

令和3年7月28日

静岡市教育委員会 様

静岡市スポーツ推進審議会

会長 木宮 敬信

「スポーツ・イン・ライフの実践によるスポーツ実施率の向上」

について（答申）

2020年（令和2年）は、新型コロナウイルス感染症が猛威を振るい、人々は生活のありようを大きく変えることとなった。スポーツにおいても、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の開催が延期され、各競技の実施方法のみならず観戦方法などにも大きな影響を与えた。この感染症により、スポーツの在り方を再考する転換期が訪れている。

本市は、2015年3月（平成27年3月）に、2022年度（令和4年度）までの8年間のスポーツ推進の方向性を定めた「静岡市スポーツ推進計画（以下「スポーツ推進計画」という。）」を策定し、2019年3月（平成31年3月）に、計画前半の取組を踏まえた改定を行った。この改定の柱は、スポーツの定義を広げ、新たな概念である「スポーツ・イン・ライフ」を推進することである。

静岡市スポーツ推進審議会（以下「審議会」という。）は、令和元年11月に静岡市教育委員会より「スポーツ・イン・ライフの実践によるスポーツ実施率の向上」について諮問を受け、ポストコロナを見据え、市民生活と調和する実行性の高い方策を審議してきた。

これまでの審議会での議論を踏まえ、「スポーツ・イン・ライフの実践によるスポーツ実施率の向上」について提言する。

## 1 スポーツ推進計画の現状

スポーツ推進計画では、「市民一人1スポーツ」を目標に「人」に着目して、「観る」・「する」・「支える」という3つの視点で施策を実行するとともに、これらを好循環させることにより、市民が生涯にわたってスポーツに親しむことができるような事業を登載している。平成27年度から平成30年度までの前期計画では、ほぼ全ての事業を計画どおりに実施した。後期計画に向けたスポーツ推進計画の改定に際して、平成30年にスポーツに関する市民意識調査を行った。

その結果、スポーツ推進計画の成果指標である成人の週1回以上のスポーツ実施率は56.7%であり、前回調査（平成25年）の50.7%から6%上昇したものの、指標における目標値である68%には、さらに11.3%の上昇が必要であることが明らかになった。性別や年齢で分析すると、特にスポーツ実施率が低い世代は、男性では30代、女性では20代から40代であった。また、スポーツを「全くしない」人の割合は全世代を通して女性が多かった。

これを受け、平成31年3月のスポーツ推進計画の改定では、全世代のスポーツ実施率の底上げを図るため「スポーツ・イン・ライフの推進」を柱とした。

「スポーツ・イン・ライフ」とは、スポーツの定義を生活活動を含めた身体活動まで広げ、スポーツが生活の中にとけ込み、それぞれの体力や年齢、ライフスタイル等に応じて日常的に親しまれている状態である。また、世代ごとに細分化した取り組みを強化し、スポーツ習慣化促進事業など日常にスポーツを取り入れる啓発事業を新規で登載した。

## 2 「スポーツ・イン・ライフ」の更なる理解について

市民のスポーツ実施率向上を図るため、これまではスポーツとして捉えていなかった軽い運動や生活活動もスポーツとして捉える「スポーツ・イン・ライフ」の概念を浸透させるということが有効であると考え。そのためには、こ

れまで以上に市民への広報が必要であり、スポーツ以外の施設やイベントで「スポーツ・イン・ライフ」に関する情報提供の仕組みづくりが重要となる。

### 3 「スポーツ・イン・ライフ」の更なる推進について

この「スポーツ・イン・ライフ」の実践によりスポーツ実施率を向上させるためには、世代ごとの取組だけではなくスポーツに対する関心の度合いにより、きめ細やかなアプローチをする必要がある。審議会では、スポーツに対する関心度を「関心層」「中間層」「無関心層」の3つの階層に分け、かつ特にスポーツ実施率の低い世代に着目し、各階層に対するアプローチ方法について、活発な意見交換を行った。その結果を踏まえ、各世代及び各階層に対する取り組みとして次のとおり提言する。

関心の度合いによる各階層を以下のように定義する。

ア「関心層」…「週一回以上スポーツをする人」

イ「中間層」…「週一回はしないが定期的にスポーツをする人」

ウ「無関心層」…「まったくスポーツをしない人」

関心層では「働きはじめ世代（20代）」、中間層及び無関心層では「働きざかり世代・子育て世代（30代から50代）」に着目した。

#### (1) 「関心層」に対する取り組み

関心層が抱える課題や傾向として、生活環境の変化によりスポーツを行わなくなる可能性があることや一緒にスポーツに取り組む仲間がいないことによりモチベーションが維持できないことが挙げられる。

課題や傾向に対し審議会委員から、スポーツを行う上での施設の確保などの手続きを簡略化することや、仲間作りを促す環境づくりが必要であるという意見が出たことを踏まえ、次のとおり意見する。

- ・市や公益財団法人静岡市体育協会などが行っているイベントや教室などを世代や興味に合わせて提案するシステムの構築
- ・一緒にスポーツをする仲間を見つけられる、スポーツ専用のマッチングアプリの開発
- ・部活動終了後も後輩の指導に携わることのできるシステム構築
- ・スポーツに対するモチベーション維持のため、大会等での活躍の様子を市が広報、発信

## (2) 「中間層」に対する取り組み

中間層が抱える課題や傾向として、生活の中でスポーツの優先度が低いことや、ビジネス世代・子育て世代では仕事だけでなく、家庭での家事や育児等もあり、スポーツのために新たな時間を作ることが困難であることが挙げられる。

課題や傾向に対し審議会委員から、通勤や家事や育児などの生活活動上にスポーツを取り入れる、スポーツをすることによりインセンティブを与えるという意見が出たことを踏まえ、下記のとおり意見する。

- ・その日に行った生活活動を登録することで、消費カロリーを可視化でき、インセンティブのあるアプリの開発
- ・家事等をしながらできる「ながら運動」の紹介
- ・市民に歩数計を配布し、歩数に応じたインセンティブを付与する事業

## (3) 「無関心層」に対する取り組み

無関心層が抱える課題や傾向として、各世代でスポーツ自体に興味がなく、スポーツ以外にやることがある、年齢的にスポーツによる健康維持の必要がない、スポーツをすることに価値を見いだせない、などがあげられる。

課題や傾向に対し審議会委員から、特定のターゲットを狙い、スポーツへの興

味を促す付加価値をつけた事業の実施などの意見が出たことを踏まえ、下記のとおり意見する。

- ・無関心層がスポーツ以外に関心がある事柄を年代別で分析を行い、その関心に沿った事業の展開
- ・婚活や歴史文化を絡めるといった、特定の分野と関連づけたスポーツイベントの企画
- ・企業と連携しスポーツ専用アプリを開発
- ・「スポーツ・イン・ライフ」の長期的な周知につなげるため、学校教育での「スポーツ・イン・ライフ」の啓発
- ・障がい者、高齢者、性別などによらない共通して全ての人が実施できる事業

#### 4 「観る」「支える」スポーツの推進

市民のスポーツ実施率向上のためには、プロスポーツ観戦等による「観る」スポーツで関心を持ち、「する」スポーツで実際に体験し、大会運営等の「支える」スポーツで充実感を味わってもらうとともに、この3つを好循環させることが必要となる。

まず「観る」スポーツでは、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の開催により、スポーツ自体への関心が高まることが期待されることから、オリンピック開催期間だけの一過性の関心で終わらせないための仕組み作りが必要となる。

「支える」スポーツでは、ボランティア活動への参加によりスポーツへの関心度が深まることが期待される。しかし、スポーツボランティアの潜在的な参加希望はあるものの、参加率は低迷している。参加のきっかけをつくる、また継続して活動できる場を提供することが必要となる。

そして、「観る」「支える」スポーツに携わっていた人を、いかに「する」スポーツに繋げていくかが重要である。

## 5 コロナ禍及びポストコロナにおけるスポーツについて

新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、外出を自粛する期間が増加した結果、運動不足やストレスから、心身に悪影響をきたす健康二次被害が懸念される。スポーツは心身の健康増進に大きな役割を担っており、身体面における効能として生活習慣病等の疾病にかかるリスクの軽減や病状の改善、筋力などの維持・向上等が知られている。また、精神・心理面においてもストレス解消によるメンタルヘルス改善に向けた効果が挙げられる。

スポーツ庁が実施した令和2年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」によると、全国の成人の週1日以上スポーツ実施率は59.9%で、令和元年度の53.6%から6.3%上昇した。スポーツ実施の頻度が増えた回答者にその理由を聞くと、「新型コロナウイルス感染症による日常生活の変化」が36.4%で、一番の要因となっている。

この結果からも新型コロナウイルス感染症による健康志向の高まりは明らかであり、これを受けた施策の充実が求められている。

審議会では、スポーツ実施率の低いライフステージの各関心度に応じた取り組みについて提言したが、ポストコロナにおいて、これらを柔軟かつ着実に実行していくためには、市だけではなく、市のパートナーである公益財団法人静岡市体育協会、公益財団法人静岡市まちづくり公社との緊密な連携及び総合型地域スポーツクラブ、スポーツ推進委員等のスポーツ関係者との協働が不可欠である。また、民間企業が開発したアプリの活用やスポーツ先進都市の事例など、コロナ禍において、すでに効果が認められている事業を市民に周知することが、スポーツ実施率の向上に寄与するものと考えられる。

## 6 まとめ

それぞれ異なる価値観の中で生活をしている人の行動を変容させることは非常に困難である。人がノベルティやペナルティをきっかけとするのではなく、

自発的に行動することが重要であり、それをどのように促すのかが今後の課題となる。「スポーツを実施したら、どれだけよいことがあるのか」といったスポーツが持つ効果、価値を理解してもらうことが必要となるだろう。

スポーツ実施率向上の観点から、スポーツ無関心層への働きかけは重要であり、小さなきっかけが大きな関心へとつながる可能性は十分にある。「スポーツ・イン・ライフ」を身近なものとし、一般的な「スポーツ」と「生活活動」との認識のずれをなくすことが、「スポーツ・イン・ライフの実践によるスポーツ実施率の向上」につながるものと考えられる。