

AFC 特別企画

第5回 AFC 全国指導者アンケート調査

〔 ～エアロビック・フィットネス指導者の 今後を展望する～ 調査結果 〕

AFC 発足から 13 年、前回のアンケート調査（07 年）から 6 年ぶりにエアロビック・フィットネス指導者へのアンケート調査を実施いたしました。今回も多くの皆さまのご協力により、現在の指導者を取り巻く状況や皆さまが抱えている不安、将来への展望などを垣間みるデータを集めることができました。

ここにその全項目の集計結果をご報告させていただきます。

この結果をしっかりと検証し、エアロビック・フィットネス指導者の皆さまをサポートするために AFC として、どのような取り組みをすべきなのかを議論していきたいと考えております。

指導者の皆さまも、ぜひこの結果をご一読いただき、今後のさらなる活躍、そしてエアロビック・フィットネスの活性化のためにお役立ていただければ幸いです。

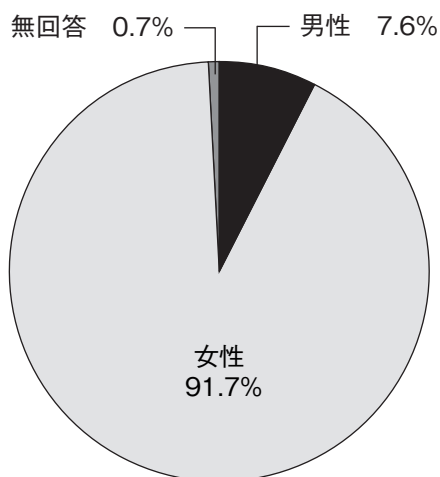
調査の概要

- | | |
|-----------|---|
| (1) 調査の名称 | 第5回 AFC 全国指導者アンケート調査
～エアロビック・フィットネス指導者の今後を展望する～ |
| (2) 調査の目的 | エアロビック・フィットネス指導者の働く環境や労働条件、または指導者の意識やニーズを探ることにより、指導者の将来を展望し、指導団体の今後の活動方針に資すること。 |
| (3) 調査対象 | JAF、JAFA、AFAA の3団体に登録されたエアロビック・フィットネス指導者を無作為に抽出し、有効回答数 600 通（各団体 200 名）を集計。 |
| (4) 調査方法 | 各団体ごとに配布と回収を行い、AFC アンケート調査委員会が集計。 |
| (5) 調査期間 | 2013 年2月～4月までの2ヵ月 |
| (6) 調査項目 | 基本属性／現状／意識／ニーズ・関心／保険・補償／健康管理／その他 |

● 基本属性 ●

Q1

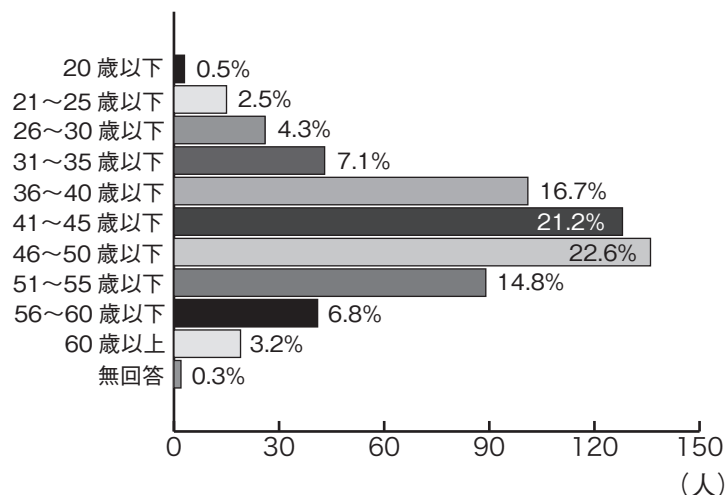
あなたの性別は？



07 年に行った前回アンケート結果と比較すると、男性が 1.6% 増加。しかしながら、女性指導者が圧倒的に多いのは変わらず、全体の 90% 以上を占めています。

Q2

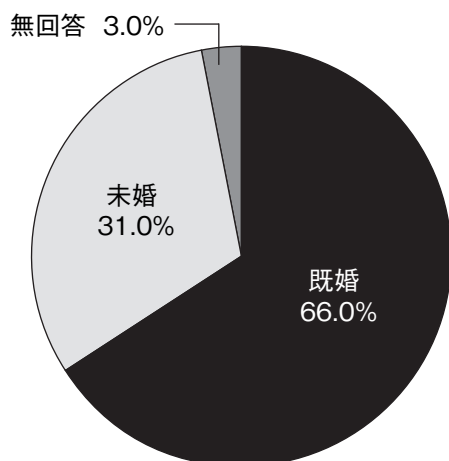
あなたの年齢は？



年々平均年齢が上昇していることが予想されましたが、6 年前のアンケート結果とほとんど変化はありませんでした。指導する内容が多様化し、指導者としてデビューする年齢の範囲が拡大したことも影響しているのかもしれません。

Q3

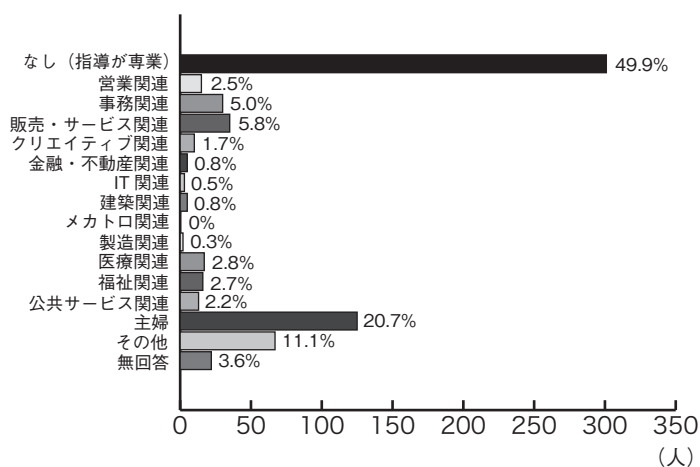
結婚はしていますか？



既婚率は前回の調査から 3% 上昇していますが、前回の結果報告にあったように、指導者が家庭を築くための生活基盤の安定については、今後も課題があるといえそうです。

Q4

指導者の他に仕事をしていますか？

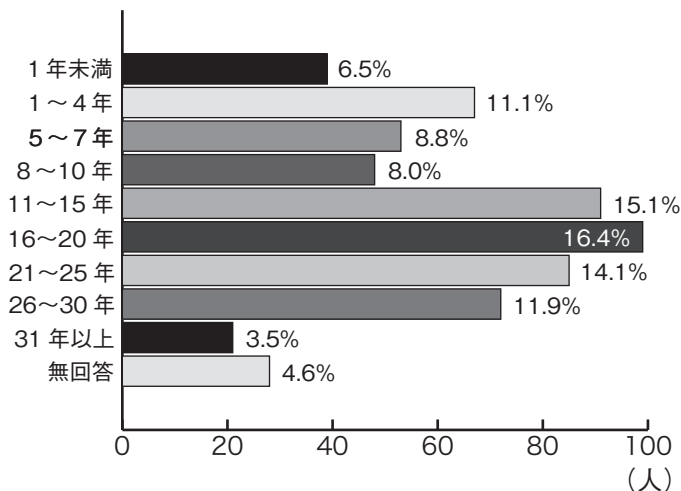


前回は指導職だけで生計を立てている人は 37.6% でしたが、今回は約半数が専業という結果に。とはいえ、指導職だけで生計を立てようという人ばかりではなく、指導の幅を広げることを目的に他の仕事をしている人や、長く指導を続けてきたことが他の仕事につながったケースも増えているようです。

● 現 状 ●

Q5

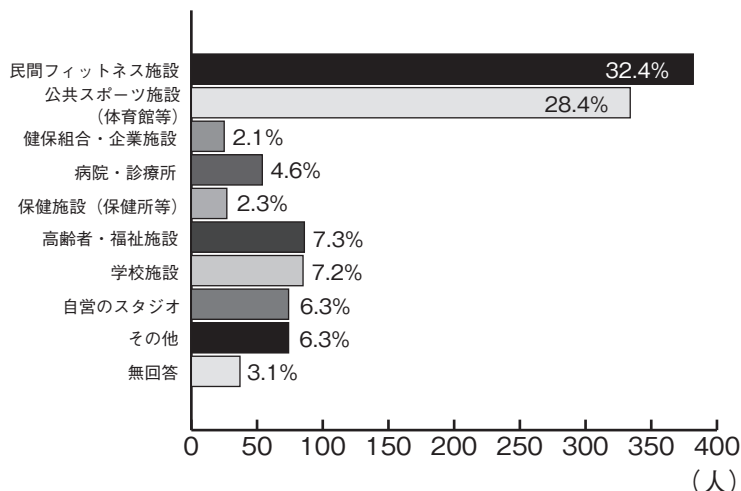
あなたの指導歴は？



16 年以上が 45%以上（前回は 37.0%）、21 年以上にいたっては約 30%（前回は 20 年以上が 18.0%）に。長く続けられる職業となっていることがわかります。その背景には、プログラムの多様化などにより、指導方法や内容を年齢に応じて変化させやすくなった面もあるようです。

Q6

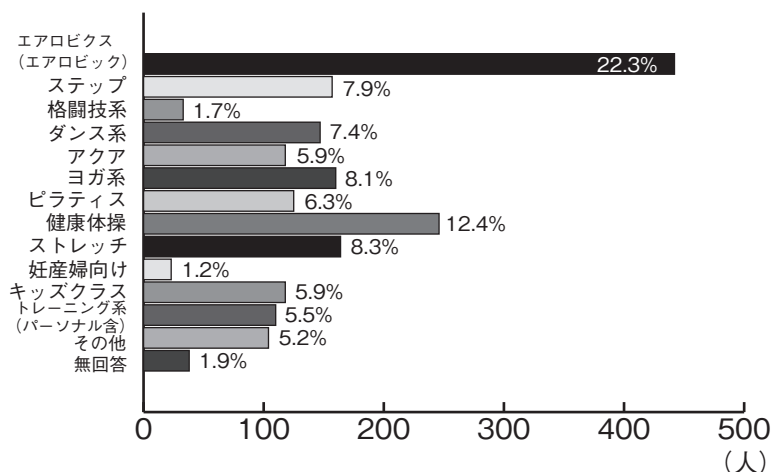
指導場所は？（複数回答可）



国や自治体による健康づくりや疾病対策の本格化によって、公共施設や健保・企業、病院などでの指導機会が増えると予想されていましたが、前回の調査から大きな変化はみられませんでした。ただ、高齢化社会の進行の影響からか、高齢者・福祉施設の割合は着実に増えていました。

Q7

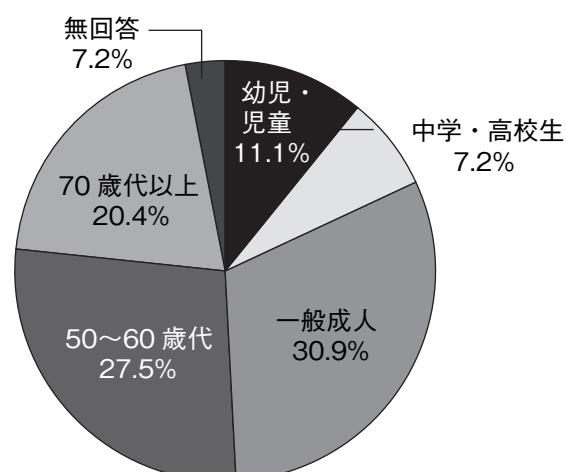
指導しているプログラム（内容）は？（複数回答可）



エアロビクス（エアロビック）を指導する人が最も多いとはいえ、その割合は 25%を下回っており、指導するプログラムが多様化していることがわかります。また、ステップ、格闘技系、ダンス系など運動量の多いプログラムよりも、ヨガ系や健康体操、ストレッチといった低体力者や高齢者に向けたプログラムの指導者の割合が増えていることがわかります。

Q8

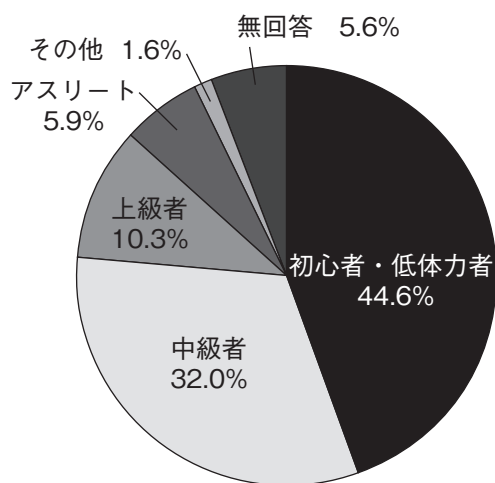
指導対象者の年齢は？ また、その男女比は？（複数回答可）



前回の調査で最も割合が多かった一般成人（41.9%）を大きく上回り 50 歳代以上が 50%近くを占める結果となりました。男女比については、すべての年齢で女性が 50%以上を占めるとの回答が多かったものの、どの年齢でも約 30%が無回答と、一概に女性が多いとはいえない結果となりました。

Q9

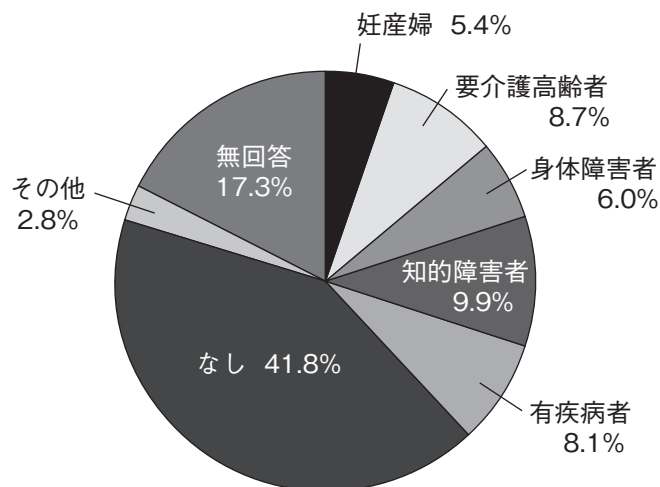
指導対象者の体力・技術レベルは？（複数回答可）



前回の調査結果と大きく異なるのは、中級者が 30%以上に増えたこと（前回 は 0%）。とはいえ、前回よりも初心者・低体力者が約 30%減少（前回 は 73.6%）したことを踏まえると、初心者・低体力者の継続率がアップしたと考えることもできます。なお、男女比では、どのレベルにおいても 2/3 以上が女性と回答していました。

Q10

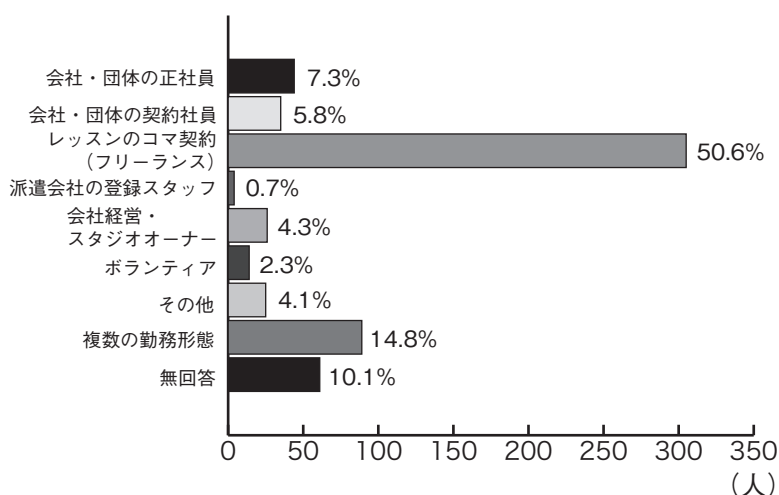
どのような対象者に指導をしていますか？（複数回答可）



体力的弱者に対する指導者は、そのニーズとともに増加すると予想されていましたが、むしろ前回の調査結果よりも約 30%減少という結果となりました。今回のアンケートでは、その原因を知る手掛かりを得ることはできませんでした。今後、課題とすべき点だと思われます。

Q11

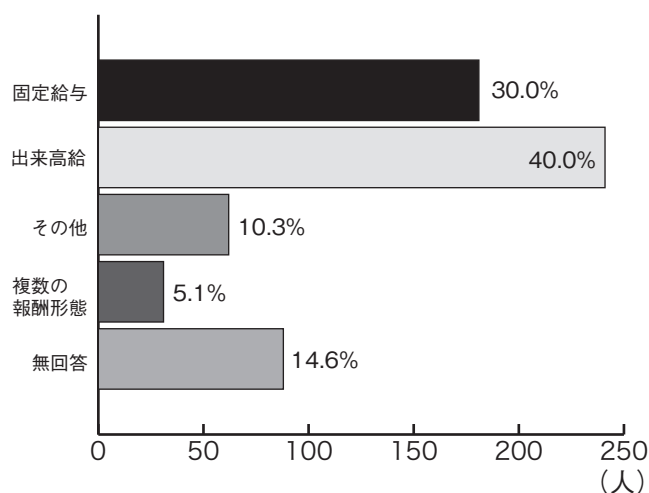
あなたの勤務形態は？



正社員や契約社員とともに、フリーランスの割合もやや減少。その反面で複数の勤務形態が、ここ数年で増加傾向に。指導者としての働き方が変化し始めているようです。

Q12

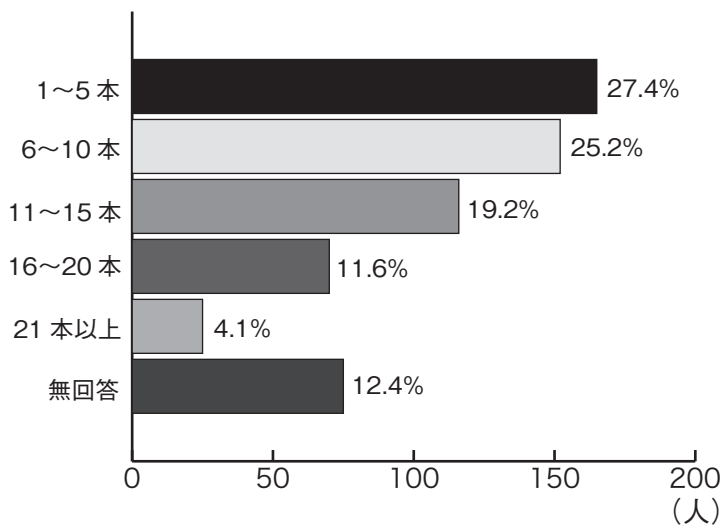
あなたの報酬の形態は？



固定給与・出来高給・その他を選択肢としましたが、固定給与と出来高給の両方にチェックする回答も目立ったため、「複数の報酬形態」として項目を設けました。前回にはなかった質問であったため、比較することはできませんが、フリーランスが多いことから、出来高給が最も割合が多いのは当然の結果だと思われます。

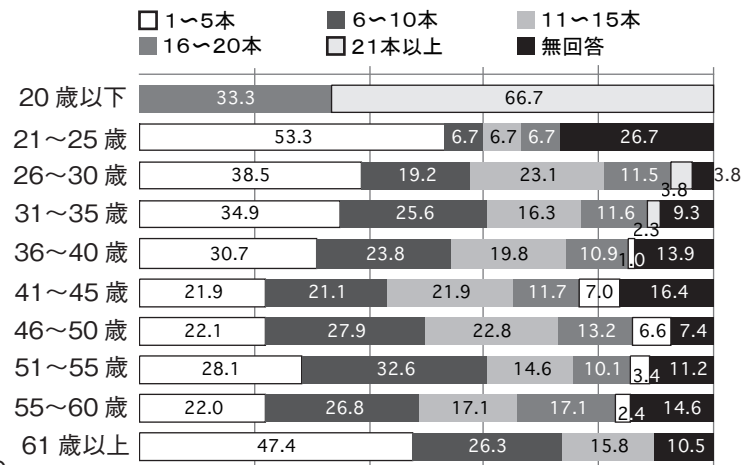
Q13

1 週間のレッスン数は？



前回調査と比較すると、5 本以下が約 5 %ダウン、11 本以上も約 10%ダウンしたが、6 本以上 15 本以下の指導者の割合が多いのは変化がありませんでした。

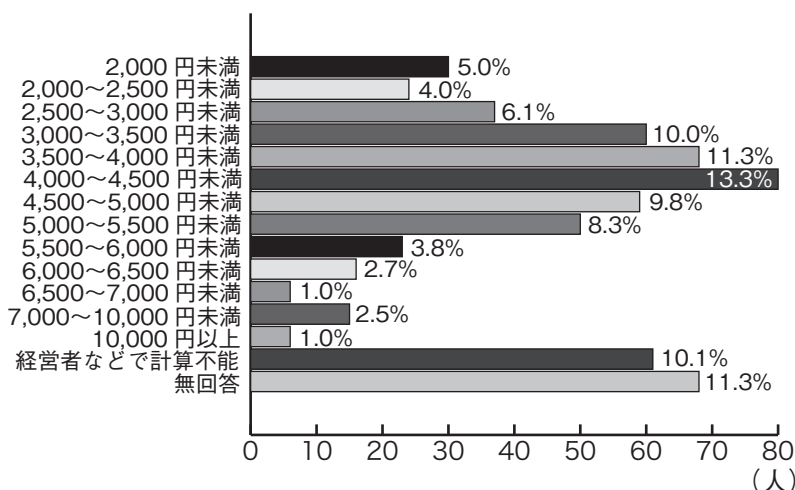
年代別にみると……



21 歳以上から 60 歳以下でみると、年齢が高くなるにつれて 5 本以下の割合が少なくなっている傾向にあることがわかります。しかし、26 歳以上から 60 歳以下では、6～20 本の間では、割合にややバラツキはあるものの大きく差がついてはいませんでした。

Q14

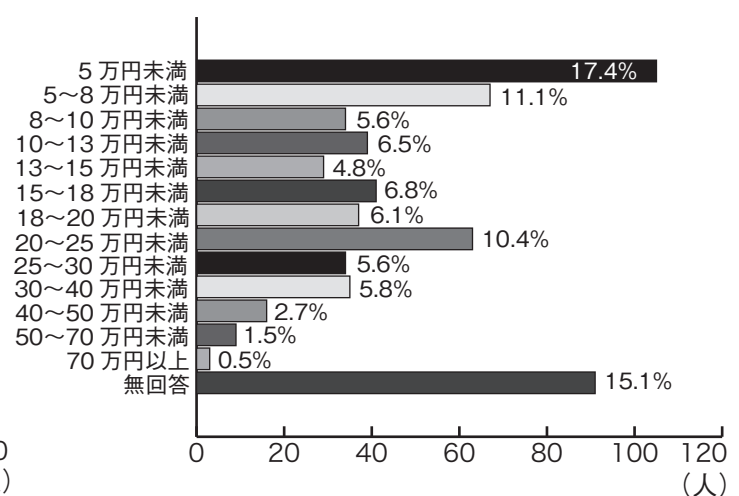
1 レッスン（45 分あたり）の平均フィーは？



4,000 円台が最も多く、前回と同じ結果になりましたが、割合は約 10%アップ。しかし、5,000 円以上の割合は約 6%のダウン、7,000 円以上に限定すると 12.3%ダウンしていました。また、年代別にみると 26～60 歳の多くは 3,000 円台となっており、実際にはフィーが減額されていると感じている指導者が多いようです。

Q15

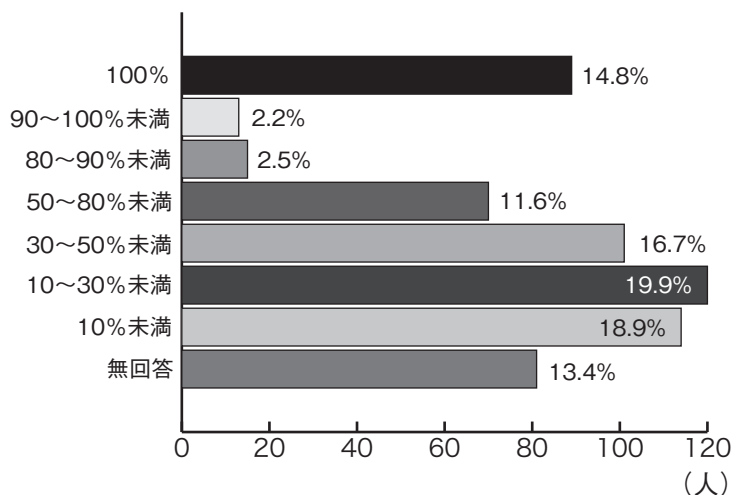
1 カ月の収入金額は？



およそ 4 人に 1 人が 20 万円以上の収入を得ている (26.5%) が、約 60%の指導者が 20 万円に届いておらず、10 万円未満が 34.1%という結果となった。前回と同様の質問を社員もしくは契約社員に限定して行っていたため単純に比較はできないが、20 万円以下が約 52%であったことから、前回よりもやや収入金額が減っていると予想できます。

Q16

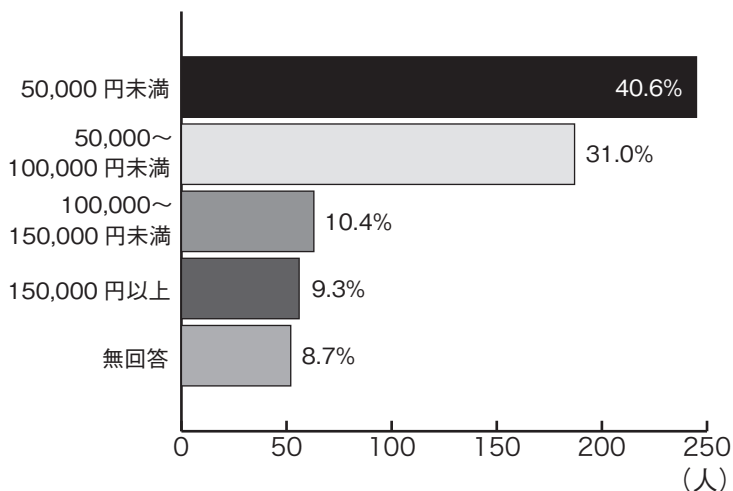
家計費に占めるあなたの
収入額の割合は？



半数以上が 50% 未満（そのうち 30%未満が 38.8%）という結果に。Q4の「他の仕事」別でみると、家計に占める割合が 50%以上と答えたのは、「販売・サービス関連」が最も多く、次いで「福祉関連」「医療関連」の順でした。「クリエイティブ関連」「金融・不動産関連」も 40%の人が家計費に占める割合が 50%以上と回答。その反面、「指導が専業」で家計費の 50%以上を稼ぐ人は 35.9%と決して大きな数字ではありませんでした。

Q17

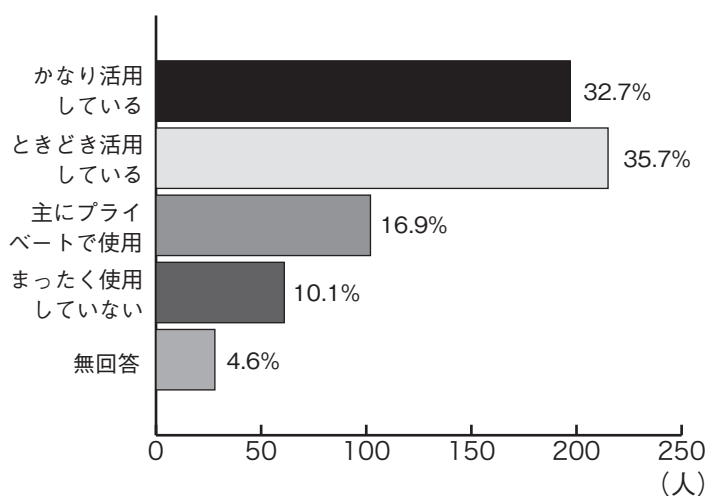
1 年間の講習会・
ワークショップの参加費用は？



講習会・ワークショップには資格更新を含みます。また、交通費・宿泊費は除いた金額での回答をお願いしました。その結果、70%以上が 100,000 円以下、約 40%が 50,000 円未満という結果に。昨今の景況を考えると、指導スキルの向上など自己投資にける費用を増やすのは簡単なことではないことが読み取れます。

Q18

仕事でパソコンを
活用している？

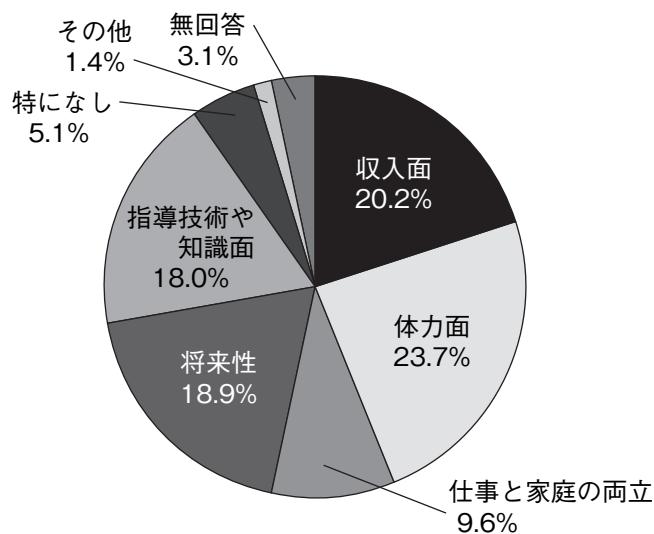


前回のアンケートでは「活用している」が 77.1%、「活用していない」が 22.9%となり、指導者のパソコン活用率が大幅に上がっていました。今回の結果では「まったく使用していない」が 10%に減少。しかし、仕事で活用していると回答した人も 68.4%にダウンしました。これは以前の活用方法（主にネット閲覧やメール）よりも具体的に、多種多様に変化したためかもしれません。

意識

Q19

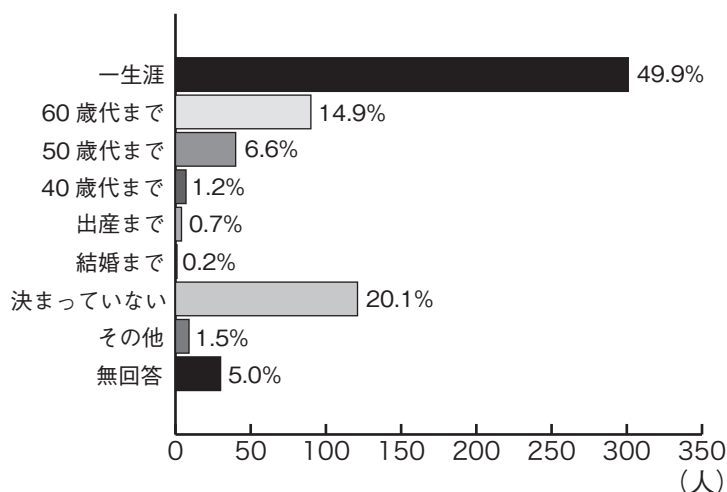
今もっとも不安に感じている
ことは？（複数回答可）



複数回答可であることから、収入面、体力面、将来性、指導技術や知識面の4つが、指導者の多くが共通して抱えている不安と考えることができます。また、女性が9割を超える職業であることを考えると、他業種と比較して仕事と家庭の両立に不安を感じている人の割合が少ないこともわかりました。

Q20

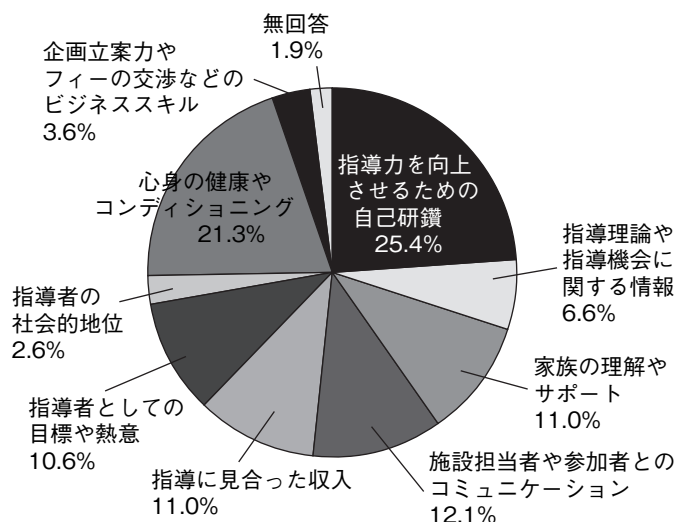
いつまで指導者として
あり続けたい？



一生涯の割合が最も高かったのは、前回のアンケート結果と同様でしたが、前回の70%と比べると大幅にダウンしています。一方で、出産まで、結婚までと、ライフステージの変化を区切りにする回答は前回同様低く、結婚、出産後も続けられる仕事であることが認識されているようです。

Q21

長く活動するために
重要なことは？（複数回答可）

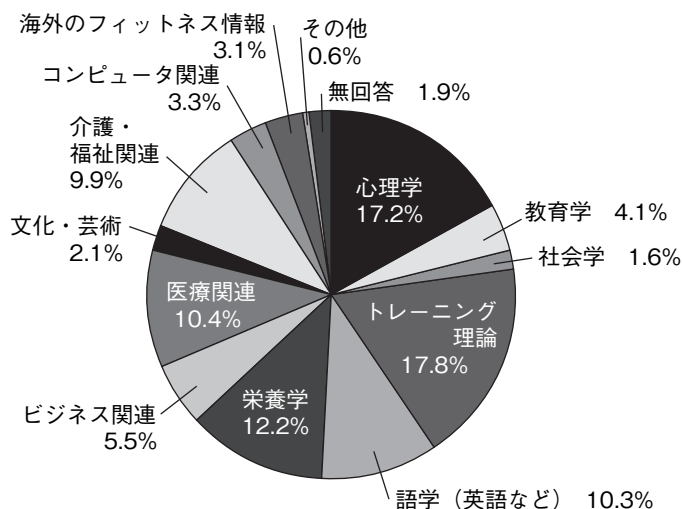


指導力の向上と、心身の健康やコンディショニングがそれぞれ20%以上を占め、およそ半数の指導者が長く活動していくためのベースであると考えていることがわかりました。その他の項目は、活動場所や内容、対象者、生活環境などによって重要度に違いがあらわれたようです。

ニーズや関心

Q22

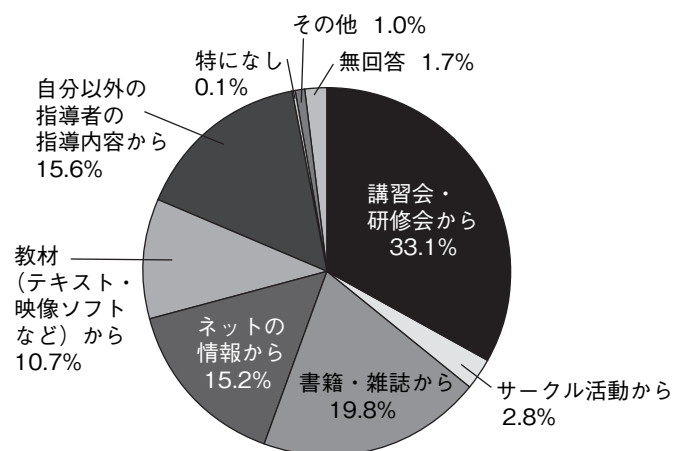
今後、身につけたい
知識・情報は？（複数回答可）



トレーニング理論と並んで多かったのが心理学。栄養学、語学、医療関連、介護・福祉関連といった、指導内容に直結するもののほかに、顧客満足度を高めるためのアプローチ法として心理学に興味を持っている指導者が増えているのかもしれません。

Q23

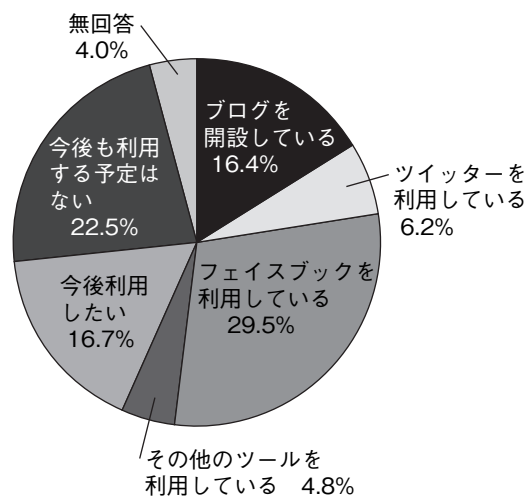
指導力向上のための情報は
どこで得ている？（複数回答可）



前回のアンケートでは、講習会・研修会からが45.3%と圧倒的な割合でしたが、書籍・雑誌、教材、自分以外の指導者については微減といったところでした。注目すべきは、ネットの情報が15%以上となり、情報源として活用している指導者が増えてきたことです（前回調査では選択肢にも含まれていませんでした）。

Q24

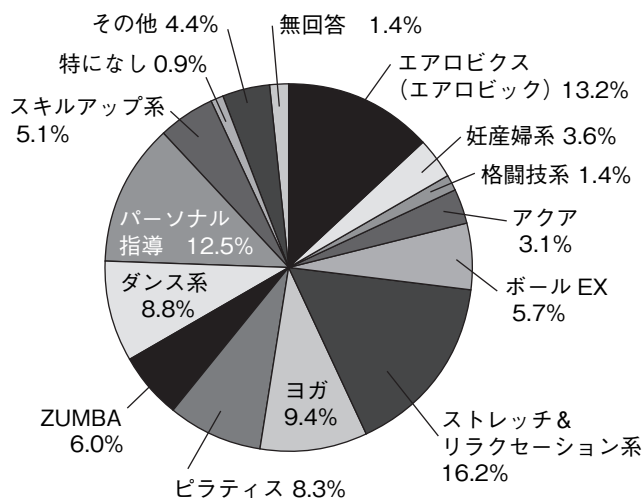
ブログ、ツイッター、フェイスブックの利用は？（複数回答可）



ブログを開設している指導者は数年前から増加していましたが、ここ数年で一気に普及したツイッターやフェイスブックを利用する指導者が急激に増えたことがわかる結果となりました。

Q25

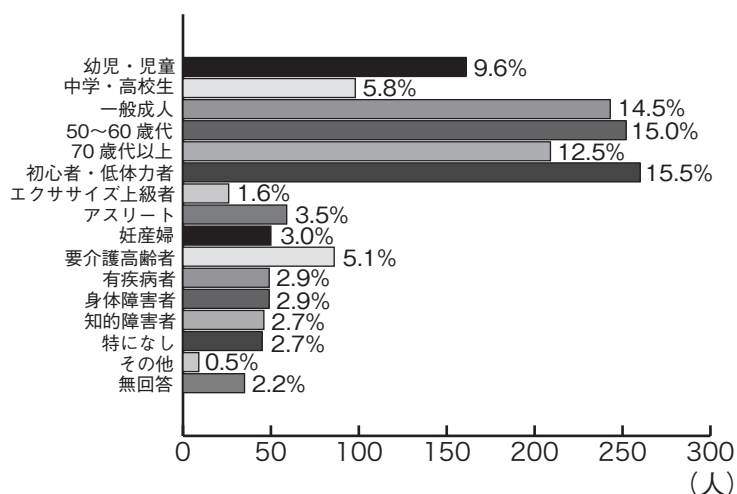
今いちばん興味のあるプログラムは？（複数回答可）



グラフからもわかるように、最も割合が多いストレッチ＆リラクゼーション系でも 16.2%と、様々なプログラムに興味を持っていることがわかります。

Q26

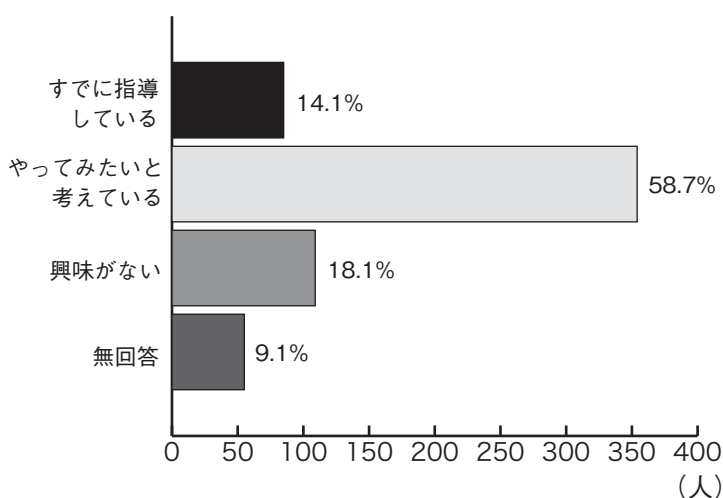
今後指導したい対象者は？（複数回答可）



年齢別でみると 50 歳以上、体力別では初心者・低体力者、特化別では要介護高齢者の割合が多く、特に 50 歳以上と初心者・低体力者の両方にチェックを入れた回答者が多かったようです。さらに進行する高齢化社会を見据えた回答であることがわかります。

Q27

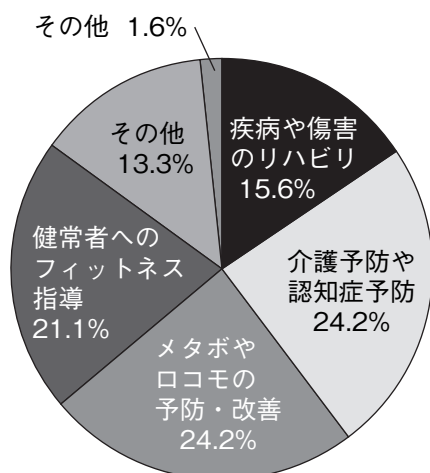
医療・診療施設での指導に興味は？



半数以上の指導者が医療・診療施設での指導に興味を持っていることがわかりましたが、前回の 68.9%と比較すると約 10%のダウン。逆に興味がないとの回答は、前回（11.0%）よりも 7ポイントアップしていました。また、すでに指導していると回答した指導者は、前回の 20.2%からやや減少。数年の間で、こうした施設での指導に対して、意識変化が起きているのかもしれません。

Q28

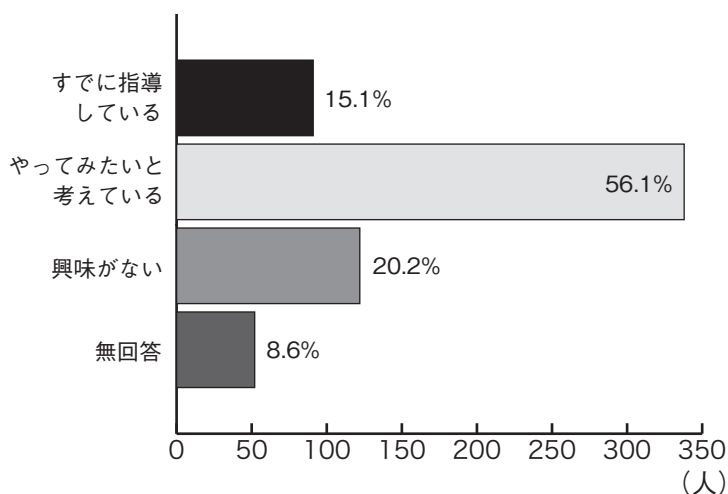
Q27で「すでに指導している」人の指導内容は？（複数回答可）



介護予防や認知症予防、メタボやロコモの予防・改善が同数に。いずれも「予防」のための指導であることから、医療・診療施設で求められているものが垣間見える結果となりました。また、疾病や傷害のリハビリを行っている指導者が確実に増えていることもわかりました。

Q29

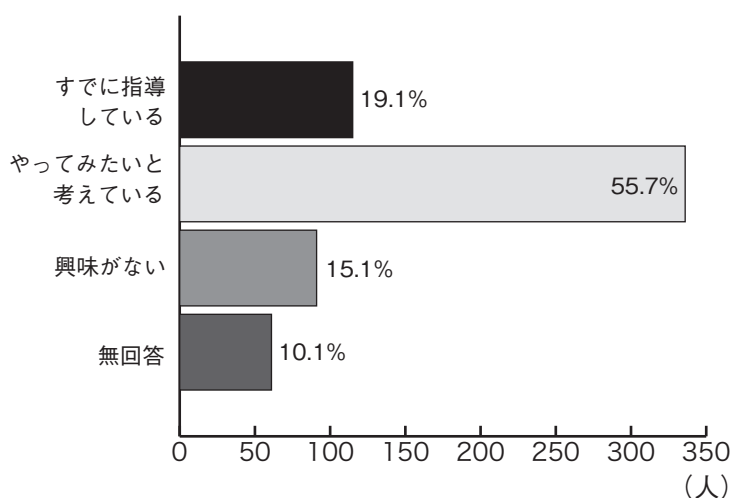
学校での「体づくり」や「リズムダンス」指導に興味は？



学校教育(小学校／中学校／高校／大学)として導入されたこれらの指導に対して、半数以上が興味を持っていました。その一方で、約20%が興味がないと回答。Q27の医療・診療施設での指導よりも高い数字となりました。

Q30

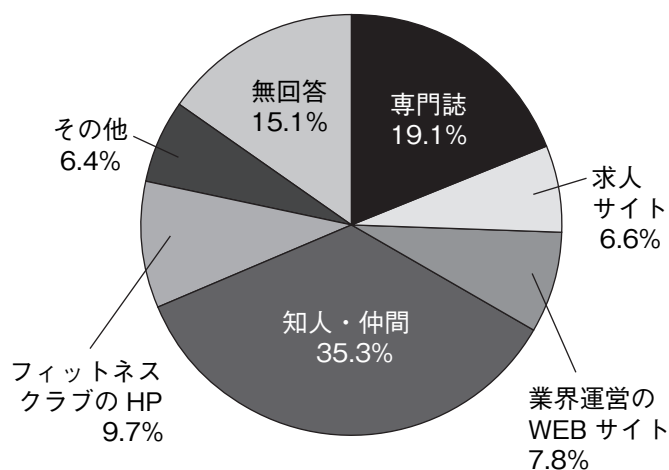
高齢者福祉施設等での指導に興味は？



ここ数年の間に、高齢者へ運動指導を行っている人は増えたものの、福祉施設での指導に限定すると20%未満という結果に。しかし、半数以上が指導してみたいと考えており、Q27で医療・診療施設で指導してみたいと回答した人と重なる傾向もみられました。

Q31

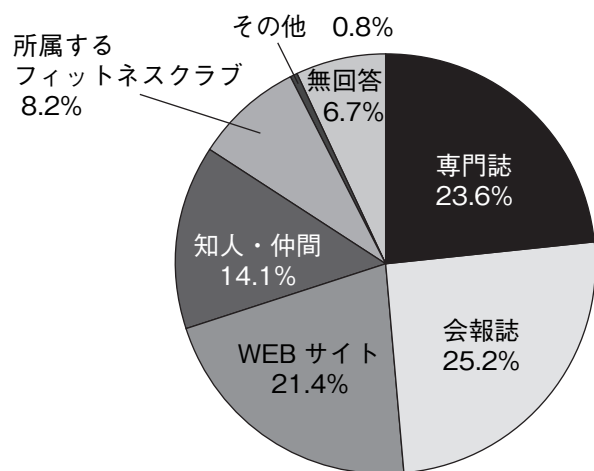
求人情報はどこで得ていますか？（複数回答可）



業界関連媒体の情報をチェックしながらも、知人・仲間とのネットワークから得る情報の方が多いようです。指導者に限らず、フリーランスという勤務形態の場合、いわゆる「ヨコのつながり」が仕事探しでは重要なポイントであり、それはネット社会となった今でも変わらないのかもしれません。

Q32

養成・セミナー情報は
どこで得る？（複数回答可）

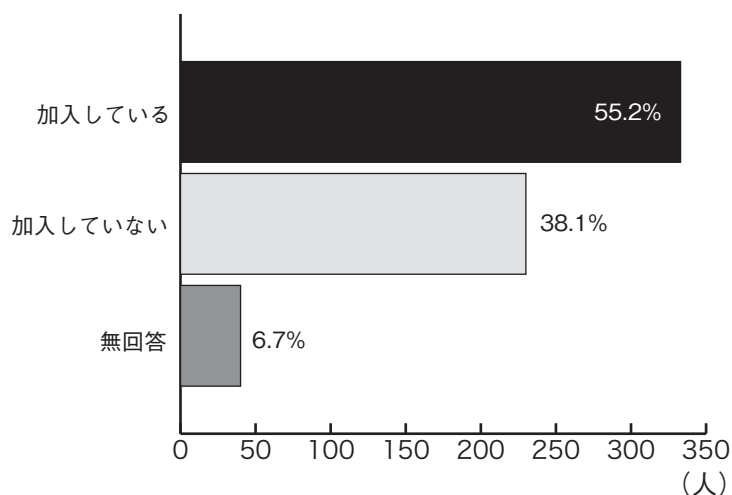


養成・セミナー情報は、その主催・開催先が明確であるため、自動的に目的に合った情報源に辿り着くことができます。グラフ内の主な項目の割合がほぼ同じなのも、そうした理由からいろいろな情報源を利用しているためだと推測されます。

● 保 険・補 償 ●

Q33

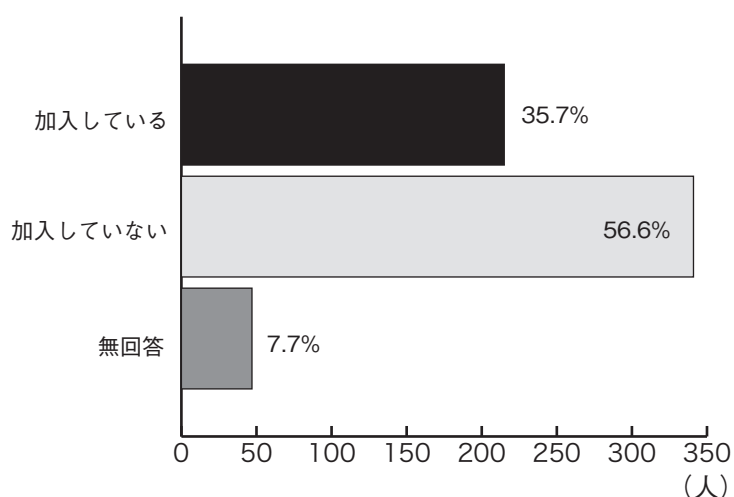
現在、傷害保険に
加入している？



傷害保険への加入の有無を質問したのは、今回が初めて。回答者の半数以上が加入していることがわかりました。指導者の平均年齢が上昇しているもあり、万が一に備える意識が高まったと考えられます。

Q34

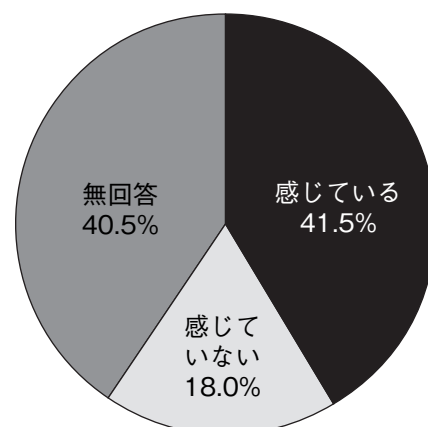
現在、賠償責任保険に
加入している？



自身のケガに対する傷害保険とは反対に、指導対象者がケガをした（させた）場合の賠償責任保険への加入者は依然として少ないまま。回答者の半数を上回る指導者が加入していないとの結果に。

Q35

保険に未加入の指導者へ質問。
加入の必要性は感じる？

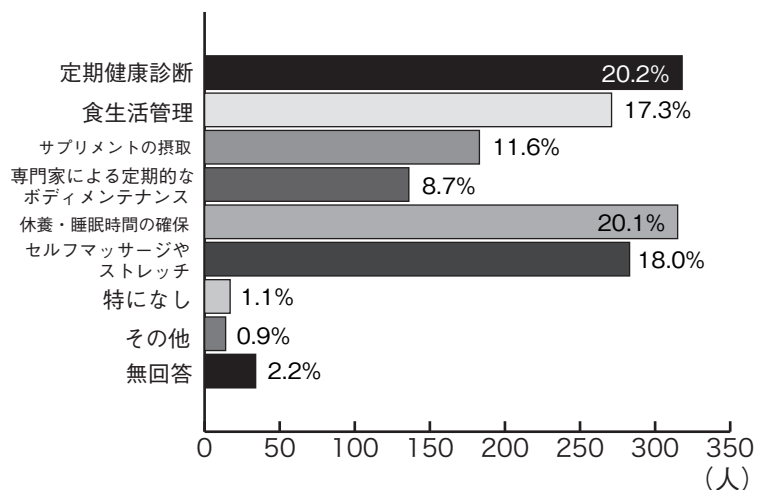


傷害保険、賠償責任保険のどちらだけに加入、もしくは両方とも加入していないと回答した指導者 571 人のうち、約 40%が保険加入の必要性を感じていました。しかし、同じく約 40%が無回答となり、どちらともいえない状態にあることがわかりました。指導対象者の高齢化やパーソナル指導、低体力者・初心者者の指導などが多い、または今後増えそうだという指導者は、今回のアンケートをきっかけ検討してみてもいいかもしれません。

● 健康 管理 ●

Q36

健康管理のためにやっていることは？（複数回答可）

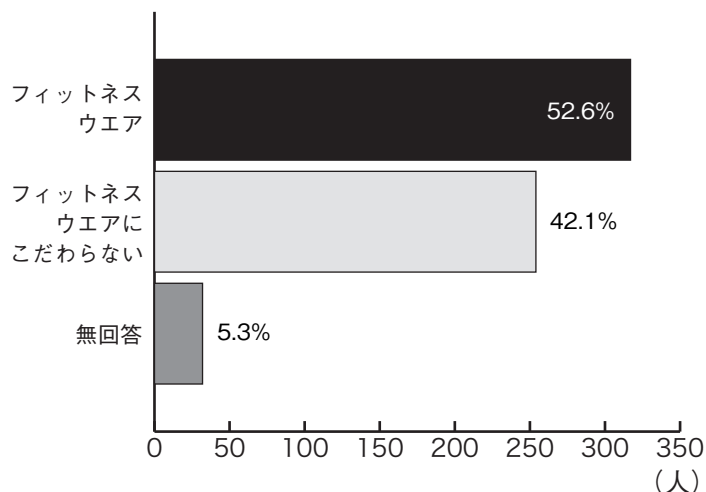


グラフが突出した4項目が健康管理のために行われている代表的なもの。複数回答の集計結果となっているため、具体的な人数も明記します。「定期健康診断」318人、「休養・睡眠時間の確保」315人、「食生活管理」271人、「セルフマッサージやストレッチ」283人でした。

● その他 ●

Q37

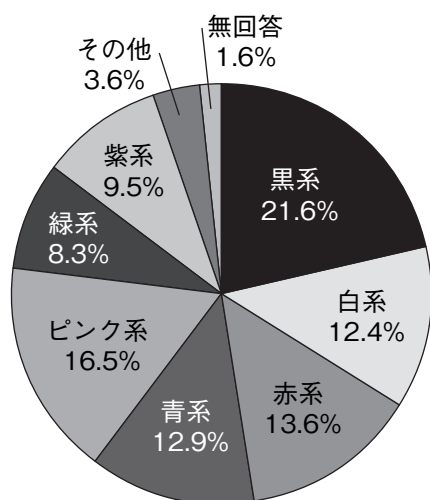
どんなウェアを着用する？



レッスンだけでなく、自身のエクササイズ中にも着用するウェアで質問。半数以上の指導者はフィットネスウェアを着用と回答しましたが、40%以上が「動きやすいもので自分の好みに合えば」とフィットネスウェアにこだわらないと回答しました。

Q38

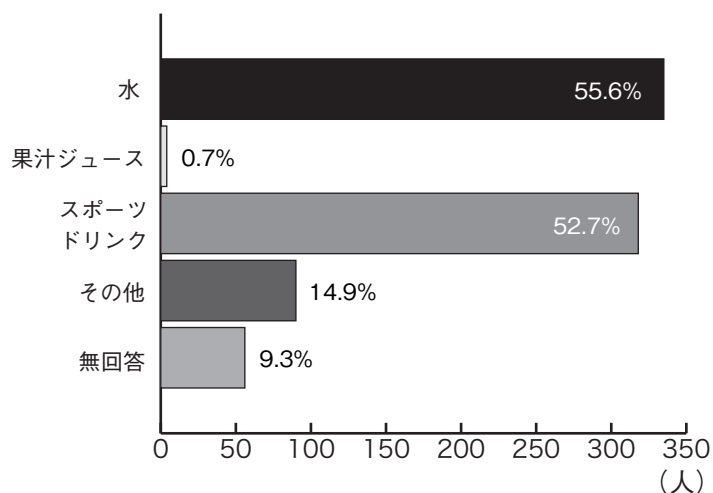
よく着るウェアのカラーは？（複数回答可）



定番カラーの黒系も指導者となると20%程度。次いでピンク系、赤系、青系と鮮やかな原色系が選ばれているようです。引き締まった身体に栄える白系も人気。

Q39

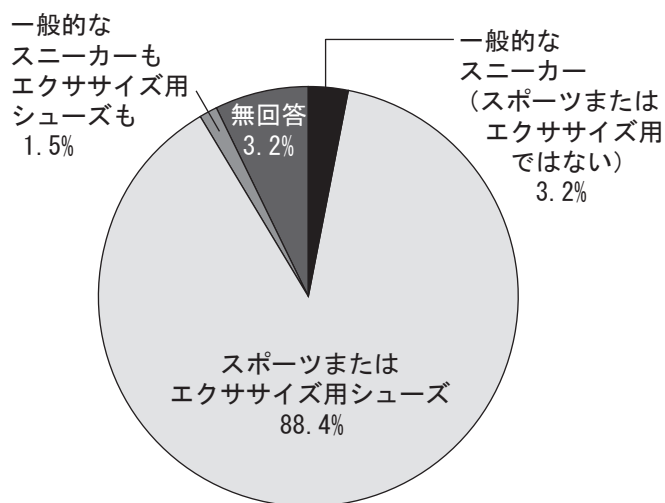
レッスン、エクササイズ中に何を飲む？（複数回答可）



ほとんどが、水もしくはスポーツドリンクという結果に。水はミネラルウォーターが大半を占めました。水素水や硬度の高い水、炭酸水といった回答もありました。

Q40

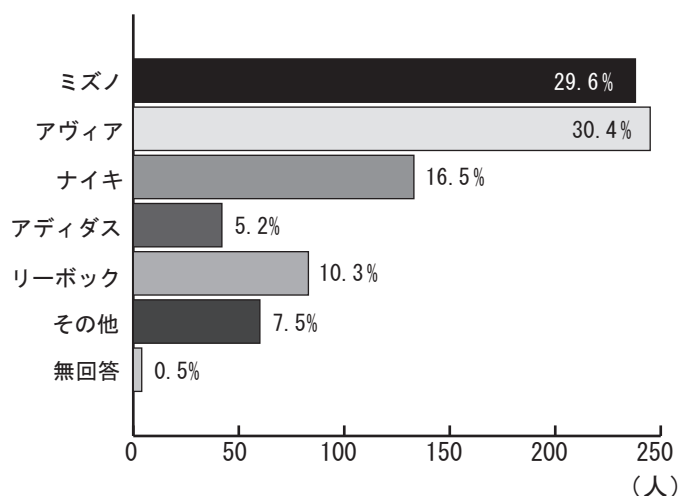
レッスン、エクササイズ中に
履いているシューズは？



ほとんどの指導者がスポーツまたはエクササイズ用シューズをセレクト。足の安全性やエクササイズ効果など、シューズの機能性について高い意識を持っていることが伺える。

Q41

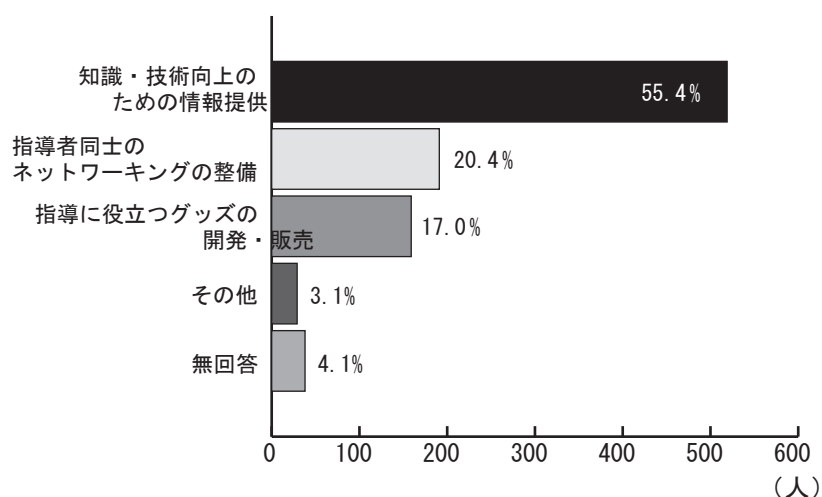
シューズのメーカーは？
(複数回答可)



Q40 で、スポーツまたはエクササイズ用シューズと回答した指導者への質問です。アヴィア、ミズノの人气が高く、次いでナイキ、リーボックという結果になりました。その他では、ニューバランス、プーマ、チャコットなどが多く挙げられていました。

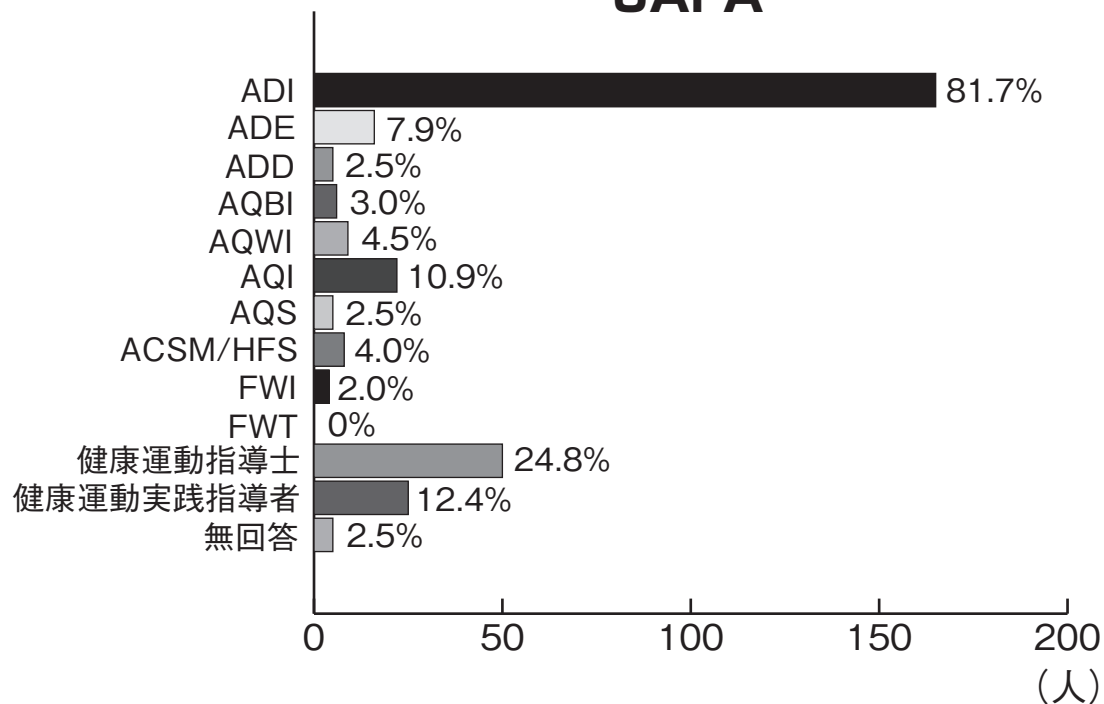
Q 42

AFAA、Jafa、JAF に
どんなことを期待する？ (複数回答可)



当然のことかもしれませんが、知識・技術向上のための情報提供を500人以上が求めているという結果になりました。その他では、「地方での講習会・ワークショップの開催回数の増加」「求人情報の提供」「指導者の地位向上のための活動」「世間へのエアロビック・フィットネスのPR強化」などのコメントをいただきました。

JAJA



JAF

