区のスポーツ施策やスポーツ環境会議で取り扱う「スポーツ」の範囲について

資料３

✓ 令和7年度の会議でいただいたご意見を踏まえ、あらためて区のスポーツ施策やスポーツ環境会議で取り扱う「スポーツ」の範囲を整理

スポーツ基本法

スポーツ基本法で「スポーツ」は、「心身の健全な発達、健康及び体力の保持増進、精神的な充足感の獲得、自律心その他の精神の涵養等のために**個人又は集団で行われる運動競技その他の身体活動**」としています。

区スポーツ環境整備方針

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や散歩、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**」

競技スポーツ（ルールに基づいて勝敗や記録を競うスポーツ）誰でも楽しめるよう工夫されたスポーツ・レクリエーション

例：陸上、水泳、サッカー、野球、ボッチャ、ゴールボール、レクリエーション、ユニバーサルスポーツ、ゆるスポ、など

目的（気晴らし、健康づくり、楽しみ、人との交流など）を持った身体活動

例：ウォーキング、ジョギング、筋力トレーニング、体操、サイクリング　など

※身体への負荷には個人差があり、**重要なのは意思や目的意識**

区のスポーツ施策やスポーツ環境会議で取り扱う「スポーツ」の範囲

スポーツへの関わり方



出典：第3期スポーツ基本計画

✓ スポーツは、「する」だけでなく、スポーツ活動を「ささえる」、スポーツを「みる」など多様な関わり方があります。

✓「みる」スポーツ、「ささえる」スポーツについてもスポーツ環境整備方針に基づき推進していきます。

ｅスポーツについて

※「eスポーツ」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eスポーツ協会オフィシャルサイト

⇒障害の有無や年齢・性別、場所を問わず楽しむことができることから、スポーツへの関心喚起やフレイル予防、コミュニティの創出などを目的に、身体活動を伴うデジタル技術を活用しています。

区では、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の整備に取り組んでいます