

Ⅲ 施策の展開

2 施策の展開

※主な事業の網掛け部分は、今後検討予定の事業案

(1) スポーツに触れる

多くの人々がスポーツに親しみ、スポーツの持つ力を実感できるように、普段の生活からスポーツに触れられるようにしていきます。

①街なかにスポーツのある風景づくり

【主な対象】

- ・部活やクラブ活動に参加していない小中高生
- ・仕事や子育て等でなかなか自分の時間が取れない市民

【ねらい】

街なかでスポーツを楽しめるようにする。→市民のスポーツへの関心を高める。

【主な事業】

- ・遊歩道などを活用したウォーキングイベント
- ・スポーツの街なかデモンストレーション
- ・ストリート系イベント

②健康チェックから始めるスポーツ

【主な対象】

- ・仕事や子育て等でなかなか自分の時間が取れない市民
- ・スポーツから遠ざかっている高齢者

【ねらい】

体力や健康状態などを確認する。→スポーツへの関心を高める。

【主な事業】

- ・健康診断の促進
- ・体力測定の実施
- ・健康講座の実施

③日常生活で実践するスポーツ

【主な対象】

- ・ 仕事や子育て等でなかなか自分の時間が取れない市民
- ・ スポーツから遠ざかっている高齢者

【ねらい】

身体活動をスポーツと捉える。→日常の身体活動をスポーツとして実施する。

【主な事業】

- ・ ラジオ体操
- ・ 花壇の手入れなどガーデニング活動
- ・ 健康体操や簡単なトレーニングの紹介

④応援やボランティア活動から始めるスポーツ

【主な対象】

- ・ スポーツに関心があるが、スポーツをする機会の少ない小中高生とその保護者
- ・ スポーツから遠ざかっている働く世代や高齢者

【ねらい】

地域のアスリートを応援する。スポーツでのボランティア活動をする。→スポーツとの接点を持つ。地域のスポーツチームやアスリートを支える。

【主な事業】

- ・ 地域のアスリートの応援
- ・ スポーツボランティア事業
- ・ 外部指導員制度の活用
- ・ スポーツ少年団のコーチへの勧誘

⑤アスリートと触れ合う機会の充実

【主な対象】

- ・ スポーツに関心があるが、スポーツをする機会の少ない小中高生とその保護者

【ねらい】

地域のアスリートと交流する。→スポーツの魅力を感じる。

【主な事業】

- ・ 地域のアスリートによるスポーツ体験教室の実施
- ・ トップスポーツなどの試合への招待

(2) スポーツを楽しむ

ライフステージやライフスタイルに応じて、市民がさまざまな機会を活用しながらスポーツを楽しんでいる状況をつくりだします。

①だれもが楽しめるスポーツ機会の創出

【主な対象】

- ・スポーツから遠ざかっている全ての市民

【ねらい】

年齢や性別・障がいの有無に関わらず、全ての市民がスポーツをできる機会をつくる。
→全ての市民がスポーツを楽しむ。

【主な事業】

- ・障がい者スポーツ推進事業
- ・快汗スポーツDAY
- ・武道祭

②親子が触れ合うスポーツ機会の充実

【主な対象】

- ・幼児とその保護者

【ねらい】

スポーツでのスキンシップや交流の機会をつくる。→家族や同世代の人たちとスポーツを楽しむ。

【主な事業】

- ・親子触れあいスポーツ教室
- ・親子スポーツデイ
- ・ママのためのボディリフレッシュ教室

③小中学生が楽しめるスポーツ機会の充実

【主な対象】

- ・クラブ活動や部活動、スポーツクラブに参加していない小中学生

【ねらい】

体の発達や興味に応じたスポーツ機会をつくる。→友だちや地域の小中学生でスポーツを楽しむ。

【主な事業】

- ・各種スポーツ教室
- ・放課後子ども教室の推進
- ・自然体験教室

④高校生や大学生の興味・関心にあったスポーツ機会の充実

【主な対象】

- ・部活動に参加していない高校生
- ・運動不足を感じている大学生

【ねらい】

スポーツをする機会の少ない人がスポーツをやってみる。→興味関心にあうスポーツを楽しむ。

【主な事業】

- ・高校生や大学生に人気のあるスポーツを楽しめるスポーツ教室
- ・民間スポーツクラブとの連携
- ・スポーツを楽しむ場所・設備の充実

⑤働く世代が手軽に始められるスポーツの普及・啓発

【主な対象】

- ・仕事や子育て等でなかなか自分の時間が取れない市民

【ねらい】

健康維持につながるようなスポーツ機会をつくる。→手軽にスポーツを楽しむ。

【主な事業】

- ・市内ウォーキングコースの紹介
- ・企業への社員へのスポーツ実施の呼びかけ
- ・健康、スポーツ情報の提供

⑥高齢者がいきいきするスポーツ機会の充実

【主な対象】

- ・スポーツから遠ざかっている高齢者
- ・アクティブシニア

【ねらい】

スポーツで交流機会をつくる。→体を動かすことの喜びや楽しみを感じる。

【主な事業】

- ・アダプテッド・スポーツ¹
- ・シニア向け体験学習（農作業や花壇の手入れなど）
- ・ノルディックウォーキング教室

¹ 障害者や高齢者、子どもあるいは女性等が参加できるように修正された、あるいは新たに創られた運動やスポーツ、レクリエーション全般を指す言葉。本来は1人1人の発達状況や身体条件に適応させたスポーツという意味。（引用：コトバンク 2019年6月11日）

(3) スポーツを継続する

達成感や充実感、爽快感などを通じて、市民がスポーツを続けたいくなるように、スポーツをする場や機会、内容を豊かにしていきます。

① レベルアップに向けた支援

【主な対象】

- ・何らかのスポーツをしている全ての市民

【ねらい】

だれもがレベルアップを図り、取り組みの成果などを発揮・披露することができる機会をつくる。→レベルアップに向けてスポーツを続けるようになる。

【主な事業】

- ・トレーニング相談会
- ・各競技の地域クラブの紹介
- ・ストリート系イベント
- ・上位大会への選手派遣

② 身近な施設・場所を活用したスポーツの展開

【主な対象】

- ・高齢者や働く世代をはじめとする全ての市民

【ねらい】

身近な施設や場所でスポーツをできるようにする。→スポーツをする頻度を増やす。

【主な事業】

- ・コミュニティセンターや集会施設などを活用した体操教室
- ・月例ウォーキング
- ・歩いた距離がわかる案内表示の設置

③特色のあるスポーツ施設の有効活用

【主な対象】

- ・スポーツ施設利用者
- ・スポーツをする場所や機会を求めている市民

【ねらい】

本市の充実したスポーツ施設を活かしたスポーツ教室やイベントの充実を図る。→利用者の満足度をあげ、リピーターを増やす。

【主な事業】

- ・武道館や温水プール、キャンプ練習場で実施するスポーツ教室などの充実
- ・民間活力を活かした施設やスポーツ教室の充実
- ・学校開放事業の運用

④スポーツ団体の活動支援

【主な対象】

- ・地域のスポーツ少年団などをはじめとするスポーツ団体
- ・小中学生の遊ぶ機会などをつくっている地域の団体

【ねらい】

放課後子ども教室など小学生の遊びの場へ支援する。→継続・安定したスポーツ事業を図る。

【主な事業】

- ・スポーツ団体への活動支援
- ・シルバー世代が活躍できる環境づくり
- ・スポーツ人材バンクの活用による技術向上

⑤多種多様なスポーツ機会の提供

【主な対象】

- ・普段なかなか体験できないスポーツに興味のある市民
- ・楽しみを見つけない市民

【ねらい】

多種多様なスポーツ機会をつくる。→スポーツを楽しむ機会を増やし、スポーツ意欲を高める。

【主な事業】

- ・大学やプロスポーツと連携したスポーツ体験教室
- ・企業と連携したスポーツイベント
- ・ニュースポーツ教室

(4) スポーツライフを創出する

スポーツをすることで生まれる付加価値を活かし、市民一人ひとりが日常的にスポーツを楽しむスポーツライフの形成を目指します。

①スポーツを通じた健康づくり

【主な対象】

- ・健康に関心のある働く世代や高齢者

【ねらい】

健康維持のためのスポーツの効用を学び、スポーツの習慣化の重要性を意識化する。→
スポーツを習慣化する。

【主な事業】

- ・TAMA フレイル予防プロジェクト (TFPP)
- ・介護予防リーダーによる地域介護予防教室や健康づくり推進員による身体活動（スポーツ、運動）事業
- ・生活習慣病予防の啓発

②学びにつながるスポーツライフ

【主な対象】

- ・クラブ活動や部活動、スポーツクラブに参加していないが、スポーツが好きな小中高生
- ・学ぶ意欲のある高齢者

【ねらい】

スポーツを通じて学習できる機会をつくる。→「学習」の楽しさを感じながらスポーツを続ける。

【主な事業】

- ・アウトドア体験
- ・水辺の楽校事業
- ・地域課題発見講座（まち歩きなど）

③スポーツを通じた生きがいづくり

【主な対象】

- ・退職後や子どもが自立して、何か始めたいと思っている市民
- ・楽しみを見つけない市民

【ねらい】

スポーツを通じた交流機会を楽しむ。→スポーツが生きがいづくりになる。

【主な事業】

- ・アダプテッド・スポーツ
- ・生涯学習活動
- ・スポーツボランティア活動

④スポーツを通じた仲間づくり

【主な対象】

- ・スポーツクラブや部活をしていないが、スポーツが好きな小中高生や大学生
- ・仕事や子育て等でなかなか自分の時間が取れない市民

【ねらい】

世代を問わずスポーツで交流する。→スポーツによりつながりをつくる。

【主な事業】

- ・多世代スポーツ教室
- ・子育てママのスポーツ教室
- ・パブリックビューイング

(5) まちづくりへつなげる

スポーツをすることで、地域や市全体に付加価値がもたらされる「スポーツによるまちづくり」を目指します。

①「まちの活力」へつなげるスポーツの循環

【主な対象】

- ・市内をはじめとする企業、商店会、NPOなど

【ねらい】

スポーツを通じて企業等をPRする機会をつくる。→地域産業の活性化を図る。

【主な事業】

- ・ショッピングセンター等で実施するスポーツイベント
- ・企業と連携したスポーツイベント
- ・ラジオ体操と同時開催する手づくりマルシェ

②スポーツによる安全・安心のまちづくり活動の推進

【主な対象】

- ・地域活動を行っている人や団体

【ねらい】

スポーツを通じた防犯や見守り活動を行う。→地域の安全・安心のまちづくりを行う。

【主な事業】

- ・街なかでのラジオ体操やウォーキングによる防犯の取り組み
- ・地域でのスポーツ教室などを活用した見守り活動

③スポーツを通じた地域活動の担い手づくりの支援

【主な対象】

- ・各種団体やスポーツ推進委員
- ・健康づくり推進員
- ・地域介護予防リーダー

【ねらい】

スポーツを通じた地域活動に取り組む人と連携する。→地域づくりの担い手のネットワーク化を図る。

【主な事業】

- ・新たなスポーツ人材の発掘
- ・スポーツ推進委員の育成

④スポーツによる地域コミュニティ活動の促進

【主な対象】

- ・地域スポーツ団体
- ・地域活動団体

【ねらい】

スポーツを通じた地域活動により市民が交流する。→コミュニティ活動を促進する。

【主な事業】

- ・花いっぱい運動（公園・歩道の植え込みなど）
- ・多摩市まち美化キャンペーン～ごみゼロデー～
- ・市民運動会などの地域活動

⑤スポーツを通じた共生社会の創出

【主な対象】

- ・全ての市民
- ・障がい者
- ・スポーツボランティアに関心のある市民

【ねらい】

障害・性別・国籍などに捉われずスポーツイベントを楽しむ。→スポーツを通じた交流により共生社会を目指す。

【主な事業】

- ・障がい者スポーツ交流事業
- ・障がい者スポーツ体験教室
- ・快汗スポーツDAY