

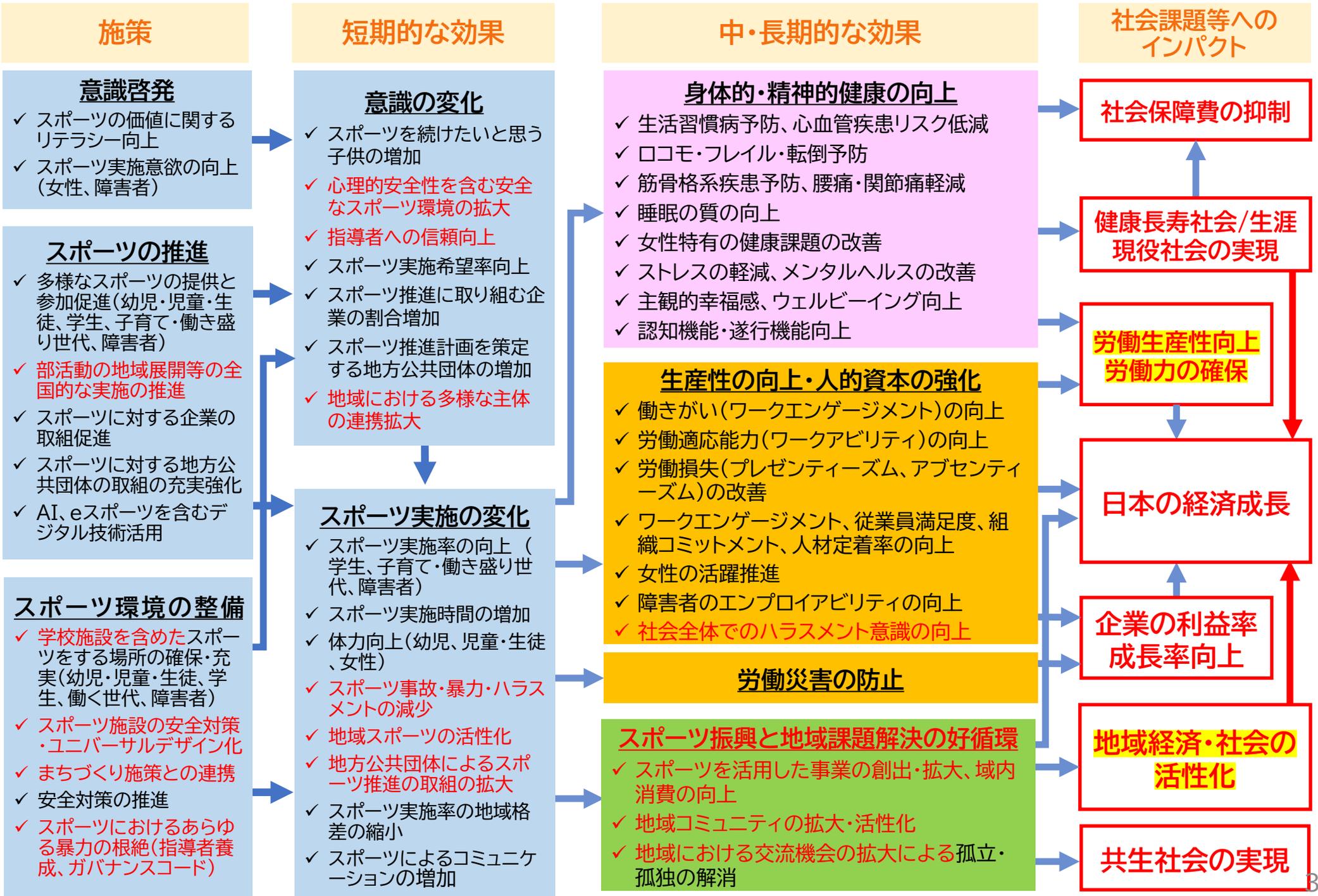
第4期スポーツ基本計画の 目標と重点施策について

令和8年2月17日

第4期スポーツ基本計画の目標等の設定についての考え方

- 1. スポーツを通じた社会課題の解決や、自然・社会環境の変化に対応した環境づくりを目指し、目標等を設定**
- 2. 幼児期から高齢期まで生涯を見通したウェルビーイングの実現と、社会の成長・発展に貢献する視点を重視**
3. ウェルビーイングを土台としたハイパフォーマンスの追求と、その成果・知見を社会に還元していく視点を重視
4. 幅広い分野の関係者が共感でき、目標実現に必要な投資や人の流れを生み出す視点を重視

国民のスポーツ実施促進と、健康長寿や社会成長等実現への貢献(イメージ)



第4期の課題と重点施策

「国民のスポーツ実施促進と、
健康長寿や社会成長等実現への貢献」

重点施策：国民のスポーツ実施促進と、健康長寿や社会成長等実現への貢献

1 国民のスポーツ実施促進

- (1) スポーツの「楽しさ」を軸とした多様なスポーツの推進
- (2) スポーツ実施率を高めるためのライフステージに着目した重点施策
 - ① ライフステージを見通したシームレスな施策・取組の推進
 - ② 幼児期から生徒期までの子供のスポーツ機会の充実と体力の向上
 - ③ 学生期のスポーツ環境整備とスポーツ実施の促進
 - ④ 子育て・働き盛り期(20～50代)のスポーツ環境整備とスポーツ実施の促進
- (3) 特定の属性に着目した重点施策
 - ① 女性の体力・健康向上のための環境整備とスポーツ実施の促進
 - ② 障害のある者のスポーツ機会の充実
- (4) スポーツ実施を促す環境整備のための重点施策
 - ① まちづくりを含めた地域におけるスポーツ環境整備
 - ② スポーツにおける安全・安心の確保

2 健康長寿や社会成長等実現への貢献

- (1) 生涯現役社会の実現による人手不足対策と生産性向上・経済成長への貢献
- (2) 健康長寿社会と社会保障費抑制への貢献
- (3) 女性の活躍促進と少子化対策への貢献

1 国民のスポーツ実施促進

(1) スポーツの「楽しさ」を軸とした多様なスポーツの推進

(1) スポーツの「楽しさ」を軸とした多様なスポーツの推進

背景・現状

- ・スポーツの実施を促し継続につなげるためには、単に健康増進のための運動や身体活動だけでなく、スポーツが持つ「楽しさ」という価値を軸にしていくことが重要。
- ・様々な志向を持つ人々がスポーツの「楽しさ」を享受し、スポーツが継続できるようにするためには、スポーツに対する画一的なイメージを変え、多様なスポーツができる環境をつくっていくことが重要。

目標

- ・スポーツのイメージをより幅広いものに変えていく
- ・誰もがスポーツの「楽しさ」を享受できるよう、多様なスポーツができる環境整備を進める

重点施策

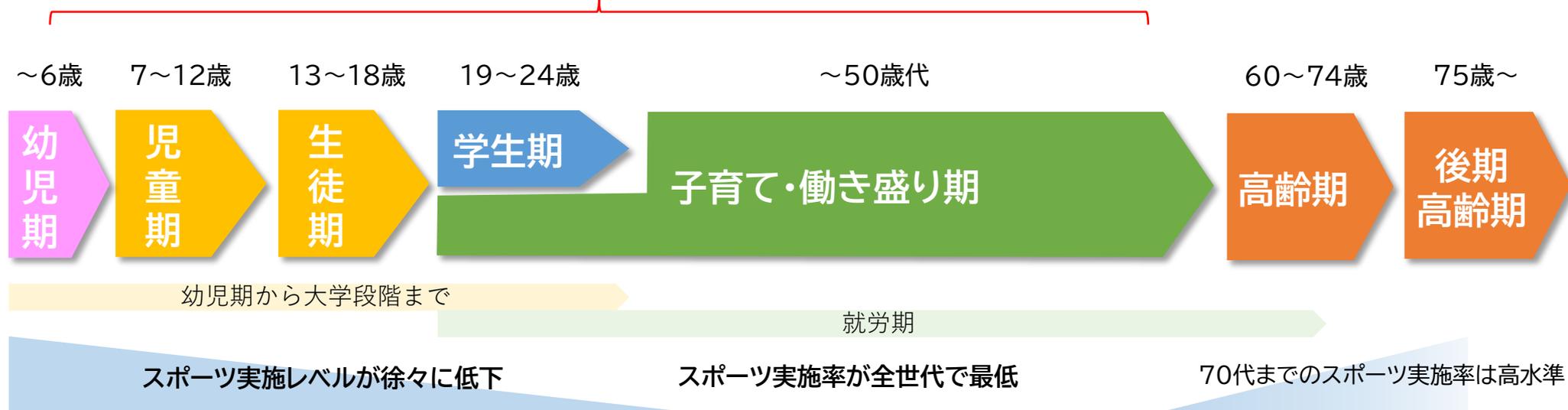
- ・スポーツの「楽しさ」の発信・共有、生涯にわたってスポーツを続けることの重要性の発信、生涯続けられるスポーツの振興
- ・スポーツの多様性の拡大とスポーツの「イメージ」の変革(競技スポーツだけでなく、フィットネスやダンス、レクリエーションスポーツ、体を動かす遊び、盆踊り等の祭り、アウトドア活動、日常生活での散歩やサイクリング、自転車通勤や通勤時・職場での階段利用など、スポーツに関する幅広いイメージの社会への浸透)
- ・「楽しさ」やウェルビーイングを高める観点から、単一のスポーツだけでなく複数のスポーツを実施することの重要性の発信
- ・単独でスポーツを実施することだけでなく、ともにスポーツを実施することがウェルビーイングの向上につながることから、家族・仲間等とのスポーツやイベント、スクール、クラブ活動等の場を活用した集団でのスポーツの推奨
- ・スポーツの導入や継続、ライフパフォーマンス向上に効果的な身体機能チェックの実施促進と目的を持ったスポーツの普及

1 国民のスポーツ実施促進

(2)スポーツ実施率を高めるためのライフステージ
に着目した重点施策

ライフステージに着目した重点課題

重点対象とするライフステージ



<幼児・児童・生徒期>

- ・幼児期に園外で外遊びをしない幼児も多い
- ・児童・生徒の体力水準がコロナ前の水準に回復していない
- ・継続的に運動・スポーツをしたいと考える子供の割合低下
- ・部活動におけるチームスポーツが十分に実施できない状況

<学生期>

- ・スポーツの実施レベルの大幅な低下

<働き盛り期>

- ・仕事・家事・育児による忙しさ
- ・スポーツ実施率の低さ(全世代で最も低い)
- ・20~40代女性における「やせ」の割合の高さ
- ・30~40代女性の体力低下及びスポーツ実施率の低さ(男性との差の拡大)

(注)ライフステージごとの課題については、具体的なアプローチを想定して整理しているが、個々人の発達段階や、キャリアに応じて多様性があることに留意する。

(2) ライフステージに着目した重点施策

① ライフステージを見通したシームレスな施策・取組の推進

背景・現状

- ・ ライフステージごとにばらばらに取り組むのではなく、ライフステージを見通して連続・連携した取組を進める必要

目標

- ・ 誰もが生涯にわたってスポーツを継続できるように環境整備を進める
- ・ 生徒期・学生期の運動部活動から社会人でのスポーツ活動につなげられるよう、ライフステージで断絶しないスポーツ習慣を形成していく

重点施策

- ・ 国民のスポーツ行動や傾向を分析しつつ、幼児・児童・生徒期から学生期を経て社会人につながるスポーツとの付き合い方の検討とその環境整備
- ・ 国民運動としてのスポーツ推進方策(スポーツの日や体力づくり強調月間の活用方策)の検討
- ・ 部活動の地域展開等の全国的な実施の推進、地域クラブ活動への中学生のみならず小学生・高校生・大人・高齢者等を含めた多様な関係者の参画促進
- ・ 総合型地域スポーツクラブ登録・認証制度の普及

(2) ライフステージに着目した重点施策

② 幼児期から生徒期までの子供のスポーツ機会の充実と体力の向上

a. 子供の日常的な運動習慣の確立と体力の向上

背景・現状

- ・ 平日に園外で全く外遊びをしない幼児も多く、また、幼児期の外遊びの状況が小学校段階の運動習慣や体力にも影響(スクリーンタイムが長い児童生徒ほど運動時間が短い傾向)
- ・ 継続的に運動やスポーツをしたいと考える子供の割合が低下する傾向
- ・ 特に幼児期からの運動習慣形成には、保護者等の意識・行動が大きな影響を及ぼす

目標

- ・ 幼児期からの運動習慣形成、幼児期と小学校体育等との接続や、発達段階等を踏まえた子供たちの内発的動機づけに基づく活動機会の一層の充実等を図り、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフの実現につながる資質・能力の育成を目指す

※今後、中央教育審議会での指導要領改訂の議論も踏まえ、更に検討を進める

【数値目標】

- ・ 1週間の総運動時間(体育授業を除く。)が60分未満の割合:児童 10%以下、生徒 13.5%以下
- ・ 卒業後にも運動やスポーツをしたいと「思う」「やや思う」割合:児童・生徒 90%以上
- ・ 新体力テストの総合評価がD・Eである割合:児童 27%以下、生徒 21%以下

重点施策

- ・ 幼児期の運動遊びの重要性に関する保護者等への普及啓発
- ・ 幼児期運動指針やアクティブ・チャイルド・プログラム等を活用した運動遊びの機会の充実
- ・ 多様な子供たちの運動意欲の向上につながる実践事例の普及展開
- ・ 学習指導要領改訂の趣旨を踏まえた、幼小期と児童期の円滑な接続や児童・生徒期における内発的動機づけに基づく活動機会の充実に資する指導参考資料等の展開・教師等の研修機会の充実

(1) ライフステージに着目した重点施策

② 幼児期から生徒期までの子供のスポーツ機会の充実と体力の向上(続き)

b. 部活動の地域展開等の全国的な実施の推進

背景・現状

- ・ 少子化の進展等により、部活動においてチームスポーツなどが十分に実施できない状況が生じている
- ・ 部活動の地域展開等は着実に進捗しているものの、指導者確保をはじめとした課題解決等に時間を要し、思うように改革が進められていない自治体もあるなど、進捗について地域差が存在している

目標

- ・ 部活動の地域展開等の全国的な実施を推進する（休日については、令和13年度までに原則全ての学校部活動において地域展開の実現を目指す）
- ・ 障害の有無や運動の得意・不得意等を問わず全ての生徒がそれぞれの希望に応じた多種多様な活動に参加できる環境を整備する
- ・ 地域クラブ活動において、部活動の教育的意義を継承・発展させつつ、地域全体で支えることによる新たな価値を創出するとともに、認定制度を通じて質の担保等を図る
- ・ 生徒のみならず全ての人々のスポーツ活動の充実や地域社会の維持・活性化につなげていく

【数値目標】

- ・ 令和13年度までに、休日については、原則全ての学校部活動において地域展開を実現（中山間地域や離島等で地域展開が困難な場合には、部活動指導員の配置等を推進）

重点施策

- ・ 部活動改革に関する関係者の理解促進のための周知・広報
- ・ 地方公共団体に対する継続的な財政支援や伴走支援の実施
- ・ 幅広い関係団体・大学・民間企業の参画促進に向けた機運醸成・仕組みづくり

(2) ライフステージに着目した重点施策

③ 学生期のスポーツ環境の整備とスポーツ実施の促進

背景・現状

- ・ 学生期にスポーツ実施レベルが大きく低下する傾向
- ・ スポーツ実施率の低下は男女ともに高校生から始まり、学生期も低下している。
- ・ 運動・スポーツを実施しない理由として、「面倒くさいから(43.9%)」、「特に理由はない(19.3%)」、「運動・スポーツが嫌いだから(17.3%)」、「仕事が忙しいから(15.7%)」と続く

目標

- ・ 運動部活動等に参加している一部の学生のみならず、多くの学生が利用できるよう大学におけるスポーツ環境を整備し、学生時代に低下するスポーツ実施レベルを引き上げることにより、スポーツ習慣の維持と社会人への橋渡しをスムーズに行い、生涯を通じたスポーツの継続につなげる

【数値目標】

- ・ 学生期の週1回以上のスポーツ実施率：65%以上

重点施策

- ・ 大学経営における学生向けスポーツ推進施策の位置づけの強化(学生募集、福利厚生等の観点)
- ・ 運動部活動・サークル活動に参加していない学生も含めた学内の運動環境整備(レクリエーションスポーツ界、大学と連携)
- ・ 豊かなスポーツライフを継続するための大学体育の充実(関係団体との連携)

(2) ライフステージに着目した重点施策

④ 子育て・働き盛り期(20～50代)のスポーツ環境整備とスポーツ実施の促進

背景・現状

- ・ 子育て・働き盛り期(20～50代)において、スポーツ実施率が低い状況が続いている(背景には仕事・家事・育児による忙しさがある)
- ・ スポーツ実施に取り組む企業では高い実施率となっている一方で、取り組んでいる企業はまだ2割程度

目標

- ・ **スポーツ実施率が低い子育て・働き盛り期について、職場を中心に身近な環境で運動・スポーツが実施できる環境を整備することにより、子育て・働き盛り期のスポーツを通じた健康増進やウェルビーイングの向上を図る**

【数値目標】

- ・ 働き盛り期の週1回以上のスポーツ実施率：60%以上
(参考)R7世論調査の結果 スポーツ実施率:47.2%、スポーツ実施希望率:59.2%
- ・ 働き盛り期の週当たりのスポーツ実施時間：**140分以上(1日20分以上)**
(参考)R7世論調査の結果 平均値:148.3分 中央値:55.2分
- ・ 勤務先において運動・スポーツを活用した取組が行われているとする者の割合：30%以上
(参考)R7世論調査の結果 21.3%

重点施策

- ・ 子育て・働き盛り期のリテラシー向上・周知啓発(スポーツがもたらす効果についての分かりやすい発信)
- ・ スポーツの多様性の拡大とスポーツの「イメージ」の変革(再掲)
- ・ 職場における運動環境整備・就業中の運動実施の促進
- ・ 企業の取組効果や好事例の発信強化による経営者向け周知啓発

(2) ライフステージに着目した重点施策

④ 子育て・働き盛り期(20～50代)のスポーツ環境整備とスポーツ実施の促進(続き)

重点施策

- ・ スポーツ推進に取り組む企業に対するインセンティブ付与についての検討
- ・ 健康経営とスポーツエールカンパニーの有機的連携の促進(経済団体との連携強化含む)
- ・ 子育て・働き盛り期のスポーツ推進に関するビジネス拡大・ビジネスマッチングの支援強化(コンソーシアムの有効活用促進)
- ・ 産業保健における健康増進の取組におけるスポーツ活用の促進
- ・ 健康日本21に基づく取組や労働災害防止対策とスポーツ推進施策との連携強化(厚生労働省、健康保険組合等との連携)
- ・ 金融保険業界や健康保険制度における企業・個人へのインセンティブ付与の推進
- ・ スポーツのきっかけづくりとしての定期的な体力測定、身体機能測定等の実施の促進(各種健康診断、健康保険組合等との連携)
- ・ 大学生・就活生向けのスポーツエールカンパニー等の発信の強化(健康経営と連携)

1 国民のスポーツ実施促進

(3) 特定の属性に着目した重点施策

(3) 特定の属性に着目した重点施策

① 女性の体力・健康向上のための環境整備とスポーツ実施の促進

背景・現状

- ・ 20～40代女性において、「やせ」や体力低下の傾向が顕著であり、男性に比べスポーツ実施率が低い
- ・ 女性の就業率は年々向上しており、仕事・家事・育児による忙しさが実施率が低い背景要因

目標

- ・ 女性が心身ともに健康や体力を維持向上し、元気に活躍することができるよう、スポーツの推進を通じて貢献する

【数値目標】

- ・ 働き盛り期の週1回以上のスポーツ実施率：男女差をなくす
- ・ 20～40代女性の新体力テストの総合評価がC以上である割合：増加に転じさせる

重点施策

- ・ 女性特有の健康課題を踏まえたウェルビーイング・QOL向上の観点からのスポーツ実施の重要性に関するリテラシー教育・広報の強化(本人、男性、保護者含めた社会全体に対する取組)
- ・ フィットネス業界等と連携した女性向けスポーツビジネス・プログラムの拡大
- ・ 運動部活動・サークル活動に参加していない学生も含めた学内の運動環境整備における女子学生が参加しやすいプログラムの提供
- ・ 職場の運動環境整備における女性向けプログラムの拡大(ヨガ・ピラティス等)
- ・ 女性の健康問題(やせ、月経関係の症状、更年期症状等)に対する健康増進施策(厚生労働省、経済産業省)との連携(運動・スポーツの活用促進)
- ・ 日本産科婦人科学会等と連携した産前産後女性向けのスポーツの促進

(3) 特定の属性に着目した重点施策

② 障害のある者のスポーツ機会の充実

背景・現状

- ・ 20歳以上の障害のある者のスポーツ実施率は、20歳以上の全体のスポーツ実施率よりも約20ポイント低く、地域差は最大で約20ポイントの差がある。
- ・ 障害のある者のスポーツ実施率の低さの要因は、体力・体調面に関する障害のある者自身のネガティブな捉え方が最も多い。一方、交通手段・施設設備等の受入体制に関するものは少ない。
- ・ 障害のある者がスポーツを始めたいきっかけは、医療職・家族等の身近な方からの働きかけが最も大きい。
- ・ 障害のある者に指導したことがない理由は、指導機会が無い場合を除き、知識・スキル・経験不足が最も多い。

目標

- ・ 共生社会の実現に向けて、全国のパラスポーツ振興の実績の一層の見える化を図る。
- ・ 当該実績を踏まえ、障害のある者の持続的なスポーツの機会提供に不可欠な取組について、重点的に推進する。

【数値目標】

- ・ 障害のある者の週1回以上のスポーツ実施率：20歳以上40%以上・若年層50%
同数値目標を10ポイント以上下回る都道府県：半減
- ・ 過去1年間に障害のない者とともにスポーツを実施した者の割合：30%以上
- ・ 都道府県・政令指定都市における障害者スポーツ振興計画策定率：100%

重点施策

- ・ 地域におけるパラスポーツ振興のための基礎データ・モデル事例の充実
- ・ パラスポーツを担う人材の指導力強化(スポーツ指導者・パラスポーツ指導者の充実 等)
- ・ 地域の中核としてのパラスポーツセンター等の機能強化(ソフト・ハードの両面からの充実)
- ・ 全国障害者スポーツ大会のあり方の検討・対応
- ・ 他省庁、民間企業、医療・福祉関係団体等の多様な関係団体との連携深化

1 国民のスポーツ実施促進

(4) スポーツ実施を促す環境整備のための重点施策

(4) スポーツ実施を促す環境整備のための重点施策

① まちづくりを含めた地域におけるスポーツ環境整備

背景・現状

- ・ スポーツの実施状況に大きな地域格差が生じている
- ・ 地域格差の背景要因として、気象・地理的条件の違い、生活・都市環境的条件の違い、スポーツ施設・自治体による施策・プロスポーツ等の充実度の違いなどが考えられる
- ・ スポーツができる施設や場所が減少してきている
- ・ 体育・スポーツ施設の約6割を占める学校体育・スポーツ施設を地域へ開放する取組は増加傾向にあるが、更なる推進には管理の効率化等の対応も必要な状況
- ・ スポーツ施設の老朽化が進んでいる

- ・ 各地域の条件や状況等の実情を踏まえたスポーツ環境の整備・活用を進めていくことにより、スポーツ実施状況に関する地域格差を是正していく

目標

【数値目標】

- ・ 年間を通じ平日に学校体育施設を地域で共同利用する学校の割合 目標:100%に近づける
- ・ 都道府県別の週1回以上のスポーツ実施率：平均を引き上げつつ、最大値と最小値の差を縮小
※3年合算による平均値で算出
- ・ 住民の週1回以上のスポーツ実施率について調査をしている市町村の割合：●%以上(P)

重点施策

- ・ 地域住民のスポーツ推進に向けた自治体同士の連携・経験共有の仕組み構築(SILコンソーシアムの活用拡大等)
- ・ 地域クラブ活動における学校施設の有効活用等の推進

(4) スポーツ実施を促す環境整備のための重点施策

① まちづくりを含めた地域におけるスポーツ環境整備(続き)

重点
施策

- ・ 地域別のスポーツ実施状況に関する統計情報の収集・整備による自治体との情報連携強化
- ・ スポーツ実施率が低い地域の要因分析と効果的な取組の検証
- ・ 地方自治体による多部署連携、地域全体に波及する効果的な手法による取組の促進
- ・ 廃校を含む学校施設等を活用した身近な場所でスポーツができる環境整備の強化
- ・ 部活動の地域展開等の全国的な実施の推進(これを通じた地域スポーツ環境全体の整備・充実)
- ・ 地域防災の取組との連携強化(スポーツ活動を防災力向上につなげる新たなプログラムの開発と全国への展開)
- ・ スポーツ施設が運動の場にとどまらず、人々が集い、交流し、つながる地域の拠点として機能する環境づくりの推進

1 国民のスポーツ実施促進

(4) スポーツ実施を促す環境整備のための重点施策

② スポーツにおける安全・安心の確保

背景・現状

- ・ スポーツによる外傷・障害が依然として多く発生している
- ・ スポーツ現場においては、必ずしも十分な安全対策が実施されていない場合もある
- ・ 地球温暖化により、夏季にスポーツが実施しづらくなっている
- ・ 暴言などのハラスメントに関する相談件数が令和7年度には過去最多となるなど、依然として多く発生している。

目標

- ・ 誰もが生涯にわたりスポーツを継続し、スポーツの価値を享受できるよう、スポーツ安全に関する関係者の意識啓発を図り、安全対策の水準を向上させる
- ・ スポーツ関係者のコンプライアンス違反や体罰、暴力等の根絶を目指す。

【数値目標】

- ・ 年間のスポーツ中の外傷・障害の発生率：減少させる

※スポーツ安全保険(スポーツ安全協会)のデータを活用。発生率は加入者数に対する給付件数の割合

重点施策

- ・ 「運動・スポーツにおける安全対策の評価・改善のためのガイドライン」の周知・普及とガイドラインに基づく取組の推進
- ・ スポーツ指導者に対する安全に関する周知啓発・教育の強化
- ・ 安全対策に関するスポーツ関係団体との連携強化
- ・ ガイドラインに基づく取組状況やスポーツ事故の発生状況を把握し、再発防止策の検討や必要に応じてガイドラインの見直しを検討する仕組みの構築
- ・ 熱中症対策の強化(夏季においても安全にスポーツが継続できるような効果的な取組の普及)
- ・ スポーツ団体ガバナンスコードの周知・徹底

2 健康長寿や社会成長等実現への貢献

(1) 生涯現役社会の実現による人手不足対策と生産性向上・経済成長への貢献

背景・現状

- ・日本の生産年齢人口は減少を続けており、人手不足が深刻な問題となっている
- ・日本の社会経済を維持するためにも、労働力確保が喫緊の課題となっている
- ・スポーツを活用することにより、心身の健康の維持・向上だけでなく、生産性の向上にもつながるとのエビデンスが得られている

目標

- ・国民にスポーツ実施を促し、国民の心身の健康を維持向上させることや困難に直面したときにもそれを乗り越える力を育むことにより、ライフパフォーマンスを向上させ、現役として活躍できる期間を拡大し、人口減社会における人手不足対策に貢献する
- ・スポーツの推進を通じて、心身ともに健康で元気に活躍できる人材を育成・確保することにより、企業や社会全体の生産性を向上させ、日本の経済成長に貢献する

重点施策

- ・日本の経済成長戦略において、スポーツ推進施策を、経済成長を支える「人への投資」・人的資本強化に貢献する重要な取組として位置付け、その強化を図る
- ・企業活動・成長のために最も重要な資源である人材を確保し、その強化を図る観点から、企業等によるスポーツの推進を促し、人材への投資拡大を図る
- ・スポーツによる生産性向上や経済成長への効果に関するエビデンスの蓄積・調査研究を促進し、効果の見える化を進める
- ・地域経済社会基盤を支える人材という観点での地方自治体の政策におけるスポーツ推進施策の位置づけを強化する

(2) 健康長寿社会と社会保障費抑制への貢献

背景・現状

- ・ 高齢化が進む中で、医療費・介護費等の社会保障費が年々増大する状況にある
- ・ 平均寿命と健康寿命の差が男性で約9年、女性で約12年となっており、過去20年で大きな変化がみられていない
- ・ スポーツ実施により、心身の健康の維持・向上につながり、医療費や介護費の抑制にもつながるといふエビデンスが得られている

目標

- ・ 国民が健康に生活し、なるべく医療にかからず、要介護にもならず、元気に長生きできる健康長寿社会の実現(平均寿命と健康寿命の差の縮小)に向けて、運動・スポーツの推進を通じて貢献する

重点施策

- ・ 政府による国民のウェルビーイングを向上させるための政策において、スポーツの活用促進を位置付ける
- ・ 社会保障制度の持続可能性強化という観点での政策において、スポーツを活用促進を位置付ける
- ・ メタボリックシンドローム、ロコモティブシンドローム予防や介護予防施策との連携を強化し、病気になる前のゼロ次予防としてのスポーツ推進を強化する
- ・ スポーツを活用した社会保障費の抑制効果について、効果的な取組方法の検証を含めエビデンスの蓄積を進める

(3) 女性の活躍促進と少子化対策への貢献

背景・現状

- ・ 20～40代女性において、「やせ」や体力低下の傾向が顕著であり、男性に比ベスポーツ実施率が低い
- ・ 女性の就業率は年々向上しており、仕事・家事・育児による忙しさが実施率が低い背景要因としてある
- ・ 女性特有の健康課題への対応が十分にされていない

目標

- ・ 女性が心身ともに健康や体力を維持向上し、元気に活躍することができるよう、スポーツの推進を通じて貢献する(再掲)
- ・ スポーツを活用した女性の健康や活躍の実現を通じて、子育て支援や少子化対策にも貢献する

重点施策

- ・ 政府が進める女性活躍推進施策や少子化対策において、スポーツの活用促進を位置付ける
- ・ 女性特有の健康課題を踏まえたウェルビーイング・QOL向上の観点からのスポーツ実施の重要性に関するリテラシー教育・広報の強化(本人、男性、保護者含めた社会全体に対する取組)(再掲)
- ・ 女性の健康問題(やせ、月経関係の症状、更年期症状等)に対する健康増進施策(厚生労働省、経済産業省)との連携(運動・スポーツの活用促進)(再掲)
- ・ スポーツ活動・イベントを活用した男女の出会い・交流の拡大