

根室市スポーツ推進計画

(平成27年度～36年度)

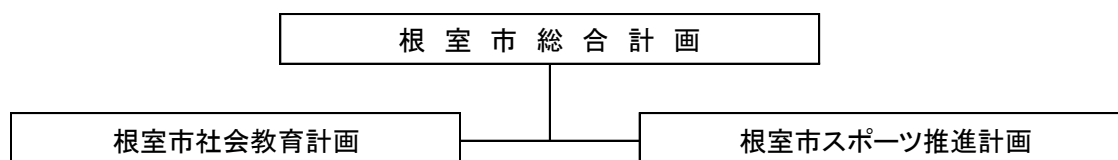
平成27年4月

根室市教育委員会

目 次

根室市スポーツ推進計画の体系	1
第1章 根室市スポーツ推進計画の基本的な考え方	2
1 趣旨	
2 計画の位置づけ	
3 計画期間	
第2章 計画策定にあたっての現状と課題	3
1 ライフステージに応じたスポーツ活動の現状と課題	3
(1) 子どものスポーツ活動	3
(2) 成人のスポーツ活動	6
(3) 高齢者のスポーツ活動	8
(4) 障がい者のスポーツ活動	9
(5) 総合型地域スポーツクラブ	10
2 競技スポーツの現状と課題	11
3 スポーツ施設の現状と課題	12
第3章 根室市スポーツ推進計画の推進目標と重点目標	13
第4章 推進計画の具体的施策	14
1 成果目標	14
2 ライフステージに応じたスポーツ活動の推進	15
(1) 子どものスポーツ活動	15
(2) 成人のスポーツ活動	16
(3) 高齢者のスポーツ活動	17
(4) 障がい者のスポーツ活動	17
(5) 総合型地域スポーツクラブの育成・支援	18
3 競技スポーツの推進と指導者の養成	18
4 スポーツ施設の整備	19

根室市スポーツ推進計画の体系



～ いつでも、どこでも、だれでも、いつまでもスポーツを ～

基本的な考え方

- 1 趣旨
- 2 計画の位置づけ
- 3 計画期間

計画策定にあたっての現状と課題

- 1 ライフステージに応じたスポーツ活動の現状と課題
 - 1) 子どものスポーツ活動
 - 2) 成人のスポーツ活動
 - 3) 高齢者のスポーツ活動
 - 4) 障がい者のスポーツ活動
 - 5) 総合型地域スポーツクラブ
- 2 競技スポーツの現状と課題
- 3 スポーツ施設の現状と課題

推 進 目 標

～ 「スポーツ・健康都市」宣言の推進 ～

推 進 計 画 の 重 点

- 1 市民一人ひとりが気軽にスポーツに親しむことができる環境づくりに努めます。
- 2 市民一人ひとりが生活の中でスポーツに取り組めるよう機会提供の充実に努めます。
- 3 市民一人ひとりが生涯にわたり、スポーツを続けようという意識の啓発に努めます。

推進計画の具体的施策

- 1 成果目標
- 2 ライフステージに応じたスポーツ活動の推進
 - 1) 子どものスポーツ活動
 - 2) 成人のスポーツ活動
 - 3) 高齢者のスポーツ活動
 - 4) 障がい者のスポーツ活動
 - 5) 総合型地域スポーツクラブの育成・支援
- 3 競技スポーツの推進と指導者の養成
- 4 スポーツ施設の整備

第1章 根室市スポーツ推進計画の基本的な考え方

1 趣旨

スポーツは、全ての人々に大きな感動や楽しみ、活力をもたらすものであり、言語や生活習慣を越え、人類が共同して発展させてきた世界共通の文化の一つであるとともに、人格の形成、体力の向上、健康長寿の礎であり、青少年の健全育成や明るく豊かで活力に満ちた社会形成にも貢献するものです。

このスポーツの役割を十分に発揮するためには、市民一人ひとりのライフステージに見合ったスポーツ環境を整え、生涯にわたり、あらゆる機会とあらゆる場所において、スポーツに親しむことができるよう施策を展開する必要があります。

こうしたことから、根室市においては昭和63年に「スポーツ・健康都市」を宣言するとともに、「根室市スポーツ振興計画」を策定し、その後平成7年以降は10年ごとに長期計画を策定することにより、生涯スポーツ社会の実現に向けたスポーツの普及・振興を目指してまいりました。

しかしこの間、スポーツを取り巻く環境は大きく変化し、健康づくりに対する意識の高まりの一方で、子どもの体力が低下するほか、社会においては少子・高齢化の進展や人と人とのつながりの希薄化などの問題が顕在化するようになり、これらの問題解決の手がかりとしてスポーツに対する期待は高まり、そのニーズも多様化してきています。

また、平成23年8月には、国において「スポーツ基本法」が施行され、国・地方公共団体の責務やスポーツ団体等の努めるべきことが定められ、翌24年にはその基本理念を踏まえた「スポーツ基本計画」が策定されました。

このような状況のもと、平成17年度から10年間取り組んできた現行計画の成果と課題を踏まえ、市民一人ひとりがいつでも、どこでも生涯にわたりスポーツに親しみ、健康の保持・増進や体力の向上が図られるよう、またスポーツ活動を通じた相互交流や地域社会への参加が行われ、地域に明るい人間関係を築いていくことができるよう、新たに10年間を見据えた計画を策定し、「スポーツ・健康都市」宣言の更なる推進を目指します。

2 計画の位置づけ

- (1) 本計画は、スポーツ基本法に基づく根室市のスポーツ推進に関する計画です。
- (2) 本計画を、「第9期根室市総合計画」のスポーツ分野の個別計画として位置づけます。

3 計画期間

本計画の計画期間は、平成27年度（2015年度）から平成36年度（2024年度）までの10カ年とします。

※「スポーツ」

運動競技、レクリエーションその他の身体運動で、健康の保持・増進、体力の向上、心身の健全な発達を図るためのものをいいます。

※「レクリエーションその他の身体運動」

レクリエーション目的で行うハイキングやキャンプ活動等の野外活動、健康目的で行うジョギング、ウォーキングや体操などを含みます。

第2章 計画策定にあたっての現状と課題

これまで、根室市ではスポーツ振興計画に基づき、スポーツ関係団体等の育成や活動支援を図るとともに、競技力向上や市民の健康増進、余暇活動の充実に向け、各種スポーツ教室やスポーツ大会の開催、スポーツ施設の整備等に努めてきました。

今後さらにスポーツを推進していくためには、市民の健康・体力づくりに対する関心の高まりやスポーツに対する市民ニーズの多様化に対応し、市民一人ひとりが生涯にわたってそれぞれの体力や年齢、性別、目的等に応じ、気軽にできるスポーツ活動の環境づくりが必要です。

また、それとともに市民自らが体を動かして楽しむ「するスポーツ」だけではなく、スポーツを観戦して楽しむ「みるスポーツ」、スポーツ大会等にボランティアとして参加して楽しむ「ささえるスポーツ」といった観点からのスポーツ活動を推進することが求められています。

そのためには、スポーツ施設の整備を更に進めるとともに、スポーツ指導者、スポーツ関係団体、総合型地域スポーツクラブなどの育成をはじめ、ライフスタイルに応じたスポーツの普及など、スポーツ活動の場と機会の充実を一層推進していく必要があります。

1 ライフステージに応じたスポーツ活動の現状と課題

(1) 子どものスポーツ活動

子どもにとってスポーツは、生涯にわたってたくましく生きるための体力の基礎を培うとともに、社会で生きていく上での自立心や集団活動の中での公正さと規律を尊ぶ姿勢を育てるなど、人間形成に重要な役割を果たすものです。

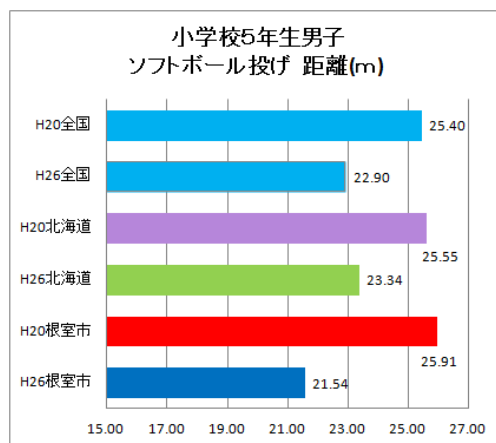
また、昨今、積極的にスポーツをする子どもとそうでない子どもの二極化の傾向が、小学校の早い段階から見られることから、国の指針を踏まえ幼児期から体を動かす遊びに取り組む習慣や、望ましい生活習慣を身につけさせるための取組みを行う必要があります。

文部科学省が実施している「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」によると、我が国の子どもの体力は昭和60年度をピークに長期的な低下傾向を示した後、平成13年度からは低い状況のまま概ね横ばいが続いています。

小学校5年生・中学校2年生を対象とした平成26年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」によると、各種体力測定合計点において、根室市においては小学校5年生女子・中学校2年生男子は6年前と比べ体力向上の兆しが見受けられますが、いずれの学年も男女とも全国平均を下回っている状況にあります。

特に、体力の低下が見られる小学校5年生男子では、「ソフトボール投げ」が平成20年度調査では全国平均25.40mを上回る25.91mでしたが、平成26年度では全国平均22.90mを大きく下回る21.54mという結果が出ています。

その背景には、近年の野球離れによりボールの投げ方を知らない子どもたちが増えていることや、外遊びの減少が大きく影響していることが考えられます。



(資料：根室市教育委員会)

そうしたことから、家庭・学校・地域で子どもたちの体力向上に向けた取組みがますます必要となっているとともに、子どもたちが生涯にわたって運動に親しむ基礎づくりに努めていくことが重要です。

根室市の小学校のスポーツ活動では、スポーツ少年団が平成26年度の加入率43.6%とスポーツ活動の中心となっており、15団体に581名が加入して日常的に活動が展開されていますが、団体数・団員数とも減少傾向にあります。また、中学校や高校においても運動部員数は減少又は微減の傾向にあり、小・中・高いずれにおいても団体種目によるスポーツ活動が難しい状況が出てきています。しかしながら、加入率は横ばいの状況にあり、子どもたちのスポーツに対する関心が低下しているとはいえません。

教育委員会では、これまでも子どもの体力向上を図り、運動好きな子どもを育むため、全国各地で取り入れられているコーディネーショントレーニングを、学校体育や放課後子ども教室と連携した「わんぱくスポーツ教室」に導入するなどして効果を上げており、今後とも、子どものスポーツ機会の充実を目指し、学校や地域において全ての子どもがスポーツを楽しむことができる環境の整備を図ることが必要です。

なお、一部のスポーツ少年団では練習過多などの弊害も見られることから、少年期の特性に配慮した望ましい活動のあり方について、共通理解に努めていく必要があります。

◇ スポーツ少年団 団体数・団員数・加入率

	平成16年度	平成17年度	平成18年度	平成19年度	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度
児童数	1,882名	1,811名	1,733名	1,692名	1,667名	1,580名	1,498名	1,478名	1,470名	1,402名	1,334名
団 数	21 団	21 団	20 団	20 団	19 団	19 団	18 団	18 団	18 団	16 団	15 団
団員数	763名	821名	794名	820名	810名	784名	779名	734名	693名	630名	581名
加入率	40.5%	45.3%	45.8%	48.5%	48.6%	49.6%	52.0%	49.7%	47.1%	44.9%	43.6%

(資料：根室市スポーツ少年団本部)

◇ 中学校運動部所属者数・加入率

区 分	平成21年度		平成22年度		平成23年度		平成24年度		平成25年度		平成26年度	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子
生徒数	429	451	420	421	435	394	388	371	373	370	342	379
	880		841		829		759		743		721	
所属生徒数	281	226	310	209	324	195	280	182	275	203	257	198
	507		519		519		462		478		455	
加入率	65.5%	50.1%	73.8%	49.6%	74.5%	49.5%	72.2%	49.1%	73.7%	54.9%	75.1%	52.2%
	57.6%		61.7%		62.6%		60.9%		64.3%		63.1%	

(資料：根室市教育委員会)

◇ 高校運動部所属者数・加入率

区 分	平成21年度		平成22年度		平成23年度		平成24年度		平成25年度		平成26年度	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子
生徒数	431	424	409	414	384	417	379	402	372	373	367	342
	855		823		801		781		745		709	
所属生徒数	195	89	173	85	173	85	165	91	182	97	174	74
	284		258		258		256		279		248	
加入率	45.2%	21.0%	42.3%	20.5%	45.1%	20.4%	43.5%	22.6%	48.9%	26.0%	47.4%	21.6%
	33.2%		31.3%		32.2%		32.8%		37.4%		35.0%	

(資料：根室市教育委員会)

※「子ども」

「子ども・子育て支援法」及び「子どもの権利条約」においては、子どもを18歳未満の児童（子ども）と定義付けしておりますが、本計画では幼児から高校生ままでを子どもとします。

※「コーディネーショントレーニング」

体のバランスを取ったり、リズムに合わせて体を動かすことの動きに隠されているのが「コーディネーション能力（状況を目や耳などの五感で察知し、それを頭で判断し、具体的に筋肉を動かすといった一連の過程をスムーズに行う運動調整能力）」であり、この能力を高めるために楽しんで行うことができるトレーニングを行うことで、運動好きな子どもが育まれます。

(2) 成人のスポーツ活動

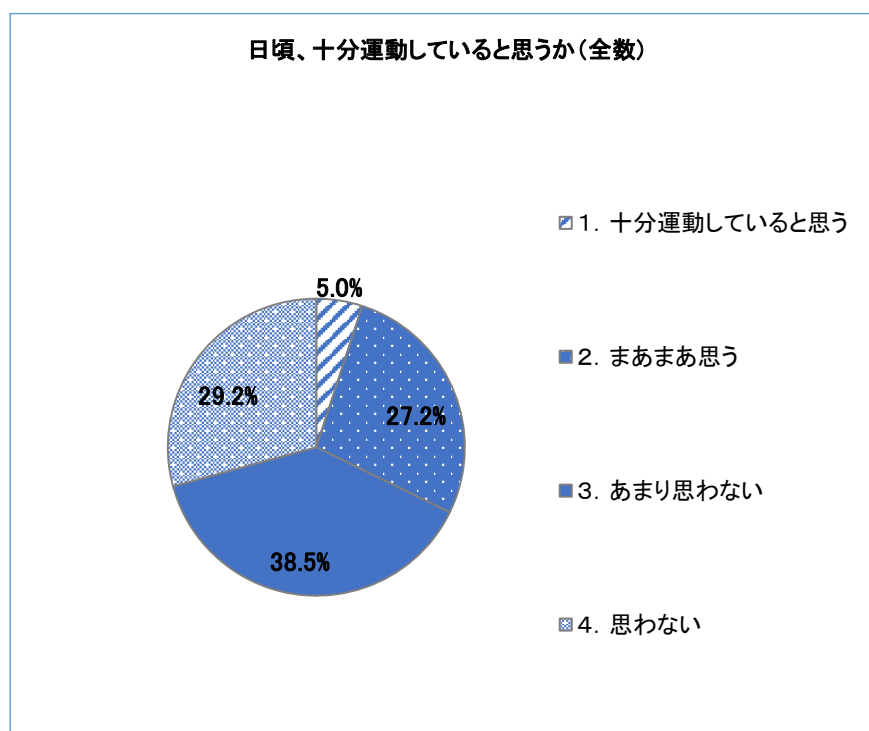
仕事や家事、子育てが、生活の中心となってくる20代・30代は、充実した生活の一方、ストレスや疲れを感じやすく、それまでスポーツをしていた人も様々な要因から継続が困難になるなど、スポーツ活動が減少してくる時期でもあります。

また、生活習慣病などの病気が増え始める40代～60代前半は、社会的責任も大きくなり、体も心も変化が表れやすい時期となります。

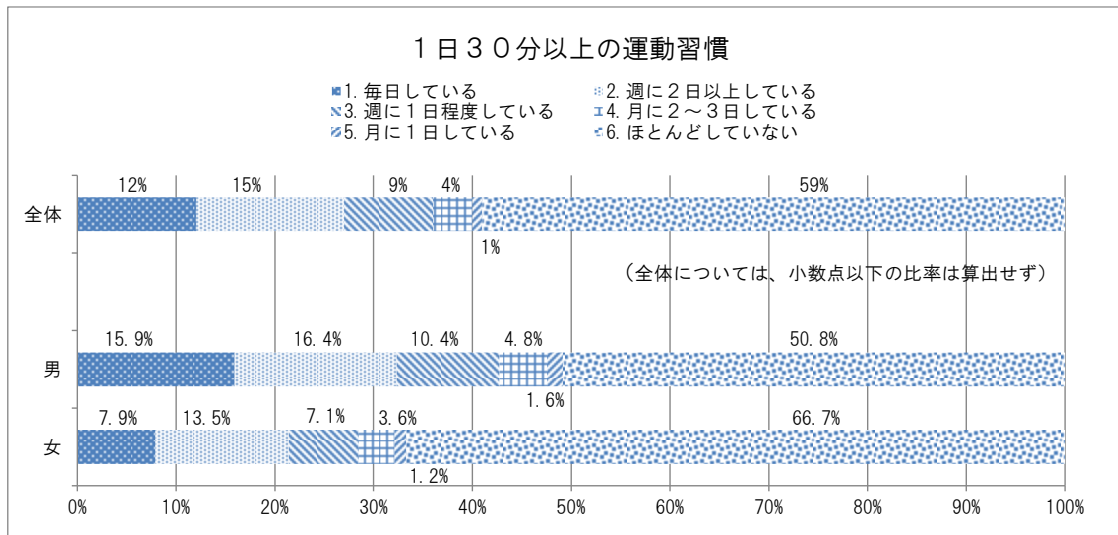
根室市の成人期のスポーツ活動は、根室体育協会（加盟25団体、会員1,478名）の活動や、エアロビクス・社交ダンス・アイスホッケー・長靴アイスホッケー・スポーツ吹矢など愛好団体での活動のほか、一人ひとりの健康志向の高まりからランニング・ウォーキング、ラジオ体操など、個人でもできる運動が市民に親しまれており、市民健康マラソン大会・北方領土ノサップ岬マラソン大会・厚床－根室駅伝競走などでは、家族ぐるみ、職場ぐるみ、そして仲間や個人で自分の体力に応じた参加が多く見られます。

しかし、その一方で、平成26年4月に実施した「根室市健康づくりのためのアンケート」（20歳以上の無作為抽出による968件の回答）の結果では、市民の7割が日頃から運動不足を感じており、男性で50.8%、女性で66.7%が一日30分以上の運動をほとんど行っておらず、週1回以上運動している人は全体で36%と、国の目標値65%を大きく下回る結果となっています。

このことから、成人市民が体力の保持・増進や生活習慣病の予防・改善のために自分の体を知り、仕事帰りや家事・育児の合間など、個々の生活のリズムの中にスポーツを取り入れ、心身のリフレッシュを図り意識的に体を動かす習慣をつけていくことが必要となっています。



(資料：根室市健康づくりのためのアンケート)



(資料：根室市健康づくりのためのアンケート)

※スポーツ吹矢

5～10m離れた円形的(中心部から7・5・3・1点)をめがけて矢を吹き、1ラウンド5本の矢を、3～5ラウンドで競技し、その得点を競うニュースポーツです。

ゆっくりとした一連の基本動作の中で、腹式・胸式呼吸を用いて鼻から吸って口から息を吐き切った後に、的を狙って矢を吹きます。これが「スポーツ吹矢式呼吸法」で、呼吸機能やメタボリック症候群などの改善に役立つとされています。

※ニュースポーツ

技術やルールが比較的簡単で、体力、技術、性別、年齢に左右されず、誰でも、どこでも、いつでも気軽にスポーツに親しむことを目的として考案された比較的新しいスポーツ種目の総称です。(大樹町で考案されたミニバレーボール、釧路町で考案された長靴アイスホッケーのほか、フロアカーリング、スポーツチャンバラなど数十種類あるとされています。)

(3) 高齢者のスポーツ活動

高齢者は、加齢に伴い身体的な機能の低下が見られ、健康に対する不安があることから、平成25年8月の文部科学省による「体力・スポーツに関する世論調査」によると、運動を生活の中に取り入れ週1回以上運動する高齢者は、60歳～69歳で74.7%、70歳以上で80.6%と高い割合を示しています。

高齢者は現役を退いて社会的な関わりが少なくなることから、生きがいつくりや地域でのコミュニティづくりが必要であり、根室市においても老人福祉センター（じゅげむ荘）、第二老人福祉センター（とんがり荘）を中心に卓球・社交ダンス・フォークダンス・日本舞踊等々の31サークル406名の会員が、日常的に健康づくり・生きがいつくり・仲間づくりのために積極的に活動しています。

また、老人クラブ連合会や社会福祉協議会等と連携し、根室市ねんりんピックや高校生とのふれあい交流事業を行うほか、関係部署と連携し「ふまねっと」運動などの介護予防教室を開催するなどの取組みも行っていきます。

さらに、ミニテニス・ノルディックウォーキング・ボウリング・パークゴルフの各団体や根室市民ラジオ体操の会での活動には、多くの高齢者が参加しています。

しかし、このように元気に活動されている高齢者が見られる反面、家に閉じこもりがちな高齢者も多く、そのような方には気軽に運動を行うことができる機会を提供することが必要です。

現在、当市の高齢化率（65歳以上）は29.5%（平成26年8月現在）ですが、第9期根室市総合計画では2040年度には39.9%と試算しており、今後も関係部署などと連携しながら、健康寿命を延ばすための事業などに取り組むほか、ウォーキングを実践している高齢者が多いことから、冬期間に安全にウォーキングができる場の確保などが必要となっています。

※「ねんりんピック」

ねんりんピックは、全国健康福祉祭の愛称で、スポーツや文化種目の交流大会をはじめ健康や福祉に関する多彩なイベントを通じ、高齢者を中心とする国民の健康保持・増進、社会参加、生きがいの高揚を図り、ふれあいと活力ある長寿社会の形成に寄与するため、昭和63年から全国持ち回りで開催されています。

※「根室市ねんりんピック」

平成3年からパークゴルフ・ミニテニス・卓球大会等のほか、高校生との交流事業として高齢者運動会、卓球・ミニテニス・フォークダンス交流、いきいき芸能まつりなど幅広い事業を開催しています。

※「ふまねっと」運動

50cm四方のマス目のできた大きな網を床に敷き、マス目を利用したステップで、網を踏まないように歩く運動学習プログラムです。歩行機能の改善、転倒防止、認知症予防につながります。

※「ノルディックウォーキング」

両手にポール（ストック）を持ち、スキーのように地面を突きながら歩くフィットネスエクササイズです。肩や腕も使うため、足・腰・膝などにかかる負担が軽減される一方で、体全体の90%の筋肉を活用する全身運動であるため、消費カロリーが普通歩行と比較すると、20～30%増加するといわれています。

（４）障がい者のスポーツ活動

障がいのある人にとってのスポーツは、リハビリテーションの一環として、機能の回復や健康の保持・改善という側面だけではなく、障がい者の自立と社会参加の促進に寄与するという大きな役割があります。

平成23年8月に施行された『スポーツ基本法』では、「スポーツは障害者が自主的かつ積極的にスポーツを行うことができるよう、障害の種類・程度に応じ必要な配慮をしつつ推進されなければならない。」と基本理念に位置づけ、平成24年3月に策定された『スポーツ基本計画』では、「年齢や性別、障害等を問わず、広く人々が関心、適正等に応じてスポーツに参画することができる環境を整備すること」が基本的な政策課題とされました。

根室市においては、社会福祉法人希望の家が、平成24・25年度の北海道障害者スポーツ大会において、フットベースボール競技で2年連続の優勝をするなど活躍しましたが、過去に参加していた根室市中心身障害者（児）団体連絡協議会は、会員の減少等に伴い現在は参加しておらず、毎土曜日に青少年センターで利用されていた車椅子バスケットボールについても現在は利用されないなど、年に1回の大会等を除き、障がいのある人の日常のスポーツ活動は、市内ではほとんど見られなくなっています。

このように、障がいのある多くの方は、スポーツ活動への参加のきっかけが少ない状況にあることから、今後も福祉団体スポーツ交流会への支援や、ニュースポーツの紹介・体験指導等を継続するとともに、障がい者団体や関係部署などと連携を図りながら、更にスポーツ活動への参加機会を促し、障がいのある人もない人も一緒にスポーツ活動を楽しむことができる環境づくりを進めていくことが必要です。

(5) 総合型地域スポーツクラブ

総合型地域スポーツクラブは、学校や地域との連携を図りながら、地域におけるスポーツ活動をはじめ、世代間の交流、健康・体力づくり、生きがいのある生活と活力ある地域コミュニティ形成に大きな役割を果たすものと期待されており、平成12年に策定された国の「スポーツ振興計画」においては、生涯スポーツ社会の実現に向けた重点施策として、平成22年までに全国各市町村に少なくとも一つは総合型地域スポーツクラブを育成することが目標とされました。

根室市では、平成20年7月に設立準備委員会を立ち上げ、平成20・21年度を設立準備期間として、文部科学省・日本スポーツ振興センターの育成補助を受けながら、スポーツ教室・交流事業の開催や自然体験、リーフレットの全戸配布など市民への啓発に努め、平成22年3月に小学生から高齢者まで47名の参加のもと「ねむろコミュニティスポーツくらぶ（愛称ぶらっと）」が、自主活動を開始しました。

同くらぶでは、週1回の定期活動のほかに、自然体験、乗馬、カヌー、ファミリー登山、ミニテニス交流、スノーシュー体験など、市民にも広く参加を呼びかけながら活動を実施してきておりますが、5年を経過した現在も会員数は52名と横ばいであることから、今後一層市民への啓発活動を強化していく必要があります。

また、今後は市街地以外の地域においても、スポーツ活動をはじめとした地域コミュニティ形成のため、クラブの設立支援に向けた取組みが必要となっています。

平成26年度 ねむろコミュニティスポーツくらぶ（ぶらっと）世代構成（8家族、三世代会員4家族、21個人）

区分	小学生	中学生	高校生	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	計
男	9				4	3	2	5	3	1	27
女	3			2	2	7	3	4	4		25
計	12	0	0	2	6	10	5	9	7	1	52

(資料：ねむろコミュニティスポーツくらぶ)

2 競技スポーツの現状と課題

全国大会・全道大会に出場する根室市の選手やチームの活躍は、青少年をはじめ市民に夢と感動を与え、地域への誇りと連帯感を育み、市民相互の交流の活性化につながります。

これらのスポーツの競技力向上に、指導者の存在は欠かせないものであり、根室市においては、各競技団体でのボランティア指導者がその中心を担っております。しかし、その中核となる根室体育協会の会員数は平成26年度1,478名と、平成18年度2,248名から770名減少し、指導者不足や高齢化が大きな課題となっており、今後、競技スポーツの普及・振興や優秀な選手の育成、多様化する市民ニーズに対応するためには、根室体育協会等のスポーツ団体と連携し、競技人口の拡大や指導者の資質向上・育成を図っていく必要があります。

◇ 根室体育協会加盟団体・会員数一覧

年 度	平成18年度	平成20年度	平成22年度	平成24年度	平成26年度
団体数	27	27	25	25	25
会員数	2,248	1,961	1,770	1,601	1,478

(資料：根室体育協会)

3 スポーツ施設の現状と課題

根室市は、市民のスポーツ活動の拠点となっている総合運動公園（スケートリンク、テニスコート、サッカー・ラグビー場、パークゴルフ場など）をはじめ、青少年センター、温水プール、パークゴルフ場など16のスポーツ施設を有し、日常的に多くの市民に健康・体力づくりの場として利用されています。

また、地域における身近なスポーツ活動の場として、コミュニティセンターみずとり（温根沼地区）・あさひ（歯舞地区）などの集会室（軽運動場）も多くの市民に活用されています。

スポーツ施設は、全ての市民が安全で快適にスポーツ活動が楽しめるよう、誰もが利用しやすく、高齢者や障がいのある人にもやさしい施設整備を図っていく必要があります。

このような中、多くの施設は老朽化が進んできているため、これまで国の交付金を活用した改修整備や関係団体との協働により、その維持管理に取り組んできましたが、屋内スポーツの活動拠点である青少年センターについては、日常的な利用状況から見ても施設が狭隘で市民の多種多様なニーズに応えることが難しい状況にあることから、今後、施設の整備について検討していく必要があります。

また、市民の身近なスポーツ活動を支えるため、現在、市内小・中学校体育館の開放事業を、学校教育に支障のない範囲で行っていますが、今後、開放施設の拡大や既存施設の整備など、市民のスポーツ活動の機会拡充と利用しやすい環境整備に努めていく必要があります。

年度別体育施設利用状況	16年度	17年度	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度
施設名										
根室市青少年センター	46,324	43,056	46,305	43,401	39,488	40,770	40,744	39,290	40,715	38,918
根室市温水プール	57,231	55,362	52,692	49,143	48,034	45,372	47,880	44,226	44,671	41,903
市営球場	5,599	5,891	4,403	6,042	4,367	4,829	6,121	4,521	4,128	4,489
根室市運動広場	6,927	5,982	4,012	3,523	2,357	1,669	2,268	2,050	1,890	1,634
根室市営テニスコート（光洋町）	5,613	5,549	5,671	3,316	2,362	2,187	2,386	2,736	2,542	2,906
根室市キャンプ場	2,009	一時休止	一時休止	一時休止	一時休止	一時休止	一時休止	一時休止	一時休止	一時休止
根室市武徳殿	8,159	9,423	8,714	10,293	10,387	9,381	9,643	8,943	7,956	6,401
根室市屋内相撲場	0	0	0	91	203	274	342	268	226	180
根室総合運動公園スケートリンク	17,891	14,823	17,690	23,580	11,013	11,725	10,341	12,432	11,771	9,646
根室市営アイスホッケーリンク	5,914	5,744	6,193	5,340	5,142	4,765	6,408	5,503	5,886	4,625
根室市パークゴルフ場	42,998	37,328	38,203	33,156	39,794	43,174	42,655	38,165	32,211	30,437
厚床パークゴルフ場	4,197	5,056	4,193	4,118	4,706	2,609	2,911	2,526	2,380	1,462
根室総合運動公園パークゴルフ場	11,318	16,094	15,913	16,331	15,054	10,209	12,026	12,439	12,216	10,263
フィールドアスレチック	6,207	一時休止	廃止	廃止	廃止	廃止	廃止	廃止	廃止	廃止
根室総合運動公園テニスコート	11,729	9,803	10,416	12,345	7,206	6,917	7,570	6,881	6,937	8,179
根室市ゲートボール場	3,076	1,329	1,781	1,827	1,242	1,152	1,067	1,014	913	730
根室総合運動公園サッカー・ラグビー場			2,944	3,218	5,861	3,590	3,497	4,812	5,470	3,980
小計	235,192	215,440	219,130	215,724	197,216	188,623	195,859	185,806	179,912	165,753
学校開放利用者	6,439	5,555	7,291	7,555	7,733	7,544	8,562	8,117	7,624	5,730
合計	241,631	220,995	226,421	223,279	204,949	196,167	204,421	193,923	187,536	171,483
根室市の人口(各年12月末)	32,299	31,848	31,443	30,930	30,526	30,129	29,675	29,240	29,077	28,609
根室市の人口に対する体育施設利用者の割合	7.48	6.94	7.20	7.22	6.71	6.51	6.89	6.63	6.45	5.99

（資料：根室市教育委員会）

第3章 根室市スポーツ推進計画の推進目標と重点目標

推 進 目 標

～ 『スポーツ・健康都市』宣言の推進 ～

心身に障がいのある人を含め市民一人ひとりが、それぞれの体力や年齢、目的に応じて、主体的にスポーツを生活の中に取り入れ、第9期根室市総合計画の目標に掲げる「誰もが日常生活の中でスポーツ活動に親しむことができるまち」の実現に取り組むとともに、「スポーツ・健康都市」宣言の更なる推進を、推進目標とします。

重 点 目 標

推進目標である「スポーツ・健康都市」宣言を推進するにあたり、次の3項目を重点目標とします。

1. 市民一人ひとりが気軽にスポーツに親しむことができる、環境づくりに努めます。
2. 市民一人ひとりが生活の中でスポーツに取り組めるよう、機会提供の充実に努めます。
3. 市民一人ひとりが生涯にわたり、スポーツを続けようという意識の啓発に努めます。

第4章 推進計画の具体的施策

スポーツを通して健康でこころ豊かな市民を育み、潤いと活力あるまちづくりを進めていくためには、スポーツが人々にとって身近なものとして普及・定着するとともに、家庭・学校・地域やスポーツ団体・企業・総合型地域スポーツクラブなどが、より一層連携し「市民一人1スポーツ」の推進に努めていく必要があります。

そのためには、実際にスポーツを「する人」だけでなく、スポーツの観戦などスポーツを「みる人」、そして指導者やスポーツボランティアといったスポーツを「ささえる人」が一体となる取組みを進めていくことが大切です。

また、スポーツ活動の基盤であるスポーツ施設の整備を進めるとともに、指導者やスポーツ関係団体、総合型地域スポーツクラブなどの育成・支援をはじめ、ライフステージに応じたスポーツの普及など、第9期根室市総合計画の目標に掲げる「誰もが日常生活の中でスポーツ活動に親しむことができるまち」の実現に向け取り組むとともに、スポーツ活動の場と機会提供を充実し、「スポーツ・健康都市」宣言の更なる推進を目指します。

1 成果目標

本計画を推進するにあたり、第9期根室市総合計画と整合性を図り、進捗状況を評価するポイントとして次の成果目標を設定します。

指 標	内容・出所等	現状値	目標値 (H32)	目標値 (H37)
スポーツ施設の状況におおむね満足している市民の割合	スポーツ施設の状況に満足、やや満足、普通と回答した市民の割合 (根室市／市民意識調査)	48.6% (H25)	60.0%	70.0%
週1回以上スポーツ(運動)をする市民の割合	週1回以上運動すると回答した市民の割合(根室市／健康づくりのためのアンケート)	36% (H26)	45%	55%
体育施設における市民一人当たりの年間利用回数	学校開放事業を含めた体育施設における市民一人当たりの年間利用回数(根室市教育委員会調べ)	6.0回/年 (H25)	6.5回/年	7.0回/年

2 ライフステージに応じたスポーツ活動の推進

市民が心身ともに健康で充実した生活を営むためには、生涯にわたり誰もが、それぞれの体力や年齢、性別、障がいの有無、技術、興味・関心、目的に応じて、スポーツに親しむことができるスポーツ環境の充実が求められています。

また、それぞれのライフステージに応じて安心してスポーツ活動を行うためには、市民のニーズを的確に把握し、関係部署やスポーツ関係団体と連携した機会提供を行う一方、指導者の育成・スポーツ施設の整備等や、市民への的確な情報提供を推進する必要があります。

(1) 子どものスポーツ活動

幼児期から小学校までの子どもにとって、この時期は心身の健全な発育のために重要であるとともに、身体活動を通して社会性を身につけていくことが期待できる時期であることから、友だちやスポーツ少年団活動等でしっかりと体を動かして遊び、丈夫な体をつくるとともに、いろいろな運動にチャレンジして楽しい体験をすることが大切です。

また、中学生から高校生に至る時期は、心身ともに大人へと成長するとともに、丈夫な体をつくりあげる時期であることから、体育の授業や通学などで体を動かすばかりでなく、部活動や地域のスポーツクラブなどに参加しながら好きな運動を見つけて仲間をつくり、運動を楽しむことが大切です。

そのため、子どもたちが「スポーツに興味を持ち」「スポーツを楽しみ」「スポーツが好きになる」よう、学校だけではなくスポーツ団体やスポーツ少年団・総合型地域スポーツクラブで活動に取り組むなど、より多くの子どもたちがスポーツを楽しむことができるよう、地域のスポーツ環境の充実を図り、子どもの体力向上に向けた取組みを推進します。

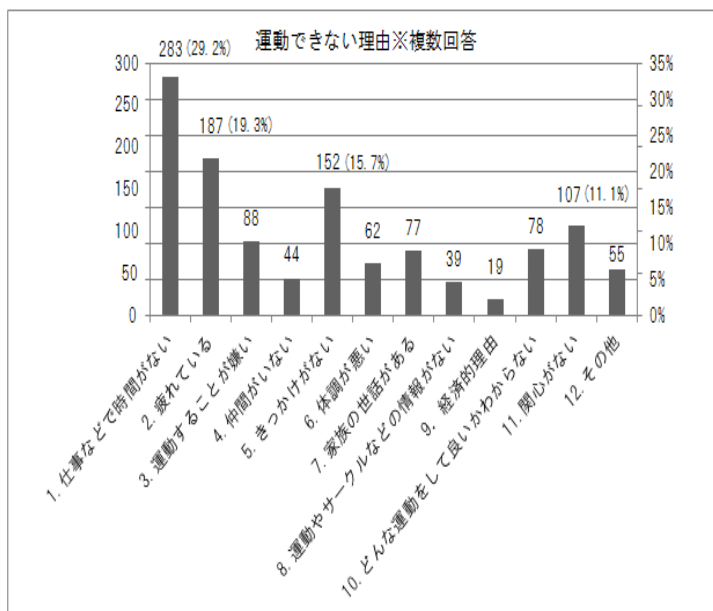
具体的施策

- 子どもの運動能力や体力の低下の要因の一つとして、幼い頃から体を動かしたり、遊びを楽しむ機会が少ないということが指摘されていることから、文部科学省が策定した運動指針を活用し、子育て相談所・幼稚園・保育所等と連携した遊びの機会の充実に努めます。
- 運動への関心を高め、運動習慣を身につけていくために、親子で参加できる運動の機会提供に努めます。
- スポーツ少年団活動の充実を図るため、少年団交流事業の実施や指導者の養成に努めるとともに、望ましい少年団活動のあり方について啓発に努めます。
- 学校教育と連携し、子どもの体力向上に向けたコーディネーショントレーニングを学校体育に取り入れ、より多くの子どもたちがスポーツを好きになるような取組を行うとともに、指導者の養成に努めます。
- 子どもたちに、全国体力・運動能力調査種目をはじめ、運動の基礎・基本となる走・跳・投を指導する機会の充実に努めます。

(2) 成人のスポーツ活動

平成26年4月に実施した「根室市健康づくりのためのアンケート」（P6参照）では、運動できない理由として、「仕事などで時間がない」が29.2%と一番多く、次いで「疲れている」が19.3%、「きっかけがない」が15.7%、「関心がない」が11.1%という結果が出ていることから、日常的に自分のライフスタイルに応じて「気軽に」「身近に」スポーツに親しむことができる機会を提供し、市民が手軽にスポーツができる環境づくりを推進します。

また、北海道国民健康保険団体連合会の平成24年度調査によると、メタボリック症候群に該当する人の割合が、根室市では全道平均15.7%を大きく上回る25.1%という結果が出ており、市民の運動不足が要因の一つと考えられることから、市民の生活習慣病予防や運動習慣の改善につながるよう、関係部署と連携した事業の取組みを推進します。



(資料：根室市健康づくりのためのアンケート)

具体的施策

- スポーツ推進委員による実技指導その他スポーツに関する指導・助言により市民の生涯スポーツの定着と推進に努めます。
- 地域において健康・運動教室を開催し、運動習慣のきっかけづくりや地域コミュニティづくりに努めます。
- スポーツ関係団体と連携し、ニュースポーツ（スポーツ吹矢、スポーツチャンバラなど）の普及に努めます。
- ウォーキングイベントの開催や、「すこやか北海道21」で推奨しているノルディックウォーキングの普及に努めます。
- 誰でも気軽にできる運動として、地域や職場などでのラジオ体操の普及に努めます。
- 関係部署で実施している事業ともタイアップしたスポーツ教室を開催し、成人の運動不足解消に努めます。
- 運動教室と栄養教室を組み合わせた生活習慣病予防講座の開催に努めます。
- 自分に合った運動習慣づくりのきっかけとなるよう、健康・体力づくりに関する教室・イベント等の情報提供に努めます。

※スポーツ推進委員

スポーツ基本法において、スポーツの推進のため市町村に置くこととされる委員で、事業の実施に係る連絡調整や、住民に対する実技指導その他スポーツに関する指導・助言を行います。

(3) 高齢者のスポーツ活動

高齢者は、現役を退いて社会的な関わりが少なくなり、日常生活での身体活動が減少することから、身体機能のみならず精神的・社会的な生活機能をも低下させることがあります。

そのような中、高齢者にとってのスポーツは、健康の維持・増進に有効であるだけでなく、様々な人との交流や地域コミュニティの機会を得ることができ、社会参加の促進や社会貢献への期待につながるものです。

根室市では、積極的にスポーツ活動を行っている高齢者が多く見られる反面、家に閉じこもりがちな高齢者もいることから、地域において身近な町会会館等で地域住民も交えた気軽に行える運動教室等を行うなど、高齢社会を明るく活力に満ちたものとするため、関係部署とも連携した高齢者の健康・体力づくり、生きがいを創出するための機会提供を推進します。

具体的施策

- 高齢者の生きがいを創出や健康寿命の延伸、更には、地域でのコミュニティづくりを進めるため、「ふまねっと」運動教室や健康教室などの開催に努めます。
- 「ふまねっと」運動を通じ、地域福祉の担い手（指導者）となる高齢者の養成に努めます。
- 介護予防のためのスポーツ教室の開催に努めます。
- 根室市ねんりんピック、高齢者体力テストなどの高齢者を対象とした各種事業の支援に努めます。
- 運動教室と栄養教室を組み合わせた生活習慣病予防講座の開催に努めます。

(4) 障がい者のスポーツ活動

障がいのある人にとってのスポーツは、機能の回復や健康の保持・改善という面だけではなく、自立と社会参加の促進に寄与するという大きな役割があることから、関係部署と連携し身近な地域でスポーツを楽しむことができる機会提供や、環境整備を推進します。

具体的施策

- スポーツ施設や指導者などのスポーツ活動に対するニーズを的確に把握し、障がいのある人のスポーツ環境の整備に努めます。
- スポーツを通じ、障がいのある人の社会参加を図るため、各種レクリエーションの普及やスポーツ交流等の機会提供に努めます。
- 福祉団体スポーツ交流会の支援に努めます。
- 北海道障害者スポーツ大会への選手派遣の支援に努めます。

(5) 総合型地域スポーツクラブの育成・支援

総合型地域スポーツクラブについては、健康増進、体力向上、子育て支援等の地域課題や学校と地域の連携も視野に入れながら、会員はもとより広く地域住民が主体的に取り組むスポーツ活動を推進することで、スポーツを通じた地域コミュニティの核として充実・発展していくことができるよう、その育成・支援を推進します。

具体的施策

- 総合型地域スポーツクラブと連携したスポーツ教室やイベント等の事業を実施するなど、総合型地域スポーツクラブの育成・支援に努めます。
- 総合型地域スポーツクラブが幅広く市民に認知されるよう、事業を通してのクラブ紹介や広報活動などにより、市民への啓発に努めます。
- スポーツによる地域コミュニティづくりを進めるため、各地域で事業を開催することなどにより、市街地以外においても総合型地域スポーツクラブが組織されるよう啓発し、その設立支援に努めます。

3 競技スポーツの推進と指導者の養成

根室市を代表し、全道・全国大会に出場する選手やチームの活躍は、青少年をはじめ市民に夢と感動を与え、市のスポーツ振興の牽引役となり、市民の誇りや地域の活力になるものであることから、今後一層、競技スポーツの競技力を底上げしていく必要があります。

そのため、スポーツ団体やスポーツ少年団等の活動を支援し、競技人口の拡大に努めるとともに、優秀な選手の育成を図るため、それらの団体と連携し、スポーツを「ささえる人」として指導者の確保・養成、資質向上を推進します。

具体的施策

- 各競技団体の競技力向上や指導者の養成・資質向上を図るため、講師を招いた研修会・講習会の開催に努めます。
- スポーツ推進委員等の研修機会の充実に努めます。
- 北海道が実施しているスポーツ指導者派遣事業等を活用し、指導者の養成・資質の向上に努めます。
- 各競技団体が主催する大会の支援に努めます。
- 根室市で全道大会等を開催する競技団体に対する協力・支援に努めます。
- 「みらいのアスリート応援事業」により、保護者の負担軽減に努めます。

※「みらいのアスリート応援事業」

小学生から高校生までの学校教育活動以外のスポーツ活動を対象に、全道・全国大会出場に係る遠征費を、助成基準に基づいて助成するものです。

4 スポーツ施設の整備

平成26年4月に実施した「根室市健康づくりのためのアンケート」（P6参照）で、運動習慣がある人の内一番多かった運動がウォーキング（32.1%）で、次いで体操（ラジオ体操・ストレッチ・ヨガなど、16.1%）となっており、身近な場所で運動に取り組んでいる市民が多いことが結果として表れています。

このようなことから、スポーツ施設は、全ての市民が安全で快適にスポーツ活動が楽しめるよう、誰もが利用しやすく、高齢者や障がいのある人にもやさしい施設整備を図っていく必要があります。平成25年5月に実施した第9期根室市総合計画策定に向けた「市民意識調査」においても、「スポーツ施設の状況」に45.2%の市民が不満足と答えるとともに、「スポーツ・レクリエーション、文化」部門では、スポーツ・レクリエーション施設の整備を求める声が47.2%と最上位の要望となっています。

このような中、屋内スポーツの活動拠点である青少年センターは、築44年を経過しており、日常的な利用状況から見ても施設が狭隘で、市民の多種多様なニーズに応えることが難しい状況にあることから、総合体育館建設の検討を進めます。

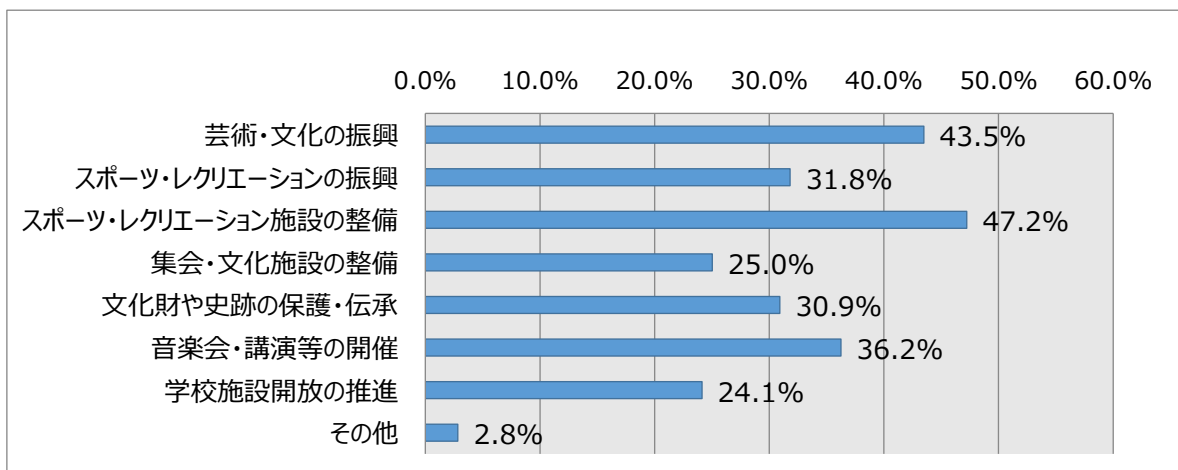
また、築44年の市営球場や築37年の市営テニスコートなど、多くの施設は老朽化が進んでいることから、今後も計画的に改修整備を推進し、維持管理に取り組みます。

具体的施策

- 市民の身近な地域におけるスポーツ活動を支えるため、小・中学校体育館の開放事業の充実に努めます。
- 気軽により多くの市民が利用できる施設運営や、新たな利用者層を掘り起こす取り組みに努めます。
- 既存施設を有効に活用するため、関係団体と協働した施設の維持管理に努めます。
- 総合体育館建設の具体的な検討に努めます。

【スポーツ・レクリエーション、文化について】

質問：今後どのような政策を重点的に取り組むべきだと思いますか。



(資料：第9期根室市総合計画策定に係る市民意識調査)