

◆ 第3章 計画の基本的な考え方

1 スポーツの意義

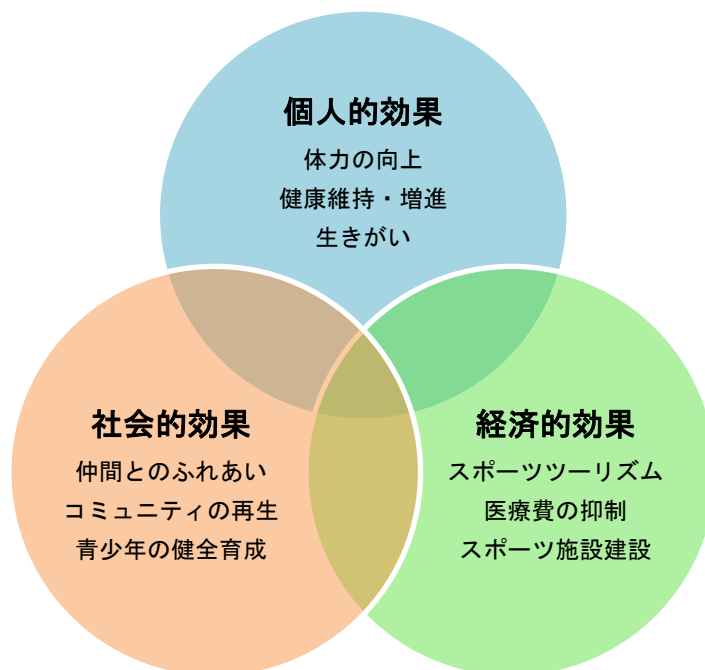
「スポーツ」と聞いて、野球やサッカーなどの競技スポーツを想像する方が多いと思います。そもそも、スポーツの語源はラテン語の「de portare（デ・ポルターレ：日常生活から離れる）」に由来する言葉といわれ、「気晴らしをする、遊ぶ、楽しむ」といった意味があり、仕事など日常から離れ、体を動かし楽しむことはすべて「スポーツ」といえます。スポーツは子どもの外遊びや高齢者の健康づくりの散歩など幅広く、意外と身近なものです。

さらに、スポーツは、自ら行うスポーツ「するスポーツ」やスポーツ観戦など「観るスポーツ」に加え、ボランティアとして大会運営に関わるなど「支えるスポーツ」という3つの要素があり、個人の志向に応じた多様なかわり方ができます。

そして、スポーツを行うことで、私たちに様々な効果をもたらします。その効果は個人的効果、経済的効果及び社会的効果の3つに分類されるといわれています。（図表3-1）

スポーツの推進により、個人の体力向上や健康維持・増進などの個人的効果、医療費の抑制やスポーツツーリズム（P. 42参照）などの経済的効果、青少年の健全育成やコミュニティの再生などの社会的効果など、多面的な効果が期待されます。

図表3-1 スポーツの多面的効果



出典：スポーツ白書「スポーツの新たな価値の発見 2006年」（笹川スポーツ財団）

「スポーツとともに生きる」

～生涯スポーツ社会の実現とスポーツを通じたまちづくり～

子どもから高齢者まで、ビギナーからアスリートまで、障害の有無に関わらず、それぞれの志向、レベルなどに応じ、自分に合ったスポーツを見つけ、スポーツのもたらす多様な効果を楽しみ生きていく、そういった思いを込めて本計画の基本理念を「スポーツとともに生きる」としました。

市民の一人ひとりが、自分に合ったスポーツの楽しみ方を見つけ、スポーツが充実した生活の一部として定着し、生涯を通じ健康でいきいきと暮せるように、さらにスポーツを通じて地域を活性化させ、八王子がより元気なまちになることを目指し、「生涯スポーツ社会の実現とスポーツを通じたまちづくり」を基本方針として掲げ、スポーツ推進施策に取り組んでいきます。

図表3-2 ライフステージ別のスポーツとの関わり

視点	志向	子ども		成人	高齢者
		幼児期	青少年期		
する	競技		<ul style="list-style-type: none"> 学校体育や部活動 クラブチームでの活動 	<ul style="list-style-type: none"> プロスポーツや実業団チームでのスポーツ活動 	地域でのスポーツを通じた、生きがいづくり
	楽しみ	外遊びを通じた基礎体力づくり	<ul style="list-style-type: none"> 地域のスポーツクラブなどを通じた体づくり、仲間づくり 	<ul style="list-style-type: none"> スポーツサークルやフィットネスクラブ等におけるスポーツ活動 地域のスポーツクラブなどを通じた体づくり、仲間づくり 	
	健康・体力増進			<ul style="list-style-type: none"> スポーツによる健康づくり 生活習慣病予防のための運動 	
観る		スポーツ観戦など			
支える		大会運営・選手育成のサポート活動 スポーツ指導者・地域のスポーツクラブの運営、スポーツボランティア			

3 計画の数値目標

本計画では、本市が定めるスポーツ推進の基本理念に基づき、計画期間における数値目標を定めま
す。

① スポーツ実施率

本市の現在のスポーツ実施率は29.9%です。過去10年間を見ても、30%前後で推移しており、
平成21年の全国平均（45.3%）と比べて低いのが現状です。

国は、スポーツ基本計画の中でスポーツ実施率の目標値を65%としているほか、東京都は世界ト
ップレベルのスポーツ実施率として70%を目標値としています。

本市においても、可能な限り早期に実施率の向上を図ることとし、本計画終了時点で、欧米の実
施率と並ぶ3人に2人が週1回以上スポーツを実施することを目安に目標値を67%に定めスポーツ
推進施策を展開します。

なお、調査方法については、国の調査方法と整合性を図りながら実施します。

② 総合型地域スポーツクラブ数

本市の総合型クラブは、都内随一となる19団体が設立されています。しかし、本市では、40年前
から、「地区体力づくり推進協議会」により、健康・体づくりや地域コミュニティづくり活動を
市内23地区で展開していました。この頃の「地区体力づくり推進協議会」は、委託により行政主導
型で行われていましたが、その後18地区は自主運営組織である総合型クラブへとシフトしてきまし
た。現在では、地域において町会自治会活動を基に自主的な活動を行っている組織が見られること
から、これらを『地縁型総合型クラブ』（第5章で詳述）として捉えていくことで、以前の地区体力
づくり推進協議会の地区数（23地区）に近づけるとともに、大規模地区については規模の適正化を
図ります。また、ゆるやかな地域性のもとで活動する『志縁型総合型クラブ』（第5章で詳述）の設
立可能性も踏まえ、27団体の設立を目標値とします。

図表3-3 計画の数値目標

目 標	H24(現状値)	H29	H34
① 成人の週1回以上のスポーツ実施率	29.9%	50%	67%
② 総合型地域スポーツクラブ数	19団体	22団体	27団体

八王子ビジョン2022と運動