

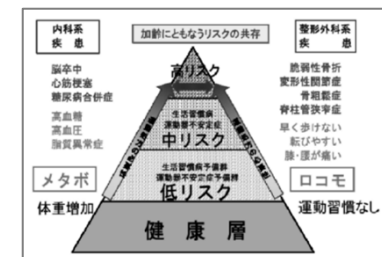
令和3年度Sport in Life推進プロジェクト
「安全なスポーツ活動支援などスポーツに関する情報提供の仕組みづくり
(日本医師会と連携した運動・スポーツ関連資源マップ構築に向けた検討)」

運動・スポーツ関連資源マップ構築に向けた アンケート調査報告書 〈概要〉

令和4年3月
スポーツ庁

調査概要

目的	運動実施者と運動環境（場）・専門家（人）のミスマッチを解消するための地域の運動に関連する情報を見える化した「運動・スポーツ関連資源マップ」の作成に向けた検討を行うこととする	
調査対象	対象1：健康スポーツ医 日本医師会の協力の下、健康スポーツ医のうち、診療科目が内科、整形外科、リハビリテーション科、外科、小児科、麻酔科、精神科、産婦人科のいずれかを含む医師2,500名	対象2：関連する機関及び学会 日本スポーツ協会公認スポーツドクター、日本パラスポーツ協会公認障がい者スポーツ医の資格を有する医師、日本心臓リハビリテーション学会、日本整形外科学会、日本糖尿病学会などの学会員、都道府県医師会・郡市区医師会の会員など
調査方法	郵便にて発送、回収は郵送とWEBを併用（無記名）	各機関及び学会のメーリングリスト又はホームページにて調査を周知し、回答はWEB（無記名）
調査時期	令和3年12月20日（月）～令和4年1月14日（金）	
調査内容	1) 運動・スポーツへのかかわり方の経験 2) 患者に運動・スポーツを勧める際の場の条件（施設・指導者・プログラム・負担額） 3) 患者に運動・スポーツを勧めやすくなる要因 4) 回答者の属性 5) 運動・スポーツ関連資源との連携についての経験や意見（自由回答）	
回答数（率）	有効回答数 814件 （郵送調査：538件、WEB調査：276件） 有効回答率 32.6%	有効回答数 1,041件（全てWEB調査）
	合計有効回答数 1,855件	
分析	リスク層：最も運動を勧めたい対象者の層ごとの回答の特徴を確認し、各層に必要な条件を把握する ①健康層：慢性疾患がなく、住民健診等で来院される方など ②低リスク層：健診で指摘があった患者など ③中リスク層：疾患はあるが医師の監視は必要がない患者など ④高リスク層：一定の医学的管理が必要な患者など	

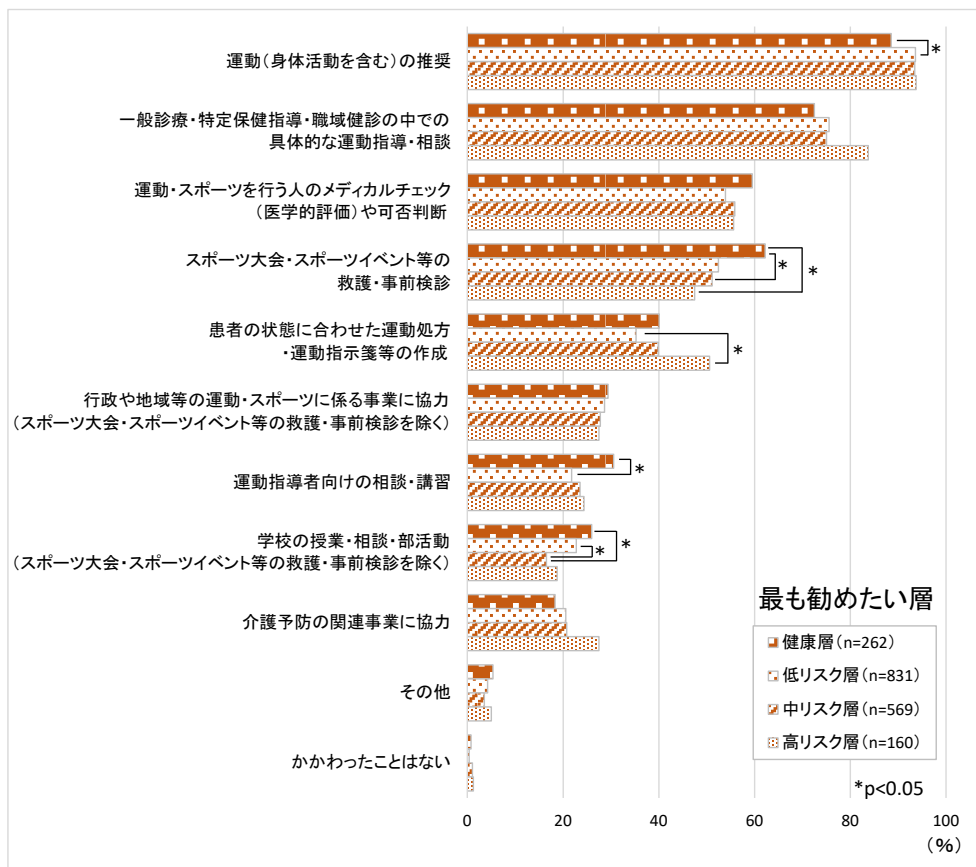


【出典】日本医師会健康スポーツ医学委員会「健康スポーツ医学委員会答申」(2018) p11

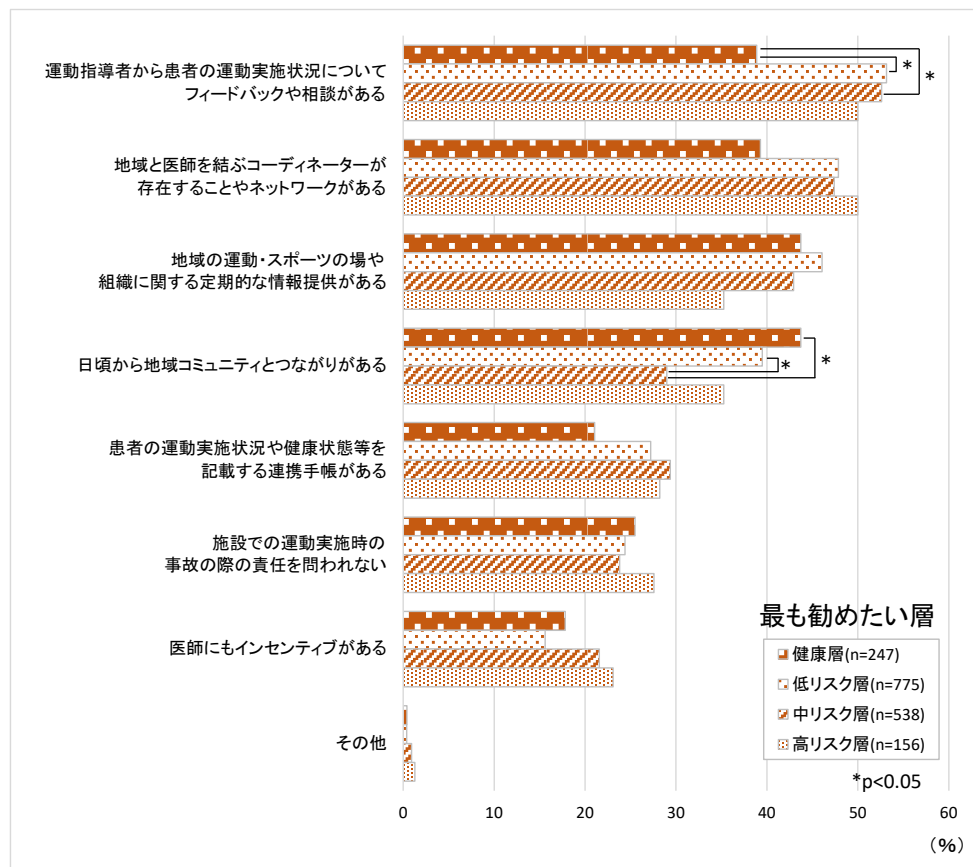
調査結果① 運動・スポーツへのかかわり方の経験／患者に運動・スポーツを勧めやすくなる要因

- 「運動・スポーツへのかかわり方の経験」は、各層とも「運動（身体活動を含む）の推奨」や「一般診療・特定保健指導・職域健診中での具体的な運動指導・相談」が高く、「スポーツ大会・スポーツイベント等の救護・事前検診」は「健康層」になるほど高い割合を示した。
- 「患者に運動・スポーツを勧めやすくなる要因」は、「運動指導者から患者の運動実施状況についてフィードバックや相談がある」と「地域と医師を結ぶコーディネーターが存在することやネットワークがある」は「低リスク層」から「高リスク層」で高く、「日頃から地域コミュニティとつながりがある」は「健康層」で高い割合を示した。

<運動・スポーツへのかかわり方の経験（複数選択可）>



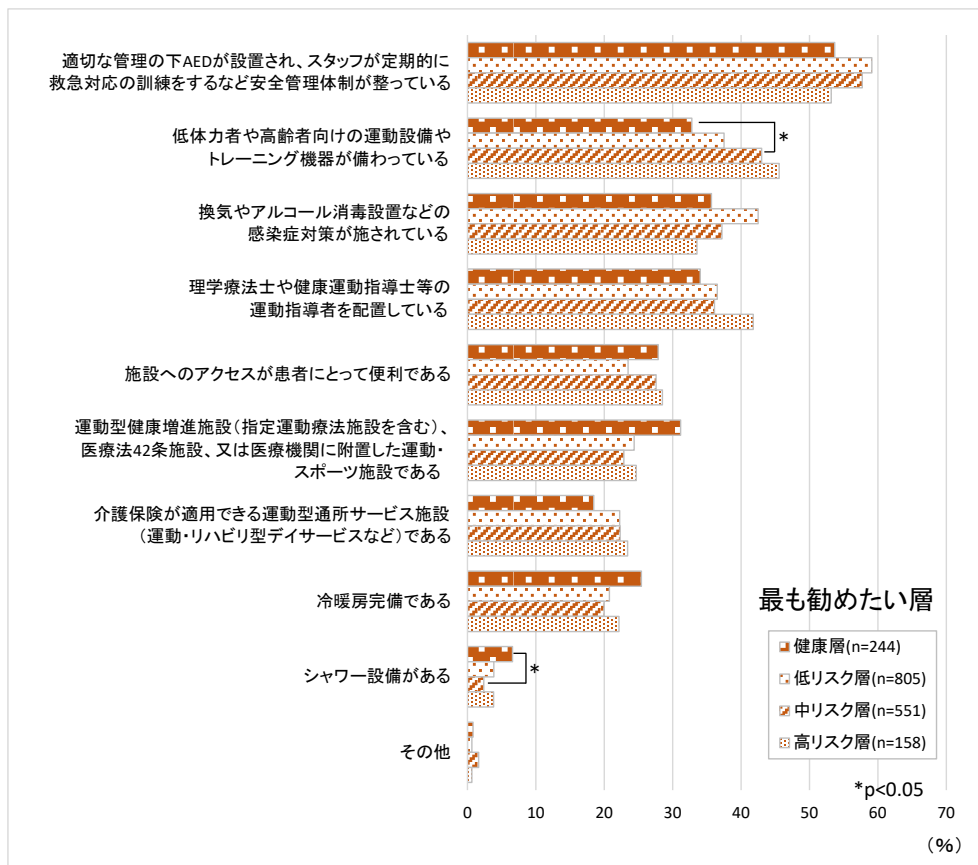
<患者に運動・スポーツを勧めやすくなる要因（最大3つまで選択）>



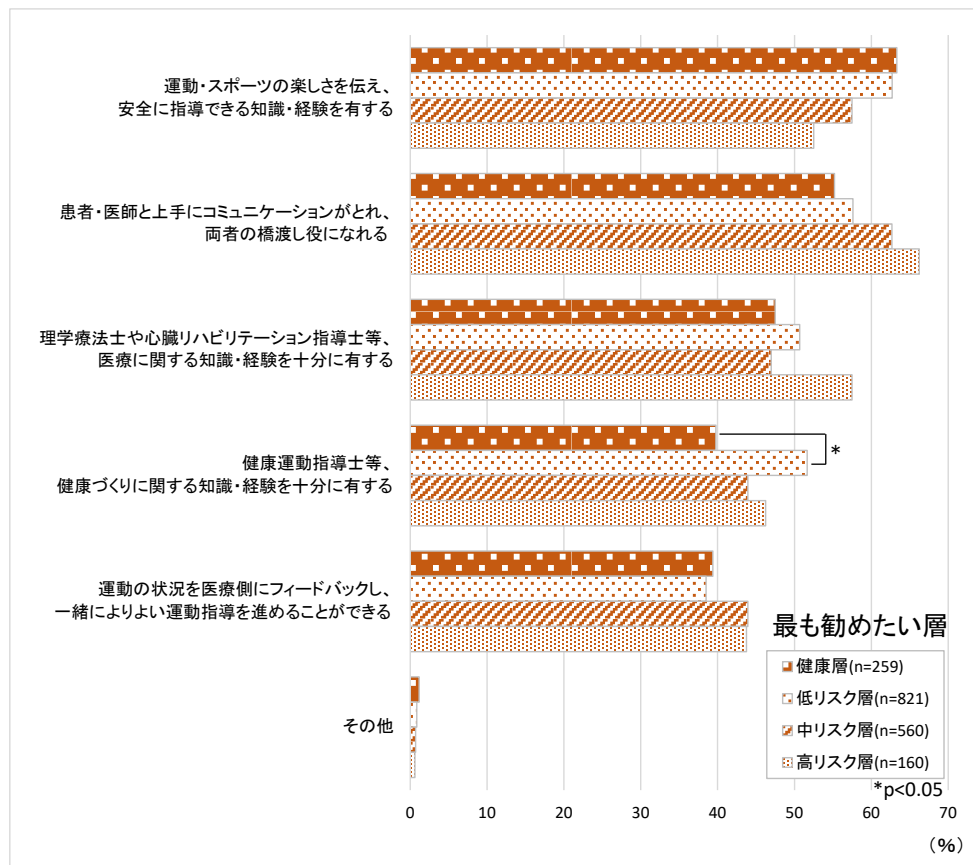
調査結果② 患者に運動・スポーツを勧める際の場の条件【運動関連施設／運動指導者】

- 「運動関連施設」は、「適切な管理の下AEDが設置され、スタッフが定期的に救急対応の訓練をするなど安全管理体制が整っている」は各層で高く、「低体力者や高齢者向けの運動設備やトレーニング機器が備わっている」は「高リスク層」になるほど高く、「理学療法士や健康運動指導士等の運動指導者を配置している」は「高リスク層」で高い割合を示した。
- 「運動指導者」は、「運動・スポーツの楽しさを伝え、安全に指導できる知識・経験を有する」では「健康層」になるほど高く、反対に「患者・医師と上手にコミュニケーションがとれ、両者の橋渡し役になれる」では「高リスク層」になるほど高い割合になった。「理学療法士や心臓リハビリテーション指導士等、医療に関する知識・経験を十分に有する」は「高リスク層」で高い割合を示した。

<場の条件（運動関連施設）（最大3つまで選択）>



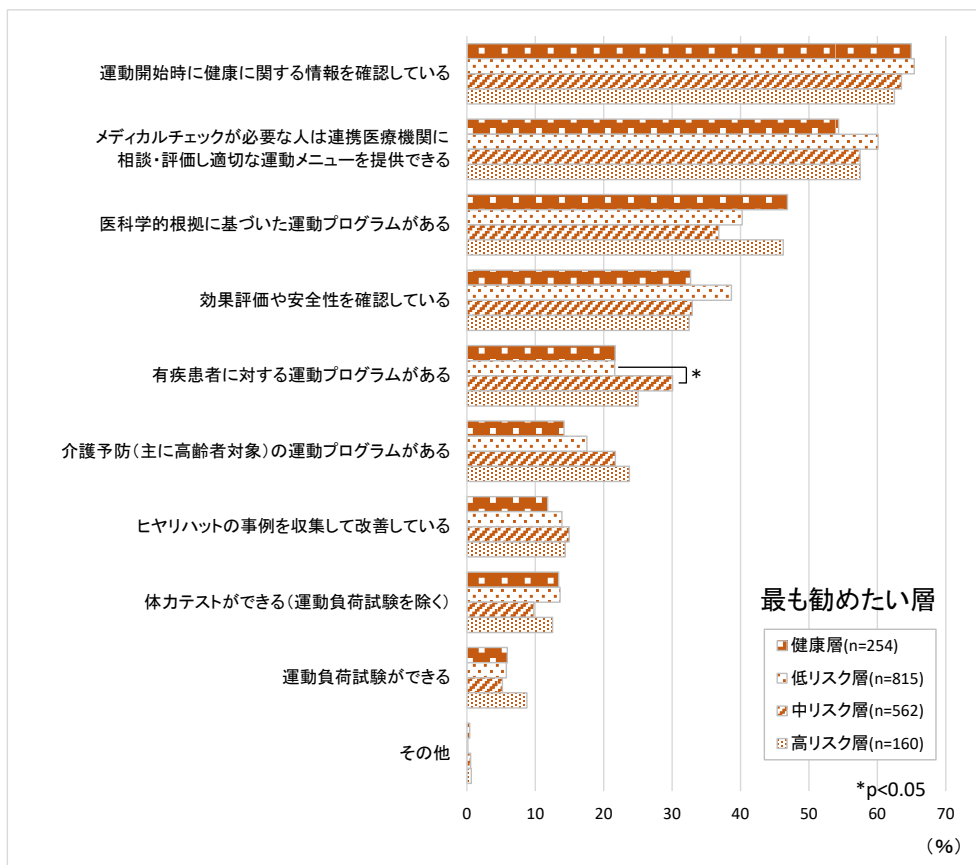
<場の条件（運動指導者）（最大3つまで選択）>



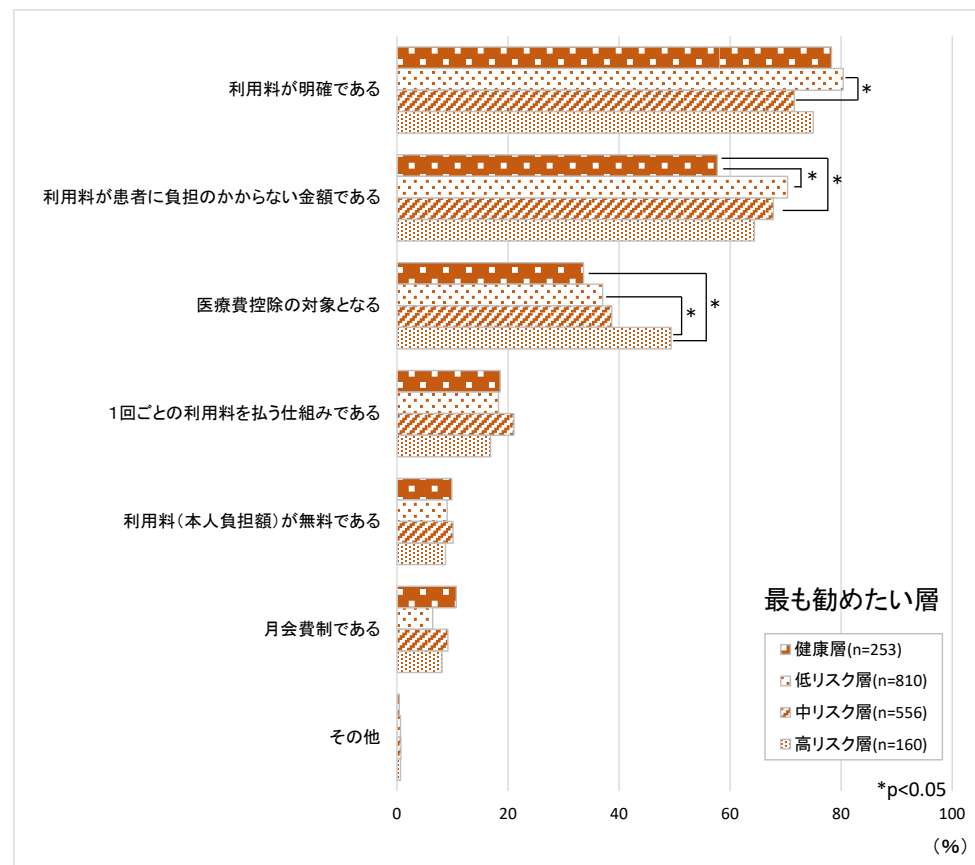
調査結果③ 患者に運動・スポーツを勧める際の場の条件【プログラム・方法／本人負担額】

- 「プログラム・方法」は、「運動開始時に健康に関する情報を確認している」は各層とも高く、次いで「メディカルチェック（医学的評価）が必要な人は連携医療機関に相談・評価し適切な運動メニューを提供できる」が高かった。「介護予防（主に高齢者対象）の運動プログラムがある」は「高リスク層」になるほど高い割合を示した。
- 「本人負担額」は、「利用料が明確である」は各層とも高く、「利用料が患者に負担のかからない金額である」では「低リスク層」、「医療費控除の対象となる」では「高リスク層」がそれぞれ高い割合を示した。

＜場の条件（プログラム・方法）（最大3つまで選択）＞



＜場の条件（本人負担額）（最大3つまで選択）＞



自由回答まとめ

- 問17「運動・スポーツ関連資源との連携における良い事例や理想」、問18「運動・スポーツ関連資源との連携で困った事象」の自由回答を内容を分類し、概要を以下にまとめた。()は回答数。

問17「運動・スポーツ関連資源との連携における良い事例や理想」の自由回答

1) 良い事例

- 医師と運動指導者が密に連携をとると、良いサービスを提供ができる。(8)
- 病院併設の運動施設（健康増進施設、運動教室）→情報共有や連携としやすい。(7)
- 運動は、体力面だけでなく、精神面の改善や健康の維持、増進も期待できる。(5)

2) 理想、要望

- 産官学（運動関連施設、行政、医療機関）（又は、医療と運動関連施設、スポーツ団あるいは行政、地域）の連携が必要 (8)
- 病院とスポーツ施設が連携できるとよい。医師の診断（運動処方箋）のもと、運動施設（病院外の）で適切な運動指導をする。(8)
- スポーツ施設で個人に合った適切な運動指導が行えるとよい。（メディカルチェックをした上で、あるいは運動強度を計算してなど）そのような指導者がいるとよい。(9)
- 全ての人それぞれがそれぞれの身体状況（体力、能力）に合った運動・スポーツを行うことが大切。そのような環境（しくみ、資源、施設、指導者）があるとよい。(11)
- 地域の運動施設や運動教室の情報がわかるとよい。(18)
- 気軽に運動できる環境（気軽に利用できる施設）が必要。敷居を低くする。(9)
- 運動療法（運動関連の費用）が保険適用になる（何らかの控除がある）と良い。(16)

問18「運動・スポーツ関連資源との連携で困った事象」の自由回答

1) 困った事例、困ったこと

- 運動過多によるけがや体調不良、けが。（高齢者や疾患のある患者など）(5)
- 整体や整骨院、鍼灸などの医療類似行為にかかったり、受診を勧められたりすることが多い。（特に子供のスポーツ障害）(6)
- スポーツクターや健康スポーツ医、理学療法士の活躍の場がない。資格が利用されることがない。(9)
- 連携する施設がない。（運動処方箋を受け取ってくれる施設、疾患を持つ患者や肥満患者などの運動療法）(9)
- 地方は運動関連資源が少ない。(10)
- 障害者が利用できる施設や参加できるイベントが少ない。対応が不十分。(8)
- けがなどが起こった時の責任の所在。責任を負えないため、しり込みすることも。(5)
- 人手不足。（スポーツ救護、運動指導を行う職員の）(5)
- 運動施設についての情報提供が少ない。（→患者に勧めるべき施設がわからない、推奨できるかどうか判断できない）(8)
- 利用できる施設が少ない（近くに）。きちんと整備されていない。(20)
- スポーツ指導者と医師との間の意識の乖離(5)
- スポーツ指導者（監督、トレーナー、部活、小児スポーツ）の指導が不十分、不適切。医師の指導を聞かない、医療的指導の中止を求められる。(13)
- コロナによって指導が不十分になる。施設が使えなくなる。取組やイベントが中止になる。自粛。（→運動不足）(13)
- 診療報酬がない。インセンティブがない。無給。(11)

考察

医師が運動施設や指導者と連携する際に重視していることとして、

運動施設については、どの施設にも求められる条件として、AED設置をはじめ**安全管理体制**が整っており、**感染対策**がなされていることが求められている。特に『リスク層』で運動指導者の配置や低体力者・高齢者向けの設備のニーズが高い。

運動指導者については、楽しく・安全なプログラム提供ができる知識・経験、患者・医師をつなぐコミュニケーション力、専門性に応じて医療に関する知識・経験や健康づくりの知識・経験が求められている。特に、『健康層』では「運動・スポーツの楽しさを伝える」を挙げられる医師が最も多いが、『リスク層』では「患者・医師との橋渡し役」が最も多くなる。

地域で運動・スポーツの連携を進めていく上で、対象者のリスク層に合わせて適切な場所・指導者を紹介できることが望ましく、マップ化にあたってはこれらの情報が一目でわかる工夫が必要である。

特に高リスク者に推奨する場所・指導者としては、対象者の状況にあわせ安全に運動が行えるだけの機器（場所）や技術（指導者）、時に専門性をもち、医学的な知識や経験があること、患者や医師をつなぐコミュニケーション力が必要とされている。

<地域におけるリスク層別対応運動・スポーツ指導者・組織（試案）>

リスク層	最も欲しい指導者の資質	対応可能な指導者資格	受け入れ可能な施設・組織				患者に勧めやすくなる要因
高リスク層 (医療) 整形外科系 内科系	●患者・医師と上手にコミュニケーションがとれ、両者の橋渡し役になれる	理学療法士 (循環器)心臓リハビリテーション指導士	指定運動療法施設 医療法42条施設 運動型健康増進施設	民間フィットネスクラブ	総合型地域スポーツクラブ 公共スポーツ施設	病院・クリニック	●運動指導者から患者の運動実施状況についてフィードバックや相談がある
中リスク層	●患者・医師と上手にコミュニケーションがとれ、両者の橋渡し役になれる	健康運動指導士					●地域と医師を結ぶコーディネーターが存在することやネットワークがある
低リスク層	●運動・スポーツの楽しさを伝え、安全に指導できる知識・経験を有する	健康運動実践指導者 健康・体力づくり系指導者 高齢者・介護予防系指導者					●運動指導者から患者の運動実施状況についてフィードバックや相談がある
健康層	●運動・スポーツの楽しさを伝え、安全に指導できる知識・経験を有する	スポーツ推進委員 スポーツ・レクリエーション系指導者					●地域の運動・スポーツの場や組織に関する定期的な情報提供がある
			地域サークル				●日頃から地域コミュニティとつながりがある

運動・スポーツ関連資源マップの作り方（案）

作成チーム結成

- 既存の仕組みを活用し、メンバーを集め、作成チームを結成する。

運動・スポーツ関連 資源の情報収集

- 運動・スポーツに関連する資源の情報をリストアップする。

施設の選択

- 集まった情報からマップに集約する施設を選択する。

情報の 確認・整理

- 各施設の情報を確認・整理し、対象となるリスク層の上限（マップの○の色分け）を決定する。

マップ化

- マップに色分けした○を配置する。各施設についての詳細情報をそれぞれ記載する。

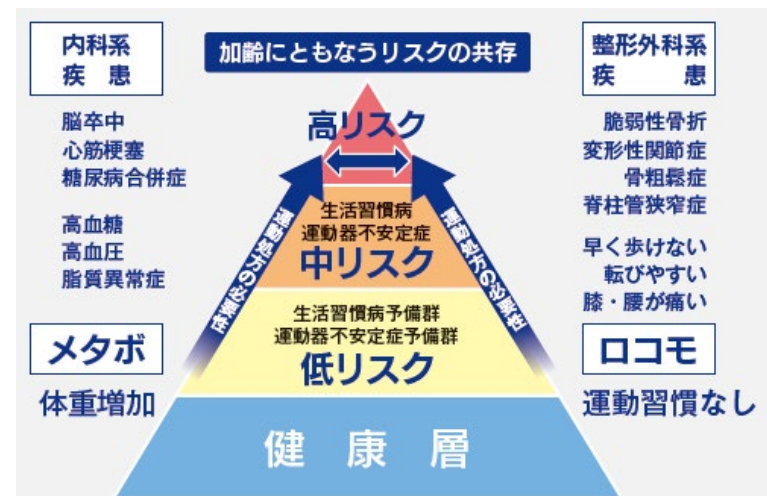
運動・スポーツ関連資源マップの作り方（案）

作成チームメンバーと担当の施設・情報の例

1. 作成チーム結成メンバー		2. 情報収集	
		ハード（位置情報）	ソフト（集めるべき情報）
●行政			
スポーツ主管課 （主に生涯スポーツ担当）	公共運動・スポーツ施設*（健康増進施設含む）、地域内の主な運動・スポーツ施設 学校開放施設	スポーツ協会、スポーツ推進委員協議会、総合型地域スポーツクラブ、スポーツリーダーバンクほかスポーツ情報全般 施設内のハード、プログラム、指導者の配置 学校開放状況（プログラム・期日・連絡先）	
市民自治・生涯学習主管課等	市民センター・公民館・自治会館等	行われているプログラム・指導者の配置、連絡先	
健康関係主管課	保健センター等	行政事業（各種教室等） 行政事業をきっかけに継続している自主サークル	
高齢・福祉主管課 （社会福祉協議会）	地域包括支援センター 通所型サービス事業所 高齢者サロン・教室	センター自主事業 プログラム・指導者の配置 プログラム・指導者の配置	
障害者スポーツ主管課	障害者優先・共有施設	プログラム・指導者の配置	
観光・まちづくり主管課	各施設	スポーツコミッション等	
●医師会・医療機関			
医師会、運動・スポーツに十分知識と理解を有する医師	病院・クリニック（医療法42条施設含む） 地域の健康スポーツ医等	診療の特徴（運動負荷試験・運動処方可能等）と理学療法士等の配置	
●運動・スポーツ組織			
総合型地域スポーツクラブ連絡協議会、クラブアドバイザー スポーツ協会・スポーツリーダーバンク	総合型地域スポーツクラブ	各クラブの安全管理・プログラム・指導者 地域内の種目別自主サークル、指導者	
スポーツ推進委員会	地域内の運動・スポーツ実践環境	地域内の運動・スポーツに関する自主サークル	
健康運動指導士会 パラスポーツ協会・パラスポーツ指導者 スポーツコミッション	障害者スポーツ施設等	地域におけるそれぞれの活動情報 施設内におけるプログラム・指導者 プログラム・指導者	
●民間フィットネスクラブ	フィットネスクラブ・パーソナルジム（健康増進施設含む）	クラブ内の安全管理・プログラム・指導者の配置・研修の有無	
●大学・研究機関等	スポーツ施設・トレーニングセンター等（一般利用可能）	社会貢献プログラム、支援・協力内容	
●学生・SNSやネットワークに強い人		情報共有・拡散の方法	

リスク層の色分け

-  **高リスク**。安全域が狭い患者に効果的な（個別性の高い）運動処方
指定運動施設（医療費控除）
42条施設
健康増進施設（の一部）など
-  **中リスク**。疾患はあるが安定している、標準的な運動内容。
健康増進施設
民間の運動施設の一部 など
-  **低リスク**。予備群（健診で指摘）、予防的運動の推奨
広い範囲の運動施設
-  **健康層**。健診で来院、予防的運動の推奨
広い範囲の運動施設



※公共運動・スポーツ施設：競技場、体育館、プール等

【出典】日本医師会健康スポーツ医学委員会「健康スポーツ医学委員会答申」（2018）p11

運動・スポーツ関連資源マップの作り方（案）

各施設の詳細情報に必要な記載事項（案）

赤枠内はすべての施設で推奨項目

基本情報	利用料	営業日時間						
	医療機関	42条施設	指定運動療法施設	健康増進施設	総合型地域スポーツクラブ	公共運動施設	民間フィットネス	
施設・設備	プール	スタジオ	マシン	テニスコート	屋外施設	特徴となるハード		
	AED対策	感染対策	血圧計	ユニバーサル対応				
人材	理学療法士	心リハ指導士	健康運動指導士	健康運動実践指導者	スポーツ・レク系指導者	管理栄養士	医師	保健師
	開始前健康確認	定期健康確認						
実施項目	運動負荷試験	体力評価	健康相談					
	有疾患プログラム	疾患予防プログラム	妊産婦向けプログラム	障がい者対応プログラム	特徴的なプログラム	強度別プログラム	低体力者・高齢者向けプログラム	
プログラム連携	連携医療施設	情報共有の仕組み	健康講座	地域ネットワーク				

マップには対応可能な層（どこまで）を記す色の○を示す
右の項目については、ウェブならクリックすればわかるようにする。紙媒体なら別の一覧表とする

○ 運動施設以外の運動資源
可能な内容と運動強度を記載

各施設についての提示情報のイメージ図
(左側：マッピング状況 右上：施設情報)

<各施設の詳細情報のイメージ>

○ 運動センター

住所
電話番号
URL
QRコード

スタッフからのメッセージ
写真など

○年○月現在

○をクリックすると施設情報が表示される

■ 健康スポーツ医など、協力が得られる医師の情報
各色の○はリスク別の運動施設