

# Fitness Industry Association NEWS

2022年（令和4年）11月11日

発行：一般社団法人 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://fia.or.jp/



“インボイス制度”基礎講座

## インボイス制度実施後における 簡易課税制度を適用していない 課税事業者と免税事業者との関係について

(フィットネスクラブ) (トレーナー、インストラクター)



インボイス(適格請求書)とは、売手(トレーナー、インストラクター)が買手(フィットネスクラブ)に対して、  
正確な適用税率や消費税額等を伝えるもの。  
インボイス制度では、売手である登録事業者は、買手である取引相手(課税事業者)から求められたときは、  
インボイスを交付しなければならない。一方、買手は仕入税額控除の適用を受けるために、  
原則として、取引相手(売手)である登録事業者から交付を受けたインボイスの保存等が必要となる。  
令和5年10月1日から実施される、インボイス制度の基本的な内容について解説する。

解説◎高橋会計事務所

## はじめに

令和5年10月1日から、適格請求書等保存方式（以下「インボイス制度」という）が実施されます。インボイス制度は、売り手側である外注先等が所定の記載事項を満たした適格請求書（以下「インボイス」という）を発行し、これを買手側が保存することで、適用税率や消費税額等を明らかにするための制度です。

インボイス制度実施後は、フィットネスクラブ（簡易課税制度を適用していない消費税課税事業者に限る）は、外注先であるトレーナー、インストラクターが発行するインボイスを保存しなければ、原則仕入税額控除ができず消費税負担額が増加してしまいます。

ただし、インボイスを発行できるのは所轄税務署長の登録を受けた課税事業者のみであり、免税事業者はインボイスを発行することができません。そのため、フィットネスクラブを含む多くの買手事業者は、このような負担増を回避すべく対応を検討していると思われるのですが、その進め方によっては、独占禁止法（以下「独禁法」という）

や、下請法に違反するリスクがあります。

そこで、ここでは独禁法や下請法の規制内容を概説した上で、インボイス制度下における免税事業者（トレーナー、インストラクター）との取引の実務的対応について解説します。

## フィットネスクラブの 経理方法と 消費税負担額が 増加するケース

インボイス制度実施後に消費税負担額が増加するのは、フィットネスクラブが「消費税の簡易課税制度を適用していない課税事業者」である場合に限定されます。

フィットネスクラブが消費税の免税事業者である場合、消費税の納税はないため負担増はありません。また、フィットネスクラブが課税事業者であっても簡易課税制度を適用している場合は、消費税計算においてインボイスの保存は不要であるため、こちらも消費税額の負担増はありません。

## トレーナー、 インストラクターへの 対応と独禁法・下請法

消費税の簡易課税制度を適用していない課税事業者であるフィットネスクラブは、自社の負担額が増加しないよう、免税事業者であるトレーナーにインボイス登録をしてもらうか、取引価格の見直しをするなどを検討したいところです。

この点、フィットネスクラブは、取引関係上立場の弱いトレーナー、インストラクターを保護することを目的とする独禁法と下請法の規制に注意する必要があります。

独禁法は、取引上優越的な地位にあるフィットネスクラブが、取引の相手であるトレーナー、インストラクターに対し、その地位を利用して、正当な商慣習に照らして不当に不利益を与える行為（以下「優越的地位の濫用」という）を行うことを禁止しています。

また、下請法は、下請取引を公正にし、下請事業者の利益を保護するため、親事業者であるフィットネスクラブの義務を定め、下請事業者であるトレーナー、インストラクターの利益を害する行為を禁止する法律です。

フィットネスクラブはこれらの法律に違反しないよう注意しながら、トレーナー、インストラクターとの交渉をする必要があります。

## 独禁法・下請法で 問題となる具体例

独禁法と下請法で問題となる具体例は、「インボイス制度後の免税事業者との取引に係る下請法等の考え方」





(中小企業庁) というリーフレットが参考になりますので、右に掲載します。

なお、フィットネス業界においては、資料中の親事業者・課税事業者はフィットネスクラブ、下請事業者・免税事業者はトレーナー、インストラクターとなります。

## 交渉の進め方

フィットネスクラブは、トレーナー、インストラクターとの取引条件の見直し等をするためには、具体的にどのように進めていくべきでしょうか。

それは、独禁法の優越的地位の濫用にならないようトレーナー、インストラクターとの交渉の機会を設け、双方の合意により取引条件の見直し等を行うことが必要となります。

取引条件の見直し等は必ずしもトレーナー、インストラクターに有利な条件である必要はありませんが、優越的地位の濫用とみなされるようなフィットネスクラブからの一方的な値下げの通知等は避けなければなりません。

具体的には、以下の3ステップを進めていくことが望ましいと考えます。

- ステップ1 トレーナー、インストラクターへのヒアリング(情報共有とインボイス登録状況の確認)
- ステップ2 トレーナー、インストラクターへ提示する取引条件(値下げ額等)の決定
- ステップ3 トレーナー、インストラクターとの交渉と契約条件の改定

インボイス制度の適用を令和5年10月1日からスタートするための登録期限は、令和5年3月31日です。したがって、できればそれまでに上記のトレーナーとの交渉を済ませておくことが望ましいと考えます。

インボイス制度後の免税事業者との取引に係る下請法等の考え方

**【事例1】**

- 「報酬総額11万円」で契約を行った。
- 取引完了後、**インボイス発行事業者でなかったことが、請求段階で判明したため**、下請事業者が提出してきた請求書に記載された金額にかかわらず、**消費税相当額の1万円の一部又は全部を支払わない**ことにした。

① 契約  
下請事業者A (個人事業者) 親事業者

② 取引完了後…  
免税事業者 (インボイス番号なし)

③ よく見ると…  
この請求書は、インボイス番号がないからAさんは免税事業者ということが…!  
インボイス番号なし

④ 結果…  
Aさん、あなた免税事業者なら、消費税相当額は払えないなあ…  
そ、そんなあ…

**➤それ、下請法違反です!**  
発注者(買手)が下請事業者に対して、免税事業者であることを理由にして、消費税相当額の一部又は全部を支払わない行為は、下請法第4条第1項第3号で禁止されている「**下請代金の減額**」として問題になります。

**【事例2】**

- 継続的に取引関係のある下請事業者と、免税事業者であることを前提に「単価10万円」で発注を行った。
- その後、今後の取引があることを踏まえ、下請事業者に**課税転換を求めた**。結果、下請事業者が課税事業者となったにもかかわらず、その後の**価格交渉に応じず、一方的に単価を据え置く**こととした。

① 単価交渉及び発注  
単価10万円  
Aさんは免税事業者よね  
下請事業者A (個人事業者) 親事業者  
※ 継続的に取引が行われている関係

② その後…  
今後とも踏まえ、インボイス登録をお願いします。  
承知しました!

③ 課税事業者選択…  
インボイス事業者になったから、次回は価格交渉しないと…  
課税事業者選択登録申請手続

④ 次回発注における単価交渉  
課税事業者になったので、単価の交渉をお願いします。  
それは無理です!いつもの金額で発注させていただきます!  
それは困ります…!

**➤それ、下請法違反となるおそれがあります!**  
下請事業者が課税事業者になったにもかかわらず、免税事業者であることを前提に行われた単価からの**交渉に応じず、一方的に従来どおりに単価を据え置いて発注する行為**は、下請法第4条第1項第5号で禁止されている「**買いたたき**」として問題になるおそれがあります。

**【事例3】**

- 課税事業者が、取引先である免税事業者に対して、**課税転換を求めた**。
- その際、「インボイス事業者にならなければ、消費税分はお支払いできません。承諾いただければ**今後のお取引は考えさせていただきます**。」という文言を用いて要請を行った。また、**要請に当たっての価格交渉にも応じなかった**。

① 要請文書発出  
いきなり何だろう…?  
うちは免税事業者との取引が多いし、とりあえず、**課税事業者**になってもらおう  
取引先A (免税事業者) 取引先B (免税事業者)

② 要請文書には…  
インボイス事業者にならなければ、消費税分はお支払いできません。承諾いただければ**今後のお取引は考えさせていただきます**。  
通告

③ 価格交渉(免税事業者のままのAさんの場合)  
免税事業者のままでも、価格を据え置いてもらえませんか…?  
免税のままなら**10%価格を引き下げます!**それがいやなら今後の取引は考えさせていただきます。  
わかりました…

④ 価格交渉(課税転換するBさんの場合)  
(取引を切られるのは困る…!)  
**課税事業者になります!**  
ありがとうございます。では、今まで通りの金額をお願いします。  
課税転換するのに、**価格交渉もさせてくれないんですね…**

**➤それ、独占禁止法上問題となるおそれがあります!**  
課税事業者になるよう要請すること自体は独占禁止法上問題になりませんが、それにとどまらず、**課税事業者にならなければ取引価格を引き下げる**、それにも応じなければ**取引を打ち切る**などと**一方的に通告**することは、独占禁止法上問題となるおそれがあります。また、**課税事業者となるに際し、価格交渉の場において明示的な協議なしに価格を据え置く場合**も同様です。



### 1 東京都アーバンフィットネス協力 (立川・ファミリー向け編)

東京都主催の、市民向けフィットネス啓発イベント「アーバンフィットネス」ファミリー向け編が、10月22日(土)・23日(日)立川Green Springsで行われました。これは本年2月に続いての開催であり、東京都では継続した行事として定着させたいとの意向です。

FIAは、初心者でも参加できるレッスンプラスの手配・マシン体験ゾーンの運営などの設定を中心に、イベント全体のアレンジについてのアドバイス等の協力をしています。両日とも



好天に恵まれ、開放的な芝生広場を背景に家族連れでの参加もあり、チアダンスやYOGA、ストレッチなどの動きをベースとしたプログラム体験を通してカラダを動かす気持ちよさを啓発する機会となりました。

尚、勤労者向け編は11月16日(水)・17日(木)、15~21時、東京駅構内SQUARE ZEROで予定されています。

### 2 FIAマスターズ スイミング選手権大会 2023について

2023年3月11日(土)・12日(日)、千葉県国際総合水泳場(新習志野)において、FIAマスターズスイミング選手権大会2023が開催される予定。募集スケジュールは、以下の通りです。

#### ●募集要項公開:

11月28日(月)FIAホームページ

#### ●エントリー手続き:

1月11日(水)~2月3日(金)

(日本マスターズ水泳協会エントリーシステム使用)

※クラブのマスターズチーム・水泳愛好者などへご案内ください。

※1人でも参加可能です。

### 3 コロナガイドラインの 扱いについて

社会の感染状況変化に伴い、国も感染対応の表現が変わってきています。『FIAガイドライン』の策定にあたっては、FIA加盟企業複数社から募った、現場に精通した各社感染症予防対応にあたっての責任ある立場の方々によって構成された委員会により、随時検討の場が設けられております。

今後のガイドライン対応については、10月中旬に国から示された「マスク着用」や「消毒対応」も含むあらたな感染予防対応や、一方で少しずつ警鐘が聞こえてきた感染の“第八波”への備え等、多角的な視点によって熟考し、慎重かつ機を逃すことなく対応してまいります。

今後、ガイドライン等の見直しがありましたら、早急に共有させていただきます。

### 4 フィットネス体力テストの 準備状況について

「フィットネス体力テスト(仮称)」は、クラブ会員の皆さんの「体力テスト」を通じて日頃フィットネスにいそしむ大切さの認識や優位性検証を狙うと共にフィットネス界の機運醸成を目的に、委員会を立ち上げて進めてまいります。

学校などで行われている文科省制定体力テストを軸にフィットネスクラブが行う体力テストとしての独自性を加味した項目の追加等も念頭に、実施に向けて詰めてまいります。

目指す大きな  
ゴールイメージ

健康診断に並ぶ指標として定着させ  
ヘルスリテラシーの向上に繋げる

HEALTH  
WELLNESS



お客様にとってエクササイズの目標設定や動機付けの喚起に役立ち、クラブ側にとっても顧客定着や新規獲得、さらには付帯収入増に直結することにつながる取り組みの前提を崩すことなく進めてまいります(体力テストに関連する情報は、P12『フィットネス関連ニュース』をご参照ください)。

## GLOBAL INDUSTRY NEWS

ここに紹介するトピックスは、  
IHRSAとFIAの提携によりIHRSAがリリースしたレポートの一部を要約して紹介する、  
海外フィットネス関連情報です!

# WHOの世界初の報告書が、 健康増進における フィットネス業界の役割を評価

世界保健機関(WHO)が最近発表した『身体活動に関する世界現状報告2022』は、あらゆる年齢や能力に応じて身体活動を増やすための推奨事項を各国政府がどの程度実施しているかを測定したものだ。今回は、この報告書を読み解きながら、フィットネス業界の役割と評価に役立てたい。

健康サービス産業が果たすべき大きな役割は、消費者や会員に安全で効果的な運動空間を提供することで、運動不足を解消することです。

世界保健機関(WHO)が最近発表した『身体活動に関する世界現状報告書』では、公衆衛生が懸念されており、身体活動レベルを向上させ、健康全般と福祉を改善する上で、我々の業界が必要不可欠であることが強調されています。

WHOの健康増進部門ディレクターであるルディガー・クレヒ(Ruediger Krech)博士は、「すべての人がより多くの身体活動を促進することは、公衆衛生にとって良いことであり、経済的にも理にかなっています」と述べて

います。

私たちは皆、同じ目標を共有しているのです。IHRSAは、この報告書をツールとして、我々の席を活用し、身体活動の増加を支援するプログラムや政策を推進していきます。

### WHOが 運動不足のコスト高を強調

もし各国政府が国民の身体活動を促進するための緊急対策を講じなければ、2020年から2030年の間に約5億人が身体活動不足に起因する心臓病、肥満、糖尿病、その他の非感染性疾患(NCD)を発症し、そのコストは年間270億米ドルに上ると予想されてい

ます。

世界保健機関(WHO)が発表した『身体活動に関する世界現状報告2022』は、あらゆる年齢や能力に応じて身体活動を増やすための推奨事項を各国政府がどの程度実施しているかを測定したものです。

194カ国のデータによると、全体的に進展は遅く、各国は身体活動レベルを向上させるための政策の開発と実施を加速させ、それによって病気を予防し、すでに大きくなっている医療制度の負担を軽減する必要があります。

●身体活動に関する国家政策を講じている国は全体の5割弱で、そのうち実際に運用されているのは4割





“ 報告書は、2030年までに運動不足の有病率を15%削減するという世界目標の達成に向けて、すべての関係者がより協力し合い、より強力かつ加速的に行動することをすべての国に対して明確に呼びかけている。 ”

弱である。

- 全年齢層に対する身体活動ガイドラインがある国は3割に過ぎない。
- 成人の身体活動をモニタリングしている国はほぼ皆無であるが、青少年の身体活動をモニタリングしている国は75%、そして5歳未満の子どもの身体活動をモニタリングしている国は30%未満であった。
- アクティブで持続可能な移動を促進する政策分野において、歩行や自転

車の安全性を高める道路設計基準を設けている国は40%強に過ぎない。

「私たちは、より多くの国が、ウォーキング、サイクリング、スポーツ、その他の身体的活動を通じて、人々がより活動的になることを支援する政策実施を拡大する必要があります。それは個人の身体的・精神的健康だけでなく、社会、環境、経済にも大きな利益をも

たらしめます」

テドロス・アダノム・ゲブレイエスWHO事務局長はこのように述べ、さらに「各国とパートナーがこの報告書を用いて、すべての人にとってよりアクティブで健康的、かつ公平な社会を構築することを願っています」とも述べています。

運動不足がもたらす経済的負担は大きく、予防可能な非感染性疾患（※NCD）の新規症例の治療費は、2030

年までに約3000億米ドルに達し、年間約270億米ドルになるといわれているのです。

## 身体活動は 健康増進とNCD対策の鍵

近年、NCD問題や運動不足に取り組む国の政策が増加している一方で、現在28%の政策が実施に至っていないと報告されています。

NCDに対する国民のモチベーションを高めるための「ベスト・バイ」と考えられている本レポートでは、過去2年間に全国的なコミュニケーション・キャンペーンを実施した国や、多くの人々が参加する身体活動イベントを企画した国は、わずか50%強に過ぎないことが示されています。

コロナウイルス感染症の流行は、こうした取り組みを停滞させただけでなく、他の政策の実施にも影響を与え、多くのコミュニティで身体活動へのアクセスや機会における不平等を拡大させました。

WHOの身体活動に関する世界行動計画2018-2030（GAPPA）は、各国が身体活動を増やすために、より活発な移動手段を促進するための安全な道路の整備、保育、学校、プライマリーヘルスケア、職場などの主要な環境における身体活動のためのプログラムや機会の提供など、20の政策提言を定めています。このグローバル・ステータス・レポートでは、これらの提言に対する各国の進捗状況を評価し、さらに多くのことを行う必要があることを示しています。

身体活動に関するグローバルステータス報告書の重要な発見のひとつは、

公共のオープンスペースの整備、歩行・自転車用インフラの整備、学校でのスポーツ・体育教育の提供といった重要な政策アクションの進捗状況を追跡するためのグローバルデータに、大きなギャップが存在するという事です。

また、既存のデータの弱点にも対処することが求められています。WHO身体活動ユニット長のフィオナ・ブルは、以下のように述べています。

「公園、自転車専用道路、歩道へのアクセスを測定する世界的に承認された指標がありません。その結果、身体活動の増加を促進するインフラの世界的な整備状況を報告・追跡することができません。指標もデータもなければ、追跡も説明責任もなく、政策も投資も行われないう悪循環に陥ることがよくあります。測定されたものは実行されます。そして、身体活動に関する国の行動を包括的かつ強固に追跡するために、私たちはいくつかの方法を取らなければなりません」

報告書は、身体活動を健康増進とNCD対策の鍵として優先させ、身体活動をすべての関連政策に統合し、実施を改善するためのツール、ガイダンス、トレーニングを開発するよう各国に求めています。

WHOの健康増進部門ディレクターであるルディガー・クレヒ博士は、「すべての人がより多くの身体活動を行うことは、公衆衛生上も良く、経済的にも理にかなっています」と述べ、以下のように締めくくっています。

「私たちは、すべての人のための包括的な身体活動プログラムを促進し、人々が身体活動に容易にアクセスできるようにする必要があります。この報

告書は、2030年までに運動不足の有病率を15%削減するという世界目標の達成に向けて、すべての関係者がより協力し合い、より強力かつ加速的に行動することをすべての国に対して明確に呼びかけているのです」と。

\* 本報告書のデータは、WHO非感染性疾病国別能力調査(2019年、2022年)およびWHO交通安全に関する世界状況報告(2018年)から引用されています。

\* The cost of inaction on physical inactivity to healthcare systems 原稿 at Preprints with The Lancet (査読版はThe Lancet Global Healthに掲載される予定)

※NCDについて  
非感染性疾病(NCDs: Non-communicable diseases)  
世界保健機関(WHO: World Health Organization)の定義では、不健康な食事や運動不足、喫煙、過度の飲酒、大気汚染などにより引き起こされる、がん・糖尿病・循環器疾患・呼吸器疾患・メンタルヘルスをはじめとする慢性疾患をまとめて総称したものの。  
WHOの統計によると、2015年には、世界で3,950万人がNCDsに起因し死亡し、その数は全死因の約70%にものぼる。



業界の最新情報をいち早くキャッチ!

# ISSUE

## フィットネス関連

### ニュース

「筋肉信仰」の裏に文革の記憶

ボディビルディングの大会が各地で開かれている（9月、福建省） 中国健美協会提供。

中国で、ボディビルディングの人気の高まっている。プロ選手を目指して競技に取り組む人のほか、こうしたビルダーを手に筋トレに励む人が増えている。ただボディビルはかつて弾圧され大会や関連出版が長い間、封じ込められた経緯がある。近年

様々な業界で当局統制が強まるなか、ボディビルは中国社会における自由度のバロメーターともなっている。

大胸筋から腹筋にかけての陰影、広背筋の大きな張り出し……。9月中旬、福建省アモイ市でボディビルやビーチに映える理想的な肉体美を競う「フィジーク」の合同競技会が開催された。総勢約500人の男女が入れ替わりステージへ上がって鍛え上げた筋肉を披露した。今年最大級の大会とあって国内の著名ビルダーも参加、会場は熱気に包まれた。

ボディビルの業界団体、中国健美協会（CBB A）が管轄する主要大会は2022年に18大会と21年の11大会から大幅に増えた。企業主催の競技会も多く、例えば家具販売の「居然之家」は店名を冠した大会を開催する。店内でボディビルコンテストを開き、集客につなげる狙いだ。ボディビルダー自身のビジネスも芽吹く。代表格が2000年代から本格的な競技生活に入り、世界的にも高い

知名度を誇る鹿晨輝（ルー・チェンフイ）氏。鹿氏はスポーツウエアなどのブランドを立ち上げて、ジムを運営、ボディビルダーを講師とした筋トレ講座も開いている。著名ビルダーに憧れる筋トレ愛好家も多く、ジム利用のほか器具やプロテインなどの関連消費につながっている。

シンクタンクの中商産業研究院の推定によるとフィットネス関連産業の市場規模は22年に3890億元（約7兆9千億円）に達し、直近4年間で4割増える見込み。都市化、高齢化が進む中で、中国人の間で健康志向が高まっており、筋肉質の体形への憧れも強まっている。ボディビルダーはそんな「筋肉信仰」の象徴的存在だ。

中国におけるボディビルの興りは1世紀近く前に遡る。広東省にルーツを持ち、上海のキリスト教系大学に通っていた趙竹光氏が学内でボディビルの愛好組織を立ち上げたのが始まりとされる。この時、ボディビルを意味する中国語「健美」という単

語が生まれた。

趙氏は国家の衰退を目の当たりにし「健全な頭脳があっても健全な肉体がなければ何の役にも立たない」（CBB A資料より）と考えた。1930年代には米国の第一人者、アー・リーダーマンの筋肉発達に関する著書などを翻訳、

米国や欧州で育まれたボディビルの理論や思想を中国内で広めた。

だが50年代には長い暗黒の時代が訪れる。国共内戦を経て政権を樹立した中国共産党は社会主義体制を推進し、資本主義世界への批判を強めた。欧米文化であるボディ





ビルも目をつけられ、競技会や関連出版は封じ込められた。その後、66年に毛沢東氏が文化大革命を發動、「ブルジョア的なもの」の排斥が強まり、ポディービルは中国社  
会から姿を消した。業界の歴史をまとめたCBB Aのウェブ  
サイトでもこの弾圧期につ  
いての記録は抜け落ちてい  
る。

ポディービルが中国社会で本格的に認められるようになったのは文革終結から6年後のことだ。83年に上海で「力士杯」というコンテストが開かれ、男性ビルダー39人が参加した。鄧小平氏による改革開放で経済の成長期を迎えると、ポディービル業界に徐々に人が集まり、92年にはCBB Aが設立された。

今は熱を帯びる中国のポディービル業界だが、先行きには不安要素もある。政府は近年、多くの業界で規制を強化している。例えば一大産業となったゲームでは新作発売に対する当局の審査が強化され、作品内の暴力や性表現のほかに歴史観に関わる描写など

に対する検閲が厳しくなるとされる。2021年11月にはネット上での芸能界に関する情報規制が通知され、「いびつな美意識」を助長することが禁止された。中性的な男性アイドルなどを念頭に置いているとみられる。

政府の意向で国民の価値観や美意識に踏み込む最近の当局の姿勢をみると、筋肉美を追求するポディービルに敵しい目が向けられても不思議ではない。過去に社会主義的でないと判断された経緯もあって、関係者の間では規制への不安がつきまとう。筋肉増強用の違法薬物が広まれば、取り締まりの理由にもなる。

豊かな経済や思想の多様さの象徴になれるか、再び社会の片隅に追いやられるか。ポディービル業界の先行きは中国  
社会を映す鏡でもある。  
(2022年10月26日/日経)

## 部活動 地域・民間への移行はいかに

中学校の部活動の運営を学校から地域へ移行する準備が

各地で進んでいる。休日は、2023年度から3年間で移行し、将来は平日にも拡大を目指す方針が示されている。はたしてスムーズに進むだろうか。

課題は、①財源②受け皿組織③指導人材の3つの確保。ただ、地域や学校などにより事情は個別に異なり、対応や体制整備も違う。都市部では民間企業の参入がポイントになるだろう。

参考になるのが名古屋市の試み。全国的には珍しい小学校の部活動を、すでにスポーツ教室運営大手リーフラス（東京・渋谷）に委託している。市内の262の小学校の4年生以上が対象。スポーツだけでなく合唱や器楽などにも取り組める。指導人材約2000人はリーフラスと市が協力して作った人材バンクの登録者が研修後に派遣される。学生や競技経験のあるシニア、主婦が中心。時給はコンビニのバイトより高いそう  
で、休日なら会社員の手軽な副業にもなる。

体罰やパワハラの指導は厳

しくチェックする。リーフラスの教室はアスリート志向ではなく、楽しむことを重視しているが、アンケートでは保護者より子どもたちの満足度が高い。10億円を超える経費は名古屋市が負担。リーフラスは中学校の部活動でも各地で政府が予算を用意するモデル事業などの委託を受けている。伊藤清隆社長は「大都市などでは（中学校の部活動も）自治体の予算で地域への移行を進めるケースがかなりあるでしょう」と、民間事業として成り立つ手ごたえを感じている。

ただし、こうした対応は財政にある程度余裕がある自治体に限られる。財政規模が小さな田舎の市町村ではまねできないし、人材の確保も難しい。各地で子どもたちのスポーツを守ろうとするさまざまな取り組みがあるが、資金がなければ、これまでの教師の無償奉仕というゆがみを、今度は地域の人々の善意が引き受ける結果になるだけではないだろうか。

部活動の地域移行は教師の

過剰な負担を軽減するのが最大の理由。ならば、新たな経費は政府や自治体が責任を持つのが筋だ。だが、それができなくなりつつあるのが今のこの国なのだろう。

都市部にしても人口減や高齢化が進めば、いつまでも公的負担が続く可能性は低い。伊藤社長も「経済的に厳しい家庭の公的支援は別にして、将来は受益者負担に切り替えることになるのでは」と話す。そうなった時、スポーツの価値が社会でどう考えられているか、本当の意味で問われるのだと思う。

(2022年10月26日/日経)

## 働き盛りに運動習慣体験イベント

(注：FIAも参画しています！)

東京都は働き盛りの運動不足を解消するため、無料のスポーツ体験イベントを開く。インストラクターの指導を受けながらフィットネスマシンを体験したり、ブラインドサッカーやボウリングとカーリングを掛け合わせたようなフ

インランド発祥の競技「モルック」などを体験したりできる。

10月22～23日は東京都立川市の商業施設「グリーンズプリングス」で、11月16～17日はJR東京駅構内の「スクエアゼロ」で開催する。

都の調査によると、週1回以上運動する18歳以上の都民は2021年に68・9%で、前年から8・5ポイント増えた。30～40歳代は伸び悩んでおり、エンターテインメント性のあるスポーツの体験を通じて、運動を始めるきっかけにしよう。

(2022年10月21日/日経)

## 定年後も スポーツを続けたい 仲間と交流、 心身健康に 体力・費用に合わせ 楽しく

神戸市内にある競技場「王子スタジアム」に毎週木曜日の夜、サッカー愛好者が次々と集まって来る。9月下旬のこの日は20人以上が練習に参

加。そのうち60歳以上の男性が2人、女性もいた。30分ほどパスやシュートの練習をした後のミニゲームでは、全員が汗を流してサッカーボールを追い、歓声をあげる。

神戸市の外郭団体、神戸市スポーツ協会が2008年から運営する地域のサッカーチームだ。参加して10年以上になる会社員の竹原正夫さん(60)は「初心者でも年齢や性別にも関係なく、一緒に練習や試合ができる」と魅力を語る。月5000円の会費を払えば、誰でも参加できる。

現在の会員数は約30人。協会職員としてチームの世話をしている安藤展章さんによると「会員同士の交流も盛んで、地域コミュニティとして根付いてきた」という。

「年齢が高くなると新しい友人がつくりにくくなるといわれるが、スポーツを通じればすぐに仲良くなれる」と強調する。

健康長寿の地域社会づくりを目指す一般社団法人・日本老年学的評価研究機構が65歳以上のシニアを対象に実施し



た調査によると、「グループで参加しているスポーツ」で男性は「ゴルフ」(11・3%)、女性は「体操」(13・8%)がトップ。「ウォーキング」も男女ともに人気が高い。

調査ではスポーツを続けて

サッカーやフットサル、タッチラグビーなど幅広い年齢層が参加できる地域スポーツは増えているが、種目によっては体力が必要。「つい熱くなってしまい、けがをする人もいる。自分の体力や運動経験を過信しないで」と安藤さんは言う。

男性に人気のゴルフは激しい運動ではないため、定年後にも続けたいと考える人は多いだろう。ただ、現役時代に仕事の延長線上でゴルフをやっていた人にとっては「会社から離れた途端、ゴルフの誘いがなくなった」という現実にも直面するケースもある。

大手素材メーカーで役員まで務めたAさん(67)もその一人。会社からもらっていたゴルフ会員権の名義もなくなり、仕事関係でのゴルフはゼロに。「予想はしていたが衝撃だった」というAさんがゴルフを趣味として続けるために始めたのが「ひとり予約」だ。

インターネットでゴルフ場の予約ができるサイト「楽天GORA」や「ゴルフダイジ



エスト・オンライン」などでは通常4人1組でプレーするゴルフの予約を1人でできる専用のコーナーを設けている。自分の都合の良い日程で空いている組にエントリーすれば、自分で仲間を集めなくてもゴルフができる。

「1人予約ランド」を運営するバリューゴルフによると

「ひとり予約の中心層は50代以上。毎年登録会員数は増えており、現在90万人を超えた。利用できるゴルフ場も1200以上と、5年前から約500コースも増えた」という。需要の高まりと同時に利用しやすくなっている。

とはいえ、ゴルフを筆頭にお金がかかるスポーツも多い。ファイナンシャルプランナーの井戸美枝さんは「お金がかかるという理由で趣味を諦めるのは良くない。一度、1年間にその趣味にどれだけ支出しているかを計算して可視化してみるのがいい」と勧める。

ゴルフの場合、1回のプレーで1〜3万円程度かかるほか、道具をそろえる費用もか

かる。定年後の限られた収入の中で、「家族とも話し合い、楽しめる範囲の支出で楽しむ」（井戸さん）のが賢い方法だ。自分なりの目標を定めて仲間と楽しむスポーツは認知機能の維持にも効果があるとされているだけに、生涯続けられるような計画を早め

（2022年10月19日/日経）

### サービス業、 賃上げ実施予定4割 人手不足解消急ぐ

日本経済新聞社がまとめたサービス業の業況調査で、2022年8月〜23年7月に賃上げを実施する企業が全体の約4割（38・9％）にのぼることがわかった。サービス業は新型コロナウイルスの影響から回復しつつあるが、回復に伴って人手不足が深刻化しており、賃上げで人手の確保につなげる動きが出ている。その結果、サービスの値上げ

につなげる例もあるようだ。業種別でみると、クリーニング（62・5％）や理美容

（57・9％）などで賃上げをする回答した企業の割合が多かった。また、すでに21年8月〜22年7月に賃上げを実施した企業も全体の38・5％で、前回調査（20年度）より14・5ポイント増加した。背景としてあげられるのは人手不足だ。足元の雇用環境について「1年前と比べて人手が不足している」と回答した企業は全体の40・9％。ハイヤー・タクシー（78・6％）や、家事支援（70・0％）などの割合が高かった。

そこで、人手不足を解消するためにどのような対策をしているか聞いたところ、「賃上げ」と回答した企業は36・3％で、前回調査から10・5ポイント上昇した。その結果として、サービスの値上げに踏み切る企業も増えている。1年前と比べて料金を引き上げた企業は20・4％。理由として「人件費上昇を転嫁」と回答した企業はそのうち30・9％で、前回調査から11・9ポイント増えている。今後1年で値上げする企業も全体の20・5％で、21年度に値上げ

した企業の約4割が再値上げを検討しているようだ。

「第40回サービス業調査」は21年8月〜22年7月に決算期を迎えた37業種、932社から回答を得た。取扱高ベースで調査した旅行業を除く36業種の21年度売上高は13・3％増。6期ぶりにマイナスとなった20年度から一転して増収となった。

（2022年10月19日/日経）

### 幅広い年齢層体力低下 スポーツ庁、 昨年度調査 コロナで 外出・運動減少か

スポーツ庁は12日、2021年度の体力・運動能力調査の結果を公表した。体力テストの結果を点数化した合計点で、小学生から高齢者までの幅広い年齢層で、新型コロナウイルス感染拡大前の19年度と比べて低下している傾向が出た。外出や運動機会の減少が影響した可能性がある。

調査に協力した内藤久士順天堂大教授（運動生理学）

は、持久力を測る調査項目で成績が落ちたとして「（コロナ禍で）体を動かす機会が減った影響ではないか」と説明。ただ、結果全体は「さまざまな要因が絡み、新型コロナウイルスが理由とは言い切れない」と話した。

調査は21年5〜10月、6〜79歳の男女約4万8千人に実施。握力や上体起こしなど各項目の結果を点数化し、6〜19歳は「8〜9項目（80点満点）」、20〜79歳は「6〜7項目（60点満点）」を調べた。

例えば13歳女子は51・76点で、19年度より1・69点減少。40代後半男性が33・31点（同0・75点減）、70代後半女性が35・33点（同1・44点減）となるなど、点数が下がった年代が大半で、特に高齢者が落ち込んだ。

項目別では中高生対象の「持久走」で成績低下が顕著となり、1500メートルを走った13歳男子のタイムは19年度より11秒ほど遅く、1000メートル走の13歳女子も11秒ほど遅かった。65歳以上対象の「6分間歩行（6分間

## 2021年度体力・運動能力調査の 主な年齢層の合計点

	男性	女性
7歳(小2)	37.97 (0.13↓)	38.41 (0.19↑)
13歳(中2)	44.66 (0.41↓)	51.76 (1.69↓)
16歳(高2)	54.07 (1.39↓)	53.88 (0.61↑)
25~29歳	41.04 (0.29↓)	39.13 (0.35↑)
35~39歳	36.91 (0.29↓)	35.55 (0.21↓)
45~49歳	33.31 (0.75↓)	32.79 (0.29↓)
55~59歳	28.90 (0.50↓)	29.87 (0.03↑)
65~69歳	40.76 (1.68↓)	41.34 (0.91↓)
75~79歳	34.91 (0.84↓)	35.33 (1.44↓)

※単位は点。( )内は19年度からの増減

で歩いた距離)の結果も振るわず、持久力悪化の傾向が示された。

また、運動習慣も質問。20~50代女性が週1回以上運動する割合は、男性や他の年代の女性より低かった。内藤教授は「働いたり子育てしたりする女性向けのスポーツ環境が整っていない可能性がある」と指摘した。

スポーツ庁は20年度も体力・運動能力調査を行ったが、新型コロナウイルスの影響でサンプル数が少なく単純比較が難しいとしている。

(2022年10月13日)

### 体力テストの結果 誤解しないで 特性見極め、 スポーツ楽しもう

各小中学校で6月ごろに実施された全国体力テストの結果が、秋になって児童生徒たちの手元に返却されている。握力や走力など測定してA~Eの5段階で総合評価するが、スポーツトレーナーの遠山健太氏は同級生と比較するのではなく、一人ひとりの体格などを踏まえて結果を確認し、子どもがスポーツを楽しむるように背中を押してほし

いと話す。

体力テストで周囲と比べて低い結果になると、肩を落とす親子は多いかもしれない。子どもは運動嫌いになってしまい、親もスポーツをさせることをあきらめてしまう。だが、必ずしも悩む必要はない。身体能力は年齢ではなく、身長によって差が生まれやすいにもかかわらず、現在の体力テストでは評価する際に身長という重要な要素が考慮されていない。

同級生を同じ基準で一律に判断しているのみで、すべての児童生徒の運動能力を正確に評価できているとは言いがたいという点を理解してほしい。特に小学生の場合、成長具合の差が大きいため、なおさらだ。

例えば、小学4年生でも身長130センチの児童もいれば、140センチの児童もある。130センチの児童がソフトボール投げで16~18メートルを投げた場合、140センチの児童が24~26メートル投げると、ほぼ同等の身体能力があるとみることができ

る。

文部科学省が公表している年齢別の平均身長を参考にし、自分の子どもの身長が何歳に相当するのかわかるように、インターネットなどで該当する年齢の体力テストの評価を見てほしい。そこから子どもの運動能力のレベル

を判断する必要がある。

また、子どもたちの特性を見極めるために「握力」や「上体起こし」など各テスト項目から、どのような身体能力を確認することができるのかも知っておいたほうがいいだろう。誤解されがちだが、握力は単純に握る力を計測し

### 体力テストで確認できる身体能力の内容

握力	測定することで全身の筋力の傾向がわかる
上体起こし	30秒間腹筋を繰り返すことで、筋肉を長く動かし続ける筋持久力を確認する
長座体前屈	前屈によって脊柱(胸椎)の柔らかさから全身の柔軟性も判断する
反復横跳び	前後左右に素早く動ける敏しょう性を測定
20mシャトルラン	短距離の往復を走り続けることで全身の持久力をみる
50m走	直線の短距離を速く走れる力を確認する
立ち幅跳び	跳躍力と身体が持つパワーがわかる。跳び方をみることで体の使い方が上手いかどうかもチェックできる
ソフトボール投げ (中学生はハンド ボール投げ)	下半身と体幹、上半身を連動させる動きで、器用さの有無がわかる。距離を測定して投げる能力も判定

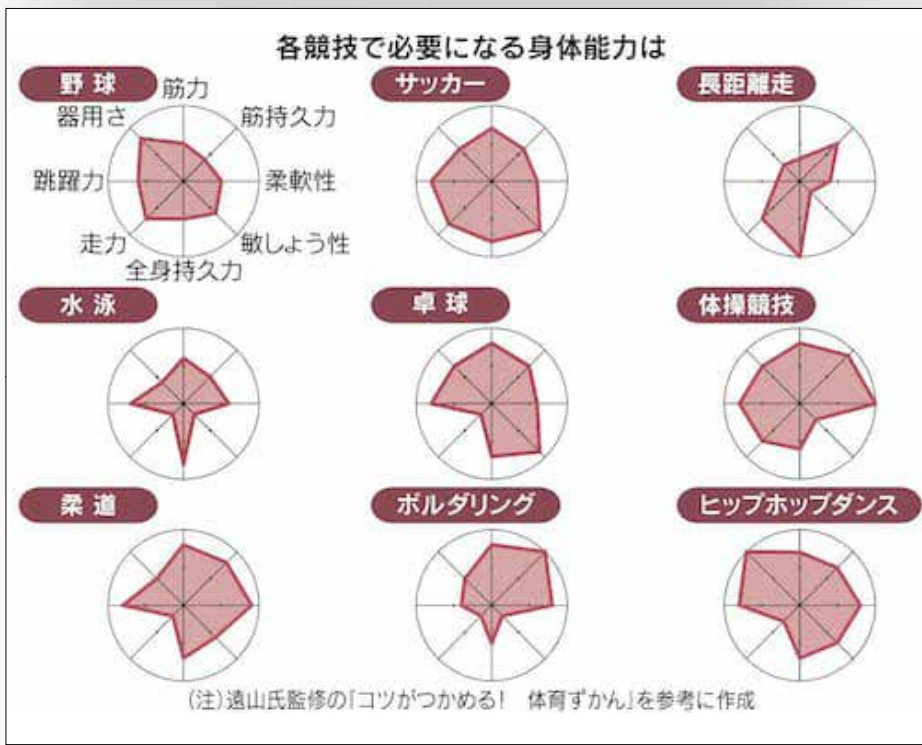
(注)遠山氏への取材を基に作成



ているわけではない。握力からは全身に筋力がどれだけあるかという傾向を判断できる。腹筋を30秒間繰り返す上体起こしも、筋肉に持久力があるかを確認している。ソフトボール投げも肩の強さだけではない。投げる動作は腕と脚を運動させるため、身体の器用さを判定できる。

これら一つひとつの意味を知らずして、子どもの身体能力の特性に目を向けてほしい。そうすれば、子どもがどのようなスポーツをより楽しむことができるかを考えられる。

上体起こしが得意で筋肉に持久力があるなら水泳、反復横跳びの結果が良く敏しょう



性があるなら卓球など、適性を判断できる。競技別に必要とされる身体能力についてまとめたリーダーチャートと一緒に掲載したので、体力テストの結果を見比べながら適性傾向を確認してほしい。

親としては子どもの特性を見極めた上で、バランス良く身体能力を引き上げるよう心がけてほしい。特定の能力だけを伸ばそうとして同じ筋肉や関節ばかりを使うと、けがにつながるおそれもあるためだ。

偏りなく運動能力を高めるには公園などでの外遊びが有効な手段だ。以前にも、このコラムで紹介したが、外遊びには体を動かす多様な要素がある。様々な遊具を組み合わせた複合遊具を使えば「のぼる」「降りる」「くぐる」など連続して体を動かせる。遊具がなくても鬼ごっこをすれば「走る」「追いかける」「かわす」といった動作が身につく。

親もただ見ているだけでなく、一緒になって遊べば、自分の健康にもつながるだろう。

外遊びは、できれば身長が急速に伸びる前までにたくさんさせてほしい。子どもは、1年間で8〜10センチ伸びる時期がある。個人差はあるが、女子の場合だと9歳ぐらいから、男子は中学1〜2年ごろといわれている。そこから最終的に成長が止まる高校生ぐらいまでは、できれば様々なスポーツを経験させてほしい。日本では、得意だからといって野球やサッカーなど特定のスポーツをやり込ませてしまう傾向があるが、バスケやソフトボールや体操競技など複数の競技を行うことを推奨したい。

様々なスポーツを体験して可能性を広げたいうえで、最終的に子ども自身が特定の競技をやりたいと興味を持つまで、親は強制をせずに提案する姿勢を心がけてほしい。トッパスリットにしたいという信念で、幼少期のうちから1つのスポーツに打ち込ませるといふ考えもあるかもしれない。ただ、大人になっても健康であってほしいと願うの



本書では、スポーツトレーナーでパークマイスターでもある遠山健太先生監修のもと、「公園で経験できる、運動能力を伸ばす動作」に特化して、12の基本動作を選定。そして、楽しく遊ぶだけでこの12の基本動作が経験できるおすすめ100公園を、京都・大阪・神戸エリアから厳選している。運動能力をぐんぐん伸ばしてくれる遊具や、子連れに嬉しい施設などを徹底取材して紹介している。

『こどもの運動能力がぐんぐん伸びる公園 京阪神版』(株式会社JTBパブリッシング)

であれば、まずは体力テストの測定結果を正しく読み解いて、子どもが楽しんで運動を続けられるように見守ることが大切だ。

※遠山健太氏(とおやま・けんた) / 株式会社ウィング代表取締役。スポーツトレーナー。子どもの運動教室「リトルアスリートクラブ」のプログラムを開発。書籍『こどもの運動能力がぐんぐん伸びる公園 京阪神版』(株式会社JTBパブリッシング)などを監修。

(2022年10月11日/日経)