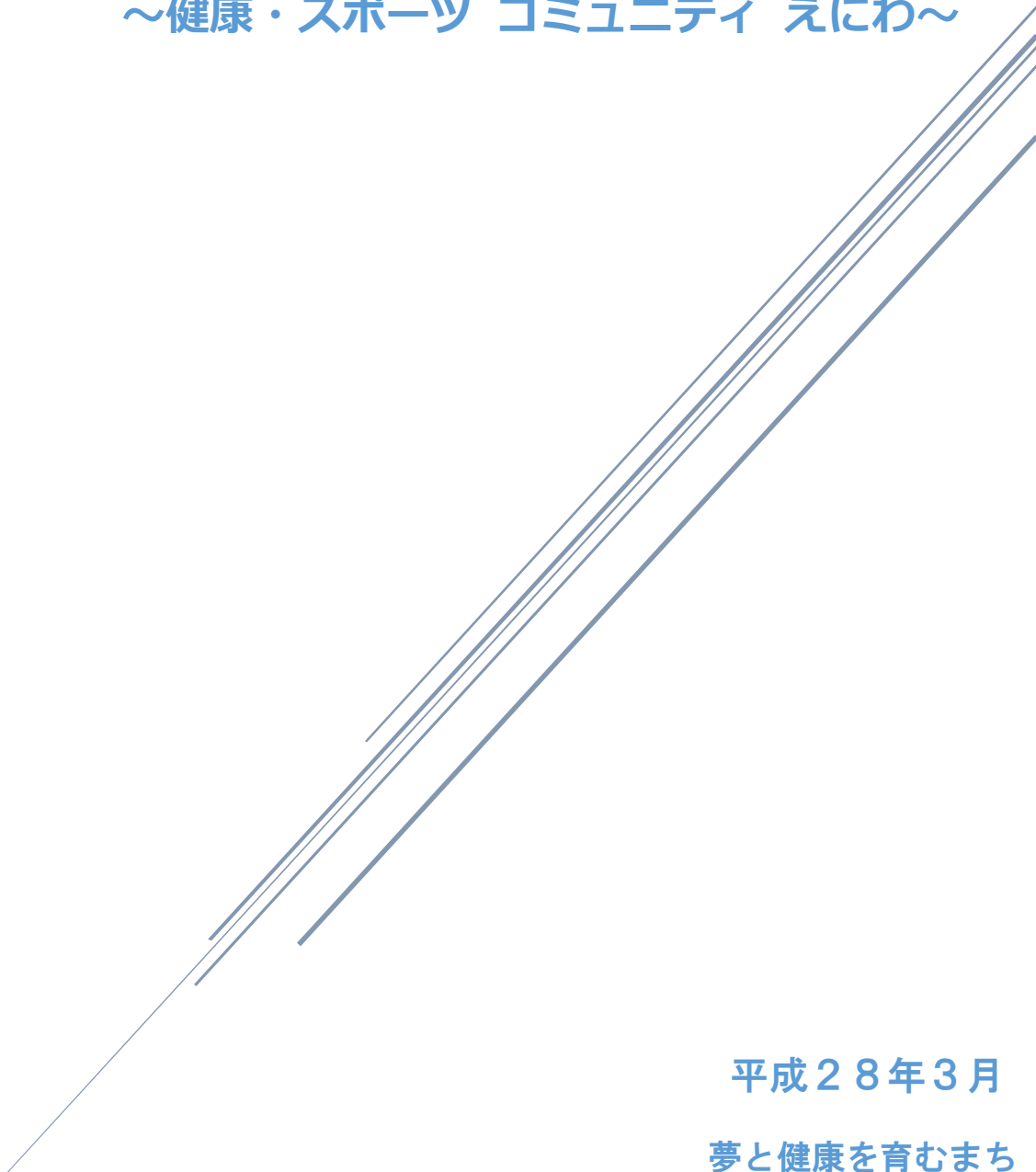


恵庭市 運動・スポーツ推進計画

～健康・スポーツ コミュニティ えにわ～



平成28年3月

夢と健康を育むまち
恵庭市

目 次

第1章 計画策定の趣旨

I 計画策定の背景と趣旨	1
1 運動やスポーツを取り巻く状況	1
2 国や道の動向	5
3 「恵庭市スポーツ振興まちづくり条例」の制定	6
4 「夢と健康を育むスポーツ都市宣言」の決議	6
II 計画の視点	7
III 計画の位置づけ	8
IV 計画の期間	9

第2章 計画の基本的な考え方

I 基本理念	10
II 基本方針	10
III 計画の体系	11

第3章 基本施策

I 運動やスポーツを通じた健康の保持増進	12
1 子どもの運動やスポーツ活動の推進	12
2 高齢者の健康づくりの推進	13
3 気軽に参加できる多様な機会の充実	14
II 運動やスポーツ活動を支える環境づくり	17
1 地域の運動やスポーツ活動の充実	18
2 競技力の向上	19
III 運動やスポーツを楽しむ環境づくり	20
1 運動やスポーツに関する情報提供の充実	20
2 スポーツ施設及び関連施設の充実	21

第4章 計画の推進・進行管理

I 計画の推進	24
II 計画の進行管理	24

【資料】

○恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定検討委員会設置要綱	28
○恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定検討委員名簿	29
○恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定の経緯	30
○運動・スポーツに関するアンケート調査結果	31
○恵庭市スポーツ振興まちづくり条例	57
○恵庭市健康づくり計画（後期計画）概要版	60

第1章 計画策定の趣旨

I 計画策定の背景と趣旨

恵庭市は、平成23年に「恵庭市スポーツ振興基本計画」（以下「振興基本計画」という。）を策定し、市民一人ひとりがそれぞれのライフステージに応じてスポーツに親しむことができる「生涯スポーツ社会の実現」を目指し取り組んできました。

平成23年から32年までの10年間の計画期間とする振興基本計画は、前期（平成23年度～平成27年度）と後期（平成28年度～平成32年度）に分けて計画を推進することとしており、前期最終年度には後期計画を策定する予定でしたが、平成26年11月に「恵庭市スポーツ振興まちづくり条例」（以下「条例」という。）の制定及び「夢と健康を育むスポーツ都市宣言」（以下「宣言」という。）の決議がなされたことにより、これらを踏まえてスポーツを通じた健康で活力あるまちづくりに取り組む必要があることから、新たに10ヵ年の計画を策定することといたしました。

新しい計画は、国の「スポーツ基本計画」の中で「地方スポーツ推進計画」の策定が示されていることから「恵庭市運動・スポーツ推進計画」（以下「計画」という。）とし、平成28年度から始まる市の最上位計画である「第5期恵庭市総合計画」との整合性を図るとともに、これまでの振興基本計画に健康寿命の延伸に向けた取り組みなどを融合し、さらに市の関係部署の計画との整合性も図りながら、条例及び宣言を踏まえた「スポーツによるまちづくり」に向けた基本理念、基本的な考え方とそれらを実現するための施策などを明らかにするものとして、策定するものです。

1 運動やスポーツを取り巻く状況

（1）国内における社会情勢の変化と運動やスポーツとの関係

①生活環境の変化に伴う健康志向への対応

近年の生活環境の変化は、体力の低下や生活習慣病の増加をもたらすなど、私たちの健康に大きな影響を与えています。

誰もが健康で、明るく豊かな生活を望む中で、運動やスポーツを通じた健康・体力づくりに対する国民の意識やニーズが高まっており、こうしたことから国は「スポーツ基本計画」とともに「健康日本21（第2次）」を策定し、身体活動、運動及びスポーツを健康づくりの重要な取り組みとして、日常生活の中に取り入れられるよう推進しています。

活発な身体活動や適度な運動習慣は、生活習慣病の発症予防効果のほか、心の健康や生活の質、さらに近年ではロコモティブシンドローム^(注1)への対策や認知機能の向上などにも良い影響を与えることが、明らかになってきています。

子どもから高齢者まで、「いつでも、どこでも」気軽に運動やスポーツに親しむことのできる環境整備は重要な課題であることから、誰もが取り組みやすく、楽しみながら健康を維持できる運動やスポーツの各種事業の展開が求められています。

(注1) ロコモティブシンドローム：運動器症候群。略称はロコモ。筋肉や骨、関節などといった運動器のいずれか、または複数に障害が起こり、「立つ」「歩く」といった移動機能が低下している状態のことで、進行すると介護が必要になるリスクが高くなる。

②子どもの運動やスポーツ機会の充実

生活の利便化や活動場所の制限による身体活動機会の減少と、成人に限らず子どもにも生活習慣病の増加が著しい現代社会において、子どもが毎日の暮らしの中で運動やスポーツを通じて心身の育成や健康の増進を図り、いきいきと安心して過ごせる地域社会の実現が望まれています。

幼児期からのさまざまな運動やスポーツの体験は、心身の健やかな成長の後押しとなり、生涯にわたって豊かなスポーツライフを築くための基盤となります。また、今後ますますの高齢化に伴い、高齢者になっても介護に頼らずにすむよう、子どもの頃から運動能力を培っておくことが大切です。



しかし、近年は子どもの体力や運動能力の低下が社会問題となっており、その背景として学校・地域・家庭において、運動やスポーツに親しむ機会や場所の減少が指摘されています。

学校体育の重要性に加え、親子でスポーツにふれあい親しむことのできる地域のスポーツ環境の整備や、各種事業などへの参加機会の充実を図る必要があります。

③高齢化に応じた施策の展開

長寿社会の今日、いくつになってもアクティブな高齢期を過ごすための身体活動の取り組みと、健康的なライフスタイルへの関心が高まっています。このため、運動やスポーツの役割はますます大きくなっていくものと

考えられ、運動やスポーツを通じた健康的な活動が、高齢化に対する意識を変えることにつながるものと期待されています。

今後は、「競技志向」や「楽しみ志向」のためのプログラムだけでなく、運動やスポーツへの取り組みが、地域活動へ参加するきっかけにもつながるような、身近な運動やスポーツの環境づくりが必要となります。



④地域社会における人と人とのつながり

核家族化や単身世帯の増加などのさまざまな社会情勢の変化に伴い、人間関係の希薄化が問題となってきています。人と接することなく買い物ができるようになった現代社会は便利になった一方で、近所とのつながりは消えかけてきています。そうした中で、運動やスポーツは人と人とのつながりを生み出し、また楽しさなどを共有することができます。地域で運動やスポーツに何らかの形で参加することが、社会参加の場として新たな交流や連帯感を生み出すきっかけとなり、コミュニティづくりにつながることを期待されています。

(2) 「運動・スポーツに関するアンケート調査」から

市は計画策定の参考とするため、市民の運動やスポーツに関する考え方やニーズなどについてのアンケート調査を実施しました。今回のアンケート調査では条例の趣旨を踏まえ、健康状態などに関する設問を初めて設定しています。

※アンケート調査に関する内容については、資料「運動・スポーツに関するアンケート調査結果」に掲載しています。

■集計結果のポイント

- ① 自身を健康である・どちらかと言えば健康であると感じている人の割合が78.2%であるのに対し、体力に自信があると感じている人の割合は49.1%でした。

参照：P32「問2①あなたは現在、ご自身の健康状態をどう思われていますか？」

P33「問2②あなたは現在、ご自身の体力についてどう思われていますか？」

- ② 体力の衰えを感じている人の割合は89.5%、運動不足を感じている人の割合は80.9%でした。

参照：P36「問2⑤あなたは現在、体力の衰えを感じていますか？」
P37「問2⑥あなたは現在、運動不足を感じますか？」

- ③ 日頃から健康や体力維持のために心がけていることの回答のうち、「運動やスポーツをする」との回答数は全体の第4位、「できるだけ体を動かす」との回答数は全体の第6位でした。

参照：P38「問2⑦あなたは、日頃から健康や体力維持のために心がけていることはありますか？」

- ④ 運動やスポーツを行っている種目で一番多い回答は「散歩・ウォーキング」が全体の2割弱を占め、次いで「ラジオ体操・ストレッチ体操など」「パークゴルフ」「ランニング・ジョギング」となっています。また、利用場所の質問でも一番多い回答は「道路・歩道」が、全体の2割を占めています。

参照：P39「問3あなたは、学校の授業や職業として行ったものを除き、この1年間で行った健康のための運動やスポーツなどについて、〈A〉〈B〉〈C〉のそれぞれからあてはまるものを選んでください。〈A〉比較的軽い運動やスポーツ、趣味などで行うスポーツ、健康維持や体力向上のための運動〈B〉アウトドアスポーツ〈C〉大会や競技会への参加を目的に行う競技スポーツ」
P42「問5①あなたは、主にどこで運動やスポーツを行っていますか？」

- ⑤ 運動やスポーツを行っている人の活動頻度を見ると、週3日以上活動している人の割合が30.0%、週1～2回活動している人の割合が33.4%と高く、振興基本計画で設定した前期目標値（週1回以上の実施率50%）を達成しています。

参照：P40「問4①あなたは、運動やスポーツ活動をどのくらいの頻度で行いましたか？」

- ⑥ 1年間に何らかの運動やスポーツをした人の割合は、71.9%でした。また、何もしなかった人のうち、したくてもできなかった人の割合は20.3%でしたが、できなかった理由として一番多い回答は「仕事や家事の忙しさ」が4割を占め、次いで「きっかけがない」「積極的になれない」などの回答となっています。

参照：P47「問7①あなたが運動やスポーツをしなかったのは、どのような理由からですか？」
P47「問7②あなたがしたくてもできなかったのは、どのような理由からですか？」

2 国や道の動向

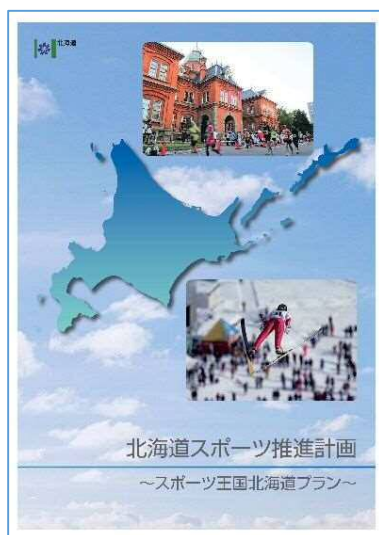
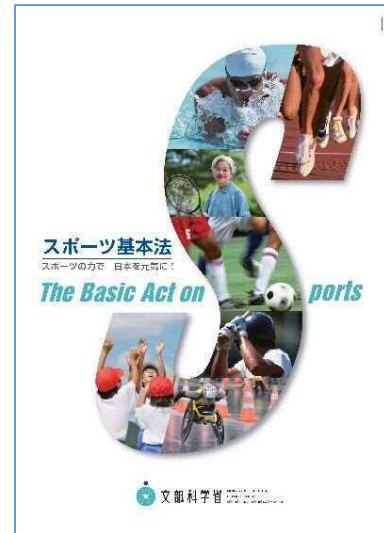
国では、平成22年に「人（する人、観る人、支える（育てる）人）の重視」「連携・協働」を基本的な考え方とする「スポーツ立国戦略」が策定され、翌年の平成23年8月には50年ぶりに「スポーツ振興法」が全面改正され「スポーツ基本法」が施行されました。

その前文には、スポーツは「世界共通の人類の文化である」「心身の健康の保持増進にも重要な役割を果たすものであり健康で活力に満ちた長寿社会の実現に不可欠である」などと明記されているほか、国や地方自治体の責務、スポーツ団体の努力、国をはじめとした関係者の相互の連携・協働、また国において「スポーツ基本計画」を定めること、地方公共団体においてはその「スポーツ基本計画」を参酌して、地方の実情に即したスポーツ推進計画の策定に努めることなどが明記されています。

平成24年3月、「スポーツ基本法」の理念を具体化し、今後の我が国のスポーツ施策の具体的な方向性を示すものとして、国、地方公共団体及びスポーツ団体等の関係者が一体となって施策を推進していくための重要な指針として「スポーツ基本計画」が策定されました。

そして平成27年10月には、文部科学省の外局として「スポーツ庁」が設置され、従来取り組んできたスポーツの推進に加えて、スポーツを通じた健康の保持増進や地域社会の再生、2020年東京オリンピック・パラリンピック大会の開催など、多数の府省に関連する施策が総合的に推進されています。

また、北海道においては、国の「スポーツ基本法」の制定と「スポーツ基本計画」の策定を受け、「北海道スポーツ推進計画」を平成25年3月に策定しています。



3 「恵庭市スポーツ振興まちづくり条例」の制定

「恵庭市スポーツ振興まちづくり条例」は、恵庭市議会の全議員からなる「恵庭市議会スポーツ振興議員連盟」が議員提案し、平成26年11月28日に制定されました。

条例には、その前文にある「スポーツによる健康の維持及び増進」、「地域コミュニティづくりとそのための環境整備」、「世代等を超えたスポーツ振興及びスポーツを活かした活力あるまちづくり」という基本理念を謳うとともに、市民誰もが「夢を抱き、生涯を明るく健康に過ごすこと」を目指したスポーツを活かしたまちづくりの推進を目的に掲げ、市や議員の責務、市民やスポーツ関連団体、事業者の役割についても明記されています。

4 「夢と健康を育むスポーツ都市宣言」の決議

条例の制定により、昭和60年に決議した「スポーツ都市宣言」は、「夢と健康を育むスポーツ都市宣言」へと改められ、平成26年11月28日に決議されました。

「花、水、緑のまち」に住む私たち恵庭市民は、スポーツを愛し、楽しみ、親しみ、元気なまちにすることをめざすとともに、生涯にわたり健康で過ごすため、次の目標を掲げて、ここに「夢と健康を育むスポーツ都市」を宣言します。

1. すべての市民が生涯にわたりスポーツを楽しみ、スポーツに親しめる環境をつくり、健康でいきいきと暮らすためのたくましい心と身体を育みましょう。
1. すべての市民が、生涯にわたり進んでスポーツに参加（する・観る・応援する）し、人と人との和を大切にしたい思いやる心と友情の輪を広げましょう。
1. すべての市民が、生涯にわたりスポーツを通じてこの美しい自然環境を感じ、子どもが健やかに育つ明るく豊かなまちづくりをすすめてみましょう。
1. すべての市民が生涯にわたりスポーツを愛し、争いのない平和な世界をめざしましょう。

II 計画の視点

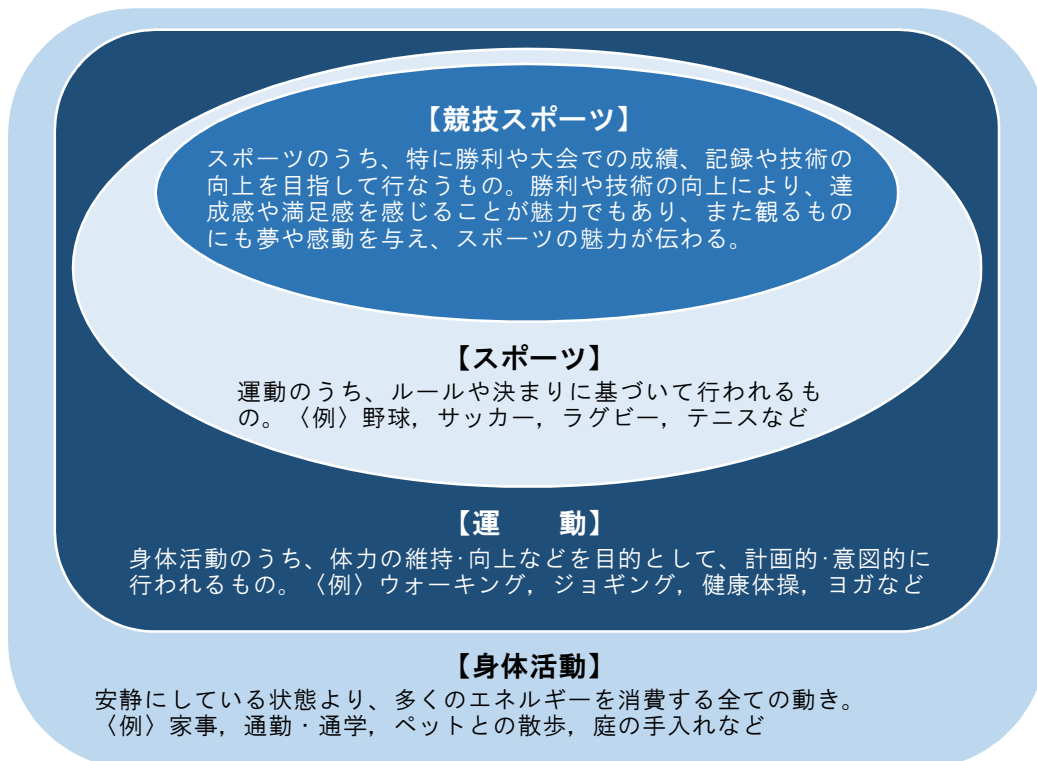
この計画では、これまでの「スポーツ」という言葉から、「運動やスポーツ」という幅の広い表現を使っています。

一般に「スポーツ」というと、ルールに基づき勝敗や記録を競う「競技スポーツ」と捉える人が多いのが現状のようですが、スポーツを多くの市民がより身近に感じ、「健康づくり」への意識を広げられるよう、スポーツの概念を広く捉えています。例えば、子どもの遊びや学校での体育、散歩や運動不足解消を目的に意識的に通勤手段を徒歩に替える、積極的に階段を利用する、毎朝必ずテレビの体操をするといったことなどもすべて含め、「運動やスポーツ」と表現することとしました。

また、介護予防や生活習慣病の改善などに関連した「運動の重要性」を共通の課題と捉え、異なる部署が相互連携を図り、市民の健康寿命の延伸に効果的な取り組みを推進します。「運動やスポーツ」は個人の健康で豊かな生活はもとより、コミュニティづくりや人と人をつなぐ機会を生み出し、豊かな人間関係の醸成にもつながります。

この計画では、「運動やスポーツ」を「する」「観る」「応援する」「支える」などの多様な活動を通じて、活力に満ちた恵庭のまちづくりを目指します。

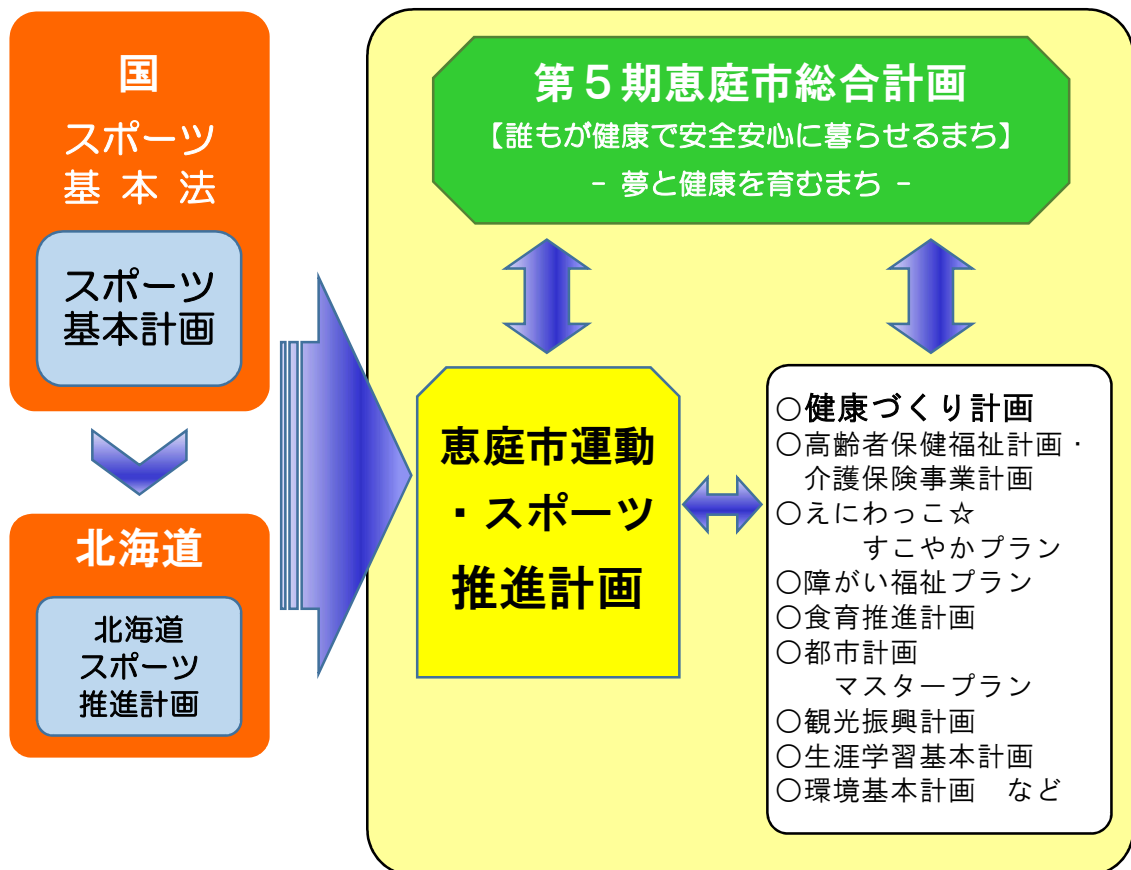
■ 身体活動・運動・スポーツ・競技スポーツの範囲 ■



Ⅲ 計画の位置づけ

本計画は、国において平成24年3月に策定された「スポーツ基本計画」及び北海道において平成25年3月に策定された「北海道スポーツ推進計画」を参酌し、「恵庭市スポーツ振興まちづくり条例」及び「夢と健康を育むスポーツ都市宣言」を具現化し、その基本的な方向性を示すものです。

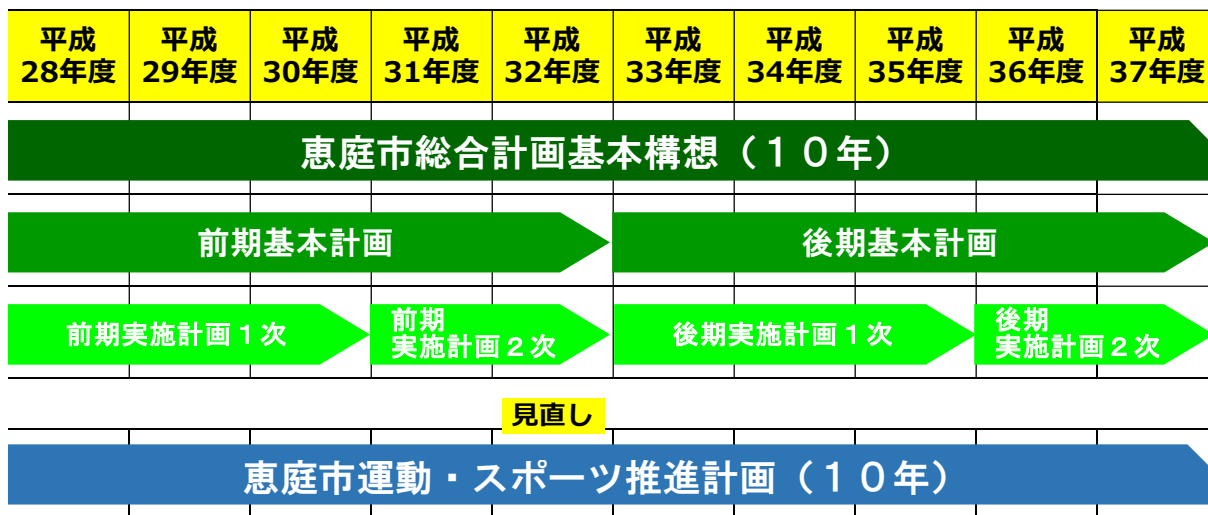
また、本計画は、第5期恵庭市総合計画の基本目標「Ⅱ. 誰もが健康で安全安心に暮らせるまち」の個別計画として、総合計画並びに恵庭市健康づくり計画などに、他の関連する計画との整合性を図りながら推進するものです。



IV 計画の期間

計画期間は、平成28年度～平成37年度までの10年間とします。

なお、計画期間の中間年度（平成32年度）に、計画の見直しを行います。



第2章 計画の基本的な考え方

I 基本理念

本計画が目指す理念は、次のとおりです。

夢と健康を育むまち
～ 健康・スポーツコミュニティ えにわ ～

本計画は、市民が生涯にわたって健康で元気に暮らせる「夢と健康を育むスポーツ都市」実現のため、「恵庭市スポーツ振興まちづくり条例」に基づき、誰もが気軽に運動やスポーツに親しむことができる環境を整え、健康に対する意識の向上、世代を超えたスポーツの振興及び健康の保持増進を図り、運動やスポーツを活かした活力ある地域コミュニティづくりを目指します。

II 基本方針

本計画を実現するため、以下の3つの基本方針をもって、施策の推進を図ります。

I 運動やスポーツを通じた健康の保持増進

II 運動やスポーツ活動を支える環境づくり

III 運動やスポーツを楽しむ環境づくり

Ⅲ 計画の体系

I 運動やスポーツを通じた健康の保持増進

1 子どもの運動やスポーツ活動の推進

- (1) 幼児期からの遊びや運動の習慣づくり
- (2) 子どもの体力向上

2 高齢者の健康づくりの推進

- (1) 運動やスポーツへのきっかけづくり
- (2) 高齢者の健康づくり

3 気軽に参加できる多様な機会の充実

- (1) 活動的な生活習慣へのきっかけづくり
- (2) 気軽に参加できる身近な運動やスポーツ機会の提供
- (3) 子育て世代・働き盛り世代への運動やスポーツの機会づくり
- (4) 多様な運動やスポーツの継続支援
- (5) アウトドア・ウィンタースポーツの振興

II 運動やスポーツ活動を支える環境づくり

1 地域の運動やスポーツ活動の充実

- (1) 地域で活動する団体などへの支援・連携強化
- (2) 活動を支える人材の養成・確保

2 競技力の向上

- (1) ジュニア期からの競技力向上
- (2) 優秀競技者などへの支援

III 運動やスポーツを楽しむ環境づくり

1 運動やスポーツに関する情報提供の充実

- (1) 情報の収集・発信
- (2) スポーツ観戦の機会づくり

2 スポーツ施設及び関連施設の充実

- (1) 施設の有効活用
- (2) 計画的な施設管理の推進

第3章 基本施策

I 運動やスポーツを通じた健康の保持増進

高齢社会において健康で自立した生活を送るためには、高齢期を迎える前から、日常的に運動やスポーツに親しむことなどによって、健康の維持や体力の向上を図ることが大切です。健康が保たれることによって、医療費や介護費抑制などの効果も大いに期待できます。

健康的な毎日を送るためにも、できるかぎり若い時期から運動やスポーツなどに親しむ機会（きっかけ）を作っていくことが必要であり、その機会に出会うことが重要です。

平成26年度実施の市民アンケート調査では、運動やスポーツを行う頻度が増加傾向にあります。一方で運動やスポーツをしたくても仕事や子育てなどといった何らかの理由があるために、その機会に恵まれない人もいることから、ライフスタイルやライフステージの変化に合わせた運動やスポーツ機会の提供を図ることが必要です。

なかでも歩くことは、身体活動の基本であり、年代や生活様式を問わず誰もが、ひとりでも、仲間とも、あるいは世代を越えて一緒に取り組むことができます。

人々の健康は、自ら作り守ることを基本としながらも、個人だけではなく社会面から共に取り組むことが、まち全体の健康につながると考えられます。市全体が元気で健康になるよう、健康づくりから広がるまちづくりの展開に向け、歩くことを通じた市民の積極的な健康づくりを推進します。

1 子どもの運動やスポーツ活動の推進

子どもたちを取巻く社会環境や生活様式が大きく変化していることに伴い、子どもの運動能力や体力は低下しており、また運動をする・しないの二極化も進んでいるといった課題があります。

子どもたちが、生涯にわたって心も体もいきいきとたくましく成長していくためには、それらを支える基盤となる健康や体力が必要です。

そのためにも、幼児期のうちから家庭などにおいて楽しく体を動かす習慣を身につけることで運動能力や体力の向上を図るとともに、家族で積極的に運動やスポーツに参加することによって、子どもたちが運動やスポーツに興味・関心を持ち、好きになることで、身体を動かすことが日常化されるよう、健康的な生活習慣の確立を目指します。

(1) 幼児期からの遊びや運動の習慣づくり

幼児期から小学校低学年程度の子どものとその保護者を対象に、遊びを通して楽しみながら運動習慣を身につける教室や家庭でできるプログラムなど、保護者の意識啓発も併せた取り組みを推進します。

①	親子で遊びや運動に親しむプログラムの提供
②	幼児期の身体活動の促進
③	幼児期からの望ましい栄養・食生活の確立
④	子どもひろばなどの活用

(2) 子どもの体力向上

運動の楽しさや魅力に触れてもらうことや体力を高めていく活動を通して、運動をする・しないの二極化を解消し、子どもたちの生活の基盤となる体力を育む取り組みを推進します。

①	外遊びや歩くことなどによる運動習慣の形成
②	運動やスポーツ体験機会の充実
③	学童クラブ等でのニュースポーツ ^(注2) の普及
④	トップアスリートなどとの交流
⑤	スポーツ少年団への加入促進支援
⑥	保護者、教員、指導者向けの研修機会の充実
⑦	丈夫な体をつくる栄養・食生活の推進

(注2) ニュースポーツ：年齢、性別、体力、技術にかかわらず、誰でも気軽にスポーツを楽しむことを目的とした比較的新しいスポーツ種目の総称。既存のスポーツのルールをやさしく改良したものや、自治体で考案したもの、各種競技団体が普及のために改良したもの、外国から入ってきた民族スポーツなどがあり、恵庭市では、パークゴルフ、カローリング、スカッドボール、スポンジテニスなど、多くのニュースポーツが行われている。

2 高齢者の健康づくりの推進

生活習慣病予防や介護予防においても、運動やスポーツが有効策のひとつとなっていることから、運動やスポーツを始めるための工夫を充実させることで、意識の啓発を図ります。

(1) 運動やスポーツへのきっかけづくり

さまざまな関係機関や団体などと連携協力し、ニュースポーツや栄養・食生活など多様な角度から、運動やスポーツを始めるための取り組みを推進します。

①	ニュースポーツ体験機会の充実
②	歩くなどの運動習慣につながる機会づくり
③	栄養・食生活や運動などの各種事業の取り組み

(2) 高齢者の健康づくり

健康の保持や介護予防のために、手軽に始められる運動などを紹介し、参加を促します。

①	住民主体による介護予防の普及啓発
②	高齢者対象の健康や運動に関する広報活動の推進

3 気軽に参加できる多様な機会の充実

それぞれのライフスタイルやライフステージにおいて運動やスポーツを始めることができるよう、健康・運動に関する正しい知識や、気軽に参加が可能なプログラムの提供により、身近な場所での運動やスポーツへの参加を促す取り組みを推進します。

(1) 活動的な生活習慣へのきっかけづくり

健康・運動に関心の低い人に向けて、運動やスポーツの有効性や楽しさに気づくような取り組みを行うことで、意識の啓発を図ります。

①	日常生活の中で意識して体を動かすことの啓発
②	生活習慣病予防のための情報の提供
③	年齢や健康状態に応じた相談体制の充実

(2) 気軽に参加できる身近な運動やスポーツ機会の提供

身近で手軽に行うことができる歩くことのさまざまな取り組みを充実させ、歩くことによる健康づくりやまちづくりを推進します。

また、いつでも自由に始められるプログラムや高齢者にも参加可能なプログラム、競技スポーツへの入門機会となる各競技種目の初心者教室などの拡充を図るほか、障がいのある人も、運動やスポーツの楽しさを体験できる取り組みを進めます。

①	歩くことによる健康づくり事業の推進
②	ニュースポーツ体験機会の充実
③	気軽に参加できるプログラム等の充実
④	初心者スポーツ教室などの充実
⑤	高齢者も参加しやすいプログラムの充実
⑥	障がいのある人への運動やスポーツの普及啓発
⑦	施設などへのアクセス向上による運動・スポーツへの参加促進

(3) 子育て世代・働き盛り世代への運動やスポーツの機会づくり

運動やスポーツをしたいと思っても機会がなかなか見つからないという子育て世代に、乳幼児と一緒に体を動かせるプログラムなどを開発し、参加者が地域で楽しむことができるような運動やスポーツの機会を提供します。

また、なかなか時間が取れずに運動やスポーツを定期的に行うことができない働き盛り世代に、わずかな時間でも参加可能なプログラムの提供を図ります。

①	子育て世代が参加しやすいプログラムの提供
②	親子でできる運動や遊びプログラムの提供
③	働き盛り世代が参加しやすいプログラムの提供

(4) 多様な運動やスポーツの継続支援

技術レベルに応じた指導を受けることや、日ごろの成果を活かす機会として大会などに参加することは、技術やモチベーションを向上させ、運動やスポーツの継続にも効果的です。このため、各種競技団体などに対し、教室や大会の開催を今後も奨励し、継続したスポーツ活動を支援します。

①	各種運動プログラムやスポーツ教室の充実
②	各種スポーツ大会の開催

(5) アウトドア・ウィンタースポーツの振興

恵庭市とその近郊などの豊かな自然環境を活かした、ウォーキングやノルディックウォーキング^(注3)なども含めたアウトドアスポーツに親しむ機会を提供します。

また、冬の厳しい寒さを利用して楽しむウィンタースポーツを振興するため、スキー場やスケート場の開設、歩くスキーコースの整備など、冬期間の体力づくりを支援します。

①	アウトドアスポーツの普及推進
②	ウィンタースポーツの普及推進

(注3) ノルディックウォーキング：クロスカンリースキー選手の夏の間体力維持・強化トレーニングとしてポールを使った簡単な歩行運動として紹介されたのが始まりで、その後、誰でも簡単に覚えられ、短時間で最も運動効果の高いスポーツとして、ヨーロッパで広まった。運動能力や年齢を問わず誰にでも無理なく始められ、ポールを使うことから膝や腰の負担も軽く、ほぼ全身の筋肉が使われる効果的な全身運動は、医学会でも注目されている。ポールがバランス維持をサポートするので転びにくく、高齢者にも効果的である。

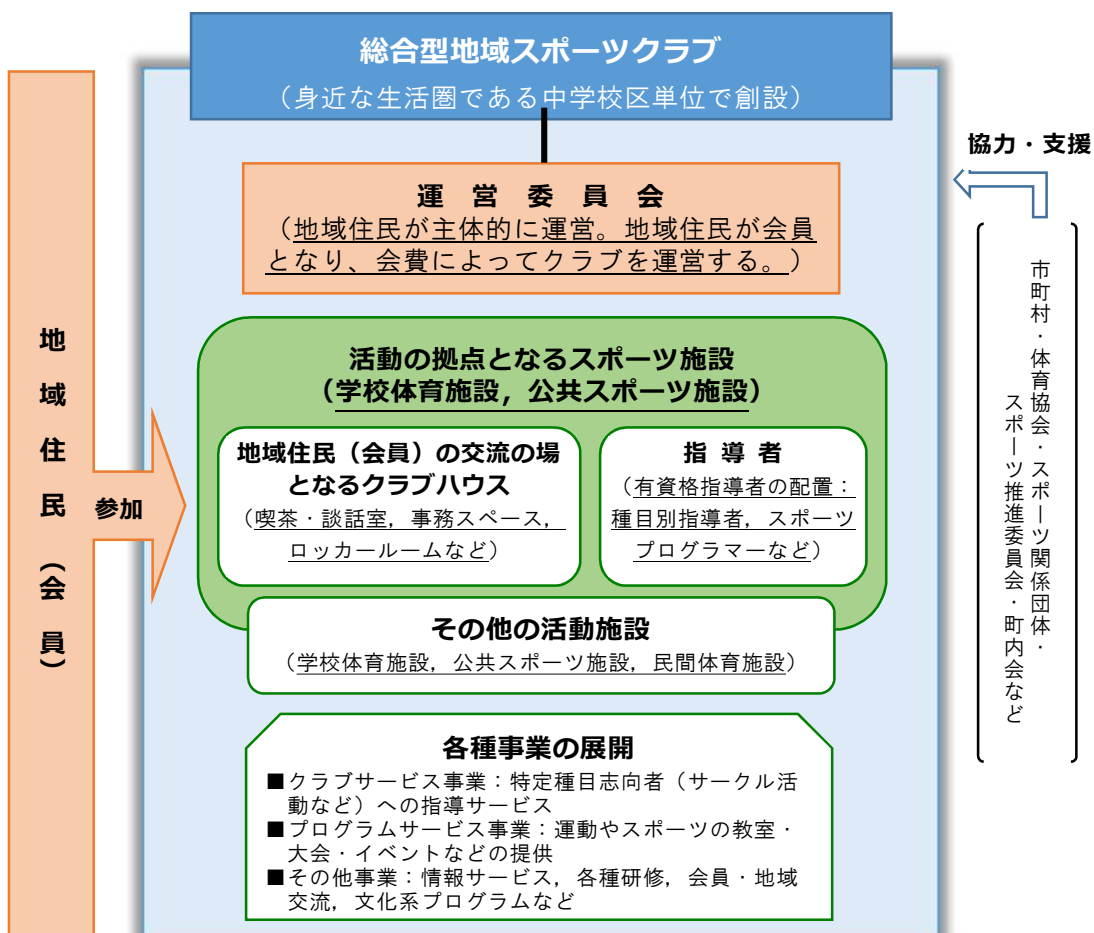
II 運動やスポーツ活動を支える環境づくり

市民の運動やスポーツを推進するためには、それぞれのライフスタイルやライフステージに応じて、気軽に、さらには継続して運動やスポーツに取り組むことのできるよう、支援して行く環境づくりが大切です。

本市には、各種競技団体や各種スポーツ少年団、それらを統括する体育協会をはじめ、総合型地域スポーツクラブ^(注4)などの各種団体が活動し、それぞれの立場で市民の運動やスポーツ活動の支えとなっていることから、市民のさらなる運動やスポーツ活動を推進するためにも、各種団体活動の充実を図ります。

また、運動やスポーツによる人との出会いや交流の機会は、日常的に人が地域でつながるきっかけとなります。こうしたつながりは、地域において災害の際にも役立つほか、運動やスポーツをしていない人に興味や関心を持ってもらう機会となることから、運動やスポーツに関わる人を増やし、仲間を広げることによるコミュニティづくりを目指します。

(注4) 総合型地域スポーツクラブ(概要は下図参照)：文部科学省や日本体育協会などが推奨している事業で、地域住民が運営主体となり、地域に住むいろいろな年齢層の人が、いつでも気軽に運動やスポーツに親しむことができるクラブのこと。特徴としては、複数種目の活動(指導も含む)が行われ、レベルに応じた活動が可能。スポーツ以外の活動が行えるクラブもある。また、地域が主体となっており、会員となっている地域住民の年代を越えた交流が活性化される。



1 地域の運動やスポーツ活動の充実

(1) 地域で活動する団体などへの支援・連携強化

競技スポーツの振興と市民の多様化した運動やスポーツへのニーズに対応するためにも、体育協会をはじめとした競技団体や、地域団体などの活動への支援や連携を推進します。

①	体育協会への支援や連携の強化
②	スポーツ少年団活動への支援
③	競技団体などへの育成支援
④	各種競技団体が主管する全国大会などの開催支援
⑤	総合型地域スポーツクラブとの連携
⑥	地域団体などにおける運動やスポーツの推進

(2) 活動を支える人材の養成・確保

市民のさまざまなレベルでの運動やスポーツ活動を支えるため、指導者を発掘・養成するとともに、指導者間の情報交換の場を設定するなど、資質の向上に努めます。

また、運動やスポーツに対する市民の興味・関心を高める機会の提供を図るとともに、市民を対象にスポーツボランティア^(注5)の意識啓発を図ります。

①	指導者の発掘と研修機会の拡充
②	スポーツ推進委員やスポーツ指導員による地域スポーツ活動の拡充
③	運動やスポーツに関わる人材と地域との連携の強化
④	スポーツボランティアの意識啓発
⑤	健康や運動・スポーツ情報の充実（再掲）

(注5) スポーツボランティア：地域における各種競技団体や少年団などにおいて、報酬を目的とせず、クラブ・団体の運営や指導活動を日常的に支える活動や、国際大会や地域スポーツ大会などの不定期に開催されるイベントにおいて、個人の専門知識・技術、あるいは特別な知識を必要とせず誰でも参加が可能な支援活動のこと。

2 競技力の向上

(1) ジュニア期からの競技力向上

体育協会、スポーツ少年団、各種競技団体、学校などと連携・協働のもとに、子どもたちが運動やスポーツに継続的に取り組むことができる環境を整備するとともに、運動能力に優れた子どもの発掘、各年代における競技者の強化体制の整備及び競技者へ適切な指導ができる人材の養成などにより、競技レベルの維持・向上に向けた環境を整備します。

①	地元トップアスリート・競技者による指導機会の拡充
②	学校部活動などへの専門指導者派遣支援
③	選手育成事業などへの支援
④	競技指導者などの養成・指導力向上のための研修機会の確保
⑤	競技スポーツに必要な栄養・食生活に関する情報の提供
⑥	高等教育機関などからのスポーツ医・科学情報 ^(注6) の提供

(注6) スポーツ医・科学情報：専門の機関による、競技力向上のためのトレーニングなどに関する情報や、スポーツ障害の予防・リハビリに役立つ情報。

(2) 優秀競技者などへの支援

国際・全国大会などに出場する競技者を等しく支援するため、補助金の交付を行うとともに、大会などにおいて優秀な成績を収めた競技者、スポーツの振興に多大な功績のあった人を顕彰します。

①	国際・全国大会など出場者への支援
②	優秀競技者などの顕彰

Ⅲ 運動やスポーツを楽しむ環境づくり

子どもから高齢者までの市民誰もが、運動・スポーツに親しみ、継続して取り組んでもらうためには、さまざまな情報を市民がいつでも目にすることができるようにするとともに、運動やスポーツに興味・関心を持ってもらう機会に触れることも必要です。

また、運動やスポーツに取り組むうえで、身近で安全に運動やスポーツを楽しむことのできる各種施設が望まれます。

そのため、運動やスポーツに関する情報の発信、スポーツ施設の有効活用、学校施設やスポーツ施設以外の活動場所の利用促進などといった、環境づくりの充実に努めます。

1 運動やスポーツに関する情報提供の充実

多くの市民に運動やスポーツに親しんでもらうためには、市民のニーズに対応した健康や運動・スポーツに関するさまざまな情報を提供することが必要です。

体育協会、各種競技団体及び関係機関などと連携を図り情報を共有することで、市民にとって分かりやすい情報の発信に努めます。

(1) 情報の収集・発信

健康や運動・スポーツに関するさまざまな情報について、市民のニーズに対応し、これまでの広報紙やPRパンフレット、地域コミュニティ紙などの紙媒体情報のほか、ICT^(注7)などを活用することで効果的な情報の発信を行うとともに、情報の収集にも取り組みます。

①	各種情報の収集を目的とした各関係機関などとの情報共有体制の構築
②	多様な媒体を活用した情報の発信
③	健康や運動・スポーツ情報の充実

(注7) ICT: Information and Communication Technologyの略。情報・通信に関する技術の総称。従来から使われている「IT (Information Technology)」に代わる言葉として使われている。

(2) スポーツ観戦の機会づくり

トップアスリートなどのプレーを間近に観ることで、感動や選手への憧れなどを抱いたり、応援を通してその場にいる知らない者同士に一体感や充実

感などが生まれ、スポーツを観ることの楽しさを味わうことができます。こうしたことからスポーツへの興味や関心が高まることにつながるよう、スポーツ観戦機会の提供を図ります。

また、トップアスリートから、指導や助言を直接受けることのできる機会の促進を図ります。

①	スポーツ観戦の推進
②	トップアスリートとの交流の機会づくり
③	市民と一体となつて行う応援活動の推進

2 スポーツ施設及び関連施設の充実

アンケート調査などにより市民のさまざまなニーズを把握し、市内にある屋内・外のスポーツ施設や関連施設の充実を検討するとともに、市民の健康で豊かな暮らしの拠点となり、楽しく安全に運動やスポーツを始めたり続けることができるよう、利用しやすい環境機能の充実を目指します。

また、歩くことによる市民の健康づくりを進めるため、歩くことに興味・関心などを持つことができるよう、環境づくりを推進します。

(1) 施設の有効活用

市民の運動やスポーツに関するニーズを把握し、施設の充実に努めるほか、市民の継続的活動の拡大を図るため、既存施設の有効活用を工夫するとともに、学校施設や関連施設などが利用できるよう調整を図ります。

①	歩くことで健康を意識でき、快適さを味わうことができる環境づくりの推進
②	学校スポーツ施設の活用
③	スポーツ施設の有効活用の促進

(2) 計画的な施設管理の推進

年間を通じて練習環境が確保できる施設の整備を進めるとともに、老朽化が進む既存各種スポーツ施設について、市民の運動やスポーツに関するニーズの把握などにより、施設管理者との連携を図りながら、修繕などの計画に基づいた適切な維持管理及び更新に努めます。

また、すでに導入している指定管理者制度を継続し、施設の効率的・効果的な管理を図るとともに、指定管理者の創意工夫により、多くの市民が運動やスポーツに親しむことのできるプログラムの提供などを促進します。

①	既存スポーツ施設の整備・改修の推進
②	通年型屋外スポーツ施設の整備
③	利用しやすい施設使用料などの検討

【基本施策一覧】

基本理念	基本方針	基本施策			
		大項目	中項目	小項目	
夢と健康を育むまち 健康・スポーツ コミュニティ えにわ	I 運動やスポーツを通じた健康の保持増進	1 子どもの運動やスポーツ活動の推進	(1) 幼児期からの遊びや運動の習慣づくり	① 親子で遊びや運動に親しむプログラムの提供 ② 幼児期の身体活動の促進 ③ 幼児期からの望ましい栄養・食生活の確立 ④ 子どもひろばなどの活用	
			(2) 子どもの体力向上	① 外遊びや歩くことなどによる運動習慣の形成 ② 運動やスポーツ体験機会の充実 ③ 学童クラブ等でのニュースポーツの普及 ④ トップアスリートなどとの交流 ⑤ スポーツ少年団への加入促進支援 ⑥ 保護者、教員、指導者向けの研修機会の充実 ⑦ 丈夫な体をつくる栄養・食生活の推進	
		2 高齢者の健康づくりの推進	(1) 運動やスポーツへのきっかけづくり	① ニュースポーツ体験機会の充実 ② 歩くなどの運動習慣につながる機会づくり ③ 栄養・食生活や運動などの各種事業の取り組み	
			(2) 高齢者の健康づくり	① 住民主体による介護予防の普及啓発 ② 高齢者対象の健康や運動に関する広報活動の推進	
		3 気軽に参加できる多様な機会の充実	(1) 活動的な生活習慣へのきっかけづくり	① 日常生活の中で意識して体を動かすことの啓発 ② 生活習慣病予防のための情報の提供 ③ 年齢や健康状態に応じた相談体制の充実	
			(2) 気軽に参加できる身近な運動やスポーツ機会の提供	① 歩くことによる健康づくり事業の推進 ② ニュースポーツ体験機会の充実 ③ 気軽に参加できるプログラム等の充実 ④ 初心者スポーツ教室などの充実 ⑤ 高齢者も参加しやすいプログラムの充実 ⑥ 障がいのある人への運動やスポーツの普及啓発 ⑦ 施設などへのアクセス向上による運動・スポーツへの参加促進	
				(3) 子育て世代・働き盛り世代への運動やスポーツの機会づくり	① 子育て世代が参加しやすいプログラムの提供 ② 親子でできる運動や遊びプログラムの提供 ③ 働き盛り世代が参加しやすいプログラムの提供
			(4) 多様な運動やスポーツの継続支援	① 各種運動プログラムやスポーツ教室の充実 ② 各種スポーツ大会の開催	
			(5) アウトドア・ウィンタースポーツの振興	① アウトドアスポーツの普及推進 ② ウインタースポーツの普及推進	
		II 運動やスポーツ活動を支える環境づくり	1 地域の運動やスポーツ活動の充実	(1) 地域で活動する団体などへの支援・連携強化	① 体育協会への支援や連携の強化 ② スポーツ少年団活動への支援 ③ 競技団体などへの育成支援 ④ 各種競技団体が主管する全国大会などの開催支援 ⑤ 総合型地域スポーツクラブとの連携 ⑥ 地域団体などにおける運動やスポーツの推進
				(2) 活動を支える人材の養成・確保	① 指導者の発掘と研修機会の拡充 ② スポーツ推進委員やスポーツ指導員による地域スポーツ活動の拡充 ③ 運動やスポーツに関わる人材と地域との連携の強化 ④ スポーツボランティアの意識啓発 ⑤ 健康や運動・スポーツ情報の充実（再）
			2 競技力の向上	(1) ジュニア期からの競技力向上	① 地元トップアスリート・競技者による指導機会の拡充 ② 学校部活動などへの専門指導者派遣支援 ③ 選手育成事業などへの支援 ④ 競技指導者などの養成・指導力向上のための研修機会の確保 ⑤ 競技スポーツに必要な栄養・食生活に関する情報の提供 ⑥ 高等教育機関などからのスポーツ医・科学情報の提供
	(2) 優秀競技者などへの支援			① 国際・全国大会などの出場者への支援 ② 優秀競技者などの顕彰	
	III 運動やスポーツを楽しむ環境づくり		1 運動やスポーツに関する情報提供の充実	(1) 情報の収集・発信	① 各種情報の収集を目的とした各関係機関などとの情報共有体制の構築 ② 多様な媒体を活用した情報の発信 ③ 健康や運動・スポーツ情報の充実
				(2) スポーツ観戦の機会づくり	① スポーツ観戦の推進 ② トップアスリートとの交流の機会づくり ③ 市民と一体となって行う応援活動の推進
		2 スポーツ施設及び関連施設の充実	(1) 施設の有効活用	① 歩くことで健康を意識でき、快適さを味わうことができる環境づくりの推進 ② 学校スポーツ施設の活用 ③ スポーツ施設の有効活用の促進	
			(2) 計画的な施設管理の推進	① 既存スポーツ施設の整備・改修の推進 ② 通年型屋外スポーツ施設の整備 ③ 利用しやすい施設使用料などの検討	

第4章 計画の推進・進行管理

I 計画の推進

計画を実現するためには、市民をはじめ、健康及びスポーツの関係機関・団体と行政が推進の主体となり、協働し一体となって積極的に取り組むことが重要です。

市では、これまで取り組んできたスポーツの振興に加えて、「夢と健康を育むまち」の実現に向けた運動やスポーツを通じた健康寿命の延伸、活力に満ちた地域の形成などを総合的に推進するため、市民のニーズや運動・スポーツ振興施策の実施状況を把握するとともに、第5期恵庭市総合計画、恵庭市健康づくり計画及び他の関連する計画との整合性を図りながら、本計画に掲げた具体的な施策を推進していくものです。

II 計画の進行管理







市は、「恵庭市スポーツ振興まちづくり条例」第16条に基づき、計画や運動・スポーツの施策に関する検証及び評価を行う機関として「恵庭市スポーツ振興まちづくり審議会」（以下「審議会」という。）を設置し、スポーツ関係団体などからの意見も聴取して計画の達成状況・実施効果などの検証・評価を行い、これを公表するものとします。



評価に関しては指標を設け、達成度の進行管理に努めます。

また、市民の健康や運動・スポーツを取り巻く情勢並びにニーズの変化に柔軟に対応するため、計画期間の中間年度にアンケート調査を実施し、実態把握に努め、前半の施策や事業、計画の進捗状況などについて総合的に評価を検証し、計画後半の改善に努めます。

【成果指標】

成 果 指 標	数 値 目 標	
	現 状	目 標 (中 間 年 度)
子どもが体育の授業以外で運動やスポーツを週1日以上実施している割合 ^{※1}	75%	
健康である・どちらかと言えば健康であると 感じている人の割合 ^{※2}	88%	
成人が運動やスポーツを週3日以上実施して いる割合 ^{※2}	30%	
散歩やウォーキングなどを行っている人の割 合 ^{※2}	18%	
競技スポーツを行っている人の割合 ^{※2}	18%	
国際・全国大会出場者の拡充 ^{※3}	延べ142個人 延べ 24団体	

※1：平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査（文部科学省）の恵庭市調査結果より。
対象は、小学5年・中学2年。

※2：平成26年度運動・スポーツに関するアンケート調査（恵庭市）より。

※3：平成26年度全国大会等派遣費補助金交付者数より。

【 資 料 】

恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定検討委員会設置要綱

(設置)

第1条 本市におけるスポーツの推進に加え、スポーツを通じた健康の保持増進などの施策を総合的に推進する「恵庭市の新しいスポーツ推進計画」（以下「計画」という。）を策定するため恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定検討委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 委員会の所掌事務は、計画策定の検討に関することとする。

(構成)

第3条 委員会は、15人以内の委員をもって構成する。

2 委員は、NPO法人恵庭市体育協会、恵庭市スポーツ推進委員会、恵庭市スポーツ指導員会の他、健康や運動・スポーツに関わる関係機関や団体等から選出された者、地域スポーツの推進について識見を有する者、及び公募により選考された者をもって構成する。

(任期)

第4条 委員の任期は、計画の策定が完了するまでとする。ただし、欠員が生じた場合の後任委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(委員長及び副委員長)

第5条 委員会に委員長1名及び副委員長2名をおく。

2 委員長は、委員の互選により定める。

3 委員長は、委員会を代表し、会務を総理する。

4 副委員長は、委員の内から委員長が指名する。

5 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるとき、または委員長が欠けたときは、委員長の職務を代理する。

(会議)

第6条 委員長は、検討委員会の会議を招集し、議長を務める。

2 委員会の議事は、出席した委員の過半数をもって決し、可否同数のときは議長の決するところによる。

(関係者の意見聴取)

第7条 委員長は、必要と認めるときは関係者の出席を求めることができる。

(庶務)

第8条 委員会の庶務は、教育部スポーツ課において処理する。

(委任)

第9条 この要綱に定めるもののほか、委員会に関し必要な事項は、委員長が別に定める。

附 則

1 この要綱は、平成27年7月7日から実施する。

2 この要綱は、計画の策定完了をもってその効力を失う。

【 恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定検討委員名簿 】

区 分	所 属 団 体 名	役 職	氏 名	備 考
スポーツ・ 社会教育・ 関係機関	NPO法人 恵庭市体育協会	副会長	末田 健丸	委員長
	NPO法人 恵庭市体育協会	常任委員	石山 豊	
	恵庭市スポーツ推進委員会	副会長	阿部 信行	
	恵庭市スポーツ指導員会	副会長	村上 郁夫	
	恵庭市社会教育委員の会	委員	中川 剛	副委員長
学校関係	北海道文教大学	准教授	平岡 英樹	
	j i k e iスポーツクラブえにわ	教職員	渥美 良和	
	小学校保健体育部会	教諭	大森 麻衣	
市民団体	恵庭市町内会連合会	会長	野原 聡	
	恵庭市老人クラブ連合会	副会長	渡邊 秀男	
	えにわ樂々歩こう会		菅原 傑	
	スポーツ少年団保護者		野上 裕子	
一般公募			笹谷 麗	
			津田 久	副委員長

【 恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定の経緯 】

	開催月日	主 な 検 討 議 題 等
1	平成27年 4月30日	「第1回恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定ワーキンググループ会議」 ■計画の方向性と今後の進め方について ■WG設置要綱(案)について
2	6月8日	「議会」(総務文教常任委員会) ■計画の策定と今後の進め方について
3	7月15日	「教育委員会」 ■計画の策定と今後の進め方について
4	8月10日	「第2回恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定ワーキンググループ会議」 ■計画の骨格概要と「基本施策」等の内容について
5	8月21日	「第1回庁内調整会議」 ■計画の骨格概要と「基本施策」等の内容について
6	8月27日	「第1回恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定検討委員会」 ■委嘱状交付, 委員長・副委員長選出 ■計画の構成について
7	8月28日	「教育委員会」 ■中間報告
8	10月6日	「議会」(総務文教常任委員会) ■中間報告
9	10月30日	「第3回恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定ワーキンググループ会議」 ■計画素案の内容について
10	11月5日	「第2回庁内調整会議」 ■計画素案の内容について
11	11月11日	「第2回恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定検討委員会」 ■計画素案の内容について
12	11月18日	「第3回恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定検討委員会」 ■計画素案の内容について
13	11月25日	「第4回恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定ワーキンググループ会議」 ■計画素案の内容について
14	11月26日	「第3回庁内調整会議」 ■計画案の内容について
15	12月2日	「教育委員会」 ■計画案の説明
16	12月4日	「議会」(総務文教常任委員会) ■計画案の説明
17	12月7日	「議会」(厚生消防常任委員会) ■計画案の説明
18	12月9日	「第4回恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定検討委員会」 ■計画案の内容について(最終)
19	12月17日	■恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定検討委員会より「恵庭市運動・スポーツ推進計画(案)」を教育委員会へ報告
20	12月18日	■パブリックコメント募集 ~28年1月18日
21	平成28年 1月18日	■市民説明会(島松・恵庭・恵み野地区 ~1月20日までの各日)
22	2月10日	「第5回恵庭市の新しいスポーツ推進計画策定ワーキンググループ会議」 ■計画案の内容について
23	3月2日	「教育委員会」 ■計画案の議案提出, 承認により策定完了
24	3月23日	「第5回計画策定検討委員会」 ■計画策定の報告

平成26年度

運動・スポーツに関するアンケート調査 集計結果

■調査の実施概要

1. 調査の目的

本市の新たなスポーツの推進計画を検討するにあたり、市民の運動・スポーツ及び健康に関する考え方やニーズを把握するとともに、本計画策定の参考にするため、市民の意見・要望を聴取するアンケート調査を実施した。

2. 調査対象

16歳以上（高校生）の市民2,000人無作為抽出。

3. 調査期間

平成26年12月17日～12月31日（※前回 平成21年7月）

4. アンケート配布・回収方法

郵送により配布し、返信用封筒にて郵送で回収する。

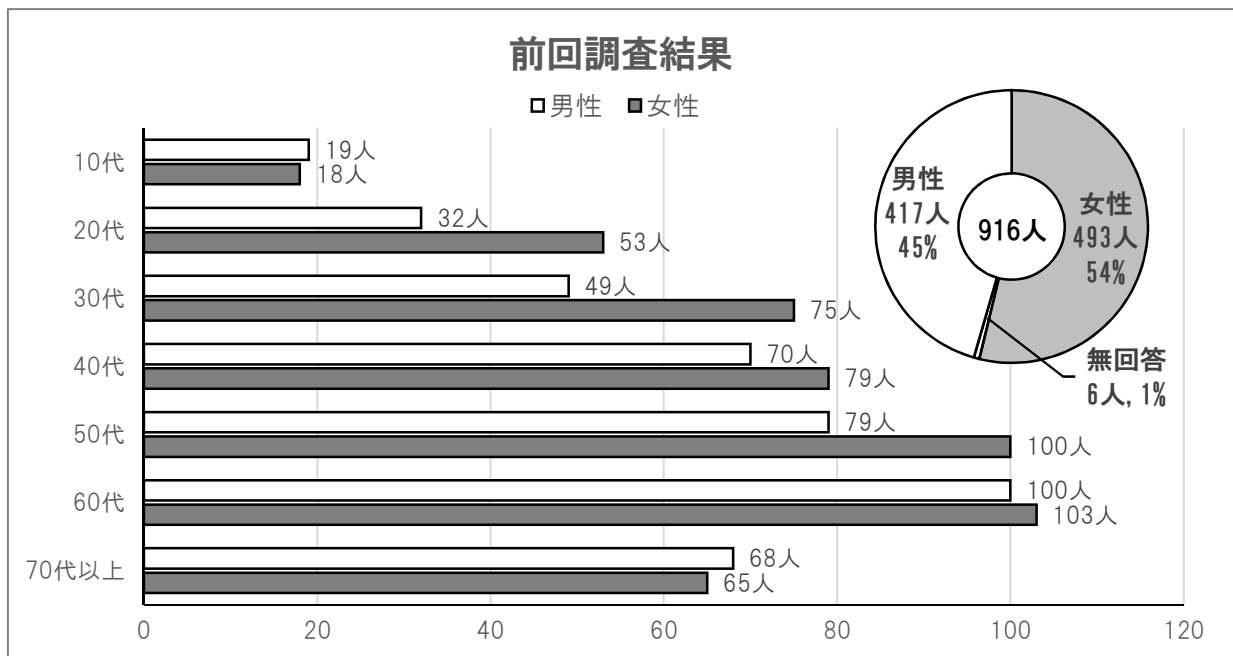
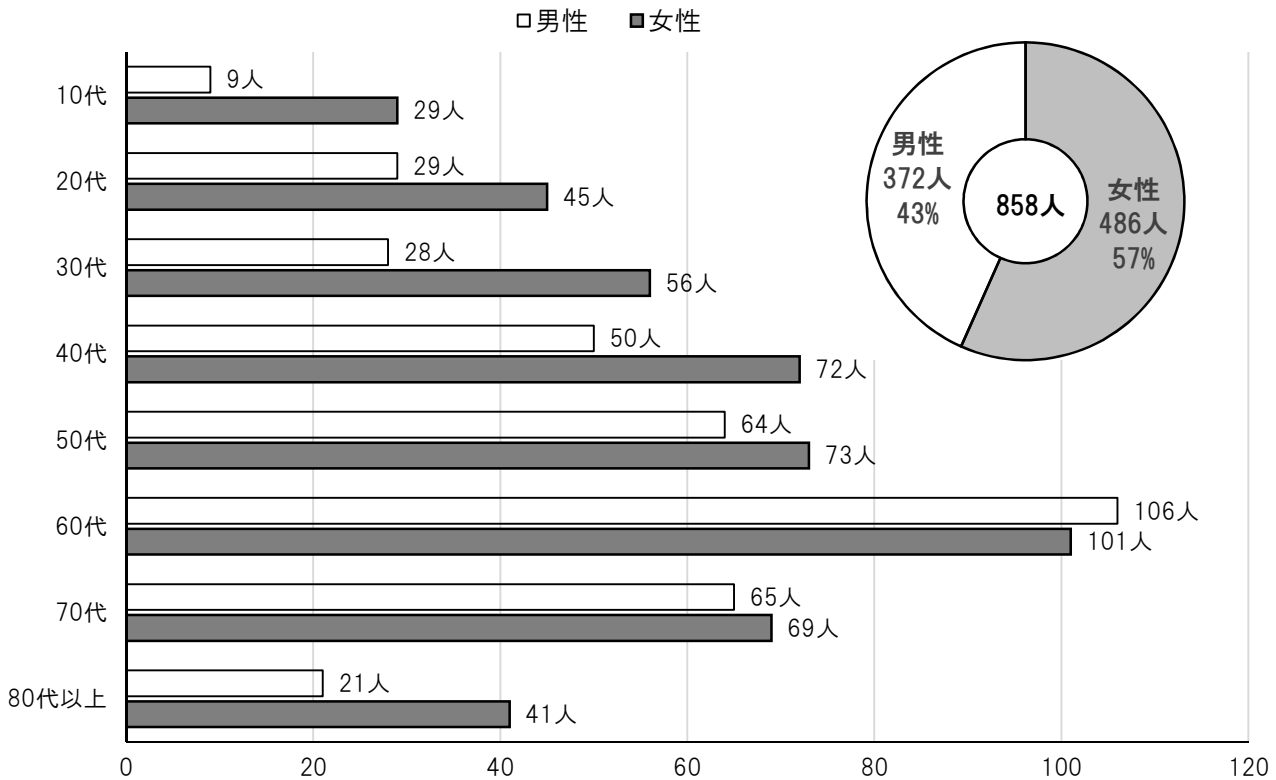
5. 回収状況

- | | |
|--------|------------------------------|
| ①有効回収数 | 858人（男性 372人，女性 486人） |
| ※前回 | 916人（男性 417人，女性 493人，無回答 6人） |
| ②有効回収率 | 42.9% |
| ※前回 | 45.8% |

■ 調査結果の分析

問1 ①あなたの性別を教えてください。

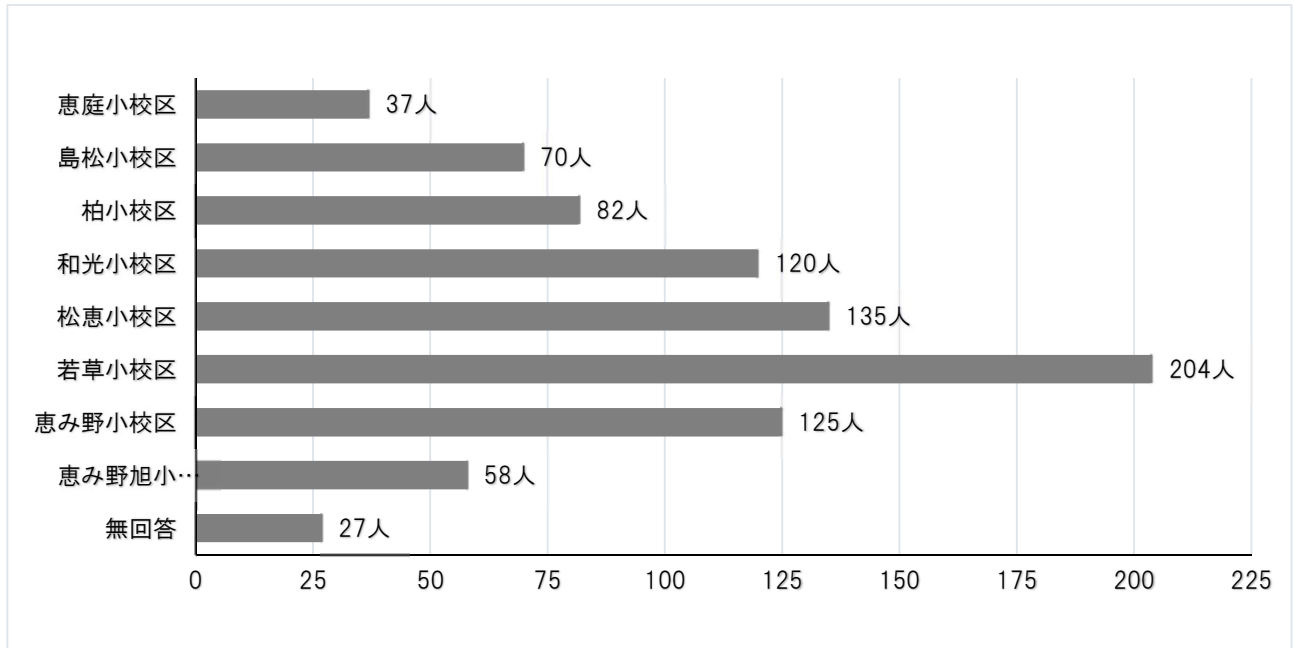
②あなたの年齢は、次のどれにあたりますか？



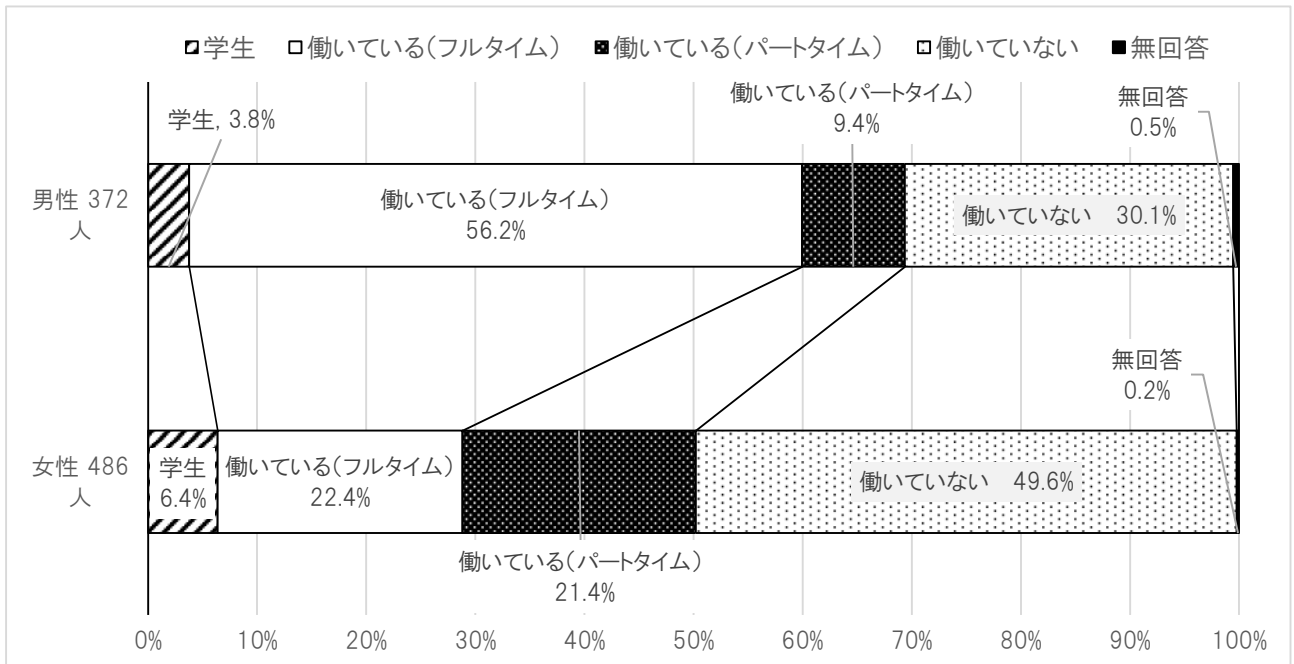
□ 抽出する標本の年代上限について、前回は「70代以上」としていたものを「80代以上」へと変更した。

□ 回答については、30・40・50代（特に男性）が前回よりも減少している。また、もっとも回答が多いのは、前回と同様に60代であった。

問1③あなたのお住まいの小学校区域は、次のどれにあたりますか？

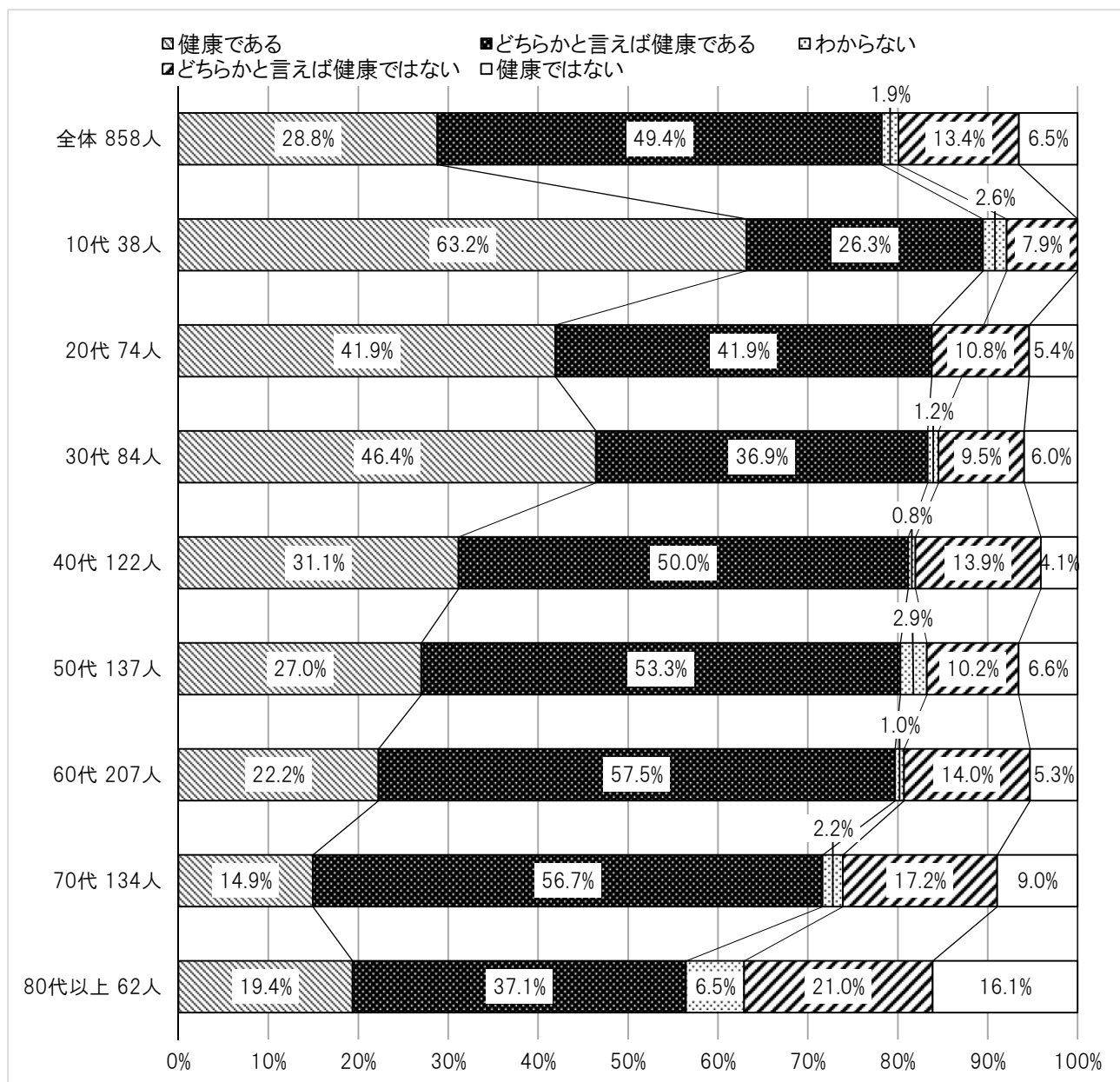


問1④あなたは、この1年間に働いていましたか？



□「働いていない」と回答された人の大半は60代以上の人であるが、女性では各年代の人が含まれる。

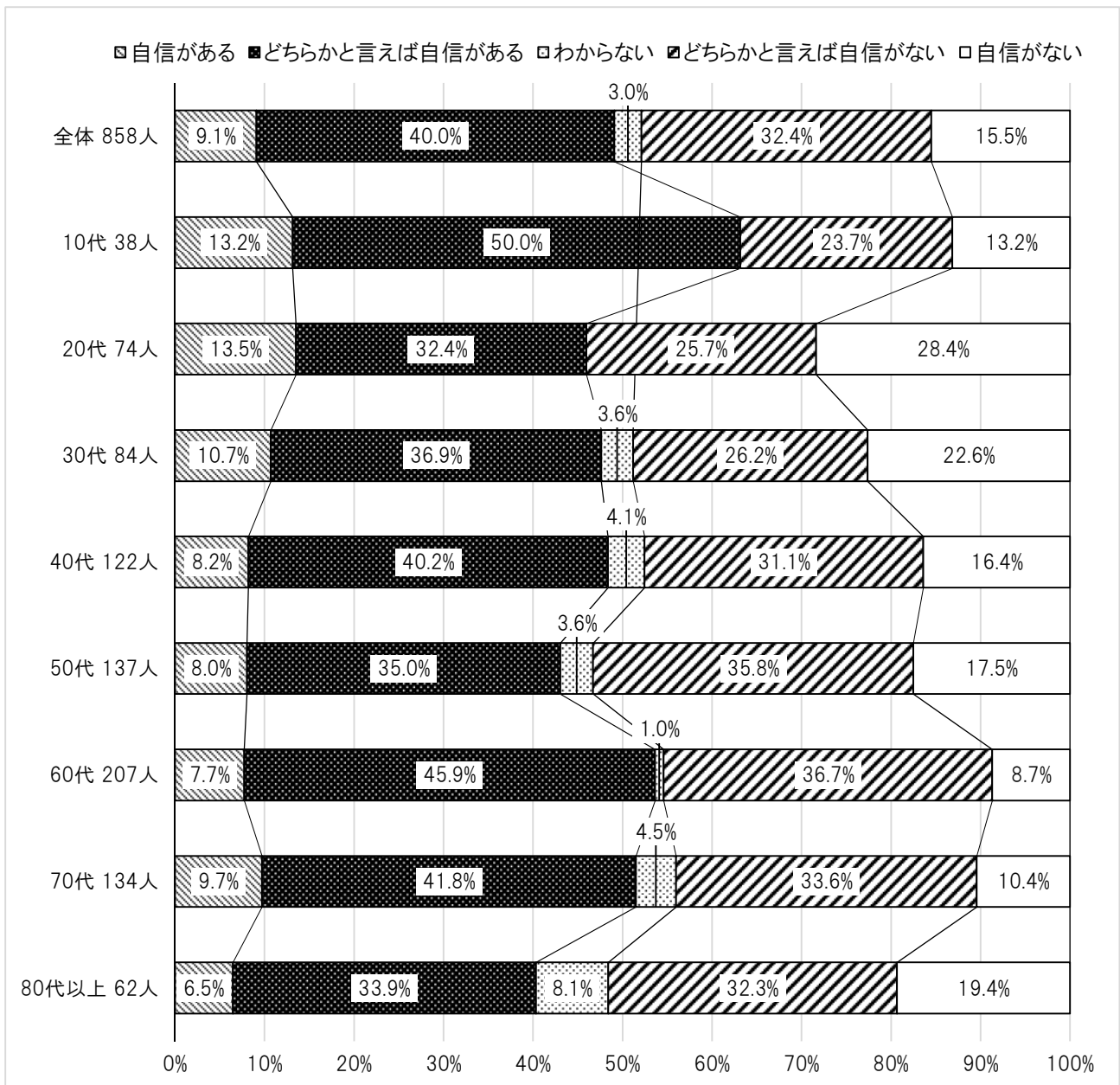
問2①あなたは現在、ご自身の健康状態をどう思われていますか？《1つ選択》



□健康に関する設問（問2全般）は、初めて行った。

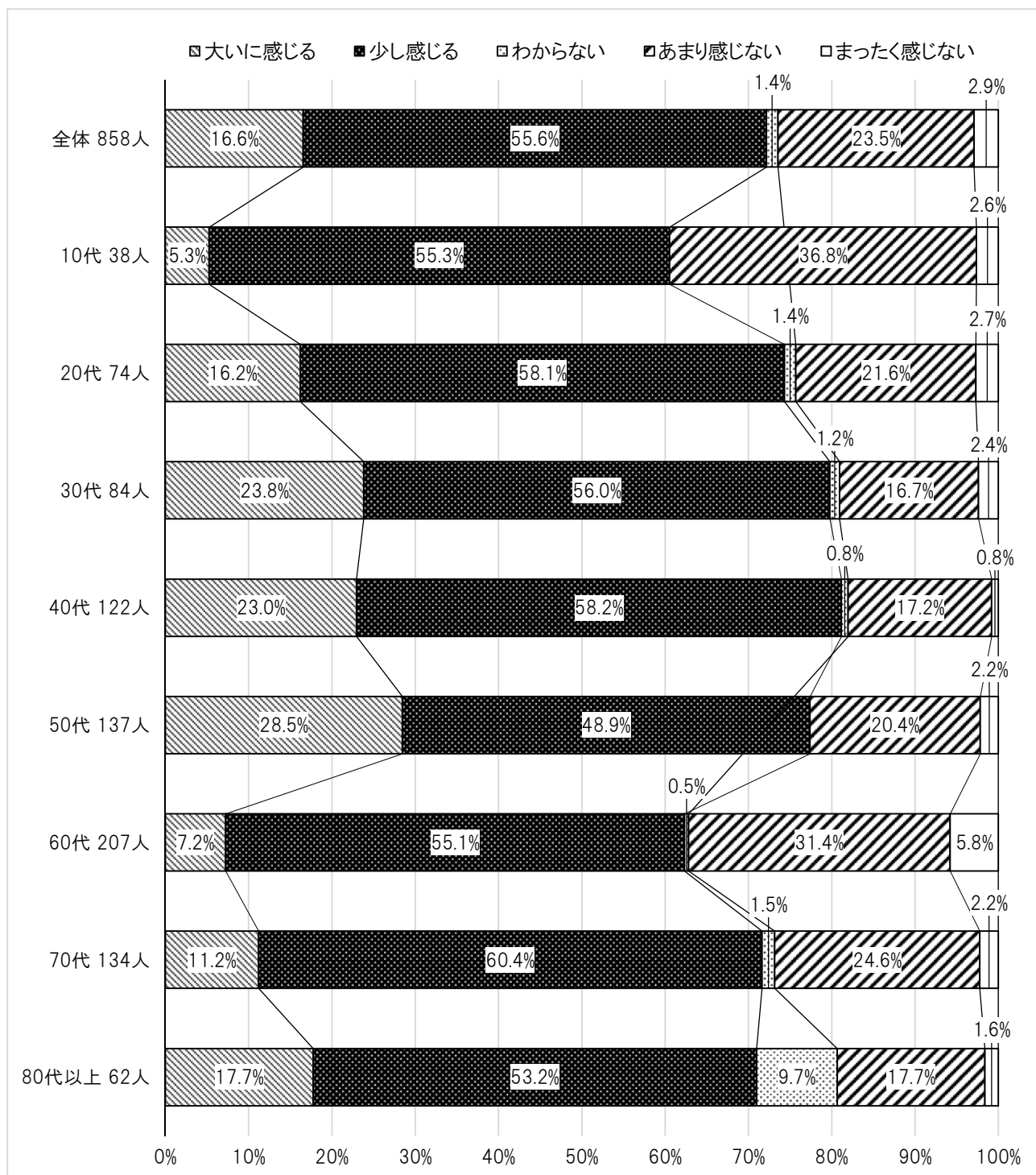
□「健康である」「どちらかと言えば健康である」と回答した人は全体のおよそ8割弱であり、各年代とも自らを健康と認識している割合は高く、運動などを行っている・していないに関わらず、持病や障がいなどが無い限りは、比較的自らを健康と捉えている人が多い。

問2②あなたは現在、ご自身の体力についてどう思われていますか？《1つ選択》



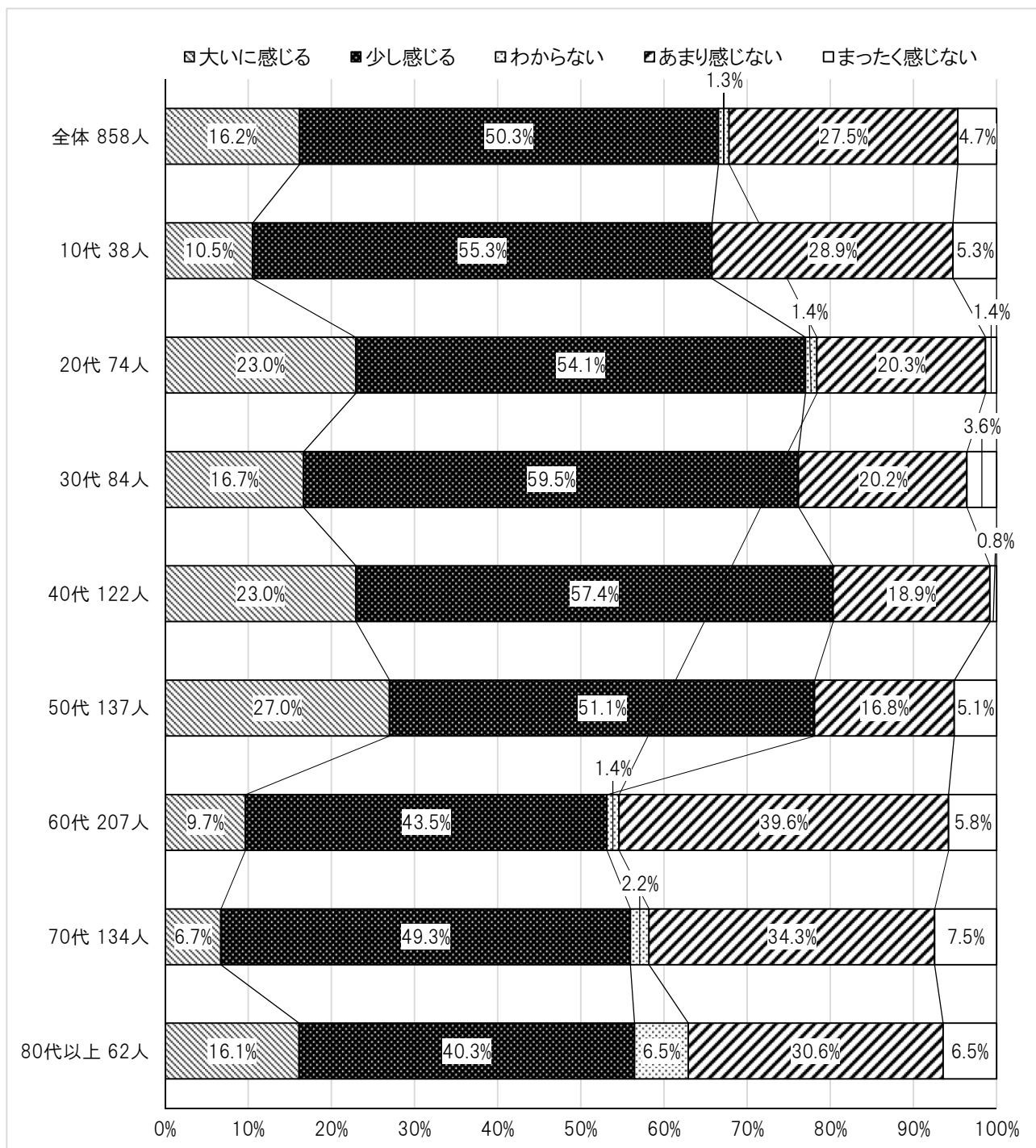
- 「自信がある」「どちらかと言えば自信がある」と回答した人は全体の5割弱、年代別に見ても4割前後が多い。また、60・70代に比べ、20・30・40・50代の割合が低い。
- 問2①の設問で、8割の人が「健康である」と感じていても、本設問の「体力に自信がある」と感じている人が5割ということは、「健康である」から「体力に自信がある」ということに結びつくものではなく、「健康」と「体力」は別のものとして捉えた方がよい考える。

問2③あなたは現在、肉体的な疲労を感じていますか？《1つ選択》



- およそ7割の人が「肉体的な疲労」を感じており、各年代で「少し感じる」の回答が5～6割を占めている。
- その反面、「まったく感じない」「あまり感じない」と回答したトップは、いちばん若い10代だが、その次は60・70代であった。
- 年代別で見ると、30・40・50代の「肉体的な疲労を感じる」とする回答が多いが、「大いに感じる」と回答した割合でも多い。また、この回答の中には働いている女性が多く含まれており、家事等との両立なども疲労を感じる要因のひとつとなっていると考えられる。

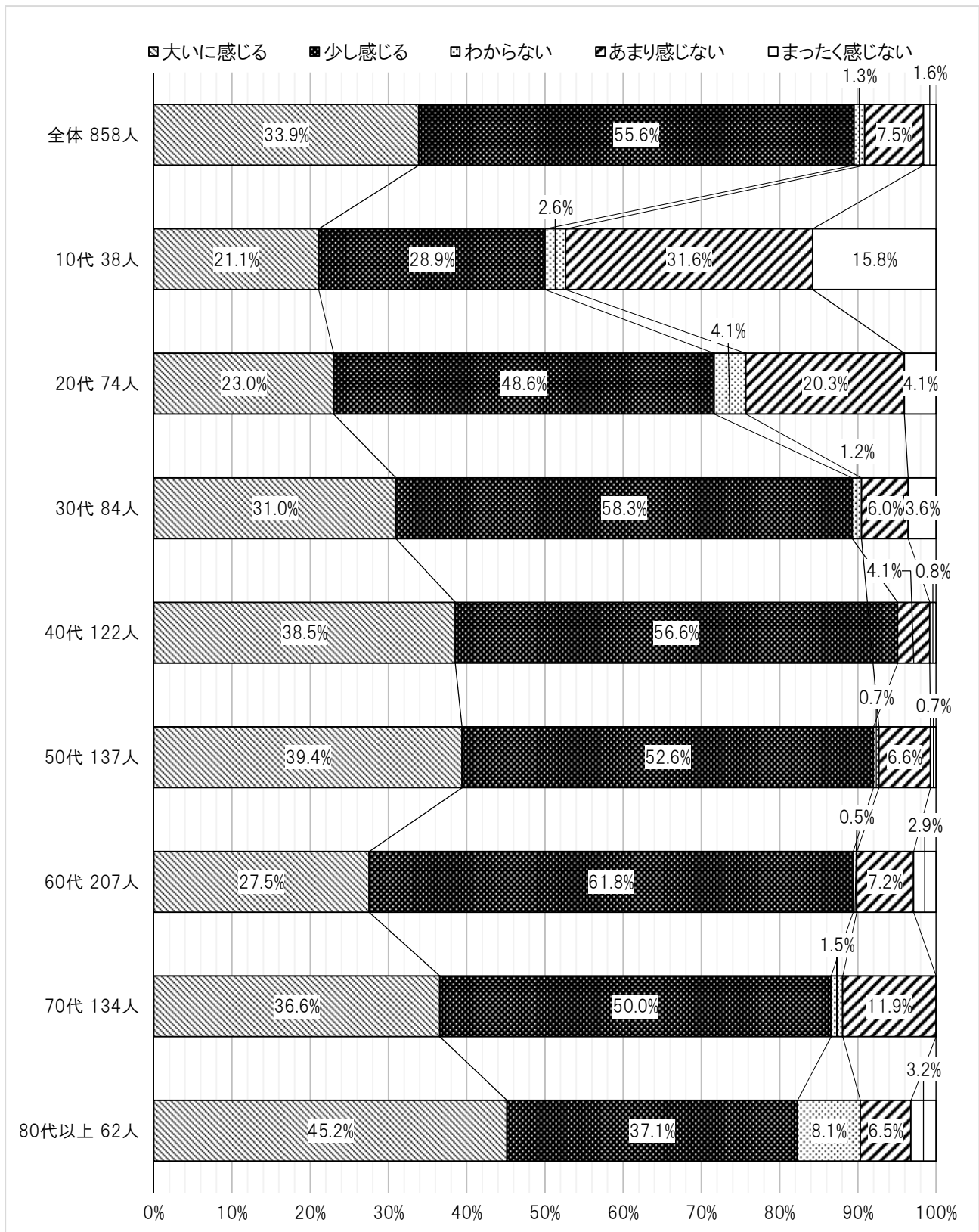
問2④あなたは現在、精神的な疲労やストレスを感じていますか？《1つ選択》



□ 「精神的疲労やストレスを感じる」との回答は、30・40・50代の割合が高く、反して60代以上の年代の割合は低い。

□ 30・40・50代は、肉体的にも精神的にも疲労感が高い。

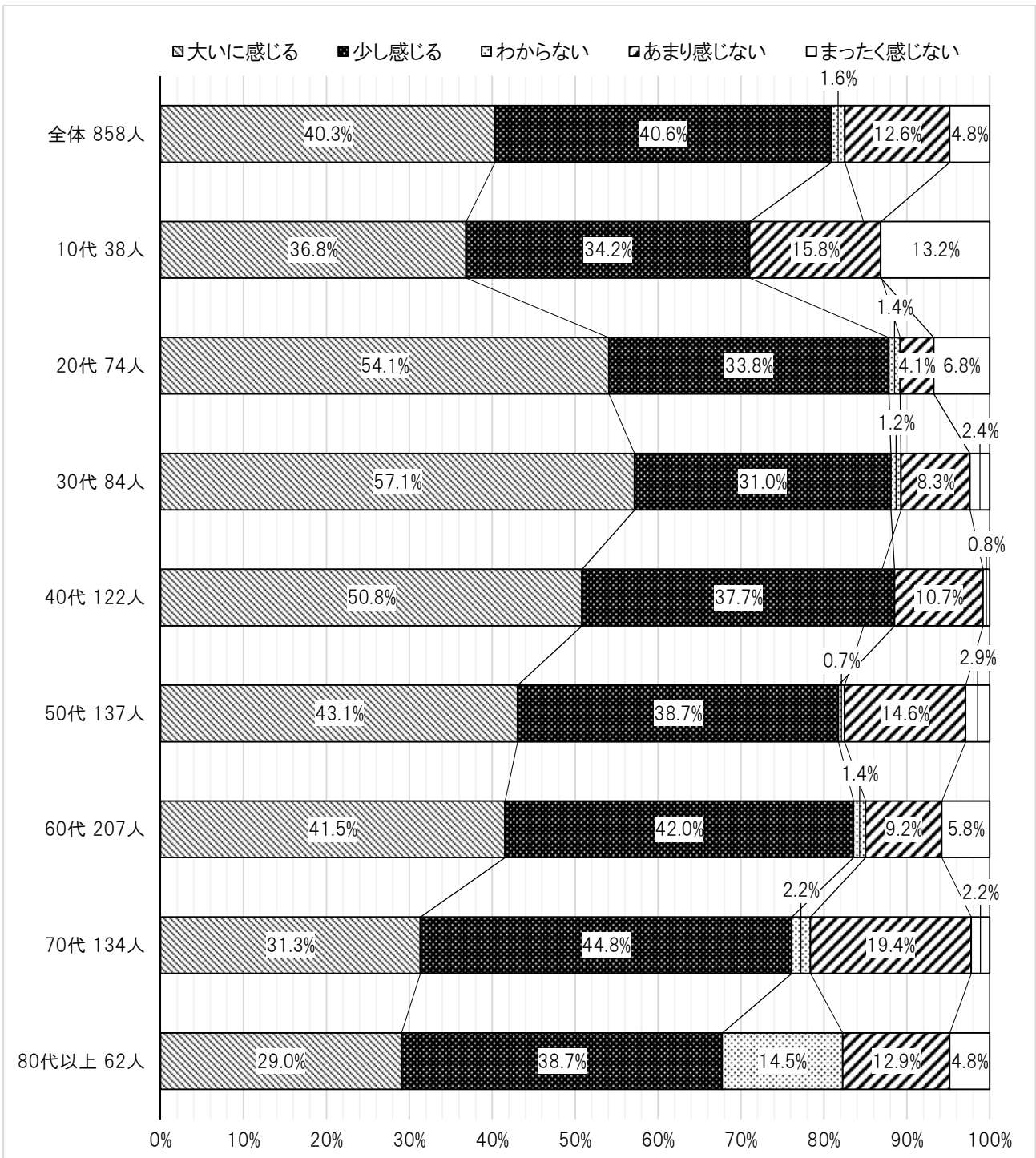
問2⑤あなたは現在、体力の衰えを感じますか？《1つ選択》



□全体の9割弱の人は体力の衰えを感じており、ここでも30・40・50代の割合は多い。

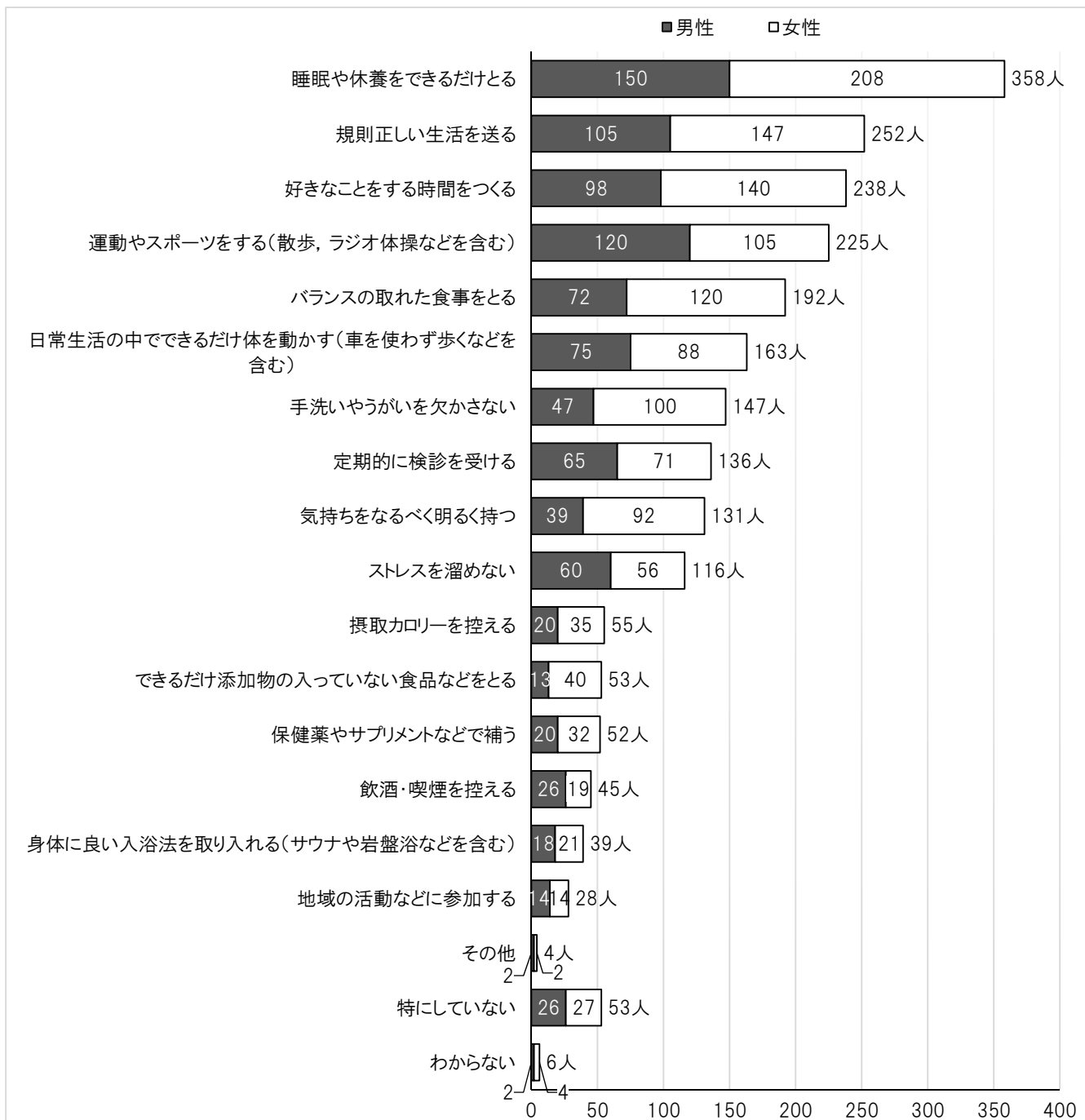
□10代であっても半数が体力の衰えを感じていると回答しているが、半数以上は週1回以上軽い運動（散歩など）はしていることから、まったく何もしないということへの危機意識は持っていると考えられる。

問2⑥あなたは現在、運動不足を感じますか？《1つ選択》



□「大いに感じる」「少し感じる」を合わせ、少ない年代でも7割弱、多い年代では9割弱と、全ての年代で運動不足に対する認識が高い。危機意識があるうちに、何らかの方策を展開すると効果が期待できると考えられる。

問2⑦あなたは、日頃から健康や体力維持のために心がけていることはありますか？《3つまで選択》



□「その他」の内容

20代男性	空腹になったら食べる
70代男性	医者の指示通りにする
20代女性	マッサージや整体
30代女性	食べ物をよく噛む

□食生活から健康を気遣う回答も増えている。

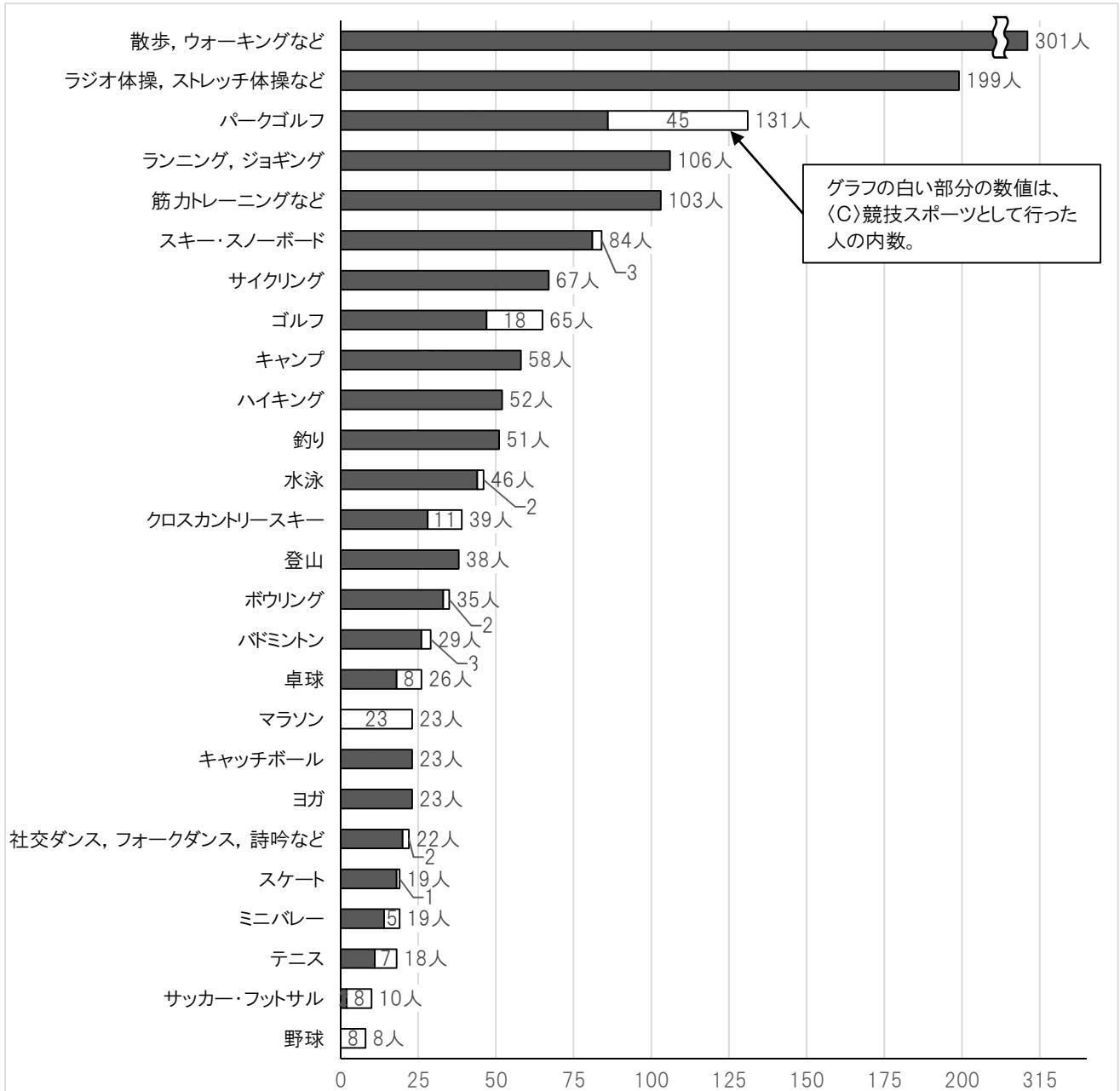
□近年は病院や検診などでの指導のほか、あらゆるメディアからの多くの情報を得る機会が増大しており、そこから得た情報なども参考に各自が健康への取り組みを行っているものとする。

問3 あなたは、学校の授業や職業として行ったものを除き、この1年間で行った健康のための運動やスポーツなどについて、〈A〉〈B〉〈C〉のそれぞれからあてはまるものを選んでください。

〈A〉 比較的軽い運動やスポーツ、趣味などで行うスポーツ、健康維持や体力向上のための運動《複数選択》

〈B〉 アウトドアスポーツ《複数選択》 〈C〉 大会や競技会への参加を目的に行う競技スポーツ《複数選択》

※グラフは「種目名」で集計し、「〈C〉競技スポーツ」は内数で表示している。

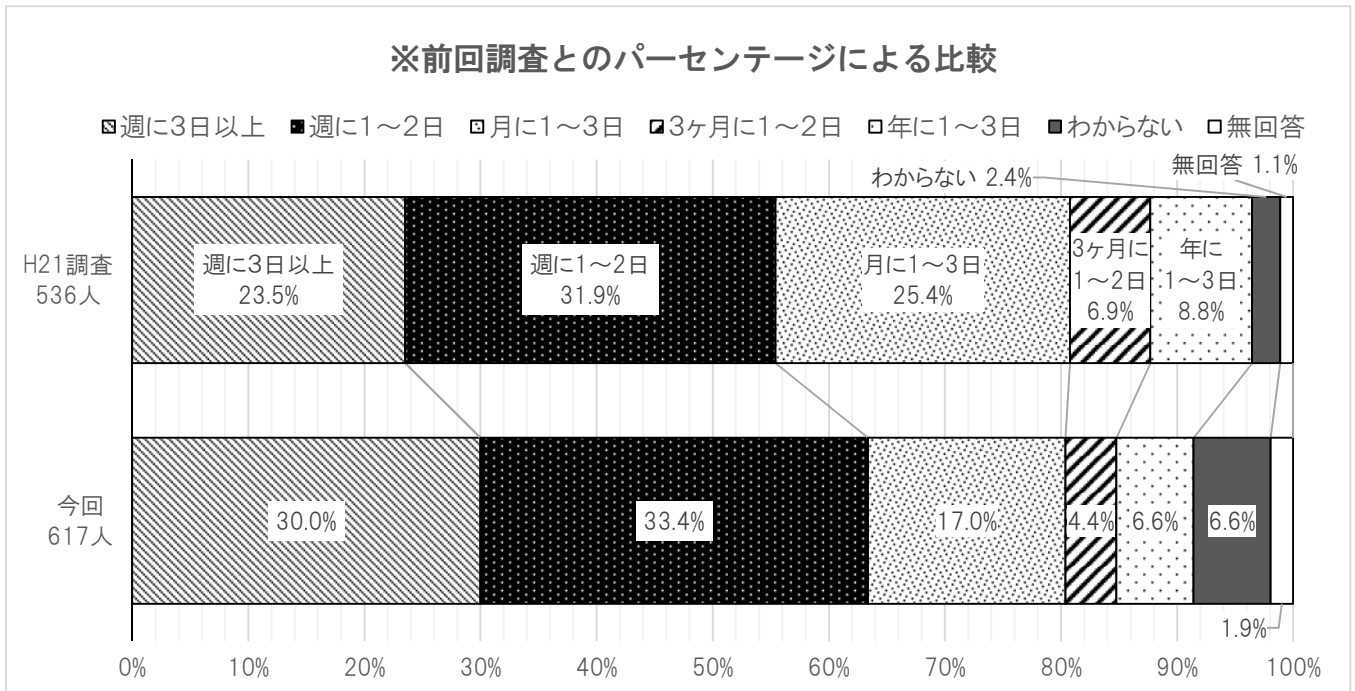
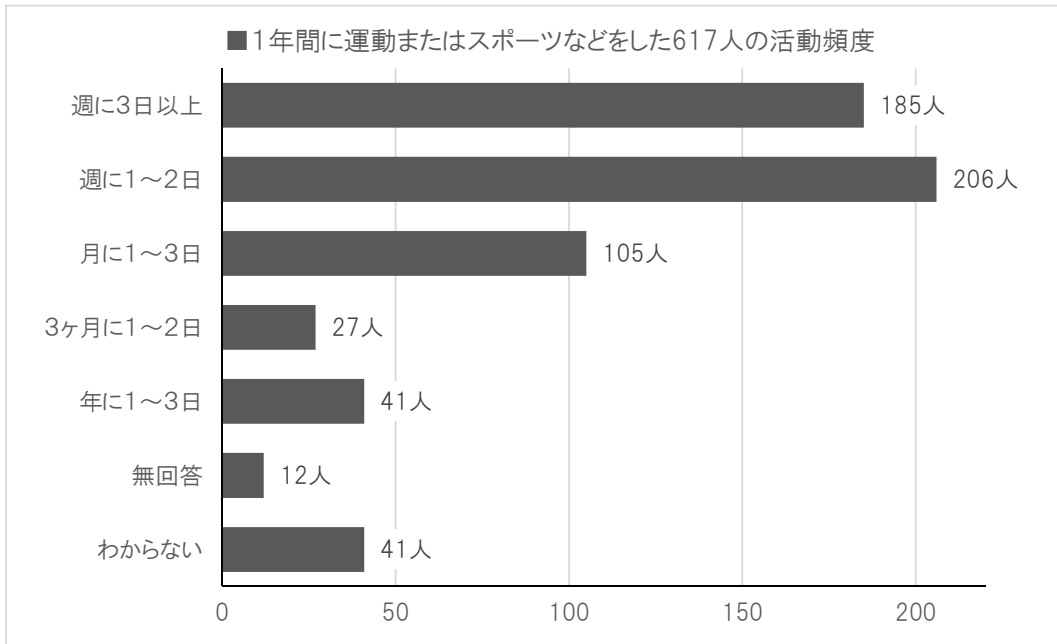


●以下は8人未満の回答※()は競技スポーツとして行っているものの回答数

- 6人…バスケットボール(4人), 園芸, ソフトテニス(2)
- 4人…ソフトボール(4人), フラダンス, カヌー, バレーボール(3人), エアロビクス(1人)
- 3人…モータースポーツ(2人), シュノーケリング
- 2人…陸上競技(2人), 空手道(2人), 自転車散歩, 気功
- 1人…山菜取り, ラフティング, ロードバイク, スキューバダイビング, ロデオ, ドッジボール, 太極拳, ソフトバレーボール, ズンバ, 水中ウォーキング, 合気道, 徒歩で買い物, 子どもと体を使って遊ぶ
- 1人(競技スポーツ)…アイスホッケー, サッカーのレフェリー, トライアスロン, 弓道, 器械体操, 銃剣道, 剣道, 柔道, ボクシング

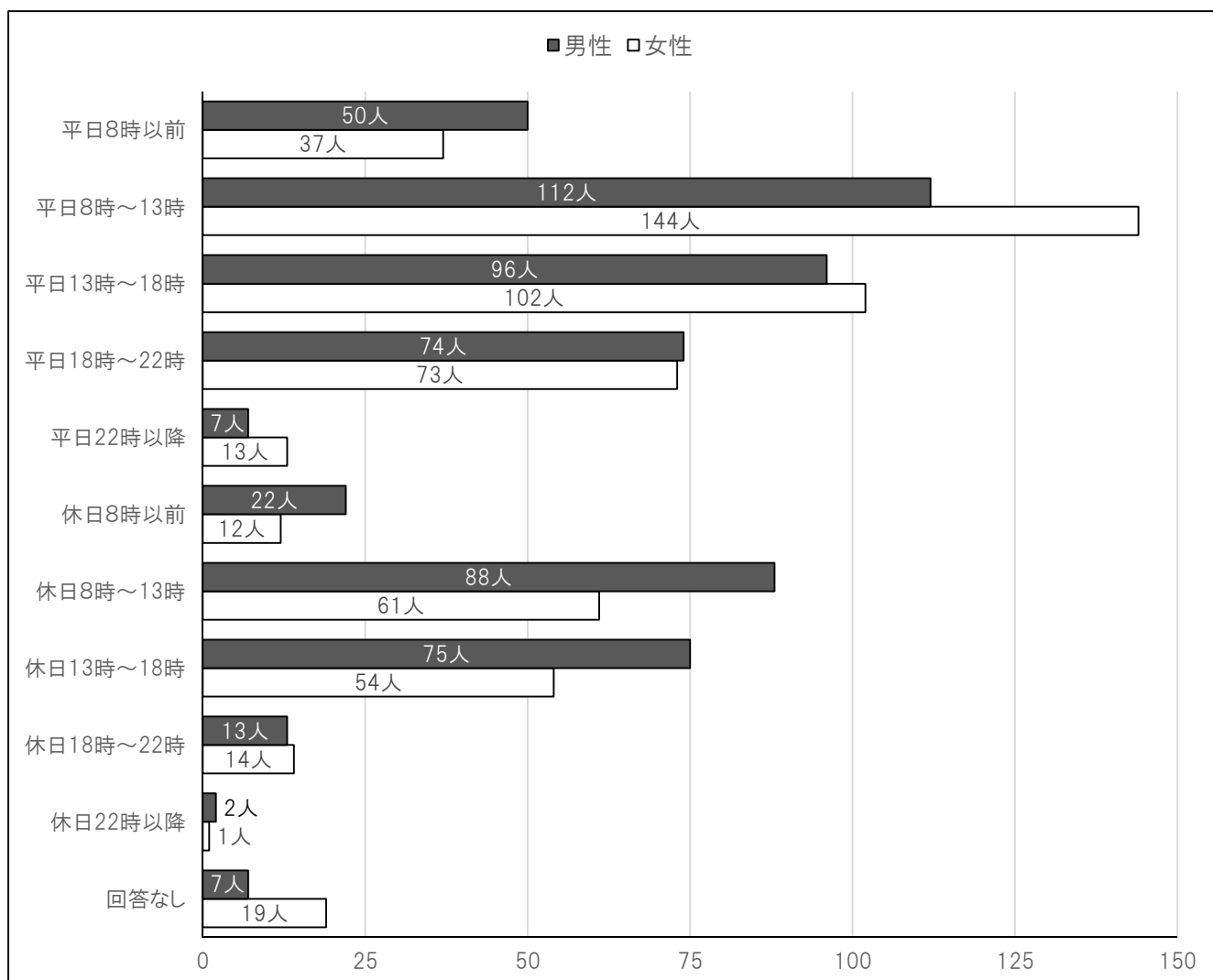
□「散歩・ウォーキングなど」の回答が、前回同様にもっとも多く、次いで多かった「体操」の回答に関しては、回答の6割以上が女性であった。各施設などでも体操系教室やサークルなどで、女性参加者が多い。

問4①あなたは、運動やスポーツ活動をどのくらいの頻度で行いましたか？《1つ選択》



- 週内での頻度は、増加傾向にある。
- 「週3日以上」で多い活動は、順に「散歩・ウォーキング」「体操など」「ランニング・ジョギング」「パークゴルフ」「器具を使った運動・筋トレ」「サイクリング」。
- 「週1~2日」で多い活動は、順に「散歩・ウォーキング」「体操など」「器具を使った運動・筋トレ」「ランニング・ジョギング」「パークゴルフ」。
- ラジオ体操やストレッチ体操などは、自宅でしかも短時間でき、習慣化されやすい。
- 通勤や買い物などの機会を積極的に歩くことで運動に結び付ける人が増えており、毎日が運動機会となっていることも頻度の増加につながっているものと考えられる。

問4②あなたが運動やスポーツ活動を行う際、主にどのような時間帯に行っていますか？
 平日・休日の5つの時間帯からあてはまるもの2つまでを選び、もっとも多い時間帯は◎、次に多い時間帯を○で囲んでください。

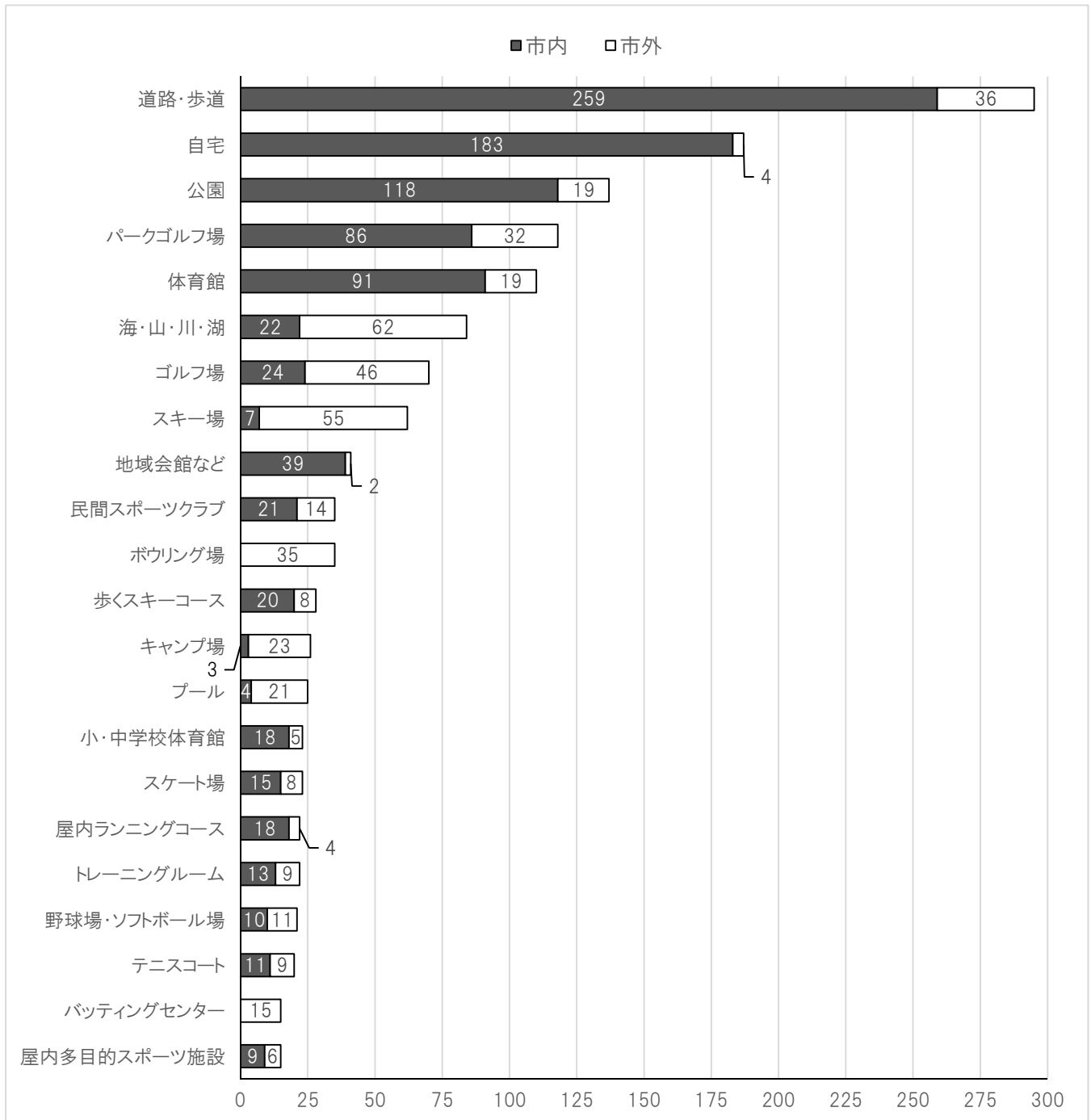


□平日の8時～13時、同じく13時～18時の時間帯で回答が多かったのは、60・70・80代以上の人であった。

□休日の8時～13時、同じく13時～18時の時間帯で特に回答が多かったのは、40・50代の男性と20・30・40代の女性であった。

□平日の18時～22時の時間帯で回答が多かったのは、20・30・40・50代の人であった。

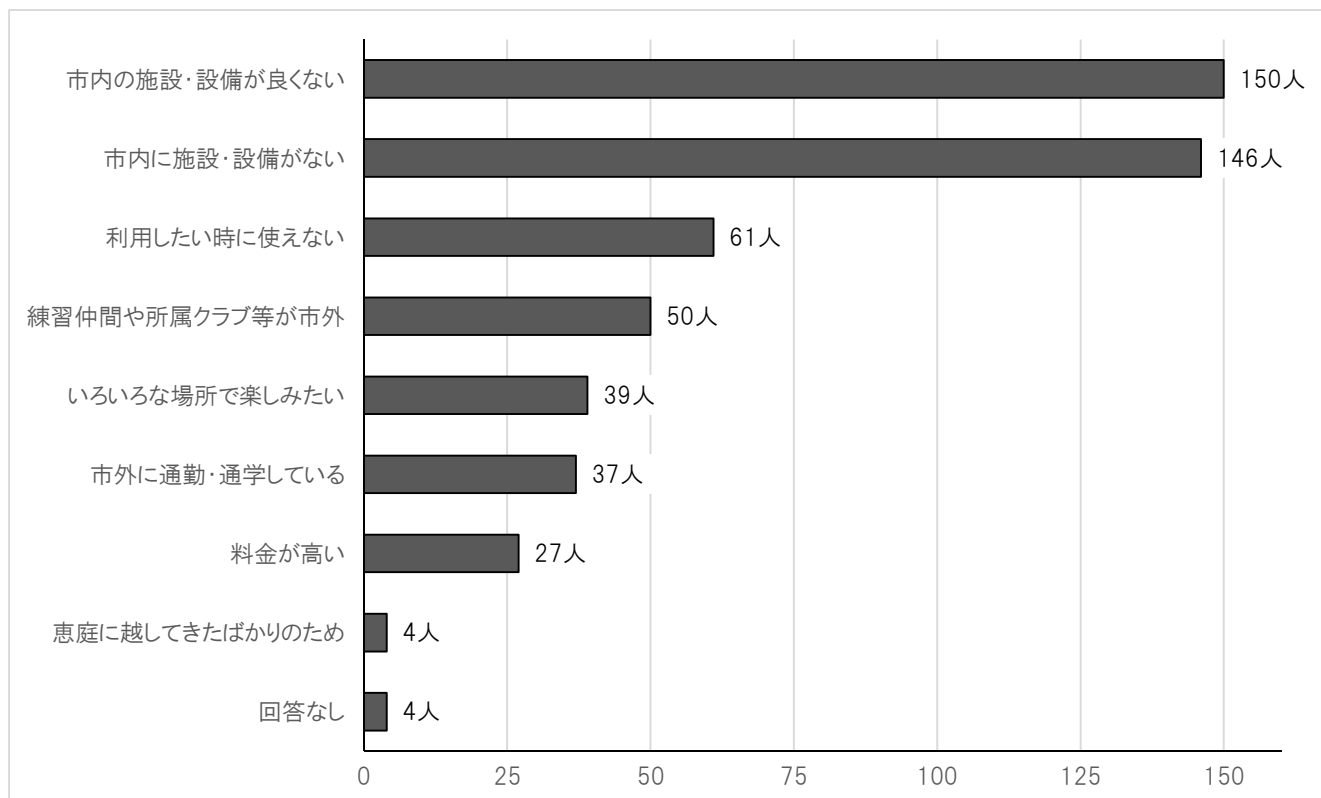
問5①あなたは、主にどこで運動やスポーツを行っていますか？利用している施設等の名称から当てはまるものを選び、その施設等が市内・市外のいずれにあるか、該当する数字を○で囲んでください。《複数選択》



●以下は10人未満の回答※()は市外施設の回答数

- 7人…屋外サッカー・フットサル競技場(4人)
- 6人…陸上競技場(4人)
- 5人…職場の運動施設(1人), 高齢者福祉・介護関係施設
- 3人…モータースポーツ(2人), シュノーケリング
- 2人…陸上競技(2人), 空手道(2人), 自転車散歩, 気功
- 1人…道場
- 1人(市外施設)…大学構内, ゲームセンター, サーキット, 学校の運動施設, 乗馬クラブ

問5②【前の設問で「市外」を1つでも選んだ方にお聞きします。】あなたは、なぜ市外の施設を利用したのですか？《2つまで選択》



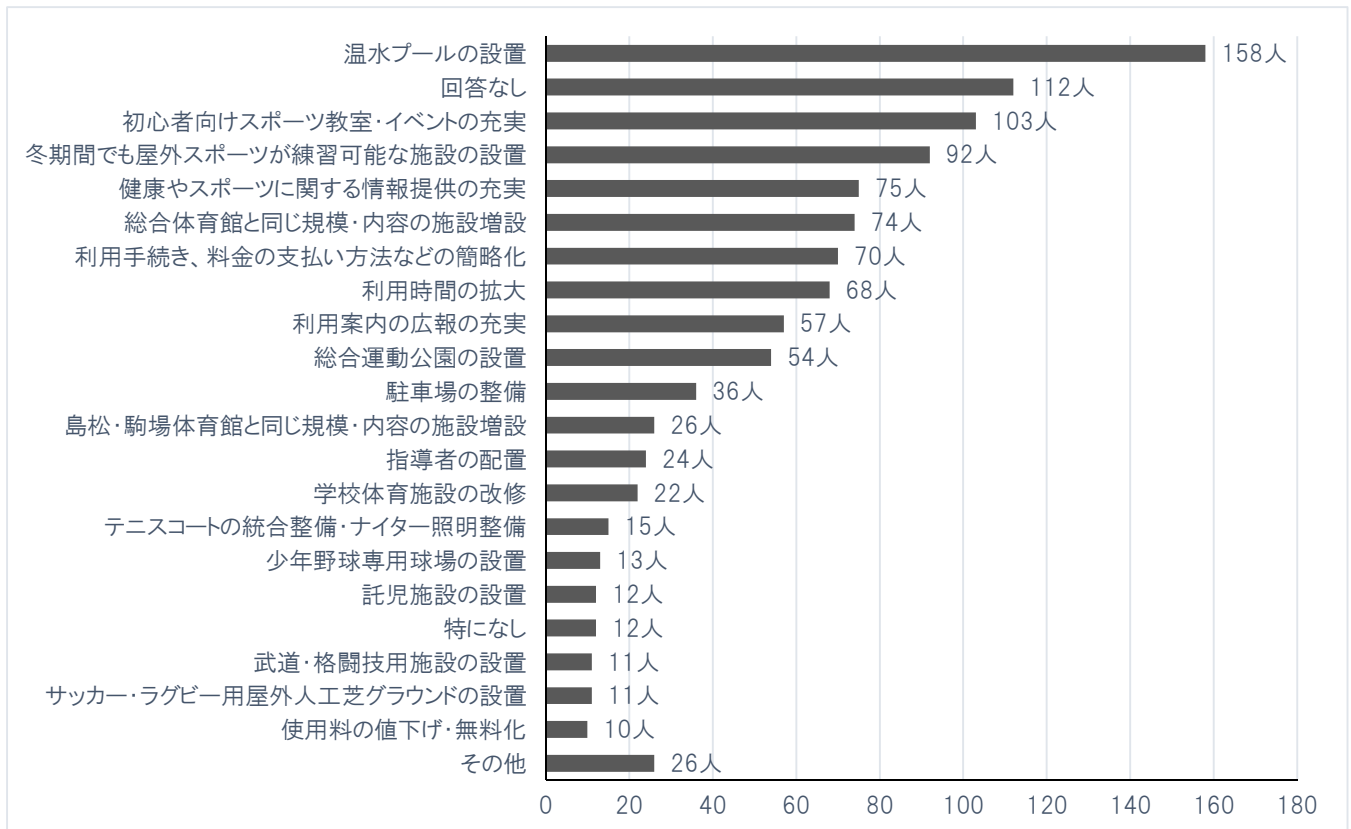
●以下は4人未満の回答

2人…実家に帰省の際

1人…市外に住む孫とトレーニングする際、市外へドライブした際に周辺を散歩する、使い慣れた施設がある

- 「施設・設備が良くない」について、施設の機能に満足できない人の回答と考えられる。
- アンケート中では「施設・設備が良くない」に該当する施設の回答を求めているが、これまでにパークゴルフ場、スキー場、スケート場、トレーニング機器、市民プール、陸上競技場、ランニングコース、歩くスキーコースのグレードアップなどを望む声が寄せられている。
- 「施設・設備が良くない」と回答された人が、問3「行った運動やスポーツ」で関係性があると思われる回答は次のとおり。
散歩やジョギングなどの歩く・走るに関するもの、筋力トレーニング、水泳、パークゴルフ、ゴルフ、サイクリング、歩くスキー、スケート、スキー・スノーボード、テニス
- 「料金が安い」と回答された人が、問3「行った運動やスポーツ」で関係性があると思われる回答は次のとおり。
散歩やジョギングなどの歩く・走るに関するもの、筋力トレーニング、ゴルフ、スキー・スノーボード、テニス

問5③あなたが、スポーツ施設に望むこととはどのようなことですか？《3つまで選択》

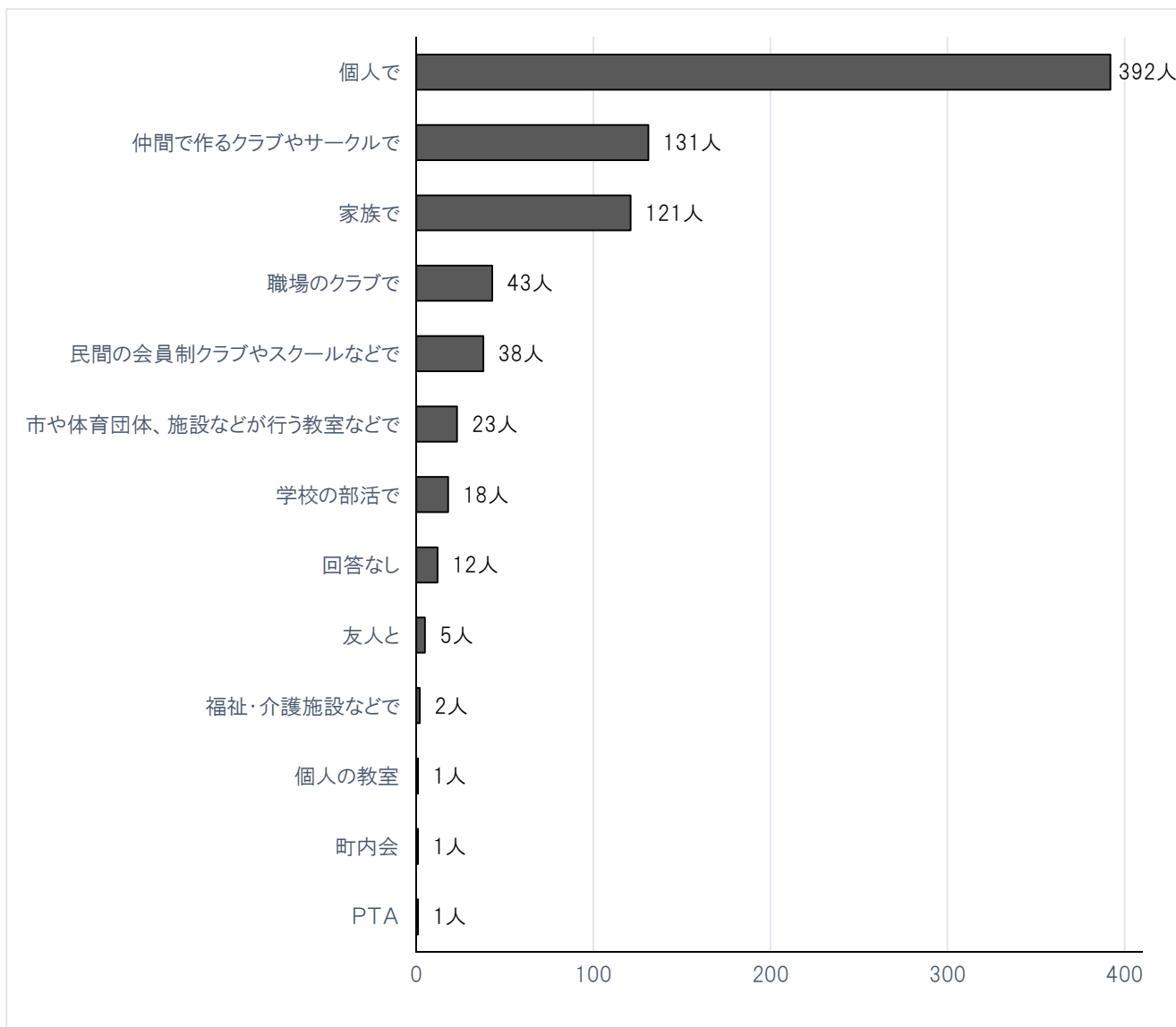


□「その他」の内容

20代女性	照明が赤くて目が痛くなるのでLEDに変えてほしい
20代女性	初心者でも行きやすい大きなジム施設がほしい
20代男性	冬・寒くない暖房
30代女性	キッズルームの設置、充実化(子どもが小さいので)
30代女性	自宅から交通機関で通える場所
30代女性	利用しないので希望ない
30代男性	ウォーキングやジョギング専用コース・既存歩道の整備
30代男性	市営のフィットネスクラブと屋内運動場の併設
30代男性	トレーニングルームの完備。他は行ったことがないのでわかりません
40代女性	屋内型の公園遊具や遊び場
40代女性	家族で楽しめる場所
40代女性	公園内のバスケットゴール設置
40代女性	シャワー室の充実
50代女性	施設までのバス等の充実。本数が少なく使いにくい
50代男性	ウォーキングやジョギング専用コース・既存歩道の整備
50代男性	合宿可能な施設の整備
50代男性	現状でかまわない
50代男性	使用の仕方がわからない
60代女性	バス利用するため教室始まる時間を考慮して欲しい
60代男性	10月から屋外スポーツが屋内に入ることにより、練習時間が少なくなるのが残念
60代男性	河川敷にトイレの設置を希望
60代男性	市内の屋外スケート場は整備しておらず危ない
60代男性	冬期、雨の日でも利用できるウォーキング・ランニング施設
60代男性	陸上競技の整備
70代男性	東恵庭会館に1台卓球台を置いていただきたい
70代男性	福住屋内体育館に暗幕が欲しい

□「温水プールの設置」について、40・50・60代の人の回答が多い。

問6①あなたは、どのようにして運動やスポーツ活動を行っていますか？《2つまで選択》



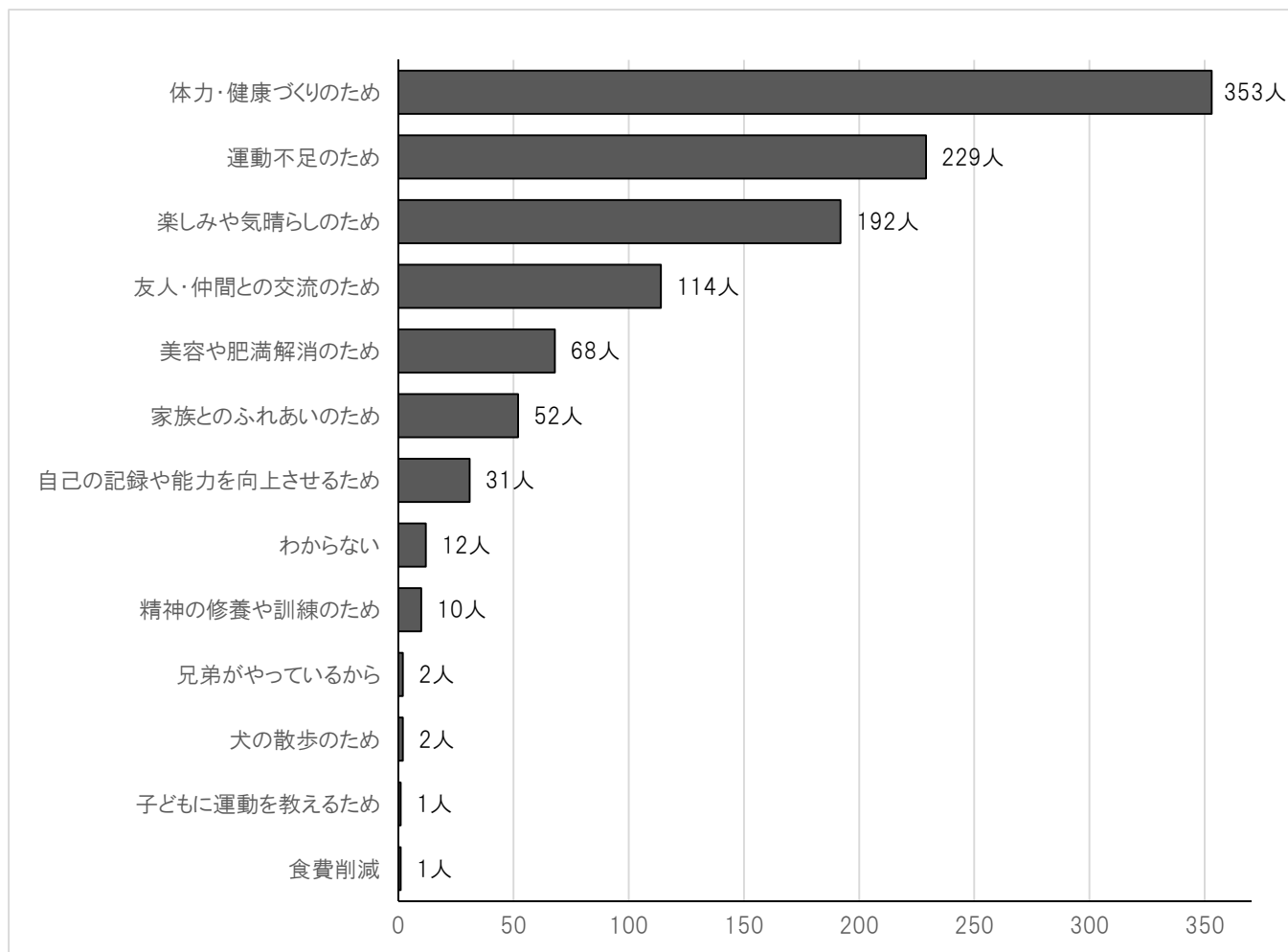
□ 「個人で」を回答された人が行っている主なものは、次の通り。

散歩からランニングまでの歩く・走る系，体操，筋トレ，パークゴルフ，サイクリング，水泳

□ 「家族で」を回答された人が行っている主なものは、次の通り。

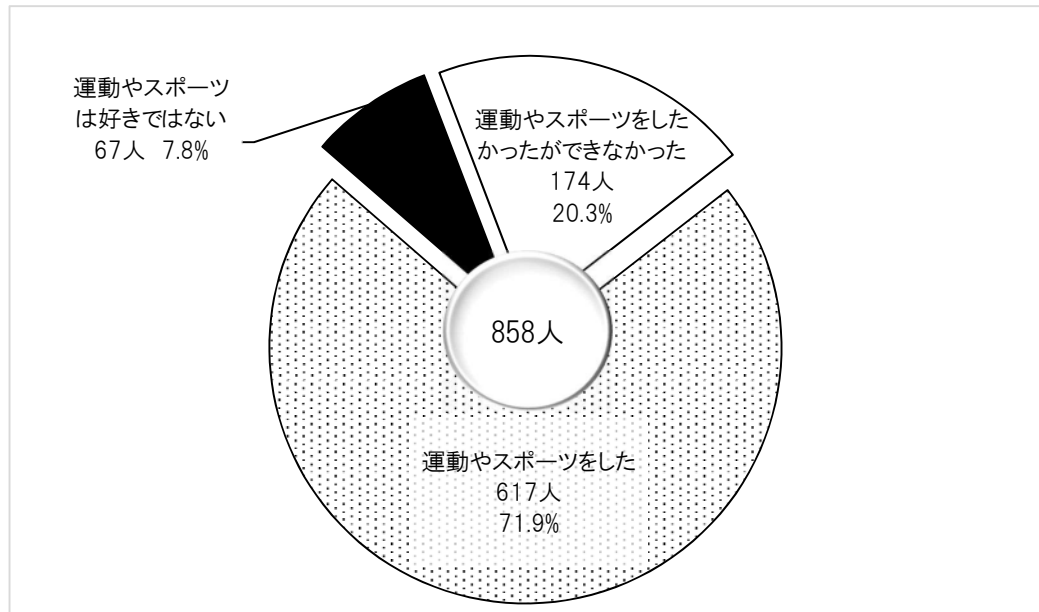
散歩・ウォーキング，体操，登山，キャンプ，スキー・スノーボード

問6②あなたが運動やスポーツを行ったのは、どのような理由からですか？《2つまで選択》

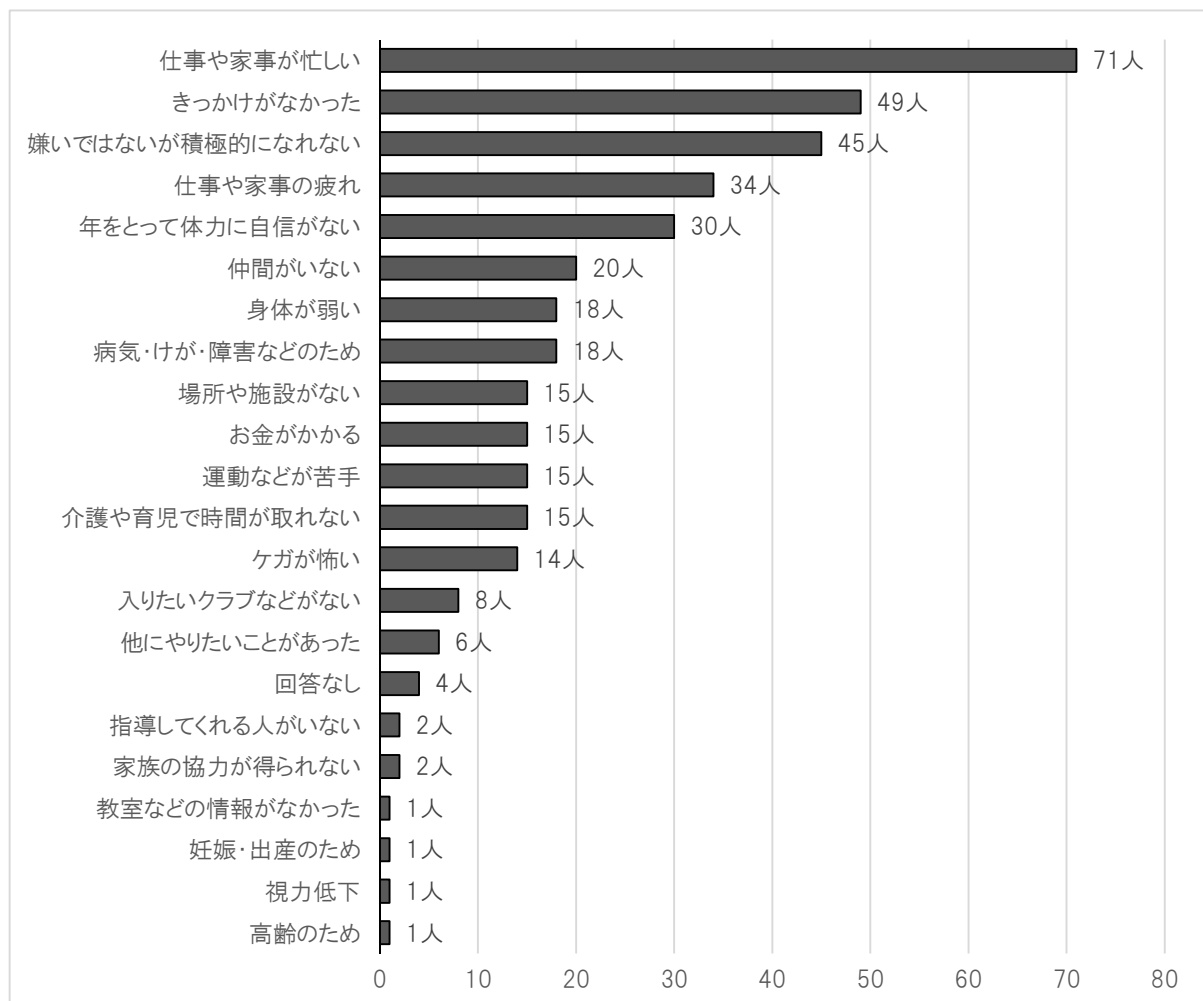


- 「体力・健康づくりのため」と回答された人の内、303人が問2⑤「体力の衰えを感じる」の設問で「大いに感じる」「少し感じる」と回答している。
- 「運動不足のため」と回答された人の内、207人が問2⑥「運動不足を感じる」の設問で「大いに感じる」「少し感じる」と回答している。

問7①【問3ですべてに「していない」を選んだ方にお聞きします。】あなたが運動やスポーツをしなかったのは、どのような理由からですか？《1つ選択》



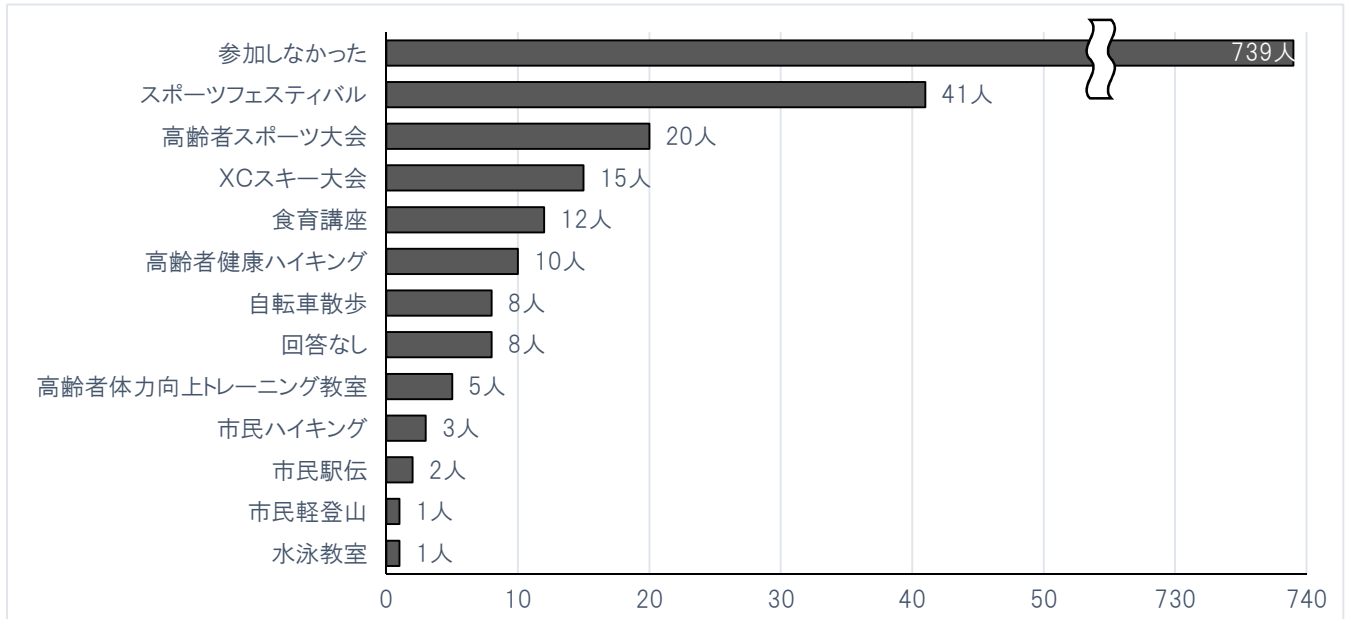
問7②あなたがしたくてもできなかったのは、どのような理由からですか？《3つまで選択》



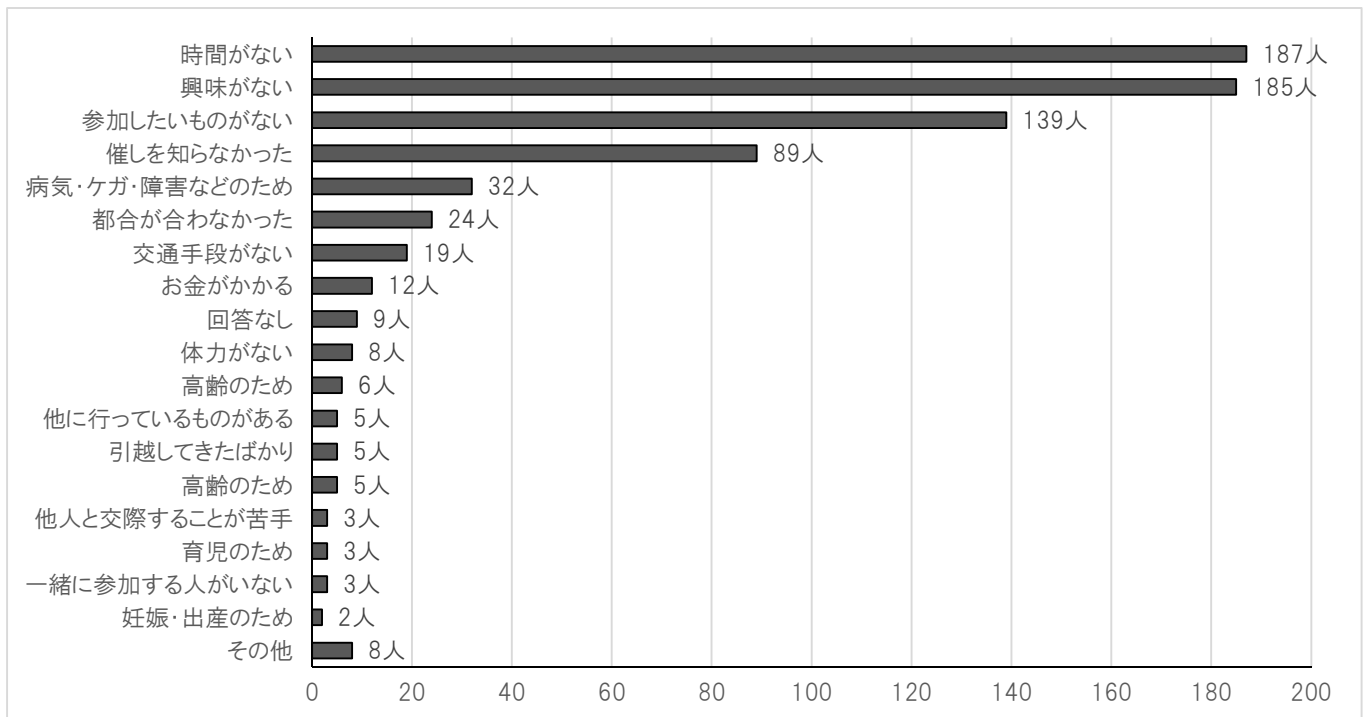
□全体としては、体力的・時間的に余裕のない人が多い。

□「運動やスポーツをしたかったができなかった」と回答した人のおよそ7割弱は、女性であった。

問8①あなたはこの1年間に、市内で行われた健康や運動、スポーツに関する催しなどに参加しましたか？《複数選択》



問8②【問8①で「参加しなかった」を選んだ方にお聞きします。】あなたが参加しなかったのは、どのような理由からですか？《1つ選択》

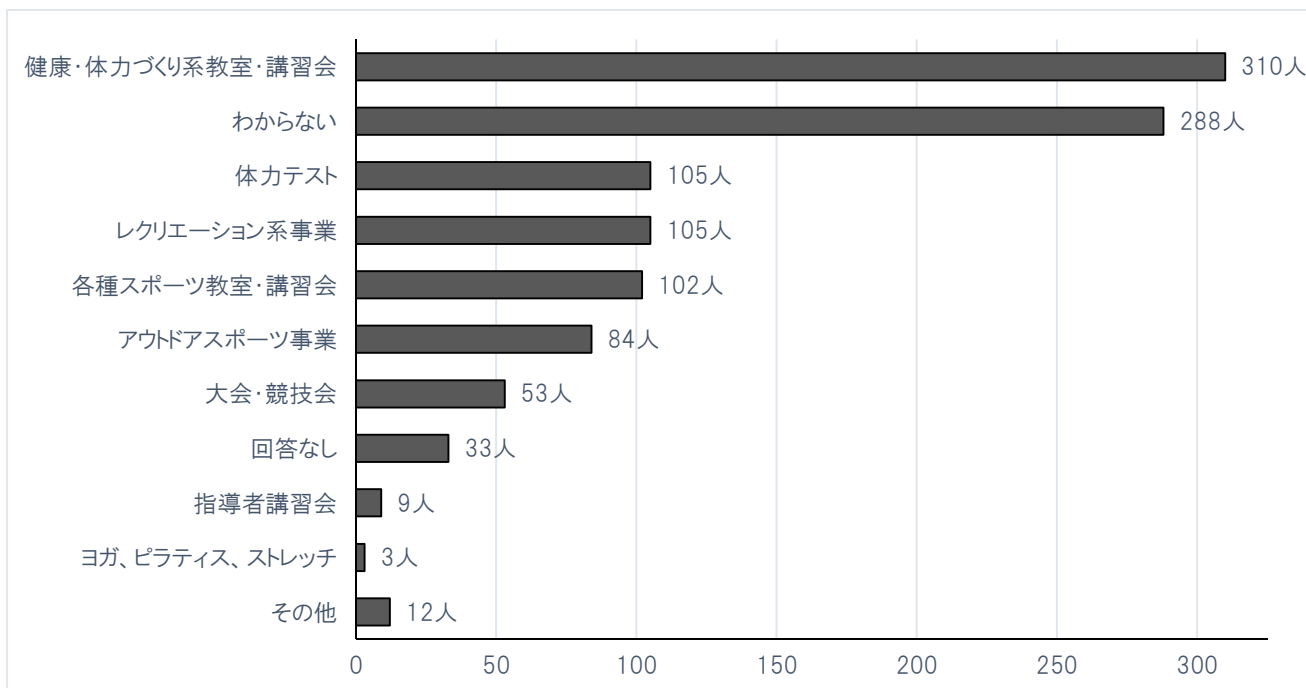


□「その他」の内容

30代女性	幼児連れの参加が難しい
50代女性	積極的になれなかったから
50代男性	見学した
50代男性	役員として参加しているため
60代女性	患庭自転車散歩に参加を望んだが、下見に行ってみると上級者が多く断念した
60代女性	家庭環境に変化があったから
60代女性	視力低下のため
80代男性	運動の趣味があまりない

□イベントは祝日や連休付近に設定されることもあり、家庭の行事や他のイベントとバッティングするケースもあると考えられる。

問8③あなたが、今後参加してみたいと思う健康や運動、スポーツに関する催しは、どのようなものですか？《2つまで選択》



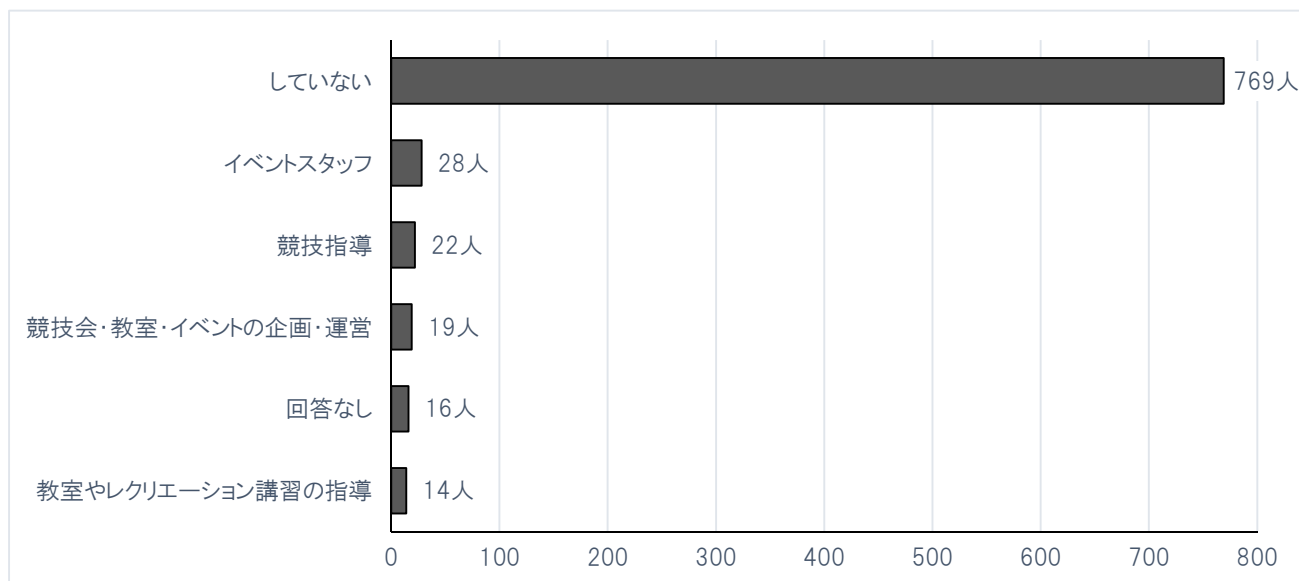
□「その他」の内容

20代女性	子どもと一緒に参加できるもの
20代女性	美容に関するもの
30代女性	ベビーマッサージ教室
40代女性	祭やイベントに行ったらスポーツ的なものがあると気軽に参加しやすい。
50代男性	気軽に参加できるもの
60代女性	病院と連携した健康トレーニング
60代女性	リハビリの要素を入れた教室。
60代男性	温水プールがあるとしたら水泳
60代男性	散歩コース
60代男性	体力維持を中心としたもの
70代男性	無料健康診断
80代以上女性	高齢者健康ハイキング

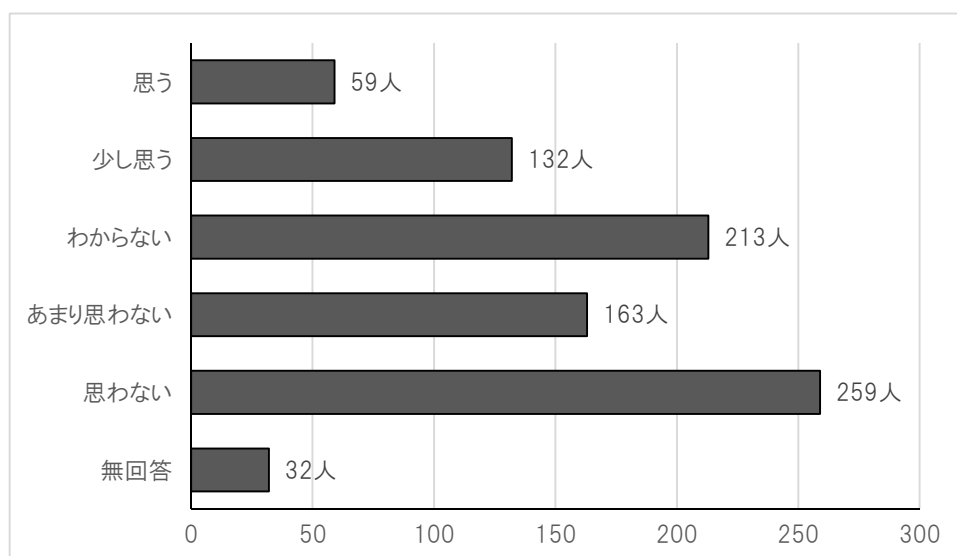
□前回調査でも「健康・体力づくり…教室・講習会」が、最も多い回答であった。回答者の男女比では、女性の回答が多い。

□「体カテスト」の回答が、前回から上昇している。

問8④あなたは、この1年間で健康や運動、スポーツに関する指導やイベント協力などのボランティア活動を行いましたか？《2つまで選択》

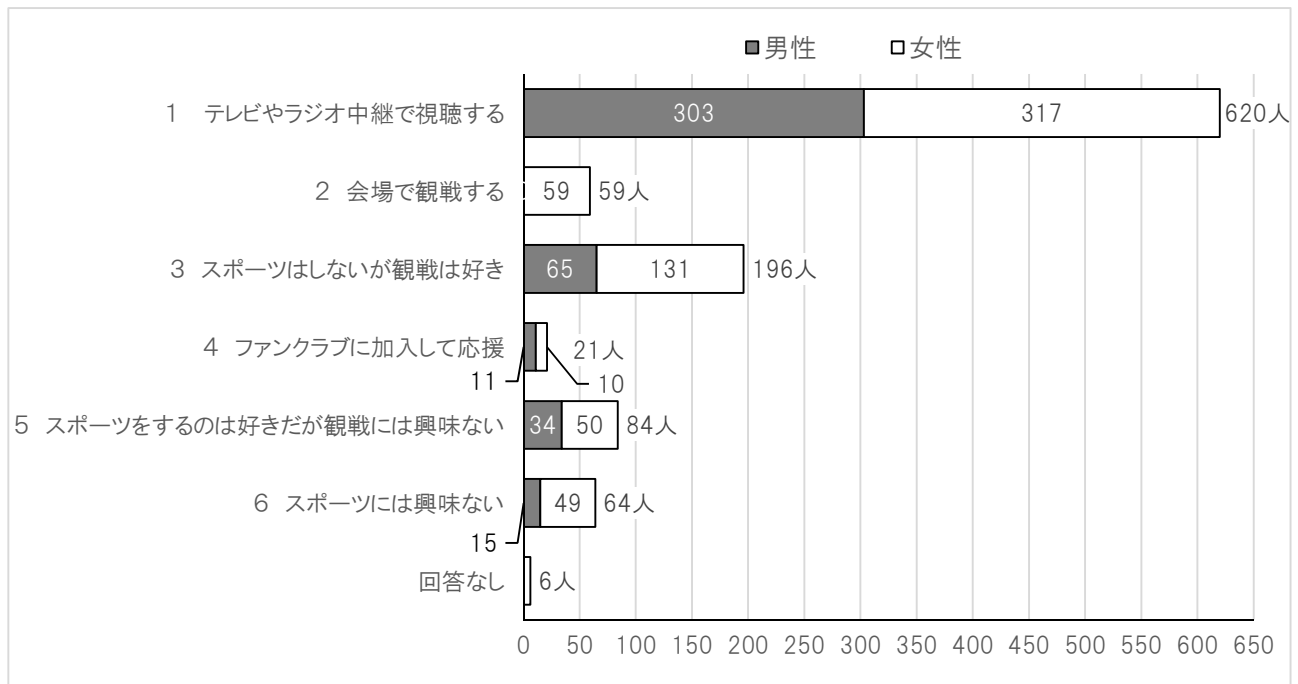


問8⑤あなたは、今後も健康やスポーツに関するボランティア活動を行いたいと思いますか？《1つ選択》

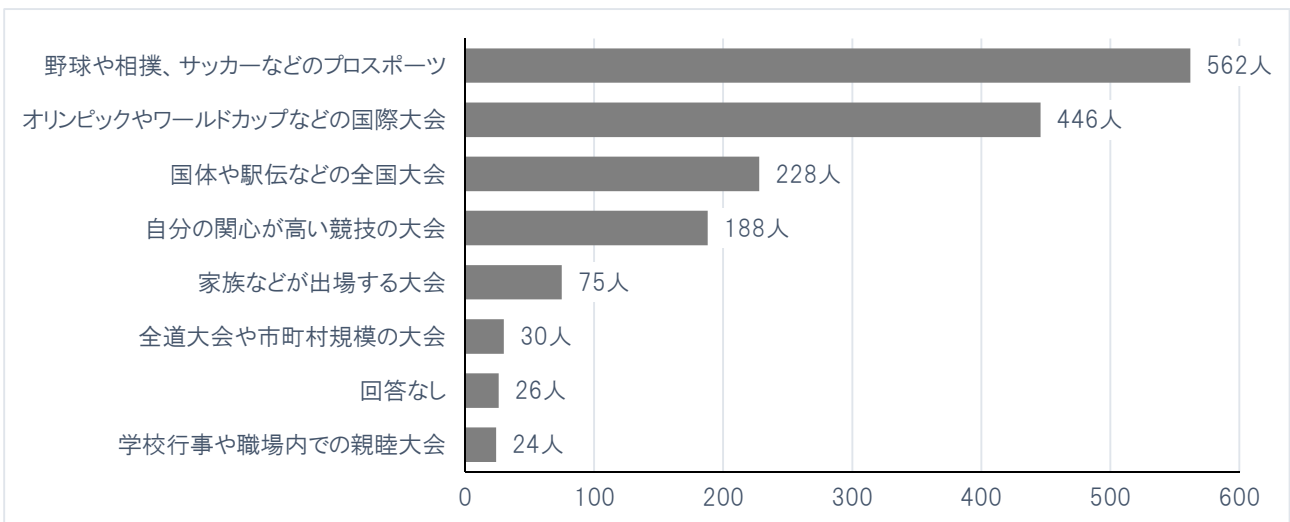


□「していない」と回答された人の割合が、前回より2割程度増加している。運動やスポーツをしていることとは、切り離して考えた方が良い。

問9①あなたは、スポーツ観戦に関心がありますか？《複数選択》

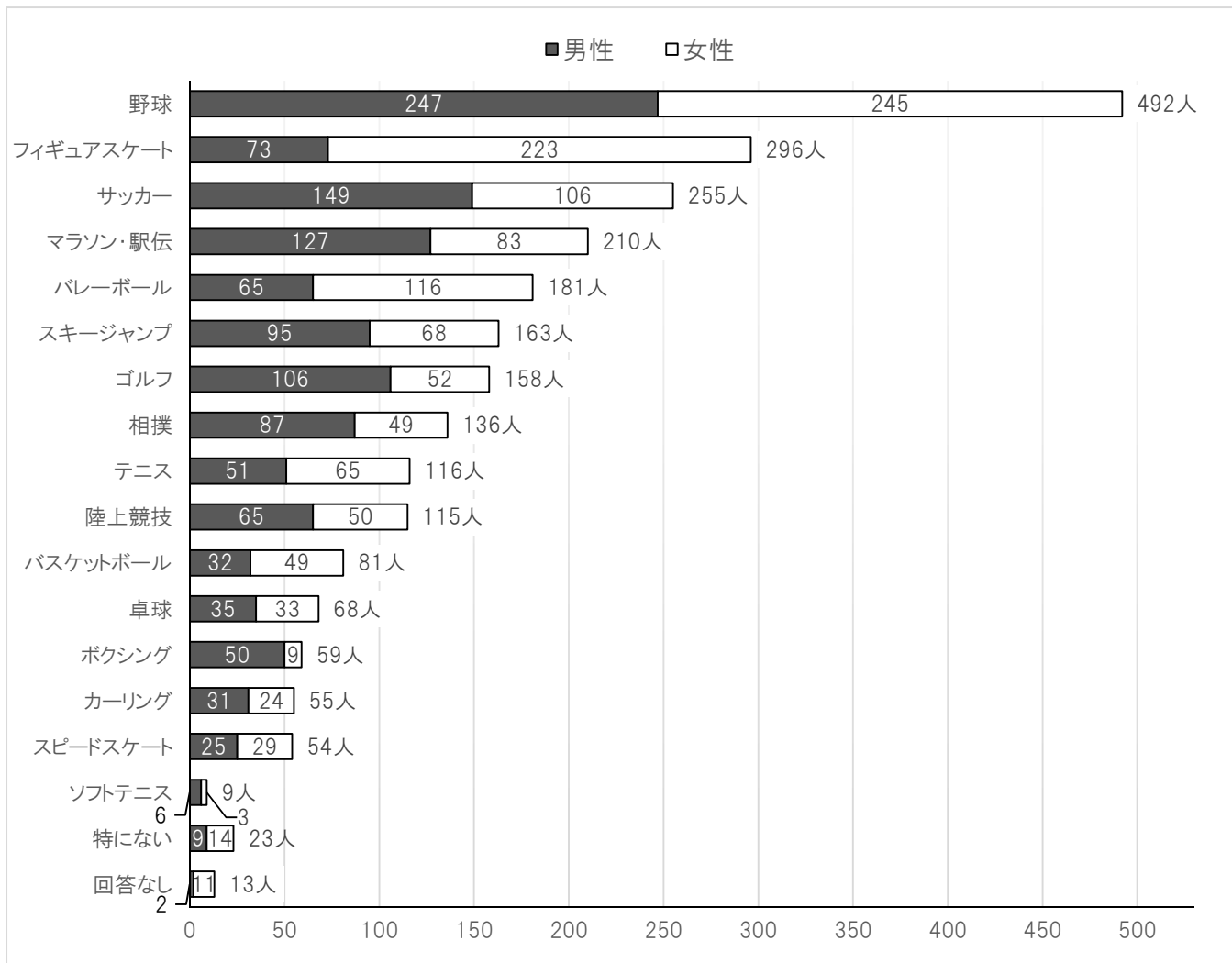


問9②【問9①で1から4を選んだ方にお聞きします。】あなたは、どのようなスポーツの観戦をしていますか？《複数選択》



□問9①の設問で、「スポーツはしないが観戦は好き」を回答者の男女比割合では、女性の回答が男性のほぼ2倍となっている。家族の応援や、北海道にフランチャイズを持つプロスポーツの応援なども影響しているものと考えられる。

問9③あなたが観戦した、または観戦したい種目は、どのようなものですか？《複数選択》



●以下は9人未満の回答※(,)は左が男性、右が女性の回答数

6人…アイスホッケー(2人, 4人)

5人…柔道(3人, 2人)

3人…プロレス(2人, 1人), バドミントン(1人, 2人), 空手道(0人, 3人)

2人…スノーボード(1人, 1人), 水泳(1人, 1人)

1人(男)…モトクロス, モータースポーツ, ボウリング, 武道関係, ハンドボール, 剣道, アルペンスキー

1人(女)…ダンス, ソフトボール, 新体操

□最も回答の多かった種目は野球で、男女ほぼ同数であり、日ハムや高校野球の影響もあると考える。

□次いで多かった回答はフィギュアスケートで、前回調査ではベスト7にも入っていない。男子フィギュアの人気の高い影響もあるのか、女性の回答が圧倒的に多い。

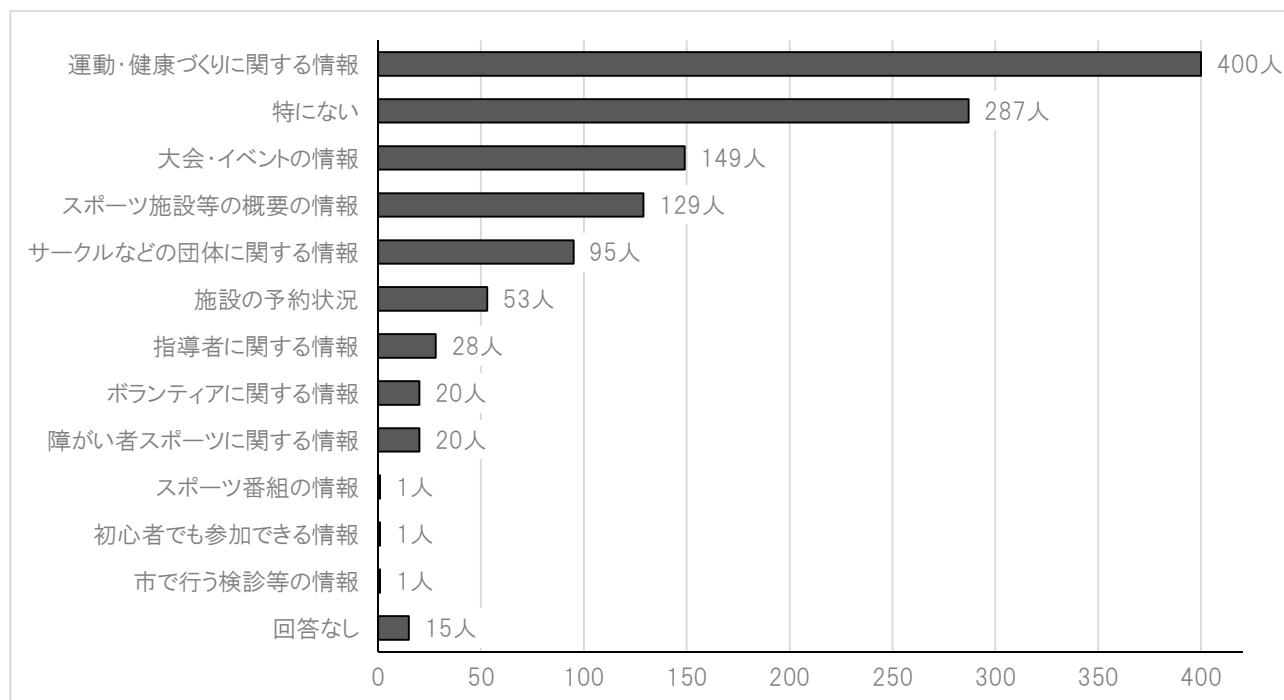
□5番目に多かった回答はバレーボールで、前回2番目から順位を下げた。全国的にはバレーボール人気も低迷しているが、本市のバレーボール活動の歴史も古く、各年代からの回答が出されている。

□男女別の高回答種目

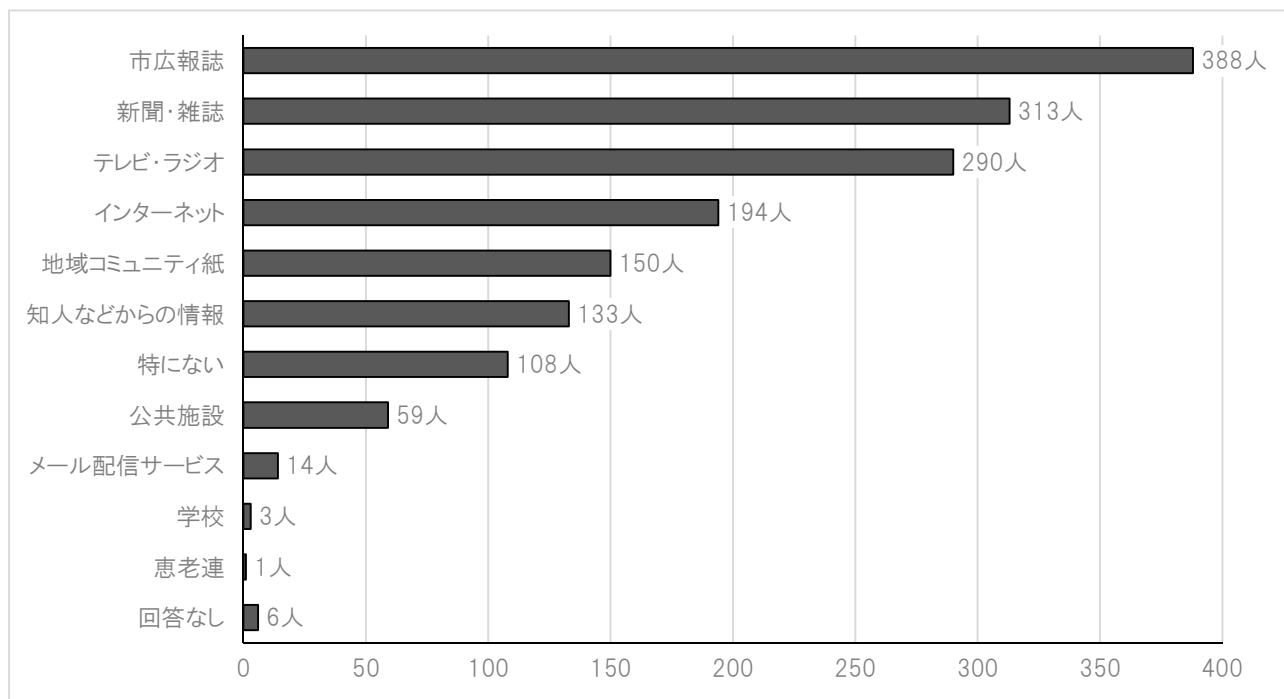
男性…野球, サッカー, マラソン・駅伝, ゴルフ

女性…野球, フィギュアスケート, バレーボール, サッカー

問10①あなたの知りたい健康や運動、スポーツに関する情報とは、どのようなものですか？《複数選択》



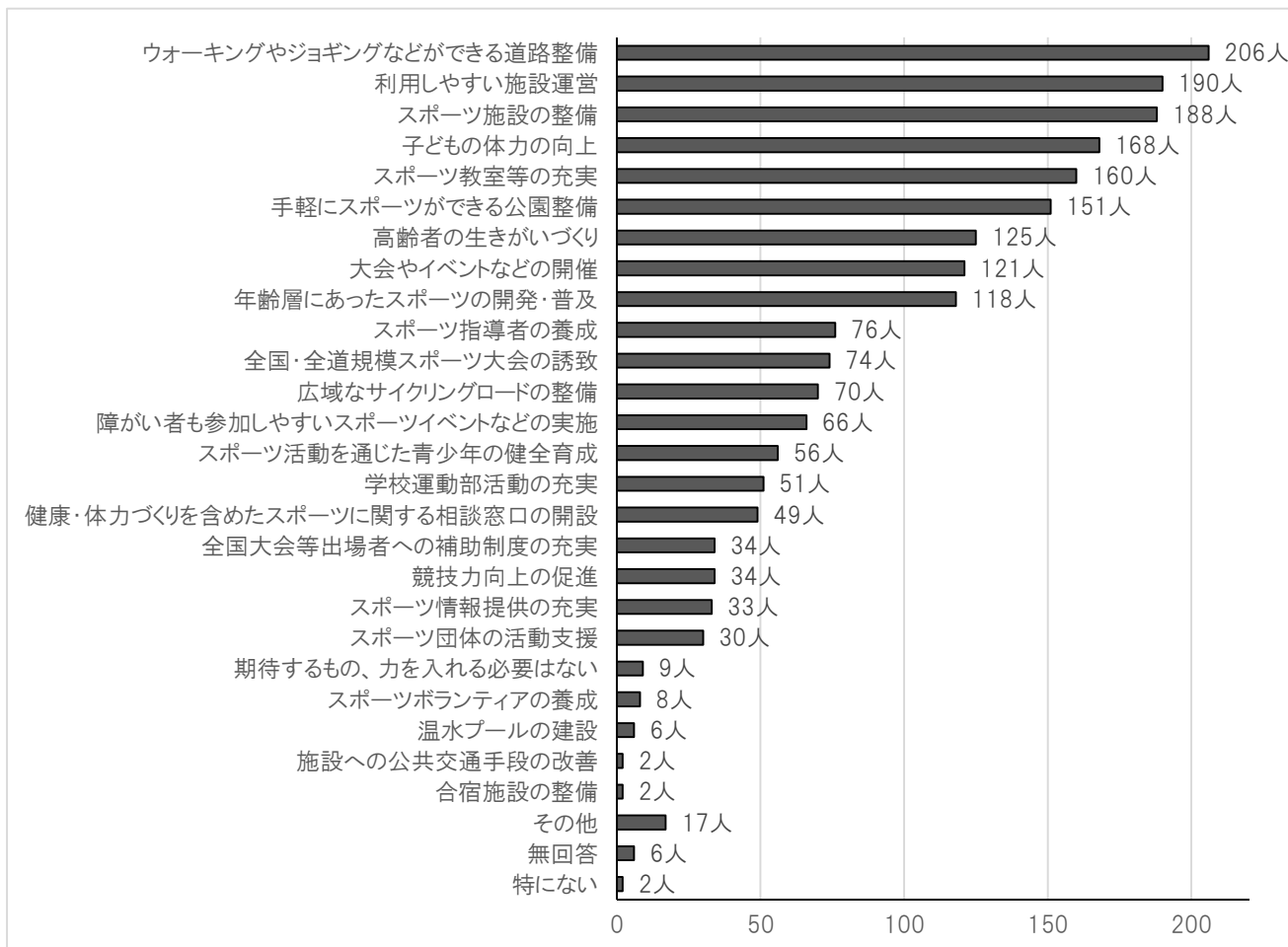
問10②あなたは、健康や運動、スポーツに関する情報をどこから入手しますか？また、どこから入手したいと思いますか？《複数選択》



□問10①の設問に対して最も多かった「運動・健康づくりに関する情報」を回答した年代は、多い順に60・70・50代、男性では同じく60・70・50代、女性では60・50・40代であった。

□問10②の設問に対して、上位3つの順位は今回も変わっていない。前回よりも1ランク順位を上げた「インターネット」については、前回調査当時よりも環境などの進歩による利用頻度増によるもの考えられる。また、前回にはなかった「地域コミュニティ紙」の利用度も高く、今後も地域にとって重要な情報ソースになると考える。

問11 あなたは、今後の恵庭市が、夢と健康を育むスポーツ都市として発展していくためには、どのようなことに取り組むべきとお考えですか？ 《3つまで選択》



□ 「その他」の内容

30代女性	歩くスキーなどを含めた冬のスポーツ講習会など
30代男性	社会人サークルの設立
30代男性	体力・能力向上のための栄養学の普及
40代女性	公園整備は、樹木整備をして欲しい。見晴らし良く。スズメバチの巣ができればいいから
40代男性	広報活動
50代女性	自然環境を良くするためのボランティア活動にウォーキングなどを兼ねたもの
50代男性	プロスポーツ大会の誘致
50代男性	道の駅周辺にキャンプ場と、1人でも利用できる運道具施設の設置
60代女性	お年寄り向けの小さい室内スポーツ施設を建てて欲しい
60代女性	高齢者のリハビリ体操とそのための施設の継続的提供
60代女性	1人ひとりに合った(病歴や年齢など)健康改善のための運動ができる、病院と提携したジムの開設
60代男性	高齢者のためにトイレの数の充実をしていただければ
60代男性	平坦な土地を生かした陸上スポーツ大会
70代女性	どの考えも大事ですので、私には判断できません。
70代男性	冬期間に屋外スポーツが可能な専用施設の設置
70代男性	冬期間の屋外ウォーキング施設整備
70代男性	予防接種の無料化(赤ちゃんの)

□ この設問で最も多かった「ウォーキングや…ができる道路整備」は、今回のアンケートが初めての選択肢であり、全ての年代で回答されている中で60代の回答が最も多く、次いで50・70代となっている。普及に伴った意見と考える。

□ 「手軽にスポーツができる公園整備」も新しい選択肢だが、順位も6番目と高く、この回答も年代はさほど偏らず、すべての年代で回答されている。

○恵庭市スポーツ振興まちづくり条例

平成26年11月28日

条例第29号

スポーツは、人々に夢や希望、感動、勇気を与える文化です。

また、花・水・緑のまち恵庭に暮らす市民がスポーツに親しむことは、健康の維持及び増進並びに地域コミュニティづくりなど、多様な効果を生み出します。

これらを踏まえ、恵庭市は、誰もが生涯にわたって健康で元気に暮らせる「夢と健康を育むスポーツ都市」の実現を目指します。

そのため、市は誰もが気軽にスポーツに親しむことができる環境を整え、団体の垣根、世代等を超えてスポーツを振興するとともに、スポーツを活かした活力あるまちづくりを推進するため、この条例を制定します。

(目的)

第1条 この条例は、スポーツ振興によるまちづくりを総合的に進めるための施策を明らかにすることにより、市民等の誰もが夢を抱き、生涯を明るく健康で過ごすことができる活力あるまち「えにわ」の実現に寄与することを目的とします。

(定義)

第2条 この条例において、次の各号に掲げる用語の意義は、それぞれ各号に定めるところによります。

- (1) 市民等 市内に居住し、通学若しくは通勤する者又は本市が推進するスポーツ振興のまちづくりに賛同し、及び協力する個人をいいます。
- (2) 市 市長及び教育委員会をいいます。
- (3) スポーツ関連団体 市内においてスポーツに関連した活動を行う法人その他の団体(国及び地方公共団体を除きます。)をいいます。
- (4) 事業者 市内において事業活動を行う者(スポーツ関連団体を除きます。)をいいます。
- (5) スポーツ振興 まちづくりの広範な分野において、市民等、スポーツ関連団体、事業者及び市が連携することにより、スポーツを通して健康で活力ある地域社会を形成することをいいます。
- (6) スポーツ関連活動 スポーツをすること、観ること、応援すること若しくは学ぶこと又はこれらの活動を支援することをいいます。
- (7) スポーツ財産 スポーツ関連活動を行う者、スポーツ施設その他スポーツ振興のまちづくりの推進に寄与する財産をいいます。

(市の責務)

第3条 市は、前文にある、スポーツによる「健康の維持及び増進」、「地域コミュニティづくり」、そのための「環境整備」、「世代等を超えたスポーツ振興」及び「スポーツを活かした活力あるまちづくり」という基本理念にのっとり、本市の特性に応じた施策を総合的に策定するとともに、この条例の目的が真に達成されるよう、スポーツに関する取り組みをスポーツ振興担当部に限定せず、部を横断して計画的に推進しなければなりません。

2 市は、市民等及びスポーツ関連団体が行うスポーツ関連活動に対し、当該団体と協働して適切に環境整備を行わなければなりません。

3 市は、スポーツを「する」だけのものではなく、「観たり、応援したり」といった市民等が参画しやすい環境を整備し、多世代が交流できるコミュニティづくりを支援するとともに、適切に広報を行わなければなりません。

(市民等の役割)

第4条 市民等は、一人一人ができる範囲で、スポーツ関連活動に関わることを考え、行動することで、市民等の誰もが夢を抱き、「えにわ」を元気なまちにするよう努めるものとします。

2 市民等は、幼いころから身体を動かす習慣を身につけ、生涯にわたり健康を維持できるよう努めるものとします。

3 市民等は、スポーツを「する」だけではなく、「観たり、応援したり」する等スポーツに関心を持ち、世代を超えてコミュニティに参加するよう努めるものとします。

(スポーツ関連団体の役割)

第5条 スポーツ関連団体は、心身の健康の保持増進及び安全の確保に配慮しながら、スポーツ関連活動の推進に主体的に取り組むとともに、スポーツに対する市民等の関心及び理解を深め、市民等のスポーツ活動への参加を促進するよう努めるものとします。

2 スポーツ関連団体は、他の競技団体とも協働して、スポーツ全体の魅力を発信し、「観たり、応援したり」できる環境を整えるよう努めるものとします。

(事業者の役割)

第6条 事業者は、自らがスポーツ関連活動を行いやすい環境の整備に努めるとともに、地域社会の一員として自主的なスポーツ活動の実施及び支援を行うことにより、スポーツ振興及び地域の活性化を促進するよう努めるものとします。

(議員の責務)

第7条 議員は、市民等が生涯にわたり健康でいられるよう、その実現に向け、一人一人が日ごろから研さんするとともに、気軽にスポーツに親しむことができる環境を整えるため積極的に提案しなければなりません。

(生涯スポーツの推進)

第8条 市は、市民等が生涯にわたり、体力、年齢、技術等に応じたスポーツを継続的に親しむことができるよう、スポーツに参加する機会及びスポーツに関する情報の提供その他必要な施策を講ずるものとします。

(地域の活性化の推進)

第9条 市は、地域において世代を超えた人々の交流が促進され、地域の活性化及び人々の連帯感並びに協働意識の向上を図るため、地域のスポーツ関連活動への支援その他必要な施策を講ずるものとします。

(子どもの体力向上及びスポーツ関連活動の充実)

第10条 市は、次代を担う子どもの心身の健全な発達及び体力の向上を図るため、市民等、スポーツ関連団体及び事業者との連携等の必要な施策を講ずるものとします。

(障がい者スポーツの促進)

第11条 市は、障がい者が自主的かつ積極的にスポーツ活動に安心して参加できるよう、スポーツに参加する機会の提供その他障がい者のスポーツ活動を促進するために必要な施策を講ずるものとします。

(スポーツ施設の整備)

第12条 市は、本市のスポーツ施設を整備するため、必要な措置を講ずるものとします。

(スポーツ財産の活用)

第13条 市は、本市のスポーツ財産の効果的及び効率的な活用を図るものとします。

(スポーツ選手の育成)

第14条 市は、スポーツの競技力の向上を図るため、スポーツ関連団体と連携して、選手を育成するため必要な措置を講ずるものとします。

(指導者の養成)

第15条 市は、地域におけるスポーツの指導の充実及び事故の防止を図るため、指導者の養成、その資質を向上させる講習会等の開催その他必要な施策を講ずるものとします。

(審議会)

第16条 市は、スポーツ関連活動に関する計画や施策に関する検証及び評価を行うため、恵庭市スポーツ振興まちづくり審議会(以下「審議会」といいます。)を設置するものとします。

(取り組みの検証及び評価)

第17条 市は、審議会、市民等及びスポーツ関連団体の意見を聴取して、この条例の目的に基づき取り組みの達成状況、実施効果等を検証及び評価し、これを公表するものとします。

(補則)

第18条 この条例の施行に関し必要な事項は、別に定めます。

附 則

この条例は、公布の日から施行します。

※この計画概要版は平成25年3月に発行されたものであり、記載されている数値データなどはその当時に算出されたものです。

恵庭市健康づくり計画（後期計画）

計画期間：平成25年度～平成29年度



概要版

基本理念

「市民一人ひとりが「生きがいをもち、心豊かに、はつらつと暮らせるまち」を目指し、生涯にわたる健康づくりを推進します」

基本的な方向

- ① 健康寿命の延伸^(注1)と健康格差^(注2)の縮小
- ② 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
- ③ 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上
- ④ 生活習慣及び社会環境の改善
- ⑤ 健康を支え、守るための社会環境の整備

(注1) 健康寿命～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

(注2) 健康格差～地域や社会経済状況の違いによる集団間の健康状態の差

恵庭市では、平成18年3月に「恵庭市健康づくり計画」を策定し、各種保健事業を推進してきました。

平成24年度にその評価を実施し、国の健康づくり計画「健康日本21（第2次）」の基本的方向やアンケート調査結果に基づいて、平成25年から平成29年までの「恵庭市健康づくり計画（後期計画）」を策定しました。

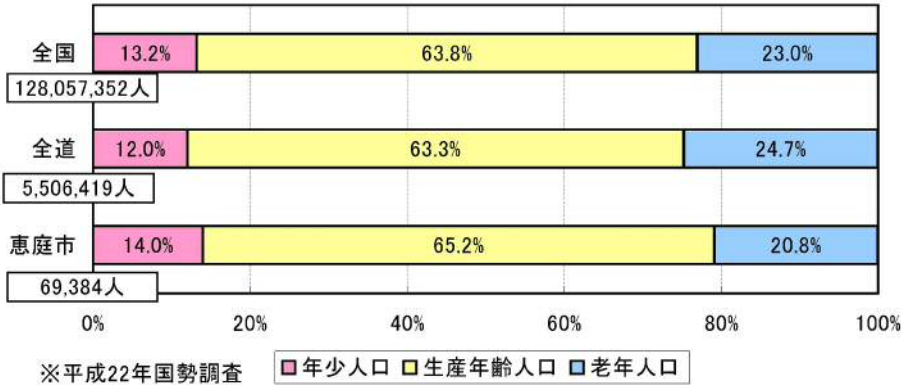
市民一人ひとりの健康づくりの取組みを、様々な関係機関と連携を図りながら推進していきます。

恵庭市

ご存知ですか？恵庭市のこと

人口

【人口構成の比較】



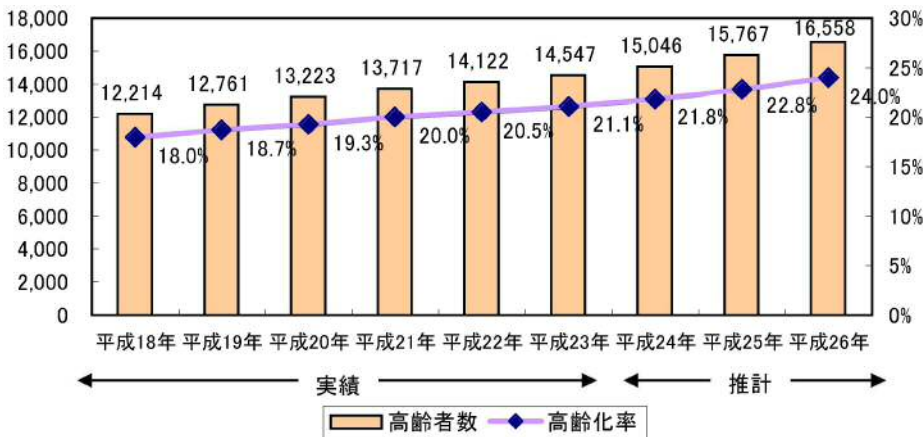
市の人口は、平成22年10月1日現在69,384人です。

年少人口(0～14歳)は14.0%(9,690人)、生産年齢人口(15～64歳)は65.2%(45,110人)、老年人口(65歳以上)は20.8%(14,427人)となっています。

人口構成を全国、全道と比較すると、65歳以上の高齢化率は低くなっています。

市の人口は年々増加傾向にありますが、生産年齢人口、年少人口ともに総人口に占める割合が減少傾向にあり、少子高齢化がますます進んでおり、今後はさらにその傾向が強まると予測されます。

【高齢化率の推移】

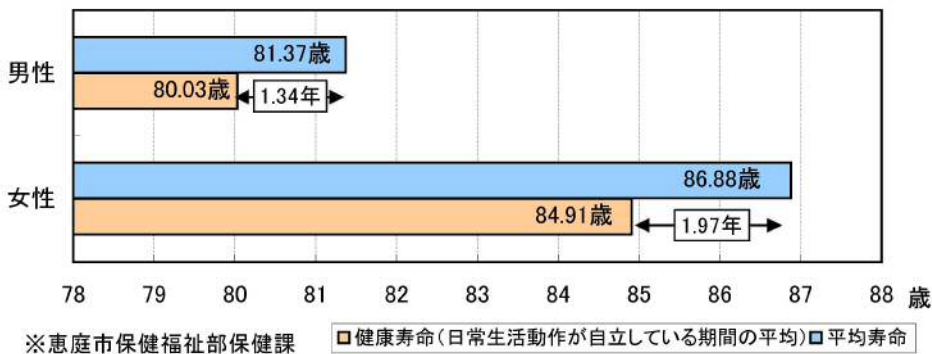


恵庭市は若いまちだけど年々高齢者が増えているわ。これから大切なのは元気で長生きすることね。



寿命

【恵庭市の平均寿命と健康寿命の差】



「健康寿命の延伸」は最終的な目標となっています。

市の0歳の健康寿命は、男性80.03歳、女性84.91歳となっており、全国や全道より長くなっています。

死亡

【死亡原因】

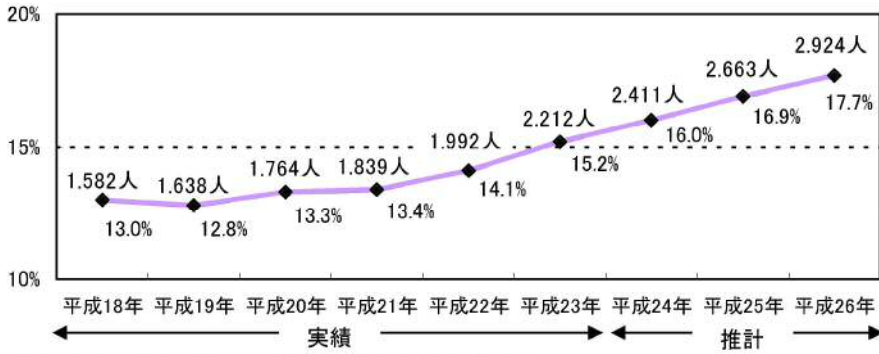
順位	全国		全道		恵庭市	
	死亡原因	死亡率 (10万対)	死亡原因	死亡率 (10万対)	死亡原因	死亡率 (10万対)
1位	悪性新生物	279.7	悪性新生物	325.2	悪性新生物	253.6
2位	心疾患	149.8	心疾患	162.8	心疾患	140.6
3位	脳血管疾患	97.7	脳血管疾患	96.4	肺炎	66.7
4位	肺炎	94.1	肺炎	96.3	脳血管疾患	47.8
5位	老衰	35.9	不慮の事故	30.3	自殺	33.3

※平成22年人口動態統計

市の平成22年の死亡総数は498人で、死亡原因は、悪性新生物、心疾患、肺炎、脳血管疾患、自殺の順に死亡率が高くなっています。全国、全道と比較すると、死亡率はいずれも低くなっていますが、自殺が高くなっています。

介護

【要介護(支援)認定率(第1号被保険者)】



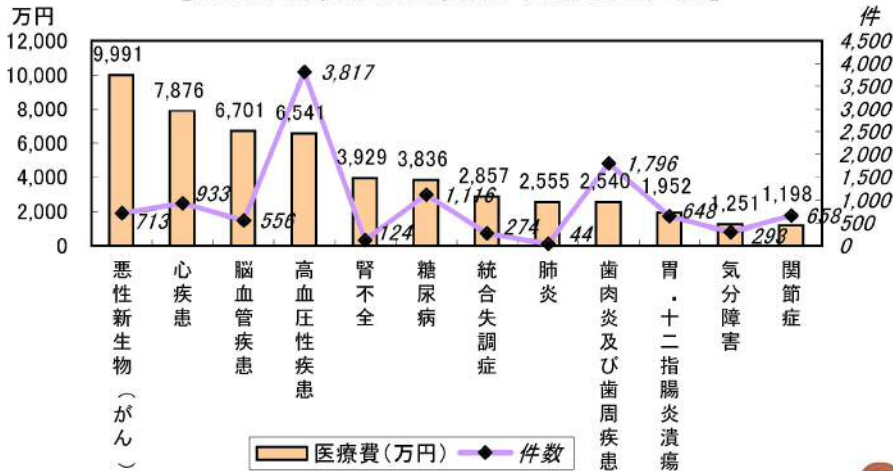
※第5期恵庭市介護保険事業計画(各年10月1日現在)

市の平成23年10月の第1号被保険者の要介護(支援)認定者数は、2,212人、認定率は15.2%です。

平成26年には2,924人、認定率は17.7%になると推計されています。

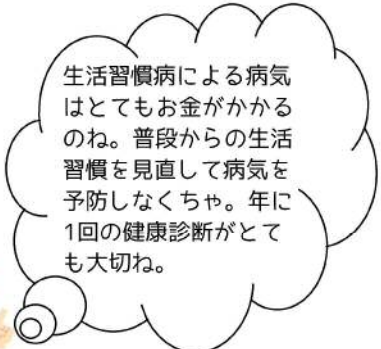
医療費

【疾患別医療費(国民健康保険・後期高齢者医療)】



※恵庭市保健福祉部医療給付課(平成23年5月分)

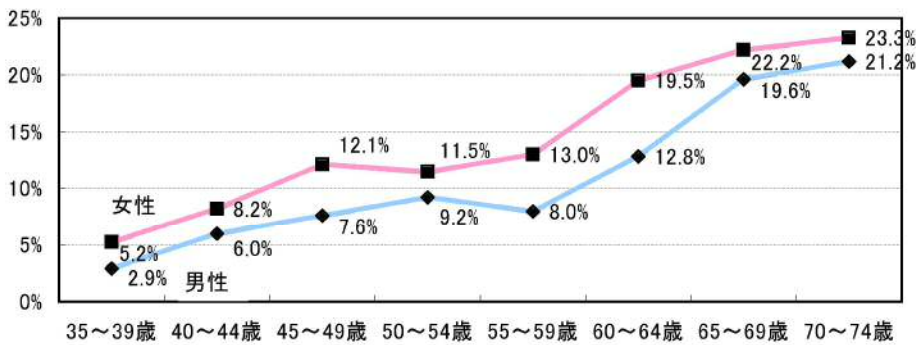
平成23年5月分の疾患別医療費の状況では、悪性新生物(がん)、心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病によるものが上位を占めています。



生活習慣病による病気はとてもお金がかかるのね。普段からの生活習慣を見直して病気を予防しなくちゃ。年に1回の健康診断がとても大切ね。

特定健康診査

【年齢階級別特定健診受診率】



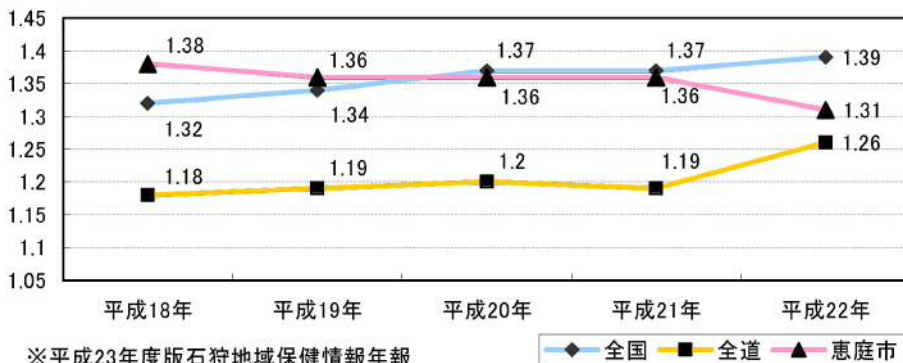
※恵庭市保健福祉部国民健康保険課(平成23年5月分)

市の平成22年度特定健康診査受診率は18.0%です。

受診率を見てみると、女性よりも男性が低い傾向です。また、年齢別では30~50歳代の働きざかりで10%前後と低い傾向にあります。

出生

【合計特殊出生率(注)】



※平成23年度版石狩地域保健情報年報

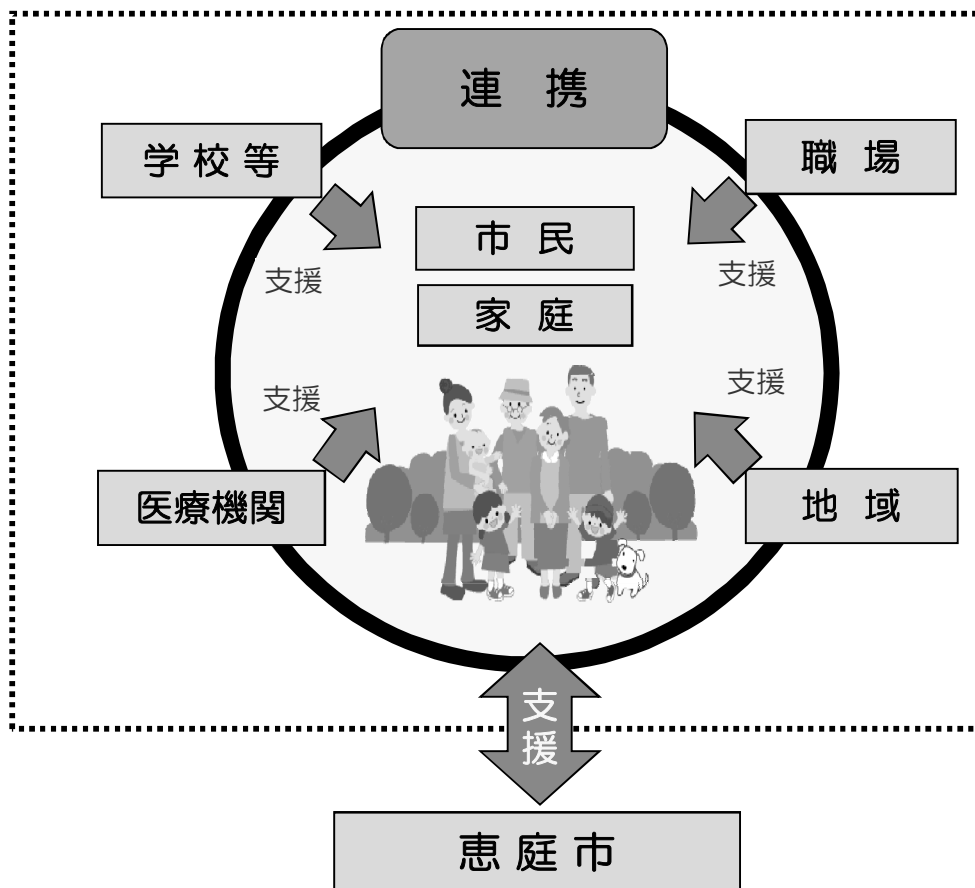
市の平成22年の出生は545人で、人口千人に対する出生率は全道より高いものの全国と比較すると低くなっています。合計特殊出生率は、全国、全道では増加傾向にあるものの、恵庭市では減少傾向です。

(注)合計特殊出生率 15歳から49歳までの女性の年齢別出生率を合計したもの。一人の女性が一生の間に生む子どもの数の推計。

健康づくり推進のために

市民の健康づくりには、一人ひとりが自らの生活習慣への関心と理解を深め、生活習慣を見直し、健康的な生活習慣を身につけるための取組みを実践することから始まります。その定着を図るには、家庭や学校、職場や地域など日常生活における様々な実施主体がそれぞれの役割を認識し、健康づくりを支えあうことが大切です。

市では、市民一人ひとりの健康づくりの取組みを様々な関係機関と連携を図りながら、支援・推進していきます。





恵庭市運動・スポーツ推進計画

～健康・スポーツ コミュニティ えにわ～

発行：恵庭市教育委員会 教育部スポーツ課
