

第11期中野区健康福祉審議会 スポーツ・健康づくり部会 報告書 概要

区は、中野区スポーツ・健康づくり推進計画の改定にあたり令和8年4月、「同計画に盛り込むべき基本的な考え方」等について、第11期中野区健康福祉審議会へ諮問した。

これを受け、令和8年4月から9月までの期間に同審議会スポーツ・健康づくり部会で審議した内容を、報告書としてまとめたものである。

中野区スポーツ・健康づくり推進計画の基本的な考え方について

1 計画全体に係る基本的な考え方について

現在、国では、第4期スポーツ基本計画の策定に向け、スポーツ審議会において審議が進められている。国の審議動向を十分に注視し、その理念や方向性を踏まえながら、区の計画の改定を進めていく必要がある。

計画のテーマを「中野区全体及び区民一人ひとりのウェルビーイングの最大化」とし、「ライフステージに応じたスポーツ・健康づくり」「女性や障害者など多様な特性への配慮」「データ・デジタル技術の活用」の視点を盛り込むべきである。

スポーツ及び運動の定義を、勝敗や記録を競う活動だけでなく、時間を問わずに健康や遊び及び楽しみなどを目的とした身体活動といったものやeスポーツまで広く捉えていくべきである。

- (1) スポーツ基本法改正及び第4期スポーツ基本計画について
- (2) 計画改定におけるテーマと横断的視点について
- (3) スポーツの定義について

2 スポーツ・健康づくり施策の今後の展開について

スポーツ・健康づくりの推進に当たっては、「誰もが身近に取り組める」という視点が重要である。また、中野区が推進するスマートウェルネスシティの理念に基づき、部局横断的な連携を強化し、関連分野が一体となった施策推進を図るべきである。

スポーツと健康づくりを一体的に推進してきた中野区の特徴を生かしながら、分野横断的な連携を進め、その相乗効果を高めることも重要である。

国も、スポーツ実施率の向上やスポーツの裾野拡大に取り組むことにより、心身の健康の保持・増進の基盤としての「健康インフラ」を構築し、「健康・活躍社会の実現」を掲げている。

我が国では若年女性を中心に、「やせ」の割合が高く、筋力・体力や骨密度の低下、将来的なフレイル、転倒・骨折、妊娠・出産への影響につながるため対策が必要である。ま

た、女性特有の健康課題への理解と健康リテラシー向上を図り、ライフステージに応じた運動・健康施策の充実を図るべきである。

健康を疾病予防だけでなく、やりたいことを実現し心身ともに充実した生活を送るための手段と捉え、ウェルビーイング向上につながる健康づくりの取組を計画に盛り込むべきである。

- (1) スポーツ・健康づくりを通じたまちづくり・地域づくりについて
- (2) 計画の改定における方向性
- (3) 「健康インフラ」の構築による「健康・活躍社会」について
- (4) 女性の健康について
- (5) リテラシーの向上について

3 スポーツ・健康づくりを推進するための方策について

以下の個別の方策について、審議した。

- (1) 区民誰もがスポーツ・健康づくりに取り組める環境づくり
- (2) 部活動の地域移行・地域展開について
- (3) 全国健康福祉祭（ねんりんピック）の開催に向けて
- (4) 共生社会とスポーツ・健康づくりについて
- (5) データを生かした健康づくりについて
- (6) 女性の健康
- (7) ヘルスリテラシーの向上
- (8) 食育の推進について