

塩尻市スポーツ推進計画（第2期）

（令和6年度～令和14年度）



スポーツの力で輝き続けるまち 塩尻

I スポーツがつくる 元気あふれる地域

II スポーツがつなぐ “人”と“ひと”

III スポーツでめざす 健康長寿の暮らし

塩尻市教育委員会

令和6年4月

目次

第1章 計画策定の基本的な考え方

1 計画策定の趣旨	1
2 計画の位置づけ	2
3 計画の期間	3

第2章 塩尻市のスポーツの現状と課題

1 スポーツを取り巻く社会情勢	3
2 本市の現状と課題	5

第3章 計画の基本理念

1 本市の目指す姿	8
2 基本理念	9
3 基本目標	10
4 計画の体系	11

第4章 基本施策と具体的展開

基本目標1 子どもの運動・スポーツ活動の推進と充実	12
基本目標2 多様性を尊重した生涯スポーツ活動の推進	15
基本目標3 競技力の向上	22
基本目標4 スポーツの持つ力を活用した地域活性化の推進	24

第5章 計画の指標及び推進体制

1 計画の指標	29
2 計画の推進体制	30

第1章 計画策定の基本的な考え方

1 計画策定の趣旨

本市では、平成元年に議決された「健康スポーツ都市宣言」(P2)の理念を継承・実現するため、平成27年4月に『塩尻市スポーツ推進計画』(以下、「第1期計画」という。)を策定し、令和6年3月までの9年間を計画期間として、本市の様々なスポーツ振興事業や関連事業に総合的かつ効果的に取り組んで参りました。

しかし、近年では新型コロナウイルス感染症(以下、「新型コロナ」という。)が世界中で猛威を振るい、社会経済活動が大幅に制限されるなど、国民の生活様式や価値観に大きな影響を与えました。また、スポーツ界においても、プロスポーツイベントから地域のスポーツ活動に至るまで、幅広く影響を受けることとなりました。

一方、スポーツに関する国の政策動向を見ると、令和4年3月に策定された『第3期スポーツ基本計画』において、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会のレガシーの継承・発展や、国民がスポーツを「する」「みる」「ささえる」ことを真に実現できる社会を目指すため、スポーツを「つくる／はぐくむ」、スポーツで「あつまり、ともに、つながる」、スポーツに「誰もがアクセスできる」という3つの新たな視点を基本方針として定め、スポーツ立国の実現を目指すことが具体的に示されました。

また、長野県においては、令和5年3月に「スポーツの力で切り拓く長野県の未来」を基本理念とした『第3次長野県スポーツ推進計画』を策定し、今後のスポーツ振興のために必要な具体的施策が定められました。施策の中には、令和10年(2028年)の第82回国民スポーツ大会・第27回全国障害者スポーツ大会の開催地として内定したことを受け、第2次計画から引き続いて大会開催に向けた準備に加え、大会終了後のスポーツ振興も見据えた計画が示されました。

こうした中、本市では「30年後も“人や組織を惹きつける地域”」であり続けるために、市民とともに実現を目指す「新たな地域ビジョン」として、『第六次塩尻市総合計画(しおじり未来投資戦略)』(以下、「市総合計画」という。)を策定し、令和6年4月から運用を開始しました。

これらの状況を踏まえ、第1期計画の目標である「健康スポーツ都市宣言の理念の継承・実現」は継続しつつ、国の第3期スポーツ基本計画及び県の第3

次スポーツ推進計画を参酌の上、新型コロナなどスポーツを取り巻く環境の変化、第1期計画に基づき取り組んできた各種施策の成果等の検証を行い、『塩尻市スポーツ推進計画（第2期）』を策定するものです。

健康スポーツ都市宣言（平成元年6月14日 市議会議決）

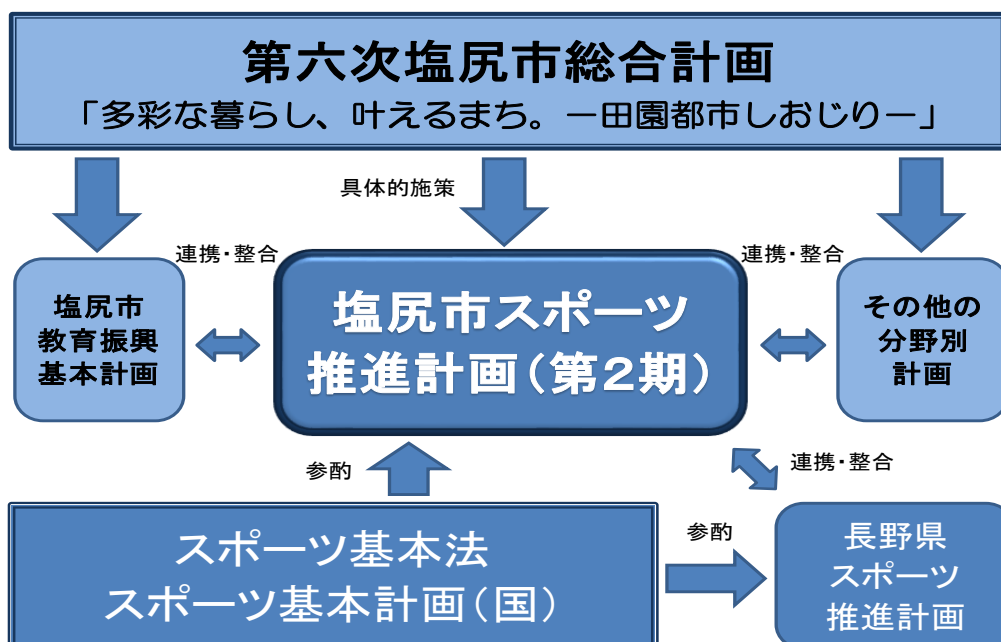
わたくしたちは、健康で働くよろこびを大切に、スポーツを愛し、明るい家庭をつくり、連帯の輪をひろげ、活力ある住みよい塩尻市を築くため、ここに「健康スポーツ都市」を宣言します。

- 1 スポーツに親しみ、たくましい体と心をつくり、健康で明るい家庭をきずきましょう。
- 1 スポーツを通して、職場にも地域にも友情と連帯の輪をひろげましょう。
- 1 たのしい生活を送るため、すすんで健康の自主管理につとめましょう。

塩 尻 市

2 計画の位置づけ

本計画は、スポーツ基本法第10条第1項に基づき、本市独自の計画として策定するものです。また本計画は、市総合計画におけるスポーツ推進に関する個別計画として位置付け、**本市における今後のスポーツ推進の方向性を明らかにするとともに、具体的な施策を関係機関とともに総合的かつ効果的に推進するための計画**として策定します。



3 計画の期間

本計画の期間は、市総合計画の長期戦略に合わせ、**令和6年度を初年度とし、令和14年度までの9年間**とします。

また、3年ごとの中期戦略の策定と合わせて進捗の評価を実施し、必要に応じて見直しを行います。

		R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13	R14
第六次塩尻市総合計画	長期戦略	→								
	中期戦略	→			→			→		
塩尻市スポーツ推進計画(第2期)		→								
評価・見直し				○			○			○
塩尻市教育振興基本計画		→								
スポーツ基本計画		R4 ~ R8			R9 ~ R13					
県スポーツ推進計画		R5 ~ R9			R10 ~ R14					

第2章 塩尻市のスポーツの現状と課題

1 スポーツを取り巻く社会情勢

(1) 新型コロナによる影響

新型コロナの感染拡大の影響を受け、新しい生活様式への対応を実施する中で、運動不足による健康二次被害、体育施設の利用制限、学校運動部活動やアマチュアのスポーツ大会・イベントの延期・中止などが生じました。現在は新型コロナの感染症法上の扱いが5類へ移行されたことに伴い、各種スポーツ大会等の開催に制限はなくなりましたが、今後も国が示した「新しい生活様式」に留意しながらスポーツに親しむことが求められています。

(2) 健康寿命の延伸と人生100年時代の到来

日本人の健康寿命^{*1}は世界最高水準であり、更なる延伸が予想されています。こうした背景を受け、政府は平成29年9月に「人生100年時代構想会議^{*2}」を立ち上げ、高齢者から若者まで全ての人々が元気に活躍し続けることのできる社会の実現を目指すための「人づくり革命 基本構想」を取りまとめました。

人生100年時代の基盤は一人ひとりの心身の健康であり、スポーツは市民の健康づくりや仲間づくりに寄与する活動として期待されています。

- * 1 : 健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間（厚生労働省）
- * 2 : 人生100年時代を見据えた経済社会システムを創り上げるための政策のグランドデザインを検討する会議

（3）国際連合によるSDGsの採択

SDGs（持続可能な開発目標）は、平成27年（2015年）9月の国連サミットで採択された令和12年（2030年）までの国際目標です。持続可能な世界を実現するための17のゴール・169のターゲットから構成され、「地球上の誰一人として取り残さない」ことを誓っています。スポーツは健康、教育、コミュニティ強化などに寄与するものとして期待されており、スポーツ庁はこのSDGsの達成にスポーツで貢献しようという姿勢を示しています。



（4）デジタル技術革新の進展

ICT（情報通信技術）、AI（人工知能）、VR（仮想現実）・AR（拡張現実）などの技術開発が急速に進展しています。これらの技術は、新しい産業の創出・発展や企業の生産性向上のみならず、人々の働き方やライフスタイル、健康管理、教育など、市民の生活に関わるあらゆる分野での活用が期待されています。また、スポーツ分野においても、個人・法人を問わないトレーニング動画のオンライン配信や、VR・ARを活用した新たなスポーツなど、多様な楽しみ方の創出が期待されています。最近では、eスポーツ*3など、娯楽性を含むものも共生社会や多様性の実現に向けたツールの1つとして幅広くスポーツと捉える考えもあり、競技人口の拡大に向けた取り組みが進められています。

* 3 : 電子機器を用いて行う娯楽、競技、スポーツ全般を指す言葉であり、コンピューターゲーム、ビデオゲームを使った対戦をスポーツ競技として捉える際の名称

2 本市の現状と課題

本市では、平成元年に生涯スポーツ社会の実現に向けて「健康スポーツ都市宣言」(P 2)をし、市民一人ひとりが自らスポーツに親しみ、健康で明るい生活を送ることができるよう「市民みな1(いち)スポーツ」を目標に掲げ、スポーツの普及・推進、健康・体力づくり、体育施設の整備等、諸々の事業展開に努めてまいりました。

そして、その実現のため、市民の健康・体力及び運動・スポーツに関する意識や実施状況等の現状を把握するため、5年ごとに市民を対象とした社会体育意識実態調査を実施しています。

(1) スポーツの実施状況と子どもの体力の推移

令和4年度に実施した社会体育意識実態調査では、成人の週1日以上スポーツ実施率は、全国や県の割合を下回っています。(図1) また、小中学生を対象に実施される新体力テストの集計結果からは、男女ともに全国や県の平均とあまり差はないものの、緩やかな低下傾向が見られ、幼少期から中学生期までの子どもの体力向上が課題(P 6、図2)となっています。令和4年度の結果では、新型コロナの影響を受ける中でも学校等において運動機会を捻出するなどの工夫が行われてきたこともあり、体力の回復も見られますが、コロナ禍以前の水準にはまだ持ち直すことができていません。

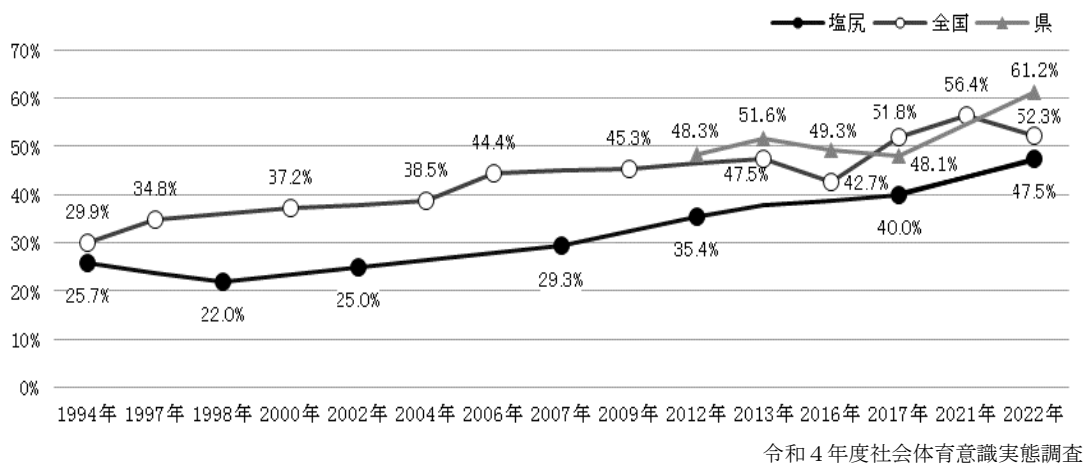
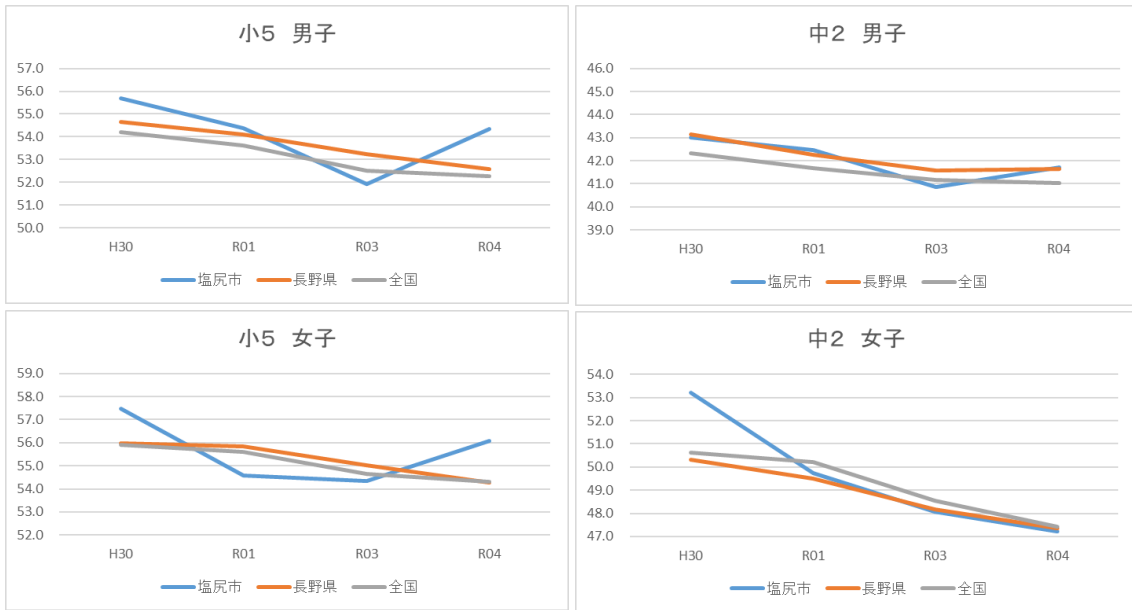


図1 週1日以上スポーツに親しむ成人の割合の推移



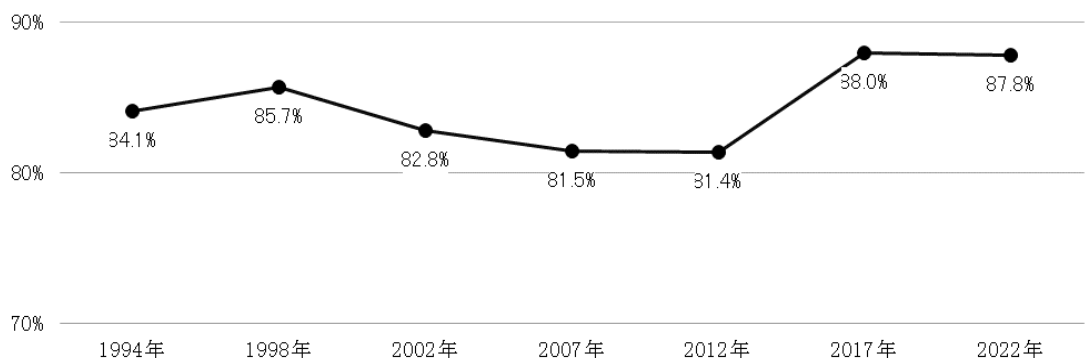
全国体力・運動能力・運動習慣等調査（文部科学省）より作成

図2 子どもの体力合計点*4の推移

*4：握力など8種目の測定結果を点数化し合計したもの
 注）本データは、各年代における年次推移を比較してみるものです。

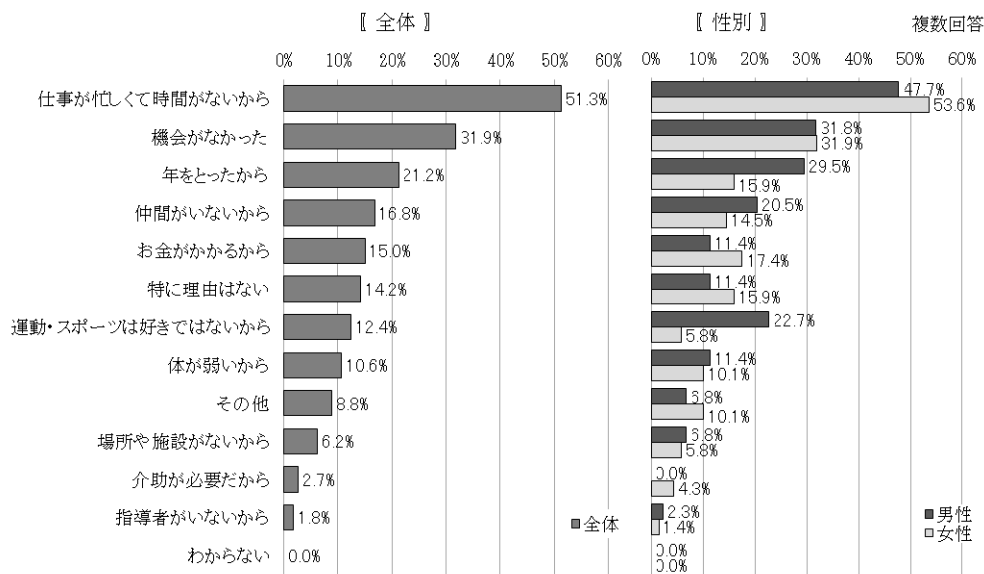
（2）運動・スポーツの必要性

運動・スポーツの必要性を感じている人や運動を行いたいと感じている人の割合は依然として高い水準（図3）にあります。実際には様々な理由により運動・スポーツができていない人が多い状況（P7、図4）にあります。生涯スポーツの推進のため、子どもから高齢者まで、誰でも気軽に運動やスポーツに親しめる環境を整備することで「市民みな1（いち）スポーツ」の実現を目指していく必要があります。



令和4年度社会体育意識実態調査

図3 運動・スポーツの必要性を感じている人の割合



令和4年度社会体育意識実態調査

図4 運動・スポーツを1年間行えなかった理由

(3) 体育施設の利用状況

市体育施設を利用したことがある人は、コロナ禍の影響により近年は減少傾向にありますが、令和3年（2021年）に新たな体育施設として開館した塩尻市総合体育館（ユメックスアリーナ）の利用率を高める方策を講じることにより、新たなスポーツ人口の増加が期待されます。

塩尻市のスポーツ施設利用状況

施設名	令和元年度 利用人数	令和2年度 利用人数	令和3年度 利用人数	令和4年度 利用人数	
総合体育館 (ユメックスアリーナ)	—	—	77,008	93,586	
市立体育館	28,996	20,506	22,393	23,129	
併設柔道場	5,994	5,056	5,417	5,195	
併設相撲場	399	390	418	687	
塩尻弓道場	9,099	3,806	5,655	9,677	
市営野球場	15,879	7,018	12,274	12,687	
総合運動場	12,763	4,210	8,283	11,405	
屋内ゲートボール場	5,581	3,929	3,483	3,452	
中央スポーツ公園	66,817	48,701	50,175	56,603	
榎川体育館	4,252	3,212	3,416	4,653	
榎川屋内運動場	3,793	2,335	3,419	6,075	
榎川運動場	1,851	1,157	653	885	
北部公園	11,615	11,574	12,138	14,125	
広丘体育館	13,654	9,986	13,859	13,283	
小計	180,693	121,880	218,591	255,442	
学校開放	体育館	149,800	118,030	108,431	164,419
	運動場	94,309	58,674	57,028	72,309
	小計	244,109	176,704	165,459	236,728
合計	424,802	298,584	384,050	492,170	

※中央スポーツ公園施設：運動場、テニスコート、サッカー場、なかよし広場

※北部公園施設：テニスコート、多目的運動場

第3章 計画の基本理念

1 本市の目指す姿

本年度（令和6年度）からスタートした市総合計画は、本市の持つポテンシャル（潜在力）と磨き上げてきた田園都市を基礎として、「30年後にも“人や組織を惹きつける地域”」であり続けるために、新たな目指す都市像を次のとおり定めています。

また、この都市像を実現するために、重点化する取り組みの展開方針の基軸として、3つの基本戦略を掲げました。

本計画は、市総合計画における基本戦略Aに該当し、スポーツ分野における個別計画として位置づけられるものであり、**スポーツ推進の観点からこの都市像の実現を目指していく**ものです。

～新たな目指す都市像～
多彩な暮らし、叶えるまち。
－田園都市しおじり－

基本戦略 A 未来共育

次世代とともに学び成長し、ワクワクして暮らすことを、多様な主体と実現するため、本市が目指す「ありたい姿」を、部局横断による施策・取り組みを展開します。

スポーツ推進計画

基本戦略 B 共創循環

共創で新たな付加価値を生み循環させ、イキイキと暮らすことを、多様な主体と実現するため、本市が目指す「ありたい姿」を、部局横断による施策・取り組みを展開します。

基本戦略 C 安心共生

つながり、支え合い、自分らしく、ニコニコして暮らすことを、多様な主体と実現するため、本市が目指す「ありたい姿」を、部局横断による施策・取り組みを展開します。

2 基本理念

本市では、健康で働く喜びを大切にして、スポーツを愛し、活力ある住みよい塩尻市を築くため、平成元年に「健康スポーツ都市」を宣言しました。

スポーツは、心身の健全な発達に資することはもちろん、楽しさや喜びをもたらすほか、青少年の健全育成や地域社会の活性化、経済の発展など、多面的な役割を担っています。

本計画は、「スポーツ基本法」及び「健康スポーツ都市宣言」の理念に基づき、市民の“誰もが、いつでも、どこでも、いつまでも”運動やスポーツに親しむことができるよう、本市の基本的なスポーツ施策を定め、総合的、かつ計画的に推進するために策定するものです。これにより、青少年の健全育成や健康寿命の延伸、地域コミュニティの活性化や新たな交流の創出を図り、**スポーツの力で未来につなぐ**ことを目指すものです。

スポーツの力で輝き続けるまち 塩尻

- I スポーツがつくる 元気あふれる地域
- II スポーツがつなぐ “人” と “ひと”
- III スポーツでめざす 健康長寿の暮らし

基本理念を補完する「3つの柱」は、市総合計画で本市の目指す姿の実現に向けて、“元気あふれる地域”・“人（交流）とひと（絆）”・“健康長寿の暮らし”をキーワードに、重点的な施策展開の方向性を示すものです。

- I 子どもから高齢者まで、多世代が一緒にスポーツに親しみ元気あふれる地域づくりを進めます。
- II スポーツによって地域社会における“人”の交流を創出し、家族や友人など身近な“ひと”との絆を深めます。
- III スポーツに親しむ人を増やし、健康で生き生きと暮らせる健康長寿のまちを目指します。

3 基本目標

本市の基本理念を実現するために、課題ごとに次の「4つの基本目標」を設定し、具体的な事業を展開していきます。

■ 基本目標 1 子どもの運動・スポーツ活動の推進と充実

幼児期から運動習慣が身に付くプログラムを展開し、小中学生には多様な運動・スポーツに出会える場の提供を充実していきます。また、部活動の地域移行に向けた取り組みを推進していきます。

■ 基本目標 2 多様性を尊重した生涯スポーツ活動の推進

誰もが、公平で安全かつ快適に運動・スポーツが楽しめるような環境の整備を進めるとともに、ライフスタイル・ステージに対応できる生涯スポーツ社会の実現を目指します。

■ 基本目標 3 競技力の向上

適切な体育施設の提供と各競技の指導者の充実を図り、継続的な取り組みを進めます。また、競技力の向上に努めるとともに、競技人口の減少に歯止めをかける施策を展開していきます。

■ 基本目標 4 スポーツの持つ力を活用した地域活性化の推進

スポーツ協会などと連携した、スポーツイベントを開催し、人とひととのスポーツを通じた交流により地域の活性化を図ります。また、第82回国民スポーツ大会※・第27回全国障害者スポーツ大会を通じた人々の交流を推進します。

※承認番号：日本スポーツ協会 23-B-53

4 計画の体系

基本 目標	基本施策	施策の展開	ページ 番号
子どもの運動・スポーツ 活動の推進と充実 基本目標1	1-1 子どもの体力・運動能力の 向上	1-1-1 幼児期からの運動プログラムの推進	13
		1-1-2 小中学生の体力・運動能力向上への取り組みの 充実	13
	1-2 部活動地域移行に向けた 各種団体との連携	1-2-1 塩尻市中学校部活動地域移行等協議会との情報 共有と移行への推進	14
		1-2-2 学校や地域、競技団体等と連携した部活動指導 者の環境の構築	14
多様性を尊重した生涯スポーツ活動の推進 基本目標2	2-1 多様性、ライフスタイル・ ステージに適応したスポー ツ活動の推進	2-1-1 スポーツによる多様性を尊重できるプラットホ ームの構築	17
		2-1-2 現役世代や子育て世代、女性のスポーツの推進	17
		2-1-3 高齢者に向けた健康・体力づくりの推進と充実	17
		2-1-4 障がい者スポーツの推進	18
		2-1-5 プロスポーツチームとの交流	18
	2-2 運動・スポーツによる健康・ 体力づくりの推進	2-2-1 身体活動・運動の推進	21
		2-2-2 県や市の関係する部署との連携による健康・体 力づくり講座の推進	21
		2-2-3 スポーツ推進委員等の活動の充実と活用の推進	21
競技力の向上 基本目標3	3-1 選手の育成と支援	3-1-1 競技スポーツの普及・推進事業の充実	22
		3-1-2 スポーツ施設の充実	22
		3-1-3 各種スポーツ大会の開催支援	23
	3-2 指導者の発掘と育成・活用	3-2-1 一貫した指導体制の構築	23
		3-2-2 指導者の活動支援	23
スポーツの持つ力を活用した 地域活性化の推進 基本目標4	4-1 地域のスポーツ資源の活用 と連携	4-1-1 スポーツを通じた人々の交流促進	25
		4-1-2 スポーツツーリズムの推進による地域経済の 活性化	25
		4-1-3 総合型地域スポーツクラブの活動支援	25
	4-2 第82回国民スポーツ大会・ 第27回全国障害者スポー ツ大会（信州やまなみ国 スポ・全障スポ）による交流 促進	4-2-1 関係機関と連携した組織の構築	26
		4-2-2 市民が一体となった気運の醸成	26
	4-3 スポーツによる人々のつな がり・絆	4-3-1 スポーツ参画人口の拡大（「する」「みる」「ささ える）スポーツ）	27
		4-3-2 eスポーツを通じた交流の促進	27
		4-3-3 プロスポーツチームとの連携	28

第4章 基本施策と具体的展開

◆ 基本目標 1 ◆

子どもの運動・スポーツ活動の推進と充実

[基本施策 1-1] 子どもの体力・運動能力の向上

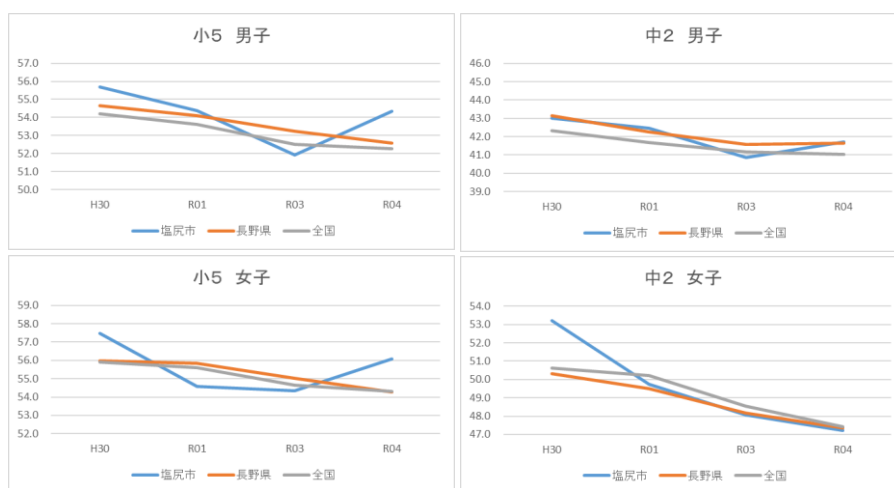


現状と課題

近年、子どもの体力・運動能力の低下が指摘されており、その要因として、スマートフォンやゲームなどのデジタル娯楽が増えたことや、新型コロナによるインドア活動の増加、また行動制限等により運動の機会が限られたことが影響していると考えられます。

運動不足による体力・運動能力の低下は、肥満や生活習慣病のリスクを高める可能性があるとして指摘されており、日常生活や学業、また将来的な健康への影響が懸念されています。子どもの体力・運動能力の変化について、「全国体力・運動能力・運動習慣等調査」（文部科学省）による平成30年度から令和4年度までの本市の結果を見ると、小中学生ともに全国・県平均と大きな差はありませんが、年次推移は緩やかな低下傾向（図2）にあることが分かります。

また、児童・生徒に健康の三原則（運動、栄養、休養・睡眠）の重要性の理解が十分に伝わっていない現状もあります。



全国体力・運動能力・運動習慣等調査（文部科学省）より作成

（再掲）図2 子どもの体力合計点*4の推移

*4：握力など8種目の測定結果を点数化し合計したもの
注）本データは、各年代における年次推移を比較してみるものです。

全国的な問題として、運動を「する」子どもと「しない」子どもの二極化が注視されています。この問題を解消していく一つ的手段として、幼児期から正しい体の使い方を学び、体を動かす楽しさを経験できる積極的な取り組みが重要です。

さらに、スポーツ活動の重要性や効果について、保護者に対し多面的に情報を提供し、家庭内でも子どもをサポートする取り組みが必要です。保護者、学校、地域等、子どもを取り巻く全ての人に関わり、スポーツの力で子どもの輝く未来を創っていくことが求められています。

施策の展開

〇1-1-1 幼児期からの運動プログラムの推進

幼児・保護者・保育者向けの長野県版運動プログラムの展開を支援・推進していきます。

幼児期から運動習慣が身につくよう、幼児・保護者を対象に実施される鬼ごっこやボール遊びなどの「運動遊び」等の取り組みを支援します。

〇1-1-2 小中学生の体力・運動能力向上への取り組みの充実

神経系が発達するプレ・ゴールデンエイジやゴールデンエイジ*⁵の時期に、様々な運動などを経験することによって、運動神経や身体能力の向上が期待できます。

子どもの体力・運動能力向上のため、運動が苦手と思っている子どもでも気軽に参加できる運動習慣事業（ヘキサスロン）を、小学校低学年を対象に実施します。また、子どもが多様なスポーツに出会える機会の提供、イベント・教室等を充実させます。

小学校においては、専門性の高い体育指導を行うため、国の動向を注視しながら高学年における教科担任制の充実について検討を進めていきます。

中学校においては、体力・運動能力向上に向けた研究に取り組み、各校で実践活動を進めていきます。

*5：一般的に5歳から8歳頃までをプレゴールデンエイジ、9歳から12歳頃までをゴールデンエイジといい、一生の中で最も神経系が発達し、運動能力の基礎を作るために大切にされている時期

【基本施策1-2】 部活動地域移行に向けた各種団体との連携

現状と課題

令和5年9月、学校やスポーツ及び文化芸術活動等の関係者を委員とした、

『塩尻市中学校部活動地域移行等協議会』が立ち上がりました。

施策の展開

○1-2-1 塩尻市中学校部活動地域移行等協議会との情報共有と移行への推進

協議会を組織する各種団体からの意見・提案を共有し、あらゆる課題に対して協議を深め、生徒、指導者がよりよい環境の中で活動ができるよう支援し、今後策定する部活動地域移行計画に基づき、関係機関が連携して地域移行を推進していきます。

また、本市独自に行われてきた部活動と社会体育の連携を大切にしながら、移行の推進を支援します。

○1-2-2 学校や地域、競技団体等と連携した部活動指導者の環境の構築

指導者の役割を担う、スポーツ協会、地域のスポーツクラブ、スポーツ指導者、学校教諭、企業、団体等の情報を収集・整理するとともに、産学官が連携して指導者を有効に活用できる仕組みを構築します。

◆ 基本目標 2 ◆

多様性を尊重した生涯スポーツ活動の推進

[基本施策 2-1] 多様性*⁶、ライフスタイル・ステージに 適応したスポーツ活動の推進

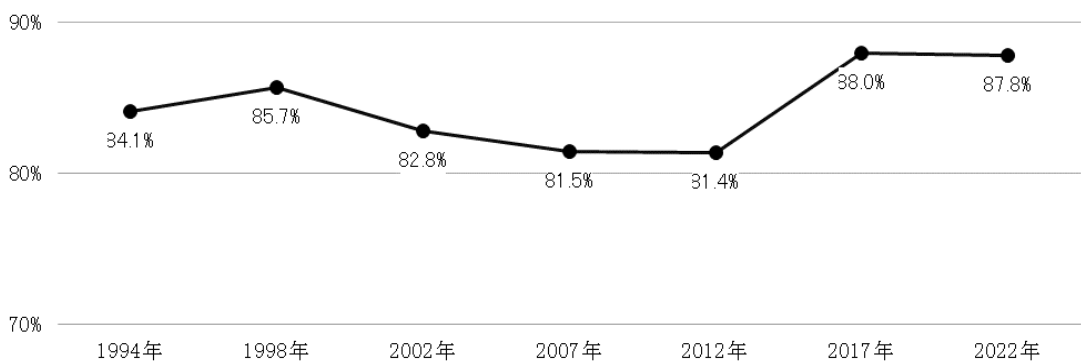


現状と課題

スポーツ環境においても、様々な背景や特性を持つ人が参加し、安全かつ快適にスポーツを楽しむことができる環境を整備していくことが求められています。

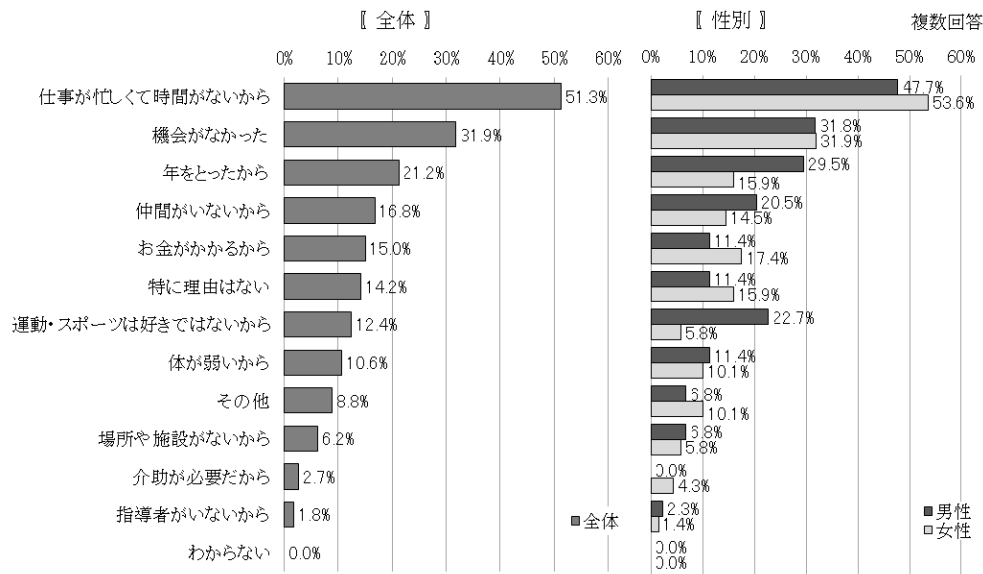
また、スポーツ活動推進の観点から令和4年度社会体育意識実態調査（以下、「社会体育意識実態調査」という。）の結果を見ると、「運動・スポーツの必要性を感じているか」の問いに対し、87.8%の人が必要と感じている（図3）ものの、「仕事が忙しい」「機会がなかった」「年を取ったから」など、それぞれの理由によって多くの市民が、運動・スポーツをする機会を持っていない現状（P16、図4）があります。生涯スポーツの推進には、多様性やそれぞれのライフスタイル・ステージに適応した、包括的*⁷なスポーツ環境の実現が求められています。

*6：性別、年齢、国籍、障がいの有無、宗教・信条、価値観などの要素
*7：関連するすべての要素や情報を考慮し、全体的に取り扱うこと



令和4年度社会体育意識実態調査

(再掲) 図3 運動・スポーツの必要性を感じている人の割合

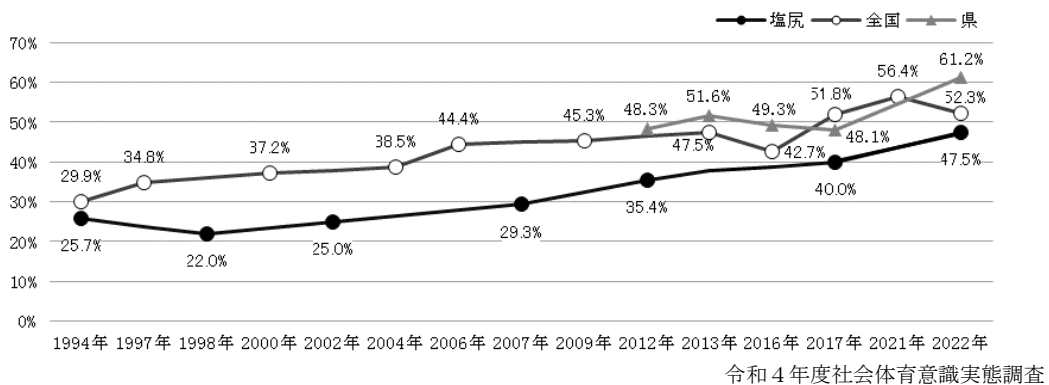


令和4年度社会体育意識実態調査

(再掲) 図4 運動・スポーツを1年間行えなかった理由

週1日以上スポーツに親しむ成人の割合（運動・スポーツ実施率）は、全国が52.3%（「令和4年度スポーツの実施状況等に関する世論調査」スポーツ庁）、長野県が61.2%（「令和4年度第3回県政モニターアンケート調査結果報告書」長野県）に対し、本市では47.5%（社会体育意識実態調査）と全国や県よりも下回っている状況（図1）です。また、社会体育意識実態調査の結果を世代・年代別に見ると、運動やスポーツを「週に3日以上」「週に1～2日」実施していると答えた人の割合は男性40～50歳代、女性30～40歳代が少なく、女性40歳代は33.4%と群を抜いて低い数字（P17、図5）となっています。それぞれのライフスタイル・ステージに対応した運動・スポーツの普及や機会を提供していくことが重要となっています。

また、障がいがある人も自主的かつ積極的にスポーツを行うことができるよう、身近で参加しやすい環境づくりを推進するとともに指導者の育成が必要です。



令和4年度社会体育意識実態調査

(再掲) 図1 週1日以上スポーツに親しむ成人の割合の推移

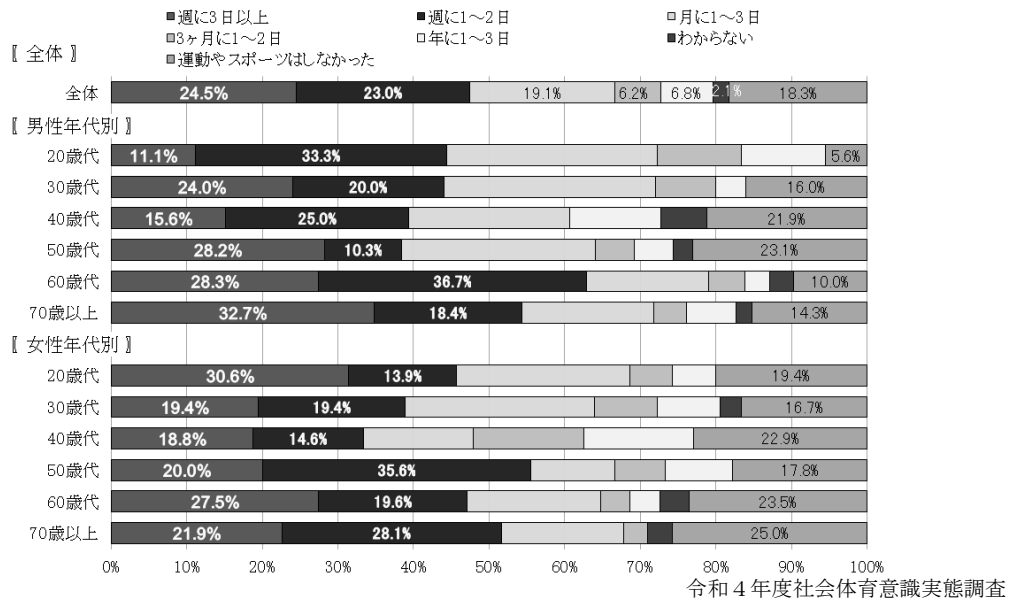


図5 運動やスポーツを1年間に行った日数

施策の展開

〇2-1-1 スポーツによる多様性を尊重できるプラットフォーム*⁸の構築

多様性を尊重するプラットフォームの構築には、多種多様なスポーツイベントや大会に関わる選手や関係者に対し、多様性や包括性に対する意識が高まるよう意識改革を促すとともに、広く尊重されていることを示していくことが必要です。

また、継続的な取り組みを行うことで、多くの市民の意識が高まり、包括的で公平なスポーツ環境が築かれていくことが期待できます。

* 8 : システムやサービスを動かすための土台や基盤となる環境

〇2-1-2 現役世代や子育て世代、女性のスポーツの推進

運動頻度の少ない現役世代や子育て世代、女性には多様なスポーツプログラムを提供することが大切です。地域の特性や参加者のニーズに合ったイベント・教室を開催し、運動・スポーツを通じた現役世代や子育て世代、女性の健康と生活の質向上に貢献します。

〇2-1-3 高齢者に向けた健康・体力づくりの推進と充実

健康づくり課や介護保険課と連携し、加齢による身体機能・生活機能の低下を防止するため、気軽にできる低強度の運動・スポーツ、ゆるスポーツ*⁹を主体とする教室や、健康・体力づくりのための教室を開催し、健康長寿と介護予防の取り組みを推進し充実を図ります。

* 9 : 年齢・性別・運動神経に関わらず、だれもが楽しめる新しいスポーツ

〇2-1-4 障がい者スポーツの推進

市内の障がい福祉施設と連携し、障がいがある皆さんがスポーツに親しめる環境づくりを推進します。パラスポーツ体験会の実施や大会を誘致する等、障がい者スポーツの魅力と重要性を幅広くPRしていきます。

また、障がい者スポーツ関係機関と連携し、パラスポーツ指導員を養成する講習会等を開催します。



車いすバスケットボールの体験会



ボッチャを通じたパラスポーツの普及

〇2-1-5 プロスポーツチームとの交流

市体育施設を有効活用し、市等が主催するイベントに県内のプロ選手やプロスポーツチームを誘致し、身近に接する機会を多く提供することで、県内のプロ選手やプロスポーツチームに対する愛着を深めていきます。



令和5年4月にリニューアルオープンした小坂田公園のサンコーグリーンフィールド

【基本施策2-2】 運動・スポーツによる健康・体力づくりの推進

現状と課題

近年、ライフスタイル・ステージの変化により、多くの人々が運動不足の傾向になっています。社会体育意識実態調査の結果を見ると「現在、健康であるか」との問いに対し、82.3%の人が「健康である」と回答（P19、図6）している一方で、「自分の体力についてどう感じているか」の問いに対し、55.0%の人が体力に不安があると回答（P19、図7）しており、健康・体力づくりに欠かせない運動・スポーツの重要性について改めて認識する必要があります。

また、「スポーツをするにあたり、どのような指導者を望むか」との問いに対しては、「スポーツの楽しみ方や興味・関心がわくような指導ができる人」が66.9%、「健康・体力づくりのための運動やスポーツの指導ができる人」が55.8%という結果（P20、図8）になっていることから、運動やスポーツを行うことを通じて、健康づくりができるような指導を行うことができる指導者の育成も必要となります。

全ての市民が、ライフスタイル・ステージに応じて、様々な形で運動・スポーツを行うことができる機会の提供や環境を整備するとともに、健康づくり施策とも連携して健康長寿社会の実現を目指していくことが重要です。

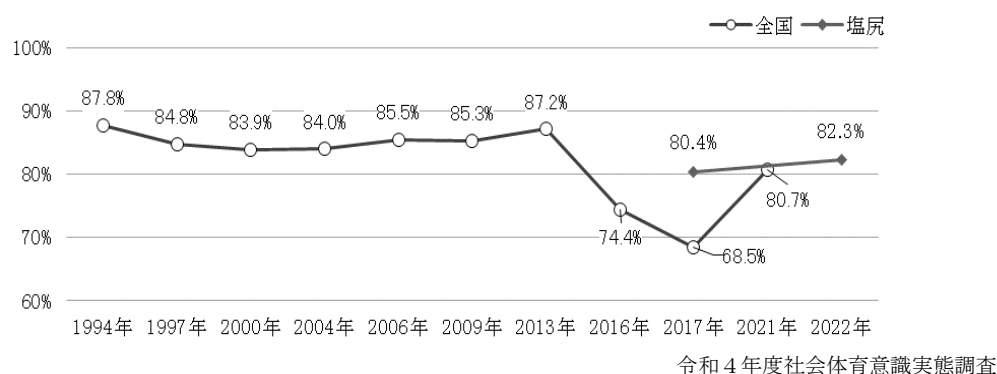


図6 自身で健康だと感じている人の割合の推移

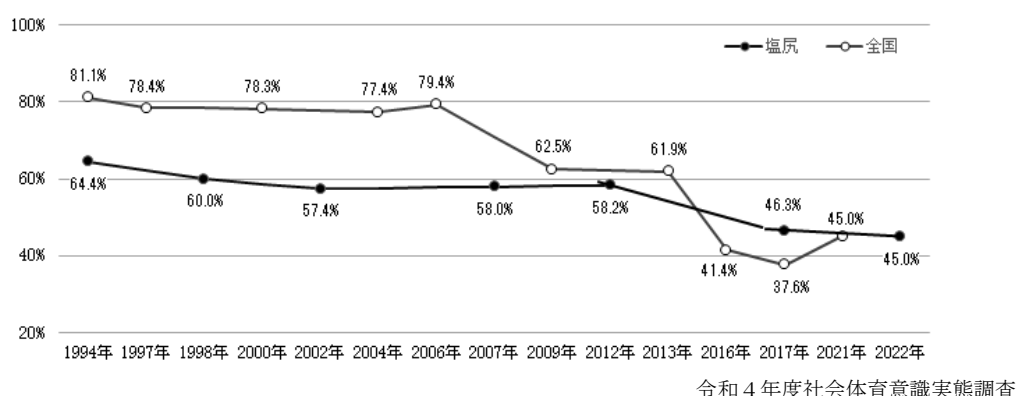


図7 自分の体力に自信があると答えた人の割合の推移

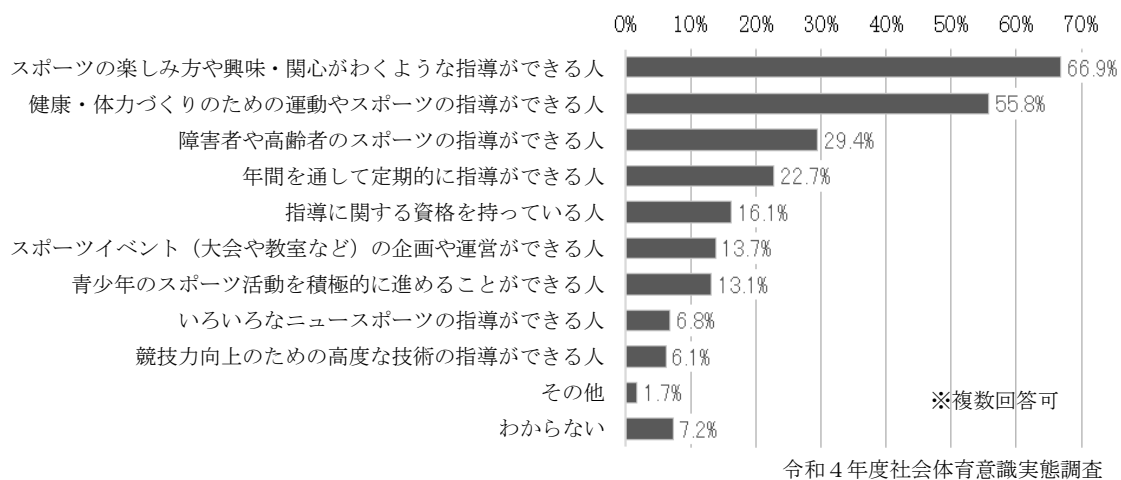


図8 求める運動やスポーツの指導者像

運動・スポーツを行う機会・環境を提供するためには、スポーツ協会及びスポーツ推進委員^{*10}、スポーツ普及員^{*11}の活動が不可欠です。しかし、社会体育意識実態調査の結果では、スポーツ推進委員の認知度は25.1%と低く（図9）、活動の周知と活用、スキルアップを図っていく必要があります。

*10：市町村の教育委員会から委嘱された者で、当該市町村におけるスポーツの推進のための指導や助言を行う
 *11：本市独自の役職であり、市町村の教育委員会から委嘱された者で、市民の健全な心身の保持、及び健康増進を図るため、生涯スポーツの普及推進に関する事業の開催や指導を行う

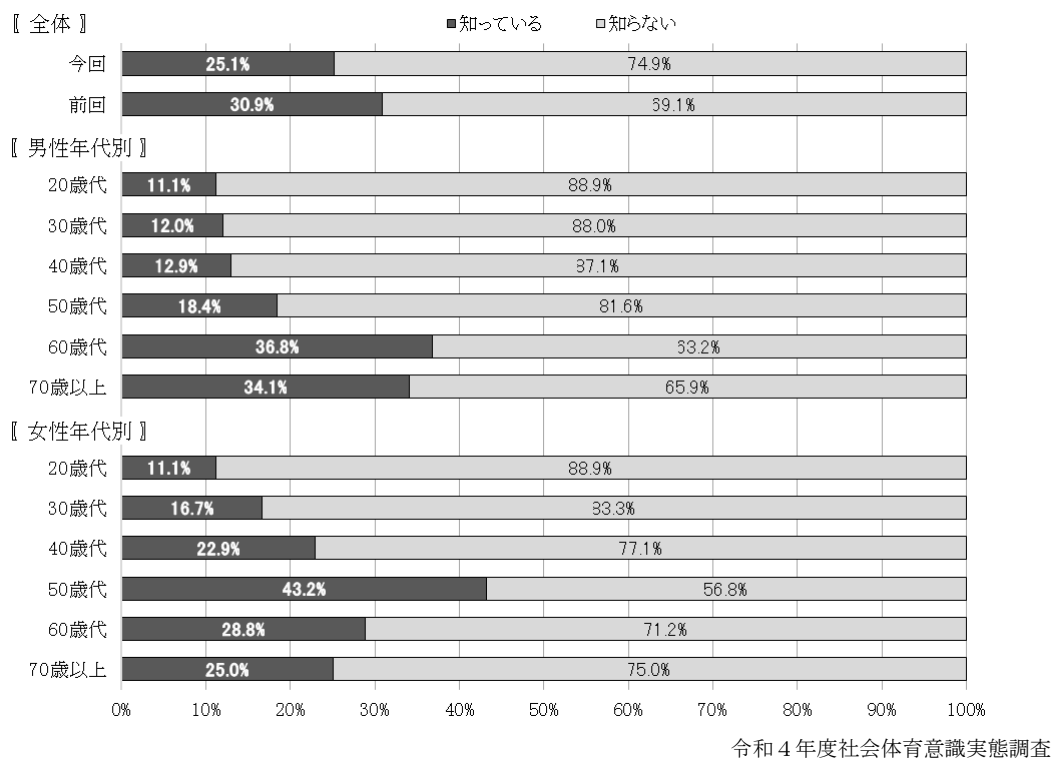


図9 スポーツ推進委員の認知度

施策の展開

〇2-2-1 身体活動・運動の推進

毎日を活動的に過ごすために、スポーツ環境の整備に努めます。身体活動（軽い家事から中程度の労働）・運動（軽い歩行から中程度の運動）の継続は健康長寿につながります。1日合計60分（高齢者は40分）、元気に体を動かすこと、このうち10分は運動やスポーツに取り組む事業を展開します。

〇2-2-2 県や市の関係する部署との連携による健康・体力づくり講座の推進

県が実施する講座の周知や本市の健康づくり課、介護保険課で取り組む事業にスポーツ推進委員やスポーツ普及員等を派遣して、充実した講座を実施していきます。

〇2-2-3 スポーツ推進委員等の活動の充実と活用の推進

地域スポーツ活動の推進役を担うスポーツ推進委員・スポーツ普及員の活動の充実を図るため、県などが開催する研修会等へ積極的に参加し、市民の多様なニーズに幅広く対応できる知識の習得や指導力の向上を図ります。

地域でのスポーツ推進のために活動するスポーツ推進委員やスポーツ普及員、ヘルスアップ委員*12等の活動支援やPR活動を進めます。

*12：心身ともに明るく健康に過ごすことを目的に、健康づくりに関する知識や技術を学び、自分が住むまちに健康の輪を広げる活動を行う



毎月1回土曜日にスポーツ推進委員によって開催されているスポーツふれあいデー



年2回発行している活動内容を掲載した推進委員だより

◆ 基本目標 3 ◆

競技力の向上

〔基本施策 3-1〕 選手の育成と支援



現状と課題

ジュニア選手の発掘・育成支援等には、適切な体育施設の提供と各種競技に携わる指導者の充実、継続的な取り組みが欠かせません。しかし、指導者の高齢化、女性の指導者不足等、指導者の育成が課題となっています。

また、競技団体の選手登録者の減少及び各種大会の参加者減少は本市においても課題の一つであり、競技力向上を図るとともに、全般的な競技人口の減少に歯止めをかける対策が必要です。

施策の展開

〇3-1-1 競技スポーツの普及・推進事業の充実

スポーツ協会による競技スポーツの振興事業への支援、学校への社会体育指導者派遣等を通じた競技人口の拡大及び競技力の向上と強化を図ります。

また、子ども達が優秀な成績で全国大会等に出場する際「スポーツ夢基金」等での支援により、競技力の向上を図ります。

〇3-1-2 スポーツ施設の充実

適切な体育施設が提供できるよう、公共施設等総合管理計画に基づき、今後長寿命化計画や再配置計画等により検討するとともに、日頃の維持管理を実施することで、利用者が安心・安全に競技できる環境の向上に努めます。また、市営野球場のあり方について検討を進めます。



令和 5 年 6 月から共用開始となった中央スポーツ公園の新設人工芝テニスコート



年間 10 万人ほどが利用している塩尻市総合体育館（ユメックスアリーナ）

○3-1-3 各種スポーツ大会の開催支援

スポーツ協会が主体となる市民スポーツ祭及び各種スポーツ大会等の開催により競技スポーツの振興を図るとともに、競技人口拡大のための方策、大会の在り方や運営方法についてスポーツ協会と共に検討していきます。

【基本施策 3-2】 指導者の発掘と育成・活用

現状と課題

スポーツに対する市民ニーズは多様化・高度化しており、競技種目によっては深い知識や長い経験を有する指導者が求められ、それに対応できる人材の確保は大きな課題となっています。また、活動している指導者の把握や活用ができる仕組みが構築されていないため、有効活用が図られていないのが現状です。

指導者となる人材を発掘することは容易なことではなく、求められる人材は専門的な知識や指導法、コミュニケーションスキル等、多くの経験を持った人材が求められます。

今後、優れた指導者の発掘・育成・活躍には、スポーツ協会や市内で活動するクラブチーム、競技スポーツで活躍した地元アスリート選手等の情報を収集・共有し、産学官・地域が一体となった持続可能な指導者支援、指導強化体制、環境づくりが必要となってきます。

施策の展開

○3-2-1 一貫した指導体制の構築

スポーツ協会、クラブチーム、学校、企業等と連携し、指導者によるプラットフォームを構築することで、資格取得や研修プログラムを提供し、指導体制の一貫性と高い専門性を維持する体制を整えます。

また、トップアスリート等を招いた講習会などの開催により競技力の向上を図ります。

○3-2-2 指導者の活動支援

スポーツ協会等の関係機関と連携し、講習会への専門性の高い講師の派遣や県等が主催する講習会への参加の周知等、適切な情報を提供することで、指導者が高い専門性とモチベーションを持ち続けられる環境を支援します。

◆ 基本目標 4 ◆

スポーツの持つ力を活用した地域活性化の推進

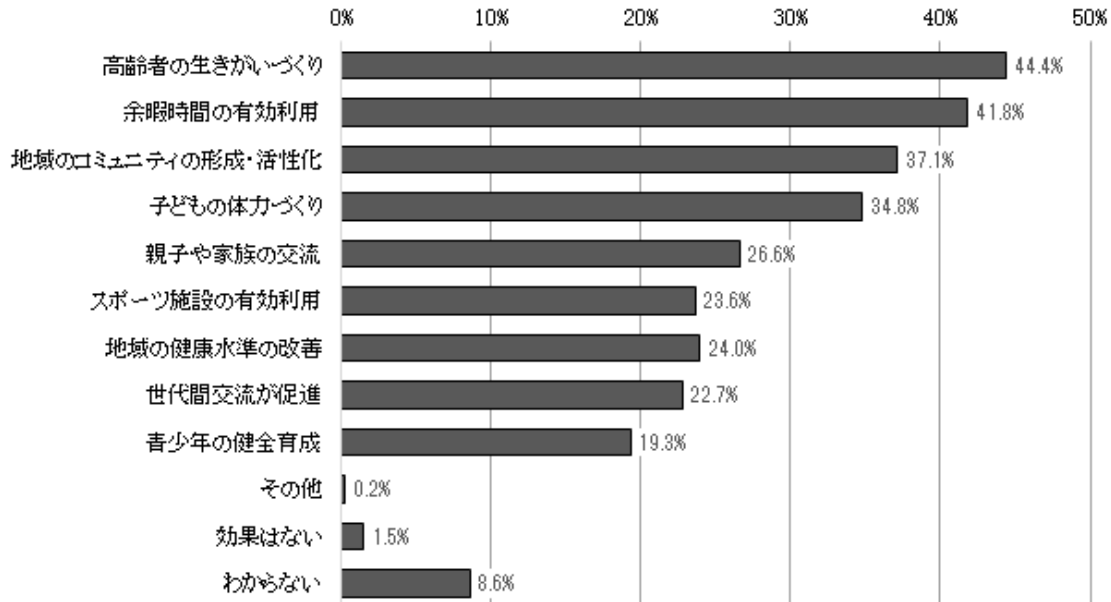
[基本施策 4-1] 地域のスポーツ資源の活用と連携



現状と課題

社会体育意識実態調査の結果を見ると、「地域におけるスポーツ推進の期待について」の問いに対し、「高齢者のいきがいづくり」「余暇時間の有効活用」「地域コミュニティの形成・活性化」など、スポーツに期待する効果は多様化（図10）しています。

この中において「地域コミュニティの形成・活性化」については、本市が求める地域スポーツ資源（施設、団体、指導者、企業、学校、行政、スポンサー等）を把握し、それぞれの特性を活かしながら連携していくことが重要です。地域の多様な資源を有効に活用し、スポーツを通じた人々の豊かな生活をサポートすることに期待が寄せられています。



令和4年度社会体育意識実態調査

図10 地域スポーツの推進に期待する効果

施策の展開

○4-1-1 スポーツを通じた人々の交流促進

幅広い年齢層が参加できる複数種目のスポーツイベントを実施し、スポーツへの興味を高め、スポーツ活動に参加できる機会の充実を図ります。市民スポーツ祭や各種スポーツ大会の担い手であるスポーツ協会との連携・協力関係を深めるとともに地区スポーツ協会の活動を支援し、市内全域における生涯スポーツ振興とスポーツに親しむ環境の充実を図り、“人”の活発な交流を創り出します。

○4-1-2 スポーツツーリズム^{*13}の推進による地域経済の活性化

スポーツを通じた本市への訪客による地域経済の活性化に向けた取り組みを観光プロモーション課と連携し進めます。

*13：スポーツをみる、するための移動だけでなく、周辺の観光要素やスポーツをささえる人々との交流や地域連携も付加した旅行スタイルのこと

○4-1-3 総合型地域スポーツクラブの活動支援

総合型地域スポーツクラブが数多く創設され、活動が活発になることにより、地域における市民連帯感の高揚、世代間の交流、高齢社会への対応、市民の健康・体力の保持増進、学校運動部活動と地域との連携等、誰もが気軽に運動・スポーツに親しめる生涯スポーツ社会の実現が期待できます。

総合型地域スポーツクラブの創設を目指す団体等に対して、組織の構築や運営体制など、準備段階からの支援を行います。また、現在活動中のクラブが、より充実した活動が行えるよう支援します。

【基本施策4-2】 第82回国民スポーツ大会・第27回全国障害者スポーツ大会(信州やまなみ国スポ・全障スポ)による交流促進

現状と課題

令和10年(2028年)に開催される「第82回国民スポーツ大会・第27回全国障害者スポーツ大会(信州やまなみ国スポ・全障スポ)」では、バドミントンと銃剣道の2種目が本市を会場として開催することが内定しています。

開催に向けた実行委員会等の設置については、各種関係機関との連携を深めていくことが重要です。競技団体との連携・支援を進め、大会に関係する人々の交流する場が増えることで、地域が活性化する好循環が期待されます。また、大会開催後もレガシーが受け継がれることが期待されています。

施策の展開

〇4-2-1 関係機関と連携した組織の構築

各種関係機関（スポーツ協会、商工会議所、観光協会、ライオンズクラブ、ロータリークラブ、各種団体、企業、学校・行政等）による大会組織を立ち上げ、近隣市町村と連携した運営を進めます。

〇4-2-2 市民が一体となった気運の醸成

市民誰もが参加できるイベントや活動を実施し、市全体で大会開催の気運を高めていくとともに、市民によるボランティアやおもてなし運動を推進していきます。また、大会開催後も多くの市民にレガシーが受け継がれるよう、取り組みを進めます。



【基本施策 4-3】 スポーツによる人々のつながり・絆

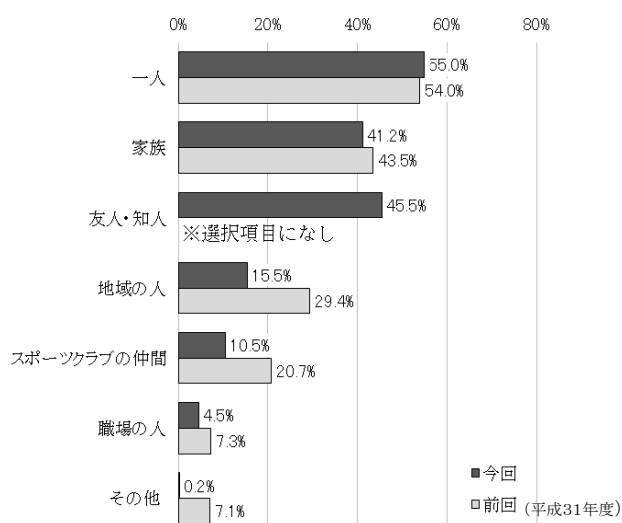
現状と課題

社会体育意識実態調査の結果を見ると、「誰と運動・スポーツを行いたいか」の問いに、55.0%の人が「一人」と回答しており、半数以上が単独で運動やスポーツに取り組んでいる傾向（P27、図11）にあります。一方で、運動・スポーツには、人とひととの交流により一体感・達成感を得られるなどの効果も期待できることから、一人ですることとどまらず、家族や仲間などを行うことを通じて、人々が交流を深めていくことも重要です。

また、生涯にわたってスポーツに親しむことができる環境を整備するためには、スポーツをするだけでなく、スポーツを「みる」「ささえる」活動に参画する機会の確保が必要となります。県内で活躍するプロスポーツチームとの連携は、スポーツを「みる」「ささえる」人々の活動を支援する場となっており、人と人をつなぐコミュニティづくりの役割を担っていると考えられます。

他にも、新たな交流の場の創出として、地域DX（デジタルトランスフォーメーション）センター「core 塩尻」*14を活用した交流を促進していきます。

*14：最先端の技術を活用し、まちに变革を起こし続ける場所をコンセプトに令和5年6月にオープンした施設



令和4年度社会体育意識実態調査

図11 運動・スポーツを一緒にやりたい人

施策の展開

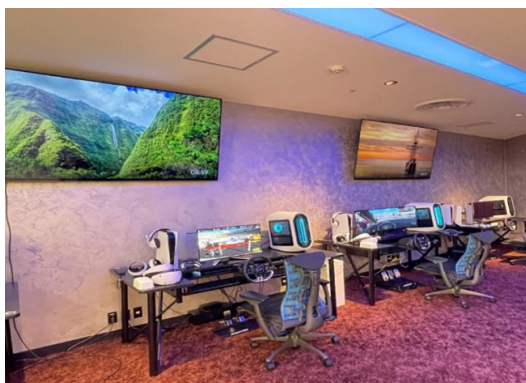
〇4-3-1 スポーツ参画人口の拡大（「する」「みる」「ささえる」スポーツ）

スポーツイベント等を通じて、スポーツ観戦をする人（「みる」スポーツ）及びスポーツボランティアに参加する人（「ささえる」スポーツ）を増やす機会を多く提供し、市民の自発的なスポーツ活動（「する」スポーツ）を促進します。

スポーツ大会やイベントの参加者・主催者とスポーツ観戦者・ボランティアが、情報交換や交流できる仕組みづくりを進めます。

〇4-3-2 eスポーツを通じた交流の促進

本市特有である「core 塩尻」を拠点としたeスポーツの体験会や大会を実施し、異なるスポーツ文化の融合と共有、世代間の交流を促進します。



最新機材を使い、ドライビングゲーム、リズムゲームなどのeスポーツが楽しめる core 塩尻のデルタルーム



約250人のボランティアの皆さんにご協力いただいた令和5年度ファミリースポレクフェスティバル（中央スポーツ公園周辺）

〇4-3-3 プロスポーツチームとの連携

市等が主催するイベントに県内のプロスポーツチームを誘致し、プロ選手と身近に接する機会を多く提供することで、にぎわいを創出します。



松本山雅FCの選手によるサッカークリニック



信州松本ダイナブラックスの選手との交流会

第5章 計画の指標及び推進体制

1 計画の指標

本計画では、各目標に次の指標と数値目標を設定し、3年ごとに計画の成果の検証と進捗状況の把握を行い、必要に応じて計画の見直し等を行います。

基本目標1 子どものスポーツ活動の推進と充実

指標	運動習慣事業（ヘキサスロン）の実施回数	基準値 (R5)	14回	目標値 (R14)	19回 (市内小学3年生 全クラス)
	指導者向けの講習・教室等の開催回数	基準値 (R4)	年0回	目標値 (R14)	年5回以上

基本目標2 多様性を尊重した生涯スポーツ活動の推進

指標	週1日以上、運動やスポーツに親しむ20歳以上の割合	基準値 (R5)	43.9%	目標値 (R14)	55.0%*15
	子どもから高齢者まで誰でもスポーツに取り組める環境があると感じる人の割合	基準値 (R5)	38.8%	目標値 (R14)	50.0%

*15：市総合計画の指標による

基本目標3 競技力の向上

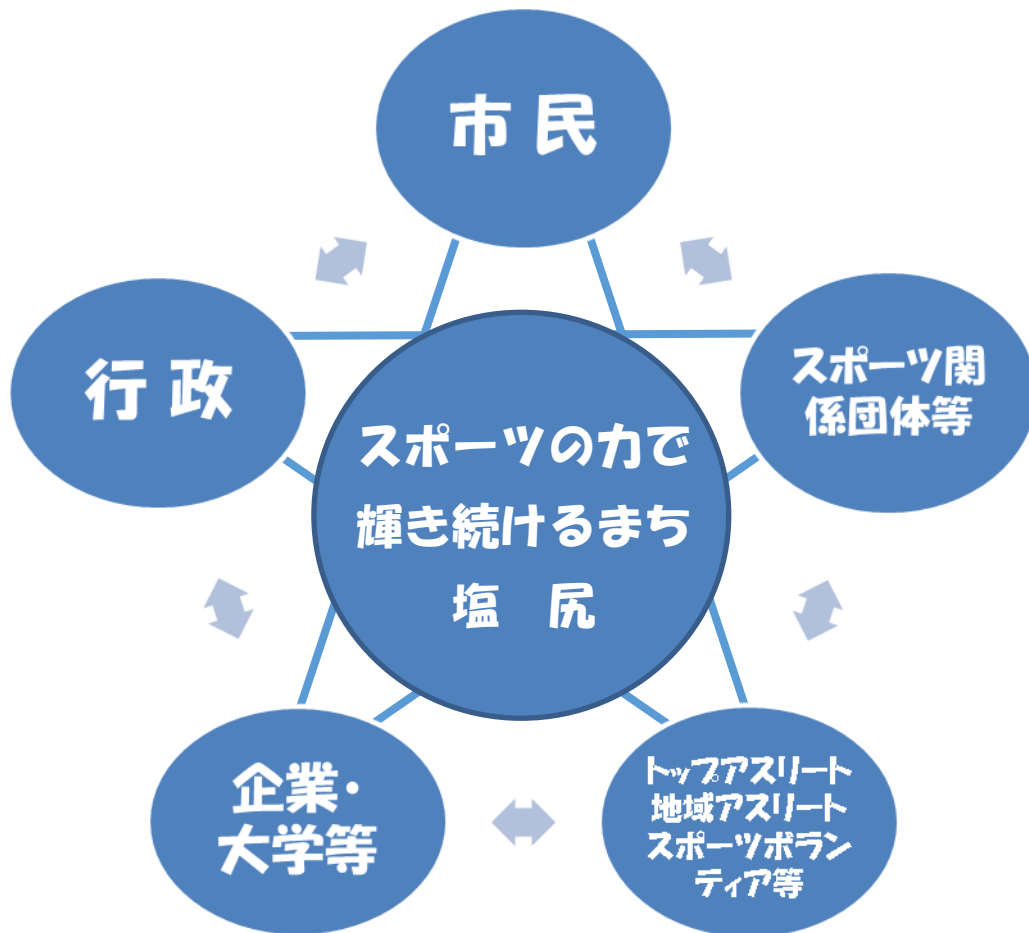
指標	スポーツ少年団登録者数	基準値 (R5)	492人	目標値 (R14)	470人
	市民スポーツ祭参加者数	基準値 (R5)	1,674人	目標値 (R14)	2,000人

基本目標4 スポーツの持つ力を活用した地域活性化の推進

指標	体育施設の利用者数	基準値 (R5)	163,879人	目標値 (R14)	190,000人
	市内の総合型地域スポーツクラブの数	基準値 (R4)	1クラブ	目標値 (R14)	2クラブ

2 計画の推進体制

本計画の実現のためには行政だけでなく、市民・スポーツ関係団体・企業等の様々な主体が役割分担を図りながら、力を合わせて取り組む体制が必要です。



行政

企画課
健康づくり課
福祉支援課
介護保険課
観光プロモーション課
社会教育スポーツ課

建設課
都市計画課
学校教育課
保育課

スポーツ関係団体等

塩尻市スポーツ協会
塩尻市スポーツ少年団
塩尻市スポーツ推進委員協議会
塩尻市スポーツ普及員協議会
塩尻市ヘルスアップ委員会
総合型地域スポーツクラブ



塩尻市スポーツ推進計画（第2期）

（令和6年4月）



編集・発行：塩尻市教育委員会

〒399-0738 塩尻市大門七番町4番3号

TEL：0263-54-0993 FAX：0263-53-7604

塩尻市公式ホームページアドレス

<http://www.city.shiojiri.lg.jp/>