

Sport in Life推進プロジェクト「スポーツ実施率の向上に向けた総合研究事業」 コンディショニングに関する研究（概要）



事業の趣旨

- スポーツ庁では、スポーツを通じて一人一人の人生や社会が豊かになることを目指し、**国民のスポーツ実施率を向上させ、日々の生活の中でスポーツの価値を享受できる社会を構築する**という目標を掲げている。その達成に向け、特に**東京オリンピック・パラリンピック競技大会（以下、「東京大会」という。）**で得られた科学的知見の活用や**スポーツ実施の機運等のレガシーを継承**することが重要である。
- 令和4年3月に策定された「第3期スポーツ基本計画」において、「国は、地方公共団体やスポーツ関係団体、民間事業者、経済団体等に対し、科学的根拠に基づき、スポーツによる健康づくり、コンディショニングの方法、栄養・休養の取り方等の健康に資するスポーツに関する情報を分かりやすく発信する」ということとしている。
- こうしたことを踏まえ、**東京大会で得られた科学的知見等の一般への普及と、新たな視点でスポーツの価値を高めること**によるスポーツ実施率の向上を目指す。

研究事業名

1. スランプの要因と解決策に関する調査研究
2. 運動器機能低下に対する地域における効果的な運動療法のあり方に関する研究
3. スポーツの価値を高めるための運動・スポーツが身体に与える影響に関する新たな研究促進と医学的知見の集積に向けた調査研究

実施期間 令和4～5年度（2カ年事業、実施中）

【参考：第3期スポーツ基本計画（抄）】

今後5年間に総合的かつ計画的に取り組む施策（5）スポーツによる健康増進

〔今後の施策目標〕

- ✓ スポーツと健康の関係やスポーツ実施促進の効果的な方法等についての科学的知見を蓄積し、蓄積された科学的知見の普及・活用を通じて健康増進を図る。