

# 第8期鹿児島YIC講座（ヨーガ教師養成講座）

## （対面またはZoomによるオンライン）の御案内

ヨーガはその発祥の地インドにおいても、これまでの伝統的な宗教の分野だけでなく、近年多くの分野で活用されてきています。そうした時代の流れの中で、ヨーガを学校や医療施設で教授する者への需要が大いに高まり、伝統的な宗教心は勿論、現代医学の知識も合わせ持ったヨーガの指導者がインド国内はもとより、イギリス、アメリカなどの西洋諸国でも活躍するようになってきています。また、2019年2月26日から3日間、世界保健機関（WHO）は日本ヨーガ・ニケタン代表木村慧心も含めて世界中からヨーガ指導の専門家20人をインドニューデリーに招集して、ヨーガ（ヨーガ療法）指導の基準策定作業部会を開き、ヨーガ（療法）指導者の教育内容、教育期間、指導時禁止事項等々を決めました。一方、私たち日本ヨーガ・ニケタンと日本ヨーガ療法学会ではsVYASA（スワミ・ヴィヴェーカーナンダ・ヨーガ研究財団）協力してインドのスワミ・ヴィヴェーカーナンダ・ヨーガ研究所／ヨーガ大学と協力してきています。この財団／大学はインドにおいてヨーガ教師養成並びに、ヨーガ療法士養成機関として認定されているインド国内最大のヨーガ教育機関の一つであり、これまでも優秀なインド人ヨーガ教師やヨーガ療法士を輩出してきています。以前はこの資格を取ろうとした人たちは、インドのバンガロールにまでおもむき、一ヶ月以上の期間、sVYASAのヨーガ療養施設プラシャンティ・クティラム（安らぎの里）にとどまり、英語での講義を受講する必要がありました。しかし、より多くの日本の方々に資格取得の機会を提供するため、現在は、日本ヨーガ・ニケタンが、日本各地で日本語によるYIC（ヨーガ教師養成講座）を開催しています。そして、YICを修了した方には、sVYASAが発行する修了証が授与されることになっております。一方、全米ヨガアライアンスの有資格者でもヨーガ療法士と名乗ってはならない、ヨーガ療法を指導すると言ってはならないという通達がアライアンス当局から発信され国際ヨーガ療法士協会からもその自主規制に賛同の通信が発せられています。

（英語で発表された方針はこちら：[www.yogaalliance.org/YogaTherapyPolicy](http://www.yogaalliance.org/YogaTherapyPolicy)）

我が国の本YIC(Yoga Instructor Course)講座を修了すると、（一社）日本ヨーガ療法学会に入会后、学会の認定審査を経て、認定ヨーガ教師の資格を取得することもできます。ちなみにYIC講座の次のYTIC(Yoga Therapist Instructor Course)講座を卒業すると（一社）日本ヨーガ療法学会から学会認定ヨーガ療法士の資格が得られます。

スタッフ一同、全力で皆様方をサポートさせていただきたいと思っておりますので、是非ご参加ください。

### <授業について>

#### 1. 講座開始日

2022年9月4日（日）（原則 日曜日開催）

#### 2. 会場 鹿児島市内

#### 2. 授業内容・日程

授業は、インドのsVYASAが作成したカリキュラムに準じており、講義、実習を通じてヨーガ教師として活動するために必要な知識を習得することができます。

講義は動画配信をしますので、講義当日までに事前に視聴し、自己学習をしていただきます。講座当日は受講生が動画を視聴済みであることを前提とした質疑応答、実習、ラージャ・ヨーガ、ヨーガ・スートラを行います。

講義動画については、申込み後に案内をいたします。（動画配信のパスワードは厳重に管理の上、ご本人以外の方が使用することがないようにお願い申し上げます。刑事処罰の対象となります。）

授業日程は別紙の日程表通りです。ただし、授業の進捗状況に応じ、プログラムや開催日等が変更されることがあります。

#### 3. 新型コロナ拡散状況により、Zoomと会場の併用講座または各自とのZOOM講座となることもあります。

#### 4. 欠席者への支援について

Zoomでの講義を欠席した場合、欠席扱いとなります。欠席した回は、ご自身で動画を視聴して宿題を提出していただきます。ラージャ・ヨーガ、ヨーガ・スートラは、個別に動画配信をいたしますので、視聴して宿題のファイルに感想を書いて提出してください。

### <修了要件について>

修了要件は下記の通りです。修了者にはインドのsVYASA発行の修了証が授与されます。

- 1 7回以上の出席（なお、遅刻・早退は3回で1回の欠席と扱います）
- 2 全講座の宿題提出
- 3 卒業論文の期限内提出
- 4 第5回の中間試験と最終回の第10回に行われる筆記と実技の試験で6割以上の成績を修めること

## <費用について>

参加費 14万3千円 (税込み)

## <参考図書について>

|          |       |
|----------|-------|
| ギャーナ・ヨーガ | 1400円 |
| バクティ・ヨーガ | 1000円 |
| ラージャ・ヨーガ | 1000円 |
| カルマ・ヨーガ  | 1000円 |

日本ヴェーダーンタ協会 (FAX:046-873-0592 E-mail [info@vedanta.jp](mailto:info@vedanta.jp))

販売書店: 紀伊國屋書店、三省堂書店、丸善、アマゾン等、

インド五千年のサイコセラピー 3,200円  
ヨーガ療法マネージメント 2,600円

販売書店: 紀伊國屋書店、三省堂書店、丸善、アマゾン等、

|                |       |
|----------------|-------|
| バガヴァッド・ギーター    | 1000円 |
| プラーナーヤーマの秘密    | 1000円 |
| 日本ヨーガ・ニケタンHPから |       |

※上記は、全て税抜きです。

## <申込について>

### 1. 申込方法

日本ヨーガ・ニケタンホームページ(<http://yoganiketan.jp/>)からYIC講座申し込みフォームを選択して申し込んでください。受講費は、PayPal支払いとなります。\*PayPal支払いは、クレジットカード払いか、銀行口座引き落とし、ゆうちょ銀行振込となります。

### 2. 申込先・問合せ先

日本ヨーガ・ニケタン福岡 〒815-0074 福岡県福岡市南区寺塚2-2-4

TEL:092-542-3902 FAX:092-542-3095 Email: [fukuoka@yoganiketan.jp](mailto:fukuoka@yoganiketan.jp)

### 3. 参加者の決定について

先着順

定員に達したため、**申込を締め切った講座**については、日本ヨーガ・ニケタンのホームページ(<http://yoganiketan.jp/>)でお知らせします。お振込みの前にホームページをご確認いただきますよう、お願い申し上げます。

## <キャンセルについて>

お支払いになった受講費は、**講座開始後**は原則としてお返しいたしません。**講座開始前まで**にキャンセルされた場合は、振り込み料を差し引いてお返しいたします。

## <募集人数及び実施について>

申込者が5名未満の場合は、開講を中止させていただくことがありますので、予めご了承ください。中止の場合、お支払いいただいた費用は、全額お返しいたします。

### <学会認定ヨーガ療法士になるためには>

YICを終了後、更にヨーガ療法を学びたい人は、YTIC (ヨーガ療法士養成講座・全22回)を受講することができます。ヨーガ療法は、インドだけではなく欧米諸国の医療現場でも用いられており、その効用については様々な学会や医学雑誌で研究報告がされていますが、YTICではヨーガ療法に関する最新の研究情報も学ぶことができます。

また、YTICの卒業生を中心に(一社)日本ヨーガ療法学会が2003年に設立され、現在、医師やヨーガ教師など約2000人の会員により、ヨーガ療法の研究と普及活動が行われています。

YICを修了後、更にYTICを修了すれば、(一社)日本ヨーガ療法学会に入会後、学会の資格認定審査を経て、学会認定ヨーガ療法士になることができます。また、(一社)日本統合医療学会認定の統合医療専門家養成セミナーを受講する事も可能になります。

東日本大震災に際しては、学会認定ヨーガ療法士による被災地支援活動が行われ、現在も全国各地で被災者支援活動を行なっております。また、2009年から実施しているウクライナ国キエフ市でのチェルノブイリ被曝事故被災者支援活動や、インド国内でのヨーガ療法指導など、学会認定ヨーガ療法士の活躍の場は海外にも広がっています。

# 第8期鹿児島YIC開講日程及びカリキュラム（予定）

2022/4/29 現在

|      |               |                   |
|------|---------------|-------------------|
| 授業時間 | 午前9時半～午前11時半  | YIC 講義（質疑応答、実習など） |
|      | 午前11時半～午前12時半 | ラージャ・ヨーガ 講義       |
|      | 午前12時半～午後1時半  | 昼食（宿題発表など）        |
|      | 午後1時半～午後2時半   | ヨーガ・スートラ講義        |

\*午後2時半終了予定ですが、授業の進み具合で午後3時頃までかかる可能性もあります。その点、ご了承ください。

\*第10回卒業試験日は、午後5時頃終了予定です。

第1回 2022年9月4日(日)

ヨーガとヨーガ療法士養成の必要性  
ブリージング・エクササイズ、アイソメトリック・ブリージング・エクササイズ

第2回 2022年10月2日(日)

ギヤーナ・ヨーガとは何か  
スークシュマ・ヴィヤヤーマ、アイソメトリック・スークシュマ・ヴィヤヤーマ

第3回 2022年11月6日(日)

ヨーガと健康  
スークシュマ・ヴィヤヤーマ、アイソメトリック・スークシュマ・ヴィヤヤーマ

第4回 2022年12月4日(日)

アーサナとハタ・ヨーガ理論  
ヨーガ療法の為のヨーガ・アーサナ

第5回 2023年 月 日(日)

ヨーガ療法と調気法、中間試験  
プラーナーヤーマ、セクショナル・ブリージング

第6回 2023年 月 日(日)

バクティ・ヨーガとは何か  
クリヤー、オーム瞑想、ルーズニング・エクササイズ

第7回 2023年 月 日(日)

ストレス・マネジメントとラージャ・ヨーガ  
サイクリック・メディテーション

第8回 2023年 月 日(日)

カルマ・ヨーガとは何か  
アイ・エクササイズ

第9回 2023年 月 日(日)

ヨーガと教育、ヨーガ統一の理論  
指導法復習

第10回 2023年 月 日(日)

卒業試験（筆記試験、実技試験）

**\*第5回目以降は後日お知らせいたします。**

**\*諸事情により開催日・会場が変更になる場合もありますので御了承下さい。**

# 第8期鹿児島YIC ヨーガ教師養成講座申込書

【申込方法】2つの方法があります。どちらか選択して、お申し込みください

## <申込方法1>

- ① 日本ヨーガ・ニケタンホームページ(<http://yoganiketan.jp/>)からYIC講座申し込みフォームを選択して申し込んでください。  
受講費は、PayPal支払いとなります。\*PayPal支払いは、クレジットカード払いか、銀行口座引き落としとなります。
- ② この申込書の受講費振込証明添付の欄に、PayPal支払い済みと記入し、下記まで郵送してください。

## <申込方法2>

- ① ゆうちょ銀行にて参加費14万3千円をお振込みください。 \*分割支払いは不可です。
  - ・振込先 「ゆうちょ銀行 01360-2-109761 日本ヨーガ・ニケタン」
  - ・他金融機関からの振込の場合 「ゆうちょ銀行 139店 当座 0109761 日本ヨーガ・ニケタン」
- ② この用紙に必要事項を記入し、領収印のある振込用紙の半券等振込を証明する物のコピーを貼り付けて下記まで郵送してください。

(なお、振込みの前に、日本ヨーガ・ニケタンのホームページ(<http://yoganiketan.jp/>)で、参加希望講座の申込が締め切られていないかをご確認ください。)

## 【郵送先】

〒815-0074 福岡県福岡市南区寺塚2-2-4  
日本ヨーガ・ニケタン福岡  
TEL:092-542-3902 FAX:092-542-3905

フリガナ

氏名

下記に受講費の振込を証明するもの  
(振替払込請求書件受領書のコピー等)  
を貼ってください。

ローマ字

生年月日西暦 年 月 日生(満 才)

(男・女)

住所(〒 - )

フリガナ

電話番号

FAX番号

携帯番号

メールアドレス

ここにお貼り下さい。