

飯南町生涯スポーツ推進計画



令和4年3月

飯南町教育委員会

目次

飯南町生涯スポーツ推進計画	1
第1章 計画の基本的事項.....	3
1. 計画策定の趣旨.....	3
2. 計画における「スポーツ」の定義.....	3
3. 計画の位置づけ.....	4
4. 計画の期間.....	4
5. 計画の推進体制.....	5
第2章 飯南町における現状と課題.....	6
1. 世代でみる現状と課題.....	6
① 子どもの現状と課題.....	6
② 高齢者の現状と課題.....	8
2. 社会体育施設の状況.....	9
第3章 計画の基本理念・目標・方針.....	10
1. 基本理念.....	10
2. 基本目標.....	10
3. 基本方針.....	11
基本方針① 各年齢層に応じて健康で楽しむスポーツ活動の推進.....	11
基本方針② スポーツによる地域活性化.....	11
基本方針③ スポーツを支える環境整備.....	11
第4章 基本施策.....	12
1. 基本施策.....	12
基本施策① 発育期に応じた生涯スポーツを楽しむ.....	12
基本施策② 観光振興と結び付けたスポーツ大会の実施.....	19
基本施策③ 人材育成や組織体制・スポーツ施設の整備.....	20
第5章 計画の体系図.....	21

第1章 計画の基本的事項

1. 計画策定の趣旨

平成23（2011）年に施行されたスポーツ基本法第1条（目的）において、「（前略）国民の心身の健全な発達、明るく豊かな国民生活の形成、活力ある社会の実現及び国際社会の調和ある発展に寄与することを目的とする。」とし、同法第4条（地方公共団体の責務）では、「基本理念にのっとり、スポーツに関する施策に関し、国との連携を図りつつ、自主的かつ主体的に、その地域の特性に応じた施策を策定し、及び実施する責務を有する。」とあります。

よって、スポーツ基本法を踏まえ健康で明るく清々しい生活を送るために、本町の特性に応じた施策を展開していくため、「飯南町生涯スポーツ推進計画」を策定し、スポーツを通じた総合的なまちづくりを推進していきます。

2. 計画における「スポーツ」の定義

スポーツの語源とされている「**deportare**」はラテン語であり、本来の「運び去る」という意味から転じて「労働や日常生活から離れた気晴らし、楽しみ」という要素があるように、最近では、「eスポーツ」など、遊戯性や競技性を含むものを幅広くスポーツとして捉えています。スポーツには、自身の活動、観戦、指導、スタッフとして支援など、様々な場面でスポーツとの関わり方があります。

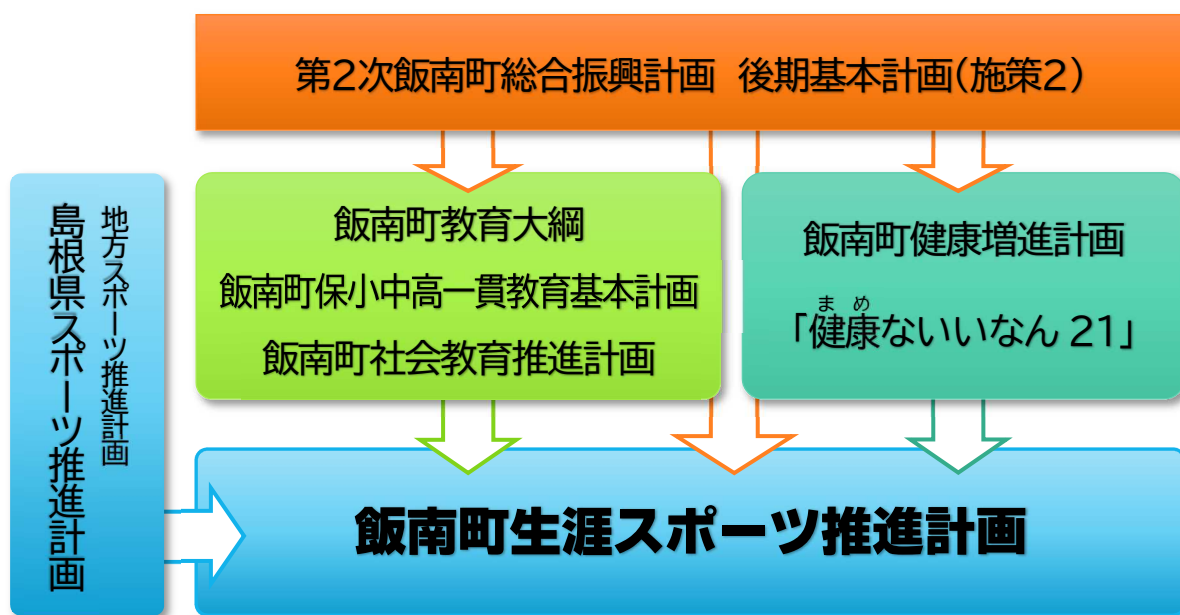
スポーツ基本法において、「スポーツは、心身の健全な発達、健康及び体力の保持増進、精神的な充足感の獲得、自律心その他の精神の涵(かん)養等のために個人又は集団で行われる運動競技その他の身体活動」とされています。本計画では、競技スポーツにとどまることなく、ジョギングやウォーキング、レクリエーション、生涯にわたり健康維持するための軽い運動など、様々な身体活動を対象とします。

よって、スポーツの概念を「生涯スポーツ」として幅広く捉え、全ての町民がそれぞれの場面において関心や適性に応じてスポーツに親しむことができるように、様々な活動を推進していきます。

3. 計画の位置づけ

本計画は、スポーツ基本法第10条（地方スポーツ推進計画）に基づく計画として、国及び島根県の関連計画を踏まえ、スポーツを推進するために策定するものです。

また、「第2次飯南町総合振興計画」を最上位計画とし、教育分野における「飯南町教育大綱」・「飯南町保小中高一貫教育基本計画」及び「飯南町社会教育推進計画」並びに、本町の健康増進計画「^{まめ}健康ないいなん21」を関連計画とし、スポーツに関する施策を具体的に示し、スポーツを通じたまちづくりを総合的に推進していくための計画として位置づけます。



4. 計画の期間

本計画の期間は、令和4（2022）年度から令和7（2025）年度までの4年間とします。

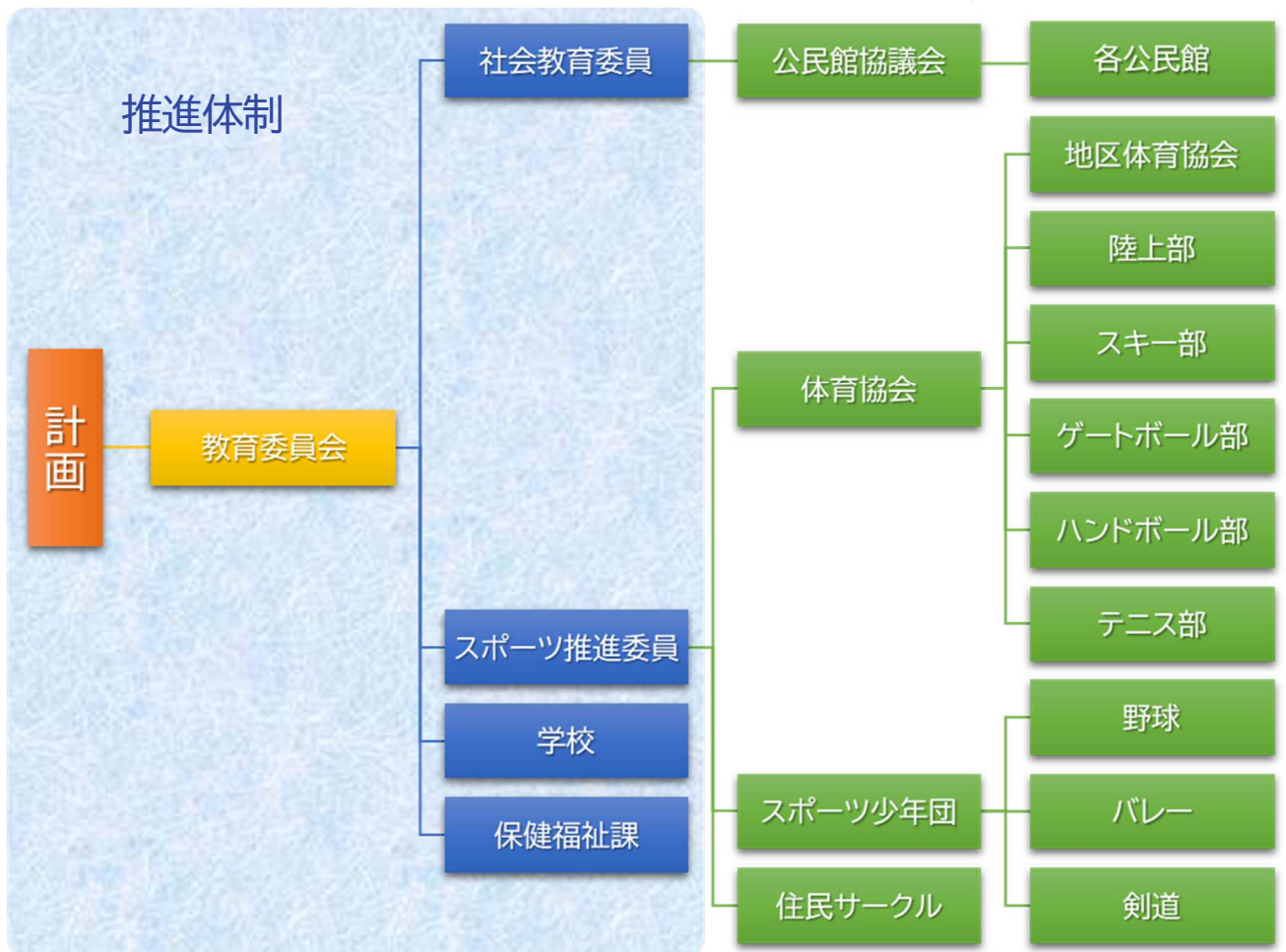
	R2	R3	R4	R5	R6	R7
町	第2次飯南町総合振興計画 後期基本計画					
	飯南町健康増進計画					
	飯南町教育大綱					
	飯南町保小中高一貫教育基本計画					
				飯南町社会教育推進計画		
				飯南町生涯スポーツ推進計画		
県	島根県スポーツ推進計画					

5. 計画の推進体制

本計画の推進に当たっては、学校、スポーツ関係団体、地域など多様な主体と連携・協働し、町民全体で取り組む必要があります。

本町においては、社会体育を管轄する教育委員会が中心となり、関係部局間の連携を図りながら、本計画を推進します。

本計画に掲げた施策を進めるに当たっては、計画（Plan）→実行（Do）→評価（Check）→見直し（Action）というマネジメントサイクルを踏まえ、スポーツ推進委員連絡協議会において、本計画の進捗状況を確認しながら具体的な取り組みに反映させていきます。



第2章 飯南町における現状と課題

1. 世代でみる現状と課題

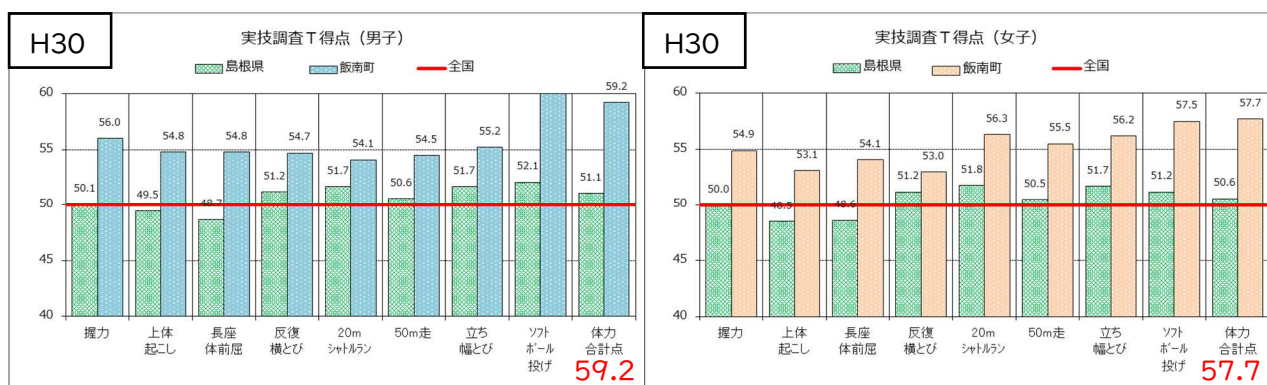
ここでは、子どもと高齢者を例にそれぞれの現状・課題について示します。子どもについては「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」、高齢者については保健福祉課実施の「長生き体操」をもとに示します。

① 子どもの現状と課題

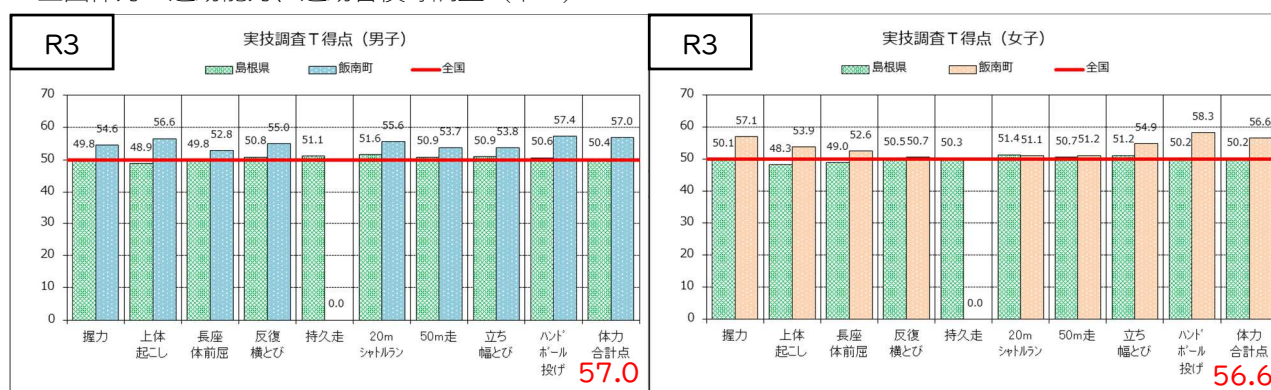
「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」は、小学5年生、中学2年生を代表として毎年調査を行っています。令和3年に中学2年の集団が、平成30年に小学5年にあたることから、平成30年小学5年と令和3年中学2年のデータで集団比較します。

《同じ集団の経過分析》

全国体力・運動能力、運動習慣等調査（小5）



全国体力・運動能力、運動習慣等調査（中2）



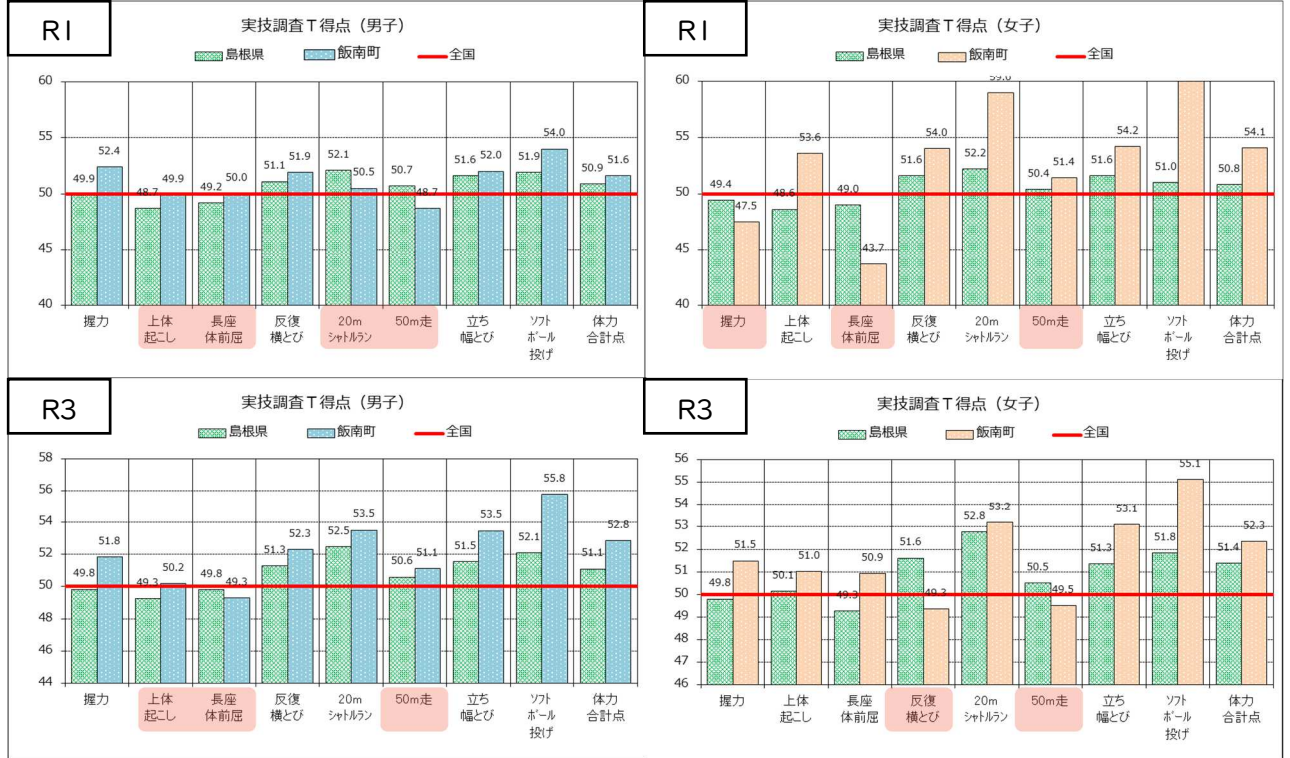
全国平均を50点とした場合、小学5年時に男子59.2点、女子57.7点に対し、中学2年時では男子57.0点、女子56.6点と、同じ集団が年齢を重ねても持ち合わせた能力に差は生じないことがわかります。

こうしたことから、生涯に渡る運動能力は、若いうちから身につけていくことがとても大切と言えます。

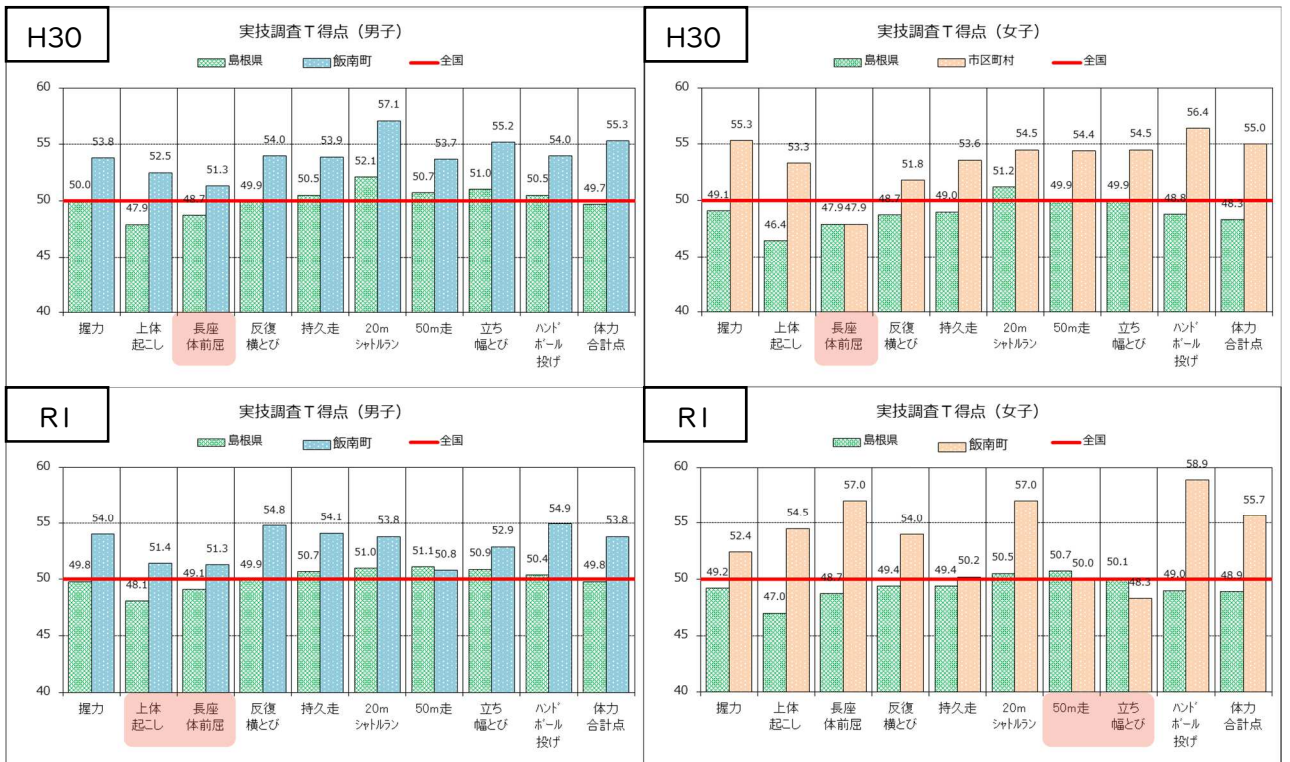
参考に、他の年代（世代）を見ると、柔軟性と走力が全国平均並み又は低いことが見て取れます。柔軟性が低いことで、怪我の要因にもつながりかねません。

全国体力・運動能力、運動習慣等調査（小5）

（※ここでは同じ集団の比較ではありません。）



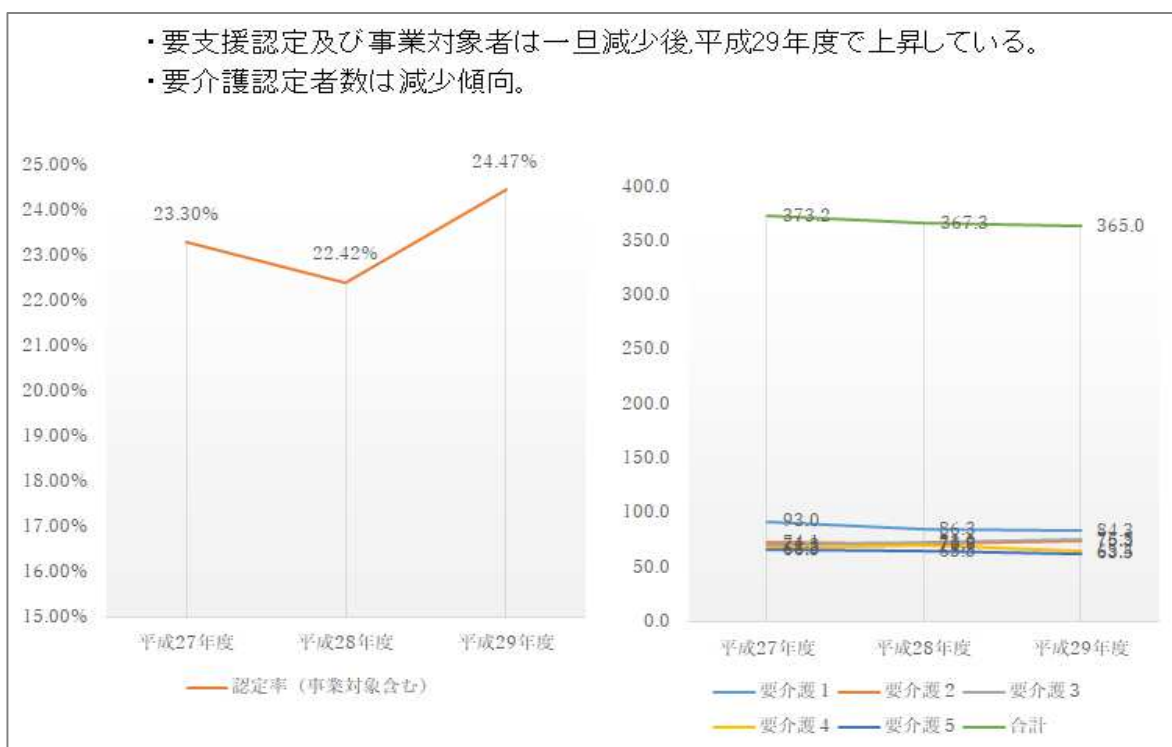
全国体力・運動能力、運動習慣等調査（中2）



② 高齢者の現状と課題

高齢者については、飯南町健康増進計画に基づき様々な取り組みが進められています。運動に特化すると、介護予防の推進の項目に運動機能低下によるリスクを掲げています。対策として、若いころからの運動習慣化、運動を中心とした住民主体の自主活動支援を挙げ、保健福祉課により「長生き体操（童謡を歌いながら行う 60 分間の体操）」を展開しています。

現状として、要支援認定（生活を送るにあたって支援が必要と認定された状態）の割合が減少していることが、過去の資料から分かります。



参考) 「飯南町における通所介護給付費推移に関する調査研究」

老後も健康に日常生活を送るためにも、運動は大切なことが言えます。さらなる要支援認定の減にもさらに拡大に努めていくことが重要です。

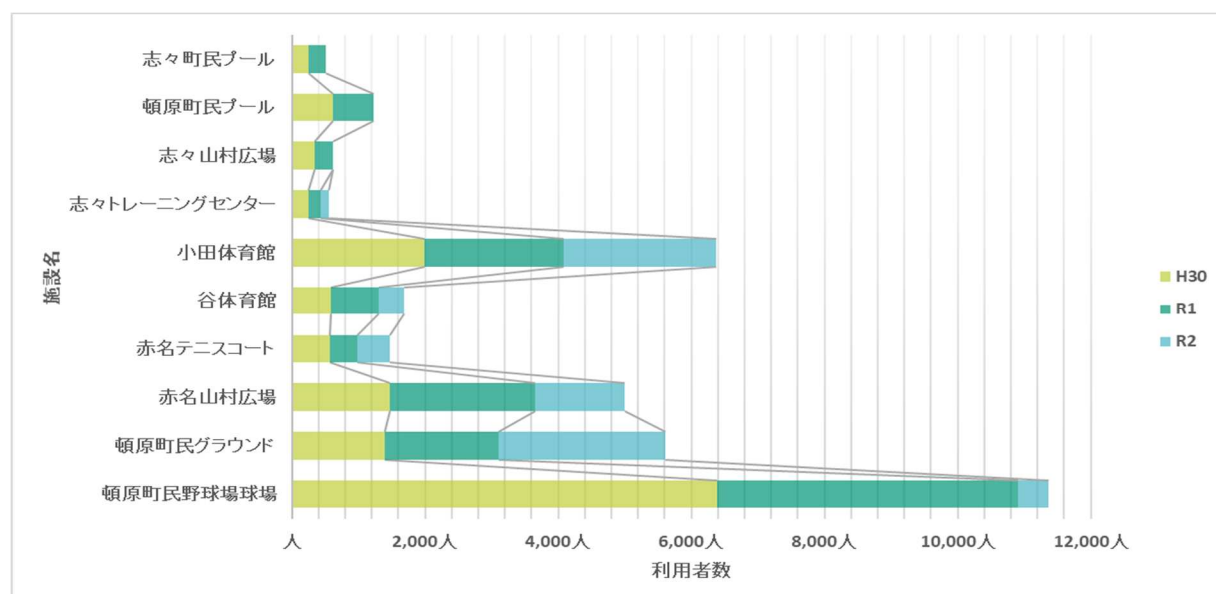
2. 社会体育施設の状況

本町は、10施設の社会体育施設を保有しており、スポーツ活動に係る利用者は平成30（2018）年度が13,857人、令和元（2019）年度が12,984人、令和2（2020）年度が7,569人と落ち込んでいますが、頓原町民野球球場の照明設備改修工事のため令和元年11月から令和2年9月の間を施設閉鎖し、町民プールを新型コロナウイルス感染症対策のため閉鎖したことによるものです。平常時では、人口の約2倍の住民利用という状況となっています。

利用団体は、スポーツ少年団4団体をはじめ、一般スポーツ団体13団体、地区体育協会3団体、公民館5館また、小中高等学校における練習・大会等で利用されています。

また、昭和57（1982）年のくにびき国体の前後に設置された施設が多く、建設から40年近く経過し、老朽化対策が課題となっていることから各施設の利用実態などを考慮し、個別施設計画を策定のもと施設数の適正化や、需要に応じたスポーツ環境の整備に取り組んでいく必要があります。

		設置年月	H30	R1	R2
1	頓原町民野球球場	S52	6,385人	4,526人	460人
2	頓原町民グラウンド	S54	1,401人	1,702人	2,505人
3	赤名山村広場	S63	1,469人	2,183人	1,342人
4	赤名テニスコート	S63	577人	413人	484人
5	谷体育館	S50	580人	730人	376人
6	小田体育館	H8	1,985人	2,099人	2,281人
7	志々トレーニングセンター	S57	245人	189人	121人
8	志々山村広場	S59	346人	265人	0人
9	頓原町民プール	S45	622人	609人	
10	志々町民プール	S47	247人	268人	
	計		13,857人	12,984人	7,569人



第3章 計画の基本理念・目標・方針

1. 基本理念

飯南町は、豊かな資源を持った生命の源とし、「小さな町からの『生命地域』宣言」を総合振興計画の基本理念とし、同計画に「笑顔あふれるまち飯南町」を将来像としてまちづくりに取り組んでいます。また、飯南町教育大綱では、「ふるさと飯南の学びを原点に、一人一人が輝く人づくり」を、飯南町健康増進計画健康ないいなん21では、「地域の力ですべての町民の健康長寿をめざす」を基本理念としています。

本計画では、これらの上位計画と関連付け、「町民が生き活きと暮らせる健康長寿のまち飯南」を基本理念に生涯スポーツの推進に取り組みます。

町民が生き活きと暮らせる健康長寿のまち飯南



2. 基本目標

関連計画の一つである「飯南町社会教育推進計画」の基本目標では、“学びから広がるひとづくり”～未来へつなぐ 一人一人が輝く『ふるさと飯南』～を掲げ、「学びをとおして自分を磨き、個の特性を活かすことで一人一人が輝き、住民のだれもが明るく、楽しく、そして生きがいある社会の形成による地域創生を目指す。」としています。

また、飯南町健康増進計画「健康ないいなん21」では、「人格・個の特性・一人一人が輝き」を要点として、本町の生涯スポーツ推進計画では、“スポーツをとおして心と体の健康づくり”を基本目標とします。

“スポーツをとおして心と体の健康づくり”



3. 基本方針

この推進計画は、基本目標「スポーツをとおして心と体の健康づくり」の実現のために、次の3項目を基本方針とします。

基本理念である「町民が生き生きと暮らせる健康長寿のまち飯南」の実現に向け、町民誰もがスポーツを楽しみ、健康的な生活を送ることができるよう取組んでいくことが大切です。

また、本町において開催されるスポーツ大会の中には、県外から広く参加されるものもあり、スポーツを中心とした交流人口の拡大を図りながら地域活性化に結び付けることも必要です。

こうした施策を展開していくためには、施設や設備、運営組織や体制といったスポーツ環境を支える整備が重要となることから、次の3項目を基本方針として定めます。

基本方針① 各年齢層に応じて健康で楽しむスポーツ活動の推進

基本方針② スポーツによる地域活性化

基本方針③ スポーツを支える環境整備



第4章 基本施策

1. 基本施策

基本方針1 各年齢層に応じて健康で楽しむスポーツ活動の推進

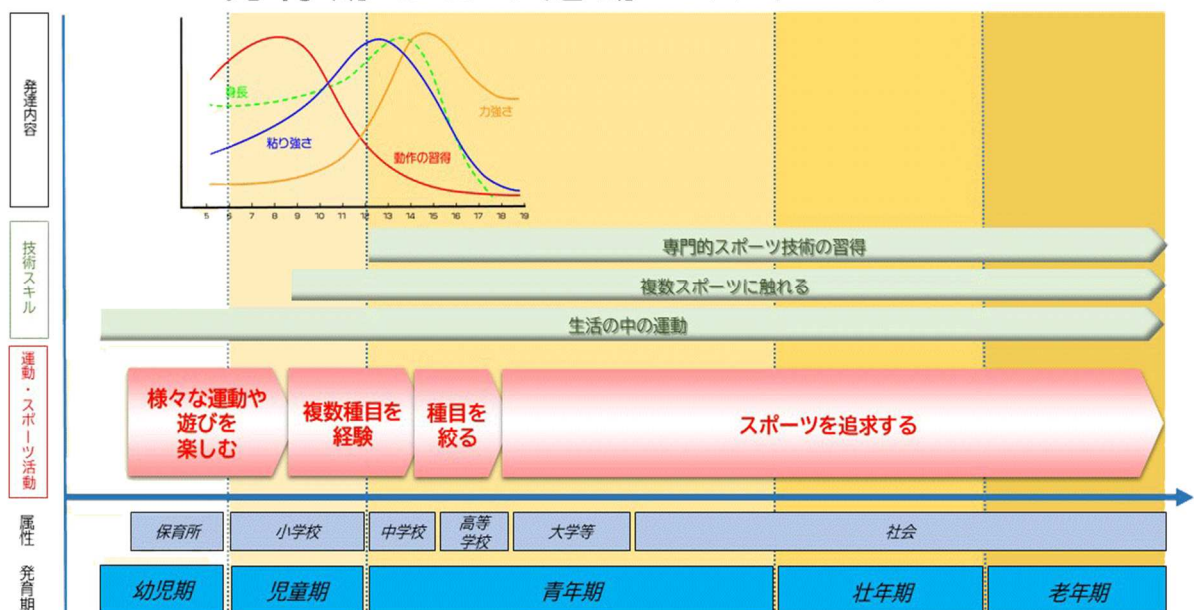
基本施策① 発育期に応じた生涯スポーツ

現代の子どもたちの環境は、保護者の世代に比べ体を動かして遊べる広く安全な場所が減少しているといえます。また、塾などに割かれる時間が増え、外で遊ぶ時間も減少し、さらに少子化によって、兄弟や友達など身近な遊び相手が少なくなり、ゲームなどの娯楽が増え、外で遊ばない傾向から子どもたちの体力が著しく低下しているといわれています。

一方、働き盛り世代（10代後半から50代）では、スポーツ庁「スポーツの実施状況等に関する世論調査」（令和2年度版）によると、仕事や家事の忙しさから運動やスポーツと関わる時間が少ないという時間的制約が課題となっています。

これらを踏まえ、多くの住民が運動やスポーツに触れる機会の拡大を図るため、年齢層ごと「幼児期（1歳～6歳）・児童期（7歳～12歳）」、「青年期（13歳～29歳）」、「壮年期（30歳～64歳）」、「老年期（65歳以上）」に区分し、それぞれに応じたスポーツ活動・内容を示し、目的を持って取組みやすい施策を推進します。

発育期ごとの運動・スポーツ



【幼児期・児童期】

○発育期の特徴

幼児・児童期は、心身全体を働かせ様々な活動を行うことで、多様な動きを身に付けるだけでなく、生涯にわたって健康を維持したり、何事にも積極的に取り組む意欲を育んだりするなど、豊かな人生を送るための基盤づくりとなります。親世代のころは、鬼ごっこや缶蹴りなど遊びをとおして基本動作（走る・飛ぶ・投げる・捕る）や意欲を自然と養っていました。

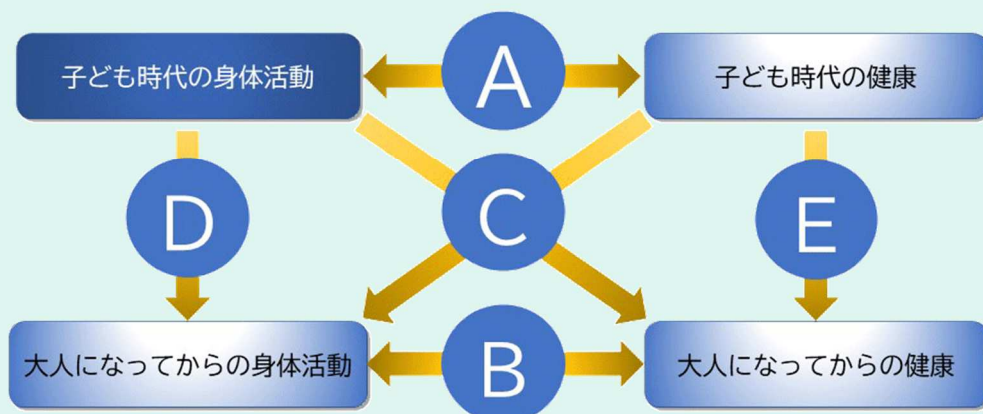
○現状と課題

都市化や少子化が進展したことで、社会環境や人々の生活様式は大きく変化し、子どもにとって遊ぶ場所、遊ぶ仲間、遊ぶ時間の減少、そして交通事故や犯罪への懸念などが体を動かして遊ぶ機会の減少を招いています。また、技術発展などにより生活が便利になり、運動や歩くことをはじめとする生活上の身体活動すら減少している現状です。子どもにとっては、家事・手伝いの機会減少や、一般的生活には高い体力や多くの運動量は必要ないなどといった、大人の意識によって子どもが体を動かす身体活動の軽視につながっています。

○方針

子どもの身体活動は、子ども時代の健康につながり、ひいては大人になってからも影響することから、体に過剰な負担が生じることのない遊びを中心に、興味や関心、意欲など運動に取り組んでいく過程を大切にしながら、走る・跳ぶ・投げる・捕るなど基本的な運動を巧みにそして楽しみながら行うとともに、複数のスポーツに触れながら運動神経と心（「勇気」、「自信」、「行動力」、「コミュニケーション能力」）を養います。幼児期に早急な結果を求めるのではなく、小学校以降の運動や生涯にわたってスポーツを楽しむための「生涯スポーツの基盤づくり」、「体づくり」に努めていく必要があります。

身体活動と健康の関係



JSPO-ACP ガイドブック引用

●施策と内容

施策1. 友達と一緒に楽しく遊びをとおり、多様な動きを経験できる環境整備

①安全・安心できる公園や広場

②多様な能力や個性を引き出せる設備の整備



施策2. 放課後等、多様なスポーツに関われる環境と体制の整備

①子ども教室や児童クラブとの連携

②クラブやサークル団体の協力による体験活動の実施

③スポーツ少年団の横断的連携



施策3. 体づくりの知識を家庭・地域と共有し、協同体制の構築

①アクティブチャイルドプログラムの参加(※1)

②スポーツテスト実施による現状把握

③指導者・保護者をはじめとする研修会や講演の実施



※1)

日本スポーツ協会（日本スポーツ少年団）が平成26年度に作成した、幼児及びその保護者等を対象にした活動プログラム「幼児期からのアクティブ・チャイルド・プログラム（ACP）」の効果的な活用法を周知することを目的に、地域のスポーツ少年団関係者等を対象として以下のような講習会を開催

【青年期】

○発育期の特徴

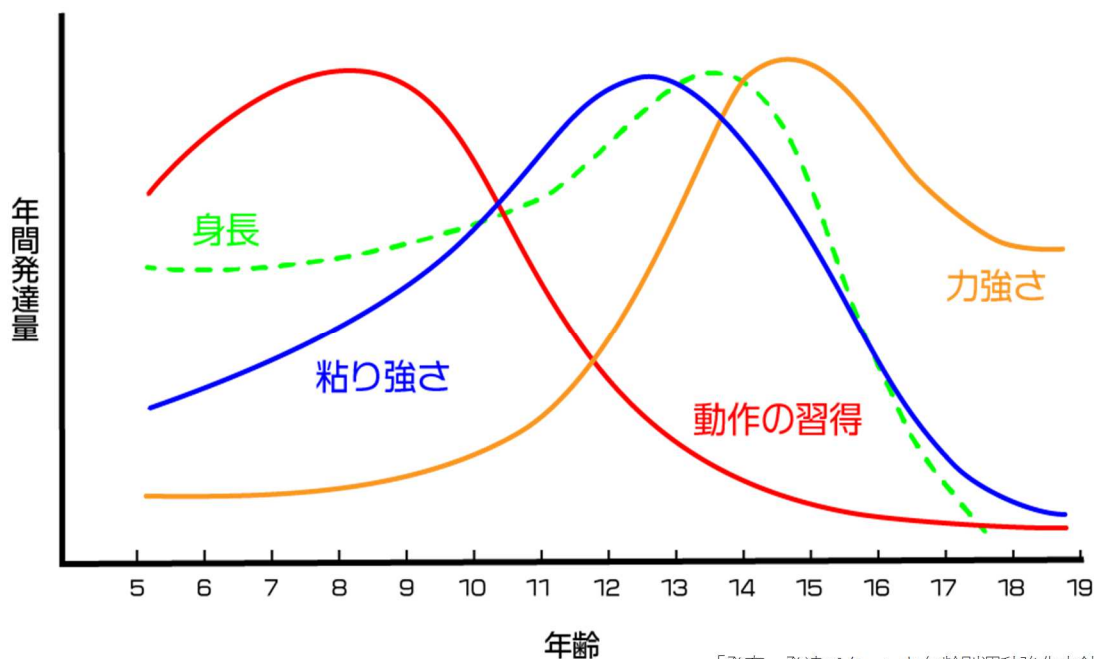
青年期は、中学・高校（思春期）、大学、社会人若年層にあたり、持久力と力強さを養って行きます。中学前期では、児童期で経験してきた多様なスポーツをもとに、専門的なトレーニングを始め、持久力をつけていく時期です。高校前期では、成人と同じレベルのスポーツ活動が可能になるため、得意な種目・分野に絞り、社会人若年層と同様にトレーニングを深め技術を磨いていくようになります。また、身体や機能の発達には個人差・性差があるため注意が必要な時期です。また、周囲に褒められ、認められる体験は、自分が何者かを確認することができ、自分らしさを形成していく大切な機会となります。さらに精神的に不安定になりやすく、不安と葛藤が多い時期でもあります。

○現状と課題

大半が部活動など学校教育内での指導を受け、統一的なメニューで実施することが多く、個人差の把握での個別指導には対応しきれていないことから、自己特性の把握能力が重要になります。

○方針

持久力と力強さを磨き基礎となる体をつくるとともに、自らの個性や適性を探求する経験を通し、学校はもとより、地域のスポーツクラブ等へ積極的かつ自主的に参加し、技術の向上と社会的交流を深めます。



「発育・発達パターンと年齢別運動強化方針」引用

●施策と内容

施策1. 多様なスポーツに関われる環境と体制の整備

①指導者や運営組織の整備・育成

②実施団体への支援



施策2. 自らの個性や適性を探求できるよう体力テスト等の実施

①スポーツテストの実施

②特性を活かしたカリキュラムや事業展開する組織育成



施策3. 発育期に応じた正しい知識共有を図り、スポーツ障害防止に努める

①指導者・保護者をはじめとする研修会や講演の実施

②医学的知識等を習得



【壮年期・老年期】

○発育期の特徴

壮年期は、精神的にも肉体的にも人としてすでに完成し、社会生活では重要な位置を占める時期でもありながら、身体的老化や精神的老化が少しずつ進行する時期であることも壮年期の特徴です。また、自分の子供や若い世代に対して世話をすることで、生きがいを感じるのが壮年期のテーマとなります。しかし一方で、常に自分のことだけ考えている状態にある場合は「停滞」となり、次世代に対して何も残すことができずに停滞していると感じてしまうと、壮年期の後の老年期に影響するといえます。

老年期は、壮年期後半ごろから始まる老化現象顕著となり、身体機能の低下懸念される時期です。

○現状と課題

壮年期は、子どもを生み育てながら働いていく多忙な時期であり、生活習慣病が顕在化しやすい時期です。こうした背景から、日常も不規則な生活時間になりがちであり、運動やスポーツを行う機会の減少とともに、健康面において配慮していく必要があります。

老年期では、運動やスポーツを楽しみながら行うことは勿論ですが、健康目的での取組みが多い傾向にあります。こうしたことから、健康福祉部局との連携を図り、取り組んでいく必要があります。

○方針

生活習慣病の兆候や症状が見え始めてくることから、町の健康増進計画の施策を踏まえた学習や、スポーツや運動を通じた健康づくりに取り組む機会を提供し、自ら心身の健康を守り、充実した社会生活を支えていくことができるよう、支援していきます。

●施策と内容

施策1. スポーツの楽しみ方を工夫し、地域の人々とふれあう

- ①余暇等を活用しながら、自らの経験を地域で活かす
- ②活動団体の紹介と併せ、自主的また仲間を通じ活動参加

施策2. 週末をとおして家族や仲間とスポーツ活動を習慣化

- ①ライフスタイルに応じた運動や身体活動の推進
- ②イベント企画からの活動機会の習慣化を図る

施策3. 自然も活用しながらフィールドの拡張と工夫を楽しむ

- ①ウォーキング・登山・サイクリング等の推進
- ②スキー場を活用したウインタースポーツの推進

施策4. 健康づくりに関わる学習や運動機会を提供し自らの衰えを防ぐ

- ①町の健康増進施策と連携した身体活動の推進
- ②施設・フィールド等を充実し、自主的活動の促進を図る

基本方針2 スポーツによる地域活性化

基本施策② 観光振興と結び付けたスポーツ

本町では、地形や風景を活かしたサイクリング事業「やまなみ街道クライムライド」の実施、山間地の環境を活かしたスキー場「琴引フォレストパークスキー場」を有し、一年を通じてスポーツ活動が可能な恵まれた環境にあります。また、スキー場周辺にはキャンプ場も有し、近郊からの多くの方に利用いただいています。

こうした環境や、施設・設備を活かした地元開催のスポーツ大会やイベントを観光振興などに結び付け、地域活性化につながるスポーツ活動の推進を図ります。

また、2030年には、島根県において国民スポーツ大会の開催が予定されており、本町ではソフトボール競技会場の候補として挙げられています。地元開催による大会出場を目指すため、チームの育成を図るとともに、全国規模の大会実施を活用した飯南町のPRに努め、特産品・観光など産業面への波及も図っていきます。

施策1. 地域特性を活用した通年におけるスポーツ活動の展開

- ①山を活用したウォーキング・登山
- ②自転車をはじめとしたヒルクライムの実施
- ③スキー場を活用したイベントや各種大会への支援

施策2. 国民スポーツ大会を活用した地域活性化

- ①競技運営と産業界の協働での組織構成
- ②会場におけるPRブース
- ③既存宿泊施設の整備改修



基本方針3 スポーツを支える環境整備

基本施策③ 人材育成や組織体制・スポーツ施

住民がスポーツに親しみ、心と体の健康づくりに取り組めるよう、スポーツ推進委員の指導・助言をもとに飯南町体育協会をはじめとするスポーツ関係団体の組織強化を図り、担い手や人材の育成や施設など、スポーツ活動を「ささえる」環境の整備に取り組めます。

施策1. スポーツを推進する人材育成や指導者の育成

- ①成長期に応じた指導など資質を高めた指導者の育成
- ②生涯スポーツのマネジメントと実施
- ③スポーツ推進委員の事業連携強化

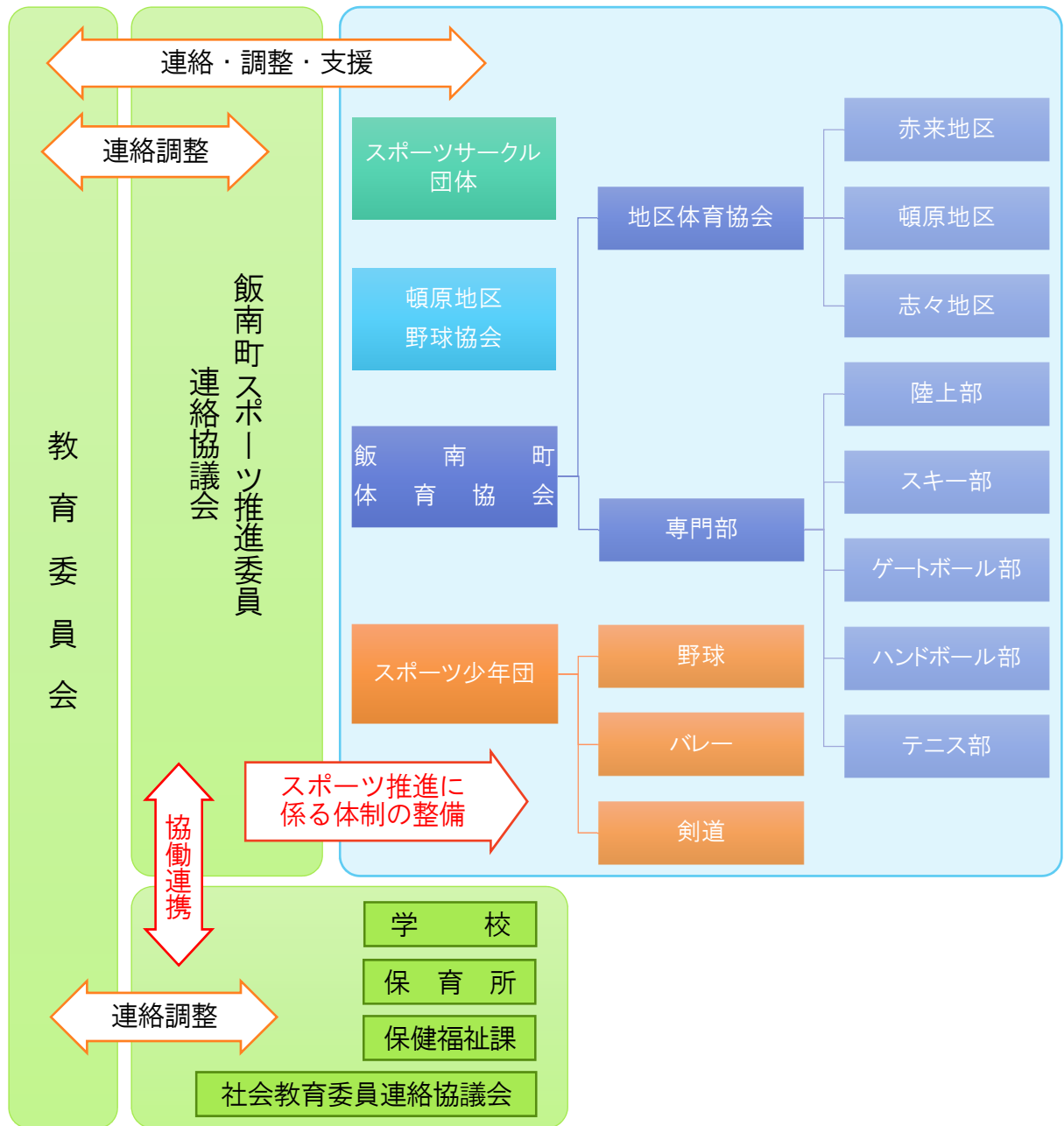
施策2. スポーツを推進する組織育成と強化

- ①飯南町体育協会の強化
- ②地区体育協会をはじめとする体育協会専門部の育成
- ③スポーツ少年団の育成
- ④レクリエーション団体等の普及拡大

施策3. スポーツを支える環境整備

- ①成長期の理解やその研修に対する保護者向けの支援
- ②体育協会やサークル活動団体への支援
- ③スポーツ少年団の育成・支援
- ④誰もがいきいきと活動できる施設の整備

第5章 計画の体系図



“スポーツをとおして心と体の健康づくり”

