

## 健康スポーツ部会（第 14 回）での主なご意見

## ＜スポーツの実施率について＞

- 今後、スポーツ実施率について、頻度や強度という指標を決める際には、国としてどのような目標を目指した指標なのか（例えば疾病予防なのか、競技力向上なのか等）をはっきりさせることが重要であると思う。
- スポーツの実施率に関する目標設定の議論においては、議論の土台として、どのようなデータを用いて目標に対する評価を行っていくかの想定が必要ではないか。例えば厚生労働省のナショナルデータベースでは健診のデータと運動習慣等が並べて示されており、このデータを用いるのであれば、対象者の特性にあった運動の検討や都道府県別の分析等も可能になる。
- 週 1 回のスポーツ実施率についての目標値は、実施するスポーツを問わないことから、スポーツ実施のハードルを低くするという意味では重要である。この目標値については、現在 65%を目標としているところ、今後より大きな数字を目標値とするのかという観点と、WHO が示しているように個々人に必要とされる強度や運動量、身体活動量も示すことで、運動の質を上げていくという観点の両面から検討を行うべきではないか。
- スポーツ実施率については、ウォーキングや釣り等の運動系の実施率と競技スポーツの実施率をそれぞれ個別に集計・公表することで、現状を正確に把握し、課題を明確にする必要があるのではないか。
- 幼児期の身体運動には持ち越し効果があるので、持続的にスポーツ実施率を高めていくためには、未就学児の運動実施率と、どのような環境で運動・スポーツを行っているかを調査すべきではないかと思う。
- ビジネスパーソンのスポーツ実施率の向上のためには、メタボ対策やメンタルヘルス対策として社員の健康増進に取り組むメリットを訴求していくこと、各自の働く時間を考慮して朝以外も含めた多様な時間帯におけるスポーツ活動を推進することの 2 点が大事なのではないか。
- スポーツ実施率の調査において、運動・スポーツを実施しなくなった理由の第 3 位に、年を取ったからという回答が挙げられているが、年を取っても継続してスポーツを楽しんでもらうためには、中高年齢者にスポーツ実施に関する目標を持ってもらうことが重要であり、マスターズ大会等の実施競技の拡大・活性化が有効な方策になるのではないか。
- 女性のスポーツ実施率の向上のためには、年代等によって異なるアプローチが有効になる。

例えば、若年女性に対しては、痩せすぎや運動不足による骨粗鬆症や不妊といった観点からの働きかけではアピール力が少し弱く、シェイプアップや肌質の向上といった観点や、「インスタ映え」するような広告の力を利用する方策の方が有効と感じる。。また、妊娠・出産や更年期といった、急激なホルモン変化のある時期を乗り越えるためのスポーツというアピールも、人によっては効果的なのではないか。

○障害者のスポーツ実施について、誰に影響を受けてスポーツを実施したかということに関しては、家族や医師が主という調査結果が出てきているが、もう少し深掘りすると、中途障害で肢体不自由の方は、医師や理学療法士、作業療法士の影響が大きいと思う一方で、例えば先天的に聴覚障害とか視覚障害のある方というのは、学校の先生や家族の影響を受ける場合が多いと思う。こうした観点から、もう少し深掘りをして施策を考えていく必要があるのではないか。

○障害者スポーツについては各地域の調査体制が整っていない現状があるが、地域ごとの施策の効果の可視化という観点から、障害者のスポーツ実施率に加えて、公共体育施設のバリアフリー化の状況や、障害者手帳提示による施設利用料の減免に関する条例を設けている自治体の割合について、各都道府県レベルで把握できるとよいと思う。

○障害者のスポーツ実施の促進については、既存のスポーツ関連団体のフレームだけで呼び掛けるのではなく、医療機関や障害者当事者団体、地域の施設協議会等も含めた連携体制を構築し、より大きなフレームで呼び掛けを行うことを検討すべきではないか。

#### <スポーツに関するデータ活用について>

○子供の体力テストについては、全国的に同じような方法で実施されているので、データ化をもう少し進めれば、子供の運動習慣が健康に及ぼす影響等も把握することが可能になるのではないか。体力テストのデータの集約やその分析、さらにはこの過程のルーチン化等について、検討を進めていくことが必要だと思う。

○今後スポーツ実施について評価を行う際には、オープンデータや他省庁の持つデータ等も用いて総合的に評価することが必要であると思う。

#### <行動計画の見直しや基本計画への打ち込みについて>

○今後行動計画の見直しや第3期スポーツ基本計画への打ち込みを行っていく際には、まず2030年や2040年にはどのような社会問題が出てくるかということ、スポーツと健康という観点から洗い出すことが重要であると思う。

○他省庁の進める施策との連携や、介護予防という視点からスポーツを普及していくことも重要なのではないか。

- 現在日本医師会では、10年ぶりに健康スポーツ医のテキストの改訂作業を行っているが、従来のように安全性を過度に重視して疾病に応じた運動禁忌等を示すのではなく、すべての有疾患者に対して、個々人に合わせた形で運動を楽しんでもらい、健康状態の改善に繋げるという観点から議論をしている。このテキストについては、第3期スポーツ基本計画とも整合性を取りながら、検討していきたい。
- スポーツ実施率の調査では、運動不足を感じる人が80%存在しているが、これは、運動したい・運動が足りないと自覚している人が多いということの証左でもある。第3期スポーツ計画では、こうした人がスポーツを諦めない社会、年代や疾病、障害の有無にかかわらず、運動不足を感じている人がスポーツを実施できる社会の形成を目指すことが重要なのではないか。
- テレビ番組における芸能人の散歩など、一般的にスポーツや身体活動として捉えられていないものについてもその運動効果を示していくなど、様々な視点から、他の取組みと協働して運動・スポーツに関する発信力を強化できると良いのではないか。
- 現状では、すべきことや担当部局は明確になっているものの、各担当部局への情報提供や実行状況の把握が不十分である。次期計画の検討においては、計画に書きこまれる施策の方向性について、どのように国民に届けていくのかという観点が重要であると思う。
- 地域スポーツ振興のためには、時代とともにスポーツ推進委員の役割を見直すことが重要だが、現在はその検討が不十分であると思う。スポーツ推進委員の役割の見直しを行い、若者が積極的に地域スポーツ推進を担えるようなスポーツ推進委員制度を構築するべきではないか。