

Fitness Industry Association NEWS

2023年（令和5年）7月12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/



FCM 2023

(フィットネスクラブ・マネジメント技能検定)

運動・スポーツを快適に安心して楽しむためには、運営された施設が必要だ。

一方で、運動・スポーツ施設は社会の幅広い健康ニーズに対応すべく、
多様化の様相をますます強くしている。

そうした状況を鑑みて誕生したのがFCM。

その内容は民間のフィットネスクラブはもちろん、

広く運動・スポーツ施設のマネジメントに役立つ技能である。

今号では、FCMの原点、FCMの現在地、FCMの目指す先、

そして今年のトピックスについて紹介する。



FCMの原点

FCMは健康でイキイキした暮らしのための、中核的な産業の1つであるフィットネスクラブ産業の人財資本力を強化する仕組み。まず、FCM誕生に至る経緯をあらためて振り返ってみましょう。

国家資格化までの取り組み

指導系の資格は公的・民間に数えきれないくらいありますが、それを統括する技能資格が必要との国の方針により誕生しました。

ホップ

2006年「包括的職業能力評価制度」
2011年「職業能力評価基準見直し実施」
2014年「職業能力評価シート展開」

ステップ

2014年5月から2015年3月まで
「業界検定スタートアップ支援事業」
に取り組み（補助金事業）
2015年6月30日
対人サービスにおける技能検定の充実に閣議決定。

ジャンプ

2017年10月24日
法改正により技能検定（国家資格）に
フィットネスクラブ・マネジメント職
種を法令化。
同時に、F I Aは厚生労働大臣より指
定試験機関に指名された。

本資格の特徴

1. FCMには、1級・2級・3級とあり、
すべての級が国家資格（名称独占）。
* 国家資格には業務独占の資格と、名

称独占の資格の2種類があり、技能士は名称独占の国家資格です。無資格で技能士を名乗ると法令により罰せられます。代表的例：中小企業診断士、行政書士、保育士、介護福祉士などです。

2. 資格内容そのものが実務と直結している。

*会社の人事教育制度に取り入れる企業が増加しています。

3. 資格更新手続きや更新料は不要。

*資格取得はスタートライン、その学

び得た成功体験が技能向上の継続に繋がります。

マネジメント技能とは

マネジメント＝管理と考えてしまうと、その本質を見失ってしまいます。そもそもマネジメントの語源manageは乗馬術、つまり馬の手綱をうまくさばくという意味。すなわち、マネジメントとは＝最適化であり、ゴールするために複眼的な視点・組織で対処することなのです。

マネジメントを構成する要素（複眼的な視点）は、以下の5項目です。

- ①市場・顧客の理解
- ②提供サービスの知識・技術（品質管理、価値創造等）
- ③顧客に届ける知識・技術（マーケティング、コミュニケーション等）
- ④協働する知識・理解（役割分担、コミュニケーション、学習する組織等）
- ⑤社会的責任（合法、財務基盤、リスクマネジメント等）

FCMの現在地

2017年度(第1回)からの2022年度(直近)までの累積数

対象級	受検者数	技能士数	合格率
1級	646名	102名	16%
2級	1,979名	900名	45%
3級	9,756名	4,870名	50%
(内社会人)	(1,833名)	(1,289名)	(70%)
合計	12,381名	5,872名	47%

当検定の認知度が一定程度向上し、今後、加速的に拡げる基盤ができてくる。



辻本 拓さん

ダンロップスポーツクラブ南古谷(埼玉)
FCM2級技能士

現在私はクラブセクションチーフとして、店舗方針に沿ったセクションの課題解決に取り組んでいます。特にここ数ヶ月は原価高騰による水光熱のエネルギーコスト増の影響から、会費収入を基本とした売上確保のみでは利益獲得が難しいため、今まで以上に効率的な人員配置をすることに取り組んでいます。

具体的には、平日の来館者が減少する16～19時を【お客様のセルフタイム時間】とするともに、スタッフの清掃強化時間とすることで、1日のスタッフ業務を効率的に組み直し、終業時スタッフ1名削減に取り組んでいます。

提供するサービスの品質を落とさずに、課題を解決することは容易ではありませんが、これからも迅速に様々な検証を重ねてまいりたいと思います。

また、ここ数年は上記のような取り組みをKPI(重要成果評価指標)とし、数値管理をより意識して行動していますが、今後はコスト等の定量化し易い数値のみではなく、定性的な指標、具体的には【品質の見える化】についてもKPIの設定に取り組み、接客品質向上の成果に繋がりたいと考えています。

【品質の見える化】実現のためには、スタッフ間でも効率的なコミュニケーションが必要となるため、FCM2級技能士のマネージャー及びFCM3級技能士の部下と相談しながら進めています。

これからもFCMで学んだことを基盤とし、セクション課題の解決で役立つように、実務を担当するスタッフ研修等にも、資料を活用していきたいと思っています。

各級の技能士インタビュー



井口 和久さん

ルネサンス岐阜クラブ・コクールルネサンス名古屋(愛知)
FCM1級技能士

現在、ルネサンス岐阜クラブとコクール名古屋の2店舗の支配人を兼務しています。両店のブランドは異なり、マーケットも対照的で、岐阜クラブは車立地の地方郊外型、コクール名古屋は名古屋駅直結高層ビル13階・14階の都市型です。そのため、マネジメント上の課題も異なるため、店舗スタッフの業務管理の難度が高く、努力して取り組んでいます。

具体的には、コクールは新型コロナの影響も沈静化し、入会・利用者共にコロナ前に戻ってきています。また、立地やイメージのよさからスタッフの採用にも恵まれています。

一方、岐阜クラブは、未だ新型コロナの影響から抜け出せず、高齢者のみならず同居家族含めクラブへの入会に消極的な状況です。また、スタッフの確保も困難な地域でもあり総合型施設のよさを活かすため、特に人材育成に日々努めています。

このように異なる顧客・スタッフ市場に向き合うために、FCMで学習したマーケティングや労務管理等の基本を活かして、各店舗に合ったマネジメントを行っています。



小林 康行さん

ルネサンス基目寺24クラブ(愛知)
FCM1級技能士

これまで6年間で4店舗の支配人を務めてきました。それぞれ立地、施設、市場、従業員が異なるため、そのたびごとに勉強し、経験を積み重ねてきました。常に顧客満足、従業員の成長、業績向上を目指して、よりよくするためにはどうすればよいのか様々な勉強も続けています。

その中でFCMを学び、2019年に1級技能士資格を取得しました。それまでも業務に活用する知識を得るために読書やセミナー参加をしていましたが、関心の高い「マーケティング」に偏ってしまいました。FCMのよさは、必要な分野を体系的に幅広く学習できることです。私にとって「損益・財務管理」の知識は断片的で、不十分な分野だと思い知りました。

また、独学で勉強していたマーケティングについても、FCMはフィットネスクラブに特化した詳細かつ実践的な内容で、遠回りせずに業務に活かすことができるので助かります。

今後も1級技能士の自信を糧に、FCMを活用してスタッフ共々成長続けたいと思います。



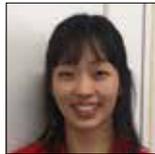
後 毅彦さん

ルネサンス住之江クラブ(大阪)
FCM2級技能士

現在、大阪港に近い地域の店舗で支配人をしています。支配人2年目です。ジム、スタジオ、プール、温浴施設、スカッシュコートもある総合型施設ですが、それぞれがコンパクトで、スケールとしては小ぶりの店舗です。周りは24時間型フィットネス施設及びカーブスに囲まれています。

その商圏で、総合型施設の特色である多様な提供サービスを活かすことが肝要と考えています。そのためには、お客様に提供サービスの魅力を伝え、継続支援する人財力を強化したいと考えています。それには観察力、知識に裏付けられた行動が大切であり、手間がかかると思いますが、そこで合わせてDX化(データ活用でのサービス、IT技術による業務効率化)を同時に推進したいと考えています。

地域柄、パートナースタッフ(委託、アルバイト等)の確保も難しい状況ですが、現在の5名の社員とFCMを共通基盤として学び、活かし、地域のオンリーワンの存在として、競争力のある店舗づくりに取り組んでいきたいと思っています。



舞草 紗也子さん

ダンロップスポーツ流山おおたかの森(千葉)
FCM2級技能士

現在サービスセクションチーフとして業務しております。ももとはスタジオのインストラクターでしたが、出産・育児・子育てを機に部門が変わりました。かつてはベブースイミングのコーチをしていたこともあり、現在は週9本のスタジオレッスンも担当しています。当店は少ないスタッフで、フロント、ジム、スタジオ、スイミング部門を運営しており、私だけでなくほとんどのスタッフが複数部門を担当しています(加えて、ゴルフレッスンの委託、入居ビル駐車場管理も店舗業務です)。

そのため、常に業務の効率化を考えています。一例としてはレンタルクラブやレンタルタオルの管理方法やその顧客動線の見直しなどで、お客様もスタッフも手間を減らすことなどです。FCMで学んだ顧客視点でサービスの質を考えることに努めて、その上でスタッフ業務効率化を進めています。

今後もFCMで学んだ知識・技能を現場で応用して、より一層お客様が満足し、スタッフがやりがいを持って、業務に取り組みたいです。



白井 俊臣さん

ダンロップスポーツクラブ浦安(千葉)
FCM2級技能士

2022年5月にスイミング部門マネージャーから支配人となり、店舗経営課題に取り組んでいます。1番目に挙げる課題は、在籍者の確保です。退会者は計画内のレベルで維持できているのですが、新規入会者の獲得が難しく試行錯誤しています。

有名なレジャー施設もあり、人気の地域のため居住人口は微増で維持されていますが、人口構成では20歳代~50歳代の構成比が最も高く、駅から離れていて駐車場が少ない当店にとっては近隣住居者への訴求が大切であり、年齢的にもWebマーケティングが重要と考えています。

FCMで学習したインターネット購買プロセスAISCEASは、アテンション(注意)→インタレスト(関心)→サーチ(検索)→コンバージョン(比較)→イグザミネーション(検討)→アクション(行動)→シェア(共有)です。まずはSNSで注目を集め、HPを検索いただき比較検討の結果、問い合わせ・見学・体験・入会の行動に繋げて、その結果を拡散していただくことができると考えています。特にHPのコンテンツ表示及び問い合わせ・見学・体験時の対応について上司や担当者とは相談し充実を図っています。

今後もFCMからの学びを活用して、競争力のある店舗づくりに進めたいと思っています。



吉真 秀高さん

ルネサンス福山春日クラブ(広島)
FCM2級技能士

副支配人3年間を経て、今年支配人になりました。副支配人時にFCM2級に合格し、1級にも挑戦しましたが、経験不足のためか実技試験で不合格となり、支配人経験を積んで再挑戦したいと思っています。

ルネサンス入社前は、医療法42条施設(疾病予防運動施設=医療法人が、疾病予防のため、生活習慣病患者とその予備群の方を対象にした運動施設)の立ち上げ業務を担当していました。そのためフィットネスクラブの実務経験が少なく、店舗運営に苦労する面はあります。FCMを学ぶことで、フィットネスクラブ業務における共通言語が整理され、多くのセクションのスタッフと横断的に協力しやすくなりました。

現在は部下に実務経験豊富なFCM2級技能士とスクラムを組んでよい店舗づくりに取り組むと共に、私は経験を活かして行政からの業務受託を積極的に獲得しています。

今後も、FCM技能士を増やしてスタッフ間のコミュニケーションを活発にして結果につなげていきたいと思っています。

FCMが目指す先 「マネジメントの知識+スキル」に関する業界スタンダードを目指す

現場に必要なマネジメント知識をレベル別に体系化

1級学科	2級学科	3級学科
1 健康づくり	1 健康づくり	1 健康づくり
2 運動トレーニング	2 運動トレーニングの基礎	2 運動トレーニングの基礎
3 フィットネス産業概論	3 フィットネス産業概論	3 フィットネス産業概論
4-1 戦略・組織	4-1 品質管理	4-1 店舗事務
4-2 営業戦略	4-2 マーケティング	4-2 イベント・企画運営
4-3 品質管理	4-3 売上収益管理	4-3 サービス説明・見学者対応
4-4 マーケティング	4-4 施設設備管理	5 フロント実務
4-5 売上損益管理	4-5 人事・労務管理	6 施設設備の安全確保
4-6 人的資源	4-6 リスク管理	7 顧客対応
4-7 ICT/情報システム	5 顧客管理	8 チームワークとコミュニケーション
4-8 リスクマネジメント	6 関連法規	9 安全衛生
4-9 施設設備管理	7 安全衛生	
5 顧客マネジメント		
6 関連法規		

現場に必要なマネジメントスキルをレベル別に整理（下表はその一部）

級	必要な技能
3級技能士 ※接客の最前線スタッフ 契約社員、新入社員	<ul style="list-style-type: none"> ・カスタマーサービスを提供する際、組織の方針と手順、法のおよび倫理的な要件を遵守する ・見学者への説明の際、自分にもわからない点があった場合には、速やかに関係者に聞くなどして、理解するようにしている。 ・正しい電話対応ができ、気持ちのよいコミュニケーションがとれ、各所に適切に引き継ぎが行われている。
2級技能士 ※タスク実行責任者 部門長、リーダー	<ul style="list-style-type: none"> ・さまざまな種類の顧客とそのニーズを理解するために顧客データを理解する。 ・合意された基準に照らして、顧客サービスの質を評価する。 ・マシン・設備・機器類の老朽化に備え、計画的改善を年間業務スケジュールに落とし込んでいる。 ・教育計画に従い、対象者に必要なスキル・知識に関する教育的訓練を実施している。
1級技能士 ※タスク決定者 マネージャー、店長	<ul style="list-style-type: none"> ・計画が組織の戦略・目的・価値観・方針・手順と一致していることを確認するための行動をとる。 ・費用対効果分析の実施方法を説明する。 ・施設全体を点検し、安全管理上の問題点や改善すべき点を素早く察知し、先手を打って対策を講ずることで、問題の発生を未然に防いでいる。

深い専門的能力とマネジメント力を兼ね備えた人材がフィットネス現場の未来を創る



岩中 貴志さん

(株)THINKフィットネス 安城コロナワールド店
FCM2級+JATI-ATI

現在、名古屋と豊橋の中間に位置するゴールドジム店舗のマネージャーです。大学生時のアルバイトから通算して、フィットネス事業に約10年間従事しています。大学は体育学部であったため私も含め周りにアスリートが多くいました。その多くが筋力トレーニングを実践しており、パフォーマンス向上のみならずケガ予防・回復と、その効能に魅了されました。私は、より多くの方にトレーニングの効果を実感いただきたく、就職先もフィットネスクラブ大手企業にしました。

JATIのATIは、大学が認定校であったため在学中に取得しました。現在も機関誌に掲載される最新のトレーニング論を楽しみにしています。また、ATIの技能を通じて、1人1人のお客様に寄り添った確かなアドバイスが可能になっていると感じています。

FCMは、就職して2年目に2級に挑戦し合格しました。FCMで学んだことにより、トレーナー業務以外で、仕事をするために必要な業務について基本的なことをふまえた応用が可能になっています。具体的には、スタジオ運営及び顧客マネジメントに関して、自分自身の実践のみならず、同僚や部下に説明し理解を促す上で役に立っていると感じています。

また、支配人として店舗全体をリードする立場になって、進むべき方向性を考えるときに、FCM2級で学んだマーケティングや営業管理等全体観から正しいと考え、進むことができるようになりました。より進化するために、部下にもFCMの取得を促し、自身も1級取得を目指したいと考えています。



田中 裕三さん

(株)THINKフィットネス エリアマネージャー
FCM2級+JATI-ATI

現在、京都のゴールドジム3店舗を統括するエリアマネージャーです。大学生時のアルバイトから通算して、フィットネス事業に約20年間従事しています。

就職後に、トレーニング指導力を専門的に強化するため、JATIのATIを取得し、今も更新を続けています。一方いくつかの店舗で仕事をするなかで、トレーニングの素晴らしさをお客様に伝える場であるクラブの運営の難しさや重要性に直面することも多く、その都度考え、先輩・上司に指導を受けてきました。

また、自分自身が後輩・部下に指導することもあります。しかし、どうしても指導する者によって内容に偏りや違いが生じており、同様に受ける人によって伝わり方に強弱が生じていると感じていました。

そんなときにFCM技能検定がはじまり、早速私も学び、2級を受検し合格しました。FCMの学習を通じて、それまでOJTを中心に経験で得たクラブマネジメントに関する知識が体系的に整理・補強されました。また、業界共通と独自部分の位置づけができることで、より自信をもってマネジメント業務を行えるようになりました。1級技能士も目指しており、今後さらに知識・経験を深め、試験に挑戦したいと考えています。

トレーニングの素晴らしさを伝える者として、これからもトレーナー力とマネジメント力の両方を高めていきたいと思います。また、同じように取り組む人が従事するクラブが発展することが大切だと思っており、まずは担当する店舗でそれを実現すべく頑張ります。



市村 壮喜さん

ティップネス二俣川
FCM3級+JATI-ATI

アルバイトのジムインストラクターから社員になり、現在はフィットネス部門9年間の経験を活かして教育担当もしています。自分でワークシートを作成し、動画撮影など教材を準備して、受講者が問題点を見つけ、解決方法に気づくように研修しています。私自身も仕事上の問題点を発見し、その解決方法を考えるのですが、その際に もやもやしていたことが、FCMの学習で見えてきました。具体的には、上司や関係部署との連携の方法、コストの考え方等です。

運動指導に関しては、専門学校での学習に加えて現在まで継続して勉強してきました。JATI-ATI取得はさらなるスキルアップを目指して挑戦しました。レポート作成は大変な面もありましたが、今まで学んできたことの復習と新しい理論を学び自信が深まりました。今後も部門責任者等立場に見合う実力をつけるため、さらなる上位のWライセンスに挑戦したいと思います。



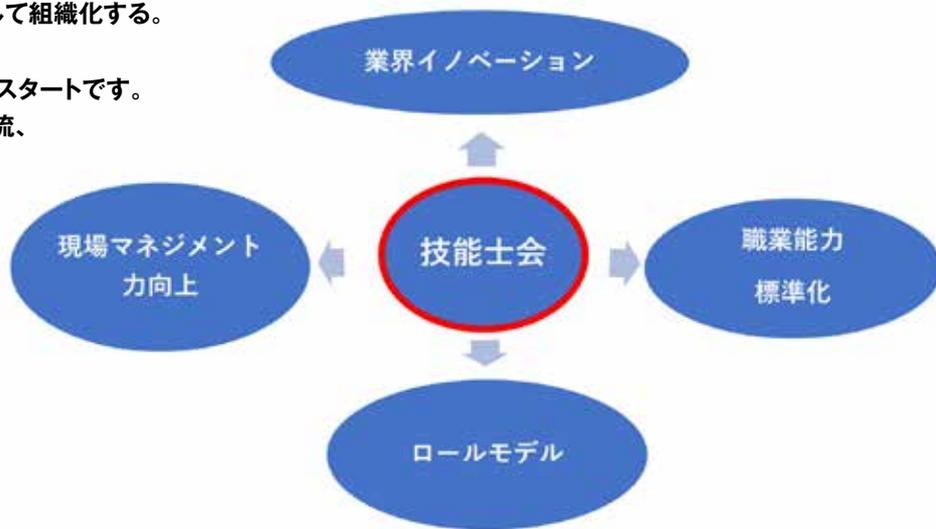
川俣 好さん

ティップネス受託(東京体育館)
FCM3級+JATI-ATI

体育大学を卒業し大学院に進みましたが、途中で地元関西に戻りジムインストラクターとしてアルバイトから社員になりました。運動に関する専門的な学びを活かして仕事に取り組んでいましたが、現場で実現したいと考えた企画の承認を受けられず「やる気」が空回りしているように思えました。そんなときにFCM受検の機会をいただき、企画するために必要なこととして、対象顧客、顧客ニーズ、収支計算、効果測定等、学ぶことができました。その結果、やりたい企画が承認されるようになりました。

また、お客様、特に法人向けの指導の際に、トレーナーとしての公的資格が有効なため、JATI-ATIの取得に取り組みました。今後もFCM2級挑戦、ATI更新とマネジメント力+専門力のWライセンスの挑戦を続け、やりたい仕事を実現できる力を身につけたいと思います。

合格者を「FCM技能士会」として組織化する。
資格取得がゴールでなく、
さらなる学習、レベルアップのスタートです。
学び続けるための仲間との交流、
サポートを得られます。



今年のトピックス

今、現場を預かる支配人、エリアマネージャー、営業統括部門の皆様、すぐにお申込みください!

SPORTEC2023 FIA×SPORTECセミナー

※FIA会員企業従事者には特別割引制度があります。(7ページご案内参照)

●8月4日(金) 15:00~16:30
FIA×SPORTECセミナー-SPO-B-9

【タイトル】

現場力、支配人マネジメント力向上のための特別セミナー

【内容】

収益最大化のための施設運営マネジメント手法を考えるセミナーです。会員数の減少や様々なコスト高など、今までにない苦境に立つクラブ運営において、現場支配人がどうやって利益を出す仕組みを作るのか。
このFCM1級技能士の現役支配人による対談セミナーは、運営を効率化し、収益を底上げし、最大限の利益を向上させるための様々な施策を考えるセミナーです。

【講師】

- セントラルスポーツ株式会社
加藤 晴王氏 1級技能士
セントラルフィットネスクラブ金沢店及び野々市店 支配人
- 野村不動産スポーツ&ライフ
田中 克宜氏 1級技能士
メガロス立川 支配人
- 株式会社ルネサンス
井口 和久氏 1級技能士
ルネサンス岐阜及びコクールルネサンス名古屋 支配人



【ファシリテーター】

葦沢 靖彦 FIA検定事業
統括マネージャー



いつかは挑戦しようと思っている方、短期集中で合格可能です。資格取得からがスタートです!
フィットネスクラブ・マネジメント技能検定 (第14回FCM技能検定試験)

試験日

2023年11月23日 (木・祝)

受検料 (課税なし)

3級学科・実技合計: 10,000円、2級学科・実技合計: 15,000円
1級学科 8,900円

受付申込期間

2023年7月26日~10月3日
受検申請方法: 団体申込み (学校・企業) 及び
個人WEB申込み

試験開催地 (全国12都市 同日同時開催)

札幌、仙台、東京、横浜、金沢、名古屋、大阪、岡山、広島、松山、福岡、那覇



1 定時総会並びに関連イベントが行われました。

■定時総会

6月16日（金）、第36回定時総会が行われ、2022年度事業報告・決算及び監査報告、2023年度事業及び収支計画の各議案が承認されました。FIAホームページにて公開しています。
https://fia.or.jp/whats_fia/company/



■フィットネス体カテスト事業「シンポジウム」

昨年度から準備に入った「フィットネス体カテスト」は、今春から理事企業クラブにより試験運用・検証を行っていましたが、実施したクラブご担当者から実施状況や課題、参加者の反応などをお聞きするシンポジウムを行い、会場・ウェビナー合せて125名のクラブ関係者が参加しました。

- *フィットネス体カテストはFIA加盟クラブのみが実施できる人体カテストです。
- *文部科学省が従来行っている体カテストとリンクし、国へのデータ提供も行います。
- *実施クラブでは参加料売上が立ち、アップセルに繋がります。
- *当初予定より早く本年8月より加盟クラブでの測定事業が開始されます。

■会員交流会

3年ぶりに従来のビュッフェ形式による交流会を行い、114名が参加しました。



花房会長挨拶（要旨）

総会全議案をご承認いただいたことに感謝申し上げます。コロナは5類引き下げで社会全般は戻りつつありますが、当業界は運動習慣が遠ざかった方や電気ガス代の高騰などにより依然厳しい環境が続きます。

運動習慣から遠ざかった方にはその大切さを、続けている方には継続の重要性を、わかってもらう取り組みとして体カテスト事業を準備し、全国展開に向けていくつかのクラブでテストマーケティングを行っています。参加した方からは高評価を頂いています。また議員会館で国会議員の方にも参加頂きましたが、全般に体力年齢は若く、選挙運動だけでなく身体運動もされていることを感じた次第です。



日本に暮らす人を元気にすることが使命の業界ですから、このテストを運動の大切さを広めるキッカケにしたいと思います。体カテスト事業の準備を通じて、議員連盟・関係省庁や東京都のみならずからも非常に注目と応援する声を頂いています。国・自治体・健康経営を進める企業とも連携してこの測定会を全国で盛り上げたいと思いますので会員の方のご協力をお願いします。

来賓

牧原秀樹衆議院議員 ご挨拶（要旨）

国会議員に体力測定をしてもらうイベントを準備させて頂きました。参加できなかった人も含めて、自分のカラダの状況を知りたいという欲求は高いものがあります。

全国のFIA関係の皆様で、この事業を推進して健康寿命が延びるようお力添えをお願いしたいと思います。FIAの皆さんの活動は可能性のあることです。このようなきっかけとなることを我々も伝道師のように広めて行きたいと思いますので、よろしく願いいたします。





来賓

経済産業省ヘルスケア産業課長 橋本泰輔様 ご挨拶 (要旨)

日本でも数少ない成長のポテンシャルを秘めている産業を振興する立場から、10年前からこの産業の育成にかかわってきたのがヘルスケア産業課です。

高齢化・少子化のなか、健康寿命を延ばすことが重要な課題ですが、ヘルスケア分野はその大きな一翼を担っています。ヘルスケア産業分野は2050年に向けた試算で現在の24兆円から77兆円に伸びるとされていますが、フィットネス産業もその中で数兆円の規模になります。

現在ヘルスケア政策の重要なものにPHR（パーソナルヘルスレコード）があり、テクノロジー発展の中で個人のデータを把握し、個人に合った健康増進サービスが提供されることを目指しています。体力テストも体力面でのPHRを測定するものとして捉えられます。こうしたものにより個人データを蓄積しながら、より健康になってゆく社会の重要な一翼を担うことになると期待しています。



来賓

スポーツ庁健康スポーツ課長 和田訓様 ご挨拶 (要旨)

日頃から運動スポーツの場を提供して頂いている皆様にお礼申し上げます。スポーツ庁は競技だけでなく、スポーツによる健康増進や生涯スポーツを担当し、その活動のもとであるスポーツ基本計画は現在第3期の2年目になります。

スポーツ実施率の向上、スポーツの価値・喜びを知ってもらうことを通じて、健康増進・医療費抑制・健康寿命延伸などをもち、スポーツの価値を国民の皆さんに享受してもらうという政策です。実施率向上とともに、スポーツの持つ実質的なもの、運動の効果を高めて行く質的な面に着目した政策をやって来ましたが、その面で体力テスト事業は大変意義深い取り組みと考え、スポーツ庁として関心と期待を持っています。

先ほどのシンポジウムでテストマーケティングによる課題抽出など様々な対応をされていることを勉強しましたが、これから取り組まれる皆様とは引き続き連携して参りたいと思いますのでよろしくお願い致します。



2

FIAマスターズスイミング選手権 2023秋季関西大会の エントリーが開始されています。

2006年12月、第1回開催以来16年を経過した関西におけるFIAマスターズスイミング大会は、昨2022年より長水路（50M）競技会となりました。マスターズ競技会への登竜門という位置づけから「スイミングフェスティバル」としてきましたが、毎春3月に26年間継続して関東で開催している「FIAマスターズスイミング選手権大会」の秋季関西大会として新たなスタートを切ります。9月24日（日）京都アクアリーナ（西京極）7/3よりエントリーが始まっています。FIAホームページ https://fia.or.jp/masters_champ_kansai2023/ からご覧ください。エントリー締切は8月7日（月）18時となっております。

3

フィットネス体カテスト事業

全国カラダ年齢測定
—フィットネス体カテスト—

正会員企業様には先日、本事業に関する説明書類をお送りさせていただいておりますが、実際にお取り組みいただくにあたって必要な契約書類やマニュアル（動画含む）をご用意しております。それらの資料につきましては近日中にFIAホームページの会員専用ページからダウンロードしていただけるように、只今準備中です。

格納が完了次第あらためてメールにてご案内申し上げますので今しばらくお待ちください。

尚、本事業はFIA会員企業のみが利用可能なシステムですので外部への転用等が無いようご対応お願い申し上げます。

4

SPORTEC

FIAはSPORTECに特別協力団体として参画し、4つのセミナーを提供しています。

東京会場:東京ビッグサイト 東1ホール

8月2日（水）～4日（金）

FIA×SPORTECセミナー:セミナー会場「Bルーム」は東6ホール内にあります。

エントリー:下記「FIA×SPORTECセミナー」4講座はFIA専用申込用紙で、他の講座はSPORTECホームページ「セミナー・イベント」からお願いします。

FIA会員専用申込書は、FIAホームページ(会員専用ページ)に掲載しています。

SPORTECホームページ <https://sports-st.com/seminar/>



●8月2日(水) 13:00~14:30

FIA×SPORTECセミナー SPO-B-2

FIAトップセミナーPart1

アフターコロナ時代のフィットネス産業復活へのロードマップ

長かったコロナ禍のトンネルからようやく抜け出したものの、エネルギーコスト上昇、資材高、人件費高騰など、世界情勢不安定化から誘発される様々な空前の困難に対峙しているフィットネス産業。

コロナ禍以降スモールジムやパーソナルジム、その他バジェット業態等の増加傾向の中で、次なるフィットネス産業の復活に向けた総合業態を主軸とする企業が進むべき道を、日本のフィットネス産業を代表する三社の経営トップによるパネルディスカッション形式で見据えます。

【パネリスト】

岡本 利治氏 (株)ルネサンス 代表取締役執行役員

岡部 智洋氏 (株)ティップネス 代表取締役社長

室田 健志氏 コナミスポーツ(株) 代表取締役社長

【ファシリテーター】

(一社)日本フィットネス産業協会 専務理事 吉田 正昭

●8月2日(水) 15:00~16:30

FIA×SPORTECセミナー SPO-B-3

FIAトップセミナーPart2

フィットネス産業復活のための新たな経営戦略を考える

コロナを経て世界で急速に拡大するウェルネス産業は、健康づくり、美容、レジャー、マインドフルネス、リカバリーなどあらゆる産業と繋がり、世界のキーワードとなってポストコロナの成長産業となっています。

この波に乗り、日本のフィットネス産業が大きく次のステップに成長するための道をFIAボードメンバーによるパネルディスカッション形式で示していくセミナーです。

【パネリスト】

大友 康彰氏 (株)COSPAAウェルネス 代表取締役社長

田畑 晃氏 (株)ダンロップスポーツウェルネス 顧問

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

【ファシリテーター】

(一社)日本フィットネス産業協会 専務理事 吉田 正昭

●8月3日(木) 15:00~16:30

FIA×SPORTECセミナー SPO-B-6

FIAトップセミナーPart3

健康インフラであるフィットネスの地域ドミナント戦略

高齢化が進む日本において、健康インフラであるフィットネスの役割は、国民だけでなく行政からも大きな注目を集めています。

今回のFIAセミナーでは、地域に密着し、ジムやスクール運営、ブティック型店舗等、人々が集まるコミュニティを形成し、健康インフラの地域一番店としてさらに成長を目指すための戦略を語っていただきます。

【パネリスト】

笠原 盛泰氏 アイレクススポーツライフ(株) 代表取締役会長

西村 仁宏氏 グンゼスポーツ(株) 代表取締役社長

古泉 有浩氏 (株)フジ・スポーツ&フィットネス 代表取締役社長

【ファシリテーター】

(一社)日本フィットネス産業協会 事務局長 松村 剛

●8月4日(金) 15:00~16:30

FIA×SPORTECセミナー SPO-B-9

現場力、支配人マネジメント力向上のための特別セミナー

収益最大化のための施設マネジメント手法を考えるセミナーです。会員数の減少や様々なコスト高など、今までにない苦境に立つクラブ運営において、現場支配人や本社運営がどうやって利益を出す仕組みを作るのか。

このFCM1級技能士の現役支配人による対談セミナーは、運営を効率化し、収益を底上げし、最大限の利益を向上させるための様々な施策を考えるセミナーです。

【パネリスト】

・セントラルスポーツ(株)

加藤 晴王氏 1級技能士 セントラルフィットネスクラブ金沢店及び野々市店支配人

・野村不動産ライフ&スポーツ(株)

田中 克宜氏 1級技能士 メガロス立川 支配人

・(株)ルネサンス

井口 和久氏 1級技能士 ルネサンス岐阜及びコクールルネサンス名古屋 支配人

【ファシリテーター】

(一社)日本フィットネス産業協会 FCM検定事業統括マネージャー

菫沢 靖彦

5 消費者からの声

FIAは各地消費生活センターや消費者から、直接に意見・苦情をお聞きしており、最近の事例をお伝えします。皆様が聞かれています事例で、会員クラブで知っておくべきものがありましたらご提供ください。

※クラブメンバーの高齢化に伴い、キャリーバッグを引いて来館する方がいる。土足・上履きの区別はクラブなりの仕組みがあるが、車輪は何もしないままロッカールーム・ロッカーの中、さらに運動エリアまで持ち込まれている。衛生に気を付ける工夫をお願いします。

賛助会員加盟企業

Associate member

ジャパンエレベーターサービス ホールディングス株式会社



japan elevator service

▶▶▶企業PR

弊社は、東証プライム上場(証券コード6544)の、エレベーターの保守、リニューアルで、独立系トップ企業です。

その強みは「お客さまのコストダウン」を実現することです。電気代高騰等に対し、弊社への切り替えで、経費削減のお手厚いをさせて頂きます。

▶▶▶主要商品・サービス

エレベーターおよびエスカレーターメンテナンス・リニューアルを主なサービスとして提供しております。

ジャパンエレベーターサービスが選ばれる理由

- メーカー系メンテナンス会社からの切り替えで約20～50%のコストダウン実績多数。
- 主要メーカーの幅広い機種に対応できる専門性と技術力。
- 独立系メンテナンス会社で唯一のリモート遠隔点検サービスを提供。
- メーカー純正部品を中心に、独立系最多約27万点のパーツをストックし、メーカー同水準のサービスをご提供。
- 24時間365日体制で安心・安全をサポート。

なぜ選ばれるのか?その理由を動画で解説



【企業概要】

- 会社名 ● ジャパンエレベーターサービスホールディングス株式会社
 代表者 ● 代表取締役会長兼社長 CEO 石田 克史
 所在地 ● 〒103-0027 東京都中央区日本橋1-3-13
 東京建物日本橋ビル5階
 担当者名 ● 法人営業部 竹下 慧
 連絡先 ● TEL:03-6262-1616
 FAX:03-6262-1617
 e-mail ● takeshita@jes24.co.jp
 URL ● <https://www.jes24.co.jp/>

賛助会員加盟企業

Associate member

日本ストライカー株式会社

stryker



▶▶▶企業PR

ストライカーは世界有数のメドテック企業として、顧客と一体となり、ヘルスケアの向上を目指します。整形外科、外科、脳神経外科、脳血管外科、形成外科など、幅広い領域において、革新的な医療製品・サービスを提供しています。救急・集中治療領域においては、救命活動や、救急医療チームをサポートするための自動体外式除細動器(AED)や心臓マッサージシステム等を扱っており、傷病者の救命率向上を目指しています。

▶▶▶主要商品・サービス

一秒でも早い救命措置のために

<AEDのご案内>

突然の心停止はいつでもどこでも起こりうるといわれています。AEDが必要と思われる心停止は年間約8万件以上※発生しています。心停止後1分間に約10%の割合で生存率が低下するといわれており、1秒でも早い救命措置が必要となります。救急車が到着する前に、傷病者の近くにいる人がAEDを使った除細動や胸骨圧迫を行うことが非常に重要で、AEDの適切な配置が求められます。ストライカーでは設置先のお客様のニーズに合わせた様々なAEDをラインナップしています。

※参照:令和4年版救急救助の現況

日本ストライカー AEDページ:

<https://stryker-aed.com/>



【企業概要】

- 会社名 ● 日本ストライカー株式会社
 創業 ● 1913年
 本社 ● 東京都文京区後楽2-6-1 飯田橋ファーストタワー
【お問い合わせ先】
 ライフバックお客様センター(フリーコール):0120-715-545
 (平日9:00～17:00 ※土日、祝日、年末年始を除く)
 URL:<https://www.stryker.com/jp/ja/index.html>

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!

アクアティクス、プール、ハイドロセラピーに関する14の ベストプラクティス・ガイドライン

アクアティック施設は大きな資産であり、あなたのビジネスを競合他社と差別化するための重要な手段となり得ますが、すべての施設が適切に運営され、適切に監督され、かつ清潔で、適切に維持管理されていることが重要です。今号では、アクアティクス、プール、ハイドロセラピーに関する14のベストプラクティス・ガイドラインについて紹介しましょう。

著者 | IHRSAスタッフ | 翻訳 | FIA松村 剛

クラブ・グリーンウッド社長兼ゼネラル・マネージャーのポーラ・ノイバートと、公認安全衛生実務者であり※ OSHCR登録コンサルタントのポール・ハケットがこの記事に寄稿しました。

アクアティクスとプール施設およびプログラミングは、IHRSAの“2019年Profiles of Success”においてフィットネス専用施設の利益センターとして5位にランクインし、トップクラスのフィットネス専用クラブの総収入の1.6%を占めました。

プールへのアクセス、水泳指導、アクアティック・エアロビクス、その他会費でカバーされないサービスは、すべて収益に加算される可能性を持っています。

また、水泳は運動不足の人が熱中するアクティビティの上位にランクイン

しています。

水泳施設を 円滑に運営するための ベストプラクティス・ ガイドライン

水泳施設は、あまり活動的でない消費者を惹きつける素晴らしい方法の宝庫——アクアティクス施設を円滑に運営するためのガイドラインは、主に以下の3つのカテゴリーに分類されています。

①アクアティクススタッフの資格と専門的なトレーニング経験

②プールのメンテナンスと運営

③ハイドロセラピー（水中治療法）プールにおける安全な水環境の維持

以下、それぞれの項目について解説していきましょう。

①アクアティクススタッフの資格と専門的なトレーニング経験

1.すべてのコーチ、水泳インストラクター、およびライフガードに対して、

全国的に認知された資格が維持され、専門資格だけでなく継続教育の要件を満たすことが義務づけられていること。特別な指導の必要性を持つ子どもや大人への連携の可能性に繋がるスタッフのバックグラウンドチェックの検討をすることもできる。

2.ライフガードおよびその他の技術的技能を有する従業員（プール運営者／技術者、施設管理者など）が地域で求めるガイドラインにおいて義務付けられているシフトで勤務していることを確認する。

3.ライフガードは、援助を必要とする遊泳者を援助する能力について、1ヵ月に1回程度、能力テストを受けるべきである。これらの能力テストには、管理チームの評価者が直に観察するという現実的な演習を含めるべきである。ライフガードは定期的に訓練を受けるべきである。

4.スイミングプールのプラントエンジニアおよび技術者は、妥当なレベルの一般的訓練を受け、可能であれば現場固有の訓練を受けるべきである。



②プールのメンテナンスと運営

5. プールの稼働率に応じて監視区域ごとのライフガード・ゾーンを的確に検討する。ライフガード・ゾーンは、エリアだけでなく、行われる活動や遊泳者のタイプにも考慮する必要がある。例えば、子どもの水泳エリアは大人のラップゾーン（周回コースエリア）よりも監視が必要である。
6. すべての年齢層にスイミングを教えるプログラムを提供することを検討する。水泳を学ぶプログラムは、ビジネス的にも優れているだけでなく地域社会に大きな付加価値を与え、プロモーションやマーケティングの機会は計り知れない。
7. すべてのウェットエリアにおいて、定員に関するルールや必須事項の表示など、ルールや安全に関するプロトコルを目につく場所に掲示する。
8. 該当する場面に関する化学物質の範囲やと検査頻度について、国内および地域で認知されたガイドラインに従い、すべての検査記録を保持する。使用前にすべての薬品の有効期限を確認し、安全な場所にメーカー推奨温度で保管する。
9. すべての緊急用および救助用器具が良好な作動状態にあることを確認す

る。備品は毎週点検し、毎月テストし、作動可能であること、およびスタッフが操作方法を理解していることを確認する。

10. 応急処置キットを十分にストックしておく。救急箱は、そのエリアが経験する可能性のある（救急対応）活動の種類と潜在的な傷害に対するリスクアセスメントを想定して、見合ったストックが実行されるべきである。
11. 事故や怪我の記録を保管する。
12. 適切な人数の従業員が、応急手当、心肺蘇生、および必要な場合は自動体外式除細動器（AED）の使用について訓練を受けていることを確認する。常時少なくとも1名は、必要な応急手当のスキルを有するべきである。原則として、全従業員はAEDの使用と心肺蘇生法の実施を実行できるべきである。

③ハイドロセラピープール（水中療法）における安全な水環境の維持

13. ホットタブ、スパプール、またはジャグジーは、華氏104度/摂氏40度を超えてはならない。妊娠中の使用は医師に相談し、5歳未満の子どもの使用は禁止する。5歳未満の子

もは体温調節システムが十分に発達していない可能性があるため、スパを使用すべきではない。

スパプールの温かい温度は、妊娠中の方、心臓血管に問題のある方、発作を起こしやすい方に健康を害する恐れがある。

循環器系や神経系の疾患で薬を服用している人や身体障がい者の方は、温泉プールを利用する前に医師の診断を受けるべきである。

滞在時間を短くし、利用者に警告する掲示を使用することで、リスクをコントロールすることができる。温度は主に利用者、特に幼児に影響を与えるが、スパプール周辺の高湿多湿は、その近くで長時間働く人にも影響を与える可能性がある。

14. 冷たいブランジプールの温度は華氏50～55度/摂氏10～13度に保つ。体温以上の水に長時間浸かると、遅発性ショックにつながる可能性がある。ブランジプールの温度は涼しいものであるべきで、文化によっては凍った池であってもよい。

凍てつくようなプールを利用する場合は、利用者の心臓の状態を確認する必要がある。水の微生物学的品質は頻繁に検査し、必要に応じて新鮮な水と交換するべき。水が滞留している場合は、水を入れて空にするのではなく、消毒、ろ過、循環の体制を維持する必要がある。



※OSHCR(Occupational Safety and Health Consultants Register)
英国を拠点とする労働安全衛生アドバイス コンサルタントの公的登録簿であり、英国の雇用主や事業主に職場の健康と安全の問題に関する一般的なアドバイスを提供する。

ISSUE

フィットネス関連

ニュース

愛知アジア大会 競泳の名古屋開催断念 整備費用の負担大きく 県外へ会場変更相次ぐ

2026年秋に愛知県などで開催するアジア競技大会を巡り、大会組織委員会会長の
大村秀章知事は5日、競泳の
名古屋開催を断念する方針を
示した。条件を満たすプール
を整備する費用が大きいと判
断した。21年東京五輪の競泳
会場になった東京アクアティ
クスセンター（東京・江東）

に変更する方向で調整する。
他の競技でも愛知県外への会
場変更が相次いでいる。

水泳競技のうち、競泳と飛
び込みについて、愛知県と名
古屋市でつくる26年アジア大
会の組織委は日本ガイシアリ
ーナ（名古屋市長総合体育館レ
インボープール、名古屋市）
を会場に予定していた。同プ
ールは当初から競技団体から
懸念が出ており、名古屋市が
改修工事などで対応してき
た。

22年10月にはアジア大会の
主催者であるアジア・オリ
ピック評議会（OCA）のフ
セイン事務局長（国際水泳連
盟会長）が来日して視察。プ
ールサイドの幅が狭く、国際
大会を行うスペースがない点
などを指摘した。その後も同
会場での開催に向けて協議を
続けたが、OCAは23年5月
下旬にレインボープールは会
場として適さないとの最終判
断を文書で示した。

仮にOCAの指摘を踏ま
え、条件を満たすプールを整
備した場合、約174億円の
費用がかかるという。大村知

事は5日の記者会見で「現実
的ではない。水泳だけで17
0億円も使うのは理解が得ら
れない」と説明した。名古屋
市の河村たかし市長も同日の
記者会見で「偉い人が来たど
きに非常に厳しい言葉をもら
った。従うしかない」と話し
た。

これを受け、競泳と飛び込
みの会場は東京アクアティク
スセンターに変更する方向で
調整する。同センターは東京
都が21年の東京五輪の開催に
あたって新設した施設だ。大
村知事は近く東京都の小池百
合子知事と面談し、協力を要
請する考えを示した。アクア
ティクスセンターの使用料は
組織委が負担する。

ただ競泳の東京開催は、一
競技の会場変更にとどまらな
い影響が出る可能性がある。
大会関係者は「陸上と水泳は
総合的なスポーツ大会で二大
競技だ。水泳が東京に行っ
てしまえば、愛知・名古屋大
会の意義が薄らぐ。残念で仕
方ない」と肩を落とす。中部の
財界関係者も「中部の経済に
とって残念だ」と話す。

愛知アジア大会の選手団は
最大1万5000人を見込む
が、水泳と陸上はそれぞれ約
1200人程度と、ともに全
体の1割弱を占める。今回東
京に会場変更となる競泳と飛
び込みは約700人という。

あわせて馬術競技の会場変
更も発表した。愛知県森林公
園（尾張旭市）での開催を予
定していたが、馬の防疫対策
が十分にとれないなどの理由
で日本中央競馬会（JRA）
の馬事公苑（東京・世田谷）
に変更する方針だ。馬事公苑
も21年東京五輪の馬術競技の
会場になった。

愛知アジア大会は自転車競
技の一部を静岡県、サッカー
の一部を京都府や大阪府など
愛知県外で開催する計画。競
泳や馬術の会場も東京に変更
となり、県外開催の比率が高
まる。大村知事は5日の記者
会見で「愛知・名古屋大会」
の名称変更の可能性について
問われ「ほとんどの競技は県
内でやる。（名称変更は）あ
りえない」と否定した。
組織委は3月、当初計画し
ていた選手村の建設を断念

し、選手団の宿泊施設として
ホテルなどを用意する方針を
決めた。競泳などが東京開催
になることで、ホテルの確保
や選手団の輸送など運営業務
の負担増は避けられない。

中京大学の内田俊宏客員教
授は「今の地方都市の施設で
はインフラ的に開催が難しい
側面はあるが、東京や大阪の
一極集中になってはならな
い。自治体の負担だけでき
なく、国が補助する仕組みも必
要なのは」と指摘する。

（2023年6月6日/日経）

横浜に

ストレス軽減テーマの

ジム

ワールドプラス

フィットネスジム運営のワ
ールドプラス（大阪市）は横
浜市東戸塚にストレス軽減や
マインドフルネスをテーマに
したジム「ミースフィットネ
ス」1号店を15日に開業する
と発表した。落ち着いた環境
で心身ともにリフレッシュし
たいというニーズに対応す
る。

JR東戸塚駅（横浜市）から徒歩8分の場所に開業する。店舗面積は約400平方メートル。24時間営業で料金は月額1万5000円（税込）。

室内には観葉植物を多く配置し、瞑想（めいそう）ができるドーム状の「瞑想ポッド」を用意した。ランニングマシンの前に大画面のディスプレイを設置し、自然の映像を見ながらトレーニングできるようにしたほか、24時間ジムでは珍しいという一人用の流水プールを設置した。今後、都市圏を中心に2年半で30店舗の展開を目指す。

（2023年6月14日/日経）



観葉植物を多く配置するなどストレス軽減をテーマにした

読書しながら運動できるジム

浜松に

東海1号店（CCC）

カルチュア・コンビニエンス・クラブ（CCC）は7月1日、ジム「JUSTAYA Conditioning」（ツタヤコンディショニング）「三方原店」を浜松市に開く。東京都や兵庫県、横浜市に続く4店舗目で、東海4県や中部地方には初出店となる。本に囲まれ読書しながらでも最新マシンで運動できる環境で、主にジム初心者女性の取り込み。

正式開業に先立つ施設体験会を30日まで実施している。心身を整える「ライフスタイルジム」と位置づけ、体を鍛える目的ではなく無理のない運動で健康でいたい女性のニーズに応える。自転車型のトレーニングマシンではコーナーを傍らに置き、「代官山蔦屋書店」の選書を読んだり動画配信など映像を眺めたりしながら気軽にこげる。

バイクのほか人工知能（AI）に導かれ15分で全身



ジムの入り口付近にはブックラウンジが配され書店やカフェのような雰囲気

を動かせるマシンや、無理なくストレッチできるマシン、マッサージチェアを備える。健康機器大手のタニタ（東京・板橋）が提供する健康志向のコーヒーや食事も販売。約410平方メートルの店内の3分の1がジムで、同等のスペースを本棚を配したラウンジに割り、ゆとりある空間とした。

ヨガスタジオも設け、オンラインレッスンも用意。料金



自転車型マシンではタッチ操作の端末で動画配信やテレビをみたり読書したりしながらこげる

女性選手へ健康支援の輪
無月経など、元五輪代表ら啓発活動アプリで体調管理

スポーツ界で無月経や貧血など女性特有の体調問題に対する啓発や支援の動きが広がっている。厳しいトレーニングや体重管理の前に見過ぎてそれがちだったが、症状を放置すれば競技人生を左右するだけでなく、引退後の生活にも

（2023年6月16日/日経）

影響を及ぼす。選手だけでなく、男性を含めた周囲も理解を深める必要がある。

「『アスリートなら生理が止まるのは普通』という声があります。5月、女子ラグビー

「横河武蔵野アルテミ・スターズ」のクラブハウスで行われた出張授業。講師を務めた元競泳日本代表の伊藤華英さんが、選手らに生理に対する正しい理解を訴えた。

一般社団法人「スポーツを止めるな」が、生理の正しい知識を広めるために始めた「1252プロジェクト」の活動の一環だ。2021年の開始以降、現役選手や指導者約2000人に生理痛との向き合い方やピルの使い方などを発信している。

職場や学校でもタブー視されがちな生理の悩みは、スポーツの現場ではとりわけ見えにくい課題。痛みやつらさは個人差があるし、無月経を厳しい練習や体重管理に打ち込んでいる証しと捉える風潮もある。

伊藤さん自身は、23歳で迎

えた08年北京五輪に月経周期が重なり、知識不足のまま慣れた中用量ピルを服用。結果的に副作用で体重が増えてしまい、万全でないコンディションで本番を迎えたことが苦い記憶となったという。

「知識もなければ周囲に相談できる人もいなかった」

「気軽に話せる環境をつくりたい」と始まったプロジェクトの反響は大きい。横河武蔵野の笹川翼は長らく生理痛に悩んできたが「相談するぐらいなら我慢していた。症状に合った選択肢をもっと早く知りたかった」と説明に納得顔だった。

同プロジェクトの21年の調査では、運動部女子学生の6割以上が競技をする上で生理について「特別な対策は何もしていない」と答えた。伊藤さんは「自分の体を知り、大切にできるきっかけになれば」と訴える。

生理のほかに、エネルギー不足や骨粗しょう症など女性特有の健康問題は少なくな

い。放置すれば競技生活はもちろん、妊娠・出産といった

人生設計にも影響が及ぶリスクがある。長らく対策が遅れていたが、女性アスリートの活躍が増えるにつれて支援の輪が少しずつ広がる。

女子サッカーのINAC神戸は3月、化粧品製造販売などを手掛けるウイルミナ

（東京・新宿）とパートナー契約を結び、選手の体調管理サポートを始めた。医師によるオンライン診療や低用量ピルの処方などを通じ、ケガ防止やパフォーマンス向上につなげる。

「過去に大きなケガをした選手に聞き取りしたところ、月経の時期と重なっていたことがあった」とチーム運営会社の安本卓史社長は明かす。指導者やスタッフに男性が多いことから、啓発にも気を配る。「選手に寄り添い、無理をさせないことが大事。保護者への指導も行っていききたい」

女性の健康問題を技術で解決する「フェムテック」の動きもある。順天堂大女性スポーツ研究センターは成長期の体重増加と筋肉量の関係性に

着目し、必要なエネルギー摂取量などが分かるアプリを20年に開発した。学生を中心に1万人以上に利用されている。

監修した同大の鯉川なつえ教授によれば、女子選手の健康問題に関する研究はまだ黎明（れいめい）期だという。近年は摂食障害を訴える10代も多く、「情報に触れる機会を増やすとともに、知識のアップデートも重要」と話している。

（2023年6月22日/日経）

日本スポーツ協会、

新会長に遠藤利明氏

初代五輪相

日本スポーツ協会は23日、

東京都内で評議員会と臨時理事会を開いて役員を改選し、新会長に自民党の遠藤利明総務会長（73）が就任した。副会長からの昇格で、任期は2年。3期6年務めた味の素前会長の伊藤雅俊氏（75）の後任となる。遠藤氏は記者会見で「スポーツの力で地域や日本を元気にする取り組みを進

めていきたい」と抱負を述べた。

山形県出身で衆院議員の遠藤氏は一昨年の東京五輪・パラリンピックに合わせて設けられた初代五輪相。東京大会組織委員会の副会長も務めた。ラグビー、柔道の経験者で、長くスポーツ行政に注力してきた。日本スポ協の重要テーマとして、地域スポーツの振興や暴力根絶、障害者スポーツとの連携強化を挙げた。

副会長には元バレーボール女子日本代表で日本スポーツ少年団本部長の益子直美氏（57）らが就いた。専務理事は森岡裕策氏（62）が再任された。

（2023年6月23日/共同）

シニアの生活に彩り

趣味や運動を支援

全額自己負担

千葉県に住む男性Aさん（70）は1年ほど前から、自宅近くのフィットネスクラブで高齢者専門の運動プログラムに通い始めた。「まだまだ

元気がつもりだが、足腰の衰えを自覚する機会が増えた。健康寿命をできるだけ延ばすためにも、定期的にきちんと運動した方がいいと考えたと話す。

Aさんが通うのは、コナミスポーツが60歳以上を対象に運営している「Oyz（オイズ）運動スクール」だ。「足腰強化コース」と「脳活性化

コース」があり、理学療法士やフィットネストレーナーが監修した高齢者でも無理なくできる運動メニューを1回60分こなす。初期費用は6600円で、週1回なら月会費が6050円から。全国50カ所以上のコナミスポーツクラブで実施している。

シニア層が健康で充実した生活を送れるようにすること

を支援するサービスは増えている。介護事業を手がけるSOMPOケアは2022年3月、様々なニーズに応じてオーダーメイドでサービスを提供する「いきガイド」を始めた。高齢者が日々の生活で困っていることや楽しみにしていること、やってみたくことなどの相談に応じ、プランを作成したり、外出にスタッ

フが付き添ったりする。たとえば東京都内に住む70代の男性Bさんの場合、「コースラスグループのコンサートに行きたい」という要望に応じてスタッフがチケットを手配し、コンサートの付き添った。いきガイドの基本料金は30分3300円で、このほかに交通費やチケットなど外出時の実費が必要。Bさんのケ

ースでは合計5万5000円ほどの費用がかかったという。

高齢期に体力が低下したり、重い病気になったりした際に受けられる生活支援としては公的介護保険サービスがある。原則として65歳以上の人が、要介護や要支援の認定を受けた場合に介護サービスを受けられる。在宅介護では要介護度に応じて1カ月当たりの支給限度額が決まっており、その範囲内で必要なサービスを利用する。費用は所得などに応じて1〜3割の自己負担で済む。

高齢者向け生活支援サービスのイメージ



(注) SOMPOケア「いきガイド」の例

介護保険サービスと生活支援サービスの違い

	介護保険サービス	生活支援サービス
対象者	要支援・要介護認定が必要	認定がなくても利用可能
目的	最低限の生活支援	生活の質を高める支援
費用	自己負担は1〜3割	全額自己負担

生活支援サービスを提供する企業の例

運営会社 「サービス名」	サービス例	料金
コナミスポーツ 「Oyz運動スクール」	理学療法士などが監修した運動メニュー	初期費用6600円。 月会費6050円から
ニチイ学館 「ニチイライフ」	家事代行や外出付き添い	週1回以上利用で 1時間当たり 2860〜3960円
東急イーライフデザイン 「ホームクレール」	介護予防体操や絵手紙講座	月会費550円、 1クラス当たり 1000〜3000円
ワタミ 「ワタミの宅食」	惣菜や弁当の配食を週1日から利用可能	1食600円程度

ただ、介護保険で利用できる範囲は限定的だ。たとえば調理や洗濯といった生活支援をする訪問介護では、要介護・要支援の認定を受けた本人のための洗濯などは保険でカバーするが、同居家族の分は対象外になる。介護保険は最低限の生活支援を目的とするため、高齢者の生活の質（QOL）を高めるには不十分な面がある。

そこで選択肢になるのが、介護保険外で生活支援サービ

スを利用することだ。費用は全額自己負担になるが、要支援・要介護の認定を受けている人だけでなく、自立した生活を送っている人でも利用できる。いきガイドのサービスを提供する専門拠点、SOMPOケアいきガイド世田谷（東京・世田谷）の片岡陽シニアリーダーは「介護は必要としないが、体力や健康などに不安があるという高齢者のニーズも強い」と話す。

介護保険外のシニア向けサービスとして代表的なのが家事の支援だ。「ワタミの宅食」は顧客の中心が70代で、一人暮らしや夫婦だけの世帯が多い。日替わりで総菜や弁当を届けるサービスは週1日から利用可能で、1食当たり600円程度だ。

ニチイ学館の「ニチイライフ（シニアお手伝いサービス）」は重い物の持ち運びや高いところの掃除など、高齢者が負担に感じがちなものも含め様々な家事を代行する。週1回以上利用の定期プランなら、地域によって1回1時間当たり2860〜3960

円で利用できる。同社では別途、外出の付き添いなどを提供する「ニチイライフ（高齢者・障がい者ケアサービス）」も同じ料金で提供している。

趣味を楽しんだり、教養を深めたりしたい人向けのサービスもある。東急不動産グループでシニア向け住宅などを手がける東急イーライフデザイン（東京・渋谷）は東京都内と横浜市内でカルチャースクールを開設している。絵手紙やフラワーアレンジメントなどの講座があり、必要な費用は月会費550円と1クラス当たり1000〜3000円だ。SOMPOケアのいきガイド世田谷でも、施設内で1回500〜数千円程度の様々な教室などを開いている。

いずれのサービスも料金は通常、時間に応じて決まる。利用する際は事前の確認と複数の事業者の比較が大切だ。住んでいる自治体によっては自治体自身や社会福祉協議会などが安い料金で類似サービスを提供している場合もあるので確認しておこう。

（2023年6月30日/日経）

保育の質向上へ競争原理 坂井徹JP

ホールディングス社長 教育岩盤・子どもが消える識者に聞く

幼児が過ぐる施設は文部科学省所管の幼稚園とこども家庭庁所管の保育所、認定こども園の3つに分かれている。保育大手J.P.ホールディングスの坂井徹社長に民間の視点から二元行政の問題点を聞いた。

――傘下の保育所で文字・数の学習を始めました。

「小学1、2年生の不登校が急増している。遊びを通じた学びが中心の保育所と一斉指導型の小学校の接続がうまくいっていない。小学校にも課題があるが保育所でも段階的に小学校型の学びの練習をする必要がある。保育所は福祉施設という考え方が強く、教育の提供に従来消極的だった」

――子どもの成長は連続的なのに行政の所管が年齢で分かれることの問題は。

「幼稚園では体操、ピアノといった習い事の費用の保護者徴収が可能だが、保育所では

保護者が望んでも多くの自治体が認めていない。二元行政の問題点の一つだ。1947年成立の児童福祉法に基づいて保育所が発展してきた歴史は大事だが、その考えのままでは幼児教育に力を入れていく諸外国に負けてしまう」

――幼児施設の種類の一本化すべきでは。

「そう思う。大事なものは全ての施設を通じて十分な質を確保し、乳幼児期・学童期の育成の連続性を大切にすることだ。大半の保育士養成機関では養成課程に幼児教育に関する科目がない。幼稚園教諭、保育士の免許・資格も一本化し、力量をそろえるべきだ」

――個々の現場も質の向上へ努力すべきです。

「現場間で差がある。保育所は入所する子どもを自治体が決めて分配するシステムで施設間競争がない。保育の質が低く問題が起きた施設も存続してしまう。利用者と施設の直接契約にすれば競争原理が働き自治体の費用も浮く。困っている人が利用できる仕組みは必要だが幼稚園、保育

所、こども園が競争する環境にしないと質は上がらない」

――学童保育の待機児童問題も深刻です。

「放課後の居場所も文科省所管の放課後子供教室とこども家庭庁所管の学童クラブに分かれている。クラブの指導員が教員免許を持っていても『学校と違うことを教えるのはよくない。宿題を見たり勉強を教えたりしないように』と自治体に言われることが多いのが現実だ。一方、保護者は学童で宿題を終わらせてきてほしいと願っている」

――保育所での学童保育の実施も提言しています。

「低学年の小学生が幼児期に慣れ親しんだ施設で放課後を過ごせれば心よりどころになるし、不登校問題の解決の糸口にもなる。学童期までの子を持つ親の時間的ゆとりはなさは深刻だ。保育所の夕食提供も柔軟に認めるべきだが自治体間で判断の差が大きいです。保護者の利便性を考えて制度設計をしてほしい」

（2023年6月30日/日経）