

## 1 現場視察・ヒアリングの実施及びガイドブックについて（参考①）

- 第3期スポーツ基本計画で掲げる目標の達成や施策の着実な実施を図るため、スポーツ実施の環境整備や改善に積極的に取り組む地方公共団体、民間事業者、スポーツ関係団体、保険者等の取組に着目し、部会委員が現場視察・ヒアリングを実施の上、部会において報告（全26事例）。また、ガイドブックの策定に向けて、活用しやすい構成やフォーマット等について、部会において検討・議論を実施。

→ 地方公共団体や民間事業者、スポーツ関係団体、保険者等が、今後、スポーツ施策を推進していくうえで参考となるよう、事例として盛り込まれた「ガイドブック」の執筆作業中。令和5年度中の策定・公表を予定。

## 2 ライフパフォーマンスの向上に向けた目的を持った運動・スポーツの推進について（参考②）

- 部会の議論を踏まえ、令和5年8月にスポーツ庁において取りまとめた、「ライフパフォーマンスの向上に向けた目的を持った運動・スポーツの推進について」を踏まえ、多様な人々のスポーツを通じたライフパフォーマンスの向上に向けて、心身の維持・向上が必要な機能に焦点を当て、それに適した方法や目的を定めた運動・スポーツ（目的を持った運動・スポーツ）を推進するために、今後の進め方や周知・広報について検討・議論を実施。

→ 推進に向けた工程表も踏まえ、引き続き、実証研究の推進や得られた成果の周知、実践モデルの創出のほか、様々な大会や講演会、学会等の機会を活用したセルフチェック等の周知・啓発に努める。

## 3 障害者スポーツ振興ワーキンググループについて（参考③）

- 令和4年10月に健康スポーツ部会の下に設置した障害者スポーツ振興ワーキンググループにおいて、令和5年6月に中間まとめを公表し、引き続き、障害者スポーツを支える人材の在り方や障害者スポーツ団体の組織基盤強化、民間企業との連携・協働について検討・議論を実施。

→ 地方公共団体や障害者スポーツ団体等が、今後、障害者スポーツ施策を推進していくに当たり、センターの在り方、人材の在り方、団体の組織基盤強化等について、令和6年夏頃までの最終とりまとめ・公表を予定。

# 「Sport in Life ガイドブック」について

## ガイドブックの目的・対象

- 第3期スポーツ基本計画で掲げる目標の達成や施策の着実な実施を図るため、スポーツ実施の環境整備や改善に積極的に取り組む地方公共団体、民間事業者、スポーツ関係団体、保険者等の取組に着目し、部会委員が現場視察・ヒアリングを行い、部会において報告及び議論を実施。
- 地方公共団体や民間事業者、スポーツ関係団体、保険者等が、今後、スポーツ施策を推進していくうえで参考となるよう、事例として盛り込まれた「ガイドブック」を策定・公表（R5年度中）を目指す。

## ガイドブック骨子（現時点版）

1. はじめに	・ガイドブックの趣旨
2. ガイドブックの見方	・地方公共団体、民間事業者、スポーツ関係団体、保険者・医療機関等の対象毎の見方について
3. 具体的なアクションガイド	・ターゲット毎の導入パート ・視察・ヒアリングを踏まえた具体的な取組／取組を開始・継続できたポイント 等 ・視察・ヒアリング先の取組事例 ・コラム
4. 終わりに	・現場視察・ヒアリングを踏まえた成果や課題 ・共通する課題解決方法に関する考察 ・健康スポーツ部会委員からのメッセージ 等
5. 参考資料	・現場視察・ヒアリング報告書詳細版 ・第3期スポーツ基本計画との対応表 ・参考ページのQRコード・URL ・索引（キーワード・用語集） ・関連データ（スポーツ実施率等） ・スポーツ審議会健康スポーツ部会委員名簿 等

<b>I. 子供 (幼児)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① まちづくりの推進における外部連携による幼児の運動習慣化</li> <li>② プロスポーツチームと連携したアクティブ・チャイルド・プログラムの取組</li> <li>③ 親子や地域住民がいつでも、誰でも、どこでもスポーツに親しめる環境の整備</li> <li>④ 地域資源を活用した子供のあそび場づくりと交流機会の創出</li> </ul>	コラム
<b>II. 女性</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 他分野との連携と行動変容のエビデンスを活用した女性のスポーツ参画促進</li> <li>② 中高年の女性を対象としたエビデンスに基づくスポーツプログラムと医療との連携</li> <li>③ 幅広い世代の女性のニーズに応じたダンスフィットネスプログラムの提供</li> </ul>	コラム
<b>III. 働く世代・ 子育て世代</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 地域の医科学センターにおけるアスリートの知見を活用した住民の健康増進</li> <li>② 産業連携組織におけるスポーツを通じた健康経営</li> <li>③ スポーツ関係企業におけるアプリ等を活用した従業員の健康増進</li> <li>④ 社内における就業時間中の運動・スポーツプログラム</li> <li>⑤ 健診センターとの連携によるスポーツ及び健康づくりプログラムの提供</li> </ul>	コラム
<b>IV. 高齢者</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① キッズ健幸アンバサダーの養成とスポーツを通じた住民の健康づくり</li> <li>② 医師会との連携による脳と身体の健康づくり</li> <li>③ ウォーキング及び運動グループの形成を通じた住民のフレイル予防</li> <li>④ 頭と身体の健康づくりによる運動・スポーツを通じた認知症予防</li> <li>⑤ スポーツクラブにおけるリハビリテーションプログラムの提供</li> <li>⑥ スポーツ競技を通じた健康増進とデータを活用した競技振興</li> </ul>	コラム
<b>V. 障害者</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 地域の障害者スポーツ振興のハブ機能を担うセンターの運営</li> <li>② 行政とスポーツ団体の連携による障害者スポーツに力を入れたまちづくりの推進</li> <li>③ 企業における障害者スポーツの普及支援と地域活性化</li> <li>④ 企業におけるインクルーシブルな競技大会を通じた共生社会の推進</li> <li>⑤ スポーツクラブにおける障がい児のスポーツ実施環境整備</li> </ul>	コラム
<b>VI. 多様な 主体</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 図書館における運動・スポーツの取組を通じた住民の健康づくり</li> <li>② 行政内部における研究機関の設置を通じた身体活動に関するエビデンス構築</li> <li>③ 多様な主体が無料で気軽に参加できる全国規模の定例ウォーキングイベント</li> <li>④ ルールの工夫を通じた多様な主体がともにするスポーツの実現</li> <li>⑤ 健康都市宣言によるスマートウェルネスシティの実現</li> <li>⑥ スポーツ団体や企業と連携した市民のコンディショニングづくり</li> </ul>	コラム



# ① 他分野との連携と行動変容のエビデンスを活用した女性のスポーツ参画促進

## 具体的な取組

- ① スポーツが**他分野と連携**することで、**スポーツに無関心な女性でもスポーツに親しめる工夫**を行い、地方公共団体の行政内部においても、スポーツ分野と**他分野が連携してスポーツ施策に取り組む**。
- ② スポーツ施設以外の公共施設（図書館等）を活用し、日頃運動・スポーツの習慣がない女性でも参画しやすいよう、**スポーツ実施のハードルを下げる工夫**を行う。
- ③ 地方公共団体と研究機関等が連携し、**行動変容を促すためのエビデンスの蓄積や効果・検証を行う**とともに、スポーツ無関心層やスポーツを継続する層など、**行動ステージに応じた施策**に取り組む。

## 取組を開始・継続できたポイント

- ◆ 地方自治体内部において、**スポーツ部局と文化・生涯学習等の他部局が横断的に施策を進めている**。
- ◆ **外部の研究機関と連携**することで、エビデンスの活用を効果的に行い、EBPMの推進につながっている。

## (参考)

### 第3期スポーツ基本計画の記載

- ✓ 隙間時間等に気軽にスポーツに取り組める環境づくりの推進や、従業員の健康づくりにスポーツを活用する民間事業者に対する支援等により、働く世代・子育て世代のスポーツ実施率向上を目指す。
  - ✓ 女性のニーズや健康課題の解決が見込まれるスポーツについて普及啓発を行うとともに、環境整備を促進し、女性のスポーツ実施率の向上を目指す。  
【(1)多様な主体におけるスポーツの機会創出】
- [具体的施策]
- 国は、地方公共団体や民間事業者等に対し、女性がスポーツを実施する意欲を向上させるための取組や女性のスポーツと健康との関係、女性がスポーツをしやすい環境の整備について、地域のスポーツクラブや研究機関、医療機関等の関係団体間で情報を共有、連携して普及啓発や環境整備等を行えるよう支援する。
  - 国は、働く世代・子育て世代に対して、通勤時間や休憩時間等を活用して、今までよりもプラス10分の運動習慣づくりを促す。
- ✓ 女性のニーズや健康課題の解決が見込まれるスポーツ実施について、個人や関係団体への普及啓発を行うとともに、女性がスポーツをしやすい環境整備等を促進し、女性のスポーツ実施率を向上させる。  
【(8)スポーツを通じた共生社会の実現】

※詳細：p〇

## 読書とスポーツを掛け合わせ、スポーツに「ちょっと親しんでもらう」取組

### 取組概要

- ✓ 従来型の分野別のアプローチではなく、「読書×スポーツ」「読書×文化」「スポーツ×文化」など、それぞれの利用者が異なる分野への関心・行動につながる働きかけを通じて、新たな分野に親しむ人を増やす取組を実施するとともに、エビデンスを活用し、行動ステージごとの施策を実施。
- ✓ 読書や文化芸術に親しむ人が、運動・スポーツにも「ちょっと親しんでいただく」ことを目的とした「ちょいスポ」では、おはなし会の時間に親子でベビーヨガやバランスボールの体験や、絵本の動きをまねる体操や簡単なストレッチなどのプログラムを実施。

### 成果の要因・工夫のポイント

- ✓ スポーツ、文化、読書という3分野が連携し、それぞれの計画も「楽しさに気づき、深め、広げ、心豊かに生きる」という共通の理念の下、統一感を持って策定。行政内部でも3分野連携担当課長が横串を指して指揮をとるほか、区の審議会も3分野の有識者で構成・議論を行うなど、緊密に連携。スポーツと文化・生涯学習等との連携は新たに進めるべき切り口。
- ✓ 体育館などで本格的に取り組むのではなく、「ちょっと親しむ」を大切にすることで、参加者の実施ハードルを下げるとともに、潜在的無関心層を取り込んでいる。
- ✓ EBPMの推進に積極的に取り組み、関係機関とも連携のうえ、エビデンスを蓄積。また、行動経済学を活用し、無関心期から維持期まで行動ステージごとに分けてアプローチすることで、行動変容に繋がっている。

### 今後の課題

- ✓ イベントに足を運ぶ方々に対し、「ちょい足し」で運動・スポーツに参加している反面、イベント等に全く参加しない層へのアウトリーチをどのように進めていくかは今後の課題。

### 委員所見

- 図書館を軸に部署横断型の取組による新たな仕組みづくりにチャレンジするとともに、EBPMの推進や各種理論の活用に加え、事業効果を検証したエビデンスに基づく事業展開を重視し、PDCAサイクルを実践している。（松永委員）

### <東京都足立区>

【人口】690,114人（R5.1）

【面積】53.25 km<sup>2</sup>

【特色】23区の最北端に位置し、荒川をはじめとする水辺や公園の緑など、豊かな自然環境を有する。近年は交通の利便性も高まり、大規模集合住宅開発が大きく進んだことから、総人口は69万人に到達。



図書館のバランスボール常設席



図書館におけるちょいスポ特集コーナー



図書館の幼児室におけるエクササイズ

# ライフパフォーマンスの向上に向けた目的を持った運動・スポーツの推進について（概要）

参考②

## ～目的を定め、心身に多様な変化を与える～

スポーツ庁

- 運動・スポーツの効果を高めるためには、**心身の維持・向上が必要な機能に焦点を当て、その効果や影響に着目し、それに適した方法や目的を定めた運動・スポーツ（目的を持った運動・スポーツ）**を実施することが重要。
- このように心身に多様な変化を与える運動・スポーツを実施し、**それぞれのライフステージにおいて最高の能力が発揮できる状態（ライフパフォーマンスの向上）**を目指すことによって、健康の保持増進はもとより、QOL（Quality of Life, 生活の質）を高めることなど、生きがいのある充実した生活を送ることに寄与できる。
- **ハイパフォーマンススポーツのサポート（トップアスリートへのサポート等）で得られたスポーツ医・科学等に係る知見**を、アスリートだけでなく一般の人々が日常生活で抱える課題の解決等に生かされ、**ライフパフォーマンスの向上につながる**ことが期待されている。
- スポーツを「する」ことを通じた「楽しさ」や「喜び」、「ともに」行い「つながり」を感じることで、心身の健康増進等といったスポーツの価値を高めていくことは重要であり、引き続きスポーツ実施率向上のための施策を推進することが必要。これまでの取組に加え、運動・スポーツの効果を高めるなど、**質的な視点を持った取組**を更に推進することが重要。

ライフパフォーマンスの向上



性別、年齢、障害の有無等にかかわらず**多様な人々のスポーツを通じたライフパフォーマンスの向上に向けて、目的を持った運動・スポーツを推進していくため、そのねらいや方向性について国等に求められる対応策等も含めて取りまとめ。**



## ④ 推進のねらいと方向性

- スポーツは、**体を動かすという人間の本源的な欲求にこたえる**ものであり、**スポーツを支える土台としてのコンディショニング**※や、その方法としての**多様な目的を持った運動**（エクササイズ・トレーニング）とともに**人間の潜在的な身体能力を開拓する**ものと捉えることができる。 ※最高の能力を発揮出来るように精神面・肉体面・健康面などから心身の機能を調整すること。
- 運動・スポーツに関係する**4つの要素（筋骨格系、神経系、呼吸循環・内分泌代謝系、メンタル系）**に焦点を当て、**目的を明確化して運動・スポーツ**を実施すること。心身に多様な変化を与えられ、得られる効果や適応性を高めることができる。
- 身体診断「セルフチェック」動画等を用いて**自身の状態を把握**すること。自主的に身体への意識及び関心を高めることができ、効果的な運動・スポーツの実施への寄与が期待される。
- 多くの人々が、**自らの心身機能の状態や運動・スポーツの影響及び効果に対する関心を高め**、個人の適正、健康状態及びライフスタイルに応じて、ライフパフォーマンスの向上を目指し、**目的に合わせて運動・スポーツが実施できるような環境整備等**が求められる。また、**国民一般のライフパフォーマンス向上のために、アスリート支援で得られたスポーツ医・科学の知見や事例が生かされるような取組**が必要。

## 国等に求められる対応策

国は、目的を持った運動・スポーツを推進するため、以下の取組を実施。

- ① **多くの人々が、ライフパフォーマンスの向上を目指し、自発的に目的に合わせて自身に適した運動・スポーツを実施できるようにするための取組**：実態やニーズ調査、目的を持った運動・スポーツの実施推進に係る環境整備、知見の集約と実証研究の成果の周知、実践モデルの創出、セルフチェックの周知啓発、指導者向けツール検討等
- ② **ハイパフォーマンススポーツのサポートで得られた知見をライフパフォーマンスの向上に生かすための取組**：知見や事例の収集、効果検証とその周知等



国



地方公共団体等

地方公共団体等は、**国の取組によって得られた成果や情報、調査研究での知見等を活用**することが望まれる。

# ライフパフォーマンスの向上に向けた目的を持った運動・スポーツの推進のための工程表①（案）

対応策	令和5年度	令和6年度	令和7年度
<b>1. 知見の集約と実証研究の推進及び得られた成果の周知</b>			
<p>(1)ー① 目的を持った運動・スポーツの実践に関する実態やニーズを調査し、実践した具体的事例を集約して国民及び指導者等に対して周知</p> <p>(1)ー③ 目的を持った運動・スポーツの効果について、これまでの知見を集約するとともに、実証研究を行い、得られた成果を広く周知</p> <p>(2)ー① ハイパフォーマンススポーツでのサポートで得られた知見や事例を集約し、ライフパフォーマンスの向上に活用するためのポイントをまとめ、周知</p> <p>(2)ー② ハイパフォーマンススポーツのサポートで得られた知見をライフパフォーマンス向上のために活用した運動・スポーツの効果を検証し、その知見を周知</p>	<p>コンディショニングに関する研究（運動器機能低下に対する地域における効果的な運動療法のあり方に関する研究）の実施【R4～5年度】</p> <p>ライフパフォーマンスの向上に向けた目的を持った運動・スポーツを推進していくため、以下の調査研究を実施【R5～6年度】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>目的を持った運動・スポーツの実践に関する実態・ニーズ調査</li> <li>運動・スポーツの実施を促進するセンシングデバイスを含む計測機器で得られたデータの活用方法等に関する調査研究</li> </ul>	<p>調査研究で得られた成果の活用、周知等</p> <p>調査研究で得られた</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>目的を持った運動・スポーツの実践プログラム（方法例）</li> <li>計測機器から得られたデータ活用方法等の活用、周知等</li> </ul> <p>ライフパフォーマンスの向上を目指し、多様なコンディショニングを気軽に行える環境を整備するため、以下の実証研究等を実施【取組内容の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>コンディショニング手法の開発に向けた身体活動量等のデータ測定・収集等・分析に関する実証研究、及び、測定・収集したデータの互換・結合・統合に関する研究</li> <li>多様なコンディショニング手法の研究・開発</li> <li>ネットワーク等を用いて適切なコンディショニング手法を提供するための研究等</li> </ul> <p>&lt;令和6年度予算概算要求&gt;</p>	<p>調査研究で得られた</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>目的を持った運動・スポーツの実践プログラム（方法例）</li> <li>計測機器から得られたデータ活用方法等の活用、周知等</li> </ul>
<p style="text-align: right;">※ 関係機関等と連携しながら取組を推進</p>			

## ライフパフォーマンスの向上に向けた目的を持った運動・スポーツの推進のための工程表②（案）

対応策	令和5年度	令和6年度	令和7年度
<b>2. 実施促進に係る環境整備の推進</b>			
(1)－② 地方公共団体、関係団体・関係機関、関係省庁等との連携を促進し、目的を持った運動・スポーツの実施促進に係る環境整備を推進	地方公共団体、関係団体、民間企業等が行う、目的を持った運動・スポーツの推進に係る取組の支援（運動・スポーツ習慣化促進事業やSIL推進プロジェクトの実施、好事例の横展開等）		
	※ 1. の調査研究で得られた成果も活用して取組を推進 ※ 地方公共団体、関係団体・関係機関、関係省庁等との連携を図りながら取組を推進		
<b>3. モデル創出の支援、実践モデルの推進</b>			
(1)－④ 民間事業者や地方公共団体等による目的を持った運動・スポーツの実施に関するモデルの創出を支援し、地域での実践モデルを推進	目的を持った運動・スポーツの推進に係る取組モデルの創出、その横展開や知見の提供（SIL推進プロジェクト（スポーツ人口拡大に向けた取組モデル創出事業等）や運動・スポーツ習慣化促進事業の実施等）		
	※ 1. の調査研究で得られた成果も活用して取組を推進 ※ 民間事業者や地方公共団体等と連携を図りながら取組を推進		
<b>4. セルフチェック等の周知啓発と指導者のためのツール等の検討・作成</b>			
(1)－⑤ 自らの身体への意識や関心を高め、効果的な運動・スポーツの実施を推進するため、身体の状態の事前確認（セルフチェック等）に関する周知啓発  (1)－⑥ 運動・スポーツを指導する者に対して、国民の実践を支援するための指導者のためのツール等を検討	セルフチェック等の身体状態の事前確認に関する周知啓発（SIL推進プロジェクト（長官、有識者等によるセミナー等の開催）の実施、地方公共団体や関係団体等が主催する大会や講演会等の機会の活用等）		
	ライフパフォーマンスの向上に向けた目的を持った運動・スポーツの推進に係る調査研究（セルフチェックに係る指導者育成のためのカリキュラム・ツール等の作成）の実施【R5～6年度】	セルフチェックに係る指導者育成のためのカリキュラム・ツール等の周知、セミナーの開催	
	スポーツに関する効果的な指導を推進するためのツール等の作成・提供【R5年度】	スポーツに関する効果的な指導を推進するためのツール等の周知	
	※ 1. の調査研究で得られた成果も活用して取組を推進		

「ライフパフォーマンスの向上に向けた目的を持った運動・スポーツの推進について」（令和5年8月7日スポーツ庁取りまとめ）に関する周知啓発に当たっては、下記1. に示した基本的な考え方にに基づき、下記2. で掲げたような具体的な取組を進めていく。

## 記

### 1. 基本的な考え方

#### (1) 基本事項

- 性別、年齢、障害の有無等にかかわらず多様な人々のライフパフォーマンスの向上に向けた目的を持った運動・スポーツ（以下単に「目的を持った運動・スポーツ」という。）を推進するため、**周知啓発の対象となる層に応じて、分かりやすく情報発信**を行う。
- 目的を持った運動・スポーツ等に関し、**エビデンスに基づく情報を分かりやすく発信**する。また、調査研究で得られた成果を広く周知する。

#### (2) 戦略的な周知啓発

- ① 地方公共団体や民間事業者、関係団体・機関、関係省庁、関係学会、大学・研究機関等の様々な主体と連携・協力し、目的を持った運動・スポーツを推進する重要性を**関係者に理解してもらうための情報発信**を行うとともに、「スポーツによるライフパフォーマンスの向上」や「セルフチェック<sup>※</sup>」等の**発信源の多様化**を図る。
- ② SNSや動画配信サイト等の多様なメディア、インフルエンサー、デジタルツール（eラーニング等）等を積極的に活用し、目的を持った運動・スポーツの趣旨を**多く国民に知ってもらうための「キッカケ」作り**を進める。 ※ 室伏長官が考案・実演する身体診断「セルフチェック」動画
- ③ スポーツ庁の既存事業を活用し、目的を持った運動・スポーツに係る**地方公共団体や民間事業者等による取組を支援**する。
- ④ **関係者が活用できるツールや国民一般に向けたツール等を作成**し、広く周知する。

### 2. 具体的な取組

#### (1) 様々な主体と連携・協力した情報発信

- ① 関係者に対する情報発信、発信源の多様化
  - ・ 大学・研究機関等の有識者や研究者、専門職等への周知啓発を図るため、関連学会（体育・スポーツ、医学等）の大会・学術集会に、長官をはじめとするスポーツ庁職員が参加し講演等を行い、「スポーツによるライフパフォーマンスの向上」や「セルフチェック」等に関する情報を積極的に発信する。  
なお、当該大会・学術集会が、学会や団体の公認資格の更新等のために必要な研修や単位等になっているものがあることにも留意する。
  - ・ 大学等が主催する講演会等において、スポーツ庁職員が「スポーツによるライフパフォーマンスの向上」や「セルフチェック」等について講演等を行う場合には、できるだけ多くの学生等が聴講できるよう、大学等と連携した周知等にも留意する。
  - ・ 他省庁や関係団体・機関が主催するイベント等において、連携・協力を図り、「スポーツによるライフパフォーマンスの向上」等に関するスポーツ庁の取組を情報発信する。
  - ・ 地方公共団体の学校体育の関係者が集まる機会等を活用し、「スポーツによるライフパフォーマンスの向上」等に関するスポーツ庁の取組を情報提供する。
- ② 既存事業の活用
  - ・ Sport in Life推進プロジェクト「スポーツ人口拡大に向けた取組モデル創出事業」や運動・スポーツ習慣化促進事業の取組の中に目的を持った運動・スポーツの要素を包含することで、地方公共団体、関係団体、民間事業者等が行う取組を支援する。
  - ・ Sport in Lifeコンソーシアムを活用し、企業が社内の研修や掲示板等を用いて従業員に身体診断「セルフチェック」動画等を周知するような取組を支援する。
  - ・ 既に社会実装されている目的を持った運動・スポーツに係る取組や調査研究で得られた成果をスポーツ庁やSport in Life推進プロジェクトのホームページ等で積極的に発信する。
- ③ 関係者に向けたツール等の作成
  - ・ 運動・スポーツを指導する者に対して、国民の目的を持った運動・スポーツ等の実践を支援するためのツール等を作成する。

#### (2) 多く国民に知ってもらうための「キッカケ」作り

- ① 国民一般への周知啓発
  - ・ 「スポーツによるライフパフォーマンスの向上」という言葉をスポーツ庁やSport in Lifeプロジェクトのホームページ等で紹介するなど、多くの人に見てもらえるような機会を増やす。
  - ・ 無関心層、障害のある人を含めた多様な層に向けて、スポーツ庁の取組を知ってもらう「キッカケ」作りのために、メディア（長官のテレビ出演、雑誌取材、記者懇談会、SNS、YouTube配信など）等を活用した情報発信を行う。
- ② 国民に向けたツール等の作成
  - ・ 「スポーツによるライフパフォーマンスの向上」に関し、平易な用語で、視覚的にも分かりやすく、簡潔に伝える。また、ライフパフォーマンスの向上がどのような状態なのかを具体的に示した、わかりやすい説明資料を作成し、情報を提供する。
  - ・ それぞれのライフスタイルに合わせた目的を持った運動・スポーツの実践プログラム（実施例）を提示する。

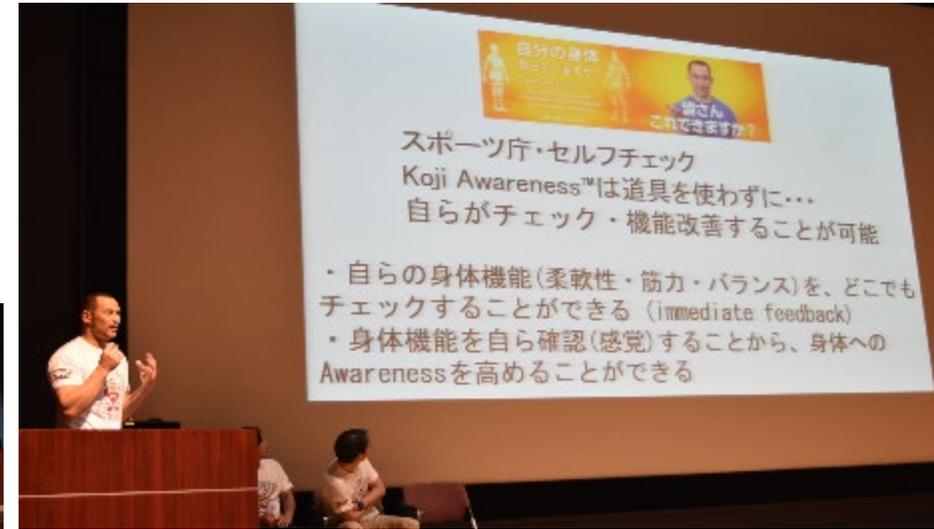
# Sport in Life推進プロジェクトを活用した周知啓発の取組実績例

## 室伏長官による「3か月チャレンジ 身体機能向上プログラム」※を開催

※この取組の様子は「おはよう日本」で一部放送

日時：令和5年6月26日（月）16:00～18:00  
 会場：文部科学省 講堂  
 参加者：Sport in Life加盟の38企業・団体等から58名  
 実施内容：

- ① 講演：ライフパフォーマンスの向上を目指して自分の身体を知り、身体機能の維持・向上を目的としたエクササイズを行う重要性
- ② 実技：スポーツ庁のセルフチェックと改善エクササイズの実施



スポーツ庁のセルフチェックで身体機能を自らチェックし、機能改善できることを説明



円の形をキープしたまま身体を回転させることで胸まわりの可動域を改善



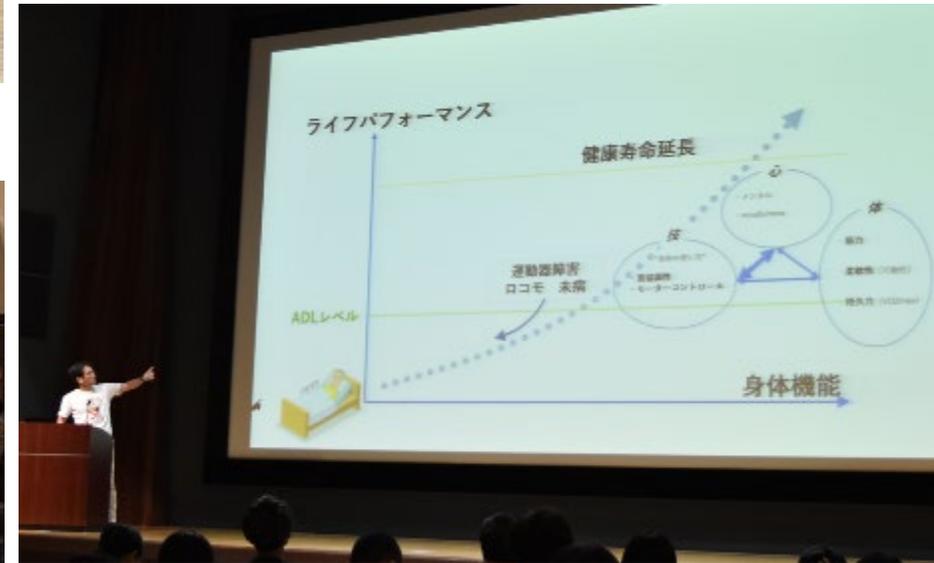
体重を側方に寄せた状態でのスクワット運動  
下半身へアプローチする



横坐りの上下運動で股関節の動きを引き出す



肩の機能の状態と腰痛の関係性等について説明



ライフパフォーマンスの向上に向けた運動・スポーツの実施とその意義を説明 10

# 関係団体・機関、関係省庁との連携した周知啓発の取組実績例

## 第82回全国産業安全衛生大会 総合集会

日時：令和5年9月27日（水）

場所：ポートメッセなごや（愛知県名古屋市）

主催：中央労働災害防止協会

後援：厚生労働省、スポーツ庁ほか



講演の参加者数：4,000人超

ライフパフォーマンスの向上に向けた目的を持った運動・スポーツの実施の重要性について講演。講演の後に、セルフチェックや機能の改善を目的としたエクササイズ、紙風船を用いたトレーニングのやり方等について実技を交えて講演。

## 令和5年度「スポーツの日」中央記念行事 スポーツ祭り2023

日時：令和5年10月9日（月）

場所：NTCイースト

主催：スポーツ庁、スポーツ振興センター、日本スポーツ協会、日本オリンピック委員会等



参加実績（午前の部）

- メイン会場 NTCイースト 290名
- 地方会場 秋田県にかほ市 117名 / 広島県尾道市 40名
- YouTube個人視聴 約20名

参加した親子に、身体の状態を把握するためのセルフチェックや改善エクササイズ、紙新聞を使ったエクササイズの方法を実技を通して指導。

# メディア・ホームページ等を活用した周知啓発の取組実績例



スポーツ庁長官記者懇談会（令和5年4月、6月、11月）：  
記者との懇談を目的とする会で、記者にスポーツ庁の取組を紹介。  
多くの記者にスポーツ庁の取組や得られた成果を伝え、広報・周知活動を推進。



スポーツ庁のホームページのトップページでトレンドワードとして「スポーツによるライフパフォーマンスの向上」を紹介



Sport in Lifeプロジェクトのホームページのトップページで『「目的を持った運動・スポーツ」とは？』を紹介

## 趣旨

- 東京2020パラリンピック競技大会（以下、「東京大会」という。）により、障害の有無に関わらず、様々な立場にある人々が個々の力を発揮できる社会の実現に向けた機運が醸成された。こうした機運を一層高め、東京大会のレガシーとして、障害者スポーツの振興を通じた共生社会の実現に向けた取組を一層進めることは重要である。
- スポーツ庁では、2022年8月に、今後の障害者スポーツの普及や強化、障害者スポーツ団体の在り方等についてまとめた、「障害者スポーツ振興方策に関する検討チーム報告書」を公表した。本報告書も踏まえ、障害者スポーツ振興を通じた共生社会を実現していくためには、引き続き、障害者スポーツの振興に関する個別の課題について、専門的見地から具体的な施策を検討する必要があることから、健康スポーツ部会の下に、「障害者スポーツ振興ワーキンググループ」を設置する。

## 検討事項

- **障害者スポーツの普及について**
- **障害者スポーツ振興体制の整備について**
- **その他**

## 委員

遠藤 恵美	公益財団法人福島県障がい者スポーツ協会書記
岡田 美優	一般社団法人Knocku 代表理事
大日方 邦子	一般社団法人日本パラリンピアンズ協会会長
小淵 和也	公益財団法人笹川スポーツ財団スポーツ政策研究所政策ディレクター
金山 千広	立命館大学産業社会学部教授
河合 純一	公益財団法人日本パラスポーツ協会日本パラリンピック委員会委員長
倉野 直紀	一般財団法人全日本ろうあ連盟デフリンピック運営委員会事務局長
齊藤 陽睦	東京都生活文化スポーツ局スポーツ総合推進部パラスポーツ担当部長（～3月31日）
澤崎 道男	東京都生活文化スポーツ局スポーツ総合推進部パラスポーツ担当部長（4月21日～）
澤江 幸則	筑波大学体育系准教授
高汐 康浩	東京都府中市立府中第八中学校校長
高山 浩久	公益社団法人東京都障害者スポーツ協会東京都障害者総合スポーツセンター副所長
長ヶ原 誠	神戸大学大学院人間発達環境学研究科教授
鳥居 昭久	東京保健医療専門職大学リハビリテーション学部准教授
岩田 史昭	公益財団法人日本スポーツ協会常務理事兼事務局長
日比野 暢子	桐蔭横浜大学スポーツ健康政策学部教授
藤田 紀昭	日本福祉大学スポーツ科学部教授
三浦 昭広	東京都立町田の丘学園校長
水原 由明	公益財団法人日本スポーツ施設協会常務理事
渡邊 浩美	公益財団法人スペシャルオリンピックス日本常務理事

（計19名、五十音順、敬称略）

## 開催状況と今後の予定

12月5日	第1回会議開催 ・障害者スポーツ振興施策の動向について ・障害者スポーツセンターの在り方について
R 5	
1月25日	・障害者スポーツセンターの在り方について
2月24日	・関係者ヒアリングなど
3月22日	・障害者スポーツセンター等視察など
4月21日	・中間とりまとめ（骨子案）について
5月19日	・中間とりまとめ（案）について
6月14日	・中間まとめ公表
R 6	
1月23日	・障害者スポーツを支える人材の在り方について  引き続き競技団体の基盤強化などについて議論を実施

