

## 2. スポーツ

### (1) スポーツとは

一定のルールが定められた競技スポーツだけでなく、ウォーキングやレクリエーションなどの気軽に楽しむことのできる活動等もスポーツととらえます。

区民の年齢、性別、障害の有無や体力等に左右されることなく、だれもが健康づくりのほか、仲間同士の交流やストレス解消等につながるスポーツに取り組むことで、いきいきと自分らしい生活を送っていくことを目指します。

### (2) 現状と課題

#### ① 区民の意識と行動

区民の週1日以上の実施率は54.9%。前回調査(38.4%)時より増加しています。

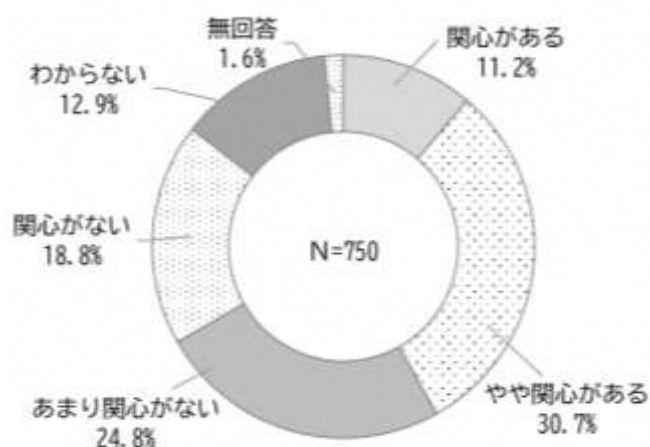
過去1年間にスポーツを実施しなかった理由をみると、「仕事が忙しい」が35.8%と最も多く、次いで「家事・育児・介護などが忙しい」が25.9%となっています。いつでもどこでもスポーツに親しむことができるよう、ICTの活用をはじめ、多様なライフスタイルに合わせた環境整備等が求められています。

障害者スポーツに「関心がある」が41.9%（「関心がある」と「やや関心がある」の合計）と、東京都(59.2%)と比べて低くなっています。これまでの取組により醸成したユニバーサルスポーツの気運を引き続き、維持・向上していくことが必要です。

《週1日以上の実施率》

対象	割合
今回調査	54.9%
前回調査	38.4%
国	55.3%
都	57.2%

《障害者スポーツへの関心》



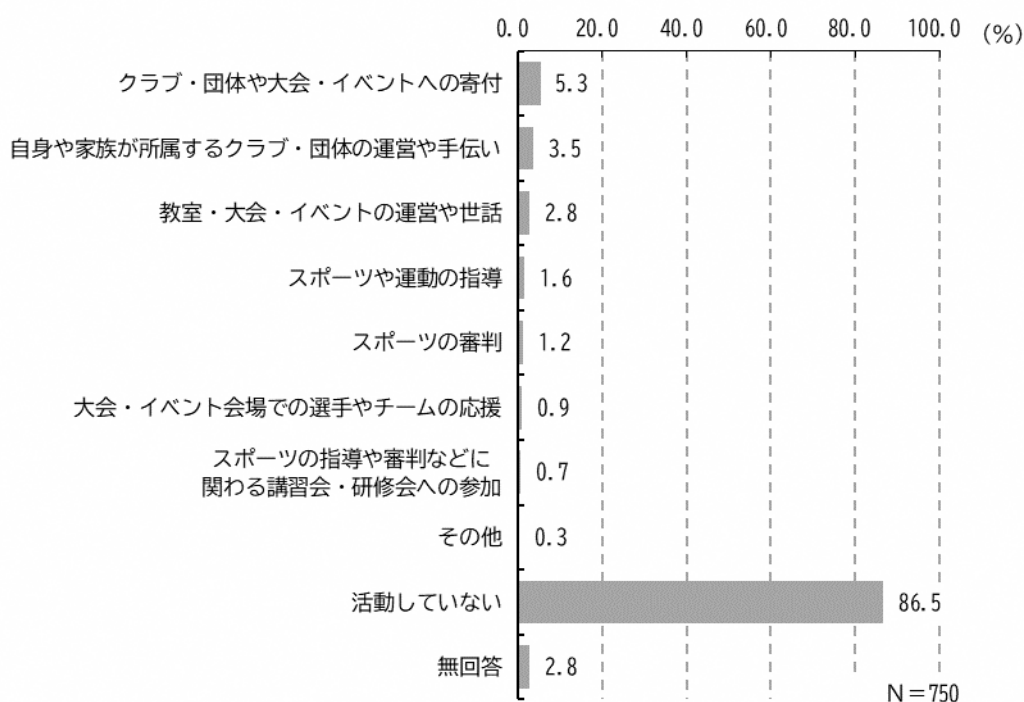
【出典】文京区（令和元年度）「実態調査」

## ② スポーツの楽しさを知る機会の創出

これまで、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の開催を見据え、初心者教室や区民大会等、各種スポーツ事業を実施してきましたが、引き続き、ライフステージ・スタイルに応じて、全ての人がスポーツの楽しさや価値を実感できる取組が必要です。

また、「する」「見る」「支える」スポーツ環境のさらなる充実に向け、ボランティアへの区民参加の促進やスポーツ指導者の養成等を進めることによる担い手の安定的な確保と技術向上、知識の深化が必要です。

《スポーツや運動を支える活動の参加状況》



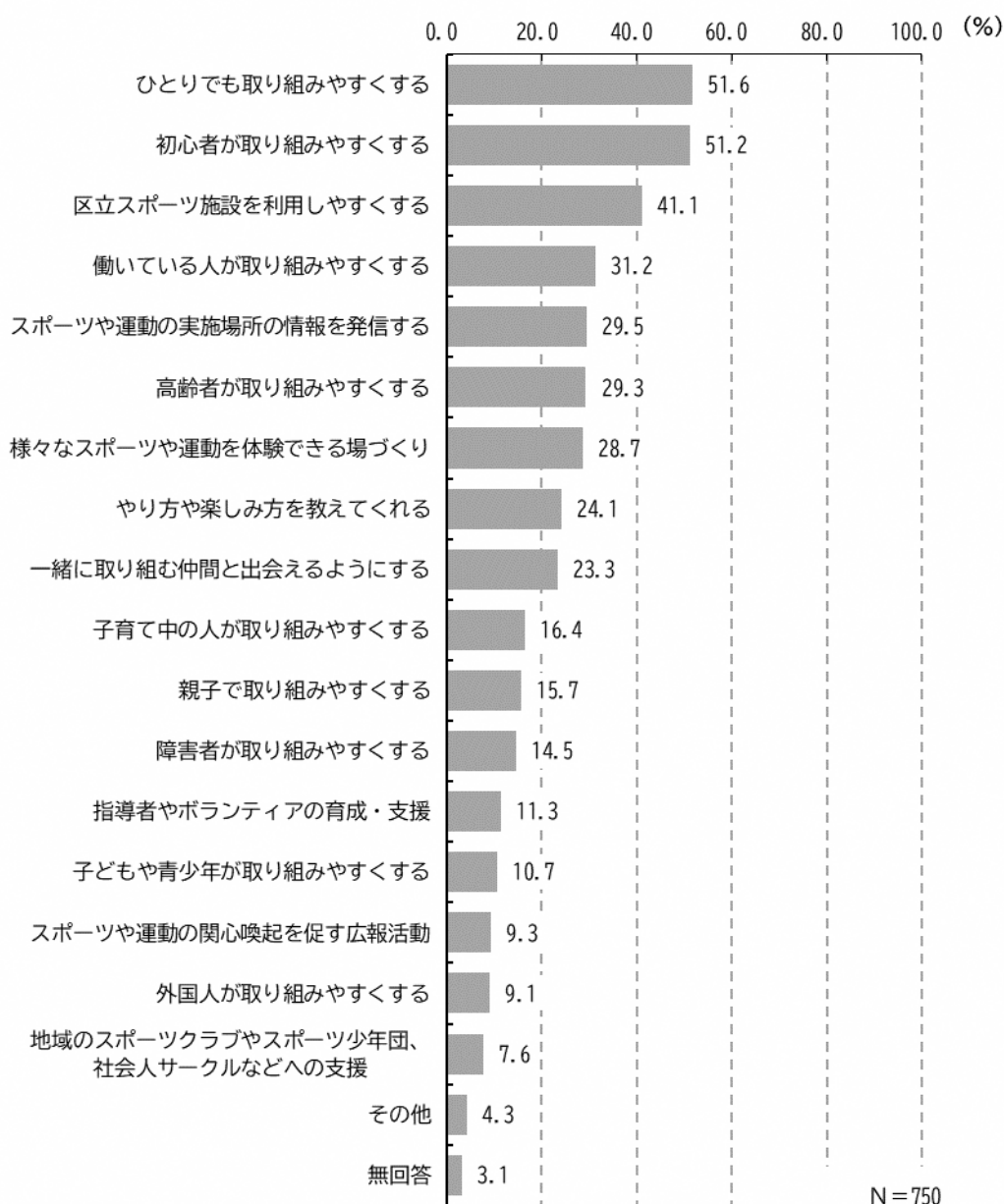
【出典】文京区（令和元年度）「実態調査」

### ③ スポーツに関する情報の発信と相談体制の整備

区報をはじめ、CATV、ホームページ、報道機関への情報提供などを通じ、各種スポーツ事業の実施について情報を発信しています。今後も、求める人に適切なタイミング、方法でスポーツに関する情報を確実に提供する工夫や相談を受ける体制の充実が必要なほか、障害者スポーツ教室は周知先を再考し、障害者スポーツを観戦・体験することが多くない方々にも情報を届けることが求められています。

また、多様なライフスタイルに合わせ、いつでもどこでもスポーツに親しめるよう様々な手段を活用し、情報を発信していくことが求められています。

《文京区でスポーツや運動を実施する人が増えるために、区がより力を入れるべき取組の視点》



【出典】文京区（令和元年度）「実態調査」

#### ④ プロスポーツ団体等との連携・協働

これまで区内に本拠地のあるプロスポーツ団体等と協定を締結し、地域における連携の取組を推進してきました。

東京2020大会を契機に高まったスポーツへの関心が一過性のものとならないよう、引き続きプロスポーツ団体等を含めた関係団体と連携・協働した取組が求められています。

区民がボランティア参加で培った「支える精神」や、ホストタウン事業を通じて深められた国際理解なども、今後、東京2020大会のレガシーとして継承していくことが必要です。

#### ⑤ スポーツを通じた交流の促進

これまで、「あすチャレ！運動会」やブラインドサッカー観戦・体験イベントの実施など、障害者スポーツの普及・発展に取り組んできました。今後も年齢や障害の有無等に関わらず、だれもがスポーツに親しめる機会を提供するとともに、世代間交流や地域間交流の促進と地域コミュニティの活性化に取り組んでいくことが必要です。

スポーツを通じた共生社会の実現に向けては、引き続き、大学や企業等、各競技団体と連携・協働を進めるほか、障害者が自主的に取り組める環境の整備も必要です。

障害者スポーツをユニバーサルスポーツへと昇華させるため、種目や魅力の紹介、体験機会の充実等、だれもが一緒に楽しめる機会の提供に取り組んでいくことが必要です。

### 現状と課題のまとめ

- ①区民の意識と行動
- ②スポーツの楽しさを知る機会の創出
- ③スポーツに関する情報の発信と相談体制の整備
- ④プロスポーツ団体等との連携・協働
- ⑤スポーツを通じた交流の促進

### (3) 施策体系の考え方

スポーツは、個人の心身の健康の保持・増進だけでなく、人と人、地域と地域の交流を促進したり、地域のコミュニティを醸成したり、新たな文化にふれるきっかけになるなど、人々が健康で豊かな生活を送るために大きな効果をもたらします。

本計画では、スポーツを「する」人だけでなく、プロスポーツ団体やアスリートによる競技種目等を「見る」人、指導者やスポーツボランティア等の「支える」人、そして、スポーツを通じた仲間づくりといったスポーツのもつ力に着目し、区民一人ひとりの生活がより健康で豊かなものとなる取組を推進します。

### (4) 施策体系

スポーツ分野の施策体系は以下のとおりです。

基本方針	施策
① だれもがスポーツを身近に感じる機会の拡充	
	ア スポーツの楽しさを知る機会の創出
	イ ユニバーサルスポーツの普及振興
	ウ スポーツ観戦の場と機会の拡充
	エ スポーツボランティア等の活動支援
② いつでも、どこでも、いつまでもスポーツに親しむことができる環境づくり	
	ア 気軽にスポーツを楽しめる環境の整備
	イ スポーツに関する情報の発信と相談体制の整備
	ウ スポーツを楽しむ人を増やす事業の展開
	エ スポーツ指導者等の育成と確保、技術の強化
	オ 心身の健康づくり
③ スポーツの力を活用した地域づくり	
	ア スポーツを通じた仲間づくりと地域づくり
	イ プロスポーツ団体等との連携・協働
	ウ 東京 2020 大会におけるレガシーの継承と活用
	エ 人材・組織（町会・地域クラブ）との連携・協働
	オ スポーツの魅力を感じ取る機会の充実

## (5) 基本方針ごとの具体的な取組

### 1 だれもがスポーツを身近に感じる機会の拡充

ウォーキングイベントやウォーキングガイド・マップの作成、親子参加事業など、子どもから高齢者まで、幅広い年齢層の区民が参加できる事業を実施しているほか、様々なスポーツ観戦・体験イベント等を実施し、「する」「見る」「支える」スポーツの機会提供に努めています。生涯にわたって、心身ともに健康な生活を送れるよう、今後も年齢、性別、国籍、障害の有無、ライフスタイルや興味・関心の度合い等に関わらず、だれもがスポーツを身近に感じてスポーツを「する」機会を拡充します。

また、「見る」スポーツを通じて関心を持ち、楽しさを知るきっかけを充実していくとともに、「支える」スポーツへも積極的な参加を促し、ともに楽しむ機会を充実します。

指標	現状値	目標値
スポーツ実施率【スポーツをする】	54.9% (令和元年度)	60.0%
スポーツ観戦率【スポーツを見る】	23.7% (直接観戦) (令和元年度)	30.0%
スポーツボランティアの参加率【スポーツを支える】	10.7% (令和元年度)	20.0%

#### ア スポーツの楽しさを知る機会の創出

スポーツを身近に感じて取り組むには、まず、スポーツの楽しさを知ることが重要だといえます。年齢や技術に関わらず区民のだれもが気軽にスポーツを体験できる機会を充実し、スポーツに興味を持ち、始めるきっかけや継続するための取組を推進します。



はじめての親子フットサル教室

#### 主な取組

##### ■ 区民が気軽にスポーツを体験できる機会の提供

区民が気軽にスポーツを体験できるよう、年齢や体力・運動能力、スポーツへの関心の度合いに応じた各種スポーツ教室等を開催します。開催にあたっては、屋外スポーツ施設のほか区立学校等の身近な施設の活用を検討します。

## ■主体的にスポーツを楽しむ区民に向けた機会の提供

幅広い年齢層の区民が、自らの健康を維持・増進するだけでなく、日ごろの成果を試したり、日常とは異なる環境でスポーツを楽しむ機会を提供します。

## イ ユニバーサルスポーツの普及振興

これまでスポーツに関心がなかった区民が、スポーツを楽しむきっかけとなる事業の開催やスポーツ施設の利用の機会を充実します。


また、障害の有無や年齢の違い等に関わらず一緒にスポーツをする機会を増やすことで、障害者のスポーツをする機会の充実を図るとともに、健常者に対して障害者スポーツへの理解を育みます。

### 主な取組

## ■ユニバーサルスポーツを体験する機会の提供

障害の有無等に関わらず、だれもが一緒にスポーツを楽しむ機会を確保するため、様々な障害者スポーツやニュースポーツを「する」教室の開催や「見る」機会を提供します。

### 【分野間連携】

- パラスポーツの紹介・体験機会の提供のため、区内で実施される各種イベントにブースを出展します。 

## ■障害者スポーツを「支える」人材の育成

障害者スポーツの普及振興を図るため、スポーツ指導者が障害者スポーツの指導員資格を取得するための費用の助成や活動の場についてサポートを行い、障害者スポーツを「支える」人材を育成します

## ウ スポーツ観戦の場と機会の拡充

区民や地域のスポーツ団体、大学、企業等と連携し、身近な環境でスポーツを観戦する機会をつくり、一体となってスポーツを観戦・応援する楽しさを伝えます。

スポーツ団体等と連携・協働し、競技スポーツの魅力を伝え、観戦機会の拡充に取り組みます。

### 主な取組

## ■プロスポーツ団体等と連携した観戦の場と機会の拡充

読売巨人軍、日本サッカー協会等との協定に基づき、観戦事業のほか、選手とのふれあいの場や機会を提供します。

また、区内に拠点を置くスポーツ団体・企業・大学等との協働により、各種スポーツの体験教室及びスポーツ観戦事業を実施します。

## ■身近な場所でスポーツを観戦・応援する楽しさを実感する機会の提供

区民ひろばやシビックホール等において、国際大会やプロスポーツを皆で観戦・応援し、スポーツの楽しさを共有する機会を提供します。

## エ スポーツボランティア等の活動支援

スポーツ活動を支えるボランティア等の育成に取り組むとともに、組織間の連携・協働を進め、主体的にスポーツを支える区民の活動を支援します。



文京菊まつりボッチャ体験（湯島天満宮）

### 主な取組

## ■「支えるスポーツ」の担い手の育成

「支えるスポーツ」の担い手として、スポーツボランティアの登録を促進するとともに、人材育成に取り組めます。

また、スポーツボランティア登録者が、より多くの情報に触れ、様々な活動の機会を得ることができるよう、スポーツボランティア参加イベントの募集や活動状況の報告、参加者の声等、スポーツボランティアに関する情報を広く発信します。

### 【分野間連携】

- ▶ スポーツボランティア登録者の活動の場を拡げるため、学習活動や観光などの分野のボランティア機会も紹介します。

## ■障害者スポーツを「支える」人材の育成【再掲】

障害者スポーツの普及振興を図るため、スポーツ指導者が障害者スポーツの指導員資格を取得するための費用の助成や活動の場についてサポートを行い、障害者スポーツを「支える」人材を育成します。



## 2

いつでも、どこでも、いつまでも  
スポーツに親しむことができる環境づくり

スポーツには、世代間交流や地域間交流の促進等も期待されています。そのためには、区民一人ひとりがスポーツに親しむことのできる環境の整備が必要なことから、スポーツリーダー派遣制度やニュースポーツ大会の実施のほか、施設の改築やバリアフリー化にも取り組んできました。だれもが利用しやすいと感じることができ施設整備を推進するとともに、様々な場所で日常的にスポーツに取り組めるよう、地域やコミュニティ単位でスポーツの場を充実します。

また、自己の能力や適性・興味等に合わせ主体的にスポーツに取り組めることも重要であるため、必要とする人に適切なタイミング、方法でスポーツに関する情報を提供するとともに、スポーツに親しむ人を適切にサポートできる指導者・団体の育成・技術強化に取り組み、区民のだれもが、いつまでもスポーツに親しむことができる環境づくりを進めます。

指標	現状値	目標値
「スポーツ活動を支える環境を整備すること」への満足度	36.3% (令和元年度)	45.0%
スポーツ指導者（スポーツ推進委員・スポーツリーダー）派遣の実績件数	120件 (令和元年度)	135件

注)「スポーツ活動を支える環境を整備すること」への満足度の現状値は、「文京区アカデミー推進計画に関する実態調査」(令和元年度)での「スポーツ活動を支える環境を整備すること」への満足度に関する設問への「満足である」と「どちらかといえば満足である」の合計値。

## ア 気軽にスポーツを楽しめる環境の整備

区民のだれもが気軽に利用できる屋内・屋外施設の適正な維持・管理・運営に取り組めます。また、区立学校等のほか区内大学と連携し、身近な場所でスポーツを楽しむことができる環境の整備・活用の促進に取り組めます。

### 主な取組

#### ■多世代が気軽にスポーツを楽しむ機会の提供

子どもから高齢者まで幅広い年齢層の区民が、スポーツの楽しさを知り自らの健康の維持・増進を図るきっかけをつくる機会を提供します。

#### ■スポーツ施設の整備と活用促進

区立スポーツ施設の快適な環境への整備をはじめ、区立学校のスポーツ施設等の活用による、スポーツ活動の場の整備を進めます。

また、未就学児童の外遊びの機会の提供を目的とした、屋外スポーツ施設活用を促進します。

## イ スポーツに関する情報の発信と相談体制の整備

より多くの区民が、いつでも、どこでも、いつまでもスポーツに親しむことができるよう、区報による周知とともに、SNS や YouTube 等による多様な手法と庁内での連携強化を検討し、求める人への適切な情報提供に取り組みます。

また、区内大学や各種スポーツ団体等の専門機関等と連携し、区民のスポーツに関わる様々な相談に対応できる体制を一層充実します。

### 主な取組

#### ■ スポーツに関する情報の発信

地域スポーツを普及・振興するため、区のスポーツ事業や地域スポーツ団体についての情報を発信します。

また、スポーツボランティア登録者やスポーツ交流ひろばの指導員に向けて、活動・実践につながる情報を提供します。

#### ■ 各種メディアとの連携推進

区の魅力的なスポーツ事業等の取組を、報道機関等をはじめ各種メディアにリリースし、広く内外へ発信します。

#### ■ スポーツに関する相談体制の整備

区内大学や各種スポーツ団体等の専門機関等と連携し、区民のスポーツに関わる様々な相談に対応できる体制を一層充実します。

#### 【分野間連携】

- 幅広い情報発信や相談体制の確立のため、スポーツに関する文化を収集・発信している施設等との連絡・調整を図ります。 

## ウ スポーツを楽しむ人を増やす事業の展開

スポーツに関わる団体や事業者等が、連携・協働して、区民の多様なニーズやライフスタイル等に応じた教室や企画を提供していくための支援を行います。団体や事業者等への支援を通じて、スポーツを楽しむ区民を増やしていくための取組を推進します。



野球の練習

### 主な取組

#### ■スポーツを支える人材の活躍の場や機会の提供

区民の自主的なスポーツ・レクリエーション活動を促進する団体等の育成や活動への支援と、活躍の場や機会の提供に取り組みます。

水泳、卓球、バドミントン、バスケットボール、バレーボール、ビーチボール、合気道、弓道、アーチェリー、柔道、剣道、ミニテニスなどの種目については、個人向けにスポーツ施設を開放するとともに指導員を配置します。

#### ■主体的にスポーツを楽しむ区民に向けた機会の提供【再掲】

幅広い年齢層の区民が自らの健康を維持・増進するだけでなく、日ごろの成果を試したり、日常とは異なる環境でスポーツを楽しむ機会を提供します。

## エ スポーツ指導者等の育成と確保、技術の強化

スポーツ推進委員、スポーツリーダー等の指導者について、若手指導者や新たな人材の確保に努めるとともに、区民の多様なニーズに対応できる人材の育成を進めます。

区民が運動するにあたって、指導者の特性や専門性を活かし、区民の年齢や体力等の状況に、きめ細かく対応できるような体制を整えます。

### 主な取組

#### ■スポーツ指導者等の育成

スポーツの指導に関わる人材の発掘・育成とともに、指導者としての資質向上を図るため、スポーツ推進委員、スポーツリーダー、スポーツ交流ひろばの指導員等を対象に各種研修会を実施します。

## オ 心身の健康づくり

子どもの体力向上、高齢者への予防医療等、区民一人ひとりが目的やライフスタイルに合わせてスポーツに親しめるよう、区内大学や各種スポーツ団体等の多様な主体と連携・協働し、幅広く施策を展開します。

### 主な取組

#### ■多様な区民の心身の健康増進

幅広い年齢層の区民が、自らの健康の維持・増進に資するスポーツの機会を提供します。身体活動だけでなく、参加者同士のスポーツ活動を通じた交流やコミュニケーションの機会を充実することで、こころの健康増進にも取り組みます。

### 3

## スポーツの力を活用した地域づくり

区民一人ひとりが心身ともに豊かな生活を送ること目指して、各種競技団体や組織と組織、地域と地域の交流・連携・協働を促進します。

スポーツの力を活用して地域コミュニティを醸成していくとともに、区内外の人にとって本区が魅力的なまちだと感じることをできるよう、スポーツ団体等との連携・協働に積極的に取り組むとともに、必要性を十分に見極め、一つ一つの内容を充実させることで、より上質な事業展開を図ります。

指標	現状値	目標値
スポーツ団体等との連携事業数	20件 (令和元年度)	23件
関係団体（パラスポーツ団体含む）との連携事業数	5件 (令和元年度)	7件
事業参加者の満足度	—	80%

※「—」については、本計画策定時に現状値を把握できていないものになります。

### ア スポーツを通じた仲間づくりと地域づくり

スポーツの力を活用して人と人とのつながりを育み、地域のコミュニティを醸成していく取組を推進します。また、年齢や障害の有無等に関わらず、多様な区民の仲間づくりにつながるスポーツを行うきっかけづくりに取り組みます。

また、人と人とのつながりを育み、交流を促進していくことで、スポーツを通じて地域がより魅力的になる取組を推進します。

#### 主な取組

#### ■ スポーツを通じた多様な区民の交流の促進

スポーツ活動を通じて親子や幅広い年齢層からなる区民同士の交流を促進します。

また、東京近郊での軽登山やノルディックウォーキングなどの自然のなかで楽しめるスポーツ事業を通じて、共通の趣味を持つ区民同士の交流も促進します。

#### ■ スポーツを通じた仲間づくりの促進

年齢や障害の有無に関わらず、各種スポーツ・レクリエーション活動により楽しみながら体を動かすことを通じて、仲間づくりの機会とスポーツへのきっかけづくりの場を提供します。

## イ プロスポーツ団体等との連携・協働

プロスポーツ団体等と連携・協働し、区民が「見る」スポーツをきっかけに、アスリートと交流することでスポーツの魅力を知り、さらに関心を持つためのきっかけを充実します。また、区内に拠点をもつスポーツ等団体と協働し、スポーツをきっかけにして地域への愛着を育むための取組を実施します。



ハンドボール交流会

### 主な取組

#### ■プロスポーツ団体等と連携した観戦の場と機会の拡充【再掲】

読売巨人軍、日本サッカー協会との協定に基づき、観戦事業のほか選手との触れ合いの場や機会を提供します。

また、区内に拠点を置くスポーツ団体・企業・大学等との協働により、各種スポーツの体験教室及びスポーツ観戦事業を実施します。

#### ■身近な場所でスポーツを観戦・応援する楽しさを実感する機会の提供【再掲】

区民ひろばやシビックホール等において、国際大会やプロスポーツを皆で観戦・応援し、スポーツの楽しさを共有する機会を提供します。

#### ■トップアスリートとの連携強化

プロスポーツ団体等やトップアスリートと連携して、スポーツに関心の低い層を喚起する取組を進めます。また、地域内の交流を促進することで、地域コミュニティの醸成にも、官民連携のもと取り組みます。

## ウ 東京2020大会におけるレガシーの継承と活用

東京2020大会等の国際大会を通じて醸成されたスポーツの気運、ボランティア精神や国際理解の促進といった大会レガシーを継承するとともに、本計画の理念の実現に向け活用します。



2021年8月21日実施パラ聖火リレー採火式  
(湯島天満宮)

### 主な取組

#### ■東京2020大会等のレガシーの継承


年齢や障害の有無に関わらず、だれもがともにスポーツを楽しむことができるよう「する」「見る」「支える」機会の提供と、活動の支援に取り組みます。

また、スポーツを通じて多様性への理解を促進することで共生社会の実現に寄与する取組を推進します。

#### ■スポーツを通じた地域間交流の機会の提供

姉妹都市提携をしているカイザースラウテルン市（ドイツ）との交流を契機とした少年サッカー大会を通じた事業などを実施します。これまで交流のなかった都市との交流も検討します。

#### 【分野間連携】

- 東京2020大会に向けて創造し、今後継承していくレガシーの紹介・体験機会の提供のため、区内で実施される各種イベントにブースを出展します。 

## エ 人材・組織（町会・地域クラブ）との連携・協働

地域の団体等の多様な主体による連携・協働をもとに、地域スポーツ情報の展開や支えるスポーツの場や機会の拡充、区立学校施設活用などを通じて区民がスポーツに親しむきっかけを充実します。

### 主な取組

#### ■地域団体等と連携したスポーツに関する情報の展開

地域スポーツを普及・振興するため、町会や地域クラブ等の地域団体と連携・協働して、スポーツに関する情報を発信します。

#### ■地域団体等と連携したスポーツを楽しむ機会の提供

町会や地域クラブ等の地域団体と連携・協働して、幅広い年齢層の区民がスポーツを楽しむ機会を提供することで、地域コミュニティを醸成します。

## オ スポーツの魅力を体感する機会の充実

本区の多様なスポーツ資源を活かして、スポーツの魅力を体感する機会を充実します。スポーツの魅力を体感することで、区民一人ひとりの生活がより健康で豊かなものとなることを目指して取組を推進します。

### 主な取組

#### ■多様な主体によるスポーツの力の活用

区内大学や各種スポーツ団体、地域の住民の方々により自主的・主体的に運営されている地域スポーツクラブ等、本区の多様な主体が連携・協働して、区民がスポーツの魅力を体感する機会を充実します。