

道の駅スポーツ施設化計画

～ 道の駅を健康づくりの場に
“そのついで”運動の促進～

By 菊池家



スポーツ

×



道の駅

目的

スポーツ × 道の駅

道の駅にスポーツ施設の機能をもたせる
ことにより、国民の運動習慣化を図る。

→ 国民のスポーツ実施率の向上

そもそも…

道の駅って？



道の駅

市町村などが設置する、安全で快適に道路を利用するための
道路交通環境の提供、地域のにぎわい創出を目的とした施設。

休憩機能



情報提供機能



地域連携機能



日帰り入浴施設

直売所、休憩スペース

要するに

このアイデアは...

日帰り入浴施設

直売所、休憩スペース

スポーツ施設

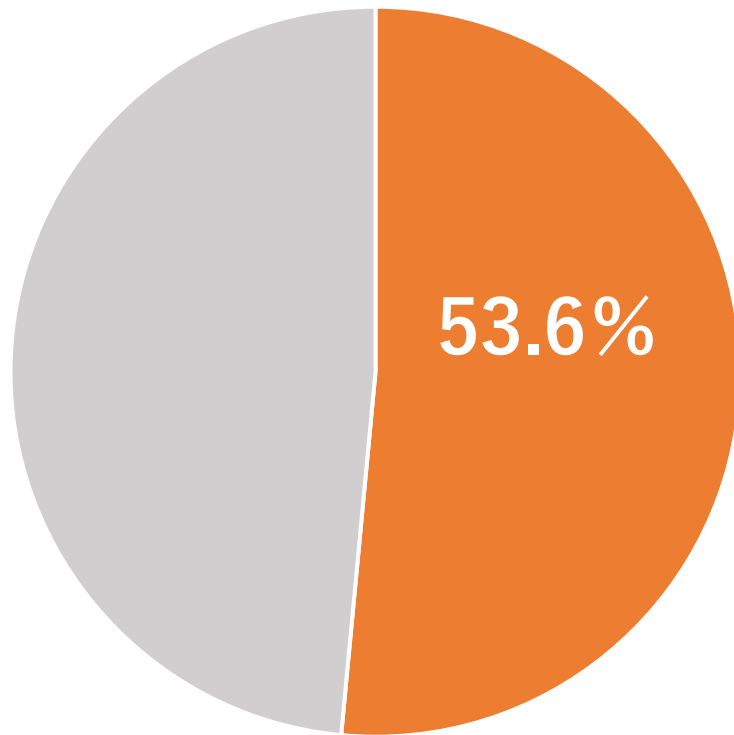
道の駅スポーツ施設化計画



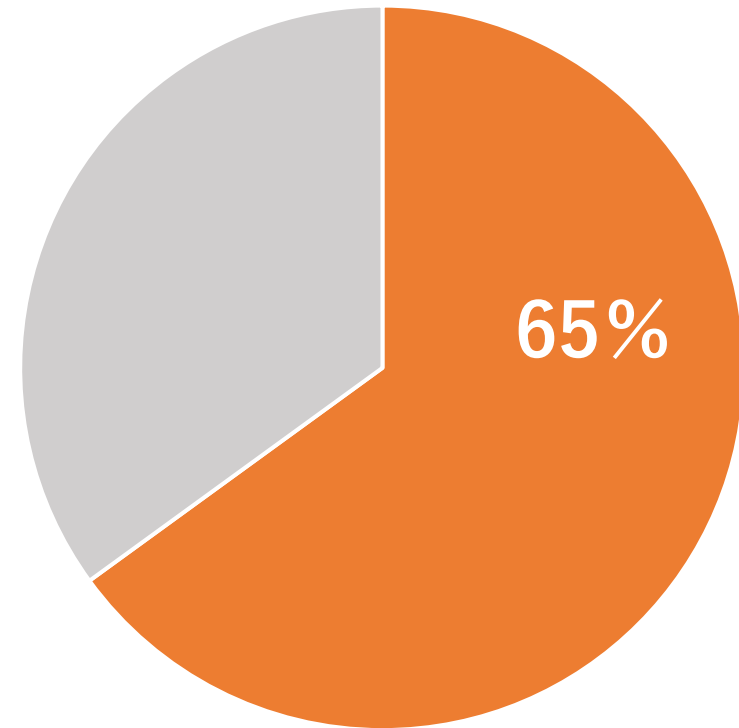
背景

週1日以上スポーツを実施する成人の割合

令和元年調査



目標値



■ 週1回以上

参考：スポーツ庁「令和元年度スポーツの実施率状況等に関する世論調査」

参考：第2期スポーツ基本計画

「仕事や家事が忙しいから」「面倒くさいから」
という理由で運動習慣が確立していない人がある。



43.7% *



27.5% *

*現在の運動頻度に満足していない人のうち

参考：令和元年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査

「この1年間、運動はしなかった。」
「現在運動はしておらず、今後もするつもりがない。」
という運動に無関心な人がいる。



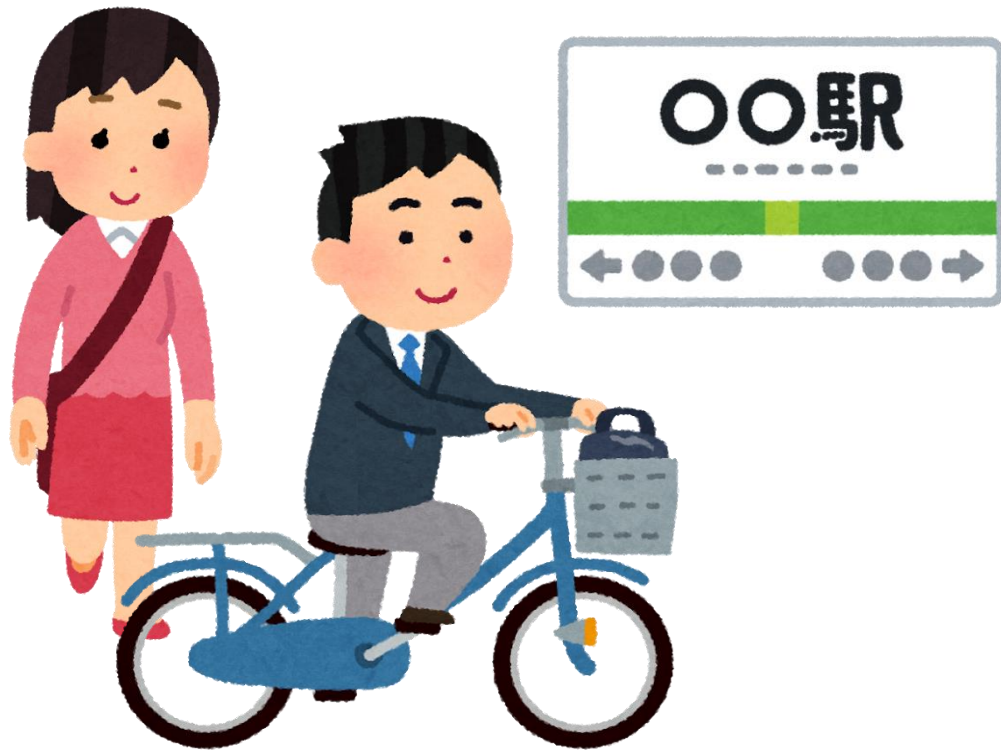
15.2%

国民のスポーツ実施率の目標値が定められているが、
さまざまな阻害要因により、運動習慣が確立していない
という現状がある。

さらに・・・

都市部と地方の生活スタイルのちがい

都市部



徒歩や自転車、公共交通機関中心

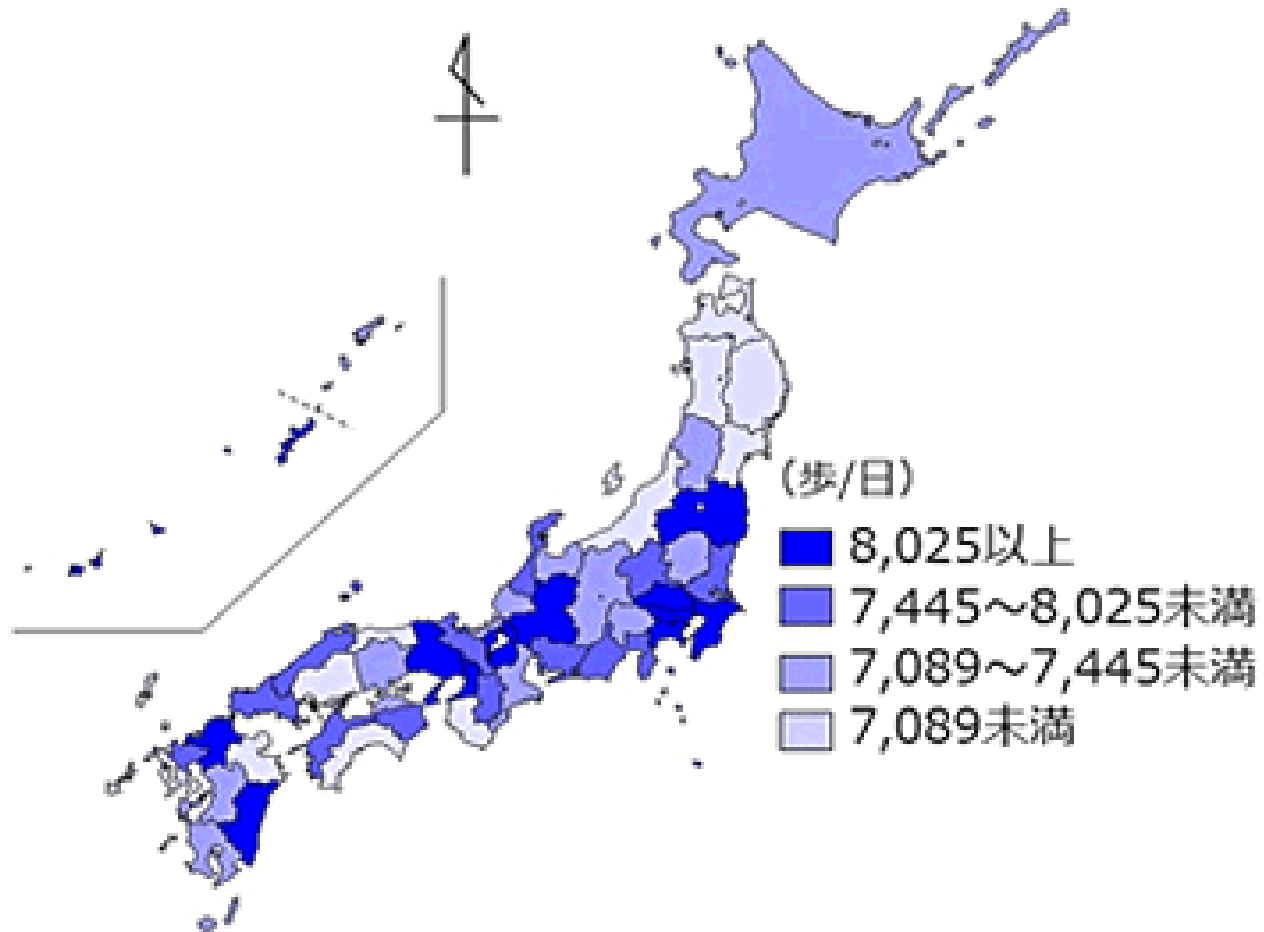
地方



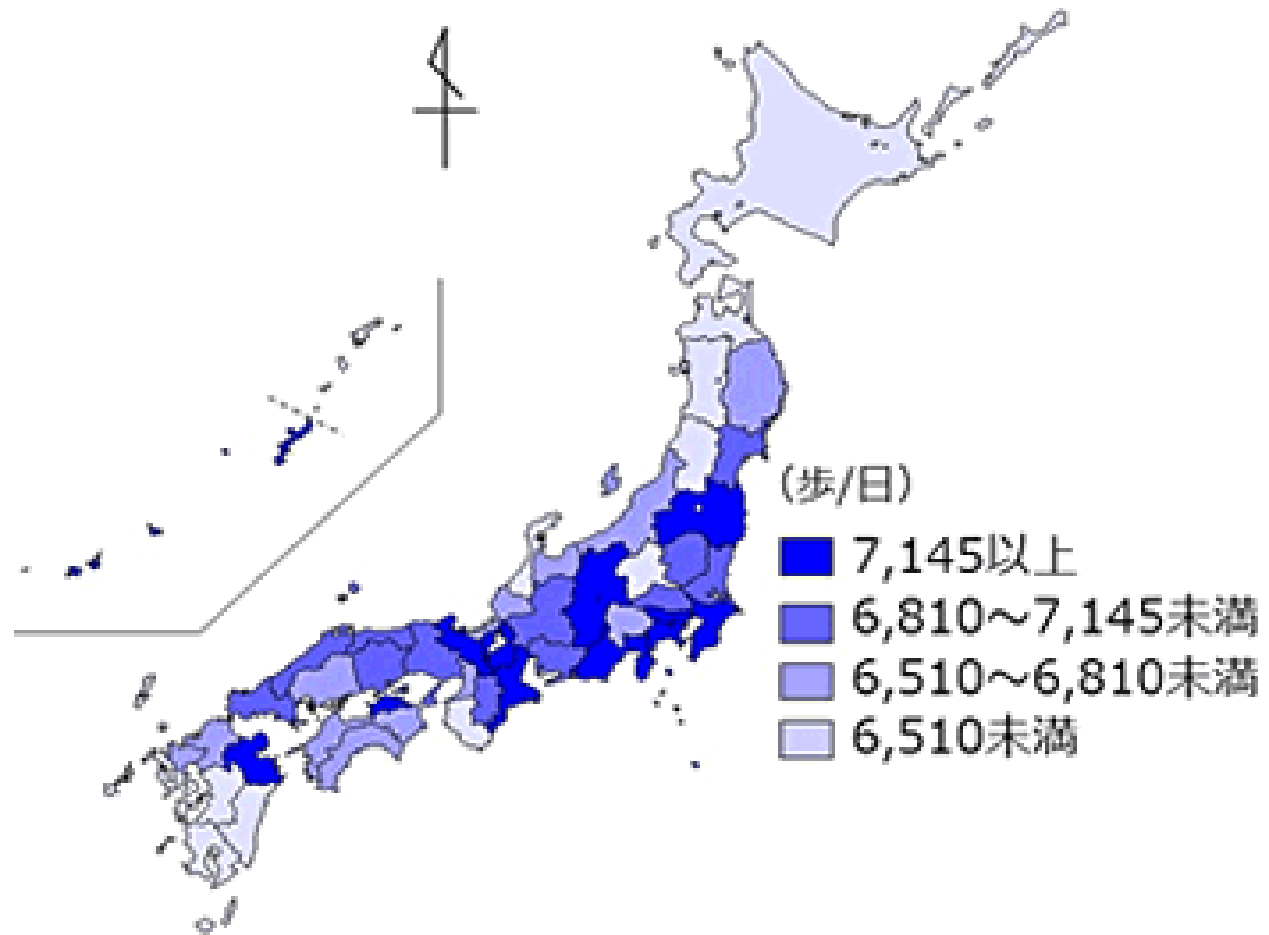
自家用車中心

歩数の平均値

男性（20～64歳）



女性（20～64歳）



生活スタイルの違いから、地方は都市部と比べて歩数の平均値が少なくなっていると考えられる。

※参照：スライド(20.21)

地方に住む日常的に車を利用する人々は、意識して歩くことや体を動かすことを心掛けなければ、身体活動量を増やすことができないと推測する。

この日本の現状に対して、

なぜ道の駅なのか

なぜ道の駅なのか…

理由 1

**“そのついで”運動に
もってこいの場所だから！**

道の駅は、地域住民や観光客など、多くの人々に開かれた場所である。利用目的の調査（スライド24参照）からも分かるように、道の駅は生活の導線の中にあるため、“ついで”の利用が促進されるといえる。

道の駅の利用目的

- ①休憩・トイレ
- ②食事・買物
- ③その「道の駅」にしかない施設の利用（入浴・体験等）
- ④その他

[回答]

項目	回答数	構成比
休憩・トイレ	12,026	44.9%
食事・買物	12,328	46.0%
その「道の駅」にしかない施設の利用（入浴・体験等）	1,529	5.7%
その他	921	3.4%
合計	26,804	100.0%

なぜ道の駅なのか…

理由 2

**車利用の多い地方の人々へ
アプローチできるから！**

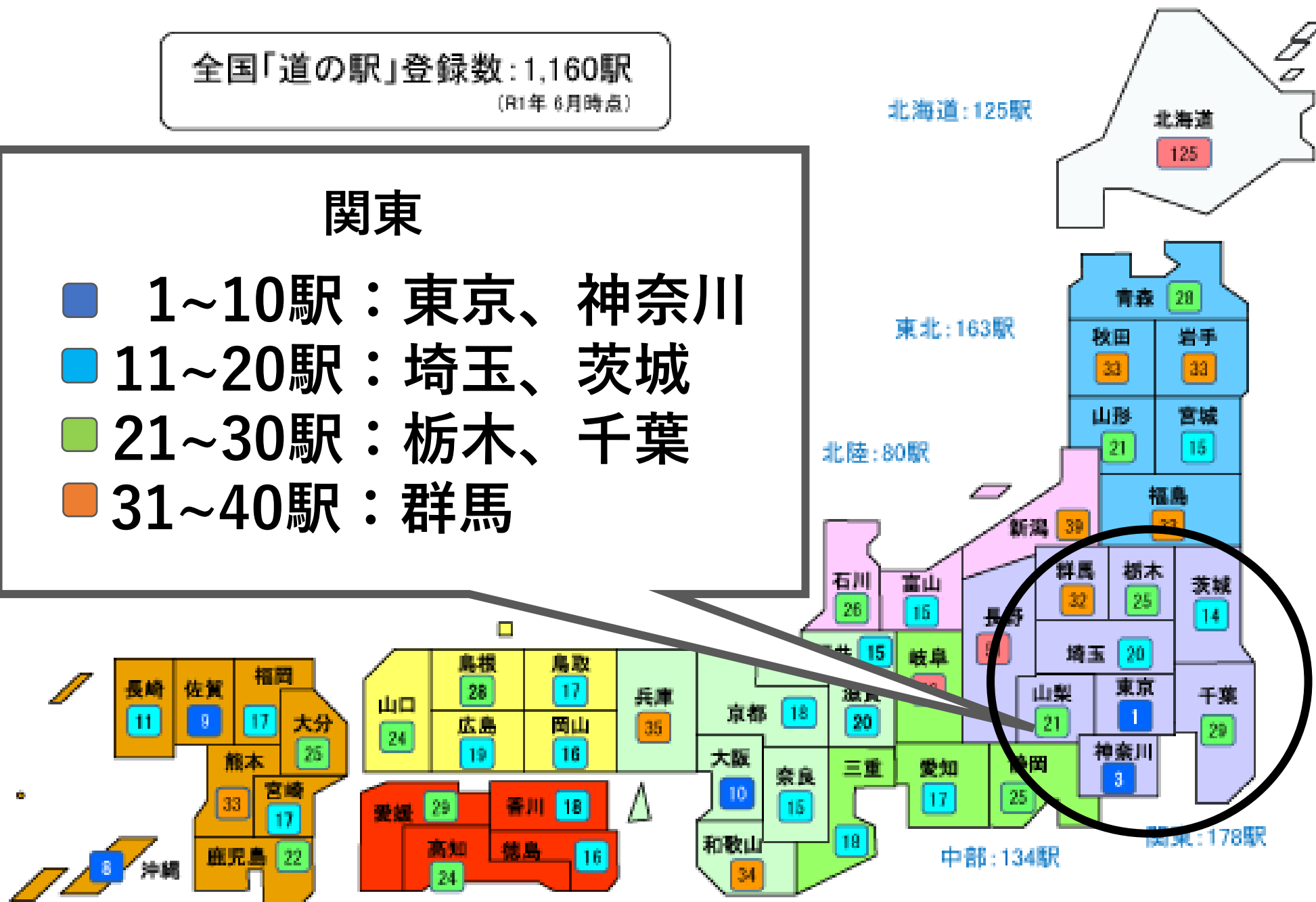
道の駅の設置数（スライド28参照）は、都市部より地方に多いことが分かる。
そのため、車利用が多く、日ごろの運動量が少ない人々に効果的にアプローチできる場所であるといえる。

全国「道の駅」登録数:1,160駅

(R1年6月時点)

関東

- 1~10駅：東京、神奈川
- 11~20駅：埼玉、茨城
- 21~30駅：栃木、千葉
- 31~40駅：群馬



四国:87駅

スポーツ × 道の駅

未来予想図

地域住民

観光客

“ついで”

スポーツ施設

道の駅



もし、この企画が実現したら

Aさん：買い物などの日常的な利用

Bさん：定期的な日帰り温泉の利用

Cさん：食事の利用

Dさん：休憩所としての利用

Aさん：買い物などの日常的な利用



直売所で買い物をする



ヨガ教室や
体操教室なども

スポーツ施設で
利用可能

“**そのついで**”に、
スポーツ施設の利用へ



ポイントが貯まる



直売所で買い物をする



ヨガ教室や
体操教室なども

スポーツ施設で
利用可能

“そのついで”に、
スポーツ施設の利用へ



ポイントが貯まる



直売場での購入によりポイントが貯まり、
施設利用料として使うことができる

→ スポーツ施設利用のきっかけの促進
→ 地産地消による地域の活性化

買い物ついでに運動など、生活の中に運動
の導線ができる。

→ 運動の習慣化

Bさん：定期的な日帰り温泉の利用



温泉施設の利用

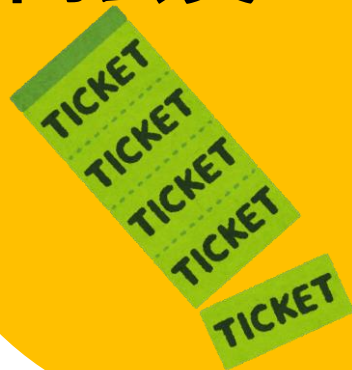


温泉施設と
プールが隣接

“**そのついで**”に
プールでひと泳ぎ



回数券の購入や、
年間会員への加入





入浴ついでに運動など、生活の中に運動の導線ができる。

回数券や年間の利用料を払っていることにより、支出に見合った利益を確保したいという欲求がうまれる。

→ 運動の習慣化

道の駅、スポーツ施設の継続的な利用者が確保され、施設運営にかかる資金を確保できる。

→ 利用者の増加による安定した施設経営

Cさん：食事の利用



食事を楽しむ



コミュニケーション・
情報交換

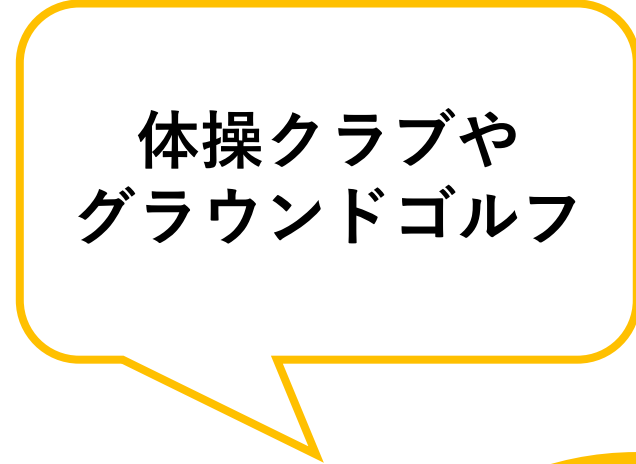
顔見知りができる

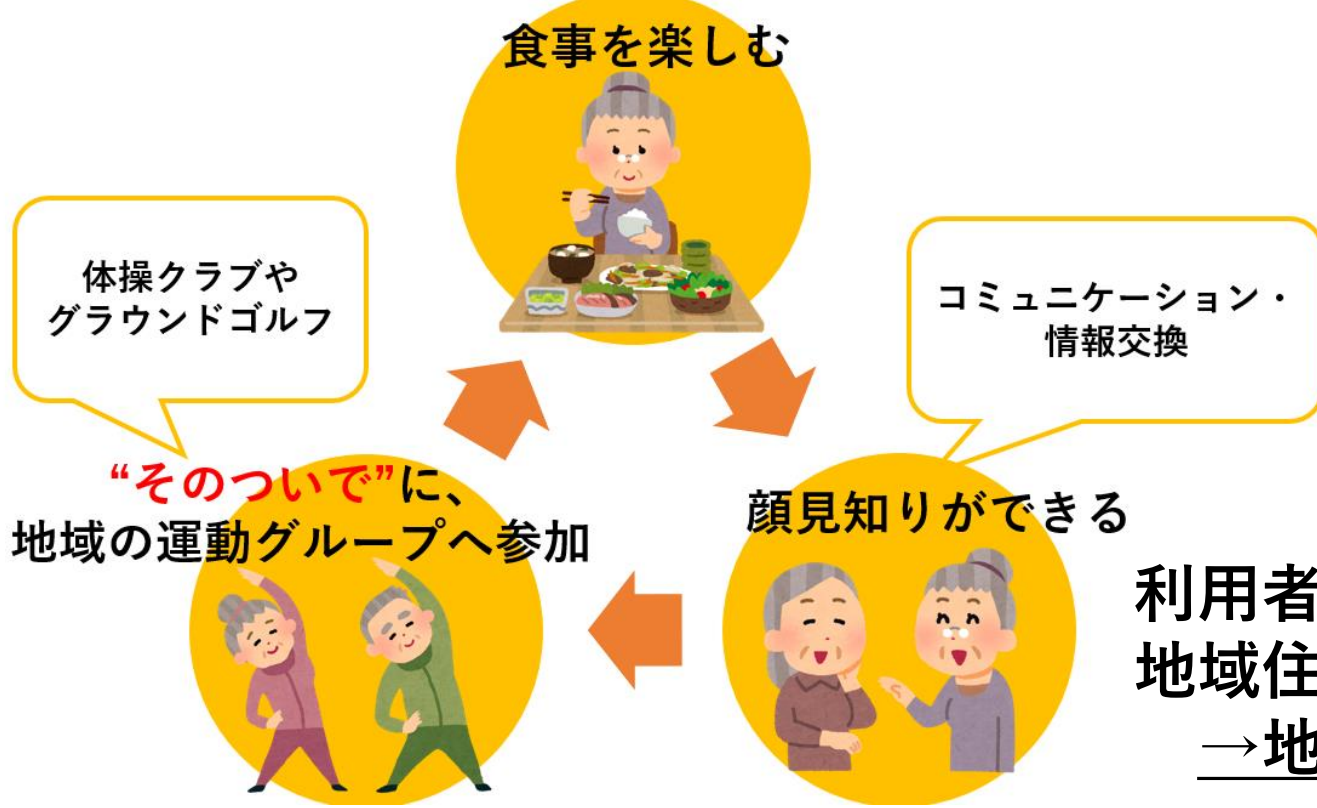


“そのついで”に、
地域の運動グループへ参加



体操クラブや
グラウンドゴルフ





利用者同士のつながりができる。
地域住民間での社会的なつながりが生まれる。
→ 地域コミュニティの活性化

地域住民にとっての憩いの場となる。
独居高齢者などの社会的な孤立を防ぐ。
→ 居場所の創出

人とのつながりが増えることにより、
運動グループへの参加が促進される。
→ 運動の習慣化

Dさん：休憩所としての利用



観光客 休憩所としての利用



観光情報も
ゲット

鉄棒などの
ストレッチ器具の使用

“そのついで”に、
ご当地グルメを堪能



“そのついで”に運転で
疲れた体をリフレッシュ



観光客
休憩所としての利用



観光情報も
ゲット

鉄棒などの
ストレッチ器具の使用

“そのついで”に、
ご当地グルメを堪能



“そのついで”に運転で
疲れた体をリフレッシュ



長時間運転での同じ姿勢によって体の疲れがでる。
道の駅利用時にストレッチ器具で体のコリの軽減
ができる。

→心身のリフレッシュ

地域住民だけでなく、観光客にも開かれた場所
であることから、観光によるインバウンドが期待さ
れ、地域のアピールにもつながる。

→地域活性化

応用

既にある資源の有効活用

● 道の駅の空きスペース

駐車スペースや、直売所スペースを利用した運動イベントの開催

● 公共スポーツ施設

公共スポーツは赤字経営という課題がある
公共スポーツ施設を道の駅化することで、さらなる利用者の獲得が狙える

● 健康増進施設

健康のために運動をしたいと思っている人が多い
しかし、厚労省が認定する健康増進施設の認知度や設置数はまだ少ない
道の駅＝健康づくりの場という新たな概念を作る



スポーツ実施率の向上 → SDGsへの貢献

WHOによると、身体活動の促進は持続可能な開発目標（SDGs）と深く関連しているとされている。道の駅スポーツ施設化が実現すると、国民のスポーツ実施率が向上し、SDGsへの貢献につながると言える。

出典：身体活動を高めるためのテクニカルガイド

この企画によって、

期待される効果

スポーツ × 道の駅

生活の中に、
“そのついで”運動の導線ができる

- スポーツ実施率の向上
- 運動の習慣化



スポーツ × 道の駅

開かれた交流の場になる

→ 地域コミュニティや地域の活性化

利用者の増加が見込まれる

→ 道の駅の利益向上、スポーツ施設の経営回復

健康づくりの場になる

→ 健康寿命の延伸



この企画のまとめ

スポーツ × 道の駅

道の駅にスポーツ施設の機能をもたせる
ことにより、国民の運動習慣化を図る。

⇒ 国民のスポーツ実施率の向上

ご清聴ありがとうございました。

提供 菊池家

参考資料

- ・平成30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Web広報マガジン 「数字で見るスポーツの価値」
- ・平成24年 国民健康・栄養調査結果 歩数の平均値
- ・高齢者の社会的孤立と貧困の実態

https://www.cao.go.jp/zei-cho/content/20150820_27zen16kai4.pdf

- ・安全・安心社会の確立に向けた国土交通行政の展開

<https://www.mlit.go.jp/hakusyo/mlit/h17/hakusho/h18/html/H1022100.html>

- ・スポーツ施設に関する調査研究事業（平成27年度）
- ・総合型地域スポーツクラブに関する現状と課題

https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/sports/025/shiryo/_icsFiles/afieldfile/2015/05/01/1357467_2.pdf

- ・厚生労働省HP 健康増進施設認定制度 <https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/undou04/>
- ・スポーツ基本法
- ・身体活動を高めるためのテクニカルガイド