

第2期
柏市スポーツ推進計画
(中間見直し延長版)

<素案>

柏 市

はじめに

柏市では、社会的な役割が増していくスポーツのさらなる推進を図るため、国や県のスポーツ基本計画を参考に、地域事情に即した10年間の基本計画として、平成28年4月に第2期柏市スポーツ推進計画を策定し、令和3年に計画の進捗状況や社会情勢の変化等を踏まえた中間見直し版として改訂を行いました。本来であれば第3期スポーツ推進計画の策定期間ではありますが、国の策定した「第3期スポーツ基本計画」が令和8年に終期を迎えるため、令和9年に新たな方向性が示される可能性があります。それらの最新の情報を反映させるため、2年間の中間見直し延長版として改訂を行いました。

令和2年初頭から続いた新型コロナウイルスは令和5年5月から5類感染症へと移行し、スポーツの分野においてもあらゆる制限が解除され、以前と変わらぬ状態に戻ってきていると実感しております。

こうした中で中間見直し延長版では、新たに新型コロナウイルスの5類感染症の移行に伴うスポーツ施設の利用率の変動や、昨今の猛暑に伴うスポーツ施設の熱中症対策に向けた新たな取り組み、高齢者のフレイル予防の取り組みについて追加いたしました。

また、これまでと同様に、すべての世代がそれぞれのライフスタイルに応じて、スポーツ習慣を身につけ、継続的にスポーツに親しむことができる「生涯スポーツ社会の実現」を目指し、市民がスポーツ活動に主体的に取り組むことのできる環境づくりを継続的に進めてまいります。

結びに、本計画の策定にあたり、ご尽力いただいた柏市スポーツ推進審議会委員の皆様に対し、深く感謝申し上げますとともに、今後の計画の評価や検証、スポーツ推進の方策に関する調査審議など、一層のご支援とご協力を心からお願い申し上げます。

令和8年4月

柏市長 太田和美

目 次

計画の構成	1
第1章 計画の概要	
(1) スポーツの定義	2
(2) 計画策定の趣旨	3
(3) 計画の位置づけ	4
(4) 計画の期間	5
第2章 計画の基本的な考え方	
(1) 柏市のスポーツを取り巻く現状と課題	6
(2) 柏市の地域特性	18
(3) 計画の基本理念と基本目標	20
第3章 計画の取り組み	
(1) 多様な参加ができる「する」スポーツの充実	26
(2) 魅力ある「みる」スポーツの充実	30
(3) 感動を分かち合う「ささえる」スポーツの充実	32
(4) 気軽に利用できる「場所」の充実	34
(5) スポーツを楽しむきっかけとなる「情報」の充実	36
第4章 重点的な取り組み	
(1) 重点的な取り組みのねらい	37
(2) 取り組み内容	37

【計画の構成】

第1章 計画の概要

- (1) スポーツの定義
- (2) 計画策定の趣旨
- (3) 計画の位置付け
- (4) 計画の期間



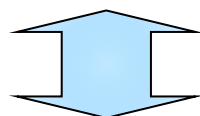
第2章 計画の基本的な考え方

- (1) 柏市のスポーツを取り巻く現状と課題
- (2) 柏市の地域特性
- (3) 計画の基本理念と基本目標



第3章 計画の取り組み

- (1) 多様な参加ができる「する」スポーツの充実
- (2) 魅力ある「みる」スポーツの充実
- (3) 感動を分かち合う「ささえる」スポーツの充実
- (4) 気軽に利用できる「場所」の充実
- (5) スポーツを楽しむきっかけとなる「情報」の充実



第4章 重点的な取り組み

- (1) 重点的な取り組みのねらい
- (2) 取り組み内容

(1) スポーツの定義

スポーツとは、スポーツ基本法では「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」と定められています。

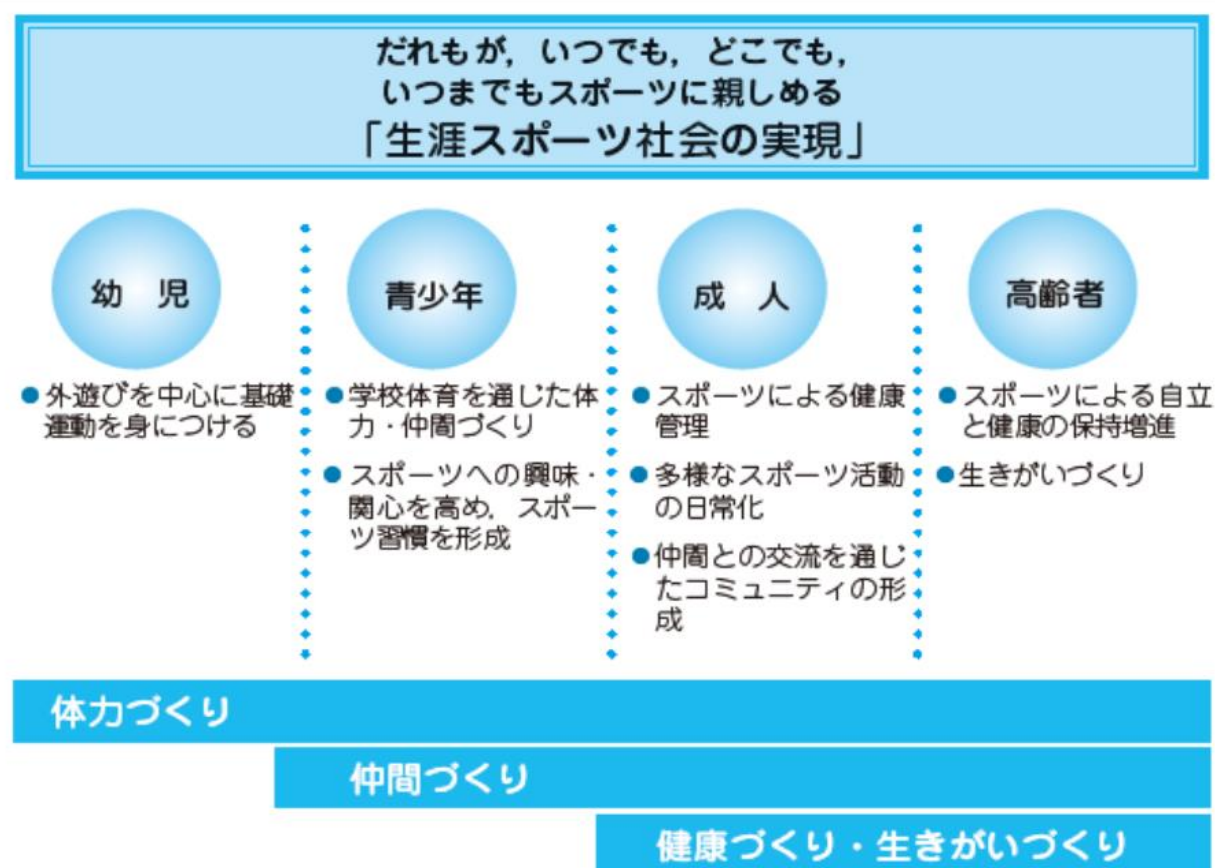
この考え方を踏まえ、本計画では、競技スポーツはもちろん、体力づくり、健康維持・増進のために、計画的・意図的に実施する運動を「スポーツ」と捉えることとします。

また、趣味や交流のため気軽に身体を動かすこと、散歩やラジオ体操、サイクリング、レクリエーション活動をはじめ、運動不足解消のために日常の生活や仕事・家事の合間に行う簡単な運動も「スポーツ」の定義に含むものとします。

このように、「スポーツ」という概念や活動を広く定義づけ、市民のだれもが親しめる生涯スポーツを推進していきます。

なお、近年では、eスポーツやマインドスポーツといった大きな身体活動を伴わない競技も「スポーツ」として捉える動きがあります。しかしながら、現時点では具体的施策として展開することが難しいことから、今回の改訂では定義としては含めませんが、現状や課題の把握、その有効性について情報収集など調査、研究を進めていきます。

図表 1-1 生涯スポーツ社会のイメージ



(2) 計画改定の趣旨

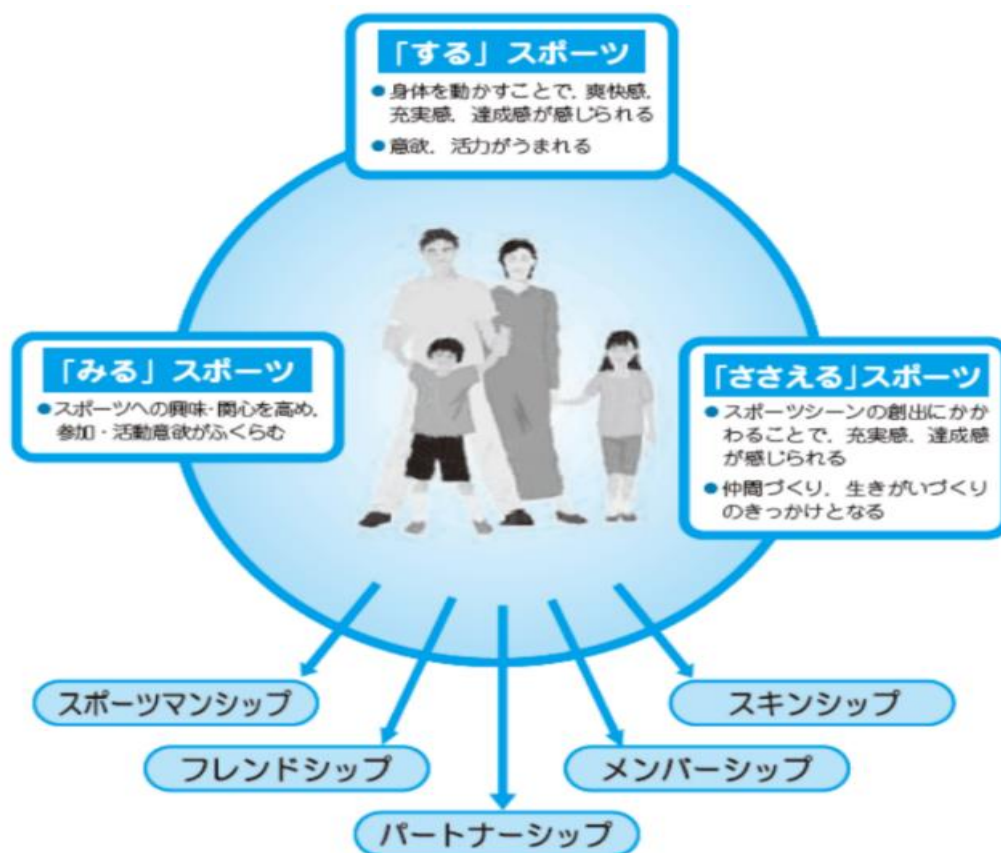
少子・高齢化社会が進行する中、健康でいつまでもいきいきと暮らしていくために、スポーツの果たす役割・意義がますます重要になっています。

「する」「みる」「ささえる」といったスポーツへのかかわり方の多様性は、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を可能にしていくものと考えられ、スポーツを総合的かつ計画的に推進していくことは、たいへん大きな意義があります。

令和2年からパンデミックを起こした新型コロナウイルスにより、新たな生活様式の確立が求められ、スポーツ分野においてもあらゆる制限をかけられておりましたが、令和5年5月から5類感染症へと移行し、スポーツ施設での制限等は緩和されました。しかしながら、近年の猛暑の影響により、熱中症患者は年々増加しており、スポーツ施設における熱中症対策は重要な課題となっています。

また、高齢化社会が進む今、本市では高齢者のフレイル[※]予防の取り組みも進めております。このことから、本市では、市民が充実した生活を送り、生涯にわたってスポーツを親しむことができる「生涯スポーツ社会の実現」に向けた施策を計画的に進めていくために策定した「第2期柏市スポーツ推進計画（中間見直し版）」に加え、令和9年以降に示される国の最新の情報を反映させるため、今回「2年間の延長版」に改訂します。

図表 1-2 スポーツのかかわり方 イメージ



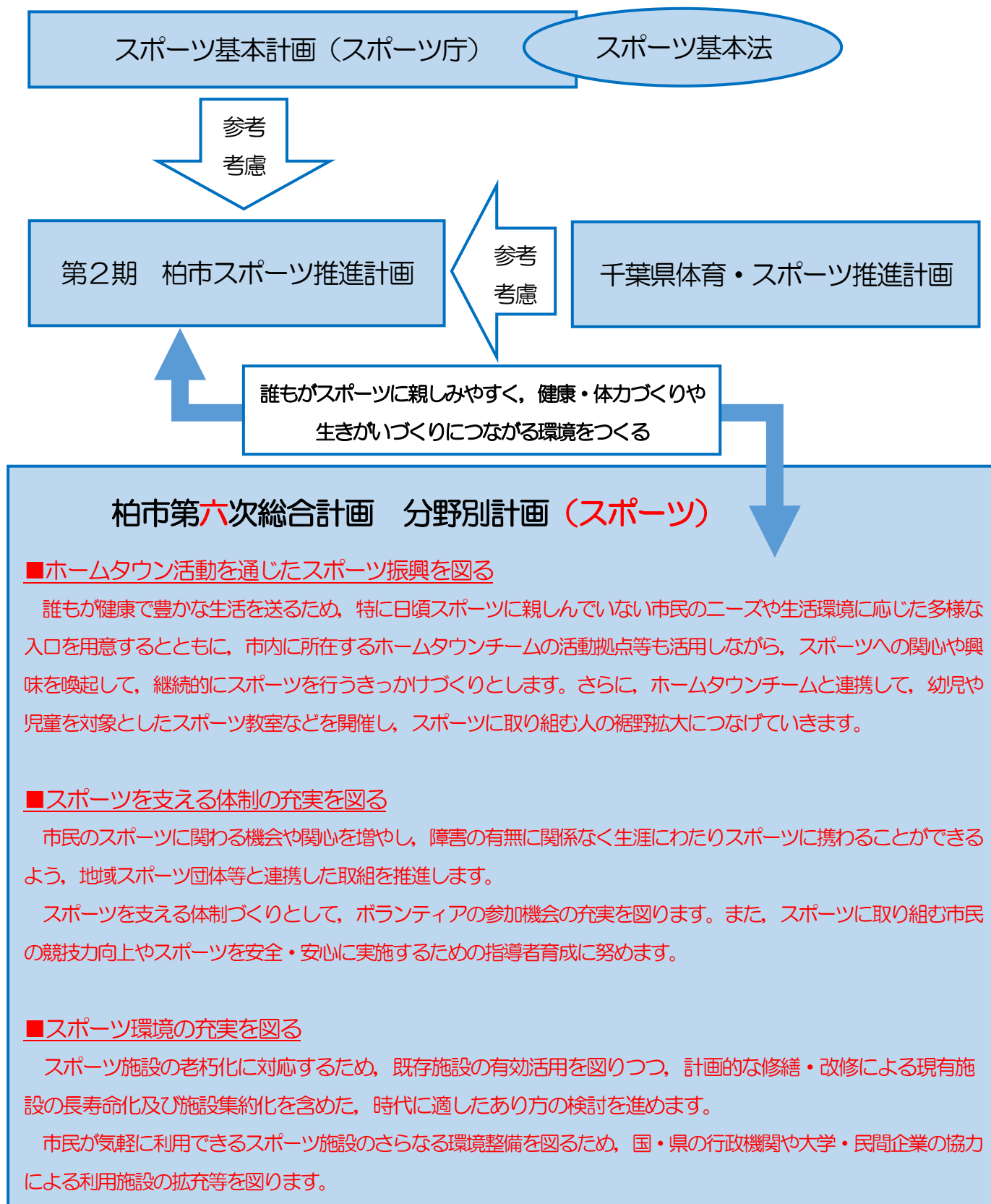
※フレイル

加齢に伴い生活機能や予備能力が低下し、健康状態に対する脆弱性が増した状態を指す。健康な状態と要介護状態になる前の中間の段階を示す言葉として使われている。

(3) 計画の位置付け

本計画は、平成 23 年 6 月に制定された「スポーツ基本法」に基づき、柏市独自の計画として策定したものです。また、「千葉県体育・スポーツ推進計画」を参酌し、「柏市第**六**次総合計画」に示されたスポーツ分野等の施策をより具体化するためのものです。

図表 1-3 計画の位置付け イメージ



(4) 計画の期間

平成 19 年 3 月に「柏市スポーツ振興計画」を策定し、平成 27 年度までの計画期間中の中間点となる平成 23 年度に見直しを行い、名称を「柏市スポーツ推進計画」に改めました。

「柏市スポーツ推進計画」の2期目となる本計画の期間は、平成 28 年度（2016 年度）から令和 7 年度（2025 年度）までの 10 年間としています。なお、計画の中間年次にあたる令和 2 年度（2020 年度）に、計画の進捗状況や社会情勢の変化等を踏まえ、中間見直し版として一部改訂を行いました^が、国が策定する「スポーツ基本計画」の内容を反映するため、柏市スポーツ推進審議会から承認をいただき、2年間の延長版として改訂しました。

図表 1-4 計画策定のサイクル

柏市

和暦（年）	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13	R14
西暦（年）	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031	2032
計画期間	第2期計画 中間見直し					計画延長 改正作業		次期計画 策定作業	第3期 計画				

国

和暦（年）	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13
西暦（年）	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031
計画期間	第2期 計画		第3期 計画				第4期 計画					

第2章

計画の基本的な考え方

(1) 柏市のスポーツを取り巻く現状と課題

市民のスポーツに関する実態を把握するため、アンケート調査を行いました。後述のデータ比較は、令和2年2月の調査とこれまでの計画策定時（平成17年、平成27年）及び計画見直し時（平成23年）に実施した調査結果を比較したものです。

また、令和2年9月には、市内小学校、中学校、高等学校に対しアンケート調査を行い、スポーツに関する意識を再調査するとともに、子どもの体力の推移について新たなデータを比較対象として記載しました。

本章では、アンケート結果を中心に各種調査等を参考に、本市のスポーツの現状を、「する」「みる」「ささえる」といったスポーツへのかかわり方について3つの視点で分析しました。また、スポーツの実践に欠かせない「場所」や「情報」についても整理しました。

図表 2-1 アンケート調査概要

対象者	20歳以上の市民	市内の小学校、 中学校、高校生	20歳以上の市民	市内の小学校、 中学校、高校生	20歳以上の市民	市内の小学校、 中学校、高校生	20歳以上の市民	市内の小学校、 中学校、高校生
抽出	住民基本台帳から無作為抽出	小学校9校中学校6校高校3校	住民基本台帳から無作為抽出	小学校9校中学校6校高校3校	住民基本台帳から無作為抽出	小学校9校中学校6校高校3校	住民基本台帳から無作為抽出	小学校12校中学校8校高校4校
発送数	1,000人	-	1,000人	-	2,000人	-	2,000人	-
回答数	396人	650人	361人	470人	771人	595人	728人	770人
回答率	39.60%	-	36.10%	-	38.60%	-	36.40%	-
実施率	33.60%	-	43.40%	-	40.10%	-	47.30%	-
方法	郵送法	学校にて実施	郵送法	学校にて実施	郵送法	学校にて実施	郵送法	学校にて実施
時期	平成18年7月	平成18年7月	平成23年2月	平成23年2月	平成27年2月	平成27年4月	令和2年2月	令和2年9月

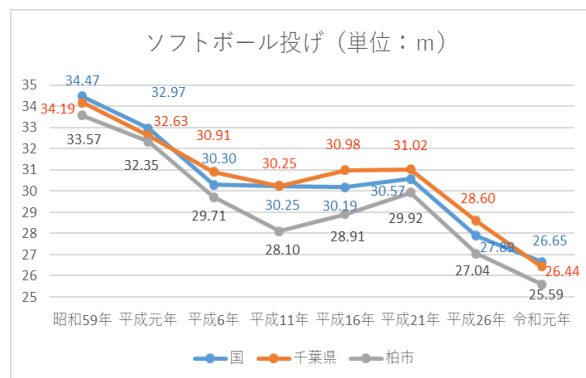
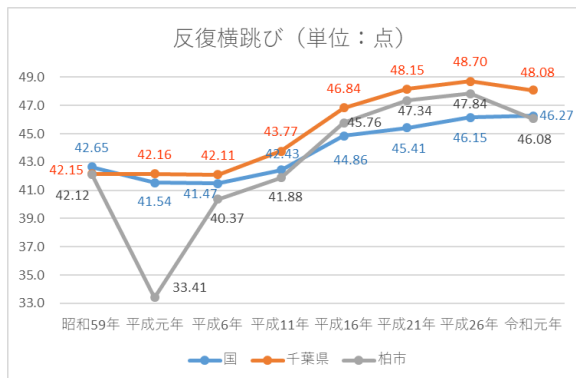
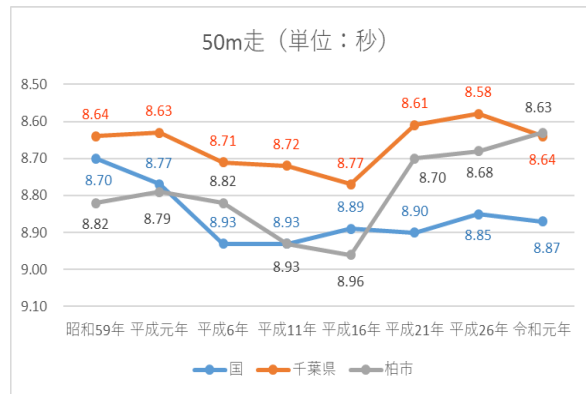
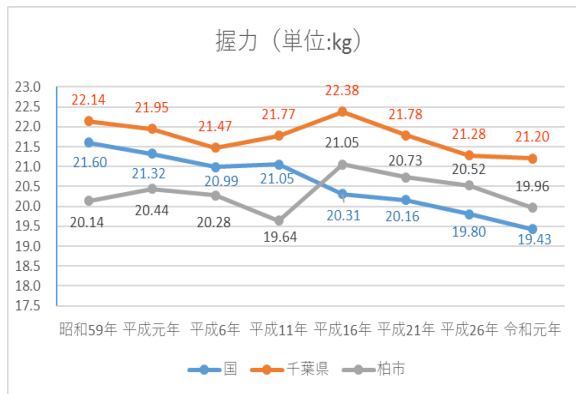
① 「する」スポーツの現状と課題

㊦ 子どものスポーツ

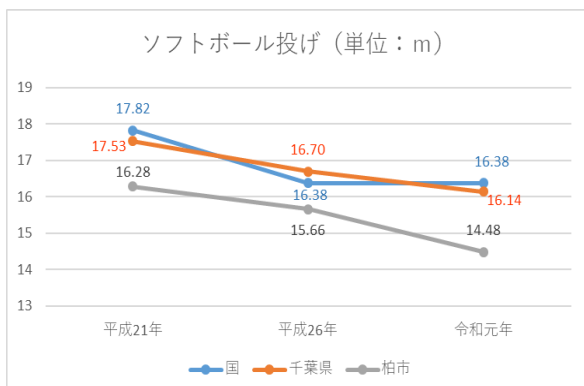
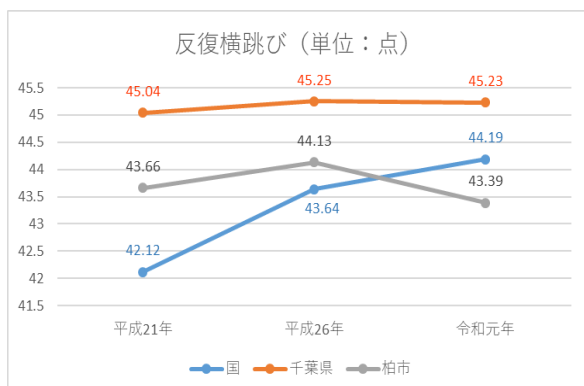
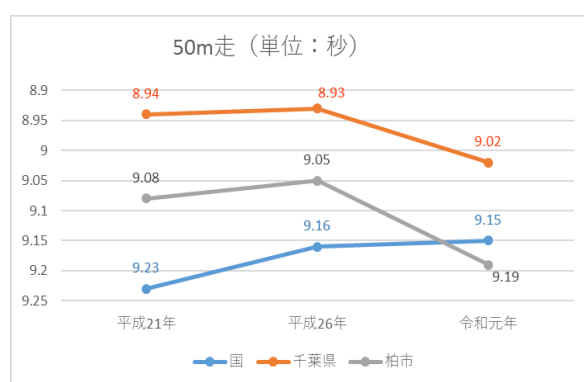
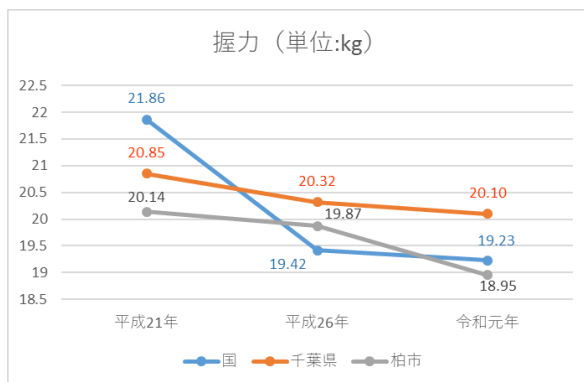
本市の子どもの体力・運動能力は、千葉県との平均値と同水準または若干下回っています。

男女ともに、反復横とびにおいては改善が見られますが、握力や投力については課題となっています。多様な動きを継続的に実践していくなどの工夫を促していくことが必要です。

図表 2-2 子どもの体力の推移（小学6年生男子）
（スポーツ庁：体力・運動能力調査参照）（昭和59年度～令和元年度）



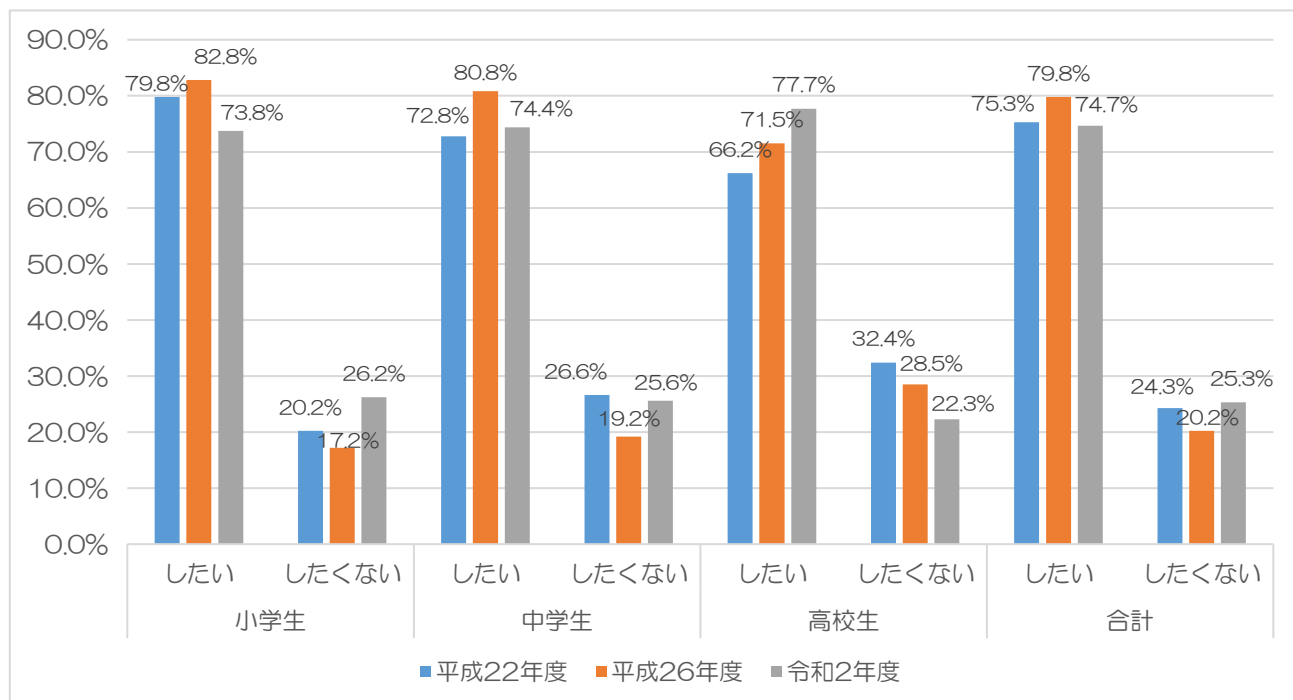
図表 2-3 子どもの体力の推移（小学6年生女子）
（スポーツ庁：体力・運動能力調査参照）（平成21年度～令和元年度）



令和2年度のアンケート調査では、「進んでスポーツ、運動をしたい」と回答した人の割合は全体の74.7%で、平成22年度、平成26年度の調査と比べると児童生徒全体としては、スポーツへの意欲が低下していることがわかります。

各学年層ごとにスポーツへの意欲をみると、小学生において特に低下が認められ、高校生では対照的に調査ごとに向上しています。

図表 2-4 子どものスポーツへの意欲
(アンケート平成22, 26, 令和2年度)



■子どものスポーツの課題■

子どもの体力低下の問題に対し、これからは社会全体で子どもの運動機会を確保していく必要があります。そのため、イベントや体験授業を通してスポーツの楽しさを体感してもらうことで、子どものスポーツに対する関心・意欲をより高めていかなければなりません。また、親子でスポーツに取り組む機会を提供していくことで、家族全体に関心を波及させていくことも重要となります。

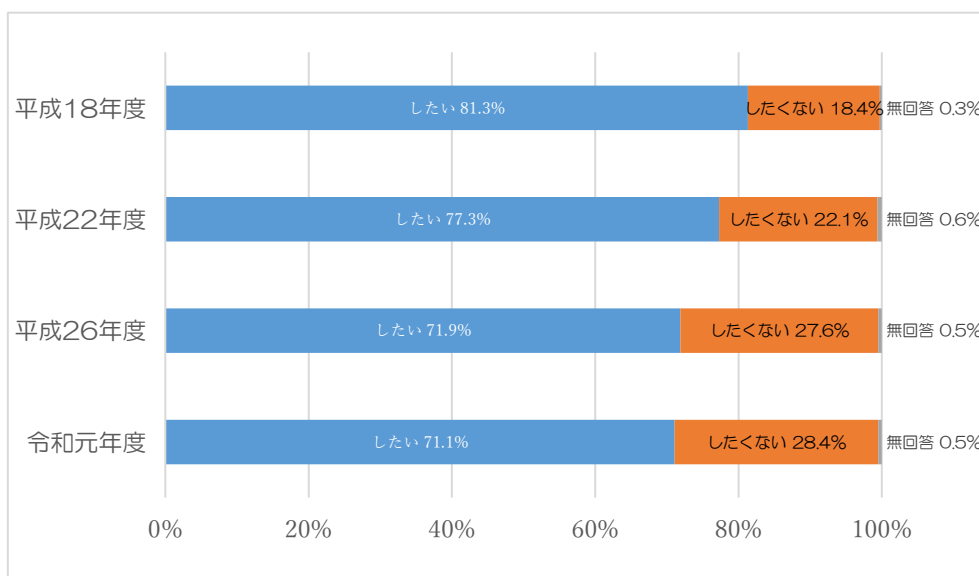
②成人のスポーツ

スポーツへの意欲は、「スポーツをしたい」と回答した割合が調査を始めて以降、漸減しており、令和2年度では71.1%となっています。

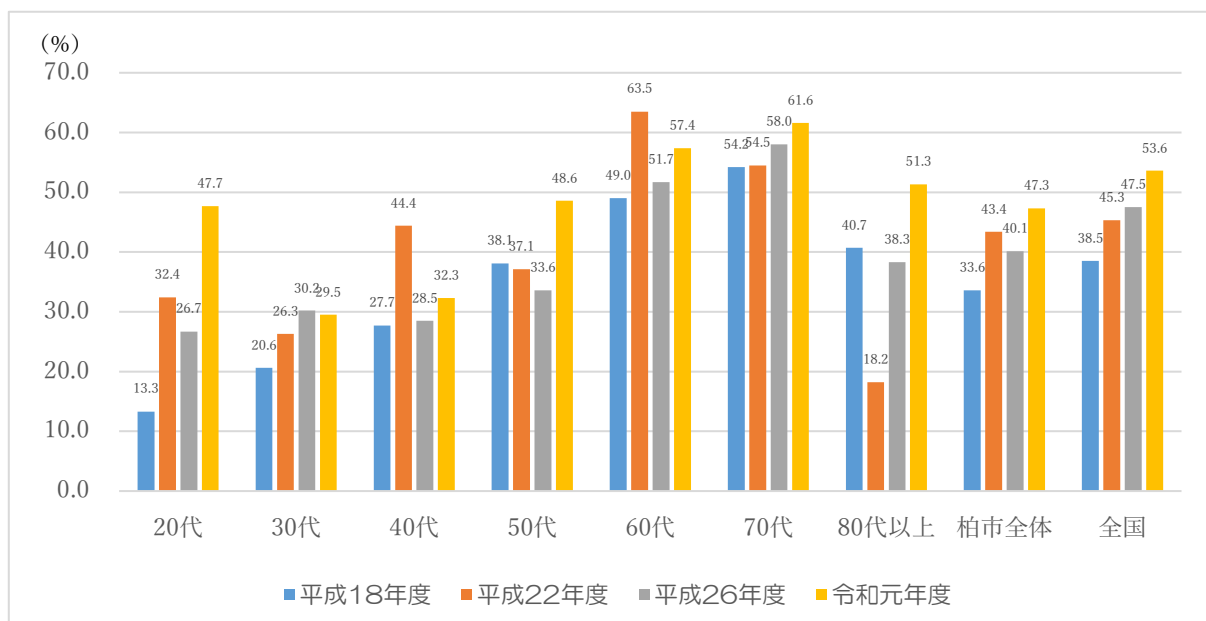
また、週1回以上のスポーツの実施率については、令和2年度に47.3%とこれまでの調査のうち最も高い値となりましたが、全国平均の53.6%（令和元年度）を下回っており、また、本計画の数値目標である65%に対しても低い水準が続いています。

引き続き、スポーツをしていない人やスポーツに親しみのない人に対して、継続的にスポーツに取り組むためのきっかけづくりが重要です。

図表 2-5 スポーツへの意欲
(平成18, 22, 26, 令和元年度調査)



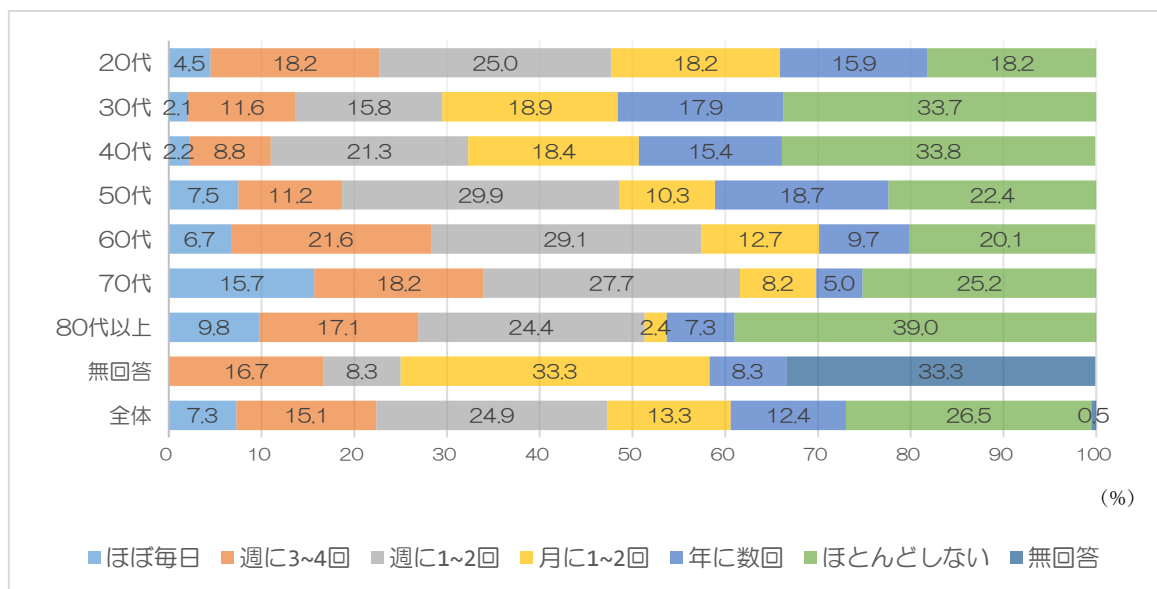
図表 2-6 週1回以上のスポーツ実施率



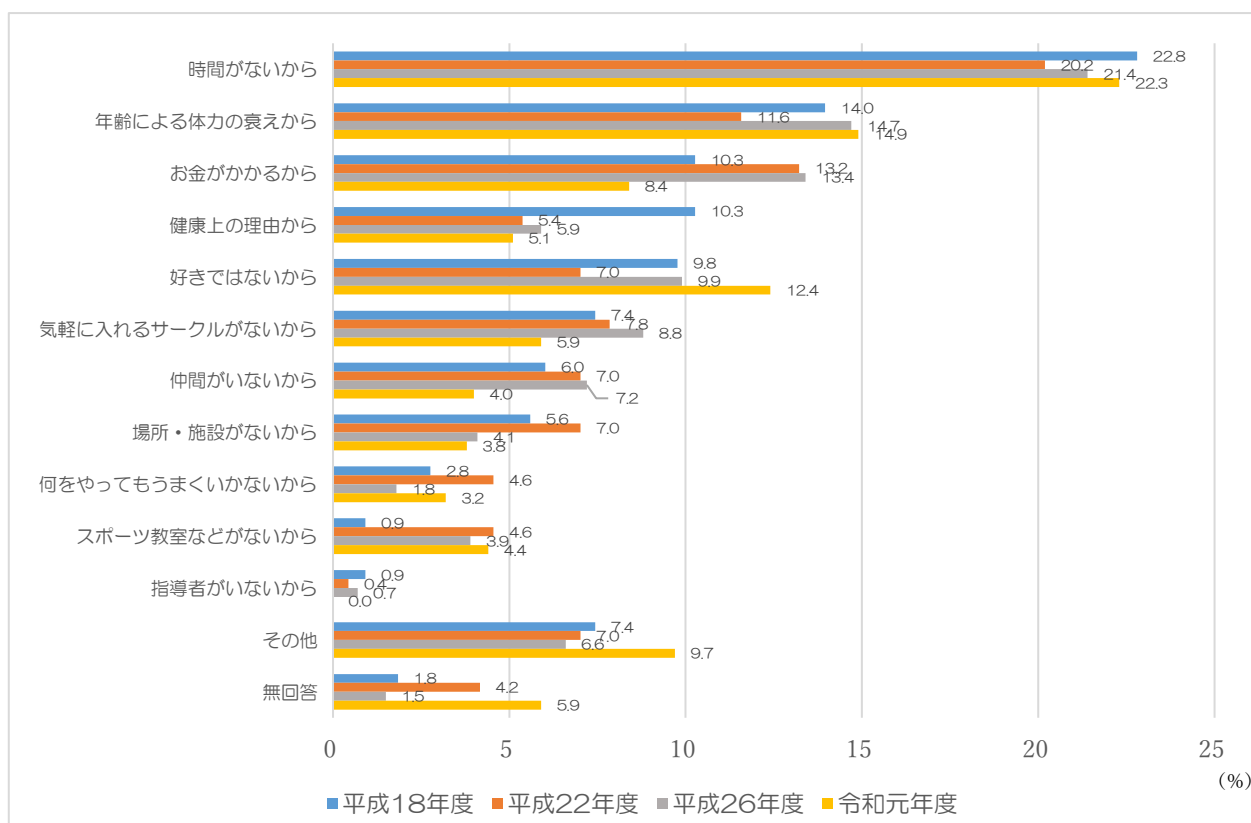
スポーツ実施率の状況を年代別で見ると、60 歳代、70 歳代の実施率が高いのに比べて、子育て世代である 30 歳代、40 歳代のスポーツ実施率は低くなっています。

理由としては、仕事等により、スポーツに取り組む余暇時間の確保が困難な状況にあることが推測されます。

図表 2-7 年代別スポーツ実施状況（令和元年度調査）

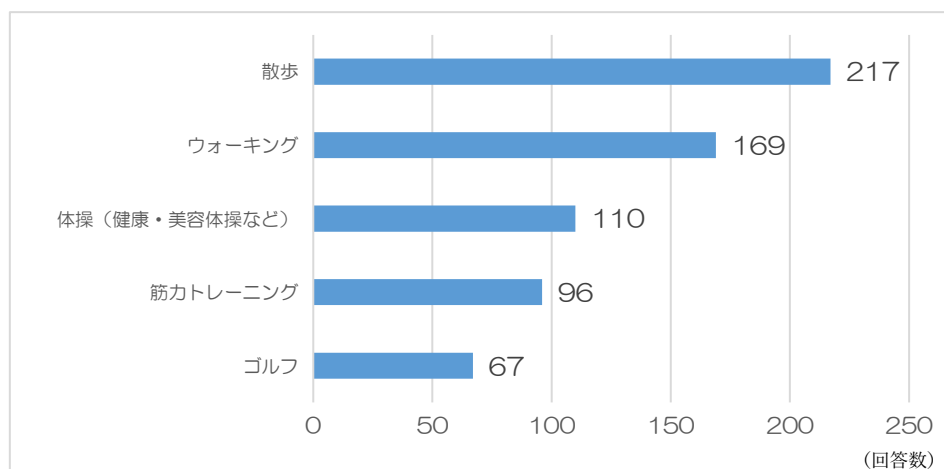


図表 2-8 スポーツをしない理由
（平成 18, 22, 26, 令和元年度調査）



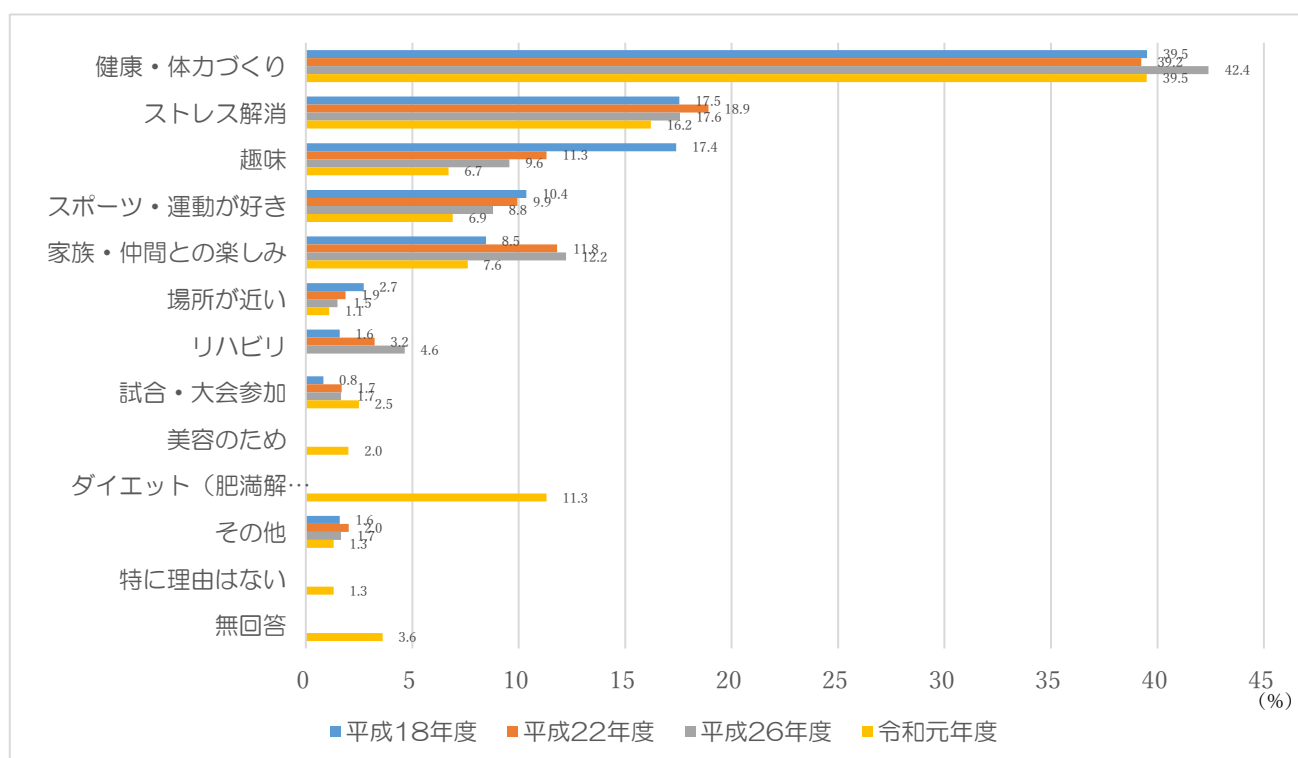
現在行っている種目は、ウォーキングや散歩が1位または2位となっています。手軽にできるスポーツとしてウォーキングや散歩が広く生活の中に浸透していることがうかがえます。

図表 2-9 実施している種目（上位5種目）（令和元年度調査）



スポーツをする理由として、「健康・体力づくり」が1位、「ストレス解消」が2位となり、次いで「ダイエット」「家族・仲間との楽しみ」が続きますが、経年でも大きな変化はありません。市民が健康を意識し、余暇の過ごし方として、スポーツ活動を楽しんでいることがうかがえます。

図表 2-10 スポーツをする理由（平成 18, 22, 26, 令和元年度調査）



■成人のスポーツの課題■

市民全体のスポーツへの意欲が低下している一方で、個人や少人数で気軽に取り組める運動やスポーツへの関心が強い傾向にあります。

「健康・体力づくり」など自身の健康増進を見据えた運動やスポーツについて、きっかけづくりや取り組み方法の啓発、サポート体制の充実を中心とした施策を継続的に推進していくことが必要です。

また、地域でスポーツ活動に取り組む市民が増えていくことは、市民交流の活発化にもつながり、地域コミュニティの形成や活性化に携わることが出来る地域の担い手づくりを促進する効果も期待できます。

③高齢者のスポーツ

成人の週1回以上のスポーツ実施率は、70歳代が最も高く61.6%、2位は60歳代の57.4%となっています。この傾向はこれまでの調査と同様であり、仕事や子育てから解放されたことによる自由時間の増大や年齢による健康や体力に対する意識の高まりが、実施率を高めているものと思われます。

■高齢者のスポーツの課題■

スポーツのもつ健康や体力づくりの効果を本人だけに活かすのではなく、スポーツを通じた居場所の創出による社会参加の機会や他の世代との交流を深めることで、生きがいづくりにもつなげていくことが必要です。

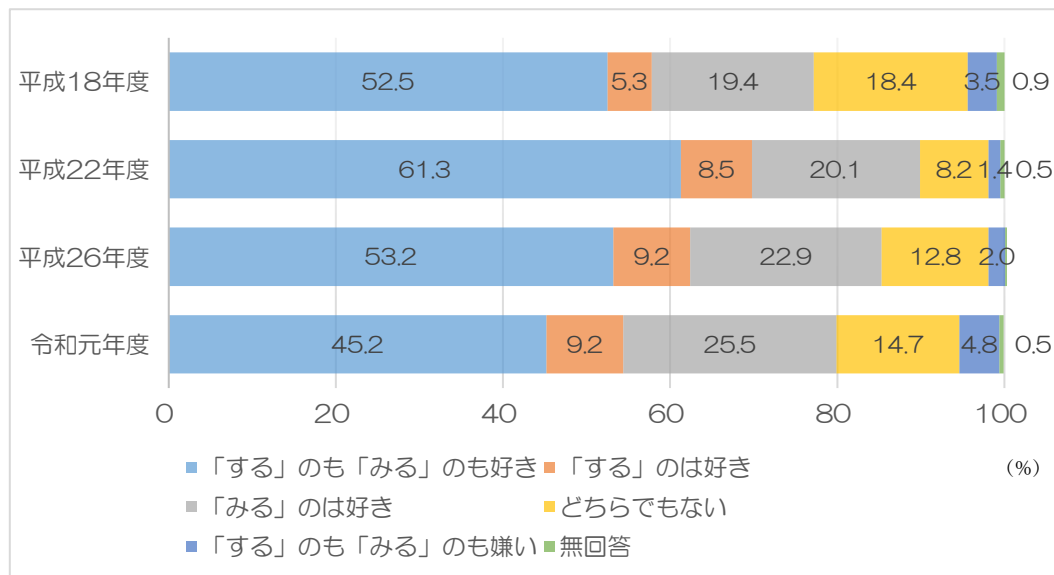
② 「みる」スポーツの現状と課題

①スポーツへの関心

スポーツへの意欲と同様に、「する」、「みる」を合わせたスポーツへの関心は平成 22 年度の調査以降、低下しています。

一方、「みる」こと単独でみると増加傾向となり、市民のスポーツへの関心は維持されており、スポーツを「みる」ことが生活の一部として定着していることがうかがえます。

図表 2-11 スポーツへの関心（平成 18、22、26、令和元年度調査）



②ホームタウンチーム

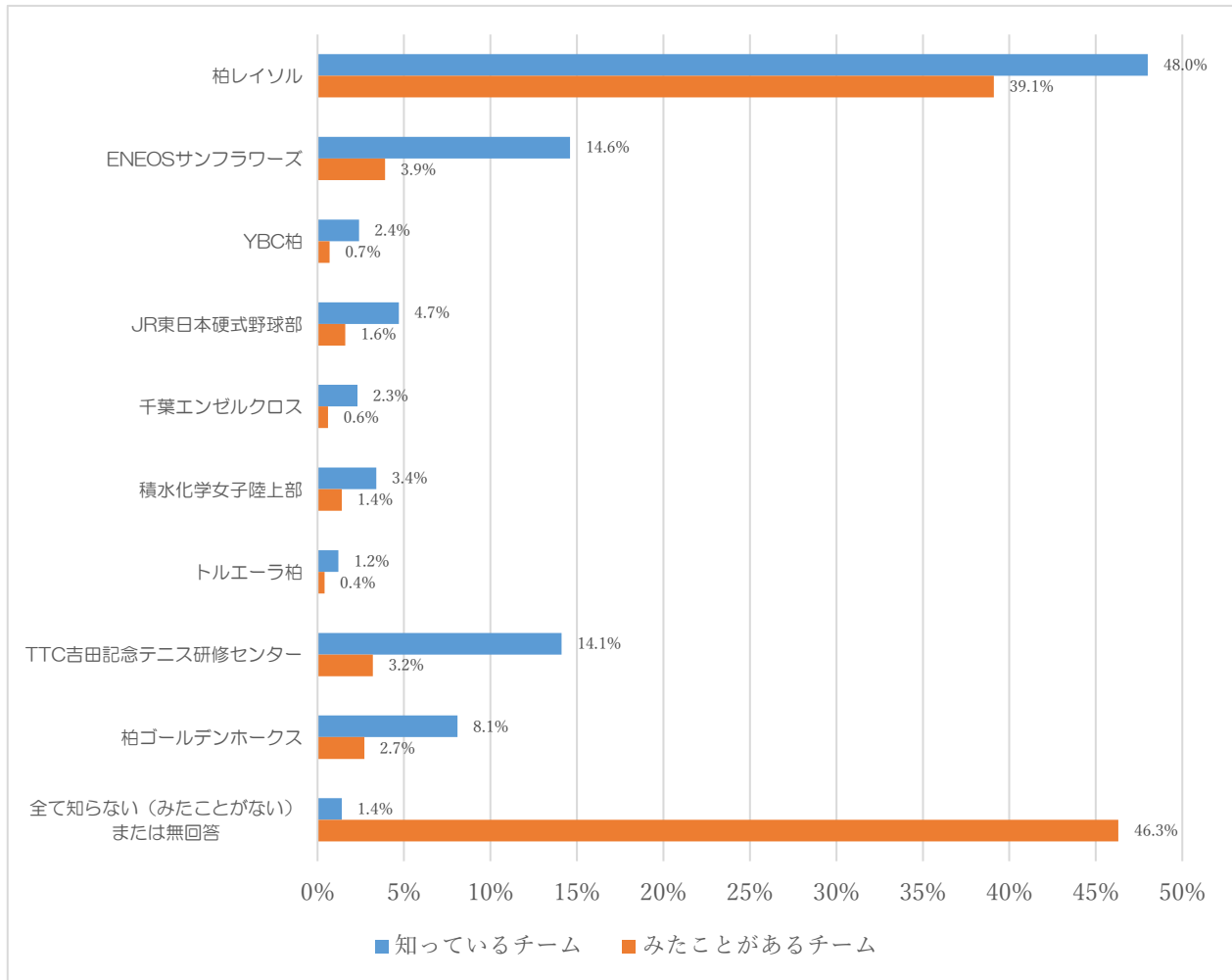
本市には、豊富なホームタウンチームがあります。

ホームタウンチームの認知度や観戦実績においては、「柏レイソル」が突出しており、次いで「ENEOSサンフラワーズ」が続く結果となりました。

「柏レイソル」は、地域にスポーツ観戦の楽しみをもたらすとともに、スポーツのまちを推進する本市のイメージに大きく貢献しています。

一方で、みたことがない（無回答含む）と回答した方が50%弱であったことから、トップレベルの競技スポーツを直に観戦する楽しさを継続して啓発していく必要があります。

図表 2-12 知っている/見たことがあるホームタウンチーム
(令和元年度調査)



■「みる」スポーツの課題■

これまでホームタウンチームを中心に気軽に触れやすいという面から、市民がスポーツを取り組み始めるきっかけ作りとして大きな役割を果たしています。認知度は「柏レイソル」が突出しておりますが、他のホームタウンチームの認知度も高めながら、スポーツへの関心とスポーツ実施率の向上につなげていく必要があります。

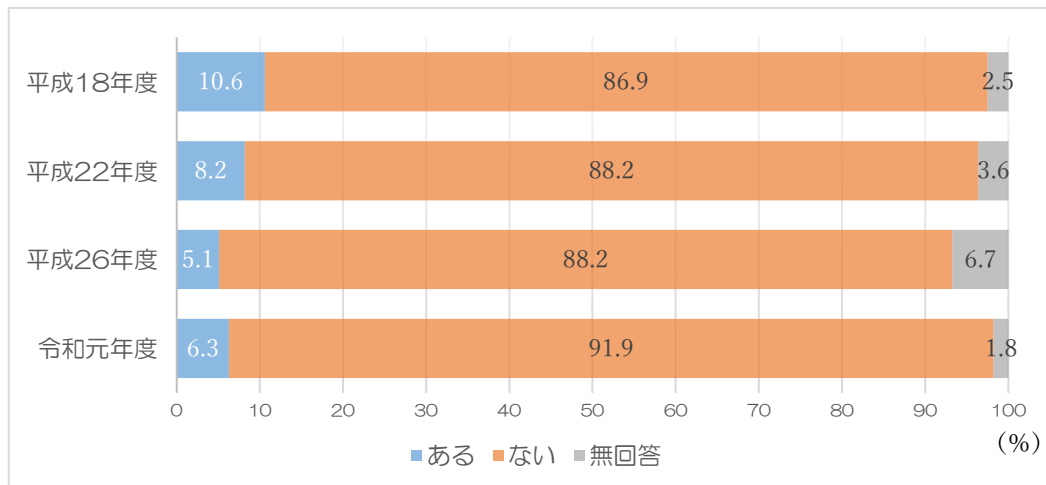
また、スポーツを活かしたまちづくりや地域コミュニティの活性化に向けて、プロアマの区別なくスポーツ団体と協力しながら、「みる」だけでなく、実践して楽しめるスポーツイベントの開催を中心にスポーツ推進を図っていくことも重要となります。

③ 「ささえる」スポーツの現状と課題

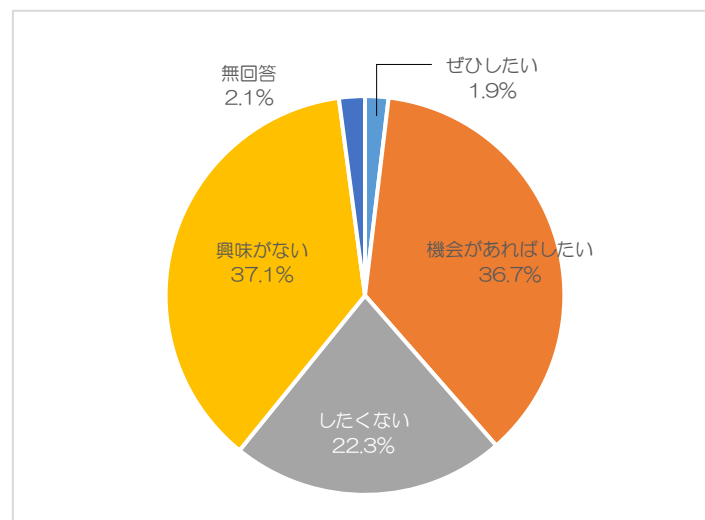
令和元年度調査では、スポーツボランティアの経験があると回答した方は6.3%と、依然として低い割合で推移しています。

また、スポーツボランティアへの参加意欲についても、約6割の方が「したくない」又は「興味がない」という消極的な結果となっています。

図表 2-13 スポーツボランティアの経験
(平成 18, 22, 26, 令和元年度調査)



図表 2-14 スポーツボランティアへの参加意欲
(令和元年度調査)



■「ささえる」スポーツの課題■

過去の調査と同様にスポーツボランティアに携わる人の少なさは依然として課題となります。また、スポーツボランティアへの参加意欲も決して高くはないため、ボランティア機会の提供を増やすことや情報発信が必要です。

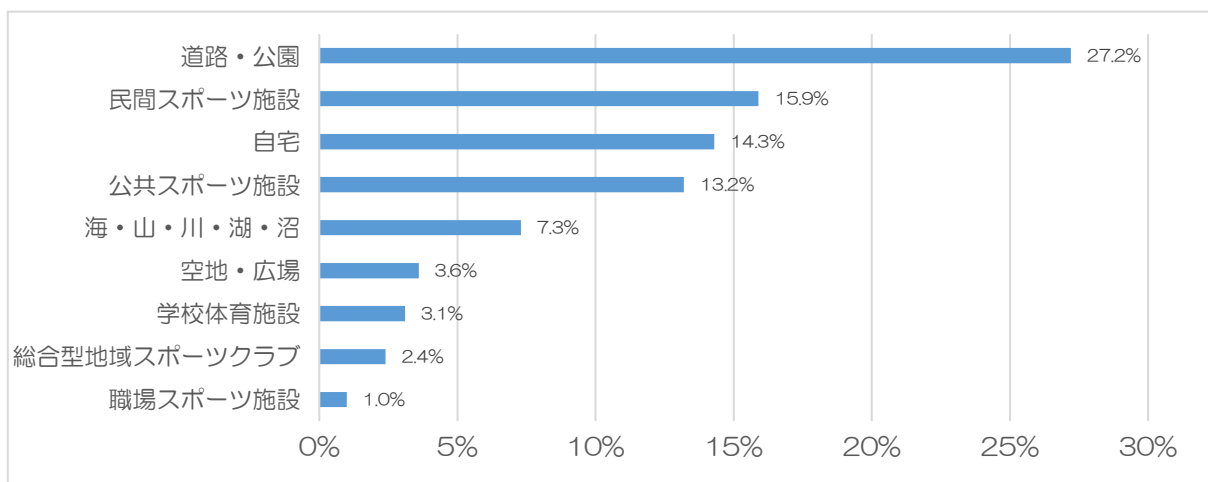
④ スポーツ施設の現状と課題

㊦ スポーツ施設の現状

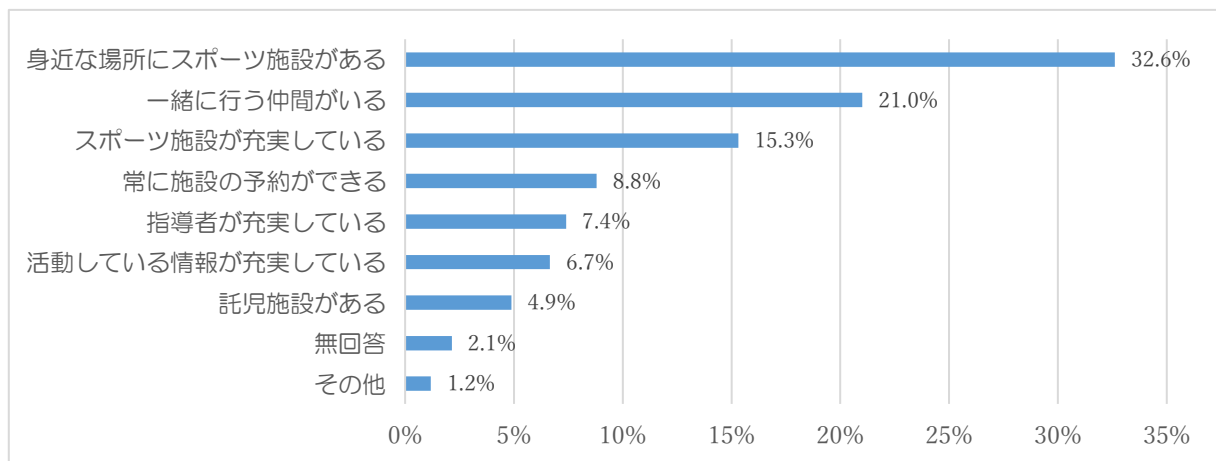
公共施設の週末や休日の利用は各種大会やイベントで飽和状態にある一方、平日の利用は少なく、利用の促進が必要な状況にあります。

調査結果では、市民の運動・スポーツ活動場所の1位は「道路・公園」、2位は「民間スポーツ施設」、3位は「自宅」となっており、比較的身近な利用しやすい場所でスポーツをする傾向がみられます。

図表 2-15 運動・スポーツ活動の場所（令和元年度調査）



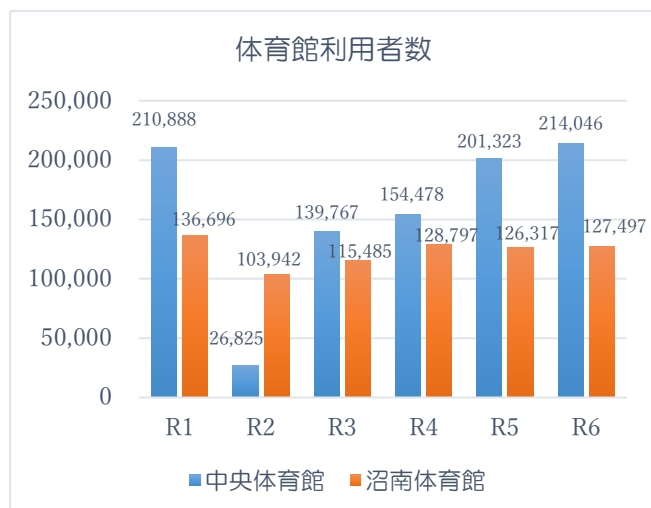
図表 2-16 どのような環境があると運動やスポーツがしやすくなるか
（令和元年度調査）



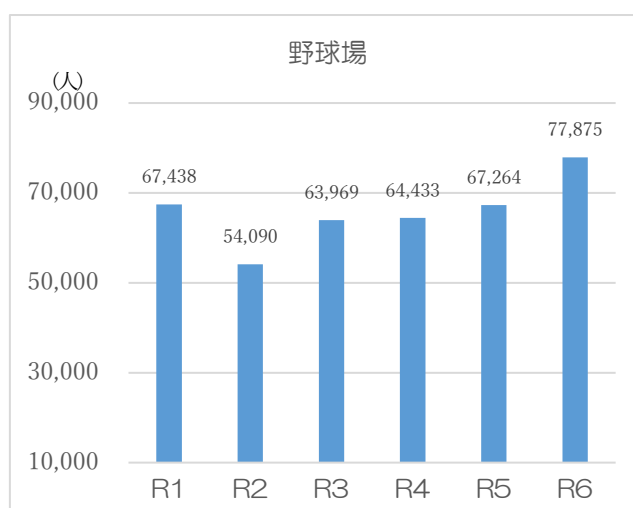
②スポーツ施設利用者数の推移

新型コロナウイルスの影響により、令和2年度は利用人数の減少がみられます。令和6年度には体育館など屋内施設及び野球場ではコロナ禍以前の水準にまで回復しています。一方で、野球場以外の屋外施設では、令和3年度は令和元年度と同程度の利用がありましたが、令和4年度以降は微減している状況です。近年の猛暑等の影響も考えられます。

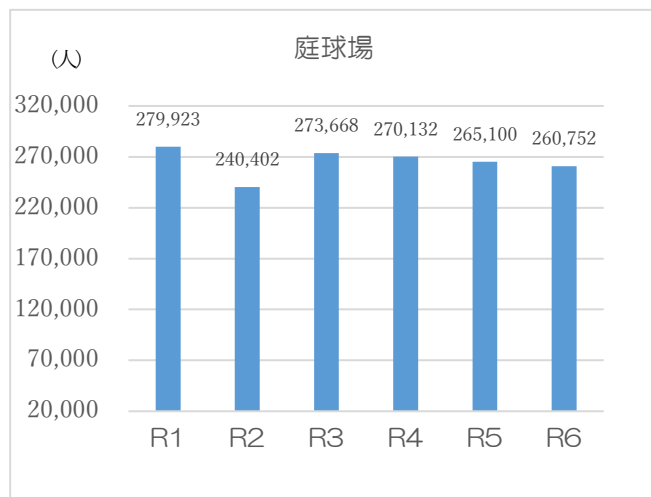
図表 2-17



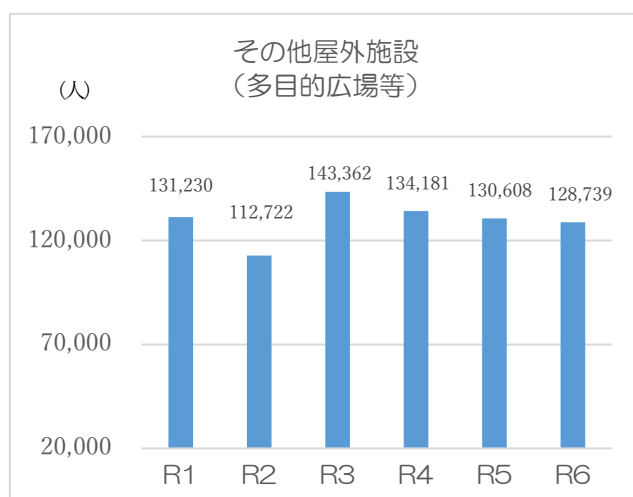
図表 2-18



図表 2-19



図表 2-20



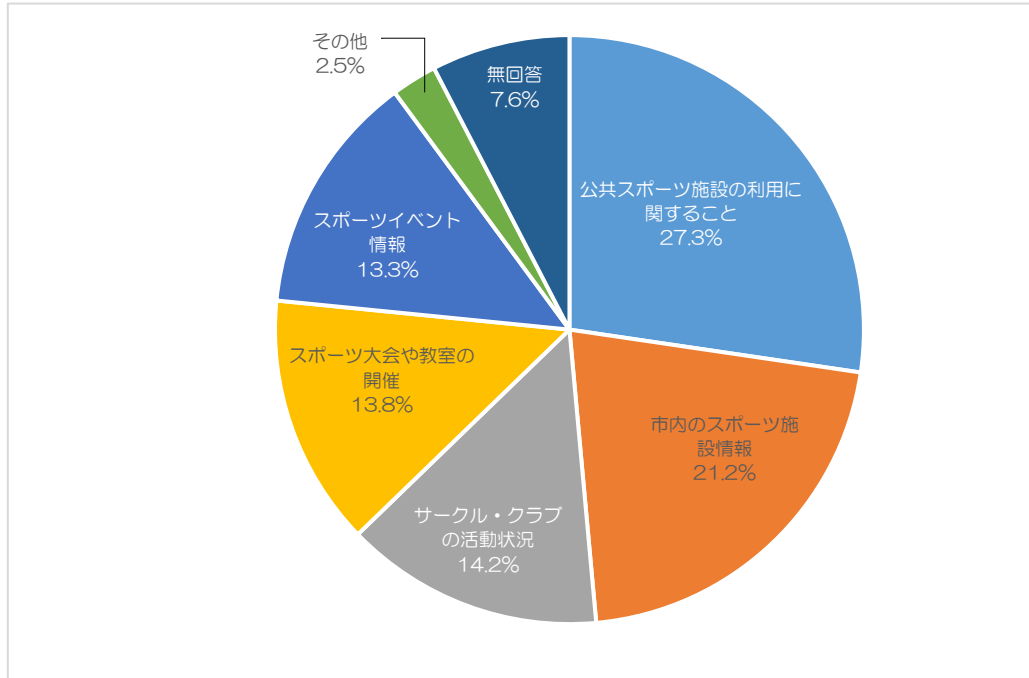
■施設面での課題■

一人でも多くの市民がスポーツに親しめる場所を確保するためには、身近にスポーツが出来る場所として、公共施設や学校体育施設の効果的・効率的な運用が必要です。あわせて安全・安心に利用できる環境を整えることも必要となります。また、公共施設のほかにもスポーツに親しめる空間を確保することも重要となります。

⑤ スポーツ情報に関する現状と課題

市民が知りたい情報については「公共スポーツ施設の利用に関すること」、「市内のスポーツ施設情報」、「サークル・クラブの活動状況」の順となっています。

図表 2-21 市民が知りたい柏市のスポーツ情報（令和元年度調査）



■情報発信に関する課題■

市民のスポーツへの参加意欲を促進するためには、公共スポーツ施設に関するだけでなく、幅広いスポーツ関連情報をインターネットやSNSの活用により提供していくことで、利用者が容易に情報を入手できることにつながります。

(2) 柏市の地域特性

本計画では、本市の人口、地域ポテンシャル、プロ・実業団チーム、大学や研究機関の集積、指定管理者制度の導入などからなる地域特性を十分に活かした計画としています。

① 人口（少子高齢化の進展）

10/1 時点の人口を入れる

本市の人口は、総人口は一定の水準を維持しており、令和5年の429,070人（令和5年10月1日）に比べ、令和7年は●●●●●●●●人（令和7年10月1日）と増加しています。しかしながら、令和17年まで増加すると推計した将来人口推計よりも実際の人口増加ペースは鈍化しています。あわせて、人数、構成比ともに、生産年齢人口は減少し、後期高齢者の増加が見込まれており、スポーツ推進においても、少子高齢化も踏まえた長期的な健康づくりや体力づくりを意識した施策の展開が求められています。

図表 2-22 年齢3区分将来人口推計



（柏市「将来人口推計報告書（令和5年10月）」より）

② 地域ポテンシャル

本市は、東京都心から約30kmに位置し、情報や産業、交通の基盤が充実していることから、県内外の地域との交流や相互の連携が行いやすい立地条件にあります。また、利根川や手賀沼など豊かな自然環境に恵まれているほか、テニスコートや競技場、野球場を備えた県のスポーツ施設があります。

③ プロ・実業団チームとの連携

本市には、柏レイソルをはじめ、多くのプロ・実業団チームが拠点を置いて活動しています。こうしたトップレベルチームの競技者や指導者などの人材を積極的に活用したスポーツ推進事業を進めています。

図表 2-23 市内で活動するプロ・実業団・ホームタウンチーム

柏レイソル（サッカー：Jリーグ）
ENEOS サンフラワーズ（女子バスケットボール：Wリーグ）
NECグリーンロケッツ（ラグビー：トップリーグ）
積水化学女子陸上競技部（陸上）
YBC 柏（硬式野球）
JＲ東日本野球部（硬式野球）
公益財団法人吉田記念テニス研修センター（テニス）
柏ゴールデンホークス（チアダンス）
【休部】千葉エンゼルクロス（女子バレーボール：Vリーグ）

④ 柏市医師会等・医療機関との連携

近年の健康意識の向上により、健康的な体の維持や生活習慣病の改善などの健康面に対して、スポーツによる効果が期待されています。また、マラソン大会等における要救護者のサポートを目的とした医師や看護師の派遣など、専門的な知識を有する柏市医師会等・医療機関との連携を進めています。

⑤ 大学、研究機関との連携

本市には、東京大学や千葉大学をはじめ、多様な研究領域を対象とする大学が多く立地しています。特に、柏の葉キャンパス駅周辺地区では、大学との連携によるまちづくりが進められており、今後は、これらの研究や人材、施設などを活用したスポーツ推進に努めています。

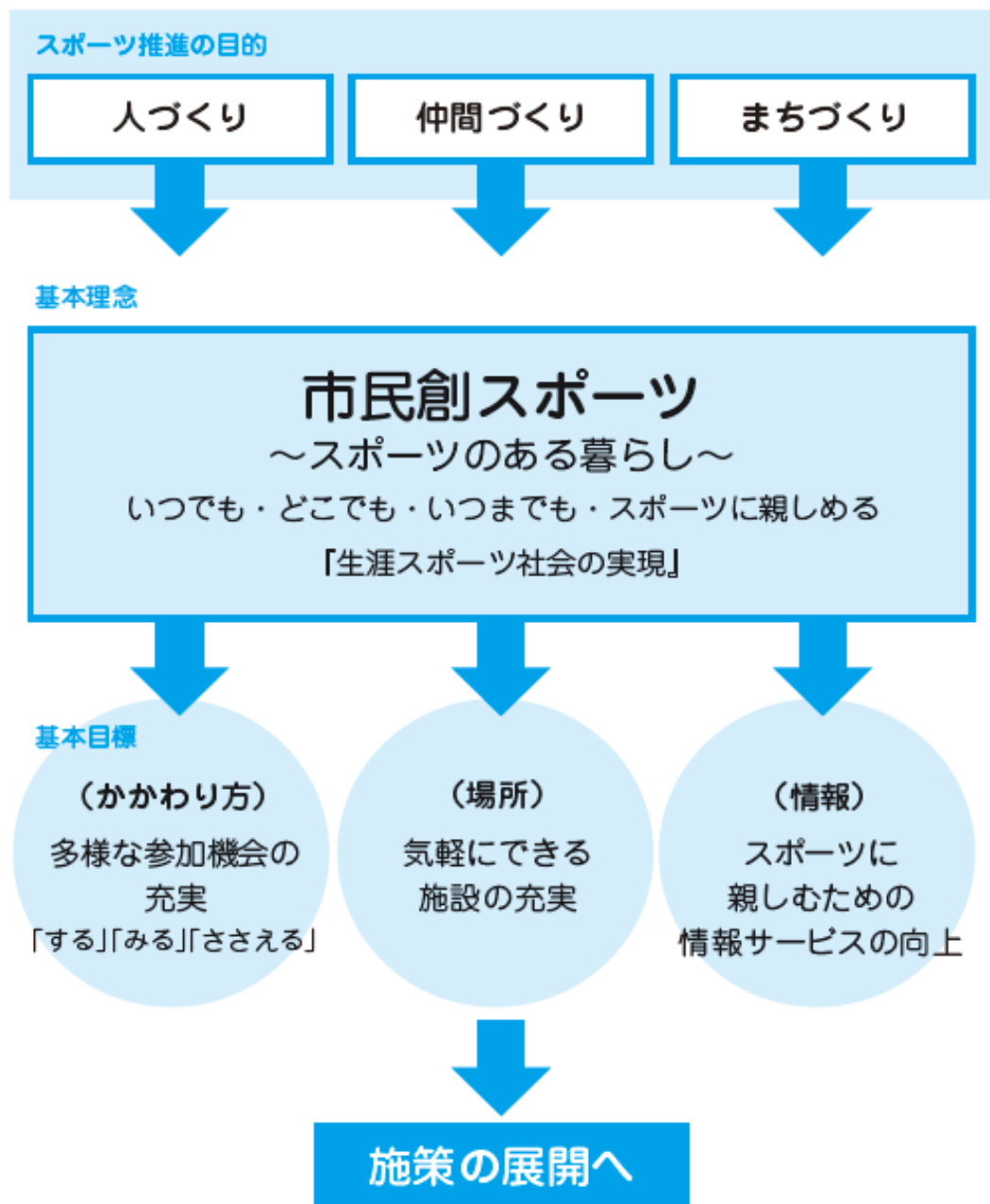
⑥ 指定管理者制度の充実

本市は、スポーツ施設への指定管理者制度を平成 18 年 4 月から導入しました。これにより、施設の管理運営において住民サービスの向上を図るとともに、指定管理者による自主事業を展開し、住民ニーズに responding しています。

(3) 計画の基本理念と基本目標

スポーツを取り巻く環境や本市のスポーツの現状と課題を踏まえ、計画の基本理念を設定します。また、それに基づいた基本目標を掲げ、本計画の施策を展開していきます。以下は、計画全体の基本的な考え方です。

図表 2-24 計画の基本的な考え方



① スポーツ推進の目的

これからのスポーツ推進は、競技力の向上や健康・体力づくりにとどまらず、生きがいや仲間づくり、地域コミュニティの形成、ひいてはまちづくりに大きく貢献することが期待されています。本計画では、「人づくり」「仲間づくり」「まちづくり」の3つの視点から本市のスポーツ推進の目的を整理します。

図表 2-25 スポーツ推進の目的

人づくり

科学技術の高度化にともない、運動不足による体力低下や生活習慣病の増加と低年齢化が問題となっている中、スポーツは、競技力の向上だけでなく心身の両面にわたる健康の保持増進や個人の生きがいづくりに貢献するものとして期待されるようになってきました。体力は人間のあらゆる活動の源であり、意欲や気力の充実に大きく関わっていることから、スポーツによる元気な人づくりが求められます。

〔心身の健康づくり、生きがいづくり〕

仲間づくり

情報化の進展により、対面でのコミュニケーションが不足がちになり、他者とのかわり方に様々な問題が生じています。そのような問題に対し、スポーツは、感動を共有したり、支えあったりすることで、家族、友人、仲間との絆を深めていくきっかけとなることが期待されます。

〔感動の共有、ささえあい、ふれあい〕

まちづくり

都市化の進展にともない、人と人とのつながりが希薄化する中で、「する」「みる」「ささえる」といった多様なかわり方ができるスポーツは、地域コミュニティの活性化や再生につながるものとして期待されます。

〔地域コミュニティの活性化・再生〕

② 計画の基本理念

本市におけるスポーツ推進の目的を踏まえ、全ての市民が様々なかたちでスポーツに親しむことができるように、本市のスポーツ文化を育む考え方として、「市民創スポーツ～スポーツのある暮らし～」を基本理念とします。

この基本理念には、みんなで力を合わせて、自分に合ったスポーツの楽しみ方や空間を見つけ出していく（創り出していく）、そうした思いが込められています。

③ 計画の基本目標

計画の基本理念に示した本市の目指す生涯スポーツ社会を実現するため、「かかわり方」「場所」「情報」といった3つの視点から基本目標を掲げます。

ア かかわり方：多様な参加機会の充実

市民一人ひとりが、それぞれのライフステージ、ライフスタイルにあったスポーツを見つけだすことができたときに、はじめてスポーツは生活の中に定着していきます。そのためには、スポーツを「する」だけでなく、「みる」「ささえる」などの多様な関わり方の機会を提供していくことが重要です。あらゆる市民が楽しく、気持ち良くスポーツに親しめるように、多様な参加機会の充実を進めていきます。

〔数値目標〕

生涯スポーツ社会を実現するため、令和9年度までに達成されるべき目標を定めます。

『スポーツ実施率 65%以上』を目指します。
スポーツ実施率：成人の週1回以上の運動やスポーツを実施する人の割合

参考：アンケートによるスポーツ実施率

平成18年度	33.6%
平成22年度	43.4%
平成26年度	40.1%
令和元年度	47.3%

イ 場所：気軽に利用できる施設の充実

生活の中にスポーツを定着させるためには、気軽に利用できるスポーツ施設の充実は欠かせません。そのため、既存施設の有効活用の促進、国や県の行政機関、大学や企業の協力による利用施設の拡充などの環境の整備を進めていきます。また、公共スポーツ施設の老朽化などの問題が出てきています。柏市公共施設等総合管理計画に基づき、計画的な修繕、改修を行い、現有施設の長寿命化を図ります。

ウ 情報：スポーツに親しむための情報サービスの向上

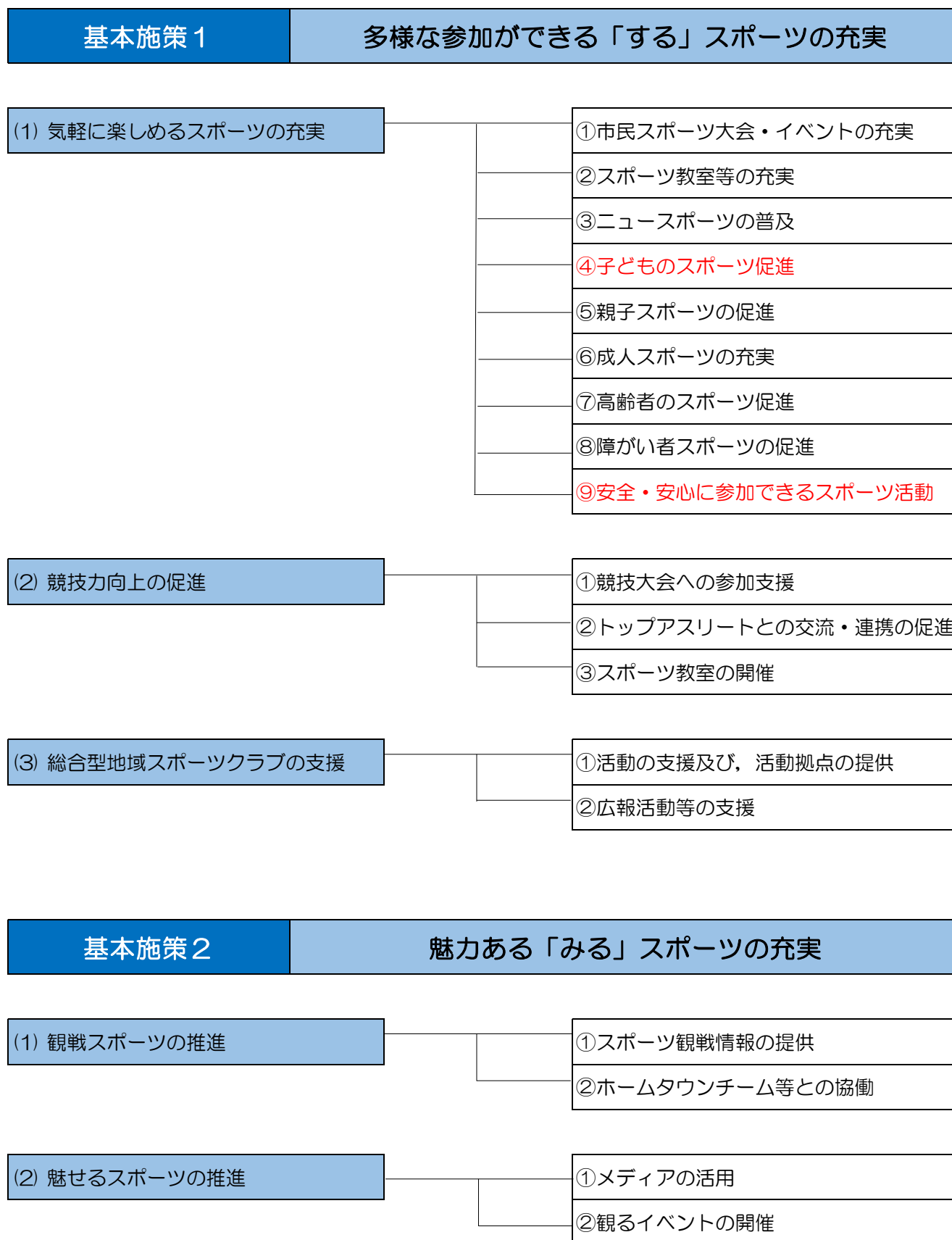
生涯スポーツの推進には、市民のニーズに応じた情報の提供は欠かせません。そのため、インターネットやSNSを活用した情報サービスの充実を進めていきます。また、スポーツの意義や必要性を理解し、自らスポーツに親しむ市民を育成するため、啓発事業にも積極的に取り組んでいきます。

施策体系は、前章の基本目標を推進していくために必要な取り組みを施策構成として整理したものです。本計画では、「多様な参加ができる『する』スポーツの充実」「魅力ある『みる』スポーツの充実」「感動を分かち合う『ささえる』スポーツの充実」「気軽に利用できる『場所』の充実」「スポーツを楽しむきっかけとなる『情報』の充実」という5つの基本施策に分けて個々の施策を体系化するとともに、これらの施策を推進していきます。

図表 3-1 施策体系

基本施策1	多様な参加ができる「する」スポーツの充実
基本施策2	魅力ある「みる」スポーツの充実
基本施策3	感動を分かち合う「ささえる」スポーツの充実
基本施策4	気軽に利用できる「場所」の充実
基本施策5	スポーツを楽しむきっかけとなる「情報」の充実

図表 3-2 施策体系図



基本施策3

感動を分かち合う「ささえる」スポーツの充実

(1) スポーツボランティア活動の推進

- ① スポーツボランティアの活動機会創出と育成
- ② 柏市スポーツ推進委員の活動の充実
- ③ 大学への施策展開

(2) 奨励制度等の充実

- ① 奨励制度等の充実

(3) スポーツ指導者の育成

- ① スポーツ指導者の資質向上支援

基本施策4

気軽に利用できる「場所」の充実

(1) 公共スポーツ施設の有効活用

- ① 定期利用団体の活動拠点の提供
- ② 公共スポーツ施設の充実
- ③ ネーミングライツ導入の推進
- ④ 熱中症対策に向けた施設利用時間の拡充

(2) 学校体育施設の活用の促進

- ① 学校体育施設開放事業の充実
- ② 総合型地域スポーツクラブの支援(再掲)

(3) 企業・民間スポーツクラブとの連携

- ① 企業・民間スポーツクラブとの連携
- ② 民間プールの活用

基本施策5

スポーツを楽しむきっかけとなる「情報」の充実

(1) スポーツ情報の発信

- ① 効率的なスポーツ情報の発信
- ② スポーツ観戦情報の提供(再掲)

子どもから高齢者まで、また障がいの有無にかかわらず、あらゆる人々が健康で豊かな生活を送るために、スポーツに親しみ、その取り組みを習慣化していくことが大切です。

心身の健康の保持増進を図り、健康で活力に満ちた健康的な長寿社会を実現するため、ライフステージに応じたスポーツを推進していきます。

特に、日頃スポーツに親しんでいない人のニーズや生活環境（年齢層・男女別など）に応じた多様な入り口を用意して、スポーツへの関心・興味を喚起し、さらに継続的にスポーツ活動を行うきっかけづくりを目的とした機会と情報の提供に努めます。

(1) 気軽に楽しめるスポーツの充実

誰もがスポーツを身近に感じ、あらゆるライフステージを通じて、日常的にスポーツを楽しむことができるよう、スポーツを「する」きっかけとなるための取り組みを推進します。

～ライフステージに応じたスポーツ活動の基本的な考え方～

■子どものスポーツ

幼児期から児童期にかけてのスポーツの体験は、心身の健全な発育・発達や人格形成に大きな影響を与えるとともに、成人後の豊かなスポーツライフを築くための基盤となります。

そのため、子どもの頃から様々なスポーツに触れ、体力、運動能力を身につけ、スポーツに親しめる基礎を築く取り組みを推進していきます。

■成人・親子のスポーツ

社会人としての制約も多くなり、一般的には継続的なスポーツ活動の機会が減少する時期になります。このため、スポーツに親しむきっかけづくりになるような、親子や多世代参加型のスポーツイベント等を開催して気軽にスポーツに触れられる機会の充実を図ります。また、生活習慣病予防などの健康・体力づくりの情報提供を推進していきます。

■高齢者のスポーツ

高齢者のスポーツ活動は、健康寿命の延伸を促すうえで大切な役割を果たします。また、スポーツを通じた居場所の創出による社会参加の機会や他の世代との交流を深めることも大切です。

健康保持増進、生きがいづくり、仲間づくりの観点から、高齢者がいつまでもスポーツを楽しむことができる機会を提供していきます。

■障がい者のスポーツ

障がいの有無にかかわらず、スポーツにおいてのノーマライゼーションを推進するため、様々な人々との相互理解を深める交流事業や多様なスポーツを楽しむ機会を提供していきます。

《具体的な施策》

① 市民スポーツ大会・イベントの充実

年間を通じて様々なスポーツ大会の後援及び側面支援をするほか、マラソン大会をはじめとしたスポーツイベントの充実を図ります。

【事業展開】

- ・市民スポーツ大会の支援
- ・手賀沼エコマラソン大会の充実
- ・柏市新春マラソンの充実
- ・スポーツドリームかしわの開催

② スポーツ教室等の充実

市民のスポーツへの参加を促進するため、スポーツ協会や指定管理者と連携し、市民ニーズに応じたスポーツ教室等を開催します。

【事業展開】

- ・スポーツ協会加盟の競技団体によるスポーツ教室の開催
- ・指定管理者の自主事業によるスポーツ教室の開催
- ・大人のスポーツテストの定期的な開催

③ ニュースポーツの普及

柏市スポーツ推進委員による学校体育施設を活用したニュースポーツ体験教室等を開催し、誰もが気軽に楽しめるニュースポーツの普及を図ります。

【事業展開】

- ・スポーツ推進委員の各支部による定期的なスポーツイベント等の実施
- ・PTAや地域住民組織などから派遣要請されるスポーツ推進委員の派遣活動の推進

④ 子どものスポーツ促進

子どもの体力の向上を図るため、遊びを通じて基本的な運動を取り入れ、子どもが積極的にスポーツに親しむ機会をつくります。

【事業展開】

- ・関係機関、関係部署との連携によるスポーツに親しむ機会の拡大
- ・柏市スポーツ推進委員によるニュースポーツ体験教室の開催

⑤ 親子スポーツの促進

子どもの体力づくりと保護者のスポーツへの参加を促進するため、親子・家族向けのスポーツイベントを開催します。

【事業展開】

- ・スポーツドリームかしわの開催（再掲）
- ・柏市スポーツ推進委員によるニュースポーツ体験教室の開催（再掲）

⑥ 成人スポーツの充実

スポーツ実施率が低い若年層に対しては、スポーツを普段の生活に取り入れてもらうためのきっかけづくりや、継続を促す取り組みを実施します。

【事業展開】

- ・大型商業施設等の身近に訪れる場所での体験イベントの開催

⑦ 高齢者のスポーツ促進

高齢者がスポーツに参加できる取り組みを推進します。また、高齢者の生きがいづくりや介護予防事業などとの連携を視野に入れて取り組みます。

【事業展開】

- ・柏市スポーツ推進委員によるニュースポーツ体験教室の開催
- ・スポーツ、レクリエーション交流会の開催
- ・フレイル予防の取り組みの促進（新規）

⑧ 障がい者スポーツの促進

障がい者スポーツの普及・発展のため、関係機関や団体との連携を図り、障がいの有無に関わらず、気軽にスポーツ活動に参加できる環境を充実していきます。

【事業展開】

- ・スポーツ交流会やスポーツ教室の開催
- ・障がい者スポーツの情報発信
- ・スポーツドリームかしわの開催（再掲）

⑨ 安全・安心に参加できるスポーツ活動の促進

感染症が拡大した場合においても、市民一人ひとりが感染予防意識を高めながら継続してスポーツ活動を楽しむことができるよう、在宅でも出来る運動・スポーツの普及や、施設ごとの感染症拡大防止ガイドライン等の周知徹底を図り、安全かつ効果的なスポーツ振興策を展開していきます。

【事業展開】

- ・在宅でも出来る運動・スポーツの普及

(2) 競技力向上の促進

公認大会に参加するスポーツ団体等に対する競技力の強化支援をはじめ、奨励金制度を充実することで、市内の競技スポーツの促進を図ります。また、競技スポーツの普及を図るため、スポーツ教室等を開催します。

《具体的な施策》

① 競技大会への参加支援

競技スポーツの普及、強化を図るため、各大会に出場する選手、団体に対し、奨励金等を交付します。

【事業展開】

- ・県民大会の派遣費補助

② トップアスリートとの交流・連携の促進

本市に拠点を置いている多くのホームタウンチームと連携し、トップアスリートやホームタウンチームの人材を活用した講演会や実技指導を行います。

【事業展開】

- ・ホームタウンチームと連携したスポーツ教室の開催

③ スポーツ教室の開催

スポーツ協会の加盟団体等による競技者を対象とした各種目のスポーツ教室を開催し、競技者の技術向上を図ります。

【事業展開】

- ・スポーツ協会加盟の競技団体によるスポーツ教室の開催（再掲）

(3) 総合型地域スポーツクラブの支援

身近な生活圏で気軽にスポーツに親しめる環境を推進するため、クラブ活動の支援を行います。また、地域スポーツの担い手として、学校の運動部活動と連携しながら、児童・生徒にスポーツをする機会を提供する環境づくりを進めていきます。

《具体的な施策》

① 活動の支援及び、活動拠点の提供

活動拠点として学校体育施設や公共スポーツ施設を提供します。

【事業展開】

- ・総合型地域スポーツクラブ間の定期的な意見交換会の開催
- ・市内総合型地域スポーツクラブの1日体験クラブの実施

② 広報活動等の支援

総合型地域スポーツクラブの認知度を高めるための広報活動を継続して行います。

【事業展開】

- ・総合型地域スポーツクラブの会員増加及び、イベントの情報発信

スポーツは「する」だけでなく、観て楽しむこともできます。スポーツとのかかわり方で「みる」ことは誰でも気軽に取り組めることから、スポーツ活動の裾野を広げることにつながっていきます。特に、高いレベルのパフォーマンスは、観る人に感動を与え、スポーツの魅力を感じることで、スポーツへの関心や意欲を高めます。

(1) 観戦スポーツの推進

「みる」スポーツへの取り組みを促進するためには、市民の関心が高いスポーツイベントが必要です。柏レイソルなどホームタウンチームと連携して、「みる」スポーツの魅力を高めるとともに、高いレベルのスポーツイベントの開催に努めます。

また、多くのホームタウンチームが所在する本市の特性を活かして、トップアスリートの活躍を観る立場でスポーツに参加する機会の提供を進めていきます。

《具体的な施策》

① スポーツ観戦情報の提供

大規模イベントやトップアスリートが参加する大会だけでなく、市内で開催されるスポーツ大会や市内のチーム・選手などが出場する大会の情報提供を行います。

【事業展開】

- ・市のホームページやSNSによるタイムリーな情報提供
- ・柏レイソルなどのトップチームの活躍を市のホームページやSNS等で情報発信

② ホームタウンチーム等との協働

プロや実業団チームの試合を間近に観戦し、スポーツ観戦の興奮や感動を与える機会を提供します。

【事業展開】

- ・ホームタウンチームの競技観戦の機会の提供

(2) 魅せるスポーツの推進

トップスポーツに触れる機会を提供し、市民に夢や感動を与え、臨場感や高揚感を味わえる機会の提供に努めます。また、あらゆる機会を活用した魅力あるスポーツイベントの開催を推進します。

《具体的な施策》

① メディアの活用

スポーツの魅力を引き出すためには、メディアによる盛り上げは欠かせません。

地域のメディアとの連携を図り、ケーブルテレビ、新聞、地域誌、市ホームページなど多様な媒体を通じたPRを検討します。

【事業展開】

- ・地域のメディアと連携した多様なスポーツの情報提供の検討
- ・市ホームページにて、アマチュアの市民アスリートの活躍を紹介。

② 観るイベントの開催

市民のスポーツへの関心を高めるため、多くの市民が関心を持つ大会などの観戦イベントを行います。

【事業展開】

- ・パブリック・ビューイング等の開催

市民が生涯にわたってスポーツに関わっていける環境づくりを進めていくうえでは、スポーツを支える多くのボランティアの存在が必要です。このため、スポーツボランティア活動の意義・価値を高め、進んで参加・貢献できる環境づくりを進めていきます。

また、スポーツをする人とスポーツを支える人が互いに尊重し合う、スポーツを通じた地域づくりを推進するため、スポーツボランティア活動に関する先進的取り組み・事例の調査・研究を進めていきます。

(1) スポーツボランティア活動の推進

手賀沼エコマラソンをはじめ、市内で行われるスポーツ大会に参加しているスポーツボランティアが継続的に活動できる環境を整え、市民のスポーツ活動を支える体制づくりを進めていきます。

《具体的な施策》

① スポーツボランティアの活動機会創出と育成

手賀沼エコマラソンなどのスポーツイベントに参加できる機会の拡大に努め、気軽に参加できる活動であることをPRするため、広報宣伝活動を推進します。また、ボランティアの意義や価値を周知していくことで、地域スポーツを支えるボランティアの育成に努めます。

【事業展開】

- ・手賀沼エコマラソンなど、ボランティアとして参加する機会の創出
- ・スポーツボランティアの意義や価値をPRする広報活動の推進

② 柏市スポーツ推進委員の活動の充実

市民のニーズに応じた活動の場が広がるよう、研修会や他団体との指導交流などによるスキルアップを図ります。

【事業展開】

- ・柏市スポーツ推進委員のスキルアップ研修会等の開催

③ 大学への施策展開

地域のスポーツボランティアの充実に向けて、学生がスポーツボランティアに取り組む仕組みを検討し、スポーツを通じた大学の地域貢献活動を促進します。

【事業展開】

- ・学生スポーツボランティア制度の検討

(2) 奨励制度等の充実

スポーツ分野で活躍する選手の意欲や意識の高揚を図るため、上位大会に出場する選手、団体への支援を実施していきます。また、優秀な成績を収めた選手、団体の栄誉をたたえます。

《具体的な施策》

① 奨励制度等の充実

上位大会にて優秀な成績を収めた選手、団体に対する顕彰を行います。また、スポーツ団体の活動に対する補助制度の充実を図ります。

【事業展開】

- ・スポーツ顕彰制度
- ・国際大会・全国大会出場団体等への奨励制度の充実

(3) スポーツ指導者の育成

競技スポーツや地域のスポーツ活動を支える指導者の育成を図るため、専門的知識・技能のレベルアップに向けた研修等を実施します。

また、安心な環境のもとでスポーツ活動を行えるよう、安全に関する知識や技術、最新のスポーツ医・科学に基づく情報提供や研修等を行います。

《具体的な施策》

① スポーツ指導者の資質向上支援

競技スポーツや地域のスポーツ活動を支える指導者の育成を図るため、専門的知識・技能のスキルアップに向けた研修等を実施します。また、スポーツ指導者としてのスキルアップの一環としてスポーツによって生じる事故、外傷、障害等に関わるスポーツ医・科学的な知見の学習や、生死にかかわる急な心肺停止等についても十分対処できるようためのAED操作方法の講習などもあわせて実施していきます。

【事業展開】

- ・指導者スキルアップ講習会の開催

スポーツの習慣化を図るためには、気軽にスポーツに親しむことができる場所の確保が欠かせません。そのため、スポーツ活動の拠点である市のスポーツ施設は、指定管理者との協働により、効果的・効率的な運営を進めていくとともに、身近な生活圏にある学校体育施設の有効活用を図ります。

市のスポーツ施設の環境整備（ハード面）については、現在、築30年以上を経過するスポーツ施設が多く老朽化が進んでいます。今後、スポーツ施設をはじめとする公共施設の長寿命化など管理の基本方針となる「柏市公共施設等総合管理計画第2期計画」及び「柏市市有建築物中長期保全計画」に基づき、中・長期的な視点から計画的に改修整備を進めていきます。

(1) 公共スポーツ施設の有効活用

多様化するスポーツニーズに応えるため、指定管理者との連携による公共スポーツ施設の利便性の向上を図ります。

《具体的な施策》

① 定期利用団体の活動拠点の提供

公共スポーツ施設の有効活用と地域スポーツ団体の育成を図るため、登録制による定期的な団体利用を推進します。

【事業展開】

- ・「定期利用サークル」の活動拠点の優先的な提供

② 公共スポーツ施設の充実

市全体の施設管理計画を踏まえ、既存施設の計画的な改修を進めます。また、施設利用者の利便性を考慮した環境整備を図ります。

【事業展開】

- ・柏市公共施設等総合管理計画第2期計画等に基づく計画的な施設改修
- ・指定管理事業者との協働による施設の利便性の向上

③ ネーミングライツ導入の推進

市が所有する公共スポーツ施設において、ネーミングライツの導入を進め、財源の確保と施設のサービスの維持・向上を図ります。

【事業展開】

- ・公共スポーツ施設におけるネーミングライツ・スポンサー契約の締結

④ 熱中症対策に向けた施設利用時間の拡充（新規）

昨今の夏季期間における猛暑により、早朝及び夕方以降の比較的暑さが落ち着いている時間帯でのスポーツ施設利用を可能とし、安全に利用できる環境整備を図ります。

【事業展開】

- ・市内2箇所の市民プールにて夜間開放の導入（ナイトプールの実施）（新規）
- ・運動場の一部で早朝及び夜間帯の開放の実施（拡充）

(2) 学校体育施設の活用の促進

地域のスポーツ団体の活動を推進するため、市内の小・中・高等学校の体育施設開放事業の充実を図ります。

《具体的な施策》

① 学校体育施設開放事業の充実

地域住民の身近なスポーツ活動の場として利用できるよう、学校の実態に応じた開放を推進します。

【事業展開】

- ・小・中・高等学校の体育施設を地域のスポーツ団体へ開放

② 総合型地域スポーツクラブの支援（再掲）

身近な生活圏で気軽にスポーツに親しめる環境をつくるため、クラブが活動するための支援を行います。

【事業展開】

- ・総合型地域スポーツクラブの活動拠点の提供

(3) 企業・民間スポーツクラブとの連携

市民のスポーツ活動を広げるため、企業や民間が有する施設や人的資源、情報などを活用し、スポーツを実施する機会や場所を提供していきます。

《具体的な施策》

① 企業・民間スポーツクラブとの連携

企業・民間スポーツクラブと相互に連携を図りながら市民のスポーツ活動を活性化させるため、民間施設の利用提携などを進めていきます。

【事業展開】

- ・民間スポーツクラブの温水プールの利用機会の提供
- ・「柏フィットネス振興会」をはじめとした企業・民間スポーツクラブとの協働事業の実施

② 民間プールの活用

これまで夏休み期間中の学校プールの開放は猛暑による中止率の増加や施設老朽化等により継続的な実施が困難なため、民間事業者と連携し、屋内プールを開放し、施設スタッフが見守る安全な環境で、小学生にプールを気軽に利用できる場を提供します。

【事業展開】

- ・自由な水遊びの場を提供する「開放型」の実施
- ・苦手克服のための水泳体験教室「体験型」の実施

市民がスポーツ活動に参加する機会を拡大するため、市民にとってわかりやすく、簡単に入手できる情報が必要です。豊富な情報はスポーツへの関心を高めるとともに、スポーツに親しむきっかけづくりとなります。スポーツに関する適切な情報をできるだけ容易に入手したいという市民ニーズに対応していくため、広報や公共施設への配布など従来の手法に加え、Twitter（ツイッター）やLINE（ライン）などのSNS（ソーシャルネットワーキングサービス）を活用し、多様な情報発信に努めます。また、市のホームページでプロアマ問わずにスポーツイベントの開催やサークル活動、施設の利用情報など、幅広くスポーツ情報を提供できる仕組みを構築し、市民がスポーツに興味・関心を持ち、積極的なスポーツ活動に結びつくよう努めます。

(1) スポーツ情報の発信

これまでの市ホームページによる情報提供を充実するとともに、行政や地域及び、各スポーツ団体が有するスポーツ関連情報を集約し、市民の必要とするスポーツ関連情報の発信に努めます。

《具体的な施策》

① 効率的なスポーツ情報の発信

市民のニーズに即した幅広いスポーツに関する情報提供を進めます。

【事業展開】

- ・市のホームページに掲載するスポーツ関連情報の充実
- ・公共機関や店舗、医療機関などと連携した情報提供
- ・LINEなどSNSを活用したスポーツ情報発信の効果的な運用

② スポーツ観戦情報の提供（再掲）

大規模イベントやトップアスリートが参加する大会だけでなく、市内で開催されるスポーツ大会や市内のチーム・選手などが出場する大会の情報提供を行います。

【事業展開】

- ・市のホームページやSNSによるタイムリーな情報提供
- ・柏レイソルなどのトップチームの活躍を市のホームページやSNS等で情報発信

(1) 重点的な取り組みのねらい

- ① スポーツに関わる市民の裾野拡大を目的とした、障がいの有無に関わらずスポーツに参加できる環境づくりや障がい者スポーツの促進
- ② スポーツ実施率の向上や健康増進に向けた基礎づくりを目的に、幼児期や小学生を対象としたスポーツに取り組むきっかけづくりとなる事業の推進
- ③ スポーツをする時間がとりにくい子育て世代が親子で気軽に参加できることを目的に、体力や健康づくりに取り組むきっかけとなる事業の推進
- ④ スポーツに取り組む市民のサポート体制充実を目的としたスポーツ指導者の育成
- ⑤ 多世代のスポーツへの参加促進を目的に、SNSを活用したスポーツ関連情報発信の推進
- ⑥ **スポーツの健康増進効果を踏まえ、スポーツ事業と連携したフレイル予防の取り組みの推進による健康寿命の延伸**

(2) 取り組み内容**① 障がい者スポーツの促進【基本施策1】**

スポーツに関わる市民の裾野拡大を目的として、障がいの有無に関わらず、気軽にスポーツ活動に参加できる環境づくりを「柏市障がい者スポーツ推進連絡会」などの関係機関や団体と連携し進めていきます。特に、障がい者と健常者が共に参加できる体験イベントや障がい者スポーツ教室の開催を進めていきます。

② 子どもの体力づくりの推進【基本施策1】

スポーツ庁から幼児期の運動習慣がその後の運動能力の向上に大きく影響することが報告されています。こうしたなかで、スポーツ実施率の向上や健康増進に向けた基礎づくりとして、関係機関や関係部署と連携しながら、遊びを通じて子どもの体力向上を図るためのプログラムの提供や運動遊びの実践などを進めていきます。

③ ホームタウンチームと連携したスポーツ教室の開催【基本施策1】

本市に拠点を置く多くのホームタウンチームと連携し、トップアスリートや各チームの人材を活用した講演会や実技指導を様々な世代を対象に実施していきます。特に、小中学生に対しては、ホームタウンチームの選手による出前授業を進め、スポーツへの関心や意欲を高めてもらうと同時に、地域への愛着を深めてもらえるようにしていきます。

④ スポーツドリームかしわの開催【基本施策1】

競技や種目にかかわらず、参加者がスポーツを始めるきっかけづくりとして「スポーツドリームかしわ」を開催します。同イベントでは、親子での参加に主眼を置き、子どもの体力づくりと保護者のスポーツへの参加を促進するため、親子・家族向けのブース出展を進めていきます。

⑤ 健康寿命を延伸していくためのフレイル予防の取り組み【基本施策1】

スポーツによる健康増進の効果を踏まえ、運動、栄養（食・口腔）、社会参加を軸とした「フレイル予防」の取り組みを推進していきます。デジタルツール等の活用によるウォーキングをはじめとした運動習慣や適切な食生活の定着とともに、多世代が参加するスポーツイベントなどによる継続的な社会参加を促すことで、スポーツを通じた健康増進による健康寿命の延伸への取り組みを進めていきます。

⑥ 大型商業施設等の身近に訪れる場所での体験イベントの開催【基本施策1】

スポーツをする時間の確保が難しい子育て世代に対して、スポーツを日常の生活に取り入れてもらうためのきっかけの場を提供していくことが必要となります。このため、大型商業施設など家族連れで身近に訪れる場所で、「大人のスポーツテスト」の一部を体験してもらったり、手軽にできるトレーニングの体験会を実施していきます。

⑦ 指導者スキルアップ講習会の開催【基本施策3】

スポーツに取り組む市民のサポート体制を充実させていくため、スポーツ指導に必要な専門的知識や技能のスキルアップに向けた研修の開催を進めていきます。

⑧ LINEなどSNSを活用したスポーツ情報発信の効果的な運用【基本施策5】

市民ニーズに即したイベントや施設運営に関するスポーツ情報発信のツールとして、広報や公共施設への配布などのほか、Twitter やLINEなどのSNSを活用して、より早く手軽に情報を得られるよう運用を進めていきます。

