

年次報告書および次年度活動計画書

令和7年10月31日

一般社団法人日本体力医学会理事長殿
(総務委員会宛)

部会名	健康運動指導士部会			
報告者	氏名	街 勝憲	所属	国立がん研究センター
	部会での役割	代表世話人 / 世話人	E-mail	katsuj@ncc.go.jp

年次活動および次年度の活動計画について以下のように報告いたします。

1. 年次報告

1.1 報告期間

2024年12月～2025年10月

1.2 活動実績

1.2.1 第79日本体力医学会大会で開催した部会企画シンポジウムの概要

1) 名称

がんサバイバーに対する運動の重要性と健康運動指導士が果たす役割

2) 集会の概要

第79回日本体力医学会大会において、2025年9月18日(木)10:15～11:45に、健康運動指導士部会企画シンポジウムを開催した。本シンポジウムでは、がんサバイバーに対する運動の重要性と、健康運動指導士が果たす役割について多角的に議論した。シンポジウムの内容は以下の通り。

1. 「日本のがん医療における健康運動指導士への期待」

中釜 斉(国立がん研究センター名誉理事長・日本医療研究開発機構(AMED)理事長)
第4期がん対策推進基本計画において「がんとの共生」が重要な柱として掲げられ、サバイバーシップ支援の中で運動・身体活動の役割が注目されていることを紹介した。運動は体力回復や再発予防など多面的な効果があり、2024年に「がんサバイバーシップガイドライン身体活動・運動編」が策定された。がん医療における運動支援には多職種連携が不可欠であり、健康運動指導士がその中核的役割を担うことへの期待が述べられた。

2. 「がんサバイバーシップガイドライン身体活動・運動編の紹介」

街 勝憲(国立がん研究センターがん対策研究所)
がんサバイバーの増加を背景に、本邦初の「がんサバイバーシップガイドライン身体活動・運動編」

(2024 年) の策定経緯と推奨内容を紹介した。メタ解析の結果、運動は体力・QOL・倦怠感・抑うつ改善等に有効であり、「運動を勧めることを提案」との推奨が導かれた。健康運動指導士が、がんサバイバーの行動変容支援と多職種連携の中核として果たす役割について述べた。

3. 「がんサバイバーにおける身体活動・運動実践の取り組みー国内外の研究・事例紹介」

小熊 祐子 (慶應義塾大学スポーツ医学研究センター)

国内外のがんサバイバーにおける身体活動・運動の最新エビデンスを紹介し、日本版ガイドラインと海外の動向 (米国・豪州・英国など) を比較して解説した。カナダで実施された大規模臨床研究を紹介し、術後の大腸がんサバイバーにおいて身体活動・運動によって再発率や死亡率が有意に低下することを示した。

4. 「日本人乳がんサバイバーへの運動介入 (habit-B) 研究の紹介」

松岡 豊 (国立がん研究センターがん対策研究所)

乳がんサバイバーを対象に、自宅を実施可能な短時間・自重による高強度インターバルトレーニング (habit-B) プログラムを開発し、その有効性を検証した研究を紹介した。habit-B は在宅で安全に行える実行可能な運動介入として有望であり、今後は行動変容を伴う支援やプログラム最適化が課題とされた。

5. 「がんサバイバーへの実際の運動指導の現場に関する紹介」

奥松 功基 (リオールジム)

民間ジムにおけるがんサバイバー向け運動プログラムの実践事例を紹介し、体力指標や倦怠感の改善、安全性を検証した。健康運動指導士の専門知に基づく研修と評価体系の整備により、民間ジムでも安全かつ効果的ながんサバイバー支援が可能であることを示した。

3) 参加人数

学会員 62 人

1.2.2 第 79 日本体力医学会大会で開催した部会企画交流会の概要

1) 名称

2025 年度交流会

2) 集会の概要

第 79 回日本体力医学会大会において、2025 年 9 月 17 日 (水) 17:45~18:45 に開催した。本交流会では、健康運動指導士のキャリア形成やスキル向上を図るため、運動アクティビティの実施と各々が抱える課題についてグループディスカッションにより議論した。交流会の内容は以下のとおり。

1. 部会長による挨拶

2. タバタ式トレーニングのアクティビティ (写真 1, 2)

3. グループディスカッション (写真 3, 4)

ファシリテーター: 岡田真平、小澤多賀子

4. 部会長による次年度へのバトンパス、次回開催地青森県関係者よりひとこと、アンケートの実施
集合写真撮影 (写真 5)



写真 1



写真 2



写真 3



写真 4

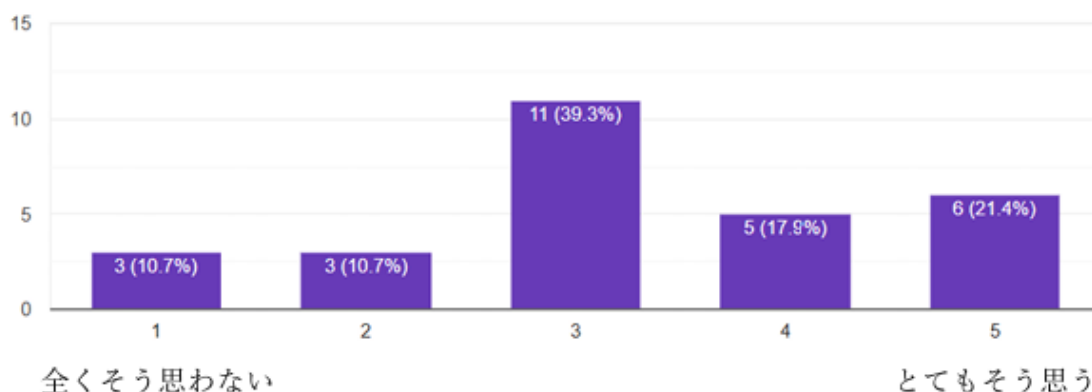


写真 5

3) 参加人数
学会員 40 人

●当部会の活動に世話人として関わってみたいですか？

28 件の回答



2. 次年度活動計画

2.1 報告期間

2025年11月～2026年10月

2.2 運営体制

変更なし / 変更あり (※変更ありの場合は下記に新体制を記載してください)

変更前							
代表世話人	氏名	街 勝憲		ふりがな	つじ かつのり		
	所属	国立がん研究センター		役職	研究員	資格 有	
世話人	①	氏名	小澤 多賀子		ふりがな	こざわ たかこ	
		所属	駒沢女子大学		役職	准教授	資格 有
	②	氏名	宮本 瑠美		ふりがな	みやもと るみ	
		所属	亀田メディカルセンター		役職	副主任	資格 有
	③	氏名	植村 望		ふりがな	うえむら のぞみ	
		所属	八戸工業高等専門学校		役職	准教授	資格 有
	④	氏名	片山 昭彦		ふりがな	かたやま あきひこ	
		所属	四国学院大学		役職	教授	資格 有
	⑤	氏名	齋藤 義信		ふりがな	さいとう よしのぶ	
		所属	日本体育大学		役職	教授	資格 有
	⑥	氏名	三本木 温		ふりがな	さんぼんぎ ゆたか	
		所属	八戸学院大学		役職	教授	資格 無
	⑦	氏名	大槻 毅		ふりがな	おおつき たけし	
		所属	流通経済大学		役職	教授	資格 有

	⑧	氏名	小林 美優	ふりがな	こばやし みゆう		
		所属	立命館大学	役職	大学院生	資格	有
	⑨	氏名	岡田 真平	ふりがな	おかだ しんぺい		
		所属	身体教育医学研究所	役職	所長	資格	有

変更後							
代表世話人		氏名	三本木 温	ふりがな	さんぼんぎ ゆたか		
		所属	八戸学院大学	役職	教授	資格	無
世話人	①	氏名	街 勝憲	ふりがな	つじ かつのり		
		所属	国立がん研究センター	役職	研究員	資格	有
	②	氏名	小澤 多賀子	ふりがな	こざわ たかこ		
		所属	駒沢女子大学	役職	教授	資格	有
	③	氏名	宮本 瑠美	ふりがな	みやもと るみ		
		所属	亀田メディカルセンター	役職	副主任	資格	有
	④	氏名	植村 望	ふりがな	うえむら のぞみ		
		所属	八戸工業高等専門学校	役職	准教授	資格	有
	⑤	氏名	片山 昭彦	ふりがな	かたやま あきひこ		
		所属	四国学院大学	役職	教授	資格	有
	⑥	氏名	齋藤 義信		さいとう よしのぶ		
		所属	日本体育大学		教授	資格	有
	⑦	氏名	大槻 毅	ふりがな	おおつき たけし		
		所属	流通経済大学	役職	教授	資格	有
	⑧	氏名	小林 美優	ふりがな	こばやし みゆう		
		所属	立命館大学	役職	大学院生	資格	有
	⑨	氏名	岡田 真平	ふりがな	おかだ しんぺい		
		所属	身体教育医学研究所	役職	所長	資格	有
	⑩	氏名	平田 昂大	ふりがな	ひらた あきひろ		
		所属	慶應義塾大学	役職	研究員	資格	有
	⑪	氏名	平岩 明也	ふりがな	ひらいわ あや		
		所属	立教大学	役職	大学院生	資格	有
	⑫	氏名	田川 要	ふりがな	たがわ かなめ		
		所属	宮崎公立大学	役職	講師	資格	無
⑬	氏名	川端 良介	ふりがな	かわばた りょうすけ			
	所属	弘前大学	役職	准教授	資格	無	

連絡担当者：

氏名	三本木 温	ふりがな	さんぼんぎ ゆたか
所属	八戸学院大学		

住所	青森県八戸市美保野13-98		
TEL	0178-25-2711	E-mail	sambongi@hachinohe-u.ac.jp

※必要に応じて枠を追加して世話人を記載ください。

※記載に際しては、必ず本人の内諾をとること。

※男女平等参画の視点から、女性の割合が25%以上となるように努めてください。

2.3 活動計画

2.3.1 次回の日本体力医学会大会で開催するシンポジウムの概要

1) 名称（仮称可）

短命県返上への取り組みにおける健康運動指導士が果たす役割（仮称）

2) 集会の概要

本シンポジウムでは、青森県における短命県返上への取り組みについて紹介するとともに、健康運動指導士が果たすべき役割について多角的に議論する。

※登壇者および講演テーマについては現在調整中である。

3) 参加予測人数（実施を希望される場合には、会場の確保のため必ず記載してください）

部会員 20 人、学会員 200 人、開催地周辺の非学会員健康運動指導士・学生 30 人を想定。

非学会員健康運動指導士や学生等が参加しやすいように参加費負担軽減や単位付与等を検討し、指導現場の活性化、次世代育成、学会活性化や会員増にも寄与できるようにする。可能であれば、健康・体力づくり事業財団のランチョンセミナーと同じ会場で連続して本シンポジウムを開催することにより、参加者が効率的に移動でき、イベント間のインタラクションが促進されることも期待したい。

2.3.2 次回の日本体力医学会大会で開催する交流会の概要

1) 名称（仮称可）

語り合おう！健康運動指導士の役割について（仮称）

2) 集会の概要

本交流会では、健康運動指導士（健康運動実践指導者など他の有資格者も含む）の養成のあり方、有資格者が活躍できる場の開拓、実践と研究の連携など幅広いテーマについて参加者同士がディスカッションを行う。交流会は以下の流れで進行する予定である。

1. 部会長による挨拶：

2. アイスブレイク：

概要 参加者全員でタバタ式トレーニングを行う。

3. グループディスカッション：

概要 ファシリテーターから進行について説明した後、複数のテーマを用意して参加者同士でグループディスカッションを行う。

4. クロージング：

概要 部会長による次年度へのバトンパス、次回開催県（宮崎県）関係者からの挨拶、アンケートの実施、集合写真の撮影など。

3) 参加予測人数（実施を希望される場合には、会場の確保のため必ず記載してください）

部会員 20 人、学会員 100 人、開催地周辺の非学会員健康運動指導士・学生 30 人を想定。

非学会員健康運動指導士や学生等が参加しやすいように参加費負担軽減や資格更新のための単位付与等を検討し、指導現場の活性化、次世代育成、学会活性化や会員増にも寄与できるようにする。

2.3.2 その他、大会外での活動計画（すでに計画中のものがあれば、名称、回数など）

次回の日本体力医学会大会で開催する集会等が成功するために必要な活動があれば、今後検討し、取り組んでいきたい。

2.4 学会への要望等

次回以降の日本体力医学会大会において、地域で活動する健康運動指導士・健康運動実践指導者（非会員・非学会大会参加者）が上記企画（部会企画シンポジウム・交流会）へピンポイントで参加できる体制を構築することをご検討いただきたい（登録更新のための単位認定講習会に位置付けて、認定単位に応じた参加負担金を受ける方向で学会および（公財）健康・体力づくり事業財団と相談・調整したい）。

以上