

# 第3期スポーツ基本計画等の策定・改訂 に関する健康スポーツ部会からの提言

# 健康スポーツ部会における議論に基づく提言

- 健康スポーツ部会においては、「第3期スポーツ基本計画の策定について」（諮問）を受け、「スポーツ実施に係る目標設定」、「多様な主体におけるスポーツ実施」、「地域スポーツ環境」の観点から議論を行ってきた。
- 議論に当たっては、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会のレガシーという視点も踏まえながら、近年の社会認識やスポーツに対する再認識も考慮し、スポーツの価値を改めて確認した。この価値を実現するために必要な目標設定や環境整備等について、上記の観点から議論をまとめた。
- 本議論の内容については、「第3期スポーツ基本計画」の策定、「スポーツ実施率向上のための行動計画」や「スポーツ実施率向上のための中長期的な施策」の改訂に盛り込んでいくべき方向性を「提言」という形でまとめた。

## スポーツの価値の確認

### 近年の社会認識

#### 社会課題

- ・健康課題の顕在化、深刻化
- ・コミュニティの弱体化
- ・少子高齢化（2040年問題）、経済格差の存在

#### 多様化の進展

- ・ライフスタイルの多様化
- ・外国人の増加、障害のある人の増加
- ・価値観の多様化

### スポーツに対する再認識

#### 新型コロナウイルスのまん延

- ・運動不足による心身の健康悪化
- ・外出自粛等によるスポーツ実施場所/方法の制限
- ・地域コミュニティの重要性の再認識

#### 東京オリンピック・パラリンピック

- ・選手、コーチ、大会関係者の努力によるスポーツの素晴らしさや感動
- ・勝敗を越えて互いに健闘をたたえ合えることなどのスポーツの価値
- ・指導や練習等における科学的知見をとり入れたスポーツ実施のあり方

## スポーツの価値

### 「楽しさ・喜び」といったスポーツ自体の魅力

- ・豊かで活力ある生活

### コミュニティの構築

- ・スポーツを核とした地域内の連携促進
- ・仲間や生きがいの創出
- ・産業等を通じた地域活性化

### 心身の健康増進

- ・体力向上
- ・疾病予防
- ・メンタルヘルスの維持・向上

## スポーツ実施環境の整備に係る具体的な提案

- スポーツの価値を一人一人が日々の生活の中で享受できるよう、科学的知見も活用しながら**スポーツの価値を広く知ってもらい、人々にスポーツ実施を促すとともに、誰もがいつでも、どこでも、自分に合ったスポーツが楽しめる環境**の整備が必要。
- その観点で健康スポーツ部会では以下を議論。

### 論点1：スポーツ実施に係る目標設定について

- 上昇傾向であることやすそ野拡大という観点に鑑み、成人の週1回のスポーツ実施率目標を70%程度に引き上げ（障害者は40%程度）
- 健康維持・増進への貢献という観点から強度や継続時間の観点を含んだ目標値を追加
- 障害者のスポーツ非実施者に対する目標を追加

### 論点2：多様な主体におけるスポーツ実施について

- 多様な主体（子ども、働く世代・子育て世代、高齢者、女性、障害者）に対する各々の特性に応じたスポーツ実施促進施策の推進

### 論点3：地域スポーツ環境について

- 地方公共団体、スポーツ関係団体、アスリート、指導者、医師等、関係者の連携促進とモデル構築
- 家庭や地域の状況（経済格差の存在等）によらずスポーツが実施できる環境の整備
- スポーツ実施に係る意欲向上やリテラシー向上に繋がる情報発信の強化

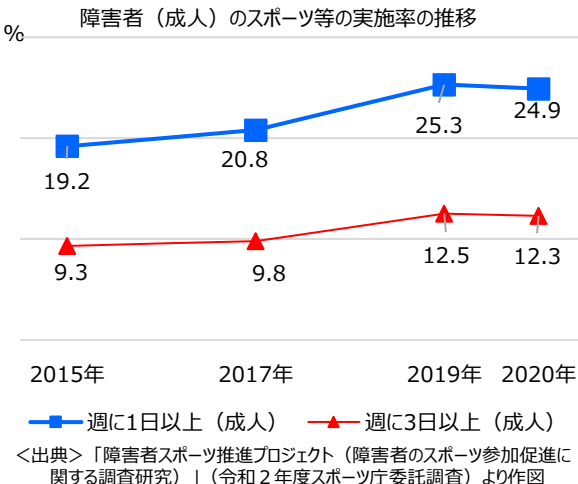
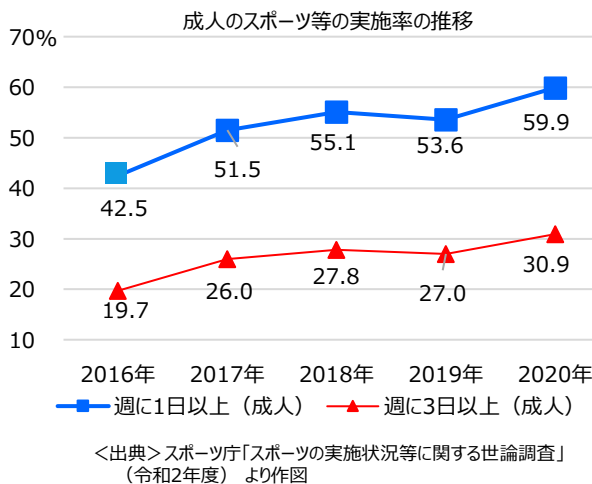
### その他

- ・関係団体・関係者・関係施策の連携
- ・エビデンスの収集・整理のための体制構築

# 論点1：スポーツ実施に係る目標設定について

## 現状・課題

- 第二期スポーツ基本計画における成人のスポーツ実施率、成人の障害者のスポーツ実施率は右記グラフのとおり。
- 第二期スポーツ基本計画においては、健康増進への効果・運動の強度や量といった点やスポーツによる「楽しみ」といった点に着目した目標値を設定していない。
- 成人の障害者について、過去1年間に1度もスポーツを行っていない方（スポーツ非実施者）の割合は、現状（令和2年度）53.6%



## 方向性

- ◆ 調査の連続性を担保するため、既存の実施率の考え方（スポーツが生活に文化として根付いていることを目指す指標）は維持しつつ、健康維持増進においてスポーツが果たす役割に関する新たな視点での指標を設定
- ◆ スポーツが生活に文化として根付いていることを目指す指標として、実施率に係る既存の目標については、「成人の週1回のスポーツ実施率」の1本にまとめた目標を設定
- ◆ 新たな指標については、スポーツによる健康増進・体力向上に着目し、成人一般についてそれらの効果が見込める程度の運動に関する指標を新設
- ◆ 障害者については、スポーツ非実施者の減少に着目した目標を設定

## 目標案

- ✓ 成人の週1回のスポーツ実施率 ⇒ **70%程度**（第2期スポーツ基本計画の目標値：65%程度）
  - ✓ 障害者の週1回のスポーツ実施率 ⇒ **40%程度**（第2期スポーツ基本計画の目標値：40%程度）
  - ✓ 成人の新たな指標を追加 ⇒ **強度や継続時間に係る一定の基準を満たすスポーツの実施率に係る指標を設定：1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施**
  - ✓ 障害者の新たな指標を追加 ⇒ **スポーツ非実施者の割合に関する目標を設定**
- ※実施率の把握に当たっては、**意図的に身体を動かすこと自体が目的である身体活動全体をスポーツと定義してはどうか**

## その他

- 精神的充足を生むというスポーツの根本的な価値に注目するため、スポーツに「楽しさ」や「喜び」、「生きがい」を感じる人の割合について、指標として設定することに関しては、今後検討が必要
- 国民に対するスポーツの実施に係る調査について、幼児期や高齢期等の調査も含めあり方の検討が必要

# 論点2：多様な主体におけるスポーツ実施について

## ○各年代・属性におけるスポーツ実施率の課題

- ・子供や若年女性でのスポーツ実施率二極化、働く世代・子育て世代（20～50代）でのスポーツ実施率落ち込み
- ・成人の障害者のスポーツ非実施者（過去1年間に1度もスポーツを行っていない方）の多さ（R2年度：53.6%）

## ○各年代・属性における体力・健康に係る課題

- ・子供の体力は、体力水準の高かった昭和60年頃と比較するとほとんどの種目で低い水準
- ・運動不足及び超高齢社会等を背景に、高齢者のロコモ・フレイル等及び女性の骨折者の増加等の健康課題が顕在化

## ○各年代・属性におけるスポーツ実施環境に係る課題

- ・子供のスポーツ環境は保護者の労働状況等に応じた家庭の環境に影響を受ける場合が存在
- ・働く世代・子育て世代や女性には、ライフスタイルの多様化や忙しさから多様な場所・時間帯のスポーツ環境が必要

◆ 各年代・属性におけるスポーツ実施の重要性に関する個人や地方公共団体、民間事業者等の理解を促進

◆ 各年代・属性それぞれが、個々の健康状態やライフスタイル等に合わせたスポーツを実施できる環境の整備を促進

◆ 特に高齢者や妊産婦、障害者について、医療・介護・福祉の現場と連携してスポーツ実施を促進

◆ 遊びや体育等を通じ幼児期から多様なスポーツの実施促進とともにスポーツの楽しさを伝えることで運動習慣を形成

✓ **子供**については、体育授業における一人一人の成長や考える姿勢を重視する指導・評価の実施、子供たちが世代や障害の有無等を越えて多様な人とともに楽しめるスポーツを自ら「つくる」機会の提供、保護者への普及啓発活動の実施、総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団、学童保育等におけるスポーツ環境の整備を行うべきではないか

✓ **働く世代・子育て世代**については、誰もがいつでも、手軽にスポーツができるような環境の整備を行うとともに、健診等における医師・保健師等から従業員に対するスポーツ実施に係る指導の強化を行う等、健康経営を促進してはどうか

✓ **高齢者**については、安心・安全にかつ健康効果が得られることを主眼に、全国の各地域で運動・スポーツができる環境（場、指導者、プログラム等）の整備・情報の見える化を行うべきではないか

✓ **女性**については、女性特有の健康課題やスポーツの重要性に関して女性本人や専門家・医療従事者への啓発活動を実施するとともに、各ライフステージにおいて女性が参加しやすいスポーツ環境（場、プログラム等）の整備、及びリテラシー向上につながる情報発信を行ってはどうか

✓ **障害者**については、障害者スポーツと障害者以外のスポーツの振興に係る部局の連携推進等の体制整備と共に、障害の状況に応じて楽しめるスポーツや障害の有無にかかわらず共に楽しめるスポーツの創出・普及を行ってはどうか

# 論点3：地域スポーツ環境について

## 主な現状・課題

- 行政の企画や保健部門等においてスポーツを住民の健康増進、子育て支援、介護予防等の地域の課題解決に活用できるとの認識が不十分
- 行政、体育協会、競技団体、学校、スポーツクラブ、指導者、医師等の関係団体・関係者の連携や人材の活用が不十分
- リーダーシップを持ち、関係者をまとめて、地域スポーツ環境の改善をコーディネートする人材が不足
- 地域で気軽にスポーツをできる場、プログラム、指導者の整備が不十分

## 主な方向性

- ◆ 地方公共団体におけるスポーツを通じた健康増進やスポーツ実施振興施策等に関する理解を促進
- ◆ 地方公共団体、スポーツ団体、学校、医療機関、民間事業者等の関係団体や地域スポーツコミッションなど既存の地域連携組織、運動・スポーツ指導者や地域のアスリート、医師等の人材の活用を促進
- ◆ 誰もが地域の状況（民間スポーツクラブの有無等）に影響されずにスポーツを楽しめるよう、総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団等を通じ、地域で支えるスポーツ環境づくりを推進

### ○関係者の連携の促進

- ✓ 地方公共団体におけるスポーツ主管課と健康福祉（介護予防）主管課が連携してモデル事業の実施などスポーツを通じた健康づくりを促進するべきではないか
- ✓ スポーツに関係する団体やアスリートなどの人材の連携促進のため、既存の地域連携組織の活用、各団体の体制整備の促進、スポーツ推進委員など連携をコーディネートする人材や組織の育成を強化するべきではないか
- ✓ 専門性を有する運動・スポーツ指導者や医師・保健師等の医療・介護分野との連携を促し、安心・安全かつ健康に対する効果が得られるスポーツの場・プログラム・指導者を整備するとともに、そうした場に係る情報の見える化を行うべきではないか

### ○スポーツ実施の場所や方法に関する環境整備・情報発信

- ✓ 特に民間スポーツクラブ等がない地域での早期の環境整備を目指すなど、地域の状況や家庭の状況等によらずスポーツを実施できるような地域の場（総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団、フィットネスクラブ等）について、地域住民や地方公共団体等による環境の整備をさらに促進するべきではないか
- ✓ 公共利用を目的とした学校体育施設の開放を促進するとともに、利用者とスポーツ施設のマッチング体制や予約システムを整備してはどうか
- ✓ 各利用者が自分に合ったスポーツを楽しめるよう、施設等の利用ルールの再検討を促進するべきではないか

## 主な施策案

## <関係団体・関係者・関係施策の連携について> ※一部再掲

### ○地域における連携について

- ✓ スポーツに関係する団体やアスリートなどの人材の連携促進のため、**既存の地域連携組織の活用、各団体の体制整備の促進**、スポーツ推進委員など連携をコーディネートする人材や組織の育成を行うべきではないか
- ✓ **専門性を有する運動・スポーツ指導者と医師・保健師等が連携し**、健康状態に応じて、誰もが安心・安全に身近な地域で**運動・スポーツできる場を整備**するなど、スポーツと医療・介護との連携を促進してはどうか

### ○行政における連携について

- ✓ **関係省庁がいっそう連携**して地方公共団体への働きかけ等を実施するべきではないか
- ✓ 地方公共団体において、**一般のスポーツ関係部局と障害者スポーツ関係部局、健康福祉（介護予防）関係部局、子育て関係部局等が連携**してスポーツ実施促進に係る普及啓発やモデル事業の実施等の施策を行ってはどうか

### ○関係施策の連携について

- ✓ 多様な主体に対して行われているスポーツ普及施策について、**障害者が含まれない施策とならないよう留意**するべきではないか
- ✓ **職域健診や住民健診、母子手帳の交付や乳幼児健診等**において、医師、保健師等から従業員やその家族、住民に対し、**スポーツの実施を通じた健康・体力保持増進**について、必要な指導や情報提供を実施してもらってはどうか

## <エビデンスの収集・活用について>

- スポーツ実施促進施策を立案するために**必要なエビデンスを収集・整理**する体制を構築するとともに、**地方公共団体やスポーツ関係団体等**に対しこれまで以上に科学的な情報を発信するべきではないか

(例) - 幼児期・より高齢な方(後期高齢者など)・女性・障害者のスポーツ実施の在り方等に係る継続的な調査・研究  
- 地域スポーツに係る関係者や関係団体の連携構築方策に係る調査・研究  
- スポーツ実施によるコミュニティの構築や医療・介護費の抑制に係る調査・研究

- 各地域の実態（住民の特性・スポーツ施設の整備状況等）に応じた効果的なスポーツ実施促進施策について、**調査・検討**するべきではないか