

スポーツ審議会健康スポーツ部会

スポーツ実施率の飛躍的な向上に向けた方策の検討

「成人の週1回以上のスポーツ実施率65%程度（障害者は40%程度）」の達成！

＜第2期スポーツ基本計画（平成29年3月24日：文部科学省）における目標＞

※目標達成のためには、2,000万人以上が新たにスポーツに親しむことが必要。

スポーツ審議会総会
において、
健康スポーツ部会
を設置
(平成29年7月7日)

＜開催実績＞

- 第1回：平成29年9月20日
- 第2回：平成29年11月27日
- 第3回：平成30年2月27日
- 第4回：平成30年3月26日
- 第5回：平成30年5月11日
(パブコメ：5月17日～31日)
- 第6回：平成30年6月25日

スポーツ実施率向上のための 行動計画

**広く国民全体に向けたスポーツ実施率向上の
ための新たなアプローチや、即効性のある取組**

今回策定する行動計画

【検討すべき対象】

- 子供・若者・・・スポーツの実施について二極化が課題である
- ビジネスパーソン・・・特にスポーツ実施率が低い（20代～50代は全体平均を下回る）
- 高齢者・・・相対的にはスポーツ実施率が高いが、健康・体力の保持等が必要である
- 女性・・・男性と比較してスポーツ実施率が低い
- 障害者・・・スポーツ実施率が低く、未実施者の8割超が無関心層である

新たな制度創設・制度改正も
視野に入れた中長期的な施策

行動計画策定後1年を目途に
取りまとめ予定

スポーツ実施率向上のための行動計画 <概要>

スポーツ実施率向上のための具体的取組として、以下の3つの観点から取り組むべき施策を取りまとめた。

- 〔1〕施策の対象：①全体、②子供・若者、③ビジネスパーソン、④高齢者、⑤女性、⑥障害者
- 〔2〕施策の段階：①スポーツをする気にさせる施策、②スポーツするために必要な施策、③スポーツを習慣化させるための施策
- 〔3〕施策に取り組むべき主体：①国、②地方自治体、③産業界、④スポーツ団体等、⑤医療福祉関係者、⑥学校等

【全体】

- ①スポーツそのものの捉え方について、既成の概念を広げて、生活に身近なものであるという意識改革を図る。
- ②スポーツ無関心層に対して、スポーツ以外の分野との連携による誘引策を実施する。
- ③広報においては、ターゲットを明確にし、共感できる情報発信を行うとともに、2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会等を間近に控えた機運の醸成とも連携しながら、普及啓発を実施する。
- ④スポーツをする際に重要となる指導者や仲間、場所のマッチング機能の整備や検索が可能なポータルサイトの開発等に取り組む。
- ⑤関係省庁との連携。スポーツと健康というテーマにおいて関係の深い厚生労働省とは両省の連絡会議を通じ、連携した取組を推進する。

【子供・若者】

スポーツの実施について二極化が課題である

- ①運動遊びを通じて、楽しみながら自然と身体活動が行える取組を推進する。
- ②親子で参加できるイベントの実施等に取り組む。
- ③総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団の更なる活性化を図る。
- ④日本版NCAAの創設による大学スポーツの振興を通じて、スポーツを「する」人口の増加を図る。

【ビジネスパーソン】

特にスポーツ実施率が低い（20代～50代は全体平均を下回る）

- ①気軽に取り組むことができるウォーキングや階段昇降等のスポーツの実施を促進する。
- ②「FUN+WALK PROJECT」の更なる推進を図る。
- ③「スポーツエールカンパニー」認定制度を推進する。
- ④働き方改革や「プレミアムフライデー」といった取組とも連携して、従業員がスポーツに取り組みやすい環境を作る。

【高齢者】

相対的にはスポーツ実施率が高いが、健康・体力の保持等が必要である

- ①無理なく実施できるスポーツ・レクリエーションプログラムの活用・普及を図る。
- ②普段、高齢者と接する機会の多い、かかりつけ医や保健師等との連携を図り、スポーツへの誘引を図る。
- ③地方自治体における「地方スポーツ推進計画」の策定や関係部署間の連携、まちづくり計画との連携を促す。

【女性】

男性と比較して、スポーツ実施率が低い

- ①スポーツ実施の促進のため、スポーツをしない要因を考慮したアプローチを進める。
- ②無理なく体を動かせるプログラム開発や気軽にスポーツを実施できる環境整備を支援。
- ③食べない・運動しないことによる痩せすぎ等も懸念されており、スポーツをすることの効果を打ち出しつつ、「女性のスポーツ促進キャンペーン（仮称）」を実施する。

【障害者】

スポーツ実施率が低く、未実施者の8割超が無関心層である

- ①自分と同じ障害を持つ人がスポーツを始めたきっかけなど、参考となるロールモデルを提示する。
- ②散歩、ウォーキングなど、気軽なものもスポーツであるとの意識の浸透を図る。
- ③「Specialプロジェクト2020」の取組を推進する。
- ④障害者以外に対しても障害者スポーツ種目の体験・理解の促進を図る。

- 一人でも多くの方がスポーツに親しむ社会の実現を目的とし、生活の中に自然とスポーツが取り込まれている「**スポーツ・イン・ライフ**」（生活の中にスポーツを）という姿を目指す。
- スポーツの実施により、スポーツの価値を享受するとともに、自らの健康増進、ひいては、健康寿命の延伸を図り、**健康長寿社会を実現**する。

スポーツ実施率の向上

（成人の週1回以上のスポーツ実施率）

42.5% → 51.5% → 65%程度

<平成28年度> <平成29年度>

スポーツ実施率向上のための行動計画
～「スポーツ・イン・ライフ」を目指して～

平成 30 年9月6日
スポーツ庁

目次

1. スポーツ実施率向上のための行動計画策定の目的	1
2. スポーツ実施率向上のための行動計画を推進する意義	4
3. スポーツ実施率向上のための具体的取組	5
(1) 全体に共通する取組	8
(2) 主な対象ごとの取組	17
ア. 子供・若者向けの取組	17
イ. ビジネスパーソン向けの取組	21
ウ. 高齢者向けの取組	25
エ. 女性向けの取組	28
オ. 障害者向けの取組	31
4. スポーツ実施率向上のための行動計画の期間・評価	34
(1) 期間	34
(2) 評価	34
5. 終わりに	35
参考資料	36

1. スポーツ実施率向上のための行動計画策定の目的

2015年(平成27年)10月に発足したスポーツ庁は、「スポーツ基本法」(平成23年法律第78号)の趣旨を踏まえ、スポーツを通じ「国民が生涯にわたり心身ともに健康で文化的な生活」を営むことができるスポーツ立国の実現を最大の使命としている。【参考資料1-1】

また、「第2期スポーツ基本計画」(平成29年3月24日文科科学大臣決定)では、成人の週1回以上のスポーツ実施率を42.5%(平成28年度調査)から、65%程度とする目標を掲げている。【参考資料1-2】

現在、スポーツ実施率は51.5%(平成29年度調査)となり、上昇傾向にあるが、成人の半数近くはほとんどスポーツをしていないという状況でもあり、特にスポーツ実施率の低い層への対策が求められる。【参考資料2-1、2-2、2-3、2-4】

「スポーツ¹」は、スポーツ基本法の趣旨によれば、個人の心身の健全な発達、健康・体力の保持等を目的とする活動であり、国際的な競技力の競争を通じて国民に誇り、夢と感動を与え、さらには、地域・経済の活性化、共生社会や健康長寿社会の実現、国際理解の促進など幅広く社会に貢献する営みである。

ともすれば、「スポーツ」という言葉は、部活動や競技大会での印象から、激しい運動や勝敗を競うことと捉えている人も多いが、こうした法の趣旨にあるとおり、より幅広い身体活動として解されるべきである。「スポーツ」は、「deportare」(デポルターレ)という言葉の語源としてもいわれており、この「deportare」という言葉には、「運び去る、運搬する」という意味がある。転じて、精神的な次元の移動・転換、やがて「義務からの気分転換、元気の回復」、仕事や家事といった「日々の生活から離れる」気晴らしや遊び、楽しみ、休養といった要素を指している。過大な負荷をかけずとも、うまくはなくとも、楽しみながら体を動かすことが「スポーツ」である。

また、スポーツ実施率向上により、国民全体で「スポーツ」に親しみ、「スポーツ」に参画することの習慣づくりを広げていくことは、単に個人がその恩恵に浴するのみならず、国民の健康寿命の延伸に寄与するという社会的な便益をもたらすものとして、今日強く期待されている。

¹ 「スポーツ基本法」(平成23年法律第78号)において、スポーツは「心身の健全な発達、健康及び体力の保持増進、精神的な充足感の獲得、自律心その他の精神の涵養等のために個人又は集団で行われる運動競技その他の身体活動」と広く捉えられており、「スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは、全ての人々の権利」であるとされている。

スポーツには、競技としてルールに則り他者と競い合い自らの限界に挑戦するものや、健康維持や仲間との交流など多様な目的で行うものがある。例えば散歩やダンス・健康体操、ハイキング・サイクリングもスポーツとして捉えられる。

このように、スポーツは文化としての身体活動を意味する広い概念であり、各人の適性や関心に応じて行うことができ、一部の人のものではなく「みんなのもの」である。(第2期スポーツ基本計画(平成29年3月24日文科科学大臣決定))

そして、いよいよ、あと2年後に迫った 2020 年東京オリンピック・パラリンピック競技大会は、国民がスポーツに親しむ機運をより一層高める絶好の機会である。「第2期スポーツ基本計画」で掲げた「「する」「みる」「ささえる」スポーツ参画人口の拡大」という観点からは、アスリートのプレーを「みる」、ボランティアにより「ささえる」といったことから、「する」スポーツへの興味が喚起され、行動へつながることが期待される。2020 年東京大会では、我が国全体でスポーツの価値を再認識し、自らの健康・体力の保持等を図っていく、それがレガシーとなると考えられる。そして、これらの取組こそが、高齢社会の中にあっても、活力と誇りのある社会を創り出すことにつながるだろう。

また、2020 年東京大会の前年(2019 年(平成 31 年))にはラグビーワールドカップ 2019、翌年(2021 年(平成 33 年))にはワールドマスターズゲームズ 2021 関西が、いずれも日本で開催されるなど、この「ゴールデン・スポーツイヤーズ」とも称される、またとない機会を契機として、大会の盛り上げとともに自らもスポーツを楽しむという意識改革につなげていくことが望まれる。

しかし、冒頭に述べた「第2期スポーツ基本計画」で掲げた「成人の週1回以上のスポーツ実施率 65%程度(障害者は 40%程度)」「成人の週3回以上のスポーツ実施率 30%程度(障害者は 20%程度)」の達成に向けた道のりは決して平坦なものではない。

特に、「成人の週1回以上のスポーツ実施率 65%程度」という目標を達成するためには、約 2,000 万人が新たにスポーツに親しむ必要があることから、一人一人がこれまでのスポーツの捉え方を変えていくとともに、スポーツに取り組むきっかけを得やすい環境を整えることが必要である。その際は、日本のスポーツ界の在り方として一部で指摘される、規範を外れても勝利を追求しようとする志向(いわゆる勝利至上主義)、過度な上意下達や集団主義、科学的合理性の軽視、といった問題を取り除き、スポーツ・インテグリティ²を確立することが欠かせない。

これらを背景として、2017 年(平成 29 年)7月、スポーツ実施率の飛躍的な向上に向けた方策について検討するよう、スポーツ審議会に対して諮問を行い、まずは1年を目途に、スポーツ実施率の向上のための新たなアプローチや、即効性のある取組を行動計画としてまとめることを求めた。

これを受け、同審議会では、健康スポーツ部会を設置し、同年9月 20 日から6回にわたる審議を行った。同部会を中心とした検討を経て、平成 30 年8月 6日、答申をとりまとめた。

² スポーツ・インテグリティとはドーピング・暴力・ハラスメント等の不正がない状態、スポーツに携わる者の誠実性・健全性・高潔性と国際的に通念されている。(「経済財政運営と改革の基本方針 2018」より)

この答申を踏まえ、スポーツ基本法第 30 条の規定に基づくスポーツ推進会議の議を経て、ここに、「スポーツ実施率向上のための行動計画」を策定する。

今般の行動計画を取りまとめるに当たっては、一人でも多くの方がスポーツに親しむ社会の実現を目的とし、生活の中に自然とスポーツが取り込まれている「スポーツ・イン・ライフ」(生活の中にスポーツを)という姿を目指した。

なお、新たな制度創設・制度改正も視野に入れた中長期的な施策については、今後1年を目途に取りまとめを行う。

2. スポーツ実施率向上のための行動計画を推進する意義

スポーツの「楽しさ」や「喜び」こそがスポーツの価値の中核であり、さらに、継続してスポーツを「する」ことで、勇気、自尊心、友情などの価値を実感するとともに、自らも成長し、心身の健康増進や生きがいに満ちた生き方を実現していくことができる。例えば、日常的にスポーツを実施している人ほど、生活満足度が高い、ストレス解消効果を感じているとの調査結果もある。【参考資料 2-5】

また、スポーツをすることによる健康増進効果もある。広く認知されているように、糖尿病・高血圧・脂質異常症等には、生活習慣が大きく関係しており、食生活の見直し、禁煙、適度な睡眠の確保等と並んで、スポーツの実施も予防の重要な要素となってくる。

現在(2016年(平成28年)時点)、我が国の健康寿命は、男性が72.14歳、女性が74.79歳であり、平均寿命との差は男性が8.84年、女性が12.35年となっている。一人一人が病気や怪我を防ぐという予防の意識を高め、QOL(Quality Of Life)の維持・向上を図っていく必要がある。【参考資料 3-1】

本行動計画の推進により、国民一人一人がスポーツをすることを特別なことととらえずに、日常生活の中で自然にスポーツに親しむ「スポーツ・イン・ライフ」を実践することによって、スポーツの価値を享受するとともに、自らの健康増進、ひいては、健康寿命の延伸を図り、健康長寿社会³を実現していくことが求められている。

また、年代、性別、障害の有無等にかかわらず、全ての人々がスポーツを通じて、地域社会との絆を深めることは、健康長寿社会の実現と共に共生社会の実現に寄与するものである。

<健康長寿社会の実現に向けたスポーツの貢献イメージ>



³ 「日本では、2007年に生まれた子供の半数が107歳より長く生きる」と推計されており、我が国は健康寿命が世界一の長寿社会を迎えている。こうした人生100年時代においては、人々は、「教育・仕事・老後」という3ステージの単線型の人生ではなく、マルチステージの人生を送るようになる。また、長い人生を通して自分の家族を支えなければならないため共働き世帯が増えるなど、家族の在り方も変化していく。100年という長い期間をより充実したものとするためには、生涯にわたる学習が重要である。スポーツや文化芸術活動・地域コミュニティ活動などに積極的に関わることも、個人の人生や社会を豊かにする。(人生100年時代構想会議中間報告(平成29年12月))

3. スポーツ実施率向上のための具体的取組

スポーツ実施率の向上のためには、現在、スポーツを実施していない者を中心に、どのように働きかけを行っていくかという検討が中心となる。

実際には、一人一人のスポーツに対する意識や態度、境遇等が多種多様であることから、個別に対応することは現実的でなく、一定の限界を念頭に置きつつも、年代、性別等による対象毎に、その対応を考えていく必要がある。

そこで、まず、「全体」を対象とした取組を俯瞰しつつ、生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎づくりが求められるが、スポーツの実施について二極化が課題である「子供・若者⁴」、特にスポーツ実施率の低い「ビジネスパーソン」、相対的にはスポーツ実施率が高いが、健康・体力の保持等が必要であり、スポーツにより生活習慣病の改善や介護予防等が期待される「高齢者」について、それぞれの年代を対象とした取組をまとめた。加えて、男性と比較してスポーツ実施率の低い「女性」、スポーツ実施率が低く、未実施者の8割超が無関心層である「障害者」を対象とした取組も併せてまとめることとした。

また、上述したスポーツを実施していない者について、その根底には無関心層の存在があることに留意する必要がある。そのため、まずは、スポーツをする気にさせる施策を実施し、その情報を的確に発信して無関心層に届けることが重要である。

次に、スポーツの意義は理解し、自分でもスポーツをしたいと思っているものの、実行に移せていない層が存在する。例えば、三つの間（「時間」「空間」「仲間」）がないといった課題がある。そのため、スポーツをするきっかけづくり、環境面からのサポートが必要となる。

最後に、スポーツを始めた後、ドロップアウトしてしまった層が存在する。飽きてしまった、面倒になったといった理由で継続しないという課題がある。そのため、スポーツを習慣にするための後押しが必要となる。

このため、これらの段階別の視点を考慮する必要がある。

そして、打ち手となる施策を実施するためには、政府はもちろんのこと、地方自治体、産業界等を含む様々な主体が分野を超えて連携して、点から面の活動として取り組んでいく必要がある。

「それぞれの取組はよいものであるのにうまく連携できていない」という指摘もあるところであり、想定される実施主体を考慮する必要がある。

⁴ 「若者」の定義について、子ども・若者育成支援法上の規定はないが、同法に基づく大綱「子ども・若者ビジョン」（平成22年7月）においては、「思春期、青年期の者。施策によっては、40歳未満までのポスト青年期の者も対象。」とされており、思春期は中学生からおおむね18歳までの者。青年期は、おおむね18歳からおおむね30歳未満までの者とされている。

以上を踏まえて、スポーツ審議会における意見に加え、スポーツ庁において実施したスポーツ実施率向上のための施策募集(パブコン:パブリックコンペティション)の内容を取り入れ、本行動計画では、以下の3つの観点から、取り組むべき60の施策(再掲を含む)を取りまとめた。

[1] 施策の対象

広く国民全体に向けた取組のほか、主な対象は次のとおり。

- ・子供・若者
(スポーツの実施について二極化が課題である)
- ・ビジネスパーソン
(特にスポーツ実施率が低い(20代から50代までのスポーツ実施率は全体の平均を下回っている))
- ・高齢者
(相対的にはスポーツ実施率が高いが、健康・体力の保持等が必要である)
- ・女性
(男性と比較してスポーツ実施率が低い)
- ・障害者
(スポーツ実施率が低く、未実施者の8割超が無関心層である)

※なお、上述の整理においては、例えば、「ビジネスパーソンの女性」や「子供の障害者」といった、複数の対象に該当する者もありうる。

※この点につき、本行動計画では、「女性」と「障害者」について、重複する対象の施策(「子供・若者」、「ビジネスパーソン」、「高齢者」)をベースにしつつ、それぞれに特有の課題について、記述している。

[2] 施策の段階

- ・スポーツをする気にさせる施策
- ・スポーツをするために必要な施策
- ・スポーツを習慣化させるための施策

[3] 施策に取り組むべき主体

- ・国(政府)
- ・地方自治体
- ・産業界(企業・スポーツ産業)
- ・スポーツ団体等(ボランティア団体・大会運営組織等を含む)
- ・医療福祉関係者(医療保険者等を含む)

・学校等（保育所、認定こども園等を含む）

なお、本行動計画で取り上げた個々の施策は、必ずしも当該施策のみが独立しているものではなく相互に関連するものもあることに留意する必要がある。特に、家族や地域の仲間など、対象をまたいだ取組も含め、異なる対象の人が一緒にスポーツに取り組める環境づくりも重要である。

また、「新たなアプローチ」は、これまでの常識にとらわれない発想の転換を意味し、「即効性のある取組」は、期限を区切った目標設定を意味している。以下、対象ごとの取組について記述する。

(1)全体に共通する取組

全体に共通する取組として、スポーツそのものの捉え方について既成の概念を広げて、生活に身近なものであるという意識改革を図るとともに、スポーツ以外の分野と連携した誘引策によって無関心層に働きかける取組を実施していく。

その際、重要となる広報においては、そのターゲットを明確にしつつ共感性に着目した情報発信を行い、2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会等で醸成される機運を活かし、関連組織・団体と連携しながら、普及啓発を実施していく。

また、スポーツをする際に重要となる指導者や仲間、場所のマッチング機能の充実のため、検索可能なポータルサイトの開発等に取り組んでいく。

加えて、関係省庁との連携を深めて施策を推進していくことが重要であり、特に、スポーツと健康というテーマにおいて関係の深い厚生労働省とは両省の連絡会議を通じ、連携した取組を推進する。

<スポーツをする気にさせる施策>

[スポーツの捉え方の意識改革]

①スポーツには、皆が日常の中で楽しんで実施する身体活動も含まれるということを共有し、スポーツそのものの捉え方について意識改革を図る

- ・スポーツについて、激しい身体活動やつらいものとして考える必要はない、必ずしも勝ち負けにこだわるものでもない(楽しみとして体を動かすレジャー等も含む)という意識を共有する。
- ・ウォーキング、散歩、ひと駅歩き、階段昇降等も含め、目的をもって楽しく体を動かせば、それがスポーツである。スポーツはアスリートのものだけではなく、みんなのものであるという認識の情報発信をしていく。

【国、地方自治体、スポーツ団体等】<1>

[広報普及活動の充実]

②ターゲットを明確にし、共感できる情報発信を行う

- ・スポーツに興味がない、嫌いであるといった無関心層を誘うため、スポーツとは異なる側面から共感を得る情報発信を行う。
- ・影響力の大きい者(インフルエンサー)を積極的に活用するとともに、身近な人、職場の同僚、家族からの口コミによる広がりを念頭に置いた広報戦略を展開する。
- ・一部の地方自治体で導入されている「健幸スポーツの駅」の設置、「健幸

コンシェルジュ」・「健幸アンバサダー」の育成等の取組⁵も参考にし、地域でのアプローチ手法の高度化を図る。【参考資料 4-2】

- ・企業と現役トップアスリートをマッチングする「アスナビ⁶」の活用により、企業にスポーツを身近に感じてもらい、スポーツ実施のきっかけづくりを図る。
- ・YouTuber が視聴者のスポーツ参加を促す独創的な動画を作成し、一定期間公開し、総合的な評価基準によって優秀作品を決めるコンテストを実施する。
- ・スポーツ庁で実施するスポーツ実施率向上のための施策募集（パブコン：パブリックコンペティション）のように、広く政策立案に参加できるアイデアコンテスト等を開催し、スポーツを通じた健康づくりを皆で考えられる機会を作る。【参考資料 7-1】

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<2>

③ オリンピック・パラリンピアンなどアスリートによる発信を行う

- ・スポーツ観戦は好きという層に対して、自らスポーツを実施することの素晴らしさを、憧れとなるオリンピックやパラリンピアンなどのアスリートから発信し、共感を得られる取組を行う。

【国】<3>

④ 2020 年東京オリンピック・パラリンピック競技大会等を契機とした発信を行う

- ・2020 年（平成 32 年）に開催される東京オリンピック・パラリンピック競技大会に向けて醸成される機運を活かし、関連組織・団体と連携しながら、一人一人が望むかたちでスポーツを「する」「みる」「ささえる」ことの楽しさについて発信する。
- ・2019 年（平成 31 年）のラグビーワールドカップ 2019、2021 年（平成 33 年）のワールドマスターズゲームズ 2021 関西とも連動させた普及啓発活動を実施していく。

【国、地方自治体、スポーツ団体等】<4>

〔オリンピック・パラリンピック・ムーブメントの全国展開〕

⑤ オリンピック・パラリンピック教育を推進する

- ・2020 年東京オリンピック・パラリンピック競技大会を控え、公益財団法人東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会、公益財団法人日本オリンピック委員会（JOC）、公益財団法人日本障がい者スポーツ協会

⁵ 新潟県見附市及び静岡県三島市で取り組まれている事例。両市は、Smart Wellness Community (SWC) 協議会と協働して、これらの施策を推進している。産官学メンバーで構成されている SWC 協議会は、住民が健康で元気に幸せに暮らせる新しい都市モデルを目指す Smart Wellness City 首長研究会と連携して社会実験を進めている。

⁶ 企業と現役トップアスリートをマッチングする、JOC の就職支援制度。

(日本パラリンピック委員会(JPC))等と連携し、オリンピック・パラリンピックを題材にして、スポーツの価値や効果を再認識することを通じ、個人々のスポーツ実施に繋げていく。【参考資料 4-3】

【国、地方自治体、スポーツ団体等、学校等】<5>

[スポーツボランティアへの参加促進]

⑥スポーツボランティア(ささえる)への参加促進に向けた取組を行う

- ・今後、スポーツボランティアの更なる増加が望まれているが、現状の参加人数は、まだ十分でない。スポーツボランティアから「する」スポーツに興味を持ってもらえるよう、スポーツボランティアの参加促進に向けた取組を実施する。
- ・イベント時のみではなく、日常的に地域でスポーツ現場を支えているボランティアの重要性も発信していく。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、学校等】<6>

[スポーツ以外の担当部局との連携]

⑦医療・健康・福祉等、他分野との連携を強化する

- ・次世代ヘルスケア産業協議会⁷や日本健康会議⁸、厚生労働省、経済産業省等との連携など、他省庁・他機関との一層の連携を図る。
- ・日本医学会総会や健康経営会議等、スポーツが貢献しうる関係学会やイベントとの連携も含めた協力体制を構築する。

【国、地方自治体、産業界、医療福祉関係者】<7>

[新たなスポーツへのアプローチ]

⑧既存のスポーツでは取り込めなかったスポーツ未実施層を取り込む新たなスポーツの開発・普及等を行う

- ・スポーツが得意ではなくても楽しめる新たなルール・スタイルによるスポーツの開発・普及により、既存のスポーツでは取り込めなかったスポーツ未実施層を取り込んでいく。
- ・さらに、多くの人々が新たなスポーツの開発(アイデアコンテスト、ハッカソン⁹等)にも興味を持って、積極的に参加できる仕組みを構築していく。

【国】<8>

⁷ 健康寿命延伸分野における民間の様々な製品やサービスの実態を把握し、供給・需要の両面から課題や問題点を抽出・整理し、対応策を検討するため、「日本再興戦略」に基づき、官民一体となって具体的な対応策の検討を行う場として、平成25年4月、「健康・医療戦略推進本部」のもとに設置。

⁸ 少子高齢化が急速に進展する日本において、国民一人ひとりの健康寿命延伸と適正な医療について、民間組織が連携し行政の全面的な支援のもと実効的な活動を行うために組織された活動体。

⁹ ハック(hack)とマラソン(marathon)を組み合わせた造語であり、様々なバックグラウンドを持つ人々と共にアイデアを発想し、短期間で集中して創り上げていくイベント。

⑨ スポーツとは異なる視点からのスポーツ参加を促進する

- ・位置情報を活用した携帯ゲームによって街に出て歩くようになったという事例などにも見られるように、スポーツをするという意識を持たなくても(文化財を巡る、花を見てまわる、写真を撮るなど)、楽しみながら体を動かすことができる仕組みづくりを促していく。

【国】<9>

⑩ 大規模商業施設における顧客へのスポーツ実施を促進する

- ・スポーツを実施しようと思っていない無関心層を中心に、例えば、買物にきた顧客に対してインセンティブを与える形で、店内を歩くことを促進する取組等について、産業界の協力を得ながら、様々な業態・店舗に拡大していく。

【国、産業界】<10>

<スポーツをするために必要な施策>

[スポーツをする仲間づくり]

⑪ 一人一人が誘い合い、みんなでスポーツをする

- ・一人よりもみんなでスポーツをする方が健康面での効果が高いという調査結果があり、コミュニティの拡大にもつながることから、仲間を誘ってスポーツをすることの大切さを呼びかけていく。【参考資料 4-4】

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<11>

[スポーツをする場所の整備]

⑫ 既存施設や指導者の有効活用を図る

- ・地域が有するスポーツ指導者や公的スポーツ施設等について、官民が一体となってICTを活用し情報を集約化することなどにより、利便性向上や付加価値の向上を図り、スポーツ参画人口の増加やスポーツ施設の稼働率向上を通じて新たな指導ビジネスの創出、スポーツ施設の収入向上に資する取組を実証事業やガイドライン策定により支援する。
- ・「～未来につなごう～みんなの廃校プロジェクト」等とも連携し、廃校施設や余裕教室がスポーツ関係で有効活用されている事例を紹介する。
【参考資料 5】
- ・地方自治体、企業それぞれがニーズとシーズを必ずしも共有できていないため、マッチングのためのシンポジウム等を開催する。
- ・学校施設(校庭・体育館等)の開放を促進する。
- ・多様な人々が気軽にスポーツを実施できるよう、様々な施設のバリアフリー化やユニバーサルデザイン化を推進する。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、学校等】<12>

⑬ 総合型地域スポーツクラブに地域住民がより参画しやすい環境を整備する

- ・公益財団法人日本スポーツ協会(略称:JSPO)内に組織されている総合型地域スポーツクラブ全国協議会(SC 全国ネットワーク)が地域住民のスポーツ実施率を高めるための目標(スローガン)を立て、当該目標実現のための取組を喚起する。
- ・総合型地域スポーツクラブが地方自治体と連携して地域住民のスポーツニーズを的確に把握し、スポーツ・レクリエーション種目も含めた当該ニーズに対応する取組を行う。【参考資料 6-1,6-2】

【国、地方自治体、スポーツ団体等】<13>

〔仲間や場所のマッチング〕

⑭ スポーツをする仲間や場所を見つけるマッチング機能の拡充を図り、スポーツ機会を増やす

- ・スポーツをしたいときに、仲間や場所を見つけられるマッチングシステム(アプリなど)の普及促進により、スポーツの実施を促す。
- ・スポーツ教室やイベントに関する情報、また、総合型地域スポーツクラブの活動情報やスポーツ施設、ランニングコース等の情報に関して一括で検索することができるデータベース型ポータルサイトの創設支援や、地域のニーズも踏まえた活用の促進を図る。そのために、地方自治体における施設情報等の開示を促していく。【参考資料 7-1,7-2】
- ・時間帯や範囲に関するルールづくり、プレイリーダー(遊びの先導役)や見守り役の配置、防球ネットの整備等により、公園等の身近な場所で安全にスポーツのできる空間を増やしていく。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<14>

〔スポーツ関係者に向けた発信〕

⑮ 「スポーツ推進アクションガイド」の普及を図る

- ・スポーツ参画人口の拡大に寄与している好事例をとりまとめ、2018年(平成30年)3月に策定された「スポーツ推進アクションガイド ～Enjoy Sport, Enjoy Life～」の普及を図る。
- ・スポーツ関係者等は、「スポーツ推進アクションガイド ～Enjoy Sport, Enjoy Life～」を参照し、自らも実施可能なものについて導入していく。

【参考資料 8】

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<15>

〔スポーツ実施に関わる人材の活用〕

⑩スポーツに関する人材の一層の活用を図る

- ・公益社団法人日本医師会が認定する「健康スポーツ医」、JSPO が認定する「公認スポーツ指導者」、公益財団法人日本障がい者スポーツ協会が認定する「障がい者スポーツ指導者」、公益財団法人健康・体力づくり事業財団が認定する「健康運動指導士」「健康運動実践指導者」等の有資格者をいかして、スポーツ実施の促進を図る。また、グッドコーチ育成のための「モデル・コア・カリキュラム¹⁰」の JSPO 公認「スポーツ指導者」資格への導入や、大学等への普及により指導者の質を確保する。【参考資料 9-1】
- ・国、地方自治体、全国スポーツ推進委員連合が連携し、総合型地域スポーツクラブやスポーツ団体等との連携・協働を促進することができるよう、スポーツ推進委員の活用を促進するとともに、その資質向上を図る。

【参考資料 9-2】

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、医療福祉関係者】<16>

〔スポーツを実施するための機運醸成〕

⑪スポーツ庁等の主催によるイベントを実施する

- ・スポーツ庁をはじめ、JSPO、公益財団法人日本レクリエーション協会、ニユースポーツ系団体、世界ゆるスポーツ協会、健康関係団体等が連携・協働してできるイベントを開催し、楽しみながら体を動かす魅力を伝える。
- ・スポーツ活動強化月間(5月、10月)の設定等により関係団体が連携して子供・高齢者(三世代)が参加可能なスポーツ教室・イベントを実施する。
- ・公益財団法人笹川スポーツ財団が実施している住民総参加型スポーツイベント「チャレンジデー¹¹」における地方自治体の参加を促す。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、医療福祉関係者、学校等】

<17>

〔「地方スポーツ推進計画」の策定の促進〕

⑫「地方スポーツ推進計画¹²」の策定を促進する

- ・地方自治体はそれぞれの団体で固有の事情を抱えているため、まずは、地域の課題を分析し、その課題に応じた策を講じていく必要がある。そのための「地方スポーツ推進計画」の策定及び必要に応じた改定を促進する

¹⁰ スポーツ指導者に求められる資質能力(思考・態度・行動・知識・技能)を確実に取得するために必要な内容を「教育目標ガイドライン(講義概要・目的やねらい・到達目標・時間数)」として国が策定したもの。

¹¹ 年齢・性別を問わず、日常的なスポーツの習慣化や住民の健康増進、地域の活性化に向けたきっかけづくりを目的とした住民総参加型のスポーツイベント。毎年5月の最終水曜日に開催され、人口規模がほぼ同じ自治体間で、午前0時から午後9時までの間に、15分以上継続して運動やスポーツを行った住民の数(参加率%)を競う。敗れた場合は、対戦相手の自治体の旗を庁舎のメインホールに1週間掲揚し、相手の健闘を称えるのがルール。

¹² 「スポーツ基本法」(平成23年法律第78号)第10条に基づき、地方自治体は、スポーツ基本計画を参酌して、その地方の実情に即した「地方スポーツ推進計画」を定めるよう努めるものとされている。

とともに、着実に実施されるよう、国も連携を図りつつ、取組を推進していく。その際、運動部活動の見直しに伴う環境整備について、適切に反映させる。【参考資料 10-1、10-2】

- ・課題の抽出、分析に加え、PDCA サイクルを回していくためには、JAGES¹³ プロジェクト等をはじめとした地域の客観的データと照会可能な形での連携を図ることを促進する。【参考資料 10-3】
- ・地方自治体において、スポーツ実施率等の調査を行い、達成目標や実績を公表することを促す。

【国、地方自治体】<18>

〔表彰の実施〕

⑱ 地方自治体の取組の表彰を実施する

- ・地方自治体のスポーツ実施率向上の先進的な取組を表彰するとともに、その取組をモデル事業として紹介し、全国的な展開を促す。

【国、地方自治体】<19>

＜スポーツを習慣化させるための施策＞

〔スポーツをすることによる効果のエビデンスの収集・発信〕

⑳ スポーツをすることによる効果を示した論文等を収集し、発信する

- ・スポーツの実施による健康面での効果が実感できると、スポーツを継続して実施していこうというモチベーションが高まるため、論文等の情報収集を図り、読みやすく、分かりやすい形で効果的に発信する。

【国】<20>

〔スポーツを継続して実施してもらうための地方自治体の取組への支援〕

㉑ 「運動・スポーツ習慣化促進事業」の活用を促すとともに、成果の普及・広報に努める

- ・多くの住民が運動・スポーツに興味を持ち、習慣化を図る地方自治体事業への定額補助を行う「運動・スポーツ習慣化促進事業」の活用を促す。
- ・これまで実施してきた事業について、効果的な事例について成果の普及・広報を実施する。【参考資料 11】

【国、地方自治体】<21>

¹³ Japan Gerontological Evaluation Study (日本老年学的評価研究) プロジェクト。健康長寿社会をめざした予防政策の科学的な基盤づくりを目標とした研究プロジェクトであり、全国 41 の市町村と共同し、30 万人の高齢者を対象に調査し、全国の大学・国立研究所に所属する研究者が多面的な分析を進めている。

〔新たなビジネスの促進〕

②スポーツの実施によりインセンティブが図られる取組を促進する

- ・近年、基準歩数をクリアした場合には、保険料のディスカウントが図られるなど、インセンティブが付与されるタイプの保険商品も開発されていることから、一般社団法人生命保険協会等と連携を図り、スポーツ実施率を向上させるための取組を促進する。

【国、産業界】<22>

〔継続的な取組とするための関連部署との連携〕

③まちづくり計画と連携する

- ・公共交通機関を利用しやすいように整備し、その利用を促進していくことによって、「歩く」ことが促進されるなどの効果もあることから、スポーツ担当部局だけではなく、健康に関する取組を実施している部局、まちづくりを担当している部局との連携を図っていく。

【国、地方自治体】<23>

〔スポーツを実施する際の安全確保〕

④安全なスポーツ活動を支援する

- ・個人での活動が中心となる種目（ウォーキング等）に関して、故障・事故に対する予防等について資料を作成する。
- ・スポーツイベント等における安全対策の普及啓発を実施する。
- ・健康スポーツ医、スポーツドクターや健康運動指導士等との連携促進を図る。
- ・高齢者や健康に不安のある者も安全・安心にスポーツに親しむことのできる環境の整備を支援する。

【国、地方自治体、スポーツ団体等、医療福祉関係者】<24>

なお、いかに効果的・効率的な政策を打てるかという観点からは、全体に横串を刺すものとして、以下の視点も重要である。

〔関係機関との連携〕

⑤省庁・地方自治体の垣根を超えて、政策の連携を図る

- ・「スポーツ推進会議¹⁴」の場等を通じ、厚生労働省、経済産業省、国土交通省等関係省庁との連携を図っていく。

¹⁴ 「スポーツ基本法」（平成23年法律第78号）第30条に基づき、関係省庁がスポーツに関する施策の総合的、一体的かつ効果的な推進を図るため、設置されている。構成省庁は、外務省、スポーツ庁、厚生労働省、農林水産省、経済産業省、国土交通省、観光庁、環境省。

- ・国民の健康づくりを進める厚生労働省とは、生活習慣病対策、企業における従業員の健康づくり対策、メンタルヘルス対策等において積極的に協力し、両省の連絡会議の実施や主管課長会議での連携を図る。
- ・「自転車活用推進計画」(平成30年6月8日閣議決定)における自転車を利用した健康づくりについて関係省庁間の連携を図る。
- ・地域活性化や観光、自然環境とのふれあい等、スポーツを主目的とした事業以外にもスポーツが貢献できる事業があることから、他省庁・他機関の施策との積極的な連携を図り、発信を行っていくとともに、連携のために必要となる、それぞれが持つ人材・施設等の情報共有についても検討する。
- ・地方自治体においても、スポーツの担当部局、健康部局、障害福祉部局等との連携を図っていく。

【国、地方自治体】<25>

(2) 主な対象ごとの取組

ア. 子供・若者向けの取組

- －スポーツの実施について二極化が課題となっており、生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎づくりが求められる。【参考資料 12-1、12-2】
- －幼児期に外遊びをよくしていた児童は日常的に運動し、体力も高い傾向にある。【参考資料 12-3】
- －学校段階を通じ、安全・安心な環境の下、学校の内外でスポーツを楽しむようにすることが求められる。

子供向けの取組としては、幼児期から、運動遊びを通じて、楽しみながら自然と身体活動が行える取組を推進する。JSPO の「アクティブ・チャイルド・プログラム」(ACP) 等の推進を図るとともに、それぞれの子供の得意な能力を伸ばせる取組を推進していく。【参考資料 12-4】

また、子供のスポーツ実施には保護者の影響も大きいことから、保護者の意識改革を促す必要もある。子供のスポーツ実施の重要性を啓発し、親子で参加できるイベントの実施などにも取り組んでいく。

さらに、子供がスポーツをする場として総合型地域スポーツクラブ、スポーツ少年団の更なる活性化を図っていく。

学校においては、体育・保健体育の授業の充実を図るとともに、運動部活動については、「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」(平成 30 年 3 月スポーツ庁策定)に沿った取組を行い、多様なニーズに応える。【参考資料 12-5、12-6】

また、生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎を培うことができるよう、指導力向上に向けた教職員研修の充実を図っていく。

大学については、大学横断的かつ競技横断的統括組織(日本版 NCAA (National Collegiate Athletic Association))の創設による大学スポーツの振興を通じて、スポーツを「する」人口の増加を図っていく。

<スポーツをする気にさせる施策>

[運動遊びの普及]

①楽しみながら多様な動きを身に付けることができる運動遊びプログラムの普及を図る

- ・運動遊びプログラム(JSPO の「アクティブ・チャイルド・プログラム」(ACP) 等)のプレイリーダー(遊びの先導役)やインストラクター(プレイリーダーの指導者)の資質の向上も視野に入れつつ養成し、普及を図るとともに、有資格者の活用を促進する。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、学校等】<26>

〔子供の発達段階に応じた指導〕

②中央競技団体等による子供の発達段階に応じた取組の実施を図る

- ・楽しいを主眼に子供の発達段階に応じた指導が可能となるよう、JSPO や中央競技団体等は競技別指導者の有資格者等を対象とした運動遊びプログラムの普及促進や、ジュニアスポーツ指導員資格の取得促進を図るとともに、スポーツ教室の実施、アスリート(OB・OG)派遣等の取組を実施する。

【国、スポーツ団体等】<27>

〔保護者へのアプローチ〕

③幼児・児童の行動に大きな影響力を持つ保護者に対して、幼児期・児童期における運動の重要性を啓発する

- ・運動遊びプログラムの実施による活動量の変化を計測し、運動・スポーツの習慣化に与える効果のエビデンスとする。また、事例紹介を含め、その周知啓発を図る。
- ・親子で参加できるスポーツイベントの充実を図るとともに、日常的に親子での運動遊びが促進される取組の実施を図る。企業においては、家族参加を可能とする企業運動会等の実施を図る。

【国、地方自治体、産業界、学校等】<28>

〔意欲を高める方策〕

④子供がスポーツに対する苦手意識を持たず、得意な種目を見つけることなどによって、スポーツに対する意欲を高めることを促進する

- ・体力テストの結果から、個々の子供の得意種目のグループを伝えることや、多様な評価指標を示すことにより子供の意欲を高める民間団体の取組を支援し、運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにする。
- ・スポーツに関する科学的知見に基づき運動能力を測り、個々の子供に合わせた練習方法を提供することにより、基礎的な運動能力を効率的に向上させる民間企業の取組を支援する。
- ・障害の有無や運動・スポーツの得意・不得意に関わらず、スポーツ行事に様々な人が参加できる機会の拡大を図る。
- ・体育の授業においては、2017年(平成29年)3月に公示された新小中学校学習指導要領、2018年(平成30年)3月に公示された新高等学校学習指導要領等を踏まえ、体力や技能の程度、年齢や性別及び障害の有無等に関わらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有できるようにする。

- ・障害のある児童・生徒などについては、学習活動を行う場合に生じる困難さに応じた指導内容や指導方法の工夫を計画的、組織的に行う。
- ・児童・生徒に対し、健康と運動・スポーツとの一層の関連を図るなど、健康教育の充実を図る。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、学校等】<29>

<スポーツをするために必要な施策>

[スポーツをする場所・仲間づくり]

⑤地域の実情に応じたスポーツ環境の整備を図る(運動部活動の見直し、総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団の更なる活性化を図る)

- ・学校や地域の実態に応じて、友達と楽しめる、適度な頻度で行える等、生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができる部活動を設置する。また、総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団等の地域と学校が協働・融合した形でのスポーツ環境整備を進める。
- ・総合型地域スポーツクラブとスポーツ少年団の連携による複数種目のスポーツ活動の実施を図る。
- ・スポーツ少年団においては、スポーツが好きではない子供や興味のない子供も活動に参加できるよう「アクティブ・チャイルド・プログラム」(ACP)等を積極的に導入するよう取り組むとともに、他競技を実施する団との交流等、複数種目のスポーツ活動の実施を促進する。
- ・地域住民の参画を得て、放課後等において安全・安心に運動・スポーツができる環境整備(放課後子供教室など)を促進するとともに、学校施設(校庭・体育館等)の開放を促進する。
- ・地域単位で設置されている体育振興会¹⁵等の取組を促進する。

【国、地方自治体、スポーツ団体等、学校等】<30>

⑥大学スポーツの振興に向けた支援を行う

- ・大学横断的かつ競技横断的統括組織(日本版 NCAA(National Collegiate Athletic Association))の創設による大学スポーツの振興を通じて、「みる」「ささえる」人口の増加が「する」人口の拡大につながる好循環を生み出す。
- ・生涯にわたってのスポーツの習慣化を促すため、大学等の高等教育において体育授業などスポーツ環境の充実が図られるよう促す。

【国、地方自治体、スポーツ団体等、学校等】<31>

¹⁵ 地域における健康増進や体力づくりを目的として活動する団体で、自治会や小中学校区を単位として組織されていることが多い。例えば、三島市においては、小学校区を単位として各自治会から選出された委員で組織されており、また、市内の各体育振興会を取りまとめた「三島市体育振興会連絡協議会」を組織し、市内の体育振興に関して連絡や意見交換等を行い情報共有を図っている。

<スポーツを習慣化させるための施策>

[幼児期運動指針の活用]

⑦ 幼児期運動指針に基づいた幼児期からの運動習慣づくりを推進する

- ・幼児期に体を動かして遊ぶことは、その後の運動習慣に影響を与えると考えられるため、幼児期運動指針やこれに基づく指導参考資料を活用し、また、「子供の運動習慣アップ支援事業」等による効果的な幼児期からの運動習慣の基盤づくりを推進する。【参考資料 12-7】

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、学校等】<32>

イ. ビジネスパーソン向けの取組

- －特にスポーツ実施率が低い(20代から50代までのスポーツ実施率は全体の平均を下回っている。)
- －「忙しくて時間がない」「場所がない」ことが、スポーツを実施できない理由として挙げられている。

ビジネスパーソン向けの取組としては、日々忙しく、まとまった時間や場所が確保できない中でも気軽に取り組むことができるウォーキングや階段昇降等のスポーツの実施を促進していく。そのため、平成29年度より実施している「FUN+WALK PROJECT」¹⁶の更なる推進を図っていく。【参考資料 13-1】

また、「健康経営」¹⁷や「データヘルス」¹⁸の取組も広がりつつあり、従業員の健康確保の重要性が認識されてきており、加えて、転倒等の労災防止に体力が必要という声もある。このため、企業から従業員への働きかけを促す必要があり、経営陣へのアプローチを強化していく。従業員個人のスポーツの実施を促進する企業を認定する「スポーツエールカンパニー」¹⁹制度の推進に加え、働き方改革や「プレミアムフライデー」²⁰といった取組とも連携しながら進めていく。【参考資料 13-2】

なお、取組の実施に当たっては、日本経済団体連合会、日本商工会議所等とも連携しながら進めていく。

<スポーツをする気にさせる施策>

[スポーツに対する意識の改革]

① 日常生活において気軽に取り組めることもスポーツであるという認識を普及させる。毎日10分又は週に1時間、スポーツをする時間を確保することを目指す

(例)

* 通勤時、外出時等の隙間時間にできるウォーキング、階段昇降もスポーツであるという認識を普及させる。

¹⁶ スポーツ庁が推進している、気軽に取り組める「歩く」ことに着目し、「歩く」に「楽しい」を組み合わせることで、自然と歩く習慣を身に付けるプロジェクト。2017年度は、ビジネスパーソンを主たる対象として、通勤時間や休憩時間等の隙間時間を活用して「歩く」ことを促進するため、「歩きやすい」服装での通勤を推奨した。

¹⁷ 経済産業省によれば、「健康経営」とは、従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践すること。企業理念に基づき従業員等への健康投資を行うことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらす、結果的に業績向上や株価向上につながることを期待される、とされている。

¹⁸ 医療保険者が、電子的に保有された健康医療情報を活用した分析を実施した上で、加入者の健康状態に即したより効果的・効率的な保健事業。

¹⁹ 社員の健康増進のためにスポーツの実施に向けた積極的な取組を行っている企業を認定する制度。

²⁰ 月末の金曜日に、個人が幸せや楽しさを感じられる体験(買物や家族との外食、観光等)や、そのための時間の創出を促すことで、(1)充実感・満足感を実感できる生活スタイルの変革への機会になる、(2)地域等のコミュニティ機能強化や一体感の醸成につながる、(3) (単なる安売りではなく)デフレ的傾向を変えていくきっかけとなる、といった効果につなげていく取組。

- * エレベーターやエスカレーターでの移動を階段移動に変えるなど、意識改善を図る。
- * 通勤時等にひと駅歩きをする。
- * 自分の中での「歩く」マップ(10分コース、20分コース)を作る。
- * 歩数計や歩数計アプリを活用して、自らの運動量を見える化する。
- * スポーツをするビジネスパーソンは格好いい、スポーツをすることは面白い、楽しいという印象を持たせる工夫をする。
- * 体力低下(運動不足)の気づきの機会の提供を促す。
- * 従業員のスポーツ&ヘルスリテラシーの向上を促す。

【国、地方自治体、産業界、医療福祉関係者】<33>

<スポーツをするために必要な施策>

[企業における従業員のスポーツ実施のための取組の啓発]

②企業において、従業員がスポーツを実施するための環境を整備する

(例)

- * 経営陣が「健康経営」の取組を進め、積極的にスポーツ実施を通じた従業員の健康確保を促す。
- * オフィス内の階段利用促進や利用しやすくするための仕掛けづくりに取り組む。
- * 雇用延長等により、これまでよりも高齢の従業員が増加する企業も多くなることから、体力の維持(転倒事故の防止等)が企業の活力につながることを理解を促進する。
- * 働き方改革、定時退社日の設定や「プレミアムフライデー」の推進、休暇取得の励行等により、従業員がスポーツに取り組みやすい環境を作る。
- * スポーツを通じた社内コミュニケーションの活性化、連帯感の高まりといった効果の例もあることから、企業におけるスポーツ大会等を実施する。
- * 企業内の部活動が活動しやすい環境(費用・場所等)を作る。
- * 自転車通勤を認め、シャワー・更衣室などを整備する。
- * 昼休み等の休憩時間を柔軟に取得できるようにする。
- * スポーツジムの利用やウォーキング大会への参加費などの補助を行う。
- * 「スマート・ライフ・プロジェクト²¹」等、他省庁・他機関等との連携を強化する。

【国、地方自治体、産業界、医療福祉関係者】<34>

²¹ 「健康寿命をのばしましょう。」をスローガンに、国民全体が人生の最後まで元気に健康で楽しく毎日が送れることを目標とした厚生労働省の国民運動。適度な運動では、「毎日プラス10分の運動」が推奨されている。

[スポーツの実施を支援する取組の促進]

③「スポーツエールカンパニー」認定制度の更なる認知度向上と認定企業の拡大を図る

- ・「スポーツエールカンパニー」の広報強化を図り、認定企業 500 社を目指す(2017 年度(平成 29 年度)は 217 社)。
- ・認定企業の好事例について、効果的な横展開が図れるよう、優良事例の表彰、アンバサダーの委嘱、シンポジウムの開催等を実施する。
- ・2018 年度(平成 30 年度)の「スポーツエールカンパニー」認定企業においては、スポーツ推進宣言とともに、企業の取組により、従業員のスポーツ実施率がどのように変化したか調査・報告を求める。
- ・「スポーツエールカンパニー」認定企業に対するスポーツ庁からの情報発信等の強化を図る。

【国、産業界】<35>

④「FUN+WALK PROJECT」の推進を図る

- ・「FUN+WALK PROJECT」では、これまでの生活リズムを見直し、今までよりもプラス 10 分(約 1,000 歩)歩くことを推奨している。無理のない範囲で、通勤時間や昼食時間、休憩時間等を活用して、気軽に「歩く」ことからスポーツの習慣づくりを促す。
- ・2017 年度(平成 29 年度)に取組を開始した「『歩きやすい服装』での通勤」の普及啓発に努め、引き続き推進するとともに、地方でも、休日でも取り組めるキーアクションを立案する。
- ・これらの取組の一体的推進を図り、本プロジェクトに共感する企業・地方自治体を増加させ、国民運動としての機運醸成を図る。

【国、地方自治体、産業界】<36>

<スポーツを習慣化させるための施策>

[スポーツを実施することの広報強化]

⑤「FUN+WALK PROJECT」の普及啓発において、「歩く」ことの効果を積極的に PR していく

- ・「歩く」ことにおけるエビデンスの提示・効果検証を実施し、プロジェクトの PDCA サイクルを回していく。これらにより、目標の再設定などを行っていく。
- ・効果検証により、特に無関心層を含めて多数の人が参加する仕組みを検討・構築していく。

【国】<37>

〔生活リズムを変化させる〕

⑥朝時間の有効活用をPRする

- ・「早寝早起き朝ごはん」運動とタイアップするとともに、朝、散歩やラジオ体操を行うことを奨励する。
- ・「ゆう活²²」の活用も含めた、朝早くからの業務スタイルを推奨する。

【国、地方自治体、産業界、学校等】<38>

²² 政府が進める夏の生活スタイル変革の提案。日照時間が長い夏に、朝早い時間に仕事を始め、早めに仕事を終えることで、まだ明るい夕方の時間を有効に活用し、生活を豊かにしようという取組。

ウ. 高齢者向けの取組

- ー相対的にはスポーツ実施率が高いが、健康・体力の保持等が必要であり、体力の低下にも配慮したスポーツを継続できる環境づくりが求められる。
- ースポーツにより生活習慣病の改善や介護予防等が期待される。【参考資料 14】

高齢者向けの取組としては、無理なく実施できるスポーツ・レクリエーションプログラムの活用・普及を図りスポーツの実施を促すとともに、フレイル²³の予防や介護予防のための取組等も含め、スポーツの効果を感じながらできるだけ長くスポーツを楽しめる環境整備を図っていく。

また、スポーツを始めるきっかけづくりとして、普段、高齢者と接する機会の多い、かかりつけ医や保健師等との連携を図り、スポーツへの誘引を図る。

さらに、高齢者は地域コミュニティの中での活動が中心となることから、地方自治体における「地方スポーツ推進計画」の策定や関係部署間の連携、まちづくり計画との連携を促していく。

<スポーツをする気にさせる施策>

〔高齢者でも可能なスポーツの普及〕

① スポーツ・レクリエーションプログラムの普及を図る

- ・スポーツ・レクリエーション活動のプログラムの活用・普及を図る。
- ・既存のスポーツの枠にはとられない新たなルール・スタイルによるスポーツの中には、高齢者も無理なく参加できる種目もあるため、これらのスポーツの活用・普及を図る。

【国、地方自治体、スポーツ団体等】<39>

〔気づきの機会の提供〕

② かかりつけ医、保健師等と連携する

- ・退職により、生活の中心がこれまでの勤務先から地域に変わる者も多いところ、当該者の日々の健康状態をよく知るかかりつけ医や保健師等によるスポーツプログラム等の紹介が可能となるよう、連携を図る。
- ・健康スポーツ医、スポーツドクターやアスレティックトレーナー等とも連携し、指導者の育成等も含め、高齢者の状態に応じた指導ができる体制の構築を図る。

【国、地方自治体、スポーツ団体等、医療福祉関係者】<40>

²³ 「加齢に伴う予備能力低下のため、ストレスに対する回復力が低下した状態」を表す“frailty”の日本語訳として日本老年医学会が提唱した用語。フレイルは、要介護状態に至る前段階として位置づけられるが、身体的脆弱性のみならず精神心理的脆弱性や社会的脆弱性などの多面的な問題を抱えやすく、自立障害や死亡を含む健康障害を招きやすいハイリスク状態を意味する。

〔身近なコミュニティにおけるスポーツ機会の提供〕

③ 高齢者の身近なコミュニティにおいてスポーツの効能の普及啓発やスポーツ・レクリエーション活動を行う機会を確保する

- ・公益財団法人全国老人クラブ連合会との連携を深めるとともに、各地域におけるスポーツ団体等と連携し、高齢者の身近なコミュニティにおいてスポーツの効能の普及啓発やスポーツ・レクリエーション活動を行う機会を確保する。
- ・地域において、地域包括支援センター²⁴との連携や、スポーツボランティアの活用も含め、介護予防の場との連携を図る。

【国、地方自治体、スポーツ団体等、医療福祉関係者】<41>

＜スポーツをするために必要な施策＞

〔「地方スポーツ推進計画」の策定の促進〕

④ 「地方スポーツ推進計画」の策定を促進する

- ・地方自治体はそれぞれの団体で固有の事情を抱えているため、まずは、地域の課題を分析し、その課題に応じた策を講じていく必要がある。そのための「地方スポーツ推進計画」の策定及び必要に応じた改定を促進するとともに、着実に実施されるように国も連携を図りつつ、その取組を推進していく。
- ・課題の抽出、分析に加え、PDCA サイクルを回していくためには、JAGES プロジェクト等をはじめとした地域の客観的データと照会可能な形での連携を図ることを促進する。
- ・地方自治体において、スポーツ実施率等の調査を行い、達成目標や実績を公表することを促す。

【国、地方自治体】<42>

〔表彰の実施〕

⑤ 地方自治体の取組の表彰を実施する(再掲)

- ・地方自治体のスポーツ実施率向上の取組を表彰するとともに、その取組をモデル事業として紹介し、全国的な展開を促す。

【国、地方自治体】<43>

²⁴ 市町村が責任主体となって、地域住民の心身の健康の保持及び生活の安定のために必要な援助を行うことにより、地域住民の保健医療の向上及び福祉の増進を包括的に支援することを目的として、包括的支援事業等を地域において一体的に実施する役割を担う中核的機関として設置される機関。

＜スポーツを習慣化させるための施策＞

[継続的な取組とするための関連部署との連携]

⑥まちづくり計画と連携する(再掲)

- ・公共交通機関を利用しやすいように整備し、その利用を促進していくことによって、「歩く」ことが促進されるなどの効果もあることから、スポーツ担当部局だけではなく、健康に関する取組を実施している部局、まちづくりを担当している部局との連携を図っていく。

【国、地方自治体】＜44＞

エ. 女性向けの取組

- －男性と比較してスポーツ実施率が低い。【参考資料 15-1、15-2】
- －スポーツの実施における女性特有の課題に十分な対応がなされていない。

女性向けの取組としては、女性のスポーツ実施の促進、スポーツをしない要因を考慮したアプローチを進めていく。

妊娠・出産・子育て期において、気軽にスポーツができるプログラムを開発するとともに、女性のスポーツ実施につながる環境整備を図る。その際には、JSPO において設置された女性スポーツ委員会とも連携を図っていく。

また、女子生徒のスポーツ実施の二極化や、食べない・運動しないことによる痩せすぎ、身体機能の低下も懸念されていることから、正しい知識の浸透を図るとともに、スポーツをすることの効果を出しつつ、「女性のスポーツ促進キャンペーン(仮称)」を実施する。

＜スポーツをする気にさせる施策＞

〔特性に応じたスポーツ実施促進のためのアプローチ〕

①スポーツを実施していない女性に対するアプローチを実施する

- ・妊娠・出産・子育て期など激しい運動ができないときや時間や場所に制限がある中でも気軽にスポーツができるプログラムを開発する。
- ・女性のスポーツ実施率の向上について、女性をはじめ国民及び幅広い関係者に対してメッセージを発信する「女性のスポーツ促進キャンペーン(仮称)」を実施する。
- ・総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団と連携し、中学生・高校生の運動部活動以外のスポーツ活動の場としていかすようにする。

(アプローチの例)

- * 高校進学に伴い、スポーツから離れる生徒が多いことを踏まえ、多様なニーズに応じた運動・スポーツを行うことができるよう、学校運動部活動改革を進めるとともに、学校外でのスポーツ実施の機会の確保を図る。
- * 激しい運動ばかりではなく、ゆったりスポーツを楽しむ意義の発信を行う。
- * メタボ対策では、食事の節制が中心となるが、若い女性は、「痩せ願望」に陥る例も多いことから、「しっかり食べてスポーツをする」大切さを訴えていく。【参考資料 15-3】

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、学校等】＜45＞

②都道府県ごとに「女性スポーツアンバサダー(仮称)」を任命し、普及啓発に活用する

- ・都道府県の特徴をいかし、格好良くスポーツ活動するロールモデル、オピニオンリーダー、モデル等を起用する。

【国、地方自治体】<46>

[スポーツの必要性の普及促進]

③健康問題について働きかける

- ・「食べない」「運動しない」ことによる健康への影響の発信などを進めつつ、女性に対するスポーツ実施の普及啓発を図る。
- ・スポーツをしている女性に対しては、FAT(女性アスリートに特有の3つの兆候であり、摂食障害、無月経症、骨粗鬆症を指す)のリスクについて理解を促進させる。
- ・女性の中で人気のあるヨガやピラティス等をきっかけとした普及啓発を図る。
- ・子供の頃から異年齢の人とスポーツをする機会を持つことや、体を動かすことの重要性について親子で理解する仕組みづくりを図る。

【国、地方自治体、産業界、医療福祉関係者、学校等】<47>

<スポーツをするために必要な施策>

[女性がスポーツをしやすい環境づくり]

④女性が参加しやすい施設・プログラムづくりをする

(例)

- * 女性が一人でも参加しやすいように、シャワー・更衣室等の環境面の改善を図る。
- * スポーツプログラムやウォーキング大会等のイベントにおいては、体力のない女性や運動の苦手な女性にも配慮した内容とする。
- * 例えば、母親がスポーツクラブへ行っている間に子供を預かってもらうことができるなど施設・人員面で配慮を行う。
- * ショッピングモールなどの女性が立ち寄りやすい場所で、気軽にスポーツを実施できる環境を作る。
- * 夜間にウォーキング等ができる場所の確保などスポーツをしやすい環境づくりを図る。
- * 激しいスポーツだけではなくゆるいスポーツも楽しめる環境づくりを図る。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<48>

⑤ 子供と一緒にスポーツができる環境づくりをする

- ・子供がスポーツを実施している際、送迎を行っている親(父親も対象とする)がスポーツをできる環境を整備する。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<49>

⑥ 女性スポーツに関する医・科学的知見の普及啓発を図る

- ・スポーツ実施率向上のため、2018年(平成30年)3月に発足したJSPOにおける女性スポーツ委員会や一般社団法人女性アスリート健康支援委員会と連携を図るとともに、JSPO等が開催する女性の継続的なスポーツ実施に向けたスポーツ指導者向け研修会等を活用しながら、女性がスポーツに参加する上で必要となる分野横断的な医・科学的知見の普及啓発に取り組む。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、医療福祉関係者】<50>

<スポーツを習慣化させるための施策>

[日常生活で気軽に続けられる仕組みづくり]

⑦ 日常生活の場でのスポーツ実施を促進する

- ・曜日や時間帯等に考慮し、女性がそれぞれのライフイベントの中でも気軽にスポーツを継続できる環境を作る。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<51>

⑧ 子供と一緒にスポーツができる環境づくりをする(再掲)

- ・子供がスポーツを実施している際、送迎を行っている親(父親も対象とする)がスポーツをできる環境を整備する。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<52>

オ. 障害者向けの取組

- －スポーツ実施率が低いほか、未実施者の8割超が無関心層である。【参考資料 16-1】
- －障害者はスポーツの機会・情報が限られていることや周囲のサポートが必要であることなどから、障害のある者とない者が共に実施する取組が必要不可欠となってきた。

障害者向けの取組としては、障害者が身近な場所でスポーツを実施できる環境、幼少のうちから学校や家庭などで遊びを通じて体を動かす楽しみを習得する環境を整備するとともに、自分と同じ障害を持つ人がスポーツを始めたときの事例など、参考となるロールモデルの提示により、スポーツへの関心向上、スポーツをするきっかけづくりを促していく。【参考資料 16-2,16-3】

また、障害のある児童生徒がスポーツの価値・楽しさを体験できる「Special プロジェクト 2020」の取組等を実施していくほか、障害者以外に対しても障害者スポーツ種目の体験・理解の促進を図っていく。【参考資料 16-4】

さらに、障害者スポーツを「ささえる」人材として、障害者スポーツを指導する人材育成等にも取り組んでいく。

<スポーツをする気にさせる施策>

〔障害者がスポーツの価値・楽しさを体験できる取組の促進〕

① ロールモデルを提示する

- ・障害者自身がどのようにスポーツに取り組んでいるのか、利用施設や施設へのアクセス方法、スポーツをする上での工夫の仕方などの情報を含めて、ロールモデルとして、障害者に対して情報提供を図るとともに、障害者自身からの情報発信も促す。その際、散歩、ウォーキング、水泳、体操など、身近で気軽に親しめるものもスポーツであるという意識の浸透を図る。

【国】<53>

② 「Special プロジェクト 2020」等を推進する

- ・特別支援学校の児童生徒がスポーツの楽しさや感動を体験できる取組として、2020年(平成32年)に全国の特別支援学校でスポーツ・文化・教育の全国的な祭典を開催するためのモデルづくりを進める。
- ・障害の有無にかかわらず参加できるスポーツ大会の普及など、一般のスポーツ行事に障害者が参加する機会の拡大を図る。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、学校等】<54>

〔気づきの機会の提供〕

③障害者以外に対する障害者スポーツ種目の体験・理解を推進する

- ・特別支援学校関係のPTAや、特別支援学校や特別支援学級の担当教員、障害者福祉施設・関連サービスの関係者など、障害者との接触が多い人々に対して、障害者スポーツ種目の体験の機会や情報の提供など、理解増進を図る。また、通常の学校に通う障害のある児童生徒の保護者や担当教員に対しても、同様に情報提供等が行われるよう努める。

【国、地方自治体、産業界、医療福祉関係者、学校等】<55>

＜スポーツをするために必要な施策＞

〔地域における障害者スポーツの環境整備〕

④身近な場所でスポーツを実施できる環境を整備する

- ・各地域における課題に対応して、例えば医療・福祉施設との連携や総合型地域スポーツクラブへの障害者の参加・受入れの促進等により、身近な場所でスポーツを実施できる環境の整備等を図る。
- ・特別支援学校では中学校・高等学校に比べて運動部活動の実施環境が限られていることも踏まえ、地域のスポーツクラブ等と連携した運動部活動の設置など、特別支援学校等を活用した地域における障害者スポーツの拠点づくりを進める。また、学校卒業後の障害者のスポーツ機会を確保するため、学齢期に慣れ親しんだ特別支援学校の体育施設を利用できるように、在学中からの周知啓発に努める。
- ・その際、通常の学校に通う障害のある児童生徒のスポーツの実施環境の整備が、間が抜けることのないよう、その体育や運動部活動等の実施状況を確認し、その状況に応じた対応を図る。
- ・在学中から学校卒業後を通じ、また中途障害者を含めた視野に立って障害者のスポーツ機会を提供するため、地方自治体の各関係部局、学校、スポーツ団体、医療福祉関係者等の連携を図る。
- ・散歩、ウォーキングなどの日常生活において気軽に取り組めるスポーツを実施できるよう、様々な施設のバリアフリー化やユニバーサルデザインなどについて、まちづくりを担当している部局との連携を図っていく。

【国、地方自治体、スポーツ団体等、医療福祉関係者、学校等】<56>

⑤障害者スポーツを指導する人材を育成する

- ・障害者スポーツを指導する人材として、公益財団法人日本障がい者スポーツ協会が認定する「障がい者スポーツ指導者」等の養成を促進し、総合型地域スポーツクラブなどでの活用促進を図る。
- ・JSPPO の公認スポーツ指導者や学校教員等に対して、「障がい者スポーツ

指導者」の取得の促進等を図る。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、医療福祉関係者】<57>

〔障害者スポーツ団体の体制整備〕

⑥ 障害者スポーツ団体の体制の強化を図り、他団体や民間企業等と連携した活動の充実につなげる

【国、産業界、スポーツ団体等】<58>

＜スポーツを習慣化させるための施策＞

〔日常生活で気軽に続けられる仕組みづくり〕

⑦ 日常生活の場でのスポーツ実施を促進する

- ・学校や放課後等デイサービスなど障害者が日常的に立ち寄りやすい場所と関連づけて、散歩やウォーキングなど気軽にスポーツを実施できる環境を整備し、その情報を提供していく。

【国、地方自治体、産業界、医療福祉関係者】<59>

〔継続的な取組とするための関連部署との連携〕

⑧ まちづくり計画と連携する(再掲)

- ・公共交通機関を利用しやすいように整備し、その利用を促進していくことによって、「歩く」ことが促進されるなどの効果もあることから、スポーツ担当部局だけではなく、健康に関する取組を実施している部局、まちづくりを担当している部局との連携を図っていく。

【国、地方自治体】<60>

4. スポーツ実施率向上のための行動計画の期間・評価

(1) 期間

本行動計画の対象とする期間については、「第2期スポーツ基本計画」の掲げるスポーツ実施率の目標達成を期するという性質上、2021年度(平成33年度)を終期とする。

ただし、本行動計画は、スポーツ実施率向上のための新たなアプローチや、即効性のある取組をまとめたものであり、今後1年を目途に、新たな制度創設・制度改正も視野に入れた中長期的な施策について取りまとめを行うこととしている。

こうした点を踏まえ、本行動計画に掲げる施策を速やかに実行し、遅くとも、当該取りまとめまでに確実に着手することとする。

(2) 評価

本行動計画に位置づけられた施策については、スポーツ審議会において、EBPM(Evidence-Based Policy Making)²⁵の観点に留意しつつ、その進捗状況を点検・評価していく。

その進捗が遅れている施策については、その課題を明らかにし、取組の加速化等を検討していく。

また、新たに対応を要する課題、新たに取り組むべき施策については、逐次、スポーツ審議会で検討を行い、今後の取りまとめに反映させるほか、必要に応じて本行動計画の改定を行う。

なお、現時点において、スポーツの実施態様や実施率の向上策の有効性を把握・検証するためのエビデンスが不足している分野・領域もあることから、必要なデータの収集・分析や指標の開発を計画的に進めていくこととする。

その際は、本行動計画のみならず、第2期スポーツ基本計画全体の点検・評価や第3期計画の策定を視野に入れて適切に対応する必要がある。

²⁵ 証拠に基づく政策立案(EBPM)とは、(1)政策目的を明確化させ、(2)その目的のため本当に効果が上がる行政手段は何かなど、「政策の基本的な枠組み」を証拠に基づいて明確にするための取組。

5. 終わりに

本行動計画は、「1. スポーツ実施率向上のための行動計画策定の目的」で述べたとおり、一人でも多くの方がスポーツに親しむ社会の実現を目的とし、生活の中に自然とスポーツが取り込まれている「スポーツ・イン・ライフ」という姿を目指し、スポーツ実施率向上のための新たなアプローチや、即効性のある取組をまとめたものである。

スポーツを通じた健康増進については、徐々にその必要性や効果が浸透しつつある一方、個々人の行動変容を促し実行に移していくハードルは依然として高い。本行動計画が所期の狙いを達成するためには、こうした課題を乗り越え、より多くの実施主体を巻き込んでいく社会的機運を醸成する努力が欠かせない。

スポーツ庁としては、本行動計画に掲げる個々の施策を確実に実行するとともに、「施策に取り組むべき主体」と位置づけている関係各方面において、本行動計画を踏まえた主体的・積極的な取組が展開されるよう働きかけ、普及啓発や環境の整備を進める。

また、今後、新たな制度創設・制度改正も視野に入れた中長期的な施策を取りまとめる。

参考資料 目次

- 1-1. スポーツ基本法におけるスポーツの定義・スポーツの価値
- 1-2. 第2期スポーツ基本計画のポイント
- 2-1. スポーツ実施率の状況①
- 2-2. スポーツ実施率の状況②
- 2-3. スポーツ実施率の状況③
- 2-4. スポーツ実施率の状況④
- 2-5. スポーツ実施とスポーツの価値
- 3-1. 平均寿命と健康寿命の推移
- 3-2. 国民医療費の推移
- 3-3. わが国における死因の状況
- 4-1. スポーツ・身体活動による健康増進・医療費抑制効果について
- 4-2. スマートウエルネスコミュニティ協議会の取組事例
- 4-3. 国内のオリンピック・パラリンピック・ムーブメントの普及
- 4-4. 運動の実施パターンが個人の健康感に与える影響
- 5. 「みんなの廃校」プロジェクト
- 6-1. 総合型地域スポーツクラブについて
- 6-2. 総合型地域スポーツクラブの設置状況
- 7-1. パブコン～もしもあなたがスポーツ庁長官だったら～①
- 7-2. パブコン～もしもあなたがスポーツ庁長官だったら～②
- 8. スポーツ推進アクションガイドー概要ー
- 9-1. スポーツ実施に関わる主な人材について
- 9-2. スポーツ推進委員の概要
- 10-1. 地方スポーツ推進計画等の状況について
- 10-2. 地方スポーツ推進計画におけるスポーツ実施率に係る記載内容について
- 10-3. JAGES Projectについて
- 11. 運動・スポーツ習慣化促進事業
- 12-1. 中学生の1週間の総運動時間の分布
- 12-2. 運動・スポーツ時間の移り変わり
- 12-3. 幼児期の外遊び習慣とその後の運動習慣・体力の関係
- 12-4. アクティブ・チャイルド・プログラム(ACP)
- 12-5. 体育科・保健体育科の学習指導要領
- 12-6. 運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン【概要】
- 12-7. 幼児期運動指針
- 13-1. “歩く”をもっと“楽しく”『FUN+WALK PROJECT』
- 13-2. 「スポーツエールカンパニー」認定制度
- 14. 高齢者の運動習慣、歩行能力及び生活の充実度の関連性
- 15-1. 女性の運動・スポーツの実施状況
- 15-2. 女子児童・生徒のスポーツ実施率
- 15-3. 痩せた運動不足の女性が抱えるリスク
- 16-1. 障害者のスポーツ実施率の状況
- 16-2. 障害者スポーツ推進プロジェクト①
- 16-3. 障害者スポーツ推進プロジェクト②
- 16-4. Specialプロジェクト 2020
- 17. 未来投資戦略2018-「Society 5.0」「データ駆動型社会」への変革-

【スポーツ基本法（平成23年法律第78号） 前文】

スポーツは、世界共通の人類の文化である。

スポーツは、心身の健全な発達、健康及び体力の保持増進、精神的な充足感の獲得、自律心その他の精神の涵(かん)養等のために個人又は集団で行われる運動競技その他の身体活動であり、今日、国民が生涯にわたり心身ともに健康で文化的な生活を営む上で不可欠のものとなっている。スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは、全ての人々の権利であり、全ての国民がその自発性の下に、各々の関心、適性等に応じて、安全かつ公正な環境の下で日常的にスポーツに親しみ、スポーツを楽しみ、又はスポーツを支える活動に参画することのできる機会が確保されなければならない。

スポーツは、次代を担う青少年の体力を向上させるとともに、他者を尊重しこれと協同する精神、公正さと規律を尊ぶ態度や克己心を培い、実践的な思考力や判断力を育む等人格の形成に大きな影響を及ぼすものである。

また、スポーツは、人と人との交流及び地域と地域との交流を促進し、地域の一体感や活力を醸成するものであり、人間関係の希薄化等の問題を抱える地域社会の再生に寄与するものである。さらに、スポーツは、心身の健康の保持増進にも重要な役割を果たすものであり、健康で活力に満ちた長寿社会の実現に不可欠である。

スポーツ選手の不断の努力は、人間の可能性の極限を追求する有意義な営みであり、こうした努力に基づく国際競技大会における日本人選手の活躍は、国民に誇りと喜び、夢と感動を与え、国民のスポーツへの関心を高めるものである。これらを通じて、スポーツは、我が国社会に活力を生み出し、国民経済の発展に広く寄与するものである。また、スポーツの国際的な交流や貢献が、国際相互理解を促進し、国際平和に大きく貢献するなど、スポーツは、我が国の国際的地位の向上にも極めて重要な役割を果たすものである。

そして、地域におけるスポーツを推進する中から優れたスポーツ選手が生まれ、そのスポーツ選手が地域におけるスポーツの推進に寄与することは、スポーツに係る多様な主体の連携と協働による我が国のスポーツの発展を支える好循環をもたらすものである。

このような国民生活における多面にわたるスポーツの果たす役割の重要性に鑑み、スポーツ立国を実現することは、二十一世紀の我が国の発展のために不可欠な重要課題である。

ここに、スポーツ立国の実現を目指し、国家戦略として、スポーツに関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、この法律を制定する。

1-2. 第2期スポーツ基本計画のポイント



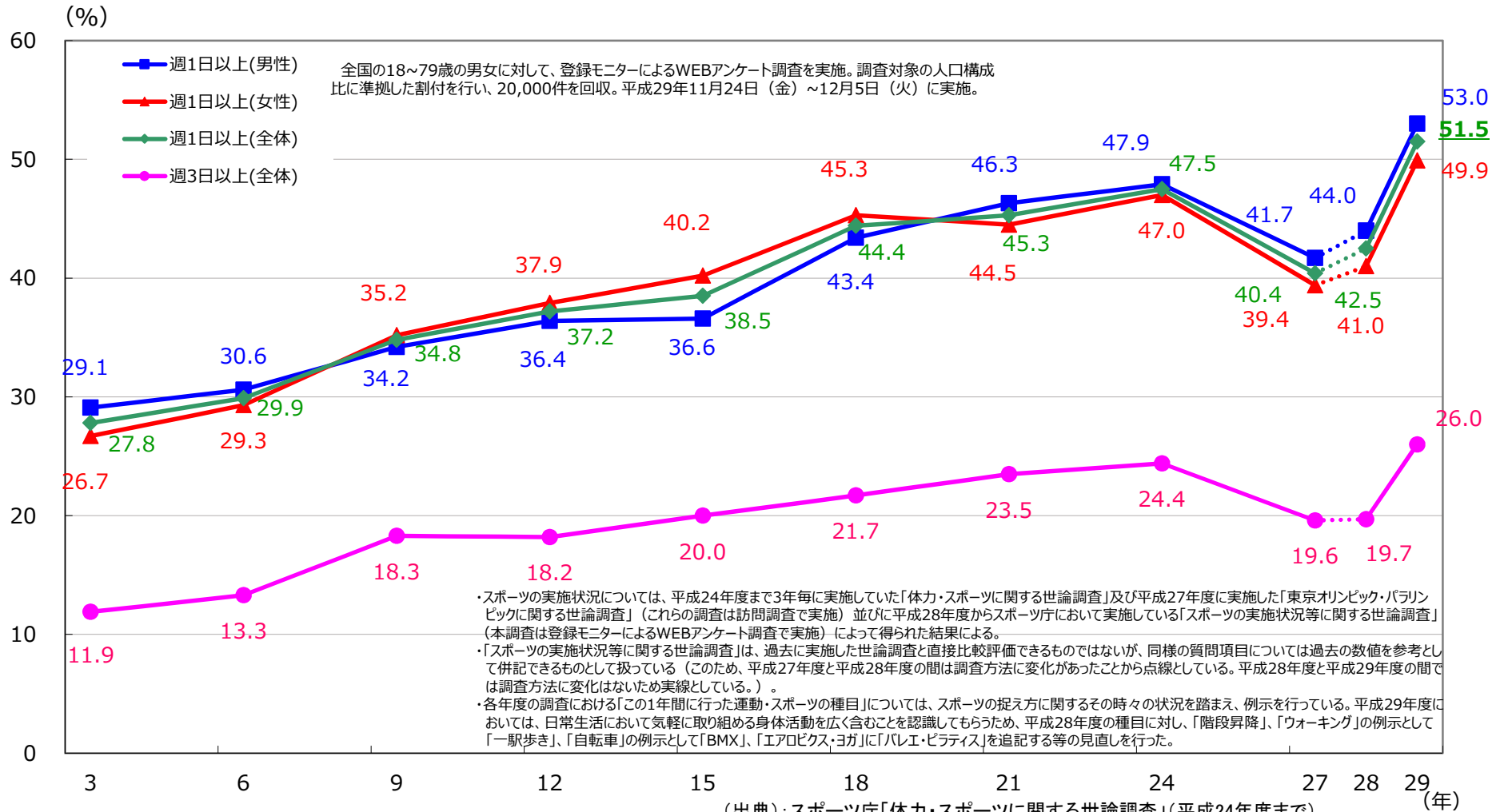
スポーツ基本計画・・・スポーツ基本法(2011(平成23)年公布・施行)に基づき、文部科学大臣が定める計画。第2期は2017(平成29)年度～2021(平成33)年度。



2-1. スポーツ実施率の状況①



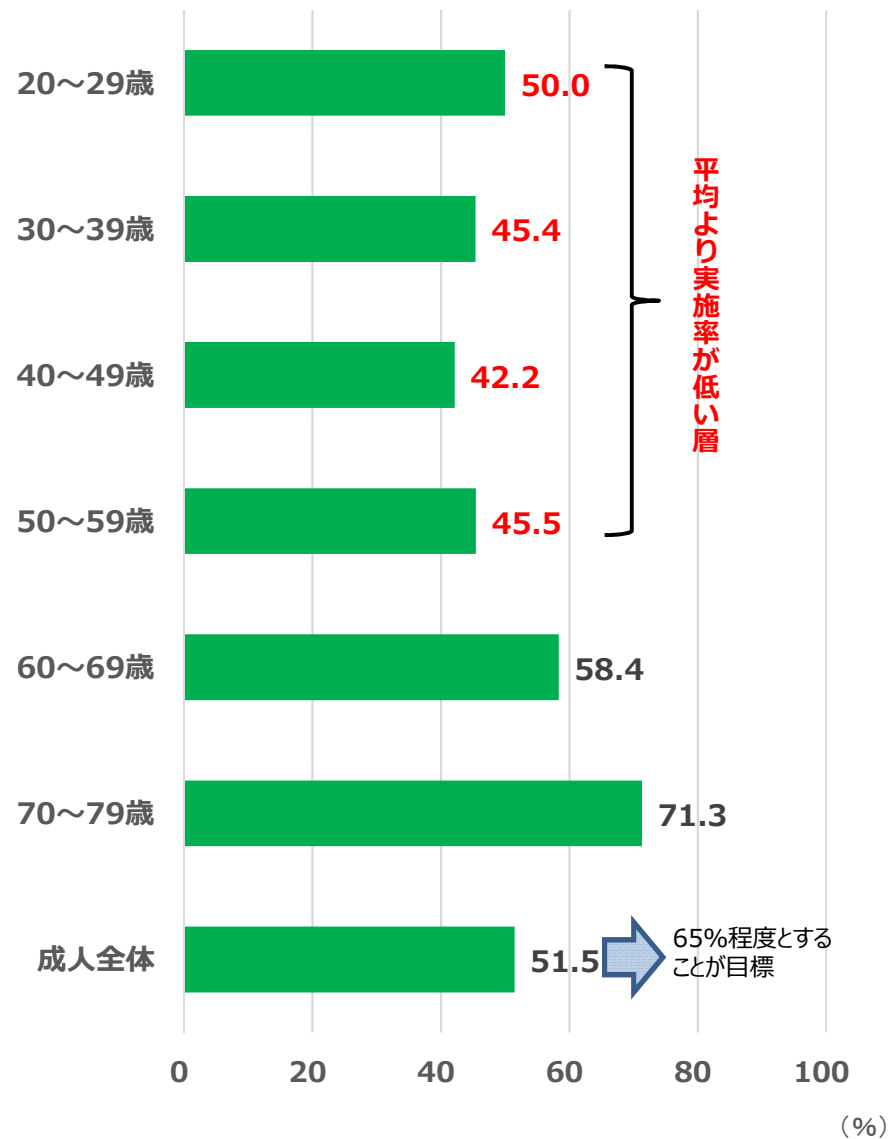
- ・第2期スポーツ基本計画（平成29年3月）では、成人の週1回以上のスポーツ実施率を65%程度、週3回以上を30%程度とする目標を掲げている。
- ・平成29年度の成人の週1回以上のスポーツ実施率は51.5%となり、平成28年度の42.5%から9.0ポイント上昇。
週3回以上は26.0%となり、平成28年度の19.7%から6.3ポイント上昇。



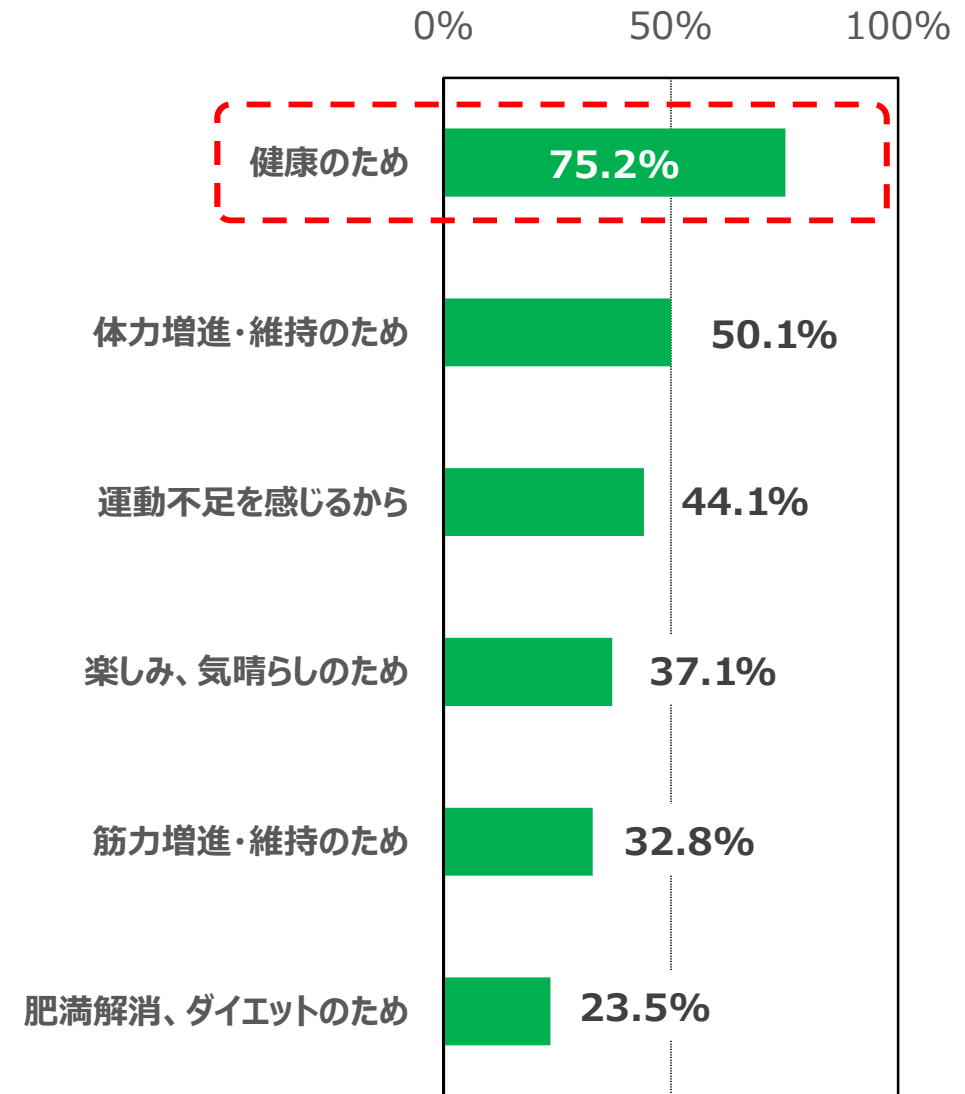
2-2. スポーツ実施率の状況②



【年代別の週1回以上スポーツ実施率(成人のみ)】



【この1年間に運動やスポーツを実施した理由(複数回答可)】



(出典): スポーツ庁「スポーツの実施状況等に関する世論調査」(平成29年度)

2-3. スポーツ実施率の状況③



○週1日以上

年代別運動実施率 週1日以上 n=20,000 (%)

	全体		男性		女性	
全年代平均	51.8	(42.7)	53.4	(44.3)	50.2	(41.1)
10代	63.3	(49.8)	67.5	(55.1)	58.8	(44.2)
20代	50.0	(34.5)	54.3	(40.8)	45.4	(27.8)
30代	45.4	(32.5)	49.9	(37.2)	40.7	(27.7)
40代	42.2	(31.6)	46.4	(34.2)	37.8	(29.0)
50代	45.5	(39.4)	45.5	(36.3)	45.4	(42.4)
60代	58.4	(54.4)	56.0	(52.8)	60.5	(55.6)
70代	71.3	(65.7)	71.1	(68.1)	71.5	(63.2)
成人のみ	51.5	(42.5)	53.0	(44.0)	49.9	(41.0)

()内は28年度数値

○週3日以上

年代別運動実施率 週3日以上 n=20,000 (%)

	全体		男性		女性	
全年代平均	26.2	(19.7)	27.2	(21.0)	25.1	(18.4)
10代	33.1	(18.6)	38.4	(24.8)	27.6	(12.1)
20代	22.9	(12.1)	26.7	(14.0)	19.0	(10.1)
30代	19.2	(11.7)	21.0	(14.1)	17.3	(9.1)
40代	18.6	(12.3)	20.0	(14.0)	17.1	(10.5)
50代	21.6	(16.4)	21.0	(14.6)	22.3	(18.8)
60代	32.4	(27.7)	32.3	(28.5)	32.4	(27.0)
70代	44.0	(41.2)	45.0	(44.5)	43.0	(37.6)
成人のみ	26.0	(19.7)	26.9	(20.9)	25.1	(18.5)

()内は28年度数値

(出典): スポーツ庁「スポーツの実施状況等に関する世論調査」(平成29年度)

2-4. スポーツ実施率の状況④



○この1年間に実施した種目については、「ウォーキング」が前年度と比較して18.3ポイント増となっている。また、「ランニング」「自転車」についても前年度と比べ実施率が高くなっている。

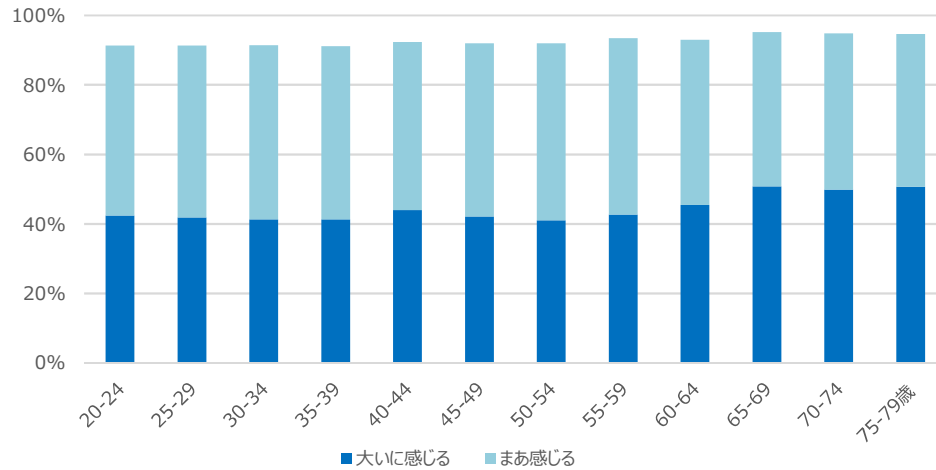
		(%)					
※平成29年度上位20種目抜粋		全体		男性		女性	
		29年度	28年度	29年度	28年度	29年度	28年度
1	ウォーキング(散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む)	57.0	38.7	56.8	39.4	57.2	38.1
2	階段昇降(2アップ3ダウン等)	13.3		14.9		11.8	
3	トレーニング(筋力トレーニング・トレッドミル・室内運動器具を使ってする運動等)	12.9	14.0	15.0	15.9	10.8	12.0
4	体操(ラジオ体操・職場体操・美容体操等)	12.4	15.0	9.7	11.9	15.1	18.2
5	ランニング(ジョギング)・マラソン・駅伝	12.1	10.4	17.3	15.1	7.0	5.7
6	自転車(BMX含む)・サイクリング	10.9	8.8	13.3	10.3	8.5	7.3
7	エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	6.3	7.7	2.2	2.5	10.4	12.9
8	ゴルフ(コースでのラウンド)	5.9	6.4	9.6	10.6	2.2	2.1
9	水泳(競泳・水球・飛び込み・シンクロナイズドスイミング等)	5.2	6.7	5.6	6.8	4.7	6.5
10	ゴルフ(練習場・シミュレーションゴルフ)	5.1	5.4	7.9	8.5	2.3	2.3
11	ボウリング	4.8	5.5	5.9	6.6	3.6	4.4
12	釣り	4.5	4.3	7.1	6.8	1.9	1.8
13	登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング	3.9	4.6	4.9	5.7	3.0	3.5
14	テニス・ソフトテニス	3.8	4.1	4.5	4.7	3.1	3.5
15	卓球(ラージボール含む)	3.2	4.8	3.4	4.8	3.0	4.7
16	バドミントン	3.2	3.8	2.8	3.1	3.5	4.5
17	ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング	2.8	4.1	3.2	4.5	2.3	3.7
18	スキー	2.5	3.0	3.6	4.0	1.5	2.1
19	ダンス(フォークダンス・ジャズダンス・社交ダンス・民謡踊り・フラダンス等)	2.5	3.3	1.2	1.2	3.8	5.4
20	キャッチボール	2.3	1.8	3.7	2.8	0.9	0.9

(出典): スポーツ庁「スポーツの実施状況等に関する世論調査」(平成29年度)

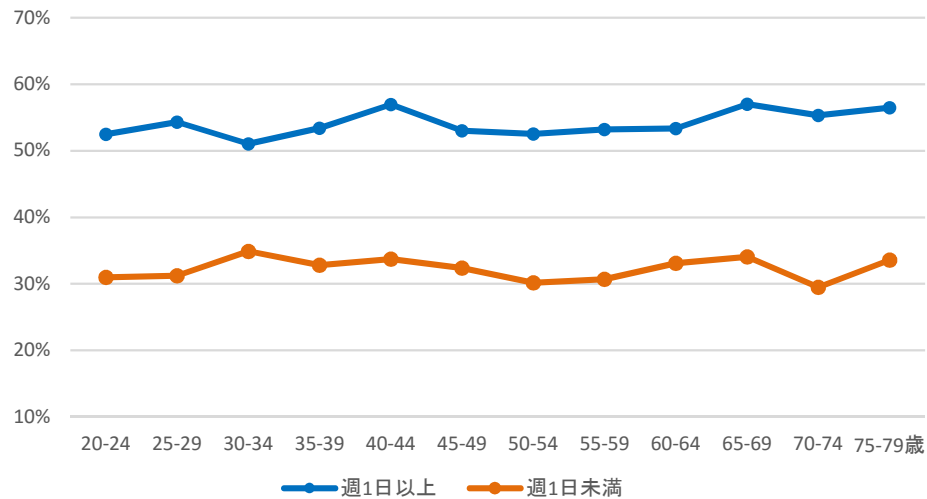
2-5. スポーツ実施とスポーツの価値



日常的に運動している人の多くは、運動・スポーツのストレス解消効果を感じている

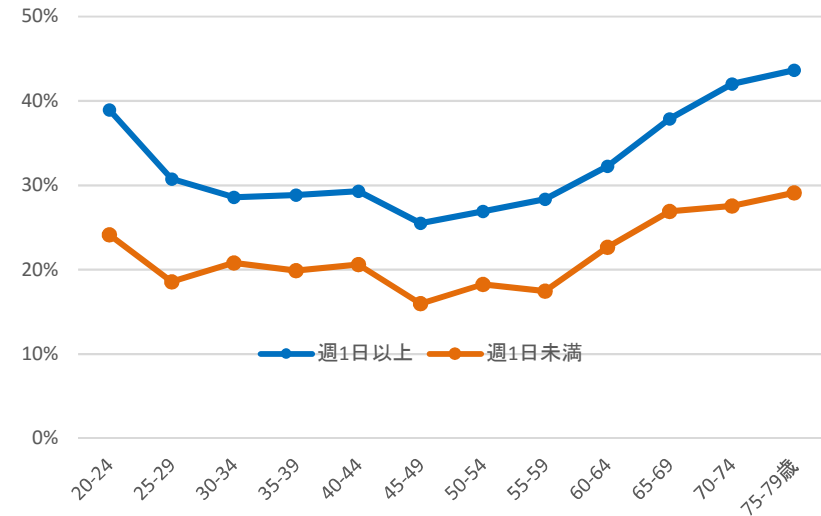


運動・スポーツのストレス解消効果について「大いに感じる」「まあ感じる」と答えた者の割合



運動・スポーツ実施状況別 運動・スポーツのストレス解消効果について「大いに感じる」と答えた者の割合

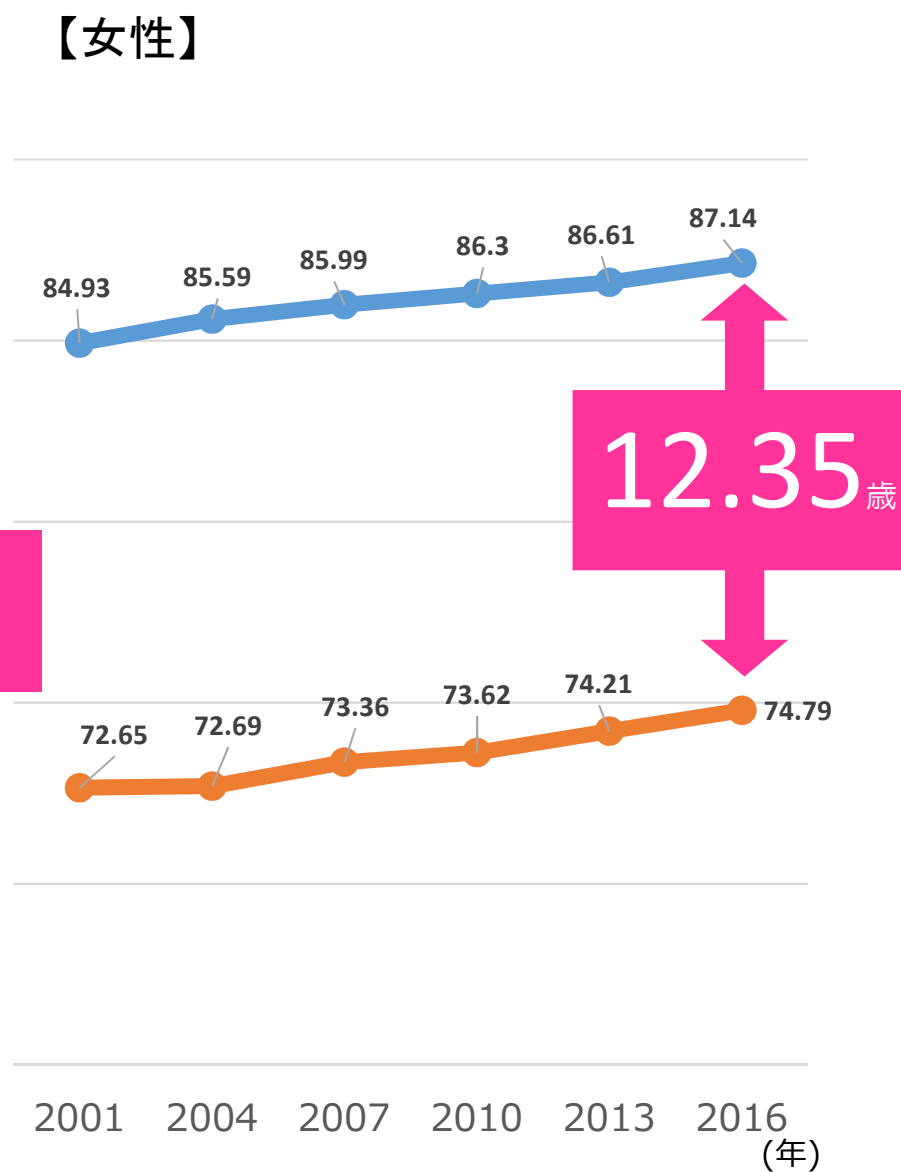
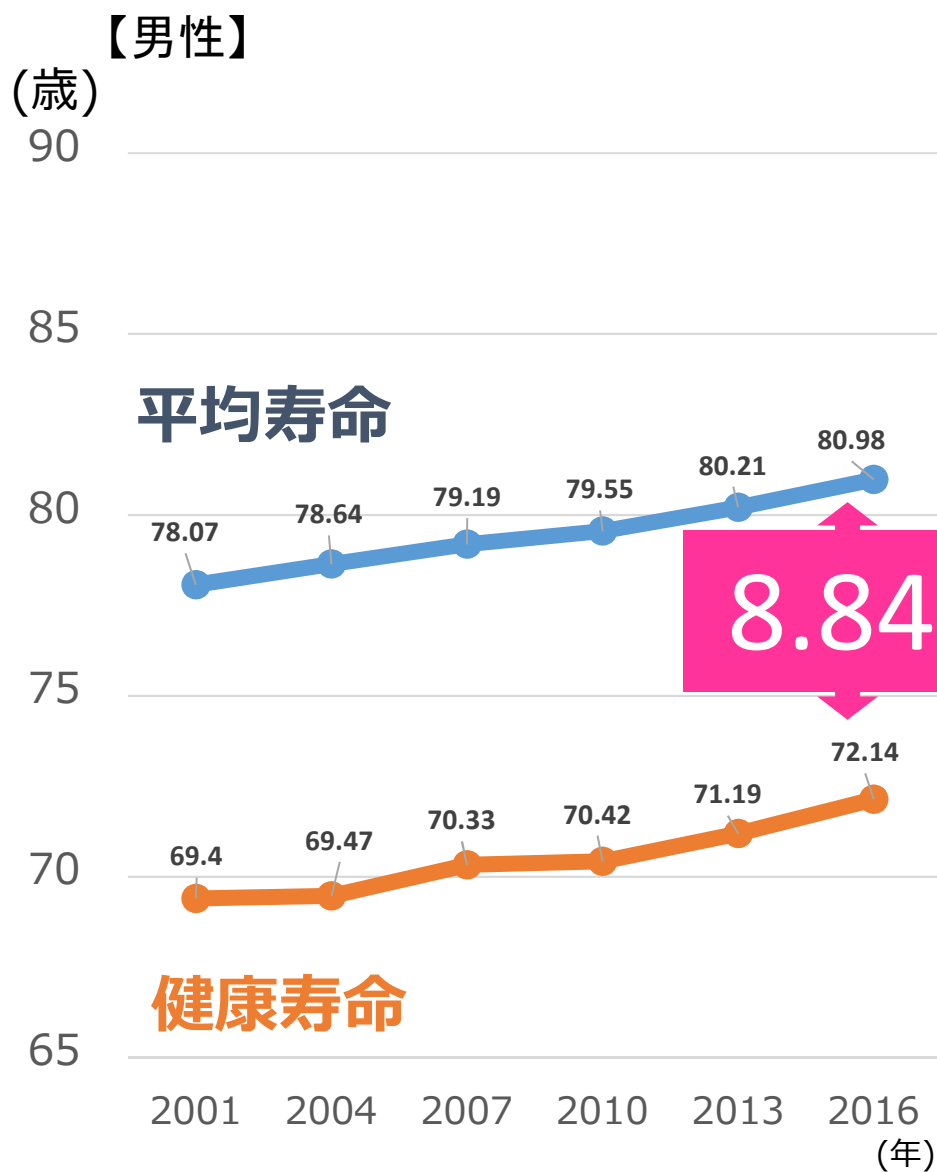
日常的に運動している人は、生活が充実している割合が多い



運動・スポーツ実施状況別 毎日の生活が「充実している」と答えた者の割合

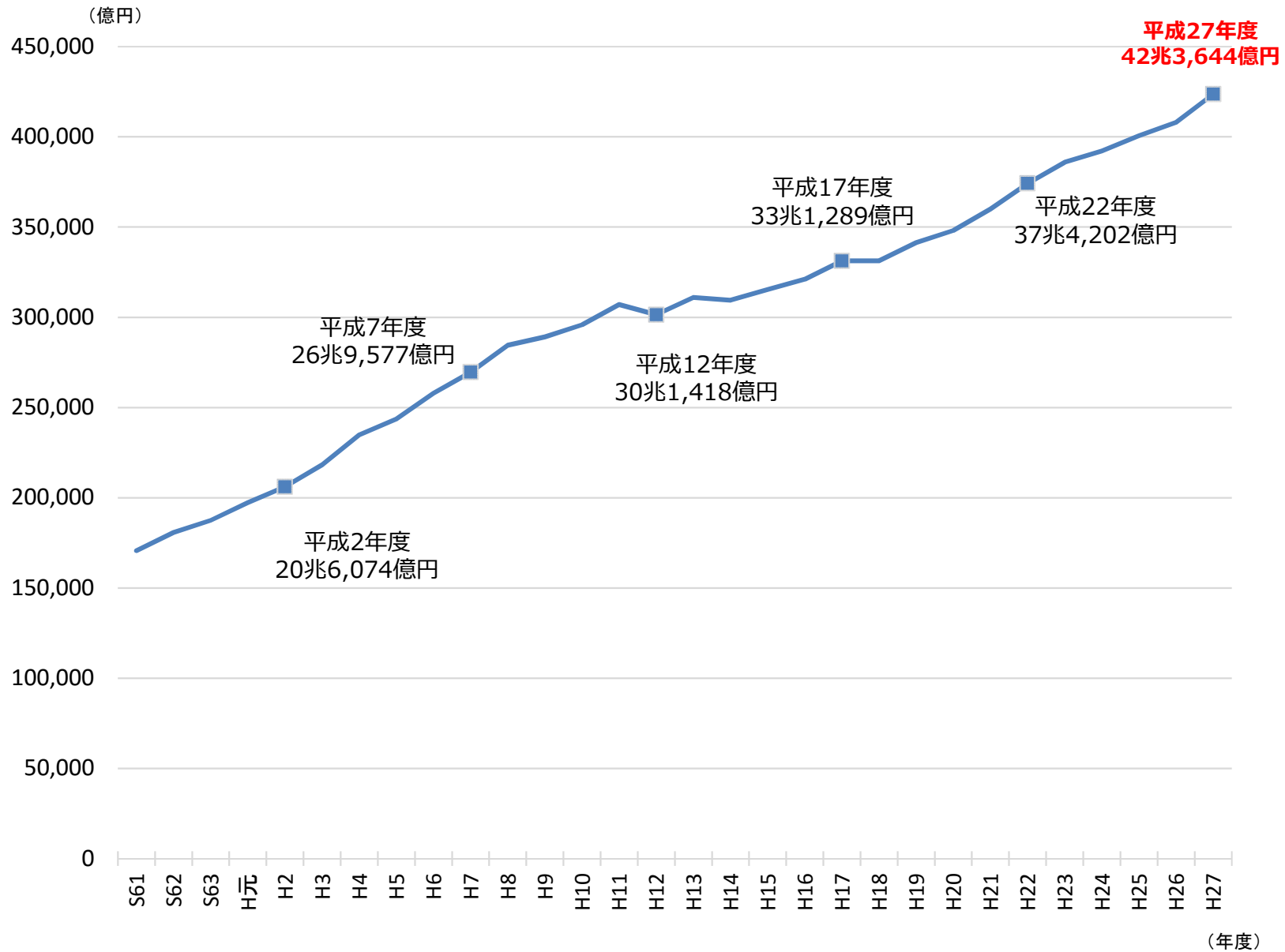
(出典) : スポーツ庁「平成28年度体力・運動能力調査報告書」

3-1. 平均寿命と健康寿命の推移



(出典): 厚生労働省「第11回健康日本21(第二次)推進専門委員会資料」(平成30年3月9日)

3-2. 国民医療費の推移



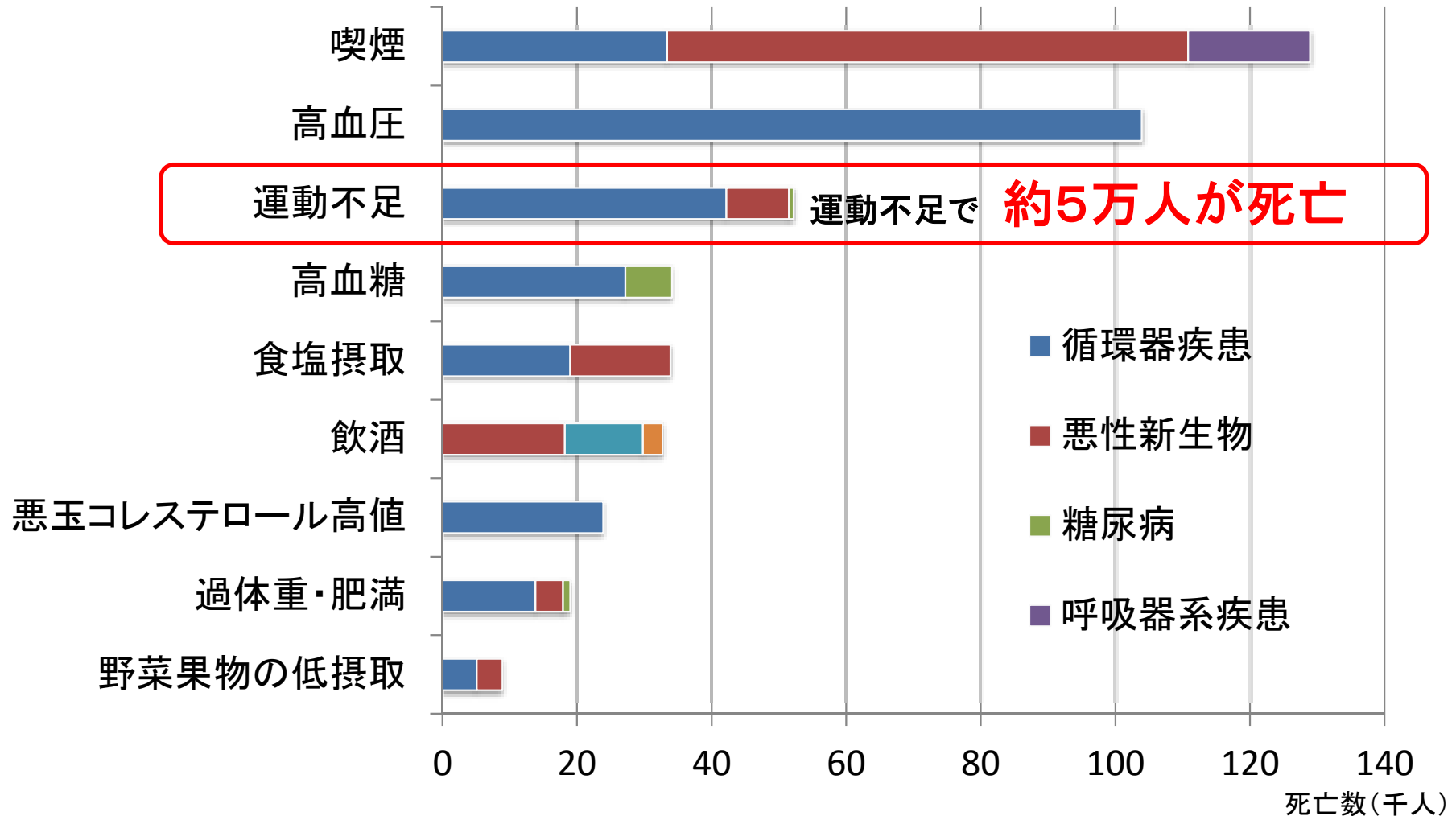
(出典): 厚生労働省「平成27年度国民医療費の概況」

3-3. わが国における死因の状況



運動不足が原因で毎年5万人が死亡

2007年の我が国における危険因子に関連する非感染症疾病と外因による死亡数



(出典): 厚生労働省 THE LANCET 日本特集号(2011年9月)日本: 国民皆保険達成から50年 「なぜ日本国民は健康なのか」

4-1. スポーツ・身体活動による健康増進・医療費抑制効果について



○スポーツや身体活動による医療費抑制効果については、以下のとおり、企業や地方自治体での先進的な取組が進んでいる。

(出典)：文部科学省「平成26年度スポーツ政策調査研究(スポーツの経済効果に関する調査研究)」

三重県いなべ市 介護予防・健康増進活動「元気づくりシステム」

- ・三重県いなべ市が(一社)元気クラブいなべに事業委託している介護予防・健康増進活動。
- ・運動体験プログラムとしてストレッチ、ウォーキング、ボール運動等を実施。
- ・プログラムを普及する地域のリーダーを「元気リーダー」として位置づけ、地域の力を生かしている。

2008年度のレセプト上での1人当たりの医療費削減額は、78,246円。
参加者全体(588人)の医療費削減額は、約4,600万円。

- ①国保加入の自宅生活者(元気づくりシステム非参加者)の1人当たりの年間医療費：291,518円
- ②元気づくりシステム参加者の1人当たりの年間医療費：213,272円
- ③削減額：①-②より、78,246円
- ④参加者全体の国民医療費削減額：③×588人=46,008,648円

株式会社タニタ「タニタの健康プログラム」

- ・「歩くこと」と「からだの見える化」で健康的な生活習慣への行動変容を促すもの。本社の全従業員250人を対象に実施。
- ・全員が歩数計を持ち歩数を毎日計測。さらに定期的に体組成・血圧の計測をすることで計測データがインターネットを通じてサーバに蓄積。
- ・モチベーションを維持するため、歩数を競うイベントや週1回の体組成計での計測を義務化するなどの施策を実施。

2012年度は2011年度に比べ、1人当たりの医療費削減額は18,204円となり、本社全体では、2,677,620円の医療費削減効果が見られた。

- ①2011年度の1人当たりの年間医療費：147,496円、本社全体(211人)：31,121,750円
- ②2012年度の1人当たりの年間医療費：129,292円、本社全体(220人)：28,444,130円
- ③削減額：①-②より、1人当たり：18,204円、本社全体：2,677,620円

株式会社つくばウエルネスリサーチ

- ・運動の習慣化を目的とした運動、栄養プログラムの提供と、データの「見える化」を目的に、「e-wellnessシステム」を開発。
- ・具体的には、参加者10万人の蓄積されたデータに基づき、一人ひとりの身体活動量、ライフスタイルに応じたプログラムを自動作成し、提供。
- ・新潟県見附市において、実証実験を実施。

運動プログラム参加群94人の1人当たりの医療費削減額は104,234円となった。

- *プログラム開始3年後の運動プログラム参加群(週1回見附市健康教室(90分程度)+週4回家庭での個別運動プログラムを実施)の1人当たりの年間医療費の平均額と、運動プログラム非参加群の平均額を比較すると、その差が104,234円。

スマートウェルネスコミュニティ協議会の取組

●健幸アンバサダー

- ・健康づくり無関心層は7割を占め、これらの無関心層は、自ら健康情報を取らず、その結果、リテラシーが上がらず行動変容につながらないことが課題。
- ・無関心層対策を実施し、成果の出る健康づくり（運動+食事+社会参加）をする人を増やし、健康長寿及び社会保障費に貢献することを目標。
- ・健幸アンバサダーとは、健康情報を大切な人に伝える伝道師（インフルエンサー）としての新たな社会的役割を担う人のこと。

<新潟県見附市の事例>

- 新潟県見附市では、健幸アンバサダーによる健康情報の拡散を通じ、触発された住民が相談・行動変容につなげることができるよう、地域コミュニティの拠点を「健幸スポーツの駅」として位置づけ。
- 「健幸スポーツの駅」では、健幸ポイントの取組、総合型地域スポーツクラブ、リフレッシュ教室、民間フィットネスクラブなどを紹介する。



<静岡県三島市の事例>

- 静岡県三島市では、「スマートウェルネスみしま」の取組を実施。
- 取組の3つのキーワードは、
 - ①エビデンス ～科学的根拠に基づく健康づくり～
(健幸運動教室、医療費分析)
 - ②スマート ～無意識に、自然と健幸づくり～
(歩車共存道、ガーデンシティみしまの取組)
 - ③コラボレーション ～「+」から「×」へ～
(民間との協働で付加価値の提供、学生との協働で新たな視点の導入)
- 取組の具体例
 - ・健幸マイレージ（様々な活動でポイントが貯まる）
 - ・健幸運動教室（エビデンスに基づくプログラムを導入し、継続支援で運動を習慣化）
 - ・ノルディックウォーキング（認定コースの取得・全国大会の開催）
 - ・脂肪燃えるんピック（減った脂肪と同量の牛肉といった特典にインパクト）
 - ・みしま健幸塾（道の延長にある健康づくり拠点）
 - ・ガーデンシティみしま（自然と歩きたくなる美しいまち並みを目指す。）



(出典):「第2回健康スポーツ部会 久野委員・豊岡委員提出資料」

4-3. 国内のオリンピック・パラリンピック・ムーブメントの普及



オリパラ教育の必要性

- 東京2020大会まで3年を切るなか、開催都市だけでなく、全国的なオリパラ・ムーブメントの推進が必要。特にパラリンピックへの関心向上が課題。
- オリパラ教育は、大会そのものへの興味関心の向上だけでなく、スポーツの価値への理解を深めるとともに、規範意識の涵養、国際・異文化理解、共生社会への理解等、多面的な教育的価値を持つ。我が国の無形のレガシーとして、オリパラ教育の推進が重要。

○平成27年度オリパラ・ムーブメント調査研究事業



宮城県

京都府

福岡県

筑波大学

各地域で実践的な調査研究を実施

- ・各地域での教員セミナーの実施
- ・オリパラ市民フォーラムの開催
- ・オリパラ推進校



↓ 調査研究の事例も踏まえ

○平成28年度オリパラ・ムーブメント全国展開事業

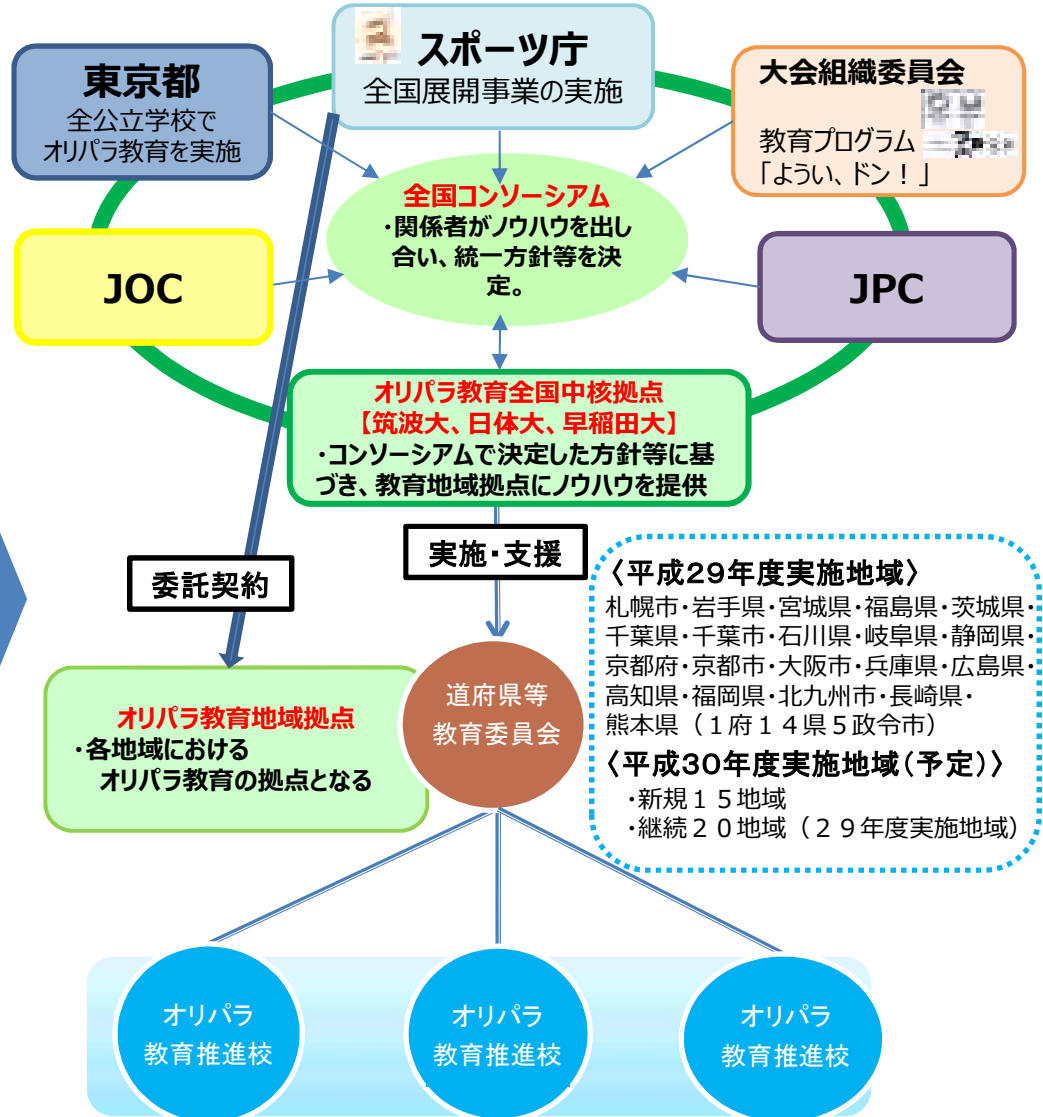


2府10県で実施

- | | |
|------|-----|
| 岩手県 | 大阪府 |
| 宮城県 | 広島県 |
| 茨城県 | 高知県 |
| 神奈川県 | 福岡県 |
| 石川県 | 長崎県 |
| 京都府 | 熊本県 |

- 全国で、オリパラ教育を実施
- ・各地域でのセミナー
 - ・オリパラ推進校
 - ・オリパラ競技体験
 - ・市民フォーラムの開催

平成30年度オリパラ・ムーブメント全国展開事業



4-4. 運動の実施パターンが個人の健康感に与える影響



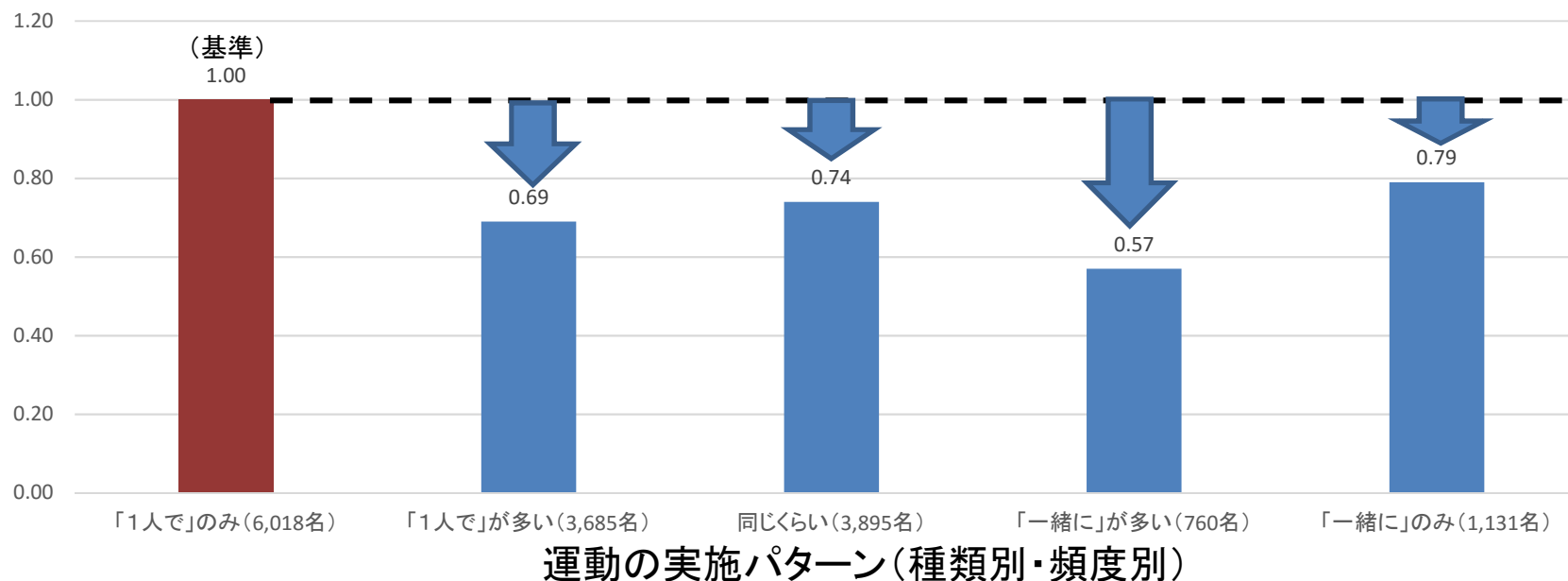
高齢者が運動を「1人」でする場合と、家族や友人を「一緒に」する場合で、自分で感じる健康度が異なるかを検証。自分で感じる健康度は「主観的健康感」と呼ばれ、将来の死亡リスクを予測できることが分かっている。

高齢者21,684人のアンケートを解析した結果、運動を家族や友人と「一緒に」している人は運動を「1人で」している人と比べ、「健康でない」と感じている人が少ないことが判明。

結果

- 誰かと一緒に運動している人は、自分で感じる健康度が高く、長生きできる可能性がある。
- 高齢者の運動は、家族や友人と一緒にする方が、健康へのより大きな効果を期待できる。

「健康でない」と感じている人のオッズ比



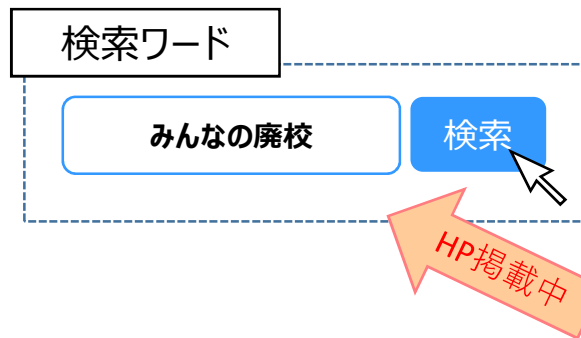
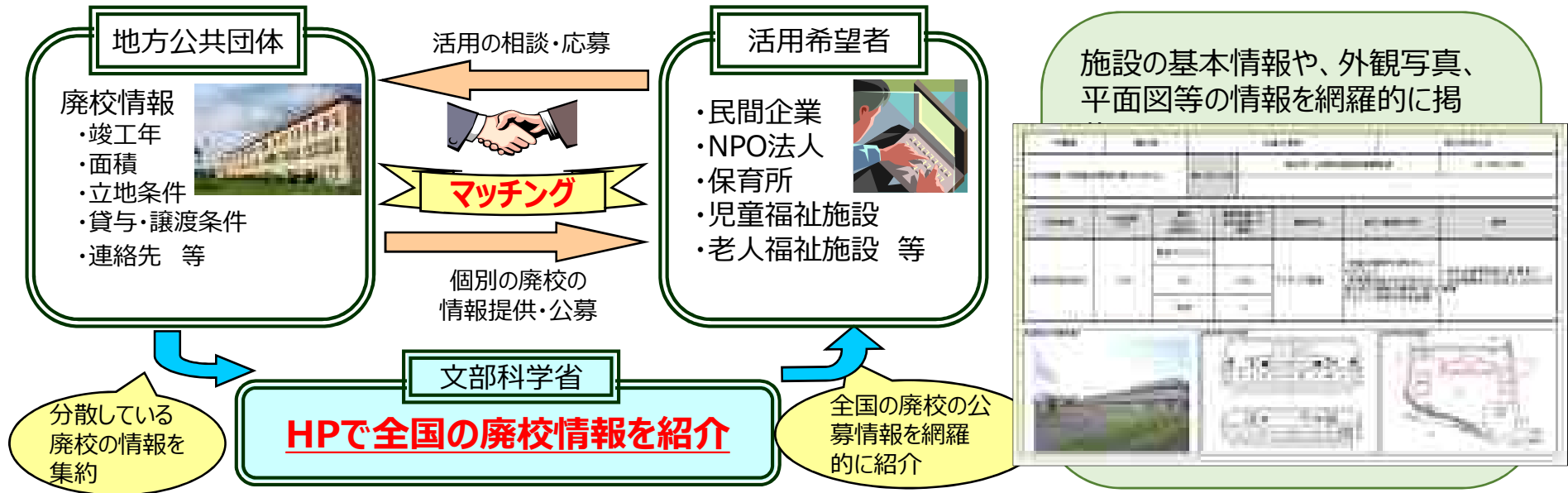
性、年齢、所得、教育年数、世帯構成、就業状況、疾患の有無、日常生活における動作の能力、社交性、運動頻度を考慮した解析を実施

(出典): 金森 悟(東京医科大学 公衆衛生学分野)「東京医科大学報道発表資料(Press Release No:96-16-26)」

5. 「みんなの廃校」プロジェクト



文部科学省では、廃校活用推進のため、全国各地の優れた活用事例の紹介や、活用希望廃校情報の公表等を通じて、廃校を「使ってほしい」自治体と、廃校を「使いたい」企業等とのマッチングを行っています。

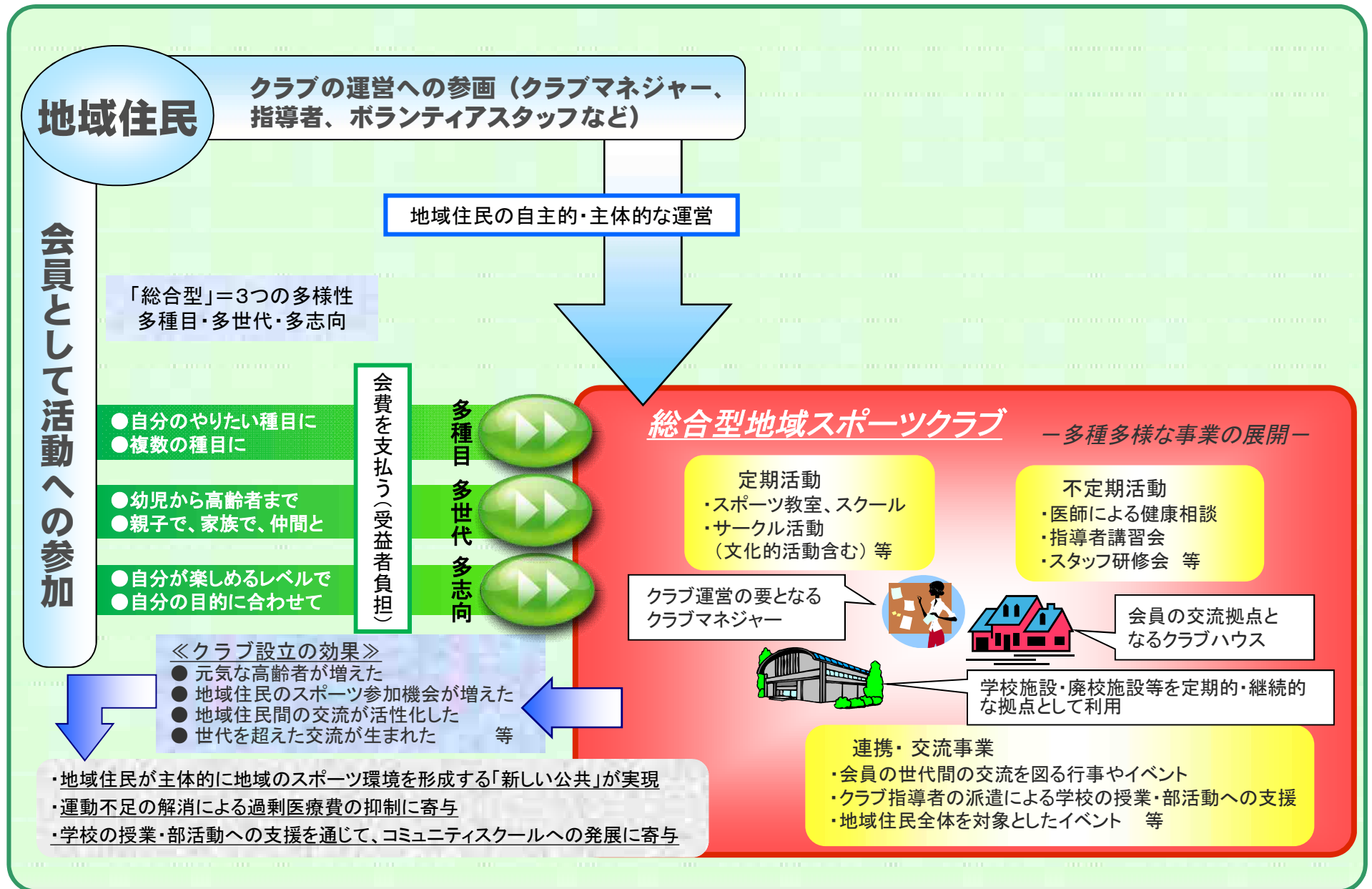


「みんなの廃校」プロジェクト 廃校施設の有効活用 －企業活用編－

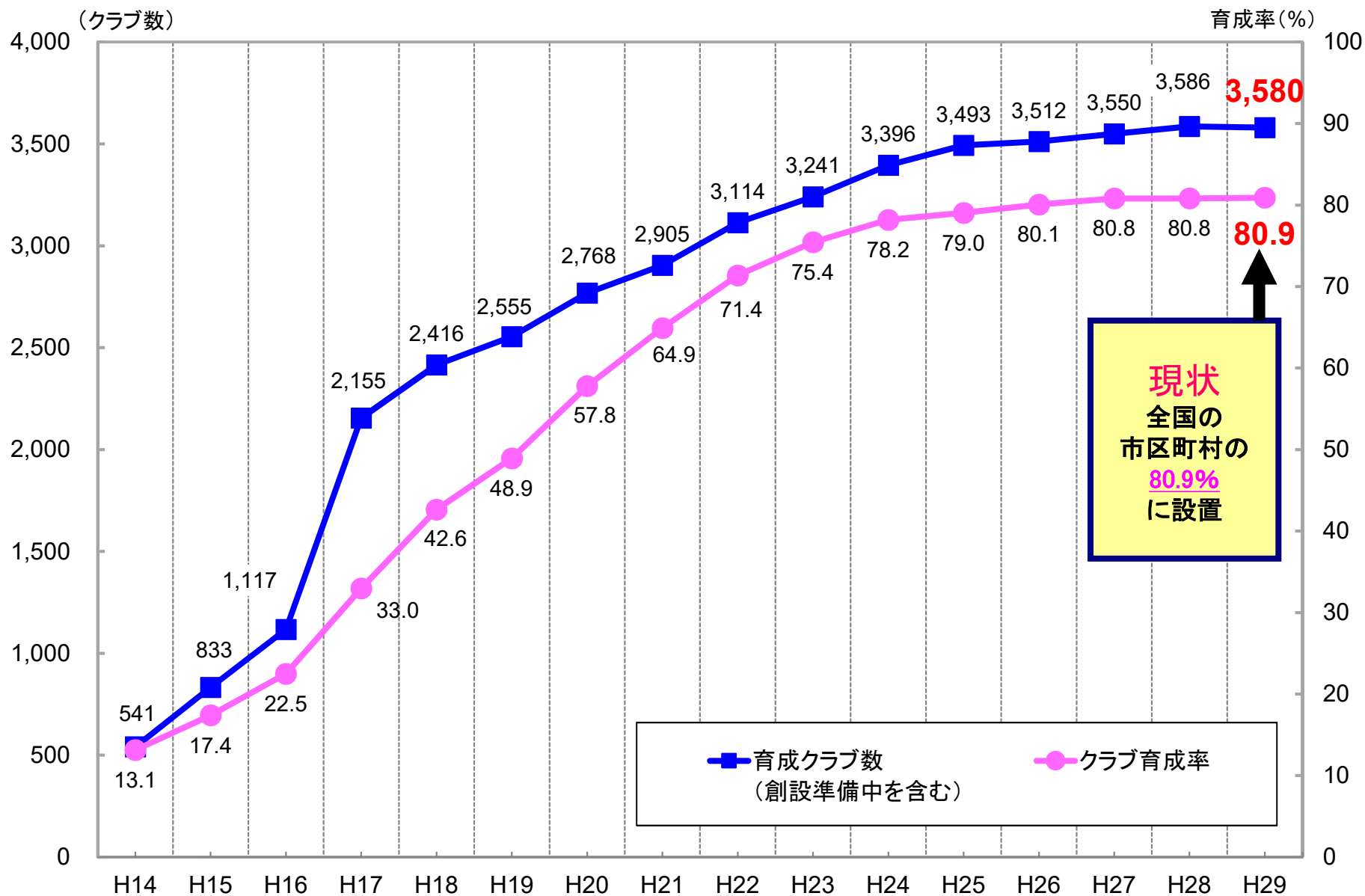
廃校施設の更なる活用促進のため、廃校施設の活用事例集を作成。



6-1. 総合型地域スポーツクラブについて



6-2. 総合型地域スポーツクラブの設置状況



(注) 総合型地域スポーツクラブ数については、創設準備中を含む

(平成29年7月1日現在)

(出典)：文部科学省・スポーツ庁「総合型地域スポーツクラブ育成状況調査」

7-1. パブコン～もしもあなたがスポーツ庁長官だったら～①



○国民のみなさまから、スポーツ実施率の向上に向けたアイデアを公募。

●概要

スポーツ審議会健康スポーツ部会における行動計画策定に向けた取組の一環として、国民のみなさまからスポーツ実施率向上のための事業プランを募集した。

スポーツ庁は「成人の週1回以上のスポーツ実施率を65%程度にする」というチャレンジな目標に向かって、従来の延長線上にはないものも含め、あらゆる手立てを検討し実行していくこととしており、今回の募集は、その試みの一つ。

●スケジュール

募集開始	平成30年1月9日
募集締切	平成30年1月31日
書類審査	平成30年2月中旬～下旬
最終プレゼン	平成30年3月24日 (同日に長官賞発表)

パブコン
public competition

もしもあなたがスポーツ庁長官だったら

国民のスポーツ実施率の向上につながる事業プランを自由な発想で企画して下さい。優秀なプランは国の事業として実施を検討します。

国民のスポーツ実施率を向上させるために何をすればいいと思いますか？

この国のみんなが元気になる施策をスポーツ庁長官になったつもりで考えてみませんか

長官賞
【一般部門】
憧れのオリンピック・パラリンピアンとスポーツ体験
【行政部門】
スポーツ庁長官1日派遣

募集期間 **2018年1月9日(火) - 31日(水)**

様式 企画書A4(横) 2枚以内
審査 (書類審査) 2月中旬～下旬 (最終プレゼン) 3月中旬～下旬

【一般部門】年齢・性別・国籍・職業を問いません。個人またはグループでの応募が可能です。
【行政部門】現在または過去において、都道府県または市区町村のスポーツまたは健康行政に従事した経験を持つ個人またはグループ。

詳しくはこちら





○平成30年3月24日の最終プレゼンを経て、「一般部門」、「行政部門」それぞれ長官賞を決定。

●一般部門

「他のレジャーを参考にしたポータルサイトの開設」

○スポーツ教室やイベントに関する情報，また総合型地域スポーツクラブの活動情報や，スポーツ施設や民間のフィットネス施設のような情報まで，一括で検索することができるデータベース型ポータルサイトを開設する。

○他のレジャーを見ても，こういったサイトは本来民間によって運営されるほうが望ましい。ただし，スポーツの実施率を高めるためには，東京2020 オリンピック・パラリンピック等の大規模スポーツイベントの日本開催が続くこのタイミングを逃すわけにはいかないため，民間事業者を公募し，ポータルサイトを共同運営する形をとることとする。

提案者：大阪府高槻市 私部良介 様

●行政部門

「Movie To Move」

○You Tuberが視聴者のスポーツ参加を促す独創的な動画を作成し、一定期間公開する。総合的な評価基準によって優秀作品を決める。上位入賞者には賞金とタイアップ権を贈呈する。

○上記で上位入賞したYou Tuberにスポーツメーカー（製品）やタレントとのタイアップをセッティング。上位You Tuberによる、タイアップを活かした新たなスポーツ実施プロモーション動画の制作・配信。

提案者：江戸川区スポーツ振興課 様

8. スポーツ推進アクションガイドー概要ー



趣旨

- 生涯にわたり心身ともに健康で文化的な生活を営むことのできる社会の実現に向けて、国民の誰もが、いつでも、どこでも、いつまでも、スポーツに親しむことのできる環境を整備し、スポーツへの参画（する・みる・ささえる）を促進する必要がある。
- スポーツ未実施者への働きかけやスポーツの継続的実施のための方策について整理することが必要である。
- そこで、「楽しさ」「喜び」などを実感するためのスポーツへの多様な関わり方を分かりやすく提示するとともに、スポーツ参画への阻害要因に対するアプローチ方策について、具体的なアクションや実践例を交えて広く発信することを目的とし、ひいては、本ガイドラインを関係者等が活用することにより、自主的、かつ、積極的にスポーツに参画する者を増やしていくことを目指す。

◆ 第1章 スポーツ施策の方向性～第2期スポーツ基本計画を踏まえて～

- スポーツへの関わり方としては、スポーツを「する」ことだけでなく「みる」「ささえる」ことも含まれる。
- スポーツが果たしている役割やスポーツへの多様な関わり方等をしっかりと認識した上で、その重要性を広く国民にわかりやすく伝えていくことが不可欠。

◆ 第2章 本アクションガイドが目指しているもの

1. 本アクションガイドの必要性

- 国民がスポーツの価値を存分に享受し、豊かなスポーツライフを営むためには、スポーツへの参画（する・みる・ささえる）を一体的に支援・促進していくことが必要であり、国民の誰もが、いつでも、どこでも、いつまでも、スポーツに親しむことのできる環境を整備することが重要な課題。
- 国民が自発的・自主的にスポーツに親しみ、スポーツの価値を享受する環境を整備する上では、特にスポーツに親しむ機会を企画・提供する側の者の工夫を引き出し、取組の幅を広げていくことが重要であるが、そのための具体的なアクションや実践例が十分に示されていない。

2. 本アクションガイドの目的・方向性

- 第2期スポーツ基本計画の具体化に向け、スポーツ参画者の立場に立って、それぞれの関係者等の役割を分かりやすく解説することが求められている。
- 「楽しさ」「喜び」などを実感するためのスポーツへの多様な関わり方を分かりやすく提示するとともに、スポーツ参画への阻害要因に対するアプローチ策について、具体的なアクションや実践例を交えて広く発信することを目的とし、ひいては、本ガイドラインを関係者等が活用することにより、自主的、かつ、積極的にスポーツに参画する者を増やしていくことを目指す。

3. 本アクションガイドの利用者

- スポーツの魅力や意義をより広く発信していく観点から、主として、スポーツを「する」「みる」「ささえる」機会を企画・提供する関係者等に活用されることを期待する。

◆ 第3章 スポーツへの参画を促すための3つの方向性

- スポーツ参画促進の取組を一体的に推進するため、「する」「みる」「ささえる」のそれぞれの観点における関係者等における求められる方向性や具体的な実践例をまとめる。
- 「する」スポーツの推進に当たっては、世代ごとにスポーツに参加できない阻害要因や課題等が分析されていることを踏まえ、関係者等に期待される世代別のアプローチ方策について紹介。

- 「みる」「ささえる」スポーツについては、スポーツ関係者等が既に行っている様々な取組の見える化を図る。

I 「する」スポーツの参加促進

- (1) 子供世代のスポーツ参加促進に向けた方策
- (2) ビジネスパーソン・子育て世代のスポーツ参加促進に向けた方策
- (3) 高齢者世代のスポーツ参加促進に向けた方策
- (4) 多世代にまたがるスポーツ参加促進に向けた方策
- (5) 障害者のスポーツ参加促進に向けた方策
- (6) 共通して取り組むべき方策

II 「みる」スポーツの参加促進

- 「みる」スポーツの参加促進

III 「ささえる」スポーツの参加促進

- 「ささえる」スポーツの参加促進

IV 取組効果を高めるためのポイント

- 具体的な実践例から見てきた「する」「みる」「ささえる」スポーツ人口拡大に向けた取組の効果を高めるための共通する取組ポイントを「スポーツ参加促進」と「担い手の持続性」の二つの観点から整理。

それぞれの
実践例を
提示

◆ 第4章 今後の課題

- 本アクションガイドは、必要に応じて見直し、更新を図る。

9-1. スポーツ実施に関わる主な人材について



名称	認定主体	内容	人数
健康スポーツ医	公益社団法人日本医師会	運動を行う人に対して医学的診療のみならず、メディカルチェック、運動処方を行い、さらに各種運動指導者等に運動に関する医学的な指導助言を行うことができる医師で、定められた講習会を受講修了した者に対して認定する資格	23,233人 (2018年5月現在の累計認定者数)
公認スポーツ指導者	公益財団法人日本スポーツ協会	生涯を通じた「快適なスポーツライフ」を構築するため、その推進の中心となる指導者	526,728人 (2017年10月1日時点)
障がい者スポーツ指導者	公益財団法人日本障がい者スポーツ協会	障がい者スポーツ指導員(初級、中級、上級)、障がい者スポーツコーチ、障がい者スポーツ医、障がい者スポーツトレーナーの6種の資格 (初級障がい者スポーツ指導員) 地域で活動する指導者で、主に初めてスポーツに参加する障害者に対し、スポーツの喜びや楽しさを重視したスポーツの導入を支援する者	25,450人 (2017年12月時点、6種の資格の合計)
健康運動指導士	公益財団法人健康・体力づくり事業財団	個々人の心身に応じた、安全で効果的な運動を習慣化するための運動プログラムの作成および指導を担う者	18,188人 (2018年4月時点)
健康運動実践指導者	公益財団法人健康・体力づくり事業財団	自ら見本を示せる実技能力と特に集団に対する運動指導技術に長けた者	20,418人 (2018年4月時点)

(出典): 公表資料等よりスポーツ庁作成

9-2. スポーツ推進委員の概要



(1) 経緯

地方の体育指導組織を確立し、その活発な活動を通して、生活に直結したスポーツの振興を図るとの趣旨で、昭和32年に事務次官通達に基づき体育指導委員制度が発足し、昭和36年に成立した「スポーツ振興法」(昭和36年法律第141号)において「体育指導委員」が法的に位置付けられた。

「スポーツ基本法」(平成23年法律第78号)への改正により、スポーツ振興法で規定されていた体育指導委員は、これまでの職務に加えて「スポーツの推進のための事業の実施に係る連絡調整」が規定されるとともに、こうした職務内容にふさわしい名称として「スポーツ推進委員」が採用された。

(2) スポーツ推進委員の役割

- ① スポーツの推進のための事業の実施にかかる連絡調整
- ② 住民に対するスポーツの実技の指導
- ③ その他スポーツに関する指導及び助言

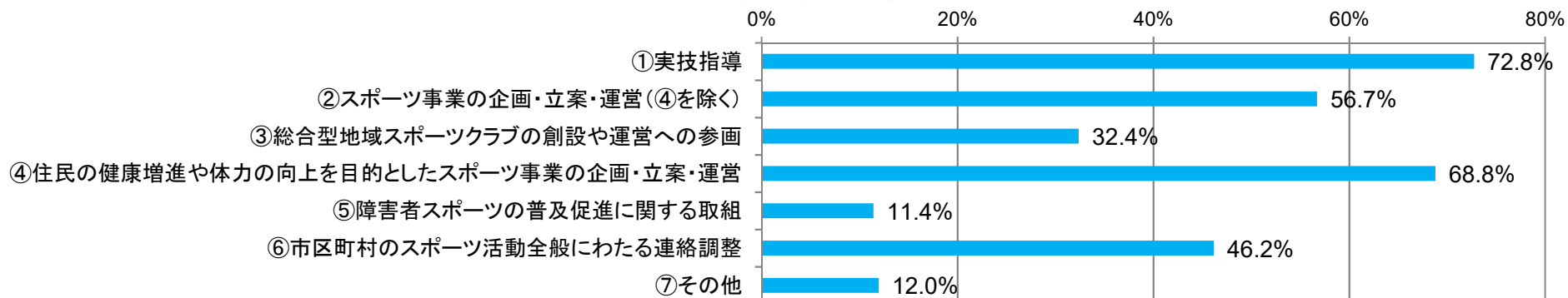
(3) 現状

○スポーツ推進委員数

50,951人(男性:35,129人・女性:15,759人)

(出典)(公社)全国スポーツ推進委員連合HP
「平成29年度都道府県別スポーツ推進委員数」

○スポーツ推進委員が行っている活動





都道府県・市町村の教育委員会(※)は、国のスポーツ基本計画を参酌して、その地方の实情に即したスポーツの推進に関する計画「地方スポーツ推進計画」を定めるよう努めるものとされている(スポーツ基本法第10条1項)

※スポーツに関する事務が首長に移管されている場合には首長。

(1)地方公共団体の策定状況

	①地方スポーツ推進計画を策定している	②他の計画にスポーツ分野が盛り込まれている	③スポーツ推進計画を策定していない
都道府県 (47)	91.5% (43都道府県)	8.5% (4都道府県)	—
指定都市 (20)	95.0% (19指定都市)	5.0% (1指定都市)	—
その他市区町村 (1673)	31.2% (523市区町村)	57.1% (955市区町村)	11.7% (195市区町村)

(2)国の第2期スポーツ基本計画を参酌した地方スポーツ推進計画(※総合計画等を含む)の策定予定

	①すでに策定・改定した	②今後策定・改定予定である	③未定等
都道府県 (47)	6.4% (3都道府県)	93.6% (44都道府県)	—
指定都市 (20)	10.0% (2指定都市)	90.0% (18指定都市)	—
その他市区町村 (1673)	0.8% (14市区町村)	48.1% (804市区町村)	51.1% (855市区町村)

(出典:平成30年1月スポーツ庁調べ)

10-2. 地方スポーツ推進計画におけるスポーツ実施率に係る記載内容について



都道府県 指定都市 名	策定年月	スポーツ実施率		
		指標	目標値	目標年(度)
国の スポ ッ基 本計 画	平成29 年3月	週1回以上のス ポーツ実施率	成人 65%程度 障害者 40%程度	平成33年度
		週3回以上のス ポーツ実施率	成人 30%程度 障害者 20%程度	
		スポーツ未実施 者(1年間に1度も スポーツをしない 者)の数	成人 ゼロに近づける	
北海 道	平成30 年3月	週1日以上のス ポーツ実施率	成人 65%以上	平成34年度
千葉 県	平成29 年4月	週1回程度のス ポーツ実施率	20~39歳 45% 40~59歳 50% 60歳~ 経年増加	平成33年度
東京 都	平成30 年3月	週1回以上のス ポーツ実施率	18歳以上 70%	平成32年
神奈 川県	平成29 年3月	週1回以上のス ポーツ実施率	成人 65%以上	平成32年度
		週3回以上のス ポーツ実施率	成人 30%以上 子ども 55%以上 ※学校体育除く	
		スポーツ非実施 率	成人 0%に近づける 子ども 10%以下にする ※学校体育除く	

滋賀 県	平成30 年3月	週1回以上のス ポーツ実施率	成人 65%以上 障害者 65%以上	平成34年
		子どもの1週間 の運動・スポ ーツ実施時間	小学5年男子 625分 ※ 平日授業除く 小学5年女子 382分 ※ 平日授業除く	
大阪 府	平成29 年12月	週1回以上のス ポーツ実施率	成人 50%	平成33年
奈良 県	平成30 年3月	1日合計30分以 上の運動・ス ポーツを週2日以 上実施している 人の割合	50%	平成34年度
		1年間にスポーツ をしない人の割 合	30%	
		1日の総運動時 間が60分以上の 割合	小学5年生 55% 中学2年生 75%	
岡山 県	平成30 年3月	週1日以上運動・ スポーツをする 割合	成人 52.0%	平成32年度
		1週間の総運動 時間数60分未満 の児童生徒数の 割合	小学5年男子 5.0% 小学5年女子 8.5% 中学2年男子 5.0% 中学2年女子 18.2%	平成34年度
仙台 市	平成29 年4月	週1回以上のス ポーツ実施率	15歳以上 40%	平成33年
名古 屋市	平成30 年2月	週1回以上のス ポーツ実施率	成人 65%	平成34年度
大阪 市	平成29 年3月	週1回以上のス ポーツ実施率	成人 65%	平成33年度

JAGES Project

● JAGES Project

(日本老年学的評価研究：Japan Gerontological Evaluation Study)

- ・健康長寿社会をめざした予防政策の科学的な基盤づくりを目標とした研究プロジェクト。
- ・全国41の市町村と共同し、30万人の高齢者を対象に調査。

○健康を決める要因を明らかにする

運動・食事などの生活習慣、ストレスなどの心理的な要因のほかに、教育歴や所得のような社会・経済的な要因、地域の人間関係の豊かさなどの環境要因など、健康に関わる要因にはさまざまなものがある。このような健康を決める要因を解明していく。

○「健康格差」の実態を明らかにする

日本の高齢者において、社会経済的な要因や地域間における健康状態の格差（健康格差）が、どの程度見られるのかを明らかにし、「健康格差の縮小」を目指す。

○介護予防戦略の方向性を明らかにする

日本人の4人に1人以上が高齢者であるため、効果的な介護予防戦略を考える必要がある。要介護状態になりそうな人を見つけ出し、予防活動をする戦略だけでは限界があることがわかった。そのため、地域住民全体を対象とした予防戦略の方向性を明らかにしている。

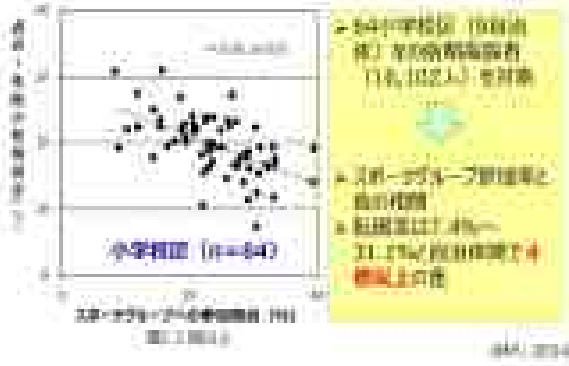


分析結果からわかったことの例

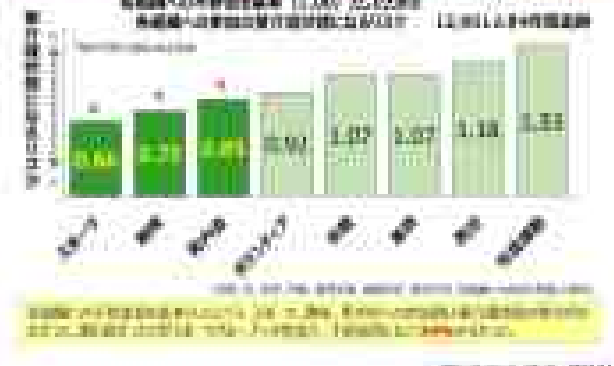
公園の近くに住む人は1.2倍頻繁に運動する



転勤者が、わずか4分の1のましかがある



様々な社会参加のうち、スポーツグループへの参加は最も要介護状態になりにくい



(出典)「第2回健康スポーツ部会 近藤委員提出資料」よりスポーツ庁作成

11. 運動・スポーツ習慣化促進事業



(前年度予算額：80,000千円)
30年度予算額：180,000千円

事業趣旨・目的

多くの国民に対して、スポーツを通じた健康増進を推進するためには、地域においてスポーツに関する行動と健康に関する行動に効率的にアクセスすることができる環境の整備を行う必要がある。

運動・スポーツに無関心な層も含め、多くの住民が運動・スポーツに興味・関心を持ち、その習慣化を図るため、スポーツ部局や健康福祉部局等と域内の関係団体が一体となって行う、スポーツを通じた健康増進に資する取組を支援する。このことを通じて、多くの地域住民のスポーツへの参画を促進し、健康で活力ある長寿社会の実現を目指す。

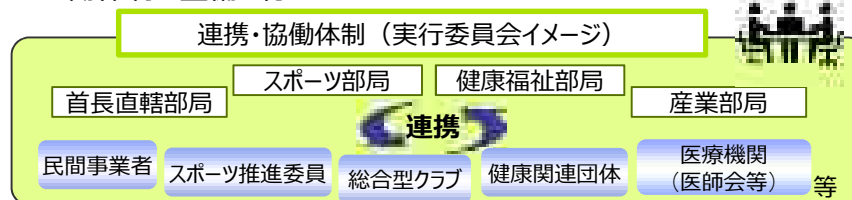
事業内容

地方公共団体におけるスポーツを通じた健康増進に関する施策を持続可能な取組とするため、多くの住民が運動・スポーツに興味・関心を持ち、その活動の習慣化につながる取組を支援する。

具体的には、地域の実情に応じ、生活習慣病の予防・改善等に効果的なスポーツを通じた健康増進に資する以下の取組を支援する。

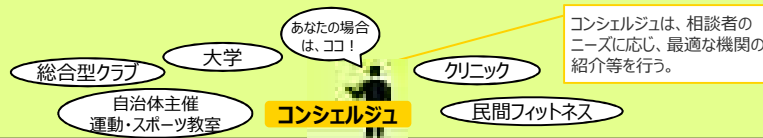
【共通事項】

- * 行政内（スポーツ部局、健康福祉部局等）や域内の関係団体（民間事業者、スポーツ団体、医療機関、健康関連団体等）が一体となり、効率的・効果的に取組を実施することができる連携・協働体制の整備を行う。



【+a】

地域住民の多様な健康状態やニーズに応じて、スポーツや健康に関する情報やスポーツ実施場所等を伝える窓口をワンストップ化し、スポーツを通じた健康増進を推進する環境を整備するため、地域の関係団体が一体となり、連携・協働体制や窓口の在り方について検討及び実践を行う。



実施形態 都道府県・市町村に対する補助事業（定額）

【選択事項（以下の取組①又は②のいずれか一つを選択）】

① スポーツを通じた健康増進効果獲得のための定期的な運動・スポーツ実践

スポーツを通じた健康増進を一層推進するため、スポーツの楽しさを伝えることはもとより、その効果を実感できるよう「見える化」が可能なプログラムを地域住民に提供することにより、運動・スポーツの習慣化を図る。

② 御当地一押しスポーツを活用したプログラムの検討・実践

スポーツ医・科学の知見に基づき、生活習慣病予防等につながるスポーツプログラム(※)の検討及び実践を行うことにより、地域住民の多様な健康状態やニーズに応じたスポーツに親しむ機会を創出する。

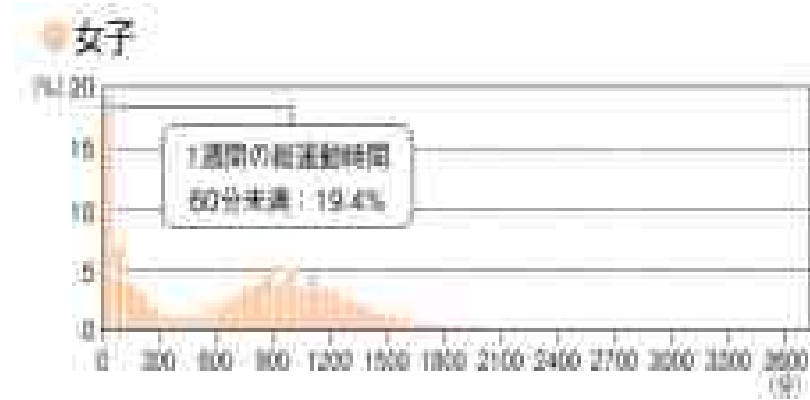
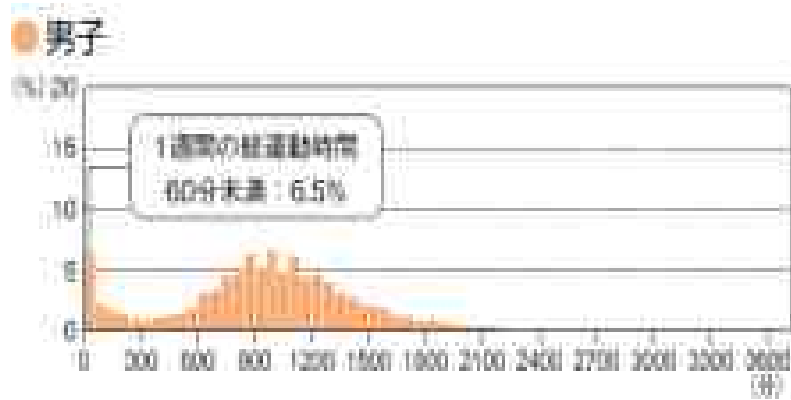
※プログラムは、スポーツの楽しさや喜びを実感し、愛着を持ち継続的に実施することができるよう「御当地スポーツ」(※)を活用する。(※)ニュースポーツ、ゆるスポーツ、スポーツ・レクリエーションなどを含む。

12-1. 中学生の1週間の総運動時間の分布

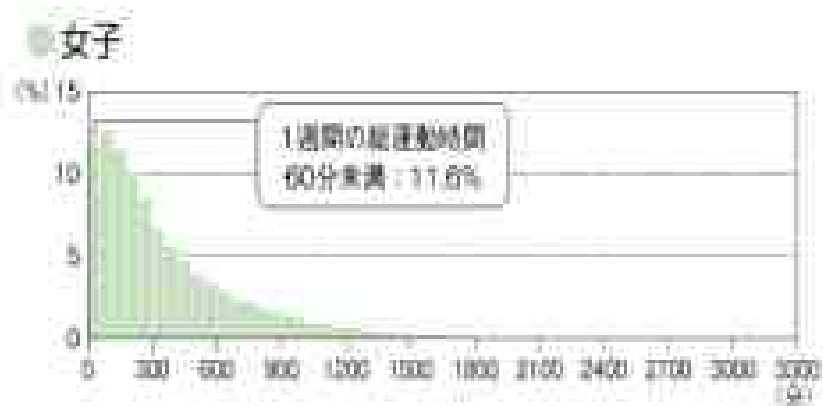
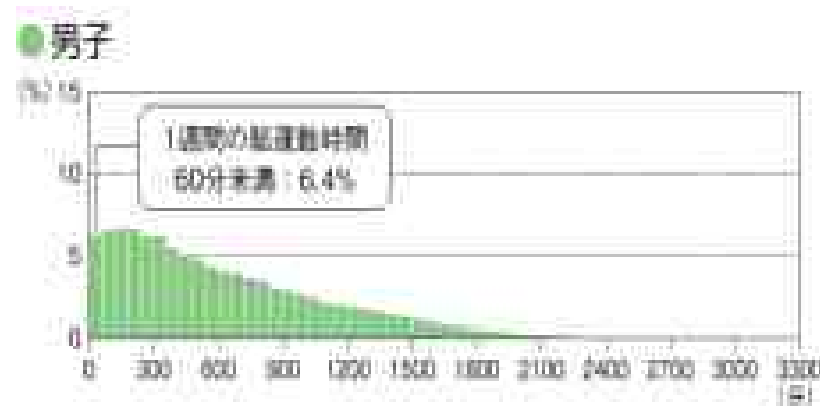


中学生の1週間の総運動時間が二極化している

1週間の総運動時間の分布(中学2年生)



(参考) 1週間の総運動時間の分布(小学5年生)



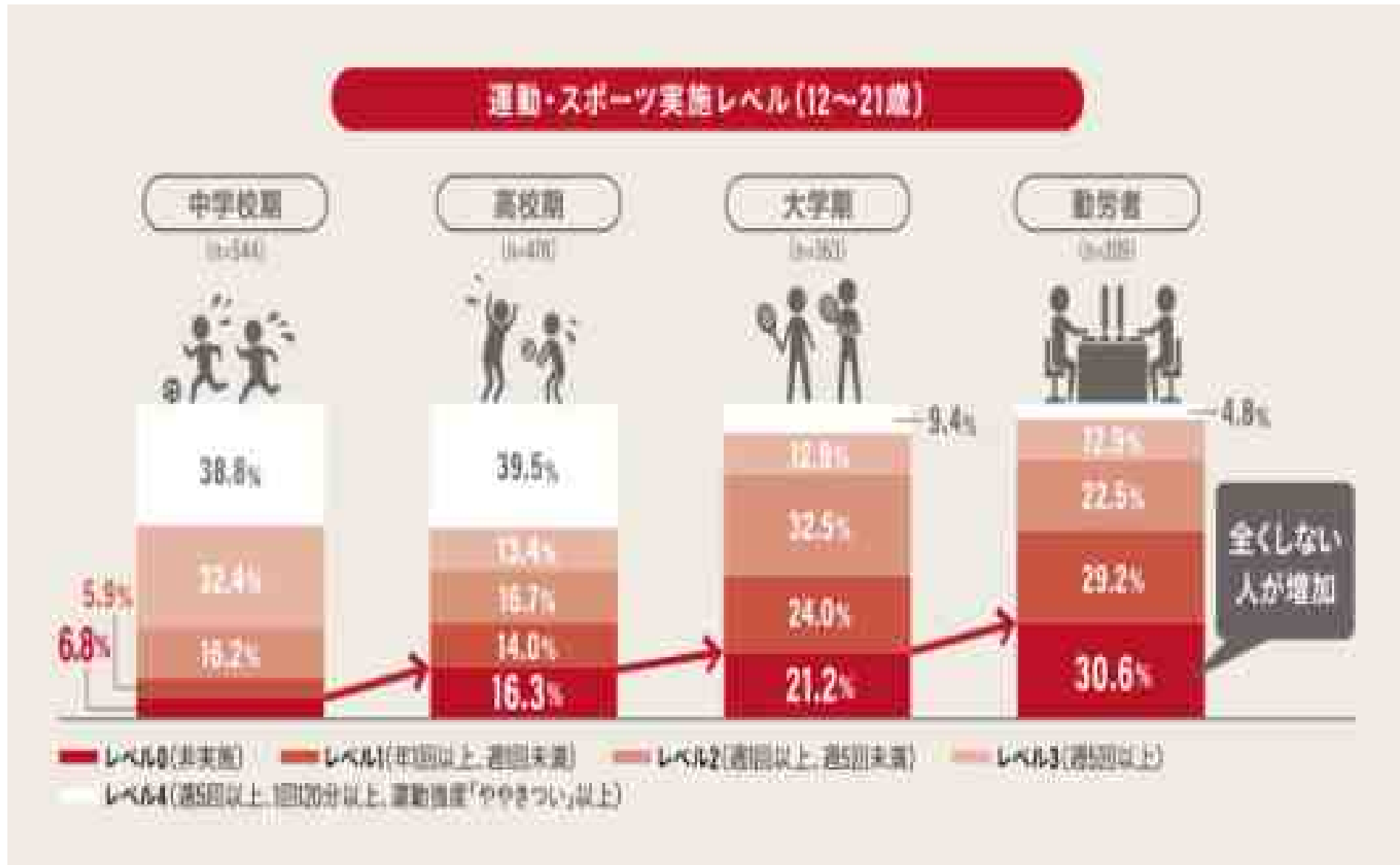
※1週間の総運動時間の算出方法: 体育・保健体育の授業時間を除く各曜日の運動時間の合計

(出典): スポーツ庁「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」(平成29年度)

12-2. 運動・スポーツ時間の移り変わり



学校期が上がるごとに運動・スポーツをしない割合が増えている

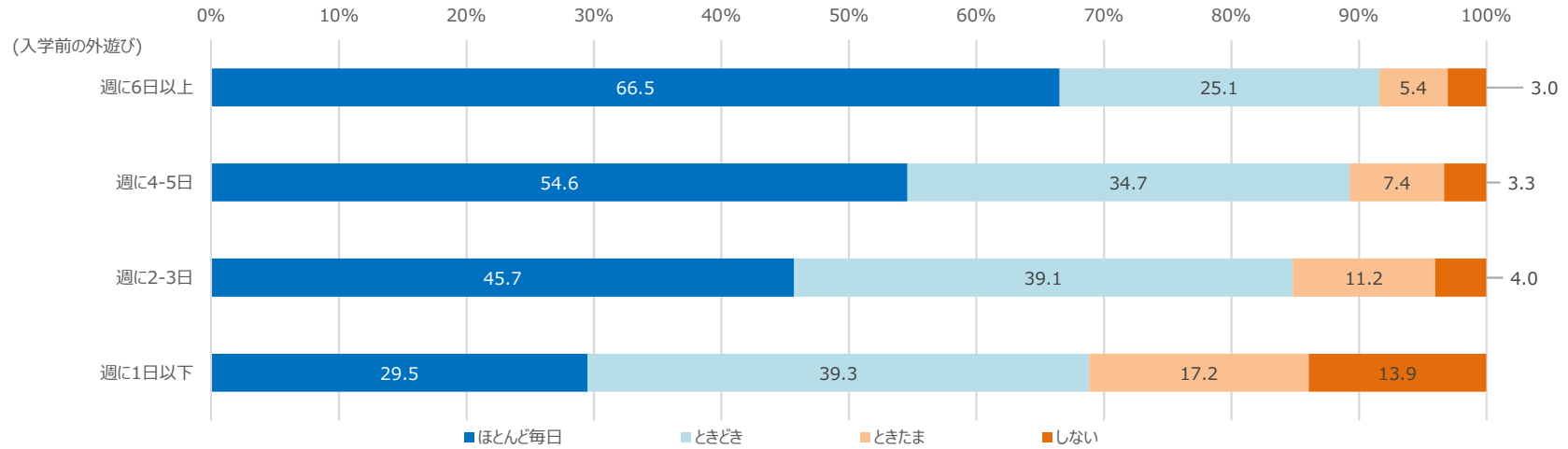


(出典) : 笹川スポーツ財団「子ども・青少年のスポーツライフ・データ2017」(p.86【図1-10】)

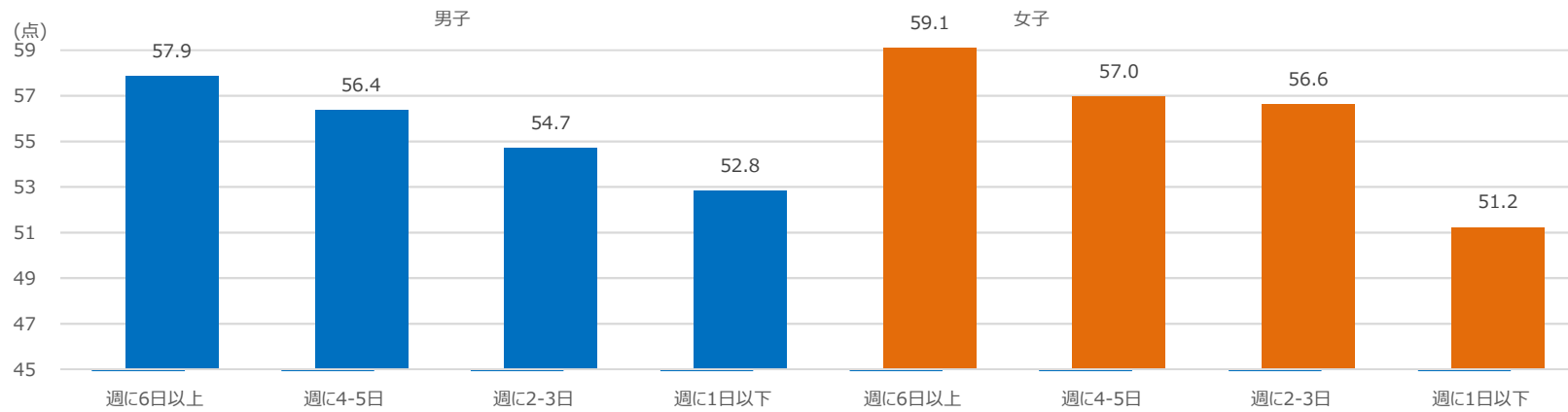
12-3. 幼児期の外遊び習慣とその後の運動習慣・体力の関係



幼児期に外遊びをよくしていた児童は日常的に運動し、体力も高い



入学前の外遊びの実施状況別現在の運動・スポーツ実施状況(10歳男女)



入学前の外遊びの実施状況別新体力テスト合計点 (10歳男女)

(出典): スポーツ庁「平成28年度体力・運動能力調査報告書」(平成28年度)

12-4. アクティブ・チャイルド・プログラム (ACP)



日本スポーツ協会が開発したアクティブ・チャイルド・プログラム (ACP) とは、子どもが発達段階に応じて身につけておくことが望ましい動きを習得する運動プログラム。

4つのテーマについて、実際の指導現場への普及を図る

子どもの体力・身体活動の現状や、からだを動かすことの重要性

多様な動きを身につけることの重要性や動きの質のとらえ方

遊びプログラムの具体例として、運動遊びや伝承遊び

身体活動の習慣化を促すアプローチとして、ポイントや実践例



児童期
(小学校低～中学年)



幼児期
(年中～小学校低学年)

「幼児期からのアクティブ・チャイルド・プログラム」をとりまとめ、安心して幼児を指導できる活動プログラムの提供や情報発信を実施



【ACPサイト】
<http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/acp/index.html>

12-5. 体育科・保健体育科の学習指導要領



- ◆ 体育科・保健体育科では、心と体を一体として捉え、生涯にわたって **心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成**
- ◆ 小学校から高等学校までの12年間の系統性、発達の段階を踏まえて、**4年ごとのまとまりで指導内容を体系化**
- ◆ 小学校から高等学校まで、**体育科・保健体育科の授業を1週間で3時間程度実施**

	多くの領域の学習を経験する時期				多くの領域の学習を経験する時期				卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わることができるようにする時期			
	小学校				中学校				高等学校			
	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	1年生	2年生	3年生	入学年次	次の年次	それ以降
運動領域等	体づくりの運動遊び		体づくり運動		体づくり運動		体づくり運動		体づくり運動		体づくり運動	
	器械・器具を使ったの運動遊び		器械運動		器械運動		器械運動		器械運動		器械運動	
	走・跳の運動遊び		走・跳の運動		陸上運動		陸上競技		陸上競技		陸上競技	
	水遊び		水泳運動		水泳運動		水泳		水泳		水泳	
	表現リズム遊び		表現運動		表現運動		ダンス		ダンス		ダンス	
	ゲーム		ゲーム		ボール運動		球技		球技		球技	
							武道	武道	武道	武道	武道	
							体育理論	体育理論	体育理論	体育理論	体育理論	
保健領域等			保健				保健	保健	保健	保健	保健	
年間授業時数等	102時間	105時間	105時間	105時間	90時間	90時間	105時間	105時間	105時間	体育 3年間で7~8単位 保健 1単位 保健 1単位		

必修

選択

12-6. 運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン【概要】



平成30年3月 スポーツ庁

ガイドライン策定の趣旨等

- 少子化の進展等の中、運動部活動を持続可能なものとするため、速やかに抜本的な改革に取り組む。
- 生徒に望ましいスポーツ環境を構築する観点に立ち、知・徳・体の「生きる力」を育み、バランスのとれた心身の成長と学校生活等を重視し、地域・学校等に応じた多様で最適な形での実施を目指す。
- 義務教育の中学校を主な対象とし、高等学校も原則適用（多様な教育が行われている点に留意）。

1 適切な運営のための体制整備

(1) 運動部活動の方針の策定等

- 都道府県は「運動部活動の在り方に係る方針」を、学校の設置者は「設置する学校に係る運動部活動の方針」を、校長は、毎年度の「学校の運動部活動に係る活動方針」を策定。
- 運動部顧問は、年間及び毎月の活動計画並びに活動実績を作成。校長は、活動方針とともに公表。

(2) 指導・運営に係る体制の構築

- 校長は、学校全体の適切な校務分掌等に留意して、運動部活動の適切な指導・運営管理体制を構築し、適正な数の運動部を設置。また、各運動部の活動内容を把握の上、適宜、指導・是正。
- 学校の設置者は、部活動指導員を積極的に任用・配置。運動部顧問及び管理職対象の研修を実施。

2 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組

- 校長及び運動部顧問は、「運動部活動での指導のガイドライン(H25年5月文部科学省)」に則り、生徒の心身の健康管理、事故防止、体罰等の根絶を徹底（学校の設置者等は、支援及び指導・是正）。
- 中央競技団体は、運動部活動での効率的・効果的な科学的トレーニングの指導手引を作成・公開。
- 運動部顧問は、指導手引を活用し、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を実施。

3 適切な休養日等の設定

- ジュニア期のスポーツ活動時間に関する医・科学的観点も踏まえ、以下を基準とする。
 - ・ 学期中は週当たり2日以上の休養日（平日1日、土日1日以上）
 - ・ 長期休業中は学期中に準じた扱いを行うとともに、長期休養（オフシーズン）を設ける。
 - ・ 1日の活動時間は、長くとも平日は2時間程度、学校の休業日は3時間程度。
- （右上へ続く）

➤（3の続き）

- 都道府県、学校の設置者及び校長は、基準を踏まえた休養日・活動時間等を設定し、運用を徹底。

4 生徒のニーズを踏まえたスポーツ環境の整備

(1) 生徒のニーズを踏まえた運動部の設置

- 校長は、生徒の多様なニーズに応じた活動ができる運動部を設置（季節ごとに異なるスポーツを行う活動、レクリエーション志向で行う活動、体力づくりを目的とした活動等）。
- 地方公共団体は、生徒のスポーツ活動の機会が損なわれないよう、合同部活動等の取組を推進。

(2) 地域との連携等

- 地方公共団体等は、学校や地域の実態に応じ、スポーツ団体、保護者及び民間事業者等の協力の下、学校と地域が協働・融合した地域のスポーツ環境を整備。社会教育活動への学校体育施設開放を推進。
- スポーツ団体は、地方公共団体等と連携し、学校と地域が協働・融合した地域のスポーツ環境の充実を推進。また、部活動指導員の任用・配置及びスポーツ指導者の質の向上に関する取組に協力。

5 学校単位で参加する大会等の見直し

- 日本中学校体育連盟は、主催大会の参加資格や運営の在り方等を速やかに見直し。
- 都道府県中学校体育連盟及び学校の設置者は、学校が参加する大会の全体像を把握した上で、大会数の上限の目安等を策定。校長は、各運動部が参加する大会等を精査。

終わりに

- 地方公共団体は、長期的に、学校単位の運動部活動に代わりうる生徒のスポーツ活動の機会の確保・充実方策に係る検討が必要。



現状

- 真っ直ぐに走ることができない
- 転んでも手につけられず、顔面をケガする
- ボールをよけられず、顔面にあったってしまう。

幼児期に運動に関わることが重要

幼児期は生涯にわたり、運動やスポーツに親しみ健康的な生活を送るための基礎を培う上で重要な時期

幼児期の体力向上の
基礎を培う要因

生活習慣の向上

運動習慣の確立

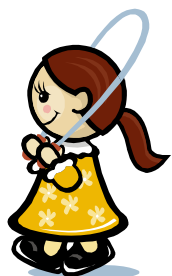
基礎的な動作の獲得

基礎的な体力の向上

体力向上の基礎を培うための
幼児期における実践活動の在り方に関する
調査研究

- 平成19年度～21年度
- 全国21地域で実施
- 約3,500人の幼児対象
- 各地域で地域特性や課題に応じた実践プログラムの実施
- 運動能力調査、生活実態調査(幼児、保護者)、運動有能感調査、基礎的な動き評価などを実施し、プログラムを検証

幼児期の運動習慣・
生活習慣・体力の
向上を目指した
プログラムの蓄積



幼児期の 運動指針

- 年齢別身体活動量の目標設定
- 身に付けておくことが望ましい基礎的な動き
- 発育発達段階を考慮した運動習慣・生活習慣の在り方
- 幼児期の運動を安全に行うための留意事項 など

全国の幼稚園、
保育所
(36,000箇所)
で活用、実践

13-1. “歩く”をもっと“楽しく”『FUN+WALK PROJECT』



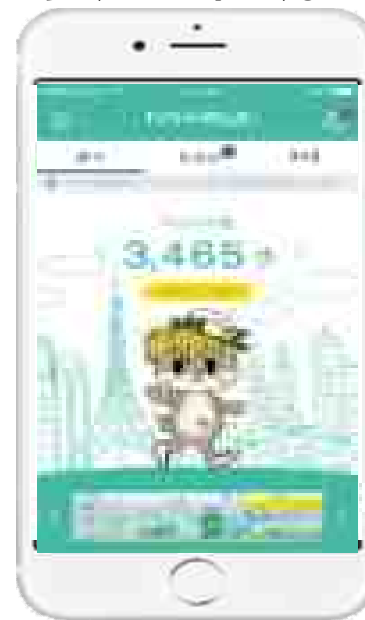
- 平成29年度から、普段の生活から気軽に取り入れることのできる「歩く」に着目し、「歩く」に「楽しい」を組み合わせることで、自然と「歩く」習慣が身につくようなプロジェクト、「**FUN+WALK PROJECT**」を開始。
- ビジネスパーソン向けのシンボリックな活動として、「仕事」と「ファッション」を包含する「**歩きやすい服装での通勤**」を推進中。通勤時間や休憩時間、昼休み等の隙間時間を活用して、スポーツのきっかけづくりを図る。

【『FUN+WALK PROJECT』キックオフイベント】

- ・アプリに登場するご当地キャラ、先行的な取組を実施している福井県庁、協賛企業の登壇による機運の醸成（平成30年3月1日（木）開催）。
- ・3月5日（月）～3月18日（日）の2週間を「FUN+WALK WEEK」として設定し、「FUN+WALK PROJECT」の強化週間として位置づけ。
- ・「FUN+WALK WEEK」では、企業が取り組む好事例について投稿サイトにより横展開を図るとともに、ポスター等による普及啓発等を実施。



【歩くことが楽しくなる「FUN+WALKアプリ」】



◆ 歩数に応じて利用可能なクーポン
歩けば歩くほど、お得なクーポンが受け取れる。クーポンで歩くモチベーションアップ！

◆ ご当地キャラを活用したゲーム機能
歩数に応じて、全国のご当地キャラクターが変身。キャラクターを収集できる図鑑機能等、ゲーム性を付与することで、歩くモチベーションアップ！

※平成30年3月1日より配信中！



Android



iPhone

～推奨歩数～

いつもより**+1,000歩（約10分）/日**
（目指すは1日8,000歩）

13-2. 「スポーツエールカンパニー」認定制度



- 「働き盛り世代」のスポーツの実施を促進し、スポーツに対する社会的機運の醸成を図ることを目的として、平成29年度から、社員の健康増進のためにスポーツの実施に向けた積極的な取組を行っている企業を「スポーツエールカンパニー」（英語名称：Sports Yell Company）として認定する制度を創設。
- 社員がスポーツに親しめる環境づくりを進める企業の社会的評価が向上することで、「働き盛り世代」をはじめとして、国民全体のスポーツ実施率の向上につなげていくことを目的とする。
- 平成29年12月12日、平成29年度認定企業として、**217社**を認定。

【認定の条件等】

従業員が行うスポーツ活動に対する支援や促進に向けた取組を実施している企業であり、その取組及び企業が以下の（１）～（６）をすべて満たすこと。

- （１） 経営者をはじめ、企業全体で推進している取組であること
- （２） 企業内の取組が明確化されていること
- （３） 取組が企業の内部において周知されており、取組実績があること
- （４） 実施内容、導入手順、運用方法等の公表が可能であること
- （５） 労働関係法令等が遵守されていること
- （６） 暴力団及び代表者、役員、使用人その他の従業員若しくは構成員に暴力団員等に該当する者がいないこと

※東京都の「東京都スポーツ推進企業」認定制度及び新潟県の「グッド！スポーツカンパニー」（新潟県スポーツ推進企業）認定制度と連携して実施。

【認定証】



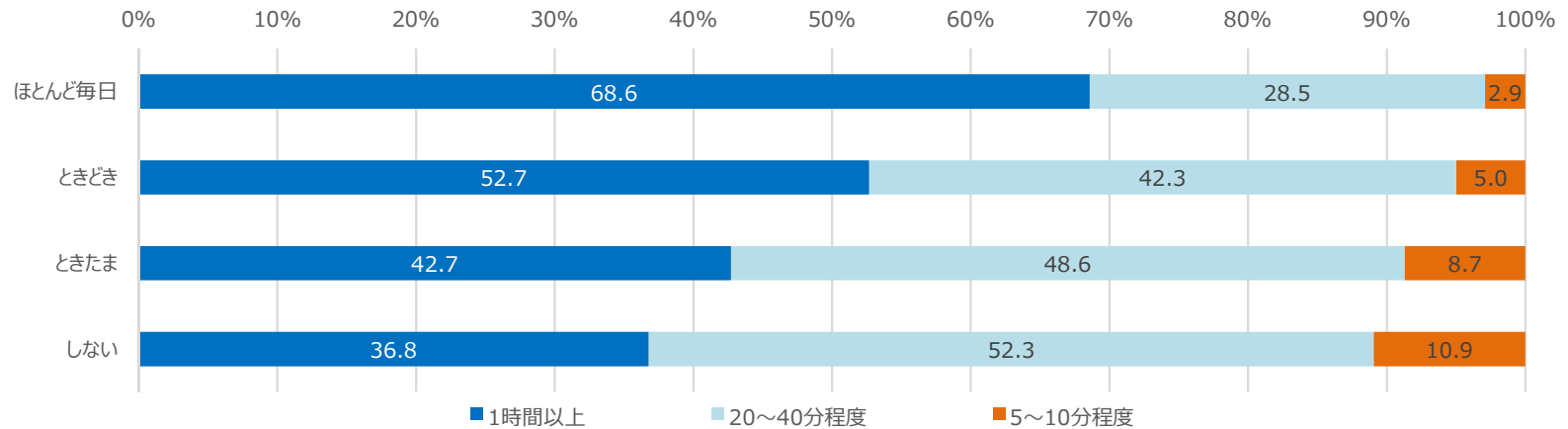
【認定ロゴマーク】



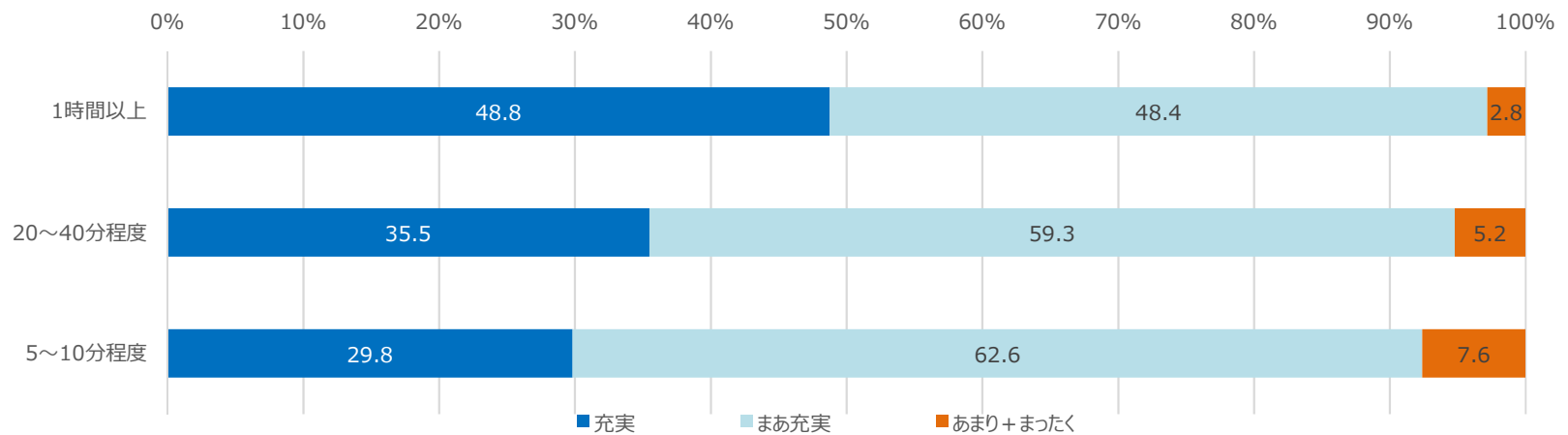
14. 高齢者の運動習慣、歩行能力及び生活の充実度の関連性



運動習慣のある高齢者ほど、歩行能力が高く、生活の充実度も高い



現在の運動実施状況別「休まないでどれくらい歩けますか」への回答



「休まないでどれくらい歩けますか」への回答別生活の充実度

(出典): スポーツ庁「平成28年度体力・運動能力調査報告書」

15-1. 女性の運動・スポーツの実施状況



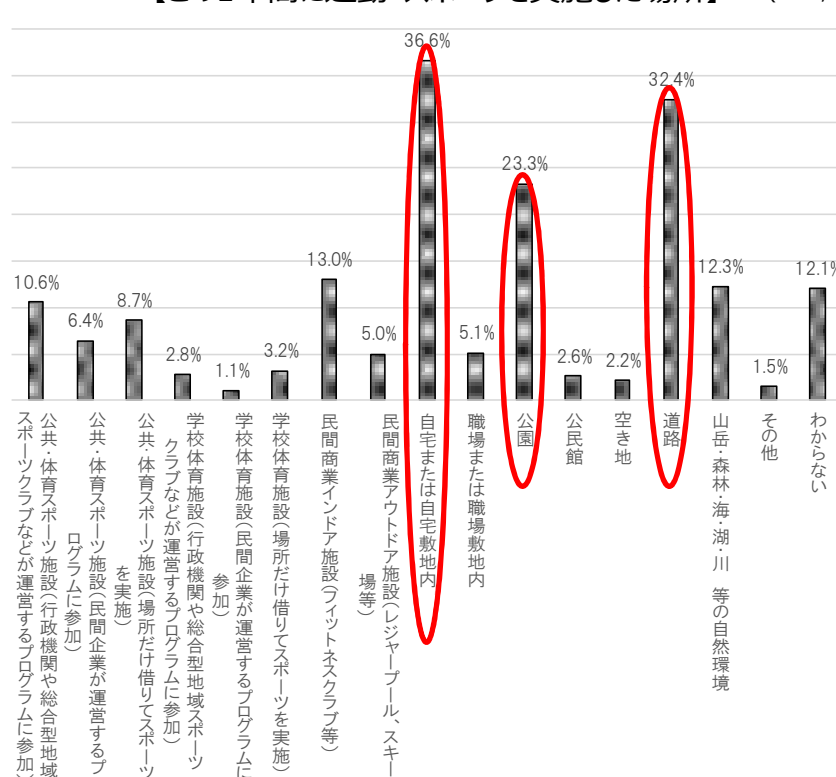
【女性の運動・スポーツ実施状況の全体像】

- この1年間に実施した運動・スポーツの種類のうち、上位3種目は、**ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む）、階段昇降（2アップ3ダウン等）、体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操等）**。
- 運動・スポーツを実施した場所として多く選択されたのは**自宅や道路、公園**であったことから、**身近な場所で手軽にできる軽運動をしている人が多い**と考えられる。
- 「**エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス**」「**ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝**」は、現在実施している人と比較して、**今後実施したいと考える人の割合が高い**。

【現在実施している種目と今後実施したい種目】

	現在実施している種目 (Q10)		今後実施したい種目 (Q18)	
	件数	%	件数	%
合計	2,273	100.0%	479	100.0%
①ウォーキング(散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む)	1,768	77.8%	347	72.4%
②エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	330	14.5%	114	23.8%
③ランニング(ジョギング)・マラソン・駅伝	248	10.9%	80	16.7%
④階段昇降(2アップ3ダウン等)	444	19.5%	76	15.9%
⑤体操(ラジオ体操・職場体操・美容体操等)	430	18.9%	67	14.0%
⑥トレーニング(筋力トレーニング・トレッドミル(ランニングマシン)・室内運動器具を使ってする運動等)	315	13.9%	64	13.4%
⑦水泳(競泳・水球・飛び込み・シンクロナイズドスイミング等)	145	6.4%	38	7.9%
⑧ダンス(フォークダンス・ジャズダンス・社交ダンス・民謡踊り・フラダンス等)	124	5.5%	29	6.1%
⑨自転車(BMX含む)・サイクリング	229	10.1%	23	4.8%
⑩縄跳び	69	3.0%	22	4.6%
⑪テニス・ソフトテニス	117	5.1%	19	4.0%
⑫バドミントン	126	5.5%	14	2.9%
⑬登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング	108	4.8%	13	2.7%
⑭アクアエクササイズ・水中ウォーキング	56	2.5%	13	2.7%
⑮ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング	54	2.4%	11	2.3%
⑯わからない	117	5.1%	35	7.3%

【この1年間に運動・スポーツを実施した場所】 (n=2,273)

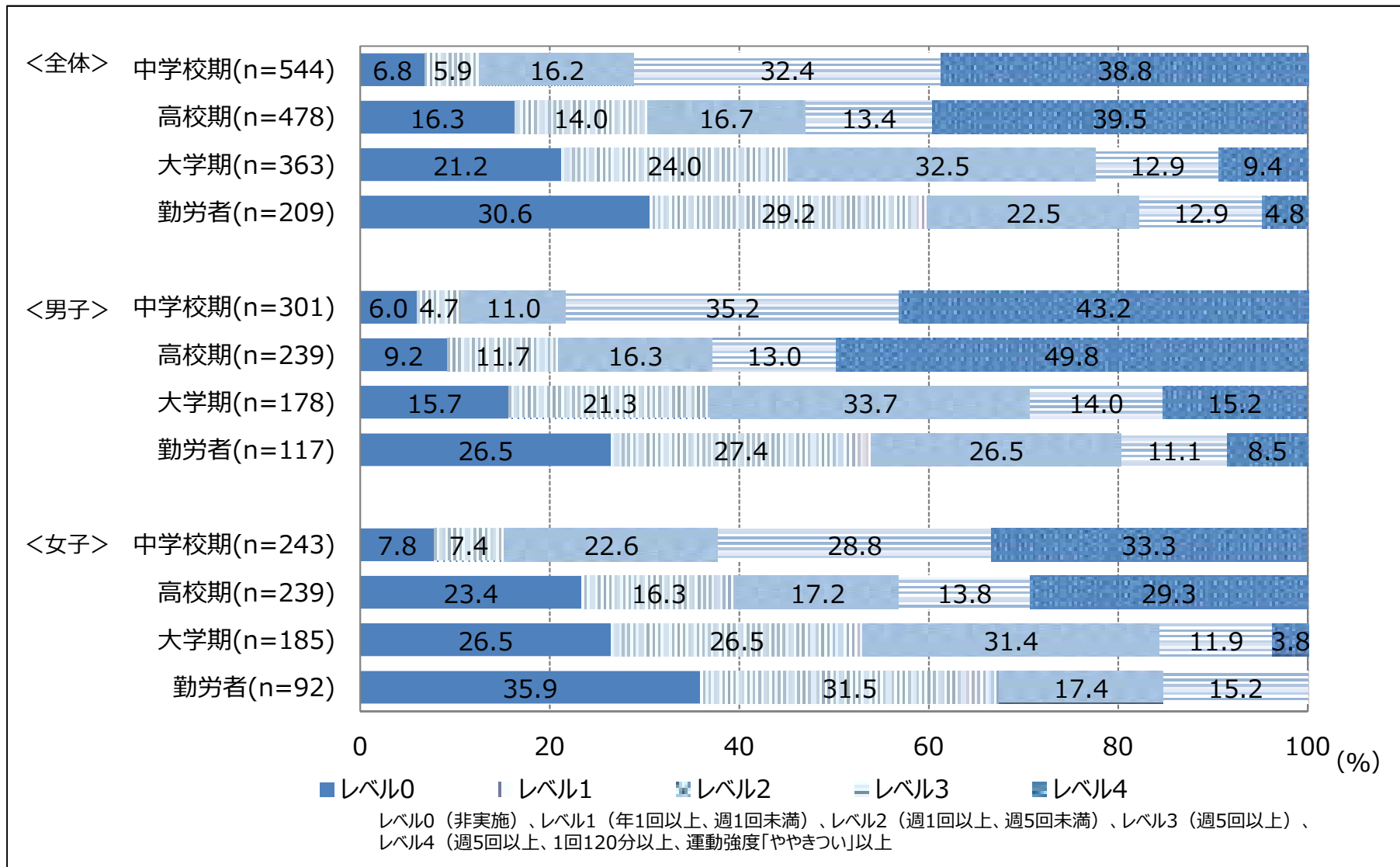


(出典)：平成29年度「スポーツを通じた女性の活躍促進のための現状把握調査」

15-2. 男女別の運動・スポーツ時間の移り変わり



運動・スポーツを全く実施しない層は、いずれの学校期等も男子に比べて女子の方が多い



(出典): 笹川スポーツ財団「子ども・青少年のスポーツライフ・データ2017」(p.86【図1-10】)

15-3. 痩せた運動不足の女性が抱えるリスク



【日本の女性の痩せ、健康リスクをめぐる現況】

- 近年、肥満だけではなく、女性の「痩せ（体格指数：18.5kg/m²未満）」が世界的に問題となっている。我が国は、先進国の中で最も女性の痩せ傾向が進んでいる国の一つで、日本人女性の8人に1人、20代女性の5人に1人以上が「痩せ」と判定されている。
- 痩せた人は、肥満者と同等に死亡率や糖尿病発症率が高い(J Epidemiol 2011, Diabetol Int, 2012)。
- 運動不足、低BMIは骨量低下や骨折のリスクであり、転倒・骨折・関節疾患は女性の要介護となる原因の約30%を占める。
(出典：平成28年度高齢社会白書（65歳以上の要介護者等の性別にみた介護が必要となった主な原因）)
- 栄養が充足している場合、少なくとも18歳以前に強度のある運動を行うことが、骨粗鬆症の発症予防に最も効果的である（グレードB）。
(骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン2015年版)

【BMI < 18.5kg/m²の女性の割合】

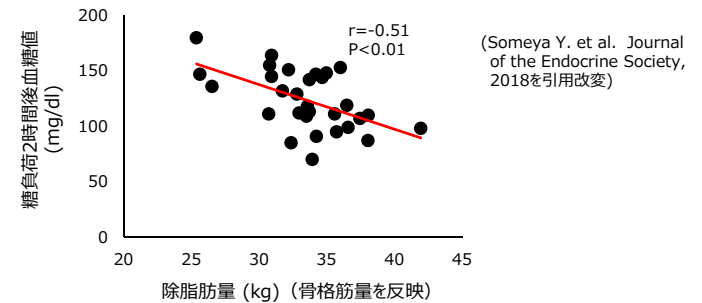
1980年から2016年までの「BMI < 18.5kg/m²の女性の割合」の推移をみると、特に20-30歳台において大きく上昇している。



平成28年 国民健康・栄養調査報告より作図

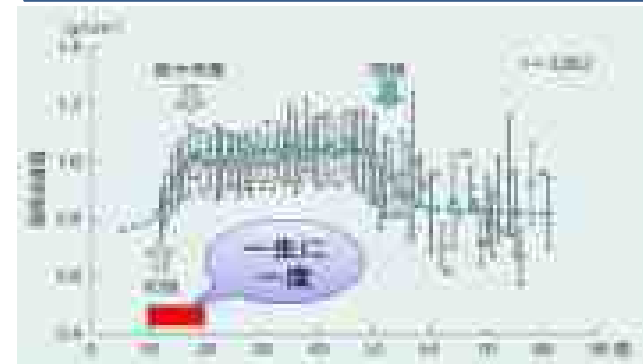
【痩せた女性の骨格筋量と耐糖能障害の関係】

痩せた閉経後女性30名を対象とした研究によれば、37%が耐糖能障害で筋肉量が少ないことが関連していた。(参考：同年代の耐糖能障害 ~17%)



【女性における腰椎骨密度の年齢分布】

18歳前後に最大骨量となり、閉経後に減少していく。



骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン2015年版より引用 (Orito S et al. J Bone Miner Metab, 2009を引用改変)

日本の健康寿命の延伸のため、女性（特に若年層）の栄養充足とスポーツ実施率向上、痩せ傾向の是正が急務。

16-1. 障害者のスポーツ実施率の状況



○過去1年間に、週1回以上スポーツ・レクリエーションを行った者の割合

	基本計画 目標値	平成25年度 (N=5,381)	平成27年度 (N=6,449)	平成29年度 (N=8,094)
7～19歳	50%程度	30.7%	31.5%	29.6%
成人	40%程度	18.2%	19.2%	20.8%

○スポーツ未実施者で、「特に関心はない」と回答した者の割合

	平成25年度 (N=918)	平成27年度 (N=1,208)	平成29年度 (N=1,292)
特にスポーツ・レクリエーションに 関心はない	73.1%	77.0%	81.7%

(出典):平成29年度スポーツ庁委託事業「地域における障害者スポーツ普及促進事業
(障害者のスポーツ参加促進に関する調査研究)」報告書



① 地域の課題に対応した障害者スポーツ推進プロジェクト

(新規)

30年度予算額：48,048千円の内数

趣旨等

- 障害者の継続的なスポーツの実施促進に向けて、各地域における課題に対応して、**障害者スポーツの振興体制の強化、身近な場所でスポーツを実施できる環境の整備等を図る**。また、障害者が利用できるスポーツ施設の拡大に向けて、障害者のスポーツ施設利用の実態把握や施設管理者等に対する意識啓発を進めるとともに、**障害者のスポーツ参加の課題等の調査研究を実施する**。

- ◇ 週1日以上スポーツ実施率(成人) **障害者20.8%**(一般51.5%)(平成29年度) ⇒ **40%程度**(スポーツ基本計画における平成33年度までの目標)
- ◇ 総合型地域スポーツクラブへの障害者の参加促進 **35.2%**(平成29年度) ⇒ **50%**(スポーツ基本計画における平成33年度までの目標)
- ◇ 障害者スポーツ施設※は全国で**139か所**にとどまる。 ※障害者専用、あるいは障害者が優先的に利用できるスポーツ施設
- ◇ 障害を理由にスポーツ施設の利用を断られた、又は条件付きで認められた経験のあるパラリンピック選手は**21.6%**

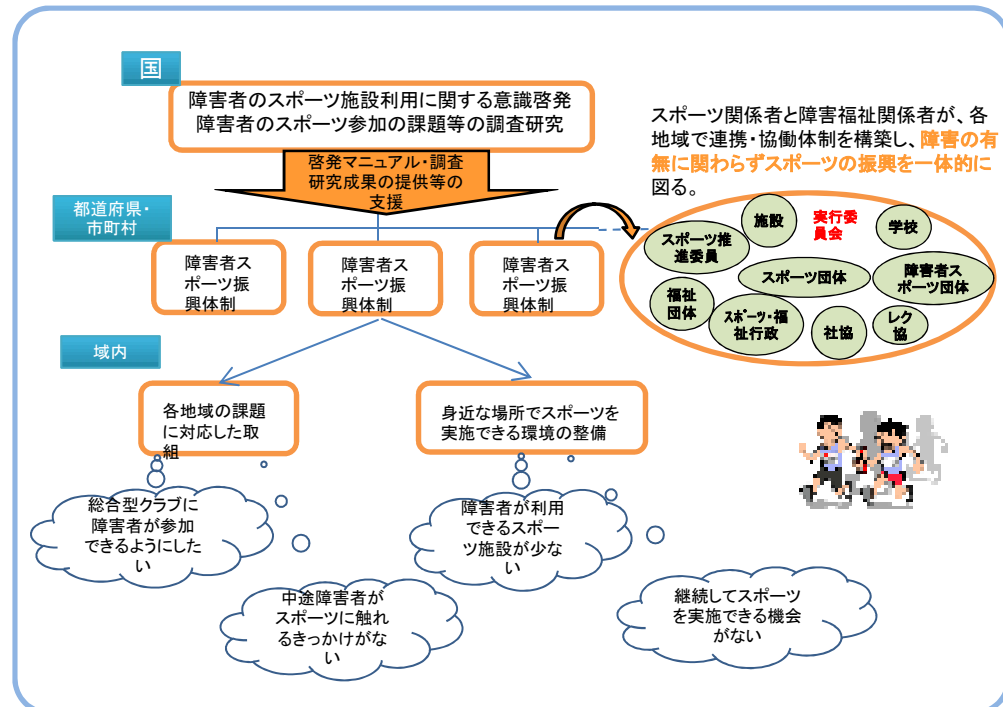
事業内容

○ 都道府県・市町村において、各地域の課題に対応した障害者スポーツの実施環境の整備を実施

- ① 地域における、生涯に亘る継続的な障害者スポーツの実施機会の提供
- ② 地域の障害者福祉施設・医療リハビリ施設等と連携した中途障害者及び重度障害者に対するスポーツの機会提供
- ③ 地域のスポーツ関係者とスポーツ施設管理者の連携による、障害者のスポーツ施設利用の拡大
- ④ 総合型地域スポーツクラブへの障害者の参加の促進

○ 障害者のスポーツ施設利用に関する意識啓発、障害者のスポーツ参加の課題等の調査研究

- ⑤ 障害者のスポーツ施設利用に関する実態把握、啓発マニュアルの作成
- ⑥ 障害者スポーツ参加の阻害要因や促進要因を障害種や程度別に把握した上で分析する調査研究





② 障害者スポーツ団体体制整備プロジェクト

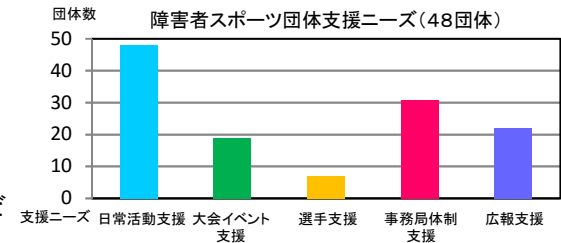
(新規)
30年度予算額：48,048千円の内数

趣旨等

- 障害者スポーツ団体の多くは体制が脆弱であり、十分に活動できていない状況にあることから、障害者スポーツ団体の連携や体制整備への支援、民間企業等に対する障害者スポーツ支援への理解の促進等を行うことにより、**障害者スポーツ団体の体制の強化を図り、他団体や民間企業等と連携した活動の充実につなげる。**

現状と課題

- ◇ 障害者スポーツ団体側の声
 - ・日常活動に必要な資金が不足し、個人の負担に依っている
 - ・専属の職員がおらず、本来の仕事の合間に活動している など
- ◇ 企業側の声
 - ・障害者スポーツ団体がどのような支援を求めているのか、ニーズが分からない
 - ・支援を行おうとしても、障害者スポーツ団体の組織が脆弱で連絡が取れなかったり話が進まない など



事業内容

○障害者スポーツ団体の連携、体制整備への支援

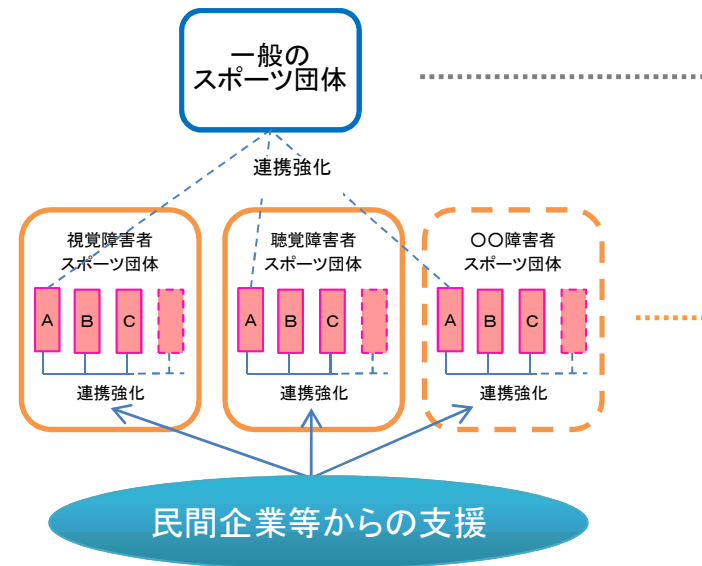
- ・各種の障害者スポーツ団体の状況把握等を行うとともに、事務局体制の弱い団体に対して、体制整備支援コーディネーターが助言等を実施
- ・障害種別(視覚障害、聴覚障害、肢体不自由、知的障害、精神障害)のスポーツ団体間の連携を図るための連絡協議会を開催
- ・スポーツ競技団体と障害者スポーツ団体の連携の推進

➡ **障害者スポーツ団体間の連携が進み、事務局体制が強化**

○民間企業等に対する啓発等

- ・民間企業等に対して、障害者スポーツに関する理解啓発を促進するための情報提供等の充実
- ・障害者スポーツを支援する意向を持つ企業等を開拓するとともに、障害者スポーツ団体側の具体的な支援ニーズとマッチングすることにより、支援の実施に繋げる

➡ **民間企業等からの支援により障害者スポーツ団体の基盤強化**





～障害の有無にかかわらず、すべての人が笑顔になる祭典～

(前年度予算額：75,527千円)
30年度予算額：48,000千円

趣旨等

- 2020年からの新たな特別支援教育(学習指導要領改訂)を契機に、**全国の特別支援学校で、スポーツ・文化・教育活動の全国的な祭典を開催**

・「ほんもの」のスポーツ・芸術に触れ感動を共有する機会 ・障害の有無等を超えて誰もが心を触れ合う機会
・地域住民の主体的な参画

事業内容

①祭典の企画立案等

国レベルの中央実行委員会を開催し、事業内容を具体化するとともに、関係機関とのネットワークを構築し、ロゴマーク作成やプロモーション等を行う。

②各地での祭典開催のための体制整備及び情報収集

各都道府県・地域において地域実行委員会を開催し、域内の関係機関のネットワークを構築するとともに、特別支援学校で行われる運動会、文化祭に関する情報収集を行う。

③祭典に向けたモデル事業の実施

全国的な祭典の開催に向けた具体的な取組の先進事例を蓄積するため、モデル事業を実施する。

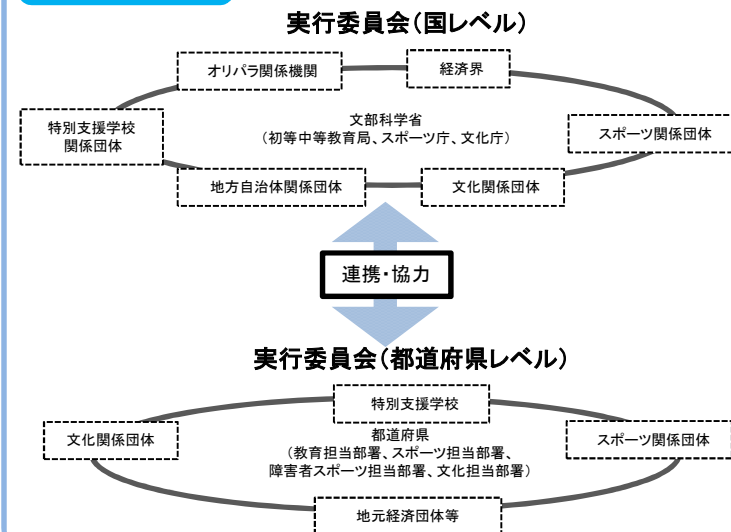
④特別支援学校等を活用した地域における障害者スポーツの拠点づくり事業の実施

特別支援学校等における体育・運動部活動等を充実するとともに、特別支援学校等を拠点とした障害者の地域スポーツクラブの設立を支援する。

⑤特別支援学校を対象とした全国的なスポーツ・文化大会の開催支援

全国の特別支援学校のスポーツ・文化活動の充実を図るため、特別支援学校のスポーツ・文化活動の成果を披露するための全国大会の開催を支援する。

実施体制



効果

- ・地域の誰にでも開かれた次世代の「共生学校」を創造
- ・東京大会のレガシーとして、障害の有無や年齢・性別を超えた、**地域の共生社会の拠点づくり**

I [4] 4 観光スポーツ・文化芸術①

課題

- ・地域資源の価値の更なる発揮の必要性
- ・民間投資やデータ活用等の不足
- ・事業を計画・調整・実施する人材の不足
- ・交流人口の受入れ環境の更なる改善の必要性

目指すべき社会



観光・スポーツ・文化芸術分野の各資源の価値を向上させて活用することで、地域経済の好循環が実現。

①観光先進国の実現

- ・全国各地域で、日常的に外国人旅行者をもてなし、活発な異文化交流が育まれる

②スポーツ産業の未来開拓

- ・「する」「みる」「ささえる」スポーツ参画人口を拡大等し、スポーツを核とした地域活性化や、スポーツの成長産業化を実現

③文化芸術資源を活用した経済活性化

- ・文化芸術による経済の好循環や、全国各地の文化芸術資源を核とした地域活性化を実現

民間の取組・事例

民間投資を引き出した事例（軍艦島の観光資源化）



- ・市による見学施設等の整備
- ・平成21年から上陸開始
- ・船会社5社が新規参入
- ・訪問者0人→年間約30万人
- ・商品開発による雇用増

出所：未来投資会議構造改革徹底推進会合（中小企業・観光・スポーツ・文化等）第4回長崎市提出資料より

民間企業による多目的アリーナの建設・運営（ゼビオアリーナ仙台）



- ・施設スペックの最適化によるコストの削減と複合施設化による収益性向上
- ・地元企業と協力した「民設共営」で地元経済の活性化に貢献

アート市場活性化（アートフェア東京）



- ・日本最大級の国際的アートフェア。
- ・2018年は164のギャラリーが出展。来場者数延べ約6万人、売上計約29億円と過去最高を更新。