



# 日本トレーニング指導者協会の概要と フリーランス指導者の状況について

---

特定非営利活動法人  
日本トレーニング指導者協会 事務局長 齊野恵康

特定非営利活動法人

# 日本トレーニング指導者協会の概要



**JATI : J**apan **A**ssociation of **T**raining **I**nstructors

設立：2006年 会員数：約8,000名（2023年9月現在）

フリーランス割合：15%～30%程度

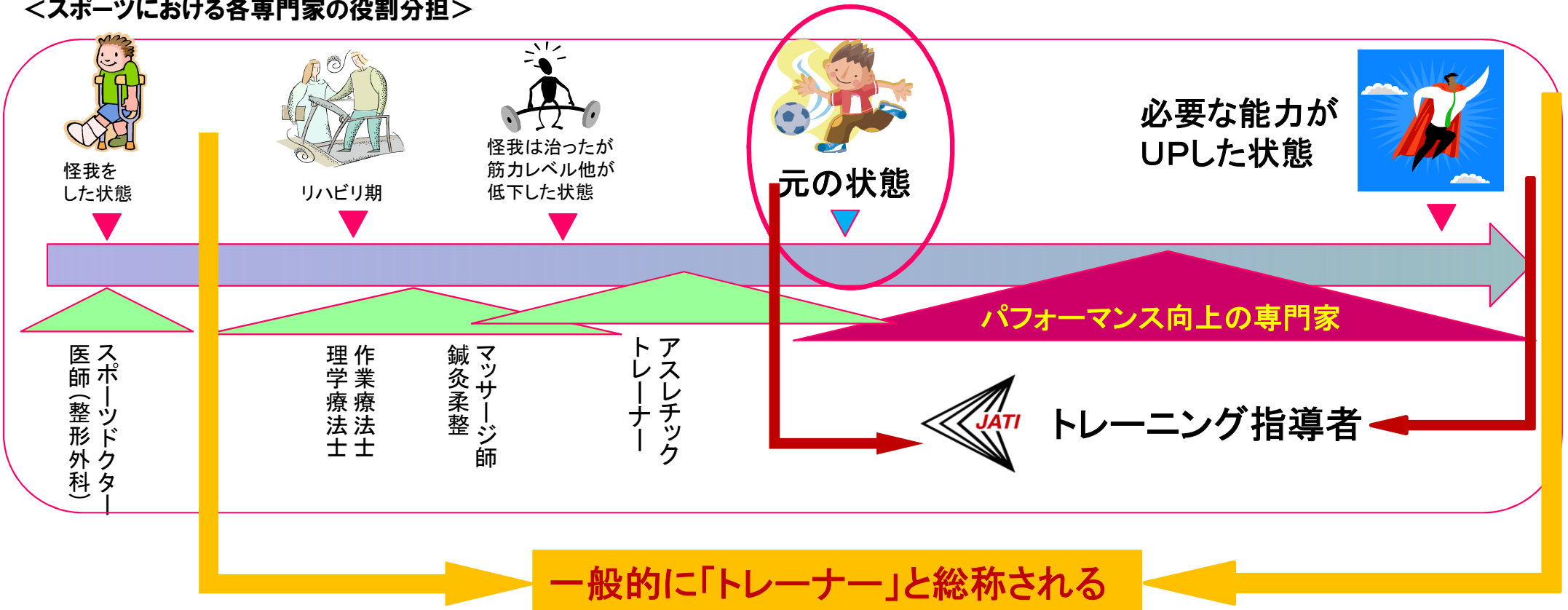
会員：競技スポーツとフィットネスの分野で活動する  
トレーニング指導者とこれを目指す人

目的：トレーニング指導者の社会的地位の向上、  
指導者の質の保証、交流促進・相互扶助

事業：資格認定、教育研修、キャリアサポート、研究等  
※協会で業務を受注して会員に業務を委託する  
などは行っていません。

# 【トレーニング指導者】の役割といわゆる「トレーナー」との違い

＜スポーツにおける各専門家の役割分担＞



※トレーナーと称している者の中には無資格の自称トレーナーや  
お金さえ出せば資格をもらえるようなビジネス目的の資格発行業者の  
資格保有者もいます



日本トレーニング指導者協会(JATI)の  
トレーニング指導者(JATI-ATI)は主に

# パフォーマンスの向上)を 受け持つ専門家です!!

## ●高齢者のパフォーマンス向上



介護予防、生活の質の向上、  
ロコモ予防など

## ●こどものパフォーマンス向上



運動能力  
向上

「運動会で一等賞になる!」  
「逆上がりができるようになる!」  
「将来トップアスリートになる!」

## ●アスリートのパフォーマンス向上



競技力  
向上

「金メダルを取る!」  
「日本一になる!」

## ●一般の方のパフォーマンス向上



体形改善、  
メタボ改善

「カッコいい体になる!」  
「健康診断の数値が良くなる!」  
「もっとスポーツを楽しめる!」

# 「トレーニング指導者®」の特徴的な業務例



例：文部科学省助成事業 「学校丸ごと子供の運動能力向上プロジェクト」

対象：小学生約100名 ※3クラス

目的：短距離走のタイムを速くする

※ひと月間、体育の授業をトレーニング指導者が担当しました

## ①科学的な測定



垂直跳びとリバウンドジャンプ

## ②体力向上と動作トレ

スタートスピード向上

トップスピード向上



## ③クラス全員のタイムが向上！



ライバルは過去の自分  
みんなでみんなを応援！  
クラスが1つに！  
運動で「できた！」を体験

# 認定トレーニング指導者

---

## JATI-ATI : Accredited Training Instructor

- トレーニング指導の専門家であることを認定する基礎資格
- 対象や目的に応じた科学的根拠に基づく適切な身体運動のプログラムを作成し、これを安全、効果的に指導・運営するための知識と技能をもつ専門家
- 競技スポーツと健康増進（フィットネス）の両分野に対応した運動指導者資格

# 各業務における発注者と取引条件の明示方法

## ■競技スポーツ分野

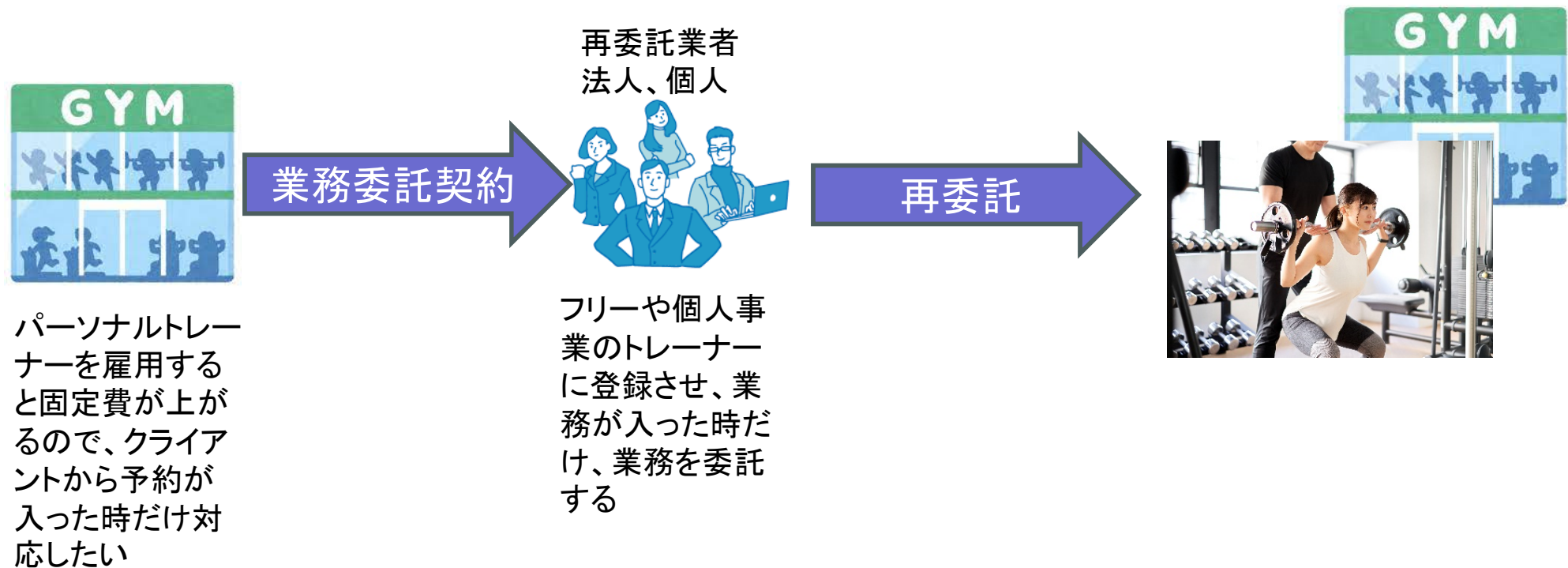
- ・プロや社会人のスポーツチーム      チームや親会社等から      **書面提示がほとんど**
- ・学校の部活動の外部指導者として      監督、学校、父母会等      **口約束やメール程度が多い**
- ・アスリート個人への指導      当該選手、選手のスポンサー      **書面、口約束両方**

## ■健康増進（フィットネス）分野

- ・民間及び公共の運動施設      民間フィットネスクラブ、公共の施設の行政、指定管理業者、  
業務委託業者      **書面提示が多い**
- ・医療機関やその付帯施設      医療機関やその法人      **書面提示が多い**
- ・介護予防施設      運営法人      **書面提示が多い**
- ・個人経営ジム      BtoC
- ・個人宅や時間貸しジムでの個人指導      BtoC

# 再委託について

- 法人組織や任意団体、個人が施設と業務委託契約をし、業務が発生した際にフリーのトレーナーに再委託することもあります。





# 業界全体として、多いトラブルの例

---

- 支払いの遅延    何か月も支払ってもらえなかった
- 代金の未払い    内容証明を送ったりしたが、結局オーナーが自己破産して  
回収できなかった
- 条件の改悪    宿泊費負担が個人に変わった、食事が個人負担に変わった
- クレーム    チームの成績が悪くなった責任を押し付けられた
- キャンセル    オフの強化合宿中のトレーニング指導を依頼されていたが、  
急遽海外遠征が決まり強化合宿が中止となり、何の保証も  
なくキャンセルされた

# 契約時に明示してほしい項目について

---

日本トレーニング指導者協会発行

トレーニング指導者のためのハンドブック 契約編 より改編

## ①具体的なサービスの内容

トレーニング指導だけなのか、身体のケアやテーピング、メンタルケアや栄養指導なども含まれるのか、コンディションに基づく選手の評価やコーチ会議への出席などどこまでの範疇を期待するのかを出来るだけ明確にしておきたい。

## ②契約期間及び指導する回数や時間

上記のサービス提供以外の時間で試合を見に来ることを強要されたり、時間外での活動が多くなる例もある。

## ③料金及び付帯費用の負担、その支払い方法・期日、キャンセルについて

指導料以外に交通費、宿泊費、食事代その他、選手の身体ケアのための簡易型ベッドが必要であったり、消耗品や測定機器などの購入が必要な場合は可能な限り明記できるとよい。またキャンセルとなった場合の補償なども決めておきたい。

# 効力を発揮させる期間について

競技スポーツ分野も健康増進(フィットネス)分野も基本的には1年契約が多いが、競技スポーツ分野においては、オフを除いた1シーズン(6ヶ月~10ヶ月)の契約や、オフシーズンのみの契約1ヶ月~3ヶ月や、強化合宿時等特定の期間(2~3週間)のみといった契約もあります。

■結論 最低でもひと月以上からとするのが望ましいと思われます。

一般的なサラリーマンも月給制ですし、仕事に関してはひと月を最低単位で考えるのが適当であると考えます。ひと月以上になりますと、定期的な業務ととらえることができ、生活費を賄うための中心的な業務となり得ると思います。

逆に数週間程度の単発の業務は突発的なもの、+α的な収入と受け取ることもできると考えました。

また年間契約の場合には、書面で条件を交わすことが多く、よりトラブルが起きやすいのは短期の契約となります。

# 契約条件の明示方法について

トレーニング指導現場では、契約条件の明示がしっかりしているところとそうでないところが両極端に分類されるように思われます。

現状、大手フィットネスクラブや一流スポーツチームとの契約においては、相手方から契約書を提示されることが多く、かなりしっかりした内容であることが多い。しかしながらフリーのトレーニング指導者は法律的な知識が乏しい場合があり、不利な条件であってもその契約書の意図を読み取れないで契約してしまうなどの例もあるようです。

逆に部活動における指導や、再委託の場合などは口約束の場合も多いようであり、課題となっていると思われます。しかしながら相手方も父母会であったり、監督個人であった場合に双方に契約に関して知識が乏しい場合もあります。

■結論 書面もしくは電子書面(PDF等)での契約書という形態が望ましいが、メールの文面などで最低限必要な項目が双方の記録に残る形で提示されれば、それでも可とすべきかと思えます。LINE(ライン)などは後から相手方の記録を削除できるため、不向きであると思われます。SNSは運営会社により仕組みが変わる可能性があるため対象とはせずに、メールなどで一度送ったら変更できない仕組みを利用して提示することが必要と思われます。