

飯田市スポーツ推進計画 【第3次】（素案）

～ スポーツを通じて人と地域が
輝く社会（まち）飯田 ～

令和7年4月1日
飯田市教育委員会

目 次

第1章	スポーツ推進計画の基本的な考え方	2
1	計画策定の趣旨	2
2	第3次計画の策定を取り巻く動向	2
3	計画の性格	3
4	計画期間	3
第2章	これまでの成果と課題	4
1	計画の基本理念	4
2	第1.2次計画の総括と数値から見る進捗	4
	(1) こどもの体力・運動能力	
	(2) 成人の日常的なスポーツ習慣	
	(3) スポーツ文化の醸成	
3	第2次計画期間における基本目標ごとの取組と成果	6
第3章	計画の基本目標と施策の展開	9
1	計画の構成	9
2	基本目標ごとの施策の展開	
	基本目標1 スポーツによる健康・体力の向上	10
	(1) こどもの体力・運動能力の向上	
	(2) 日常的なスポーツ習慣の推進と健康づくり	
	基本目標2 競技スポーツの振興	17
	(1) スポーツ人口の増加と全国的・国際的に活躍する選手の育成支援	
	(2) 2028 国民スポーツ大会に向けた準備と機運の醸成	
	基本目標3 中学生期の文化・スポーツ活動の充実	19
	(1) 中学生期の文化・スポーツ活動の充実に向けた体制づくり	
	基本目標4 スポーツを支える人材の発掘・育成	20
	(1) スポーツ指導者の発掘と資質向上	
	(2) スポーツボランティア人材の育成	
	基本目標5 スポーツを通じたコミュニティづくりと交流の拡大	22
	(1) コミュニティスポーツの推進	
	(2) スポーツ交流圏域の拡大	
	基本目標6 スポーツを通じたインクルーシブ社会の実現	24
	(1) 障がい児・者と一緒に楽しめるスポーツの推進	
	(2) 全ての人がスポーツに親しめる環境整備	
	基本目標7 スポーツ施設の整備・充実	26
	(1) スポーツ施設の適切な運営・管理	
	(2) スポーツ施設の整備・充実	
	(3) 学校体育施設の活用	
第4章	施策の推進体制	29
1	施策推進体制と役割	29
2	計画の検証・評価	30
<資料編>		
1	計画策定までの経緯と主な意見	31
2	飯田市スポーツ推進審議会	32
3	飯田市で管理する体育施設一覧	33
4	スポーツに関するアンケート調査結果	別冊

★第1章 スポーツ推進計画の基本的な考え方

1 計画策定の主旨

近年、少子高齢化、人間関係の希薄化、高度情報化社会の進展など、社会環境や価値観の急激な変化に伴い、スポーツをとりまく環境も変化してきています。

このような中で、こどもたちの体力低下や運動習慣の二極化、働き盛り世代における運動不足によるストレスの増大や心身の健康問題、高齢期の健康寿命延伸に向けた運動の必要性、そして日常的な身体活動量の減少によるロコモティブシンドローム※1の増加など、スポーツに関連する課題は増大しています。また、地域コミュニティの活性化や地域住民の一体感や活力を醸成するためにも、スポーツの役割が重要視されています。

こうした背景を受けて、国では「スポーツ基本法（平成23年度法律第78号）」が制定され、国と地方公共団体の責務が明確化されました。

飯田市はこの法律に基づき、平成29年度に飯田市スポーツ推進計画（以下「第1次計画」という。）を策定し、さらに、令和3年度には令和6年度を目標年度とする第2次改定版（以下「第2次計画」という。）を策定し、こどもの体力・運動能力や成人の日常的なスポーツ習慣の向上において一定の成果をあげました。

令和6年度末の第2次計画が終了するにあたり、こどもの体力・運動能力の低下やスポーツ施設の老朽化等の課題に加え、国の方針を受けて、学校部活動の地域クラブ活動への移行という新たな課題に直面しています。第2次計画の進捗状況と課題、さらに今日的な新たな課題も考慮しながら、今後4年間において、市が推進していくスポーツ施策を明らかにするために、飯田市スポーツ推進計画を改定（以下「第3次計画」という。）することとします。

※1 ロコモティブシンドローム：疾患や加齢等に伴う運動器（身体を動かすときに連携して働く骨、関節軟骨、椎間板、筋肉、神経系など）の障害のために自分で移動する能力が低下して介護を必要とする状態、あるいは要介護リスクが高まった状態。

2 第3次計画の策定を取り巻く動向

第2次改定版の計画期間である令和3年度～6年度は、新型コロナウイルス感染症の拡大により、あらゆる世代のスポーツ活動が大きな制限を受けたことから、体力の低下やストレスの増加、スポーツ活動を含む交流機会の減少等、私たちの生活にも大きな影響を及ぼしました。

一方で、2021年に東京、2024年にパリで開催されたオリンピックやパラリンピックは、私たちに、「する」「みる」「ささえる」視点で主体的にスポーツに関わることで得られる楽しさや喜び、充実感を与えてくれます。一人ひとりの日々の生活における潤いや豊かさを、さらには地域社会における活力を生み出す力や価値があることを再認識させてくれました。

また、令和4年3月に策定された国の第3期スポーツ基本計画では、コロナ禍の経験を踏まえ、あらためてスポーツの価値を高めるための新たな3つの視点として、「スポーツ活動の基盤を形成し、持続可能なスポーツ文化を育む視点」、「スポーツを通じて人々が集まり、コミュニケーションや地域社会の連帯感を深めることを目的とした視点」、「年齢や性別、障がいの有無などに関係なく、全ての人がスポーツを楽しむことができる環境づくりの視点」が示されました。

また、国や長野県からは、学校部活動の地域クラブ活動への移行のガイドラインが示され、これまで学校部活動により支えられてきた中学生期のスポーツ活動の仕組みの変革が求められ、中学生を含む全ての人が、生涯を通じてスポーツに親しめる地域環境の整備が課題となっています。

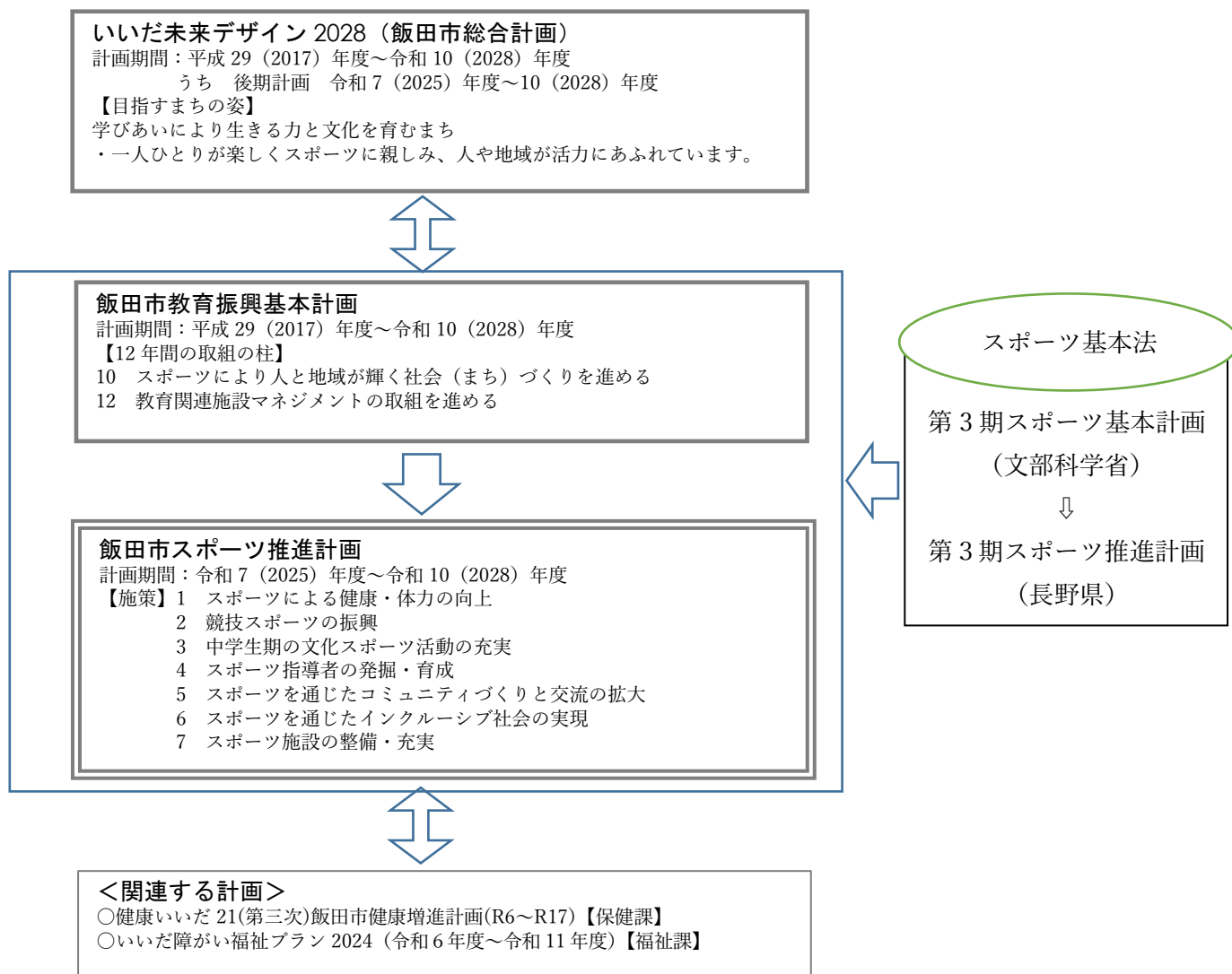
3 計画の性格

飯田市スポーツ推進計画は、平成 29 年度を初年度とする「いいだ未来デザイン 2028（飯田市総合計画）」「第 2 次飯田市教育振興基本計画」に対応するスポーツ分野の個別計画として位置づけ、今後のスポーツ推進のための基本方針・基本目標・施策の展開について明らかにするものです。

4 計画期間

計画期間は、令和 7 年度を初年度とし、令和 10 年度を目標年度とする 4 年間を対象とします。なお、計画期間内であっても、新たに計画に盛り込むべき事項が生じた場合は、必要に応じて計画の見直しをします。

【計画の関連図】



★第2章 これまでの取組の成果と課題

1 計画の基本理念

「スポーツを通じて人と地域が輝く社会（まち）飯田」

飯田市は、豊かな自然・文化に恵まれ、公民館活動に代表される住民の主体的な取組により多様なスポーツ活動が展開されています。

スポーツは、個人の心身の健康増進のみならず、良好な人間関係の形成を通じた地域コミュニティの維持・活性化にもつながります。特に成長期のこどもにとって、適正なスポーツ活動は、健全な身体と豊かな心を育む重要な活動となっています。また、市民の身近で高いレベルの競技が観られることや、地元出身のアスリートが輩出されることは、市民のスポーツへの関心を高めるとともに、市民に夢と希望を与えることにつながります。

そこで、飯田市では、生涯スポーツの推進、コミュニティスポーツ※2の推進、競技スポーツの振興を通して、「人と地域が輝く社会（まち）」をめざすこと、その社会（まち）づくりを、市、学校、公民館、（公財）飯田市スポーツ協会、スポーツ推進委員、スポーツ関係団体及び市民などの多様な主体が互いに協働しながら進めることを基本理念としています。

※2 コミュニティスポーツ：市町村などの地域社会で、住民が自発的に行うスポーツ活動。肉体的、精神的向上だけでなく地域社会の連帯を強めることを目的とする。

2 第2次計画の数値から見る進捗

「スポーツを通じて人と地域が輝く社会（まち）飯田」を理念に、第1次、第2次計画では6つの基本目標を掲げて取り組んできました。

① スポーツによる健康・体力の向上	④ スポーツを通じたコミュニティづくりと交流圏の拡大
② 競技力向上の推進	⑤ 障がい児・者と一緒に楽しめるスポーツの推進
③ スポーツを支える人材の発掘・育成	⑥ スポーツ施設の整備・充実

【取組全体の成果指標の進捗状況】

第2次計画においては、「こどもの体力・運動能力」と「成人の日常的なスポーツ習慣」に加え、「スポーツ文化の醸成」の3点を成果指標として設定してきました。

(1) こどもの体力・運動能力

指標名	平成27年度		令和元年度		令和5年度	
運動能力総合評価のD・E評価(運動能力が低い群)の割合 (調査対象である小学校5年生と中学校2年生の平均値)	飯田市	42.4	飯田市	27.0	飯田市	32.2
	全 国	39.0	全 国	24.2	全 国	29.2
	長野県	37.3	長野県	23.8	長野県	28.1

「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」

生活様式の変化や情報機器等の発達などにより、日常生活におけるこどもの身体活動の減少やスポーツ活動時間が減少し、基礎的な体力や運動能力が低下する傾向にあり、特に女子において顕著です。また、スポーツや運動を積極的に行うこどもとそうでないこどもの二極化が進んでいます。

こどもたちがスポーツに親しみ、その楽しさや喜びを味わう機会を確保し、基礎的な体力や運動能力を高めることは、生涯にわたりスポーツに親しみ、心身の健康を維持する豊かなライフスタイルの実現や多様なスポーツ種目における競技力の向上につながります。

第1次・第2次計画期間中においては、総合評価下位（D及びE）の割合は平成27年度の42.4%から、令和元年度は27.0%へと減少したものの、令和5年度には32.2%と増加しました。全国や県でも増加傾向にありますが、飯田市と全国値との差については3.0ポイント、県との差は4.1ポイントとなりました。

これは、全国的な傾向でもあるこどもを取り巻く環境や生活様式の変化に加え、車での移動が中心の当市の生活様式が重なることで歩く習慣や外遊びの習慣が希薄化していること、さらに新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けて、運動する機会や時間が減少したことも要因であると考えられます。今後に向けた中学校部活動の廃止が、中学生のスポーツ離れにつながらないように、地域で多様なスポーツに親しめる環境整備が必要です。

➤目標：令和10年度 長野県値以下

(2) 成人の日常的なスポーツ習慣

指標名	平成27年度		令和元年度		令和5年度	
成人の週1回以上スポーツに親しむ人の割合(%)	飯田市	38.8	飯田市	48.2	飯田市	53.9
	全国	40.4	全国	53.6	全国	52.5
	長野県	45.1	長野県	57.1	長野県	61.2

「市民意識調査」「スポーツの実施状況に関する世論調査」「長野県政モニターアンケート」

日常的にスポーツを習慣化することで、市民一人ひとりの体力の向上、ストレス解消、生活習慣病の予防など、心身両面にわたる健康の維持、増進が期待できます。また、スポーツを通じて市民が交流することは、地域の一体感や活性化につながります。

第1次計画においては令和元年度48.2%と増加、令和5年度には53.9%と目標値である45%を達成し、スポーツが日常生活に定着していることがうかがえます（なお、調査方法や調査内容が異なるため、全国と長野県の値は参考です）。一方で、4割程度の市民はスポーツを年に数回しか行わず、二極化が見られます。目標は達成しましたが、引き続き数値の上昇を目指し、二極化の解消へも働きかけ続ける必要があります。

➤目標：令和10年度 長野県値以上

(3) スポーツ文化の醸成

指標名	令和3年度		令和4年度		令和5年度	
運動・スポーツをする以外に見たり大会運営等に関わっている人の割合	飯田市	48.1	飯田市	49.8	飯田市	54.4
	長野県	—	長野県	49.8	長野県	54.0

「市民意識調査」「長野県政モニターアンケート」

本計画の理念に沿って6つの基本目標が着実に実施され、スポーツ文化が多くの子市民の間に醸成されることで、市民生活や地域の中にスポーツが根付き、推進されていくため、「みる」「ささえる」等の視点でスポーツに関わりを持つ人の割合から、スポーツ文化の醸成の度合いを図る指標として令和3年度から設定しました。

広く、スポーツ文化をどの程度意識しているかについて、市民の意識を把握することで、今後の施策全体の展開に活かしていきます。

➤目標：令和10年度 現状維持

3 第2次計画期間における基本目標ごとの主な取組と成果

基本目標1 スポーツによる健康・体力の向上

主な取組	成 果
①こどもの体力・運動能力の向上	・運動好きのこどもを育む取組として、運動神経系の発達に有効であるコーディネーショントレーニングを保育園、小学校で実践し、保育士・教員への普及を図りました。 【コーディネーショントレーニング教室等の開催数： R3 23回、R4 22回、R5 18回】 ・市内小中学校では、それぞれの学校の特長を活かして、一校一運動に取り組み、こどもの体力向上に努めました。【実践例：朝マラソン、縄跳び、体幹トレーニング等】
②日常的なスポーツ習慣の推進と健康づくり	・新型コロナウイルス感染症の影響を受け、全体としての参加者数は減少したものの、やまびこマラソン、風越登山マラソン大会、各地区主催スポーツ事業等を開催することで日常的なスポーツ習慣の定着の契機とするとともに、コロナ禍での大会運営における工夫や対応策は、安全に配慮した事業実施に応用可能なノウハウとして蓄積することができました。

基本目標2 競技力向上の推進

主な取組	成 果
①全国的・国際的に活躍する選手の育成	・（公財）飯田市スポーツ協会や各競技団体が実施する事業への参加者は増加傾向にあり、コロナ禍以前に戻つつあります。 【事業参加者数：R3：96,169人、R4：108,574人、R5：113,190人】 ・（公財）飯田市スポーツ協会と連携して元日本代表選手などを招いてボールゲームフェスタを開催し、こどもたちが一流選手のプレーに触れる機会を提供しました。また、信濃グランセローズや各競技団体と連携し、試合観戦やイベントを開催しました。一流選手のプレーに触れることで、こどもの夢や目標を育むことや、市民の競技スポーツへの関心を高めることにつながりました。 ・全国大会等で優勝する選手や、中学校体育連盟全国大会等での入賞者を市長表敬等の機会を通じて激励し、ホームページや報道等で紹介しました。 【R5：15回】
②小学校・中学校・高校期を通して継続的にスポーツ活動ができる体	・（公財）飯田市スポーツ協会や各競技団体が開催する中高生を対象とした教室や講習会、合同練習会や強化練習会のほか、指導者を対象とした指導者研修会を支援しました。 ・（公財）飯田市スポーツ協会との連携により全市型競技別スポーツスクールを実施することで、部活動の地域クラブ活動への移行に向けて、中学生の

制・仕組みづくり	多様なニーズに応じた活動の場を広げることができました。 【全市型競技別スポーツスクールの種目数と延べ参加者数 R3：中止、R4：16 種目 1,483 人、R5：15 種目 1,606 人】 ・令和5年5月「飯田市中学生期の文化芸術・スポーツ活動連携協議会」を設立し、全9回(R5)開催し、関係団体との連携を図ることができました。 ・中学生期の文化・スポーツ活動を中学生の発育発達に対応した適正な活動とするために、11月～1月までを部活動オフ期間と定め、部活動改革に取り組みました。さらに令和3年度からは、「冬季ジブン・チャレンジ期間」として、筑波大学との連携により、中学生の主体性を育む教育活動の一環として取り組んでいます。 ・この取組の理解を促進するために、学校や保護者への広報活動や競技団体との懇談を実施することで、少しずつですが理解者を増やすことができました。
----------	---

基本目標3 スポーツを支える人材の発掘

主な取組	成 果
①スポーツ指導者の発掘と資質向上	・(公財)飯田市スポーツ協会と連携した指導者研修等の実施や、競技団体が主催する研修会への支援を行いました。また、各競技団体の資格取得のための支援を行いました。 【指導者研修会の実施回数 R3：5回、R4：2回、R5：5回】 ・スポーツ推進委員協議会では、定例会や研修会を開催したり、飯伊地区や・県が主催する研修会へ参加し、資質向上に努めました。 【研修会回数・参加者数 R4：21回 110人、R5：26回 132人】 ・部活動の地域クラブ活動への移行を見据えた指導体制の強化のために、各競技団体と懇談を行い、指導体制について検討しています。
②スポーツボランティア人材の育成	・飯田やまびこマーチや風越登山マラソン等のスポーツイベントにおいて、一般市民や小中学校にボランティアスタッフの募集をしました。 【ボランティア募集事業数と参加者数 - R3：中止、R4：2回 821人、R5：2回 628人】

基本目標4 スポーツを通じたコミュニティづくりと交流の拡大

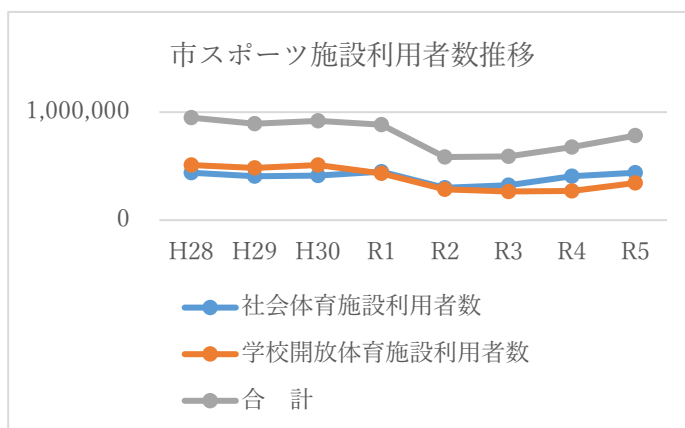
主な取組	成 果
①コミュニティスポーツの推進	・障がいの有無に関わらず、誰でも手軽に親しむことができるボッチャの普及にスポーツ推進委員や公民館委員とともに取り組むことで、大会等を実施する地区が増加しました。 【ニュースポーツフェスティバル参加人数 - R3：1回 174人、R4：1回 83人、R5：1回 58人】 ・コロナ禍の運動不足解消をめざして、スポーツ推進委員協議会では、在宅でできるストレッチや親子運動等の情報や動画を提供しました。
②スポーツ交流圏域の拡大	・コロナ禍ではありましたが、運営を工夫し、中央道沿線都市親善交流大会を実施しました。◇大会開催種目・参加者数 【R3：中止、R4：3種目 425人、R5：11種目 2,790人】 ・県外からのスポーツ合宿を誘致し、地元競技者との交流を図るとともに、施設の有効活用につなげました。利用者は年々増加傾向にあります。 【合宿受入数 陸上 R4：2回 117人、R5：6回 309人 - 水泳 R4：8回 1,953人、R5：12回 2,001人】

基本目標 5 障がい児・者と一緒楽しめるスポーツの推進

主な取組	成 果
①スポーツ・レクリエーション活動の充実	・スポーツ推進委員を派遣して福祉施設や関係団体のスポーツ活動を支援しました。 【障がい者スポーツ教室等への支援実績 R3：10回、R4：12回、R5：13回】 ・ニュースポーツフェスティバルへの参加の働きかけを行い、誰でも手軽に親しむことができるボッチャの機会提供を行うとともに、この地域の共生社会の実現に向けた意識醸成を図りました。

基本目標 6 スポーツ施設の整備・充実

主な取組	成 果
①スポーツ施設の適切な運営・管理	・市民がスポーツ施設を安全で快適に利用できるよう、必要な修繕を行ったほか、施設や設備の長寿命化を図るため、武道館や県体育館の屋根外壁工事、飯田運動公園プールの競泳自動審判器を更新しました。また、環境改善として、社会体育施設と学校開放体育施設のトイレの洋式化等の改修を実施しました。 ・体育館等のスポーツ施設の空き状況の確認、利用申し込みをインターネットで実施できるよう、令和4年10月からオンライン予約システムを導入し運用を開始することで利用者の利便性を高めました。 ・日常的な施設の維持管理、競技団体からの要望や教育委員会施設等総合管理計画に基づき施設の改修等を進め、施設の安全性や利用環境が向上しました。 ・トイレの洋式化等の改修については、計画通りに進捗しており、利用環境の向上を図ることができました。 ・社会体育施設の利用者数は、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、一時期は減少したものの、ここ数年は増加傾向にあります。 【社会体育施設の利用者数 R3：324,394人 R4：406,974人 R5：438,243人】 【学校開放体育施設の利用者数 R3：265,096人 R4：269,841人 R5：345,054人】
②スポーツ施設の整備・充実	
③学校体育施設の活用	



★第3章 計画の基本目標と施策の展開

1 計画の構成

第1次、第2次計画の取組の方向を継続しつつ、今日的な課題を踏まえ、中学生期のスポーツ環境の充実への対応を加えて、第3次計画では、以下の7つを基本目標に掲げて取り組みます。

【施策の体系図】

基本理念	基本目標	主要施策
↳スポーツを通じて人と地域が輝く社会（まち） 飯田	【重点】 1 スポーツによる健康・体力の向上	(1)こどもの体力・運動能力の向上 (2)日常的なスポーツ習慣の定着推進と健康づくり
	2 競技スポーツの振興	(1) <u>競技スポーツ人口の拡大と全国的・国際的に活躍する選手の育成支援</u> (2) <u>2028 国民スポーツ大会に向けた準備と機運の醸成</u>
	【重点】 3 <u>中学生期の文化・スポーツ活動の充実</u>	<u>(1)中学生期の文化・スポーツ活動の充実に向けた地域における体制づくり</u>
	4 スポーツを支える人材の発掘・育成	(1)スポーツ指導者の発掘と資質向上 (2)スポーツボランティア人材の発掘・育成
	5 スポーツを通じたコミュニティづくりと交流の拡大	(1)コミュニティスポーツの推進 (2)スポーツ交流圏域の拡大
	6 スポーツを通じたインクルーシブ社会の実現	(1)障がい児・者と一緒に楽しめるスポーツの推進 (2)全ての人がスポーツに親しめる環境づくり
	7 スポーツ施設の整備・充実	(1)スポーツ施設の適切な運営・管理 (2)スポーツ施設の整備・充実 (3)学校体育施設の活用

2 基本目標ごとの施策の展開

基本理念である「スポーツを通じて人と地域が輝く社会（まち）飯田」の実現に向けて次の7つの基本目標を設定しました。

それぞれの基本目標に「4年後の目指す姿」を掲げ、その実現に向けた主要な取組を「施策の展開」で示し、その基本目標の達成状況を測るための「活動指標」を設定しました。

基本目標1 スポーツによる健康・体力の向上

【4年後の目指す姿】

- ・体を動かすことが好きなこどもが増え、屋内外で運動をするこどもたちが増加しています。
- ・こどもたちのスポーツに対する多様なニーズに対応できる指導者や環境が整い、こどもたちが楽しくスポーツに親しんでいます。
- ・ウォーキングやニュースポーツ等が普及し、それぞれのライフステージ・ライフスタイルに応じた運動習慣の定着が進んでいます。

生涯にわたってスポーツに親しむ人を増やすには、乳幼児期から高齢期までのライフステージに沿った働きかけが必要です。特に幼児期や学齢期の取組が、生涯にわたりスポーツに親しむ意識や習慣を育み、そのことが将来のスポーツ人口の維持・拡大につながることから、保育園・幼稚園、小学校低学年に適切な運動を実施します。

【年代別のスポーツ活動のねらいと重点的に取り組む事項】

年代等	ねらい等
幼児期	外遊びなど様々な活動により、身体の神経系の発達を図る ・外遊び ・身体を使う多様な動き ・歩育の取組 ・コーディネーショントレーニング ・長野県版運動プログラム等の推奨
小学生期	コーディネーショントレーニングを始めとした活動により、動きの習得力向上を図る ・外遊び ・多様なスポーツ体験 ・歩育の取組 ・一校一運動 ・コーディネーショントレーニング ・長野県版運動プログラム等の推奨
中学生期	多様なスポーツの体験と適正な活動によりバランスの取れた身体発達を図る ・多様なスポーツ体験 ・適正な指導と活動時間 ・一校一運動
高校生期	スポーツへの本格的取組により競技力・体力・集中力等の向上を図る ・競技スポーツ ・生涯スポーツ ・適正な指導 ・自主的な活動支援
成人	競技力向上に加え、仲間づくりや生涯スポーツを図る ・競技スポーツ ・生涯スポーツ
高齢者	スポーツを通じた健康で豊かな生活づくりを図る ・生涯スポーツ ・軽スポーツ
障がい児・者	スポーツによる自己実現と、障がいの理解や偏見の解消を図る ・軽スポーツ ・生涯スポーツ ・パラスポーツ

(1) こどもの体力・運動能力の向上

<現状と課題>

- ・各保育園・幼稚園や学校では、外遊びや体幹トレーニング等を実施していますが、こどもの体力・運動能力の低下や運動習慣の二極化は引き続きの課題です。
- ・全国体力・運動能力調査結果の体力合計点の平均値は、平成 30 年度を境に下がり続けており、特に女子が顕著です。また、全国や県に比べて運動やスポーツをすることが好きな児童生徒の割合が低いため、特に運動やスポーツが嫌いな女子の児童生徒の割合が少なくなるよう、生涯にわたってスポーツに親しむ基礎を育む幼少期に、運動・スポーツの楽しさを体感する経験が求められています。
- ・コーディネーショントレーニングについては、プログラムの有効性は認められますが、保育園や学校教育のカリキュラムとの連携とともに、トレーニングの有効性や指導のポイントを理解し日常的に指導できる人材の育成が重要です。また、保護者への理解促進も必要です。

○令和 5 年度 全国体力・運動能力調査結果

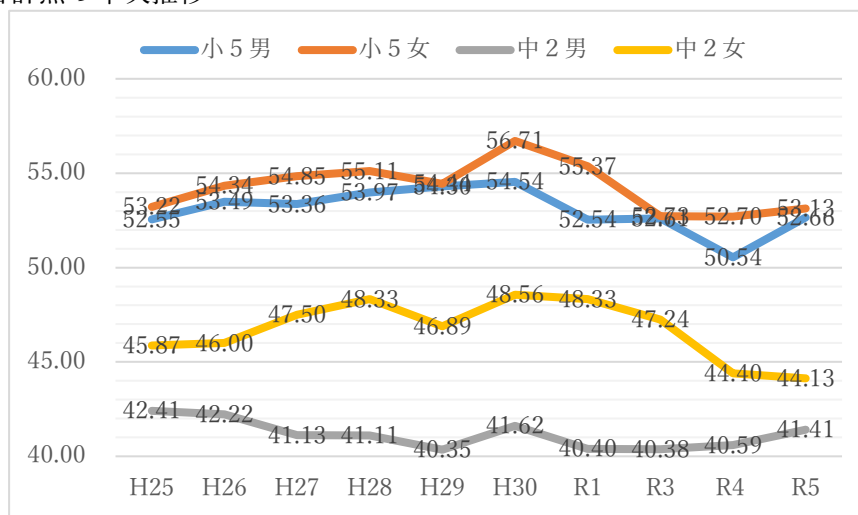
①体力合計点*の平均値

(全国値と比較)

※ 体力合計点とは、小学校 8 種目、中学校 8 種目の記録を男女別に点数化（1～10 点）し、その合計点を 80 点満点で点数化したもの。

	小 5 男子	小 5 女子	中 2 男子	中 2 女子
飯田市 (a)	52.66	53.13	41.41	44.13
長野県	53.29	54.47	42.18	47.19
全 国 (b)	52.59	54.28	41.32	47.22
比較 (a-b)	0.07	-1.15	0.09	-3.09

②体力合計点の年次推移



③運動やスポーツをすることは好きですか (好き・やや好き、嫌い・やや嫌いと回答した割合)

		飯田市		長野県		全 国		全国との比較
		好き やや好き	嫌い やや嫌い	好き やや好き	嫌い やや嫌い	好き やや好き	嫌い やや嫌い	嫌い やや嫌い
小学生 5 年生	男子	93.5	6.5	94.4	5.6	92.9	7.1	-0.6
	女子	83.5	16.5	87.3	12.7	85.7	14.3	+2.2
中学生 2 年生	男子	88.1	11.9	89.9	10.1	89.4	10.6	+1.3
	女子	70.0	30.0	75.7	24.3	76.5	23.5	+6.5

<施策の展開>

①こどもの運動・スポーツ機会の充実

ア 豊かな自然を生かした外遊びや自然体験活動の推進

- ・各保育園や幼稚園の特長を生かした自然保育を推進し、身体を動かす楽しさを伝えます。
- ・小中学生の日常生活の中に、外遊びや運動をして過ごす時間を学校や家庭の実状に応じて意図的に増やせるよう、意識啓発をしていきます。

イ 「歩育」の実践による歩くことの推奨

- ・歩くことで自然や社会に触れ、五感で学ぶ体験活動を通じて、こどもたちの豊かな心や生きる力を育む「歩育」を実践します。日常生活の中での歩くことの習慣化に向けて、保育、教育現場や家庭・地域に働きかけるとともに、やまびこマーチや各地区公民館事業等では、親子や仲間と歩く機会を提供していきます。

ウ 体幹を鍛え、運動学習能力を高めるプログラムの実践と指導者の育成

- ・神経系の発達が著しい幼児期から学齢期のこども（ゴールデンエイジ）や親子に対し、コーディネーショントレーニングを実践し、幼少期における運動の重要性の理解促進を図るとともに、運動能力の向上をめざします。

➤実施施設数 年4施設

- ・コーディネーショントレーニングの指導者のスキルアップを支援するとともに、教員や保育士向けの講習会を開催し、教育・保育現場での普及につなげます。

➤実施回数 年1回以上

- ・これまで実践してきたコーディネーショントレーニングに加え、長野県が推奨する「長野県版運動プログラム」を各保育園や学校で活用できるよう、県が実施する指導者育成研修会等へ協力をします。

➤実施回数 年1回以上

エ スポーツに親しむイベントの開催

- ・市主催の「飯田やまびこマーチ」や「風越山トレイルマラソン大会」、(公財)飯田市スポーツ協会主催の各種スポーツイベントに、学校・学級・PTA、クラブ単位で積極的に参加することで、身近なスポーツへの興味関心をひろげます。

➤事業回数 年2回以上

②学校体育等の充実

<現状と課題>

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査では、保健体育の授業が好きな児童生徒は、運動が好きと答えた割合が高く、特に小学生は、「中学校でも運動やスポーツをする時間を持ちたい。」と考える割合が高くなる傾向があります。
- ・令和3年度の調査の中では、運動が好きな生徒の理由は、「身体を動かすとすっきりした気分になる。」「仲間と一緒に活動できる。」と回答する割合が高く、運動が嫌いな理由には、「保健体育の授業でうまくできないから。」という割合が高くなっています。
- ・また、体育が楽しくなるために必要な事として、「自分のペースで行うこと」、「自分に合った場やルールで行うこと」、「友達と学ぶこと」をあげています。楽しい体育の授業の中には、

健康の保持増進や仲間づくりなど、将来役に立つ事柄が詰まっていることに児童生徒が気付
き、仲間とともに学習していくことが、苦手意識を持つことなく、主体的に運動やスポーツ
に取り組む姿勢を育むことにつながると考えられます。

<施策の展開>

ア 運動やスポーツが楽しいと感じる環境づくり

- ・生活における運動の大切さが実感できる健康教育を進めるとともに、個々の特性に応じた運動の楽しさを感じる授業づくりを推進します。
- ・ICT の効果的な活用や、仲間との振り返り活動の充実を通じて、こどもが運動の楽しさを主体的に追究できる授業を推進します。
- ・保健体育授業の充実や、昼休み・休み時間の自由遊び、各小中学校の特長を生かした「一校一運動」の取組を通じて、学校生活の多様な場面で身体を動かす機会を創出し、こどもたちの基礎的な体力の向上につなげます。

➤目標値：各学校における取組の充実（通年）

イ 基本的な生活習慣の定着

- ・食生活や規則正しい生活リズムなどの基本的な生活習慣を定着させることで、運動への意欲の向上につなげます。

(2) 日常的なスポーツ習慣の推進と健康づくり

①気軽に組み入れるスポーツの普及

<現状と課題>

- ・「運動・スポーツに関するアンケート調査」結果によると、飯田市民の 61.1%が週 1 回以上スポーツに親しんでおり、前回改定時令和 2 年度の結果 48.3%から増加傾向にあります。
- ・また、スポーツを行った理由として、「健康増進・体力維持」を目的としている人が多く、身体を動かす事の必要性は多くの人が認識していると言えます。運動種目としては、ウォーキング(散歩などを含む)の割合が最も多く、ついで体操（ラジオ体操等）、トレーニング等が多くなっています。
- ・一方で、週 1 回以上運動・スポーツを実施しなかった理由について、「仕事や家事で忙しい」回答する人が 66.0%と最も多く、実施の希望はあっても時間や経済的な理由が障壁となっている市民への働きかけが必要です。特に、30 代～50 代の働き盛りの年代の日常的な運動習慣の定着が難しいことから、年齢や働き方に応じた取組が課題です。

<施策の展開>

ア 日常的な運動習慣の定着のためのウォーキングの普及（「歩くまちづくり」の推進）

- ・いつでも、どこでも、誰でも気軽に行うことのできるウォーキングについて、その効果や正しい歩き方を学ぶ講座の開催、及び歩くきっかけづくりとなる、飯田やまびこマーチや月いちウォーキング、各地区ウォーキングイベント等の開催を通して、ウォーキングの普及・啓発に取り組みます。

- ・地区公民館やウォーキング団体等と連携したウォーキングイベントを開催するとともに、これまで実施してきたウォーキングコースや新たなウォーキングコースについて情報提供していきます。

➤ウォーキング事業、風越山トレイルマラソン大会等事業回数 年3回以上

➤ウォーキング講習会等の開催 年1回以上

イ 気軽に楽しめるニュースポーツの普及

- ・誰もが手軽に楽しめるニュースポーツについて、公民館や各地区のスポーツ推進委員が中心となって普及に取り組んでいきます。また、新たな種目の選定についても研究を行います。

➤ニュースポーツ大会、講習会等の開催 年1回以上

②高齢者スポーツの支援

<現状と課題>

- ・運動・スポーツに関するアンケート調査では、飯田市民の週1回以上の運動の実施率の平均は61.1%ですが、60歳以上の実施率は、74.8%と平均を大きく上回っています。実施内容としては、一人でも気軽にできるウォーキング、体操の次に地域の仲間やクラブ活動として実施するマレットゴルフ、ニュースポーツとなっています。
- ・高齢者対象の講習依頼や用具の貸出などの需要が増えてきています。

<施策の展開>

ア いきいきと健康に過ごせるための運動・スポーツ機会の充実

- ・(公財)飯田市スポーツ協会、各競技団体・スポーツ推進委員、公民館、保健課等と連携し、高齢者がいきいき活動的な生活を送り、健康や体力を増進させる運動・スポーツの機会を拡充していきます。特に60歳以上ソフトボール大会等、自主的な運営による大会を支援します。
- ・公民館や保健課で実施する高齢者学級等と連携し、必要に応じて指導者を派遣したりニュースポーツ等の貸出の情報提供をして、ウォーキングやニュースポーツの普及に取り組みます。
- ・各地区で盛んに行われているマレットゴルフについては、主体的な施設整備や管理、大会運営を必要に応じて支援していきます。

➤高齢者スポーツ活動への支援 年1回

③スポーツと健康づくり

<現状と課題>

- ・運動・スポーツに関するアンケート調査では、スポーツを行う理由として、多い順に、健康増進・体力維持、次に気晴らし等となっています。心身ともに健康であるためのスポーツとしての価値を認識する市民が多いですが、特に働き盛りの世代は時間が無いという現状があります。

＜施策の展開＞

ア 関係課や関係機関との連携による健康づくりの取組

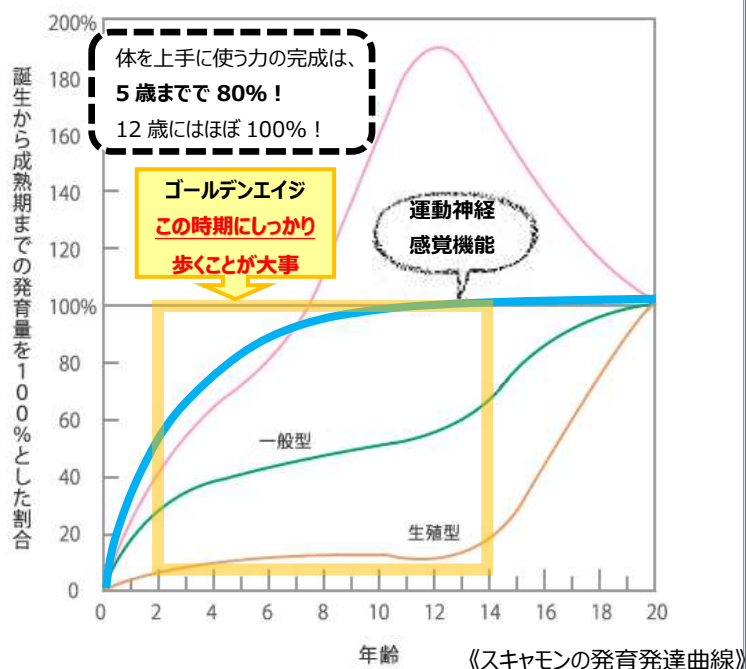
- ・健康いいだ 21（第 3 次）飯田市健康増進計画（R 6 ～R17）では、身体活動量の増加や運動習慣の必要性についての知識の普及・啓発の推進として、「プラステン（+10）」の普及と推進、ライフステージや個人の健康状態に応じた適切な運動指導、ロコモティブシンドロームについての知識の普及と予防について示しています。保健課や関係団体と協働して、健康づくりのための運動の重要性を伝えるとともに、運動実践の場を提供していきます。
- ・日常的な運動習慣の定着を図るために、ヘルスケアポイントなど、ICT を活用した健康増進事業の取組について、保健課等の関係課と検討します。

イ 安全・安心なスポーツ活動の支援

- ・近年の温暖化により、特に夏場のスポーツ活動については、命の危険が伴う事例が発生しています。こうした状況を受け、利用団体に対して、環境省や気象庁からの予報の情報提供や日本スポーツ協会から示されている熱中症対策についての注意喚起に努めます。

歩育（ほいく）の取組

歩くことで、自然や社会に触れ、こどもたちの「心」・「生きる力」を育てることを指しています。また、歩くことは食欲 UP や良い睡眠につながります♪ 生活リズムが整い、成長ホルモンの分泌、幸せホルモン（セロトニン）の分泌 UP で、体を丈夫に♪心の安定もつながります



歩こう 動こう プラステン (+10分)

★『プラステン (+10分)』とは
“ 今より1日10分多く、からだを動かしましょう ”
というメッセージです。

★運動することが難しい方は
普段の生活の中でからだをこまめに動かし、身体活動量を増やす心がけを。
今より少しだけ **多く**、少しだけ **長く**、少しだけ **元気に** 動かしてみましょう。

★プラステン (+10分) の効果は意外と大きい

- ・1年続ければ、体重を2kg減らすカロリーに相当します。
 - ・死亡や病気の発症などの危険性が低くなります。(アクティブガイド活用ブックより)
- | | |
|---------------------|--------|
| 死亡の危険性 | 2.8% 減 |
| 生活習慣病等発症 | 3.6% 減 |
| がん発症 | 3.2% 減 |
| ロコモティブシンドロームや認知症の発症 | 8.8% 減 |

10分の活動は約1,000歩
700～800mの歩行に
相当します。



基本目標 2 競技スポーツの振興

【4年後の目指す姿】

- ・2028 国民スポーツ大会の開催に向けて、各競技スポーツ人口やスポーツに関心をもつ市民の割合が増加しています。
- ・全国大会や国際大会等で活躍する地元出身選手が増加するとともに、地域で応援する機運が醸成されています。

(1) スポーツ人口の増加と全国的・国際的に活躍する選手育成の支援

<現状と課題>

- ・各競技種目による教室や強化練習、大会等はコロナ禍前に戻りつつありますが、全国的な人口減少・少子化に伴い、競技スポーツ人口の減少は避けられない状況です。
- ・競技スポーツへの関心を拡大し、生涯にわたって競技スポーツに取り組む競技者を増やすことが、結果として全国的・国際的に活躍する選手の育成につながります。
- ・より高度な競技環境・指導者を求めて、市外の高校等へ進学を選択する学生が増えています。全国大会等で活躍する選手を育成するためには、質の高い指導者の存在が欠かせませんが、指導者の育成システムが十分ではありません。

◇競技人口推移（(公財)飯田市スポーツ協会登録の競技部員数） 22 競技団体

	令和 2 年	令和 3 年	令和 4 年	令和 5 年
加盟団体部員数（人）	3,115	3,033	2,762	2,634

<施策の展開>

ア 競技人口の拡大のための支援

- ・(公財)飯田市スポーツ協会の競技団体が実施する技術講習会や強化練習等を支援して、スポーツ人口の増加と競技力向上をめざします。

イ 一流のプレーに触れる機会の提供

- ・民間企業やスポーツクラブと連携して、市民やこどもが一流のプレーを観る機会を創出し、スポーツへの関心を高めます。
- ・特にこどもたちが、トップアスリートの質の高いプレーに触れることができるよう、ボールゲームフェスタやプロスポーツクラブ等と連携した機会提供を支援します。

➤機会提供 年 2 回

ウ 全国大会・国際大会で活躍する選手の支援

- ・全国や世界の大会で活躍する地元出身選手を激励するとともに、HP 等で広く市民に発信することで、市民の競技スポーツへの関心を広げます。

➤選手の活躍の広報活動 年 10 回以上

エ 指導者育成のための取組への支援

- ・将来を見据えた適切な指導ができる指導者の育成をめざす(公財)飯田市スポーツ協会や各競技団体が実施する指導者研修会や資格取得者を支援します。

➤指導者研修会等への支援 2団体以上

(2) 2028 国民スポーツ大会に向けた準備と機運の醸成

<現状と課題>

- ・「運動・スポーツに関するアンケート調査」結果では、2028 年に長野県で開催される予定の国民スポーツ大会・全国障がい者スポーツ大会の開催への認知度は 13.8%と低く、この大会のスポーツ・レガシーを、後世に継承・発展できるよう、飯田市として機運を高める取組が必要です

<施策の展開>

ア 2028 国民スポーツ大会に向けた準備

- ・令和 10 年（2028 年）には、国民スポーツ大会・全国障がい者スポーツ大会が長野県で開催されることとなっており、飯田市では弓道競技と高等学校野球(軟式)が予定されています。準備委員会を立ち上げ、開催運営に向けた準備と、市全体の機運の醸成を図ります。
- ・関係団体との協議を進め、適正な大会運営をめざします。
- ・各競技団体による大会出場選手の育成を支援します。

➤準備委員会・実行委員会の開催 年 2 回

イ 機運醸成のための広報活動

- ・多くの市民が関心を持ち、皆で大会を盛り上げていけるよう、広報活動を行っていきます。

➤広報活動 年 2 回

基本目標 3 中学生期の文化・スポーツ活動の充実

【4年後の目指す姿】

- ・ 休日の学校部活動が地域クラブ活動へ完全移行され、中学生が地域の中で様々なスポーツ活動に参加しています。
- ・ 学校部活動の地域クラブ活動への移行が、中学生のクラブ活動の充実に留まらず、地域全体のスポーツ環境の充実につながっています。
- ・ 平日の部活動の移行についても検討が進んでいます。

(1) 中学生期の文化・スポーツ活動の充実に向けた地域における体制づくり

<現状と課題>

- ・ 中学校部活動においては、一部の過度な活動による勝利至上主義の偏重、教員の働き方などによる課題が指摘されており、国や県から、部活動の地域クラブ活動への移行についてのガイドラインが示されています。
- ・ 飯田市においても、令和5年度から、学校と地域をつなぐ部活動地域移行支援コーディネーターを配置するとともに、この取組を進める「中学生期の文化芸術・スポーツ活動連携協議会」を設置しましたが、指導者や活動場所、財源の確保等の課題について、引き続き協議が必要です。
- ・ 令和8年度末までに休日部活動を完全に地域クラブへ移行することをめざしていますが、単に、中学生の部活動を地域へ移行するのではなく、生涯スポーツにつながる取組として、地域全体のスポーツ環境の充実をめざすことが求められています。また、取組にあたっては、スポーツ活動だけではなく、文化活動についての体制づくりも併せて検討していきます。
- ・ (公財)飯田市スポーツ協会との連携により5年目となるスポーツスクールは、部活動の地域クラブ活動への移行を見据えた取組としていく必要があります。

<施策の展開>

ア 中学生の地域での活動の場の充実

- ・ 令和元年度より実施してきた全市型競技別スポーツスクールの成果を活かし、今後の部活動の地域クラブ活動への移行を見据えて、選択の幅をひろげ、個々の願いに合った活動の場づくりについて、(公財)飯田市スポーツ協会や民間スクール、各地域クラブ、社会教育関係団体等と協議していきます。
- ・ 一部種目で、複数校による拠点校部活動を段階的に進め、生徒の多様なニーズに対応します。

➤スポーツスクール・文化講座の開催

イ 指導者の確保と育成

- ・ 各競技団体や民間スポーツクラブ等と連携し、中学生の心身の発育発達に配慮した適切な指導ができる指導者の確保に努めるとともに、研修会等を通じて指導者の育成を図ります。
- ・ 持続可能な指導体制を、地域全体で構築し支えるしくみづくりに向けて、関係者と検討していきます。

➤指導者研修会の実施 5回

➤指導者リストの作成

ウ 持続可能な活動を支える体制の構築

- ・ 中学生が地域の中で持続的に活動ができる仕組みをめざして、飯田市教育委員会に、学校と地域をつなぐ部活動地域移行支援コーディネーターを配置するとともに、推進していく上での課題について、関係団体による連携協議会で協議していきます。
- ・ 各地域クラブが自律的、持続的な活動となるよう支援していきます。
- ・ この取組について、小中学校校長会との連携を図り、児童生徒や保護者、地域への取組の理解を促進します。

➤クラブ運営への支援 30団体

基本目標 4 スポーツを支える人材の発掘・育成

【4年後の目指す姿】

- ・市民の多様なスポーツニーズに対応できる指導体制が整ってきています。
- ・大会や講習会、日々の活動等の運営に関わるスポーツボランティアが増えています。
- ・市内各地において、「する」「みる」「ささえる」の視点でスポーツ活動が活発に行われ、スポーツ文化の醸成が図られてきています。

(1) スポーツ指導者の発掘と資質向上

<現状と課題>

- ・最近の指導者像のイメージは大きく変化しており、より高度な競技レベル・指導技術のほか、望まれる指導者像としては、「スポーツの楽しみ方やスポーツへの興味・関心がわくような指導ができる人」を挙げている人の割合が高くなっています（「スポーツの実施状況等に関する世論調査」より）。
- ・ウォーキングや体操など、一人でも気軽に取り組める運動の実施率やのニーズが高まっており、そのニーズに沿った指導者が必要とされています。
- ・地域で育ったトップレベルの選手が、指導者としてその技術や経験等を地域に還元する仕組みが確立されていません。

<施策の展開>

ア 指導者の指導技術・資質の向上

- ・（公財）飯田市スポーツ協会と連携し、指導者の知識・指導技術の向上を図るための指導者講習会の充実と、公認スポーツ指導者の資格取得を促し、幅広いニーズに対応できるよう指導者の資質向上を図ります。
- ・スポーツ少年団の活性化と、こどもたちにより安全で効果的な指導を行うために、各単位団における「認定員」の資格取得者の拡充に向けた働きかけをしていきます。
- ・青少年スポーツの指導者を対象に、発達段階における指導ポイントを踏まえた適切な指導についての研修会を実施するとともに、市独自の指導者認定制度についても検討します。
- ・スポーツ推進委員の指導技術の向上を図り、市民ニーズの高いウォーキングやニュースポーツの指導体制を充実させます。

➤指導者研修等の実施：年1回以上（維持） 資格取得の支援：2団体以上

イ 指導人材を創出する仕組みの検討

- ・地域で育ち、一旦地域から離れて活躍した選手が、将来的に地域の優れた指導者となって、自身の技術や経験を還元していけるような仕組みの確立について検討していきます。

(2) スポーツボランティア人材の育成

<現状と課題>

- ・「飯田やまびこマーチ」や「風越山トレイルマラソン大会」等の地域外にも参加を呼び掛け行うスポーツ事業は、市民主体の実行委員やボランティアのおもてなしによって支えられて

おり、飯田市の魅力の一つとなっていますが、近年は、高齢化や人材不足により、持続可能な活動の存続が課題となっています。

<施策の展開>

ア スポーツボランティア等の活動を支える人材の発掘・育成

- ・運動が苦手であっても、スポーツを支え、関わることの楽しさを体験する機会を提供することで、スポーツ活動を支える人材の増加につなげます。
- ・中学生や高校生、一般市民にスポーツイベントの運営等に積極的に関わってもらうよう必要な情報を提供します。また、地域のクラブやイベントに関係する団体等と連携を深め、スポーツを「ささえる」喜びをより一層地域に浸透させることで、地域の活性化につなげます。
- ・2028 国民スポーツ大会の運営に関わる学生や市民を募集し、大会を盛り上げていきます。

➤スポーツイベントでのボランティア募集 年2回以上

基本目標5 スポーツを通じたコミュニティづくりと交流の拡大

【4年後の目指す姿】

- ・コミュニティスポーツが市民に浸透し、一体感・活力のある飯田市が実現しています。
- ・現在より広域的なスポーツ交流が生まれ、飯田におけるスポーツ合宿や大会の数が増加しています。

(1) コミュニティスポーツの推進

<現状と課題>

- ・人口減少や高齢化、情報化の進展、コロナ禍でのスポーツ機会の減少による地域社会における人間関係の希薄化など、地域コミュニティを取り巻く社会環境や価値観が変化しています。このような中で、地域住民が集まりスポーツをする機会を持つことは、コミュニティを活性化する上で有効な手段といえます。
- ・いつでも・どこでも・誰でも・いつまでも運動できるスポーツを通じた地域づくりや住民交流、地域づくり、地域間交流が、これまで以上に必要となっています。
- ・「運動・スポーツに関するアンケート」結果では、スポーツがもたらす効果について、「健康・体力の保持増進」に次いで、「人と人との交流」をあげる市民の割合が高く、飯田の特長である各地区の公民館活動を中心としたスポーツ活動が活発に行われていると考えられます。

<施策の展開>

ア スポーツを通じた地域コミュニティの活性化

- ・飯田の特長をいかし、スポーツ推進委員と各地区公民館が核となって、地域住民のスポーツによる交流の機会を提供します。
- ・ニュースポーツフェスティバルなどスポーツ事業を充実させ、スポーツを通じてより多くの市民が交流できるような機会を増やします。
- ・各地区のスポーツ活動サークルの育成や現在の日常的なサークル活動の支援をします。
➤ニュースポーツフェスティバル、講習会等の開催 全市年1回、各地区1回以上

(2) スポーツ交流圏域の拡大

<現状と課題>

- ・各競技団体は、中央道沿線都市親善交流大会を実施し、他県や他市とのスポーツを通じた交流を楽しんでいます。これまでの参加都市とのつながりを大切にしつつ、さらに拡大に向けた方策を考える必要があります。
- ・陸上競技場2種公認を取得した飯田市総合運動場陸上競技場や飯田運動公園アクアパーク等の利用者を増やし、有効活用していく検討が必要です。

<施策の展開>

ア スポーツを通じた広域交流の拡大

- ・「飯田市中央道沿線都市親善スポーツ大会」において、中央道沿線地域に限らず、広く三遠南信地域の参加を促し、交流を深めます。
➤県大会以上の大会開催数 10種目以上

イ スポーツ合宿等の誘致

- ・陸上競技場 2 種公認を取得した飯田市総合運動場陸上競技場や長野県営飯田野球場（綿半飯田野球場）、県営飯田弓道場、アクアパーク等のスポーツ施設を利用した県外からの合宿や大会開催等を誘致し、スポーツ交流人口の増加と社会体育施設の有効利用、経済活動の活性化につなげます。
- ・積極的な合宿誘致や施設の有効活用がさらに図られるよう、指定管理者や（公財）飯田市スポーツ協会各団体との協議を進め、県外関係者への PR 活動について検討します。

➤スポーツ合宿や大規模大会等の誘致 年 5 回以上

基本目標 6 スポーツを通じたインクルーシブ社会※1の実現

【4年後の目指す姿】

- ・年齢や障がいの有無、国籍に関わらず、全ての市民がスポーツを楽しんでいます。
- ・障がい児・者がスポーツイベント等に参加し、一緒に楽しむ環境が整っています。

※1 性別、人種、国籍、社会的地位、障がいの有無などに関わらず、全ての人が公正で安心して生活できる社会

(1) 障がい児・者と一緒に楽しめるスポーツの推進

<現状と課題>

- ・当市の障がい者手帳所持者は、令和5年度末で6,118人となっており、飯田市全体の人口に対して6.4%となっています。
- ・誰でも手軽に親しむことができるボッチャの普及にスポーツ推進委員や公民館委員とともに取り組み、福祉施設や障がい者団体への機会提供ができました。また、ニュースポーツフェスティバルへの参加を促すことで、共生社会の実現に向けた意識醸成が図れました。
- ・東京パラリンピックを契機に、スポーツを通じた共生社会の実現に向けた機運が醸成されましたが、令和5年度「障害児・者のスポーツライフ調査」の結果では、20歳以上の障がい者の週1回以上のスポーツ実施率は、32.5%となっています。（障がい福祉に関する市民アンケート結果によると、一年間にスポーツ活動をした割合は9.8%であった。）一般市民と比較しても低い傾向にあるため、障がい者の方が気軽にでき、共に楽しめる運動の機会の創出が必要です。

◇障がい児・者の週1日以上スポーツ実施率

	令和3年度	令和4年度	令和5年度
20歳以上 男女	31.0%	30.9%	32.5%
7歳～19歳 男女	41.8%	33.5%	35.7%

「令和5年度障害児・者のスポーツライフ調査」/スポーツ庁

<施策の展開>

ア障がい者スポーツ、レクリエーション活動の普及

- ・障がい児・者のスポーツ活動への参加の機会を増やすため、福祉課や関係事業所と連携し、市の主催事業やスポーツ関連事業の情報を積極的に提供します。
 - ・飯田やまびこマーチのコース設定やニュースポーツフェスティバル等、障がい児・者と共に楽しめるイベントを提供していきます。
- 障がい児・者と共にスポーツを行う場の創出 1回以上

イ障がい児・者のスポーツ活動を支える人材の育成

- ・スポーツ推進委員会を中心に、長野県障がい者スポーツ支援センター（サンスポート駒ヶ根）が行うスポーツ教室等に協力し、障がい児・者のスポーツ活動を支えます。
- ・関係課と連携して、2028 全国障がい者スポーツ大会の開催に向けて機運を高めるとともに、

パラスポーツに出場する選手や支える人材の育成にも取り組みます。

➤障がい者スポーツ教室等への協力や関係団体等への講師派遣 年5回以上

(2)全ての人がスポーツに親しめる環境づくり

<現状と課題>

- ・現在、外国人住民の団体は、公民館やスポーツ施設を利用してダンスやフットサル、バドミントン等のサークル活動を楽しんでいますが、市や各地区のスポーツ事業への参加については、情報が届かなかったり、施設利用申請時の事務手続きの難しさから具体的な活動につながらない等の課題があります。

<施策の展開>

ア 関係課等との連携による、高齢者や外国人住民のスポーツ活動の支援

- ・施設利用申請の方法について、窓口で丁寧に説明していきます。
- ・外国人住民に対して、日本語教室等と連携し、誰もが気軽にできるニュースポーツ等を紹介するほか、用具や施設の利用についての情報提供に努めます。
- ・各スポーツ施設には、多言語による表示をします。

➤各種事業の紹介や施設利用に関する情報提供や多言語表示の掲示

基本目標 7 スポーツ施設の整備・充実

【4年後の目指す姿】

- ・誰もが安全で快適に利用できるスポーツ施設の整備やサービスの向上により、施設利用者が増加し、市施設の各所でスポーツ活動が活発に行われています。

(1) スポーツ施設の適切な運営・管理

<現状と課題>

- ・オンライン予約システムの導入により、空き状況の確認、利用申し込みがリアルタイムで可能になるなど、利用者の利便性が向上しました。電子決済導入の検討や利用者への周知等、さらなる利便性の向上をめざした取組が必要です。
- ・スポーツ施設、用具類の適切かつ安全な使用方法の啓発により、予見できる危険の回避に努めるとともに、万一の事故の際には適切に対応することが施設管理者や指導者等に求められています。
- ・昨今の温暖化による猛暑により、スポーツ活動中の熱中症対策は重要です。

<施策の展開>

ア スポーツ施設の利用時における安全の確保

- ・施設点検マニュアルや各種ガイドラインに基づき日常点検を行い、施設の適切な管理運営に努めるとともに、災害時を想定した消防防災訓練を実施します。
- ・利用者に対し、熱中症対策や施設の安全な利用についての啓発を行います。

イ 効率的かつ効果的な施設管理

- ・各スポーツ施設の設置目的や利用状況等により、指定管理・地元管理・直営管理する施設に区分し、より効果的・効率的で利用しやすい管理運営を進めていきます。
- ・市民のニーズに沿った施設運用として、オンラインで予約確認から使用料決済まで完結できるシステムやアプリケーションへの移行を研究します。
- ・施設の利用状況や利用者のニーズに応じて、スポーツ施設の有効活用について検討します。

(2) スポーツ施設の整備・充実

<現状と課題>

- ・飯田市が管理するスポーツ施設は社会体育施設(44施設)と学校開放体育施設(56施設)の合計100施設で、年間延べ80万人が利用しています。利用者数は新型コロナウイルス感染症の影響を受け、一時期は減少したものの、ここ数年は増加傾向にあります。
- ・社会教育団体として多くのスポーツ団体が登録され、地域住民の生涯スポーツ活動の場として、施設が日常的に利用されています。
- ・多くの施設は、設置から30年が経過し、改修や修繕を必要としているものが多くなっています。また、物価高騰や光熱水費の上昇により、施設の維持管理費が増大しています。
- ・飯田市スポーツ協会や競技団体からは、広域的なスポーツアリーナの建設や芝生グラウンドの整備等の要望が出されています。

- ・スケートボードや BMX 等のアーバンスポーツへの関心が高まり、市民のスポーツニーズに対応した施設整備が求められています。
- ・災害時の応急避難施設としての役割と施設の長寿命化を踏まえて、必要な改修を計画的に実施していく必要があります。
- ・教育委員会施設等総合管理計画等に基づいた照明の LED 化やトイレの洋式化等の改修や施設の長寿命化と環境改善を計画的に進めていく必要があります。

◇体育施設利用者数の推移

	令和 3 年度	令和 4 年度	令和 5 年度
社会体育施設利用者数	324,394 人	406,974 人	438,243 人
学校体育施設利用者数	265,096 人	269,841 人	345,054 人

<施策の展開>

ア スポーツ施設の整備・改修

- ・教育委員会施設等総合管理計画に基づき、夜間照明の LED 化、トイレの洋式化など計画的な改修工事を実施することにより、スポーツ施設の環境改善と長寿命化を推進します。
- ・熱中症対策や避難所としての役割を踏まえ、体育館等の屋内運動場への空調設備の設置について検討を進めます。
- ・芝生グラウンドの整備について、引き続き、県や関係団体等と連携して検討していきます。
- ・施設の利用状況を考慮し、統廃合や複合化を含めた今後の施設のあり方については、飯田市公共施設マネジメント基本方針に則って検討を進めます。
- ・利用者のニーズに配慮しながら、誰もが身近で安全に利用しやすいスポーツ施設となるよう、施設の整備に努めます。
- ・施設や設備の日常点検や法定点検を確実に実施します。

➤施設整備・改修数

イ 広域的なスポーツ施設の整備の検討

- ・プロスポーツや広域的な一定規模の試合・大会に対応できる高機能スポーツアリーナ施設について、引き続き関係者と連携し検討していきます。

➤高機能アリーナ施設や芝生グラウンドの整備についての検討

(3) 学校体育施設の活用

<現状と課題>

- ・学校体育施設については、小学校が 19 校中 18 校、中学校が 9 校中 8 校において校庭 26 施設、体育館 26 施設、武道場 4 施設の計 56 施設を社会体育に開放しており、コミュニティスポーツが活発に行われています。
- ・学校体育施設についても、老朽化等により改修・修繕を必要とするものが多くなっています。

<施策の展開>

ア 学校体育施設の有効活用

- ・各地区で地元の学校体育施設の活用や自主的な管理について話し合う場をつくり、一層の有効活用が図られるように努めます。
- ・トイレの洋式化や体育館等の照明の LED 化などにより、快適なスポーツ環境の維持に努めます。

➤各地区での施設利用についての調整

★第4章 施策の推進体制

1 推進体制と役割

(1)行政・団体

①飯田市・飯田市教育委員会

計画の基本理念「スポーツを通じて人と地域が輝く社会(まち)飯田」を実現するために、地域資源を活かしたスポーツ施策を展開するとともに、市民、地域、学校、(公財)飯田市スポーツ協会をはじめとするスポーツ関係団体、スポーツ推進委員協議会等と連携して各施策を進めていきます。

②(公財)飯田市スポーツ協会

こどもから大人まで全ての市民がスポーツを「する」「みる」「ささえる」ことを含めたスポーツの楽しみ・感動を分かち合い、ささえあう元気なまちづくりを目指して活動をしています。また、スポーツ大会やスポーツ教室の開催を通じて、競技力の向上を目指すとともに、指導者人材バンクによる質の高いスポーツ指導者の紹介活動により地域のスポーツ環境の充実を図ります。

③飯田市スポーツ推進委員協議会

市全域や各地区・中学校区単位で、ウォーキングやニュースポーツ等、健康づくりや地域コミュニティづくりを目的とした手軽に取り組めるスポーツを推進するとともに、コーディネーターとして地区住民のスポーツ活動を支援します。また、市と各地区住民のパイプ役となって、地区住民のニーズや課題を市のスポーツ施策に反映します。

④学校(小中高校)

生涯スポーツの土台となる基礎的な体力や運動能力を育むための保健体育授業の充実を図ります。また、保護者や地域とともに、こどもたちが運動やスポーツの楽しさを体感できるよう魅力的な遊びや運動を学校生活の中に取り入れていきます。

⑤幼稚園・保育園

各園の特長を生かした日常的な遊びや歩いてこどもたちの豊かな心や生きる力を育てる「歩育」の取組を通じて、運動の楽しさを伝え、運動好きのこどもを増やします。

⑥公民館

各種スポーツ行事を企画・運営するなど、身近な地域活動においてスポーツを通じた住民交流の機会を創出します。

⑦飯田市スポーツ少年団及び地域の少年少女スポーツクラブ

各地域に組織されている野球や武道などの少年少女スポーツクラブは、主に青少年の健全育成を目的として日常的に実施しています。こどもにとって一番身近なスポーツ活動の場として、こどものやりたいスポーツ活動を応援します。青少年の主体性・協調性・責任感などを育成するとともに、スポーツ活動の楽しさを伝え、生涯スポーツの入口としての役割を担っています。今後は中学生の活動の場としても期待されます。

⑧総合型地域スポーツクラブ

多世代、多種目、多様なレベルのスポーツ愛好者の交流やコミュニティの創造に寄与しています。今後は中学生の活動の場としても期待されます。

⑨長野県障がい者スポーツ指導者協議会

地域の中のインクルーシブ社会の実現に向けて、障がい者のスポーツ大会の企画・運営をし、障がい者のスポーツを通じた社会参画をサポートしています。

(2)市民・関係機関

①市民

健康増進や体力維持のための身体活動としての日常的なスポーツ活動や地域住民の交流を目的としたスポーツ行事への積極的な参加が期待されています。また、「する」「みる」「ささえる」の3つの視点でスポーツに関わる市民の増加により、この地域のスポーツ文化の醸成につながります。

②医療機関

専門分野での競技者や指導者の支援、健康・体力づくり及びスポーツ障害等に関係する専門知識を市民に広く知ってもらうための機会への協力や支援が期待されます。

③企業・社会奉仕団等

職場におけるスポーツ活動の推奨や支援とともに、地域における多様なスポーツ活動への人材や財源などの支援が期待されます。

④民間スポーツクラブ

スイミングクラブやフィットネスクラブなど、民間スポーツクラブの利用が増えています。今後もスポーツ関係団体との情報交換を促進し、それぞれの機能を活かしながら連携していくことが期待されます。

2 計画の検証・評価

飯田市スポーツ推進計画は、必要に応じて達成目標、主要施策及び事務事業を点検・評価するとともに、必要に応じて改善や見直しを行います。

★資料編

1 計画策定までの経緯と主な意見等

4～ 7月 市民意識調査の実施、分析

スポーツ推進審議会における振り返り

7～12月 関係団体からの意見聴取・意見交換

(公財)飯田市スポーツ協会、飯田市スポーツ推進委員、飯田市校長会・教頭会、
飯田市公民館長会、飯田市スポーツ少年団、飯伊ママさんバレーボール連盟、
長野県ウォーキング協会、長野県障がい者スポーツ協会 など

12月 市議会社会文教委員会、スポーツ推進審議会、パブリックコメント

2月 スポーツ推進審議会(パブリックコメントを踏まえた審議)

3月 教育委員会定例会(計画案の決定) 市議会全員協議会(計画の報告)

<スポーツ推進審議会・パブリックコメント等での主な意見>

基本 目標	主な意見
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	

2 飯田市スポーツ推進審議会委員名簿

職 名	氏 名	選出団体名	役 職
会長	三石 義弘	飯田市公民館長会	下久堅公民館長
副会長	江取 光雄	(公財)飯田市スポーツ協会	専務理事
委員	羽生 功樹	飯田市スポーツ少年団	本部長
委員	大林 朗子	飯伊ママさんバレーボール連盟	会長
委員	名取 津義生	県長寿社会開発センター シニアニュースポーツクラブ	代表
委員	伊藤 栄隆	長野県障がい者スポーツ指導者 南信地区協議会	会長
委員	後藤 眞知子	長野県ウォーキング協会	会長
委員	井坪 晃俊	飯田市スポーツ推進委員協議会	会長
委員	宮澤 徹成	飯田市保育協会	理事長 (風越こども未来園園長)
委員	服部 大輔	飯田市教頭会 (小学校)	松尾小学校 教頭
委員	小林 晋	飯田市教頭会 (中学校)	竜東中学校 教頭

3 飯田市が管理する体育施設一覧

種別	施設名	建設年月	規模	
			競技面積㎡	フロア・競技種目
体育館	飯田市鼎体育館	S53.10	3,336	バレー 3面 バドミントン 6面 バスケットボール 2面 柔道(3F) 1面・卓球(3F)
	飯田市切石体育館	H3.3	615.06	バレー 1面 バドミントン 2面 バスケットボール 1面
	飯田市上郷体育館	S52.3	2,226	バレー 2面 バドミントン 6面 バスケットボール 2面 卓球 (2F)
	飯田市山田体育館	S59.4	1,198	バレー 2面 バドミントン 3面 バスケットボール 1面 ソフトテニス 1面
	飯田市南信濃 B & G 海洋 センター	S62.5	1,181	バレーボール 2面 バドミントン 4面 バスケットボール 1面 柔道 (2F) 卓球(2F) 剣道
	飯田勤労者体育センター第1体育館	S52.3	1,008	バレー 2面 バドミントン 6面 バスケットボール 2面 ソフトテニス 1面
	飯田勤労者体育センター第2体育館	S60.2	514	バレー 1面 バドミントン 2面
	長野県勤労者福祉センター体育館	H8.12	752	バレー 2面 バスケットボール 1面 バドミントン 3面 卓球
野球場	飯田市今宮野球場	S27.4	18,477	野球 1面 ソフトボール 2面 スタンド3,500人 両翼90m センター120m
	県営飯田野球場 (綿半飯田野球場)	H1.4	23,398	野球 1面 メインスタンド 3,084人 芝生スタンド 両翼95m センター120m

	施設名	建設	規模
--	-----	----	----

種別		年月	競技 面積㎡	フロア・競技種目
運動場	飯田市座光寺 河川敷運動場	H6.9	9,828 106	サッカー 1面 多目的広場 0.5面
	飯田市総合運動場 第1グラウンド	S52.4	20,127	陸上(第2種公認)400m 8レーン サッカー 1面 ラグビー 1面
	飯田市総合運動場 第2グラウンド	S52.4	5,100	サッカー 1面 ラグビー 1面
	飯田市下久堅運動場	H3.4	18,777	野球 2面 ソフトボール 2面 サッカー 1面
	飯田市上久堅運動場 (上久堅農村広場)	S62.4	9,000	野球 2面 ソフトボール 2面 サッカー 1面
	飯田市千代運動場 (千代山村広場)	S62.4	10,000	野球 2面 ソフトボール 2面
	飯田市桐林運動場	H1.4	13,235	野球 2面 ソフトボール 2面
	飯田市桐林屋根付 多目的グラウンド	H15.3	1,152	テニス(クレイ) 2面 ゲートボール 2面
	飯田市川路多目的広場	H23.11	23,421.3 18,061.2	サッカー 大人 1面 サッカー 子人 4面 多目的広場
	飯田市山本運動場	S60.4	12,284	野球 2面 ソフトボール 2面
	飯田市矢高運動場	S56.11	7,800	野球 2面 ソフトボール 2面 サッカー 1面
	飯田市上郷運動場	S51.3	6,876	ソフトボール 1面
	飯田市山田運動場	S57.10	9,869	野球 2面 ソフトボール 2面
	飯田市南信濃運動場	S62.10	10,000	野球 1面 ソフトボール 2面
	県営多目的グラウンド	H2.5	16,121	野球 2面 ソフトボール 4面 サッカー 1面
	県民飯田運動広場 (押洞)運動場	S47.3	15,322	野球 2面 ソフトボール 4面

種別	施設名	建設年月	規模	
			競技面積㎡	フロア・競技種目
テニスコート	飯田市矢高 テニスコート	S54.4	3,700	テニス（クレー） 4面
	飯田市桐林 テニスコート	H2.4	1,600	テニス（クレー） 2面 （緑色スクリーニングス）
	飯田市山田 テニスコート	S57.10	2,730	テニス（ハード） 3面
	飯田市天龍峡 テニスコート	H24.4	3,750	テニス（砂入人工芝） 6面
	飯田市南信濃 テニスコート	S62.12	924	テニス（ハード） 1面
	県民飯田運動広場 （押洞）テニスコート	S47.5	6,874	テニス（クレー） 10面
武道場	飯田市武道館	S57.4	2,184	柔道（1F） 3面 剣道（2F） 3面
	飯田市営弓道場	S55.3	1,562	6人立
	飯田市鼎弓道場	S57.12	110	6人立 アーチェリー（3人立） 30m
	飯田市上郷柔剣道場	S60.3	403	柔道 2面
	飯田市竜丘柔道場	S62.3	299	柔道 1面
	県営飯田弓道場	H4.4	1,908	近 的 10人立 遠 的 6人立 アーチェリー 50m
	飯田市和田弓道場	S58.		4人立
	飯田市木沢弓道場	S62.3		4人立
プール	飯田運動公園プール （アクアパークIIDA）	H7.7	15,000	50m公認 8コース、25m変形、 流水213m、スライダー2基、 ファミリー、りんごプール他
	飯田市南信濃 B&G 海洋センター（プール）	S62.5	385	25mプール 6コース 小プール 10m×6m
その他	飯田市風越山麓 研修センター	S59.4	516	研修施設 宿泊60名
	飯田市八重河内屋内 ゲートボール場	S60.	830	ゲートボール 2面