

東京都スポーツ振興審議会（第29期第3回）

日 時：令和6年5月16日（木）午後4時30分

会 場：東京都庁第一本庁舎16階北側 特別会議室S6

※オンライン併用

午後4時30分開会

○小池スポーツ総合推進部長 それでは、定刻となりましたので、ただいまより第29期第3回東京都スポーツ振興審議会を開会いたします。

本日は、大変お忙しいところご出席をいただきまして、誠にありがとうございます。

私、生活文化スポーツ局スポーツ総合推進部長の小池でございます。着座で恐縮ですが、議事に入るまでの間、私が進行を務めさせていただきます。どうぞよろしくお願い申し上げます。

本日は、この会議室にお集まりいただいている方、オンラインでご参加の方を含めまして、13名の委員の皆様にご出席をいただいておりますので、東京都スポーツ振興審議会に関する条例第7条第1項に基づく開催に必要な定足数である半数に達しておりますことをご報告申し上げます。

本日の委員の皆様のご出席状況につきましては、恐縮ですが、お手元の委員名簿に記載してございますので、そちらをご覧くださいいただければと存じます。

なお、白戸委員、水村委員、ゼッターランド委員につきましては、後ほどご参加いただけると聞いておりますので、よろしくお願い申し上げます。

続きまして、本年4月の人事異動に伴いまして、当局の幹部職員に異動がございましたので、ご紹介させていただきます。

局長の古屋留美でございます。

技監の朝山勉でございます。

国際スポーツ事業部長の梅村実可でございます。

スポーツ施設部長の澤崎道男でございます。

企画調整担当部長の石原慎でございます。

連携推進担当部長でスポーツレガシー活用促進担当部長を兼務いたします、志村将憲でございます。

パラスポーツ担当部長の上山亜紀子でございます。

本日、ご紹介いたしました部長級幹部のほかにも課長級の職員も参加しておりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

それでは、会議に当たりまして、生活文化スポーツ局長、古屋より一言ご挨拶申し上げます。

○古屋局長 改めまして、生活文化スポーツ局長の古屋でございます。

松尾会長をはじめといたしまして、皆様方にはお忙しい中、第29期第3回東京都スポーツ振興審議会にご出席をいただきましてありがとうございます。

会議に先立ちまして、一言ご挨拶を申し上げます。

第1回、第2回の審議会におきましては、これまでの都の取組や、今後ますます進行する少子高齢化の中におけるスポーツ施策の推進に必要な視点等について、様々ご意見を頂戴したところでございます。

今回は、「スポーツを通じた健康増進」について、宮地委員から、また、「スポーツを通じた地域・経済の活性化」について、上代委員から、それぞれご講義をいただくこととなっております。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

これまでの当審議会における議論におきましては、健康長寿の重要性やスポーツが生活の質的な向上につながることにつきましてご示唆を頂戴しております。こうした議論をさらに深めていくために、様々な視点からご指導をいただきますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

また、地域・経済の活性化についてでございますが、来年度は、東京で世界陸上、また、デフリンピックが開催されることになってございます。国際大会の開催で高まる機運も追い風にしながら、地域・経済の活性化につなげていただけるよう皆様から忌憚のないご意見を頂戴できればと考えてございます。

生活文化スポーツ局は、都民の地域での活動、また文化の振興など非常に幅広い分野を担当してございます。スポーツの取組が様々な分野とつながりまして、よりよい都民生活に結びつくよう、局を挙げて努めてまいりたいと存じます。

委員の皆様から引き続き、ご指導、ご鞭撻を賜ればと存じますので、どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

○小池スポーツ総合推進部長 それでは、次に、資料のご案内をさせていただきます。

本日、議事で使用する資料は、お集まりの皆様には、お手元のタブレット端末に、また、オンラインでご参加の皆様には、画面上に映してご説明をさせていただきます。

会議室にお集まりの皆様方につきましては、説明に合わせてスライドを右に動かしていただきますと、ページをめくることができますので、お手数ですがよろしくお願ひ申し上げます。

また、お集まりの委員の皆様のお机には、本日の「次第」と「東京都スポーツ振興審議会第29期委員の名簿」、「座席表」がございまして、適宜、必要に応じてご覧をい

ただければと存じます。

また、事務局からの報告事項の参考資料といたしまして、今年3月に改定されました「学校部活動の地域連携・地域移行に関する推進計画」の本文も配付させていただいておりますので、こちらも適宜ご参照いただければと存じます。資料のご案内は以上でございます。

次に、本日の進め方についてでございますが、次第に記載のとおり、報告事項2件、審議事項2件の順に進めたいと存じます。

今回のご報告事項は、「第2回審議会の振り返り」と「学校部活動の地域連携・地域移行について」の2件になります。

なお、時間の都合により、ここではご質問のみを頂戴し、ご意見につきましては、後ほどいただければと存じます。報告が終了いたしましたら、審議事項に移らせていただきます。

本日の審議事項では、宮地委員より「スポーツを通じた健康増進について」、上代委員より「スポーツを通じた地域・経済の活性化について」、ご講義をいただきまして、その後、委員の皆様方から全体を通じてご意見を頂戴したいと思います。

それでは、ここから松尾会長に進行役をお願いしたいと存じます。

松尾会長、どうぞよろしくお願い申し上げます。

○松尾会長 皆さん、こんにちは。松尾でございます。

本日は、お忙しい中お集まりいただき、本当にありがとうございます。

先日、5月12日に、「第77回都民体育大会」と「第25回東京都障害者スポーツ大会」の合同開会式が、東京体育館で開催されまして、ようやく皆さんがコロナ禍から元気を取り戻されて、いよいよまたスポーツを通して皆さんが元気になれるような、そういう予感がするすばらしい開会式であったと思います。

それでは、次第の記載のとおり報告事項2件、審議事項2件の順に進めてまいります。

それでは、報告を事務局でよろしく申し上げます。

○小池スポーツ総合推進部長 それでは、「第2回審議会の振り返り」と、「学校部活動の地域連携・地域移行について」の2件について、続けてご説明をさせていただきます。

○新目計画担当課長 それでは、「第2回審議会の振り返り」について、資料1-1をご覧ください。

前回は、資料右側の図でお示しをしました次期計画の方向性のうち、スポーツ振興の

基盤に当たります、「スポーツの持続可能性」を中心に、皆様から様々なご意見をいただきました。

資料には、ご意見を分類して記載しておりますが、その中から抜粋してご紹介させていただきます。

1 ページ目は、計画全般や子供のスポーツ振興、担い手の確保などに関するご意見をまとめてございます。

「地域・企業・学校などと連携したアプローチ、きっかけづくり」や、「地域住民が共助できる環境づくり」の必要性に関するご意見のほか、「ライフステージやニーズに合った計画を」といったご意見をいただいております。

子供に関しては、「若い世代のスポーツ好きをどう増やしていくか」、また、「中学校の部活動が重要。地域移行に税金をしっかりと投入すべき。」といったご意見のほか、「人が減ると競技間でアスリートや監督の取り合いが懸念される」といったご意見をいただきました。

担い手の確保に関しては、「審判の高齢化や若手が参入しない」といったご指摘や、「スポーツ推進委員は任期や年齢制限があり継続が難しい」というご意見も頂戴しております。

また、スポーツ団体に関して、「都の支援を行いながら自走できる仕組みをつくるべき」といったご意見をいただきました。

次のページをご覧ください。こちらは対象ごとにご意見をまとめております。

女性のスポーツについて、「実施率の低下が女性の健康を損ねている。また、女性の実施を底上げすることは、次世代の担い手支援につながる。」といったご意見をいただきました。

高齢者のスポーツについては、「自由な発想で柔軟な考え方をもったスポーツが、今後持続できる」、「フレイル・認知症予防やコミュニティ形成につながる」、「ウェルビーイングを高めていく環境整備が大事」などのご意見をいただいております。

障害者のスポーツについては、「今後、無関心の解消を進めないと当事者の実施率向上は望めない」、「デジタルをうまく活用すれば可能性は広がる」などといったご意見をいただいております。

また、外国人については、「当事者のニーズに基づいて考えることが大事」などのご意見を頂戴しました。

次のページをご覧ください。2ページ目までのカテゴリーに加えまして、多岐にわたるご意見をまとめております。

「社会人がスポーツに取り組める環境整備に向け、民間の力の活用を」といったご意見や、「2025年の世陸・デフを点で終わらせず、線にすることで持続性につながる」というご意見、「アスリートの確保・育成の観点で拠点校を位置づけて強化する」などのご意見をいただきました。

都立スポーツ施設については、「柔軟性をもって利用方法を考えるべき」といったご意見をいただいております。

スポーツの範囲について、「スポーツの在り方などの変化を踏まえ、考えを広げること大事」、「デジタルスポーツ、eスポーツは誰にとっても親しみやすく可能性がある」といったご意見も頂戴しております。

スポーツの価値については、実施率向上のみでなく、ウェルビーイングをどう実現するかといった総括的なご意見を頂戴いたしました。

以上、簡単ではございますが、前回の振り返りとさせていただきます。

本日は、本資料1ページ目、右側の図でお示しをしました、次期計画の方向性のうち、緑の部分の「健康」に関連して宮地委員から、黄色部分の「地域・経済の活性化」に関連して上代委員からご講義をいただきます。

私からは以上でございます。

○勝山部活動振興担当課長 私からは、公立中学校等の部活動の地域連携・地域移行についてご説明をいたします。資料は1-2をご覧ください。

「地域連携・地域移行」と一言で表現されることが多いですが、地域連携と地域移行は内容が全く異なります。

まず、地域連携とは、学校の部活動として教員が指導するのではなく、地域の人材を部活動指導員や外部指導者として活用し、部活動の指導をしてもらうことで、責任の所在は学校となります。一方、地域移行とは、部活動を学校の教育活動と切り離して、地域のスポーツクラブなどで指導することで、責任の所在は地域のスポーツクラブになります。

また、今回の部活動の地域連携・地域移行の対象となる学校は、公立中学校になります。国立の中学校や私立の学校については、学校等の実情に応じて積極的に取り組むことが望ましいとされていますので、ご承知おきください。

次に、都の方向性や取組についてご説明いたします。

東京都では、公立中学校等の部活動の地域連携・地域移行について、国が定めた令和5年度から7年度までの改革推進期間における取組の展望を明らかにし、休日等における地域連携・地域移行を推進することを目的として、「学校部活動の地域連携・地域移行に関する推進計画」を令和5年3月に策定いたしました。

「2 推進目標」をご覧ください。推進期間である「令和7年度末までに、都内全ての中学校において、地域連携・地域移行に向けた取組が行われていることを目指すとともに、休日に教員が部活動の指導に携わる必要がない環境の構築を、段階的かつ可能な限り早期に実現していく」としております。

令和7年度末までに都内全ての中学校において、一つの部活動でも地域連携していたり、地域移行に向けた取組が行われていたりすることにより、教員の負担が軽減されていることを目標としています。

次に、「3 現状と課題」をご覧ください。昨年度実施した生徒・保護者・教員を対象としたアンケートの結果では、「部活動の指導や運営を負担に感じている教員」は77%おり、「部活動の指導や運営によって授業の準備に支障が生じている教員」が74%いることが分かりました。また、自分の専門の部活動について、「休日に指導や運営に携わりたくない教員」は71%いることも分かりました。

都教育委員会といたしましては、この結果を重く受け止めており、部活動改革が急務であると考えております。

区市町村の取組状況ですが、令和5年度中に全ての地区で協議会等が設置・開催され、地域連携・地域移行について検討が始まったところです。どの地区も部活動の地域連携・地域移行を進めていくためには、地域や保護者に地域連携・地域移行の趣旨の理解・啓発、指導者の確保や質の担保、受皿の整備を課題として捉えている地区が多いのが現状でございます。

これらの課題を解決するために、都の方向としましては、「4 取組の方向」をご覧ください。

「スポーツ・文化芸術団体等と連携し、指導者を確保していくこと」、「区市町村の進捗に対して適切に助言していくこと」、そして、「都立中学校等において地域連携・地域移行の取組を試行的に実施し、その成果を区市町村に発信していくこと」の三つを考えてございます。

具体的な取組内容につきましては、「5 都の取組」をご覧ください。まず、「ア 各区市町村との情報交換会の開催」です。各地区の進捗状況や課題等を把握するため、今月から7月下旬にかけて、全62地区と個別に意見交換会を実施し、必要に応じて助言を行います。

ここで得た課題については、「イ 部活動検討委員会」で、持続可能なスポーツや文化芸術環境の構築に向けて課題解決を図ってまいります。

次に、「エ 関係者への情報発信」です。昨年度、様々な方々から、「部活動の地域連携・移行について、スポーツ・文化芸術団体に、もっと説明してもらいたい」といったご要望をいただきました。こうしたことから、今年度は関係者を対象としたシンポジウムを9月に開催予定でございます。

次に、「オ 休日等の指導者の確保」です。指導者の確保に向け、昨年度は日本体育大学と協定を締結いたしました。今年度はさらに連携する大学を増やしていきたいと考えており、9月に大学との連絡会等を開催し、都の外郭団体であるTEPROの人材バンクへの登録等を促して人材の確保に努めてまいります。

そして、「カ 休日等の指導者の質の向上」です。指導者の質の向上については、多くの地区で課題として捉えています。そこで、都教育委員会が、部活動指導員や外部指導者向けに作成している指導上の留意点、安全面の配慮、暴力やハラスメントなどの研修動画を、区市町村や地域のスポーツ・文化芸術団体へ提供し、活用を促してまいります。

資料2ページをご覧ください。「(2) 都立学校における地域連携・地域移行に向けた都の取組」です。

「ア 都立中学校等における地域連携・地域移行促進事業」においては、令和5年3月に都が策定いたしました、「学校部活動及び地域クラブ活動に関する総合的なガイドライン」に基づき、TEPROの人材バンク等を活用して、部活動の地域連携や地域クラブ活動へ移行する体制整備について検証することを目的に、令和6年度は70部程度で検証いたします。そこでの取組内容や成果・課題については、区市町村へ情報提供してまいります。

次に、「(3) 経費の補助」でございます。この部分は、部活動の地域連携・地域移行の予算の部分になり、区市町村へ補助していくことを示しております。ここでは、指導者やコーディネーターの配置、協議会の開催、地域連携・地域移行のための体制整備

等に関する経費について、各地区の実態に応じて支援が受けられるようにしています。

続きまして、資料下段の「6 区市町村の取組」です。

先ほどご説明いたしましたとおり、令和5年度、全ての地区において協議会等が設置されました。今年度については、9月下旬までに各地区の方針や計画を策定してもらいます。この方針や計画が策定されることにより、各地区の取組が一層推進されるものと考えてございます。

説明は以上でございます。

○小池スポーツ総合推進部長 報告事項につきましては、以上でございます。よろしくお願いいたします。

○松尾会長 ありがとうございます。

報告事項について、2件報告をいただきましたけれども、ここでは、まずご質問をお受けできればと思います。どなたかご質問のある方はいらっしゃいますでしょうか。

ご発言に当たりましては、本日、会議室にお集まりいただいている方については、事務局からマイクをお回しいたしますので、挙手をお願いします。また、オンラインでの参加の委員におかれましては、挙手ボタンを押していただいた上で、私がお名前をお呼びした後、お話をいただければと思います。

では、どなたかご質問のある方はいらっしゃいますでしょうか。

加藤委員、お願いします。

○加藤委員 加藤でございます。

学校部活動の地域連携・地域移行について、「3 現状と課題」に記載のアンケート結果で、77%、71%という数字が出ておりますが、これは年齢構成も関係なく、教員が一般的に77%、71%なののでしょうか。例えば、若い先生方が非常に多くて、年配の先生が少ないとか、そのような色合いはあるのでしょうか。よろしくお願いいたします。

○松尾会長 いかがでしょうか。お願いします。

○勝山部活動振興担当課長 ご質問をありがとうございます。

アンケートの結果といたしましては、年齢による差があるとは我々は捉えておりません。年齢が上であっても、若い先生であっても、部活動をやりたいと考えている先生もいらっしゃれば、自分の専門の競技であっても休日等は部活動を持ちたくないと考えている教員もいるのが現状でございます。

○松尾会長 いかがでしょうか。

○加藤委員 また、この部活動との関わりだけで見るとはなくて、教員全般の業務という視点で見るとはどうかと思っております。業務負担は、教員それぞれあるのですが、部活動以外にも、例えば保護者との関わりなど、様々な業務がありますので、その中で部活動に焦点を当てていくことが、果たして全てを説明できているかどうか、少し心配をしております。

以上です。

○松尾会長 ありがとうございます。

延興副会長、お願いいたします。

○延興副会長 延興でございます。ご報告をありがとうございます。

部活動の外部化につきましては、特にこれまでスポーツの基盤を支えてきた部活動がどうなるかは、スポーツ全体の将来を左右する重大な事項と考えておまして、教育行政、スポーツ行政がよく協力して進めていかなければならないと日頃から大変問題意識を持っております。ご報告をありがとうございます。

質問ですが、いろいろやらなければならないことはあると思うのですが、その中で、今一番スポーツに関する課題、特にスポーツ行政側でこういうことを行ってほしいといったようなことがあったら教えていただきたいのですが、よろしくお願いいたします。

○松尾会長 お願いできますか。

○勝山部活動振興担当課長 ありがとうございます。

これまでの取組の中で見えてきている課題になりますが、先ほど申し上げた地域や保護者に、地域連携・地域移行の趣旨をどう理解していただくのか、そして指導者の確保、質の担保、さらには受皿の整備、このようなところを課題として捉えているところです。

特に受皿に関しましては、この課題が解決されない限りは、中学校の部活動を地域に移行していくことは、なかなか難しいと考えているところです。

東京都の公立中学校の運動部が約4,400、文化部も約3,000ございます。このうちに休日に活動している運動部が約9割、文化部は約3割ございます。このような部活動の受皿が整備されていくかどうか、一番大きなところかなと考えております。

以上でございます。

○松尾会長 ありがとうございます。延興副会長、よろしいですか。

○延興副会長 どうもありがとうございます。引き続きよろしくお願いいたします。

○松尾会長 ありがとうございます。

ほかにいかがでしょうか。上代委員からお願いします。

○上代委員 1点、ご質問させていただきたいのですが、運動部活動に関して極端なことを言いますと、強豪化を目指している学校と、いわゆる、「ゆる部活」と言われるような楽しむことを目指している学校があります。公立の中学校であっても、例えば大田区で言えばソフトテニスが強いのなど、地域ごとに力を入れてきたものがありますが、そのようなものは、どうなっていくのかなど。指導者が変われば、もちろんその辺りは変わってくると思いますので、都として統一してそういう見解を出すのか、それとも、そういう学校の方針に合わせて指導者を派遣していきなり、クラブにお願いをしていくのかなど、そういう方針のようなものはあるのか、質問させていただきました。

○松尾会長 ありがとうございます。いかがでしょうか。

○勝山部活動振興担当課長 ありがとうございます。

結論から申し上げますと、現段階で方針のようなものがあるかないかというご質問であれば、現段階ではございません。ただ、これを学校単位の部活動が、未来永劫続いていくという視点から考えていくと、なかなか難しいですが、現在既にある、いわゆる地域スポーツクラブのようなものであれば、そういった生徒のレベルや希望する種目が、ある程度選択できるようになっていくのかなど思っております。

ですので、これが学校の部活動というものではなく、地域のスポーツクラブに受益者が選択して参加していくということがかなうようになれば、今のような課題というのは、おのずと解決されていくのではないかと考えているところでございます。

以上でございます。

○松尾会長 よろしいですか。

○上代委員 ありがとうございます。

○松尾会長 ありがとうございます。

ほかにございますか。小淵委員、お願いいたします。

○小淵委員 小淵です。ありがとうございました。

今回都内全ての公立中学校等という形で書かれているのですが、この等には、いわゆる特別支援学校とかは含まれているのでしょうか。

○松尾会長 いかがでしょうか。

○勝山部活動振興担当課長 中学校等の中に都立の附属中学校ですとか、中等教育学校の前期課程、そして特別支援学校の中等部といったものも含まれてございます。

以上でございます。

○松尾会長 ありがとうございます。新島委員お願いいたします。

○新島委員 新島でございます。

学校部活動指導員の研修資料を提供いただけるとなっておりますが、これはいつ頃提供いただけるのでしょうか。もう既に提供済みということなのでしょうか。

○勝山部活動振興担当課長 ありがとうございます。

これから随時、お送りをさせていただく予定でございます。現段階では、まだお送りしておりません。

○新島委員 分かりました。ありがとうございます。できるだけ早めをお願いいたします。

○松尾会長 ありがとうございます。

では、もうお一方だけ、高橋委員、お願いします。

○高橋委員 ご説明いただきまして、ありがとうございます。

今、62地域、各区市町村で皆さん同時ではないですが、ご一緒に進めていただいているということで、非常にいい取組だなと思っておりますが、多分この地域移行で非常に進んでいるのは、サッカーや水泳だと思います。そういったもので参考になるような部分もすごく多いと思うので、そういったものをどう取り入れていくか。また、多分62区市町村の中でも進んでいる地域と進んでない地域があると思いますので、どううまく進んでいる地域をほかのところにも広げていくのか、それらがポイントになってくると思います。この中で進んでいるところというのは、どのぐらいのところまでもう出来上がっている、広がっているのかが、もし分かれば教えていただきたいなと思っております。

また、これは、たしか長野だったと思うのですが、この地域移行になって一番大変なのは、部活動であれば学校でそのまま部活動ができるので、保護者の皆さんも安心して任せられるのですが、やはり地域移行すると、学校からの移動がすごく大変になり、保護者が毎回その時間に合わせて送ることができないこともあります。そのため、循環バスを学校ごとで回して、地域移行のスポーツ団体と連携をするような形にしたことによって、それがうまく循環し始めているというような話も聞いたことがございます。何かそういったような取組があれば、教えていただきたいなと思っておりますし、そういう情報もありましたのでお伝えしたいなと思って手を挙げさせていただきました。

○松尾会長 ありがとうございます。

何かコメントはございますか。お願いします。

○勝山部活動振興担当課長 ありがとうございます。

地区によって地域連携・地域移行のやり方や課題は様々でございます。その進み具合も全て一緒というわけではございません。それぞれ課題がばらばらでありますけれども、傾向としては似たような課題を持っている自治体もございますので、私どもとしては、それぞれの取組を各区市町村に還元し、こういうやり方でうまくいっているところもあるといった形で、各区市町村に情報提供をしていければと思っております。

進んでいる自治体も、かなり先の年度までの計画を考えてはおりますが、現段階で学校の部活動から地域スポーツクラブに完全に切り離してできているというところは、私どもとしては把握をしていないところでございます。

また、二つ目の移動に関しても、先ほどの、いわゆる受皿をどうしていくのかと併せて、生活文化スポーツ局の皆様とも連携をしながら、今後、どういった形が望ましいのか、積極的に考えてまいりたいと思います。

以上でございます。

○松尾会長 ありがとうございます。

まだほかにご質問やご意見がおありの委員の方もいらっしゃるかと思いますが、最後にまたご発言をいただける時間を設けておりますので、その際にご発言をいただければと思います。

この部活動の地域連携・地域移行のお話は、先生方の働き方改革という文脈でよく語られがちなのですが、それだけではなくて、少子化の影響も大変大きく、部活動の数が少なくなっています。地域は地域でそれぞれのクラブの人数が少なくなってしまうと、こういう問題があって、学校と地域が協力し合って、子供たちをみんなで支えていくような仕組みはどうやったらできるのかという大きな問題として私どもは捉える必要があるのだらうと思います。

中でも、今お話がありましたように、教育庁と生活文化スポーツ局の、教育と地域スポーツでどう連携できるのかが非常に大きな問題・課題、肝になってくるかと思えますし、地域に行くと、学校と地域を結ぶコーディネーターをどなたに務めていただけるのかというのは、大変大きな問題になるかと考えます。

いずれにしても、私どものこのスポーツ振興審議会では、先ほどの受皿のお話がありましたが、特に地域の側から、受皿力をどうやってみんなで、地域で高め、どうすれば学校の課題も一緒になって考えていけるような仕組みを作れるのかが、今度の計画

でもやはり重要な論点になっていくのではないかと思います。

また、ほかにもご意見等々があろうかと思いますが、最後にご発言いただければと思いますので、よろしくお願いします。

それでは、ここからは審議事項に移ってまいります。

前回まで、これまでを振り返ると同時に、これから全体像としてどう考えればいいのかというお話でありましたけれども、今回と次回は、少し焦点を絞りながらご議論をいただきたいところがございます。

本日は、「スポーツ・身体活動を通じた健康増進」の問題、それから「スポーツを通じた地域・経済の活性化」についてということで、そこに論点を絞りながらお話をさせていただければと思います。

本日は、宮地委員、上代委員にレクチャーをいただいて、本当は別々に質疑応答としたいところですが、時間的な問題もありますので、お二方一緒にお話をいただいた後に、まとめて皆様方からコメントをいただくような流れでいければと思いますので、よろしくお願い申し上げます。

それでは、宮地委員から、「スポーツを通じた健康増進」についてレクチャーをお願いできればと思います。宮地委員、よろしくお願いします。

○宮地委員 皆さん、こんにちは。ただいまご紹介いただきました、早稲田大学スポーツ科学学術院の宮地と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

本日、「スポーツ・身体活動を通じた健康増進」ということで、およそ18分時間をいただいておりますが、できるだけ時間を残すようにお話をさせていただきます。

身体活動、運動、スポーツ、いろいろな言葉が我々のこの審議会が扱う分野にあるわけですが、その分類と定義について図に示したものです。

私たちが体を動かすこと全てを身体活動と呼んでおります。その中には、仕事であったり、家事であったり、通勤であったりと、私たちが生きていくために必要な活動がありまして、これを「生活活動」と定義をして呼んでおります。

そのほかに、私たちが持つ余暇時間を使った身体活動というものがあります。この「余暇身体活動」の中に、運動、目的をもって計画的に行われるトレーニングやフィットネスを含む運動、また、その中に身体活動を媒介として人間形成を目指す教育的な営みとしての体育、そして、ルールにのっとって営まれる遊戯・競争・肉体鍛錬の要素を含む行為としてのスポーツが含まれており、複雑な構成となっております。

この審議会は、「スポーツ」が名称についております。私の個人的な見解かもしれませんが、決して狭義に定義されているスポーツだけではなく、身体活動全体をいかに活発にしていくのが、この審議会の一つの考え方ではないかと思えます。

では、身体活動は、健康づくりや健康増進においてどのような位置づけとなっているのでしょうか。

この研究は、医薬基盤・健康・栄養研究所の池田先生らが、日本中のコホート研究、疫学研究を全てまとめて、日本人がどのような原因で亡くなっているのかを検討したものです。

日本人を一番死に追いやっているのは喫煙、2番目が高血圧、そして驚くべきことに、身体活動・運動の不足は、3番目の死亡原因になっています。

身体活動やスポーツを通じた健康づくりは、日本人の死亡やリスクを減らしていく上で、大変重要な要素であることが、この研究から分かります。

そういったエビデンスに基づいて、厚生労働省が、2023年に、「健康づくりのための身体活動運動ガイド」というガイドラインを策定しています。ここでは、これまでも1日60分程度体を動かしましょう、今よりも少しでも体を多く動かしましょうといった基準や考え方が示されてきました。今回もそれに準ずるものとして、今よりも少し多く体を動かす、また、障害のある方や様々な運動を行う上で支援を要する方々など、多様な方が個人差を踏まえて、強度や量を調節し、可能なものから取り組んでいこうという大きな方向性が示されております。その中で、高齢者は6,000歩、成人は8,000歩以上歩くとよい、子供も1日1時間ぐらい元気に体を動かすとよいということが推奨されました。

そして、新しくガイドライン2023で示されたのは、筋力トレーニングでしっかり筋肉を鍛えていくということです。これは、介護予防や日本人の長寿化に関わっており、自立した生活を長く営めるように、しっかりとした筋肉、身体機能をつけることを目的に、筋力トレーニングを新たに推奨することになりました。それから、日本人の特徴として座りっ放しの時間が長いという特徴があります。その座りっ放しをできるだけ短くしようという新しいメッセージも盛り込まれたところです。

このような身体活動の推奨事項を定めるために、世界中のいろいろなエビデンスが使われますが、最近、重要なエビデンスとして示されているのは、客観的に評価をされた歩数という指標です。ここにいる皆さんは、自分の歩数がどれぐらいかをご存じの方は大変多いと思うのですが、歩数というのは、テニスをして増えますし、掃除機をかけ

でも増えますし、すなわち余暇の活動も生活活動も全て含むため、身体活動の非常によい指標です。

この歩数を横軸に取り、縦軸に死亡のリスクを取ってみると、これまで身体活動と死亡の関係は直線的な負の相関関係があると思われていましたが、このように下に凸の関係があることがわかりました。

これを見ますと、急激にリスクが下がっていくのは、およそ8,000歩程度までで、それ以上歩数が増えても、大きなリスク減弱効果がないということです。今よりも少しでも多く体を動かすということなのですが、基本的には7,000歩、8,000歩程度を目指す根拠が、示すエビデンスです。

新しく入った座位行動を減らすことですが、座位行動が多いことは、死亡リスクは言うに及ばず、CVD・循環器疾患での死亡や罹患、がんでの死亡や罹患、そして糖尿病や肥満等の代謝性の疾患のリスクを明らかに増やすということが分かっています。横軸に座位時間を取って、縦軸に死亡と疾患リスクを取りますと、このように右肩上がりの正の関係があります。特に、座りっ放しの時間が8時間を超えるようなレベルからは急速にリスクが上がる傾向があります。

このようなエビデンスに基づいて、座りっ放しの時間が長くなり過ぎないように注意しましょうという推奨事項が出てきたわけです。

東京都ではどのような労働形態が多いかというのを見てみますと、やはり、オフィスで座位活動をして労働している方が多いのが特徴です。大都市では、座位行動に焦点を絞った取組なども今後必要ではないかと考えています。

座位時間について、日本の現状はどうでしょうか。これは各国の座位時間の平均値、それから信頼区間を示したものですが、この国際調査によると、何と驚くべきことに、日本人は最も長く座っている民族の一つだとわかりました。

一方で、今日はエビデンスを示しませんけれども、日本は中国と並んで最も多く歩いている民族の一つでもあります。すなわち身体活動は最も多いけれど、座位時間も最も多いのです。そのため、日本人の身体活動面における弱点は、座っている時間が長いことというのは明白であります。

恐らく東京では、この傾向はより顕著だと思いますので、座位行動を減らすような取組をしていくことも重要かと考えています。

座位行動の問題を解決するため、私どもはいろいろな取組を行ってきました。

職場に立ち机を導入することで、座りっ放しの時間が減ったり、歩く時間・歩数が増えたりなど、意識や行動が変わることが分かってきました。私も2時間座りっ放しではなくて、このように立って話す時間をいただいて、本当に有難いと思っております。決して皆さんに、今から立って僕の話聞いてくださいというわけではありませんが、私どもの大学や研究所のオフィスでも、このように立ち机を準備します。ただ、ずっと立って1日仕事するのは効率が上がりませんので、ミーティングの時間だけは立ち机でやるといった工夫をします。そうすると、会議での居眠りがなくなるとか、あるいは会議時間が短くなるなどのメリットがあり、職域のオフィスなどではいい取組ではないかと思えます。

昔と違って、今はレジスタンス運動をしっかりと高齢者が行っていくことが、介護予防の観点からも重要であるというのは、ここにいらっしゃる方々の中では、共通認識だと思います。ところが、最近驚くエビデンスが出てきました。これは東北大学の門間先生が、世界中のレジスタンス運動とリスクの関係に関する研究をまとめた研究ですが、先ほどの歩数の話では、やればやるほど効果があり、歩数の増加に伴い死亡リスクが右にどんどん下がっていました。しかし、レジスタンス運動をやり過ぎると、総死亡あるいは循環器疾患やがんによる死亡のリスクが、何もしないよりも明らかに高いことが示されました。

最も至適な実施時間は、1週間におよそ1時間から90分程度ということです。週1時間という、1日10分軽く筋トレを毎日やるぐらいが一番効果的だということになります。

ですから、自宅で腕立て伏せやスクワット、腹筋運動などを、1日10分程度を目安に、休憩を挟みながら行っていくのを毎日続けましょう、というぐらいの筋トレ奨励が、疾患予防という観点からも、筋肉を増やすという観点からも良いかと思えます。

ジムに行ってレジスタンス運動するなら週2、3回ぐらいがせいぜいではないかということです。レジスタンス運動ですが、マシンやフリーウェイトを使うことをイメージされるかもしれませんが、そのようなものだけではないこともお伝えしたいと思います。

自分の体重を使ったスクワットや、爪先と手で支える腕立て伏せなんかはできない人がたくさんいますから、膝をついてやる腕立て伏せ、また、腹筋運動や上体反らしを家でゴロゴロ、テレビを見ながら行ってみるなど、この資料で例を示しています。

次の上代委員からのお話にも関係するのですが、身体活動の実施によって、寿命が延

びることや介護のお世話にならないこともとても大事なのですが、やはり体を動かすことによって、生きがいを持って生きられるか、あるいは、生産性が高まるかといった視点もとても重要ではないかと思っています。

健康という視点から、職場における労働者の働きぶり、パフォーマンスを評価する指標として「アブセンティズム」や「プレゼンティズム」という概念があります。

「アブセンティズム」というのは、欠勤やお休み等によって労働者の生産性が低下した状況と定義をされていますが、職場における運動プログラムの介入は、この「アブセンティズム」を3割も減らすという効果が、複数の研究で期待されています。

一方、「プレゼンティズム」という概念は、職場にいて、出勤はしているが生産性が発揮できていない状況を指します。むしろ「アブセンティズム」より「プレゼンティズム」のほうが損失が大きいということが分かっております。指導者が介入する運動プログラムを職場に行う、あるいは職域で身体活動奨励などを行う取組が、「プレゼンティズム」を5割も減らすというエビデンスがあります。

地域における議論が、この審議会でも多く行われているわけですが、東京都は働く方が男女ともに大変多くおります。恐らく高齢者の雇用も、多分ほかの都道府県よりも最も進んでいる部分もあると思いますけれども、働く場における身体活動や運動の取組をスポーツの視点からも考えていただくことは、一つのいいアプローチかなと思います。

また、お金の話ばかりで申し訳ないのですが、身体活動と医療や介護費がどういう関係にあるかについて、日本でも幾つかの研究があります。

宮城県の大崎町の医療費の分析では、1日30分しか歩かない人は、1日1時間以上歩いた人と比べて、月2,900円多く医療費を使わなければいけないので、5,000歩未満よりも、できれば8,000歩とか、1万歩を目指して歩数を増やしていくといいことが分かっています。

また、歩行時間が1日30分未満の日本人高齢者の介護費用は、1日60分以上歩いた人よりも、累積で13万5,000円も高いということで、高齢者においても、できるだけ多く歩くことで、医療費や介護費を減らせることが分かっています。

最後に、この審議会でもよく話題になりますが、見るスポーツが、今日の私の話のテーマである健康とどう関係するかです。ようやく最近、我が国でも幾つかのエビデンスが出てきました。

日本で非常に興味深いのは、早稲田大学の川上諒子さんが、二つの研究を行っており、

日本人高齢者がプロ野球の球場に行って野球観戦すると、抑鬱のスコアが有意に減少して、主観的な幸福感が高まるという「見る」介入の研究成果を示しています。

また、英国の世帯調査の結果、ライブのスポーツイベント、要するに、テレビでなくて、現場に行ってスポーツを見ることを行っている人たちは、主観的な幸福感が高く、孤独感が低いことも分かっています。

また、一方で、ここは大事なポイントなのですが、テレビを通して、サッカーや野球、アメフトなどのエリートスポーツを観戦する時間が長い人は、肥満のリスクが高いということも分かっています。要するに、それは座りっ放しやスクリーンタイムが増えるため、肥満のリスクにつながっているのだと思います。

そのため、ライブあるいは現地などで、積極的に出かけて、スポーツ観戦をすることは、心の健康という意味で有効ではないか、というエビデンスがようやく出てきたというところでもあります。

最後に、私のプレゼンをまとめますと、身体活動・運動不足は日本人の3番目の死亡原因、日本人は世界で最も歩数が多い一方、座位時間は最も長い、厚労省の「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」では、身体活動のみならず、レジスタンス運動や座位行動に関する新たな推奨事項を示している、また、身体活動は、人々の健康のみならず、医療費や労働課題の改善に有効であり、見るスポーツの健康効果も少しずつ明らかになりつつあるということです。

これらのエビデンスを、東京都のこの審議会での審議・立案等、あるいは事務方の皆様の施策立案等に役立てていただければ幸いです。

以上です。ありがとうございました。

○松尾会長 どうもありがとうございました。

大変示唆に富んだ貴重なデータを示していただき、心なしか皆様方のメモを取られる顔がより真剣になっておられるような感じを受けましたが、非常に重要な情報もいただきました。

いわゆる、スポーツを「する」だけではなくて、「見る」こと、もしかすると「支える」ということにも関わるかもしれませんが、それらと健康という問題をもう少し多角的に関連づけながら考えてはどうかという新しい視点もいただきました。

それでは、続きまして、先ほどの宮地先生のお話とも関わりますけれども、「スポーツを通じた地域・経済の活性化」につきまして、上代委員から、レクチャーをいただけ

ればと思います。上代委員、お願いします。

○上代委員 改めまして、東京国際大学、上代圭子です。よろしくお願いいたします。

テーマとしては、「スポーツを通じた地域・経済の活性化について」となっております。

恐らくここにいらっしゃる方々は、スポーツが好きな方、もしくは嫌いではない方が多いのではないかと思います。世の中にはスポーツに興味がない、もしくは嫌いな方もいるということを経験していただければよいのかなと思います。

では、そのような方たちが、スポーツのためにお金を使うのでしょうか。無駄なお金ということで使いません。であれば、先ほどの宮地先生の発表の健康と結びつけて、健康のためであればお金を出してもらえないということから、スポーツを「利用する」という視点に変えていったほうがよいのではないのかと思います。

スポーツに興味のない人は、スポーツをしに出かけようとしませんし、スポーツの施設に行こうとも思いませんし、国がどれだけスポーツ、スポーツといったって、そのようなものは知ったことではないどころか、多分知りもしないということで、今日は少し問いかけを変えてみたらよいのではないかと考えています。

まず、三つの考え方を考えるとよいかなと思っております。まず、場所の概念を変え、スポーツの場ではなくて、生活の場として考えるということです。または、使う日について考えを変えて、ハレの日、すなわち今日はスポーツの日だからという特別な日に使う場所ではなくて、ケの日にも使う場所だという発想の転換です。最後にもう一つ、スポーツをする人がいる場所の考え方も少し変えて、スポーツ施設だけではなくて、今のご時世、家や会社にもスポーツをする人がいると考えていただけたらと思います。

まず、1番目の場所の概念と、使う日についての考え方を考えてみるということで、最初に事例をお話しします。

例えば、これはメルセデスベンツスタジアムというアメリカのスポーツ施設で、アトランタファルコンズ（NFL）と、アトランタ・ユナイテッド（MLS）の本拠地となっています。

こちらは国際的な環境認証システムのプラチナ認証を取得しているところでして、エネルギーについて非常に考慮した施設になっています。

できるだけ雨水が流れ込まないようにするデザインであったり、敷地内に4,000を超える太陽光パネルが設置されていたり、あとは、LEDを採用している、電気自動車専用

の充電装置の駐車場がある、雨水の有効活用ができる、自転車用のバレットパーキングスペースがあるという特徴があるスポーツ施設になっています。今、スポーツ施設を造るといって、皆さんから、「またお金がかかるのでしょうか、負の遺産がもう1個できるのでしょうか」と言われてしまうと思います。しかし、例えば、海外ですと、その地域の1週間分の電気を発電できるようなスタジアムなどもありますので、エネルギーのためにこの施設を使えると言うと、もしかしたら、そのような施設であればいいかもしれないとなるかもしれません。もしくは、電気自動車は今、充電する場所がないのが日本で問題になっておりますけれども、例えば、スポーツ施設に1時間充電をしに行くついでに、その1時間は、先ほど宮地先生がおっしゃったような運動をすれば、ちょうどよいのかもしれないということで、何かと結びつけるようなデザインをしていくというのが必要なのではないかなと思います。

これが太陽光パネル、電気自動車専用の充電装置付きの駐車場、もうコロナのような大流行がないことを祈るのですが、今後も何があるか分かりませんので、そういうときでも使えるような開閉式の屋根を使用するというのも重要なかなと思います。

あと、こちらは東京体育館なのですが、ここにオアシスカフェがあるのを皆さんご存じでしょうか。この写真から少し想像していただければと思うのですが、実はここではイスラム系のお料理が食べられるようになっています。ここは、日本ではあまりなじみのない中近東地域のアラビア料理を中心に、体の美や健康にこだわった、新しい発想のレストランになっております。これがあると、いろいろな人を集めると考えたときに、まず、ハラル料理を目的にした外国の人たちが、どこでスポーツをやろうかなといったときに、ハラルという一つのワードで、「ここなら」と活動できる場所にもなるかもしれませんし、もしくは、体の美や健康に惹かれた方が、ここのカフェに来ることもあるかもしれません。ここは外にあるので、私もオンライン会議などで使っているのですが、結構きれいですし、ご飯も見た目がいいのです。今は「インスタ映え」とはもう言わないのかもしれませんが、そういう特別感があるものは、特に若い方は好きですので、先ほどキーワードになっていた「女性」も、こういう施設で集められると思います。

あと、こちらはアルゼンチンのリーベルプレートで、サッカーが好きな方でしたらお分かりになるかもしれません。

実は、この座席の下は、改築する前までのお話なのですが、私立の幼稚園から高校までの教室として利用していました。日本のスタジアムですと、階段の下、空白になっ

ているところを備蓄庫等に使っているところは多いのですが、非常に大型なスタジアムだと、実は1周使うと、幼稚園から高校まで入るようなスペースにもなります。そのため、学校を造るというコンセプトも入れつつ、スタジアムを造ってしまってもよいのかなと思います。子供たちは、ここでサッカーはもちろんですが、外にテニスコートなどいろいろなものがありますので、先ほど、高橋委員から、子供たちは部活動のために放課後移動するとありましたけれども、勉強をスタジアムでして、放課後は、プロの別の指導者が来て、そこでスポーツも一体化して行うということが可能になります。

また、今はこれが移築してしまったのですが、ブエノスアイレスの気温が下がった際には、そこで生活している方々のシェルターのような使い方もしておりました。

あと、こちらは、今新しいスポーツ施設はどこにでもあると思うのですが、デジタルサイネージであり、ふだんはここに広告が出ています。スタジアムのスポンサーさんの広告が出ているのですが、災害が起こった緊急時には、一気に避難誘導の画面に変わります。したがって、皆さん、スタジアムにデジタルサイネージを入れたいというときに、スポーツの予算で入れようとするると大変かもしれませんけれども、防災の予算で入れるという発想もできるかと思います。

これは、駅での避難訓練の様子なのですが、このように一気に変わるのです。特に聴覚障害がある方にとっては、点滅など、目で見て状況を判断できるようになります。

あと、ICTの技術を用いた多言語案内ということですが、世界各国からいろいろな方がいらっしゃっていますので、新たに看板に全ての文字をつけるのは無理があると思います。こちらは何ができるかという、ここにQRコードを一つつけるだけで、そこから外国人の方に自分でQRコードにアクセスしてもらって、案内ができるというものです。全ての言語を看板に書く必要がなくなるため、こういうものも活用できるのかなと思います。

あと、私は昨日も走っていましたが、こちらは駒沢オリンピック公園の施設です。これは、ふだんはスポーツ施設なのですが、広域の避難場所にもなっていますので、バリアフリーマップが作成されています。こちらは、スポーツをするときにも当然必要なのですが、ここが避難所となったときに何ができるのか、ここは通れないのかというのを、ふだんからお分かりいただくためにも、こういうものが取り入れられるのではないかと思います。

次に、スポーツ施設だけではなくて、家や会社にもいるという発想を持っていただけ

ればと思うのですが、こちらAT&Tスタジアムというダラス・カウボーイズの本拠地です。

こちらは、アメリカ初の5Gのスタジアムで、物理的体験と同時に、VRやARの体験の融合を楽しめるスタジアムになっています。

そういうものを使っていけば、コロナ禍で普及したリモート応援システムでお金を稼げます。5Gを使えるようにスポーツ施設が器になっていただければ、このシステムの中身をいろいろ工夫するのは、チームでやります。逆に言いますと、これがあるから、ここのスポーツ施設を使おうということで、会社さんからも来ていただけるかなと思います。

皆さんは、HADOというスポーツを知っていますか。ドラゴンボールのカメハメハはお分かりになりますか。ここで皆さんもできますが、カメハメハをきちんとした型で出すと、画面を通じて相手に攻撃ができます。ですので、自宅でもできますし、ここでやることもできます。

どういうことかといいますと、空手の型という競技が東京オリンピックのときにありましたけれども、きちんとした型でカメハメハを出せば出すほど相手への攻撃力が上がります。

空手の型をきちんとやろうとしたら疲れますが、自宅にいてもほかの人と対戦ができる、eスポーツを使って、というお話がありましたけれども、ホールにいなくてもそういう格闘技みたいなことができるというのも新しい視点かなとは思いますが。

さて、やはり来てほしいよねとなりましたが、これはニューヨークヤンキースのスタジアムです。

「WELL Health-Safety Rating」というものがありまして、先ほど申しましたとおり、もうコロナのようなものは起きては欲しくないのですが、このような基準があります。ここであれば、ある程度のそういう伝染病があったときでも、ここは安全・安心であるという格付けがきちんと行われているというものです。コロナに関しては、今回は初めてのことでしたので、一斉にスポーツやめましょうということで、かなり経済的な打撃も受けましたけれども、きちんとそういう基準さえつくれば使えるというものを、平常のときから用意しておくことは必要なのではないかと思えます。

あとは、スマートスタジアム化です。例えば、楽天系のチームでは、野球でも神戸のサッカーでも、現金が使えません。そのため、これもコロナ禍で、お金のやり取りがないということで安全・安心であったと同時に、スマホで決済いただくとデータが集めら

れますので、どういう時間帯に、どういう人たちが、どういうものを買うか、食品ロスにもつながっていきますので、いいものだと思います。

スポーツは決して金食い虫ではないということで、「スポーツで地域活性化」シリーズという漫画が出ているのを皆さんはご存じですか。このような活動をしていますという漫画がありますので、もし興味があったらご覧いただくと面白いかなと思います。

あとは、スポーツで地域を変えていきたいと思いますという発想です。スタジアムを中心に地域を変えることができる「コンパクトシティ化」というものは、皆さんはもう耳にタコだと思うのですが、地域も変えることもできるよねということです。

あとは、スポーツコンベンションというものを利用すれば収入が得られるかなというところで、これは埼玉ですが、スポーツイベント開催に伴う年間経済効果として、65.8億円ぐらいあるというデータです。

あと、こちらのグラフは、2019年のラグビーワールドカップのときの訪日旅行費を示したもので、外国人の方がかなり使っているのがお分かりになるかと思います。あとは、スポーツは経済効果に加えて、社会的効果もいろいろもたらすということです。

また、先ほどの宮地先生の図と同じように、スポーツコンテンツを基にして、実はこのようにいろいろなところに経済効果がつながっていくということを、もう少しアピールしていてもよいのかなと思います。

最後にお願いでございます。自治体や管理者の間では、「するスポーツ」としての最低ラインでよしとするような傾向がいまだにあるのです。もともと国体などをきっかけとして「するスポーツ」としてできているスポーツ施設は多いものですから、そのほかの利用が難しいことがあります。公共性を大切にするというのは、もちろん理解できるのですが、収入を得ることができれば、そこの自治体の税金を使わなくて済みますので、それは市民のためにもなるということを少し考えていただきたいという意見が、実際にスタジアムを使っている方々から見えてきております。自治体の方々、何かしてくれなくても、自分たちで、使う側がやりますので、それができるように条例の改正とか、運用の見直しをしていただけたらうれしいと思います。

ということで、発想の転換をしていただければよいかと思います。どうもありがとうございました。

○松尾会長 上代先生、ありがとうございました。

特に私どもの考え方は、どうしても固まってしまうがちですので、場所の概念をスポ

一ツの場から生活の場へとか、使う日についてハレだけではなくて、日常的に使える場という、それからスポーツ施設だけにこだわるのではなくて、家や会社なども活用する、実際に体を動かすだけではなくて、デジタルの活用もうまく行ってみたらどうだという、そういう多角的なお話をいただきました。本当にありがとうございました。

それでは、ただいまから今のお二方のレクチャーを受けまして、各委員の皆様方から、今のお話に関係するところでも結構でございますし、「スポーツや身体活動を通じた健康増進」という点で、今度の計画においては、こういうことを考えるべきだというところ、あるいは先ほどの、「スポーツを通じた地域・経済の活性化」という点についても、このようなことを考えなければいけないのではないかという視点で、忌憚のないご意見をいただければと思います。

では、最初に、白戸委員、お願いします。

○白戸委員 本当にお二方の講演を非常に興味深く拝聴させていただきました。ありがとうございます。

やはり、先ほど上代委員からありましたが、発想の転換をするというのは、非常に大事なことかなと考えております。

今、ほかのところでも言われていますが、スポーツをしていない人にどうやってスポーツをしてもらうのかとなったときに、もう我々のようなスポーツをしている人間の発想だけでいってしまうと、どうしてもずれてくるのが現状であるので、ここの反省点、気づきを教えられました。

それと自分自身も感じているところなのですが、運動の施設をできるだけ活用してもらえようような運用をしていくことがやはり非常に大事かなと思っています。

実は、我々もいろいろ公共施設を見せていただいたり、使ったりしている中で、公共施設という関係上、どうしてもみんなに平等に、誰もが平等に使ってもらわなければいけないというところに、どうしても発想が行きがちなのですが、実際使っている人からすると、「何だこれは」みたいなルールが、公共施設、スポーツ施設には非常に多いのですよね。そういったところで非常に使いにくくなっているのではないかということが多々見受けられます。

実際に使う人の発想の中で、本当にこの施設はどうなのだということをやはり考えていかなければいけない時代に入ってきたのだと思います。

そのため、これは東京都側、私も議員として東京都側にいるわけですが、「東京都の

施設なので広く1,400万人の方に平等に使ってもらおう」という発想ではなくて、「実際にこれを使う人にはどのようなニーズがあるのだろう」ということをもう少し考えていかないと、結果として、1,400万人はともかくとして、本当に使いたい100万人さえ逃しているのではないかなというところが非常に突きつけられた感じがいたします。

そういった意味で、スポーツ施設の使い方、スポーツの考え方に、非常に発想という気づきをいただきました。本当にありがとうございます。

以上になります。

○松尾会長 ありがとうございます。

それでは、続きまして、小淵委員からご発言をいただければと思います。

○小淵委員 宮地委員、上代委員、ありがとうございます。

発表自体に対する質問等ではなくて、お話を伺って少し私も刺激を受け、いろいろなことを思い起こさせてもらったので、幾つか議論喚起も含めて、事例を紹介できればと思っております。

上代委員が途中、ご紹介されていたスポーツの地域活性化のところで、「大分国際車椅子マラソン」があります。僕は、これも何度も行ったことがあるので少しだけご紹介をさせていただきますが、これはいわゆる車椅子のトップランナーが集まってくる国際大会で、前夜祭を開くのです。前日に選手を含めて集まります。そして、町のアーケードのところで開会式等を行うのです。その後、いわゆる車椅子ランナーの方も含めて皆さんで町を練り歩くのです。当然その町はバリアフリーになっていますし、市民は11月に毎年トップレーサーが集まってくるのを知っているので、その時期になってくると、もうこの時期なのだということで、市民は、この時期に障害者と触れ合うのが当たり前になってくるという、もう20年、30年続けているイベントがありまして。大分は中村裕先生の生まれたところでもあるので、この国際大会はすごくいい形で市民の障害理解につなげています。そのため、この前夜祭は、車椅子マラソンとまた違った意味で波及効果がございます。

もう1個は、これは障害者のスポーツと離れるのですが、とある自治体でスポーツイベントに関わらせてもらったときに、ウォーキングイベントをやったのですが、ただウォーキングをするだけではなくて、途中で防災時の避難場所をコースの中に入れました。つまり、ウォーキングに参加する方々は、途中、この地域はここに避難所があるのだというのを分かりながらウォーキングをするのです。子供たちもそれを学びながら、何か

あったときはここに避難するというのを、ウォーキングをしながら、楽しみながら理解していくということをやったのです。つまりウォーキングから入ったのですが、実は防災教育のほうにつながっていくという仕組みをつくった事例があったので、ご紹介をさせていただきました。

○松尾会長 ありがとうございます。

また次回、レクチャーをいただけるということでございますので、楽しみにしております。それでは、次に、新島委員からご発言いただければと思います。

○新島委員 発表による情報提供をありがとうございました。

宮地先生には、以前筋トレをご講義いただいたことがあって、すっかり忘れていることがあるなと少し思ってしまったけれども、やはり座りっ放しをどうするかというところが課題だと思います。私は最近、スマートウォッチを手に入れまして、そうしますと、「そろそろスタンドの時間です」という通知が来るのです。大体1時間に1回ぐらい、「あっ立たなくては」と思うのです。

全ての人がこういうものを持つということは難しいと思いますが、何かそういう気づかせてくれるような仕組みがどこかにあると有難いなと思いました。

会社勤めをしている者としては、立って会議をするのが、なかなかまだ私の会社でもできておりませんので、どうやったら立ってできるかというのは、一つ考えどころかなと思ったところです。

それから、上代先生のお話を聞いていて思ったのですが、先日、東京都のスポーツ担当者会議のときに、日本ハムが札幌ドームを出て、自前の球場を造ったという情報をいただきました。そのときに最後のほうでお話があったのですが、ほとんど今のスポーツ施設というのは、指定管理に出ているのだと思うのですが、その期間が少し短いのではないかと提言があったと思います。恐らく指定管理の委託期間が短いと、新たな設備投資を指定管理者がしないのではないかと。指定管理者が長期に安定的にリスクを管理できるようになると、いろいろな設備、施設に投資できるようになって、そうすると、よりいろいろなことができて、先ほど上代委員からお話があったように、もう少しお金を生んでいく、あるいは地域を活性化していく施設に変わっていくのかなというようなことを少し思っておりました。

○松尾会長 ありがとうございます。

それでは、次に、田村委員からご発言をいただければと思います。

○田村委員 上代先生のお話を伺っていて、とてもすてきなスポーツ施設、ワクワクするような、是非、東京都でそういうものができたら行ってみたいなという思いでございます。

それから、私は審議会に来る前に宮地先生のプレゼン資料に目を通させていただいて、読み始めてから、まず立ち上がり、筋トレをして、そして最後の頃には歩き回っておりました。それで、ああそうか、もう部屋で座っていないで、職員が入ってきても立ち上がって話をするくらいの心構えでないと、私はもう早々に足腰が弱るなどか、自分のこととして捉えました。

ですから、こういう情報が頻繁にある、ただ、しょっちゅう、しょっちゅう触れていると、また忘れるし、刺激がなくなる。

そうすると、今度、それを継続するにはどうしたらいいかという仕組みづくりが必要で、そのためにうちのような自治体は、人の集まりをつくるわけなのですが、継続の仕組みをやはり私どもも工夫しながら行っていきたいなと思いました。

そして、本当に体を動かすことが楽しいのだという自覚を持てるころまで、私自身も町民と一緒に盛り上がっていきたいなというのを、このご報告を伺っていて本当に思いました。習慣にするというのは、やはり大変なことだと思います。

それから、リアルな観戦がいいというお話を聞きまして、うちの町には亜細亜大学が立派なグラウンドをつい最近お造りになって、野球の選手は練習しかしていらっやらないのですが、サッカーの試合が時々あるということです。見に行った人はみんな楽しいというので、どうやって町民に広めようかと思っていましたが、今のお話を聞いてとても参考になりました。今度使わせていただきたいと思います。大変ありがとうございました。

○松尾会長 ありがとうございました。

それでは、塩見委員からご発言をお願いします。

○塩見委員 両先生、ありがとうございました。

特に上代先生には、東京体育館のオアシスも取り上げていただきまして、誠にありがとうございました。

今日、お二方のお話は、やはり限られた財源をどうスポーツに振り向けるのかというお話だと思うのですが、実は私、前職は、はとバスにいましたので、このコロナをめぐって観光やスポーツが不要不急だと言われて、早く経済を回してくれと、ずっと思っ

ていたわけです。2022年1月4日の日経新聞のオピニオンという9面に、コロナの死者数を一人減少するために、どの程度の経済的犠牲を払ったのかということで、米国は約1億円、英国が約0.5億円で、日本は約20億円をかけたという調査がありました。コロナに対しての検証が、果たしてちゃんも行われているかということだと思のですが、ただ、命に勝るものはないので、日本の場合、緊急で初めてのことで20億円を費やしました。アメリカやイギリスと比較して20億円ということをおんまり問題にする人もいないとは思のですが、やはりそういうところをPDCAサイクルの視点でどうチェックして、本当に振り向けるべき税金の使い方はどうなのか、ワイズスペンディングはどうなのか、ということをしつかりと考えることが大切なのではないかと思った次第であります。以上です。

○松尾会長 ありがとうございます。

それでは、続きまして、加藤委員からご発言をいただきたいと思います。

○加藤委員 今回の議論に関しては、自分自身の経験から申し上げることは難しいので、自分の専門に関わる分野からお話をさせていただきたいと思います。

生徒のスポーツ・部活動に関することです。学校の部活動を通じた効用というのを改めて考えていきたいと思っていました。前は公立学校の話させていただきましたが、今回は、私立学校の部活動について触れていきたいと思っていました。

私立中高の先生方は、働き方改革の導入のときは、労働基準監督局から指導を受けた際、残業時間の上限の話などをいろいろされて、これが相当な議論になって、いかに時間内に部活動を終わらせるかという話になりました。そこでは生徒も先生もより部活動をやりたいという気持ちがあったというのを強く感じております。私自身は調整役であったものですから、非常に難しかったことを思い出します。

現状では、部活動を時間内に終わらせることはできているのですが、学校によっては、外部コーチ、それから監督、非正規での雇用や、業務委託をしてしのいでいるのが現状であります。

スポーツ名門校では、専門の監督は正規職員として雇用されているということはありませんが、正規職員ゆえに時間の制約があるとのことです。非常勤職員をコーチとして雇うというケースが多くあると思います。

学校教育の中での部活動指導というのは、部活動での生徒の顔と、授業や行事での生徒の顔を両方見ることがやはりできるわけですし、生徒の育成にはプラスになっている

と考えております。

大会の成果を、ふだんの授業、ふだんの学校生活で先生方と共有するということが、非常に重要でございまして、スポーツ・運動部活動などを行う中で、生徒の自己肯定感を高める効果があると認識しております。

公立学校で地域移行が進んでいるということで、今申し上げた点は大変心配しておりますけれども、これはもう仕方ない流れかなと認識しております。

ですから、ふだんから学校の先生方と地域移行先の指導者の連絡体制の構築が非常に重要でして、ここが十分できれば、ある程度安心はできるかなと思っています。

以上です。

○松尾会長 ありがとうございます。

これは公立学校だけではなくて、私立高校や中学校においても同じような状況があって、やはり地域と学校がどう連携を取るかということですね。今日のお話に非常に関連する重要なご示唆だと思います。

○加藤委員 私学の先生方は、基本的に前向きに捉えているというか、いわゆる「やらされ感」がないと言ったほうがよいかもしれません。公立のほうがもしかしたら、「やらされ感」が強いのかもしれないなと感じております。

以上です。

○松尾会長 ありがとうございます。

それでは、続きまして、林委員からご発言をお願いします。

○林委員 宮地先生、上代先生、ご講演をありがとうございました。

宮地先生のデータに基づいたお話で特に印象的だったのは、より多く歩く人は、将来の医療費が低減されるということで、非常にインパクトのあるお話でございました。

また、上代先生のお話で、看板に文字を書かずに、QRコードだけをやっておけばいいというのは、非常に分かりやすく、そこもすごく印象的でした。

先ほどの学校部活動の地域連携・地域移行、行動推進計画というのは、時代もありますし、着実にTEPRO等も活用しながらやられていくということは、非常にいいことだなと思っています。子供たちの体力増強とか、少年・子供レベルの学校教育現場を通じた体力向上とか、スポーツ振興については、いい方向に行っているのかなと思っています。

あとは、ライフステージに応じたスポーツの環境づくりという意味では、それぞれの自治体がスポーツ振興計画、推進計画をつくっておりますが、そことしっかりと連携を

深めていくことが重要かと思えます。特にディテールの自治体では、財源には限りがありますので、そういったところに財源の補助をしていくなど、都と基礎的自治体が同じようなことをダブっていくのではなくて、より一つの力としていくために、それこそ先ほどのカメハメハではないですが、一つの強い力にしていくためには、基礎的自治体との連携をしっかりと深めていっていただきたいと思えます。

スポーツ推進計画を都と基礎的自治体がそれぞればらばらでつくっていくのではなくて、補助金のスキームと似ていますが、東京都がそこに絡んでいく、東京都がここまで半分ぐらいやるからここから先は基礎的自治体がプラスして行っていくとか、そういう体制で行うことが、私は一番効果が出てくるのかなと思っているところでございます。

以上でございます。

○松尾会長 ありがとうございます。

このスポーツ推進計画は都がつくるものでありますけれども、基礎自治体さんとの連携、カメハメハのような、力を一つにできるような仕組みをつくってはどうかということで、おっしゃるとおりかと思いました。

それでは、たかく委員からお願いします。

○たかく委員 宮地先生、上代先生、いろいろなご指導をありがとうございました。

宮地先生から、より歩く人は将来の医療費・介護費が安くなるということで、私もそのとおりだと思いますし、やはり今、人生100年時代、高齢社会の中で、健康寿命延伸ということも含めて、非常に大事な観点かと思っております。

一昨日だったと思うのですが、65歳以上の介護保険料の2024年、これから3年間の費用が出ていまして、全国で月額6,225円、東京都は6,320円だったと出ておりました。一番高いところが大阪府の大阪市で、9,249円で、一番安いのが東京都の小笠原村で、3,374円で、6,000円の差があるということでした。これは高齢者の数とか、実際に受けたいサービスがあるかないかにもよるとも思います。

NHKの記事だったと思いますが、かなり頑張って介護費用を減らしてきた自治体があって、一つは埼玉県の高山町というところで、私は行ったことはないのですが、二人に一人が高齢者で、その中で、介護保険料が月4,300円と出ておりました。そこはどのような取組を行っているかということ、体力や認知機能に合わせて3段階のレベルで体操教室を行っているのが出ていました。

もう一つ鹿児島県のほうの自治体でも、介護保険料を前回に比べてかなり減らした自

治体がありました。そこも同じように、介護予防の体操を行って、体操に来られた方にはポイントをプレゼントします、ポイントが貯まったらお買物ができますよということで、介護保険料を大きく下げられたと出ていました。

横浜市のウォーキングポイント制度でも、ウォーキングした分、お買物できるということで、今いろいろな自治体がこのようなことを行っているかと思うのですが、東京都もこのように各基礎的自治体といろいろな連携を取りながら、体操だけではなくて、いろいろなスポーツにポイントをつけていくことが必要かと思います。

民間の方々にも知恵をいただきながら、そういった仕組みをつくっていくことができるのであれば、将来この介護保険料の軽減、また、医療費の軽減につながると思います。動物を飼っている人は、医療費が安くなるという話を聞いたことがあります。犬を飼っている人は、散歩に連れて行かなければならないので、医療費に跳ね返ってくるという話もありました。このように、いろいろな角度から社会保障料の軽減をしっかりと行っていければ、大分変わっていくのではないかなということを申し上げたいと思います。以上です。

○松尾会長 ありがとうございます。

今までは「歩く歩数によってポイントを」というところから、「スポーツによってポイントを」という重要なご示唆をいただきました。

それでは、今度はオンラインでご参加いただいております委員の皆様方にお話をいただければと思います。ゼッターランド委員、お願いいたします。

○ゼッターランド委員

宮地委員、上代委員、ありがとうございます。非常に様々な観点からお話を伺うことができ、大変参考になりました。

一つ、宮地先生にご質問なのですが、先ほど、実際にスポーツを見るのが人に非常にいい影響を与えるというデータが出ておりましたが、より幅広い世代にそのようなことを知ってもらうのは、すごくいいことだと思います。例えば先日、私が関連するアメリカのバレーボールで出てきたニュースのデータを見ていたときに、これは「見る」というよりは「する」になりますが、若い世代の運動をしている子としていない子とを比較すると、いわゆる抑鬱や不安など、そういう鬱の傾向が、10%以上も数値が下がっていることが紹介されていました。日本でも、そういった社会のティーンネイジャー、子供を取り巻く環境が変わってきているかと思っています。そういう若い世代に対するスポー

ツの、特にメンタル面での効果に関して何か研究データなどがもしあれば、一つご紹介していただければと思いました。

もう1点、私は何度も東京体育館に行っているのですが、そのようなすてきなレストランがあるということを全然知りませんでした。たしかインスタグラムで東京都の持っている施設のご紹介を職員の方がすごく楽しく紹介されているインスタグラムがありますよね。インスタグラムのアカウントの名前は思い出せないのですが、そのような紹介ですよね。先ほどのお話のように、入り口がスポーツではなくても、ほかのところから入って行って、スポーツにつながっていくと思いますが、まだまだそういう楽しい入り口があることをご存じない方が多いのではないかと思います。いつも周知、広報に関する課題が常について回るものと思うのですが、より効果的に周知できる方法、アプローチをご検討いただけるといいのかなと思って聞いておりました。

以上です。ありがとうございました。

○松尾会長 ありがとうございます。

楽しい入り口という、あまりスポーツとご縁のない方でも楽しいな、とまず感じてもらう、「楽しい入り口」というキーワードもあるのかなと思ってお聞きしておりました。

それでは、続きまして、高橋委員からご発言をお願いします。

○高橋委員 まず、宮地委員、そして上代委員、ありがとうございました。

スポーツ科学や理論というのは、研究により常に変化してきているので、こうした話、情報などをお聞きできるのは、すごくうれしい機会です。

これは私の個人的な意見になってしまうのですが、私はマラソンで世界記録を目指してきたので、人間の限界を、人体実験をするような形で取り組んでいたことを考えると、健康とはかけ離れていたのだらうなとすごく感じています。

しかし、今はマラソン大会等で楽しく歩く・走ることを伝える側ですので、この健康につながるスポーツを広げていかなければということを改めて感じました。

その中で、やはり日本人の死亡の原因は運動不足が3番だとか、成人で8,000歩以上歩くと一気に病気のリスクが少なくなるとか、まず情報を知るだけでも、皆さんがスポーツを本当に身近に感じてもらったり、取り組むきっかけになったりするのかなというのを感じました。

上代委員からは、スポーツと場所、食、生活、企業というのを結びつけることで、生活や経済をより身近に感じ、経済や生活につながって行って、スポーツをより身近に感

じてもらえるきっかけとなるのではないかというお話がありました。また、先ほどゼッターランド委員からは、食とスポーツというような一つのキーワードだけでも本当に多くの人たちの関心があるものなのかなというお話がありました。お二人のお話に言えることなのですが、やはりこの情報を、いかに皆さんに効果的に提供してあげていただけるのか、ここが一つポイントかなと思いました。Instagramのほうで楽しくあげていただいているということですが、何かもう少し効果的なあげ方というのを模索していただくと、より皆さんがスポーツを身近に感じてもらえるのかなと思います。お願いいたします。

○松尾会長 ありがとうございます。

それでは、続きまして、永見委員からご発言をいただければと思います。

○永見委員 国立市長、永見です。いつもお世話になっております。

今日のお二人の発表を聞きまして、身につまされる思いをしました。私自身も今朝7時45分に市庁舎に出勤してから、この時間までほぼ10時間座りっ放しの生活で、これは絶対に長生きできないなと思いました。

それとともに、宮地委員から様々なエビデンスを教えてくださいまして、このように私どもが医療、それから介護の費用をどう負担していくか、あるいはどう下げられるかという行政上の課題として、いつもにらめっこをしている数値でございます。これをどうやって下げている、あるいはそういう行政上の課題ではなくて、市民の健康、あるいはウェルビーイングという立場から見て、どうやって確保できるのかという視点で考えていかなければならないなと思います。

その上で、私見を申し上げますと、東京都民は、ウォーキングの距離が非常に確保されていると思います。これは困難な通勤条件があつて、あの長い地下鉄を歩く、駅から会社まで歩く、こういうことで必然的にやはり歩く距離が延びて、一定の健康度が保たれてきたのではないかなと思います。

しかしながら、働き方改革の一環としての在宅ワークの普及、あるいは高齢化という要因があつて、今まで東京が、ある意味、不便性を強いてきて享受できた健康の源が、非常に危うくなってくるのがこれからの時代ではないかなと思います。

そういう意味では、積極的に歩くということに対して、介入をして、動機づけ、きっかけづくりをしながら、健康度を高めていかなければならないのだらうと思いました。

こういう市民レベルのことに対して働きかけをできるのは、実は末端の自治体、私た

ちの仕事になります。国立でいうと、先ほど話題に上っていましたが、「地域通貨」というのを発行しまして、ウォーキングポイントを付与したり、スポーツイベントへの参加でポイントを付与したりしております。付与されたポイントが地域通貨ですから、地域の経済に還元されて、地域循環をして、地域活性化に結びつけるということを始めさせていただいております。是非こういうことを、ほかのいろいろな手法を探りながら行っていくことが必要だと思います。

もう1件だけ、私が知っている範囲だと長野県東御市の標高1,750メートルほどの湯の丸高原に、高所トレーニング施設があります。オリンピックで活躍する水泳選手たちも、ここにトレーニングに来るといような新しい形のスポーツ施設であるとともに、地域振興にもつながっていると思えました。

なぜそれを言うかといいますと、スポーツ施設というと、どうしても大きな施設をイメージするのですが、自然的条件や地理的条件を考慮しながら、地域の中における資源をスポーツ、さらには地域の活性化へ結びつけていくということを、是非今回の計画の中に盛り込んでいただけたらと思います、一つの事例として申し上げました。

今後ともご検討をいただけたらと思います。以上でございます。

○松尾会長 ありがとうございます。

それぞれの地域の特徴、特性というのを生かしたような形で展開できるような方向性を模索すべきであると、非常にこれは重要なご示唆だと思います。

それでは、水村委員、よろしく申し上げます。

○水村委員 宮地先生、上代先生、ありがとうございます。

皆さんがおっしゃっていたことで、新たな気づきがたくさんあって、私も大変勉強になりました。

総じて、今日少しお話で一番私の心に残ったキーワードとしては、上代先生が出された、「ハレとケ」という言葉です。いわゆる非日常と日常というところで、それこそ宮地先生のお話の中にもありましたけれども、どうも日本人というのは「スポーツをしましょう」というと、すごく活動を高めるとい人がいる一方で、全体としては座位時間が長いというような、何かとても二極化的な、極端な傾向が出るのが日本人の特徴なのかなと思うところがあります。それこそ中学生ぐらいの子供たちも、部活動をしてすごく運動する子がいる一方で、もう全くスポーツの汗もかかず、帰宅する子供が増えていて、平均で見ると変わらないけれども、二極化が指摘されたりするので、例えば非日常

と日常という二極を緩やかに結びつけるような視点が、スポーツを実践する場でも必要かと思います。一生懸命スポーツを競技としてやるということではない、あるいは健康のためのスポーツでもない、宮地先生から「応援する」、「見る」スポーツという話もありましたが、例えば「応援する」とか、「見る」とか、そういうスポーツに何となく緩くつながっている参加が必要なのかなと思います。そう考えれば、自分は今までの概念ではスポーツしていると思わなかったけれども、「新スポーツ」への参加みたいな形で、違う形のスポーツの関わり方ということを、皆さんがよりアピールできると思います。それが、上代先生のお話にあったように、スポーツをする場が、やはり非日常の場から日常の場が変わっていくということなのかなと思いました。

私は、ダンスというスポーツの研究をすることが多いのですが、ダンスなんかは、まさに日常から非日常が生まれて、その間を行ったり来たりするのが生活文化の中にあるというような考え方をする方が多いと思います。まさに東京都も生活文化としてのスポーツを取り上げていらっしゃるので、何か日常と非日常というものをグラデーションのように、徐々につなげていくというような視点があると、まさに多様にできるのかなと思いました。

あと一つ、宮地先生からは「プレゼンティズム」、「アブセンティズム」というスポーツによる業務のパフォーマンス向上についてのお話、上代先生からは、スポーツ施設を避難する場として活用するという安全確保のお話がありました。このお話から、いろいろな自治体や、厚労省・文科省だけではなく、経産省などの他省庁も含めて、スポーツと関係ないと思っていたところとの結びつきやお金をうまく利用して、今までできなかったことができるようになって、そうすると、今までスポーツ施設に来なかった、スポーツをする気が全くなかった人たちが、何かする機会が創出されるのかなと思いました。

○松尾会長 ありがとうございます。

とても示唆に富むお話で、日常と非日常を分けるのではなくて、グラデーションの形で捉えて、そこにすっと入っていけるような多角的な関わり方をつくれれば、より多くの人が関われるのではないかというご指摘は、非常に有用なご示唆だと思いました。

ここで、二條委員が、今日ご欠席でございますけれども、コメントをいただいておりますので、代読をさせていただきます。

「事前説明でお話を聞き、スポーツは人生を豊かにする可能性がたくさんあると改め

て感じました。無関心層の方のスポーツに関わるきっかけづくりの一つとして、スポーツ施設の活用についても、スポーツに限らずフレキシブルに考え、多種にわたる活用方法により幅広い年齢層へと興味・関心が広がり、より多くの方に来場いただくことで生活の一部になるのだと感じました。

アクセシビリティについても一度整備して終わるのではなく、継続的に改良していくことで、ユーザーのニーズに沿った形に変化し続けることが大切だと思います。

こうした取組が、今後のスポーツ振興のまちづくりにつながっていくと考えております。」

二條委員からのコメントでございました。

それでは、ここで延興委員、そして私からコメントさせていただく前に、できれば宮地委員、上代委員から一言ずつおまとめの言葉をいただければと思います。

○宮地委員 各先生方、いろいろコメントやご質問をいただき、ありがとうございました。「立ち上がるきっかけはどうしたらいいですか」という質問があり、私どもでは、ブレイクサーティという言葉を提唱しました。ウェアラブル端末がなくても、学校であれば、放課後になったら、先生が「みんな座ってばかりではなくてグラウンドに行きな」と言ってあげる、職場でも「30分に一遍立ち上がりましょう」などのアナウンスを投げるといようなことはいいのかなと思いました。

それから、「継続の仕組みをどうしたらいいですか」という話がありました。もちろん、それはとても困難なのです。だけど私は三日坊主でいいということをいつも言います。三日坊主を繰り返せばいいのです。三日坊主を行って、また、やらなくなるけど、また三日坊主をやる、それはすなわち継続、そのような気持ちでいいのだと思います。

それから、コストベネフィットは大事だというコメントを頂きましたが、やはり選択と集中だと思うのです。選択・集中する際に何が大事ですかといたら、僕はエビデンスだと思っています。効果が明白なことに選択・集中しないと、無駄な施策が増えてくると思いました。

それから、若い世代の鬱が大変問題だと、ご質問をいただきました。スポーツは子供ほど効果があります。ところが、残念ながら「見るスポーツ」の効果子供にあるというエビデンスは全然ありません。それはなぜかという、子供に「見る」ことの重要性が保健体育の授業で十分に教えられていないからです。なので、子供に見る楽しみを教える、体験させるという機会を小中高のプログラムの中に入れるといいのかなと思いま

した。

あと、情報を知ることが大事ということで、本当にそうなのです。私いつも何か同じことを話しているなと思うのですが、それは私にとって大事な仕事だと思っています。私たちは「アドボカシー」という言葉を使うのですが、日本語では唱導、少し難しいのですが、唱えて伝える、お坊さんが繰り返し、繰り返し、念仏を唱えるのと同じように、もう繰り返し、繰り返し、こういう情報を都と区市町村の皆さんに、繰り返し念仏のように唱えること。是非私の繰り返しのメッセージを自治体の皆様に使って頂けるとありがたいと思っています。

以上です。ありがとうございます。

○松尾会長 どうもありがとうございました。

それでは、上代委員からまとめの言葉をお願いします。

○上代委員 私からは自分のまとめというより、宮地先生のお話を伺っていて、いろいろなものをきっかけにしてスポーツに持ってくるというところを先ほどもお話させていただいたのですが、やはり皆さん、健康のためならお金を使うのだろうなとも思いますので、一つ健康と結びつけるというのも、より出していったらいいのかなと考えておりました。

あとは、先ほど皆様からコメントいただき、ありがとうございました。スポーツを身近なものとして感じてもらえるように、こちらからのアプローチも少し変えていくことが大事であるということで、まとめとさせていただきます。どうもありがとうございました。

○松尾会長 ありがとうございます。

それでは、延興副会長から一言コメントをいただければと思います。

○延興副会長 宮地先生、上代先生、ありがとうございました。

やはり具体的なデータとか、事例というのは、説得力があるなと感心いたしました。プロ野球をテレビで見て、ビールを飲んでいるだけでは駄目だということがよく分かりました。

ずっと先生のお話を伺っていて、障害者スポーツとどうしても引き比べてしまうのですが、特に健康に対するスポーツの必要性という点で言えば、障害者にとっては、体の機能を維持していくのに、本当にスポーツはクリティカルだと思っています。障害者スポーツ実施率は今回増えましたが、やはり50%はスポーツに全く興味がないとい

う状況でございます。

今回の計画の中でも、障害者の健康維持にスポーツが必要だということをなるべくエビデンスをもって、説得力をもって、表現していくことが必要なのかなと思っておりました。

それから、上代先生のお話で言うと、場所の問題、やはり障害者は学校、特別支援学校とか、作業所とか、施設とか、そういう所属のある人は体を動かす機会がありますけれども、普通に仕事をしていらっしゃる方とか、在宅の方というのは、本当にスポーツへのアクセスが限られます。

そういう意味でもスポーツ施設に来るというよりは、自宅とか、地元などでいかにスポーツができる場所をつくっていくかというのは、本当にクリティカルなので、これについては答えがないのですが、そちらを計画の中でもしっかり位置づけていく必要があるなと感じました。

どうもありがとうございました。

○松尾会長 ありがとうございました。

それでは、最後一言だけ申し上げます。今回宮地委員、上代委員、本当にありがとうございました。非常に勉強になりました。

基本的に私どもが考えなければいけないと思うのは、「アンコンシャス・バイアス」といいたいでしょうか。日頃あんまり意識しないのですが、やはりこうあるべき、みたいなことをどうしても考えがちでございます。

ですから、それを少し壊す形でいかないと、恐らくスポーツにあまり縁のない方々、今まで縁のなかった方々には届かない事態が起こり得ることがよく分かりました。

日常と非日常の話を水村先生がなさっていましたが、それをグラデーションにしながらつなぐのは、スポーツの多角的な迫り方なのだと思うのです。食からかもしれないし、防災意識からかもしれないし、そして、その中で私は、やはり「見る」ことへの健康への関わりということと同時に、これからは「支える」と「見る」の間ぐらいに、「応援する」というキーワードがどうしてもこれから大事になってくるのではないかなと思います。みんなで応援する形で自分も活動しながら健康になっていくと、こういうような視点が重要かなと感じたところでございます。

最後に、健康からもう一つあったのは、永見委員もおっしゃっていましたが、「ウェルビーイング」というキーワード、健康から幸福へという質の高まりという問題を、

我々はこれから本気になって考えていく時代に来たのではないかと思われま

スポーツ庁の調査で、スポーツにおいて、「する・見る・支える」の三つともやる方のほうが最も健康、主観的な幸福度が高いということが、この前全国の調査で示されていきました。いろいろな楽しみ方があって、見るだけでももちろんいいわけですが、その中で幸福度をいかに高めていけるのかという視点がこれからまた重要になってくると思った次第でございました。

ありがとうございました。

ほかに全体を通して、何かこれだけは発言しなければというようなところはございませんでしょうか。よろしいですか。

それでは、進行を事務局のほうにお返ししますので、よろしく願いいたします。

○小池スポーツ総合推進部長 本日は、大変お忙しい中、委員の皆さんから貴重なご意見をたくさん頂戴いたしまして、誠にありがとうございました。

事務的なご連絡になりますが、次回の審議会は6月の開催を予定しております。次回につきましては、小淵委員より「パラスポーツの振興について」、また水村委員より「子供・女性のスポーツ振興について」ご講義をいただく予定となっております。両先生方にはよろしく願いいたします。

詳細につきましては、後日、改めてご連絡をさせていただきます。引き続きよろしくお願い申し上げます。

それでは、これをもちまして、第29期第3回東京都スポーツ振興審議会を閉会とさせていただきます。本日は、長時間にわたりまして、誠にありがとうございました。

午後6時34分閉会