

第2期明石市スポーツ振興計画

明石市スポーツ推進プラン

『スポーツのチカラ』

～心もカラダも元気に！ だれもが、どこでも、いつまでも～

令和4年6月

明石市

目 次

第1章 プラン策定の趣旨

- 1 明石市スポーツ振興計画（第1期）期間中の情勢の変化・・・・・・・・・・ 2
- 2 「スポーツ」とは・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
- 3 プラン策定の目的・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
- 4 プランの位置づけ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
- 5 プランの期間・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5

第2章 明石市におけるスポーツの現状と課題

- 1 明石市におけるスポーツ推進の現状・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6
- 2 「明石市スポーツ振興計画」の検証・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8

第3章 基本理念・基本方針

- 1 基本理念・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1 2
- 2 施策体系・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1 3
- 3 基本方針・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1 4

第1章 プラン策定の趣旨

本市では、誰もが、いつでも、どこでも、気軽に、いつまでも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、2011年（平成23年2月）に「明石市スポーツ振興計画」を策定し、様々な取り組みを進めてまいりました。

このたび、計画期間である10年が経過しますが、この間にスポーツは私たちにとってより身近なものとなり、様々な形での関わり方や楽しみ方が広がっています。

一方で、2020年（令和2年）に全世界に拡大した新型コロナウイルス感染症により、多くのスポーツイベント、競技大会が中止・延期されるとともに、感染症と向き合い生きていくために「新しい生活様式」の実践を余儀なくされるなか、日常のスポーツ活動も思うようにできない状況となりました。

その結果、運動不足から身体的、精神的に健康を脅かす健康二次被害の懸念も広がっており、安全・安心にスポーツに取り組める環境がいかに大切なものであったのかを改めて実感することになりました。

そうした背景を踏まえ、市民の誰もがスポーツを通じて心も体も元気になれる地域社会づくりを目指し、第2期明石市スポーツ振興計画となる「明石市スポーツ推進プラン」を策定します。



1. 明石市スポーツ振興計画（第1期）期間中の情勢の変化

（1）国のスポーツ推進施策の進展

①スポーツ基本法の制定（2011年8月）

1961（昭和36）年に制定されたスポーツ振興法が50年ぶりに全面改正され、新たに「スポーツ基本法」が制定されました。

スポーツ振興法は1964（昭和39）年の東京オリンピック開催へ向け、スポーツを広く国民に普及させる目的で制定されたものですが、「スポーツ基本法」は、地域におけるスポーツクラブの発展やプロスポーツの躍進など、50年の間にスポーツが多くの人にとって身近なものとなった状況下において、スポーツに関する施策を総合的かつ計画的に推進し、心身の健全な発達により、「活力ある社会づくり」、また「国際社会の調和ある発展」といった目的をもって制定されました。

また、「スポーツは、世界共通の人類の文化である。」と始まる前文では、「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」と「スポーツ権」について初めて明記され、年齢や性別、障害の有無を問わず、すべての人にスポーツをする権利、スポーツを楽しむ権利があることが明文化されました。

②スポーツ基本計画（第1期、第2期、第3期）の策定

スポーツ基本法に基づき、スポーツ基本計画が策定されました。

<第1期計画（平成24～28年度）>

第1期計画においては、「年齢や性別、障害等を問わず、広く人々が関心、適正等に応じてスポーツに参画することができるスポーツ環境の整備」が進められました。

具体的には「子どものスポーツ機会の充実」「ライフステージに応じたスポーツ活動の推進」「住民が主体的に参画する地域スポーツ環境の整備」を進め、これにより国際競技力を高め、スポーツ界全体の透明性、公正性を高めることにより、国際交流を推進し、国際貢献に努めようとするものです。

また、「スポーツツーリズム」の推進が掲げられ、スポーツ活動にかかる移動・旅行がしやすい環境を整備し、スポーツを地域の観光資源とした特色ある地域づくりを行っていくことが推奨されました。

さらに、計画を推進していくための様々な成果指標が設定されました。

<第2期計画（平成29～令和3年度）>

第2期計画では、東京2020オリンピック・パラリンピックの開催を見据え、中長期的なスポーツ政策の基本方針が示されました。

～スポーツが変わる。未来を創る。Enjoy sports, Enjoy Life～

を主テーマとし、「健康で生き生きとした人生」「共生社会」「健康寿命社会」「経済地域の活性化」「多様性の尊重」「持続可能」「クリーンでフェア」といったキーワードが示されました。

また、5年間に取り組む施策として、「スポーツを『する』『みる』『ささえる』スポーツ参画人口の拡大と、そのための人材育成・場の充実」、「スポーツを通じた活力があり絆の強い社会（共生社会、経済・地域の活性化、国際社会の調和ある発展）の実現」、「国際競技力の向上に向けた強力で持続可能な人材育成や環境整備」「クリーンでフェアなスポーツの推進による価値の向上」が掲げられています。

<第3期計画（令和4～8年度）>

第3期計画は、2022（令和4）年3月に策定されました。

主軸として、新型コロナウイルスによる自粛・制限の中で「スポーツ自体が有する価値」、「スポーツが社会活性化等に寄与する価値」というスポーツの価値の重要性が示されています。

その上で、「はぐくむ」「ともに」「つながる」などをキーワードにして、「多様な主体におけるスポーツの機会創出」「スポーツによる健康増進」「スポーツによる地方創生、まちづくり」「スポーツを通じた共生社会の実現」等の施策が定められました。

（2）東京2020オリンピック・パラリンピックの開催

新型コロナウイルス感染症の流行により、1年延期となりましたが2021（令和3）年7月から9月にかけて開催されました。

<大会開催の意義>

①スポーツ参加人口の拡大

スポーツを「する」「みる」「ささえる」最大のイベントであり、多くの国民がスポーツへの関心を高める大きな成果がありました。

②国際平和意識の醸成

戦争や国内紛争のある国や地域からの参加があり、当事者でもある選手の行動やメッセージにより、苦しむ人々の現実や平和の大切さを世界中の多くの人に訴えることとなりました。

③共生社会への意識の高まり

LGBTQ+当事者である選手の参加や、障害の違いをそれぞれの個性として能力を発揮できる競技の実施など、共生社会のあり方を世界中の人々に示す機会となりました。



(参考) スポーツを取り巻くこれまでの動向一覧表

年月	市の動向	国の動向
2011 (平成 23) 年 2 月	「明石市スポーツ振興計画」(第 1 期)を策定	
2011 (平成 23) 年 8 月		スポーツ振興法を 50 年ぶりに全部改正し、「スポーツ基本法」制定
2012 (平成 24) 年 3 月		文部科学省が「スポーツ基本計画」を策定
2012 (平成 24) 年 4 月	スポーツに関する事務を教育委員会から市長部局に移管	
2013 (平成 25) 年 9 月		東京オリンピック・パラリンピック開催決定
2014 (平成 26) 年 4 月		障がい者スポーツについて、スポーツ振興の観点が高いものを、厚生労働省より文部科学省に移管
2015 (平成 27) 年 10 月		文部科学省の外局として「スポーツ庁」設置
2017 (平成 27) 年 3 月		スポーツ庁が「第 2 期スポーツ基本計画」を策定
2017 (平成 29) 年 12 月	内閣官房オリパラ事務局より「共生社会ホストタウン」に登録	
2019 (令和元) 年 8 月	内閣官房オリパラ事務局より「先導的共生社会ホストタウン」に認定	
2020 (令和 2) 年 7 月	SDGs (持続可能な開発目標) の達成に向けて、優れた取り組みを行う自治体として、内閣府より県内初となる「SDGs 未来都市」に選定	東京 2020 オリンピック・パラリンピック開催が新型コロナウイルス感染症拡大防止のため延期
2021 年 (令和 3) 年 7 ~9 月		東京 2020 オリンピック・パラリンピック開催
2022 年 (令和 4) 年 3 月		スポーツ庁が「第 3 期スポーツ基本計画」を策定

2. 「スポーツ」とは

本プランでは、「スポーツ」について次のように捉えることとします。

- ①スポーツとは、「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のために個人または集団で行われる運動競技その他の身体活動」である。(スポーツ基本法前文)
- ②スポーツは、「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」である。(スポーツ基本法前文)
- ③スポーツは、『『する』『みる』『ささえる』という様々な形での『自発的な』参画を通して、人々が感じる『楽しさ』や『喜び』に根源を持つものとして捉える」(第 3 期スポーツ基本計画)

このように、現在は「スポーツの価値」を原点として更に高め、生涯を通じてスポーツを「好き」でいられる環境の整備が求められています。

3. プラン策定の目的

明石市スポーツ振興計画（第1期）の取り組みを検証し、その結果と前述した情勢の変化を踏まえ、今後の本市におけるスポーツ推進のあり方を示すため、計画の改定を行います。

なお、第1期計画は旧スポーツ振興法に規定される市町村の計画でしたが、その後、根拠法がスポーツ基本法へと改正され、本市の第2期計画では同法第10条に基づく「地方スポーツ推進計画」として策定し直すものであるため、計画の名称は「明石市スポーツ推進プラン」に変更します。

4. プランの位置づけ

本プランは、「あかしSDGs推進計画（明石市第6次長期総合計画）」の個別計画に位置づけます。

また、「あかしSDGs前期戦略計画」におけるスポーツ施策の関連計画となります。

なお、明石市スポーツ振興計画（第1期）で対象としていた「学校体育」については、「(第3期)あかし教育プラン」に含め、本プランでは「学校体育を除くスポーツ全般」を対象とすることとします。

その他、教育・健康・福祉をはじめ本市の策定する行政計画に定める関連施策についても、連携・調整を図ってまいります。

5. プランの期間

本プランの計画期間については、上位計画である「あかしSDGs推進計画」の計画期間及び今後の社会情勢の変化に鑑み、2022（令和4）年度から2030（令和12）年度までの9年間とします。



第2章 明石市の現状と課題

1. 明石市におけるスポーツ推進の現状

〔1〕スポーツ関連団体

（1）コミセンサークルとスポーツクラブ21

明石市の地域スポーツ活動は、「コミュニティ・センター（以下、「コミセン」という）」を舞台として、中学校区では登録制度によるコミセンサークル、小学校区ではスポーツクラブ21方式で活動していることが大きな特徴です。

「明石市スポーツに関する市民意識調査」（R2.12）においても、スポーツをするきっかけとして「仲間づくり」の比率が高まっており、地域において身近なコミセンでの活動は今後も需要が高いものと考えられます。

（2）明石市体育協会

明石市体育協会は、1946（昭和21）年にその前身である「明石市体育連盟」として発足し、市民や各団体の体育の普及・発展に寄与してきました。

現在、30団体が加盟しており、本市の体育・スポーツ行政の補助機関として、競技力向上のための総合体育大会をはじめとした各種大会の開催、指導者の養成、市民向けの各競技の教室を開催する等、本市スポーツの推進に努めています。

（3）明石市スポーツ推進委員会

明石市スポーツ推進委員は、本市におけるスポーツを推進し、地域にスポーツの楽しさを伝え、誰もがスポーツをしやすい環境作りを行うために市から委嘱された非常勤の公務員です。

本市では、現在29名のスポーツ推進委員が、各種事業の実施にかかる連絡調整や市民へのスポーツ実技指導、その他スポーツに関する指導及び助言を円滑に行えるよう、明石市スポーツ推進委員会を組織しています。

（4）その他スポーツ団体（商業的クラブチームを含む）

その他スポーツに取り組む団体は、クラブチームやサークル等多岐にわたり様々な団体が存在しています。

行政では行えない、市民のスポーツ・運動の機会を提供しています。

上記の団体は、（1）（4）がスポーツの活動組織（する側）、（2）（3）がスポーツ活動を支える側に位置付けられます。

〔2〕スポーツの場

（1）公共スポーツ施設

本市の主要な公共スポーツ施設（スポーツや運動ができる施設）としては、明石中央体育会館、明石海浜公園、魚住北公園、17号池魚住みんな公園、県立明石公園、県フットボールセンターなどのほか、公園の一部にスポーツや運動ができる場を持つ公園、施設の一部にスポーツや運動ができる設備・空間をもつものなどがあります。

（2）学校施設の開放

本市では、学校の「体育館」「運動場」「武道場」をコミセンとしても位置付け、地域スポーツ活動の拠点としていることが大きな特徴です。

（3）その他

その他民間スポーツ施設、明石市の風光明媚な自然環境（大蔵海岸や浜の散歩道等）がスポーツの場として利用されています。



2. 「明石市スポーツ振興計画」の検証と課題

〔1〕数値による検証と課題

明石市スポーツ振興計画（第1期）では、2つの基本方針を掲げ、達成状況を検証するための目標指標（数値目標）を、基本方針に応じて以下のとおり定めました。

基本方針1 生涯にわたりスポーツを楽しめるまち

- ①成人の週1回以上のスポーツ実施率 60%以上
- ②成人のスポーツクラブへの加入率 33%以上
- ③ほとんど運動やスポーツを行っていない成人の割合 25%以下
- ④学校の授業以外でスポーツや運動をしている児童・生徒の割合
小学生 80%以上、中学生 90%以上

基本方針2 市民が積極的に関わりスポーツを支えるまち

- ⑤市内公共スポーツ施設の利用満足度 70%以上
- ⑥スポーツボランティア活動に参加したことがある人の割合 10%以上

第2期計画の策定にあたり、第1期計画の達成状況を「明石市スポーツに関する市民意識調査」(R2.12)の調査値と前回の調査値との比較により検証しました。

なお、前回調査値は、「明石市スポーツ振興計画（仮称）策定基礎調査」(H22.1)の結果によるものです。

①成人の週1回以上のスポーツ実施率 60%以上

数値目標	前回値	今回調査値	達成率	評価
60%以上	41.8%	47.5%	79%	継続して取り組む必要性あり

前回調査時より5.7%の増となり、目標値60%に対する達成率は79%です。

前回値より目標値に近づいていますが、目標の実施率達成には至りませんでした。

スポーツ・運動を実施している目的は「健康や体力づくりのため」が最も多く、実施できない理由としては「仕事や家事が忙しいから」が多く挙げられています。

今後、実施率の向上に向け、スポーツ・運動を始めるきっかけづくりや、ビジネスパーソンや子育て世代も含めた機会の提供方法の工夫、運動意識の変化を促す広報等取り組みを進めていく必要があります。

②成人のスポーツクラブへの加入率 33%以上

数値目標	前回値	今回調査値	達成率	評価
33%以上	20.8%	32.7%	99%	ほぼ達成。人とつながる、交流を目的として継続し、目標値をアップする。

前回調査時より 11.9%の増となり、目標値 33%に対する達成率は 99%です。

前回値より目標値に近づき、加入率についてはほぼ達成しました。

また、スポーツ・運動を始めるきっかけとして、「友人・仲間に誘われた」という理由が特に女性に多く見られ、スポーツ・運動の目的としても「友人・仲間との交流」の割合が、年齢を重ねるにつれ高くなっています。

今後も、スポーツ・運動を通じて「人とつながる」、交流できる場をつくることを目的とした取り組みを推進していく必要があります。

③ほとんど運動やスポーツを行っていない成人の割合 25%以下

数値目標	前回値	今回調査値	達成率	評価
25%以下	32.0%	30.0%	83%	継続して取り組む必要性あり

前回調査時より 2.0%の減となり、目標値 25%に対する達成率は 83%です。

前回値より目標値に近づいていますが、目標の実施率達成には至りませんでした。

ほとんど運動やスポーツを行っていない理由として、「仕事や家事が忙しい」の割合が最も多く挙げられています。

仕事や子育てで忙しくスポーツに取り組む時間が少ない若い世代・ビジネスパーソンや、加齢とともにできるスポーツがなくなったと考える高齢者の状況がうかがえます。

今後は、仕事や家事の休憩時等に手軽にできる運動の紹介をはじめ、世代に応じた運動意識の変化を促す広報、スポーツや運動を始めるきっかけづくり・機会の提供等取り組みを進めていく必要があります。

④学校の授業以外でスポーツや運動をしている児童・生徒の割合
小学生 80%以上、中学生 90%以上

数値目標	前回値	今回調査値	達成率	評価
小学生 80%以上	72.0%	65.1%	81%	前回値より達成率が下がっており、こどもの運動・スポーツを推進する取り組みが必要。
中学生 90%以上	86.3%	84.2%	94%	

前回調査時より、小学生で6.9%、中学生で2.1%の減となり、目標値に対する達成率は、小学生で81%、中学生で94%です。

前回値より達成率が下がっており、課題として挙げられます。

こどもの頃にスポーツや運動に親しんでいた人は、大人になってもスポーツや運動を好む傾向があるため、将来を担うこどものスポーツ実施率の向上を図ることは重要です。

また、こどもの体力向上の観点からも、こどものスポーツや運動の機会の拡大に関わる取り組みについては、今後重点的に取り組む必要があります。

⑥スポーツボランティア活動に参加したことがある人の割合 10%以上

数値目標	前回値	今回調査値	達成率	評価
10%以上	5.5%	6.0%	60%	継続して取り組む必要性あり

前回調査時より、0.5%の増となり、目標値10%に対する達成率は60%です。

前回値より目標値に近づいていますが、目標の実施率達成には至りませんでした。

また、「参加したことはないが、できればしてみたい」と回答した割合は、前回値より10.1%減少しており、市民のスポーツボランティアへの意識は低いことがうかがえます。

スポーツボランティアの活動を通じて地域スポーツを支援することは、自己実現や仲間づくりだけでなく、地域スポーツの活性化にも繋がります。

生涯にわたって「ささえる」スポーツに取り組む市民を増やすため、スポーツボランティアの意義の啓発およびスポーツボランティアに気軽に参加できる機会の提供等の取り組みを進める必要があります。

これらの目標の他、「⑤市内公共スポーツ施設の利用満足度 70%以上」についても指標としていました

しかし、前回調査時に、市内公共スポーツ施設の利用満足度については、「わからない」が多数を占めており、実際に施設を利用していない方も調査対象に含まれるため、施設利用の有無による回答の幅が大きいことから、今回調査より「指定管理業務の評価結果」により利用満足度を検証することとしました。

「指定管理業務の評価結果」によれば、各施設とも利用者アンケート等で概ね「満足」との良好な結果を得ています。

スポーツ施設の充実は、市民が生涯にわたって多様なスポーツに親しみ、「だれもが・どこでも・いつまでも」スポーツを楽しめる環境づくりを目指すうえで重要です。

障害のある方もない方も、こどもから高齢者まで、誰もが安全・安心に利用できる施設の充実を図る必要があります。

〔2〕「明石市スポーツに関する市民意識調査」を踏まえた課題

課題に基づく次期計画に向けた方向性

テーマ	現状を踏まえた主な課題	次期計画に向けた方向性(案)
「する」スポーツについて	<ul style="list-style-type: none"> ○ 各世代のニーズを的確に把握し、気軽に参加できる教室や講座などのスポーツ機会の充実を図る必要がある。 ○ ウォーキングを実施している市民が多く、今後始めてみたいスポーツとしても、希望が高い。ウォーキングをテーマとした施策展開が、スポーツ実施率向上の糸口であることがうかがわれる。 ○ 動機付けが「健康や体力づくりのため」であっても、頻度が増える理由としては「仲間ができたから」と理由に変化がみられる。モチベーション維持のための工夫が必要。 ○ 高校生卒業後の運動やスポーツを実施しなくなる傾向が著しい。高校卒業後も継続的に運動やスポーツきっかけが必要。 ○ 障がい者スポーツについては、関心が高まりつつあるものの、実際の競技については一部しか認知されていない。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 多くの市民が気軽に参加できるスポーツイベントを開催する ○ ライフスタイルに合わせたスポーツ機会を充実する ○ 高齢者のスポーツ活動の充実とスポーツによる生きがいづくりを推進する ○ 障がい者のスポーツ活動を推進する
「みる」スポーツについて	<ul style="list-style-type: none"> ○ トップレベルの競技を観戦する機会を充実させるとともに、地元企業や市内各種団体との連携した取り組みが求められている。 ○ 「みる」スポーツに関連する施策の展開により、運動・スポーツ習慣の定着化に繋げていく必要がある。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 国内外のトップレベルの大会開催を支援する ○ トップアスリートとの交流促進をする
「支える」スポーツについて	<ul style="list-style-type: none"> ○ スポーツ活動やイベントを支える人材の必要性や、それらのやりがい効果を効果的に発信していくことが必要。 ○ 市内の運動やスポーツに関するイベントを開催し、スポーツによる交流人口を増やしていくことが必要。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 多くの市民が気軽に参加できるスポーツイベントを開催する(再掲) ○ スポーツ関係団体との連携を強化する
スポーツを通じた「まちづくり」について	<ul style="list-style-type: none"> ○ スポーツ行事や大会、教室等のスポーツを通じた交流する場の確保が求められ、地域経済の活性化につながる施策の展開が必要。 ○ 市のスポーツ情報について、年代により希望する情報の受取方法の傾向が異なるため、より幅広い世代に情報が届くよう有効的な情報発信方法を検討していく必要がある。 ○ 市民の多様性を尊重する気持ちやスポーツに対する興味・関心が持続していけるような情報を提供し続けることが大切。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 市内スポーツ施設を活用したスポーツツーリズムを推進する ○ スポーツイベントを活用したシティプロモーションを行う ○ 企業と連携したイベントなどを開催する ○ スポーツを通じた地域・国際交流を推進する

第3章 基本理念・基本方針

1. 基本理念

スポーツは、心身の健康の維持増進などの効用だけでなく、楽しさや喜びをもたらし、豊かな心を育むとともに、人と人との交流を深め、豊かで活力ある地域づくりにつながるものです。

本プランでは、そうした「スポーツのチカラ」(＝スポーツの価値)を再認識し、市民の「だれもが」「どこでも」「いつまでも」スポーツを通じて心もカラダも元気になる明石のまちづくりの実現を目指すため、基本理念を次のように定めます。

『スポーツのチカラ』

～心もカラダも元気に！ だれもが、どこでも、いつまでも～

また、「あかしSDGs推進計画(明石市第6次長期総合計画)」で定める、明石のまちづくりの基本理念「SDGs未来安心都市・明石 ～いつまでも すべての人に やさしいまちを みんなで～」を共有し、明石のまちのあるべき姿として実現を目指します。

<参考> 「あかしSDGs推進計画(第6次長期総合計画)」より



2. 施策体系

基本理念を実現するため、5つの「基本方針」を定め、方針に沿った施策展開によりスポーツの推進を図ります。

明石のまちのあるべき姿

SDGs未来安心都市・明石 ～いつまでも すべての人に やさしいまちを みんなで～

基本理念

『スポーツのチカラ』～心もカラダも元気に！だれもが、どこでも、いつまでも～



3. 基本方針

基本方針 1 生涯スポーツの推進

■施策目標

「だれもが」「どこでも」「いつまでも」スポーツに親しむことができるよう、市民の運動・スポーツ活動に対する支援の充実を目指します。

■指標

指標名	現在値	目標値
成人の週1回以上のスポーツ実施率	47.5%	60%以上
ほとんど運動やスポーツを行っていない成人の割合	30.0%	25%以下

■SDGsとの関連



■施策の展開（基本的施策）

(1)ライフステージに応じたスポーツの推進

「スポーツのチカラ」は、「する人・みる人・ささえる人」すべての人々に感動と勇気を与えます。

スポーツに触れ合うことにより、生涯を通じて生きがいを実感できる環境と機会を充実させます。

①若い世代・ビジネスパーソン^①のスポーツ推進

仕事等で忙しく、スポーツに取り組む時間が少ない若い世代・ビジネスパーソンが、自分のライフスタイルに合わせて気軽にスポーツを実施できるよう、スポーツ実施方法についての情報提供を行うなど、スポーツの習慣づくりにつながる取り組みを進めます。

また、「FUN+WALK PROJECT」[※]の推進を図り、無理のない範囲で、通勤時間や昼食時間、休憩時間等を活用して、気軽に「歩く」ことからスポーツの習慣づくりを促します。

[※]スポーツ庁が推進している、気軽に取り組める「歩く」ことに着目し、「歩く」に「楽しい」を組み合わせることで、自然と歩く習慣を身に付けるプロジェクト。

②子育て世代のスポーツ推進

子育て世代が関心を持つようなスポーツ情報を発信し、オンライン開催等を含めスポーツを実施する機会を提供します。

子育てに携わっている方々が、家事や育児の合間に気軽にスポーツを実施したり、スポーツの教室やイベントに参加できたりするよう、親子で参加できる教室や託児可能なイベントの実施など、スポーツ環境の充実を図ります。

③高齢者のスポーツ推進

高齢者が、無理なく実施できるスポーツや運動、レクリエーションプログラムの活用・普及を図り、スポーツの実施を促します。

スポーツや運動を通じて、仲間や他の世代との交流を図ることができるよう、身近な地域での運動機会の充実を図ります。

高齢者の生きがいをづくりや介護予防事業などと連携することにより、スポーツ・運動を通じた高齢者の健康づくりを推進します。

また、高齢者自身がスポーツを行うだけでなく、指導者として関わられるような取り組みを推進します。

(2)スポーツ・運動を始めるきっかけづくり

①だれもが気軽にスポーツ・運動できる環境づくり

スポーツ・運動をしていない市民も参加したくなるような働きかけを行い、年齢や性別の違いを意識した健康づくりや体力づくりなど、市民の新たなスポーツ・運動ニーズにも対応したスポーツの機会を提供します。

ウォーキングやニュースポーツなど、誰もが気軽に取り組むことのできるスポーツ・運動の機会の充実を図ります。

また、誰もが気軽に取り組むことのできるニュースポーツについて、用具の貸し出しやルールを紹介等を行い、普及・啓発に努めます。

②親子イベント等の開催

親子で参加できるイベントや教室を開催し、それぞれの世代が交流できる取り組みを推進します。

③ホームページ等による総合的なスポーツ情報の発信

ホームページやSNS等を幅広く活用し、「する」「みる」「ささえる」に応じたスポーツ情報など、多角的にスポーツ情報の提供を行います。

スポーツに関する情報の一元化を行うなど、明石市におけるスポーツについて知りたい情報にすぐアクセスできる環境の整備に努めます。

(3)スポーツ推進委員との連携

①ニュースポーツ・レクリエーションの普及・啓発

運動が苦手な人、こどもから高齢者まで、誰もが気軽にできるニュースポーツ・レクリエーションの教室や大会を開催し、スポーツ推進委員が中心となって普及・啓発を図ります。

②スポーツ推進委員の活用

地域との連携を通じて市民ニーズの把握に努め、地域のスポーツ活動推進の役割を担うスポーツ推進委員の活動の活性化を図ります。

③スポーツ推進委員の資質向上

市や関連団体との連携・協働を推進することができるよう、スポーツ推進委員の研修を支援し、資質向上を図ります。

基本方針 ② 次世代を担うこどものスポーツ・運動の推進

■ 施策目標

次世代を担うこどもたちがスポーツや運動を楽しみ、スポーツを通じて生涯にわたって身体と心の基礎を養うため、こどものスポーツ・運動機会の充実を図ります。

■ 指標

指標名		現在値	目標値
こどものスポーツ実施率 (学校の授業以外でスポーツや運動をしている割合)	小学生	65.1%	80%以上
	中学生	84.2%	90%以上

■ SDGs との関連



■ 施策の展開（基本的施策）

(1) スポーツ・運動が好きになる機会の創出

元来、こどもは「体を動かす」ことが大好きです。心身の発達の著しい時期に、スポーツや運動を通じて、ルールやフェアプレーを学び、こどもが自らを大切に思う気持ちや他者を思いやる心を育む取り組みを広めます。

① スポーツ・運動が好きになるきっかけづくり

こどもたちがスポーツや運動を「好き」になるきっかけとなるよう、JSP0 の「アクティブ・チャイルド・プログラム」(ACP) を活用する等、楽しみながら自然と身体活動が行える取り組みを推進し、機会の充実を図ります。

② 「苦手＝嫌い」にさせない取り組み

スポーツや運動が苦手なこどもでも、「体を動かすことは楽しいこと」「得意じゃないけど好き」と思える仕組みづくりや、こどもそれぞれが得意な能力を伸ばせる取り組みを推進します。

③ 個々の事情に左右されない環境づくり

こどもの置かれた環境に左右されず、スポーツや運動に取り組める環境づくりに努めます。

(2)親子で楽しむスポーツ活動の充実

①保護者へのアプローチ

こどもの行動に大きな影響力を持つ保護者に対して、幼児期・児童期におけるスポーツ・運動の重要性を啓発し、家庭から体を動かす取り組みを進めるアプローチを行います。

②親子で参加できるスポーツイベントの充実

親子で参加できるスポーツイベントの充実を図るとともに、イベント終了後も日常的に親子での運動遊びが促進される取り組みを推進します。

(3)競技スポーツとのふれあい

①こどもスポーツ教室の開催

競技を絞るのではなく、総合的なスポーツを行うことができるこども向け教室を開催し、様々なスポーツとの出会いの場をつくりこどもの可能性を引き出す取り組みを進めます。

②各スポーツ関連団体との連携

各スポーツ関連団体と連携し、様々な競技スポーツの入口となるこども向け体験教室や大会等を開催することにより、競技スポーツの楽しさを伝える取り組みを進めます。

③スポーツ環境の整備

こどもたちが従来の学校単位でのスポーツ活動にとらわれず様々な競技スポーツに取り組めるよう、地域で活動をサポートできるスポーツ環境の整備について検討します。

④トップアスリートとのふれあい

トップアスリートによるスポーツ教室や講演会等の開催、全国的・広域的なスポーツ大会の誘致等を行うことにより、こどもたちがスポーツに憧れや夢を抱き、意欲的にスポーツに取り組むための機会を提供します。

基本方針 ③ スポーツを通じた共生社会の実現

■ 施策目標

障がいのある人もない人も共にスポーツを楽しみ、参加・交流することができる機会を充実させ、共生社会の実現を図ります。

■ 指標

指標名	現在値	目標値
障がい者（成人）の週1回以上のスポーツ実施率	24.9%	30%以上

※現在値は、スポーツ庁の令和2年度「障害者のスポーツ参加促進に関する調査研究」の調査結果による

■ SDGsとの関連



■ 施策の展開（基本的施策）

(1) 障がい者スポーツの基盤整備

① 共生社会ホストタウンとしての取り組み

明石市は、共生社会ホストタウンの中でも、先導的・先進的なユニバーサルデザインのまちづくりと心のバリアフリーに取り組む自治体として評価され、令和元年8月に内閣官房オリパラ事務局から「先導的共生社会ホストタウン」の認定を受けました。

共生社会ホストタウンとして、障がい者スポーツ等を通じて多様性への理解を深めることができる交流の機会をつくり、障がいのある人とない人が一緒に体験できるイベント等を通じ、共生社会の実現に向けた取り組みを進めます。

② 障がい者スポーツに対する理解促進

親子やこどもが参加できる障がい者スポーツ体験教室等を開催する等、障がい者スポーツに対する理解を深める取り組みを進めます。

③ 関連機関の連携

庁内関連部署および明石市スポーツ推進委員会や明石市体育協会等のスポーツ団体、明石障害者スポーツ連携の会（あかしパラスポネット）や明石市身体障害者福祉協会等の障がいに関する団体等が連携・協働し、障がい者スポーツの推進体制の充実を図ります。

(2)障がいのある方のスポーツへの参加促進

①スポーツ教室や大会の開催

障がいのある方も参加しやすくなるよう、同じルールの中で楽しめるニュースポーツや障がい者スポーツ種目も組み込んだイベントの機会を充実させ、参加促進を図ります。

②障がい者アスリートとの交流

障がい者アスリートによる教室や講演会等により、障がい者自身がスポーツに取り組むきっかけづくりを推進します。

③障がい者団体等との連携

障がい者団体や施設との連携により、気軽にできるスポーツやレクリエーション等の普及に努め、体を動かす楽しさを伝えます。

(3)健康・介護などの他分野との連携

①地域共生社会の実現に向けた取り組み

スポーツを通じて地域での交流を進め、ともに支え合いつながる地域共生社会の実現に向け、尽力します。

②健康分野との連携

健康分野団体等と連携し、スポーツイベント等と合わせて生活習慣病予防や食生活に関する講座を開催する等、スポーツ活動をより効果的に実践し、健康維持ができる環境を整えます。

また、スポーツをしている人・こどもを対象に、効果的なストレッチや怪我をしにくいトレーニング講座を開催する等、体づくりやスポーツコンディショニング等の観点から、より安全で効率的にスポーツ活動を行うことができるよう努めます。

③介護予防分野との連携

介護分野において、スポーツ推進委員やスポーツ関係団体等との連携により、地域でフレイル予防プログラムなど介護予防に関する運動・体操を効果的に実施し、体を動かすきっかけづくりをともに行う等、いつまでも元気で楽しい健康長寿社会の実現に向けた取り組みを進めます。

基本方針 4 地域のスポーツ活動の推進

■ 施策目標

地域におけるスポーツ活動を通じて、家庭・地域・学校・住民相互のコミュニケーションを生み出し、地域の活性化を図ります。

■ 指標

指標名	現在値	目標値
「明石市はスポーツが盛んである」と感じている人の割合	23.3%	50%以上

■ SDGs との関連



■ 施策の展開（基本的施策）

(1) まちの賑わいづくり・活性化

① コミセンサークル・スポーツクラブ 21 の活動充実

明石市の地域スポーツ活動の特色であるコミセンサークルとスポーツクラブ 21 の活動について、「仲間づくり」「居場所づくり」等の地域交流を深め、活動内容とともに充実化を図ります。

② トップアスリート等によるスポーツイベントの開催・誘致

トップアスリートによるスポーツイベントや講演会等の開催、全国的・広域的なスポーツ大会の誘致等を行うことにより、こどもたちだけでなく地域全体が活性化する取り組みを進めます。

③ まちづくり、産業、観光、福祉など他分野との交流や連携

まちづくり・産業・観光・福祉など庁内関連部署および観光協会などの関連団体等と連携・協働し、スポーツツーリズムの活用等まちの賑わいづくり・活性化に貢献します。

(2)競技スポーツの推進

①競技団体の活動支援

明石市体育協会をはじめとする各種競技団体について、競技性の高いスポーツイベントの開催支援など活動の支援を行い、競技力向上や競技者の拡大を図ります。

②競技力の向上を求める市民向けのスポーツ教室や大会の開催

様々なスポーツに取り組んでいる各年代の市民が、競技力を向上させるための指導を受けられるスポーツ教室の開催や、日頃の成果を発揮できるスポーツ大会等を開催し、競技力向上へのモチベーションをアップさせる取り組みを進めます。

③ジュニア選手の発掘・支援

学校、スポーツ関係団体等との連携により、競技力の高いジュニア選手の競技力の一層の向上を図るため、発掘や支援を行います

④成績優秀選手や指導者の活動支援および表彰

競技スポーツに取り組む市民を対象に助成等の支援を行うとともに、国際大会や全国大会をはじめスポーツ大会で優秀な成績を収めた選手や指導者を表彰し、競技意欲の向上を図ります。

(3)人材の育成・活用

①スポーツ指導員の養成

スポーツへの継続的・専門的な取り組みを促すため、専門的見地から指導できる人材の養成を図ります。

また、競技スポーツの指導者の養成を図るため、日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格の取得を促進するよう支援します。

②障がい者スポーツ指導員の養成

スポーツ推進委員や障がい者団体・施設等職員について、障がい者スポーツ研修の実施、障がい者スポーツ指導者養成講習会の受講支援等により、障がい者スポーツ指導者の資質向上を図ります。

③スポーツボランティアの養成

スポーツイベントの運営や障害のある方のスポーツ支援など、市内の各スポーツ団体とも連携し、スポーツを支える人材の発掘・育成を図ります。

また、市内で開催される国際大会をはじめとする各種スポーツ大会において、支える立場で活躍するスポーツボランティアの活動を奨励し、養成します。

基本方針 5 スポーツを楽しむ環境の充実

■施策目標

市民が気軽にスポーツに親しめるよう、ニーズに応じた情報発信を行う等、スポーツを「する」「みる」「ささえる」環境の充実を図ります。

■指標

指標名	現在値	目標値
直接現地でスポーツ観戦した人の割合	82.4%	90%以上

■SDGsとの関連



■施策の展開（基本的施策）

(1) スポーツ・運動に関する情報の発信

① ホームページ等による総合的なスポーツ情報の発信（再掲）

ホームページやSNS等を幅広く活用し、「する」「みる」「ささえる」に応じたスポーツ情報など、多角的にスポーツ情報の提供を行います。

スポーツに関する情報の一元化を行うなど、明石市におけるスポーツについて知りたい情報にすぐアクセスできる環境の整備に努めます。

② ニーズに対応した情報発信の充実

ホームページや市の広報誌等これまでの情報発信の方法に加え、時代に合わせた効果的な情報発信の方法を検討し、市民ニーズに対応した情報発信の充実を図ります。

③ 市民のスポーツニーズの把握

市民の多様なスポーツニーズやスポーツ・運動の取り組み実態などを把握するため、市民意識調査をはじめ、スポーツイベント時にアンケートを実施する等、ニーズの把握に努めます。

(2)スポーツ関連施設の充実

①公共スポーツ施設の充実

市内の公園施設や体育館等について、適切な維持管理や計画的な修繕などを行い、市民ニーズに対応して楽しくスポーツ・運動ができる環境を整えます。

②身近な施設の活用

明石市では、市内小・中学校の体育施設については、コミセンとして運営・活用されています。

今後も、市民が身近な場所でスポーツを楽しめるよう、維持および利便性の向上に努め、気軽に使える環境づくりを目指します。

また、ウォーキングやサイクリング等、明石のまちの中でスポーツを楽しむ方も多いため、コースの充実を図ります。

(3)「みる」「ささえる」スポーツの機会の充実

①スポーツ観戦情報の提供

市内で開催されるスポーツ大会や市民が参加できるスポーツ大会、市内で活動するチームの試合の開催などについて情報提供を進め、スポーツ観戦の機会を創出します。

②トップアスリート等によるスポーツイベントの開催・誘致（再掲）

トップアスリートによるスポーツイベントや講演会等の開催、全国的・広域的なスポーツ大会の誘致等により、スポーツ観戦の機会だけでなくスポーツへの興味や関心を持つ機会づくりを行います。

③スポーツを「ささえる」人材の育成

スポーツイベントの運営や障害のある方のスポーツ支援など、市内の各スポーツ団体とも連携し、スポーツを支える人材の発掘・育成を図ります。（再掲）

また、市内で開催されるスポーツイベントを通じて、スポーツボランティア活動の場を提供します。