

北海道における「健康運動指導士」のニーズに関する研究

The Need for a Health Fitness Programmer in Hokkaido

小 田 史 郎 北 村 優 明 柚 木 孝 敬
Shiro ODA Masaaki KITAMURA Takahiro YUNOKI

1. はじめに

昭和63年、厚生大臣の認定を受け、健康づくりのための運動指導者養成事業の一環として、第1回「健康運動指導士養成講習会」が開催された。以後17年にわたり養成事業が進められている。財団法人健康・体力づくり事業財団では、健康運動指導士の役割として「呼吸・循環器系の生理機能の維持・向上を図ることによって、動脈硬化、心臓病、高血圧等の生活習慣病を予防し、健康水準を保持・増進する観点から、医学的基礎知識、運動生理学の知識等に立脚して、個人に対して、安全で効果的な運動を実施するための運動プログラムの作成及び指導を行うこと」、その活躍場所として「健康増進センター、保健所、市町村保健センター、民間健康増進施設（フィットネスクラブ等健康づくりのための運動を行うための施設）」を挙げている¹⁾。

本学の健康プランニング学科においても、このような人材の育成を目標としていることから、学生に積極的に本資格を取得させたいと考える。しかしながら、本資格の取得には経済面の大きな負担がある（現在、養成講習会の開催場所は、東京、大阪、名古屋、福岡、仙台の5ヶ所に限られており、本学学生が資格を取得するために東京会場での講習会に参加すると、50万円程度の費用が必要である）。このため、むやみに学生に推奨するのではなく、本資格を取得する価値があるかどうかの事前検討が必要と考える。以上の観点から、まず筆者らは実際の講習会に参加し、資格取得までのプロセス（講習会および資格試験等）を明らかにするとともに講義内容についての検討を行った。その結果、前号において講習会における学習内容がスキルアップのために有効であることを報告してきた²⁾。本論では次の課題として、健康運動指導士のニーズに関して検討を行うこととした。まず財団法人健康・体力づくり事業財団が実施したアンケート調査結果について概観した後、北海道における健康運動指導士の活躍状況、北海道の各施設における訪問調査（人材募集状況に関する調査）について検討を行った。

2. 健康運動指導士の在り方検討に関するアンケート調査

上記したように、当初は厚生大臣の認定を受けて健康運動指導士養成事業がスタートした。しかし、行政改革において厚生労働省のお墨付き認証制度は平成17年度をもって廃止されるこ

ととなった。このような変換期において、財団法人健康・体力づくり事業財団は、健康運動指導士の養成事業に関して様々な見直しを実施している。その一環として、都道府県および民間施設、健康運動指導士を対象に実施されたアンケート調査の結果が、平成16年3月に報告された^{3, 4)}。以下に、結果の概略を示す。

地方自治体においては健康運動指導士の活用を図る運営方針を持っていると回答した都道府県は53.8%にとどまった。同調査において健康運動実践指導者は38.5%であったことに比較すると高い値であった。しかし、約半数の地方自治体においては、行政レベルでの健康運動指導士の積極的な活用を予定していないことが明らかとなった。同調査では、健康運動指導士に求められる役割、能力についても検討されている。健康運動指導士の本来の役割である「住民が運動を継続できるための情報提供や運動指導」「個人に合わせた運動プログラムの開発」に加えて、「地域における健康づくり事業の企画立案・コンサルタント・関係者間のネットワーク形成等」など新たな場面での活躍も期待されていることが明らかとなった。健康運動指導士に対するマネジメント能力については民間団体からも同様に期待されており、同調査において健康運動指導士が行う業務内容として「管理職・チーフとしての指導・企画」をあげている民間施設が57.1%と半数以上を占めた。これは健康運動実践指導者の9.5%を大幅に上回る数値である。

民間施設において健康運動指導士を活用する事業計画があるかという問いに対しては、66.7%が「ある」と回答した。その内容としては「高齢者の筋力トレーニング教室」「高齢者の水中運動教室」「デイサービス」「転倒予防教室」「中年女性のためのダイエットエクササイズ教室」など中高年者に対して運動指導する場面が多いことが明らかとなった。

残念ながら有効回収率は50%前後と低かったため、比較的意識の高い有資格者や団体に偏った意見と考えられる。しかしこの調査結果は、健康運動指導士の活躍状況および今後の発展の可能性について今まで不明確であった部分が明らかにされた点で有用な資料と言える。またこの調査では、健康運動指導士の意見が自由記述できるようになっていた。その中で、健康運動指導士の資格を取得してもこれを活かせる就職先がない（あるいは情報が少ない）という意見が出された。この部分は、学生が本資格を取得するか否かを決定する際に重要なポイントである。財団法人健康・体力づくり事業財団は、現時点で理学療法士や作業療法士のような国家資格への移行や業務の独占については非常に難しい課題であるとした後、健康運動指導士データベースの作成や関係3団体（財団法人日本健康スポーツ連盟、社団法人日本エアロビックフィットネス協会、NPO法人日本健康運動指導士会）との連携によるPR活動などによって活躍の場を広げるという改善案についてふれている。

3. 北海道に在住する健康運動指導士の活躍状況

先に紹介したアンケート調査は、日本国全体を対象に実施されたものである。本学の学生の多くは、北海道内での就職を希望しているため、北海道における健康運動指導士のニーズについて検討する必要があると思われる。このような観点から、まずは北海道内に在住する健康運動指導士の活動状況についてまとめ（表1）、さらに全国との比較を行った（図1）。

「アスレチッククラブ、フィットネスクラブ」で活躍している人の割合は、全国に比べて北海道では低い。首都圏等に比較してこうした運動施設の数が少ないためと考えられる。また病院、老人福祉施設、介護保険施設等」で活躍している人の割合も同様、全国に比較して低い値を示した。特に老人福祉施設で活躍している人は極端に少ない。一方、「健康増進センターや保健所」、「会社、団体（健康管理部門）」「学校」で活躍している人の割合は全国に比べて高い値を示した。特に各市町村の健康推進課の職員の割合が9%（19名）と比較的高いことも特徴的であった。またフリーで活動している人は、北海道では極端に少ないという結果が得られた。

表1 北海道内における健康運動指導士の活躍状況（n=205）

アスレチッククラブ、フィットネスクラブ	33	16.1%
病院	26	12.7%
保健所	23	11.2%
学校	21	10.2%
会社、団体（健康管理部門）	19	9.3%
健康増進センター	10	4.9%
保健センター	10	4.9%
老人福祉施設／介護保険施設等	1	0.5%
フリーで活動	1	0.5%
その他	61	29.8%
合計	205	100.0%

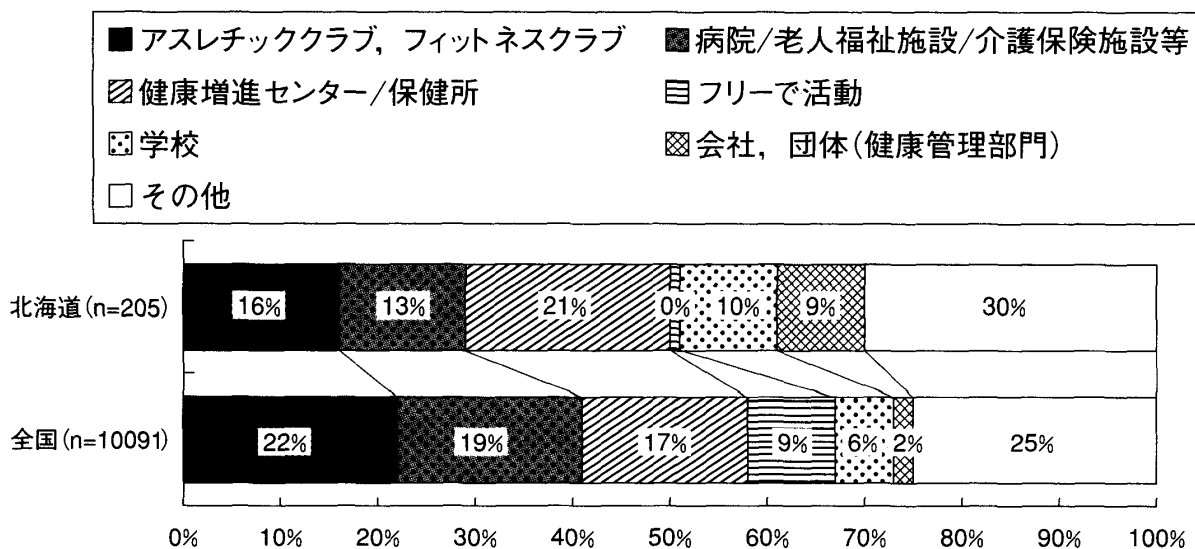


図1 北海道と全国における健康運動指導士の活動状況の比較

4. 北海道内の市町村における健康運動指導士のニーズに関する研究

本研究では健康運動指導士のニーズを検討するため、平成16年3月において北海道内の某市内における5団体を対象に訪問調査あるいは電話による聞きとり調査を行った。詳細は後述するが、健康運動指導士の活躍できる場面はある一方、積極的な採用は難しいという結果であった。

1) 健康増進センター

近年オープンした市の保健センター内にある。保健所の職員（市の公務員）で構成しているが、健康運動指導士の有資格者が運動指導などの面で活躍している。採用に関しては保健所が直接募集しているわけではなく、市職員の採用試験を受けることになる。ただし、健康運動指導士としての枠はない。採用予定は未定であった。

2) 市スポーツ振興事業団

プールや体育館など様々なスポーツ施設の管理・運営を行っている。健康運動指導士の資格については知識があり、採用者はいないがスポーツ施設の管理運営、様々なスポーツ大会の企画、あるいは市民プールにおいて健康運動指導士の活躍の場が考えられるとのことであった。しかし、現在はこうした業務に必要な資格が定められているわけではなく、健康運動指導士の募集枠もないとのことであった。採用がある場合には、管轄している体育館や市民プールが独自に募集するのではなく、新聞の求人広告により財団が一括に公募し、年に2、3名が採用されているとのことであった。

3) アスレチッククラブA

運動を中心に健康づくりのための様々な教室等を展開している。健康運動指導士の資格について知識はあり、実際に運動指導の面で健康運動指導士が活躍している。ただし正職員は削減の方向にある、職員に欠員が出た場合に公募を行うとのことであった。

4) アスレチッククラブB

厚生労働省認定の健康増進施設である。健康運動指導士についての理解はあり、子どもからお年寄りまで様々な人を対象にした運動指導が活躍の場として期待されている。健康運動指導士の資格は有しているほうが望ましいが、必要不可欠というわけではない。しかし、結果的に有資格者が揃っているとのことである。欠員が出た場合に公募を行うので不定期である。新聞広告やハローワークを通じて公募を行っている。

5) 総合病院 A

人事担当者は、健康運動指導士に関する知識はなかった。医師が運動の効果を認めた場合には、今後採用の可能性があるかもしれないとの回答が得られた。運動に関してはリハビリテーション、整形でのみ実施されており、理学療法士や作業療法士が指導にあっている。現在、健康運動指導士としての採用予定はないとのことであった。

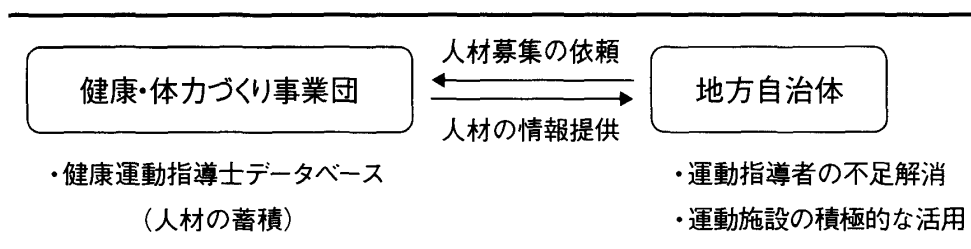
5. 考 察

本論では、財団法人健康・体力づくり事業財団が実施したアンケート調査結果についての検討、北海道における健康運動指導士の活躍状況、北海道の各施設における訪問調査（人材募集状況に関する調査）の3点から、北海道内における健康運動指導士のニーズに関して検討を行った。

北海道に在住する健康運動指導士の活躍状況から、全国とは異なるいくつか特徴的な点が認められた。一つは、健康推進課に所属する地方公務員が多いことである。筆者らが以前に北海道の全市町村を対象にアンケート調査を実施した結果では、医療費削減に向けた運動関連の取り組みが様々になされていることが明らかとなった（未発表データ）。体育館やプール等のハード面での整備が進む一方で、ほとんどの各市町村が、専門的な知識と実践力を有する運動指導者の不足を深刻な問題としてあげていた。特に地方の市町村においてこのような意見が多かった。北海道は広大な国土を有するため、都市部に在住する運動指導者に依頼して運動事業を進めることが難しいためと考えられる。各市町村に健康運動指導士の積極的な配置が期待されるが、財政的な問題を考えると、正職員としての採用は難しい。一方、都市部では健康運動指導士が活躍の場を求めているというミスマッチが生じている。

このようなことから、なるべく多くの場面で健康運動指導士が活用できる場面を増やし、広く認知してもらうことが最重要課題であると考えられる。その中で、財団法人健康・体力づくり事業財団が考案する健康運動指導士データベースの役割は大きいのではないかと期待する。図2に示したように健康運動指導士の情報が登録されたデータベースがあれば、地方自治体が直接アクセスすることで随時適した人材の情報を得ることができる。このような活用システムが早急に開発され、地方自治体へ積極的に広報を行うことが期待される。

図2 データベースを活かした健康運動指導士の積極的な活用システム



一方、北海道においては医療や高齢者福祉施設において健康運動指導士を配置しているところが少なかった。今回の訪問調査においても医療現場において健康運動指導士に対する期待は決して高いといえなかった。しかし生活習慣病の予防・治療において継続的に運動を実施することが非常に効果的であることが明らかとなっており、理学療法士や作業療法士によるリハビリテーションだけでは真の健康づくり運動を進めることは難しいと考える。全国的に見てもこれらの施設において健康運動指導士の活躍の場が増えていることが報告されている。北海道においても病院から健康運動指導士および健康運動実践指導者の公募が見られるようになり、今後の発展性が期待できると考えられた。

また北海道では健康運動指導士の活躍の場として学校教員の割合が高かった。本学科では中学校・高等学校の「保健体育」の教員養成を行っており、教員を志望する学生は多い。このような学生に健康運動指導士の資格取得が必要であるかを検討する。疾患を有する割合が低く体力レベルも高い中高校生に対して運動指導をする際に、健康運動指導士に求められるような専門知識はあまり必要ではないと思うかもしれない。しかし、激すぎる練習や体調不良、指導者の認識不足が原因で、毎年のように若年者のスポーツ事故が報告されている。自分の体力を過信する傾向のあるこの年代だからこそ、単なる運動スキルの伝達だけでなく、実施者の体調や体力レベルを考慮し、効果的で安全な運動を考えることのできる人材を育成したいと考える。

以上をまとめると、北海道における健康運動指導士のニーズは現時点ではそれほど多くないが、将来的には徐々にでも増えていくことが予想される。現場での健康運動指導士の活躍が次の人材募集につながることから、より実践力の高い健康運動指導士を輩出していくことが本学科の課題と考える。先の財団が実施した報告書では、健康運動指導士の養成事業のあり方も見直しがなされている。養成校制度の検討、地方での開催などによって、学生の負担が少しでも軽減されれば、より多くの学生が本資格を取得することができる。また先述したように、地方への就職を意識した人材提供のシステム化の構築が重要と考える。

平成15年度 北海道浅井学園大学 共同研究費交付研究

参考文献

- 1) 健康づくり事業財団編：『健康運動指導士養成講習会テキスト』，第一出版，2003.
- 2) 小田史郎，北村優明，柚木孝敬：「健康運動指導士」の資格取得までのプロセス及び必要な資質と能力，北海道浅井学園大学生涯学習システム学部研究紀要，2004，3：155-164.
- 3) 健康づくり事業財団：「健康運動指導士・健康運動実践指導者養成事業等の在り方の検討報告書」，2004.
- 4) 健康づくり事業財団：「健康運動指導士・健康運動実践指導者に関するアンケート調査」，2004.