵送する。

「郵送先」

PHI Pilates JAPAN 本部

〒541-0046 大阪府中央区平野町 1-8-14 北浜 TDS ビル 6F



## 【 9. PHI Pilates JAPAN 組織概要 】

PHI Pilates ASIA Bloc ・ JAPAN Director 桑原 匠司

PHI Pilates JAPAN Education Director  
垂弥

PHI Pilates JAPAN Marketing Director  
小田島 政樹

PHI Pilates JAPAN Academic Director  
空 敬太

PHI Pilates JAPAN Chief Administrator  
神田 敏代

PHI Pilates Master Trainer

Mat I & II 養成講師

Props 養成講師

Reformer I 養成講師

PHI Pilates Comprehensive Instructor

PHI Pilates Chair Instructor

PHI Pilates Tower Instructor

PHI Pilates Reformer I & II & III Instructor

PHI Pilates Barrel Instructor

PHI Pilates Props Instructor

PHI Pilates Mat I & II Instructor

PHI Pilates Basic Exercise Instructor

## 【 10. お問い合わせ先 】

「 PHI Pilates JAPAN 本部 」

〒541-0046

大阪府大阪市中央区平野町 1-8-14 北浜 TDS ビル 6F

TEL : 06-6227-8237 FAX : 06-6227-8238

E-Mail : [phipilatesjapan.ceu@gmail.com](mailto:phipilatesjapan.ceu@gmail.com)

