

宍粟市スポーツ推進計画



令和5年3月
宍粟市教育委員会

は じ め に



スポーツは、市民一人ひとりが生涯を通じ、健康づくりや生きがいづくりを進めるうえで欠かせないものであり、様々なスポーツ活動を通じた人と人とのふれあいや活気ある地域づくりを進めるうえでも重要な役割を担っています。

本市では、少子高齢化による人口減少が急速に進んでおり、地域コミュニティ機能の低下などが深刻な問題となっています。また、人々の価値観やライフスタイルの多様化、さらには、新型コロナウイルス感染症対策にかかる新たな生活様式への対応など、社会環境の急速な変化に柔軟かつ適切に対応していくことが求められています。

このような中で、スポーツ基本法の趣旨に基づき、すべての市民が心身ともに健康で活躍できる社会をつくるためには、人生 100 年時代を見据えて市民一人ひとりが「いつでも」「どこでも」「いつまでも」スポーツに触れ楽しむことが重要であることから、このたび『スポーツを通じ 元気で生きがいあふれる 健幸のまち』を基本理念とする「宍粟市スポーツ推進計画」を策定いたしました。

本計画では、本市の豊かな地域資源を活かした取組をはじめとして、「人づくり」「仲間づくり・地域づくり」「まちづくり」の視点からスポーツを幅広くとらえ、施策展開を図っていくこととしております。

計画の推進にあたりましては、市民の皆さま、関係団体、各関係機関との連携・協力を図りながら基本理念の実現に向けて取り組んでまいりますので、ご支援をよろしくお願いいたします。

結びに、本計画の策定にあたり、ご尽力いただきました宍粟市スポーツ推進計画策定委員の皆さまをはじめ、アンケートにご協力をいただいた多くの市民の皆さま、関係団体並びに関係機関の方々に心より感謝申し上げます。

令和5年3月

宍粟市教育長
中 田 直 人

目 次

第1章 計画の策定にあたって

1 計画策定の趣旨	1
2 計画の位置づけ.....	1
3 計画の期間	2
4 本計画における『スポーツ』の定義.....	3
5 本計画におけるSDGsへの役割.....	3

第2章 現状と課題

1 人口等の状況	4
2 スポーツ施設等の状況	5
3 アンケート調査結果からみえる現状	8
4 宍粟市のスポーツにおける課題.....	10

第3章 計画の基本的な考え方

1 基本理念	11
2 基本目標	12
3 計画の体系	13

第4章 施策の展開

【基本目標1】 ライフステージ等に応じた生涯スポーツの推進.....	14
基本施策(1) 子どものスポーツの推進.....	14
基本施策(2) 成人スポーツの推進.....	16
基本施策(3) 高齢者スポーツの推進.....	16
基本施策(4) 障がい者スポーツの推進.....	17



Ⅰ 計画策定の趣旨

平成23(2011)年に制定されたスポーツ基本法では、スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことはすべての人々の権利であるとされ、スポーツは、青少年の健全育成や地域社会の再生、心身の健康の保持増進、社会経済の発展、我が国の国際的地位の向上等、国民生活において多面にわたる役割を担うとされています。

スポーツ基本法の規定に基づき、令和3年度に国では第3期スポーツ基本計画が、兵庫県においては第2期兵庫県スポーツ推進計画が策定され、「躍動する兵庫」の実現をめざすとされています。

これからの「人生100年時代」の到来の中で、本市においても、スポーツ基本法の趣旨に基づき、すべての市民が心身ともに健康で活躍できる社会をつくるためには、市民一人ひとりが目的に応じて、「いつでも」「どこでも」「いつまでも」スポーツに触れ楽しむことのできる、スポーツを通したまちづくりに取り組む必要があります。

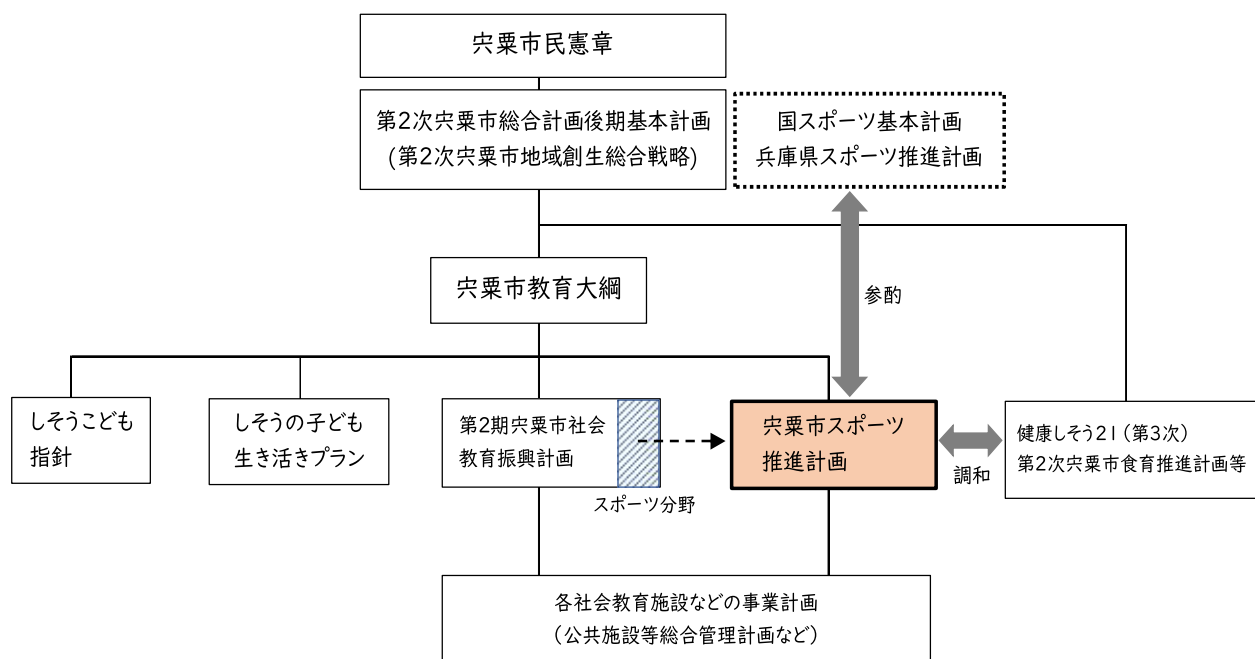
このことから、多様化する課題やニーズに対して積極的、総合的な施策展開の方向性を示した宍粟市スポーツ推進計画を策定し『スポーツのまち宍粟』の実現を図ります。

Ⅱ 計画の位置づけ

宍粟市スポーツ推進計画は、スポーツ基本法第10条に基づき、国のスポーツ基本計画及び兵庫県スポーツ推進計画を参酌した「地方スポーツ推進計画」として策定するものです。

また、本計画は、市の最上位計画である「第2次宍粟市総合計画後期基本計画(第2次宍粟市地域創生総合戦略)」で基本理念として示される“人と自然が輝き みんなで創る 夢のまち”の実現に向け、第2期宍粟市社会教育振興計画、健康しろう21(第3次)等の関連する計画との整合を図りながら、スポーツの視点での施策推進を図るものです。

上位計画等との関係図



3 計画の期間

本計画の期間は、令和5年度から令和14年度までの10年間とします。なお、中間年にあたる令和9年度をめぐり、社会情勢等の変化、施策の進捗状況や目標の達成状況等の検証を行い、必要に応じて見直しを行うものとします。

令和4年度 2022	令和5年度 2023	令和6年度 2024	令和7年度 2025	令和8年度 2026	令和9年度 2027	令和10年度 2028	令和11年度 2029	令和12年度 2030	令和13年度 2031	令和14年度 2032
第2次宍粟市総合計画後期基本計画 （第2次宍粟市地域創生総合戦略） 令和4年度～令和8年度										
第2期宍粟市社会教育振興計画 令和4年度～令和13年度										
宍粟市スポーツ推進計画 令和5年度～令和14年度										
					中間 見直し					
健康しろう21（第3次）及び第2次宍粟市食育推進計画 令和元年度～令和10年度										

4 本計画における『スポーツ』の定義

スポーツ基本法において、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。

また、スポーツ(sport)はその語源から、「気晴らしをする、楽しむ、遊ぶ」といった意味を有しています。

このことをふまえ、宍粟市スポーツ推進計画では、勝敗や記録を競う競技スポーツだけでなく、生涯を通じて楽しむスポーツ、子どもの大きくからだを使った運動遊び、また体力づくりや介護予防を目的とした軽運動、地域等で交流的に行っているレクリエーション的なスポーツ、さらには個人で行うウォーキングや軽い体操、レクリエーション活動などを含んだ、幅広い活動の総称として『スポーツ』を用いることとします。

5 本計画におけるSDGsへの役割

スポーツは、SDGs(持続可能な開発目標)において、世界的な課題に取り組んでいくための必要不可欠なツールであるとされています。目標のひとつである「すべての人に健康と福祉を」では、スポーツを行うことは健康問題の解決につながり、さらに「質の高い教育をみんなに」の目標においては、スポーツによって就学率や出席率、成績を高めることができるかとされています。

本計画においては、これらSDGsが掲げる持続可能な社会構築の達成に向けた、本市のスポーツ分野における施策を示していくものとします。



第2章



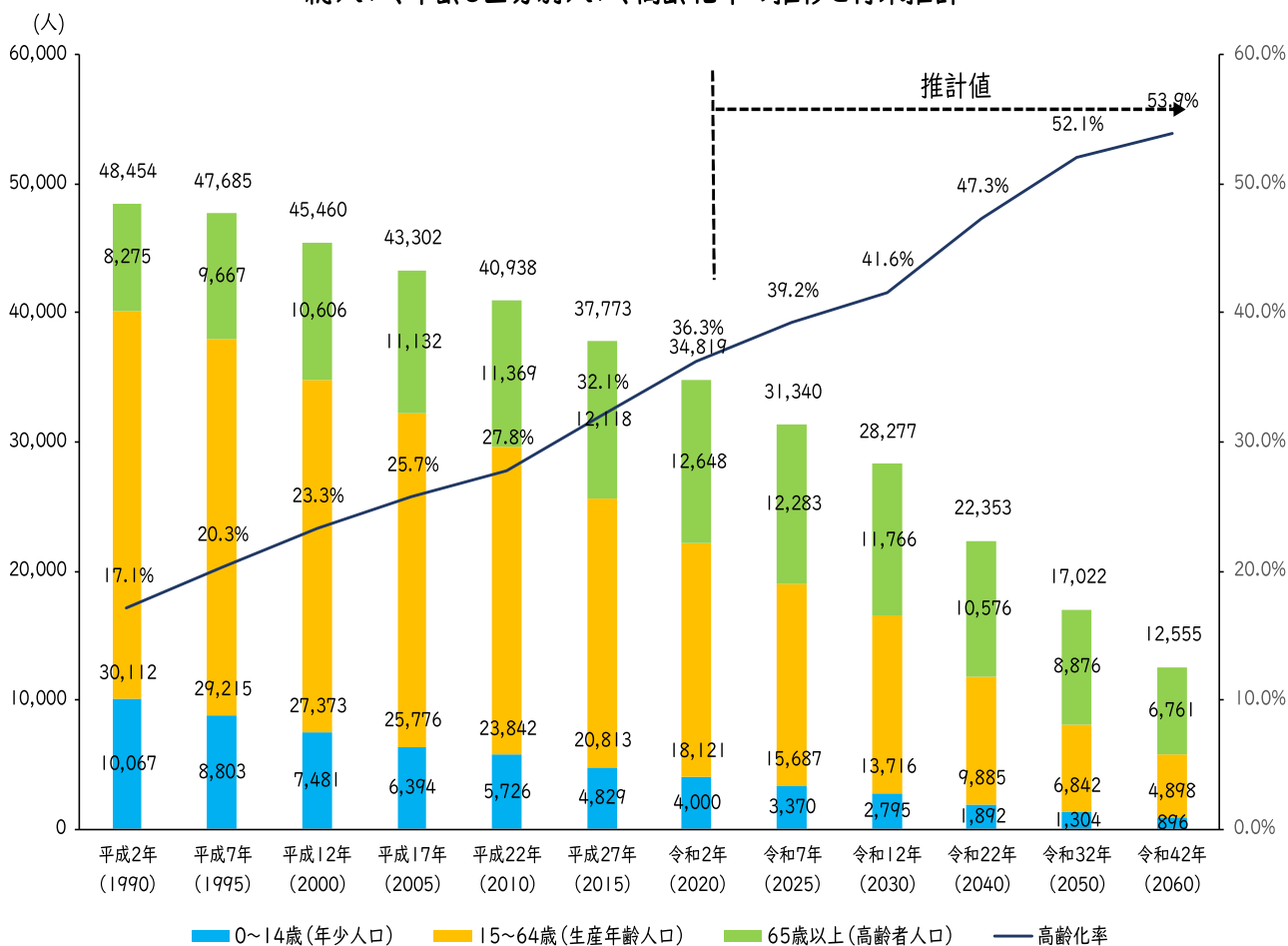
現状と課題

Ⅰ 人口等の状況

本市の人口は恒常的に減少を続け、令和2（2020）年では34,819人となっており、平成2（1990）年から30年間で28.1%の減少となっています。特に年少人口（0～14歳）が6割減となる一方で、高齢者人口（65歳以上）は5割増加しています。

将来推計をみると、今後も人口は減少し続け、令和7年（2025）年には31,340人となり、さらに長期的には令和42（2060）年で12,555人、65歳以上の高齢化率は50%を超えると予測されています。

総人口、年齢3区分別人口、高齢化率の推移と将来推計



資料：第2次大栗市総合計画後期基本計画
(第2次大栗市地域創生総合戦略)

2 スポーツ施設等の状況

(1) スポーツ施設の整備状況

① 公共スポーツ施設数

市内の公共スポーツ施設の整備状況は以下のとおりとなっています。山崎スポーツセンターをはじめとした複合スポーツ施設のほか、屋内プール、多目的グラウンドなどの公共スポーツ施設を整備しています。

市内公共スポーツ施設等一覧

【スポーツ施設】

施設名	種別
山崎スポーツセンター	体育館
	武道場
	野球場
	第2グラウンド
	テニスコート
	多目的コート
スポニックパークー宮	体育館
	武道場
	多目的室
	トレーニング室
	野球場
	テニスコート
	パターゴルフ場
	屋内プール
一宮ウッディパークキャンプ場	コテージ
	キャンプ場
波賀B&G海洋センター	体育館
	武道場
	ミーティングルーム
	屋内プール
波賀総合スポーツ公園	野球場
	テニスコート
	フットサルコート
波賀市民グラウンド	グラウンド
波賀ふれあいサロン	ふれあいサロン
千種B&G海洋センター	屋内プール

【運動公園】

施設名
本多公園グラウンド
神野運動公園
土万運動公園
御形公園広場

※市条例で社会体育施設として位置付けされているものを掲載

② 公共スポーツ施設の築年数

本市のスポーツ施設は、市民の利便性・安全性の向上のため、施設及び設備の修繕に取り組んでいますが、千種B&G海洋センターを除き、建築から相当年数を経過しており、特に山崎スポーツセンターでは、施設全体として、一般的な法定耐用年数をまもなく迎えようとしています。

主要なスポーツ施設の築年数（令和4年現在）

施設名	種別	建築年度	※耐用年数の目安	耐用年数の超過
山崎スポーツセンター	体育館	昭和54年(1979年)	47年	
	野球場	昭和47年(1972年)	50年	
スポニックスパークー宮	体育館	平成5年(1993年)	22年	○
	野球場	平成2年(1990年)	50年	
	屋内プール	平成4年(1992年)	22年	○
波賀B&G海洋センター	体育館	平成4年(1992年)	47年	
	屋内プール	平成4年(1992年)	47年	
波賀総合スポーツ公園	野球場	平成8年(1996年)	50年	
千種B&G海洋センター	屋内プール	平成28年(2016年)	38年	

※耐用年数は、耐用年数省令（財務省）及び大栗市公共施設等総合管理計画の個別計画による。

※スポニックスパークー宮（体育館・屋内プール）については、木造建築のため耐用年数の目安としては22年とされている。

(2) スポーツ施設の利用状況

公共スポーツ施設の利用状況は、屋内プールや体育館、野球場などを中心に、令和元年度では157,196人の利用があり増加傾向でありましたが、令和2年度以降は新型コロナウイルス感染拡大による施設の利用制限等の影響により利用者数は減となっています。

また、市内学校施設（体育館、グラウンド等）については、夜間や休日等の一般開放を行っており、新型コロナウイルス感染症の影響がなかった令和元年度では、192団体、18,984人の利用がありました。

市内主なスポーツ施設の利用状況

単位：人

施設名	種別	利用者数					
		平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度
山崎スポーツセンター	体育館	14,415	17,872	15,601	16,540	11,371	3,525
	武道場	3,800	2,369	3,320	3,238	2,078	550
	野球場	11,581	9,782	10,146	9,634	4,934	2,555
	第2グラウンド	2,903	2,880	1,601	1,254	1,646	1,286
	テニスコート	1,038	894	552	542	573	259
	多目的コート	697	1,320	1,542	2,072	1,695	1,172
	小計	34,434	35,117	32,762	33,280	22,297	9,347
スポニックスパーク宮	体育館	15,829	16,402	15,298	15,304	8,098	7,644
	武道場	3,792	2,680	2,936	4,005	1,891	1,942
	多目的室	2,347	2,812	2,345	2,055	1,412	1,421
	トレーニング室	1,105	1,379	2,039	2,900	1,440	1,006
	野球場	13,309	13,194	12,871	14,518	4,637	3,160
	テニスコート	4,181	3,890	3,401	4,034	2,241	2,045
	パターゴルフ場	397	345	306	455	324	270
	屋内プール	33,879	33,546	35,093	40,500	32,579	28,267
	コテージ	3,488	2,996	3,095	3,727	2,352	2,424
	小計	78,327	77,244	77,384	87,498	54,974	48,179
ウッディパーク宮	キャンプ場	267	428	374	629	390	607
波賀B&G海洋センター	体育館	10,072	7,218	7,609	6,121	4,742	8,388
	武道場	4,100	4,271	4,090	2,838	1,092	1,722
	ミーティングルーム	1,299	751	947	577	368	564
	屋内プール	1,619	1,673	1,161	1,084	0	583
	小計	17,090	13,913	13,807	10,620	6,202	11,257
波賀総合スポーツ公園	野球場	9,331	10,105	8,152	6,124	5,503	5,535
	テニスコート	197	136	36	59	56	16
	フットサルコート	733	364	630	1,990	2,348	1,638
	小計	10,261	10,605	8,818	8,173	7,907	7,189
波賀市民グラウンド	グラウンド	2,974	3,542	4,105	4,256	1,901	1,279
波賀ふれあいサロン	ふれあいサロン	796	511	429	392	152	93
千種B&G海洋センター	屋内プール	10,570	11,148	11,477	12,348	9,026	8,720
合計		154,719	152,508	149,156	157,196	102,849	86,671

市内学校施設におけるスポーツ利用状況【令和元年度】

小学校（12校）、中学校（7校）

単位：団体、人

施設区分	団体数（のべ数）	利用者数（のべ数）
体育館、武道場等	170	15,150
グラウンド	22	3,834

※年度は新型コロナウイルス感染症の影響前としています。

資料：所管課保有資料

3 アンケート調査結果からみえる現状

(1) 市民(16歳以上)のスポーツの実施状況

本市の週1回以上のスポーツ実施率は、新型コロナウイルス感染症の影響を受ける前では54.6%に対し、影響を受けた後では49.5%と減少しています。年代別でみると、30～60歳代の実施率が低いことが調査結果に表れていました。

また、市内のスポーツ活動を盛んにするために必要だと思うことについて、「初心者気軽に参加できるスポーツや運動教室を充実させる」の割合が46.6%と最も高くなっています。この結果は、今後新しく行ってみたい、または今後も続けていきたいと思うスポーツや運動として、「ウォーキング、散歩」「体操(ラジオ体操、エクササイズ、ヨガなどを含む)」「登山、トレッキング、ハイキング」の割合が高いことからもうかがえます。

(2) スポーツを行う目的

スポーツや運動を行う理由や目的として、「健康維持・体力づくりのため」の割合が51.7%と最も高く、次いで「運動不足解消のため」の割合が42.8%、「楽しみや、気晴らしとして」の割合が20.8%となっています。

これらの結果から、健康・体力づくりが図られるという効果を期待してスポーツを行っている人が多く、市民の健康志向、体力づくりへの関心が高いことがうかがえます。

(3) スポーツをしない理由

スポーツをしない理由についてアンケート調査を行ったところ、「仕事や家事が忙しく時間がないから」の割合が37.3%と最も高く、次いで「機会がなかったから」の割合が18.6%、「仕事で体を動かしているから」の割合が16.1%となっています。

(4) スポーツをみる・ささえる頻度

市民のスポーツ観戦について、現地での観戦では「観戦しなかった」の割合が36.8%と最も高かったのに対し、テレビやラジオ、インターネットでの観戦では「野球」の割合が64.5%と最も高く、「観戦しなかった」の割合は5.6%となっています。また、スポーツを観戦して感じたことについて、「感動した」の割合が61.9%と最も高く、次いで「次回も観戦したいと思った」の割合が42.4%、「元気が出た」の割合が34.2%となっています。これらのことから、スポーツに関心・興味をもつ人は一定数いることがわかります。

一方、スポーツをささえる活動に関わったかの問いについて、「関わらなかった」の割

合が66.8%と高くなっています。

市民のスポーツを「みる」割合から、スポーツへの関心は高く、今後の工夫により、スポーツを「ささえる」関わりを拡充できる可能性があります。

(5) 市のスポーツ・運動環境

この1年間の本市のスポーツ公共施設の利用について、「利用したことがない」の割合が69.2%となっています。

また、地域住民が主体となって運営するスポーツクラブ21や市民のスポーツ・運動のクラブ・同好会の利用・加入の割合は2割を下回っています。

さらに、宍粟50名山について、「知らない」の割合が3割を下回っているのに対し、「登山に挑戦したことがない」の割合が7割を超えています。

(6) 市のスポーツに関する取組

本市が実施している高齢者、障がい者（介助者含む）、中学生以下を対象としたスポーツ施設の使用料を無料にする制度の認知度について、「知らない」の割合が70.9%となっており、特に10・20歳代では80%を超えています。

また、高齢者を対象としたいいき百歳体操の参加について、「参加している」の割合は22.6%となっています。

(7) 子どもの運動・スポーツの状況

子どもが園所や学校以外で運動やスポーツを行っている割合は、就学前児童で43.5%、小学生で59.3%となっています。また、中学生では、体育の授業以外で運動やスポーツを週に3日以上行っている割合は86.5%（部活動を含む）となっています。就学前児童においては、運動やスポーツをしていない理由として、「送り迎え等の家庭の事情」の割合が高くなっています。なお、実施しているスポーツについては、就学前児童、小学生ともに「水泳」の割合が高くなっています。

一方、運動やスポーツが「好き」の割合は、就学前児童で95.4%、小学生で78.6%、中学生で65.7%（「するのが好き」、「見るのもするの好き」の合計）と年代が高くなるにつれて低くなっている傾向があります。

また、市が実施するスポーツ教室について、「好きな種目があれば行きたい」の割合が就学前児童で63.7%、小学生で66.2%、中学生で40.4%となっています。

4 宍粟市のスポーツにおける課題

(1) 生涯スポーツの推進

子どものスポーツの実施状況について、就学前及び小学校児童については、園所・学校以外での運動習慣が定着していない状況があります。また、中学校では部活動などの取組によって一定の運動習慣は定着していると考えられます。このような中、子どもの体力について、令和3年度に実施された「全国体力・運動能力、運動習慣等調査（小学校5年生、中学校2年生を対象）」の結果によると、小学校では『上体起こし』『反復横とび』、中学校では『長座体前屈』などで全国平均を下回っている状況にあり、幼児期から成長期を見通した身体の柔軟性を意識した取組が必要となっています。

また、成人においては、週1日以上スポーツ実施率は54.6%で、国（56.4%）や県（62.7%）に比べ低くなっています。

アンケートでは、今後、行ってみたい、続けていきたいと思うスポーツや運動として、「ウォーキング、散歩」「体操（ラジオ体操、エクササイズ、ヨガなどを含む）」など身近で気軽にできるものの割合が高くなっていることから、子どもから高齢者、障がいのある人、それぞれのライフステージに応じて、生涯継続してスポーツに触れ楽しむことができる取組が必要です。

(2) ささえるスポーツの推進

本市のスポーツ事業については、体育協会、スポーツ推進委員会、スポーツクラブ21などが主体となって展開していますが、人材確保や指導者育成など、それぞれの団体で課題があります。

また、スポーツを「ささえる」取組に関わった市民の割合も、25.4%と低い状況となっています。

今後、スポーツへの関わり方として、自ら「する」ことや「みる」ことだけでなく、「ささえる（サポート）」環境づくりとともに、スポーツ関係団体とのさらなる連携や協働が、本市のスポーツの活性化に必要です。

(3) 地域資源の有効活用

過去1年間、市のスポーツ施設を利用しなかった人は69.2%という状況にあります。さらに、スポーツ施設利用料についての減免制度を設けていますが、70.9%の人が制度を知らない状況となっています。

また、市が整備しているウォーキングコースや宍粟50名山の登山についても、一定の認知度はあるものの、利用したことがない人が多い状況となっています。

市のスポーツ施設については、市民の利便性を図るための取組を行っていますが、周知の方法等、情報提供に課題があります。あわせて、市民の安全利用のための適切な施設維持を図っていく必要があります。

本市では、自然や地域資源を活かした観光施策を推進しており、スポーツツーリズムによる交流人口の増加など、まちの活性化につながる取組も期待されています。

第3章



計画の基本的な考え方

Ⅰ 基本理念

宍粟市の最上位計画である「第2次宍粟市総合計画後期基本計画（第2次宍粟市地域創生総合戦略）」において、まちの将来像の理念として『人と自然が輝き みんなで創る夢のまち』を掲げています。

この将来像の実現に向けた、宍粟市におけるスポーツ分野でのめざすべき方向性を、

- 1 すべての市民が「いつでも」「どこでも」「いつまでも」スポーツに触れ楽しむことができること
- 2 スポーツを通して、心身の健康と幸福を実感できること
- 3 スポーツを通して「人づくり」「仲間づくり」「地域づくり」につなげていくこと
- 4 宍粟市の豊かな資源を活かしたスポーツを通して、次世代への「まちづくり」につなげていくこと

とし、宍粟市スポーツ推進計画における基本理念を次のとおり定めます。

【 基 本 理 念 】

スポーツを通し 元気で生きがいあふれる 健幸のまち

※「健幸」とは、『健康』と『幸福』の造語で、心身の健康と幸福を実感できるという意味を込めています。

2 基本目標

基本理念をふまえ、今後10年間におけるスポーツ推進の基本目標を次の3つとし、取組を進めていきます。

基本目標1 ライフステージ等に応じた生涯スポーツの推進

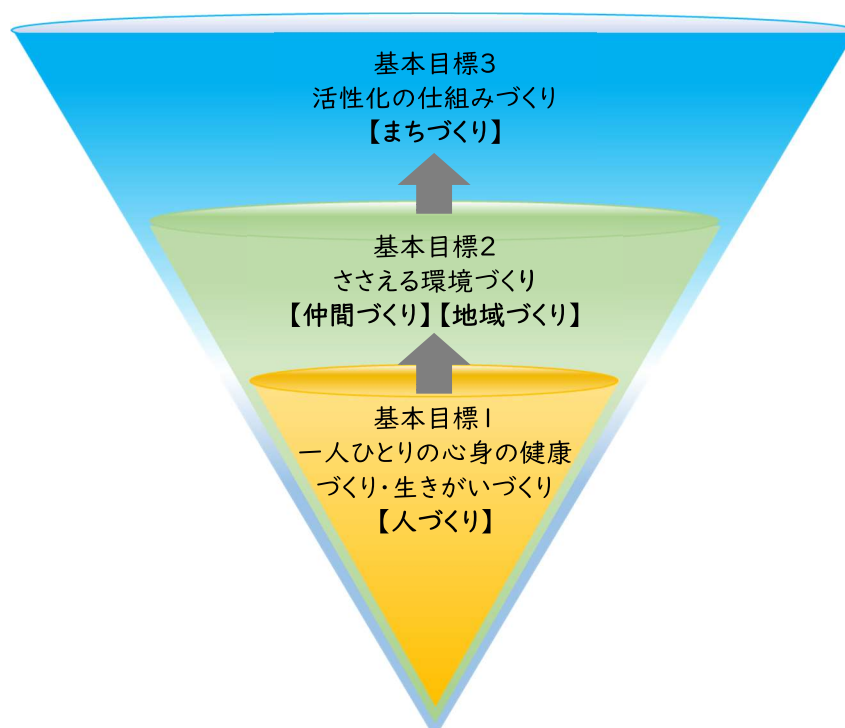
幼児期から高齢期、また障がいのある人など、市民一人ひとりが、それぞれのライフステージや多様性に応じたスポーツに取り組むことで、体力の向上、健康の保持増進、生きがいや幸福を実感し、スポーツを通した「人づくり」につなげていきます。

基本目標2 スポーツをささえる環境づくり

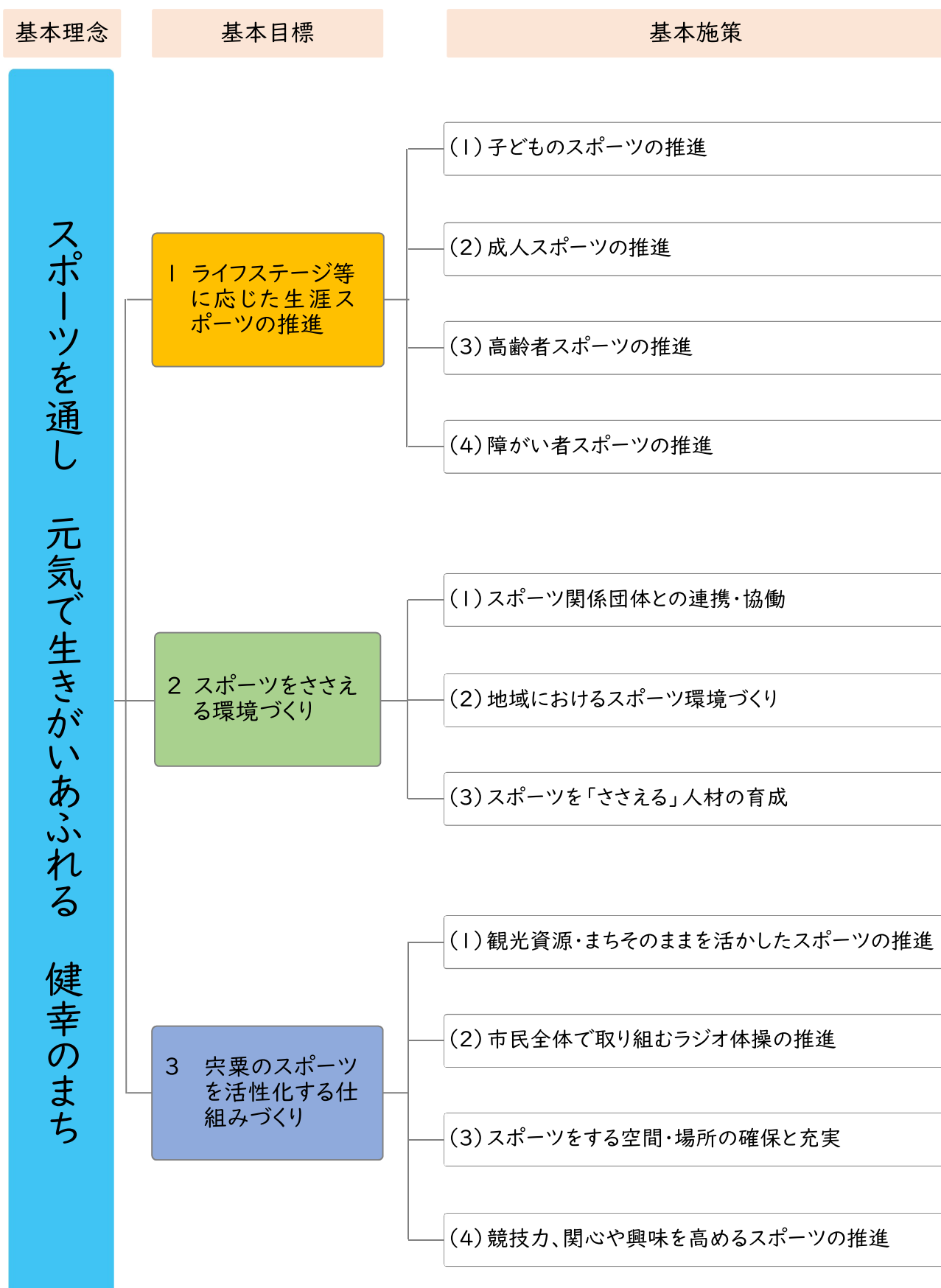
宍粟市では、体育協会やスポーツ推進委員会、スポーツクラブ21などのスポーツ関係団体が、各種スポーツの推進に寄与しています。少子高齢化が進む中で、宍粟市のスポーツをささえる環境を再構築し、スポーツを通した「仲間づくり」「地域づくり」につなげていきます。

基本目標3 宍粟のスポーツを活性化する仕組みづくり

宍粟市が有する資源（自然、施設など）を有効活用するほか、宍粟市ならではのスポーツを展開できる仕組みを構築し、スポーツを通した「まちづくり」につなげていきます。



3 計画の体系



第4章 施策の展開

基本目標Ⅰ ライフステージ等に応じた生涯スポーツの推進

【目標数値】

指標名	単位	現状値(R3)	目標値(R14)
子どもの体力	—	①小学生(男子) 8種目中4種目で全国平均を下回る ②小学生(女子) 8種目中1種目で全国平均を下回る ③中学生(男子) 8種目中4種目で全国平均を下回る ④中学生(女子) 8種目中1種目で全国平均を下回る	小学生、中学生とも 全国平均以上
市民の週1回以上運動・スポーツを行っている割合	%	54.6	70.0

※子どもの体力は「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」による

基本施策(Ⅰ) 子どものスポーツの推進

《施策の方向》

ライフスタイルの多様化、さらには新型コロナウイルスの影響を要因として、子どもが屋外で体を動かす機会や環境が少なくなっており、それに伴って身体の柔軟性など体力の低下を招いています。

幼児期からスポーツに触れることは、生涯にわたって健康や体力を保持増進していくための基礎となることから、一貫性のある子どものスポーツの推進に取り組みます。

また、中学校部活動については、少子化や教員の働き方改革を背景に、学校単位から地域単位の取組として進めていくことが国の方針として示されていることから、長期的な視点で、子どもたちにとって望ましい部活動のあり方、体制を構築していきます。

《具体的取組》

■幼児のスポーツ

【取組Ⅰ】

市内幼稚園、保育所及びこども園において、リズムジャンプやボール投げをはじめとした、大きく体を使った運動あそびを『しーたんチャレンジ』として今後も引き続き実施し、運動を継続的に実施する資質や能力を培います。



【取組2】

幼稚園教諭や保育士を対象とした指導についての研修を実施し、専門的なアドバイスを受けながら、子どもの苦手な分野の克服に各園所が主体的に取り組める環境を整えます。

【取組3】

子育て支援として実施している、親子参加型の体操教室を継続し、体を動かす楽しさや喜びの醸成を図ります。

■青少年のスポーツ

【取組1】

小学生を対象としたカヌー教室やスキー教室、さらにはニュースポーツなどの体験教室を実施し、スポーツの楽しさや喜びを感じ、自らスポーツをする意欲の醸成を図ります。

【取組2】

授業や休み時間の過ごし方の改善などを通じて、体力・運動能力の向上と運動好きの子どもを増やし、生涯にわたって運動・スポーツに親しむための基礎づくりをめざすことを目的として、『しーたんチャレンジ』に取り組みます。あわせて、全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果をもとに児童生徒の課題を検証し、課題のある部分については体育の授業など学校教育と連携し、克服に向けた運動にも取り組みます。



【取組3】

中学校部活動については、国から示された段階的な地域移行の方針をふまえ、地域、学校、行政等が連携し、本市の実情に応じた課題をふまえつつ、年次的目標をもって改革を進めます。改革にあたっては、今後の生徒数を見通した活動種目、内容のあり方や、これまで子どもたちが部活動を通じて培ってきた「仲間との連帯感」「心身の鍛錬」「自己実現能力」も大切にしながら検討を進めていきます。

【取組4】

高等学校について、本市には3つの県立高校があり、魅力ある学校づくりとして特色ある部活動に取り組む学校については、教育振興のひとつとして引き続き活動支援を行います。

基本施策(2) 成人スポーツの推進

《施策の方向》

成人期では、市民の多くが健康や体力の保持増進、ストレスの解消、仲間づくりを目的として継続的にスポーツを行っていますが、一方で、働き盛り世代や子育て世代は、時間的にスポーツが行えていない状況にあります。

体を動かす機会の減少は、生活習慣病につながる原因にもなり得ることから、運動習慣を身につけることに視点をおき、それぞれのライフスタイルに沿った気軽に行えるスポーツの推進を図ります。

《具体的取組》

【取組1】

健康を意識したスポーツへのきっかけづくりとして、各種イベントで実施している市民の体力測定など、自身の健康についての『見える化』に取り組みます。

【取組2】

市が推奨するウォーキングについて、気軽に自ら取り組めるスポーツとして推進していきます。推進にあたっては、市内のウォーキングコース、ウォーキング教室やイベント、さらにはウォーキングの効果などについて積極的にPRを行います。



【取組3】

子育て世代の親子で楽しむ、キャンプや登山、サイクリングなどのアウトドアスポーツを観光分野と連携しながら推進していきます。

【取組4】

家事や育児、仕事で忙しい世代が、気軽に参加しやすいスポーツプログラムによるイベントや教室を実施します。

【取組5】

スポーツ関係団体と連携したイベントや大会を実施し、市民が継続的にスポーツを行える環境を維持します。

基本施策(3) 高齢者スポーツの推進

《施策の方向》

高齢者が健康でいきいきと活躍し続けることは、個人の生活の質的向上はもとより、医療費等の社会保障費が抑制されるなど社会的課題の解決にもつながります。

このことから、健康寿命の延伸に向け、スポーツのもつ健康や体力づくりの効果について正しい知識を啓発し、日常生活の中で運動量を増やす取組とともに、体だけでなく脳を動かす取組についてもあわせて推進していきます。

《具体的取組》

【取組1】

「いきいき百歳体操」については、自治会単位を中心とした取組として積極的に普及・啓発を行い、健康づくりや介護予防につなげていきます。

【取組2】

地域やサークルなどの要望に応じて、高齢期における運動の方法や体の使い方など、健康を維持するための指導に取り組みます。



【取組3】

健康体操に積極的に取り組まれている団体について、取組の輪が広がるよう、活動内容のPRなど側面から支援していきます。

【取組4】

グラウンドゴルフ大会をはじめとした高齢者スポーツイベントについては、更なる高齢者間の交流と健康保持増進につながるよう取組を支援します。

【取組5】

生涯学習として取り組まれている将棋や囲碁教室などについては、頭脳のスポーツとして、多世代交流も含めた取組として推進します。

【取組6】

気軽に取り組めるニュースポーツについて、スポーツ推進委員会を中心としながら体験教室などを実施していきます。

基本施策(4) 障がい者スポーツの推進

《施策の方向》

障がいのある人がスポーツに参加できる機会を創出し、スポーツに触れ楽しむことで、積極的な社会参加と自立した生活のきっかけとなるよう取組を進めます。

また、多様な障がいのある人の存在を念頭におきつつ、地域、福祉関係団体等と連携しながら、すべての人が障がいスポーツへの関わりを高めていく取組を推進していきます。

《具体的取組》

【取組1】

障がいのある人が、自身の興味や関心に合わせて参加しやすい、スポーツ、レクリエーション体験会や大会を福祉関係機関、団体と連携しながら開催します。

【取組2】

パラスポーツであるボッチャ等の普及・啓発を進め、障がいのある人もない人も一緒に楽しむことのできるイベントを開催します。



【取組3】

市民のパラスポーツへの理解を深めるため、スポーツ推進委員等への研修会を実施し、率先して普及・啓発ができる人材を育成します。

基本目標2 スポーツをささえる環境づくり

【 目標数値 】

指標名	単位	現状値	目標値(R14)
学校開放による体育館等利用者数	人／年	18,984 (R1)	19,000
体育協会役員、スポーツ推進委員会 への女性登用率	%	8.7 (R4)	30.0

※学校開放による体育館等利用者数は、新型コロナウイルス感染症影響前の数値を現状値に設定

基本施策(1) スポーツ関係団体との連携・協働

《施策の方向》

本市を代表するスポーツ団体である宍粟市体育協会は、13競技の協会を統括し、各種スポーツ大会や教室、講習会などの実施により、市民の体力増進と健全な精神の涵養に大きく寄与しています。また、市の機関であるスポーツ推進委員会は、地域へのスポーツ普及・啓発という役割を担う中で、誰でも気軽にできるスポーツを推進しています。

このような中、全市的なスポーツ大会やイベント等については、この2団体が核となって企画から運営に携わっており、今後においても、中心的役割を担う組織として位置付ける中で、市、関係団体と連携・協働しながら持続可能な取組を推進していきます。

《具体的取組》

【取組1】

毎年4月に開催している『宍粟市さつきマラソン大会』については、開催時期に特徴があることから、これまでも全国から多くの参加があります。企画・運営にあたっては、体育協会並びにスポーツ推進委員会が中心となって取り組んでいます。宍粟市さつきマラソン大会は本市の代表的なスポーツイベントであり、引き続き地域、関係機関等と連携を密にしながら大会を継続していきます。



【取組2】

体育協会役員並びにスポーツ推進委員会への女性参画を促進し、新たな視点でのスポーツ事業の展開と組織の活性化をめざします。

【取組3】

体育協会主催事業について、市民のスポーツニーズに応じた大会やイベントの開催など創意あふれる事業が展開できるよう、市内企業の協力も得ながら取組を促進していきます。

【取組4】

スポーツ推進委員会について、全市的な取組のほか支部単位における独自性のある取組が新たに展開できるよう、地域との連携と協働を推進します。

基本施策(2) 地域におけるスポーツ環境づくり

《施策の方向》

スポーツを身近に行う上で、自治会や地区などを単位とした活動は大変重要であり、地域コミュニティの維持・発展を図るための取組のひとつであるといえます。

このことから、地域における世代間交流を図るスポーツの推進、またその環境を形成していくための体制づくりに取り組みます。

《具体的取組》

【取組1】

地域で身近にスポーツができる環境づくりとして、学校施設の夜間・休日の地域開放に引き続き取り組み、グループ活動や多世代交流など、地域コミュニティの活性化を促進します。

※基本目標3_基本施策(3)の取組にも記載

【取組2】

多世代の誰でも楽しめるニュースポーツを、自治会の地域づくり活動のひとつとして定着できるよう、スポーツ推進委員会の地域への普及・啓発事業を推進します。

【取組3】

福祉分野の施策と連携しながら、健康づくりとして地域ぐるみでスポーツに取り組めるよう理解を深めていきます。

【取組4】

小学校区単位で設置されているスポーツクラブ21については、人口減少やクラブを運営できる人材の減少により活動自体が困難となっているところがあります。このことから、現在の小学校区単位から範囲を拡大したクラブの整理・統合などにより、地域における総合型スポーツクラブとして新たに活性化させる仕組みについて検討を進めていきます。なお、検討にあたっては、設立当初の意義もふまえ、地域と協議を重ねていきます。



基本施策(3) スポーツを「ささえる」人材の育成

《施策の方向》

生涯スポーツ社会の実現に向けては、スポーツを「する」だけでなく、団体運営、大会やイベントの運営などに携わる人材、また、子どもから高齢者、障がいのある人など多様な主体のスポーツニーズに対応する指導者等、スポーツを「ささえる」人材の育成が必要です。

このことから、スポーツをささえ、人をつなぎ地域をつなぐ役割を担う人材の育成と新たな発掘に取り組めます。

《具体的取組》

【取組1】

スポーツ推進委員は、スポーツを推進していく上で、市民、地域及び学校等をつなぎ結びつけるコーディネーターとしての役割を担っています。このことから、ニュースポーツをはじめとした指導者講習会や研修会など積極的な参加を促し、地域スポーツをささえる核となるよう取組を進めます。



【取組2】

スポーツ少年団について、日本スポーツ少年団や日本スポーツ協会などが実施する指導者講習会や各種研修会への参加を働きかけ、指導者の資質向上と継続的な活動につなげていきます。

【取組3】

地域や学校などにおけるスポーツニーズに応えるための指導者発掘として、(仮称)指導者人材バンク制度の検討を進め、生涯スポーツをささえるための環境づくりに努めます。

【取組4】

小中学校では、運動会や体育祭などで、自ら「する」だけでなく、「みる(応援)」ことや、「ささえる(準備、運営)」経験をします。このような運動やスポーツへの多様な関わり方を、体育の授業や学校行事等で学び、体験することで、生涯スポーツを担う人材の育成を図ります。



基本目標3 宍粟のスポーツを活性化する仕組みづくり

【目標数値】

指標名	単位	現状値	目標値(R14)
市内スポーツ施設利用者数	人／年	157,196(R1)	157,000
ラジオ体操推進団体・事業所数	団体	16(R3)	50
音水湖利活用による利用者数	人／年	11,743(R1)	13,000
スポーツや競技で全国大会などに 出場する個人または団体数	件／年	35(R3)	47

※市内スポーツ施設、音水湖利活用による利用者数は、新型コロナウイルス感染症影響前の数値を現状値に設定
(市内スポーツ施設は、スポニックパークー宮コテージ及びウッディパークー宮キャンプ場利用者を含む)

基本施策(1) 観光資源・まちそのまをを活かしたスポーツの推進

＜施策の方向＞

現代は、「モノ」以上に「コト(＝体験)」が強く求められる傾向があり、スポーツを含めた体験や思い出づくりに価値を感じる人が多くなっており、その要望を満たすコンテンツのひとつとして、スポーツツーリズム(スポーツによる観光)が注目されています。その中でも特に、自然資源を活かしたスポーツ体験やレクリエーション活動が盛んとなっています。本市は、先人が引き継いできた豊かな自然とまちなみを有しており、その保全と新たな観光資源としての発展をめざす中で、スポーツをその発展に向けた取組のひとつとして推進します。

＜具体的取組＞

【取組1】

音水湖を活用したスポーツとして取り組んでいるカヌー競技については、各種大会や合宿誘致に引き続き取り組みます。

また、カヌーやSUP体験など湖面の利活用を推進し、観光面での活性化にも取り組みます。

【取組2】

登山、サイクリング、キャンプ、スキーなどについては、観光関係団体・事業者等と連携しながら、市内外の人々のアウトドアスポーツとして推進していきます。

【取組3】

市内に残る遺構やまちなみを巡るウォーキング、森林セラピーによる癒しの実感など、宍粟市の良さを再発掘する取組を推進します。



基本施策(2) 市民全体で取り組むラジオ体操の推進

《施策の方向》

ラジオ体操は、私たち市民が幼児期から夏休みなどで取り組んできた身近で馴染みのある運動です。ラジオ体操の歴史は、1928年(昭和3年)に「国民保健体操」として制定。日本放送協会のラジオ放送で広く普及し、1951年(昭和26年)、1952年(昭和27年)には「ラジオ体操第1」、「ラジオ体操第2」の再構成を経て、今日の「ラジオ体操」として全国に定着してきました。また、1999年(平成11年)には、年齢や性別、障がいの有無を問わず、すべての人々が楽しく安心してできる「みんなの体操」が考案され普及しています。

ラジオ体操については、わずか3分ほどの運動の中で、頭から足先まで、前後、左右、上下と、一通り身体を動かす流れとなっており、継続して実践されている方は、体内年齢や血管年齢、骨密度など健康状態を示す数値が良好であるとの調査結果も示されています。

本市では、ラジオ体操を、すべての市民が気軽に取り組める運動として、企業や団体などへの推奨、しそくチャンネルやしーたん通信などの媒体において推進を図っていますが、この取組をさらに深化させ、個人、地域、まち全体での広がりをめざします。

《具体的取組》

【取組1】

ラジオ体操を習慣づけることにより、バランス良く体幹や姿勢の矯正につながり「身体のメンテナンス(鍛える・正す・助ける)」を行うことができること、ひいては健康年齢等の向上にも効果があることについて積極的に周知を行います。また、正しい身体の動かし方について、スポーツ推進委員会を中心としたラジオ体操教室や講習の機会を充実します。

鍛える……全身のあらゆる筋肉運動(約400以上の筋肉を使う)
正す……体のゆがみを正す(左右均等に体を動かす構成)
助ける……内臓の活性化を助ける(腹部の体幹を刺激する運動)



【取組2】

ラジオ体操を、「いつでも」「どこでも」「いつまでも」気軽に行える市民共通のスポーツとして位置付け、個人からグループ、自治会などの地域コミュニティへ輪を広げていけるよう啓発を進めます。

【取組3】

仕事を始める前にラジオ体操をすることで、身体が活性化し、仕事の生産性の向上、規則正しい生活バランスを整えやすくなるといわれています。このことから、市内企業・事業所におけるラジオ体操の普及促進に継続して取り組みます。

また、各種イベントや大会などの準備運動としてラジオ体操を推奨します。このことにより、身体的効果だけでなく、様々な人が一体となって取り組むことによる満足感や心のふれあいなど、交流やまちづくりにつながることをめざします。

基本施策(3) スポーツをする空間・場所の確保と充実

《施策の方向》

スポーツニーズが多様化する中で、市民が身近に気軽にスポーツを行うためには、その活動の場を確保することが重要です。

これからのスポーツの推進にあたっては、地域における活動の場、市全体における活動の場、さらには、スポーツツーリズムとしての活動の場の確保とその充実に視点をおいて取組を進めます。

《具体的取組》

【取組1】

公共スポーツ施設については、市内に同種の施設が複数点在しています。このうち、体育館、野球場は、市、またはスポーツ団体のスポーツ大会やイベントの拠点として位置づけ、年次的に長寿命化を図りながら市民等の活動の場として維持していきます。また、プールについては、幅広い年齢層での利用がありますが、更なる利用促進に向けて、施設運営を行う指定管理者と連携を図ります。その他の施設については、利用状況を勘案しながら、維持または機能の集約化、用途変更などについて検討を進めていきます。



【取組2】

学校施設については、夜間や休日において地域のスポーツ活動の場として体育館の開放を行っています。管理体制について学校等と調整を行いながら、今後も、地域に開かれた学校づくりのひとつとして取組を継続し、地域スポーツの活性化を図ります。※基本目標2_基本施策(2)の取組にも記載

【取組3】

市民が気軽に行える代表的なウォーキングについては、歩いて楽しいコースの設定やわかりやすいマップの作成を行います。

【取組4】

自然資源や歴史が残るまちなみについては、関係機関・団体と連携しながら適切な保存・管理に努め、スポーツツーリズムによる交流人口の増加とまちの活性化につなげていきます。

基本施策(4) 競技力、関心や興味を高めるスポーツの推進

《施策の方向》

2021年に開催された東京オリンピック・パラリンピックでは、多くの人に夢と感動を与えるとともに、スポーツに興味や関心がなかった人にもスポーツにふれるきっかけとなりました。

人間の可能性や記録に挑戦する競技スポーツは、競い合いの場としてだけでなく、目標に向けて挑戦をする楽しさや苦しさ、達成する喜び、達成できなかった悔しさなどを感じる場でもあり、競技者自身の人間性を高める場でもあります。

このような中、本市においても、トップアスリートをめざす、あるいは将来にわたって競技スポーツを継続していくなど、夢や希望、高い志をもって取り組む市民を支援していきます。

また、スポーツは、自ら「する」だけでなく、観戦などの「みる」ことや、大会ボランティアなど「ささえる」という参画の手法があります。

そのような中、スポーツを「みる」ことについては、市民アンケートの結果からも、その関心や興味の高さがうかがえており、「する」ことが苦手な方でも、違うかたちでスポーツに触れ楽しめるといえます。

このことから、多くの市民にスポーツに関わるきっかけを提供し、スポーツに関心がなかった層を誘引するとともに、必要としている人に的確に情報が届く取組を進め、本市のスポーツの活性化を図ります。

《具体的取組》

【取組1】

競技力の研鑽やスポーツの魅力を感じるための取組として、プロリーグ・クラブチームとの連携などトップアスリートによるスポーツ教室を開催します。



【取組2】

市民の競技意欲の向上や、「みる」スポーツへの取組を促進するため、スポーツ団体や企業等との連携により、トップレベルのスポーツや市民の関心が高いスポーツの大会誘致など観戦の機会の提供に努めます。

【取組3】

音水湖を拠点としたカヌー競技については、大会誘致等知名度の向上と交流人口の増加だけでなく、特色ある宍粟市の競技スポーツとしての定着をめざします。

【取組4】

全国大会出場など、アスリートとして優秀な成績を収められた市民に対しては、その活躍のバックアップとして奨励金制度により支援を行います。

【取組5】

市内で開催される各種スポーツ大会やイベントなどの情報について、広報紙やしそチャンネル、しーたん通信、市公式サイトなどで広く提供を行い、市民が関心や興味をもてるよう取組を進めます。

【取組6】

庁内関係部署で保有または公開しているスポーツに関連する情報について集約を行い、市公式サイトなどで利用者のニーズに沿った検索しやすい仕組みを構築します。

【取組7】

スポーツ施設の利用にあたって、利用料金の減免制度などの情報をわかりやすく提供し、市民のスポーツ施設利用を促進します。



※eスポーツ (Electronic Sports) は、ゲームとスポーツの融合であり、ルールに基づき勝敗を競うことや、頭と身体をフル回転させて行うという意味でも、スポーツ的要素を含んでいます。今後、国や県の動向をふまえながら、ひとつのスポーツとして捉えた検討を行います。



Ⅰ 計画推進のための各主体の役割

本計画に掲げた各施策の推進は、行政だけでなく、市民はもちろんのこと、地域、スポーツ団体、関係機関・事業者など、多様な主体の協働があってはじめて実現できるものです。

今後は、各主体の役割分担のもと、協働・連携を進めていながらネットワークの形成に努め、本市のスポーツを推進していきます。

(1) 市民・地域

健康や体力に関心を持ち、自身にあったスポーツ活動に積極的に取り組みます。

また、地域でのグループ活動や多世代交流活動などを通じて、地域コミュニティの活性化、さらには、スポーツを「ささえる」気運の醸成を図ります。

(2) 宍粟市

本計画の基本理念「スポーツを通し 元気で生きがいあふれる 健幸のまち」を実現するため、スポーツ推進担当課を中心に、庁内関係部署及び関係団体・機関と連絡調整を密にし、地域の資源を有効活用した施策を展開します。

また、市民が安全で安心してスポーツに取り組むことができるよう、関係機関との連携のもと、感染症等の状況や予防対策などについて、スポーツ関係団体への情報提供や指導、助言に努めます。

(3) 学校園所

幼児、児童、生徒の体力向上や運動機会を確保するため、幼稚園・保育所・こども園、小学校及び中学校において、子どもの成長に応じた一貫性のある指導により、学校体育とスポーツ活動を充実します。また、学校施設の一般開放により、地域におけるスポーツ活動の場の創出に協力します。

(4) 福祉・医療等機関

市民の健康づくり、体力づくりのひとつとして、生活の中にスポーツを効果的に取り入れることにより、過度な医療に頼らない“元気で生きがいあふれる 健幸のまち”の実現に向けた各施策への協力・支援を行います。また、幼少期から学童期にかけての発育段階や成人期以降のライフステージにおいて、個々の健康状態に応じた適切な運動指導についての助言を行います。

(5) 宍粟市スポーツ推進委員会

多様なスポーツニーズに対応するため、指導者としての知識や技術の習得に努めるとともに、生涯スポーツの推進役、行政と市民、地域のパイプ役となり、日ごろスポーツをしない人への動機づけや、スポーツの楽しみ方の啓発などを通じて、本計画の実現をめざします。

(6) 宍粟市体育協会等スポーツ団体、関係機関、事業者

スポーツを通じた、心身の健康増進や人づくり、仲間づくり、地域づくりの実現をめざし、スポーツ大会やスポーツ教室の開催などを通じてスポーツの楽しさを提供します。

また、地域資源を活用したスポーツツーリズムを、各種団体・機関と連携・協力しながら展開し、交流も含めたスポーツ人口の拡大につながる活動を展開します。

2 計画の進行管理・評価・見直し

計画は、事務局であるスポーツ推進担当課を中心に、関係部署との情報共有などの連携を図りながら進捗管理を行います。

本計画で掲げた各施策については、PDCA サイクルを実行し、毎年、進捗状況等について、外部委員による点検・評価を行い、評価結果に基づいて、取組内容の見直しや改善につなげていきます。

また、各施策の進捗や数値目標の達成状況、点検・評価結果については、市公式サイトなどにより公表することで、市民や関係団体等の意見を施策へ反映できるよう努めます。特に、本市のスポーツ推進に重要な役割をもつ各種団体・機関の意見については、定期的な意見交換を行うなど、施策や事業の推進に努めます。

PDCAサイクル

