

スポーツ基本計画に求めること

公益財団法人 日本レクリエーション協会

1. レクリエーション及びスポーツ・レクリエーションの主旨

レクリエーションとは、人々のやる気や意欲、心の元気を高めることである。

スポーツ・レクリエーションとは、スポーツを手段として活用することで心を元気にするとともに、スポーツを通じた健康増進効果をねらうものである。（「スポーツ基本法」前文、第 24 条参照）

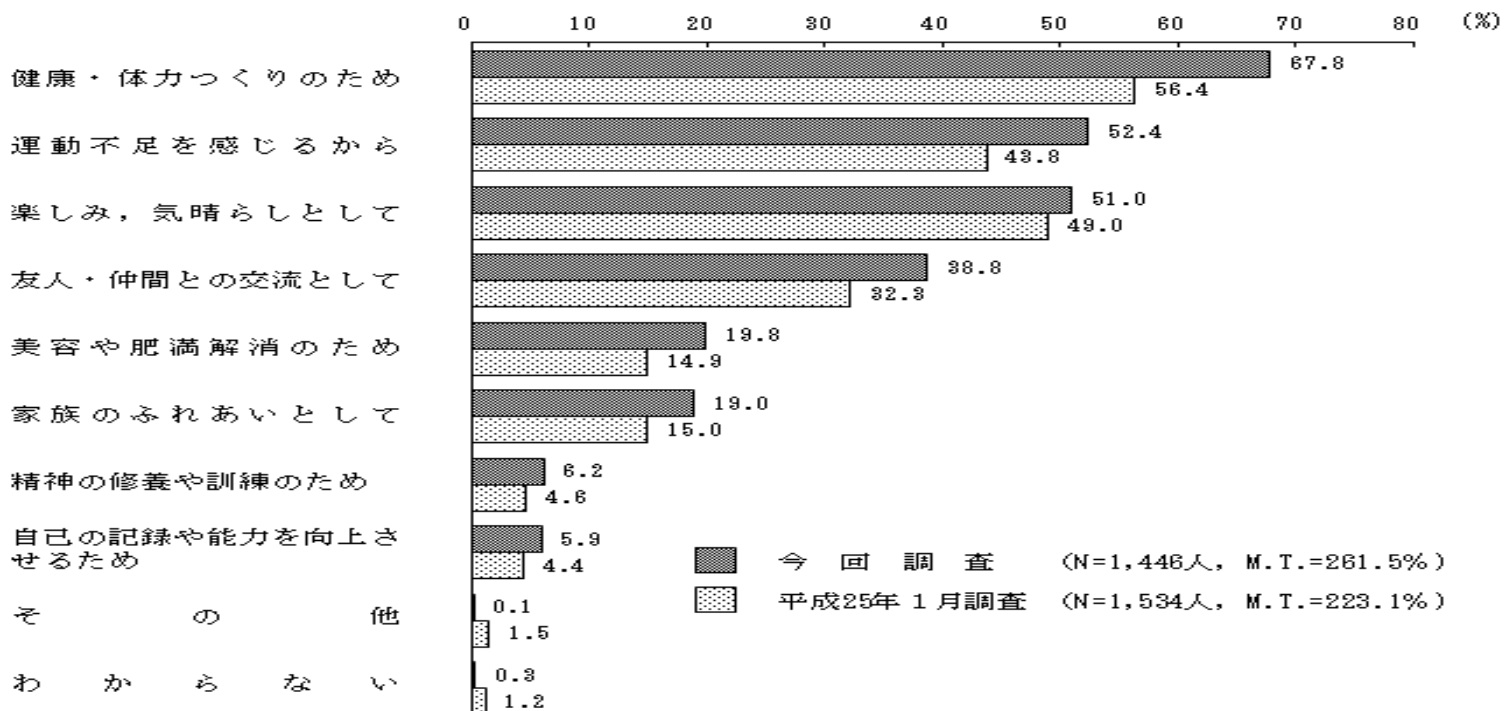
2. スポーツを文化として定着させるための視点

いわゆる競技スポーツを「する」「みる」「支える」ことでスポーツを国民の間に広げるとの考え方があがあるが、それではスポーツ文化を定着することにならない。すべての国民が多様なスポーツを楽しむことがスポーツ文化の定着である。国民の文化としてスポーツが定着している姿とは、グラウンドや体育館はもちろん、公園、歩道、都市のオープンスペース、神社の境内、公民館、集会所などさまざまな場で障害者、女性、子ども、高齢者とあらゆる人々が日常的に多様なスポーツに親しんでいることである。また、オリンピック・パラリンピックのレガシーとして残すべきは、国民のすべてがスポーツを楽しむスポーツ文化の定着である。

実際、国民がスポーツに求めるものの上位は常に健康のため、運動不足解消、楽しみ・気晴らし、友人・仲間との交流であり、記録や能力の向上を求めるものは 5% 前後に過ぎない。

図19 運動・スポーツを行った理由

（この 1 年間に行った運動やスポーツを挙げた者に、複数回答）



平成27年度「東京オリンピック・パラリンピックに関する世論調査」(内閣府)

3. スポーツ文化醸成のための働きかけ

スポーツを国民の文化として定着させるための働きかけは、国が率先して進めることが必要である。国民や市町村からの強い要求を待って行うという方法論は日本社会に馴染まない。

オリンピック・パラリンピックレガシーとしても、国民が日常的に多様なスポーツに親しんでいる状況＝スポーツの文化としての定着を実現することが強く求められる。

4. スポーツ実施率向上のために

スポーツ基本計画の見直しにあたり、最も重要な点は、成人のスポーツ実施率を高めることである。そのためには、スポーツ未実施者（無関心層）を掘起し、スポーツの楽しさと多様な効果に気づいてもらい、日常的・継続的にスポーツに親しんでもらうことが必要となる。

スポーツ未実施者の中には、子ども時代に運動への苦手意識ができあがり、自分はスポーツは無縁と考えている人も少なくない。そのため、だれもがスポーツの楽しさや爽快感、効果を感じることものできるスポーツ・レクリエーション活動が極めて有効となる。

5. 「健康スポレクひろば」の取組

スポーツ庁の施策の柱の一つに「スポーツを通じた健康寿命の延伸」がある。本会は、その方針に則り、「健康スポレクひろば」（以下「ひろば」）づくりに取り組んでいる。「ひろば」は、主に前期高齢者を対象として、小学校区を参集範囲とし、公民館や集会場、公園等で行うものである。参集範囲を小学校区としているのは、歩いても通える距離であることが高齢者の日常的・継続的な活動には不可欠であるためである。

スポーツ未実施者の掘起しからスタートし、スポーツ・レクリエーション活動の楽しさと必要性を実感してもらう講座へ誘い、講座終了後に「ひろば」を自主的に設置し、スポーツ・レクリエーション活動の継続的な実施へとつなげていく事業である。平成 27 年度、モデル的に 5 地区実施、平成 28 年度より全国 23 地区で実施している。

6. スポーツ・レクリエーション指導者の養成

スポーツ未実施者を掘起し、継続的な実施へと誘うためには、専門的な知識と技術を持った指導者が必要である。本会では、平成 26 年度より、そうした専門指導者としてスポーツ・レクリエーション指導者の養成を試行的に行っている。レクリエーション公認指導者資格をすでに保持している者を対象にした補講講習として実施しており、修了者は、上記「ひろば」づくりに取り組んでいる。

7. スポーツ基本計画への要望

- スポーツ実施率を向上させ、スポーツ文化の定着を図るとともに、医療費や介護保険費用の増大を抑制し、進行する地域社会の空洞化に対応するために、スポーツ未実施者の掘起しとスポーツ・レクリエーション活動を継続させるための施策を盛り込んでいただきたい。
- スポーツ未実施者の掘起しと継続的な実施を促すための専門の知識を持った人材養成を施策の中に盛り込んでいただきたい。
- 子どもの体力低下に対応するために、学校と連携し、学内学外で多様なスポーツ・レクリエーション活動に子どもたちが親しみ、運動嫌いを生み出さないような施策を盛り込んでいただきたい。