

Fitness Industry Association


 Fitness
Industry
Association
of Japan

 編集: (株)クラブビジネスジャパン
TEL.03-5459-2841
FAX.03-3770-8744
E-mail.info@fitnessclub.jp
http://www.fitnessclub.jp

NEWS

 発行: (一社)日本フィットネス産業協会
TEL.03-5207-6107
FAX.03-5207-6108
E-mail.info@fia.or.jp
https://www.fia.or.jp

Topics

トピックス

フィットネスクラブから二度と クラスターを出さないために ～FIAガイドライン遵守の重要性と IHRSA記事から見るマスク効用の再認識～

度重なる緊急事態宣言の発令や、まん延防止等重点措置区域の指定により、いまだ休業や時間短縮営業などの対応に振り回されているスポーツクラブが多いのではないだろうか。今号では、IHRSAの記事を参考にしながら、感染拡大防止策としてのマスク着用の有効性と、マスク着用時の注意点について改めて考えてみたい。そのうえで、これ以上スポーツクラブからクラスターを出さないよう、FIAが定めるガイドラインを改めてご確認いただきたい。

■休業要請と、クラスターの発生

2021年4月23日、東京都では3度目となる緊急事態宣言が発令された。大阪府及び東京都は、1,000㎡以上の大規模施設に対して休業要請を行い、これを受けて該当する多くのスポーツクラブが休館している。そのほかの地域でも、緊急事態宣言の発令やまん延防止等重点措置区域の

今後スポーツクラブなどが休業せずに済む可能性が少しでも高まるよう行動していきたい。

■FIAガイドラインの総論

当協会では、「FIA フィットネス関連施設における新型コロナウイルス感染拡大対応ガイドライン」の初版を2020年3月3日に公表し、その後も社会情勢に応じて8度の改訂を行ってきた。現行(写真1)のガイドラインでは、フィットネス関連施設におけるガイドライン改定にあたっての前提として、以下の総論を述べている。

フィットネス関連施設は、運動の場を提供することを目的としている。そのため、その利用者は日常生活における活動時よりも高い強度の身体活動を行うことから呼吸が活発になり、激しくなる場合もある。まずはこの理解に立ち、高い強度の身体活動を行う場合には日常生活における活動時よりも一層の距離を空ける等の状況に応じた対策が求められるという認識を持ち、施設提供にあたり環境とルールの整備に努めなければならない。また、周辺地域の実情を勘案し、感染リスクが高いと考えられる場合には、本ガイドラインに提示されている実施要件よりも厳しい判断、リスクの高い環境に於けるさらなる距離の確保、更なる換気、場合によっては施設の部分的閉鎖などを実行することが求められる。

今回はガイドラインのなかから「店舗の各エリアにおける対応」「安全なトレーニングのためのマスク等の着用

指定による要請や依頼を受けて、営業時間短縮などの制約の中での営業を強いられている施設も少なくなく、いまだフィットネス業界にとって厳しい状況が続いている。

一方で、今日に至っては新型コロナウイルス変異株の急速な拡大の影響を受けて、屋内運動施設でのクラスターの発生が、残念ながら報告されるようになってきている。

例えば、水泳教室の講師と受講者の間での感染事例などである。

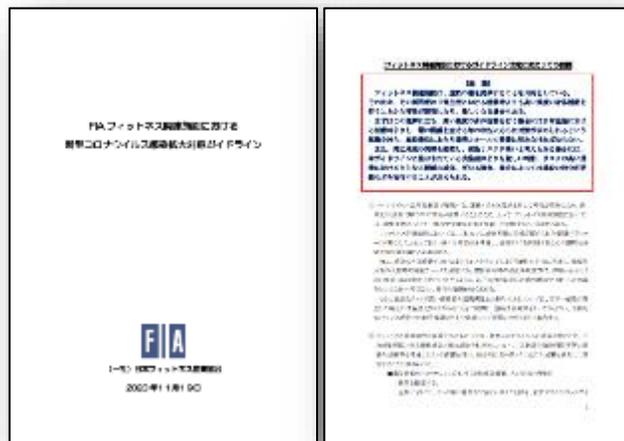
さらに注目したい感染拡大傾向事例としては、ボクシングジムやブラジリアン柔術ジム、または格闘技系グループエクササイズを提供するスタジオでのクラスター発生事例等が際立っている。

上記のような事例はいずれもFIA加盟クラブではないことが確認されているが、報道に於いては「スポーツジム」という表現でくられてしまっており、感染対策を徹底するFIA加盟クラブにとってその風評は致命的だ。

これ以上、スポーツ施設からクラスターを発生させては、フィットネス業界全体のイメージは、コロナ禍以前に戻どころか悪化する一方である。

FIAに加盟されている施設は、日頃から万全な感染拡大防止対策を講じてくださっていることは疑いがないが、今一度FIAが提唱する「新型コロナウイルス感染拡大対応ガイドライン」の内容の確認を行いたい。そして、ガイドラインを最低限の基準として各施設が予防対策を徹底することで

◆写真1



FIA作成の『新型コロナウイルス感染拡大対応ガイドライン』最新版

関する補足の2点について特に取り上げる。IHRSAの記事(『Safety & Efficacy of Masks & Face Coverings During Exercise』、2021年2月12日:P2写真2)を参考にしながら、コロナ感染拡大防止策としてのマスク着用の有効性と、運動時のマスク着用の注意点について改めて考えてみたい。

■クラスター発生を予防するためには 「マスク」と「物理的な距離を取る」の基本が大事

新型コロナウイルス(以下、コロナ)のパンデミック(感染力の強い新種を含む)が継続的に拡大している中、IHRSAは

屋内はもちろん、混雑した屋外でもマスクや布製のフェイスカバーを着用することの重要性を強調している。これはコロナがまだ症状が出ていない(または出ない)人々によって拡散することが知られていることから、マスクが地域社会におけるウイルスの拡散を抑える重要な戦略となり得るからだ。

「マスクや顔を覆うものは感染拡大を食い止めるか？」については、マスクの種類や品質、マスクの着用状況、その他の環境要因など、いくつかの要因に左右されるが、簡単に言えば「イエス」だ。これまでに報告されている証拠から、コロナの感染を減らすためにフェイスカバーを広く使用することが推奨されているようだ。

『Nature』誌に掲載された研究によると、医療用マスクと通気性のないKN95マスクは、着用者からのエアロゾル粒子の放出をそれぞれ90%と74%減少させた。布製マスクの有効性はあまり明らかではありませんでした。米国微生物学会(ASM)のデータによると、コットンマスク、サージカルマスク、N95マスクはいずれも飛沫拡散を防止する効果があり、ウイルスを拡散する人がマスクを着用した場合には、より高い防止効果があることがわかっている。Proceedings of the National Academy of Sciences(米国科学アカデミー紀要)に掲載されたデータによると、集団レベルでのマスク着用が感染を減少させ、コンプライアンスが高い場合に最も効果的であることを示唆する「優勢な証拠」が示されている。

また、『Health Affairs』誌に掲載された研究では、15の州とワシントンD.C.において、一般市民にマスクや顔面保護具の着用を義務付ける政策とコロナ増加率に関連性があることがわかった。その結果、5月22日時点で、マスク着用により23万~45万件のコロナ感染が回避されたと推定される。

■運動時のマスク着用にはリスクはあるか？

WHO(世界保健機関)は、運動中のマスク着用を推奨していない。マスクを着用すると呼吸がしづらくなることを理由としている。また、汗でマスクが濡れてしまうと、呼吸に影響を与え、微生物の繁殖を促進してしまうという。

しかし、米国の疾病対策センター(以下、CDC)は、公共の場で物理的な距離を保つことができない場合にマスクを着用することを推奨している。CDCは、マスクが濡れる可能性がある場合(水泳)にマスクを着用することは推奨していない。また、強度の高い活動時にマスクを着用できない場合は、屋外のような十分な換気と空気の入替えができる場所で活動するか、十分な物理的距離を保つべきであるとしている。メイヨー・クリニックとメリーランド大学医療センターは、運動強度を考慮する必要はあるものの、顔面保護具は安全であると助言している。

また、新たな証拠により、マスクは、高炭酸ガス(血中の二酸化炭素濃度が高い状態)や低酸素症(血中の酸素濃度が低い状態)などの深刻な副作用を引き起こさないこと

◆写真2



IHRSAのWEB記事 トップ画面

同様の研究で、テキサスA&M大学の研究者は、統計分析とトレンド予測を用いて、中国、イタリア、ニューヨークでの緩和策の効果を推定した。その結果、フェイスマスクの使用により、イタリアでは4月6日から5月9日までに7万8,000人以上、ニューヨークでは4月17日から5月9日までに6万6,000人以上の感染者数が減少したことがわかった。

また、コロナの成長率との関連性が調査された。その結果、2020年4月8日から5月15日までの調査期間中、マスク着用義務とコロナの1日あたりの成長率の減少したことがわかった。

が示されている。『International Journal of Environmental Research and Public Health』と『Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sport』に掲載された健康な成人を対象とした2つの研究によると、通常マスクでの運動は一般的に安全だが、N95のような非常にタイトでフィットしたマスクでの運動はリスクが高いようだ。これらの研究は健康で体を動かしている成人を対象としているため、高齢者や持病のある人、定期的な運動が苦手な人への影響が異なるかどうかはまだ分かっていない。

重要なのは、フェイスカバーを装着して運動する際の反応は人によって異なるということだ。非常に活動的な高齢者は、マスクをして1時間のランニングを続けることができるかもしれないが、喘息を持つ若い人は、安静時であってもマスクの着用にまったく耐えられないかもしれない。パンデミックの初期には、自宅待機命令などの制限により、マスクをつけて運動した場合のさまざまな影響を評価する実験的研究が遅れていたため、一部の研究者は自分自身で実験を行った。マスクの使用に耐えられる人もいれば、めまいやふらつきを感じる人もいるなど、さまざまな結果が報告されている。

ニューメキシコ大学の運動科学教授であるLen Kravitz氏は、アイリッシュ・タイムズ紙に、運動時にマスクを着用すると、頭がぼーっとする人がいると語っている。彼が、すでに体力のある2人の学生に非公式な実験を行ったところ、1人は問題なくマスクをして走ったが、もう1人は数分後に頭がぼーっとしてしまっただけという。そこで疑問に思うのは、フィットネスセンターが(自主的に、あるいは保健所の要求に応じて)安全かつ効果的にマスクポリシーを導入するにはどうすればよいかということだ。以下で、米国エクササイズ評議会(ACE)が発表した『マスクを使用した安全な運動に関するガイドンス』の内容を見てみよう。



1. 症状に注意する

『マスク着用時の運動に関するガイドンス』では、めまい、ふらつき、息切れなどの副作用が起こる可能性があることが指摘されている。これらの症状が出た場合は、運動を中止し、休息しても症状が改善しない場合はマスクを外すことを推奨している(周囲に人が存在しないことの確認が前提)。

また、これらの症状の中には喘息、低血圧、低血糖などの他の健康状態と関連するものがあることにも注意が必要だ。スポーツクラブでは、会員の皆様が安全かつ快適に運動を再開できるよう、そのリスクをお伝えしていく必要がある。

2. 運動強度を控えるにする

運動中にマスクが不快に感じる理由の1つは、心拍数や努力感に影響を与えることにある。ACEの社長兼最高科学責任者であるCedric Bryant博士は、アイリッシュ・タイムズ紙に対し、「私の個人的な経験では、同じ相対的強度でも、マスクをした方が心拍数が高くなります。1分間に約8~10回の拍動が高くなると思ってください」と述べている。Bryant氏とVan Rensburg氏は、特に高強度の運動がより困難になると指摘している。

ACEのガイドンスによると、運動の専門家は、クライアントに通常よりも低い強度で運動するように勧め、強度レベルの目安として自覚的努力と心拍数を使用し、顔を覆った状態での運動に適応するために数週間の猶予を与えるようにアドバイスしている。このアドバイスは、数ヶ月間の自宅待機やその他の制限によりフィットネスレベルが低下していた会員がジムでの運動を再開する際に特に重要となる。

また、マスクを装着できない、あるいは装着したくない人の中には、フェイスシールドを使用している人もいる。クリーブランド・クリニックによると、フェイスシールドは飛沫から着用者を効果的に保護することができる(インフルエンザウイルスを使ったある研究では、咳からの暴露を96%削減できた)が、フェイスシールドは下部が開放されているため、シールドに付着した飛沫が逃げやすくなっている。このように飛沫が逃げやすいため、シールドはマスクに比べて他人を守る効果が極めて低くなる。フェイスシールドは、聴覚障害者の介護者が読唇術を行う場合など、マスクでは対応できない場合の代替手段としては有効だ。しかし、フェイスシールドを装着している人は、他の人を感染から守るためには、十分な物理的な距離を保つ必要がある。



■FIAガイドラインの「マスク着用」に関する定め

FIAガイドラインでは、「会話をする際は、必ずマスクやネックゲイター等を必ず確実に鼻と口を覆うように着用の上、大きな声を出しての会話や長時間の会話は控えいただく」とう定めている。また、安全に運動するためやむを得ず一時的にマスク等を外す場合は、確実に2m以上の距離を確保する

3. 適切なフェイスカバー(マスク)を選ぶ

Van Rensburg氏は、フェイスカバーのフィット感や素材によって、悪影響を最小限に抑えることができると述べている。サージカルマスクや綿のマスクは避け、通気性の良い素材を使った布製のマスクをお勧めしている。また、マスクの効果と快適さのバランスをとるために、布を2枚重ねにすることを勧めている。濡れたマスクについては、長時間着用しないようにアドバイスしている。吸湿性に優れた素材を選ぶか、運動中にバフや布製のマスクをもう1枚持ってきて交換すると、濡れたマスクを着用しなくて済む。ただし、その際には、使用したマスクによる二次汚染を防ぐために、手指消毒剤を携帯することをお勧めしている。



こと」としている。本内容を応用して、例えば日本のゴールドジムでは、ジムスペースでの会話厳禁はもちろんのこと、更衣室でもマスク着用の上で会話も厳禁というルールを徹底して行っている。

また、マスク対策とは別に、ジムスペースへのパーティションの設置やトレーニングマシンなどの対面配置の禁止などで飛沫防止策を講じるよう定めているが、いずれも単独の対策ではなく、何よりもまず「マスク又はネックゲイターで鼻と口を完全に覆うこと」が前提である。

ただし、IHRSAの記事にもあるように、フィットネス従事者としては、マスク着用時の運動強度の設定には細心の注意を払う必要がある。運動量に必要な呼吸量がマスクによって妨げられることを十分理解したうえで、いつも以上にお客様の日頃の運動量に合わせた強度を設定を促す等の顧客対応、アドバイスを行うよう心掛けていただきたい。

■まとめ

地域社会におけるコロナの感染拡大を抑制する戦略として、科学的根拠は、マスクの普及を支持している。その上でマスクを着用して運動する場合には、困難ケースが生じる人がいることも忘れてはならない。

また、副作用のない人でも、マスクを着用することで、自分に合った運動強度、持続可能時間、或いは意識に影響を与える可能性もある。

フィットネスクラブでは、マスクをして運動することが義務付けられている。よって、スタッフや会員に対して、マスクをして運動する際の注意点や、より安全で快適に運動できるようなアドバイスの仕方など工夫を含めて教育することが必要だ。

今一度、FIAが定めるガイドラインの内容をしっかりと理解したうえで、スタッフや会員と共有し、ガイドラインを最低基準として感染拡大防止策を徹底して遂行していただきたい。これ以上、スポーツクラブからクラスターを発生させないことが、通常営業に戻るための最も簡単な方法である。

Information

お知らせ

1. 経産省からの広報

経済産業省より、「企業活動基本調査」の協力依頼。

2021年経済産業省企業活動基本調査に御協力ください

経済産業省大臣官房調査統計グループ

経済産業省では、我が国企業における経済活動の実態を明らかにし、経済産業政策等各種行政施策の基礎資料を得ることを目的として、1992年以降「経済産業省企業活動基本調査」(基幹統計調査)を実施しており、2021年も実施いたします。調査に対する御協力をお願いいたします。

○実施期間: 2021年5月16日から7月15日まで

○根拠法令: 統計法(平成19年法律第53号)

○調査目的: 我が国企業における経済活動の実態を明らかにし、経済産業政策等各種行政施策の基礎資料とします。

○調査対象: 経済産業省が所管する産業(別表)に属している事業所を有する

「従業員50人以上かつ資本金3,000万円以上の企業」。

○調査結果: 2022年1月に速報を公表予定。

○調査方法: 対象の企業へ調査関係用品を直接郵送します。

※調査票の提出は、紙調査票のほか、インターネットからオンラインで提出することもできます。

※調査票に記入していただいた事項の秘密は、統計法により厳重に保護されますので、御協力をお願い申し上げます。

問い合わせ先: 経済産業省大臣官房調査統計グループ企業統計室

TEL: 03-3501-1831

2. FIA総会

6月15日(火)14時—15時 議決権者は正会員。正会員代表者宛て案内が郵送される他、併催の活動方針説明とWeb傍聴のご案内は5月21日配信予定です。

3. SPORTEC in 名古屋

会期: 6月17日(木)~19日(土) ポートメッセなごや

「SPORTS & WELLNESS WEEK 2021」

「SPORTEC・感染症対策総合展・生活習慣病予防展」

次世代フィットネスクラブ体験パビリオン展示について

非接触・非対面、最新の換気システムや抗ウィルスの安心安全なフィットネスクラブが出現。最新のトレーニングマシンや実際のプログラム体験も可能。

展示協力: FIA

デザイン協力: アイレクス・スポーツライフ(株)(正会員)

※SPORTECは以下の日程で東京でも開催予定

12月1日(水)~3日(金) 東京ビッグサイト南展示棟

4. 業界団体としての自治体対応の近況

緊急事態宣言並びにまん延防止等重点措置の適応範囲が毎日のように広がっています。

東京都並びに大阪府に於いては当業界にとってその是非を判断するに値する説明もないままにその延長が発令されました。

さらには健康二次被害につながる課題や、度重なる休業によるフィットネス関連企業の厳しい経営状況など、先の営業時間短縮要請によって生じた運営上の課題にも触れられてなかったことは非常に残念です。

特に東京都に対しては、去る4月26日に、上記のようなことが決して起こらないようにする取り組みとして、東京都の多羅尾副知事に直接お会いして改めて昨年からの取り組み、緊急事態宣言による休業や時短により運動する場を失う方が増え

【FIA提供セミナー】

○セミナーB-3 17日(木)15:00—16:30

「健康インフラ産業としてのフィットネスが目指すロードマップとは」

丸山 晴生氏 経済産業省 ヘルスケア産業課課長補佐
樋口 毅氏 (株)ルネサンス 健康経営推進部次長
斎藤 光氏 (株)カーブスジャパン 常務執行役員兼
戦略企画部長

進行 FIA事務局長 松村 剛

○セミナーB-5 18日(金)13:00—14:30

「フィットネスビジネスを支える人財育成セミナー」
～人材定着のカギとなる評価制度と採用の方向性～

相原 雄介氏 スポーツクラブNAS(株) 人事部長
藤井 一安氏 (株)ティップネス 人事総務部長
長島 拓也氏 (株)フージャースウェルネス&スポーツ
取締役管理部長

○セミナーB-6 18日(金)15:00—17:00

FIAマネジメントセミナー

「ポストコロナ期に於けるフィットネス産業～成長の鍵と経営の方向性」

有坂 順一氏 コナミススポーツ(株) 代表取締役社長
小林 利彦氏 野村不動産ライフ&スポーツ(株)
代表取締役社長

岡本 利治氏 (株)ルネサンス 代表取締役社長
栗辻 稔泰氏 (株)東急スポーツオアシス
代表取締役社長

ファシリテーター 吉田 正昭氏 FIA会長

すべての講座一覧と申し込み等は下記アドレスから。

<https://sw-week.jp/seminar/>

健康二次被害が拡大した現実、フレイル問題について説明を行ったにもかかわらず下された方針でした。

FIAでは、こうした自治体の対応の連鎖が東京都の事例から近隣の自治体に波及することは、何としても阻止しなければならないという覚悟をもって、神奈川県、千葉県に対しては、既に各知事への直接の要望は済んでいましたが、今度はコロナ感染予防対策にあたる部門のトップの方々に会長吉田が要望書を直接渡し、フィットネスというエッセンシャルな役割について理解を求める行動をとりました。

要望書の内容としては、フィットネス施設運営の事業構造に関して具体的事例を用いてご説明し、今回の1日20万円の協力金は実際のマイナス要素の1割ほどでしかない事の説明、健康づくりのインフラ機能として我々の事業が存在している中、人の流れを止めるという観点だけで休業要請になることは正しい判断ではないと考える旨等をお伝えしました。

今回の首都圏を抱える自治体に於ける休業要請については、事前の回避にむけて国に対しても動きましたが、残念ながら休業要請継続の該当業種となり、我々の事業の重要性をもっと強く、広く訴えていく必要性を改めて感じました。

FIAでは5月の理事会で広報特別プロジェクトの設置を承認し、攻めの広報を行っていきたくと思います。

厳しい環境が一年以上続きますが今、皆さんの思い、行動が必要です。前を向いて取り組んでいきますので宜しくお願い致します。



(令和3年4月26日)
東京都副知事 多羅尾光睦氏への要望書提出



(令和3年4月28日)
神奈川県スポーツ局長 平田 良徳氏への要望書提出



(令和3年5月12日)
千葉県健康福祉部部長 加瀬 博夫氏への要望書提出

Member's Board

会員掲示板

アイレックススポーツライフ株式会社、
施設デザイン設計部を創設



愛知県内に25店舗のフィットネスクラブを展開する、アイレックススポーツライフ株式会社(本社:愛知県豊川市千歳通4-18 代表取締役 笠原盛泰)は、2021年5月1日、フィットネスクラブの施設デザイン設計並びにコンサルタントを行う、施設デザイン設計部「アイレックスデザイン&コンサルティング(ilex design & consulting)」を新たに創設いたしました。

当社は、商業プロデュース会社としてスタートし、複合商業施設から飲食店まで多種多様な業態の施設開発を約35年にわたり行ってまいりました。フィットネス事業においても20年以上の実績をもち、そのデザイン力は業界でも注目をされており、代表店舗である、アイレックススポーツクラブGRANDEは、フィットネスビジネスグランプリ※を受賞しています。

この度、これまでのノウハウを活かして、新たに設計デザインの業務部門を立ち上げ、フィットネスクラブの開発案件を全国で受注していくこととなりました。過大な投資が必要となるフィットネスクラブの開発において、ローコストで使いやすく、運営しやすく、さらにデザインセンスに富んだものにするには、多くのノウハウと経験が必要ですが、国内ではこれらを専門とする設計事務所は少ないのが実情です。

当社は、運営企業でありプロデュース会社である特性を活かして、当社独自の工夫と感性によって、コストパ

フォーマンスおよびデザインセンス、さらに運営しやすさを併せ持った施設作りをしてまいります。

当社の開発ノウハウが日本のフィットネス産業をさらに発展させるよう努力してまいります所存です。皆様どうぞよろしくお願い申し上げます。

<事業内容>

施設デザインプロデュース業務

- ・基本計画、基本設計、デザイン計画、インテリアコーディネート、家具備品選定など

コミュニケーションデザイン業務

- ・グラフィックデザイン、ツールデザイン、販促物デザイン企画制作業務
- ・WEBデザイン企画制作業務 HP/LP(ランディングページ)、SNS 広告のクリエイティブ制作

開発コンサルティング業務

- ・立地診断、施設診断、集客予測、フィジビリティスタディ(事業成立性調査)、事業マスタープラン作成

運営コンサルティング業務

- ・事業診断、施設診断、顧客満足度調査、改善計画、実施サポート
- ・人材開発コンサルティング業務
- ・ホスピタリティ研修、階層別研修、マネジメント研修、FCM検定(フィットネスクラブ・マネジメント技能検定)研修

URL: <https://www.ilex-sports.com/design/>

◆上記に関するお問い合わせ等は、お気軽に下記までご連絡ください。
アイレックススポーツライフ株式会社 担当:中村 良明
Tel:0533-80-7807 Fax:0533-80-7808 nakamura.y@ilex-sports.co.jp

フィットネスクラブ・マネジメント技能検定について

2021年度FCM技能検定試験の概要が発表されました！

2021年FCM試験1級、2級、3級の試験についての概要は以下のとおりです。新型コロナ禍等のような事業環境の変化が求められるか不透明な時代だからこそ、FCM技能検定の学習、国家資格を取得し、自信を持って仕事をしましょう！

スケジュール

実施回	等級	学科・実技	公示日及び受検案内・申請書配布期間	受検申請受付期間	試験日・期間	合格発表
第10回	1級	学科	令和3年 4月13日～ 9月17日	令和3年 7月26日～ 9月17日	令和3年 11月14日	令和3年 12月15日
	2・3級	学科	令和3年 4月13日～ 9月22日	令和3年 7月26日～ 9月17日	令和3年 11月14日	令和4年 1月20日
実技						
第11回	1級	実技	令和3年 4月10日～ 令和4年 1月13日	令和3年 12月17日～ 12月26日	令和4年 2月13日	令和4年 3月19日

開催場所

第10回	1級	学科	札幌、仙台、東京、金沢、名古屋、大阪、岡山、広島、福岡、沖縄の大学及び専門学校等の教室等
	2・3級	学科	札幌、仙台、東京、金沢、名古屋、大阪、岡山、広島、福岡、沖縄の大学及び専門学校等の教室等
			実技
第11回	1級	実技	東京、大阪、の大学及び専門学校等の教室等

受検料

第10回	1級	学科	8,900円
第10回	2級	学科・実技	各5,000円
第10回	3級	学科・実技	各7,500円
第11回	1級	実技	19,000円

試験範囲等の詳細は、FCMのホームページをご覧ください。
<https://fcm-test.jp/>

本年も全国10都市の16会場で試験開催の予定です。
新型コロナの感染拡大が沈静化していることを願うばかりですが、感染対策のもと実施する予定です。
詳細は以下のURLよりご確認ください。

<https://fcm-test.jp/outline/>

消費税はかかりません



New Clubs

出店情報

5月のオープンクラブ

エニタイムフィットネス東大島

所在地：東京都江東区大島9-3-12 2F

エニタイムフィットネス新大阪木川西

所在地：大阪市淀川区木川西4-2-2 2F

ジェクサー・フィットネス&スパ24川崎

所在地：川崎市幸区大宮町1-5 川崎デルタ

ジェクサー・ライトジム メトロポリタン秋田

所在地：秋田市中通7-2-1

●FIA会員

●FIA会員

パラソ・フィットネスクラブ青葉台

所在地：横浜市青葉区青葉台2-11-12

ZERO by FITNESSGYM T.I.S

所在地：横浜市都筑区茅ヶ崎中央7-7

Issue

記事

運動施設にシェアオフィス、JR東日本。

JR東日本大宮支社は、さいたま市のJR大宮駅近くのフィットネスクラブ「ジェクサー・フィットネス&スパ大宮」内にシェアオフィス「ステーションブース」を開設した。

1人用の個室を2つ設置し、料金は15分ごとに275円で、電源やWi-Fi、モニターを利用できる。JR東は川口駅など大宮支社管内の9カ所にシェアオフィスを開設している。

(2021.4.26 日経産業)

パナソニック、施設向け「歩行トレーニングロボット」のサービス提供を開始

パナソニック株式会社は、身体機能の低下や転倒の経験等により歩くことに不安を感じ始めた高齢者に対し、安全で効果的な歩行運動を提供する歩行トレーニングロボットの量産モデルを開発した。本ロボットを用いた「歩行トレーニング支援サービス」を介護・福祉施設、病院等を対象に2021年4月より開始した。

加速する高齢化社会において、歩くことは介護予防の第一歩と言われている。同社は歩行に不安のある方が、歩く力と元気を取り戻せるよう、2015年よりAIを使った歩行トレーニングロボットを開発し、介護施設、病院での実証実験を行ってきた。

今回、本ロボットの量産化技術を確認し、介護事業者や病院向けに継続的な歩行トレーニングをサポートする歩行トレーニング支援サービスを提供する。本サービスにより、ロボットを押して歩くだけで簡単に、一人ひとりに最適なトレーニングを提供でき、利用者の歩行能力の維持・改善が可能になる。トレーニング結果を自動で計測・記録できるため、施設スタッフの管理業務の負担も軽減する。

また、高齢者の運動に向き合う気持ちや、効果が見えないことによる不安を解消するため、AIが歩行分析を行い、身体機能の変化を分かり易く可視化する技術を搭載した。さらに、簡単に使えて、歩きたくなるデザインで、トレーニングを楽しく続けられる。

(2021.4.27 日本経済)

「ならでわ」、全身探寸アプリ提供。

アプリ開発の「ならでわ」(宇都宮市)はスマートフォンで撮影することで全身を採寸できるアプリの提供を始めた。新型コロナウイルス感染拡大による外出自粛でジムに通えない層など向けに、在宅でのトレーニング需要を取り込む。

スマホアプリ「Smafy(スマフィー)」は、体の正面と右側面を撮影することで、首回りやウエストなど全身14カ所のサイズを約3秒で算出。3Dスキャナーで集めた様々な体形データを用い、AIが画像からサイズを推定できるよう学習させた。採寸画像やデータは蓄積し、日付などに応じて体形変化がひと目で分かるようにした。1人でも撮影しやすくアプリが音声で操作方法などを指示する。大塚拓也社長は「メタボや拒食症といった健康状態を数値化する試み。健康管理のモチベーションにつなげたい」と話す。

(2021.4.26 日経MJ)

コロナ下、高齢者の心身衰弱深刻、外出自粛響く——家での運動、動画で促す、大阪市や東京都

厚生労働省はフレイルの予防法として、適度な運動、バランスのとれた食事、社会参加の3つが重要としている。

大阪市の担当者は各地域での運動教室について「主催者の判断にはなるが、感染対策をとりながら続けてほしい」と呼びかける。教室に参加できなくなった人には電話でのフォローアップもするほか、ユーチューブなどで「百歳体操」の動画を配信し、家庭内での運動を促す。

東京都は2020年4月の1回目の宣言時から「介護予防・フレイル予防」のポイントをホームページに掲載。フレイルのリスク度を測るチェックシートや栄養面での対策、スクワットやもも上げなどの動画も紹介している。担当者は「大型連休中は家でも行える簡単な運動に取り組んでもらえれば」と話した。

(2021.5.4 日本経済)

友岡和彦氏による「FITNESS CAMP」がアウトドア版になって新登場！

～認定コーチ養成講座も始まります～

日本を代表するトレーナーの一人、友岡和彦さんが開発した「FITNESS CAMP」が、コロナ禍で世界的なトレンドとなっているアウトドア版トレーニングとして新登場。これに伴い、「アウトドア グループトレーニング FITNESS CAMP認定コーチ養成講座」の開講も決定！

講座は、世界最先端のトレーニング理論を駆使して、45分間で効果的にモビリティとスタビリティを高めるもの。

●対象者

トレーナー資格保持者

●資格を活かせる場所

公園や駐車場、スタジオ、体育館、部活動など。

●開催

2021年7月15日(木)@東京
以降、9月、11月、1月、3月に予定。

詳細はこちら▶



【本件に関するお問合せ】

暮らしとスポーツが“つながる”「two-nagual」事務局
株式会社クラブビジネスジャパン

☎03-5459-2841 two-nagual@fitnessclub.jp