

平成 22 年度

事 業 報 告 書

自 平成 22 年 4 月 1 日

至 平成 23 年 3 月 31 日

社団法人 日本フィットネス協会

1. フィットネスに関する普及啓発

(1) フィットネス・サミット 2010 の開催

10月1日 / 国立オリンピック記念青少年総合センター

総参加者 680名

ア. 基調講演 小澤治夫(東海大学教授)

「子どもの健康・体力の現状と課題～学校(体育)と親が向き合うべき取り組み～」

イ. 第8回フィットネス指導実践報告会

ポスター発表(6件)

発表者	タイトル	部門
小関潤子	時系列から見た運動遊びの楽しさがもたらす行動変容について	課題
竹口敦子	親子あそびを通して見えてくることは?	課題
村田トオル	なぜ、子どもは階段での鬼ごっこに夢中になるのか?	課題
大月直美	慢性疾患を有する元気高齢者における有酸素性運動時の運動強度	自由
園田幸子	運動教室参加者が自宅での運動実施率向上につながる支援ツールの検討	自由
高力容子	職域におけるヘルスアップ教室の取り組みとその効果	自由

口演発表(6件)

発表者	タイトル	部門
荻野ひとみ	ボールエクササイズが知的障がい児にもたらすもの	課題
鈴木邦明	小学校三年生の体育授業における鬼ごっこのやり方の違いによる子どもの活動量の差	課題
芝崎美幸	咬合力アップ事業における顔筋トレーニングを併用した運動の効果と方法	自由
細見愛佳	高齢者地域リーダーを育成する方法	自由
西沢富江	エアロビックダンスが中高齢者個々人の血圧に及ぼす影響	自由
北目衛子	高齢者心理に配慮した運動器機能向上プログラムの効果	自由

ウ. 第9回フィットネスダンス全国大会

フィットネスダンス発表者一覧

課題部門 (4件)

発表者	題名	受賞
渡辺みどり	親子でにこにこふれあいダンス	
三辻浩子	親子で Mickey! (かけっこ No.1 と体力向上)	最優秀賞
糸井優子	産後の親子フィットネス	
荻野ひとみ	マリオになって弾んじゃおう	優秀賞

自由部門:9件

発表者	題名	受賞
藤野恵美	手足を伸ばしてポンポコリン	優秀賞
堀井新太郎	タオルでルンバ!? ～気軽にフィットネス～	
禰津久子	Thinking & Moving ～DEKINAIを楽しもう!～	
利根川久女紅	いつも そばにいるよ	優秀賞
阿部涼子	男はつらいよ体操	
吉岡 霞	祭りだ!花火だ!どっこいしょ!!	
小野広美	つながり体操 ～手・脳・体～	優秀賞
久留久枝	ネジネジ体操	財団賞
川村美樹	オレラン ～オレ達ひたすらンナ～	最優秀賞

(2)機関誌「ヘルスネットワーク」の発行

月平均発行部数 3,300部

(3)出版物の発行

タイトル	著者	発行部数
100歳までウォーキング	宮下充正・矢野英雄・木蔵シャフェエ君子	5,000
フィットネスダンス指導教本	和田左和子・蛭間純子・田中雅子 池田美知子編集 深代泰子監修	2,000
フィットネスインストラクターのためのキネシオロジー	西端泉	3,000

2. フィットネスに関する研修会等の開催

(1)JAF Aフォーラム(6回)

	名称	時期	場所	参加人数
ア	2010 in 東京	6月4(金)～7(月)	江東区有明スポーツセンター	971名
イ	コンディショニング 2010	8月30(月)～31(火)	BumB 東京スポーツ文化館	436名
ウ	2010 in 北海道	10月9日(土)～10日(日)	北翔大学 北方圏生涯スポーツ研究センターSPOR	152名
エ	2010 in 九州	11月2日(火)～4日(木)	アクション福岡	454名
オ	2011 in 東海	2月25日(金)～27日(日)	東海学園大学三好キャンパス	478名
カ	2011 in 関西	3月24日(木)～26日(土)	ペイコム総合体育館(尼崎市記念公園)/スパイラ新大阪	577名

海外指導者の招聘 ア. マーク・オリバー(ドイツ)/トニーシカラ(イタリア) カ. ルチアーノ・モットラー(イタリア)

※行政機関における健康づくりに対する運動導入説明会参加自治体数(平成22年度)

31自治体

※フィットネスダンス普及員数(平成22年度)

123名

(2) Jafa ADIエグザミネーター研修会(6回)

日時	場所	受講者数
7月6日(火)～7日(水)	北海道かるで 2.7	7名
7月25日(日)～26日(月)	アクロス福岡	12名
8月21日(土)～22日(日)	リバブルスクエア南町田	18名
8月27日(金)～28日(土)	CIVC 新大阪研修センター	19名
9月4日(土)～5日(日)	中央大学駿河台記念館	22名
9月28日(火)～29日(水)	リバブルスクエア南町田	12名

(3) Jafa AQS・AQE 研修会(1回)

日時	場所	受講者数
5月8日(土)～9日(日)	OMMビル&オアシス天王寺店	32名

(4) 第24回ACSMヘルスフィットネススペシャリスト(HFS) 教習ワークショップ(1回)

日時	場所	受講者数
10月25日(月)～27日(水)	国立オリンピック記念青少年総合センター	29名

(5) ACSM CECセミナー(1回)

日時	場所	受講者数
10月28日(木)	国立オリンピック記念青少年総合センター	94名
10月29日(金)	国立オリンピック記念青少年総合センター	88名

(6) 健康運動実践指導者(指導士)登録更新講習会(13回開催)

	受講者
第160回:「コアスタビライゼーションの理論と実践 2DAYS 集中講座」 5月6日(水)、7日(木)/名古屋 稲永スポーツセンター	80名
第161回:「運動の初期導入に効果的な指導法の実践」 6月22日(火)、23日(水)/尼崎 尼崎市記念公園総合体育館	90名
第162回:「高齢者を対象とした運動指導の留意点と最新指導方法の実践」 7月1日(木)、2日(金)/仙台 仙台市体育館	90名
第163回:「高齢者を対象とした運動指導の留意点と最新指導方法の実践」 7月22日(木)、23日(金)/広島 広島県立総合体育館	92名
第164回:「コアスタビライゼーションの理論と実践 2DAYS 集中講座」 9月8日(水)、9日(木)/松山 愛媛県武道館	78名
第165回:「コアスタビライゼーションの理論と実践 2DAYS 集中講座」 9月15日(木)、16日(金)/福岡 アクシオン福岡	90名
第166回:「運動の習慣づけを推進する指導とそのプログラム導入の実践 2DAYS 集中講座」 10月19日(火)、20日(水)/東京 東京スポーツ会館	80名
第167回:「高齢者を対象とした運動指導の留意点と最新指導方法の実践」 11月18日(木)、19日(金)/尼崎 尼崎市記念公園総合体育館	91名

第 168 回:「コアスタビライゼーションの理論と実践2DAYS 集中講座」	12月4日(土)、5日(日)/北海道 北方圏生涯スポーツ研究センターSPOR	56名
第 169 回:「コアスタビライゼーションの理論と実践2DAYS 集中講座」	平成 23 年1月 26 日(水)、27 日(木)/東京 東京スポーツ文化館	90名
第 170 回:「高齢者対象の身体機能向上のためのコンディショニング指導実践」	平成 23 年2月9日(水)・10 日(木)/福岡 アクシオン福岡	93名
第 171 回:「コアスタビライゼーションの理論と実践2DAYS 集中講座」	平成 23 年3月3日(木)・4日(金)/横浜 YMCA スポーツ専門学校	90名
第 172 回:「コアスタビライゼーションの理論と実践2DAYS 集中講座」	平成 23 年3月 17 日(木)・18 日(金)/名古屋 稲永スポーツセンター	90名
第 173 回:「コアスタビライゼーションの理論と実践2DAYS 集中講座」	平成 23 年3月 30 日(水)・31 日(木)/新潟 亀田総合体育館	震災により中止

(7)ADI/JAFA AQUA 養成校実技教員研修会(1回)

日時	場所	受講数
10月12日	中央大学駿河台記念館	ADI 養成校 82 校、JAFA AQUA 養成校 30 校 (重複 28 校)

(8) 機関誌「ヘルスネットワーク」による資格継続単位取得のためのセルフテスト

ア. ADI/JAFA AQUA セルフテスト(3回)

	号 および タイトル	受験者数
第 36 回	2010 年 4 月号 貧血のメカニズムとその予防	215 名
第 37 回	2010 年 7 月号 安全で効果的な「水中レジスタンストレーニング」の実践	217 名
第 38 回	2011 年 1 月号 メインエクササイズにおける強度変換のプログラム	237 名

イ. ACSM 自己診断テスト(4回)

	号 および タイトル	受験者数
第 45 回	2010 年 6 月号 マーシャルアーツ:可能性のある選択肢ウエイトコントロールのためのエクササイズ	284 名
第 46 回	2010 年 8 月号 慢性的な腰痛のためのレジスタンストレーニング	248 名
第 47 回	2010 年 11 月号 一般人のためのアジリティトレーニング	276 名
第 48 回	2011 年 2 月号 「レジスタンストレーニングの強度～研究と理論的根拠～」	287 名

3. フィットネスに関する指導者の養成及び資格の認定

(1) ADI 資格認定テスト・教習ワークショップ(58 回実施、*印:協会主催)

総受験者数 635 名、合格者数 350 名 合格率 55%

			受験者
* 第 523 回	6 月 12～13 日	福岡市民体育館	22 名
* 第 524 回	7 月 03～04 日	リバブルスクエア南町田	31 名
* 第 525 回	7 月 18～19 日	札幌リゾート&スポーツ専門学校	8 名
* 第 526 回	8 月 28～29 日	愛知県体育館	10 名
第 527 回	5 月 29 日	山本道代ワークアウトスタジオ	5 名
第 528 回	5 月 31 日	アスリエデュケーションアカデミー	7 名
* 第 529 回	10 月 10～11 日	クレオ大阪	24 名
* 第 530 回	11 月 06～07 日	リバブルスクエア南町田	30 名
* 第 531 回	11 月 20～21 日	愛媛県女性総合センター	6 名
* 第 532 回	12 月 04～05 日	仙台医健専門学校	6 名
* 第 533 回	12 月 08～09 日	新潟県亀田総合体育館	4 名
第 534 回	09 月 26 日	ザバスフィットネスアカデミー	7 名
第 535 回	9 月 12 日	A.E.C.	19 名
第 536 回	9 月 15 日	愛知文教短期大学	13 名
* 第 537 回	9 月 16 日	大阪社会体育専門学校	5 名
第 538 回	9 月 27 日	スポーツプログラムス	9 名
第 539 回	9 月 25 日	山本道代ワークアウトスタジオ	9 名
第 540 回	10 月 1 日	福岡医健専門学校	19 名
* 第 541 回	2 月 01～02 日	埼玉県戸田市文化会館	23 名
* 第 542 回	3 月 03～04 日	広島県立総合体育館	8 名
* 第 543 回	1 月 29 日	福岡リゾート&スポーツ専門学校	13 名
* 第 544 回	2 月 12 日	名古屋 桜華会館	9 名
* 第 545 回	2 月 12 日	札幌リゾート&スポーツ専門学校	8 名
* 第 546 回	2 月 26 日	エル・おおさか(大阪府立労働センター)	20 名
* 第 547 回	12 月 4 日	大阪産業大学	9 名
第 548 回	11 月 25 日	ティップネス FITVIT 東京校	9 名
第 549 回	12 月 9 日	大原学園	24 名
第 550 回	12 月 4 日	いきいき運動応援隊はな	6 名
第 551 回	12 月 18 日	スタジオパラディソ	6 名
第 552 回	12 月 24 日	九州共立大学	6 名
第 553 回	12 月 11 日	SOLA 沖縄学園	8 名
第 554 回	12 月 24 日	大阪リゾート&スポーツ専門学校	8 名
第 555 回	12 月 16 日	京都医健専門学校	15 名
第 556 回	12 月 19 日	函館短期大学	4 名
第 557 回	12 月 20 日	東都リハビリテーション	6 名
第 558 回	12 月 20 日	ティップネス社員用	7 名
第 559 回	02 月 07 日	東京YMCA社会体育・保育専門学校／東京工学院専門学校	6 名
第 560 回	02 月 10 日	神戸YMCA学院専門学校	5 名
第 561 回	02 月 27 日	スポーツプログラムス	6 名
第 562 回	02 月 18 日	名古屋医専	10 名
第 563 回	02 月 13 日	履正社医療スポーツ専門学校	5 名
第 564 回	02 月 15 日	大阪国際大学	20 名

第 565 回	02 月 24 日	仙台医健、聖和学園	15 名
第 566 回	02 月 07 日	武庫川女子大学・武庫川女子短期大学部	27 名
第 567 回	02 月 19 日	NPO 法人 LCL	2 名
第 568 回	02 月 19 日	広島 YMCA、日本ウエルネス広島	6 名
第 569 回	02 月 26 日	メガロスアカデミー	6 名
第 570 回	02 月 20 日	レイ・スポーツクラブ岡山	11 名
第 571 回	02 月 20 日	リアンフィットネスアカデミー	6 名
第 572 回	02 月 19 日	武蔵丘短期大学	26 名
第 573 回	02 月 23 日	首都医校	6 名
第 574 回	02 月 17 日	日本女子体育大学	9 名
第 575 回	02 月 22 日	愛知文教女子短期大学	5 名
第 576 回	02 月 21 日	びわこ成蹊スポーツ大学	5 名
第 577 回	03 月 10 日	東急スポーツオアシス関西圏	10 名
第 578 回	02 月 24 日	東京スポーツ・リクリエーション専門学校	6 名
第 579 回	02 月 23 日	東急スポーツオアシス関東圏	6 名
第 580 回	04 月 02 日	山本道代ワークアウトスタジオ	5 名

(2)第 15 回 ADE 資格教育・認定コース

1月 22 日(土)～24 日(月) 受験者数 49 名、合格者数 8 名 合格率 16%

(3) Jafa AQUA 教習ワークショップ・資格認定テスト

ア. AQWI: AQUA Walking Instructor (26 回実施、*印:協会主催)

総受験者数 334 名、合格者数 304 名 合格率 91%

日	実施会場	受験者数
5月18日	大阪産業大学	8名
5月30日	NPO法人 いきいきのびのび健康づくり協会	5名
6月06日	イーグルスポーツプラザ小山	5名
6月16日	東急スポーツオアシス(東京)	14名
6月15日	OSKスポーツクラブ 吉備	3名
*6月19日・20日	リバブルスクエア南町田	5名
6月27日	健康支援エクササイズ協会	2名
6月27日	東急スポーツオアシス(近畿圏)	11名
7月07日	大阪社会体育専門学校	15名
7月21日	武庫川女子大学	73名
7月28日	大阪リゾート&スポーツ専門学校	10名
*8月9日・10日	北海道体育大学校専門学校	6名
8月16日	SOLA沖縄学園 日本スポーツ健康福祉専門学校沖縄	16名
*8月29日・30日	福岡グリーンカレッジ	4名
9月10日	オージースポーツフィットネスアカデミー	5名
9月12日	KTVフィットネスクラブフレスコ	4名
9月17日	神戸YMCA学院専門学校	10名
9月21日	京都医健専門学校	18名
*9月26日・27日	大阪スパイラ新大阪	27名
*10月16日・17日	愛鉄連厚生年金基金会館	6名
10月24日	名古屋リゾート&スポーツ専門学校	3名
10月24日	東京スポーツ・レクリエーション専門学校	7名
11月25日	広島YMCA専門学校	7名
12月18日	いきいき運動応援隊はな	2名
1月12日	武庫川女子大学短期大学部	58名
2月02日	履正社医療スポーツ専門学校	10名

イ. AQBI:AQuaBics Instructor(24回実施)

受験者数 158名、合格者数 143名 合格率 91%

日	実施会場	受験者数
5月30日	NPO法人 いきいきのびのび健康づくり協会	6名
6月06日	イーグルスポーツプラザ小山	4名
6月16日	東急スポーツオアシス(東京)	15名
6月15日	OSKスポーツクラブ 吉備	3名
6月27日	健康支援エクササイズ協会	2名
6月27日	東急スポーツオアシス(近畿圏)	11名
7月20日	大阪産業大学	7名
*7月31日・8月1日	リバブルスクエア南町田	9名
8月16日	SOLA沖縄学園 日本スポーツ健康福祉専門学校沖縄	16名
8月26日	イーグルスポーツプラザ小山	1名
9月10日	オージースポーツフィットネスアカデミー	4名
9月12日	KTVフィットネスクラブフレスコ	4名
9月27日	大阪リゾート&スポーツ専門学校	6名
*11月06日・07日	北海道体育大学校専門学校	6名
*11月24日・25日	大阪スパイラ新大阪	13名
*11月29日・30日	福岡グリーンカレッジ	6名
12月18日	いきいき運動応援隊はな	2名
12月20日	大阪社会体育専門学校	5名
*2月10日・11日	愛鉄連厚生年金基金会館	12名
2月10日	履正社医療スポーツ専門	4名
2月15日	京都医健専門学校	8名
2月22日	東京スポーツ・レクリエーション専門学校	7名
3月06日	大阪リゾート&スポーツ専門学校	4名
3月09日	名古屋リゾート&スポーツ専門学校	3名

ウ. AQE:AQua-exercise Examiner資格教育・認定コース(1回)

平成22年2月19日～2月21日 リバブルスクエア南町田

受験者数 8名、合格者数 4名 合格率 50%

(4)健康運動実践指導者(財団法人健康・体力づくり事業財団認定資格)

ア. 養成講習会(3回)

第75回 9日間

受講生 46名

平成22年6月12日(土)～6月14日(月) ビッグ・アイ

7月3日(土)～7月5日(月) ビッグ・アイ

8月7日(土)～8月9日(月) 武庫川女子大学

第77回 9日間

受講生 95名

平成22年8月21日(土)～8月23日(月) リバブルスクエア南町田

8月23日(月) オンワード総合研究所(プールのみ)

9月18日(土)～9月20日(月) クロスウェーブ府中

10月2日(土)～10月4日(月) リバブルスクエア南町田

第80回 9日間

受講生 67名

平成23年1月21日(金)～1月23日(日) アクシオン福岡

2月4日(金)～2月6日(日) アクシオン福岡

3月24日(木)～3月26日(土) アクシオン福岡

イ. 実技評価委員研修会(4回)	受講者 104名
(資格別総計 ADD 36名、ADE 60名、AQS 27名、AQE 10名)	
愛知 平成22年4月24日(土) プライムセントラルタワー	13名
大阪 平成22年5月8日(土) OMMビル	49名
東京 平成22年5月8日(日) 都市センターホテル	29名
福岡 平成22年6月5日(土) 南近代ビル 受講者	13名

ウ. 養成校認定試験(指導実技試験・筆記試験)

平成22年11月～平成23年2月、全国主要都市の144会場において実施
 受験者数 3,541名 合格者数 2,473名 合格率 69.8%

4. フィットネスに関する調査・研究

JAF A 特別研究基金(5件)

- 坂手誠治(函館短期大学)※今春より相模女子大学 『HEALTH-NETWORK』2011年5月号掲載
「中高年者の水中運動時における水分摂取と脱水状況～安全な水中運動の実施を目指して～」
- 渡辺みどり(一般社団法人日本こどもフィットネス協会 会長) 同6月号掲載予定
「“親子フィットネスエクササイズ”のもたらす育児への効果」
- 野井真吾(埼玉大学教育学部・准教授) 同6月号掲載予定
「子どもの貧血傾向の実態とその背景要因(運動, 栄養, 休養)に関する検討」
- 森山暎子(有限会社 スタディオ パラディソ代表取締役) 同7月号掲載予定
「新しいフィットネスプログラム導入による利用者の行動変容研究とフィットネスネットワークの創出」
- 志村広子(東京大学大学院 教育学研究科 身体教育学研究室) 同7月号掲載予定
「ピラティス・メソッドによるトレーニングが成人の心理・身体に与える効果に関する文献的研究」

5. フィットネスに関する助成及び顕彰

(1) フィットネスダンスフェスティバルに対する助成(5都市)	参加人数
ア. 岐阜県八百津町「フィットネスダンスフェスティバル in 八百津」	
6月12日／八百津小学校体育館	150名
イ. 釧路市「第4回フィットネスダンスフェスティバル in 釧路」	
10月24日／釧路短期大学体育館	100名
ウ. 岐阜県関ヶ原町「フィットネスダンスフェスティバル in 関ヶ原」	
11月13日／関ヶ原町体育館	150名
エ. 鶴岡市「フィットネスダンスフェスティバル in 鶴岡」	
11月23日／鶴岡市小真木原総合体育館	150名
オ. 土佐清水市「スポレク大会&フィットネスダンスフェスティバル in 土佐清水」	
3月20日／土佐清水市立市民体育館	183名
※ 3月15日開催予定 栗原市「フィットネスダンスフェスティバル in 栗原」は、震災のため延期	
(2) 長期継続会員への顕彰(平成22年6月28日付で実施)	
ア. 25年継続会員に対する表彰状の授与	57名
イ. 15年間継続会員に対する感謝状の授与	61名

6. フィットネスに関する国際交流

(1) 海外コンベンション参加(2回)

ア. IDEAツアー

2010年8月3日(火)～8月10日(火) 8日間 参加者数 27名
アメリカ カリフォルニア州 ロサンゼルス

イ. ECA ツアー

2011年3月9日(水)～3月15日(火) 7日間 参加者数 6名
アメリカ ニューヨーク州 ニューヨーク

(2) JAF A フォーラム講師として海外指導者の招聘(重複記載)

ア. 2010 in 東京 マーク・オリバー(ドイツ)/トニーシカラ(イタリア)

イ. 2011 in 関西 ルチアーノ・モットラー(イタリア)

7. 会議等の実施

(1) 総会

(2) 理事会

(3) 各種委員会

区分	名称	会議回数
常任	学術・調査研究委員会	3回
	資格認定委員会	7回
特別	将来構想&組織検討合同委員会	1回
	JAF A アカデミー検討委員会	6回
プロジェクト	フィットネスサミットプロジェクト	11回(会場視察打合せ1回を含む)
	フォーラムプロジェクト	12回

その他法人の目的を達成するために必要な事業

(1) 平成 22 年度障害者総合福祉推進事業費補助金(厚生労働省)

「障害者向けオーダーメイド運動プログラムの開発のための障害福祉サービスにおける日中活動に関する調査研究」

(2) エクササイズ用品(チューブ、ボール等)の頒布