

令和 2 年度

事業計画書

(自：令和 2 年 4 月 1 日 至：令和 3 年 3 月 31 日)

公益財団法人日本健康スポーツ連盟

## 事業計画書

自：令和2年 4月 1日  
至：令和3年 3月31日

### 1. 事業活動の基本方針

近年の日本人の平均寿命の伸びは著しく男性が約81歳、女性が約87歳に達しております。

しかしながら、健康寿命との差が男性では約9歳、女性では約12歳以上もあります。人生100年時代を目前に控える中で、最後まで自立可能な「健康寿命」を延伸することが健康で活力ある長寿社会を実現し、さらには医療費の削減に寄与するものと考えられます。

前年度に引き続き、当年度も健康・スポーツの普及振興に注力し国民の健康増進、体力づくりを支援する所存でございます。

そのための事業として①健康増進施設、②人材育成講習会、③健康・スポーツに係るイベントの3分野を充実し拡大させるとともに財政基盤の安定化を目指します。

スポーツ・運動を通して国民の健康づくりと活力づくりを幅広く展開するため、健康・スポーツや体力科学の専門家の協力を得て運動・栄養・休養の一体化や省庁間の健康施策の連携推進を通して、21世紀に生きる国民の活力ある肉体と豊かな精神を育み、気概に満ちた日本の構築に資することを事業活動の基本方針と致します。

### 2. 事業計画の概要

#### (1) 健康増進施設の充実拡大活動

厚生労働大臣認定健康増進施設の新規・更新調査は、健康増進施設のハード、ソフト、サービスの環境整備をすることにより、健康とスポーツの普及振興を図り国民の積極的な参加を促すことで活力ある生涯スポーツ社会の実現に貢献する。

健康増進施設調査の質の向上と効率化を図るとともに健康増進施設側のメリットを周知徹底し、健康増進施設の拡大を推進するため下記の項目に力を入れる。西日本地区については、当法人の九州支部が主体となる。

- ① マル適マークの利用の促進を図る。  
マーク利用施設へ、行政等の情報を発信する。
- ② 健康増進施設に対して最新の健康情報の提供や新規事業の企画を提案し、また成

功事例等を紹介する。

- ③医療費控除対象の指定運動療法施設やメディカルフィットネスクラブの拡大。  
指定運動療法施設の指導者やメディカルフィットネスクラブの医師らと連携し、運動療法プログラム、人材育成及びマネージメントのセミナー及び施設内でのワークショップを行う。
- ④厚生労働科学費研究助成の研究班と連携し、健康増進施設大会や医療費控除制度の拡大を行う。  
(健康日本 21 推進全国連絡協議会、(公財)日本レクリエーション協会、(一社)日本ウォーキング協会、ユニセフラブウォーク協議会等各団体と連携する。)

## (2) 人材育成講習会

超高齢化社会を迎え健康寿命の延伸は最も大きな課題であり、その対策として介護予防、ロコモ予防、認知症予防などの高齢者対策の重要度が増している。

健康・スポーツの指導者には、安全で正しい運動法・健康法の指導、栄養指導はもとより指導中の緊急時や応急時の心肺蘇生法(AEDなど)の対応も求められている。

以上のことを踏まえて、本事業では個々人の目的別のプログラムの提案と実施、また個人の能力や特性にも適切に対応できるより専門的で高度な技能を有した指導者の育成を目指す。

幼児から高齢者まで幅広い年齢層に対して正しく安全で安心できる健康・スポーツの指導者を養成、普及させることで地域社会に貢献、国民の健康増進に寄与することで健康で活力ある長寿社会の実現に貢献する。

- ① 健康運動指導者の指導能力の向上と多様なニーズに対応できる知識と技術を身に付けさせるためのスキルアップ研修を全国的に実施する。最新の情報提供など継続的にサポートする。具体的には、フィットネスウォーキングインストラクターとして資格認定をする
- ②「アステップクラブ」の認定施設で指導ができる「生涯スポーツ指導員(ウエルネス)」の資格を付与する。
- ③「生涯スポーツトレーナー」の資格認定は0歳から100歳までの動けるカラダづくりをサポートするトレーナーの資格。パーソナルトレーナーは主にアスリートのコンディショニングサポートが中心であったが、今後は子供から高齢者までの方々に於いて、生涯を通じ動けるからだ作りのための指導と技術が提供出来るトレーナーの育成を構築する。経験豊富なトレーナーから実践レベルの指導を学び様々な技術、情報、知識を精査し提供していき資格を付与する。
- ④車いすを利用している障害者で特にアスリートを目指す方ではない車いすユーザーが健康に向けて実践するための指導者として「車いすフィットネストレーナー」の資

格講習を実施する。車いすユーザーが生活習慣上の課題を意識しやすく医学的知見に準拠した情報を提供し運動を実施し、運動習慣の定義によって健康維持を図る人材を育成することを目的とする。

### (3) イベント

スポーツ関連イベントは、老若男女誰でも一般の方が気軽に楽しく健康スポーツに参加できるプログラム構成とする。特定の競技人口の少ないプログラムはなるべく避ける。怪我や熱中症などを未然に防ぐためプログラムの計画段階から実施まで、常に専門家が関与し、運動、安全面に配慮し実施する。例年、秋口に集中していたイベントを気候の良い春から初夏にかけての実施を目指す。加えて、開催地域を従来の関東地区、東北地区に加え、九州地区での実施を目指す。

## 3. 活動事業

### (1) 健康増進施設の調査 〈公益目的事業〉

(定款第2章第4条第3号)

#### ① 健康増進施設認定制度にもとづく調査事業

##### イ) 新規調査

時 期：令和2年4月～令和3年3月31日

施設数：15施設

##### ロ) 更新調査(継続)

時 期：令和2年4月～令和3年3月31日

施設数：30施設

### (2) 人材育成講習会事業 〈公益目的事業〉

(定款第2章第4条第1号)

#### ① 健康スポーツ指導者の資質向上のための講習会開催

- ・ フィットネス・ウォーキング・インストラクター資格認定講習会  
フィットネス・ウォーキング・インストラクター(FWI)の講習会修了者に対して資格認定する。
- ・ フィットネス・ノルディック・ウォーキング指導者研修会
- ・ 助成金を活用した指導者育成講習会
- ・ ロコモ予防対策講習会
- ・ 元気な高齢者対象の筋力トレーニングとストレッチの指導者講習会
- ・ 健康スポーツセラピストの検定試験
- ・ 生涯スポーツトレーナー講習会と実技講習
- ・ 車いすフィットネストレーナーの講習会と実技講習

② 受験対策講座

健康運動指導士のための受験対策のための模擬試験を実施する。

③ 特定保健指導事業及び地域活性化事業の推進

健康増進施設との連絡・協力体制を整える。単独施設においても特定保健事業の受け皿として機能できるシステムを構築し事業化を図る。

当法人の「講習会」を受講した指導者を中心に企業、健康保険組合、地方自治体で特定保健指導の指導を実施する。当年度は清瀬市、山武市、白井市に対して実施する計画である。

特定保健指導は地域の一体感や活力を醸成するとともに生活習慣病の予防と改善、健康寿命の維持延伸に寄与し、心身の健康の保持増進にも重要な役割を果たす効果が期待される。

また、地方自治体と連携し、健康・スポーツを通して地域の活性化を図り、当法人の九州支部においても地域活性化事業を目指す。

④ 推奨品・認定品の認定

男女とも平均寿命が延びている一方で、生活習慣病が増加の一途をたどっている。老後も「元気でハツラツ長生き」を実現するためには自分の健康は自分で守るという考え方がとても重要である。生活習慣病の予防には、運動・栄養・休養の三つの柱が満たされている事が重要であり、生活習慣病は飲酒・喫煙、運動不足や栄養のアンバランスなどの長年の生活習慣や疲労の蓄積や精神的なストレスが素因となって起こされてくる病気である。

健康増進に直接的、間接的に関連するすべての商品・製品及び設備を対象とし、食品衛生法等やその他関係法令に適合していることを前提として以下の基準で審査し、厳正な審査のうえ合格したものを当法人の推奨品として認定する。

1. 手軽に安全安心で効果的な運動に取り組める健康器具。
2. バランスのとれた食生活が困難な場合など不足した栄養成分を補給し健康を維持するための食品。
3. 疲労やストレスを和らげるための器具などの製品。

また、上記の1～3項の条件に追加して、特に国民の健康維持増進に効果があると認められた商品・製品及び設備については、厳正な審査のうえ合格したものを当法人の認定品とする。

推奨品及び認定品は、推奨品・認定品規定に基づき厳正な審査を行い、品質のレベルの高い商品・製品及び設備を推奨及び認定することで広く国民の健康の保持・増進に寄与する。推奨品及び認定品の認定料収益は公益事業の推進に活用する。

(3) イベント事業<収益事業>

(定款第2章第4条第6号)

健康保険組合及び各種団体構成員の健康維持・増進及び医療費削減を目的とした健康スポーツイベントの提案・企画・運営の協力を実施する。

関東と東北地域で実施していたイベント事業を当法人の九州支部での開催を目指す。

(4) 政府機関及び国内関連団体との連携

(定款第2章第4条第4号)

- ① 健康日本 21 推進全国連絡協議会への参加 (継続)  
会員として参画。
- ② 体力づくり国民会議への参加 (継続)  
関係団体として参加。
- ③ 生涯スポーツ・体力づくり全国会議への参加 (継続)  
関係団体として参加。
- ④ 公益財団法人健康・体力づくり事業財団賛助会員
- ⑤ 公益財団法人日本レクリエーション協会会員 (領域団体)
- ⑥ 一般社団法人日本ウオーキング協会会員
- ⑦ 特定非営利活動法人日本健康運動指導士協会会員
- ⑧ その他次の各種団体との連携
  - ・公益財団法人日本スポーツ協会
  - ・公益財団法人日本オリンピック委員会
  - ・公益社団法人日本ボディビル・フィットネス連盟
  - ・公益財団法人笹川スポーツ財団
  - ・公益財団法人日本スポーツクラブ協会
  - ・公益社団法人日本フィットネス協会
  - ・一般社団法人日本スイミングクラブ協会
  - ・一般社団法人日本フィットネス産業協会
  - ・公益財団法人日本ユニセフ協会
  - ・特定非営利活動法人日本ワールドゲームズ協会
  - ・シニアソフトボール

(5) 健康増進及び体力づくりに関するイベントの開催並びにイベントへの参加及び協力

(定款第2章第4条第6号)

- ① 健康日本21推進、地方・全国大会及び健やか生活習慣国民運動への協力（継続）
- ② 全国レクリエーション大会へ領域加盟団体として協力（継続）
- ③ 健康スローピッチソフトボールの普及・大会への協力（継続）
- ④ 高齢者の生涯にわたる健康・体力づくり、生きがいつくり、仲間づくりそして地域間交流を目的とした活動に協力（継続）

(6) 健康スポーツに関する広報活動

(定款第2章第4条第6号)

ホームページの運用。

ホームページでの健康スポーツの紹介や地域や団体が主催、実施している健康スポーツイベントを紹介する。

(7) その他この法人の目的を達成するために必要な事業

(定款第2章第4条第6号)

- ① 健保組合や自治体等からの講師派遣依頼等に対する健康増進施設への紹介（継続）
- ② その他

以上