

## 「市民スポーツ振興のあり方について～子どもと成人の体力向上と生涯スポーツ社会の実現に向けて」(提言)まとまる!



「スポーツ」は、体を動かしたりコミュニケーションをとったりすることで、活力に満ちた社会の形成や個人の心身の健全な発達に必要な不可欠なものです。また、観戦することを通して人生をより豊かにし、青少年の健全育成に貢献することができます。昨年9月に北京で開催された「北京パラリンピック」に出場した本市在住の小山恭輔(おやまきょうすけ)さんが水泳で銀メダルを受賞されたことは、私たちにも大きな感動を与えてくれました。さて、社会教育委員の会議では約1年にわたり、子どもの体力低下や成人の日常的なスポーツの取り組みが二極化している傾向を踏まえ、スポーツを通じて市民生活の質的な向上と活力ある地域社会が実現できることを目指して議論を重ね、昨年8月に「市民スポーツ振興のあり方について～子どもと成人の体力向上と生涯スポーツ社会の実現に向けて(提言)」をまとめられました。今号ではその概要をお知らせします。詳しくは生涯学習課 ☎470・7784へ。

### 市民スポーツ活動の現状

〔子どもの体力低下〕  
近年、子どもの体力低下が問題となっています。文部科学省によると、昭和60年ごろから、子どもの走る力や投げる力および握力などが、すべての年代で長期的に低下していることが指摘されています。本市が平成18年に市立小・中学校の児童・生徒を対象に調査した結果では、身長・体重などの体位は国や東京都とほぼ同じですが、50m走や握力等の運動能力では全種目で国や東京都を下回る結果となりました。また、偏った食事や睡眠不足など、子どもの生活習慣の乱れも体力低下や肥満の増加、意欲・集中力・根気の低下、ストレスへの適応能力の低下などを引き起こすことが報告されています。

〔成人のスポーツ活動〕  
市のアンケート調査(満20歳以上の市民からの有効回答数828)によると、成人がスポーツを行っている頻度は、「週1回程度」と「ほぼ毎日」を合わせた約6割が週1回以上取り組んでいます。しかし、「ほと

んど行っていない」「年に数回程度」を合わせた月1回未満の取り組みが約3割を占めており、スポーツへの取り組みは二極化しています。取り組みの理由は、「時間が無い」「きっかけや機会がない」「一緒にやる仲間がいない」「嫌い・興味が無い」「苦手・下手」等が挙げられます。

〔市民スポーツ施設および組織の現状〕  
○施設の老朽化と施設不足の問題  
市のスポーツ施設には平成18年度から指定管理者による管理運営に移行したスポーツセンターのほか、テニスコート・野球場・運動広場・ゲートボール場や小・中学校校庭および体育館等があります。施設が老朽化の著しい施設が多く、土地を借用して設置している施設が多いことなどが挙げられます。

○子どもと成人のスポーツ組織の問題  
子どものスポーツ団体および市民スポーツ活動の中核組織である体育協会では、役員や指導者が固定化・高齢化してきているほか、会員の減少や新規会員の伸び悩み等によって組織経営が困難になっている団体もあります。

### 市民スポーツ振興の基本方針


〔子どもの体力向上に向けて〕  
○必要な運動能力の習得  
子どもには、必要な時期に必要な身のこなしなどの運動能力を身に付けさせることが基本です。幼児期から家庭や地域の中で、単一種目にこだわらず、複数種目を経験させることによっても習得されます。

○「人材」の確保や関係機関との連携など  
子どもに安全に充実したスポーツを行わせるには、その活動を支援する人材や体制が重要です。さらに、スポーツ活動を実践してきた子どもが、将来、地域で子どもを支援する担い手となるようなサイクルの構築も期待されています。また、運動能力習得や体力向上のためには家庭や学校、地域、行政が役割に応じた対応を図り、相互に連携してスポーツ活動を奨励していく必要があります。

〔成人のスポーツ振興に向けて〕  
○スポーツ情報の提供・収集  
スポーツには、健康・体力づくり、子どもの健全育成・居場所づくり、高齢者の生きがいづくり、介護予防や生活習慣病対策など、さまざまな役割が期待されています。利用者のニーズを継続的に把握し、常にスポーツ環境を改善していくために役立つシステムづくりが重要です。

○参加型・観戦型スポーツの充実

祝  
50mバタフライで31秒01  
小山恭輔さん、  
パラリンピックで  
銀メダルを受賞!



昨年の北京パラリンピック競泳4種目に出場した小山恭輔さん(おやまきょうすけ、神宝町在住、当時20歳)が50mバタフライで、見事、「銀メダル」を獲得しました。

まずは、予選を自己記録の33秒91を縮めるタイムで通過。同日の夕方に開催された決勝では、さらに縮める31秒01で泳いだの銀メダル獲得です。他の3種目(いずれも自由形)でも5位、7位、7位とすべて入賞でした。

帰国した小山さんの談話です。「悔いの残る試合は一つもありませんでした。メダル獲得は自分だけの力ではなく、多くの方の応援があったからです。会場や選手村を自分の目で見、世界の仲間と交流をもち、貴重な体験ができました。この経験を無駄にしないようにしたいと思います」。市民の皆さんや多くの子ども達に夢を与えてくれたアスリートの小山さんへ、ますますの応援をお願いします。

▲写真は市民プラザで受賞報告をする小山さん。手には銀メダルが輝きます。

成人のスポーツ活動の実施率や満足度を向上させるためには、だれもがいつでも参加でき、個人のニーズに応じたプログラムの提供が重要です。また、スポーツは「する」ばかりを推奨するのではなく、「観る」「支える」の視点からもスポーツ活動を幅広くとらえることも必要です。

○スポーツ団体・クラブの育成  
だれもがいつでも気軽にスポーツを実践するために、ニーズやライフステージに応じたスポーツライフを享受できるスポーツ団体やクラブの育成が重要です。同時に、運動意欲を高めるには、ストレスと感じてしまうほどの大きな組織に入らず、少人数で行うことも奨励すべきです。

○スポーツ施設の確保・充実  
スポーツ施設をより多く利用してもらうには、スポーツセンターなどの公共施設、スポーツ施設の利便性を高め、効果的・効率的な管理運営を行うっていくことが必要です。また、スポーツにふれる機会を増やすには民間施設の利用促進や、スポーツができる可能性のある施設も有効活用する工夫が大切です。なお、スポーツ施設を良好な状態に長期間維持するために施設の改修を計画的に行うほか、施設利用者による適正な受益者負担を確保することも重要です。

子どもの体力向上の具体例  
○遊びを取入れられた体力づくり  
子どもの体力低下の要因の一つは、運動や外遊びによる活動量の減少です。外でさまざまな遊びをすることで、いろいろな動きを体験することが必要です。

た、外遊びは仲間づくりなどの社会性やコミュニケーション能力、遊びを工夫する創造性をはぐくむことができます。「子どもの発達には遊びが不可欠である」という観点から、遊びを取り入れた体力づくりを努めていく必要があります。

○望ましい生活習慣や食生活を身につけさせる  
子どもの体力低下の要因の一つには、生活習慣が挙げられます。食事や睡眠も含めた生活習慣には家庭や学校、地域や社会の問題が複雑に絡んでいるため、それぞれの立場でできることから実践することが求められています。健全な食生活を目指し「早寝早起き朝ごはん」運動の展開など、さらに充実した食育推進の取り組みが求められます。

○運動がらみにさせない施策  
幼児や小学生の時期に体力(2面に続く)