

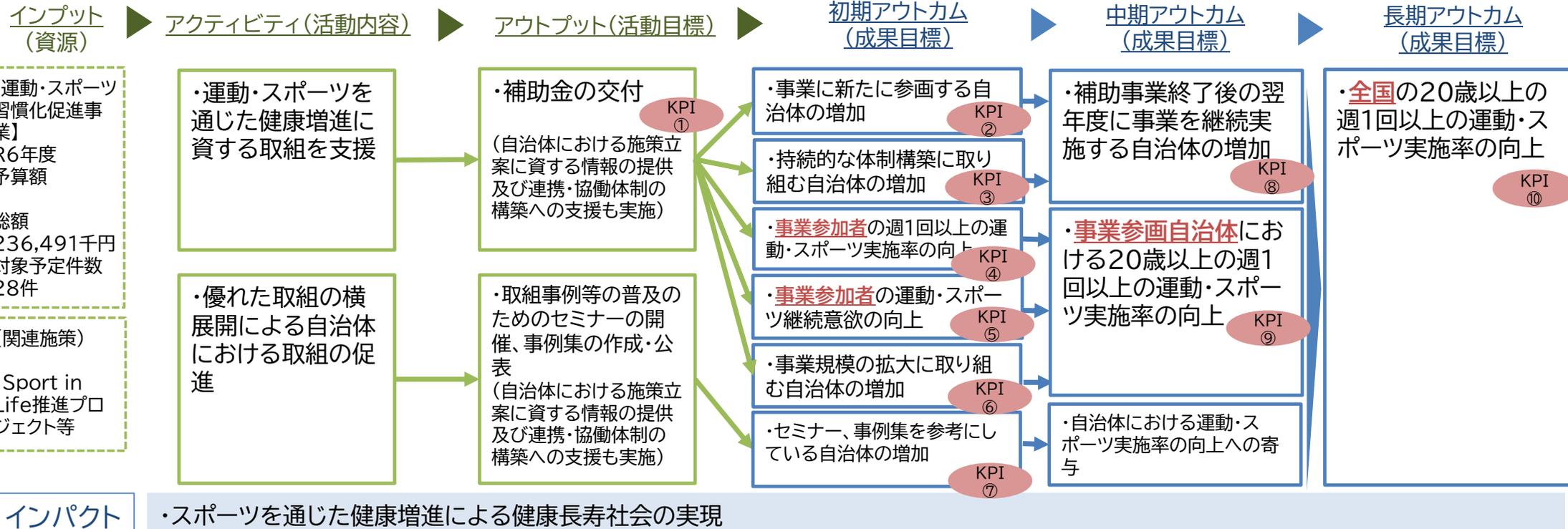
# 「運動・スポーツ習慣化促進事業」ロジックモデル (R6年度予算額:236百万円)

## 現状・課題

・運動・スポーツをする際に何らかの制限や配慮が必要な方々を含め、誰もが身近な地域で安全かつ効果的な運動・スポーツを日常的に実施するためには、地方公共団体において、スポーツ主管課と教育・福祉主管課等で連携し、地域のスポーツ団体やスポーツ施設、総合型クラブ等及び、医療機関・福祉施設等の関係者の連携体制を構築することが重要。

## 本事業の目的

・本事業では、行政や域内の関係団体が一体となり、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とともに、多くの住民が安心して、安全かつ効果的な健康づくりのための運動・スポーツを楽しく習慣的に実施する取組を支援することで、運動・スポーツ実施率の向上に寄与する。



## 測定指標と目標値

- |                                                          |                                                                   |
|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| <b>KPI ①</b> ・補助する自治体数(R6年度28自治体⇒R7年度36自治体)              | <b>KPI ⑥</b> ・複数年度交付を受けた自治体のうち、前年度よりも参加者数の増加に取り組む自治体の割合 (R8年度70%) |
| <b>KPI ②</b> ・事業に新たに参画する自治体の割合 (R7年度50%)                 | <b>KPI ⑦</b> ・参画していない自治体のうち、セミナー、事例集を「参考にしている」と回答した自治体の数          |
| <b>KPI ③</b> ・本補助事業以外の財源も確保するなどして事業を実施する自治体の割合 (R8年度60%) | <b>KPI ⑧</b> ・補助事業終了後の翌年度に事業を継続実施する自治体の割合 (R10年度70%)              |
| <b>KPI ④</b> ・事業参加者の週1回以上の運動・スポーツ実施率(R4年度69.7%⇒R6年度75%)  | <b>KPI ⑨</b> ・事業参画自治体における20歳以上の週1回以上の運動・スポーツ実施率(R12年度70%)         |
| <b>KPI ⑤</b> ・事業参加者の運動・スポーツ継続意欲(R4年度84.2%⇒R6年度95%)       | <b>KPI ⑩</b> ・全国の20歳以上の週1回以上の運動・スポーツ実施率(R12年度70%)                 |



## 公開プロセスにおける補足説明資料

スポーツ庁健康スポーツ課

# スポーツ基本法とスポーツ基本計画

## スポーツ基本法(2011年制定)

- スポーツの持つ意義や役割、効果等を明らかにするとともに、スポーツに関する基本理念を規定
- スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは、すべての人々の権利であるとし、健康の保持増進や安全の確保等の規定を整備
- プロスポーツや障害者スポーツを推進の対象とすることを明確化するとともに、国際競技大会の招致・開催、優秀な選手の育成など、時代の変化等に対応した施策の規定を整備

スポーツ基本法の理念を具体化し、スポーツ立国実現のための具体的施策等を規定

## スポーツ基本計画

### 5年間の日本のスポーツの重要な指針

今後の我が国のスポーツ政策の方向性を示すもの



国民



スポーツ団体



民間事業者



地方公共団体  
教育機関



国

関係者が一体となって「スポーツ立国」実現を目指す



# 第3期スポーツ基本計画(概要)

## [第2期計画期間中の総括]

- ① 新型コロナウイルス感染症:
  - 感染拡大により、スポーツ活動が制限
- ② 東京オリンピック・パラリンピック競技大会:
  - 1年延期後、原則無観客の中で開催

- ③ その他社会状況の変化:
  - 人口減少・高齢化の進行
  - 地域間格差の広がり
  - DXなど急速な技術革新
  - ライフスタイルの変化
  - 持続可能な社会や共生社会への移行



こうした出来事等を通じて、改めて確認された  
 ・「楽しさ」「喜び」「自発性」に基づき行われる本質的な『スポーツそのものが有する価値』(Well-being)  
 ・スポーツを通じた地域活性化、健康増進による健康長寿社会の実現、経済発展、国際理解の促進など『スポーツが社会活性化等に寄与する価値』  
 を更に高めるべく、第3期計画では次に掲げる施策を展開

## 1. 東京オリ・パラ大会のスポーツ・レガシーの継承・発展に資する重点施策



### 持続可能な国際競技力の向上

- 東京大会の成果を一過性のものとせず、持続可能な国際競技力を向上させるため、
  - ・NFの強化戦略プランの実効化を支援
  - ・アスリート育成パスウェイを構築
  - ・スポーツ医・科学、情報等による支援を充実
  - ・地域の競技力向上を支える体制を構築



### 共生社会の実現や多様な主体によるスポーツ参画の促進

- 東京大会による共生社会への理解・関心の高まりと、スポーツの機運向上を契機としたスポーツ参画を促進
- オリパラ教育の知見を活かしたアスリートとの交流活動等を推進



### スポーツを通じた国際交流・協力

- 東京大会に向けて、世界中の人々にスポーツの価値を届けたスポーツ・フォー・トゥモロー(SFT)事業で培われた官民ネットワークを活用し、更なる国際協力を展開、スポーツSDGsにも貢献(ドーピング防止活動に係る人材・ネットワークの活用等)



### 大規模大会の運営ノウハウの継承

- 新型コロナウイルス感染症の影響下という困難な状況の下で、東京大会を実施したノウハウを、スポーツにおけるホスピタリティの向上に向けた取組も含め今後の大規模な国際競技大会の開催運営に継承・活用



### 地方創生・まちづくり

- 東京大会による地域住民等のスポーツへの関心の高まりを地方創生・まちづくりの取組に活かし、将来にわたって継続・定着
- 国立競技場等スポーツ施設における地域のまちづくりと調和した取組を推進



### スポーツに関わる者の心身の安全・安心確保

- 東京大会でも課題となったアスリート等の心身の安全・安心を脅かす事態に対応するため、
  - ・誹謗中傷や性的ハラスメントの防止
  - ・熱中症対策の徹底など安全・安心の確保
  - ・暴力根絶に向けた相談窓口の一層の周知・活用

## 2. スポーツの価値を高めるための第3期計画の新たな「3つの視点」を支える施策

### スポーツを「つくる／はぐくむ」

社会の変化や状況に応じて、既存の仕組みにとらわれずに柔軟に見直し、最適な手法・ルールを考えて作り出す。

- ◆ 柔軟・適切な手法や仕組みの導入等を通じた、多様な主体が参加できるスポーツの機会創出
- ◆ スポーツに取り組む者の自主性・自律性を促す指導ができる質の高いスポーツ指導者の育成
- ◆ デジタル技術を活用した新たなスポーツ機会や、新たなビジネスモデルの創出などDXを推進

### スポーツで「あつまり、ともに、つながる」

様々な立場・背景・特性を有した人・組織があつまり、ともに課題に対応し、つながりを感じてスポーツを行う。

- ◆ 施設・設備整備、プログラム提供、啓発活動により誰もが一緒にスポーツの価値を享受できる、スポーツを通じた共生社会の実現
- ◆ スポーツ団体のガバナンス・経営力強化、関係団体等の連携・協力による我が国のスポーツ体制の強化
- ◆ スポーツ分野の国際協力や魅力の発信

### スポーツに「誰もがアクセスできる」

性別や年齢、障害、経済・地域事情等の違い等によって、スポーツの取組に差が生じない社会を実現し、機運を醸成。

- ◆ 住民誰もが気軽にスポーツに親しめる「場づくり」等の機会の提供
- ◆ 居住地域にかかわらず、全国のアスリートがスポーツ医・科学等の支援を受けられるよう地域機関の連携強化
- ◆ 本人が望まない理由でスポーツを途中で諦めることがない継続的なアクセスの確保

# 3. 今後5年間に総合的かつ計画的に取り組む12の施策

## ① 多様な主体におけるスポーツの機会創出

地域や学校における子供・若者のスポーツ機会の充実と体力向上、体育の授業の充実、運動部活動改革の推進、女性・障害者・働く世代・子育て世代のスポーツ実施率の向上 等

## ④ スポーツの国際交流・協力

国際スポーツ界への意思決定への参画支援、スポーツ産業の国際展開を促進するプラットフォームの検討 等

## ⑦ スポーツによる地方創生、まちづくり

武道やアウトドアスポーツ等のスポーツツーリズムの更なる推進など、スポーツによる地方創生、まちづくりの創出の全国での加速化 等

## ⑩ スポーツ推進のためのハード、ソフト、人材

民間・大学も含めた地域スポーツ施設の有効活用促進、地域スポーツコミッションなど地域連携組織の活用、全NFでの人材育成及び活用に関する計画策定を促進、女性のスポーツ指導に精通した指導者養成支援 等

## ② スポーツ界におけるDXの推進

先進技術を活用したスポーツ実施のあり方の拡大、デジタル技術を活用した新たなビジネスモデルの創出 等

## ⑤ スポーツによる健康増進

健康増進に資するスポーツに関する研究の充実・調査研究成果の利用促進、医療・介護や企業・保険者との連携強化 等

## ⑧ スポーツを通じた共生社会の実現

障害者や女性のスポーツの実施環境の整備、国内外のスポーツ団体の女性役員候補者の登用・育成の支援、意識啓発・情報発信 等

## ⑪ スポーツを実施する者の安全・安心の確保

暴力や不適切な指導等の根絶に向けた指導者養成・研修の実施、スポーツ安全に係る情報発信・安全対策の促進 等

## ③ 国際競技力の向上

中長期の強化戦略に基づく競技力向上支援システムの確立、地域における競技力向上を支える体制の構築、国・JSPC・地方公共団体が一体となった国民体育大会の開催 等

## ⑥ スポーツの成長産業化

スタジアム・アリーナ整備の着実な推進、他産業とのオープンイノベーションによる新ビジネスモデルの創出支援 等

## ⑨ スポーツ団体のガバナンス改革・経営力強化

ガバナンス・コンプライアンスに関する研修等の実施、スポーツ団体の戦略的経営を行う人材の雇用創出を支援 等

## ⑫ スポーツ・インテグリティの確保

スポーツ団体へのガバナンスコードの普及促進、スポーツ仲裁・調停制度の理解増進等の推進、教育研修や研究活動等を通じたドーピング防止活動の展開 等

## 『感動していただけるスポーツ界』の実現に向けた目標設定

全ての人々が自発的にスポーツに取り組むことで自己実現を図り、スポーツの力で、前向きで活力ある社会と、絆の強い社会を目指す

### 国民のスポーツ実施率を向上

- ✓ 成人の週1回以上のスポーツ実施率を70% (障害者は40%)
- ✓ 1年に一度以上スポーツを実施する成人の割合を100%に近づける (障害者は70%を目指す)

### 生涯にわたって運動・スポーツを継続したい子供の増加

(児童86%⇒90%、生徒82%⇒90%)

### 子供の体力の向上

(新体力テストの総合評価C以上の児童68%⇒80%、生徒75%⇒85%)

### 誰もがスポーツに参画でき、共に活動できる社会を実現

- ✓ 体育授業への参加を希望する障害のある児童生徒の見学ゼロを目指した学習プログラム開発
- ✓ スポーツ団体の女性理事の役割を40%

### オリンピック・パラリンピック等の国際競技大会で、過去最高水準の金メダル数、総メダル数、入賞者数、メダル獲得競技数等の実現

### スポーツを通じて活力ある社会を実現

- ✓ スポーツ市場規模15兆円の達成 (2025年まで)
- ✓ スポーツ・健康まちづくりに取り組む地方公共団体の割合15.6%⇒40%

### スポーツを通じて世界とつながる

- ✓ ポストSFT事業を通じて世界中の国々の700万人の人々への裨益を目標に事業を推進
- ✓ 国際競技連盟(IF)等役員数37人規模の維持・拡大

## 【政策目標】

国民のスポーツ実施率を向上させ、**日々の生活の中で一人一人がスポーツの価値を享受できる社会を構築**する。

### ● 広く国民一般に向けたスポーツを実施する機会の創出

- ▶ ○成人の週1回以上のスポーツ実施率が**70%**（障害者は**40%**）
- 成人の年1回以上のスポーツ実施率が**100%に近づくこと**（障害者は**70%程度**になること）等を目指す。

### 【主な具体的施策】



Sport in Lifeコンソーシアムを通じ、関係機関・団体等の連携と、国民のスポーツ実施促進に係る取組を推進。



「楽しさ」や「喜び」といったスポーツの価値を認識する人を増やすことを目指す。



多様な主体がスポーツを楽しむために、スポーツを「つくる/はぐくむ」ことができるように支援する。

### ● 女性、障害者、働く世代・子育て世代のスポーツ実施率の向上

- ▶ 対象毎の特性を踏まえ、女性や障害者、働く世代・子育て世代の**スポーツ実施環境整備**や**普及啓発**等を行う。



女性のスポーツ実施意欲を向上させる取組や女性がスポーツを実施しやすい環境の整備を行う。



地域課題に応じた障害者のスポーツ実施環境の整備、障害者スポーツ用具の整備・利用促進、魅力発信等を通じた非実施層の減少を図る。



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た運動・スポーツ実施を促進する。

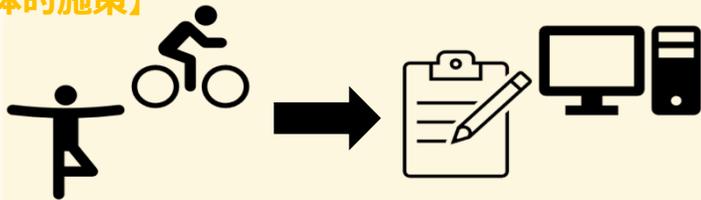
## 【政策目標】

地域住民の多様な健康状態やニーズに応じて、関係省庁で連携しつつ、スポーツを通じた健康増進により**健康長寿社会の実現**を目指す。また、**健康寿命の延伸**に、スポーツ実施率の向上を通じて貢献する。

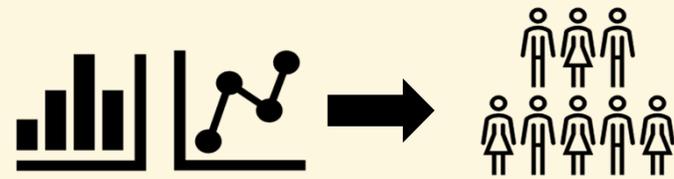
### ● 健康増進に資するスポーツに関する研究の充実・調査研究成果の利用促進

▶ スポーツと健康の関係やスポーツ実施促進の効果的な方法等についての**科学的知見の蓄積・普及・活用**を行う。

#### 【主な具体的施策】



地方公共団体に対し、各地域の実態に応じた効果的なスポーツ実施促進施策について、調査・検討を行えるよう支援する。

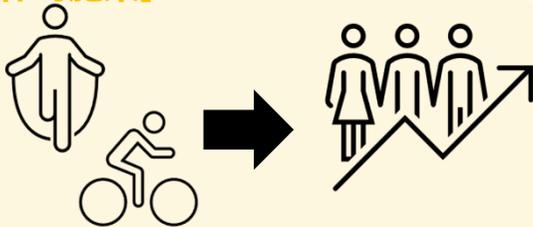


心身の健康に資するスポーツ等の研究を支援し、これらの科学的根拠をまとめる体制を構築するとともに、地方公共団体やスポーツ関係団体に、まとめた情報をわかりやすく周知する。

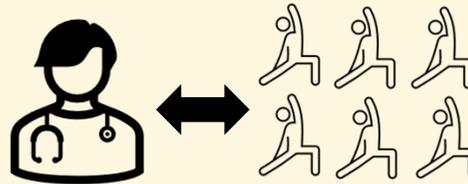
### ● 医療・介護、民間事業者・保険者との連携を含む、スポーツによる健康増進の促進

▶ **行政内部部局間の連携や医療・介護とスポーツの連携**を促進する。

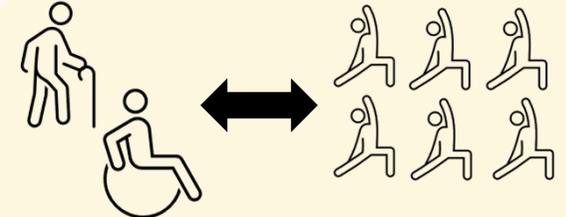
#### 【主な具体的施策】



スポーツによる幅広い健康増進効果やスポーツ実施促進の効果的な取り組み方法等について、情報共有・普及啓発支援を行う。



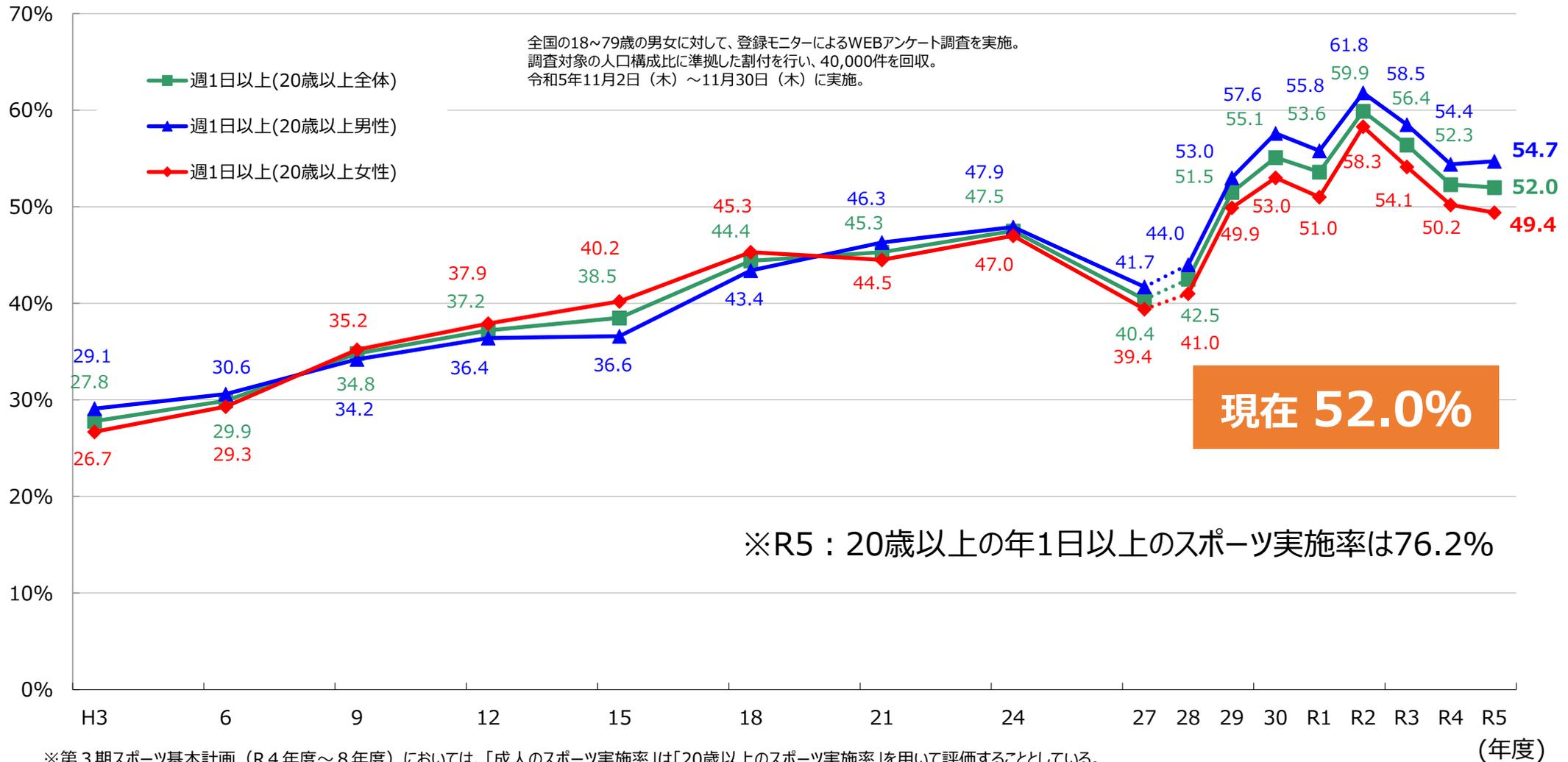
医師が作成する運動処方情報に基づき、地域の運動・スポーツ教室等で適切なプログラムが提供され、安全かつ効果的に運動・スポーツを実践できる環境の整備を支援する。



介護とスポーツの連携を促進する事例の創出を支援するとともに、運動処方から適切なプログラムを作成できる専門家の養成を支援する。

# 20歳以上のスポーツ実施率の状況

第3期スポーツ基本計画の目標  
**成人の週1回以上のスポーツ実施率： 70%**  
**成人の年1回以上のスポーツ実施率： 100%に近づく**

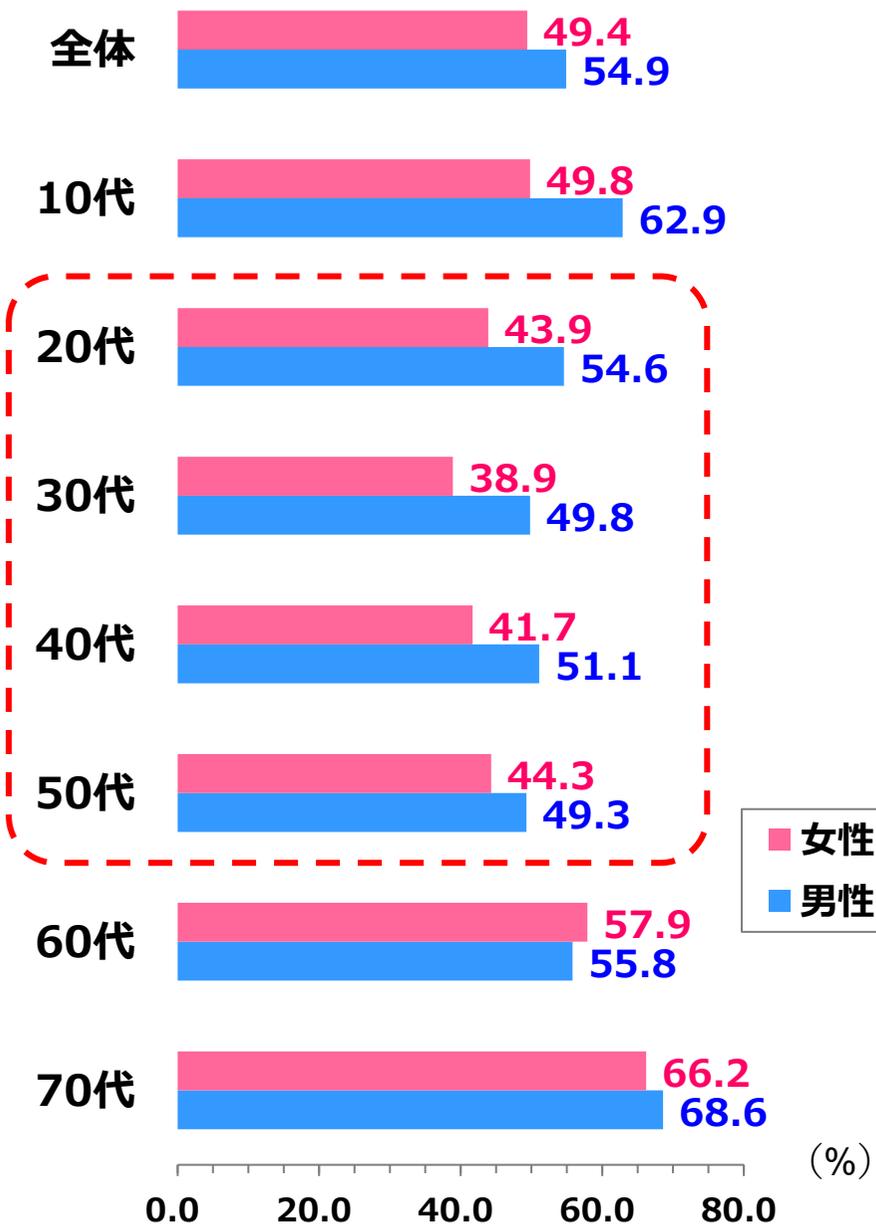


※第3期スポーツ基本計画（R4年度～8年度）においては、「成人のスポーツ実施率」は「20歳以上のスポーツ実施率」を用いて評価することとしている。

<出典>「体力・スポーツに関する世論調査」（平成24年度まで）、「東京オリンピック・パラリンピックに関する世論調査」（平成27年度）、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28年度から）

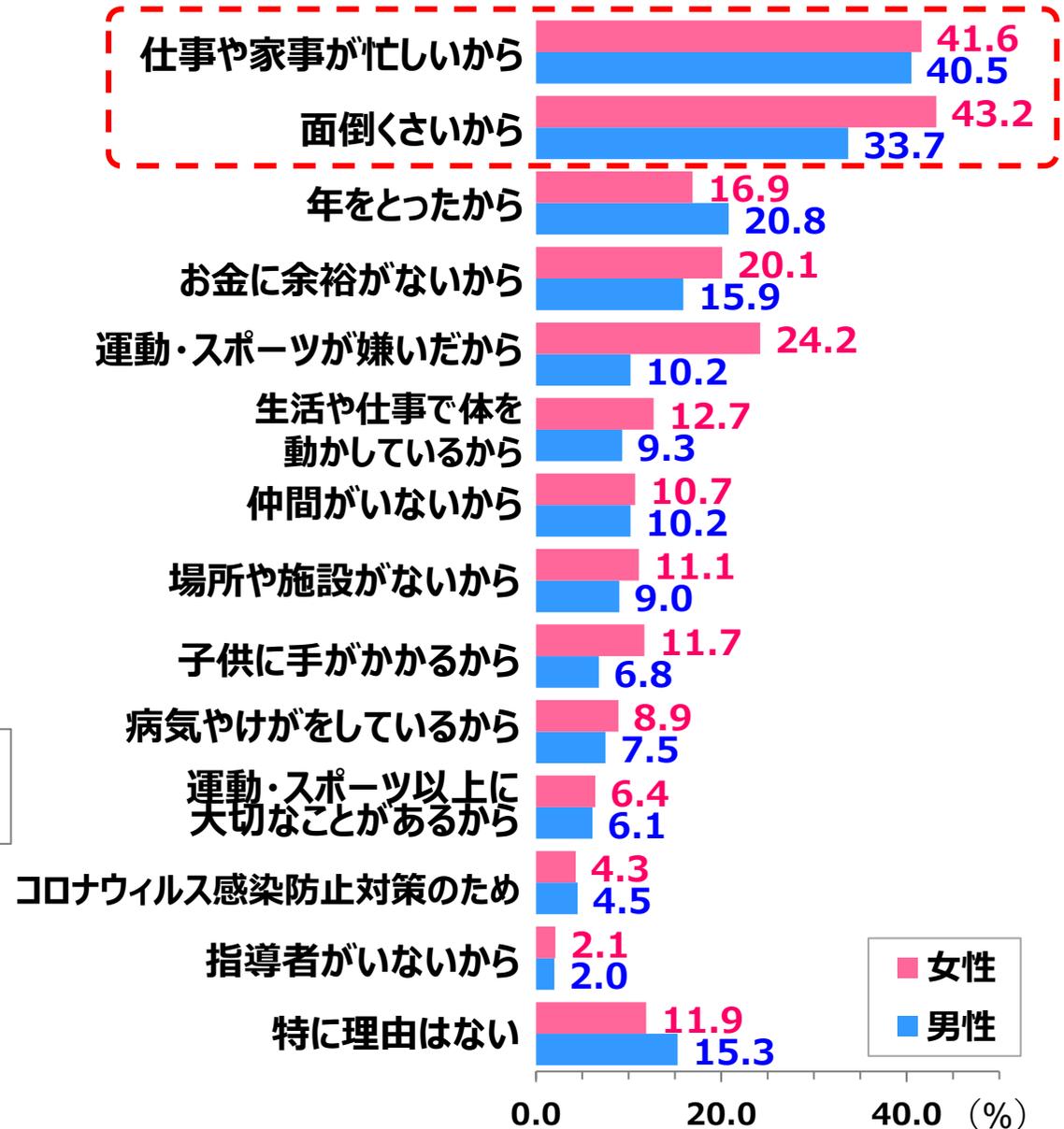
# 性別・年代別スポーツ実施率と阻害要因

## ■ 年代・性別スポーツ実施率 (週1日以上)



※10代は18歳, 19歳のみ

## ■ スポーツ実施の阻害要因 ※複数回答可 (週に1日以上実施できない・直近1年に運動しなかった理由)



## 現状・課題

運動・スポーツをする際に**何らかの制限や配慮が必要な方々**を含め、誰もが身近な地域で安全かつ効果的な運動・スポーツを日常的に実施するためには、**地域の体制整備が必要**である。また、地域には運動・スポーツの無関心層が一定割合存在している状況にあり、効果的に取り込む必要がある。さらに、多くの地方公共団体がこのような取組を行えるよう、本事業の**取組事例を積極的に共有することが必要**である。

## 事業内容

地域の実情に応じて**地方公共団体が行う**、多くの住民が安心して、安全かつ効果的な健康づくりのための**運動・スポーツを楽しく習慣的に実施するためのスポーツを通じた健康増進に資する取組を支援**する。

事業実施期間 平成27年度～

交付先 都道府県、市町村

補助率 定額

## 体制整備の取組【必須事項】

**行政**（スポーツ主管課・障害者スポーツ主管課、健康・福祉・介護予防主管課等）や**域内の関係団体**（大学、医療機関、スポーツ団体、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。



## 習慣化させるための取組【必須事項】

以下の取組①～⑤のうち、いずれか一つ以上を選択の上、実施する。

- ① **医療と連携**した地域における運動・スポーツの習慣化の取組
- ② 要介護状態からの改善者を含めた、**介護予防**を目指した地域における運動・スポーツの習慣化の取組
- ③ 地域住民の**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・スポーツを推進する取組 **(新規)**
- ④ **障害のある人が、ない人と一体となった形**での運動・スポーツの習慣化の取組
- ⑤ 以下いずれかのターゲットに係る主に**スポーツ無関心層**に対する地域における運動・スポーツの実施・習慣化に係る取組
  - ア. **女性**（妊娠期・子育て期を含む）
  - イ. **働く世代**

## 追加実施事項【選択事項】

以下の取組①～⑤については、推奨事項とし、実施する場合に審査の加点要素とする。

- ① **相談斡旋窓口機能**（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ワンストップ窓口を設置）
- ② **官学連携**（申請自治体の地域の大学等と連携し、その専門的知識や施設等を活用）
- ③ **複数の地方公共団体の連携・協働**
- ④ **運動・スポーツ関連資源マップの作成・活用**（地域の医療関係者等の協力の下、住民の健康状態に応じたスポーツ実施場所等の情報を見える化したマップを作成・活用）
- ⑤ **運動・スポーツの実施が社会保障費に及ぼす効果の評価 (新規)**

## 運動・スポーツ習慣化に係る取組の全国的普及促進のためのセミナーの開催

### アウトプット（活動目標）

本事業参画自治体数

令和2年度	令和3年度	令和4年度
24件	25件	26件

### 短期アウトカム（成果目標）

- ① 本事業参加者の週1回以上のスポーツ実施率の向上  
令和4年度目標 85% → **令和4年度実績 69.7%**（達成度82%）
- ② 本事業参加者のスポーツ継続意欲の向上  
令和4年度目標 95% → **令和4年度実績 84.2%**（達成度88.6%）

### 長期アウトカム（成果目標）

20歳以上の週1回以上のスポーツ実施率の向上  
令和8年度目標 70%  
→ **令和4年度実績 52.3%**（達成度74.7%）

# 参画自治体における成果目標の設定について

本事業の公募要領では、下記のとおり成果目標の設定に関して定め、参画自治体において、**事業の前後に原則として全ての参加者を対象に評価**を実施。

## 【共通目標】

- ア. これまでスポーツを実施していなかった参加者が本補助事業への参加を通して「新たに運動・スポーツをするようになった」と回答した者の割合
- イ. これからも運動・スポーツを続けたいと思う者の割合
- ウ. 本事業参加者の週1回以上の運動・スポーツ実施率
- エ. 本事業への参加を通して、主観的な健康度が高い者の割合
- オ. 医師等が運動・スポーツ指導者等へ情報を提供する機会（医療と連携した取組のみ）
- カ. これからも障害のある人とない人が一緒に行う運動・スポーツに参加したいと思う人の割合  
（障害のある人が、ない人と一体となった形での取組のみ）
- キ. 運動・スポーツ関連資源マップを活用してスポーツの場を紹介した件数（運動・スポーツ関連資源マップの取組のみ）

## 【個別目標】

- ① 地方公共団体の状況、特徴、地域診断等を十分に踏まえた上で、本事業の目的に合わせて目指すべき指標を全て数値を用いて設定
- ② 介護予防を目指した取組を実施する場合、地域の実情に合わせ、参加者のフレイル、サルコペニア、ロコモティブシンドローム、認知症等のリスクに関する目標を必ず設定
- ③ 運動・スポーツの習慣化が図られたことがわかる目標や関係組織・団体間の連携が図られたことがわかる目標を地域の実情に即して数値で設定
- ④ 運動・スポーツを実施したことによる身体的効果、心理的効果、社会経済的効果等を含めることを推奨（例：体力やQOLの維持・向上、各種検査値の改善、様々なストレス感情の減少、医療費や扶助費の削減（シミュレーション）、要介護・要支援状態の改善・離脱等）

# 大阪府阪南市

取組：医療と連携した地域における運動・スポーツの習慣化の取組  
ターゲット：生活習慣病患者等  
交付決定額：9,980,000円  
主な用途：身体的効果（骨格筋率、BMI、血圧等）の計測費、  
運動処方箋発行費、運動指導者育成研修費等

## 医療機関と連携した新型コロナ重症化予防およびコロナフ レイル予防運動指導モデルの構築

### ■目的

生活習慣の改善をせず服薬のみを続けている生活習慣病および予備軍を対象に新型コロナ重症化予防として個々の運動処方に基づいた運動指導を行った。かかりつけ医が参加勧奨することで健康無関心層の事業参加を行った。

### ■取組概要

かかりつけ医が健康に無関心な生活習慣病患者に健康チェックへの参加勧奨を行い、健康チェックでバイタル・運動機能計測を行った。結果レポートを基に自分に合った運動教室への参加を誘導し運動習慣化を促した。運動教室では健康チェックでの計測・問診データを健康スポーツ医に連携し個々の運動処方を発行した。運動指導者は運動処方に基づき運動指導を提供した。

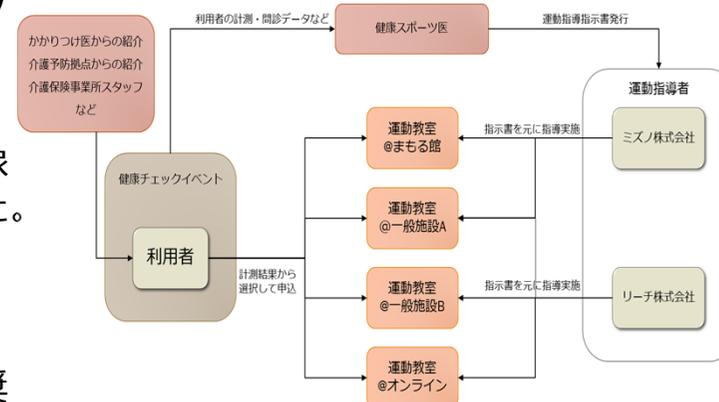
### ■工夫した点

健康スポーツ医による運動処方を発行し、運動指導者の医学的知識不足を解消することで、かかりつけ医が安心して患者に本事業への参加勧奨を行えるようにした。

### ■事業成果

下記について、事業参加前後で結果が改善した者の割合

1. 骨格筋率 20%
2. BMI 44%
3. 血圧 37.5%
4. 歩数 70.3%
5. WHO-5 42% 等



# 石川県白山市

取組：要介護状態からの改善者を含めた、介護予防を目指した地域における運動・スポーツの習慣化の取組

ターゲット：高齢者

交付決定額：8,124,000円

主な使途：認知機能チェック費、体力測定費、運動教室実施費等

## あたまとからだの健康増進事業

### ■ 目的

白山市では新規要介護認定原因疾患の第1位が、「骨折、筋骨格系の疾患」、第2位が「認知症」で約4割を占めている。これらの疾患の発症・進行抑制のため、高齢者が身近な場所で安全かつ効果的な運動を習慣的に実施することで、認知機能（あたま）と身体機能（からだ）の向上を図り介護予防の推進、健康寿命の延伸を目指す。

### ■ 取組概要

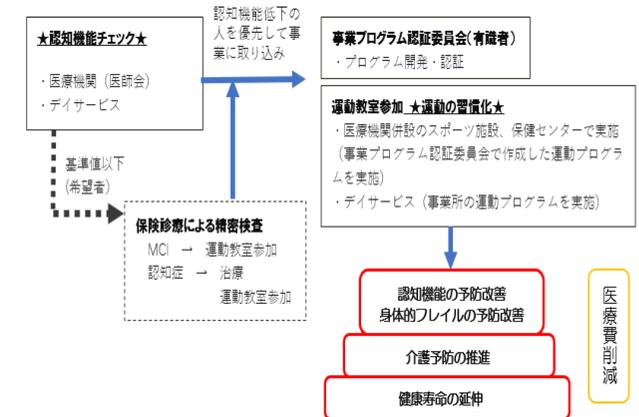
認知機能チェックである「あたまの健康チェック」を受けた高齢者を対象に、医療機関併設スポーツ施設およびデイサービスでの運動プログラム、栄養プログラムを提供し、認知機能と身体機能の維持改善を図った。

### ■ 工夫した点

- 1) 医学的根拠に基づいたプログラム作成  
事業プログラム認証委員会で作成した医学的根拠に基づくプログラムを提供。
- 2) 医療機関併設スポーツ施設での運動教室開催  
基礎疾患等がある方でも安心して運動に取り組める体制を構築。
- 3) 健康ノートを活用  
自身の取り組みを可視化し意欲向上につなげるようノートを活用。

### ■ 事業成果

1. 認知機能チェックのスコアが改善した者の割合 **53%**
2. 認知機能チェックのスコアがMCI（軽度認知障害）となった人のうち数値が改善した者の割合 **70%**
3. 体力測定の結果が向上した者の割合（※開眼片足立ち20秒未満者の減少）**31%**



# 群馬県嬭恋村

取組：主に運動・スポーツ無関心層に対する地域における運動・スポーツの実施・習慣化に係る取組

ターゲット：働く世代

交付決定額：10,000,000円

主な用途：目的別運動クラス実施費、イベント開催費、評価分析費等

## Tsumagoi丸ごとスポーツGymプロジェクト

### ■目的

R3年度本事業において、村を大きく4つの地区に分けた「冬のレインボー体操教室」の開催と、既存の地域コミュニティや会議体などへ出向く、出張型の体操教室を行った。この結果、働き世代190名が事業参加し、運動・スポーツ無関心層（非実施層）の取込率も目標の15%を超え、週1回の運動実施率も29%の増加を図ることが出来たが、圧倒的に男性の参加者が少ない（参加者全体の25%）という課題も上がった。そこで「よりきめ細かいターゲット別・目的別運動クラス的设计」を行い、より多くの未実施者を巻き込んでいく事業施策を行った。

### ■取組概要

#### ①「嬭恋ウェルネスチャレンジMAP」の作成

継続的かつ自走化していく取組となるように、運動・スポーツが実施できる場や実践支援ができる専門人材の情報を集約・一元化した。

#### ②冬場の運動教室「嬭恋ウェルネスチャレンジパーク」の開催

上記MAP作成で巻き込んだ地域の運動指導者を、冬場の運動教室講師として巻き込むことで、11種18クラス（曜日・時間別）を開催し、233人の働く世代の巻き込みが図れた。

### ■工夫した点

#### ①MAPの作成による地域人材の掘り起こしと指導者としての巻き込み

地域でヨガや空手、ダンス、ゴルフなどを教える講師を事業へ参画。

#### ②フィットネスオースタムフェスタ・雪上運動会の開催

「スポーツを楽しむ」をテーマにしたイベントで事業参加者を獲得。

### ■事業成果

①働き世代の参加者数：233人（目標200人）

②運動・スポーツの地域指導者の育成：10人登録（目標10人）

③週1回以上のスポーツ実施率：（前）56.2%→（後）78.5%+22.3%



# 滋賀県甲賀市

取組：主に運動・スポーツ無関心層に対する地域における運動・スポーツの実施・習慣化に係る取組

ターゲット：女性（妊娠期、子育て期を含む）

交付決定額：7,938,000円

主な用途：運動指導者謝金、システム利用料、運動指導者育成研修費等

## オーダーメイド型運動教室

### ■目的

健康づくりに関心の低い就労層、子育て期を含む若い女性を主なターゲットとし、運動の習慣化や身体活動量の引き上げを図り、将来的な生活習慣病やフレイル予防につなげ、健康寿命を延伸する。

### ■取組概要

参加者に1人1個ずつ活動量計を配付し、歩数データ等を記録。週1回の教室にて、体組成測定データ、歩数データ等をクラウドに送信。専用アプリをスマートフォンにダウンロードし、各々が自身の健康状態を把握できるよう「見える化」した。教室は6ヶ月間開催した。

### ■工夫した点

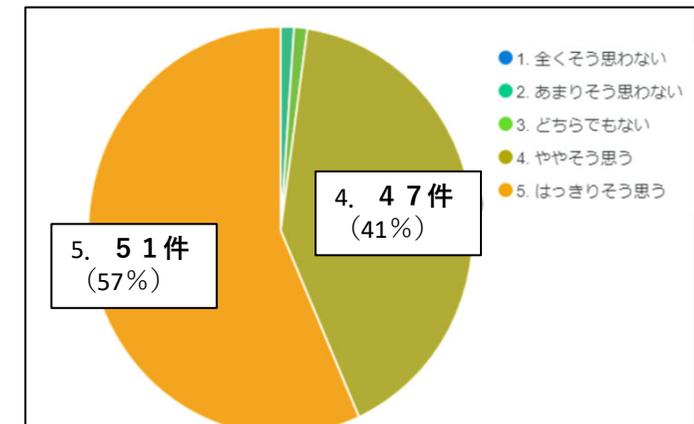
1. ICTを活用し、参加者の歩数や基礎代謝量、体組成データ等をWeb上で可視化し、運動の効果を実感できるようにした。
2. 就労層（20歳～65歳）や子育て期の女性をターゲットとしていたことから、**固定の教室時間に縛られず個人の都合がよい時間にいつでも運動できる「フリースタイル教室」**を設定した。

### ■事業成果

1. **歩数の増加** 平均**138歩増加**（目標2,000歩以上増加）
2. **体力年齢の若返り** 平均**7.2歳の若返り**（目標平均5歳以上）
3. **継続率** **46%**（目標80%）
4. **体組成の改善**（参加後筋力量が増加した者の割合） **26.8%**（目標30%）



今後も（今後は）、運動やスポーツを定期的に行いたいと思いますか。



スポーツが変える、未来を創る。

Enjoy Sports, Enjoy Life



スポーツ庁  
JAPAN SPORTS AGENCY