

委託事業者：株式会社ハイクラス

1. 各コースの実施実績

	予定数	受入数	結果
〔集団〕基礎測定	10件	12件	予定数以上、実施した。
〔集団〕トレーニング指導	10件	12件	予定数以上、実施した。
〔集団〕栄養指導	5件	6件	予定数以上、実施した。
〔個別〕スタミナ測定	5人×3日程	5人	予定数より少なくなった。
〔個別〕パワー測定	5人×3日程	3人	予定数より少なくなった。
〔個別〕パーソナルトレーニング指導	10件	1件	予定数を大幅に下回った。
〔個別〕パーソナル栄養指導	5件	2件	予定数より少なくなった。
ジュニアエキスパート測定	150名	45名	予定より少なかった。
スポーツ医科学・栄養サポート講座	400名	474名	予定数を上回った。

各回の終了後に、詳細な実施内容及び所感については提出済みであるが、申込みのあった依頼について、下記の通りまとめた。

(1) 集団アスリートサポートコース

①基礎測定

予定実施回数10回のところ、県と協議し、12回実施した。

実施日時	団体名	申込者数	参加者数（内訳）	測定種目
2025/7/31 09:00～12:00	県立中等教育学校	中学 25名	中学 25名	体組成・リバウンドジャンプ・垂直跳び・20m ダッシュ・全身反応時間・長座体前屈
	陸上部 ※2団体として実施	高校 14名	高校 14名・指導者1名	
2025/8/16 13:30～15:30	民間スポーツスクール	高校生以下 17名	18名（小学生8名・中高生6名・大人5名）	体組成・リバウンドジャンプ・垂直跳び・20m ダッシュ・全身反応時間・長座体前屈
		大人 6名		
2025/12/7 09:30～12:00	県立高等学校野球部	14名	20名（部員14名・指導者2名・マネ4名）	体組成・リバウンドジャンプ・垂直跳び・20m ダッシュ・全身反応時間・長座体前屈
2025/12/7 13:00～15:00	私立高等学校女子バスケットボール部	13名	17名（部員13名・指導者2名・マネ2名）	体組成・リバウンドジャンプ・垂直跳び・プロアジリティテスト・全身反応時間・長座体前屈
2025/12/27 13:00～15:00	県立高等学校野球部	22名	29名（部員22名・指導者2名・マネ5名）	体組成・リバウンドジャンプ・垂直跳び・20m ダッシュ・全身反応時間・長座体前屈
2026/1/4 10:00～12:00	かながわジュニアスターズ修了生	5名	9名（選手5名・保護者4名）	体組成・リバウンドジャンプ・垂直跳び・20m ダッシュ・全身反応時間・パワーマックス

2026/1/20 17:00～18:45	県立高等学校 野球部	11 名	13 名（部員 11 名・指導者 2 名）	体組成・リバウンドジャンプ・垂直跳び・20m ダッシュ・全身反応時間・長座体前屈
2026/2/7 08:45～10:30	県立高等学校 サッカー部	18 名	16 名（部員 14 名・指導者 2 名）	体組成・リバウンドジャンプ・立幅跳び・20m ダッシュ・全身反応時間・Yo-Yo Test Level2
2026/2/11 08:45～10:30	県立高等学校 サッカー部	23 名	23 名（部員 21 名・指導者 2 名）	体組成・リバウンドジャンプ・立幅跳び・20m ダッシュ・全身反応時間・Yo-Yo Test Level2
2026/2/11 13:00～14:15	県立高等学校 サッカー部	23 名	27 名（部員 22 名・指導者 5 名）	体組成・リバウンドジャンプ・立幅跳び・20m ダッシュ・全身反応時間・Yo-Yo Test Level2
2026/2/21 13:00～14:00	県立高等学校 野球部	12 名	11 名（部員 9 名・指導者 1 名・マネ 2 名）	体組成・球速・30m ダッシュ・全身反応時間・背筋力（※5 種目を希望）

※基礎測定については申込人数で料金を設定しているため、申込人数と当日参加人数を記載した。

②トレーニング指導

予定実施回数 10 回のところ、県と協議し、12 回実施した。

実施日時	団体名	参加者数	希望する内容・テーマ
2025/12/12 15:00～16:30	県立高等学校 野球部	9 名	日常的に実施できるコーディネーション系のトレーニング
2025/12/12 15:30～18:00	県立高等学校 野球部	12 名	ウォーミングアップや走りなどの動作の改善のための運動
2025/12/14 09:00～11:00	県立高等学校 野球部	14 名	ウォーミングアップや投球動作の改善のための運動
2025/12/14 13:00～15:00	県立高等学校 野球部	20 名	ラダーや走り方などの動き方のトレーニングと投球動作の改善のための運動
2025/12/27 15:00～16:30	県立高等学校 野球部	22 名	スクワットやデッドリフトのフォームとサーキットトレーニング
2026/1/13 16:00～17:30	県立高等学校 野球部	10 名	体を大きくするためのウェイトトレーニング
2026/2/7 10:30～12:00	県立高等学校 サッカー部	13 名	下肢強化および瞬発力向上に寄与するトレーニング
2026/2/11 10:30～12:00	県立高等学校 サッカー部	21 名	個人でも継続して実施可能な筋力トレーニングの習得と、アジリティ能力の向上
2026/2/11 14:15～15:30	県立高等学校 サッカー部	22 名	個人でも継続して実施可能な筋力トレーニングの習得と、アジリティ能力の向上
2026/2/12 16:00～17:30	私立高等学校 女子バ スケットボール部	11 名	お尻の筋肉を使ってコンタクトができるようになるためのフィジカルトレーニング
2026/2/21 14:00～15:30	県立高等学校 野球部	10 名	胸郭の柔軟性、可動域向上のためのトレーニング等の紹介

2026/2/22 13:00～15:00	県立高等学校 バスケットボール部	12 名	スクワットやランジなどの基本姿勢の確認・上肢の自重トレーニングやジャンプ動作
--------------------------	---------------------	------	--

③栄養指導

予定実施回数 5 回のところ、県と協議し、6 回実施した。

実施日時	団体名	対象	参加者数	希望する内容
2025/10/10 09:00～10:20	公立中学校 陸上部	保護者	30 名	基本的な食事の取り方・補食やサプリメントの取り方
2025/10/10 10:30～11:40	公立中学校 陸上部	選手	12 名	基本的な食事の取り方・補食やサプリメントの取り方
2025/12/13 09:00～10:40	県立高等学校 野球部	選手	12 名	エネルギー摂取量や食事の取り方について
2025/12/20 09:00～10:30	公立中学校 野球部	選手・保護者	14 名	基本的な食事の仕方や食べ合わせ、心掛けること
2026/1/12 10:30～11:45	県立高等学校 野球部	選手	10 名	基本的な食事のとり方・エネルギー摂取量について
2026/2/1 13:30～15:00	県スポーツ協会加盟団体	選手・保護者	15 名	基本的な食事のとり方・タンパク質やカルシウムについて

(2) 個別アスリートサポートコース

①スタミナ測定

各日程定員 5 名を 3 日程の 15 名枠に対して、申込は 3 日程 5 名であった。

実施日時	実施者の特性	性・年代	備考
2025/12/13 10:00～11:00	陸上経験者	50 歳代・男性	
2025/12/13 11:00～12:00	運動習慣者	30 歳代・女性	
2025/12/28 10:00～11:00	保健体育教諭（陸上）	40 歳代・男性	
2026/1/25 10:00～11:00	陸上愛好家	60 歳代・男性	
2026/1/25 11:00～12:00	情報公開不可	20 歳代・男性	

②パワー測定

各日程定員 5 名を 3 日程の 15 名枠に対して、申込は 2 日程 3 名であった。

実施日時	参加者の特性	性・年代	備考
2025/12/27 10:00～11:00	運動習慣者	30 歳代・女性	
2025/12/27 11:00～12:00	事故後の筋力チェック	10 歳代・男性	
2026/1/11 10:00～11:00	バスケ愛好者	20 歳代・男性	

③パーソナルトレーニング指導

予定実施回数 10 回のところ、県と協議し、2 回に変更した。申込は 1 件であった。

実施日時	参加者の特性	実施場所	備考
2025/8/8 14:00～15:30	麻痺のある運動愛好者	茅ヶ崎市総合体育館	

④ パーソナル栄養指導

予定実施回数 5 回のところ、県と協議し、4 回に変更した。申込は 2 件であった。

実施日時	参加者の特性	実施場所	主要なニーズ
2025/8/27 09:30～10:30	保護者	飲食店	子どもの食事の内容や量、補食などについて相談したい。
2025/11/29 10:30～12:00	保護者および本人	オンライン	現在の食事の内容や量などについて、選手と本人の両方で見直したい。

(3) ジュニアエキスパート測定

各回定員 50 名を 1 日程で 3 回実施する合計 150 名枠に対して、申込は 45 名であった。

実施日時	申込者数	参加者数	出席率	備考
2025/8/23 13:00～14:00	20 名	17 名	85.0%	
2025/8/23 15:00～16:00	15 名	13 名	86.7%	
2025/8/23 17:00～18:00	10 名	9 名	90.0%	
	合計	45 名	39 名	86.7%

(4) スポーツ医科学・栄養サポート講座

各回の募集人数 50 名の総募集人数 400 名に対して、申込は 474 名であった。

実施日時	タイトル	講師	申込者数 参加者数
2025/7/12 20:00～21:00	アスリートを目指すうえでのスポーツ医科学の重要性	桜井 智野風	59 名
2025/7/19 18:00～19:00	スポーツ選手における筋力・パワートレーニングの必要性和測定結果の活かし方	有賀 誠司	38 名
2025/8/9 20:00～21:00	スタミナ測定の重要性和必要性	丹治 史弥	41 名
2025/8/23 20:00～21:00	勝つために、何を食るといいのか!? ～一生モノの栄養学～	海崎 彩	60 名
2025/8/30 20:00～21:00	体質・遺伝もパフォーマンスに影響！自分に合ったトレーニングとは	位高 駿夫	41 名
2025/9/6 19:00～20:00	強いチームの作り方～オリンピックを輩出する指導哲学について～	上水 研一朗	116 名
2025/10/25 20:00～21:00	やる気になる・させるために自分を見直そう ～結果に繋がる心構え～	小林 玄樹	61 名
2025/11/22 20:00～21:00	練習時間がすべてではない。明日の活躍のためのリカバリー科学	石川 泰弘	58 名
		合 計	474 名

※参加者数は、途中入退出等の考慮が難しく、アーカイブ動画閲覧等もあることから、申込者数と同じとしている。

2. 各事業のアンケート結果

(1) 回答者およびコース別の満足度の評価

	回答数	とても満足	満足	どちらともいえない	少し不満	不満
選手向け	341 人	71.0%	27.1%	1.0%	0.6%	0.3%
指導者向け	15 人	73.3%	26.7%	0%	0%	0%
集団アスリートサポート：基礎測定	158 人	69.0%	30.4%	0.6%	0%	0%
集団アスリートサポート：トレーニング指導	146 人	76.7%	22.6%	0.7%	0%	0%
集団アスリートサポート：栄養指導	25 人	52.0%	32.0%	4.0%	8.0%	4.0%
個別アスリートサポート：トレーニング指導	1 人	100%	0%	0%	0%	0%
個別アスリートサポート：パワー測定	4 人	100%	0%	0%	0%	0%
個別アスリートサポート：スタミナ測定	4 人	75.0%	25.0%	0%	0%	0%
個別アスリートサポート：栄養指導	5 人	60.0%	40.0%	0%	0%	0%
ジュニアエキスパート測定	13 人	84.6%	15.4%	0%	0%	0%
スポーツ医科学・栄養サポート講座	125 人	63.2%	32.8%	4.0%	0%	0%

(2) 指導者の満足度の回答理由（原文のまま記載）

- ・ この値段でここまでの測定をしてもらえるのは普通あり得ない。
- ・ トレーニングや身体についての新しい知識を、実技を通して得ることができた。また、選手も充実した様子だった。
- ・ ニーズに合わせてメニューを組んで頂いたため。
- ・ ボーンコントロールの講義おもしろかったです
- ・ 栄養を取ることや休息を取ることの重要性を知ることができたから。
- ・ 限られた時間の中で豊富な知識と技術を教えていただき、選手にとって有意義な時間となったため。
- ・ 子どものレベルに合わせて、そこから引き上げていただけるようなご指導をいただきました。
- ・ 指導者が選手のレベルを見極めた上で、そこから引き上げていただけるような指導をしてくださった。
- ・ 実践的な指導を受けられたから。
- ・ 数値化して選手一人ひとりが振り返れることが何より良かったです。フィードバックとして自分の数値を見て今後のトレーニングに活かしていけると思いました。
- ・ 丁寧なご指導で大変分かりやすく選手に伝えていただきました。大変満足です。
- ・ 費用対効果が抜群。
- ・ 普段行わない運動を取り入れることができた。まだまだ選手に足りていないところが見えた。
- ・ 普段出来ないトレーニングが出来てとても良かったです。ぜひまたやらせていただきたいです。
- ・ 分かりやすく、直ぐに実践できる内容でした

(3) 指導者の「指導するうえで課題に思っていることは何ですか」の回答（原文のまま記載）

- ・ チームバランスを考えながら指導していくこと。
- ・ まだまだ体力の向上が必要だと感じました。
- ・モチベーションの維持。トレーニング指導の知識。
- ・ 継続力のない子どもを変えること。
- ・ 指導者と選手の目標レベルの差。

- ・指導者よりも外部の方が話す方が子どもにとって実践しやすいため、専門家を求めています。
- ・自主性の涵養。
- ・自分で調べて指導しているが、実際にその内容が現代の知識に適切に沿ったものなのかの不安なところ。
- ・選手たちに危機感を覚えてもらい、その危機感から練習に貪欲に取り組まなければならないという姿勢を持たせたい。
- ・選手によって差があるため、それぞれに合わせたトレーニング法を探るのが難しいこと。
- ・選手のデータを取る環境が身近に欲しい。
- ・選手のモチベーション維持です。そのために外部の方々にご指導いただく機会は大変貴重に感じます。引き続きよろしくお願い致します。
- ・部員のモチベーション維持だと思います。こういった事業を活かして部員の成長に繋がっていきたいです。

(4) 指導者の指導料や支払方法、今後の利用に対する考え方

高いと思う	適当だと思う	安いと思う
0 件 (0%)	4 件 (26.7%)	11 件 (73.3%)

回答は 15 件得られたが、どのコースにおいても、「高いと思う」と回答する指導者はいなかった。現状、安いと感じている人が多かった。また、支払方法については、回答者全員が「支払いやすかった」と回答していた。さらに、「今後もスポーツ医科学・栄養サポートを受講したいですか」との質問項目については、全員が、「はい」と回答していた。

3. 基礎測定から得られたデータの分析結果について

(1) 団体別の実施内容

団体名	体組成	RJ 指数	垂直跳び	立幅跳び	ダッシュ	PAT	全身反応時間	長座体前屈	Yo-Yo test L2	パワーマックス	背筋力	球速
県立中等教育学校 陸上部	○	○	○	—	20m	—	○	○	—	—	—	—
民間スポーツスクール	○	○	○	—	20m	—	○	○	—	—	—	—
県立高等学校 野球部	○	○	○	—	20m	—	○	○	—	—	—	—
私立高等学校 女子バスケ部	○	○	○	—	—	○	○	○	—	—	—	—
県立高等学校 野球部	○	○	○	—	20m	—	○	○	—	—	—	—
ジュニアスターズ修了生	○	○	○	—	20m	—	○	—	—	○	—	—
県立高等学校 野球部	○	○	○	—	20m	—	○	○	—	—	—	—
県立高等学校 サッカー部	○	○	—	○	20m	—	○	—	○	—	—	—
県立高等学校 サッカー部	●	○	—	○	20m	—	○	—	○	—	—	—
県立高等学校 サッカー部	●	○	—	○	20m	—	○	—	○	—	—	—
県立高等学校 野球部	○	—	—	—	30m	—	○	—	—	—	○	○

注釈 PAT：プロアジリティテスト / ●は体組成測定器が Inbody470 を利用

(2) 基礎測定への参加者の一覧

	合計	男性	女性	野球部	サッカー部	バスケ部
小学生	9 名	5 名	4 名	—	—	
中学生	35 名	17 名	18 名	—	—	
高校生	141 名	121 名	20 名	55 名	60 名	13 名
高校生より上	9 名	6 名	3 名	—	—	
合計	194 名	149 名	45 名	—	—	

(3) 各測定項目から得られた参加者の平均値

今後の参加者へのフィードバックに役立てるための指標を作成するため、男子高校生（121 名）および野球部（55 名）、サッカー部（57 名）の平均値と標準偏差を算出した。

①体脂肪率(%)

グループ名	男子高校生	野球部	サッカー部
人数	121 人	55 人	57 人
平均値±標準偏差	13.3±5.5	12.8±5.5	14.9±5.0

②RJ インデックス

グループ名	男子高校生	野球部	サッカー部
人数	110 人	46 人	55 人
平均値±標準偏差	1.73±0.38	1.67±0.43	1.72±0.29

③垂直飛び(cm)

グループ名	男子高校生	野球部	サッカー部
人数	55 人	46 人	0 人
平均値±標準偏差	56.0±6.3	55.7±6.0	—

④立幅跳び(cm)

グループ名	男子高校生	野球部	サッカー部
人数	55 人	0 人	55 人
平均値±標準偏差	230.9±19.9	—	230.9±19.9

⑤20m ダッシュ(秒)

グループ名	男子高校生	野球部	サッカー部
人数	110 人	0 人	54 人
平均値±標準偏差	3.21±0.34	—	3.20±0.14

⑥全身反応時間(秒)

グループ名	男子高校生	野球部	サッカー部
人数	120 人	55 人	55 人
平均値±標準偏差	0.298±0.044	0.308±0.038	0.297±0.028

⑦長座体前屈(cm)

グループ名	男子高校生	野球部	サッカー部
人数	55 人	0 人	0 人
平均値±標準偏差	43.7±8.6	—	—

⑧Yo-Yo Test Level 2(m)

グループ名	男子高校生	野球部	サッカー部
人数	54 人	0 人	54 人
平均値±標準偏差	569±189	—	569±189