



厚生労働大臣指定試験機
関



**FITNESS CLUB
MANAGEMENT**
SKILLS TEST
フィットネスクラブ・マネジメント技能検定

FIAの主な事業



- (1) 調査研究事業
- (2) 研修会及びセミナーの開催
- (3) フィットネスクラブ経営に有益な情報の収集及び提供
- (4) フィットネスクラブ・マネジメント技能検定の指定試験機関として当該試験の実施
- (5) 国民の健康増進に寄与することを目的としたキャンペーン及びイベントの開催
- (6) 関係省庁及び地方自治体、フィットネス関連団体等、関連機関との連絡及び協調

経済産業省／スポーツ庁／厚生労働省／東京商工会議所／JATI（日本トレーニング指導者協会）／
（公財）健康・体づくり事業財団 （海外）IHRSA（International Health, Racquet and Sports Association US）
UK Active(UK)



FIA 認定施設

FIA（（一社）日本フィットネス産業協会）は、フィットネス関連施設の“**安心**”と“**安全**”の見える化を促進させ、より多くの生活者に運動する機会を提供することで、日本の健康を支えます。



フィットネスクラブ・マネジメント技能検定制度の取り組み



合格すると、
技能士の称号を与られます。

フィットネスクラブ・マネジメント技能士1級
(厚生労働大臣からの合格証書)

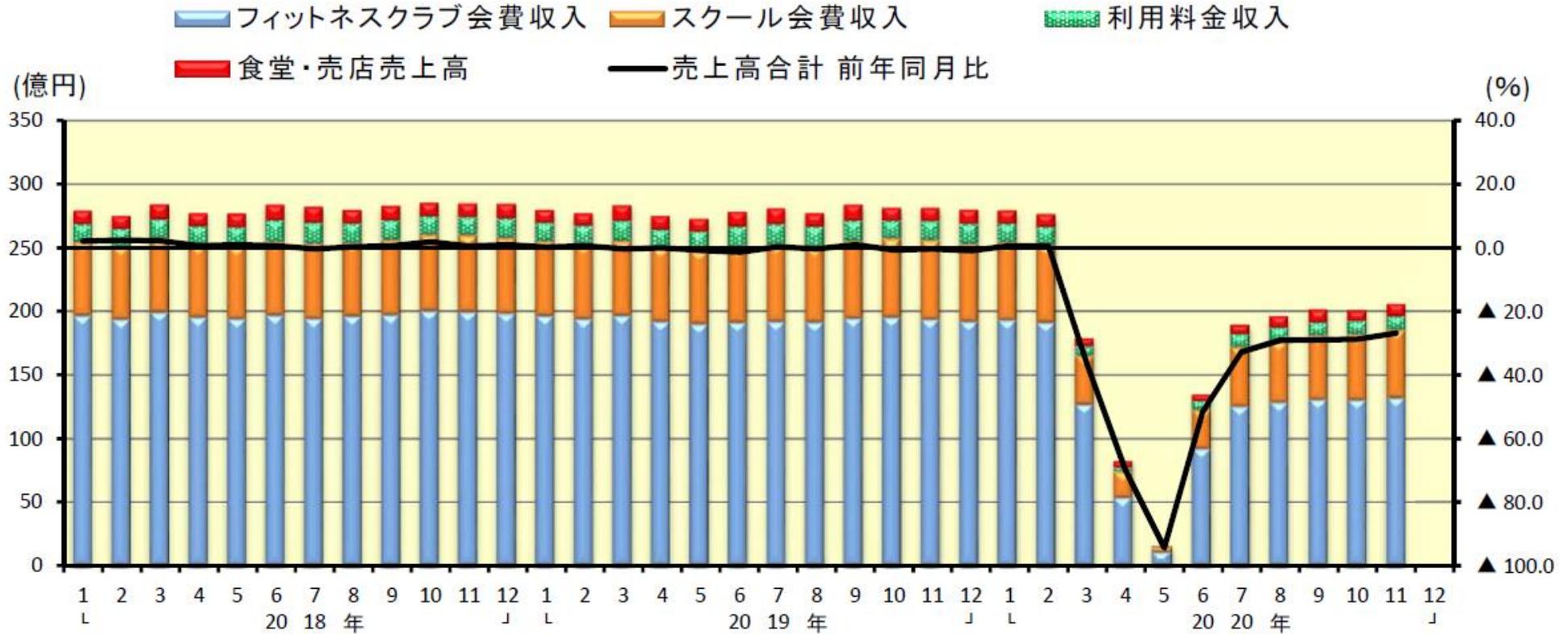
フィットネスクラブ・
マネジメント技能士 2級
(指定試験機関からの合格証書)

フィットネスクラブ・
マネジメント技能士 3級
(指定試験機関からの合格証書)

コロナ禍によるフィットネス産業の ダメージ

フィットネスクラブの業況推移（売上高推移と対前年同月比）

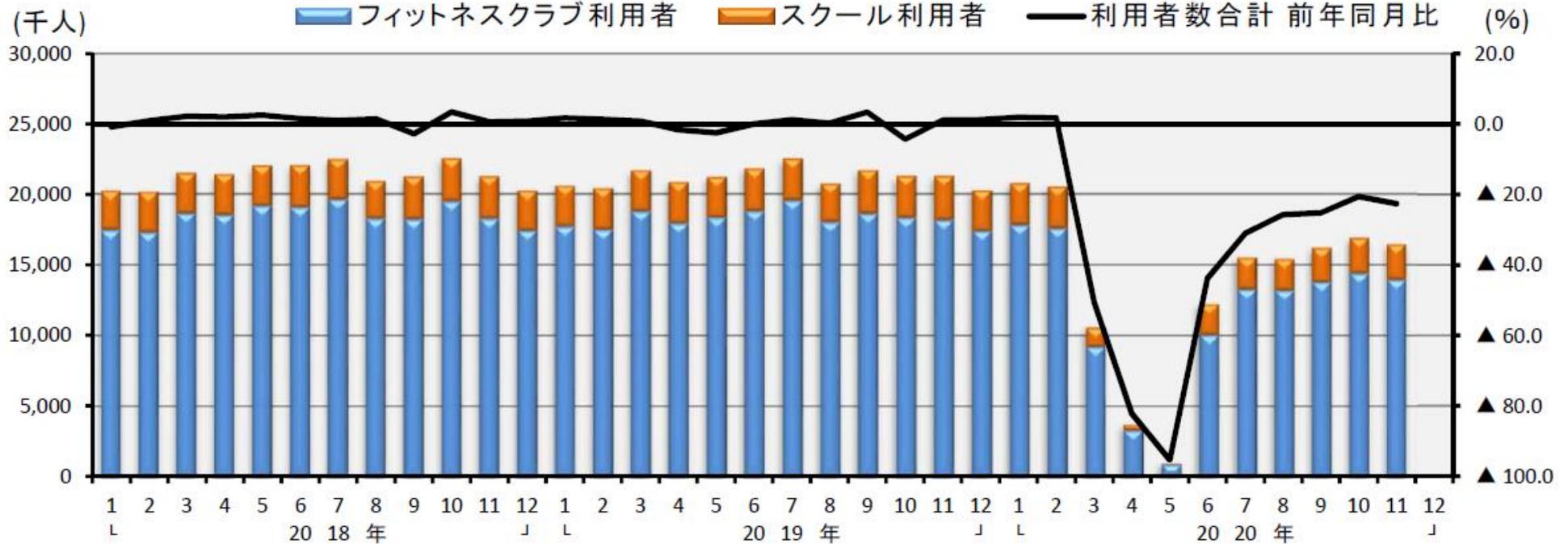
フィットネスクラブの売上高と前年同月比の推移



2020 特定サービス産業動態統計調査より

フィットネスクラブの業況推移（利用者数推移と対前年同月比）

フィットネスクラブの利用者数と前年同月比の推移



2020 特定サービス産業動態統計調査より

新型コロナウイルス感染対応業界 ガイドラインの策定

FIA フィットネス関連施設における
新型コロナウイルス感染拡大対応ガイドライン



(一社) 日本フィットネス産業協会

2020年11月6日

3月のガイドライン策定から、
11月現在で既に第8版の改定

行政からの指導を受けながら、
常に、高い安全基準を設定

※内閣官房 業種別ガイドラインでの承認

2020.03.03	1 版
03.04	2 版
03.10	3 版
03.17	4 版
03.18	5 版
04.08	6 版
05.25	7 版
11.06	8 版

内閣官房
Cabinet Secretariat



経済産業省

Ministry of Economy, Trade and Industry

ガイドラインの効果

昨年の営業再開後、6月1日の自粛要請解除以降和3年5月9日現在で件、当協会加盟の企業が運営するフィットネスクラブにおけるコロナ罹患者の利用が以下の通り確認されている。

- 新型コロナウイルス罹患者来館の報告件数 …… **303件**
(主にFIA加盟各社から寄せられた報告/来場者・スタッフ含む)
- 要観察対象になった案件数と対象者人数者数 …… **21件/177名**
- FIA加盟企業施設内での感染（クラスター）認定がなされた件数 …… **0件**

全てのケースにおいて、罹患者の行動記録が明確であり、またガイドラインに沿った利用者の行動と施設の感染予防対策が確認されていることから、**FIA加盟クラブに於ける行政からのクラスター認定はゼロ**であり、業界ガイドラインに則したクラブ運営が再開されて以降、フィットネス関連施設からの感染拡大は起きていない。

コロナ感染症による外出の自粛にによる 身体活動低下が健康に及ぼす影響

スポーツ庁からの呼びかけ

With コロナ時代に高齢者の健康二次被害をスポーツや社会参加で予防するために
～スポーツを通じた高齢者向け健康二次被害予防ガイドライン～

(本文中より抜粋)

〔コロナ感染症が社会に及ぼした影響〕

外出の自粛により人々の身体活動の機会が減少による、筋肉量の低下や基礎疾患の悪化、認知機能の低下等の「**健康二次被害**」の懸念

〔With コロナ時代における健康の保持増進の重要性について理解〕

■外出の自粛による身体活動の低下によって、心身への影響

- 筋肉量の低下によるフレイル、ロコモティブシンドロームにつながる危険性
- 2型糖尿病等の基礎疾患罹患者の身体活動の低下による病状悪化の誘発
- 外出の自粛による会話の機会減少による認知機能低下への恐れ

〔体を動かすことの奨励〕

(例)ガイドライン等に沿って感染予防対策にしっかりと取り組んでいるか確認の上、スポーツ教室などのサークル活動やスポーツクラブなどのスポーツ施設等が再開し際の積極的利用

※地域のコミュニティやスポーツ教室等への参加地域のコミュニティやスポーツ教室等に参加することは、閉じこもりがちな生活の中で、よい気分転換になり、認知機能の低下を防止する上でも有効

スポーツ庁からの呼びかけ

With コロナ時代に運動不足による健康二次被害を予防するために
 テレワークで座位時間が増えた方向け

テレワークで座っている時間が増えていませんか？

座りすぎは心と体に悪影響です！
 1日に11時間以上座っている人は
 4時間未満の人と比べ死亡リスクが
 40%も高まるといわれています。

△ こんな人は要注意

- ✓ テレワークで一日中座りっぱなし
- ✓ 座りすぎで腰痛・肩こりが辛い
- ✓ 最近何だか気分が落ち込みがち
- ✓ 通勤しなくなった/通勤することが減った



適度な運動・スポーツは...

- 高血圧や糖尿病などの生活習慣病を予防
- 肩こり・腰痛の改善や疲労回復
- 気分爽快・ストレス解消・抑うつ状態の改善 など

感染をしっかり予防しながら、体を動かそう！

- 日常生活を営む上での基本的な生活様式
- まめに手洗い・手指消毒
 - 咳エチケットの徹底
 - こまめに換気
 - 3密の回避
 - 適切な生活習慣
 - 毎朝の体温測定・健康チェック
- 発熱や風邪症状のある場合は無理せずに

Step1.

日常生活で動くことを意識



こまめに立ち上がる、家事を積極的に
 する、階段を上り下りする等。

Step2.

ストレッチや軽い体操



ヨガや筋トレ等の動画を見ながら
 行うと Good！

Step3.

ウォーキング・ジョギングなど



スポーツクラブなどで汗をかくのも
 Good！

WHO は、成人は週に 150 分以上の中強度の身体活動※を行うことを推奨しています。
 ※ウォーキングやゴルフなど、軽く息が弾む程度のもの。
 また、30分に1回立ち上がり動くと、座り過ぎによる健康リスクを軽減すると言われています。

無理せず、少しずつ体を動かす機会を増やしていきましょう。



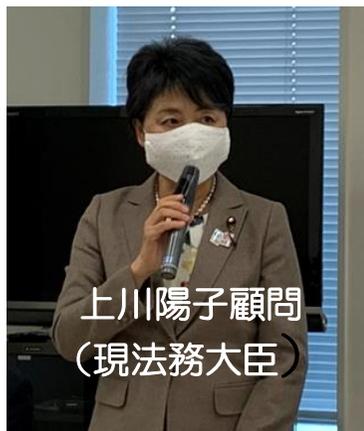
With コロナ時代の運動不足による
 健康二次被害を予防するための呼
 びかけ

スポーツクラブの利用も推奨

自治体行政への働きかけ



遠藤利明会長



上川陽子顧問
(現法務大臣)



朝日健太郎
事務局次長



佐々木 紀
事務局次長

スポーツ・健康産業推進議員連盟設立総会
共催:自民党ヘルス&コミュニティ議員連盟発足への活動

これからのフィットネスクラブの役割

フィットネスクラブの休業が、施設利用者 (運動継続者) に及ぼす影響について

日本におけるフィットネスクラブ数は、2019年時点で、民間クラブで6,200店を超え、利用者（登録会員数）は、550万人以上となっている。つまり緊急事態宣言発令下では、**これだけの規模で、健康の保持増進のための運動機会が、日常から失われたことになる。**



「健康二次被害」の発生が予見される

高齢者の巣ごもりでの筋力低下や認知機能低下による介護リスクの増大

在宅勤務での身体活動量の低下による生活習慣病の発症リスクの増大

これからのフィットネスクラブの役割 「健康二次被害」の拡大を防止する

免疫力低下による感染症発症リスクの増大

身体活動量の低下によるメンタルヘルス問題の増加

あそび場や、運動をする場を失ったことでの、こどもたちの体力低下

18時以降の、ジム
や更衣室に於ける
密な状態の発生

緊急事態宣言を受けた 営業時間短縮による影響

継続的な運動の機
会を失うこととなっ
たお客様の増加

- 名 称 一般社団法人 日本フィットネス産業協会
〒101-0044 東京都千代田区鍛冶町2丁目2番3号 第三櫻井ビル 6階
- 代 表 者 会長 吉田 正昭
- 設 立 1987年（昭和62年）9月21日 社団法人として設立
2011年（平成23年）10月18日 一般社団法人へ移行
- 目 的 フィットネス産業及びスポーツや健康増進等に関する調査・研究・情報収集並びに提供を行うことにより、フィットネス産業の健全な発展と、我が国経済の発展に寄与するとともに、『国民の健康増進』に、寄与することを目的とする。

■ 加盟法人数及び総施設数/利用者数

正会員：クラブ運営企業 103 社

- ・加盟企業の運営する施設数：**4,900施設**
- ・総利用者数：**約370 万人**

賛助会員：102社