

トレーニンググループにおけるトレーニング指導の現状
～東京都、大阪府の公共スポーツ施設を事例として～

スポーツクラブマネジメントコース

5009A327-2 増本 達哉

研究指導教員：間野 義之 教授

1. 緒言

今日の我が国では、マラソンブームに代表される健康志向の変化とともに、IT化による生活環境の変化やそれに伴うライフスタイルの変化により、健康スポーツを取り巻くさまざまな問題が指摘されている。それらの諸問題を解決するため、2000年には、スポーツ振興法の規定に基づき策定されたスポーツ振興基本計画の一つとして、総合型地域スポーツクラブの育成事業が全国の自治体でスタートした。2003年には、地方自治法の一部改正により指定管理者制度が公共施設の管理運営のために導入されるなど、健康推進事業及び弾力性や柔軟性のある施設の運営が全国の自治体で積極的に進められてきている。同時に1999年には、体力測定の種目の改定が実施され、また健康診断では2008年よりメタボリックシンドローム診断が義務化され全国各地で実施されるようになった。このように身近なところでの健康スポーツ及び体力増進にまつわる関心の高まりとともに、これらの診断は健康評価として一定の役割を担っていると考えられる。

しかし、診断で測定された結果に対するアクションプログラムとして、健康診断・体力測定の結果を基にした個人への適切な運動プログラムの提供をトレーニング指導としてフィードバックできているのだろうか。また、これまで公共スポーツ施設で実施されてきたトレーニング指導及びスポーツ指導において

は、安全面への配慮を重視し、健康指導や競技スポーツに特異的な体力指導に対して適切かつ効果的に実施されてきたのかどうかなど、健康診断後の健康スポーツプログラムの効果的な実行への疑問が存在する。

2. 研究目的

本研究では、公共スポーツ施設のトレーニンググループにおける利用者へのトレーニング指導の現状と有資格指導者の配置に関するアンケート調査を実施することにより、公共スポーツ施設におけるトレーニンググループの管理・運営形態と、有資格トレーニング指導者の配置状況及び健康相談、体力測定・測定結果を基に利用者への個別トレーニングプログラムの提供を実施する健康トレーニング指導の実施状況について、その現状を明らかにし、トレーニンググループの年間利用者数に影響を及ぼす要因を考察することである。

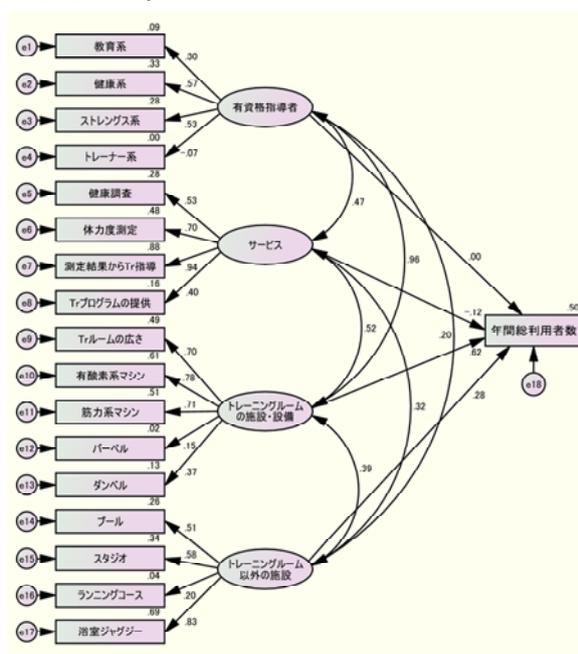
3. 研究方法

本研究の調査対象は、東京都内及び大阪府内の公共スポーツ施設の台帳を作成し、その中から、トレーニンググループを設置している施設を対象とした。調査は郵送法により、2009年10月1日から10月20日で行った。

分析方法は、相関分析および共分散構造分析を行った。

データの解析には IBM SPSS Statistics18 および Amos18 を使用した。

本研究の仮説として、トレーニングルームの年間総利用者数を規定する要因には、「有資格指導者」、「サービス」、「トレーニングルームの施設・設備」、「トレーニングルーム以外の施設」などの要因が考えられると設定した。



仮説モデル

4. 結果

トレーニングルームの年間総利用者数と相関がある項目は、「有資格指導者」、「サービス」、「トレーニングルームの施設・設備」、「トレーニングルーム以外の施設」であり、共分散構造分析では、「トレーニングルームの施設・設備」、「トレーニングルーム以外の施設」がトレーニングルームの年間総利用者数に影響があることが明らかになった。

5. 考察

「トレーニングルームの施設・設備」や「トレーニングルーム以外の施設」はトレーニングルームの年間総利用者数に影響を与えており、「有資格指導者の配置」や提供される「サ

ービス」はトレーニングルームの年間総利用者数に影響を与えていなかったことから、利用者は、施設・設備の充実した施設で、プログラムを持たない独自のトレーニングを実施していることが考えられる。

6. 結論

トレーニングルームの現状は、複数の施設を併設している複合型施設内に設置してあり、マシンを主とした機器で構成されていることが明らかになり、施設の管理・運営においては「株式会社」、「自治体直営」による管理運営形態をとっている施設が多く、民営化が進んでいることが明らかになった。

有資格者の配置状況については、有資格指導者が8割近くの施設に配置されている。しかし同時に、資格を取得していない指導者も半数以上の施設で活動している現状であり、健康調査、体力測定、体力測定からのトレーニング指導は、半数以上の施設で実施されていないことが明らかになった。

トレーニングルームの年間総利用者数に影響を及ぼす要因としては、「トレーニングルームの施設・設備」および「トレーニングルーム以外の施設」のいずれも施設・設備に関する要因がトレーニングルームの年間総利用者数に影響を及ぼしていることが明らかになった。