

多摩市スポーツ推進計画のスタートにあたって

私たちが暮らす多摩市は、ニュータウン事業のまち拓きから 50 年を迎え、先人の英知とたゆまぬ努力によって発展してきた大切なまちです。市民が主体的に関わってきたまちづくりの中に、人と人をつなぐ“スポーツ”がありました。多摩市には緑の多い公園がたくさんあります。そして、それらの公園に、身体を動かすスペースやスポーツをする施設を、コミュニティ政策の一つとして整備を進めてきました。

だれもが健康で幸せを実感できる健幸都市の実現のため、2017（平成 29）年 3 月に「健幸都市宣言」を制定し、2019（令和元）年 6 月に策定した「第五次多摩市総合計画 第 3 期基本計画」では、「健幸まちづくりのさらなる推進」を計画の基盤に置き、様々な取り組みを進めています。

本計画では、自分の能力を競い合う競技性の高いものから、ウォーキングやラジオ体操など、気軽に身体を動かす楽しみをメインとしたものまで、スポーツの概念を幅広く捉えています。

スポーツをすることで、健康やリハビリなどの現実的な対価を得るだけではなく、身体を動かす、家から一歩出てみて人と関わるという行動が「心の拠り所」になるのではと思います。

また私たちは、一生懸命スポーツに取り組むアスリートたちの姿を見て、感動を共有し、元気をもらいます。さらに、スポーツ大会にボランティアとして参加したり、地域子どもたちにスポーツを教えたりすることから、やりがいを実感し、人と人とのつながりが生まれていきます。

このように、スポーツは「する」だけではなく、「みる」、「ささえる」など、自分に合った様々な形で関わることができ、スポーツから得られるたくさんの充実感を味わうことは、まさに「心の健康」につながります。ぜひ、身体を動かすことを日常に取り込み、あなたのスポーツライフを創出し、健幸につなげてください。

大変嬉しいことに、市民のスポーツを行っている方（スポーツ実施率）はとても多いことから、引き続き健康のため、楽しみのため、生きがいのためにスポーツ活動を充実させてください。なお、多摩市には日本古来の武道に触れる場所として武道館もございます。ぜひ、お気軽に訪ねてみてください。

本計画を進めていくために“3つの推進力”を定めました。これは、スポーツや健康に関する情報を共有し新たな関係づくりを進めていく「コミュニケーション（Communication）」、多摩市民が培ってきた市民協働を発展させた横断的な協力関係づくりとしての「コラボレーション（Collaboration）」、そして、スポーツを通じた人材の発掘や育成、スポーツを楽しむ文化を育てていく「カルティベーション（Cultivation）」です。この頭文字の“C”をとり、“3C”と呼び、スポーツを通じた豊かなまちづくりを展開して参ります。

ぜひこの計画書を手に取って、市内のスポーツ施設やコミュニティ施設でのスポーツ事業に参加してみてください。きっと、あなたに合ったスポーツが見つかるはずです。

多摩市スポーツ推進計画 目次

I	スポーツ推進計画とは	1
1	スポーツ推進計画とは	3
2	計画策定の趣旨	5
3	計画の期間	5
4	スポーツの基本的な考え方	6
II	基本理念・基本目標	9
1	多摩市の特長・課題	11
2	基本理念	14
3	基本目標	15
4	施策体系の考え方	16
5	施策の体系	18
III	施策の展開	21
1	スポーツに触れる	23
2	スポーツを楽しむ	28
3	スポーツを継続する	34
4	スポーツライフを創出する	39
5	まちづくりへつなげる	43
IV	計画の推進	49
	推進に向けて～3つの推進力"3C"～	51
	計画の進捗確認	53
	参考資料	55
	策定経緯	57
	多摩市スポーツ推進審議会 委員名簿	59
	多摩市スポーツ推進計画検討委員会 委員名簿	59
	市内公立スポーツ施設一覧	60
	市民アンケート調査結果〈概要〉	62
	市民ワークショップ開催結果〈概要〉	70
	グループヒアリング実施結果〈概要〉	70



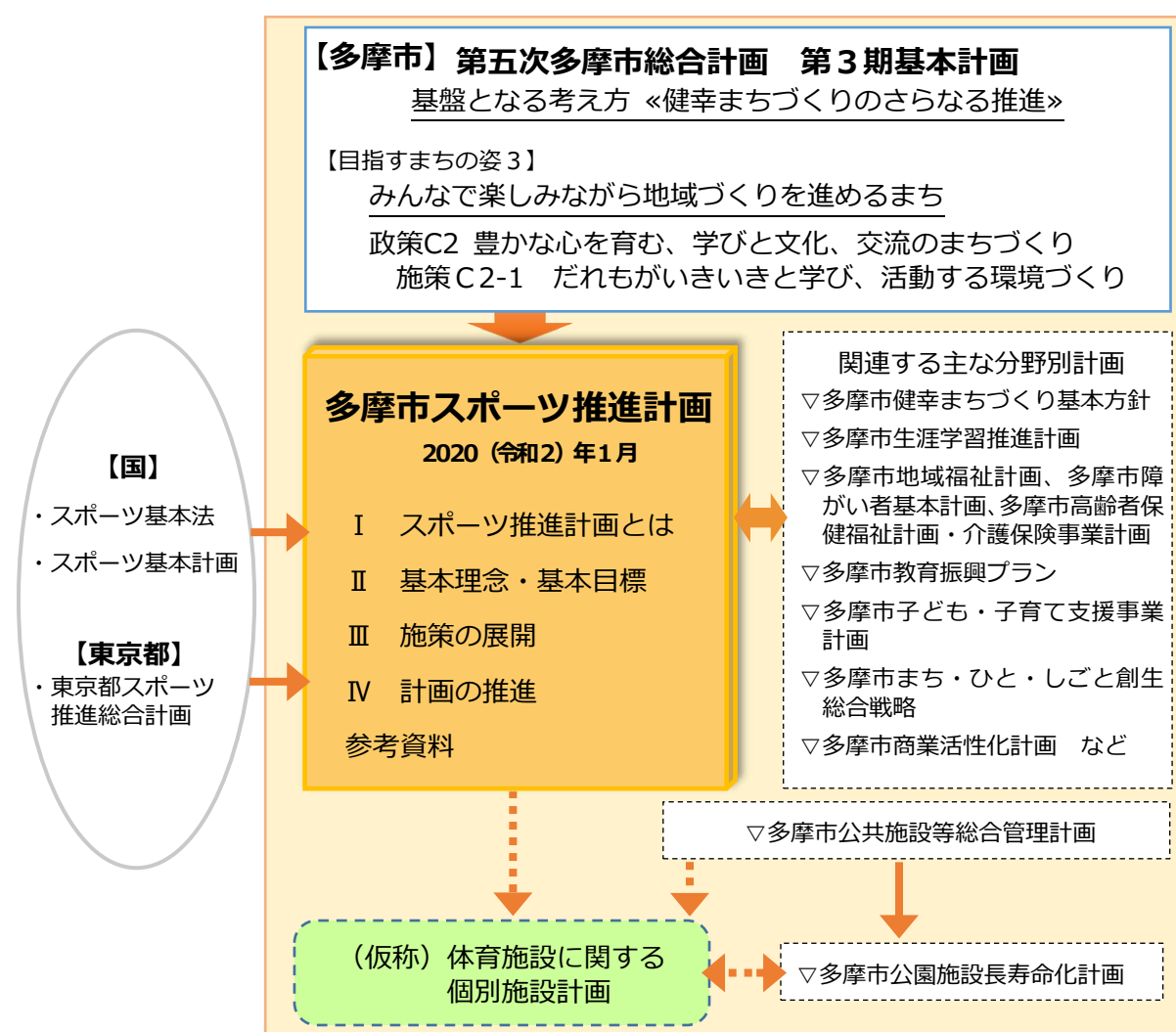
I スポーツ推進計画とは



1 スポーツ推進計画とは

『スポーツ推進計画』は、スポーツ基本法第9条に基づいて国が策定した『スポーツ基本計画』を参考としつつ、同法第10条に基づく地方スポーツ推進計画として位置付けられます。

計画の策定にあたっては、本市のまちづくりの基本的な方向性を示した『第五次多摩市総合計画』や、現在市のスポーツ振興の指針となっている『生涯学習推進計画』をはじめ、健康・福祉、教育、産業振興などの各分野の関連計画との連携も含めて、広い意味での本市のまちづくりにスポーツの推進を通じて寄与する計画として策定します。



スポーツ施設について、本計画では、既存のスポーツ施設を有効に活用しながら施設の老朽化や利用者ニーズなどに即した施設設備の整備・充実を図ることを念頭に置いています。

個々のスポーツ施設の具体的な対応方針などについては、市民のスポーツ活動を支え良好な環境や計画的な施設整備に向けて『(仮称) 体育施設に関する個別施設計画』で決めていきます。

用語解説

健幸まちづくり：市民だれもが健康で幸せに過ごせるまちを目指し、そのための環境を整備する取り組み

〈参考〉 『スポーツ基本法』 2011（平成 23）年 8 月

◆前文(抜粋)

スポーツは、世界共通の人類の文化である。

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。

スポーツ選手の不断の努力は、人間の可能性の極限を追求する有意義な営みであり、こうした努力に基づく国際競技大会における日本人選手の活躍は、国民に誇りと喜び、夢と感動を与え、国民のスポーツへの関心を高めるものである。これらを通じて、スポーツは、我が国社会に活力を生み出し、国民経済の発展に広く寄与するものである。また、スポーツの国際的な交流や貢献が、国際相互理解を促進し、国際平和に大きく貢献するなど、スポーツは、我が国の国際的地位の向上にも極めて重要な役割を果たすものである。

◆第 9 条第 1 項 (抜粋)

文部科学大臣は、スポーツに関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、スポーツの推進に関する基本的な計画「スポーツ基本計画」を定めなければならない。

◆第 10 条第 1 項 (抜粋)

都道府県及び市町村の長は、スポーツ基本計画を参酌して、その地方の実情に即した地方スポーツ推進計画を定めるよう努めるものとする。

〈参考〉 『東京都スポーツ推進総合計画』 2018（平成 30）年 3 月

◆計画期間：2019（令和元）年度～2023（令和 5）年度

◆基本理念：「スポーツの力で東京の未来を創る」

- ◆政策目標**：
- 1 スポーツを通じた健康長寿の達成
 - 2 スポーツを通じた共生社会の実現
 - 3 スポーツを通じた地域・経済の活性化

2 計画策定の趣旨

『スポーツ基本法』の前文では、「スポーツは、世界共通の人類の文化であり、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る」と記しています。

これを踏まえ、市民一人ひとりが自らの意思でスポーツに取り組める環境づくりを進め、本市におけるスポーツ施策を総合的に推進する指針として『多摩市スポーツ推進計画』を策定します。

スポーツには、心の豊かさや充実感、一体感をもたらしてくれるとともに、人々の生活や地域を豊かにする力があります。また、体力の向上や健康の維持・増進、ストレスの解消、仲間づくりや地域コミュニティの活性化などの効果も期待されています。

『多摩市スポーツ推進計画』は、このようなスポーツが有する価値や意義、期待される役割の重要性を踏まえ、スポーツの推進を通じて、本市の豊かで活気あるまちづくりに寄与することを目的として定められた計画です。

本計画は、多くの市民が自らの意思で主体的にスポーツを行うことを推進するとともに、こうした市民の取り組みがスポーツを通じたまちづくりへとつながることを目指しています。

また、本計画は『第五次多摩市総合計画 第3期基本計画』の基盤となる考え方「健幸まちづくりのさらなる推進」を十分踏まえた取り組みの一環となります。

2018(平成30)年度に実施した「多摩市民のスポーツ活動に関する意識調査」によると、週に1回以上の頻度でスポーツを実施している市民の割合は60%を超え、国や東京都全体よりも高い数値になっています。

こうした現状を踏まえ、さらに発展させていくために、目標値としての「スポーツ実施率」等を定めることよりも、市民の主体性が尊重されつつ、市民がスポーツを始めるきっかけとして、本計画があまねく市民に活用されることに努めていきます。

3 計画の期間

計画の期間は2020(令和2)年度から2029(令和11)年度までの10年間の基本とします。

また、計画の進捗状況や社会情勢などの変化に応じて、上位計画である『第五次多摩市総合計画』との整合を図りながら、概ね5年での中間見直しを行います。

4 スポーツの基本的な考え方

1 スポーツの力

■ **スポーツは、喜びや感動を与えてくれます。**

アスリートが真剣に勝負している姿が、多くの人を感動させるように、年齢や性別、国籍、障害の有無などに関わらず、だれもがスポーツから享受できる楽しさは、スポーツが根源的に有している力です。

■ **スポーツは、人間的な成長を促します。**

スポーツを継続的に実施することは、体力向上や健康の維持・増進に寄与するとともに、ルールに基づくゲームを通じて、仲間とのチームワークやフェアプレイの精神を育み、人間的な成長を促します。

■ **スポーツは、人と人とを結びつけます。**

スポーツをみたり、地元チームを応援したりする中で感じる想いを共有したいという気持ちは、人と人とを結びつけ、新たな出会いや交流が生み出され、人の輪が広がる起点になります。

■ **スポーツは、地域づくりにつながります。**

スポーツを通じて、市民と市民、市民と来街者、市民と地元民間企業などとのつながりが生まれ、新たな取り組みが始まり、地域の産業に波及するなど、社会経済的な効果を生み出すことが期待されます。

スポーツには、市民生活の質の向上という役割を果たす力が秘められているのです。

こうしたスポーツが持つ力を、日々の生活の中にバランスよく取り入れながら、豊かな多摩市をつくっていきたいと考えます。

2 スポーツの定義

市民がスポーツをより身近なものとして感じることができ、気軽に楽しむことができるよう、『スポーツ基本法』や『東京都スポーツ推進総合計画』における「スポーツ」の定義を踏まえ、本計画では、スポーツの概念を幅広く捉えます。

具体的には、ルールに基づいて勝敗や記録を競う競技スポーツだけでなく、健康づくりのウォーキングや体操、介護予防のトレーニング、子ども同士や親子での遊び、学校での体育活動、体操やダンスなどの身体活動、自然に親しむ野外活動やレクリエーションなども含めて、スポーツとして定義します。

〈参考〉 『スポーツ基本法』における「スポーツ」の定義

「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」

〈参考〉 『東京都スポーツ推進総合計画』における「スポーツ」の定義

「スポーツをルールに基づいて勝敗や記録を競うものだけではなく、余暇時間や仕事時間等を問わず健康を目的に行われる身体活動、さらには遊びや楽しみを目的とした身体活動（相応のエネルギー消費を伴うもの）まで、その全てを幅広く含むもの」

〈参考〉 スポーツの語源

スポーツの語源は、ラテン語の「deportare」（デポルターレ）に由来したものという説があります。「deportare」とは、「あるものをある場所から他の状態に移す」という意味から派生し、心の重い、嫌な、塞いだ状態をそうでない状態に移す、すなわち気晴らしをする、楽しむ、遊ぶなどを意味し、古フランス語の「desport」を経て、競技などを意味する「sport」として19世紀から20世紀にかけて国際的に使用されるようになりました。

出典：『現代生活とスポーツ文化』金芳保之・松本芳明著 1977年

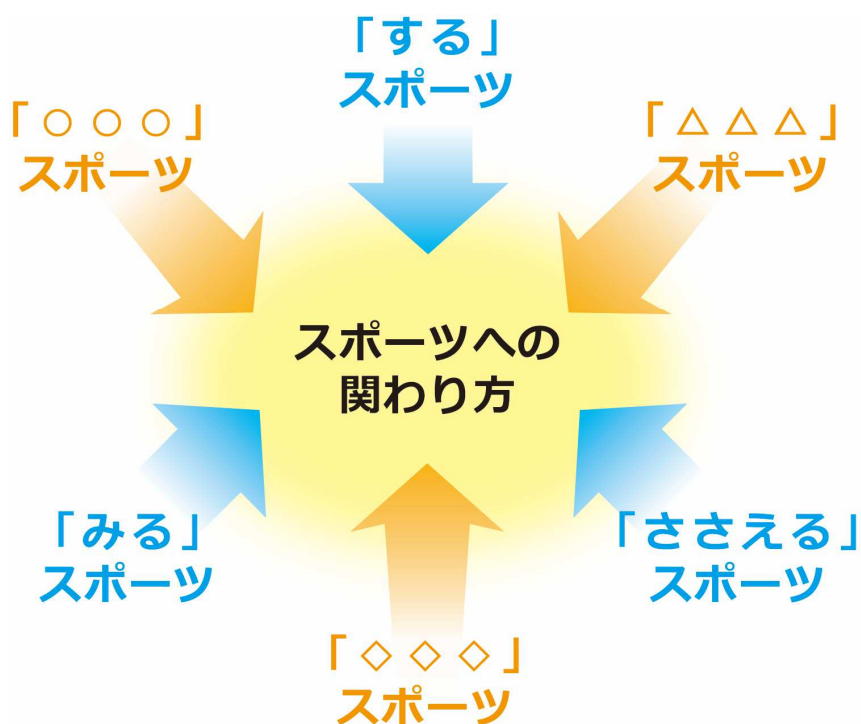
3 スポーツへの関わり方

スポーツへの関わり方については、自分が「する」だけでなく、家族や友人が汗を流す姿をみて応援する、スポーツ大会の運営に協力するなど様々な関わり方があります。

本計画では、スポーツを「する」だけでなく、「みる」、「ささえる」関わり方についても、スポーツ推進の観点から大切な取り組みとして位置付けます。

また、本計画の推進過程において、多摩市らしいスポーツへの関わり方を新たに育んでいきたいと考えます。

東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会の成果を本市で活かすことなども含めて、未だ出会っていないスポーツとの新たな関わり方を市民と一緒に創り出していくことを大切にしていきます。



計画を実現していく過程で、
新たに育んでいくスポーツです。

あなただったら、スポーツとの
どのような関わり方が考えられますか。

参考例：「まなぶ」スポーツ
「つなぐ」スポーツ

