

令和2年11月20日 資料No.14-2
区民文教常任委員会



生涯学習スポーツ振興課

港区スポーツ推進計画

令和3(2021)年度～令和8(2026)年度

(素案)

Minato City Sports Promotion Plan
(Draft)

令和2(2020)年11月

港区教育委員会

策定に当たって

新型コロナウイルス感染症の感染拡大は、人々の暮らしを根底から揺るがし、私たちはこれまでにない危機に直面しています。

かつてない先行きが不透明な状況だからこそ、区は、困難を克服した先の明るい未来の展望を示し、区民一人ひとりがこれまで以上に大切にされ、多様性を認め合う社会をめざします。

本計画をとおして、誰もが生涯を通じてスポーツを楽しみ、スポーツで元気になるまちの実現に向けて、区民がスポーツに親しめる環境づくりを推進します。

※上記の趣旨を含めた教育長の挨拶文を掲載予定

※スポーツ分野の写真を掲載予定

本計画の施策を展開するに当たって

区は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大による人口動向への影響を注意深く観察し、本計画に計上した取組や事業等の実施について柔軟に対応するとともに、景気後退による財政状況の変化にも注視し、優先的・重点的に取り組む課題に財源を積極的に配分することにより、港区らしいきめ細かなサービスを展開してまいります。

新型コロナウイルス感染症の危機を 乗り越えるために

新型コロナウイルス感染症の感染拡大は、人々の命と健康を脅かすとともに、学校教育、生涯学習、スポーツ、図書館などの分野に深刻な影響を及ぼしました。港区教育委員会は、教育ビジョンに掲げる「すべての人の学びを支えつなぎ生かす」という基本理念を実現するという使命のもと、新型コロナウイルス感染症がもたらした危機に対し、国や東京都の施策に加えて、区民に最も身近な行政機関として、区の地域特性を踏まえた対策を実施してきました。

教育委員会がこれまで取り組んできた主な対策

感染症対策

- ・施設利用時の検温、アルコールによる手指消毒
- ・学校出入口にサーモグラフィを設置
- ・感染症専門アドバイザーの施設訪問



教育活動の支援

- ・タブレットを活用したオンライン授業
- ・スクール・サポート・スタッフ等の追加配置
- ・「Minato×Teachers Channels」による動画配信



生涯学習・スポーツ活動の支援

- ・生涯学習講座、スポーツ教室のオンライン実施
- ・施設利用者のキャンセル料免除
- ・ボランティアや施設利用者用の消毒剤や検温器の配備



読書活動の支援

- ・区立図書館における予約図書無料郵送サービス
- ・利用登録（図書館カード作成）の郵送受付
- ・閲覧席・受付カウンターの飛沫防止対策



目次

第1章 計画の策定に当たって.....	1
1 計画の概要	3
(1) 港区スポーツ推進計画とは.....	3
(2) 計画の目的.....	3
(3) 本計画におけるスポーツとは.....	3
(4) 計画の位置付け.....	4
(5) 計画の期間.....	4
2 策定の背景	5
(1) 社会情勢の変化.....	5
(2) 国や都の状況.....	6
(3) 港区の状況.....	7
3 策定の方向性	8
第2章 港区のスポーツに関する現状と課題.....	11
1 港区の人口動向	13
2 港区のスポーツに関する現状と課題.....	14
(1) 誰もが気軽に楽しみ継続できるスポーツ活動の推進.....	14
(2) スポーツ活動を支援する担い手の育成と団体等との連携.....	20
(3) スポーツを楽しむ場の確保と利用促進.....	25
(4) 障害者スポーツの環境づくりと理解の促進.....	28
(5) 港区の特性や資源を生かしたスポーツ活動の推進.....	30
(6) 健康づくりにつながるスポーツ活動の推進.....	32
(7) 先端技術で創り出す新たなスポーツの楽しみ方の実現.....	33
第3章 スポーツの推進.....	37
1 めざすべき姿	39
2 数値目標	40
3 基本目標	41
4 施策の体系	43
5 施策の展開	44
基本目標1 誰もが気軽に楽しみ継続できるスポーツ活動の推進.....	51
基本目標2 スポーツ活動を支援する担い手の育成と団体等との連携.....	58
基本目標3 スポーツを楽しむ場の確保と利用促進.....	62
基本目標4 障害者スポーツの環境づくりと理解の促進.....	65
基本目標5 港区の特性や資源を生かしたスポーツ活動の推進.....	67
基本目標6 健康づくりにつながるスポーツ活動の推進.....	71
基本目標7 先端技術で創り出す新たなスポーツの楽しみ方の実現.....	76

第4章 計画の推進	79
1 計画の推進体制	81
(1) 推進体制	81
(2) 各主体の役割.....	81
2 計画の進行管理	84
(1) 管理方法	84
(2) 評価方法	85

第1章

計画の策定に当たって



1 計画の概要

(1) 港区スポーツ推進計画とは

「港区スポーツ推進計画」は、将来の港区のめざすべき姿「みんなではぐくむ スポーツ文化都市 みなと ～誰もが生涯を通じてスポーツを楽しみスポーツで元気になるまちをめざして～」の実現をめざし、区のスポーツの推進に関する多様な施策を総合的に体系化し、今後のスポーツ施策の基本的な方向性を定めた計画です。

(2) 計画の目的

港区ではこれまで、「港区スポーツ推進計画」(平成 27 (2015) 年 2 月策定)で掲げた将来の港区のめざすべき姿「みんなではぐくむ スポーツ文化都市 みなと ～誰もが生涯を通じてスポーツを楽しみスポーツで元気になるまちをめざして～」の実現に向け、平成 30 (2018) 年 3 月の改定を経て、スポーツ施策を推進してきました。成人の週 1 回以上のスポーツ実施率の向上をめざし、多方面からスポーツ施策を推進してきた結果、着実にその割合を高めることができおり、これまでの取組の成果が一定程度現れていると言えます。

一方、社会情勢の変化に目を向けると、新型コロナウイルス感染症のパンデミック(世界的大流行)は、東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会(以下「東京 2020 大会」という。)の延期をはじめ、国民一人ひとりの日常生活に甚大な影響を及ぼしています。また、SDGs の採択、ICT(情報通信技術)の飛躍的な進展などに対する関心も高まっており、スポーツを取り巻く社会情勢の変化を的確に捉えたスポーツ施策が求められます。

このような背景から、港区では「港区教育ビジョン(港区教育大綱)」の基本理念・方向性を踏まえつつ、スポーツを取り巻く社会情勢の変化や現状と課題に対応したスポーツ施策を計画的に推進するため、新たに「港区スポーツ推進計画」を策定することとしました。

(3) 本計画におけるスポーツとは

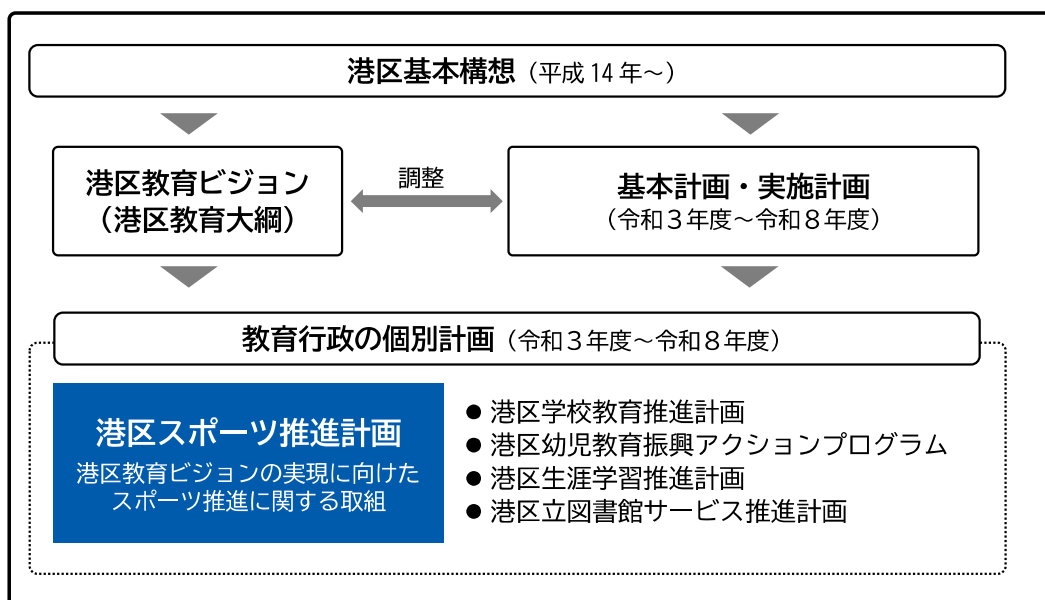
スポーツの語源は、ラテン語の「deportare(デポルターレ)」に由来する言葉といわれています。「deportare」の「ある物のある場所から他の場所に移す」の意味から、古フランス語の「desport」の「気晴らしをする、遊ぶ、楽しむ」を経て、現在の「sport」に至ったとされています。この語源にあるように、

日常から離れ、気分転換し、楽しむことは全てスポーツといえます。

本計画では、スポーツを通常より幅広い概念で捉え、ルールに基づいて競う運動競技だけではなく、健康づくりのための体操や気分転換に行う散歩、自然に親しむ野外活動、介護予防のためのトレーニングなど、自発的に楽しむ身体活動の全てをスポーツと捉えています。

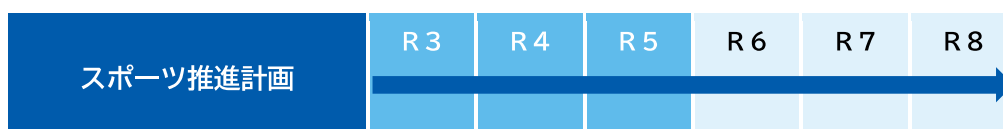
(4) 計画の位置付け

「港区スポーツ推進計画」は、スポーツ分野における具体的な取組を推進するための基本的な考え方や施策を示すものです。また、「港区基本計画・港区実施計画」をはじめ、学校教育や生涯学習などの教育分野の各計画のほか、保健福祉等の関連計画と整合を図ります。



(5) 計画の期間

「港区基本計画」の計画期間と同様に、令和3(2021)年度から令和8(2026)年度までの6年間の計画とし、中間年となる令和5(2023)年度に見直しを行う予定です。





2 策定の背景

(1) 社会情勢の変化

①新型コロナウイルス感染症の影響

新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により、全国的にスポーツ施設における利用の制限や、予防策の徹底が進められています。国が取りまとめた感染拡大を防止しながら安全にスポーツを行うためのポイントや、都が示す暮らしや働き方の「新しい日常」のあり方について、理解し、実践することが必要です。

②持続可能な社会への移行

SDGs（持続可能な開発目標）とは、平成 27（2015）年 9 月の国連サミットで採択された令和 12（2030）年までの国際目標です。持続可能な世界を実現するための 17 のゴール（目標）から構成されており、スポーツは健康、教育、コミュニティ強化などに寄与するものとして期待されています。スポーツ庁は、この SDGs の達成にスポーツで貢献しようという姿勢を見せています。

③人生 100 年時代の到来

日本人の健康寿命は世界最高水準であり、更なる延伸が予想されています。こうした背景を受け、国は「人生 100 年時代構想会議」を立ち上げ、若者から高齢者まで全ての人々が元気に活躍し続けることのできる社会の実現を目指しています。人生 100 年時代の基盤は一人ひとりの健康なからだであり、スポーツは区民の健康づくりに寄与する活動として期待できます。

④Society 5.0[※]の実現に向けた取組の進展

IoT[※]やAI[※]、ビッグデータ[※]、VR[※]／AR[※]、これらを結ぶ5G[※]など、社会のあり方に影響を及ぼす技術革新が進展する時代が到来します。これらの先端技術をスポーツ分野にも取り入れることで、スポーツの多様な楽しみ方の創出が期待できます。

⑤東京 2020 大会の開催

東京 2020 大会の開催決定を契機として、スポーツに対する興味や関心を高めるための取組が推進されています。新型コロナウイルス感染症の影響により、開催年が令和 3（2021）年に延期となりましたが、安心・安全に大会を開催できるよう検討が進められています。

注)「※」が付与されている単語には次ページに用語解説がある。

用語	用語解説
Society5.0	「第5期科学技術基本計画」（平成28（2016）年1月22日閣議決定）において我が国がめざすべき未来社会の姿として提唱された、狩猟社会（Society1.0）、農耕社会（Society2.0）、工業社会（Society3.0）、情報社会（Society4.0）に続く、サイバー空間（仮想空間）とフィジカル空間（現実空間）を高度に融合させたシステムにより、経済発展と社会的課題の解決を両立する、人間中心の社会（Society）を指す。
I o T	Internet of Things（モノのインターネット）の略である。自動車、家電、ロボット、施設などあらゆるモノがインターネットにつながり、情報のやり取りをすることで、モノのデータ化やそれに基づく自動化等が進展し、新たな付加価値を生み出すというコンセプトを表した語である。
A I	Artificial Intelligence（人工知能）の略である。人工的な方法による学習、推論、判断等の知的な機能の実現及び人工的な方法により実現した当該機能の活用に関する技術のこと。
ビッグデータ	ボリュームが膨大でかつ構造が複雑であるが、そのデータ間の関係性などを分析することで新たな価値を生み出す可能性のあるデータ群のこと。例えば、利用者が急激に拡大しているソーシャルメディア内のテキストデータ、携帯電話・スマートフォンに組み込まれたGPS（全地球測位システム）から発生する位置情報、時々刻々と生成されるセンサデータ等がある。
V R	Virtual Reality（仮想現実）の略である。コンピュータ上に仮想的な世界を作り出し、あたかも現実にそこにいるかのような体験をさせる技術。
A R	Augmented Reality（拡張現実）の略である。現実の環境にコンピュータを用いて情報を付加することにより人工的な現実感を作り出す技術の総称。情報を付加された環境そのものを示すこともある。
5 G	「超高速」だけでなく、「多数接続」「超低遅延」といった特徴を持つ次世代の移動通信システムのこと。我が国においては、平成31（2019）年4月に周波数割当を実施し、令和2（2020）年からの商用化が予定されている。現行LTEと比べて100倍の接続機器数（100万台/km ² ）、100倍の通信速度（10Gbps）などが要求条件とされており、ITU（国際電気通信連合）をはじめ、世界各国でも実現に向けた取組が本格化している。

（2）国や都の状況

スポーツ庁は、平成29（2017）年3月に「第2期スポーツ基本計画」を策定しました。その中でスポーツを「する」「みる」「ささえる」スポーツ参画人口の拡大として、成人の週1日以上スポーツ実施率を65%以上（東京都は70%以上）にすることを目標に掲げています。また、スポーツ環境の基盤となる「人材」と「場」の充実として、指導者やボランティアの育成・確保、総合型地域スポーツクラブの質的充実、スポーツ施設やオープンスペース等のスポーツに親しむ場の確保を推進しています。

平成30（2018）年9月には「スポーツ実施率向上のための行動計画」を策定し、広く国民全体に向けたスポーツ実施率向上のアプローチに加え、特に課題のあるビジネスパーソン、高齢者、障害者などの対象に特化した取組を推進しています。

文部科学省では、障害者が活躍できる場のより一層の拡大をめざし、スポーツや文化、生涯学習などの分野における障害者施策をとりまとめた「障害者活躍推進プラン」を平成31(2019)年4月に策定しました。このプランにおいて、障害者に対するスポーツへの参画を促す施策が設けられています。

また、令和元(2019)年12月に閣議決定された「第2期まち・ひと・しごと創生総合戦略」において、スポーツ・健康まちづくりという項目が新たに創設されました。国は、地方創生、まちづくりという観点から、スポーツを通じた健康増進・心身形成・病気予防に向けた取組や、スポーツのしやすい公共空間づくりに力を入れています。

東京都の動向をみると、平成30(2018)年3月に「東京都スポーツ推進総合計画」を策定し、スポーツを通じた「健康長寿の達成」「共生社会の実現」「地域・経済の活性化」を施策の柱として位置付け、スポーツ振興施策を推進しています。スポーツ実施の促進に当たっては、都民のスポーツへの関心・行動の段階により施策が異なると考え、「関心喚起策」「実行促進策」「継続支援策」の3つの視点による施策を展開しています。

(3) 港区の状況

区では、平成30(2018)年3月に港区スポーツ推進計画を改定しました。成人の週1回以上のスポーツ実施率を65%以上にすることを数値目標として掲げています。

東京2020大会等の国際大会を契機とし、区民のスポーツへの関心を高めるための取組を推進しています。

東京2020大会等の気運醸成事業としては、スポーツ教室の実施、パブリック・ビューイングの実施、スポーツボランティア育成を重点的に推進しています。さらに、障害者スポーツの普及・啓発を目的として、観戦・体験機会を創出したほか、障害者スポーツ環境を充実するため、スポーツ施設のバリアフリー化や障害者スポーツの用品の充実に取り組んでいます。

また、平成30(2018)年12月には、子どもから高齢者まで、国籍や障害の有無の区別なく、誰もが気軽に参加してスポーツの「する」「みる」「支える」を体験できる、MINATOシティハーフマラソンを区として初めて開催しました。

令和元(2019)年9月には、スポーカル六本木、スポーカル高松に続き、区内で3か所目となる総合型地域スポーツ・文化クラブ「スポーカル青山」を設立し、スポーツを通じた仲間づくり、地域づくりを推進しています。

さらに、令和元(2019)年9月のラグビーワールドカップ2019開催時には、日本ラグビー発祥の地である港区から気運を醸成するため、体験教室やパブリック・ビューイング、地域交流イベント、学校訪問などを行いました。



3 策定の方向性

港区スポーツ推進計画は、令和3（2021）年度から令和8（2026）年度までの6年間の計画です。

本計画では、区がめざす教育の基本理念、めざす人間像を掲げた教育ビジョンに基づき、「みんなではぐくむ スポーツ文化都市 みなと ～誰もが生涯を通じてスポーツを楽しみスポーツで元気になるまちをめざして～」を将来像として踏襲します。その上で、社会情勢の変化や国等の動向、これまでの区の施策や取組の成果、アンケートから得られた課題を踏まえ、以下の7点の方向性のもと、令和3（2021）年度以降のスポーツ推進計画を策定します。

（1）誰もが気軽にスポーツを楽しみ、継続的な活動へ促す取組を推進します。

- ①子どもから高齢者まで、生涯を通じて誰もが身近な場所で気軽にスポーツを楽しむことができるよう、ライフステージに応じた多様なスポーツ施策を展開します。
- ②全体のスポーツ実施率と比べて、特に実施率の低い子育て世代や働き盛り世代といった対象に特化した取組を推進します。
- ③スポーツに無関心な人に関心を持たせる施策、関心のある人に実施を促す施策など、スポーツに対する関心・行動の段階別に取り組を推進します。

（2）スポーツ活動を支援する担い手の育成とスポーツを楽しめる場づくりを推進します。

- ①スポーツ活動を支える担い手としてボランティアの育成や指導者の確保に向けた取組を推進します。研修や活動の機会提供に加え、人材を求める団体や催し物等へのマッチングにも取り組みます。
- ②スポーツを通じた仲間づくりやコミュニティ形成を促進し、地域課題解決に向けた取組を行う総合型地域スポーツ・文化クラブの運営を支援します。
- ③区民が、地域で仲間とスポーツを楽しむことで、コミュニケーションの場が育まれるよう、社会体育団体や体育協会加盟団体等の地域スポーツ組織の活動を支援します。

(3) スポーツ活動の場の確保とスポーツ施設の利用促進を図ります。

- ①区民が気軽にスポーツを続けられるようスポーツ施設の計画的な整備を図ります。
- ②区立小中学校施設を開放することで、区民の多様なスポーツ活動の場として活用を推進します。
- ③身近な場所でスポーツ活動が実施できるよう、既存施設の有効活用や区内大学等との連携により、スポーツ活動の場の拡大に取り組みます。

(4) 障害者がスポーツに親しめる環境づくりと障害者スポーツの理解促進を図ります。

- ①障害者が気軽にスポーツに親しめるような環境づくりに取り組みます。
- ②共生社会の実現に向けて、障害のある人もない人も参加できるスポーツを通じた交流の推進により、障害者スポーツに対する理解の定着を目指します。
- ③障害者スポーツ関連団体や区内企業等と連携を図り、区有施設でスポーツ教室を行うなど、障害者スポーツの普及啓発を推進します。

(5) 港区の特性や資源を生かしたスポーツ活動を推進します。

- ①区内企業等と連携し、スポーツの体験・観戦機会を創出することで、区民がより一層スポーツに親しめるような取組を推進します。
- ②歴史的な名所やお台場などの観光資源、海辺のある立地、大使館や区内在住外国人が多い区の特性などを生かしたスポーツ活動を推進します。
- ③MINATOシティハーフマラソンを始めとした大規模なスポーツの催し物の開催を通じて、区民の「する」「みる」「支える」スポーツ活動の拡大を図るとともに、スポーツツーリズム^{※1}の推進に向けて取り組みます。
- ④東京 2020 大会のレガシーとして、競技団体や区内企業とのつながりを生かした取組を推進します。

^{※1} スポーツツーリズム：既存のスポーツ資源や地域資源とツーリズムを融合させた取組。

(6) 区民一人ひとりの健康づくりにつながるスポーツ活動を推進します。

- ①スポーツの活動と健康の管理、維持、増進が連動する仕組みの構築を目指します。
- ②健康的な生活を送る上でのスポーツの効果や有効性に関する情報を発信し、健康づくりや介護予防のための身体活動を促します。

(7) 先端技術で創り出す新たなスポーツの楽しみ方の実現を図ります。

- ①場所を選ばずにスポーツに親しむことができるように、オンライン配信によるスポーツコンテンツの充実を目指します。
- ②先端技術による新たなスポーツの楽しみ方を創出するため、区内企業や大学等と連携した取組を検討します。
- ③区民のスポーツに対する関心を高めるとともに、「する」「みる」「支える」といった行動を促すため、スポーツに関する情報の発信を強化します。

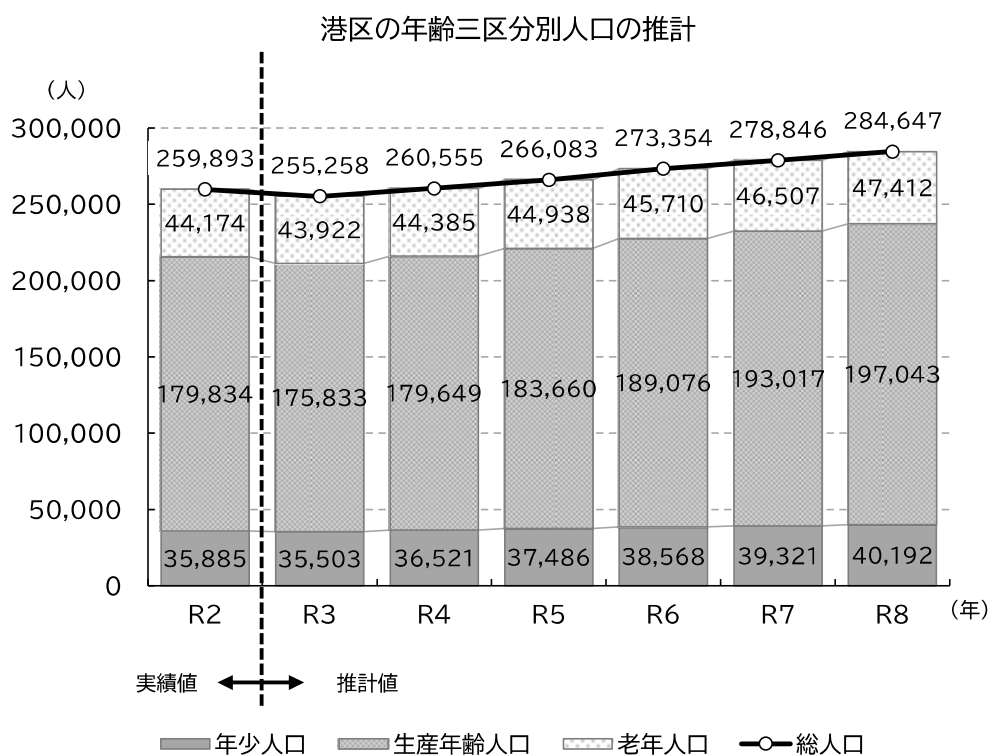
第2章

港区のスポーツに関する
現状と課題

1 港区の人口動向

港区の総人口は、令和2（2020）年10月1日現在、259,893人であり、本計画期間の終了年である令和8（2026）年まで増加し続け、284,647人に達すると推計されています。

年少人口（0～14歳）、生産年齢人口（15～64歳）及び老年人口（65歳以上）は、いずれもその後令和13（2031）年まで増加し続ける見込みです。



出典：港区人口推計（令和2（2020）年10月）

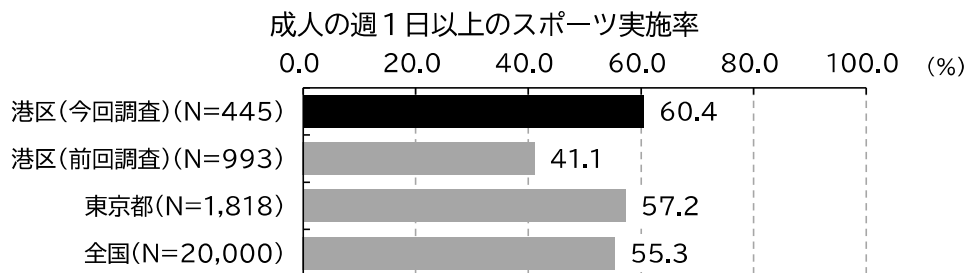
2 港区のスポーツに関する現状と課題

(1) 誰もが気軽に楽しみ継続できるスポーツ活動の推進

①成人の週1日以上スポーツ実施率

港区における成人の週1日以上スポーツ実施率（以下「スポーツ実施率」という。）は60.4%となっており、前回調査時（41.1%）と比べて約20%高くなっています。また、東京都（57.2%）や全国（55.3%）と比べても高くなっています。一方、「港区スポーツ推進計画」（平成30（2018）年3月策定）で掲げていた目標値（65.0%）は下回っています。

スポーツ実施率を性別にみると、男性（62.1%）と女性（58.5%）とで大きな差は認められませんでした。年代別にみると、30歳代（44.9%）と40歳代（53.7%）が、全体（60.4%）と比べて5ポイント以上下回っており、他の年代よりも低くなっています。



出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」

港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査

本計画の策定に向け、区内在住者及び在勤者に対して、スポーツの取組状況や要望等を把握し、今後の区のスポーツに関する施策や事業を推進する際の基礎資料として活用することを目的とした調査を実施しました。当ページ以降、主に郵送調査の結果を示しています。

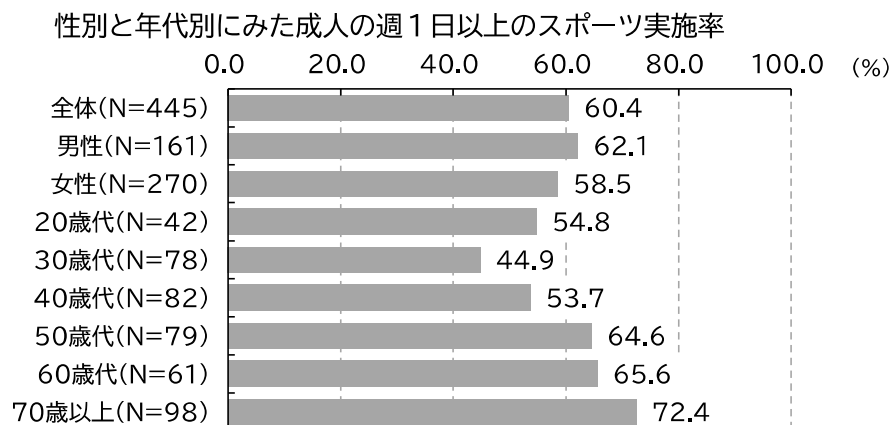
【アンケート調査の期間及び対象】

ア) 郵送調査

- 調査期間：令和元（2019）年10月21日（月）～11月11日（月）
- 調査対象：区内在住者18歳以上の人（外国人含む）1,500人
- 回収率：29.7%

イ) インターネット調査

- 調査期間：令和元（2019）年10月25日（金）～10月28日（月）
- 調査対象：区内在住者18歳以上の人500人、区内在勤者18歳以上の人500人



出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」

②実施したスポーツと実施したいスポーツ

過去1年間に実施したスポーツの内容と今後実施したいスポーツの内容をみると、「ウォーキング・散歩」、「体操（ラジオ体操、ストレッチ、エクササイズ、ヨガ等）」、「トレーニング（室内運動器具を使ってする運動を含む）」という上位3項目は共通となっています。

今後実施したいスポーツの上位10項目にあげられた内容をみると、「ダンス（社交ダンス、バレエ等）」、「硬式テニス・軟式テニス」が過去1年間に実施したスポーツの上位10項目以外で入っています。

過去1年間に実施したスポーツ/今後実施したいスポーツ（上位10項目ずつ、単位：％）

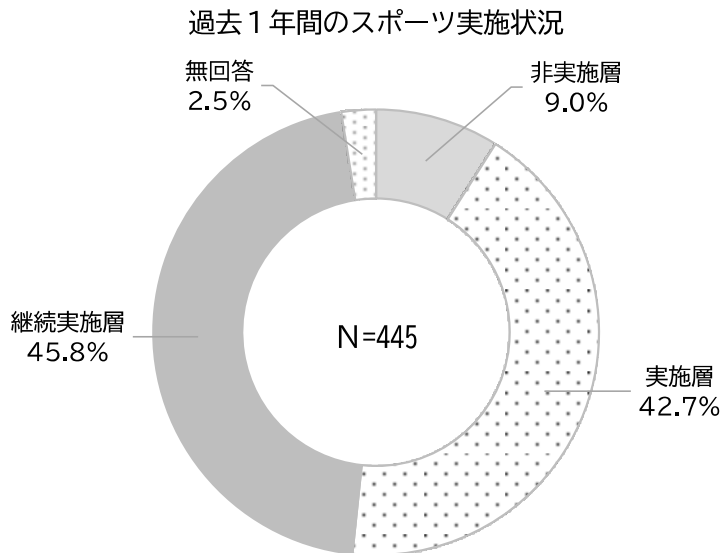
順位	過去1年間で実施したスポーツ	割合	今後実施したいスポーツ	割合
1	ウォーキング・散歩	71.7	ウォーキング・散歩	42.5
2	体操（ラジオ体操、ストレッチ、エクササイズ、ヨガ等）	42.5	体操（ラジオ体操、ストレッチ、エクササイズ、ヨガ等）	34.4
3	トレーニング（室内運動器具を使ってする運動を含む）	26.1	トレーニング（室内運動器具を使ってする運動を含む）	31.0
4	水泳（水中歩行、水中運動等含む）	19.6	水泳（水中歩行、水中運動等含む）	20.4
5	ジョギング・マラソン	18.4	ジョギング・マラソン	17.1
6	ゴルフ（グラウンドゴルフ、ゲートボール等含む）	12.8	登山・ハイキング	17.1
7	登山・ハイキング	11.5	ゴルフ（グラウンドゴルフ、ゲートボール等含む）	13.7
8	サイクリング（自転車）	10.1	ダンス（社交ダンス、バレエ等）	11.5
9	ボウリング	9.2	硬式テニス・軟式テニス	10.6
10	ウィンタースポーツ（スキー、スノーボード等）	7.0	ウィンタースポーツ（スキー、スノーボード等）	10.3

出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」

③スポーツ実施状況による分類

過去1年間のスポーツ実施状況を「非実施層」、「実施層」、「継続実施層」の3種類に分類しました。各層の意味は下記に示す通りです。

「非実施層」が9.0%、「実施層」が42.7%、「継続実施層」が45.8%となっています。



出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」

過去1年間のスポーツ実施状況における分類

分類	意味
非実施層	○過去1年間に運動やスポーツを行わなかった
実施層	(以下のいずれか) ○定期的に運動・スポーツをしているが、はじめてから6か月以内である ○定期的ではないが、ある特定の時期に継続して実施した ○不定期に実施した
継続実施層	○定期的に運動・スポーツをしており、6か月以上継続している

④子どもの体力の状況

子どもの「体力合計点」を性別・学年別にみると、小学校第5学年の男子は54.7点、女子は56.1点、中学校第2学年の男子は39.9点、女子は49.7点となっています。

東京都と比べると、中学校第2学年の男子を除き、港区の方が、点数が高くなっています。

子どもの体力の状況

<小学校第5学年>

		体力合計点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ
		(点)	(kg)	(回)	(cm)	(点)	(回)	(秒)	(cm)	(m)
男子	港区	54.7	16.6	19.9	32.9	43.3	49.7	9.2	155.8	21.7
	東京都	54.2	16.5	20.1	33.5	41.9	49.6	9.2	151.9	21.0
女子	港区	56.1	16.4	19.0	38.7	41.1	39.6	9.5	148.9	12.5
	東京都	55.9	16.1	19.3	38.2	40.3	39.2	9.5	145.8	12.8

<中学校第2学年>

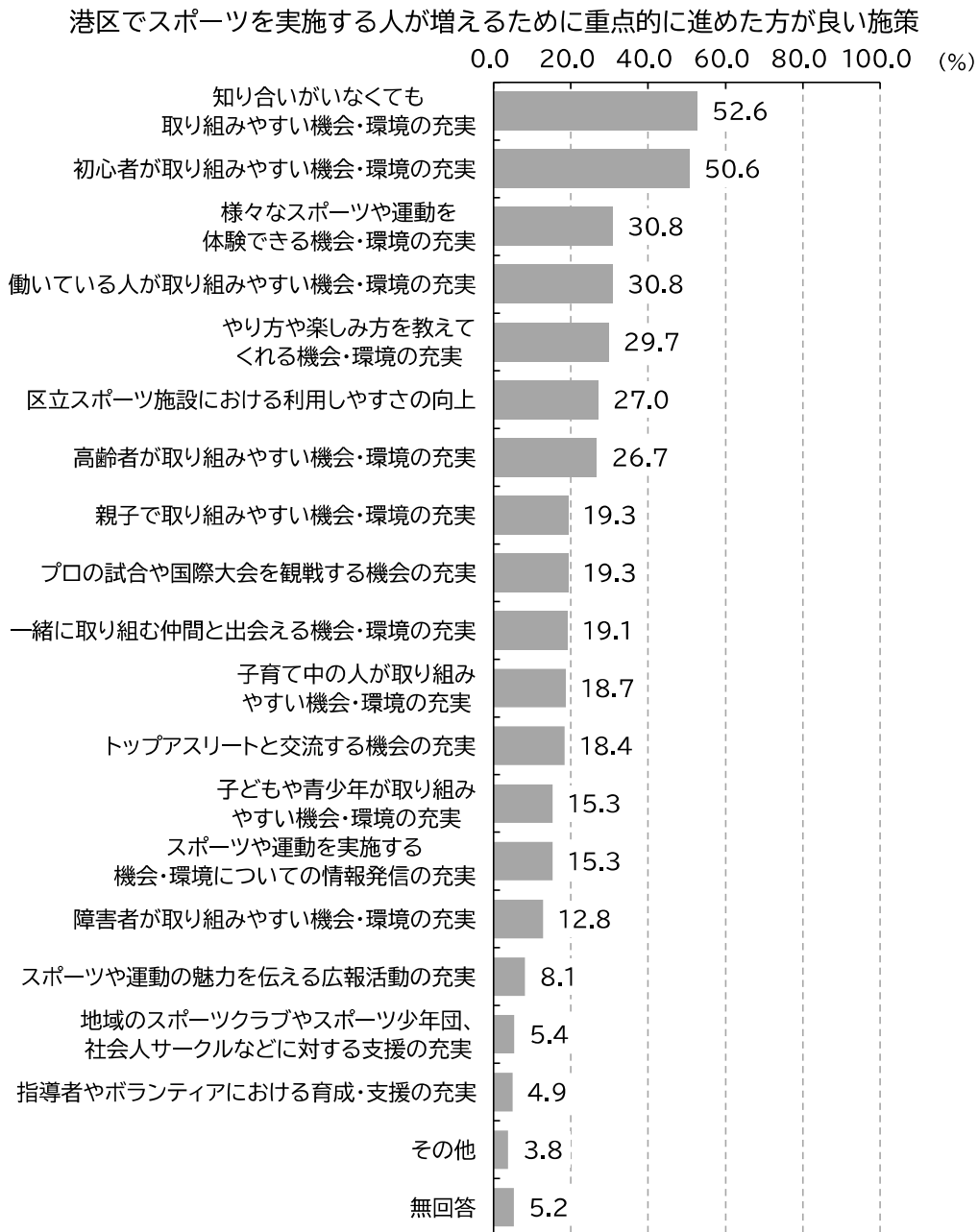
		体力合計点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ
		(点)	(kg)	(回)	(cm)	(点)	(回)	(秒)	(cm)	(m)
男子	港区	39.9	29.2	26.3	44.4	51.7	74.7	8.1	196.0	20.0
	東京都	40.9	28.5	27.0	42.4	52.4	80.8	8.0	194.8	20.4
女子	港区	49.7	23.6	24.9	45.4	47.9	51.7	8.8	174.6	12.2
	東京都	49.6	23.6	24.1	45.4	47.5	57.5	8.8	169.8	12.6

注) 中学校は20mシャトルランか持久走(男子1500m、女子1000m)のどちらかを選択して実施

出典: 東京都「令和元年度東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査」

⑤重点的に進めた方が良い施策

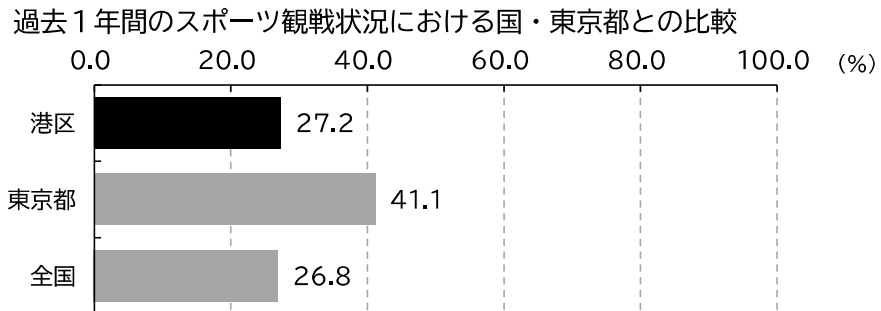
港区でスポーツを実施する人が増えるために重点的に進めた方が良い施策をみると、「知り合いがいなくても取り組みやすい機会・環境の充実」(52.6%)が最も多く、次いで「初心者が取り組みやすい機会・環境の充実」(50.6%)となっており、それぞれ5割を上回っています。



出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」

⑥スポーツ観戦状況

過去1年間にスポーツを会場で直接観戦した人の割合（以下、「直接スポーツ観戦率」という。）は、27.2%となっており、国（26.8%）と比べて高いものの、東京都（41.1%）と比べて低くなっています。



出典：国（平成30（2018）年度）「スポーツの実施状況等に関する世論調査」
東京都（平成30（2018）年度）「都民のスポーツ活動・パラリンピックに関する世論調査」

ラグビーワールドカップ2019のパブリックビューイング



港南会場



芝公園会場

【課題】

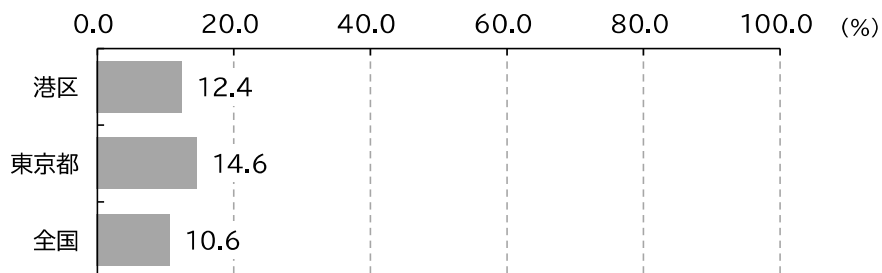
- 全体的なスポーツ実施率の向上を図る必要があります。
- 子育て・働き盛り世代向けにスポーツ実施率を高める取組が必要です。
- 現時点でのスポーツの実施状況を考慮し、関心や行動の段階に応じた取組が必要です。
- 知り合いがいなくても、初心者であっても、参加しやすい環境と機会の充実が求められています。また、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止しながら、誰もがスポーツに親しめる機会を提供することが必要です。
- 直接スポーツ観戦率の向上を目指した取組が必要です。

(2) スポーツ活動を支援する担い手の育成と団体等との連携

① スポーツボランティア実施率

過去1年間に運動やスポーツのボランティア活動をしたことがある人(以下「スポーツボランティア実施率」という。)は12.4%となっており、国(10.6%)と比べて高いものの、東京都(14.6%)と比べて低くなっています。

過去1年間のスポーツボランティア実施率における国・東京都との比較



出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」
国（平成30（2018）年度）「スポーツの実施状況等に関する世論調査」
東京都（平成30（2018）年度）「都民のスポーツ活動・パラリンピックに関する世論調査」



スポーツボランティア活動の様子



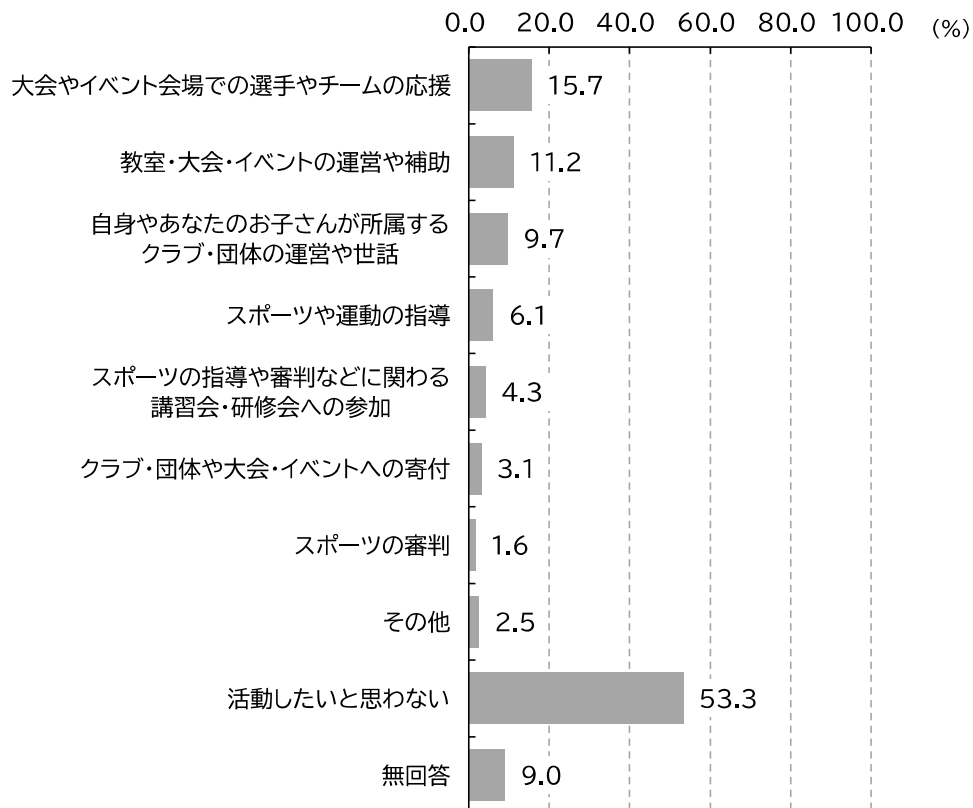
スポーツボランティア活動の様子

②実施したいスポーツボランティアの活動内容

今後、運動やスポーツのボランティア活動をしてみたいと思う人は 37.7% (100.0%から「活動したいと思わない (53.3%)」と「無回答 (9.0%)」を除いて算出) となっており、スポーツボランティア実施率 (12.4%) の3倍以上となっています。

希望する活動内容をみると、「大会やイベント会場での選手やチームの応援」(15.7%) が最も多く、次いで「教室・大会・イベントの運営や補助」(11.2%)、「自身やあなたのお子さんが所属するクラブ・団体の運営や世話」(9.7%) となっています。

今後実施したいスポーツボランティアの活動内容

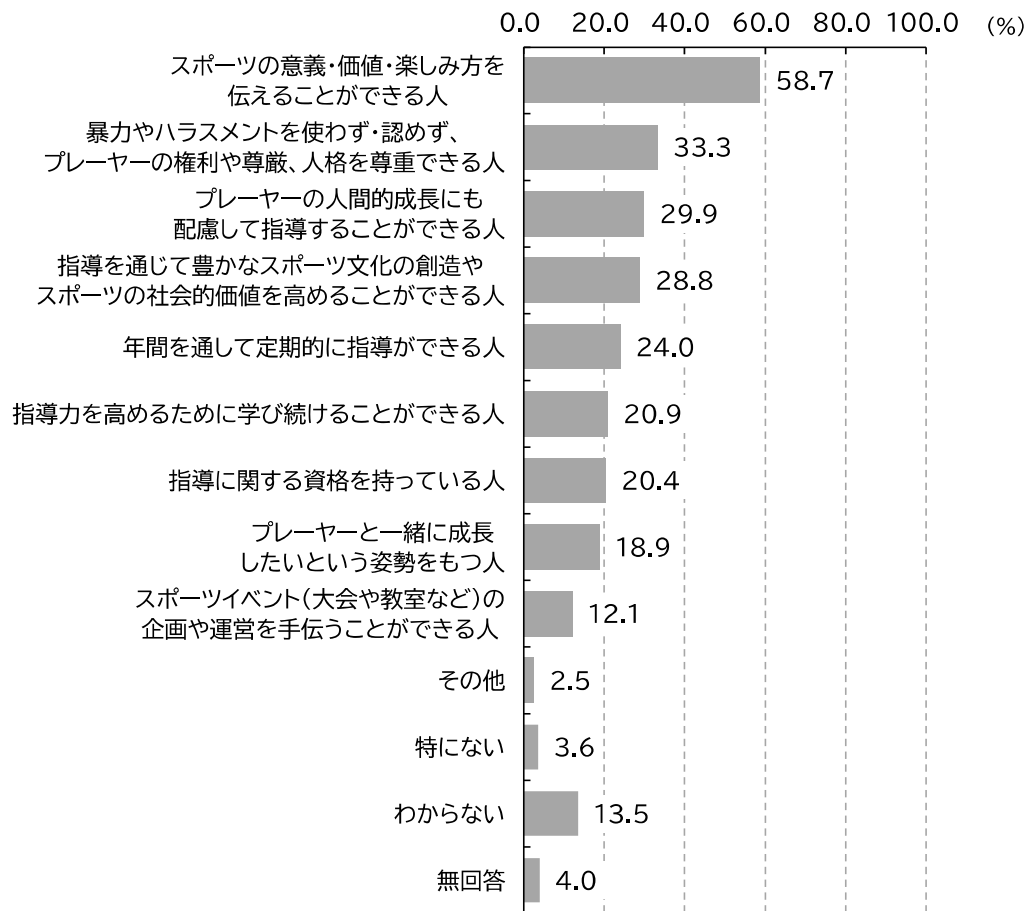


出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」

③スポーツ指導者に求められる資質

スポーツの推進に向けてスポーツ指導者に求められる資質をみると、「スポーツの意義・価値・楽しみ方を伝えることができる人」(58.7%)が最も多く、次いで「暴力やハラスメントを使わず・認めず、プレーヤーの権利や尊厳、人格を尊重できる人」(33.3%)、「プレーヤーの人間的成長にも配慮して指導することができる人」(29.9%)となっています。

スポーツの推進に向けてスポーツ指導者に求められる資質



出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」

④総合型地域スポーツ・文化クラブ（スポーカル）の状況

区では、「スポーツ」だけでなく「文化活動」もクラブの種目に取り入れた「港区総合型地域スポーツ・文化クラブ」を設立しており、「スポーツ」と「カルチャー」を合わせた造語である「スポーカル」を愛称として定めています。区立の学校を拠点とし、地域住民による自主的な運営のもと、「誰でも」「いつでも」「世代を超えて」「好きなレベルで」「いろいろなスポーツや文化活動を」楽しめる地域のコミュニティとなっています。

区内には六本木、高松、青山の3か所に総合型地域スポーツ・文化クラブがあり、区は設立されたクラブの運営支援に取り組んでいます。

区内にある総合型地域スポーツ・文化クラブの団体概要

クラブ名	スポーカル六本木	スポーカル高松	スポーカル青山
設立年月	平成 19 年 11 月	平成 25 年 7 月	令和元年 9 月
拠点	区立六本木中学校	区立高松中学校	区立青山中学校
種目(一部)	キッズテニス サッカー 和太鼓 フラワーアレンジメント	卓球 空手 ボクシング バスケットボール	テニス バドミントン

出典：令和2（2020）年度事業概要「港区の教育」



スポーカル六本木の活動の様子



スポーカル高松の活動の様子

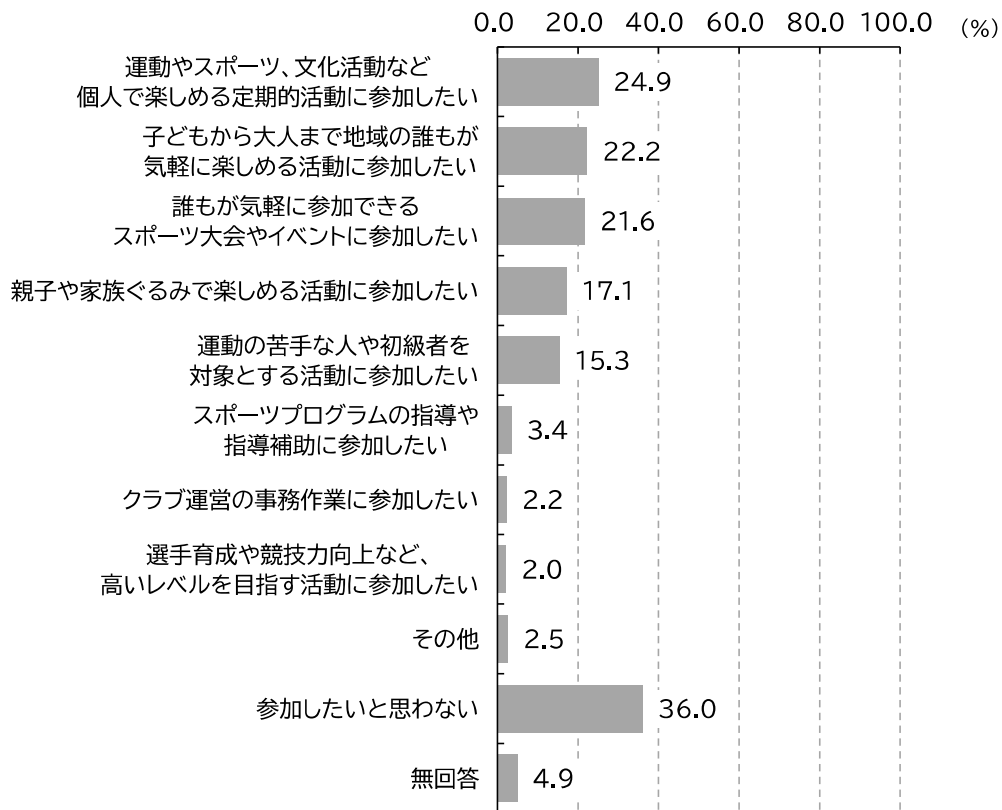


スポーカル青山の活動の様子

総合型地域スポーツ・文化クラブの活動に参加したいと考えている人は59.1%（100.0%から「参加したいと思わない（36.0%）」と「無回答（4.9%）」を除いて算出）となっています。

参加したい活動内容をみると、「運動やスポーツ、文化活動など個人で楽しめる定期的活動に参加したい」（24.9%）が最も多く、次いで「子どもから大人まで地域の誰もが気軽に楽しめる活動に参加したい」（22.2%）、「誰もが気軽に参加できるスポーツ大会やイベントに参加したい」（21.6%）となっています。

総合型地域スポーツ・文化クラブで参加したい活動内容



出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」

【課題】

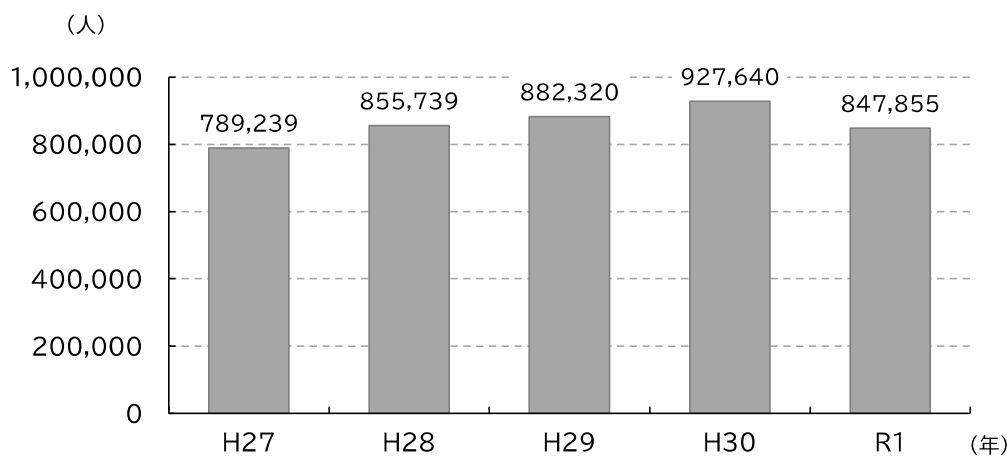
- スポーツボランティア実施率を高める取組が必要です。
- スポーツの意義や価値、楽しみ方を伝えることができ、思いやりを持ってプレーヤーと接することのできる指導者が求められています。
- 総合型地域スポーツ・文化クラブのさらなる活性化と連携が必要です。

(3) スポーツを楽しむ場の確保と利用促進

①区立スポーツ施設の利用実績

港区スポーツセンターの利用実績について、利用者数の「合計」は、平成 27 (2015)年度の 789,239 人から着実に増えており、平成 30(2018)年度は 927,640 人となっています。また、新型コロナウイルス感染症の影響により一定期間、利用休止となったため、令和元 (2019) 年度は 847,855 人となっています。

港区スポーツセンターの利用実績 (単位：人)



運動場、武道場の利用実績 (単位：人)

施設名	H27	H28	H29	H30	R 1
麻布運動場	52,157	43,738	46,988	49,634	44,699
青山運動場 ^{注1)}	17,188	32,753	30,892	32,344	30,465
芝浦中央公園運動場	51,117	51,182	51,542	53,472	55,110
芝公園多目的運動場	70,538	72,081	65,863	71,541	59,669
埠頭少年野球場 ^{注2)}	19,416	22,290	23,103	24,195	25,630
芝給水所公園運動場 ^{注3)}	38,431	38,446	25,338	36,249	39,966
氷川武道場	7,229	6,702	6,314	6,926	6,304
愛宕弓道場 ^{注4)}	6,632	5,330	4,925	5,547	—
芝浦南心頭公園運動広場	6,743	7,631	9,068	9,259	8,467
江戸川河川敷グランド	9,761	11,361	10,696	13,269	11,268

注1) 青山運動場は、平成 27 (2015) 年 3 月 21 日から平成 28 (2016) 年 1 月 29 日まで改修工事のため休止

注2) 埠頭少年野球場は、平成 28 (2016) 年 1 月 12 日から平成 28 (2016) 年 2 月 26 日まで改修工事ため休止

注3) 芝給水所公園運動場は、平成 29 (2017) 年 11 月 4 日から平成 30 (2018) 年 2 月 28 日まで改修工事のため休止

注4) 愛宕弓道場は平成 31 (2019) 年 1 月 31 日に廃止

②学校施設の利用状況

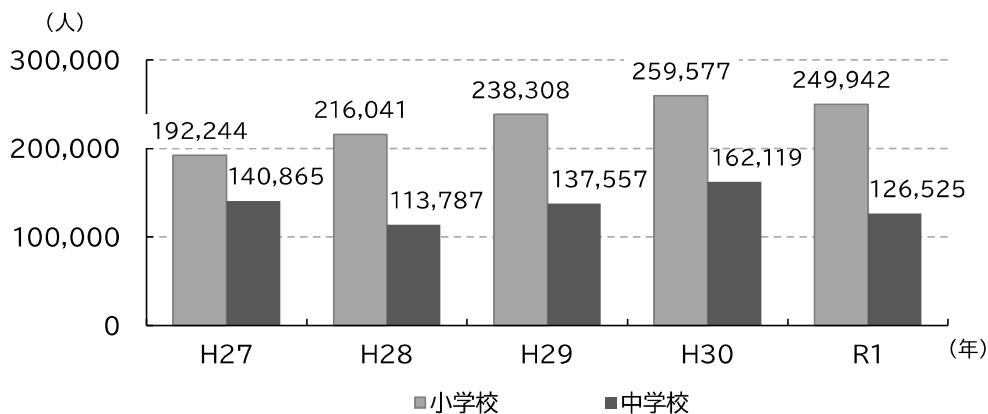
港区立小学校及び中学校の施設について、一般開放利用状況をみると、小学校は、平成28(2016)年度からは21～25万人台で推移しており、令和元(2019)年度は249,942人となっています。中学校は、平成28(2016)年度からは11～16万人台で推移しており、令和元(2019)年度は126,525人となっています。

学校屋内プール利用状況をみると、小学校は、平成29(2017)年度からは3万人台で推移しており、令和元(2019)年度は33,501人となっています。

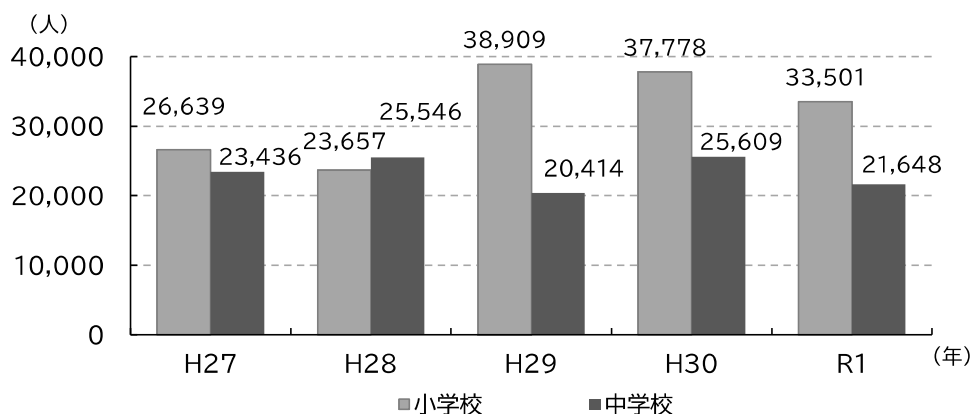
中学校は、平成27(2015)年度から令和元(2019)年度までで2万人台で推移しており、令和元(2019)年度は21,648人となっています。

いずれも、新型コロナウイルス感染症の影響により一定期間、利用休止となりました。

小・中学校一般開放利用状況(単位:人)



学校屋内プール利用状況(単位:人)

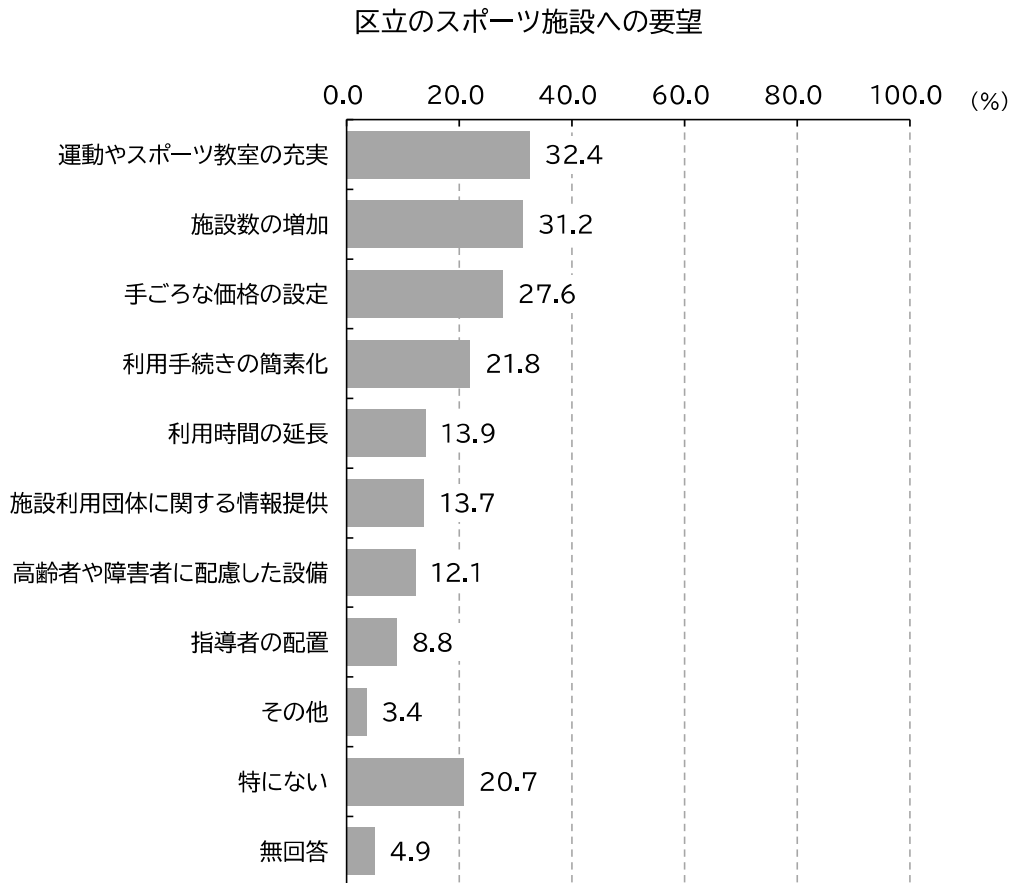


注1) 小学校の屋内プールは、港南、本村、赤坂の3校

注2) 中学校の屋内プールは、御成門、高松、高陵、港陽の4校

③スポーツ施設への要望

区立のスポーツ施設への要望をみると、「運動やスポーツ教室の充実」(32.4%)が最も多く、次いで「施設数の増加」(31.2%)、「手ごろな価格の設定」(27.6%)となっています。



出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」

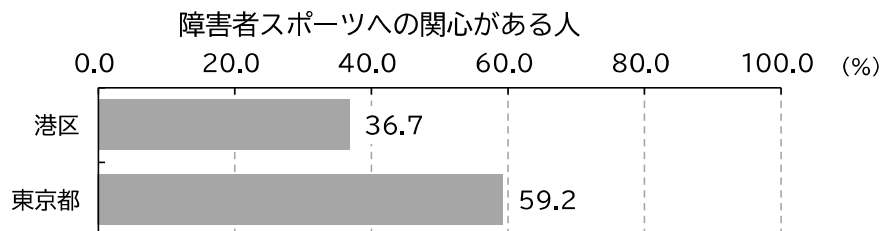
【課題】

- 引き続きより多くの区民がスポーツ施設や学校施設を利用できる環境を整備することが必要です。
- 利用手続きの簡素化などスポーツ施設の利用しやすさの向上が求められています。

(4) 障害者スポーツの環境づくりと理解の促進

① 障害者スポーツへの関心

障害者スポーツへの関心がある人の割合は、36.7%となっており、東京都(59.2%)と比べて低くなっています。



出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」
東京都（平成30（2018）年度）「都民のスポーツ活動・パラリンピックに関する世論調査」



車いすラグビー体験の様子



ボッチャ大会の様子

②障害者のスポーツ実施状況

身体障害者、知的障害者、精神障害者、障害児、難病患者等に対して、過去1年間における余暇活動の内容を尋ねました。

「スポーツをする（ボッチャなど）」をみると、「障害児」（28.2%）が最も多く、次いで「知的障害者」（18.8%）、「難病患者等」（15.1%）となっています。

障害者のスポーツ実施状況（単位：％）

活動内容	身体 障害者 (N=1,394)	知的 障害者 (N=245)	精神 障害者 (N=459)	障害児 (N=181)	難病 患者等 (N=491)
散歩に出かける (ウォーキングなど)	57.7	58.4	55.3	62.4	60.5
軽い運動をする (室内運動、体操など)	40.5	37.1	32.2	40.3	39.7
スポーツをする (ボッチャなど)	12.0	18.8	7.0	28.2	15.1
スポーツを観戦する	19.5	12.2	12.2	14.9	19.3
家庭で本を読む	41.0	19.6	39.9	42.5	46.4
図書館に出かける	21.7	11.8	29.2	24.3	24.4
旅行に出かける	45.5	44.9	27.0	58.0	54.2
その他	13.4	24.1	17.6	17.1	7.7
特に何もしていない	10.5	10.6	14.2	11.6	6.5
無回答	2.4	2.9	1.3	0.0	1.0

出典：港区（令和元（2019）年度）「港区保健福祉基礎調査報告書」

【課題】

- 障害者スポーツへの関心を高める取組が必要です。
- 障害者が楽しみながらスポーツに取り組める環境づくりが必要です。

(5) 港区の特性や資源を生かしたスポーツ活動の推進

① トップアスリート及びチームとの交流

区内企業等との連携により、トップアスリートやトップチームとの交流事業を開催しています。

トップアスリート及びチームとの交流

内容	会場等
■ラグビー「サンウルブズ」との交流会	■会場：青南小学校 ■参加者：96人
■元女子バドミントン日本代表選手である小椋久美子氏によるバドミントン教室	■会場：スポーツセンター ■参加者：163人
■ラグビー「ブランビーズ」との交流会	■会場：赤坂小学校 ■参加者：93人
■ラグビートップリーグ選手による初めてのラグビー体験教室	■会場：秩父宮ラグビー場 ■参加者：100人
■ラグビー「オールブラックス」との交流会	■会場：港南小学校 ■参加者：39人
■ラグビーワールドカップ2019日本代表との交流会	■会場：秩父宮ラグビー場 ■参加者：426人
■ラグビー「サンウルブズ」との交流会	■会場：秩父宮ラグビー場 ■参加者：27人
■ラグビー「ヤクルトレビズ」によるタグラグビー教室	■会場：港南小学校 ■参加者：134人

注) 令和元(2019)年度の実績

②MINATOシティハーフマラソンの開催状況

区では、東京 2020 大会に向けた気運醸成を図るとともに、共生社会の実現に向けて、子どもから高齢者まで、国籍、障害の有無の区別なく、多くの区民が参画できるイベントとしてMINATOシティハーフマラソンを開催しています。

平成 30 年度、令和元年度と続けて開催しており、それぞれ一般の部の出走者数は 4,304 人、4,707 人となっています。令和 2 年度は新型コロナウイルス感染症の影響により中止となりましたが、地域コミュニティの活性化、港区への愛着と誇りの醸成をねらいとして、継続して開催する予定です。

MINATOシティハーフマラソンにおける一般の申込者数と出走者数（単位：人）

	性別	平成 30 年度	令和元年度
申込者数	男子	3,539	3,846 (42)
	女子	1,366	1,608 (3)
	計	4,905	5,454 (45)
出走者数	男子	3,143	3,349 (36)
	女子	1,161	1,358 (1)
	計	4,304	4,707 (37)
ボランティア数	計	1,022	1,114

注1) 上記表の () 内は、障害者優先枠での走者を表示

注2) 陸連、ゲストの出走者や、距離を短くしたファンランの出走者を除く

出典：MINATOシティハーフマラソン大会記録集



MINATOシティハーフマラソンの様子

【課題】

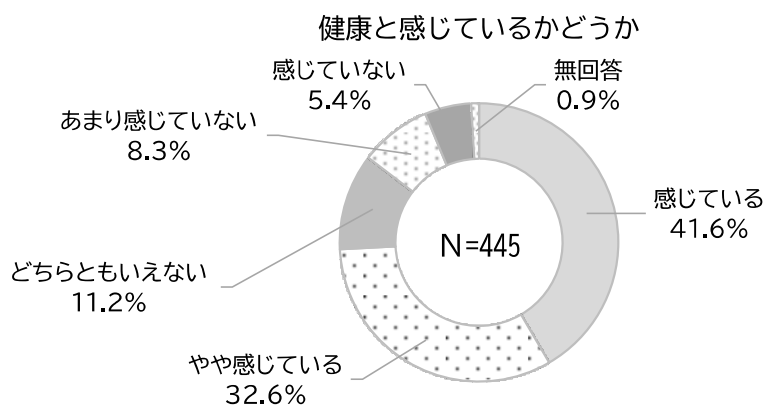
- トップアスリートやトップチーム等を有する区内企業、MINATOシティハーフマラソンなど、港区の資源を生かし、スポーツへの関心を高める取組やスポーツを楽しむ機会を創出することが必要です。

(6) 健康づくりにつながるスポーツ活動の推進

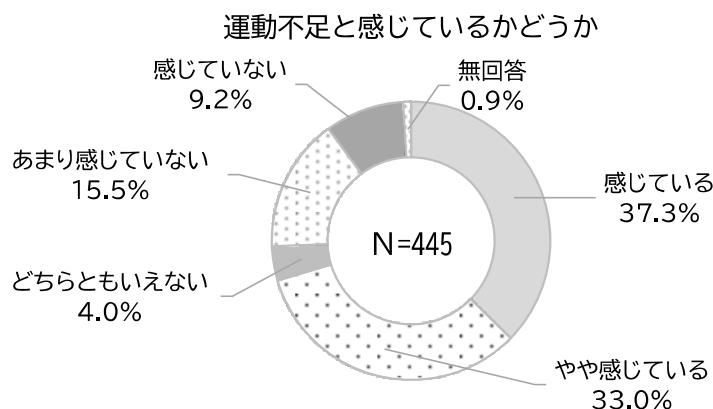
①健康、運動不足と感じている人の状況

自分自身のことを健康と感じている人の割合は74.2%（「感じている」と「やや感じている」の合計）、感じていない人の割合は13.7%（「感じていない」と「あまり感じていない」の合計）となっています。

一方、自分自身のことを運動不足と感じている人の割合は70.3%（「感じている」と「やや感じている」の合計）となっています。



出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」



出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」

【課題】

- 運動不足を解消する観点からスポーツに取り組める機会づくりやスポーツがもたらす効果を情報提供することが必要です。

(7) 先端技術で創り出す新たなスポーツの楽しみ方の実現

① 港区の情報化政策

区では、平成 30 (2018) 年度を「港区 A I 元年」と銘打ち、区民の誰もが、どこでも、いつでも、安心して、ICT を存分に活用した人にやさしい区民サービスを受けている未来の姿の実現に向けて情報化政策を進めています。

多言語 A I チャット※²による外国人向けの情報発信や、業務自動化ツールの導入拡大など、各分野で A I や ICT などの先端技術の活用を推進しており、スポーツ分野においても、港区スポーツセンターにおいてオンラインレッスンの配信を始めるなど、ICT を活用した取組を推進しています。

未来の姿 (イメージ)



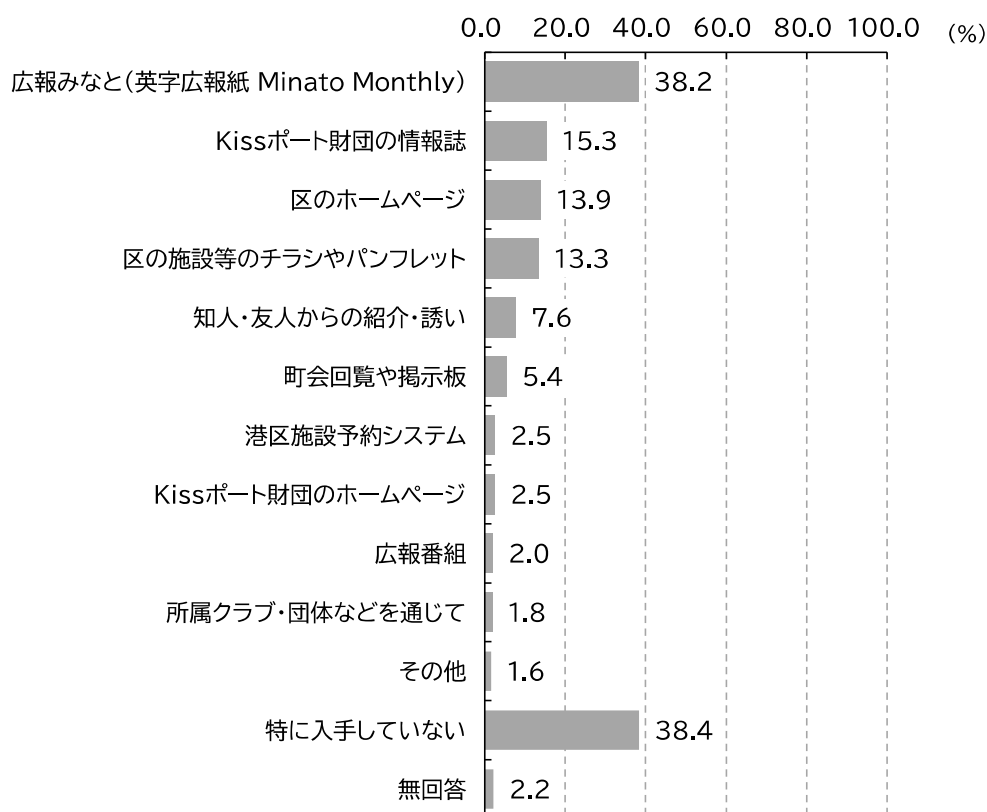
出典：「港区情報化計画 (平成 30 年度～平成 32 年度)」

※² 多言語 A I チャット：外国人にも地域社会の一員として安全に安心して暮らすことができるよう、AI を活用し、チャット形式で、外国人が生活する上で生じる疑問や生活に関する行政情報の問い合わせに、英語及び外国人にも分かりやすく表現された「やさしい日本語」で自動回答するもの。

②スポーツに関する情報の入手方法

スポーツに関する情報の入手方法をみると、「広報みなと（英字広報紙 Minato Monthly）」（38.2%）が最も多く、次いで「Kissポート財団の情報誌」（15.3%）、「区のホームページ」（13.9%）となっています。

スポーツに関する情報の入手方法

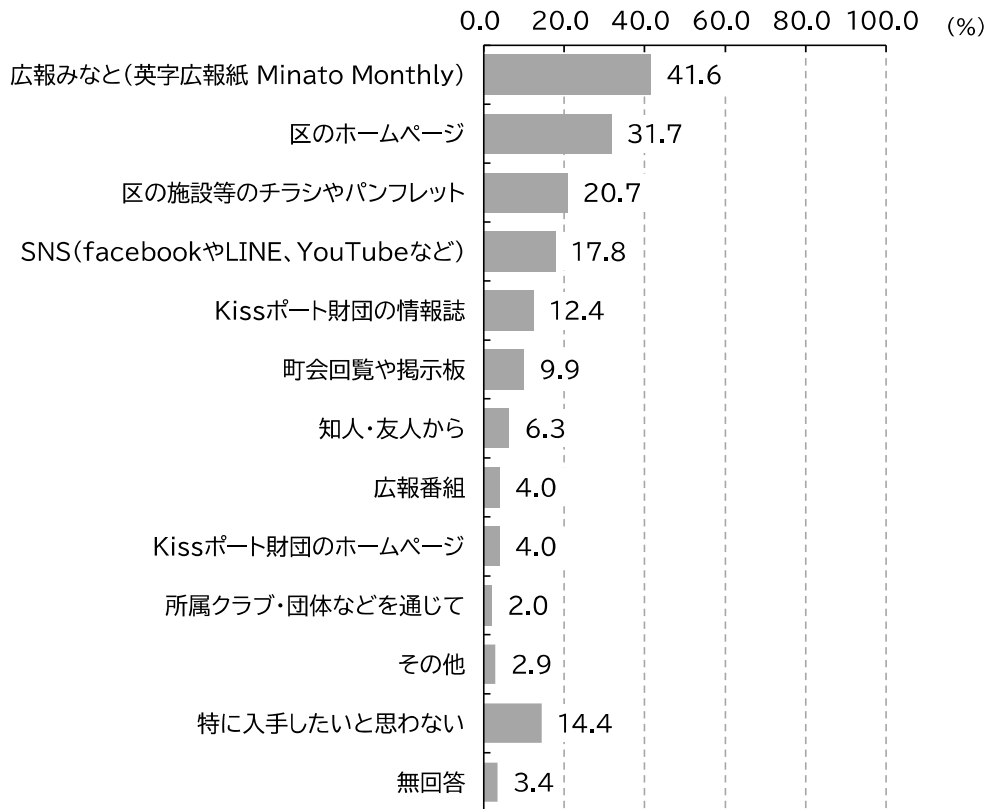


出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」

③スポーツに関する情報の入手希望方法

スポーツに関する情報の入手希望方法をみると、「広報みなと（英字広報紙 Minato Monthly）」(41.6%)が最も多く、次いで「区のホームページ」(31.7%)、「区の施設等のチラシやパンフレット」(20.7%)となっています。

スポーツに関する情報の入手希望方法



出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」



広報みなと

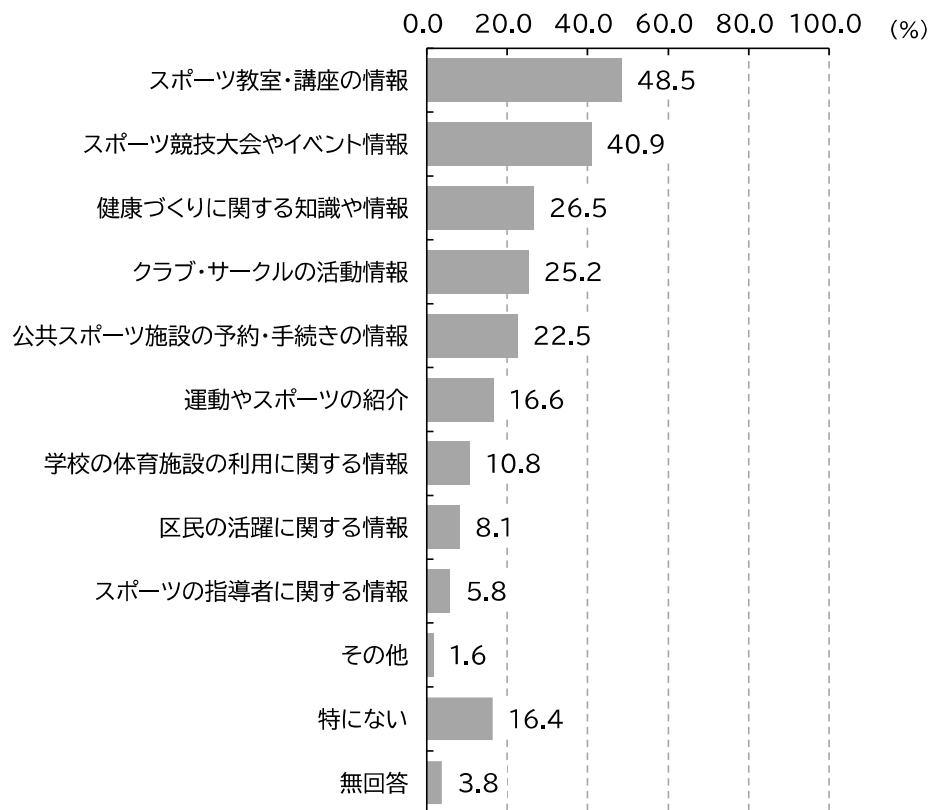


港区コミュニティ情報誌キススポーツ

④スポーツに関する知りたい情報

スポーツに関する知りたい情報をみると、「スポーツ教室・講座の情報」(48.5%)が最も多く、次いで「スポーツ競技大会やイベント情報」(40.9%)となっており、それぞれ4割を上回っています。

スポーツに関する知りたい情報



出典：港区（令和元（2019）年度）「港区スポーツ推進計画策定に向けたアンケート調査報告書」

【課題】

- 新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえ、ICTなどの先端技術を活用した新たなスポーツの楽しみ方を検討することが必要です。
- 幅広い媒体でスポーツに関する情報を発信することが必要です。
- スポーツ教室やスポーツ競技大会などの情報を積極的に発信することが求められています。

第3章

スポーツの推進

港区スポーツ推進計画とSDGsとの関係

SDGs（持続可能な開発目標）とは、平成27（2015）年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」にて記載された令和12（2030）年までに持続可能でより良い世界をめざす国際目標です。17のゴール（下図参照）と169のターゲットから構成され、地球上の「誰一人取り残さない」ことを誓っており、普遍的なものとして全ての国で取組が進められています。

SDGsが掲げる「誰一人取り残されない」社会の実現に向けて、国や地方自治体、企業、教育・研究機関、NPOなど、様々な主体により積極的な取組が展開されています。SDGsが掲げる目標や方向性は地域課題の解決に資するものであることから、区は、港区スポーツ推進計画において、施策体系の大きな柱である基本目標とSDGsとの関連を明らかにし、SDGsの目標を踏まえてスポーツ施策を推進していきます。





1 めざすべき姿

昨今のスポーツを取り巻く社会情勢は著しく変化しており、新型コロナウイルス感染症の影響や東京 2020 大会の開催延期、SDGs の実現に向けた取組の推進、ICT（情報通信技術）等の先端技術の進展などを踏まえ、区の実情に合わせたスポーツ施策を展開することが重要です。

また、国や東京都のスポーツ政策をみると、スポーツを「する」「みる」「支える」という観点からのスポーツ参画人口の拡大に加えて、健康長寿や共生社会の実現、地域・経済の活性化などのまちづくりにスポーツを結びつける施策が展開されています。

区では、誰もが、身近な場所で、スポーツに親しみ、楽しみながら、生涯を通じてスポーツに取り組むことができる環境づくりをめざし、東京 2020 大会等に向けた気運醸成の取組や障害者スポーツの環境の充実と普及・啓発等、区民の「する」「みる」「支える」スポーツ活動の拡大に向けた施策を推進しています。

以上のような背景を踏まえ、区では、社会情勢を的確に捉え、国や東京都のスポーツ政策を牽引するまちとして、成熟したスポーツ文化都市としての地位を確立できるように、「みんなではぐくむ スポーツ文化都市 みなと ～誰もが生涯を通じてスポーツを楽しみスポーツで元気になるまちをめざして～」をめざすべき姿として掲げます。

みんなではぐくむ スポーツ文化都市 みなと

～誰もが生涯を通じてスポーツを楽しみスポーツで元気になるまちをめざして～



2 数値目標

本計画は、スポーツ基本法第10条第1項に基づく「地方スポーツ推進計画」として位置付けられます。地方スポーツ推進計画は国の「第2期スポーツ基本計画」（平成29（2017）年3月）を参酌して、その地方の実情に即したスポーツ推進に関する計画として定めるように努めるとされ、それぞれ地方自治体は数値目標を定めています。

区では、めざすべき姿である「みんなではぐくむ スポーツ文化都市 みなと ～誰もが生涯を通じてスポーツを楽しみスポーツで元気になるまちをめざして～」の実現に向けて、スポーツを「する」「みる」「支える」の3つの観点から以下の通り数値目標を定めます。この数値目標の達成に向けて、基本目標を定め、施策を展開します。

本計画で掲げる数値目標

指標	現状値	目標値
週1日以上スポーツを実施している区民の割合	60.4%	65.0%
1年間にスポーツを直接観戦した区民の割合	27.2%	50.0%
1年間にスポーツのボランティアを実施した区民の割合	12.4%	20.0%

3 基本目標

めざすべき姿と数値目標の達成を実現するため、第1章で示した「3 策定の方向性」と第2章の内容を踏まえ、次の7つの基本目標を掲げます。

基本目標1 誰もが気軽に楽しみ継続できるスポーツ活動の推進

子どもから高齢者まで、生涯を通じて誰もが気軽にスポーツを楽しめる機会を創るとともに、継続的な活動につながる取組を推進します。

また、特にスポーツ実施率の低い子育て・働き盛り世代などの対象に着目した取組も推進します。

■SDGsのゴールとの関係



基本目標2 スポーツ活動を支援する担い手の育成と団体等との連携

区民のスポーツ活動を支えるボランティアの育成及び指導者の確保に向けた取組を推進します。

また、地域で仲間とスポーツを楽しむことで、人と人との交流の創出につながるため、総合型地域スポーツ・文化クラブ（スポーカル）の運営支援や地域におけるスポーツ団体の活動支援を行います。

さらに、スポーツ推進委員やスポーツ支援団体、競技団体との連携を図り、区民の主体的なスポーツ活動を支援する体制を整えます。

■SDGsのゴールとの関係



基本目標3 スポーツを楽しむ場の確保と利用促進

区立スポーツ施設等の計画的な整備・充実や学校施設の活用を通じて、区民が身近で安全にスポーツをできる環境を整備します。また、区内の既存施設や大学、民間企業等の施設の活用により、区民のスポーツ活動の場を拡大します。

■SDGsのゴールとの関係



基本目標4 障害者スポーツの環境づくりと理解の促進

障害者がスポーツに親しめる機会や環境の充実を通じて障害者スポーツを推進します。また、障害のある人もない人も一緒にスポーツを通じて交流できる機会の創出のほか、障害者スポーツの活動場所や活動機会などに関する情報提供などを通じて、障害者スポーツの普及・啓発に取り組めます。

■SDGsのゴールとの関係



基本目標5 港区の特性や資源を生かしたスポーツ活動の推進

港区は、多くの民間企業が集積し、観光資源や水辺空間などを含めた立地特性があります。また、ラグビーワールドカップ2019の開催や東京2020大会の開催決定を契機とした事業実績やこれまで構築してきたネットワークもあります。これらの特性や資源を活用し、区民のスポーツ活動を推進します。

■SDGsのゴールとの関係



基本目標6 健康づくりにつながるスポーツ活動の推進

区民が生涯を通じて健康的に日常生活を送るために、身体を動かす機会づくりや、スポーツの効果や有効性についての情報発信を推進します。また、スポーツと健康づくりをともにできる活動拠点の充実を図ります。

■SDGsのゴールとの関係



基本目標7 先端技術で創り出す新たなスポーツの楽しみ方の実現

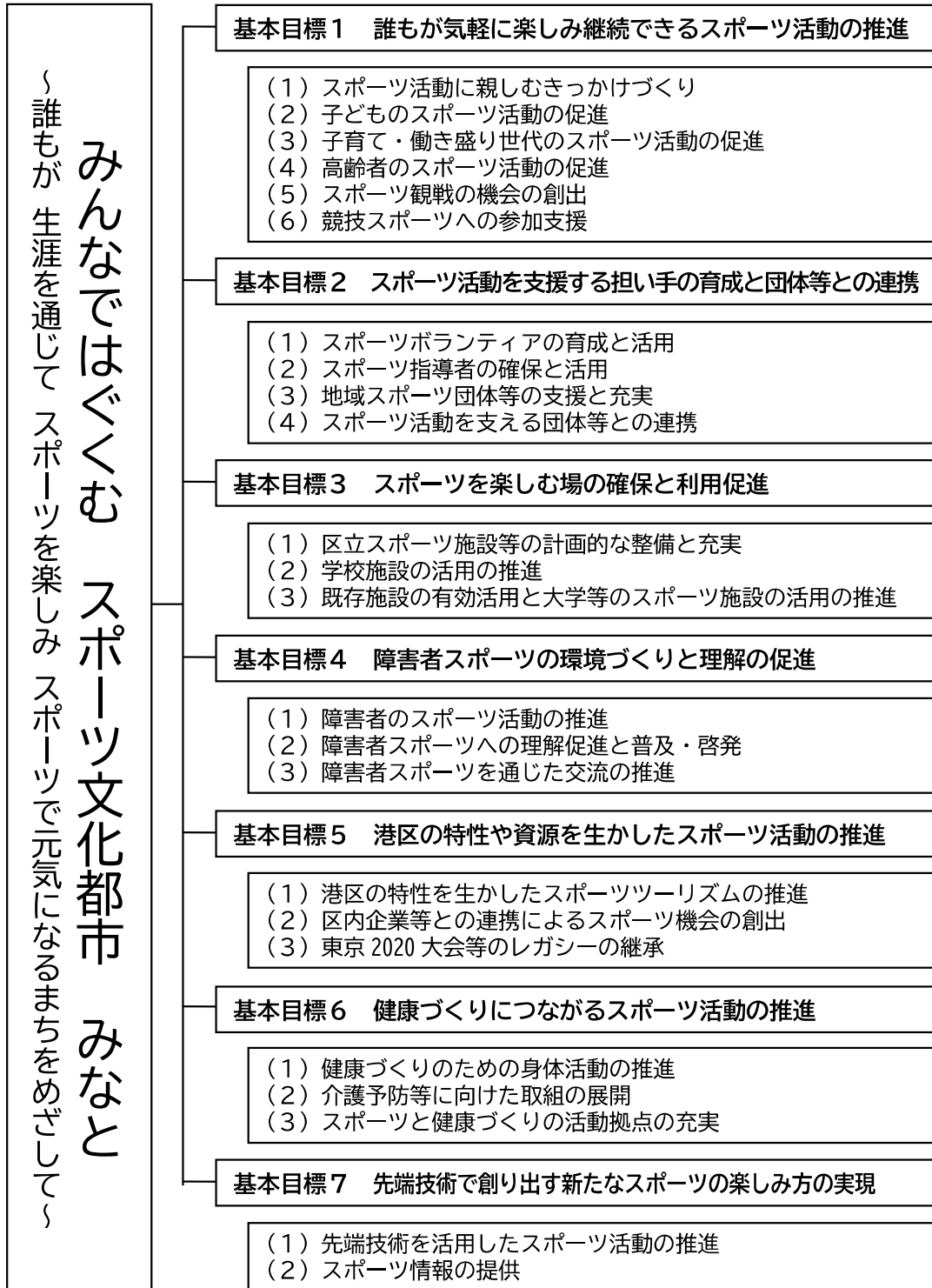
I C T等の先端技術の活用によるスポーツの楽しみ方を創出するとともに、多様な媒体でのスポーツに関する情報発信の仕組みを構築し、区民がスポーツに親しむ環境づくりを推進します。

■SDGsのゴールとの関係



4 施策の体系

7つの基本目標に沿って展開する施策を次の通り示します。



5 施策の展開

基本目標及び施策ごとに取組を以下に示します。今回の策定に伴い新たに取り組むものを新規取組、特に重点的に取り組むべきものを重点取組と位置付け、それぞれ【新規】【重点】と表示しています。

東京都は、東京都スポーツ推進総合計画において、都民のスポーツへの関心や取組状況に応じて施策を展開していくことを重視しています。区としても、区民のスポーツの習慣化に向けて、スポーツへの関心や取組状況に応じた施策が重要であると考え、ため、「関心喚起策」「実行促進策」「継続支援策」の3つの視点により取組を整理します。

関心喚起策

スポーツの魅力や楽しさを伝え、スポーツへの興味・関心を高めます。

実行促進策

気軽に参加できる機会や場の充実により、スポーツに取り組むきっかけをつくります。

継続支援策

日頃の活動成果を発揮する場や定期的な活動の場の充実により、継続的にスポーツに取り組める環境をつくります。

基本目標1 誰もが気軽に楽しみ継続できるスポーツ活動の推進

施策（1）スポーツ活動に親しむきっかけづくり

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
①地域スポーツ教室の開催	生涯学習スポーツ振興課	●	●		51
②みなと区民スポーツ・体育祭の開催	生涯学習スポーツ振興課		●		51
③MINATOシティハーフマラソンの開催	オリンピック・パラリンピック推進担当		●	●	51

施策（2）子どものスポーツ活動の促進

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
①子どものスポーツ観戦・体験機会の充実	生涯学習スポーツ振興課	●	●		52
②幼児の体力増進の取組	生涯学習スポーツ振興課		●		52
③子どものスポーツ大会の支援	生涯学習スポーツ振興課		●	●	52
④「放課GO→」・「放課GO→クラブ」での体力向上の取組	各総合支所管理課/子ども家庭課/生涯学習スポーツ振興課		●	●	52

⑤児童館・子ども中高生プラザでの体力向上の取組	各総合支所管理課/子ども家庭課		●		52
⑥小学校における連合運動会等の開催	教育指導担当		●	●	53
⑦中学校における体育大会等の開催	教育指導担当		●	●	53
⑧特別支援学級合同運動会の開催	教育指導担当		●	●	53

施策（３）子育て・働き盛り世代のスポーツ活動の促進

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
①スポーツセンター等での夜間の教室開催	生涯学習スポーツ振興課		●	●	54
②子育て世代のスポーツ活動への参加促進	生涯学習スポーツ振興課		●		54
③働き盛り世代のスポーツ活動への参加促進	生涯学習スポーツ振興課		●		54
【新規】 ④働き盛り世代への運動プログラムの周知	生涯学習スポーツ振興課/健康推進課	●			54

施策（４）高齢者のスポーツ活動の促進

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
①高齢者向けスポーツ教室の実施	生涯学習スポーツ振興課		●	●	55
②さわやか体育祭の開催	各総合支所管理課/高齢者支援課	●	●		55
③いきいきプラザ各種教室及び講座の開催	各総合支所管理課/高齢者支援課	●	●		55

施策（５）スポーツ観戦の機会の創出

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
【重点】 ①スポーツ大会・試合・催し物の誘致	生涯学習スポーツ振興課	●			56
②スポーツ大会等の情報発信	生涯学習スポーツ振興課	●			56

施策（６）競技スポーツへの参加支援

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
①区民大会等の開催	生涯学習スポーツ振興課			●	57
②定期練習会の開催	生涯学習スポーツ振興課			●	57
③個人公開指導の実施	生涯学習スポーツ振興課			●	57
【重点】 ④トップアスリート及びチームとの交流	生涯学習スポーツ振興課	●	●		57

基本目標２ スポーツ活動を支援する担い手の育成と団体等との連携

施策（１）スポーツボランティアの育成と活用

施策に対する取組	担当課	関心 喚起	実行 促進	継続 支援	頁
【重点】 ①スポーツボランティア活動の普及 と定着	生涯学習スポーツ振興課	●	●		58
②ポート・スポーツ・サポーターズク ラブ事業の実施	生涯学習スポーツ振興課		●	●	58

施策（２）スポーツ指導者の確保と活用

施策に対する取組	担当課	関心 喚起	実行 促進	継続 支援	頁
①部活動指導員の活用	教育指導担当			●	58
②武道における外部指導員の活用	教育指導担当			●	58

施策（３）地域スポーツ団体等の支援と充実

施策に対する取組	担当課	関心 喚起	実行 促進	継続 支援	頁
【新規】【重点】 ①総合型地域スポーツ・文化クラブ（スポ ーカル）と多様な主体との連携	生涯学習スポーツ振興課		●	●	59
②総合型地域スポーツ・文化クラブ （スポーカル）の活性化	生涯学習スポーツ振興課		●	●	59
③社会体育団体等への支援	生涯学習スポーツ振興課			●	60
④スポーツ推進委員の活動支援	生涯学習スポーツ振興課	●	●		60

施策（４）スポーツ活動を支える団体等との連携

施策に対する取組	担当課	関心 喚起	実行 促進	継続 支援	頁
①スポーツ推進委員との連携	生涯学習スポーツ振興課	●	●		61
②（公財）港区スポーツふれあい文化 健康財団との連携	生涯学習スポーツ振興課	●	●		61
③（一財）港区体育協会との連携	生涯学習スポーツ振興課			●	61
④競技団体との連携	生涯学習スポーツ振興課	●	●		61

基本目標3 スポーツを楽しむ場の確保と利用促進

施策（1）区立スポーツ施設等の計画的な整備と充実

施策に対する取組	担当課	関心 喚起	実行 促進	継続 支援	頁
【重点】					
①区立のスポーツ施設等の環境整備	生涯学習スポーツ振興課		●	●	62
②児童遊園の充実	土木課		●	●	62
③校庭の整備等、学校における運動環境の充実	学務課/学校施設担当		●	●	62

施策（2）学校施設の活用の推進

施策に対する取組	担当課	関心 喚起	実行 促進	継続 支援	頁
①校庭及び体育館等の開放	生涯学習スポーツ振興課		●	●	63
②学校屋内プールの開放	生涯学習スポーツ振興課		●	●	63
③遊び場開放事業の実施	生涯学習スポーツ振興課		●		63
④園庭等の開放	学務課		●	●	63

施策（3）既存施設の有効活用と大学等のスポーツ施設の活用の推進

施策に対する取組	担当課	関心 喚起	実行 促進	継続 支援	頁
①大学等のスポーツ施設等の活用	生涯学習スポーツ振興課		●		64
②区外における運動施設の活用	生涯学習スポーツ振興課		●		64
③プレーパークの推進	各総合支所まちづくり課 /土木課		●		64

基本目標4 障害者スポーツの環境づくりと理解の促進

施策（1）障害者のスポーツ活動の推進

施策に対する取組	担当課	関心 喚起	実行 促進	継続 支援	頁
①障害者のスポーツ教室の開催	障害者福祉課		●	●	65
②いちょう学級の実施	障害者福祉課	●	●		65
③スポーツ指導員の配置	生涯学習スポーツ振興課		●	●	65

施策（２）障害者スポーツへの理解促進と普及・啓発

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
①障害者スポーツの理解の推進	生涯学習スポーツ振興課		●	●	65
②障害者スポーツの普及・啓発	生涯学習スポーツ振興課	●	●		65

施策（３）障害者スポーツを通じた交流の推進

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
【重点】					
①障害者スポーツの観戦・体験機会の創出	生涯学習スポーツ振興課	●	●		66
②障害者スポーツの集いの充実	生涯学習スポーツ振興課	●	●		66
③障害者スポーツ環境の充実	生涯学習スポーツ振興課		●	●	66

基本目標５ 港区の特性や資源を生かしたスポーツ活動の推進

施策（１）港区の特性を生かしたスポーツツーリズムの推進

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
①観光資源を活用したスポーツ活動の実施	生涯学習スポーツ振興課	●	●		67
②立地特性を生かした催し物の実施	生涯学習スポーツ振興課	●	●		67
【重点】					
③スポーツ大会・試合・催し物の誘致 [再掲]	生涯学習スポーツ振興課	●			67

施策（２）区内企業等との連携によるスポーツ機会の創出

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
【重点】					
①トップアスリート及びチームとの交流[再掲]	生涯学習スポーツ振興課	●	●		68
②国際性豊かな催し物の実施	生涯学習スポーツ振興課	●	●		68
③企業との連携協定	生涯学習スポーツ振興課	●	●		68
④総合支所との連携強化	生涯学習スポーツ振興課		●		68

施策（３）東京 2020 大会等のレガシーの継承

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
①MINATOシティハーフマラソンの開催[再掲]	オリンピック・パラリンピック推進担当		●	●	69
②ポート・スポーツ・サポーターズクラブ事業の実施[再掲]	生涯学習スポーツ振興課		●	●	69
③東京 2020 大会の気運醸成事業の推進とレガシーの創出	オリンピック・パラリンピック推進担当/生涯学習スポーツ振興課	●	●		69
④東京 2020 大会等を通じたネットワークの拡大を活用したスポーツの推進	生涯学習スポーツ振興課		●	●	70
⑤ラグビーを生かしたスポーツ振興	生涯学習スポーツ振興課		●		70

基本目標 6 健康づくりにつながるスポーツ活動の推進

施策（１）健康づくりのための身体活動の推進

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
①健康づくり自主グループの育成及び支援	健康推進課	●	●	●	71
②健康づくりサポーターの育成及び支援	健康推進課			●	71
③ウォーキングマップの利用及び活用促進	健康推進課		●		71
④健康サポート教室(65歳未満)の開催	健康推進課	●			71
⑤「港区子ども健康読本」の発行	健康推進課	●			72
【新規】					
⑥子どもの健康な身体づくりに向けた食育の推進	学務課	●			72
⑦「親子ふれあい広場」での催し物の開催	子ども家庭支援センター		●		72

施策（２）介護予防等に向けた取組の展開

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
①介護予防を担う人材の養成	高齢者支援課		●	●	73
②介護予防体操(みんなといきいき体操)の普及	高齢者支援課		●	●	73
③介護予防事業の充実	高齢者支援課		●	●	73
④認知症予防事業の実施	高齢者支援課		●	●	73
⑤訪問型介護予防事業の実施	高齢者支援課		●		73

施策（３）スポーツと健康づくりの活動拠点の充実

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
【新規】【重点】 ①スポーツと健康づくりをともに支える環境の充実	生涯学習スポーツ振興課／健康推進課		●	●	74
②ヘルシーナにおける健康増進の取組の実施	健康推進課		●	●	74
③スポーツセンターと区有施設との連携事業の推進	高齢者支援課/健康推進課/生涯学習スポーツ振興課		●	●	74

基本目標 7 先端技術で創り出す新たなスポーツの楽しみ方の実現

施策（１）先端技術を活用したスポーツ活動の推進

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
【新規】【重点】 ①先端技術の活用に向けた民間企業等との連携	生涯学習スポーツ振興課	●	●		76
【新規】【重点】 ②オンライン配信によるスポーツ機会の充実	生涯学習スポーツ振興課		●		76

施策（２）スポーツ情報の提供

施策に対する取組	担当課	関心喚起	実行促進	継続支援	頁
①SNS等を活用した情報の提供	生涯学習スポーツ振興課		●	●	77
②区ホームページの充実	生涯学習スポーツ振興課		●	●	77
③施設の周知、利用案内等の情報提供	生涯学習スポーツ振興課		●	●	77

基本目標1 誰もが気軽に楽しみ継続できるスポーツ活動の推進

施策（1）スポーツ活動に親しむきっかけづくり

▶ SDGs のゴールとの関係：



スポーツには、多様な種目があり、楽しみ方も様々です。また、スポーツを行う人も、年齢や障害の有無、国籍、体力、技術などに違いがあります。子どもから高齢者、障害者、初心者でも多くの方が気軽にスポーツに親しめるような機会を創ります。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止しながら、従来の参加型の催し物に加えて、オンラインでも配信するなど、誰もがスポーツに取り組める機会を充実します。

①地域スポーツ教室の開催

【生涯学習スポーツ振興課】

地域の人々が様々なスポーツを体験するきっかけの場を提供するために、中学校区ごとに学校施設などを拠点として、スポーツ推進委員を中心に、地域スポーツ教室を開催します。働き盛り世代の人たちや高齢者、障害者などの参加者の拡大を図るとともにSNSを活用した周知を行います。

②みなと区民スポーツ・体育祭の開催

【生涯学習スポーツ振興課】

「みなと区民スポーツ・体育祭」では、区民のスポーツ活動の推進を目的として、誰もが気軽にスポーツを体験できる機会を提供する「スポーツまつり」と（一財）港区体育協会加盟団体による競技大会の「体育祭大会」を開催します。

③MINATOシティハーフマラソンの開催【オリンピック・パラリンピック推進担当】

子どもから高齢者まで、国籍、障害の有無の区別なく、多くの区民が参画できるスポーツを通じた地域共生社会の実現と東京2020大会のレガシーの継承を目的として、MINATOシティハーフマラソンを開催しています。

大会の開催に当たり、地域振興、国際化、教育、文化など、地域共生社会の実現に向けた基盤づくりとなるよう区内企業をはじめとする様々な関係団体等と連携するほか、区民等がボランティアとして参加することで、MINATOシティハーフマラソンを地域ぐるみで世界に誇れる大会へと創り上げ、また、育てていくことによって、コミュニティの活性化、港区への愛着と誇りの機会の創出につなげます。

施策（２）子どものスポーツ活動の促進

▶ SDGs のゴールとの関係：



子どもの頃からスポーツ活動に親しむことは、体力・運動能力の向上が期待できるとともに、生涯を通じて、楽しみながらスポーツに取り組もうとする意識の向上や運動習慣の確立につながります。

未就学児に対して身体を動かす楽しさを伝える取組や、小・中学校9年間の学校教育における体育の授業や部活動などを通じて、子どものスポーツに対する興味や関心、体力の向上をめざした取組の充実を図ります。

①子どものスポーツ観戦・体験機会の充実

【生涯学習スポーツ振興課】

（公財）日本ラグビーフットボール協会との協定に基づく連携により、区立小・中学校の児童・生徒にラグビー観戦の機会を提供しているほか、保育園児等の幼児を対象とした「タグラグビー体験会」や小学生を対象とした「タグラグビー教室」、障害者向けタグラグビー教室を開催しています。

様々な競技団体と連携することで、子どもがスポーツに触れる機会の充実を図ります。

②幼児の体力増進の取組

【生涯学習スポーツ振興課】

就学前の幼児期において、身体を動かすことの楽しさを経験することは、その後も継続してスポーツに親しんでいくきっかけとなります。幼児を対象に、専門の指導員によるスイミングやフットサルなどを実施します。

③子どものスポーツ大会の支援

【生涯学習スポーツ振興課】

子どものスポーツをするきっかけづくりを推進するため、子どもを対象とするスポーツ大会や催し物を支援します。

④「放課 GO→」・「放課 GO→クラブ」での体力向上の取組

【各総合支所管理課/子ども家庭課/生涯学習スポーツ振興課】

児童が放課後等の学校施設などを活用し、安全に安心して活動できる居場所「放課 GO→」「放課 GO→クラブ」を実施しています。「放課 GO→」「放課 GO→クラブ」で行う様々なスポーツプログラムを通じて、子どもたちの体力向上を図ります。

⑤児童館・子ども中高生プラザでの体力向上の取組

【各総合支所管理課/子ども家庭課】

児童の健全育成のため、学習、遊び、スポーツなどの場と機会を提供します。児童館・子ども中高生プラザの施設や事業において、スポーツや遊びを通じて体力向上を図ります。

⑥小学校における連合運動会等の開催

【教育指導担当】

各学校間の交流を通じて、協調性や連帯感を育成するとともに、児童の体力向上を図るため、区立小学校6年生を対象とした「連合運動会」を実施します。

また、各学校間の交流や、児童の体力の向上、泳力の向上をめざし、区立小学校6年生を対象とした「水泳記録会」を実施します。

⑦中学校における体育大会等の開催

【教育指導担当】

区立中学校2年生を対象に、都立駒沢オリンピック公園総合運動場で「連合体育大会」を行い、協調性や連帯感などを育成します。また、大会本番に向け、各学校での保健体育科の授業や朝の始業前の時間、放課後の練習を通じて体力・運動能力の向上を図ります。

また、生徒の泳力の向上をめざすほか、学校間の親睦を図ることを目的として、区立中学校の代表生徒による「中学校水泳記録会」を実施します。

⑧特別支援学級合同運動会の開催

【教育指導担当】

区立小・中学校特別支援学級の児童・生徒が一堂に会し、競技や演技を通じて、各校との交流を図るとともに、体力を高めるために、「特別支援学級合同運動会」を実施します。

施策（3）子育て・働き盛り世代のスポーツ活動の促進

▶ SDGs のゴールとの関係：



子育て世代や働き盛り世代の人々は、家庭や職場において大きな役割を担っていることが多く、スポーツなどの余暇活動に対する優先度が低くなりがちのため、スポーツ実施率も低くなっています。この世代のスポーツ活動を促進することは、成人の週 1 日以上スポーツ実施率の向上に大きく寄与すると考えられます。

子育て・働き盛り世代が気軽に、楽しみながらスポーツ活動を実践できるよう、親子でスポーツに参加できる機会や仕事を抱えていても身近な場所でスポーツができる環境を整えます。

①スポーツセンター等での夜間の教室開催

【生涯学習スポーツ振興課】

働き盛り世代が仕事帰りに気軽にスポーツに取り組めるよう、スポーツセンターや各スポーツ施設での夜間の教室プログラムを実施します。

②子育て世代のスポーツ活動への参加促進

【生涯学習スポーツ振興課】

子育て中の親が安心してスポーツに取り組めるよう、親子で楽しむことができる運動教室やスポーツ体験における親子参加型事業の充実に取り組みます。

③働き盛り世代のスポーツ活動への参加促進

【生涯学習スポーツ振興課】

働き盛り世代が日常的にスポーツに取り組めるよう、区内企業に対し、区が主催するスポーツ体験会への参加を働きかけ、働き盛り世代のスポーツ活動の活性化を図ります。

新規

④働き盛り世代への運動プログラムの周知

【生涯学習スポーツ振興課/健康推進課】

働き盛り世代がスポーツに取り組むきっかけとするため、区が作成している「働くあなたのスマートライフ～働き盛り世代の健康ハンドブック～」や、東京都が東京商工会議所と連携して作成している「オフィス de エクササイズ～働き盛り世代の運動習慣定着化ガイドブック」を活用した周知に取り組みます。

施策（４）高齢者のスポーツ活動の促進

▶ SDGs のゴールとの関係：



人生 100 年時代を迎え、高齢者が健康でいきいきと暮らすために、体力の維持、増進や身体を動かす習慣の重要性が高まっています。

高齢者のスポーツ活動をさらに促進させるために、一人ひとりの体力に応じて参加できる各種講座を実施するとともに、いきがいつくりや人とのコミュニケーションにつながる催し物の開催やクラブ活動の充実を図ります。

①高齢者向けスポーツ教室の実施

【生涯学習スポーツ振興課】

スポーツを通じた健康づくりやいきがいつくり、人と人との交流を促進するため、高齢者が気軽に参加できるよう様々な種目によるスポーツ教室や催し物を実施します。また、スポーツ推進委員と連携して、地域スポーツ教室で高齢者が気軽に楽しみながら体を動かすことができるニュースポーツを取り入れた教室も実施します。

②さわやか体育祭の開催

【各総合支所管理課/高齢者支援課】

年 1 回、スポーツセンターに、いきいきプラザなどの利用者が集い、体力に応じたスポーツやゲーム、体操などを行い、親睦を深めます。保育園児も参加し、一緒にゲームなどを行うことにより世代間交流を図ります。また、男性高齢者の参加促進など、新たな層への参加を働きかけます。

③いきいきプラザ各種教室及び講座の開催

【各総合支所管理課/高齢者支援課】

60 歳以上の区民を対象に、区内のいきいきプラザで卓球やウォーキングなど、多彩な教室や講座を開催します。仕事や趣味、ボランティア活動などを行っている元気な高齢者など、新たな層の利用を促進します。

施策（５）スポーツ観戦の機会の創出

▶ SDGs のゴールとの関係：



「みる」スポーツの推進は、区民のスポーツに対する魅力の実感や関心を高めるなど、重要な意義を持ちます。また、スポーツを「みる」ことを通じて、興奮や感動などの非日常的な経験を得るとともに、仲間とその感情を共有したり、気分転換やストレス解消などの効用を得たりすることができるという魅力があります。楽しみながらスポーツに親しむ区民を増やすため、スポーツ観戦の機会を創ります。

重点

①スポーツ大会・試合・催し物の誘致

【生涯学習スポーツ振興課】

トップアスリートによるスポーツ大会や試合、催し物をスポーツセンター等に誘致することで、トップアスリートの競技を間近で観戦し、スポーツの興奮や感動を共有する機会を提供します。

		前期3年間			後期3年間
		令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6～8年度
取組目標	スポーツ大会等の誘致数	2回	3回	4回	4回
成果指標	誘致した大会等の観戦者数/年間	500人	900人	1400人	1400人

②スポーツ大会等の情報発信

【生涯学習スポーツ振興課】

区内で開催されるトップアスリートによる大会や試合等の情報や競技の内容等を積極的に発信し、区民の「みる」スポーツ活動を促進します。

施策（6）競技スポーツへの参加支援

▶ SDGs のゴールとの関係：



スポーツは、できなかったことができるようになる、技術が向上するといった成長を実感できる喜びをもたらします。

スポーツの発展のためには、気軽に取り組める生涯スポーツの推進と同時に、高い技術の習得などをめざした競技スポーツを推進することが重要です。指導者を配置し、定期練習会や個人公開指導などを実施することで、区民の競技スポーツへの参加を支援します。

①区民大会等の開催

【生涯学習スポーツ振興課】

競技スポーツの日頃の練習の成果を発揮するため、「区民大会」、「都民体育大会港区予選会」、「都民生涯スポーツ大会港区予選会」等を開催し、区民のスポーツ活動の普及と体力向上を図ります。

②定期練習会の開催

【生涯学習スポーツ振興課】

スポーツセンター等で弓道、剣道、柔道、合気道、なぎなた等の定期的な練習を行います。定期的な練習の機会を提供し、指導員を配置して実技指導を行うことで、技術の上達を支援します。

③個人公開指導の実施

【生涯学習スポーツ振興課】

バスケットボール、バドミントン、卓球等のスポーツを楽しむ機会を提供するため、スポーツセンターの各競技場を公開します。定期的な練習の機会を提供し、指導員を配置して実技指導を行うことで、技術の上達を支援します。

重点

④トップアスリート及びチームとの交流

【生涯学習スポーツ振興課】

スポーツ技術を極めたトップアスリートからの助言や指導を受けることは、技術の向上や取り組む姿勢、競技の歴史などを学ぶ絶好の機会です。

トップアスリートやチームから直接指導を受ける機会を創出するため、区内企業等との連携により、スポーツ教室や交流事業を実施します。

基本目標2 スポーツ活動を支援する担い手の育成と団体等との連携

施策（1）スポーツボランティアの育成と活用

▶ SDGs のゴールとの関係：



区内で開催される大規模なスポーツの催し物から日常的な生涯スポーツの場面まで、区民のスポーツ活動を支える人材の育成に取り組みます。また、東京 2020 大会等に向けて育成してきたスポーツボランティアが大会後も活躍できるように、人材を求める団体や事業等へのマッチングを図ります。

重点

①スポーツボランティア活動の普及と定着

【生涯学習スポーツ振興課】

東京 2020 大会後もスポーツを「支える」活動が継続されるよう、関係団体との連携を図り、スポーツボランティア活動のさらなる普及と体制の整備を図ります。

②ポート・スポーツ・サポーターズクラブ事業の実施

【生涯学習スポーツ振興課】

スポーツボランティアへの参加を拡大していくために、各競技やボランティアに関する知識を学ぶことができる講座を実施し、ボランティアリーダーとなる人材の育成に取り組みます。

また、関係団体と連携し、スポーツボランティアが活躍できる機会の充実を図ります。

施策（2）スポーツ指導者の確保と活用

区民が、自らの体力や技能に応じてスポーツを実践し、楽しさや意義を実感しつつ、その能力を高めていくためには、適切なアドバイスや声かけのできる指導者の存在が重要です。生涯スポーツや競技スポーツの実践の場や部活動の場において、充実した指導のできる人材の確保やマッチングを図ります。

①部活動指導員の活用

【教育指導担当】

部活動指導員の任用や研修などの整備を進め、部活動指導員を活用して専門的な技術指導を行うことにより、体力、運動能力の向上をはじめ、協調性やマナーなどを習得することで、区立中学校の部活動の充実を図ります。

②武道における外部指導員の活用

【教育指導担当】

区立中学校における武道の授業に地域人材などを外部指導員として配置し、専門家の指導による技術面の向上を図るとともに、安全面に配慮した指導を行います。

施策（3）地域スポーツ団体等の支援と充実

▶ SDGs のゴールとの関係：



スポーツは、一人ではなく仲間とともに行うことで、体力の維持や健康増進などの効果に加え、競争意識や仲間意識、団結力が芽生え、活動意欲が高まります。スポーツをする仲間が増えることにより、地域における新たなつながりの創出も期待できます。

スポーツを通じた仲間づくり、コミュニティ形成を推進するため、総合型地域スポーツ・文化クラブ（スポーカル）を始めとする、地域のスポーツ団体等の活動を支援することで、区民がスポーツに参加する機会を創ります。

新規 重点

①総合型地域スポーツ・文化クラブ（スポーカル）と多様な主体との連携

【生涯学習スポーツ振興課】

スポーカルは、「多種目」、「多世代」、「多様な技術や技能」に合わせて継続的にスポーツを楽しむことができる自主運営のスポーツクラブで、身近な地域でスポーツや文化活動を楽しみながら健康に暮らすとともに、地域コミュニティの活性化の核となることを目的としています。

スポーツを通じた地域のつながりを創出するため、スポーカル間の交流を推進するとともに、港区スポーツセンターや（一財）港区体育協会と連携することで、スポーカルの活動のさらなる充実を図ります。

		前期3年間			後期3年間
		令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6～8年度
取組目標	連携事業数	3回	6回	9回	9回
成果指標	事業参加者のうち、スポーカルの活動に参加したいと回答した人の割合	65%	70%	75%	75%

②総合型地域スポーツ・文化クラブ（スポーカル）の活性化

【生涯学習スポーツ振興課】

スポーカルは、地域で身近にスポーツを楽しめる場であり、区が推進するスポーツ振興の一翼を担う存在であることから、区内にある3つのスポーカル（スポーカル六本木、スポーカル高松、スポーカル青山）について、SNS等を活用した周知活動や活動の場の確保を支援し、スポーカルの認知度向上と活性化を図ります。

総合型地域スポーツ・文化
クラブ（スポーカル）



③社会体育団体等への支援

【生涯学習スポーツ振興課】

区におけるスポーツ指導者の育成やスポーツ振興を充実するため、社会体育団体等を支援します。

また、(一財)港区体育協会加盟団体が実施する指導者育成に向けた講習会等への助成を行います。

④スポーツ推進委員の活動支援

【生涯学習スポーツ振興課】

スポーツ推進委員は、行政と地域をつなぐ調整役として地域スポーツの振興に取り組むとともに、地域住民の健康や生きがい、交流活動を推進しています。

スポーツ推進委員の資質向上に向け、障害者スポーツや誰もが気軽に取り組めるニュースポーツを推進するための研修を実施するなど活動を支援します。



東京都スポーツ推進委員広域地区別研修会の様子

施策（４）スポーツ活動を支える団体等との連携

▶ SDGs のゴールとの関係：



区には、区民のスポーツ活動を身近に支える人材として、地域と行政をつなぐ調整役となる役割を担うスポーツ推進委員がいます。このスポーツ推進委員のさらなる資質向上や活躍の場を拡げる支援を行います。

また、（公財）港区スポーツふれあい文化健康財団や（一財）港区体育協会、競技団体など、多様な関係機関・団体等と連携し、区民の誰もが参加できるスポーツ事業の充実に努めるとともに、各関係機関や団体等の主催する事業への参加を幅広く呼びかけ、区民のスポーツ活動への参加の拡大を図ります。

①スポーツ推進委員との連携

【生涯学習スポーツ振興課】

スポーツ推進委員と連携し、地域スポーツ教室の開催によるスポーツ活動のきっかけづくりや、総合型地域スポーツ・文化クラブの運営支援を行い、地域スポーツ活動の推進に取り組みます。

②（公財）港区スポーツふれあい文化健康財団との連携

【生涯学習スポーツ振興課】

区民が広く参加できるスポーツ教室等を実施している（公財）港区スポーツふれあい文化健康財団と連携し、お台場海浜公園など区内の観光資源を活用したスポーツの催し物を開催するなど、区民のスポーツ活動の普及に取り組みます。

③（一財）港区体育協会との連携

【生涯学習スポーツ振興課】

競技スポーツにおける競技力の強化及び指導者の育成を役割とする（一財）港区体育協会と連携し、各加盟団体の実技指導員の活躍の場を拡げることで、質の高い指導による区民の競技スポーツの技術向上につなげます。

④競技団体との連携

【生涯学習スポーツ振興課】

地域社会におけるスポーツの発展を目的として、競技団体と協定を締結しています。互いが有する資源を活用し、連携することで、スポーツ振興事業を推進します。

団体名	締結時期
（公財）日本ラグビーフットボール協会 （旧：（財）日本ラグビーフットボール協会）	平成 21 年 2 月
（公社）日本トリアスロン連合等	平成 28 年 11 月

基本目標3 スポーツを楽しむ場の確保と利用促進

施策（1）区立スポーツ施設等の計画的な整備と充実

▶ SDGs のゴールとの関係：



区民が、気軽にスポーツに親しむためには、それぞれの住まいや職場など、生活に身近な場所でスポーツを楽しめる場が整備されていることが重要であり、多様な種目に応じた施設等の環境が必要です。

区内には、スポーツセンターや運動場、武道場など、様々なスポーツ施設があります。区民がより身近な場所で安全に多くの種目のスポーツ活動を楽しめるように、計画的に場の整備と充実を図ります。

重点

①区立のスポーツ施設等の環境整備

【生涯学習スポーツ振興課】

区民にとって身近な場所にある区立のスポーツ施設等について、施設利用者の要望も踏まえながら、気軽にスポーツを楽しめるような環境を整えます。

特に、スポーツセンターの利用者が急増している状況を踏まえ、多種目の利用が可能なスポーツ施設の整備について検討します。

②児童遊園の充実

【土木課】

地域の子どもたちが安全に遊べる身近な場所、また、地域のコミュニティ形成の拠点のひとつとして、安心して集える魅力ある児童遊園を整備します。

③校庭の整備等、学校における運動環境の充実

【学務課/学校施設担当】

子どもたちが体育の授業や課外活動など、1年をとおして良好な校庭環境の中で使用できるよう、小学校の校庭改修の際に人工芝を導入するなど、安全性や機能性、維持管理面を考慮し、整備などを推進します。

体育の授業以外でも、放課後などの時間に児童・生徒が運動できるよう、学校の運動器具や用具を充実します。

港区スポーツセンター



施策（２）学校施設の活用の推進

▶ SDGs のゴールとの関係：



区立小・中学校は、学校施設の開放などを通じて、地域の人々の身近なスポーツ活動の場として親しまれています。

区立小・中学校の校庭や体育館、プール等の施設を、学校教育上支障のない範囲で、地域住民等に開放し、さらに活用を推進します。また、区立幼稚園の園庭や園舎なども開放します。

①校庭及び体育館等の開放

【生涯学習スポーツ振興課】

地域の人々のスポーツ活動の場として、教育委員会に登録した港区立学校施設等使用事前届出団体等に、全ての区立小・中学校の校庭及び体育館を地域に開放し、学校施設の活用を推進します。

②学校屋内プールの開放

【生涯学習スポーツ振興課】

誰もが身近なところでスポーツに親しめるよう、区立小・中学校の屋内プールを開放しています。学校屋内プールの利用を一層促進するため、水泳教室の充実や利用方法の改善に取り組むとともに、施設の周知を図り、活用を推進します。

③遊び場開放事業の実施

【生涯学習スポーツ振興課】

子どもたちを交通事故、その他の危険から守るとともに、健全育成を図ることを目的として、区立小学校の校庭及び体育館を、幼児・児童の身近で安全な遊び場として開放します。さらに、利用を促進するため、普及・啓発に取り組めます。

④園庭等の開放

【学務課】

未就園児に対して、区立幼稚園の園庭や園舎などを開放し、遊び場を提供します。

施策（3）既存施設の有効活用と大学等のスポーツ施設の活用の推進

▶ SDGs のゴールとの関係：



区内には多くの大学や企業などが存在しています。これらの大学や企業などとの連携を進め、活動の場の充実を図ります。また、区民の活動場所を拡げるため、区外施設の確保に向けて取り組みます。

①大学等のスポーツ施設等の活用

【生涯学習スポーツ振興課】

区内大学等と連携し、区と大学等の所有する知識や施設等を最大限活用したスポーツ活動の拡充に努めます。

また、身近な場所で区民大会等を開催できるように、都立運動場等の利用を継続します。

②区外における運動施設の活用

【生涯学習スポーツ振興課】

区民が幅広くスポーツ活動に参加できるよう、区内に限られた運動施設だけでなく、区外にある運動施設を活用できるよう検討します。

③プレーパークの推進

【各総合支所まちづくり課/土木課】

子どもがのびのびと思い切り遊べるように禁止事項をできるだけ少なくし、「自分の責任で自由に遊ぶ」ことを大切にして、自然の中で子どもがやりたいことを自分自身の手で実現していき、遊ぶことをとおして、自主性や社会性を身に付け、豊かに成長していくため冒険遊び場（プレーパーク）づくりに取り組んでいます。

基本目標4 障害者スポーツの環境づくりと理解の促進

施策（1）障害者のスポーツ活動の推進

▶ SDGs のゴールとの関係：



障害者が気軽にスポーツに親しみ、楽しみながら参加できる教室等の実施と環境の充実を図ります。

①障害者のスポーツ教室の開催

【障害者福祉課】

障害のある人を対象に、いすに座りながらできる簡単なストレッチやタオルなどを使った運動と筋力トレーニングを行う「リフレッシュ体操教室ホップ」と、マットを使い、自分で動かせる範囲で身体を動かし健康の増進を図る「リフレッシュ体操教室ステップ」を実施します。

②いちよう学級の実施

【障害者福祉課】

知的障害者がスポーツ・学習等を通じ社会参加への適応力を高めるために、レクリエーション・自然体験などを行う「いちよう学級」を実施しています。内容の見直しを行いながら、さらに充実させていきます。

③スポーツ指導員の配置

【生涯学習スポーツ振興課】

障害者が気軽にスポーツに親しめるよう、（公財）日本障がい者スポーツ協会が認定する「障がい者スポーツ指導員」を区立スポーツ施設に順次配置していきます。

施策（2）障害者スポーツへの理解促進と普及・啓発

障害者スポーツを行える場所や機会について、広く区民に周知を図ります。
また、障害者スポーツに携わる人のみならず、誰もが障害者スポーツへの理解を深めることができるよう、意識啓発などに取り組みます。

①障害者スポーツの理解の推進

【生涯学習スポーツ振興課】

障害者スポーツに携わる人のみならず、障害者スポーツへの理解を深めることができるよう、障害者スポーツを題材とした研修等を実施します。

②障害者スポーツの普及・啓発

【生涯学習スポーツ振興課】

障害者スポーツ体験会の実施や障害者スポーツ団体の定期的な活動場所を確保するほか、SNS等を活用し、障害者スポーツに関する様々な情報の提供方法を工夫することで、障害者スポーツの普及拡大を図ります。

施策（3）障害者スポーツを通じた交流の推進

▶ SDGs のゴールとの関係：



スポーツセンターや学校施設などにおいて、障害者スポーツ体験会や催し物を開催し、障害のある人もない人も一緒にスポーツの楽しさに触れ、スポーツの魅力や価値を共有する機会を創ることで、共生社会の実現に寄与します。

重点

①障害者スポーツの観戦・体験機会の創出

【生涯学習スポーツ振興課】

障害のあるアスリートが持てる力を発揮し、競技に打ち込む姿は、多くの人に勇気と感動を与えます。

試合や大会の誘致などにより、障害者スポーツの観戦機会の充実を図るとともに、体験会の実施により、定期的に障害者スポーツに触れる機会を創出します。

②障害者スポーツの集いの充実

【生涯学習スポーツ振興課】

障害のある人もない人もスポーツを通じて交流する集いを、スポーツセンターで実施します。

障害者団体やスポーツ推進委員、障害者福祉課、（公財）港区スポーツふれあい文化健康財団と連携して、障害のある人もない人も、ともにスポーツに親しめるよう内容を充実するとともに、催し物の周知を強化します。

③障害者スポーツ環境の充実

【生涯学習スポーツ振興課】

障害のある人が安心してスポーツを楽しめるよう、障害者スポーツ用品の充実を図り、障害のある人もない人も同じ場所で一緒にスポーツを行うことができる環境を整えます。また障害者スポーツの催し物等を実施することで、障害者が利用しやすい環境が整っていることを周知していきます。



障害者スポーツの集いの様子

基本目標5 港区の特性や資源を生かしたスポーツ活動の推進

施策（1）港区の特性を生かしたスポーツツーリズムの推進

▶ SDGs のゴールとの関係：



区は、空港からのアクセスも良く、新幹線の停車駅である品川駅、東京港もあるなど、交通の要衝であり、東京・日本の玄関口として国内外から多くの人が集まる観光都市です。また、運河や東京湾などの貴重な水辺空間や、お台場エリアなどの立地特性もあります。

区内外、さらには海外から、多くの観光客が港区に集い、地域経済が活性化することを目指して、区の観光資源や立地特性を活用したスポーツツーリズムを推進します。

①観光資源を活用したスポーツ活動の実施

【生涯学習スポーツ振興課】

区は、お台場などの知名度の高い地域や六本木、虎ノ門にある大規模施設などの都市観光資源と歴史的な由緒ある神社仏閣や名所・旧跡、緑豊かな公園などが同居するまちです。

区内の名所を見物するまち歩きなど、観光資源を活用した催し物や港区観光大使との連携により、スポーツの振興が図られるよう取り組みます。

②立地特性を生かした催し物の実施

【生涯学習スポーツ振興課】

お台場エリアの立地特性を生かして、お台場でのマラソンのほか、水辺を活用した取組としてウインドサーフィンやビーチヨガ、トライアスロン教室等を開催します。

重点

③スポーツ大会・試合・催し物の誘致[再掲]

【生涯学習スポーツ振興課】

トップアスリートによるスポーツ大会や試合、催し物をスポーツセンター等に誘致することで、トップアスリートの競技を間近で観戦し、スポーツの興奮や感動を共有する機会を提供します。

施策（２）区内企業等との連携によるスポーツ機会の創出

▶ SDGs のゴールとの関係：



港区には、多くの企業が本社を構えるオフィス街や商業エリアがあり、トップレベルのアスリートやチームが集まる特性があります。このような特性を生かし、アスリートやチームとの交流を創出するとともに、大使館や小・中学校、高等学校、大学、総合支所等と連携し、区民のスポーツ活動の充実を図ります。

重点

① トップアスリート及びチームとの交流[再掲]

【生涯学習スポーツ振興課】

スポーツ技術を極めたトップアスリートからの助言や指導を受けることは、技術の向上や取り組む姿勢、競技の歴史などを学ぶ絶好の機会です。

トップアスリートやチームから直接指導を受ける機会を創出するため、区内企業等との連携により、スポーツ教室や交流事業を実施します。

② 国際性豊かな催し物の実施

【生涯学習スポーツ振興課】

区には、多言語・多文化の人々が住んでおり、多くの大使館やインターナショナルスクールが存在しています。このような特色を生かして、大使館等と連携し、小・中学校や町会・自治会等の地域において、スポーツを通じた国際交流や相互理解を育む催し物を実施します。

③ 企業との連携協定

【生涯学習スポーツ振興課】

区内企業と連携協定を締結することで、トップレベルのアスリートやプロスポーツチームなどのスポーツ資源を生かした、スポーツ振興事業を推進します。

企業名	締結時期
サントリーホールディングス株式会社	令和2年9月

④ 総合支所との連携強化

【生涯学習スポーツ振興課】

スポーツへの関心が高まり、総合支所においても、地域事業としてスポーツに関連する取組が行われています。赤坂地区では、地域資源を活用し、地域の小・中学生、高校生を対象に「驚き、感動、気づき」から「自ら考え、行動する」へ導くよう、文化系・スポーツ系講座を実施する「赤坂・青山子ども共育（ともいく）事業」、芝浦港南地区では、運河や海辺などの水辺資源を活用した催し物の実施により、地域住民のつながりを深め、コミュニティ形成を図る「水辺フェスタ」を実施しています。

総合支所とスポーツ関連事業の情報交換を行い、スポーツ事業の連携強化に取り組みます。

施策（3）東京 2020 大会等のレガシーの継承

▶ SDGs のゴールとの関係：



ラグビーワールドカップ 2019 や東京 2020 大会を契機に、実施した事業や構築したネットワークなどのレガシーを活用し、区民の「する」「みる」「支える」スポーツ活動の推進を図ります。

①MINATOシティハーフマラソンの開催[再掲]

【オリンピック・パラリンピック推進担当】

子どもから高齢者まで、国籍、障害の有無の区別なく、多くの区民が参画できるスポーツを通じた地域共生社会の実現と東京 2020 大会のレガシーの継承を目的として、MINATOシティハーフマラソンを開催しています。

大会の開催に当たり、地域振興、国際化、教育、文化など、地域共生社会の実現に向けた基盤づくりとなるよう区内企業をはじめとする様々な関係団体等と連携するほか、区民等がボランティアとして参加することで、MINATOシティハーフマラソンを地域ぐるみで世界に誇れる大会へと創り上げ、また、育てていくことによって、コミュニティの活性化、港区への愛着と誇りの機会の創出につなげます。

②ポート・スポーツ・サポーターズクラブ事業の実施[再掲]

【生涯学習スポーツ振興課】

スポーツボランティアの育成や参加を拡大していくために、各競技やボランティアに関する知識を学ぶことができる講座を実施し、ボランティアリーダーとなれる人材の育成に取り組めます。

また、関係団体と連携し、スポーツボランティアが活躍できる機会の充実を図ります。

③東京 2020 大会の気運醸成事業の推進とレガシーの創出

【オリンピック・パラリンピック推進担当/生涯学習スポーツ振興課】

東京 2020 大会の気運醸成を効果的に推進するためには、行政のみならず、区民、民間、全国各地域と連携した取組が必要となります。企業連携による気運醸成事業の推進や東京 2020 大会の時期を踏まえた普及・啓発事業の実施のほか、東京 2020 大会時に区内で開催されるトライアスロンやマラソンスイミング、区内の一部がコースとなっているパラリンピックマラソンの普及など、東京 2020 大会の気運醸成に向けて区を挙げて取り組めます。

また、東京 2020 大会を契機として高まった「する」「みる」「支える」スポーツ活動への気運が継続されるよう取り組めます。

④東京 2020 大会等を通じたネットワークの拡大を活用したスポーツの推進

【生涯学習スポーツ振興課】

ラグビーワールドカップ 2019 や東京 2020 大会を契機として構築した競技団体や企業とのネットワークを生かし、区民や団体との協働により、「する」「みる」「支える」スポーツ活動の推進を図ります。

⑤ラグビーを生かしたスポーツ振興

【生涯学習スポーツ振興課】

区と（公財）日本ラグビーフットボール協会との協定に基づく連携により、ラグビーの観戦機会の提供やタグラグビー教室等を通じ、ラグビーワールドカップ 2019 を契機として高まった「する」「みる」「支える」スポーツ活動への気運が継続されるよう取り組みます。



イギリス体操チームとの交流会の様子



ラグビー観戦事業の様子

基本目標6 健康づくりにつながるスポーツ活動の推進

施策（1）健康づくりのための身体活動の推進

▶ SDGs のゴールとの関係：



生涯を通じて元気にいきいきと暮らすためには、身体活動による健康づくりが重要です。また、スポーツを継続的に楽しむ上で、健康な身体は大切な基盤となります。誰でも参加しやすいウォーキングの催し物等の機会の充実を図るとともに、健康づくりに向けたスポーツの効果や有効性などの情報を発信します。

①健康づくり自主グループの育成及び支援

【健康推進課】

健康増進センター（ヘルシーナ）で実施する健康教室等の参加者を主体に結成された、健康づくり自主グループの活動を支援するとともに、情報提供やポスター・チラシを施設に掲示するなどの支援をします。

②健康づくりサポーターの育成及び支援

【健康推進課】

健康づくりに取り組んでいる個人や企業・飲食店などの団体を「健康づくりサポーター」として登録し、それぞれの活動を通じて、地域の区民が身近な場所で自主的に健康づくりを継続してできるよう支援します。区ホームページで、登録している健康づくりサポーターを紹介し、活動内容などの情報提供を行います。また、健康づくりサポーター間の情報交換を行い、事業の活性化を図ります。

③ウォーキングマップの利用及び活用促進

【健康推進課】

区内8コースの距離や所要時間、消費カロリーなどをまとめた「すこやかマップウォーキング」を利用して身近で無理のない「ウォーキング」により、運動習慣の定着を図ります。マップを利用したウォーキングが継続的に実施されるよう、マップの内容を適宜、更新していきます。

④健康サポート教室（65歳未満）の開催

【健康推進課】

65歳未満の区民を対象に、健康への関心を高め、日常生活の中で、健康増進、疾病の予防、生活習慣病の予防・悪化防止の正しい知識の普及・啓発を図ります。

⑤「港区子ども健康読本」の発行

【健康推進課】

子どもの生活習慣病や感染症等についての正しい知識、喫煙、飲酒、麻薬、覚醒剤などの影響等を盛り込んだ「港区子ども健康読本」を作製し、区立小学校を通じ、小学校6年生に配布し、学童期からの健康全般に関する知識の普及を図ります。

新規

⑥子どもの健康な身体づくりに向けた食育の推進

【学務課】

義務教育期は、身体が生涯を通じて最も急速に発達し、身体の基礎を作る時期です。この時期に身体の発達や体力、生活習慣、食生活に関する正しい知識と行動を身に付けることは、一生涯の健康の基礎となります。

「みなと食育ブック ヘルシージュニア育成プログラム（家庭編）」を活用し、子どもが生涯にわたり健康と体力を維持できる能力を獲得するための食育を推進します。

⑦「親子ふれあい広場」での催し物の開催

【子ども家庭支援センター】

子ども及び家庭に関するあらゆる相談に応じ、必要な支援の実施や情報提供を行います。「親子ふれあい広場」で親子が楽しめるプログラムを取り入れ、親子の心身の健康増進を図ります。



すこやかマップウォーキング

施策（２）介護予防等に向けた取組の展開

▶ SDGs のゴールとの関係：



加齢に伴い進行すると言われている認知症をはじめ、心身の活力が低下した状態であるフレイル^{※3}を防止する取組が注目されています。身近な場において、介護予防や認知症予防に向けた身体活動の取組の充実を図ります。

①介護予防を担う人材の養成

【高齢者支援課】

介護予防に興味を持ち、地域のリーダーとなって介護予防活動を主体的・積極的に取り組んでいく介護予防リーダーを養成します。介護予防リーダーが、介護予防総合センター（ラクっちゃ）やいきいきプラザ、高齢者相談センターなどと連携して、介護予防活動を積極的に展開していきます。

また、介護予防体操（みんなといきいき体操）の普及や介護予防事業のサポートをする介護予防サポーターを養成します。介護予防総合センターやいきいきプラザなどにおいて実施する介護予防事業や、介護予防体操の普及活動において、介護予防リーダー・サポーターと連携し、円滑に事業を実施します。

②介護予防体操（みんなといきいき体操）の普及

【高齢者支援課】

いつでも、どこでも、誰でも介護予防ができるように、介護予防体操（みんなといきいき体操）の普及を推進します。介護予防総合センター（ラクっちゃ）やいきいきプラザなどで介護予防体操を実施するとともに、区民へのDVDの貸出もあわせて行います。また、動画の配信にも取り組みます。

③介護予防事業の充実

【高齢者支援課】

運動機能、生活機能、栄養状態の維持・向上を図るため、介護予防総合センター（ラクっちゃ）を中核機関として、いきいきプラザ、スポーツセンター、高齢者相談センターなどとのさらなる連携強化を推進し、魅力ある効果的な事業や教室を実施するとともに、介護予防事業の拡充に取り組みます。

また、ICTを活用した新たな事業など、個々の生活に合わせて多くの人が介護予防に取り組めるよう、多様な介護予防プログラムを実施します。

④認知症予防事業の実施

【高齢者支援課】

認知症予防に効果があると言われているウォーキングを中心とした事業を行います。事業に参加して集団で行うウォーキングだけではなく、個人が気軽にウォーキングの習慣をつけることにより、認知症の予防やフレイル（虚弱）対策を行うことができます。

⑤訪問型介護予防事業の実施

【高齢者支援課】

通所型介護予防サービスを利用できない人や家族を対象に、看護師などが訪問して、介護予防のための運動指導や保健指導などを行い、要介護状態になることを防止するとともに状態の改善を図ります。

※3 フレイル：年齢とともに心身の活力（筋力や認知機能等）が低下し、要介護状態となるリスクが高い状態。

施策（3）スポーツと健康づくりの活動拠点の充実

▶ SDGs のゴールとの関係：



スポーツセンターと介護予防総合センター（ラクっちゃ）や健康づくり施設など、スポーツ活動の場として利用可能な施設との連携を強化し、区民が利用しやすい仕組みづくりや、活動拠点としての機能の充実を図ります。

①スポーツと健康づくりをともに支える環境の充実

新規

重点

【生涯学習スポーツ振興課/健康推進課】

区民が日常生活において、スポーツを通じた健康の維持、増進に気軽に取り組めるよう、身近な地域でスポーツ活動に親しみ、楽しく身体を動かせる場と、生活習慣病やフレイル等の予防に向けた健康づくりを行う場が連携することで、どちらの活動も相互にできる環境づくりを図ります。

②ヘルシーナにおける健康増進の取組の実施

【健康推進課】

健康増進センター（ヘルシーナ）内のトレーニングルームや体育館で自主的に健康づくりに取り組むことができる事業を実施します。また、ヘルシーナで健康増進・健康づくりのために、検査、体力測定などの健康度測定や医師によるカウンセリング、栄養指導、運動指導を行うメディカルチェック事業を実施します。生活習慣病予防・改善のための事業や健康づくり教室など、区民の多様なニーズに応えるプログラムを拡充します。

③スポーツセンターと区有施設との連携事業の推進

【高齢者支援課/健康推進課/生涯学習スポーツ振興課】

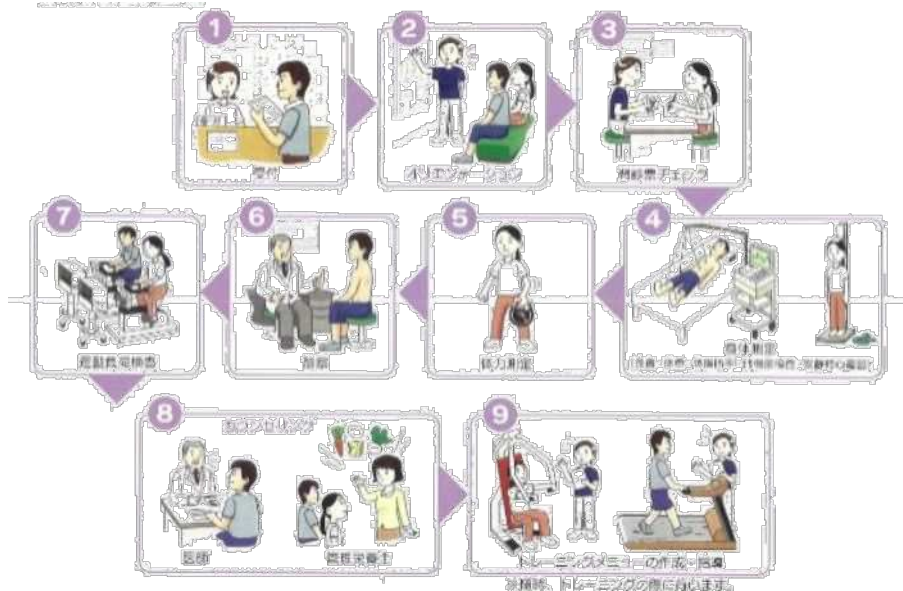
区民の健康保持・増進の視点で、健康増進センター（ヘルシーナ）や介護予防総合センター（ラクっちゃ）と連携し、水中トレーニング教室などの事業を実施します。

港区立健康増進センター「ヘルシーナ」

健康増進センター「ヘルシーナ」は、区民の健康づくりのお手伝いをする施設です。当施設では、医師・健康運動指導士・管理栄養士のスタッフのもとで、健康・体力チェック（健康度測定）を行い、個人に合った健康トレーニングメニューを作成します。これにより、健康づくりと生活習慣病予防改善のための、バランスのとれた食事・生活・運動を実践することができます。

健康度測定の流れ

健康度測定に係る「受付」から「トレーニングメニューの作成・指導」までの流れは以下のプロセスとなっています。



健康度測定を受けた人が参加できるコース

健康度測定を受けると、以下のコースに参加することができます。

①健康づくりコース (全 10 回)

健康運動指導士のもとで、約3か月間グループでリズム体操・ボール運動・ダンベルなどを使ったトレーニング、ストレッチなどを行います。

②生活習慣病 予防・改善コース (全 20 回)

健康運動指導士のもとで、約半年間グループでリズム体操・ストレッチを中心に体調・体質を整えていくコースです。

③自主トレーニングコース

トレーニングメニューに基づいて、個人で自由な時間にトレーニングができます。

基本目標7 先端技術で創り出す新たなスポーツの楽しみ方の実現

施策（1）先端技術を活用したスポーツ活動の推進

▶ SDGs のゴールとの関係：



新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、スポーツ教室等のオンライン配信が注目されていることから、区でもオンライン配信によるスポーツコンテンツの充実を図ります。また、年齢、国籍、障害の有無にかかわらずスポーツに取り組める電子機器の活用については、ゲーム障害や依存症等のリスクを踏まえることも重要です。

今後、ICT等による先端技術の活用について、区内企業や大学等と連携しながら、新たなスポーツの楽しみ方を創出します。

新規

重点

①先端技術の活用に向けた民間企業等との連携

【生涯学習スポーツ振興課】

民間企業や大学等と連携し、区で実践可能な取組の検討と先進事例の情報を収集し、ICT等による先端技術を活用したスポーツの楽しみ方の創出に取り組めます。

新規

重点

②オンライン配信によるスポーツ機会の充実

【生涯学習スポーツ振興課】

自宅にいてもスポーツに親しむことができるように、各種スポーツ教室や催し物などの様々なスポーツコンテンツをオンライン配信により提供します。

		前期3年間			後期3年間
		令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6～8年度
取組目標	オンライン配信によるスポーツ教室数	10 教室	11 教室	12 教室	12 教室
成果指標	参加者数/年間	200 人	220 人	240 人	240 人

施策（２）スポーツ情報の提供

▶ SDGs のゴールとの関係：



区民のスポーツに対する関心を高め、参加を促すためには、情報を提供する体制の構築が重要です。

区民の主体的なスポーツ活動を支えるためには、施設予約、利用案内などの活動場所に関する情報や教室、講座など開催事業に関する情報、団体の活動情報など、多様な情報を効果的に提供していくことが重要です。

さらに、区の広報紙や掲示板、ホームページ、SNS等多様な媒体によりスポーツに関する情報を幅広く区民に提供し、区民の「知る」環境の充実を図ります。

① SNS等を活用した情報の提供

【生涯学習スポーツ振興課】

SNS等を活用し、スポーツ教室等の開催情報や区立スポーツ施設の混雑情報等の提供に取り組みます。

② 区ホームページの充実

【生涯学習スポーツ振興課】

区ホームページを活用し、広く区民にスポーツやレクリエーション、スポーツ団体の情報を提供できるように取り組みます。

③ 施設の周知、利用案内等の情報提供

【生涯学習スポーツ振興課】

スポーツセンターや運動場などの利用方法をまとめた「スポーツガイドマップ」や利用可能な学校屋内プールを一覧にした「学校屋内プール利用案内」により、施設の周知及び利用方法をお知らせしています。今後は、内容をさらに充実し、広く区民に施設利用を促すための情報提供に取り組みます。

先端技術を活用した新たなスポーツの楽しみ方

先端技術の革新が進展する時代が到来し、IoTやVR、ARを活用した新たなスポーツの楽しみ方がクローズアップされています。eスポーツを始めとする新たなスポーツの楽しみ方や在り方を紹介します。

■ eスポーツ

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です。

令和元（2019）年10月には、国民体育大会史上初となるeスポーツ大会「全国都道府県対抗eスポーツ選手権 2019 IBARAKI」が開催され、600人の選手が参加しました。



【出典】一般社団法人日本eスポーツ連合社 公式HP

■ ライブビューイング会場のVR体験

平成30（2018）年1月に男子プロバスケットボール B.LEAGUE のオールスターゲームが熊本で開催され、富士通株式会社（本社：港区）が試合会場と東京・恵比寿を繋ぐ次世代型ライブビューイング「B.LIVE in TOKYO」を開催しました。

富士通株式会社は、360度映像と音響に包まれたその試合のライブビューイングをVR体験できる技術を開発しており、新たな観戦スタイルの確立を目指しています。



【出典】富士通株式会社 公式HP

■ HADO

HADOは、株式会社 me leap（本社：千代田区）が開発し、頭にヘッドマウントディスプレイ、腕にアームセンサーを装着して楽しむARスポーツです。自らの手でエナジーボールやシールドを発動させ、フィールドを自由に移動し、仲間と連携しながら対戦を楽しみます。

港区では、令和2（2020）年にオープンしたアトレ竹芝（店舗：海岸1丁目）において、期間限定でHADOのスタジアムが開設されました。



【出典】株式会社 me leap 公式HP

第4章

計画の推進



1 計画の推進体制

(1) 推進体制

「港区スポーツ推進計画」の推進に当たっては、区民や行政だけではなく、地域の様々なスポーツ関係機関や団体等が、それぞれ主体的にスポーツを推進するとともに、連携、協働して取組を進めます。

また、幅広い分野からの意見を収集することを目的とした「港区スポーツ運営協議会」を設置しています。区のスポーツ事業の推進に関して必要な助言を受けるとともに、本計画の進捗状況を定期的に報告します。

(2) 各主体の役割

効果的な計画の推進に向けて、以下のそれぞれの役割を積極的に果たしていくことが求められています。

①区民

「する」「みる」「支える」の3つのスポーツの関わり方を通じて、一人ひとりが生涯を通じて、気軽にスポーツに親しみ、豊かなスポーツライフを構築していくことが求められます。これまでスポーツを行っていなかった区民は、身近な場所で体を動かすことや、「みる」スポーツ、「支える」スポーツへの参加を含めて、スポーツに何らかの形で参加するきっかけを持つことが求められます。

②町会・自治会

それぞれの地域で個性や工夫をこらした、地域住民が参加しやすいスポーツ大会やイベントの開催が求められます。また、スポーツ活動を通じて、地域住民のコミュニケーションが促進され、スポーツによる安全で活力のあるまちづくりの推進が図られます。

③商店会

地域住民が参加しやすいスポーツ大会や催し物の開催が求められます。既に区内の各地で、地域の個性や工夫をこらしたスポーツの催し物が開催されています。

④スポーツ・レクリエーション団体

多世代、多様な種目のスポーツが楽しめる活動機会の提供、スポーツ教室やイベントの開催などによるスポーツ活動の拡充が求められています。

⑤プロスポーツ・企業スポーツ団体等

トップアスリートの地域交流、学校訪問などを通じて、スポーツ活動へのきっかけづくり、地域の競技力の向上などへの貢献が求められます。チームや選手が活躍することは、区民に夢や感動を与え、区全体のスポーツ気運の醸成につながります。

また、企業は、社員が日常的にスポーツ活動ができるような取組を行うことが求められます。

⑥民間スポーツ施設

地域のスポーツ・レクリエーション団体や公共スポーツ施設などとの連携を図り、区民に対して、より良いスポーツサービスを提供していくことが求められます。

⑦幼稚園・保育所・小学校・中学校・児童館・子ども中高生プラザ等

幼稚園・保育所での生活や遊び、小学校・中学校の体育の授業や運動部の活動、児童館・子ども中高生プラザでのスポーツ・遊びは、子どもの体力・運動能力の向上を図るとともに、生涯にわたりスポーツに親しむきっかけを作り出す重要な役割が求められます。

⑧高等学校、大学

生徒や学生のスポーツボランティアへの参加、学内の体育・スポーツ施設の開放など、地域住民に開かれた学校として、スポーツの推進に向けて積極的に働きかけることが求められます。

⑨スポーツ推進委員

住民の身近な立場で、地域住民のニーズに合わせた、スポーツの普及、実技の指導、助言などを積極的に推進していくことが必要です。

また、地域の住民や団体とスポーツ指導者の調整など、区内の人材や団体のニーズを把握し、調整・コーディネートしていく役割が求められています。

⑩（公財）港区スポーツふれあい文化健康財団、（一財）港区体育協会

区のスポーツ事業の担い手として、行政との役割分担を明確に認識し、体育・

スポーツに関する情報提供や自主事業や催し物の実施など、区民のニーズに沿ったスポーツ事業を展開する必要があります。

行政との連携を図り、区のスポーツ施策の方針を共有して、協働によって区のスポーツのさらなる推進を図ります。

⑪港区（行政）

区民がいつでも、どこでも、誰でも、スポーツができるよう、情報の提供や活動の場、機会の充実など、区民のスポーツ活動の支援やスポーツ環境の整備を行っていきます。

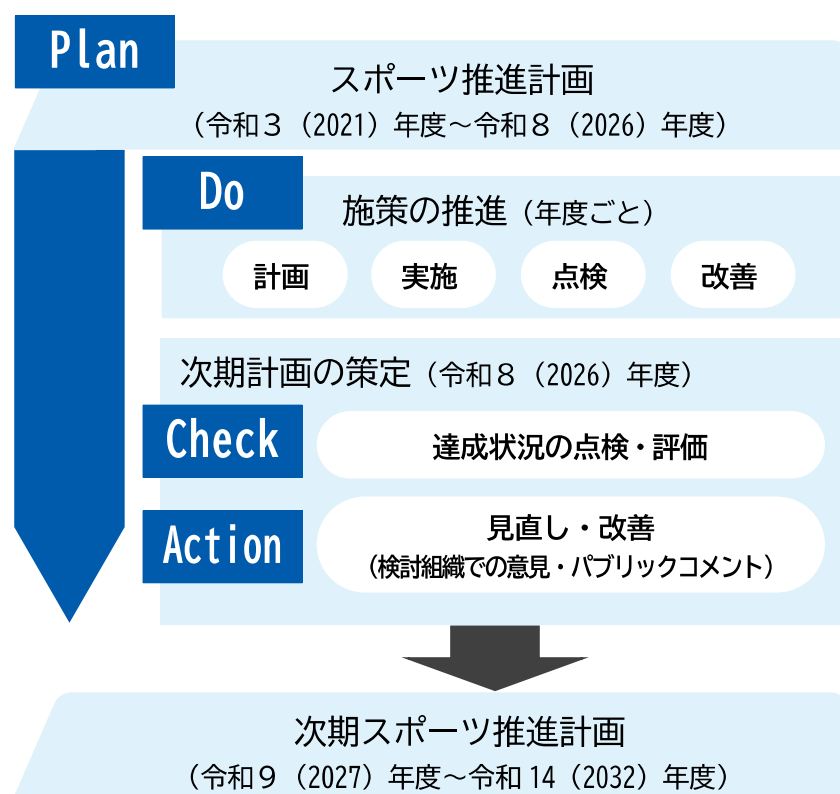
地域の特性を生かしたスポーツ事業の実施に向け、各総合支所との連携を強化するほか、高齢者福祉、障害者福祉、健康推進、子育て、学校教育など、庁内関係部局ともスポーツを視点とした連携を図り、スポーツ事業の推進を図ります。

2 計画の進行管理

(1) 管理方法

本計画に計上した施策は、計画【Plan】実行【Do】点検・評価【Check】見直し・改善【Action】のサイクルで着実に推進します。

計画の最終年度となる令和8年度に、それまでの達成状況を点検・評価し、その結果を踏まえ次期計画の策定を行います。



(2) 評価方法

本計画の施策・取組に対する評価は、行政による評価、区民を対象としたアンケート調査の結果等を踏まえて総合的に行います。

①行政による評価

ア 事業所管課による進捗・目標達成度評価〔毎年度実施〕

本計画に掲げる全事業について、取組状況や成果指標の達成状況、課題等を各事業推進課において評価し、その結果を事業の見直しや改善等につなげることを目的に実施します。

イ 事務事業評価〔毎年度実施〕

各事務事業の必要性、効果性、実施手法の効率性等について評価し、その結果を事業の見直しや改善等につなげることを目的として実施します。

ウ 港区教育委員会の権限に属する事務の管理及び執行の状況の点検及び評価〔毎年度実施〕

本計画に計上している事業について、取組状況及びその成果を学識経験者の専門的な視点で点検及び評価し、課題や今後の取組の方向性を示すことを目的に実施します。

エ 政策評価〔3年ごとに実施〕

港区基本計画に掲げる施策の実施状況や効果等について、学識経験者の専門的な視点や区民の視点から政策の達成度を評価するとともに、各種施策について今後の方向性を明らかにすることを目的として実施します。

②区民等の意見

ア みなとタウンフォーラムや各総合支所の区民参画組織からの意見、提言

区では、港区に住み、働き、学ぶ区民が話し合い、意見を出し合う場として、区民参画組織である「みなとタウンフォーラム」を設置しています。その場で出た意見を取りまとめた提言を最大限反映するよう努めます。

イ 区民を対象としたアンケート調査

3年に1回程度、スポーツの施策や取組への満足度や、行政への期待・要望等について調査を行います。

区 の 木



ハナミズキ

区 の 花



アジサイ



バラ



港区のマークは、昭和24年7月30日に制定しました。旧芝・麻布・赤坂の3区を一丸とし、その象徴として港区の頭文字である「み」を力強く、図案化したものです。

港区スポーツ推進計画(素案)

令和2(2020)年11月

発行：港区教育委員会

編集：港区教育委員会事務局教育推進部

生涯学習スポーツ振興課

港区芝公園一丁目5番25号

03-3578-2111 (代表)