

1. 生涯スポーツの推進

スポーツを通じた県民の元気とまちの活力を創出するため、いつでも、どこでも、だれでも、気軽に楽しくスポーツに親しめる環境づくりを進め、生涯スポーツの推進に引き続き取り組みます。

【数値目標等】

★成人の週1回以上のスポーツ実施率

平成27年度 43.7% ⇒ 平成32年度 65.0%

(1)健康・体力づくりを意識したスポーツ活動の推進

【現状と課題】

県民の健康・体力づくりや豊かなスポーツライフを実現するためには、ライフステージごとの様々な環境や、県民の多様なニーズに応じたスポーツを楽しむ機会の充実を図るなど、誰もが生涯を通じてスポーツに親しむ環境づくりが必要です。また、充実した豊かな人生を過ごすためには、偏りのない食生活、規則正しい運動や睡眠など基本的な生活習慣の習得と、ウォーキングや健康体操など、普段から自分の健康状態に適した運動に親しむことが大切です。

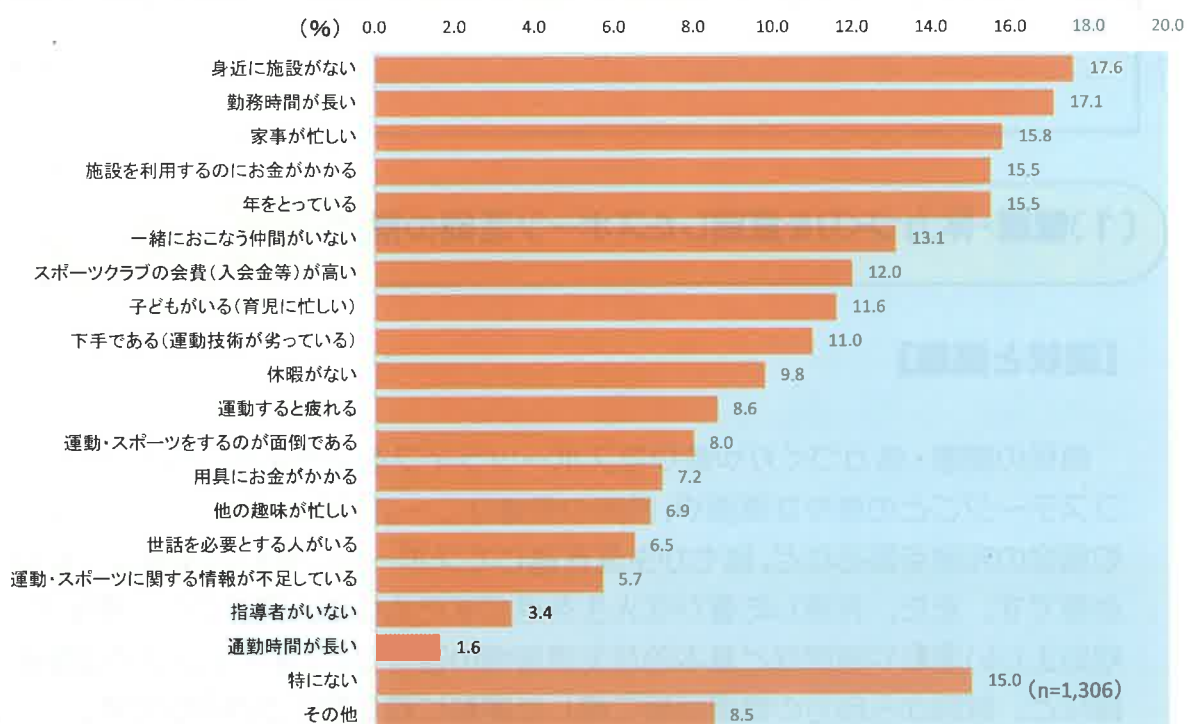
「長崎がんばらんば国体」及び「長崎がんばらんば大会」（以下「国体等」という。）を契機に県内各地で施設整備が進み、ボランティア参加による大会運営をはじめ、応援や花いっぱい運動など、おもてなしによる県民総参加の機運が高まりました。これらの県民のスポーツへの関心を維持し、国体等終了後においても、県民がスポーツを「する」「観る」「支える」多様なスポーツ活動を展開することが期待されています。更に、スポーツを支える活動を推進するための人材として、国体等を契機に養成した指導者やスポーツボランティアが国体後も継続して活動できるような仕組みづくりが必要となっています。

併せて、県民の健康増進及び国体の機運醸成を目的として創作された県民体操「がんばらんば体操」の県内学校等(保育園・幼稚園含む)における体操実施

率は、平成23年度42.6%、平成24年度51.9%、平成25年度59.1%、平成26年度68.3%と前年度より確実に伸びており、国体等終了後も県民体操として定着するよう、引き続き普及・啓発が望まれています。

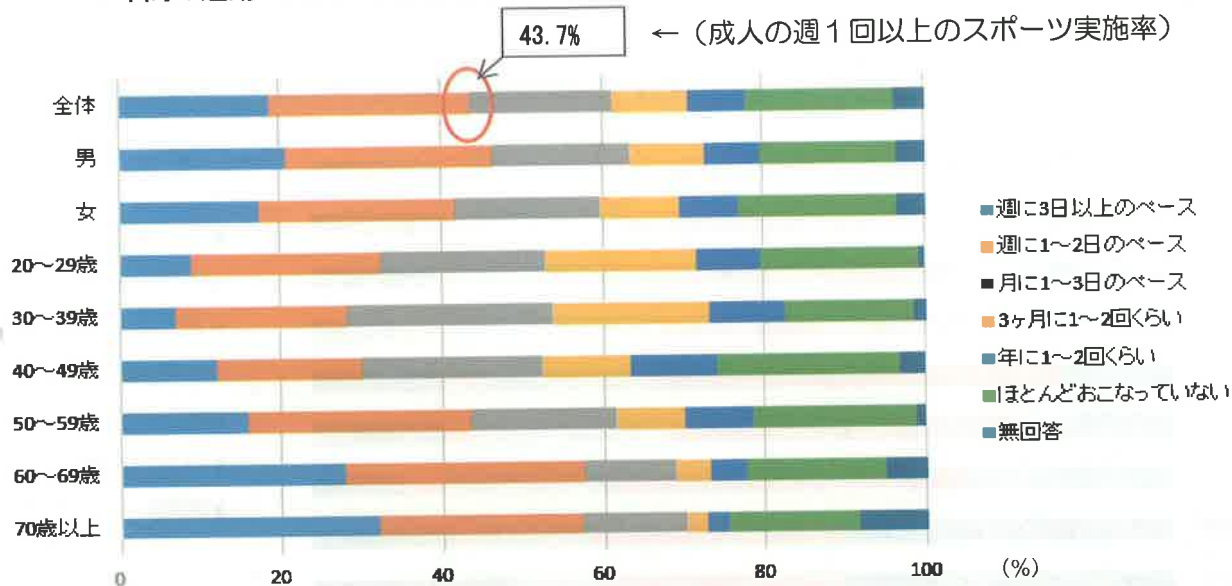
また、平成26年度に実施した「県民のスポーツ実態に関するアンケート調査」によると、スポーツに取り組む際の障壁として、「勤務時間が長い」、「家事が忙しい」などの「時間的障壁」や「身近に施設がない」といった「体制の障壁」の回答が多く挙がっていました。それらの障壁をできる限り取り除くことができるような取組が望まれます。

運動やスポーツをおこなう際に、困っていることや妨げになっていること（平成26年度）



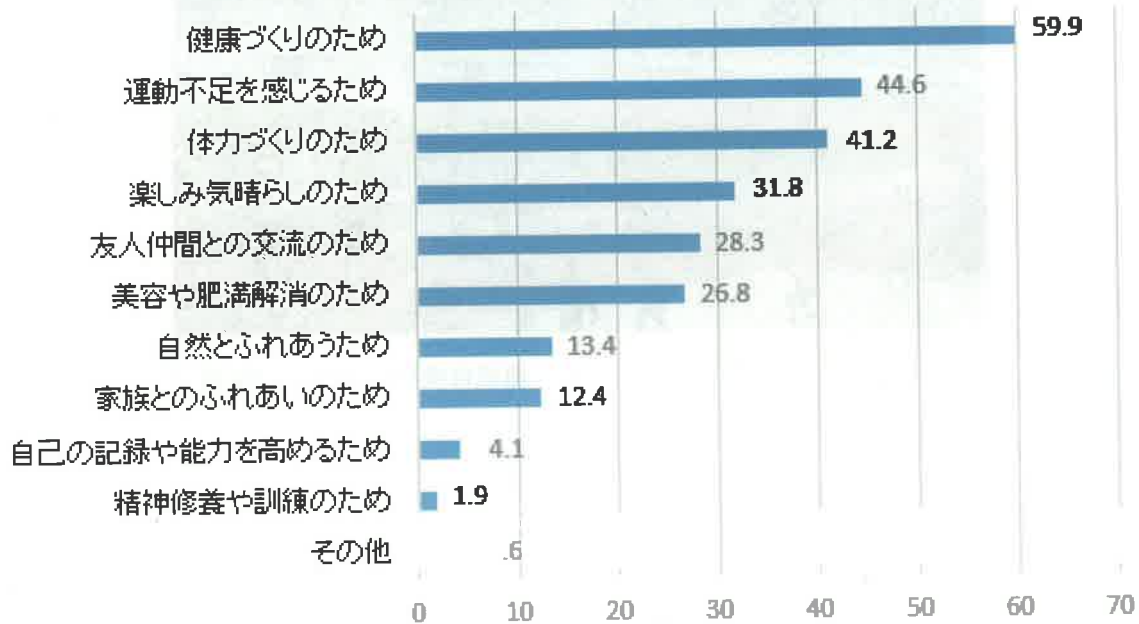
[平成26年度県民のスポーツ実態に関する調査]

1年間の運動・スポーツの実施率 [全体及び年代別の結果] (平成26年度)



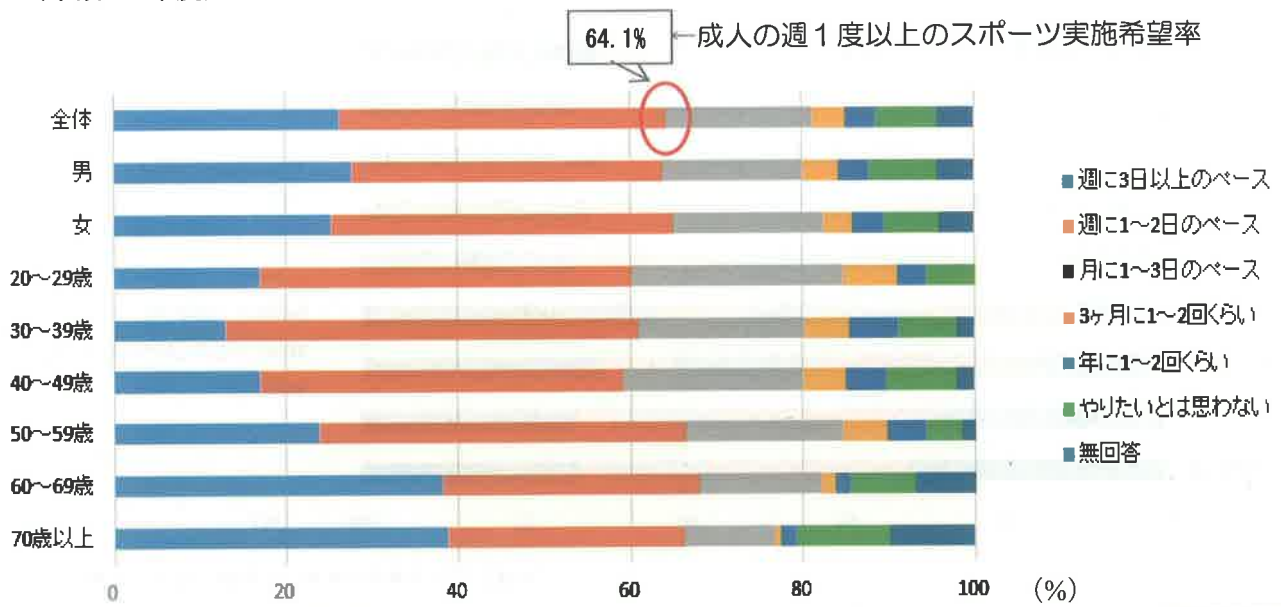
[平成26年度県民のスポーツ実態に関する調査]

運動・スポーツを実施する理由について [複数回答] (平成26年度)



[平成26年度県民のスポーツ実態に関する調査]

これから先の運動・スポーツ実施の希望について【どれぐらいの割合で行いたいのか】
 (平成 26 年度)



[平成26年度県民のスポーツ実態に関する調査]



県民体操「がんばらんば体操」

【施策の方向】

県民の健康・体力づくりを意識した豊かなスポーツライフ実現を目指します。

①ニーズに応じたスポーツ活動の提供と推進

○県民体育大会と県民スポーツ・レクリエーション祭を柱とした「ながさき県民総スポーツ祭」の内容を充実した上で継続開催し、広く県民にアピールすることで、県民のスポーツ参加意欲を喚起するとともに、11月の「県民スポーツ月間」において、こうした取組を県内各地で幅広く展開していきます。また、県関係部局をはじめ、(公財)長崎県体育協会、特定非営利活動法人長崎県レクリエーション協会、長崎県スポーツ推進委員協議会、(公財)長崎県すこやか長寿財団、長崎県障害者スポーツ協会などと連携を強化し、ユニバーサルデザイン・スポーツ(※1)の普及・啓発の充実を図ります。

○国体等以前から市町が率先して取り組むスポーツとして位置づけているものに加え、市町において、国体等の開催を契機として高まった県民のスポーツへの関心を継続させ、スポーツの習慣化を図るため、市町による地元開催競技や国体デモンストレーションとしてのスポーツ行事を「わがまちスポーツ(※2)」として地域に根付かせる取組を支援します。

○国体等の機運醸成の一環として普及・啓発を行い、実践する人が増加した県民体操「がんばらば体操」については、体操の効果を広く周知するとともに、地域インストラクターを中心とした市町の取組を支援するなど、国体後も県民体操として、広く普及・啓発に努め、県民の誰もが元気に楽しく運動できる機会の充実に努めていきます。また、その普及・啓発に当たっては、世代等に応じて対応していきます。

※1「ユニバーサルデザイン・スポーツ」とは、年齢や障害の有無などにかかわらず、誰もが一緒に気軽に楽しめるスポーツのことです。ユニバーサルデザインの趣旨を理解し、スポーツを通して、「思いやり」「心配り」など、こころのユニバーサルデザインの大切さも実感して、スポーツを楽しむことを含みます。

※2「わがまちスポーツ」とは、国体等において開催された競技等で、市町の取組によりその地域に根付いたスポーツのことです。

- スポーツ習慣がない人にとっては、気軽にスポーツをする機会がないことから、県立スポーツ施設において県民が体験的に施設利用できる「体験利用日」の定着を図るとともに、市町のスポーツ施設への普及に取り組みます。
- 就業世代のスポーツをする機会の充実を図るため、県関係機関や、市町及び地域・職域連携推進協議会、職域保健等と連携して、職場等への「ウォーキング」や「1日1000歩増やす」ことをはじめとした日常の身体活動増進に向けた啓発活動の推進に取り組みます。
- 健康づくり推進の計画を定めた「健康ながさき21（第2次）」との整合を図りながら、誰もが気軽に取り組めるニュースポーツや、日常的に実践できるウォーキングなど、健康・体力づくりに効果がある健康志向に対応したスポーツ・運動の普及に取り組みます。
- 運動を行うことで得られる効果、ロコモティブシンドローム（※）の予防に適した運動、正しい歩行方法、県内各地のウォーキングマップなど、各団体が作成し、発信している多様な情報を集めてホームページで紹介するとともに、長崎県の豊富な自然や観光・文化・食など様々な地域資源とスポーツを組み合わせたスポーツの楽しみ方に関する情報発信に取り組みます。
- 豊かな自然に囲まれた長崎県の特性を生かし、カヌーやヨットなどの海洋スポーツ、緑豊かな森林の中での散策、トレッキング、キャンプ等の情報をホームページで発信するなど、自然体験型スポーツの普及・推進に引き続き取り組みます。

※ロコモティブシンドロームとは、加齢に伴う骨、関節、筋肉等の運動器の機能低下により、介護が必要になったり、寝たきりになったりする可能性の高い状態を言います。

②スポーツを支える活動の推進

- 地域スポーツの総合的な推進に向け、地域スポーツのコーディネーターとしての役割を担うスポーツ推進委員の指導力や資質の向上を図るための支援を引き続き行います。
- 国体等を契機として養成された指導者が、国体終了後も生涯スポーツを推進する立場で活躍できるよう地域のスポーツ指導者、レクリエーション指導者、スポーツドクターなどを登録した「長崎県スポーツリーダーバンク」への登録を促すとともに、その更なる活用に取り組みます。
- 国体等を契機として養成したスポーツボランティアが、国体終了後も引き続き活動できるよう「長崎県スポーツボランティアバンク（仮称）」を創設し、バンクへの登録、紹介等を行うなど、ボランティアの活動機会の充実に取り組みます。

(2) 総合型地域スポーツクラブの活性化等

【現状と課題】

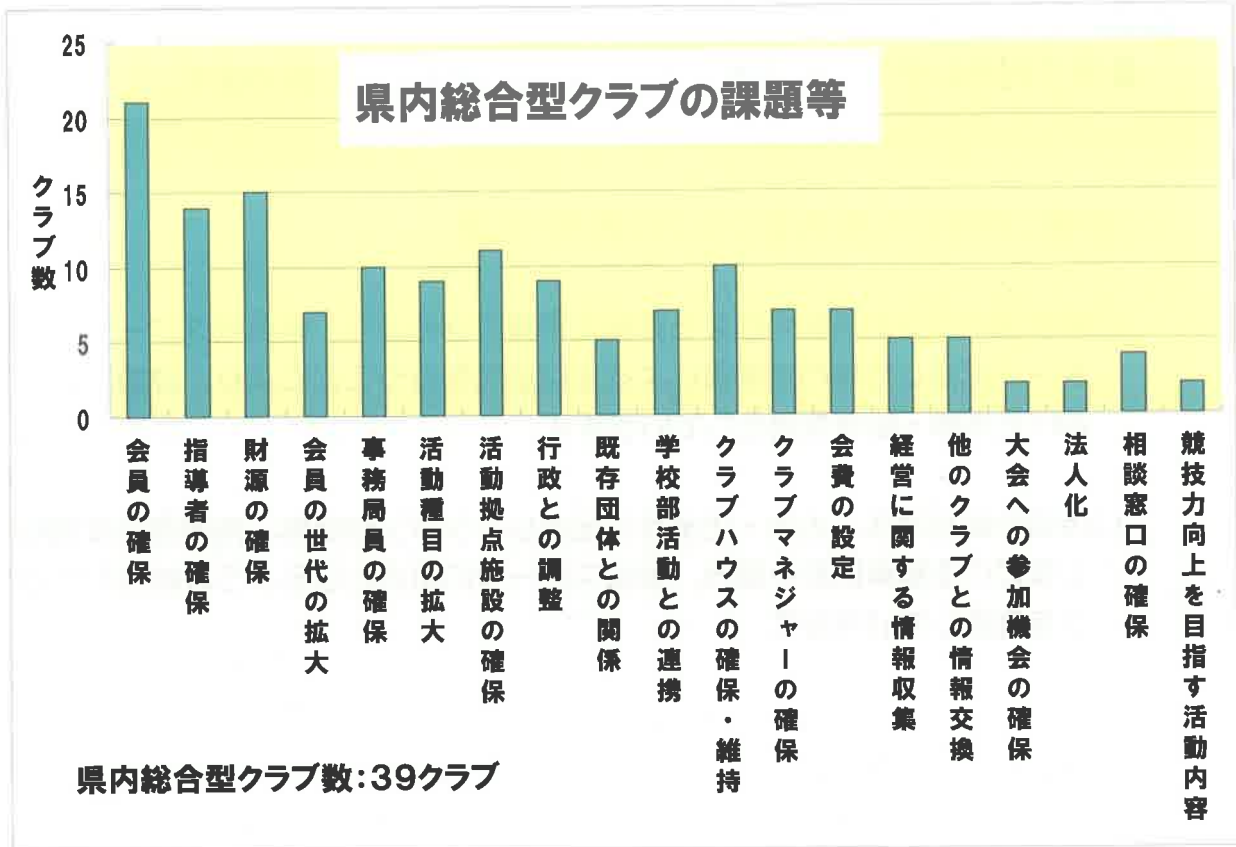
県民誰もが生涯にわたって豊かなスポーツライフを送るには、身近で利用しやすい環境の整備が不可欠です。そのため県では、地域住民が主体的に運営し、地域の特性やニーズに応じて、住民の日常的なスポーツ活動の場となる総合型地域スポーツクラブ（以下「総合型クラブ」という）の設立・育成支援事業を行うため、「長崎県広域スポーツセンター」（※）を設置し、（公財）長崎県体育協会と連携しながら、総合型クラブの創設や安定経営に向けた巡回指導訪問等に取り組んでいます。

県内の総合型クラブの育成数（設立済み及び設立準備中のクラブ数の計）は、平成27年3月末現在、39クラブであり、21全市町に育成されていますが、県民の認知度が低く、設立済みの総合型クラブの半数以上は、「会員の確保」や「指導者の確保」、「財源の確保」など、自立・安定した経営を継続していく上で、多くの課題を抱えています。

総合型クラブは、生活習慣病の予防、高齢者の介護予防、地域住民のつながりの希薄化、子どもの体力低下など、地域が抱えている課題に対して、地域スポーツ活動、コミュニティづくりの拠点となる機関として期待されていますが、県民の認知度が低く、別に公民館講座も多くある中で、地域住民が求める地域スポーツの拠点になり得ていない状況です。

総合型クラブが地域スポーツの中核を担うクラブに成長するためには、市町や関係機関・団体等との有機的な連携や多様な運営財源の確保が必要であり、総合型クラブの機能強化と、それを支援する県広域スポーツセンターの充実が求められています。

※「長崎県広域スポーツセンター」とは、県内の総合型クラブの創設や運営・活動とともに、地域内のスポーツ活動全般について、効率的な支援を行う役割を担っています。



資料: 総合型クラブ活動状況調査(平成26年7月)



スマイル江迎スポーツクラブ ウォーキングイベントの様子

【施策の方向】

身近で利用しやすい総合型クラブの支援・整備に取り組みます。

①地域に根付いた総合型クラブの育成・支援

- 総合型クラブの現状や抱える課題を把握できるよう、県広域スポーツセンターに配置した専門指導員による巡回訪問を行うことにより、課題解決に向けた指導・助言を強化していきます。
- 市町や競技団体、大学・企業等と連携し、クラブの経営、指導者の資質向上などの支援策に取り組み、地域スポーツの拠点となるような総合型クラブを育成していきます。
- 総合型クラブの自立的な運営を支援するため、県北地区、県南地区の2カ所に拠点となる総合型クラブ（拠点クラブ）（※）を育成し、他の総合型クラブ等と連携して行うイベントの開催や教室などへ指導者の派遣を行います。
- 総合型クラブの活動が広く県民に理解され、会員数の増加につながるよう、総合型クラブの取組状況を県のホームページに掲載するほか、県の広報媒体を活用して引き続き広く県民へ広報していきます。
- 総合型クラブの重要性や意義を啓発し、クラブ運営の中核となる人材や運動・スポーツの提供ができる指導者を育成していきます。
- 総合型クラブにおいて、生活習慣病の予防、高齢者の介護予防、県民の健康づくりや体力の保持増進を図る取組を支援するため、運動・スポーツと保健・医療分野が連携した健康づくりプログラムを実践する支援体制を整備していきます。

※「総合型クラブ（拠点クラブ）」とは、運営面や指導面において周辺の総合型地域スポーツクラブを支え、それらのクラブがより自立的に運営することができるように活動する、周辺地域の核となる総合型地域クラブを言います。

(3)高齢者スポーツの推進

【現状と課題】

本県は、全国平均を上回る早さで高齢化が進んでおり、団塊の世代が75歳以上となる平成37年(2025年)には、65歳以上の高齢者人口は約44万人(高齢化率35.2%)でピークに達すると見込まれています。一方、平成22年(2010年)の本県の健康寿命(※)は、男性69.14年、女性73.05年で、いずれも全国平均を下回っており、また、この年における要介護認定者数は約86千人で、65歳以上人口に占める割合は22.3%に達しています。

また、65歳以上の「高齢夫婦のみの世帯」「高齢者単身世帯」の割合も増加傾向にあり、平成37年(2025年)には、両者を合わせた世帯数が一般世帯総数に占める割合は30%を超えることが推計されています。

このような中、元気な高齢者については地域の中でいつまでも健康で活躍できる環境づくりを進めることが、支援が必要な高齢者には住み慣れた地域で安心して暮らせる社会の構築が重要な課題となります。

※「健康寿命」とは、認知症や寝たきりにならない状態で、日常生活に制限がなく生活できる期間のことを言います。

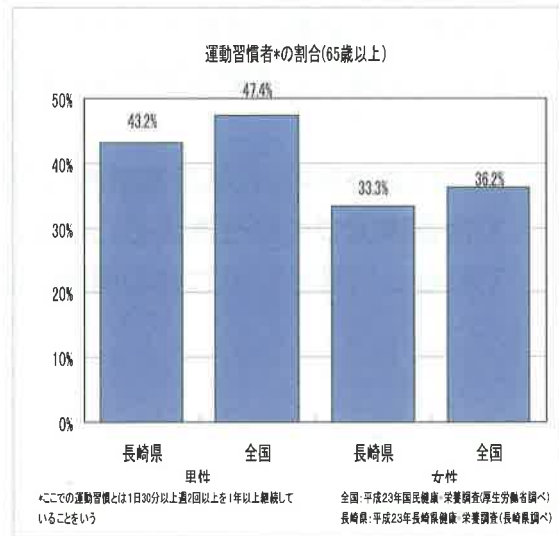
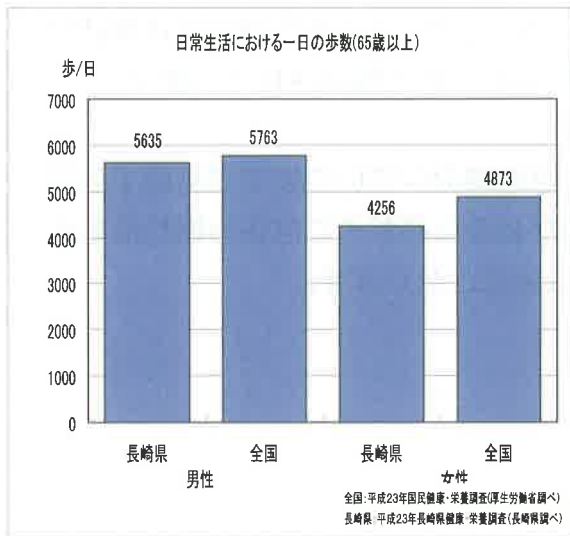
表 年齢3区分別人口推移

(単位:千人、%)

	昭和60年 (1985年)	平成2年 (1990年)	平成7年 (1995年)	平成12年 (2000年)	平成17年 (2005年)	平成22年 (2010年)	平成27年 (2015年)	平成32年 (2020年)	平成37年 (2025年)	平成42年 (2030年)	平成47年 (2035年)	平成52年 (2040年)
総人口	1,594 (100.0)	1,562 (100.0)	1,545 (100.0)	1,517 (100.0)	1,479 (100.0)	1,427 (100.0)	1,371 (100.0)	1,313 (100.0)	1,250 (100.0)	1,185 (100.0)	1,118 (100.0)	1,049 (100.0)
年少人口 0歳～14歳	362 (22.7)	317 (20.3)	277 (17.9)	243 (16.0)	216 (14.6)	194 (13.6)	174 (12.7)	156 (11.9)	139 (11.1)	125 (10.6)	116 (10.4)	109 (10.4)
生産年齢人口 15歳～64歳	1,038 (65.2)	1,016 (65.1)	994 (64.3)	957 (63.1)	913 (61.8)	862 (60.4)	788 (57.5)	722 (55.0)	671 (53.7)	627 (52.9)	581 (52.0)	528 (50.3)
高齢者人口 65歳以上	長崎県	194 (12.1)	229 (14.7)	273 (17.7)	316 (20.8)	349 (23.6)	371 (26.0)	409 (29.8)	435 (33.1)	440 (35.2)	433 (36.5)	421 (37.7)
	全国	12,468 (10.3)	14,895 (12.0)	18,261 (14.5)	22,005 (17.3)	25,672 (20.1)	29,484 (23.0)	33,952 (26.8)	36,124 (29.1)	36,573 (30.3)	36,849 (31.6)	37,407 (33.4)
上記の内 75歳以上	長崎県	76 (4.8)	92 (5.9)	109 (7.0)	136 (9.0)	171 (11.6)	200 (14.0)	216 (15.8)	226 (17.2)	252 (20.2)	270 (22.8)	270 (24.2)
	全国	4,712 (3.9)	5,973 (4.8)	7,170 (5.7)	8,999 (7.1)	11,602 (9.1)	14,194 (11.1)	16,458 (13.0)	18,790 (15.1)	21,786 (18.1)	22,784 (19.5)	22,454 (20.0)

資料:昭和55年～平成22年は国勢調査、平成27年以降は国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口」

※()は総人口に占める割合



【施策の方向】

高齢者の健康保持・増進と生きがいつくりを目指します。

①スポーツを楽しむ機会の充実

○高齢者のスポーツ活動などへの参加を促すため、高齢者が気軽にできるスポーツやレクリエーションの普及及び推進を図ります。

②ねんりんピックの開催

○高齢者のスポーツと文化活動を通じて、健康の保持・増進と生きがいの高揚を図るとともに、高齢者相互及び地域間の交流を促進することにより、明るい長寿社会づくりを推進してまいります。

○平成28年度に、本県で開催する「第29回全国健康福祉祭（ねんりんピック長崎2016）」に向けては、スポーツ・レクリエーションの普及とともに、生きがいつくり・社会参加につなげる取組を目指します。

＜長崎県ねんりんピック参加者数＞ (単位：人)

平成23年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度
3,296	3,442	3,773	3,924	4,213

※スポーツ交流大会、文化交流大会（囲碁、将棋、マージャン）の参加者数及び生きがい作品展、出展者数の合計数。

③健康づくりの推進

○元気な高齢者自らが地域スポーツの担い手となって実践するとともに、市町等が実施する高齢者サロンにおける健康づくり教室などでの指導者として活躍することができる環境づくりに努めます。

○（再掲）総合型クラブにおいて、生活習慣病の予防、高齢者の介護予防等、県民の健康づくりや体力の保持増進を図る取組を支援するため、運動・スポーツと保健・医療分野が連携した健康づくりプログラムを実践する支援体制を整備していきます。

○ロコモティブシンドロームの認知度を高め、その予防を通じて運動器の健康が保たれるよう個々人の行動変容を促すとともに、地域・職域における指導者の育成・支援を行っていきます。

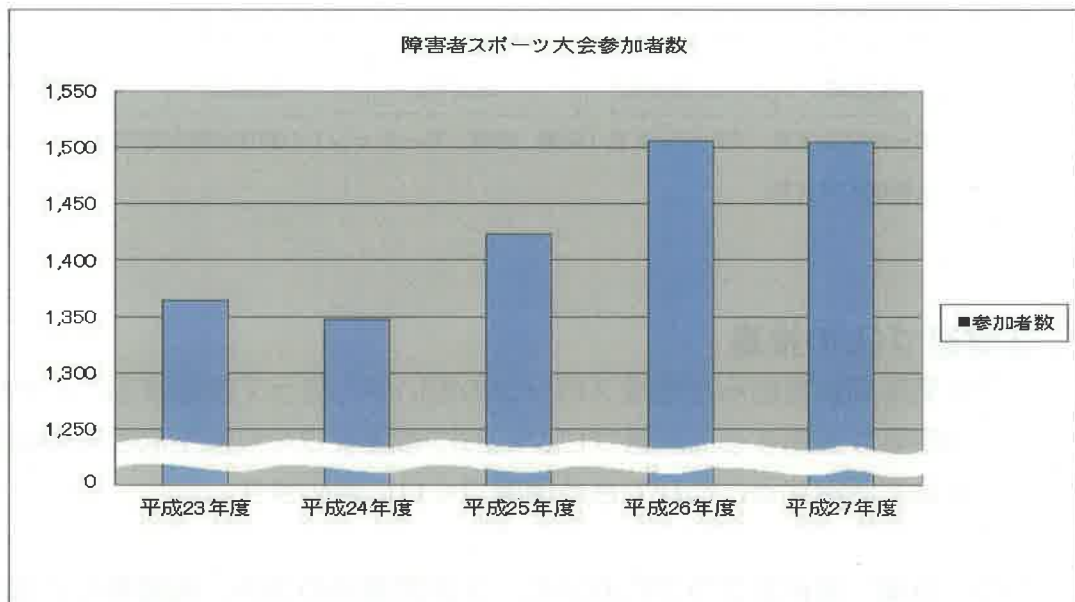
(4)障害者スポーツの推進

【現状と課題】

障害者スポーツの推進は、障害者のスポーツ参加を促し、自立や社会参加の促進につながります。また、スポーツ・レクリエーション活動を通じて、障害者同士または障害者と健常者との交流が生まれ、相互の理解や連帯感が高まるという効果が期待されます。

県では、共生社会の実現に向け、ノーマライゼーションの理念のもと、障害者スポーツを振興し、日常的にスポーツ活動に親しむことで、より積極的な社会参加と生活の質の向上に資するため、毎年障害者スポーツ大会を開催しています。

また、全国障害者スポーツ大会に向けて、強化練習を実施し、選手団の派遣を行っています。



加えて、平成26年11月に本県で開催された「長崎がんばらんば大会（以下「大会」という。）」では、県内各地で障害者競技が開催されたことから、大会を契機にスポーツ施設の整備や指導体制が強化されたほか、強化選手の指定、強化合宿への助成などを通して、障害者スポーツ競技選手の育成・強化が図られました。また、新たな障害者スポーツの競技団体が結成されるなど、障害者スポーツの機運が高まってきています。

本県といたしましては、これらの機運を一過性のものとせず、今後につなげていくため、障害者スポーツの裾野をより一層広げること、大会の成果を定着

させることが重要と考えており、下記の取組を実施していくことにより、障害者の更なる社会参加の促進を図っています。

(長崎がんばらんば大会の様子)



【施策の方向】

障害者スポーツの裾野を広げるとともに長崎がんばらんば大会での成果の着実な定着を目指します。

①障害者スポーツの裾野を広げる取組

○県内各地に障害者スポーツの普及を図るため、スポーツレクレーション教室を開催します。

○地域のスポーツフォーラムやスポーツレクレーション教室等においてパラリンピック大会や国際大会、国内大会等で活躍するアスリートや指導者と交流することで障害者のスポーツへの参加意欲の向上を図ります。

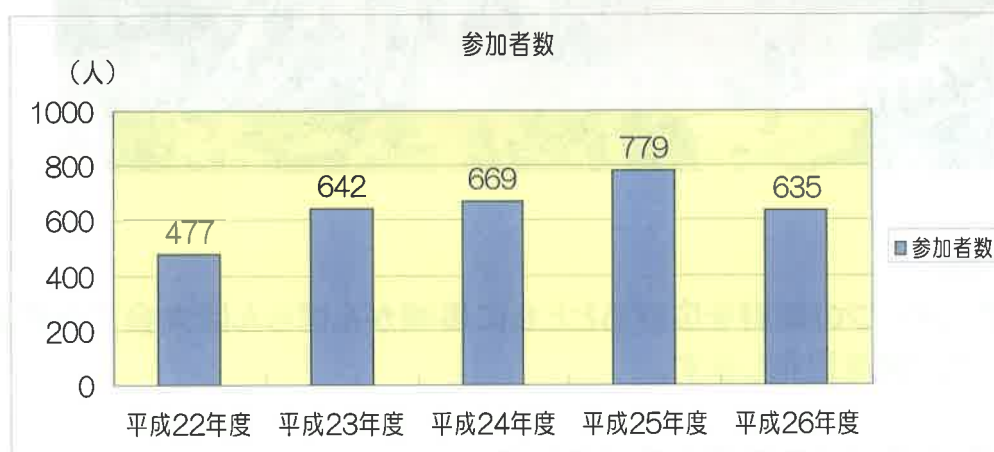
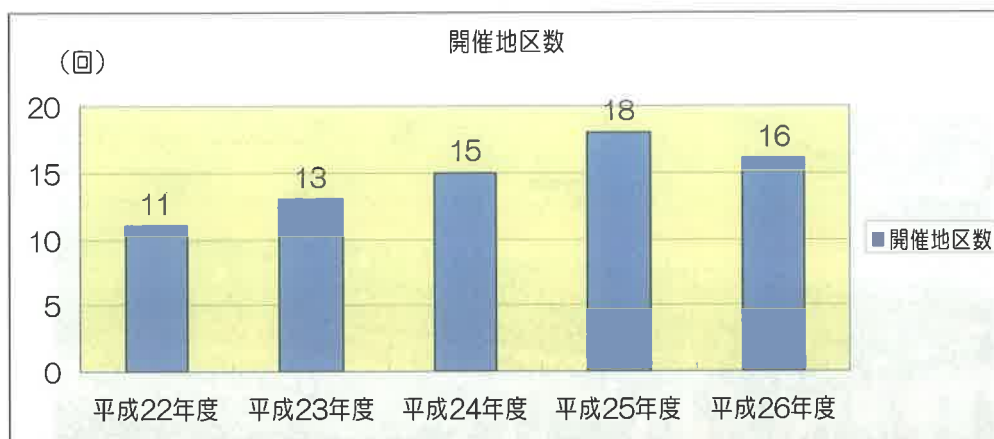
②長崎がんばらんば大会の成果を定着させる取組

○大会に向けて養成した指導者を登録した「障害者スポーツ人材バンク」を活用し、指導者を学校・施設等へ派遣します。

○障害者スポーツを行う団体が開催する県内大会等に対して助成していた「長崎県障害者スポーツ振興助成金」において、団体競技チームの活動を支援します。

- ・練習会場借上代と活動経費への支援
- ・九州地区予選会参加費等への支援

(スポーツレクリエーション教室の開催状況)



※ 平成26年度は、がんばらんば大会準備により開催回数減

(スポーツレクリエーション教室：フライングディスク)

