

西東京市スポーツ推進計画

(素案)

平成 25 年 12 月

目 次

第1章 計画の概要	1
1. スポーツの“力” — 現代社会におけるスポーツ —	1
2. 計画策定の趣旨	2
3. 計画の位置づけ	2
4. 上位計画・関連計画との整合性	2
5. 計画の期間	5
6. 本計画におけるスポーツの定義	5
7. 計画の全体像	6
第2章 西東京市のスポーツを取り巻く環境	7
1. スポーツを取り巻く社会環境	7
2. 西東京市の地域特性	8
第3章 西東京市のスポーツの現状と課題	10
1. 西東京市のスポーツ環境	10
2. 市民のスポーツに対する意識	12
3. 西東京市におけるスポーツの現状と課題	17
第4章 計画の基本的な考え方	20
1. 計画の基本理念	20
2. 計画の基本方針	21
3. 計画の基本目標	22
第5章 施策体系 — 市民と地域の力を高めるスポーツ —	24
1. ライフステージに応じたスポーツ活動の推進	24
2. だれもが取り組める身体活動の推進	28
3. 生活の中にあるスポーツの実践	31
4. 市民それぞれのスポーツ実践を支える環境づくり	34
第6章 計画推進のための方策	40
1. 各主体の役割	40
2. 計画の評価・管理体制	41

第1章 計画の概要

1. スポーツの“力” — 現代社会におけるスポーツ —

(1) スポーツ基本法の制定

平成23年8月にスポーツ基本法が施行され、昭和36年に制定されたスポーツ振興法が50年ぶりに全面的に改正されました。「スポーツは世界共通の人類の文化である」から始まる同法では、「スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは、全ての人々の権利」とし、「全ての国民がその自発性の下に、各々の関心、適性などに応じて、安全かつ公正な環境の下で日常的にスポーツに親しみ、又はスポーツを支える活動に参画することのできる機会を確保」することとしています。基本理念の中でも、地域においてスポーツを身近に親しむことやスポーツを通じた、地域の全ての世代の人々の交流促進といった「地域」の視点や、障害者スポーツの推進などが掲げられており、地域社会の中でだれもがスポーツに親しみ・楽しむためのスポーツ施策を推進することが求められています。

(2) 2020年東京オリンピック・パラリンピックの開催

平成25年9月に開かれた国際オリンピック委員会総会において、2020年のオリンピック・パラリンピックの開催地が東京に決定しました。東京では1964年に夏季大会が開催されてから、実に56年ぶりの開催となります。

近代オリンピックの祖であるクーベルタンは「スポーツを通して心身を向上させ、さらには文化・国籍など様々な差異を超え、友情、連帯感、フェアプレーの精神をもって理解し合うことで、平和でよりよい世界の実現に貢献する」というオリンピックのあるべき姿（オリンピズム）を提唱し、オリンピックが社会にもたらす価値を示しています（公益財団法人 日本オリンピック委員会ホームページより）¹。

そのようなオリンピック・パラリンピックが社会にもたらす価値のひとつに「レガシー（遺産）」がありますが、1964年の東京オリンピック・パラリンピックは、スポーツ施設などのハード面だけでなく、その後、水泳や体操などを中心とするスポーツのクラブなどが全国に広がり、幼児や主婦、中高年まで、幅広い人が参加するような、スポーツ文化の遺産をもたらしました。

現代社会では、プロスポーツや部活動でスポーツに取り組む人だけでなく、身近な環境でのウォーキングやランニング、フィットネスジムで汗を流す会社員、高齢者が地域の仲間と行うゲートボールなど、社会のあらゆるところに「スポーツの光景」が見られます。これらは、スポーツを通じた自己実現や子どもにとっての夢、仕事や子育てをするための活力など、毎日を生き活きと暮らす人々が集う「活気ある地域社会の光景」でもあります。

2020年の東京オリンピック・パラリンピックに向けては、このようなオリンピック・パラリンピックの基本的な考え方を市民一人一人が尊重し、だれもがスポーツに取り組める社会の構築による「スポーツがまちにあふれ、地域の人が生き活きと暮らす光景」を国内外に示す機会となります。

¹ 以下、オリンピックに関する記述は同ホームページを基に記述

2. 計画策定の趣旨

本市では、平成 18 年 3 月に「西東京市スポーツ振興計画」（以下、前計画）を策定し、より多くの市民がスポーツ活動に取り組み、豊かでうるおいのあるスポーツライフを満喫できるように、市民のだれもが「いつでも、どこでも、いつまでも」スポーツに取り組める環境づくりを推進してきました。平成 23 年 8 月にはスポーツ基本法が施行され、また前計画が平成 25 年度には最終年度を迎えることから、市におけるスポーツの実態やニーズを踏まえ、前計画を発展的に継承し、市のスポーツ施策の一層の推進を図るため、本計画を策定します。

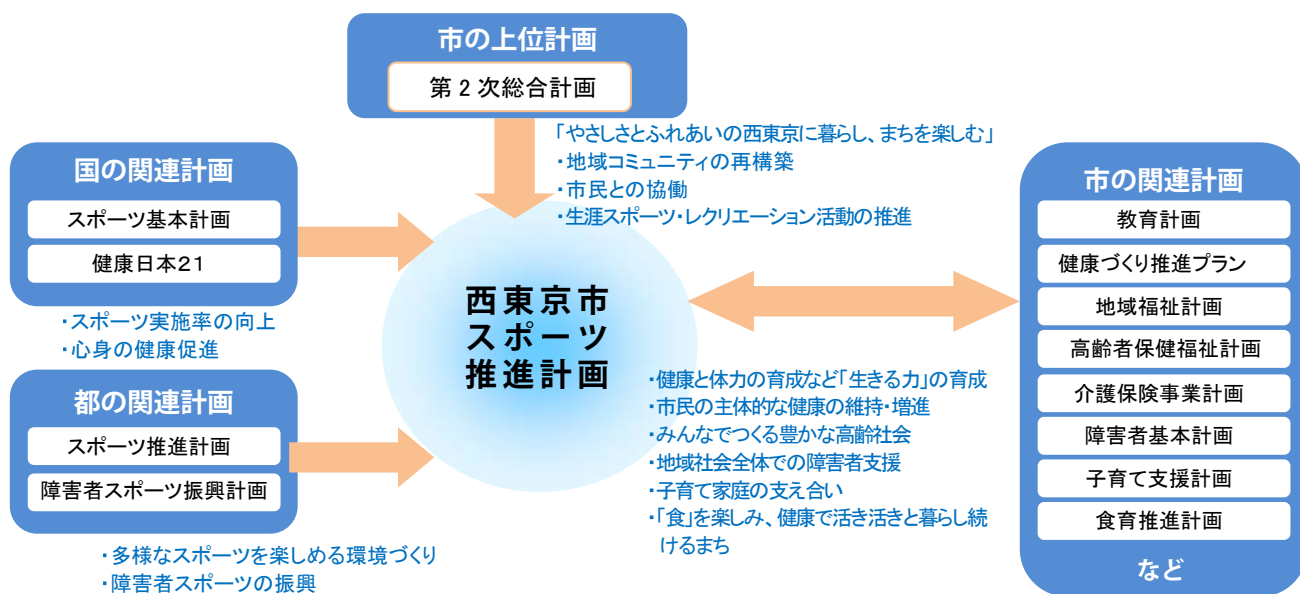
3. 計画の位置づけ

本計画は、国のスポーツ基本法（平成 23 年 8 月）ならびにスポーツ基本計画（平成 24 年 3 月／文部科学省）や東京都の「東京都スポーツ推進計画」（平成 25 年 3 月）、「東京都障害者スポーツ振興計画」（平成 24 年 3 月）を踏まえ、本市におけるスポーツ推進を図るため、西東京市スポーツ推進審議会の「スポーツ推進計画策定について」（平成 26 年 2 月）の答申を尊重し、策定するものです。

また、市の上位計画である「第 2 次総合計画」（平成 26 年 3 月）や関連計画におけるスポーツ分野についての施策を包括的に体系化し、より具体化するものとして策定するものです。

4. 上位計画・関連計画との整合性

以下のように、それぞれの上位計画、関連計画との整合性を踏まえた計画としています。



(1) 計画全体にかかわる視点

上位計画・関連計画との整合性を図るため、本計画の全体にかかわる視点として、以下の5つのポイントを踏まえた計画とします。

①市民のスポーツ実施率の向上

市民におけるスポーツ活動の頻度の増加やスポーツ非実施者の低減など、市民のスポーツ実施率の向上に取り組みます。

②多様なスポーツを楽しめる環境づくり

スポーツに触れて楽しむ機会の創出や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など、いつでも気軽にスポーツを楽しめる環境づくりに取り組みます。

③地域コミュニティの再構築

地域活動の活性化やそれに伴う地域の横の連携による自助・共助（相互扶助）など、地域コミュニティの再構築との整合性を図ります。

④市民との協働

市民の地域活動への参画や、ボランティア・市民活動団体、NPO、企業、大学との連携によるまちづくりなど、市民協働の視点との整合性を図ります。

⑤生涯スポーツ・レクリエーション活動の推進

生涯スポーツ（する・みる・ささえるスポーツ）の環境づくりやスポーツ指導者の確保、スポーツ推進委員の活用と育成など、生涯スポーツ・レクリエーション活動の推進に取り組みます。

(2) 具体的な施策にかかわる視点

上位計画・関連計画との整合性を図るため、具体的な施策にかかわる視点として、以下の6つのポイントを踏まえた計画とします。

①心身の健康の促進

市民の主体的な健康の維持・増進、心身両面からの健康づくり、ライフステージに応じた健康事業の活用による生涯を通じた健康づくりに関する取り組みとの整合性を図ります。

②高齢社会を見据えたスポーツ推進

高齢者の生きがい、健康づくり、介護予防、地域における支え合いなど、本格的な高齢社会（超高齢社会）を見据えたスポーツ推進に関する取り組みとの整合性を図ります。

③障害者スポーツの振興

障害者スポーツの理解促進・普及啓発、環境整備、障害者スポーツを支える人材の育成・確保など、障害者スポーツの振興に取り組みます。

④たくましく生きるための健康と体力づくりの推進

生涯にわたって健康を保持増進するための、小・中学校の全学年を通じた体づくり運動、中学校における保健体育の授業及び部活動の充実と併せる中での児童・生徒の豊かなスポーツライフの実現を重視した取り組みとの整合性を図ります。

⑤子育て家庭の支え合い

屋内の居場所の充実、気軽にボール遊びのできる場所の検討、子ども向けのスポーツの振興、総合型地域スポーツクラブ事業の推進など、子育て家庭の親子に向けたスポーツ施策との整合性を図ります。

⑥「食」を楽しみ、健康で生き活きと暮らし続けるまち

家庭・学校・地域が連携した食育の推進、成人の食育、生活習慣病予防、健康に関する食育と連動したスポーツ施策との取り組みとの整合性を図ります。

5. 計画の期間

計画の期間は、平成 26 年度を初年度とし、平成 35 年度を最終年度とした合計 10 年間とします。

6. 本計画におけるスポーツの定義

本計画は、「スポーツ」を幅広く捉え、自らが身体を動かして行う「する」スポーツだけでなく、競技を観戦する「みる」スポーツや、監督・コーチなどの指導者、スポーツ大会の審判やスタッフ、プロチームのファンやサポーターとして参加する「ささえる」スポーツなども、スポーツ活動として捉えています。

そして、「スポーツ」を多様な競技種目・レベルや関わり方として捉えるだけでなく、階段の昇り降りや、駅までの徒歩の移動、身近な場所・環境での散歩など、日常生活における身体活動を含むものとしても捉えます。

このように、「スポーツ」という概念や活動を広く定義づけ、市民のだれもが楽しめるスポーツを推進していきます。

7. 計画の全体像

本計画の全体像は以下のとおりです。

第1章 計画の概要

1. スポーツの“力” —現代社会におけるスポーツ—
2. 計画策定の趣旨
3. 計画の位置づけ
4. 上位計画・関連計画との整合性
5. 計画の期間
6. 本計画におけるスポーツの定義
7. 計画の全体像

第2章 西東京市のスポーツを取り巻く環境

1. スポーツを取り巻く社会環境
2. 西東京市の地域特性

第3章 西東京市のスポーツの現状と課題

1. 西東京市のスポーツ環境
2. 市民のスポーツに対する意識
3. 西東京市におけるスポーツの現状と課題

第4章 計画の基本的な考え方

1. 計画の基本理念
スポーツ・レジリエンス・シティ・西東京
～スポーツをだれもが・いつでも・どこでも・楽しめるまち～
2. 計画の基本方針
 - (1) スポーツによる市民力の向上【**市民が動く**】
 - (2) スポーツによる地域力の向上【**地域が動く**】
 - (3) 市民と地域を支えるスポーツ環境の向上【**まちが動く**】
3. 計画の基本目標

第5章 施策体系—市民と地域の力を高めるスポーツ—

1. ライフステージに応じたスポーツ活動の推進
2. だれもが取り組める身体活動の推進
3. 生活の中にあるスポーツの実践
4. 市民それぞれのスポーツ実践を支える環境づくり

第6章 計画推進のための方策

1. 各主体の役割
2. 計画の評価・管理体制

第2章 西東京市のスポーツを取り巻く環境

1. スポーツを取り巻く社会環境

(1) 子どもの体力低下・外遊びの機会の減少

「平成 24 年度東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査」では、子どもの体力低下、運動する・しないの二極化などが指摘されています。子どもの身体活動は心身の健全な成長にとって欠かせないものであり、また子どもの頃の運動経験が、大人になってからのスポーツ実施に影響を及ぼすと考えられています。このような中で、地域の中で子どもが自由に体を動かす場や、スポーツに触れ、その楽しさを享受する機会の創出が求められています。

(2) 青少年の健全育成・若者の社会参加への意識醸成

近年、ひきこもり²やニート³と呼ばれる青少年や若者が増加し、早い段階からの社会参加や就業意識の醸成が求められています。このような社会的課題に対して、スポーツを通じた青少年・若者の居場所づくりや他者とのコミュニケーションなどの重要性が改めて見直されています。

(3) 高齢社会の進展・健康意欲の高まり

今後はおよそ 800 万人といわれる「団塊の世代」が 65 歳以上となることから、本格的な高齢社会を迎えます。この超高齢社会を見据え、高齢者の介護予防や心身の健康の維持・回復、生きがい・仲間づくりの手段として、高齢者に適した身体運動や体操などへの期待が高まっています。

(4) 心身の健康に対する意識の高まり

近年は、学生や社会人の間で「うつ病」などの心の病が増加し、深刻な社会問題となっています。また、「メタボリックシンドローム」などの生活習慣病予防として栄養・食育対策とともに、運動施策の推進が掲げられています。このような心身の健康に対する意識の高まりの中で、スポーツが果たす役割に大きな期待が寄せられています。

(5) スポーツを通じた地域コミュニティの活性化

平成 23 年の東日本大震災は、地域のつながり・絆の強さの重要性が、改めて見直される機会となりました。今後は様々な地域活動や協働によるまちづくりを通じた地域コミュニティの活性化が必要となる中で、スポーツを通じた人や地域とのつながりについても大きな期待が寄せられています。

² 「ひきこもり」特別な精神障害があるわけではなく、6ヶ月以上自宅にひきこもり、社会やコミュニティに参加しない状態が続いている層をさします。

³ 「ニート」Not in Education, Employment or Training の頭文字 (NEET) からとったもので、15~34 歳の未婚で、仕事に就かず、職業訓練も含め、学校に通わず、家事や家業の手伝いもしていない人をさします。

(6) 情報社会の進展

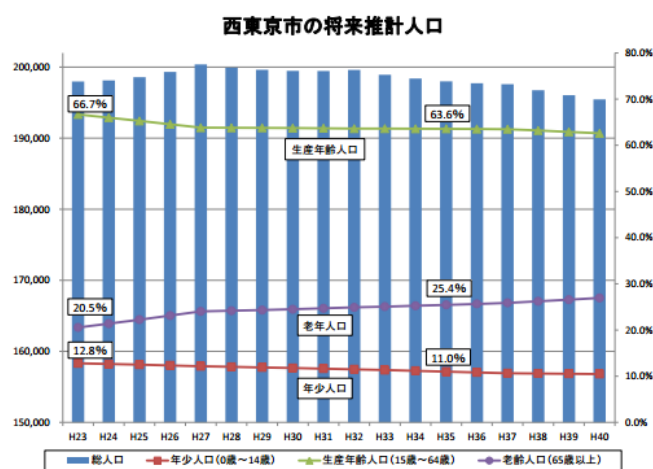
現代は情報社会の時代であり、インターネットを通して地域内外や世界中の人々と交流することが可能となりました。スポーツにおいても情報技術を積極的に活用し、地域内外のスポーツの仲間づくりや国際交流、運動の記録・管理などを行うことで、より豊かなスポーツライフの創出が期待できます。

2. 西東京市の地域特性

本市の人口、生活圏、大学資源、合併後のまちづくり、指定管理者制度の活用、スポーツ祭東京 2013 の開催、2020 年東京オリンピック・パラリンピックの開催などからなる地域特性を十分に踏まえた計画としています。

(1) 人口

本市の人口は、197,805 人（平成 25 年 1 月 1 日現在）となっています。人口構成は、全国平均、東京都平均と比較してもそれほど差はなく、年少人口（0～14 歳）は 13.0%、生産年齢人口（15～64 歳）は 69.4%、老年人口（65 歳以上）は 17.6%となっています。目標年次における平成 35（2023）年における人口は 197,990 人、人口構成は年少人口が 11.0%、生産年齢人口が 63.6%、老年人口が 25.4%と推計され、少子高齢化を見据えたスポーツ施策の展開が求められています。（平成 23 年 12 月「西東京市人口推計調査報告書」）



資料：人口推計調査報告書（平成 23 年 12 月）

(2) 生活圏

市内は、西武新宿線と西武池袋線の 5 つの駅があり、それぞれ新宿、池袋まで 20 分以内と通勤・通学などに便利な地域であるため、多くの市民が日常的に移動しています。また、平成 22 年国勢調査報告によると、従業地・通学地別流出人口（15 歳以上就業者及び通学者）は合計 64,542 人で、新宿区・千代田区などの 23 区を中心に、市外へ流出しています。一方で、常住地別流入人口は合計 26,194 人で、東久留米市、小平市、武蔵野市、東村山市など、近隣の多摩地域からの住民が移動してきています。

このことから、都心や近隣地域への通勤者を対象とした施策や、既に、多摩北部都市広域行政圏協議会で進められている小平市、東村山市、清瀬市、東久留米市を含む圏域各市における体育・スポーツ施設の相互利用の促進に向けた取り組みなどをはじめとし

た、住民の生活圏の広がりを考慮した施策が求められています。

(3) 大学資源

本市は、大学のトップレベルの競技者や指導者などの人材や施設、看護・リハビリテーション分野における人材や施設などの資源を有しています。こうした大学資源を活用した地域に根ざしたスポーツ推進に向けた施策が重要だと考えられます。

(4) 合併から 10 年以上が経過

旧田無市と旧保谷市が平成 13 年 1 月 21 日に合併して、本市が誕生してから 10 年以上が経過しました。この間、はなバスなどの交通機関の充実や市民が利用できる公園・スポーツ施設の整備により、スポーツ環境の充実が進められてきました。今後はスポーツ施設の適正配置や、身近な環境の有効活用、市民に対するスポーツ関連情報の提供などが求められています。

(5) 指定管理者制度の活用

本市は平成 18 年度からスポーツ施設に関する指定管理者制度を活用し、平成 20 年度からは、公募によって選定された民間事業者を指定管理者とし、公共スポーツ施設における多様なスポーツプログラムの提供や利便性の向上が図られています。

(6) スポーツ祭東京 2013 の開催

平成 25 年 9 月から 10 月にかけて、スポーツ祭東京 2013（第 68 回国民体育大会、第 13 回全国障害者スポーツ大会）が都内各地で開催され、本市では、「バスケットボール」（正式競技）、「ティーボール」（デモンストレーションとしてのスポーツ行事）の競技が行われました。このスポーツ祭東京 2013 を契機として、子どもたちをはじめとした多くの市民が、2020 年東京オリンピック・パラリンピックに向けて希望を持ち、市民のスポーツへの意識が高まることが期待されます。

(7) 2020 年東京オリンピック・パラリンピックの開催

2020 年に東京オリンピック・パラリンピックが開催されます。この東京オリンピック・パラリンピックに向けて、競技スポーツはもちろん、障害者スポーツにも大きな関心が高まることが予想され、本市におけるスポーツ推進を行う上で、大きな原動力となることが期待されます。今後は、東京オリンピック・パラリンピックに向けた気運の醸成やスポーツボランティアの人材育成などが求められます。

第3章 西東京市のスポーツの現状と課題

1. 西東京市のスポーツ環境

(1) スポーツ施設・場所

本市には市南部（4施設）、市西部（3施設）、保谷庁舎周辺部（3施設）に公共スポーツ施設があります。他にも、スポーツ機能のある児童センターや高齢者向けのトレーニングマシンを完備した福祉センターなどの公共施設や、学校施設の開放、民間スポーツ施設、身近な公園や遊歩道などの多様なスポーツ環境が、市民のスポーツ実践を支えています。

図表 3-1 スポーツ施設の分布



(2) スポーツクラブ・団体

本市ではふたつの総合型地域スポーツクラブ⁴、西東京市体育協会加盟の団体や、スポーツ施設に登録している市民の自主的なクラブ・団体などが活動しています。

総合型地域スポーツクラブについて

「総合型地域スポーツクラブ」とは、地域住民が主体的に運営するスポーツクラブで、子どもから高齢者まで、また、障害のある方を含めすべての人が参加でき、多様な興味・関心、さまざまな技術レベルに合わせて、様々なスポーツを楽しむことができるクラブです。本市においては平成17年11月に「にしはらスポーツクラブ」、平成23年4月に「ココスポ東伏見」が創設されました。

名称	設立年	概要
にしはらスポーツクラブ	平成17年	西原総合教育施設（旧西原第二小学校跡地・西原町）を拠点とし、会員数は781人（H25.5.15時点）。地域の市民の運営で、安い活動費で子どもから高齢者まで、様々なスポーツを楽しめるスポーツクラブとして、多様なスポーツ教室・プログラムや文化的な教室・スポーツ選手による講演会なども開催している。
ココスポ東伏見	平成23年	東伏見ふれあいプラザ（富士町）を拠点とし、会員数は250名（H25時点）。スポーツや文化活動を通じた地域コミュニティの活性化、街の活性化が主な目的で、指導者は地域の人材を活用し、東伏見で活動する早稲田大学体育各部やNPO早稲田クラブと協力したイベント・教室を開催している。

(3) スポーツに関する人材

本市には、西東京市スポーツ推進委員⁵や西東京市体育協会及び加盟団体、総合型地域スポーツクラブ、指定管理者が運営する公共スポーツ施設の指導者、大学のトップレベルの競技者・指導者並びにスポーツ科学の研究者、そして市民スポーツまつりなどを支える市民のボランティアなど、多様なスポーツに関する人材がいます。

(4) スポーツに関する情報

本市では、西東京市スポーツ施設の総合ポータルサイト「スポ NAVI」や市報、ホームページ、エフエム放送など各種媒体において、スポーツに関する情報を提供しています。

⁴ 東京都では、単一種目のスポーツクラブでも、「地域住民の主体的な運営」、「幅広い年齢層の参加」、「技術レベルや目的の多様性」があれば、総合型地域スポーツクラブの考え方が満たされるとし、「地域スポーツクラブ」と称しています。本市における「総合型地域スポーツクラブ」は、このような「地域スポーツクラブ」を含んだ意味で用いています。

⁵ スポーツ推進委員は、西東京市におけるスポーツ推進のため、西東京市スポーツ推進委員に関する規則の定めるところにより、スポーツ推進のための事業の実施に係る連絡調整並びに住民に対するスポーツの実技の指導その他スポーツに関する指導及び助言を行います。

2. 市民のスポーツに対する意識

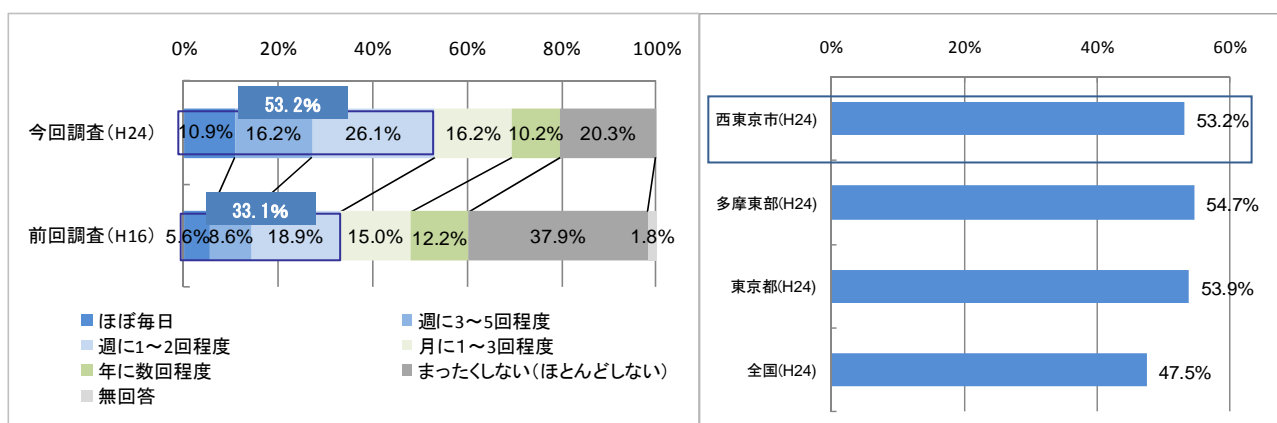
本節は、「西東京市スポーツに関する市民意識調査」⁶（平成 24 年度）の結果に基づいており、表記のない図表の出典は、全て同調査となっています。

（1）市民のスポーツ実施状況

①市民のスポーツ実施頻度

スポーツを週 1 回以上している市民の割合（スポーツ実施率）は、53.2%です。これは平成 16 年の前回調査（33.1%）や全国（47.5%）と比較して高い割合となっており、東京都全体（53.9%）、多摩東部（54.7%）と同水準の数値となっています。また、スポーツをまったくしない市民の割合（スポーツ非実施率）は 20.3%で、平成 16 年の前回調査（37.9%）から低減しています。

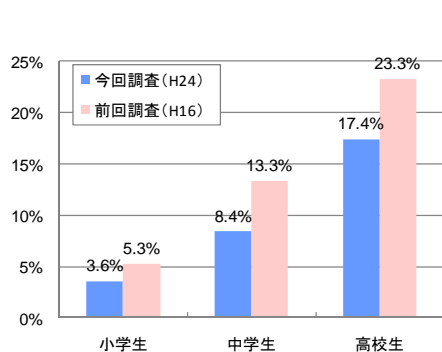
図表 3-2 市民がスポーツをする頻度
（一般市民、全員回答、単数回答、n=782）



※資料：多摩東部、東京都：都民のスポーツ活動に関する世論調査（平成 24 年 7 月、東京都生活文化局）
 全国：体力・スポーツに関する世論調査（平成 25 年 1 月、文部科学省）

※今回調査ではスポーツの種目を全く選ばなかった人を「まったくしない」として算出しているのに対して、前回調査（H16）では「ほとんどしない」との選択肢で聞いているため、今回調査のほうが値が低くなっていることが想定される。

図表 3-3 スポーツをほとんどしない児童生徒の割合
（児童生徒、全員回答、単数回答）



今回調査(n=456,451,423)、前回調査(n=244,196,202)

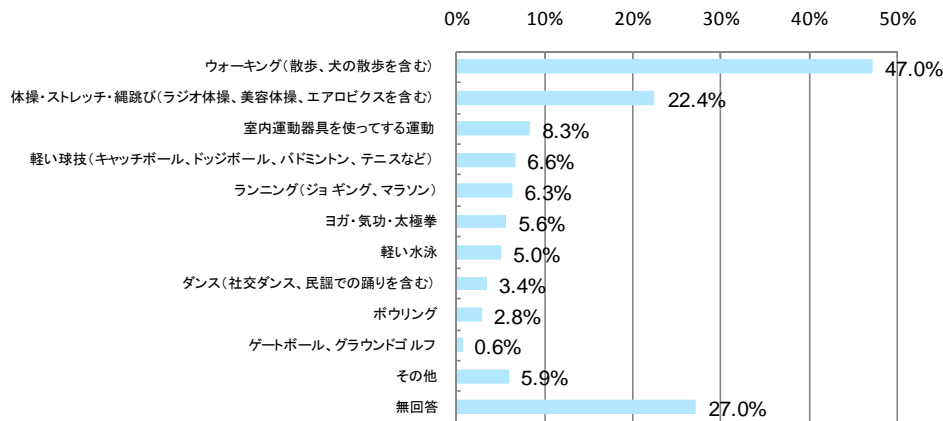
※今回調査ではスポーツの種目を全く選ばなかった人を「まったくしない」として算出しているのに対して、前回調査（H16）では「ほとんどしない」との選択肢で聞いているため、今回調査のほうが値が低くなっていることが想定される。

⁶ 「西東京市スポーツに関する市民意識調査」は、一般市民（18 歳以上）、小学生、中学生・高校生、スポーツ施設登録団体を対象に 4 種類のアンケート調査を平成 24 年 11 月に実施

②市民が普段しているスポーツ（比較的軽い運動）

市民が普段しているスポーツ（広域にわたるスポーツや競技的スポーツを除く）は、「ウォーキング」が47.0%と最も高く、次いで「体操・ストレッチ・縄跳び」が22.4%となっています。

図表 3-4 普段している運動・スポーツ（比較的軽い運動）
（一般市民、全員回答、複数回答、n=832）

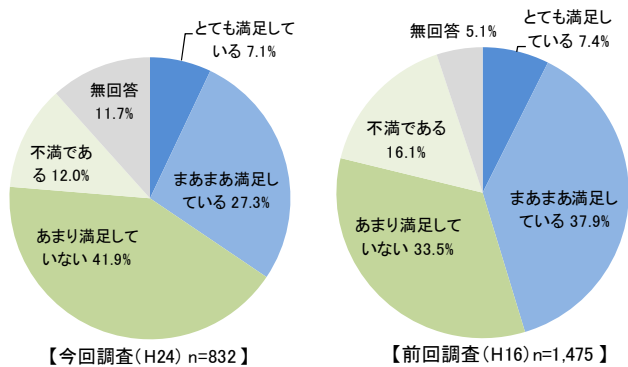


(2) 市民のスポーツに対する意識

①スポーツ活動頻度に対する満足度

市民のスポーツ活動頻度に対する満足度は、「とても満足している(7.1%)」、「まあまあ満足している(27.3%)」を合わせると34.4%となっており、「あまり満足していない(41.9%)」、「不満である(12.0%)」の53.9%を下回ります。また、前回調査と比較しても、満足度は下がっていますが、スポーツ実施率は前回調査と比較して向上していることから、市民のスポーツ活動頻度に対する満足度の基準が高くなった可能性もあり、市民の多様なスポーツニーズに応じた施策が求められているといえます。

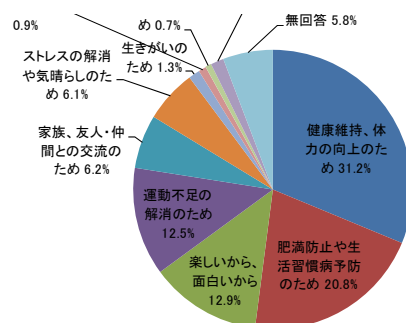
図表 3-5 市民の活動頻度に対する満足度
（一般市民、全員回答、単数回答）



②スポーツをする目的

市民がスポーツを行う目的は、「健康維持、体力の向上のため」(31.2%)、「肥満防止や生活習慣病予防のため」(20.8%)など、健康志向による理由が多くなっています。

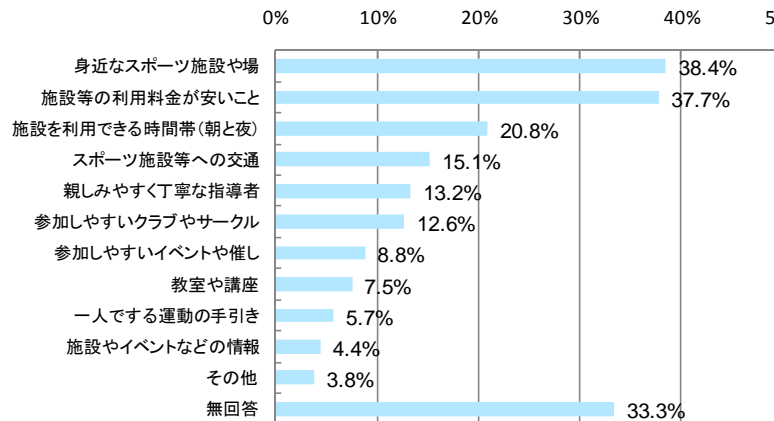
図表 3-6 スポーツや運動を行う主な理由
（一般市民、スポーツ非実施者を除く全員回答、単数回答、n=673）



③スポーツに取り組むための条件（スポーツ非実施者）

スポーツを全く行っていない人が、スポーツに取り組むための条件は、「身近なスポーツ施設や場」（38.4%）、「施設等の利用料金が安いこと」（37.7%）、「施設を利用できる時間帯（朝と夜）」（20.8%）が高くなっており、身近で利用しやすいスポーツ環境を求めていることが分かります。

図表 3-7 運動やスポーツに取り組む上で大切だと思われる条件
（一般市民、「スポーツを全くしない」と回答した人のみ、複数回答、n=159）

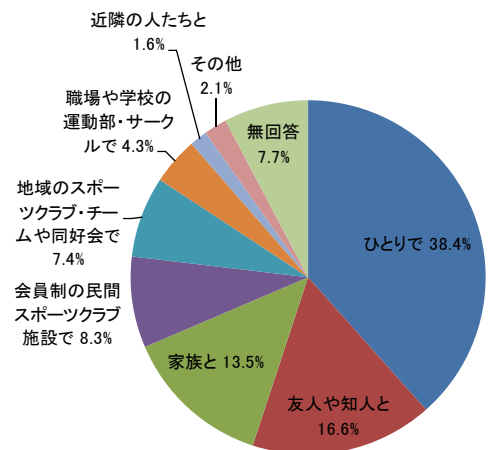


(3) スポーツをする仲間（クラブ・団体）

①スポーツをする仲間

図表 3-8 主として誰と一緒に運動やスポーツをしているか
（一般市民、スポーツ非実施者を除く全員回答、単数回答、n=673）

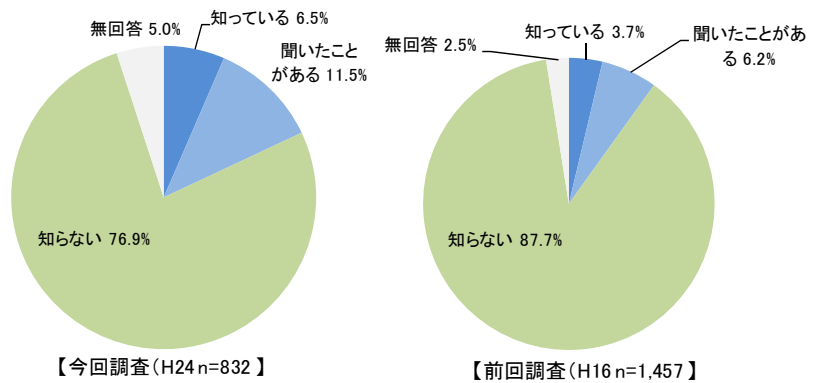
誰と一緒にスポーツをしているかについて、「ひとりで」と回答した人は 38.4%と最も多く、次いで、「友人や知人と」（16.6%）、「家族と」（13.5%）を合わせると、30.1%となり、身近な人とスポーツをしていることが分かります。また、スポーツクラブ・団体にスポーツを行っている人は、「会員制の民間スポーツクラブ施設で」（8.3%）、「地域のスポーツクラブ・チームや同好会で」（7.4%）、「職場や学校の運動部・サークルで」（4.3%）を合わせても 20.0%と、低くなっています。



②総合型地域スポーツクラブの認知度

総合型地域スポーツクラブの認知度は、知らない人が76.9%と多くなっていますが、前回調査（87.7%）と比較すると、10%程度認知度が向上しています。

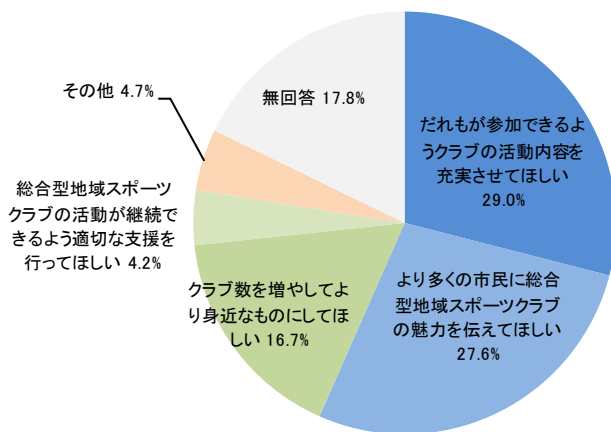
図表 3-9 総合型地域スポーツクラブの認知度
（一般市民、全員回答、単数回答）



③総合型地域スポーツクラブの方向性

総合型地域スポーツクラブの方向性については、「だれもが参加できるようにクラブの活動内容を充実させてほしい」（29.0%）、「より多くの市民に総合型地域スポーツクラブの魅力を伝えてほしい」（27.6%）と回答した人が多くなっており、既存の総合型地域スポーツクラブの活動内容の充実や取り組み内容の周知を求めていることが分かります。

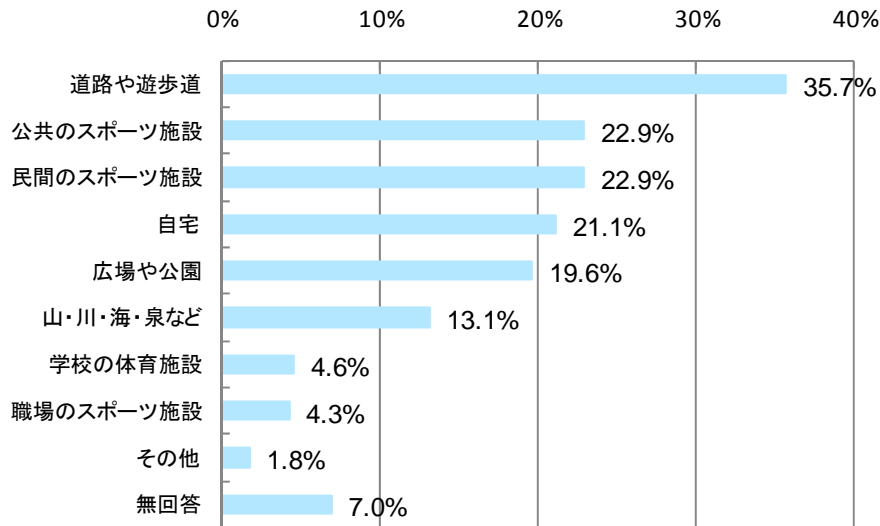
図表 3-10 総合型地域スポーツクラブの育成について
（一般市民、全員回答、単数回答、n=832）



(4) スポーツを行う場所

市民がスポーツを行う場所は、「道路や遊歩道」(35.7%)が最も多く、また、「自宅」(21.1%)や「広場や公園」(21.1%)と回答した人も多いことから、身近な環境でスポーツを行う人が多いといえます。また、公共のスポーツ施設、民間のスポーツ施設(22.9%)といったスポーツ施設利用者も多くなっています。

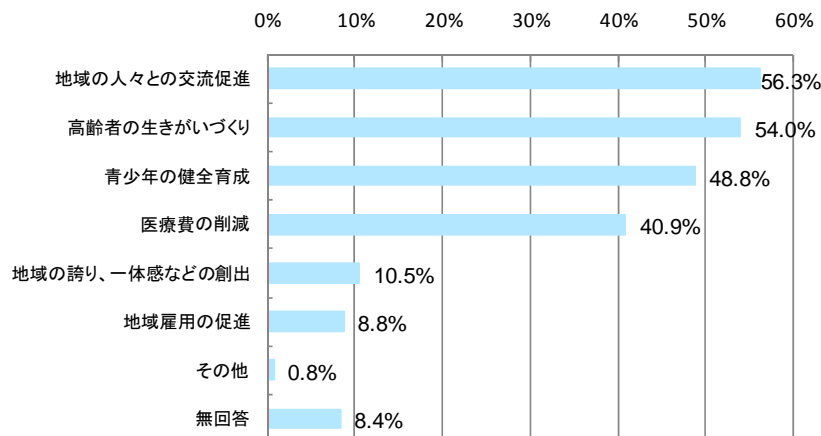
図表 3-11 スポーツを行う場所
(一般市民、スポーツ非実施者を除く全員回答、複数回答、n=673)



(5) 地域社会におけるスポーツ振興

地域社会におけるスポーツ振興がもたらす効果について、「地域の人々との交流促進」(56.3%)が最も多くなっており、「地域の誇り、一体感などの創出」(10.5%)も合わせて、スポーツを通じた地域コミュニティの活性化に期待が寄せられていることが分かります。また、「高齢者の生きがいづくり」(54.0%)、「青少年の健全育成」(48.8%)など、市民それぞれの暮らしにおけるスポーツの役割についても着目されていることが分かります。

図表 3-12 地域におけるスポーツ振興はどのように地域に貢献するか
(一般市民、全員回答、複数回答、n=832)



3. 西東京市におけるスポーツの現状と課題

市のスポーツ環境や、市民のスポーツに対する意識、市のスポーツに関する取り組みなどを踏まえ、西東京市におけるスポーツの現状と課題を以下のように整理します。

(1) 子どものスポーツに対する意識の向上

市民意識調査によると、スポーツをしない児童・生徒の割合は前回調査（平成 16 年）から減少していますが、スポーツ実施率は概ね横ばいか若干の増加傾向に留まっています。また、スポーツ実施頻度別に中学生や高校生の頃の運動経験の有無を見ると、現在全く運動を行っていない人に、中学生や高校生の頃に運動経験が無い人が多い傾向が見られます。

市民が生涯に渡ってスポーツに取り組むことができるためにも、子どもにスポーツの楽しさを実感してもらう機会を創出し、子どものスポーツに対する意識を向上させることが必要です。

(2) 若者が求めるスポーツニーズの把握

10 代後半や主に単身層の 20 代の若者は、路上でのストリートダンスやスケートボード、野外での音楽フェスティバルなどによって、若者独自の身体活動を行っています。今後は若者が地域で自由に身体活動を行う環境づくりを推進するため、若者が求めるスポーツニーズを把握する必要があります。

(3) 働き盛り・子育て世代のスポーツ機会の創出

市民意識調査によると、市民の週 1 回以上のスポーツ実施率は、30 歳代、40 歳代の働き盛り世代で低い傾向が見られます。これらの世代は、現在の運動・スポーツ実施状況への不満度が高い傾向も同時に見られるため、仕事や子育てでスポーツをしたくてもできない状況にある人のための取り組みを検討する必要があります。

(4) 高齢者スポーツ・健康づくりの拡充

市民意識調査によると、高齢者ではスポーツ実施率が非常に高くなっており、特に、男性の 50 代以上、女性の 60 代以上では、週 1 回以上のスポーツ実施率が 6 割を超えています。一方、女性の 70 代以上では、スポーツを全くしない人の割合が 3 割を超えるなど、スポーツをする人とならない人の格差が見られます。

今後は、高齢者の積極的なスポーツニーズへの対応と同時に、健康づくりや介護予防などの観点からの取り組みが必要です。

(5) 障害者スポーツの認知・普及

東京都障害者スポーツ振興計画（平成 24 年 3 月）では、スポーツ行政の視点から把握した障害者スポーツ振興における主な課題として以下の 5 つを挙げています。

- (1) 障害者スポーツに関する情報発信・普及啓発の不足
- (2) 障害のある人が身近でスポーツ活動をする場の不足
- (3) 地域のキーパーソンとなる人材の不足
- (4) 地域でスポーツをともに楽しむ仲間の不足
- (5) 指導者側の連携体制の欠如

本市においても、現在、西東京市障害者スポーツ支援事業を行っていますが、今後は障害のある方はもちろん、地域の中で障害者スポーツに対する認知や普及を行い、同事業への参加者の増加や、障害のある方がスポーツに触れる機会の充実や障害者スポーツを支える人材の確保を検討する必要があります。

(6) 身近なスポーツ環境の有効活用

市民意識調査では、普段している運動・スポーツは、ウォーキングとの回答が大半を占めており、スポーツを行う場所も道路や遊歩道が多くなっています。今後も一層、ウォーキングやランニング人口の増加が予想されることから、歩行者、ランナーなどが気持ちよく利用できる環境づくりが重要です。

また、スポーツ活動場所やスポーツ施設の利用状況などからも、市民はそれぞれ地域の近隣の施設を利用してスポーツに親しんでいる状況がうかがえます。そのため、各地域で身近な場所で気軽にスポーツを行える場づくりが重要と考えられます。

(7) 指導者の把握・マッチング

スポーツ施設登録団体の調査では、指導者の現状として、指導者の高齢化、指導者が少ないことなどが課題として挙げられている一方、30 歳未満の男性では、指導者としての活動意欲が比較的強い傾向にあります。そのため、今後は地域の潜在的な指導者を発掘し、技術的な指導を必要としている市民とマッチングする必要があります。

(8) クラブ・団体への加入促進

市民意識調査では、市民のスポーツクラブ・団体への加入率は 2 割となっており、また総合型地域スポーツクラブの認知度は前回調査（平成 16 年）時の 9.9%よりは上昇しているものの、18.0%と依然として低くなっています。そのため、今後はクラブ・団体の活動内容の普及啓発や、参加のきっかけづくりなどを通じたクラブ・団体への加入促進が期待されます。

(9) 情報媒体の工夫やニーズを意識した情報発信

インターネットをはじめとした情報媒体の多様化を踏まえ、市民が普段利用している情報媒体や世代間の情報入手手段の違いを考慮した情報発信を行う必要があります。また市民意識調査では、スポーツ教室の情報に対するニーズが5割以上と高くなっており、市民のニーズを意識した情報発信も必要です。

(10) 個人の多様なスポーツニーズへの対応

市民意識調査では「ひとり」でスポーツをする人が38.4%と最も多くなっており、ライフスタイルの多様化や、単身世帯や共働き世帯の増加などに伴い、今後も個人でスポーツを行うニーズは高くなると予想されます。そのため、個人の多様なスポーツニーズに応じた取り組みや自宅や身近な環境で個人でも行うことができるスポーツを支援する必要があります。

(11) 2020年東京オリンピック・パラリンピックに向けた取り組み

2020年の東京オリンピック・パラリンピック開催に向けて、イベントなどの開催、スポーツボランティア人材の育成や、障害者スポーツの理解促進・普及啓発などの取り組みを行う必要があります。また、オリンピック・パラリンピックを通じて培われた多様なスポーツに対する市民の意識向上やスポーツボランティアなどの人材は、「オリンピック・パラリンピック・レガシー（遺産）」として、オリンピック・パラリンピック終了後の本市のスポーツ推進に活かしていく必要があります。

第4章 計画の基本的な考え方

1. 計画の基本理念

西東京市のスポーツを取り巻く環境や現状・課題を踏まえ、本計画における基本理念を以下のように設定します。

スポーツ・レジリエンス・シティ・西東京 ～スポーツをだれもが・いつでも・どこでも・楽しめるまち～

<レジリエンスとは>

レジリエンスは日々の生活や仕事を充実させるため、様々な困難や変化に柔軟に対応できる人や地域の強さを表す新しい概念です。近年では、2011年の女子サッカーW杯で優勝した「なでしこ JAPAN」が「レジリエントなチーム」として世界各国から称賛されました。

<スポーツとレジリエンスの関係>

日常生活で体を動かすことによる健康増進や仲間づくり、部活動やプロスポーツで養われる行動力や自発性・強調性など、スポーツは人の生きる力、すなわちレジリエンスを高める効果が期待できます。

だれもが・いつでも・どこでも・楽しめるスポーツがまちのレジリエンスを高める(基本理念の考え方)

西東京市では、前計画策定以降、市スポーツ施設の指定管理者制度導入における機能の充実や総合型地域スポーツクラブの定着・推進などによる「市民とともに創る新しいスポーツライフ」に取り組み、スポーツ実施率は着実に向上しています。サッカーや野球、バスケットボールなどの競技性の高い種目や身近な環境でのウォーキングなど、積極的にスポーツを行う人のスポーツ習慣が定着し、また、日常生活の中で、だれもがスポーツに取り組むことができるよう、働き盛り・子育て世代や障害のある方を意識したスポーツ施策を推進し、取り組みの周知や内容の充実を図っています。

また、東日本大震災では、スポーツによる人や地域のつながりがいち早く機能したように、スポーツが持つ多面的な力を見直す必要があります。西東京市は平成13年1月に田無市と保谷市が合併してから10年以上が経過し、その間、「はなバス」の運行による利便性の向上、西東京いこいの森の公園の整備、地域情報化の推進、スポーツでは南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」の整備など、インフラ整備を進めてきました。今後はそのインフラを基盤としたソフトの側面、市としての一体感を感じられるような地域コミュニティの醸成を行うことも重要であり、スポーツは人と人をつなげる役割を果たすことが期待できます。

そして、本計画の期間に当たる2020年には東京でオリンピック・パラリンピックが開催されます。オリンピック・パラリンピックに向けた市民のスポーツに対する意識の高まりは、スポーツ人材や多様なスポーツへの理解促進・普及啓発など、「オリンピック・パラリンピック・レガシー(遺産)」として引き継がれ、開催期間中だけでなく、その後の西東京市のスポーツ推進を行う上での大きな財産となることが期待されます。

このような背景から、本計画を基に市民のだれもが・いつでも・どこでもスポーツを楽しめる環境づくりを行い、市民それぞれが健康で活動的になり(市民力の向上)、その結果、スポーツをきっかけに地域の様々な人がつながり、地域としての結束力(チーム力)を強め(地域力の向上)、西東京市のレジリエンスを高めることが期待できます。

2. 計画の基本方針

基本理念に基づき、本計画の基本方針を以下のように設定します。

(1) スポーツによる市民力の向上【市民が動く】

本計画では、「市民それぞれにとってのスポーツ」（目的・手段を問わない市民それぞれのスポーツに対する思い入れ）を実現するための施策を推進します。生涯を通じてスポーツを楽しみたい人や個人のレベルに応じたスポーツを求める人向けには、「ライフステージに応じたスポーツ活動の推進」（施策体系1）を通じて、よりスポーツを楽しみ、継続するための施策に取り組みます。また、これまでスポーツと接点のなかった人や、日頃スポーツをすることが難しい人向けには、「だれもが取り組める身体活動の推進」（施策体系2）を通じて、動く喜び、楽しさを実感してもらうための施策に取り組みます。

このような施策を通じて、市民のだれもがスポーツに取り組むことによる市民力の向上を目指します。

スポーツによる市民力とは…市民一人一人がスポーツを通じて健康になったり、仕事や子育てに前向きに取り組めたり、自己実現ができることにより養われる市民の自発性や協調性、行動力などのこと

(2) スポーツによる地域力の向上【地域が動く】

本計画では、市民生活の中にある（埋もれている）スポーツに光を当てます。社会的営みとしてのスポーツの中には、食事や健康に気を遣ったり、自然散策や登山などの趣味の実現、スポーツクラブにおける仲間づくりなどが含まれ、スポーツは日常生活との関わりが非常に大きい文化です。本計画では「生活の中にあるスポーツの実践」（施策体系3）を通じて、日々の生活の中にあるスポーツを見直し、市民の生き活きとした暮らしを実現させ、スポーツによる地域力の向上を目指します。

スポーツによる地域力とは…スポーツで市民一人一人が活動的になり、地域のつながりができたり、食事や健康などスポーツと生活とのつながりを意識することによる、心身ともに健康な市民一人一人のつながりや行動力から生まれる結束力

(3) 市民と地域を支えるスポーツ環境の向上【まちが動く】

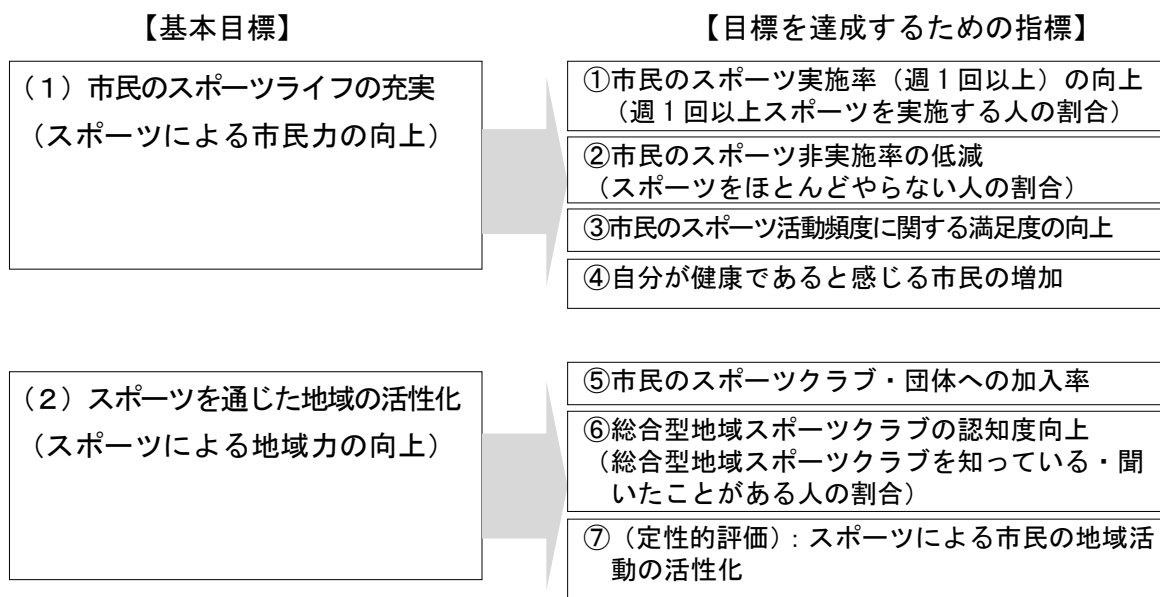
本計画では、スポーツによる市民力・地域力の向上を支えるためのスポーツ環境の向上を目指します。体を動かす楽しさ、喜びを実現するため、場所、人材、クラブ、情報などの「市民のスポーツ実践を支える環境づくり」（施策体系4）を推進します。

上記の基本方針に基づく施策を推進し、市民力と地域力、すなわち西東京市のレジリエンスを高め、スポーツ・レジリエンス・シティ・西東京を実現します。

3. 計画の基本目標

本計画の基本理念・基本方針に基づき、市民、地域のふたつの視点から、本計画の基本目標を以下のように設定します。数値化が可能なものについては、数値目標を設定し、定量的な評価⁷を行います。また、数値で表せない目標については、定性的な評価⁸を実施し、見直しを行います。

基本目標は、市民、地域、行政の一人一人に周知し、目標の達成を目指します。また、数値目標については、社会情勢の変化などにより適宜見直すこととします。



【目標値】

指標	現状値 (平成24年実績)	目標値 (平成35年)
①市民のスポーツ実施率（週1回以上）の向上 (週1回以上スポーツを実施する人の割合)	53.2%	70.0%
②市民のスポーツ非実施率の低減 (スポーツをほとんどやらない人の割合)	20.3%	15.0%
③市民のスポーツ活動頻度に関する満足度の向上	34.4%	50.0%
④自分が健康であると感じる市民の増加	82.6%	85.0%
⑤市民のスポーツクラブ・団体への加入率	20.0%	30.0%
⑥総合型地域スポーツクラブの認知度向上 (総合型地域スポーツを知っている・聞いたことがある人の割合)	18.0%	30.0%
⑦(定性的評価)：スポーツによる市民の地域活動の活性化	—	—

⁷ 「定量的な評価」 実績や現状の達成状況を示す数値によって評価する手法

⁸ 「定性的な評価」 数値を用いず、実績や現状の達成状況を示す文章によって評価する手法

【基本理念・方針】

スポーツ・レジリエンス・シティ・西東京
～スポーツをだれもが・いつでも・どこでも・楽しめるまち～

(1) スポーツによる市民力の向上 **【市民が動く】**

(2) スポーツによる地域力の向上 **【地域が動く】**

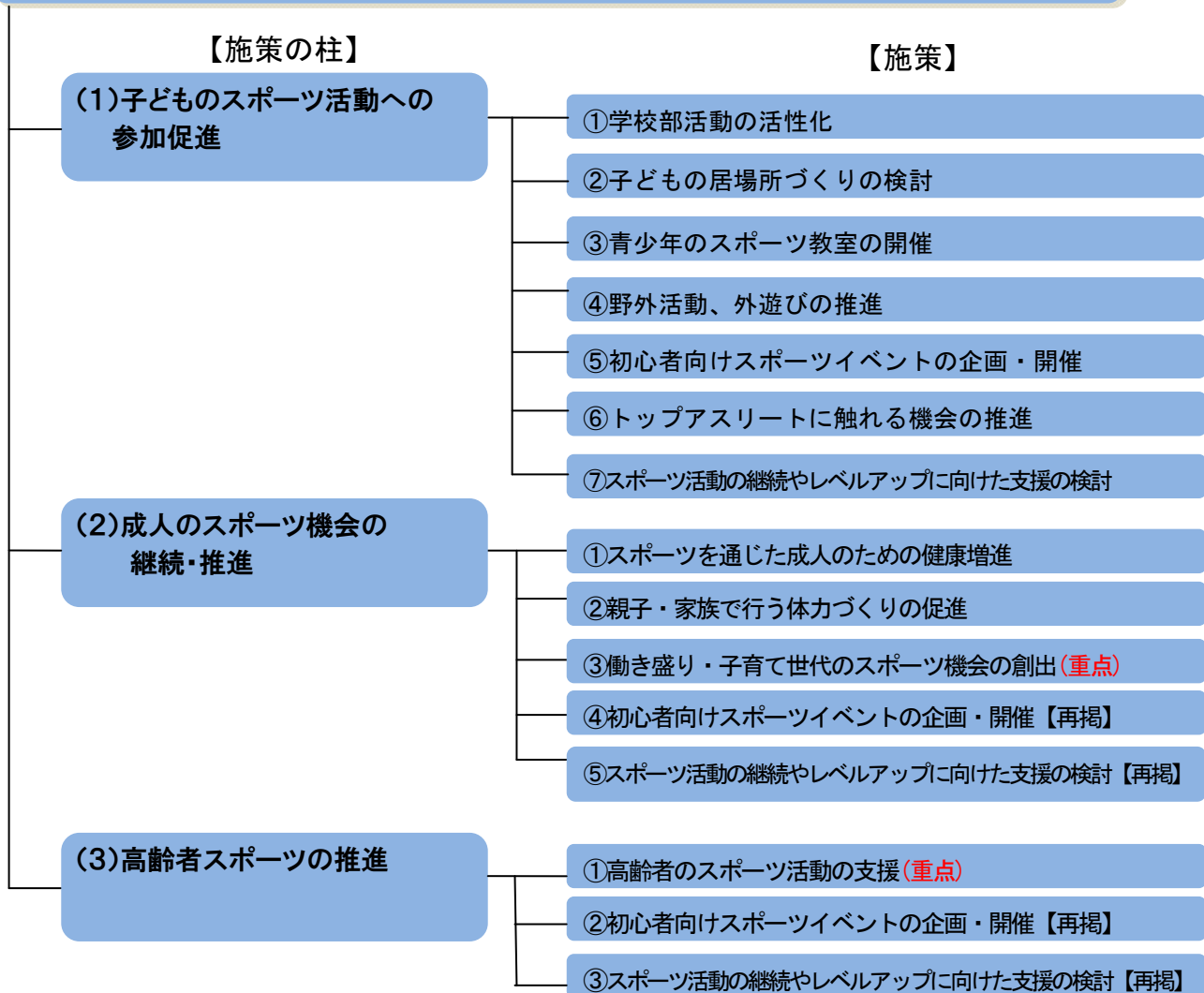
(3) 市民と地域を支えるスポーツ環境の向上 **【まちが動く】**

【基本目標】

市民のスポーツライフの
充実

スポーツ通じた地域の
活性化

1. ライフステージに応じたスポーツ活動の推進



1. ライフステージに応じたスポーツ活動の推進

子ども、若者、成人（働き盛り・子育て期）、高齢者など、ライフステージの違いによって、スポーツをする上での課題やスポーツに期待すること（健康・息抜き・競技力向上など）は様々です。本計画ではそれぞれのライフステージに応じたスポーツ活動を推進することで、市民が生涯を通してスポーツを楽しむための環境づくりに取り組めます。

（1）子どものスポーツ活動への参加促進

子どもの時期にスポーツに触れ、好きになることは、大人になってからもスポーツを継続することにつながり、生涯を通じたスポーツ習慣を身につける上で非常に重要です。また、スポーツは子どものコミュニケーション能力や協調性を育むものでもあり、青少年健全育成にも重要な役割を果たすと考えられます。そのため、子どもが学校や地域の中でスポーツに触れる機会を充実させます。また、積極的にスポーツに取り組む子どもたちのために、トップアスリートに触れる機会を創出し、子どものスポーツに対する意欲に応じた施策を充実させます。

【施策】

①学校部活動の活性化

子どもたちの多様なニーズに応じた市内の学校部活動の充実を図るため、体育協会などとの連携による外部指導者導入の充実や近隣地区における部活動の合同実施を検討します。

②子どもの居場所づくりの検討

公共施設や公園、広場などに、子どものためのスポーツ指導者の派遣やスポーツに関連するプログラムの提供などを体系的に行うことにより、子どもがスポーツを楽しめる場を増やすことを検討します。

③青少年のスポーツ教室の開催

青少年のスポーツ機会の向上を図るため、少年野球教室、FC 東京コーチングスタッフによる少年サッカー教室などを開催します。

④野外活動、外遊びの推進

子どもがのびのびと体を動かす楽しさ、喜びを実感するため、小学生から高校生まで幅広い年代を対象とした児童館キャンプや、親子で参加できるウォーキング・ハイキングイベントを実施します。

⑤初心者向けスポーツイベントの企画・開催

だれもが気軽にスポーツを楽しめるために、親しみやすい初心者向けスポーツイベント、ニュースポーツイベントの企画・開催を行うと同時に、西東京市スポーツデーの設定などを検討します。

⑥ トップアスリートに触れる機会の推進

トップアスリートの経験談を聞く機会やトップアスリートとの触れ合いの機会を推進するため、さまざまな種目のアスリートを招いたシンポジウムや講話の企画・開催などを検討します。

⑦ スポーツ活動の継続やレベルアップに向けた支援の検討

スポーツへの意欲が高く、技術力・競技力の向上を目指す子どものため、市内及び周辺地域の指導者やクラブの情報提供などを行うなど、スポーツ活動の継続やレベルアップに向けた支援を検討します。

(2) 成人のスポーツ機会の継続・推進

成人のスポーツ機会の創出は、生涯に渡ってスポーツを行う上で非常に重要であり、また健康増進や日頃のストレス解消、地域とのつながりをつくる機会にもなります。そのため、仕事や育児でスポーツから遠ざかってしまいがちな働き盛り・子育て世代のスポーツ機会の創出や親子・家族で取り組めるスポーツ施策の充実に取り組みます。また、積極的にスポーツを行いたい人に向けては、スポーツ活動の継続及びレベルアップに向けた支援の検討を行います。

【施策】

① スポーツを通じた成人のための健康増進

成人向けのスポーツを通じた健康増進を図るため、運動健康教室や運動健康相談サービス、運動体力テストなどの企画・開催を推進します。

② 親子・家族で行う体力づくりの促進

親子・家族で行う体力づくりを促進するため、ファミリースポーツデーの設定、親子・家族でできる基礎体力づくりのための教室開催、子育て中の親と乳幼児向け運動などのスポーツプログラムの提供を促進します。

③ 働き盛り・子育て世代のスポーツ機会の創出 **(重点)**

スポーツをする時間を確保することが難しい、働き盛り・子育て世代のスポーツ機会を創出するため、夜間・休日のスポーツ教室の充実や、公共スポーツ施設への保育機能の提供を検討します。

④ 初心者向けのスポーツイベントの企画・開催 **【再掲】**

だれもが気軽にスポーツを楽しめるために、親しみやすい初心者向けスポーツイベント、ニュースポーツイベントの企画・開催を行うと同時に、西東京市スポーツデーの設定などを検討します。

⑤スポーツ活動の継続やレベルアップに向けた支援の検討【再掲】

スポーツへの意欲が高く、技術力・競技力の向上を目指す成人のため、市内及び周辺地域の指導者やクラブの情報提供などを行うなど、スポーツ活動の継続やレベルアップに向けた支援を検討します。

(3) 高齢者スポーツの推進

高齢者はスポーツへの意欲やスポーツ実施率が他の世代に比べて高く、高齢社会が進展する中で、高齢者スポーツの推進は健康増進や生きがいづくり、地域社会でのつながりなどに果たす役割が期待されています。具体的には、地域で行われている高齢者スポーツ活動の支援やさらなる充実、スポーツへの意欲の高い高齢者向けのスポーツ施策などを検討します。

【施策】

①高齢者のスポーツ活動の支援（重点）

市民の中でもスポーツ意欲が高い高齢者のスポーツ機会を充実させるため、高齢者クラブの活動支援や、高齢者がメインのスポーツ大会、シニアスポーツなどの充実を検討します。

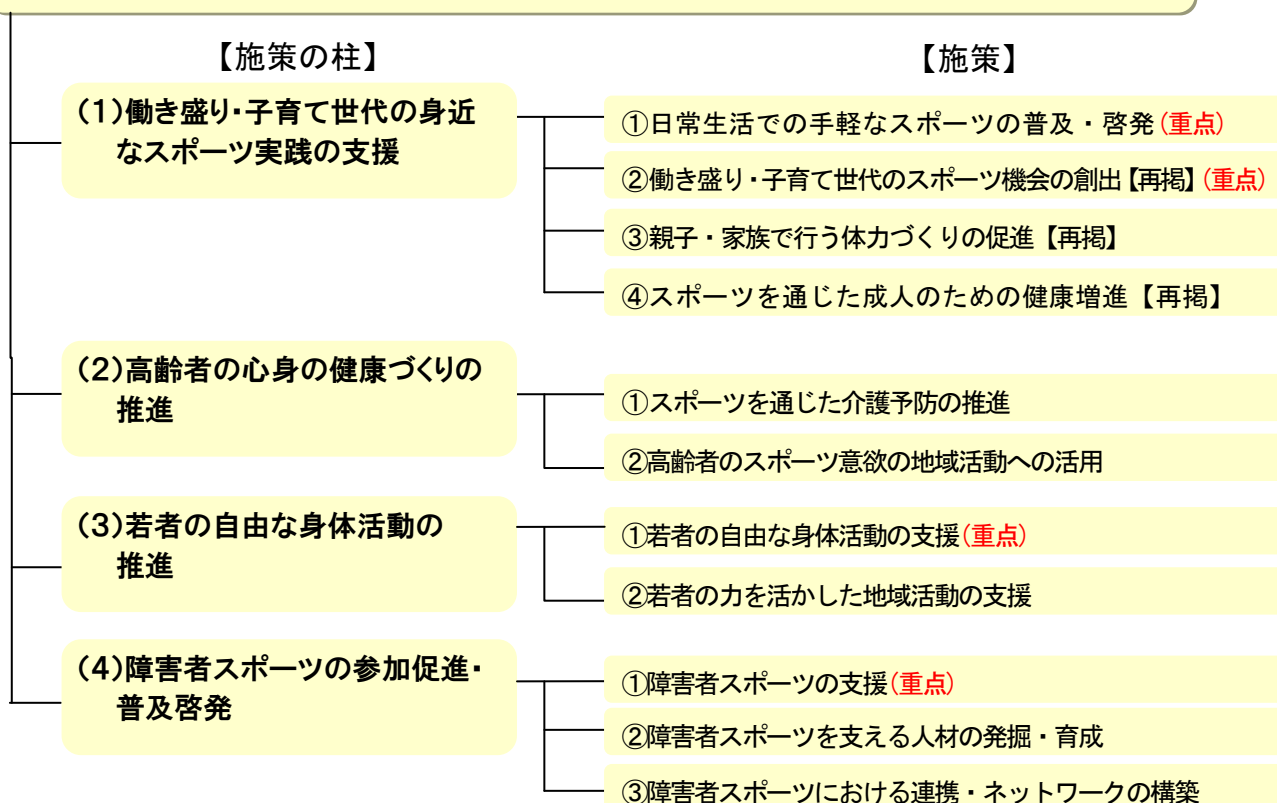
②初心者向けのスポーツイベントの企画・開催【再掲】

だれもが気軽にスポーツを楽しめるために、親しみやすい初心者向けスポーツイベント、ニュースポーツイベントの企画・開催を行うと同時に、西東京市スポーツデーの設定などを検討します。

③スポーツ活動の継続やレベルアップに向けた支援の検討【再掲】

スポーツへの意欲が高く、技術力・競技力の向上を目指す高齢者のため、市内及び周辺地域の指導者やクラブの情報提供などを行うなど、スポーツ活動の継続やレベルアップに向けた支援を検討します。

2. だれもが取り組める身体活動の推進



2. だれもが取り組める身体活動の推進

市民のだれもがスポーツに取り組むためには、競技性のある種目や身近な環境でのウォーキングをイメージしがちな「スポーツのハードル」を下げる必要があります。具体的には、平日にスポーツ施設などに行くことが難しい・スポーツに割く時間が取れない人を意識した日常生活での手軽なスポーツの普及・啓発や高齢者の介護予防としての身体活動、若者の自由な身体活動の支援、障害者スポーツの参加促進・普及啓発など、だれもが日常生活の中で体を動かすためのスポーツ施策を推進します。

(1) 働き盛り・子育て世代の身近なスポーツ実践の支援

働き盛り・子育て世代がスポーツを習慣的に行うには、スポーツ施設などのスポーツ環境を充実させるだけでは難しく、日頃の生活で体を動かすことを市民の意識として定着させる必要があります。したがって、働き盛り・子育て世代のスポーツ機会の創出はもちろん、日常生活での手軽なスポーツの普及・啓発に取り組んでいきます。

【施策】

①日常生活での手軽なスポーツの普及・啓発 **(重点)**

スポーツをする時間を確保することが難しい、働き盛り・子育て世代が日常生活の中で体を動かす習慣を養うため、階段の昇り降りや自宅から駅までの徒歩での通勤、自宅で取り組める運動など、日常生活での手軽なスポーツに関する冊子の作成や情報提供などを検討します。

②働き盛り・子育て世代のスポーツ機会の創出【再掲】（重点）

スポーツをする時間を確保することが難しい、働き盛り・子育て世代のスポーツ機会を創出するため、夜間・休日のスポーツ教室の充実や、公共スポーツ施設への保育機能の提供を検討します。

③親子・家族で行う体力づくりの促進【再掲】

親子・家族で行う体力づくりを促進するため、ファミリースポーツデーの設定、親子・家族でできる基礎体力づくりのための教室開催、子育て中の親と乳幼児向け運動などのスポーツプログラムの提供を促進します。

④スポーツを通じた成人のための健康増進【再掲】

成人向けのスポーツを通じた健康増進を図るため、運動健康教室や運動健康相談サービス、運動体力テストなどの企画・開催を推進します。

（２）高齢者の心身の健康づくりの推進

高齢者にとってのスポーツは、健康増進や介護予防、生きがいづくりや地域とのつながりなど心身の健康づくりにとって非常に大きな役割を果たすものです。本計画では、スポーツを通じた介護予防の推進、高齢者のスポーツ意欲の地域活動への活用（スポーツイベントや地域での仲間づくり、高齢者同士の声掛けなど）を検討します。

【施策】

①スポーツを通じた介護予防の推進

高齢者向けのスポーツを通じた介護予防を推進するため、高齢者向け運動・体操プログラムの提供、高齢者向け体力テストを実施します。

②高齢者のスポーツ意欲の地域活動への活用

高齢者のスポーツに対する意欲の高さを、地域での生きがいづくりや仲間づくりに活用するため、高齢者のスポーツボランティアへの積極的な活用やスポーツを通じた高齢者の地域活動に対する支援を検討します。

（３）若者の自由な身体活動の推進

高校生及び大学生から 20 代の若者においては、学校体育を離れても、ダンス、スケートボード、フットサル、音楽フェスティバルなど、若者同士が自由に体を動かしている光景が見られます。仲間と自由に身体を動かす活動は、体力面だけではなく、社会性を身につけることにもつながるため、本計画では、若者の自由な身体活動を推進します。

【施策】

①若者の自由な身体活動の支援（重点）

若者の自由な身体活動を支援し、心身の健全育成や自己実現の機会を提供するため、

児童館の夜間開館、ストリートダンスなど、若者の身体活動を行う場やその成果を発表する機会の創出を検討します。

②若者の力を活かした地域活動の支援

地域社会への若者の参加を促し、コミュニティの活性化を図るため、若者のスポーツや身体活動を通じた地域活動に対する支援を検討します。

(4) 障害者スポーツの参加促進・普及啓発

2020年には東京オリンピック・パラリンピックが開催される予定となっており、本市においても、障害者スポーツに対する関心を高め、参加促進・普及啓発を図る大きなきっかけとなると考えられます。そのような背景も念頭に置き、本計画では、障害のある人が、スポーツに関心を持ち、参加する機会を積極的に創出し、障害者スポーツの裾野を広げます。具体的には、既存の障害者スポーツ支援事業の普及啓発による参加者の拡大はもちろん、障害者スポーツを支える人材の発掘・育成、連携・ネットワークの構築により、障害のある人がスポーツに触れる機会を増やし、日常的にスポーツを実施できるような環境づくりを行います。

【施策】

①障害者スポーツの支援（重点）

障害者のスポーツ機会の充実を図るため、公共スポーツ施設や総合型地域スポーツクラブにおける障害者スポーツの取り組みを推進します。

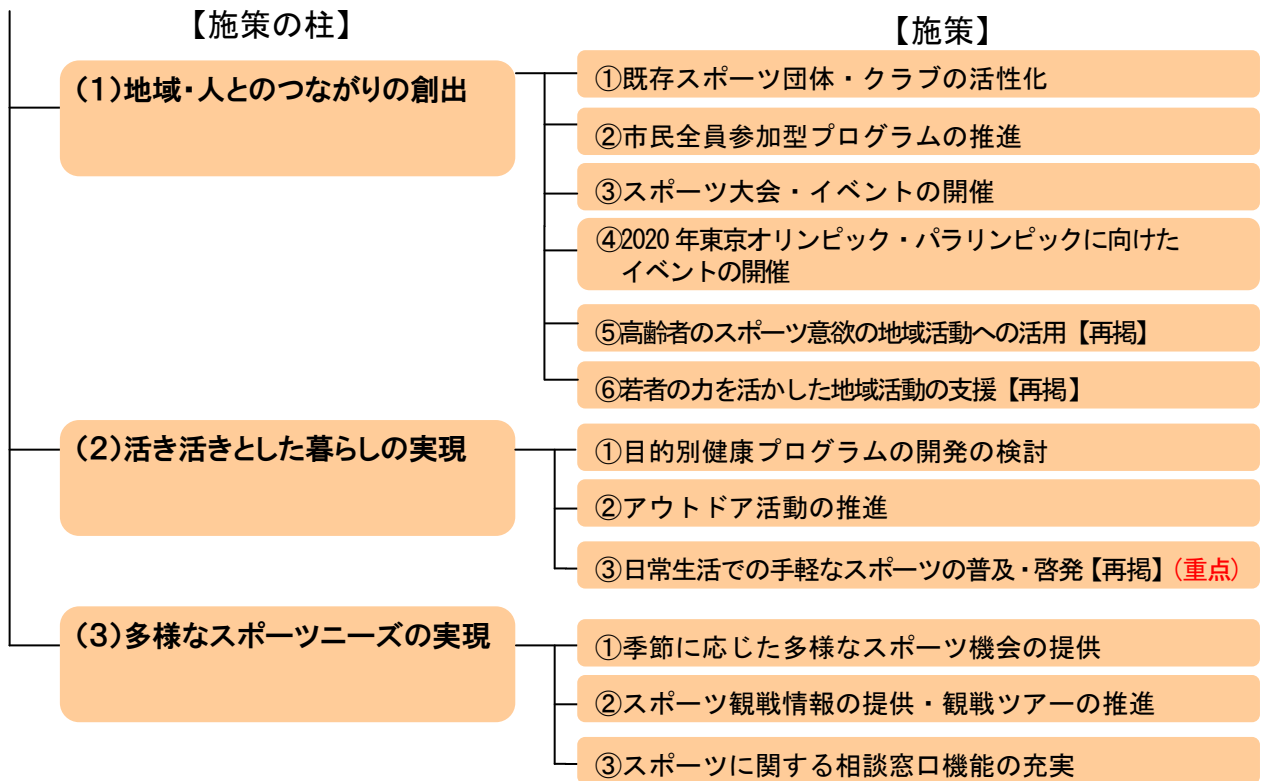
②障害者スポーツを支える人材の発掘・育成

障害者がスポーツを行うきっかけづくりや継続した取り組みを支えるため、障害者スポーツの指導者や施設までの送迎、事業の運営を支援するボランティアスタッフなど、障害者スポーツを支える人材の発掘・育成を検討します。

③障害者スポーツにおける連携・ネットワークの構築

障害者の定期的・継続的なスポーツ機会を創出するため、東京都多摩障害者スポーツセンターや多摩北部広域行政圏協議会などと連携して、障害者スポーツの指導者やボランティアの市内スポーツ施設への派遣や新規プログラムの開催、指導者同士の交流の機会の創出を検討します。

3. 生活の中にあるスポーツの実践



3. 生活の中にあるスポーツの実践

スポーツに日頃あまり関心がない人達に、スポーツを身近なものとして感じてもらうには、日常生活の中にある体を動かす要素や、スポーツが生活にもたらす効果を認識し、目に見える形で示すことが大切です。具体的には、スポーツによる地域とのつながりの創出、体を動かすことによる生き活きとした暮らしの実現、多様なスポーツニーズの実現により、生活の中にあるスポーツの実践に取り組んでいきます。

(1) 地域・人とのつながりの創出

スポーツはその活動を通して、感動を共有したり、お互いを助けあい、認め合い、刺激し合うことで、家族や友人、仲間、そして地域のつながりを創出していききっかけとなります。具体的にはスポーツ団体・クラブの活性化や市民参加プログラム、大会、イベントによる市民の一体感の醸成、また高齢者・若者の身体活動を通じた地域や人とのつながりの創出を目指します。

【施策】

① 既存スポーツ団体・クラブの活性化

既に活動を展開してきた地域のスポーツ団体・クラブの一層の活性化を図るため、体育協会などとの連携を図り、活動場所の確保や会員確保の支援、総合型地域スポーツクラブとの連携を促進します。

②市民全員参加型プログラムの推進

西東京市しゃきしゃき体操やスポーツフェスティバルなど、年齢や性別、体力レベルに関係なく、市民全員が参加できるプログラムを推進します。

③スポーツ大会・イベントの開催

西東京市総合体育大会や市民スポーツまつりなど既存の市民スポーツ大会やイベントの充実を図ります。

④2020年東京オリンピック・パラリンピックに向けたイベントの開催

2020年に開催される東京オリンピック・パラリンピックに向けた気運醸成のためのイベントや教室の開催、普及啓発活動を推進していきます。

⑤高齢者のスポーツ意欲の地域活動への活用【再掲】

高齢者のスポーツに対する意欲の高さを、地域での生きがづくりや仲間づくりに活用するため、高齢者のスポーツボランティアへの積極的な活用や高齢者が中心となったスポーツを通じた地域活動に対する支援を検討します。

⑥若者の力を活かした地域活動の支援【再掲】

地域社会への若者の参加を促し、コミュニティの活性化を図るため、若者のスポーツや身体活動を通じた地域活動に対する支援を検討します。

(2) 生き生きとした暮らしの実現

日常生活においては、屋外（アウトドア）での活動や日頃の生活に動きを取り入れるだけで、気持ちが前向きになり、心身がリフレッシュされ、日々の暮らしが充実します。本計画では、日々の身体活動や身近なアウトドア活動の推進を通して、スポーツによる生き生きとした暮らしの実現を目指します。

【施策】

①目的別健康プログラムの開発の検討

肥満予防、ダイエット、転倒予防など、個々の目的など個人のニーズに応じた健康プログラムの開発の検討および普及を促進します。

②アウトドア活動の推進

自然とふれあい心身の健康増進や地域の仲間づくりを推進するため、市内外の名所などを散策するツアーを実施します。

③日常生活での手軽なスポーツの普及・啓発【再掲】（重点）

スポーツをする時間を確保することが難しい、働き盛り・子育て世代が日常生活の中

で体を動かす習慣を養うため、階段の昇り降りや自宅から駅までの徒歩での通勤、自宅でできる運動など、日常生活での手軽なスポーツに関する冊子の作成や情報提供などを検討します。

(3) 多様なスポーツニーズの実現

スポーツには、観戦する「みるスポーツ」としての側面や、自然や名所の散策などの趣味を実現する手段としての側面など、様々な機能があります。本計画では季節に応じた多様なスポーツ機会の提供、スポーツ観戦情報の提供・観戦ツアーの推進、スポーツに関する相談窓口の機能を充実させ、多様なスポーツニーズの実現を目指します。

【施策】

① 季節に応じた多様なスポーツ機会の提供

季節に応じてさまざまなスポーツが楽しめる複数種目型クラブを支援します。また、季節ごとのスポーツプログラムの開発の検討を行います。さらに、スキーなどのシーズンスポーツ体験会を開催します。

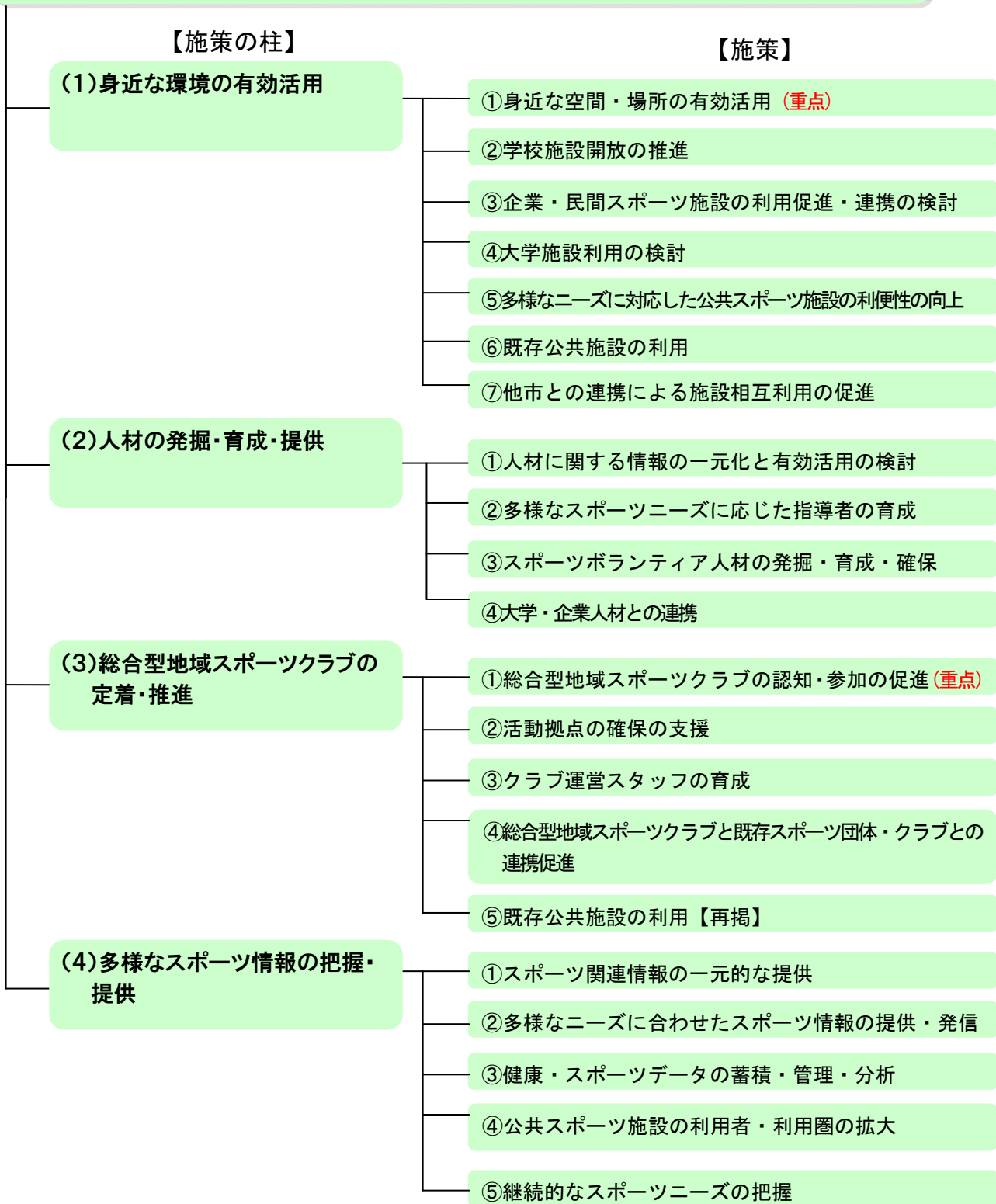
② スポーツ観戦情報の提供・観戦ツアーの推進

トップアスリートが参加する競技会だけでなく、市内で開催されるスポーツ大会や市内の学校、スポーツクラブなどが出場する大会の情報提供を推進します。また、トップアスリートのパフォーマンスを実感したり、楽しんだりするために、市内外でのプロスポーツ観戦ツアーの企画を検討します。また、各スポーツの観戦の楽しみ方のアドバイスの提供なども検討していきます。

③ スポーツに関する相談窓口機能の充実

スポーツ、健康、介護予防などのスポーツ活動やスポーツを通じた健康づくりに関する市民のさまざまな相談に対応するため、相談窓口機能の充実や各担当課の連携強化を促進します。

4. 市民それぞれのスポーツ実践を支える環境づくり



4. 市民それぞれのスポーツ実践を支える環境づくり

市民それぞれにとっての体を動かす喜び、楽しさ（＝スポーツ）を実現するには、場所だけでなく、人材やスポーツクラブ、情報を含めたスポーツ環境の充実が必要です。具体的には環境の有効活用、人材の発掘・育成・提供、総合型地域スポーツクラブの定着・推進、多様なスポーツ情報の把握・提供により、スポーツという言葉に捉われず、市民の誰もが地域の中でアクティブに活動できるような環境づくりを目指します。

（1）身近な環境の有効活用

市民の誰もが日常の暮らしの中でスポーツを行うためには、身近な環境の有効活用という視点が重要です。具体的には、身近な空間・場所の有効活用や、学校、企業・民間スポーツ施設、大学施設、既存公共施設など、市内のスポーツ環境を改めて見直し、有効活用することで、市民がそれぞれの地域でスポーツに取り組める環境づくりが必要です。

【施策】

①身近な空間・場所の有効活用（重点）

既存の道路に距離を表示したり、安全性を配慮したウォーキングコースの設定やマップの作成を検討します。また、公共施設の空いたスペースを利用しスポーツ活動の場として活用することを検討します。

②学校施設開放の推進

町内の運動大会や地域の少年野球、サッカーなどを行えるよう、学校施設施設の開放をより促進できるように努めます。

③企業・民間スポーツ施設の利用促進・連携の検討

企業が保有するスポーツ施設を市民が利用できるように調整を行い、民間のフィットネスクラブやスポーツクラブの施設を利用して、スポーツ教室などを開催することで、市民のスポーツ参加の促進を図ります。

④大学施設利用の検討

高機能な運動施設を有している市内の大学との連携を図り、効果的な施設利用の可能性について検討します。

⑤多様なニーズに対応した公共スポーツ施設の利便性の向上

市民の多様なニーズに応じて、バリアフリー、付帯設備、案内や表示などのユニバーサルデザイン化などのハード面の整備・充実を図ります。また、より使いやすい予約システムの整備の検討、利用時間帯の拡大の検討、スタッフのホスピタリティの向上など、ソフト面の充実も図ります。

⑥既存公共施設の利用

ダンスやヨガなどを含む、狭いスペースでも実施可能な、様々なスポーツ教室を展開することを目的として、スポーツ施設以外の公共施設の利用を推進します。

⑦他市との連携による施設相互利用の促進

近隣の小平市、東村山市、清瀬市、東久留米市の公共スポーツ施設の相互利用を促進するために、多摩北部都市広域行政圏協議会との連携を図ります。

(2) 人材の発掘・育成・提供

市のスポーツ環境を充実させるためには、施設などのハード面だけでなく、市民の多様なスポーツ活動の実践を支える人材の発掘・育成・提供が必要です。具体的には人材に関する情報の一元化と有効活用、多様なスポーツニーズに応じた指導者の育成、スポーツボランティア人材の発掘・育成・確保、大学・企業人材との連携など、人材の発掘・育成はもちろん、人材の情報を集約・共有化し、市民に提供するための仕組みづくりを検討します。

【施策】

①人材に関する情報の一元化と有効活用

スポーツの技術を磨きたい人や、自らの能力を活かして指導を行いたい人など、スポーツにおける人材のニーズとシーズをマッチングさせるため、人材に関する情報をデータベースとしてまとめ、だれもが活用できるような仕組みの開発を検討します。

②多様なスポーツニーズに応じた指導者の育成

競技スポーツ、生涯スポーツ、障害者スポーツなど、市民の多様なスポーツニーズに応じた指導者の育成を推進します。

競技スポーツ指導者に関しては、トップアスリートまたは競技力向上を目指す市民を育てるために、競技別のスポーツ指導者交流会への派遣および開催、トップスポーツ指導者養成研修会の開催、指導者交流会の開催などの実施を検討します。

生涯スポーツ指導者に関しては、だれもが気軽にスポーツを楽しめる生涯スポーツの推進のために、ライフステージや競技レベルに応じた指導者育成研修会や、ニュースポーツ・軽運動などの指導者育成研修会の派遣や開催を促進します。

障害者スポーツに関しては、障害のある方が、スポーツに関心を持ち、参加する機会を積極的に創出するため、障害者スポーツに関する指導者育成研修会への派遣や指導者同士の交流機会の創出を促進します。

③スポーツボランティア人材の発掘・育成・確保

イベント時のスタッフや審判などのスポーツボランティア人材の発掘・育成・確保を行うため、各種講演会の派遣および開催を推進します。スポーツボランティア人材は、2020年東京オリンピック・パラリンピックにおいても活躍することが期待されます。

④大学・企業人材との連携

市内のスポーツ指導者の指導力向上を目的とした環境整備を図るため、市内大学との連携による指導者派遣制度の導入の検討、企業、民間のスポーツクラブとの連携による指導者派遣制度の導入の検討などを行います。

(3) 総合型地域スポーツクラブの定着・推進

市内には、にしはらスポーツクラブ（平成 17 年設立）とココスポ東伏見（平成 23 年設立）のふたつの総合型地域スポーツクラブがあり、他世代・多種目・多志向という特徴を持ち、地域住民により自主的・主体的に運営されています。今後も、生涯にわたって継続的にスポーツを行い、世代を超えて交流できる場としての役割を一層推進するため、クラブの認知・参加の促進、活動拠点の確保の支援、クラブ運営スタッフの育成、既存スポーツ団体・クラブとの連携促進、学校施設など、既存公共施設の有効活用により、総合型地域スポーツのクラブ定着・推進を行います。

【施策】

①総合型地域スポーツクラブの認知・参加の促進（重点）

総合型地域スポーツクラブの地域社会での認知・参加拡大を促進するため、市報やホームページでの情報提供や個人利用、無料体験イベントの機会などの充実を図ります。

②活動拠点の確保の支援

総合型地域スポーツクラブが活動を展開していくために必要な拠点であるクラブハウスや運動スペースを確保するため、公共スポーツ施設や学校施設利用の検討などを行います。

③クラブ運営スタッフの育成

クラブマネージャー養成講座及びクラブコーディネーター研修会への派遣など、総合型地域スポーツクラブの運営にかかわるスタッフの育成を図ります。

④総合型地域スポーツクラブと既存スポーツ団体・クラブとの連携促進

総合型地域スポーツクラブと既存のスポーツ団体・クラブとの合同練習会、合同イベントなどの開催支援や指導者交流会の促進、地域内でのリーグ戦の開催の検討などを進めていきます。

⑤既存公共施設の利用【再掲】

総合型地域スポーツクラブの活動内容の充実に合わせた活動場所の確保を図るため、学校施設など、既存公共施設の利用を促進します。

(4) 多様なスポーツ情報の把握・提供

市民がスポーツに興味を持ち、始めるきっかけや、さらなる技術の向上、スポーツによる健康増進などに対する効果の把握、スポーツを共に行う仲間との出会いのきっかけを創出するため、多様なスポーツ情報の把握・提供を行います。具体的にはスポーツ関連情報の一元的な提供、公共スポーツ施設の利用者ニーズの把握、健康・スポーツデータの蓄積・管理・分析などにより、多様なスポーツニーズを的確に把握し、必要な情報をその媒体などを工夫しながら、市民それぞれの元へ届くような情報提供を目指します。

【施策】

①スポーツ関連情報の一元的な提供

分散しているスポーツ関連情報の一元的な提供を推進します。

②多様なニーズに合わせたスポーツ情報の提供・発信

市のホームページのスポーツに関する情報を充実させるとともに、メール配信の発行などによる、市民個々のニーズに応じたさまざまなスポーツ情報の提供を検討します。また、スポーツにあまり関心がない人に向けても、積極的に情報を発信するよう努めます。

③健康・スポーツデータの蓄積・管理・分析

スポーツをするきっかけとして、あるいは継続を動機づけるために、さまざまな健康スポーツデータを測定し、それを蓄積・管理するデータベースの構築を検討します。また、大学との連携による、データ分析や市民へのフィードバックの仕組みを検討します。

④公共スポーツ施設の利用者・利用圏の拡大

さまざまな情報媒体を通じて、市内の公共スポーツ施設の情報を、全市的に発信するとともに、魅力的な事業を提供することによって、利用者・利用圏の拡大を図ります。

⑤継続的なスポーツニーズの把握

継続的に市民のスポーツニーズを把握するために、市民意識調査の実施や Web アンケートシステムの利用などを検討します。

第6章 計画推進のための方策

1. 各主体の役割

計画の推進に向けて、市民、スポーツクラブ・団体、民間事業者、地域活動団体などが、協力・連携を行い、それぞれが主体的にスポーツ推進に取り組むことで、スポーツによる市民力及び地域力の向上を目指します。そのためには、各主体に以下のような役割が期待されます。

(1) 市民

それぞれのライフステージやライフスタイルに応じて、スポーツを楽しみ、日々の暮らしを充実させることが期待されます。また、スポーツを通じた人や地域とのつながりを大事にし、スポーツを通じた地域活性化に貢献することが期待されます。

(2) スポーツクラブ・団体

市や地域活動団体、民間事業者などと連携しながら、市民のスポーツ参加機会の拡充、市民の多様なスポーツニーズへの対応、スポーツの楽しさ、魅力の発信を行うことが期待されます。

(3) 民間事業者

公共スポーツ施設の指定管理者として、専門性を活かした市民の多様なスポーツニーズへの対応や、市と連携した市民のスポーツニーズや実態の把握を行うことが期待されます。

(4) 地域活動団体

市民に身近な存在として、活動の中にスポーツを積極的に取り入れることによる団体内や地域の交流の促進や、地域におけるスポーツ指導者・ボランティアなどの人材の発掘などが期待されます。

(5) 市

市民それぞれにとっての楽しいスポーツを実現できるスポーツ環境づくりに努めることが期待されます。また、市民や地域社会の中にあるスポーツという意識を持ち、スポーツに関連する庁内各課と連携した市民の生き生きとした暮らしの実現を目指した取り組みが期待されます。

2. 計画の評価・管理体制

本計画では、計画（PLAN）、実行（DO）、評価（CHECK）、見直し（ACTION）のPDCAサイクルで計画を推進し、計画の目標を達成するために、実行に対する適切な評価とそれに伴う見直しを行っていきます。具体的には計画に計上した各施策事業及び数値目標などについて、時代情勢やスポーツを取り巻く環境なども考慮しながら、必要に応じて数値及び計画の見直しを行います。その際は、スポーツ推進審議会および庁内における関係部署が、定期的な進行管理と実施状況の評価、見直しの役割を担います。

また、スポーツ推進は幅広い行政分野にまたがるため、庁内においても、複数部署間での情報共有を促進していきます。

図表 6-1 計画推進サイクルのイメージ

