

令和7年度 事業報告書

自 令和7年4月1日

至 令和8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

会場：新潟市西総合スポーツセンター サブアリーナ

日時：令和7年11月22日（土）

※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、グループエクササイズ指導者配置の支援、およびフィットネスダンスの普及を目指した支援を行った。

(ア) 墨田区「すみだ花体操」関連事業

ユートリヤ祭等へ講師派遣を行った。

(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、中スポーツセンター、横浜国際プール、横浜銀行アイスアリーナ

計7施設（前年度比増減なし）／2,193講座（前年比578講座減）

ウ ホームページ等による情報提供

JAJFAのウェブサイト（随時更新）、SNS（随時更新）、メール配信、LINE配信、機関誌「ヘルスネットワーク」（隔月刊）により、フィットネス指導や健康施策、協会の活動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：偶数月25日

発行部数：2,400部～2,550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

- ・問い合わせフォームからの各種問い合わせ受付：157件

(ウ) SNS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：1,217件（前年比1件減）

- ・インスタグラムのフォロワー数：655件（前年比18件増）

(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 532 名（前年比 32 名増）

(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・オンライン自己診断テストへの申請数 592 件
- ・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・新規 4 名（更新者：14 名）
- ・試験対策講座（eラーニング）受講者 57 人、乳がん 11 人

<内訳>

フィットネス基礎理論（改定対応版） 8 人

フィットネス基礎理論（第 2 改定版） 12 人

グループエクササイズ指導理論 15 人

AD 指導理論 12 人

RE 指導理論 3 人

SE 指導理論 4 人

AQ 指導理論 2 人

WE 指導理論 1 人

乳がん医学知識 11 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

- ・令和 7 年度助成なし

(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）

- ・令和 7 年度該当なし

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 オンデマンド講座：延べ視聴数 337 件（前年比 72 件増）

- ・プロフェッショナルセミナー15 講座：88 件（前年比 6 件減）
- ・エキスパートレッスン 9 講座：249 件（前年比 78 件増）

プロフェッショナルセミナー		
2025 版	脂肪組織から見る運動処方バイオロジカルエビデンス	13
	更年期の健康支援に役立つ基礎知識	20
2024 版	運動療法最前線【心疾患】Clinical Decision Making	6
	サルコペニア予防を狙いとする運動プログラム	13
	ACSM の過体重と肥満を有する人の運動処方と日本肥満学会の肥満症診療	9
	骨格筋の加齢変化とその対抗策	17
	明日誰かに話したくなる一骨格筋にまつわる疫学的知見	10
計		88

エキスパート Lesson		
2025 版	カラダスクール～機能改善・冬バージョン～	6
	腰痛を改善するヨガ	24
	椅子ストレッチでからだスッキリ体操	17
	椅子トレ	26
	ステップにチャレンジ!	7
	ロウインパクト&ファットバーンエアロ	11
2024 版	肩こり腰痛改善・タオルを使った椅子ピラティス	30
	エアロビクス～Fun Combo～（初中級～中級）	23
	カラダスクール～機能改善・夏バージョン～	17
	レジスタンスエクササイズ	30
	やさしいヨーガ	13
	椅子 de エアロ	20
2023 版	エアロビクス初中級	6
	エアロビクス初級	11
	体幹エクササイズ～スライドムーヴ編～	8
		計 249

イ 登録更新講習会（実地開催 3 地域）：参加者延べ 126 名

- ・東京 令和 7 年 9 月 20 日（土）31 名／21 日（日）39 名
- ・兵庫 令和 8 年 3 月 20 日（金祝）30 名／21 日（日）28 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：開催なし※グライディングディスク実物仕入れ不可のため

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）：参加者延べ 104 名（前年比 12 名減）※プロバイダー申請見送りのためハイクラスセミナーとして開催（ACSM 教育単位付与は有り）

- ・ハイクラスセミナー（実地（神奈川）＋オンライン 1 回）
令和 6 年 11 月 29 日（土）神奈川会場 18 名/オンライン 34 名
令和 7 年 11 月 30 日（日）神奈川会場 18 名/オンライン 34 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 53 名（前年比 4 名増）

- ・令和 7 年 9 月 24 日（水）～10 月 31 日（金）28 名
- ・令和 8 年 2 月 12 日（木）～3 月 19 日（金）25 名

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
-----	----	-----	------	------	-----

8回	ADBI	14名	12名	11名	91.7%
	ADI	8名	8名	6名	75.0%

(実施会場)

福岡 令和7年7月19日(土)
 鹿児島 令和7年7月27日(日)
 東京 令和7年8月24日(日)
 オンライン 令和7年8月30日(土)
 鹿児島 令和7年9月7日(日)
 オンライン 令和7年10月26日(日)
 兵庫 令和7年11月24日(月)
 東京 令和8年3月1日(日)・7日(土)

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
8回	REBI	3名	7名	7名	100%
	REI	7名	5名	5名	100%

(実施会場)

大阪 令和7年4月6日(日)
 オンライン 令和7年4月19日(土)
 佐賀 令和7年4月23日(水)
 愛知 令和7年8月21日(水)
 東京 令和7年8月24日(日)
 オンライン 令和7年9月7日(日)
 東京 令和7年9月27日(土)
 オンライン 令和8年1月18日(日)
 兵庫 令和8年1月18日(日)

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
4回	SEBI	2名	3名	3名	100%
	SEI	8名	4名	2名	100%

(実施会場)

佐賀 令和7年4月23日(水)
 宮城 令和7年7月26日(日)
 愛知 令和7年8月21日(水)
 オンライン 令和7年8月30日(土)
 東京 令和7年9月27日(土)

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	2名	1名	0名	0%
	AQWI	3名	1名	0名	0%

(実施会場)

東京 令和8年2月21日(土)

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
5回	AQDBI	8名	1名	1名	100%
	AQDI	4名	2名	2名	100%

(実施会場)

オンライン 令和7年4月19日(土)

オンライン 令和7年10月26日(日)

東京 令和7年11月29日(土)

オンライン 令和7年12月6日(土)

東京 令和8年2月20日(金)

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
0回	WEBI	-名	-名	-名	-%
	WEI	-名	-名	-名	-%

(実施会場)

開催なし

キ GFI 入門講座

東京 令和8年3月1日(日) ADキューイング 4名

・オンデマンド講座 7講座 視聴者延べ7名

講座名	視聴者数
キューイング ～伝えるタイミングを知る～	0名
Let's Try!動きに合わせてキューイング!	0名
キューイング ～タイミングを極めて話し方を学ぶ～	0名
プロが教える!強度を上げるコツ エアロビックダンス	0名
『また参加したい!』と思われる指導を目指そう!	3名
言葉で動作を伝えてみよう キューイング	2名
適切なストレッチとは?!	2名

(2) GFI 資格養成校/養成期間実施状況

ア GFI 資格養成校テストの開催 延べ受験者 1,031名/延べ合格者 845名(前年比21名増)/合格率82.0%

実施校数	種目	受験者数	合格者数	合格率
8校	ADBI	140名	75名	53.6%
26校	ADI	228名	181名	79.4%
7校	REBI	62名	40名	64.5%
18校	REI	158名	144名	91.1%
6校	SEBI	54名	44名	81.5%
18校	SEI	161名	149名	92.5%
1校	AQWBI	11名	7名	63.6%
9校	AQWI	99名	96名	97.0%
1校	AQDBI	10名	7名	70.0%
8校	AQDI	90名	90名	100.0%
1校	WEBI	15名	9名	60.0%
3校	WEI	3名	3名	100.0%

(実施 31校／前年比2校増)

函館短期大学

東洋大学

帝京大学

日本女子体育大学

日本ウェルネススポーツ大学東京

平成国際大学

武蔵丘短期大学

京都先端科学大学

九州共立大学

西日本短期大学

八戸保健医療専門学校

MCL 盛岡医療福祉スポーツ専門学校

仙台医健・スポーツ専門学校

東京工学院専門学校

東京スポーツ・レクリエーション専門学校

名古屋医健スポーツ専門学校

名古屋リゾート&スポーツ専門学校

大原医療・スポーツ専門学校 金沢校

福井医療スポーツ専門学校

大原簿記ビジネス公務員専門学校 京都校

京都医健専門学校

大阪医療スポーツ専門学校

履正社国際医療スポーツ専門学校

大阪社体スポーツ専門学校

大阪医専

大原簿記専門学校 神戸校

大原ビジネス公務員保育専門学校 姫路校
 広島 YMCA 専門学校
 福岡医健・スポーツ専門学校
 福岡リゾート&スポーツ専門学校

イ 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7年9月12日（金）
 参加校 39校 参加者 45名

ウ GFI エグザミネーター

- ・更新研修会（開催無し（隔年開催））

エ GFI ディレクター

- ・更新研修会（開催無し。隔年開催）
- ・認定講習、試験
 受講・受験者 8名 合格者 7名
 オンデマンド講習 令和7年4月25日（金）～5月31日（土）
 実地講習 令和7年5月17日（土）
 オンライン講習 令和7年6月14日（土）
 認定試験（課題提出） 令和7年7月31日（木）
 合格者スタートアップ研修 オンライン 令和7年9月6日（土）

オ GFI スキルアップセミナー

5会場 10講座

・実地開催/受講者数

愛知 令和7年8月21日（木） 2講座（RE 指導法、SE 指導法）延べ9名
 東京 令和7年8月23日（土） 2講座（AD コンビネーション、フリースタイル）延べ14名
 熊本 令和7年9月15日（月祝） 2講座（AD 運動強度、フリースタイル）延べ2名
 福岡 令和8年2月11日（水祝） 2講座（RE）延べ12名
 東京 令和8年3月20日（金祝） 2講座（筋・関節、RE 指導法）延べ16名

・オンデマンド配信

13講座 視聴者数 延べ77名（前年比10名増）

講座名	視聴者数
AD コンビネーション～インサート法の活用～	13名
AD フリースタイル	9名
AD ステップバリエーションとキューイングを学ぶ	10名
AD 運動強度とベルカーブを学ぶ	3名
RE バリエーションと指導の実際	6名

RE 効果的なプログラムの流れと指導法	5名
SE バリエーションと指導の実際	7名
SE 効果的なプログラムの流れと指導法	5名
RE・SE 共通 筋・関節運動を学ぶ	8名
AQW バリエーションの展開	2名
AQD ウォーミングアップ	4名
AQD キューイング	2名
AQD バリエーションの展開	4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 ※再掲

・ハイクラスセミナー（実地（神奈川）＋オンライン 1回）※プロバイダー申請見送りのためハイクラスセミナーとして開催（ACSM 教育単位付与は有り）

令和6年11月29日（土）神奈川会場 18名/オンライン 34名

令和7年11月30日（日）神奈川会場 18名/オンライン 34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：

1,995冊（フィットネス基礎理論 40冊、フィットネス基礎理論（第2改訂版）417冊、グループEX指導理論 443冊、AD1指導理論 401冊、RE指導理論 248冊、SE指導理論 257冊、AQ指導理論 165冊、Wブック 24冊）

・その他 64冊（主な販売書籍 新・図解機能解剖学 6冊、キネシオロジー9冊、21世紀サイエンスレポート 6冊、ヘルスプロモーション概論 31冊、ADI実技指導 7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：332個、10個セット：27セット

・その他のボール：138個（触覚ボール 37個、リフレックスボール 12個、ギムニクボール 6個、ハンドポンプ 3個、ソフトギムニク栓 80個）、フリーバンド 25M1個

・エクササイズチューブ：16本

・CD JAPANシリーズ 5枚

・ひばりエクササイズCD：8枚

・認知症予防運動・一生介護にならない介護予防運動等：7枚

・ミズノシューズ（WAVEDIVERS LG5 1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：1,648名（87名増／15年継続32名、25年継続21名、新規351名）※2026.4.14時点
- ・賛助会員数：11法人（1社減）

（2）会合等

ア 通常総会 ※（ZOOM）にて開催

第14回通常総会 令和7年6月7日（土）

イ 通常理事会 ※（ZOOM）にて開催

第27回 通常理事会 令和7年5月14日（水）

第28回 通常理事会 令和8年3月13日（金）

ウ 執行役員打ち合わせ（ZOOMにて開催）

第1回 令和7年4月25日（金）

第2回 8月3日（日）

第3回 8月12日（火）

第4回 8月20日（水）

第5回 8月26日（火）

第6回 9月8日（月）

第7回 9月19日（金）

第8回 11月14日（金）

第9回 12月19日（金）

第10回 令和8年1月23日（金）

第11回 2月13日（金）

第12回 3月13日（金）

（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。

- ・第28回総会令和8年2月12日（木）

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、情報交換会、スポーツ庁からの情報発信の要請、消費者庁によるヒヤリングに対応した。また、加盟4団体合同セミナーを開催した。

・情報交換会

令和7年4月7日（月）、5月15日（木）、6月16日（月）、7月24日（木）、8月25日（月）、9月24日（水）、10月1日（水）、10月2日（木）、10月28日（火）、12月3日（水）、令和8年1月5日（月）3月3日（火）、

・消費者庁ヒヤリング

令和7年5月15日（木）、8月25日（月）、10月2日（木）、11月5日（水）、12月3日（水）、令和8年2月16日（月）

・スポーツテック共催セミナー

令和7年8月1日（金）

・4団体合同セミナー

令和8年3月7日（土）200名

（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、JAJFA 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（p12） 9件

（5）その他 協力

ア 墨田区「すみだ花体操」関連事業

ユートリヤ祭等へ講師派遣を行った。

イ 公益財団法人横浜市スポーツ協会 健康増進講習会等 ※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、中スポーツセンター、横浜国際プール、横浜銀行アイスアリーナ
計7施設（前年度比増減なし）／2,193講座（前年比578講座減）

6. その他 （4）別表

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
2025年4月9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18回全国大会	2025年8月29日	2025年8月31日
2025年4月22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74回マタニティフィットネスコンベンション in 関東	2025年9月2日	2025年9月12日
2025年4月28日	RX Japan 株式会社	代表取締役社長	田中 岳志	第8回 メディカル ジャパン 東京(医療・介護・薬局Week 東京)	2025年10月1日	2025年10月3日
2025年4月28日	RX Japan 株式会社	代表取締役社長	田中 岳志	第12回 メディカル ジャパン 大阪(医療・介護・薬局Week 大阪)	2026年3月10日	2026年3月12日
2025年8月22日	フィットネスダンスフェスティバル実行委員会	代表	田村 利恵子	フィットネスダンスフェスティバル in にいがた	2025年11月22日	2025年11月22日
2025年11月11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75回マタニティフィットネスコンベンション in 関西	2026年3月11日	2026年3月26日
2026年3月10日	国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所	理事長	中村 祐輔	国立健康・栄養研究所セミナー	2026年5月9日	2026年5月9日