第2回パブコン
～もしもあなたがスポーツ庁長官だったら～

ネイチャーマッスル計画

福岡スポレク マネジメントグループ
福岡市立東体育館
提案者　中村 祐樹
発表者　権丈 典子

ネイチャーマッスルとは

ネイチャー

×

マッスル

ネイチャーマッスル計画とは

ビジネスパーソン

マッチング

農林漁家

ネイチャートレーニング

（一次産業に係わる作業）

運動実施率
向上

一次産業
活性化

ネイチャートレーニング休暇

１日４時間・週４日程度
一次産業に携わることができる休暇

概略

運動実施に係わる課題

一次産業に係わる課題

ネイチャーマッスル計画

課題解決

波及効果

概略

運動実施に係わる課題

一次産業に係わる課題

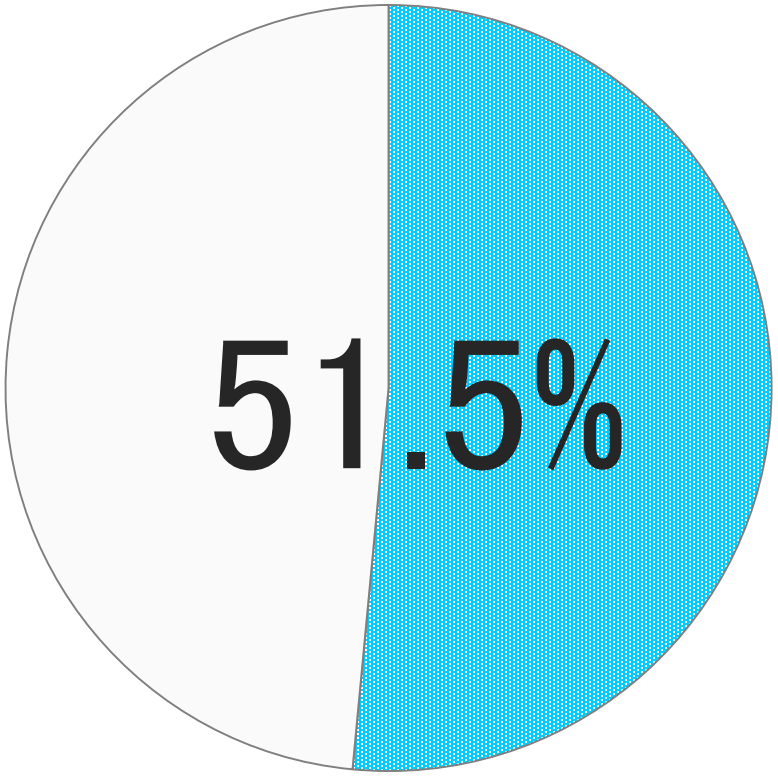
ネイチャーマッスル計画

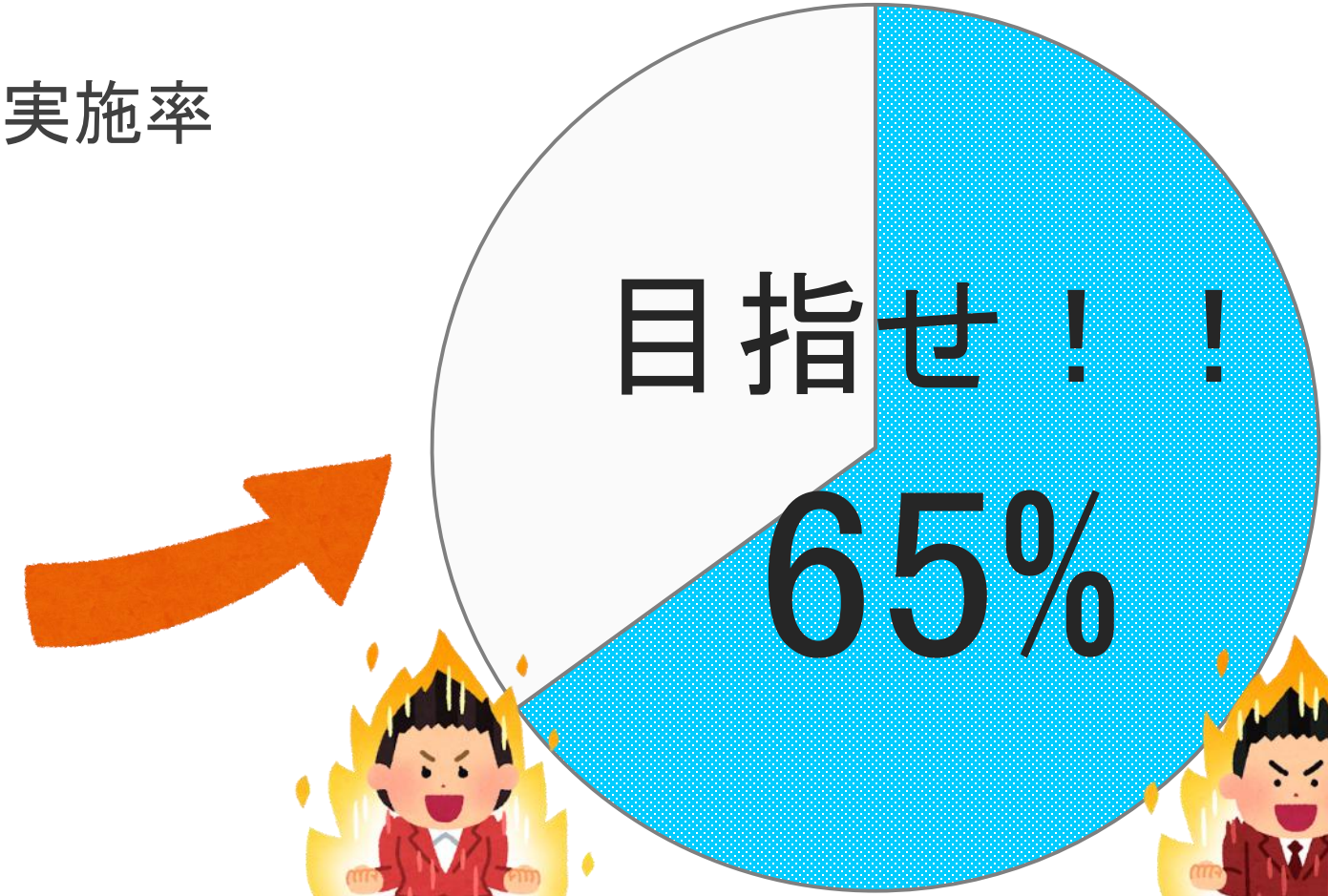
課題解決

波及効果

運動実施に係わる課題①

成人の週1回以上のスポーツ実施率



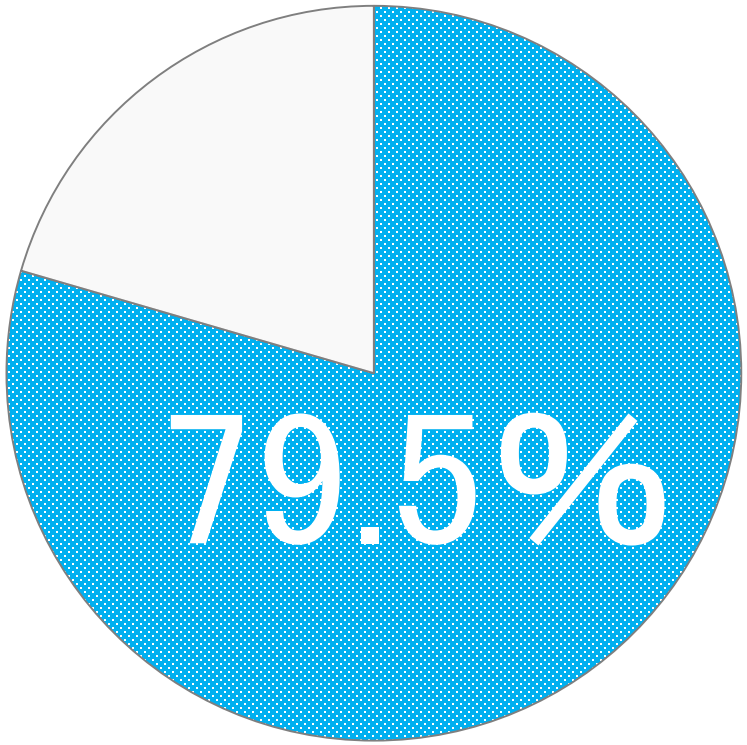


平成29年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」スポーツ庁

「スポーツ基本計画」スポーツ庁

運動実施に係わる課題②

運動不足を感じている



平成29年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査～運動不足を感じますか（「大いに感じる」41.2%＋「ある程度感じる」38.3%）。」スポーツ庁

週に1回以上実施できない理由

仕事や家事が忙しい

面倒くさいから
お金に余裕がない
年をとったから等

平成29年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査～運動・スポーツの実施阻害要因②週に 1 回以上実施できない理由～」スポーツ庁

職場を拠点として運動・スポーツを習慣化する取組があれば、今より運動・スポーツを実施する頻度は増えるか？

増えると思う

41.5%

それならばシステムを作ろう！

↓

どのようなシステムが有効か？

↓

ネイチャートレーニング休暇！！

平成29年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査
～職場の取組があった場合の運動・スポーツ実施意向（「大いに増えると思う」8.7%＋「ある程度増えると思う」32.8%）～」スポーツ庁

概略

運動実施に係わる課題

一次産業に係わる課題

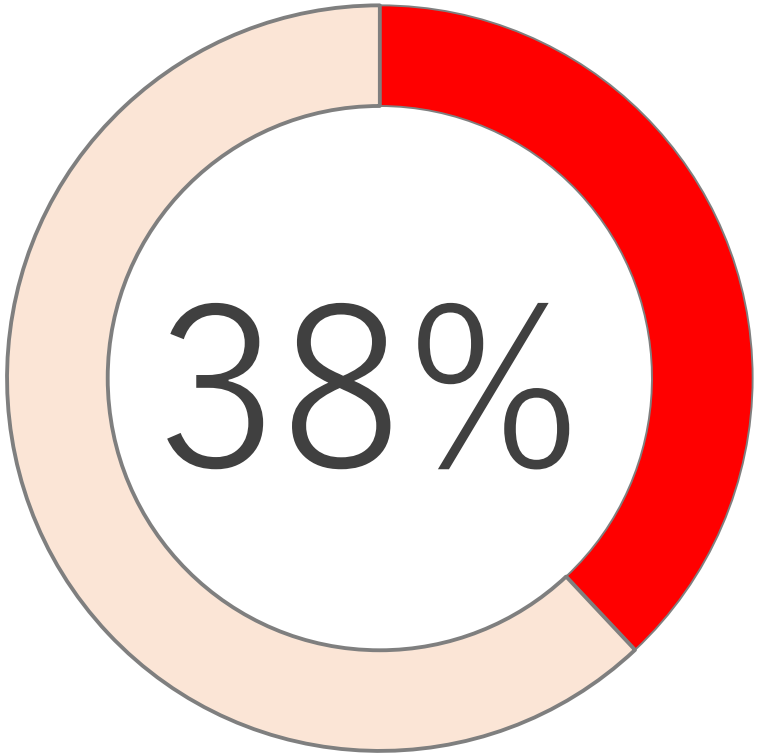
ネイチャーマッスル計画

課題解決

波及効果

一次産業に係わる課題

食料自給率の低下



平成29年度「食料需給表」農林水産省

高齢化

一次産業従事者

平均年齢 **61** 歳

平成27年度「国勢調査」より

概略

運動実施に係わる課題

一次産業に係わる課題

ネイチャーマッスル計画

課題解決

波及効果

ビジネスパーソンと農林漁家をマッチング

運動実施率の向上

ビジネスパーソン

ネイチャーアスリート

（ネイチャーマッスル計画に取り組むビジネスパーソン）

一次産業の活性化

NTK（ネイチャートレーニング休暇）

とってみた！(^^♪

概略

運動実施に係わる課題

一次産業に係わる課題

ネイチャーマッスル計画

課題解決

波及効果

課題解決

ネイチャー
アスリート

健康
出会い

ライフワークバランス

労働力
魅力発信

健康投資
企業価値

農林漁家

企業

しかも低コストでできる

既存の農林漁家に係わる取り組み

https://f-ouen.com/

しかも低コストでできる

既存の農林漁家に係わる取り組み

＋

既存のポータルサイト

＋

少しのやる気・元気・楽しむ気持ち

ネイチャーマッスル計画が
なぜ運動実施率の向上に寄与するのか？

身体の変化の実感
爽快感・充足感
自己有用感
コミュニティ形成

→

運動・スポーツ実施の
きっかけ

概略

運動実施に係わる課題

一次産業に係わる課題

ネイチャーマッスル計画

課題解決

波及効果

さまざまな
社会問題解決の糸口になり得る！

医療費削減
→ 生活習慣病の予防
→ 運動実施率の向上

貧困格差の是正
→ 働き方改革・多様な収入源
→ 就業機会拡大・多様な働き方

地域活性化・イノベーション
→ 新たなコミュニティ形成
→ 多様な人材との出逢い

環境問題への関心向上
→ 自然や環境を学ぶ
→ 自然とのかかわり

国民医療費

↓3．5%

1 兆 5000 億円の削減

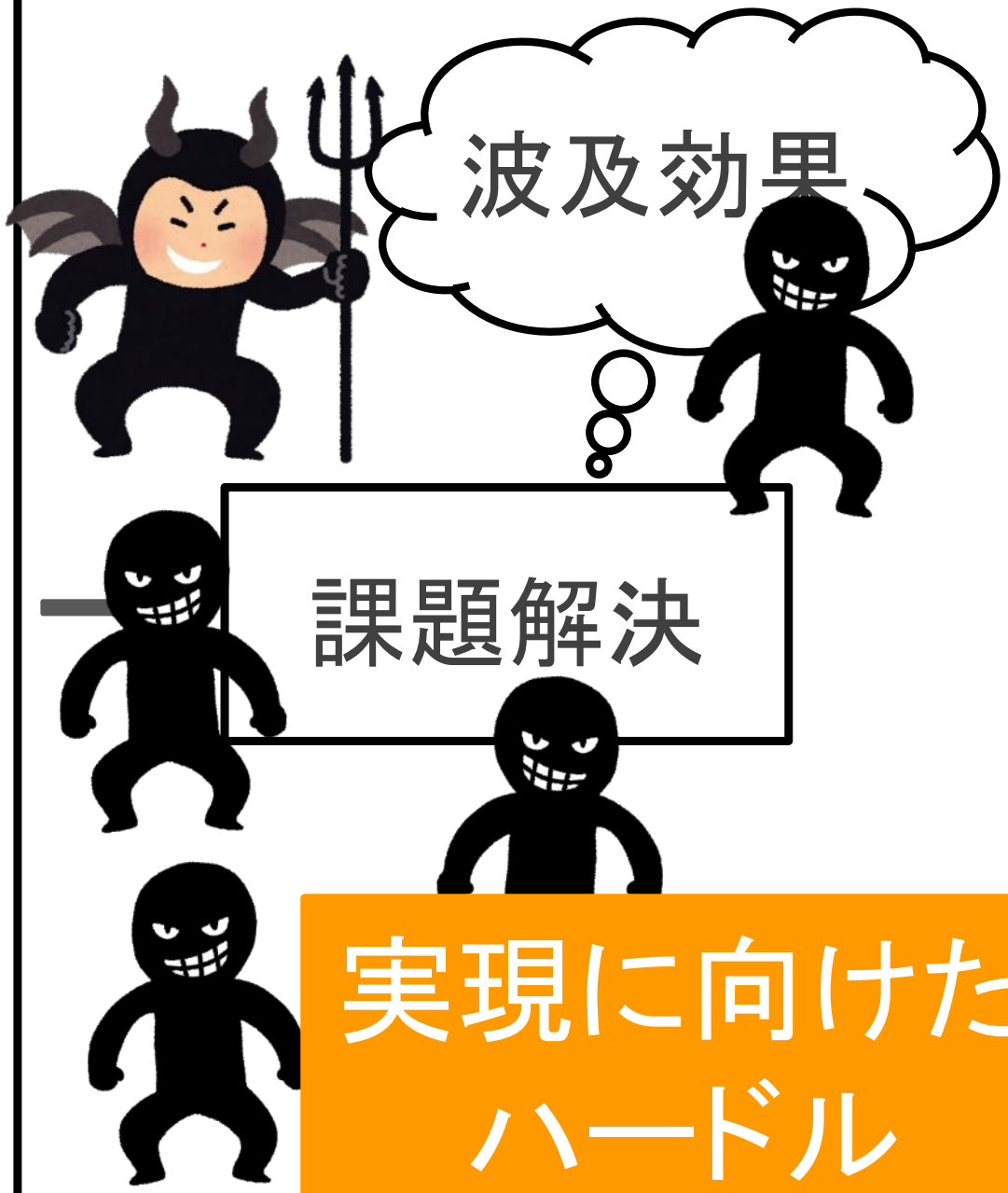
国民医療費42兆円（一人当たり33万）に対し、当事業により、一人当たり2万円の医療費削減ができ、20,000 円×約7,500 万人（H 30 年 3 月 15～64 歳数の推計）＝　1 兆 5000 億円の削減 『平成29年度　医療費の動向』より

概略

運動実施に係わる課題 →

一次産業に係わる課題 →

ネイチャーマッスル計画



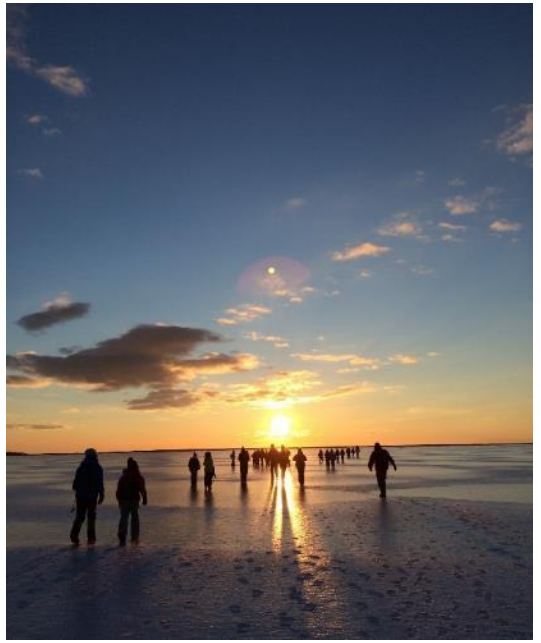
実現に向けたハードル

ネイチャートレーニング休暇の確立
当計画の周知
機会の継続性

きっかけは
食料基地十勝の
北海道大樹町

ここ！

http://www.town.taiki.hokkaido.jp/



海あり、山あり、川ありと自然豊かで
農業（畑作・酪農・畜産）、漁業、林業など
の一次産業が盛んな町

ネイチャーマッスル計画で

明るい未来へ

ご静聴
ありがとうございました!

添付資料１

ネイチャーマッスル計画

第２期スポーツ基本計画において成人の週1回以上のスポーツ実施率を65％程度とする。
国民に対してスポーツ実施率向上のための事業プランを広く募集するパブコンを実施

ネイチャーマッスル計画（案）

ネイチャー（自然）×マッスル（筋肉）

ビジネスパーソンと農林漁家をマッチング

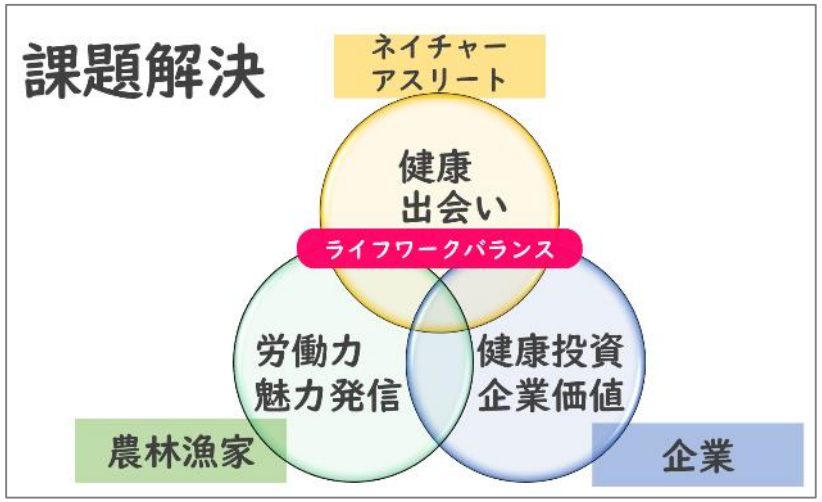
ネイチャートレーニングを通じて、運動実施率の向上・一次産業の活性化を図る

ネイチャートレーニング休暇を確立する

背景
運動実施に係る課題
一次産業に係る課題

効果
健康の保持増進、一次産業の活性化他
国民医療費　1兆5000億円の削減

課題
ネイチャートレーニング休暇の確立
当計画の周知
機会の継続性



しかも低コストでできる

既存の農林漁家に係わる取り組み
＋
既存のポータルサイト
＋
少しのやる気・元気・楽しむ気持ち

北海道大樹町

ネイチャーマッスル計画が
なぜ運動実施率の向上に寄与するのか？

身体の変化の実感
爽快感・充足感
自己有用感
コミュニティ
→ 運動・スポーツ実施のきっかけ

さまざまな
社会問題解決の糸口になり得る！

- 環境問題への関心向上 ← 自然や環境を学ぶ ← 自然とのかかわり
- 地域活性化・イノベーション ← 新たなコミュニティ形成 ← 多様な人材との出逢い
- 貧困格差の是正 ← 働き方改革・多様な収入源 ← 就業機会拡大・多様な働き方
- 医療費削減 ← 生活習慣病の予防 ← 運動実施率の向上

添付資料２

成人の週１回以上のスポーツ実施率を６５％程度とする目標

第２期スポーツ基本計画　スポーツ庁

提案：〇ネイチャーマッスル計画

概要：〇ビジネスパーソンと労働力を求めている農林漁家をマッチングさせ、一次産業に係わる作業（ネイチャートレーニング）を行うことを通じて、運動実施率の向上、一次産業の活性化を図ることを目的とした「ネイチャートレーニング休暇制度」の確立を目指す

〇運動実施と一次産業に係わる諸課題の解決に寄与する

〇ネイチャートレーニングを通じて身体を動かすことによる身体の変化・爽快感・充足感、人の役に立つ経験から自己有用感が高まる、新たなコミュニティ形が運動・スポーツ実施のきっかけとなる

〇実現に向けたハードルは、ネイチャートレーニング休暇の確立、当計画の周知、定期的・継続的な機会の提供

添付資料3

すぐにできること！

- 鈴木長官が大樹町でネイチャートレーニングに取り組む
- 明日、パブコンの事務局長が有休を取って畑へ
- スポーツ庁庁舎近くに畑をつくる！

添付資料4

用語の説明

- ネイチャーマッスル…「ネイチャー（自然）」と「マッスル（筋肉）」を掛け合わせたもの

- ネイチャーマッスル計画…ビジネスパーソンと労働力を求めている農林漁家をマッチングさせ、一次産業に係わる作業（ネイチャートレーニング）を行うことを通じて、運動実施率の向上、一次産業の活性化を図ることを目的とした「ネイチャートレーニング休暇制度」の確立を目指す計画

- ネイチャートレーニング…一次産業に係わる作業

- ネイチャートレーニング休暇…ネイチャートレーニングに係る休暇取得制度。
  １日４時間・週４日程度、一次産業に携わることができる休暇

- ネイチャーアスリート…ネイチャーマッスル計画に取り組むビジネスパーソン

- ライフワークバランス…生活の充実を基調に仕事との調和を図ること