

2025年（令和7年）5月14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/



フィットネス施設における お客様対応に関する課題を考える

FIAには各クラブ様から、お客様対応について様々な質問が寄せられます。
価値観や生活様式の多様化、高齢化などに起因し、その悩みの内容も多様です。

今回はそうしたお悩みの中から、タトゥー・LGBTといった、
特にお問い合わせ件数の多い顧客対応の課題について考えてみたいと思います。

FIAでは、これらの課題について会員企業へのヒアリングを行いました。
実施したのは2016年と少し前となりますが、約10年近い時を経た今日においても、
相変わらずお問い合わせが絶えることはありません。

2016年のヒアリングの集計と、自由記述でお寄せいただいたコメントは4～6ページに掲載の通りで、
既に2016年3月号FIAニュース等でご報告していますが、
これらのデータをご紹介しながら、あらためて最近の事情と併せてお伝えしたいと思います。

タトゥーの扱いについて

FIAでは昨年来、2026年秋開催の
愛知・名古屋アジア競技大会関係者向
けのフィットネス施設利用についての
調査・調整を行い、30社の加盟企業
からヒアリングへの回答をいただきました。

海外からの競技者という点ではタト
ゥーを伴うことは想像に難くないところ
ですが、一方では大半のクラブから
共通して、タトゥーの拒絶または隠す
条件という事項が示されました。

2016年の資料で示されたのは半数
が拒絶、24%が隠す条件、公共施設
では容認が8%でした。その時点にお
ける将来像では、「拒絶継続」「隠せ

ばOK」「容認の方向」がそれぞれ25
%という分布でした。

最近のフィットネス施設における 対応状況

最近のフィットネス施設では、サー
ビスおよび施設そのものの多様化が加
速度的に進んでいます。同時に利用す
る年齢層の幅も広がっています。特に
若年層（20～30代）のフィットネス
参加に目を向けると、24時間ジムや
パーソナルジム、ピラティススタジオ
等、目的やエクササイズアプローチに
特化したビジネスモデルへの期待によ
って、参加率が高まっている傾向が見
られます。特に、ピラティススタジオ
の普及は他に先駆けて、現時点の傾向

としては大きな市場を形成しつつある
と考えてよいと考えます。

そうしたビジネスモデルに参加する
若年層のタトゥーに対する考え方は、
日本に根付く“反社の一つの象徴”では
なく、ネイルやピアスのようなファッ
ション、自己の価値観の表現として捉
える傾向もあり、許容の傾向も垣間見
えてきています。

以下に、現在ピラティススタジオや
ヨガスタジオが利用規約として示して
いるタトゥーに対する条件を紹介しま
す。

■全国展開のヨガスタジオ 事例

過度な刺青をされている方は入会で
きない場合があります。ただし、部分

的なファッションタトゥーなど、店内において他の方の目に触れないように衣服で覆い隠せる場合は問題ありません。

■ピラティススタジオ 事例（１）

過激なタトゥーは利用をお断りする場合があります。他のお客様に配慮できるようにであれば、衣服やタトゥーシールで隠して利用していただけます。

■ピラティススタジオ 事例（２）

タトゥーは、レッスン中に他のお客様から見えないように衣服やタトゥーシールで隠していただくよう求めています。スタジオでタトゥーシールも販売しています。

以上、若年層に寄った傾向を前提に事例を示しましたが、こうした傾向を単純に現状の模範として紹介するという意図ではありません。

ただ、これらの事例から学べることは、タトゥーに対する価値観や捉え方が多様化しているという状況を直視し、許容した上でサービス、施設提供側として明確に考え方と方針を伝えている、ということかと考えます。

つまり、「基本的にはウェアやシール等で隠して他のお客様への配慮をしていただければご利用いただいて問題ありません。ただし、過激なタトゥーと判断された場合はお断りする場合があります」

という方針です。

要は、皆様が運営されるクラブとしての方針をあらためて明確に定めることが大事なのかと考えます。

自分たちのクラブの地域性、顧客層、これからどのように顧客開拓、あるいは定着化を図っていくのか。その事業の方向性を定め、そこに収まるであろう顧客に関するペルソナ設定を徹底的に行い、そのうえで明確な条件設定を行う作業をあらためて行ってみてはいかがでしょうか。

例えば、公共施設においては、「市民であれば外見での区別は不可なので受け入れる」という見解を示す場合が多いのも明確な根拠に基づいた方向性といえるでしょう。

LGBTの扱いについて

このテーマは近年増加と複雑化の傾向を感じています。このうち、性同一

性障害に関連したクラブでの受け入れ判断について、FIAでは現在のところ「法律の性に基づく」という方向性をお示ししていますが、最終的には個別事情により各社にてご判断いただくということになると考えています。

ここに、2023年の最高裁判決を受けた、FIA顧問弁護士の見解を再掲いたします。（FIAニュース2023年12月号掲載）

<以下再掲>

性同一性障害の人が戸籍上の性別を変更するには生殖能力をなくす手術を受ける必要があるとする法律の要件について、最高裁判所大法廷が憲法に違反して無効だと判断すると同時に、手術無しで性別の変更を認めるよう求めた当事者の申し立てについては、変更後の性別に似た性器の外観を備えているという別の要件について審理を尽くしていないとして、高等裁判所で審理をやり直すよう見解が示されました。

1. 性同一性障害特例法における、戸籍の性の変更要件

- ア 18 歳以上であること
- イ 未婚であること
- ウ 未成年の子がいないこと



- エ 性適合手術を受け生殖機能を失っていること
- オ 外性器について見た目の性別に似た外観を有していること
2. 今回の最高裁判決は“エ”が違憲“オ”の判断については高裁に差し戻し再度審理とされた。
3. 違憲判断が出た以上、法改正は必定。但し、“オ”の最終判断を待つのか“エ”・“オ”は、ホルモン投与などでどこまで、変えられるのか？ 仮に“エ”・“オ”についての要件が無くなったとしても、“医師（認定機関？）の診断書を必要とする”といった基準が必要になるのではないかな。
4. 現時点では、“エ”が違憲でも、戸籍を基準とすることまで否定されたわけではない。但し、すでに“エ”・“オ”を満たしているにもかかわらず戸籍を変更していない人の扱いは別論かと思われる。

従って、①会員の性を法律上（戸籍）の性とするという現在のFIA判断は適正。

②但し、現在相談のあるような件（下記）については個社判断で可。

<再掲以上>

■事例（１）ご相談 2023年（ご利用者が当事者）

上記②のケースは以下のようなものです。

当該会員（男性）は同障害の対応としての適合手術も済み、外観・雰囲気とも女性であり、これまで「なぜ女性がいるのか？ との男性エリア（会員）からの指摘」も再三受けている。

しかし、本人は家庭では「夫」であるという事情から法律（戸籍）上は男性であり、今後もそれを変更する予定もない。→クラブでは、同人を女性会員として扱うことを検討している。

■事例（２）ご相談 2025年（ご利用者はLGBTではない障害者）

障害のある利用者の来場にあたり「介助者が同行したい。異性の介助者であるが更衣室・浴室も介助入室したい。合理的配慮は民間事業者にも義務付けになっており受け入れて欲しい」との相談を受けたが、クラブとしてそこまでは受け入れ難い。

※この事例の対応の問い合わせに対して、FIAは「異性エリアの入室をお断わりしても、多数の会員の平穏な利用をクラブとして確保するという観点から、合理的配慮を欠いたとは言えないのではないかな」という考え方をお伝えしています。

FIAには同様の案件が複数寄せられ、うち一件は自治体に相談したところFIA同様の回答であったとのことでした。

LGBTについては近年、容認・開放が社会の趨勢ですが、フィットネス施設でははだかのエリアを伴う以上、大多数の方の平穏な利用の確保は前提となります。FIAニュース2025年2月号理事会報告でお伝えした下記、議員連盟の動き（※）もあります。

※「すべての女性の安心・安全と女子スポーツの公平性等を守る議員連盟」
議案提案要旨

公共施設管理者に女性トイレなどの安心・安全の確保策を求めるにあたり、公共施設のトイレや更衣室、浴室などの衣服を脱いで利用する女性専用スペースについて、施設管理者に対し、女性の安心・安全確保のため施設構造や設備に関わる対策、巡回、利用者の範囲の周知などの措置を講じるよう求める。

LGBTQに関する最近の状況について

日本のスポーツの健全な発展の一翼を担う公益財団法人日本スポーツ協会でも、スポーツ指導に必要なLGBTの人々への配慮に関する調査研究を進め、体育・スポーツにおける多様な性のあり方に関する教育・啓発に関する考え方を2023年にガイドラインとしてまとめています。

調査の結果としては、性的指向（Sexual Orientation）や性自認（Gender Identity）に関する権利が保障されていないLGBTQ+の人々が、自分らしくスポーツを楽しむことができず、差別や不平等が解消される必要があることが明らかにされています。できることを探し、知識を得たいと考えていることも明らかになりました。

このガイドブックの冒頭には、決して「正解」を示すものではなく、指導者やスポーツを楽しむ仲間たち、ひいてはすべてのスポーツ関係者が共に考え、行動するための参考資料となることを目指したとしています。

いずれにしても、SOGI（ソジ/ソギ：性的指向と性自認をあわせた略称）に関する権利が保障されていない人々が、スポーツにおいて抱える困難に目を向ける必要性は避けて通るべきではない課題であることは社会認識としても確かなようで、フィットネス関連施設を提供することを生業とする我々にとっても今後、一層対峙する機会が多くなっていくことかと考えます。

実際に、このガイドブックを読み込んでいくと、学校教育の現場においても、男女によるチーム分け、男女によるユニフォームの差別化の是非、更衣室対応、合宿等の場面における入浴対応など、様々な側面における対応や考え方について指針を示しています。

このような取り組みが繰り返される中で、やがて大人になってスポーツや

フィットネスを継続して楽しみたいと願い、フィットネス施設の門を叩くLGBTQのお客様は増えていくと同時に、皆様は例えばこうした教育の現場での配慮等を経て、そこにたどり着くこととなるかと想像します。

アメリカでも依然として
トラブルは起きている

アメリカのフィットネスシーンにおいては、かなり以前からこうした課題解決に取り組んでいるようですが、州によって法律や指針が異なっていることから、明確なルールが確定しているわけではないようで、もちろんトラブルも依然として起きているようです。

民間スポーツクラブにおいては、利用者は自認する性のロッカールームを使用することを認めているクラブも増えてきているようです。

また、多目的更衣室を予め用意したり、ロッカー内にさりげなくカーテンなどの仕切りを設けるといったフレキシブルな対応も増えています。

しかし一方では、男性から女性へのトランスジェンダーの利用者が女性用ロッカールームを使用していたところ、別の女性会員が「私にはどこから見ても男性と思える人が女性ロッカールームを使用している」とジム側に何度も苦情を訴え、さらに他の会員にも訴えて回ることが起き、これに対してジム側は、何度も苦情を訴えたこの女性会員のメンバーシップを停止し、スポーツジムを利用できないようにしたそうです。現在はメンバーシップを取り消されたこの女性がジムを相手取って訴えているという深刻な事例もあります。

また、あるジムでは女性ロッカールームにおいて、ある利用者が髭を剃っているシーンがSNSで拡散され、多くの苦情と退会者が生まれるというトラブルも起こっています。

さらに、最近ではLGBTQ専用のジムも出店され、しっかりと顧客も定着しているという事例が紹介されたフィットネス専門誌も目にしました。

以上のように現時点では何か課題に直面した際には“これが正しい対応”というガイドラインがない以上、各社、各施設にとってベストな選択をジャッジするしかないというのが現状ではな

いでしょうか。そして、その判断が決してすべてのステークホルダーの共感を獲得できるものではないのかもしれない。

今後の関連する事例や判例に注目し、FIAとしても、この『FIA NEWS』などを通して随時情報を提供してまいります。

回答 集計	FIA会員クラブアンケート 「入れ墨・性同一性障害対応について」2016	
配布	90社	
回収	39	重複回答あり。回収数より回答数多い
入れ墨顧客への対応		
現在の対応状況		
	25	規約会則通り全面拒否
	12	規約会則上は拒否だが、隠し通す合意の基ケースにより容認
		規約会則上特に拒否しておらず、受け入れ中
	4	クラブ施設＝拒否 公共（指定管理等）施設＝容認
	8	その他
〈自由記述 A〉		
業界としての今後の方向について		
	14	従来通り全面拒否であるべき
	14	隠し通す合意の基に受け入れても良い
	5	大きさ・柄などによって認めるようにしても良い
	6	反社会的勢力を拒否していて一定の担保があるので、一般人は容認しても良い
	2	業界揃って容認に向かうべき
	14	その他
〈自由記述 B〉		
性同一性障害顧客への対応		
現在の対応状況		
	17	法律（戸籍）の性に合わせた利用を行っている
	2	外観に違和感がなければ協議の上申告の性で利用させている
	16	これまで相談事例がない
	10	その他
〈自由記述 C〉		
業界としての今後の方向について		
	21	法律（戸籍）の性による判断で良い
	9	容認の方向で検討する時代になっている
	14	その他
〈自由記述 D〉		

入れ墨・性同一性障害事例に関するクラブアンケート 自由記述2016

入れ墨に関して

A 現在の対応状況	入会後しばらくして発覚した場合は隠し通して頂いており、他会員から指摘の場合は退会
	時代の変化とともに対応を要するが、現段階では、過去からの流れを継続している
	会員が自らテープ等で隠されて利用していることがありますが、発覚した時点で退会してもらっています
	15×15センチ以内に収まる場合 (OK)
	各施設の運営状況により、事業所責任者、担当部長、オーナーにより判断
	刺青、ファッションタトゥーを露出してのご利用はできません。刺青、ファッションタトゥーがある方について、本クラブが別途定める審査において入会資格が認められ、入会条件に同意した方はご入会いただけます。審査の内容は公開していませんが、反社会的勢力とは切り分けて対応しています。
	刺青、ファッションタトゥーがある方はご入会いただけません。総合型店舗と異なりスタッフのチェック・フォローが困難なため、ご入会をお断りしています。
	外国人とのトラブルが多少発生している
B 業界としての今後の方向	一般人と反社会勢力の区別は現場では出来ない
	クラブごとの判断で良い
	事前(入会時)に文書を取り交わす等対策が必要(外国人やファッション、宗教や文化等)
	隠すことで受け入れるのであればサイズの規定は不要であると思います
	反社会的勢力と無関係であることを前提として、容認する方向になると考える。しかし、まだ刺青・タトゥーに拒否反応を示す方も多数存在することから、一気に容認するのではなく、お客様の意見も聴きながら、段階を踏んで、容認していくことが必要である。
	各社の判断に委ねるべきである。
	法的な決まりがない以上、時代の流れで仕方ない(反社会勢力を排除して一定の…選択)
	時代の流れによっては、許可をする時期の検討が必要(小さいもの)
	現状ルール化は難しい
	業界としての今後の方向性については現時点でコメントできません
	文化・風習の異なる外国人のお客様も増えていきますので、全て一律に反社会的勢力と同様の取り扱いをするのは無理があります。しかし一方でご利用者様の相互理解が不可欠ですので、施設の与件等を考慮し、企業毎に判断基準を設けて適切に対処するのが現実的だと考えます。
	入墨に対する日本人の一般的感覚が「容認」に傾いていないと思われるなか、他のメンバーの拒否反応が強いと思われます。
	ケースバイケースになるので、方向性は検討中
	容認することにより刺青を施していない多数のお客様の反応が懸念されます。国の暴廃条例により取り組んだ内容ですので、国の方針や明確なガイドラインを再提示することをきっかけに業界全体が揃って容認に至るのが理想です。

性同一性障害に関して

C 現在の	法律の性に合った外観で無ければ利用できない旨説明した
	スタッフが2年目でカミングアウト。結果的に退職
	戸籍の性でロッカー利用が難しい場合は、ロッカー及び浴室等の利用禁止の上利用許可
	現段階で実際には相談事例はありませんが、今後の方向性及び対応例・対応策は知っておきたいと思います

対応状況	国内における運営である以上、法律に勝るものはない
	戸籍を基本としているが、明確なルールは決めずに、案件ごとケース・バイ・ケースで対応している
	外観は男性であったが、性転換手術等はしていなかったため、裸にならない、浴室は利用しないという条件で男性ロッカーを使用していた。
	性同一性障害の方について、本クラブが別途定める審査において入会資格が認められ、入会条件に同意した方はご入会いただけます。審査の内容は公開していませんが、ロッカー・シャワー・浴室は公衆浴場法、条例に準じて、戸籍上の性別でご利用いただくことを原則としています。お客様個々の状況をお伺いし、他のご利用者様にも相互理解いただけるよう、社内に対応基準を設けて判断しています。
	本クラブが審査を必要と判断した方で、入会資格が認められ、入会条件に同意した方。特別にチェックはしていませんが、申告があった場合には、状況をお伺いして個別対応いたします。
	見た目が異性と思われる方の着替えは障害者用トイレで、ロッカー（お風呂）の利用はされないようお願いしている方がいる。
	2名以上のスタッフとご本人が面談することで、性自認や外観の確認を実施。その上で、他の施設利用者への影響度（外観等でどう感じられるか等）を勘案して、施設の利用範囲を協議・合意の上、入会等を決定する。
D 業界としての今後の方向	会員では事例ない。入会後しばらく利用してからの変更では、ロッカー・トイレ対応に困る
	一定の基準を定めることが必要
	現在は判断しづらい
	本人だけでなく、価値観の中で、『正当』『平等』は必須。主張だけでなく自身の努力も必要。他の多くの方に対して不平を提供することとなる
	原則戸籍によるが、他の業界、社会的な動向を十分ウォッチしてその対応方法を検討をしていく必要あり
	民間企業としては戸籍の性という判断で良いのでは。
	他の会員様が受け入れるかどうかが問題
	誤解を生む可能性があれば個別に話し、着替え場所などを制限するのはあり得る
	性同一性障害が社会的に認知されてきている中で、このことを理由として利用を拒否することは社会的に許されないであろう。利用にあたっての基準であるが、戸籍のみで判断するのは危険である。公衆浴場法に基づく混浴禁止の法的趣旨は、「風紀を乱さないこと」なので、戸籍だけで判断すると逆に風紀上問題が生じる可能性がある。外見が完全に男性にもかかわらず、戸籍が女性だからという理由で、女性ロッカーを利用させるという判断はないであろう。エリアによって利用を制限する、例えば、性転換手術前は浴室の利用は不可とする等は、考えられる。結論として、医師の診断書や性転換手術の有無、外見等から総合的に判断せざるを得ない。
	本人の権利だけでは済まないと考え、法的判断に委ねるべき。（回答で「法律の性…」を選択）
	現状ルール化は難しい
	性同一性障害は法律上認められた障害であり、当業界としても倫理上社会の一員としてきちんと配慮していくのが基本スタンスだと思います。しかし一方で他の多くのお客様が利用され利用者様間の相互理解が得られることが不可欠ですので、こうした前提の中で、企業毎に判断基準を設けて適切に対処すべきと思います。★専用のロッカールーム・浴室があれば対応可能かもしれませんが、新規設置は物理的にも経営的にも難しく現実的ではありません。
	基本的には容認する方向であると思われますが、個別にて対応が必要なケースが多くなると思います
	他業界も含めて方向性を決めてそれに合わせる事を望む
	原則は戸籍に基づく判断でよいと思いますが、戸籍変更に至らず、整形を施した方に対する他の会員の心情も考慮した適切な対応ができるよう対応方法を検討できればと思います。



1 総会・総会関連催事について

■総会のお知らせ

1. 日時 2025年6月13日(金) 午後2時より
2. 場所 AP日本橋 6F Aルーム
東京都中央区日本橋3-6-2 日本橋フロント
3. 目的事項

- 第1号議案 2024 年度事業報告、決算報告並びに監査報告承認の件
- 第2号議案 2025 年度事業計画並びに収支予算報告承認の件
- 第3号議案 理事選任の件

正会員企業に議決権があります。正会員あてにお送りしている総会ご案内の出欠票を6月5日までにご返送ください。

■総会関連催事のご案内

FIAは定時総会に併せ、記念講演・会員交流会を開催いたします。ご多忙の時期とは存じますが、是非ご参加賜りますようご案内申し上げます。

お申し込みは別途配信するご案内の申込書をご利用下さい。

開催日:2025年6月13日(金)

会場:AP日本橋 東京都中央区日本橋3-6-2 日本橋フロントビル

第一部：総会記念講演 15:30～16:30 6階 Aルーム(有料)

株式会社トリドールホールディングスにて、丸亀製麺や炭火焼鳥とりどーる、とんかつとん一、などの国内・海外への展開をリードされてきた同社の南雲克明氏をお招きし、コロナ禍の時期を含め商品開発・クオリティの向上など、継続的な成長を遂げられた事業への想いなどのお話しをお聞かせします。

「市場の変化と顧客のインサイトを見極め、選ばれる理由と選ばれる衝動を創り成長を続ける(株)トリドールホールディングスのマーケティング戦略」

講師:南雲 克明様

株式会社トリドールホールディングス 執行役員兼CMO

最高マーケティング責任者

■参加費:会員:お1人 3,300円(税込)・非会員:お1人 5,500円(税込)

■定員:100名

第二部：会員交流会 17:00～18:30 6階 Cルーム 会員交流会(有料)

ご来賓(予定)

■衆議院議員 スポーツ・健康産業推進議員連盟会長 遠藤 利明先生

■経済産業省ヘルスケア産業課・厚生労働省健康課・厚生労働省人材開発統括官・スポーツ庁健康スポーツ課など
各所管課様へもご招請中です。

■参加資格:FIA正会員・賛助会員企業のみ

■参加費:お1人 7,700円(税込)

■申し込み締切:2025年6月9日(月)

■定員:160名

2 経済産業省広報

企業活動基本調査(統計調査)ご協力をお願い

2025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、2025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：2025年5月15日から6月30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「従業者50人以上かつ資本金3,000万円以上の企業」。

○調査結果：2026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、インターネットからオンライン提出が便利です。紙調査票での御提出もできます。

※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。

この調査は、鉱業・採石業・砂利採取業、製造業、電気業・ガス業、卸売業、小売業、クレジットカード業・割賦金融業のほか、下記の産業の括弧内の業種が対象となります。

- 飲食サービス業（一般飲食店、持ち帰り・配達飲食サービス業）
- 情報通信業（ソフトウェア業、情報処理・提供サービス業、インターネット附随サービス業、映画・ビデオ制作業、アニメーション制作業、新聞業、出版業）
- 物品賃貸業（産業用機械器具賃貸業（レンタルを含む）、事務用機械器具賃貸業（レンタルを含む）、自動車賃貸業（レンタルを除く）、スポーツ・娯楽用品賃貸業（レンタルを含む）、その他の物品賃貸業（レンタルを含む））
- 学術研究、専門・技術サービス業（学術・開発研究機関、デザイン業、エンジニアリング業、広告業、機械設計業、商品・非破壊検査業、計量証明業、写真業）
- 生活関連サービス業、娯楽業（洗濯業、その他の洗濯・理容・美容・浴場業、冠婚葬祭業（冠婚葬祭互助会を含む）、写真プリント、現像・焼付業、その他の生活関連サービス業、映画館、ゴルフ場、スポーツ施設提供業（フィットネスクラブ、ボウリング場など）、公園、遊園地・テーマパーク）
- 教育、学習支援業（外国語会話教室、カルチャー教室（総合的なもの））
- サービス業（廃棄物処理業、機械等修理業、職業紹介業、労働者派遣業、ディスプレイ業、テレマーケティング業、その他の事業サービス業）

問い合わせ先：経済産業省大臣官房調査統計グループ構造・企業統計室 TEL：03-3501-1831

FIA 全国カラダ年齢測定 —フィットネス体カテスト—

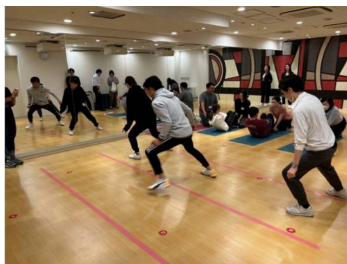
レポート 19

健康保険組合連合会におけるニーズが今年度はさらに広がります！

健康保険組合連合会と事業主における予防・健康づくりの具体的な取り組みとしてフィットネス体カテストの活用が2024年に始まりました。

昨年度は5都道府県の12会場において、健保連都道府県支部連合会主催の企業健保担当者を対象とした体験・説明会が実施され、延べで323名の関係者にご参加いただきました。

その結果、現在12の企業健保様から今年度の被保険者に対する予防・健康づくりの取り組みとしての採用に向けて調整が進んでいます。



2024年度の試みに対し健康保険組合連合会様においても大きな手ごたえを感じていただき、今年度も引き続き実施することが決定されました。

そして早速、新たな各都道府県支部連合会様からの実施要請も集約されて、今年度の体験会の実施予定の概要が見えてきました。

今号においては、現時点での状況を以下の通りご報告いたします。

今年度実施希望の 健保連都道府県連合会様(予定)

連合会名	実施希望時期
東京連合会	調整中
神奈川連合会	6月～3月
富山連合会	9月～11月
長野連合会	11月10日(月)
広島連合会	6月～12月
福岡連合会	11月～2月
熊本連合会	7月～11月

現時点で上記5つの都道府県支部連合会が体験会・説明会の実施を希望されており、FIAでは実施に向けた調整を開始いたします。

つきましては、該当する地域に事業所をお持ちの正会員企業様におかれましては、ぜひとも実施に向けてご協力いただきたく、あらためて後日受け入れのヒヤリングをさせていただく予定です。

FIAにおいては昨年度の経験をもとに、バックアップ体制も一層強化しておりますのでご安心ください。

なお、この実施を受け入れていただくことによる費用の持ち出しは、一切ございません。売り上げの立つ事業として捉えていただけると同時に、体験会実施以降の企業の健康経営をサポートする新たな事業領域も開拓していただける絶好の機会となります。

ぜひとも前向きにご検討ください。

【お問合せ先】 (一社)日本フィットネス産業協会 担当:松村
TEL 03-52074-6107 Email: matsumura@fia.or.jp

利用申し込み方法

フォームより利用開始の申請をお願いいたします。



<https://forms.office.com/r/T8YZf3DMw1>

施策詳細・マニュアル等はFIAHP ログイン環境内に格納しています。
<https://fia.or.jp/public/25104/>

F C M 検 定 コ ー ナ ー

FCMの詳細、
お試し問題等は
コチラ!



1

トピックス

2025年度FCM試験についての重要なお知らせ

フィットネスクラブ・マネジメント技能検定(以下FCM検定)は、これまで紙試験方式(試験問題が冊子で提供され、解答を解答用紙に記入して提出)でのみ実施しておりましたが、2025年度第18回検定試験から、CBT方式(*)を導入します。詳細はFCMホームページへ

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

*CBT方式とはCBTとは「Computer Based Testing(コンピュータ ベースド テスティング)」の略称で、コンピュータを使った試験方式のことです。試験会場となるテストセンターのパソコンを使用し、受験者はコンピュータによってディスプレイに表示される問題に対してマウスやキーボードを用いて解答します。

CBT方式の試験になると

受検日時を選択できます! 試験期間3日間から都合の良い日時選択可能

受検会場が近くなります! 全国300のテストセンターから近くを選択可能

試験回	級	試験方式	試験日	試験会場
第18回	1級学科	CBT	11月21日(金) 11月22日(土) 11月23日(日) の3日間から 希望日時を選択 ★受検は1回のみ可能	全国47都道府県の テストセンター(300会場)から 選択可能
	2級学科・実技	CBT		
	3級学科・実技	CBT		
	3級学科・実技	ペーパー (紙)	11月24日(祝)	札幌、仙台、東京、横浜、 名古屋、大阪、広島、福岡、那覇
第19回	1級実技	面接	2026年2月22日(日)	東京・大阪

全国47都道府県のテストセンターから選択可能

ご希望の地域を選択して会場をご確認ください。

北海道・東北 ▼	北海道 青森県 岩手県 宮城県 秋田県 山形県 福島県
関東 ▼	茨城県 栃木県 群馬県 埼玉県 千葉県 東京都 神奈川県
北陸・甲信越 ▼	新潟県 富山県 石川県 福井県 山梨県 長野県
東海 ▼	岐阜県 静岡県 愛知県
近畿 ▼	滋賀県 京都府 大阪府 兵庫県 奈良県 和歌山県 三重県
中国・四国 ▼	鳥取県 島根県 岡山県 広島県 山口県 徳島県 香川県 愛媛県 高知県
九州・沖縄 ▼	福岡県 佐賀県 長崎県 熊本県 大分県 宮崎県 鹿児島県 沖縄県

鹿児島県の例

鹿児島県

鹿児島市

鹿児島高見橋テストセンター

鹿児島市西千石町1-32Wビルディング西千石町 9階

鹿児島市

鹿児島中央テストセンター

鹿児島市中央町22-16アエールプラザ 2階

鹿児島市

鹿児島西田橋西口テストセンター

鹿児島市西田1-15-9下野ビル 2階

鹿屋市

DCT鹿屋テストセンター

鹿屋市寿4-2-29

枕崎市

枕崎テストセンター

枕崎市住吉町39

阿久根市

阿久根テストセンター

阿久根市折口4504-3

奄美市

奄美ティダモール校テストセンター

奄美市名瀬末広町8-1末広プラザプログラミングスクールiTeen奄美ティダモール校

試験時間・受検料

級	試験時間	受検料
1級	学科90分 実技50分	8,900円 23,000円
2級	学科60分 実技60分	8,000円 8,000円
3級	学科60分 実技60分	5,800円 5,800円

試験範囲及び受検資格には、
変更ありません。

2017年度～2024年度の累計合格率

対象級	受検者数	技能士数	合格率
1級	758	121	16%
2級	2,500	1,071	43%
3級	12,495	6,357	51% (80%)
合計	15,753	7,549	48%

★3級の合格率()内が、社会人の合格率

公式テキスト・解答解説集がより充実!絶賛発売中!

サンプルページ見て下さい

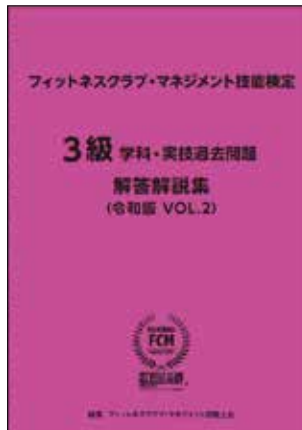


スキャンして!

2

事例紹介

公式テキストの重要語句と過去問の関連図



過去問解答解説集
令和版Vol.2

章・節名	過去問	重要語句
3章1節 運動生理学の基礎	学科:12回(問2),14回(問5),16回(問3)	身体活動・運動ガイド2023, 水分補給
3章2節 トレーニングの基礎	学科:12回(問23),14回(問29),16回(問23)	サルコペニア
3章3節 事故・障害予防、 緊急時対応の基礎	学科:12回(問24),14回(問33,問34),16回(問24)	一次救命処置, AED, 心肺蘇生法
4章1節 フロント業務	学科:12回(問5,問13,問28,問44,問45,問46,問47,問48),14回(問1,問2,問7,問8,問21,問35),16回(問9,問15,問17,問28,問31,問44,問45,問46,問53) 実技:12回(問01,問02,問10),14回(問01,問09),16回(問01)	売上金管理, クレジットカード, 経費・諸管理, 個人情報保護, 入金, 入金取り消し業務, 納品, 発注業務, フロントの基本業務, 返金業務, 変動費, 利用上のルール
4章2節 ジム運営業務	学科:12回(問8,問35),14回(問44,問45,問46),16回(問5,問33,問34,問35)	マシンの安全管理, マナー
4章3節 スタジオ運営業務	学科:12回(問9,問36,問37,問38),14回(問14,問47,問48,問49),16回(問6,問36,問37,問38) 実技:12回(問07)	エアロビクス理論, スタジオ運営の基本

先月号に続いて、重要語句に関する学習事例を紹介しています。重要語句に関する過去問及び解答解説を読み、テキストを開いてみてください。

新版の公式テキスト・解答解説集を使用した3級想定学習時間

公式テキストVOL.4総ページ数及び過去問解説集問題数を基にAI試算

対象者	通読時間(2周)	過去問演習時間	合計学習時間(目安)
フィットネスクラブ勤務経験者 (1年以上)	約60～70時間	約15～20時間	約75～90時間
業界未経験者(初学者)	約90～120時間	約20～25時間	約110～145時間

通読時間には図表の確認・ノート作成・再読を含みます。

過去問演習は「制限時間を測って解く＋解説熟読＋テキスト該当箇所復習」込み。

経験者は知識の土台があるため、学習効率が高く、時間短縮が可能。

NEW MEMBERS 新規加盟企業紹介

賛助会員加盟企業

Associate member



業務用エアコンの
販売&施工はお任せください



主要メーカーお取り扱いしています



▶▶▶企業PR

株式会社エアコンワークは、業務用エアコンの販売および施工を専門に行う会社です。現在、15年以上ご使用の古いエアコンをお使いの場合は、最新の省エネ型エアコンへの交換により、高騰している電気代の大幅な削減が期待できます。業務用エアコンの入替や新規設置をご検討の際は、年間600件以上の現場実績を誇る弊社にぜひご相談ください。「会員様特別価格」にて設置工事を請けたまいます。

▶▶▶主要商品・サービス

【対応可能エアコン工事】

店舗・オフィス用パッケージエアコン・ビルマルチエアコン・ハウジングエアコン・設備用エアコンの新設・入替空調設置工事

※案件内容によりその他のエアコンも対応可能

【直接取引空調メーカー】

ダイキン・三菱電機・日立・東芝・パナソニック

※案件内容により三菱重工含むその他メーカーも取扱い可能

【対応可能エリア】

東京・神奈川・埼玉・千葉・茨城・栃木・群馬・愛知・静岡・岐阜・三重

※案件内容により山梨・大阪・滋賀・京都も対応可能

【リース・割賦(ビジネスローン)】

当社は複数の大手リース会社と提携しており、空調設備の費用をリースにすることでキャッシュフローの改善をご提案可能です。

【企業概要】

- | | |
|-------|---|
| 会社名 | ● 株式会社エアコンワーク |
| 代表者 | ● 代表取締役 野瀬 勝人 |
| 所在地 | ● 〒151-0053
東京都渋谷区代々木2-24-10南新宿SNビル1F |
| 担当者名 | ● 経営企画部 工藤 高弘 |
| 連絡先 | ● TEL:03-6276-0553 FAX:03-6276-0552 |
| EMAIL | ● association@airconwork.co.jp |
| URL | ● https://www.airconwork.co.jp |

賛助会員加盟企業

Associate member

hab株式会社



▶▶▶企業PR

hab株式会社は、「だれもがあきらめない地域社会を創る」ことをミッションに掲げ、「地域の体験機会が最大化された」社会の実現を目指しています。

地域の交通インフラやキッズスクール、行政と連携しながら、「移動」をはじめ子どもたちの多様な体験を支える仕組みを構築しています。

送迎の負担を抱える保護者や施設運営者の課題を解消し、子どもたちの放課後の選択肢を増やすことで、フィットネス業界全体の発展に貢献してまいります。

【企業概要】

- | | |
|--------|---|
| 会社名 | ● hab株式会社(ハブ) |
| 代表者 | ● 代表取締役兼CEO 豊田 洋平 |
| 所在地 | ● 〒220-0012神奈川県横浜市西区みなとみらい3丁目7-1
オーシャンゲートみなとみらい8階 神奈川県SHINみなとみらい |
| 担当者名 | ● 島 陽平 |
| 連絡先 | ● TEL:080-1094-7042 |
| e-mail | ● info@habshuttle.com |
| URL | ● https://habshuttle.com/ |

▶▶▶主要商品・サービス

hab株式会社は、以下のサービスを提供しています。

● お子様専用の相乗り送迎サービス

法人向けのお子様専用相乗り送迎サービスを提供しています。保護者/事業者のニーズに合わせて柔軟かつ安全な送迎体制を構築します。

送迎サービスがあることで、「送り迎えが難しいから通わせられない」といった入会の障壁を取り除き、施設の新規入会促進につながります。

また、送迎の負担を理由とした退会や利用中止といった“離反”の抑止にも効果を発揮しています。

保護者にはLINEでのリアルタイム通知を行い、キッズスクールには管理画面を通じてお子様の送迎状況を一元的に共有。安全性と運用効率を両立した仕組みを提供させていただきます。

● 能力測定プログラム

独自のメソッドにて開発したお子様にどの習い事が向いているかが測定できる日本唯一の運動“脳力”評価プログラムになります。

本プログラムでは、欧米発の機能神経学に基づき、6つの脳部位を個別に評価。運動能力だけでなく、集中力・バランス感覚・感情コントロールといった発達機能も見える化されます。

評価結果に応じて、親和性の高い習い事を自動で提案する仕組みを備えており、体験イベントからスムーズな入会導線を構築し、新規入会率向上に貢献します。

ここに紹介するトピックスは、
HFAとFIAの提携によりHFA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！

筋力トレーニングの優位性

ウェイトトレーニングルームはかつてないほど混雑しており、運営者や業界サプライヤーは、高度な筋力トレーニング機器とプログラムへの需要に応えるために残業するほどになっています。今回は、好調をキープし続ける筋力トレーニングの優位性についてレポートします。

Julie King (ジュリー・キング) クラブビジネスインターナショナル

翻訳 | 松村 剛

当然のことながら、 筋力トレーニングは 依然として好調です！

パンデミック中にフィットネス施設が再開して以来、ソーシャルメディアのインフルエンサー、研究、そしてその価値に対する意識の高まり等に後押しされ、筋力トレーニングは急成長を遂げています。その人気は衰える気配がなく、あらゆる年齢層の人々が筋トレに励み、筋力トレーニングセッションを行い、ウェイトルームは人で溢れています。

フィットネス機器メーカーは、クラブがあらゆるフィットネスレベルに対応し、成果を上げ、会員の再来店を促すために新製品を次々と開発し、そして人気商品に改良を加えています。

「ジム利用者は進化し、より効率的で効果的、そして多様なワークアウトを求めるようになっていきます。そのため施設オーナーに対しては、それらのニーズに対応し、提供可能な内容を最大

限に活用させるというプレッシャーが高まっています」と、トルクフィットネス社 (Torque Fitness) の北米セールス担当副社長、ピート・ランドストロム氏は述べています。

「人々がより強く、身体の可動性を維持し、よって寿命を延ばすことを目指す中で、筋力トレーニングのニーズは高まっているのです」

CBI誌では、いくつかのサプライヤ

ーに対して、最新の筋力トレーニング技術と最も需要の高い機器について話を聞きました。

ハイテクなものからシンプルなものまで、市場はカスタマイズ性、汎用性、そして使いやすさを重視しています。秋冬の忙しいシーズンを見据え、クラブ事業者はこれらの新しいツールをいくつかチェックしてみる価値があるかもしれません。



AIを活用した ハイテクソリューション

EGYM社（eジム）は今年、スマートストレンクスシリーズに2つのイノベーションを発表しました。このシリーズには、ワークアウトをカスタマイズ・追跡するためのデジタルディスプレイと接続オプションを備えた19台のマシンが含まれています。

新しいヒップスラスト（※お尻（臀部）の筋肉、特に大臀筋を鍛えるトレーニング）は、物理的なウェイトやレジスタンスバンドの代わりにスマートウェイトテクノロジーを使用している点がユニークです。そして、AIを搭載した新しいEGYM Geniusは、ジム内のすべてのマシンに接続し、目標、アクティビティ、利用可能な機器に基づいて、会員一人ひとりに合わせたトレーニングプランを作成します。

「私たちは、パーソナライズされたデータと会員インサイトを通じて、クラブ運営者がより強固なコミュニティを構築できるよう支援しています。これにより、アップセルの機会を増やし、会員維持率を高め、運営効率を向上させることができます」と、EGYM北米ゼネラルマネージャーのダナ・ミルキー氏は述べています。

「筋力トレーニング分野、特に誰もがより手軽にトレーニングを行えるようにするために、テクノロジーはこれまで十分に活用されていませんでした」

テクノジム社のバイオストレンクスラインでもAIが中心的な役割を果たし、10台のマシンの負荷、可動域、シート位置、エクササイズ実行速度は自動調整されます。また、反復回数、セット数、最適な回復時間（インターバ

ル）をも推奨します。

さらに、特許取得済みのバイオドライブシステムは、アイソトニック、エキセントリックオーバーロードなど、6種類の抵抗を提供します。

テクノジムのプレス&メディアディレクター、エンリコ・マナレシ氏は、「この活況を呈する市場で収益を上げるには、一人ひとりに合わせてカスタマイズされた正確なトレーニングプログラムを提供できることが不可欠です。コネクティビティ（接続性）とデジタルテクノロジーの統合は、筋力トレーニング製品におけるイノベーションの新たな道を切り開きました」と述べています。

プレートロード（注1） それは永遠の主力

1989年以来、ハンマーストレンクス社はプレートロードカテゴリーのバイオニアとして、その拡大と改良を続けてきました。アスリートと非アスリートの両方にとって直感的な体験を提供するために、最も効果的な動きを最小限の複雑さで組み合わせることに注力し続け、そして最近ではアシステッ

ド・ノルディック・ハムストリングを発表しました。

他のハムストリングマシンとは異なり、この斬新な製品は、この難しい部位に対するエクササイズをより多くの人に提供します。マシンに重量を追加することで、抵抗ではなく、より強力な補助効果が得られます。

プリコー社（Precor）の新しいGlu-tebuilder（グルートビルダー）プレートロードシリーズは、臀部トレーニングの人気に応え、スムーズな動きと安定した抵抗で、臀部、腰、脚をターゲットにします。調整ポイントにより、ユーザーはフィット感と可動域をカスタマイズできます。

「私たちは、初心者からアスリートまで、誰もが持つリフターとしての能力を引き出す機能セットと動作パスを重視しています」と、Precor社のマーケティング担当副社長であるエリカティリングアスト氏(Erica Tillinghast)は述べています。

「製品は、単に『新しい』という理由だけで新しい動作パスや複雑さを導入するのではなく、エクササイズをする人の明確な関心やニーズを満たすものでなければなりません」



フリーウェイトがより頑丈に

Eleikoの新しいPresteraラックとリグ（注2）は、ローレット加工（※凹凸の模様（綾目や平目など）を施す加工）されたインタラクショナルポイント、正確な段階的な高さ調整、そして安全機能を備え、ユーザーエクスペリエンスを最優先に設計されています。スペースやトレーニング要件に合わせてカスタマイズ可能な製品には、ダブルハーフラック、多機能リグ、ハイブリッドソリューションなどがあります。

「精密な職人技、厳格な公差、最高級の素材、そして細部へのこだわりにより、ウェイトリフティング、パワーリフティング、そしてストレンクス＆コンディショニングの分野では『Eleiko』というブランドイメージで知られています」と、CEOのエリック・ブルームバーグ氏（Erik Blomberg）は述べています。「Presteraは、あらゆるレベルのユーザーに、使いやすさと直感的な機能を提供します」

様々なニーズに対応するため、トルク社TorqueのTR1およびTR2シリーズラック（スクワットスタンド、シングルまたはダブルハーフラック、シングルまたはダブルパワーラックを含む）は、カラー、アップライトの高さ、収納オプション、アタッチメントをカスタマイズ可能です。

ZIVAの新しいXPロープロファイルオリンピックウッドプラットフォームは、従来のオリンピックリフティングプラットフォームに比べて設置面積が33%もスリムで、長さも半分以下です。無垢の竹、ゴムタイル、そして頑丈なスチールフレームで作られたこのプラットフォームは、狭いスペースで

のオリンピックリフティングを可能にします。

スレッド（注3）は、ファンクショナルトレーニングエリアにおいて、独自の 카테고리として欠かせない存在です。TorqueのTANKは、車輪を搭載することでこの分野を進化させました。摩擦式ソリとは異なり、TANKの全モデルは屋内外を問わず、あらゆる地面で使用できます。

さらに、ユーザーが押す速度に応じて抵抗が増加するため、プレートを装着する必要がなく、双方向に回転できるため、ユニットを回転させる手間も省けます。

「製品は、エクササイズをする人の明確な興味やニーズを満たすものでなければなりません。『新しい』という理由だけで、新しい動作経路や複雑さを導入するべきではありません」 エリアティリングスト（Erica Tillinghast VP of Marketing, Precor）

包括的な機能システムが成果をもたらします

ケーブルスタックとウエイトスタックマシンは、その使いやすさから定番となっています。

Precor社の新しいResoluteデュアルアジャスタブルプリーは、最小限の設置面積で最大限の汎用性を実現します。4：1のプリー比、12フィート以上のケーブルトラベル、400ポンドのウエイトスタック、そして4つの収納棚を備え、その多様性はエクササイズをする人にもジムにも魅力的です。

Life Fitness社のデュアルアジャスタブルプリー（スタビライゼーション機能付き）には、特許取得済みの調

節可能なスタビライゼーションパッドが組み込まれており、ユーザーはサポートの有無にかかわらず、より幅広いエクササイズを行うことができます。

「クラブやスタジオは、会員の多様で進化するニーズに応えることのできる汎用性の高いストレンクス＆グルーフトレーニング担当副社長、グレッグ・ハイスミス氏は述べています。「私たちは、施設に対し、より優れたストレンクスツールを提供するために、製品の入れ替えを推奨しています」

シングルステーションユニットに加え、ファンクショナルトレーニングや革新的なラックシステムも引き続き注目を集めています。

「筋力トレーニングは、フィットネスにおいて最も強力なカテゴリーの一つです。最近、Body Solid社のPro Clubline SPR500とSPR1000のラックシステムとハーフラックシステムを導入しました。これらのシステムには、1インチの穴間隔、オプションの安全ストラップ、独自のアタッチメントなど従来のラックやケージにはなかった新機能が搭載されています」

ウェイトトレーニングルームが混雑する中で、Body Solid社のアボット氏は、スペースと安全性は効率性と同じくらい重要だと述べています。

「当社の最新のイノベーションの一つは、パワーラックとハーフラック用のPro Clubline SPRLFTモノリフトリフトオフです。SPRLFTを使用すると、リフターはバーベルをJカップから取り外すことなく、リフトを開始および完了できます。これにより、すべてのリフトがより安全かつ効率的になり、

怪我のリスクも軽減されます」

ZIVAの新しいXPウォールシステムは、収納ポストを内蔵したハーフラック、ケーブルスタック2台、トレーニングバーセクション、そしてファンクショナルウェイトやフリーウェイト機器用のラックで構成されています。すべてのパーツは互いに固定され、ジムの壁にも固定されます。

「クラブやスタジオは、機能性、寸法、ブランドイメージ、あるいはこれらの組み合わせなど、目的に合わせて設計された製品を求める傾向がますます高まっています」と、ZIVA North AmericaのCEOであるミッチ・カーリン氏は述べています。「当社のモジュラーシステムにより、ジムはそれぞれのスペース内でクライアントの特定のニーズを満たす機器を設計できます」

Eleikoのケーブルコレクション（デュアルアジャスタブルプーリー、ケーブルクロス、シングルアジャスタブルプーリー、ラットブルダウン、ローロー）は、単独で使用することも、カスタマイズされたマルチステーション構成の構成要素として使用することもできます。

「お客様は基礎に縛られることなく、好みに合わせて自由にユニットを設計できます」とブロンバーグ氏は説明します。「ケーブルシステムは、自立型、壁掛け型、多機能トレーニングステーションなど、幅広い選択肢をご用意しており、柔軟性に優れています。」

収納と単体ソリューション

筋力トレーニングのブームにより、ジムのフロアを整理整頓し、エクササイズをする人にとっての安全性を保つ

ために、フリーウェイトやアクセサリを収納するニーズが高まっています。

Eleiko社は最近、Prestera Strength Systemに、フリーウェイト、アクセサリ、トレーニングツールを収納できるカスタマイズ可能なモジュール式収納ソリューションを導入しました。

「ジム会員にとって、整理整頓は何よりも重要であり、機器への容易なアクセスは不可欠です」とブルームバーグ氏は指摘します。

「このソリューションは、スペースの有効活用、施設の動線、機能性といった課題を解決し、同時に会員の体験性を向上させます」

機能性とコンパクトな収納を兼ね備えたのがFITBENCH（フィットベンチ）（注4）です。このオールインワンベンチは、屋内または屋外での少人数グループトレーニング、グループエクササイズ、パーソナルトレーニング、あるいはメインの筋力トレーニングエリアから離れた場所での個人トレーニングに最適です。最大7段階の傾斜と下降が可能で、ダンベル、ケトルベル、スラムボール、フィットバンドなどを複数セット収納できます。

「私たちは、お客様の問題を解決する製品だけを作っています」と、FITBENCH（フィットベンチ）の創設者兼CEOであるタイラー・ダネン氏は語ります。「そして、すべてのベンチにQRコードを貼付しています。YouTubeページには、FITBENCHでできるエクササイズ動画を400本以上掲載しています」

まとめ

クラブが筋力トレーニングに多くの

スペースを割くにつれて、レイアウトと機器の組み合わせは進化し続けています。アボット氏は、この傾向が永遠に続くと考えています。

「筋力トレーニングの人気は、クラブでも個人でも高まり続けるでしょう。その幅広いメリット、教育の向上、そして製品の革新により、より多くの人々が筋力トレーニングをプログラムに取り入れるようになるでしょう」

60年の歴史を持つ筋力トレーニングのリーダー、Eleiko社を代表するブロンバーグ氏も、この意見に同意しています。

「筋力トレーニング機器は、会員の獲得と維持に重要な役割を果たします。多用途で省スペース、そしてアクセスしやすいオプションは、特に会員が知識とスキルを習得するにつれて、運営者が多様なニーズに対応するのに役立ちます」

1. プレートロード:ウェイトプレートをマシンに装着して、トレーニングの負荷を調整する方法
2. リグ:主にファンクショナルトレーニングの機材
3. スレッド:ウェイト等を乗せて押すトレーニング用の櫓(そり)



(スレッドトレーニング)

4. フィットベンチ:コンパクトにダンベルやチューブを収納可能なエクササイズベンチ



(FITBENCH)

業界関連ニュースをイッキ読み!

2025年4月の報道記事より

公共施設の開放、ソフト面も重要

公共施設の開放には地域社会の指導者を活用してはどうか。全国各地で公共施設の開放が進んでいる。公立の小中学校は、地域住民が様々なスポーツで汗を流すために、体育館や運動場を開放している。放課後の稼働していない公共インフラの有効活用は、当然の取り組みだろう。こうした取り組みは大人の健康増進や余暇の充実だけでなく、子供の課外教育にも役立つ。さらには、国民の納税意識を高め、地域住民の相互扶助にもつながる。

課題は利用規則を整備することだけではない。ソフト面も重要だ。公共施設を利用する際に、安全に正しく指導、監督できる人材が必要だ。例えば、子供も対象にする体操教室の場合、経験豊かな指導者でなければ、参加者の安全は確保できない。コーラスや合奏などの文化系の活動も、参加者の満足感は指導者の力量に大きく左右される。地域社会には、様々な分野の指導者が存在するので、彼らを活用しない手はない。

放課後の小中学校では、地域、曜日ごとに多様なプログラムを提供してはどうか。プログラムの選定は、想定参加者の数や公序良俗に照らし合わせて行政が行う。指導者の選定は、行政ではなく参加者が民主的に行う。活動の運営は参加者の自治に委ねる。学校側との施設利用に関する契約の更新は、契約期間中の活動実績を示す参加者ののべ人数を目安にする。

一方、文部科学省は、部活動を学校単位から地域単位の取り組みに変革しようとしている。小中学校の教員の働き方改革を踏まえ、地域部活動を指導するのは、教員ではなく地域の人材にする予定だという。この枠組みで懸念されるのは、学校の部活動が全国規模の教育産業の草刈り場になることだ。単に商業化されるのなら、教員の負担が減るだけで、大手学習塾や文化センターと変わらない。

だからこそ、部活動の外部化を推進する前に、公共施設の地域開放のあり方を整備し、地域住民が部活動の外部化を監督できる仕組みを構築すべきだ。地域住民と地方自治体は、地域単位での多様な選択肢の準備、指導者の選定、自治に関するノウハウを、部活動の外部化にフィードバックさせる。さらには、両者を融合させることによって、住み

心地のよい地域社会をつくることができるはずだ。(林昌宏氏)

(2025年4月4日／日本経済新聞 私見卓見)

スポーツ観戦、コロナから回復傾向 笹川スポーツ財団

笹川スポーツ財団は、国内の成人のスポーツに関する2024年の調査結果を発表し、競技場などでスポーツを直接観戦した人の割合は26.2%となった。新型コロナウイルスの影響で落ち込んだ前回22年の調査から6.9ポイント増加し、回復傾向を示した。

インターネットでの観戦率は前回から2.6ポイント増の24.2%となった。観戦競技のトップは、オンラインの有料配信が増えているボクシングなどの格闘技だった。テレビでの観戦率は79.0%とほぼ横ばいだった。

年1回以上の運動実施率は69.8%で、前回調査から3.1ポイント減少。70%を切るのは06年以来で、担当者は「コロナ禍前の水準に戻っていない」と指摘した。全くスポーツをしない割合は女性が34.0%で、男性を7.5ポイント上回った。

調査票に記入してもらった形式で計3千人から回答を集めた。〔共同〕

(2025年4月8日／日本経済新聞)

※事務局註：23.24ページに関連資料掲載

神奈川県立保健福祉大学の研究科、 WHO協力センターに指定

神奈川県は、同県の研究機関県立保健福祉大学大学院ヘルスイノベーション研究科(川崎市)が世界保健機関(WHO)の活動を支援する「WHO協力センター」に指定され、心身ともに健康に年を重ねる「ヘルシーエイジング」の研究や人材育成、普及啓発の分野で連携すると発表した。

同研究科は2019年に開設。病気になる手前の「未病」の改善や健康長寿など県が力を入れている分野の教育や研究を担っている。WHOによる指定期間は3月26日から4年間。世界に約800ある指定機関のうち国内では同研究

業界関連ニュースをイッキ読み!

科を含め33機関が指定されており、公衆衛生大学院では唯一だという。

黒岩祐治知事は会見で「世界的に高齢化への対応が課題になっている。神奈川県との取り組みが世界の主流となることを目指していきたい」と話した。

(2025年4月18日／日本経済新聞)

ゴルフ場「2025年問題」に苦慮 団塊世代引退、 客足伸びない地方は危機

日本のゴルフ場が「2025年問題」に苦悩している。愛好者が多い団塊世代が75歳以上の後期高齢者となり、運転免許証の返納や健康問題から足が遠のくとみられているためだ。淘汰は避けられないなか、韓国などからゴルファーを受け入れて利用者の減少を補うゴルフ場も出てきた。世界3位のゴルフ場数の維持は、アジア市場の取り込みが鍵になる。

コースのメンテナンスもいいし、プレー代も安い。飛行機に乗る時間も1時間10分と近い」。4月上旬、さつまゴルフリゾート(鹿児島県さつま町)に韓国のソウル市からやってきた男性(71)はこう話す。5泊6日の旅程で妻と友人夫婦の4人で来日し、温泉も楽しみにしているという。

さつまゴルフリゾートは韓国でゴルフ場を運営する企業が23年、大和証券グループから買収した。韓国人スタッフが常駐し、訪日外国人を積極的に受け入れるようになった。神原直樹取締役総支配人は「鹿児島県に来る訪日韓国人の3人に1人はさつまゴルフリゾートに宿泊する」と打ち明ける。62部屋ある宿泊施設の稼働率は90%を超える。

強気価格の韓国 日本は割安

韓国では日本と同様に新型コロナウイルス禍以降、密を避けられるスポーツとしてゴルフの人気の高まったものの、ゴルフ場の数は日本のおよそ5分の1でゴルファー数に対して少ない。プレーや食事代を強気に設定するゴルフ場は多く、日本の2～3倍かかる。航空券の購入代金を含めても日本でプレーする方が割安と、来日する韓国人ゴルファーが増えている。ある韓国人女性は「ラウンドを早く回れというプレッシャーが比較的少ない点も良い」と話す。

こうした需要を取り込もうと、韓国人ゴルファーの誘客に力を入れるのが茨城県だ。県からの働きかけもあり、茨城空港(茨城県小美玉市)とソウルの南東約100キロに位置する清州(チョンジュ)には、5月中旬まで週3便の連続チャ

ーター便が運航されている。

茨城空港から車で1時間程度の県北部に位置するマナゴルフクラブ(茨城県常陸大宮市)には毎月、利用客の20%程度にあたる延べ550～600人程度の韓国人ツアー客が押し寄せる。コロナ禍前に受け入れを始め、コロナ禍後の訪日客の回復とともに一気に増えた。橋本誠一支配人は「日本人客の減少を穴埋めするように、韓国人客が増えている。若い人を中心に韓国人ゴルファーのトラブルは驚くほど少ない」という。

スポーツ庁や日本生産性本部(東京・千代田)の「レジャー白書」によると、60代と70代の男性はゴルフをする割合が他の年代よりも高い。レジャー白書によると、ゴルフ(コース)の参加人口は23年に530万人だった。性年代別の参加割合を据え置いて人口推計を基に試算すると、35年の参加人口は478万人まで落ち込む。

8都道府県のゴルフ場を対象とした経済産業省の統計によると、コロナ禍をきっかけに増加傾向にあった来場者数は23年に減少に転じた。団塊世代が後期高齢者になるのを機にゴルフを引退する25年問題の影響が出始めているとみられる。

「高齢で退会」増 引き留めも知恵絞る

東京都内から車で2～3時間かかるマナゴルフは、高齢を理由に退会や休会する会員も増えているという。ピーク時には900人程度だった会員数は3分の2程度に落ち込んでいる。

ゴルフ場の運営数が国内2位のパシフィックゴルフマネージメント(PGM、東京・台東)では高齢ゴルファーの引き留めにあらゆる施策を実施している。早朝スタートや夜間のナイトゴルフなど、個人の好みに合わせた柔軟なプレイスタイルを打ち出す。夏場の猛暑に対応した送風機付きのゴルフカート「クールカート」を全施設に導入を進めている。

ゴルフ会員権を扱う桜ゴルフ(東京・中央)の佐川八重子社長は「会員権が売買されるクラスのゴルフ場では客足は減っていないはず」と指摘する。だが都市部から離れたゴルフ場は伸びていない。「関東では東京から車で1時間、関西では30分程度が境界線だ」(PGMマーケティンググループの須賀隆グループ長)。人気クラブとそれ以外の二極化が進んでいる。

須賀氏は「PGMではいわゆる『25年問題』は起きていない」と強気だ。とはいえ、「10年後の35年を懸念している」とも話す。PGMのグループ会社となったアコーディア・ゴルフはクラブハウスに女性向けの設備などを増やすなどしてお

業界関連ニュースをイッキ読み!

り、連携して新規客の開拓を進める。75歳でのゴルフ引退を先延ばしできても、一大勢力である団塊世代はいつかはプレーをやめる。そのときに備えた戦略の有無が明暗を分ける。

(2025年4月22日／日本経済新聞)

産総研、 AI性格分析で健康指導を最適化 SOMPO系導入

産業技術総合研究所は、運動習慣や性格に関する簡単な質問に答えるだけで一人ひとりに最適な健康プログラムを提案する手法を開発した。約2万人のデータをもとに人工知能(AI)が統計分析する。試験導入した企業では利用者の満足度向上が確認されており、フィットネスジムや旅行業など幅広い分野での活用を期待している。

開発したのは「行動変容のための個人適合技術」。肥満など健康に課題を感じた人が年齢や身長、当日の体調、自身の好みなどをアプリで数回答えるだけで、AIが性格や価値観を類推・分析する。本人が前向きになれる行動を予測しランニングや筋力トレーニング、ピラティスなど適切な運動や休養、食事のとり方を提案する。

同技術の特長は相談者の心理面を考慮した点だ。「一度決めたらやり抜く」「周囲の環境に不満を持ちやすい」といった質問を7段階評価で答えてもらい、「パーソナリティ(人格)」、「価値観」の傾向を浮き彫りにする。

「パーソナリティ」:「内気で内省的」「他人と協調しやすい」「好きなことを追求する奔放型」「まじめで模範的」の4分類。

「物事に取り組む際の価値観」:「計画的」「成功志向」「気まぐれ」「失敗回避を優先」の4類型。

これらを組み合わせ、相談者の人格を16のカテゴリーに分け、例えば「内省×気まぐれタイプ」なら「無理なく始められる小さな一歩がおすすめ」といった助言をする。

類型化された人格とは別に「社交性」「運動好き」「神経質」など8つのキーワードをレーダーチャートで視覚化、助言への納得感を高める工夫も凝らす。

この技術の一部を2023年度から導入するのが、産総研の共同研究先でSOMPOホールディングス傘下のSOMPOヘルスサポートで企業向け保健指導を手掛ける。生活習慣の改善を支援する企業2社向けに試験的に取り入れ、24年度までの2年間で延べ約1200人の相談に活用した。

性格や心理に関する質問は5つほどと簡潔だが、価値観を踏まえた分析により、健康増進の目標設定がスムーズになり相談時間が短縮できたという。ウォーキングや間食制限の達成率も高まった。

SOMPOヘルスサポートでは、健康相談員の経験に頼るだけでなく「産総研の技術で、より個人に最適化したアドバイスが提供できた。相談者の満足度だけでなく相談員のやりがい向上にもつながった」としている。

少ない質問でも最適な提案ができるのは、約2万人にそれぞれ200以上の質問を行って構築したデータベースがあるからだ。AIは相談者と似たプロフィールの人が好む健康行動を膨大なデータから抽出し、運動強度を考慮した最適なプランを提案する。

データベースの構築は22年12月からで、収集したのは①年齢や性別、職業など個人の属性②運動習慣や家族からの支援があるかなど健康・環境の情報③嗜好性など心理的な特徴——の3つが柱だ。

開発にあたった心身機能・モデル化研究グループの片平健太郎研究グループ長は「目標達成率の向上により健康に悩む人の行動変容が持続する効果が期待できる」と指摘。「食事制限や運動が続かなかった人の悩みを解決する手段になるはずだ」と語る。

産総研は同技術についてフィットネスジムへの導入を検討しているほか、健康管理アプリの運営企業も顧客候補として普及に力を入れる考え。

同技術は個人ごとに最適な選択肢を提案するだけに応用範囲が広い。「流行に敏感」「将来への投資より今が大事」など消費傾向もある程度予測できるという。データ収集の新しい協力者を発掘してデータベースを充実させることが課題だが、片平氏は「好みを生かした旅行プランやその人に合った仕事の提案も可能。顧客の心理特性を踏まえた金融商品をすすめる投資提案サポートも可能だ」と話す。

(2025年4月22日／日本経済新聞)

インドネシア、 走り出したフィットネス3300億円市場

インドネシアでフィットネスブームが拡大している。新型コロナウイルス流行の中、普段は大渋滞のジャカルタなど主要都市の道路が閑散とし、それを機にジョギングやサイクリングをする人が増えた。SNSの影響を受けやすいZ世代が世界的なフィットネス人気で目覚めたとみる専門家もい

業界関連ニュースをイッキ読み!

る。

スポーツ衣料を日常着に取り入れるファッションブランドやフィットネス関連のスタートアップなど、多くの企業が需要を取り込もうとしている。インドネシアはこれまでフィットネス参加率が他地域よりも低かったが、ビジネスチャンスが到来した。

インドネシア青年スポーツ省は、2024年にスポーツ経済がおよそ39兆ルピア(約3300億円)に達したと発表。23年比で5.8%増加し、国内総生産(GDP)の0.19%に相当する。

シーラさん(29)は21年にランニングを始めてからフィットネスに熱中、幅広いフィットネスに取り組むようになり、スポーツジムの会費やヨガ、ピラティスのレッスンなどに毎月計500万ルピア(約4万2000円)ほどを支払う。「最終目標は42キロメートルのフルマラソンを完走すること」と意気込む。

インドネシアでスポーツ用品を販売する小売業者は、24年の純売上高が前年比27%増の17.2兆ルピアを記録し21年から4年連続で2桁成長を達成した。

スポーツジムを運営する「Fit Hub」と「FTL Gym」の両社は複数の企業からそれぞれ1200万ドル(約17億円)と400万ドル前後の投資を受けた。両社はジャカルタをはじめ主要都市で100軒を超えるジムを運営している。

(2025年4月25日/Nikkei Asia)

斧投げでストレスも投げ飛ばせ 都内発・地方にFC、競技団体も

ダーツのように投げた斧(おの)の位置で得点を競う「アックススローイング」への関心が高まりつつある。投げてはいけないものを投げるという背徳感や競技性が若者に受けている。静岡県や青森県など地方でも体験できる店舗が増え、初心者や女性に限定した大会を開催している。

米国発祥の新興スポーツで、ダーツのように斧が的に刺さった位置で得点を競う。中心部ほど得点が高く、特定の場所に当てるとさらに点数が上がる。重さ1キログラムほどの斧を約3メートル離れた的に投げ、10投の合計点が多い方が勝つ。

アミューズメント施設運営のBrick Wall(ブリックウォール)は2020年に東京・池袋でサービスを始め、現在はFCも含めて8店舗を展開(都内4店舗、大阪市と名古屋市各1店舗)。23年に静岡市、24年夏には青森県八戸市でも始め

た。

新型コロナウイルス禍中の出店拡大だったため、長引く外出自粛などでたまったストレス解消目的で来店する人が多かったという。料金は30分2480円から。追加料金で、手裏剣やシャベル、アイスピック、鉄のトランプカードなど、様々な刺さるものを投げられる。

東京・新宿の店舗は、毎月800人程度が訪れる。20代後半から30代の2~3人のグループが中心で男女比は半々。会社員同士やインバウンド(訪日外国人)も目立つ。河東社長は「日常生活では物を投げられず、ましては斧なんて絶対ダメ。そうした非日常の体験を提供したい」と語る。

継続的な利用を促すため、色々な大会を催す。年間チャンピオンを決定する「日本一決定戦」は22年から毎年開催。2対2のチーム戦で競う大会を24年に新設した。大会は女性限定など8種目あり、24年のエントリー数は180人と23年比で80人増えた。

競技性もある。中心部の円に当てると最大6点を獲得できるが、事前に宣言した上での2投までは最高得点が8点到跳ね上がる別の円もある。ただ、宣言して外れた場合は0点。ゲーム展開を左右する要素だ。

課題は体験できる場所の拡大。利用者に圧迫感を与えないある程度の天井高のある物件がなかなかないが、販管費はそこまでかからず利益は出しやすい。

社長は自ら業界団体の一般社団法人「日本アックススローイング協会」(東京・新宿)を設立。米国の競技団体の動きを常に把握し、日本でのルール更新や審判の教育まで手がける。

何かとストレスがたまる現代社会。たまった鬱憤を晴らす選択肢の1つに育つかも说不定。

(2025年4月27日/日経MJ)

愛知県小牧市、健康増進へ「ラボ」 住友理工の測定機を無料で

愛知県小牧市が1月、身体の状態を計測する最新機器やサービスを無料で使える健康増進拠点「ヘルスラボ・こまき」を開設した。フレイル(虚弱)の傾向のチェックや、食事の栄養バランスを学べる。市内に拠点を置くヘルスケア事業を手掛けるアビーボ(名古屋市)と組み、健康づくりにつながる技術や製品を発信する役割も担う。

例えば握力や歩行速度などからフレイルを判定できる機器を使うと、身体的機能が低下する「身体的フレイル」、認

業界関連ニュースをイッキ読み!

知能力が落ちる「認知的フレイル」などを細かく調べることができる。年をとった親を心配して、家族が連れてくることが多い。

フレイルの判定機器を手掛けたのは、自動車用の防振ゴムやホースを主力とする住友理工。得意のセンサー技術をヘルスケア分野にも展開している。小牧市とは健康づくりに関する協定を結び、ラボの開設段階から協力した。

ラボでは普通の食事の栄養バランスもわかる。チップを埋め込んだ食品サンプルで食事を再現して機器にのせると、カロリーや脂質、たんぱく質の量が測定できる。年齢や身長を基に食生活を5つの星で評価する。足りていない栄養素がグラフで見える化され、管理栄養士がアドバイスする。ヘルスラボで朝昼の食事の栄養を確認してから、夕食メニューを決める利用者もいる。

健康に関する最新機器などを無料で提供する施設は珍しく、市民にとっては気軽に使えるメリットがある。名古屋のベッドタウンである小牧市の人口は10年間で3%減った。小牧市健康生きがい推進課は「市民の健康づくりのきかけを提供したい」と話す。

口コミで最新機器の使い勝手などを発信する場としても期待は大きい。愛知県には自動車部品メーカーが集積するが、車の電動化などに伴う市場縮小に直面している。培った技術で新規事業の開拓を考えるメーカーは少なくない。アビーボは「他の企業とも連携し、健康づくりのアイデアを増やしたい」と語る。

市民の健康増進に向けてヘルスラボを設ける動きは全国に広がる。総務省の2023年の人口推計で高齢者の割合が全国3位となった山口県は、山口市と共同で21年にヘルスラボを開いた。運動後の疲労回復などに効果があるとされるような、健康にまつわる飲食物のモニター調査なども実施している。

長野県松本市のヘルスラボも、企業とのコラボを前面に打ち出している。キューピーや富士フイルム、セイコーエプソンなどと連携した。モニター調査にとどまらず製品開発に生かすニーズを調べるため、ラボの会員と意見交換できる場なども設けた。

経済産業省の推計によると健康を支援するヘルスケア産業の市場規模は50年に約60兆円と20年(18.5兆円)比で3倍以上に伸びる見通しだ。新規参入が進むヘルスケア事業にとって、官民が連携する実証の場は今後さらに重要となる。

(2025年4月28日／日本経済新聞・まちの未来図)

アシックス、ランナー目線のお役立ち情報 AI使い欧米100大会でサービス

アシックスは米新興のニューランが開発したAIプラットフォーム「ランコンシェルジュ」を活用し、ランナーがマラソンやランニング大会の情報を手軽に入手できる無料サービスを2025年夏に始める。人工知能(AI)を活用し、ゼッケンの受取場所などの大会に必要な情報をランナー目線で提供する。まずは100以上の欧米やオーストラリアの主要大会を対象にする。将来は日本を含むグローバル規模に広げる。

ランナーがウェブページからAIにほしい情報を問うと、大会主催者が用意する給水ポイントや回数などの回答を得られる。AIがランナーに代わり大会開催日の数カ月前から当日までのトレーニング計画を策定する機能もつける予定。

アシックスによると、ランニングイベントに特化したAIサービスは珍しい。運営費は広告収入モデルでまかなう。初心者のランナーが大会に参加する際の不安をとりのぞく狙いがある。競技人口を増やしてシューズ市場の拡大につなげる。

(2025年4月30日／日本経済新聞)

笹川スポーツ財団 調査研究報告書

笹川スポーツ財団は、1992年から隔年で「スポーツライフに関する調査(スポーツライフ・データ)」を実施しています。全国の18歳以上を調査対象に、頻度・時間・運動強度からみたSSF独自の指標である「運動・スポーツ実施レベル」をはじめ、運動・スポーツ実施率やスポーツ観戦率、スポーツクラブ加入率、好きなスポーツ選手の推移など国内のスポーツライフの現状を明らかにしてきました。

このたび、最新の調査結果をまとめた「スポーツライフ・データ 2024」(調査期間:2024年6月～7月)を、3月28日に刊行いたしました(Amazonブックストアなどで発売中)。本調査は、新型コロナウイルス感染症が5類移行後、初の実施となります。ポストコロナ社会における「する・みる・ささえる」スポーツの現状は、コロナ禍前(2018年調査)の水準には戻り切っていない可能性があり、年1回以上の運動・スポーツ実施率は2006年以来の6割台に減少しました。

【主な調査結果 詳細】

「する」スポーツ

業界関連ニュースをイッキ読み!

■運動・スポーツ実施率の年次推移

年1回以上の運動・スポーツ実施率をみると、1992年調査では50.9%と半数をわずかに超える程度であったが、2000年には70.7%に上昇した。その後、2006年までは60～70%台の間を行き来し、2008年以降は70%台での横ばい状態が続いていた。2024年調査では69.8%であり、前回の2022年調査から3.1ポイント減少して2006年以降の6割台となった。

図表1. 運動・スポーツ実施率の年次推移



注1) 2014年までは20歳以上、2016年以降は18歳以上を調査対象としている。

注2) アクティブ・スポーツ人口:週2回以上、1回30分以上、運動強度「ややきつい」以上の実施者

■運動・スポーツ実施レベルの年次推移

運動・スポーツ実施レベルは、「実施頻度」「実施時間」「運動強度」をもとに、運動・スポーツ実施状況を量的・質的観点から捉えるSSF独自の指標である。

図表2. 運動・スポーツ実施レベルの設定

実施レベル	基準
レベル0	過去1年間にまったく運動・スポーツを実施しなかった
レベル1	年1回以上、週2回未満 (年1～103回)
レベル2	週2回以上 (年104回以上)
レベル3	週2回以上、1回30分以上
レベル4 (アクティブ・スポーツ人口)	週2回以上、1回30分以上、運動強度「ややきつい」以上

資料: 笹川スポーツ財団「スポーツライフに関する調査」2024

運動・スポーツ実施レベルの年次推移をみると、「レベル4」(アクティブ・スポーツ人口)は、1994年調査の7.6%から漸次増加し、2012年では20.0%に達した。2018年は20.7%、2020年の22.1%で過去最高を示したが、2024年は18.3%であった。運動強度・時間に関係なく、週2回以上運動・スポーツを行う「レベル2」は9.4%と、1994年調

査以降6～10%の間を推移しており、コロナ禍前の2018年9.5%から横ばいである。過去1年間にまったく運動・スポーツを実施しなかった「レベル0」は、1994年は50.1%と全体の半数を占めていたが、2022年は4分の1程度まで減少した。しかし2024年は30.2%に増え2006年以降の3割超えとなった。

図表3. 運動・スポーツ実施レベルの年次推移(全体)



注) 2014年までは20歳以上、2016年以降は18歳以上を調査対象としている。

資料: 笹川スポーツ財団「スポーツライフに関する調査」2024

(2025年3月刊行/公表資料より抜粋)