

新宿区

スポーツ環境

整備方針

(案)

令和7年3月
新宿区



あいさつ

スポーツの力で「新宿」

Shinjuku City Sports Center 新宿区スポ

競技：シンクロナイズドスイミング
(現・アースティックスイミング)

- 2012年 ロンドンオリンピック
チーム 5位
- 2015年 世界水泳選手権カザン大会
デュエット/チーム 各銅メダル
- 2016年 リオデジャネイロオリンピック
デュエット及びチーム 銅メダル

新宿区立落合第一小学校卒業

平成28年11月受賞



みつい りさこ

三井 梨紗子

競技：競泳

- 2009年 世界水泳選手権ローマ大会
100m背泳ぎ 優勝、
50m背泳ぎ 2位
- 2016年 リオデジャネイロオリンピック
4×100mフリーリレー ファイナリスト
- 2017年 世界水泳選手権ブダペスト大会
50m背泳ぎ 2位

平成29年12月受賞



こが じゅんや
古賀 淳也

競技：陸上

- 2019年 日本選手権
800m/1500m 優勝
- 2019年 アジア選手権ドーハ大会
1500m 4位
- 2021年 日本選手権
800m 優勝、1500m 2位
- 2021年 東京オリンピック
1500m 出場

新宿区立西戸山中学校
(現：新宿西戸山中学校) 卒業

令和3年12月受賞



うらべらん

ト部 蘭

のまち」を元気に！

Sports Honor Award 一つ栄誉賞

たかくわ さき
高桑 早生



競技：陸上

- 2012年 ロンドンパラリンピック
100m/200m 7位
- 2016年 リオパラリンピック
走り幅跳び 5位、200m 7位、
100m 8位
- 2021年 東京パラリンピック
走り幅跳び 8位、100m 出場
- 2024年 パリパラリンピック
走り幅跳び 5位、100m 出場

令和3年12月受賞

競技：フィギュアスケート

- 2018年 世界選手権 2位
- 2022年 北京オリンピック
個人 4位、団体 銀メダル
- 2024年 グランプリシリーズアメリカ大会
1位
- 2024年 グランプリシリーズファイナル
4位

新宿区立淀橋第四小学校卒業

令和4年10月受賞

まきの ひろこ
牧野 紘子



競技：競泳

- 2023年 世界水泳選手権福岡大会
200mバタフライ 9位
- 2023年 アジア競技大会(杭州)
200mバタフライ 銅メダル
- 2024年 パリオリンピック
200mバタフライ 13位、
4×200mフリーリレー 13位

新宿区立津久戸小学校卒業

令和6年10月受賞

目次

第1章 方針の考え方・基本理念	1
（1）スポーツ環境整備の必要性と目的	2
（2）本方針におけるスポーツの定義	3
（3）方針の対象	3
（4）基本理念とスローガン	4
①基本理念	4
②スローガン	4
（5）環境整備の基本的な視点	5
（6）方針の位置付け	6
第2章 方針策定の背景	9
（1）社会的背景	10
（2）国や都の動向	12
（3）新宿区の人口	13
第3章 課題と対応	15
（1）方針策定のための調査の実施	16
（2）課題と対応	18

第4章 施策の展開	29
施策の体系	30
基本施策1. 誰もが気軽にスポーツを楽しむ機会の創出	32
(1) 子どもがスポーツを楽しめる場や機会の創出	33
(2) 成人がスポーツを楽しめる場や機会の創出	34
(3) 高齢者がスポーツを楽しめる場や機会の創出	35
(4) スポーツの魅力を知る機会の創出	36
(5) スポーツに関する情報の充実	37
基本施策2. 障害者がスポーツに親しめる環境づくり	40
(1) 障害者がスポーツを楽しめる場や機会の創出	41
(2) パラスポーツの振興と理解促進	42
基本施策3. スポーツ活動を支える団体の育成と担い手づくり	44
(1) スポーツ活動を支える人材の育成・活用	45
(2) 公益的なスポーツ関連団体の活動支援	46
(3) スポーツ分野における公民連携（民間活力）の推進	46
基本施策4. 多様な利用者に配慮した施設機能の充実	48
(1) 総合運動場の整備検討	49
(2) 気軽にスポーツを楽しめる都市環境の整備	49
(3) 誰もが使いやすく多様なニーズに対応した施設の整備・運営	50
(4) 地域資源を活用した各種施設の活用・連携	51
基本施策5. スポーツによるにぎわい・交流の創出	52
(1) 交流の場や機会の充実によるコミュニティの醸成	53
(2) 新宿にゆかりのあるアスリートやクラブとの連携強化	54
第5章 推進体制	55
(1) 方針の実現に向けた体制づくり	56
(2) 各主体の役割・責務	57
参考資料	59
(1) 区のスポーツ環境を支える関連団体等	60
(2) 区の生涯学習・スポーツ施設	61
(3) スポーツ環境調査結果の概要	62
(4) 方針改定の検討経過等	73

第1章 方針の考え方・基本理念

第1章 方針の考え方・基本理念

(1) スポーツ環境整備の必要性和目的

「スポーツ」は、体を動かすという人間の根源的な欲求を充足させるものであり、精神的な充足や楽しさ、喜びをもたらすという内在的な価値を持つとともに、青少年の健全育成や地域コミュニティの醸成、心身の健康の保持・増進、地域経済の活性化などにも大きく寄与するものです。

また、一部の競技者のためだけにあるのではなく、誰もが、季節や目的、レベル等に応じて、生涯を通じてスポーツに親しめることが「生涯スポーツ^{※1}」の理念でもあります。

平成25年2月に区が策定した「新宿区スポーツ環境整備方針」では、スポーツを通して様々な課題解決に取り組む地域社会を、「スポーツコミュニティ」と捉え、「生涯スポーツ社会の実現と地域の総合力を結集した『スポーツコミュニティ』の推進」を基本理念に掲げ、「スポーツの力で『新宿のまち』を元気に！」というスローガンを設定し、施策を推進してきました。

この間、ライフスタイルや働き方の変化、スポーツに対する関わり方の多様化など、区民のスポーツ環境は大きく変化しています。また、令和4年3月には国の第3期スポーツ基本計画が策定され、「多様な主体におけるスポーツの機会創出」「スポーツによる地方創生、まちづくり」「スポーツを通じた共生社会の実現」など、これからの時代に即した様々なスポーツ施策が示されました。

また、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会のレガシーを継承し発展させながら、誰もが生涯を通じて、様々な目的やレベル等に応じた多様なスポーツ活動に親しむことができる環境を整備するため、中・長期的な展望に立って、新たに区のスポーツ環境整備の基本的な方向性を定めることとしました。

方針策定にあたっては、行政内部の施策相互の連携・整合を図るとともに、区内の施設や人材などの貴重な資源が有機的に連携して取組を進められるよう、基本理念に基づき、個々の取組を体系化しています。

※1 生涯スポーツ：個々の目的やレベル等に応じて、誰もが生涯を通じて多様なスポーツに親しむこと。

(2) 本方針におけるスポーツの定義

本方針では、スポーツをより身近なものとし、これまでスポーツに関心がなかった人たちも含めて、気軽にスポーツを楽しめる環境づくりを目指しています。

そのため、本方針における「スポーツ」の定義は、ルールに基づいて勝敗や記録を競うスポーツだけでなく、気晴らしや健康づくりのためのウォーキング・散歩やひとつ手前の駅で降車して歩くこと、エレベーターを使わず階段移動すること、楽しみとして体を動かすレジャー・レクリエーションなどの身体活動全般を幅広く含むものとします。

また、本方針における「パラスポーツ」とは、障害の特性に応じてクラス分けやルールを変更したり、用具や補助者により障害を補う工夫や配慮を加えて適合させた競技種目だけでなく、障害のある人の健康づくりを目的としたウォーキングや体操、楽しみを目的としたレクリエーションなどの身体活動全般を幅広く含むものとします。

スポーツは、健康維持や気晴らしのために体を動かすということにとどまらず、人々の生活に溶け込み、日々の暮らしの中で生きがいや潤いを与える文化的な側面を持つものです。他者との関わりの中で、多様なスポーツに親しむことは、相互交流の中で個人の心身の成長をもたらすとともに、仲間づくりや地域コミュニティの活性化につながります。

(3) 方針の対象

本方針において、スポーツ環境を享受する対象は、原則として、区内に住所を有する者、並びに区内で働く者、学ぶ者、活動する者及び活動する団体とします。

(4) 基本理念とスローガン

① 基本理念

生涯スポーツ社会の実現と地域の総合力を結集した
「スポーツコミュニティ」の推進

② スローガン

スポーツの力で「新宿のまち」を元気に！

スポーツ基本法では、「スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むこと」は、全ての人々の権利であるとき、日常的にスポーツに親しみ、スポーツを楽しみ、又はスポーツを支える活動に参画できる機会が確保されなければならないと定められています。

「スポーツ」の語源はラテン語の「portare」から派生した「deportare」（デ・ポルターレ＝生活・仕事から離れる）に由来すると言われています。これは気晴らしや遊びを指す言葉であり、体を動かして楽しむ、気分転換をするという人の根源的な欲求に応えるものといえます。

生涯を通じたスポーツ活動は、子どもの心身の健やかな成長や成人期の生活習慣病予防、高齢者の健康増進や生きがいづくりなど、区民の生活の質の向上、ウェルビーイング（Well-being）の向上に寄与すると考えられます。

また、スポーツはコミュニケーションの手段としても大きな力を持っています。苦しい練習を仲間と克服した後の達成感や緊迫した試合の中でのチームメイトとの一体感は、多くの人々が共感できるスポーツの醍醐味と言えます。このような経験は、個人の心身の成長だけでなく、多くの喜びや感動をもたらす、仲間づくりや地域活力の創造に大きく貢献します。

地域コミュニティの希薄化が危惧される現代において、スポーツを通じた、人と人とのつながりは「スポーツコミュニティ」を醸成し、地域の連帯感を取り戻すとともに、様々な課題を解決する地域社会づくりの一助となり得ます。

このことから、本方針では、基本理念を「生涯スポーツ社会の実現と地域の総合力を結集した『スポーツコミュニティ』の推進」とし、スローガンを「スポーツの力で『新宿のまち』を元気に！」に設定して、区民の主体的なスポーツ活動を推進し、スポーツの持つ様々な力を区民、更には新宿のまち全体に波及させていきます。

(5) 環境整備の基本的な視点

基本理念の実現に向け、以下の3つの視点を踏まえて、新宿区のスポーツ環境の充実を図っていきます。

○持続性・継続性

基本理念を実現するためには、10年、20年といった中・長期的な視点に立ち社会状況や経済情勢の変化などに配慮しながら、持続可能な取組を進めていく必要があります。区民がスポーツを行う機会がイベントのような一過性のものに限定されることなく、日常的なものとなることが重要です。そのため、スポーツを気軽に行うことができる場や機会の拡充などにより、持続性・継続性のあるスポーツ活動を推進していきます。

○自主性・自立性

スポーツを行う主体は区民であり、区は、区民が自らの意思によって個々のニーズに合ったスポーツ活動を行えるよう、環境を整えることが必要です。

区民や地域・スポーツ団体等が、自主的かつ主体的な活動ができるよう、環境整備を進めていくことが重要です。

○連携・協働

スポーツは、個人や団体で行う（する）、観戦する（みる）、スポーツ活動を支える（ささえる）など、その関わり方も多様であり、相互の連携・協働が重要です。区民や地域、スポーツ団体等の多様な主体が、連携・協働するための仕組みづくりを進めるとともに、各主体がそれぞれの活動を尊重し、互いに認め合うことによって、情報共有や活動場所のシェア、人材の交流、イベントの共同開催等が活発に展開できるよう取り組む必要があります。

また、スポーツ環境の整備は、スポーツ施設に限定されず、区民生活の様々な場面に関わる取組といえます。そのため、区の関連部署をはじめ、事業者や大学等と連携した環境整備をより一層検討していきます。

※第4章で主な取組の内容を示す際に、「持続性・継続性」「自主性・自立性」「連携・協働」のいずれかの視点に該当するかを3つのロゴを用いて示しています



持続性
継続性



自主性
自立性

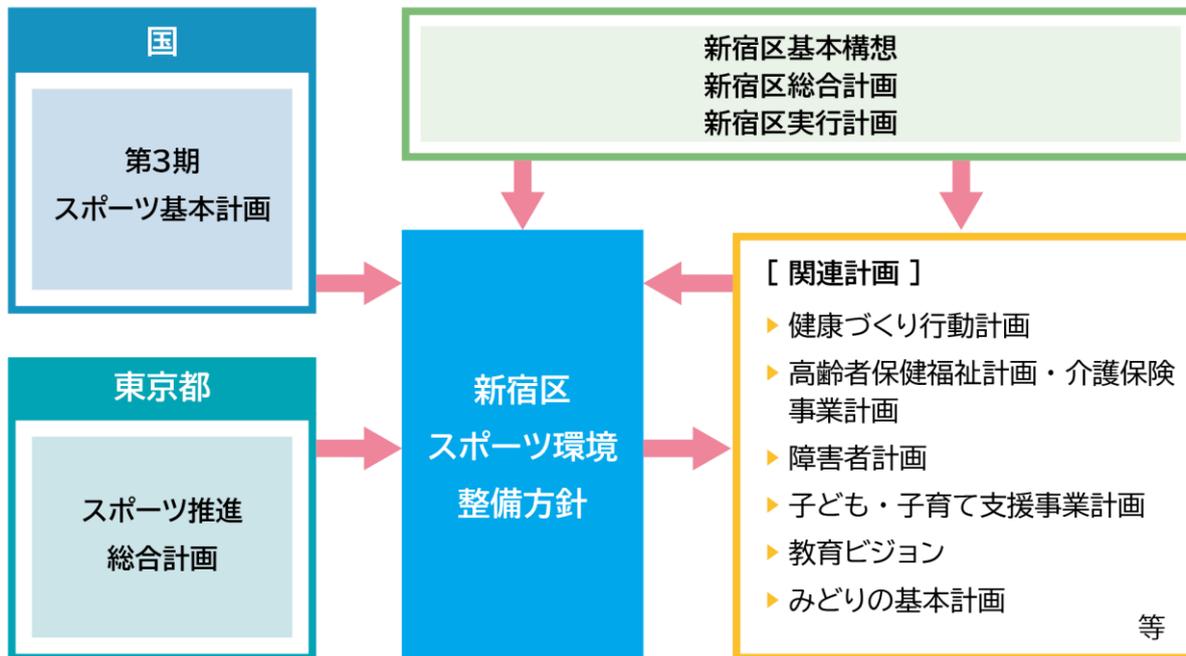


連携
協働

(6) 方針の位置付け

新宿区スポーツ環境整備方針は、「新宿区基本構想」「新宿区総合計画」及び「新宿区実行計画」を踏まえ、区のスポーツ環境の整備方針を示すものです。

スポーツ施策と関連する区の様々な計画とも連携を図り、策定しています。



コラム

ウェルビーイング (Well-being) とスポーツ

ウェルビーイング (Well-being) という言葉は、昭和 23 年に世界保健機関 (WHO) 憲章前文で「健康」の定義として初めて用いられ、一般に「人々の満足度」や「身体的、精神的に健康な状態であるだけでなく、社会的、経済的に良好で満たされている状態にあることを意味する概念」とされています。

Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity. (世界保健機関憲章前文より抜粋)

平成 27 年には「持続可能な開発目標 (SDGs)」の「Good Health and Well-being」の中に組み込まれ、日本では内閣府が平成 31 年から毎年実施している「満足度・生活の質に関する調査」において「満足度・生活の質を表す指標群 (Well-being ダッシュボード)」が公開されています。

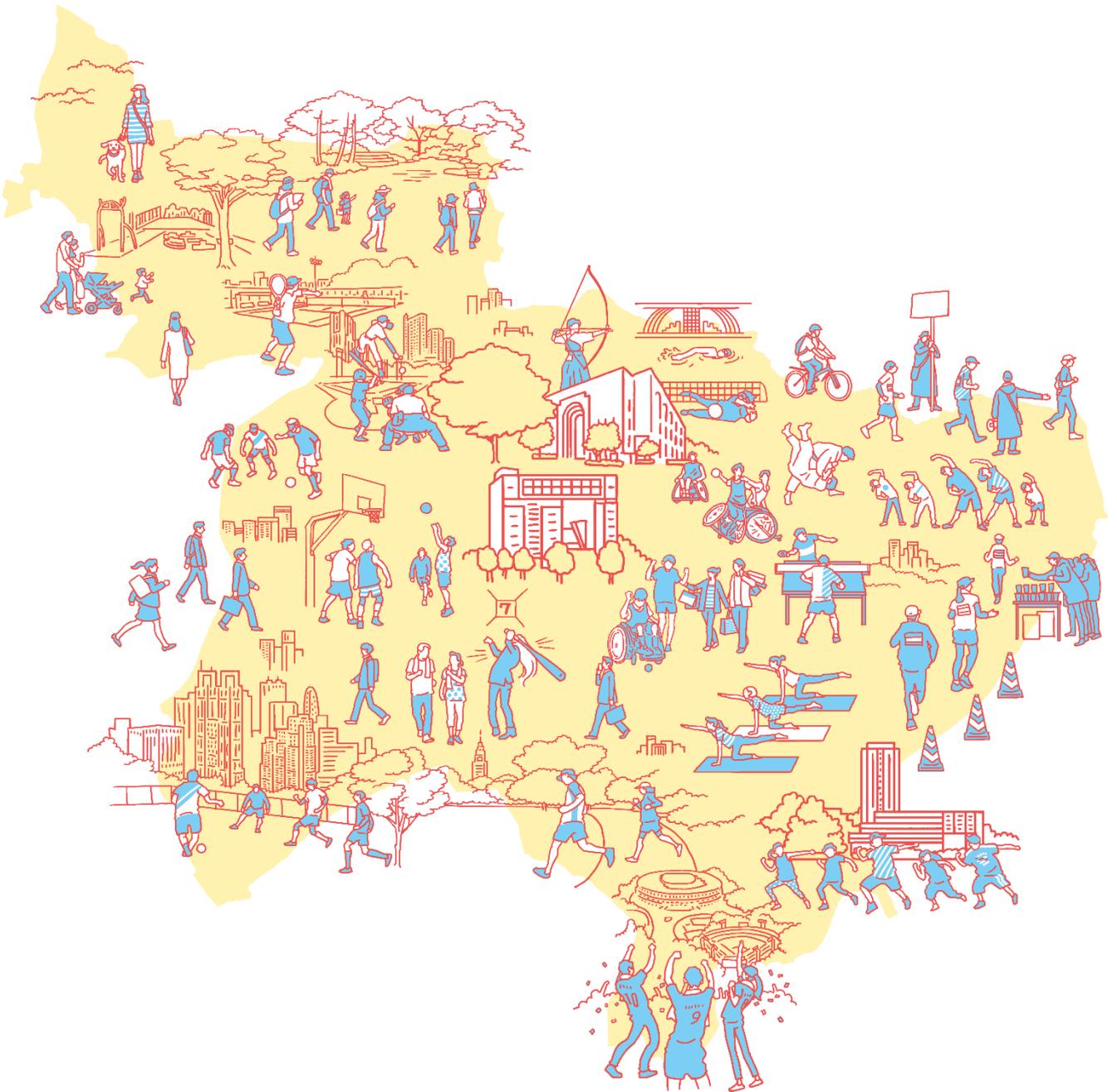
国の第 3 期スポーツ基本計画では、『する』『みる』『ささえる』を通じて、スポーツに『自発的』に参画し、『楽しさ』や『喜び』を得ることは、人々の生活や心をより豊かにする『Well-being』の考え方にもつながるものである。こうした『スポーツの価値』を原点として大切に、更に高め、生涯を通じてスポーツを『好き』でいられる環境を整えていくことが不可欠である。」と記載されています。

新宿区が令和 5 年度に実施した「新宿区スポーツ環境に関する調査報告書」では、毎日の生活に満足している人は運動やスポーツの実施頻度が高く、また、運動やスポーツが好きな区民は運動やスポーツの実施頻度が高いという結果が出ています。

区では本方針を基に、より多くの区民がスポーツを楽しみ、喜びを感じ、心身ともに豊かな生活を送ることを目指し、様々な取組を推進していきます。

上段:度数 下段:%		問17 運動やスポーツをする頻度はどの程度ですか。(〇は1つ)							
		合計	年に数回程度	月に1~3回程度	週に1回程度	週に2回程度	週に3~5回程度	ほぼ毎日	無回答
問7 毎日の生活に満足していますか。(〇は1つ)	全体	2184 100.0	270 12.4	377 17.3	391 17.9	348 15.9	376 17.2	257 11.8	165 7.6
	満足している	582 100.0	49 8.4	78 13.4	100 17.2	109 18.7	120 20.6	87 14.9	39 6.7
	まあ満足している	1220 100.0	160 13.1	214 17.5	224 18.4	188 15.4	206 16.9	142 11.6	86 7.0
	やや不満だ	293 100.0	36 12.3	73 24.9	53 18.1	39 13.3	39 13.3	21 7.2	32 10.9
	不満だ	80 100.0	24 30.0	9 11.3	14 17.5	12 15.0	7 8.8	6 7.5	8 10.0
	無回答	9 100.0	1 11.1	3 33.3	-	-	4 44.4	1 11.1	-
	問9 運動やスポーツが好きですか。(〇は1つ)	全体	2184 100.0	270 12.4	377 17.3	391 17.9	348 15.9	376 17.2	257 11.8
とても好き	550 100.0	42 7.6	67 12.2	107 19.5	101 18.4	130 23.6	83 15.1	20 3.6	
まあまあ好き	1180 100.0	150 12.7	221 18.7	215 18.2	190 16.1	187 15.8	126 10.7	91 7.7	
あまり好きではない	394 100.0	65 16.5	79 20.1	61 15.5	48 12.2	53 13.5	44 11.2	44 11.2	
嫌い	56 100.0	11 19.6	10 17.9	8 14.3	9 16.1	6 10.7	4 7.1	8 14.3	
無回答	4 100.0	2 50.0	-	-	-	-	-	2 50.0	

出典：新宿区スポーツ環境に関する調査報告書 (令和 5 年度)



第2章 方針策定の背景

第2章 方針策定の背景

(1) 社会的背景

スポーツを取り巻く社会状況は大きく変化しており、今後も変化が予想される中で、スポーツには以下のような様々な意義や効果が期待されています。

○健康増進や生きがいづくりの重要性の高まり

超高齢社会の到来に伴い、健康志向の高まり、シニア層の生きがいづくりや仲間づくり、更には介護予防・フレイル予防といった観点から、スポーツの重要性が増しています。

また、日常的に体を動かすことで、心身の健康を保持・増進するとともに、スポーツを通して豊かな生涯を送ることの重要性も高まっています。

○子どもたちとスポーツ

外遊びの機会の減少や、コンピューター機器の普及による直接的なコミュニケーション機会の減少、生活習慣の乱れ、スポーツを行う子どもと行わない子どもの二極化など、子どもたちをめぐる様々な課題が指摘されています。

子どもの頃からスポーツに親しむことは、体力や身体能力の向上に資するとともに、克己心やコミュニケーション能力が身に付くなど、精神面でも様々な成長をもたらします。

また、幼少期にスポーツに親しんだ経験を持つ子どもは、大人になっても何らかの形でスポーツを続ける傾向が高いと言われています。

こうしたことから、子どもたちがスポーツに触れる機会を増やし、スポーツが好きな子どもを増やすことは、現代の子どもたちを取り巻く様々な課題解決の糸口となると考えられます。

○地域における人間関係の希薄化

単身世帯の増加や地域における人間関係の希薄化によって、「無縁社会」といった言葉がクローズアップされる現代社会の中で、スポーツがもたらす人との関わり、仲間づくりの機会、さらには、地域コミュニティの醸成への意義が高まっています。

近年、スポーツがまちづくりや地域づくりにもたらす影響についての議論や研究が進み、地域に根差したスポーツクラブが地域のアイデンティティ醸成を担うといった効果も注目されてきています。

スポーツを通じて地域に仲間をつくり、コミュニティやアイデンティティを再構築することなどが、スポーツの役割として期待されています。

○スポーツの力・多様な可能性の再認識

スポーツは人を元気づけ、人の心に感動をもたらし、人と人とを結びつける力があります。東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会や大規模な国際大会等におけるレガシーは、トップアスリートの国際競技力の向上だけでなく、スポーツを通じた国際交流・協力、多様な主体によるスポーツ参画を促進してきました。また、その中で高まった地域住民等のスポーツへの関心は、まちづくりの取組にも活かされています。

○デジタル技術の進展・活用

近年、日本のスポーツ分野におけるデジタル技術の進展が著しいものとなっています。デジタル技術を活用した新たなスポーツは高齢者や障害者のスポーツ参画へのハードルを下げることや、オンライン上での交流を通じた社会的孤立感の軽減にもつながると考えられています。

また、スポーツ分野においてDX（デジタルトランスフォーメーション）を導入することで、スポーツに関する様々な知見や機会を人々に広く提供することを可能にし、スポーツを「する」「みる」「ささえる」の実効性を高めるものとして期待されています。

○共生社会の実現、スポーツを通じたウェルビーイングの向上

スポーツは心身の健康の保持・増進だけでなく、社会的結びつきや共感力の向上にも寄与すると考えられています。また、スポーツは多様性への理解や関係者間の連携・協力を促進する貴重な手段となり得ます。

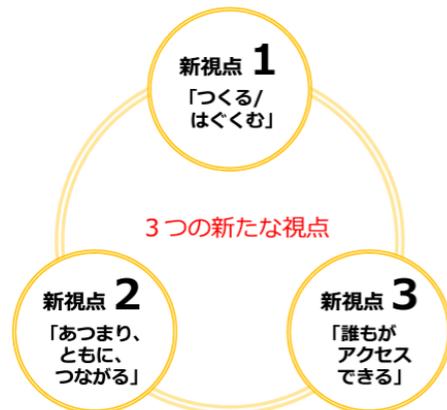
性別、年齢、障害の有無、国籍などにかかわらず、多様な人々が互いを認め合う共生社会や、一人ひとりが心身ともに健康でいられるウェルビーイング社会の実現に向けて、誰もが「する」「みる」「ささえる」スポーツの価値を享受し、様々な立場・状況の人と「ともに」スポーツを楽しめる環境を充実させる取組を推進することが重要です。

(2) 国や都の動向

○国の計画

国は、令和4年3月に「第3期スポーツ推進計画」を策定し、全ての人々が自発的にスポーツに取り組むことで自己実現を図り、スポーツの力で、前向きで活力ある社会と、絆の強い社会を目指しています。

同計画では、これまでのスポーツを「する」「みる」「ささえる」視点に加えて、あらためてスポーツが「楽しさ」「喜び」「自発性」に基づき行われるという本質的なスポーツそのものが有する価値(Well-being)や、社会活性化等に寄与する価値向上に向けて、「つくる/はぐくむ」「あつまり、ともに、つながる」「誰もがアクセスできる」の新たな3つの視点が重要視されています。

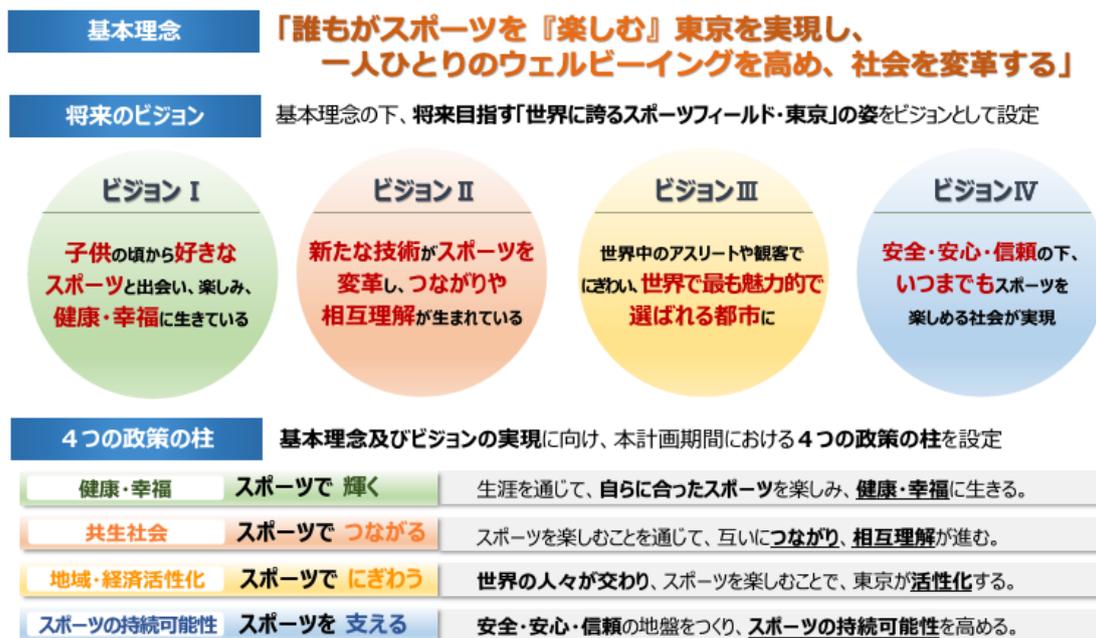


出典：スポーツ庁HP

また、具体的な施策については、既存の仕組みにとらわれずに柔軟に見直し・改善するという観点から、運動部活動の地域移行を通じて、運動部活動改革を着実に推進することで、子ども・若者のスポーツ機会の充実と体力の向上を図ること等が盛り込まれています。

○東京都の計画

東京都は、令和6年度に「東京都スポーツ推進総合計画（令和7年度から令和12年度まで）」の策定を予定しています。次期計画の基本理念を「誰もがスポーツを『楽しむ』東京を実現し、一人ひとりのウェルビーイングを高め、社会を変革する」としています。



次期計画の基本理念と将来のビジョン

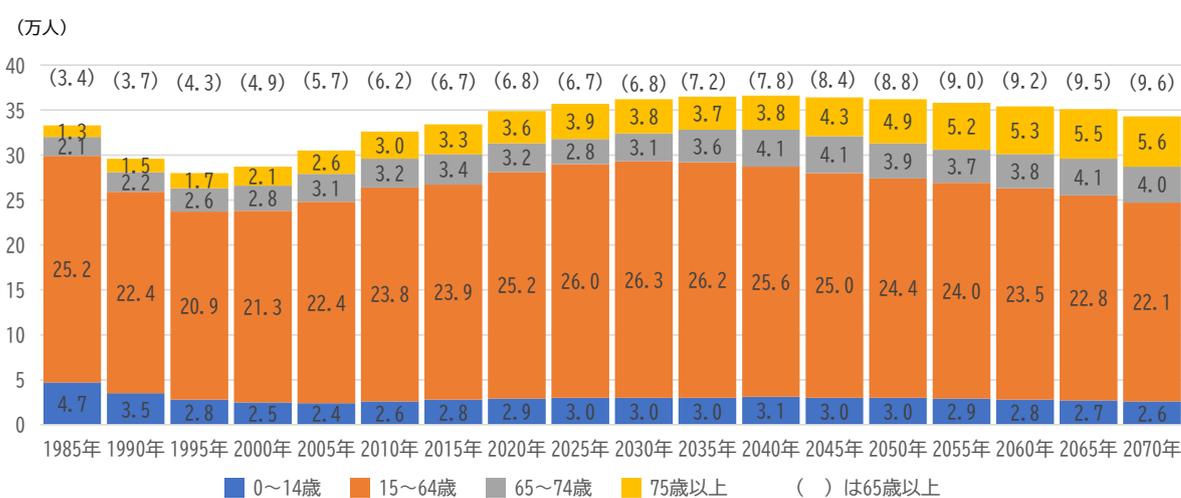
出典：東京都スポーツ振興審議会（第29期第5回）配布資料

(3) 新宿区の人口

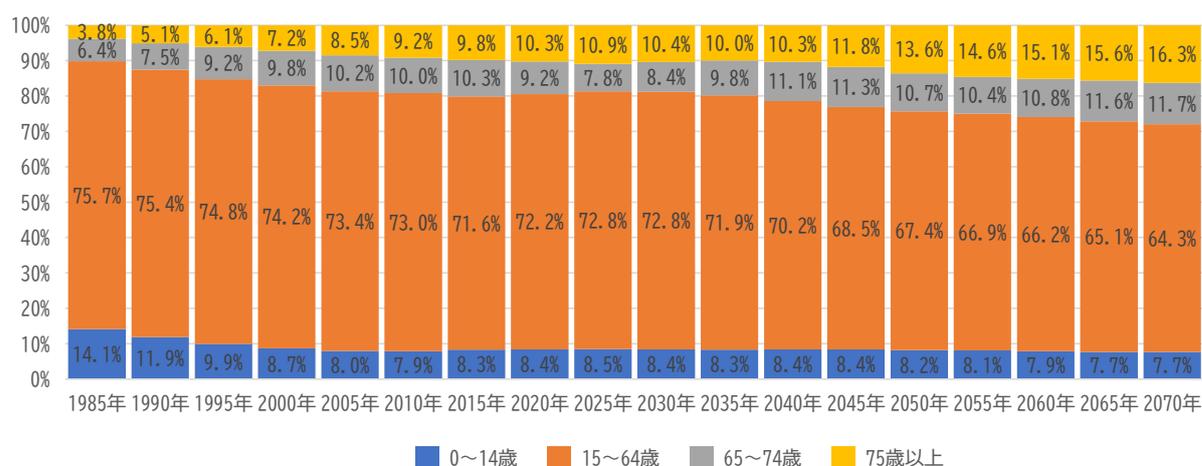
新宿区の人口推計（下図参照）をみると、年齢区分別将来推計人口においては、人口増加が続く2040年までは、2020年と比べて大きな変化はみられません。しかし、2045年以降は年少人口（0～14歳）が減少し、生産年齢人口（15～64歳）の減少が大きくなる一方、高齢者人口（65歳以上）の増加が大きくなるという推計結果となっています。

これらは、スポーツに参加する区民やそれを支える担い手の減少につながる可能性があるため、あらゆる世代のスポーツ機会の確保や、スポーツを通じた多世代の交流促進による持続可能なスポーツ環境の整備が求められています。

【中位推計】年齢区分別将来推計人口の推移－新宿区（1985年～2070年）



【中位推計】年齢区分別将来推計人口割合の推移－新宿区（1985年～2070年）



出典：新宿自治創造研究所「研究所レポート 2023 No.1 2020年国勢調査に基づく新宿区将来人口推計」

コラム

東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会のレガシー

東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会を一過性のイベントとすることなく、有形、無形のレガシーを継承するために、区ではハード・ソフトの両面にわたる多様な取組を推進してきました。

区民、地域団体、学校、事業者など多くの主体の参画を得た「オール新宿」による取組は、新宿区のスポーツ施策の発展に寄与しています。



(シッティングバレー教室)



(車いすバスケットボール教室)



(ボッチャ教室)



(パブリックビューイング)



(パラリンピック競技観戦)



(各種目の世界記録の等身大パネル)

第3章 課題と対応

第3章 課題と対応

(1) 方針策定のための調査の実施

方針策定にあたり、区民及び施設利用団体等の運動・スポーツに関する意識や実態などを把握し、今後のスポーツ施策の検討・推進のための基礎資料とすることを目的として、令和5年度に「新宿区スポーツ環境調査」を実施しました。

調査の種類・回収率は下表のとおりです。

【調査の種類・回収率】

調査の種類		有効回収数			有効回収率
		郵送	WEB	計	
1 スポーツ意識調査	① 18歳以上の区民	1,522 (19.0%)	825 (10.3%)	2,347	29.3%
	② 小学5年生及び 中学2年生	659 (22.0%)	481 (16.0%)	1,140	38.0%
2 スポーツ団体調査		350 (17.5%)	267 (13.4%)	617	30.9%
3 施設利用者調査		-	-	1,273	-

スポーツ意識調査
(※無記名)

新宿区スポーツ環境に関する調査 ご協力をお願い

日頃から新宿区の生涯学習・スポーツの推進にご理解・ご協力をいただきまして、誠にありがとうございます。

このたび、区では今後のスポーツ施設整備における基礎資料とするため、住民基本台帳から統計的手法により無作為に抽出した18歳以上の区民（令和5年8月現在）の合計3,300人を対象に、運動やスポーツについてお尋ねする「スポーツ環境に関する調査」を実施します。本調査は無記名で行う調査で、統計的な処理により分析を行いますので、皆で未開人のお考えなどが公表されることはありません。

これからの区のスポーツ環境の充実のため、何卒ご協力くださいようお願い申し上げます。

令和5年9月

ご記入にあたってのお願い

○ 当は、宛名のご本人に、令和5年9月現在の状況でお答えいただくものですが、ご家族がご本人に代わってお答えいただく場合も結構です。その場合には、ご本人のお考えに基づいてお答えください。

○ 回答は、選択肢の中からあてはまるものを選び、必ず○をつけてください。回答の明細は、質問ごとに表示してあります。ただし、質問によっては、直接記入していただくところもございます。

○ 調査結果は令和6年3月頃に新宿区ホームページに掲載するほか、区政情報コーナー、区庁館等で閲覧いただけます。

令和5年10月11日（水）までにご回答をお願いいたします。

【当先】 新宿区地域振興生涯学習スポーツ課 TEL 03-5273-4358 FAX 03-5273-3580

▼2つの方法から選んで、回答ください。▼

インターネットによる回答の場合

QRコードまたは、二次元コードから回答フォームにアクセスしてください。
① ID、パスワードを入力し、回答を入力してください。
※このIDとパスワードは、郵送との重複回答を判別するものであり、個人を特定するものではありません。なお、重複があった場合、郵送回答を優先いたします。

回答フォーム： <https://forms.g/e/793TPWvY33AZ9t78>
ID： _____ パスワード：4358



郵送による回答の場合

① 本調査票に回答を直接ご記入ください。
② 同封の返信用封筒（切手不要）に入れ、ポストに投函してください。
※調査票や封筒にお名前・ご住所を記載する必要はありません。

郵送回答の調査票

(2) 課題と対応

「新宿区スポーツ環境調査」の結果等を踏まえた課題に対応するため、5つの基本施策を設定します。

スポーツの関心や実施状況からみえた課題

ライフステージに応じたスポーツの場や機会の提供が必要です

▶「スポーツ実施率」は、子どもは、小学生から中学生になるにしたがい低下傾向にあり、18歳以上では、40歳代までは「女性」よりも「男性」の実施率が高くなっている一方、50歳代以降は「男性」よりも「女性」の実施率が高くなっており、性別・年代でばらつきがあります。

課題 子ども、成人(働く世代・子育て世代)、高齢者のスポーツへの取組状況に応じて、より多くの区民がスポーツを楽しめるよう、スポーツの場や機会の充実が必要です。

身近な場所で気軽に行える運動機会の提供、無関心層への関心喚起が必要です

▶「運動やスポーツを行わなかった」、または、「行く頻度が週1回未満」となった理由は、「仕事や家事・育児が忙しくて時間がないから」が40.3%と最も多く、次いで「興味が無い・やりたいと思わないから」が15.7%、「年をとったから」が12.1%と続いています。

課題 運動やスポーツにまとまった時間がとれない方や無関心層に対して、誰でも気軽に行える運動やデジタル技術等を活用した新たなスポーツ実施機会の創出など、多様な視点で運動機会の提供を行うとともに、スポーツへの関心を喚起する取組が必要です。

スポーツ観戦を通じたスポーツへの関心喚起が必要です

▶スポーツ観戦をして感じたことや観戦に際して行ったことは、「次日も観戦したいと思った」が58.6%と最も多く、次いで「感動した」が52.7%、「気分転換、ストレス解消ができた」が47.7%と続いています。また、「自分も運動やスポーツをしてみたいくなった」は14.2%となっています。

課題 スポーツ観戦は、多くの人々に感動や一体感を与えるとともに、応援しているチームや選手の活躍をみることで満足感・充足感を得られることがあります。また、自らスポーツに親しむきっかけになることも期待されることから、様々なスポーツの観戦機会の提供が必要です。

スポーツに関する情報発信の工夫や充実が必要です

▶スポーツイベントや施設情報などスポーツ関連の情報をどこから得ているかについては、「広報新宿・Oh!レガス」が34.5%と最も多く、次いで「区・スポーツ施設のホームページ」が24.1%、「SNS」が21.8%と続いています。一方で、「入手していない」が22.4%となっています。

課題 引き続き、広報紙などを活用して情報発信するとともに、様々な発信方法を活用することで、全ての世代がスポーツ関連情報を入手しやすくなる取組が求められています。

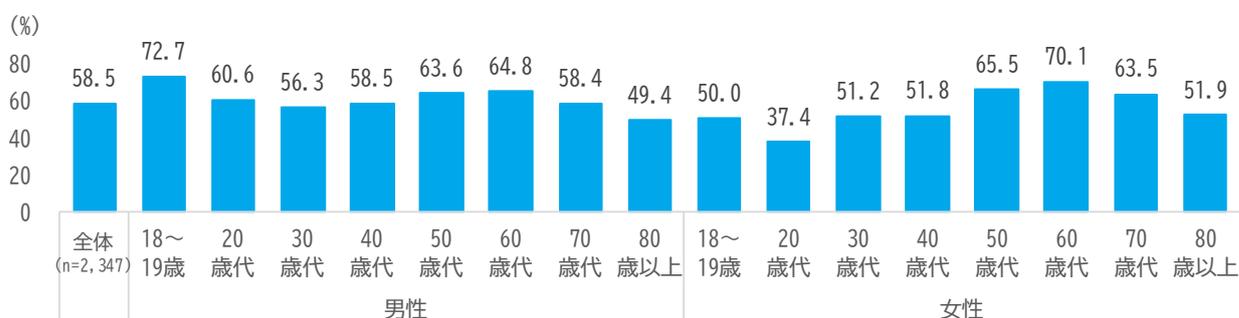
上記の課題を踏まえて、

誰もが気軽にスポーツを楽しむ機会の創出

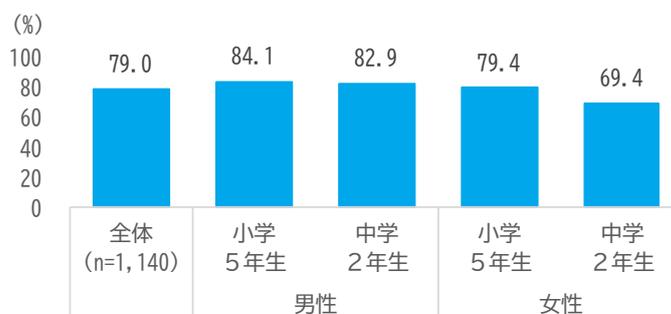
を基本施策1に位置付けます。

区民のスポーツ実施率

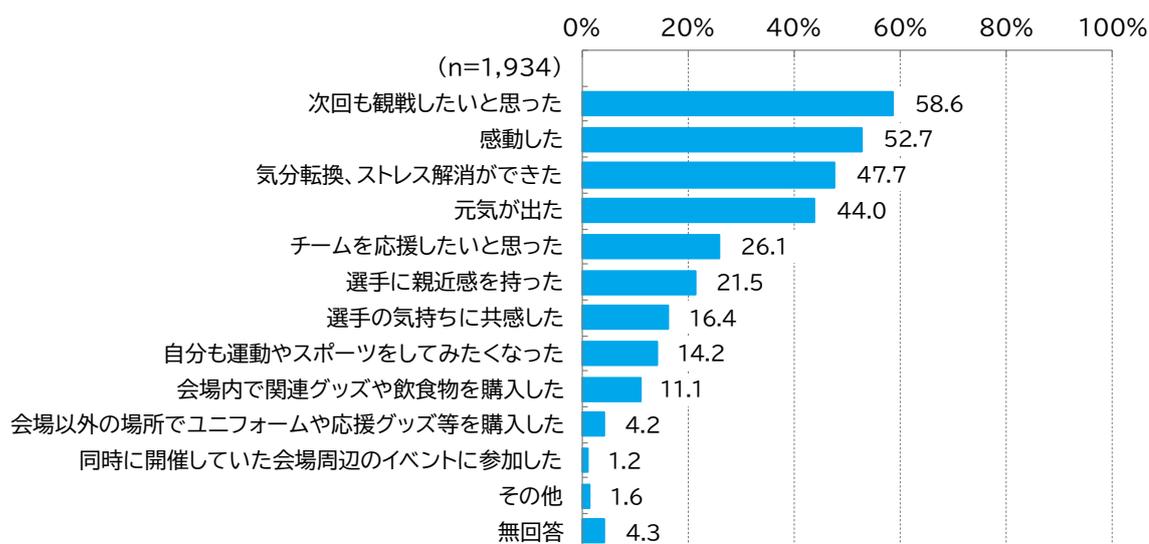
【18歳以上の区民】



【小学5年生、中学2年生】



スポーツを観戦して感じたことや観戦に際して行ったこと



出典：新宿区スポーツ環境に関する調査報告書

障害者のスポーツ環境からみえた課題

障害者がスポーツを楽しめる場や機会の創出が必要です

- ▶区が令和4年度に障害のある区民を対象に実施した「新宿区障害者生活実態調査」では、過去1年間の趣味や学習活動、スポーツなどの活動のうち、「スポーツ・軽度な身体活動（ハイキング、ウォーキング、体操等を含む）」について、18歳未満は58.1%、18歳以上は31.6%となっており、年代が上がるにつれて、スポーツ・軽度な身体活動は低下傾向にあります。
- ▶東京都の調査では、障害のある方の週1日以上スポーツ実施率^{※3}が46.3%であるのに対し、都民全体^{※4}では66.3%と、障害者のスポーツ実施率は20ポイント程度低くなっています。

課題

障害のある方が、障害の種類や程度に応じてスポーツに親しみ、継続して楽しめるよう、スポーツイベントや教室などの体験機会の充実、施設のバリアフリー化、障害者福祉施設と連携した取組が必要です。

パラスポーツへの関心喚起、普及・啓発が必要です

- ▶パラスポーツへの関心は、「関心がある（やや関心があるを含む）」が18歳以上の区民は40.3%、子どもは50.9%となっており、18歳以上の区民が10ポイント程度低い傾向にあります。

課題

パラスポーツへの関心の高さは、学校教育でパラスポーツを体験する機会がある子どもは高く、大人は低くなっています。幅広い世代を対象に、誰もが楽しめるパラスポーツへの関心喚起、普及・啓発を推進していく必要があります。

パラスポーツを支える人材の育成と活用が必要です

- ▶東京都の調査^{※3}では、スポーツを実施していない障害者の「スポーツ・運動を始めるきっかけとして必要な支援」の回答としては、「障害にあわせた教室やプログラム」が9.9%と最も多く、次いで「会場までの送迎」が8.4%、「適切な指導者やコーチ、トレーナー」が7.7%となっています。一方、「特にない」が33.9%、「わからない」が31.2%となっています。

課題

障害者のスポーツ活動の実態やニーズを把握するとともに、パラスポーツへの理解を深め、障害者のスポーツ参画を支える担い手の育成と活躍の場を充実していくことが必要です。

東京2020パラリンピックのレガシーの継承・発展が必要です

課題

東京2020パラリンピック大会を通じた共生社会に対する理解・関心の高まりと、ボランティアマインドの醸成を一過性のものにするのではなく、誰もがスポーツに参画できる機会を創出するとともに、レガシーの継承と発展が求められています。

上記の課題を踏まえて、

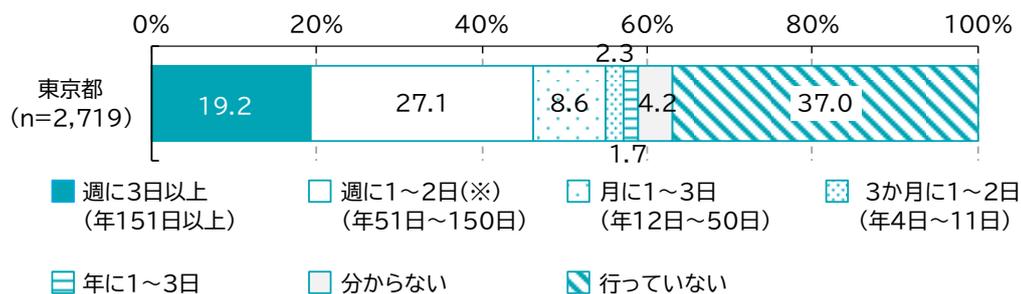
障害者がスポーツに親しめる環境づくり

を基本施策2に位置付けます。

※³ 令和5年度「障害者のスポーツに関する意識調査」（東京都生活文化スポーツ局）

※⁴ 令和5年度「都民のスポーツ活動に関する実態調査」（東京都生活文化スポーツ局）

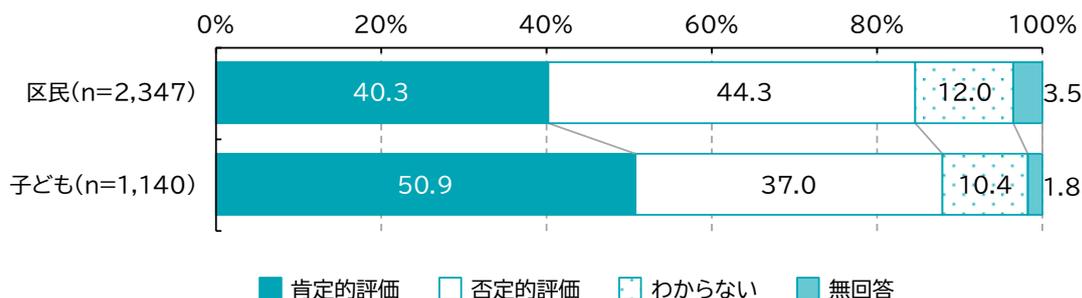
障害者のスポーツの実施状況



(※) 東京都の調査における「週2日程度(年101~150日)」「週1日程度(年51~100日)」の結果を合算しています。

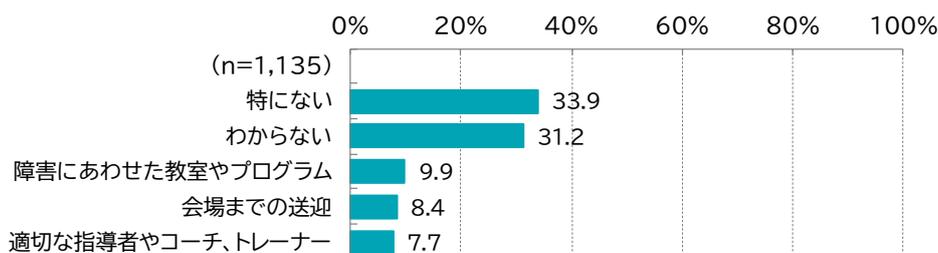
出典：令和5年度「障害者のスポーツに関する意識調査」(東京都生活文化スポーツ局)

パラスポーツへの関心



出典：新宿区スポーツ環境に関する調査報告書

スポーツを実施していない障害者がスポーツ・運動を始めるきっかけとして必要な支援 (回答上位5件)



出典：令和5年度「障害者のスポーツに関する意識調査」(東京都生活文化スポーツ局)

スポーツを支える活動からみえた課題

スポーツを支える活動への関心喚起・担い手づくりが必要です

▶運動やスポーツの指導、大会の運営などを支える活動への関心は、「行っていないし、関心もない」が全ての項目で6割前後となっています。

課題

スポーツを支える活動を行っている人は限られており、関心も低い状況にあることから、様々なスポーツイベントや教室等の機会を捉え、支える活動への関心を喚起していくとともに、多様なニーズに応える担い手の発掘と育成が必要です。

スポーツボランティアの活動機会の充実と情報の強化が必要です

▶運動やスポーツの指導、大会の運営などを支える活動の実施状況（行っている）は、全ての項目で1割未満となっています。

課題

区やスポーツ関連団体等で実施するイベント等で、積極的に地域のボランティアの活動機会の充実を図るとともに、ボランティア制度の周知強化が必要です。

スポーツ団体の育成・支援や団体間の交流・連携が必要です

▶スポーツ団体の活動状況は、「団体活動が実施できているが、活動頻度や内容をより充実させたい」が45.7%と最も多く、次いで「団体活動が実施できており、現状に満足している」が32.6%と続いています。一方、「団体活動を実施したいが、様々な制約があり実施できていない」が18.0%となっています。

▶他の団体との連携や交流は、「連携・交流は特に必要ない」が50.7%と最も多く、次いで「連携・交流を行いたいと考えているが、できていない」が18.5%と続いています。

課題

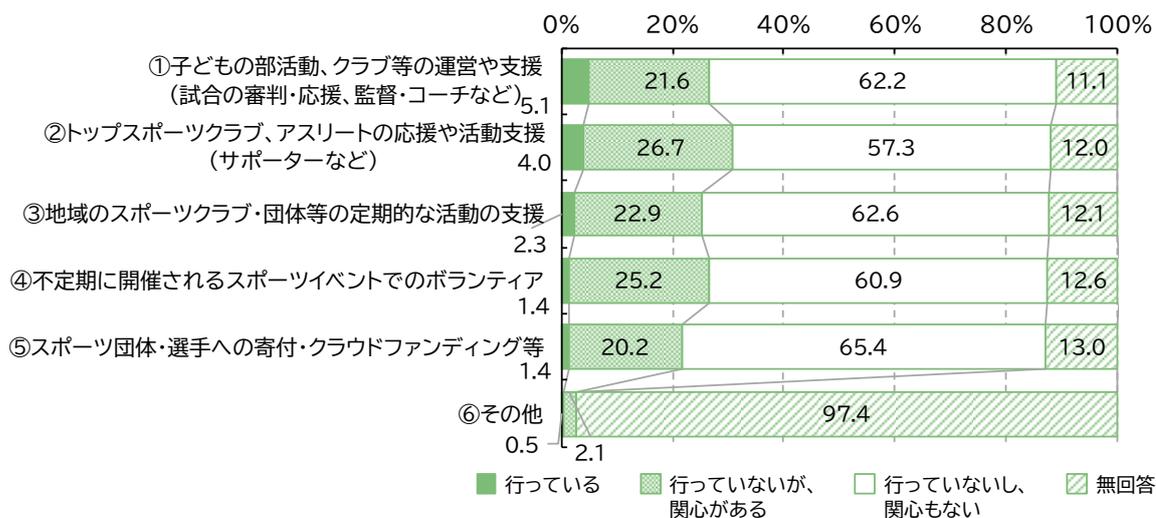
引き続き公益的なスポーツ団体等や、地域の実情に応じた活動を行うスポーツ団体の育成・支援が必要です。さらに、「連携・交流は特に必要ない」と考えている団体が多い状況にあり、高齢化社会に伴い団体運営の担い手不足が見込まれるため、持続可能な団体運営と発展のために団体間の交流・連携の促進が必要です。

上記の課題を踏まえて、

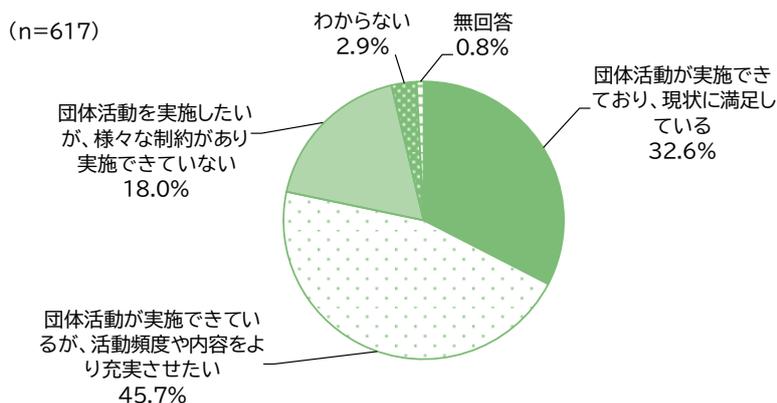
スポーツ活動を支える団体の育成と担い手づくり

を基本施策3に位置付けます。

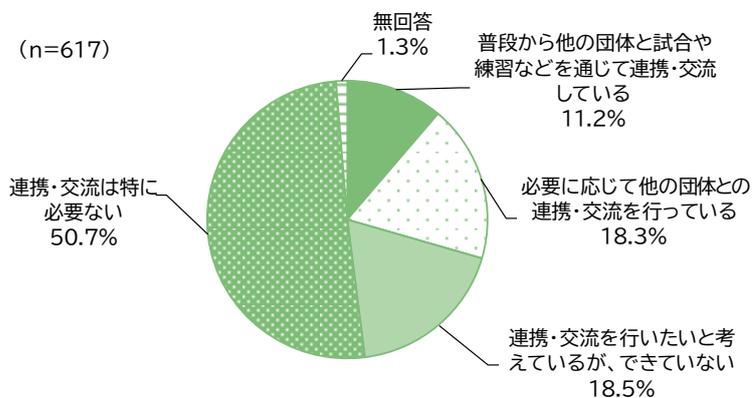
運動やスポーツの指導、大会の運営などの支える活動を行っていたり、関心があるか



スポーツ団体の活動状況



スポーツ団体の連携・交流の状況



出典：新宿区スポーツ環境に関する調査報告書

施設・ハード面からみえた課題

気軽にスポーツを楽しめる都市環境の整備が必要です

- ▶この1年間に行った運動やスポーツは、「ウォーキング・散歩」が76.9%と最も多く、次いで「体操・ストレッチ・腕立て伏せやスクワットなどの筋力トレーニング」が44.1%、「室内運動器具を使ってする運動」が18.5%と続いています。
- ▶運動やスポーツの実施場所は、18歳以上の区民では「道路や遊歩道」が35.3%と最も多く、次いで「自宅」が30.5%、「広場や公園」が23.4%と続いています。子どもでは「学校施設」が60.1%と最も多く、次いで「公共のスポーツ施設」が33.5%、「広場や公園」が31.8%と続いています。

課題

スポーツ施設だけでなく、区民の生活に身近な場所で、ウォーキング・散歩などの軽度な運動をより気軽に楽しむことができる環境整備の推進が必要です。

スポーツ施設の整備、各種施設の活用と連携が必要です

- ▶今後、どのような取組を重点的に進めていくべきかは、「区のスポーツ施設・設備の整備・充実」が54.5%と最も多く、次いで「高齢者の運動やスポーツ活動の推進」が23.7%、「運動やスポーツ情報の提供」が23.5%と続いています。

課題

スポーツの実施場所として、スポーツ施設・設備の整備・充実を図るとともに、区内の地域資源を活かした各種施設の活用と連携が必要です。

スポーツ施設の計画的な維持管理が必要です

- ▶スポーツ施設の老朽化が進むにつれ施設の維持管理に係る経費の増大が懸念されます。

課題

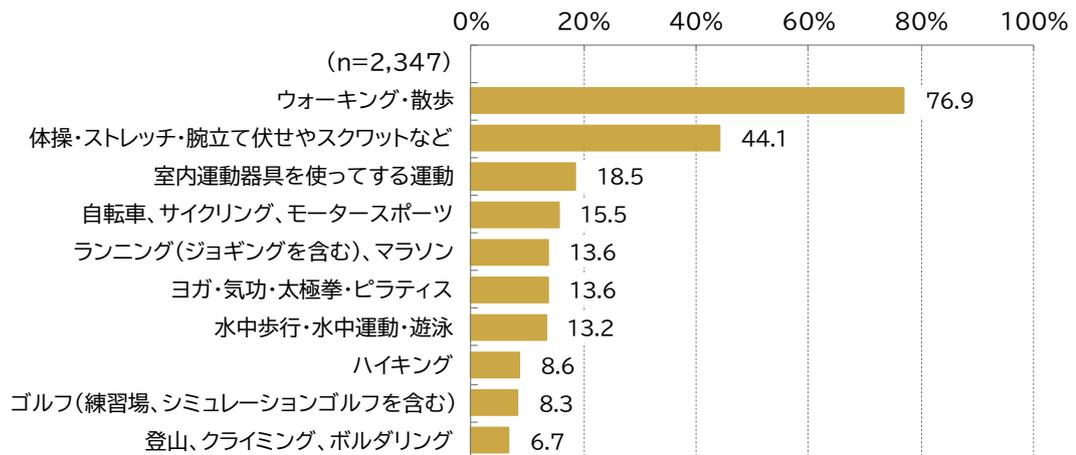
日常的な維持管理や定期的な修繕を適切に実施することで、安全で快適な施設利用環境の維持・向上と施設の適正管理を行っていく必要があります。

上記の課題を踏まえて、

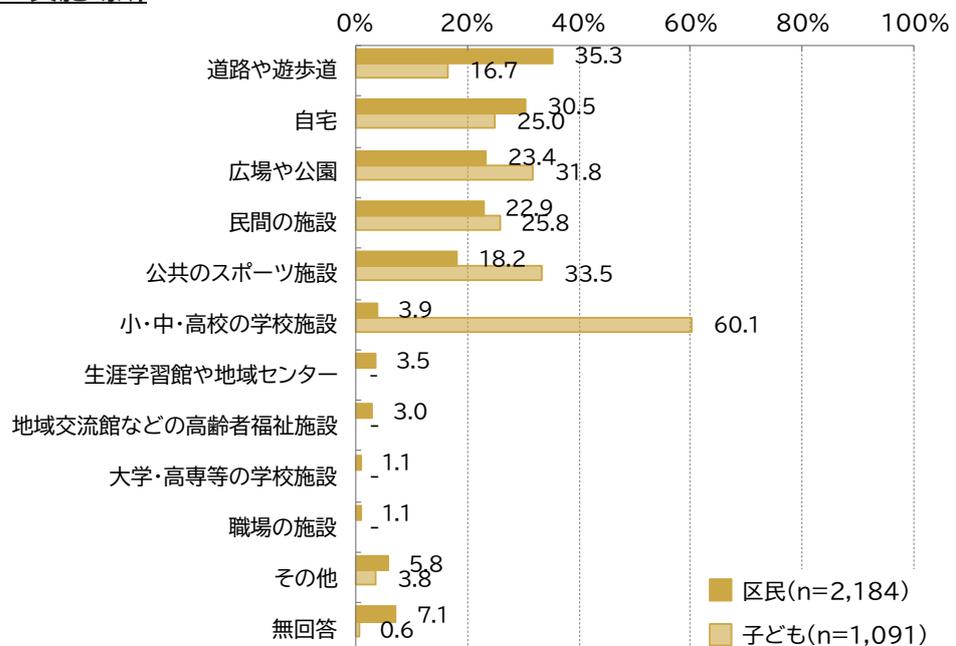
多様な利用者に配慮した施設機能の充実

を基本施策4に位置付けます。

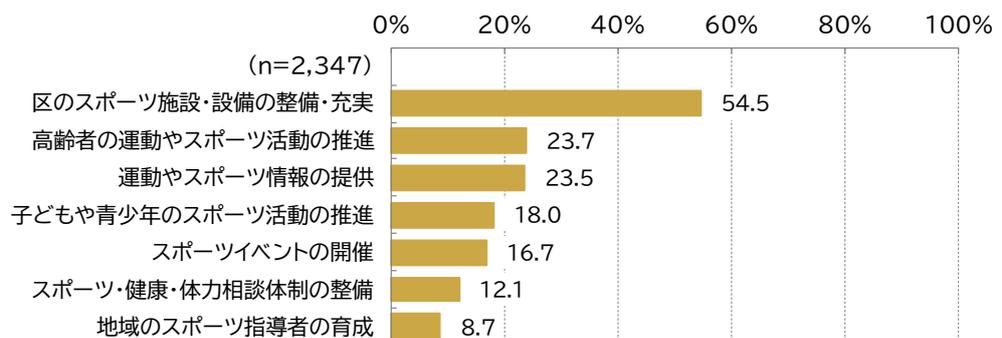
この1年間に行った運動やスポーツ（回答上位10件）



運動やスポーツの実施場所



今後どのような取組を重点的に進めていくべきか



出典：新宿区スポーツ環境に関する調査報告書

地域のコミュニティからみえた課題

スポーツによるにぎわい・交流の創出が必要です

- ▶令和5年度に実施した「新宿区区民意識調査」では、生活における心配事（「今、心配である」）は、「信頼できる友人がいないこと」は12.0%、「近所づきあいの中で、いざという時に相談できる人がいないこと」が19.9%となっています。
- ▶運動やスポーツを実施するきっかけ・動機づけは、「気軽に運動できる場の提供」が40.7%と最も多く、次いで「家族や友人の誘い」が28.5%、「美容、健康の維持向上」が21.2%と続いています。
- ▶どのようなきっかけや動機づけがあれば、運動やスポーツを支えるボランティア活動を行ったり続けたりできると思うかは、「好きなスポーツの普及・支援」が32.9%と最も多く、次いで「出会い・交流の場」が23.9%、「地域の居場所、役割、生きがい」が23.5%と続いています。
- ▶現在、そしてこれから先の運動やスポーツの実施状況や考えについては、「現在、定期的に運動やスポーツをしている。また、6ヶ月以上継続している」が37.2%と最も多く、一方「現在、運動やスポーツをしていない。また、これから先もするつもりはない。」が15.4%となっており、運動やスポーツを継続して実施している人と実施していない人の二極化傾向が認められます。

課題

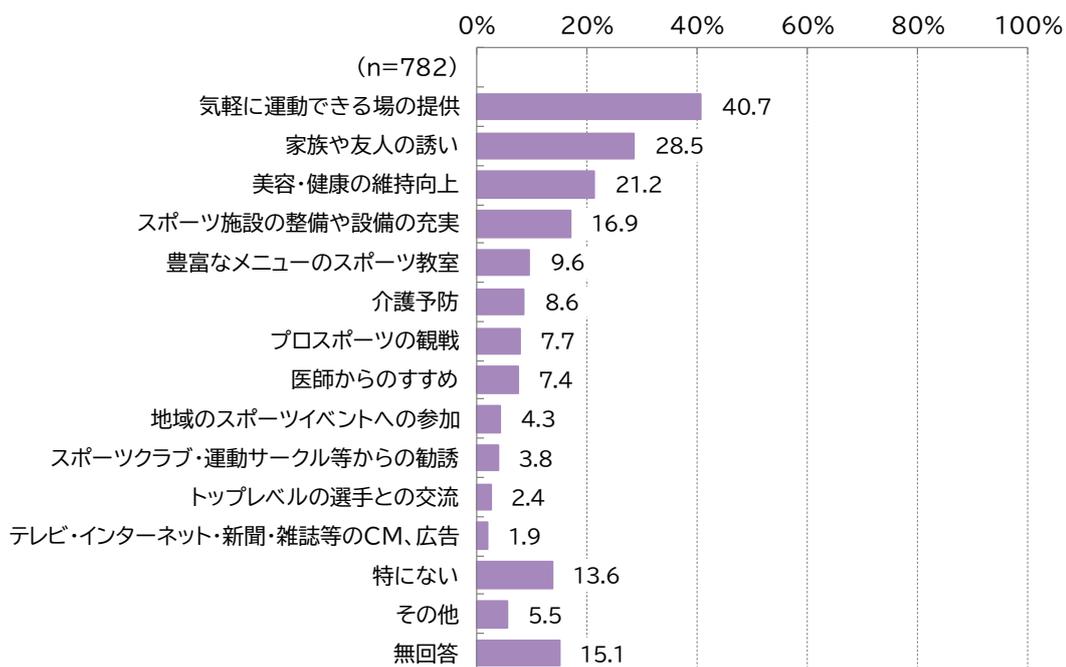
地域におけるスポーツ活動は人々の交流を生み出し、社会的孤立の解消に寄与するとともに、その後のスポーツの実施や、支える活動への参画のきっかけとなることが期待されています。このことから、スポーツを楽しみながら、人々の交流を促進する取組が必要です。

上記の課題を踏まえて、

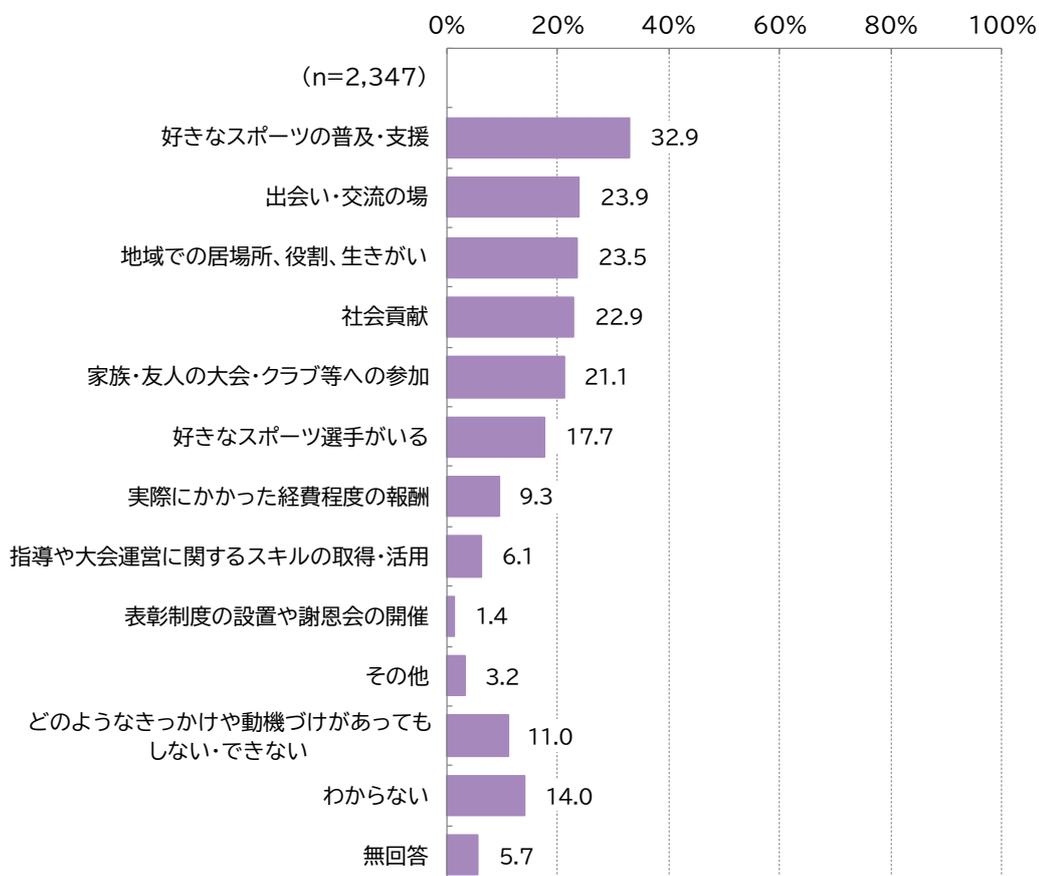
スポーツによるにぎわい・交流の創出

を基本施策5に位置付けます。

運動やスポーツを行う動機づけ



運動やスポーツのボランティア活動を行う動機づけ



出典：新宿区スポーツ環境に関する調査報告書

コラム

地域における「ささえる」スポーツ

新宿区における「ささえる」スポーツの代表的な取組として「新宿シティハーフマラソン・区民健康マラソン」をご紹介します。

「新宿シティハーフマラソン・区民健康マラソン」は、昭和62(1987)年にスポーツ関係者をはじめとした新宿を愛する人々によって起ち上げられた「新宿シティーマラソン大会」が最初の一歩となって、令和7(2025)年1月には第22回大会が開催されています。

開催にあたっては、スポーツ関係団体だけでなく地元住民や学生、商店会や町会など多様な層のボランティアが運営に関わり、地域全体で大会を盛り上げています。競技に限らず様々なつながりが育まれ、大会を運営していることで、新宿区の一体感や地域のにぎわい・交流を感じられる大会となっていることも特徴のひとつです。

また、年齢や障害の有無にかかわらず、様々なランナーが地域内外から参加し、タイムを競うだけではなく観光や景色を楽しみながら走っている人も多いことから、新宿の“まち”を体感できることも大会の大きな魅力となっています。

このように「新宿シティハーフマラソン・区民健康マラソン」は、都市の魅力とスポーツの楽しさを融合させた地域密着型の大会となっています。



第4章 施策の展開

第4章 施策の展開

施策の体系

基本理念を実現するため、次のような体系で進めていきます。

[基本理念]

生涯スポーツ社会の実現と地域の総合力を結集した
「スポーツコミュニティ」の推進

[スローガン]

スポーツの力で「新宿のまち」を元気に！

[基本施策]

基本施策 1

誰もが気軽に
スポーツを楽しむ機会の創出

基本施策 2

障害者がスポーツに
親しめる環境づくり

基本施策 3

スポーツ活動を
支える団体の育成と
担い手づくり

基本施策 4

多様な利用者に
配慮した施設機能の充実

基本施策 5

スポーツによる
にぎわい・交流の創出

〔主な取組〕

- (1) 子どもがスポーツを楽しめる場や機会の創出
- (2) 成人がスポーツを楽しめる場や機会の創出
- (3) 高齢者がスポーツを楽しめる場や機会の創出
- (4) スポーツの魅力を知る機会の創出
- (5) スポーツに関する情報の充実

- (1) 障害者がスポーツを楽しめる場や機会の創出
- (2) パラスポーツの振興と理解促進

- (1) スポーツ活動を支える人材の育成・活用
- (2) 公益的なスポーツ関連団体の活動支援
- (3) スポーツ分野における公民連携（民間活力）の推進

- (1) 総合運動場の整備検討
- (2) 気軽にスポーツを楽しめる都市環境の整備
- (3) 誰もが使いやすく多様なニーズに対応した施設の整備・運営
- (4) 地域資源を活用した各種施設の活用・連携

- (1) 交流の場や機会の充実によるコミュニティの醸成
- (2) 新宿にゆかりのあるアスリートやクラブとの連携強化

基本施策 1 誰もが気軽にスポーツを楽しむ機会の創出

区民一人ひとりのライフステージやスポーツへの関わり方に応じた、スポーツへの興味・関心を高める取組や、スポーツを始めるきっかけとなる場や機会を創出していきます。

さらに、誰もが気軽にできる運動やデジタル技術を活用した新たなスポーツの実施機会を提供するとともに、スポーツ観戦の機会を充実することで、スポーツを通して生涯にわたって豊かな暮らしを送る区民を増やしていきます。

(1) 子どもがスポーツを楽しめる場や機会の創出

- ①スポーツに親しむきっかけの充実
- ②子どもの体力・運動能力の向上
- ③子どものスポーツを支える環境の充実

(2) 成人がスポーツを楽しめる場や機会の創出

- ①スポーツに親しむきっかけの充実
- ②生涯を通してスポーツを楽しむことができる場や機会の充実

(3) 高齢者がスポーツを楽しめる場や機会の創出

- ①スポーツに親しむきっかけの充実
- ②高齢者のスポーツを支える環境の充実

(4) スポーツの魅力を知る機会の創出

- ①誰もが参加・体験できる機会の提供
- ②身近な環境でスポーツに親しむ機会の充実
- ③スポーツをみる機会の充実

(5) スポーツに関する情報の充実

- ①情報提供の工夫・充実
- ②スポーツや運動が心身に与える効果・効用等の普及啓発
- ③スポーツ観戦やスポーツ活動を支える情報の発信

※主な取組を示す際に、「持続性・継続性」「自主性・自立性」「連携・協働」のいずれかの視点に該当するかを3つのロゴを用いて示しています。該当する項目を黒色、該当しない項目を灰色で示しています。

(該当)



(該当)



(非該当)



(1) 子どもがスポーツを楽しめる場や機会の創出

子どもがスポーツや運動を行うことを習慣化する取組や、子どもの体力・運動能力の向上に向けた取組を推進していくとともに、子どもがスポーツの楽しさや喜びを味わい、スポーツを好きになる場や機会を提供していきます。

① スポーツに親しむきっかけの充実



子どもがより身近な場所でスポーツや身体を動かす遊びに親しめる環境づくりを進めるとともに、保護者と一緒になって体を動かす機会を充実します。また、子どもがスポーツの楽しさや喜びを味わいスポーツを好きになれるよう、トップアスリートとの交流ができる機会や、技術を身近に体験できる機会を提供していきます。

② 子どもの体力・運動能力の向上



学校や地域、スポーツ関連施設において、子どもが自ら運動に親しみ継続することができる多様なプログラムを提供するとともに、定期参加型の運動教室等の実施により、運動習慣の定着や基礎体力の維持・向上を図ります。また、子どもの体力測定などにより現状把握・分析を行い、より効果的な取組を検討していきます。

③ 子どものスポーツを支える環境の充実



子どもにスポーツや運動の楽しさや喜びを広め、興味・関心を高める指導者を育成するとともに、指導者が活躍できる機会の充実を図ります。また、体育の授業や小学校のクラブ活動、中学校の部活動のサポート体制を強化していきます。

ピックアップ
事業

スポーツへの関心と体力の向上（教育指導課）

児童・生徒が運動の楽しさに触れ、自ら運動に親しむことができるよう、小・中学校で「スポーツギネス新宿」を実施しており、記録向上等に挑戦することで、児童・生徒のスポーツへの関心と体力の向上を図っています。

(2) 成人がスポーツを楽しめる場や機会の創出

成人（働く世代・子育て世代）に対して、スポーツへの関心を喚起するとともに、気軽にスポーツを行い、楽しむことができる場や機会を充実していきます。

① スポーツに親しむきっかけの充実



スポーツに関心のない区民や、スポーツに関心があっても仕事や家庭環境により十分にスポーツができない区民に対して、事業者等と連携した職場での運動や、デジタル技術を活用してリモートで取り組むことができる運動機会の提供を進めていきます。また、親子で一緒に参加できるスポーツの機会を充実するとともに、乳幼児を連れている方も利用しやすい環境を整備します。

② 生涯を通してスポーツを楽しむことができる場や機会の充実



スポーツに取り組む区民が、生涯を通して楽しむことができるよう、様々な目的やレベル等に応じた多様なスポーツイベントや大会、プログラムの開催・支援に取り組んでいきます。

また、スポーツ実施率が低い年代や無関心層に対して、スポーツの効果や効用等を積極的に発信するとともに、生涯を通じて気軽に健康づくりに取り組める環境整備を推進していきます。

ピックアップ
事業

子ども・成人向けスポーツ体験（生涯学習スポーツ課）

多様なスポーツに親しめる機会を創出するため、子どもと成人を対象とした、スポーツ体験イベントを実施しています。講師には、オリンピック、パラリンピアンなど、各競技のトップアスリートを招き、競技の魅力や上手くなるコツを直伝しています。



(3) 高齢者がスポーツを楽しめる場や機会の創出

スポーツを通して高齢者の健康・生きがいづくりや介護予防・フレイル予防に資する取組を進めるとともに、地域において交流することができる場や機会を充実していきます。

① スポーツに親しむきっかけの充実



高齢者の健康・生きがいづくりや介護予防・フレイル予防につながるスポーツや運動の機会を充実し、スポーツや運動への関心喚起、行動変容を促進していきます。また、スポーツを通じた高齢者同士の地域交流の場や機会を充実することで、気軽にスポーツに参加できる環境づくりを進めていきます。

② 高齢者のスポーツを支える環境の充実



高齢者の生活支援、介護予防、生きがいづくり及び健康づくり等に関する活動を行う団体に対して支援を行っていきます。また、区民が主体的に体操や趣味活動等の介護予防に資する活動を行える場の情報発信や運営支援、参加促進を進めるとともに、関係機関と連携強化を図ります。

ピックアップ
事業

「新宿いきいき体操」「しんじゅく100トレ」

(地域包括ケア推進課・健康づくり課)

新宿区ではシニア世代を対象としたオリジナルの体操・トレーニングの普及啓発を行っています。

新宿いきいき体操

専門家が監修した介護予防体操を普及啓発し、高齢者が健康で自立した生活を送ることを支援しています。また、地域交流館等で定期的実施する「新宿いきいき体操ができる会」等を通じて、地域住民の交流を促進します。

しんじゅく100トレ

高齢者が日常生活に必要な筋力アップのためのトレーニングに、身近な地域で住民主体で取り組めるよう、専門職等がグループの立ち上げと継続を支援します。

(4) スポーツの魅力を知る機会の創出

年齢や性別、障害の有無、国籍等にかかわらず区民の誰もが、いつでも、どこでもスポーツを身近に感じ、魅力を知ることができるよう、多様なスポーツへの参加機会を創出していきます。

① 誰もが参加・体験できる機会の提供



自分の体力や身体能力に応じて参加・体験できるニュースポーツや、気軽に行える運動・レクリエーションの機会を充実するとともに、区民がスポーツを通して交流する機会を創出し、多様な視点でスポーツへの参画を促進していきます。

② 身近な環境でスポーツに親しむ機会の充実



日常生活の中にある場やオープンスペース等を活用してスポーツに親しむ機会を創出していきます。また、eスポーツ（身体活動を伴うもの）などのデジタル技術を活用したスポーツについても研究・検討していきます。

③ スポーツをみる機会の充実



様々なスポーツを観戦してもらうため、競技の面白さやルールを紹介するとともに、スタジアムやアリーナ等での直接観戦や、家族や友人等と一緒に応援する機会を創出するなど、より一層スポーツの魅力を感じることでできる取組を進めていきます。

ピックアップ
事業

新宿スポレク（新宿未来創造財団）

スポーツの日に区民に広くスポーツ・レクリエーションに親んでもらうことや、日常的なスポーツ・レクリエーション活動への参加を促すことを目的に、誰もが参加できるイベントとして区立の屋内スポーツ施設等で実施しています。



(5) スポーツに関する情報の充実

区では、「広報新宿」や「Oh!レガス新宿ニュース」、ホームページ、SNS等を活用して、スポーツに関するイベントや教室、スポーツ施設の情報を提供しています。

今後もより多くの区民に効果的に情報が行き届くよう、多様なメディアを活用した情報発信に取り組んでいきます。

① 情報提供の工夫・充実



「広報新宿」や「Oh!レガス新宿ニュース」、ホームページ、SNS等の区民に身近な媒体を活用して、イベントや教室、各施設の利用案内等の情報を積極的に提供していきます。また、様々な主体が発信しているスポーツ関連情報を収集・集約し、必要な情報が効果的に届くよう工夫していきます。

② スポーツや運動が心身に与える効果・効用等の普及啓発



スポーツや運動が心身に与える効果・効用等について普及啓発を行うとともに、ライフステージやライフスタイルに応じた、日常的なスポーツや運動の実践方法を発信していきます。

③ スポーツ観戦やスポーツ活動を支える情報の発信



スポーツ観戦やスポーツ活動を支えるボランティア等の魅力を発信することで、スポーツに対する関心を高めるとともに、様々な形での自発的なスポーツへの参画を促進していきます。

ピックアップ
事業

「Oh!レガス新宿ニュース」・「新宿区生涯学習施設ガイド」の発行 (新宿未来創造財団)

新宿未来創造財団の広報紙である「Oh!レガス新宿ニュース」では、財団主催のスポーツ講座・イベント、文化事業など区内の生涯学習情報等を区民へ発信しています。また、「新宿区生涯学習施設ガイド」は、区立のスポーツ・文化施設等の案内や利用方法等を掲載し、活動の場に関する情報を提供しています。

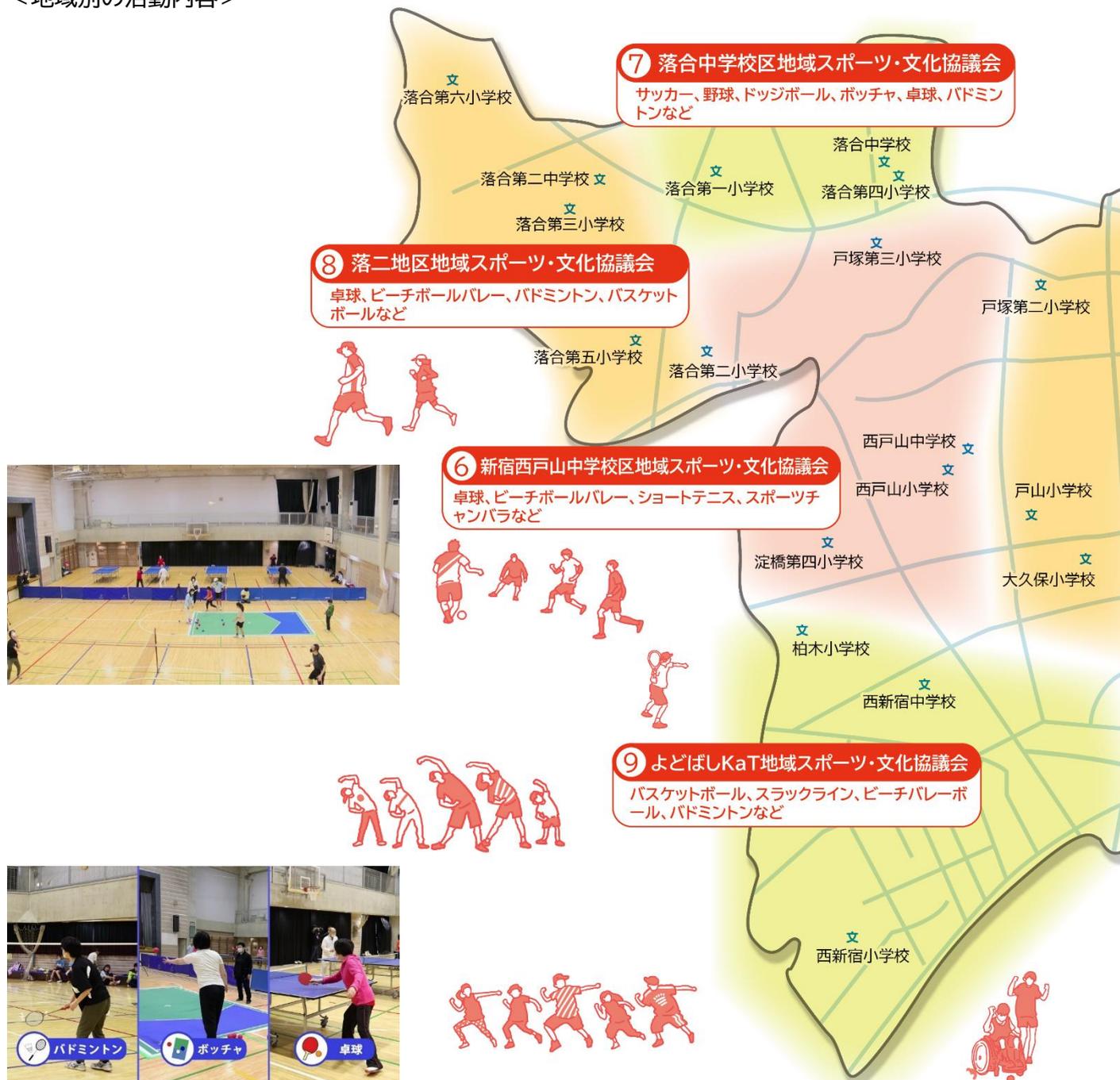
コラム

地域スポーツ・文化協議会

「いつでも・だれでも 参加できるスポーツ・文化体験」

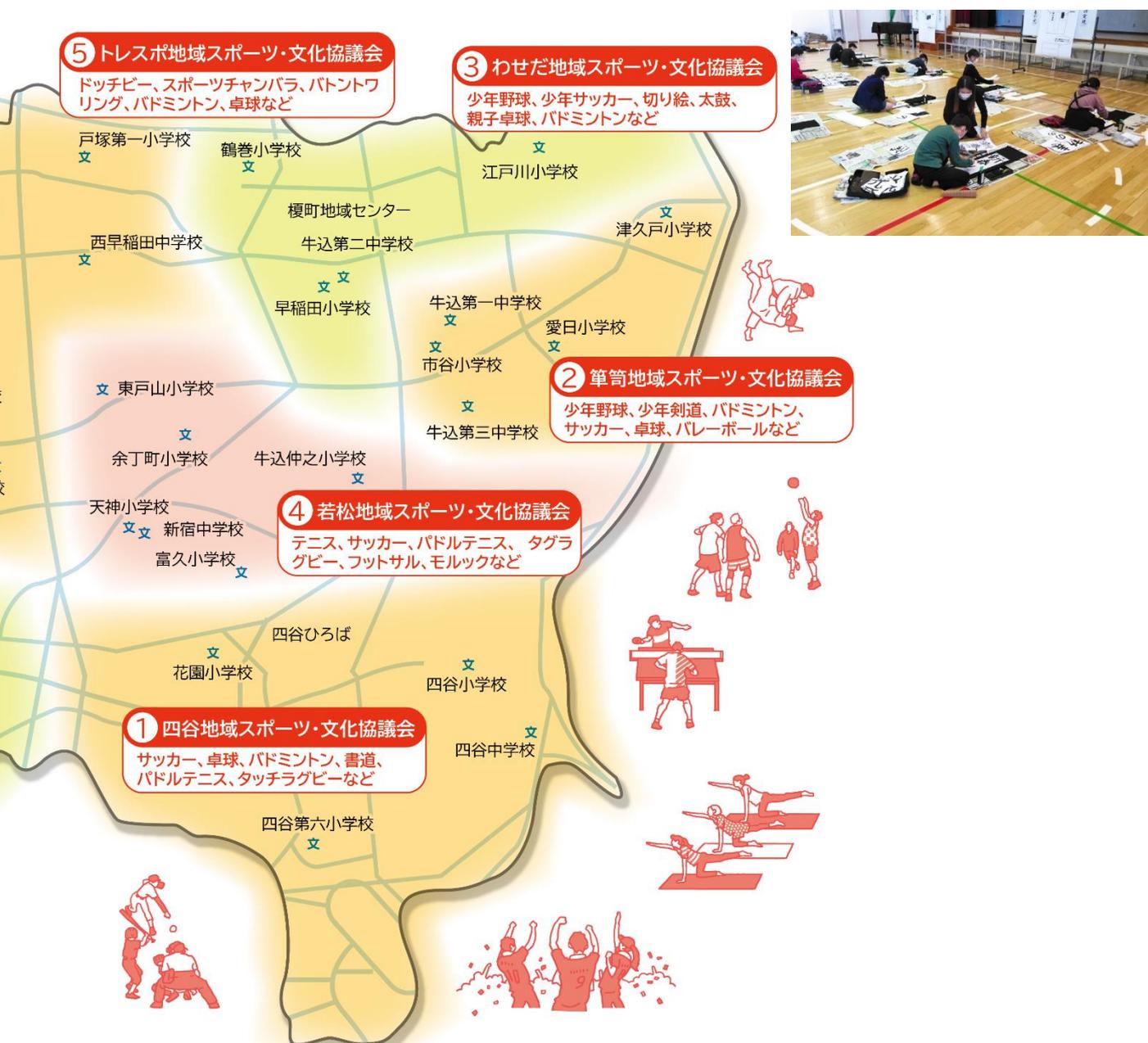
区内には、地域住民が主体となって運営する9つの「地域スポーツ・文化協議会」があり、区立小中学校等を会場に、スポーツ・レクリエーション活動を企画・運営しており、コーチの指導によるスポーツ・文化プログラムや、校庭で自由に遊べる「遊び場開放」など、特色あるプログラムも実施しています。

<地域別の活動内容>



令和5年度に実施した新宿区スポーツ環境調査では、区民のスポーツ実施のきっかけ・動機づけは「家族や友人の誘い」という回答が2番目に多く（1番目は「場の提供」）、スポーツのボランティア活動実施のきっかけ・動機づけについては、「出会い・交流の場」が2番目、「地域での居場所、役割、生きがい」が3番目（1番目は「好きなスポーツの普及・支援」）となっています。このことから、区民のスポーツへの参画に当たっては家族や友人・知人とのコミュニケーションや地域におけるつながり（コミュニティ）を醸成していくことが求められていると考えられます。

「地域スポーツ文化・協議会」は、地域において様々なスポーツ・レクリエーション活動を行っており、地域コミュニティづくりに重要な役割を担っています。



基本施策 2

障害者がスポーツに親しめる環境づくり

障害者がスポーツを楽しむ場や機会を提供するとともに、東京2020パラリンピックのレガシーであるパラスポーツの振興と理解促進を図ることで、障害の有無にかかわらずともにスポーツを楽しむ環境を創出し、スポーツを通じた共生社会の実現を目指します。

(1) 障害者がスポーツを楽しむ場や機会の創出

- ① スポーツに親しむきっかけの充実
- ② 障害者のスポーツを支える環境の充実

(2) パラスポーツの振興と理解促進

- ① パラスポーツを通じた交流機会の充実
- ② パラスポーツの魅力発信、普及啓発
- ③ パラスポーツに関わる地域人材の育成・活用



(1) 障害者がスポーツを楽しめる場や機会の創出

障害者が気軽にスポーツを楽しむことができるよう、広く人々がスポーツに参画できる環境を整備するとともに、情報発信を強化していきます。

① スポーツに親しむきっかけの充実



障害の特性・度合いに応じた運動プログラムの実施や環境づくりに取り組むとともに、障害者が気軽にスポーツを楽しめる場や機会についての情報を効果的に発信していくことで、スポーツへの関心喚起と行動変容を促進していきます。また、障害者福祉施設と連携・協働し、支援サービス等の活用によるスポーツ参画に取り組んでいきます。

② 障害者のスポーツを支える環境の整備



運動・スポーツ施設のバリアフリー化を進めるとともに、更衣室での介助など、介助者が障害者を支援しやすい環境整備を推進していきます。

ピックアップ
事業

障害者スポーツ支援事業（新宿未来創造財団）

障害者のスポーツ活動を支援するため、新宿コズミックスポーツセンターの大体育室やプールに指導員や補助ボランティア等を配置し、障害の有無にかかわらず、誰もが気軽にスポーツ活動に参加できる場を提供しています。



(2) パラスポーツの振興と理解促進

障害の有無にかかわらず、区民の誰もがスポーツを楽しむことができるよう、パラスポーツの普及・啓発を行うとともに、地域でパラスポーツの指導や障害者のスポーツ参画を支援する人材の育成と活用に取り組みます。

① パラスポーツを通じた交流機会の充実



障害の特性やニーズなど相互理解を進め、障害の有無等に関わらず、誰もがパラスポーツを通して交流できる機会を充実していきます。

② パラスポーツの魅力発信、普及啓発



パラスポーツ団体等との協働によるパラスポーツ体験の実施や大規模な国際大会（パラリンピックやデフリンピックなど）を契機に、パラスポーツやニュースポーツの魅力を知る機会を提供していきます。また、小・中学校において児童・生徒の障害者理解教育を推進していきます。

③ パラスポーツに関わる地域人材の育成・活用



パラスポーツを支える担い手となる人材を育成するため、研修機会の提供と資格取得促進等の取組を進めるとともに、関係者間の連携や交流、情報共有を通して、人材の活躍の場の充実に取り組んでいきます。

ピックアップ
事業

パラスポーツ体験会（生涯学習スポーツ課）

東京2020大会のレガシーの継承やとパラスポーツの普及啓発、や障害理解の促進を目的として、パラスポーツ団体と連携した、パラスポーツの体験会を実施しています。

体験会では、パラスポーツ大会やイベントの運営等に関わるボランティアの育成にも取り組んでいます。

座りすぎ・座りっぱなしの弊害－スタンドアップ新宿区民！－

厚生労働省の国民・健康栄養調査によると、平日1日に座っている時間（総座位時間）について8時間以上と回答した成人男性は38%、女性は33%もいることが明らかになりました。世界20か国における平日の総座位時間を調査した研究でも、日本人はかなり長いことが報告されています。

長時間座り続けることは、腰痛や肩こりの原因になるだけでなく、血流や代謝の機能を著しく低下させ、肥満や糖尿病、心筋梗塞、脳血管疾患、がんの発症等に関連し、死亡のリスクを高めることが指摘されています。さらに、うつや不安、認知症の発症にも影響を及ぼすことが知られるようになってきました。これらの関連は、ある程度、運動やスポーツを実施していたとしてもみられるのが特徴です。そのため、厚生労働省により10年ぶりに改定された「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」では、スポーツを含めた身体活動・運動の奨励事項に加え、「座位行動（座りっぱなし）の時間が長くなりすぎないように注意する（立位困難な人も、じっとしている時間が長くなりすぎないように、少しでも身体を動かす）」ことを強調しています。

座りすぎ・座りっぱなしの健康リスクを緩和するには、座っている時間を少しでも短くすることが重要で、仕事の合間や余暇や移動の時間にできるだけ“立つ”、“動く”ことを意識していくことが重要だと言われています。座りすぎていると思ったら、まずは立ち上がって、少し体を動かしてみましよう。また、少しくらいスポーツをやっているからと言って、それ以外の時間にずっと座っていたら、せっかくやったスポーツの効果は最大化されません。



基本施策 3 スポーツ活動を支える団体の育成と担い手づくり

東京 2020 オリンピック・パラリンピックのレガシーである「ボランティアマインド」を継承し発展させるとともに、区と公益的なスポーツ団体、事業者等との連携を強化する取組を進めることで、区民のスポーツ活動を支える団体の育成と担い手づくりを進めてきます。

(1) スポーツ活動を支える人材の育成・活用

- ①スポーツを支える人材の発掘・育成
- ②スポーツを支える人材の活躍の場や機会の充実

(2) 公益的なスポーツ関連団体の活動支援

- ①スポーツ関連団体の活動支援
- ②スポーツ関連団体間の連携・協働の支援

(3) スポーツ分野における公民連携（民間活力）の推進

- ①民間活力の導入と連携強化

(1) スポーツ活動を支える人材の育成・活用

地域住民のニーズを踏まえてスポーツ関連事業の企画・運営等を行う人材の発掘・育成、資質向上に取り組むとともに、人材の活躍の場や機会を創出していきます。

① スポーツを支える人材の発掘・育成



新宿未来創造財団が運営するウェブサイトの「ボランティア・団体紹介」のページを通して、地域のスポーツ活動を支える担い手の発掘を行うとともに、スポーツ推進委員をはじめ、地域の多様なニーズ等を踏まえてスポーツ関連の取組を企画・運営ができる人材の育成に取り組んでいきます。

② スポーツを支える人材の活躍の場や機会の充実



区やスポーツ団体が実施するイベント等で、「スポーツコミュニティ」の担い手が一層活躍できる仕組みづくりを進めていきます。

ピックアップ
事業

新宿区の地域人材と区民をつなぐ「ボランティア・団体の紹介」 (新宿未来創造財団)

地域人材と区民をつなぎ、ボランティアの輪の拡充を図るため、様々な生涯学習支援ボランティアの登録制度を運用し、区や区民等からの要望に応じて、登録人材や団体の紹介を行っています。

また、多彩な登録人材を活用し、地域の人々の交流と地域力の向上を図るため、登録者等には指導や支援に役立つ講習会を実施し、スキルアップの機会を提供しています。



(2) 公益的なスポーツ関連団体の活動支援

区内では、スポーツ関連団体がそれぞれの目的やレベルに応じたスポーツ活動を展開しており、地域住民の健康づくりや生きがいづくりだけでなく、「スポーツコミュニティ」の醸成にも貢献しています。

地域における「スポーツコミュニティ」の担い手である公益的なスポーツ関連団体が、より一層充実した活動を行えるよう支援するとともに、区民と団体や団体同士での情報共有を進めていきます。

① スポーツ関連団体の活動支援



公益的なスポーツ活動を通じて地域コミュニティに貢献している団体（新宿区スポーツ協会、レクリエーション協会等の社会教育団体や地域スポーツ・文化協議会等）に対して、施設の優先予約や利用料の減免などの活動支援を実施します。また、地域の実情に応じたスポーツ事業の企画・運営を行うことができる団体を育成し、支援していきます。

② スポーツ関連団体間の連携・協働の支援



地域で活動しているスポーツ指導者やスポーツ関連団体などが集まり、情報の交換・共有ができる機会を充実します。さらに、スポーツ関連団体間の連携・協働を支援することで、地域全体で「スポーツコミュニティ」を醸成していきます。

(3) スポーツ分野における公民連携（民間活力）の推進

区内には、様々な事業者や大学などが集まっていることから、多様な主体の柔軟な発想や専門性をスポーツ分野に活用し、地域のスポーツ活動の担い手となるよう公民連携（民間活力）を推進していきます。

① 民間活力の導入と連携強化



事業者等の先駆的・専門的なノウハウや知見を活かして、区立スポーツ施設の運営やイベント開催、スポーツ事業を推進していきます。また、地域で持続可能なスポーツ活動が行われるよう、地域貢献を行う事業者等との連携を強化していきます。

eスポーツ

eスポーツは、競技性とエンターテインメント性を融合させた新しいスポーツの形態ともいわれています。コンピューターゲームをプレイしながら高い技術力や戦術を競い合うスポーツで、プロプレイヤーは一流アスリートとして扱われるようになってきており、その人気は急速に広がってきています。日本におけるファンの数も今後1,000万人を超えるという予測もされています。

国際オリンピック委員会（IOC）が国際競技連盟（IF）やゲーム会社と連携して設立した、オリンピックeスポーツシリーズ（OES）という世界的なバーチャル&シミュレーションスポーツ競技大会も令和5年6月にシンガポールで初開催されました。

eスポーツとは

「eスポーツ(esports)」とは、「エレクトロニック・スポーツ」の略で、広義には、電子機器を用いて行う娯楽、競技、スポーツ全般を指す言葉であり、コンピューターゲーム、ビデオゲームを使った対戦をスポーツ競技として捉える際の名称。

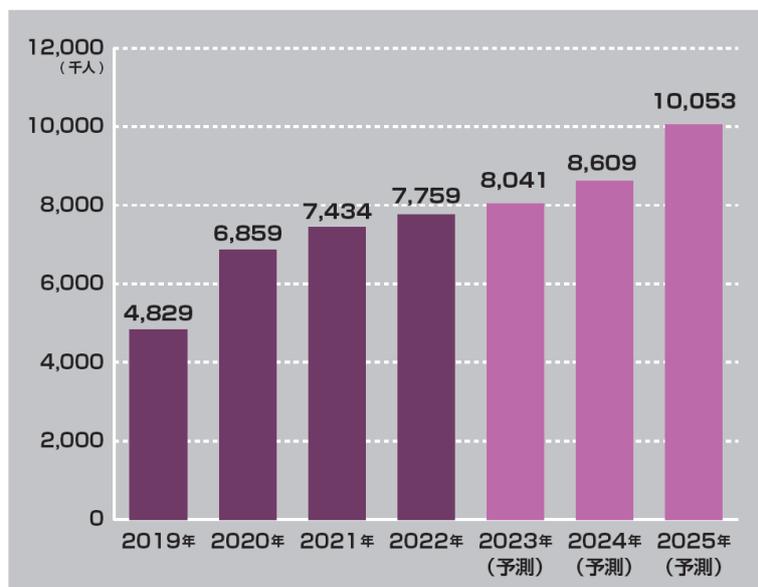
出典：一般社団法人日本eスポーツ連合オフィシャルサイト

オリンピックeスポーツシリーズとは

国際オリンピック委員会（IOC）、国際競技連盟（IF）、ゲームパブリッシャーとの連携で誕生した、世界規模のバーチャル・シミュレーションスポーツ競技大会。

出典：オリンピック競技大会ホームページ

2019～2025年eスポーツファン数推移



出典：一般社団法人日本eスポーツ連合オフィシャルサイト

基本施策 4

多様な利用者に配慮した施設機能の充実

区民の多様なニーズを踏まえた施設の運営や整備、機能の充実を図ることで、誰もがスポーツに親しみ、楽しむことができるスポーツ環境の整備に取り組んでいきます。

(1) 総合運動場の整備検討

①総合運動場の整備検討

(2) 気軽にスポーツを楽しめる都市環境の整備

①安全・安心に通行できる歩行環境の整備

②安全で快適な公園づくり

(3) 誰もが使いやすく多様なニーズに対応した施設の整備・運営

①誰もが使いやすい施設の整備と計画的な維持管理

②スポーツ施設の利便性向上

(4) 地域資源を活かした各種施設の活用・連携

①地域における各種施設の活用と連携・協働の推進



(1) 総合運動場の整備検討

区民の誰もが気軽に利用できる大規模な運動場の整備に向けて、関係者との連携、協議を進め、早期実現に向けた取組を推進します。

①総合運動場の整備検討



現在の戸山公園箱根山地区多目的運動広場の機能を保ちつつ、より快適に・多様目・多目的に使用できる総合的な運動場として整備検討を進めていきます。

(2) 気軽にスポーツを楽しめる都市環境の整備

土地の高度利用が進む都市環境においても、区民の生活に身近な場所で、軽度な運動（散歩・ウォーキングなど）をより気軽に楽しむことができるよう、道路や公園などの環境整備を推進していきます。

①安全・安心に通行できる歩行環境の整備



幹線道路及び区内主要道路等の区道の改良に取り組むとともに、「新宿区移動等円滑化促進方針」に基づき選定した整備路線において、高齢者や障害者等の当事者参加による意見交換を踏まえ、全ての人が安全・安心し通行できる歩行環境を整備します。

②安全で快適な公園づくり



「新宿中央公園魅力向上推進プラン」に基づき、新宿中央公園の更なる魅力向上に取り組むとともに、住民参加による地域の公園整備や公園施設の計画的な更新等を行い、安全で快適な公園づくりを進めます。

ピックアップ
事業

新宿中央公園の魅力向上（みどり公園課）

新宿中央公園の魅力をより高め、誰もが足を運びたくなる公園にするため、「新宿中央公園魅力向上推進プラン」に基づき、新宿中央公園の特色や魅力を更に活かした公園づくりを進めます。



(3) 誰もが使いやすく多様なニーズに対応した施設の整備・運営

誰もが安全で快適にスポーツ施設を利用できるよう、施設の修繕や改修を進めていきます。また、ユニバーサルデザインに対応した付帯設備等の整備・充実を図るとともに、区民のライフスタイルやニーズに合わせた施設運営や予約システムの利便性・操作性の向上に取り組めます。

① 誰もが使いやすい施設の整備と計画的な維持管理



「新宿区スポーツ施設整備基金」を活用し、計画的に運動・スポーツ施設を整備するとともに、ユニバーサルデザインや多様な利用者ニーズに対応した付帯設備等の更新・充実を行うことで、誰もが安全で快適に利用できる環境づくりを推進します。また、区内の公園においても、誰もが使いやすく、安全で安心して過ごせる場となるよう、公園施設のユニバーサルデザイン化を推進していきます。

② スポーツ施設の利便性向上



区内の運動・スポーツ施設を誰もが気軽に利用できるよう、利用しやすい料金設定や運営時間の検討、多様な決済手段の導入、予約システム等の利便性・操作性の向上、教室事業等における申込手続のオンライン化、利用案内等の多言語対応など、区民のライフスタイルやニーズに合わせた施設運営を推進していきます。

ピックアップ
事業

新宿区スポーツ施設整備基金（生涯学習スポーツ課）

スポーツ施設の整備と機能強化を図ることで区民のスポーツ参加意欲を促進するため、「新宿区スポーツ施設整備基金」を活用しています。これにより、競技環境や利用者の安全性・快適性、スポーツ実施率の向上を目指しています。

【これまでの実績】

- ・新宿スポーツセンター冷暖房設備設置工事（平成30年度）
- ・西戸山公園野球場照明LED化、人工芝及び管理棟改修工事（令和2年度）
- ・落合中央公園庭球場照明LED化、人工芝及びフェンス改修工事（令和2年度）
- ・大久保スポーツプラザ庭球場改修工事及び照明LED化工事（令和3年度）
- ・新宿コズミックスポーツセンター大体育室照明更新及び第二武道場床改修工事（令和4年度）
- ・新宿スポーツセンタープール天井設置等工事及び大小体育室床等改修工事（令和5年度）

(4) 地域資源を活用した各種施設の活用・連携

区内には地域センターや学校施設、運動広場など、スポーツや運動ができる施設があり、区立の全小・中学校や都立高等学校の校庭及び体育館等は、学校施設に支障のない範囲で、地域住民のスポーツ利用等に開放しています。

今後も、身近な場所で気軽にスポーツや運動を行える場や機会を充実していきます。

① 地域における各種施設の活用と連携・協働の推進



持続性
継続性



自主性
自立性



連携
協働

スポーツやレクリエーション活動及び交流の場として、区民の生活に身近な公園・集会室等の活用促進や区立小・中学校等の施設開放事業の拡充、事業者や大学等が保有する施設の活用に向けた取組を進めていきます。また、各地域における施設の情報を効果的に発信していきます。

ピックアップ
事業

学校施設等の活用（生涯学習スポーツ課）

区立小・中学校等の校庭・体育館・特別教室等を、スポーツ・学習・文化活動の場として学校教育等に支障のない範囲で地域に開放しています。

基本施策 5

スポーツによるにぎわい・交流の創出

地域でのスポーツや運動・スポーツイベントにより、「スポーツコミュニティ」を活性化させ、「新宿のまち」を元気にするにぎわい・交流を創出していきます。

(1) 交流の場や機会の充実によるコミュニティの醸成

- ①地域を活性化させるスポーツイベント等の展開
- ②スポーツを通じた交流の促進

(2) 新宿にゆかりのあるアスリートやスポーツチームとの連携強化

- ①アスリートやスポーツチームと連携・協働した取組の推進
- ②アスリートやスポーツチームを支える取組の推進



(1) 交流の場や機会の充実によるコミュニティの醸成

多くの人々が参加できるスポーツイベントは、スポーツをするきっかけになるだけでなく、地域ににぎわいをもたらし、交流等を活性化させる効果が期待されることから、多様な主体との連携・協働によるスポーツイベント等を推進し、地域コミュニティを醸成していきます。

① 地域を活性化させるスポーツイベント等の展開



性別、年齢、障害の有無、国籍等にかかわらず、誰もが参加できるスポーツイベント等を開催することで、スポーツに関心をもつ区民を増やしていくとともに、日々のスポーツ活動の成果を発揮できる場と機会を提供していきます。イベント等の実施に際しては、地域コミュニティの核となるスポーツ関連団体や地域団体と連携・協働することで、区民の社会参加や仲間づくりを促進し、まちのにぎわいを創出していきます。また、デジタル技術を活用し、様々な人や団体が時間や場所をこえて、あつまり、つながることができるスポーツイベント等についても研究・検討していきます。

② スポーツを通じた交流の促進



スポーツ関連団体と町会・自治体や高齢者クラブ、PTA等の地域の組織・団体との連携・協働を促進し「スポーツコミュニティ」の醸成を支援していきます。また、スポーツを通して多様な主体が連携・協働し、地域の課題を解決していく仕組みや体制の構築に向けた検討も推進していきます。

ピックアップ
事業

区民スポーツ大会、コミュニティスポーツ大会（新宿未来創造財団）

◇ 区民スポーツ大会

区民の健康や体力増進のため、スポーツ活動への取組が継続的に行われるよう、また、その成果を発揮できる場として、区民スポーツ大会を実施しています。

◇ コミュニティスポーツ大会

地域でのスポーツ活動を通じて世代間交流や仲間づくりを促し、地域コミュニティの発展に寄与することを目的に、「いつでも、だれでも、どこでも」気軽にできるスポーツ・レクリエーション大会を実施しています。区内の特別出張所単位で実行委員会を組織して行う地区大会と、各地区から推薦された参加者同士の交流を促す中央大会があります。種目は、ユニカール、ビーチボールバレー、輪投げ、ボッチャの4種目です（令和6年12月時点）。

(2) 新宿にゆかりのあるアスリートやスポーツチームとの連携強化

アスリートやスポーツチームは、区民のスポーツへの関心を高めるとともに、地域のアイデンティティを形成し、コミュニティの活性化につながると考えられています。

このことから、区にゆかりのあるアスリートやスポーツチームと区や各種団体・事業者等との連携・協働を推進していきます。

① アスリートやチームと連携・協働した取組の推進



新宿にゆかりのあるアスリートやスポーツチームの情報発信や連携を強化することで、スポーツに関心をもつ区民を増やしていくとともに、まちの魅力向上や活性化につなげていきます。

② アスリートやスポーツチームを支える取組の推進



スポーツ分野において顕著な功績を収め、区におけるスポーツ振興に寄与した個人又は団体を表彰し、今後の活動を支える取組を推進していきます。さらに、アスリートやスポーツチームを区全体で応援していく機運を醸成し、区民の地域に対する誇りや愛着を一層高めることで、「スポーツコミュニティ」を活性化していきます。



第5章 推進体制

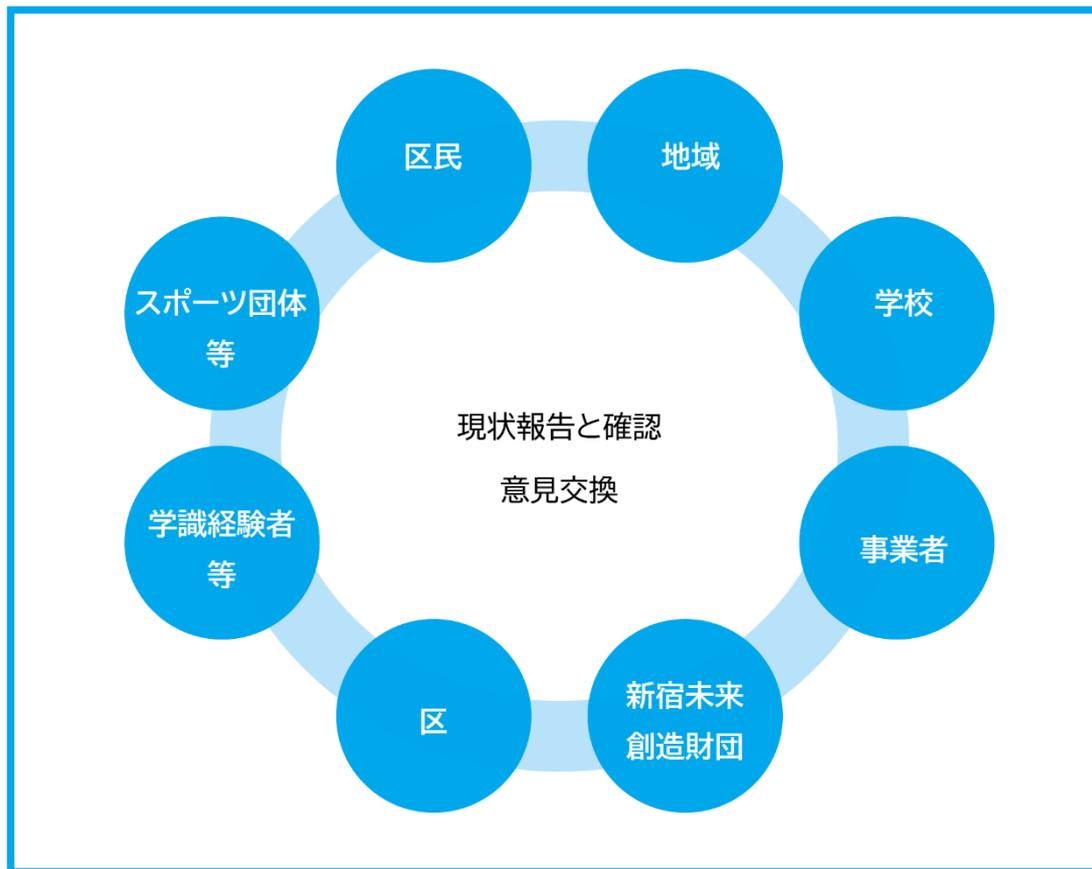
第5章 推進体制

(1) 方針の実現に向けた体制づくり

方針を、持続的・継続的な視点を持って着実に推進していくため、区のスポーツ環境を支える各主体によって構成する「スポーツ環境会議」を設置し、定期的な現状報告と確認や、一区行政との意見交換を行っています。

区は、この会議の意見等を踏まえて、関連する部署間で横断的に情報を共有し、スポーツ環境の現状確認を行うとともに、社会的な変化に伴う区民ニーズの多様化にも対応できる取組を検討していきます。

スポーツ環境会議



(2) 各主体の役割・責務

区をはじめ、区民・地域・スポーツ団体・事業者・学校などの、スポーツ環境の整備において期待される各主体の役割・責務を記載します。

主体	定義	主な役割・責務
区民	新宿区に住む人に加え、区内で働く人、学ぶ人、活動する人	○自主的・自発的なスポーツ活動の実践
地域	町会・自治会等、高齢者クラブ、PTAなどの組織・団体並びに地域でまちづくり活動や交流活動に取り組む活動団体など	○スポーツ活動を通じた、地域住民の交流とスポーツコミュニティの醸成 ○施設の利用調整や地域課題の解決に向けた主体的な取組
スポーツ団体等	スポーツ推進委員協議会・スポーツ協会・レクリエーション協会をはじめ、区内でスポーツや運動の実施を目的に活動している組織・団体・サークル等	○多世代・多種目・多目的なスポーツが楽しめる活動機会の提供と実践 ○区や区民等との連携・協働による創造的なスポーツ活動の展開
事業者	区内で事業活動を行う企業・商店・病院等の法人や個人事業者、民間スポーツクラブ、大学などの学術研究機関や教育機関	○区のスポーツ環境を構成する一員として事業者の特色を活かした積極的なスポーツ関連事業の展開 ○スポーツ振興に配慮した社会貢献
学校	区内の幼稚園、小・中学校、高等学校及び保育園・子ども園等	○学校教育等を通じて、学校体育・クラブ活動・部活動・放課後等における積極的なスポーツ活動の推進 ○区立小・中学校施設の地域住民への積極的・効果的な開放
新宿未来創造財団	区のスポーツ推進事業の担い手と位置付けられる公益財団法人	○スポーツ事業・活動の担い手としての積極的な区民のスポーツ環境の整備 ○スポーツ活動の拠点として、各主体の連携・協働を推進するための専門人材の育成・確保、スポーツ関連事業・施設の総合的なコーディネート
区	スポーツの企画・調整等担当部署をはじめ、スポーツ環境に関わる各分野の関連部署	○スポーツ担当部署だけではなく、各行政分野の所管部署ごとに、自らがスポーツ環境推進に配慮すべき担い手の一員であるとの自覚の下、積極的なスポーツ環境の推進 ○総合的・継続的にスポーツ活動を支える仕組みの構築及び各部署と連携した施策等の推進

コラム

地域における「みる」スポーツ

新宿には、新宿区を本拠地としJリーグ加盟を目指す「クリアソン新宿」というサッカークラブがあります。令和2年11月に新宿区と包括連携協定を締結し、「スポーツの振興」ととどまらず、多領域で新宿区と密接に連携し、サッカーを活用して地域の様々な課題解決に貢献しています。

令和6年6月7日（金）に国立競技場で開催された試合は、JFL史上最多となる16,480人の観客動員数を記録しています。地域と密着したスポーツクラブの試合を観戦したり、試合の運営ボランティアとして参加することは、新宿ならではの「みる」スポーツや「ささえる」スポーツにつながります。身近な場所で観戦したり、ボランティア等で応援することで楽しさや一体感を味わうこともスポーツの魅力のひとつといえます。

<Criacao Shinjuku（クリアソン新宿）とは>

日本フットボールリーグ（JFL）所属。新宿区サッカー協会代表チームとして、ホームタウンを新宿区に置く。“サッカーを通じて、世の中に感動を創造し続ける存在でありたい”という想いのもと「社会に豊かさをもたらすこと」「世界 No.1 クラブとなること」を目指して活動している。平成21年に東京都社会人リーグに加盟。平成26年に東京都社会人1部リーグに昇格後、平成30年度関東社会人大会を優勝し関東リーグへ昇格。平成31年に関東リーグ2部優勝し1部に昇格。令和3年には関東リーグ1部で優勝しJFLに昇格している（令和6年12月時点）。



參考資料

参考資料

(1) 区のスポーツ環境を支える関連団体等

■一般社団法人新宿区スポーツ協会

区民のスポーツの振興を図りスポーツ精神を涵養することを目的に、区民スポーツ大会、スポーツ教室・講習会の運営、都民スポーツ大会等の上部団体への選手派遣、ジュニア育成事業やシニアスポーツ振興事業、指導者の発掘と育成、スポーツイベントへのスタッフ・ボランティアの派遣など、様々な活動を実施しています。

■特定非営利活動法人新宿区レクリエーション協会

広く区民の方を対象に、レクリエーション活動の普及振興を図るとともに、区民の健康で明るい豊かな生活の形成と、青少年の健全育成に寄与することを目的にレクリエーション・スポーツや文化・芸術をはじめ多様なレクリエーション活動を実施しています。

■総合型地域スポーツ・文化クラブ

新宿区版の総合型地域スポーツクラブが「総合型地域スポーツ・文化クラブ」です。「スポーツ」に限定することなく、「文化活動を含め生活に密着した幅広い生涯学習の場としてのクラブ」という理念を明確にするために「文化」という文字が加えられたものです。

スポーツに限らず、地域のさまざまな分野の人材が交流し、あらゆる資源を集結することにより、地域の多様な活動を互いに認め合い包括的で総合的な地域社会・地域コミュニティづくりを進めることが「新宿区版」の目指すものです。

■新宿区地域スポーツ・文化協議会

新宿区には、地域のスタッフが運営する9つの「地域スポーツ・文化協議会」があります。各協議会では、新宿区立小中学校等を会場として、スポーツ・レクリエーション活動を企画しています。

■新宿区スポーツ推進委員

区民のニーズを踏まえたスポーツ振興の推進と地域コミュニティの醸成を目的に、行政と地域住民のコーディネーター役として、スポーツの実技指導や区民のスポーツ活動を促進するための組織の育成などの活動を行っています。

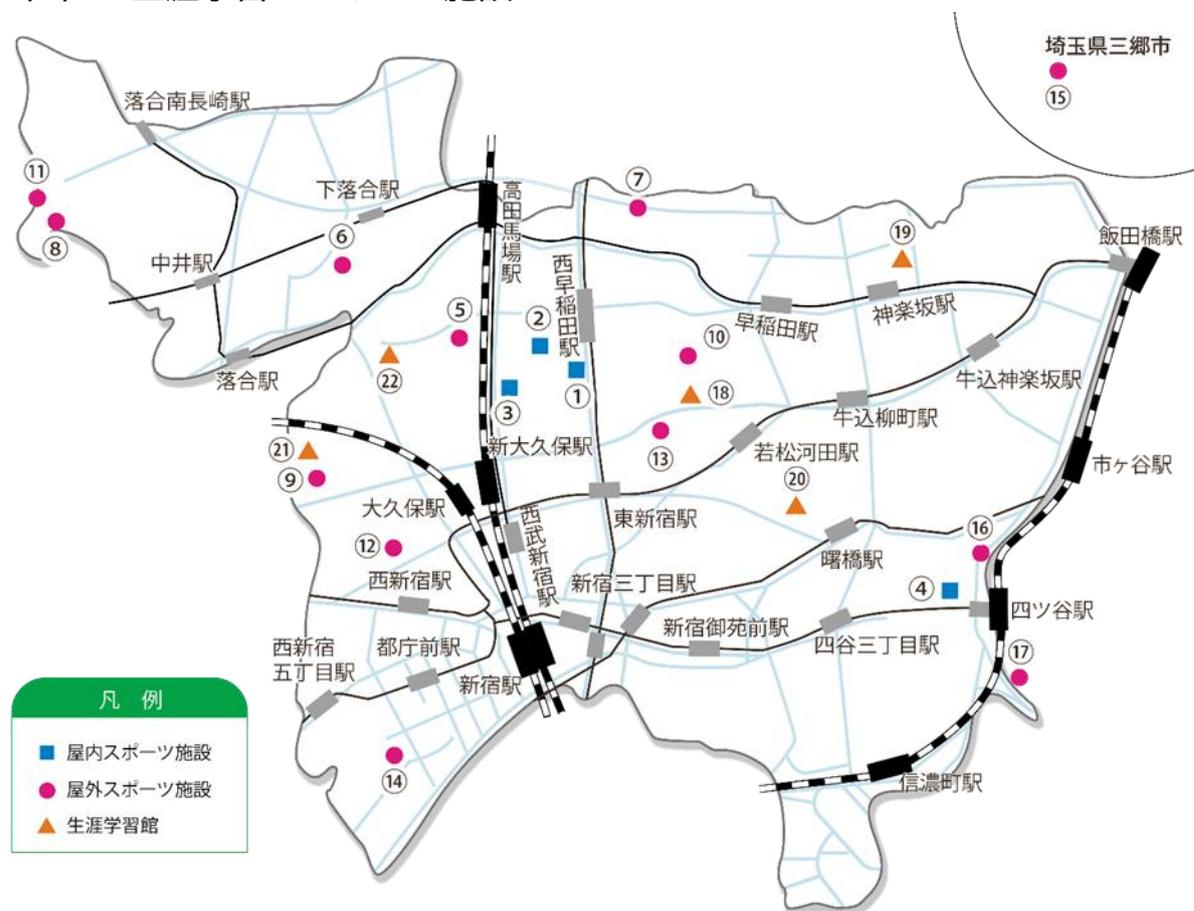
令和6年4月現在、四谷・箆筒・榎町・若松・大久保・戸塚・落一・落二・柏木・角筈の10地区で、総勢42名のスポーツ推進委員が活動しています。

■公益財団法人新宿未来創造財団

新宿未来創造財団は、平成22年4月に、財団法人新宿区生涯学習財団と財団法人新宿文化・国際交流財団を機能統合して設立した公益財団法人です。

地域のコーディネーターとしての役割を果たすとともに、情報の提供・活用の場として、地域の活性化を支援することを目的に、学習・スポーツ・歴史・文化芸術・国際交流など、幅広い内容の事業を総合的に展開しています。

(2) 区の生涯学習・スポーツ施設



屋内スポーツ施設	
① 新宿コズミックスポーツセンター (大久保 3-1-2)	③ 大久保スポーツプラザ (大久保 3-7-42)
② 新宿スポーツセンター (大久保 3-5-1)	④ 四谷スポーツスクエア (四谷 1-6-4)
屋外スポーツ施設	
⑤ 西戸山公園野球場 (百人町 4-1)	⑪ 妙正寺川公園運動広場 (中野区松ヶ丘 1-33)
⑥ 落合中央公園野球場・庭球場 (上落合 1-2)	⑫ 旧淀橋中学校多目的運動広場 (北新宿 1-21-10)
⑦ 甘泉園公園庭球場 (西早稲田 3-5)	⑬ 新宿ここ・から広場多目的運動広場 (新宿 7-3-29)
⑧ 西落合公園少年野球場・庭球場 (西落合 2-19)	⑭ 新宿中央公園フットサル施設 (西新宿 2-11)
③ 大久保スポーツプラザ庭球場 (大久保 3-7-42)	⑮ 江戸川河川敷グラウンド (埼玉県三郷市)
⑨ 北新宿公園多目的広場 (北新宿 3-20)	⑯ 外濠公園運動施設 (新宿区市谷本村町、千代田区五番町)
⑩ 戸山公園多目的運動広場 (戸山 3-2)	⑰ 上智大学真田堀運動場 (千代田区紀尾井町 7-1)
生涯学習館	
⑱ 戸山生涯学習館 (戸山 2-11-101)	⑳ 北新宿生涯学習館 (北新宿 3-20-2)
⑲ 赤城生涯学習館 (赤城元町 1-3)	㉑ 西戸山生涯学習館 (百人町 4-7-1)
㉒ 住吉町生涯学習館 (住吉町 13-3)	

(3) スポーツ環境調査結果の概要

①調査目的

「新宿区スポーツ環境整備方針」の改定（令和6年度）に向け、区民及び施設利用団体等の運動・スポーツに関する意識や実態などを把握し、今後のスポーツ施策の検討・推進のための基礎資料とすることを目的とする。

②調査概要

調査の種類	調査対象	抽出方法	調査方法	調査期間
1 スポーツ 意識調査	① 18歳以上の区民 8,000件（標本数）	住民基本台帳から の無作為抽出	・郵送配布 ・郵送又はインター ネット回答 ・督促状兼礼状送付	令和5年 9月20日(水)～ 10月11日(水)
	② 小学5年生及び 中学2年生 3,000件（標本数）		・郵送配布 ・郵送又はインター ネット回答 ・督促状兼礼状送付	
2 スポーツ 団体調査	「屋外・屋内生涯学 習・スポーツ貸出シ ステム」登録団体の 代表者 2,000件（標本数）	登録団体からの 無作為抽出	・郵送配布 ・郵送又はインター ネット回答 ・督促状兼礼状送付	
3 施設利用者 調査	新宿区立スポーツ 施設を利用する個人 1,000件程度（回答 数）	区内の4つのスポ ーツ施設(※)にお いて対面にて実施	・直接配布、回収	令和5年 10月16日(月)～ 10月28日(土)

※新宿コスミックスポーツセンター、新宿スポーツセンター、大久保スポーツプラザ、四谷スポーツスクエア

③回収状況

調査の種類		有効回収数			有効 回収率
		郵送	WEB	計	
1 スポーツ意識調査	③ 18歳以上の区民	1,522 (19.0%)	825 (10.3%)	2,347	29.3%
	④ 小学5年生及び 中学2年生	659 (22.0%)	481 (16.0%)	1,140	38.0%
2 スポーツ団体調査		350 (17.5%)	267 (13.4%)	617	30.9%
3 施設利用者調査		-	-	1,273	-

有効回収数の2行目（）内の数値は、郵送とWEBそれぞれの有効回収率を示している。
小数点第2位を四捨五入しているため、郵送とWEBの回収率の合計が全体の回収率と一致しない場合がある。

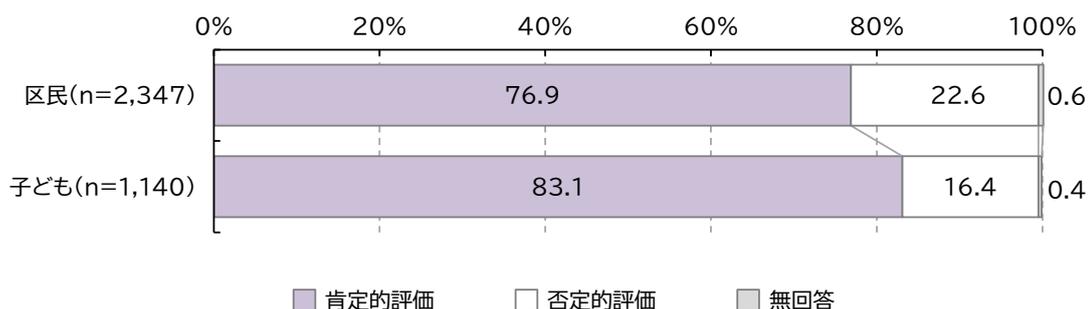
1 運動やスポーツとの関わりについて

(1) スポーツの好き・嫌い

区民「問9 運動やスポーツが好きですか。(○は1つ)」

子ども「問7 運動やスポーツが好きですか。(○は1つ)」

- ・運動やスポーツが「とても好き」「まあまあ好き」を合わせた肯定的評価が、区民では76.9%、子ども(小学5年生及び中学2年生)は83.1%となっている。
- ・「あまり好きではない」「嫌い」を合わせた否定的評価は年代があがるにつれて増加している。

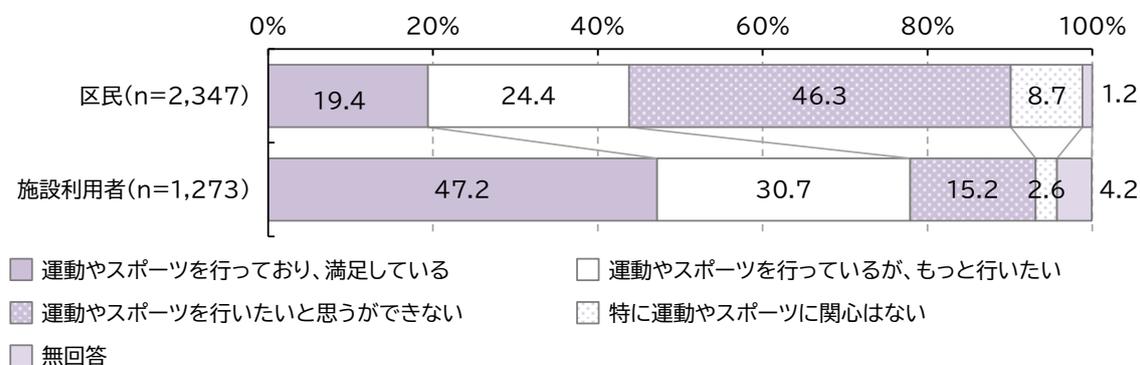


(2) 現在の運動やスポーツへの取り組みについて

区民「問11 現在の運動やスポーツへの取り組みについて最も近いものはどれですか。(○は1つ)」

施設利用者「問8 現在の運動やスポーツへの取り組みについて最も近いものはどれですか。(○は1つ)」

- ・現在の運動やスポーツへの取り組みについては、区民では「運動やスポーツを行いたいと思うができない」が46.3%(施設利用者は15.2%)と最も多く、次いで「運動やスポーツを行っているが、もっと行いたい」が24.4%(施設利用者は30.7%)、「運動やスポーツを行っており、満足している」が19.4%(施設利用者47.2%)となっている。



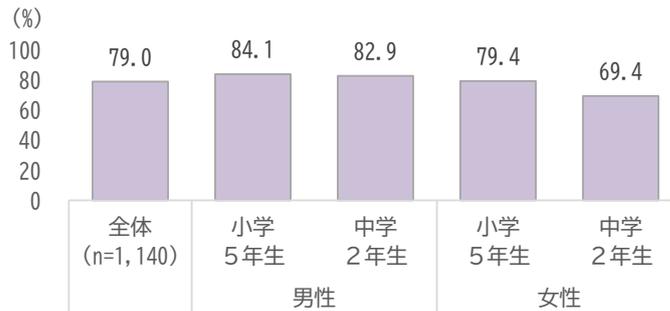
2 運動やスポーツの実施について

(1) 区民のスポーツ実施率

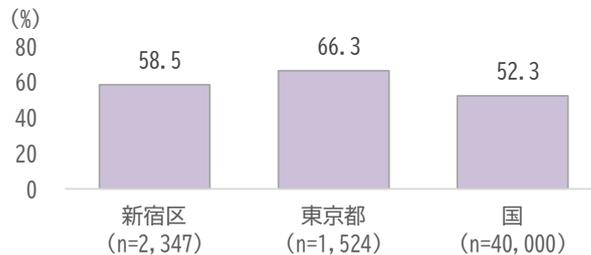
- ・スポーツ実施率^{※5}は58.5%である。性・年代別で見ると、40歳代までは「男性」の実施率が高くなっている一方、50歳代以降は「女性」の実施率の方が高くなっている。



- ・子どものスポーツ実施率は79.0%である。性・年代別で見ると中学2年生女子が全体と比較し10ポイント程低くなっている。



- ・新宿区民のスポーツ実施率は東京都と比較して7.8ポイント低く、国と比較して6.2ポイント高くなっている。



■出典

東京都のスポーツ実施率 出典：「都民のスポーツ活動に関する実態調査」（令和5年10月）

国のスポーツ実施率 出典：令和4年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」（令和4年12月）

※5 スポーツ実施率の算出方法：区民「問17 運動やスポーツをする頻度はどの程度ですか」、小学5年生及び中学2年生「問9 運動やスポーツをする回数はこの程度ですか」の回答結果を基に、「週に1回程度」「週に2回程度」「週に3～5回程度」「ほぼ毎日」の合計値を回答者全数で割って算出。

(2) 運動やスポーツの実施頻度とスポーツの好き・きらい、毎日の生活の満足度との関係

区民「問17 運動やスポーツをする頻度はどの程度ですか。(○は1つ) × 問7 毎日の生活に満足していますか。(○は1つ)」

区民「問17 運動やスポーツをする頻度はどの程度ですか。(○は1つ) × 問9 運動やスポーツが好きですか。(○は1つ)」

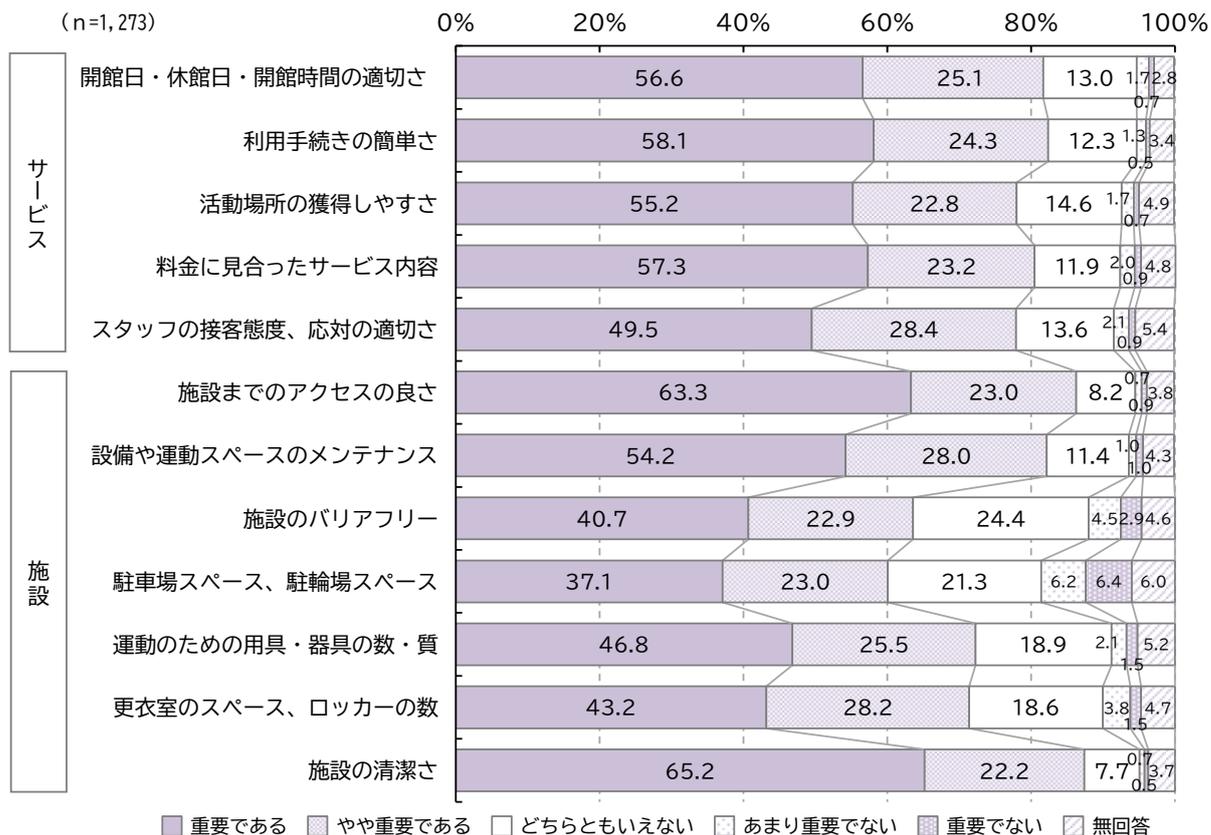
- ・毎日の生活に満足している人ほどスポーツの実施頻度が高くなっている。
- ・運動やスポーツが好きの人ほどスポーツの実施頻度が高くなっている。

上段:度数 下段:%		問17 運動やスポーツをする頻度はどの程度ですか。(○は1つ)							
		合計	年に数回程度	月に1～3回程度	週に1回程度	週に2回程度	週に3～5回程度	ほぼ毎日	無回答
問7 毎日の生活に満足していますか。(○は1つ)	全体	2184 100.0	270 12.4	377 17.3	391 17.9	348 15.9	376 17.2	257 11.8	165 7.6
	満足している	582 100.0	49 8.4	78 13.4	100 17.2	109 18.7	120 20.6	87 14.9	39 6.7
	まあ満足している	1220 100.0	160 13.1	214 17.5	224 18.4	188 15.4	206 16.9	142 11.6	86 7.0
	やや不満だ	293 100.0	36 12.3	73 24.9	53 18.1	39 13.3	39 13.3	21 7.2	32 10.9
	不満だ	80 100.0	24 30.0	9 11.3	14 17.5	12 15.0	7 8.8	6 7.5	8 10.0
	無回答	9 100.0	1 11.1	3 33.3	-	-	4 44.4	1 11.1	-
	問9 運動やスポーツが好きですか。(○は1つ)	全体	2184 100.0	270 12.4	377 17.3	391 17.9	348 15.9	376 17.2	257 11.8
とても好き	550 100.0	42 7.6	67 12.2	107 19.5	101 18.4	130 23.6	83 15.1	20 3.6	
まあまあ好き	1180 100.0	150 12.7	221 18.7	215 18.2	190 16.1	187 15.8	126 10.7	91 7.7	
あまり好きではない	394 100.0	65 16.5	79 20.1	61 15.5	48 12.2	53 13.5	44 11.2	44 11.2	
嫌い	56 100.0	11 19.6	10 17.9	8 14.3	9 16.1	6 10.7	4 7.1	8 14.3	
無回答	4 100.0	2 50.0	-	-	-	-	-	2 50.0	

(3) 施設利用者の状況

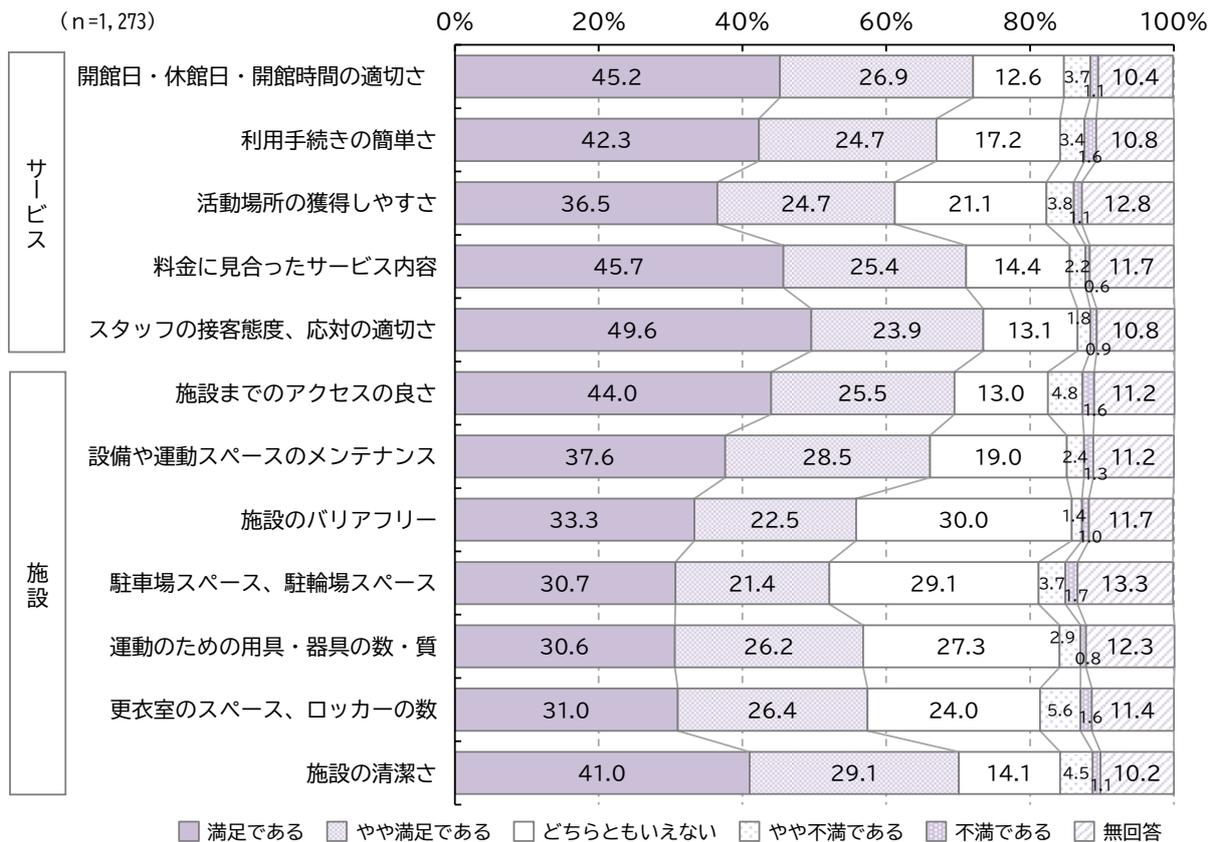
施設利用者「問 16 施設のサービスや設備について、重要度と満足度をお答えください。【重要度】(○は1つ)」

・「重要である」「やや重要である」を合わせた肯定的評価をみると、サービス面では「利用手続きの簡単さ」が 82.4%と最も多く、次いで「開館日・休館日・開館時間の適切さ」が 81.7%となっている。また、施設面では「施設の清潔さ」が 87.4%と最も多く、次いで「施設までのアクセスの良さ」が 86.3%となっている。



施設利用者「問 16 施設のサービスや設備について、重要度と満足度をお答えください。【満足度】(○は1つ)」

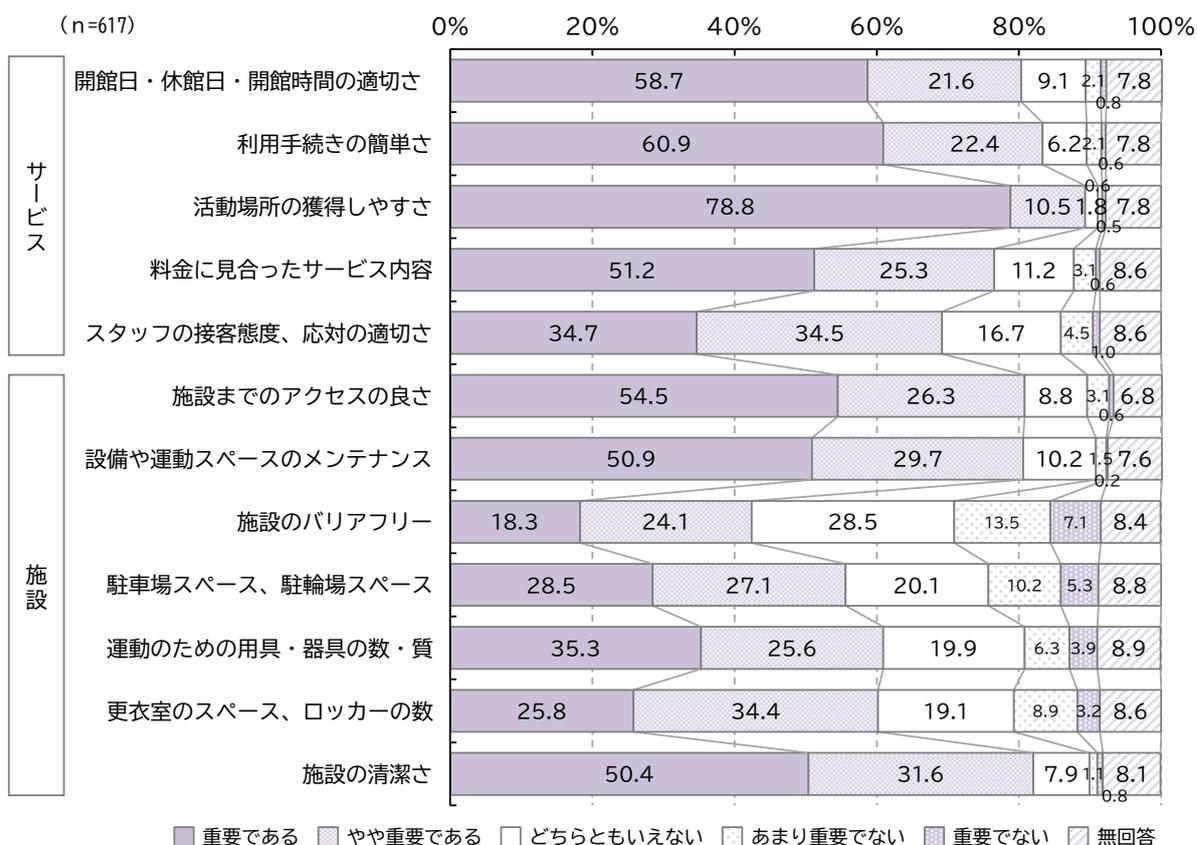
・「満足である」「やや満足である」を合わせた肯定的評価をみると、サービス面では「スタッフの接客態度、対応の適切さ」が73.5%と最も多く、次いで「開館日・休館日・開館時間の適切さ」が72.1%となっている。また、施設面では「施設の清潔さ」が70.1%と最も多く、次いで「施設までのアクセスの良さ」が69.5%となっている。



(4) 団体の活動状況

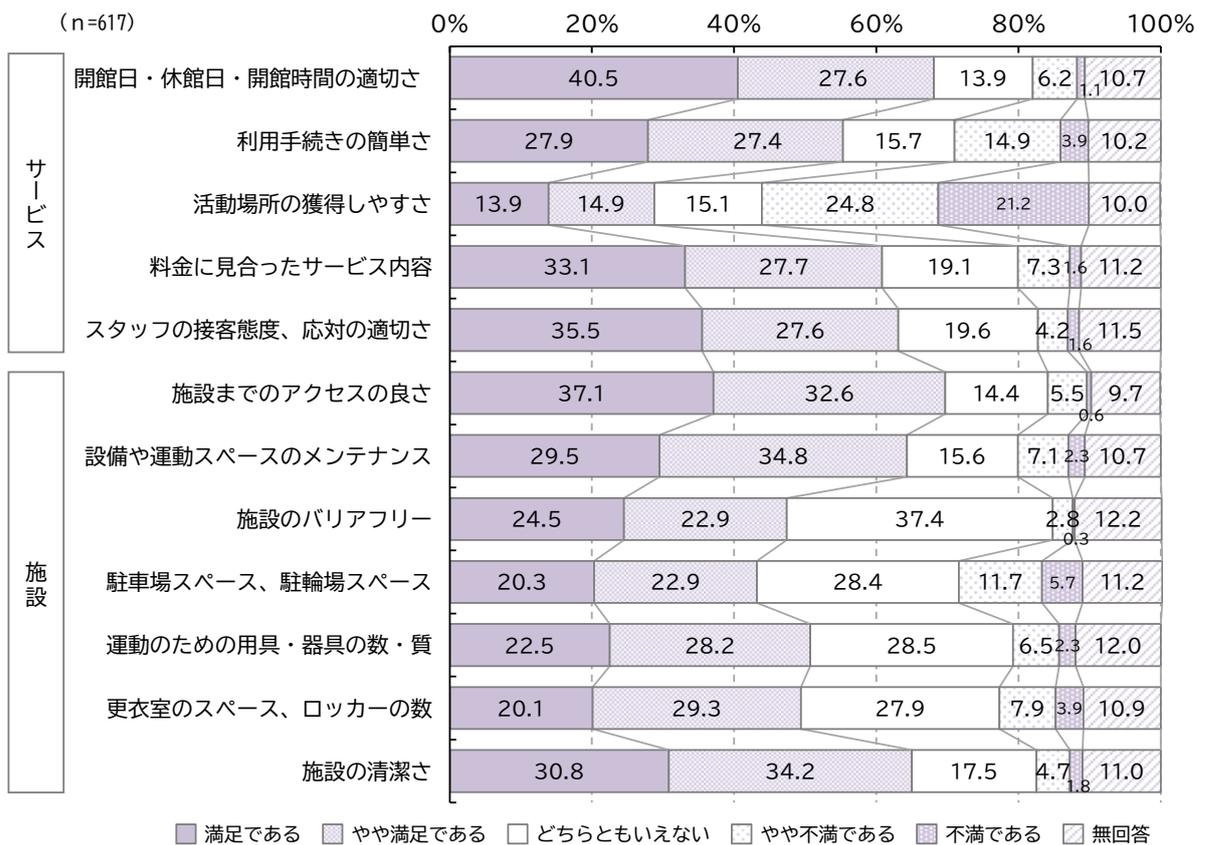
団体「問 16 問 15 で回答した施設のサービスや設備について、重要度と満足度をお答えください。【重要度】(○は1つ)」

・「重要である」「やや重要である」を合わせた肯定的評価をみると、サービス面では「活動場所の獲得しやすさ」が89.3%と最も多く、次いで「利用手続きの簡単さ」が83.3%となっている。また、施設面では「施設の清潔さ」が82.0%と最も多く、次いで「施設までのアクセスの良さ」が80.8%となっている。



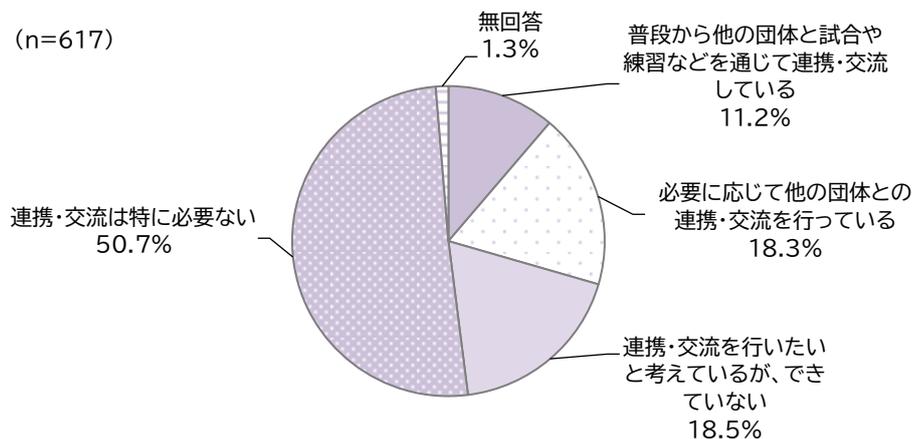
団体「問 16 問 15 で回答した施設のサービスや設備について、重要度と満足度をお答えください。【満足度】(○は1つ)」

・「満足である」「やや満足である」を合わせた肯定的評価をみると、サービス面では「開館日・休館日・開館時間の適切さ」が 68.1%と最も多く、次いで「スタッフの接客態度、応対の適切さ」が 63.1%となっている。また、施設面では「施設までのアクセスの良さ」が 69.7%と最も多く、次いで「施設の清潔さ」が 65.0%となっている。



団体「問17 区内で活動している他の団体との連携や交流についてどのようにお考えですか。(〇は1つ)」

- ・「連携・交流は特に必要ない」が50.7%と最も多く、次いで「連携・交流を行いたいと考えているが、できていない」が18.5%、「必要に応じて他の団体との連携・交流を行っている」が18.3%となっている。



団体「問17 区内で活動している他の団体との連携や交流についてどのようにお考えですか。(〇は1つ) × 問7 どのような年代のメンバーが所属していますか。(〇はいくつでも)」

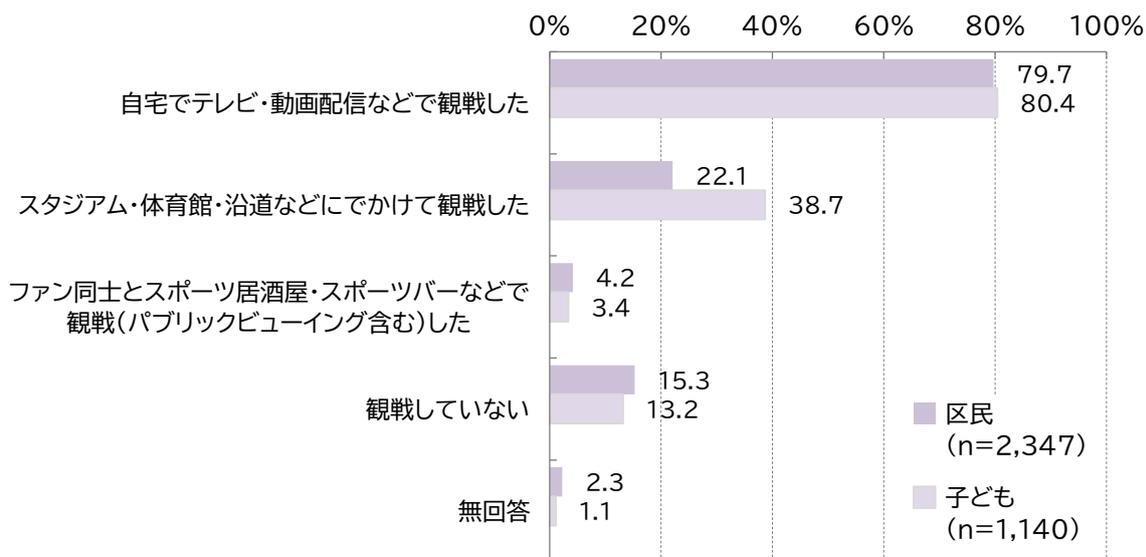
- ・区内で活動している他の団体との連携や交流については、所属メンバーの年代が若い団体ほど行っている割合が高くなっている。

上段:度数 下段:%		問17 区内で活動している他の団体との連携や交流についてどのようにお考えですか。(〇は1つ)					
		合計	普段から他の団体と試合や練習などを通じて連携・交流している	必要に応じて他の団体との連携・交流を行っている	連携・交流を行いたいと考えているが、できていない	連携・交流は特に必要ない	無回答
問7. どのような年代のメンバーが所属していますか。(〇はいくつでも)	全体	616 100.0	69 11.2	113 18.3	114 18.5	313 50.8	7 1.1
	0～9歳	57 100.0	14 24.6	15 26.3	6 10.5	21 36.8	1 1.8
	10～19歳	132 100.0	21 15.9	33 25.0	16 12.1	60 45.5	2 1.5
	20～29歳	238 100.0	28 11.8	46 19.3	50 21.0	110 46.2	4 1.7
	30～39歳	285 100.0	36 12.6	57 20.0	51 17.9	138 48.4	3 1.1
	40～49歳	324 100.0	37 11.4	61 18.8	68 21.0	155 47.8	3 0.9
	50～59歳	329 100.0	37 11.2	67 20.4	63 19.1	160 48.6	2 0.6
	60～69歳	243 100.0	27 11.1	51 21.0	44 18.1	120 49.4	1 0.4
	70歳以上	137 100.0	18 13.1	27 19.7	25 18.2	65 47.4	2 1.5

3 みるスポーツについて

区民「問25 この1年間で、どのようにスポーツ観戦をしましたか。(〇はいくつでも)」
 子ども「問15 あなたはこの1年間で、どのようにスポーツ観戦をしましたか。(〇はいくつでも)」

- ・「自宅でテレビ・動画配信などで観戦した」が区民は79.7%、子どもで80.4%と最も多くなっている。
- ・「観戦していない」は区民は15.3%、子どもで13.2%となっている。



区民「問25 この1年間で、どのようにスポーツ観戦をしましたか。(〇はいくつでも) × 問7 毎日の生活に満足していますか。(〇は1つ)」

- ・毎日の生活の満足度別にみると、満足している区民はスポーツを観戦している割合が高くなっている。

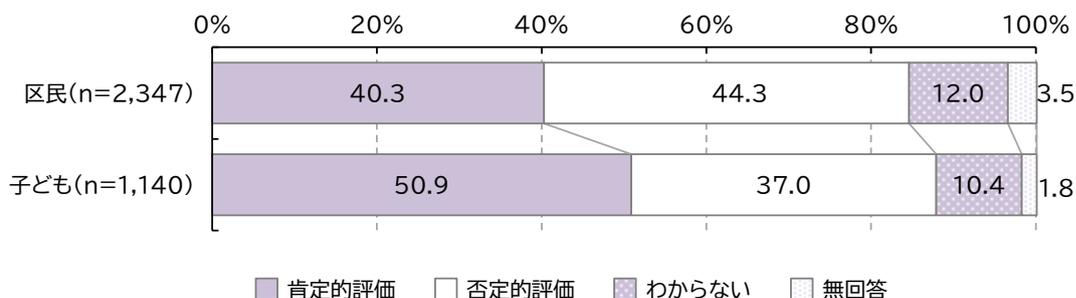
上段:度数		問25 この1年間で、どのようにスポーツ観戦をしましたか。(〇はいくつでも)					
下段:%		合計	自宅でテレビ・動画配信などで観戦した	ファン同士とスポーツ居酒屋・スポーツバーなどで観戦(パブリックビューイング含む)した	スタジアム・体育館・沿道などにでかけて観戦した	観戦していない	無回答
問7 毎日の生活の満足度	全体	2329	1862	98	517	357	47
		100.0	79.9	4.2	22.2	15.3	2.0
	満足している	604	486	24	164	85	12
		100.0	80.5	4.0	27.2	14.1	2.0
	まあ満足している	1309	1062	55	285	191	24
	100.0	81.1	4.2	21.8	14.6	1.8	
やや不満だ	322	250	18	56	56	6	
	100.0	77.6	5.6	17.4	17.4	1.9	
不満だ	94	64	1	12	25	5	
	100.0	68.1	1.1	12.8	26.6	5.3	

4 パラスポーツとの関わりについて

区民「問 29 パラスポーツに関心がありますか。(○は1つ)」

子ども「問 16 パラスポーツに関心がありますか。○は1つ)」

- ・パラスポーツについて「関心がある」「やや関心がある」を合わせた肯定的評価が、区民では40.3%。子どもでは50.9%となっている。
- ・「あまり関心がない」「関心がない」を合わせた否定的評価は年代があがるにつれて増加している。



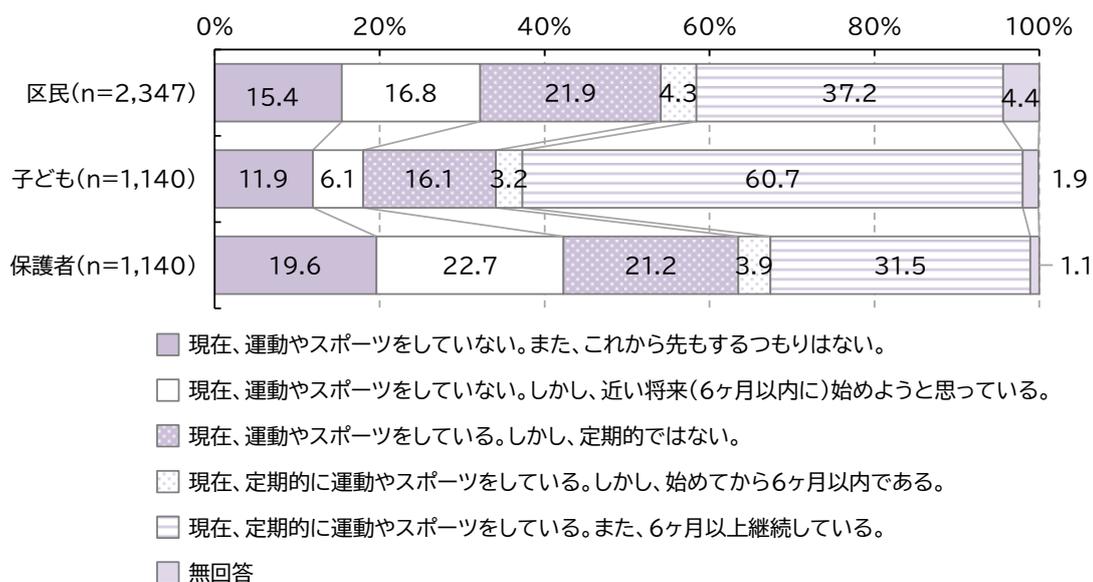
5 今後の意向について

区民「問 32 現在、そしてこれから先の、運動やスポーツの実施状況や考え方について。(○は1つ)」

子ども「問 18 現在、そしてこれから先の、運動やスポーツの実施状況や考え方について。(○は1つ)」

保護者「問 4 現在、そしてこれから先の、運動やスポーツの実施状況や考え方について。(○は1つ)」

- ・スポーツの関心層（現在、運動やスポーツをしていない。しかし、近い将来（6ヶ月以内に）始めようと思っている。）は、区民では16.8%、無関心層（現在、運動やスポーツをしていない。また、これから先もするつもりはない。）15.4%となっている。
- ・子どもでは、関心層は6.1%、無関心層は11.9%、子育て世帯保護者では、関心層は22.7%、無関心層は19.6%となっている。



(4) 方針改定の検討経過等

①会議の開催実績

開催日	会議名称	議題
令和5年4月17日(月)	新宿区スポーツ環境整備方針の改定に向けた庁内検討会議 第1回 ※以下「庁内検討会議」という。	<ul style="list-style-type: none"> ・新宿区スポーツ環境整備方針概要説明 ・スポーツ環境整備方針の改定及びスポーツ環境調査の実施について ・スポーツ環境調査の設問項目について
令和5年4月26日(水)	スポーツ環境会議(第20回)	<ul style="list-style-type: none"> ・新宿区スポーツ環境整備方針概要説明 ・スポーツ環境整備方針の改定及びスポーツ環境調査の実施について ・スポーツ環境調査の設問項目について
令和5年7月4日(火)	スポーツ環境会議(第21回)	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツ環境調査の設問内容について
令和5年12月11日(月)	庁内検討会議 第2回	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツ環境調査の結果について ・スポーツ環境整備方針改定版の構成及び施策体系(案)について
令和6年1月23日(火)	スポーツ環境会議(第22回)	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツ環境調査の結果について ・スポーツ環境整備方針改定版の構成及び施策体系(案)について
令和6年3月14日(木)	新宿区スポーツ環境調査結果報告会	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツ環境調査の結果について ・スポーツ環境整備方針改定後の施策体系(案)について
令和6年4月18日(木)	庁内検討会議 第3回	<ul style="list-style-type: none"> ・新宿区スポーツ環境整備方針(素案)の作成について
令和6年5月17日(金)	スポーツ環境会議(第23回)	<ul style="list-style-type: none"> ・新宿区スポーツ環境整備方針(素案)の作成について
令和6年8月2日(金)	庁内検討会議 第4回	<ul style="list-style-type: none"> ・新宿区スポーツ環境整備方針(素案)の作成について
令和6年8月26日(月)	スポーツ環境会議(第24回)	<ul style="list-style-type: none"> ・新宿区スポーツ環境整備方針(素案)の作成について
令和6年12月17日(火)	庁内検討会議 第5回	<ul style="list-style-type: none"> ・パブリック・コメント等の実施結果について ・新宿区スポーツ環境整備方針(案)の作成について
令和7年1月14日(火)	スポーツ環境会議(第25回)	<ul style="list-style-type: none"> ・パブリック・コメント等の実施結果について ・新宿区スポーツ環境整備方針(案)の作成について

②地域説明会の開催実績

日時	令和6年10月31日（木）19時から
場所	新宿コズミックスポーツセンター3階 大会議室
議題	1 開 会 2 区からの説明：新宿区スポーツ環境整備方針（素案）について 3 質疑応答 4 閉 会
参加者	6名



③パブリック・コメントの実施

募集期間	令和6年10月25日（金）から令和6年11月25日（月）まで
意見提出件数	パブリック・コメント 55件 地域説明会 3件
資料の閲覧 及び配付場所	生涯学習スポーツ課（第一分庁舎7階）、新宿コズミックスポーツセンター、新宿スポーツセンター、大久保スポーツプラザ、四谷スポーツスクエア、生涯学習館（5所）、区政情報課（本庁舎3階）、区政情報センター（本庁舎1階）、特別出張所（10所）、区立図書館（10館）

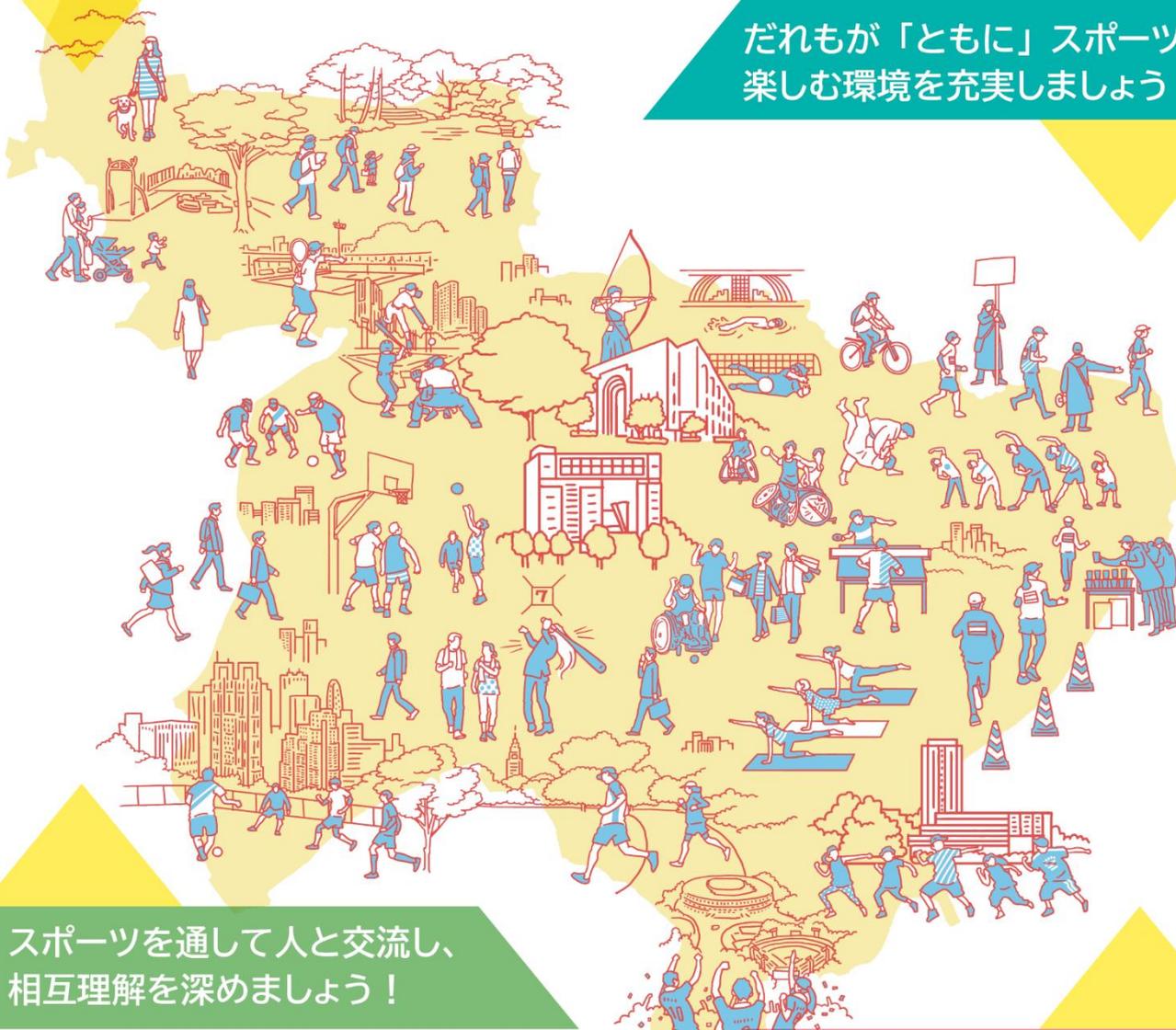
④新宿区 スポーツ環境会議 委員

所属等	氏名
学識経験者 (早稲田大学スポーツ科学学術院教授)	岡 浩一朗
区スポーツ協会代表	今泉 清隆 (令和5年度)
	小倉 利彦 (令和5年度代理)
	神田 隆弘 (令和6年度)
区スポーツ推進委員協議会代表	橋本 純
	奈良 和子
区レクリエーション協会代表	金子 和子
区町会連合会代表	田中 稔
区高齢者クラブ連合会代表	村上 光一
区障害者団体連絡協議会代表	藤原 千里
区青少年育成委員会代表	藤塚 利男 (令和5年度)
	只野 純市 (令和6年度)
区小学校 PTA 連合会代表	武内 隆則
区中学校 PTA 協議会代表	石原 留理 (令和5年度)
	平田 知子 (令和6年度)
スポーツ関連事業者代表 (新宿スポーツテック&サイエンス共同事業体)	西谷 毅 (令和5年度)
	新谷 太郎 (令和6年度)
公募委員	下村 扶美子
公募委員	南 滋文
新宿未来創造財団事務局長	加賀美 秋彦
生涯学習スポーツ課長	高橋 美由紀 (令和5年度)
	鈴木 史博 (令和6年度)
新宿未来創造財団等担当課長	神崎 章
障害者福祉課長	渡辺 隆介
地域包括ケア推進課長	袴田 雅夫
子ども家庭課長	徳永 創
健康政策課長	向 隆志 (令和5年度)
	菅野 秀昭 (令和6年度)
みどり公園課長	小菅 健嗣
教育調整課長	齊藤 正之

新宿区のスポーツ推進にむけて

楽しみながら
体を動かしましょう！

だれもが「ともに」スポーツを
楽しむ環境を充実しましょう！



スポーツを通して人と交流し、
相互理解を深めましょう！

スポーツをすることで地域との
つながりをつくりましょう！