

# 中央区 スポーツ推進ビジョン

誰もがスポーツを楽しみ、人と地域が輝くまち

平成 29 (2017) 年 3 月



中央区



# 目次

|                                       |           |
|---------------------------------------|-----------|
| <b>第1章 ビジョンの概要</b> .....              | <b>1</b>  |
| 1-1 策定の趣旨 .....                       | 2         |
| 1-2 スポーツ推進に関する国や東京都の動向 .....          | 3         |
| 1-3 ビジョンの位置づけ .....                   | 5         |
| 1-4 ビジョンの期間 .....                     | 5         |
| 1-5 本ビジョンにおけるスポーツ .....               | 6         |
| <b>第2章 中央区のスポーツに関する現状と課題</b> .....    | <b>7</b>  |
| 2-1 中央区の地域特性 .....                    | 8         |
| 2-2 スポーツの実施状況について .....               | 10        |
| 2-3 スポーツに関する意識について .....              | 16        |
| 2-4 スポーツ施設について .....                  | 24        |
| 2-5 スポーツ団体・クラブ等について .....             | 26        |
| 2-6 スポーツ指導者・ボランティアについて .....          | 34        |
| 2-7 スポーツに関する情報について .....              | 36        |
| 2-8 区のスポーツ推進に望むこと .....               | 38        |
| 2-9 スポーツ推進に関する課題 .....                | 41        |
| <b>第3章 ビジョンの基本的な考え方</b> .....         | <b>43</b> |
| 3-1 基本理念（めざす姿） .....                  | 44        |
| 3-2 数値目標 .....                        | 45        |
| 3-3 基本目標の設定 .....                     | 46        |
| 3-4 施策体系 .....                        | 47        |
| <b>第4章 施策の展開</b> .....                | <b>49</b> |
| 基本目標1 ライフステージ等に応じたスポーツを楽しむ機会の充実 ..... | 50        |
| 基本目標2 スポーツができる場の確保・整備 .....           | 58        |
| 基本目標3 スポーツを推進する人材の育成 .....            | 60        |
| 基本目標4 情報提供・発信の充実 .....                | 62        |
| 基本目標5 スポーツが持つ力の地域への活用 .....           | 64        |
| <b>第5章 ビジョンの推進体制</b> .....            | <b>67</b> |
| 5-1 ビジョンの推進にあたって .....                | 68        |
| 5-2 ビジョンの評価及び見直し .....                | 69        |
| <b>資料編</b> .....                      | <b>71</b> |
| 資-1 ビジョンの策定経過 .....                   | 72        |
| 資-2 ビジョンの策定体制 .....                   | 73        |
| 資-3 運動やスポーツに関するアンケート調査 .....          | 74        |
| 資-4 スポーツ施設等一覧 .....                   | 126       |



# 第1章

## ビジョンの概要

- 1-1 策定の趣旨
- 1-2 スポーツ推進に関する国や東京都の動向
- 1-3 ビジョンの位置づけ
- 1-4 ビジョンの期間
- 1-5 本ビジョンにおけるスポーツ



「区民スポーツの日」マラソン大会

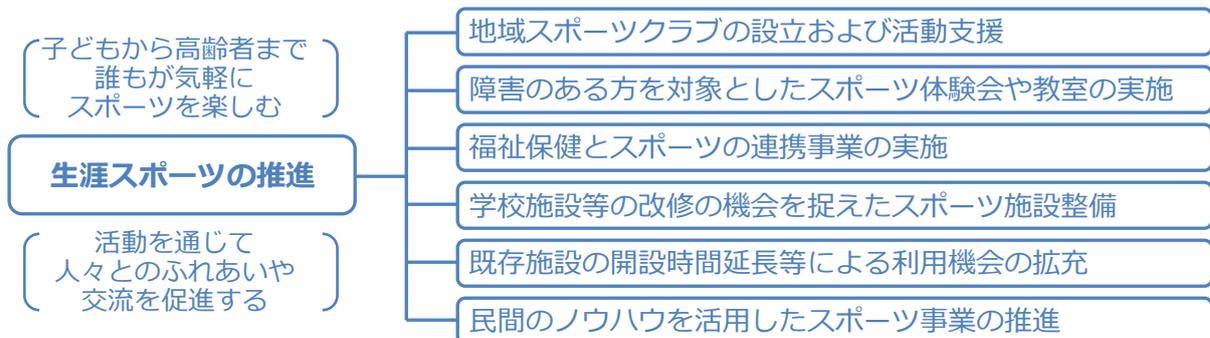
# 第 1 章 ビジョンの概要

## 1-1 策定の趣旨

本区ではこれまで、「中央区基本計画 2013」に掲げた『スポーツを楽しむ機会や場が充実し、子どもから高齢者まで、区民の誰もが日常的にスポーツを楽しむことにより、生涯を通じていきいきとした生活を送ることができている』という目標の実現を目指し、生涯スポーツの推進に取り組んできました。

こうした中で、平成 25 年 9 月には、東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会開催が決定し、区民のスポーツへの興味・関心、スポーツ活動への参加意欲の高揚など、本区のスポーツ環境は大きく変化することが予想されます。

そこで、東京 2020 大会開催の機会を捉え、スポーツ基本法の基本理念と国や東京都のスポーツ振興に関する方針を踏まえながら、スポーツの概念を健康づくりやレクリエーションなども含めて広く捉え直すとともに、これまでのスポーツ推進の取り組みをさらに充実・発展させていくため、本区のスポーツ推進の方向性を示す「中央区スポーツ推進ビジョン」を策定することとしました。ビジョンでは、年齢や健康・ライフステージなどに応じた多様な分野にわたるスポーツ振興を行政施策や関係機関などの連携を図り、総合的、計画的に進めていきます。今後、スポーツ推進を支える各主体がそれぞれの役割を果たしながら、区民一人一人が生涯にわたってスポーツを楽しむことができる豊かな「スポーツライフ」を実現できることを目指します。



「中央区基本計画 2013」より

## 1-2 スポーツ推進に関する国や東京都の動向

### (1) 国のスポーツ推進に関する動向

国では、平成22年8月に『新たなスポーツ文化の確立』を目指す姿に掲げた「スポーツ立国戦略－スポーツコミュニティ・ニッポン－」を策定、平成23年6月には「スポーツ振興法」を50年ぶりに改定し、新たに「スポーツ基本法」を制定しました。同法では、スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことが人々の権利であるとの考えに立った新しい時代におけるスポーツの基本理念が示され、この基本理念に基づき、スポーツに関する施策を策定し、実施することが、国、地方公共団体の責務であると定められました。

また、平成24年3月に策定された「スポーツ基本計画」は、スポーツ基本法の基本理念を具体化し、今後のわが国のスポーツ政策の具体的な方向性を示すものとして、国、地方公共団体、スポーツ関係団体などが一体となって施策を推進していくための重要な指針として位置付けられるものであり、今後10年間を見通したスポーツ推進の基本方針、今後5年間に総合的かつ計画的に取り組むべき施策を定めています。

#### 【今後10年間を見通したスポーツ推進の基本方針】

- ①子どものスポーツ機会の充実
- ②ライフステージに応じたスポーツ活動の推進
- ③住民が主体的に参画する地域のスポーツ環境の整備
- ④国際競技力の向上に向けた人材の養成やスポーツ環境の整備
- ⑤オリンピック・パラリンピック等の国際競技大会の招致・開催等を通じた国際貢献・交流の推進
- ⑥スポーツ界の透明性、公平・公正性の向上
- ⑦スポーツ界の好循環の創出

#### 【今後5年間に総合的かつ計画的に取り組むべき施策】

- ①学校と地域における子どものスポーツ機会の充実
- ②若者のスポーツ参加機会の拡充や高齢者の体力づくり支援等ライフステージに応じたスポーツ活動の推進
- ③住民が主体的に参画する地域のスポーツ環境の整備
- ④国際競技力の向上に向けた人材の養成やスポーツ環境の整備
- ⑤オリンピック・パラリンピック等の国際競技大会等の招致・開催等を通じた国際交流・貢献の推進
- ⑥ドーピング防止やスポーツ仲裁等の推進によるスポーツ界の透明性、公平・公正性の向上
- ⑦スポーツ界における好循環の創出に向けたトップスポーツと地域におけるスポーツとの連携・協働の推進

「スポーツ基本計画」より

## (2) 東京都のスポーツ推進に関する動向

東京都では、平成 25 年 3 月に、『「スポーツの力を すべての人に」～誰もが、いつでも、どこでも、いつまでもスポーツを楽しみ、スポーツの力で人と都市が活性化する「スポーツ都市東京」を実現～』を基本理念に掲げた「東京都スポーツ推進計画」を策定しました。

東京都スポーツ推進計画では、超高齢社会の到来、単身世帯の増加・地域のつながりの希薄化などのスポーツを取り巻く社会状況の変化と課題を踏まえ、スポーツ都市東京の実現に向けた 5 つの戦略を掲げています。

### 【スポーツを取り巻く社会状況の変化と課題】

- |                      |                         |
|----------------------|-------------------------|
| ○超高齢社会の到来            | ⇒ 超高齢社会に対応したスポーツの推進     |
| ○単身世帯の増加・地域のつながりの希薄化 | ⇒ 地域コミュニティの活性化          |
| ○障害者スポーツの認知度向上       | ⇒ 障害者スポーツの推進            |
| ○東日本大震災の発生と復興支援      | ⇒ 日本復興への貢献              |
| ○子供・若者の体力低下          | ⇒ 次代を担う人材の育成            |
| ○スポーツレクリエーション活動の変化   | ⇒ 多様な場や機会におけるスポーツ需要への対応 |

### 【スポーツ都市東京の実現に向けた 5 つの戦略】

- スポーツに触れて楽しむ機会の創出
- スポーツをしたくなるまちづくり
- ライフステージに応じたスポーツ活動の支援
- 世界を目指すアスリートの育成
- 国際交流、観光、都市づくり政策等との連動

「東京都スポーツ推進計画」より

また、障害のある人もない人も、だれもがスポーツに親しむ「スポーツ都市東京」の実現に向けて、平成 24 年 3 月には「東京都障害者スポーツ振興計画」を策定しており、障害者スポーツの情報発信と普及啓発が進み、障害のある人とない人の相互理解と交流が進んでいる、障害者スポーツを支える人材育成が進み、地域ごとに障害者スポーツを楽しめる環境づくりが広がっている社会などを目指し、障害者スポーツ振興の方向性を示しています。

### 【障害者スポーツ振興の方向性】

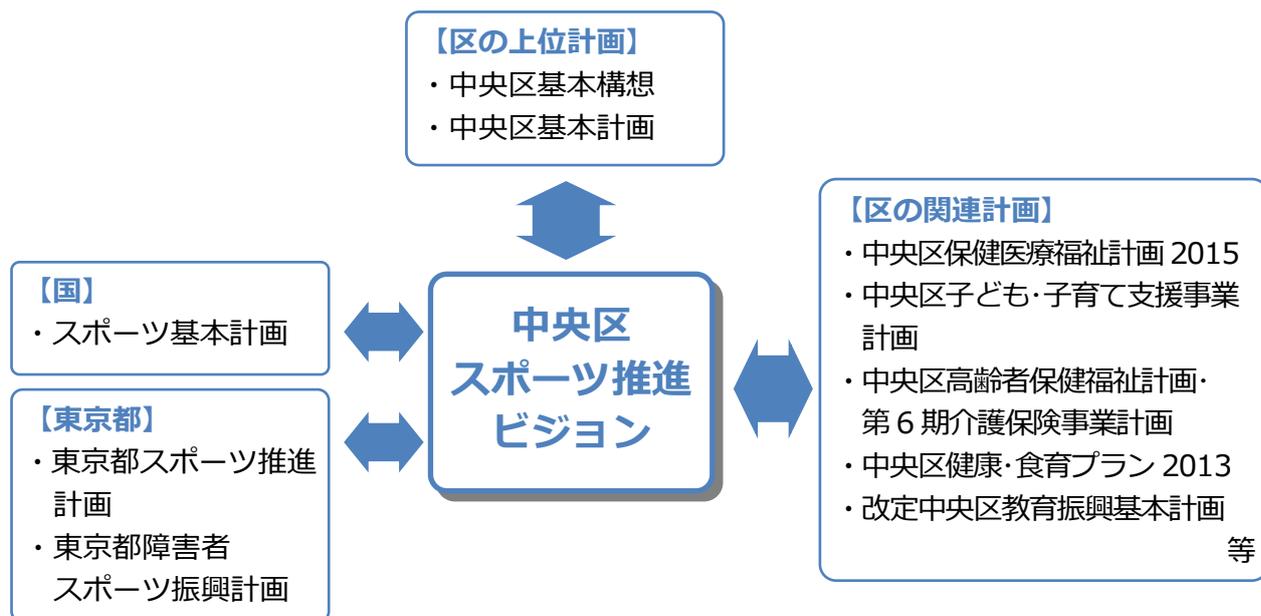
- 視点 1 障害者スポーツを広め、障害のある人に対するスポーツ活動への円滑な導入を促進
  - 施策 1 障害のある人への障害者スポーツの情報発信と相談機能の強化
  - 施策 2 障害者スポーツの理解促進・普及啓発
- 視点 2 障害のある人が地域でスポーツ活動を継続できる環境を整備
  - 施策 3 障害者スポーツの場の開拓・整備
  - 施策 4 障害者スポーツを支える人材の育成・確保
- 視点 3 障害者スポーツへの取組体制を強化
  - 施策 5 障害者スポーツ競技団体の組織力や競技力向上のための体制整備

「東京都障害者スポーツ振興計画」より

### 1-3 ビジョンの位置づけ

本ビジョンは、スポーツ基本法第10条第1項の規定に基づき、区の関連計画との整合性を保ちながら、区の実情に即したスポーツ推進施策を総合的に推進するものです。

ビジョン策定にあたっては、国のスポーツ基本計画（平成24年3月策定）、東京都スポーツ推進計画（平成25年3月策定）、東京都障害者スポーツ振興計画（平成24年3月施行）などの趣旨を参考とします。



### 1-4 ビジョンの期間

本ビジョンの期間は、平成29年度から平成38年度までの10年間とします。

なお、必要に応じて見直しを図ることとします。

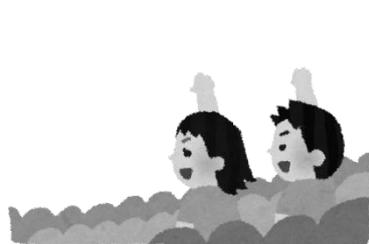
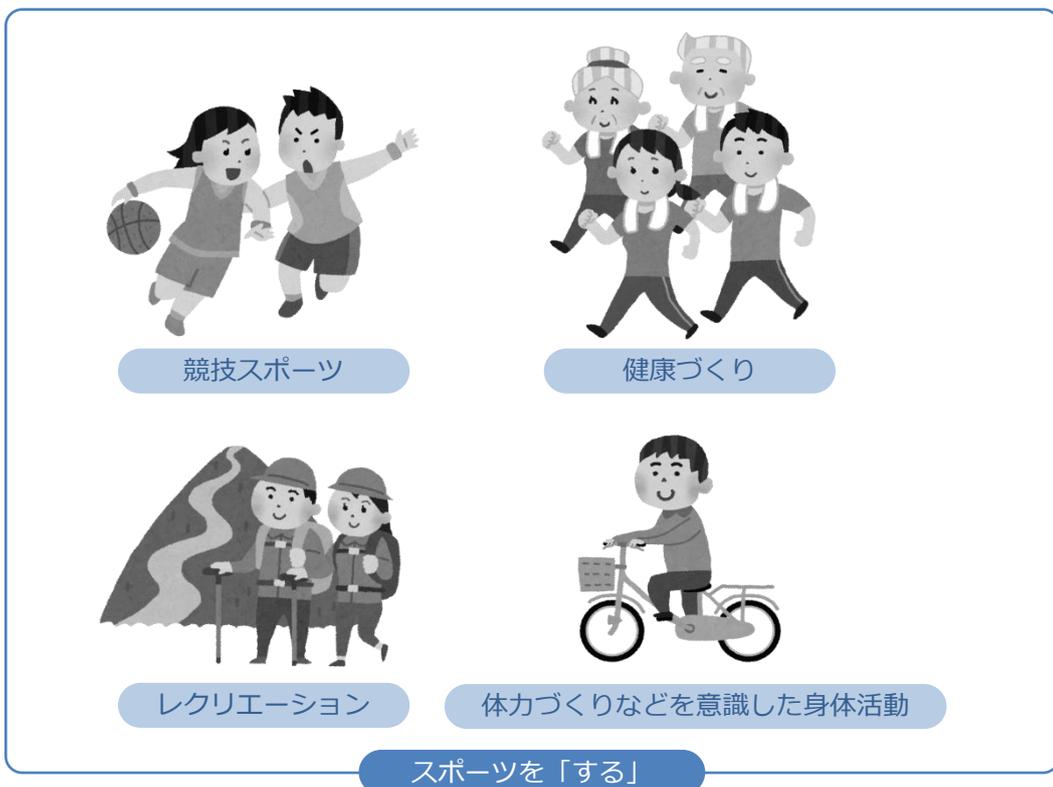
## 1-5 本ビジョンにおけるスポーツ

スポーツは、心身の健康の保持増進をはじめ、青少年の健全育成や地域コミュニティの活性化など、明るく豊かで活力に満ちた社会を形成する上で欠くことのできないものとなっています。

本ビジョンでは、スポーツに関心がなかった人も含め、気軽に、日常的に楽しめるものとして、スポーツの概念を広く捉えることとします。

そのため、ルールに基づいて勝敗や記録を競うスポーツだけでなく、気分転換・健康づくりのための軽体操や散歩、ウォーキング、介護予防を意図した運動、ハイキングや野外活動といったレクリエーション、コミュニケーションのための運動など、目的をもった身体活動のすべてをスポーツとして取扱います。

また、スポーツを観戦したり、指導者やスポーツボランティアとしてスポーツ活動に参加するなど、スポーツを「する」だけでなく、「みる」「ささえる」といった観点からも、区民のスポーツ活動の推進を考えていきます。



スポーツを「みる」



スポーツを「ささえる」

## 第2章

# 中央区のスポーツに関する現状と課題

- 2-1 中央区の地域特性
- 2-2 スポーツの実施状況について
- 2-3 スポーツに関する意識について
- 2-4 スポーツ施設について
- 2-5 スポーツ団体・クラブ等について
- 2-6 スポーツ指導者・ボランティアについて
- 2-7 スポーツに関する情報について
- 2-8 区のスポーツ推進に望むこと
- 2-9 スポーツ推進に関する課題



豊海テニス場

# 第2章 中央区のスポーツに関する現状と課題

## 2-1 中央区の地域特性

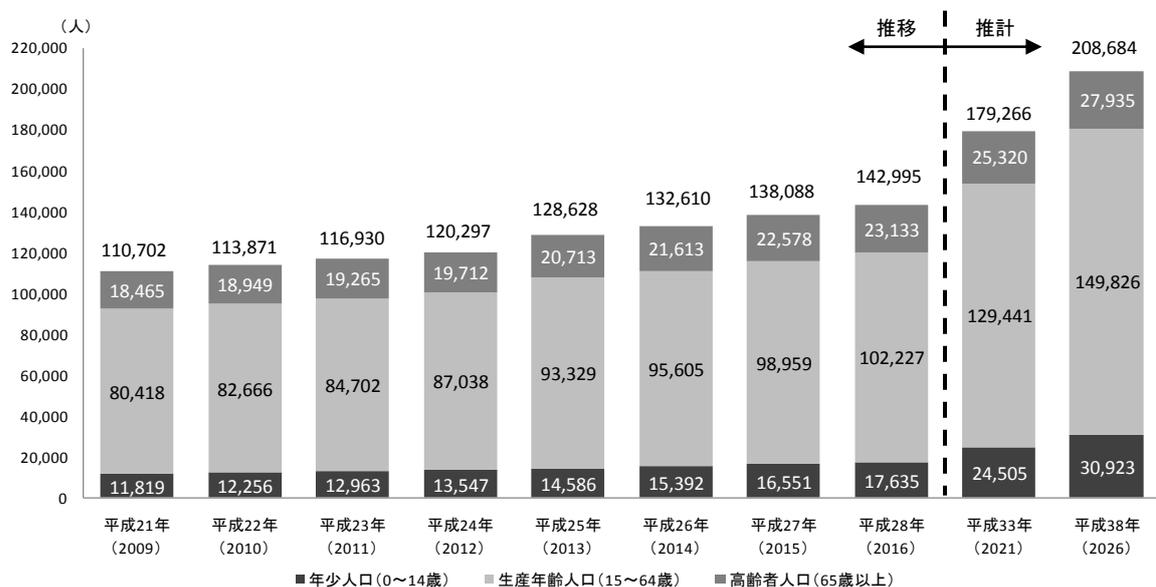
### (1) 人口・世帯数

中央区では、平成10(1998)年にそれまで減少傾向にあった人口は増加に転じ、平成18(2006)年に10万人を超え、平成28(2016)年1月時点で約14万3,000人に到達しました。将来の人口推計をみると、平成36(2024)年中には20万人を超える見込みとなっています。

年少人口は平成11(1999)年から増加し、年少人口比率も平成20(2008)年に減少から増加に転じています。平成28(2016)年1月時点で年少人口は約18,000人、年少人口比率は約12.3%です。高齢者人口は増加しているものの、高齢者人口比率は概ね横ばいで推移しています。平成28(2016)年1月時点で約23,000人(16.2%)となっています。

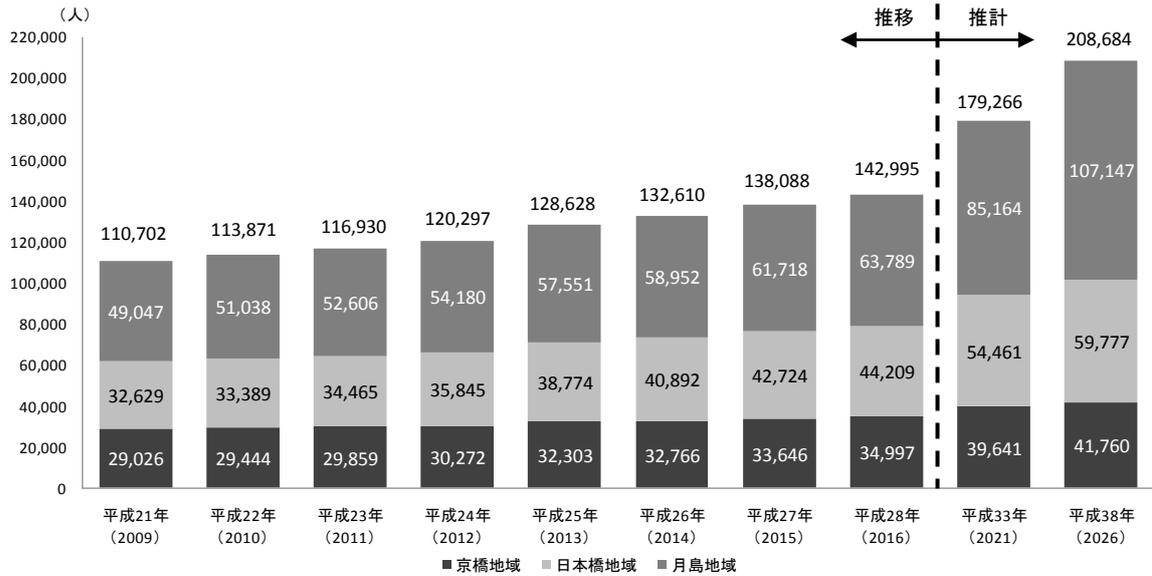
地域別(京橋、日本橋、月島)に人口の推移をみると、いずれの地域も増加傾向にあります。人口の推計をみると、月島地域の人口増が際立っています。

図 年齢3区分別人口の推移と推計



「中央区人口ビジョン」より

図 地域別人口の推移と推計



「中央区人口ビジョン」より

## (2) 都市環境

道路は、南北に中央通り、昭和通り、新大橋通り、東西に永代通り、晴海通りと縦横に道路が走り、充実しています。環状2号線が新橋から築地を經由して、月島地域へ延伸予定となっています。

鉄道は、JR 東日本、東京メトロ、都営地下鉄の3事業者 11 路線が走り、交通利便性が高い区です。月島地域では、基幹的交通システム「BRT」の整備が予定されています。また、さらなる利便性の向上をめざし、「地下鉄新規路線整備」も検討されています。

バスは、都営バスやコミュニティバスが区内全域を網羅しています。

一方で、都心区特有の状況として、都市機能が集中しており、地価が高く、スポーツ環境としてグラウンドや体育館などを十分に整備することが困難となっています。

## (3) 東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会に向けた取組

東京 2020 大会の開催にあたり、大会の中心となる選手村が晴海地区に建設される本区では、大会の開催を支援するとともに、さらなる躍進の絶好の機会を活かすため、「スポーツ」「国際教育・交流」「観光・文化」「防犯・防災」「まちづくり」の5つの分野の取組を総合的に推進していくことを、「2020年に向けた中央区の取組（平成27年3月作成）」の中で掲げています。

このうち、「スポーツ」に関する取組については、スポーツ振興に関する施策を中・長期的な視点から体系的・戦略的に推進するための方針を定めて展開していくことに加えて、東京 2020 大会の気運醸成による区民のスポーツ参加意識の向上や、オリンピック・パラリンピック教育の推進のほか、障害者スポーツの普及促進、地域スポーツ活動の推進・環境づくりを行うとしており、誰もがスポーツに親しめる機会を創出し、健康的でいきいきとした社会を実現していくため、スポーツ振興を進めていく好機であるといえます。

## 2-2 スポーツの実施状況について

### (1) スポーツの実施状況

平成 27 年 10 月に実施した、20 歳以上の区民を対象とする「中央区スポーツ推進計画策定に向けての実態調査」（以下、「実態調査」という。）の結果から、週 1 回以上運動やスポーツをしている区民の割合（以下、「スポーツ実施率」という。）は 52.5%でした。

このスポーツ実施率を年齢別にみると、40 歳代で 41.9%、30 歳代で 43.6%、20 歳代で 46.2%となっており、20 歳代から 40 歳代の「働き盛り世代」で低い傾向がみられました。また、家族構成別にみると、単身世帯や夫婦のみの世帯と比較して「親子世帯」で低い傾向がみられました。

このことから、スポーツ実施率の向上に向けては、特に、日常的に運動やスポーツを行うことができていない働き盛り世代や親子世代を対象とした、スポーツ活動の促進を図っていくことが重要です。

運動やスポーツを行っている頻度（区民）

N=853

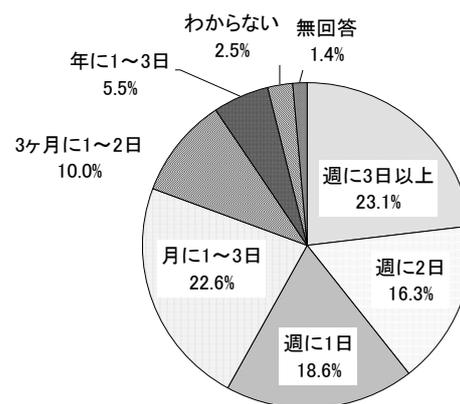


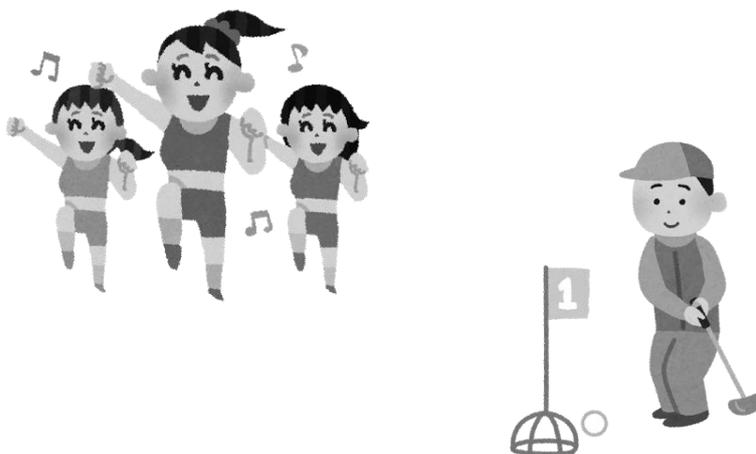
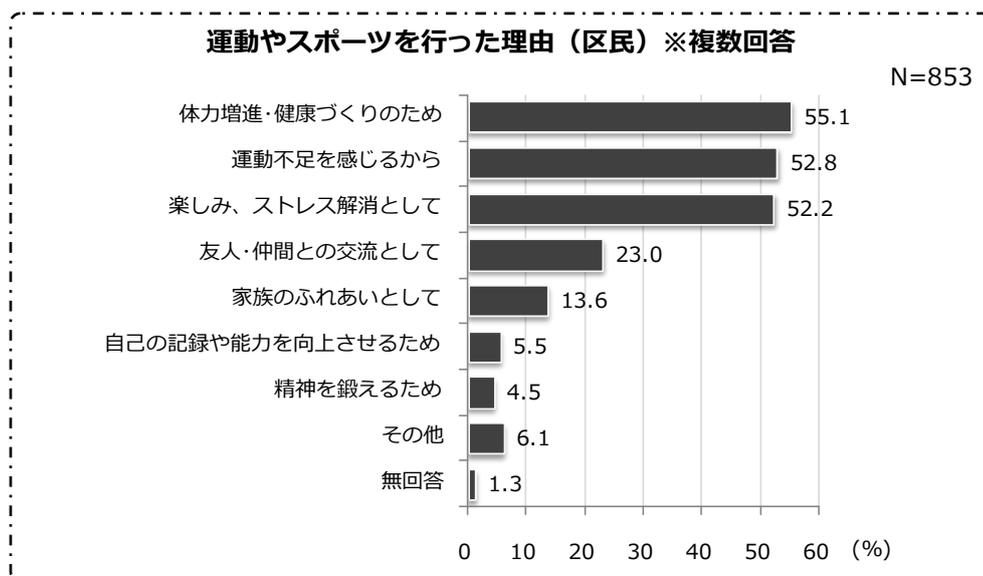
表 回答者属性とのクロス集計結果（区民）

| 属性 |              | スポーツ実施率 | 属性          |                | スポーツ実施率 |
|----|--------------|---------|-------------|----------------|---------|
| 性別 | 男性           | 51.9%   | 家族構成        | 単身             | 51.2%   |
|    | 女性           | 53.1%   |             | 夫婦のみ           | 58.1%   |
| 年齢 | 20 歳代        | 46.2%   | 親子（親族の同居含む） | 親子（親族の同居含む）    | 49.4%   |
|    | 30 歳代        | 43.6%   |             | 3 世代（親族の同居含む）  | 43.8%   |
|    | 40 歳代        | 41.9%   |             | 兄弟姉妹など親族世帯のみ   | 37.5%   |
|    | 50 歳代        | 66.7%   |             | その他            | 85.7%   |
|    | 60 歳代        | 67.9%   | 居住地         | 京橋             | 52.7%   |
|    | 70 歳代        | 60.6%   |             | 日本橋            | 51.0%   |
|    | 80 歳以上       | 54.5%   |             | 月島             | 53.5%   |
| 職業 | 会社員・公務員      | 47.5%   | 子どもの年齢・有無   | 就学前（0 歳～5 歳）   | 38.2%   |
|    | 自営業          | 52.0%   |             | 小学生（6 歳～12 歳）  | 41.9%   |
|    | 学生           | 81.8%   |             | 中学生（13 歳～15 歳） | 53.5%   |
|    | 専業主婦（夫）      | 59.7%   |             | 高校生（16 歳～18 歳） | 53.3%   |
|    | パート・アルバイト・派遣 | 54.7%   |             | 19 歳以上         | 64.2%   |
|    | 無職           | 60.5%   |             | 子どものいない回答者     | 54.0%   |
|    | その他          | 54.8%   |             |                |         |

## (2) 運動・スポーツの実施理由

20歳以上の区民のうち、この1年間に運動やスポーツを行った人の理由としては、「体力増進・健康づくりのため」が55.1%と最も多く、次いで「運動不足を感じるから」が52.8%、「楽しみ、ストレス解消として」が52.2%となっています。

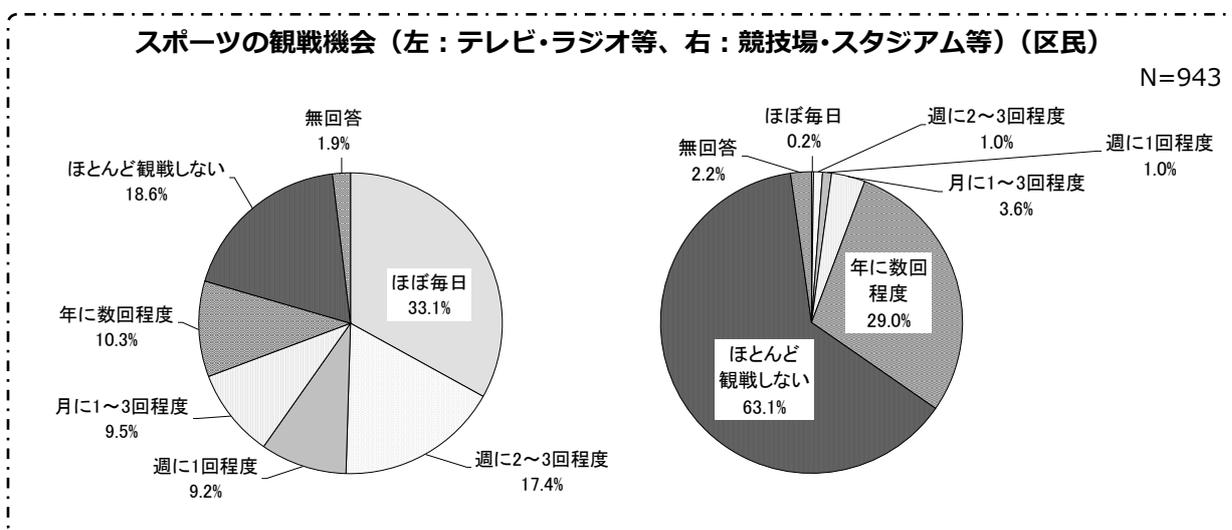
このことから、運動・スポーツの実施には心身の健康増進の効果が期待されていることが分かります。



### (3) スポーツの観戦機会

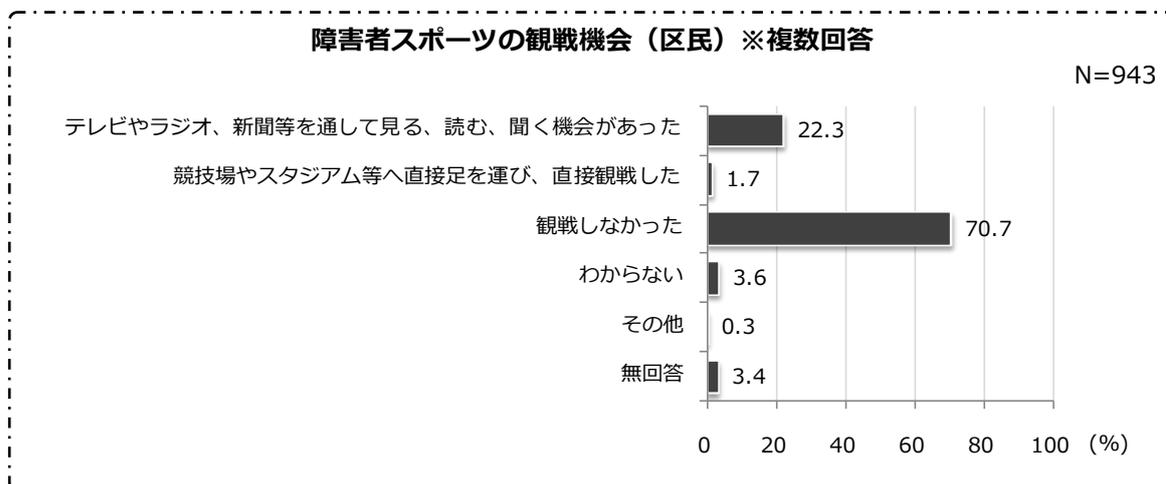
スポーツとの関わり方には、自身が身体を動かして行う“する”スポーツだけでなく、プロスポーツなどを観戦する“みる”スポーツ、監督やコーチ、ボランティア、ファン・サポーターとして参加する“支える”スポーツなどがあります。

“みる”スポーツであるスポーツ観戦について、20歳以上の区民のうち、テレビ、ラジオ、新聞などを通して、競技大会や試合、練習などのスポーツを見る（読む、聞く）機会については、「ほぼ毎日」と回答した人が33.1%と最も多く、「ほとんど観戦しない」と回答した人は18.6%でした。その一方で、競技場やスタジアム、体育館などへ足を運び、競技大会や試合、練習などのスポーツを見る機会については、「ほとんど観戦しない」と回答した人が63.1%でした。



また、この1年間における障害者スポーツの観戦機会については、「観戦しなかった」と回答した人が70.7%と最も多くなっていました。

スポーツを見る（読む、聞く）ことは、感動の共有や気分転換、ストレス解消などの効用が得られ、さらに、競技場などでの観戦では、トップアスリートに対する尊敬や憧れを抱き、自らスポーツに親しむきっかけになることも期待されます。区民のスポーツ推進に向けては、スポーツ観戦機会の充実を図ることも大切です。

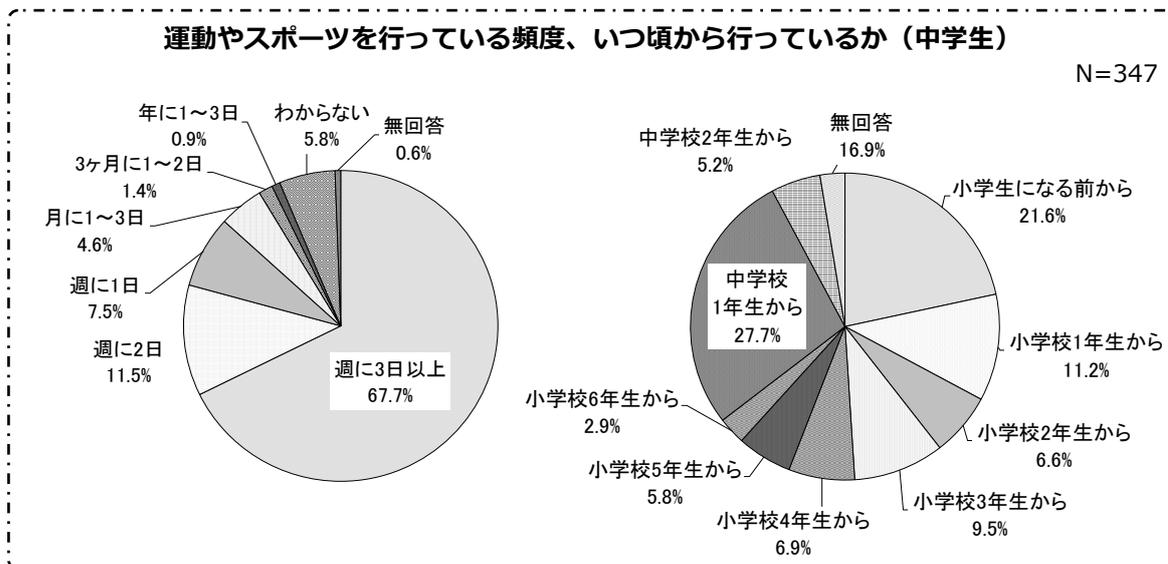
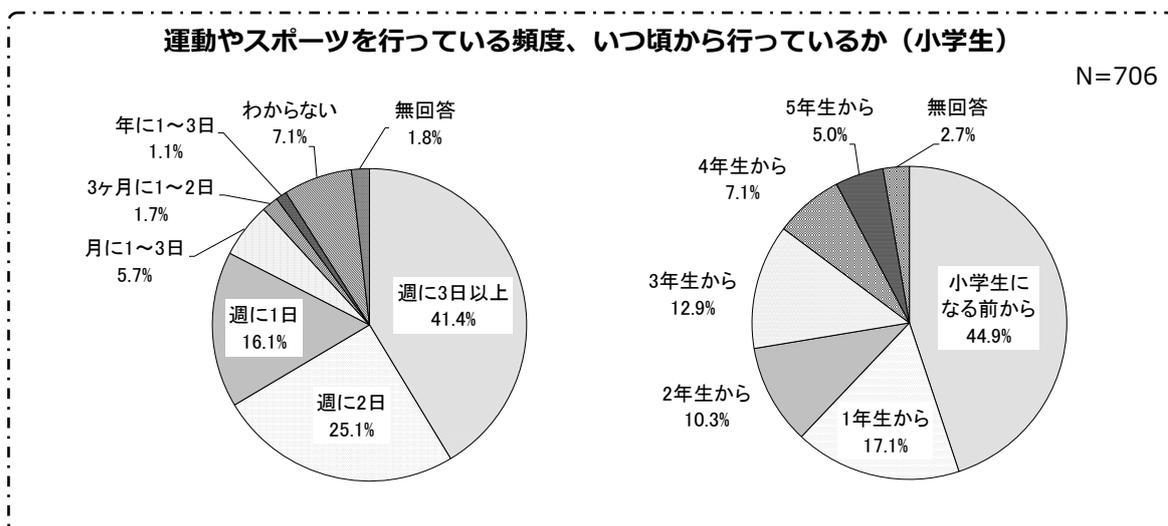


#### (4) 子どもの運動・スポーツの実施状況

平成 27 年 10 月に実施した、小・中学生を対象とする「運動やスポーツに関するアンケート調査」(以下、「アンケート調査(小・中学生)」という。)の結果から、小・中学生のスポーツ実施率をみると、小学生で 82.6%、中学生で 86.7%となっており、いずれも 8 割以上の小・中学生が日常的に運動やスポーツを行っていることが分かります。

一番長くやっている運動やスポーツをいつ頃から行っているかについては、小学生では「小学生になる前から」と回答した人が 44.9%と最も多くなっています。また、中学生では「中学校 1 年生から」と回答した人が 27.7%、次いで「小学生になる前から」と回答した人が 21.6%と多くなりますが、小学校 1 年生から 6 年生までの間に行っている数を合わせると 42.9%となっています。

こうしたことから、子どもの運動・スポーツの推進にあたっては、就学前、小学校時、中学入学時とそれぞれ時期に合わせた取り組みを行うことが大切です。



## (5) 子どもの体力の実態

中央区の平成 27 年度 小・中学校児童・生徒体力調査の結果について、小学生では、全国および東京都平均、区の 5 年前との比較において、筋力と投力に課題があることが分かります。また、区の 5 年前との比較においては、男子の筋力・筋持久力について課題がみられます。

中学生では、全国および東京都平均との比較において、柔軟性、瞬発力、投力、筋力に課題があることが分かります。また、区の 5 年前との比較においては、筋力と投力に課題があることが分かります。

このように、小学生においては筋力と投力、中学生においては柔軟性、瞬発力、投力、筋力に課題がみられ、こうした体力の向上に向けて、日常的な運動の習慣化を図る必要があります。

### 【種目と運動能力の関係性】

- ・握力（筋力）
- ・上体起こし（筋力・筋持久力）
- ・長座体前屈（柔軟性）
- ・反復横とび（敏しょう性）
- ・持久走・20m シャトルラン（全身持久力）
- ・50m 走（瞬発力、筋持久力）
- ・立ち幅跳び（瞬発力）
- ・ハンド（ソフト）ボール投げ（投力）

表 中央区の平成 27 年度 小・中学校児童・生徒体力調査の結果（全国平均との比較）

| 性別 | 校種  | 学年   | 種目別運動能力    |              |               |              |        |                  |             |               |                      |
|----|-----|------|------------|--------------|---------------|--------------|--------|------------------|-------------|---------------|----------------------|
|    |     |      | 握力<br>(kg) | 上体起こし<br>(回) | 長座体前屈<br>(cm) | 反復横とび<br>(点) | 選択種目   |                  | 50m走<br>(秒) | 立ち幅とび<br>(cm) | ハンド(ソフト)<br>ボール投げ(m) |
|    |     |      |            |              |               |              | 持久走(秒) | 20mシャトルラン<br>(回) |             |               |                      |
| 男子 | 小学校 | 第1学年 | ↘          | ↘            | ↘             | ↗            | —      | ↘                | ↗           | ↗             | ↘                    |
|    |     | 第2学年 | ↘          | ↘            | ↗             | ↗            | —      | ↘                | ↗           | ↗             | ↘                    |
|    |     | 第3学年 | ↘          | ↗            | ↗             | ↗            | —      | ↘                | ↗           | ↗             | ↘                    |
|    |     | 第4学年 | ↘          | ↗            | ↘             | ↗            | —      | ↘                | ↗           | ↗             | ↘                    |
|    |     | 第5学年 | ↘          | ↘            | ↗             | ↘            | —      | ↘                | ↗           | ↗             | ↘                    |
|    |     | 第6学年 | ↘          | ↗            | ↗             | ↗            | —      | ↘                | ↗           | ↗             | ↘                    |
|    | 中学校 | 第1学年 | ↘          | ↗            | ↘             | ↘            | ↘      | ↘                | ↘           | ↘             | ↘                    |
|    |     | 第2学年 | ↘          | ↗            | ↘             | ↘            | ↘      | ↘                | ↘           | ↘             | ↘                    |
|    |     | 第3学年 | ↘          | ↗            | ↘             | ↘            | ↘      | ↘                | ↘           | ↘             | ↘                    |
| 女子 | 小学校 | 第1学年 | ↘          | ↘            | ↘             | ↘            | —      | ↘                | ↗           | ↗             | ↘                    |
|    |     | 第2学年 | ↘          | ↘            | ↗             | ↘            | —      | ↘                | ↗           | ↗             | ↘                    |
|    |     | 第3学年 | ↘          | ↗            | ↗             | ↗            | —      | ↘                | ↗           | ↗             | ↘                    |
|    |     | 第4学年 | ↘          | ↗            | ↗             | ↗            | —      | ↘                | ↗           | ↗             | ↘                    |
|    |     | 第5学年 | ↘          | ↗            | ↗             | ↘            | —      | ↘                | ↗           | ↗             | ↘                    |
|    |     | 第6学年 | ↘          | ↗            | ↗             | ↗            | —      | ↘                | ↗           | ↗             | ↘                    |
|    | 中学校 | 第1学年 | ↘          | ↗            | ↘             | ↘            | ↘      | ↘                | ↘           | ↘             | ↘                    |
|    |     | 第2学年 | ↘          | ↗            | ↘             | ↗            | ↘      | ↘                | ↗           | ↘             | ↘                    |
|    |     | 第3学年 | ↘          | ↘            | ↘             | ↘            | ↘      | ↘                | ↘           | ↘             | ↘                    |

↗: 全国平均を上回っている  
 ↘: 全国平均を下回っている

表 中央区の平成 27 年度 小・中学校児童・生徒体力調査の結果（東京都平均との比較）

| 性別 | 校種  | 学年   | 種目別運動能力 |           |            |           |        |              |          |            |                  |
|----|-----|------|---------|-----------|------------|-----------|--------|--------------|----------|------------|------------------|
|    |     |      | 握力 (kg) | 上体起こし (回) | 長座体前屈 (cm) | 反復横とび (点) | 選択種目   |              | 50m走 (秒) | 立ち幅とび (cm) | ハンド(ソフト)ボール投げ(m) |
|    |     |      |         |           |            |           | 持久走(秒) | 20mシャトルラン(回) |          |            |                  |
| 男子 | 小学校 | 第1学年 | ↘       | ↘         | ↘          | ↗         | —      | ↗            | ↗        | ↗          | ↗                |
|    |     | 第2学年 | ↘       | ↗         | ↗          | ↗         | —      | ↗            | ↗        | ↗          | ↗                |
|    |     | 第3学年 | ↘       | ↗         | ↗          | ↗         | —      | ↗            | ↗        | ↗          | ↗                |
|    |     | 第4学年 | ↘       | ↗         | ↘          | ↗         | —      | ↗            | ↗        | ↗          | ↗                |
|    |     | 第5学年 | ↗       | ↗         | ↘          | ↗         | —      | ↗            | ↗        | ↗          | ↘                |
|    |     | 第6学年 | ↗       | ↗         | ↘          | ↗         | —      | ↗            | ↗        | ↗          | ↗                |
|    | 中学校 | 第1学年 | ↗       | ↗         | ↘          | ↗         | ↘      | ↘            | ↘        | ↗          | ↘                |
|    |     | 第2学年 | ↗       | ↗         | ↗          | ↗         | ↘      | ↗            | ↗        | ↗          | ↘                |
|    |     | 第3学年 | ↗       | ↗         | ↘          | ↗         | ↗      | ↗            | ↗        | ↗          | ↘                |

|    |     |      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|----|-----|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 女子 | 小学校 | 第1学年 | ↘ | ↘ | ↘ | ↗ | — | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ |
|    |     | 第2学年 | ↘ | ↘ | ↗ | ↗ | — | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ |
|    |     | 第3学年 | ↘ | ↗ | ↗ | ↗ | — | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ |
|    |     | 第4学年 | ↘ | ↗ | ↘ | ↗ | — | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ |
|    |     | 第5学年 | ↘ | ↘ | ↗ | ↗ | — | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ |
|    |     | 第6学年 | ↗ | ↗ | ↘ | ↗ | — | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ |
|    | 中学校 | 第1学年 | ↘ | ↗ | ↘ | ↘ | ↘ | ↗ | ↘ | ↘ | ↘ |
|    |     | 第2学年 | ↘ | ↗ | ↘ | ↗ | ↘ | ↗ | ↗ | ↘ | ↘ |
|    |     | 第3学年 | ↘ | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ | ↗ | ↗ | ↘ | ↘ |

↗: 東京都平均を上回っている  
 ↘: 東京都平均を下回っている

表 中央区の平成 27 年度 小・中学校児童・生徒体力調査の結果（区の 5 年前との比較）

| 性別 | 校種  | 学年   | 種目別運動能力 |           |            |           |        |              |          |            |                  |
|----|-----|------|---------|-----------|------------|-----------|--------|--------------|----------|------------|------------------|
|    |     |      | 握力 (kg) | 上体起こし (回) | 長座体前屈 (cm) | 反復横とび (点) | 選択種目   |              | 50m走 (秒) | 立ち幅とび (cm) | ハンド(ソフト)ボール投げ(m) |
|    |     |      |         |           |            |           | 持久走(秒) | 20mシャトルラン(回) |          |            |                  |
| 男子 | 小学校 | 第1学年 | ↘       | ↘         | ↗          | ↗         | —      | ↘            | ↗        | ↗          | ↘                |
|    |     | 第2学年 | ↘       | ↘         | ↗          | ↘         | —      | ↗            | ↗        | ↘          | ↘                |
|    |     | 第3学年 | ↘       | ↘         | ↗          | ↘         | —      | ↘            | ↗        | ↗          | ↘                |
|    |     | 第4学年 | ↘       | ↘         | ↗          | ↘         | —      | ↘            | ↗        | ↗          | ↘                |
|    |     | 第5学年 | ↘       | ↘         | ↗          | ↘         | —      | ↘            | ↗        | ↗          | ↘                |
|    |     | 第6学年 | ↘       | ↘         | ↘          | ↘         | —      | ↘            | ↘        | ↗          | ↘                |
|    | 中学校 | 第1学年 | ↘       | ↗         | ↗          | ↗         | ↗      | —            | ↘        | ↗          | ↘                |
|    |     | 第2学年 | ↘       | ↗         | ↗          | ↗         | ↗      | —            | ↗        | ↗          | ↗                |
|    |     | 第3学年 | ↘       | ↗         | ↘          | ↗         | ↗      | —            | ↗        | ↗          | ↘                |

|    |     |      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|----|-----|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 女子 | 小学校 | 第1学年 | ↘ | ↘ | ↗ | ↘ | — | ↘ | ↗ | ↗ | ↘ |
|    |     | 第2学年 | ↘ | ↘ | ↗ | ↘ | — | ↘ | ↗ | ↘ | ↘ |
|    |     | 第3学年 | ↘ | ↗ | ↗ | ↗ | — | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ |
|    |     | 第4学年 | ↘ | ↗ | ↘ | ↘ | — | ↘ | ↗ | ↗ | ↘ |
|    |     | 第5学年 | ↘ | ↗ | ↗ | ↘ | — | ↘ | ↗ | ↗ | ↘ |
|    |     | 第6学年 | ↘ | ↗ | ↗ | ↘ | — | ↘ | ↘ | ↗ | ↘ |
|    | 中学校 | 第1学年 | ↘ | ↗ | ↘ | ↘ | ↘ | — | ↘ | ↘ | ↘ |
|    |     | 第2学年 | ↘ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | — | ↗ | ↗ | ↘ |
|    |     | 第3学年 | ↘ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | — | ↗ | ↘ | ↗ |

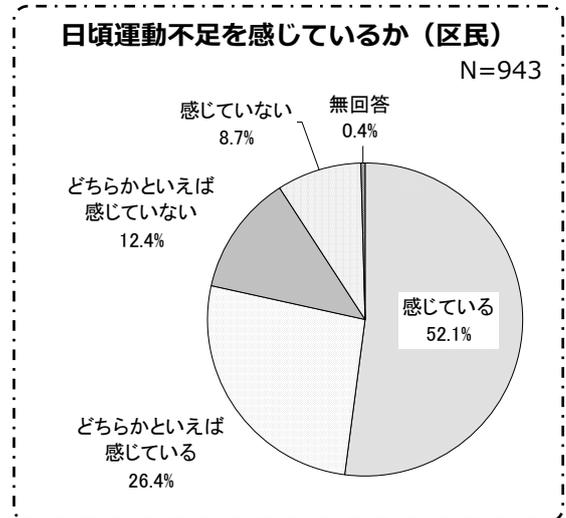
↗: 5年前を上回っている  
 ↘: 5年前を下回っている

## 2-3 スポーツに関する意識について

### (1) 健康意識

20歳以上の区民のうち、日頃運動不足を感じているかについて、「感じている」と回答した人が52.1%と最も多く、次いで「どちらかといえば感じている」と回答した人が26.4%となっています。

「感じている」「どちらかといえば感じている」の合計は78.5%となっており、7割以上の区民が日常的に運動不足を感じていることがわかります。

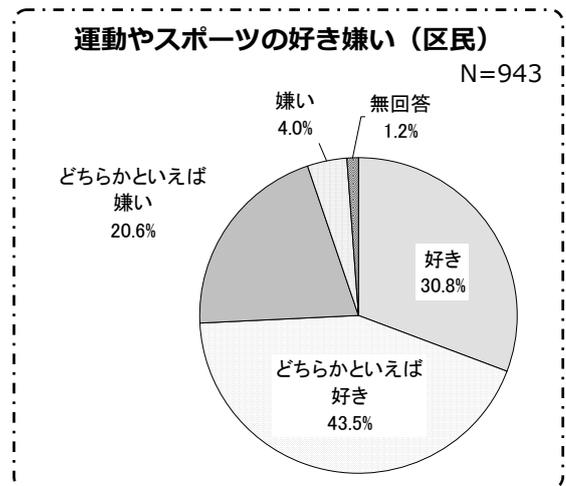


### (2) 運動やスポーツの好き嫌い

20歳以上の区民の運動やスポーツをすることの好き嫌いをみると、「どちらかといえば好き」が43.5%と最も多く、ついで「好き」が30.8%となっています。「好き」「どちらかといえば好き」の合計は74.3%となっており、区民の7割以上が運動やスポーツを好きと感じていることがわかります。

なお、この結果について子どもの頃の体を動かすことの好き嫌いの回答別にみると、子どもの頃に体を動かすことが好きだった人ほど、現在も運動やスポーツをすることが好きである割合が高く、嫌いだった人ほど、現在も嫌いである割合が高くなっています。

このことから、子どもの頃に運動や外遊びなどによって体を動かすことが楽しい、好きと思えることが、生涯にわたって運動やスポーツに親しむ上で貴重な経験となることから、子どもたちにこうした経験の機会・場を提供していくことが大切です。

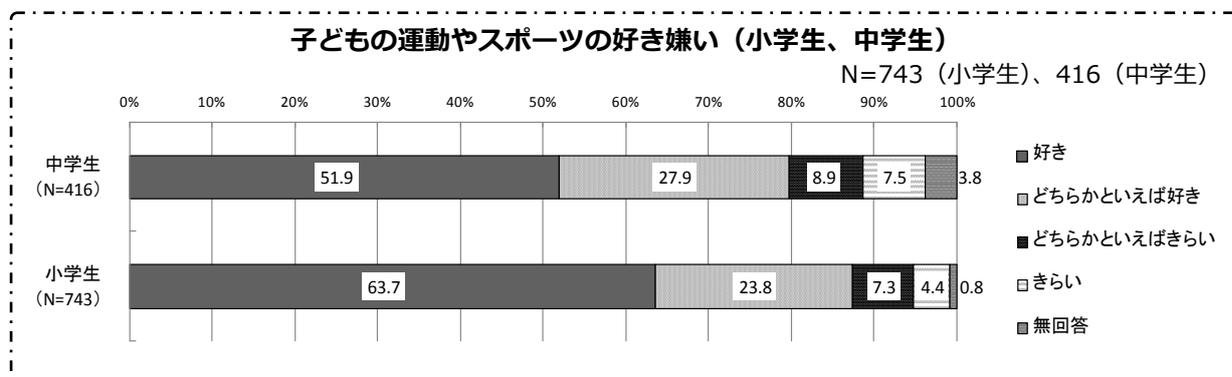


子どもの頃の体を動かすことの好き嫌いとのクロス集計結果 (区民)

| 現在の好き嫌い    | 合計    | 子どもの頃の好き嫌い |            |            |      |     |
|------------|-------|------------|------------|------------|------|-----|
|            |       | 好き         | どちらかといえば好き | どちらかといえば嫌い | 嫌い   | 無回答 |
| 全体         | 938   | 290        | 409        | 194        | 38   | 7   |
|            | 100.0 | 30.9       | 43.6       | 20.7       | 4.1  | 0.7 |
| 好き         | 454   | 222        | 194        | 30         | 3    | 5   |
|            | 100.0 | 48.9       | 42.7       | 6.6        | 0.7  | 1.1 |
| どちらかといえば好き | 257   | 41         | 150        | 60         | 4    | 2   |
|            | 100.0 | 16.0       | 58.4       | 23.3       | 1.6  | 0.8 |
| どちらかといえば嫌い | 180   | 19         | 54         | 93         | 14   | 0   |
|            | 100.0 | 10.6       | 30.0       | 51.7       | 7.8  | 0.0 |
| 嫌い         | 47    | 8          | 11         | 11         | 17   | 0   |
|            | 100.0 | 17.0       | 23.4       | 23.4       | 36.2 | 0.0 |

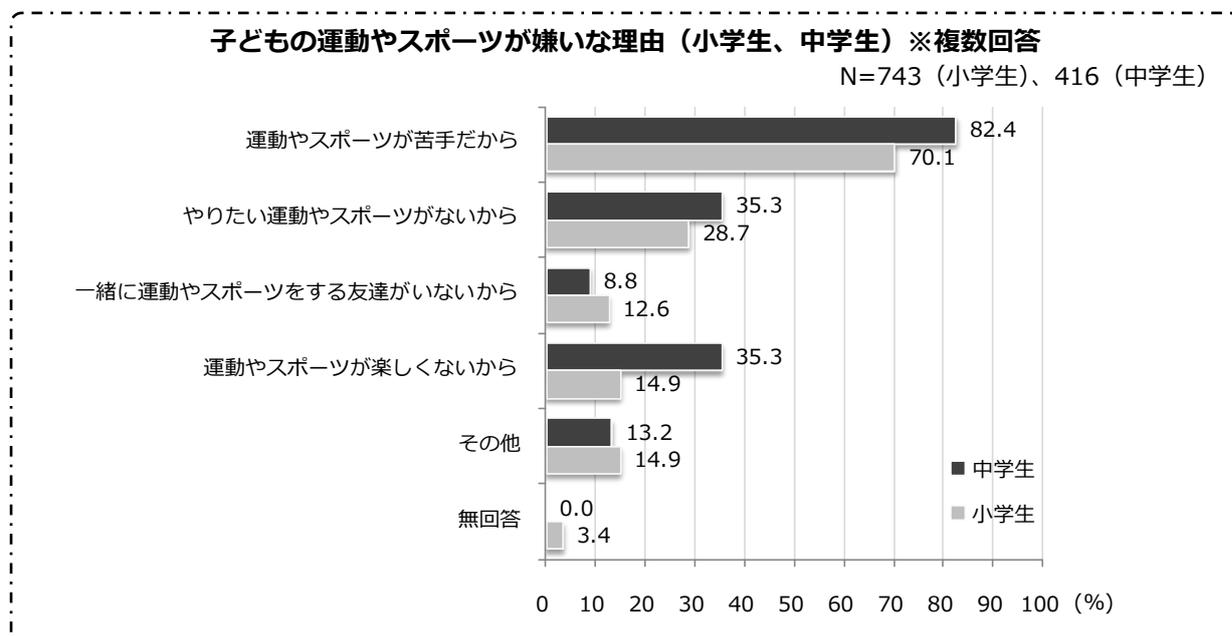
※上位1項目を灰色に着色

小学生、中学生の運動やスポーツの好き嫌いをみると、小学生、中学生ともに「好き」という回答が最も多くなっています。小学生は、中学生と比較して10ポイント以上多くなっています。



その一方で、運動やスポーツをすることが嫌いな小学生、中学生の理由をみると、小学生、中学生ともに「運動やスポーツが苦手だから」「やりたい運動やスポーツがないから」という回答の順に多くなっています。

こうしたことから、子どもたちが運動やスポーツについて苦手意識を持つ前に、体を動かすことが楽しい、好きと思える経験をすることが、スポーツを好きになるかが決まるうえで重要であることがうかがえます。



### (3) 運動・スポーツへの取り組みに対する意識

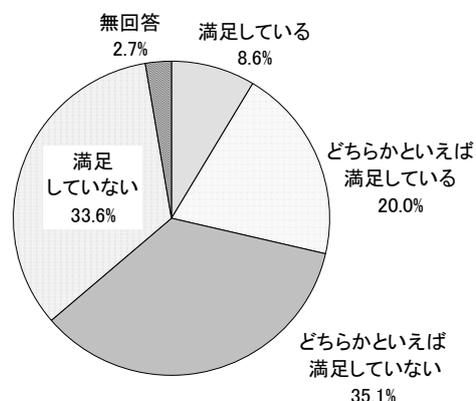
20歳以上の区民の、現在の自分自身のスポーツ活動の状況に対する満足度については、満足している（「満足している」「どちらかといえば満足している」を含む）という人の割合は28.6%であり、満足していない（「満足していない」「どちらかといえば満足していない」を含む）という人の割合は68.7%となっています。

満足していないという人の理由をみると、「仕事（家事・育児）が忙しくて時間がないから」が64.2%と最も多くなっています。

このことから、日々の生活の忙しさから運動やスポーツの時間を充分にとれていないことがうかがえます。

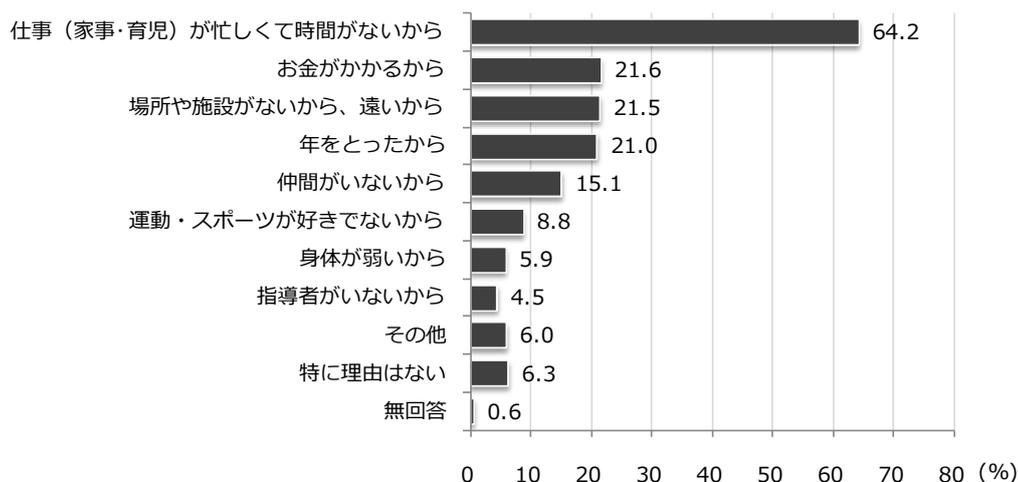
スポーツ活動に対する満足度（区民）

N=943

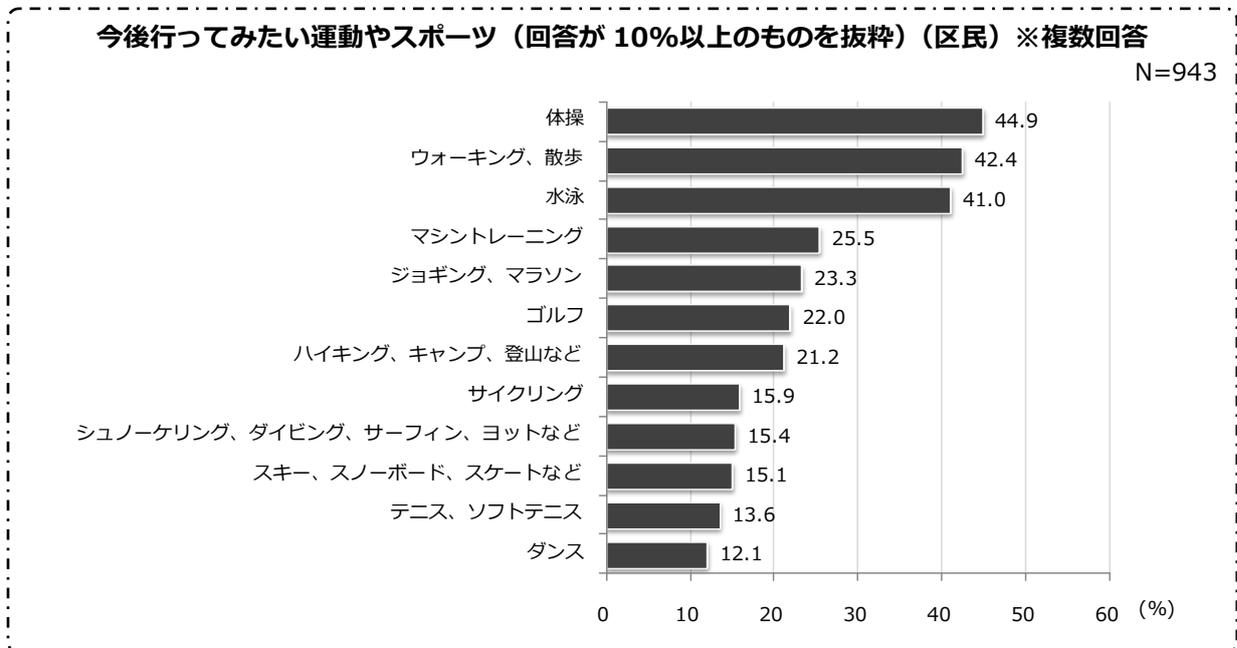


スポーツ活動に満足していない理由（区民）※複数回答

N=648



20歳以上の区民が今後行ってみたいと思う運動やスポーツをみると、「体操（ラジオ体操、職場体操、ヨガ、ピラティス、太極拳、エアロビクス、ストレッチ、器具を使用しない筋肉トレーニング、腰痛・肩こり防止などの健康体操など）」が最も多く44.9%、ついで「ウォーキング、散歩」が42.4%、「水泳」が41.0%となっており、身近で気軽に取り組める運動やスポーツを行ってみたいという意向がうかがえます。



また、20歳以上の区民が今後行ってみたいと思う運動やスポーツを性別、年齢別にみると、男女とも40歳代以下で「水泳」が多く、50歳代以上で「ウォーキング、散歩」が多くなっています。男性の50歳代で「マシントレーニング」が多く、女性では広い年代にわたって「体操」という回答が多くなっています。このように、性別や年齢によって行ってみたい運動・スポーツが異なることが分かります。

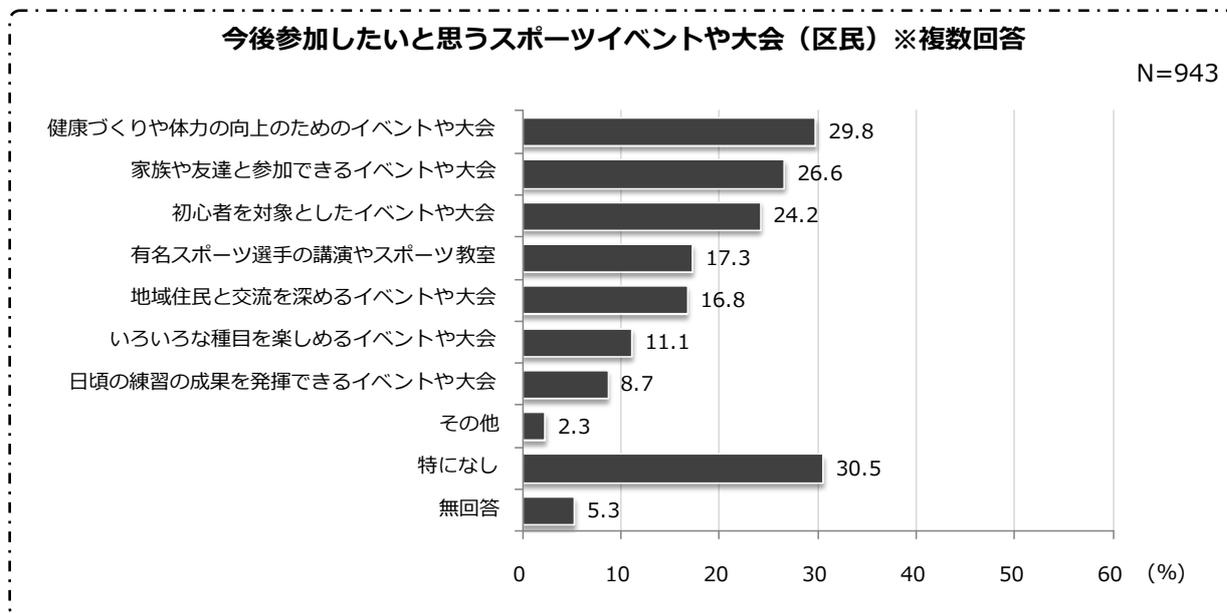
回答者属性（性別・年齢）とのクロス集計結果（区民）

|       |       | 合計           | 体操           | ウォーキング、散歩   | 水泳          | マシントレーニング   | ジョギング、マラソン  | ゴルフ         | 登山など       | ハイキング、キャンプ、サイクリング | サイフイン、ヨットなど | スキー、スノーボード、スケートなど | テニス、ソフトテニス | ダンス        |
|-------|-------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|-------------------|-------------|-------------------|------------|------------|
| 男性    | 全体    | 422<br>100.0 | 105<br>24.9  | 157<br>37.2 | 160<br>37.9 | 128<br>30.3 | 126<br>29.9 | 123<br>29.1 | 95<br>22.5 | 85<br>20.1        | 73<br>17.3  | 87<br>20.6        | 57<br>13.5 | 21<br>5.0  |
|       | 20歳代  | 37<br>100.0  | 7<br>18.9    | 11<br>29.7  | 16<br>43.2  | 13<br>35.1  | 13<br>35.1  | 12<br>32.4  | 8<br>21.6  | 7<br>18.9         | 10<br>27.0  | 10<br>27.0        | 7<br>18.9  | 2<br>5.4   |
|       | 30歳代  | 71<br>100.0  | 16<br>22.5   | 24<br>33.8  | 31<br>43.7  | 25<br>35.2  | 27<br>38.0  | 28<br>39.4  | 18<br>25.4 | 19<br>26.8        | 17<br>23.9  | 21<br>29.6        | 20<br>28.2 | 6<br>8.5   |
|       | 40歳代  | 105<br>100.0 | 25<br>23.8   | 32<br>30.5  | 45<br>42.9  | 37<br>35.2  | 43<br>41.0  | 30<br>28.6  | 25<br>23.8 | 25<br>23.8        | 21<br>20.0  | 24<br>22.9        | 14<br>13.3 | 3<br>2.9   |
|       | 50歳代  | 68<br>100.0  | 17<br>25.0   | 26<br>38.2  | 24<br>35.3  | 27<br>39.7  | 21<br>30.9  | 19<br>27.9  | 17<br>25.0 | 19<br>27.9        | 15<br>22.1  | 17<br>25.0        | 12<br>17.6 | 2<br>2.9   |
|       | 60歳代  | 70<br>100.0  | 25<br>35.7   | 36<br>51.4  | 29<br>41.4  | 19<br>27.1  | 17<br>24.3  | 20<br>28.6  | 15<br>21.4 | 12<br>17.1        | 8<br>11.4   | 10<br>14.3        | 4<br>5.7   | 2<br>2.9   |
|       | 70歳代  | 48<br>100.0  | 11<br>22.9   | 20<br>41.7  | 12<br>25.0  | 6<br>12.5   | 5<br>10.4   | 9<br>18.8   | 10<br>20.8 | 3<br>6.3          | 2<br>4.2    | 3<br>6.3          | 0<br>0.0   | 5<br>10.4  |
|       | 80歳以上 | 23<br>100.0  | 4<br>17.4    | 8<br>34.8   | 3<br>13.0   | 1<br>4.3    | 0<br>0.0    | 5<br>21.7   | 2<br>8.7   | 0<br>0.0          | 0<br>0.0    | 2<br>8.7          | 0<br>0.0   | 1<br>4.3   |
|       | 女性    | 全体           | 512<br>100.0 | 315<br>61.5 | 238<br>46.5 | 226<br>44.1 | 111<br>21.7 | 92<br>18.0  | 83<br>16.2 | 103<br>20.1       | 64<br>12.5  | 72<br>14.1        | 54<br>10.5 | 70<br>13.7 |
| 20歳代  |       | 41<br>100.0  | 21<br>51.2   | 19<br>46.3  | 23<br>56.1  | 10<br>24.4  | 13<br>31.7  | 3<br>7.3    | 11<br>26.8 | 9<br>22.0         | 12<br>29.3  | 7<br>17.1         | 6<br>14.6  | 7<br>17.1  |
| 30歳代  |       | 139<br>100.0 | 91<br>65.5   | 56<br>40.3  | 65<br>46.8  | 30<br>21.6  | 37<br>26.6  | 29<br>20.9  | 28<br>20.1 | 18<br>12.9        | 26<br>18.7  | 18<br>12.9        | 26<br>18.7 | 30<br>21.6 |
| 40歳代  |       | 121<br>100.0 | 87<br>71.9   | 54<br>44.6  | 57<br>47.1  | 28<br>23.1  | 28<br>23.1  | 23<br>19.0  | 25<br>20.7 | 22<br>18.2        | 22<br>18.2  | 18<br>14.9        | 23<br>19.0 | 21<br>17.4 |
| 50歳代  |       | 70<br>100.0  | 47<br>67.1   | 33<br>47.1  | 36<br>51.4  | 20<br>28.6  | 7<br>10.0   | 15<br>21.4  | 11<br>15.7 | 6<br>8.6          | 9<br>12.9   | 8<br>11.4         | 13<br>18.6 | 10<br>14.3 |
| 60歳代  |       | 61<br>100.0  | 32<br>52.5   | 41<br>67.2  | 23<br>37.7  | 18<br>29.5  | 4<br>6.6    | 7<br>11.5   | 12<br>19.7 | 6<br>9.8          | 3<br>4.9    | 3<br>4.9          | 1<br>1.6   | 14<br>23.0 |
| 70歳代  |       | 51<br>100.0  | 25<br>49.0   | 23<br>45.1  | 15<br>29.4  | 4<br>7.8    | 2<br>3.9    | 5<br>9.8    | 14<br>27.5 | 3<br>5.9          | 0<br>0.0    | 0<br>0.0          | 1<br>2.0   | 7<br>13.7  |
| 80歳以上 |       | 29<br>100.0  | 12<br>41.4   | 12<br>41.4  | 7<br>24.1   | 1<br>3.4    | 1<br>3.4    | 1<br>3.4    | 2<br>6.9   | 0<br>0.0          | 0<br>0.0    | 0<br>0.0          | 0<br>0.0   | 3<br>10.3  |

※上位2項目を灰色に着色

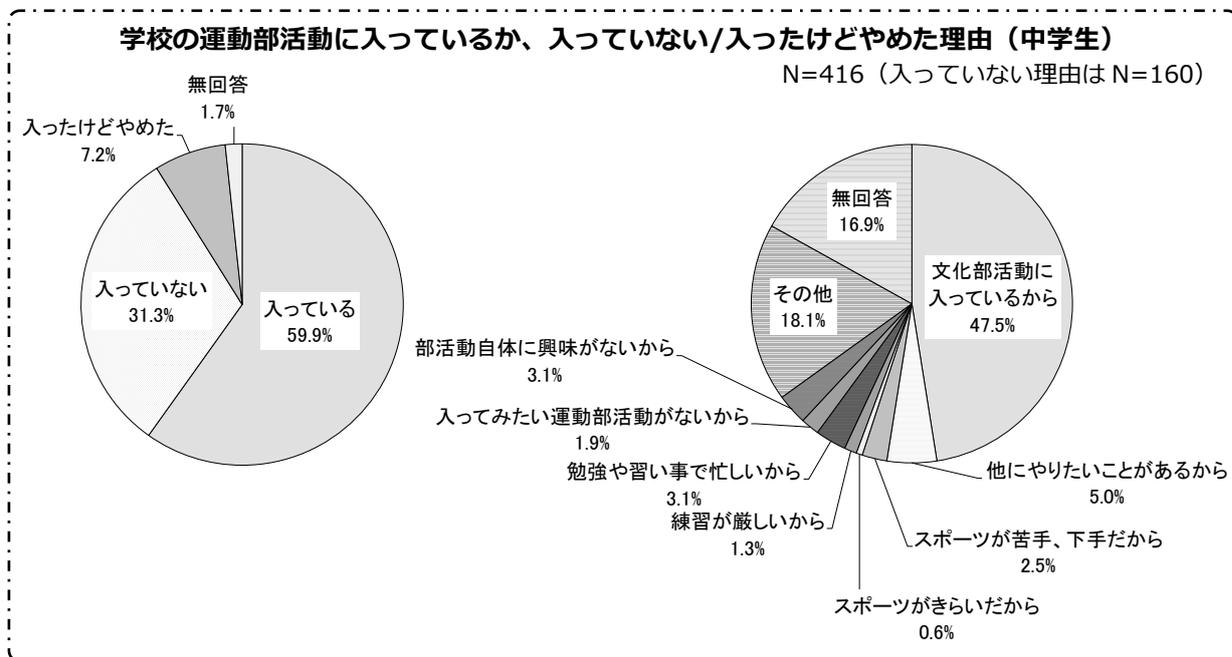
20歳以上の区民が今後参加したいと思うスポーツイベントや大会は、「健康づくりや体力の向上のためのイベントや大会」が29.8%と最も多く、次いで「家族や友達と参加できるイベントや大会」が26.6%、「初心者を対象としたイベントや大会」が24.2%となっています。

このように、家族や友達と参加できる、また、初心者を対象とした気軽に参加できるスポーツイベントや大会が求められていることが分かります。



中学生の運動部活動への入部状況については、「入っている」と回答した人が 59.9%、「入っていない」と回答した人が 31.3%、「入ったけどやめた」と回答した人が 7.2%でした。

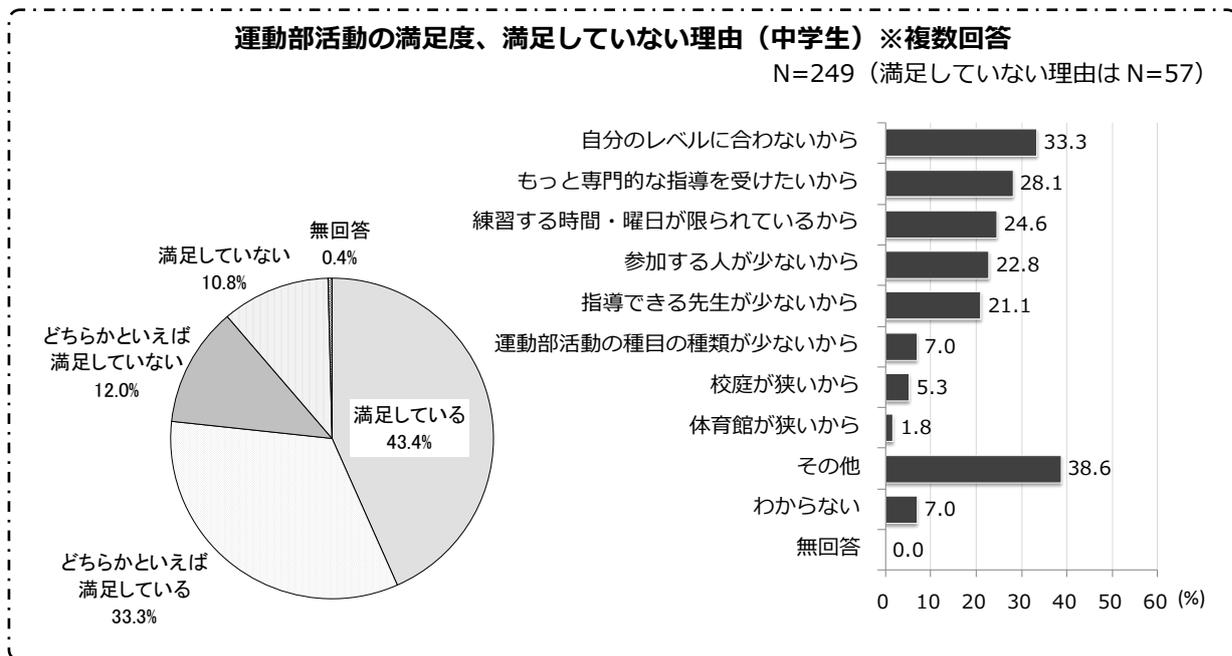
「入っていない」「入ったけどやめた」と回答した人の理由をみると、「文化部活動に入っているから」が 47.5%と最も多くありました。



中学生の運動部活動に対する満足度をみると、満足している（「満足している」「どちらかといえば満足している」を含む）という人の割合は 76.7%であり、満足していない（「満足していない」「どちらかといえば満足していない」を含む）という人の割合は 22.8%となっています。

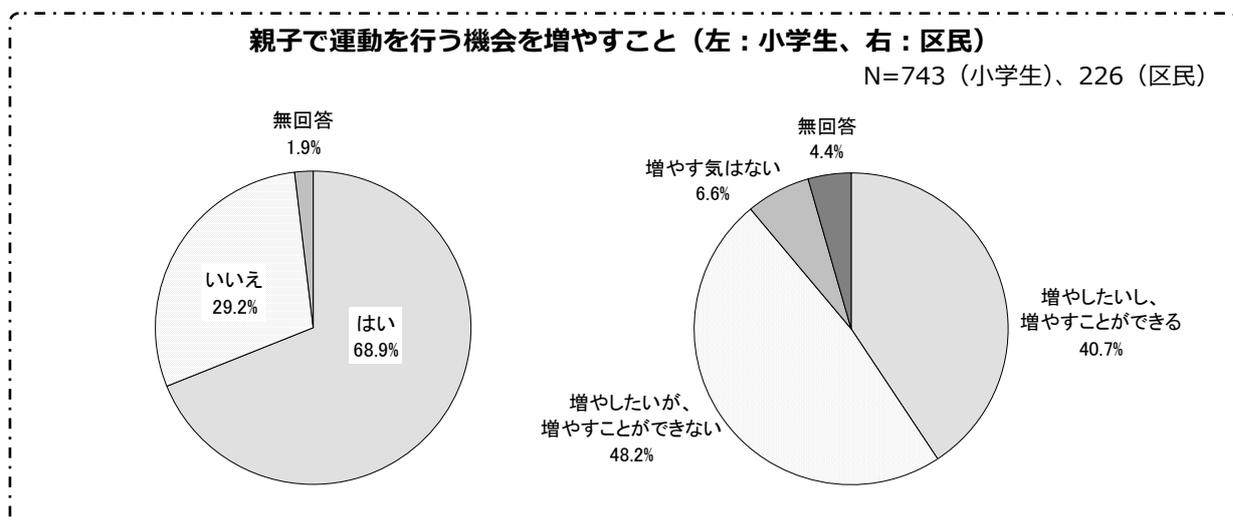
満足していない理由としては、「自分のレベルに合わないから」という回答が 33.3%、「もっと専門的な指導を受けたいから」という回答が 28.1%となっています。

こうしたことから、中学生の運動部活動では、生徒の体力や運動能力に応じたスポーツ指導が望まれていることが分かります。



20歳以上の区民および小学生が、親子で運動を行う機会を増やしたいかについては、小学生の約7割が機会を増やしたいと回答しており、20歳以上の区民においても、「増やしたいし、増やすことができる」が40.7%、「増やしたいが、増やすことができない」が48.2%と回答しています。

このことから、子どもも大人も、親子で運動を行う機会を増やしたいと考えていることが分かります。



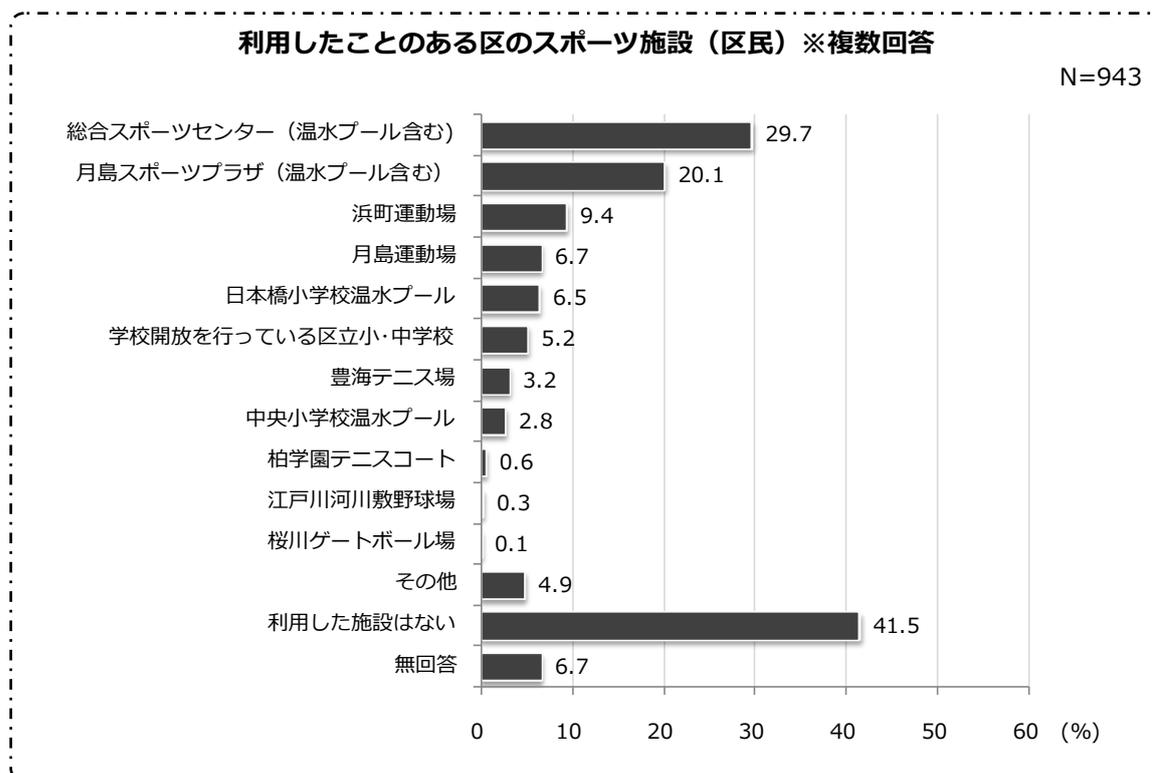
## 2-4 スポーツ施設について

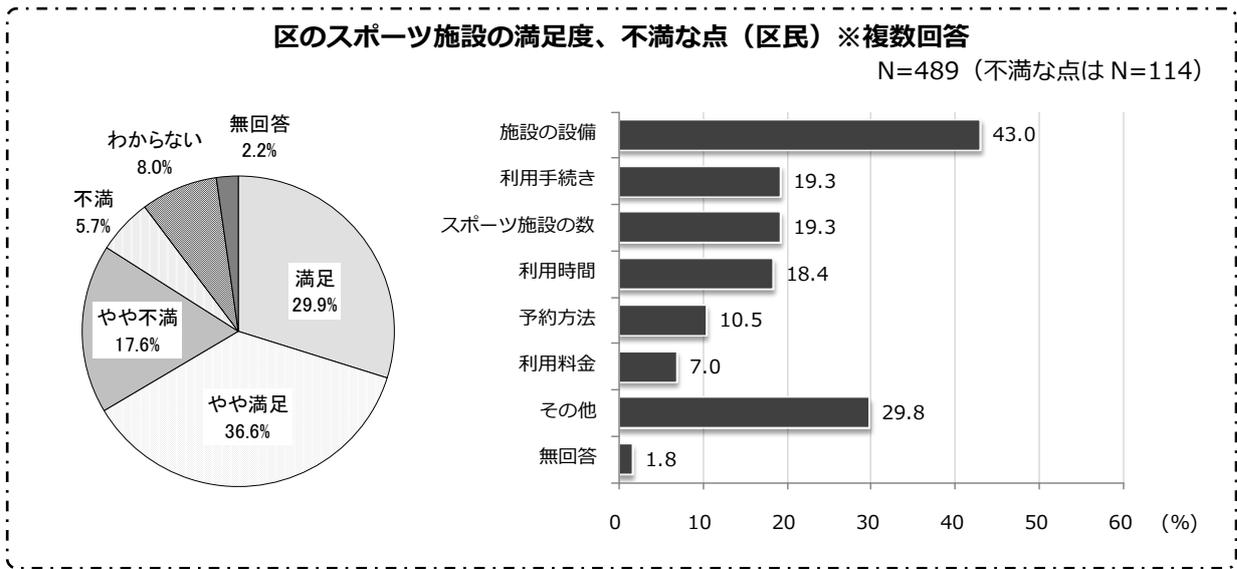
### (1) スポーツ施設等の利用状況

20歳以上の区民が利用したことがあるスポーツ施設などをみると、「総合スポーツセンター」が29.7%と最も多く、次いで「月島スポーツプラザ」が20.1%、「浜町運動場」が9.4%となっており、スポーツ施設などを利用したことがある区民は51.8%となっています。

また、スポーツ施設などを利用している区民の満足度をみると、「やや満足」が36.6%と最も多く、次いで「満足」が29.9%となっており、「満足」「やや満足」の合計は66.5%となっています。利用しているスポーツ施設などの不満な点をみると、「施設の設備」が43.0%と最も多く、次いで「利用手続き」と「スポーツ施設の数」が19.3%となっています。

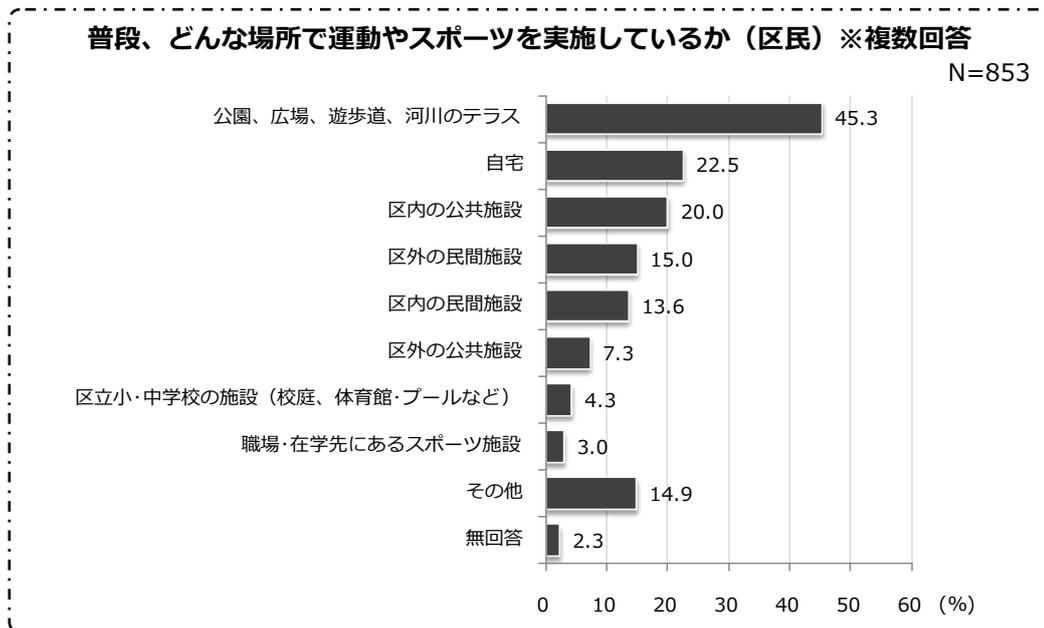
スポーツ施設などの利用者の多くは満足している一方で、設備や利用手続きなどの改善要望も挙げられており、今後はさらに区民が身近で利用しやすい施設となるような整備充実が求められているといえます。





また、20歳以上の区民で、普段運動やスポーツをしている場所についてみると、「公園、広場、遊歩道、河川のテラス」という回答が45.3%と最も多くなっています。

こうしたことから、スポーツ施設などの整備充実だけでなく、公共空間の有効活用を進めることがスポーツ推進を図る上で効果的といえます。



## 2-5 スポーツ団体・クラブ等について

### (1) スポーツ団体・クラブ等の取組内容と今後の課題

ここでは、平成 27 年 12 月に実施した、スポーツ団体・クラブを対象とする「中央区スポーツ推進計画策定のためのヒアリング調査」の結果から、各団体の取組内容と、スポーツ活動を活性化するうえでの今後の課題を整理しています。

#### 1) 中央区体育協会

中央区体育協会は、区民の体位向上ならびにスポーツ精神の涵養（養成・育成）に努め、併せて体育運動に関する諸団体相互の連絡融和を図るために、昭和 22 年に設立されました。現在 30 の種目団体が加盟しています。

(平成27年度)

| 中央区体育協会 加盟団体 (30団体) |          |          |            |            |
|---------------------|----------|----------|------------|------------|
| アーチェリー協会            | ゴルフ連盟    | ソフトボール連盟 | 軟式野球連盟     | 民踊連盟       |
| 合気道連盟               | サッカー協会   | 太極拳連盟    | バスケットボール連盟 | ヨット連盟      |
| 空手道連盟               | 柔道会      | 卓球連盟     | バドミントン協会   | ライフル射撃協会   |
| 弓道連盟                | 水泳連盟     | 釣友会連盟    | バレーボール連盟   | ラジオ体操会連盟   |
| クレー射撃連盟             | スキー連盟    | テニス連盟    | フォークダンス連盟  | 陸上競技協会     |
| 剣道連盟                | ソフトテニス連盟 | トランポリン協会 | ボウリング連盟    | レクリエーション連盟 |

#### <スポーツ活動を活性化するうえでの今後の課題（ヒアリング調査より）>

- 施設の不足感を感じている。
- 会員を勧誘する機会がほしい。
- イベントなどの情報の周知、参加者増加のための取り組みの強化が必要である。
- 加盟団体同士の交流を深めたい。

#### 2) スポーツ少年団

「スポーツによる青少年の健全育成」を実現するため、「一人でも多くの青少年にスポーツの喜びを！」「スポーツを通じて青少年のからだところを育てる組織を地域社会の中に」との理念のもとに、特定のスポーツ種目に係る活動を行うほか、野外活動や文化・学習活動などにも取り組み、様々な交流体験活動を行っています。

(平成27年度)

| スポーツ少年団 登録団 (25団) |                 |         |         |
|-------------------|-----------------|---------|---------|
| 野球 (7団)           | バドミントン (2団)     | 卓球      | スケートボード |
| サッカー (4団)         | ミニバスケットボール (2団) | バレーボール  | 少林寺拳法   |
| 剣道 (4団)           | 空手道             | スナッグゴルフ |         |

### <スポーツ活動を活性化するうえでの今後の課題（ヒアリング調査より）>

- 継続的に子どもたちを育てていける指導者の育成が必要であると感じている。
- 行政や団体間での交流が大切である。

### 3) スポーツ推進委員協議会

スポーツ基本法および中央区スポーツ推進委員に関する規則により委嘱された、体育・スポーツに深い関心と理解をもち、指導能力のある 32 人のスポーツ推進委員により構成された組織です。区民の体位向上とレクリエーション活動発展に必要な調査研究を行うとともに、区および体育協会が行うスポーツレクリエーション活動に協力し、スポーツの推進活動を行っています。

### <スポーツ活動を活性化するうえでの今後の課題（ヒアリング調査より）>

- 行政や区民との連携を更に深めながらスポーツ推進を図っていきたい。
- 障害者スポーツの指導力向上が必要と感じている。

### 4) 地域スポーツクラブ「大江戸月島」

地域スポーツクラブ「大江戸月島」は、平成 25 年に中央区に設立された地域スポーツクラブです。月島地域の小・中学校、公共施設、プール、テニスコートなどを会場に気軽にスポーツ、レクリエーション、文化活動を楽しめる教室の開催や事業を行っています。地域の方は、会員、運営スタッフ、指導者など様々な形でクラブに参加することができます。

### <スポーツ活動を活性化するうえでの今後の課題（ヒアリング調査より）>

- 十分な場所の確保が課題である。
- 行政や区民、団体間との交流が大切だと考えている。
- 障害者スポーツにも取り組みたいが、そのための指導者がいない。
- クラブ自らで、指導者を育成するだけの力はまだない。
- スポーツを通じたコミュニティの場となりたい。

## (2) 民間スポーツクラブの取り組み

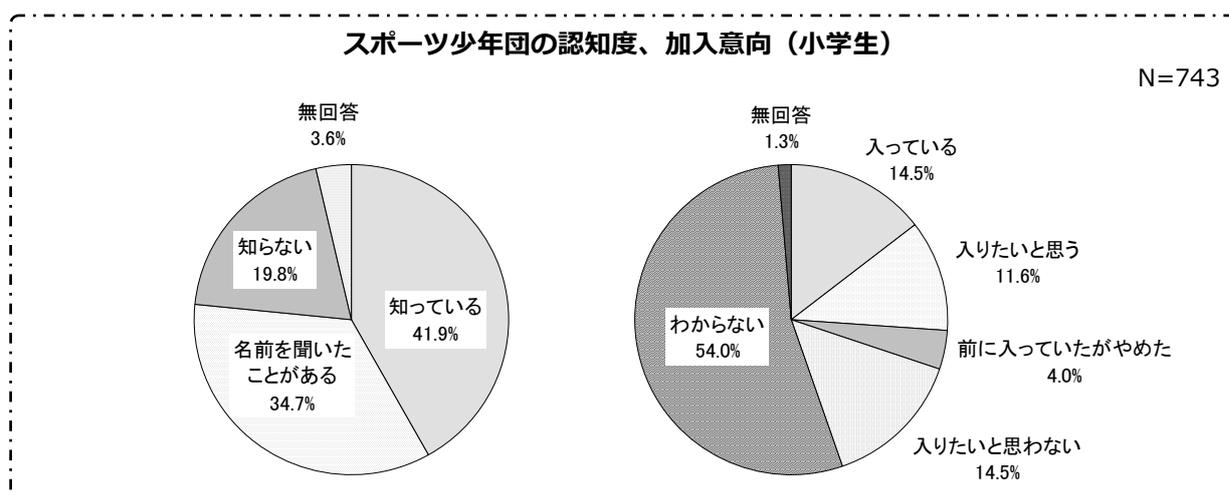
平成 27 年 10 月に実施した、民間事業者を対象とする「運動やスポーツに関するアンケート調査」の結果から、民間スポーツクラブでは、個人、小人数を対象としたプログラムに人気が見られる一方で、エアロビクスなど以前と比べて人気落ちてきているプログラムもはっきりしているといった現状がみられました。しかし、総じて運動やスポーツに取り組む人が増えていると認識している事業者が多くみられました。

また、地域の健康推進のための教室開催などを考えるなど、区との情報交換や連携を希望する事業者もあります。

### (3) スポーツ団体・クラブ等への加入意向

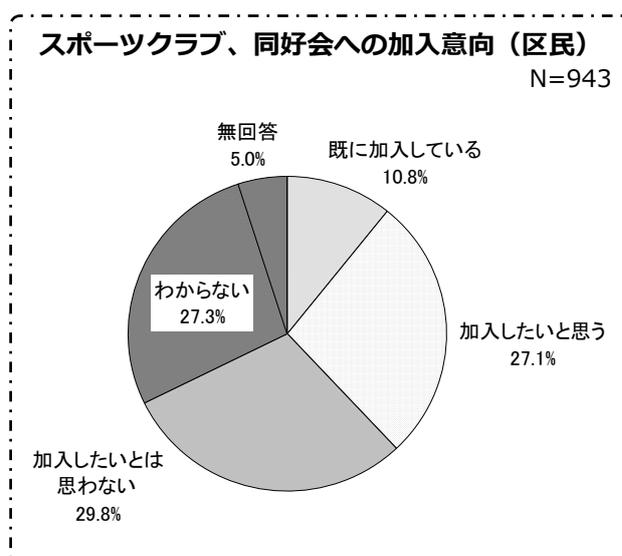
小学生のスポーツ少年団の認知度をみると、「知っている」と回答した人は 41.9%であり、「知らない」が 19.8%、「名前を聞いたことがある」が 34.7%でした。また、加入意向についても、「わからない」という回答が 54.0%と多くなっていました。

こうしたことから、スポーツ少年団の活動について、情報が充分には浸透しきっていないことが分かります。



20 歳以上の区民について、自分の好きな運動やスポーツのクラブ、同好会への加入意向をみると、「加入したいとは思わない」と回答した人の割合が 29.8%と最も高く、次いで「わからない」と回答した人の割合が 27.3%、「加入したいと思う」と回答した人の割合が 27.1%となっています。

年齢別にみると、20 歳代、30 歳代で「加入したいと思う」と回答した人の割合が高くなっています。



回答者の年齢とのクロス集計結果（区民）

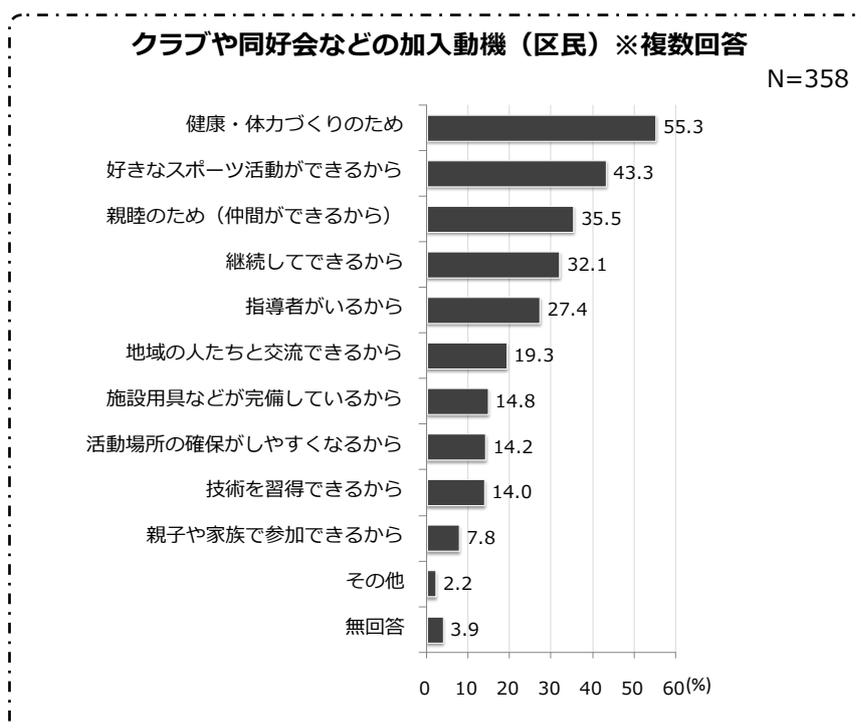
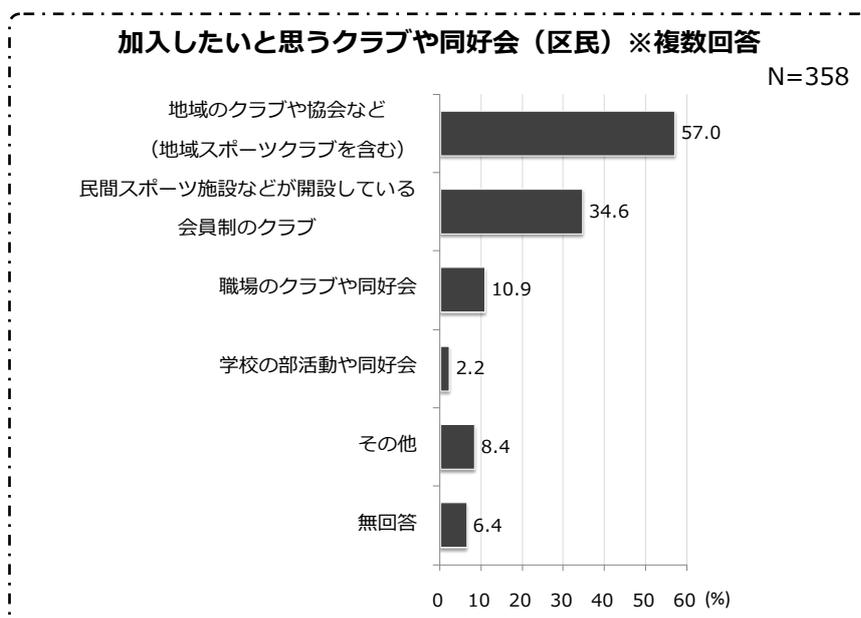
|       | 合計    | 既に加入している | 加入したいと思う | 加入したいとは思わない | わからない | 無回答  |
|-------|-------|----------|----------|-------------|-------|------|
| 全体    | 939   | 102      | 256      | 281         | 254   | 46   |
|       | 100.0 | 10.9     | 27.3     | 29.9        | 27.1  | 4.9  |
| 20歳代  | 78    | 11       | 27       | 20          | 20    | 0    |
|       | 100.0 | 14.1     | 34.6     | 25.6        | 25.6  | 0.0  |
| 30歳代  | 211   | 19       | 78       | 53          | 61    | 0    |
|       | 100.0 | 9.0      | 37.0     | 25.1        | 28.9  | 0.0  |
| 40歳代  | 227   | 22       | 65       | 65          | 70    | 5    |
|       | 100.0 | 9.7      | 28.6     | 28.6        | 30.8  | 2.2  |
| 50歳代  | 138   | 15       | 27       | 54          | 40    | 2    |
|       | 100.0 | 10.9     | 19.6     | 39.1        | 29.0  | 1.4  |
| 60歳代  | 131   | 21       | 30       | 33          | 37    | 10   |
|       | 100.0 | 16.0     | 22.9     | 25.2        | 28.2  | 7.6  |
| 70歳代  | 99    | 10       | 20       | 33          | 19    | 17   |
|       | 100.0 | 10.1     | 20.2     | 33.3        | 19.2  | 17.2 |
| 80歳以上 | 55    | 4        | 9        | 23          | 7     | 12   |
|       | 100.0 | 7.3      | 16.4     | 41.8        | 12.7  | 21.8 |

※上位1項目を灰色に着色

20歳以上の区民が「加入している」「加入したいと思う」クラブや同好会については、「地域のクラブや協会など」が57.0%と最も多く、次いで「民間スポーツ施設などが開設している会員制のクラブ」が34.6%となっています。

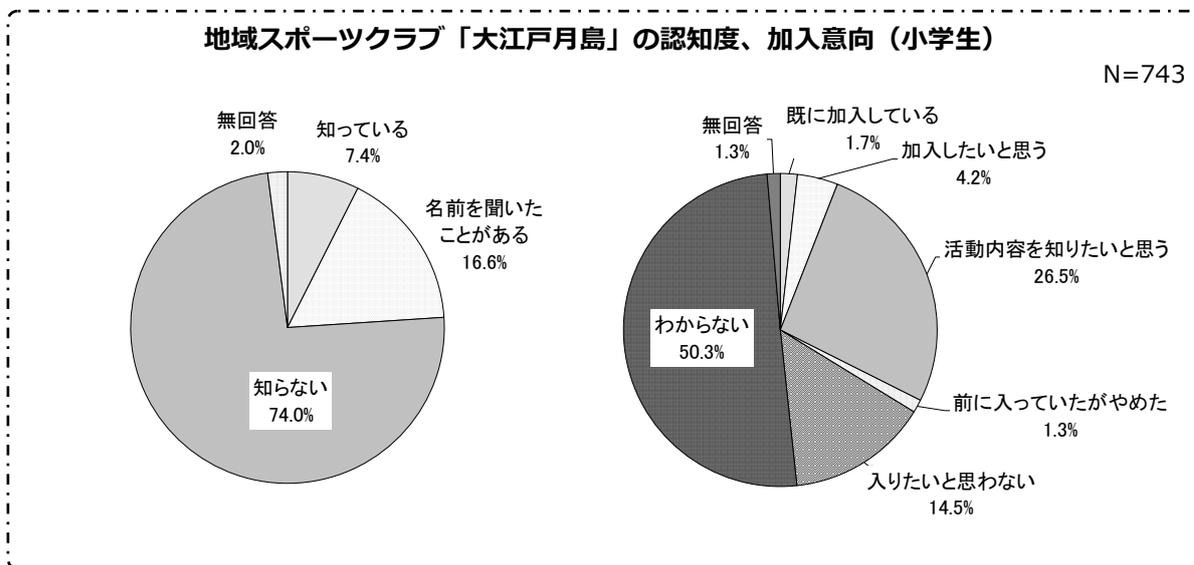
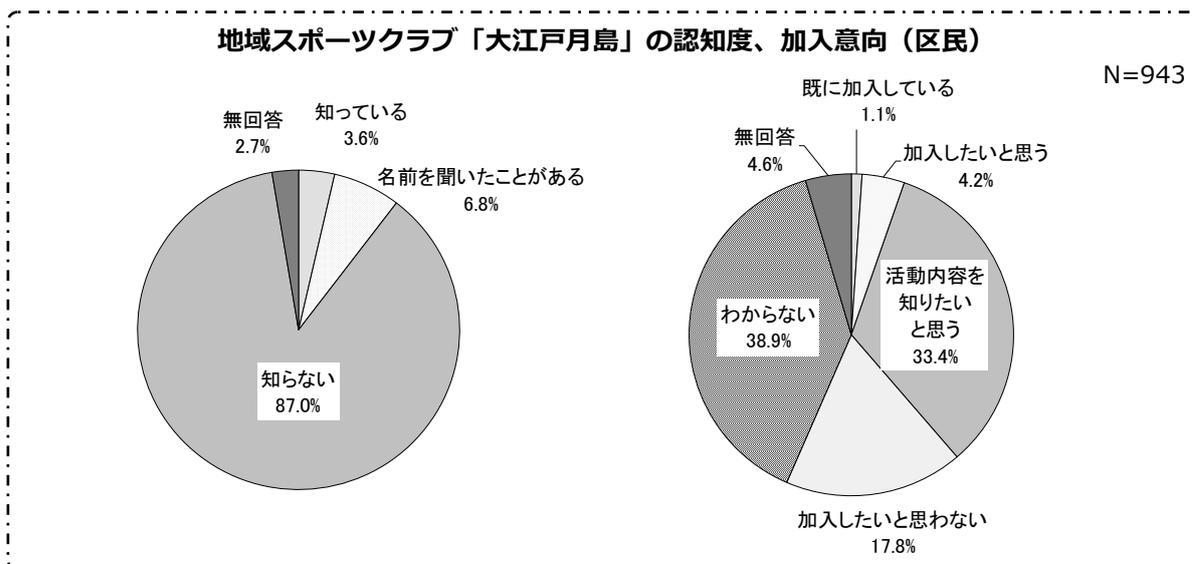
クラブや同好会などに加入した(したいと思う)動機については、「健康・体づくりのため」が55.3%と最も多く、次いで「好きなスポーツ活動ができるから」が43.3%、「親睦のため」が35.5%となっています。

このことから、健康・体づくりや、好きな運動やスポーツを行うことができるクラブや同好会の存在が、区民のスポーツ活動につながるということがうかがえます。また、こういったクラブや同好会はスポーツ実施率の低い20歳代、30歳代の運動やスポーツの場となることも期待されます。



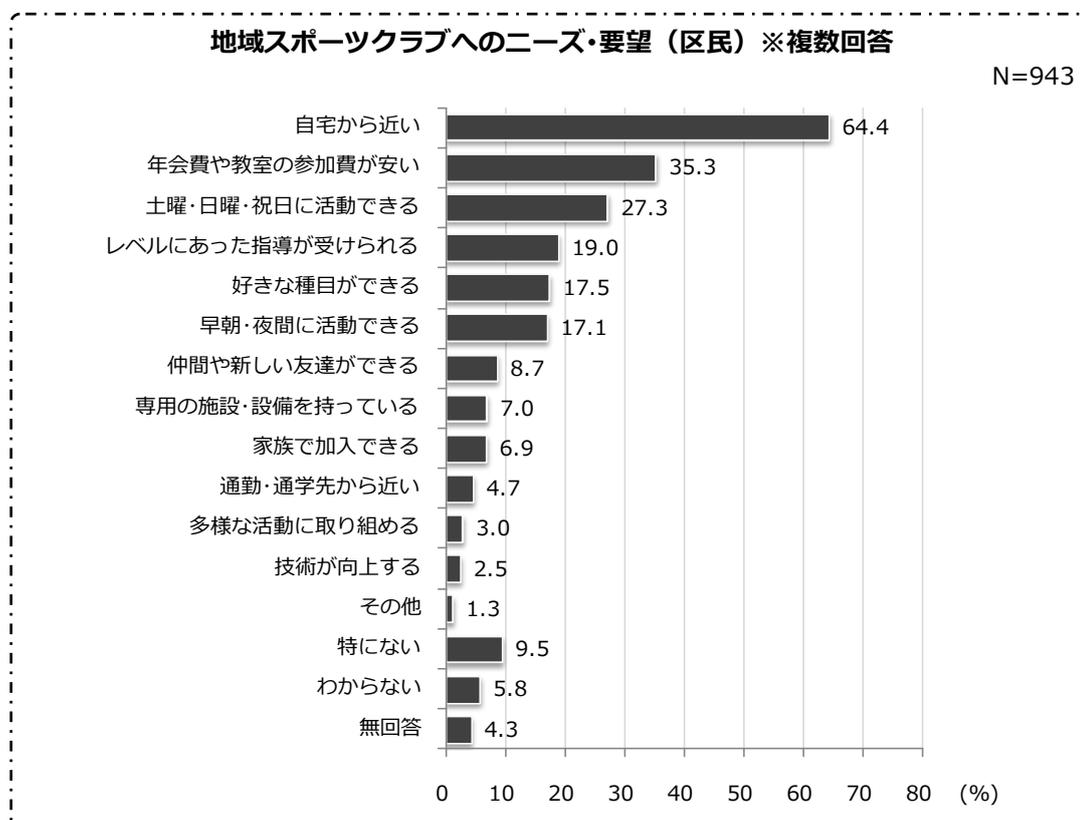
20歳以上の区民および小学生の地域スポーツクラブ「大江戸月島」に対する認知度については、区民の87.0%、小学生の74.0%が「知らない」と回答しています。地域スポーツクラブ「大江戸月島」への加入意向については、「加入したいと思う」と回答した人は区民で4.2%、小学生で4.2%でした。しかし、現状では「分からない」と回答した人が区民で約4割、小学生で約5割に上り、「活動内容を知りたい」と回答した人は区民、小学生ともに約3割となりました。

現状では、子どもから大人まで、地域スポーツクラブに対する認知度は低く、その一方で、活動内容について知りたいという要望が多くあることから、活動内容の周知を図っていくことが重要です。



また、20歳以上の区民の地域スポーツクラブへのニーズ・要望としては、「自宅から近い」が64.4%と最も多く、次いで「年会費や教室の参加費が安い」が35.3%、「土曜・日曜・祝日に活動できる」が27.3%となりました。

このことから、地域スポーツクラブに対しては、区民にとってより身近にあり気軽に参加しやすいことが期待されていることが分かります。



## (4) 区内団体のスポーツに関する取組内容と今後の課題

ここでは、平成 27 年 12 月に実施した、関係各課を対象とする「中央区スポーツ推進計画策定のためのヒアリング調査」の結果から、各団体のスポーツに関する取組内容と、子どもや青少年、障害者、高齢者のスポーツ活動に関する現状認識や意向などについて整理しています。

### 1) PTA 連合会

学校・幼稚園の PTA は、子どもの健全な成長を目的とした社会教育関係団体として幅広く活動するとともに、連合会を結成して相互の交流と通学区域を越えた共通問題の調査・研究に取り組んでいます。

現状としては、各校で様々な取り組みを行っており、子どもの運動やスポーツへの参加は増加しています。また、区内には遊び場が少ないという意識が高くあるものの、校庭遊び場開放の利用者増には繋がってはいません。

#### <スポーツ活動に対する現状認識や課題等（ヒアリング調査より）>

- スポーツの場・機会の不足感を感じている。増やしてほしい。
- 高学年になると運動やスポーツの参加が減少することを課題と捉えている。親子でのスポーツの機会も減っている。

### 2) 青少年委員

中央区青少年委員の設置等に関する規則により、青少年対策地区委員会から推薦を受けた区民に教育委員会から委嘱されています。青少年委員は、青少年活動の指導・助言などのほか、区が行う青少年教育事業の協力者として、少年リーダー養成研修会、子どもフェスティバルなどの運営を行っています。

#### <スポーツ活動に対する現状認識や課題等（ヒアリング調査より）>

- 現状では、子どもたちの運動能力が低下している。また、学校毎に差があると感じている。
- 子どもたちに東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会の観戦やボランティア参加を体験させたい。
- 各地域で身体を動かせる場があれば、スポーツがコミュニティづくりのきっかけとなる。地域で子どもが運動やスポーツをする機会が増えると良いと思う。
- 公園の利用規則などをもう少し緩和しても良いと思う。

### 3) 障害者団体

障害者福祉団体は、概ね障害別に組織されています。各団体は、観光バスを使用して、年に数回レクリエーションを行い、相互の理解と親睦を深めています。その他、年間を通した各団体の活動の中から、家庭ではなかなか体験できない外部との交流を図りながら、社会活動に参加しています。

#### <スポーツ活動に対する現状認識や課題等（ヒアリング調査より）>

- 障害の部位や程度によりそれぞれにあったスポーツが必要である。
- 障害者を理解している指導者が必要である。
- 継続してスポーツができるための場、種目、指導者が必要である。
- 障害者と健常者が一緒にスポーツをすることが重要である。
- 障害者スポーツを支援する人が増えることが必要だと思う。
- 施設整備が重要だと感じている。

### 4) 高齢者団体

高齢者クラブは、高齢者が健康で豊かに暮らしていくための自主的な組織で、会員相互の親睦を深めるとともに、社会奉仕活動、生きがいを高める各種活動、健康づくりのための活動などを行っています。

高齢者クラブでは、ラジオ体操や太極拳への参加者が多く、運動を通じた集まりがコミュニティの場や仲間づくりの場にもなっています。

#### <スポーツ活動に対する現状認識や課題等（ヒアリング調査より）>

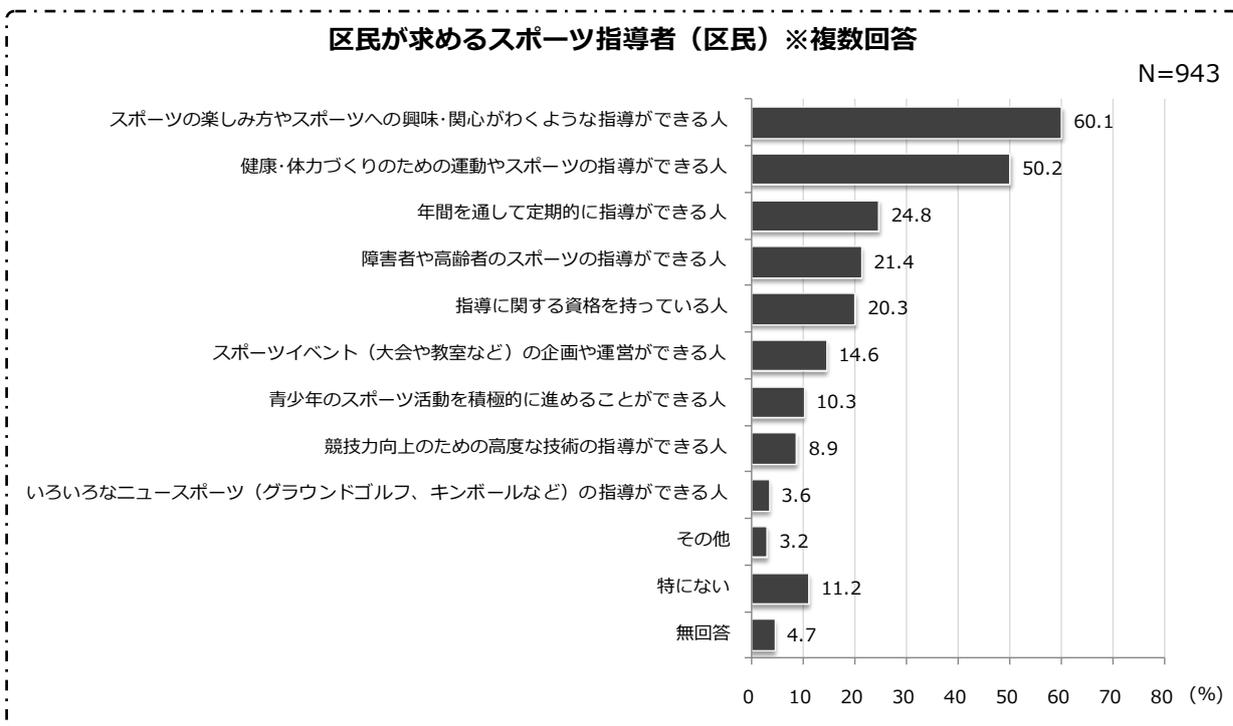
- 教室への参加だけでなく自主的な活動に移行したい。
- 施設や教室などの情報が行き届いていない。
- 場や機会を多世代とうまく使い分けていきたい。

## 2-6 スポーツ指導者・ボランティアについて

### (1) スポーツ指導者に求めること

20歳以上の区民が求めるスポーツ指導者についてみると、「スポーツの楽しみ方やスポーツへの興味・関心がわくような指導ができる人」が60.1%と最も多く、次いで「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50.2%、「年間を通して定期的に指導ができる人」が24.8%となっています。

このことから、広く区民には、運動・スポーツへの導入や健康づくりについて教えることができる指導者が求められているといえます。



## (2) スポーツに関するボランティア活動

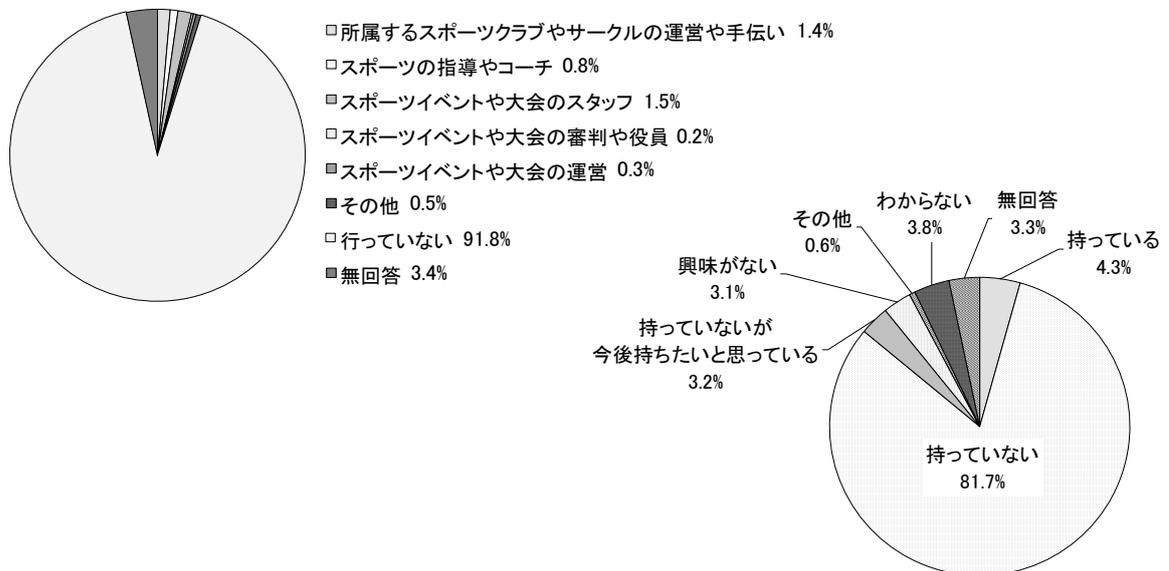
20歳以上の区民で、この1年間にスポーツの指導や大会の運営などスポーツに関するボランティアを行ったかについては、「行っていない」という回答が91.8%となっています。

また、スポーツの指導や審判など、スポーツ活動に活用できるスキルの有無についても、「持っていない」という回答が81.7%であり、「持っていないが今後持ちたいと思っている」方と「興味がない」方は同程度となっています。

スポーツとの関わり方には、自身が体を動かして行う“する”スポーツ、プロスポーツや競技大会を観戦する“みる”スポーツのほか、指導者やボランティア、サポーターとして“支える”スポーツがあります。スポーツ活動の推進にあたっては、こうした“支える”スポーツを行うボランティアを育成・確保していくことも大切です。

スポーツに関するボランティア活動を行ったか、スポーツ活動に活用できるスキルの有無（区民）

N=943

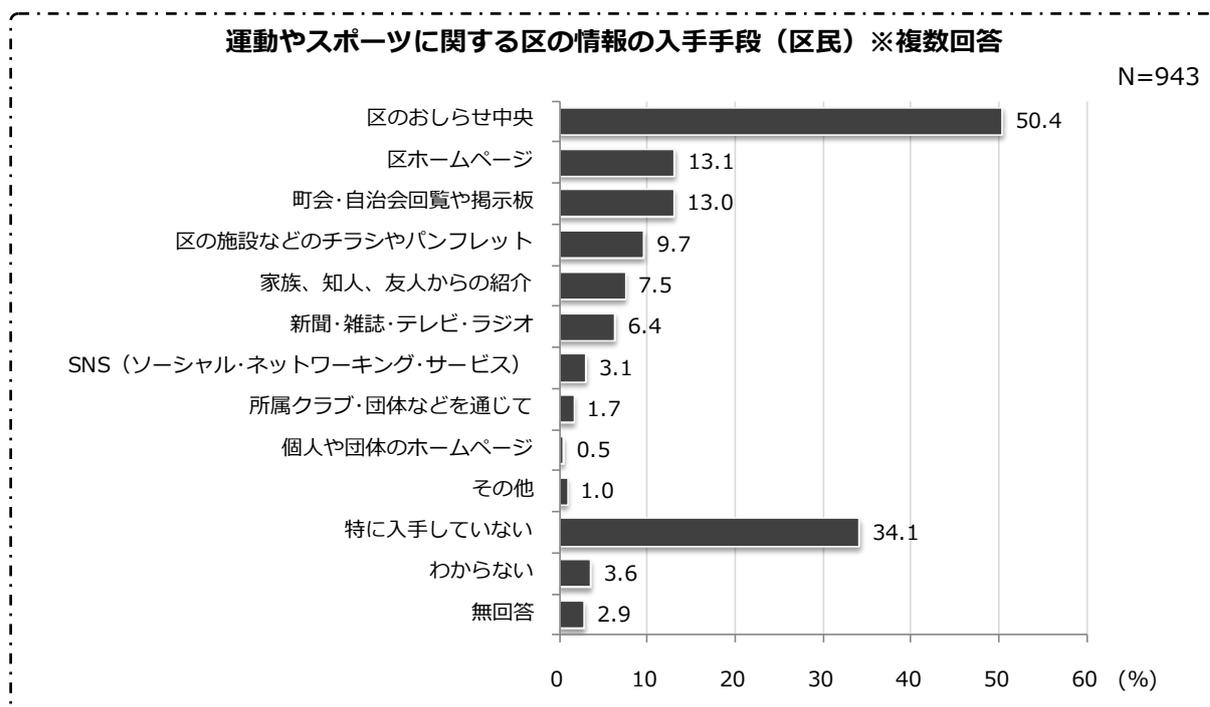


## 2-7 スポーツに関する情報について

### (1) 区民が知りたいスポーツに関する情報

20歳以上の区民の、運動やスポーツに関する区の情報の入手手段についてみると、「区のおしらせ中央」が50.4%と最も多く、次いで「区ホームページ」が13.1%、「町会・自治会回覧や掲示板」が13.0%となっています。また、「特に入手していない」は34.1%となっています。

年齢別にみると、40歳以上で「区のお知らせ」の割合が高くなっている一方、20歳代、30歳代で「特に入手していない」の割合が高くなっています。



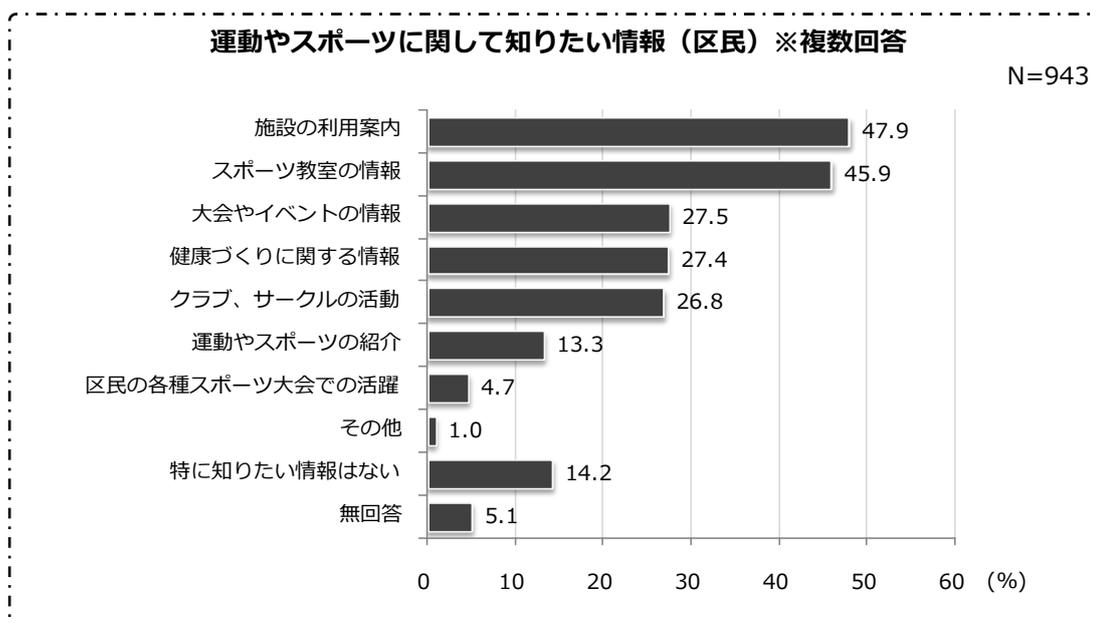
### 回答者の年齢とのクロス集計結果（区民）

|       | 合計           | 区のおしらせ中央    | 区ホームページ     | 掲示板・自治会回覧や  | 町会・自治会紹介、友人 | 家族、知人、友人   | 区の施設やパンフレット | 所属クラブ・団体 | 個人や団体のホームページ | 新聞・雑誌・テレビ・ラジオ | SNS      | その他         | 特に入手していない | わからない      | 無回答 |
|-------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|-------------|----------|--------------|---------------|----------|-------------|-----------|------------|-----|
| 全体    | 939<br>100.0 | 475<br>50.6 | 124<br>13.2 | 123<br>13.1 | 71<br>7.6   | 91<br>9.7  | 16<br>1.7   | 5<br>0.5 | 60<br>6.4    | 29<br>3.1     | 9<br>1.0 | 319<br>34.0 | 34<br>3.6 | 26<br>2.8  |     |
| 20歳代  | 78<br>100.0  | 18<br>23.1  | 8<br>10.3   | 4<br>5.1    | 5<br>6.4    | 3<br>3.8   | 1<br>1.3    | 0<br>0.0 | 4<br>5.1     | 6<br>7.7      | 0<br>0.0 | 45<br>57.7  | 5<br>6.4  | 0<br>0.0   |     |
| 30歳代  | 211<br>100.0 | 84<br>39.8  | 29<br>13.7  | 27<br>12.8  | 27<br>12.8  | 25<br>11.8 | 3<br>1.4    | 2<br>0.9 | 8<br>3.8     | 13<br>6.2     | 2<br>0.9 | 89<br>42.2  | 8<br>3.8  | 0<br>0.0   |     |
| 40歳代  | 227<br>100.0 | 104<br>45.8 | 45<br>19.8  | 19<br>8.4   | 18<br>7.9   | 19<br>8.4  | 5<br>2.2    | 2<br>0.9 | 9<br>4.0     | 8<br>3.5      | 5<br>2.2 | 83<br>36.6  | 9<br>4.0  | 3<br>1.3   |     |
| 50歳代  | 138<br>100.0 | 84<br>60.9  | 24<br>17.4  | 18<br>13.0  | 7<br>5.1    | 9<br>6.5   | 5<br>3.6    | 0<br>0.0 | 6<br>4.3     | 2<br>1.4      | 1<br>0.7 | 42<br>30.4  | 6<br>4.3  | 2<br>1.4   |     |
| 60歳代  | 131<br>100.0 | 89<br>67.9  | 13<br>9.9   | 28<br>21.4  | 7<br>5.3    | 20<br>15.3 | 0<br>0.0    | 1<br>0.8 | 12<br>9.2    | 0<br>0.0      | 0<br>0.0 | 30<br>22.9  | 2<br>1.5  | 4<br>3.1   |     |
| 70歳代  | 99<br>100.0  | 64<br>64.6  | 3<br>3.0    | 19<br>19.2  | 6<br>6.1    | 10<br>10.1 | 2<br>2.0    | 0<br>0.0 | 13<br>13.1   | 0<br>0.0      | 0<br>0.0 | 18<br>18.2  | 2<br>2.0  | 10<br>10.1 |     |
| 80歳以上 | 55<br>100.0  | 32<br>58.2  | 2<br>3.6    | 8<br>14.5   | 1<br>1.8    | 5<br>9.1   | 0<br>0.0    | 0<br>0.0 | 8<br>14.5    | 0<br>0.0      | 1<br>1.8 | 12<br>21.8  | 2<br>3.6  | 7<br>12.7  |     |

※上位2項目を灰色に着色

また、20歳以上の区民の、運動やスポーツに関する区の情報として知りたい内容をみると、「施設の利用案内」が47.9%と最も多く、次いで「スポーツ教室の情報」が45.9%、「大会やイベントの情報」が27.5%となっています。年齢別にみると、20歳代、30歳代で「施設の利用案内」の割合が高くなっており、40～60歳代では「スポーツ教室の情報」の割合が高くなっています。

このように、世代ごとに情報の入手元や知りたい情報に違いがあることがうかがえることから、世代に応じた情報内容を的確に発信していくことが大切です。



**回答者の年齢とのクロス集計結果（区民）**

|       | 合計           | 大会やイベントの情報  | スポーツ教室の情報   | クラブ、サークルの活動 | 施設の利用案内     | 区民の各種スポーツ | の紹介やスポーツ    | に健康づくりに関する情報 | その他      | 情報には知らない    | 特に知りたい     | 無回答 |
|-------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-----------|-------------|--------------|----------|-------------|------------|-----|
| 全体    | 939<br>100.0 | 259<br>27.6 | 432<br>46.0 | 252<br>26.8 | 450<br>47.9 | 44<br>4.7 | 125<br>13.3 | 257<br>27.4  | 9<br>1.0 | 133<br>14.2 | 47<br>5.0  |     |
| 20歳代  | 78<br>100.0  | 24<br>30.8  | 30<br>38.5  | 24<br>30.8  | 39<br>50.0  | 1<br>1.3  | 16<br>20.5  | 21<br>26.9   | 0<br>0.0 | 15<br>19.2  | 0<br>0.0   |     |
| 30歳代  | 211<br>100.0 | 64<br>30.3  | 121<br>57.3 | 88<br>41.7  | 128<br>60.7 | 10<br>4.7 | 28<br>13.3  | 47<br>22.3   | 1<br>0.5 | 21<br>10.0  | 1<br>0.5   |     |
| 40歳代  | 227<br>100.0 | 71<br>31.3  | 123<br>54.2 | 69<br>30.4  | 120<br>52.9 | 10<br>4.4 | 30<br>13.2  | 44<br>19.4   | 3<br>1.3 | 29<br>12.8  | 5<br>2.2   |     |
| 50歳代  | 138<br>100.0 | 37<br>26.8  | 69<br>50.0  | 27<br>19.6  | 63<br>45.7  | 9<br>6.5  | 11<br>8.0   | 45<br>32.6   | 2<br>1.4 | 20<br>14.5  | 3<br>2.2   |     |
| 60歳代  | 131<br>100.0 | 38<br>29.0  | 64<br>48.9  | 31<br>23.7  | 59<br>45.0  | 3<br>2.3  | 25<br>19.1  | 57<br>43.5   | 1<br>0.8 | 10<br>7.6   | 10<br>7.6  |     |
| 70歳代  | 99<br>100.0  | 19<br>19.2  | 19<br>19.2  | 11<br>11.1  | 33<br>33.3  | 5<br>5.1  | 12<br>12.1  | 25<br>25.3   | 2<br>2.0 | 23<br>23.2  | 15<br>15.2 |     |
| 80歳以上 | 55<br>100.0  | 6<br>10.9   | 6<br>10.9   | 2<br>3.6    | 8<br>14.5   | 6<br>10.9 | 3<br>5.5    | 18<br>32.7   | 0<br>0.0 | 15<br>27.3  | 13<br>23.6 |     |

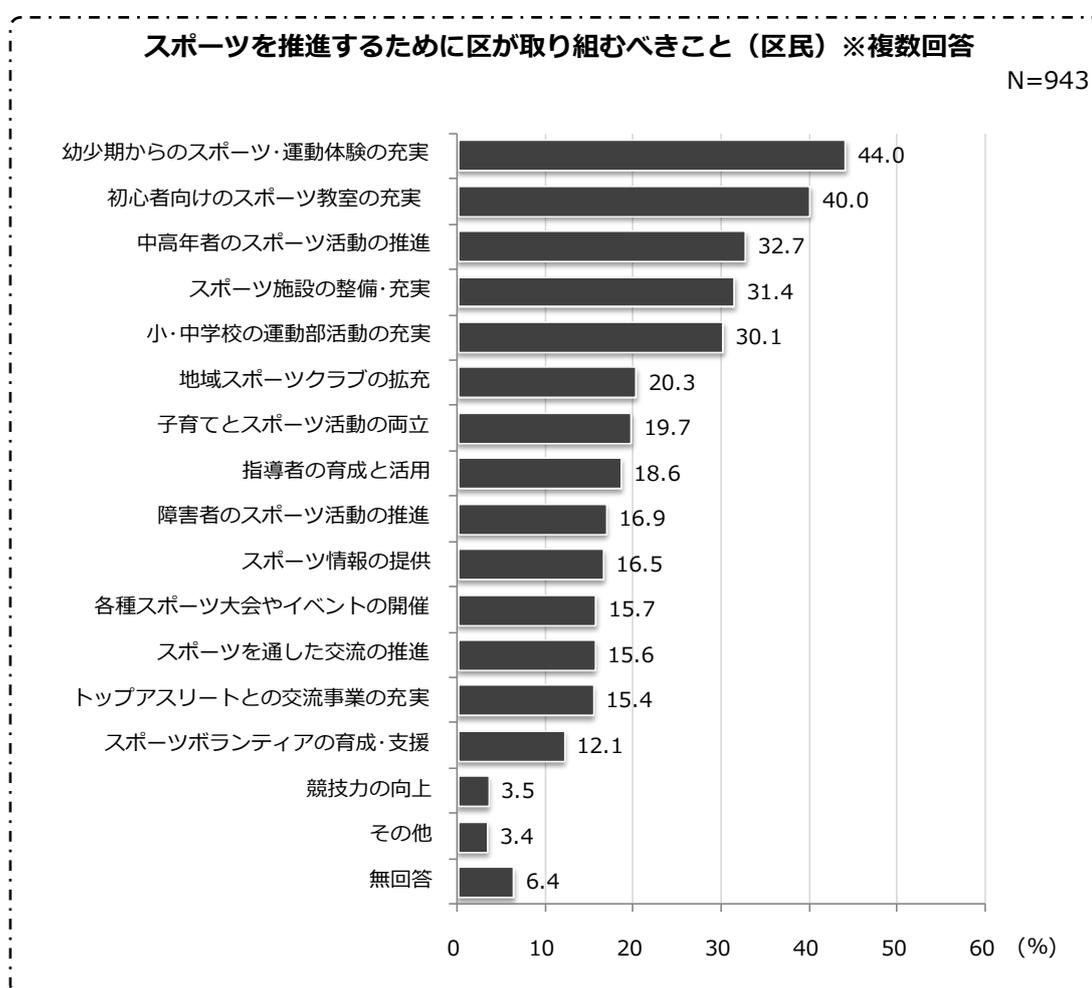
※上位2項目を灰色に着色

## 2-8 区のスポーツ推進に望むこと

### (1) スポーツの推進に向けて

20歳以上の区民の、スポーツを推進するために区が取り組むべきだと思うことをみると、「幼少期からのスポーツ・運動体験の充実」が44.0%と最も多く、次いで「初心者向けのスポーツ教室の充実」が40.0%、「中高年者のスポーツ活動の推進」が32.7%となっています。

このことから、幼少期や成人期、老年期といった区民のライフステージに応じたスポーツ活動の推進を図ること、これまでに運動・スポーツをしてこなかった人や、したくてもできなかった人など、初心者を対象としたスポーツ活動の推進を図ることが求められていることが分かります。

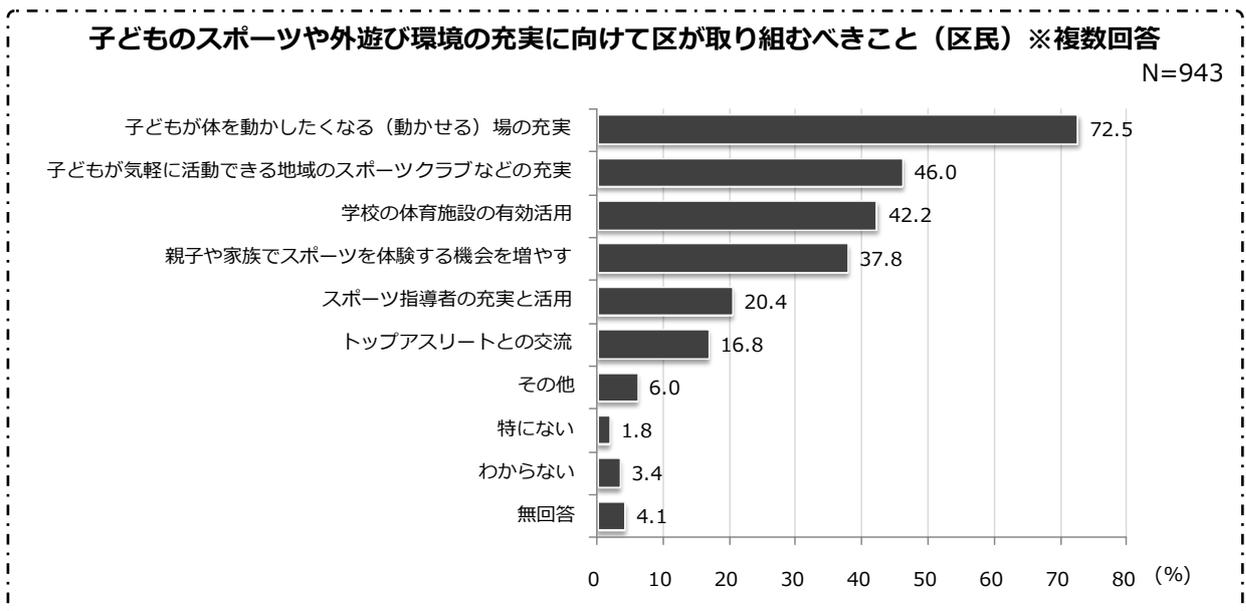
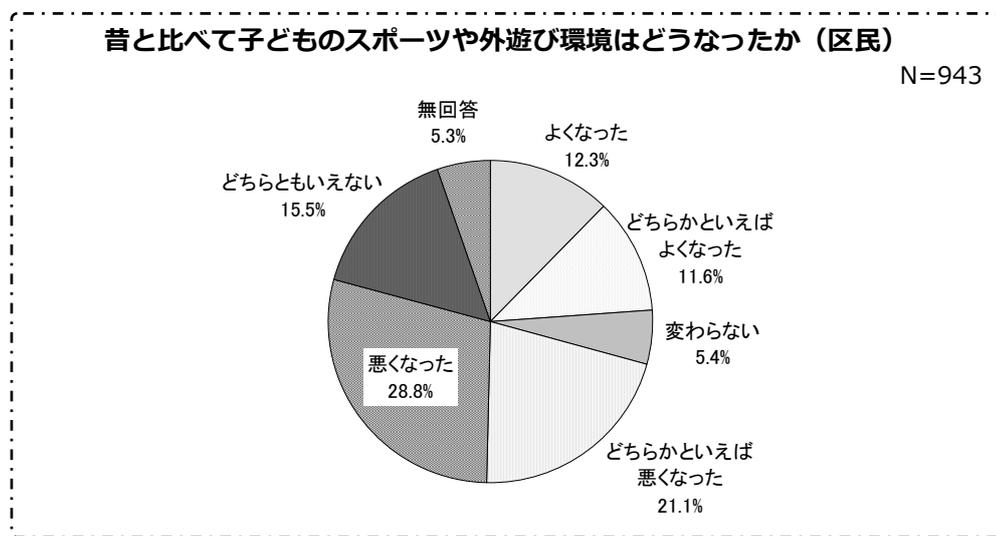


## (2) 子どものスポーツや外遊び環境の充実に向けて

20歳以上の区民からみた、現在の子どものスポーツや外遊び環境については、昔と比べて「よくなった（「よくなった」「どちらかといえばよくなった」を含む）」と回答した人の割合は23.9%でした。その一方で、「悪くなった（「悪くなった」「どちらかといえば悪くなった」を含む）」と回答した人の割合は49.9%と約5割でした。

子どものスポーツや外遊び環境の充実に向けては、「子どもが体を動かしたくなる（動かせ）場の充実」が72.5%と最も多く、次いで「子どもが気軽に活動できる地域のスポーツクラブなどの充実」が46.0%、「学校の体育施設の有効活用」が42.2%でした。

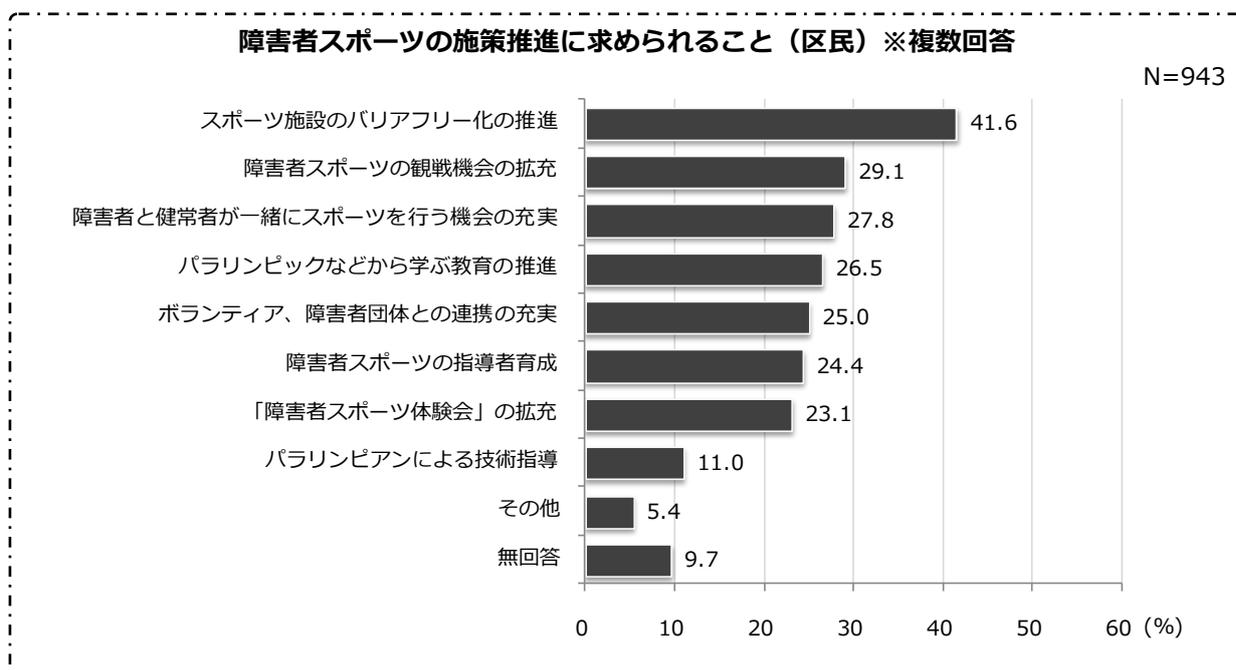
このことから、子どものスポーツや外遊び環境の充実に向けては、子どもが気軽に運動やスポーツに親しめる場所、環境が求められていることが分かります。



### (3) 障害者スポーツの推進に向けて

20歳以上の区民において、障害者スポーツの施策推進に求められることについては、「スポーツ施設のバリアフリー化の推進」が41.6%と最も多く、次いで「障害者スポーツの観戦機会の拡充」が29.1%、「障害者と健常者が一緒にスポーツを行う機会の充実」が27.8%となっています。

こうしたことから、スポーツ施設のバリアフリー化といったハード整備のほかに、障害者スポーツの観戦機会の拡充、障害者と健常者が一緒にスポーツを行う機会の充実など、障害者スポーツへの理解を深めることで、障害のある人となない人が一緒に取り組めるスポーツ活動の推進も求められています。



## 2-9 スポーツ推進に関する課題

スポーツに関する国や東京都などの動向および中央区のスポーツに関する現状を踏まえ、今後の中央区におけるスポーツ推進に関する課題を以下のとおり整理しました。

### 課題 1：子どものスポーツ推進

子どもたちが日常的に運動・スポーツに取り組むことは、心と体の健全な成長につながります。小・中学生の運動やスポーツをすることが嫌いな理由には、「運動やスポーツが苦手だから」「やりたい運動やスポーツがないから」が多く、子どもたちが苦手意識を持つ前に、体を動かすことが楽しい、好きと思える経験をすることが重要です。また、子どもの頃に体を動かすことが好きだった人ほど、大人になっても運動やスポーツが好きな割合が高いことから、生涯を通じて運動・スポーツに親しむには、子どもたちが気軽に体を動かせる場・環境を整えることにより、子どものスポーツ推進を図ることが大切です。

### 課題 2：子育て世代、働き盛り世代のスポーツ推進

実態調査によると区民のスポーツ実施率は52.5%ですが、年齢別にみると、20代から40代の子育て世代や働き盛り世代でスポーツ実施率は低くなっており、仕事（家事、育児）が忙しくて時間がなく、スポーツ活動の現状について満足していない人が多いです。また、親子で運動を行う機会を増やしたいと考えている人は9割近くにものぼります。こうしたことから、子育て世代や働き盛り世代の人が子どもと一緒にすることも含め、気軽に運動・スポーツに取り組める機会や場の充実を図っていくことが重要です。

### 課題 3：高齢者のスポーツ推進

東京都では、超高齢社会の到来を見据え、こうした社会に対応したスポーツの推進を図っていくことが重要であるとしています。中央区においては、高齢者比率は概ね横ばいで推移している一方で、高齢者数は増加傾向にあります。現在の高齢者のスポーツ実施率は他の世代に比べて高いものの、高齢者にとって運動を通じた集まりがコミュニティや仲間づくりの場にもなっているため、健康寿命の延伸や運動・スポーツを通じた生きがいづくりなど、今後も更に高齢者のスポーツ活動を推進することが重要です。

### 課題 4：障害者のスポーツ推進

中央区ではこれまで、障害の有無に関わらず区民の誰もが日常的にスポーツを楽しむことにより、生涯を通じて健康でいきいきとした生活を送ることができるよう、生涯スポーツの推進を目的として、障害のある方を対象としたスポーツ体験会の開催に取り組んできました。こうした中、障害者からは障害の部位や程度にあったスポーツの必要性や継続して行っていくための場など、障害者のスポーツ環境の充実や障害者を理解している指導者の育成、障害者スポーツを支援する人が増えることなどを求める声があげられています。今後は、障害者スポーツを知り、理解する人を増やすとともにニーズを踏まえたスポーツ活動の推進を更に図ることが重要です。

## 課題 5 : 運動・スポーツを始めるきっかけづくり

より多くの区民が日常的に運動・スポーツに親しむためには、これまで運動・スポーツをしてこなかった人（初心者）、苦手な人、したいけどできない人なども巻き込んだ、運動・スポーツを始めるきっかけづくりを充実させることが重要です。特に、東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会開催を契機としたスポーツに対する気運の醸成や、スポーツをみる、ふれる機会の充実を図ることも大切です。

## 課題 6 : スポーツ環境の整備・充実

区のスポーツ施設利用者では、施設に対して満足している人の割合の方が高いものの、設備の充実や利用手続きの改善などの要望もあります。また、普段運動・スポーツをしている場所は、公園や広場、遊歩道、河川テラスが最も多く、区民の 4 割以上が区スポーツ施設の利用経験がありません。今後は、区民がより身近で利用しやすくなるよう、施設の整備・充実を進めるとともに、公園や広場、遊歩道といった身近な公共空間の有効活用を推進する必要もあります。

## 課題 7 : スポーツ指導者やボランティアの確保・育成

スポーツとの関わり方には、自身が体を動かして行う“する”スポーツ、プロスポーツや競技大会を観戦する“みる”スポーツのほか、指導者やボランティア、サポーターとして“支える”スポーツがあります。特に、区民からはスポーツ指導者にスポーツの楽しみ方やスポーツへの興味・関心がわくような指導、健康・体力づくりのための運動やスポーツの指導が求められています。こうしたスポーツ指導者やボランティアを確保・育成することが必要です。

## 課題 8 : 情報提供・発信の工夫・充実

スポーツに関する情報は、世代やスポーツへの関わり方によって、入手方法や知りたい情報に違いがみられます。より多くの区民が必要な情報を入手しやすくなるよう、情報提供・発信を工夫・充実することが大切です。

## 課題 9 : スポーツ団体や地域スポーツクラブ、民間事業者等との協力・連携

現在、中央区体育協会やスポーツ少年団、地域スポーツクラブ、民間事業者などの様々なスポーツ関係団体が活動を行っています。しかし、こうしたスポーツ関係団体の存在や活動内容についての認知度は低く、周知を図っていくことが区民のスポーツ活動参加の機会を増やしていくうえで重要です。また、これまで中央区のスポーツ推進を支えてきたスポーツ団体と地域スポーツクラブや民間スポーツクラブなどが良好な連携・役割の理解と分担などを図りながら、活動場所や指導者なども含めた協力体制を構築し、区民のスポーツ活動を推進していくことが必要です。

## 課題 10 : 地域スポーツの推進

東京都では、「スポーツの力を すべての人に」を基本理念として、単身世帯の増加や地域のつながりの希薄化といった社会情勢を背景に、スポーツの推進による地域コミュニティの活性化を目指しています。中央区においても、スポーツ団体や地域スポーツクラブの活動支援、学校施設などを拠点としたスポーツ活動の充実など、スポーツを通じた世代間交流や地域交流の機会を充実させることで、スポーツが持つ力を地域のつながりの強化に生かしていく地域スポーツの推進が大切です。

## 第3章

# ビジョンの基本的な考え方

- 3-1 基本理念（めざす姿）
- 3-2 数値目標
- 3-3 基本目標の設定
- 3-4 施策体系



少年少女スポーツフェスティバル

# 第3章 ビジョンの基本的な考え方

## 3-1 基本理念（めざす姿）

本区には首都東京の中心として多様な都市機能が集積しており、職住近接や繁華街へのアクセスの良さなど充実した都市環境から、30歳代、40歳代の働き盛り世代を中心に人口増加が続いています。平成27年4月には定住人口は14万人を突破し、平成28年3月に策定した人口ビジョンでは今後も力強い増加が続き、平成36年頃には20万人を突破することを予想しています。

こうした人口の増加や区民のライフスタイルの多様化が進む中、心と体の健康の増進はもとより、友人や仲間、家族などとの交流を始め地域コミュニティの活性化など、スポーツが果たす社会的役割もその重要性が増しています。

また、2020年には、オリンピック・パラリンピック競技大会が56年ぶりに東京で開催されます。スポーツへの関心が高まっているこの機会を捉え、全ての区民が日常的にスポーツに親しみ、スポーツを楽しみ、スポーツを支える活動を推進していく必要があります。

こうしたことを背景に、本区でのこれまでのスポーツ推進の考え方やスポーツに関する現状と課題を踏まえ、基本理念（めざす姿）を以下のとおりとします。

**誰もがスポーツを楽しみ、  
人と地域が輝くまち**



## 3-2 数値目標

本ビジョンでは、基本理念（めざす姿）の実現に向けて、以下に示すスポーツ実施率の向上を数値目標として設定します。



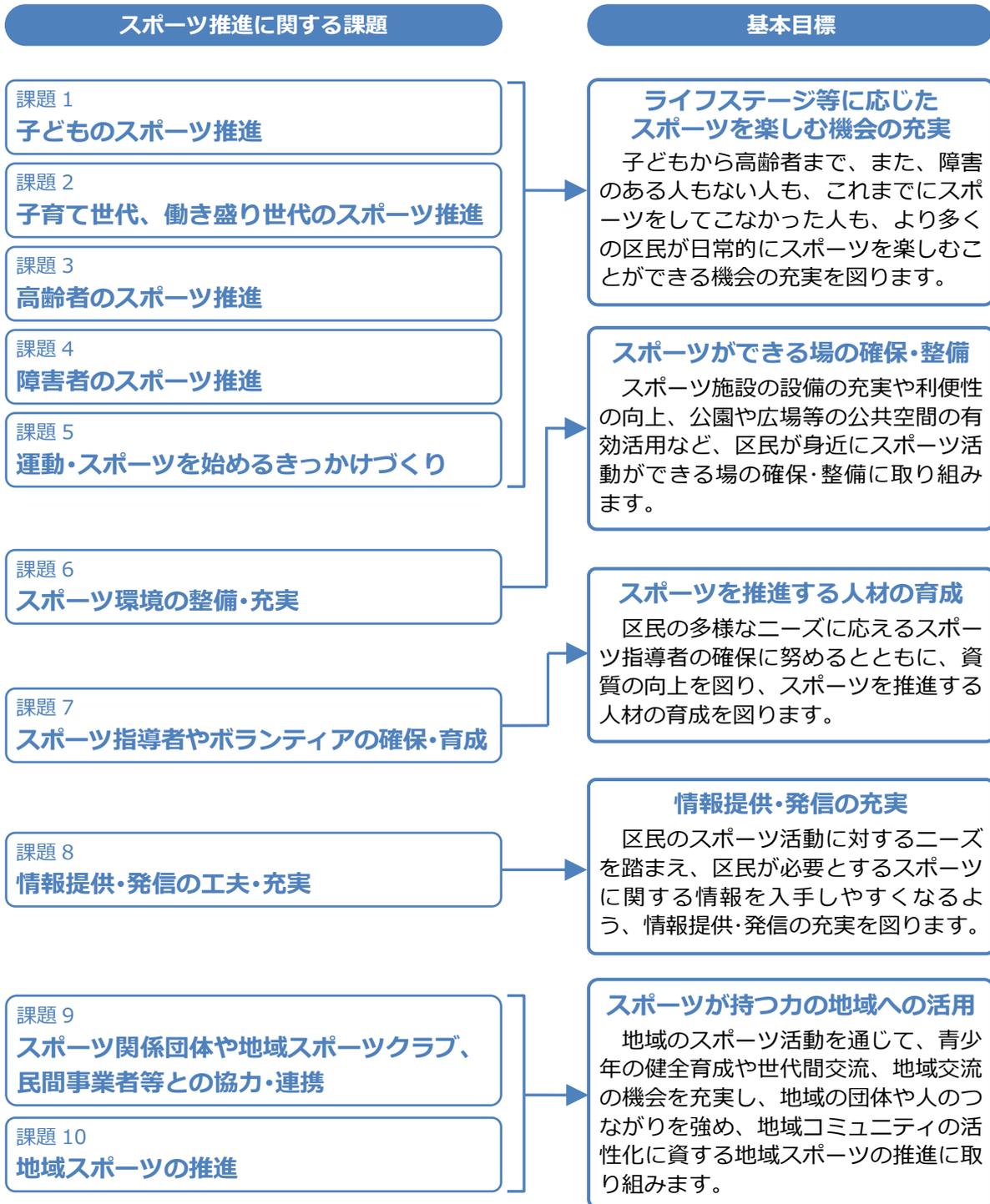
※現状値は、実態調査の結果に基づいています。

### 【東京都、全国とのスポーツ実施率の比較】

|     | 週1回以上<br>スポーツを行う<br>成人の割合 | 週3回以上<br>スポーツを行う<br>成人の割合 | 調査名（実施年月）                          |
|-----|---------------------------|---------------------------|------------------------------------|
| 中央区 | 52.5%                     | 20.9%                     | 中央区スポーツ推進計画策定に向けての実態調査（H27.10 実施）  |
| 東京都 | 60.5%                     | 28.2%                     | 都民のスポーツ活動に関する世論調査（H26.10 実施）       |
| 全国  | 40.4%                     | 19.6%                     | 東京オリンピック・パラリンピックに関する世論調査（H27.6 実施） |

### 3-3 基本目標の設定

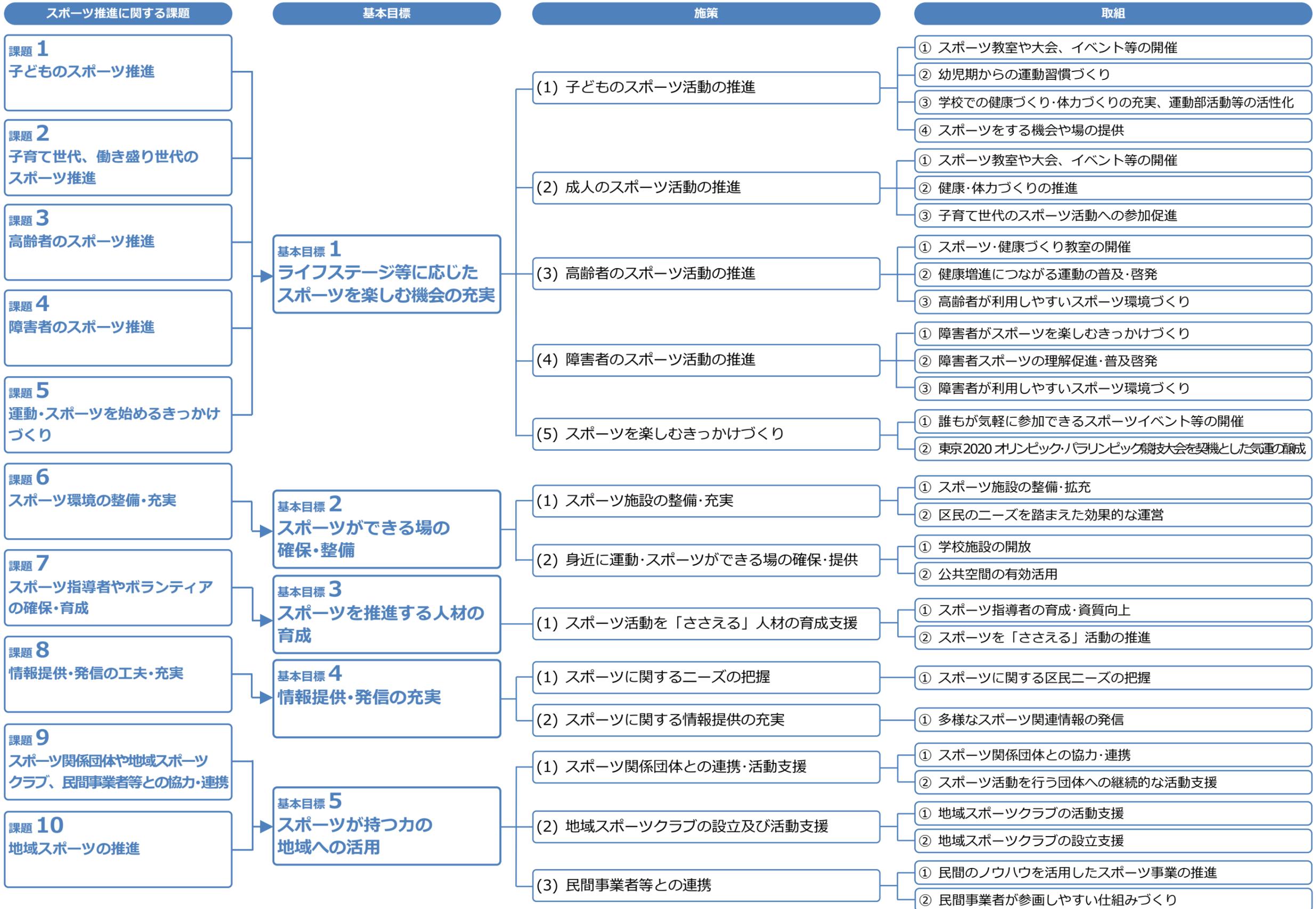
中央区のスポーツに関する現状と課題を踏まえ、めざす姿の実現に向けて、以下に示す5つの基本目標を設定し、ビジョンを推進していくこととします。



基本理念（めざす姿）の実現へ

### 3-4 施策体系

本ビジョンの施策体系を以下に示します。



#### 基本理念

誰もがスポーツを楽しみ、人と地域が輝くまち



## 第4章 施策の展開

- 基本目標 1 ライフステージ等に応じたスポーツを楽しむ機会の充実
- 基本目標 2 スポーツができる場の確保・充実
- 基本目標 3 スポーツを推進する人材の育成
- 基本目標 4 情報提供・発信の充実
- 基本目標 5 スポーツが持つ力の地域への活用



区民体育大会 開会式

# 第4章 施策の展開

## 基本目標 1 ライフステージ等に応じたスポーツを楽しむ機会の充実

子ども、成人（若者、子育て世代、働き盛り世代など）、高齢者など、また、障害のある人もない人も、ライフステージや生活スタイルによって、スポーツへの関心や関わり方は異なります。こうして生まれる多様なニーズに対応したスポーツへの参加機会を提供するとともに、これまでスポーツをしてこなかった人、できなかった人なども含め、より多くの区民が日常的にスポーツを楽しむことができる機会の充実を図ります。

### (1) 子どものスポーツ活動の推進

実態調査によると、子どもの頃に体を動かすことが好きだった人ほど現在もスポーツをすることが好きである割合が高く、嫌いだった人ほど現在も嫌いである割合が高くなっています。また、小・中学生の運動の好き嫌いをみると、運動が好きな中学生は、小学生より10ポイントほど少なくなっており、その理由は「運動やスポーツが苦手だから」が一番多くなっています。積極的にスポーツをしない子どもは、小学校の段階からその傾向が見られ、近年特に中学校女子において、スポーツをほとんどしない子が3割を超えているといわれています。

子どもの頃に運動・スポーツを好きになることは、体力の向上だけでなく、大人になっても運動・スポーツに親しみ、生涯を通じて健康の維持・増進を図るとともにいきいきとした豊かな生活を送ることにもつながっていきます。運動を継続できる環境の整備や、スポーツへのモチベーションが低い子どもたちを運動に向かわせる取り組みが必要です。

また、幼児期においても遊びを中心とする身体活動を十分に行うことは、基本的な動きを身に付けるだけでなく、積極的なスポーツ活動に取り組む基盤づくりとなります。

そこで、幼稚園、保育園、小・中学校や地域などの様々な場面において、子どもたちが運動・スポーツにふれる機会を充実させます。

#### <取組>

##### ① スポーツ教室や大会、イベント等の開催

体を動かすことが楽しい、好きと思える、またスポーツを始めるきっかけとなる様々な種目のスポーツ教室や、家族や友だちと一緒に気軽に参加できるスポーツ大会・イベントを中央区体育協会や地域スポーツクラブ、指定管理者、地域の団体などと連携して開催します。

##### ② 幼児期からの運動習慣づくり

幼稚園や保育園、認定こども園において、いろいろな遊びの中で興味や関心、能力に応じて、全身を使って活動する運動遊びの充実に取り組みます。

### ③ 学校での健康づくり・体力づくりの充実、運動部活動等の活性化

小・中学校における体育・スポーツ活動を充実させるため、地域や関係機関との連携により、指導力や技術をもった地域の人材の活用を推進するなど、積極的にスポーツをしない子どもも含め、広く子どもたちが運動・スポーツに親しめるよう、学校における運動機会の充実や運動部活動の活性化を図ります。また、健康づくりを進めるため、成長期の子どもの健康な心身を育むために欠かせない健全な食生活と将来にわたって健康な生活を送る上での食習慣を身につける食育を推進します。

### ④ スポーツをする機会や場の提供

学校休業日や放課後に子どもたちが運動やスポーツに親しむことができるよう、児童館やプレディでの活動など、運動やスポーツをする機会の充実を図ります。また、学校校庭や運動場を子どもが自由に駆け回ることができるように開放するなど、安全な遊び場の提供に努めます。



少年少女スポーツフェスティバル



着衣水泳体験会

## (2) 成人のスポーツ活動の推進

区民の20代から40代の「子育て世代」や「働き盛り世代」は、スポーツに関心があっても、仕事や家事、育児などに追われ、日常的に運動やスポーツができないなど、スポーツ実施率が43.9%（20代・30代・40代のスポーツ実施率の平均）と低い傾向にあります。

その一方で、アンケート調査（小・中学生）によると「親子で運動を行う機会を増やしたいか」という問いには、小学生の68.9%が増やしたいと考えており、20歳以上の区民は「増やしたいし、増やすことができる」が40.7%、「増やしたいができない」が48.2%と9割近くが親子で運動したいと考えています。

そこで、成人の運動・スポーツ参加の裾野が広がるよう努めるとともに、子育て・働き盛り世代がスポーツに興味・関心を持ち、気軽に取り組めるよう、スポーツ活動に参加できる環境を整えます。

### <取組>

#### ① スポーツ教室や大会、イベント等の開催

これまであまり運動やスポーツをしてこなかった人でも気軽に参加することができ、スポーツを始めるきっかけとなるスポーツ教室やスポーツ大会・イベントなどを、中央区体育協会や地域スポーツクラブ、指定管理者、地域の団体などと連携し開催します。



トレッキング教室

#### ② 健康・体カづくりの推進

運動・スポーツを取り入れた健康・体カづくりを推進するため、生活習慣病予防のための教室や講演会などを実施します。また、運動・スポーツをする時間がないと感じている人たちの運動・スポーツ不足を解消するため、日常生活の中で仕事や家事、育児の合間に行える健康・体カづくりの取り組みについて、研究し普及・啓発を図ります。

### ③ 子育て世代のスポーツ活動への参加促進

子育て世代がスポーツ活動をしやすくなるよう、子どもと一緒に参加できるスポーツ教室やスポーツイベントなどを中央区体育協会や地域スポーツクラブ、指定管理者などと連携して開催します。

また、親子スポーツ教室などをきっかけとして、スポーツや運動の楽しさ、大切さを啓発するとともに、親子で一緒にスポーツや運動を楽しめる環境の整備に努めます。



ファミリースポーツデー



バドミントン教室

### (3) 高齢者のスポーツ活動の推進

高齢者は他の世代と比べてスポーツ実施率が高く、体力増進や健康づくりのために日常的な運動やスポーツに取り組む方が多くみられます。

これからも、高齢者が心身ともに健やかに、いきいきとした生活を送ることができるよう、健康増進につながる手軽な運動の普及・啓発を図るとともに、高齢者の生きがいづくりにもなるスポーツ活動の推進に取り組みます。

#### <取組>

##### ① スポーツ・健康づくり教室の開催

高齢者が元気でいきいきとした生活を送ることができるよう、個人の体力や能力に合わせた教室や介護予防のための健康づくり教室、講演会などを中央区体育協会や地域スポーツクラブ、指定管理者などと連携して開催します。その際には、高齢者が身近な場所で、気軽に参加できるよう、体育施設だけでなく敬老館など様々な施設で実施します。

##### ② 健康増進につながる運動の普及・啓発

自宅でも手軽に取り組める運動の指導・助言や介護予防に関する知識のほか健康づくりに関する情報を取りまとめた冊子の発行・配布など、高齢者の健康増進につながる運動の普及・啓発を進めます。

##### ③ 高齢者が利用しやすいスポーツ環境づくり

高齢者でも安心してスポーツ活動ができるようスポーツ施設のバリアフリー化を推進します。また、スポーツ施設を気軽に利用できるよう、高齢者の体力や能力を踏まえた施設の管理運営を行います。



敬老館講座（サウンドフープエクササイズ）

## (4) 障害者のスポーツ活動の推進

障害者にとって、運動やスポーツはそれ自体がリハビリテーション効果など多くの効用があり、また、生きがいづくりや地域とのコミュニティづくりにもつながります。障害者スポーツは、障害があってもスポーツ活動ができるよう、障害に応じて競技ルールを変更したり、用具などを用いて障害を補ったりする工夫がなされ、障害の有無に関わらず楽しむことができるスポーツです。そのため、アダプテッド・スポーツとも言われています。また、障害者と健常者が一緒にスポーツを楽しむインクルーシブ・スポーツも広がりを見せています。子どもから高齢者まで、運動が得意な人、得意でない人も楽しめる障害者スポーツを通して、障害者や健常者の交流を進めていくことが大切です。

障害者がスポーツ活動に参加しやすくなるよう、これまでスポーツへの参加機会があまりなかった障害者の方でもスポーツに興味・関心を持ち、気軽にスポーツに親しめるような機会をつくるとともに、引き続きスポーツに親しむことができるよう環境づくりを進めていきます。

また、パラリンピックなどで障害がありながらもスポーツに取り組む姿は、人々に感動と勇気を与えます。障害の有無に関わりなく、障害者スポーツへの理解促進を図るため、「みる」機会を増やすなど、障害者スポーツの普及・啓発に努めます。

### <取組>

#### ① 障害者がスポーツを楽しむきっかけづくり

障害者がスポーツに興味・関心を持ち、気軽にスポーツに親しめるようにスポーツ体験会を開催します。また、スポーツイベントなどを実施する際には、障害の有無に関わらず誰もが取り組み、楽しむことができるスポーツ・レクリエーションを取り入れます。

#### ② 障害者スポーツの理解促進・普及啓発

障害のある方には、障害者スポーツを知り、スポーツに取り組むきっかけとなるよう、また、障害のない方には障害者スポーツの取り組みや考え方を広め、一緒に楽しむとともに応援し支える人を増やしていくため、障害者スポーツに関する情報の発信や講習会の実施など、障害者スポーツの理解促進・普及啓発につながる取り組みを推進します。また、パラリンピック種目にもなっている障害者スポーツの大会誘致など、実際に「みる」機会も充実させます。

#### ③ 障害者が利用しやすいスポーツ環境づくり

障害の有無に関わらず、安心してスポーツ活動ができるようバリアフリー化など、スポーツ施設の整備を進めるとともに、障害の種類や程度に応じて必要な配慮が異なることから、障害者スポーツ体験会などのイベントの機会を通じて、より楽しく、安全な運営方法を研究しながら、障害者が継続して運動・スポーツに取り組んでいけるようスポーツ環境づくりに取り組みます。

また、独自にスポーツ活動を行いたいと考える障害者団体などに指導者を派遣できる体制の構築を目指し、障害者スポーツ指導者の育成に努めます。



「区民スポーツの日」車いすバスケットボール体験



障害者スポーツ ゴールボール体験会



バリアフリー対応（スロープ）

## (5) スポーツを楽しむきっかけづくり

誰もがスポーツに親しみ、楽しむきっかけとなるよう、気軽に参加できるスポーツイベントの開催や、スポーツを観戦する機会の提供などに努めます。

また、東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会の開催を契機とした、区民のスポーツに対する理解促進や参加意欲の向上を図ります。

### <取組>

#### ① 誰もが気軽に参加できるスポーツイベント等の開催

誰もが気軽に参加でき、楽しむことができるスポーツイベントなどを開催します。スポーツを無理なく楽しむためには、自身の体力や運動能力を知ることが大切です。そのため、体力測定などの機会を提供します。また、各種競技スポーツの大会などを誘致し、区民が身近にスポーツを観戦する機会を増やします。

#### ② 東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会を契機とした気運の醸成

小・中学校におけるオリンピック・パラリンピック教育の推進や、区民を対象としたオリンピック・パラリンピックに関する講演会の実施など、東京 2020 大会を契機とした区民のスポーツに対する気運の醸成を図ります。



「区民スポーツの日」マラソン大会



「区民スポーツの日」スポーツイベント

## 基本目標 2 スポーツができる場の確保・整備

いつでも、どこでも、だれでも、いつまでもスポーツに楽しむためには、スポーツを行う場所の確保が必要です。しかしながら都市機能が集中する本区では、新たなスポーツ施設の確保には限界があります。そうした中で、限られたスペースと施設の有効活用を図りながら、スポーツ施設などの充実や利便性の向上のほか、学校や公園などを有効活用し、区民にとって身近な場所でスポーツをすることができる場の確保・整備に努めます。

### (1) スポーツ施設の整備・充実

区民にとって身近にあり、気軽に楽しめる施設として、区立スポーツ施設は個人スポーツから団体スポーツまで、幅広いスポーツ活動の場としての大きな役割を果たしています。こうした施設の役割を踏まえながら、施設の整備、充実を図るとともに、区民のスポーツ活動に応えられるよう、利便性や魅力などを高めていきます。

#### <取組>

##### ① スポーツ施設の整備・拡充

トレーニングルームやプールなどの個人利用から競技大会などの団体利用まで、区民が様々なスポーツ・レクリエーション活動を楽しむ場であるスポーツ施設について、利用環境を向上させるため、施設の整備・充実に努めます。また、区内スポーツ施設の不足を補うため、区外でのスポーツ施設確保などにも取り組みます。

##### ② 区民のニーズを踏まえた効果的な運営

区民が気軽にスポーツを楽しむよう、専門的なノウハウを持つ指定管理者と連携を図りながら、施設の安全管理とともに、利用時間区分の変更など施設利用者の利便性やサービスの向上に取り組みます。



総合スポーツセンター

## (2) 身近に運動・スポーツができる場の確保・提供

区民が身近な場所で運動やスポーツに取り組めるよう、学校施設の有効活用を図るとともに、新たな施設確保に限界がある本区の地域特性を踏まえ、その他の区立施設や、公園、遊歩道などの公共空間の活用にも取り組みます。その際には、競技スポーツができるコートやグラウンドなどの確保だけでなく、スペースが狭くても、練習に使用できる場を確保するなど様々な工夫をして、身近に運動・スポーツができる場を確保します。

### <取組>

#### ① 学校施設の開放

区民に身近なスポーツの場として、学校教育に支障のない範囲内で、学校体育施設を開放します。また、使用できるスポーツの種類を増やすなど様々な利用の仕方を検討するとともに、新築・改築などの機会を捉えて施設を整備し、多くの方が利用できるよう学校施設開放を充実します。

#### ② 公共空間の有効活用

ウォーキングやランニングなどを安全に楽しめるよう、水辺沿いの公園や広場、遊歩道といった区民の生活に身近な公共空間の有効活用を推進します。さらに、大規模開発事業の機会を通して、区民が利用できる施設の確保にも努めます。



中央小学校 温水プール



豊海小学校 体育館

## 基本目標 3 スポーツを推進する人材の育成

健康の維持・増進を図りながら、スポーツを安全で楽しく続けていくためには、スポーツに対する正しい知識を持ち、技術面の指導だけでなく、スポーツの楽しさや健康づくりについてわかりやすく伝えることができる指導者が必要となります。こうした指導者は、区民のスポーツ活動を「ささえる」大きな役割を果たしています。そのため、区民のニーズを踏まえつつ、スポーツ指導者の育成、資質の向上を図りながら、スポーツを推進する人材の育成に努めます。

また、イベントや大会などを行う際には、ボランティアなどのスポーツを「ささえる」人の存在があります。このスポーツを「ささえる」人は、「する」人と一緒にスポーツを楽しむことにもなり、自身のスポーツへの興味・関心を深めるほか、「ささえる」人の広がりや区全体のスポーツ活動の活性化につながっていきます。そこで、スポーツを「ささえる」人材の育成を図ります。

### (1) スポーツ活動を「ささえる」人材の育成支援

多くの区民は、スポーツ指導者に対して「スポーツの楽しみ方やスポーツへの興味・関心がわくような指導」や「健康・体力づくりのための運動やスポーツの指導」を求めています。

こうしたニーズに応えられるよう、スポーツ指導者を育成・確保するとともに、関係団体の指導力向上を支援していきます。また、小・中学生や高校生のスポーツイベントやスポーツ大会へのボランティア参加を促進し、スポーツへの興味・関心を高めるとともに、スポーツを「ささえる」人材の育成に努めます。

#### <取組>

##### ① スポーツ指導者の育成・資質向上

スポーツの楽しさを伝える指導や健康・体力づくりのためのアドバイスを行えるスポーツ指導者の育成・確保に努めます。また、行政と地域をつなぎ、地域のスポーツ活動をコーディネートするスポーツ推進委員の活動を支援するとともに、資質向上に向けた取り組みを推進します。



スポーツ推進委員の研修会

## ② スポーツを「ささえる」活動の推進

様々なスポーツ大会・イベントなどにおいて、小・中学生や高校生にボランティアとして参加する機会を提供するなど、スポーツへの興味・関心を持ち、スポーツを支えるきっかけとなるスポーツボランティアの育成に努めます。また、障害者スポーツの推進にとっては、ボランティアの役割が重要です。障害者スポーツの理解促進、普及啓発を図る中でボランティアの育成にも努めます。



リーダースクール（実技）



リーダースクール（グループワーク）

## 基本目標 4 情報提供・発信の充実

より多くの区民が主体的にスポーツに参加しやすくなるためには、区民のニーズを把握し、ニーズにあった取り組みを進める必要があります。また、スポーツをしたいと思った時に行えるようスポーツに関する施設や団体、教室などの情報が容易に入手できることが重要です。そのため、区民ニーズの把握に努めるとともに、スポーツ関係団体などと協力し、スポーツに関する情報の集約・整理を行うとともに、必要な情報が区民にわかりやすい形で提供できる環境づくりを進めます。

### (1) スポーツに関するニーズの把握

区民のライフスタイルの多様化や世代による趣味や嗜好の違いなどにより、スポーツ活動やスポーツ施設に対するニーズも様々あります。

区民の誰もが気軽にスポーツに取り組める環境づくりを進めるため、区民のスポーツ活動やスポーツ施設に対するニーズの把握に努めます。

#### <取組>

##### ① スポーツに関する区民ニーズの把握

区政世論調査やスポーツ施設・スポーツ教室でのアンケート調査、利用団体との意見交換などにより、区民のスポーツ活動の実態やスポーツへの意識、ニーズなどを把握します。また、把握できたニーズを活用し、区民が運動やスポーツをする機会や場の充実につなげていきます。

### (2) スポーツに関する情報提供の充実

スポーツに関する情報の入手方法や知りたい情報は、世代やスポーツへの関わり方によって異なります。

そのため、スポーツに関する情報の集約や、多様な情報媒体を活用した情報発信に取り組み、スポーツに関する知りたい情報を入手しやすい環境づくりに努めます。

#### <取組>

##### ① 多様なスポーツ関連情報の発信

区民のスポーツ活動のきっかけとなる情報を、区広報紙、区ホームページ、中央区体育協会が発行する広報誌などを用いて効果的に発信していきます。また、スポーツ施設の利用案内や教室・講座など、区、体育協会、地域スポーツクラブ、指定管理者など様々な主体が発信しているスポーツ関連の情報を集約し、整理して、小・中学生向けや親子向け、定年退職時期の方向けなど、様々な世代に応じて必要な情報が効果的に届くように取り組みます。



スポーツに関する情報誌

中央区体育協会  
Chuo-ku amateurs sports association

〒104-8404 東京都中央区築地一丁目1番1号 中央区役所内  
電話：03-3546-5729 / Fax：03-3546-9561

ホーム 協会について 加盟団体 スポーツ少年団 大会・イベント等 教室・講習会等

区民体育大会総合開会式

暮らし・手続き 防災・安全 健康・医療・福祉 子育て・教育 文化・観光・スポーツ まちづくり・環境 商工業 区政情報

総合スポーツセンター

所在地・問合せ先  
日本橋浜町二丁目59番1号(浜町公園内)  
電話：03-3666-1501

施設内容  
主競技場、第2競技場、第1武道場、第2武道場、卓球場、エアライフル場、ゴルフ練習場、トレーニングルーム、海水プール、小体習室、弓道場、アーチェリー場、ランニング走道、会議室、食堂、児童室、更衣室

利用時間  
午前7時から午後9時30分(トレーニングルーム・プール・ゴルフ・駐車場)  
その他の施設は午前7時からの営業

スポーツレクリエーション施設

- 江戸川河川敷サッカー場
- 江戸川河川敷野球場
- 総合スポーツセンター
- 月島スポーツプラザ
- 運動場(野球場、サッカー場等)
- テニス場
- 運動プール
- グートボール場
- 柏字運動施設
- 校庭(遊び場)開放

中央区ホームページ、中央区体育協会ホームページ

## 基本目標 5 スポーツが持つ力の地域への活用

人口増加が著しい本区では、地域で活動する団体や地域スポーツクラブのほか、学校施設などを拠点とした活動など、スポーツを通じた世代間交流や地域交流の機会となる地域スポーツ活動が人や地域のつながりに重要な役割を果たします。そのため、地域におけるスポーツの担い手である様々な団体活動の支援などを通して、地域コミュニティの活性化に資する地域スポーツの推進に取り組みます。

### (1) スポーツ関係団体との連携・活動支援

中央区体育協会やスポーツ推進委員協議会などの団体は、スポーツを通じた区民の仲間づくりや地域づくりを支えています。また、学校などの地域を拠点とする団体の活動は、青少年の健全育成や世代間交流の場ともなっています。

このような活動を通して区民のスポーツ活動がより活発となるように、それぞれの団体が強みを活かして共に協力・連携を深めるとともに、区は関係団体の継続的な活動を支援します。

#### <取組>

##### ① スポーツ関係団体との協力・連携

中央区体育協会やスポーツ推進委員協議会と協力・連携しながらスポーツ事業の充実に努めるとともに、区民体育大会や各競技連盟団体主催の大会などの開催を通し、区民のスポーツ活動への参加拡大を図ります。

##### ② スポーツ活動を行う団体への継続的な活動支援

地域で活動する団体に対し、引き続き継続的な活動を続けるための場を提供するとともに、指導者派遣や団体の活動紹介などを行いながら、スポーツ活動が活性化するよう支援していきます。



区民体育大会 開会式

## (2) 地域スポーツクラブの設立及び活動支援

地域住民の主体的な取り組みによって運営され、地域住民の誰もが参加することができ、地域コミュニティの拠点としての役割も果たしている地域スポーツクラブの活動支援、設立支援に取り組めます。

### <取組>

#### ① 地域スポーツクラブの活動支援

区民が主体となって運営する、世代を超えた地域の新しいコミュニティの核となる地域スポーツクラブが安定的な運営基盤を確立し、運営できるようクラブの認知度の向上や施設の貸し出しなど、活動を支援します。

#### ② 地域スポーツクラブの設立支援

まだ、設立されていない地域について、子どもから大人まで誰もが気軽に、スポーツやレクリエーションのほか文化活動などを身近な場所で楽しめる地域スポーツクラブの設立に向けた支援を行います。



地域スポーツクラブ（チアダンス）



地域スポーツクラブ（フットサル）

### (3) 民間事業者等との連携

様々な人たちが自分に合ったスポーツをしていくためには、区やスポーツ関係団体との連携だけでなく、民間事業者などとも連携を図っていく必要があります。

区内の民間スポーツクラブには、区民の健康増進につながるスポーツ教室の開催を希望するなど、地域スポーツの推進に積極的な姿勢を持つ事業者が見受けられます。また、民間企業が集積する本区にあって、スポーツを通じた地域貢献を望む事業者もあります。

こうした民間事業者などとの連携や指定管理者の自主事業の促進など、区民のスポーツ環境の充実に努めます。

#### <取組>

##### ① 民間のノウハウを活用したスポーツ事業の推進

専門的なノウハウを持つ指定管理者の自主事業を促進します。また、指導者の派遣や教室の開催など、民間事業者などとの協力・連携を進めます。

##### ② 民間事業者が参画しやすい仕組みづくり

地域スポーツの推進など、スポーツを通じた地域貢献を望む民間事業者との連携を加速するため、民間事業者が参画しやすい仕組みづくりに取り組みます。



指定管理者による自主事業  
(高齢者向け体操教室)



指定管理者による自主事業  
(ステップアンドエアロ)

# 第5章

## ビジョンの推進体制

- 5-1 ビジョンの推進にあたって
- 5-2 ビジョンの評価及び見直し



シニア太極拳教室

# 第5章 ビジョンの推進体制

## 5-1 ビジョンの推進にあたって

本ビジョンの推進にあたっては、区、区民、スポーツ関係団体、民間事業者などの各主体が、主体的にスポーツ活動を推進するとともに、互いに連携・協力を図ることが重要です。各主体には以下のような役割が期待されます。

### (1) 区

区民がスポーツに親しみ、楽しむことができるような機会の創出、場の提供に努めるとともに、スポーツ活動を支える人材や関係団体を育成・支援し、各団体との連携・協力を図ります。本ビジョンで取り扱うスポーツに関する取り組みは、教育、文化・生涯学習、子育て、高齢者福祉、障害者福祉、健康推進、まちづくりなどの多岐の分野にわたります。スポーツ課が中心となり、庁内関係各課との連携を図りながら、ビジョンを推進します。

### (2) 区民

自身のライフステージや生活スタイル、体力などを踏まえて、スポーツを「する」「みる」「ささえる」など、自分に合ったスポーツの楽しみ方を見つけ、主体的にスポーツに関わります。これまでスポーツに取り組んでこなかった人も、スポーツが持つ力を理解し、積極的にスポーツに取り組むきっかけをつかみます。スポーツ活動を通じて、豊かな心と体、人や地域とのつながりを築きます。

### (3) スポーツ関係団体

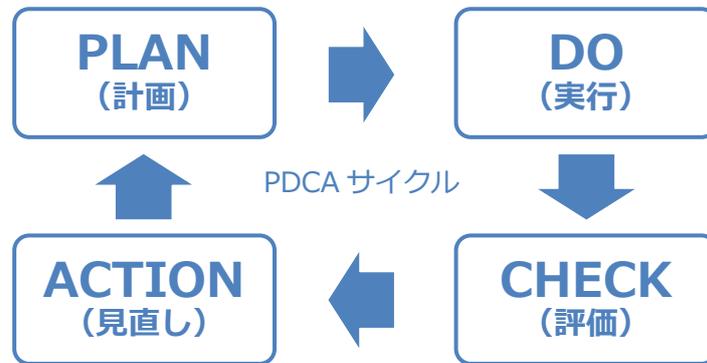
今後も本区のスポーツ推進の担い手としての認識を持ち、区や民間事業者などと良好な連携を図りながら、区民のスポーツ参加機会の拡充を図ります。

### (4) 民間事業者

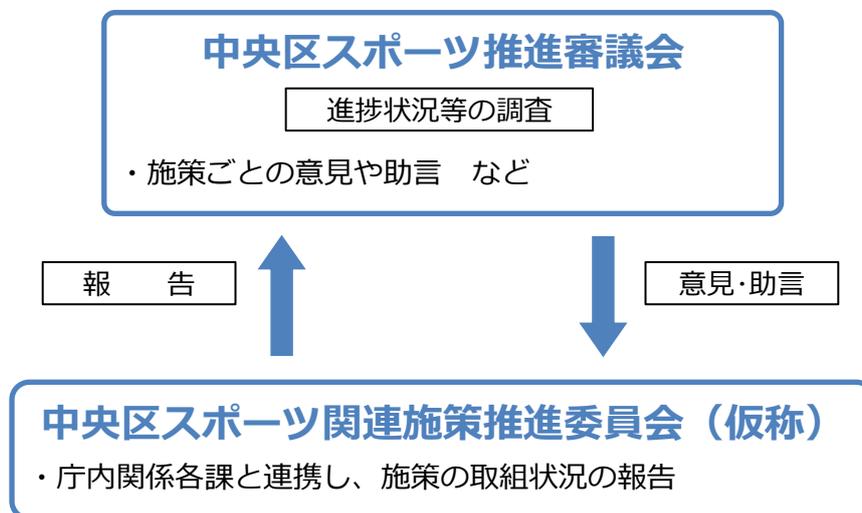
区立施設の指定管理者は、専門的なノウハウを活かし、区民のスポーツ活動に対する多様なニーズに対応します。また、民間事業者には、区民が日常的にスポーツに親しめる場や機会を提供し、多様な区民のニーズを捉えた事業展開が期待されます。

## 5-2 ビジョンの評価及び見直し

基本理念（めざす姿）の実現に向けて、計画（PLAN）、実行（DO）、評価（CHECK）、見直し（ACTION）のPDCAサイクルに基づいてビジョンを推進します。



具体的には、関係行政機関の職員およびスポーツに関する学識経験者などで構成する中央区スポーツ推進審議会において、各基本目標に基づく施策の取組状況を確認するとともに、社会情勢や区民の意識の変化を踏まえ、必要に応じてビジョンの見直しを図ることとします。





# 資料編

- 資-1 ビジョンの策定経過
- 資-2 ビジョンの策定体制
- 資-3 運動やスポーツに関するアンケート調査
- 資-4 スポーツ施設等一覧



少年少女合気道体験教室

# 資料編

## 資-1 ビジョンの策定経過

| 年月日                             | 内容  |
|---------------------------------|---|
| 平成 27 年 7 月 13 日                | <b>中央区スポーツ推進審議会</b><br>・中央区スポーツ推進計画について（諮問）<br>・実態調査・アンケート調査の実施について審議                       |
| 平成 27 年 10 月 1 日<br>～10 月 16 日  | <b>中央区スポーツ推進計画策定に向けての実態調査の実施</b><br>（区民を対象とした調査）  |
| 平成 27 年 11 月 17 日<br>～11 月 30 日 | <b>運動やスポーツに関するアンケート調査の実施</b><br>（小・中学生を対象とした調査）   |
| 平成 27 年 12 月 2 日<br>～12 月 11 日  | <b>運動やスポーツに関するアンケート調査の実施</b><br>（民間事業者を対象とした調査）   |
| 平成 28 年 2 月 18 日                | <b>中央区スポーツ推進審議会</b><br>・実態調査・アンケート調査の実施結果について審議   |
| 平成 28 年 5 月 23 日                | <b>中央区スポーツ推進審議会</b><br>・現状と課題について審議   |
| 平成 28 年 7 月 7 日                 | <b>中央区スポーツ推進審議会</b><br>・基本理念、目標について審議   |
| 平成 28 年 9 月 8 日                 | <b>中央区スポーツ推進審議会</b><br>・施策の展開、推進体制について審議<br>・中央区スポーツ推進ビジョン中間のまとめについて審議                      |
| 平成 28 年 11 月 22 日<br>～12 月 12 日 | <b>パブリックコメントの実施</b><br>（中央区スポーツ推進ビジョン中間のまとめに対する意見を募集）                                       |
| 平成 29 年 1 月 30 日                | <b>中央区スポーツ推進審議会</b><br>・中央区スポーツ推進ビジョン中間のまとめに対するパブリックコメントの実施結果について<br>・中央区スポーツ推進ビジョンについて（答申） |

## 資-2 ビジョンの策定体制

### 中央区スポーツ推進審議会委員名簿

| 区分           | 氏名          | 役職名               | 備考       |
|--------------|-------------|-------------------|----------|
| 学識経験者        | 久保 健        | 日本体育大学教授          | —        |
|              | 坂 なつこ       | 一橋大学教授            | —        |
|              | ヨーコ ゼッターランド | 嘉悦大学准教授           | —        |
|              | 草川 功        | 聖路加国際病院小児科医長      | —        |
|              | 栗原 裕信       | 中央区スポーツ推進委員協議会会長  | 平成 27 年度 |
|              | 羽田 芳子       | 中央区スポーツ推進委員協議会副会長 | 平成 28 年度 |
|              | 百瀬 修至       | 中央区体育協会副会長兼理事長    | —        |
|              | 織田 堅        | 中央区スポーツ少年団本部長     | —        |
| 関係行政<br>機関職員 | 長山 晃一       | 東京都立晴海総合高等学校長     | 平成 27 年度 |
|              | 庄司 一也       |                   | 平成 28 年度 |
|              | 新治 満        | 中央区区民部長           | 平成 27 年度 |
|              | 長嶋 育夫       |                   | 平成 28 年度 |
|              | 坂田 直昭       | 中央区教育委員会事務局次長     | 平成 27 年度 |
|              | 高橋 和義       |                   | 平成 28 年度 |
|              | 平松 功治       | 中央区立日本橋中学校長       | —        |
|              | 和田 利次       | 中央区立泰明小学校長        | —        |
|              | 箕輪 恵美       | 中央区立京橋朝海幼稚園長      | —        |

## 資-3 運動やスポーツに関するアンケート調査

### 中央区スポーツ推進計画策定に向けての実態調査【区民】

調査目的：本調査は、中央区民の運動やスポーツの実施状況や関心などを把握し、「中央区スポーツ推進計画」策定の基礎資料とすることを目的として実施した。

調査対象：中央区在住の満20歳以上の男女 2,000人

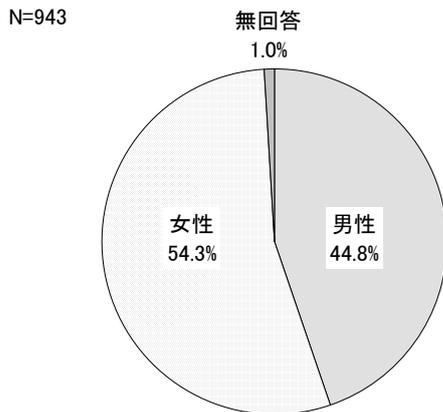
調査方法：郵送法（郵送配布・郵送回収）

調査期間：平成27年10月1日（木）～10月16日（金）

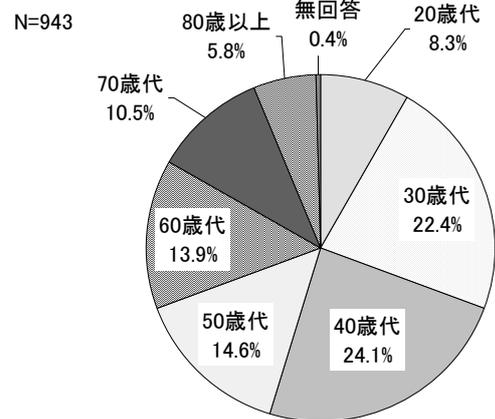
回収結果：943件（回収率：47.2%）

### あなたご自身について

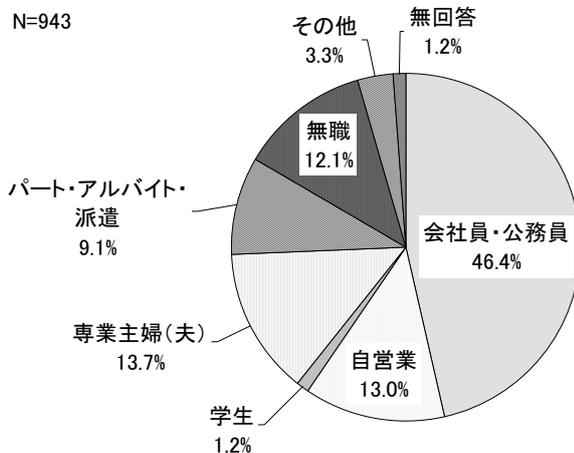
F1 あなたの性別は。(○は1つ)



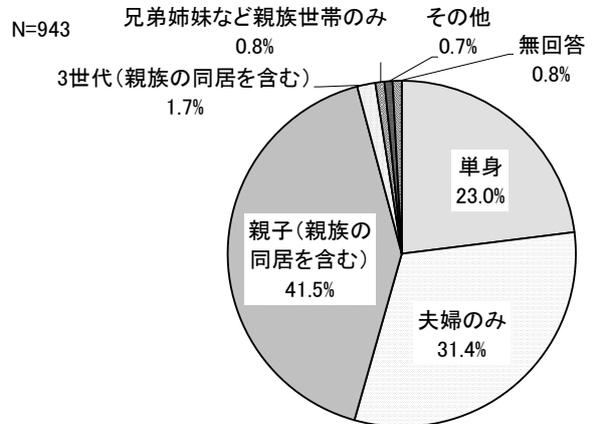
F2 あなたの年齢は。(○は1つ)



F3 あなたの職業は次のどれにあたりますか。(○は1つ)

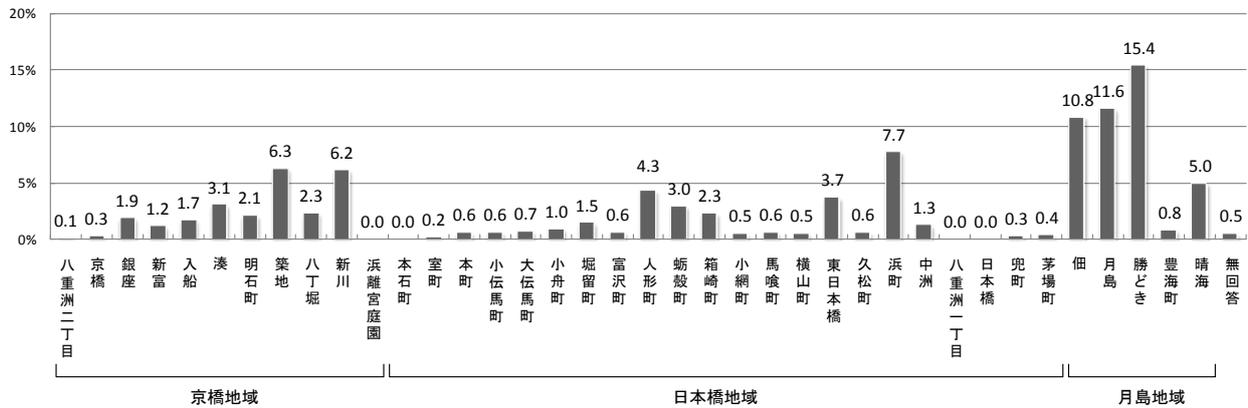


F4 あなたの世帯の家族構成は次のどれにあたりますか。(○は1つ)



F5 あなたのお住まいはどの地域ですか。(○は1つ)

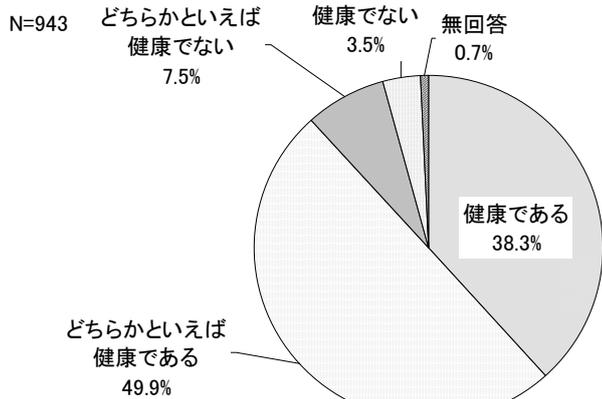
N=943



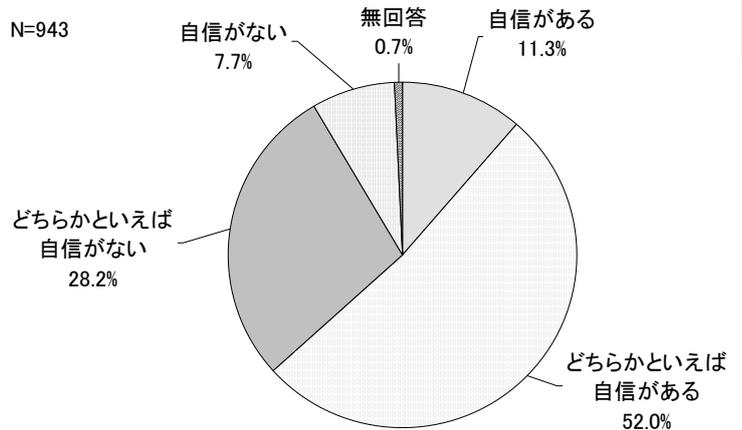
健康・体力に関する意識について

資料編

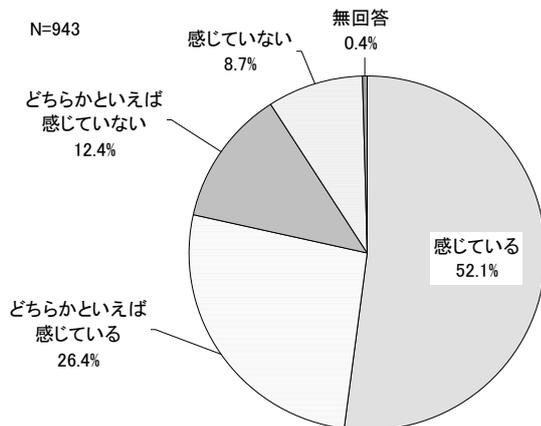
問1 健康だと感じていますか。(○は1つ)



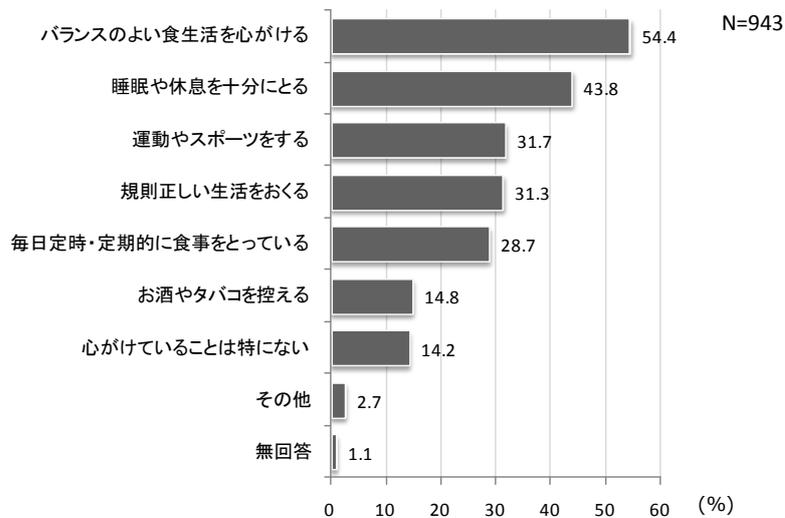
問2 自分の体力についてどのように感じていますか。(○は1つ)



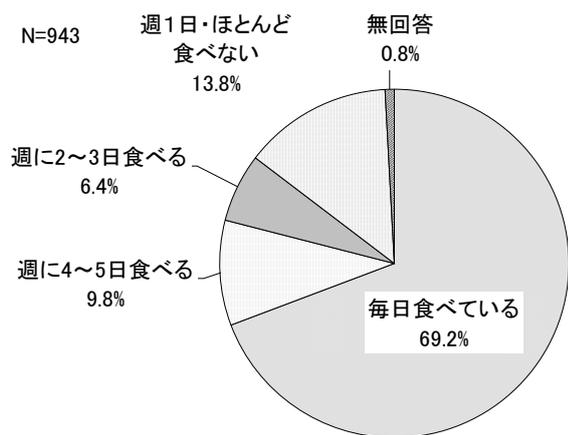
問3 日頃、運動不足を感じていますか。(○は1つ)



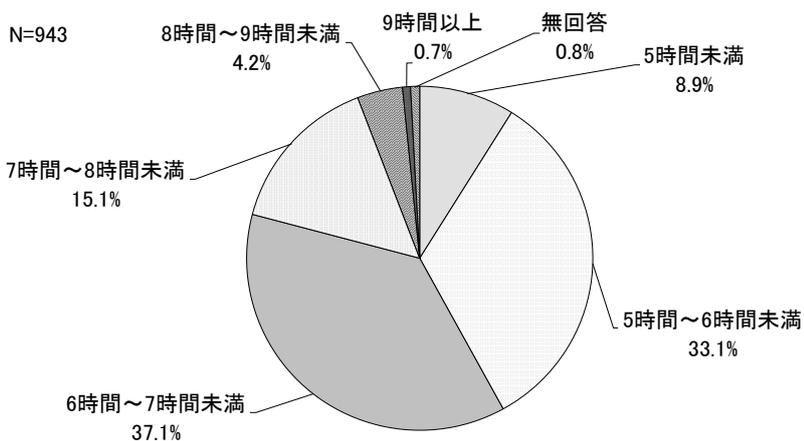
問 4 日頃、健康を保つために心がけていることはありますか。(○はいくつでも)



問 5 朝食は食べていますか。(○は1つ)

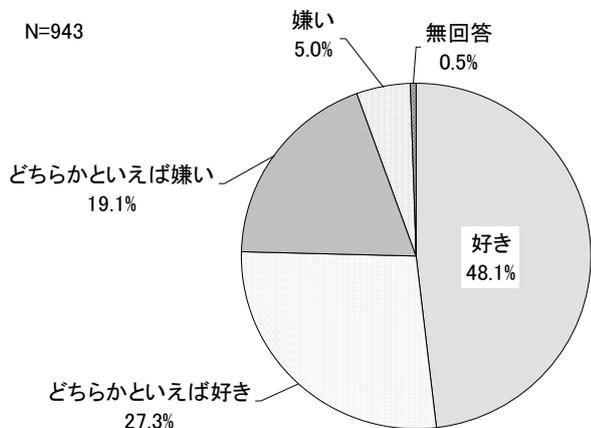


問 6 1日の平均睡眠時間はどれくらいですか。(○は1つ)

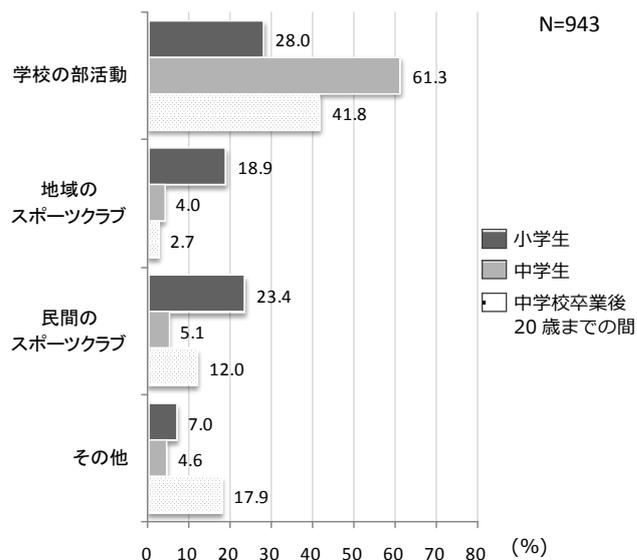


## スポーツの実施について

問7 子どもの頃、体を動かすことが好きでしたか。(○は1つ)

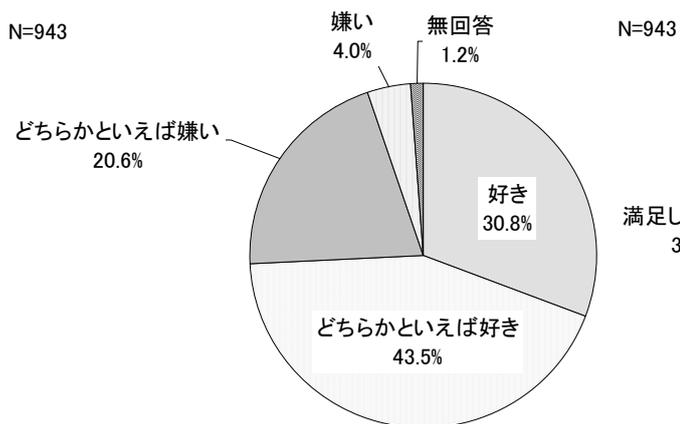


問8 小学生から20歳までの間、スポーツを定期的に行っていましたか。「学校の部活動」「地域のスポーツクラブ」「民間のスポーツクラブ」「その他」それぞれについて、該当する白いマスに「○」を記入してください。※学校の体育の授業は除きます。(○はいくつでも)

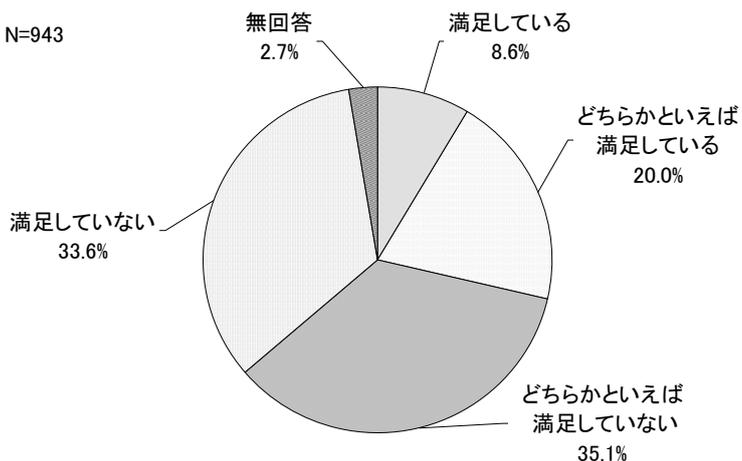


資料編

問9 現在は、運動やスポーツをすることが好きですか。(○は1つ)

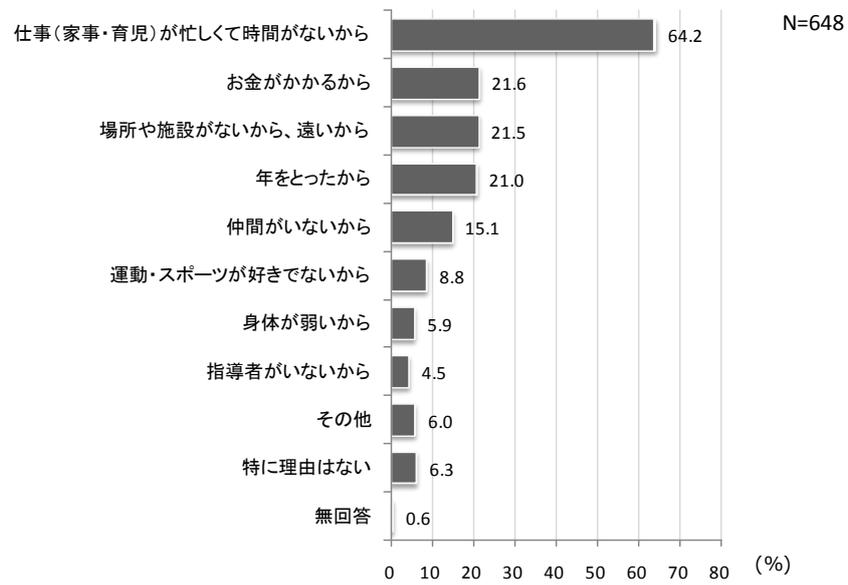


問10 現在の自分自身のスポーツ活動の状況に満足していますか。(○は1つ)

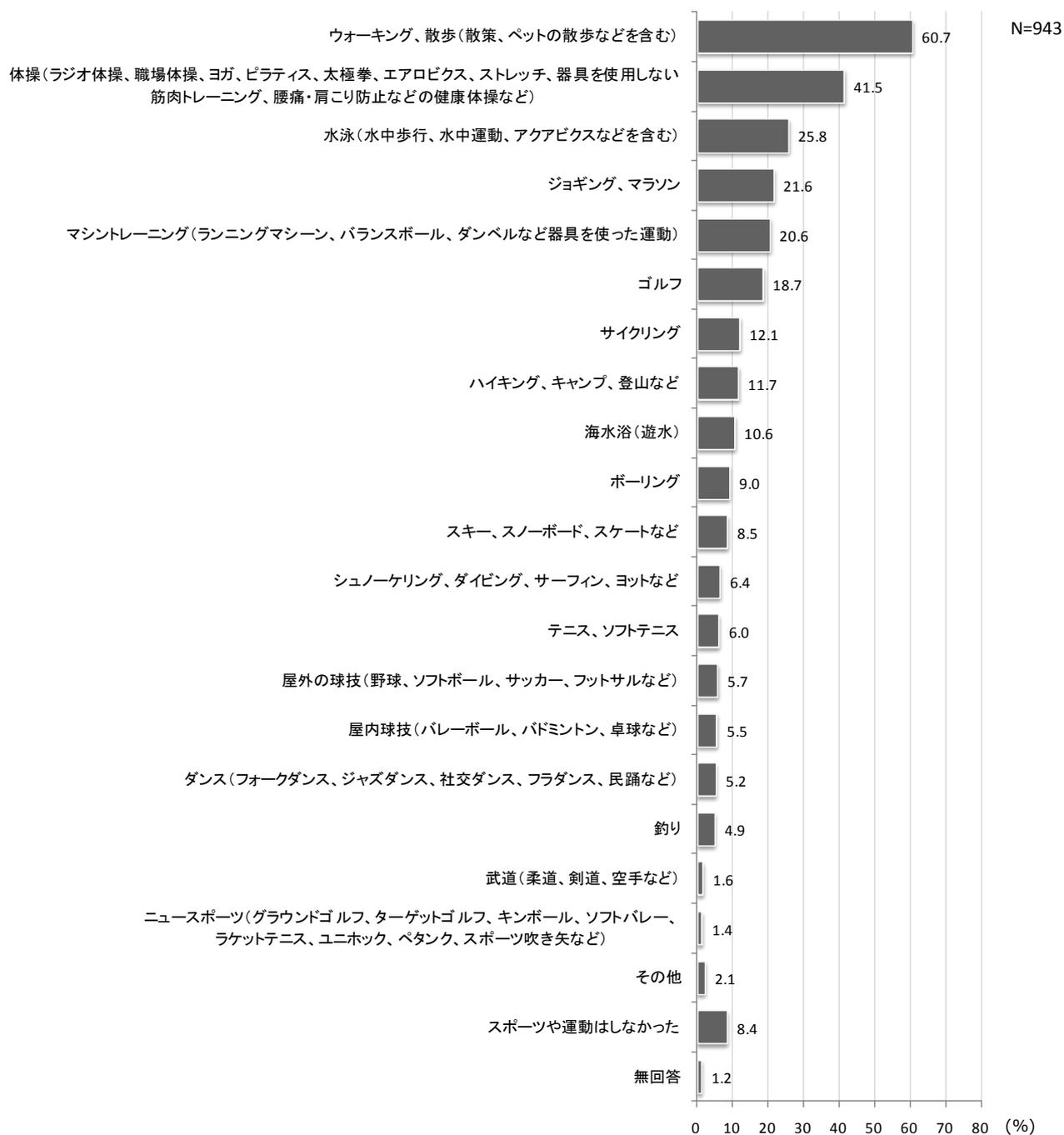


<問 10 で「どちらかといえば満足していない」「満足していない」を選んだ方（648 件）>

問 10-1 それほどの理由からですか。（○はいくつでも）



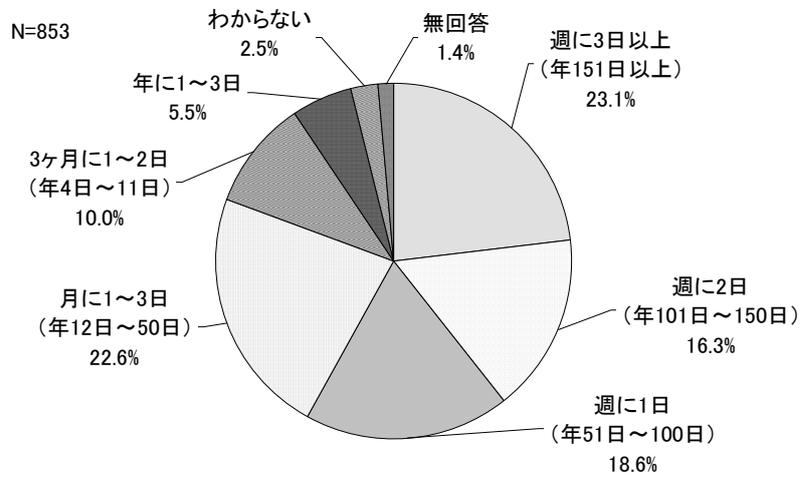
問 11 あなたがこの1年間に行った運動やスポーツは何ですか。(〇はいくつでも)



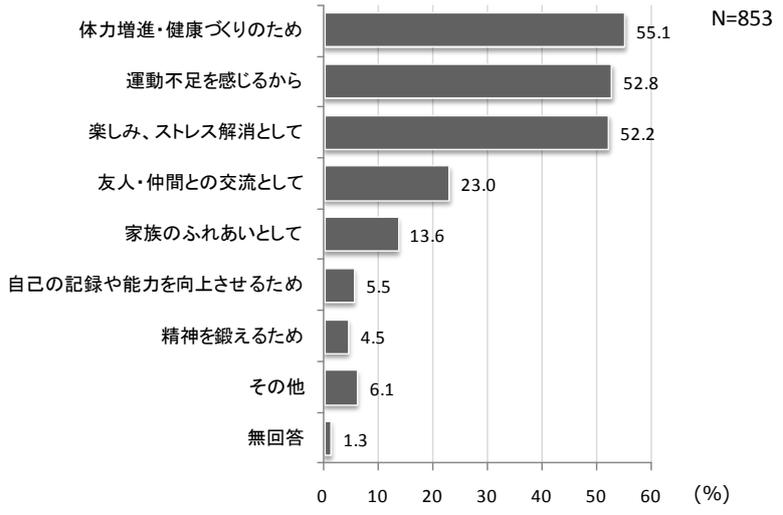
資料編

<問 11 で「スポーツや運動はしなかった」以外を選んだ方（853 件）>

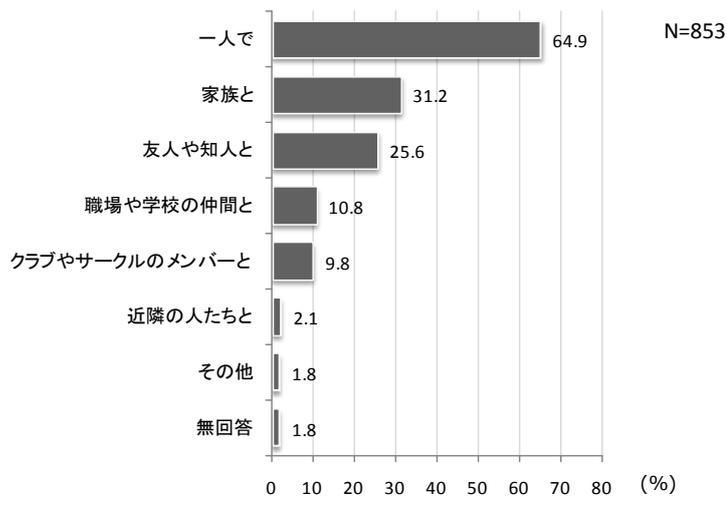
問 11-1 その運動やスポーツを行った日数を全て合わせると、1 年間にどの程度になりますか。（○は 1 つ）



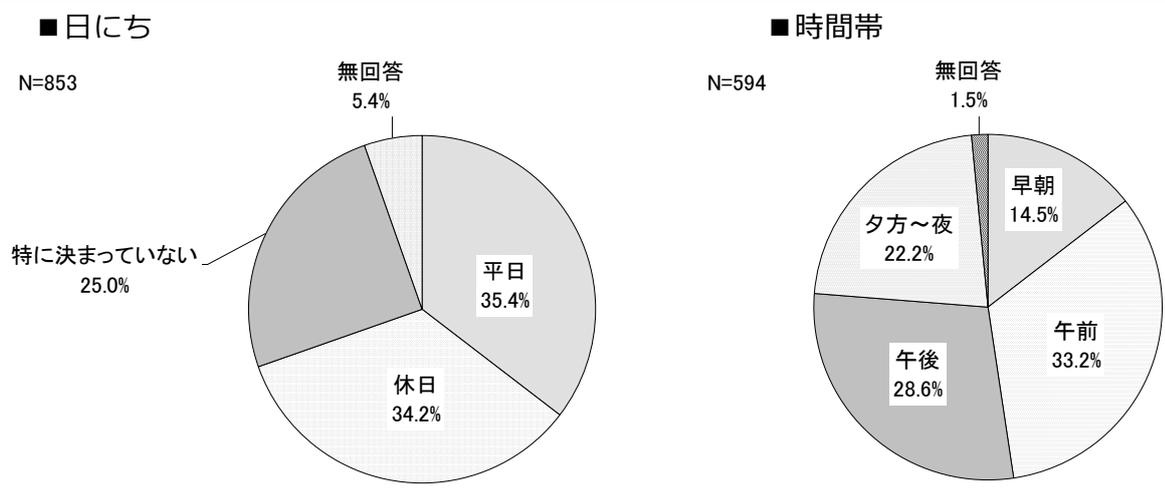
問 11-2 あなたが運動やスポーツを行ったのはどのような理由からですか。（○はいくつでも）



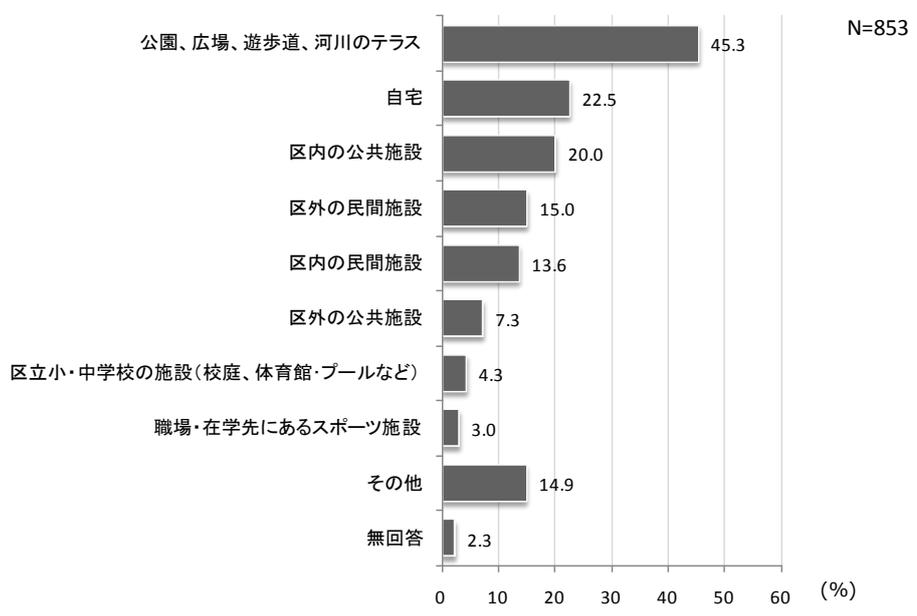
問 11-3 主に誰と運動やスポーツを行っていますか。(○はいくつでも)



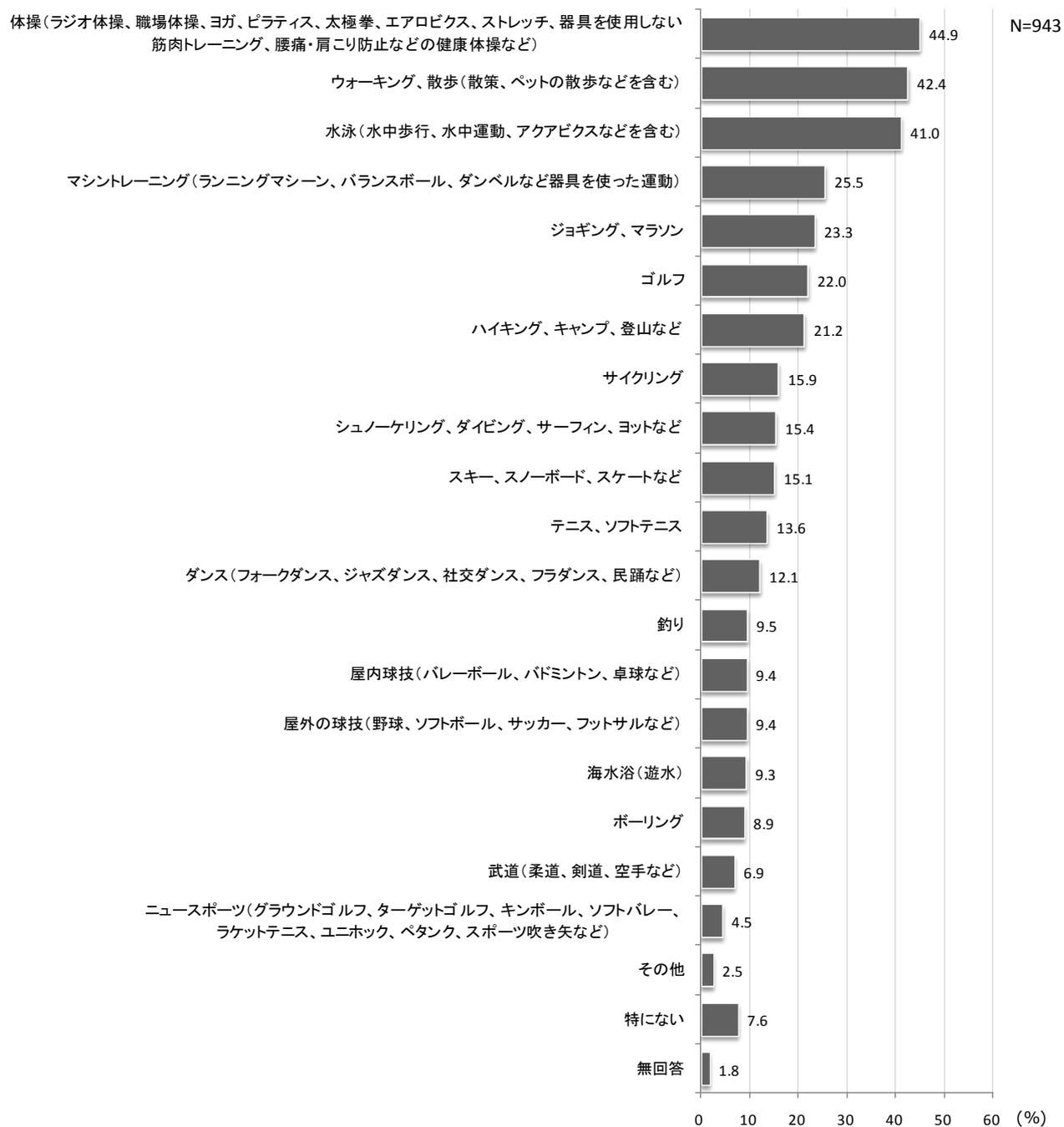
問 11-4 運動やスポーツを比較的好く行う日にち・時間帯はいつですか。



問 11-5 普段、どんな場所で運動やスポーツを行っていますか。(○はいくつでも)



問 12 今後行ってみたいと思う運動やスポーツがありますか。【現在行っているものを含めてお答えください】（〇はいくつでも）



<問 12 で「特にない」以外を選んだ方（663 件）>

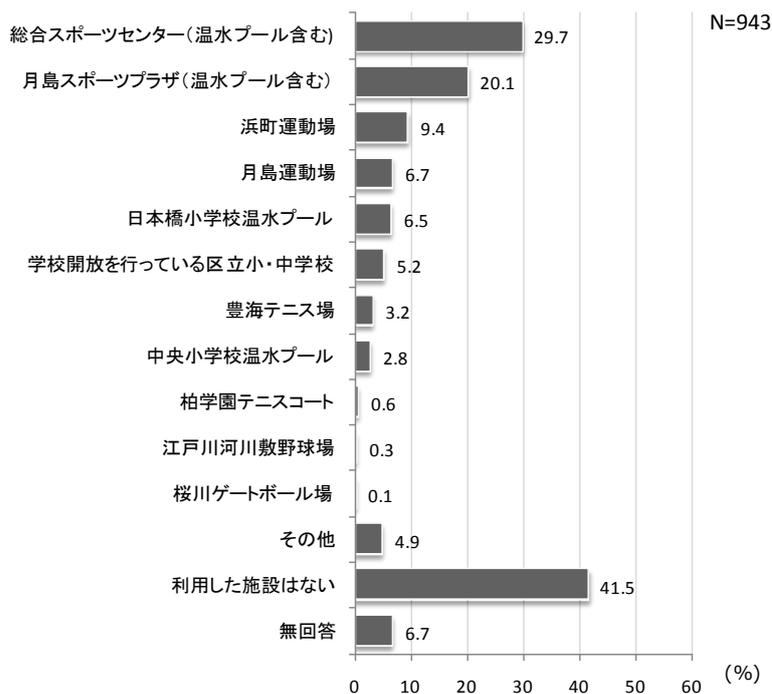
問 12-1 行ってみたいものを選んだ理由はどうしてですか。理由をお書きください。

|    |                     | 合計  |
|----|---------------------|-----|
| 1  | 健康・体力強化のため          | 139 |
| 2  | 好きだから・楽しいから         | 101 |
| 3  | 一人のできる・手軽にできる・始めやすい | 89  |
| 4  | 以前行っていた・経験があるため     | 69  |
| 5  | 興味があるから             | 48  |
| 6  | 自分の体力に合う・自分に向いているから | 47  |
| 7  | 普段行っている・現在続けているから   | 40  |
| 8  | 運動不足解消のため           | 21  |
| 9  | ストレス解消のため           | 15  |
| 10 | ダイエットのため            | 15  |
| 11 | 人と交流できるから           | 13  |
| 12 | 家族のできるから            | 11  |
| 13 | その他                 | 55  |
|    | 合計                  | 663 |

N=663

## スポーツ施設の利用について

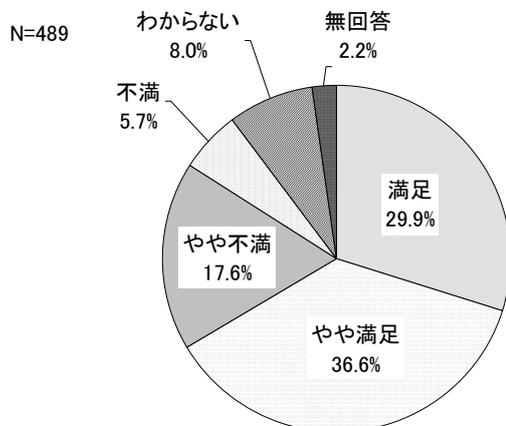
問 13 あなたが利用したことのある区のスポーツ施設はどれですか。（○はいくつでも）



N=943

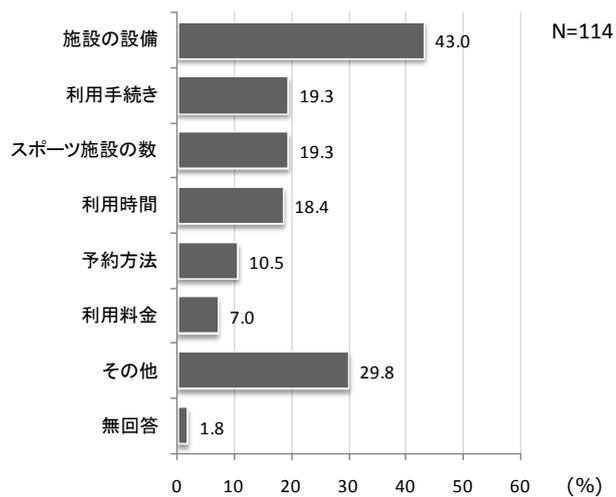
<問 13 で「利用した施設はない」以外を選んだ方（489 件）>

問 13-1 利用している区のスポーツ施設について、満足していますか。（○は1つ）



<問 13-1 で「やや不満」「不満」を選んだ方（114 件）>

問 13-2 不満な点は何ですか。（○は3つまで）

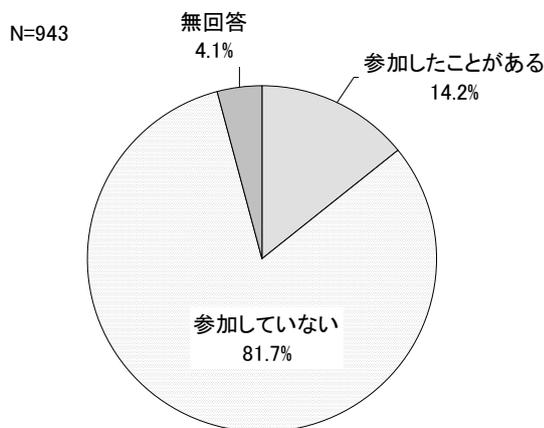


問 13-3 その不満な点をどのようにして欲しいですか。具体的にお書きください。

|   |              | 件数  |
|---|--------------|-----|
| 1 | 設備について       | 35  |
| 2 | 時間について       | 23  |
| 3 | 利用方法について     | 22  |
| 4 | 施設数や交通の便について | 19  |
| 5 | 運営について       | 13  |
| 6 | 教室・プログラムについて | 11  |
| 7 | 利用情報等について    | 8   |
| 8 | 料金について       | 4   |
| 9 | その他          | 8   |
|   | 合計           | 143 |

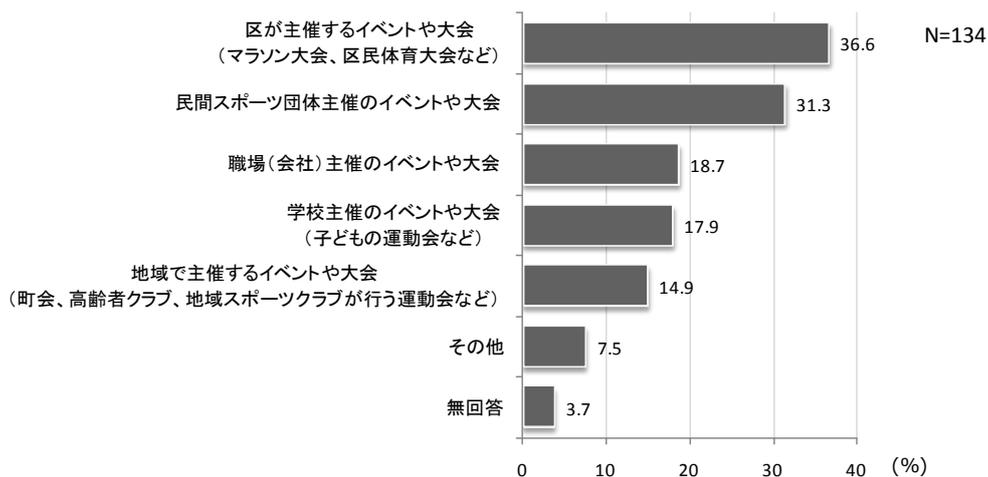
## スポーツイベント・大会への参加状況について

問 14 あなたは、この1年間に、スポーツイベント、大会等に参加したことがありますか。(○は1つ)



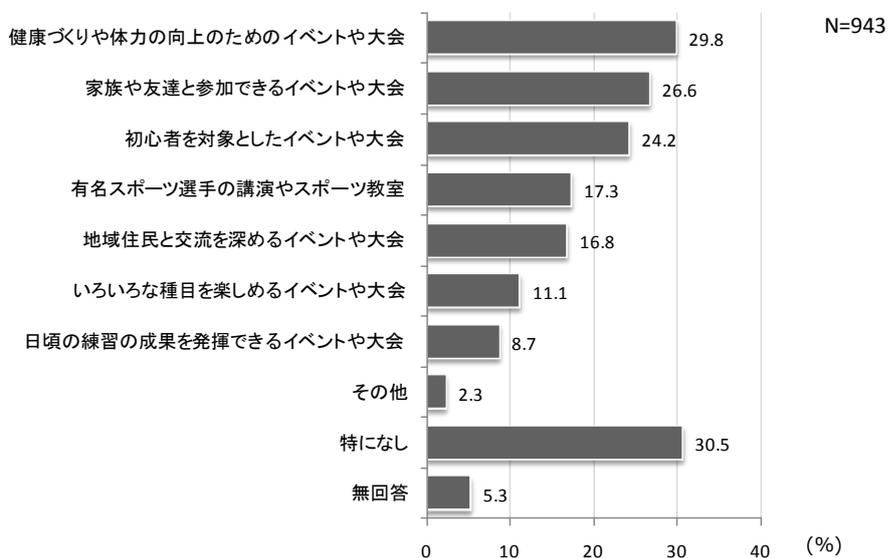
<問 14 で「参加したことがある」を選んだ方 (134 件) >

問 14-1 それは、どのようなスポーツイベント、大会でしたか。(○はいくつでも)



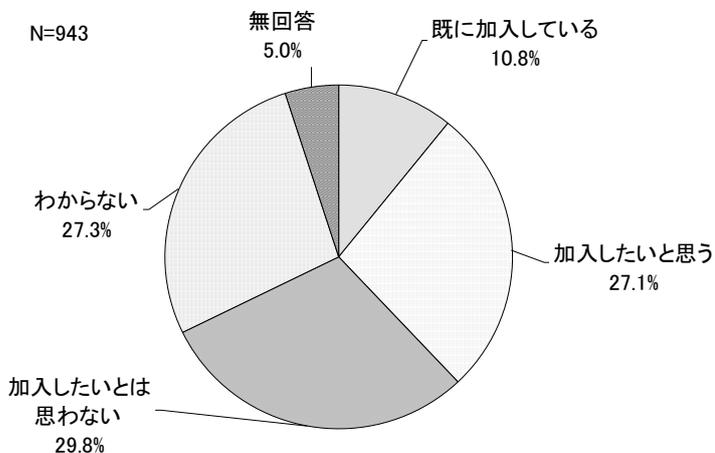
資料編

問 15 今後どのようなスポーツイベント、大会に参加したいと思いますか。(○はいくつでも)



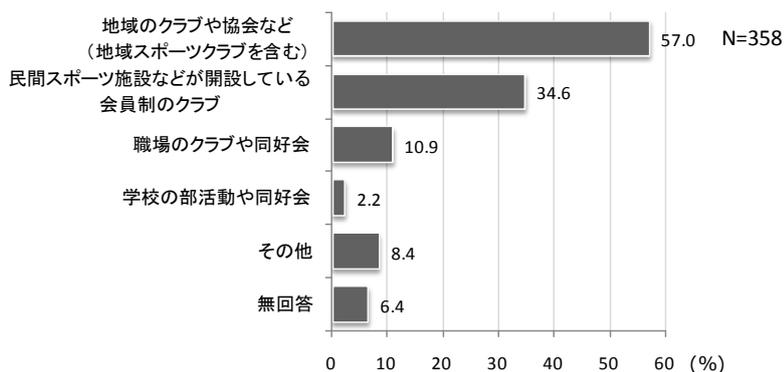
## 運動やスポーツのクラブ・同好会について

問 16 自分の好きな運動やスポーツのクラブ、同好会などがあれば、あなたは加入したいと思いますか。  
(○は1つ)

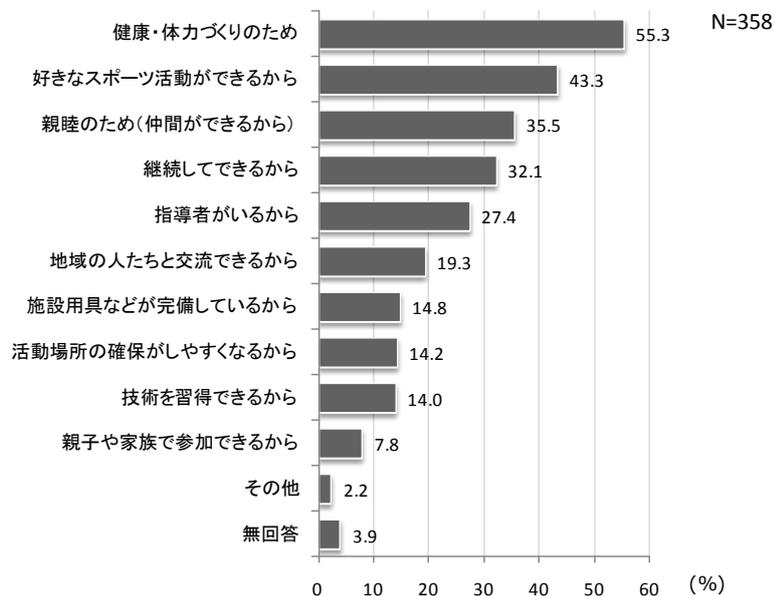


<問 16 で「既に加入している」「加入したいと思う」を選んだ方 (358 件) >

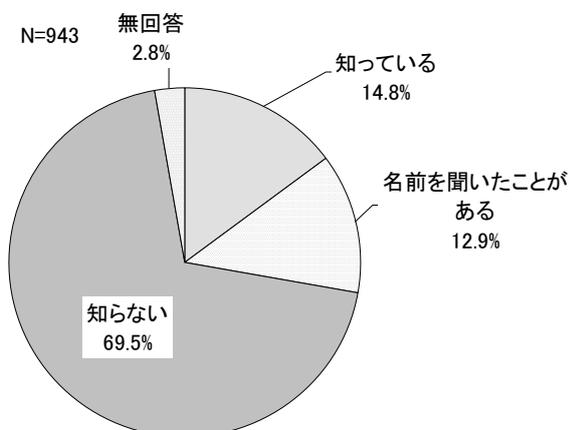
問 16-1 それは、どのようなクラブや同好会などですか。(○はいくつでも)



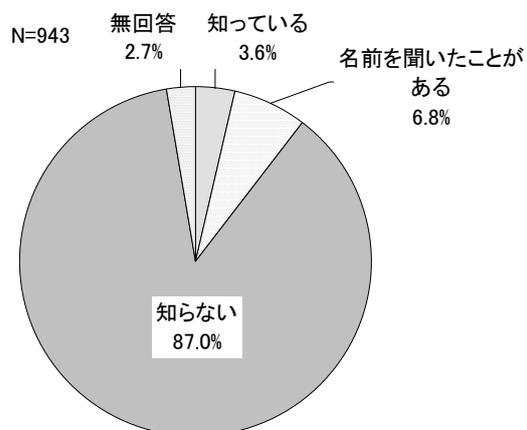
問 16-2 そのクラブや同好会などに加入した (したいと思う) 動機は何ですか。(○はいくつでも)



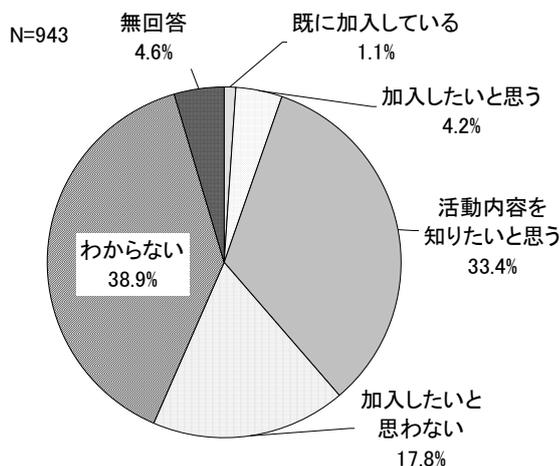
問 17 地域スポーツクラブを知っていますか。  
(○は1つ)



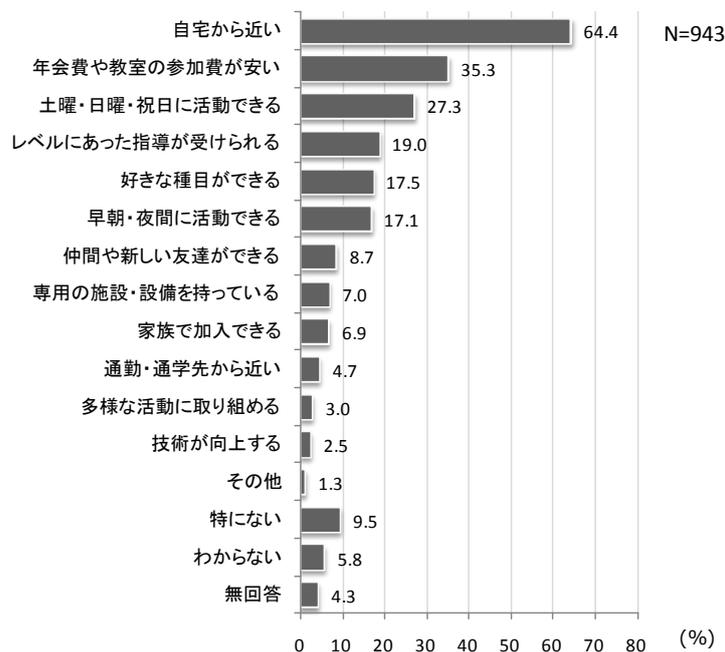
問 18 中央区の地域スポーツクラブ「大江戸月島」を知っていますか。(○は1つ)



問 19 中央区の地域スポーツクラブ「大江戸月島」に加入したいと思いますか。(○は1つ)



問 20 地域スポーツクラブに加入するとしたら望むことは何ですか。(○は3つまで)



資料編

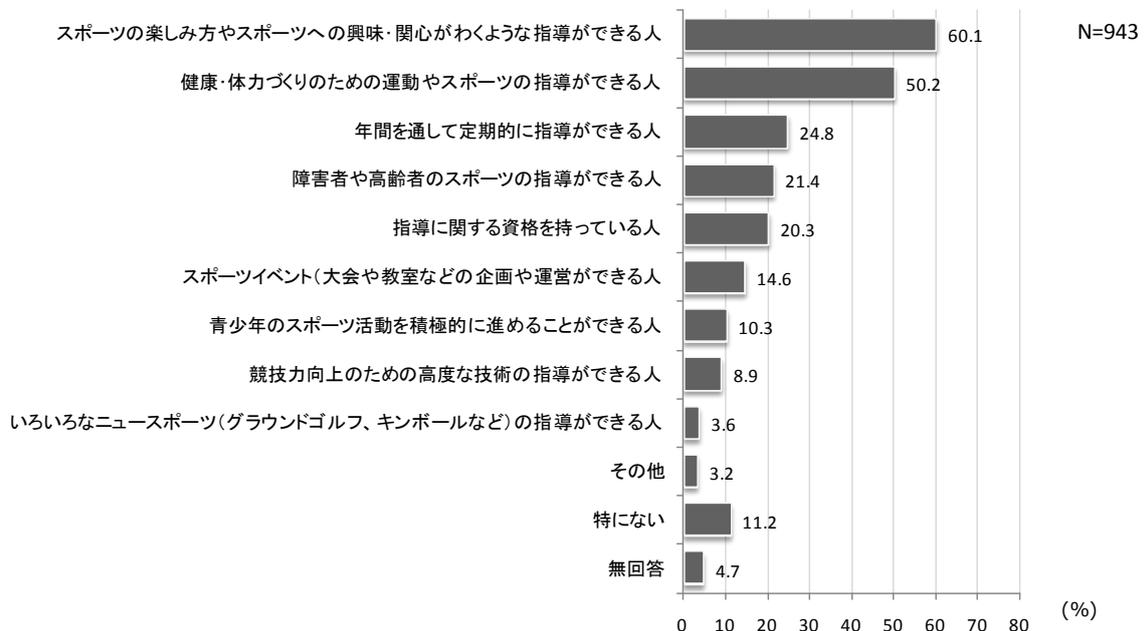
問 21 地域スポーツクラブで行いたい種目は何ですか。具体的にお答えください。

|    |        | 回答数 | 割合  |
|----|--------|-----|-----|
| 1位 | ヨガ     | 85  | 9.1 |
| 2位 | テニス    | 75  | 8   |
| 3位 | 水泳     | 60  | 6.4 |
| 4位 | ゴルフ    | 52  | 5.5 |
| 5位 | ダンス    | 35  | 3.7 |
| 6位 | ピラティス  | 30  | 3.2 |
| 6位 | ランニング  | 30  | 3.2 |
| 8位 | ウォーキング | 24  | 2.6 |
| 8位 | 筋トレ    | 24  | 2.6 |
| 8位 | バドミントン | 24  | 2.6 |

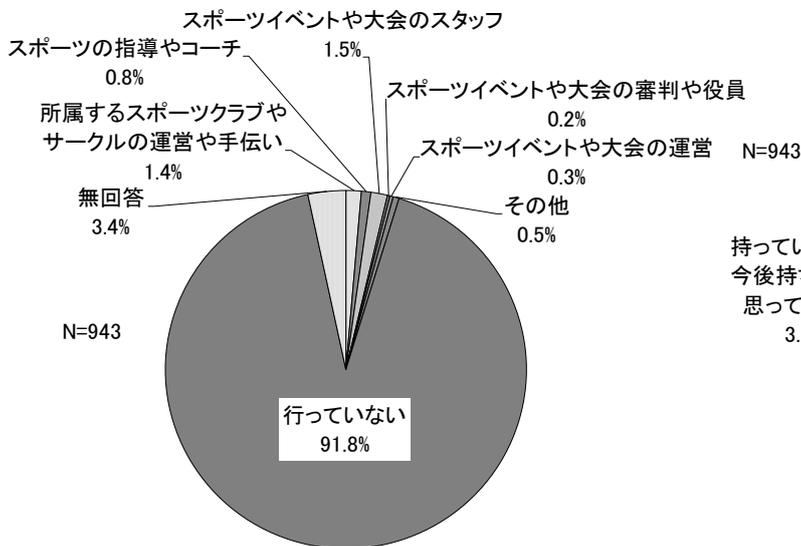
※回答数上位 8 位までを記載しています。

## スポーツ指導者やボランティアについて

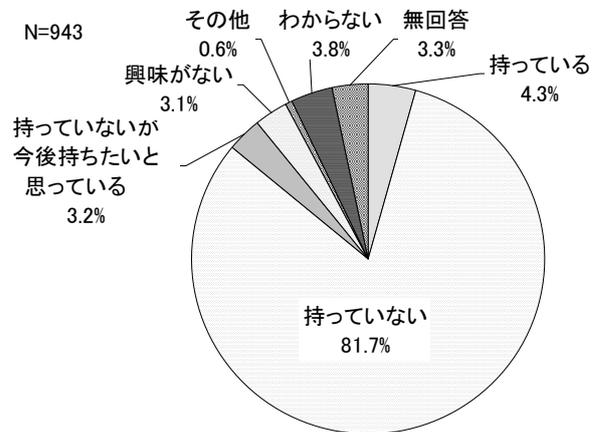
問 22 区民の運動やスポーツを推進するために、どのようなスポーツ指導者が必要だと思いますか。(〇はいくつでも)



問 23 あなたは、この1年間に、スポーツの指導や大会の運営などスポーツに関するボランティア活動を行いましたか。(○は1つ)

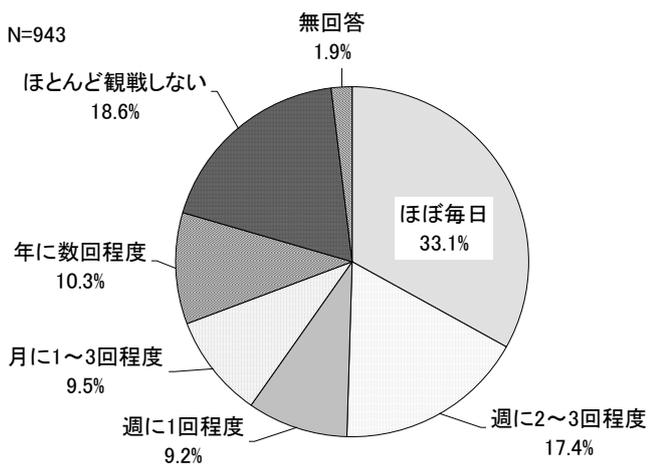


問 24 あなたは、スポーツ活動に活用できるスキル(スポーツの指導や審判などの資格)をお持ちですか。(○は1つ)

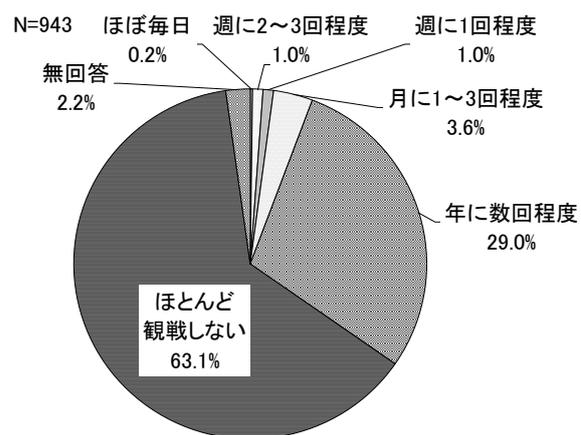


## スポーツ観戦について

問 25 テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、インターネットなどを通して、競技大会や試合、練習などのスポーツを見る、読む、聞く機会がありますか。(○は1つ)

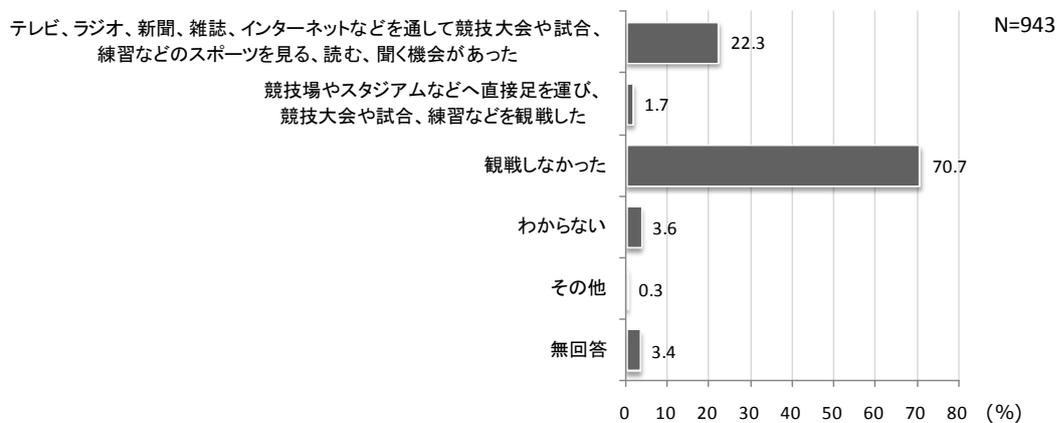


問 26 競技場、スタジアム、体育館などへ直接足を運び、競技大会や試合、練習などのスポーツ観戦をどの程度していますか。(○は1つ)

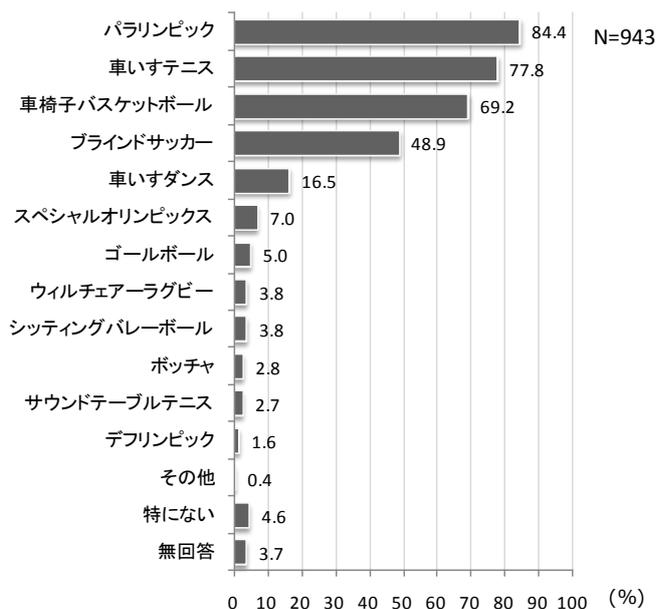


## 障害者スポーツについて

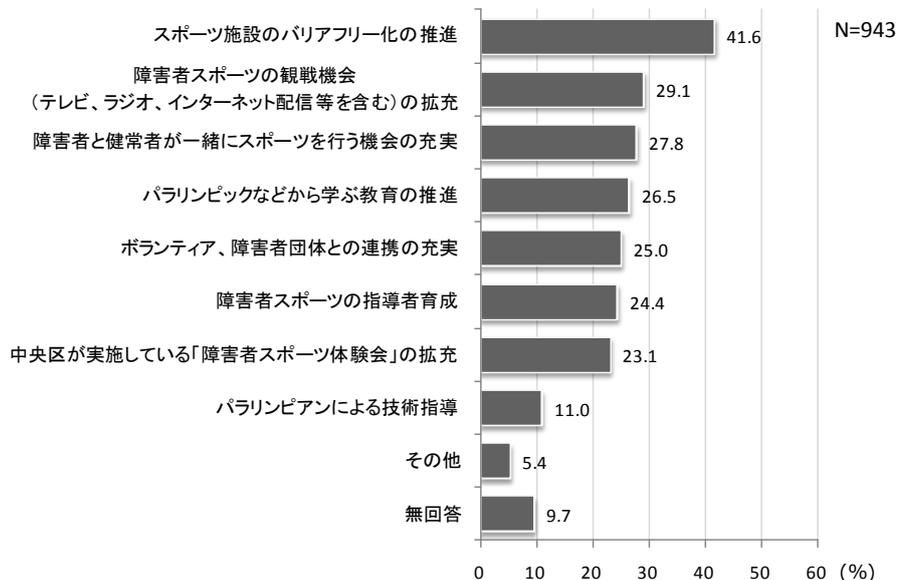
問 27 あなたは、この1年間に障害者スポーツの観戦などの機会がありましたか。(○はい/△はいいえ/×はどちらでもなく/○はい/△はいいえ/×はどちらでもなく)



問 28 この中に、あなたが知っている、または聞いたことがある障害者スポーツの用語はありますか。(○はい/△はいいえ/×はどちらでもなく/○はい/△はいいえ/×はどちらでもなく)



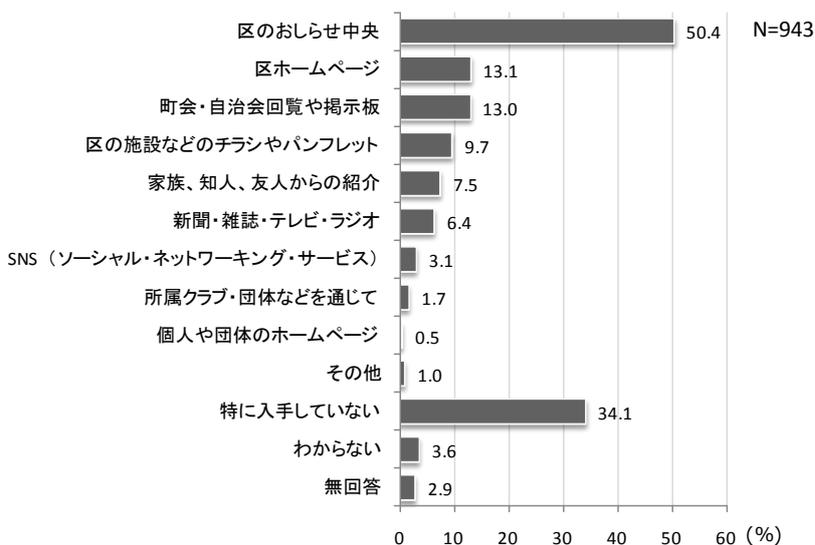
問29 障害者スポーツの施策を推進していくためにはどのようなことが求められていると思いますか。(〇はいくつでも)



※「障害者スポーツ体験会」とは、とは、区内在住・在勤・在学者で障害のある方を対象に「ラケットテニス」「ドッチビーを使ってストラックアウト」「ボッチャ」「吹き矢・ハンドアーチェリー」などの種目を体験していただき、スポーツを楽しみ、親しんでいただくためのきっかけづくりの場として実施している区の事業です。

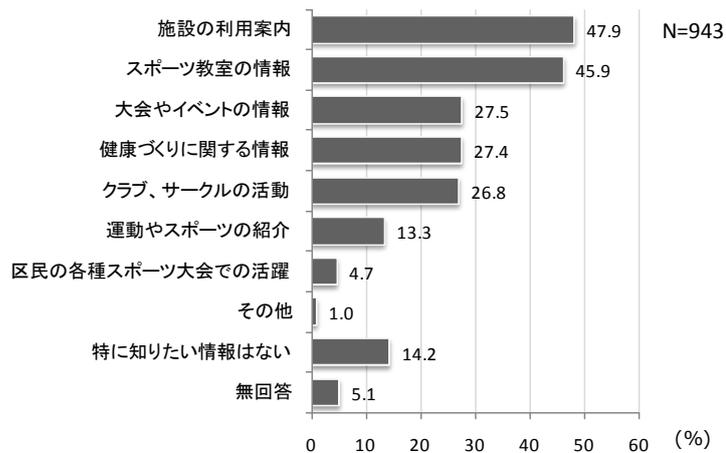
## 区の運動やスポーツに関する情報について

問30 運動やスポーツに関する区の情報をごどのように入手していますか。(〇はいくつでも)



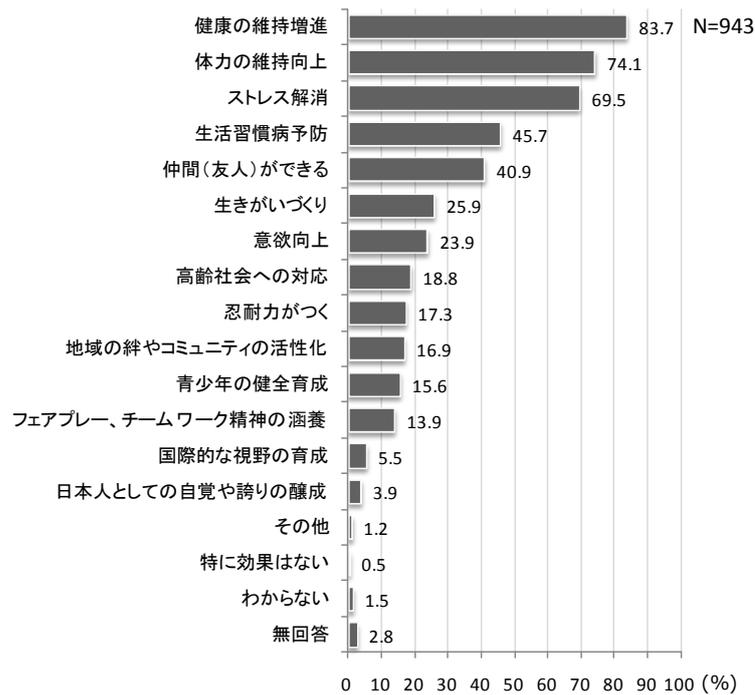
※SNS (ソーシャル・ネットワーキング・サービス) とは、Facebook や Twitter などのサービスのことです。

問 31 運動やスポーツに関する区の情報としてどのような内容が知りたいですか。(○はいくつでも)

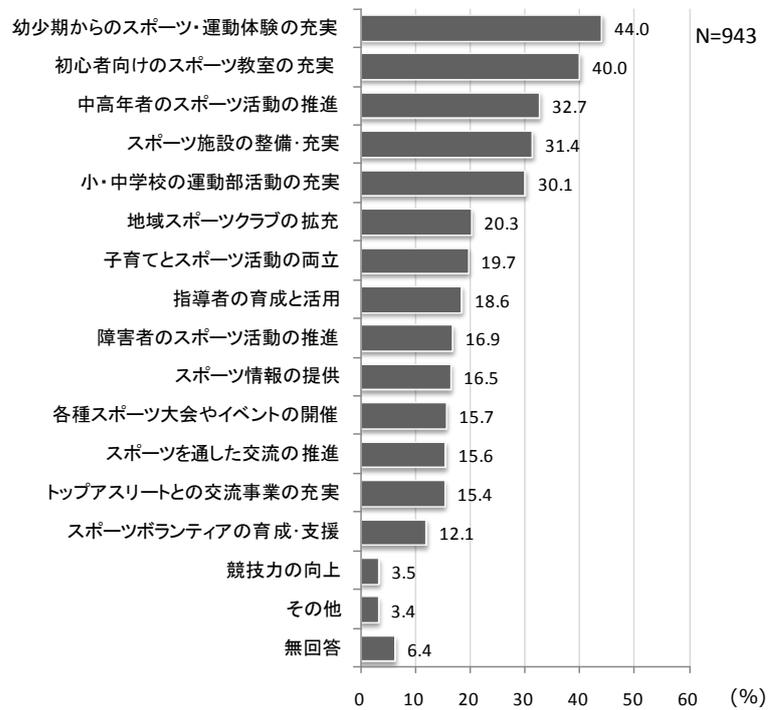


## 区のスポーツ推進施策について

問 32 あなたにとって、スポーツがもたらす効果とはどのようなものだと思いますか。(○はいくつでも)

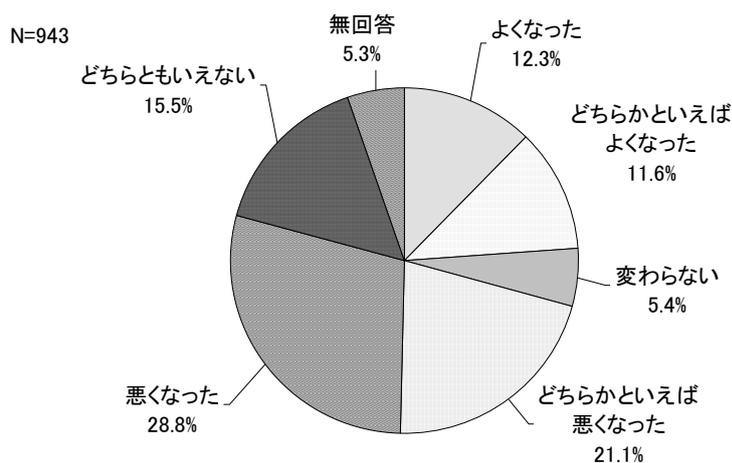


問 33 今後スポーツを推進するために、区はどのようなことに取り組んでいくべきとお考えですか。(○はいくつでも)

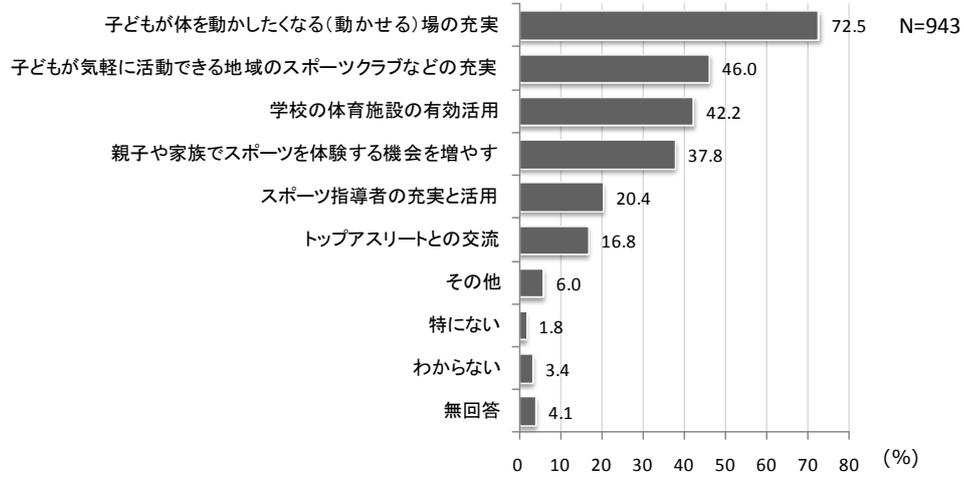


## 子どもの運動やスポーツの推進について

問 34 あなたは、ご自身の子どもの頃と比較して、今の子どものスポーツや外遊びの環境はどのようになつたと感じますか。(○は1つ)

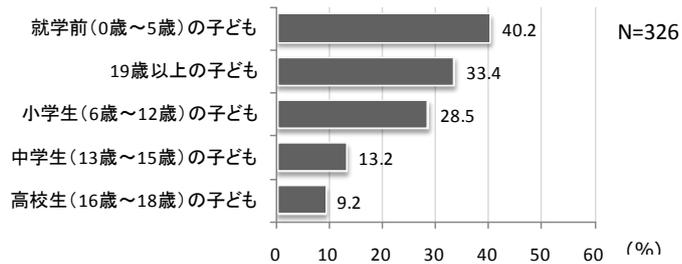


問 35 あなたは、子どものスポーツや外遊びの環境を充実するために、どのようなことに力を入れたらよいと思いますか。(〇はいくつでも)



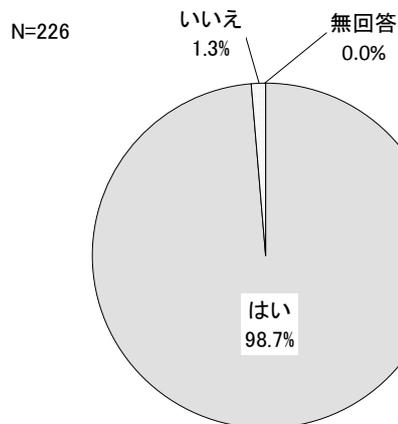
<お子さんがいらっしゃる方 (326 件) >

問 36 お子さんの年齢区分は以下の 1~5 の選択肢のどれにあたりますか。(〇はいくつでも)



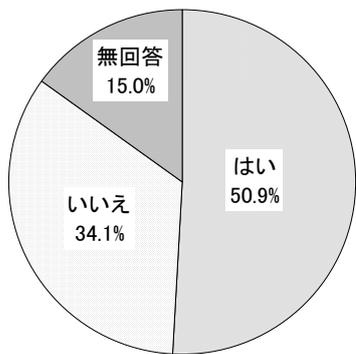
<問 36 で「19歳以上の子ども」以外を選んだ方 (226 件) >

問 36-1 あなたはお子さんに積極的に運動やスポーツをしてほしいと思いますか。(〇は 1 つ)



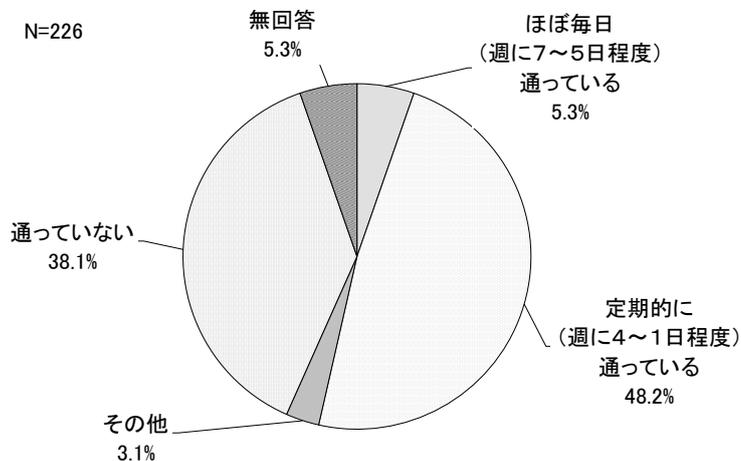
問 36-2 あなたのお子さんは、学校の運動部活動や、地域または民間の運動・スポーツクラブに通うなど、体育の授業以外で定期的に運動やスポーツをしていますか。(〇は1つ)

N=226



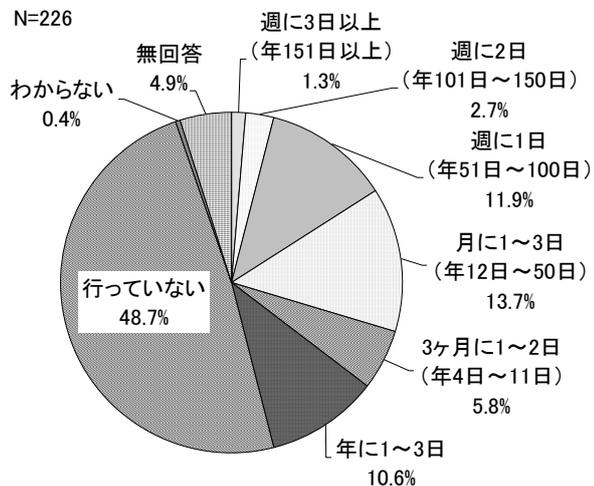
問 36-3 あなたのお子さんは、運動・スポーツ以外の習い事や塾に通っていますか。(〇は1つ)

N=226



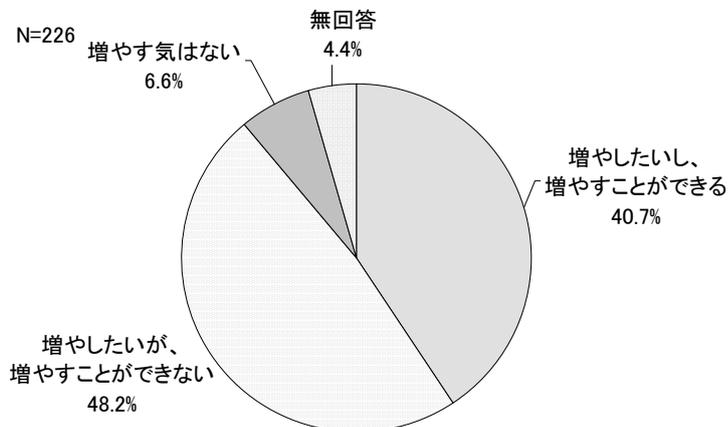
問 36-4 あなたは、親子で一緒に運動やスポーツを行っていますか。行っている場合、どの程度の頻度で行っていますか。(〇は1つ)

N=226



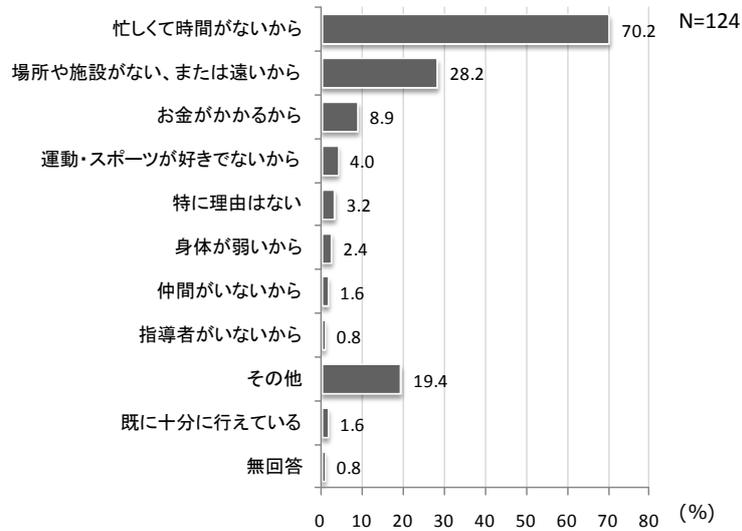
問 36-5 親子で一緒に運動やスポーツを行う機会を増やすことについて伺います。(〇は1つ)

N=226

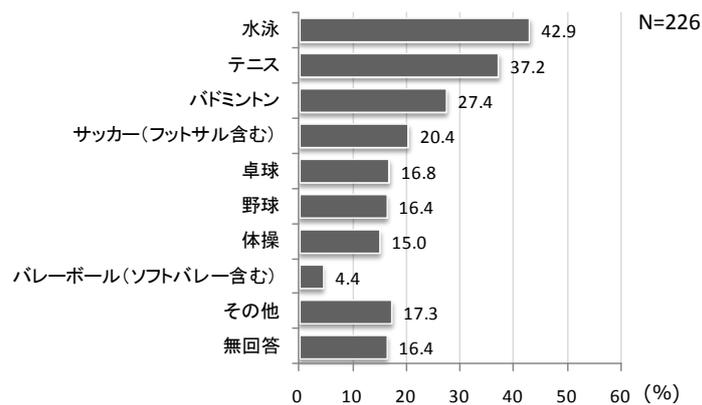


<問 36-5 で「増やしたいが、増やすことができない」「増やす気はない」を選んだ方 (124 件) >

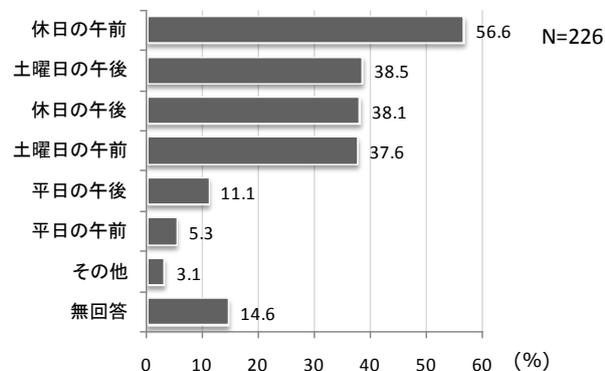
問 36-5-1 それはどのような理由からですか。(○はいくつでも)



問 36-6 親子で一緒にどんな種目の運動やスポーツをしてみたいと思いますか。(○はいくつでも)



問 36-7 親子で一緒に運動やスポーツを行うのであれば曜日・時間帯はいつがよいと思いますか。(○はいくつでも)



## 運動やスポーツに関するアンケート調査【小・中学生】

調査目的：本調査は、中央区内の小学生と中学生の運動やスポーツの実施状況や関心などを把握し、「中央区スポーツ推進計画」策定の基礎資料とすることを目的として実施した。

調査対象：中央区立の学校に通う全小学5年生（16校 761人）と全中学2年生（4校 435人）

調査方法：各校にて配布回収

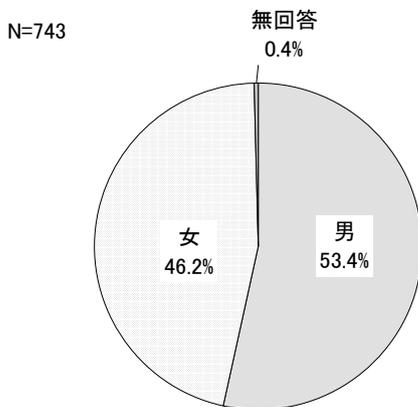
調査期間：平成27年11月17日（火）～11月30日（月）

回収結果：小学生調査回収数 743件（回収率 97.6%）

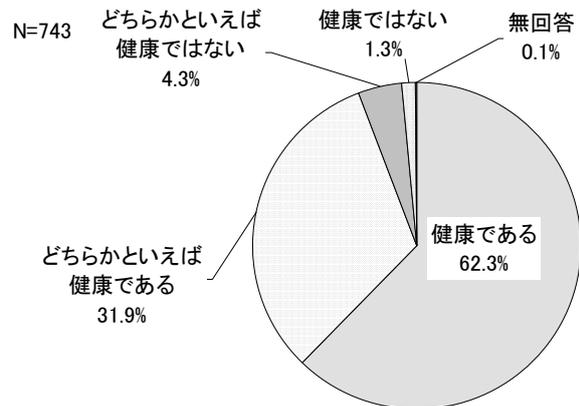
中学生調査回収数 416件（回収率 95.6%）

### あなたのことについて【小学生】

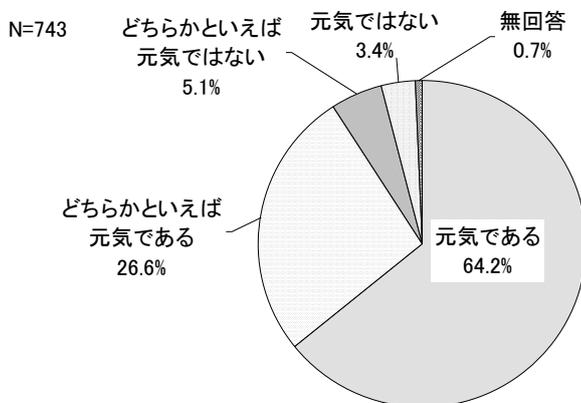
問1 性別を教えてください。（○は1つ）



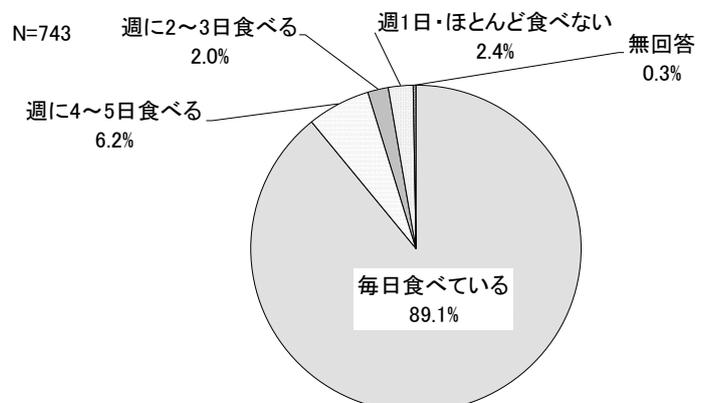
問2 あなたの身体は健康だと思いますか。（あなたが思ったとおり教えてください）（○は1つ）



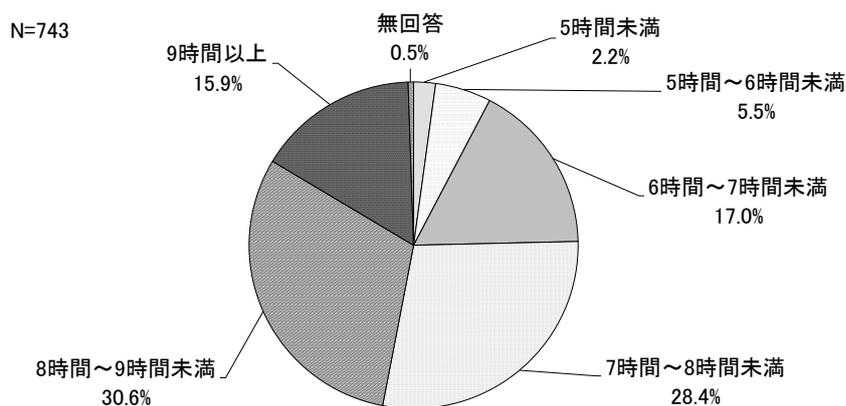
問3 あなたの心は元気だと思いますか。（あなたが思ったとおり教えてください）（○は1つ）



問4 朝ごはんを食べていますか。（○は1つ）

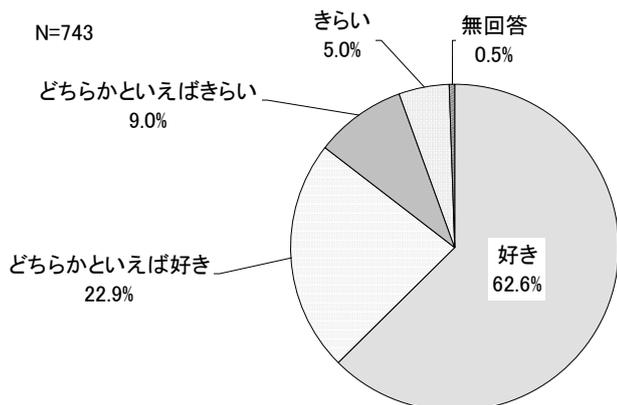


問5 1日どのくらいの時間寝ていますか。(○は1つ)

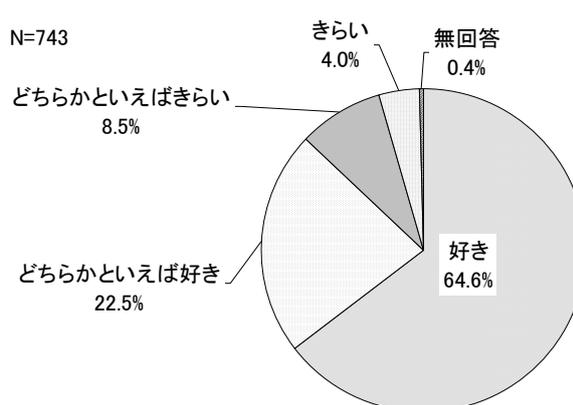


## 運動やスポーツをすることについて【小学生】

問6 外で遊ぶことが好きですか。(○は1つ)

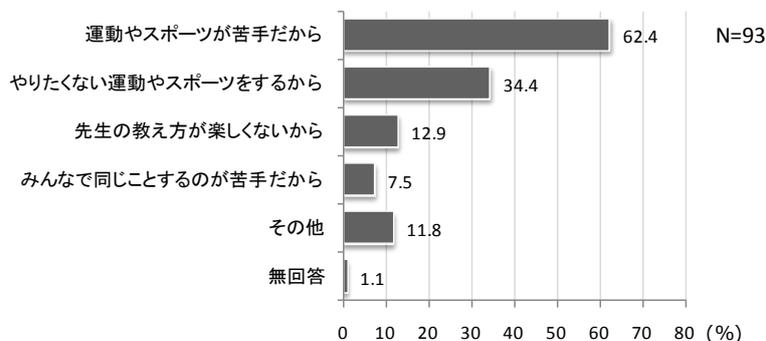


問7 体育の学習が好きですか。(○は1つ)

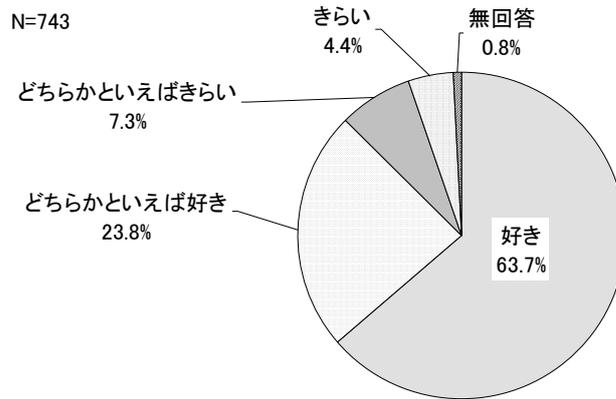


<問7で「どちらかといえば嫌い」「嫌い」を選んだ方(93件)>

問7-1 体育の学習がきらいな理由はなんですか。(○はいくつでも)

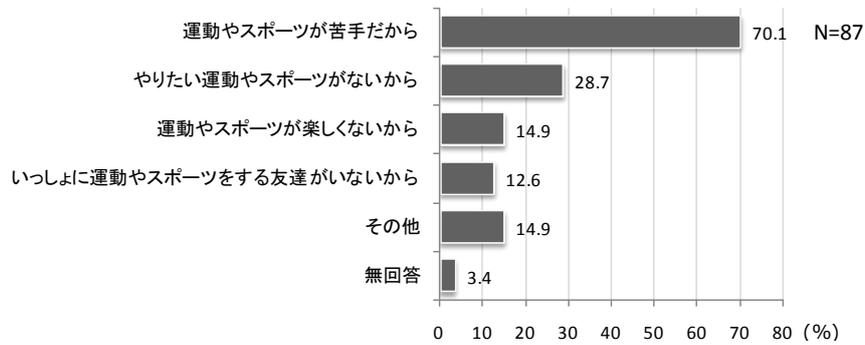


問 8 あなたは、運動やスポーツをすることが好きですか。(○は1つ)

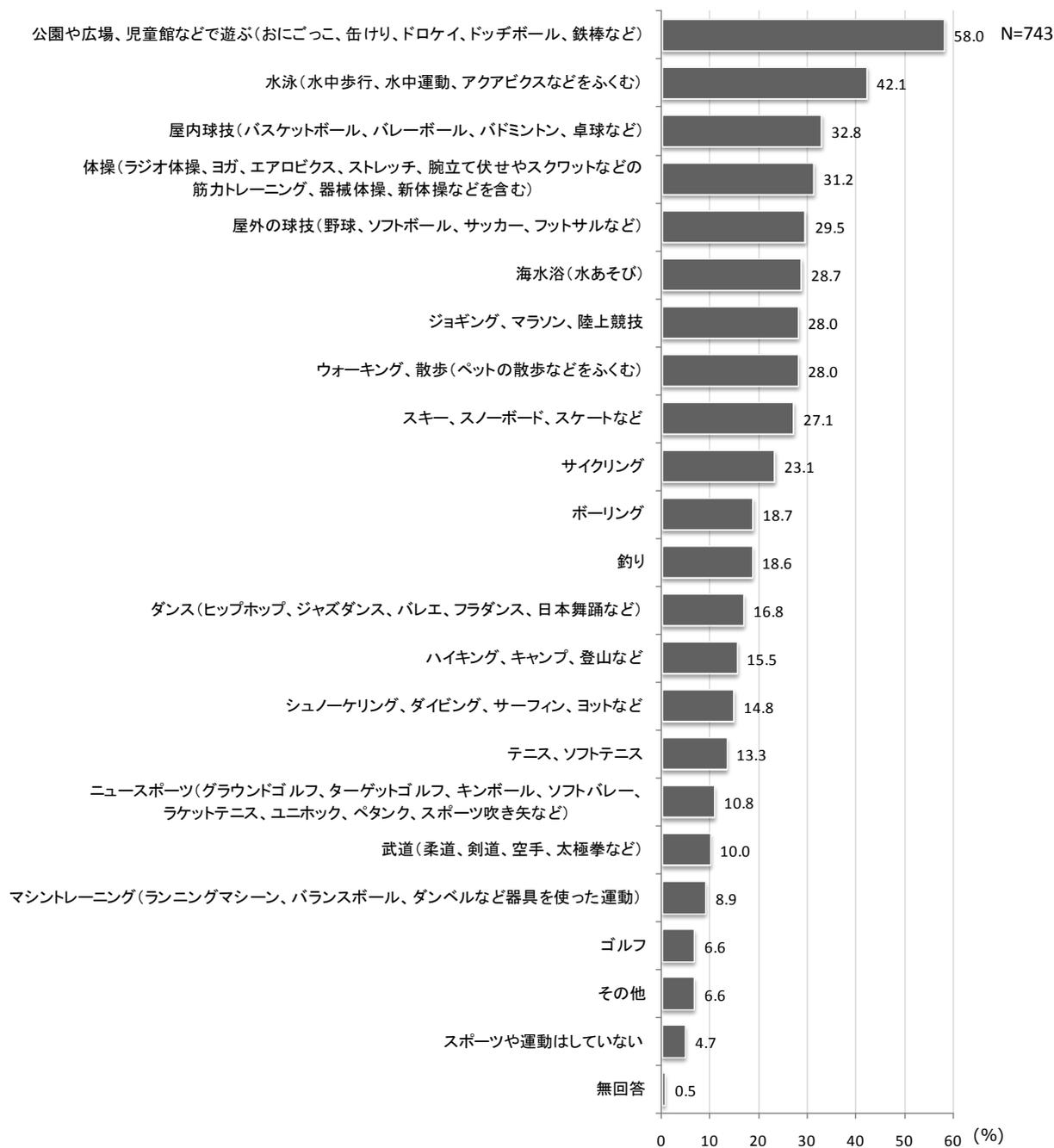


<問 8 で「どちらかといえば嫌い」「嫌い」を選んだ方 (87 件) >

問 8-1 運動やスポーツをすることがきらいな理由はなんですか。(○はいくつでも)

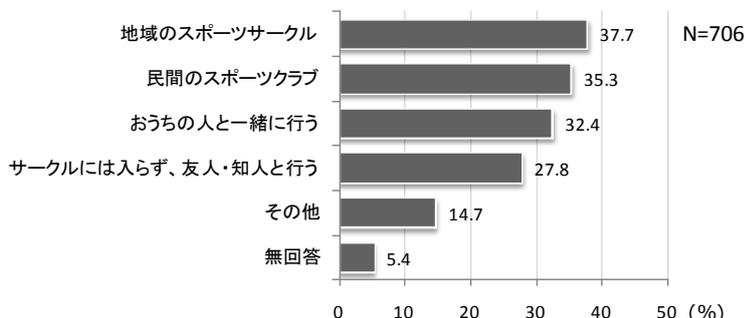


問9 体育の学習や休み時間以外で、どのような運動やスポーツをしていますか。(○はいくつでも)



<問 9 で「スポーツや運動はしていない」以外を選んだ方（706 件）>

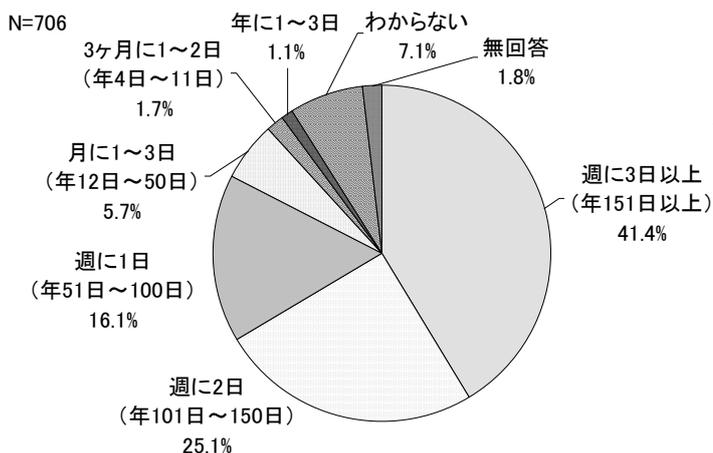
問 9-1 体育の学習や休み時間以外で、運動やスポーツはどのように行っていますか。それぞれ具体的な種目名を教えてください。（○はいくつでも）



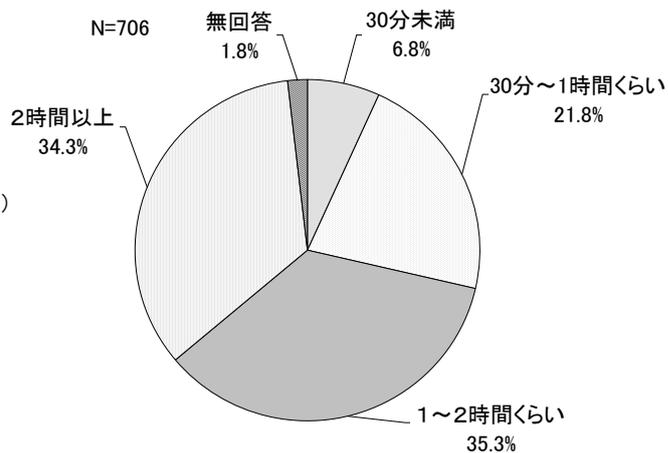
※地域のスポーツクラブは、区のスポーツ教室や区施設のスポーツチーム、少年野球、少年サッカー、スポーツ少年団などです。

※民間のスポーツクラブは、スイミングクラブ、体操・ダンス教室などです。

問 9-2 体育の学習や休み時間以外で、運動やスポーツを行った日数を全て合わせると、1年間にどれくらいですか。（○は1つ）

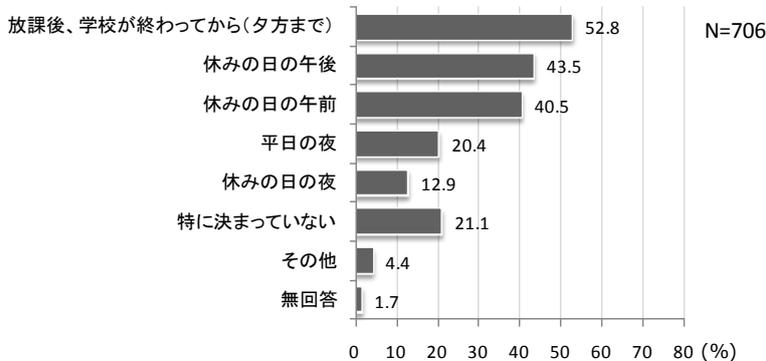


問 9-3 体育の学習や休み時間以外で、1回に行う運動やスポーツの時間は平均するとどれくらいですか。（○は1つ）

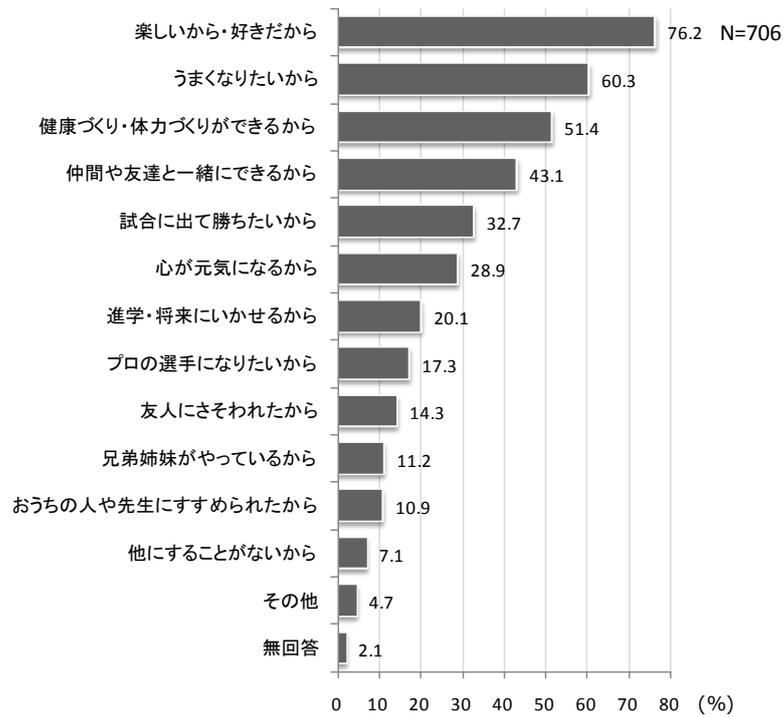


資料編

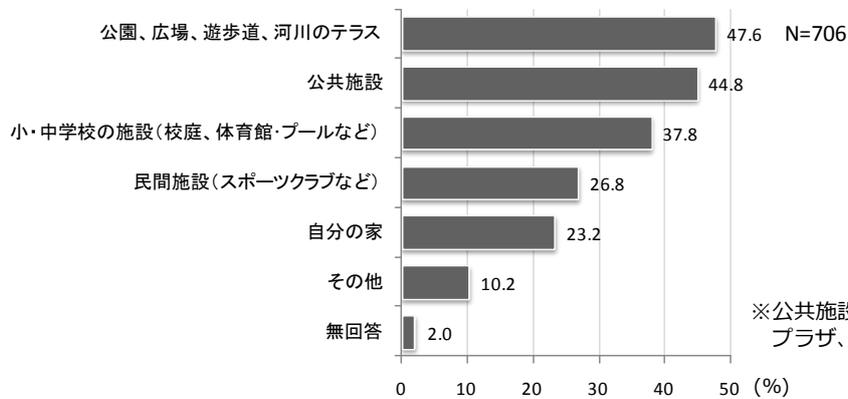
問 9-4 体育の学習や休み時間以外で、運動やスポーツをよく行っている時間帯はいつですか。（○はいくつでも）



問 9-5 体育の学習や休み時間以外で、運動やスポーツを行う理由はなんですか。(〇はいくつでも)

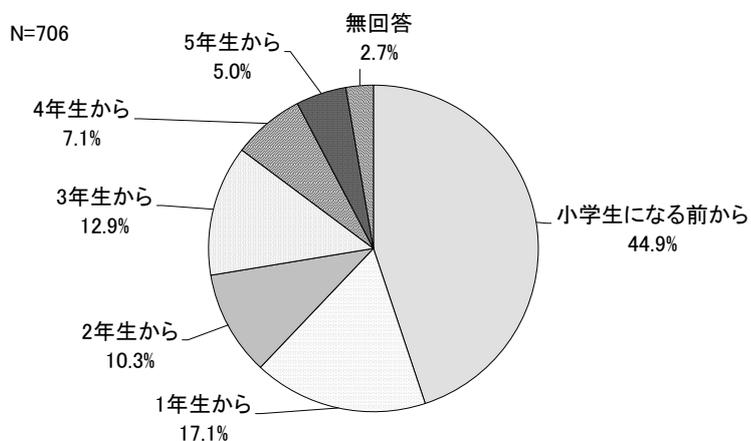


問 9-6 体育の学習や休み時間以外で、いつも、どんな場所で運動やスポーツを行っていますか。(〇はいくつでも)

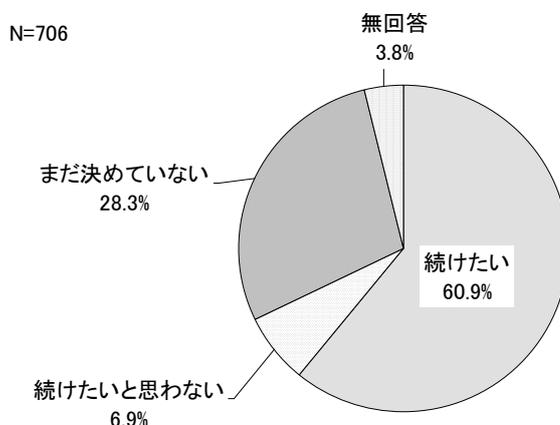


※公共施設は、総合スポーツセンター、月島スポーツプラザ、月島・浜町運動場、温水プールなどです。

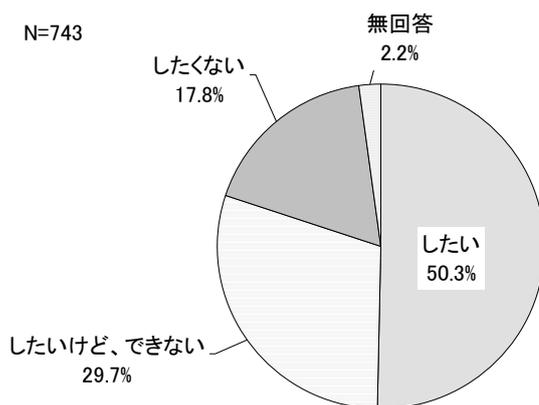
問 9-7 問 9 で答えた運動やスポーツのうち、一番長くやっている運動やスポーツはいつから行っていますか。(○は 1 つ)



問 9-8 問 9 で答えた運動やスポーツを中学生になっても続けたいと思いますか。(○は 1 つ)

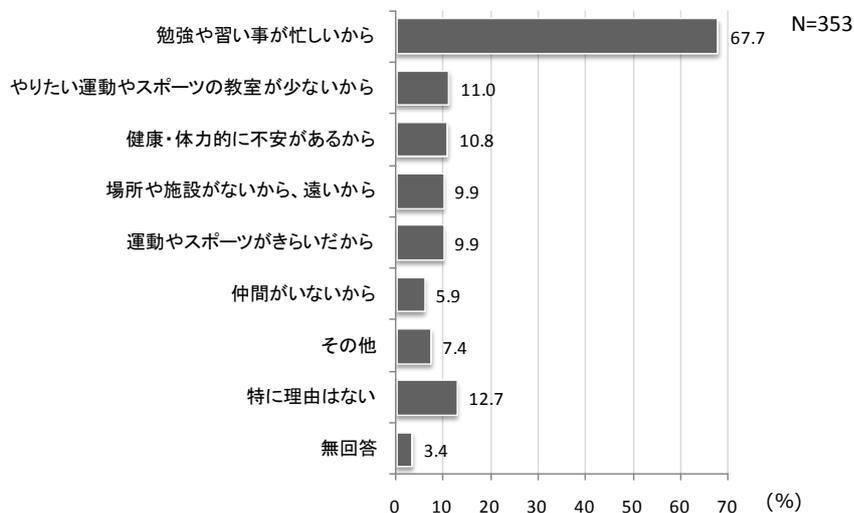


問 10 今やっている以上に運動やスポーツをしたいと思いますか。(○は 1 つ)

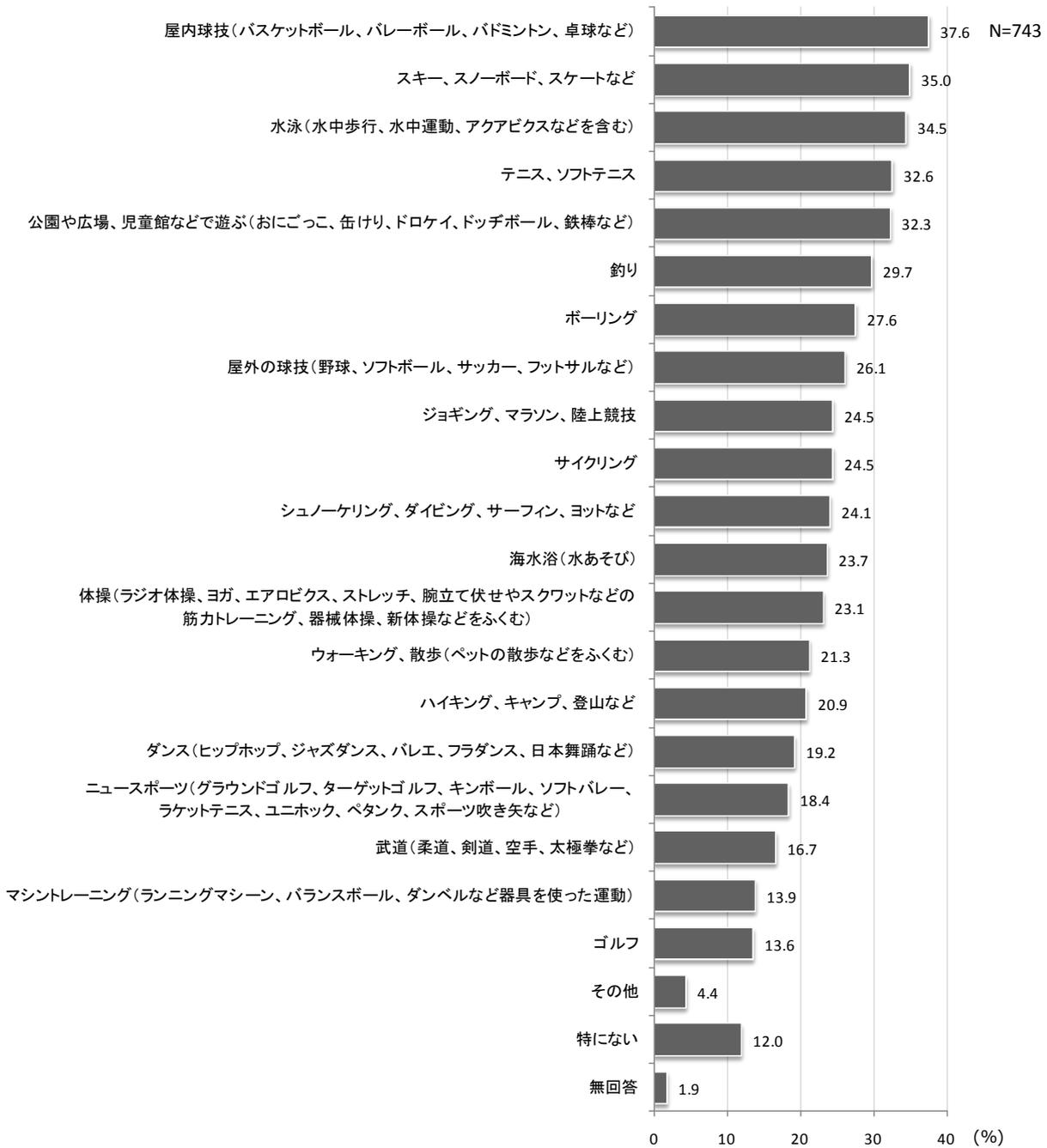


<問 10 で「したいけど、できない」「したくない」を選んだ方 (353 件) >

問 10-1 それほどどのような理由からですか。(○はいくつでも)



問 11 今行っているものもふくめて、今後やってみたいと思う運動やスポーツはありますか。また、どんな運動やスポーツだったらやってみたいと思いますか。(〇はいくつでも)



<問 11 で「特にない」以外を選んだ方（580 件）>

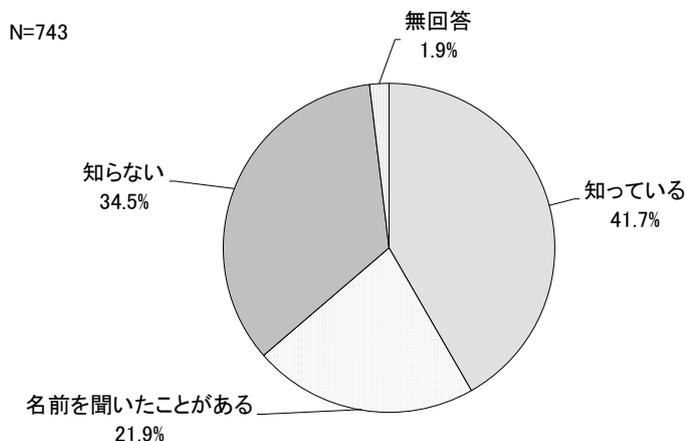
問 11-1 やってみたいものを選んだ理由を教えてください。

|    |                          | 件数  |
|----|--------------------------|-----|
| 1  | やってみたいから・楽しそうだから・興味があるから | 238 |
| 2  | 好きだから・楽しいから・面白いから        | 161 |
| 3  | 健康のため・体づくりのため            | 45  |
| 4  | 身近な人がやっているから             | 29  |
| 5  | 上達したいから                  | 24  |
| 6  | 以前やっていたから                | 15  |
| 7  | 将来のため                    | 13  |
| 8  | 現在やっているから・続けてきたから        | 10  |
| 9  | 気分転換のため                  | 10  |
| 10 | あまりやったことがないから            | 6   |
| 11 | 試合をしたいから                 | 3   |
| 12 | その他                      | 26  |
|    | 合計                       | 580 |

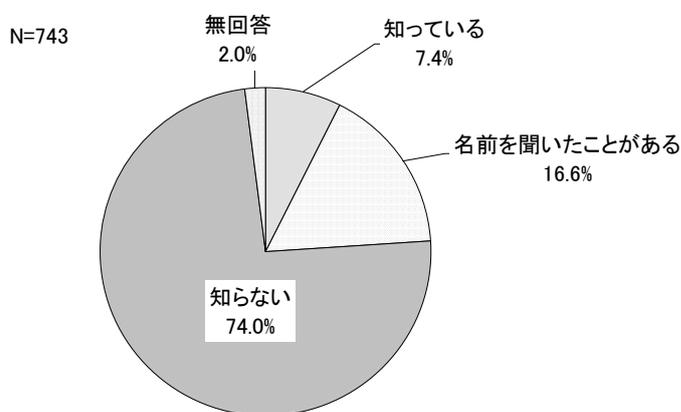
N=580

## 地域スポーツクラブやおうちの人との運動やスポーツについて【小学生】

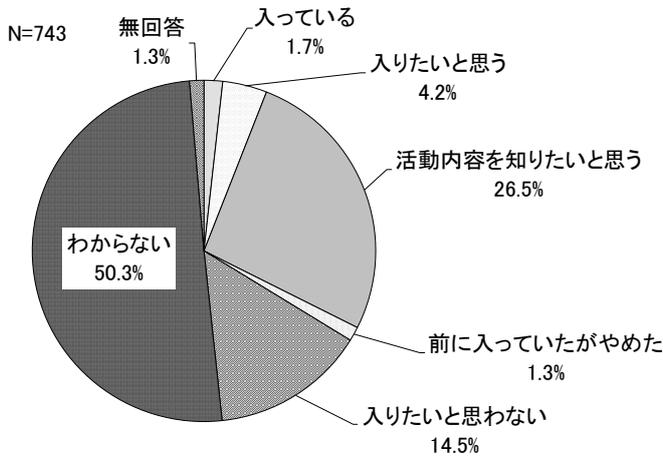
問 12 地域スポーツクラブを知っていますか。  
(○は1つ)



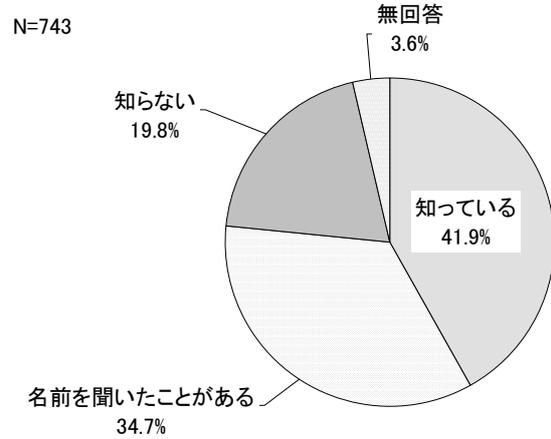
問 13 中央区にある地域スポーツクラブ「大江戸月島」を知っていますか。(○は1つ)



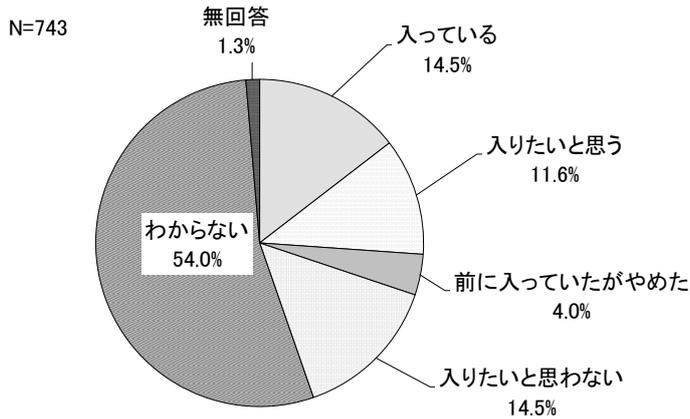
問 14 中央区の地域スポーツクラブ「大江戸月島」に入りたいと思いますか。(○は1つ)



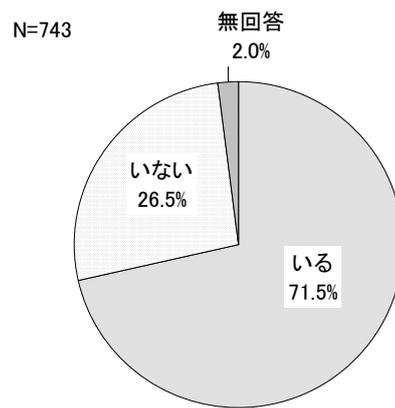
問 15 「中央区スポーツ少年団」を知っていますか。(○は1つ)



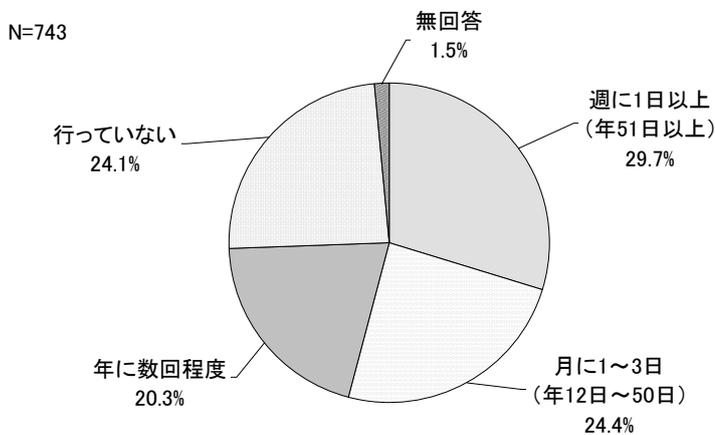
問 16 「中央区スポーツ少年団」に入りたいと思いますか。(○は1つ)



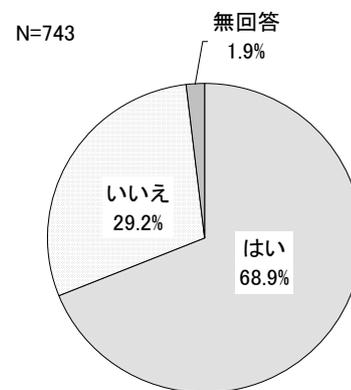
問 17 あなたのおうちの人で、運動やスポーツをしている人はいますか。(○は1つ)



問 18 おうちの人といっしょに運動やスポーツを行っていますか。(○は1つ)

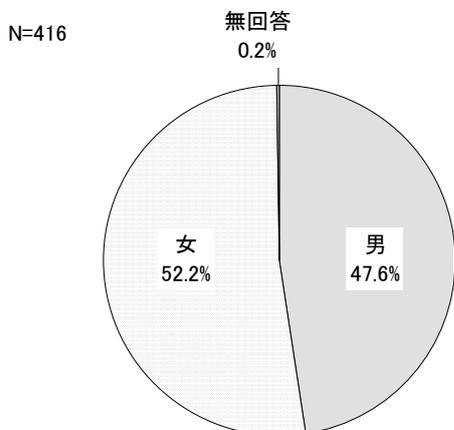


問 19 おうちの人といっしょに運動やスポーツを行う機会を増やしたいと思いますか。(○は1つ)

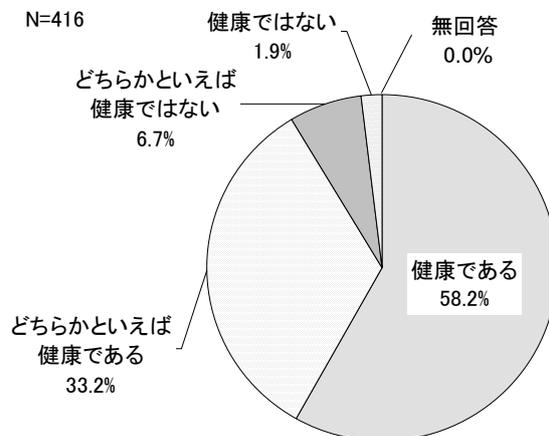


## あなたのことについて【中学生】

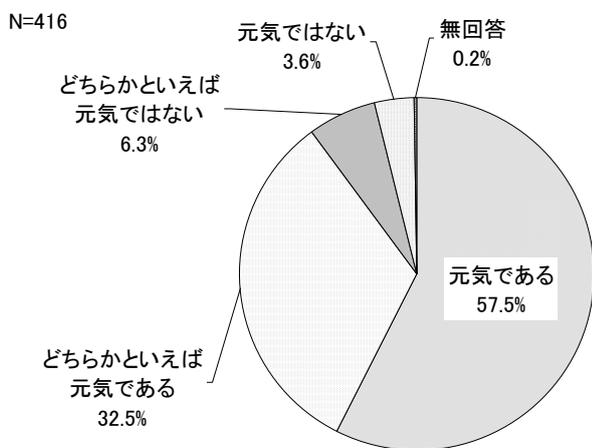
問1 性別をお答えください。(○は1つ)



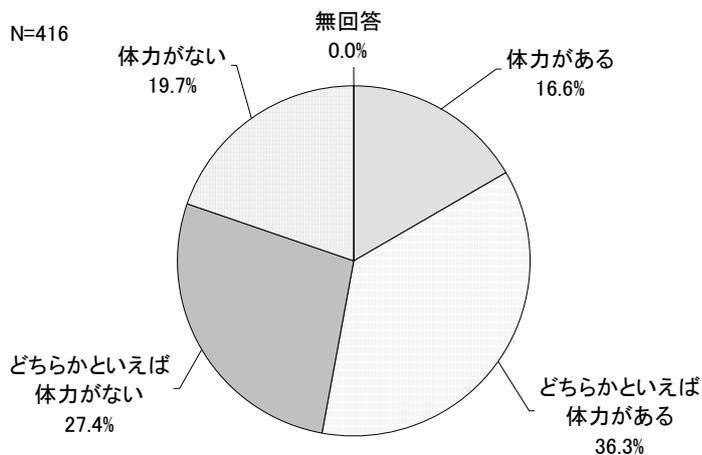
問2 あなたの身体は健康だと思いますか。(あなたが思ったとおりお答えください)(○は1つ)



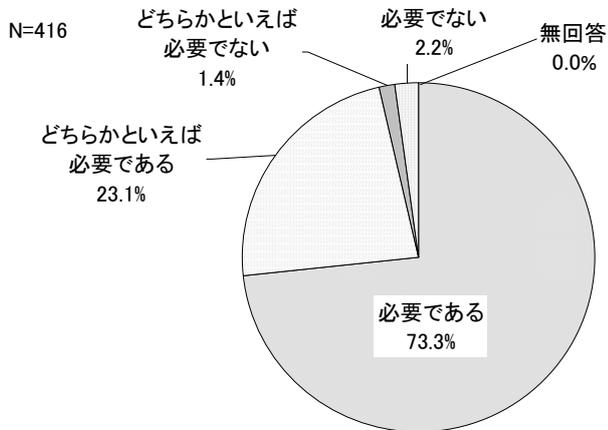
問3 あなたの心は元気だと思いますか。(あなたが思ったとおりお答えください)(○は1つ)



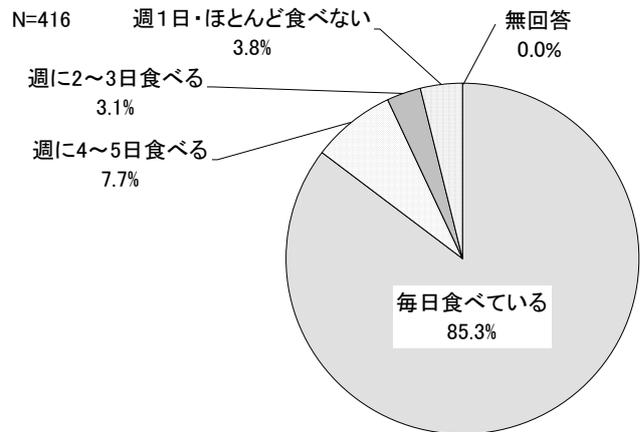
問4 自分には体力があると思いますか。(○は1つ)



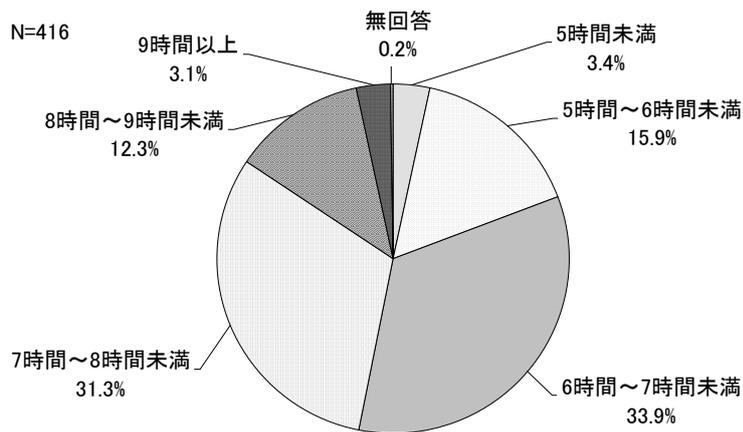
問5 健康のために運動することが必要だと思いますか。(○は1つ)



問6 朝食は食べていますか。(○は1つ)

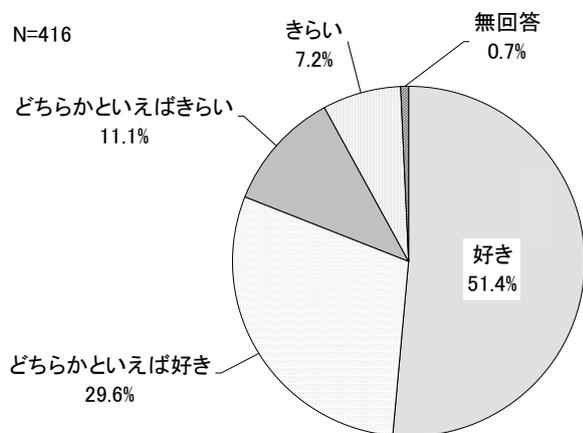


問7 1日の平均睡眠時間はどれくらいですか。(○は1つ)

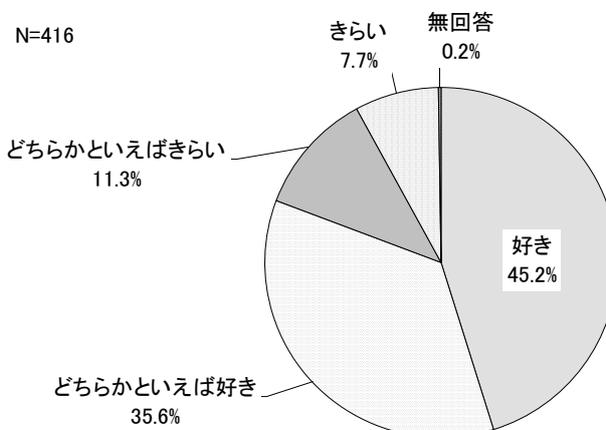


## 運動やスポーツ実施状況【中学生】

問8 外で遊ぶことが好きですか。(○は1つ)

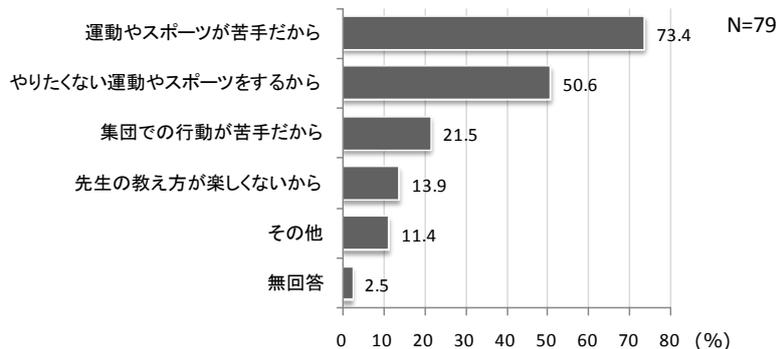


問9 体育の授業が好きですか。(○は1つ)



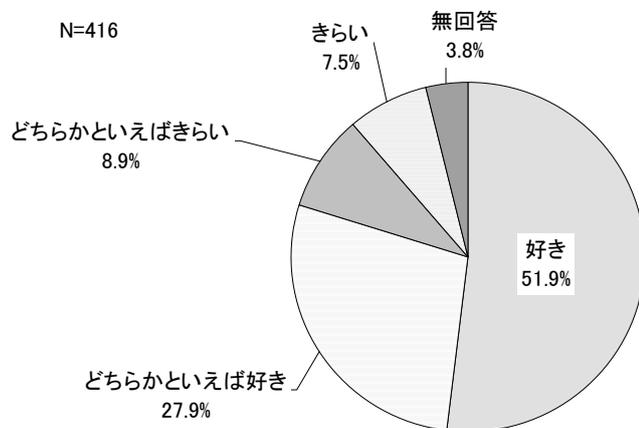
<問9で「どちらかといえばきらい」「きらい」を選んだ方(79件)>

問9-1 体育の授業がきらいな理由はなんですか。(○はいくつでも)



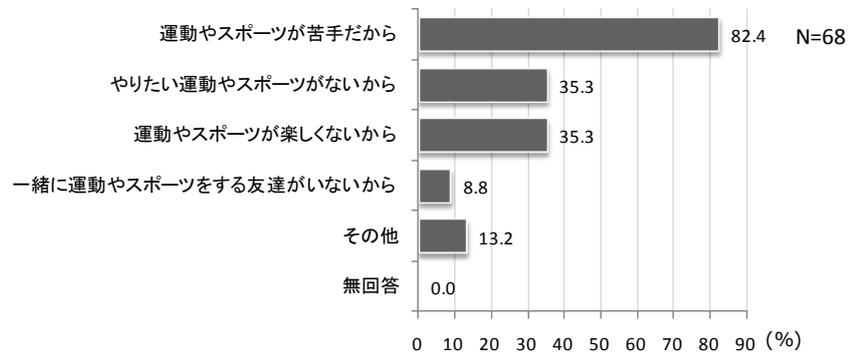
資料編

問10 あなたは、運動やスポーツをすることが好きですか。(○は1つ)

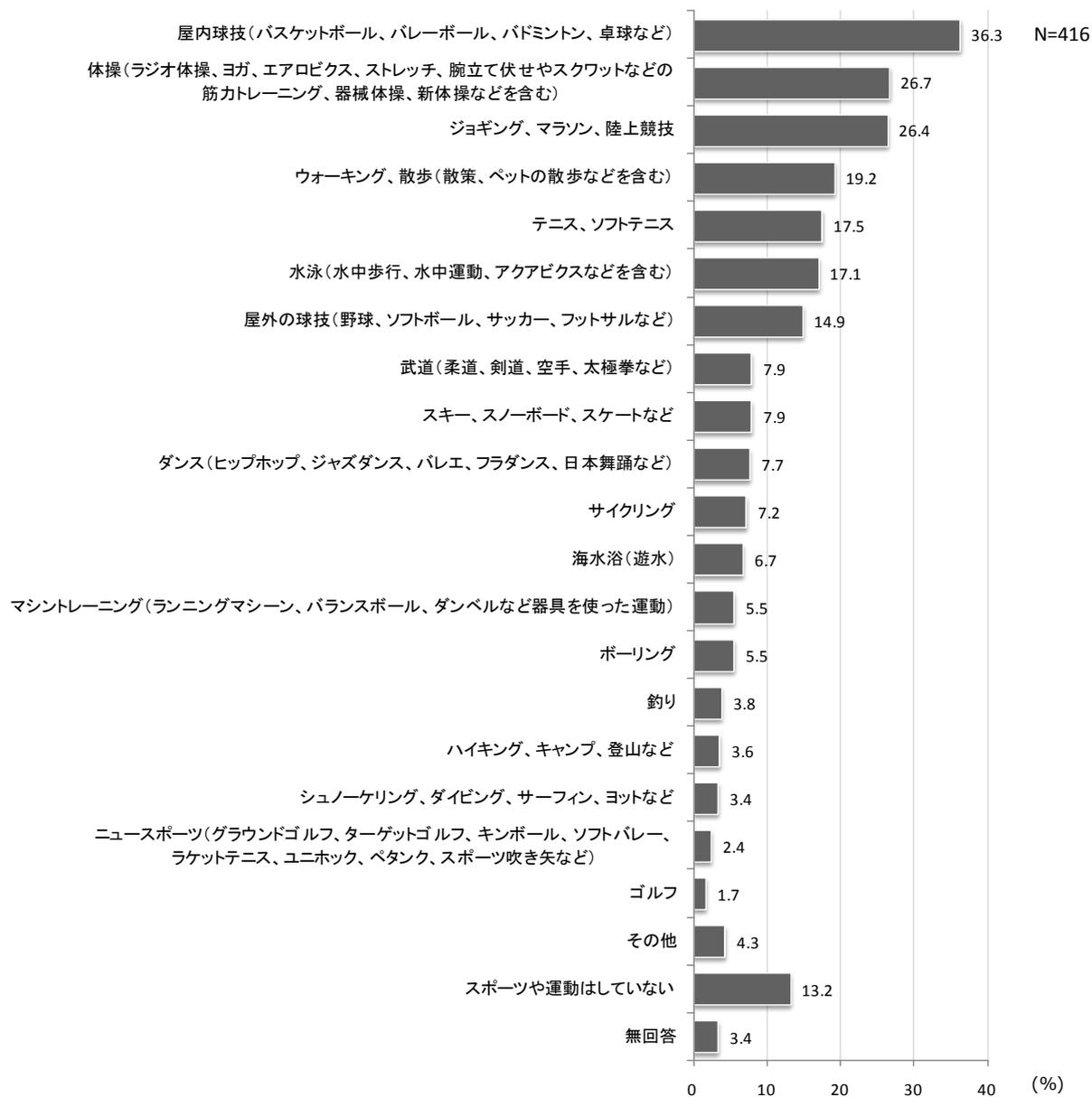


<問 10 で「どちらかといえばきれい」「きれい」を選んだ方 (68 件) >

問 10-1 運動やスポーツをすることがきれいな理由はなんですか。(○はいくつでも)

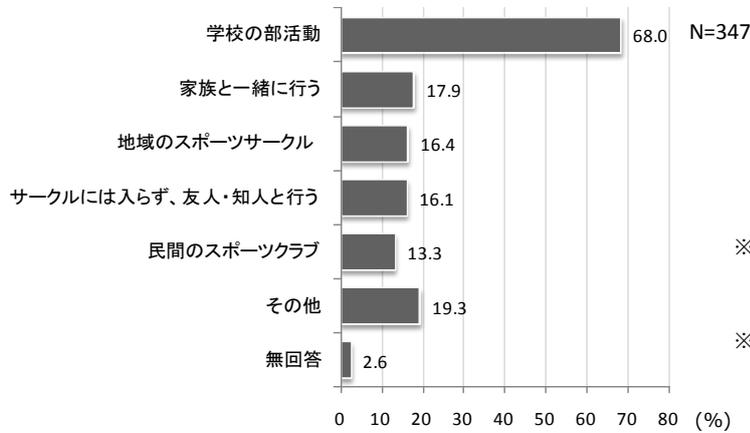


問 11 体育の授業や休み時間以外で、どのような運動やスポーツをしていますか。(○はいくつでも)



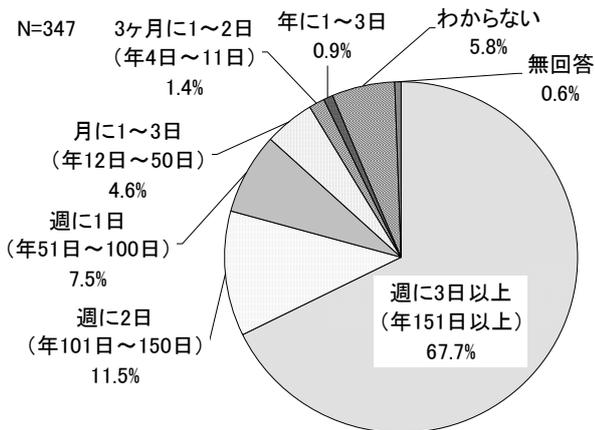
<問 11 で「スポーツや運動はしていない」以外を選んだ方（347 件）>

問 11-1 体育の授業や休み時間以外で、運動やスポーツはどのように行っていますか。それぞれ具体的な種目名を教えてください。（○はいくつでも）

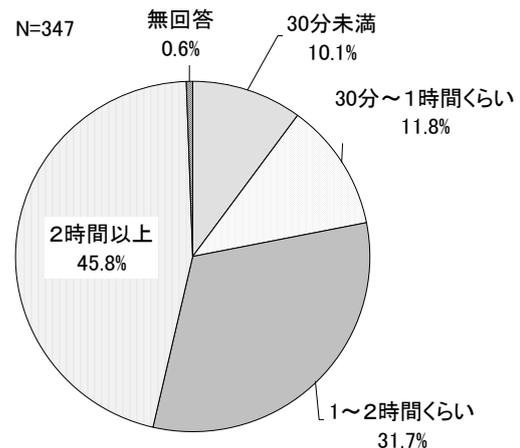


※地域のスポーツクラブは、区のスポーツ教室や区施設のスポーツチーム、少年野球、少年サッカー、スポーツ少年団などです。  
 ※民間のスポーツクラブは、スイミングクラブ、体操・ダンス教室などです。

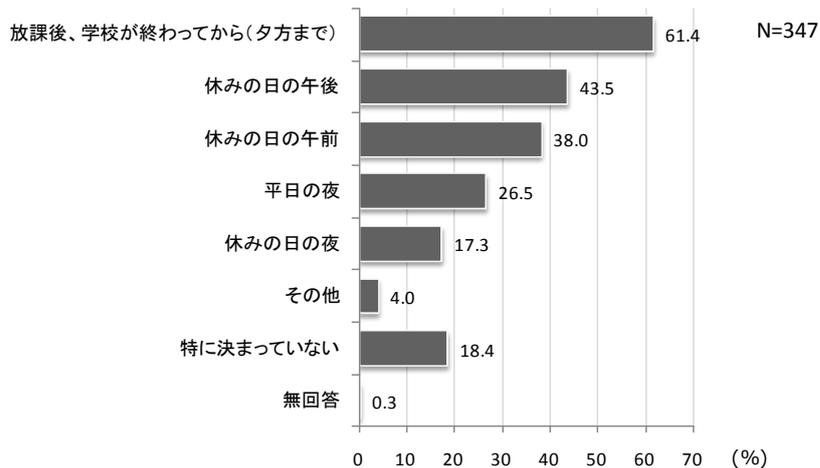
問 11-2 体育の授業や休み時間以外で、運動やスポーツを行った日数を全て合わせると、1年間にどの程度になりますか。（○は1つ）



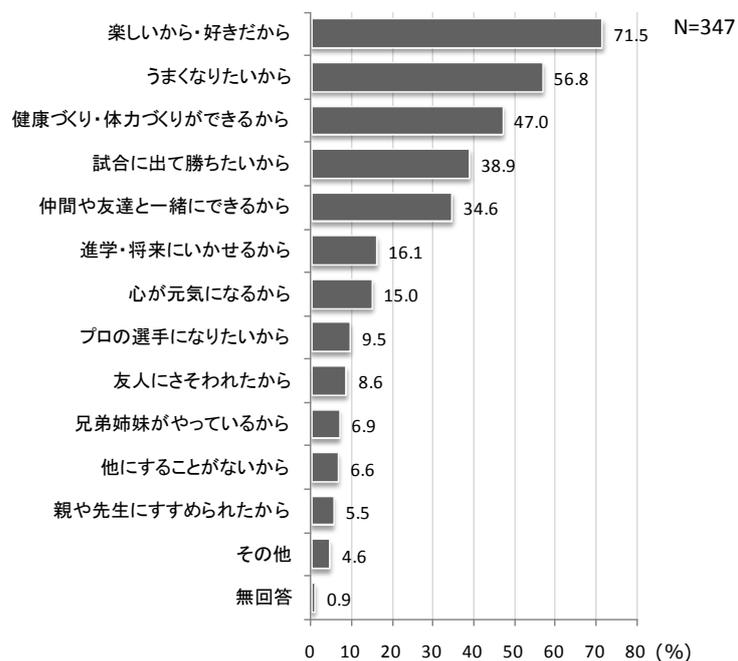
問 11-3 体育の授業や休み時間以外で、1回に行う運動やスポーツの時間は平均するとどれくらいですか。（○は1つ）



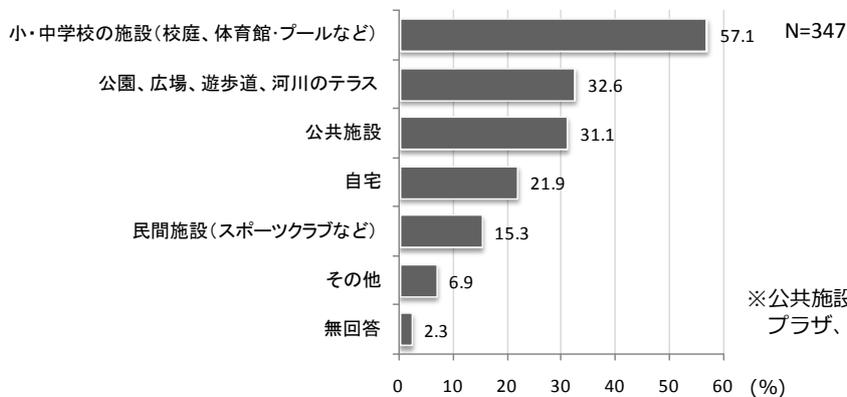
問 11-4 体育の授業や休み時間以外で、運動やスポーツをよく行っている時間帯はいつですか。（○はいくつでも）



問 11-5 体育の授業や休み時間以外で、運動やスポーツを行う理由はなんですか。(〇はいくつでも)

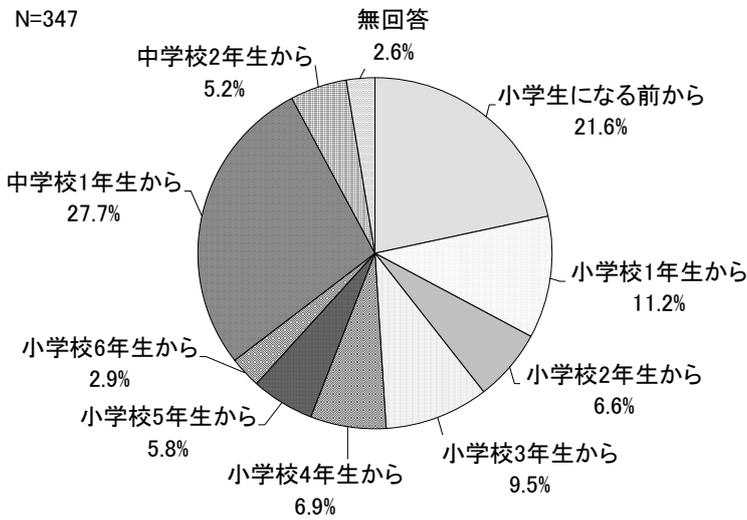


問 11-6 体育の授業や休み時間以外で、普段、どんなところで運動やスポーツを行っていますか。(〇はいくつでも)

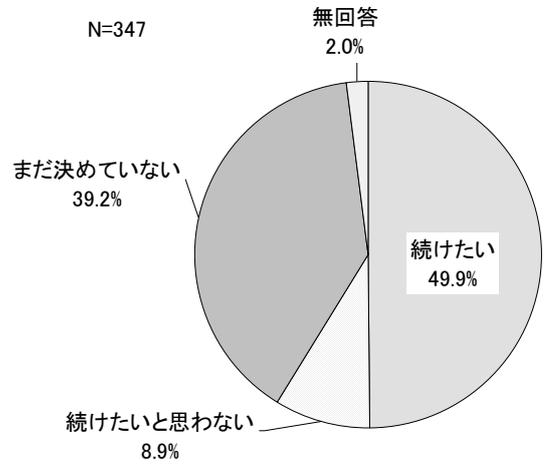


※公共施設は、総合スポーツセンター、月島スポーツプラザ、月島・浜町運動場、温水プールなどです。

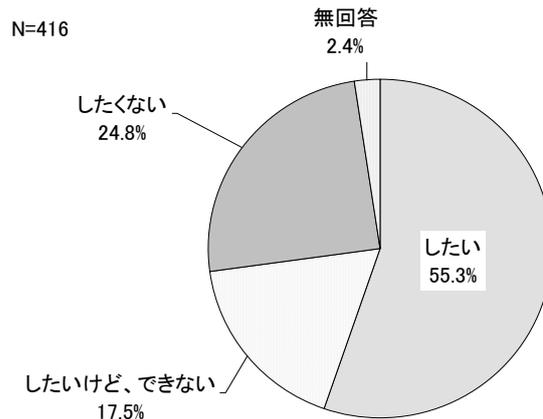
問 11-7 問 11 で答えた運動やスポーツのうち、一番長くやっている運動やスポーツはいつから行っていますか。(○は1つ)



問 11-8 問 11 で答えた運動やスポーツを高校生や大学生、社会人になっても続けたいと思いますか。(○は1つ)

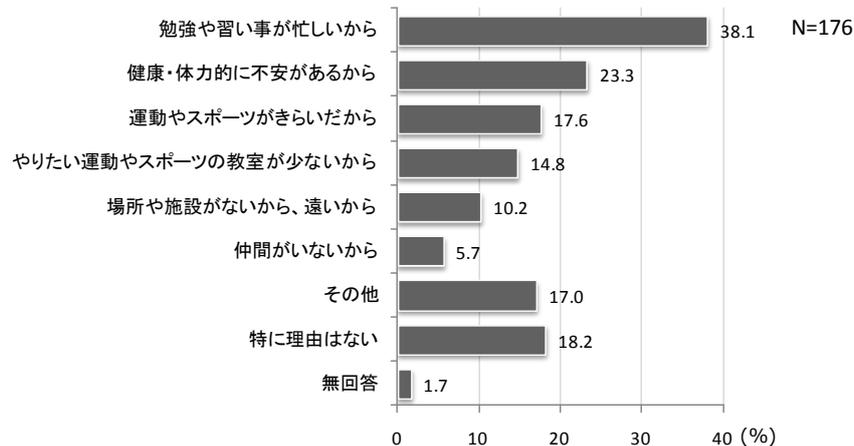


問 12 今やっている以上に運動やスポーツをしたいと思いませんか。(○は1つ)

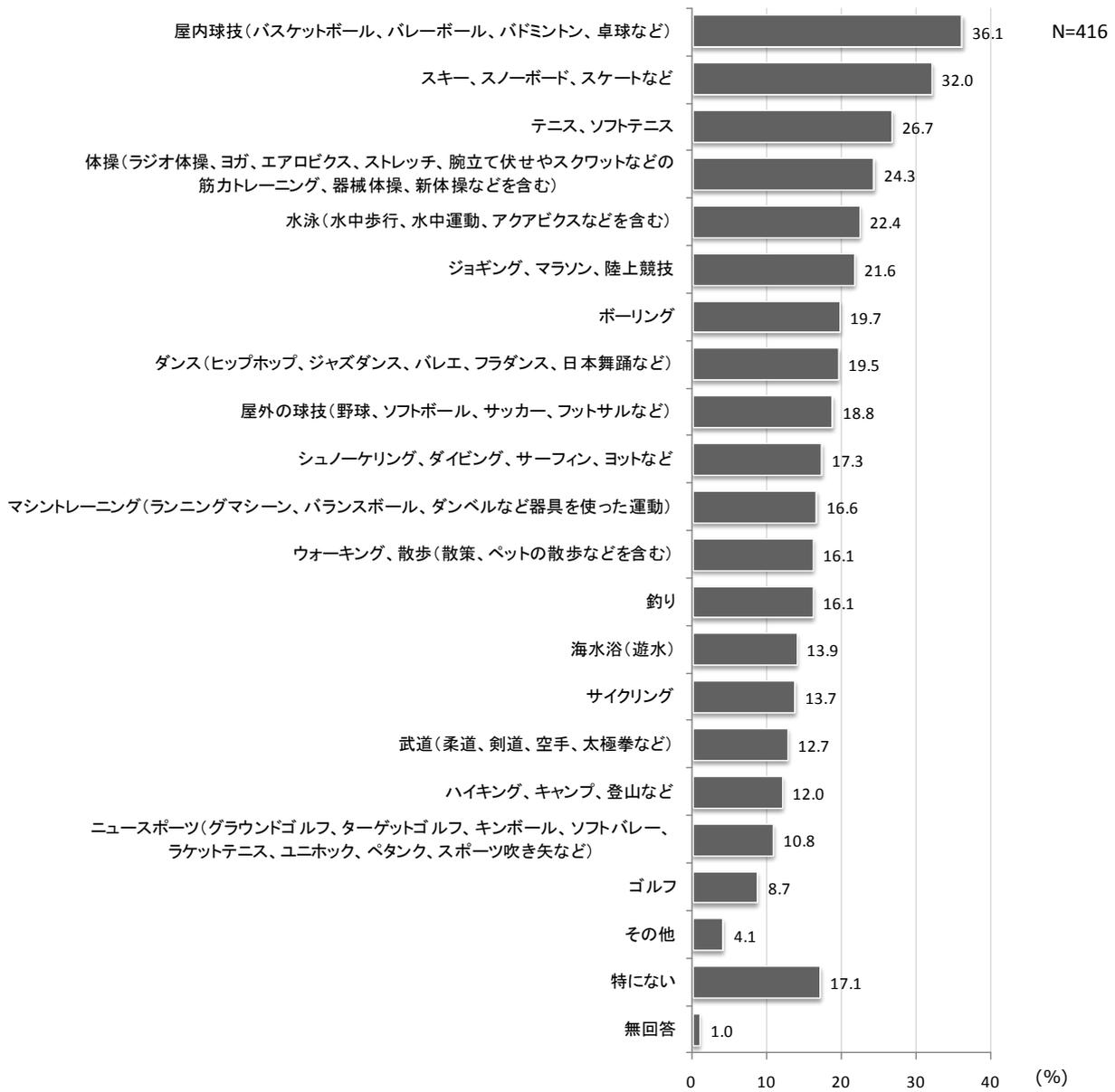


<問 12 で「したいけど、できない」「したくない」を選んだ方 (176 件) >

問 12-1 それほどどのような理由からですか。(○はいくつでも)



問 13 現在行っているものも含めて、今後行ってみたいと思う運動やスポーツはありますか。また、どんな運動やスポーツだったら行ってみたいと思いますか。(〇はいくつでも)



<問 13 で「特にない」以外を選んだ方 (312 件) >

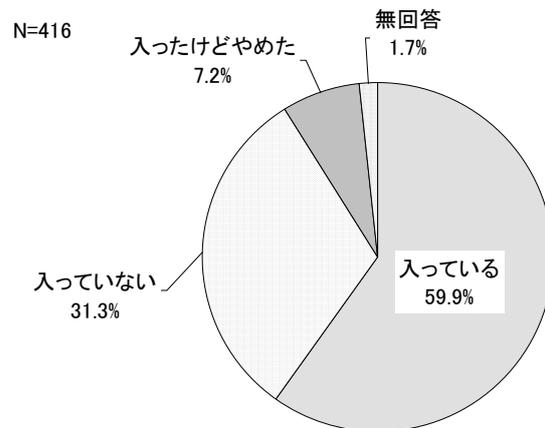
問 13-1 行ってみたいものを選んだ理由を教えてください。

|   |                          | 件数  |
|---|--------------------------|-----|
| 1 | やってみたいから・楽しそうだから・興味があるから | 159 |
| 2 | 好きだから・楽しいから              | 60  |
| 3 | 健康のため・体づくりのため            | 26  |
| 4 | 以前やっていたから                | 16  |
| 5 | 現在やっているから・続けてきたから        | 12  |
| 6 | 上達したいから                  | 10  |
| 7 | 身近な人がやっているから             | 6   |
| 8 | 将来のため                    | 2   |
| 9 | その他                      | 21  |
|   | 合計                       | 312 |

N=312

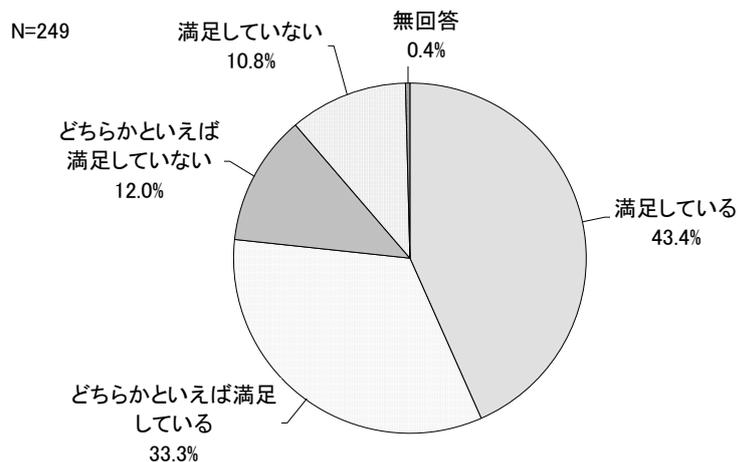
## 運動部活動【中学生】

問 14 学校の運動部活動に入っていますか。(○は1つ)



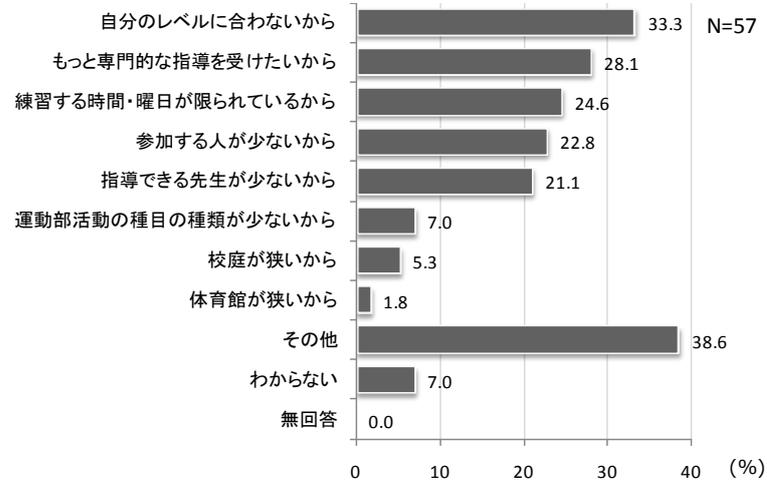
<問 14 で「入っている」を選んだ方 (249 件) >

問 14-1 学校の運動部活動に満足していますか。(○は1つ)



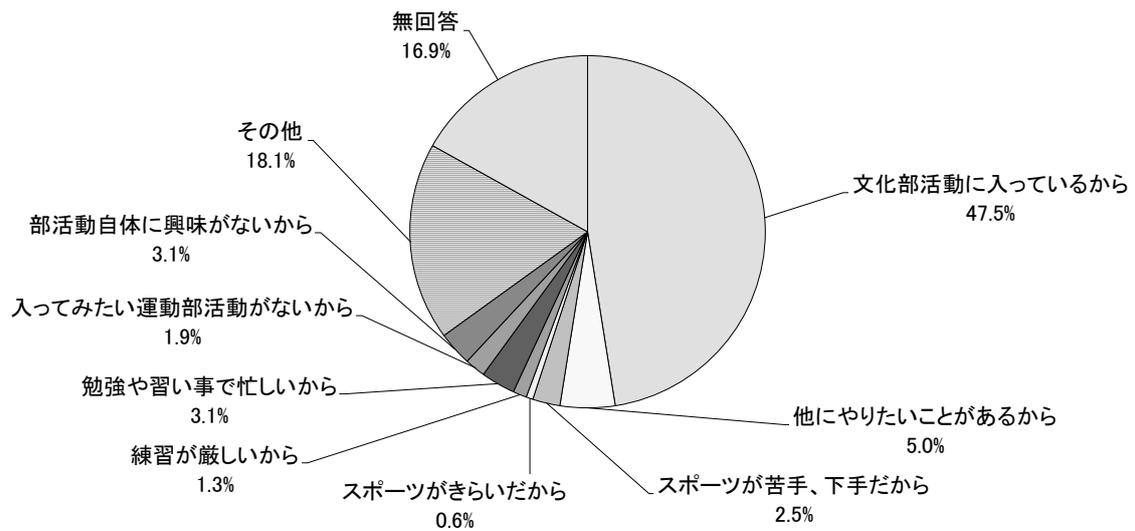
<問 14-1 で「どちらかといえば満足していない」「満足していない」を選んだ方（57 件）>

問 14-1-1 満足していない理由は何ですか。（○はいくつでも）



問 15 学校の運動部活動に入っていない（やめた）理由は何ですか。（○は1つ）

N=160

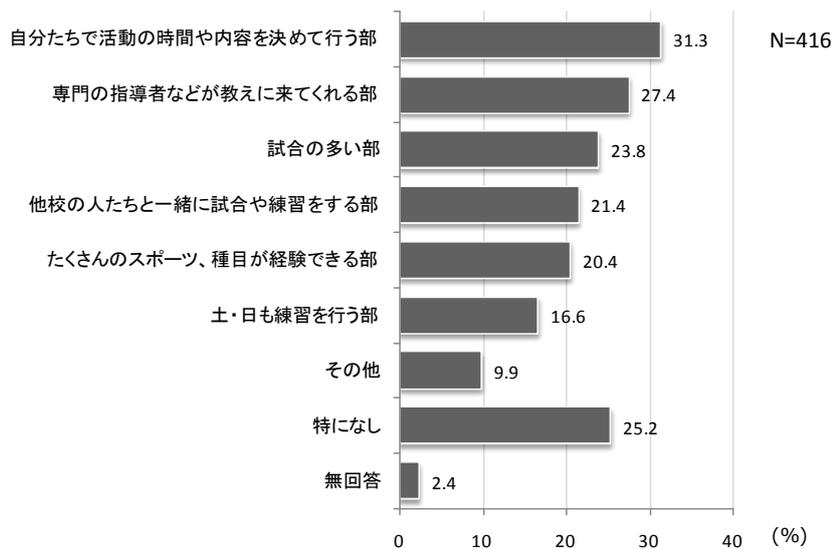


問 16 現在入っている運動部活動を含めて、入ってみたいと思う運動部活動（種目）を教えてください。  
（答えは3つまで）

|    | 種目       | 件数  |    | 種目     | 件数  |
|----|----------|-----|----|--------|-----|
| 1  | バドミントン   | 110 | 21 | 空手     | 2   |
| 2  | バスケットボール | 100 | 22 | ラグビー   | 2   |
| 3  | テニス      | 89  | 23 | 体操     | 2   |
| 4  | バレーボール   | 84  | 24 | ドッチボール | 1   |
| 5  | ソフトテニス   | 79  | 25 | アーチェリー | 1   |
| 6  | 陸上       | 37  | 26 | スノーボード | 1   |
| 7  | サッカー     | 35  | 27 | ハンドボール | 1   |
| 8  | 野球       | 25  | 28 | フットサル  | 1   |
| 9  | 剣道       | 17  | 29 | ゲートボール | 1   |
| 10 | 卓球       | 15  | 30 | スケート   | 1   |
| 11 | 水泳       | 12  | 31 | ラクロス   | 1   |
| 12 | ダンス      | 11  | 32 | 釣り     | 1   |
| 13 | 弓道       | 6   | 33 | 柔道     | 1   |
| 14 | ダブルダッチ   | 5   | 34 | その他    | 2   |
| 15 | スキー      | 4   |    | 合計     | 658 |
| 16 | ゴルフ      | 3   |    |        |     |
| 17 | サイクリング   | 2   |    |        |     |
| 18 | 射撃       | 2   |    |        |     |
| 19 | カバディ     | 2   |    |        |     |
| 20 | ダーツ      | 2   |    |        |     |

N=381

問 17 どのような運動部活動だったら入ってみたいと思いますか。（○はいくつでも）



## 運動やスポーツに関するアンケート調査【民間事業者】

調査目的：本調査は、中央区内でスポーツ事業を展開する民間事業者を対象に在住・在勤者の運動やスポーツのニーズ、健康志向をどうとらえているかなどを調査することを目的として実施した。

調査対象：中央区内でスポーツ事業を展開する民間事業者 51 事業所

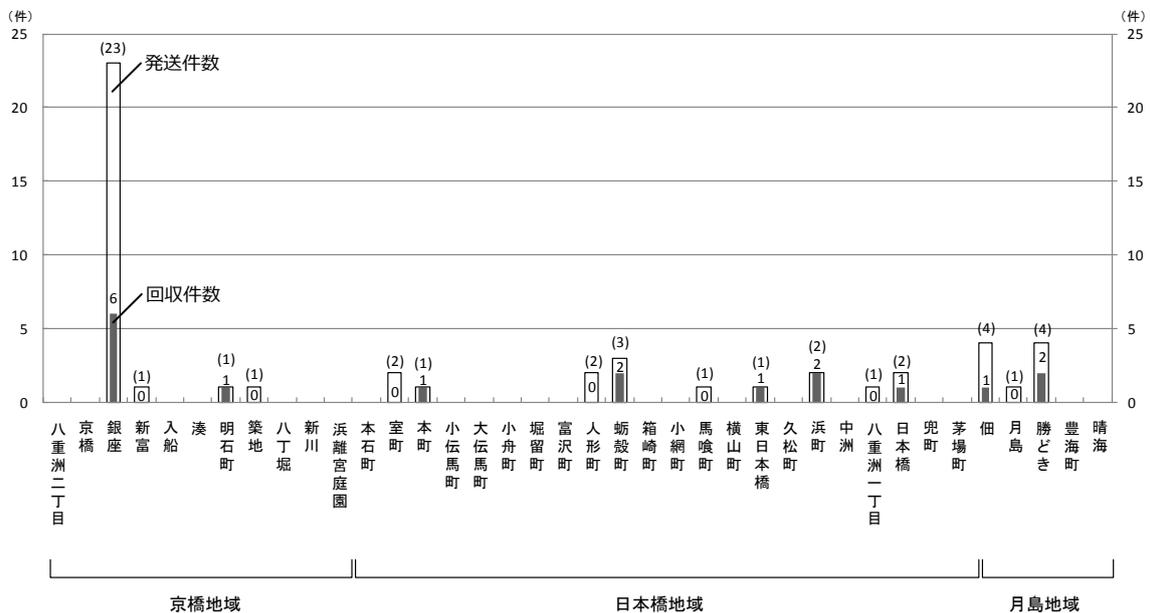
調査方法：郵送法（郵送配布・郵送回収）

調査期間：平成 27 年 12 月 2 日（水）～12 月 11 日（金）

回収結果：回収数 17 件（回収率 33.3%）

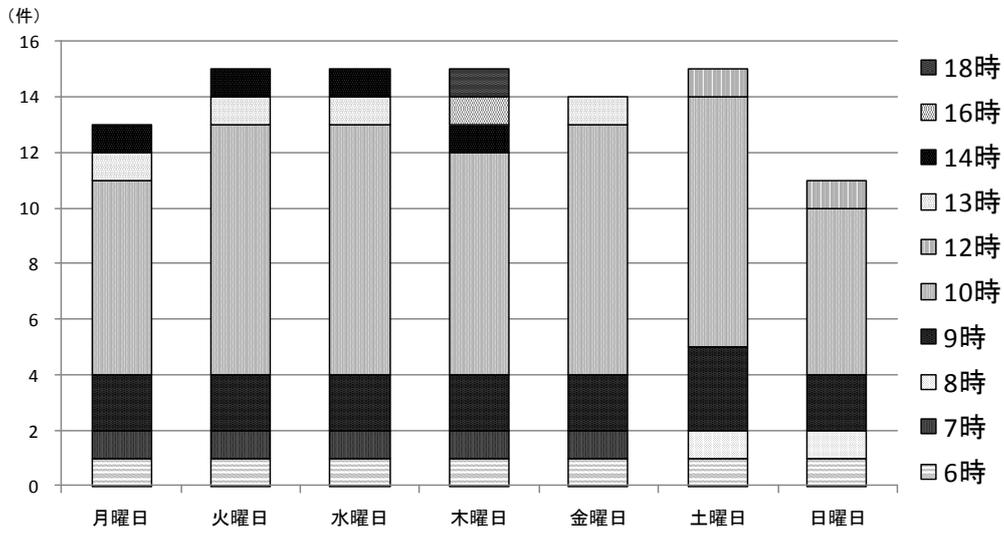
問1 所在地をお答えください。（○は1つ）

N=17

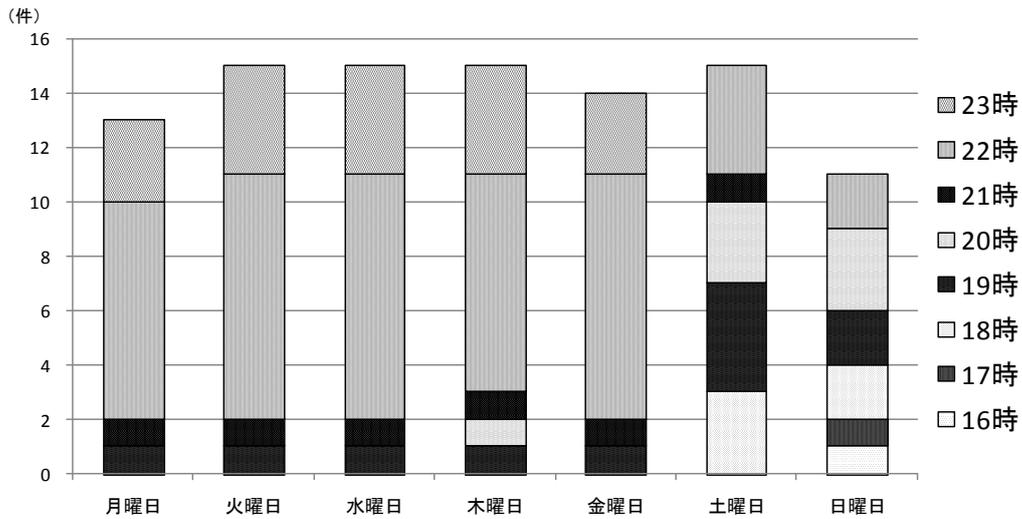


問2 営業時間をお答えください。

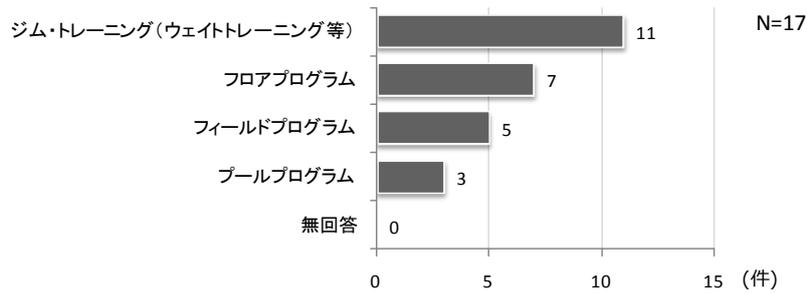
■ 曜日ごとの営業開始時刻



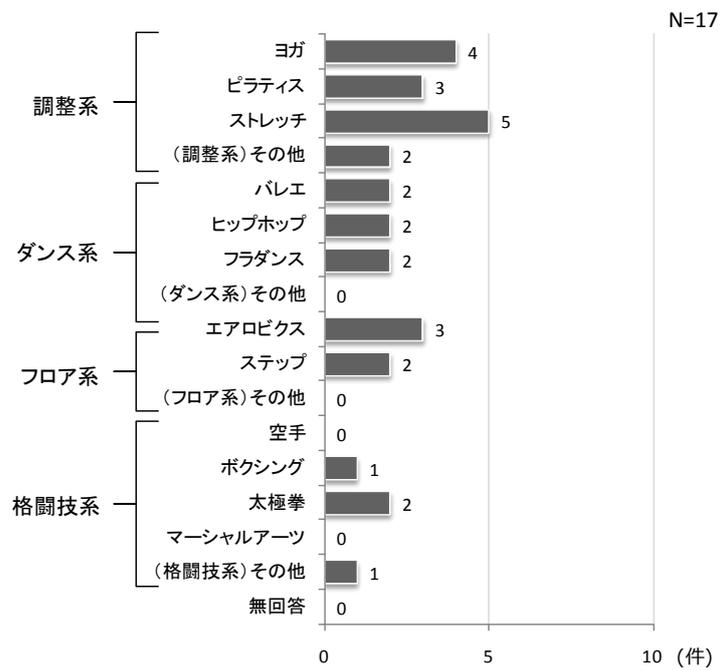
■ 曜日ごとの営業終了時刻



問3 貴事業所で行っているプログラムを教えてください。(〇はいくつでも)



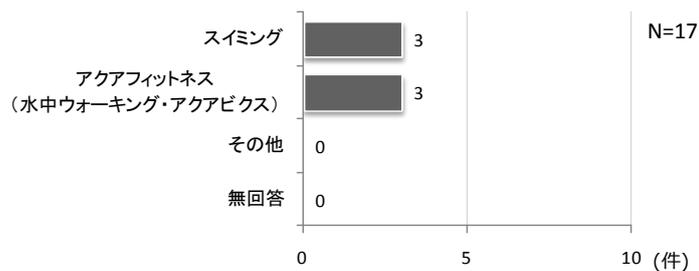
■ フロアプログラムの詳細



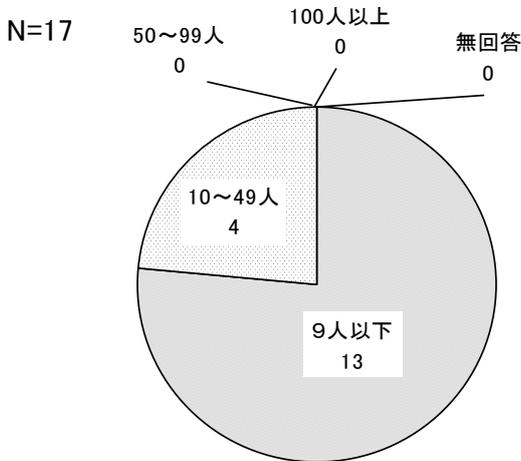
■ フィールドプログラムの詳細



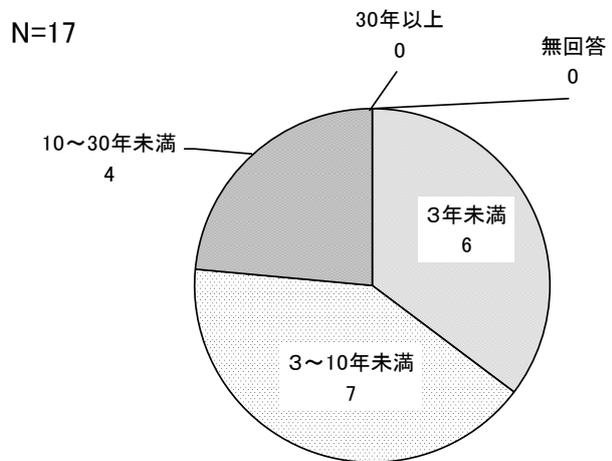
■ プールプログラムの詳細



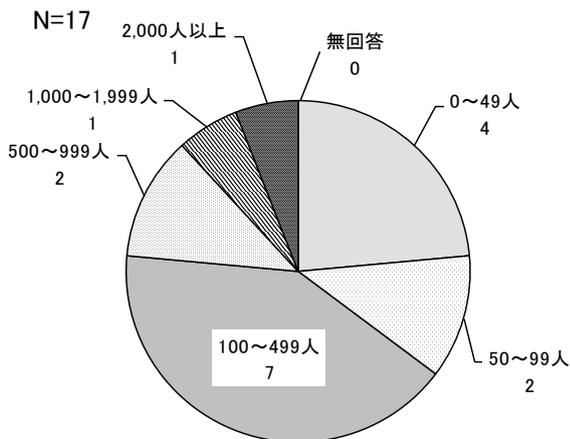
問4 貴事業所規模についてうかがいます。従業員数(アルバイト等も含む)は何人ですか。(○は1つ)



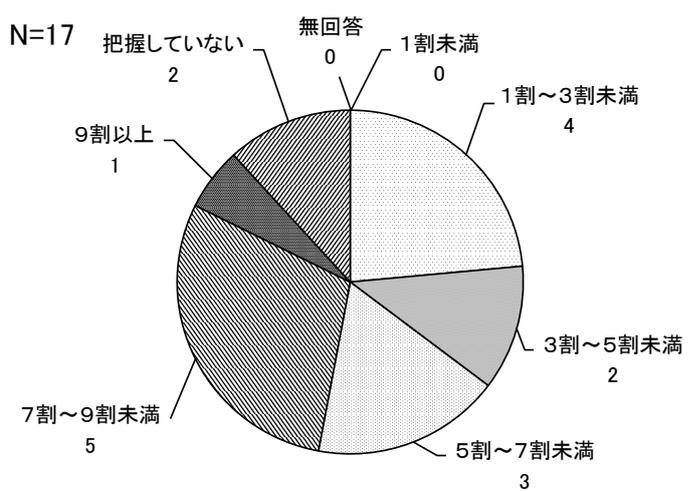
問5 中央区内での営業年数はどのくらいですか。(○は1つ)



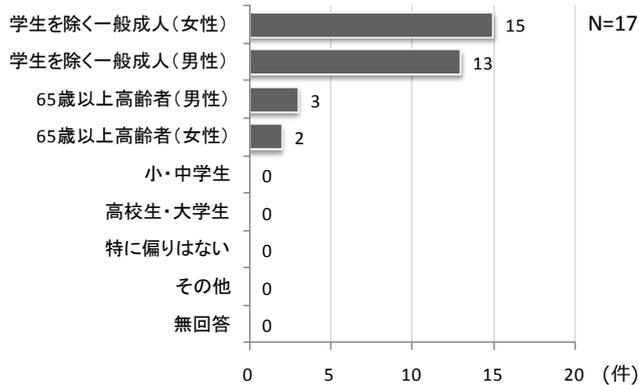
問6 会員数はどのくらいですか。



問6-1 会員のうち、中央区にお住まいの方の割合はどのくらいですか。(○は1つ)

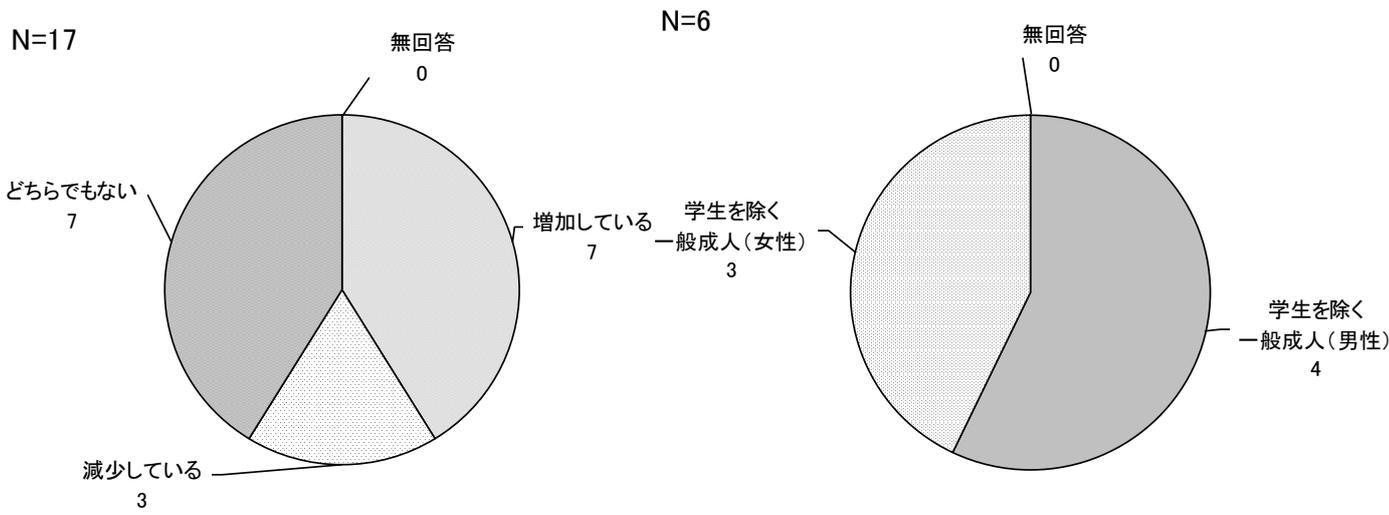


問7 主な会員層を教えてください。(○は3つまで)



問 8 この1年間の会員数の状況について教えてください。(○は1つ)

問 8-1 主にどのような層において会員数が増加していますか。(○は1つ)



※小・中学生、高校生・大学生、65歳以上高齢者(男性・女性)、特に偏りはない、その他は0件となっています。

問 9 会員層ごとに人気があるプログラムを教えてください。

| 会員層           | 人気があるプログラム   | その理由や工夫  |
|---------------|--|--|
| 幼児、小・中学生      | -  | -  |
| 高校生・大学生       | -  | -  |
| 学生を除く一般成人(男性) | <ul style="list-style-type: none"> <li>パーソナルトレーニング(3件)</li> <li>Group Power</li> <li>kick(キックボクシング)</li> <li>スタジオ</li> <li>ジム</li> <li>ムエタイ</li> <li>コース実習会</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>身体が変わる</li> <li>会員様に必ず担当のトレーナーがつくことで、会員様一人ひとりに合ったプログラムを提供しております。その分効果も出やすく、継続にもつながっています。</li> <li>小人数に内容を濃く</li> </ul>                                      |
| 学生を除く一般成人(女性) | <ul style="list-style-type: none"> <li>パーソナルトレーニング(3件)</li> <li>コアトレーニング</li> <li>調整プログラム</li> <li>ヨガ</li> <li>コース実習会</li> </ul>                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>体型を変えることが目的</li> <li>身体が変わる</li> <li>会員様に必ず担当のトレーナーがつくことで、会員様一人ひとりに合ったプログラムを提供しております。その分効果も出やすく、継続にもつながっています。</li> <li>ヨガ</li> <li>プロ1人につき最大4人まで</li> </ul> |
| 65歳以上高齢者(男性)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>フェルデンクライスメソッド</li> <li>パーソナルトレーニング</li> <li>ヨガ</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>体力がつく</li> </ul>  |
| 65歳以上高齢者(女性)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>フェルデンクライスメソッド</li> <li>フラダンス</li> <li>ヨガ</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>体力がつく</li> </ul>  |

資料編

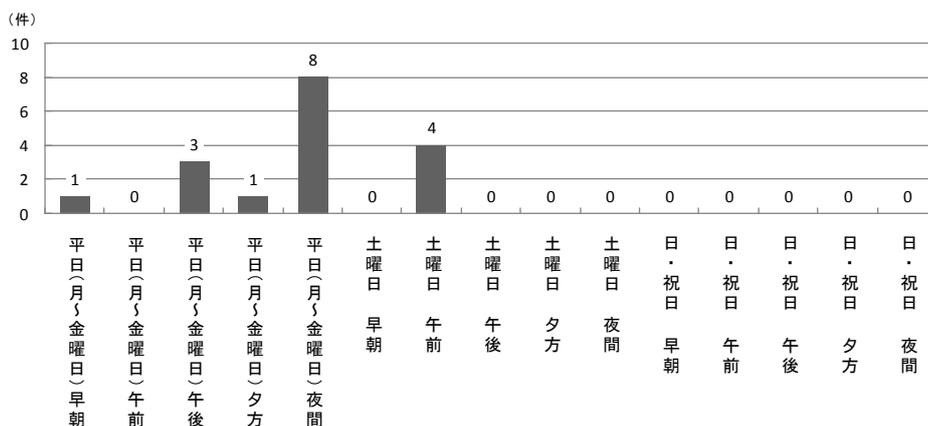
問 10 会員層ごとに以前より人気が落ちているプログラムを教えてください。

| 会員層               | 人気が落ちているプログラム              | その理由や対策           |
|-------------------|----------------------------|-------------------|
| 幼児、小・中学生          | -                          | -                 |
| 高校生・大学生           | -                          | -                 |
| 学生を除く<br>一般成人（男性） | ・エアロビクス<br>・ゴルフコンペ         | ・競う事を嫌がる方が多いようです。 |
| 学生を除く<br>一般成人（女性） | ・エアロビクス<br>・プール<br>・ゴルフコンペ | ・競う事を嫌がる方が多いようです。 |
| 65歳以上<br>高齢者（男性）  | ・エアロビクス                    | ・強度を落としている        |
| 65歳以上<br>高齢者（女性）  | ・エアロビクス                    | ・強度を落としている        |

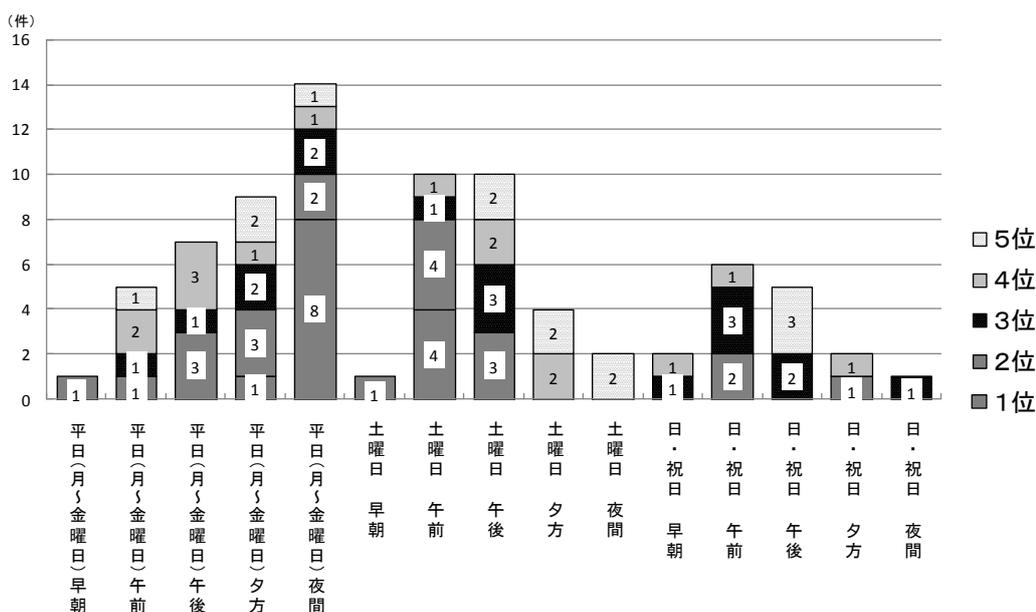
問 11 「平日（月～金曜日）」「土曜日」「日・祝日」について、利用者が最も多い曜日・時間帯を上位5位まで教えてください。

■ 第1位の回答

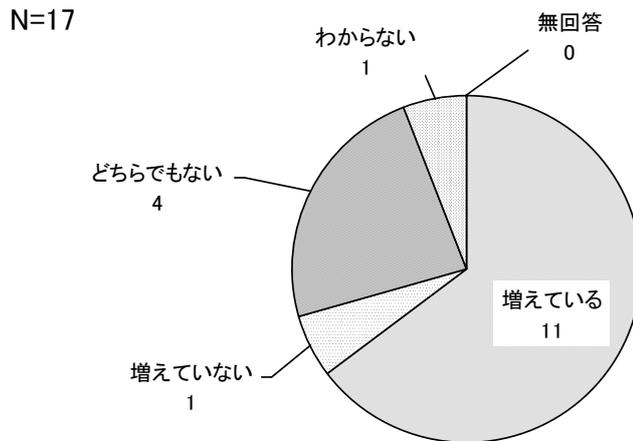
N=17



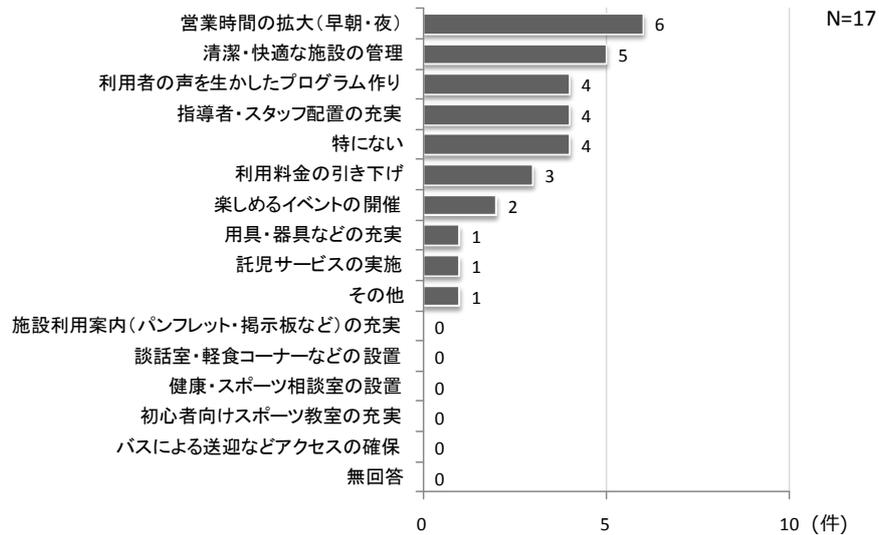
■ 第1位～5位の合算



問 12 運動やスポーツに取り組む人は増えていると思いますか。(○は1つ)



問 13 サービス内容について会員からの要望はありますか。(○はいくつでも)



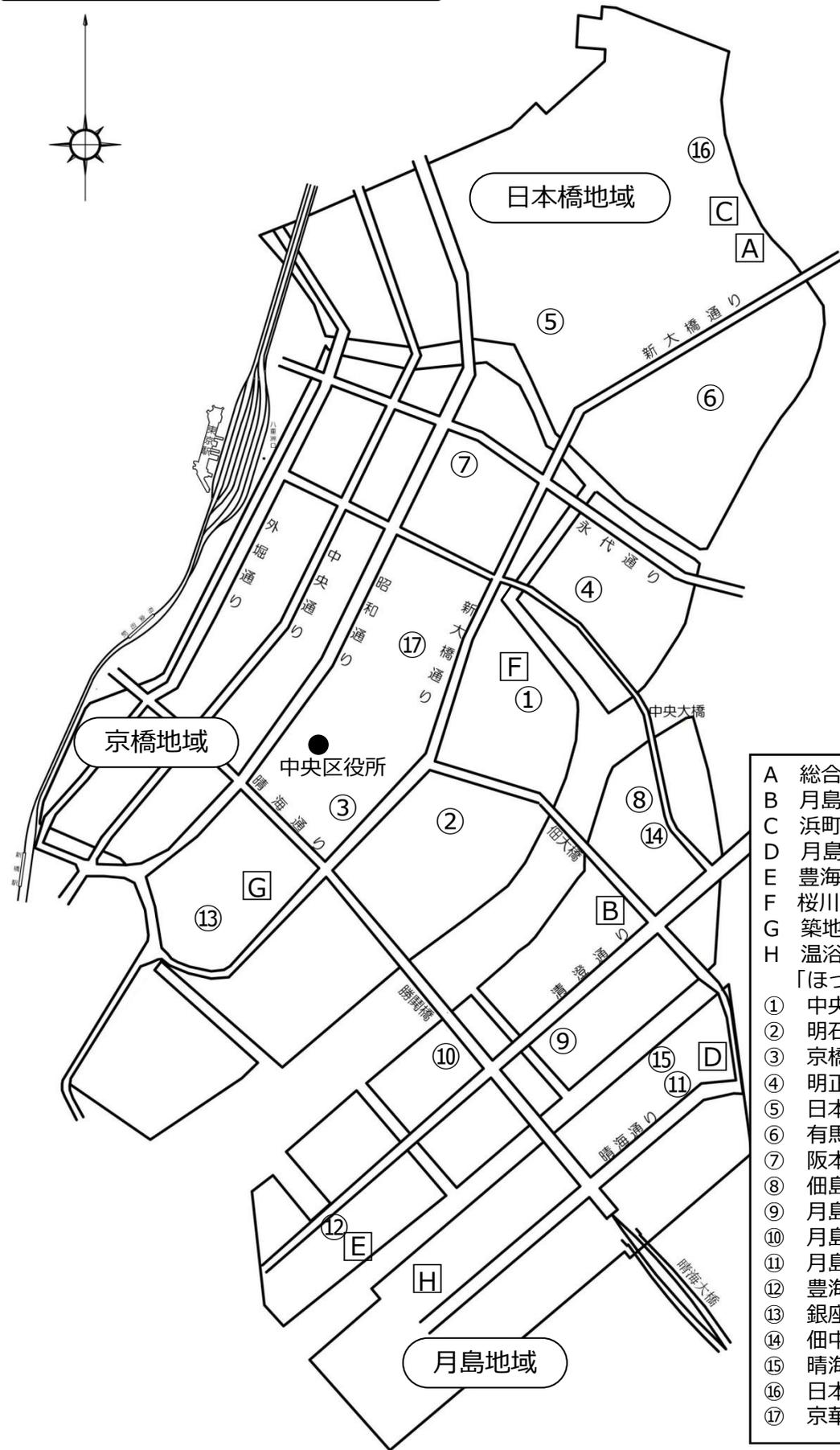
## 資-4 スポーツ施設等一覧

|   | 施設名称       | 所在地                     | 施設概要   |
|---|------------|-------------------------|--|
| A | 総合スポーツセンター | 日本橋浜町 2-59-1<br>(浜町公園内) | 地下 2 階：温水プール<br><ul style="list-style-type: none"> <li>一般用プール (25m×18m、8 コース、水深約 1.8m までの可動床)</li> <li>子ども用小プール (楕円形約 65m<sup>2</sup>、水深約 0.8m)</li> </ul> 第 2 競技場 (665m <sup>2</sup> )、駐車場<br>地下 1 階：第 1 武道場 (420m <sup>2</sup> 、畳敷)、第 2 武道場 (352m <sup>2</sup> 、木床)、卓球場 (258m、8 台)、エアライフル場 (8 射立)、ゴルフ練習場 (14 打席、バンカー 1 打席、シミュレーションゴルフ 1 打席)、観覧席 (72 席)、第 2 小体育室 (160m <sup>2</sup> )、第 4 会議室 (54m <sup>2</sup> )<br>1 階：管理事務所、トレーニングルーム (529m <sup>2</sup> )、 Grill、児童室<br>2 階：主競技場 (1,320m <sup>2</sup> )<br>3 階：小体育室 (189m <sup>2</sup> )、観覧席 (674 席)、第 3 会議室 (52.4m <sup>2</sup> )<br>4 階：第 1 会議室 (110m <sup>2</sup> )、第 2 会議室 (52.4m <sup>2</sup> )、ランニングコース (1 周 150m)<br>5 階：弓道場 (6 人立)、アーチェリー場 (6 的立) |
| B | 月島スポーツプラザ  | 月島 1-9-2                | 地下 1 階：温水プール<br><ul style="list-style-type: none"> <li>一般用プール (25m×13m、6 コース、水深 1.1m~1.3m)</li> <li>子ども用小プール (楕円形約 50m<sup>2</sup>、水深 0.8m)</li> </ul> 1 階：事務室、観覧席<br>2 階：第 1 武道場 (130m <sup>2</sup> 、畳敷)、会議室 (和室 12 畳)<br>3 階：第 2 武道場 (170m <sup>2</sup> 、木床)   |
| C | 浜町運動場      | 日本橋浜町 2-59-1<br>(浜町公園内) | 運動場 1 面 (砂入り人工芝)、夜間照明施設、8,991m <sup>2</sup>  |
| D | 月島運動場      | 晴海 1-3-29<br>(新月島公園内)   | 野球場 3 面 (天然芝)、管理事務所 (男女ロッカー室など)、夜間照明施設、18,949m <sup>2</sup>  |
| E | 豊海テニス場     | 豊海町 3-19<br>(豊海運動公園内)   | テニスコート 4 面 (砂入り人工芝)、2,523.4m <sup>2</sup>  |
| F | 桜川ゲートボール場  | 湊 1-1-2<br>(桜川屋上公園内)    | ゲートボールコート (20×15m、1 面)、440.3m <sup>2</sup>   |

### <スポーツができる他の施設>

|         | 施設名称                                   | 所在地   | 施設概要  |
|---------|--|---|---|
| G       | 築地社会教育会館                               | 築地 4-15-1   | 屋内体育場、卓球室、トレーニング室など   |
| H       | 温浴プラザ「ほっとプラザはるみ」                       | 晴海 5-2-3  | 温浴エリア (温水エリア、流水エリアなど)、トレーニングルームなど   |
| -       | 学校体育施設 (温水プール開放)                       | 中央小学校   | プール (25m×12m、6 コース)<br>子ども用小プール (約 16m <sup>2</sup> 、水深 0.65m)  |
| 日本橋小学校  |  | プール (25m×12m、6 コース)   |   |
| 月島第三小学校 |  | プール (25m×12m、6 コース)<br>子ども用小プール (約 28m <sup>2</sup> 、水深 0.8m) |   |
| -       | 学校体育施設等 (体育館開放)                        |   | 中央小学校、明石小学校、京橋築地小学校、明正小学校、日本橋小学校、有馬小学校、阪本小学校、佃島小学校、月島第一小学校、月島第二小学校、月島第三小学校、豊海小学校、銀座中学校、佃中学校、晴海中学校、日本橋中学校、京華スクエア |
| -       | 学校体育施設 (校庭開放)                          |   | 中央小学校、京橋築地小学校、日本橋小学校、佃島小学校、月島第三小学校、豊海小学校、銀座中学校、佃中学校、晴海中学校、日本橋中学校  |
| -       | 校外学園 (柏学園)                             | 千葉県柏市柏 1236 番地 1  | 運動場、体育館、テニスコートなど  |
| -       | 江戸川河川敷サッカー場・野球場 (一般財団法人サンケイスポーツセンター所有) | 埼玉県三郷市岩野木地先   | サッカー場 1 面、野球場 2 面   |

# スポーツ施設等の位置図



- A 総合スポーツセンター
- B 月島スポーツプラザ
- C 浜町運動場
- D 月島運動場
- E 豊海テニス場
- F 桜川ゲートボール場
- G 築地社会教育会館
- H 温浴プラザ
- 「ほっとプラザはるみ」
- ① 中央小学校
- ② 明石小学校
- ③ 京橋築地小学校
- ④ 明正小学校
- ⑤ 日本橋小学校
- ⑥ 有馬小学校
- ⑦ 阪本小学校
- ⑧ 佃島小学校
- ⑨ 月島第一小学校
- ⑩ 月島第二小学校
- ⑪ 月島第三小学校
- ⑫ 豊海小学校
- ⑬ 銀座中学校
- ⑭ 佃中学校
- ⑮ 晴海中学校
- ⑯ 日本橋中学校
- ⑰ 京華スクエア

資料編



中央区スポーツ推進ビジョン  
平成 29 (2017) 年 3 月 発行

刊行物登録番号  
28-103

発行：中央区区民部スポーツ課  
〒104-8404 東京都中央区築地一丁目 1 番地 1 号  
TEL：03-3546-5529 (直通)



中央区