

スポーツ実施率向上のための行動計画
～「スポーツ・イン・ライフ」を目指して～

平成 30 年 9 月 6 日
スポーツ庁

目次

1. スポーツ実施率向上のための行動計画策定の目的	1
2. スポーツ実施率向上のための行動計画を推進する意義	4
3. スポーツ実施率向上のための具体的取組	5
(1) 全体に共通する取組	8
(2) 主な対象ごとの取組	17
ア. 子供・若者向けの取組	17
イ. ビジネスパーソン向けの取組	21
ウ. 高齢者向けの取組	25
エ. 女性向けの取組	28
オ. 障害者向けの取組	31
4. スポーツ実施率向上のための行動計画の期間・評価	34
(1) 期間	34
(2) 評価	34
5. 終わりに	35
参考資料	36

1. スポーツ実施率向上のための行動計画策定の目的

2015年(平成27年)10月に発足したスポーツ庁は、「スポーツ基本法」(平成23年法律第78号)の趣旨を踏まえ、スポーツを通じ「国民が生涯にわたり心身ともに健康で文化的な生活」を営むことができるスポーツ立国の実現を最大の使命としている。【参考資料1-1】

また、「第2期スポーツ基本計画」(平成29年3月24日文科科学大臣決定)では、成人の週1回以上のスポーツ実施率を42.5%(平成28年度調査)から、65%程度とする目標を掲げている。【参考資料1-2】

現在、スポーツ実施率は51.5%(平成29年度調査)となり、上昇傾向にあるが、成人の半数近くはほとんどスポーツをしていないという状況でもあり、特にスポーツ実施率の低い層への対策が求められる。【参考資料2-1、2-2、2-3、2-4】

「スポーツ¹」は、スポーツ基本法の趣旨によれば、個人の心身の健全な発達、健康・体力の保持等を目的とする活動であり、国際的な競技力の競争を通じて国民に誇り、夢と感動を与え、さらには、地域・経済の活性化、共生社会や健康長寿社会の実現、国際理解の促進など幅広く社会に貢献する営みである。

ともすれば、「スポーツ」という言葉は、部活動や競技大会での印象から、激しい運動や勝敗を競うことと捉えている人も多いが、こうした法の趣旨にあるとおり、より幅広い身体活動として解されるべきである。「スポーツ」は、「deportare」(デポルターレ)という言葉の語源としてもいわれており、この「deportare」という言葉には、「運び去る、運搬する」という意味がある。転じて、精神的な次元の移動・転換、やがて「義務からの気分転換、元気の回復」、仕事や家事といった「日々の生活から離れる」気晴らしや遊び、楽しみ、休養といった要素を指している。過大な負荷をかけずとも、うまくはなくとも、楽しみながら体を動かすことが「スポーツ」である。

また、スポーツ実施率向上により、国民全体で「スポーツ」に親しみ、「スポーツ」に参画することの習慣づくりを広げていくことは、単に個人がその恩恵に浴するのみならず、国民の健康寿命の延伸に寄与するという社会的な便益をもたらすものとして、今日強く期待されている。

¹ 「スポーツ基本法」(平成23年法律第78号)において、スポーツは「心身の健全な発達、健康及び体力の保持増進、精神的な充足感の獲得、自律心その他の精神の涵養等のために個人又は集団で行われる運動競技その他の身体活動」と広く捉えられており、「スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは、全ての人々の権利」であるとされている。

スポーツには、競技としてルールに則り他者と競い合い自らの限界に挑戦するものや、健康維持や仲間との交流など多様な目的で行うものがある。例えば散歩やダンス・健康体操、ハイキング・サイクリングもスポーツとして捉えられる。

このように、スポーツは文化としての身体活動を意味する広い概念であり、各人の適性や関心に応じて行うことができ、一部の人のものではなく「みんなのもの」である。(第2期スポーツ基本計画(平成29年3月24日文科科学大臣決定))

そして、いよいよ、あと2年後に迫った 2020 年東京オリンピック・パラリンピック競技大会は、国民がスポーツに親しむ機運をより一層高める絶好の機会である。「第2期スポーツ基本計画」で掲げた「「する」「みる」「ささえる」スポーツ参画人口の拡大」という観点からは、アスリートのプレーを「みる」、ボランティアにより「ささえる」といったことから、「する」スポーツへの興味が喚起され、行動へつながることが期待される。2020 年東京大会では、我が国全体でスポーツの価値を再認識し、自らの健康・体力の保持等を図っていく、それがレガシーとなると考えられる。そして、これらの取組こそが、高齢社会の中にあっても、活力と誇りのある社会を創り出すことにつながるだろう。

また、2020 年東京大会の前年(2019 年(平成 31 年))にはラグビーワールドカップ 2019、翌年(2021 年(平成 33 年))にはワールドマスターズゲームズ 2021 関西が、いずれも日本で開催されるなど、この「ゴールデン・スポーツイヤーズ」とも称される、またとない機会を契機として、大会の盛り上げとともに自らもスポーツを楽しむという意識改革につなげていくことが望まれる。

しかし、冒頭に述べた「第2期スポーツ基本計画」で掲げた「成人の週1回以上のスポーツ実施率 65%程度(障害者は 40%程度)」「成人の週3回以上のスポーツ実施率 30%程度(障害者は 20%程度)」の達成に向けた道のりは決して平坦なものではない。

特に、「成人の週1回以上のスポーツ実施率 65%程度」という目標を達成するためには、約 2,000 万人が新たにスポーツに親しむ必要があることから、一人一人がこれまでのスポーツの捉え方を変えていくとともに、スポーツに取り組むきっかけを得やすい環境を整えることが必要である。その際は、日本のスポーツ界の在り方として一部で指摘される、規範を外れても勝利を追求しようとする志向(いわゆる勝利至上主義)、過度な上意下達や集団主義、科学的合理性の軽視、といった問題を取り除き、スポーツ・インテグリティ²を確立することが欠かせない。

これらを背景として、2017 年(平成 29 年)7月、スポーツ実施率の飛躍的な向上に向けた方策について検討するよう、スポーツ審議会に対して諮問を行い、まずは1年を目途に、スポーツ実施率の向上のための新たなアプローチや、即効性のある取組を行動計画としてまとめることを求めた。

これを受け、同審議会では、健康スポーツ部会を設置し、同年9月 20 日から6回にわたる審議を行った。同部会を中心とした検討を経て、平成 30 年8月 6日、答申をとりまとめた。

² スポーツ・インテグリティとはドーピング・暴力・ハラスメント等の不正がない状態、スポーツに携わる者の誠実性・健全性・高潔性と国際的に通念されている。(「経済財政運営と改革の基本方針 2018」より)

この答申を踏まえ、スポーツ基本法第 30 条の規定に基づくスポーツ推進会議の議を経て、ここに、「スポーツ実施率向上のための行動計画」を策定する。

今般の行動計画を取りまとめるに当たっては、一人でも多くの方がスポーツに親しむ社会の実現を目的とし、生活の中に自然とスポーツが取り込まれている「スポーツ・イン・ライフ」(生活の中にスポーツを)という姿を目指した。

なお、新たな制度創設・制度改正も視野に入れた中長期的な施策については、今後1年を目途に取りまとめを行う。

2. スポーツ実施率向上のための行動計画を推進する意義

スポーツの「楽しさ」や「喜び」こそがスポーツの価値の中核であり、さらに、継続してスポーツを「する」ことで、勇気、自尊心、友情などの価値を実感するとともに、自らも成長し、心身の健康増進や生きがいに満ちた生き方を実現していくことができる。例えば、日常的にスポーツを実施している人ほど、生活満足度が高い、ストレス解消効果を感じているとの調査結果もある。【参考資料 2-5】

また、スポーツをすることによる健康増進効果もある。広く認知されているように、糖尿病・高血圧・脂質異常症等には、生活習慣が大きく関係しており、食生活の見直し、禁煙、適度な睡眠の確保等と並んで、スポーツの実施も予防の重要な要素となってくる。

現在(2016年(平成28年)時点)、我が国の健康寿命は、男性が72.14歳、女性が74.79歳であり、平均寿命との差は男性が8.84年、女性が12.35年となっている。一人一人が病気や怪我を防ぐという予防の意識を高め、QOL(Quality Of Life)の維持・向上を図っていく必要がある。【参考資料 3-1】

本行動計画の推進により、国民一人一人がスポーツをすることを特別なことととらえずに、日常生活の中で自然にスポーツに親しむ「スポーツ・イン・ライフ」を実践することによって、スポーツの価値を享受するとともに、自らの健康増進、ひいては、健康寿命の延伸を図り、健康長寿社会³を実現していくことが求められている。

また、年代、性別、障害の有無等にかかわらず、全ての人々がスポーツを通じて、地域社会との絆を深めることは、健康長寿社会の実現と共に共生社会の実現に寄与するものである。

<健康長寿社会の実現に向けたスポーツの貢献イメージ>



³ 「日本では、2007年に生まれた子供の半数が107歳より長く生きる」と推計されており、我が国は健康寿命が世界一の長寿社会を迎えている。こうした人生100年時代においては、人々は、「教育・仕事・老後」という3ステージの単線型の人生ではなく、マルチステージの人生を送るようになる。また、長い人生を通して自分の家族を支えなければならないため共働き世帯が増えるなど、家族の在り方も変化していく。100年という長い期間をより充実したものとするためには、生涯にわたる学習が重要である。スポーツや文化芸術活動・地域コミュニティ活動などに積極的に関わることも、個人の人生や社会を豊かにする。(人生100年時代構想会議中間報告(平成29年12月))

3. スポーツ実施率向上のための具体的取組

スポーツ実施率の向上のためには、現在、スポーツを実施していない者を中心に、どのように働きかけを行っていくかという検討が中心となる。

実際には、一人一人のスポーツに対する意識や態度、境遇等が多種多様であることから、個別に対応することは現実的でなく、一定の限界を念頭に置きつつも、年代、性別等による対象毎に、その対応を考えていく必要がある。

そこで、まず、「全体」を対象とした取組を俯瞰しつつ、生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎づくりが求められるが、スポーツの実施について二極化が課題である「子供・若者⁴」、特にスポーツ実施率の低い「ビジネスパーソン」、相対的にはスポーツ実施率が高いが、健康・体力の保持等が必要であり、スポーツにより生活習慣病の改善や介護予防等が期待される「高齢者」について、それぞれの年代を対象とした取組をまとめた。加えて、男性と比較してスポーツ実施率の低い「女性」、スポーツ実施率が低く、未実施者の8割超が無関心層である「障害者」を対象とした取組も併せてまとめることとした。

また、上述したスポーツを実施していない者について、その根底には無関心層の存在があることに留意する必要がある。そのため、まずは、スポーツをする気にさせる施策を実施し、その情報を的確に発信して無関心層に届けることが重要である。

次に、スポーツの意義は理解し、自分でもスポーツをしたいと思っているものの、実行に移せていない層が存在する。例えば、三つの間（「時間」「空間」「仲間」）がないといった課題がある。そのため、スポーツをするきっかけづくり、環境面からのサポートが必要となる。

最後に、スポーツを始めた後、ドロップアウトしてしまった層が存在する。飽きてしまった、面倒になったといった理由で継続しないという課題がある。そのため、スポーツを習慣にするための後押しが必要となる。

このため、これらの段階別の視点を考慮する必要がある。

そして、打ち手となる施策を実施するためには、政府はもちろんのこと、地方自治体、産業界等を含む様々な主体が分野を超えて連携して、点から面の活動として取り組んでいく必要がある。

「それぞれの取組はよいものであるのにうまく連携できていない」という指摘もあるところであり、想定される実施主体を考慮する必要がある。

⁴ 「若者」の定義について、子ども・若者育成支援法上の規定はないが、同法に基づく大綱「子ども・若者ビジョン」（平成22年7月）においては、「思春期、青年期の者。施策によっては、40歳未満までのポスト青年期の者も対象。」とされており、思春期は中学生からおおむね18歳までの者。青年期は、おおむね18歳からおおむね30歳未満までの者とされている。

以上を踏まえて、スポーツ審議会における意見に加え、スポーツ庁において実施したスポーツ実施率向上のための施策募集(パブコン:パブリックコンペティション)の内容を取り入れ、本行動計画では、以下の3つの観点から、取り組むべき60の施策(再掲を含む)を取りまとめた。

[1] 施策の対象

広く国民全体に向けた取組のほか、主な対象は次のとおり。

- ・子供・若者
(スポーツの実施について二極化が課題である)
- ・ビジネスパーソン
(特にスポーツ実施率が低い(20代から50代までのスポーツ実施率は全体の平均を下回っている))
- ・高齢者
(相対的にはスポーツ実施率が高いが、健康・体力の保持等が必要である)
- ・女性
(男性と比較してスポーツ実施率が低い)
- ・障害者
(スポーツ実施率が低く、未実施者の8割超が無関心層である)

※なお、上述の整理においては、例えば、「ビジネスパーソンの女性」や「子供の障害者」といった、複数の対象に該当する者もありうる。

※この点につき、本行動計画では、「女性」と「障害者」について、重複する対象の施策(「子供・若者」、「ビジネスパーソン」、「高齢者」)をベースにしつつ、それぞれに特有の課題について、記述している。

[2] 施策の段階

- ・スポーツをする気にさせる施策
- ・スポーツをするために必要な施策
- ・スポーツを習慣化させるための施策

[3] 施策に取り組むべき主体

- ・国(政府)
- ・地方自治体
- ・産業界(企業・スポーツ産業)
- ・スポーツ団体等(ボランティア団体・大会運営組織等を含む)
- ・医療福祉関係者(医療保険者等を含む)

・学校等（保育所、認定こども園等を含む）

なお、本行動計画で取り上げた個々の施策は、必ずしも当該施策のみが独立しているものではなく相互に関連するものもあることに留意する必要がある。特に、家族や地域の仲間など、対象をまたいだ取組も含め、異なる対象の人が一緒にスポーツに取り組める環境づくりも重要である。

また、「新たなアプローチ」は、これまでの常識にとらわれない発想の転換を意味し、「即効性のある取組」は、期限を区切った目標設定を意味している。以下、対象ごとの取組について記述する。

(1)全体に共通する取組

全体に共通する取組として、スポーツそのものの捉え方について既成の概念を広げて、生活に身近なものであるという意識改革を図るとともに、スポーツ以外の分野と連携した誘引策によって無関心層に働きかける取組を実施していく。

その際、重要となる広報においては、そのターゲットを明確にしつつ共感性に着目した情報発信を行い、2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会等で醸成される機運を活かし、関連組織・団体と連携しながら、普及啓発を実施していく。

また、スポーツをする際に重要となる指導者や仲間、場所のマッチング機能の充実のため、検索可能なポータルサイトの開発等に取り組んでいく。

加えて、関係省庁との連携を深めて施策を推進していくことが重要であり、特に、スポーツと健康というテーマにおいて関係の深い厚生労働省とは両省の連絡会議を通じ、連携した取組を推進する。

<スポーツをする気にさせる施策>

[スポーツの捉え方の意識改革]

①スポーツには、皆が日常の中で楽しんで実施する身体活動も含まれるということを共有し、スポーツそのものの捉え方について意識改革を図る

- ・スポーツについて、激しい身体活動やつらいものとして考える必要はない、必ずしも勝ち負けにこだわるものでもない(楽しみとして体を動かすレジャー等も含む)という意識を共有する。
- ・ウォーキング、散歩、ひと駅歩き、階段昇降等も含め、目的をもって楽しく体を動かせば、それがスポーツである。スポーツはアスリートのものだけではなく、みんなのものであるという認識の情報発信をしていく。

【国、地方自治体、スポーツ団体等】<1>

[広報普及活動の充実]

②ターゲットを明確にし、共感できる情報発信を行う

- ・スポーツに興味がない、嫌いであるといった無関心層を誘うため、スポーツとは異なる側面から共感を得る情報発信を行う。
- ・影響力の大きい者(インフルエンサー)を積極的に活用するとともに、身近な人、職場の同僚、家族からの口コミによる広がりを念頭に置いた広報戦略を展開する。
- ・一部の地方自治体で導入されている「健幸スポーツの駅」の設置、「健幸

コンシェルジュ」・「健幸アンバサダー」の育成等の取組⁵も参考にし、地域でのアプローチ手法の高度化を図る。【参考資料 4-2】

- ・企業と現役トップアスリートをマッチングする「アスナビ⁶」の活用により、企業にスポーツを身近に感じてもらい、スポーツ実施のきっかけづくりを図る。
- ・YouTuber が視聴者のスポーツ参加を促す独創的な動画を作成し、一定期間公開し、総合的な評価基準によって優秀作品を決めるコンテストを実施する。
- ・スポーツ庁で実施するスポーツ実施率向上のための施策募集（パブコン：パブリックコンペティション）のように、広く政策立案に参加できるアイデアコンテスト等を開催し、スポーツを通じた健康づくりを皆で考えられる機会を作る。【参考資料 7-1】

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<2>

③ オリンピック・パラリンピアンなどアスリートによる発信を行う

- ・スポーツ観戦は好きという層に対して、自らスポーツを実施することの素晴らしさを、憧れとなるオリンピックやパラリンピアンなどのアスリートから発信し、共感を得られる取組を行う。

【国】<3>

④ 2020 年東京オリンピック・パラリンピック競技大会等を契機とした発信を行う

- ・2020 年（平成 32 年）に開催される東京オリンピック・パラリンピック競技大会に向けて醸成される機運を活かし、関連組織・団体と連携しながら、一人一人が望むかたちでスポーツを「する」「みる」「ささえる」ことの楽しさについて発信する。
- ・2019 年（平成 31 年）のラグビーワールドカップ 2019、2021 年（平成 33 年）のワールドマスターズゲームズ 2021 関西とも連動させた普及啓発活動を実施していく。

【国、地方自治体、スポーツ団体等】<4>

〔オリンピック・パラリンピック・ムーブメントの全国展開〕

⑤ オリンピック・パラリンピック教育を推進する

- ・2020 年東京オリンピック・パラリンピック競技大会を控え、公益財団法人東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会、公益財団法人日本オリンピック委員会（JOC）、公益財団法人日本障がい者スポーツ協会

⁵ 新潟県見附市及び静岡県三島市で取り組まれている事例。両市は、Smart Wellness Community (SWC) 協議会と協働して、これらの施策を推進している。産官学メンバーで構成されている SWC 協議会は、住民が健康で元気に幸せに暮らせる新しい都市モデルを目指す Smart Wellness City 首長研究会と連携して社会実験を進めている。

⁶ 企業と現役トップアスリートをマッチングする、JOC の就職支援制度。

(日本パラリンピック委員会(JPC))等と連携し、オリンピック・パラリンピックを題材にして、スポーツの価値や効果を再認識することを通じ、個人々のスポーツ実施に繋げていく。【参考資料 4-3】

【国、地方自治体、スポーツ団体等、学校等】<5>

[スポーツボランティアへの参加促進]

⑥ スポーツボランティア(ささえる)への参加促進に向けた取組を行う

- ・今後、スポーツボランティアの更なる増加が望まれているが、現状の参加人数は、まだ十分でない。スポーツボランティアから「する」スポーツに興味を持ってもらえるよう、スポーツボランティアの参加促進に向けた取組を実施する。
- ・イベント時のみではなく、日常的に地域でスポーツ現場を支えているボランティアの重要性も発信していく。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、学校等】<6>

[スポーツ以外の担当部局との連携]

⑦ 医療・健康・福祉等、他分野との連携を強化する

- ・次世代ヘルスケア産業協議会⁷や日本健康会議⁸、厚生労働省、経済産業省等との連携など、他省庁・他機関との一層の連携を図る。
- ・日本医学会総会や健康経営会議等、スポーツが貢献しうる関係学会やイベントとの連携も含めた協力体制を構築する。

【国、地方自治体、産業界、医療福祉関係者】<7>

[新たなスポーツへのアプローチ]

⑧ 既存のスポーツでは取り込めなかったスポーツ未実施層を取り込む新たなスポーツの開発・普及等を行う

- ・スポーツが得意ではなくても楽しめる新たなルール・スタイルによるスポーツの開発・普及により、既存のスポーツでは取り込めなかったスポーツ未実施層を取り込んでいく。
- ・さらに、多くの人々が新たなスポーツの開発(アイデアコンテスト、ハッカソン⁹等)にも興味を持って、積極的に参加できる仕組みを構築していく。

【国】<8>

⁷ 健康寿命延伸分野における民間の様々な製品やサービスの実態を把握し、供給・需要の両面から課題や問題点を抽出・整理し、対応策を検討するため、「日本再興戦略」に基づき、官民一体となって具体的な対応策の検討を行う場として、平成25年4月、「健康・医療戦略推進本部」のもとに設置。

⁸ 少子高齢化が急速に進展する日本において、国民一人ひとりの健康寿命延伸と適正な医療について、民間組織が連携し行政の全面的な支援のもと実効的な活動を行うために組織された活動体。

⁹ ハック(hack)とマラソン(marathon)を組み合わせた造語であり、様々なバックグラウンドを持つ人々と共にアイデアを発想し、短期間で集中して創り上げていくイベント。

⑨スポーツとは異なる視点からのスポーツ参加を促進する

- ・位置情報を活用した携帯ゲームによって街に出て歩くようになったという事例などにも見られるように、スポーツをするという意識を持たなくても(文化財を巡る、花を見てまわる、写真を撮るなど)、楽しみながら体を動かすことができる仕組みづくりを促していく。

【国】<9>

⑩大規模商業施設における顧客へのスポーツ実施を促進する

- ・スポーツを実施しようと思っていない無関心層を中心に、例えば、買物にきた顧客に対してインセンティブを与える形で、店内を歩くことを促進する取組等について、産業界の協力を得ながら、様々な業態・店舗に拡大していく。

【国、産業界】<10>

<スポーツをするために必要な施策>

[スポーツをする仲間づくり]

⑪一人一人が誘い合い、みんなでスポーツをする

- ・一人よりもみんなでスポーツをする方が健康面での効果が高いという調査結果があり、コミュニティの拡大にもつながることから、仲間を誘ってスポーツをすることの大切さを呼びかけていく。【参考資料 4-4】

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<11>

[スポーツをする場所の整備]

⑫既存施設や指導者の有効活用を図る

- ・地域が有するスポーツ指導者や公的スポーツ施設等について、官民が一体となってICTを活用し情報を集約化することなどにより、利便性向上や付加価値の向上を図り、スポーツ参画人口の増加やスポーツ施設の稼働率向上を通じて新たな指導ビジネスの創出、スポーツ施設の収入向上に資する取組を実証事業やガイドライン策定により支援する。
- ・「～未来につなごう～みんなの廃校プロジェクト」等とも連携し、廃校施設や余裕教室がスポーツ関係で有効活用されている事例を紹介する。
【参考資料 5】
- ・地方自治体、企業それぞれがニーズとシーズを必ずしも共有できていないため、マッチングのためのシンポジウム等を開催する。
- ・学校施設(校庭・体育館等)の開放を促進する。
- ・多様な人々が気軽にスポーツを実施できるよう、様々な施設のバリアフリー化やユニバーサルデザイン化を推進する。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、学校等】<12>

⑬総合型地域スポーツクラブに地域住民がより参画しやすい環境を整備する

- ・公益財団法人日本スポーツ協会(略称:JSP0)内に組織されている総合型地域スポーツクラブ全国協議会(SC 全国ネットワーク)が地域住民のスポーツ実施率を高めるための目標(スローガン)を立て、当該目標実現のための取組を喚起する。
- ・総合型地域スポーツクラブが地方自治体と連携して地域住民のスポーツニーズを的確に把握し、スポーツ・レクリエーション種目も含めた当該ニーズに対応する取組を行う。【参考資料 6-1,6-2】

【国、地方自治体、スポーツ団体等】<13>

〔仲間や場所のマッチング〕

⑭スポーツをする仲間や場所を見つけるマッチング機能の拡充を図り、スポーツ機会を増やす

- ・スポーツをしたいときに、仲間や場所を見つけられるマッチングシステム(アプリなど)の普及促進により、スポーツの実施を促す。
- ・スポーツ教室やイベントに関する情報、また、総合型地域スポーツクラブの活動情報やスポーツ施設、ランニングコース等の情報に関して一括で検索することができるデータベース型ポータルサイトの創設支援や、地域のニーズも踏まえた活用の促進を図る。そのために、地方自治体における施設情報等の開示を促していく。【参考資料 7-1,7-2】
- ・時間帯や範囲に関するルールづくり、プレイリーダー(遊びの先導役)や見守り役の配置、防球ネットの整備等により、公園等の身近な場所で安全にスポーツのできる空間を増やしていく。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<14>

〔スポーツ関係者に向けた発信〕

⑮「スポーツ推進アクションガイド」の普及を図る

- ・スポーツ参画人口の拡大に寄与している好事例をとりまとめ、2018年(平成30年)3月に策定された「スポーツ推進アクションガイド ～Enjoy Sport, Enjoy Life～」の普及を図る。
- ・スポーツ関係者等は、「スポーツ推進アクションガイド ～Enjoy Sport, Enjoy Life～」を参照し、自らも実施可能なものについて導入していく。

【参考資料 8】

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<15>

〔スポーツ実施に関わる人材の活用〕

⑩スポーツに関する人材の一層の活用を図る

- ・公益社団法人日本医師会が認定する「健康スポーツ医」、JSPO が認定する「公認スポーツ指導者」、公益財団法人日本障がい者スポーツ協会が認定する「障がい者スポーツ指導者」、公益財団法人健康・体力づくり事業財団が認定する「健康運動指導士」「健康運動実践指導者」等の有資格者をいかして、スポーツ実施の促進を図る。また、グッドコーチ育成のための「モデル・コア・カリキュラム¹⁰」の JSPO 公認「スポーツ指導者」資格への導入や、大学等への普及により指導者の質を確保する。【参考資料 9-1】
- ・国、地方自治体、全国スポーツ推進委員連合が連携し、総合型地域スポーツクラブやスポーツ団体等との連携・協働を促進することができるよう、スポーツ推進委員の活用を促進するとともに、その資質向上を図る。

【参考資料 9-2】

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、医療福祉関係者】<16>

〔スポーツを実施するための機運醸成〕

⑪スポーツ庁等の主催によるイベントを実施する

- ・スポーツ庁をはじめ、JSPO、公益財団法人日本レクリエーション協会、ニユースポーツ系団体、世界ゆるスポーツ協会、健康関係団体等が連携・協働してできるイベントを開催し、楽しみながら体を動かす魅力を伝える。
- ・スポーツ活動強化月間(5月、10月)の設定等により関係団体が連携して子供・高齢者(三世代)が参加可能なスポーツ教室・イベントを実施する。
- ・公益財団法人笹川スポーツ財団が実施している住民総参加型スポーツイベント「チャレンジデー¹¹」における地方自治体の参加を促す。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、医療福祉関係者、学校等】

<17>

〔「地方スポーツ推進計画」の策定の促進〕

⑫「地方スポーツ推進計画¹²」の策定を促進する

- ・地方自治体はそれぞれの団体で固有の事情を抱えているため、まずは、地域の課題を分析し、その課題に応じた策を講じていく必要がある。そのための「地方スポーツ推進計画」の策定及び必要に応じた改定を促進する

¹⁰ スポーツ指導者に求められる資質能力(思考・態度・行動・知識・技能)を確実に取得するために必要な内容を「教育目標ガイドライン(講義概要・目的やねらい・到達目標・時間数)」として国が策定したもの。

¹¹ 年齢・性別を問わず、日常的なスポーツの習慣化や住民の健康増進、地域の活性化に向けたきっかけづくりを目的とした住民総参加型のスポーツイベント。毎年5月の最終水曜日に開催され、人口規模がほぼ同じ自治体間で、午前0時から午後9時までの間に、15分以上継続して運動やスポーツを行った住民の数(参加率%)を競う。敗れた場合は、対戦相手の自治体の旗を庁舎のメインポールに1週間掲揚し、相手の健闘を称えるのがルール。

¹² 「スポーツ基本法」(平成23年法律第78号)第10条に基づき、地方自治体は、スポーツ基本計画を参酌して、その地方の実情に即した「地方スポーツ推進計画」を定めるよう努めるものとされている。

とともに、着実に実施されるよう、国も連携を図りつつ、取組を推進していく。その際、運動部活動の見直しに伴う環境整備について、適切に反映させる。【参考資料 10-1、10-2】

- ・課題の抽出、分析に加え、PDCA サイクルを回していくためには、JAGES¹³ プロジェクト等をはじめとした地域の客観的データと照会可能な形での連携を図ることを促進する。【参考資料 10-3】
- ・地方自治体において、スポーツ実施率等の調査を行い、達成目標や実績を公表することを促す。

【国、地方自治体】<18>

〔表彰の実施〕

⑱ 地方自治体の取組の表彰を実施する

- ・地方自治体のスポーツ実施率向上の先進的な取組を表彰するとともに、その取組をモデル事業として紹介し、全国的な展開を促す。

【国、地方自治体】<19>

＜スポーツを習慣化させるための施策＞

〔スポーツをすることによる効果のエビデンスの収集・発信〕

⑳ スポーツをすることによる効果を示した論文等を収集し、発信する

- ・スポーツの実施による健康面での効果が実感できると、スポーツを継続して実施していこうというモチベーションが高まるため、論文等の情報収集を図り、読みやすく、分かりやすい形で効果的に発信する。

【国】<20>

〔スポーツを継続して実施してもらうための地方自治体の取組への支援〕

㉑ 「運動・スポーツ習慣化促進事業」の活用を促すとともに、成果の普及・広報に努める

- ・多くの住民が運動・スポーツに興味を持ち、習慣化を図る地方自治体事業への定額補助を行う「運動・スポーツ習慣化促進事業」の活用を促す。
- ・これまで実施してきた事業について、効果的な事例について成果の普及・広報を実施する。【参考資料 11】

【国、地方自治体】<21>

¹³ Japan Gerontological Evaluation Study (日本老年学的評価研究) プロジェクト。健康長寿社会をめざした予防政策の科学的な基盤づくりを目標とした研究プロジェクトであり、全国 41 の市町村と共同し、30 万人の高齢者を対象に調査し、全国の大学・国立研究所に所属する研究者が多面的な分析を進めている。

〔新たなビジネスの促進〕

②スポーツの実施によりインセンティブが図られる取組を促進する

- ・近年、基準歩数をクリアした場合には、保険料のディスカウントが図られるなど、インセンティブが付与されるタイプの保険商品も開発されていることから、一般社団法人生命保険協会等と連携を図り、スポーツ実施率を向上させるための取組を促進する。

【国、産業界】<22>

〔継続的な取組とするための関連部署との連携〕

③まちづくり計画と連携する

- ・公共交通機関を利用しやすいように整備し、その利用を促進していくことによって、「歩く」ことが促進されるなどの効果もあることから、スポーツ担当部局だけではなく、健康に関する取組を実施している部局、まちづくりを担当している部局との連携を図っていく。

【国、地方自治体】<23>

〔スポーツを実施する際の安全確保〕

④安全なスポーツ活動を支援する

- ・個人での活動が中心となる種目（ウォーキング等）に関して、故障・事故に対する予防等について資料を作成する。
- ・スポーツイベント等における安全対策の普及啓発を実施する。
- ・健康スポーツ医、スポーツドクターや健康運動指導士等との連携促進を図る。
- ・高齢者や健康に不安のある者も安全・安心にスポーツに親しむことのできる環境の整備を支援する。

【国、地方自治体、スポーツ団体等、医療福祉関係者】<24>

なお、いかに効果的・効率的な政策を打てるかという観点からは、全体に横串を刺すものとして、以下の視点も重要である。

〔関係機関との連携〕

⑤省庁・地方自治体の垣根を超えて、政策の連携を図る

- ・「スポーツ推進会議¹⁴」の場等を通じ、厚生労働省、経済産業省、国土交通省等関係省庁との連携を図っていく。

¹⁴ 「スポーツ基本法」（平成23年法律第78号）第30条に基づき、関係省庁がスポーツに関する施策の総合的、一体的かつ効果的な推進を図るため、設置されている。構成省庁は、外務省、スポーツ庁、厚生労働省、農林水産省、経済産業省、国土交通省、観光庁、環境省。

- ・国民の健康づくりを進める厚生労働省とは、生活習慣病対策、企業における従業員の健康づくり対策、メンタルヘルス対策等において積極的に協力し、両省の連絡会議の実施や主管課長会議での連携を図る。
- ・「自転車活用推進計画」(平成30年6月8日閣議決定)における自転車を利用した健康づくりについて関係省庁間の連携を図る。
- ・地域活性化や観光、自然環境とのふれあい等、スポーツを主目的とした事業以外にもスポーツが貢献できる事業があることから、他省庁・他機関の施策との積極的な連携を図り、発信を行っていくとともに、連携のために必要となる、それぞれが持つ人材・施設等の情報共有についても検討する。
- ・地方自治体においても、スポーツの担当部局、健康部局、障害福祉部局等との連携を図っていく。

【国、地方自治体】<25>

(2) 主な対象ごとの取組

ア. 子供・若者向けの取組

- －スポーツの実施について二極化が課題となっており、生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎づくりが求められる。【参考資料 12-1、12-2】
- －幼児期に外遊びをよくしていた児童は日常的に運動し、体力も高い傾向にある。【参考資料 12-3】
- －学校段階を通じ、安全・安心な環境の下、学校の内外でスポーツを楽しむようにすることが求められる。

子供向けの取組としては、幼児期から、運動遊びを通じて、楽しみながら自然と身体活動が行える取組を推進する。JSPO の「アクティブ・チャイルド・プログラム」(ACP) 等の推進を図るとともに、それぞれの子供の得意な能力を伸ばせる取組を推進していく。【参考資料 12-4】

また、子供のスポーツ実施には保護者の影響も大きいことから、保護者の意識改革を促す必要もある。子供のスポーツ実施の重要性を啓発し、親子で参加できるイベントの実施などにも取り組んでいく。

さらに、子供がスポーツをする場として総合型地域スポーツクラブ、スポーツ少年団の更なる活性化を図っていく。

学校においては、体育・保健体育の授業の充実を図るとともに、運動部活動については、「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」(平成 30 年 3 月スポーツ庁策定)に沿った取組を行い、多様なニーズに応える。【参考資料 12-5、12-6】

また、生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎を培うことができるよう、指導力向上に向けた教職員研修の充実を図っていく。

大学については、大学横断的かつ競技横断的統括組織(日本版 NCAA (National Collegiate Athletic Association))の創設による大学スポーツの振興を通じて、スポーツを「する」人口の増加を図っていく。

<スポーツをする気にさせる施策>

[運動遊びの普及]

①楽しみながら多様な動きを身に付けることができる運動遊びプログラムの普及を図る

- ・運動遊びプログラム(JSPO の「アクティブ・チャイルド・プログラム」(ACP) 等)のプレイリーダー(遊びの先導役)やインストラクター(プレイリーダーの指導者)の資質の向上も視野に入れつつ養成し、普及を図るとともに、有資格者の活用を促進する。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、学校等】<26>

〔子供の発達段階に応じた指導〕

②中央競技団体等による子供の発達段階に応じた取組の実施を図る

- ・楽しいを主眼に子供の発達段階に応じた指導が可能となるよう、JSPO や中央競技団体等は競技別指導者の有資格者等を対象とした運動遊びプログラムの普及促進や、ジュニアスポーツ指導員資格の取得促進を図るとともに、スポーツ教室の実施、アスリート(OB・OG)派遣等の取組を実施する。

【国、スポーツ団体等】<27>

〔保護者へのアプローチ〕

③幼児・児童の行動に大きな影響力を持つ保護者に対して、幼児期・児童期における運動の重要性を啓発する

- ・運動遊びプログラムの実施による活動量の変化を計測し、運動・スポーツの習慣化に与える効果のエビデンスとする。また、事例紹介を含め、その周知啓発を図る。
- ・親子で参加できるスポーツイベントの充実を図るとともに、日常的に親子での運動遊びが促進される取組の実施を図る。企業においては、家族参加を可能とする企業運動会等の実施を図る。

【国、地方自治体、産業界、学校等】<28>

〔意欲を高める方策〕

④子供がスポーツに対する苦手意識を持たず、得意な種目を見つけることなどによって、スポーツに対する意欲を高めることを促進する

- ・体力テストの結果から、個々の子供の得意種目のグループを伝えることや、多様な評価指標を示すことにより子供の意欲を高める民間団体の取組を支援し、運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにする。
- ・スポーツに関する科学的知見に基づき運動能力を測り、個々の子供に合わせた練習方法を提供することにより、基礎的な運動能力を効率的に向上させる民間企業の取組を支援する。
- ・障害の有無や運動・スポーツの得意・不得意に関わらず、スポーツ行事に様々な人が参加できる機会の拡大を図る。
- ・体育の授業においては、2017年(平成29年)3月に公示された新小中学校学習指導要領、2018年(平成30年)3月に公示された新高等学校学習指導要領等を踏まえ、体力や技能の程度、年齢や性別及び障害の有無等に関わらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有できるようにする。

- ・障害のある児童・生徒などについては、学習活動を行う場合に生じる困難さに応じた指導内容や指導方法の工夫を計画的、組織的に行う。
- ・児童・生徒に対し、健康と運動・スポーツとの一層の関連を図るなど、健康教育の充実を図る。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、学校等】<29>

<スポーツをするために必要な施策>

[スポーツをする場所・仲間づくり]

⑤地域の実情に応じたスポーツ環境の整備を図る(運動部活動の見直し、総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団の更なる活性化を図る)

- ・学校や地域の実態に応じて、友達と楽しめる、適度な頻度で行える等、生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができる部活動を設置する。また、総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団等の地域と学校が協働・融合した形でのスポーツ環境整備を進める。
- ・総合型地域スポーツクラブとスポーツ少年団の連携による複数種目のスポーツ活動の実施を図る。
- ・スポーツ少年団においては、スポーツが好きではない子供や興味のない子供も活動に参加できるよう「アクティブ・チャイルド・プログラム」(ACP)等を積極的に導入するよう取り組むとともに、他競技を実施する団との交流等、複数種目のスポーツ活動の実施を促進する。
- ・地域住民の参画を得て、放課後等において安全・安心に運動・スポーツができる環境整備(放課後子供教室など)を促進するとともに、学校施設(校庭・体育館等)の開放を促進する。
- ・地域単位で設置されている体育振興会¹⁵等の取組を促進する。

【国、地方自治体、スポーツ団体等、学校等】<30>

⑥大学スポーツの振興に向けた支援を行う

- ・大学横断的かつ競技横断的統括組織(日本版 NCAA(National Collegiate Athletic Association))の創設による大学スポーツの振興を通じて、「みる」「ささえる」人口の増加が「する」人口の拡大につながる好循環を生み出す。
- ・生涯にわたってのスポーツの習慣化を促すため、大学等の高等教育において体育授業などスポーツ環境の充実が図られるよう促す。

【国、地方自治体、スポーツ団体等、学校等】<31>

¹⁵ 地域における健康増進や体力づくりを目的として活動する団体で、自治会や小中学校区を単位として組織されていることが多い。例えば、三島市においては、小学校区を単位として各自治会から選出された委員で組織されており、また、市内の各体育振興会を取りまとめた「三島市体育振興会連絡協議会」を組織し、市内の体育振興に関して連絡や意見交換等を行い情報共有を図っている。

<スポーツを習慣化させるための施策>

[幼児期運動指針の活用]

⑦ 幼児期運動指針に基づいた幼児期からの運動習慣づくりを推進する

- ・幼児期に体を動かして遊ぶことは、その後の運動習慣に影響を与えると考えられるため、幼児期運動指針やこれに基づく指導参考資料を活用し、また、「子供の運動習慣アップ支援事業」等による効果的な幼児期からの運動習慣の基盤づくりを推進する。【参考資料 12-7】

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、学校等】<32>

イ. ビジネスパーソン向けの取組

- －特にスポーツ実施率が低い(20代から50代までのスポーツ実施率は全体の平均を下回っている。)
- －「忙しくて時間がない」「場所がない」ことが、スポーツを実施できない理由として挙げられている。

ビジネスパーソン向けの取組としては、日々忙しく、まとまった時間や場所が確保できない中でも気軽に取り組むことができるウォーキングや階段昇降等のスポーツの実施を促進していく。そのため、平成29年度より実施している「FUN+WALK PROJECT」¹⁶の更なる推進を図っていく。【参考資料 13-1】

また、「健康経営¹⁷」や「データヘルス¹⁸」の取組も広がりつつあり、従業員の健康確保の重要性が認識されてきており、加えて、転倒等の労災防止に体力が必要という声もある。このため、企業から従業員への働きかけを促す必要があり、経営陣へのアプローチを強化していく。従業員個人のスポーツの実施を促進する企業を認定する「スポーツエールカンパニー¹⁹」制度の推進に加え、働き方改革や「プレミアムフライデー²⁰」といった取組とも連携しながら進めていく。【参考資料 13-2】

なお、取組の実施に当たっては、日本経済団体連合会、日本商工会議所等とも連携しながら進めていく。

<スポーツをする気にさせる施策>

[スポーツに対する意識の改革]

① 日常生活において気軽に取り組めることもスポーツであるという認識を普及させる。毎日10分又は週に1時間、スポーツをする時間を確保することを目指す

(例)

* 通勤時、外出時等の隙間時間にできるウォーキング、階段昇降もスポーツであるという認識を普及させる。

¹⁶ スポーツ庁が推進している、気軽に取り組める「歩く」ことに着目し、「歩く」に「楽しい」を組み合わせることで、自然と歩く習慣を身に付けるプロジェクト。2017年度は、ビジネスパーソンを主たる対象として、通勤時間や休憩時間等の隙間時間を活用して「歩く」ことを促進するため、「歩きやすい」服装での通勤を推奨した。

¹⁷ 経済産業省によれば、「健康経営」とは、従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践すること。企業理念に基づき従業員等への健康投資を行うことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらす、結果的に業績向上や株価向上につながることを期待される、とされている。

¹⁸ 医療保険者が、電子的に保有された健康医療情報を活用した分析を実施した上で、加入者の健康状態に即したより効果的・効率的な保健事業。

¹⁹ 社員の健康増進のためにスポーツの実施に向けた積極的な取組を行っている企業を認定する制度。

²⁰ 月末の金曜日に、個人が幸せや楽しさを感じられる体験(買物や家族との外食、観光等)や、そのための時間の創出を促すことで、(1)充実感・満足感を実感できる生活スタイルの変革への機会になる、(2)地域等のコミュニティ機能強化や一体感の醸成につながる、(3) (単なる安売りではなく)デフレ的傾向を変えていくきっかけとなる、といった効果につなげていく取組。

- * エレベーターやエスカレーターでの移動を階段移動に変えるなど、意識改善を図る。
- * 通勤時等にひと駅歩きをする。
- * 自分の中での「歩く」マップ(10分コース、20分コース)を作る。
- * 歩数計や歩数計アプリを活用して、自らの運動量を見える化する。
- * スポーツをするビジネスパーソンは格好いい、スポーツをすることは面白い、楽しいという印象を持たせる工夫をする。
- * 体力低下(運動不足)の気づきの機会の提供を促す。
- * 従業員のスポーツ&ヘルスリテラシーの向上を促す。

【国、地方自治体、産業界、医療福祉関係者】<33>

<スポーツをするために必要な施策>

[企業における従業員のスポーツ実施のための取組の啓発]

②企業において、従業員がスポーツを実施するための環境を整備する

(例)

- * 経営陣が「健康経営」の取組を進め、積極的にスポーツ実施を通じた従業員の健康確保を促す。
- * オフィス内の階段利用促進や利用しやすくするための仕掛けづくりに取り組む。
- * 雇用延長等により、これまでよりも高齢の従業員が増加する企業も多くなることから、体力の維持(転倒事故の防止等)が企業の活力につながることを理解を促進する。
- * 働き方改革、定時退社日の設定や「プレミアムフライデー」の推進、休暇取得の励行等により、従業員がスポーツに取り組みやすい環境を作る。
- * スポーツを通じた社内コミュニケーションの活性化、連帯感の高まりといった効果の例もあることから、企業におけるスポーツ大会等を実施する。
- * 企業内の部活動が活動しやすい環境(費用・場所等)を作る。
- * 自転車通勤を認め、シャワー・更衣室などを整備する。
- * 昼休み等の休憩時間を柔軟に取得できるようにする。
- * スポーツジムの利用やウォーキング大会への参加費などの補助を行う。
- * 「スマート・ライフ・プロジェクト²¹」等、他省庁・他機関等との連携を強化する。

【国、地方自治体、産業界、医療福祉関係者】<34>

²¹ 「健康寿命をのばしましょう。」をスローガンに、国民全体が人生の最後まで元気に健康で楽しく毎日が送れることを目標とした厚生労働省の国民運動。適度な運動では、「毎日プラス10分の運動」が推奨されている。

[スポーツの実施を支援する取組の促進]

③「スポーツエールカンパニー」認定制度の更なる認知度向上と認定企業の拡大を図る

- ・「スポーツエールカンパニー」の広報強化を図り、認定企業 500 社を目指す(2017 年度(平成 29 年度)は 217 社)。
- ・認定企業の好事例について、効果的な横展開が図れるよう、優良事例の表彰、アンバサダーの委嘱、シンポジウムの開催等を実施する。
- ・2018 年度(平成 30 年度)の「スポーツエールカンパニー」認定企業においては、スポーツ推進宣言とともに、企業の取組により、従業員のスポーツ実施率がどのように変化したか調査・報告を求める。
- ・「スポーツエールカンパニー」認定企業に対するスポーツ庁からの情報発信等の強化を図る。

【国、産業界】<35>

④「FUN+WALK PROJECT」の推進を図る

- ・「FUN+WALK PROJECT」では、これまでの生活リズムを見直し、今までよりもプラス 10 分(約 1,000 歩)歩くことを推奨している。無理のない範囲で、通勤時間や昼食時間、休憩時間等を活用して、気軽に「歩く」ことからスポーツの習慣づくりを促す。
- ・2017 年度(平成 29 年度)に取組を開始した「『歩きやすい服装』での通勤」の普及啓発に努め、引き続き推進するとともに、地方でも、休日でも取り組めるキーアクションを立案する。
- ・これらの取組の一体的推進を図り、本プロジェクトに共感する企業・地方自治体を増加させ、国民運動としての機運醸成を図る。

【国、地方自治体、産業界】<36>

<スポーツを習慣化させるための施策>

[スポーツを実施することの広報強化]

⑤「FUN+WALK PROJECT」の普及啓発において、「歩く」ことの効果を積極的に PR していく

- ・「歩く」ことにおけるエビデンスの提示・効果検証を実施し、プロジェクトの PDCA サイクルを回していく。これらにより、目標の再設定などを行っていく。
- ・効果検証により、特に無関心層を含めて多数の人が参加する仕組みを検討・構築していく。

【国】<37>

〔生活リズムを変化させる〕

⑥朝時間の有効活用をPRする

- ・「早寝早起き朝ごはん」運動とタイアップするとともに、朝、散歩やラジオ体操を行うことを奨励する。
- ・「ゆう活²²」の活用も含めた、朝早くからの業務スタイルを推奨する。

【国、地方自治体、産業界、学校等】<38>

²² 政府が進める夏の生活スタイル変革の提案。日照時間が長い夏に、朝早い時間に仕事を始め、早めに仕事を終えることで、まだ明るい夕方の時間を有効に活用し、生活を豊かにしようという取組。

ウ. 高齢者向けの取組

- ー相対的にはスポーツ実施率が高いが、健康・体力の保持等が必要であり、体力の低下にも配慮したスポーツを継続できる環境づくりが求められる。
- ースポーツにより生活習慣病の改善や介護予防等が期待される。【参考資料 14】

高齢者向けの取組としては、無理なく実施できるスポーツ・レクリエーションプログラムの活用・普及を図りスポーツの実施を促すとともに、フレイル²³の予防や介護予防のための取組等も含め、スポーツの効果を感じながらできるだけ長くスポーツを楽しめる環境整備を図っていく。

また、スポーツを始めるきっかけづくりとして、普段、高齢者と接する機会の多い、かかりつけ医や保健師等との連携を図り、スポーツへの誘引を図る。

さらに、高齢者は地域コミュニティの中での活動が中心となることから、地方自治体における「地方スポーツ推進計画」の策定や関係部署間の連携、まちづくり計画との連携を促していく。

<スポーツをする気にさせる施策>

〔高齢者でも可能なスポーツの普及〕

① スポーツ・レクリエーションプログラムの普及を図る

- ・スポーツ・レクリエーション活動のプログラムの活用・普及を図る。
- ・既存のスポーツの枠にはとられない新たなルール・スタイルによるスポーツの中には、高齢者も無理なく参加できる種目もあるため、これらのスポーツの活用・普及を図る。

【国、地方自治体、スポーツ団体等】<39>

〔気づきの機会の提供〕

② かかりつけ医、保健師等と連携する

- ・退職により、生活の中心がこれまでの勤務先から地域に変わる者も多いところ、当該者の日々の健康状態をよく知るかかりつけ医や保健師等によるスポーツプログラム等の紹介が可能となるよう、連携を図る。
- ・健康スポーツ医、スポーツドクターやアスレティックトレーナー等とも連携し、指導者の育成等も含め、高齢者の状態に応じた指導ができる体制の構築を図る。

【国、地方自治体、スポーツ団体等、医療福祉関係者】<40>

²³ 「加齢に伴う予備能力低下のため、ストレスに対する回復力が低下した状態」を表す“frailty”の日本語訳として日本老年医学会が提唱した用語。フレイルは、要介護状態に至る前段階として位置づけられるが、身体的脆弱性のみならず精神心理的脆弱性や社会的脆弱性などの多面的な問題を抱えやすく、自立障害や死亡を含む健康障害を招きやすいハイリスク状態を意味する。

〔身近なコミュニティにおけるスポーツ機会の提供〕

③ 高齢者の身近なコミュニティにおいてスポーツの効能の普及啓発やスポーツ・レクリエーション活動を行う機会を確保する

- ・公益財団法人全国老人クラブ連合会との連携を深めるとともに、各地域におけるスポーツ団体等と連携し、高齢者の身近なコミュニティにおいてスポーツの効能の普及啓発やスポーツ・レクリエーション活動を行う機会を確保する。
- ・地域において、地域包括支援センター²⁴との連携や、スポーツボランティアの活用も含め、介護予防の場との連携を図る。

【国、地方自治体、スポーツ団体等、医療福祉関係者】<41>

＜スポーツをするために必要な施策＞

〔「地方スポーツ推進計画」の策定の促進〕

④ 「地方スポーツ推進計画」の策定を促進する

- ・地方自治体はそれぞれの団体で固有の事情を抱えているため、まずは、地域の課題を分析し、その課題に応じた策を講じていく必要がある。そのための「地方スポーツ推進計画」の策定及び必要に応じた改定を促進するとともに、着実に実施されるように国も連携を図りつつ、その取組を推進していく。
- ・課題の抽出、分析に加え、PDCA サイクルを回していくためには、JAGES プロジェクト等をはじめとした地域の客観的データと照会可能な形での連携を図ることを促進する。
- ・地方自治体において、スポーツ実施率等の調査を行い、達成目標や実績を公表することを促す。

【国、地方自治体】<42>

〔表彰の実施〕

⑤ 地方自治体の取組の表彰を実施する(再掲)

- ・地方自治体のスポーツ実施率向上の取組を表彰するとともに、その取組をモデル事業として紹介し、全国的な展開を促す。

【国、地方自治体】<43>

²⁴ 市町村が責任主体となって、地域住民の心身の健康の保持及び生活の安定のために必要な援助を行うことにより、地域住民の保健医療の向上及び福祉の増進を包括的に支援することを目的として、包括的支援事業等を地域において一体的に実施する役割を担う中核的機関として設置される機関。

<スポーツを習慣化させるための施策>

[継続的な取組とするための関連部署との連携]

⑥まちづくり計画と連携する(再掲)

- ・公共交通機関を利用しやすいように整備し、その利用を促進していくことによって、「歩く」ことが促進されるなどの効果もあることから、スポーツ担当部局だけではなく、健康に関する取組を実施している部局、まちづくりを担当している部局との連携を図っていく。

【国、地方自治体】<44>

エ. 女性向けの取組

- －男性と比較してスポーツ実施率が低い。【参考資料 15-1、15-2】
- －スポーツの実施における女性特有の課題に十分な対応がなされていない。

女性向けの取組としては、女性のスポーツ実施の促進、スポーツをしない要因を考慮したアプローチを進めていく。

妊娠・出産・子育て期において、気軽にスポーツができるプログラムを開発するとともに、女性のスポーツ実施につながる環境整備を図る。その際には、JSPO において設置された女性スポーツ委員会とも連携を図っていく。

また、女子生徒のスポーツ実施の二極化や、食べない・運動しないことによる痩せすぎ、身体機能の低下も懸念されていることから、正しい知識の浸透を図るとともに、スポーツをすることの効果を打ち出しつつ、「女性のスポーツ促進キャンペーン(仮称)」を実施する。

<スポーツをする気にさせる施策>

[特性に応じたスポーツ実施促進のためのアプローチ]

①スポーツを実施していない女性に対するアプローチを実施する

- ・妊娠・出産・子育て期など激しい運動ができないときや時間や場所に制限がある中でも気軽にスポーツができるプログラムを開発する。
- ・女性のスポーツ実施率の向上について、女性をはじめ国民及び幅広い関係者に対してメッセージを発信する「女性のスポーツ促進キャンペーン(仮称)」を実施する。
- ・総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団と連携し、中学生・高校生の運動部活動以外のスポーツ活動の場としていかすようにする。

(アプローチの例)

- * 高校進学に伴い、スポーツから離れる生徒が多いことを踏まえ、多様なニーズに応じた運動・スポーツを行うことができるよう、学校運動部活動改革を進めるとともに、学校外でのスポーツ実施の機会の確保を図る。
- * 激しい運動ばかりではなく、ゆったりスポーツを楽しむ意義の発信を行う。
- * メタボ対策では、食事の節制が中心となるが、若い女性は、「痩せ願望」に陥る例も多いことから、「しっかり食べてスポーツをする」大切さを訴えていく。【参考資料 15-3】

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、学校等】<45>

②都道府県ごとに「女性スポーツアンバサダー(仮称)」を任命し、普及啓発に活用する

- ・都道府県の特徴をいかし、格好良くスポーツ活動するロールモデル、オピニオンリーダー、モデル等を起用する。

【国、地方自治体】<46>

[スポーツの必要性の普及促進]

③健康問題について働きかける

- ・「食べない」「運動しない」ことによる健康への影響の発信などを進めつつ、女性に対するスポーツ実施の普及啓発を図る。
- ・スポーツをしている女性に対しては、FAT(女性アスリートに特有の3つの兆候であり、摂食障害、無月経症、骨粗鬆症を指す)のリスクについて理解を促進させる。
- ・女性の中で人気のあるヨガやピラティス等をきっかけとした普及啓発を図る。
- ・子供の頃から異年齢の人とスポーツをする機会を持つことや、体を動かすことの重要性について親子で理解する仕組みづくりを図る。

【国、地方自治体、産業界、医療福祉関係者、学校等】<47>

<スポーツをするために必要な施策>

[女性がスポーツをしやすい環境づくり]

④女性が参加しやすい施設・プログラムづくりをする

(例)

- * 女性が一人でも参加しやすいように、シャワー・更衣室等の環境面の改善を図る。
- * スポーツプログラムやウォーキング大会等のイベントにおいては、体力のない女性や運動の苦手な女性にも配慮した内容とする。
- * 例えば、母親がスポーツクラブへ行っている間に子供を預かってもらうことができるなど施設・人員面で配慮を行う。
- * ショッピングモールなどの女性が立ち寄りやすい場所で、気軽にスポーツを実施できる環境を作る。
- * 夜間にウォーキング等ができる場所の確保などスポーツをしやすい環境づくりを図る。
- * 激しいスポーツだけではなくゆるいスポーツも楽しめる環境づくりを図る。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<48>

⑤ 子供と一緒にスポーツができる環境づくりをする

- ・子供がスポーツを実施している際、送迎を行っている親(父親も対象とする)がスポーツをできる環境を整備する。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<49>

⑥ 女性スポーツに関する医・科学的知見の普及啓発を図る

- ・スポーツ実施率向上のため、2018年(平成30年)3月に発足したJSPOにおける女性スポーツ委員会や一般社団法人女性アスリート健康支援委員会と連携を図るとともに、JSPO等が開催する女性の継続的なスポーツ実施に向けたスポーツ指導者向け研修会等を活用しながら、女性がスポーツに参加する上で必要となる分野横断的な医・科学的知見の普及啓発に取り組む。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、医療福祉関係者】<50>

<スポーツを習慣化させるための施策>

[日常生活で気軽に続けられる仕組みづくり]

⑦ 日常生活の場でのスポーツ実施を促進する

- ・曜日や時間帯等に考慮し、女性がそれぞれのライフイベントの中でも気軽にスポーツを継続できる環境を作る。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<51>

⑧ 子供と一緒にスポーツができる環境づくりをする(再掲)

- ・子供がスポーツを実施している際、送迎を行っている親(父親も対象とする)がスポーツをできる環境を整備する。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等】<52>

オ. 障害者向けの取組

- －スポーツ実施率が低いほか、未実施者の8割超が無関心層である。【参考資料 16-1】
- －障害者はスポーツの機会・情報が限られていることや周囲のサポートが必要であることなどから、障害のある者とない者が共に実施する取組が必要不可欠となってきた。

障害者向けの取組としては、障害者が身近な場所でスポーツを実施できる環境、幼少のうちから学校や家庭などで遊びを通じて体を動かす楽しみを習得する環境を整備するとともに、自分と同じ障害を持つ人がスポーツを始めたときの事例など、参考となるロールモデルの提示により、スポーツへの関心向上、スポーツをするきっかけづくりを促していく。【参考資料 16-2,16-3】

また、障害のある児童生徒がスポーツの価値・楽しさを体験できる「Special プロジェクト 2020」の取組等を実施していくほか、障害者以外に対しても障害者スポーツ種目の体験・理解の促進を図っていく。【参考資料 16-4】

さらに、障害者スポーツを「ささえる」人材として、障害者スポーツを指導する人材育成等にも取り組んでいく。

＜スポーツをする気にさせる施策＞

〔障害者がスポーツの価値・楽しさを体験できる取組の促進〕

① ロールモデルを提示する

- ・障害者自身がどのようにスポーツに取り組んでいるのか、利用施設や施設へのアクセス方法、スポーツをする上での工夫の仕方などの情報を含めて、ロールモデルとして、障害者に対して情報提供を図るとともに、障害者自身からの情報発信も促す。その際、散歩、ウォーキング、水泳、体操など、身近で気軽に親しめるものもスポーツであるという意識の浸透を図る。

【国】＜53＞

② 「Special プロジェクト 2020」等を推進する

- ・特別支援学校の児童生徒がスポーツの楽しさや感動を体験できる取組として、2020年(平成32年)に全国の特別支援学校でスポーツ・文化・教育の全国的な祭典を開催するためのモデルづくりを進める。
- ・障害の有無にかかわらず参加できるスポーツ大会の普及など、一般のスポーツ行事に障害者が参加する機会の拡大を図る。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、学校等】＜54＞

〔気づきの機会の提供〕

③障害者以外に対する障害者スポーツ種目の体験・理解を推進する

- ・特別支援学校関係のPTAや、特別支援学校や特別支援学級の担当教員、障害者福祉施設・関連サービスの関係者など、障害者との接触が多い人々に対して、障害者スポーツ種目の体験の機会や情報の提供など、理解増進を図る。また、通常の学校に通う障害のある児童生徒の保護者や担当教員に対しても、同様に情報提供等が行われるよう努める。

【国、地方自治体、産業界、医療福祉関係者、学校等】<55>

＜スポーツをするために必要な施策＞

〔地域における障害者スポーツの環境整備〕

④身近な場所でスポーツを実施できる環境を整備する

- ・各地域における課題に対応して、例えば医療・福祉施設との連携や総合型地域スポーツクラブへの障害者の参加・受入れの促進等により、身近な場所でスポーツを実施できる環境の整備等を図る。
- ・特別支援学校では中学校・高等学校に比べて運動部活動の実施環境が限られていることも踏まえ、地域のスポーツクラブ等と連携した運動部活動の設置など、特別支援学校等を活用した地域における障害者スポーツの拠点づくりを進める。また、学校卒業後の障害者のスポーツ機会を確保するため、学齢期に慣れ親しんだ特別支援学校の体育施設を利用できるように、在学中からの周知啓発に努める。
- ・その際、通常の学校に通う障害のある児童生徒のスポーツの実施環境の整備が、間が抜けることのないよう、その体育や運動部活動等の実施状況を確認し、その状況に応じた対応を図る。
- ・在学中から学校卒業後を通じ、また中途障害者を含めた視野に立って障害者のスポーツ機会を提供するため、地方自治体の各関係部局、学校、スポーツ団体、医療福祉関係者等の連携を図る。
- ・散歩、ウォーキングなどの日常生活において気軽に取り組めるスポーツを実施できるよう、様々な施設のバリアフリー化やユニバーサルデザインなどについて、まちづくりを担当している部局との連携を図っていく。

【国、地方自治体、スポーツ団体等、医療福祉関係者、学校等】<56>

⑤障害者スポーツを指導する人材を育成する

- ・障害者スポーツを指導する人材として、公益財団法人日本障がい者スポーツ協会が認定する「障がい者スポーツ指導者」等の養成を促進し、総合型地域スポーツクラブなどでの活用促進を図る。
- ・JSPPO の公認スポーツ指導者や学校教員等に対して、「障がい者スポーツ

指導者」の取得の促進等を図る。

【国、地方自治体、産業界、スポーツ団体等、医療福祉関係者】<57>

〔障害者スポーツ団体の体制整備〕

⑥ 障害者スポーツ団体の体制の強化を図り、他団体や民間企業等と連携した活動の充実につなげる

【国、産業界、スポーツ団体等】<58>

＜スポーツを習慣化させるための施策＞

〔日常生活で気軽に続けられる仕組みづくり〕

⑦ 日常生活の場でのスポーツ実施を促進する

- ・学校や放課後等デイサービスなど障害者が日常的に立ち寄りやすい場所と関連づけて、散歩やウォーキングなど気軽にスポーツを実施できる環境を整備し、その情報を提供していく。

【国、地方自治体、産業界、医療福祉関係者】<59>

〔継続的な取組とするための関連部署との連携〕

⑧ まちづくり計画と連携する(再掲)

- ・公共交通機関を利用しやすいように整備し、その利用を促進していくことによって、「歩く」ことが促進されるなどの効果もあることから、スポーツ担当部局だけではなく、健康に関する取組を実施している部局、まちづくりを担当している部局との連携を図っていく。

【国、地方自治体】<60>

4. スポーツ実施率向上のための行動計画の期間・評価

(1) 期間

本行動計画の対象とする期間については、「第2期スポーツ基本計画」の掲げるスポーツ実施率の目標達成を期するという性質上、2021年度(平成33年度)を終期とする。

ただし、本行動計画は、スポーツ実施率向上のための新たなアプローチや、即効性のある取組をまとめたものであり、今後1年を目途に、新たな制度創設・制度改正も視野に入れた中長期的な施策について取りまとめを行うこととしている。

こうした点を踏まえ、本行動計画に掲げる施策を速やかに実行し、遅くとも、当該取りまとめまでに確実に着手することとする。

(2) 評価

本行動計画に位置づけられた施策については、スポーツ審議会において、EBPM(Evidence-Based Policy Making)²⁵の観点に留意しつつ、その進捗状況を点検・評価していく。

その進捗が遅れている施策については、その課題を明らかにし、取組の加速化等を検討していく。

また、新たに対応を要する課題、新たに取り組むべき施策については、逐次、スポーツ審議会で検討を行い、今後の取りまとめに反映させるほか、必要に応じて本行動計画の改定を行う。

なお、現時点において、スポーツの実施態様や実施率の向上策の有効性を把握・検証するためのエビデンスが不足している分野・領域もあることから、必要なデータの収集・分析や指標の開発を計画的に進めていくこととする。

その際は、本行動計画のみならず、第2期スポーツ基本計画全体の点検・評価や第3期計画の策定を視野に入れて適切に対応する必要がある。

²⁵ 証拠に基づく政策立案(EBPM)とは、(1)政策目的を明確化させ、(2)その目的のため本当に効果が上がる行政手段は何かなど、「政策の基本的な枠組み」を証拠に基づいて明確にするための取組。

5. 終わりに

本行動計画は、「1. スポーツ実施率向上のための行動計画策定の目的」で述べたとおり、一人でも多くの方がスポーツに親しむ社会の実現を目的とし、生活の中に自然とスポーツが取り込まれている「スポーツ・イン・ライフ」という姿を目指し、スポーツ実施率向上のための新たなアプローチや、即効性のある取組をまとめたものである。

スポーツを通じた健康増進については、徐々にその必要性や効果が浸透しつつある一方、個々人の行動変容を促し実行に移していくハードルは依然として高い。本行動計画が所期の狙いを達成するためには、こうした課題を乗り越え、より多くの実施主体を巻き込んでいく社会的機運を醸成する努力が欠かせない。

スポーツ庁としては、本行動計画に掲げる個々の施策を確実に実行するとともに、「施策に取り組むべき主体」と位置づけている関係各方面において、本行動計画を踏まえた主体的・積極的な取組が展開されるよう働きかけ、普及啓発や環境の整備を進める。

また、今後、新たな制度創設・制度改正も視野に入れた中長期的な施策を取りまとめる。