

第2次 安曇野市 スポーツ推進計画

概要版

平成30(2018)年3月
安曇野市

1. 計画の目的と位置づけ

計画策定の意義・目的

安曇野市では、平成23年3月に市民が自主的・主体的にスポーツ活動を展開するためのしくみを構築し、市民のライフステージに合わせてスポーツができる環境づくりを行う計画として「安曇野市スポーツ振興計画」を策定し、必要な施策を進めてきています。

この間、国内に目を向けると、平成23年6月にスポーツ基本法が制定され、平成25年度には2020年東京五輪の開催決定、平成27年度にはスポーツ庁設置、平成28年度には第2期スポーツ基本計画の策定と、スポーツをめぐる環境が変化してきました。本計画は、このような変化を踏まえ、既存の計画を改定する形で、市のスポーツに関する概ね10年先を見据えた施策を取りまとめることを目的としています。

計画の性格と位置付け

- ① 本計画は、国のスポーツ基本計画、長野県スポーツ推進計画の理念を踏まえ、本市及び本市教育委員会が今後10年の期間を対象として、市内でのスポーツ推進に関する基本的な方向性を定めたものです。
- ② 本計画は、本市におけるスポーツ推進を総合的・効果的に推進するために、市民、地域、学校、行政、その他関係機関が連携を図りながら取り組むための指針となるものです。
- ③ 本計画は、「第2次安曇野市総合計画」などの関連計画との整合性を図りながら策定しました。

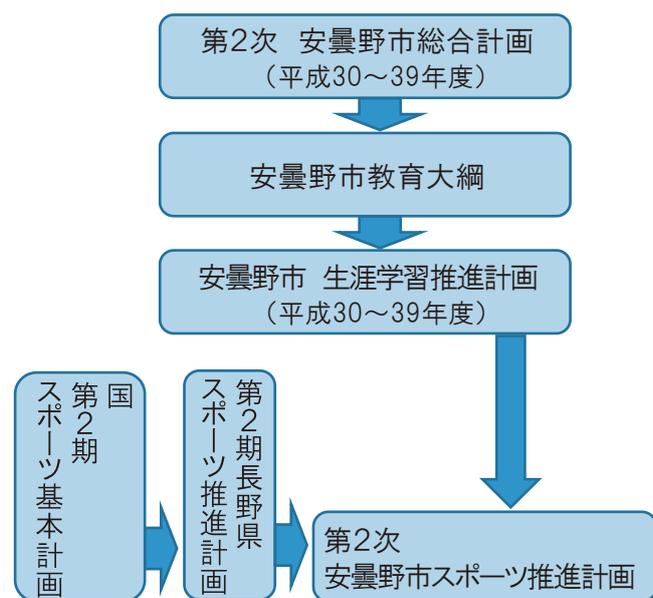


図1 上位計画と本計画との関係

計画の期間

計画の対象期間は平成30（2018）年度から平成39（2027）年度までとし、次の2つの視点に重点を置いて計画を定めます。

- ① 10年間（平成30（2018）年度から平成39（2027）年度まで）を見据えての基本方針の設定
- ② 当面5年（平成30（2018）年度から平成34（2022）年度まで）の間に取り組むべきことの明確化

2. 将来像

笑顔あふれ活力みなぎる 健康スポーツ都市 安曇野

スポーツは人間が生命を維持するうえで欠かせない身体活動のひとつであり、スポーツをすることで健康維持、精神育成等様々な面で効果を得ることができます。また、スポーツは、市民一人ひとりの適性や関心に応じて取り組むことができ、一部の人々に限られることのない「みんなのもの」でもあります。スポーツを「する」ことでみんなが「楽しさ」「喜び」を得ること、これはスポーツの価値の原点です。

安曇野市では、スポーツを「する」ことから生まれる「楽しさ」「喜び」を大事にし、みんなの笑顔や元気を生み出し、健康な暮らしを送りながら、スポーツを通じた様々な交流を促進し、そこで育まれる活力をさらに大きくすることが重要と考えます。

以上のような思いをこめて、これから10年で目指すスポーツ推進の将来像を「笑顔あふれ活力みなぎる 健康スポーツ都市 安曇野」と定めます。

なぜ運動が必要なのか ～ライフステージに応じた運動の必要性～

人間の身体は、骨・筋肉・神経が成長発達し、高齢期にはこれが低下に向かいます。安曇野市健康づくり計画・安曇野市老人福祉計画及び介護保険事業計画では、ライフステージのなかでの運動器の変化について触れ【下図参照】、それぞれのステージに応じた運動の実施を支援することが重要と認識し、必要な取り組みを進めています。

年齢	保育園・幼児園児	小学生	中学生	高校生	成人				高齢者			
	4～6歳	7～12歳	13～15歳	16～18歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳代	
骨	紫外線、重力、圧力、カルシウムの摂取によって骨密度が高くなる			18歳 骨密度ピーク				閉経 女性ホルモンの影響で、大腿骨・脊椎の骨密度が優先的に低下				
筋力		12～14歳 持久力最大発達時期	14～16歳 筋力最大発達時期			筋力減少 始まる	目立って 減少				ピーク時の約2/3に 減少	
神経	平衡感覚 最大発達時期	10歳 運動神経完成									閉眼片足立ち(平衡感覚・足底のふんばり・大腿四頭筋の筋力・柔軟性)が20歳代の20%に低下	
足底	6歳 土踏まずの完成											
運動	園での遊び	体育の授業 スポーツ少年団 部活動				運動習慣ありの人 割合が低い						
	持久力・筋力の向上				持久力・筋力の維持							

運動器を向上・維持するためには、全ての年代において、運動を行うことが重要

【参考1】運動器の変化と運動・スポーツとの関係 (長野県松川町保険活動計画等を参考に作成)

3. 市民のスポーツとの関わりの現状

市民のスポーツ実施率と実施に対する意識 ～世代・性別での相違～

市民のスポーツ実施率

○安曇野市に住む成人の週1回以上のスポーツ実施率は32.6%でした。平成21年度の前回調査と比較して約6%上昇しました。しかし、全国規模の調査に基づくスポーツ実施率は42.5%であり、これに比べ安曇野市では10%ほど低い状況にあります。

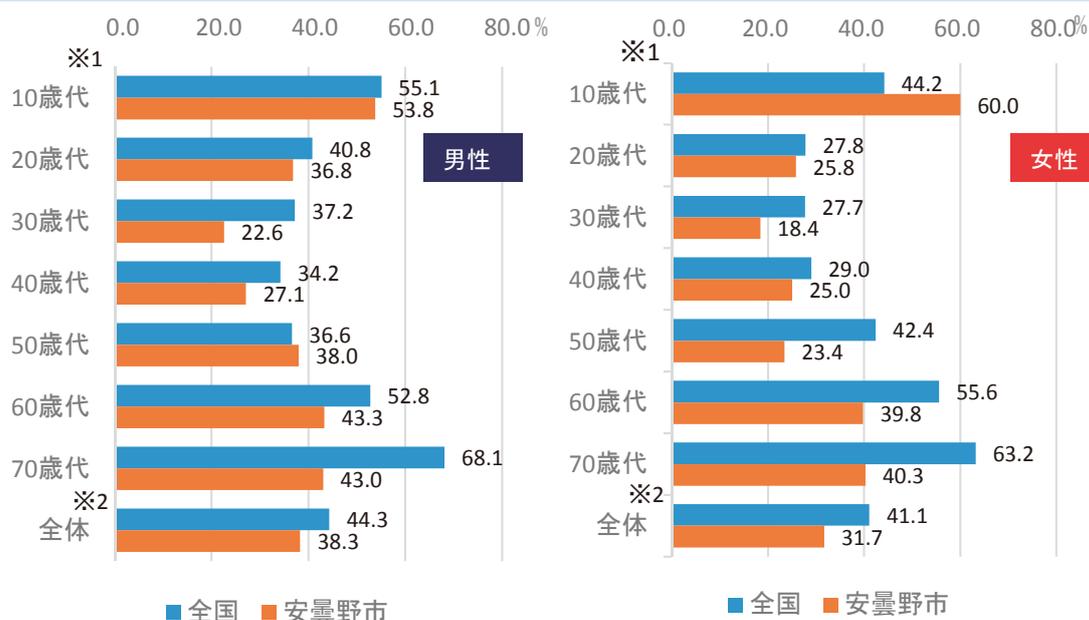
成人の週1回以上のスポーツ実施率(%)

平成22年 → 平成28年
26.8% → 32.6%

全国調査の結果 42.5%
第1次計画の目標 50.0%

○また、性別・世代ごとにスポーツ実施率の特徴をみると、次のような特徴があり、実施率の向上には、ライフステージごとの生活サイクル等の違いを意識していく必要があります。

- 全国的な傾向と同様に子育て・労働世代でスポーツ実施率が下がる。
- 60代以上の実施率が全国に比べ、低い傾向。
- 女性の実施率が全国平均の4分の3程度。



※1:10歳代=安曇野市では16～19歳 全国では18～19歳 を対象
 ※2:全体 =安曇野市では16～79歳 全国では18～79歳 を対象

図2 スポーツ実施率の男女・世代別特徴

スポーツを行わない理由

市民アンケート調査の結果から、スポーツを行わない理由を世代・性別の組み合わせで整理したところ、次のような傾向が把握されました。

- ・10代以下は「運動よりも他のことに興味があるから」の回答が特徴的。
- ・20～50歳代の男女は「家事や仕事が忙しく時間がない」の回答が多い。男性は「面倒だから」、女性は「身近に運動する場所がない」との回答も多い。
- ・60歳以上の男女では「年をとったから」「ケガや病気のため」との回答が多い。

子どもたちの体力向上・中高年の健康づくり

子どもの体力

毎年実施されている全国体力・運動能力、運動習慣等調査（小学5年生男女、中学2年生男女を対象）の平成25年度以降の結果では、安曇野市の中学生女子の点数が毎年、全国平均値と比べて低い状態が続いています。

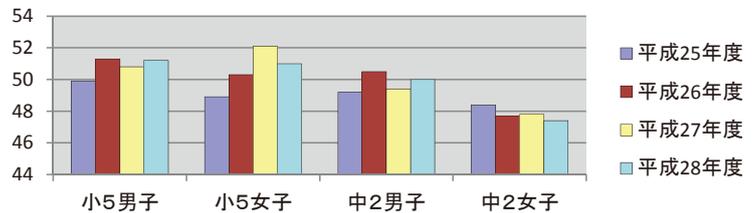
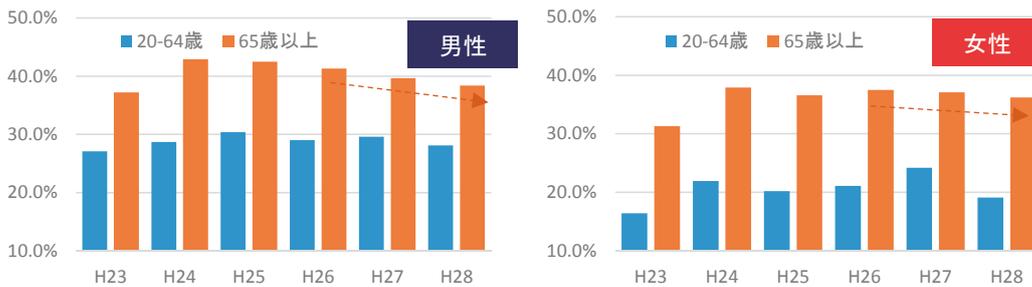


図3 全国体力、運動能力・運動習慣等調査結果(安曇野市)

中高年の運動

「日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施する市民の割合」、「運動習慣者の割合」について、近年の状況を男女・世代の区分でまとめてみると、勤労世代（20～64歳）に比べ高齢世代（65歳以上）でその比率が男女とも高くなっています。しかし、高齢世代では、平成26年度以降、いずれの比率も低下の傾向がみられます。



(※)運動習慣者とは、1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している者
(安曇野市健康推進課資料:特定健診・後期高齢者健診の質問票結果より)

図4 運動習慣者(※)の割合

市民のニーズの変化

市民が安曇野市のスポーツ推進を図るために必要だと思うことを、平成21年度と平成28年度に実施したアンケート調査結果で増加率の高い順に整理したところ、優れたスポーツ指導者の増加、身近に利用できる施設、ハイレベルで活躍できる選手の育成等が上位に位置しました。

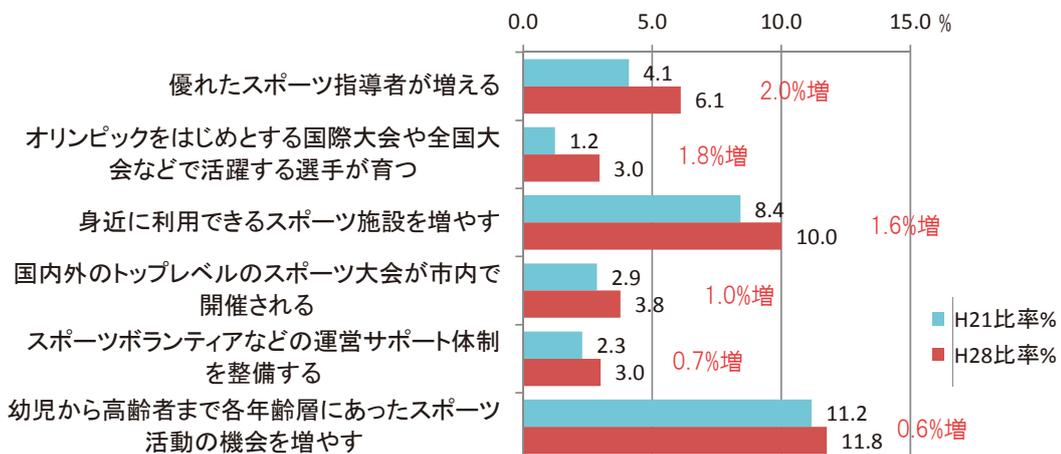


図5 安曇野市のスポーツ推進に必要なこと（増加率の高いもの6項目を表示）

4. 基本目標と実現のための施策

基本目標1 市民の多様なライフスタイルに応じたスポーツ参加の促進

情報化社会の急速な発展に伴う市民の嗜好や生活様式（ライフスタイル）も多様化しています。一方で、高齢化も進み、市民の健康への意識は高まっています。スポーツへの関わり方も世代やライフスタイルに応じて様々です。これらに対応し、より多くの市民がそれぞれの考えに沿ったスポーツとの関わりを持てる機会や場づくりに努め、「する」スポーツの継続と新たな参加を促し、笑顔があふれ、心身ともに健康な暮らしにつなげていくことを目指します。

基本施策

①子どものスポーツの推進

幼少の頃から親子でスポーツに親しむ場面を生み出すことや、達成感や成功を感じることでできる体験を積み重ねる機会の拡充

②「気軽さ」で初心者参加を促すスポーツ推進

健康づくりへの意識が高く、相応に時間のある「高齢者」と、将来の安曇野市を担う「子どもたち」向けに重点的に軽スポーツ体験等を実施

③ライフステージとニーズに応える「スポーツの場」づくり

スポーツ実施率の低い20代後半、30～50代の世代の参加促進と子ども・高齢者が参加しやすい環境づくりを推進

④効果的なスポーツ情報サービス

スポーツに新たに参加する人や新たに住んだ人などが苦勞なく情報を入手できるしくみを充実

⑤公共スポーツ施設の快適性・利便性の改善

施設の改善を継続的に進め、施設利用者の満足度の向上を図り、今後の施設利用を促進

主な取り組み

◇コーディネーショントレーニングのさらなる推進

◇スポーツ少年団活動への支援

◇親子参加のスポーツ体験企画の充実

◇軽スポーツ推進への重点化

◇競技スポーツの気軽な体験機会の充実

◇成人のスポーツ参加を促す教室や講座の開催・拡充

◇大会参加への支援

◇市民ニーズに適合したスポーツ情報のさらなる発信

◇既存施設の部分改修による快適性・利便性の向上

◇新規施設の整備と既存施設の大規模改修等

基本目標2 「する」スポーツを支える体制・しくみの充実

変化の激しい時代に適応しながら、市民のスポーツ参加を多様なスタイルで促すため、スポーツ指導者やスポーツをする人を支えている様々な人材が意欲的に継続して関与し、仲間を増やすことのできるような環境を整えることを目指します。「する」スポーツを支える体制としくみを、より時代にあったものへと改めていくことに取り組みます。

基本施策

⑥地域で支えるスポーツ推進体制の基盤づくり

推進体制の高齢化や指導者のなり手不足等の対策として指導者育成への支援、指導者間の連携や交流等による指導技術の継承等を促進

⑦健康増進に関わる多様な主体の連携強化

健康増進に関わる官民様々な組織が相互に連携する体制を整え、健康長寿のまちづくりの視点にたった効果的な連携を戦略的に推進

⑧総合型地域スポーツクラブの運営支援と新たな体制の具体化

新規設立が容易でない状況のもと、既存クラブを活かしながら安曇野市の地域をあげたスポーツ推進体制を研究

主な取り組み

- ◇スポーツ指導者研修会の拡充
- ◇指導者に関する情報の整理
- ◇部活動指導員制度への対応
- ◇健康長寿の視点からのスポーツや身体活動に関する情報の整理と発信
- ◇既存クラブの運営等への支援

基本目標3 安曇野の魅力を活かしたスポーツによる絆・交流・活力の創出

安曇野市には、豊かな水環境、美しい景観、温泉など外部に広くアピールできる良好環境があり、この環境を活かしたスポーツイベントや交流は、国内でみてもここならではのものになり得る可能性を秘めています。この可能性を高めるべく、市民一人ひとりへの効果だけでなく、地域の活力創造などにつながるスポーツ交流やイベントなどの取り組みも進めます。

基本施策

⑨障がい者スポーツを広める場と体制づくり

国や県の取り組みとの連携も視野に入れて認知度向上のきっかけづくりを推進

⑩豊かな環境を活かしたスポーツ交流

カヌーやサイクリングなどへの参加が進む状況を踏まえ、観光産業との連携なども視野に入れ、総合的なスポーツによる地域振興へ発展

⑪「する」「見る」スポーツを通じた多様な交流の拡大

ニーズの多様化にあわせて、「する」スポーツだけでなく、高い技術にも触れることのできる「見る」スポーツに関する取り組みを推進

⑫東京五輪・長野国体準備を通じた各種交流

東京オリンピックに向けてのホストタウンの取り組みを始めとして、今後の長野国体や新総合体育館も視野に入れ、様々な交流を促進

主な取り組み

- ◇障がい者スポーツの体験の機会と発信の充実
- ◇スポーツ交流イベントへの参加拡大
- ◇高い技術に触れる機会の充実
- ◇安曇野市民スポーツ祭の改善
- ◇東京オリンピック・パラリンピックのホストタウンの取り組みの推進

5. 計画の推進と管理

施策ごとの数値目標設置

本計画を推進するため、基本施策ごとに数値目標を設定し、計画の成果を定期的に確認しながら、必要な取り組みを進めます。

表1 目標指標等一覧

基本目標	No.	基本施策	指標(単位)	現状	目標値
				H28	H39 (2027)
市民の多様なライフスタイルに応じたスポーツ参加の促進	①	子どものスポーツの推進	運動好きの割合(%) ※小学5年生、中学2年生の男女平均	60.6	70.0
	②	「気軽さ」で初心者参加を促すスポーツ推進	軽スポーツ及び競技スポーツ体験会の教室の参加者数(人/年)	76	200
	③	ライフステージとニーズに応える「スポーツの場」づくり	20～40代のスポーツ教室等参加率(%) 親子で参加するスポーツ教室の参加者(人/年)	25.7	40.0
	④	効果的なスポーツ情報サービス	広報誌、ホームページ、ツイッター等での情報発信回数(回/年)	47	60
	⑤	公共スポーツ施設の快適性・利便性の改善	施設利用者アンケートによる満足度(%)	63.8	70.0
「する」スポーツを支える体制・しくみの充実	⑥	地域で支えるスポーツ推進体制の基盤づくり	スポーツ指導者講習会等の開催数(回/年)	1	3
			スポーツ指導者連絡協議会(仮称)の設立(組織数)	0	1
	⑦	健康増進に関わる多様な主体の連携強化	健康づくりに関する庁内連絡会議(仮称)の開催(回/年)	0	3
安曇野の魅力を活かしたスポーツによる絆・交流・活力の創出	⑧	総合型地域スポーツクラブの運営支援と新たな体制の具体化	総合型地域スポーツクラブ参加者数(人)	480	1,000
	⑨	障がい者スポーツを広める場と体制づくり	障がい者スポーツ教室・イベント開催数(回/年)	0	3
	⑩	豊かな環境を活かしたスポーツ交流	環境を活かしたスポーツイベントの開催数(回/年)	1	5
	⑪	「する」「見る」スポーツを通じた多様な交流の拡大	国内トップレベルの試合等の誘致(回/年)	0	2
	⑫	東京五輪・長野国体準備を通じた各種交流	関連行事・催事への参加者(延人数)	—	2,000
参考値			成人の週1回以上のスポーツ実施率(%)	32.6	50.0

※全国体力・運動能力、運動習慣等調査

進捗管理

進捗状況については、スポーツ関係団体や学校などの代表、学識経験者などで構成する「安曇野市スポーツ推進審議会」において、計画の評価及び見直しについての審議をいただき、必要な場合には計画の見直しを行っていきます。

第2次安曇野市スポーツ推進計画【概要版】 平成30(2018)年3月
 安曇野市教育委員会 教育部 生涯学習課スポーツ推進担当
 〒399-8281 安曇野市豊科6000 電話0263-71-2000(代)