

2026 年度 公認水泳コーチ 3・コーチ 4 更新研修 要項

■まずここを読んでください（重要）

- ・今年の受講方法は「対面」または「オンデマンド」のどちらかです。
- ・必修講義はすべて受講し、テストに合格する必要があります。
- ・オンデマンドの方は 12 月末までに完了しないと資格更新できません。
- ・テストは Web で実施します（受け忘れに注意！）。
- ・2026年4月1日65歳以上の方でコーチ資格5年以上の方は研修免除の申請が出来ます。（コーチ規定第5条）詳細につきましては別途ご連絡させていただきます。
- ・申し込み後の変更はできません。

1 開催日程

1) 対面研修

日時：2026 年 10 月 12 日（月・祝）9:00～17:00

場所：日本大学文理学部（教室は未定）

2) オンデマンド配信研修

配信期間：2026 年 11 月中旬～12 月末

掲載場所：シクミネットからアクセス可能

2 受講の流れ（対面の場合）

- ① シクミネットで更新料を支払う
- ② シクミネット内で「対面講習」を申し込む
- ③ 会場で全ての講義を受講し、現地で指示される形式にてテストを完了する

3 受講の流れ（オンデマンドの場合）

- ① シクミネットで更新料を支払う
- ② シクミネット内で「オンデマンド講習」を申し込む
- ③ 資格ごとに指定される動画を視聴し、視聴後にテストを受ける
- ④ 12 月末までに講習視聴してテストを完了する

「2」「3」は、いずれも 8 月 31 日（月）が締切です。それまでに更新料支払いとその後の申し込みプロセスを完了してください。

4 2026 年 4 月 1 日現在 65 歳以上でコーチ資格取得後 5 年以上経過している方は研修義務免除の申請ができます。別紙参照。

5 研修内容（【情報共有】～【講義3】までは必修講義です）

2026年度コーチ3・4更新研修内容			
開校式 センターホール	9:15	開会宣言・野口智博（競技力向上コーチ委員長）	昨年度研修の検証と今年度講義の主旨説明
【情報共有】 （必須）	9:20-9:50	①ドーピングの注意喚起 塚越祐太先生 （日本水泳会連盟 アンチドーピング委員長）	近年の違反事例の共有/アンチ・ドーピングの 基礎知識 / サプリメント摂取における注意点
センターホール	9:50-10:20	②女性アスリートへのコーチング 能瀬さやか先 生	女性アスリートの身体的・心理的特性への理 解：安全で信頼されるコーチング環境づくり
【講義1】（必須） センターホール	10:30-12:00	全体必修：大山下 圭悟（筑波大学 体育系 准教授）75分講義＋15分試験＋質疑応答	テーマ「今求められるコーチングとは？」—最強の競技者と理想のコーチ
【講義2-1】 （資格選択） SSGC多目的ホール	13:00-14:30	コーチ3必修 小俣 よしのぶ（いわきFCアカデ ミー）75分講義＋15分試験＋質疑応答	テーマ「育成システムをもとにしたコーチング の最前線」
【講義2-2】 （資格選択） SSGC演習室2	13:00-14:30	コーチ4必修 横田真人（TWOLAPS） 75分講義＋15分試験＋質疑応答	テーマ「プロスポーツから学ぶコーチングと競 技普及の実践」
【講義3】 （興味選択）	14:45-16:15	競技別必修（コーチ3・4共通） 75分講義＋15分試験＋質疑応答	受講者は、自身の興味関心に応じて、 以下の講義から1講義を選択する。
①【記録追求型】 SSGC多目的ホール		楠田 和史先生（イトマンスイミングスクール）	「競泳・OWSにおける年代別コーチングとチ ームビルディングの実践」
②【採点競技型】 SSGC演習室1		久永 将太先生（神戸親和大学教育学部 講師）	「採点競技におけるコーチングの実践につ いて」
③【団体球技型】 SSGC演習室2		藤本 元先生（筑波大学 体育系 准教授）	「団体ゴール型球技におけるコーチングの実 践について」
【任意講義】		（1）競技別対談動画	各種目の強化方針、世界の強化トレンド、育 成の課題、現場の期待などを共有する。
（オンデマンドのみ）		① 競泳 倉澤利彰委員長、下山好充ヘッドコーチ	
		② 飛込 野村孝路委員長、安田千万樹ヘッドコーチ	
		③ 水球 大本洋嗣委員長、男子：塩田 義法監督、女子：菅井 翔太監督	
		④ AS 山田智子委員長、宮川 美哉ヘッドコーチ	
		⑤ OWS 原怜来委員長、太田伸ヘッドコーチ	

シクミネットでの登録前に、下記を読んで、あなたの受講内容をチェックしておき
ましょう

1) あなたの資格はどれですか？

- ① コーチ3 → 「情報共有」「講義1」「講義2-1」「講義3①～③を選ぶ」が必修
- ② コーチ4 → 「情報共有」「講義1」「講義2-2」「講義3①～③を選ぶ」が必修
- ③ 二種目（例：「OWS コーチ3と競泳コーチ4」など）の資格を保有されている方は、「講義2-1」か「講義2-2」どちらかを対面で受講した場合、残りの講義をオンデマンドで受講してください。

「講義3」の講義の選択方法は、ご自身の専門競技でなくても、興味関心のあるところを選択してもよいです。

2) 受講方法を選んでください。

- ・対面 → 10月12日に会場で受講＋会場でテスト完了までを行う。
- ・オンデマンド → 12月末までに動画視聴＋当該画面からテスト完了まで行う。

■よくある間違い（必ず確認）

- ・動画を見ただけで終わる → テスト未受験は不合格
- ・期限後に視聴しようとする → 視聴できません
- ・講義を1つでも受けていない → 不合格
- ・対面申込で当日来ない → 修了扱いにならない可能性あり