

# トータルコンディショニングトレーナー養成事業完了報告書

(R7年度元気な愛知の市町村づくり補助金事業)

令和8年3月27日

豊川市千歳通四丁目18番地

アイレクススポーツライ株式会社

## 【事業内容】

### ① トータルコンディショニングトレーナーの養成

- ア. 講義「アイレクスフィットネス1スター養成講座」
- イ. 実技研修(1スター実技研修及び座学修正研修)
- ウ. グループプレスインストラクター養成研修

### ② 修了証の発行

## 【勤務日数・時間】

計 10回 45時間

## 【事業実績・成果】

- ・コンディショニングトレーナー育成 アイレクススポーツライフ株式会社認定1スターカリキュラム修了
- ・インストラクター養成 アイレクスオリジナルプログラム「身体改善教室」認定インストラクター合格各2名の育成を完了しました

## 【所感】

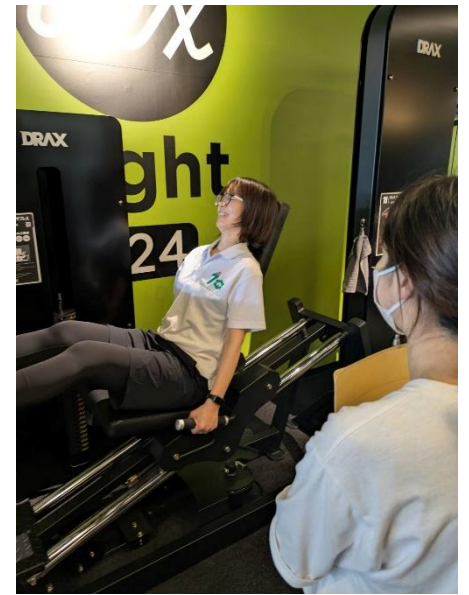
公共事業において、トレーナーという分野は専門性の担保が難しいのですが、今回当社が入ることで一般的に有効な専門性をもつトレーナーの育成について一定の成果を得られました。また、今後東栄町における少子高齢化からくる健康問題に対して、町の活性化とともに取り組むよい機会を多く得たと実感しております。

トレーナー・インストラクター育成に関して対象の2名は前向き、積極的に良い取り組みを続けてくれました。その成果もあり、スムーズな研修が行われ、問題なくレベルの向上に努めることができいております。また、このトータルコンディショニング事業を通じて「勝手に健康になる町」をコンセプトとして掲げたプロジェクトも相まって、これからの健康意識の向上の土台として成果はあったと思います。

課題としては、実際に町民へのアプローチはこれからであり、広い町域で多くの町民にこのサービスが受けられるようにする仕組みや、東栄温泉も絡めた町の振興事業につなげる施策に対してはロードマップの作成にとどまっており、これから関係機関との調整含めてスピーディに進めていく必要があります。

これから町民、行政、関係機関への啓蒙や実際のレッスン開催などでコーディネートしていくことが求められると感じております。ただしこういった課題感もポジティブな悩みであり、これから「トレーナー」「行政」「町民」を上手に活用した事業の実施ができるので、その点は楽しみです。

【事業実施の様子】



アイレクス LIGHT 新城+24 の施設で行ったトレーニング研修



ストレッチ座学と実技



「身体改善教室」見極めテストの様子