多摩市スポーツ推進計画2020

【中間見直し版】

2026（令和8）年３月 多摩市

多摩市スポーツ推進計画の新たなスタートにあたって

本計画策定から約５年間が経過しました。基本目標である『スポーツで創り出す「みんなが笑顔」でつながるまち多摩』を掲げ、市民の皆さんと連携して多摩市のスポーツを推進してきたことで、計画策定前と比べて、よりスポーツが皆さんにとって身近なものになっていると実感しています。

本計画を策定した２０２０（令和２）年１月は、新型コロナウイルスが日本で蔓延しはじめた時期と重なりました。それまでの常識が大きく覆る中、スポーツを取り巻く環境への影響も例外ではありませんでした。新型コロナウイルス感染症拡大防止のために、不要不急の外出自粛が呼び掛けられ、全国の学校休業要請や全国的なスポーツ・文化イベントの中止等の要請も行われるなど、それまで習慣的にしていた運動やスポーツが制限され、運動不足による体力低下だけではなく、人と人とのつながりの分断や精神的なストレスを抱える人が増加するなど、多くの市民の方に影響を及ぼしました。

このような背景の中、２０２１（令和３）年に延期開催された東京２０２０オリンピック・パラリンピック競技大会は、新型コロナウイルス感染症の蔓延により、史上初めての延期、無観客での試合実施と歴史に残る大会となりました。本大会には、多摩市にゆかりのある選手も多く出場し、市民に大きな勇気と希望を与えてくれました。自転車競技ロードレースでは、沿道での観戦自粛をお願いすることにはなりましたが、多摩市内の道路を世界のトップ選手が駆け抜けるなど、多摩市にとっても大きな意味を持つ大会となりました。また、本大会で多摩市がアイスランドのホストタウンとなったことをきっかけに、同年１２月に、「駐日アイスランド大使館と多摩市との友好協力関係に関する覚書」を締結しました。その後も、東京２０２５世界陸上競技選手権大会、夏季デフリンピック大会東京２０２５など、近年大規模な国際スポーツ大会が国内で頻繁に開催され、地域におけるスポーツ活動や共生社会の形成を大きく推進するきっかけとなりました。

近年では、スポーツ用人工芝などから排出されるマイクロプラスチックの問題や地球温暖化の影響により、スポーツと環境問題の関係性についても注目されるようになりました。東京では「猛暑日（35℃以上）」や「真夏日（30℃以上）」が数十年前と比べて大きく増加するなど、もはや「地球温暖化」ではなく「地球沸騰化」の時代が来たとも言われています。これからは、地球環境にも配慮しつつ、市民の方が安心してスポーツが持続できる環境を整えていく必要があります。

その他にも、将来にわたって多摩市の中学生がスポーツ活動に親しむ機会を確保、充実させる中学校部活動の地域展開について、いよいよ多摩市でも施行実施が始まりました。この取り組みは、子どもたちだけではなく、多摩市でスポーツに親しむ皆さんに影響のある大きな変革になります。単に課題を取り除くだけではなく、将来の多摩市のスポーツ推進に好影響をもたらすよう、市民の皆さんと一丸となって改革を進めてまいります。

本計画の中間見直しを経て、スポーツを取り巻く様々な課題を解決していくとともに、東京２０２０オリンピック・パラリンピック競技大会などの国際スポーツ大会がもたらしたレガシーを次の世代に継承していくことで、健幸都市の実現とともに、スポーツがより多くの皆さんにとって身近なものとなることを願っております。

令和８年３月

多摩市長　阿　部　　裕　行

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　スポーツ推進計画とは・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・2
2　計画策定の趣旨・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4
3　計画の期間・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4
4　スポーツの基本的な考え方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5

Ⅱ　基本理念・基本目標
1　多摩市の特長・課題・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１０
2　基本理念・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１３
3　基本目標・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１４
4　施策体系の考え方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１５
5　施策の体系・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１８

Ⅲ　中間見直しに関する基本的事項
1　中間見直しの趣旨・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２２
2　計画の期間・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２３
3　中間見直し策定にあたっての基本的な考え方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２３
4　中間見直しに取り組むべき要素・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２３
5　加速する気候変動への対応について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２４

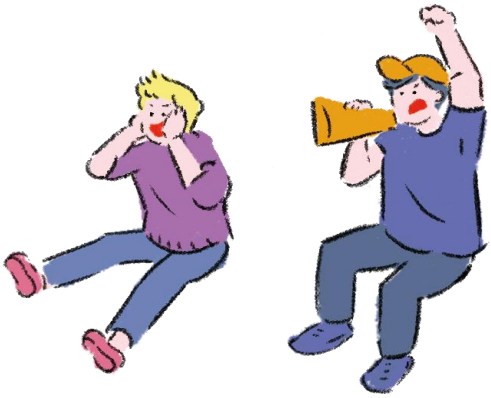
Ⅳ　計画期間前期の進捗状況
1　多摩市スポーツ推進計画実績報告書・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２８
2　多摩市政世論調査・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３２

Ⅴ　中間見直し後の施策の展開
1　施策の柱の見直しについて・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３６
2　中間見直し後の施策について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３６

Ⅵ　計画の推進
1　推進に向けて～３つの推進力“３Ｃ“～・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・６４
2　計画の進捗確認・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・６５
3　後期の重点施策と目標値の設定・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・６６

参考資料
1　策定経緯・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・８２
2　多摩市スポーツ推進審議会　委員名簿・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・８４
3　多摩市スポーツ推進計画中間見直し改定検討委員会　委員名簿・・・・・・・・・・８５
4　市内公立スポーツ施設一覧・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・８６
5　パブリックコメント結果・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・８８

Ⅰ　スポーツ推進計画とは

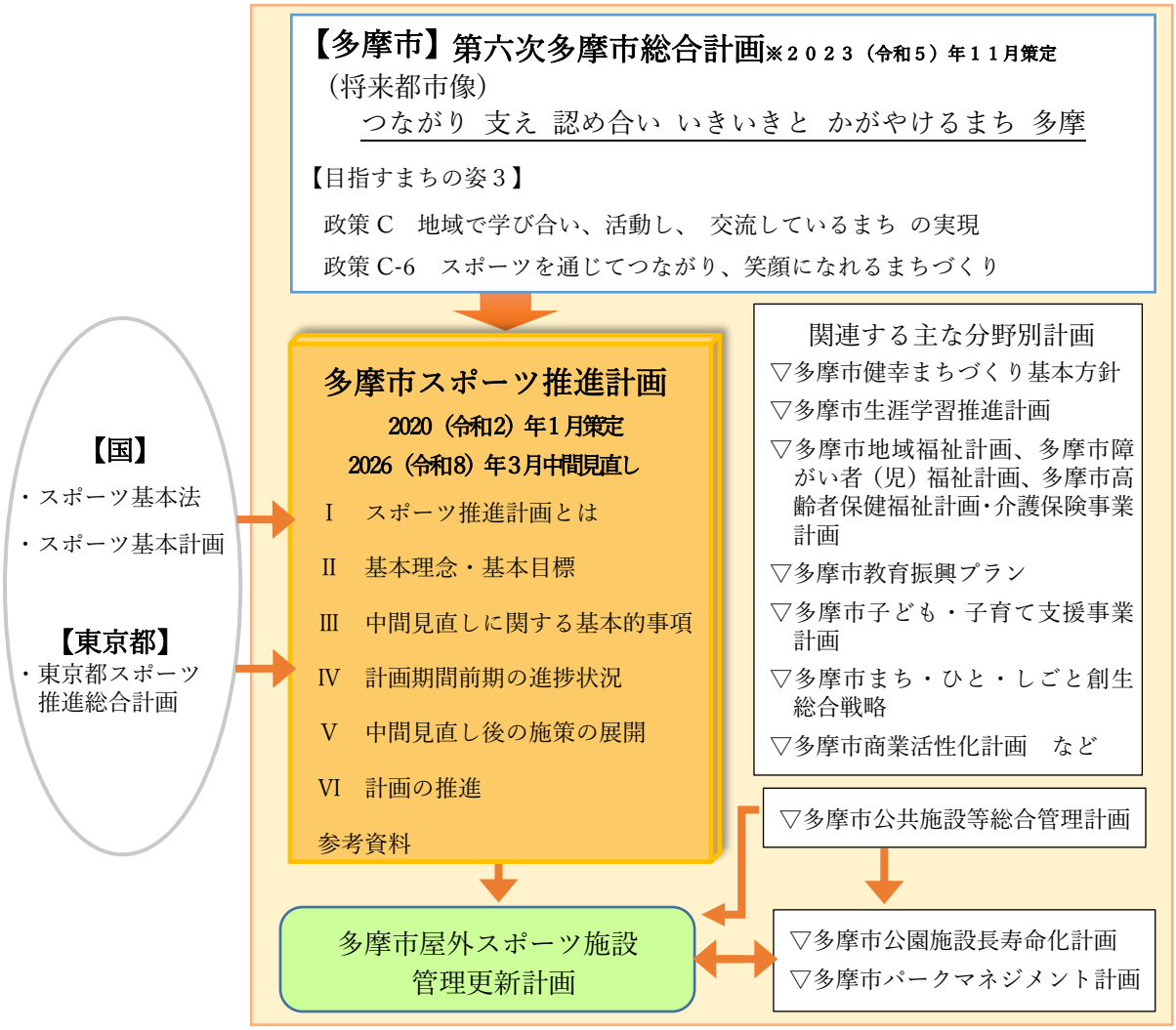


1　スポーツ推進計画とは

『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。

２０２０（令和２）年１月の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した。

2026(令和 8)年３月時点



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くとともに、地球温暖化やスポーツ用人工芝から発生するマイクロプラスチックなどの新たな課題への対応について示しています。

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『多摩市屋外スポーツ施設管理更新計画』で定めています。

〈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』2025（令和７）年３月

◆計画期間：2025（令和７）年度～2030（令和 12）年度

◆基本理念：「誰もがスポーツを楽しむ東京を実現し、一人ひとりのウェルビーイングを高め、社会を変革する」

◆将来のビジョン：

1　子供の頃から好きなスポーツと出会い、楽しみ、成長し、健康・幸福に生きている

2　スポーツを通じた新たなつながりと相互理解が、技術の進展に伴い生み出されている

3　世界中のアスリートや観客でにぎわい、世界で最も魅力的で選ばれる都市に

4　安全・安心・信頼の下、いつまでもスポーツを楽しめる社会が実現

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『第六次多摩市総合計画』（策定当時は『第五次多摩市総合計画』）でも謳われているとおり、健幸まちづくりをさらに計画的に進めていく中で、市民、市民団体、事業者、大学そして行政などの多様な主体が互いに協力し、子どもから高齢者まで全世代を対象とし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

本計画は、２０２０（令和２）年度から２０２９（令和１１）年度までの１０年計画として策定されました。今回の中間見直しは、２０２６（令和８）年３月から令和１１年度までの後期を計画期間とします。

用語解説
　スポーツ実施率：週に 1 回以上スポーツをした人の割合

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。

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

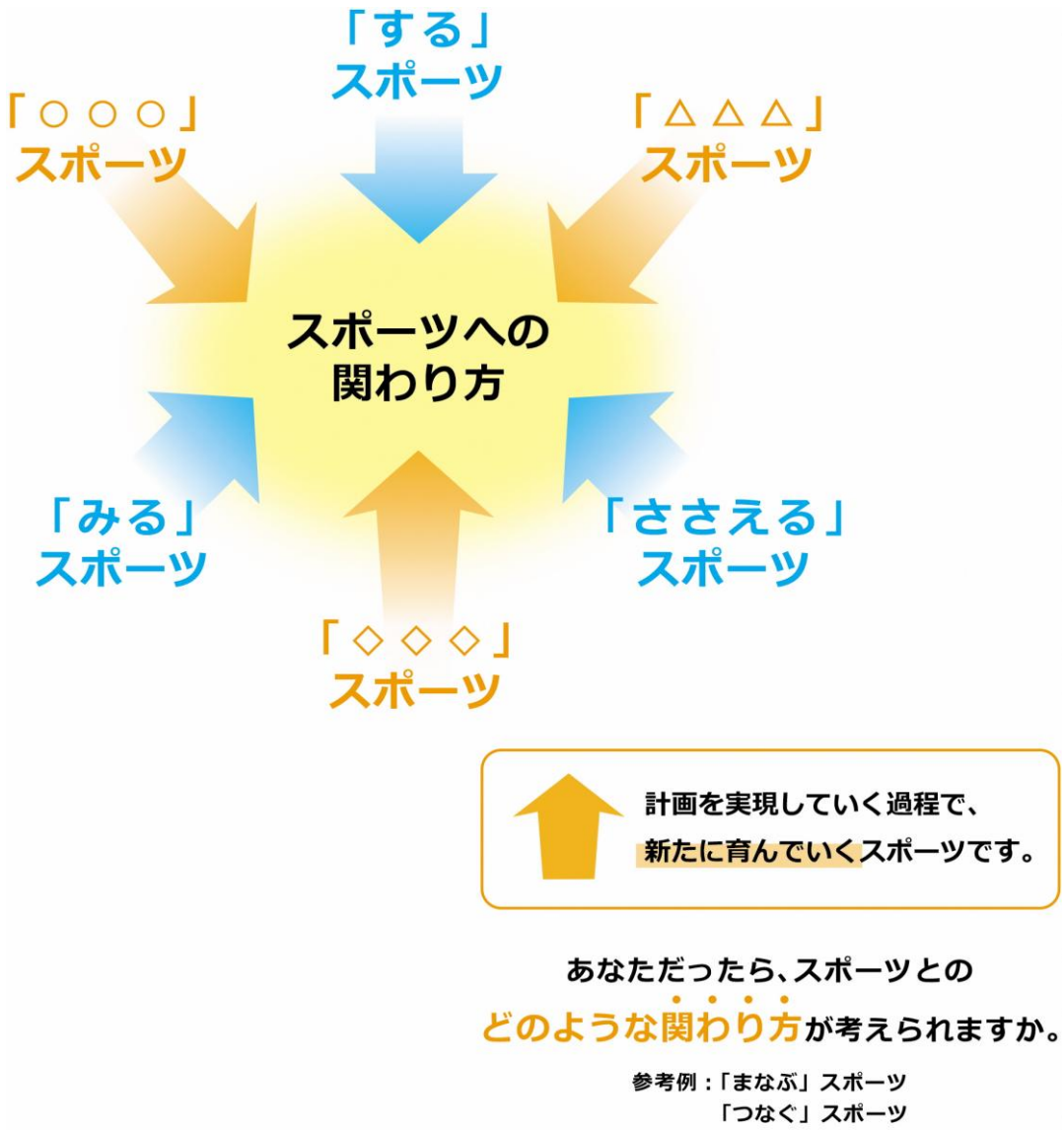
3　スポーツへの関わり方

スポーツへの関わり方については、自分が「する」だけではなく、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」などの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。



Ⅱ　基本理念・基本目標

1　多摩市の特長・課題

1－1　これまでの取り組み

コミュニティづくり

1971(昭和 46)年に多摩ニュータウンの最初の入居が諏訪・永山地区で行われ、これ以降様々な地域からたくさんの人が本市に移り住み、新しい生活を始めました。

このような状況の中で、近隣住民同士のつながりや地域への愛着を育むため、仲間づくりや地域コミュニティづくりに力を入れ、市民が集い、交流できる場づくりに取り組んできました。地域づくりの拠点となるコミュニティセンターや集会所などの施設を整備し、より多くの市民が文化やスポーツ活動に親しめる場所を提供し、コミュニティ活動から地域のつながりを強めてきました。なお、これらコミュニティセンターの運営は、その地域の住民によって担われており、市民協働のまちづくりの大きな成果でもあります。

唐木田コミュニティセンター「からきだ菖蒲館」

健幸まちづくりを目指したスポーツ推進

本市のスポーツ推進は、このようなコミュニティづくりの一環として、様々な事業展開やスポーツ施設の整備・充実を図ってきました。

市内にある９つの公園に設置されたテニスコートでは、各地域のテニスクラブを中心に、テニスを通じた地域でのコミュニティ育成、スポーツ振興、住民の健康増進などに積極的に取り組んできました。公園内にスポーツ施設が点在していることは、本市の特長の一つです。

また、全小中学校の校庭や体育館を広く市民にも貸し出す学校開放事業を行い、地域のスポーツ活動の幅をさらに広げ、促進するなど、本市の目指す健幸まちづくりの推進を図っています。

奈良原公園庭球場

１－２　将来に向けた取り組み

市制施行から 50 年以上が経過し、社会構造や人の意識など、時代が大きく変化し、本市においても様々な課題が見えてきました。

多摩ニュータウン開発に伴い、都市基盤が急速に整備され人口も増加しました。現在は全国的に少子高齢化が進む中、本市の老年人口(65 歳以上)は 3 割弱と高い割合になっています。元気な高齢者の活動の場や活躍の機会を充実させていくことが必要です。

また、時代の変化とともに、公共施設については求められる機能や役割に変化が生じ、年月を経て、現在多くの公共施設が更新の時期を迎えています。スポーツ施設についても同様な状況下にあることから、策定された『多摩市屋外スポーツ施設管理更新計画』に基づき、市民の安全なスポーツ活動を推進していくため、基本的に現行施設を最大限有効活用し、計画的に更新・充実させていくことが必要です。

和田公園球技場

このような市全体の課題を解決し、将来にわたり、市民一人ひとりが健康で幸せを実感できる、笑顔があふれる多摩市をつくっていくために、「健幸まちづくり」に関する様々なスポーツの取り組みを実践していきます。

例えば、多摩ニュータウンの歩車分離した「遊歩道」、また、新選組や鎌倉武士も歩いたとされる古き多摩の面影を色濃くし残した「多摩よこやまの道」を使って、市民の皆さんが楽しみながらまちを歩くことを促進する取り組みを推進しています。

多摩よこやまの道

１－３　スポーツに関連する特長と課題

このようなまちづくりを進めてきた本市において、本計画を策定するにあたり、市民ワークショップや関係団体へのヒアリングでの市民の意見などを踏まえ、今の市民が考える、スポーツに関連する本市の主な特長と課題について、以下のように整理しました。

市民活動が活発な地域性【人】

・元気な高齢者が多い（要介護認定率は都内で最も低い）。
・市民活動が活発である（人口 10 万人あたり NPO 法人数は都内 26 市で 2 番目に多い）。
・各地域の公園などでのラジオ体操が盛んである。

〈課題〉　市民の自主性を尊重し、自発的な取り組みへの支援が求められています。

豊かな自然環境【自然】

・みどりが豊かで、街なかを歩いていて四季や風を感じる場所が多い。
・桜などの樹木や花がきれいなスポットが点在している。
・丘陵地や坂が多く、起伏に富んだ変化を楽しめる地形である。

〈課題〉　自然や地形などを活かしたスポーツによる魅力の向上が望まれます。

身近な場所で運動が可能【場所】

・公園が多くある（1 人あたりの市立公園(都市公園)の面積は、都内 26 市で最も広い）。
・道路幅が広い（全公道合計平均幅員は、都内 26 市で最も広い）。
・遊歩道のネットワークが整備されている（歩車分離され安全に移動できる）。

〈課題〉　身近な場所で取り組めるスポーツの可能性を広げることが大切です。

数多い充実した施設【施設】

・陸上競技場やテニスコート、球技場や野球場などの屋外のスポーツ施設が多い。
・武道館や温水プールなど、特色ある施設がある。
・小中学校の校庭や体育館を利用してスポーツができる（全小中学校が利用可能）。

〈課題〉　既存の施設を有効に活用しながら特色ある取り組みが求められています。

民間企業や大学の立地【企業・大学など】

・プロスポーツチームと連携できる（東京ヴェルディ、読売巨人軍など）。
・全国的にも有名な民間企業が多く立地している。
・多くの大学が立地している。

〈課題〉　民間企業や大学などと連携・協力したスポーツの推進が期待されます。

※本頁のデータは、2019(令和元)年 8 月現在に確認できたものです。

2　基本理念

本市の目指す健幸まちづくりを推進するにあたり、本計画全体を貫き、基本となる普遍的な考えとして、「健康」「活力」「共生」を基本理念として定めます。

健 康

健康は、豊かに充足した生活を送っていくための基礎となる理念です。

少子高齢社会が進展する中、高齢者をはじめ働く世代や子どもまで、それぞれの世代がライフステージに合わせた健康づくりを進めていくことが求められています。

市民のだれもが生涯にわたり心身共に「健康」に暮らせることを目指します。

活 力

活力は、市民が元気で、まちや地域も活気のある状態を表す理念です。

情報通信技術の進展など社会経済構造の急速な変化に伴うライフスタイルの多様化などに対応した、人も地域も持続可能なまちづくりが求められています。

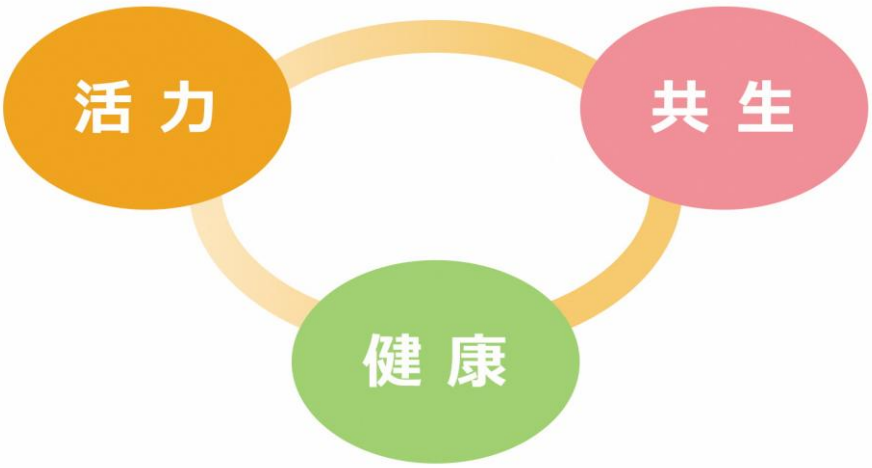
時代の変化に対応しつつ「活力」を持ちながら暮らせることを目指します。

共 生

共生は、様々な人が支え合いながら共に生きていく方向性を示す理念です。

ダイバーシティ（多様性）やソーシャル・インクルージョン（社会的包摂）という考え方が注目される中、国籍、性別、世代、宗教、障害の有無、身体的特徴などの違いを超えて認め合い、尊重し合う共生社会を実現することが求められています。

思いやりの心を育み、すべての市民が「共生」しながら暮らせることを目指します。



用語解説

ダイバーシティ：人に関して用いる場合には、一人ひとりの個性を尊重し、お互いの多様性を認め合おうとする考え方

ソーシャル・インクルージョン：すべての人々が排除や孤立することなく、社会の中で共に支え合おうという考え方

3　基本目標

基本理念（「健康」「活力」「共生」）に基づき、基本目標（目標とする 10 年後のまちの姿）を次のとおり掲げます。

スポーツで創り出す「みんなが笑顔」でつながるまち 多摩

「みんなが笑顔」は、本計画策定時の本市の『第五次多摩市総合計画』の将来都市像で使われていたキーワードです。

安全で安心して快適に暮らすことができるまちや地域で、すべての市民がいきいきと幸せに日々を過ごしている状態を表します。

本市で生活する市民をはじめ、本市で働き・学び・遊ぶ来街者なども含め、本市に関わるすべての人がスポーツを通じてつながり、笑顔になれるまちづくりを目指します。

本市は、北部に多摩川を臨み、南部には多摩丘陵のみどり豊かな自然や多摩ニュータウン開発などにより都市基盤が整備された住宅都市として発展してきました。こうした環境に多くの市民が様々なコミュニティを形成し、地域の歴史や文化を育んできました。

社会経済情勢やライフスタイルなどの変化が著しい中、スポーツがきっかけとなって市民一人ひとりの健康づくりが促進されるとともに、地域資源を活かしながら多様な文化が融合しつながることで、人も地域も活気のある多摩市らしいまちづくりを推進します。

4　施策体系の考え方

基本目標の実現に向けて、施策の柱を設定します。
これら施策の柱は、施策の策定にあたり、個々の施策の基本的な方向性を示す指針です。

施策の柱１　スポーツに触れる

まずはスポーツに触れるきっかけをつくることから展開していきます。
「いつでも」「どこでも」「だれでも」を合言葉に、スポーツと接する身近な機会や場を生み出します。

施策の柱２　スポーツを楽しむ

スポーツを楽しむ心や文化を育みます。
市民一人ひとりがライフステージなどに応じてスポーツを楽しめる環境を共に創り出していきます。

施策の柱３　スポーツを継続する

スポーツの楽しさを再体験し豊かにします。
地域資源や多様な機会などを活かして、無理なく継続できるスポーツ環境の充実を図ります。

施策の柱４　スポーツライフを創出する

スポーツをきっかけに自分らしく生活することを大切にします。
健康に加えて、仲間づくりなど、スポーツのあるライフスタイルの創出に向けた取り組みを応援します。

施策の柱５　まちづくりへつなげる

スポーツによる効果を地域やまちづくりへと広げていきます。
仲間づくりから安全・安心な地域活動、活気ある地域づくりへと広がっていくスポーツの取り組みを進めていきます。

５つの施策の柱は、「１　スポーツに触れる」から始まり、「５　まちづくりへつなげる」へと至る一連の流れを構成しています。

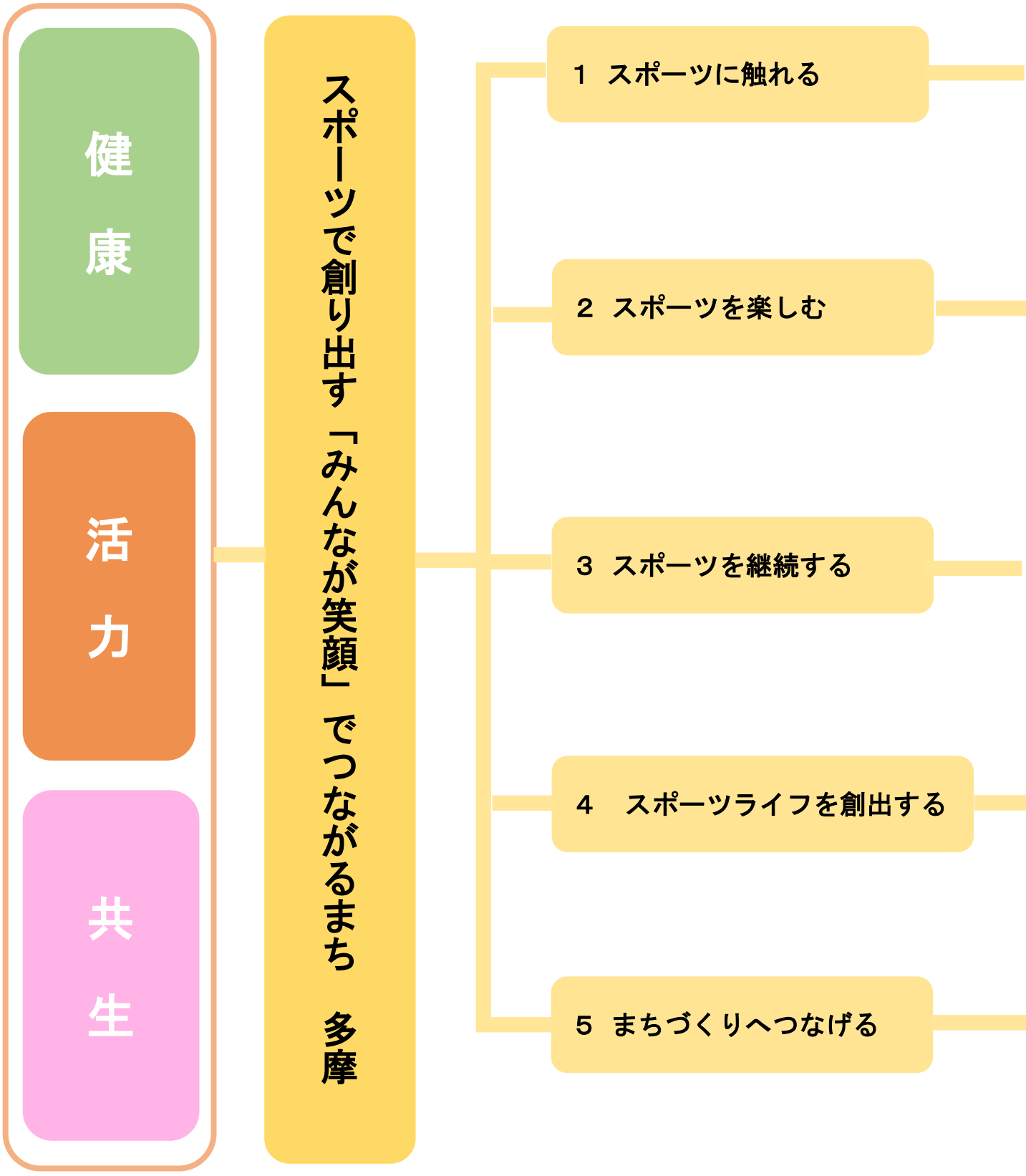
さらに、この流れは、「５　まちづくりへつなげる」から「１　スポーツに触れる」へと回帰し、らせん状の好循環を生み出しながら広がっていくことにより、基本目標を実現していく継続した施策のあり方も示しています。

こうした好循環な流れを通じて、60%以上の市民が週に１回以上スポーツをしている現状（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」より）を、多くの市民と一緒にさらに発展させていきます。

〈５つの施策の柱　イメージ〉

５　施策の体系

＜基本理念＞　＜基本目標＞　＜施策の柱＞



・重点的に展開する施策を「重点★」として表示しています。

・計画を実現する＜推進に向けて＞については「３つの推進力」として整理しました。詳しくは、P.62 をご覧ください

＜施策（★＝重点施策）＞

〈情報・対話〉コミュニケーション

１－１　街なかにスポーツのある風景づくり
１－２　健康チェックから始めるスポーツ
１―３　日常生活で実践するスポーツ
１－４　応援やボランティア活動から始めるスポーツ ★
１－５　アスリートと触れ合う機会の充実

２－１　親子が触れ合うスポーツ機会の充実
２－２　小中学生が楽しめるスポーツの拡充
２―３　高校生や大学生がスポーツに関わる機会の充実
２－４　働く世代が手軽にできるスポーツの普及・啓発 ★
２－５　高齢者がいきいきするスポーツの拡充
２－６　だれもが楽しめるスポーツ環境の創出

〈協働・共創〉コラボレーション

３－１　レベルアップに向けた支援
３－２　身近な施設・場所を活用したスポーツの展開
３―３　特色あるスポーツ施設の有効活用
３－４　スポーツ団体の活動支援 ★
３－５　多種多様なスポーツ機会の提供

〈育成・向上〉カルティベーション

４－１　スポーツを通じた健康づくり
４－２　学びにつながるスポーツライフ
４―３　スポーツを通じた生きがいづくり・仲間づくり ★
４－４　学校部活動の地域展開等の推進

５－１　「まちの活力や賑わい」へつなげるスポーツ
５－２　スポーツを通じた地域活動の担い手づくりの支援
５―３　スポーツによる地域コミュニティ活動の促進
５－４　スポーツを通じた共生社会の創出　★
５－５　国際大会を契機とするレガシーの創出

Ⅲ　中間見直しに関する基本的事項

１　中間見直しの趣旨

「多摩市スポーツ推進計画」（以下、「本計画」という。）は、国の「スポーツ基本法」（以下、「法」という。）１０条に基づき、２０２０（令和２）年度から２０２９（令和１１）年度までの１０年計画として令和２年１月に策定されました。

令和２年度から始まった本計画は、「健康」「活力」「共生」を基本理念として掲げ、市の１０年後のあるべき姿をイメージした基本目標である『スポーツで創り出す「みんなが笑顔」でつながるまち多摩』を目指し、その実現に取り組んできました。

本計画については、策定の直後に、コロナ禍が生じ、令和２、３年度は市民の行動が大きく制限され、スポーツ大会の中止やスポーツ施設が利用できなくなるなど、市民のスポーツ実施にも大きな影響を及ぼしました。また、スポーツ用人工芝などから排出されるマイクロプラスチックの問題や地球温暖化の影響により、スポーツと環境問題の関係性についても注目されるようになりました。気候変動に関する政府間パネル（IPCC）によると 21 世紀末には、世界の平均気温は最大 5.7℃、最も温暖化を押さえた場合でも 1.8℃の上昇になると予想されています。実際に東京でも「猛暑日（35℃以上）」や「真夏日（30℃以上）」が数十年前と比べて大きく増加するなど、もはや「地球温暖化」ではなく「地球沸騰化」の時代が来たとも言われています。そのため、健康や活力づくりに寄与してきたスポーツが今後も持続可能であるためにも、気候変動への対応が必要です。

本計画策定から中間見直しまでの間での大きなトピックとして忘れられないのが、令和３年度に開催された東京２０２０オリンピック・パラリンピック競技大会です。コロナ禍の影響を受け、１年後ろ倒しの開催、無観客試合など過去に例を見ない大会になりましたが、画面越しであっても日本人選手が世界一を決める舞台で活躍する姿は、多くの市民に希望を与えてくれました。多摩市でも市内の道路が自転車ロードレース競技大会のコースになり、大会当日には、多くの市民がスポーツボランティアとして大会の運営に関わりました。また、パリ２０２４オリンピック・パラリンピック競技大会でも、多くの多摩市ゆかりの選手が大会で活躍し、多くの市民に希望と感動を与えてくれました。市では、こうした大会を契機として生まれたレガシーの芽を後世に引き継ぎ、将来にわたる多摩市の発展の原動力となるような取り組みを行っています。

このように、スポーツを取り巻く社会情勢は目まぐるしく変化しており、２０２２（令和４）年３月に策定された国の第３期スポーツ基本計画や２０２３（令和５）年１１月に策定された上位計画である第六次多摩市総合計画などとの整合性を図り、これらの課題を解決し、本計画の基本目標を達成するために中間見直しを行う必要があります。

２　計画の期間

本計画は、２０２０（令和２）年度から２０２９（令和１１）年度までの１０年計画として策定されました。今回の中間見直しは、２０２６年（令和８）３月から２０２９（令和１１）年度までの後期を計画期間とします。

３　中間見直し策定にあたっての基本的な考え方

本計画において、基本理念や基本目標は、計画の根幹を成すものです。中間見直しにあたっては、普遍的な考えである基本理念「健康」「活力」「共生」や計画策定時の１０年後のあるべきまちの姿である基本目標『スポーツで創り出す「みんなが笑顔」でつながるまち多摩』の考え方をベースに、計画の進捗状況や社会情勢などの変化に応じて、上位計画である多摩市総合計画との整合性を図りながら行うことが重要です。

以上のことから、概ね計画策定から５年程度で行うとしていた今回の中間見直しは、基本理念や基本目標の見直しは行わず、基本理念と基本目標を目指すために、スポーツを取り巻く社会情勢の変化に対応できるよう「施策の柱」「施策」の見直しを中心に、多摩市スポーツ推進審議会の審議内容を踏まえて検討を行いました。また、計画の進捗確認を行うため評価方法についても新たに内容に盛り込みました。

４　中間見直しに取り組むべき要素

（１）施策の柱・施策・重点施策

策定時の本計画では、５つの施策の柱、２５の施策（うち６つを重点施策と指定）を定めています。後述する計画の進捗状況や社会情勢、第３期スポーツ基本計画などの変化に対応するため、施策の柱や施策の見直しの必要性について検討し、後述のとおり施策の一部見直しと新たな施策の追加を行いました。

（２）計画の進捗状況整理

多摩市スポーツ推進計画実績報告書と多摩市政世論調査の結果に基づき、本計画の進捗状況を整理し、基本目標を達成するために必要な施策や重点施策の見直しを行いました。

（３）第六次多摩市総合計画

本市は、２０２３（令和５）年１１月に第六次多摩市総合計画を策定しました。総合計画は、「将来都市像」を定め、市民の皆さんと市の共通の目標として、まちづくりを進める上での根幹となる計画で、市の将来像を定める基本構想と、具体的な取り組みを定める基本計画の２層で構成されています。

多摩市スポーツ推進計画においても、本総合計画を上位計画として位置付けています。本総合計画で特にスポーツ振興に関わる部分として、基本計画の政策の一つとして「地域で学び合い、活動し、交流しているまち」の実現に向けて、「スポーツを通じてつながり、笑顔になれるまちづくり」を施策

としています。また、分野横断テーマとして、「環境との共生」「健幸まちづくりの推進」「活力・にぎわい創出」を掲げています。

（４）社会情勢の変化に対応するための施策

新型コロナウイルス、スポーツ用人工芝から排出されるマイクロプラスチックや地球温暖化等の環境問題、国際大会のレガシー創出、ＤＸ化など様々な社会情勢の変化に対応できるよう計画見直しを行いました。

（５）第３期スポーツ基本計画（文部科学省策定）

２０２０（令和２）年１月に本計画が策定されて間もなく、２０２２（令和４）年３月２５日に『第３期スポーツ基本計画』を文部科学省が策定しました。スポーツ基本法第１０条では、市町村が策定する地方スポーツ推進計画は、国の定めるスポーツ基本計画を参酌して定めることとしており、本計画を見直すにあたっては、その内容を踏まえて行いました。

５　加速する気候変動への対応について

（１）地球沸騰化

「猛暑日（35℃以上）」や「真夏日（30℃以上）」が数十年前と比べて大きく増加しているなど気候変動が加速する中、「地球沸騰化」という言葉が使われるようになりました。地球沸騰化とは、国連のグテーレス事務総長が 2023 年 7 月に提唱した言葉で、これまでの「温暖化」という言葉だけでは不十分なほど、世界平均気温の記録的な上昇とそれに伴う猛暑や災害の頻発化・激化を訴えるために使われた表現です。このような環境変化がスポーツに及ぼす影響、課題、今後必要となる対策などが課題となっています。

（２）スポーツ基本法の改正

地球沸騰化のスポーツに与える影響を鑑み、令和７年９月のスポーツ基本法の改正により、国及び地方公共団体は、スポーツ事故の防止等について、スポーツの実施のための環境の整備その他の必要な措置を講ずるよう努めなければならない旨の従来の記載に加え、当該措置を講ずるにあたっては、気候の変動への対応に特に留意しなければならない旨が追加されることとなりました。

条文（一部抜粋）
第十四条
国及び地方公共団体は、スポーツ事故その他スポーツによって生じる外傷、障害等の防止及びこれらの軽減に資するため、指導者等の研修、スポーツ施設の整備、スポーツの実施のための環境の整備、スポーツにおける心身の健康の保持増進及び安全の確保に関する知識（スポーツ用具の適切な使用に係る知識を含む。）の普及その他の必要な措置を講ずるよう努めなければならない。
２国及び地方公共団体は、前項の措置を講ずるに当たっては、気候の変動への対応に特に留意しなければならない。

（3）気候変動によるスポーツ環境の現状と課題

近年、真夏日や猛暑日など、暑さ指数が基準を超える日が加速度的に増えており、夏場の屋外スポーツ、空調設備のない屋内スポーツの実施は、熱中症のリスクが非常に高い状況が続いています。実際に、熱中症警戒アラートに応じて事業の中止や 6 月～9 月の暑い時期はスポーツを控える動きが出ているなど、団体・個人の活動の区別なく大きな影響を及ぼしています。

このような状況は、熱中症のリスクだけではなく、夏場にスポーツの実施を控えることで市民の体力低下を招く恐れがあります。また、部活動や体育の授業の実施にも影響が出ており、子どもたちの運動能力の低下を招く恐れも危惧されています。

スポーツを「する」「みる」「ささえる」行為は、体の健康やこころの健康にも大きな好影響をもたらします。地球沸騰化によって、多摩市のスポーツ振興の歩みが止まらないよう、多摩市スポーツ推進審議会の審議内容や先進事例等も参考に、加速する気候変動の状況にあっても市民の方がスポーツに親しむことができる環境づくりを進めていくことが必要です。本計画に規定する各施策を着実に実行していくことで、スポーツ振興を進めていきます。

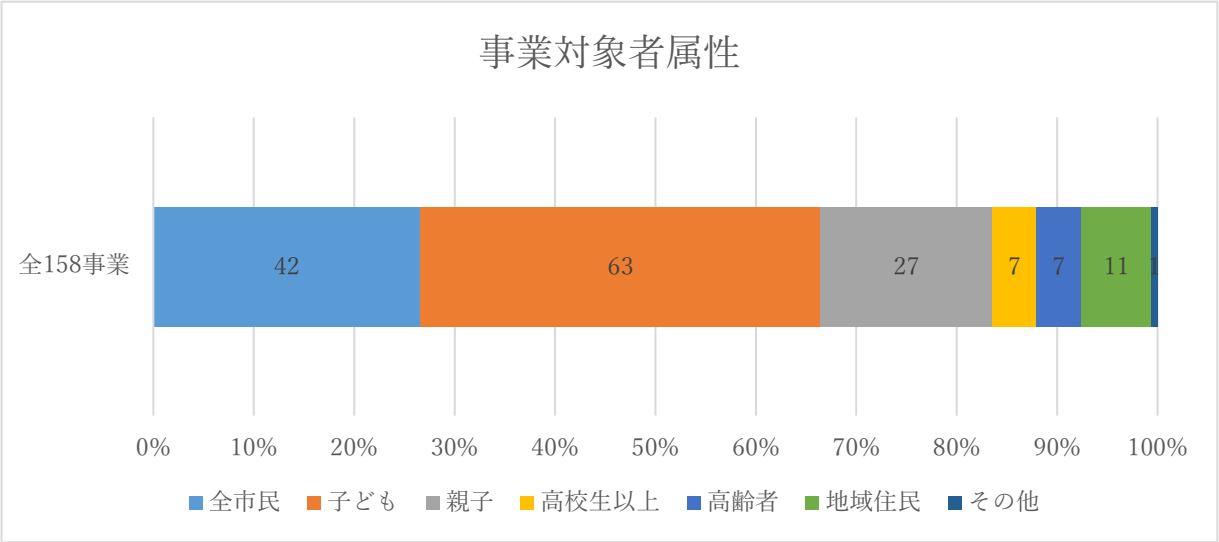
Ⅳ　計画期間前期の進捗状況

１　多摩市スポーツ推進計画実績報告書

多摩市スポーツ推進計画実績報告書は、主に多摩市や多摩市教育委員会が主催・共催等で実施するスポーツに関する取り組みについて、現状を把握するためにまとめた報告書です。

（１）事業数及び主な対象者（令和５年度実績）

令和５年度の実績は、総事業数が１５８事業で、各事業の主な対象者で最も多い属性が「子ども」の６３事業、次いで多いのが「全市民」で４２事業となっています。「子ども」が多い理由として、卓球大会などの児童館で行われるスポーツ事業や体育施設指定管理者事業で実施される子ども向け教室事業が多く実施されることが挙げられます。また、主な対象者として最も少ない属性が「高齢者」「高校生以上」で７事業となっています。「高齢者」が少ない理由としては、介護予防やフレイル予防の関係の事業など主に高齢者を対象とした事業のほかに、「全市民」を対象としている事業の多くが、高齢者の方も参加することを想定して事業実施されているため、主に「高齢者」を対象とした事業数が相対的に少なくなっていると考えられます。そのため、実態的には高齢者を対象とした事業は充実しています。「高校生以上」が少ない理由としては、スポーツや健康増進への興味関心が高齢者ほど高くなく、高校生・大学生・働く世代・子育て世代など、一人ひとりライフスタイルや興味関心のあることが細分化されており、効果的な事業企画のハードルが高いことが挙げられます。

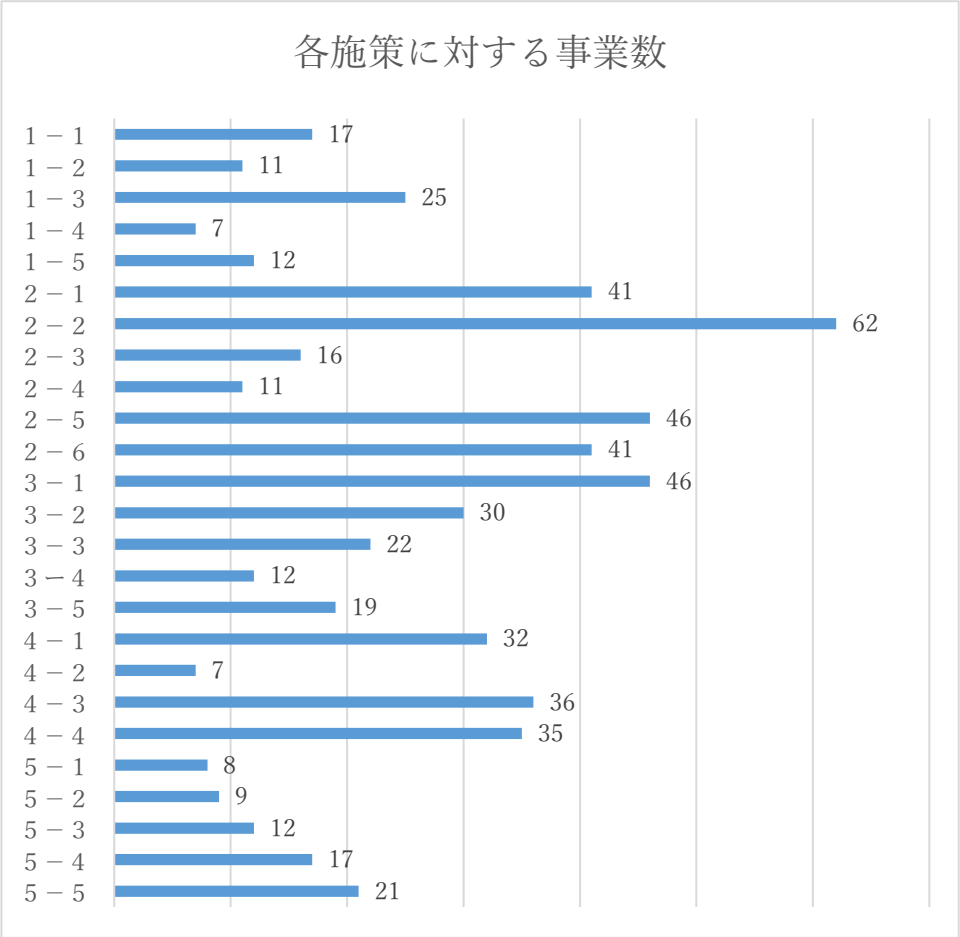


令和５年度実績

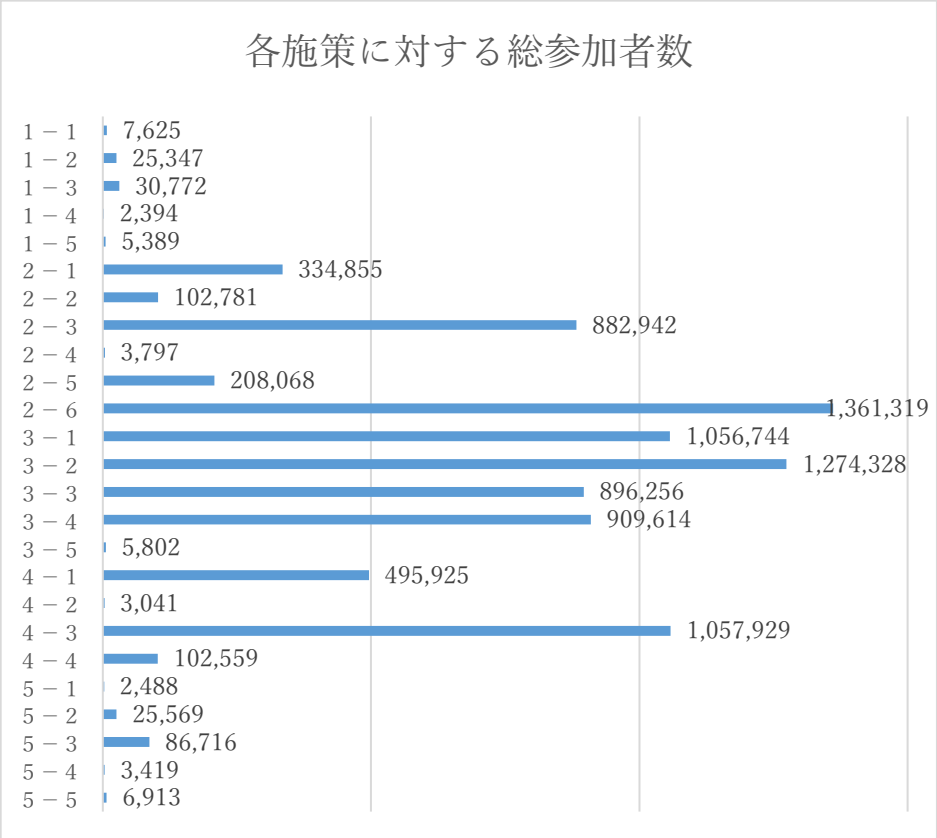
（２）事業実施回数（令和５年度実績）

総事業数	総事業実施回数	総参加者数
158 事業	70, 357 回	1, 459, 214 人

（３）各施策に対する事業数（令和５年度実績）



（４）各施策に対する総参加者数（令和５年度実績）



（５）施策の柱ごとの分析

＜施策の柱１　スポーツに触れる＞

「施策の柱１」の中で、最も事業展開された施策は「１－３　日常生活で実践するスポーツ」で、最も事業展開が少ない施策は「１－４　応援やボランティア活動から始めるスポーツ」となっています。「日常生活で実践するスポーツ」が多い理由としては、地域のコミュニティセンターで行われるラジオ体操事業やスポーツ推進委員や健康まちづくり推進員、自治会を中心に行われるウォーキング事業が充実していることが挙げられます。「応援やボランティア活動から始めるスポーツ」が少ない理由としては、令和５年度に設立した多摩市スポーツボランティアの登録者数やボランティア参加者数が伸び悩んでいることが挙げられ、今後はさらなるボランティア活動の推進が必要です。一方で、「１－２　健康チェックから始めるスポーツ」については、事業数は比較的少ないですが、TAMA フレイル予防プロジェクトなどの特色ある取り組みや地域介護予防教室など、参加人数の多い事業もあり十分な取り組みが行われています。

＜施策の柱２　スポーツを楽しむ＞

「施策の柱２」の中で、最も事業展開された施策は「２－２　小中学生が楽しめるスポーツの拡充」で、最も事業展開が少ない施策は「２－４　働く世代が手軽にできるスポーツの普及・啓発」となっており、次いで「２－３　高校生や大学生の興味・関心に沿うスポーツの充実」となっています。「小中学生が楽しめるスポーツの拡充」が多い理由としては、児童館事業の充実や子ども向け教室事業の充実が挙げられます。「働く世代が手軽にできるスポーツの普及・啓発」が少ない理由としては、健康増進への興味関心が高齢者ほど高くなく、一人ひとりライフスタイルや興味関心のあることが細分化されており、効果的な事業企画のハードルが高いことが挙げられます。「高校生や大学生の興味・関心に沿うスポーツの充実」は、事業数と比較して事業参加者数は多いですが、体育施設の貸館、指定管理者の自主事業や学校開放が主な内訳となっており、高校生や大学生だけではなく、実際には様々な年代の方が参加している事業のため、高校生や大学生の事業への参加自体が必ずしも多いとは言えない状況です。また、高校生や大学生は部活動やサークル活動、その他の活動を通してスポーツを実施している人も多いですが、一方で 10 代～20 代のスポーツ実施率のデータを見ると他の世代と比べて低い傾向にあり、スポーツに興味・関心が薄い高校生や大学生が参加したくなるような取り組みが必要です。

＜施策の柱３　スポーツを継続する＞

「施策の柱３」の中で、最も事業展開された施策は「３－１　レベルアップに向けた支援」で、最も事業展開が少ない施策は「３－４　スポーツ団体の活動支援」となっています。「レベルアップに向けた支援」が多い理由としては、体育施設の指定管理事業で行う教室事業や児童館で行われる卓球教室の事業など、子どもや初心者向け教室事業の充実が挙げられます。「スポーツ団体の活動支援」については、事業数は少ないですが、スポーツ施設の貸出や市民スポーツ大会の主催や市内スポーツ団体の自主事業である武道祭への補助など、対象となる人数は多く、市内のスポーツが自律的・継続的に運営されるような支援を行っています。

＜施策の柱４　スポーツライフを創出する＞

「施策の柱４」の中で、最も事業展開された施策は「４－４　スポーツを通じた仲間づくり」で、最も事業展開が少ない施策は「４－２　学びにつながるスポーツライフ」となっています。「スポーツを通じた仲間づくり」が多い理由としては、まちづくり協定を締結している東京ヴェルディや読売巨人軍の試合観戦招待事業、スポーツ大会やスポーツ体験教室、地域で行われるレクリエーション事業、健康づくりや介護予防をきっかけとするスポーツを通じた仲間づくりに繋がる事業がスポーツ所管だけではなく、他部署でも積極的に行われていることが挙げられます。「学びにつながるスポーツライフ」が少ない理由としては、スポーツを通じて「学び」に繋がる事業自体は多くあるが、「学び」を主目的に置いている事業自体は多くないことが理由として挙げられます。

＜施策の柱５　まちづくりへつなげる＞

「施策の柱５」の中で、最も事業展開された施策は「５－５　スポーツを通じた共生社会の創出」で、最も事業展開が少ない施策は「５－１　「まちの活力」へつなげるスポーツ」となっており、次いで「５－２　スポーツによる安全・安心のまちづくり活動の推進」となっています。「スポーツを通じた共生社会の創出」が多い理由としては、東京ヴェルディとの協働で行う障がい者スポーツ体験教室や学校訪問型の障がい者スポーツ事業などの実施、スポーツ推進委員によるボッチャフレンドカップやニュースポーツ体験教室など、誰でも参加しやすいユニバーサルスポーツに関する事業の実施が挙げられます。「「まちの活力」へつなげるスポーツ」については、他の施策と比べると事業数・参加者数ともに少ない傾向ですが、プロスポーツチームや大学等と連携して、様々な特色ある取り組みが行われています。また、「スポーツによる安全・安心のまちづくり活動の推進」は、事業数は少ないですが、安全・安心につながるウォーキング事業自体は幅広い地域で行われているため、参加者数は多いです。

（６）実績報告書からみる計画前期の進捗状況

全体的に、年齢・性別・ライフステージ・障害の有無に関わらず多くの取り組みが行われているといえます。しかしながら、一人ひとり興味関心のあることが細分化されており、一部のスポーツや健康増進に興味・関心が薄い「高校生や大学生」への効果的な取り組みやスポーツに親しむ時間の捻出が難しい「働く世代や子育て世代など」への効果的な取り組みがまだまだ進んでいない状況です。

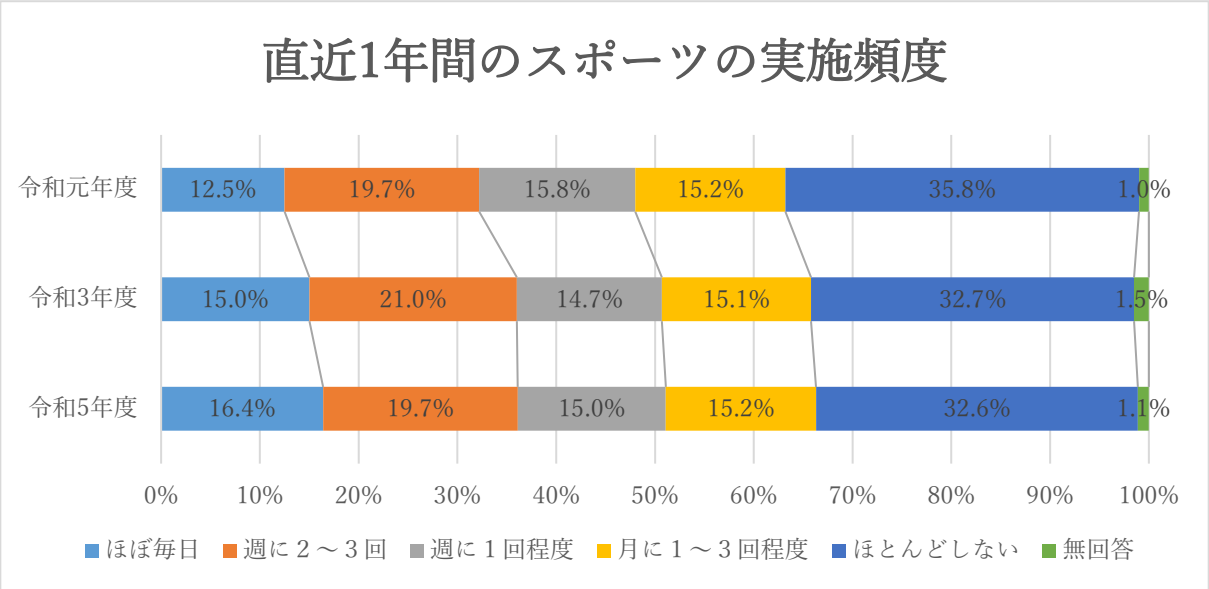
2　多摩市政世論調査

（1）スポーツ実施率について

ア　スポーツ実施率の経年変化

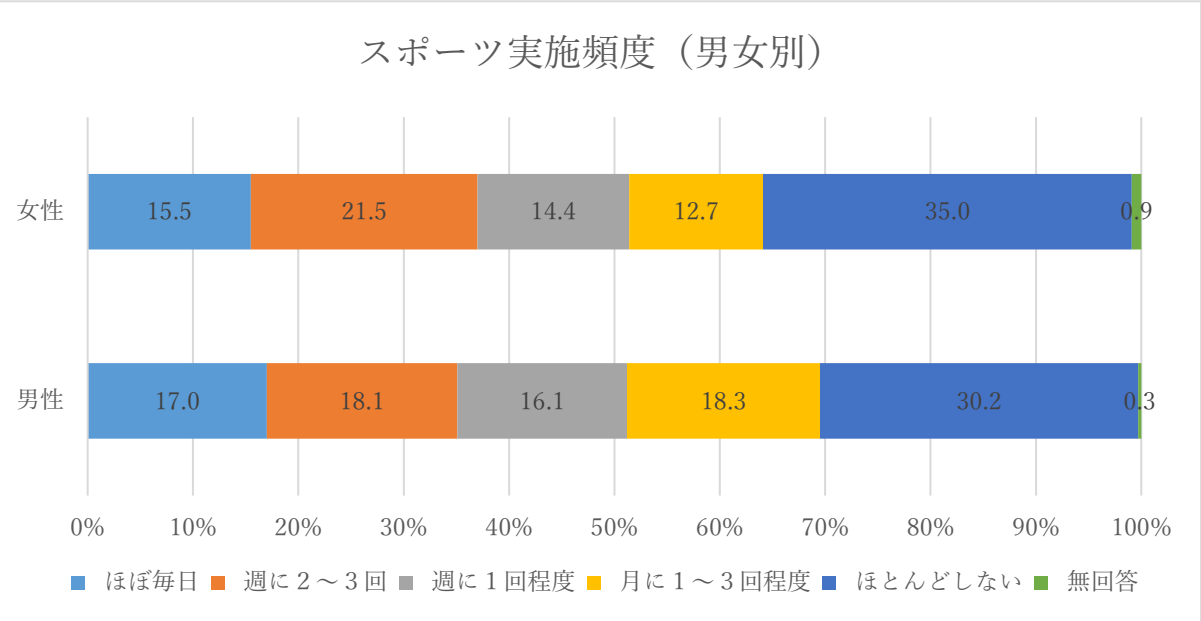
週に1回以上スポーツを実施する割合は、本計画策定前の2019(令和元)年度の調査では48.0%、最新の2023（令和5）年度の調査では51.1%と約3年間で3.1%増加しています。

特徴的な変化としては、「週に2～3」、「週に1回程度」と回答した割合は大きな変化がない一方、ほぼ毎日スポーツを実施する割合が3.9%増加しています



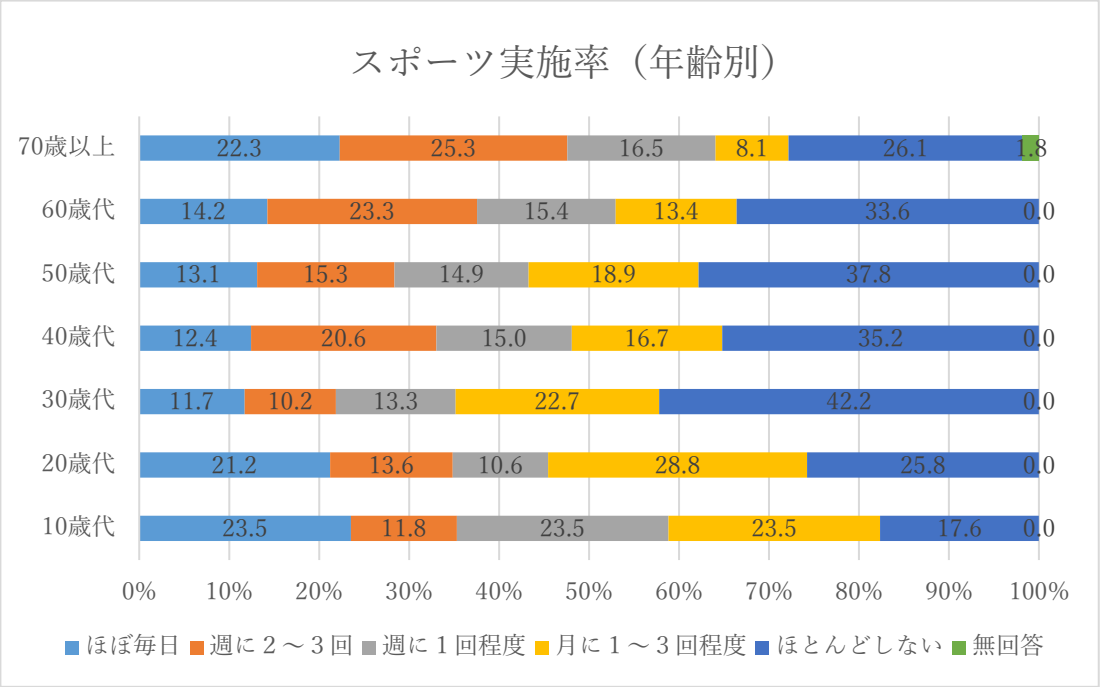
イ　男女別スポーツ実施率

男女別のスポーツ実施率（週に1回以上スポーツをする人）は、男性が51.2%、女性が51.4%とわずかに女性が上回っています。しかしながら、一方で「ほとんどしない」と回答した割合が男性と比べて4.8ポイントも高いという課題もあります。



ウ　年齢別スポーツ実施率

年齢別のスポーツ実施率(週に1回以上スポーツをする人)は、高い方から70歳代以上が64.1%、10歳代が58.8%、60歳代が52.9%、40歳代が48.0%、20歳代が45.4%、50歳代が43.3%、30歳代が35.2%となっています。傾向としては、20歳代～50歳代の働く世代の数値が低くなっており、高齢者や若者の数値は比較的に高い数値となっています。



（2）スポーツサークル等への参加について

趣味のクラブや文化・スポーツサークル等について、「現在参加している」「これまで参加したことがある」と回答した人の割合は、25.4%と高い数値ではありませんが、「現在、参加していないが今後参加してみたい」と回答した割合が37.3%もあり、スポーツサークル等での活動を希望する人の潜在的な数値は高いといえます※。

問　あなたは現在、地域活動や行事、またはボランティア活動についてどのような状況ですか。

	全　体	現在参加している(定期的に参加している)	これまでに参加したことがある	現在、参加していないが今後参加してみたい	参加したいと思わない	無回答
趣味のクラブや文化・スポーツサークル等	100.0	11.8	13.6	37.3	30.6	6.7
	1414	167	192	527	433	95

※趣味のクラブや文化サークルなど、スポーツを含まない活動についても同一項目としてカウントされているため参考値になります。

（３）自分の健康について

健康づくりに関心が「ある」「どちらかといえばある」と回答した人の割合は、90.5%と非常に高い関心を持っていることがわかります。

問　あなたは健康づくりに関心がありますか。（１つだけ）

	全　体	ある	どちらかといえばある	どちらかといえばない	ない	無回答
	100.0	46.9	43.6	6.3	1.3	2.0
	1414	663	616	89	18	28

（４）スポーツ環境について

文化活動やスポーツをするための環境がよいまちかどうかについて、「そう思う」「どちらかといえばそう思う」「ふつう」と、肯定的な回答の人が 80.6%と 8 割を超えています。

問　次の各項目について、あてはまるものをお答えください。

	全　体	そう思う	どちらかといえばそう思う	ふつう	あまりそうは思わない	そう思わない	無回答
多摩市は文化活動やスポーツをするための環境がよいまちだと思いますか	100.0	6.0	28.9	45.7	13.0	2.3	4.0
	1414	85	409	646	184	33	57

（５）多摩市政世論調査からみる計画前期の進捗状況

週に 1 回以上スポーツを実施する「スポーツ実施率」の割合は、令和元度が 48.0%、令和 5 年度が 51.1%と 3 年間で増加していますが、全国でのスポーツ実施率は、56.4%となっており、多摩市より 5 ポイントほど高い数値となっています。第六次多摩市総合計画において、スポーツ実施率を令和 8 年度までに 60%、令和 14 年までに 70%以上にするという高い目標値を掲げており、この目標を達成するには、計画の見直しと進捗状況を正確に把握するための指標が必要となります。

年齢別スポーツ実施率においては、20 歳代～50 歳代の働く世代の数値が低くなっており、この世代への取り組みは急務といえます。若い世代にも影響力のある東京ヴェルディや読売巨人軍など、協定を締結しているプロスポーツチームや大学との連携も効果的と考えます。また、学校部活動の地域展開の課題については、今後の目標達成へ向け大きな影響があるため、多摩市の特色に合わせ、関係団体等と連携した取り組みが必要です。

今後のスポーツ実施率向上に向けては、スポーツサークルへの参加や健康への関心がある市民に向けた取り組みや健康無関心層へ働きかける取り組みが必要となります。

Ⅴ　中間見直し後の施策の展開

1　施策の柱の見直しについて

施策の柱については、以下で記載する施策の見直しにおいて、２つの施策を新たな施策の追加と４つの施策を２つに統合、２つの施策の修正を行いましたが、既存の施策の柱に分類可能な内容であるため、今回の中間見直しでは施策の柱は見直さないこととします。

2　中間見直し後の施策について

＜中間見直し前後の施策の柱と各施策の比較＞

	中間見直し前	中間見直し後
１ スポーツに触れる	１－１　街なかにスポーツのある風景づくり ★ １－２　健康チェックから始めるスポーツ １—３　日常生活で実践するスポーツ １－４　応援やボランティア活動から始めるスポーツ １－５　アスリートと触れ合う機会の充実	１－１　街なかにスポーツのある風景づくり １－２　健康チェックから始めるスポーツ １—３　日常生活で実践するスポーツ １－４　応援やボランティア活動から始めるスポーツ★ １－５　アスリートと触れ合う機会の充実
２ スポーツを楽しむ	２－１　親子が触れ合うスポーツ機会の充実 ２－２　小中学生が楽しめるスポーツの拡充 ２—３　高校生や大学生の興味・関心に沿うスポーツの充実 ２－４　働く世代が手軽にできるスポーツの普及・啓発 ★ ２－５　高齢者がいきいきするスポーツの拡充 ２－６　だれもが楽しめるスポーツ環境の創出 ★	２－１　親子が触れ合うスポーツ機会の充実 ２－２　小中学生が楽しめるスポーツの拡充 ２—３　高校生や大学生がスポーツに関わる機会の充実 ２－４　働く世代が手軽にできるスポーツの普及・啓発 ★ ２－５　高齢者がいきいきするスポーツの拡充 ２－６　だれもが楽しめるスポーツ環境の創出
３ スポーツを継続する	３－１　レベルアップに向けた支援 ３－２　身近な施設・場所を活用したスポーツの展開 ３—３　特色あるスポーツ施設の有効活用 ３－４　スポーツ団体の活動支援 ★ ３－５　多種多様なスポーツ機会の提供	３－１　レベルアップに向けた支援 ３－２　身近な施設・場所を活用したスポーツの展開 ３—３　特色あるスポーツ施設の有効活用 ３－４　スポーツ団体の活動支援 ★ ３－５　多種多様なスポーツ機会の提供
４ スポーツライフを創出する	４－１　スポーツを通じた健康づくり ４－２　学びにつながるスポーツライフ ４—３　スポーツを通じた生きがいづくり ４－４　スポーツを通じた仲間づくり ★	４－１　スポーツを通じた健康づくり ４－２　学びにつながるスポーツライフ ４—３　スポーツを通じた生きがいづくり・仲間づくり ★ New　４－４　学校部活動の地域展開等の推進
５ まちづくりへつなげる	５－１　「まちの活力」へつなげるスポーツ ５－２　スポーツによる安全・安心のまちづくり活動の推進 ５—３　スポーツを通じた地域活動の担い手づくりの支援 ５－４　スポーツによる地域コミュニティ活動の促進 ★ ５－５　スポーツを通じた共生社会の創出	５－１　「まちの活力や賑わい」へつなげるスポーツ ５－２　スポーツを通じた地域活動の担い手づくりの支援 ５—３　スポーツによる地域コミュニティ活動の促進 ５－４　スポーツを通じた共生社会の創出 ★ New　５－５　国際大会を契機とするレガシーの創出

※下線：文言修正　：統合前　：統合後　New：新規追加　★重点施策

施策の柱１　スポーツに触れる

スポーツをする機会の少ない市民やスポーツから遠ざかっている市民も含めて、すべての市民が気軽に親しみやすいスポーツ環境を形成するために、日常生活でスポーツに触れるきっかけを大切にします。

スポーツに接しスポーツの良さを実感できるよう、自分のペースで興味や関心に基づき日常生活の中に気軽にスポーツを取り入れる取り組みを進めます。

１－１　街なかにスポーツのある風景づくり

学校の部活動や地域のスポーツクラブ（またはスポーツ少年団）などに参加していない小中高生、仕事や家事・子育てなどで自由な時間が取りづらい市民なども含めて、街なかでスポーツを楽しめるような取り組みをプロスポーツチーム、大学、事業者など様々な立場な人々との協働で進めていきます。

例えば、市内各所に張り巡らされた遊歩道を活用したウォーキングイベントや多くの人が集まる街なかでスポーツのデモンストレーションを行うなど、日常生活にスポーツの風景があることで、関心や興味を喚起していきます。

【多摩市での主な取り組み例】

- 遊歩道などを活用したウォーキングイベント
- THE ROAD RACE TOKYO TAMA（自転車ロードレース大会）開催に向けた取り組み
- 地域のプロスポーツチームと協働した街なかでのパブリックビューイング　　など

〈参考事例〉

多くの市民が、沿道を猛スピードで走り抜ける選手の迫力を肌で感じた

「THE ROAD RACE TOKYO TAMA 2023（自転車ロードレース大会）」

多摩市を含む８市の道が、東京 2020 オリンピック競技大会の自転車競技ロードレースのコースになったことをきっかけに、2023（令和５）年 12 月３日に第１回大会が開催され、聖ヶ丘の住宅街をはじめ、見通しの良い南多摩尾根幹線道路や多摩ニュータウン通りなどを猛スピードで走るアスリートたちの姿を、多くの市民が沿道で観戦し、自転車競技ロードレースの迫力を肌で感じました。

１－２　健康チェックから始めるスポーツ

自分の体力や体の状態などを確認することは、健康な状態を保ちたいと意識することにつながり、スポーツを始めるきっかけになります。

高齢者などスポーツから遠ざかっている市民も、健康チェックをきっかけに、スポーツへの関心を高める取り組みを進めていきます。

【多摩市の主な取り組み例】

●健康診断の促進

●体力測定の実施

●TAMA フレイル予防プロジェクト　など

〈参考事例〉

数種類の測定結果から自分の体力を知ることができる体力測定

体力測定

多摩市立総合体育館や温水プールでは、毎年スポーツの日に行う快汗スポーツＤＡＹなどの機会に、自分の体の状態を把握するのに有効な「体力測定」を行っています。

体力測定は、自分の体の状態や体力を知るとても良い機会であり、スポーツをする動機付けにつながります。

測定結果をもとに、その人に合った健康維持やスポーツに関するアドバイスを行っ

１－３　日常生活で実践するスポーツ

新たにスポーツを始めようと一念発起しなくても、日常生活で既に行っている身体活動をスポーツとして捉えて、気軽にできる取り組みを進めていきます。

例えば、日課のラジオ体操やストレッチ、趣味のガーデニングや散歩などをスポーツとして意識的に行うことで、充実感やリフレッシュ感を得ながら実践していきます。

【多摩市の主な取り組み例】

●楽しく！美しい！ラジオ体操教室
●多摩市アダプト制度（公園・沿道の緑化や清掃美化活動）
●健康体操や簡単なトレーニングの紹介　　など

〈参考事例〉

公園内の花植え活動をするボランティアを対象にしたコミュニティ花壇講習会

公園内の花植え活動

多摩市には多くの公園があり、多くのボランティアが公園に花を植え、魅力的な公園の景観をつくっています。公園にきれいな花を咲かせようという思いに加え、「せっかくならスポーツとしても楽しもう！」と意識的に取り組むことで、さらなる充実感や達成感を得られます。

日常で行っている身体活動を利用するだけで、無理なくスポーツに親しめます。

１－４　応援やボランティア活動から始めるスポーツ★

スポーツをする機会の少ない市民や、スポーツから遠ざかっている市民には、地元のアスリートの応援やスポーツ関連のボランティア活動などの機会の提供に努めます。

スポーツ関連のボランティア活動については、多摩市スポーツボランティアを中心に地域のスポーツに関する取り組みや地元のアスリートをささえる活動を積極的に支援していきます。

【多摩市の主な取り組み例】

●多摩市スポーツボランティアの活動

●パブリックビューイング　　など

〈参考事例〉

自転車ロードレース大会「THE ROAD RACE TOKYO TAMA」での沿道サポートの様子

快汗スポーツ DAY での活動の様子

多摩市スポーツボランティア

東京 2020 大会開催により、市内で地域のアスリートを応援する機運が高まったことを契機に、2023（令和 5）年 6 月に有志の多摩市民の方で構成される「多摩市スポーツボランティア」が設置されました。自転車ロードレース大会である THE ROAD RACE TOKYO TAMA、市とまちづくり協定を締結している東京ヴェルディのホームゲーム、その他市内で行われるスポーツイベント等でのイベント運営を支えてくれています。

１－５　アスリートと触れ合う機会の充実

スポーツ観戦をきっかけに、経験したことのないスポーツに挑戦したり、しばらく遠ざかっていたスポーツを再開したりすることもよくあります。

地元のアスリートと交流することで、スポーツから遠ざかっている市民が関心を持つなど、市民がスポーツの魅力を感じる機会をつくるため、地元アスリートの活躍を応援する取り組みや協定を締結している東京ヴェルディ、読売巨人軍の選手と触れ合う機会を創出し、ホームタウンとしての機運醸成を進める取り組みを促進していきます。

【多摩市の主な取り組み例】

- プロスポーツの無料観戦招待試合・公開練習試合・選手サイン会などの実施
- 読売巨人軍・東京ヴェルディ選手の小学校派遣事業　など

〈参考事例〉

プロの技術が学べる
ヴェルレンジャーサッカー教室

小学校選手派遣事業

東京ヴェルディや読売巨人軍の選手が市内小学校に訪問することで、トップレベルのスポーツ選手との貴重な交流経験を通して、スポーツの楽しさを知るきっかけやスポーツに興味を持つきっかけとなる取り組みを実施しています。

これらの取り組みは、「東京ヴェルディ」や「読売巨人軍」との間でそれぞれ締結された協定を根拠に、両者の人材・資源を活かしたまちづくりやスポーツ推進に関わる活動を行っています。

施策の柱２　スポーツを楽しむ

年齢・性別・国籍・障害の有無などに関わらず、すべての市民が自らの興味や関心、またペースで、自分らしくスポーツを楽しむことを大切にします。

ライフステージに応じて楽しむスポーツの機会やあり方を提案し、世代を超えてさらに豊かな交流へと成長していく取り組みを進めていきます。

２－１　親子が触れ合うスポーツ機会の充実

子どもと保護者がスポーツを通じて一緒に楽しめる機会を充実させます。特に、子育て世代の妊娠中や産後３年未満の女性を対象にしたある調査では健康や運動に関心あるが実践できない層が約７割とも言われ、運動ができる場の認知度向上や交流の場所が必要とされています。

子どもと保護者のスキンシップや触れ合いをつくりだすとともに、参加者の子ども同士、保護者同士の交流も促進します。

【多摩市の主な取り組み例】

●児童館での親子向け事業

●子どもと保護者が安全に遊べる環境の充実　　など

〈参考事例〉

子どもたちがのびのび遊べる
プレイルーム

多摩市立総合体育館 第７スポーツホール（幼児室）

多摩市立総合体育館の第７スポーツホールは、小学生未満の子どもと保護者を対象とした、いつでも気軽に利用できるプレイルームです。

室内にはトランポリンやマット、ボールなどがあり、子どもたちが自由に体を動かせる場であると同時に、保護者同士のコミュニケーションの場にもなっています。

２－２　小中学生が楽しめるスポーツの拡充

学校の部活動や地域のスポーツクラブ等に所属している子どもはもとより、それらに所属していない子どもや、部活動にないスポーツを楽しみたい子どもなど、様々な子どもたちが自分らしくスポーツを楽しむことができる多様な機会の提供が求められています。

スポーツ関連団体と連携しながら、子どもたちが気軽にスポーツに親しめる環境を整え、スポーツの魅力を知ってもらう取り組みを進めていきます。

【多摩市の主な取り組み例】

●各種スポーツ体験教室の実施
●児童館で実施されるスポーツに関する教室や活動
●放課後こども教室　　など

〈参考事例〉

子どもたちの元気な声援が
飛び交う試合会場

はちたま卓球大会

市内に 10 カ所ある児童館では卓球が盛んで、卓球教室などが行われています。本市と近隣市の八王子市が合同で開催する「はちたま卓球大会」は、2025（令和 7）年度で 42 回を迎える歴史ある取り組みで、多くの小中学生が日頃の練習の成果を発揮して卓球を楽しんでいます。また、勝敗にこだわらず、他市の子どもたちと交流し、親交を深める良い機会になっています。

２－３　高校生や大学生がスポーツに関わる機会の充実

部活動に参加していない高校生や運動不足を感じている大学生などへのスポーツ機会の提供も大切です。

興味・関心に沿ったスポーツを楽しむ機会の提供や若い世代にも影響力のある東京ヴェルディ、読売巨人軍などと連携することで、スポーツに魅力を感じてもらうきかっけづくりを進めていきます。

【多摩市の主な取り組み例】

●若い世代にも影響力のある東京ヴェルディや読売巨人軍と連携した取り組み
●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
●児童館で中高生を対象としたティーンズタイム導入　など

〈参考事例〉

2025 年度多摩市スポーツ推進大使 読売巨人軍の宮原 駿介（みやはら　しゅんすけ）選手

多摩市民デーとして、毎年市民の方をイースタンリーグの試合に無料招待

多摩市スポーツ推進大使

多摩市民に様々なスポーツに興味・関心を持ってもらうことや市を PR することを目的に、協定を締結している読売巨人軍の若手有望選手を「多摩市スポーツ推進大使」として任命しています。多摩市と読売ジャイアンツの取り組みはもちろん、多摩市のシティプロモーション、またスポーツを中心とする様々な取り組みを普及・推進しています。

２－４　働く世代が手軽にできるスポーツの普及・啓発★

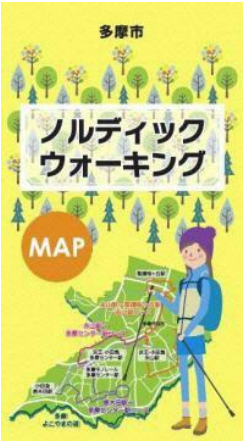
仕事・家事・子育て・介護などで忙しくて、スポーツをする時間を確保しづらい働く世代にとって、生活習慣病予防や健康増進も含めたスポーツの普及が求められています。

例えば、通勤途中や家事などの合間を利用して気軽にできるプログラムを紹介する取り組みや、市内事業所に社員の健康維持・増進に向けた活動の実施を呼びかけるなどの取り組みを進めます。

【多摩市の主な取り組み例】

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

〈参考事例〉



ノルディックウォーキングに適したコースを紹介するものや身近な公園を活用したストレッチの紹介などの各種パンフレット

遊歩道を活用したウォーキングマップ

日本一長い遊歩道や充実した公園などの身近な場所を活用

多摩市の遊歩道は、全長４１kmと全国の遊歩道の中で日本一の長さを誇ります。車道と分離されて整備された遊歩道は、安全に歩くことができるので、日々のウォーキングやランニングに最適です。また、多摩市の公園・緑地の面積は都内の市町村では１位と市民にとっても身近な場所となっています。

市内には遊歩道を活用した様々なウォーキングコースや散策を楽しめるコースがあり、ウォーキングイベントなどの催しも開催されています。また、身近な公園を活用したストレッチを紹介するパンフレットを作成するなど、働く世代や子育て世代の忙しい方でも手軽に取り組めるスポーツを推奨しています。

２－５　高齢者がいきいきするスポーツの拡充

スポーツは健康増進だけではなく、日々の生活に活力を与えてくれる効用もあります。

介護予防・フレイル(虚弱)予防による社会参加も含めて、高齢者がいきいきと元気に暮らし、スポーツを通じてＱＯＬ（クオリティ・オブ・ライフ）を高められるような取り組みを進めます。

【多摩市の主な取り組み例】

- ウォーキングサッカー教室
- 月例ウォーキング
- TAMA フレイル予防プロジェクト、元気アップトレーニング、地域介護予防教室　など

〈参考事例〉

サッカー未経験の女性も参加しやすい
ウォーキングサッカー

ウォーキングサッカー

南豊ヶ丘フィールドでは、「ウォーク（歩く)」と「サッカー」が融合した新しいスポーツ「ウォーキングサッカー」が行われています。

通常のサッカーよりルールが簡単で、体力に自信のない方も楽しめるスポーツなので、多くのシニア世代の方が楽しんでいます。

自分のペースでプレーできる有酸素運動でありながら、通常のウォーキングの３倍以上の消費活動量があり、身体的にも効率の良い運動効果が期待できます。新陳代謝も上がり、痩せやすい体になるのでダイエットにもお勧めです。

用語解説

フレイル(虚弱)：加齢により心身が弱ってきた状態。初期の段階ならば筋力トレーニングなどにより、一定の機能回復が可能とされている。

ＱＯＬ：Quality of Life の略。一人ひとりの人生の内容の質や社会的にみた生活の質のこと

２－６　だれもが楽しめるスポーツ環境の創出

年齢・性別・障害の有無などに関わらず、だれもがスポーツを楽しむことができる環境づくりを大切にします。

特に、障がい者については、障害の種類や程度を踏まえつつ、娯楽や余暇活動としてスポーツを楽しめる機会づくりに努めるとともに、障がい者をサポートする人への支援を進めます。また、近年注目されている e-スポーツの活用についても他自治体の事例等も踏まえ効果を研究していきます。

【多摩市の主な取り組み例】

●ニュースポーツ体験教室
●聴覚障がい者ニュースポーツ体験
●障がい者青年教室　　など

〈参考事例〉

様々なニュースポーツができる体験教室
（左：シャフルボード、右：ディスクゴルフ）

ニュースポーツ体験教室

多摩市スポーツ推進委員は、市民スポーツの普及・振興のための事業などを行う市民の方々です。市民の皆さんが「ひとりひとつの生涯スポーツを持つこと」を目指し、だれもが気軽に参加できるニュースポーツの体験教室を開催しています。

レクリエーションの一環として、気軽に楽しむことを目的としたニュースポーツには様々な種目があります。今まで知らなかった様々なニュースポーツを体験することで、今の自分に合ったスポーツと出会うことが期待できます。

用語解説
ニュースポーツ：レクリエーションの一環として気軽に楽しむことを主眼とした身体活動
既存のスポーツ(種目)をアレンジしたものやプレー環境を改変したものなど、老若男女のハンディの差が少なく、適度な運動量でルールがやさしい、生涯を通じて楽しめるスポーツ

施策の柱３　スポーツを継続する

スポーツを楽しみながら継続していくことで、体の健康だけでなく達成感・充実感・爽快感なども増していきます。

スポーツをする多様な場や機会とともに、スポーツを続けたくなるように、また、プログラムなどの内容も豊富にしていくような取り組みを進めていきます。

３－１　レベルアップに向けた支援

初心者から経験者まで、レベルアップのニーズなどにも対応可能なスポーツプログラムの充実や競技スポーツ選手の育成を支援します。

成果を表現する場や市民の相談を受ける機会を設けるといった取り組みなども含めて、スポーツ協会や民間スポーツクラブなどと連携しながら進めていきます。

【多摩市の主な取り組み例】

- トレーニング相談会
- 東京都スポーツ大会等の上位大会への選手派遣
- 児童館での卓球教室　　など

〈参考事例〉

ランニングマシーンもあるので女性や
忙しい社会人も気軽に走ることができます

自分に合ったメニューで筋力アップ！

パーソナルプログラム

多摩市立総合体育館のトレーニングルームでは、運動目的や健康状態に合った運動計画をトレーナーと相談しながらつくることができます。

運動計画をつくることで、実現可能な目標に向かってステップアップしながらスポーツを継続することができます。

３－２　身近な施設・場所を活用したスポーツの展開

誰もがアクセスしやすい場所でスポーツを楽しむ環境を整えることで、スポーツの継続に繋がるよう遊歩道などでのウォーキングやサイクリング、公園でのラジオ体操など、日頃利用している身近な場所を活用したスポーツを広げていきます。

また、地域でスポーツをする場所の確保や夏場でも空調設備のある施設でスポーツに親しめる環境づくりの観点から、団地の集会施設やコミュニティセンター、小中学校などの公共施設のさらなる有効活用を図ります。

【多摩市の主な取り組み例】

- ●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
- ●ウォーキングの促進（歩いた距離がわかる案内表示の設置など）
- ●東京 2020 オリンピック自転車競技ロードレースコースに路面表示を設置
- ●学校開放事業の運用　　など

〈参考事例〉

館内のホールを利用した、
愛宕かえで館のストレッチ・ヨーガ教室

コミュニティセンターで行われる体操教室

市内のコミュニティセンターでは、会議室やホールを使って、体操教室やスポーツ教室が行われています。

時間がない、スポーツ施設まで行くのが億劫だなど、スポーツ施設に行くことが難しくても、身近な施設で簡単に体を動かす環境が多摩市にはあります。

３－３　特色のあるスポーツ施設の有効活用

武道館や温水プール、キャンプ練習場などの特色ある施設を活かした魅力あるスポーツの展開を進めます。

市民ニーズ、利用状況、老朽化状況、民間などスポーツ施設設置状況、地球温暖化への対応、財源の確保、ライフサイクルコスト縮減などの多様な視点を踏まえながら、多くの市民がスポーツに親しめるスポーツ施設を整備していくため、アーバンスポーツなどの新たなスポーツ需要を満たす取り組みについて検討をするなど計画的に施設の更新・充実を図っていきます。

スポーツ用人工芝から排出されるマイクロプラスチック流出防止の取り組みとともに、今後は急激な気候変動へ対応して次の取り組みを進めます。

- 多摩市立総合体育館第１・第２スポーツホールへの空調設置
- 一本杉公園野球場の多目的利用及び熱中症予防のためのナイター設置の検討
- 熱中症リスクの高い屋外スポーツ施設における日除け等の熱中症対策設備の設置検討

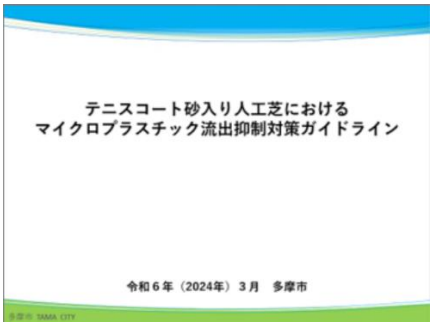
【多摩市の主な取り組み例】

●マイクロプラスチック流出対策ガイドラインを策定

●大谷戸公園キャンプ練習場のリニューアル

●多摩市屋外スポーツ施設管理更新計画の策定　　など

〈参考事例〉



マイクロプラスチックガイドライン

屋内スポーツ施設への空調整備も順次進めています。

マイクロプラスチック流出対策ガイドライン

マイクロプラスチック問題には様々な原因がありますが、人工芝もその一因となっているため、多摩市では令和４年度よりテニスコートの人工芝から排出されるマイクロプラスチック流出抑制対策について人工芝製造企業との連携により実証実験に取り組み、その結果をガイドラインとしてまとめました。

用語解説

マイクロプラスチック問題：マイクロプラスチックとは、微細なプラスチックごみの総称で、5 ミリメートル未満のものを言います。環境中に出てしまった使用済プラスチックはすぐには分解されることなく、河川などから最終的に海に流れ着きます。海の環境を汚し、海の生き物がこうした漂流ごみ（マイクロプラスチック等）をエサと間違えて食べてしまうなど、生態系への影響が世界的な問題になっています。

３－４　スポーツ団体の活動支援★

本市のスポーツ振興は、多くの団体や市民の活動によって支えられています。

スポーツ協会をはじめ、地域のスポーツ団体・住民有志で運営している活動まで、地域のスポーツを支える幅広い活動が自立的・継続的に運営されるよう支援に努め、スポーツ団体の活動支援を通して、競技スポーツ選手の技術力向上を支援します。

また、地球温暖化の影響による夏場においても、市民の方がスポーツに親しむことができるよう、屋外スポーツイベントの時期変更や早朝や夜間など比較的涼しい時間帯でのスポーツ実施への移行を検討していきます。また、様々な関係者と連携して市民への熱中症に対する意識啓発を行うことで、スポーツを行う市民一人ひとりが熱中症予防の意識を持って行動出来るよう努めていきます。

【多摩市の主な取り組み例】

●スポーツ協会などスポーツ団体への活動支援

●市民団体へのスポーツ推進委員出張派遣　など

〈参考事例〉

第 38 回 日本クラブユースサッカー選手権(U-15)大会に優勝した FC 多摩ジュニアユースの皆さん

多摩市ゆかりの選手の活躍

近年、多摩市では全国や世界を舞台に戦う選手の活躍が目覚ましいものとなっており、市内外から大きな反応をいただいています。市は、市内のスポーツ環境の整備により競技者の支援を行うとともに、横断幕の掲出や SNS での選手の活躍の発信などを行うことで、選手の活躍を広く知ってもらう取り組みを行っています。今後も、市内のスポーツ環境や競技力のさらなる向上を目指して、さまざまな取り組みを検討・実行していきます。

３－５　多種多様なスポーツ機会の提供

市民がいろいろなスポーツと出会う機会をつくり、スポーツが楽しくできる環境をつくることで継続性を高めます。

大学やプロスポーツチーム、民間企業などと連携して、普段なかなか体験できないスポーツの体験教室や魅力的なスポーツイベントの実施を図るなど、市民の興味や関心を広げるような、取り組みを進めます。

【取り組み例】

- ヴェルレンジャー（スポーツ教室）の実施
- 国士舘大学との協働による陸上競技教室
- ニュースポーツ体験教室　　など

〈参考事例〉

陸上競技部の学生による短距離走の指導

国士舘大学との連携事業

市内に体育学部のキャンパスを構える国士舘大学は、市と様々な連携事業を行っています。例えば、小学生を対象に陸上競技教室を開催しています。教えてくれるのは、陸上競技部の学生たちです。

参加する子どもたちは、日々学生が練習する競技場で、学生からのレベルの高い指導を受けたりしながら、「短距離走」「走り幅跳び」「走り高跳び」「投運動（やり投げ）」の基礎を学びます。

施策の柱４　スポーツライフを創出する

スポーツによる健康増進や仲間づくりなどの効果を広げ、市民一人ひとりのライフスタイルに見合う形で、生活の中にスポーツを楽しむ場面や時間がある、そうしたスポーツライフの創出を目指します。

スポーツライフの創出は、スポーツを通じて市民が形成する文化でもあるという視点を持ち、豊かな市民生活が培われていくように、取り組みを進めていきます。

４－１　スポーツを通じた健康づくり

スポーツを行うことによる病気予防や健康の維持・増進などの効用を体感することで、働く世代や高齢者をはじめそれぞれのライフステージにおいて、スポーツの大切さを感じてもらえる機会をつくります。

保健・福祉の専門家などと連携しつつ、楽しく健康を保てるように取り組みを進めていきます。

【多摩市の主な取り組み例】

●健康づくり推進員による身体活動（スポーツ、運動）事業
●地域リハビリテーション活動支援事業（リハビリテーション専門職の派遣）
●多摩フレイル予防プロジェクト、元気アップトレーニング、地域介護予防教室　など

〈参考事例〉

たくさんの仲間と楽しく歩く月例ウォーキング

多摩市健康づくり推進員

多摩市健康づくり推進員は、市の委嘱を受け、地域の皆さんが健康になれるようにウォーキングや健康体操・料理など各種講座の企画・運営をしています。

月例ウォーキングは、申し込み不要で気軽に参加できるイベントです。月１回市内３カ所のエリアで開催しています。

４－２　学びにつながるスポーツライフ

学校での部活動や地域のスポーツクラブ（またはスポーツ少年団）などに参加していない小中高生、また高齢者などをはじめ多くの市民に向けて、スポーツを通じて学習できる機会をつくります。

例えば、川遊びをしながら楽しむ環境学習や、実践を伴ったキャンプなどの野外活動など、学ぶ楽しさを感じながらスポーツに関われる取り組みを進めます。

【多摩市の主な取り組み例】

●大谷戸プレーパーク TAMA
●健康ウォーキング川柳
●児童館などでの自然体験事業の実施　　など

〈参考事例〉

子どもたちが自然の中で遊びながら学ぶプレーパーク（冒険遊び場）

大谷戸プレーパーク TAMA

大谷戸プレーパーク TAMA は、子どもたちが自主的、自発的に、いろいろな遊びや自然体験活動を行うことができる広場です。

ここでは既成の道具ではなく、その場にあるものを使って自分で自由に遊びを作っていきます。その中で、どこが、何が、どうしたら危険か？ということを体験し、子ども同士で教え合いながら身につけてもらうことを大切にしています。保護者や地域の方々も一緒に活動することができます。

４－３　スポーツを通じた生きがいづくり・仲間づくり★

体を動かすこと・みること・応援することは、生きがいづくりに繋がります。また、それを誰かと一緒に体験することは、世代を超えた仲間づくりのきっかけにもなります。何か始めたいと思っている市民や楽しみを見つけたい市民に向けて、生きがいづくり・仲間づくりにつながるスポーツの機会をつくります。

例えば、スポーツ経験に関係なく何歳からでも興味のあるスポーツに挑戦できる機会の提供、スポーツボランティア活動など、世代を超えた交流にもつながるように、取り組みを進めていきます。

【多摩市の主な取り組み例】

- ●スポーツ推進委員・健康づくり推進員・介護予防リーダー・多摩市スポーツボランティアなど
- ●多摩市民スポーツ大会の実施
- ●多摩市にゆかりのあるプロスポーツチームを応援する機運醸成　　など

〈参考事例〉

現在の生活や将来を考えるきっかけとなる応援本

あなたの「生き方・老い方」応援本

この本は、市民の皆さんが健康と幸せを獲得しやすい環境をつくることを目的に、住み慣れたまちで自分らしくいきいきと暮らし続けるためのコツをまとめた多摩市のオリジナルテキストです。体を動かすことの大切さや、人とのつながりづくりが健康と幸せに与える影響など、４０歳以降の方にぜひ学んでほしい知識が詰まっています。

４－４　学校部活動の地域展開等の推進

学校部活動は、子どもたち一人ひとりの成長に大きく寄与するだけではなく、これまで子どもたちがスポーツを始めるきっかけになるなど、スポーツ振興にとって重要な取り組みです。少子化が深刻化する中、自分のやりたい部活動がない学校や試合ができる数の部員が集まらない部活動が増えてきているなど、持続可能な取り組みへの転換が求められています。

子どもたちが将来にわたり自分の好きなスポーツに親しめる環境を整備するために、スポーツ協会、大学や民間事業者との連携により、これまでにない新しい枠組みを創っていきます。

【多摩市の主な取り組み例】

●学校関係者や保護者が参加する協議会の設置

●ガイドラインの内容検討　　など

〈参考事例〉

多摩市立中学校部活動地域連携・地域移行検討協議会の様子

中学校部活動地域展開等

全国的に、少子化の進行により学校単位の部活動の存続が難しくなったり、専門的な技術指導のできない顧問が多かったりする中、子どもたちが将来にわたりスポーツに親しむ環境を整えるため、多摩市は、令和６年６月に学識経験者、地域スポーツ団体代表、地域文化団体代表、部活動指導員、保護者、市内全中学校長で構成される「多摩市立中学校部活動地域連携・地域移行検討協議会」を設置し、多摩市における部活動の地域展開等についてガイドライン策定などに関わる協議を行っています。

なお、地域展開という言葉は、2025 年５月、スポーツ庁と文化庁の有識者会議で、2026 年度以降の地域移行の取り組みに関する「最終とりまとめ」の中で使用され、従来の「地域移行」という言葉から、地域全体で支える・広げるという考え方を込めて変更されました。

施策の柱５　まちづくりへつなげる

スポーツには、人を元気にするだけでなく、人と人との関係性を深め、地域やまちを元気にする効用もあります。

スポーツを通じて、人や地域に様々な効果をもたらし、「スポーツによるまちづくり」へと拓かれていく施策の展開を目指します。

５－１　「まちの活力や賑わい」へつなげるスポーツ

スポーツをきっかけとして、活力ある地域づくりへとつながっていくような取り組みを支援していきます。

市内の商店会、民間事業者やプロスポーツチームと連携したスポーツイベントの開催により、新たなビジネスチャンスが生まれる可能性が期待されます。また、東京多摩フットボールセンター・南豊ヶ丘フィールドの機能充実化によりスポーツを通じた地域コミュニティの活性化や交流人口の促進につなげ、地域の賑わいづくりへと繋げていきます。

【多摩市の主な取り組み例】

- プロスポーツチームや地元企業との協働で開催したパブリックビューイング
- 南豊ヶ丘フィールドのリニューアル
- 地域イベントでのプロスポーツチームとの連携　　など

〈参考事例〉

読売巨人軍と地元企業との協働による
パブリックビューイングの様子

読売巨人軍や地元企業との連携による街なかパブリックビューイング

多摩センターのパルテノン大通りを活用して、読売巨人軍や地元企業との協働によるパブリックビューイングを開催。当日は、ココリア多摩センターの壁面をスクリーンにして、ファンだけではなく、通りがかりの人も立ち止まって応援するなど、８００名以上の人が集まり大きく賑わいしました。また、地元企業や読売巨人軍の協力により選手のサイングッズや商品券など豪華な景品が当たるスタンプラリーも実施されるなど、多くの人が楽しむことができるイベントとなりました。

５－２　スポーツを通じた地域活動の担い手づくりの支援

スポーツ推進委員や健康づくり推進員をはじめ、介護予防リーダー、うんどう教室地域指導員や自治会など、市民の健康や福祉に関わる地域活動への支援も不可欠です。

地域活動の担い手づくりに向けたネットワーク化の促進など、地域活動に取り組む市民へのエンパワーメントとなるような取り組みを進めます。

【多摩市の主な取り組み例】

- ●スポーツ推進委員による指導
- ●新たなスポーツ人材の発掘
- ●介護予防リーダーによる地域介護予防教室　　など

〈参考事例〉

心も体も元気になれる
地域介護予防教室

介護予防リーダー

多摩市では、介護予防リーダー養成講座を開催し、地域において主体的に介護予防をリードしていただく方を募集しています。講座では、地域の課題を探り、介護予防に必要な知識や方法を学びます。

介護予防リーダーが開催する地域介護予防教室は、元気アップ体操を取り入れた通いの場です。各地域のコミュニティセンターや集会施設などで開催しています。

用語解説
　エンパワーメント：人の持っている力を引出し、沸きださせる。

５－３　スポーツによる地域コミュニティ活動の促進

スポーツを通じて市民が交流し、コミュニティ形成につながる支援を進めます。地域コミュニティ形成されることで、顔と顔が見える関係づくりが促進され、犯罪防止や一人暮らしの高齢者の見守りなどにも効果があります。

例えば、既存のイベントや取り組みを市が後援してスポーツと関連させることで、イベントなどの認知度を高める・参加者の裾野を広げる・団体同士の交流のきっかけとなるなど、コミュニティ活動を促進するように、取り組みを進めていきます。

【多摩市の主な取り組み例】

●自治連合会スポレク
●青少協地区委員会が共催する地域運動会
●地域ごとに行われるウォーキングイベント　など

〈参考事例〉

大人や子どもなど
いろいろな世代が
参加する地域運動会

青少協地区委員会が共催する地域運動会

市内には 15 地区の青少協地区委員会があり、多くの地区委員会が地域団体と協力して、地域住民を対象としたスポーツ事業を行っています。

住民が参加する地域運動会は、地域の人が参加することで、お互い交流を楽しみながら関係性をつくることができる重要な場であり、地域のコミュニティづくりの一端を担っています。

５－４　スポーツを通じた共生社会の創出★

年齢・性別・国籍・障害の有無などに関わらず、お互いを理解し、大切にしながら支え合う共生社会の形成が求められています。

スポーツをする、みる、ささえることをきっかけに、お互いについて理解する機会をつくり、市民一人ひとりが互いに支え合い、豊かな生活を送ることができる共生社会の創出につながるように取り組みを進めていきます。特に、オリンピック、パラリンピックやデフリンピックなどの国際スポーツ大会を契機とする取り組みは重要です。

【多摩市の主な取り組み例】

●ボッチャフレンドカップ

●学校訪問型障がい者スポーツ教室　　など

〈参考事例〉

ボッチャフレンドカップでは、年齢・性別・国籍・障害の有無などに関わらず同じルールのもと真剣勝負を行います。

ボッチャフレンドカップ

ボッチャは、パラリンピックでも正式種目として採用されたスポーツです。ボッチャフレンドカップは、毎年 200 名近くの参加者が集まり、障がいがある人もない人も、子どもから高齢者まで、様々な立場の参加者が一緒に競い合い、同じスポーツの楽しさを体験しています。

多摩市では、ボッチャフレンドカップに関わらず、市内の総合体育館や児童館など様々な場所で、定期的にボッチャ体験会が開催されていますので、興味ある方は是非ご参加ください。

５－５　国際スポーツ大会を契機とするレガシーの創出

東京 2020 大会などの国際スポーツ大会を契機として生まれたレガシーの芽を未来に引き継ぎ、将来にわたる多摩市のまちづくりの原動力となるよう取り組みを進めます。

例えば、東京 2020 大会をきっかけに友好関係になったアイスランド共和国とのスポーツを通じた交流による新たなまちづくりのアイデアや市内道路をコースとする自転車ロードレース競技が開催され注目を浴びたことをきっかけに、自転車に関する取り組みを強化するなど、まちの魅力向上につなげます。

【市の取り組み例】

- 東京多摩 2020 レガシーロードの指定
- 「駐日アイスランド大使館と多摩市との友好交流関係に関する覚書」締結
- パリ五輪ありがとうイベント　など

〈参考事例〉

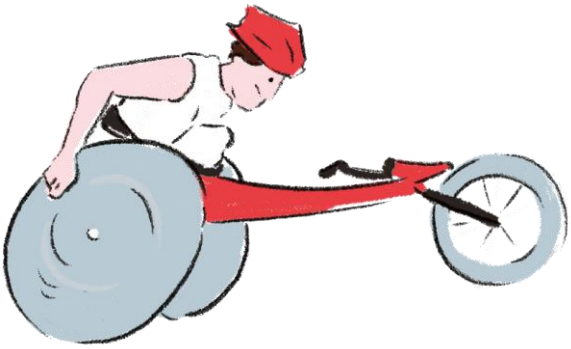
令和 3 年 12 月 13 日に駐日アイスランド大使館で開催された覚書締結式の様子。左：ステファン ホイクル ヨハネソン特命全権大使、右：阿部裕行多摩市長

東京２０２０オリンピック・パラリンピック競技大会の事前キャンプ地として、多摩市立陸上競技場で練習するアイスランド選手

「駐日アイスランド大使館と多摩市との友好交流関係に関する覚書」締結

2019（令和元）年 12 月、多摩市は全国の自治体として初めてアイスランドのホストタウンとして登録されました。また、2021（年令和 3）年 12 月には、駐日アイスランド大使館と多摩市は、現在及び将来に向けて、スポーツ、文化、教育、ビジネス等の分野において実施する、イベント、プログラム等（以下「ホストタウン事業」という。）を通じて、さまざまな交流を育てることで、両者の良好な関係と友好を深めることを目指し、「駐日アイスランド大使館と多摩市との友好協力関係に関する覚書」を締結しました。

Ⅵ　計画の推進



１　推進に向けて～３つの推進力"３Ｃ"～

本計画の実現に向けては、施策や取り組みを着実に進める実行性を確保し、それらを効果あるものとするための実効性を高めていくことが大切です。

計画の実行性を確保し、実効性を高めていくために、３つ(Communication ：コミュニケーション、Collaboration ：コラボレーション、Cultivation ：カルティベーション)を本計画の推進力として位置付け、地形・立地・自然・人材・大学・企業など多様な地域資源に恵まれた本市にあって、豊かなまちづくりを願う市民の想いを、スポーツを通じて実現する運動的な展開（ムーブメント）を推進するエンジンとします。

これら３つの推進力"３Ｃ"は、「Ⅲ　施策の展開」の施策を実現性の視点から貫く取り組みです。

さらに、これらは一つひとつの取り組みではなく、相互に連携・補完し合うことで相乗効果を高めるものです。

Communication：コミュニケーション　〈 情報・対話 〉

スポーツに関する施策などを推進していくために、市民と市民、市民と行政、市民と事業者、行政と行政など、様々な主体間での情報の受発信と共有を図ることが大切です。

急速に発達する情報通信技術（ＩＣＴ）を活かしながら、情報格差が生じないように配慮しつつ、必要な情報を必要なときに必要な人に届けることが、参画や協働の前提になるからです。

情報の共有を通じて、出会いや交流の機会が拡大し、市民や事業者による来街者などの市外への情報発信など、新たな展開の可能性も芽生えてきます。

こうした過程で生まれる対話を通じて、相互理解や新たな関係づくりが育まれ、一人ひとりの取り組みの輪が広がっていくことが期待されます。

Collaboration：コラボレーション　〈 協働・共創 〉

スポーツに関する施策などを運営してくためには、行政が全てを担うのではなく、市民や事業者などとの連携・協力が欠かせません。

少子高齢化や社会が成熟していく中、市民の主体性を尊重し、行政はそうした市民の取り組みを支援していくことが求められています。

本市において、これまで培ってきた市民参画や協働関係をさらに発展させ、共に助け合い、共に創り出すという関係を構築する中で、市民が集う「場」づくりや地域活動の「担い手」づくりへとつながることを目指します。

このような取り組みにより、各地域でのコミュニティ形成や世代横断的な協力関係づくりのきっかけに、スポーツが役立っていくことが期待されます。

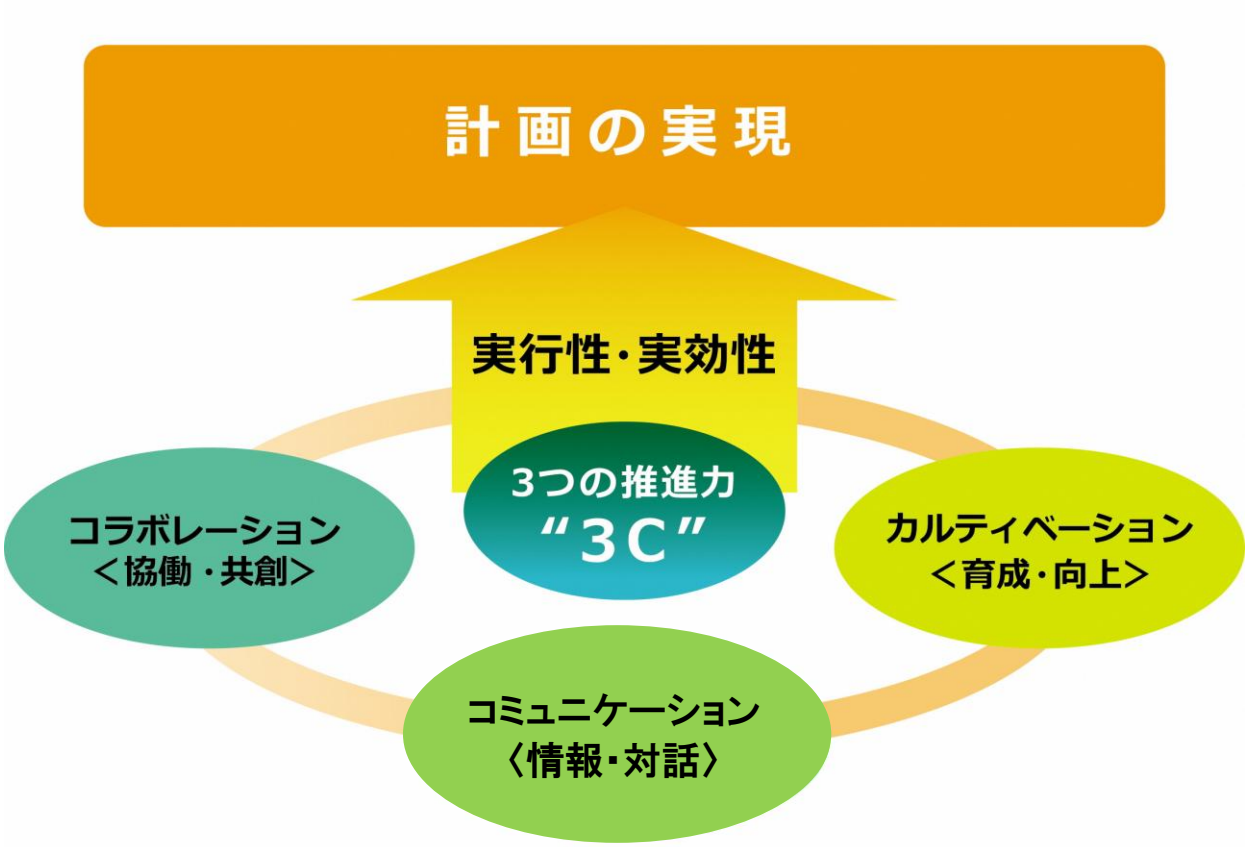
Cultivation ：カルティベーション　　〈 育成・向上 〉

スポーツに関する施策などをさらに発展させていくために、新たな人との出会いを開拓したり、スポーツとの新たな関わりを耕したりといった取り組みが求められています。

取り組みの経験や成果などの蓄積を大切にしながら、現状に満足するのではなく、本市らしい試みを市民と一緒に続けていくことが、持続的な展開につながると考えます。

次世代へと成果をつなぎながら取り組みを発展させていくために、スポーツを通じた人材の発掘や育成などを意識的に進めていきます。

こうした中で、スポーツと生活文化が融合し、スポーツを楽しむ日常生活や市民活動などを誇れる文化が育っていくことが期待されます。



2　計画の進捗確認

計画の進捗については、本市のスポーツに関する施策などを審議する多摩市スポーツ推進審議会及び多摩市生涯学習推進本部に取り組み状況を報告し、審議・確認を頂き、その意見を踏まえたうえで、次年度に向けた取り組みを推進していきます。

３　後期の重点施策と目標の設定

本計画の中間見直しにあたり、既存の重点施策についても社会情勢の変化や計画の進捗等を加味し、見直しを行い、次ページの図のとおり修正しました。前期の重点施策を引き続き、後期の重点施策とするものが２施策、後期から新たに重点施策となったものが３施策（統合含む）、後期に移行するにあたって重点施策から外したものが３施策あります。なお、中間見直しにより重点施策から外した４施策については、社会情勢の変化や計画の進捗を加味し、本計画を効果的に推進していくために、重点施策を整理する中で、重点施策からは外しましたが、引き続き本計画を推進する上で重要な施策であることは変わりません。

また、本計画をさらに推進するために、計画進捗を確認するための施策の柱ごとに目標を設定しました。なお、本計画については、行政主体で目標値を達成するためだけの計画ではなく、市民の主体性を尊重し、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るとした策定時の理念を引き継いでおり、多くの方に本計画を日々の生活に活用していただければと思います。

＜中間見直し前後の重点施策＞

	中間見直し前	中間見直し後
1 スポーツに触れる	1－1 街なかにスポーツのある風景づくり ★ 1－2 健康チェックから始めるスポーツ 1—3 日常生活で実践するスポーツ 1－4 応援やボランティア活動から始めるスポーツ 1－5 アスリートと触れ合う機会の充実	1－1 街なかにスポーツのある風景づくり 1－2 健康チェックから始めるスポーツ 1—3 日常生活で実践するスポーツ 1－4 応援やボランティア活動から始めるスポーツ★ 1－5 アスリートと触れ合う機会の充実
2 スポーツを楽しむ	2－1 親子が触れ合うスポーツ機会の充実 2－2 小中学生が楽しめるスポーツの拡充 2—3 高校生や大学生の興味・関心に沿うスポーツの充実 2－4 働く世代が手軽にできるスポーツの普及・啓発 ★ 2－5 高齢者がいきいきするスポーツの拡充 2－6 だれもが楽しめるスポーツ環境の創出 ★	2－1 親子が触れ合うスポーツ機会の充実 2－2 小中学生が楽しめるスポーツの拡充 2—3 高校生や大学生がスポーツに関わる機会の充実 2－4 働く世代が手軽にできるスポーツの普及・啓発 ★ 2－5 高齢者がいきいきするスポーツの拡充 2－6 だれもが楽しめるスポーツ環境の創出
3 スポーツを継続する	3－1 レベルアップに向けた支援 3－2 身近な施設・場所を活用したスポーツの展開 3—3 特色あるスポーツ施設の有効活用 3－4 スポーツ団体の活動支援 ★ 3－5 多種多様なスポーツ機会の提供	3－1 レベルアップに向けた支援 3－2 身近な施設・場所を活用したスポーツの展開 3—3 特色あるスポーツ施設の有効活用 3－4 スポーツ団体の活動支援 ★ 3－5 多種多様なスポーツ機会の提供
4 スポーツライフを創出する	4－1 スポーツを通じた健康づくり 4－2 学びにつながるスポーツライフ 4—3 スポーツを通じた生きがいづくり 4－4 スポーツを通じた仲間づくり ★	4－1 スポーツを通じた健康づくり 4－2 学びにつながるスポーツライフ 4—3 スポーツを通じた生きがいづくり・仲間づくり★ 4－4 学校部活動の地域展開等の推進
5 まちづくりへつなげる	5－1 「まちの活力」へつなげるスポーツ 5－2 スポーツによる安全・安心のまちづくり活動の推進 5—3 スポーツを通じた地域活動の担い手づくりの支援 5－4 スポーツによる地域コミュニティ活動の促進 ★ 5－5 スポーツを通じた共生社会の創出	5－1 「まちの活力や賑わい」へつなげるスポーツ 5－2 スポーツを通じた地域活動の担い手づくりの支援 5—3 スポーツによる地域コミュニティ活動の促進 5－4 スポーツを通じた共生社会の創出 ★ 5－5 国際大会を契機とするレガシーの創出

※★＝重点施策

施策の柱１　スポーツに触れる

重点施策について

＜後期重点施策＞

１－４　応援やボランティア活動から始めるスポーツ

＜本施策を後期重点施策として設定した理由＞

計画前期については、「施策１－１　街なかにスポーツのある風景づくり」を重点施策としてきました。東京２０２０オリンピック・パラリンピック競技大会を契機に開催されることとなった「THE ROAD RACE TOKYO TAMA」の開催や協定を締結している東京ヴェルディ・読売巨人軍・地域企業との連携によるパブリックビューイングやパルテノン大通りの十字路での３×３バスケ大会の開催など、街なかでスポーツに触れる機会の創出が図られました。重点施策関連する取り組みが地域の連携のもと実施されるなど順調に施策が推進してきており、重点施策としての目的を達成したため重点施策から外すこととしました。

計画後期については、「施策１－４　応援やボランティア活動から始めるスポーツ」を重点施策としました。本市は、協定を締結している東京ヴェルディや読売巨人軍のほか、日本でも有数である体育学部をもつ国士舘大学など、多くの地元アスリートとの関わりがあります。こうした本市の特徴を活かし、地元アスリートの応援をきっかけに市民にスポーツに触れるきっかけを創出することは、スポーツに親しむ人を増やすことに有効と考えます。また、本市では、東京 2020 大会の自転車競技ロードレースが市内道路をコースとしたことを契機に、地元のアスリートや地域のスポーツをする人を応援する機運が高まり、令和５年度に多摩市スポーツボランティアを設置しました。この機運の高まりを一過性のものとせず、将来にわたって引き継いでいくためには、多摩市スポーツボランティアの活動をより活発にし、地元アスリートや地域でスポーツをする人を支える仕組みをさらに推進していく必要があります。

＜後期重点施策を推進するための方策＞

・たま広報、SNS、チラシ等を活用したスポーツボランティアの認知度向上
・既存事業・新規事業に関わらず、庁内でのスポーツボランティアの積極的活用
・プロスポーツチームや地域関係団体との連携による魅力あるボランティア機会の創出　など

目標について

＜後期計画期間の目標＞

① 地域介護予防教室延べ参加者数

【関連施策】

１－２　健康チェックから始めるスポーツ

令和６年度	令和１１年度
２５，５９１人	３０，０００人

② 東京ヴェルディ、読売巨人軍試合観戦招待事業のスポーツ観戦者数

【関連施策】

１－４　応援やボランティア活動から始めるスポーツ　★

１－５　アスリートと触れ合う機会の充実

令和６年度	令和１１年度
２，８４４人	３，５００人

③ 多摩市スポーツボランティア延べ活動人数

【関連施策】

１－４　応援やボランティア活動から始めるスポーツ　★

令和６年度	令和１１年度
５２人	４００人

★は重点施策

施策の柱２　スポーツを楽しむ

重点施策について

＜後期重点施策＞

２－４　働く世代が手軽にできるスポーツの普及・啓発

＜本施策を後期重点施策として設定した理由＞

計画前期は、「施策２－４　働く世代が手軽にできるスポーツの普及・啓発」「施策２－６だれもが楽しめるスポーツ環境の創出」を重点施策としてきました。施策２－４については、市内ウォーキングコースのパンフレットや身近な公園を活用したストレッチの紹介するパンフレットの作成や児童館で行われる親子スポーツイベントや産後のママに向けたピラティスなど、働く世代や子育て世代が参加しやすい取り組みを進めてきましたが、20 代～50 代のスポーツ実施率は依然として他の世代と比べて低い状況です。多摩市スポーツ推進計画や多摩市政世論調査の結果を見ると、20 代～50 代の働く世代や子育て世代のスポーツ実施率が他の世代に比べて低い傾向が出ています。本市のスポーツ実施率を向上させるためには、人口の約半数を占める 20 代～50 代が手軽にできるスポーツの普及・啓発が必須の取り組みとなるため、引き続き重点施策とします。

施策２－６については、スポーツ推進委員によるボッチャ等のユニバーサルスポーツの普及や市・自治会等を中心に年齢・性別等に関わらず誰でも楽しめるスポーツ事業が展開してきましたが、成人障がい者のスポーツ実施率が 31.0%と全国的に低い傾向があるため、本市としても対策が必要な状況ですが、東京 2020 大会を契機としたボッチャ等のユニバーサルスポーツが市内で普及してきており、概ね重点施策としての目的を達成したため重点施策から外します

＜後期重点施策を推進するための方策＞

・働く世代が興味のある内容のうち土日祝日又は夜間開催のイベント
・親子一緒に参加しやすい内容
・市内企業への積極的な周知
・手軽にできるストレッチなどのパンフレット作成　など

目標について

＜後期計画期間の目標＞

① 全国体力・運動能力、運動習慣等調査における「運動やスポーツをすることが好き」と回答した割合

【関連施策】

２－２　小中学生が楽しめるスポーツの拡充

２－６　だれもが楽しめるスポーツ環境の創出

令和６年度	令和１１年度
小学５年生　男７６．２％　女５８．４％ 中学２年生　男７０．２％　女４７．０％	小学５年生　１００％に近づける 中学２年生　１００％に近づける

② 子育てひろば　（地域子育て支援事業）利用者数

【関連施策】

２－１　親子が触れ合うスポーツ機会の充実

２－４　働く世代が手軽にできるスポーツの普及　★

令和６年度	令和１１年度
１３４，２９９人	１１７，０００人

③ スポーツ推進委員主催事業延べ参加者数

【関連施策】

２－６　だれもが楽しめるスポーツ環境の創出

令和６年度	令和１１年度
１，１５９人	１，４００人

④ 東京ヴェルディ障がい者スポーツ体験教室延べ参加者数

【関連施策】

２－６　だれもが楽しめるスポーツ環境の創出

令和６年度	令和１１年度
１２４人	３００人

⑤　２０代～５０代のスポーツ実施率

【関連施策】

２－１　親子が触れ合うスポーツ機会の充実

２－４　働く世代が手軽にできるスポーツの普及　★

令和５年度（多摩市政世論調査）	令和１１年度
４３．５％	５３．５％

★は重点施策

施策の柱３　スポーツを継続する

重点施策について

＜後期重点施策＞

３－４　スポーツ団体の活動支援

＜本施策を重点施策として設定した理由＞

計画前期は、「３－４　スポーツ団体の活動支援」を重点施策とし、本市の「武道の普及」を目的とする一般財団法人多摩市スポーツ協会が主催する「武道祭」への補助やスポーツ推進委員を自治会等に派遣し、ボッチャなどのニュースポーツやノルディックウォーキングを普及するなど、市内のスポーツに取り組む団体への支援を行ってきました。

本市のスポーツ振興は、多くの団体や市民の活動によって支えられています。現在、少子高齢化の影響もあり、担い手不足や競技人口の低下などの課題が発生しており、地域のスポーツ活動が自立的・継続的に運営されることが徐々に難しくなっています。本市でのスポーツに親しむ環境を将来にわたり持続可能なものとするためには、関係団体との連携と行政による支援が不可欠となっています。こうした状況から、引き続き施策３－４を重点施策としました。

＜後期重点施策を推進するための方策＞＞

・スポーツ協会への必要な支援
・プロスポーツチーム・大学等との連携など、地域のスポーツ活動がより魅力的なものとなるような支援　など

目標について

＜後期計画期間の目標＞

① 体育指導や運動の習慣づけなどにより、児童・ 生徒の体力・運動能力を全国平均程度に向上させます。

【関連施策】

３－１　レベルアップに向けた支援

令和６年度	令和１１年度
※小学５年生　９９．８％ ※中学２年生　９６．８％	小学５年生　１００％に近づける 中学２年生　１００％に近づける

※パーセンテージは全国を 100 とした場合の本市の相対的な数値となります

② 学校開放・クラブハウス利用件数

【関連施策】

３－２　身近な施設・場所を活用したスポーツの展開

３－４　スポーツ団体の活動支援　★

令和６年度	令和１１年度
１６，６４８件	１９，５００件

③ スポーツ施設延べ利用者数

【関連施策】

３－３　特色のあるスポーツ施設の有効活用

３－４　スポーツ団体の活動支援　★

令和６年度	令和１１年度
９５７，００４人	１，０６３，８８０人

★は重点施策

施策の柱４　スポーツライフを創出する

重点施策について

＜後期重点施策＞

４－３　スポーツを通じた生きがいづくり・仲間づくり

＜本施策を重点施策として設定した理由＞

計画前期では、「施策４－４（旧施策番号）　スポーツを通じた仲間づくり」を重点施策としてきました。協定を締結している東京ヴェルディや読売巨人軍、地元企業との連携によるパブリックビューイングの開催や東京ヴェルディや読売巨人軍の無料観戦イベントでは、多くの市民サポーターが応援に駆けつけるなど、スポーツを通じた仲間づくりが進んでいます。プロスポーツチームや地元企業との連携によるパブリックビューイングの開催や地元プロスポーツチームの躍進により、多くのサポーター同士の交流が生まれるなど、順調に施策が推進してきており、後期計画期間においても、この良い流れをさらに推進することが重要と考えています。また、「施策４－３（旧施策番号）スポーツを通じた生きがいづくり」の考え方と統合し、「施策４－３（新施策番号）スポーツを通じた生きがいづくり・仲間づくり」とすることで、仲間づくりだけではなく、市民一人ひとりの生きがいに繋げていきます。

＜後期重点施策を推進するための方策＞

・プロスポーツチームや地元企業、市内大学等との連携
・スポーツを通じたボランティア活動とのさらなる推進　など

目標について

＜後期計画期間の目標＞

① 学校部活動の地域展開等の推進

【関連施策】

４－４　学校部活動の地域展開等の推進

令和６年度	令和１１年度
学識経験者、市内のスポーツ・文化芸術団体関係者、中学校長、部活動指導員及び保護者で構成する部活動地域連携・地域移行協議会を計７回開催し、協議会での意見を踏まえ、「学校部活動の地域連携・地域移行に関する推進計画」を策定した。また、地域のスポーツ団体・文化芸術団体に向けたアンケート調査を実施し、多摩市において本取り組みに協力いただける地域のスポーツ・文化芸術団体を把握し、協議会に報告した。	市内全ての公立中学校で、地域や学校の実態に応じ、全部または一部の部活動の地域展開等の取組を行う。

② 健康づくり推進員が主催する事業の延べ参加者数

【関連施策】

４－１　スポーツを通じた健康づくり

４―３　スポーツを通じた生きがいづくり・仲間づくり　★

令和６年度	令和１１年度
１，４６５人	同程度を維持

③ 介護予防リーダーが主催する事業の延べ参加者数

【関連施策】

４－１　スポーツを通じた健康づくり

４―３　スポーツを通じた生きがいづくり・仲間づくり　★

令和６年度	令和１１年度
２５，５９１人	３０，０００人

④ スポーツ推進委員が主催する事業の延べ参加者数【再掲】

【関連施策】

４－１　スポーツを通じた健康づくり

４―３　スポーツを通じた生きがいづくり・仲間づくり　★

令和６年度	令和１１年度
１，１５９人	１，４００人

★は重点施策

施策の柱５　まちづくりへつなげる

重点施策について

＜後期重点施策＞

５－４　スポーツを通じた共生社会の創出

＜本施策を重点施策として設定した理由＞

計画前期は、「施策５－４　スポーツによる地域コミュニティ活動の促進」を重点施策としました。ウォーキングや地域運動会など、自治会やコミュニティセンターでのスポーツイベントが活発に行われてきました。また、スポーツ推進委員の派遣により地域でのボッチャ等のニュースポーツの普及も進みました。重点施策に関連する取り組みが地域の連携のもと実施されるなど順調に施策が推進してきており、重点施策としての目的を達成したため重点施策から外すこととしました。

計画後期は、「５－４　スポーツを通じた共生社会の創出」を重点施策としました。現在、年齢・性別・国籍・障害の有無などに関わらず、お互いを理解し、大切にしながら支え合う共生社会の形成が求められています。スポーツをする、みる、ささえることをきっかけに、お互いについて理解する機会をつくり、市民一人ひとりが互いに支え合い、豊かな生活を送ることができる共生社会の創出につながるように取り組みを進めていきます。

特に、東京２０２０オリンピック・パラリンピック競技大会をはじめ、東京２０２５世界陸上競技選手権大会、夏季デフリンピック大会東京２０２５など、近年大規模な国際スポーツ大会が国内で頻繁に開催され、共生社会の形成を大きく推進するきっかけとなってきました。これらを契機に芽生えた共生社会実現への一歩を一過性のものとしないための継続した取り組みが必要です。

＜後期重点施策を推進するための方策＞

・スポーツを通じた障がい者との交流
・スポーツを通じた障がい者理解促進に資する取り組み
・障害当事者や支援団体等へのスポーツイベントの積極的な周知　など

目標について

＜後期計画期間の目標＞

① 「地域の支え合いにより、住み慣れた地域で暮らし続けられるまちだと思いますか」について「そう思う」「どちらかといえばそう思う」であると回答した市民の割合

【関連施策】

５―３ スポーツによる地域コミュニティ活動の促進

５－４ スポーツを通じた共生社会の創出 ★

令和５年度（多摩市政世論調査）	令和１１年度
４７．９％	継続的な向上

② 障がいのある方やその家族が日常生活の中で障がい者への差別等を「ほとんど感じない」「全く感じない」割合

【関連施策】

５－４ スポーツを通じた共生社会の創出 ★

令和５年度（多摩市政世論調査）	令和１１年度
６３．１％	６４．９％

③ 東京ヴェルディ障がい者スポーツ体験教室延べ参加者数【再掲】

【関連施策】

５－４ スポーツを通じた共生社会の創出 ★

令和６年度	令和１１年度
１２４件	３００件

④ 東京ヴェルディ学校訪問型障がい者スポーツ授業実施学校数

【関連施策】

５－４ スポーツを通じた共生社会の創出 ★

令和６年度	令和１１年度
１６校	同程度を維持

★は重点施策

参考資料

策定経緯

日程	主な内容
2024（令和 6）年 3 月 6 日	第１回　多摩市スポーツ推進計画中間見直し改定委員会 ・多摩市スポーツ推進計画の見直しについて
7 月 5 日	第２回　多摩市スポーツ推進計画中間見直し改定委員会 ・前期計画の成果と中間見直しについて
7 月 16 日	令和６年度第２回多摩市スポーツ推進審議会 ・審議会諮問
11 月 6 日	第３回　多摩市スポーツ推進計画中間見直し改定委員会 ・多摩市スポーツ推進計画中間見直し骨子案について
11 月 27 日	令和６年度第３回多摩市スポーツ推進審議会 ・多摩市スポーツ推進計画中間見直し骨子案について
2025（令和 7）年 1 月 24 日	第４回　多摩市スポーツ推進計画中間見直し改定委員会 ・重点施策及び進捗確認について
2 月 19 日	令和６年度第４回多摩市スポーツ推進審議会 ・重点施策及び進捗確認について
2 月 21 日	令和６年度第２回多摩市生涯学習推進本部 ・多摩市スポーツ推進計画中間見直し素案について
5 月 13 日	令和７年度第１回多摩市スポーツ推進審議会 ・多摩市スポーツ推進計画中間見直し素案について
5 月 19 日	令和７年度第２回学びあい育ちあい推進審議会定例会 ・多摩市スポーツ推進計画中間見直し素案の報告について
6 月 25 日	一般財団法人多摩市スポーツ協会定例会 ・多摩市スポーツ推進計画中間見直し素案の意見聴取
7 月 15 日	令和７年度第２回多摩市スポーツ推進審議会 ・多摩市スポーツ推進計画中間見直し素案について
8 月 28 日	令和７年度第１回生涯学習推進本部 ・多摩市スポーツ推進計画中間見直し素案の協議
10 月 7 日	令和７年度第３回多摩市スポーツ推進審議会 ・多摩市スポーツ推進計画中間見直し素案について
10 月 21 日	令和７年度第４回多摩市スポーツ推進審議会 ・多摩市スポーツ推進計画中間見直し素案について（答申）
11 月 19 日	令和７年度第２回生涯学習推進本部 ・多摩市スポーツ推進計画中間見直し素案の協議・決定

日程	主な内容
12 月 19 日～1 月 15 日	パブリックコメント
2026（令和 8）年 1 月 26 日	多摩市教育委員会定例会 ・多摩市スポーツ推進計画中間見直し素案（協議）
2 月 4 日	令和７年度第３回生涯学習推進本部 ・多摩市スポーツ推進計画中間見直し原案の協議
2 月 19 日	経営会議 ・多摩市スポーツ推進計画中間見直し原案の協議・決定

多摩市スポーツ推進審議会　委員名簿

※委嘱期間　２０２４（令和６）年７月１日～２０２６（令和８）年６月３０日

選任区分	所属	氏名	備考
学識経験者	中央大学総合政策学部教授	小林　勉	会長
	国士舘大学体育学部 こどもスポーツ教育学科教授	永吉　英記	職務代理
スポーツ関係者	一般財団法人多摩市スポーツ協会 （多摩市太極拳連盟監事）	大島　延子	
	一般財団法人多摩市スポーツ協会 （多摩市ソフトテニス連盟理事）	神子島　洋子	
	多摩市スポーツ推進委員協議会	越村　有貴	
学校教育関係者	多摩市立小学校校長会 （多摩第一小学校長）	木下　雅雄	
	多摩市立中学校校長会 （落合中学校長）	権藤　義彦	
障がい者団体関係者	社会福祉法人啓光福祉会 施設担当副参事	佐藤　弘人	
公募市民		角田　二奈	
		熊倉　光男	

多摩市スポーツ推進計画
中間見直し改定検討委員会　委員名簿

※所属、順序は組織図による。　職氏名は２０２５（令和７）年３月３１日現在

職名	氏名	備考
企画政策部企画課長	小形　雄一郎	
健幸まちづくり担当課長	堀　仁美	
市民経済部経済観光課長	麻生　孝 之	
くらしと文化部スポーツ振興課長	小泉　瑞穂	委員長
子ども青少年部児童青少年課長	石山　正弘	
健康福祉部健康推進課長	金森　和子	
健康福祉部高齢支援課長	五味田　福子	
健康福祉部障害福祉課長	平松　渉	副委員長
都市整備部都市計画課長	松本　一宏	
環境部公園緑地課長	長谷川　哲哉	
教育部教育振興課社会教育・文化財担当課長	齊藤　義照	
教育部教育指導課統括指導主事	高橋　篤	

市内公立スポーツ施設一覧

施設名	概要	所在地	問い合わせ
総合体育館	各種公式試合ができるスポーツホールやトレーナーを配置したトレーニングルームのほか、会議室、レストランなどがあります。	東寺方 558-1	374-2313
武道館	各種武道の大会や練習・普及の場といてだけでなく、軽体操などにも使用できます。	諏訪 4-9	371-8421
陸上競技場	各種陸上競技、サッカー、ラグビーなどができます。	諏訪 4-9	337-7665
アクアブルー多摩（温水プール）	プールエリアは、50m プール（一部可動床）・流派プール・ボートに乗って滑るアイランドスライダー・リラクゼーションプールなどがあり、泳ぐ人も、泳がない人も楽しめるプールになっています。また、トレーナーを配置したトレーニングルームやエアロビクスなどで利用できる身にスポーツホール、軽食を用意したレストランもあります。	南野 3-15-2	338-7667
一本杉公園庭球場	砂入り人工芝４面（ナイター設備あり）	南野 2-14-1	374-2313（総合体育館）
永山南公園庭球場	砂入り人工芝２面	永山 4-7-12	
諏訪北公園庭球場	砂入り人工芝２面	諏訪 3-11	
貝取北公園庭球場	砂入り人工芝２面	貝取 2-1-1	
愛宕東公園庭球場	砂入り人工芝３面	愛宕 1-66	
一ノ宮公園庭球場	クレー２面	一ノ宮 1049	
連光寺公園庭球場	砂入り人工芝２面（ナイター設備あり）	連光寺 5-8-6	
多摩東公園庭球場	砂入り人工芝６面、クレー１面	諏訪 4-9	
奈良原公園庭球場	砂入り人工芝４面	鶴牧 4-4	

施設名	概要	所在地	問い合わせ
一本杉公園野球場	両翼 91m、センター120m、スタンド 1 万人収容可	南野 2-14-1	374-2313 （総合体育館）
関戸公園野球場	両翼 90m、センター109m	関戸 3-2-23	
諏訪南公園野球場	レフト 75m、ライト 66m、センター 124m	諏訪 5-14-1	
諏訪北公園野球場	両翼 75m、センター84m	諏訪 3-11	
貝取南公園野球場	両翼 75m、センター84m	貝取 4-13	
一ノ宮公園球技場	110m×50m	一ノ宮 1049	
諏訪南公園球技場	90m×50m	諏訪 5-14-1	
貝取南公園球技場	85m×55m	貝取 4-13	
宝野公園球技場	110m×65m	落合 5-5	
和田公園球技場	78m×55m	和田 795	
大谷戸公園 キャンプ練習場	テントを 15 張はることができるスペース、野外料理ができる炊飯場があり、キャンプファイヤーも楽しめます。また、キャンプ用具の貸し出しもしています。	連光寺 5-17-1	

パブリックコメント結果

多摩市スポーツ推進計画中間見直し（素案）について、以下のとおりパブリックコメントを実施しました。

日　　程	２０２５（令和７）年１２月１９日～ ２０２６（令和８）年１月１５日
閲覧場所	公式ホームページ、市役所第二庁舎２階スポーツ振興課、市役所第二庁舎１階行政資料室、中央図書館、多摩センター駅出張所、永山・関戸各公民館、総合体育館、温水プール（アクアブルー多摩）、武道館
パブリックコメント件数	０件

印刷番号
７－６２

多摩市スポーツ推進計画中間見直し版
発 行日　：2026（令和 8）年 3 月
発　　行：多摩市
編　　集：くらしと文化部スポーツ振興課
東京都多摩市関戸六丁目 12 番地 1
電話　042-375-8111（代表）

DUST
DUST
2020