

第1章 総論

1. スポーツの意義と役割

スポーツとは、何か。その定義については、世界共通で認知されているものではなく、様々な表現で定義されています。個人あるいはチームで勝敗を競う活動をはじめとして、楽しく体を動かす活動、健康を志向するために行う運動等があります。市民レベルで考えれば、競技志向も含めてあらゆる状況にある方々、そしてすべての年代の方々が、いつでもどこでも楽しむ、あるいは健康のために行う活動をすべて「スポーツ」と呼ぶことができます。

スポーツは、1) 我が国における急速な高齢化が、喫緊の課題である中で、健康寿命を伸ばし、Quality of Life（以下「QOL」という。）の維持・改善、2) 若い年代の人口の流出などに伴う地域コミュニティ低下の抑止、3) メタボリックシンドロームをはじめとする高血圧、肥満予防等、4) 災害に遭遇した地域の方々に勇気づける、5) 人と人との絆・友情を深める等の様々な役割を担うとされています。

平成23年6月に制定された「スポーツ基本法」においては、スポーツが、「世界共通の人類の文化」であるとうたわれ、「スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは、全ての人の権利」と明記されており、本市としても、これらの基本理念に対応できる環境整備を行う必要があります。

そしてこうした社会状況を踏まえ、全ての市民の皆さんにスポーツを定期的実践していただくことを目的として、本計画を策定します。

2. 計画策定の趣旨

国においては、平成29年に「スポーツ基本計画」が策定され、これを受けて愛媛県においても平成30年に「愛媛県スポーツ推進計画」が策定されました。東温市においてもこれらの計画を上位計画に位置付け、本市の実状に即した適切なスポーツ推進計画を策定することとします。

なお、愛媛県全体の高齢化率（全人口に占める65歳以上の高齢者人口の割合）は、31.0%（平成29年度高齢者人口等統計表、愛媛県）であり、全国平均である27.3%（平成29年度版高齢社会白書、内閣府）を上回る割合で推移しており、本市は、県下の市町では低い値（29.2%）に留まっているものの、今後の高齢社会の到来を踏まえて本スポーツ推進計画を策定し、市民がどのような状況にある方でも、どの年代でも、いつでも、どこでも安心してスポーツを自らが楽しむこと、スポーツを観て楽しむこと、そしてスポーツの発展のために自ら進んで支援を行うことで、心と体の健康を維持・改善していくことが可能となる環境を整備していくことが不可欠であると考えます。

3. 計画の位置付け

スポーツ基本法第4条では、「地方公共団体は、同法第2条の基本理念にのっとり、スポーツに関する施策に関して、国との連携を図りつつ、自主的かつ主体的に、その地域の特性に応じた施策を策定し、及び実施する責務を有する。」こととされています。さらに、同法第10条第1項では、「都道府県及び市町村の教育委員会は、国のスポーツ基本計画を参酌して、その地方の実情に即したスポーツの推進に関する計画を定めるよう努めるものとする。」と規定されています。

これに基づき、「国のスポーツ基本計画（平成29年度～平成33年度）」及び「愛媛県スポーツ推進計画（平成30年度～平成34年度）」との整合性を保ちつつ、「第2次東温市総合計画（平成28年度～平成37年度）」のスポーツの推進に関する施策を計画的に推進するための基本事項その他の必要事項について定め、生涯スポーツの実現に向けて取り組んでいくための部門計画として本計画を位置付けることとします。

4. 計画の期間

本計画の期間は、平成31年度（2019年度）から平成40年度（2028年度）までの10年間とします。

5. 市民のスポーツに関する意識調査

(1) 市民のスポーツに関する意識調査の方法

・調査対象者：小学5年生及び中学2年生（約605名）

北吉井小学校（84名）
南吉井小学校（111名）
拝志小学校（11名）
上林小学校（3名）
川上小学校（87名）
東谷小学校（2名）
西谷小学校（9名）
重信中学校（200名）
川内中学校（98名）
合計：605名

成人

20歳代 男女 各100名
30歳代 男女 各100名
40歳代 男女 各100名
50歳代 男女 各100名



60歳代 男女 各100名

70歳代 男女 各100名

合計：1,200名

- ・調査方法：小・中学生（以下、子ども）：配票調査
成人：年代毎に無作為抽出による郵送調査
- ・調査期間：平成30年7月8日～8月31日
- ・調査項目概要
 - a) 年齢、身体的特性（成人、子ども）
 - b) スポーツへの意識（成人、子ども）
 - c) 自身のスポーツ実施状況（種目、時間、頻度、理由等）（成人、子ども）
 - d) スポーツ実施フィールド、クラブ（成人）
 - e) スポーツに関する東温市の対応（施設、教室等）（成人）
 - f) 日常生活実施状況（成人）
- ・回収件数及び回収率：子ども：476名、78.7%
成人：468名、39.0%



(2) 10年前の調査結果との比較 — 成人 —

以下に平成20年に策定された東温市スポーツ振興基本計画に掲載された成人に関するアンケート結果と今回実施したアンケート結果を対比し、10年間の変容を検討します。

調査を実施し、回収したデータの男女比は、同様でした(図1)。

スポーツに対する好き嫌いは、10年間で大きな変化はなく、肯定的回答は、55.5%でした(図2)。この1年間でスポーツの実施頻度も10年間で明らかな変化はなく、週に3日以上の上の定期的な運動習慣を有する方は、H30年では17.7%であり、週の1~2回の方を加えても38.7%で10年前(33.1%)に比べれば5%程度の増加がみられました。これに対して全く運動習慣を有していない方は、10年前の33.9%から27.4%に減少傾向がみられました(図3)。

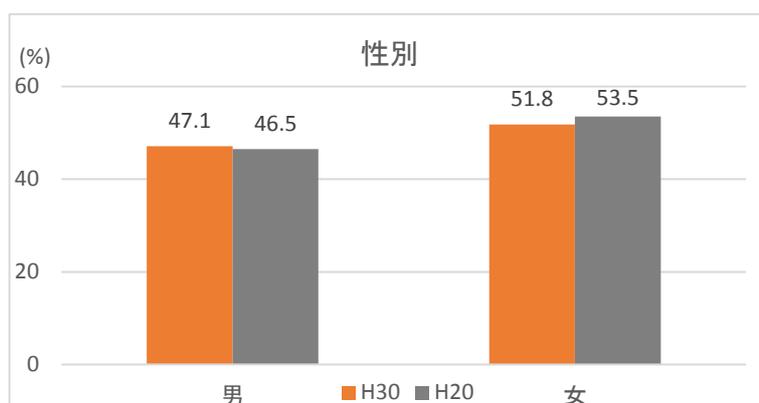


図1. アンケート調査回答者(男女)

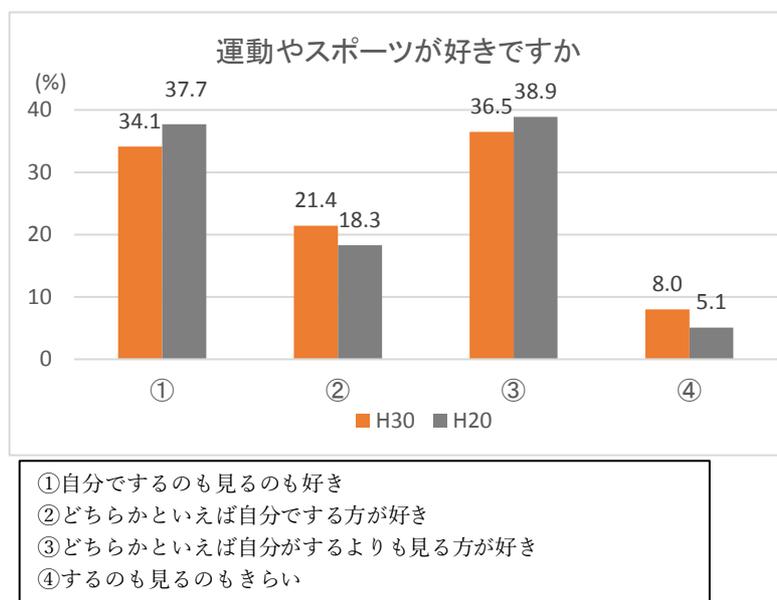


図2. スポーツの好き嫌い

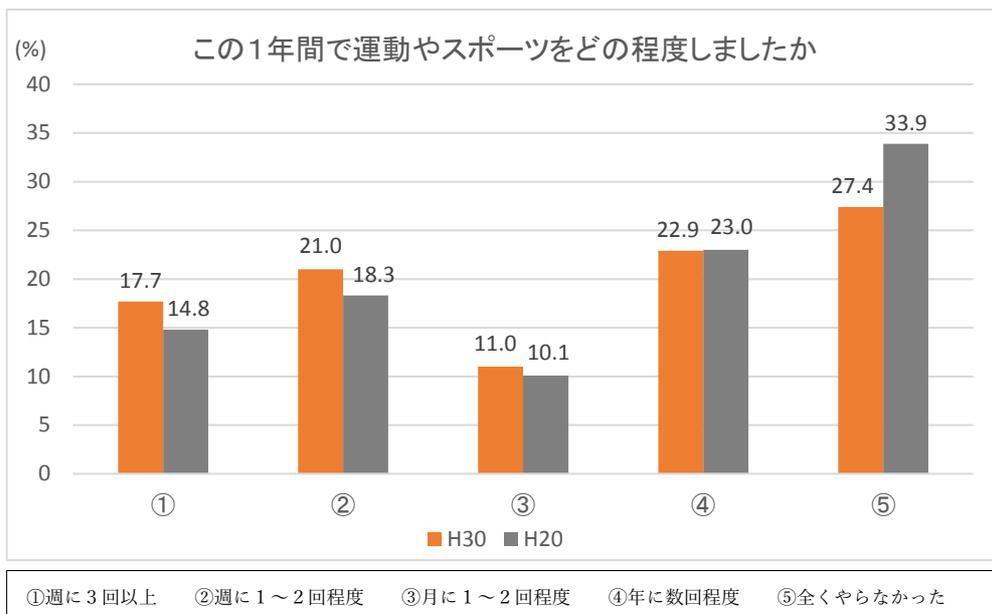


図3. 運動・スポーツの実施頻度

運動などを行わなかった理由としては、10年前に比べて最も多かった回答が「仕事などで暇がない」「きっかけがない」等であり、さらに「スポーツ等が嫌い」「スポーツ施設がない」「つきあいがめんどろ」「家事育児で時間がない」「費用がかかりすぎる」「仲間がいない」などの回答が大きく増加していました（図4）。

一方、スポーツ等を行う理由としては、「健康の維持・増進」「歳をとっても元気でいたい」「楽しみ・気分転換」「体力の改善」「運動不足を感じるから」などが多く挙げられていました。10年前は、「健康・体力づくり」「楽しみ・気晴らし」「仲間づくり」などが多く挙げられていました（図5）。

1回のスポーツ等で行う運動時間は、H30年とH20年で同様の傾向であり、「1時間程度」が最も多いものでした（図6）。



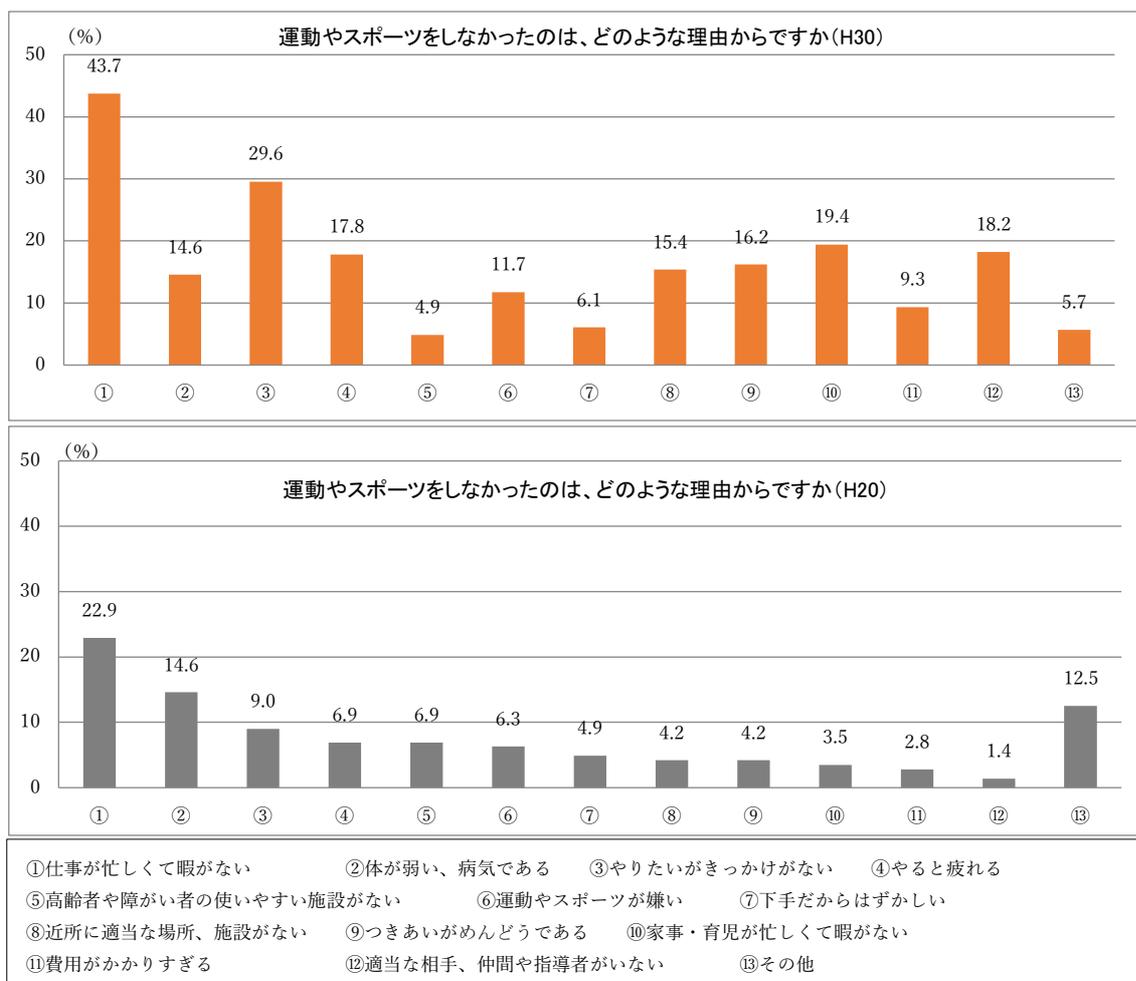


図4. スポーツを実施しない理由（複数回答）

（注 H30年：回答者数に対する割合、H20年：全回答数に対する割合）



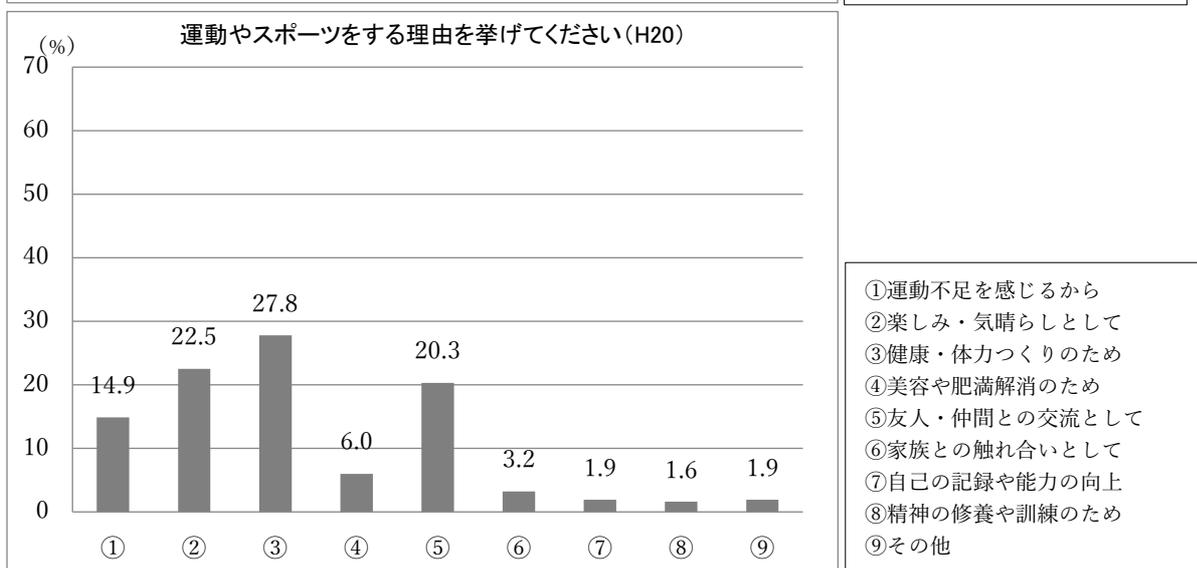
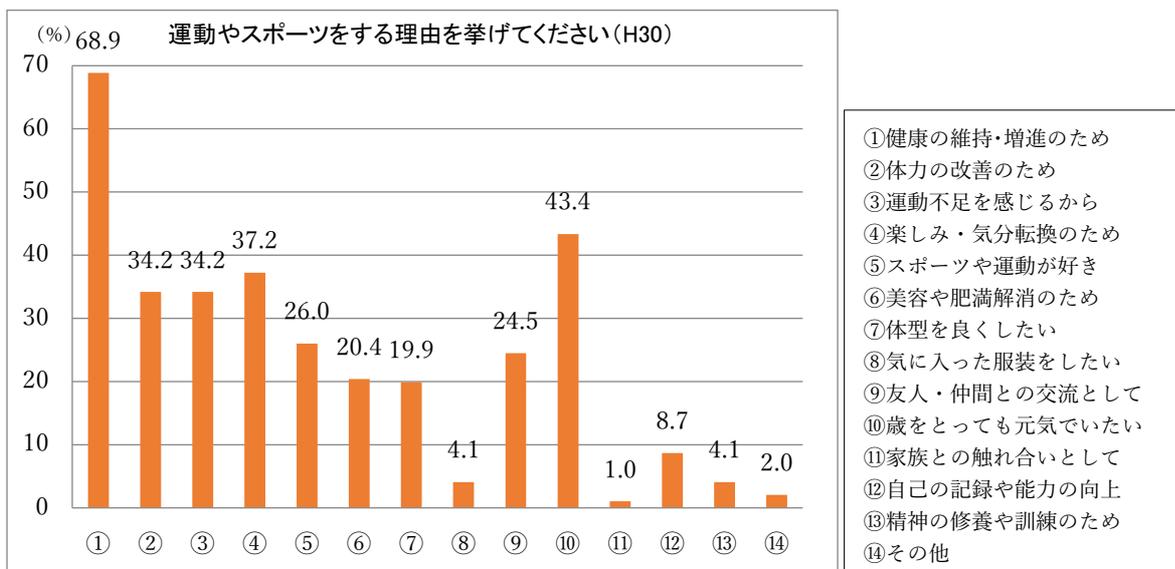


図5. スポーツ等を行う理由（複数回答）

(注 H30年：回答者数に対する割合、H20年：全回答数に対する割合)

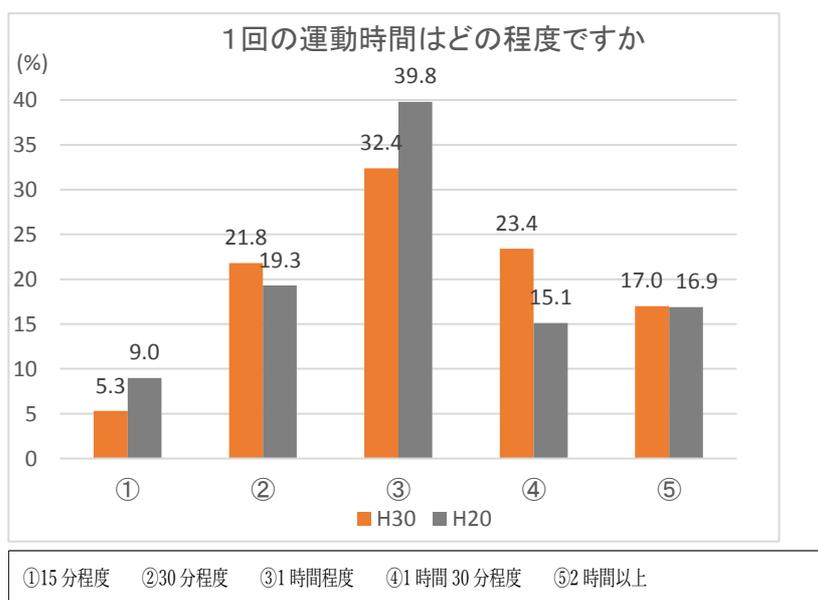
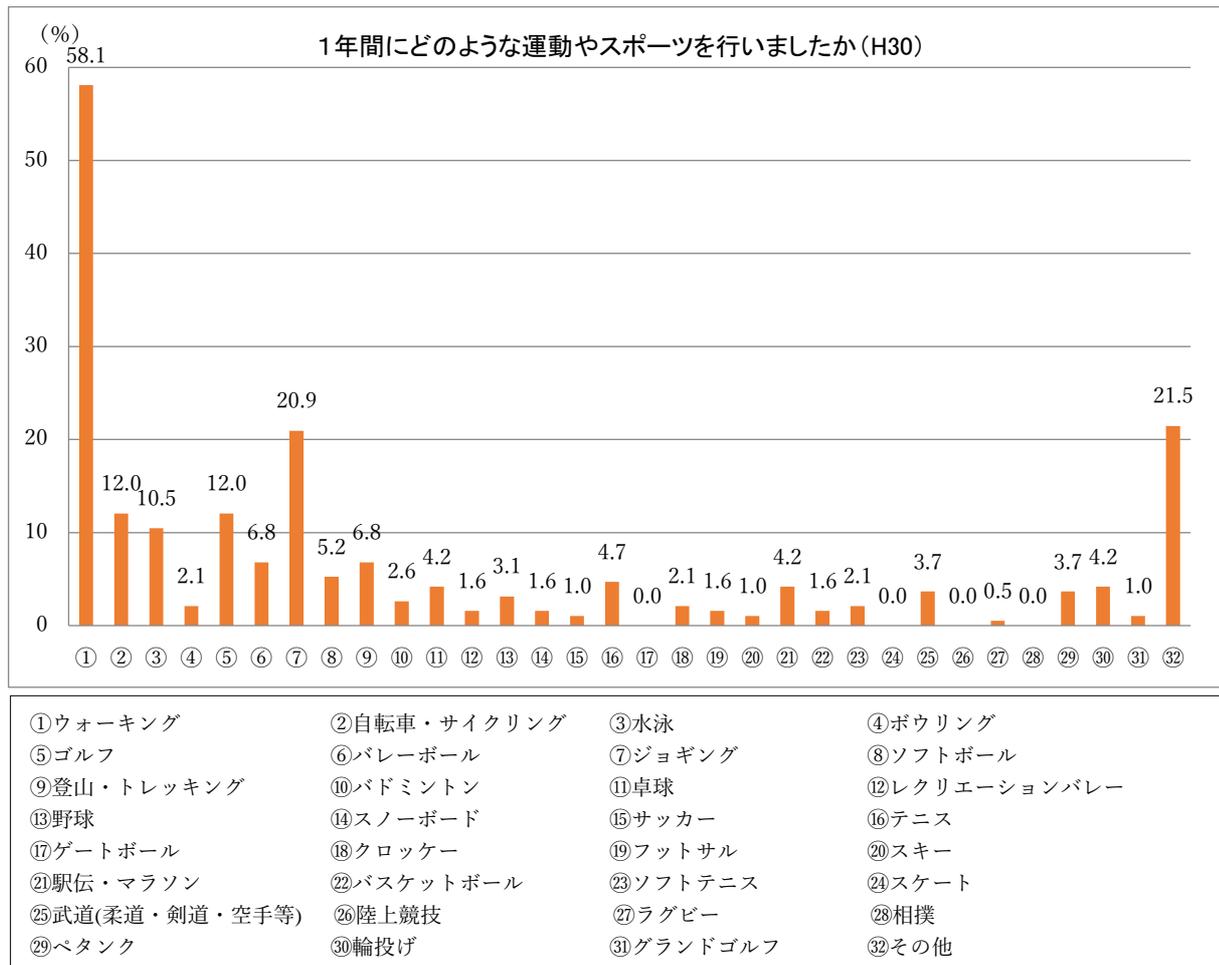


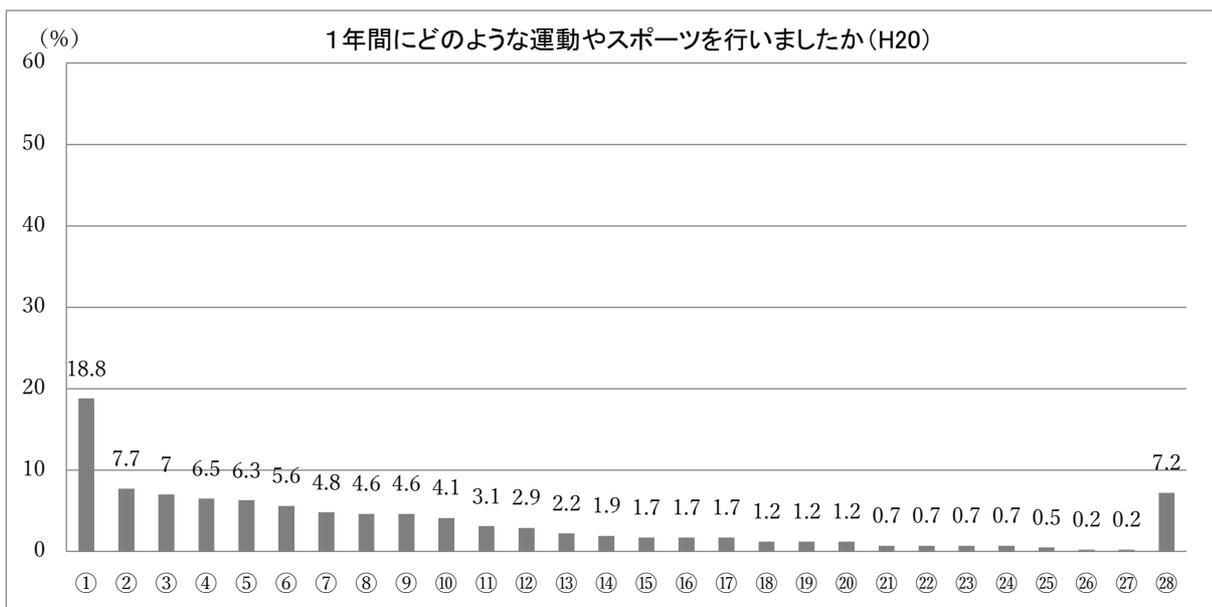
図6. 1回あたりのスポーツ等の実施時間

最近の1年間で行った運動やスポーツでは、H30年では、約58.1%の方が「ウォーキング」と回答し、20.9%の方が「ジョギング」と回答し、H20年に比べて大幅に増加していました。「自転車・サイクリング」及び「ゴルフ」が共に12.0%で上位にありました（図7）。

スポーツクラブや同好会への加入状況について、加入している割合は同程度でした。「今後加入したい」との回答が、H20年に比べて29.5%から21.7%に減少し、「加入したくない」との回答が43.4%から53.2%に増加しています（図8）。

その内、加入しているクラブの種類は、H30年とH20年でその傾向に大きな相違はなく、東温市民が参加している地域のクラブや同好会が最も多く、民間スポーツクラブが共に約25%でした（図9）。





- | | | | |
|---------------|-------------|--------|----------------|
| ①ウォーキング | ②自転車・サイクリング | ③水泳 | ④ボウリング |
| ⑤ゴルフ | ⑥バレーボール | ⑦ジョギング | ⑧ソフトボール |
| ⑨登山・トレッキング | ⑩バドミントン | ⑪卓球 | ⑫レクリエーションバレー |
| ⑬野球 | ⑭スノーボード | ⑮サッカー | ⑯テニス |
| ⑰ゲートボール・クロッカー | ⑱フットサル | ⑲スキー | ⑳駅伝・マラソン |
| ㉑バスケットボール | ㉒ソフトテニス | ㉓スケート | ㉔武道(柔道・剣道・空手等) |
| ㉕陸上競技 | ㉖ラグビー | ㉗相撲 | ㉘その他 |

図7. 1年間に行った運動やスポーツ(複数回答)

(注 H30年:回答者数に対する割合、H20年:全回答数に対する割合)

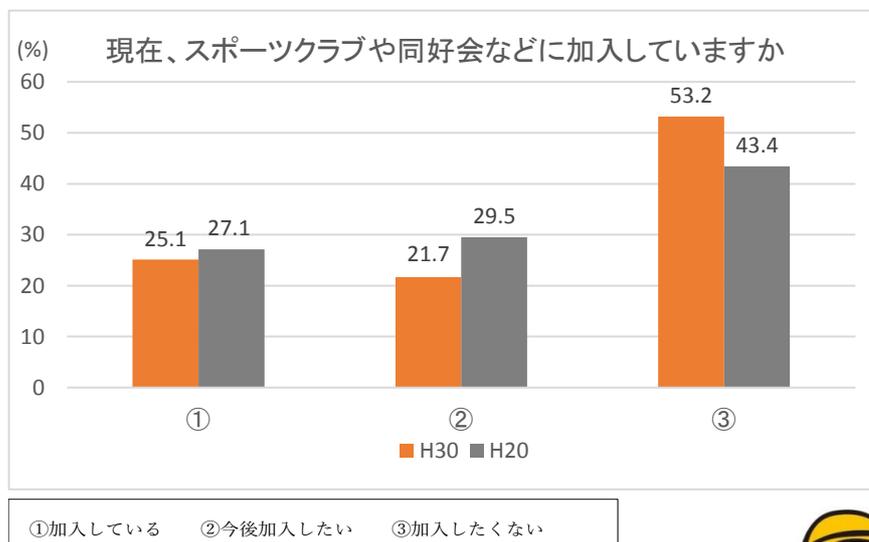


図8. スポーツクラブ等への加入状況



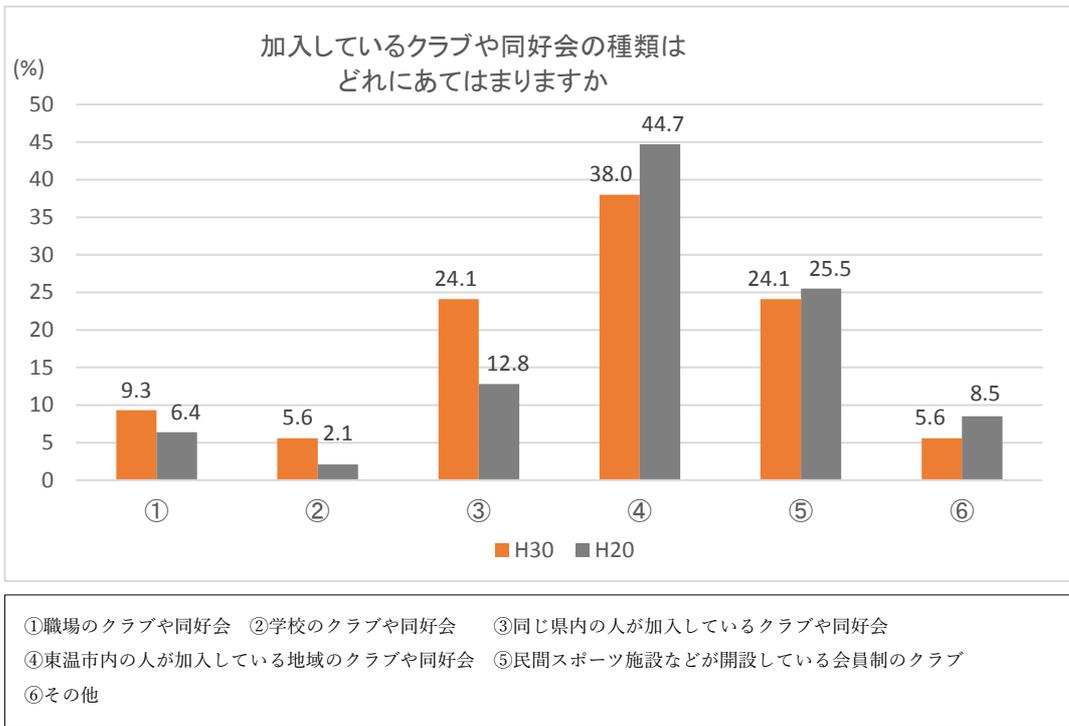


図9. 加入しているクラブの種類

スポーツ等を主に行った場所は、H30年とH20年では、同様の傾向でした。最も多かったのは「道路や遊歩道」であり、これは「ウォーキングやジョギング」を行う割合が多いためであると思われます。H20年に比べてH30年では、「自宅」で行う割合が大きく増加しています（図10）。

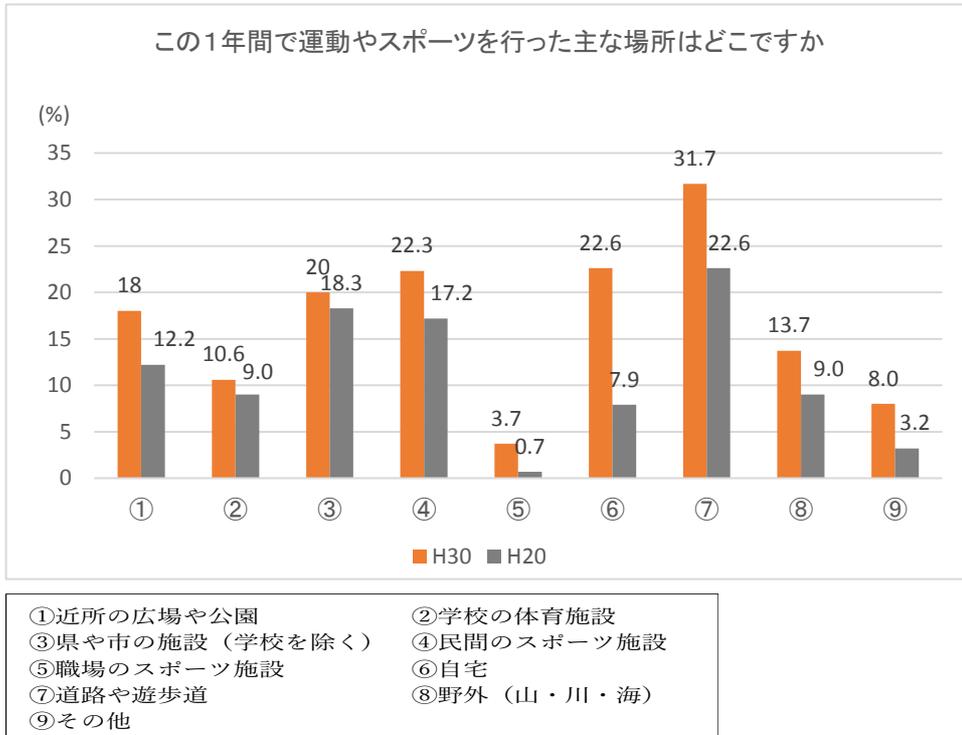


図10. スポーツ等を行った場所

現在行っているあるいは実施したいスポーツなどは、H30年とH20年で同様の傾向でした。H30年は、「ウォーキング」が45.4%で最も高く、「自転車・サイクリング」(20.8%)、「水泳」(17.8%)、「登山・トレッキング」(15.0%)が、上位を占めています(図11)。

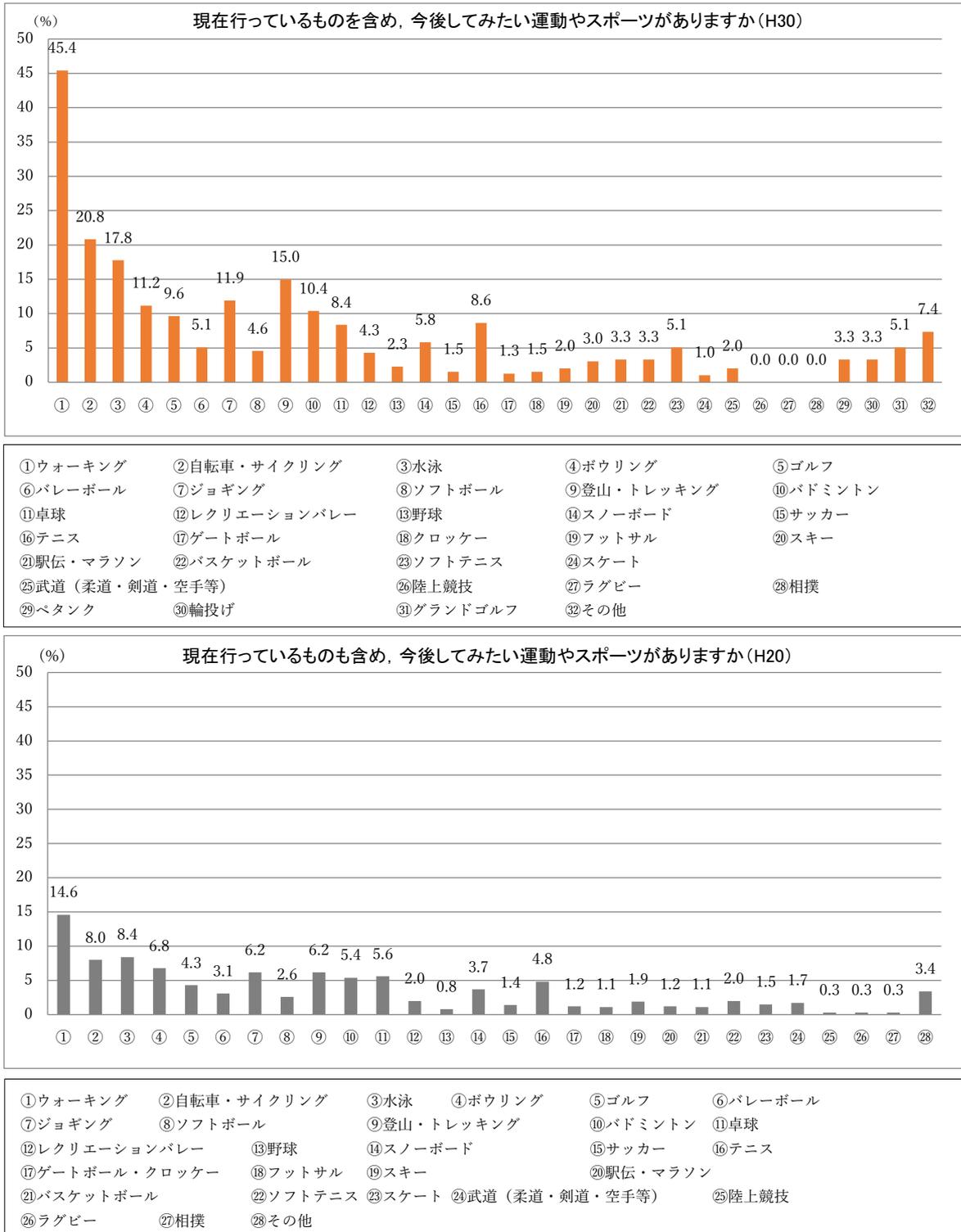
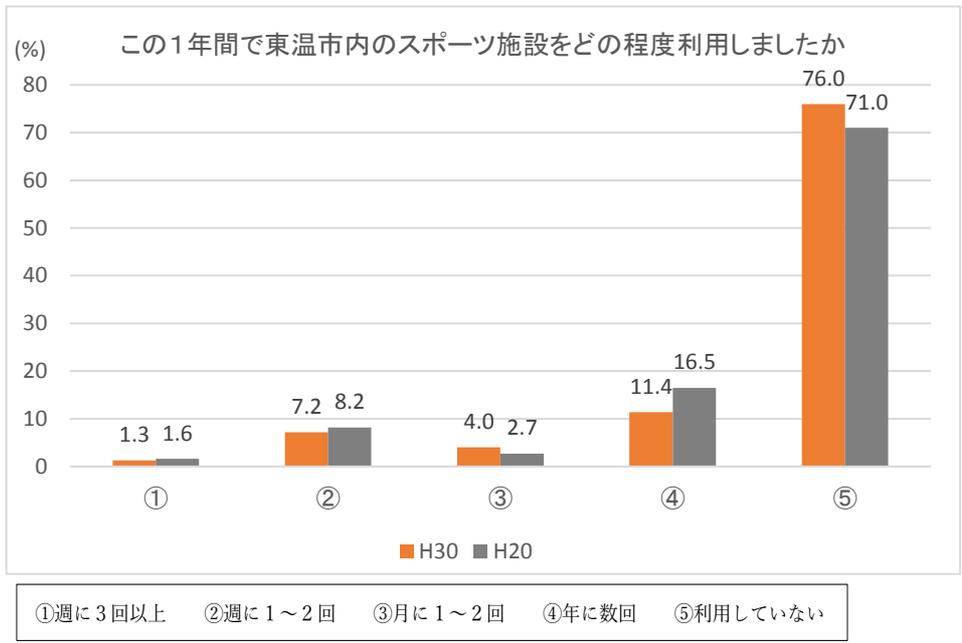


図11. 現在実施あるいは今後実施を希望するスポーツ種目
(注 H30年：回答者数に対する割合、H20年：全回答数に対する割合)

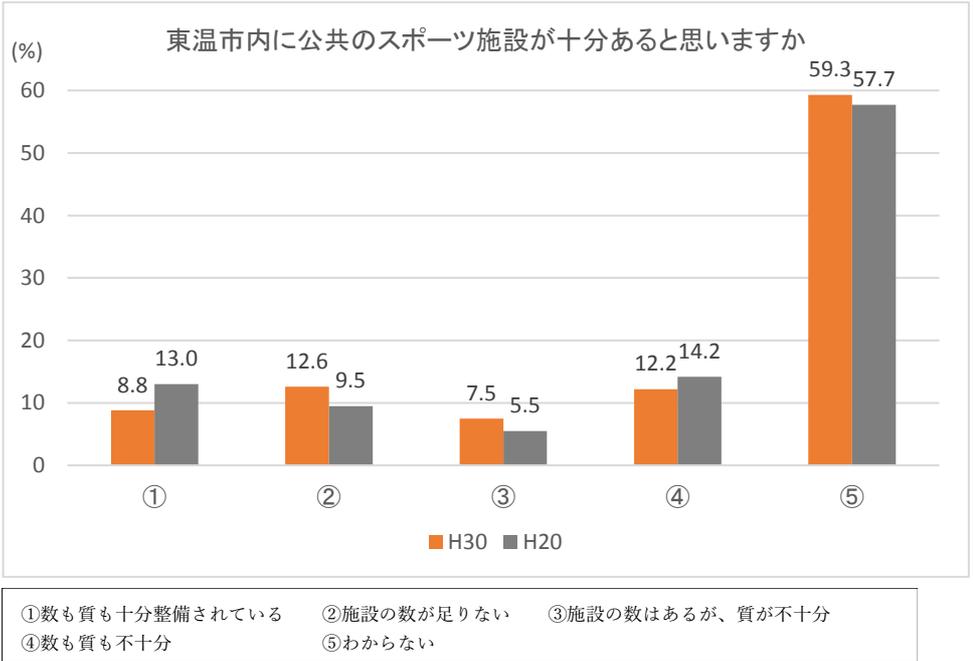
最近の1年間で市内のスポーツ施設を使用した頻度は、H30年とH20年で同様の結果でした。「利用していない」「年に数回しか利用していない」が、H30年では87.4%、H20年では87.5%であり、施設が存在するにもかかわらず、市民の約9割近くが未利用であるという現状でした。1週間に1回以上利用する市民が8.5%であることから、利用者が限定されていることがうかがえます（図12）。



①週に3回以上 ②週に1～2回 ③月に1～2回 ④年に数回 ⑤利用していない

図12. 1年間で東温市内のスポーツ施設利用頻度

市に存在する公共スポーツ施設が十分であるかについてのH30年とH20年の結果は、十分に整備されているとの回答は、10%前後であったのに対して、施設の数あるいは質が不十分であるとの回答は、H30年では32.3%を占め、H20年の29.2%と大差はありませんでした（図13）。



①数も質も十分整備されている ②施設の数がない ③施設の数はあるが、質が不十分
④数も質も不十分 ⑤わからない

図13. 東温市内の公共スポーツ施設の充実度

市の公共スポーツ施設が、多くの市民に利用されていないことを図 12 に示しましたが、これらの施設に対する不満としては、H30 年と H20 年で大きな相違はなく、「施設が整っていない」「希望する利用日取りにくい」「交通が不便」などが挙げられていました。最も多かったのは、「利用していないのでわからない」が 50%を超えていました（図 14）。

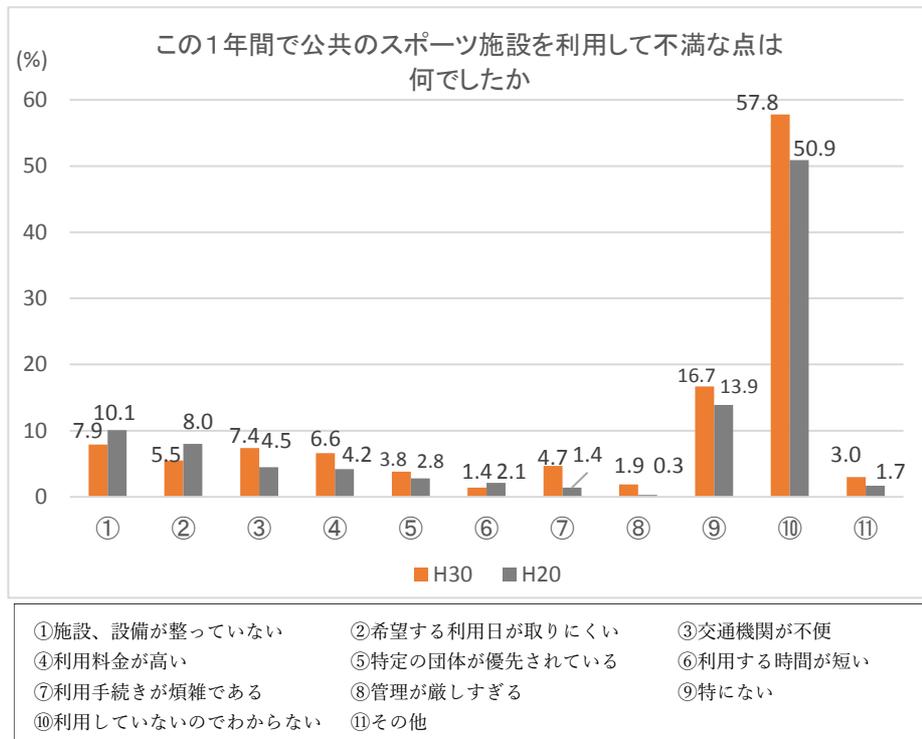


図 14. 東温市内の公共スポーツ施設の不満点

東温市に今後整備を望むスポーツ施設としては、H30 年と H20 年で大きな相違はなく、H30 年では、「プール」「近所の広場や公園」「トレーニング室」「ハイキングコース」「球技のできる多目的広場」「サイクリングコース」「テニスコート」の順で上位に挙げられていました。また、「特にない」が 27.5%でした（図 15）。

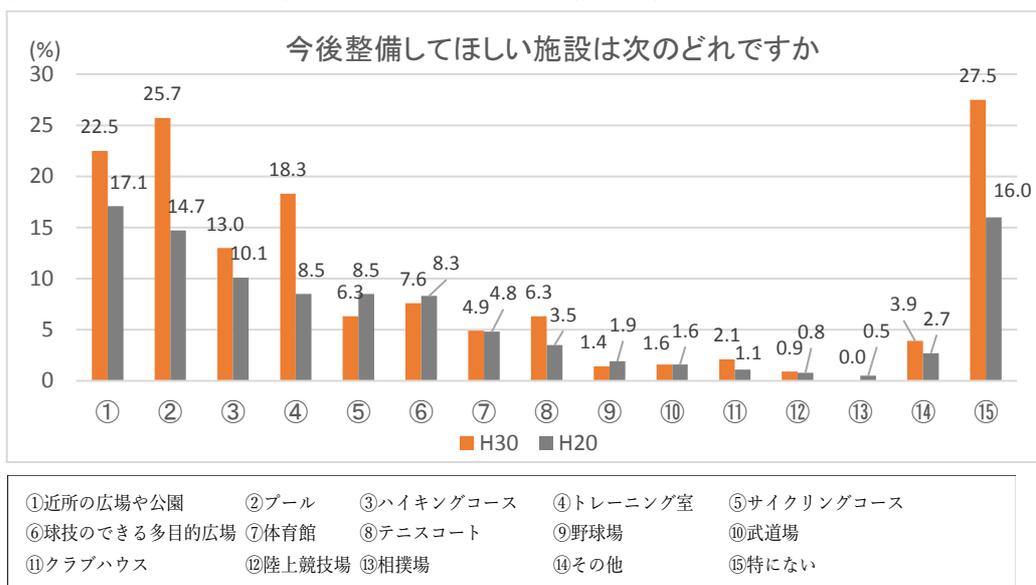


図 15. 東温市に整備を望むスポーツ施設

(注 H30 年：回答者数に対する割合、H20 年：全回答数に対する割合)

市に特に力を入れてほしいスポーツ振興策としては、H30年とH20年で同様の傾向でした。H30年で望むこととしては、「誰でも気軽にスポーツができる施設」73.2%、「スポーツをしたり見たりするのに必要な情報提供」32.1%、「スポーツ教室の開催やスポーツクラブの育成」26.6%、「地域住民の参加できる各種スポーツ大会の開催」12.6%が上位を占めていました（図16）。

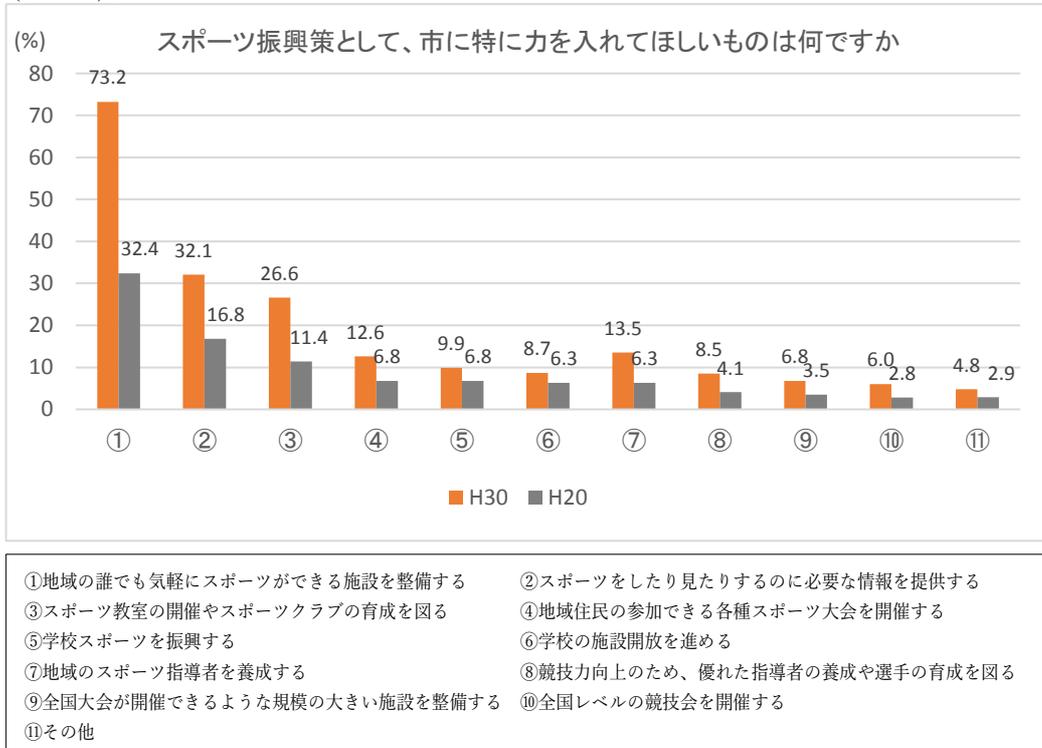


図16. 東温市に望むスポーツ振興策

H20年には総合型地域スポーツクラブは1つであり、現在は、2つのクラブが活動しています。総合型地域スポーツクラブは、文部科学省が推進する多年代、多種目、多志向をキーワードとしたクラブです。H30年とH20年共に同様の傾向であり、H30年では79%が、その存在を「知らない」、「よく知っている、だいたい知っている、聞いたことがある」との回答は、21%に留まっていた（図17）。

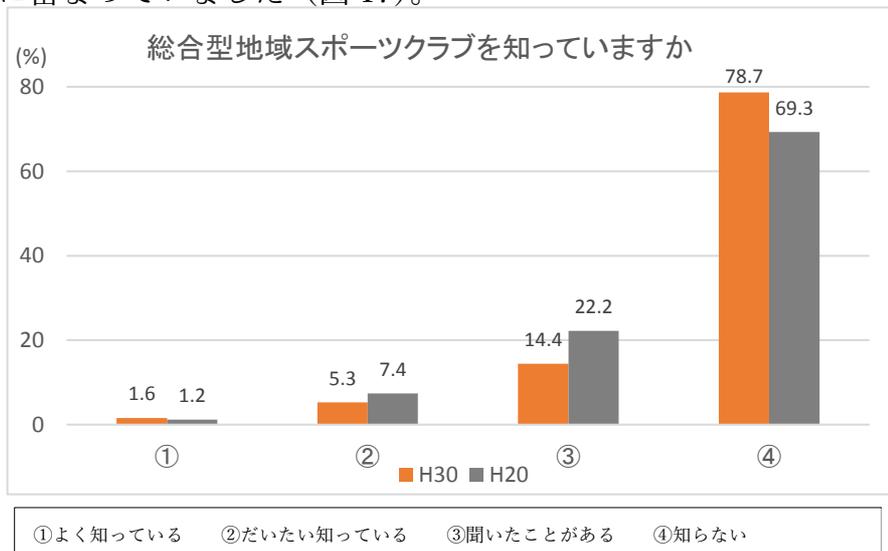


図17. 総合型地域スポーツクラブの認知度

総合型地域スポーツクラブへの加入については、H30年とH20年で同様の傾向でした。H30年においては、加入しているのは、0.7%であり、「加入したい」「誘われれば加入したい」と回答した者は、28.6%であり、逆に加入に否定的な回答は、65.4%に上りました。同クラブについては、十分に認知されていないアンケートの結果からも、更なる周知活動が必要だと思われます（図18）。

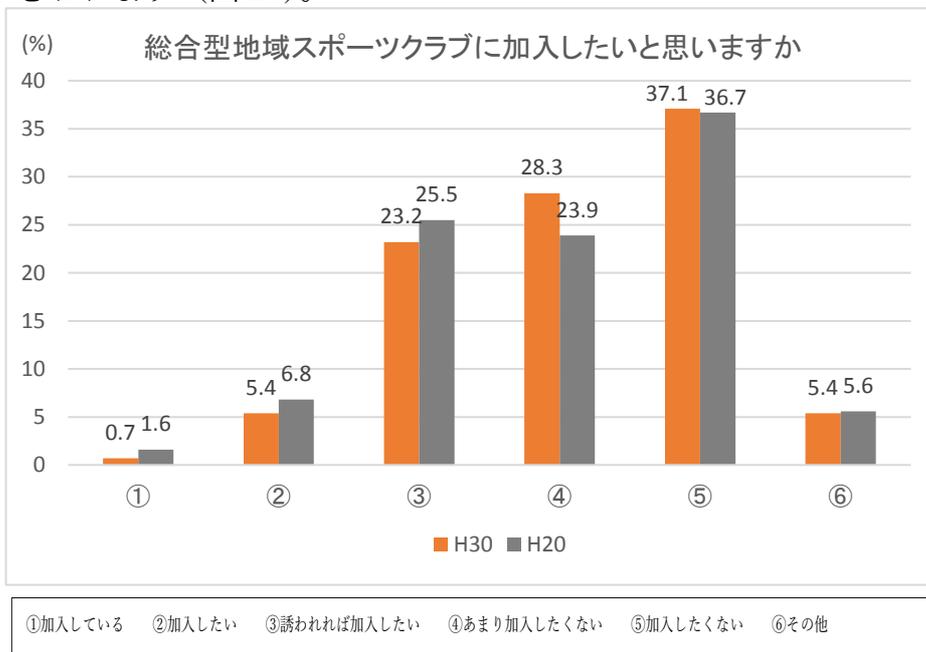


図18. 総合型地域スポーツクラブへの加入について

東温市や地域の団体が主催したスポーツ行事やイベントに参加した経験があるか否かについての質問に対して、H30年とH20年を比較すると、「参加した」の回答は、それぞれ31.6%と20.9%であり、10%以上増加していました。「見物や応援だけした」は、15%前後で同様でした。一方、「参加も見学もしなかった」は、52.1%と63.6%で、「参加した」との回答が増加した割合だけ減少しました（図19）。

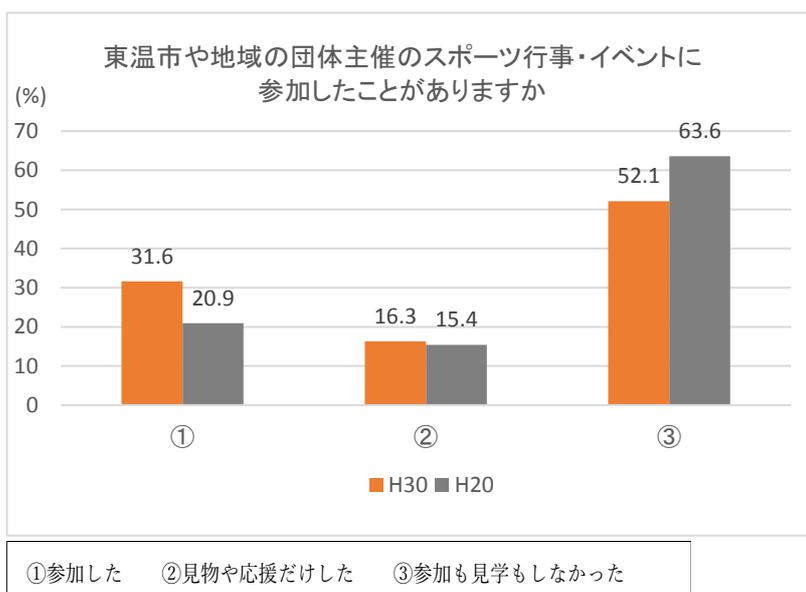


図19. スポーツ行事・イベントへの参加状況

(3) 10年前の調査結果との比較 — 子ども —

以下に平成20年に策定された東温市スポーツ振興基本計画に掲載された子どもに関するアンケート結果と今回実施したアンケート結果を対比し、10年間の変容を検討していきます。

H30年の調査対象となった子どもは、東温市内の小学校5年及び中学校2年生であり、男女比は図20に示すとおりです。

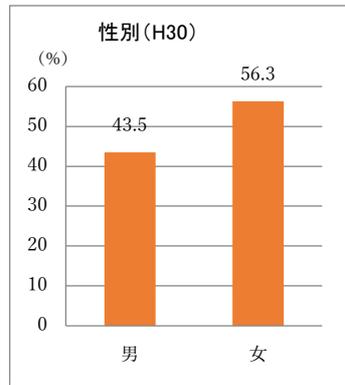


図20. アンケート調査回答者 (子ども 男女)

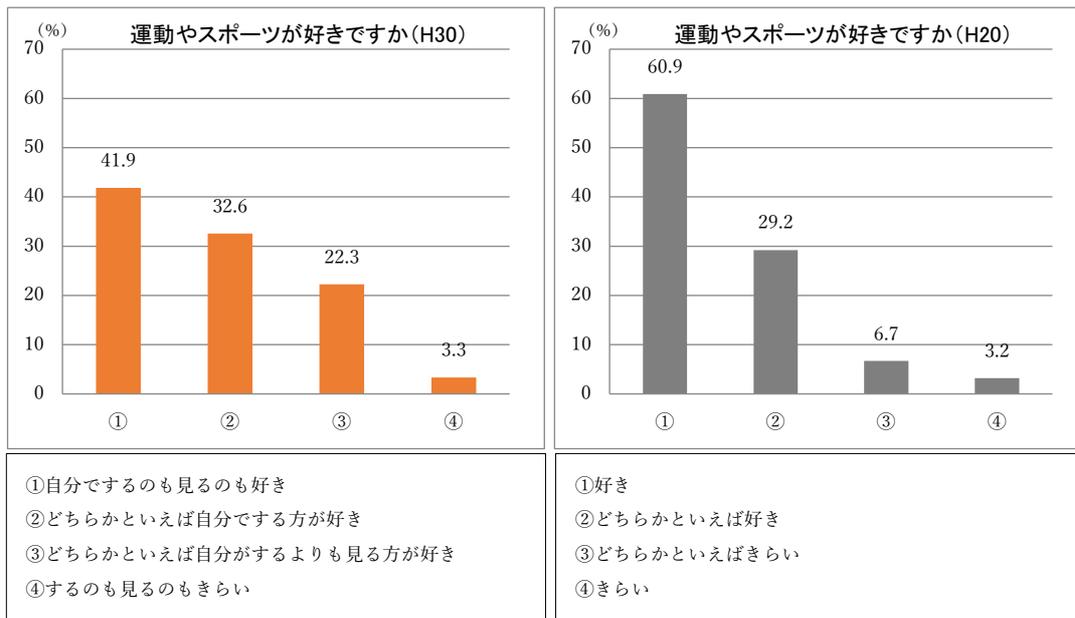


図21. スポーツ等の好き嫌い

運動やスポーツに関しては、H20年では「好き」が60.9%であったのに対して、H30年では41.9%に大きく減少しています。また、H30年では、「どちらかといえば自分でするのが好き」が32.6%、「どちらかといえば自分でするより見る方が好き」は22.3%で、共に増加しており、「好き」の回答が減少した分がこちらに移動したものとされます。「するのもしらない」「きらい」の回答は、共に3%程度でした (図21)。

スポーツが嫌いな理由を質問したところ、H20年では、「得意でないから (苦手)」42.1%、「全く興味がないから」36.8%で最も多く、H30年では、H20年に比べて回答が分散してお

り、「得意でないから（苦手）」が56.3%、「けがをするのがいやだから」「全く興味がないから」が共に25.0%、「疲れるから」が18.8%であり、回答の上位を占めていました（図22）。

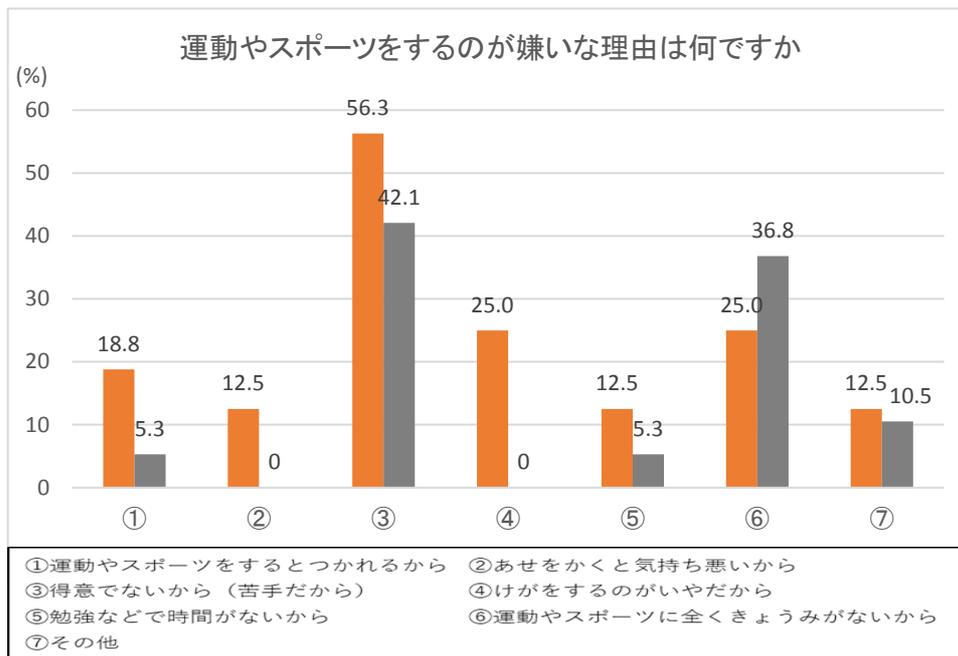
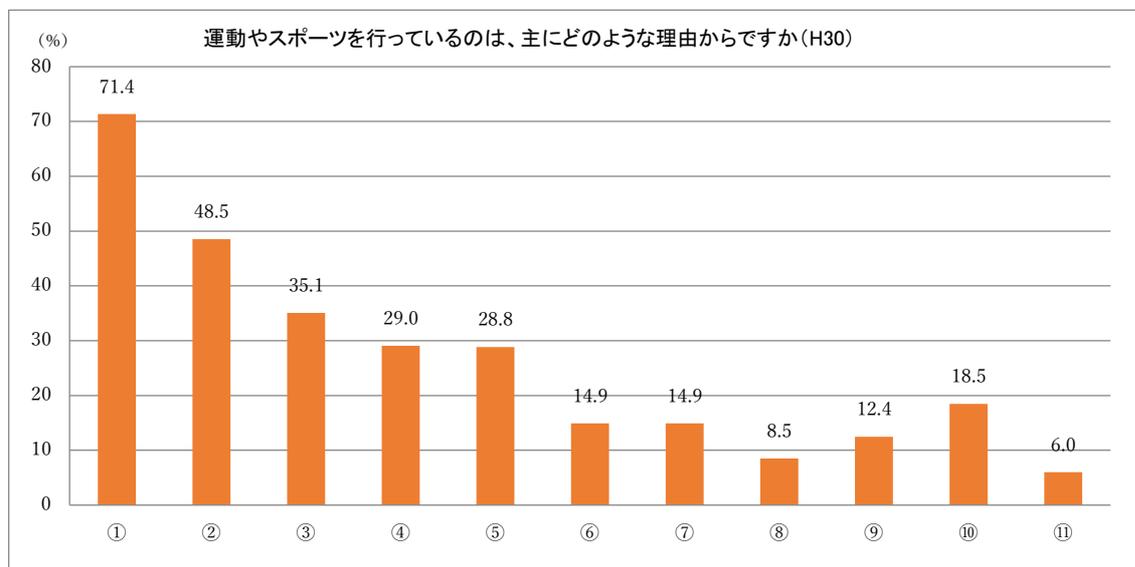


図22. スポーツ等の嫌いな理由

スポーツを行っている理由は、H30年とH20年において同様の傾向でした。H30年では、「楽しいから」71.4%、「好きだから」48.5%、「体を鍛えるため」35.1%、「健康のため」29.0%、「記録や能力の向上のため」28.8%の順でした（図23）。



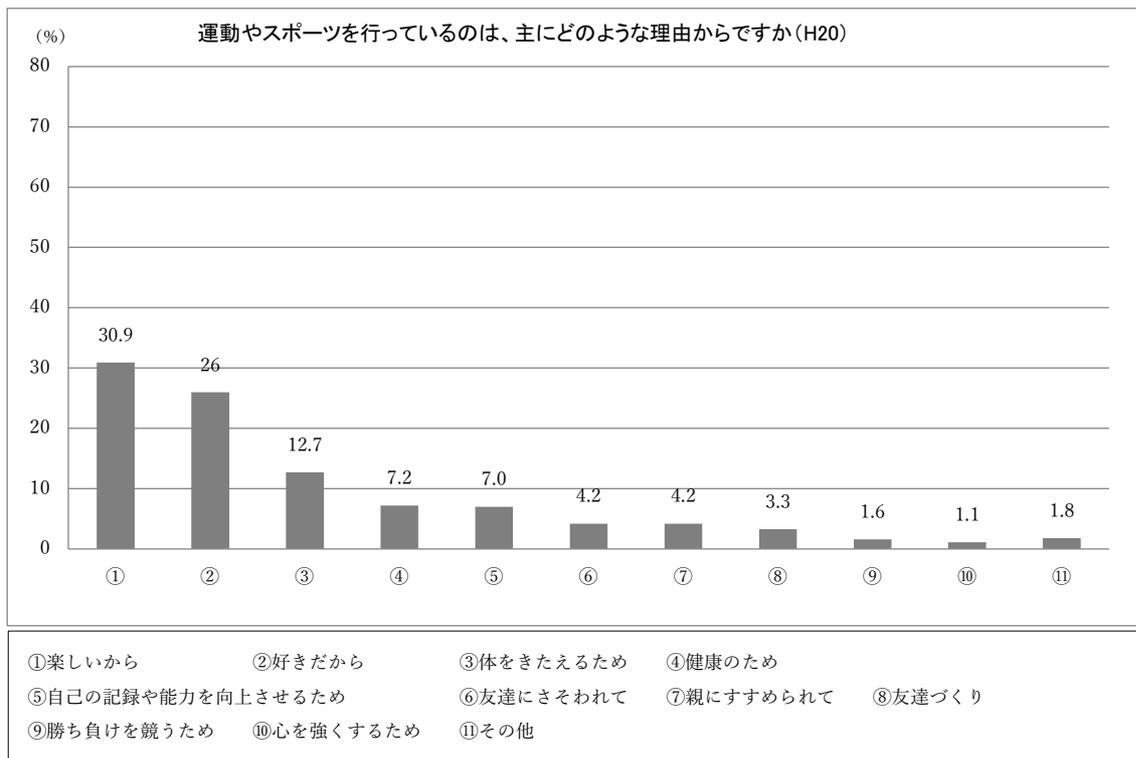


図 23. スポーツ等を行う理由（複数回答）

（注 H30 年：回答者数に対する割合、H20 年：全回答数に対する割合）

最近の1年間で行ったスポーツ等の実施頻度は、H30年とH20年では、「1週間に3回以上」及び「1週間に1～2回」行っている方を加えると83.8%と83.6%で同様の結果を示していました。しかし、「1週間に3回以上」行っていると方がそれぞれ60.9%と47.3%であり、14%ほど増加し、子どものスポーツの実施頻度は、やる子はよりやる傾向が強まっています（図24）。

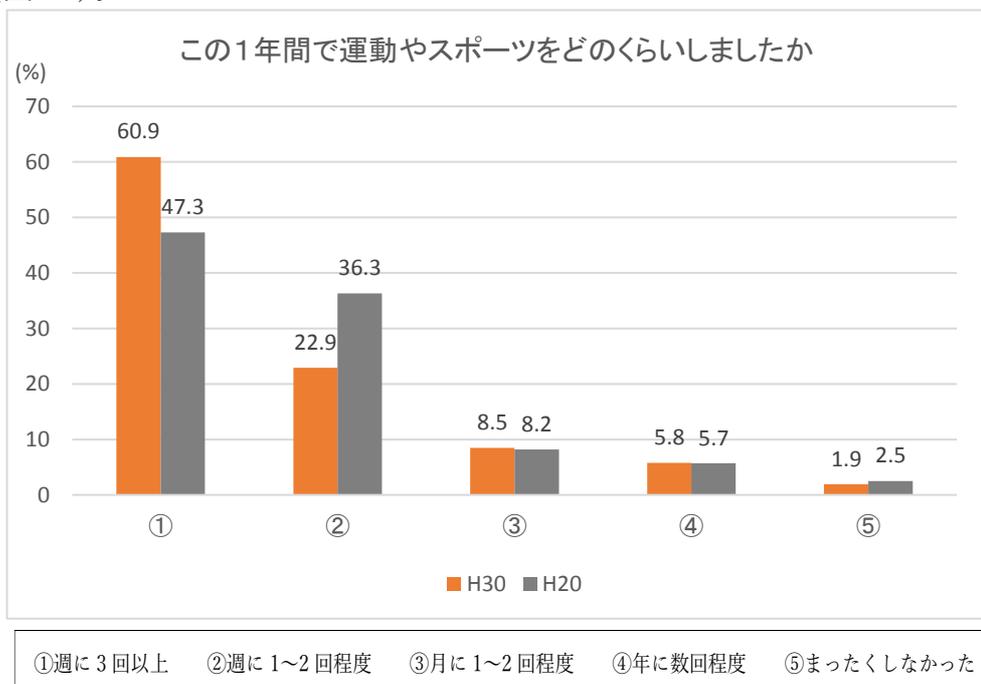


図 24. スポーツ等の実施頻度

最近の1年間で行った運動やスポーツの種目は、H30年は、「鬼ごっこ」54.2%と「水泳」52.7%が多く、「自転車・サイクリング」44.0%、「ドッジボール」43.3%、「縄跳び」40.0%が上位を占めています（図25）。

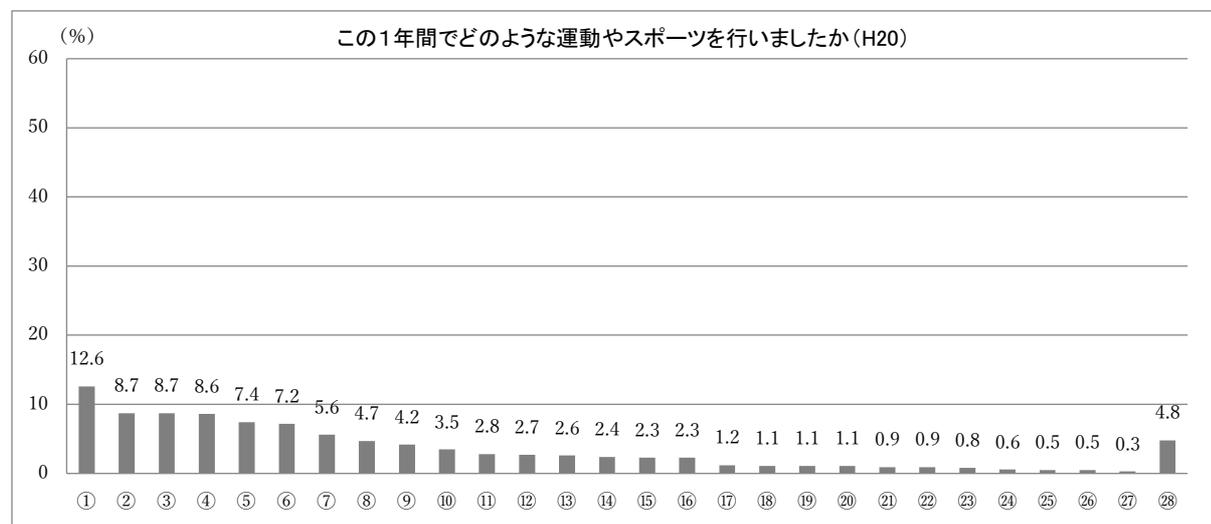
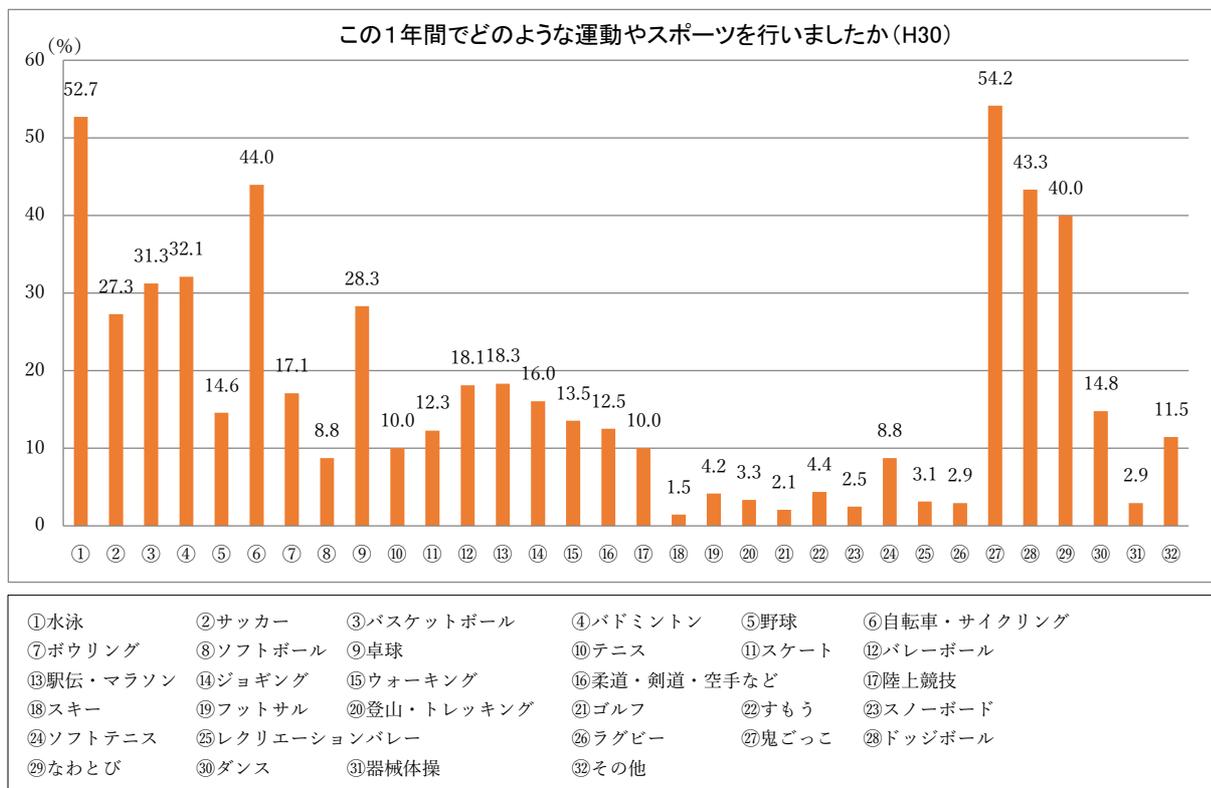


図25. 1年間に行った運動やスポーツ（複数回答）

（注 H30年：回答者数に対する割合、H20年：全回答数に対する割合）

運動やスポーツを行った施設は、H30年とH20年で同様の傾向でした。「学校の運動場・体育館」が最も多く、H30年は、58.8%で、H20年の28.5%より増加していました。次に多かったのは、「近所の広場や公園」そして「自宅」でした。4番目に多かったのは「民間のスポーツ施設」であり、H30年では21.8%で、H20年の7.6%より増加していました(図26)。

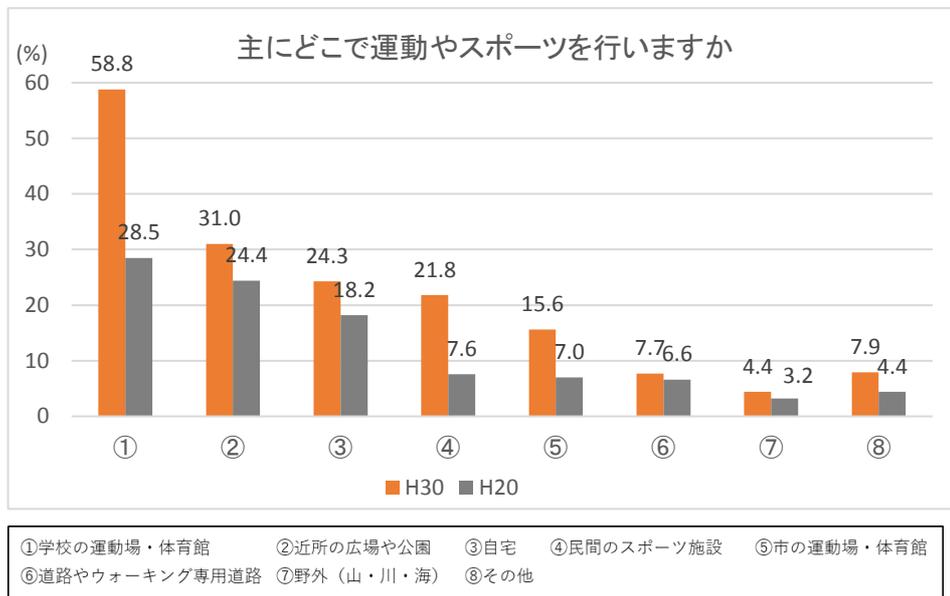


図 26. スポーツ等を行ったスポーツ施設等 (H30年は複数回答)

運動やスポーツを行った1回あたりの運動時間は、H30年とH20年共に同様の傾向でした。最も多かったのは、「2時間以上」でそれぞれ43.9%と38.6%でした。また「1時間30分以上」は、それぞれ15.8%と13.0%、「1時間程度」は、それぞれ21.6%と19.9%であり、H30年の方が運動時間が長くなっていることがうかがえました(図27)。

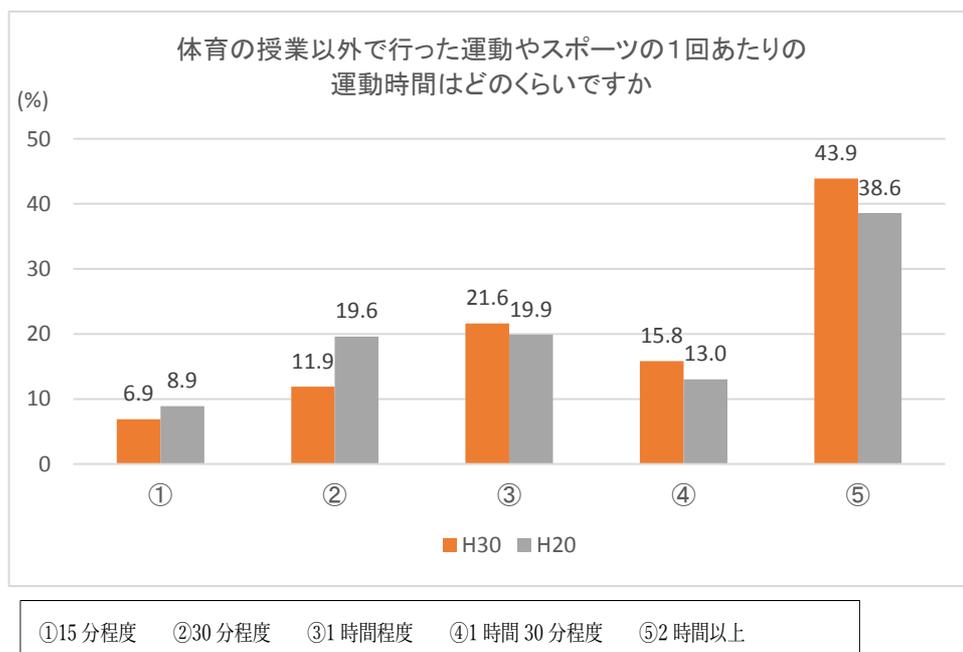


図 27. スポーツ等を行う1回あたりの時間

加入しているスポーツクラブの種類は、H20年では、「スポーツ少年団」「スイミングスクール」「学校の運動クラブ」がそれぞれ45.2%、28.9%、18.1%であったのに対して、H30年は「学校の運動クラブ」「スポーツ少年団」「スイミングスクール」がそれぞれ42.4%、29.0%、27.9%の順序でした。H20年に比べて「スポーツ少年団」が大きく減少し、「学校の運動クラブ」が2.3倍に増加したのが特徴的でした（図28）。

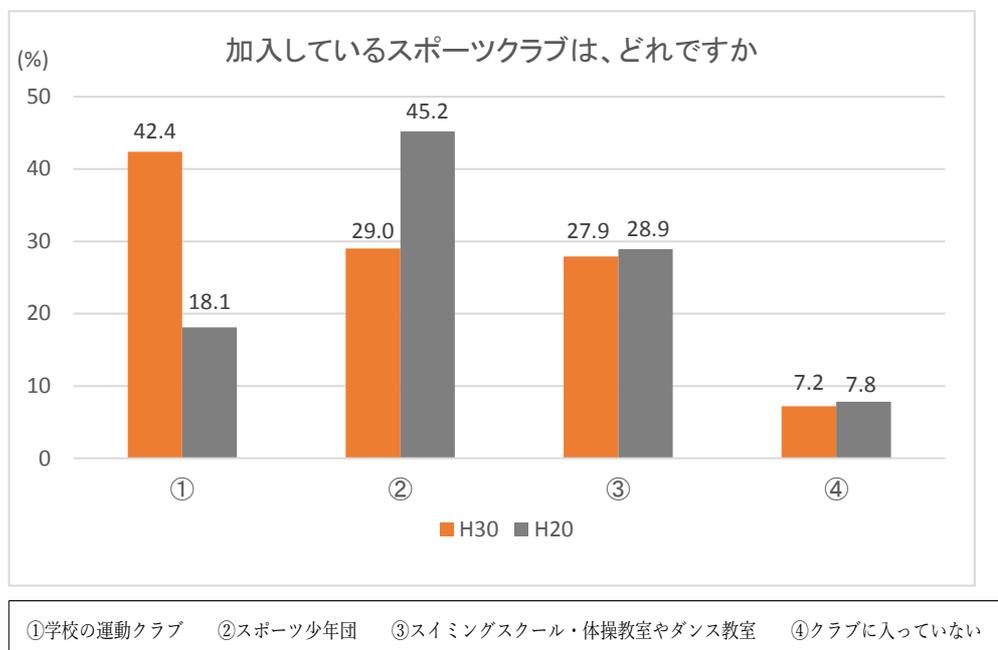


図28. 加入しているスポーツクラブの種類

現在、クラブ等に加入していない方に対して、加入希望の有無を質問したところ、「加入したい」との回答は、17.9%に留まり、82.1%が参加を希望していませんでした（図29）。

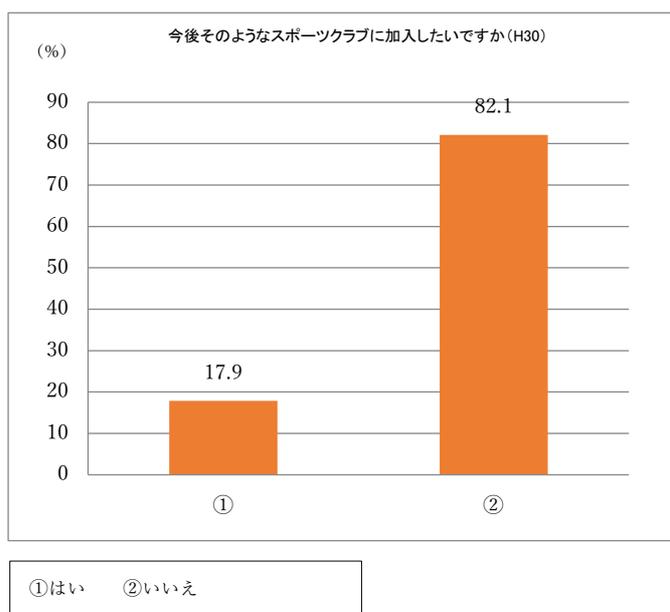


図29. スポーツクラブへの加入希望



▲川内さくらクラブマスコット



▲トレールズスポーツクラブロゴ

(4) 世代別の調査結果

以下にアンケート調査を行った 20～70 歳代を 20～30 歳代、40～50 歳代及び 60 歳～70 歳代の 3 つの年代に分けて、結果を示します。

運動やスポーツが好きかどうかについて、「自分でするのも見るのも好き」との回答は、20～30 歳代が最も高く (41.6%)、次に高かったのは 60～70 歳代 (34.9%) であり、40～50 歳代 (27.8%) が最も低いものでした (図 30)。しかし、「どちらかといえば自分でする方が好き」の回答者の中では、60～70 歳代が最も低値でした (15.3%)。実際にするのが好きの回答者が最も多かった年代は、20～30 歳代 (71.3%) であり、40～50 歳代

(51.6%) 及び 60～70 歳代 (50.2%) でほぼ同様のであり、いずれの年代においても半数以上が、運動やスポーツをすることに前向きでした。一方、「どちらかといえば見るのが好き」と回答した中で、60～70 歳代が最も多く (44.5%)、30-40 歳代 (36.4%) が次に多いものでした。これらのことから 40 歳以上の年代の 80%以上が、スポーツを「行う」「観戦する」「応援する」ことに前向きであることが示されました。

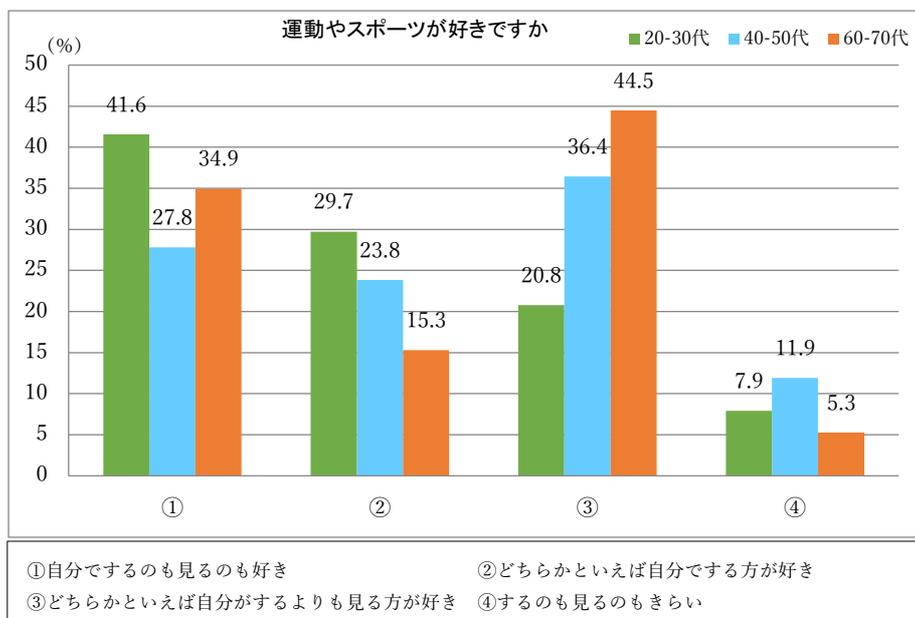


図 30. スポーツ等を行う・観戦することに対する好き嫌い

1 年間でスポーツ等を行った頻度に関する質問において、「週に 3 回以上」と回答した最も高かった年代は 60～70 歳代 (24.4%) であり、日常生活の中で容易に実施可能な軽運動、ウォーキング等を行っていたことが推測されます。20～30 歳代及び 40～50 歳代は 10%程度に留まっていた (図 31)。一方、「週に 1～2 回程度」行っているのは、3 つの年代で 20%前後でした。健康や体力の改善が期待される運動の実施頻度は、1 週間当たり 2～3 回以上とされており、この実施頻度が確保されていれば、運動習慣が定着しているとされています。また、「1 週間に 1 回程度」であれば、健康や体力の維持とされており、1 週間に 1 回以上行っている方は、20～30 歳代は 36.7%、40～50 歳代は 29.8%、60～70 歳代は 45.9% であり、40～50 歳代が最も低いものでした。

「年に数回程度」「全くやらなかった」と回答した者は、20～30歳代で50.5%、40～50歳代で56.3%、60～70歳代で45.9%であり、各年代とも半数近くの者が運動不足に陥っていることがうかがえました。

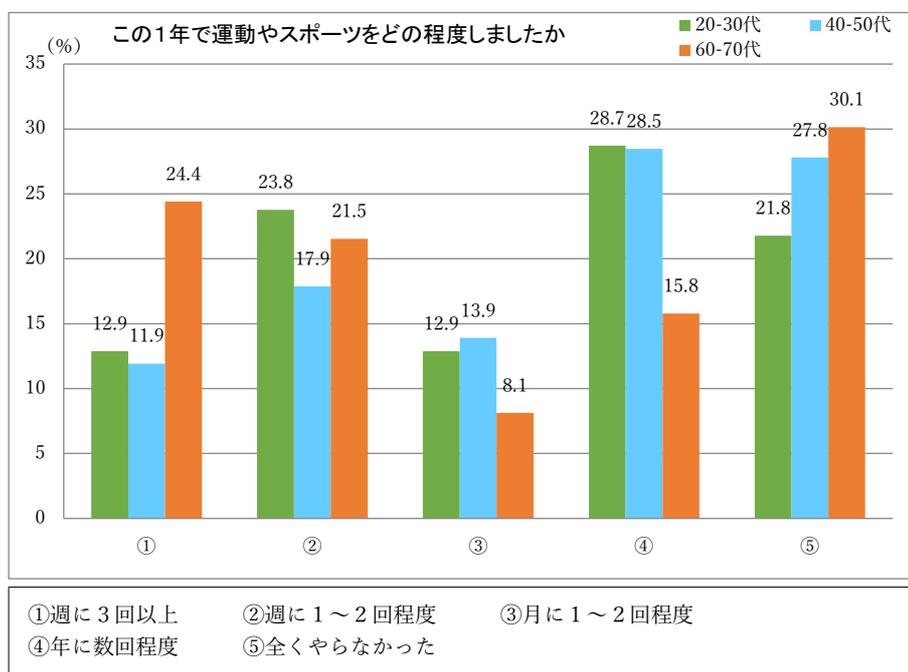


図 31. 運動・スポーツの実施頻度

運動やスポーツを行わない理由として、20～30歳代は、「仕事による時間のなさ」(56.6%)が最も多く、「家事・育児による時間のなさ」(45.3%)、「やりたいがきっかけがない」(28.3%)、「適当な仲間や指導者がいない」(20.8%)、「近所に場所や施設がない」(18.9%)の順でした。

40～50歳代は、「仕事による時間のなさ」(55.1%)が最も多く、「やりたいがきっかけがない」(28.1%)、「疲れる」(20.2%)の順で多いものでした。

60～70歳代では、「やりたいがきっかけがない」(30.8%)が最も多く、「仕事による時間のなさ」(27.9%)、「体が弱い、病気」(22.1%)、「適当な仲間や指導者がいない」(19.2%)、「つきあいがめんどろ」(18.3%)、「疲れる」(17.3%)の順で多いものでした。このようにスポーツ等を行わない理由としては、社会を支える生産年齢人口に含まれる年代であるため、就業や育児、スポーツ等を行うきっかけ、仲間・指導者あるいは施設のなさが主な原因として挙げられました。一方、60～70歳代は、就業、スポーツ等を行うきっかけ、仲間・指導者、体力の低さあるいはコミュニケーションの問題などが原因として挙げられており、他の2つの年代とは異なる原因が挙げられていました。

現在、検討がなされている働き方改革による労働時間のやり繰りと参加しやすいスポーツ教室の開催、指導者の提供、スポーツ施設の拡充等の支援がなされることで、解決を図ることの可能性が示唆されました（図 32）。

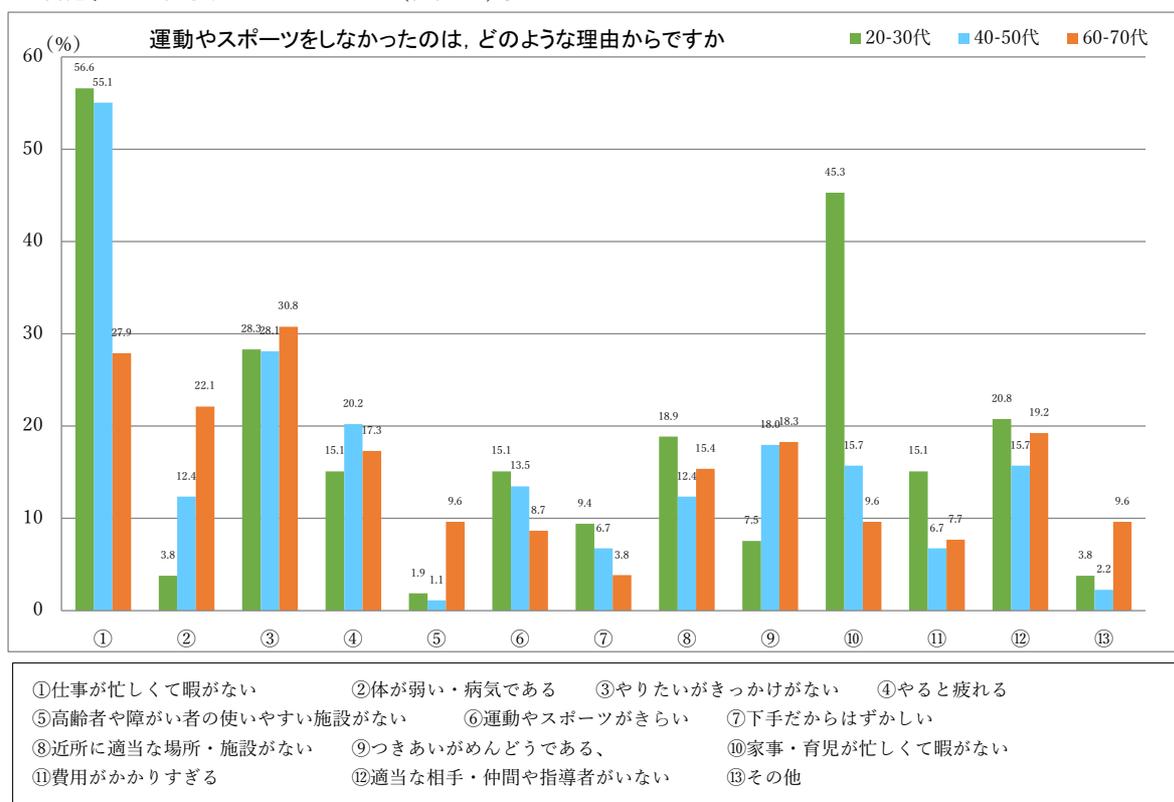


図 32. スポーツを実施しない理由（複数回答）

運動やスポーツを行う理由として、20～30 歳代では、「健康の維持・増進」（50.0%）で最も多く、「体力改善」（35.7%）、「運動不足を感じる」（33.3%）、「楽しみ・気分転換」（33.3%）、「体型改善」（33.3%）及び「スポーツが好き」（31.0%）がほぼ同様の値でした。

40～50 歳代もこの傾向は同様であり、「楽しみ・気分転換」と「歳をとっても元気でいたい」（44.0%）が高い値を示しました。

60～70 歳代も他の年代と同様の傾向を示したが、「健康の維持・増進」（76.7%）が最も高く、次に「歳をとっても元気でいたい」（57.3%）が高い値を示しました。

以上のようにいずれの年代においても「健康の維持・増進」が最も大きな理由であり、40 歳代以降では、健康の維持・増進と加齢に伴う体力の低下を少しでも防ぎたいという理由が主要な理由の一つに挙げられていました。

逆に「気に入った服装をしたい」「家族との触れ合い」「自己の記録や能力の向上」「精神修養」などは、極めて低い結果でした（図 33）。

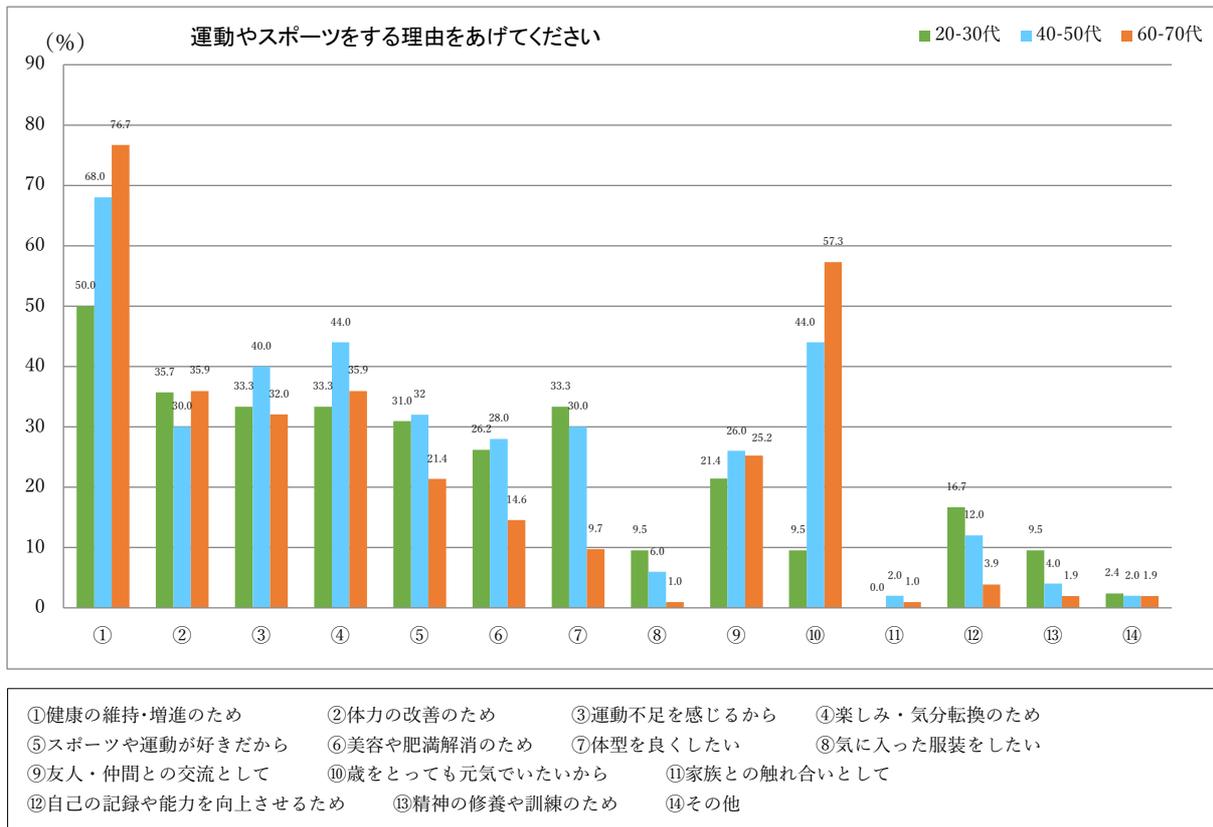


図 33. スポーツ等を行う理由（複数回答）

スポーツ等の実施時間は、3つの年代とも同様の傾向を示し、「1時間程度」が最も多く、次いで「1時間30分程度」あるいは「30分程度」が多いものでした。厚生労働省は、健康日本21（第2次）において、これまでの生活にプラス10分体を動かすことを推奨しており、60～70歳代では、「15分程度」の回答者が多いことが予測されましたが、逆に「15分程度」の回答者は、2.1%に過ぎませんでした。この年代では「30分程度」の回答者が多かったことから、ウォーキングを含めた軽運動を行っている方が、「30分程度」の回答者の中に多く含まれていることが推測されます。「1時間以上」スポーツ等を行っている20～30歳代、40～50歳代及び60～70歳代の割合は、それぞれ、76.9%、68.6%、74.2%であり、運動の実施時間から見れば、「週に3回以上」あるいは「週に1～2回程度」の運動習慣を有する方は、十分な時間を確保していることが示されました。一般成人では、アメリカスポーツ医学会の指針においても20～30分行うことが求められており、3つの年代で「30分程度」以上の運動を行っている方は、それぞれ92.3%、90.2%、97.9%でした（図34）。

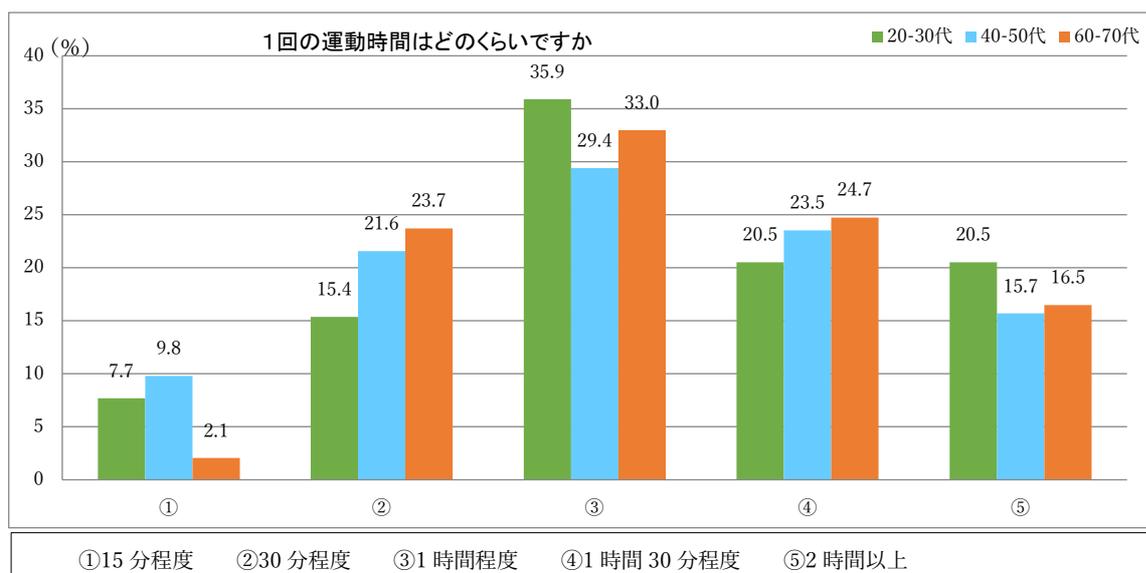


図 34. 1 回あたりのスポーツ等の実施時間

1 年間で行ったスポーツ等の種目は、年代毎に相違が見られました。このことは、身体的状況や社会的状況が年代毎に異なることが原因になっています。20～30 歳代では、「ジョギング」(46.2%) が最も多く、その半数近くを占めていました。次に多かったのが、「ウォーキング」(38.5%)、次いで「バレーボール」(15.4%)、「自転車・サイクリング」「水泳」「ソフトボール」(12.8%) の順で多いものでした。

40～50 歳代は、「ウォーキング」(42.0%) が最も多く、「ジョギング」(20.0%)、「自転車・サイクリング」(14.0%)、「ゴルフ」(12%) の順で多いものでした。

60～70 歳代は、「ウォーキング」(73.5%) が圧倒的に多く、「ゴルフ」(14.7%)、「ジョギング」(11.8%)、「自転車・サイクリング」(10.8%) の順で多いものでした。

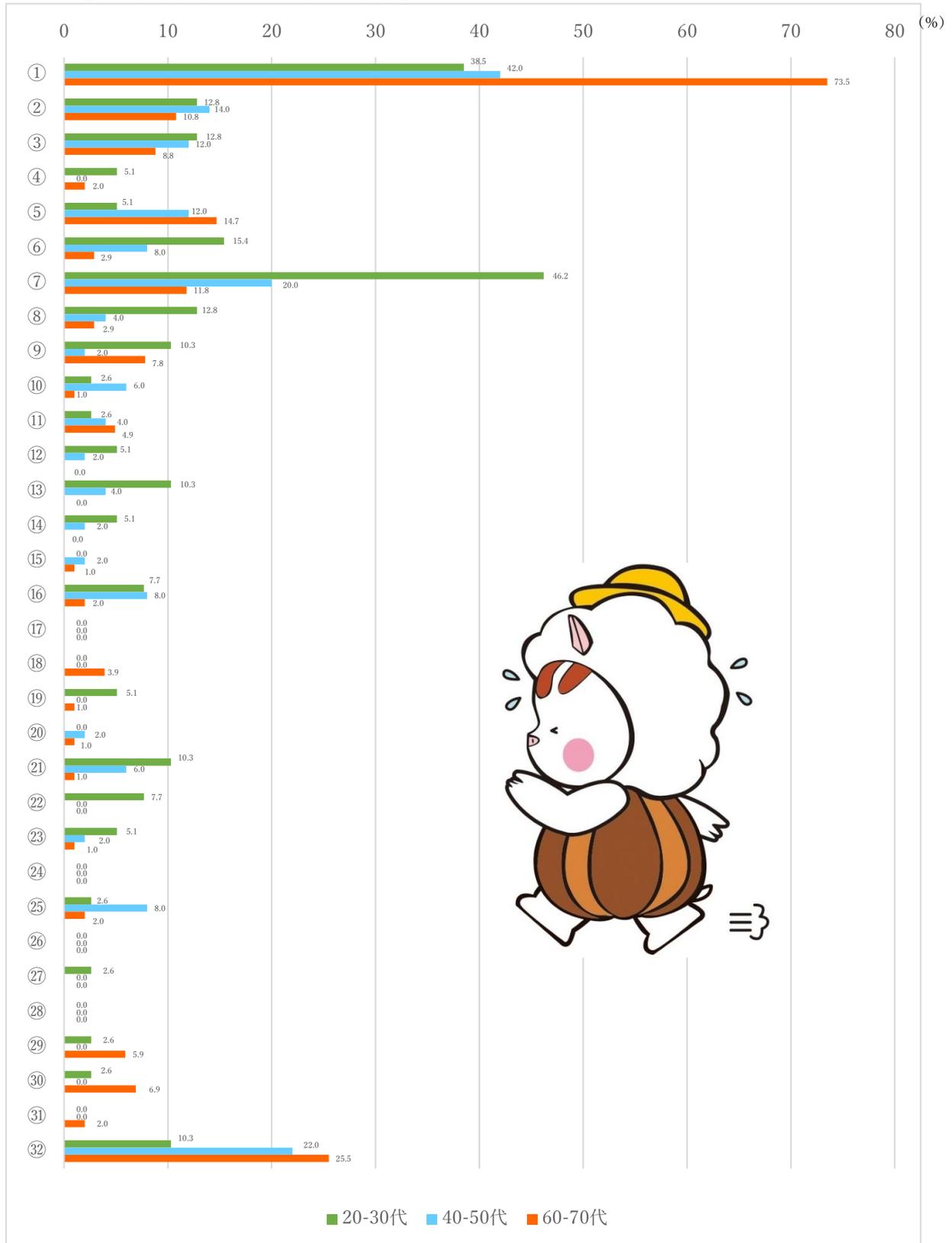
このように年代が上がるると共に低強度・持久的要素の強いスポーツ種目が行われている傾向にあり、身体的状況に適した種目を行うよう傾向が見られました。また、施設を使用する種目は、「バレーボール」のみであり、その他の種目は、特に施設が不要なスポーツが行われていました (図 35)。

以上の各スポーツ種目を行っている期間は、以下に示すとおりです (表 1)。

表 1. 行っているスポーツ種目の継続年数

	平均 (年)	標準偏差 (年)	最長期間 (年)	最短期間 (年)
20～30 歳代	9.0	8.5	30	0.3
40～50 歳代	12.3	11.8	45	0.2
6070 歳代	13.6	13.9	65	1.0

1年間にどのような運動やスポーツを行いましたか



- ①ウォーキング ②自転車・サイクリング ③水泳 ④ボウリング ⑤ゴルフ ⑥バレーボール ⑦ジョギング ⑧ソフトボール ⑨登山・トレッキング
 ⑩バドミントン ⑪卓球 ⑫レクリエーションバレー ⑬野球 ⑭スノーボード ⑮サッカー ⑯テニス ⑰ゲートボール
 ⑱クロッケー ⑲フットサル ⑳スキー ㉑駅伝・マラソン ㉒バスケットボール ㉓ソフトテニス ㉔スケート ㉕武道（柔道・剣道・空手等）
 ㉖陸上競技 ㉗ラグビー ㉘相撲 ㉙ベタンク ㉚輪投げ ㉛グラウンドゴルフ ㉜その他

図 35. 1年間に行った運動やスポーツ（複数回答）

スポーツの継続年数は、最長期間と最短期間を見れば分かるように、子どもの頃から親しんできた種目や、この1年間で始めた種目もあることから、標準偏差は、非常に大きくなっています。

現在のスポーツ等をクラブに加入して実施しているのか、あるいは個人で実施しているのかを明らかにするために行った質問に対して、加入しているとの回答は、3つの年代とも20%台でした。一方、20～30歳代では、「今後加入したい」とした者（34.0%）は、他の2つの年代に比べて高くなっていますが40～50歳代及び60～70歳代では、それぞれ19.4%及び17.2%に留まっていました。更にこの2つの年代は、「加入したくない」との回答も50%以上でした。この理由としては、図32に示したスポーツ等をしない理由として、「時間が無い」「きっかけがない」「つきあいがめんどろ」などがその原因として考えられます（図36）。

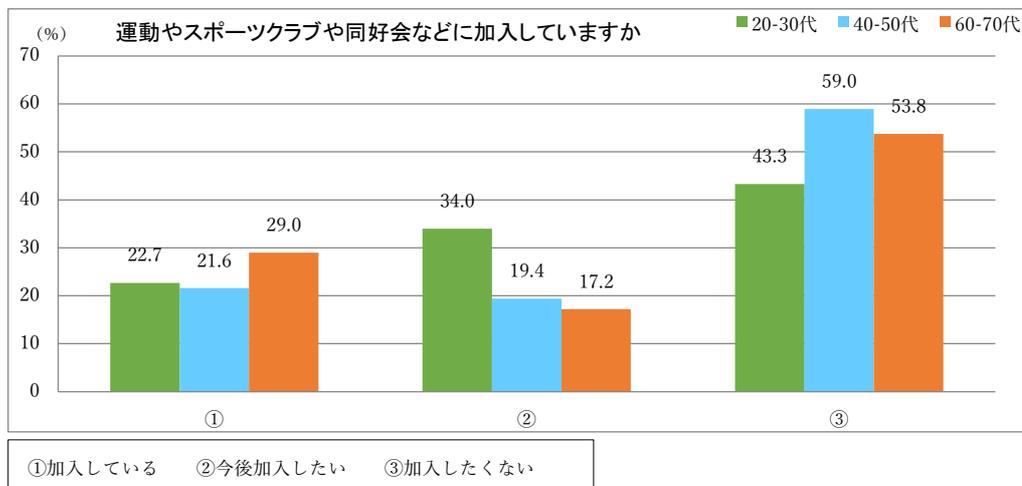


図36. スポーツクラブ等への加入状況

この1年間でスポーツ等を行った場所に関しては、20～30歳代では、「学校以外の県や市の施設」(28.7%)、「民間スポーツ施設」「道路や遊歩道」(25.3%)、「学校の体育施設」(21.8%)、「近所の広場や公園」(20.7%)の順で多いものでした。

40～50歳代では、「道路や遊歩道」(30.3%)、「自宅」(25.6%)、「民間スポーツ施設」(19.7%)、「学校以外の県や市の施設」(18.8%)、「近所の広場や公園」(16.2%)の順で多いものでした。

60～70歳代では、「道路や遊歩道」(36.8%)、「民間スポーツ施設」(22.9%)、「自宅」(20.8%)、「野外(山・川・海)」(18.8%)、「近所の広場や公園」(18.1%)の順で多いものでした。

どの年代においても高かったのは、「道路や遊歩道」であり、実施したスポーツ種目として、ウォーキングやジョギングを実践されている方が多かったためであると推測されます(図35参照)。また、民間のスポーツクラブもすべての年代で利用されており、筋力トレーニング、ランニング、バイク、プール、バス施設などの充実した設備が完備していること、そして指導者が常駐している等の理由から利用者が多いことが推測されます。この他には「自宅」「近所の広場や公園」「学校を除く県や市の施設」も多く利用されていました(図37)。

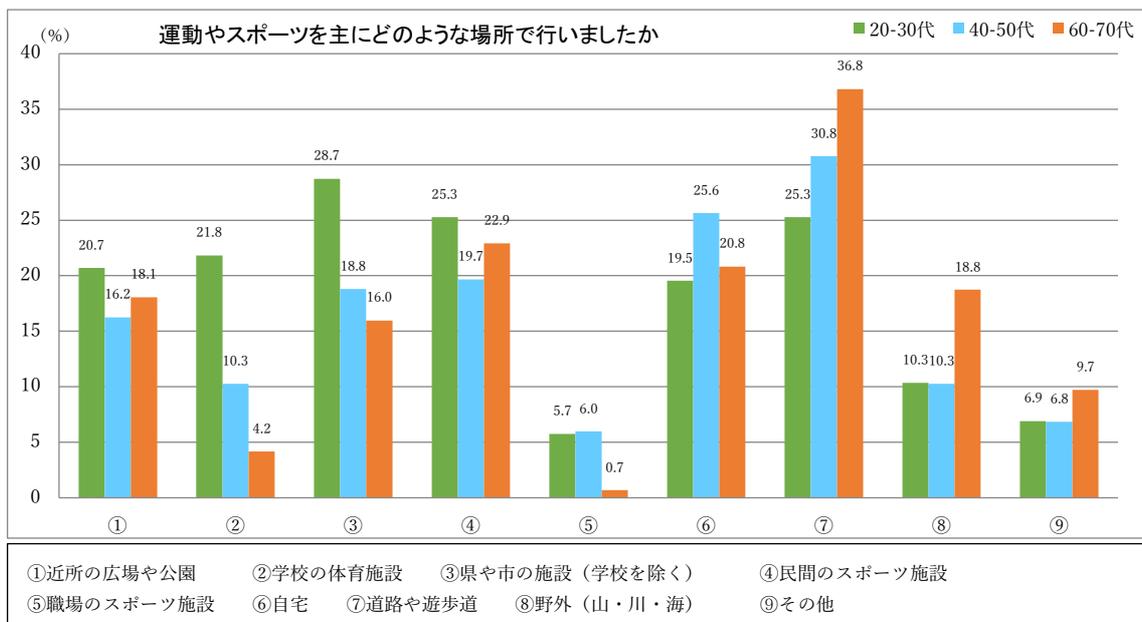


図 37. スポーツ等を行った場所 (2つまで選択)

今後行ってみたいスポーツ等については、20～30 歳代では、「ウォーキング」(23.7%)、「水泳」(22.7%)、「バドミントン」(21.6%)、「テニス」(20.6%)、「ジョギング」(19.6%)の順で多くなっています。

40～50 歳代では、「ウォーキング」(40.3%)、「自転車・サイクリング」(25.6%)、「ボウリング」(14.7%)、「水泳」「登山・トレッキング」(14.0%)の順で多くなっています。

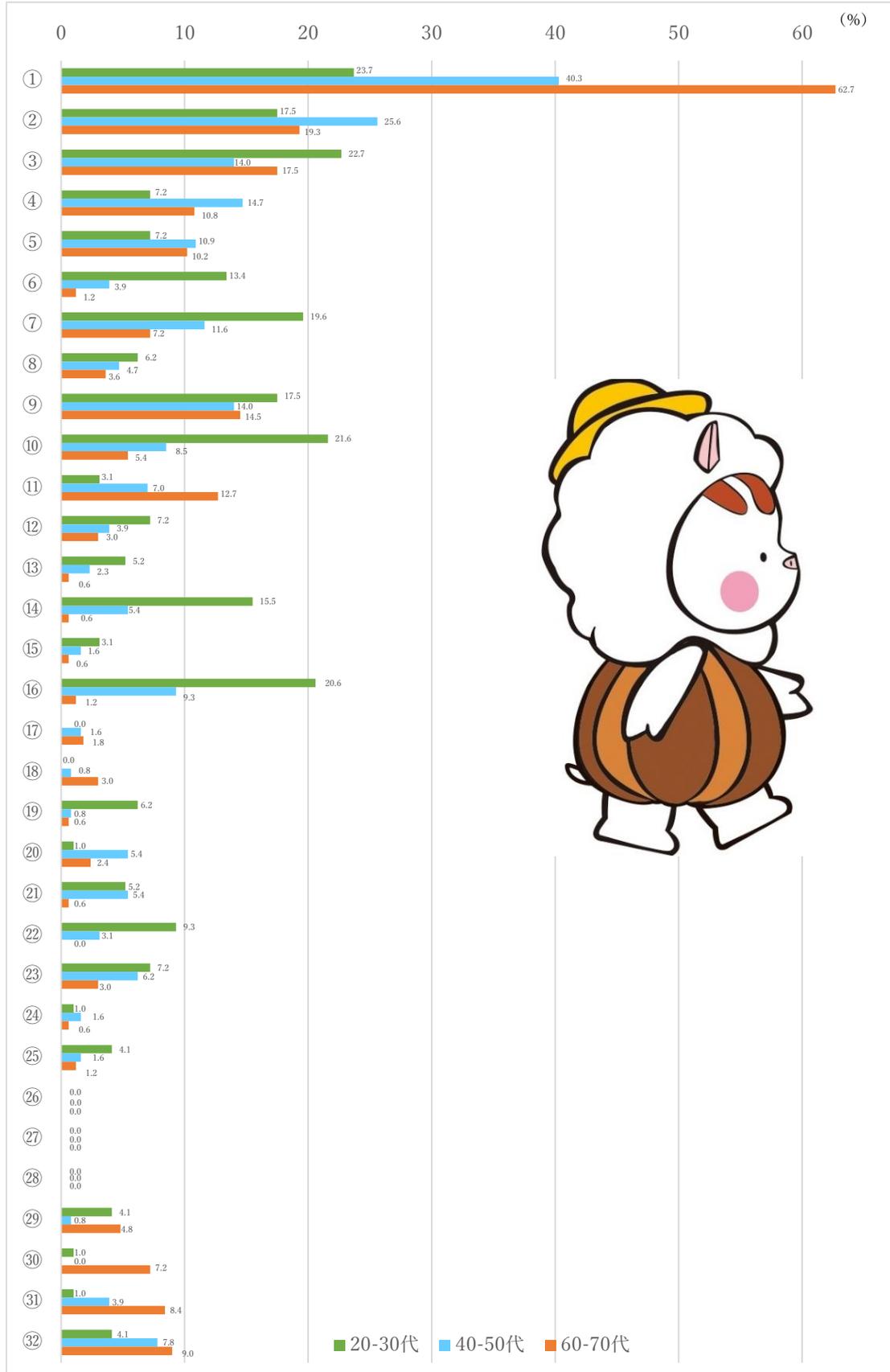
60～70 歳代では、圧倒的に「ウォーキング」(62.7%)が多く、「自転車・サイクリング」(19.3%)、「水泳」(17.5%)、「登山・トレッキング」(14.5%)の順でした。

これらのことから、3つの年代で共通して多かったのは、「ウォーキング」「自転車・サイクリング」「登山・トレッキング」「水泳」等でした (図 38)。

1 年間で市内にあるスポーツ施設の利用頻度は、3つの年代とも 65%～80%の方が利用したことがないと回答し、「年に数回」という方も 20～30 歳代では 20.0%、40～50 歳代で 10.1%、60～70 歳代では 8.2%に留まっています。運動習慣を維持する最小回数に当たる 1 週間に 1 回以上利用していた方の割合は、20～30 歳代 5.0%、40～50 歳代 5.4%、60～70 歳代 12.8%に留まっており、ほとんどの方が未利用であることがわかりました (図 39)。



現在行っているものも含め、今後してみたい運動やスポーツがありますか



- ①ウォーキング ②自転車・サイクリング ③水泳 ④ボウリング ⑤ゴルフ ⑥バレーボール ⑦ジョギング ⑧ソフトボール ⑨登山・トレッキング
 ⑩バドミントン ⑪卓球 ⑫レクリエーションバレー ⑬野球 ⑭スノーボード ⑮サッカー ⑯テニス ⑰ゲートボール
 ⑱クロケット ⑲フットサル ⑳スキー ㉑駅伝・マラソン ㉒バスケットボール ㉓ソフトテニス ㉔スケート ㉕武道（柔道・剣道・空手等）
 ㉖陸上競技 ㉗ラグビー ㉘相撲 ㉙ベタタ ㉚輪投げ ㉛グランドゴルフ ㉜その他

図 38. 現在実施あるいは今後実施を希望するスポーツ種目（複数回答）

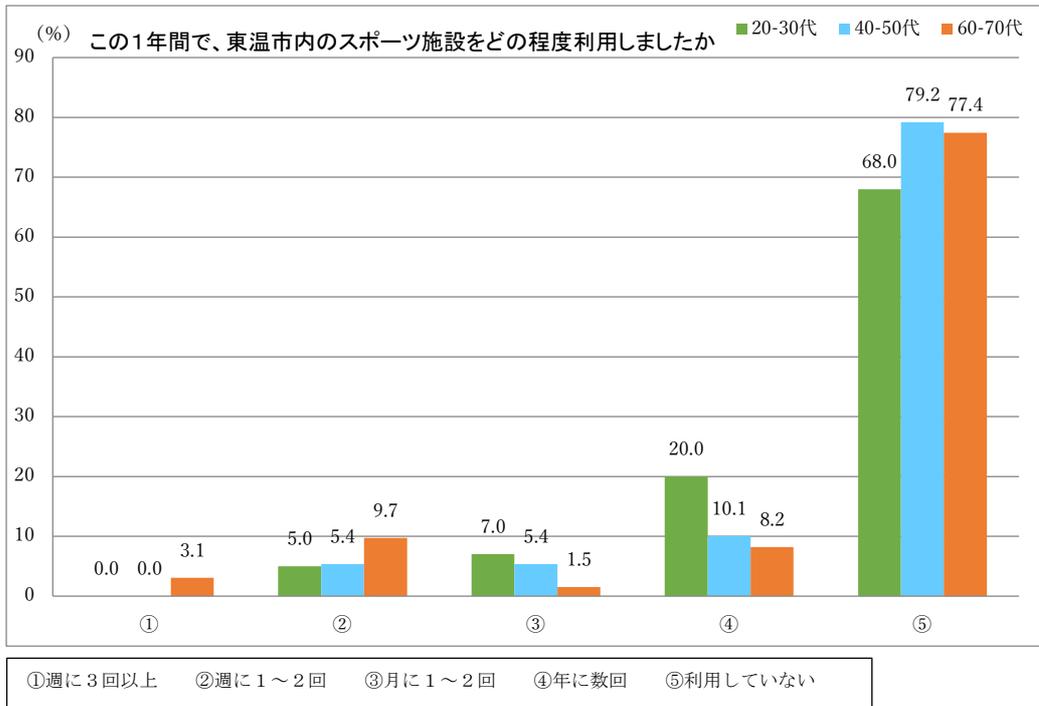


図 39. 1年間で東温市内のスポーツ施設利用頻度

市内のスポーツ施設が十分かどうかの質問に対して、3つの年代とも54%以上が「分からない」と回答し、「数も質も十分整備されている」は10%前後であり、「数が足りない」は、20~30歳代が18.0%、それ以外の年代は10%程度でした。「数も質も不十分」は、それぞれ9.0%、12.2%、13.4%でした（図40）。

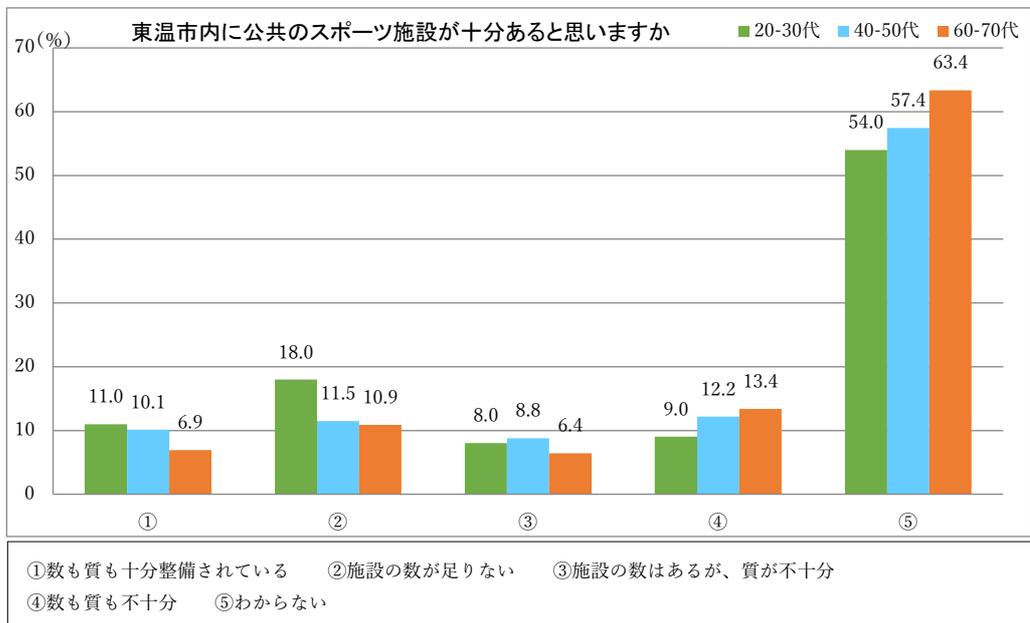


図 40. 東温市内の公共スポーツ施設の充実度

公共のスポーツ施設を利用して不満な点は、3つの年代において最も多かったのは「利用していないので分からない」（若い年代順にそれぞれ、48.9%、55.8%、64.6%）でした。これは図40において示されたように、施設を利用したことの無い方が50%以上であったため結果でした。次に多かったのが、いずれの年代においても「特になし」でした。実際に各

年代とも 10%以下でしたが、使用しての不満点として挙げられたのは、「施設・設備が整っていない」「希望する利用日に取りにくい」「交通機関が不便」「利用料金が高い」などでした（図 41）。

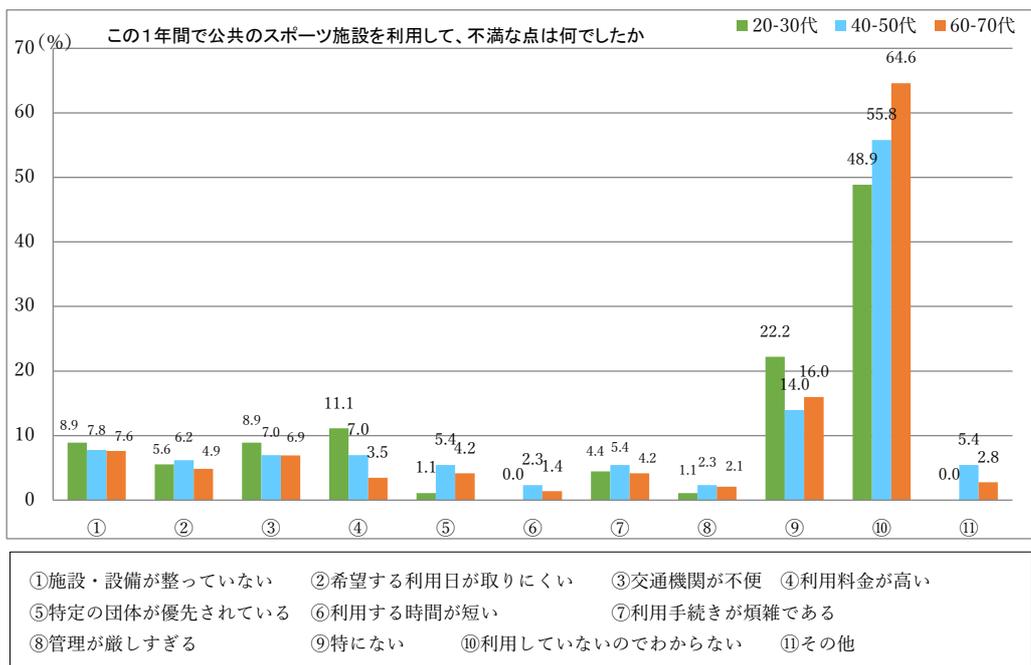


図 41. 東温市内の公共スポーツ施設の不満点

今後、市に整備等を期待する施設としては、年代毎に異なっていました。20～30 歳代では、「プール」(32.7%) が最も多く、「広場や公園」(21.4%)、「トレーニング室」(16.3%)、「テニスコート」(12.2%)、「球技のできる多目的広場」(11.2%) の順でした。

40～50 歳代では、「プール」(31.7%) が最も多く、「トレーニング室」(17.9%)、「広場や公園」(16.6%)、「ハイキングコース」(12.4%) の順でした。

60～70 歳代では、「広場や公園」(26.7%)、「トレーニング室」(19.8%)、「プール」(17.1%)、「ハイキングコース」(15.0%) の順でした。

すべての年代を通じて多かったのは、「プール」「トレーニング室」「広場や公園」「ハイキングコース」であり、全身運動で膝などにも優しい運動であるプール、ウォーキングやジョギングあるいは軽体操を行う上で必要となる広場や公園のニーズが高くなっていました。一方、「特にな」が、いずれの年代でも最も多く、22%以上でした（図 42）。



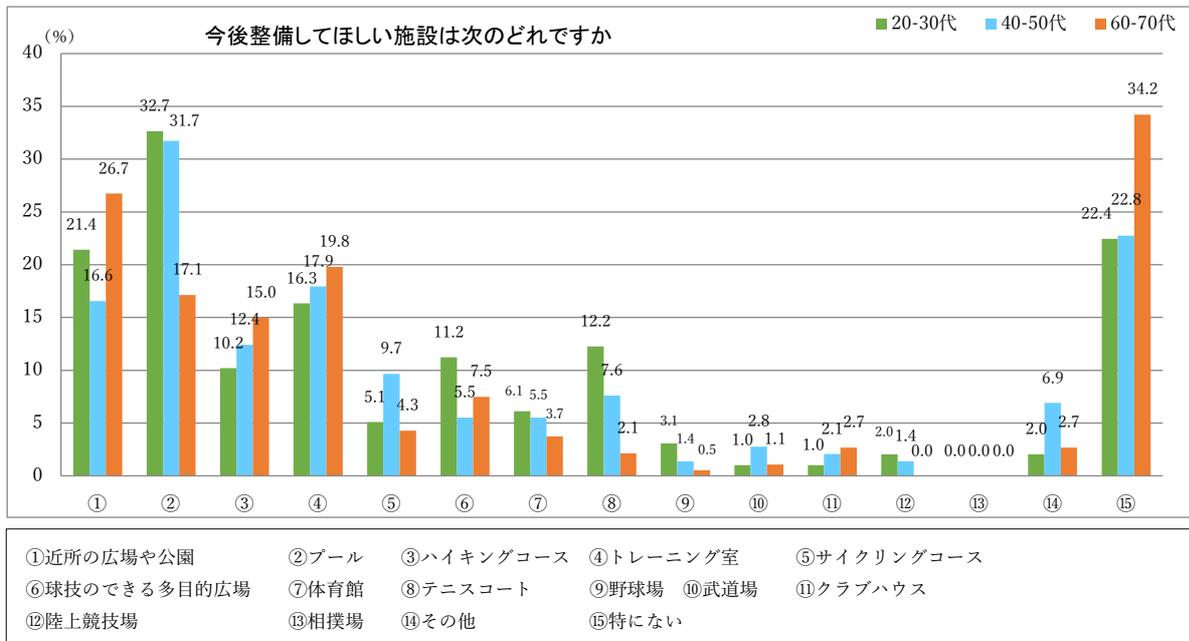


図 42. 今後、整備を望むスポーツ施設等

今後、市に望むスポーツ振興策等について、3つの年代で極めて類似した傾向を示しました。いずれの年代においても「誰でも気軽にスポーツを行うことができる施設の整備」が圧倒的に多く、72%を超えていました。次に多かったのは「スポーツをしたり観たりするのに必要な情報を提供する」が30%を越えており、「スポーツ教室の開催やスポーツクラブの育成を図る」が25~30%でした。また、40~50歳代と60~70歳代では、「地域のスポーツ指導者を養成する」が15%を越えていました（図 43）。

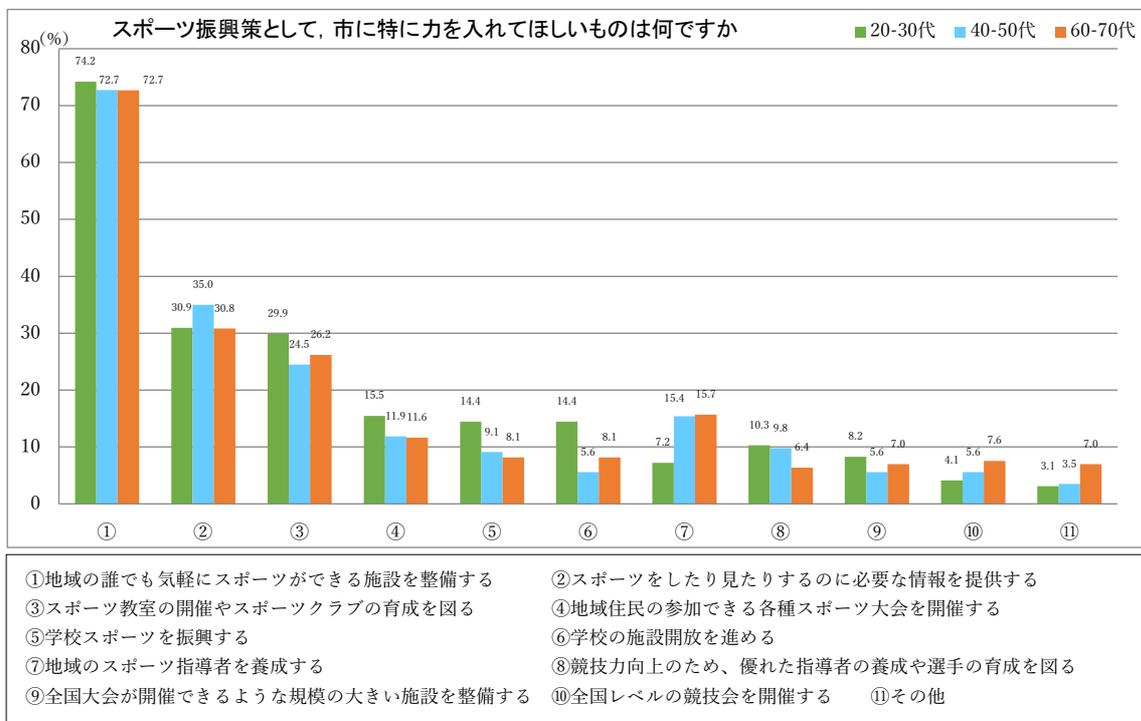


図 43. 今後、東温市に望むスポーツ振興策等

次に、本市には、川内さくらクラブとNPO法人トレフルスポーツクラブという総合型地域スポーツクラブが、現在運営されています。総合型地域スポーツクラブは、地域に在住する市民が、自主的に運営するクラブで、子どもから高齢者までの幅広い年代（多年代）に対して、様々なスポーツを（多種目）、初心者からトップレベルのアスリートが行うことができる（多志向）特徴を有しています。東温市に2つの総合型地域スポーツクラブの認知度に関しては、3つの年代とも同様の傾向であり、「知らない」が、いずれの年代においても73%以上であり、ほとんどその認知度は低いものでした。「聞いたことがある」は、10～20%の範囲に留まっていた（図44）。

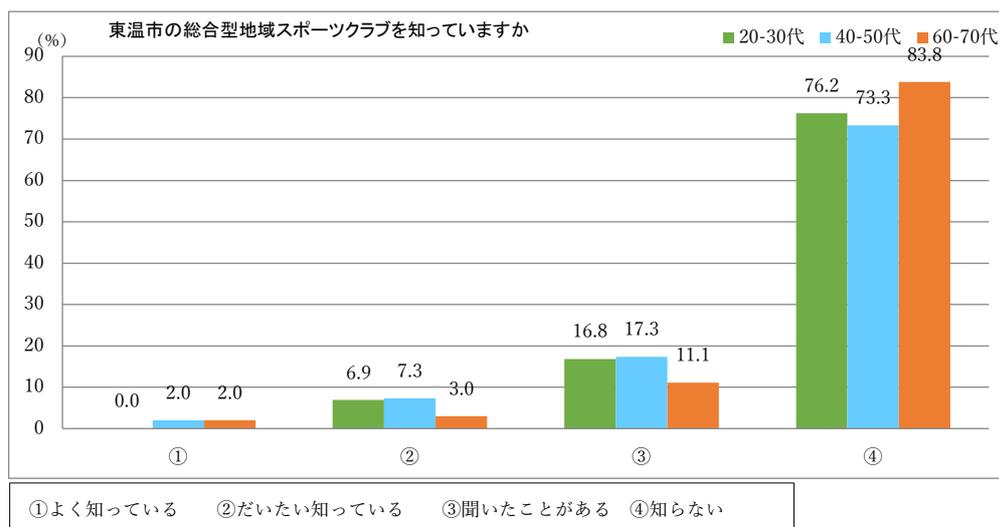


図44. 東温市で活動する総合型地域スポーツクラブの認知度

上記の総合型地域スポーツクラブへの加入状況と加入希望については、3つの年代とも同様の傾向であり、「加入したい」は、いずれの年代においても5%前後であり、「誘われれば加入したい」は、3つの年代で20.4～27.3%の範囲にありました。一方、「あまり加入したくない」「加入したくない」などのネガティブな回答は、それぞれ26.0～29.4%及び32.3～38.4%の範囲にありました（図45）。

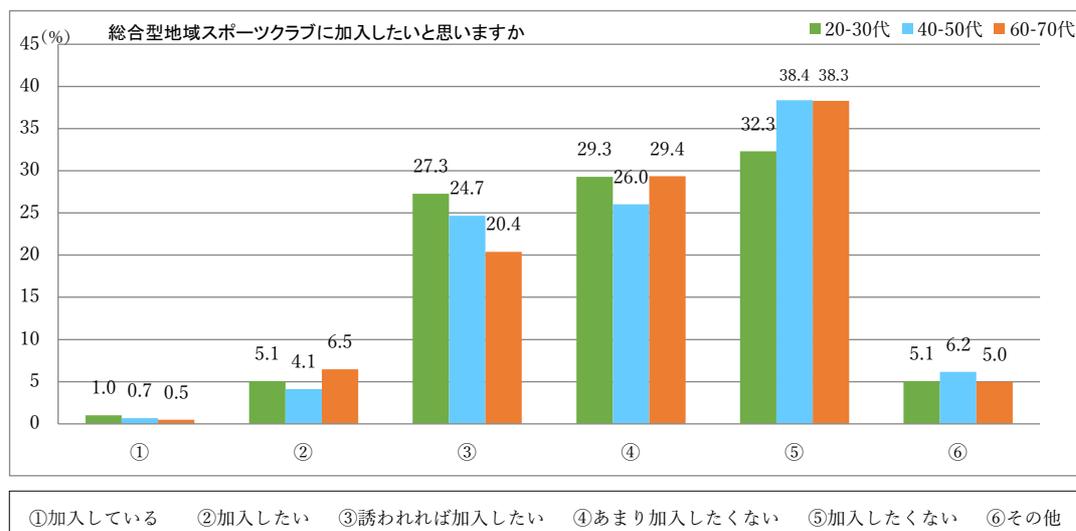


図45. 総合型地域スポーツクラブの加入状況・加入希望等

市や地域の団体が主催するスポーツ行事やイベントに参加したことがあると回答した 20～30 歳代、40～50 歳代及び 60～70 歳代は、それぞれ 24.8%、38.0%及び 30.7%であり、40～50 歳代が最も高く、地域活動の主要な立場にあたり、役割を果たしていることが理由として挙げられます。「見学や応援のみ」の割合は、それぞれ 12.9%、16.0%及び 17.3%でした。一方、「参加も見学もしなかった」は、それぞれ 62.4%、46.0%及び 52.0%でした。いずれの年代においても約半数以上が、このような活動に参加していないことの理由を今後検討し、より良いコミュニティー作りに向けて、一層の参加者の増加を図る手立てをとる必要があります（図 46）。

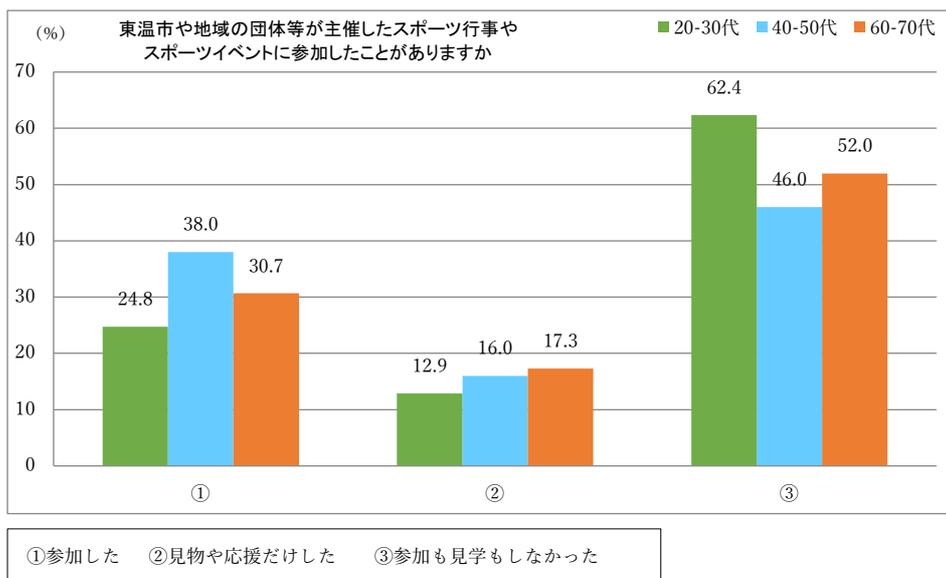


図 46. スポーツ行事・イベントへの参加状況

市として全国的なスポーツ大会やイベントを誘致したり、開催することについては、「そう思う」「だいたいそう思う」という肯定的回答をした年代は、20～30 歳代で 30%、45～50 歳代で 36.7%、60～70 歳代で 27.8%であり、「どちらともいえない」との回答は、いずれの年代でも 43.0～49.0%の範囲にありました（図 47）。

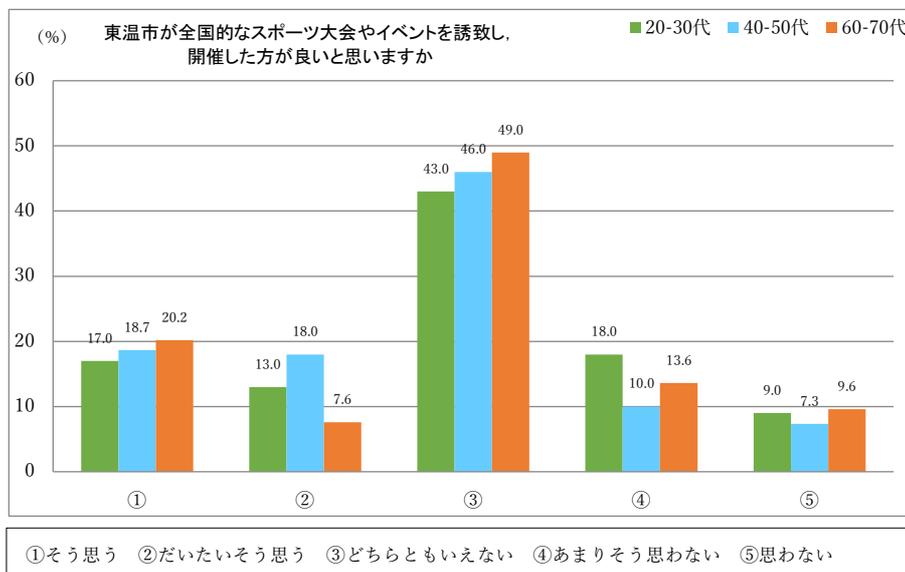


図 47. スポーツ行事・イベントの誘致や開催について

本市が全国的なスポーツ大会やイベントを誘致した場合、ボランティアとして参加することに「そう思う」「だいたいそう思う」という肯定的回答をした年代は、20～30歳代で26.0%、45～50歳代で19.5%、60～70歳代で15.5%に留まっています。一方、「あまりそう思わない」「思わない」という否定的回答をした年代は、それぞれ41.1%、44.3%、58.0%であり、否定的回答が多くなっています（図48）。

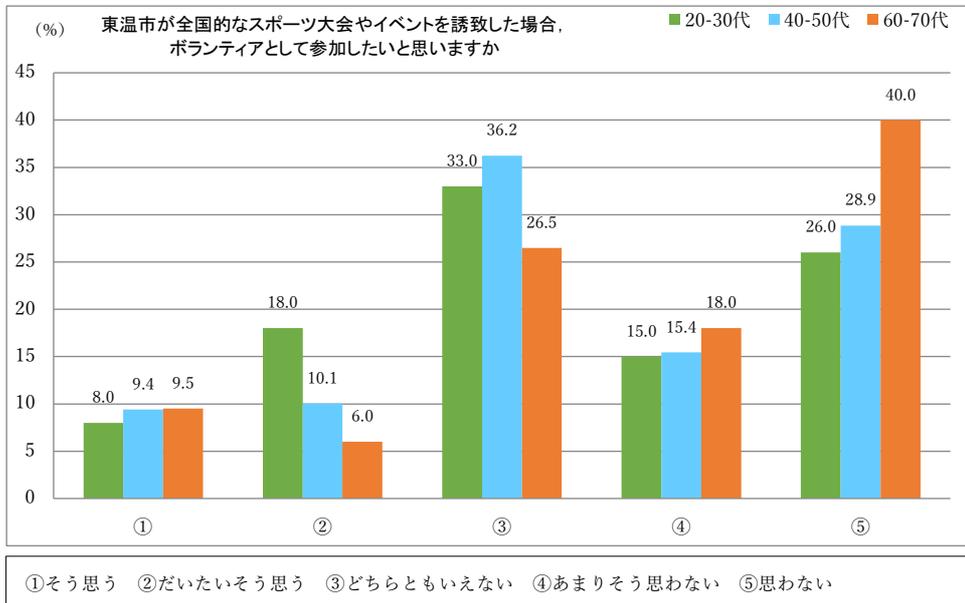


図48. スポーツ行事・イベントへのボランティアとしての参加について
 スポーツに関する資格を取得し、本市でスポーツの発展に貢献したいと思うことに肯定的回答をした方は、20～30歳代、40～50歳代及び60～70歳代でそれぞれ8.9%、12.0%及び7.5%でした。一方、否定的回答は、それぞれ54.5%、62.7%及び80.2%であり、否定的回答が多く、60～70歳代で高くなっています（図49）。

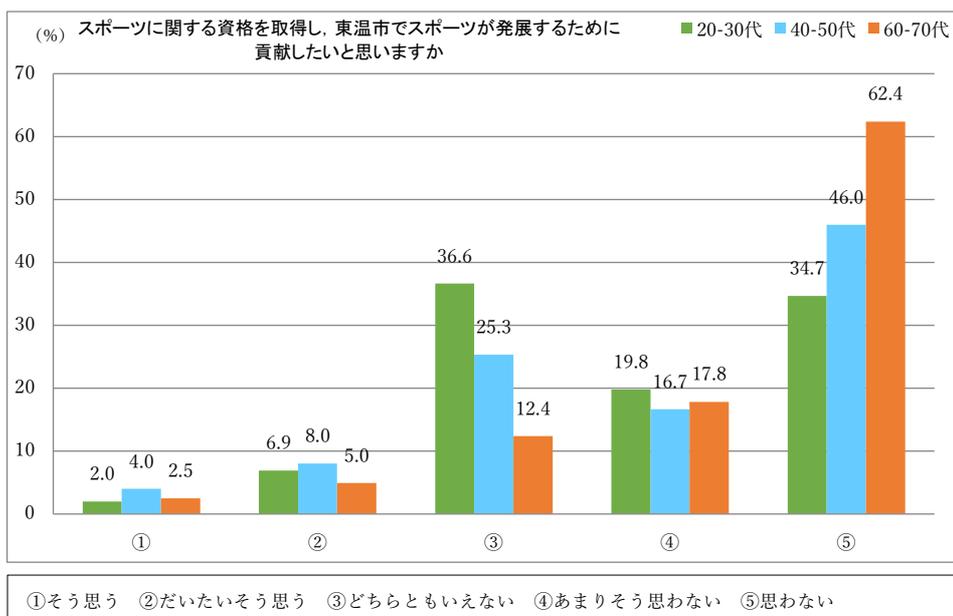


図49. スポーツ資格を取得し、スポーツの発展に貢献することについて

自身の運動実施状況についての質問に対して、運動不足であることに肯定的回答は、20～30歳代、40～50歳代及び60～70歳代でそれぞれ78.2%、74.6%及び54.9%であり、50歳代以下で肯定的回答が75%前後で非常に高い結果でした。これに対して60～70歳代では、他の2つの年代に比べて低く、運動不足であると感じていない方が29.3%で、他の年代より高く、60歳以降の年代の方が運動を行っている、あるいはその時間を有していることがわかります（図50）。

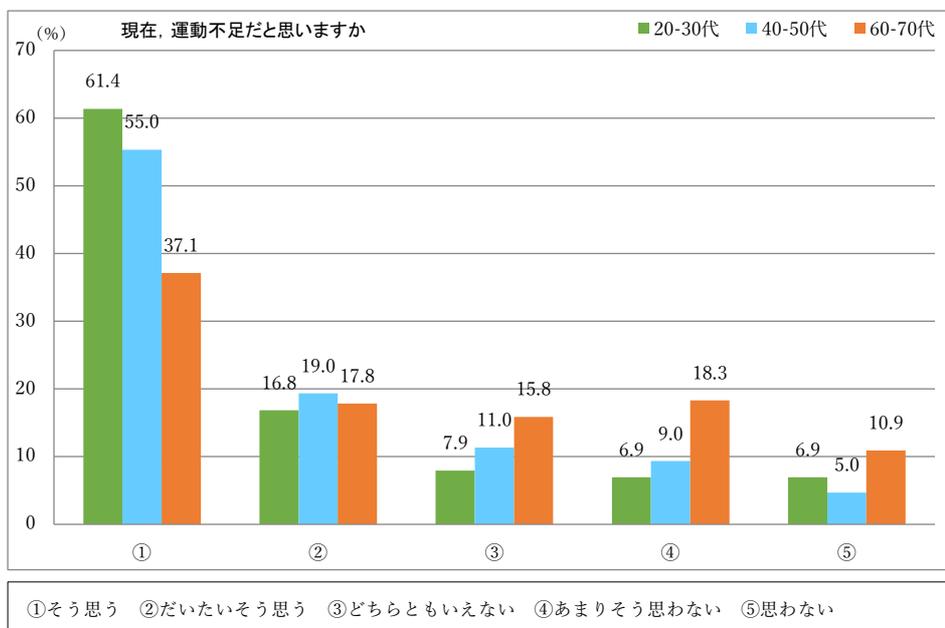


図50. 運動の実施状況

日常生活動作を行う際の容易さに関する調査結果を表2に示します。

10項目の動作は、動作の強さや「持ち上げる」「上る」「歩く」及び日常生活で必ず行う動作を簡潔に表したものであり、いわゆる日常生活動作能力（Activities of Daily Living：ADL）に相当します。①から③になるほど、実施が容易であることを示しています。

「激しい運動」は、60～70歳代で実施が困難と回答した方が多いことは当然と思われませんが、20～30歳代でも10.9%が困難と回答し、「全然難しくない」が48.5%に留まったことは、図50で示した様に運動不足と感じる方が61.4%いたことから、若い年代でも体力的な低下が進んでいることが推測されます。「適度の運動」「階段を数階あるいは1階上る」「数百あるいは百メートル歩く」「風呂に入ったり、着替える」などの動作は、年代に関係なく実施が容易であると回答した方が多くなっています。60～70歳代では、「少し重い物を持ち上げたり、運ぶ」「階段を上る」「体を曲げたり、ひざまずく」「1km歩く」などでは、日常の運動不足や体幹（特に腰部）や股関節、あるいは膝関節などに障害を抱えている方も徐々に増加することから20～30歳代あるいは40～50歳代に比べて、「少し難しい」「とても難しい」と回答した方が多く存在していました。

表2. 日常生活動作の実施状況

	20-30代	40-50代	60-70代		20-30代	40-50代	60-70代
1) 激しい活動、例えば、一生けんめい走る、重い物を持ち上げる、激しいスポーツを				6) 体を前に曲げる、ひざまずく、かがむ			
①	10.9	32.9	54.9	①	1.0	0.0	4.9
②	40.6	40.9	35.8	②	5.9	10.0	21.5
③	48.5	26.2	9.3	③	93.1	90.0	73.7
2) 適度の活動、例えば、家や庭のそうじをする、1～2時間散歩するなど				7) 1キロメートル以上歩く			
①	2.0	4.0	1.5	①	0.0	1.3	7.8
②	12.9	22.0	24.4	②	5.9	13.3	16.0
③	85.1	74.0	74.1	③	94.1	85.3	76.2
3) 少し重い物を持ち上げたり、運んだりする(例えば買い物袋など)				8) 数百メートルくらい歩く			
①	2.0	3.3	5.3	①	2.0	0.0	2.9
②	11.9	12.0	25.2	②	2.0	4.7	10.7
③	86.1	84.7	69.4	③	96.0	95.3	86.4
4) 階段を数階上までのぼる				9) 百メートルくらい歩く			
①	0.0	2.0	4.4	①	1.0	0.0	1.0
②	10.9	14.7	31.6	②	1.0	0.7	7.8
③	89.1	83.3	64.1	③	98.0	99.3	91.3
5) 階段を1階上までのぼる				10) 自分でお風呂に入ったり、着替えたりする			
①	0.0	0.0	2.4	①	1.0	0.0	0.5
②	2.0	3.3	17.0	②	2.0	0.0	1.5
③	98.0	96.7	80.6	③	97.0	100.0	98.1

①：とても難しい

②：少し難しい

③：全然難しくない

重い荷物の運搬、自転車で坂道を上る、テニスのシングルゲームあるいはジョギングなどの様な体にきつuitと感じる、あるいはかなり呼吸が乱れるような強い身体活動を10分間以上行ったことが「ある」の割合は、いずれの年代においても20～30%の範囲にあり、「ない」は、70～80%でした。20歳代と30歳代の強い運動を行ったことがない方の割合が、他の年代に比べて低値であることが認められました(表3)。

軽い荷物の運搬、ゆっくり泳ぐこと、レクリエーションとしてのテニスのダブルス等の様な体がややきつくなり、少し息が弾むような中等度の身体活動を10分回以上行ったことが「ある」の割合は、20、30歳代及び40歳代では、50～60%の範囲にありましたが、50歳代以降では40～45%の範囲内に低下していました。

通学や買い物あるいは仕事のような場面で、日常生活で歩くことや趣味や運動としてのウォーキングや散歩を包含した低強度の歩行活動を10分間以上行ったことが「ある」と回答した方は、いずれの年代においても65～80%の範囲にありました。しかし、このような低強度の歩行運動は、通常の生活を営む方であれば、ほぼ毎日行っており、いずれの年代でもほとんどの方が「はい」と回答することが予想されましたが、実際には、20～35%前後が、

「行っていない」と回答しており、いずれの年代においても運動不足に陥っている方が相当数存在することがわかります。

表3. 強い、中等度及び低強度運動の実施状況

	10分以上の強い 身体活動の実施状況 (%)		10分以上の中等度の 身体活動の実施状況 (%)		10分以上の連続した 歩行運動の実施状況 (%)	
	ある	ない	ある	ない	ある	ない
20歳代	22.5	77.5	55.0	45.0	77.5	22.5
30歳代	26.7	73.3	58.3	41.7	68.3	31.7
40歳代	19.0	81.0	51.6	48.4	65.6	34.4
50歳代	27.9	72.1	43.0	57.0	66.7	33.3
60歳代	25.8	74.2	42.1	57.9	76.5	23.5
70歳代	24.5	75.5	44.8	55.2	77.2	22.8

表3において、10分以上の強い身体活動を行ったことが「ある」の回答者に対して、1週間当たりの実施日数及び1日当たりの継続時間を質問した結果を表4に示しました。20歳代と30歳代の実施日数はそのほかの年代に比べて低く（それぞれ1週間当たり3.1と2.8日であり）、40歳代以上は、3.4日以上行っていました。このことから、比較的若い年代の強い身体活動の実施日数が少ないことが認められます。また、強い身体活動の1日当たりの運動実施時間は、20歳代（105.6分）、30歳代（97.8分）及び40歳代（87.5分）が50歳以降の年代に比べて短い傾向が認められました。特に60歳代（124分）と70歳代（126.7分）では実施時間が長い傾向にありました。

10分以上の中等度の運動を行ったことが「ある」と回答した方の1週間当たりの実施日数は、いずれの年代も3～4.0日の範囲内にあり、同様の結果でした。また、1日当たりの実施時間は、30歳代（76.1分）が最も短く、次いで50歳代（95.1分）が短かいものでした。一方、60歳代（127.1分）が最も長く、30歳代の1.7倍でした。その他の年代は、115分程度でした。

10分以上の低強度の歩行運動を行ったことが「ある」と回答した方の1週間当たりの実施日数は、いずれの年代においても、4.4～4.8日の範囲にありました。また、その1日当たりの実施時間は、30歳代（76.5分）が最も短く、次いで40歳代が短かく、最も長かったのは20歳代（115.5分）でした。

表4. 強い、中等度及び低強度運動の実施状況等

	10分以上の強い 身体活動の実施状況		10分以上の中等度の 身体活動の実施状況(名)		10分以上の連続した 歩行運動の実施状況(名)		月～金曜で座っ たり寝込んだ 時間(分)	土・日曜で座っ たり寝込んだ 時間(分)
	1週間当たりの 実施日数(日)	1日当たりの実 施時間(分)	1週間当たりの 実施日数(日)	1日当たりの実 施時間(分)	1週間当たりの 実施日数(日)	1日当たりの実 施時間(分)		
20歳代								
平均値	3.1	105.6	3.6	114.8	4.8	115.5	367.7	386.2
標準偏差	2.0	110.2	1.6	124.5	2.2	147.9	233.8	204.1
最高値	7.0	360.0	7.0	480.0	7.0	600.0	1020.0	900.0
最低値	0.3	20.0	1.0	10.0	1.0	10.0	30.0	60.0
30歳代								
平均値	2.8	97.8	3.1	76.1	4.4	76.5	326.9	353.6
標準偏差	1.8	99.3	1.7	78.5	1.9	97.1	232.6	242.4
最高値	6.0	420.0	6.0	420.0	7.0	420.0	960.0	1080.0
最低値	1.0	15.0	1.0	5.0	1.0	10.0	30.0	30.0
40歳代								
平均値	3.4	87.5	3.2	124.1	4.7	93.8	305.2	356.6
標準偏差	2.11	57.54	1.74	102.01	1.83	97.66	233.04	256.44
最高値	7.0	180.0	6.0	360.0	7.0	480.0	960.0	1200.0
最低値	1.0	10.0	0.5	10.0	1.0	10.0	0.0	30.0
50歳代								
平均値	3.6	114.2	3.3	95.1	4.8	104.7	407.1	444.4
標準偏差	1.9	91.8	1.9	87.6	1.9	123.4	252.7	245.7
最高値	7.0	360.0	7.0	480.0	7.0	600.0	1020.0	1200.0
最低値	1.0	30.0	1.0	5.0	1.0	10.0	60.0	60.0
60歳代								
平均値	3.8	124.0	4.0	127.1	4.8	102.0	403.2	430.7
標準偏差	1.8	83.8	2.0	94.8	1.9	110.3	269.4	272.1
最高値	7.0	300.0	7.0	360.0	7.0	600.0	1080.0	1080.0
最低値	1.0	5.0	1.0	10.0	1.0	10.0	30.0	60.0
70歳代								
平均値	3.3	126.7	3.6	117.6	4.5	82.2	426.8	421.8
標準偏差	1.9	134.1	1.9	108.8	2.0	92.6	288.5	291.7
最高値	7.0	540.0	7.0	480.0	7.0	600.0	1200.0	1200.0
最低値	1.0	10.0	1.0	10.0	1.0	10.0	30.0	0.4



第2章 計画の基本理念と目標

1. 計画の基本理念

本計画においては、特に一般成人における生活習慣病などの抑制及び体力の維持・増進、高齢者におけるQOLの維持・改善、地域コミュニティの維持・発展などの課題解決に向けて、スポーツ施設・設備などのハード面の有効活用や市内のスポーツ関係団体との連携により、スポーツ（実践する、観る・応援する、支援する）を通じた地域の活性化と市民一人一人の心と体の健康づくりを推進します。

2. 計画の方向と目標

(1) 生涯スポーツ活動の普及・推進

本市が置かれている状況として、1) 少子高齢化、2) 18歳～20歳代の若い世代の人口の流出や高齢化による地域コミュニティの機能低下、3) 地域を支える年代の人口（15歳以上65歳未満の生産年齢人口）の減少が大いに危惧されます。

こうした中、健康の維持・増進を図る上で子どもから高齢者、障がい者のある方まで誰でも気軽にできる生涯スポーツの普及と推進が求められています。

生涯スポーツの普及と推進に向けて、本市が取り組むべき課題として、ソフト面では、1) 指導者・スタッフの確保と適正な配置、2) 指導プログラムの構築、3) 地域イベントの開催、4) スポーツに関わる情報提供の在り方、5) 関係団体の連携・支援等の対応、ハード面では、1) スポーツ施設の整備・充実、2) スポーツ施設の有効活用等の対応を挙げることができます。

本市におけるスポーツ施設としては、ツインドーム重信、農林業者トレーニングセンター、川内体育センター等がありますが、生涯スポーツをさらに推進する上では、これらの施設の利用者数の増加対策を講じる必要があります。また、より多くの市民の健康増進を図る上では、ソフト面で例えば様々な年代のスポーツに係わる指導者・スタッフの確保や適切な配置、イベントの開催等におけるノウハウを有する人材の育成、そしてスポーツ施設の利用等に関する情報提供の充実を図る必要があります。

これらの生涯スポーツ活動の普及・推進に関わる対応を着実に実施することで、週1日以上のスポーツ、運動の習慣を有する成人の割合の目標を**70%**とします。

(2) 競技スポーツの振興と指導体制の確立

競技スポーツの振興に向けて、市民が競技種目を問わず、全国大会や世界レベルの大会に出場することが理想です。それにより、そのスポーツ種目に関心が集まり、第2、第3の競技者が出現するという好循環が期待されます。

また、そのような人材の出現は、市民全般に対してスポーツに接する機会（観る、応援す

る、支える)の増加だけでなく、スポーツへの参加をも誘発させることが期待できます。

そのためには、優秀な指導者やスタッフの確保が必要となりますが、例えば市外からの招聘や、全国レベルの指導者育成プログラムへの参加支援等により、指導力の向上と経験を積むことが考えられます。また、指導者やスタッフがその手腕を発揮するための環境づくりとして、施設利用面での支援策や関係団体との円滑な連携などを今後進めていく必要があります。

(3) スポーツ施設の有効活用

市の財政事情を考慮した場合、新規のスポーツ施設を求めることが難しい現状にあっては、市内にある小・中学校体育館、運動場や公民館、各地域の集会所等の有効利用が重要です。これらの施設の使用に当たっては、使用可能時間、面積などの様々な制約がありますが、開催の内容、開催時間などを柔軟に対応するとともに、施設の状況に応じた整備を行いつつ、市民の健康増進を図る上で積極的な有効活用が求められます。

(4) スポーツを通じた地域の活性化

少子高齢化や若年人口の流出、地域格差などによる地域コミュニティの低下あるいは崩壊が進みつつある現在にあっては、スポーツを通じた地域の活性化は、必須の取り組みであるといえます。

スポーツに関係するイベントやスポーツ教室等の開催は、運動経験のない市民に対するスポーツへの関心、孤立した生活を送る市民に対する仲間づくりへのアプローチ、地域の人々との交流機会の創出、市民間での絆の強化など、地域のコミュニティの再生に有効です。

一方、定期的な運動実践の習慣化は、肥満の改善・予防、メタボリックシンドロームやロコモティブシンドロームなどの予防あるいは進行の阻止に有効であるという多くのエビデンスが示されているとおり、市民が健康増進及び体力の改善を図り、ひいては健康寿命の延伸、さらにはQOLの向上につながるが大いに期待されます。

また、運動の実施によるストレスの解消をはじめとする心の健康を保つ上でも大きな役割を果たすことも期待されます。

以上4項目の計画の方向性や個別目標を推進することによる本計画の目標を以下のとおり掲げ、市の主要施策の1つである「健康日本一のまちづくり」を目指します。

目標：生涯スポーツ社会の実現

第3章 スポーツ振興の展開

1. 生涯スポーツ活動の普及・推進

スポーツ基本法の前文には、以下のように明記されています。

「スポーツは、心身の健全な発達、健康及び体力の保持増進、精神的な充足感の獲得、自律心その他の精神の涵(かん)養等のために個人又は集団で行われる運動競技その他の身体活動であり、今日、国民が生涯にわたり心身ともに健康で文化的な生活を営む上で不可欠のものとなっている。スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは、全ての人々の権利であり、全ての国民がその自発性の下に、各々の関心、適性等に応じて、安全かつ公正な環境の下で日常的にスポーツに親しみ、スポーツを楽しみ、又はスポーツを支える活動に参画することのできる機会が確保されなければならない。

スポーツは、次代を担う青少年の体力を向上させるとともに、他者を尊重しこれと協同する精神、公正さと規律を尊ぶ態度や克己心を培い、実践的な思考力や判断力を育む等、人格の形成に大きな影響を及ぼすものである。

また、スポーツは、人と人との交流及び地域と地域との交流を促進し、地域の一体感や活力を醸成するものであり、人間関係の希薄化等の問題を抱える地域社会の再生に寄与するものである。さらに、スポーツは、心身の健康の保持増進にも重要な役割を果たすものであり、健康で活力に満ちた長寿社会の実現に不可欠である。(スポーツ基本法 前文より抜粋)」

市においては、この基本理念にのっとり、本計画の目標達成に向け本市の特性及び状況を勘案し、子どもから高齢者、そして障がい等を有するすべての市民に対して、等しくあらゆるスポーツに参画する機会を与えることができるよう取り組みを推進していきます。

(1) スポーツ・レクリエーション活動の推進

生涯スポーツにつながるスポーツ及びレクリエーション活動は、スポーツ基本法で定められているように、市民の自主性を尊重しながら、あらゆる年代、健康・体力レベル、身体状況、興味関心に応じて、平等に参画する機会が確保されることを目指して、取り組みを進めていかなければなりません。これにより市民の健康増進、健康寿命の延伸及び地域コミュニティーの活性化が期待されます。

市民を対象に行ったアンケート調査によれば、運動やスポーツが好きかどうかという質問に対して「自分でするのも見るのも好き」「どちらかといえば自分でする方が好き」と答えた方は55.5%であり、さらに「どちらかといえば自分でするより見る方が好き」と答えた方を加えれば92.0%の方がスポーツの実施に対して肯定的でした。

その理由としては「健康の維持・増進」「年をとっても元気でいたい」「楽しみ・気分転換」「体力の改善」「運動不足を感じるから」などが多く挙げられていました。

また、今後やってみたい運動やスポーツとして、「ウォーキング」が45.4%で最も高く、「自転車・サイクリング」(20.8%)、「水泳」(17.8%)、「登山・トレッキング」(15.0%)が、上位を占めていました。

このように運動やスポーツに対して肯定的に捉えている方が大多数であり、健康や体力の維持・増進、楽しみ、運動不足対策などの理由から軽スポーツであるウォーキング、自転車・サイクリング、水泳、登山・トレッキング等に特に関心が高いことが分かりました。

アンケート結果からも分かる通り、運動やスポーツ習慣のある方の半数近くが「道路や遊歩道」「近所の広場や公園」で運動しています。また、興味のあるスポーツの内、水泳を除けば、スポーツ施設以外の自然の中で行うことが可能なスポーツであることから、今後、遊歩道や公園、広場の整備を行うことが重要だと考えられます。アンケート中、スポーツ振興策として望まれるものとしては、「地域の誰でも気軽にスポーツができる施設」が73.2%と多くを占めていました。さらに、今後整備を期待する施設として「プール」「近所の広場や公園」「トレーニング室」「ハイキングコース」「球技が実施可能な多目的広場」「サイクリングコース」の順で上位に挙げられていました。今後このような要望も参考として、市民のスポーツニーズに対応できる環境の整備を検討します。

また、障がい者のスポーツ大会への参加やスポーツ交流を促進することにより共生社会の実現を図ります。

(2) スポーツ指導者の養成・確保

健康や体力の維持・増進を目指してスポーツや運動を各個人が実践しようとする場合、年齢、健康状態、病歴・傷害歴、運動経験、現在の運動実施状況、身体的状況など極めて多くの要素に配慮した指導を行わなければなりません。また、使用可能な施設の状況や市民から求められるニーズを的確に把握し、開催教室やその内容を検討する必要もあります。

さらには個人の健康や体力及び身体的状況に応じて、運動プログラム（運動内容、運動強度、運動時間、そして実施頻度）をアドバイス・指導することのできるスキルを有する指導者が必要となってきます。

スポーツや運動で体を動かすことは、正しいやり方や適切な指導のもとで実践していけば「貴重な良薬」になりますが、逆にそれらの知識が不足しているために不適切なやり方でスポーツや運動を指導したり、実施することは、想定外の怪我や事故を誘発し、健康の増進とは逆の結果となる恐れも懸念されます。

そのため、子どもから成人、そして高齢者に至るまでの、健康や体力状況に柔軟に応じた指導スキルを有する指導者の育成・確保が今後の課題であると言えます。

また、健康増進のため、運動習慣のない市民にスポーツを経験させる、あるいは地域住民が親睦を深めることなどを目的とした、スポーツイベントの企画・運営を行う能力を有する指導者も必要となってきます。例えば、行政と地域の仲介役であるスポーツ推進委員が担う

ことなども想定されます。

こうした指導者養成に当たっては、まず、県あるいは国レベルで認知されている指導ライセンスの取得を推奨するなどの支援措置が必要と考えられます。

また、養成した指導者に対して活動の場を提供する支援も併せて必要であると考えられ、例えば活動の場としては、市が企画する健康改善のための運動指導教室や総合型地域スポーツクラブでの指導などが挙げられます。

(3) 総合型地域スポーツクラブの育成

総合型地域スポーツクラブ※1（以下「総合型CSC」という。）の「総合型」とは、1）年代や年齢の多様性、2）種目の多様性、3）技術レベルの多様性といった3つの多様性を含んでいます。別の言い方をすれば、子どもから高齢者まで（多年代）の市民が、自分の体力や技能レベルに応じて（多志向）、自分が参加したいスポーツを様々なスポーツ教室から自由に選択することができる（多種目）スポーツクラブのことです。そして何より、日常的に活動の拠点となる施設を中心に、地域の住民によって自主性・主体性をもって運営されます。さらに、質の高い指導者の存在のもとで活動が図られるスポーツクラブであり、地域の事情に応じて設立されるため、その形態も以下に示すように多種多様です。

共通していることは、スポーツ教室だけでなく、各種イベントを開催するなど、地域住民に開かれた「公益」を目指し、1）自主的な運営、2）自主財源を主とする運営、3）クラブとしての理念を共有する非営利的な組織であるということです。

※1 総合型地域スポーツクラブ：文部科学省は、スポーツ基本法を受けて、スポーツ基本計画を策定しています。その中で「市民が主体的に参画する地域のスポーツ環境を整備するため、総合型地域スポーツクラブの育成やスポーツ指導者・スポーツ施設の充実等を図る」ことを政策目標としています。

(設立の形態)

- ・ スポーツイベントの成功を契機として、参画した市民が中心となり生まれたクラブ
- ・ 学校開放の運営組織が核となり生まれたクラブ
- ・ 学校の運動部活動と地域との連携から生まれたクラブ
- ・ スポーツ少年団が核となり生まれたクラブ
- ・ 既存の地域スポーツクラブの種目を核として、多種目型に発展したクラブ
- ・ 既存の地域スポーツクラブが連合して生まれたクラブ
- ・ 公共スポーツ施設の有効活用を図る観点からスタートしたクラブ
- ・ 既存の地域スポーツ振興組織の見直しや再構築を目指してスタートしたクラブ
- ・ 地域の青少年健全育成や福祉の問題を検討する中から生まれたクラブ

- ・ 地域のスポーツ教室参加者が集まって生まれたクラブ
- ・ 大学の人的資源や物的資源を活用して生まれたクラブ
- ・ 企業チームを母体に、地域のスポーツクラブに移行したクラブ

現在、本市には総合型C S Cとして「川内さくらクラブ」及び「N P O法人トレフルスポーツクラブ」が設立され、以下に示すような活動が行われています。

【川内さくらクラブ】



- ・ 設立年度：平成17年2月
- ・ 設置重点目標：「生きがいづくり」「青少年の健全育成」「競技力向上」
- ・ 会員数：成人 40名、子ども 7名（平成29年度）
- ・ 開催教室：10教室（平成30年度）
- ・ クラブHP：<http://www.kawauchi-sakura.jp/>

【N P O法人トレフルスポーツクラブ】



総合型地域スポーツクラブ
特定非営利活動法人
トレフルスポーツクラブ
いつでもどこでも誰とでも活動できる地域のコミュニティ

- ・ 設立年度：平成25年1月
- ・ 設置重点目標：学術・文化・芸術又はスポーツの振興を図る活動
子どもの健全育成を図る活動
まちづくりの推進を図る活動
- ・ 会員数：成人40名、子ども210名（平成29年度）
- ・ 開催教室：7教室（平成30年度）
- ・ クラブHP：<http://trefle.ehime.jp/>

アンケート結果によれば、10年前のアンケート調査とほぼ変わらず、78.7%の方が、両クラブの存在を「知らない」と答えており、認知度は低いままであり、加入している方は、わずか0.7%に留まっています。

さらに同クラブの存在を知っている・知っていないにかかわらずこのクラブへの入会について質問したところ、加入している方を除いて肯定的回答をした方は、28.6%でした。

文部科学省は、現在、総合型C S Cの普及・発展を目指しています。平成29年度の調査によれば、全国に創設済み及び創設準備中のクラブ数は、3,580クラブとなっており平成26年に3,500クラブを超えてからは、漸増している状況です。

一方、愛媛県では市町数(20)に対して、総合型C S Cが創設されている市町数(17)で除した育成率は、85.0%であり、全国平均(80.9%)を上回っています(スポーツ庁「平成29年度総合型地域スポーツクラブ育成状況調査」)。

この状況からすれば、東温市に既に2つの総合型C S Cが設立されていることは、好まし

いことであると言えるでしょう。

今後は、両クラブの知名度を上げる取組や、活動そのものを支援するために施設利用面での便宜を図ることなどで、両クラブの活性化を後押しし、地域のスポーツ団体等と連携して、市民の健康と体力の維持・増進、地域コミュニティーの活性化を目指した取組を推進していきます。

総合型C S Cの課題は、全国的に見ても、1) 指導員、クラブマネージャーの育成、2) 活動施設の確保、3) 活動資金の確保です。

まず、指導員の育成については、クラブ全体の運営を取り仕切る有能なクラブマネージャーの育成と確保が、重要な課題となります。

また、活動施設については、クラブで利用する施設は、自前で確保することは困難であるため、市有施設を利用する等の支援や協力が不可欠になります。

さらに、活動資金については、本来、受益者負担が原則であるため、クラブ会員の年会費や教室参加費を主要な資金源とすることは当然ですが、より積極的な活動を推進するためには、施設使用料や指導者への謝金などの支出が大きな負担となっていることも現実です。

今後、市民の健康や体力の増進、地域コミュニティーの活性化に向けて、これらのスポーツクラブの3つの課題を克服しつつ、クラブの運営が円滑かつ拡大することが可能となるよう、市としては使用施設の確保支援や、施設使用料等の減免、指導者育成などソフト面での後方支援が必要と思われます。

2. 競技スポーツの振興と指導体制の確立

(1) 関係団体との連携

現在、本市におけるスポーツあるいはそれに関係する団体は、表5に示すとおりです。成人が所属する各スポーツ協会の人数には大きな違いがありますが、15の団体が活動をしています。また、スポーツ少年団（いわゆる「スポ少」）も15団体あります。

スポ少は、主に小学生を対象にしたスポーツクラブであり、地域の方が指導者として運営しています。

本市に限らず、我が国の競技スポーツを年代毎に区切ると以下のように3つに区分できます。

小学校の年代 : スポーツ少年団、民間等スポーツクラブ

↓

中学・高校の年代 : 各学校の運動部、民間等スポーツクラブ

↓

それ以降の年代 : 民間等スポーツクラブ、スポーツ協会

表5. 東温市で活動するスポーツ協会及びスポーツ少年団

東温市スポーツ協会の状況 (H30. 6. 1現在)			東温市スポーツ少年団の状況 (H30. 8. 1現在)		
No	種目協会名	会員数 (人)	No	単位団名	会員数 (人)
1	ソフトボール協会	690	1	川上ソフトボール	28
2	バレーボール協会 (男・女)	70	2	川内剣道会	24
3	テニス協会	125	3	川上サッカー	26
4	ソフトテニス協会	20	4	川上バレーボール	7
5	バドミントン協会	108	5	川内JBC	10
6	サッカー協会	23	6	拝志	17
7	卓球協会	18	7	皿ヶ嶺柔道会	28
8	インディアカ協会	26	8	重信剣道	29
9	ゲートボール協会	36	9	東温Jrテニス	28
10	レクバレー協会	123	10	重信キッカーズ	30
11	ソフトバレーボール協会	52	11	糸東会・重信支部	19
12	クロッケー協会	91	12	東温ドッジボール	21
13	軟式野球協会	84	13	ドリームズ	16
14	東温市剣道会	34	14	東温ミニバス	19
15	バスケットボール協会	19	15	若葉剣道会	17
	合 計	1,519		合 計	319

一般的には、これらの年代毎の指導の連携は円滑に行われているとは言い難い状況です。今後は、一貫した指導体制の下で子どもの健やかな成長を促すとともに、無理・無駄のないスポーツスキルの獲得、過重なトレーニングによる怪我やスポーツ障害の発生の予防、スポーツ科学に基づいた論理的なトレーニングプログラムの適用、長期間にわたる過大なトレーニングによるバーンアウト（筋肉等の疲労障害）の防止等が図られなければなりません。

また、各関係団体が連携し、市における競技スポーツのレベルの向上を目指し、全国レベルの競技者やチームを育成していくために市の参画も重要となると考えられます。

(2) 一貫指導システムの整備

平成29年に策定された国の第2期スポーツ基本計画においても、高いレベルの競技選手・チームを計画的・システマチックに養成する上で、中・長期的戦略に基づいた一貫指導システムの構築は、必須要件であることが示されています。少年期（ジュニア年代）から青年期（シニア年代）に至るまで選手の身体的・精神的状況を熟知した上で、選手の発達段階に応じた最も適した指導プログラムを年代毎に作成・修正・改善していく体制づくりが望まれます。しかし、我が国の現在の主な指導システムは、ほとんどの場合、小学校、中学校、高校、

大学で指導が物理的にも時間的にも区切られているため、現体制では一貫指導システムの構築は難しい状況にあります。

一貫指導システムづくりを多くのスポーツ種目に普及させることは、現在の状況を鑑みれば、多くの課題が山積しています。その課題解決に向けたその第一歩として、市においてもいくつかの種目においてはその試行にも取り組んでいるところです。

今後においては、1) 市内指導者の更なるレベルアップ、2) 特定種目の指導スキルに長けた方、スポーツ科学的立場からトレーニングプログラム等の優れた知識を有する方、スポーツ障害を予防する上で選手の体と体調の管理のスキルを有する方、スポーツ栄養学の知識を有する方等の外部指導者の獲得、3) 各年代の指導者（学校及び各競技団体）を含めた連携体制構築の検討、4) チーム間の協力体制の構築、5) 長期的な展望に立った指導計画の立案などが第一段階となります。

また、スキルだけでなく、体力向上、障害予防・治療・復帰、栄養面でサポートする各分野の専門家の参画も併せて望まれます。

さらに、ジュニア年代に対しては、人材発掘及び適性の高いスポーツ種目への進路変更などの助言も重要な対策になることから、現在愛媛県で実施している「えひめ愛顔のジュニアアスリート発掘事業」と連携する、あるいはモデル事業を導入する検討も必要だと思われます。そしてこのように競技力向上のモデル化の実現状況を勘案した上で、各種スポーツ種目における一環指導システムの取り組みを検討する必要があります。

このように、市において特定種目の強化に取り組むことは、地域を活性化する起爆剤の一つになることも期待されます。その理由として、1) 当該種目の競技者やチームが、全国大会あるいは国際大会で優秀な成績を収め、海外での大会等で活躍することになれば、地域を挙げて応援する気運が高まること、2) コミュニティーの活性化にも繋がること、3) 第二、第三の優れた選手の輩出も期待されること、4) 市民を挙げてスポーツを「する」「観る」「応援する」「支える」といった環境が醸成され、東温市民による総スポーツ・健康社会の創出の実現に向けた重要な契機になり得ることが期待されます。

(3) ハイレベル技術に触れる機会の充実

2017年に開催された「えひめ国体・えひめ大会」においては、高いレベルの試合やゲームを「観戦する」「応援する」「支える」といった貴重な経験を得ることができました。これは、前述した一貫指導システムの整備と相まって、地域に住む選手達の極めて良い刺激になったものと思われます。全国レベルの大会やプロチームのゲームの開催や、ハイレベルの選手やチームの合宿などを誘致することは、「観る」「応援する」「支える」「参加・体験する」という要素を含むことから、地域のスポーツに対する意識の高まりや地元選手のモチベーションとスキルの向上及び地域の活性化にも繋がることが期待されます。

アンケート結果にもあるとおり、スポーツを観ることに肯定的な回答者は、20～30歳代

で 62.4%、40～50 歳代で 64.2%、60～70 歳代で 79.4%であり、ハイレベルなゲームなどであれば、関心を持って触れる方々が多く存在していました。

しかし、一方でスポーツ振興策として「全国レベルの競技会を開催する」ことを希望する方の数は多くはなく、3つの年代を通じて 5.8%に留まっていました。

また、全国的なスポーツ大会やイベントを誘致し、開催した方が良いかどうかという質問に対しても肯定的回答は、20～30 歳代で 30.0%、40～50 歳代で 36.7%、60～70 歳代で 27.8%に留まり、否定的回答は、肯定的回答に比べてさらに少なくなっています。圧倒的に多かったのは、「どちらともいえない」と答えた方であり、3つの年代において 43～49%の範囲にあり、このような大会の開催には、関心が低いことが分かります。

さらに本市が全国的なスポーツ大会やイベントを誘致した場合、ボランティアとして参加することに「そう思う」「だいたいそう思う」という肯定的回答をした年代は、いずれも 20%前後であり、逆に否定的回答をした年代は、48%前後と高い結果でした。

このように高いレベルの大会等を誘致することに対する期待や大会等を「支える」という観点からすれば、現時点では関心が高まっているとは言えない状況にあります。

市としては、こうした市民ニーズも十分に踏まえた上で、市民理解への取り組みや、市民へ負担をかけないような大会誘致の検討が必要と思われます。

3. スポーツ施設の有効活用

(1) 施設・設備の効率的な運営

本市が保有・管理する主なスポーツ施設は、以下のとおりです。

【屋内施設】

- ・ ツインドーム重信：アリーナ (1,619 m² (バスケットボール 2 面分))、アスレチックジム、多目的ルーム
- ・ 農林業者トレーニングセンター：アリーナ (1,032 m²)、卓球場、剣道場
- ・ 川内体育センター：大競技場 (928 m²)、小競技場 (386 m²)
- ・ ふるさと交流館：温水プール、トレーニングルーム

【屋外施設】

- ・ 重信川緑地公園：多目的グラウンド、テニスコート 4 面
- ・ 重信川かすみの森公園：多目的グラウンド (18,580 m²)
- ・ 川内運動場：多目的グラウンド (9,244 m²)
- ・ 東温市総合公園：多目的グラウンド (11,600 m²)、テニスコート 6 面



平成 29 年度における各施設の利用者数は、以下の表 6 に示すとおりです。ツインドーム重信のアリーナの利用者数が最も多く、年末年始のみ休館であるため、平均すれば 100 名を若干下回り、他の施設においても 1 日当たりの利用者数は 100 名以下になります。今回の

アンケート結果からも、当該施設の更なる活用に取り組む必要があります。

さらに、市内のスポーツ施設を1週間に1～2回以上（3回以上を含む）利用したのは、8.5%であり、月に1～2回と回答した方も含めても12.5%に留まっていました。

このことから市が管理するスポーツ施設のより一層の利用促進に取り組む必要があります。一例として、特に昼間の時間帯の利用促進や、利用料金体系の検討の必要もあると考えられます。

今後、各施設の一層の有効活用を図る上でも、これらの施設においてスポーツ指導やイベントの開催・運営が可能な経験と技量を有する指導スタッフを確保すること等を検討する必要があります。こうした取組を進めることで、施設の有効活用を図り、様々な年代を対象にした積極的なイベントやスポーツ教室等の開催をするようなソフト面での対応を図っていきたいと考えます。

表6. 東温市が管理する屋内・外スポーツ施設利用者（H29）

【屋内施設】

施設名	区分	利用者数（人）
ツインドーム重信	アリーナ	35,188
	卓球	7,978
	ジム	15,615
	多目的ルーム	8,090
農林業者トレーニングセンター	アリーナ	34,701
	卓球場	9,615
	剣道場	6,693
川内体育センター	大競技場	27,900
	小競技場（卓球）	1,340
ふるさと交流館	温水プール・トレーニングルーム※	1,069

※ 温水プール・トレーニングルームの利用者数はプール使用型運動指導事業（長寿介護課）の利用者数としています。

【屋外施設】

施設名	区分	利用者数（人）
重信川緑地公園	多目的広場	15,175
	庭球場	9,561
かすみの森公園	多目的広場	9,489
川内運動場	多目的運動場	5,349
東温市総合公園	多目的広場	15,922
	庭球場	20,383

スポーツ施設利用者が少ない実態は既に述べましたが、一部過密利用となっている体育館もあり、利用者が特定の利用者・団体に偏りがちな傾向も見受けられます。このような中で、

利用経験のない方に対して、スポーツ施設を身近に感じ利用促進に繋がるようなウェブページや公共施設予約システムの充実を図る必要があります。

さらに、松山圏域の利用情報・予約状況を検索できるシステム構築を検討し、体育施設の予約など市民の誰もがアクセスが容易なインターネットを通じた使用状況に関する情報提供を積極的に行うことが重要であると考えます。これらにより、施設利用の少ない空き時間の活用やより多くの施設をより多くの市民が有効に活用できるよう促進していきます。

さらに、総合型C S Cや市民スポーツサークル、スポーツ関係団体との連携を図り、積極的なスポーツイベントや教室を開催することで、施設の有効活用に努めていく必要があります。

(2) 学校体育施設の開放

スポーツ施設は、学校体育施設と社会体育施設に大別することができます。我が国では、全スポーツ施設に占める学校体育施設の割合は、70%以上を占め、これに社会体育施設を加えると90%を超えています。市民一人あたりの施設数は、全国的に見れば人口規模の小さい市町村の方が多く、多様なスポーツ施設が設置されているという報告がなされています。

一方で、今回のアンケート結果によれば、この1年間で学校の体育施設を使用したと回答した方は、10.6%に留まっています。従って、いかに学校の体育施設の有効活用をしていくかが大きな課題と言えます。

表7は、東温市の学校体育施設における夜間開放を行っている施設名及び平成29年度の利用者数を示しています。市内には小学校7校、中学校2校があり、ほぼ全ての学校で体育館と運動場が夜間開放されていますが、昨年度1年間の各学校の利用者数は、いずれも少なく、今後の更なる有効活用が必要と考えられます。

学校体育施設の利用促進については、予約管理システムの活用を更に進める等の工夫により実現可能と思われます。



ツインドーム (ジム)



トレーニングセンター



川内体育センター



ふるさと交流館プール



緑地公園テニスマ



かすみの森公園 (ソフトボール)



川内運動場



総合公園多目的広場

表7. 東温市学校体育施設 夜間解放施設及び利用者数 (H29)

【屋内施設】

小学校体育館（7校）

	定期利用団体数	利用人数
北吉井小学校	11	8,467
南吉井小学校	14	14,265
拝志小学校	12	7,057
上林小学校	4	3,102
川上小学校	13	5,815
東谷小学校	2	595
西谷小学校	3	1,415
合計	59	40,716

【屋外施設】

小学校運動場（6校）

	定期利用団体数	利用人数
北吉井小学校	2	25,378
南吉井小学校	2	28,990
拝志小学校	2	12,908
川上小学校	2	4,083
東谷小学校	0	200
西谷小学校	0	160
合計	8	71,719

中学校体育館・武道場（1校）

	定期利用団体数	利用人数
川内中学校体育館	8	3,595
川内中学校武道場	2	2,687
合計	10	6,282

中学校野球場（1校）

	定期利用団体数	利用人数
重信中学校野球場	2	19,099
川内中学校運動場	1	1,344
合計	3	20,443

また、学校施設を活用するメリットの1つとして、各学校は市内各所に配置されているため、各地域の市民にとってアクセスが容易であるという点が挙げられます。さらに自家用車の駐車スペースも学校内のスペースを利用することで特に問題は生じていません。

今後さらに、学校施設を有効活用することで、ナイター施設や屋内施設を新規に建設するなど、施設の新設に比べてコストを抑えることができ、また公共施設の有効利用という観点からも大いにメリットがあります。

このように、各地域に存在するスポーツ施設を有効活用すること、適切なスポーツ指導を行うスキルを有する指導者を養成することにより、一貫指導システムの構築及び総合型CSCの更なる普及が期待できると考えられます。

4. スポーツを通じた地域の活性化

スポーツを通じた地域の活性化を推進する上では、2つの方向性が想定されます。

1つは、今回のアンケート結果からは、市民意識が高まっているとは言えない状況にあるとはいえ、「えひめ国体・えひめ大会」を契機として、今後も市内での県レベル、全国レベル、あるいはそれ以上の大会やイベントを誘致することが望ましいと考えます。また、県下の他の自治体で取り組んでいるような大学や社会人レベルの合宿を誘致することも地域活性化策として有効といえます。

2つは、市民の多くが参加できる・参加しやすいスポーツイベントを年間複数回開催する

ことで、スポーツを通じた地域コミュニティの維持・再構築を実現することができると思われま

す。なお、それぞれに関する取組については、以下のとおりです。

(1) スポーツ大会・合宿誘致等によるスポーツ交流の促進

本市の屋内施設として最大の施設は、ツインドーム重信ですが、複数のコートが必要とするスポーツ大会を開催するにはスペース上、困難な状況にあります。一方で、本市は、中程度の標高の山や川等の豊かな自然に恵まれており、トレイルランやサイクリング・マウンテンバイク等の大会を誘致することが可能だと思われま

す。県は、瀬戸内しまなみ海道・国際サイクリング大会を開催する一方、全国のサイクリストに対するサービスを支援することで「サイクルスポーツの聖地化」を目指しています。こうした県の施策を活用し、本市においてもサイクルスポーツ等の振興に取り組むことも検討可能であると考えま

す。また、本市に隣接する市町で開催されているイベント等と連携することで、スポーツ立県を目指す施策にも合致することから、今後は積極的な検討を行っていきま

す。さらに本市は、豊かな自然に恵まれているとともに、交通アクセスの利便性の良さが大きなメリットであると言えます。このような地の利を生かし、県内の自治体で行われている大学あるいは社会人レベルのスポーツチームの合宿を誘致することにより、経済的なメリットだけでなく、高いレベルのスポーツスキルに触れることで、将来の優れたスポーツ選手を目指す児童・生徒及び社会人に対して極めて良い刺激になります。

また、市民もこれらのチームや選手と触れ合い、支援を行うことを通じて、おのずとスポーツの距離が近くなり、スポーツに参加する機運が高まることも期待され、市民同士の絆も深まり、地域コミュニティの活性化及びひいては市民の健康寿命の延伸・QOLの改善にも繋がることを期待されま

(2) スポーツを通じたまちづくりの推進

スポーツの持つ「力」は、健康や体力の維持・増進だけでなく、人と人との絆を作る、強くするという機能を有しており、初対面の人達であっても共に体を動かすことで両者の距離感が縮まり、仲間づくりを図ることが容易となります。また、これまでも自然災害等を受けた地域住民に対して、スポーツを通じた支援が有意義であることも知られています。さらに運動習慣の形成が、あらゆる年代において重要であることも様々な研究報告などで明らかにされています。

今後は超高齢化社会に向かう我が国にとって、運動の習慣化や積極的な生活活動の実践は、日常生活動作能力(Activities of Daily Living：ADL)の維持・改善や健康寿命の延伸に繋がること、そしてひいてはQOLの維持・改善も導かれると考えられます。

市のホームページ上 ([トップ](#)>[くらしの便利帳](#)>[くらしの便利帳 \(テーマ別\)](#) >[文化・教養・スポーツ](#)>[スポーツイベント](#)) で掲載されているスポーツイベントとして市民を対象にして現在行わ

れているスポーツ大会（生涯学習課所管）としては、以下の大会等があります。

- ・東温市民バレーボール大会
- ・東温市民ソフトボール大会
- ・東温市民大運動会
- ・東温市民健康マラソン大会
- ・東温市駅伝大会

例えば、東温市民ソフトボール大会（H30）では、地区毎に 29 チームが出場しています。また、東温市民バレーボール大会（H29）でも地区毎に男子の部（18 チーム出場）とレクリエーションの部（44 チーム出場）で開催されています。

さらには、上記のスポーツイベントを含め、長寿介護課及び健康推進課においても表 8 に示すようなスポーツや健康に関するイベント、大会、教室等が開催されています。

各年代を限定した教室・相談や子どもから高齢者を広く対象にした大会等が毎年用意されています。

市民を対象にしたスポーツや健康づくりを通じたまちづくりのイベントでは、今後も地区、家族・友人、職場など、様々な単位・グループでの参加が可能となるよう、大会の開催方法を検討していきます。市民全体が、より一体となって「参加する」「応援する」「支える」ことができる工夫を行うことで市民の絆が深まり、また、このようなスポーツ大会を通じてコミュニティの活性化を図ることで、郷土愛が高まるとともに、健康日本一のまちづくりを進めていきます。



表8. 東温市が開催するスポーツや健康に関するイベント、大会、教室等

市所管	名 称	参加人数	開 催 場 所	開 催 時 期	備 考
長寿介護課	東温市老人クラブ大運動会	780	ツインドーム重信	10月	老人クラブ連合会
	スポーツ大会	35~250	広町ふれあい広場、 中央公民館、 ツインドーム重信	4月~3月 (毎月)	"
生涯学習課	こどもスポーツ大会	300	小学校、ツインドーム重信	7月	PTA連合会
	バレーボール大会	800	市内体育館	7月	中央公民館
	ソフトボール大会	500	総合公園、 かすみの森公園、 重信中学校	9月	"
	市民大運動会	4,500	総合公園	10月	"
	こどもボート体験教室	15	佐古ダム	8月	"
	マラソン大会	250	総合公園	2月	"
	3世代交流クローケー大会	130	広町ふれあい広場	11月	"
	3世代なかよし運動会	130	川内公民館	1月	婦人会
	駅伝大会	600	茶堂公園周辺	1月	スポーツ協会、少年団
健康推進課	ソフトボールフェスティバル	500	総合公園、 かすみの森公園、 東温高校	2月	実行委員会
	いきいき健康講座	400	中央公民館	4回	生活習慣病予防等に関する講座
	糖尿病予防教室	実人数 20	中央公民館	6回	糖尿病予備群を対象に講義や実技等を行う教室
	筋力アップ教室	実人数 50	中央公民館	10回	生活習慣病予防及びフレイル予防のため運動の実技等を行う教室
	地区健康教室	200	地区集会所、中央公民館ほか	4月~2月	生活習慣病予防に関する教室
	健診後事後相談(診察相談日)	1,950	中央公民館ほか	7月~12月	健診結果に基づく保健指導
	健康フォーラム	300	中央公民館	11月	地域全体で市民の健康を支えるためのイベント(医師会等と共催して実施)
オリジナル体操「TOONサーキットトレーニング」普及	各20	中央公民館ほか	随時	生活習慣病予防及びフレイル予防のためオリジナル体操を普及啓発	



第4章 今後に向けて

1. 推進体制

本計画に掲げる施策を総合的・効果的に推進していくため、東温市と愛媛県、東温市スポーツ協会、東温市スポーツ少年団、市内小中学校、総合型CSC、市内スポーツ関係諸団体、地域団体、民間事業者（施設の指定管理者、市内の民間スポーツジム）など、市民、行政及び各関係機関が、お互いの活動や特性を理解し尊重し合いながら連携を密にして互いに協力できる体制整備に努めます。

昨今のスポーツ振興は、市民が主体的に推進する“ボトムアップ”型の事業展開が望まれており、市民自らの手により、スポーツを通じて豊かで活力に満ちた社会づくりが実現される傾向にあります。アンケート結果からもわかるとおり、本市の状況からすると行政が地域の特性や現場のニーズに応じたスポーツ振興の課題解決の施策を主体的に実施することも必要だと考えられます。

