

- スポーツ審議会健康スポーツ部会では、スポーツ実施の環境整備や改善に積極的に取り組む地方公共団体、民間事業者、スポーツ関係団体、保険者等の取組に着目して**現場視察・ヒアリング**を実施し、令和6年3月に「**Sport in Lifeガイドブック**」として取りまとめました。
- 第3期スポーツ基本計画で掲げる目標や施策の着実な実施に向けて、**子供（幼児）、女性、働く世代・子育て世代、高齢者、障害者、多様な主体**の各ターゲット別に、取組やポイント等をまとめた**アクションガイド**と、実際の**取組事例**を掲載するとともに、関連するテーマの**コラム**も掲載しています。

Sport in Lifeガイドブック

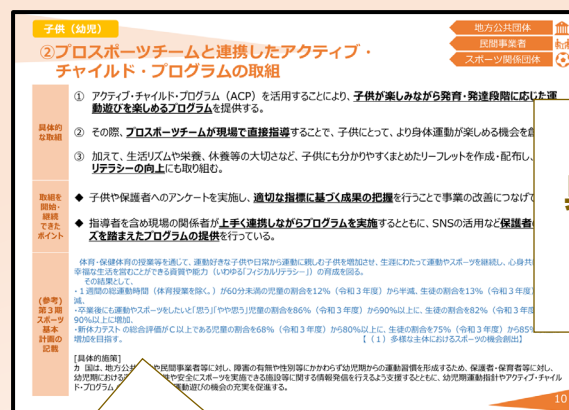
～スポーツによる健康増進と
ライフパフォーマンスの向上を目指して～



スポーツ庁HPにて公表



アクションガイド



次頁で
具体的な
事例を
掲載

「具体的な取組」「取組を開始・継続できたポイント」「第3期スポーツ基本計画の該当記載」を掲載

取組事例



健康スポーツ部会で視察・ヒアリングした事例について、「**取組概要**」や「**成果の要因・工夫のポイント**」「**今後の課題**」や「**委員所見**」を掲載

目次①



地方公共団体



スポーツ関係団体



民間事業者



保険者・医療機関等

1	はじめに	04	
2	ガイドブックの見方	05	
3	具体的なアクションガイド		
I. 子供 (幼児)	① まちづくりの推進における外部連携による幼児の運動習慣化	静岡県三島市	08
	② プロスポーツチームと連携したアクティブ・チャイルド・プログラムの取組	徳島県美馬市	10
	③ 親子や地域住民がいつでも、誰でも、どこでもスポーツに親しめる環境の整備	NPO法人スポネット弘前	12
	④ 地域資源を活用した子供のあそび場づくりと交流機会の創出	ボートキッズパーク Mooovi	14
	【コラム】「アクティブ・チャイルド・プログラム (ACP)」		16
II. 女性	① 他分野との連携と行動変容のエビデンスを活用した女性のスポーツ参画促進	東京都足立区	18
	② 幅広い世代の女性のニーズに応じたダンスフィットネスプログラムの提供	コナミスポーツ(株)	20
	③ 中高年の女性を対象としたエビデンスに基づくスポーツプログラムと医療との連携	(株)カーブスジャパン	22
	【コラム】「ママもまんなかプロジェクト」		24
III.働く世代・ 子育て世代	① 地域の医科学センターにおけるアスリートの知見を活用した住民の健康増進	横浜市スポーツ医科学センター	26
	② 産学連携組織におけるスポーツを通じた健康経営	神戸商工会議所	28
	③ スポーツ関係企業におけるアプリ等を活用した従業員の健康増進	アシックス(株)	30
	④ 社内における就業時間中の運動・スポーツプログラム	(株)NISHI SATO	32
	⑤ 健診センターとの連携によるスポーツ及び健康づくりプログラムの提供	電設工業健康保険組合	34
	【コラム】「健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023」(厚生労働省)		36
IV.高齢者	① 子供をインフルエンサーとする高齢者のスポーツ実施促進と住民の健康づくり	鳥取県湯梨浜町	38
	② 医師会との連携による脳と身体の健康づくり	東京都狛江市	40
	③ 医療・介護と連携した運動・スポーツによる認知症予防	石川県白山市	42
	④ 長期的な健康づくり事業を通じた運動グループの形成とエビデンス評価等の取組	千葉県柏市	44
	⑤ スポーツクラブにおけるリハビリテーションプログラムの提供	ルネサンス蒔田	46
	⑥ スポーツ競技を通じた健康増進とデータを活用した競技の普及・振興	(公財)日本ゴルフ協会	48
	【コラム】「運動・スポーツ関連資源マップ」		50



3 具体的なアクションガイド

V. 障害者	① 地域の障害者スポーツ振興のハブ機能を担うセンターの運営	障害者スポーツ文化センター横浜ラポール	52		
	② 行政とスポーツ団体の連携による障害者スポーツに力を入れたまちづくりの推進	福島県福島市	54		
	③ 企業における障害者スポーツの普及支援と地域活性化	(株) アイエイアイ	56		
	④ 企業におけるインクルーシブルな競技大会を通じた共生社会の推進	長瀬産業 (株)	58		
	⑤ スポーツクラブにおける障害児のスポーツ実施環境整備	ルネサンス蒔田	60		
	【コラム】改正障害者差別解消法の施行について		62		
	【コラム】「スポーツ施設のユニバーサルデザイン化 (ガイドブック)」		63		
VI. 多様な主体	① 図書館における運動・スポーツの取組を通じた住民の健康づくり	大阪府吹田市	65		
	② 行政内部における研究機関の設置を通じた身体活動に関するエビデンス構築	島根県雲南市	67		
	③ 多様な主体が無料で気軽に参加できる全国規模の定例ウォーキングイベント	(一社)parkrun Japan	69		
	④ ルールの工夫を通じた多様な主体がともにするスポーツの実現	(公財)日本サッカー協会	71		
	⑤ 健康都市宣言によるスマートウェルネスシティの実現	静岡県三島市	73		
	⑥ スポーツ団体や企業と連携した市民のコンディショニングづくり	徳島県美馬市	75		
	【コラム】「ライフパフォーマンスの向上に向けた目的を持った運動・スポーツの推進について」		77		

4 終わりに

・現場視察・ヒアリングを踏まえた成果や課題／共通する課題解決方法に関する考察	78				
・健康スポーツ部会長・スポーツ庁長官 メッセージ	79				

5 参考資料

・現場視察・ヒアリング先／担当委員／関連リンク 一覧	81				
・索引・キーワード	83				
・第3期スポーツ基本計画 対応図	84				
・関連資料リンク集	89				
・スポーツ審議会健康スポーツ部会委員名簿	90				
・現場視察・ヒアリング報告書詳細版 (別添)	別添				