

令和 4 年度 事業報告書

自 令和 4 年 4 月 1 日

至 令和 5 年 3 月 31 日

公益社団法人 日本フィットネス協会

事業の概要について

運動の実践を通して健康を改善させるフィットネスについての科学的な知識の普及、及び専門指導者の育成を図り、もって国民の健康増進に寄与することを目指し、1～6までの事業は、定款第3条の目的を達成するための手段と位置づけられることから以下にまとめた。

1. 若年者、高齢者、障害者を含む全ての国民のフィットネスに関する調査・研究及びその助成事業

(1) フィットネスに関する普及啓発

ア フィットネスダンスの普及促進

(ア) フィットネスダンスフェスティバルは以下のとおり開催した。

- ・フィットネスダンスフェスティバル in にいがた 2022

会場：新潟市西総合スポーツセンター 中体育室

日時：令和4年10月8日（土）10:00～12:00

- ・第17回鶴岡フィットネスダンスフェスティバル

会場：小牧原総合体育館アリーナ

日時：令和4年11月20日（日）10:00～11:30

※フィットネスダンス普及員養成4時間セミナーは未開催。

イ 自治体等に対する説明会等の開催

自治体や公的機関等が推進する健康増進事業への指導者派遣要請等に対し、フィットネスダンスの普及を目指して支援を行った。

(ア) 墨田区「すみだ花体操」関連事業

すみだ環境フェア、すみだまつり等の事業協力を予定していたが、新型コロナウイルス感染症予防のため中止された。

(イ) 公益財団法人横浜市スポーツ協会 健康増進講習会等

緑スポーツセンター、泉スポーツセンター、都筑スポーツセンター、金沢スポーツセンター、横浜国際プール、横浜銀行アイスアリーナ

計6施設／2,612講座

ウ ホームページ等による情報提供

JAF Aのウェブサイト（随時更新）、フェイスブック（随時更新）、メール配信、LINE配信、機関誌「ヘルスネットワーク」（毎月発行、年10回 / 7・8月合併号、1・2月合併号）により、フィットネス指導や人材募集に関する多様な情報を発信した。

(ア) 機関誌「ヘルスネットワーク」の発行

仕様：A4判 16ページ

発行日：毎月1日、年10回（7・8月合併号、1・2月合併号）

発行部数：1,700部～3,200部

配付先：正会員、賛助会員、謹呈（養成校、広告スポンサー、講習会講師、関連団体、自治体の健康施策担当部署 等）

(イ) ウェブサイトによる情報提供：随時更新

- ・ウェブサイトの閲覧ページ数：23.2万件

- ・問い合わせフォームからの各種問い合わせ受付：223 件
- (ウ) フェイスブックによる情報提供：随時更新
 - ・フェイスブックのフォロワー数：1,185 件
 - ウェブサイトの新着・更新情報、講習会の開催告知・報告 など
- (エ) メール配信による情報提供：会員への一斉配信ほか、地域や対象者を絞った配信
- (オ) LINE 配信による情報提供（登録者：435 名）
- (カ) インターネットを活用した GFI 理論講習等の受講機会の提供
 - ・機関誌「ヘルスネットワーク」誌面テストへの申請数 1,098 件
 - ・eラーニング「自楽習」による受講者 203 人
- ＜内訳＞ フィットネス基礎理論 28 人
 - グループエクササイズ指導理論 25 人
 - AD 指導理論 18 人
 - RE 指導理論 10 人
 - SE 指導理論 6 人
 - AQ 指導理論 7 人
 - WE 指導理論 4 人
 - 乳がん医学知識 13 人
 - 水中ウォーキング 基本動作からの展開編 10 人
 - 水中ウォーキング バリエーション編 9 人
 - レジスタンスエクササイズにおけるポジショニングの重要性 16 人
 - 老化による身体的変化や特徴を考慮したエアロビックダンス 15 人
 - アクアダンス リニアマスター 9 人
 - アクアダンス アームバリエーション 10 人
 - がんサバイバーシップグループエクササイズインストラクター 23 人

(2) フィットネスに関する助成等

ア フィットネスダンスフェスティバルの助成

フィットネスダンスフェスティバルは、自治体と代議員と会員の共同開催によるフィットネスダンスの普及事業として、1 開催に対して 50,000 円（1 会場年 1 回まで）を助成した。

- ・フィットネスダンスフェスティバル in にいがた 2022 ※再掲
 - 会場：新潟市西総合スポーツセンター 中体育室
 - 日時：令和 4 年 10 月 8 日（土）10:00～12:00
- ・第 17 回鶴岡フィットネスダンスフェスティバル ※再掲
 - 会場：小牧原総合体育館アリーナ
 - 日時：令和 4 年 11 月 20 日（日）10:00～11:30

(3) フィットネスに関する調査研究

ア フィットネスに関する調査研究

- (ア) 健康増進施設の調査実施（厚生労働大臣認定健康増進施設の認定申請手続き及び現地調査）
 - ・メディカル・フィットネスジム RiSE

現地調査：令和4年11月29日（火）

新規認定：令和4年12月21日（水）

更新認定：令和4年3月16日（水）

（イ）フィットネス指導者を取り巻く環境変化と年代別ニーズ等に関する調査

実施日：11月11日（金）～12月2日（金）

実施方法：オンライン

回答者数：252名

2. フィットネスの普及啓発のための情報誌の刊行及び講習会等の開催事業

（1）フィットネスに関する研修会等の開催

ア エキスパート Workshop（オンデマンド5講座1回）：視聴者33名

- ・令和4年9月15日（木）～10月7日（金） 視聴者33名

イ 登録更新講習会（実地開催 4地域）：参加者計116名

- ・東京 令和4年8月20日（土）21日（日）19名
- ・福岡 令和4年9月11日（土）15名
令和5年1月22日（日）18名 ※台風により振替開催
- ・兵庫 令和4年11月19日（土）20日（日）25名
- ・広島 令和4年12月4日（日）20名
- ・広島 令和4年12月18日（日）19名

ウ グライディングディスクインストラクター指導者養成セミナー：参加者計13名

（実地2回・オンライン2回）

- ・福岡 令和4年9月17日（土）2名
- ・神奈川 令和4年9月25日（日）4名
- ・オンライン 令和4年7月31日（日）1名
- ・オンライン 令和4年10月2日（日）4名

エ アメリカスポーツ医学会公認セミナー（実地開催＋オンライン）：参加者計350名

- ・ACSM CEC セミナー（実地＋オンライン 2回） 参加者計148名
東京&オンライン 令和4年10月16日（日）65名
東京&オンライン 令和4年10月30日（日）83名
- ・FitnessScience（オンライン） 参加者計86名
コース① 令和4年10月2日（日）・11月23日（水祝）・12月11日（日）延べ22名
コース② 令和4年10月23日（日）・11月6日（日）・12月3日（土）延べ23名
コース③ 令和4年11月27日（日）・12月10日（土）・12月25日（日）延べ41名
- ・ハイクラスセミナー臨時追加開催（実地＋オンライン 2回） 参加者計116名
東京&オンライン 令和5年2月25日（土）44名
東京&オンライン 令和5年3月11日（土）72名

オ 高齢者運動指導エクセレンスセミナー（オンデマンド2回）：視聴者 60 名

- ・令和4年9月1日（木）～9月22日（木）28名
- ・令和5年2月27日（月）～3月27日（月）32名

カ JAF A 会員向け無料オンラインサポートセミナー 参加者計 255 名

- ・気力・学力・体力が上がる生活の法則 令和4年6月23日（木） 23名
- ・厳選 Five エクササイズ 令和4年7月16日（土） 31名
- ・初心者向け ピラティス体験レッスン 令和4年7月16日（土） 15名
- ・体温1度上げて免疫力を高める講座 令和4年7月16日（土） 15名
- ・乳がん術後の楽動（らくどう）体操® 令和4年7月30日（土） 17名
- ・ラテンの基礎動作を解剖学的な理解を深め指導に活かそう① 令和4年8月21日（日） 20名
- ・楽のびストレッチ・プラス（首・肩コリ解消編） 令和4年9月21日（水） 37名
- ・効果を引き出しやすいバランスコーディネーション 令和4年9月21日（水） 33名
- ・部活動の地域移行で期待される地域指導者の役割 令和4年9月25日（日） 6名
- ・ラテンの基礎動作を解剖学的な理解を深め指導に活かそう② 令和4年9月25日（日） 11名
- ・肩こり改善のタオルを使った体操 令和4年9月28日（水） 47名

※オンラインシステム及び受講制度の再構築等により休止

JAF A オンラインフォーラム

プロフェッショナルセミナー

CSGI 養成講座

GD マスタートレーナー養成講座

3. フィットネスに関する専門指導者の養成及び資格の認定事業

（1）フィットネスに関する指導者の養成及び資格の認定

ア AD（エアロビックダンスエクササイズインストラクター） ※ア～カまで JAF A 主催

実施数	種目	受講者	受験者数	合格者数	合格率
11 回	ADBI	20 名	22 名	19 名	86.4%
	ADI	18 名	19 名	15 名	78.9%

（実施会場）

鹿児島 令和4年5月8日（日）

鹿児島 令和4年6月10日（金）

兵庫 令和4年7月3日（日）

東京 令和4年7月23日（土）・24日（日）

福井 令和4年10月2日（日）

岩手 令和4年10月30日（日）・11月13日（日）

東京 令和4年11月12日（土）

岩手 令和4年12月4日（日）

鹿児島 令和5年1月29日（日）

東京 令和5年3月5日（日）、11日（土）

鹿児島 令和5年3月26日（日）

イ RE（レジスタンスエクササイズインストラクター）及びREI レベルアップ講習会

実施数	種目	受講者	受験者数	合格者数	合格率
5回	REBI	12名	9名	9名	100%
	REI	7名	7名	7名	100%

（実施会場）

福井 令和4年8月21日（日）

広島 令和4年8月28日（日）

東京 令和4年9月10日（土）、11日（日）

オンライン 令和5年2月11日（土祝）

東京 令和5年3月11日（土）

ウ SE（ストレッチングエクササイズインストラクター）及びSEI レベルアップ講習会

実施数	種目	受講者	受験者数	合格者数	合格率
3回	SEBI	5名	4名	4名	100%
	SEI	3名	2名	2名	100%

（実施会場）

東京 令和4年9月10日（土）、11日（日）

福井 令和4年11月27日（日）

兵庫 令和5年3月26日（日）

エ AQW（アクアウォーキングエクササイズインストラクター）

実施数	種目	受講者	受験者数	合格者数	合格率
1回	AQWBI	1名	-名	-名	-%
	AQWI	1名	-名	-名	-%

（実施会場）

北海道 令和4年9月18日（日）

オ AQD（アクアダンスエクササイズインストラクター）

実施数	種目	受講者	受験者数	合格者数	合格率
4回	AQDBI	3名	2名	2名	100%
	AQDI	1名	-名	-名	-%

（実施会場）

北海道 令和4年9月18日（日）

オンライン 令和4年2月23日（木祝）

東京 令和5年3月11日（土）

兵庫 令和5年3月26日（日）

カ WE（ウォーキングエクササイズインストラクター）

実施数	種目	受講者	受験者数	合格者数	合格率
1 回	WEBI	3 名	2 名	2 名	100%
	WEI	3 名	2 名	2 名	100%

（実施会場）

東京 令和 4 年 10 月 24 日（月）

（2） GFI 資格養成校実施状況

ア GFI 資格養成校テストの開催 延べ受験者 1,449 名／延べ合格者 1,281 名／合格率 88.4%

延べ 実施校数	種目	延べ 受験者数	延べ 合格者数	合格率
13 校	ADBI	145 名	92 名	63.4%
31 校	ADI	264 名	227 名	86.0%
13 校	REBI	110 名	88 名	80.0%
25 校	REI	223 名	206 名	92.4%
13 校	SEBI	112 名	100 名	89.3%
25 校	SEI	226 名	213 名	94.2%
3 校	AQWBI	22 名	19 名	86.4%
14 校	AQWI	152 名	150 名	98.7%
3 校	AQDBI	22 名	20 名	90.9%
14 校	AQDI	138 名	136 名	98.6%
5 校	WEBI	19 名	15 名	78.9%
5 校	WEI	16 名	15 名	93.8%

（実施 38 校）

函館短期大学

武蔵丘短期大学

平成国際大学

帝京大学

東洋大学

日本女子体育大学

中京学院大学短期大学部

愛知文教女子短期大学

至学館大学短期大学部

京都先端科学大学

京都文教短期大学

大阪国際大学

武庫川女子大学短期大学部

九州共立大学

西日本短期大学

南九州短期大学

八戸保健医療専門学校
 盛岡医療福祉スポーツ専門学校
 仙台大原簿記情報公務員専門学校
 仙台医健・スポーツ専門学校
 東京工学院専門学校
 日本ウェルネススポーツ専門学校
 大原医療福祉・製菓&スポーツ専門学校 金沢校
 大原スポーツ医療保育福祉専門学校 福井校
 名古屋リゾート&スポーツ専門学校
 名古屋医健スポーツ専門学校
 京都医健専門学校
 大原簿記ビジネス公務員専門学校 京都校
 大原スポーツ&メディカルヘルス専門学校 難波校
 大阪医専
 大阪社体スポーツ専門学校
 履正社国際医療スポーツ専門学校
 大原保育スポーツ医療専門学校 姫路校
 大原簿記専門学校 神戸校
 大原簿記法律&美容製菓専門学校 和歌山校
 福岡リゾート&スポーツ専門学校
 福岡医健・スポーツ専門学校
 ヒューマンアカデミー那覇校

イ GFI 養成機関 テストの開催 (延べ) 受験者 29 名／合格者 29 名／合格率 100%

実施校数	種目	延べ 受験者数	延べ 合格者数	合格率
4 校	ADBI	-名	-名	-%
	ADI	9 名	9 名	100%
2 校	REBI	-名	-名	-%
	REI	8 名	8 名	100%
2 校	SEBI	-名	-名	-%
	SEI	10 名	10 名	100%
1 校	AQWBI	-名	-名	-%
	AQWI	1 名	1 名	100%
0 校	AQDBI	-名	-名	-%
	AQDI	-名	-名	-%
1 校	WEBI	-名	-名	-%
	WEI	1 名	1 名	100%

(実施 4 機関)

山本道代ワークアウトスタジオ

フィットネススタジオエモーション
スタディオパラディソ
からだ生き生き運動スタジオ

ウ GFI 資格養成校等

- ・「GFI 資格」養成校研修会
オンライン開催 令和4年10月14日（金）
参加校 46 校 参加者 55 名

エ GFI エグザミネーター

- ・新人研修 オンライン開催 令和4年4月17日（日） 参加人数 13 名
実地開催 令和4年4月23日（土） 参加人数 13 名
- ・更新研修会 オンライン開催
令和5年1月21日（土） 参加者数 34 名
令和5年2月19日（日） 参加者数 55 名

オ GFI ディレクター

- ・更新研修会 オンライン開催
令和5年1月28日（土） 参加者数 26 名
令和5年2月26日（日） 参加者数 24 名

カ GFI スキルアップセミナー

5 種目 13 講座

実地開催・受講者数

福岡 令和4年5月14日（土）2 講座（SE） 6 名
兵庫 令和4年7月18日（月祝） 2 講座（AD、RE）4 名
福岡 令和4年7月30日（土） 2 講座（SE）4 名
東京 令和4年9月3日（土） 2 講座（AD）6 名
大阪 令和5年1月9日（月祝） 5 講座（AQW・AQD）18 名
東京 令和5年3月21日（火祝） 2 講座（SE）12 名

オンデマンド配信

配信回数 11 回／配信月：令和4年4月～令和5年3月

視聴者数 128 名

講座名	オンデマント [※] 視聴者数 (延べ)	実地開催 受講者数 (延べ)	合計
AD コンビネーション～インサート法の活用～	49	2	51
AD フリースタイル	42	－	42
AD ステップバリエーションとキューイングを学ぶ	16	3	19

AD 運動強度とベルカーブを学ぶ	12	3	15
RE バリエーションと指導の実際	41	2	43
RE 効果的なプログラムの流れと指導法	33	-	33
SE バリエーションと指導の実際	47	12	59
SE 効果的なプログラムの流れと指導法	38	10	48
RE・SE 共通 筋・関節運動を学ぶ	36	-	36
AQW バリエーションの展開	21	2	23
AQW 環境に応じた指導法	-	2	2
AQD ウォーミングアップ	28	3	31
AQD キューイング	24	6	30
AQD バリエーションの展開	35	5	40
合計	422	50	472

期間限定配信 7回／配信月 令和4年4月～10月

プライムオンラインセミナー（オンデマンド） 視聴 25名

4. フィットネスに関する国際交流事業

（1）フィットネスに関する国際交流

ア 米国指導者資格事業

- ・ACSM CEC セミナー（実地＋オンライン 2回） 参加者計 148名 ※再掲
東京&オンライン 令和4年10月16日（日）65名
東京&オンライン 令和4年10月30日（日）83名

5. フィットネスの普及・発展に資するために必要な物品の販売事業

（1）書籍販売

- ・GFI テキスト：3,458冊（フィットネス基礎理論 595冊、グループ EX 指導理論 694冊、AD1 指導理論 724冊、RE 指導理論 482冊、SE 指導理論 455冊、AQ 指導理論 261冊、Wブック 247冊）
- ・その他 595冊（主な販売書籍 ヘルスプロモーション概論 323冊、ADI 実技指導 18冊、フィットネスダンス指導教本 3冊など）

（2）フィットネスアイテム販売

- ・ソフトギムニク：255個、10個セット：45セット
- ・その他のボール：100個（触覚ボール6個、リフレックスボール14個、ギムニクボール11個、ハンドポンプ2個、ソフトギムニク栓58個）
- ・グライディングディスク：45セット
- ・エクササイズチューブ：41本
- ・CD JAPAN シリーズ 9枚
- ・ひばりエクササイズCD：4枚

- ・ ひばりエクササイズDVD : 15 枚
- ・ フィットネス基礎理論 DVD 2 枚
- ・ ミズノシューズ (WAVEDIVERS LG3 1 足、TF-01 1 足、DE 1 足)
- ・ スパイダーアーチサポート (機能性ソックス) 42 足

6. その他、この法人の目的を達成するために必要な事業

(1) 会員事業

事業運営及び法人管理は、正会員会費、賛助会員会費、収益事業収益を財源とした。

- ・ 正会員数 : 1,808 名 (15 年継続 44 名、25 年継続 34 名、新規 229 名)
- ・ 賛助会員数 : 14 法人

(2) 会合等

ア 通常総会 (Zoom) にて開催

第 11 回通常総会 令和 4 年 6 月 18 日 (土)

イ 通常理事会及び臨時理事会 (Zoom) にて開催

第 21 回 通常理事会 令和 4 年 5 月 21 日 (土)

第 22 回 通常理事会 令和 5 年 3 月 18 日 (土)

第 9 回 臨時理事会 令和 4 年 6 月 18 日 (土)

ウ 執行役員打ち合わせ (Zoom にて開催)

第 1 回 令和 4 年 4 月 22 日 (金)

第 2 回 5 月 27 日 (金)

第 3 回 6 月 14 日 (火)

第 4 回 7 月 23 日 (土)

第 5 回 8 月 10 日 (水)

第 6 回 9 月 15 日 (木)

第 7 回 10 月 26 日 (水)

第 8 回 11 月 16 日 (水)

第 9 回 12 月 14 日 (水)

第 10 回 令和 5 年 1 月 18 日 (水)

第 11 回 2 月 17 日 (金)

第 12 回 3 月 13 日 (月)

(3) 健康づくり施策への協力

ア 健康日本 21 推進全国連絡協議会

平成 25 年度に「健康日本 21 (第二次)」がスタートしたことに呼応し、「健康日本 21」の国民的理解の普及に寄与するため協力した。

- ・ 健康日本 21 推進全国連絡協議会 第 25 回総会 令和 5 年 2 月 22 日 (水)

イ スマート・ライフ・プロジェクト

「健康寿命をのばしましょう」をスローガンに、国民全体が人生の最後まで元気に健康で楽しく毎日が送れることを目標とした国民運動へ協力した。

ウ 運動指導者団体連絡協議会

(公社) 日本フィットネス協会、(特非) 日本健康運動指導士会、(特非) NSCA ジャパン、(特非) 日本トレーニング指導者協会の4団体が加盟し、(公財) 健康・体力づくり事業財団が協力団体となっている同連絡協議会によって、主にスポーツ庁からの情報発信の要請に対応した。

(4) フィットネスに関する講習会及びイベント等への後援・協力

フィットネスに関する知識の普及や実施機会の提供に寄与すると認められる催し物で、行政庁、地方公共団体、JAF 会員及び公益を目的とした法人が主催または共催するものを対象に後援及び協力の名義を付与した。

※別表参照 (p14) 7件

(5) その他 協力

ア 公益財団法人横浜市スポーツ協会 健康増進講習会等 ※再掲

緑スポーツセンター、泉スポーツセンター、都筑スポーツセンター、金沢スポーツセンター、横浜国際プール、横浜銀行アイスアリーナ
計6施設/2,612講座

イ 「歩く人。」インストラクター養成講習会事務局受託協力

一般社団法人オーバルハートジャパン発行資格『「歩く人。」インストラクター』の養成講習会の運営および認定者の管理、同発行称号『「歩く人。」』開催準備業務を継続受託したが、令和4年度の養成講習会開催はなかった。

ウ 「ダイエット&ビューティーフェア 2022」セミナー企画協力

インフォーママーケティングジャパン(株)主催事業に対してセミナー講師3名(岡橋優子、村越美加、杉浦由里子)を派遣した。

会期: 9月26日(月)~28日(水)

会場: 東京ビッグサイト西ホール

エ 「フィットネスレガシー」事業協力

(公社) 日本フィットネス協会、(公財) 健康・体力づくり事業財団、(公社) 日本エアロビック連盟の3団体による共同事業「つながりエクササイズ動画コンクール フィットネスレガシー2023」の開催に向けて「令和5年度 スポーツ振興くじ助成(独立行政法人 日本スポーツ振興センター)」へ助成金交付を主催団体として申請した。

申請日	主催団体名	代表者肩書	代表者名	名称	期間開始	期間終了
2022年4月1日	かわもとスポーツクラブ	会長	福井 義信	プラットフォーム de YOGA	2022年4月29日	2022年4月29日
2022年5月17日	一般社団法人日本こどもフィットネス協会	代表理事	渡辺 みどり	全国こどもチャレンジカップ第15回全国大会	2022年8月27日	2022年8月27日
2022年5月23日	WWW日本事務局(株式会社クラブビジネスジャパン)	代表	古屋 武範	国際スポーツ&ウェルネスウィークエンド	2022年9月16日	2022年9月18日
2022年6月10日	2022水祭アクアフェス実行委員会	代表	村上 理香	2022水祭アクアフェス	2022年10月3日	2022年10月10日
2022年7月6日	スマイルチャリティー事務局	代表	三浦 栄紀	ピンクリボン啓発活動スマイルチャリティーイベント2022	2022年9月23日	2022年9月23日
2022年11月21日	一般社団法人 日本マタニティフィットネス協会	代表	吉住 透	第69回マタニティフィットネスコンベンション in 関東	2023年2月14日	2023年3月2日
2022年12月6日	一般社団法人日本こどもフィットネス協会	代表理事	渡辺 みどり	第26回こどもフィット&ダンスフェスティバル2023	2023年4月3日	2023年4月3日