

健康スポーツ部会（第12回）での主なご意見

＜国民の健康維持（健康二次被害対策を含む）＞

- コロナ禍における健康二次被害を懸念。特に認知機能が低下する高齢者の増加が著しい。スポーツの力で予防可能。啓蒙活動、具体化が重要。
- 妊婦の方と産後1～2年ぐらいのいわゆる子育て女性（妊産婦）のメンタルヘルスの悪化を懸念。エビデンスに基づいた政策の方向性を示すべき。
- マタニティスポーツによって産後鬱が低下するとの報告もある。
- 有酸素運動の実施による健康数値の上昇など、わかりやすい説明・周知が必要。
- 現在のコロナ禍、そしてアフターコロナの時に、どのようにスポーツや健康づくりに取り組んでいけば良いか、議論したい。

＜子供の体力低下＞

- コロナ禍における子供の体力低下を懸念。今後、どのような施策を講じていくか議論したい。

＜ビジネスパーソンにおけるスポーツ＞

- テレワークが浸透する中で、日常生活における運動量が少なくなっている企業人も多い。有益な情報を提供していくことが必要。
- コロナ禍で従業員の健康管理に不安を感じている企業は多い。運動不足、メンタルヘルス不調に対してスポーツは改善効果がある。

＜女性スポーツ＞

- 女性は気軽にインドアで、格好良くできるスポーツに関心を持つ傾向がある。ボディーメイクにも関心が高く、ヨガや筋トレなどのアプローチが実施率向上には効果的ではないか。

＜障害者スポーツ＞

- パラリンピックを含む障害者スポーツ関係の報道は多くなってきたが、障害のある人でスポーツを実施する方の割合は伸びていない。情報提供だけでなく、障害のある方をスポーツをやる場までどう結びつけていくか、どう連れていくかが重要。
- 特に障害者は外出の機会が少なく、不活性な状況が続くことで、生活習慣病の発症につながる。障害のある方も日常的に運動する機運を高めたい。

<スポーツ実施率向上全般>

- スポーツ実施率の向上には、最後の一步を踏み出せていない人へのアプローチが重要。コロナ禍で運動の重要性を痛感した方は多い。また、オンラインツールの活用等も重要。
- 行動計画は完成度が高い。その行動計画をどう実施するか、周知・広報するか、現場でどうすれば機能するか。そのような点を議論したい。
- 気軽にできる、運動負荷の低めの運動の推奨するのはどうか。一般市民が誰でも行えるダンスは高齢者にも人気。オンラインでの実施も選択できる。
- スポーツに親しみ、健康で長生きすることによって町民医療費の削減、また、国民保険も安くなる仕組みになるとよい。
- 保険者が実施する特定健診・保健指導などのメタボ対策や、企業が行う健康経営、健康投資などと連携しながら、働く世代のスポーツ実施率を引き上げたい。
- スポーツが苦手な方でも、楽しく、スポーツと思わず体を動かせるような取組を発信してはどうか。
- 健康格差を減らすという意味では、運動好きの人だけが運動するのではなく、多くの方が気軽に、親しみやすい運動環境にアクセスできることが非常に重要。
- 運動施設に行って指導者に会うのではなく、オンラインや ICT の組合せなど、新しい方策を活用することが重要。
- 行動計画の認知度を向上させ、実際に運動をしてほしい方に運動してもらえるような仕組みづくりが必要。
- アプローチとして、LINE などの SNS を活用し広く啓発する方法と、セグメントを絞り込んで、スポーツを実施する上での課題を解決する方法の両面を使い分ける必要がある。丁寧に分析し、解決せねばならない課題を把握した上で具体的なアクションを提案すべき。
- 女子高生が自分たちで運動会を考えて実施したように、自分事として、自分たちで何かを考えてイベントができると楽しい。そのような楽しい仕掛けを啓発してはどうか。
- 地面が芝生（人工芝でも可）になるだけでも行動変容が起こる。歩きやすい道路や走りやすい自転車専用の道路など、身近な施設の環境整備を実施すると良い。

○勝ち負けによらないスポーツの良さを発信することが必要。負けたら終わり、試合に出られない子供もいる。広く、スポーツをすることの楽しさを分かち合えるようにすることが必要。

○災害大国の日本において、スポーツ政策を考える際には自然災害への対応、新しい感染症が生まれたときの対応も視野に入れて考えていく必要がある。

<スポーツの定義>

○スポーツの定義（実施率の定義）を見直してはどうか。コロナ禍において、「ながら運動」などのちょっとした運動や、体を動かすテレビゲームなども増えた。

<地域スポーツ（部活動改革を含む）>

○部活動改革が本格化し、令和5年度から運動部活動を地域スポーツで実施することになる。地域におけるスポーツの環境づくり、総合型地域スポーツクラブの質的充実などを議論したい。

<スポーツマネジメント人材>

○地域・福祉・障害者スポーツ・部活動などの分野で、コーディネート・マネジメントする経営人材の育成・発掘をし、どう配置していくかが課題。行動計画を進めていく上でのキーになってくる。

<オリパラレガシー>

○オリンピック・パラリンピックが終わった後、それぞれの競技団体が、レガシーとしてどのような方向に進んでいくのか。

<スポーツ産業支援>

○健康二次被害を避けるためにもスポーツは重要。その実施環境としてのスポーツ施設やスポーツ用品の産業を支えて欲しい。

<デジタル化>

○デジタル化の実施はスポーツにも大きく寄与。特に過疎地域を中心に、デジタル化が進めば、行動計画の実行面でも、各地域に応じたサポートを行いやすくなる。

○高齢者でも、70歳代までと80歳代以上とでは体力もICTリテラシーも異なる。スポーツの観点からも重要な課題として捉えるべき。