

## 更新規則が改定されました

<http://mindful-therapy.sakura.ne.jp/kisoku/mmt-kousin.pdf>

[⇒更新規則](#)

マインドフルネス瞑想療法士®は、5年更新です。

更新のためには、5年間の活動で、ポイントが15ポイント以上になっていることが必要です。

資格は、5年で更新を迎えます。

更新の申請をしないと、消滅します。また、15ポイント以上の活動が必要です。

更新を希望される方は、別表にあるような活動をお願いいたします。

次回に、現在の皆様のポイントを確認する方法をお知らせします。