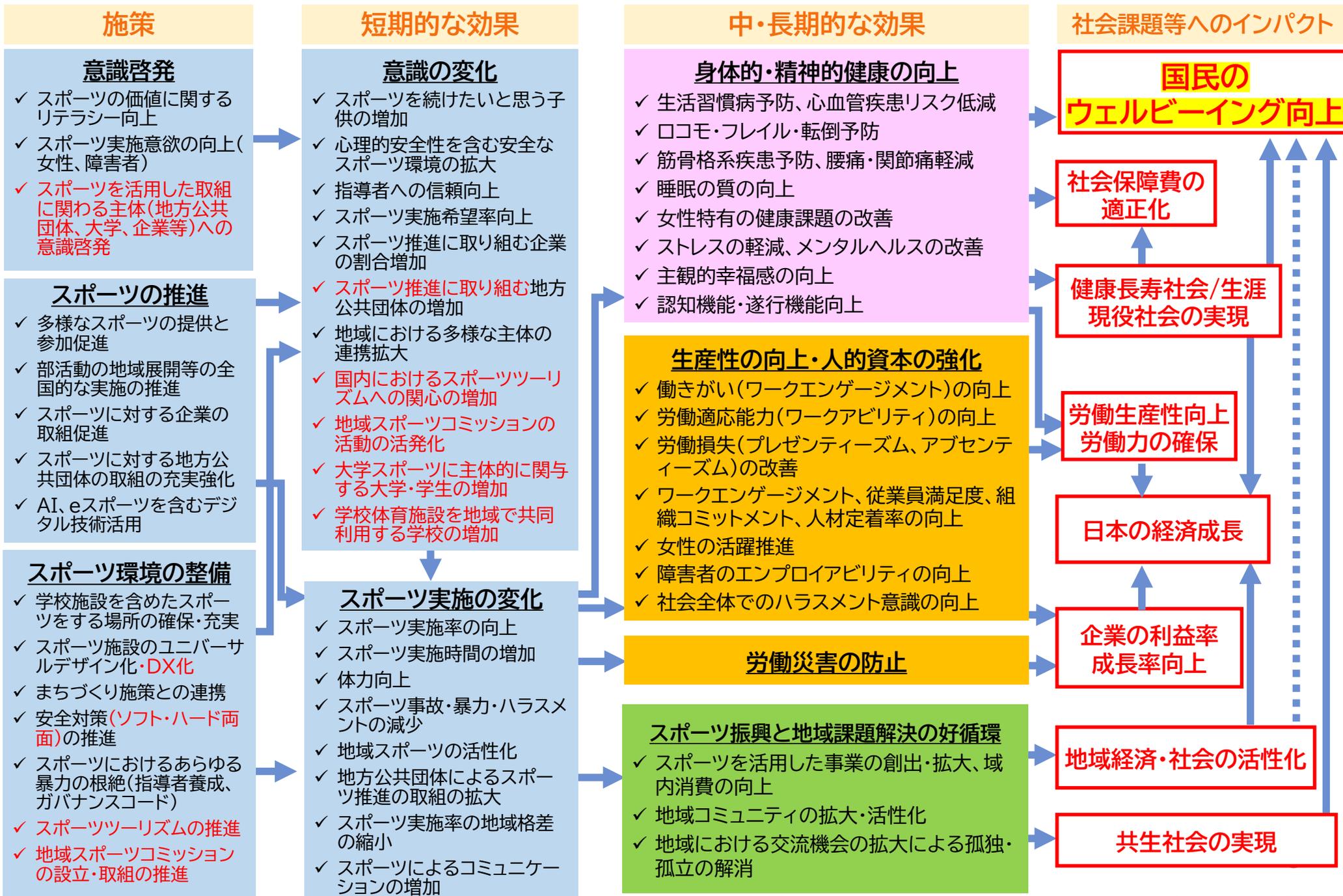


第4期スポーツ基本計画の 目標と重点施策について

令和8年3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



※各階層において継続的なエビデンスの構築・蓄積、検証、改善が重要

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**経済**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、 健康長寿や経済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 健康長寿や経済成長等実現への貢献

(1) 生涯現役社会の実現による**労働力人手**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の**適正化抑制**への貢献

(3) 女性の活躍促進と少子化対策への貢献

(4) **共生社会の実現**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

(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**多面的な「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**多面的な「楽しさ」**を**実感享受し、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**多面的な「楽しさ」**を**実感享受**できるよう、より幅広いスポーツのイメージを発信しつつ、多様なスポーツができる環境整備を進める

重点施策

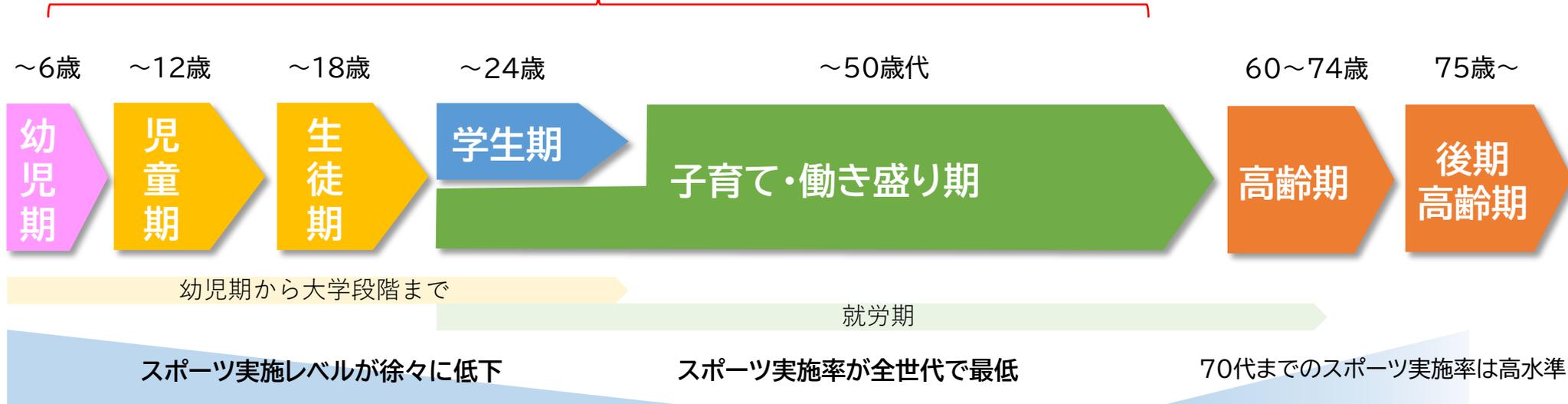
- ・スポーツの持つ**多面的な「楽しさ」**の発信・共有、生涯にわたってスポーツを続けることの重要性の発信、生涯続けられるスポーツの振興
- ・スポーツの多様性の拡大とスポーツの「イメージ」の変革(競技スポーツだけでなく、フィットネスやダンス、レクリエーションスポーツ、**ボウリング等の体を動かすレジャー、登山・キャンプ等のアウトドア活動、マリンスポーツ、スケートボード等のアーバンスポーツ、体を動かす遊び、盆踊り等の体を動かす文化活動祭り、アウトドア活動、日常生活での散歩やサイクリング、自転車通勤や通勤時・職場での階段利用など、**スポーツに関する幅広いイメージの社会への浸透)
- ・「楽しさ」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**動機づけ、効果を実感できる仕組みの普及**(~~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**定期的な実施促進**と目的を持った**多様なスポーツの普及**)

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

< 子育て・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)
- ・**スポーツ実施時間の短さ(他の世代と比べて顕著に短い)**
- ・30~40代女性の体力低下、スポーツ実施率の低さ(男性との差の拡大)、**スポーツ実施時間の短さ(男性の約半分)**

< 高齢期 >

- ・**85歳以上人口の大幅な増大**
- ・**身体機能低下、要介護者や罹患者の増加**

・**10~40代女性における「やせ」の割合の高さ**

各ライフステージの取組がその後のライフステージにも影響を与えていくことを念頭に、
ライフステージ全体を見通したシームレスな取組が重要

(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

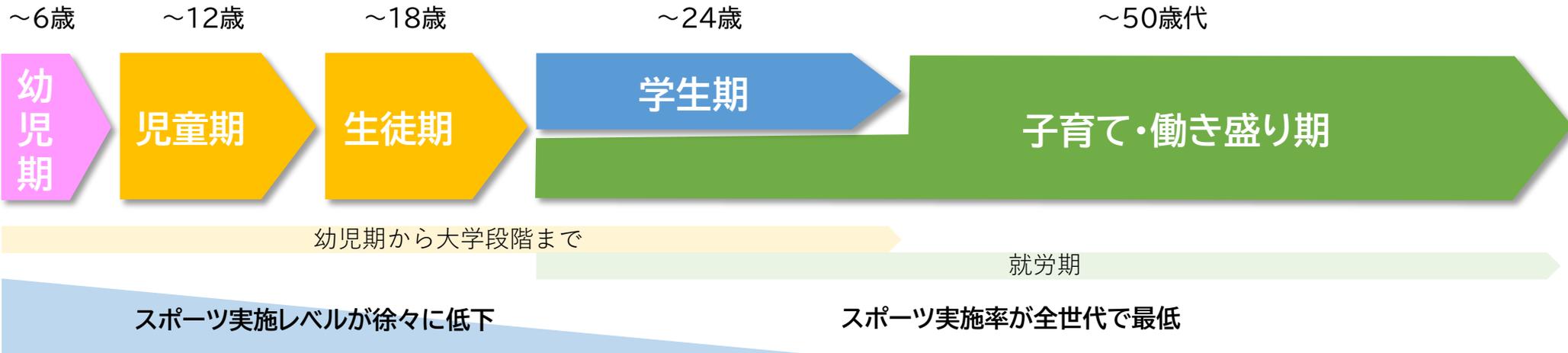
目標

- ・ 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
- ・ **国民のスポーツ実施促進に向けた様々な面からの民間事業者との連携・協働の促進**
- ・ 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・**活用による各種施策の展開**

ライフステージをつなぐ数値目標の設定



多様なスポーツ経験による
スポーツに対する好感情の醸成

- ・「体育の授業で、やってみたいという気持ちになる」と答える児童・生徒の割合：
令和8年度調査予定
- ・「卒業後も運動・スポーツを続けたい」と答える児童・生徒の割合(児童から生徒への低下幅)：
7.4ポイント → **減らす**

児童期・生徒期の
経験を踏まえた
スポーツ習慣の維持

- ・スポーツ実施率※：
60.9% → **65%**

学生までの経験を踏まえた
スポーツ習慣の維持・実施量の増加と
それを支えるための企業による取組促進

- ・スポーツ実施率※：47.2% → **55%**
男女差：6.2ポイント → **なくす**
- ・スポーツ実施時間：
男性 1日9.9分 → **1日15分以上**
女性 1日5.3分 → **1日10分以上**
- ・勤務先で運動・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：
21.3% → **30%以上**

※スポーツ実施率は、週1回以上運動・スポーツを実施する者の割合をいう

(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、**性別・障害の有無等に関わらず**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

※数値目標は次ページ

(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

目標

【数値目標】

(変更前)

- ・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

(変更後案)

- ・「体育の授業で、自らやってみたいという気持ちになる」と答える児童・生徒の割合についての指標を設定予定

(注)本数値目標は令和8年度に新設する調査項目でデータを拾うため、出発台となる数値を踏まえて目標を設定予定

- ・「卒業後も運動・スポーツを続けたい」と答える児童・生徒の割合:児童から生徒への低下幅を減らす

※ 運動時間、新体力テストの結果についても参考指標として設定

(数値目標の考え方)

- ・子供たちの内発的動機付けに基づく活動機会の一層の充実等を図り、生涯にわたって豊かなスポーツライフ実現のため、運動への意識に着目した目標設定を行う。

(参考)令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

- ・卒業後も運動・スポーツを続けたい

…平均 児童:57.8% 生徒:51.6%

3年前の児童と現在の生徒(=同じ世代)の比較 R4児童:59% R7生徒:51.6% ⇒7.4%低下

- ・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:13.6% 生徒:15.8%

- ・新体力テスト総合評価

…D/Eの割合 児童:32.3% 生徒:24.7%

(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(続き)

重点施策

- ・ 幼児期の運動遊びの重要性に関する保護者、**幼児教育・保育関係者**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付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ように、**地域の実情等に応じた環境を整備する**
 - ・ 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
- ※**地域ごとに学校部活動を取り巻く状況や地域資源の状況等が異なるため、地域の実情等に応じた多様な改革を進めていくことが重要**

【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）

(数値目標の考え方) 令和7年12月に策定した部活動改革に関する新たなガイドラインに沿って目標を設定

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(44.8%)」、「特に理由はない(19.2%)」、「運動・スポーツが嫌いだから(18.1%)」、「仕事が忙しいから(14.9%)」と続く

目標

- ・ 運動部活動等に加入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

(数値目標の考え方)

- ・ スポーツ実施希望率の数値に近づける

(参考)R7世論調査の結果 スポーツ実施率:60.9%、スポーツ実施希望率:66.9% ※18~24歳学生の数値

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(レクリエーションルスポーツ等の活用~~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・~~スポーツ~~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】

(変更前)

- ・ 子育て・働き盛り期の週1回以上のスポーツ実施率：60%以上
- ・ 子育て・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)
- ・ 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

(変更後案)

- ・ 働き盛り期の週1回以上のスポーツ実施率：55%以上(男女差をなくす)
(参考)R7世論調査の結果 スポーツ実施率:47.2% (男性:51.9% 女性:42.8%)
- ・ 働き盛り期の週当たりのスポーツ実施時間：男性 1日15分以上(週105分以上)
女性 1日10分以上(週 70分以上)

(参考)R7世論調査の結果 中央値(男性):週69分(1日9.9分) 中央値(女性):週37.3分(1日5.3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%

<前回示した数値目標>

目標

【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%

<前回出された主な意見>

(スポーツ実施率関係)

- ・ 働き盛り期の週1スポーツ実施率について男女差をなくすという目標のみで良いか

(スポーツ実施時間関係)

- ・ 週当たりの目標時間140分について中央値が55分である現状を踏まえると目標値まで引き上げるにはかなりのエネルギーが必要な印象
- ・ 「週当たりの時間140分以上の人の割合を高くする」といった目標も考えられるのではないか

(共通)

- ・ 週1回のスポーツ実施率と週当たりの実施時間の2つを目標に掲げることについては賛成
- ・ 「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」が30%以上になる場合に運動時間の数値目標が達成できるのかどうか、目標間の整合性も考慮すべき

<数値目標の変更(案)>

目 標

【数値目標】

- 働き盛り期の週1回以上のスポーツ実施率：55%以上(男女差をなくす)
(参考)R7世論調査の結果 スポーツ実施率:47.2%(男性:51.9% 女性:42.8%)
- 働き盛り期の週当たりのスポーツ実施時間：男性 1日15分以上(週105分以上)
女性 1日10分以上(週70分以上)
(参考)R7世論調査の結果 中央値(男性):週69分(1日9.9分) 中央値(女性):週37.3分(1日5.3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%

<数値目標変更の考え方>

(スポーツ実施率関係)

- 60%という目標は、仮に勤務先の取組割合が30%になったとしても達成困難であることを踏まえ、具体的な施策の推進で達成しうる55%という数値目標に変更してはどうか
- 数値目標を55%に変更したとしても、女性は現状との隔たりが大きく高い目標であるが、10年前には実施率の男女差がほとんどなかったことを踏まえ、男女差をなくすという目標は目指すべきものとして、変更せずに設定してはどうか

(スポーツ実施時間関係)

- 140分という目標は現状との隔たりが極めて大きく達成困難であること、実施時間は男女差が非常に大きいことを踏まえ、目標を男女別に設定するとともに、達成しうるレベルに引き下げてはどうか
- 個人が自分事として何を目指せばよいのか分かりやすくなるよう、1日当たりの目安時間で示してはどうか(男女ともに現状+5分の目標)

(参考)子育て・働き盛り期のスポーツ実施率

<数値目標設定のための分析>

①子育て・働き盛り世代のスポーツ実施率

現状(R7)	47.2% (男性51.9%、女性42.8%)
第4期目標(案)	55.0%

②職場における運動・スポーツの取組実施率

現状(R7)	21.3% (取組有71.1%、取組無45.2%)
取組希望率(R7)	32.1%
第4期目標(案)	30.0%

②を達成した場合に、①の目標は達成されるのか？

$21.3\%(R7) \times 71.1\% + (100\% - 21.3\%) \times 45.2\% = 50.7\%$
$30.0\%(目標) \times 71.1\% + (100\% - 30.0\%) \times 45.2\% = 53.0\%$
$X \times 71.1\% + (1 - X) \times 45.2\% = 55.0\% \quad \underline{X = 37.8\%} \dots(1)$
$30.0\%(目標) \times X\% + 70.0\% \times 45.2\% = 55.0\% \quad \underline{X = 77.9\%} \dots(2)$
$30.0\%(目標) \times 71.3\% + 70.0\% \times 48.0\% = 55.0\% \dots(3)$

(1)第4期目標(案)である55.0%を達成させるための職場における**取組実施率は37.8%**(現状21.3%、目標30.0%)。
 (2)第4期目標(案)である実施率55.0%と取組率30.0%を固定した場合、**取組有の実施率は77.9%**(現状71.1%)。

(3)アプローチは職場での取組だけではなく、自治体等によるアプローチもあることを踏まえ、取組有と無の実施率を微増させた場合

<数値目標設定のための分析>

①子育て・働き盛り世代のスポーツ実施時間(中央値)

現状(R7)	55.2分(男性69.0分、女性37.3分)
第4期目標(案)	男性105.0分、女性70分

②職場における運動・スポーツの取組別実施時間(中央値)

就業者(R7)	60.2分(男性80.0分、女性47.4分)
取組有(R7)	118.7分(男性125.0分、女性92.3分)
取組無(R7)	55.0分(男性61.8分、女性38.4分)

実施率の考え方と同様に、アプローチは職場での取組だけではなく、自治体等からのアプローチもあることを踏まえ、取組有と無の実施時間を微増させた場合

取組率30%、男性の実施時間105分を達成し、かつ取組無の実施時間を高める(85分)場合

取組 実施率%	有 実施時間	無 実施時間		男性 目標時間
30%	X	85.0	70%	105

$X = 151.7$ 分
(取組有の現状:125.0分)

取組率30%、女性の実施時間70分を達成し、かつ取組無の実施時間を高める(50分)場合

取組 実施率%	有 実施時間	無 実施時間		女性 目標時間
30%	X	50.0	70%	70

$X = 116.7$ 分
(取組有の現状:92.3分)

(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

- ・ 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、**職場内スポーツ施設・場所の整備、スポーツ指導者やアスリートの積極的な活用を含む**)
- ・ 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
- ・ スポーツ推進に取り組む企業に対する**支援策インセンティブ付与**についての検討
- ・ 金融保険業界**等健康保険制度**による企業・個人へのインセンティブ付与の**取組**の推進
- ・ 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)
- ・ **地方公共団体による子育て・働き盛り世代向けの取組(各地域の企業との連携強化を含む)の促進**
- ・ 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、**産業保健健康保険組合**等との連携)
- ・ **スポーツのきっかけづくりとしての定期的な体力測定、身体機能チェック等の定期的な実施の促進(各種健康診断、健康保険組合等との連携)とそれをきっかけとしたスポーツの習慣化の促進**
- ・ 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

- ・ 10～40代女性において、「やせ」等の影響により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】

- ①働き盛り期の週1回以上のスポーツ実施率：55%以上（男女差をなくす）（再掲）
- ②20～40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

（数値目標の考え方）

- ①子育て・働き世代におけるスポーツ実施率の男女差が拡大傾向にあることを踏まえ、週1回以上のスポーツ実施率55%の目標とあわせ、男女差をなくす目標を設定。

（参考）世論調査における働く世代の週1回以上のスポーツ実施率の男女差の推移

令和3年度：5.6% 令和4年度：6.7% 令和5年度：8.8% 令和6年度：9.2% 令和7年度：9.0%

- ②体力・運動能力調査の結果から20～40代女性において体力の低下傾向がみられることを踏まえ、当該世代の体力向上に向けた数値目標を設定する。

（参考）20～40代女性の新体力テスト総合評価「C以上」の割合の推移

平成16年度：68.4% 平成21年度：66.6% 平成26年度：64.5% 令和元年度：63.8% 令和6年度：61.9%

(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(続き)

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
- ・ **女子学生が参加しやすい大学体育・スポーツに向けた取組の充実(関係団体との連携)**
- ・ 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
- ・ **体力の維持向上に向けた身体機能チェック等の定期的な実施の促進**
- ・ 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、**月経随伴症状**、更年期症状、**骨粗鬆症**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)
- ・ 日本産科婦人科学会、**スポーツドクター**、**理学療法士**等と連携した**妊娠中・産前産後の女性向け**のスポーツの促進
- ・ **女性のスポーツ実施についての効果的な取組に関する調査研究(具体的な取組の効果分析・検証、介入研究等を含む)の推進**

(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】

- ① 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(20歳以上:40%)を10ポイント以上下回る都道府県：ゼロ
※3年合算による平均値で算出
- ② 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
- ③ 都道府県・政令指定都市が策定するスポーツ振興を含む計画において、障害者のスポーツ実施に関する指標(障害者の週1回以上のスポーツ実施率等)が盛り込まれている割合:100%

(数値目標の考え方)

- ① 第3期計画における目標の達成状況を踏まえ、引き続き、第3期計画の目標を設定

(参考) 障害のある者の週1回以上のスポーツ実施率の推移

20歳以上 R3:31.0% R4:30.9% R5:32.5% R6:32.8% R7:35.0%

若年層(7~19歳) R3:41.8% R4:35.3% R5:34.4% R6:38.5% R7:38.3%

障害のある者のスポーツ実施率の底上げをしていくため、上記の指標を10ポイント以上下回る都道府県数をゼロとする目標を設定

(参考) 上記の指標(20歳以上:40%)を10ポイント以上下回る都道府県数 ※3年合算による平均値で算出

R1~R3:41自治体、R2~R4:37自治体、R3~R5:26自治体、R4~R6:21自治体、R5~R7の合算(20歳以上):16自治体

(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(続き)

(数値目標の考え方)(続き)

② 共生社会の実現に向けた取組として、障害のある者が障害のない者とともにスポーツを実施した者の割合を目標として設定

(参考) 障害のある者が、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の推移

R5:29.7% R6:24.7% R7:24.7%

③ 各都道府県等が策定するスポーツ振興を含む計画において、障害者のスポーツ実施に関する指標が盛り込まれている割合を目標として設定

(参考) 各都道府県等が策定するスポーツ振興を含む計画において、障害者スポーツに関するものが盛り込まれている割合 R7調査:98.3%

各都道府県等が策定するスポーツ振興を含む計画において、障害者のスポーツ実施に関する指標が盛り込まれている割合 R7調査:70.7%

(指標の例)スポーツ大会・教室の参加者数(16件)、スポーツ実施率(12件)、パラスポーツ指導者数(12件)等

※ 参考内の数値は、令和8年3月13日時点のもの

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
 - ー 都道府県・政令指定都市における、障害者スポーツに関する計画の策定状況等の基礎データの充実
 - ー 多様な障害のある者や重度障害のある者によるスポーツに関する取組・障害の有無にかかわらず実施できるスポーツに関する取組等
- ・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質・量の充実 等)
 - ー パラスポーツ指導者の資質向上研修等の強化
 - ー スポーツ指導者各種講習・研修等の機会を活用した取組の推進
- ・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)
- ・日本パラスポーツ協会における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

目標

- ・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

【数値目標】

- ① 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
- ② 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
- ③ 住民の週1回以上のスポーツ実施率について把握調査をしている市区町村の割合：50%以上
※指定都市を除く

(数値目標の考え方)

- ①学校体育・スポーツ施設は体育・スポーツ施設全体の約6割を占めることから、地域におけるスポーツ環境の整備に向けて、地域で共同利用する学校の割合の目標を設定。(参考) 令和5年:71.8%
- ②スポーツの実施状況の地域格差の是正に向けた数値目標を設定
(参考) 過去3年合算による都道府県別週1回以上のスポーツ実施率の最大差
令和4年度～6年度：11.6%、令和5年度～7年度：11.1%
- ③地域住民のスポーツ実施率を把握する市町村を増やすことで、各市町村における実情を踏まえた施策の取組を促す観点から数値目標を設定

(参考)各地方公共団体における域内住民のスポーツ実施状況の把握に関するアンケート調査の結果について

1. 調査概要

- ▶ 調査目的:各地方公共団体における地域住民のスポーツ実施状況に関する把握状況を整理し、第4期スポーツ基本計画の目標の検討を含めた今後の施策の検討に資する基礎資料とすること。
- ▶ 調査対象:各都道府県・各指定都市スポーツ主管課、各市区町村のスポーツ担当部局
- ▶ 調査方法:ウェブによるアンケート調査
- ▶ 調査期間:令和8年2月20日(金)～3月11日(水)
- ▶ 調査項目:①地方公共団体による域内住民のスポーツ実施率の把握の有無
②(把握している場合)把握しているスポーツ実施率の内容
③(把握していない場合)スポーツ実施率の把握希望の有無(把握したい/今後検討する/希望なし)

2. 調査結果概要

※令和8年3月11日時点での回答結果 回答数:929件

- 域内住民のスポーツ実施率を把握している地方公共団体の割合
都道府県:97.5%、指定都市:100%、市区町村:36.7%(内訳 特別区:95.0%、市:60.2%、町12.2%、村:6.7%)
- スポーツ実施率を把握している地方公共団体のうち、数値目標を設定している地方公共団体の割合
都道府県:97.4%、指定都市:100%、市区町村:81.0%

3. 調査結果を踏まえた数値目標設定の検討について

- | | |
|--|-------|
| 1. 市区町村のスポーツ実施率把握率: | 36.7% |
| 2. 市区町村のスポーツ実施率把握率 + 把握希望率: | 44.6% |
| 3. 市区町村のスポーツ実施率把握率 + 把握希望率 + 把握検討率: | 83.5% |
| 4. 市区町村のスポーツ実施率把握率 + 把握希望率 + 把握検討率のうち25%が把握した場合: | 54.3% |

※指定都市を除いた市区町村の割合

(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
- ・ 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
- ・ **ウォーカーブルシティ等のまちづくり施策との連携の促進**

(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

(数値目標の考え方)

- ・ スポーツ安全保険の加入者における事故の発生率(加入者数に対する給付件数の割合)は、過去3年間で上昇傾向がみられる。この状況を踏まえ、事故発生率を減少傾向へ転じさせることを目標とする。

(参考) (公財)スポーツ安全協会、スポーツ安全保険における外傷・傷害事故の発生率の推移
令和3年度:1.79%、令和4年度:2.28%、令和5年度:2.31%

(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(続き)

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
- ・**スポーツによる外傷・障害予防のための体力測定、身体機能チェック等の定期的な実施の促進**
- ・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**経済**成長等実現への貢献

(1) 生涯現役社会の実現による労働力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、労働力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労働力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の適正化への貢献

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
- ・ **今後85歳以上の後期高齢者が増加し、その健康維持が重要な課題となっている**
- ・ 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**低減抑制**にもつながるという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
- ・ **85歳以上の後期高齢者の健康維持及び健康寿命の延伸に貢献できる取組を進める**

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、**健康診断等のデータとともに、体力測定や身体機能チェックの定期的な実施及びデータ活用、目的をもった多様なスポーツの普及を促進し、病気になる前のゼロ次予防(攻めの予防医療)や重症化予防としてのスポーツ推進を強化する**
- ・ **高齢者に対するスポーツの実施に際してスポーツ施設・指導者と医療との連携を強化する**
- ・ **高齢者施策と連携しつつ、レクリエーションスポーツ、パラスポーツ、eスポーツを含め、後期高齢者にも実施可能で心身の健康維持に効果的なスポーツの普及を図る**
- ・ **スポーツを活用した社会保障費の適正化について、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

- ・ 10～40代女性において、「やせ」等の影響により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
- ・ 未婚率は年々上昇し、婚姻率は年々低下し、少子化がさらに深刻化する中で、結婚しない最大の理由は男女ともに「適当な相手にめぐりあわない」となっている

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、月経随伴症状、更年期症状、骨粗鬆症等)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

(4) 共生社会の実現への貢献

背景・現状

- ・ 国内には、身体障害・精神障害・知的障害合わせて約1,150万人の障害者がいると推計されているが、内閣府の調査によると、共生社会という考え方を知っている者の割合は5割弱、障害を理由とする差別や偏見があると思う者の割合は9割弱となっている
- ・ 在留外国人数は年々増加して約400万人に達しており、地域社会との共生が課題となっている
- ・ 内閣府の調査によると、孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は4.3%、「時々ある」が15.4%となっている

目標

- ・ スポーツの持つ多面的な「楽しさ」や障害の有無・年齢・言葉・文化の違いを超えたコミュニケーションという価値を生かし、スポーツによる交流の場づくりやコミュニケーションの活性化を通じて、障害者や外国人との共生の促進や孤独・孤立の解消に貢献する

重点施策

- ・ 地域におけるインクルーシブな取組のモデル事例の充実
- ・ 地方公共団体、スポーツ団体、外国人を雇用する企業等と連携し、地域におけるスポーツイベントや体を動かす祭り等の文化活動への外国人参加を促し、地域における多文化交流・コミュニケーションを活性化
- ・ 孤独・孤立を感じている人に対して、eスポーツ等も含むスポーツ活動・サークル等への参加を通じて、地域や社会とのつながり、居場所や仲間づくりを広げる取組を推進する

「運動遊び」を通した 子供たちの「やりたい」を育む体育授業のイメージ

P14に関する
参考事例

東京都三鷹市立北野小学校（第4学年 体育「体づくり運動」）の例

- 45分間の授業全体に「運動遊び」の要素を取り入れた活動を実施
- 「多様な動きをつくること」「仲間と関わり合うこと」を軸に、指導の意図を踏まえつつ子供たち目線で授業全体をデザイン
- 子供たちの「やりたい」を豊かに受け止められるよう、夢中になって活動する時間を豊かに確保



準備運動も「運動遊び」を要素を取り入れた活動を実施



運動技能や性別等に関わらず
個々の状況等に応じて思い切り楽しむ子供たち



みんなが楽しめるルールを考える子供たち



課題ある投動作を高めるなど
多様な動きの習得を意図した運動遊びの導入