

佐渡市スポーツ推進計画（案）

佐渡市教育委員会

令和3年 月

目 次

第1章 基本計画

- 1 計画策定の趣旨・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 2 計画の位置付け・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
- 3 計画期間・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
- 4 基本理念（ビジョン）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
- 5 本市のスポーツを取り巻く現状と課題・・・・・・・・・・ 2
 - 人口統計から
 - 市民の健康状態
 - 平均寿命と健康寿命
- (1)「育てる」スポーツの現状と課題・・・・・・・・・・ 8
- (2)「健康」スポーツの現状と課題・・・・・・・・・・ 16
- (3)「競技」スポーツの現状と課題・・・・・・・・・・ 20
- (4)「支える」スポーツの現状と課題・・・・・・・・・・ 20
- (5)「観光」スポーツ（スポーツツーリズム）の現状と課題・・ 25
- (6)「スポーツ情報」ネットワークと「医科学支援体制」の現状と課題・・ 27

第2章 基本方針

- (1)「育てる」スポーツの推進・・・・・・・・・・・・・・・・ 29
- (2)「健康」スポーツの推進（ポピュレーションアプローチ）・・ 29
- (3)「競技」スポーツの推進・・・・・・・・・・・・・・・・ 29
- (4)「支える」スポーツの推進・・・・・・・・・・・・・・・・ 29
- (5)「観光」スポーツ（スポーツツーリズム）の推進・・ 29
- (6)「スポーツ情報」ネットワークと「医科学支援体制」の充実・・ 30

第3章 基本目標

- (1)「育てる」スポーツの推進・・・・・・・・・・・・・・・・ 30
 - 目標1 競技団体の小中一貫指導体制の構築
 - 目標2 学童期のスポーツの習慣化
- (2)「健康」スポーツの推進（ポピュレーションアプローチ）・・ 31
 - 目標3 健康・スポーツ教室・ウォーキング教室の開催
 - 最重点目標1
 - 目標4 勤労者の健康増進のための応援企業の募集
 - 最重点目標2

- (3) 「競技」スポーツの推進・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 36
目標5 障がい者スポーツの競技力向上
- (4) 「支える」スポーツの推進・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 36
目標6 スポーツ活動の基盤強化としてコミュニティスポーツ推進組織
(各地区に健康・スポーツクラブ) の育成
目標7 各地区の週1回以上のスポーツ実施率の目標
最重点目標3
目標8 佐渡市の週1回以上のスポーツ実施率の目標
目標9 地域スポーツと地域包括ケアシステムとの連動
目標10 指導者・コーディネーターの計画的育成
最重点目標4
- (5) 「観光」スポーツ（スポーツツーリズム）の推進・・・・・・・・・・ 39
目標11 スポーツイベントのインバウンドの増加
重点目標1
目標12 人々の交流を促進するスポーツツーリズムの推進
重点目標2
- (6) 「スポーツ情報」ネットワークと「医科学支援体制」の充実・・・・・・・・ 40
目標13 「医科学支援体制」の構築と「指導者連盟」の設立

第 1 章 基本計画

1 計画策定の趣旨

令和 2 年、世界的な新型コロナウイルスの発生によって多くの方が罹患し、亡くなっています。世界経済は混乱し、人々は活動を停止した状況が長く続き、スポーツにおいても東京オリンピックの延期や大相撲、甲子園大会中止など世界大戦以来の危機的状況になりました。

この新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するために私達は様々な活動が制限されました。一方で、身体的及び精神的な健康を維持する上では、体を動かしたり、スポーツを行うことが必要です。外出の自粛が続き、屋内で過ごす時間が長くなると活動量が低下し、特に、中高年齢者については、体力の低下、生活習慣病等の発症や生活機能の低下（骨や関節、筋肉等の運動器が衰えるフレイルや、ロコモティブシンドローム、認知症等）をきたすリスクが高まります。このため、意識的に運動・スポーツに取り組むことは、健康の保持だけでなく、将来的な要介護状態を回避するためにも有効であることを再認識させられました。

佐渡情話で歌われたように佐渡は、49 里荒波の彼方にあり佐渡特有の生活文化があります。佐渡市の人口はまもなく 5 万人を割り少子高齢化成熟社会が進み、市民の平均年齢は 54.03 歳、高齢化率は 41.6%、生産年齢人口の減少が進む中で様々な問題を抱えています。主要産業の観光不振、世界遺産登録の遅延、第 1 次産業の構造的問題、医療従事者不足、介護問題、老朽化した施設の対策等、困難な状況は枚挙にいとまがありません。さらに佐渡は、東京都 23 区の 1.4 倍の広大な面積を有し、人口が分散していることから集中投資ができない地理的特性も問題解決を複雑で困難にしています。これらのことから佐渡市の将来を展望しても明るい未来が見い出せない状況と言っても過言ではないでしょう。

このような問題山積の佐渡市の中で市民のスポーツ推進は、多くの問題の中に埋もれて行政の取り組む課題の優先順位の最後になったのは仕方のないことかもしれません。そこで平成 30 年度に「スポーツに関する市民の意識調査」を実施して、市民スポーツの現状を調査することで市民は、スポーツに何を望んでいるのかを分析し、佐渡市の将来展望の中にスポーツを通じて市民が幸福で豊かな生活を営むにはどうしたら良いのか？またスポーツの活力を地域コミュニティの活性化に寄与する施策などスポーツの持つ大きな力をまちづくりに最大限に活かすことを目指し、スポーツ推進のための新たな指針として「佐渡市スポーツ推進計画」（以下本計画）を策定します。

2 計画の位置付け

本計画は、スポーツ基本法第 10 条の規定に基づき地方公共団体が策定する「地方スポーツ推進計画」にあたります。本計画の策定及び推進にあたっては、「佐渡市将来ビジョン」「佐渡市教育大綱」「佐渡市教育振興基本計画」「佐渡市生涯学習推進計画」「佐渡市高齢者保健福祉計画」「健幸さど 21」など本市の分野別の計画・事業との整合・協働を図ります。また併せて国が策定した「スポーツ基本計画」と県が策定した「新潟県スポーツ推進プラン」等の内容を参考にしています。

3 計画期間

本計画は、令和 3 年度から令和 12 年度までの 10 年間とします。なお、中間目標に対する事業評価を令和 7 年に実施します。また、計画の進捗状況、社会情勢、国や本市の政策動向等により見直しを行います。

4 基本理念（ビジョン）

スポーツを通じて全ての人々が幸福で豊かな生活を営むことが出来る社会の実現を目指し、市民の誰もがそれぞれの体力、技術、年齢、趣味など目的に応じて、いつでも、どこでも、いつまでも気軽にスポーツに親しむことができる生涯スポーツ社会の実現を目指します。

5 本市のスポーツを取り巻く現状と課題

○人口統計から

【現状】

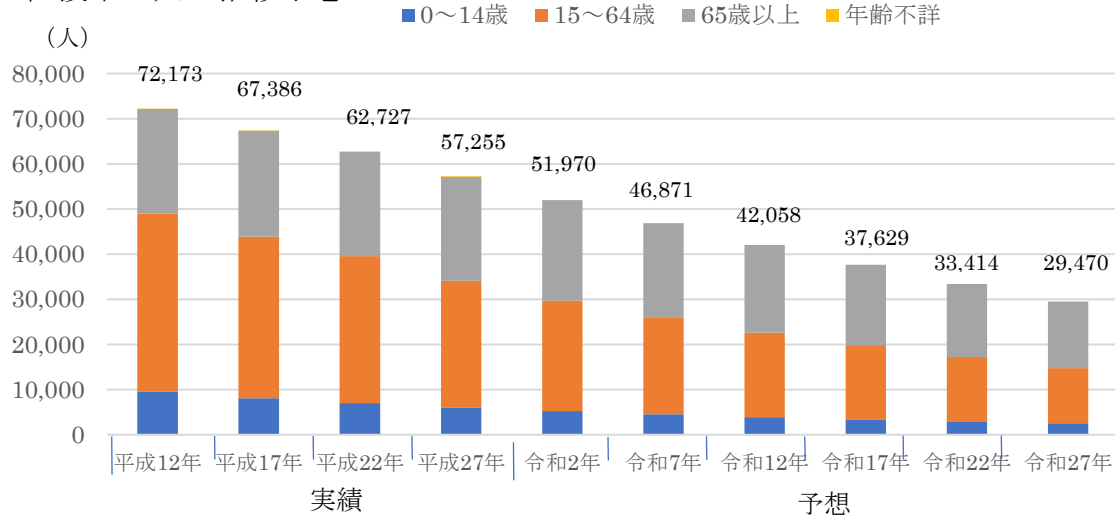
佐渡市の人口と高齢化率は、令和 2 年 3 月 31 日現在で、人口 53,563 人、高齢化率 41.6%です。（佐渡市高齢者現況調査）「日本の地域別将来推計人口」によると 10 年後の令和 12 年には人口約 42,000 人、高齢化率 46%になる予想です。令和 2 年の佐渡市の人口構成は、人口の 2.3 人に 1 人が 65 歳以上、4.0 人に 1 人が 75 歳以上で、高齢者と生産年齢人口の比率は、1 対 1.1 となっています。つまり、1 人ないし 2 人の青年・壮年・中年が 1 人の 65 歳以上の高齢者を支えていく社会です。出産や子育ての中心となる若い女性に着目すると、20 歳～39 歳の人口は 3,661 人で、総人口に占める割合は 6.8%です。5 年前の同世代の女性数に比べると 9%の減少となります。既に 60 歳以上は市民の 50%に近づいています。

令和 12 年の佐渡市の人口構成予想は、人口の 2.2 人に 1 人が 65 歳以上、3.3 人に 1 人が 75 歳以上で、高齢者と生産年齢人口の比率は、1 対 1.0 となっています。

つまり、1人の青年・壮年・中年が複数の65歳以上の高齢者を支えていく社会です。出産や子育ての中心となる若い女性に着目すると、20歳～39歳の人口は約2,400人で、総人口に占める割合は5.7%です。5年前の同世代の女性数に比べると34.5%の減少、また2015年からは40.1%の減少と、約4割りも減る見込みです。

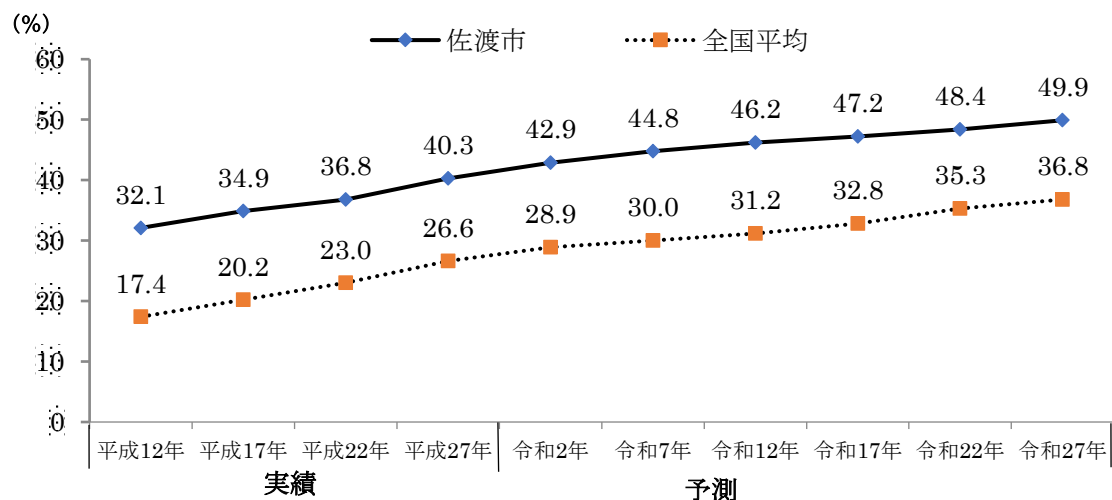
国勢調査による世帯数で見ると、平成27年の全世帯数は22,352世帯で、その内単身世帯が全世帯の30%を占めます。また高齢世帯は、高齢単身世帯15%、高齢夫婦世帯17%合計32%と全世帯の3分の1が高齢者のみの世帯であることから限界集落がますます増えると予想されます。

佐渡市の人口推移予想



出典：国勢調査を独自集計「日本の地域別将来推計人口 平成30（2018）年3月推計」
（国立社会保障・人口問題研究所）

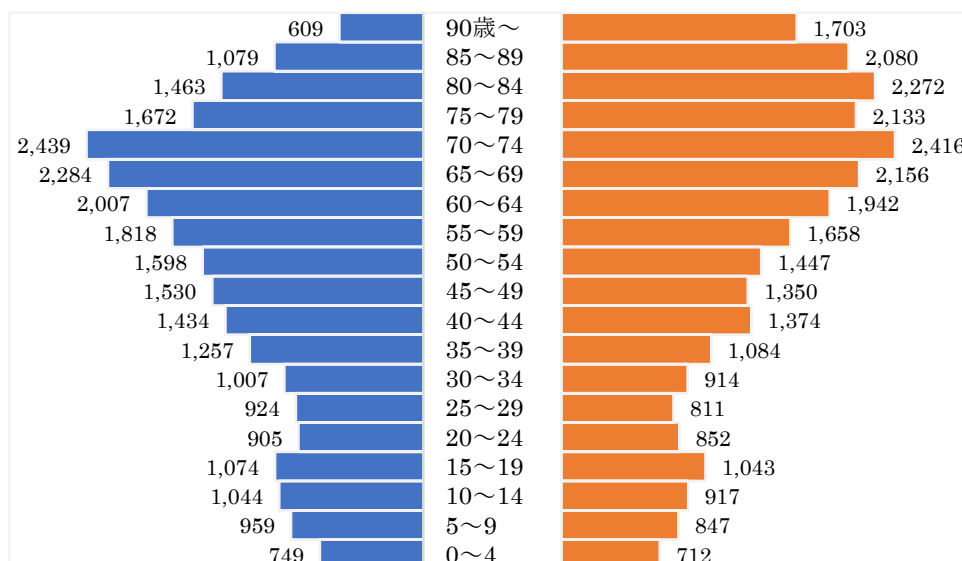
佐渡市の高齢化率の推移予想



※高齢化率：総人口に占める65歳以上の人口の割合（％）、年齢不詳を除いて算出
出典：国勢調査を独自集計「日本の地域別将来推計人口 平成30（2018）年3月推計」
（国立社会保障・人口問題研究所）

令和 2 年 佐渡市の人口構成

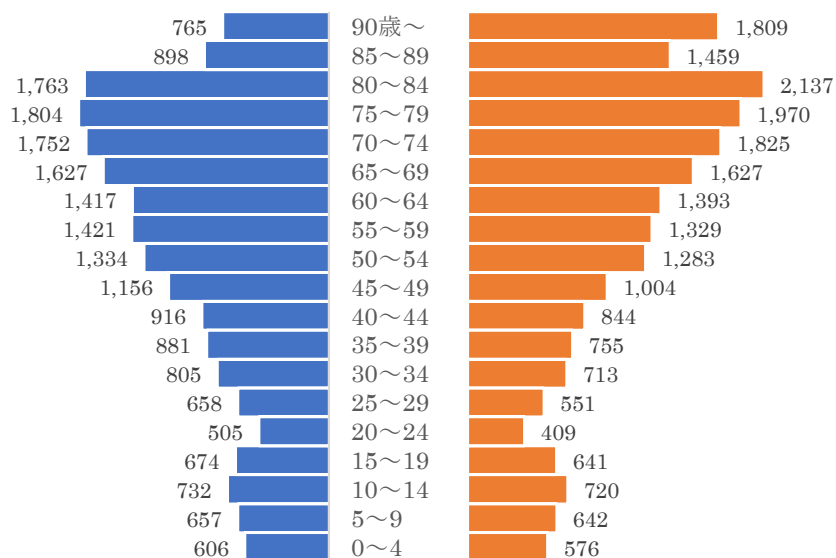
■ 男性 ■ 女性



令和 2 年 3 月 31 日現在

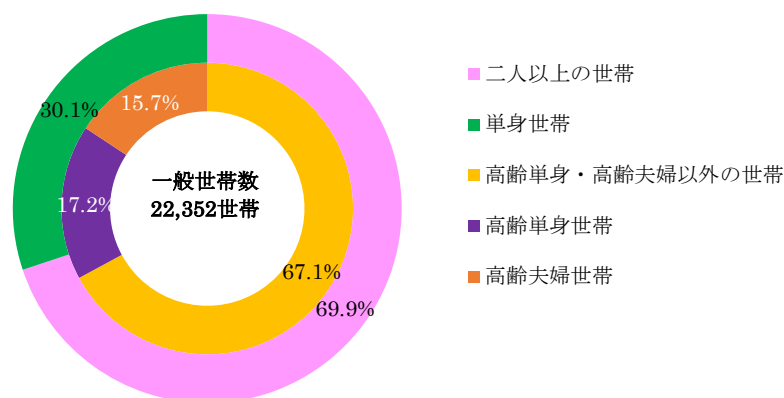
令和12年 佐渡市の人口構成（予測）

■ 男性 ■ 女性



国勢調査及び国立社会保障・人口問題研究所将来推計人口、総務省住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数を基に集計

平成27年 佐渡市の世帯



※「高齢者世帯」とは65歳以上の一人一人のみの一般世帯。「高齢夫婦世帯」とは夫65歳以上妻60歳以上の夫婦1組のみの一般世帯。
国勢調査及び国立社会保障・人口問題研究所将来推計人口、総務省住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数を基に集計

【課題】

スポーツに求められる課題は、人口構成等の現状を認識し、現在起こっている、あるいは将来起こる可能性のある問題を明確にし、市民にとってスポーツが果たす役割を再確認することです。このことがスポーツ推進計画を検討する上で重要です。日本が40年後の将来においても、世界もこれまでの歴史において経験したことの無い高齢化率の進捗は、健康寿命の関わりや少数の青少年、介護に時間を費やすであろう生産年齢者にとって、また地域コミュニティの維持などスポーツの果たす役割が、現在にも増して重要になると思われます。

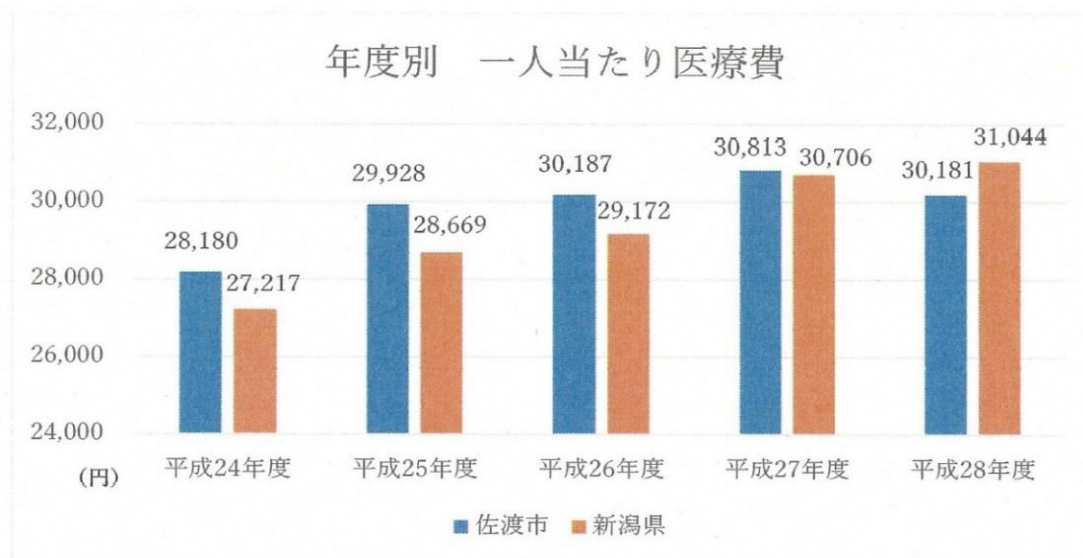
この課題のポイントは、スポーツや地域活動ともに前期高齢者世代の活躍の場を作ることです。人口構成の多い65歳から74歳の前期高齢者の身体の動きや知的能力が10年前の同じ世代のそれに比べて5歳から10歳若くなっていることが研究の結果から明らかになっています。このことから、今の前期高齢者世代は育児や介護も終わるライフステージであることもあって、社会の支え手としてスポーツ活動の分野や地域活動の分野で活躍が期待されます。

○市民の健康状態

【現状】

平成28年度の国民健康保険特別会計の決算額は約77億円であり、佐渡市一般会計と全ての特別会計の合計決算額約656億円の約12%を占めており、財政を圧迫しています。市民の健康状態は、特定健康診査（佐渡市国民健康保険が実施）の結果から全ての年代で肥満や血糖値異常が多く、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の医療費に占める割合も県平均より高い値となっています。佐渡市の全死亡原因の第1位は悪性新生物ですが、女性の胃がんは新潟県平均を100とすると137と大きく上回っています。一人当たりの医療費も佐渡市は、新潟県と同様に増加傾向にあります。

1 人当たりの医療費 （K D B 「地域全体の把握」）



出典：佐渡市国民健康保険第2期データヘルス計画・第3期特定健康診査等実施計画

【課題】

佐渡市の人口は、60歳以上の割合が50%に近づき、一方生産年齢人口（15歳から64歳）が減少する中で佐渡市の財政状況は、縮小することが予想されます。しかしその一方で、予算に占める医療費の負担割合は増加傾向にあり、このまま続くと財政状況は大変厳しい状況になることが予想されます。佐渡市の最大の課題は、医療費の抑制で、健康寿命の向上のために生活習慣病の改善が必要です。生活習慣病の改善には、運動や食事などの生活習慣の改善が不可欠で、併せて各種がん検診の受診率を上げることやがんを予防する生活習慣病の啓発が重要となっています（健幸さど21）。また「元気生活チェック」アンケートから「仲間・人間関係」の項目が全国平均より低く、職場や地域での人間関係のつながりの強化を図ることが課題です。

○平均寿命と健康寿命

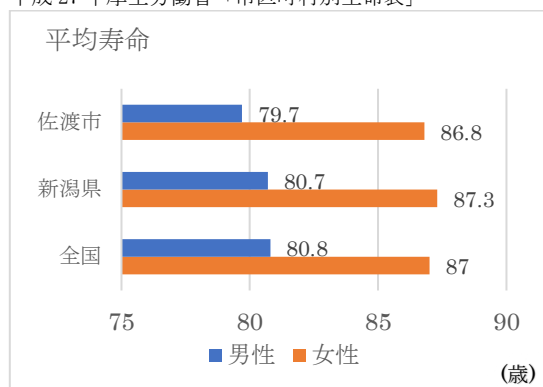
【現状】

佐渡市の平均寿命は、男性79.7歳 女性86.8歳で新潟県の男性80.7歳 女性の87.3歳と比較して1歳、0.5歳短い（平成27年市区町村別生命表）です。なお、新潟県は日本人の平均とほぼ同じ数値です。

健康寿命（K D B 「地域の全体像の把握」）は、佐渡市の男性が64.8歳で女性が66.7歳となっています。新潟県（男性65.1歳、女性66.9歳）や全国と比較すると男女ともに低くなっています。平均寿命と健康寿命の比較では、男性で約15年、女性で約20年は、「日常生活に制限がある」状態といえます。

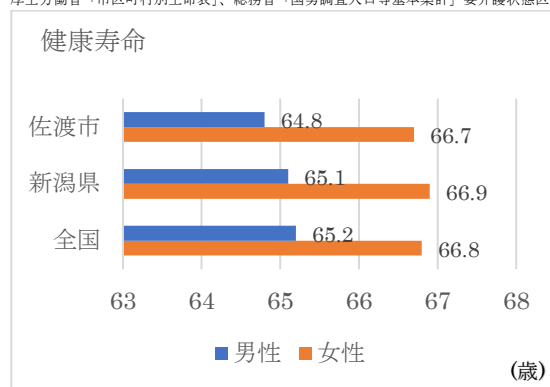
*健康寿命は、介護保険制度を利用した健康寿命の算出方法のため、他で発表されているものよりも若干若い年齢になっています。

平成 27 年厚生労働省「市区町村別生命表」



KDB「地域の全体像の把握」厚生労働省

厚生労働省「市区町村別生命表」、総務省「国勢調査人口等基本集計」要介護状態区分：受給者台帳



出典：佐渡市国民健康保険第 2 期データヘルス計画・第 3 期特定健康診査等実施計画

【課題】

健康日本 21（第 2 次）では、健康寿命は過去と比較して延伸しているものの、平均寿命の延伸の速度の方が早いため、生活活動について何らかの支援や介護が必要な年数は以前より長くなっています。「平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加」の目標値として設定された健康指標の 1 つであるでは、BMI 25 以上の割合が、佐渡市は 28%で新潟県平均の 23%と比較して非常に高い割合です。また佐渡市では、死亡要因第 1 位のガンの全体に占める割合は、49%で新潟県平均の 47%より高く、第 2 位の心疾患の 28%は、新潟県平均の 25%よりも高い値を示しています。BMI25 以上や心疾患をはじめとした循環器疾患に関して、生活習慣の改善は待ったなしの状況といえます。

腹囲：男性 85 cm以上 女性 90 cm以上の割合 （KDB「健診有所見者状況」）



出典：佐渡市国民健康保険第 2 期データヘルス計画・第 3 期特定健康診査等実施計画

BMI 25%以上の割合 (KDB「健診有所見者状況」)



出典：佐渡市国民健康保険第2期データヘルス計画・第3期特定健康診査等実施計画

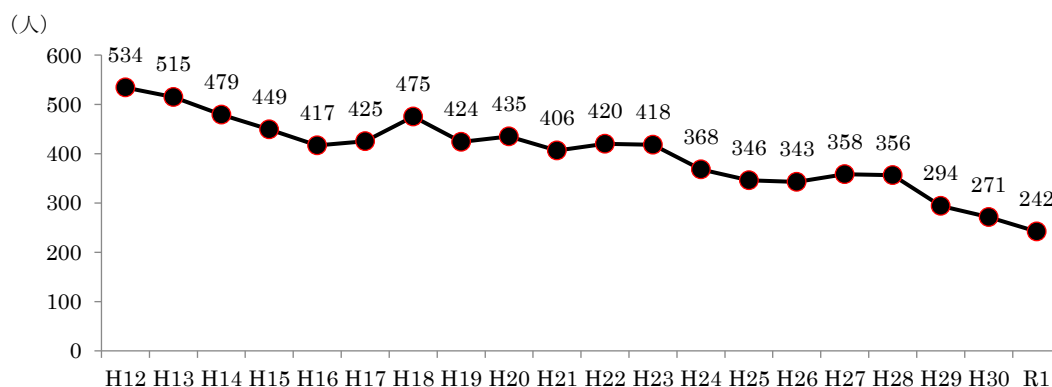
(1)「育てる」スポーツの現状と課題

【幼児の現状】

佐渡市の出生数は、242人（令和元年）で10年前の420人より約40%減少しています。千人当たりの出生数も全国平均6.96に対し4.44（令和元年）と少子化は猛烈な勢いで進行しています。その僅かな、将来佐渡を担うであろう貴重な佐渡市の子供の肥満の割合は、県平均と比べて幼・小・中・高校生全ての年代（幼児健康調査・平成26年度学校保健統計調査）で高くなっています。また幼児の就寝時間を見てみると、夜10時以降が3割（平成26年度生活習慣アンケート）もいます。幼児期には10～13時間の睡眠をとることが推奨されています。それには夜型化した現代人の家庭における生活習慣の見直しを幼児期から始めることが重要です。また、親子で一緒に遊ぶことが、ほとんどない家族が40%を超えてきており、親世代の運動不足（30歳代の週1回以上のスポーツ実施率23%）との関連もあると予想できます。

佐渡市の出生数の推移

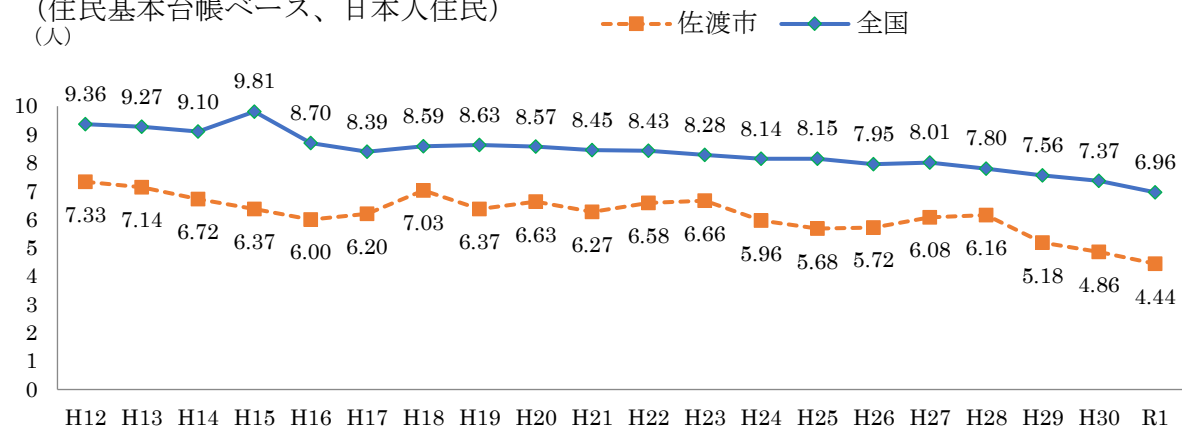
（住民基本台帳ベース、日本人住民）



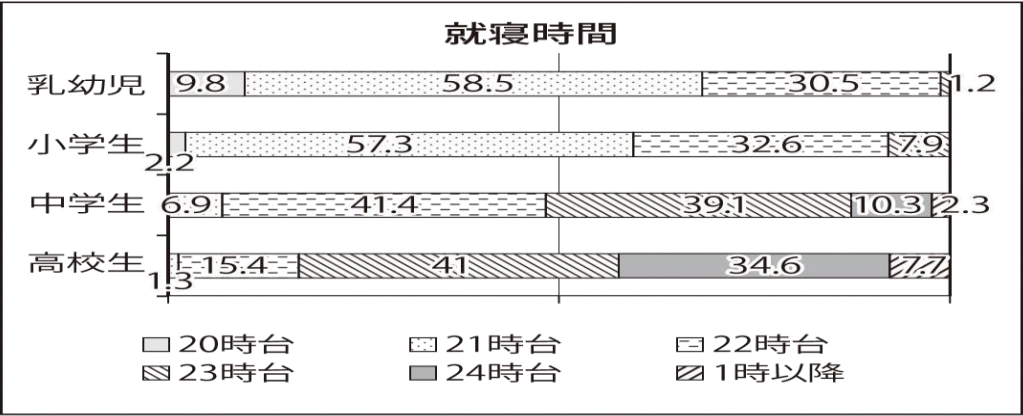
※1月1日から12月31日までの外国人を除く日本人住民の出生数

※市区町村の場合は2020年1月1日時点の市区町村境界

佐渡市の人口千人当たり出生数の推移
(住民基本台帳ベース、日本人住民)
(人)



※1月1日から12月31日までの外国人を除く日本人住民の千人当たり出生数
※市区町村の場合は令和2年1月1日時点の市区町村境界



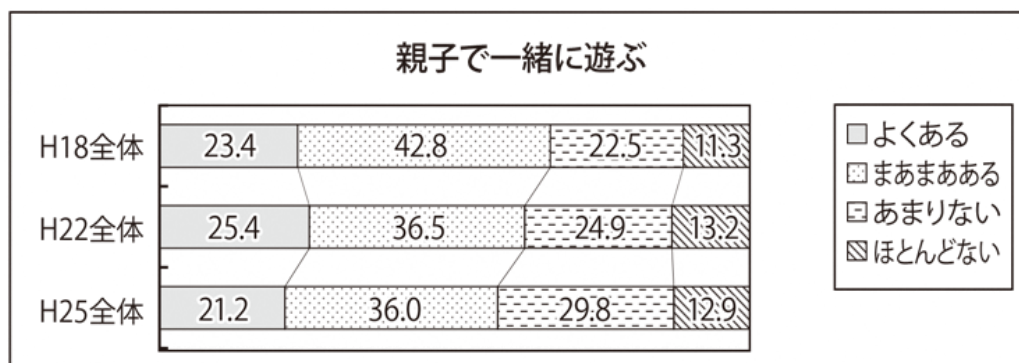
【平成26年度 生活習慣アンケート】

出典：「健幸さど21」第2次計画

年齢別段階別推奨睡眠時間

年齢	必要な睡眠時間（時間）		
	下限	推奨時間	上限
新生児（0～3 か月）	11～13	14～17	18～19
乳児（4～11 か月）	10～11	12～15	16～18
幼児（1～2 歳）	9～10	11～14	15～16
幼児期（3～5 歳）	8～9	10～13	14
学童期（6～13 歳）	7～8	9～11	12
ティーンエイジャー（14～17 歳）	7	8～10	11
大人（18～25 歳）	6	7～9	10～11
大人（26～64 歳）	6	7～9	10
高齢者（65 歳～）	5～6	7～8	9

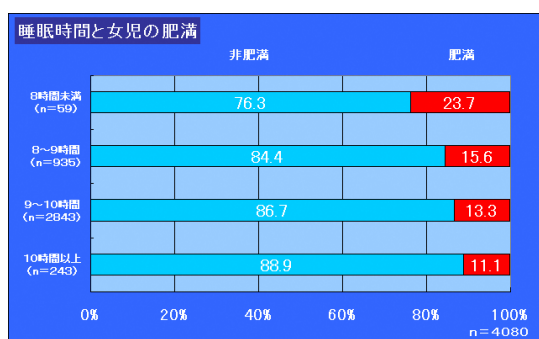
National Sleep Foundation in USA 2015 より



【平成25年度 元気生活チェック】

出典：「健幸さど21」第2次計画

睡眠時間と男児、女児の肥満との関係



出典 富山スタディの結果より（富山大学大学院医学薬学研究部 疫学・健康政策学講座）

【これからの課題】

幼児期運動指針（文部科学省・平成24年）では、少子化が進展したことは、社会環境や人々の生活様式を大きく変化させ、子どもにとって遊ぶ場所、遊ぶ仲間、遊ぶ時間の減少、そして交通事故や犯罪への懸念などが体を動かして遊ぶ機会の減少を招いています。幼児期から体を動かす機会の減少傾向がうかがえ、幼児にとって体を動かして遊ぶ機会が減少することは、その後の児童期、青年期への運動やスポーツに親しむ資質や能力の育成の障害に止まらず、意欲や気力の減弱、対人関係などコミュニケーションをうまく構築できないなど、子どもの心の発達にも重大な影響を及ぼすことにもなりかねません。

幼児期において、遊びを中心とする身体活動を十分に行うことは、多様な動きを身に付けるだけでなく、心肺機能や骨形成にも寄与するなど、生涯にわたって健康を維持したり、何事にも積極的に取り組む意欲を育んだりするなど、豊かな人生を送るための基盤づくりとなることから、次のような様々な効果が期待できます。

- (1) 体力・運動能力の向上
- (2) 健康的な体の育成
- (3) 意欲的な心の育成
- (4) 社会適応力の発達

(5) 認知的能力の発達

佐渡でも、親子で一緒に遊ぶことがない家族が増えており、保育園内の運動や休日の親子で遊ぶ機会の創設が必要です。また、幼児が肥満傾向であることから保護者対象の「食育」「睡眠時間」などの健全な生活習慣の指導も必要で関連部署との連携が求められます。

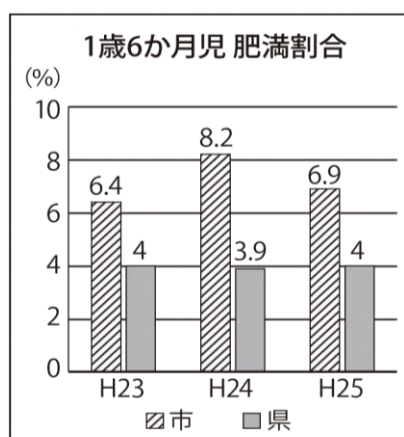
以上のことから保育者の指導と保護者の協力は重要ですが、体系的に指導出来る指導者の育成が必要です。幼児体育指導者の下、幼児の身体活動の合計が毎日 60 分以上になるようにすることが大切です。

【小学生の現状】

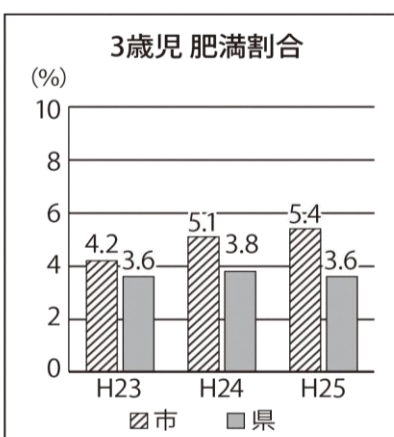
- ・全国学力・学習状況 調査から毎日朝食を摂っていない子供が、「朝食の摂取」の項目から、約 20 割の児童生徒が毎日朝食を摂っていません。県平均より 8.4%、全国平均より 6 %低い数値です。
- ・県平均と比べ肥満の割合が高くなっています。(平成 26 年度学校保健統計調査)
- ・親子で遊ぶ割合が減少しています。(平成 25 年度元気生活チェック)
- ・地域の大人との交流も減少傾向となっています。(平成 25 年度元気生活チェック)
- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果から市内の小学校 5 年生は、男女とも 8 種目すべてにおいて全国平均を上回っています。また、男女ともそのうち 6 種目で県平均を上回っています。 総合評価で A または B 評価の児童の割合は、男子が 47.5% (全国:35.8% 県:47%) でした。女子は、60.6% (全国:43% 県:56.7%) でした。

課題は、男女とも昨年度同様に長座体前屈（柔軟性）です。

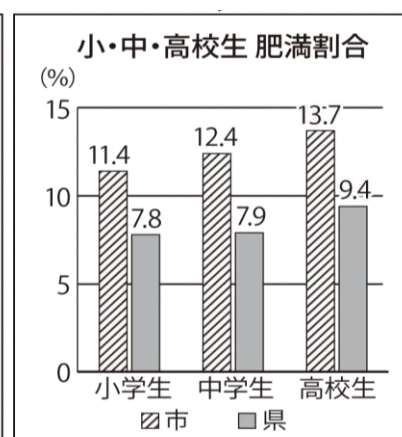
- ・体育の授業では、授業の始めの目標や最後の振り返りが低い数値でした。
- ・休日や放課後のスポーツの取組が低くなっています。



【幼児健診結果】



【幼児健診結果】

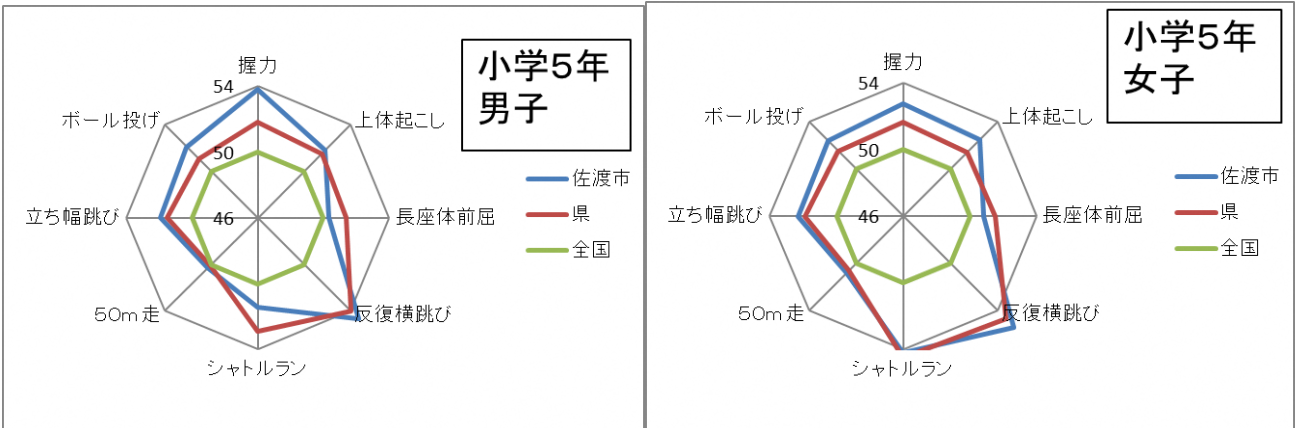


【平成 26 年度 学校保健統計調査】

出典：「健幸さど 2 1」第 2 次計画

全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果（小学校5年）

1 実技集計結果（全国平均比） 佐渡市教育委員会 学校教育課 令和2年1月



2 児童質問紙集計結果 ※全国平均との差±5%以上の質問項目

(1) +5%以上の質問項目 なし

(2) -5%以上の質問項目

質問項目	男女	佐渡市平均	全国との差	県との差
Q6. 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含めます) ※毎日食べると回答	女子	76.3%	-6.0	-8.4
Q8. 平日(月～金曜日)、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。 ※2時間未満と回答	男子 女子	34.9% 43.4%	-5.7- 9.7	+0.5- 4.7
Q10. 放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で運動やスポーツをすることがあります。 ※肯定的回答	女子	68.7%	-6.2	-4.5
Q13. 体育の授業では、授業の始めに授業の目標(目当て・ねらい)が示されていますか。 ※肯定的回答	男子 女子	71.4% 68.6%	-12.5 -15.3	-13.3 -15.8
Q14. 体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っていますか。 ※肯定的回答	男子 女子	46.0% 42.2%	-20.5 -25.7	-18.0 -22.1
Q18. 体育の授業で、ビデオ・デジタルカメラ、タブレット端末などを用いて、自分や友達の動きを撮影して活用する活動を行っていますか。 ※肯定的回答	男子 女子	9.5% 8.8%	-10.9 -9.8	-3.7- 2.2

【これからの課題】

小学5年生の体力・運動能力調査結果では、ともに全国平均、県平均を上回る傾向にありますが、注目すべきは、おしなべて持久力が低いことと、柔軟性が低いことで

す。これは恐らく、日常生活の中での活動性が低いこと、その際に同じ姿勢が長時間・長期間続いていることによるのではないかと考えます。特にゲーム、テレビ視聴、携帯電話に関わる時間、パソコン作業に関わる時間が多いなど長時間・長期間の不活動と、同じ姿勢の継続（だんだん猫背になってしまう）が解剖学的・生理学的に機能の低下や不全につながり、将来の廃用性症候群、生活習慣病につながる可能性があります。「佐渡市国民健康保険データヘルス計画」のなかでも、子どもの肥満が佐渡市で多いことが指摘されており、このことは、その子どもの家族の生活習慣が影響している可能性が考えられます。

したがって、この体力・運動能力テストの結果は、上述のことと決して無縁ではなく、あらゆる年代に共通の課題、生活習慣を見直し、運動習慣、食習慣、睡眠習慣の改善の方向性を示すため、運動・栄養・休養それぞれの専門的な知識と技術を指導できる指導者を養成し、その指導者らが協働する事業をより魅力的な題材で計画・実施していく必要があります。（例えば、「男の料理教室」で食べたら動きましようという講義と実技、運動教室で、疲労を取りながら細マッチョな体作り～何を食べたらいい？～など）。

また、人生の早期から運動・栄養・休養についての正しい知識と技術を身に付けられるよう（フィジカル・リテラシー）学校現場、学校のPTA活動、地域子供会での親子の食事勉強会、あるいはスポーツクラブでの栄養指導など地域の共通の理念の普及と事業実施していくことが喫緊の課題と考えます。

なお運動能力が高い反面、肥満の割合が高いことと併せて考えるとスポーツをする子としない子の二極化が進行していると考えられます。

また体育授業の取組については、教師一人の資質の問題ではなく、児童の理解度の向上とビジュアル化による効率化の観点から「体育授業の補助員制度」があるとこれらの改善に効果的であると考えます。

佐渡市では優良指導者認定制度がありますが、学習体系があるわけではないので、より実効的な認定制度が必要です。そのためには佐渡独自の新たな学習体系を作成する。あるいは日本スポーツ協会の公認スポーツ指導者資格の取得や各競技団体のコーチ認定制度を活用することも考えられます。指導者の育成と資質の向上ができれば、保育園の訪問指導や小学校の体育授業の補助員制度が可能になり子供達の健康増進に好影響が期待できます。

また中学校で自分に合った部活動がない状況も今後増えることが予想されるので、各競技団体は、練習環境の広域化や小中高一貫指導できるような組織作りと指導者の育成が今後の課題です。特に団体種目は、合同チームの結成を考えるなど統括する競技団体の指導力がますます重要になってきます。

【中学生の現状】

全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果2年男子は、7種目で全国平均を上回り、そのうち、5種目で県平均も上回っています。総合評価では、AまたはB評価の生徒

の割合が 37.5%（全国：32.7% 県：43.2%）でした。2 年女子は、7 種目で全国平均を上回り、そのうち 4 種目において県平均を上回っています。総合評価では、A または B 評価の生徒の割合が 69.1%（全国：63.7% 県：70.4%）でた。男女とも、「上体起こし」で全国平均を下回っています。（全国比 男子：－1.2 女子：－0.1）

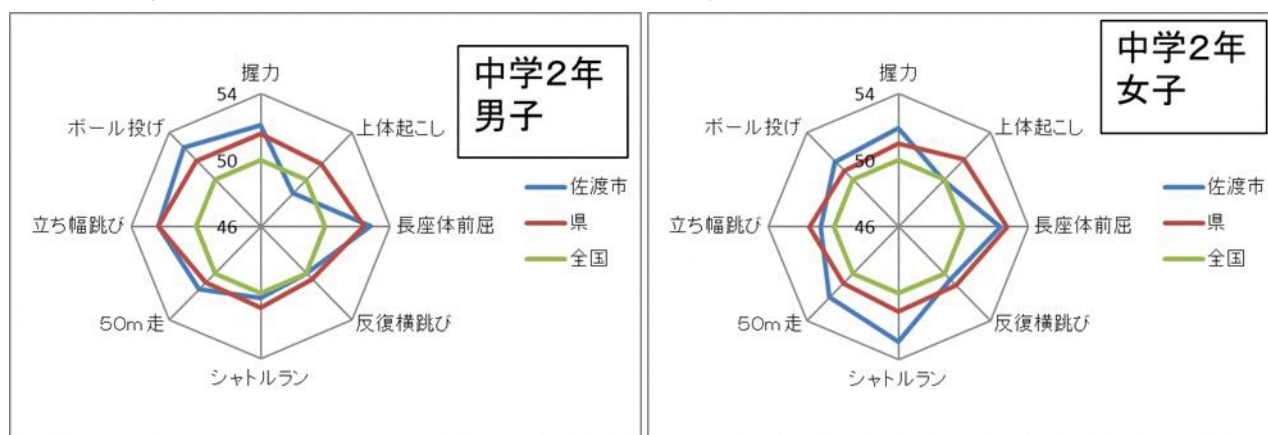
生徒質問集計結果から、部活動か社会スポーツ活動に参加している生徒が、全国、県と比較し 20% も高いことは大変評価される反面、テレビ、パソコン、スマートフォンなどの利用実態（2 時間以内）は、全国、県と比較し 10% も低いことから学習時間や家庭の手伝いなどに影響しているのではと危惧します。

また体育の授業の調査結果から、小学生と同様に生徒の理解度、体育授業の意欲の向上、友達とのチームワークについて全国、県と比較し約 15% から 30% 低い数値になっており改善が必要です。

佐渡市は、平成 29 年に「佐渡市部活動のあり方にかかる方針」を策定し、基本方針として「生徒にとっても教員にとっても魅力ある部活動の実現」を目指すことにしました。生徒のバランスの取れた健全な成長の確保と自主的自発的参加による部活動であること、また教員には、ライフワークバランスの実現で負担軽減するようにしたものです。これを実行するために新たに「部活動指導員」が配置され、初年度は 10 名ほどの予算措置が執られました。なお複数クラブを顧問が担当することになり、部活動の競技種目の削減も行われますが、小規模校では、個人種目を、それ以外の中学校は団体競技が主になることから、個人のニーズに合わない実態や全員参加型では無くなったことから、運動する子としない子の二極化や健康格差が懸念されます。

全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果（中学校 2 年）

1 実技集計結果（全国平均比）佐渡市教育委員会 学校教育課 令和 2 年 1 月



2 生徒質問紙集計結果 ※全国平均との差±10%以上の質問項目

(1) +10%以上の質問項目

質 問 項 目	男女	佐渡市平均	全国との差	県との差
Q5. 学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか。 ※運動部を選択	女子	80.2%	+22.3	+19.1

(2) -10%以上の質問項目

質 問 項 目	男女	佐渡市平均	全国との差	県との差
Q9. 平日（月～金曜日）、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。 ※2時間未満と回答	男子	23.5%	-11.8	-10.1
	女子	27.3%	-11.5	-9.2
Q11. 保健体育の授業は楽しいですか。 ※肯定的回答	男子	76.3%	-13.1	-11.8
Q13. 保健体育の授業では、授業の最後に今日学んだ内容を振り返る活動を行っていますか。 ※肯定的回答	男子	50.7%	-24.6	-30.8
	女子	57.1%	-20.5	-23.1
Q16. 保健体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていますか。 ※肯定的回答	男子	70.3%	-15.3	-14.1
	女子	72.5%	-14.5	-12.1
Q20. 保健体育の授業で学んだことを、授業以外の時にも行ってみようと思いますか。 ※肯定的回答	男子	51.9%	-14.3	-15.2

【これからの課題】

全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果（2年）をみると、生徒が部活動や社会スポーツ活動で積極的に参加していることから優秀な成績であることがわかります。しかし、生徒質問紙集計結果から体育の授業の生徒の状況は、小学校と同様、体育の授業意欲の低下、チームワークやスポーツへの好奇心など改善すべきであることが分かります。

これらの課題解決に向けた取組方法ですが、教師1人の資質の問題では無く前述の小学生の課題同様、「体育授業の補助員制度」があるとこれらの課題の改善に寄与すると考えられます。

部活動指導員の任命は、主に学校が行いますが、統括する競技団体との協議はされていない状況であることから、適任者の選定方法には議論の余地があります。また武道や水泳など部活動のない種目や部活動の廃止により社会体育で活動する生徒も多数存在することから部活動と社会体育のバランスを取るためにも学校と佐渡市スポーツ協会加盟団体との協議は、今後ますます重要になると思われます。部活動指導員の指導力を担保するうえで、指導力向上のための研修会、コンプライアンスに関する研修会などを定期的に行うことが求められます。

【高校生の現状】

高校の統廃合、生徒の減少で佐渡地区大会の開催ができない競技種目が増え、下越地区や上越地区に吸収される状況になりつつあり、早晩全競技で佐渡地区大会がなくなることが予想されます。中学時代に活躍した生徒は、島外に進学する生徒も相当人数おり、島内に残って進学した生徒も部活動に参加する意欲が低い傾向にあり、部員の確保は大変厳しく、今後高校に部活がなくなる、そして佐渡に競技自体が無くなるような時代が、そこまで迫っており早急な対策が必要です。

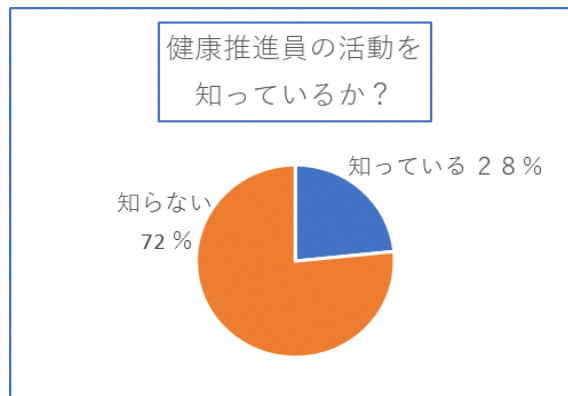
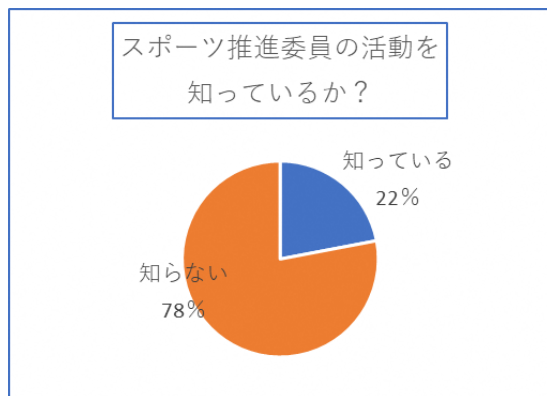
【これからの課題】

部活動に参加する生徒の多くは、小学校から継続している生徒であることから社会体育で早期にスポーツの楽しさを経験することが大切です。そのためにも指導者の育成と質の向上、環境の整備は重要です。また高校の部活動は、伝統があり従来から他校とはライバル関係でしたが、少子化で校内の練習仲間も足りない状況を考慮すると合同練習も選択肢の 1 つになってくると思われます。また野球など合同チームの出場が話題に上っていますが、佐渡でも週末は、高校同士の合同練習で、あるいは小中高校一貫指導が行われるなど学校と競技団体の創造的取組が求められています。

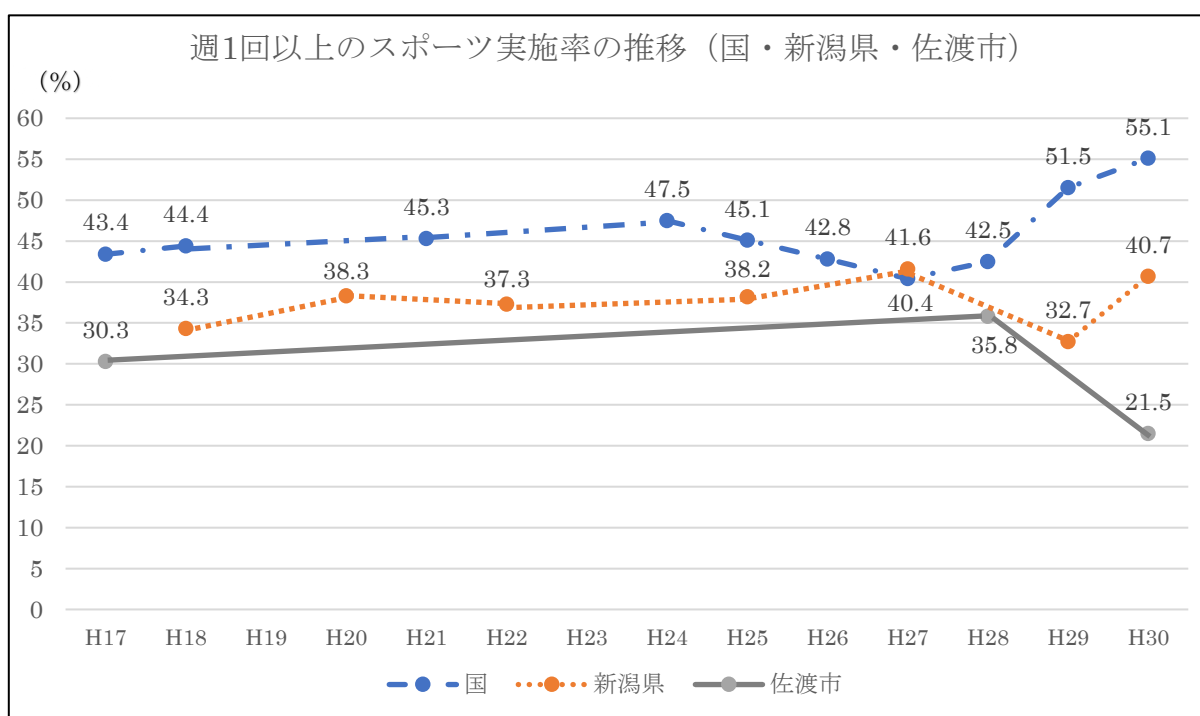
(2) 「健康」 スポーツの現状と課題

【現状】

スポーツ基本法では、国民が生涯にわたりスポーツを通じて健康で豊かな生活を営む権利があることを謳い、地方公共団体はそれを実行する責務があるとしています。その達成度の指標で最も分かりやすいのが、「週 1 回以上のスポーツ実施率」です。スポーツ基本計画（第 2 期）では成人のスポーツ実施率の目標（令和 3 年度）を 65% にしています。平成 30 年度の実施率は、国 55.1%、新潟県が 40.7%でした。平成 30 年度の佐渡市の「スポーツに関する市民の意識調査」では 21.5%で平成 17 年度調査の 30.3%から下降しています。またスポーツ基本法に基づいて地域のスポーツ推進活動を行っている「スポーツ推進員」の活動内容を知っている市民の割合は、こちらも 22%で低い数値でした。同様に地域保健や福祉において重要な役割を担っている「健康推進員」の活動内容を知っている市民の割合も 28%でした。



平成 30 年度スポーツに関する市民の意識調査



出典：国「体力・スポーツに関する世論調査（平成 24 年まで）」及び「東京オリンピック・パラリンピックに関する世論調査（平成 27 年度）」、「スポーツの実施状況等に関する世論調査（平成 28 年度から）」
新潟県「県民アンケート」
佐渡市「生涯学習に関する市民の意識調査」「平成 30 年度スポーツに関する市民の意識調査」

【課題】

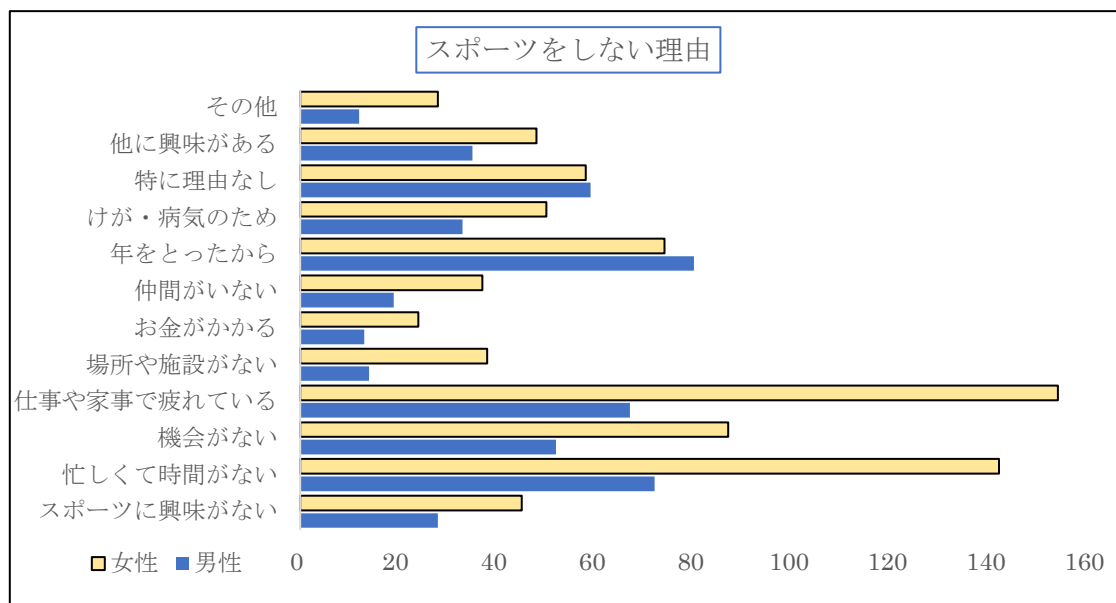
当市の数値については、佐渡市の高齢化率の上昇や若者の数が少なくなっていることと無縁ではないことから、地区体育協会や公民館活動や健康増進に関わる行政の従来型の取組が限界に来ており、現在、そして将来の為には速やかに組織の再構築を行ったり、関連部署との連携を密にする必要があります。健康推進の取組では、介護予防はつらつ健康教室を知っている人は 43%おり、介護予防と地域のスポーツ推進、健康増進を組合わせた新たなシステム作り、「健幸さど 21」が取り組んでいる市民協働・地域づくりの「しまびと元気応援団」「健康推進協議会」や「地域の茶の間」を支援している「佐渡市社会福祉協議会」などとの連携やスポーツと「地域包括ケアシ

システム」が一体になった「ONE TEAM」が望まれます。

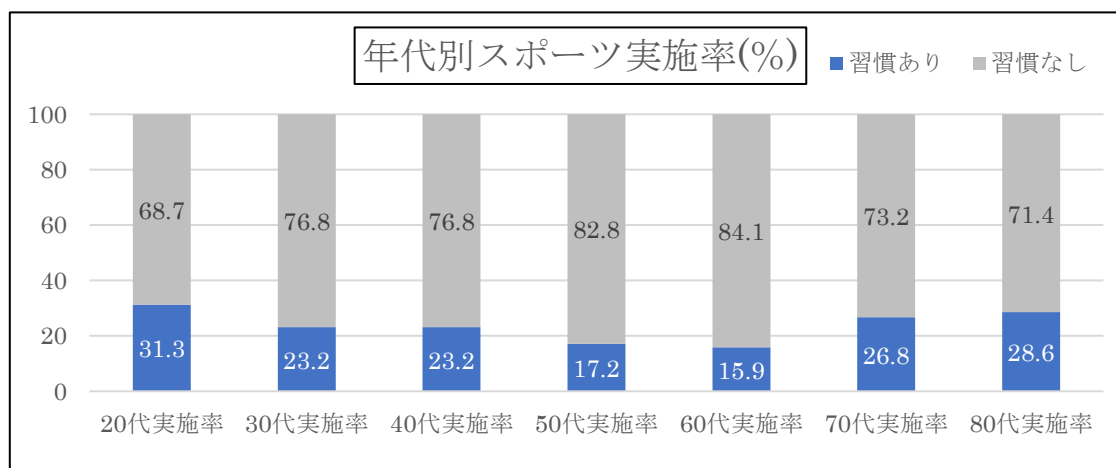
定期的な運動習慣があれば糖尿病患者の介護発生リスクを軽減できるという研究結果（新潟大学医学部）も発表されましたが、糖尿病であるか否かを問わず、運動習慣の有無が要介護リスクに関係しています。従って、糖尿病患者であっても、血糖値コントロール（食事内容とタイミング）を運動習慣に絡めて行うことで要介護にリスクを低減することが可能であり、佐渡市の中高齢者とこの年代に多い糖尿病の方に対する将来的な介護リスク低減に寄与するものと考えられます。佐渡市の「佐渡市国民健康保険 データヘルス計画」（平成 29 年）には、糖尿病患者の方への働きかけとして糖尿病教室など様々な対策が計画、実施されていますが、本計画の中にも書いてある通り、対象となる方が多いにもかかわらず、事業への参加者が少ないのが悩みであるとして書いてあります。このような実態を打開するにも、目先を変えて、人気のあるトレーニングルームを活用した事業で呼び寄せて、その中で運動習慣におのずと向かうよう仕向ける中で、糖尿病の改善、介護予防に「スポーツ側から」入ってもらおうというコースに関係部局と協働するのが効果的ではないかと考えます。

『佐渡市高齢者保健福祉計画』でも「運動教室に高齢者が気軽に参加でき、健康づくりや健康維持ができるよう、各地域において運動教室を開催し、市民の参加を促進することで、市民の健康づくりを支援します。また、そのための活動支援が行えるサポーターの確保・育成を進めます。そして地域社会と交流できる拠点の設立促進として子供から高齢者まで、地域で交流できる機会や場づくりを進め、地域コミュニティの維持・継続を可能とし、互助の形成に努めます。」となっていることから、子供から高齢者まで一体となった交流促進そして地域を活性化する手段としてスポーツ推進はますます重要です。これらの革新的取組が軌道に乗れば『ソーシャル・キャピタル』（地域に根ざした信頼や社会規範、ネットワークといった社会関係資本等）が豊かになり健康の増進に貢献することと考えます。

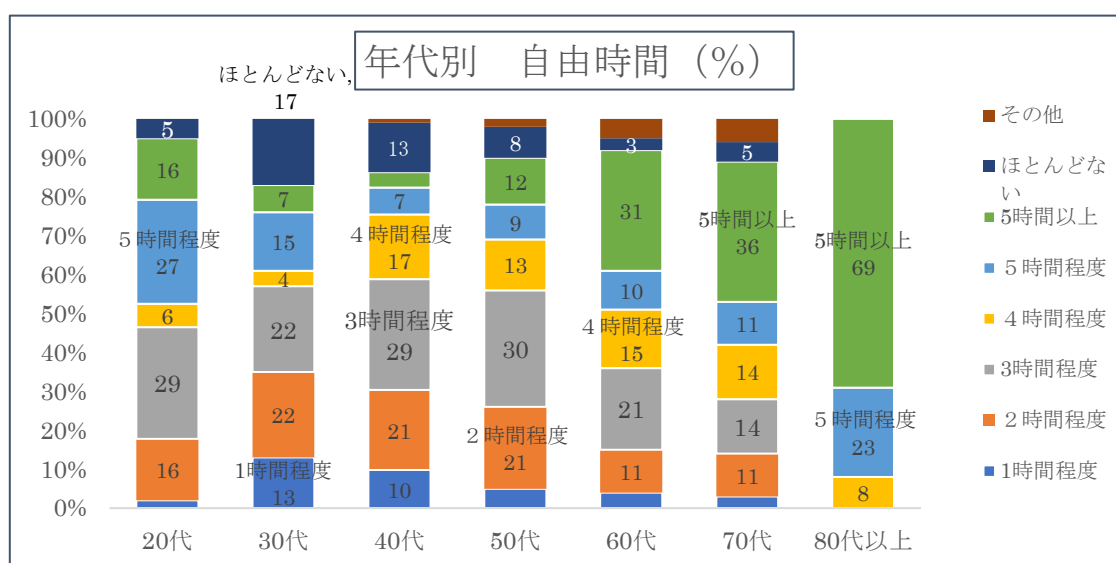
年代別の佐渡市のスポーツ実施率は、30代と40代が23.2%、50代が17.2%でスポーツをしない理由は「忙しい、疲れている。」が主な理由であることから、勤務先が従業員の健康増進を考慮し、スポーツを推進するなど協力体制の構築も今後必要と考えます。また自由時間の増える60代の実施率が15.9%と低いことから、様々な機会作りや環境の整備が課題です。平成30年度のスポーツ庁の調査では全国の60代は実施率62.5%、70代は実施率75.0%で高齢者ほど「健康増進」や「生活習慣病対策」に取り組んでいます。佐渡市の人口比率でも60代以上が、人口の約半数を占めており、医療機関と健康推進室・高齢福祉課・社会福祉協議会そしてスポーツ機関が連携し医師の指示や検査から利用者それぞれに合った運動プログラムが提供されるような環境整備が望まれます。特に60歳以上の世代は、要介護になる前のフレイル対策も重要で、指導者と医療機関の医療関係者（OT・PT）との連携も必要です。



平成 30 年度スポーツに関する市民の意識調査



平成 30 年度スポーツに関する市民の意識調査



平成 30 年度スポーツに関する市民の意識調査

(3) 「競技」 スポーツの現状と課題

【現状】

選手の育成強化は、主に小学生、中学生、高校生が主体になります。佐渡からは、新潟県スポーツ協会が目指すところの国体に出場するような県を代表する選手は、夏期、冬季大会（成年の部）ともに稀です。佐渡では、練習相手も含めた練習環境が整わないからです。

【これからの課題】

佐渡高校バレーボール部が、春高バレーの全国大会に出場した要因は、学校での部活動練習の成果であることはもちろんですが、佐渡バレーボール協会関係者が主催した小中高の一貫指導体制の構築による選手育成と強化の推進によるところが大きいと思われます。また、佐渡バドミントン協会でも小中一貫指導を10年以上前から実施し、全国大会の優勝やアンダー日本代表選手を輩出しています。これらのことから少子化は、競技やチームの存続問題ですが、組織を再編し一貫指導体制にすることでピンチをチャンスに変える好機にすることも可能です。一方、県大会レベルで入賞する児童生徒がいる反面、肥満率の高い傾向からスポーツをする生徒としない生徒の2極化が進んでいると危惧します。

東京パラリンピックが、開催されますが佐渡市においても障がい者スポーツ選手の育成をどのように取り組むか、またその指導者の育成やバックアップ体制をどのようにするか調査も含めこれからの課題です。

(4) 「支える」 スポーツの現状と課題

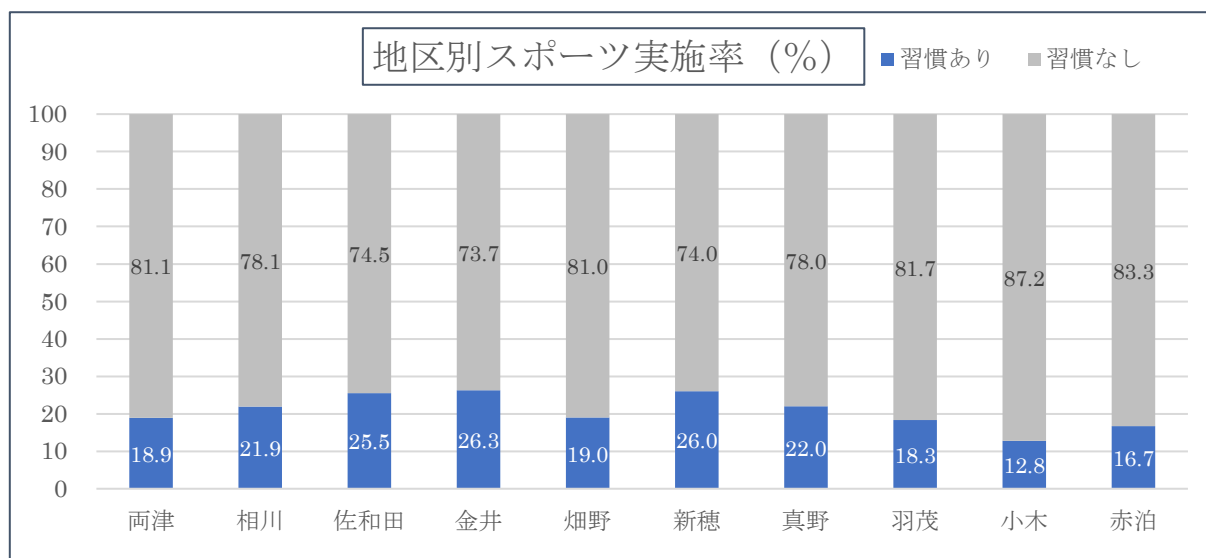
【現状】

前述の(2)「健康」スポーツの現状と課題とも関連しますが、平成30年度「スポーツに関する市民の意識調査」の結果から佐渡市民が週1回以上スポーツを実施する割合は、21.5%で、同年度の国の55.1%、新潟県の40.7%と比較して著しく低い状況です。各地区の公民館活動や地区スポーツ（体育）協会や健康推進員活動などの認知度も低いことから市民の健康増進については、行政の従来型の縦割りの取組では大きな効果を得ることは困難と思われます。特に南部地区のスポーツ実施率は、10%台であることから抜本的改革が必要です。

また年代別でも仲間・人間関係の指標である元気増進軸（平成25年度元気生活チェック）では、男性30・50歳代、女性40・50歳代が低い数値であることから地域や職場での活力が低下傾向であると思われます。

市民が主体的に取り組んだ佐渡で唯一ある総合型地域スポーツクラブ「元気×2トキめきクラブ」は、県内の他クラブと比較しても優秀な活動内容で、真野地区のスポーツ活動の推進や介護予防教室に貢献していますが、従来型の公民館活動との連携の

問題や行政の指導方針も定まらなかったため、貴重な経験が活かされないまま停滞しています。今後は各地区において総合型地域スポーツクラブの理念は継承しつつ、誰でも参加でき多種のスポーツが経験できるような「健康・スポーツクラブ」（コミュニティスポーツクラブ）の設立が望まれます。

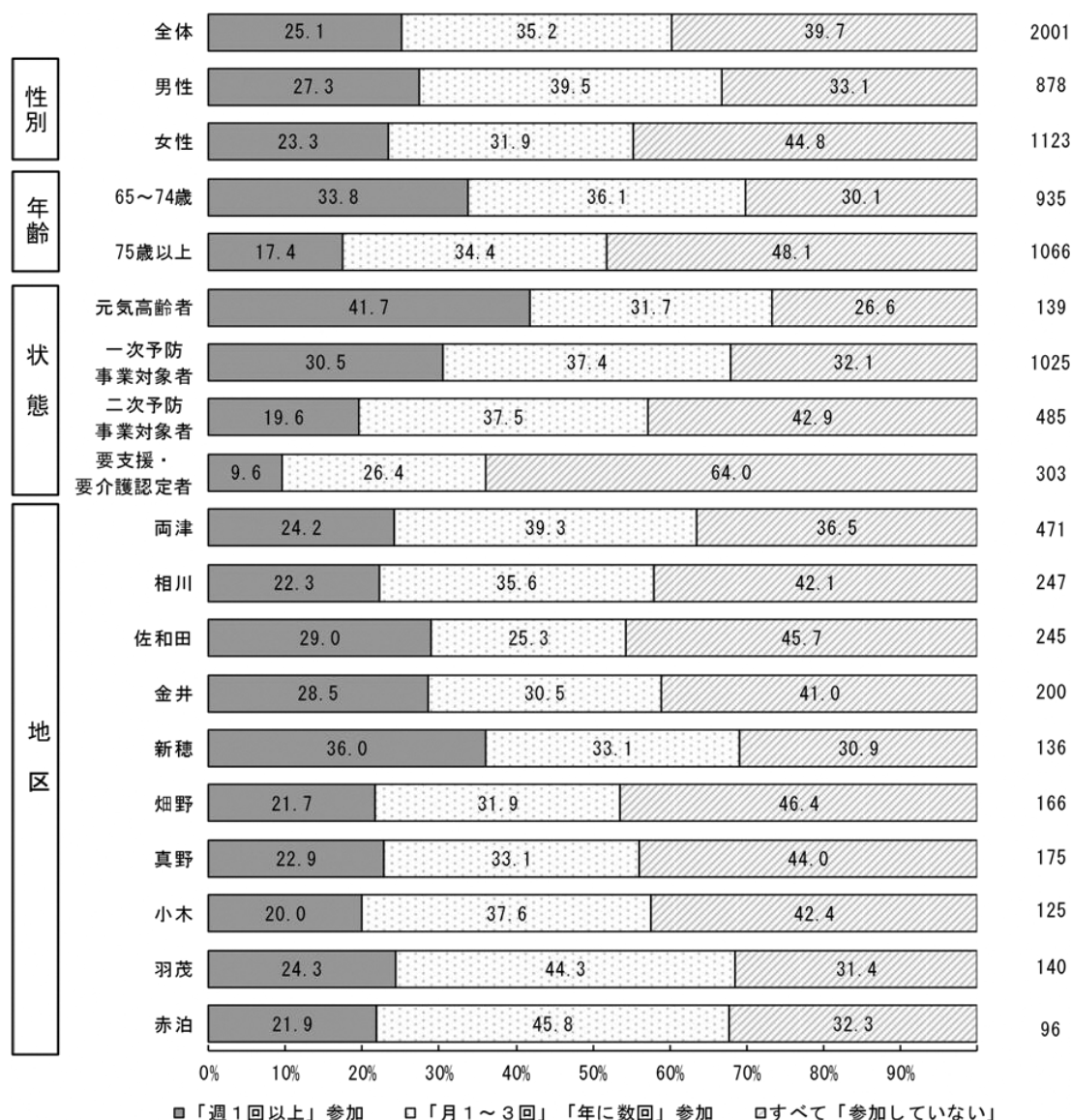


平成 30 年度スポーツに関する市民の意識調査

※コミュニティスポーツクラブとは

「地域型総合スポーツクラブ」や新潟市の校区ごとにある「スポーツ振興会」がこれにあたります。自治会や学校関係者、その他の方が役員になり子供から高齢者までが身近でスポーツを楽しむように地域住民のニーズに応じた各種スポーツやレクリエーション事業を展開します。

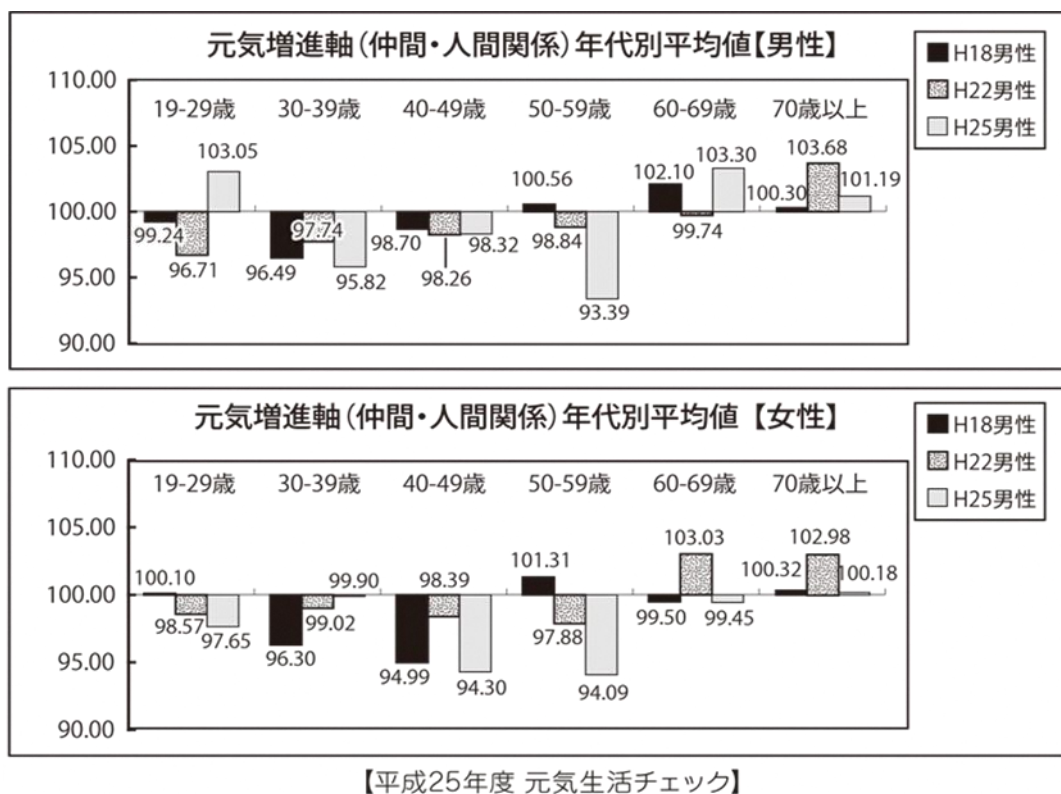
「地域活動への参加状況」 全体及び性別・年齢階層別・状態別・地区別



出典：佐渡市高齢者保健福祉計画・第7期介護保健事業計画

「互助」あるいは「ソーシャル・キャピタル」と関連の深い「地域活動への参加」の調査結果から、元気高齢者は、『週1回』以上参加が41.7%と4割以上を占めますが、一次予防→二次予防→認定者の順に、参加度合いが低い値となっています。生活圏域では、『週1回』以上参加の割合が最も高い新穂(36.0%)と、最も低い小木(20.0%)では16ポイントの差があります。

この「地域活動の参加」の地区の調査結果と地区の「スポーツ実施率」には、相関関係が見られました。「地域活動の参加」の最も高い新穂では、スポーツ実施率(26.0%)が市内で最も高く、「地域活動の参加」の最も低い小木では、スポーツ実施率が最も低い(12.8%)で13.2%の差がありました。このことから「地域活動の参加率」を上げるには、「スポーツ活動の習慣」が有効であると思われます。



出典：「健幸さど21」第2次計画

【課題】『ソーシャル・キャピタル』の構築による環境の整備と人材の育成

近年、地域レベルの『ソーシャル・キャピタル』（地域に根ざした信頼や社会規範、ネットワークといった社会関係資本等）が豊かなほど疾病や鬱の発生リスクが低く健康に良いという研究結果が報告されています。ソーシャル・キャピタルが豊かな地域では、同じ運動頻度でも、1人でするよりもスポーツ組織に参加した方が、要介護リスクも低下することが示唆されています。また高齢者が近所のサロンに参加したり、運営ボランティアに携わる方が、主観的に健康であると感じる人は、非参加者に比べサロン参加者で2.52倍多く、統計的にも有意な差であることが示される（JAGES プロジェクト武豊町での地域介入研究）など、ソーシャル・キャピタルと健康の関連が注目されています。

佐渡市でも「佐渡市高齢者保健福祉計画・第7期介護保健事業計画」において「地域包括ケアシステム」によりソーシャル・キャピタルを豊かにし、世代を超えて地域住民が共に支え合う地域づくりを進めていくことが重要であると記されています。

地区教育事務所が主体の公民館活動やスポーツ推進委員の活動は、定期的なスポーツ教室の開催や介護予防運動や地域の茶の間の支援など、他組織と連携し市民の要望に応じたスポーツ振興の幅広い事業運営が求められていますが、現状は例年通りの取組に終始し改善がされていません。地域コミュニティでのスポーツが果たす役割は、子育て支援や介護予防運動など、地域が抱える課題の解決にスポーツを活用して取り組むことにより、「ソーシャル・キャピタル」を豊かにし、スポーツに親しむ人を増

やすとともに、地域の活力を作ります。

「ソーシャル・キャピタル」を意識した上で、今後の地域コミュニティ（生涯スポーツ社会）の活性化には、「健幸さど 21」が取り組んでいる市民協働・地域づくりの「しまびと元気応援団」「健康推進員協議会」などとの連携や社会福祉協議会の「地域の茶の間」の協力そして高齢者対象の「地域包括ケアシステム」との連携など身近な場所で健康スポーツやレクリエーションに親しめる環境作りが重要で、現在、総合型地域スポーツクラブの運営は停滞していますが、今後地域住民が自主的・主体的に運営するコミュニティスポーツ組織作り（「ソーシャル・キャピタル」の向上）が必要です。

さらに重要なことは、地域で指導者やコーディネーターを育成することです。どのようにして指導者やコーディネーターを育成するか、どのようにしてスポーツを支える環境の整備が整えられるかが重要な課題です。

市民アンケートの結果からも全年代、全地区、全職業で市に要望するスポーツ施設の 1 番は、トレーニングルームでした。県内でも女性専用、24 時間、病院併設などさまざまな形態のフィットネスクラブが誕生しています。このことから身近で手軽にスポーツを楽しみたいという市民の強い希望が伺えます。そこで適切なトレーニングの仕方を指導できる人材が求められます。またNHKの「みんなで筋肉体操」など YouTube や Twitter でいつでも見られるコンテンツも豊富になってきました。

スポーツ実施率で南部地区が 10% 台であることから、小木地区、羽茂地区の B & G 体育館、赤泊地区体育館等で定期的な健康事業・スポーツ教室の開催が望まれます。また、佐和田地区には佐渡市総合体育館が、真野地区には佐渡スポーツハウスが、両津地区には両津総合体育館があり佐渡市スポーツ協会が指定管理を受託して活動していますが、地区のスポーツ実施率を向上するような事業を企画運営できるかが課題です。

年代別 要望施設	20 代	30 代	40 代	50 代	60 代	70 代	80 代以上	全体
トレーニングルーム%	29.5	29.1	31.5	29.2	35.5	29.1	25.0	31.2
プール%	17.9	23.2	19.6	15.5	13.6	16.7	0	16.8
体育館%	17.9	16.6	16.8	17.6	16.6	14.1	37.5	16.6

地区別 要望施設	両津	相川	佐和田	金井	畑野	新穂	真野	羽茂	小木	赤泊	全体
トレーニングルーム%	27.2	27.8	30.2	36.3	32.7	27.8	38.2	29.5	30.9	47.5	31.2
プール%	20.3	20.3	18.6	15.0	19.8	10.0	12.4	13.1	14.7	5.0	16.8
体育館%	15.9	20.3	12.1	18.8	16.8	13.3	20.2	18.0	23.5	10.0	16.6

職業別要望施設	自営業	会社員	公務員	団体職員	パートタイマー	専業主婦	学生・その他	全体
トレーニングルーム%	28.4	31.4	33.3	31.0	34.0	29.2	31.3	31.2
プール%	16.7	17.5	17.1	12.7	18.8	19.3	13.9	16.9
体育館%	15.0	18.0	13.0	16.0	19.0	20.0	13.0	16.3

平成 30 年度スポーツに関する市民の意識調査

○指導者・コーディネーターの養成と資質向上の取組

佐渡市では、「優良指導者認定制度」がありますが、その活動の場はジュニア指導に限られておりカリキュラムも定まっていません。健康・体力づくり事業団の「健康運動指導士」制度は、保健医療関係者と連携しつつ安全で効果的な運動を実施するための運動プログラムの作成及び実践指導計画の調整等を行います。高齢者の運動指導では特に重要で佐渡市も介護予防教室の安全な運営のためにも計画的に健康運動指導士を養成する必要があります。

またジュニア活動に限らず、地域でのスポーツの普及と活性化のためには、正しい知識と技術を有する指導者やコーディネーター（地域住民と行政の調整役）の存在が不可欠です。「地域おこし協力隊」を活用し島外から指導者やコーディネーターを募集し地域の健康増進と活性化を目指す方法も有効な手段と考えます。

○公共施設の計画的な取組

地区体育館（相川、真野、新穂、赤泊）、B & G体育館（小木、羽茂）など多くの施設は、老朽化が進んでいます。佐渡市公共施設総合管理計画の指針に基づき、スポーツ施設の計画的な管理をすることが必要です。

（５）「観光」スポーツ（スポーツツーリズム）の現状と課題

【４大イベント現状】

令和元年に佐渡国際トライアスロン大会は第 31 回大会を開催し、トライアスロン専門誌の人気大会ランキングでは、4 年連続で 1 位を獲得していて大変高い評価を得ています。佐渡の自然を活かしたこの大会には全国から約 2 千人の選手が参加します。またサイクリングイベントの佐渡ロングライド 210 は、国内ロングライド大会では、サイクリングしまなみ、ツール・ド・おきなわと並んで国内 3 大会として人気があり毎年 3 千人の愛好家が集まります。佐渡国際トライアスロン大会、佐渡ロングライド 210、佐渡トキマラソン、佐渡オープンウォータースイミングなど 4 大イベントですが、4 大イベントの次の 5 番目の新企画のイベントを開催できるかが課題です。

【これからの課題】

佐渡国際トライアスロン大会は、島祭りパーティーなど趣向を凝らしたおもてなしや、佐渡ロングライド 210 では、各地区のエイドステーションで佐渡の美味しい食材が提供されており好評です。しかし、大会を支えるボランティアの確保が年々厳しくなりエイドステーションの減少やコースの変更などを余儀なくされています。スポーツを見る支える観点から大勢の市民に携わっていただけるよう、ボランティアの育成や募集方法にも一層の工夫が求められます。

佐渡は風光明媚に加えトライアスロン大会ランキングで日本一と評価の佐渡国際トライアスロン大会があります。旅行会社などとタイアップしたインバウンドの商品

企画も有望です。

佐渡トキマラソンは、うまいもの祭りなどとのタイアップや有名ランナーの参加など楽しい大会です。しかし、全国には東京マラソン以降各地で同様の大会が開催されるようになったため島外の参加者を誘客し、リピーターになっていただくことは大変厳しい状況です。佐渡ではウォーキング愛好者が沢山います。今後は、市民の参加者が増えるようなアイデアが重要と考えます。

【佐渡市スポーツ協会加盟団体のイベント】

○各地区体協（スポーツ協会）には、全国でも珍しい佐渡ならではの特色があります。両津スポーツ協会主催のドンデン駅伝大会、レガッタ大会、日本海朱鷺カップレースです。

○佐渡市スポーツ協会加盟の競技団体は、年間に多数の大会を実施し市民のスポーツ活動に貢献しています。しかし人口減少は、即競技人口の減少でもあり競技団体の存続にも関わる深刻な問題になっています。佐渡市民の平均年齢が 60 歳であることからシニア層における普及が重要です。特に全国では、子育てが終わった 50 歳以上のスポーツ愛好者のスポーツ熱は高く、時間と資金力の余裕もあることから 5 年前 10 年前より全国大会の参加人数やレベルも上がっているのが現状です。

【これからの課題】

○マリンスポーツ

昭和 39 年新潟国体では、佐渡からヨットやレガッタ等のマリンスポーツで県代表として活躍した選手もいましたが、船体の購入や維持費に費用がかかるため、これらの大会は両津地区のみの大会になっています。

加茂湖や両津湾、真野湾など風の多い佐渡はマリンスポーツに最適な環境です。マリンスポーツを再度見直しても良いのではないのでしょうか。また、市民に普及すると同時に全国のマリンスポーツ愛好者に P R できれば 4 大スポーツイベントに次ぐ 5 番目 6 番目のイベントに成長する可能性を秘めています。レガッタやカヤックを青少年に普及強化できれば国体代表や日本代表になる可能性は他の競技スポーツよりも高いです。佐渡市が、マリンスポーツに経費をかけたとしても市民スポーツとして推進する価値はあります。

○冬季スポーツ

佐渡市平スキー場にリフトが設置され、入場者数は飛躍的に伸びました。現在条例の規程により木金土日の週 4 営業日ですが、60 歳以上は青春時代の経験もありシニア世代の健康増進に活用できれば収益も上がり（月火水）の利用が可能になります。またスキー場の運営を通年利用可能にするためにも近辺でアウトドアスポーツが出来るように環境整備をすることで観光としてのアクティビティコンテンツ

が増えます。

○佐渡市スポーツ協会加盟の競技団体は、年間に多数の大会を開催していますが、シニア向けの取組をしている競技団体は少ないのが状況です。市民の平均年齢が60歳であることからシニアを対象にした教室や大会の開催が必要です。そこで新たなスポーツツーリズムの提案として、各競技団体がシニアのオープン大会を企画し一般社団法人観光交流機構と連携して、春期、秋期、冬期間の観光の閑散期を利用すれば、姉妹都市を中心に全国からシニアの愛好者が集まることが期待できます。競技団体には全国に人脈を持つ人材も多数いることも佐渡の貴重な財産です。

（６）「スポーツ情報」ネットワークと「医科学支援体制」の現状と課題

【現状】

スポーツ大会やスポーツ教室などを運営する行政及び佐渡市スポーツ協会などの主催者が市民に「スポーツ情報」を発信する手段は、スポーツ協会のホームページ、SNS、回覧板、チラシ、ケーブルテレビ、タウン紙、専門誌、新聞、テレビなど多数あります。市内で実施している数少ない教室の情報が、市民に簡単に分かりやすく「知らせる」「調べられる」のかというと、現状は情報が届かないことも多く、教室は限られたいつものメンバーになりがちです。ケーブルテレビ、回覧板、インターネットを見ない市民も多くいると思われます。

「スポーツ医科学」は、競技力の向上やスポーツを通じた健康づくりのために必要な医科学、フィットネス、スキル、メンタル、栄養に関する研究や学問です。競技力の向上のための有効なトレーニング方法や指導法に活用されるだけでなく、一般のスポーツ愛好者や健康づくりのために運動を取り入れようとしている人にも、安全にスポーツを行うために必要なスポーツ傷害の予防など幅広く活用されます。現在、本市ではこの分野の体系が構築されていないのが現状です。

【課題】

「スポーツ情報」ネットワークの構築

〈対象者が市民の場合〉

- ・「初めて」スポーツに興味や関心をもった時に、簡単な方法で調べられる紙媒体の手段の提供や問合せ先の周知が重要です。

- ・「より深く活動を知りたい方」へホームページやSNSに導く手段の提供、インターネットのない方へは、問合せ先の案内や仲間による情報伝達も有効な手段です。

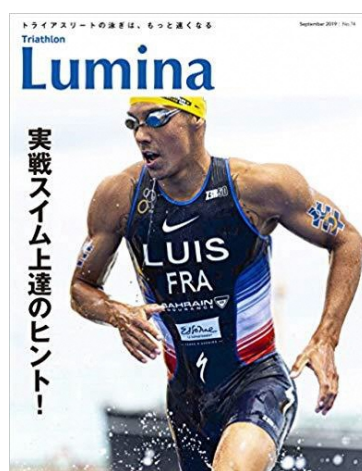
〈対象者が国内外の愛好者の場合〉

- ・「佐渡に行きたい」と思うような情報の発信手段の工夫が必要です。今後大会参加者の募集のみならず、大会ボランティアの募集も重要になってきます。専門誌のランキングは愛好者に影響力があります。また旅行業者の幅広い情報発信ネッ

トワークを使うことも有効です。

「医科学支援体制」

主要スポーツ施設での「スポーツメディカルカウンセリング」ができるように医療関係団体との提携による支援体制の構築が重要です。支援体制が整えば、指導者連盟などを立ち上げ「コーチング」「栄養学」「傷害予防」など指導者の資質の向上に役立つとともに、高齢者の介護予防、障がい者の生活機能の向上など様々な分野との連携が期待できます。



第2章 基本方針

本計画を着実に実現するために以下の6つの基本方針を持って施策を推進します。基本方針から各目標を設定し、目標ごとにパイロット事業を展開することでPDCAサイクルが機能するようにします。またそれぞれの分野に関連する部署との連携を充実させます。

(1) 「育てる」スポーツの推進

- ① 幼児期の身体活動の推進
- ② 学童期のスポーツ活動の推進
- ③ 中学生の部活動と社会スポーツの連携

(2) 「健康」スポーツの推進（ポピュレーションアプローチ）

- ① 青年・成人期のスポーツ推進（フレイル・アプローチ）
- ② 高齢者のスポーツ推進（ハイリスク・アプローチ）
- ③ 障がい者それぞれに応じた生涯スポーツ推進
- ④ 勤労者の健康増進のための企業応援（Sport in Life プロジェクトの推進）

(3) 「競技」スポーツの推進

- ① 小中高の一貫指導体制の構築による選手育成と強化の推進
- ② 障がい者スポーツ選手の育成
- ③ 佐渡から世界を目指す競技の設立

(4) 「支える」スポーツの推進

- ① 地域コミュニティのスポーツ推進組織の育成によるソーシャル・キャピタルの向上と健康増進
- ② 地域包括ケアシステムと連動した推進
- ③ 人材の育成（子供から高齢者までそれぞれの年代に応じた指導者の育成・資質の向上）
- ④ スポーツ施設の整備と充実

(5) 「観光」スポーツ（スポーツツーリズム）の推進

- ① 日本を代表する「佐渡国際トライアスロン大会・佐渡ロングライド」の充実
- ② スポーツボランティアの育成
- ③ 各競技種目でマスターズ大会の開催や特色ある地域イベントのオープン化による観光交流人口の拡大とまちの活性化

- (6)「スポーツ情報」ネットワークと「医科学支援体制」の充実
- ①市民に各種教室・大会の案内、ボランティア募集などの広報手段
 - ②国内、海外に大会の案内、ボランティア募集などの広報手段
 - ③医科学支援体制」の構築と「指導者連盟」の設立

第3章 基本目標

「育てる」「健康」「競技」「支える」「観光」「情報・医科学」それぞれに目標を設定（最重点目標4 重点目標2 目標13）し連携部署と協力しながら、パイロット事業を実施することで目標の達成を目指します。

(1)「育てる」スポーツの推進

スポーツの習慣化を図るため、親子、家族で参加できる体験的なスポーツ、体力向上や肥満防止の運動を推進し、幼稚園、保育園、小・中学校と連携してその定着を図ります。

①幼児期の身体活動の推進

乳幼児期における身体活動を推進し、発育発達に応じた適切な運動指導の普及を通じ、「スポーツに親しむ習慣の基礎」を形成します。

「佐渡市認定指導者」の養成計画に基づきます。

令和7年を目標に幼児体育指導者を育成し市内25保育園（公立18 私立7に毎週1回派遣し幼児、保育者と保護者を指導します。

（連携部局 社会教育課、子ども若者課、佐渡市スポーツ協会）

②学童期のスポーツ活動の推進

子どもたちが生涯にわたる運動・スポーツ習慣の基礎を築くため、ジュニアスポーツクラブの育成や、学校・家庭・地域の連携事業と連携しスポーツの楽しさを広げる取り組みの充実を図ります。

目標1 競技団体の小中一貫指導体制の構築

生徒が切磋琢磨できるよう、指導者の資質の向上を図ります。

小中一貫指導体制の構築の推進

	競技団体数
現在 令2(2020)	5
中間目標 令7(2025)	7
目標 令12((2030)	10

パイロット事業種目（バスケットボール、野球）

（連携部局 社会教育課、学校教育課、佐渡市スポーツ協会、）

目標2 学童期のスポーツの習慣化

健康の増進と肥満の防止に貢献します。

学童期のスポーツ教室の開催実施

	現在 令2(2020)	中間目標 令7(2025)	目標 令12(2030)
佐渡市総合体育館		○	○
佐渡スポーツハウス		○	○
両津総合体育館		○	○
金井小		○	○
羽茂小			○
その他			5
合計	0	4	10

パイロット事業（佐渡市スポーツ協会）

（連携部局 社会教育課、佐渡市スポーツ協会）

③中学生の部活動と社会スポーツの連携

中学校を中心に地区体協（スポーツ協会）、公民館、スポーツ推進委員が連携を取り地域で部活動を応援する体制を整えます。

（連携部局 社会教育課、学校教育課、佐渡市スポーツ協会）

(2) 「健康」スポーツの推進（ポピュレーションアプローチ）

ライフステージに沿った健康づくり・スポーツを推進し健康で活力に満ちた長寿社会の実現を目指します。

【「健康」スポーツの推進 基本的考え方】

佐渡市の人口動態に基づく3つのアプローチ

1 全体的なアプローチ

年齢段階別（ライフステージ別）健康増進～スポーツ推進方策

（当面、健康であり、その維持増進のために個人の現状と希望にあった「運動・栄養・休養」の実践を支援します。必要な情報提供、実践技術の学習支援、実践の場の提供・支援など、そのための指導者育成、指導体制（社会システム）の構築が必要です。

2 プレ・フレイル、フレイルアプローチ

虚弱になりかけている、なりそうな方へのアプローチ（年齢段階を問わず支援が必要＝中高齢者ばかりではなく、若年層においても、見かけ上健康であっても、プレ・フレイル、フレイルに該当するものも少なくないと考えられます。早期の

対応策の構築が求められます。

3 特別な配慮が必要な人へのアプローチ

様々な疾患についてリスクを持った人を対象に絞り込んで対処していくアプローチでは、②と同様に、当面支障となる運動器機能低下に歯止めをかけ、維持向上を計るとともに、障害予防のための知識と技術の普及に努めます。（これらの対象は、在宅の中高齢者が中心と予想されます。）

① 青年・成人期のスポーツ推進（プレ・フレイル フレイル・アプローチ）

市民が、スポーツに参加する動機付けとして、ライフスタイル、志向、目的に適したスポーツをする機会の充実を図ります。

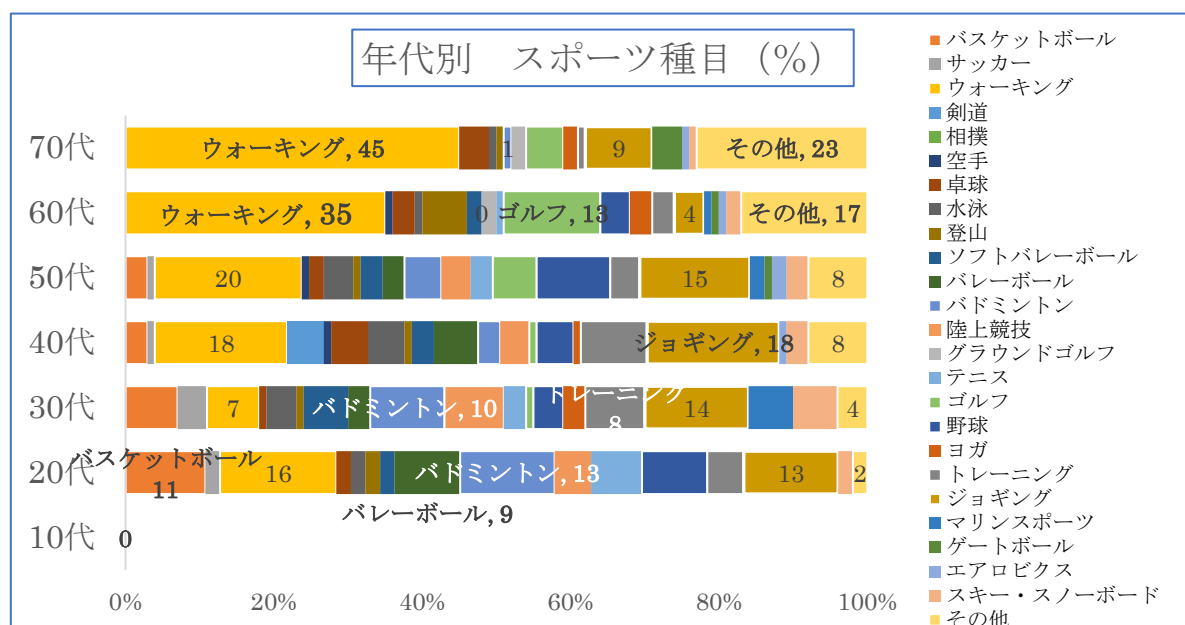
佐渡市の平均年齢は 54.03 歳であることから 50 代、60 代及び前期高齢者のスポーツ習慣の定着に向けた教室の充実が必要です。各地区で教室の開催で仲間作りや交流の促進を図ります。

具体的には、愛好者の一番多かった種目はウォーキングでした。現状は 1 人で行う事が多いので、愛好者グループの設立の推進とウォーキングコースの開拓そしてウォーキングの指導者の育成を行います。

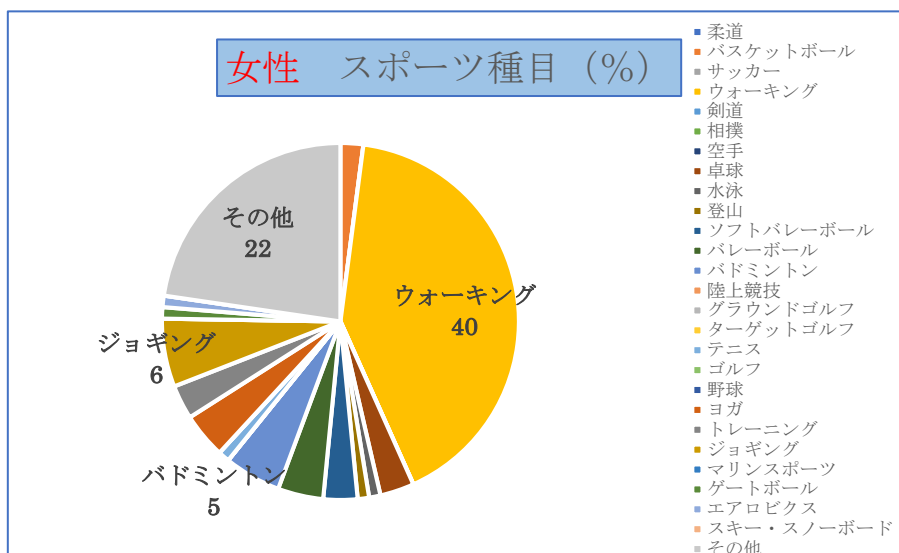
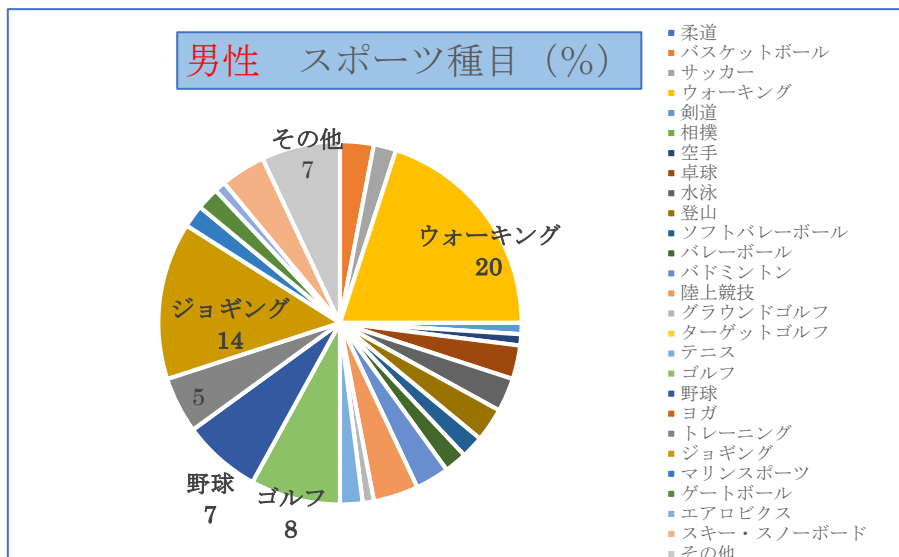
（健康教室（運動と食生活）～ウォーキング～ウォーキング指導者養成～

教室運営～ウォーキングコース開拓、ウォーキングマップ作成など）

「健康にいがた 21」で「新潟県健康ウォーキングロード」を既に佐渡で 10 コース設定されていますが、認知度は低い状況です。健康推進員と協力して、ウォーキンググループ化の推進と指導者養成及びコースの改良に取り組み、関連団体が連携してウォーキングを末永く愛好できる楽しいスポーツとして推進します。



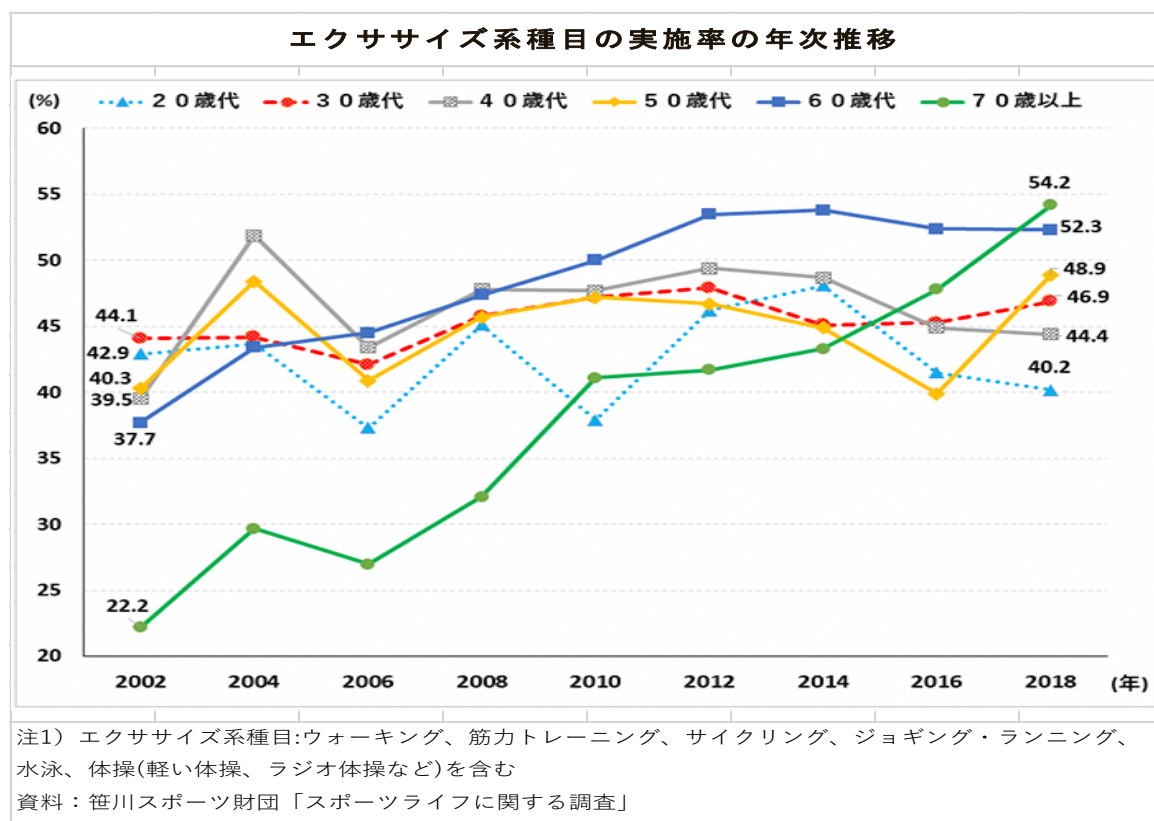
平成 30 年度スポーツに関する市民の意識調査



平成 30 年度スポーツに関する市民の意識調査

健康にいがた 2 1 新潟県佐渡真野御陵コース





全国の中高齢者のエクササイズ系種目実施率は増加傾向、70 歳以上の実施率は過去 16 年で 2 倍以上に

特徴的な点は全国 60 歳代、70 歳以上の実施率の増加である。60 歳代の実施率は 37.7% (2002 年) から 52.3% (2018 年) へ大きく増加した。また、2010 年以降は 50% 以上の実施率を維持し、他の年代よりも高い水準で推移している。70 歳以上の実施率は 22.2% (2002 年) から 54.2% (2018 年) へ 2 倍以上増加した。2018 年のエクササイズ系種目の実施率は 70 歳以上が 54.2%、60 歳代が 52.3%、50 歳代が 48.9% と上位を占め、エクササイズ系種目の実施率は 50 歳以上の中高齢者がけん引していると考えられます。

目標 3 健康・スポーツ教室・ウォーキング教室の開催

最重点目標 1

地区別 教室数	両津	相川	佐和田	金井	畑野	新穂	真野	羽茂	小木	赤泊	全体
現在 令 2(2020)	12	3	9	3	0	0	3	8	6	2	46
中間目標 7(2025)	18	5	15	5	2	2	5	12	9	3	76
目標 令 12(2030)	27	8	23	8	3	3	8	18	14	5	117

* ヨガ教室等各種スポーツ教室の開催、介護予防教室、Sport in Life プロジェクト、茶の間、しまびと元気応援団主催事業等の講師派遣

パイロット事業地区 (赤泊、真野、両津)

(連携部局 社会教育課、市民生活課 (健康推進室)、佐渡市スポーツ協会)

② 高齢者のスポーツ推進

高齢者のスポーツを通じた健康の維持や仲間作りの機会の充実を図ります。上述の3つのアプローチを考慮し指導者（健康運動指導者など）の育成と医療機関の医療関係者（OT・PT）との連携、地域包括ケアシステムとの協働を図ります。また佐渡市社会福祉協議会の「茶の間」などと連携し介護予防教室にスポーツ指導者を派遣します。

（連携部局 社会教育課、高齢福祉課、佐渡市スポーツ協会）

③ 障がい者それぞれに応じた生涯にわたるスポーツ推進

障がいのある人の社会参加や生活の質の向上を目指し、それぞれの状況に応じてスポーツを楽しむことができるよう、スポーツ活動の促進や指導者の育成、支援体制を整備します。

障がい者のスポーツ活動の推進のため、施設整備や指導者の育成、支援体制を整備します。

（連携部局 社会教育課、社会福祉課、佐渡市スポーツ協会）

④ 勤労者の健康増進のための企業の応援（Sport in Life プロジェクトの推進）

スポーツ庁の取り組んでいる「Sport in Life プロジェクト」の佐渡市版「Sport in Life プロジェクト」制度を設立し、企業が従業員の健康増進のためにスポーツ活動に対する支援や促進に向けた取組をします。事業所内でスポーツ指導員が健康運動を指導したり、企業が市内スポーツ施設の利用料を負担するなどして「多忙、仕事疲れ、機会無し」世代をこの制度を実施することで改善が期待できます。併せてスポーツ実施率の向上も期待できます。

目標4 勤労者の健康増進のための応援企業の募集

最重点目標2

Sport in Life プロジェクト登録企業数

地区別 登録企業数	両津	相川	佐和田	金井	畑野	新穂	真野	羽茂	小木	赤泊	全体
現在 令2(2020)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
中間目標令7(2025)	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	15
目標 令12(2030)	4	4	4	4	2	2	4	2	2	2	30

* 会社、事業所（支店）、病院、公機関等

パイロット事業地区（両津、佐和田、金井）

（連携部局 社会教育課、地域振興課、佐渡市スポーツ協会）

(3)「競技」スポーツの推進

指導者や関係団体、地域、学校が連携して一貫した指導体制を図り、また個々の競技力を向上させることによって、佐渡のスポーツ全体のレベルアップにつなげます。

①小中高の一貫指導体制の構築による選手育成と強化の推進

市民がスポーツを通じて夢や感動を共感し、郷土に誇りを抱くことを目指し、全国レベルの選手の継続的な輩出に向けて、ジュニア選手の発掘及び一貫した育成・強化を推進します。**目標 1**と連動します。

(連携部局 社会教育課、佐渡市スポーツ協会)

②障がい者スポーツ選手の育成

健常者と同じく県大会全国大会の出場者数を設定しますが、特別支援学校等の関係者とスポーツ団体、行政の連携が不可欠です。

目標 5 障がい者スポーツの競技力向上

障がい者の 大会参加者数	現在	中間目標	目標
	令 1(2019)	令 7(2025)	令 12(2030)
県大会	22	25	30
全国大会	3	5	7

(連携部局 社会教育課、社会福祉課、佐渡市スポーツ協会)

③佐渡から世界を目指す競技の設立

加茂湖を中心としたヨット、レガッタ等のマリンスポーツ、地域性を活かしたスポーツの強化に取り組みます。

(4)「支える」スポーツの推進

市民スポーツの振興を図るために子どもから高齢者、障がい者まで、誰もが気軽に安心して利用できる拠点の充実を図ります。

①地域コミュニティのスポーツ推進組織の育成によるソーシャル・キャピタルの向上と健康増進

スポーツ活動の基盤強化としてコミュニティスポーツ推進組織（各地区に健康・スポーツクラブ）の育成と支援

地区教育事務所の従来の運営方法を改善し、コミュニティスポーツ推進組織の育成（各地区に健康・スポーツクラブ）を推進するとともに指導者を育成し各種

教室の実施や地域包括ケアシステムと連動することで青年期から高齢期にかけて年齢段階別（ライフステージ別）に健康増進を図ります。

具体的行動により地区ごとに目標を設定し、中間目標では月１、２回スポーツを行う人をターゲットに週１回はスポーツをする習慣の定着を目標にしました。佐渡市全体では、令和６年には２２％から２５％に、そして令和１１年の最終目標では、スポーツ活動の基盤強化とコミュニティスポーツ推進組織の育成により「不定期だがスポーツをする方」を毎週スポーツに取り組むことにより３７％（１５％改善）に設定しました。

目標 6 スポーツ活動の基盤強化としてコミュニティスポーツ推進組織（各地区に健康・スポーツクラブ）の育成

健康・スポーツクラブの設立計画

	実施数
現在 令 2(2020)	1
中間目標令 7(2025)	3
目標 令 12(2030)	5

パイロット事業地区（相川、両津、小木）

（連携部局 社会教育課、市民生活課（健康推進室）、佐渡市スポーツ協会）

目標 7 各地区の週１回以上のスポーツ実施率の目標

最重点目標 3

週１回以上スポーツ実施率 地区別目標

地区別 実施率 %	両津	相川	佐和田	金井	畑野	新穂	真野	羽茂	小木	赤泊	全体
現在 平 30(2018)	18.9	21.9	25.5	26.3	19.0	26.0	22.0	18.3	12.8	16.7	21.5
中間目標令 7(2025)	22	25	29	35	24	27	24	20	15	21	25
目標 令 12(2030)	34	34	40	42	37	39	41	37	36	29	37

パイロット事業地区（両津、畑野、羽茂）

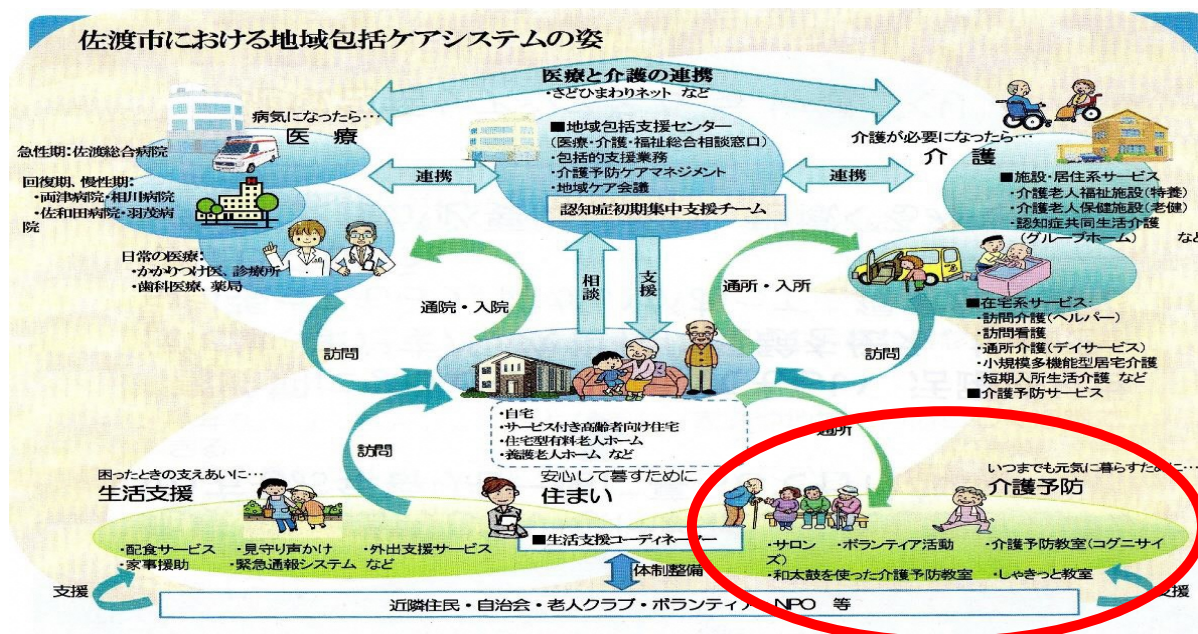
目標 8 佐渡市の週１回以上のスポーツ実施率の目標

スポーツ実施率 %	現在	中間目標	目標
	平 30 2018	令 7 2025	令 12 2030
週1以上	21.5	25	37
月1・3	78.5		
不定期		75	
していない			63
合計	100	100	100

②地域包括ケアシステムと連動した推進

介護予防教室などにスポーツを活用して取り組みます。

目標 9 地域スポーツと地域包括ケアシステムの連動



パイロット事業地区（小木、相川、新穂）

（連携部局 社会教育課、市民生活課（健康推進室）、高齢福祉課（地域包括ケア推進室）、佐渡市スポーツ協会）

③人材の育成（子供から高齢者までそれぞれの年代に応じた指導者の育成・資質の向上）

指導者・コーディネーターを計画的に育成します。

目標 10 指導者・コーディネーターの計画的育成

最重点目標 4

成果指標				
指導者の育成数	現在	中間目標	目標	
	令 2(2020)	令 7(2025)	令 11(2030)	備考
健康運動指導士等	0	5	10	
佐渡市認定指導者	0	10	30	幼児指導等
得意分野指導者	0	30	60	ウォーキング・ダンス等
医療関係者	0	5	10	PT・OT等
合計	0	50	110	

*佐渡市認定指導者には、「体育授業の補助員」 得意分野指導者には「部活動指導員」も含まれます。

パイロット事業（佐渡市スポーツ協会）

(連携部局 社会教育課、市民生活課(健康推進室)、子ども若者課、学校教育課、佐渡市スポーツ協会)

④スポーツ施設の整備と充実

佐渡市公共施設総合管理計画の指針に基づき、施設の適切な管理と有効な活用に努め、安全・安心な施設づくりを進めます。

以上の「健康」スポーツの推進目標を達成することで佐渡市のスポーツ実施率の向上を目指します。

(5)「観光」スポーツ(スポーツツーリズム)の推進

佐渡の特色を生かしたスポーツの充実を図ります。

- ①日本を代表する「佐渡国際トライアスロン大会・佐渡ロングライド」の充実
佐渡の豊かな自然環境やスポーツ資源を活かし、スポーツを通じた交流人口の拡大を図るとともに、地域の活性化を図ります。
- ・親子で自然とふれあう施設の設置

目標 1 1 スポーツイベントのインバウンドの増加

重点目標 1

スポーツのインバウンドの増加率(人数)

参加人数	佐渡国際 トライアスロン大会	佐渡ロングライド 210	佐渡トキマラソン	佐渡OWS
現在 令1(2019)	2,139	2,800	2,369	487
中間目標 令7(2025)	3%(70人)	3%(100人)	2%(50人)	2%(10人)
目標 令12(2030)	5%(110人)	5%(150人)	3%(80人)	4%(20人)

(連携部局 社会教育課、観光振興課、佐渡市スポーツ協会)

②スポーツボランティアの育成

目標 4 の Sport in Life プロジェクトとの連動と島外ボランティアの募集

③各競技種目でマスターズ大会の開催や特色ある地域イベントのオープン化による観光交流人口の拡大とまちの活性化

(連携部局 社会教育課、観光振興課、佐渡市スポーツ協会)

各競技種目でマスターズ大会の開催や特色ある地域イベントによる交流人口の拡大を図ります。

目標 1 2 人々の交流を促進するスポーツツーリズムの推進

重点目標 2

競技団体主催マスタース大会の開催と島外参加者

	競技団体数	参加者数
令 2(2020) 現在	0	0
令 7(2025) 中間目標	6	300
令 12((2030) 目標	12	600

パイロット事業競技（バドミントン、野球、バレーボール）
（連携部局 社会教育課、観光振興課、佐渡市スポーツ協会）

(6)「スポーツ情報」ネットワークの充実と「医科学支援体制」 の構築

市民が様々なスポーツ活動やスポーツ医科学に触れる。

- ①市民に各種教室・大会の案内、ボランティアの募集などの広報手段をとる。
- ②国内、海外に大会の案内、ボランティアの募集などの広報手段をとる。
（連携部局 社会教育課、観光振興課、佐渡市スポーツ協会）

- ③「医科学支援体制」の構築と「指導者連盟」の設立。

目標 1 3 「医科学支援体制」の構築と「指導者連盟」の設立

新潟県健康作り・スポーツ医科学センターや新潟県広域スポーツセンター、新潟大学、新潟医療福祉大学、市内の医療機関と医科学分野の支援体制の構築を目指します。またスポーツ医科学の研究を主体的に取り組む「指導者連盟」の設立を目指します。

（連携部局 社会教育課、学校教育課、佐渡市スポーツ協会）