

# 三木市スポーツ振興計画

令和4（2022）年2月

三木市教育委員会



# 目 次

第1章 計画策定にあたって	P1～4
第1節 計画策定の趣旨	P1～2
第2節 計画の位置づけ	P 3
第3節 計画の期間	P 4
第2章 三木市のスポーツを取り巻く現状	P5～12
第1節 三木市の現状	P5～ 9
第2節 三木市のスポーツの現状	P10～11
第3節 国や兵庫県のスポーツ政策	P12～13
第3章 基本理念・基本方針・施策体系	P14～29
第1節 基本理念	P14
第2節 基本方針	P15
第3節 施策体系	P16～29
第4章 計画の推進と進行管理	P30
第1節 計画の推進、連携体制の整備	P30
第2節 計画の進行管理	P30
資料編	P32～47
資料1：市民調査結果と分析	P32～41
資料2：三木市スポーツ振興計画策定委員会設置要綱	P42～43
資料3：三木市スポーツ振興計画策定委員会 委員名簿	P44
資料4：三木市体育関連団体一覧	P45
資料5：市内スポーツ関連公共施設一覧	P46～47
資料6：スポーツ推進委員【用語説明】	P48



## 第1章 計画策定にあたって

### 第1節 計画策定の趣旨

国においては、スポーツ界における新たな課題に対応するため、昭和36(1961)年に制定された「スポーツ振興法」を50年ぶりに全面改正し、平成23(2011)年6月に「スポーツ基本法」を制定し、平成24(2012)年3月には「スポーツ基本計画」を策定しました。その後、平成27(2015)年10月には、スポーツ庁を設置し、オリンピック・パラリンピックから国民の健康づくりに至るスポーツに関する施策を総合的に推進してきました。

兵庫県においても、すべての県民が各々の興味・関心、適性に応じて、スポーツに積極的に参画できる環境づくりを進めるため、平成24(2012)年12月に「兵庫県スポーツ推進計画(基本計画)」を策定しました。兵庫県は、同計画を平成31(2019)年2月に改定しています。

三木市(以下「本市」という。)では、スポーツ<sup>1</sup>を通じて、親子のふれあいや地域の人々の交流を促進し、健康で活気あるまちづくりの実現に向け、平成22(2010)年に「三木市スポーツ振興ビジョン」(以下「ビジョン」という。)を策定しました。

ビジョンを策定してから今日までの10年の間には、三木市体育協会やスポーツ推進委員、スポーツクラブ<sup>2</sup>などを中心とした、市民主導型のスポーツ振興や、障がい者スポーツの普及などのスポーツ環境づくりについて、一定の成果をあげることができました。

加えて、本市は東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会のホストタウンとなり、市民と選手の交流の機会づくりを行うなど、スポーツ・障がい者スポーツに対する関心を高める取組を行ってきました。さらに、ワールドマスターズゲームズ2021<sup>2</sup>関西のテニス競技が本市で開催される予定<sup>2</sup>です。こうした、世界的なスポーツ大会の開催によって、これまで以上にスポーツに取り組む機運が高まることが予想されます。

一方で、社会や市民ニーズの変化により、様々な課題も見られるようになりました。

令和2(2020)年初旬より、新型コロナウイルスの感染拡大により、人々の生活を一変させる未曾有の事態に見舞われるなど、スポーツを取り巻く環境も大きく変化しています。

そのような中、本市におけるスポーツ推進に関する課題の解決や時代の変化への対応を図るため、「スポーツでつながるまち 三木」を基本理念とし、「“する” “観る” “支える” スポーツの推進」「スポーツを通じた健康で活気あるまちづくりの推進」「三木の地域性をいかしたスポーツ振興」の3つを基本方針

1 スポーツ基本法の前文には、「スポーツは、心身の健全な発達、健康及び体力の保持増進、精神的な充足感の獲得、自立心その他の精神の涵養等のために個人又は集団で行われる運動競技その他の身体活動」と定義されており、本計画でもスポーツを幅広く捉え、競技スポーツのみならず、幼児の運動遊びや学校体育、健康維持のための軽い運動(散歩やジョギング等)、さらには、日常生活における活動(徒歩や自転車による通勤・買い物等)までを包含した広範囲な身体活動とします。

2 開催時期を検討中(令和3(2021)年11月現在)。

とした「三木市スポーツ振興計画」（以下「本計画」という。）を策定します。

本計画は、国のスポーツの推進に関する基本的な方向性が示された「スポーツ基本法」「スポーツ基本計画」や、「兵庫県スポーツ推進計画」を参酌しつつ、「第3期三木市教育振興基本計画」を上位計画として、今後5か年のめざすべき方向や取り組むべき施策などを総合的・計画的に示していきます。

なお、平成22（2010）年9月に策定されたビジョンは、国の「スポーツ基本法」施行前のもので、本計画とは別の計画として位置づけます。

本計画では、今後の社会環境や地域社会の変化を見据えながら、すべての市民が各々の興味・関心、適性などに応じて、様々な形態でスポーツに積極的に参画できる環境の実現をめざします。そして、その取組を通じて、スポーツの意義や価値が多くの市民に共有され、スポーツの楽しさや感動を分かち合い、互いに支え合うスポーツ文化の確立をめざします。



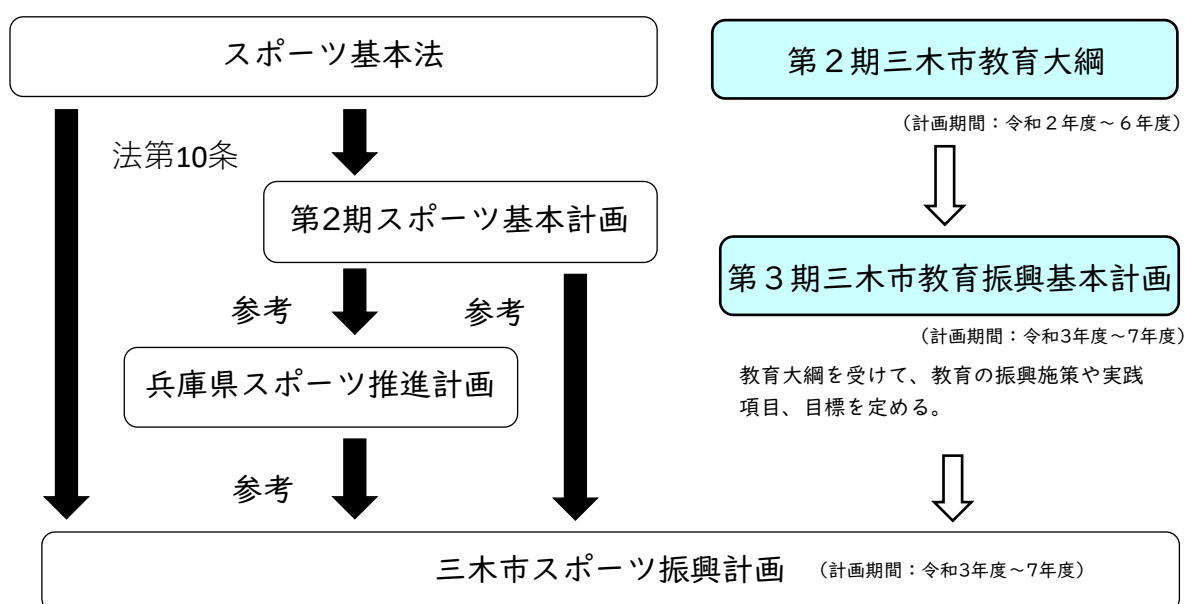
オリンピックフランス陸上チーム  
(東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会)

## 第2節 計画の位置づけ

本計画は、平成23(2011)年6月に制定されたスポーツ基本法第10条第1項に基づく、国の「第2期スポーツ基本計画」(平成29(2017)～令和3(2021)年度)、兵庫県の「兵庫県スポーツ推進計画」(平成24(2012)年度～令和3(2021)年度)を参酌し、本市の実態に即したスポーツを推進するための取組を総合的かつ計画的に進めるための指針として策定します。

あわせて、本計画は、「第3期三木市教育振興基本計画」を上位計画としたスポーツの振興に関する分野別計画として位置づけます。

### 三木市スポーツ振興計画位置づけ



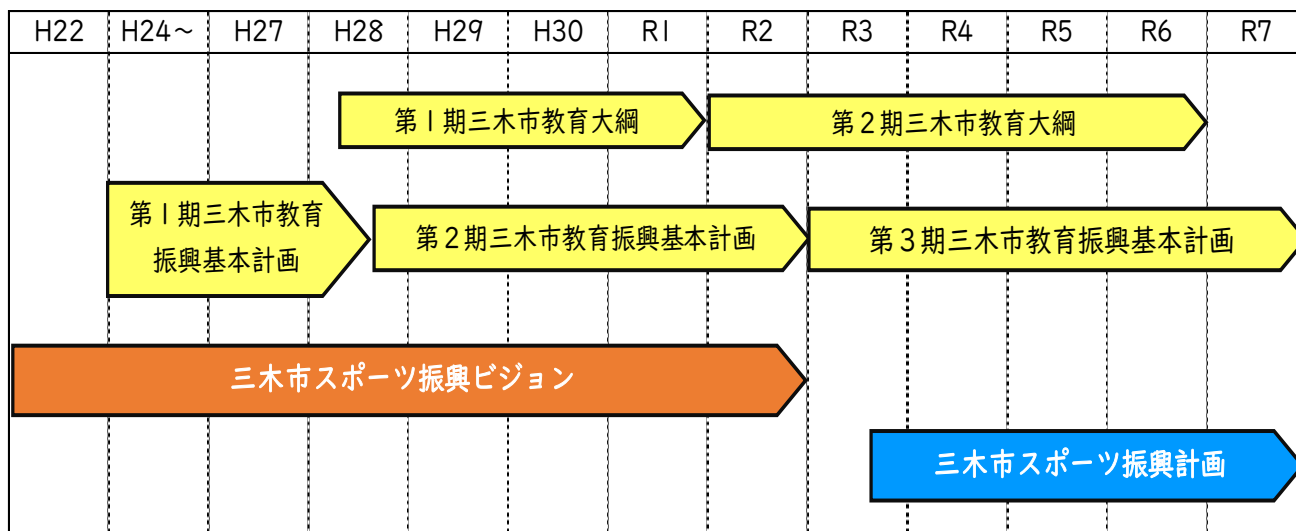
ブルボンビーンズドーム



### 第3節 計画の期間

本計画の取組期間は、令和3（2021）年度～令和7（2025）年度までの5か年とします。なお、本市におけるスポーツへのニーズ、並びに国の動向や社会情勢の変化などへの対応が必要となった場合は、計画の進捗状況等により、適宜取組内容の点検・評価を行い、次期計画に反映していきます。

三木市におけるスポーツ施策の流れ



第23回（平成27年度）みつきいふれあいマラソンの様子  
（県立三木総合防災公園）



## 第2章 三木市のスポーツを取り巻く現状

### 第1節 三木市の現状

#### (1) 人口減少社会の到来

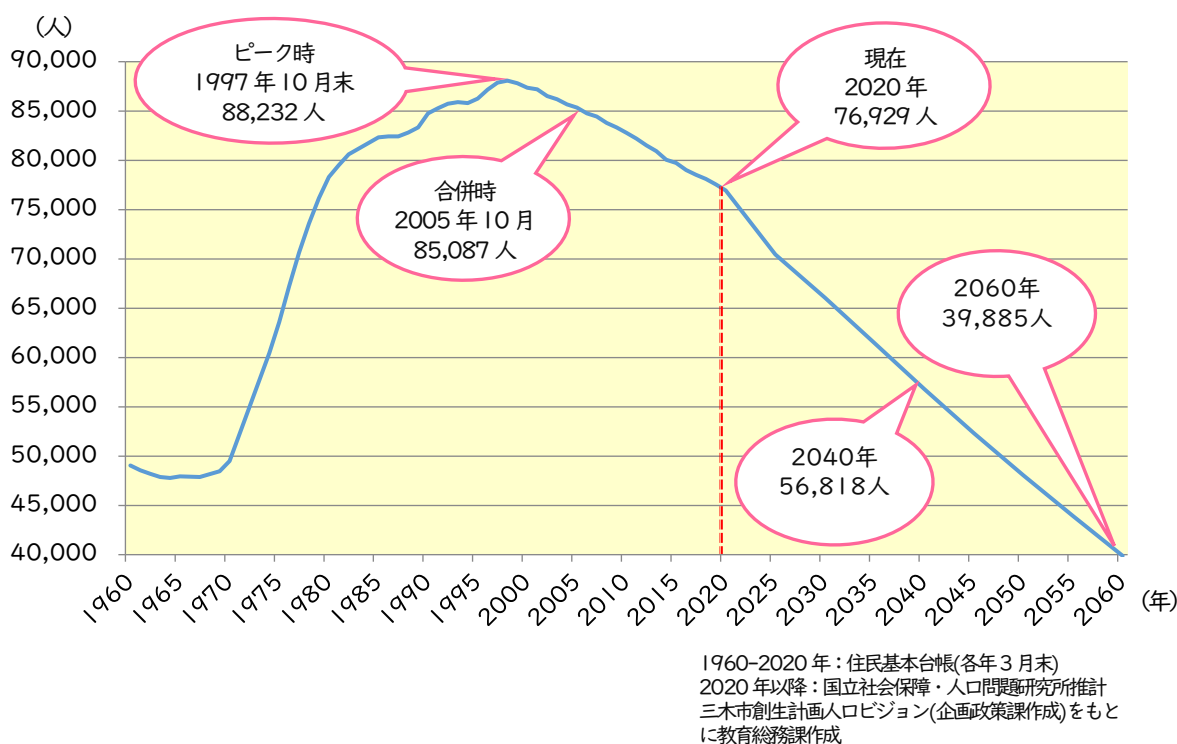
日本の人口は、平成20（2008）年の1億2,808万人をピークに減少に転じ、令和12（2030）年には20～30代の世代が約2割減少し、65歳以上の割合が3割を超え、加速度的に人口減少が進むと予想されています。

一方、本市では、国の人口が減少に転じた時期よりも11年早く、平成9（1997）年10月末の人口88,232人をピークに減少に転じ、その後は、若者世代の転出や出生率の低下などにより減少傾向が続いています。

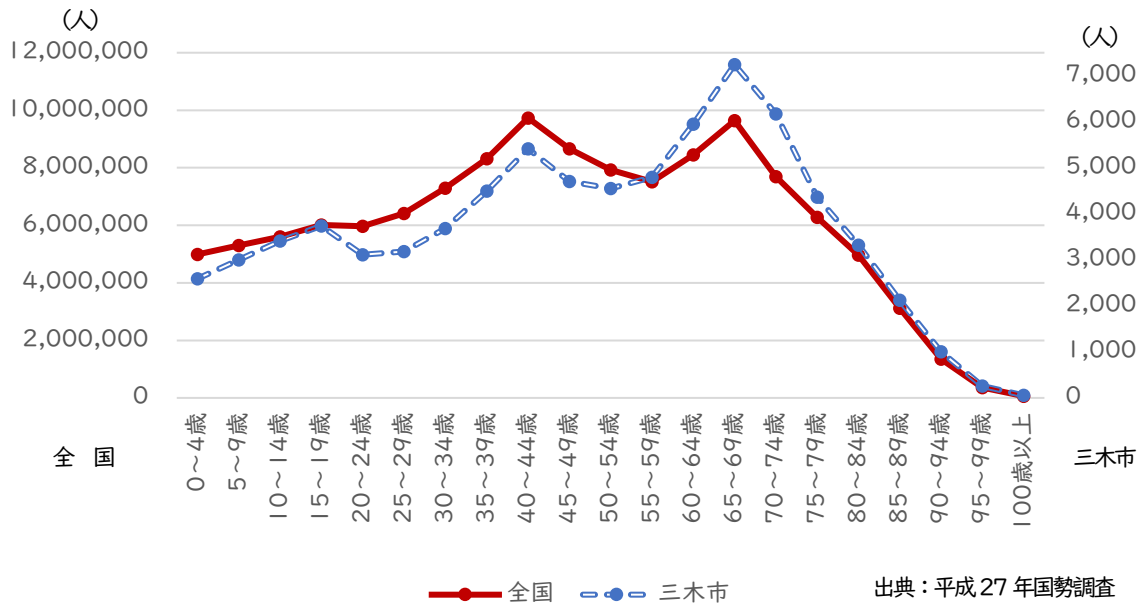
市全体の高齢化率は、平成22（2010）年で24.9%、平成27（2015）年で29.6%、令和2（2020）年で33.8%（各年3月末現在）となっており、この10年で8.9%上昇しています。

こうした現状を踏まえ、本市においても平成27（2015）年に「三木市創生計画 人口ビジョン・総合戦略」を策定し、これに基づき、まちの未来の展望を開くための取組を推進しています。

三木市の人口推移と予測

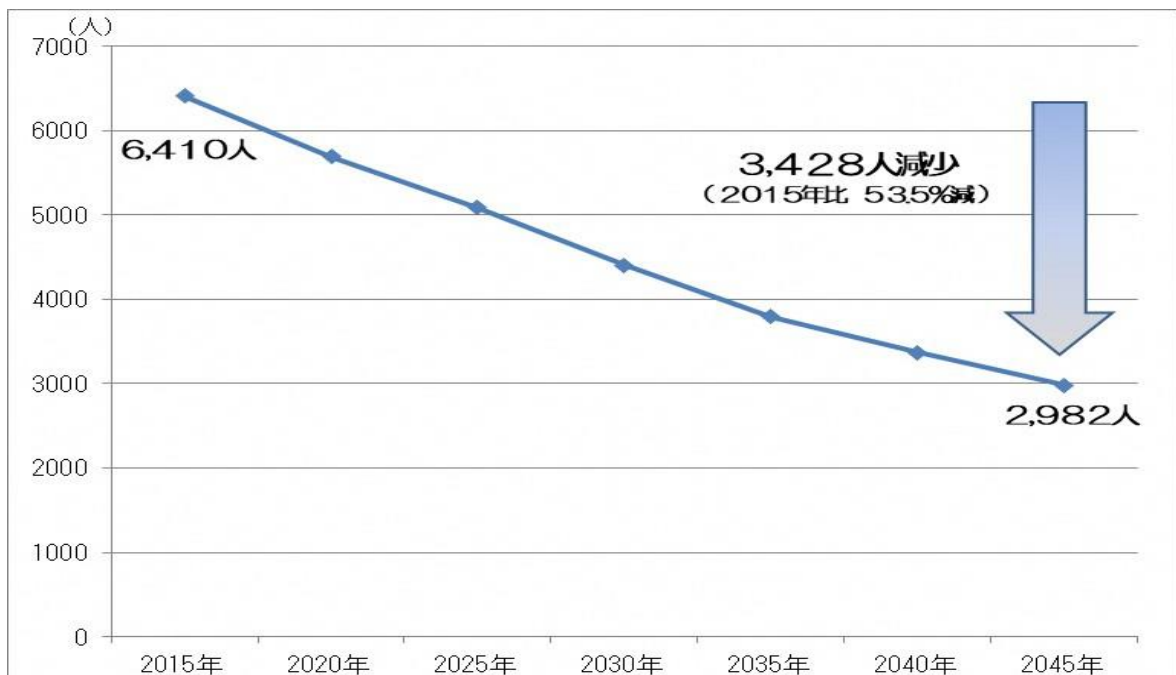


全国及び三木市の人口分布図



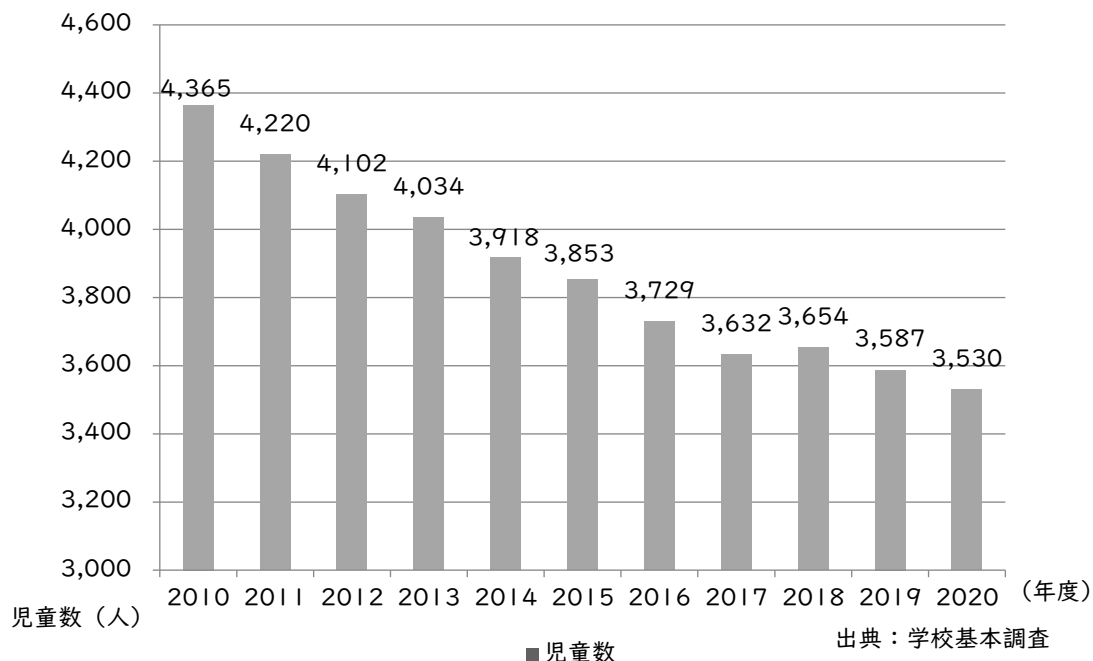
国立社会保障・人口問題研究所が発表した人口推計(平成30(2018)年3月31日現在)によると、本市の子どもの人口(5歳～14歳)は、平成27(2015)年に6,410人であったものが、令和27(2045)年には、2,982人になると予想されています。平成27(2015)年と比較すると、30年間で約54%の減少が予想されています。

三木市の子ども人口(5歳から14歳)予測



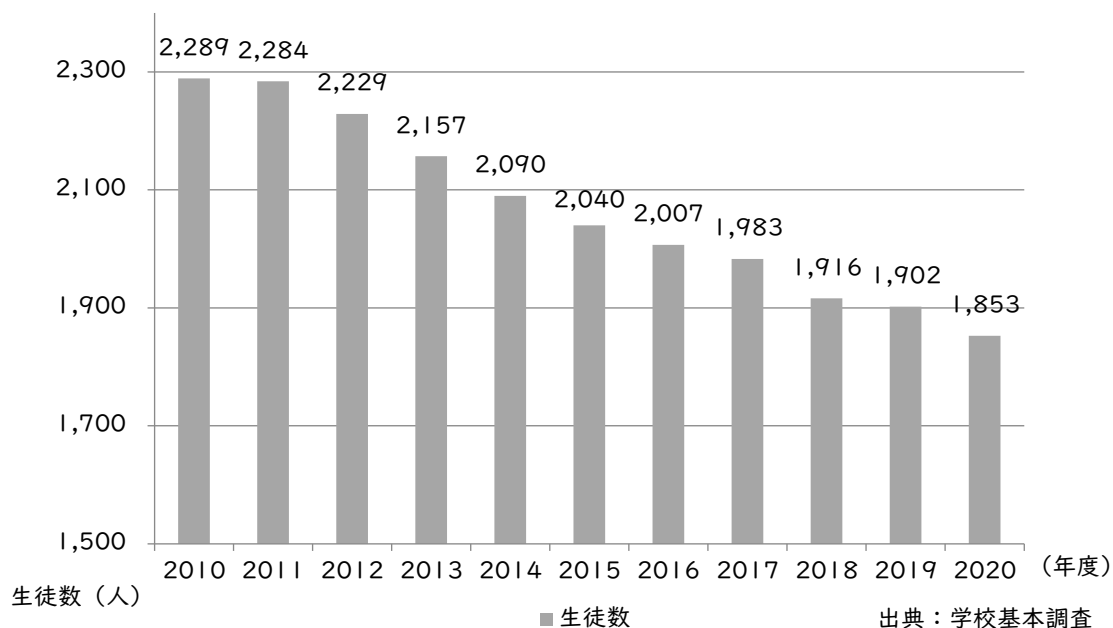
市内の小学校16校の児童数は、令和2（2020）年度には3,530人で、平成22（2010）年度に比べ835人減少しています。

三木市の小学校児童数の推移



市内の中学校8校の生徒数は、令和2（2020）年度には1,853人で、平成22（2010）年度に比べ436人減少しています。

三木市の中学校生徒数の推移

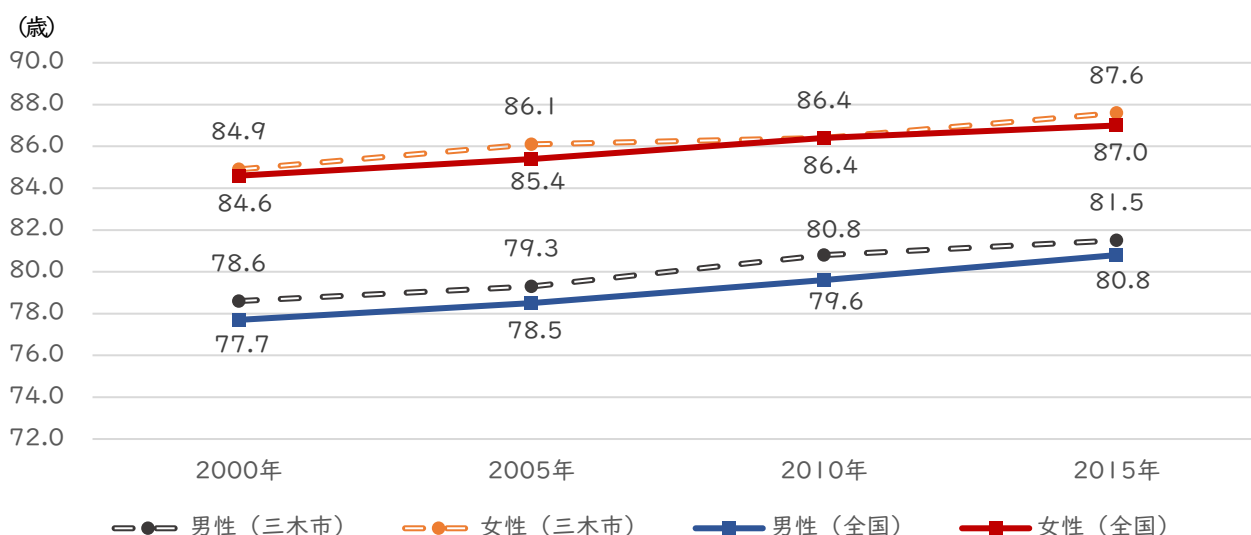


## (2) 人生100年時代の到来

医学の進歩、生活水準の向上等により平均寿命が著しく伸び、人生100年時代の到来が予想されています。本市の平均寿命は、平成12（2000）年には男性78.6歳、女性84.9歳（全国平均は、男性77.7歳、女性84.6歳）でしたが、平成27（2015）年には男性81.5歳、女性87.6歳（全国平均は、男性80.8歳、女性87.0歳）となり、長寿命化が進んでいます。今後、長い生涯の中で複数の仕事を持つことや、退職後にボランティアなどの地域や社会の課題解決のために活動することが、より一般的になると考えられます。

こうしたライフサイクルの中では、若年期において、知識や技能、思考力や判断力、表現力等、学びに向かう力や人間性等の涵養といった資質、能力を身に付けることに加え、人生100年時代をより豊かに生きるために、生涯にわたって自ら学習し、自己の能力を高め、働くことや、地域社会の課題解決のための活動につなげていくことが望まれています。

全国及び三木市の平均寿命

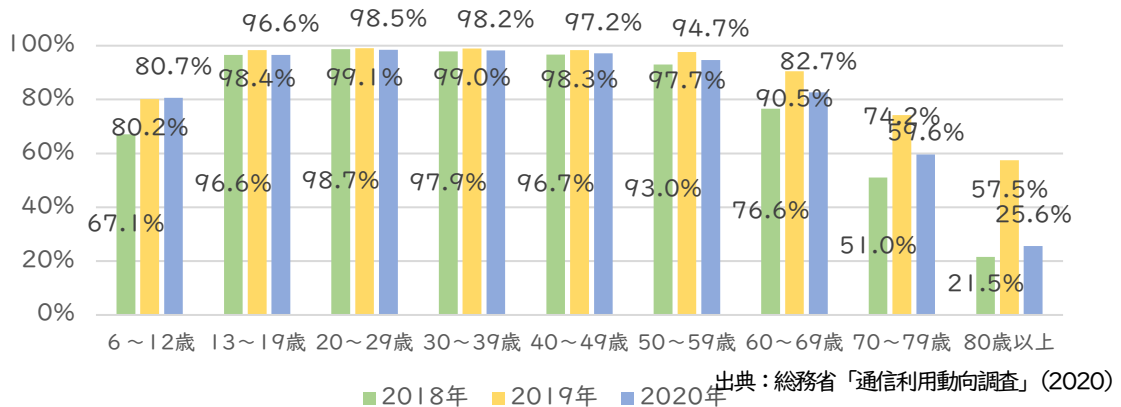


出典：厚生労働省「市区町村別生命表」

### (3) 情報発信の多様化

情報通信技術（ICT:Information and Communication Technology）の急速な発達と普及は、情報発信の多様化を実現してきました。本市でも、従来のポスター・チラシや広報誌といった紙媒体だけでなく、市ホームページやSNS等も活用した市内外に向けての市政情報発信に努めていますが、後述の市民調査結果の分析においても、運動・スポーツに関する情報の入手手段として挙げられるなど一定の役割を果たしているとはいえ、まだ改善の余地を残す結果となっています。

年齢階層別インターネット利用率



こうした中で起こった新型コロナウイルス感染症の拡大は、平成30（2018）年6月に閣議決定された国の『第3期教育振興基本計画』にも示された、仮想空間と現実空間との高度な融合により創造された新たな価値が経済発展と社会的課題を両立していく超スマート社会（Society5.0）の実現に向けたさらなるデジタル革新の訴求に加え、持続可能な開発目標（SDGs<sup>3</sup>）への関心を高めたともいわれています<sup>4</sup>。こうした時代の変革期における情報発信について、令和2（2020）年3月に策定した『三木市総合計画』では、担当課による事業の十分な周知や広報を徹底し、市民が市の情報を入手しやすい環境を醸成するとともに、的確なニーズの把握と新たな情報発信ツールの活用などを検討するとしています。

本計画でも、ツイッターをはじめとするSNSによる情報発信など発信媒体の多様化に加え、ICTを活用した市民のニーズの的確な把握を模索します。また、ICTを活用した新たな情報発信や情報受信になじみの薄い層が高齢者層を中心にまだ多いという現状を踏まえ、従来の情報発信手段についても内容の充実やわかりやすさを追求し、情報入手機会のさらなる創出を図っていきます。

3 SDGs（Sustainable Development Goals）は、平成27（2015）年9月の国連サミットで採択された行動計画で、17のゴールと169のターゲットから構成され、誰一人取り残さない社会の実現を理念としている。

4 『令和3年版 情報通信白書』でも、「ウィズコロナにおけるデジタル活用の実態と利用者意識の変化に関する調査研究（総務省2020）」を引用し、こうした傾向を指摘している。

## 第2節 三木市のスポーツの現状

三木市スポーツ振興計画策定の基礎資料に資することを目的に、「スポーツ基本法」の趣旨を踏まえ、市民調査を実施し、本市におけるスポーツの現状を分析しました。

### (1) 市民調査

令和3年6月18日～7月7日の期間、三木市スポーツ振興計画の策定を進めるに当たっての市民のスポーツ活動の意識調査として、市内在住の18歳以上の市民を対象に、郵送によるアンケートを実施しました。

配布数は1,000、回収は400、有効回収率は40.0%でした。



三木山総合体育館

### (2) 市民調査内容（一部抜粋）

- 問1. 健康状態及び体力についての自己評価
- 問2. この1年間の運動・スポーツの実施頻度
- 問3. 運動・スポーツを行わなかった理由
- 問4. スポーツを行うための必要条件
- 問5. 運動・スポーツで利用した施設（1年間）
- 問6. 公共の運動・スポーツ施設に対して望むこと
- 問7. 運動・スポーツ関係のクラブ・チーム・同好会等への加入状況
- 問8. スポーツクラブ等に参加していない理由
- 問9. 運動・スポーツに関する情報の入手方法
- 問10. スポーツに関するボランティア活動について
- 問11. 障がい者スポーツについて
- 問12. 「三木市スポーツ推進委員<sup>5</sup>」について
- 問13. 「スポーツクラブ21」について
- 問14. 三木市において、運動・スポーツ振興のために必要なこと

5 三木市スポーツ推進委員については、資料編【資料6】参照。

### (3) 調査結果<sup>6</sup>

- 現在の健康状態については、「とても健康である」「健康的である」と回答した人が、合わせて70.4%となっている一方、「運動不足」や「体力の衰え」を感じている人が合わせて50.6%という結果が出ています。
- 運動・スポーツの実施頻度については、週に1回以上は運動・スポーツをするという人が合わせて52.3%となっており、国の「第2期スポーツ基本計画」がめざしているスポーツ実施率65%を下回る数値となっています。
- 運動・スポーツを行わなかった理由としては、「時間がない」と回答した人が22.9%と最も多く、「家事が忙しい」「休みがない」といった回答結果も見られ、時間的余裕がないことが運動・スポーツの未実施につながっていると考えられます。「スポーツを行うための必要条件について」のアンケートでも、「時間の確保」と回答した人が25.7%と最も多くなりました。
- 運動・スポーツで利用した施設については、「自宅周辺」「自宅（室内・庭）」「地域の公園・空地」と回答した人が合わせて35.7%となっており、新型コロナウイルス感染症の影響から、体育館などの施設よりも自宅周辺で運動・スポーツを行った人が多い結果になりました。
- 運動・スポーツ関係のクラブ・チーム・同好会等への加入状況については、78%の人が未加入という結果になりました。また、「三木市スポーツ推進委員」や「スポーツクラブ21」などの地域スポーツクラブについて「全く知らない」と回答した人が、「スポーツ推進委員」は70.1%、「スポーツクラブ21」は62.8%という結果が出ており、地域のスポーツクラブの認知度の低さがうかがえる結果となりました。
- 障がい者スポーツについては、「関わっていない」と回答した人が74.5%といった結果が出ています。
- 障がい者スポーツの推進に必要なことについては、「既存スポーツ施設のバリアフリー化」「障がい者スポーツ施設の整備」が合わせて28.3%となり、ハード面の整備が必要だと感じている人が3割近く見受けられる結果となりました。
- スポーツに関するボランティアについては、95.6%の人が行っていないと回答しており、「今後活動を行いたいか」という問に関しては、合わせて82.1%の人が「行いたくない」という結果になりました。

6 三木市スポーツに関する市民意識調査結果の詳細については、資料編【資料1】参照。

### 第3節 国や兵庫県のスポーツ政策

#### (1) 国


国はスポーツ政策として、平成24(2012)年3月に「スポーツ基本計画」を、平成29(2017)年3月には、「第2期スポーツ基本計画」を策定し、国民が生涯にわたり、心身ともに健康で文化的な生活を営むことができるスポーツ立国の実現をめざしています。

<b>国における取組</b>
「スポーツ基本計画」策定 (計画期間：平成24(2012)年度～28(2016)年度)
<b>【計画概要】</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● 子どものスポーツ機会の充実</li><li>● ライフステージに応じたスポーツ活動の推進</li><li>● 住民が主体的に参画する地域のスポーツ環境の整備</li><li>● 国際競技力の向上に向けた人材の養成やスポーツ環境の整備</li><li>● 国際競技大会の招致・開催等を通じた国際貢献・交流の促進</li><li>● スポーツ界の透明性、公平・公正性の向上</li><li>● スポーツ界の好循環の創出</li></ul>
平成27(2015)年にスポーツ庁設置
「第2期スポーツ基本計画」策定 (計画期間：平成29(2017)年度～令和3(2021)年度)
<b>【目標】</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● 国民がスポーツに参画し、人生をいきいきしたものとする。</li><li>● スポーツ団体が、市民ニーズを的確に受け止め、魅力的なスポーツ環境を創出するとともに、様々な分野との連携・協働に取り組む。</li><li>● 地方公共団体が、地域の特性等に応じたスポーツ施策を主体的に実施するとともに、スポーツを通じた活力ある社会づくりに取り組む。</li><li>● 「する」「みる」「ささえる」スポーツ参画人口の拡大と、そのための人材育成の場の充実</li><li>● スポーツを通じた活力や絆の強い社会の実現</li><li>● 国際競技力の向上に向けた強力で持続可能な人材育成や環境整備</li><li>● クリーンでフェアなスポーツの推進、スポーツ価値の向上</li></ul>



## (2) 兵庫県

兵庫県はスポーツ政策として、平成 24 (2012) 年 12 月に「兵庫県スポーツ推進計画 (基本計画)」を策定し、「一人ひとりが健康で、いきいきと暮らす社会『スポーツ立県ひょうご』の実現」をめざし、5つの重点目標を掲げ、スポーツ施策を総合的に推進しています。

<b>兵庫県における取組</b>
「兵庫県スポーツ推進計画」策定 (計画期間：平成 24 (2012) 年度～令和 3 (2021) 年度)
<b>【基本理念】</b> 全ての県民がスポーツを通じて楽しさや感動を分かち合い、共に支え合う兵庫のスポーツ文化の確立   一人ひとりが健康で、いきいきと暮らす社会『スポーツ立県ひょうご』の実現
<b>【目標】</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● 全ての県民がスポーツを楽しめる環境づくり</li><li>● スポーツを通じて楽しさや感動を分かち合う社会の実現</li><li>● 共に支え合う好循環の創出</li></ul>
<b>【重点目標】</b> <ol style="list-style-type: none"><li>① スポーツをする子どもの増加と体力の向上</li><li>② 成人のスポーツ実施者の増加</li><li>③ 競技レベルの向上</li><li>④ 障がいのある人のスポーツ参加者の増加</li><li>⑤ 手軽に参加できるスポーツ環境の整備</li></ol>

# スポーツでつながるまち 三木

第3期三木市教育振興基本計画では、「人生100年時代」を見据え、全ての人が自らの人生を設計し、学び続け、学んだことを活かして活動できる社会を形成することが求められています。スポーツ振興の観点から、市民一人一人が生涯を通じて豊かに生きる喜びや感動を得るとともに、豊かな心を育むことができる環境を整備します。

本市では、これまで子どもから高齢者まで、それぞれのライフステージや体力に応じたスポーツ活動、健康づくりの促進や、障がいの有無にかかわらず、誰もが気軽に運動・スポーツを楽しむことができる環境づくりを進めてきました。

これを受けて、三木市スポーツ振興計画においては、これまでに培ってきたノウハウやネットワークを活用し、誰もが気軽にスポーツに接し、人生100年を通じて運動・スポーツに親しむために、「する」「観る」「支える<sup>7</sup>」の観点から、競技スポーツ、生涯スポーツ、障がい者スポーツの推進を図ります。

また、より多くの市民がスポーツを楽しむことができるよう、様々な施策を進め、多様なライフスタイル・価値観をもつ市民がつながり、認め合うことにより、互いを支え合い、共生していくことができる社会をめざしていくために、基本理念を「スポーツでつながるまち 三木」とします。

7 国の「スポーツ基本計画」及び県の「兵庫県スポーツ推進計画」では、ひらがな表記となっていますが、本計画では「第3期三木市教育振興基本計画」に合わせた表記としています。

## 第2節 基本方針

---

基本理念を実現するため、次の3つの基本方針に沿って、取組を展開していきます。

### 【3つの基本方針】

#### 1. “する” “観る” “支える” スポーツの推進

“する” “観る” “支える” ことでスポーツの魅力や楽しさを広げ、生涯にわたってスポーツを楽しむことができる環境づくりを進めていきます。

#### 2. スポーツを通じた健康で活気あるまちづくりの推進

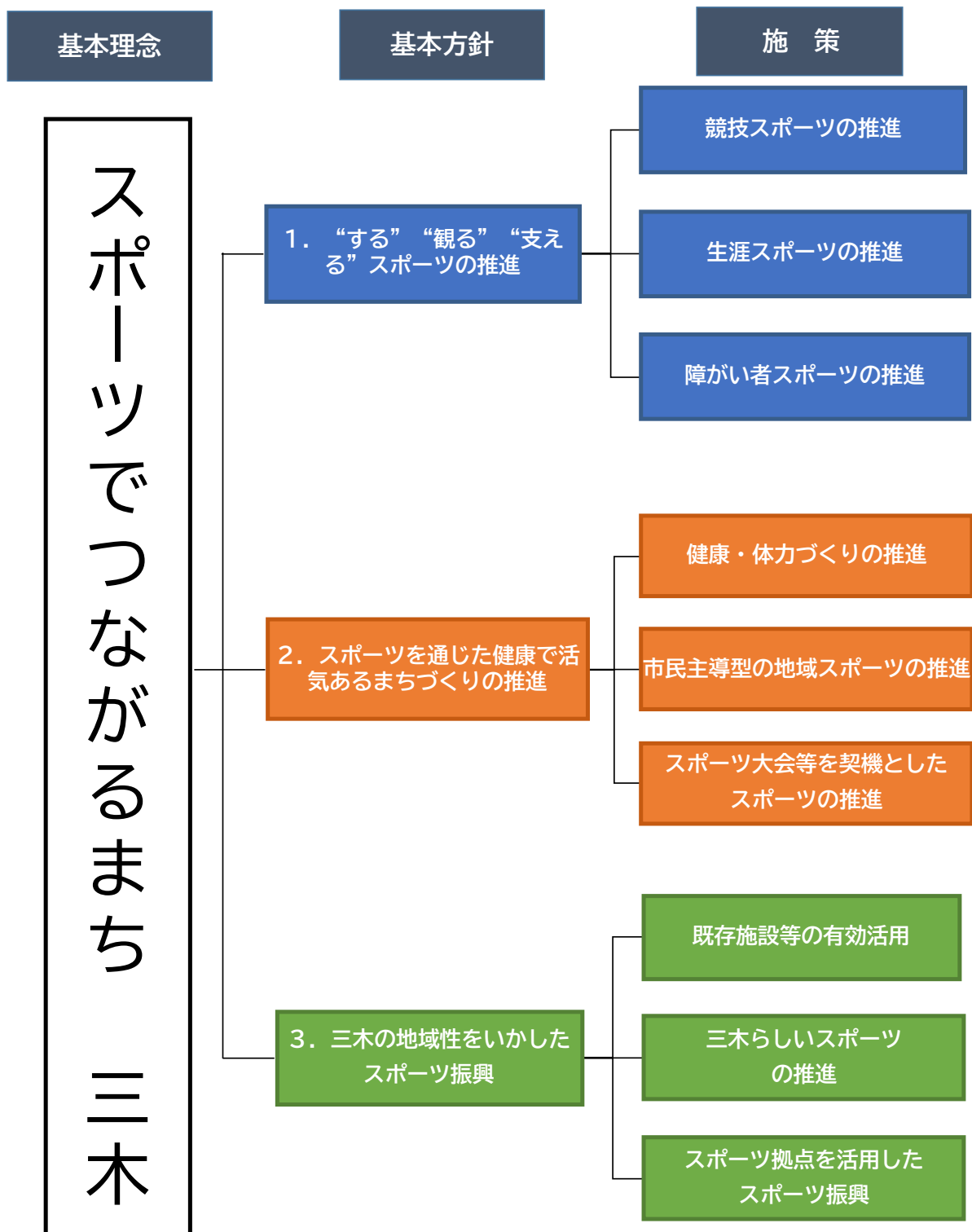
各種スポーツ団体が連携、協働し、年齢や障がいの有無にかかわらず、多くの市民が参加できるスポーツイベントなどを実施し、スポーツを通じた交流を増やし、健康増進につなげていきます。

#### 3. 三木の地域性をいかしたスポーツ振興

三木のスポーツ施設や自然などの魅力ある資源を活かし、三木らしいスポーツの推進に取り組みます。

### 第3節 施策体系

基本理念を実現するために、以下の体系のもと、総合的かつ計画的に取組を進めます。



## 1. “する” “観る” “支える” スポーツの推進

### (1) 競技スポーツの推進

#### 【これまでの取組と課題】

- ゴールデンスポーツイヤーズ<sup>8</sup>を契機とした市民のスポーツへの参画促進をしました。
- 本市は、東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会で、ホストタウンとして、フランス、ネパール両国との人的・経済的・文化的な交流の促進を図りました。
- パラリンピック競技チームの事前合宿での市民ボランティアによる運営サポートや交流会の実施など、様々な障がい者スポーツへの理解の促進を図りました。
- 競技スポーツの推進として、近畿大会や全国大会等に出場する選手への助成金や激励会などの選手派遣に対する助成事業を実施しました。
- 「する」スポーツはもとより、パラリンピック出場者や関連団体等との交流の機会やトップレベルの大会観戦の機会づくりなど、市民の「観る」「支える」スポーツをサポートする環境づくりが必要です。
- スポーツ人口をさらに増やしていくために、ライフスタイルの中で、誰もが、いつでも、どこでも、気軽にスポーツを「する」「観る」「支える」取組を実現できるようわかりやすい情報発信が必要です。
- 内閣府によるとオリンピック・パラリンピックの認知度は約9割で、関心度が非常に高い大会となっている一方、ワールドマスタースゲームズの認知度は約1割程度となっています。本市ではテニス競技が開催されることから、より多くの市民がスポーツへの関心を高めていく機会ととらえ、認知度をあげていく必要があります。

#### 【今後の取組方針】

- トップレベルのスポーツにふれる機会やアスリートの育成・支援、市民が一体となって、誰もが、いつでも、どこでも、気軽に「する」「観る」「支える」ことができるスポーツの実現を図り、わかりやすい情報発信に努めていきます。
- 関係機関・団体等と連携し、様々な方法でトップアスリートの育成を支援します。

---

8 令和元(2019)年のラグビーワールドカップ、令和3(2021)年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会、令和4(2022)年のワールドマスタースゲームズ2021 関西(現在、開催時期検討中)と世界的なスポーツイベントが連続して開催されることから、この時期を「ゴールデンスポーツイヤーズ」と呼んでいます。

## (2) 生涯スポーツの推進

### ① 子どものスポーツの推進

#### 【これまでの取組と課題】

- 小学校では、兵庫県の体力アップサポーター派遣事業を活用するなど、専門性のある指導者を招き、運動への興味・関心を高め、体育・スポーツ活動に親しむ意欲や態度を育成してきました。
- 運動部活動について、部活動指導員や部活動指導補助員を配置できるよう、人材確保に努めるとともに、生徒の適切な休養等による安全の確保や自主性の尊重に留意しつつ、技術、能力の向上とともに、望ましい人間関係の形成などに取り組んできました。
- 子どもたちのスポーツ活動が多様化しており、その受け皿となるスポーツ関連団体等が不足している現状があります。
- 心も体も健康で、人とのつながりの中で様々なことにチャレンジする「積極的に体を動かす子ども」を育てていく必要があります。
- 学校、家庭、地域、スポーツ関連団体等が連携して、様々な機会を活用し、子どもたちがスポーツを「する」だけでなく、スポーツを「観る」「支える」機会も充実させていくことが必要です。
- 幼児・児童期は、体を動かすことが大好きです。遊びなどを通して、運動嫌いをなくし、生涯にわたって健康や体力を保持・増進していくための基礎的な能力を培うことが必要です。
- 中学生・高校生は、学校の内外で友人や仲間と様々な活動を共に行う楽しさを十分に経験することが大切で、スポーツの意義や特性への理解を深め、スポーツ習慣を身に付けていくことが望まれます。

#### 【今後の取組方針】

- 生涯にわたり健康で活力ある生活ができる「健やかな体」の基礎を築くためにも、乳幼児期から親子で一緒に遊びや運動に親しめ、親子や保護者同士、地域との交流がもてる取組を進めます。
- 家庭、地域、学校、行政、スポーツ関連団体などが一体となって子どもの体力向上に取り組むことができる体制づくりを進めます。
- 子どもたちがスポーツを通じて夢や希望を持てるよう、スポーツを通じた仲間づくり・交流の機会の充実のほか、子どもの頃からトップレベルの競技に触れる機会の充実を図ります。
- 児童生徒一人一人が能力や適性に応じた指導を受けることができる環境が必要であり、そうした環境づくりのために、学校のクラブ活動を中心に、行政、地域、家庭の連携・協力によるスポーツ活動を推進します。
- 自ら興味や関心を持ち、チャレンジできるような運動・スポーツとの出会いの機会を多く提供するとともに、遊びながらスポーツを楽しめる環境を整備するなど、ジュニアスポーツ活動を推進します。

## ② 成人のスポーツの推進

### 【これまでの取組と課題】

- 親子がペアで参加することができるスポーツイベントを定期的で開催しています。
- スポーツ等への参加推奨を定期的に行うなど、気軽に取り組める運動としてウォーキングや体力測定などの情報提供を行いました。
- 地域企業の協賛による、ゴルフコンペやグラウンドゴルフ大会を開催し、中には参加者定員を超える大会もありました。
- 子育て・働く世代などは、身体能力が最も充実する世代ですが、仕事や育児が生活の中心になり、時間的制約も多くなることから、スポーツをする機会の急激な減少や身体能力の低下等による肥満傾向も見られます。スポーツを行う時間の確保が難しく、スポーツをする人が高齢者世代などと比べて低くなっています。
- 子育て・働く世代のスポーツへの参加は、自身の健康増進はもちろん、子どもや家族とのふれあいだけでなくスポーツへの参加意欲を促す役割も担っています。
- 運動不足になりがちな子育て・働く世代が継続的にスポーツを楽しむことができる環境づくりが必要です。
- イベントや大会の参加者が固定化されている現状があり、新規の方がより参加しやすい環境づくりが必要です。

### 【今後の取組方針】

- 健康的なライフスタイルの基礎となる運動・栄養・休養などの理解を深めるための体力測定や健康相談や個人の体力や生活リズムに合わせた運動プログラム、スポーツに関する情報の提供を積極的に行うことでスポーツ活動の習慣化、日常化を促進します。
- 親のスポーツ活動への参加意欲や状況が子どもや家族のスポーツ参加意欲の喚起に効果的であることにも注目し、乳幼児を抱える世代が安心してスポーツ活動を行えるような環境を整備し、スポーツ活動への参加を促進します。
- 地域において家族や仲間との交流を楽しむことができるスポーツ環境の整備を進めるとともに、一人一人の興味、年齢、性別、体力に応じた運動の定着を図るためのプログラム、及びスポーツサークルや運動施設の情報提供を行います。
- 子育て世代を対象とした、健康管理・維持を目的としたイベントの企画や、健康関連企業との連携を図ります。
- 地域企業や団体等と連携した通勤時のウォーキングや自転車通勤の促進により、時間的制約を受けやすい子育て・働く世代でも気軽に運動できる機会の創出を図ります。



ふれあいスポーツデーの様子  
(三木ホースランドパーク)

### ③ 高齢者スポーツの推進

#### 【これまでの取組と課題】

- スポーツ交流体験を主体としたイベントを開催し、スポーツ推進委員の活動に「ニュースポーツ」の普及を取り入れるなど、運動習慣づくりの契機としています。
- 高齢者の健康や体力づくりを中心としたイベントなども開催し、高齢者の参加者を増やしてきました。
- 高齢者の健康づくりのため、「みっきい☆いきいき体操<sup>9</sup>」の普及活動を進めており、現在、多くのグループが活動しています。
- 高齢者の健康・体力の保持増進や運動不足解消のためスポーツを行っている人が増えています。
- 社会の価値観や高齢者のニーズの多様化などに応じたスポーツ等の機会の提供が必要です。
- 高齢者がいつまでも元気でいきいきと暮らしていくために、外出を含めた日常生活での活動量の維持に努め、身体機能・生活機能の維持を図ることが重要です。

#### 【今後の取組方針】

- 高齢者が地域の中で、いつまでも元気で生き生きと暮らしていけるよう、高齢者が身近にスポーツに親しめる機会づくりを進め、健康的な生活習慣・運動習慣の定着を図ります。
- 高齢者がスポーツを通じた仲間づくり、生きがいづくりができるよう、スポーツを通じて多世代との交流ができる機会づくりや体制づくりを進めます。
- いつまでもスポーツをする高齢者など、市民の模範となる人を顕彰する機会を作るとともに、より活躍しやすい環境を作ります。
- 身体的不安を約半数の方が抱えているとの調査結果を受け、庁内関係各課とも連携し、スポーツを通じた健康増進による健康寿命<sup>10</sup>の延伸を図っていきます。

<sup>9</sup> 三木市で実施している高齢者の日常生活動作機能低下や、慢性的な体の痛みを予防するための筋力トレーニングです。また、自主教室の育成や支援を行い、人との交流を通じた閉じこもり予防や認知症予防も推進しています。

<sup>10</sup> 健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間を指します。



### (3) 障がい者スポーツの推進

#### 【これまでの取組と課題】

- 障がいのある人のスポーツ活動の機会の充実のため、兵庫県障害者のじぎくスポーツ大会への参加及び協力を行ってきました。
- 障がいの有無にかかわらず、誰もがスポーツを楽しみ、お互いの理解を深め、誰もが障がい者スポーツを楽しむことができる環境づくりに取り組んできました。
- 地域の主催するイベントやスポーツ推進委員が講師となる「出前講座<sup>11</sup>」に障がいのある人も参加しています。
- 障がい者スポーツの推進には、障がいの特性を理解したスポーツ指導者が必要となりますが、専門的な知識がいるため、その養成は難しいものとなっています。
- 東京パラリンピックでの活躍を契機として関心の高まった障がい者スポーツのさらなる推進に取り組む必要があります。
- 障がいのある人のスポーツに関するニーズや関連団体の活動を把握し、より参加しやすい機会づくり・体制づくりが必要です。
- 兵庫県障がい者スポーツ指導者養成講習会などへの参加等を通じ、障がい者スポーツを支える人材の育成を積極的に進めていく必要があります。
- スポーツ施設のバリアフリー化を含め、障がいのある人が身近にスポーツを楽しめる環境づくりやスポーツを通じた交流を進め、スポーツにおけるノーマライゼーション<sup>12</sup>の実現を図っていくことが必要です。



市内の認定こども園作成フランスチーム応援旗  
(東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会)

11 スポーツ推進委員が、地域のレクリエーション、交流会等のイベント時に、子どもから高齢者まで楽しめるニュースポーツを中心とした実技指導や助言を行っています。

12 高齢者や障がいの有無などに関係なく、生活や権利などを保証するため、社会基盤や福祉の充実など環境整備を行っていくことを言います。

## 【今後の取組方針】

- 庁内関係各課、スポーツ関連団体などとともに、活動内容などを積極的に情報発信し、障がいのある人がスポーツをするきっかけづくりをするとともに、スポーツを継続的に楽しめる環境づくりを進めます。
- 東京2020オリンピック・パラリンピックの開催を機会に、庁内関係各課と連携し、障がいの有無にかかわらず誰もが楽しめるスポーツの普及を通して、スポーツにおけるノーマライゼーションの実現を図ります。
- パラスポーツ選手などを招いた障がい者スポーツの体験や観戦による「する」や「観る」機会を積極的に展開するとともに、ボランティア活動など「支える」活動への関心を持ってもらう機会づくりを創出することによって、調査結果にもある高い無関心層率の低減やボランティア活動への参加意欲の向上を図っていきます。
- 障がい者スポーツ（個人・団体）への支援、育成を図ります。



パラリンピックネパールテコンドーチーム  
(東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会)

## 2. スポーツを通じた健康で活気あるまちづくりの推進

### (1) 健康・体力づくりの推進

#### 【これまでの取組と課題】

- スポーツをしていない人やスポーツが苦手な人も参加しやすいメニューや開催時間等を検討し、スポーツを楽しみながら健康・体力づくりができる環境の整備を行ってきました。
- 「みっきい☆いきいき体操」自主教室や高齢者大学の学生などを対象に、高齢者の健康状態を把握し、それをもとに個別相談につなげました。
- 総合保健福祉センターをはじめ、各トレーニング施設において、各種トレーニングマシンを利用した個人の健康づくりを推進します。なお、総合保健福祉センターでは、メディカルチェックに基づいた個別運動指導も行っています。
- 市内には、三木山総合公園、吉川総合公園、県立三木山森林公園、県立三木総合防災公園、三木ホースランドパーク等が、県立、市立のスポーツ・レクリエーションの拠点として整備されており、ふれあい・憩いの場として誰もが気軽に利用できる施設となっています。
- 生涯を通じた健康づくりのためにも、余暇や趣味を生かした身体活動に加え、家事や地域活動等、日常生活に軽い運動を取り入れて運動習慣を定着することが重要です。
- 「みっきい☆いきいき体操」は、住民主体の場としてフレイル予防<sup>13</sup>に取り組んでいるものの、その周知度は半数程度であり、より一層の啓発が課題となっています。また、誰もが参加しやすい仕組みづくりや情報発信の工夫も必要です。
- 健康づくり活動に取り組んでいる関連団体の活動を把握し、団体の活動内容の情報発信や、関係団体との連携・協働のもと健康づくりを進めていくことが重要です。



みっきい☆いきいき体操ロゴマーク

#### 【今後の取組方針】

- スポーツをすることによって健康が保持・増進されることを示すため、データなどをもとに市民への啓発を図っていきます。

13 フレイルとは、加齢により運動機能や認知機能が低下し、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態のことと、健康な状態と日常生活で介護が必要な状態の中間を意味しています。

- 庁内関係各課とも連携し、ひとりや自宅でも手軽にできる健康・体カメニューを配布し、年代を問わずより多くの市民が積極的に活動することで、さらなるスポーツ実施率向上を目指します。
- 「みっきい☆いきいき体操自主教室<sup>14</sup>」や「ふれあいサロン<sup>15</sup>」、「高齢者教室<sup>16</sup>」などにおいて、フレイル予防<sup>17</sup>に特化したチェックリストを活用し、生活機能の低下が見られる高齢者を把握します。
- 「みっきい☆いきいき体操」や「みっきい☆健脚体操<sup>18</sup>」、「みっきい☆にこにこ体操<sup>19</sup>」については、市の広報誌やポスターなどにより周知し、普及・啓発に取り組みます。
- 高齢者の低栄養や虚弱・閉じこもりなどの生活改善につなげるため、普及・啓発などを行う講座・教室を開催します。

## (2) 市民主導型の地域スポーツの推進

### ① コーディネーターによる地域スポーツの推進

#### 【これまでの取組と課題】

- スポーツ推進委員と連携し、高齢者教室などの公民館主催のイベント時に、ニュースポーツや障がい者スポーツの普及に取り組んできました。
- (公財)三木市スポーツ振興基金と三木市体育協会とが連携し、市民が親しみやすいスポーツ教室を開催し、スポーツ・レクリエーションの機会を充実させました。
- プロゴルファーが講師となり、小学生にレッスンするゴルフ教室を開催しました。
- 関西国際大学と連携して、「キンボール」「障がい者フライングディスク」などのスポーツ大会を開催しました。
- スポーツに対する多様化する市民ニーズに対応していくため、スポーツ関連団体をはじめ、子育て、福祉、健康、環境など、様々な分野の団体等とも連携した幅広い取組を展開することが必要です。
- これまで、ニュースポーツを普及するためのイベントなどを実施してきましたが、イベント後に継続的に取り組めていない現状があります。
- 地域に密着したスポーツ指導者やリーダーなど、コーディネーターとなる人材が不足している現状があります。

14 地域の公民館等を拠点としたグループが、定期的に「みっきい☆いきいき体操」に取り組んでいるものを言います。

15 高齢者、障がいのある方、児童やその保護者、並びに家に閉じこもりがちの方が地域の中でいきいきとした生活を送ることを目的として運営するサロンのことを言います。

16 生涯学習講座のひとつで、豊かな知識や教養を身につけ、目まぐるしく変化する現代社会を楽しみながら送っていただくための学習の場のことを言います。

17 従来の介護予防をさらに進め、より早期から行う介護予防のことを言います。

18 ひざを支える筋力をつけることを目的とした体操です。

19 噛む力・飲み込む力の低下を防ぐことを目的とした体操です。

### 【今後の取組方針】

- スポーツ推進委員による「出前講座」の充実など、多くの市民が参加できる催しの企画・運営を進め、より多くの市民がスポーツに触れる機会の拡充を図ります。
- 地域に密着したスポーツ指導者やリーダーなど、コーディネーターとなる人材の育成を図ります。
- スポーツ用具や機器の貸出しを推進します。
- 三木市体育協会の加盟団体等への活動支援を継続していくとともに、新たなスポーツ種目団体の育成や各種大会の充実を図っていきます。

### ② 地域スポーツクラブ<sup>20</sup>について

#### 【これまでの取組と課題】

- 小学校区を基本単位とするそれぞれの地域で、様々なスポーツを楽しむことができるよう地域住民により運営され、学校スポーツ施設を拠点に活動し、地域スポーツの推進や青少年の健全育成に取り組んできました。
- スポーツクラブの多くは、目的やレベルに応じた専門の指導者が不足しており、指導者の養成が必要です。
- 地域において、スポーツクラブ21<sup>21</sup>の認知度が低い現状があります。会員の募集や継続などにも積極的に取り組み、会費による自立したクラブ運営を行うことが課題となっています。
- 地域スポーツクラブの組織や活動が衰退化の傾向にあります。

#### 【今後の取組方針】

- 地域スポーツクラブに対する認知度や参加率の向上への課題を踏まえ、各スポーツ団体、スポーツ推進委員や地域企業とも協働し、スポーツイベント等を通じた地域スポーツの活性化を目指します。



ニュースポーツ体験の様子  
(三木ホースランドパーク)

20 身近な地域でスポーツに親しむことのできるスポーツクラブです。

21 地域住民の方々が気軽にスポーツや文化活動を楽しみ、交流を深める場所として、小学校区ごとに設置しているものです。本市では、平成12(2000)年10月設立された「スポーツクラブ21別所」をはじめ、市内の各小学校区に組織されています。

### (3) スポーツ大会等を契機としたスポーツの推進

#### 【これまでの取組と課題】

- 本市では、体育協会等のスポーツ団体と連携して、「市民スポーツ大会」や「みっきいふれあいマラソン大会」等のスポーツ大会を開催しています。
- 子どもから高齢者まで誰もが気軽に参加できるスポーツイベントとして「ふれあいスポーツデー」を実施することにより、スポーツに親しめる機会づくりを推進しています。
- スポーツ大会やスポーツイベントを開催し、市民がスポーツを行う機会と場の確保を行うことにより、本市のスポーツの推進と運動意欲の向上に取り組めます。
- 「みっきいふれあいマラソン大会」では、幅広い世代が大会に参加していますが、令和2(2020)年度より、新型コロナウイルス感染症の影響により、開催ができていない状況にあります。
- スポーツイベントやスポーツ体験教室では、年代を問わず多くの市民が参加しているものの、イベントの認知度がまだまだ低いことが課題となっています。
- 本市には、近畿大会・全国大会に出場し、活躍している市民が多数あり、大会出場の際には(公財)三木市スポーツ振興基金から激励金の助成を行っています。
- 表彰事業として、全国大会等で優秀な成績を収めた市民への三木市スポーツ賞の授与と、広報誌や市ホームページによる情報発信を行っています。

#### 【今後の取組方針】

- スポーツ大会やスポーツ体験教室に参加(「する」)や観戦(「観る」)するだけでなく、ボランティア活動に代表されるスポーツを「支える」ことでも達成感や有用感を感じられることを多くの市民に実感してもらえるような仕組みづくりを推進し、低迷するボランティア参加率や参加意欲の向上を図っていきます。
- 市民スポーツ大会等における新規参加者を増やすため、大会の参加方法の周知を図るとともに、大会結果を市ホームページに公表することにより、参加者のモチベーションを向上させ、スポーツ大会を盛り上げます。
- ICTも活用した情報発信の充実を図り、地域のスポーツ大会やイベントへの参加者の増加を図ります。
- 三木市内で全国大会等が実施される際に、大会ポスターを掲示する公共施設・商業施設を増やすなど、情報発信の強化も行っていきます。

#### 【数値目標】 (指標) 市民の健康・体力づくりにつながるスポーツイベントの参加者数

区分(項目)	令和元年度(実績)	令和7年度(目標)
みっきいふれあいマラソン	2,725人	3,000人

### 3. 三木の地域性をいかしたスポーツ振興

#### (1) 既存施設等の有効活用

##### 【これまでの取組と課題】

- 本市では、三木山総合公園（野球場、陸上競技場、屋内プール、テニスコート場）、吉川総合公園（文化体育館、多目的グラウンド、テニスコート場、ゲートボール場）や三木ホースランドパーク（馬術競技場等）、県立三木総合防災公園（陸上競技場、野球場、球技場、屋内テニスコート場、グラウンドゴルフ場）など数々のスポーツ施設があり、各種スポーツイベントなどで活用されています。
- 本市にあるスポーツ施設は、市民スポーツの活動拠点として広く市民に利用されており、有料スポーツ施設の利用についても、体育協会加盟の各種目協会をはじめ、各種団体や個人等に幅広く利用されています。
- 「ふれあいスポーツデー」「健康づくりの集い」等の市主催イベントの実施、「ファミリーグラウンドゴルフ大会」「ゲートボール大会」等の公民館主催のコミュニティ形成事業の実施や地域での町民運動会や体力測定などの取組を行なってきました。
- 指定管理者導入施設では、指定管理者独自のスポーツ教室<sup>22</sup>を実施しています。
- スポーツ施設に関する利用者ニーズでは、公共スポーツ施設の利用者が多く、身近な公共スポーツ施設や散歩、ウォーキングのための施設の整備充実が求められています。
- 既存施設の利便性を高めたり、積極的な情報提供を行ったりすることが必要です。
- 地域資源である公民館併設の大会議室（体育館）や県の施設、都市公園、さらに民間企業の保有する施設等、あらゆる環境をスポーツ空間として捉え、可能な施設については、有効に活用する取組が重要です。
- 公共スポーツ施設に求められるのは、適切な利用料金、だれでも気軽に参加、実践できる様々な種類のプログラムなどの提供です。

##### 【今後の取組方針】

- 市民にとって、手続き、料金、時間などさらに使いやすい施設運営を行い、利用率の向上を目指します。
- 三木山総合公園等の有料スポーツ施設についても、地域のスポーツイベント等への利用など、支援・協力体制の充実を図ります。
- 有料スポーツ施設では、指定管理者や地域住民と連携しながら、多様化する市民ニーズに対応する管理運営及び施設整備を行うとともに、生涯スポーツに寄与するスポーツイベント・教室等の企画・運営を行います。

22 本市における具体例として、アシックスによる卓球教室やテニス教室が定期的にも実施されています。

- 3割の方が障がい者スポーツの推進にはハード面の整備が必要との調査結果もあり、障がいのある方の意見や他市施設での改善事例も参考にしながら、スポーツにおけるノーマライゼーション実現に向けた既存施設の改善を行っていきます。
- 東京オリンピックで正式種目にも採用されたスケートボードは、注目のスポーツとして競技人口も増加しており、三木スケートボードパークでも施設の充実が望まれていることから、利用者ニーズを把握し、さらなる利用促進に向けた施策を図ります。



三木スケートボードパーク

【数値目標】 (指標) スポーツ公園におけるスポーツ施設の利用者数

区分(項目)	令和元年度(実績)	令和7年度(目標)
三木山総合公園	133,402人	150,000人
吉川総合公園	89,224人	100,000人

## (2) 三木らしいスポーツの推進

### 【これまでの取組と課題】

- 市内には、ブルボンビーンズドーム(テニス競技場)や三木ホースランドパーク(馬術競技場)、市立屋内プール、市内各公民館併設の大会議室(体育館)など数々のスポーツ施設を拠点に、地域の特性やニーズに対応したスポーツイベントが実施され、広く親しまれています。
- ゴルフは、西日本一のゴルフ場数と年間100万人を超える利用者数を誇る本市を代表する産業の一つですが、近年、若者のゴルフ離れ等により利用者数は減少傾向にあります。こうした現状に歯止めをかけ、「ゴルフのまち」としてのブランド化を図るとともに、ゴルフ初心者でも楽しめる「スナッグゴルフ<sup>23</sup>」の普及を進めています。
- 地域の特性を活かしたスポーツの推進については、既存施設の有効活用や、三木市の自然、文化、歴史を活かしたアウトドアスポーツやイベントの開催が必要です。
- 市内の各ゴルフ場が連携し、ゴルフを通して市民交流の輪を広げ、市民の健康増進と青少年の健全育成に寄与し、さらには本市の産業や観光が発展することにつながることを望ましいです。

### 【今後の取組方針】

- 豊かな自然など三木の魅力ある資源をいかした「みっきいふれあいマラソン」や「スナッグゴルフ」などの普及を図るとともに、スポーツツーリズム<sup>24</sup>の展開による魅力を発信していきます。

23 「子どもから大人まで楽しく」、「ゴルフの基本が身につく」をコンセプトとしてアメリカで生まれた新しいゴルフです。SNAGは、Starting New At Golf(ゴルフを始めるために)の頭文字から来ています。

24 スポーツ観戦やスポーツイベント参加のために用務地を訪れるといった、スポーツに関する旅行のことをいいます。



- 本市と三木市ゴルフ協会が主催する三木市レディースゴルフトーナメントやプロアマ大会等の開催により、「ゴルフのまち三木」をPRするとともに、多くの市民にゴルフの魅力を広報し、応援してもらえるイベントや情報発信を推進します。
- 庁内関係各課と連携し、ジュニアゴルフ教室やスナッグゴルフ対抗戦JGTO カップ全国大会、全国高等学校・中学校ゴルフ選手権春季大会（春高・春中ゴルフ）の共同開催をはじめとするゴルフ人口の裾野を広げる事業を推進していきます。



ジュニアゴルフ教室

### (3) スポーツ拠点を活用したスポーツ振興

#### 【これまでの取組と課題】

- 身近なスポーツ環境を整備するため、生活圏の公共施設、民間施設などをスポーツ空間として活用するなど多様な取組を行い、市民のニーズに応じた機能の充実を図るため、老朽化施設の計画的な再整備を進めてきました。
- 再整備に当たっては、障がいの有無にかかわらず誰もがスポーツに親しめるよう、バリアフリー化を進めてきました。
- 都市公園におけるスポーツ空間の整備をはじめ、様々な視点から新たなスポーツ空間の整備や確保に努めてきました。
- 稼働率の低いスポーツ施設等については、より多くの市民が利用できるようソフト面の再整備や転用方策などについて検討する必要があります。
- 地域住民が利用しやすい施設（拠点）をめざし、利用規定の見直しを行う必要があります。

#### 【今後の取組方針】

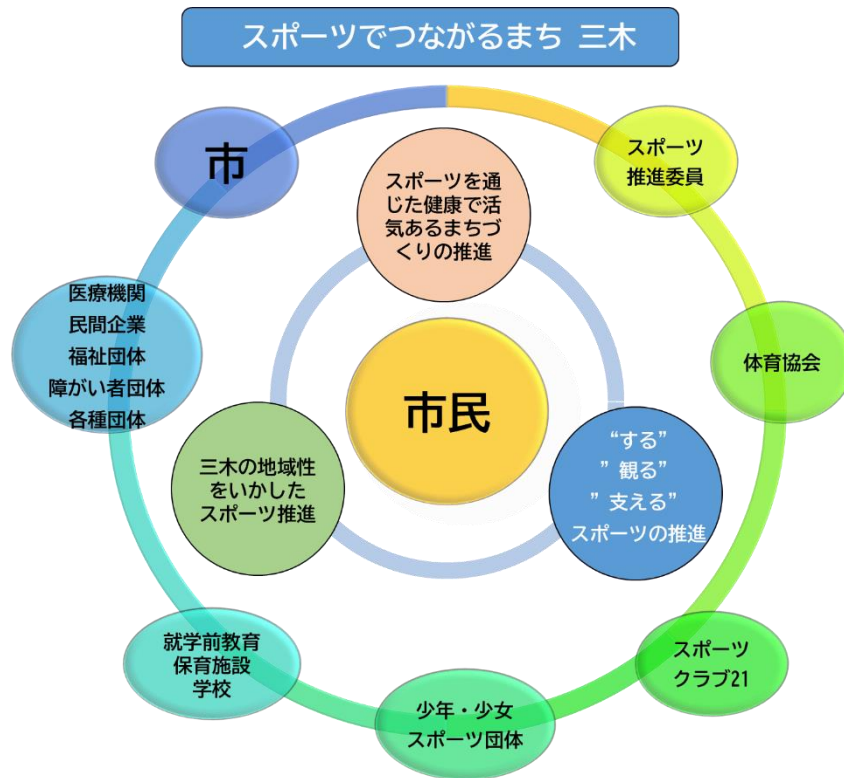
- 市内の公共施設について、スポーツの観点から施設を総合的に捉え、各地区の特色を活かしながら、市民が利用しやすい体制を整備します。
- 学校施設（グラウンド、体育館、クラブハウス、余裕教室など）についても、スポーツクラブ21の使用だけでなく、学校PTA活動、「放課後子ども教室<sup>25</sup>」事業や、地域住民のスポーツ教室やイベント等の利用についても検討します。

25 兵庫県教育委員会が、平成27年度から進めている地域と学校が協働して地域全体で子どもたちの成長を支えている「地域学校協働活動」の取組です。

## 第4章 計画の推進と進行管理

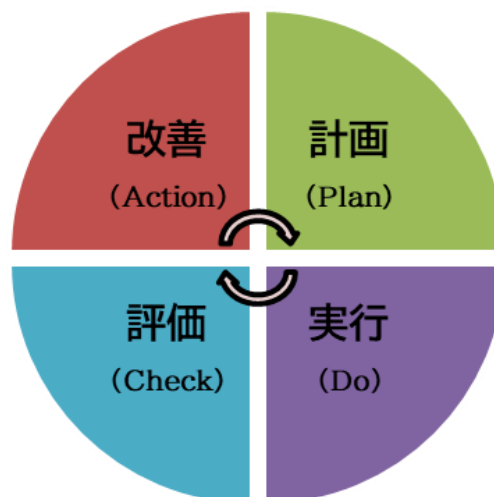
### 第1節 計画の推進、連携体制の整備

本計画の各施策の推進は、行政のみならず、市民をはじめ、学校、医療機関、福祉団体、障がい者団体、スポーツ関連団体、民間企業など、多様な主体による協働のもと実現していくとともに、各主体間の連携を深め、ネットワークの形成に努め、本市のスポーツを推進していきます。



### 第2節 計画の進行管理（中間見直し）

本計画を効果的に推進していくため、基本方針や施策について、計画(Plan)、実行(Do)、評価(Check)、改善(Action)のサイクルを踏まえた点検と評価を定期的に行います。

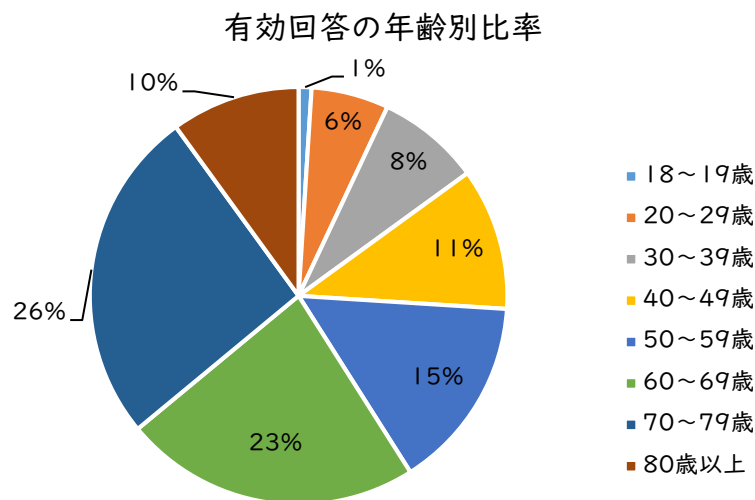


# 資料編

## 【資料1】

### 市民調査結果と分析

市民調査に回答された年齢別比率は以下の通りとなっています。



#### 問1. 健康状態及び体力についての自己評価

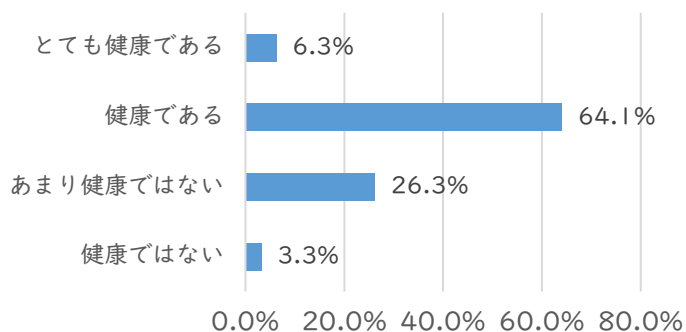
現在の健康状態について、「とても健康である」、「健康的である」と回答した割合が、70.4%となっています。

自身の体力については、「体力に自信がある」と回答した割合が6.5%、「体力は普通である」55.8%、「体力に不安がある」35.7%となっています。

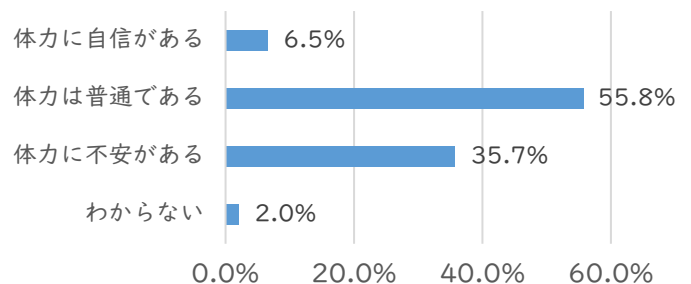
自身の健康や体力については、「運動不足」や「体力の衰え」を感じているということがうかがえます。一方で、「精神的疲労・ストレス」や「生活習慣病に対する心配」などの回答も見られ、精神面での不安を感じている方も見られます。

健康・体力の維持・向上のために心がけていることについては、「食生活」が最も高い割合を示しており、以下順に「睡眠や休養」、「規則正しい生活」、「運動・スポーツ」となっています。

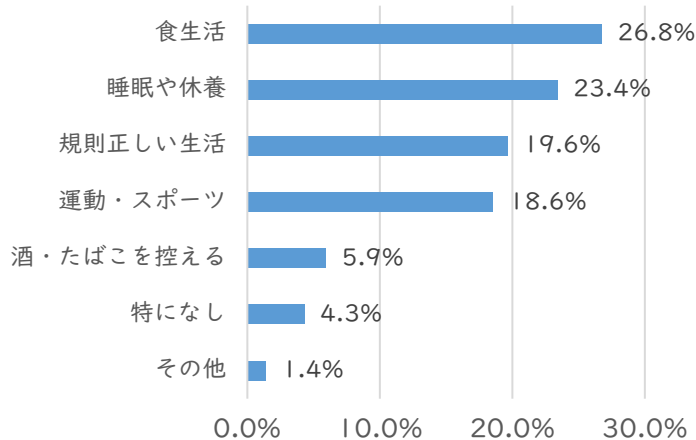
問：あなたは、近頃健康だと思いますか？



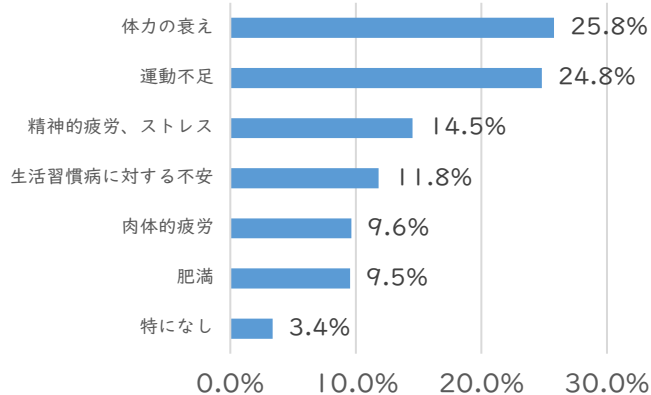
問：あなたは、自分の体力についてどのように感じますか？



問：健康・体力の向上あるいは維持のために心がけている事はありますか？



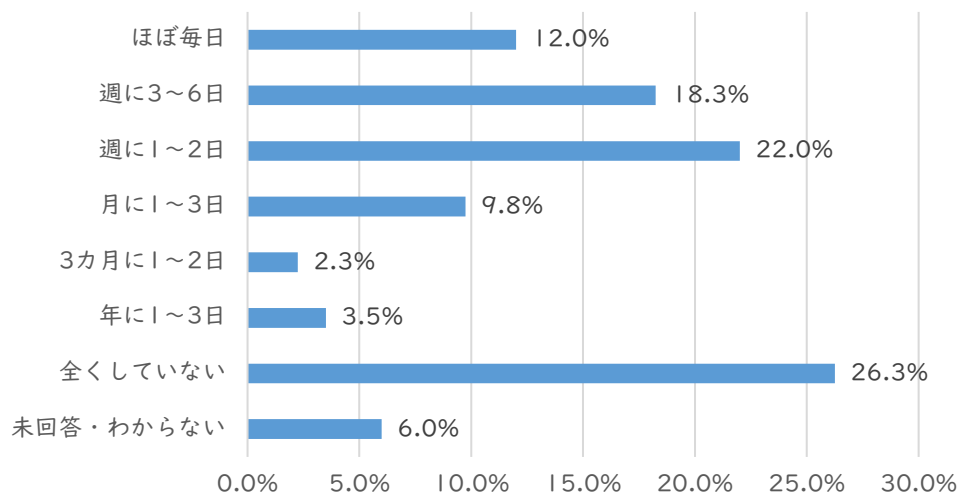
問：あなたは、自分の健康や体力について次のようなことを感じることがありますか（複数回答可）



## 問2. この1年間の運動・スポーツの実施頻度

運動・スポーツの実施頻度については、「全くしていない」と回答した割合は26.3%、「週に1～2日」22.0%、「週に3日以上6日未満」18.3%となっています。合わせると週1回以上の運動・スポーツ実施頻度は52.3%となっており、国のめざすスポーツ実施率65%を下回る数値となっています。

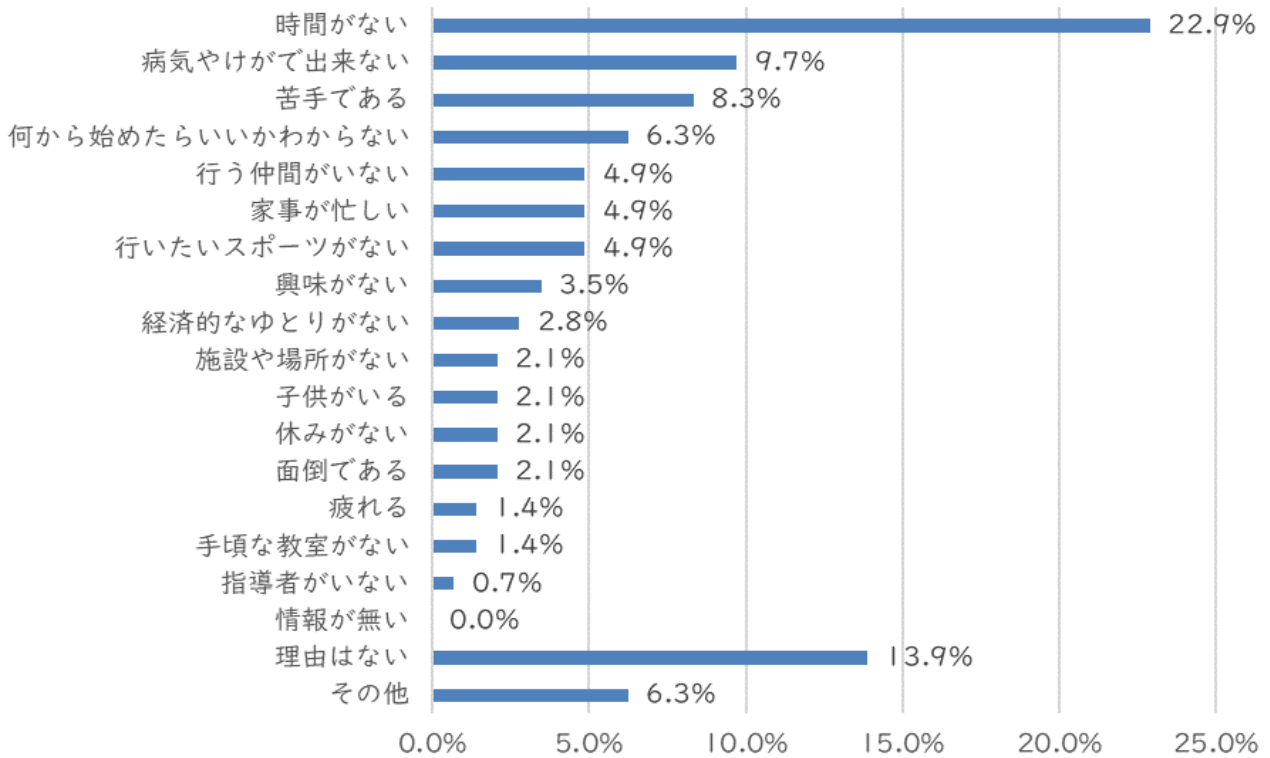
問：この1年間の運動・スポーツの頻度



## 問3. 運動・スポーツを行わなかった理由

運動・スポーツを行わなかった理由（「全く行っていない人のみ」）について、「時間がない」が22.9%と最も多く、次に「家事が忙しい」、「休みがない」と時間的に余裕がないことが理由と回答した人が続き、さらに「何から始めたらいいかわからない」、「行いたいスポーツがない」、「手ごろな教室がない」、「施設や場所がない」という環境面を理由とする回答もありました。

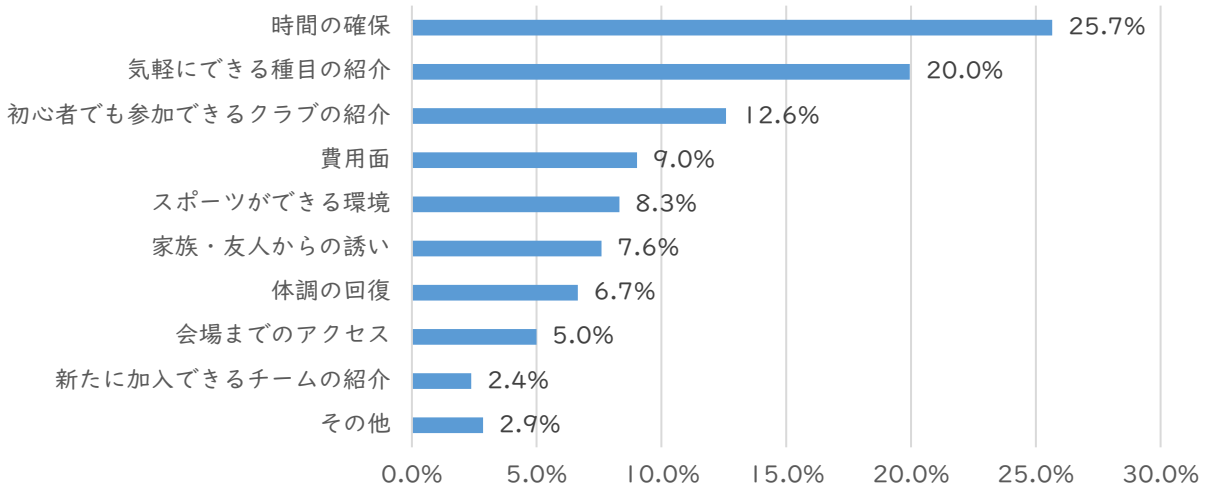
問：運動・スポーツを行わなかった理由  
(全く行っていない人のみ)



問4. スポーツを行うための必要条件

スポーツを行うための必要条件について、「時間の確保」と回答した人が25.7%と多く、「気軽にできる種目の紹介」、「初心者でも参加できるクラブの紹介」、「新たに参加できるチームの紹介」という情報を求めた回答が合わせて35.0%、その他「会場までのアクセス」、「費用面」、「スポーツができる環境」という回答もありました。

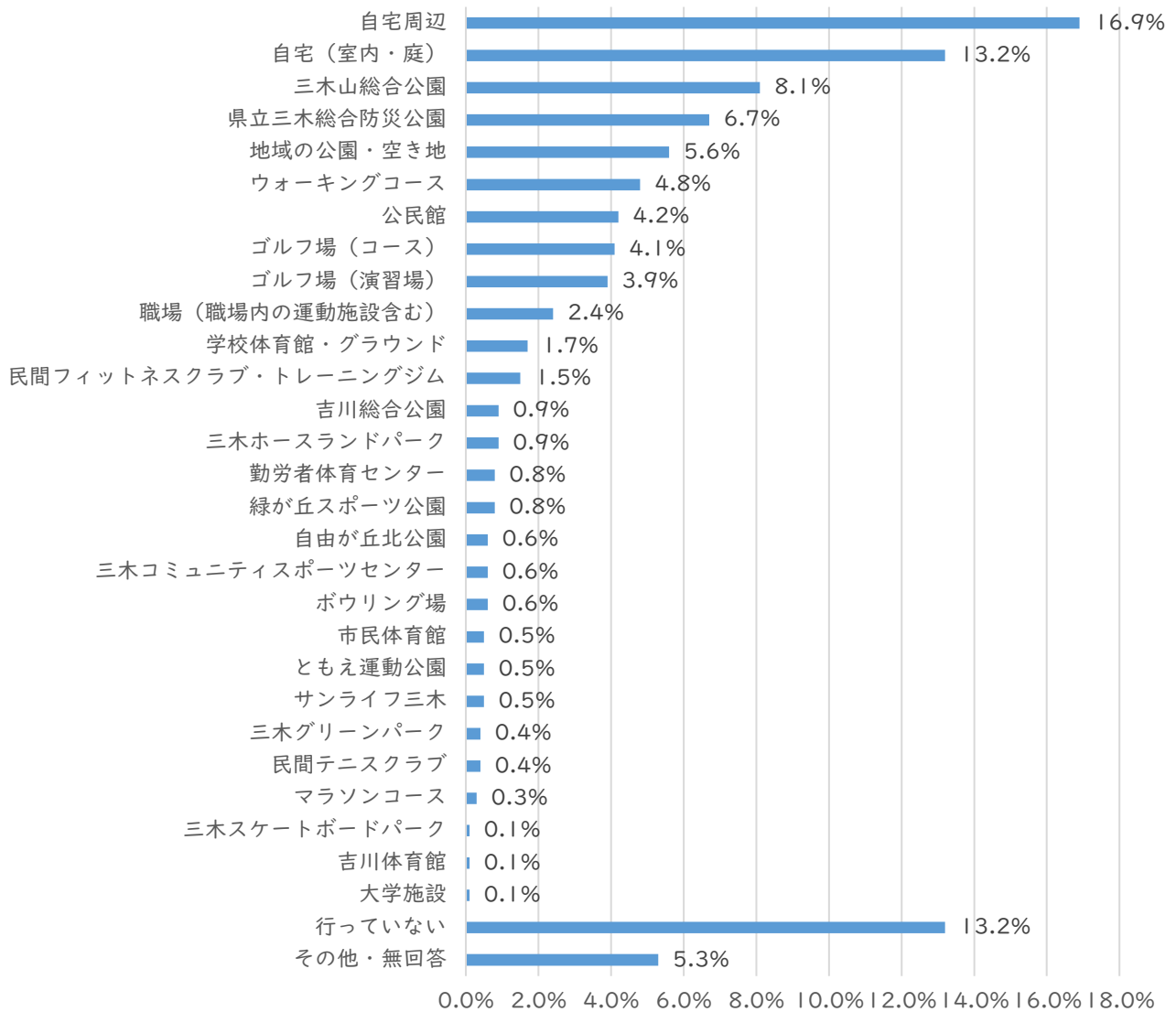
問：スポーツを行うために必要な条件は？



## 問5. 運動・スポーツで利用した施設(1年間)

スポーツで利用した施設について、「自宅周辺」、「自宅」、「地域の公園」と回答した人が 35.7% となり、続いて「三木山総合公園」、「県立三木総合防災公園」、「公民館」などの公共施設、「ゴルフ場」といった回答になりました。

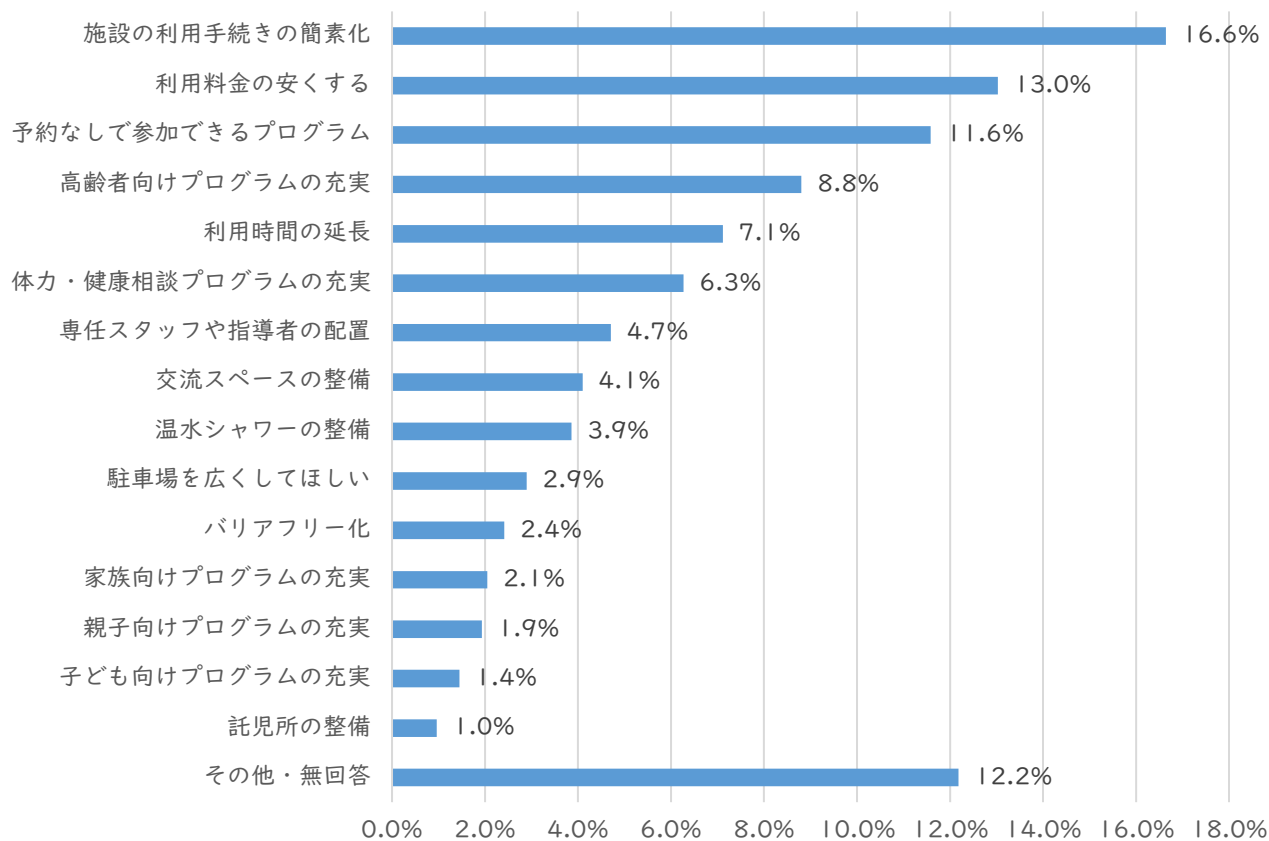
問：運動・スポーツで利用した施設（1年間）



## 問6. 公共の運動・スポーツ施設に対して望むこと

公共の運動・スポーツ施設に対して望むことについては、「施設の利用手続きの簡素化」、「利用時間の延長」、「利用料金を安くする」という利便性を求めた回答が 36.8%、「予約なしで参加できるプログラム」、「高齢者向けプログラムの充実」、「体力・健康相談プログラムの充実」など利用者向け企画を求めた回答が 26.7%、「駐車場を広くしてほしい」、「専任スタッフや指導者の配置」、「交流スペースの整備」、「バリアフリー化」など環境整備を求めた回答が 14.1% となりました。

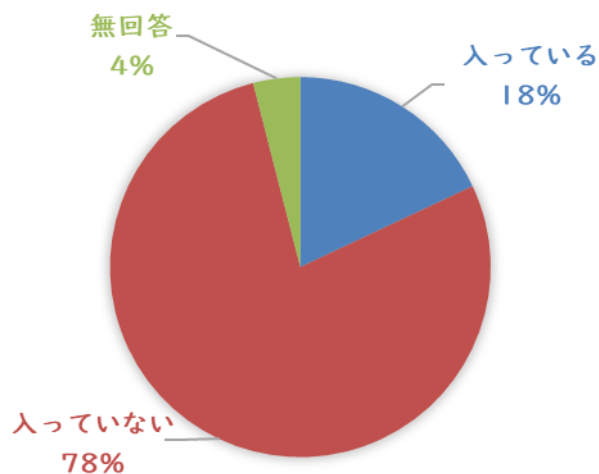
問：公共の運動・スポーツ施設に対して望むこと



問7. 運動・スポーツ関係のクラブ・チーム・同好会等への加入状況

運動・スポーツのクラブ・チーム・同好会等への加入状況を見ると、加入している人の割合は18%(全国調査：16.2%、県調査:20.8%)となっています。

問：運動・スポーツのクラブ・チーム・同好会等への加入状況



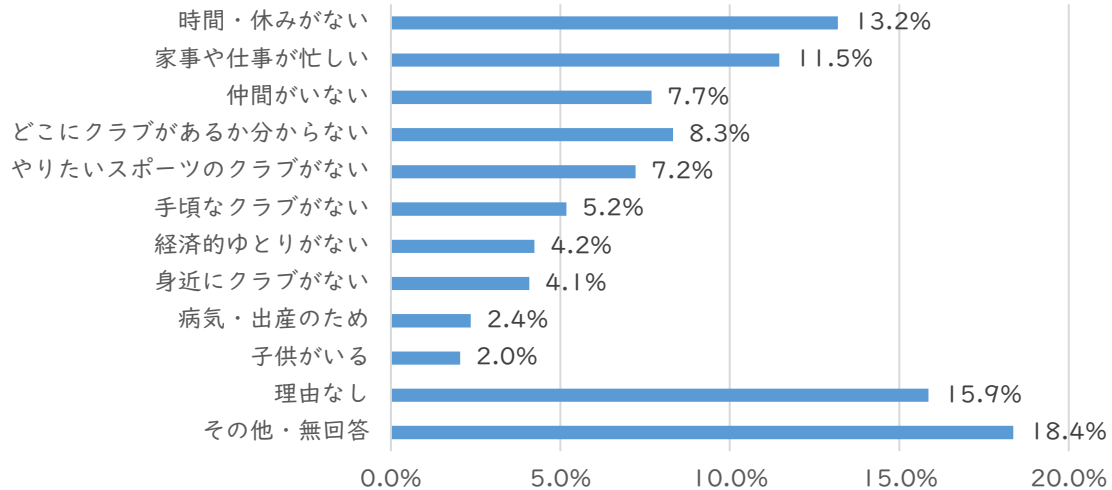


## 問8. スポーツクラブ等に参加していない理由

スポーツクラブ等に参加していない理由では、「時間・休みがない」「家事や仕事が忙しい」「子供がいる」など時間的なゆとりがないため加入していない理由が24.7%となっています。

続いて「どこにクラブがあるか分からない」「やりたいスポーツのクラブがない」など、クラブの認知度や充実度に関する理由も見られました。

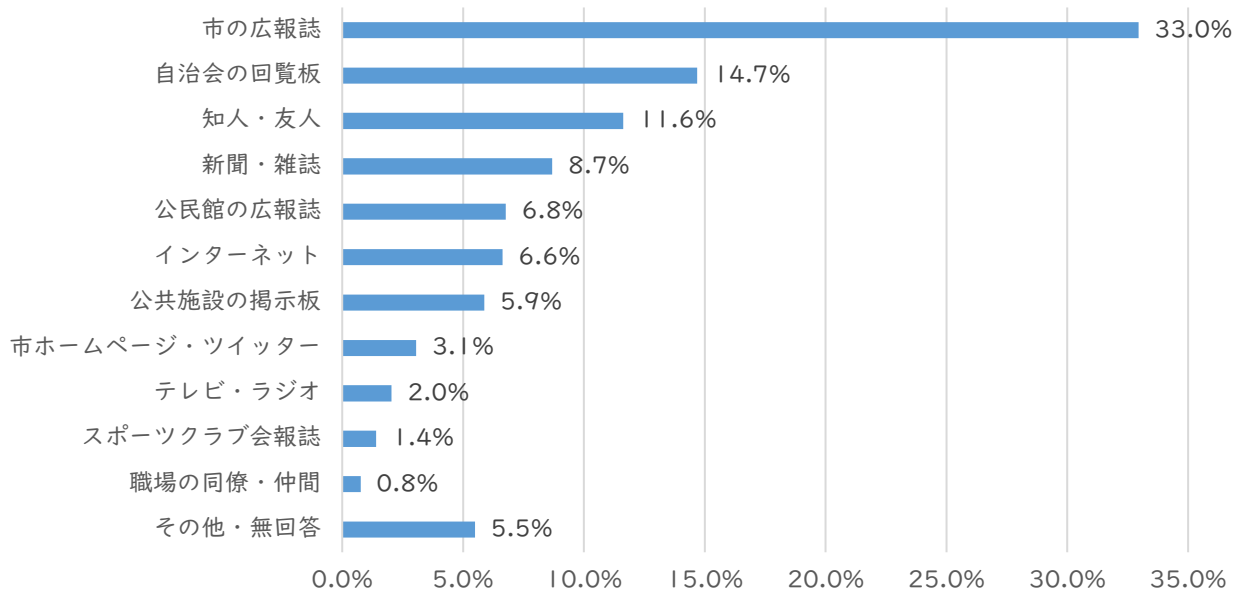
問：スポーツクラブ等に参加していない理由



## 問9. 運動・スポーツに関する情報の入手方法

運動・スポーツに関する情報を入手する手段として、「市の広報誌」が33.0%と最も高く、次に「自治会の回覧板」「知人・友人」と続いており、「メディア」や「口コミ」から情報を得ていることがわかります。

問：運動・スポーツに関する情報の入手方法（複数回答可）

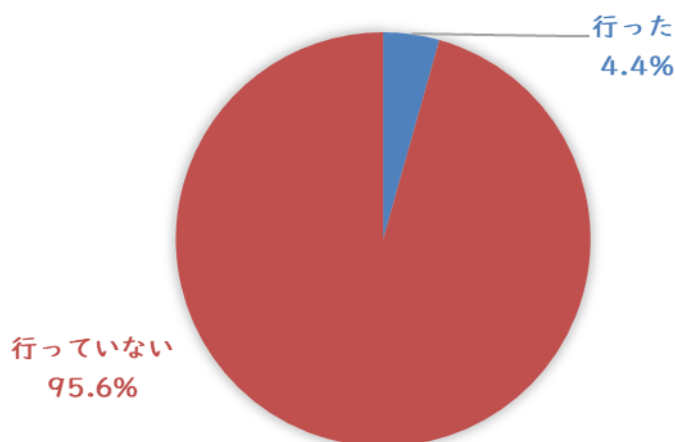


## 問 10. スポーツに関するボランティア活動について

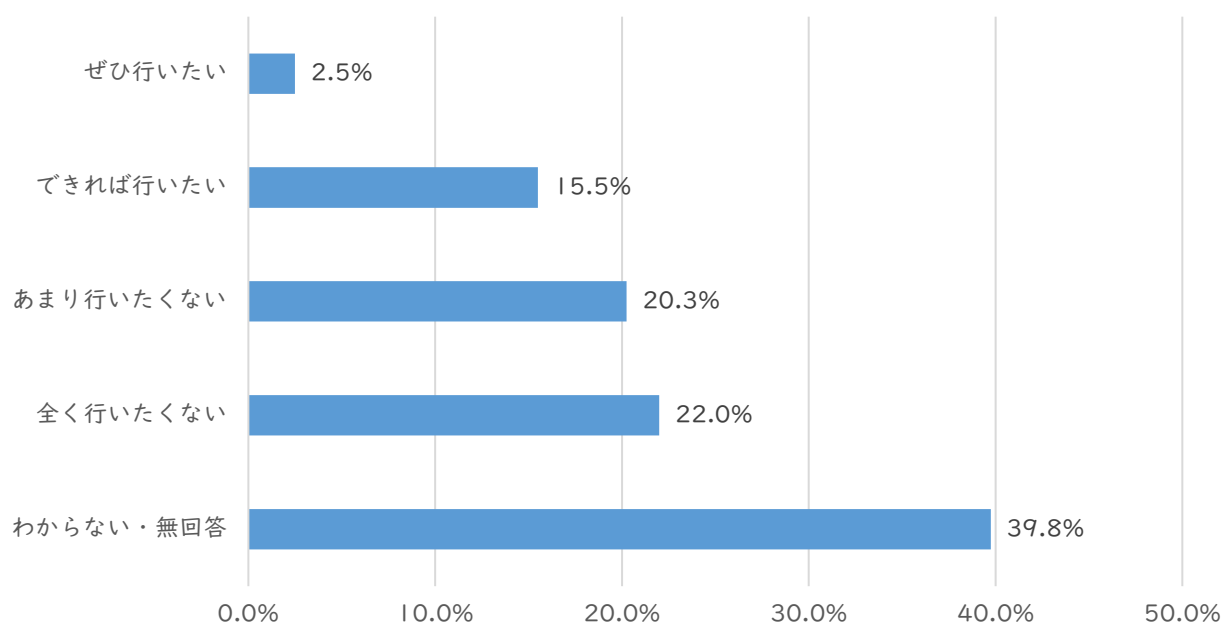
この1年間の運動・スポーツに関するボランティア活動について、「行った」と回答した割合はわずか4.4%となっています。

また、今後のボランティア活動意欲については、「わからない」39.8%、「あまり行いたくない」20.3%、「まったく行いたくない」22.0%、「できれば行いたい」15.5%、「ぜひ行いたい」2.5%となっています。

問：直近1年間でのスポーツに関する  
ボランティア活動の有無



問：今後運動・スポーツに関するボランティア活動  
を行いたいのか

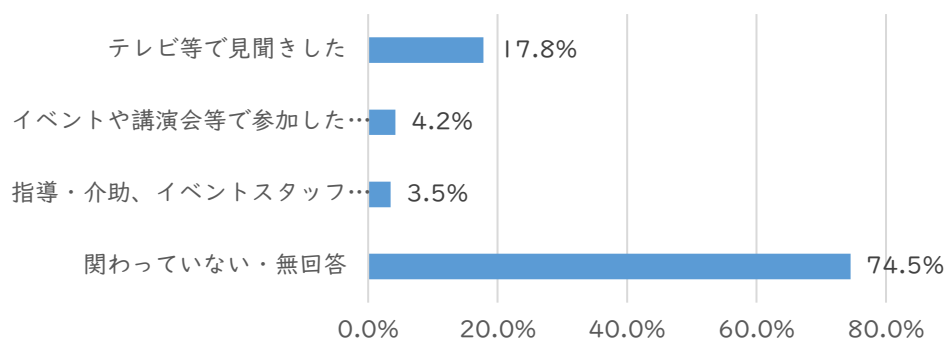


## 問11. 障がい者スポーツについて

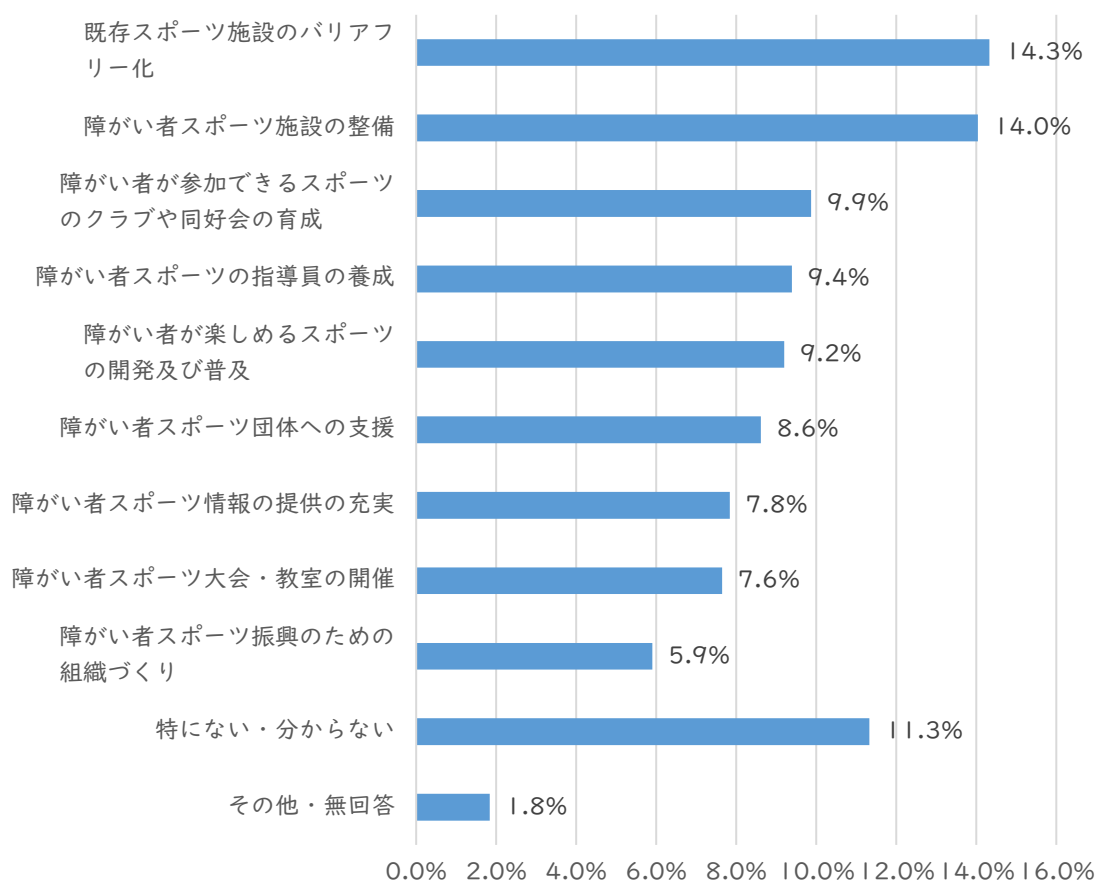
障がい者スポーツについて、「関わっていない」が74.5%と最も高い割合となっています。

また、障がい者スポーツの推進に必要なことについて、「既存スポーツ施設のバリアフリー化」が14.3%と最も高く、以下順に「障がい者スポーツ施設の整備」14.0%、「障がい者が参加できるスポーツクラブや同好会の育成」9.9%となっています。

問：障がい者スポーツへの関わりの有無



問：障がい者がよりスポーツを行うために、必要なことは？

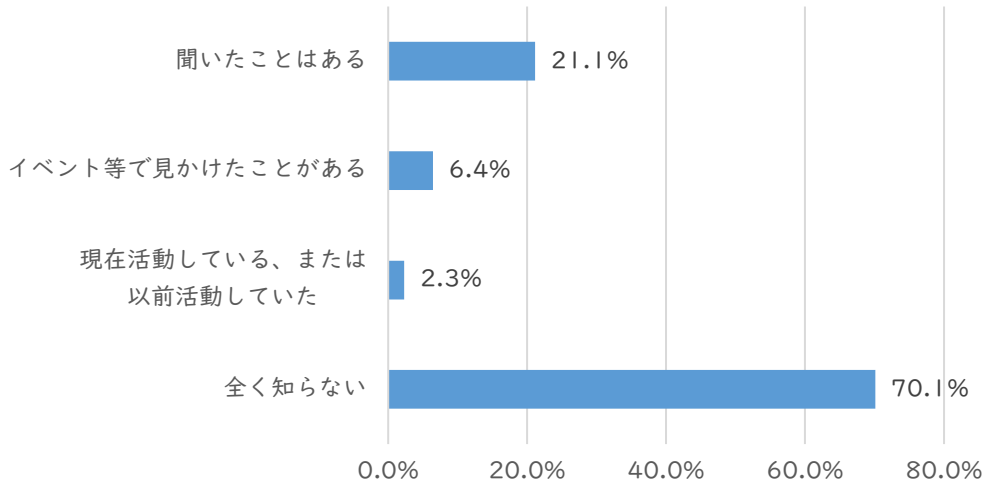


## 問 12. 「三木市スポーツ推進委員」について

三木市スポーツ推進委員について、「全く知らない」が70.1%と最も高い割合となっています。

「イベント等で見かけたことがある」、「聞いたことがある」が合わせて27.5%となっているが、イベント等に参加される機会が少ない人にとっては、活動内容自体を認識されていない結果となっています。

問：「三木市スポーツ推進委員」について

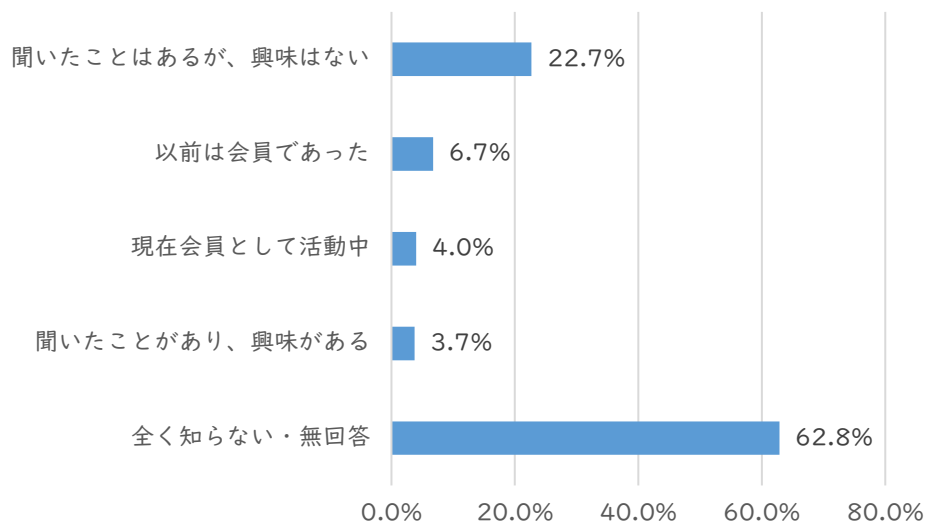


## 問 13. 「スポーツクラブ21」について

スポーツクラブ21について、「全く知らない・無回答」が62.8%と最も高い割合となっています。

また、「聞いたことはあるが、興味はない」が22.7%と関心のない人の割合も多く、「現在会員として活動中」が4.0%と非常に少ない結果となっています。

問：「スポーツクラブ21」について

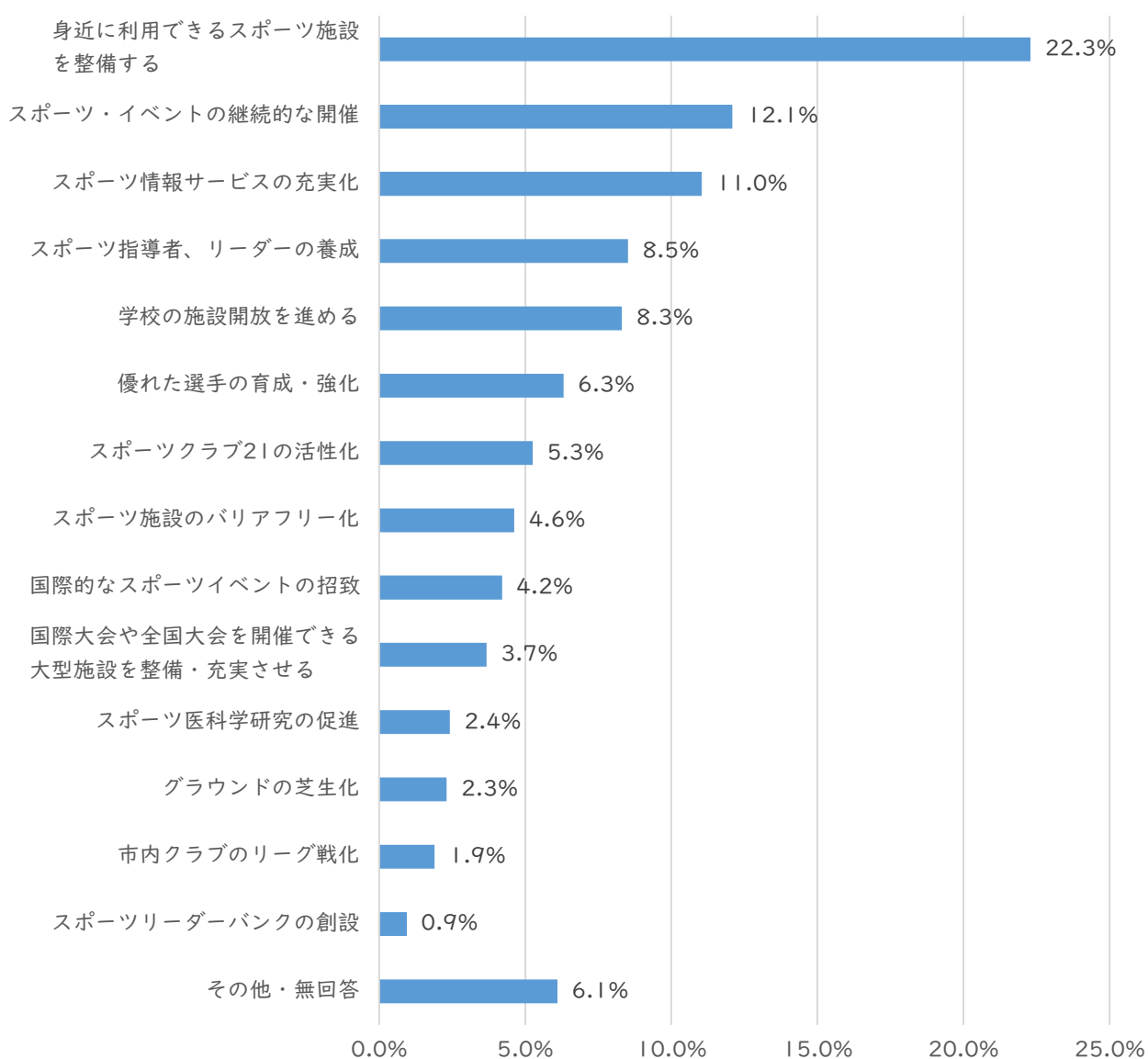


#### 問14. 三木市において、運動・スポーツ振興のために必要なこと

三木市において、運動・スポーツを振興させるために力を入れるべきことについては、「身近に利用できるスポーツ施設を整備する」が22.3%と最も高い割合となっています。

また、「スポーツ・イベントの継続的な開催」が12.1%、「スポーツ情報サービスの充実化」が11.0%となっています。

問：三木市において、運動・スポーツを振興させるために力を入れるべきこと



## 【資料2】

### 三木市スポーツ振興計画策定委員会設置要綱

#### (設置)

第1条 三木市教育振興基本計画に定めたスポーツ環境づくりの推進によるスポーツ振興策を具体化する三木市スポーツ振興計画（以下「計画」という。）を策定するため、三木市スポーツ振興計画策定委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

#### (所掌事項)

第2条 委員会は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 計画の案の策定に関すること。
- (2) その他計画を策定するために必要な事項に関すること。

#### (組織等)

第3条 委員会は、委員12人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから教育長が選任する。

- (1) 三木市体育協会が推薦する者 1人
- (2) 三木市スポーツ推進委員会が推薦する者 1人
- (3) 三木市スポーツクラブ21が推薦する者 1人
- (4) 中学校体育連盟が推薦する者 1人
- (5) 障害者スポーツに携わる者 1人
- (6) 三木市医師会が推薦する者 1人
- (7) 三木市老人クラブ連合会が推薦する者 1人
- (8) 学識経験者 1人
- (9) 公募による者 4人以内

3 委員会に委員長及び副委員長を置き、委員の互選により決定する。

4 委員の任期は、選任の日から令和4年3月31日までとし、委員が欠けた場合における後任者の任期は、前任者の残任期間とする。

#### (委員長及び副委員長の職務)

第4条 委員長は、委員会を代表し、会務を総理する。

2 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるとき、又は委員長が欠けたときはその職務を代理する。

#### (会議)

第5条 委員会の会議（以下「会議」という。）は、委員長が招集し、議長を務める。

- 2 会議は、委員の半数以上の出席がなければ、開くことができない。
- 3 会議の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数の場合は、議長の決するところによる。
- 4 委員会が必要と認めるときは、委員以外の者の出席を求め、説明又は意見を聴くことができる。

(会議の公開)

第6条 会議は、これを公開する。ただし、三木市審議会等の会議の公開に関する条例（平成20年三木市条例第1号）第4条各号に該当する場合は、委員長は、委員会に諮り、会議の全部又は一部を非公開とすることができる。

(庶務)

第7条 委員会の庶務は、教育委員会文化・スポーツ課において行う。

(補足)

第8条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に必要な事項は、委員長が委員会に諮って定める。

附 則

(施行期日)

1 この要綱は、令和3年4月1日から施行する。

(招集の特例)

2 この要綱の施行の日以後最初に開かれる会議は、第5条第1項の規定にかかわらず、教育長が招集する。

(有効期限)

3 この要綱は、令和4年3月31日限り、その効力を失う。

【資料3】

三木市スポーツ振興計画策定委員会 委員名簿

役 職	氏 名	所 属 等
委員長	松 井 幸 太	関西国際大学 人間心理学科 准教授
副委員長	富 依 多 雅 蔵	三木市体育協会
委 員	山 内 基 行	三木市スポーツ推進委員会
委 員	富 田 進	三木市スポーツクラブ21
委 員	坂 田 直 裕	三木市中学校体育連盟
委 員	北 上 亜 矢 子	障害者スポーツに携わる者
委 員	織 戸 弘 行	三木市医師会
委 員	奥 野 敬 子	三木市老人クラブ連合会
委 員	稲 見 臣 二	公募
委 員	寒 者 恵	公募
委 員	岸 井 義 明	公募

種 別	氏 名	所 属
事務局	本 岡 忠 明	教育総務部長
	金 井 善 純	教育総務部文化・スポーツ課長
	西 馬 房 子	教育総務部文化・スポーツ課副課長兼文化芸術係長
	藤 田 崇 史	教育総務部文化・スポーツ課スポーツ係長
	村 田 政 宜	教育総務部文化・スポーツ課スポーツ係



## 【資料4】

### 三木市体育関連団体一覧

#### 振興基金

公益財団法人三木市スポーツ振興基金

#### 三木市体育協会

三木市陸上競技協会	三木サッカー協会
三木野球協会	三木バドミントン協会
三木市卓球協会	三木市ソフトボール協会
三木市バレーボール協会	三木市テニス協会
三木市ソフトテニス協会	三木市バスケットボール協会
三木市剣道連盟	三木市ゲートボール協会
三木市柔道協会	三木市弓道協会
三木市空手道連盟	三木市グラウンドゴルフ協会
三木市水泳協会	

#### スポーツクラブ21

スポーツクラブ21 別所	スポーツクラブ21 自由が丘西
スポーツクラブ21 緑が丘	スポーツクラブ21 口吉川
スポーツクラブ21 三木東	スポーツクラブ21 志染
スポーツクラブ21 三木西	スポーツクラブ21 みなぎ台
スポーツクラブ21 三木青山	スポーツクラブ21 中吉川
スポーツクラブ21 細川	スポーツクラブ21 上吉川
スポーツクラブ21 自由が丘東	スポーツクラブ21 東吉川

#### 推進委員会

三木市スポーツ推進委員会

各団体への連絡は、三木市教育委員会教育総務部文化・スポーツ課が担当しています。

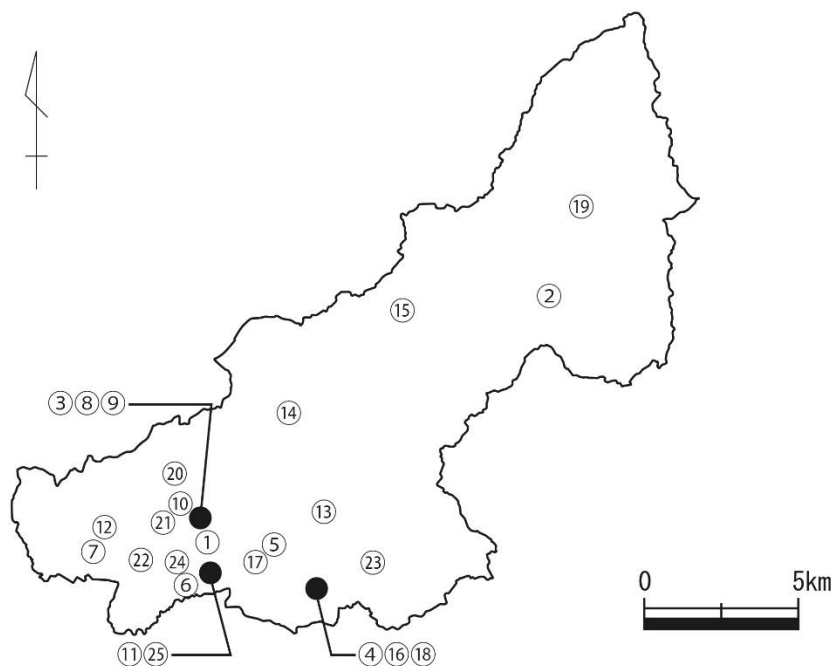
#### 連絡先

三木市教育委員会教育総務部文化・スポーツ課  
〒673-0492 上の丸町10番30号

☎82-2000 (代)

【資料5】

市内スポーツ関連公共施設一覧



令和3（2021）年12月現在

施設名（所在地・連絡先）	用 途
① 三木山総合公園 福井字三木山2474番地 ☎83-4442	総合体育館、野球場1面、陸上競技場（多目的広場） 屋内プール、テニスコート8面、弓道場
② 吉川総合公園 吉川町西奥260番地 ☎73-1155	文化体育館（バレーボール2面、家庭バレーボール4面、 バスケットボール1面、バドミントン4面） 多目的グラウンド（野球、陸上、サッカー） テニスコート16面、ゲートボール場
③ 勤労者体育センター 福井1947番地の3 ☎080-1452-6874 （体育館事務所）	アリーナ（バレーボール2面、バスケットボール2面、 バドミントン4面）
④ 緑が丘スポーツ公園 緑が丘町西2丁目42番地 ☎85-5522 （公園事務所）	テニスコート8面、多目的グラウンド
⑤ 自由が丘北公園 志染町吉田1241番地の13 ☎83-4442 （三木山総合公園）	野球場1面
⑥ 三木グリーンパーク 福井字三木山2472番地 ☎83-0488	多目的グラウンド、屋内ゲートボール場2面

⑦	ともえ運動公園 別所町巴13番地	☎83-4442 (三木山総合公園)	野球場1面
⑧	三木スケートボードパーク 上の丸町(三木市文化会館裏駐車場の角)		スケートボード、インラインスケートに利用できる コンクリート製のウォール(ボール、バンク等)施設
⑨	サンライフ三木 福井1933番地の12	☎83-3010	多目的ホール(バレーボール1面、バドミントン1面) トレーニングルーム
公民館			
⑩	中 央 本町2丁目2番10号	☎82-2007	体育館(中央、吉川町は除く) トレーニングルーム(緑が丘町、自由が丘、三木南)
⑪	三木南交流センター 福井2484番地の9	☎83-1710	
⑫	別 所 町 別所町西這田1丁目10番地	☎82-0072	
⑬	志 染 町 志染町井上173番地	☎87-3814	
⑭	細 川 町 細川町豊地55番地の1	☎86-2059	
⑮	ロ吉川町 ロ吉川町殿畑144番地	☎88-0004	
⑯	緑が丘町 緑が丘町中3丁目38番地	☎85-7011	
⑰	自由が丘 志染町西自由が丘1丁目595番地	☎85-4700	
⑱	青 山 志染町青山3丁目15番地の2	☎87-1300	
⑲	吉 川 町 吉川町吉安246番地	☎72-1577	
⑳	三木コミュニティスポーツセンター 加佐572番地	☎83-3434	アリーナ(バレーボール2面、バスケットボール1面、 バドミントン4面) トレーニングルーム
㉑	福井コミュニティセンター 福井1丁目9番1号	☎82-7300	アリーナ
㉒	三木ホースランドパーク 別所町高木	☎83-8110 (ホースランド) ☎83-1771 (研修センター)	研修センター 多目的ホール(バレーボール、 バドミントン) 馬事センター 乗馬場 ふれあいの森 ターゲットバードゴルフ ホースシューズ、グラウンドゴルフ
㉓	県立三木総合防災公園 志染町三津田1708番地	☎85-8408	スポーツの森ゾーン 陸上競技場、第2陸上競技場 野球場、球技場(天然芝2面、 人工芝1面) 自然体験の森ゾーン ブルボンビーンズドーム ☎85-8413 樹脂系ハードコート (センターコート1面、 サブコート8面) グラウンドゴルフ16ホール
㉔	歴史の森ターゲットバードゴルフコース		
㉕	三木山多目的グラウンド		

## 【資料6】

### スポーツ推進委員【用語説明】

スポーツ推進委員とは、当該市町村のスポーツ推進のために、教育委員会規則の定めるところにより、スポーツの推進のための事業の実施に係る連絡調整並びに、住民に対する、スポーツの実技の指導、その他スポーツに関する指導、助言を行う非常勤職員です。

#### 1. 歴史的経緯 ー体育指導委員からスポーツ推進委員へー

文部省（現在の文部科学省）が住民の生活に直結したスポーツ振興を図るには、体育指導委員を設置して、その活発な活動を求める必要があるとして、昭和32（1957）年4月に都道府県教育委員会に対し、「地方スポーツ振興について」の文部事務次官通達を出したことから始まりました。

昭和36（1961）年制定の「スポーツ振興法」の19条に定める市町村が委嘱する「体育指導委員」の役割は、近年、スポーツの実技の指導その他スポーツに関する指導及び助言のみならず、スポーツの推進のための事業の実施に係る連絡調整としての役割が重要性を増していることから、平成23（2011）年6月に制定された「スポーツ基本法」の第32条にこうした職務が規定上追加されるとともに、当該職務をより適切に表す観点から、「スポーツ推進委員」へと名称が変更されました。

#### 2. 法的位置づけ

- 昭和36（1961）年、「スポーツ振興法」制定。同法第19条に体育指導委員に関する条文あり。
- 平成23（2011）年6月、「スポーツ基本法」制定。同法第32条にスポーツ推進委員に関する条文あり。

#### 3. スポーツ推進委員の委嘱について

スポーツ推進委員は、市町村教育委員会が委嘱する非常勤職員です。

スポーツ推進委員は、市町村の教育委員会事務局に置かれ、教育長の指揮監督を受けて、教育委員会事務局の必要に応じて、「スポーツ基本法 第32条 第2項」で規定している職務を遂行します。この際、スポーツ推進委員には、職務の執行に伴い、教育委員会の予算の範囲内で報酬の支給や費用弁償があります。



