

A Study of the Present Situations and Problems on Aerobic Dance Instructors Attending Seminars

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2017-10-03 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/2297/636

エアロビックダンス・インストラクターの現状と問題点

—セミナー参加インストラクターを対象として—

吉川京子・高木香代子*・広中ミュキ**

A Study of the Present Situations and Problems on Aerobic Dance Instructors Attending Seminars

Kyoko YOSHIKAWA, Kayoko TAKAGI & Miyuki HIRONAKA

研究目的

エアロビックダンスは、心肺機能の向上を主目的とした有酸素運動の1つである。受講者はエアロビックダンス・インストラクター（以下インストラクターとする）の行う動きを模倣することにより運動を行っている。このエアロビックダンスのプログラムは、インストラクターがクラスの内容や受講者に応じて組み立てているため、インストラクターにはプログラムを作成する能力が求められる³⁾。また、行われている動きが連続的に変化していくので、動きを途切れることなく指示していく指導力も必要である³⁾。更に、受講者は、インストラクターの動きをそのまま真似ようとするので、インストラクターは、意図する動きを明確に行う必要がある³⁾。従って、受講者の健康・体力の維持向上は、インストラクターの力量にかかっているといても過言ではない。

現在、インストラクターとして指導の現場に立つには、民間の養成機関に参加する、就職したスポーツ施設で研修を受ける、といったケースが多く見られるが、これらの養成研修を受けずに、インストラクターの職についている者もしばしば見られる。この一因として、十分な専門的知識や技術を持ち合わせていない者でも、エアロビックダンスのクラスを設けている機関が採用する場合もある、ということが挙げられる。

前回の研究⁵⁾では、北陸におけるエアロビッ

クダンス・インストラクターの現状と問題点を明らかにした。その結果、北陸のインストラクターは、知識・技術・情報に関する意識の向上が薄いことが明らかとなった。知識・技術・情報を得る手段としては、「情報誌を読む」、「上司（先輩）から」、「セミナーに参加する」、「同僚（仲間）から」といった回答が半数以上のインストラクターから得られたが、一方、知識・技術・情報を得るための時間や費用を捻出できないといった問題も挙げられた。特にセミナーの参加に関しては、「地方のため都市で行われるセミナーに参加できない」、「時間と金銭的余裕があったら参加する」といった消極的な回答が見られた。

そこで、本研究は、エアロビックダンスに関わるセミナーの開催状況を調査するとともに、セミナーに参加しているインストラクターの実態を把握し、セミナーに関わる問題を明らかにすることを目的とする。

研究方法 I

1年間におけるセミナーの開催状況を、エアロビックダンスの情報誌である「月刊フィットネスジャーナル」(1995年1月号～12月号)²⁾及び「HEALTH NETWORK」(1995年1月号～12月号)⁴⁾をもとに調査し、分類した。分類は、月別、都道府県別、主催者別、内容別に行った。

結果と考察 I

1. 平成7年のセミナーの開催状況

平成9年9月17日受理

* 金沢大学非常勤講師

** 花園大学文学部教授

表1 月別, 都道府県別, セミナーの開催数

(回)													
月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	合計
北海道													28
北海道	2				2	3	6	1	5	6	1	2	28
東北													11
青森県													0
岩手県									1				1
宮城県			1				1		2				4
秋田県													0
山形県										1			1
福島県						2						3	5
関東													329
茨城県													0
栃木県													0
群馬県							1	2	1				4
埼玉県					2				1			1	4
千葉県	2	2	1			3							8
東京都	16	22	31	26	34	26	24	31	27	18	31	20	306
神奈川県			1	1			2	1			2		7
山梨県													0
信越													14
長野県		1					4		1		2		8
新潟県									1	5			6
北陸													5
富山県		1		3						1			5
石川県													0
福井県													0
東海													59
岐阜県	2				1		1				1		5
静岡県		1	2		2	1	4	5	3	3			21
愛知県		3	4	2		5	3	2	5	4	2	2	32
三重県			1										1
近畿													132
滋賀県													0
京都府	1			3		4			2		1	2	13
大阪府		1	4	5	1	9	11	1	13	9	4	6	64
兵庫県		7	1	4	2	5	6	3	4	4	10	7	53
奈良県													0
和歌山県											1		1
中国													20
鳥取県													0
島根県							3	2					5
岡山県							1		1	1			3
広島県			2	1	1				2	3	1		10
山口県									1		1		2
四国													4
徳島県												1	1
香川県				1									1
愛媛県							1		1				2
高知県													0
九州													54
福岡県		6	6	4	1	6	4	1	6	2	4	3	43
佐賀県									1				1
長崎県													0
熊本県	1		1					1			1	2	6
大分県													1
宮崎県			1										1
鹿児島県				1	1								2
沖縄													0
沖縄県													0
合計	24	44	54	52	46	64	73	51	75	55	66	51	655

(空欄は0回を示す)

年間のセミナー開催総数は655回であった。

月別の開催数は、9月が75回と最多で、次いで7月が73回であった。平均回数は54.6回であり、1月が少ないものの、各月共に50回程度開催されていた(表1)。

都道府県別では、東京都が最多で306回であり、セミナーの半数近くが東京都で行われていた。次いで大阪府が64回、兵庫県が53回、福岡県が43回、愛知県が32回、北海道が28回であり、上位は大都市で占められていた。1回も開催されていなかった都道府県は、青森県、秋田県、茨城県、栃木県、山梨県、石川県、福井県、滋賀県、奈良県、鳥取県、高知県、長崎県、沖縄県であった(表1)。

主催者は、日本エアロビックフィットネス協会、日本エアロビック連盟、AEROBICS and FITNESS ASSOCIATION of AMERICA(以下、AFAAとする)、企業、自主団体、スポーツクラブ(カルチャースクールを含む)、インストラクター養成校、個人と多様であった(表2)。各主催者別の開催数は、日本エアロビックフィットネス協会が22回、日本エアロビック連盟が17回、AFAAが302回、企業が19回、自主団体が169回、スポーツクラブが121回、インストラクター養成校が3回、個人が2回であった。AFAAのセミナー回数は、日本エアロビックフィットネス協会や日本エアロビック連盟の回数よりかなり多く、総数の約5割を占めていたが、これはAFAA独自の資格取得講座の他、単発でプログラムを開催するセミナーを、より多く行っていたためと言える。セミナーの中には、多数の機関が関わり、多数のプログラムを提供しているセミナーも見られた。

セミナーを内容別に見ると(表3)、最も開催の多いセミナーは、各機関が独自に認定している資格のための講座であり、97回であった。2番目に多かった内容は、ステップエクササイズであり、88回であった。ステップエクササイズは1990年に日本に上陸し、その綿密なプログラムと運動量の豊富さから普及し始め¹⁾、本調査

の1995年は、この新しいプログラムの基本編から、更に応用編が、各機関を通じて紹介された時期であった。3番目は、具体的なセミナーの内容が示されず、各機関の名称と共に「セミナー、ワークショップ、セッション」といった語句を含む総称としたものであり、86回挙げられた。その他、「アクアビクス」、「有名インストラクターのセミナー・レッスン」、「ヒップホップ」、「キッドビクス」、「シニア向け」、「競技エアロビクス」、「腰痛体操」、「筋コンディショニ

ング」等と様々な内容のセミナーが提供されていた。

研究方法II

複数の機関が合同で開催したセミナー（クリエイティブフォーラム、フィットネスセッション、フィットネスホットライン）に参加したエアロビックダンス・インストラクター(112名)を対象として質問紙調査を実施した。セミナーの開催地は横浜、大阪であった。

表2 主催者別セミナーの内容とセミナー数

日本エアロビックフィットネス協会(22)	企業 (19)	スポーツクラブ等 (121)
<ul style="list-style-type: none"> ・JIFA 認定資格認定講座 (20) ・クリエイティブフォーラム (2) 	<ul style="list-style-type: none"> ・腰痛水泳 (1) ・パワーボード (1) ・東京フィットネスセッション (1) ・有名インストラクターレッスン (8) ・トータルボディコンディショニング(2) ・栄養学 (3) ・障害予防・基礎体力作り (1) ・フィットネスホットライン (1) ・競技スポーツセミナー (1) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ステップ (24) ・スライド (1) ・ステップ&スライド (5) ・有名インストラクターレッスン (11) ・ファンク (6) ・スクール・フィットネスセミナー・集中トレーニング・教育セミナー・フィットネス・最新情報セミナー・インストラクターズセミナー・オープンセミナー・オープンカレッジ・レベルアップ講習会・エアロビクスカーニバル・FITNESS GROOVE・フェスタ・スペシャルレッスン (35) ・シニア (1) ・アフリカダンス (1) ・競技エアロビクス (2) ・フィットネスミーティング (2) ・腰痛体操セミナー (2) ・トータルボディコンディショニング(1) ・アロマセラピー (1) ・ボクササイズ (1) ・アクアビクス (20) ・ヒップホップ (1) ・フリースタイルダンス (1) ・ウエイト&ラバーバンド (1) ・フィットネスフォーラムイン横浜 (1) ・骨と運動 (1) ・親子ビクス・キッドビクス (1) ・安全で楽しいレッスンの構成の仕方 (1) ・ファンキージャズ (1)
<ul style="list-style-type: none"> ・JAF 認定資格講習会 (11) ・スーパーセッション・フェスタ (4) ・競技エアロビクス (2) 	<ul style="list-style-type: none"> ・自主団体 (169) ・ワークショップ・スペシャル・公開セミナー・トータルボディワークアウト・トータルセミナー・健康体操オリンピック・インストラクターのためのワークショップ・健康体操シンポジウム・フォーラム・メディカルエクササイズセミナー・フェスティバル・フィットネスセミナー・クリニックセッション・エアロビクス研究会・エアロビックフェスタ・Fitness Forum・公開レッスン・シンポジウム (44) ・ステップ (19) ・ステップ&スライド (1) ・スライド (5) ・シティジャムファンク (9) ・腰痛体操 (6) ・CPR (1) ・競技エアロビクス (6) ・有名インストラクターセッション (31) ・健美操 (8) ・筋コンディショニング&ストレッチ (2) ・アクアビクス (5) ・シニア (1) ・ボディメイクプログラム・ボディケア(2) ・アルファビクス (1) ・武術ダンス (1) ・ジャザサイズ (3) ・各種団体資格認定講座 (24) 	<ul style="list-style-type: none"> ・3位・セミナーワークショップ・セッション・フォーラム・講習会・カーニバル・フェスティバル・シンポジウム・スペシャルレッスン (86) ・大規模セミナー (8) ・1位・資格認定講座 (97) ・6位・CPR (46) ・ニュースタンダード&ガイドライン (7) ・競技エアロビクス (11) ・5位・有名インストラクターセミナー・レッスン(58) ・9位・キッドビクス・親子ビクス (21) ・10位・シニア (18) ・マタニティビクス・アフタービクス概論(1) ・2位・ステップ (88) ・7位・スライド (34) ・パワーボード (1) ・4位・アクアビクス (61) ・ロインバクト (6) ・ファットバーナー (2) ・腰痛体操・腰痛水泳 (9) ・障害をされた方に適したプログラミング(1) ・PUN&SAFETY (3) ・運動強度 (1) ・コピペーションテクニック (1) ・クラスフォーマットデザイン (1) ・8位・シティジャムファンク・ヒップホップ(24) ・ジャザサイズ (5) ・ファンキージャズ (1) ・ボクササイズ (3) ・武術ダンス (1) ・フリースタイルダンス (1) ・アフリカダンス (1) ・健美操 (9) ・ラダーエクササイズ (1) ・ウエイト&ラバーバンド (1) ・トータルボディコンディショニング(5) ・筋コンディショニング (6) ・ストレッチ (2) ・アクティブコンディショニング (2) ・リラクゼーション (5) ・運動生理学&キネシオロジー (6) ・栄養学 (5) ・ボディメイクプログラム・ボディケア(2) ・インストラクション (7) ・カラコーディネーション (2) ・Powerobics (1) ・アルファビクス (2) ・アロマセラピー (1)
<ul style="list-style-type: none"> ・AFAA 認定資格認定講座 (41) ・CPR (45) ・キッドビクス (19) ・シニア (15) ・キッズ&シニア (2) ・ステップ (38) ・スライド (21) ・ステップ&スライド (8) ・アクアビクス (36) ・ニュースタンダード&ガイドライン (7) ・ロインバクト (6) ・インストラクション (7) ・シティジャムファンク (8) ・リラクゼーション (5) ・有名インストラクターセミナー (8) ・FUN&SAFETY (2) ・運動強度 (1) ・カラーコーディネーション (2) ・障害をもたれた方に適したプログラミング(1) ・ストレッチ (1) ・トータルボディコンディショニング (2) ・ワークショップ (1) ・ジャザサイズ (2) ・ボクササイズ (2) ・ラダーエクササイズ (1) ・ファットバーナー (2) ・コピペーションテクニック (1) ・クラスフォーマットデザイン (1) ・筋コンディショニング (5) ・アクティブコンディショニング (2) ・健美操 (1) ・運動生理学&キネシオロジー (4) ・マタニティビクス・アフタービクス概論(1) ・栄養学 (2) ・Powerobics (1) ・アルファビクス (1) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークショップ・スペシャル・公開セミナー・トータルボディワークアウト・トータルセミナー・健康体操オリンピック・インストラクターのためのワークショップ・健康体操シンポジウム・フォーラム・メディカルエクササイズセミナー・フェスティバル・フィットネスセミナー・クリニックセッション・エアロビクス研究会・エアロビックフェスタ・Fitness Forum・公開レッスン・シンポジウム (44) ・ステップ (19) ・ステップ&スライド (1) ・スライド (5) ・シティジャムファンク (9) ・腰痛体操 (6) ・CPR (1) ・競技エアロビクス (6) ・有名インストラクターセッション (31) ・健美操 (8) ・筋コンディショニング&ストレッチ (2) ・アクアビクス (5) ・シニア (1) ・ボディメイクプログラム・ボディケア(2) ・アルファビクス (1) ・武術ダンス (1) ・ジャザサイズ (3) ・各種団体資格認定講座 (24) 	<ul style="list-style-type: none"> ・インストラクター養成校 (3) ・講習会 (1) ・資格試験認定講座 (1) ・運動生理学 (1)
	<ul style="list-style-type: none"> ・個人 (2) ・ジョイントセミナー (1) ・ウエーリングセミナー (1) 	

表3 内容別セミナー数

<ul style="list-style-type: none"> ・3位・セミナーワークショップ・セッション・フォーラム・講習会・カーニバル・フェスティバル・シンポジウム・スペシャルレッスン (86) ・大規模セミナー (8) ・1位・資格認定講座 (97) ・6位・CPR (46) ・ニュースタンダード&ガイドライン (7) ・競技エアロビクス (11) ・5位・有名インストラクターセミナー・レッスン(58) ・9位・キッドビクス・親子ビクス (21) ・10位・シニア (18) ・マタニティビクス・アフタービクス概論(1) ・2位・ステップ (88) ・7位・スライド (34) ・パワーボード (1) ・4位・アクアビクス (61) ・ロインバクト (6) ・ファットバーナー (2) ・腰痛体操・腰痛水泳 (9) ・障害をされた方に適したプログラミング(1) ・PUN&SAFETY (3) ・運動強度 (1) ・コピペーションテクニック (1) ・クラスフォーマットデザイン (1) ・8位・シティジャムファンク・ヒップホップ(24) ・ジャザサイズ (5) ・ファンキージャズ (1) ・ボクササイズ (3) ・武術ダンス (1) ・フリースタイルダンス (1) ・アフリカダンス (1) ・健美操 (9) ・ラダーエクササイズ (1) ・ウエイト&ラバーバンド (1) ・トータルボディコンディショニング(5) ・筋コンディショニング (6) ・ストレッチ (2) ・アクティブコンディショニング (2) ・リラクゼーション (5) ・運動生理学&キネシオロジー (6) ・栄養学 (5) ・ボディメイクプログラム・ボディケア(2) ・インストラクション (7) ・カラコーディネーション (2) ・Powerobics (1) ・アルファビクス (2) ・アロマセラピー (1)

() 内の数字は回数を示す

() 内の数字は回数を示す
下線のセミナーは、多数の機関が関与するセミナーを示す

調査期間は1996年4月30日～10月13日。

調査内容は、(1)属性（居住地、性別、年齢、婚姻関係、所属形態、経験年数、最終学歴）、(2)担当クラス状況（担当クラスの回数、1クラスの時間、1クラスの人数、クラス受講者の年齢）、(3)知識・技術・情報（最終学歴における専門分野、ダンス経験、運動経験、養成研修の参加状況、取得資格、知識・技術・情報の入手方法）、(4)セミナーへの参加（費用、交通手段、セミナー期間中の担当クラス状況、セミナーの必要性、地元でのセミナーへの参加状況）とした。

結果と考察II

1. エアロビックダンス・インストラクターの現状

インストラクターの属性、担当クラス状況、知識・技術・情報及びセミナーへの参加に関する調査結果は次の通りであった。

(1)エアロビックダンス・インストラクターの属性

参加しているインストラクターの出身地は、北海道地区は見られず（0%）、東北地区が0.9%、関東地区が11.7%、信越地区が1.8%、北陸地区が3.6%、東海地区が13.4%、近畿地区が46.5%、中国地区が15.1%、四国地区が4.5%、九州地区が1.8%、沖縄地区が0.9%であった（表4）。近畿地区からの参加が半数近く占めているが、北海道地区を除く全地区からの参加が見られた。

性別に関しては、「女性」が94.6%、「男性」が5.4%であり、9割以上が女性であった。

年齢に関しては、「20歳代」が45.5%、「30歳代」が44.5%であり、20歳代、30歳代で約9割を占めた（図1）。平均年齢は30.3歳であった。北陸のインストラクターは、「20歳代」が74.6%、「30歳代」が19.8%であり、平均年齢は27.0歳であったが、セミナーに参加していたインストラクターは、これに比べ、30歳代の割合が高いことが伺える。

婚姻関係では「未婚」が63.6%、「既婚」が36.4%であった。北陸のインストラクターに比べ、既婚者の割合が高い傾向が見られた。

所属形態は、「フリー」(58.9%)が最も多く、次いで「社員」(24.1%)であった（図2）。北陸のインストラクターの場合、「社員」が41.5%、「フリー」が32.1%であったが、それに比べると、セミナーに参加したインストラクターは、フリーインストラクターが多い傾向が見られた。

フリーのインストラクターがクラスを受け持っている平均施設数は、4.2カ所であり、北陸と同様であった。

継続年数は、その平均と標準偏差が4.9±3.8年であり、「1年未満」(15.1%)が最も多く、次いで「10年以上」(14.1%)、「3～4年」(13.2%)であった（図3）。北陸のインストラクターは、継続年数が「1～2年」の者が、25.5%と他の継続年数より顕著に多かったが、セミナーに参加したインストラクターは、継続年

数の短い者が多い一方で、長い者も多く見られた。最終学歴は、「短大・高専卒」(34.8%)が最も多く、次いで「大学卒」(26.8%)、「高校卒」(20.5%)、「専門学校卒」(16.1%)であった。北陸のインストラクターは、「高校卒」が40.6%、「大学卒」が9.4%であったが、それに比べると、セミナーに参加したインストラクターは、学歴が高い傾向が伺える。

表4 インストラクターの居住地

	人数	割合 (%)
北海道	0	0.0
東北	1	0.9
関東	13	11.7
信越	2	1.8
北陸	4	3.6
東海	15	13.4
近畿	52	46.5
中国	17	15.1
四国	5	4.5
九州	2	1.8
沖縄	1	0.9

(2)エアロビックダンス・インストラクターの担当クラス状況

1週間に受け持つクラス数の平均と標準偏差は、 7.3 ± 4.2 回であった。1週間に受け持つクラス数は、「9回以上12回未満」(26.1%)が最も多く、次いで「3回以上6回未満」(20.7%)、「6回以上9回未満」(19.6%)、「3回未満」(17.4%)であった(図4)。北陸のインストラクターでは、平均回数が6.3回であり、階級別では「3回以上6回未満」が一番多く、46.2%を占めていたが、これに比べ、セミナーに参加したインストラクターは、多くのクラスを担当し

ていることが伺える。

1日に受け持つクラス数の平均と標準偏差は 1.6 ± 0.7 回であり、「2回以上3回未満」(51.8%)が最も多かった。

1クラスの指導時間の平均と標準偏差は、 62.4 ± 12.1 分であった。1クラスの指導時間は、「60分以上75分未満」(65.6%)が最も多く(図5)、北陸のインストラクターと同様であった。

1クラスの受講者の平均人数と標準偏差は、 23.2 ± 18.1 人であり、「18人以上21人未満」(23.8%)が最も多かった(図6)。1クラスの最大受講者数は 43.0 ± 27.0 人、最小受講者数は9.8

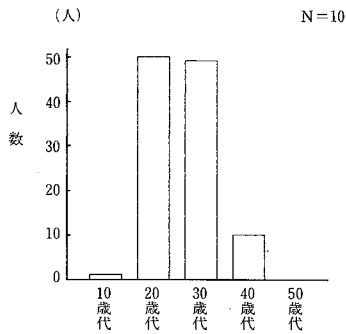


図1 エアロビックダンス・インストラクターの年齢

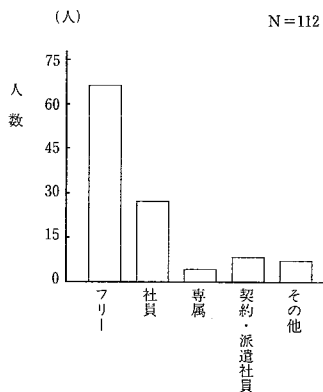


図2 エアロビックダンス・インストラクターの所属形態

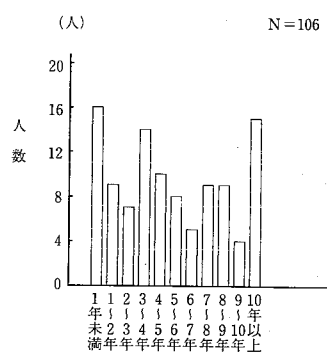


図3 エアロビックダンス・インストラクターの継続年数

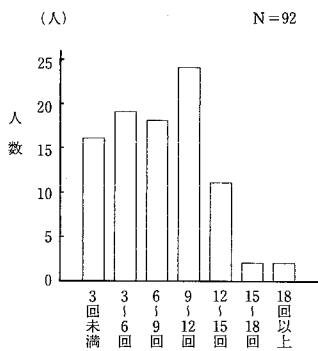


図4 エアロビックダンス・インストラクターが受け持つ1週間当たりのクラス数

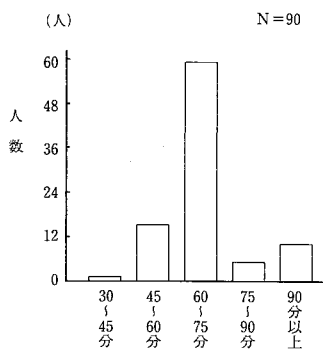


図5 エアロビックダンス・インストラクターが受け持つ1クラス当たりの時間

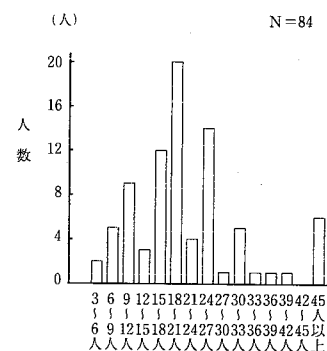


図6 エアロビックダンス・インストラクターが受け持つ1クラスの受講者の平均人数

±11.0人であり、1クラスの平均、最高、最低、全てにおいて、北陸よりも多く、約2倍であった。

1クラスにおける女性受講者の割合は、84.8±13.1%であった。

受講者の平均年齢は、男性が36.9±8.4歳、女性が34.6±7.2歳、最低年齢は、男性が23.9±8.1歳、女性が19.1±5.3歳、最高年齢は、男性が60.5±12.5歳、女性が63.7±8.7歳であった。

(3)エアロビックダンス・インストラクターの知識・技術・情報

最終学歴における体育・スポーツ分野の専攻については、専攻していたインストラクターが34.8%、専攻していなかったインストラクターが65.2%であり、体育・スポーツ分野を専攻していないインストラクターの方が多く、北陸のインストラクターと同様であった。エアロビックダンス・インストラクターになる前のダンス経験の有無では、「ある」が60.9%、「ない」が39.1%であった。ダンス経験者のうちで最も多かったダンスの種類は、「エアロビックダンス」で64.0%、次いで「ジャズダンス」の42.7%であった。インストラクター全体に占める割合は、エアロビックダンスの経験があるインストラクターは42.9%、ジャズダンスの経験のあるインストラクターは28.6%であった。

運動経験の有無は、「ある」が83.6%であり、運動種目では、「スキー」を経験している者が25.8%、「テニス」が23.7%、「水泳」が22.6%、「陸上競技」が20.4%、「バレーボール」が19.4%、「バスケットボール」が14.0%であった。

エアロビックダンス・インストラクター養成研修の参加経験の有無では、「ある」が67.0%、「ない」が33.0%であった。養成研修の内容については、「技術に関するもの」が95.4%、「知識に関するもの」が93.8%、「生理学的なもの」が84.6%、「接客に関するもの」が53.8%であ

った。「その他」として、「栄養学」、「心理学」、「メイク」、「発声法」等が少数回答として得られた。

エアロビックダンス・インストラクターに関する資格として、厚生大臣認定の「健康運動指導士」、「健康運動実践指導者」、労働省公認の「ヘルスケアリーダー」、文部大臣認定の「スポーツプログラマー」、日本エアロビックフィットネス協会認定の「ADI」、アメリカスポーツ医学協会認定の「HFI」、AFAA認定の「AFAA」等がある。その中で、今まで取得した資格は、「ADI」(46.9%)が1番多く、次いで「その他」(24.5%)であった(表5)。「ADI」の資格取得者が全体の半数近くいた原因として、今回対象としたセミナーのひとつに、「ADI」の資格を認定している日本エアロビックフィットネス協会主催のセミナーが含まれていたことが考えられる。このセミナーは「ADI」の資格継続教育と共に他の資格の継続教育も同時に行っている。

「その他」と答えた者には、本アンケート調査を行った前年の1995年より、日本エアロビック連盟が取り組んでいる日本エアロビック連盟認定の「JAF検定員」や文部大臣認定の「エアロビック指導員」が見られた。更に日本マタニティビクス協会認定の「マタニティビクスインストラクター」、救急蘇生法の資格である「CPR」も見られた。資格を取得した理由としては、「自己のレベルアップのため」、「知識

表5 取得した資格及び取得しようと思っている資格

資格	人数 (%)	
	取得した資格	取得しようと思っている資格
健康運動指導士	13(13.3)	19(19.4)
健康運動実践指導者	11(11.2)	11(11.2)
ヘルスケアリーダー	3(3.1)	3(3.1)
スポーツプログラマー	2(2.0)	2(2.0)
ADI	46(46.9)	11(11.2)
HFI/ACSM	4(4.1)	13(13.3)
AFAA	14(14.3)	8(8.2)
その他	24(24.5)	13(13.3)

を広げるため」、「指導の幅を広げるため」が主に挙げられた。

また、これから取得しようと思っている資格は、「健康運動指導士」(19.4%)が最も多かった(表5)。その他には、ADIの講習と試験官の役割を果たす「ADIエグザミネー」や「JAF検定員」、「エアロビック指導員」といった認定が取り組み始められた資格が見られた。資格を取得しようと思っている理由は、資格を取得した理由と同様に「自己のレベルアップのため」、「知識を広げるため」、「仕事を広めるため」という理由が多く見られた。

これまで資格を取得せず、これからも資格を取得するつもりはない、と答えたインストラクターは15名(13.4%)であったが、その理由には、唯一「幾つもの資格をもっているインストラクターのクラスに参加したが、効果・安全性・楽しさを万遍なく提供できるインストラクターが少なかった」という回答が得られたのみであり、資格取得が仕事に反映されていないことを指摘しているようである。しかし、ほとんど回答理由がなかったことより、明確な資格取得を否定する理由は明らかにされなかった。

インストラクターの知識・技術・情報の入手方法は、「セミナー」(85.7%)が最も多く、次に「情報誌」(82.7%)であった(表6)。

エアロビックダンス・インストラクターとして、勉強不足だと思っていることは、「機能解剖学」、「生理学、運動生理学」という回答が最も多かった。その他に、「栄養学」、「心理学」、「中高年者への指導」、「コレオグラフィ」、「コミュニケーションのとり方」、「マナー」等、多分野にわたっていた。このような勉強不足を補うために特に何か行っていると答えたインストラクターは71.2%であった。更に、勉強不足を補うための具体的な内容は、知識・技術・情報の入手方法と同様に、「セミナーに参加する」(24.1%)、「書籍・情報誌・文献を読む」(19.6%)といった回答の他、「他のインストラクターのレッスンを受けに行く」、「医療関係者、トレー

ニングの専門家に聞く」という回答も一部得られた。

エアロビックダンス・インストラクターとして、今後勉強していきたい内容のうち一番多かったものは、「中高年向けのエクササイズ」、次いで「プレゼンテーション」、「心理学」、「安全で楽しいプログラム」であった。

勉強不足や今後勉強していきたい内容について、少数ではあるが、「ウエイトトレーニング」、「ストレッチ」、「リラクゼーション」、「スポーツ障害」、「初心者向けのプログラム」、「成人病の方へのプログラム」、「ファンクの技術」、「分かりやすい指導法」、「アライメント」、「インストラクション」、「音楽」、「マナー」、「マネジメント」、「インストラクター養成」、「英会話」等、エアロビックダンスに関わる理論から実技、指導法といったエアロビックダンスに直接関わる内容だけでなく、幅広く知識・技術を得ようとしていることが明らかとなった。

(4)セミナーへの参加

セミナーの参加費の支払い者については、「インストラクター本人」が77.4%、「所属施設」が22.6%、「派遣団体」が1.9%であった(表7)。参加費について、「大変高いと思う」と答えたインストラクターが6.7%、「まあまあ高いと思う」が69.2%、「あまり高いと思わない」が22.1%、「全く高いと思わない」が1.9%であった。セミナーの参加費の支払い者と適性参加費について、 χ^2 検定を行ったところ、有意差が認められなかった($P>0.05$)ことより、参加費の支出者に関わりなく約8割近くの者が高いと感じていた。

自宅からセミナー会場までの所要時間については、「1時間以上1時間30分未満」が20.2%、

表6 知識・技術・情報の入手方法

	人数(%)
情報誌	81(82.7)
上司(先輩)	41(41.8)
セミナー	84(85.7)
同僚(仲間)	41(41.8)
図書	18(18.4)
テレビ・ラジオ	28(28.6)
新聞	9(9.2)
その他	0(0.0)

次いで、「3時間以上3時間30分未満」が19.2%であり、「30分未満」は2.9%と少数であった（図7）。
交通手段については、主に電車（93.4%）であった。

セミナーへの参加に要した旅費については、「5,000円未満」が37.5%と最も多く、次いで「10,000円以上15,000円未満」が10.6%であった（図8）。旅費について、「大変高いと思う」と答えたインストラクターが19.8%、「まあまあ高いと思う」が36.6%、「あまり高いと思わない」が23.8%、「全く高いと思わない」が19.8%であった。セミナーへの参加に要した旅費と適性旅費について χ^2 検定を行ったところ、有意差が認められた（ $P < 0.05$ ）。これは、旅費が5,000円以下であった者のうち、この金額について、「高くない」と回答した人数が、「高い」と回答した人数より多く、5,000円以上であった者は、逆にこの金額について「高い」と回答した人数の方が多かったことが影響している

表7 セミナー受講費の支払い者

	人数(%)
本人	82(77.4)
所属施設	24(22.6)
派遣団体	2(1.9)
その他	0(0.0)

思われる。従って、旅費が5,000円を越えると負担に感じると考えられる。

セミナー期間中に担当しているクラスがあるかという質問に対して、「ある」と答えた者が47.1%であり、半数近くのインストラクターが担当するクラスを抱えながら、セミナーに参加していた。更にもそのクラスについて、「休講にしてきた」者が16.3%、「フリーインストラクターに代講を依頼してきた」者が53.1%、「専属インストラクターに代講を依頼してきた」者が49.0%であった。「その他」として、「日時を変更した」者もいた。

セミナーを受講することは必要かの質問に対しては、「大変必要」と答えたインストラクターが90.5%、「まあまあ必要である」が9.5%、「あまり必要ではない」と「全く必要ではない」と答えた者はいなかった。「必要」と答えた理由として、「レベルアップのため」、「色々な知識、技術の習得、向上のため」、「最新の情報を得るため」、「刺激を受けるため」といった回答が多く見られた。

地元で開催されるセミナーにどの程度参加しているかという質問に対して、「必ず受講する」と答えた者が6.0%、「ほとんど受講する」が45.0%、「あまり受講しない」が41.0%、「全く受講しない」が8.0%であった。受講する理由として、「自分自身の向上のため」、「情報収集のため」の他、「地元でのセミナーの開催が少ないので、機会があればできるだけ参加する」、「時間の都合がつけば参加する」、「交通費、宿泊費がかからないため」といった回答が得られた。一方、受講しない理由は、「時間が合わない」、「研修会があまり開催されていない」、「興味のあるセミナー内容が少ない」が多く見られた。

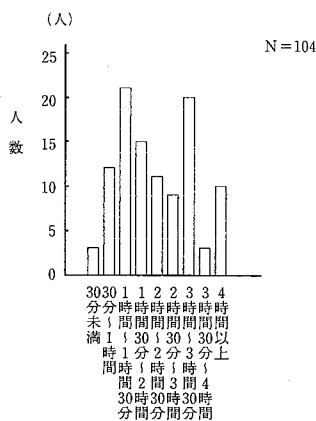


図7 セミナー会場までの所要時間

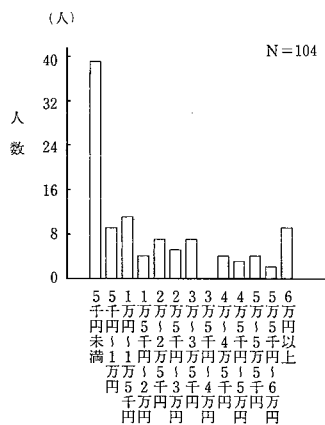


図8 セミナーへの参加に要した旅費

2. エアロビックダンス・インストラクターの知識・技術・情報に関わる問題

セミナーを受講したエアロビックダンス・インストラクターの現状を踏まえ、前回の北陸地区のインストラクターとの比較を加え、以下、知識・技術・情報に関する問題点を考察していく。

(1) 養成研修

エアロビックダンス・インストラクターの職に就くには、民間のスポーツクラブの養成講座やインストラクター養成校を卒業した後、エアロビックダンスのクラスを行っている機関に採用してもらうケースや、就職した後、企業内研修として養成研修を受け、その後、インストラクターとして現場に立つケースがある。本調査結果では、約3人に2人が養成研修の経験があった。養成研修の参加経験の有無とインストラクターになる前のエアロビックダンス歴の有無、最終学歴、所属形態について、それぞれ χ^2 検定を行ったところ、養成研修の参加経験の有無とエアロビックダンス歴の有無及び養成研修の参加経験の有無と所属形態について、有意差($P>0.05$)が認められず、養成研修の参加経験の有無と最終学歴については、有意差($P<0.05$)が認められた。北陸の場合と異なり、養成研修の参加経験の有無は、所属形態と関係があるとは言えず、養成研修の参加経験の有無と最終学歴について、有意な差が見られた。その理由として、高校卒、専門学校卒、短大・高専卒、大学卒、大学院卒のうちで、専門学校卒のみ、養成経験のあった人の割合より、なかった人の割合が多かったことが影響したものと考えられる。つまり、専門学校卒の者は、養成研修の参加経験が少なかった。また、専門学校卒で且つ最終学歴において体育・スポーツ分野を専攻していたと答えた者のうち、9割近くが養成研修を受けていないと答えていたことより、専門学校において、エアロビックダンスに関わる科目が提供されていたため、養成研修を受ける

必要がなかったと考えられる。以上のことから、養成経験があると考えられるインストラクターは、専門学校卒で且つ体育・スポーツ分野を専攻していたと答えた者も含めると、全体の75.3%になるが、それでも約4人に1人は養成研修を受けずにインストラクターの職に就いている現状が明らかとなった。この結果は、北陸の場合と同様であり、インストラクターの質が問題とされる。

(2) 取得資格とセミナーへの参加

エアロビックダンス・インストラクターに関わる資格は、各機関から独自に認定されている。資格認定は、通常、各機関が資格に必要な内容をセミナーを通じて提供し、その後実施される試験の可否によって行われている。従って、資格取得のためには、その資格に関連するセミナーを受講することが早道となる。実際に、本調査の結果、最も多く開催されていたセミナーは、資格取得のための講座であった。また、資格を継続するためのセミナーも開催されている。多数あるセミナーの中からどのセミナーに参加するか否かは、インストラクターが取得希望している又は取得している資格に応じて、セミナーを選択している現状が見られた。

セミナーに参加しているインストラクターのうちで、取得希望の資格が1つでもあると答えた者は55.1%、取得している資格が1つでもあると答えた者は67.3%であった。北陸の場合、それぞれ40.6%、42.5%であった結果から比較すると、北陸のインストラクターより多かった。これは、北陸で調査を行った1993年から本調査を行った1996年の間に、「エアロビック指導員」等のように新しい資格が出てきて、資格の種類が増えたことや、北陸よりセミナーに参加しているインストラクターの方が、資格を取得しようとする意識が高いことが考えられよう。

セミナーへの参加に関しても、知識・技術・情報の入手方法としてセミナーを利用する、と

答えた者は、北陸では55.7%、実際にセミナーに参加している本調査では85.7%であり、セミナーに参加しているインストラクターの方が、セミナーへの参加に対する意識が高い傾向が見られた。

以上、セミナーに参加しているインストラクターは、資格取得やセミナーへの参加に意欲が見られたが、セミナーへの参加に関して、色々なセミナーが開催されているにもかかわらず、セミナーが都市中心であることから、時間、費用面から見て受講が困難であるという問題が窺えた。これは北陸の結果と同様であった。更に、この問題に加えて、地元でのセミナー開催について、「興味のある内容が少ないから」セミナーを受講しないという声もあり、地元で行われるセミナーの内容に不満を感じているようであった。

3. 今後の課題

以上、エアロビックダンス・インストラクターに関する知識・技術・情報に関わる問題を、セミナーに参加しているインストラクターと北陸のインストラクターとの比較を加え、養成研修、取得資格、セミナーへの参加を通して検討してきた。

その結果、セミナーに参加しているインストラクターは、北陸と同様に、運動、ダンス歴、学歴、養成研修の有無、現在の所属形態及び取得資格がそれぞれ異なっていた。知識・技術・情報を入手しようとする意欲は、資格取得状況

資格取得希望状況及びセミナーに対する意識等から、セミナーに参加しているインストラクターの方が、北陸より高い傾向が伺えた。セミナーへの参加に関する問題点として、北陸では時間・費用面での問題を挙げていたが、本調査の結果からも同様に、多数の機関から、多種多様なセミナーが提供されているにもかかわらず、地方のインストラクターにとって、都市開催型の現状は、時間・費用面からみて厳しいことが言えた。更に、地方で行われるセミナーの内容に不満を感じていることから、今後、地方で開催するセミナーを増加すると共に、内容も充実させることが、エアロビックダンス・インストラクターの資質を向上させる上で必要であろう。

参考・引用文献

- 1) ハートフィールド・アソシエイツ：FJ100号の歩みと共に見るエアロビクスの歴史，月刊フィットネスジャーナル，100，32-39，1995
- 2) ハートフィールド・アソシエイツ：月刊フィットネスジャーナル，99-110，1995
- 3) 日本エアロビックフィットネス協会：エアロビックダンスエクササイズの実技指導，137-142，1995
- 4) 日本エアロビックフィットネス協会：HEALTH NETWORK，125-136，1995
- 5) 吉川京子，茶木香代子：北陸におけるエアロビックダンス・インストラクターの現状と問題点，金沢大学教育学部紀要，45，109-119，1996