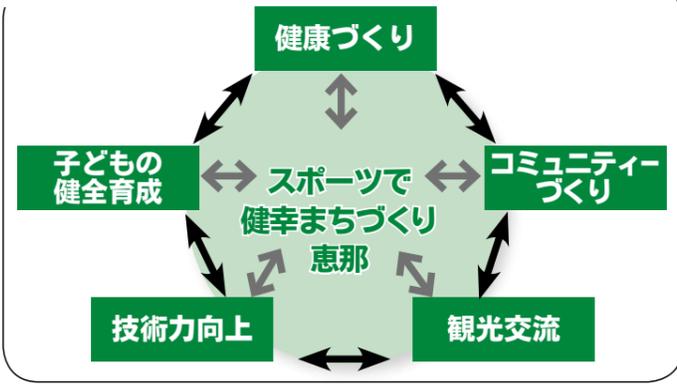


■基本方針と基本理念



▲ワークショップで計画への意見を出し合う

■取り組みの体系

<p>健康づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> 運動やスポーツを始める切っ掛けが多い 身近な場所で運動やスポーツができる 自身の生活様式に合わせて運動やスポーツに親しめる 高齢者が運動やスポーツを通じて生き生きと暮らせる 障がいの有無にかかわらず、運動やスポーツが楽しめる 	<p>【主な取り組み】</p> <ul style="list-style-type: none"> ウォーキング ラジオ体操
<p>子どもの健全育成</p> <ul style="list-style-type: none"> 乳幼児期から体を動かす楽しさが感じられる 子どもが楽しみながら安心して運動やスポーツを続けられる 豊かな人間性と社会性を身に付けられる 	<p>【主な取り組み】</p> <ul style="list-style-type: none"> 乳幼児運動
<p>コミュニティづくり</p> <ul style="list-style-type: none"> 運動やスポーツを通じて地域の交流や絆が生まれる 	<p>【主な取り組み】</p> <ul style="list-style-type: none"> 地域コミュニティ
<p>観光交流</p> <ul style="list-style-type: none"> 自然や文化を生かしたスポーツ交流を通じて、にぎわいが生まれる 	<p>【主な取り組み】</p> <ul style="list-style-type: none"> スポーツ交流
<p>技術力向上</p> <ul style="list-style-type: none"> 質の高い技術や技能を持つスポーツ指導者がいる レベルが高いスポーツに触れる機会が多い 一流選手が生まれる 	<p>【主な取り組み】</p> <ul style="list-style-type: none"> 指導力の向上

キングや散歩、体操などの身近な身体活動も含むものとして幅広く捉え、市民誰もが親しみ、楽しめる「運動やスポーツ」として推進を図ります。また自らが体を動かして行うスポーツだけでなく、競技の観戦者や応援者、監督やコーチなどの指導者、スポーツ大会などの審判やスタッフ

として参加することも、スポーツ活動として捉えます。

■基本理念と基本方針を策定

「市スポーツ推進計画」の策定に当たっては、スポーツ推進審議会や策定委員会、市民約3300人を対象としたアンケート調査、未就学児

の保護者から高齢者までの約80人を対象としたワークショップなどにより、市民や関係団体、行政が一体となって進めてきました。

この中で、本市での運動やスポーツ推進の効果も、「健康づくり」「子どもの健全育成」「コミュニティづくり」「観光交流」「競技力向上」に大別しました。この五つの効果を計画の基本方針とし、その相乗効果として、運動やスポーツを通じて市民一人一人が健やかで心豊かに暮らすことのできる持続可能で活力ある健康都市を築いていきたいという思いから、計画の基本理念を「スポーツで健幸まちづくり 恵那」としました。

■運動を通し健幸まちづくり

「市スポーツ推進計画」では、五つの基本方針に対して、現状と課題を整理するとともに、目指すべきまちの姿、評価指標（数値目標）、取り組みの方向性を示しています。取り組みの方向性については、市民や地域の取り組みを整理するとともに、こうした市民・地域の取り組みを支援・後押しする行政の取り組みの方向性を示しています。

具体的な取り組み内容（施策）については、これらの方向性を踏まえ、平成27年度中に検討し、決定していく予定となっています。



▲平成24年に本市で開催された「ぎふ清流国体」の弓道競技

■運動やスポーツ活動の意義

現代社会は、少子高齢化の進展や地域コミュニティの衰退など、さまざまな課題を抱えています。本市でも、少子高齢化の進展や、県内他市との比較での高い生活習慣病になる率、それに伴う社会保障費の増大、子どもたちが抱える心の問題、地域コミュニティの希薄化などの問題が顕在化しています。

運動やスポーツに親しむことは、体を動かすという人間の本質的な欲求を充足するとともに、爽快感や達成感、他者との連帯感により、楽しさや喜びなど、精神的充足にもつながります。

「市スポーツ推進計画」では、「スポーツ」をルールに基づいて勝敗や記録を競うものだけでなく、ウォー

平成24年に開催された「ぎふ清流国体」や、平成32年に開催が決定した「東京オリンピック・パラリンピック」を受け、市民のスポーツに対する関心は高まってきています。また近年では、競技性の高いスポーツだけでなく、ウォーキングやジョギング、トレッキング、体操といった身近な運動に取り組む人も増加しています。

「市スポーツ推進計画」は、市民一人一人がそれぞれの生活様式に応じて、主体的に運動やスポーツに親しみ、明るく健康で活力のある生活を送ることができるよう、市民と地域、行政の取り組みを示すものです。また市の最上位計画で現在策定中の「第2次市総合計画」や、生涯にわたり健やかで幸せに暮らすことができる「健康都市」を目指す「市健幸のまちづくり基本計画」とも連携を図っていきます。

ここでは、「市スポーツ推進計画」の内容（案）をお知らせし、皆さんからの意見を募集します。

□問い合わせ 文化スポーツ課 ☎26-2111（内線333）

※健康都市＝市民一人一人が健康に関心を持ち、自分に合った健康づくりに取り組んで、いつまでも「健幸＝健康で幸せ」な生活が送れるまち

計画案に意見を
スポーツで健幸まちづくり

観光交流

○目指すまちの姿

豊かな自然や歴史・文化と、運動やスポーツを融合し、市民の温かいおもてなしの心に触れられる、魅力あふれるまちを目指します。

○市民・地域の取り組み

- ・恵那の魅力を満喫しよう

運動を自然や歴史と融合

○現状と課題

恵那峡や阿木川ダム湖、木曾川でのボートやカヌー体験、明知鉄道と提携したウォーキングイベントなど、スポーツと観光を融合させたスポーツ交流が期待されています。



▲地域で開催されているウォーキングイベント

・スポーツ交流で地域を盛り上げよう

技術力向上

子どもに一流選手への夢と希望を

○現状と課題

近年、世界を舞台に若い一流選手が多く活躍し、子どもたちの憧れや目標にもなっています。本市でも、子どもたちは、スポーツが上手になりたい、試合に勝ちたい、良い記録や結果を出したいなど、「上達したい」という意欲とやる気を持っています。

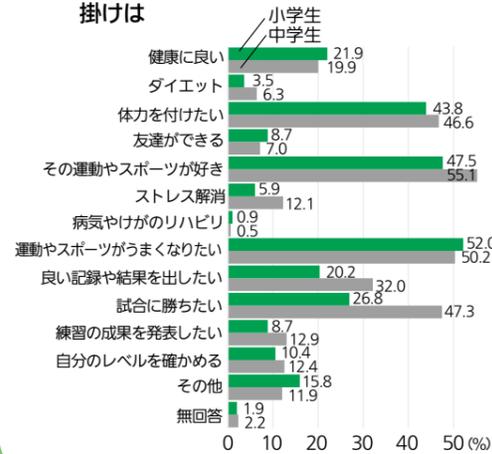
○目指すまちの姿

スポーツに挑戦する楽しみ、達成する喜びが分かち合え、恵那から生まれた一流選手が世界を舞台に活躍し、子どもたちに夢と希望をもたらすまちを目指します。

○市民と地域の取り組み

- ・指導者と一緒にレベルアップしよう
- ・レベルが高いスポーツから学ぼう
- ・一流選手を目指そう、支えよう

(図5) 運動やスポーツを行うようになった切っ掛けは



■機関が連携して運動を推進

「市スポーツ推進計画」の推進に当たっては、市内のさまざまな組織などの連携が重要になります。市内での運動やスポーツ活動に関する企画や運営、支援を担う(一財)市体育連盟や地区体育協会・連盟、市スポーツ推進委員、地域スポーツ推進委員、総合型地域スポーツクラブなどです。

この計画では、本市のスポーツ推進を担う人材や組織の今後の在り方を示すとともに、市民の運動やスポーツの拠点となる地区コミュニティセンターや学校開放施設、総合スポーツ施設などの在り方を示しています。

計画(案)への意見を

市では、市民の意見を計画に反映させるため、市スポーツ推進計画(案)についての意見を募集します。

計画案は、文化スポーツ課や本庁舎情報公開コーナー、各振興事務所、市中央図書館で閲覧できます。市ウェブサイト (<http://www.city.ena.lg.jp/>) にも掲載しています。

- 締め切り 3月20日(金)
- 募集方法 本紙に折り込みの広報直通便や官製はがきなどの郵便、ファクス、電子メールで、①氏名②住所③連絡先を明記し、お寄せください。見出しは、「スポーツ推進計画」などとしてください。
- ☎ 文化スポーツ課 〒509-7292 (住所不要)
- ☎ 26-2111(内線333) ☎ 25-7294 ✉ sports@city.ena.lg.jp

子どもの健全育成

体を動かす楽しさを学ぶ

○現状と課題

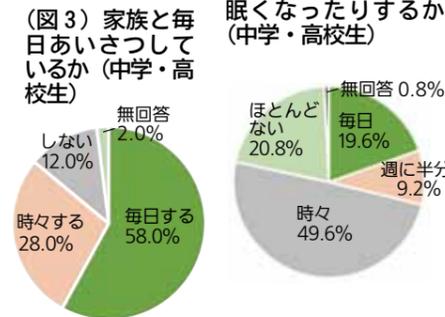
少子化や情報化、外での遊び場の減少など、子どもたちを取り巻く社会環境が大きく変化する中、安心して安全に外遊びができる場所や心と身体の健全育成が求められています。また乳幼児の頃から身体を動かすことで、大人になっても運動やスポーツに親しみやすいなどの調査結果も出ています。

○目指すまちの姿

乳幼児期から身体を動かし、子どもたちが身体を動かす楽しさを学ぶとともに、豊かな人間性と社会性を育み成長できるまちを目指します。

- 市民と地域の取り組み
- ・子どもと一緒に身体を動かそう
- ・友達と一緒に思い切り遊ぼう
- ・礼儀や思いやりの心を学ぼう

(図2) 朝起きるのがつらかったり、学校で眠くなったりするか(中学・高校生)



コミュニティづくり

運動を通して地域の絆を

○現状と課題

生活様式の都市化や生活の利便性向上に伴い、地域の催しや行事に参加する人が減少しています。一方、地域交流のために運動やスポーツの行事に参加したいという意見や、総合型地域スポーツクラブや市スポーツ推進委員など地域のスポーツ活動の担い手への期待も高まっています。

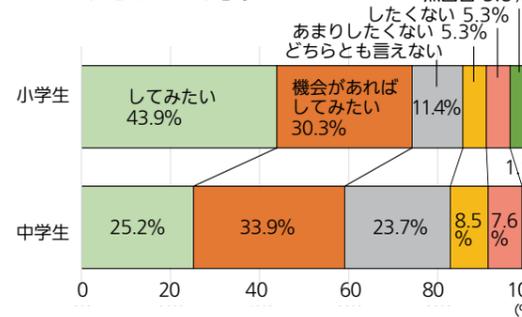
○目指すまちの姿

運動やスポーツを通じて人と地域がつながることで地域の絆が生まれ、故郷への誇りと愛着が育まれるまちを目指します。

○市民と地域の取り組み

地域活動に積極的に参加しよう

(図4) 同じ地域の友達や大人と一緒に運動やスポーツをしたいと思うか



運動やスポーツ推進の効果ごとの取り組みなど



健康づくり

楽しみながら健康づくりを

○現状と課題

アンケート調査の結果から、運動やスポーツを行う理由としては、心身の健康増進が最も多く挙げられ、特にウォーキングや体操など、身近で手軽な運動に人気がありました。一方、成人の週1回以上のスポーツ実施率は36.9%と、国や県と比較して低い値となっています。

○目指すまちの姿

市民一人一人が、身近な場所や自身の生活様式に合わせて、楽しみながら生き生きと健康づくりに取り組めるまちを目指します。

○市民・地域の取り組み

- ・運動・スポーツを始めよう
- ・積極的に歩こう、身体を動かそう
- ・生活の中に運動・スポーツを取り入れよう
- ・健康を維持しよう
- ・みんなで運動やスポーツを楽しもう

(図1) 運動やスポーツをどの程度行っているか

