

【概要版】

# 東京都北区 スポーツ推進計画

「スポーツで創る地域のきずな  
スポーツを楽しめるまち北区」



令和2(2020)年3月

 東京都北区

## 計画策定の背景と趣旨

スポーツは、単なる運動にとどまらず、権利として保障されるべきものであり、QOL（生活の質）の向上という点において、非常に重要な役割を果たします。スポーツを取り巻く大きな動きとしては、平成27（2015）年10月に文部科学省の外局として、スポーツ庁が設置され、国としてもスポーツの一層の推進に向けて取り組んでいます。

加えて、令和元（2019）年にラグビーワールドカップ2019™が開催され、令和3（2021）年には東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の開催が予定されています。

区では、北区基本構想の3つの基本目標のなかで、「一人ひとりがいきいきと活動するにぎわいのあるまち北区」を掲げ、生涯スポーツの推進のため、身近なスポーツの場の整備と参加機会の拡充をめざしています。その実現をめざし、平成24（2012）年8月に、10年間を実施期間とする「東京都北区スポーツ推進計画～わくわくスポーツすこやかプラン～」を策定しました。

今回、近年のスポーツ推進を取り巻く社会動向等を踏まえ、区民の週1日以上スポーツを行う18歳以上の割合のさらなる向上をめざし、本計画を策定することとします。

## スポーツの捉え方

### 《本計画における「スポーツ」の捉え方》

ルールに基づいて勝敗や記録を競う競技スポーツだけでなく、ウォーキングや軽い体操等、健康の維持増進や介護予防、自然に親しむ野外活動、レクリエーションやコミュニケーションのための運動等、目的をもった身体活動を幅広くスポーツとして扱います。

### 《本計画における「障害者スポーツ」の捉え方》

障害のある方でもスポーツができるよう、障害に応じて競技規則や実施方法を変更したり、用具等を用いて障害を補ったりする工夫・適合・開発がされたスポーツという意味に留まらず、「障害のある方が取り組むスポーツ」という意味で「障害者スポーツ」という言葉を捉えています。

### 様々なスポーツ

競技スポーツ



健康づくり



野外活動



レクリエーション



## 計画の位置付け

本計画は、国及び東京都の「第2期スポーツ基本計画」や「東京都スポーツ推進総合計画」と北区の「北区基本計画」や「北区教育ビジョン」等の関連計画との整合性を図り、すべての世代のスポーツ推進のための行動計画として位置付けます。

## 計画の期間

本計画の期間は、令和2（2020）年度から令和11（2029）年度までの10年間とします。なお、社会情勢や進捗状況により、5年を目途に必要なに応じて計画の見直しを行うものとします。

## 課題のまとめ

これまでの取り組みや、区民アンケート調査結果から現状の課題をまとめました。

### （1）全般的な課題

- ・成人の運動習慣の形成とスポーツ実施率のさらなる向上
- ・家庭・学校・地域の連携によるスポーツ推進
- ・スポーツを支える人材の育成・確保
- ・スポーツを行う環境の整備
- ・東京2020大会を契機としたスポーツ推進



トップアスリート直伝教室

### （2）世代別の課題

- ・子どもの体力向上とスポーツ参加機会の拡充
- ・働き盛り・子育て世代がスポーツをしやすくなるきっかけづくり
- ・高齢者の健康増進やいきがいづくり、社会参加としてのスポーツプログラムの作成



### （3）障害の有無に関わらないスポーツ推進の課題

- ・障害者のスポーツの促進
- ・障害者スポーツへの理解・関心の向上
- ・障害者が気軽にスポーツができるきっかけやなかまづくり
- ・障害者スポーツの指導者・スポーツボランティアに興味を持ってもらうきっかけづくり
- ・障害者に対する支援者の確保



テニスフェスティバル

### （4）地域スポーツの推進に関する課題

- ・総合型地域スポーツクラブの充実
- ・スポーツボランティアの充実
- ・地域のスポーツ団体の活性化

### （5）施設・環境に関する課題

- ・情報発信の充実
- ・身近なところで運動やスポーツができる場の整備
- ・スポーツ施設及び経路のバリアフリー整備





## 基本理念

前計画を引き継ぎ、国や東京都、北区の上位計画並びに現状の課題を踏まえ、基本理念を以下のように設定します。

# 「スポーツで創る地域のきずな スポーツを楽しめるまち北区」

～スポーツを通して地域の交流や連携・協働を促し、区民一人ひとりが、いつでも、どこでも、だれとでも、いつまでも スポーツを楽しめるまちをめざします。～

## 基本目標

### (Ⅰ) ライフステージ等に応じてスポーツを楽しめる機会づくり

区民がいつまでもいきいきとした生活を送ることができるよう、区民の誰もが、それぞれの体力や年齢、技術、興味、目的に応じて、いつでも、どこでも、だれとでも、いつまでもスポーツを楽しむことができるよう、子ども、働き盛り・子育て世代、高齢者等、また、障害のある方もない方も、ライフステージや一人ひとりの区民の状況に応じたスポーツ活動やそのための機会づくりを推進します。

### (Ⅱ) スポーツを通じた地域の活力向上と体制づくり

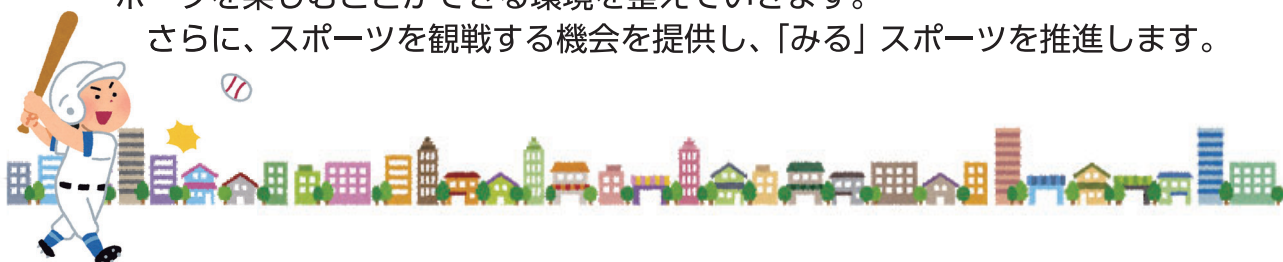
区民が、自己の能力・適性、興味・関心等に応じ、主体的にスポーツ文化を豊かに享受することができるよう、様々な区民のスポーツニーズに対応した指導者等の人材の育成を進めます。また、地域における様々なスポーツ団体・クラブの支援と育成に取り組みます。

さらに、スポーツ人口の拡大を図るとともに、東京2020大会の開催を契機として、北区のスポーツのさらなる推進につなげ、活力ある地域づくりをめざします。

### (Ⅲ) 気軽にスポーツに関わることができる環境づくり

区民が積極的にスポーツに取り組むことができるよう、行政だけでなく、スポーツ関係団体、学校等、様々な主体が連携・協働し、身近な地域で気軽にスポーツを楽しむことができる環境を整えていきます。

さらに、スポーツを観戦する機会を提供し、「みる」スポーツを推進します。





## 数値目標

### 【18歳以上のスポーツ実施率】

週1日以上スポーツを行う18歳以上の割合

現状 (平成30年度) 43.4% ⇒ 5年後 (令和5年度) 55% ⇒ 10年後 (令和10年度) 65%

### 【働き盛り・子育て世代のスポーツ実施率】

週1日以上スポーツを行う30歳から64歳までの割合

現状 (平成30年度) 35.1% ⇒ 5年後 (令和5年度) 40% ⇒ 10年後 (令和10年度) 50%

### 【障害者のスポーツ実施率】

週1日以上スポーツを行う障害者（18歳以上）の割合

現状 (平成30年度) 32.9% ⇒ 5年後 (令和5年度) 40% ⇒ 10年後 (令和10年度) 45%



スポーツ推進委員による  
ノルディックウォーキング



車いすフェンシング教室



JOC連携事業



## 施策の展開

### 基本目標

## ライフステージ等に応じてスポーツを楽しめる機会づくり

### (1) 子どもの体力向上とスポーツ参加機会の拡充

子ども自身が体を動かすことに興味や関心を持ち、自ら進んで体を使った遊びを楽しみ、多様な動きを経験できる機会の充実を図るとともに、子どものスポーツへの興味・関心を高める活動を行う団体の活動支援に努めます。

#### 主な取組名

- 区立スポーツ施設等における幼児体操教室・親子プログラムの実施
- 保育園における幼児の運動遊び支援
- 巡回実技研修会の実施
- 小学生長なわトライ（中学生長縄トライ）の実施
- わくわく土曜スポーツクラブ
- ジュニア向けの大会・スポーツ教室等の開催

## (2) 働き盛り・子育て世代のスポーツ活動への参加促進

成人の運動・スポーツ参加の裾野が広がるよう努めるとともに、女性や、特に、スポーツ実施率の低い働き盛り・子育て世代がスポーツに興味・関心を持ち、気軽に取り組めるよう、スポーツ活動に参加できる環境を整えます。

### 主な取組名

- 健康測定会の実施
- 初心者向けのスポーツ教室
- 家庭や身近な場所での運動を促す工夫
- 競技人口やスポーツ実施率の向上

## (3) 高齢者のスポーツ参加促進といきがいづくり

高齢者が気軽に定期的に楽しめるスポーツ活動を推進し、いつまでも健康で自立した日常生活を営み、意欲的に活動する体力を維持できるよう、いきがいづくりや社会参加の機会創出に積極的に取り組みます。

### 主な取組名

- シルバースポーツウィーク事業
- 高齢者料金の導入
- 一般介護予防事業
- いきがい活動センターの開設

## (4) 障害の有無に関わらないスポーツ推進

身体能力の差異を問わず、自身の興味・関心に合わせたスポーツを楽しめるよう、スポーツ教室等を実施します。ポッチャや車いすテニス等の普及・啓発を進め、障害のある方もない方も一緒に楽しめるイベント等を実施することで、区民の障害者スポーツへの意識の高揚を図ります。

### 主な取組名

- 知的障害者サッカー教室
- 障害者料金の導入
- ユニバーサルスポーツ体験会
- 城北ブロック4区合同レクリエーション大会
- 障害者週間記念講演会
- 障害者のスポーツ交流イベント

## (5) 全世代を対象としたスポーツ推進

スポーツをしていない人や女性、子どもから高齢者まで、だれもがスポーツを様々な立場で、主体的にスポーツに取り組むことができるきっかけづくりを推進します。

### 主な取組名

- 健康づくりグループ活動
- ウォーキング大会の開催
- 地域におけるスポーツイベントの実施

## 基本目標



## スポーツを通じた地域の活力向上と体制づくり

### (1) スポーツを支える人材の育成・活躍

区民のスポーツ指導者に期待するニーズに応えられるよう、地域で活動している指導者を支援することで指導者の確保に努めるとともに、競技団体等と連携し、質の高い技術・技能を有するスポーツ指導者の養成及び定期的な研修による指導力の向上を図ります。

また、様々なスポーツ大会・イベント等において、スポーツを支えるスポーツボランティアの育成に努めます。

### 主な取組名

- 指導者向け研修会の実施
- 初級障がい者スポーツ指導員養成講習会の実施
- スポーツボランティア制度の充実

## (2) 地域のスポーツ団体の育成・支援・充実

子どもから高齢者までのすべての人が、様々なスポーツを生涯にわたり身近な地域で楽しめるよう、様々な種目に気軽に参加することができる総合型地域スポーツクラブを育成支援し、活用促進を図るとともに、スポーツ関係団体の活動に対する支援等により、安定的な活動環境の充実を図ります。

### 主な取組名

- 総合型地域スポーツクラブのPR・活動紹介
- 担い手となる人材の発掘・育成
- スポーツ施設及び学校との事業連携
- 地域行事への参加
- 北区体育協会等との連携・支援
- 区民体育大会・都民体育大会

## (3) 家庭・学校・地域の連携によるスポーツ推進

個人でも団体でも、地域で様々なスポーツを楽しめるよう、スポーツを通じた交流を促進させ、スポーツを通じて生まれた交流の輪を地域から広げ、スポーツ交流を発展させます。

### 主な取組名

- 小学校の中学校部活動体験
- 学校間における運動会の参加交流
- 放課後子ども総合プラン（わくわく☆ひろば）におけるスポーツ活動の実施
- 地域の協力による部活動指導
- 地域スポーツ行事の推奨
- ご近所体操教室

## (4) 東京2020大会を契機とした「トップアスリートのまち・北区」の推進

東京2020大会の開催を契機として、北区における様々な有形・無形のレガシーを創出し、まちの発展・魅力を向上することで、北区のスポーツの推進につなげていくとともに、区民のスポーツに対する理解促進や参加意欲の向上を図ります。

### 主な取組名

- 手形モニュメント取付事業
- スポーツコンダクター
- トップアスリート直伝教室
- 車いすフェンシング教室、フェンシング教室

## (5) スポーツ交流等による競技力の向上

JOC<sup>※1</sup>、HPSC<sup>※2</sup>と連携して、トップスポーツと地域におけるスポーツとの連携・協働を推進するとともに、全国的なスポーツ大会、東京都レベルのスポーツ大会への参加を支援し、競技スポーツの拡大を図ることで区民が競技スポーツに親しめる機会を提供します。

### 主な取組名

- スポーツ祭り
- JOC連携事業
- 区内企業とのパートナーシップ協定
- トップアスリートなどによる講演会・教室の開催
- 都市間スポーツの交流
- 全国レベルの大会やスポーツイベント開催の支援

※1 JOC (Japanese Olympic Committee) : 日本の国内オリンピック委員会のこと。

※2 HPSC (High Performance Sport Center) : オリンピック競技とパラリンピック競技を一体的に捉え、国立スポーツ科学センター (JISS) と味の素ナショナルトレーニングセンター (NTC) が持つスポーツ医・科学研究、スポーツ医・科学・情報サポート及び高度な科学的トレーニング環境を提供し、各種スポーツ資源の開発等を行う機関。





### (1) 身近なところでスポーツができる施設の充実

だれもが利用しやすい施設となるよう改善を図りながらハード、ソフト両面からスポーツ施設の整備や既存スポーツ施設の有効活用を実施していきます。

また、多目的広場・健康遊具の整備や学校等体育施設の開放を行い、スポーツに親しめる身近な場所の確保に努めます。

#### 主な取組名

- 桐ヶ丘体育館の改築
- 豊島五丁目荒川河川敷へのスポーツグラウンド等の整備
- 安全で快適な歩行空間の確保
- 「ランニングステーション」機能の活用
- 地区体育館の整備
- 校庭夜間開放
- 国の施設利用
- 東京都障害者総合スポーツセンターの活用

### (2) スポーツ観戦環境の充実

スポーツ人口の拡大を図るため、スポーツを観戦する機会の提供や、大会・教室・イベントを定期的に開催し、区民がスポーツを始めるきっかけを提供します。

#### 主な取組名

- スポーツ観戦事業
- スポーツ観戦のためのバリアフリー整備

### (3) スポーツ推進のための庁内連携

様々なスポーツの情報を提供し、区民のスポーツ参加意欲を高めるとともに、必要としている人に情報が届くよう多様な手段を用いた情報提供に取り組みます。

また、スポーツ推進における庁内の連携を図りながら、各種の取組みを進め、効果的な施策の展開に努めます。

#### 主な取組名

- 広報誌による特集記事の掲載
- スポーツ施設における情報提供の充実
- スポーツに関する情報や区民のニーズ等の実態把握
- 計画の進捗状況評価



赤羽体育館



赤羽スポーツの森公園競技場



スポーツ観戦事業  
(パブリックビューイング)

## 東京都北区スポーツ推進計画 【概要版】

刊行物登録番号  
31-2-160

令和2(2020)年3月

発行：東京都北区地域振興部スポーツ推進課  
〒114-8503  
東京都北区王子1-11-1 北とびあ10階  
電話：03(5390)1134 (ダイヤルイン)

北区のスポーツ情報はこちらを検索ください。

北区 スポーツ

検索