

生涯スポーツ・体力づくり全国会議2024 全体会

スポーツ庁

1. テーマ

地域の人々のスポーツを通じたライフパフォーマンスの向上に向けて

2. 趣旨

近年、オリンピック・パラリンピックなどにおけるハイパフォーマンスサポート（トップアスリートへのサポート）で得られたスポーツ医・科学等に係る知見が、アスリートだけでなく一般の人々が日常生活で抱える課題の解決等に生かされ、ライフパフォーマンスの向上につなげることが期待されている。

そこで、本全体会では、性別、年齢、障害の有無等にかかわらず、地域の人々のスポーツを通じたライフパフォーマンスの向上に向けて今後どう取り組んでいくべきか、様々な分野の専門家が集い、本音で話し合う。

3. 演者

ファシリテーター

金岡 恒治氏（早稲田大学スポーツ科学学術院教授）

スピーカー

室伏 広治氏（スポーツ庁長官）

岡田 武史氏（株式会社今治、夢スポーツ代表取締役会長）

佐伯 美香氏（バレーボール・ビーチバレー元日本代表、日本ビーチ文化振興協会代表理事）

関根 康人氏（東京工業大学地球生命研究所所長）

生涯スポーツ・体力づくり全国会議2024

第1分科会

公益財団法人日本スポーツ協会
(公益財団法人日本パラスポーツ協会)

1. テーマ

『もっと、女性が、スポーツを楽しむ社会』の実現を目指して

2. 趣旨

令和元(2019)年6月にスポーツ庁が策定したスポーツ団体ガバナンスコード<中央競技団体向け>の原則2において「女性理事の目標割合(40%以上)を設定する」ことが定められ、女性の活躍を推進する機運が高まっている一方、スポーツ団体における女性役員の割合は約24%(※2023年6月 笹川スポーツ財団調べ)に留まっていることから、スポーツ団体における女性役員の育成や登用に向けた取組を加速していく必要がある。

また、男女共同参画・女性活躍のためには、女性を対象とするだけでなく、すべての人が生きがいを感じられる、個性と多様性が尊重される社会を実現することが極めて重要である。

そこで、本分科会では、女性活躍推進の重要性が叫ばれる社会的背景を改めて振り返るとともに、社会において女性が、より活躍できる環境の構築に向けて、スポーツ団体、自治体や企業など、様々な分野のパネリストによるディスカッションや情報提供を行い、各組織等における目標設定や意識改革を促す方策、マネジメント層への登用を促進するための方策等について検討することとしたい。

3. 講師

コーディネーター

山口理恵子氏(城西大学 教授/JSP0指導者育成委員会委員/男女共同参画部会部会員)

パネリスト

桜間 裕子氏(JPC 女性スポーツ委員会副委員長)

桐木 陽子氏(松山東雲短期大学 教授/愛媛県スポーツ協会女性スポーツ委員会委員)

真壁 友枝氏(三井住友海上火災保険株式会社岡山支店津山支社長/女子柔道部特別コーチ)

生涯スポーツ・体力づくり全国会議2024

第2分科会

公益財団法人日本レクリエーション協会

1. テーマ

「スポーツは楽しい」を全ての人に

～楽しいと感じる心のしくみに着目した運動未実施者へのアプローチ～

2. 趣旨

スポーツの語源であるデポルターレは、「楽しさ・気晴らし、遊び、休養」を意味し、レクリエーションに近い意味合いを持っている。

2022年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」では、週1日以上運動・スポーツを実施した主な理由を見ると、「健康や体力・筋力・ダイエットなど体のため」と「気晴らしや仲間との交流などのレクリエーション志向」に大別される。

また、同調査の運動・スポーツの価値については、「健康・体力の保持増進」に次いで、「人と人との交流」「精神的な充足感」「リラックス、癒し、爽快感」となっており、体の健康と心の健康（気持ち）が上位を占めている。

人生100年時代。人生の後半は否応なく長い余暇時間がやってくる。誰もが健康でいられることを望んでいるが、楽しい人生を送ること、毎日が楽しいと実感できることも重要である。

健康のため、体力のためといった手段としてのスポーツから、スポーツをすること事態を目的とすることが、まさに Sport in Life であり、年齢に関係なく誰もが「スポーツは楽しい」ということを実感してもらうことが肝心となる。スポーツ未実施者にスポーツは楽しいということをいかに感じてもらうか。

本分科会では、人が「楽しい」と感じる心の仕組みを確認し、スポーツ・レクリエーションの実践事例から、スポーツ未実施者へのアプローチの方法を考える。

3. 講師

コーディネーター

松尾 哲矢氏（立教大学スポーツウエルネス学部 教授）

パネリスト

遠藤伸太郎氏（千葉工業大学先進工学部教育センター 助教）

松木 紀子氏（特定非営利活動法人愛媛県レクリエーション協会理事・事務局長）

小田部文俊氏（一般社団法人日本スポーツウエルネス吹矢協会 理事長）

前田 相伯氏（エアデジタル株式会社 代表取締役）

生涯スポーツ・体力づくり全国会議2024

第3分科会

公益社団法人全国スポーツ推進委員連合

1. テーマ

地域課題に応じた自立的な Sport in Life 推進システムを模索する
～多様な連携・協働を支援するスポーツ推進委員の連絡調整～

2. 趣旨

今、Sport in Life を支えるスポーツ推進システムの再構築が求められている。生涯スポーツ推進では、スポーツを通じた健康増進や実施率の向上、スポーツを通じた地域活性化等、多様な課題と目標が示され、その解決が目指されてきた。しかし地域における取り組みは、地域の特性や関係者の問題認識によって異なるとともに、単独の組織や団体では課題解決が困難になってきている。健康寿命の延伸や障がい者のスポーツ実施率向上には、更なる強い連携・協働の仕組みづくりが必要になる。また、目指す地域の姿によって、総合型地域スポーツクラブの活動内容や連携の仕組みも異なってくる。さらに学校運動部活動の地域連携や地域移行では、子どもや保護者の意向や地域の状況を考慮しながら、地域独自の仕組みを構築しなければならない。

本分科会では、地域課題を認識した関係者が地域独自の連携・協働の仕組みづくりを実践した事例を参考にし、自立的な推進システムの必要性を確認するとともに、スポーツ推進委員に期待される連絡調整の可能性を検討したい。

3. 講師

コーディネーター

藤井 和彦氏（白鷗大学教育学部教授）

パネリスト

浅沼 道成氏（（一社）盛岡市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会代表、
岩手大学人文社会科学部教授）

スポーツ社会学 総合型クラブを機能化する連携づくり

大濱あつ子氏（NPO 法人スマイルクラブ理事長）

パラスポーツ推進を核とした連絡協議会の組織化と役割

中尾 聡氏（岐阜県羽島市市民協働部スポーツ推進課係長）

学校運動部活動の地域移行を契機とした新たな地域スポーツの仕組み

生涯スポーツ・体力づくり全国会議2024

第4分科会

公益財団法人健康・体力づくり事業財団

1. テーマ

健康づくりにおける筋力トレーニングの活用
～筋トレが次期身体活動・運動ガイドラインに取り上げられることへの対応～

2. 趣旨

令和6年度よりスタートする「21世紀における第三次国民健康づくり運動（健康日本21（第三次）」に伴い、身体活動・運動に関するガイドラインが令和6年3月までに提示される。そこでは、我が国で初めて健康づくりのための筋力トレーニングが推奨されることが予定されている。筋力トレーニングは、すでに海外ではWHOの身体活動・座位行動のガイドラインに明記され、近年、日本国内においても生活習慣病発症との関連が明らかにされつつあり、注目度が高い。また、筋力は、高齢者のロコモ・フレイル予防として最も重要な要素の一つである。

しかし、筋力トレーニングは、正しい方法で行わないとけがをする可能性があり、令和4年度、（独行）国民生活センターより「パーソナル筋力トレーニング」によるけがについて、消費者に対し注意喚起が促されている。今後は、パフォーマンス向上だけでなくさまざまな目的を持って筋力トレーニングを行う者の増加が見込まれ、スポーツ・運動指導者は、実践者の体調や体力を正確に見極める必要がある。

そこで本分科会では、筋力・筋力トレーニングがなぜ必要なのか、さらに、けがや体調不良を起こさせない、正しい指導方法や筋力トレーニングを活用し効果を上げている事例を紹介していきたい。なお、分科会の後半は、実際に自重による筋力トレーニングの実習を行うため、参加者には動ける服装を推奨する。

3. 講師

コーディネーター

福永 哲夫 氏（鹿屋体育大学元学長／東京大学名誉教授／早稲田大学名誉教授
健康・体力づくり事業財団アドバイザー）

パネリスト

- ① 福永 哲夫 氏
「筋力の科学～生涯動ける体でいるための貯筋のすすめ～」
- ② 松山 哲也 氏（一般社団法人ウェルネスファム代表理事／健康運動指導士）
「貯筋運動活用事例及び貯筋運動の実際」（実習）
- ③ 澤田 亨 氏（早稲田大学スポーツ科学学術院教授）
「身体活動・運動ガイドラインの概要及び生活習慣病予防としての筋力のエビデンス」
- ④ 篠田 邦彦 氏（新潟大学名誉教授／NSCA ジャパン前理事長）
「正しい筋力トレーニングを行うために指導者が知っておくべきこと」（実習）

生涯スポーツ・体力づくり全国会議2024 第5分科会

公益財団法人愛媛県スポーツ協会

1. テーマ

学校運動部活動から地域でのスポーツ活動へ
～愛媛のスポーツ100年を迎えて～

2. 趣旨

スポーツ庁では、令和4年12月に「学校部活動及び新たな地域クラブ活動等に関する総合的なガイドライン」が公表され、令和5年度から令和7年度までの3年間は学校部活動の改革推進期間として、地域の実情に応じて可能な限り早期の地域移行の実現を目指すことなどが提示された。

愛媛県スポーツ協会が創立100周年を迎えるにあたり、これからの愛媛のスポーツが発展・充実していくために、学校運動部活動の地域移行に向けた取り組み状況と今後の具体的な対応策などを協議し、将来的には幼児を含めた子どもから大人までが参画できるようなスポーツ環境を地域に整備することを目指して地域スポーツクラブ等のスポーツ環境の構築について模索する。

3. 講師

コーディネーター

田中 雅人氏（愛媛大学教育学部 教授／
公立中学校の部活動改革に係る愛媛県推進計画策定委員会 委員長）

パネリスト

金房 軌人氏（松山市教育委員会保健体育課 主任）

土居 浩氏（松山市立小野中学校 校長）

篠原 昌也氏（総合型地域スポーツクラブ ONO スポーツクラブ クラブマネジャー）

久田 晴生氏（長崎県教育庁体育保健課学校体育班部活動地域移行推進リーダー／
元スポーツ庁競技スポーツ課支援第1支援第2係長）