

健康福祉審議会	2026/3/17	資料 1
第9回スポーツ・健康づくり部会		

## 令和7年度スポーツ・健康づくり事業等の主な取組内容について

「中野区スポーツ・健康づくり推進計画」に基づき、スポーツ・健康づくり事業等の実績を報告する。

### 1 障害者スポーツの推進（施策1,4関連）

#### (1) 水泳事業

##### ①夏季障害児水泳教室

知的障害のある小・中学生が水に親しみ、基本技術を習得することを目的として実施

参加者数 108名

##### ②第二中学校温水プールを活用した水泳事業

通年で実施している障害者向け水泳教室

#### (2) 障害者文化スポーツ事業

地域で健康に暮らしていくための支援を行うことを目的とし、運動・音楽・コミュニケーション活動の機会を提供。

○実施場所 中野区立総合体育館、各スポーツ・コミュニティプラザ

○対象 知的障害のある方、身体障害のある方

#### (3) 障害者施設支援

スポーツ推進委員が区内障害者施設に出向き、ユニバーサルスポーツや運動、体を使った遊びの体験会等を実施

○実施施設 5施設

#### (4) デフリンピック関連事業

##### ①デフリンピック気運醸成イベント

○日時

8月9日（土） 10時～16時

○場所

中野区立総合体育館

○実施内容

- ・デフスポーツ体験（卓球・テコンドー・バドミントン・陸上）
- ・アスリートによるトークショー
- ・ダンスパフォーマンス

○参加者数

337名

##### ②デフリンピック普及啓発講座(帝京平成大学)

○日時

8月9日（土） 14時～15時30分

○場所

中野区立総合体育館

○講師

内山 浩汰選手（帝京平成大学・デフ野球日本代表選手）

○内容

デフリンピックの歴史、応援のかたちやボランティアとしての関わり方

○参加者数

46名

③デフリンピック普及啓発講座(新渡戸文化短期大学)

○日時

9月3日（水） 15時～16時30分

○場所

新渡戸文化短期大学 東高円寺キャンパス HAPPINESS HALL

○講師

矢ヶ部 紋可選手（東京2025デフリンピックバドミントン代表選手）

○内容

東京2025デフリンピックに出場アスリートによるデフリンピック、アスリートの食事管理等に関する講座

○参加者数

58名

④東京2025デフリンピックテコンドー体験・観戦イベント

○日時

11月22日（土） 9時～16時

○場所

中野区立総合体育館

○実施内容

- ・テコンドー体験・観戦
- ・サインエール体験

○参加者数

62名

## 2 スポーツ団体援助（施策4関連）

(1) 区民スポーツ事業の補助

区内のスポーツ団体が大会などを実施する際、審判員の報償費等の必要な経費の一部を補助

(2) 東京都大会などへの代表選手派遣

東京都等が主催する大会に区の代表選手を派遣し、競技力向上とスポーツ交流を促進

### 3 スポーツ推進委員（施策1, 2, 3, 4関連）

- (1) 区民向けのスポーツ・健康づくり事業の企画・立案及び実施
  - ・スポコミDAY事業  
(各スポーツ・コミュニティプラザ、年4～5回/各施設)
  - ・あるこう会（11/1）
  - ・なかのポッチャフェスタ2025（9/20）
  - ・ニュースポーツ体験会（3/7）
- (2) 町会など地域団体が実施するスポーツ・健康づくり事業への協力  
区民スポーツフェスティバル（10/13）
- (3) 活動を通じた区民や各団体等のネットワークの構築
- (4) 活動に必要な資質の向上のための研修や講習会等への参加

### 4 小中学校施設開放（施策1関連）

#### (1) 小学校の校庭・体育館開放

##### ①校庭球技開放

日曜、祝日、第1・第3・第4土曜日の主に午前9時から午後1時30分まで、軟式野球・サッカー等の球技開放を実施

##### ②体育館自主運営開放（未開放校を除く）

平日、土曜日は午後6時30分から午後9時30分まで、日曜、祝日は午前9時から午後9時30分まで登録したスポーツ団体に開放

	校庭球技開放		体育館自主運営開放		
	開放日数	延利用団体数	開放日数	延利用人員	延利用団体数
R5	1,483	3,035	4,396	101,170	6,397
R6	1,523	2,853	4,366	105,567	6,328

#### (2) 中学校の校庭・体育館開放

##### ①校庭休日開放

校庭またはテニスコートを、主に日曜、祝日の午前9時から午後5時まで、団体または個人利用として開放している。

##### ②体育館休日開放

主に休日の午前9時から午後5時まで、団体または個人利用として開放

##### ③体育館夜間開放

主に午後6時30分から午後9時30分まで、団体または個人利用として開放

### 校庭開放状況

	開放日数	延利用人員
R 5	261	2,836
R 6	280	3,124

### 体育館開放状況

	開放日数	延利用人員
R 5	1,655	22,440
R 6	1,587	22,953

### (3) 温水プール開放

第二中学校及び中野中学校をフリータイム制により開放

学校名	年度	延利用人員	開放日数
第二中学校	R 5	7,547	320
	R 6	9,932	320
中野中学校	R 5	24,944	307
	R 6	25,618	316

## 5 スポーツ施設の運営等（施策1，2，3，4関連）

### (1) 総合体育館

アリーナ・多目的室・武道場・トレーニングルームなど多様な運動空間を備え、多くの個人利用や団体利用をはじめ、区内の様々なスポーツ団体の競技大会が年間通じて行われるスポーツ施設。

各種スポーツ教室、トレーニングルームや個人参加利用により、一般・高齢者を中心に自主運動の利用が増えている。また、スポーツイベントの開催場所として多様な区民スポーツ活動を支える基盤となっている。障害者スポーツやユニバーサルスポーツの場としても引き続き普及啓発を行っていく。

○令和6年度に平和の森公園・総合体育館指定管理者の公募、選定。令和7年度から「なかのスポーツパークパートナーズ」を指定（代表企業：コナミスポーツ株式会社。指定管理者の変更）。

○令和6年度に施行された改正条例により、区民にレベルの高いスポーツの観戦機会を提供することを目的に、入場料等を徴収する試合・大会等による試合を可能とした。

○令和7年度は東京2025デフリンピックのテコンドー競技会場として使用され、大会期間（3日間）を通じて、約5,000人が来場した。

## (2) 上高田・哲学堂各運動施設・妙正寺公園運動広場

区内の主要屋外スポーツ拠点として、利用件数・利用者数はいずれも安定して推移しており、哲学堂庭球場、弓道場の稼働率は95%を超えている。その他については、平日夜間・休日に利用が集中し、平日日中に一定の余裕が見られる点も共通している。施設の柔軟な利用方法を検討して、より多くの利用につなげていく。

また、屋外施設の特性として熱中症対策は大きな課題となっており、利用者が安全に運動を楽しむことができる運動環境の整備に努めていく。

○令和5年度に哲学堂庭球場の人工芝及びLED照明の改修工事。

○令和7年度に中野区運動施設等指定管理者の公募、選定。令和8年度～日本体育施設グループ（代表企業：日本体育施設株式会社。現指定管理者の継続）を指定。

## (3) スポーツ・コミュニティプラザ（中部・南部・鷺宮）

地域の身近なスポーツ拠点として、体育館・多目的室・温水プールなど多様な運動環境を備えた、年間を通じて幅広い世代の利用がある中野区地域スポーツクラブの拠点施設。

地域スポーツクラブ事業の拠点として公認クラブの活動支援をはじめ、乳幼児やジュニア対象の運動教室、成人向けプログラムなど、ライフステージに応じたスポーツ機会を提供し、子どもから高齢者まで幅広い層の健康づくりに貢献している。

区民が主体的、自主的に運営する総合型地域スポーツクラブを目指して、運営委員会及び理事会の施設運営への参画促進、会員の活動強化をはじめ、育成・支援に取り組む。

○現在、承認されている中野区地域スポーツクラブ公認クラブは11団体  
（中部4、南部4、鷺宮3）

○令和7年度に中野区スポーツ・コミュニティプラザ指定管理者の公募、選定。令和8年度～なかの未来グループ（代表企業：東京アスレティッククラブ株式会社。現指定管理者の継続）を指定。

## (4) 施設利用状況

利用人数	4年度	5年度	6年度
総合体育館	329,952	345,070	362,141
上高田運動施設	98,131	98,464	87,461
哲学堂運動施設	134,582	101,146	134,306
妙正寺公園運動広場（中野区利用日分）	16,114	14,273	11,430
中部スポーツ・コミュニティプラザ	55,100	61,650	63,271
南部スポーツ・コミュニティプラザ	93,411	105,985	117,683
鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ	86,410	87,937	76,134
計	813,700	814,525	852,426

地域スポーツクラブ会員数	4年度	5年度	6年度
個人会員	9,294	9,954	9,446
団体会員	293	288	303

## 6 健康づくり事業（施策5関連）

### (1) 糖尿病予防対策事業

35歳から64歳までの区民で、特定健診等の結果、糖尿病予備軍と判定された者のうち、医療機関により本事業に参加することが適当であると認定された者を対象としている。対象者がスポーツジムで様々な運動メニューを体験して、日常的な引導習慣を身に付け、生活習慣を改善することを目的に実施

（令和7年度の参加者数）

場所	6・7月 コース	11・12月 コース	2・3月 コース	合計
東京アスレティッククラブ中野	9名	4名	9名	22名
鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ	2名	2名	2名	6名
南部スポーツ・コミュニティプラザ	2名	1名	2名	5名

### (2) ウォーキングマップ配布

誰もが外に出て体を動かし、楽しみながら健康づくりが出来るよう、中野区認定観光資源、スポーツ施設、公園などをめぐる12のコースを掲載した「中野区ウォーキングマップ」の配布を実施

### (3) 健康測定イベント実施

参加者が自身の健康状態を数値で把握し、健康意識の向上や生活習慣の改善（未病・予防）へつなげるきっかけを提供することを目的に実施

○日時

10月13日（月・祝） 11時～15時

○場所

中野区役所1Fナカノバ

○測定項目

体成分分析、足指力測定、口腔機能測定、酸素飽和度測定、ヘモグロビン測定、握力、ナトカリ検査、乳がん検診（事前申込制）

○参加者数

約150名

### (4) パネル展実施

内容	実施期間	場所
世界禁煙デー、禁煙週間	5月31日～6月6日	中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」
食育月間	6月	中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」
食生活改善普及運動月間	9月	中野区役所1F「ナカニワ」
がん征圧月間	9月	中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」 中野区役所1F「ナカニワ」
ピンクリボン運動月間	10月	中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」

		中野区役所 1F「ナカニワ」
世界糖尿病デー	11月14日	中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」
健康づくり月間	1月	中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」
女性の健康週間	3月	中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」

(5) 受動喫煙防止対策

令和2年4月に改正健康増進法及び東京都受動喫煙防止条例が全面施行されたことに伴い、区民及び飲食店等の管理権原者等に対し、制度の内容や受動喫煙が健康に及ぼす悪影響について普及啓発を行うとともに、法令違反の事業者に対する指導等を実施

(6) 禁煙外来治療費助成事業

禁煙に取り組む区民を支援し、受動喫煙による周囲への健康被害を防止することを目的に実施（助成上限額1万円）

（令和7年度の登録申請者数及び助成金交付者数）

登録申請者：89名、助成金交付者：18名

7 がん等健診の実施及び受診勧奨事業の実施（施策6関連）

(1) 健（検）診の実施状況

前年度までの3年間の受診者数一覧

（単位：人）

健（検）診内容	令和6年度	令和5年度	令和4年度
国保特定健診	15,715	16,599	17,119
長寿(後期高齢者)健診	16,016	15,400	15,083
健康づくり健診	1,690	1,566	1,654
肝炎ウイルス検査	2,631	2,475	2,640
胃がん検診（胃部X線）	1,349	1,872	1,493
胃がん検診（胃内視鏡）	1,315	1,098	836
子宮頸がん検診	10,018	8,128	8,298
乳がん検診（視触診）	5,088	5,049	4,170
乳がん検診（マンモ）	5,827	6,314	4,962
大腸がん検診	25,676	26,203	26,283
胃がんハイリスク診査	1,017	1,010	3,968
眼科検診	1,119	1,223	1,283
成人歯科健診	5,800	6,361	6,498

(2) 受診勧奨事業の実施

○乳がん検診マンモグラフィ受診勧奨はがき（8月下旬）699件

○乳がん検診・子宮頸がん検診・成人歯科健診受診勧奨（9月中旬）63,982件

○国保加入者へのがん検診受診勧奨（9月末）はがき：9,793件

○国保特定健診受診勧奨1回目（9月末）はがき：16,279件 SMS：3,333件

○国保特定健診受診勧奨2回目（1月末）はがき：16,356件 SMS：3,845件

○診療情報収集事業（7月末）1,996件

## 8 データヘルス事業（施策6 関連）

### (1) 国保特定保健指導

国保特定健診の結果を踏まえて、「情報提供」「動機付け支援」「積極的支援」の3つのレベルに階層化し、被保険者の健康状態やライフスタイルに応じた生活習慣の改善を促す保健指導を実施している。

○実施状況：R6 初回面接のみ 43 名、支援終了者 60 名、実績評価のみ 24 名

R5 初回面接のみ 37 名、支援終了者 82 名、実績評価のみ 32 名

### (2) 糖尿病性腎症重症化予防事業

被保険者の糖尿病性腎症重症化予防による QOL (Quality of Life) の向上及び医療費削減を目的とし、特定健診結果やレセプトデータから糖尿病性腎症が疑われる被保険者に対し保健指導を実施している。

○実施状況：R6 参加者 19 名、うち 16 名終了、R5 参加者 28 名、うち 24 名終了

### (3) 生活習慣病ハイリスク者に対する受療勧奨事業

特定健診結果やレセプトデータから生活習慣病が疑われる被保険者に対し医療機関への受療勧奨と保健指導を実施している。

○実施状況：受療勧奨・保健指導実施人数 450 名

### (4) 治療中断者に対する受療勧奨事業

特定健診未受診者のうち、レセプトデータから生活習慣病の治療を中断している被保険者に対し治療再開を促す勧奨を実施している。

○実施状況：受療勧奨・保健指導実施人数 159 名

### (5) ジェネリック医薬品利用促進事業

医療費削減を目的とし、レセプトデータから後発医薬品のある先発医薬品を服薬している者を抽出し、対象者に年 3 回医療費差額通知を発送している。

○実施状況：R6 4,512 通発送、R5 7,802 通発送

### (6) 重複服薬指導事業

過剰服薬による健康被害の防止と医療費削減を目的とし、複数の医療機関から計 60 日以上の同薬効の処方を受けている月が年に 3 ヶ月以上ある者に適正量の服薬を促す通知を発送する。

○実施状況：通知発送数 219 通

## 9 食育推進事業（施策7 関連）

### (1) 食育マスコットキャラクターを活用した食育の普及啓発活動

・うさごはんの着ぐるみ、グッズ貸出し

(令和7年度の貸出回数)

着ぐるみ	
ウレタン	エアー
3回	4回

グッズ		
クッキー型	焼きごて	CD
0回	1回	0回

- ・うさごはんグッズの作成（エコバッグ 690 個、シール 1,500 枚）
  - ・うさごはんカレンダーの PC 壁紙提供（専門学校東京テクニカルカレッジ協力）
- (2) 区ホームページでの PR の充実
- ・食育ポータルサイトを開設し、区の食育施策にかかる情報を総合的に発信
  - ・うさごはんカレンダーの壁紙提供（協定による協働事業として専門学校東京テクニカルカレッジの学生に作成を依頼）
- (3) 食育リーフレット配布
- 子どもから高齢者まで、ライフステージに合わせた食育を広げるため、ライフステージを 6 つに分けたリーフレットを作成し、区内小・中学校、保育園、幼稚園や区内公共施設で配布を実施（包括連携協定に基づき、帝京平成大学と協同で作成）
- (4) 尿中ナトリウム・カリウム比検査による食生活改善アドバイス事業
- 希望者に対して尿中ナトリウム・カリウム比検査（※）を実施し、分析結果に基づいて個々の状況に応じた食生活改善のアドバイスを行った。

（※）尿中のナトリウム・カリウムの比率を調べ、塩分と野菜等の摂取のバランスが適切かを可視化する検査。尿中ナトリウム・カリウム比の数値が低いほど、良好な食事（塩分が少なく、カリウムが多い食事）ができているということが分かる。

○対象者

満 18 歳以上の中野区民

○対象人数

500 名程度

○実施方法

- ・健康イベントを開催し、希望者に対して尿検査を実施する。
- ・希望者から申込みを受け付け、尿検査キット等を郵送する。

○申込状況

郵送提出申込者数	452 名（うち WEB 申込 389 名、電話申込 63 名）
<u>健康測定イベント時</u>	<u>50 名</u>
計	502 名

○検体提出者

376 名

(5) レシピコンテスト

○開催日程

9 月 1 日～9 月 30 日

○レシピ考案依頼先

帝京平成大学健康メディカル学部健康栄養学科  
新渡戸文化短期大学食物栄養学科

○レシピ作成について

- ・1 大学につき 2 レシピの作成 計 4 レシピ

- ・オリジナルのレシピであること。
- ・手に入りやすい食材を使用し、簡単に調理できるレシピであること。
- ・レシピは「減塩」をテーマとし、トマトジュースを使用したレシピを考案すること。1食当たりの食塩相当量を「2.2g以下」とすること。

○実施方法

- ・中野区役所1階ナカニワで行う食生活改善普及運動月間パネル展にてレシピのパネル展示を行い、来場者に投票してもらう。
- ・区のホームページにレシピを掲載し、ホームページ上で投票を受け付ける。

○食堂・カフェにおける健康メニュー提供

区役所1階の食堂・カフェにおいて考案メニューを提供

(6) 食育講習会の開催

【第1回】

○日時

令和8年2月19日 14時～16時

○テーマ

「今日から使える！野菜を美味しく賢く食べるコツ」

○講師

牧野 直子氏（有限会社スタジオ食 代表）

【第2回】

○日時

令和8年3月2日 14時～16時

○テーマ

「見て学ぶ！プロ直伝フルーツカッティング実演&美味しさアップ術」

○講師

平野 泰三氏（フルーツアカデミー 代表）