# 令和７年度新宿区スポーツ環境会議の振り返り

資料２

## 第２６回スポーツ環境会議の内容

**区民のスポーツ実施率の向上**に向けて、これまでスポーツができていない人に対して**どのような環境・工夫**が必要か、
**子ども、高齢者、障害者、働く世代、子育て世代ごと**に検討し、ご意見をいただいた。

## いただいた主なご意見

【子どもに対する取組み】
- 元々校庭が狭いうえに、工事などで使えるスペースが更に狭くなっている。**子どもが思いっきりスポーツができる場所**が整備されると良い。
- 情報の周知が本当に難しい。様々なイベントのチラシが届くため、**自分に必要なものかどうかを見極める**ことが大切。

【高齢者に対する取組み】
- 元気があり意欲も高いが、**移動などのハードルによって参加できない**高齢者がいるのが現状。
- 会場が１㎞でも離れていると参加を躊躇する方もいる。訪問して行う**「出張スポーツ」のようなことができたら良い**と思う。

【障害者に対する取組み】
- 難病を持っており歩くことが難しいため、ランニングやウォーキングの代わりに自転車を毎日乗るようにし、それが１つの運動になっている。**それぞれにとって簡単にできる運動から始めて、徐々に取り組んでいく**ことが良いと思う。
- 障害者スポーツは、**安心して参加できる環境**が整っていることが大切。
  どのようなサポート体制があるかなど、利用者目線での環境整備と情報発信が区内で増えていくことが望ましい。
- 施設管理者として、障害者の方にモニターとなってもらうなど施設の利便性向上に取り組んでいるが、**施設自体の認知度が低い。**

【働く世代に対する取組み】
- 良い取り組みを行っていても、**情報が区民に行き届いていない。**
- **働く世代は時間が限られる**中で、スポーツをやりたいと思っているのか。
- 仕事中に階段の上り下りをしているが、これはスポーツと言えるのか。**どの程度、身体への負荷があればスポーツをしたと言えるのか。**

【子育て世代に対する取組み】
- **ｅスポーツは「スポーツ」なのか。**
- 親子参加型のイベントを通して、**子どもの相手をしてもらいながら親もスポーツができる**、という環境を作っていきたい。

## 第２６回会議のまとめ

✓ **参加のハードルを下げる仕組みづくり**が必要。　（例）出張型スポーツ、親子参加型イベント
✓ 情報発信は「情報量」を増やすだけでなく、**「誰に・何を・どう」伝えるか**の工夫が必要。
✓ **どこまでを「スポーツ」と捉えるか**検討し、区として「こんな運動をしていこう」という情報を区民に届けることに資源を多く投資すべき。

# 令和７年度新宿区スポーツ環境会議の振り返り

## 第２７回スポーツ環境会議の内容

第２６回会議を踏まえ**「スポーツ」の範囲を検討する**とともに、**「スポーツ」を「する気にさせる」**ための**効果的な働きかけや情報の発信方法**について様々な視点からご意見をいただいた。

## いただいた主なご意見

### ■「スポーツ」の範囲

【競技性の視点】
- ルールに基づいた**競技性**のあるものが「スポーツ」だと思う。
- 「スポーツ」という言葉から**競技性**を想起する人も多いと思う。

【目的意識・継続性の視点】
- 「スポーツ」の**ハードルをあまり上げすぎない**ほうが良いと思う。
- **目的意識を持って身体を動かす**ことが重要。**「身体を自分の意思を持って動かす」人をどうやって増やしていくか**を考える必要がある。
- **目的意識**と**継続性**があればスポーツとみなして良いのではないかと思う。
  一つの目的に向かって皆で練習・行動する、という意味では**ｅスポーツも「スポーツ」**だと思う。

【身体的負荷の視点】
- 障害者スポーツの視点で見ると、**身体が動く部分で行う**ことや、**身体が反応する**ことだけでも「スポーツ」と捉えられる。
- 日常生活の中で計画性を持って、何らか自分に負荷がかかる運動をすることが「スポーツ」ではないかと思う。
  当然**身体の負荷には個人差がある**が、**身体を動かして、楽しみ、健康になった上で、様々な人と交流がつながっていく**ことがスポーツを広げていくための一つの糧になる。

【「みる」視点】
- **試合観戦**は、周りの歓声で心拍数が上がったり、顔色が良くなったりする。そうした感覚的なところも**「スポーツ」への参加**と捉えられる。

### ■ 効果的な働きかけ、情報の発信方法

- 高齢者にも参加意欲はあるが、家から一歩出ることが難しい。参加を後押ししてくれるような、コミュニティ内の**リーダーの育成**が必要。
- 区内には大きな病院が多い。**医療機関を通して情報を発信**してはどうか。
- ＳＮＳでの情報発信も重要だが、**アナログ的な発信**の仕方もある。
- 規模が小さいイベントであれば、人間対人間の**口コミでの集客**が効果的。
- イベントの中で体力測定を行い結果を紙で渡すなど、参加者に**何かしら目に見えて残るもの**があれば続けられるのではないかと思う。
- 多様なスポーツが体験できるイベントなどを通して、一つのスポーツに限らず、**色々なスポーツに触れられる**と良いと思う。
- **いつも誰かが通っている場所**に情報があると良いと思う。**町会の掲示板**も近隣の住民からよく見られている。

## 第２７回会議のまとめ

✓ 「スポーツ」の範囲から誰か/何かが抜け落ちることがないよう、**年齢や障害の有無を問わず、全ての区民を包括する**ことが必要。
✓ 区民の**「スポーツ好き」を増やす**ことが重要。スポーツは**「する」以外にも、「みる」/「ささえる」といった関わり方**もできる。
✓ 情報発信は、**内容や届けたい相手**によって工夫が必要。手段によってリーチできる対象が異なるため、上手に活用する必要がある。