

第 2 次時津町スポーツマスタープラン (2022 年度～2026 年度)

令和 4 年 3 月
時津町教育委員会



はじめに

本町では、スポーツが青少年の健全育成や地域社会の再生、心身の健康保持増進など多面にわたる役割を担い、町民に明るく健康で活力に満ちた生活をもたらす力になるものとして、2017年度に第1次時津町スポーツマスタープランを策定し、その振興に努めてまいりました。

さらに、本町においてはこれまで、全国大会等出場に対する補助や強化指定選手への奨励金など、競技スポーツ振興の一環として施策を実施してまいりました。その結果、これらを活用した時津町出身の選手がオリンピックをはじめ、世界大会へ出場するなど、めざましい活躍を見せております。

こうした背景の中、第1次時津町スポーツマスタープランの計画期間の終了に合わせ、その基本的視点を継承しつつ、本町の現状や課題を再度見直し、スポーツ基本法の規定に基づき、スポーツに関する施策に関し、国や長崎県との連携を図りつつ、地域の特性に応じ、より効果的なスポーツ振興を推進していくための新たな指針となる第2次時津町スポーツマスタープランを策定いたしました。

この新たなプランのもと、引き続きスポーツの主役である町民やスポーツ団体の活動を支援するとともに、子どものスポーツ機会の充実やこれまで同様競技力向上等の実現を目指し、その振興に努めてまいりますので、町民の皆さまのさらなるご理解とご協力をお願い申し上げます。

おわりに、この計画の策定にあたり、貴重なご意見・ご提言をいただきました町民の皆さまをはじめ、策定にご助言をいただいた有識者の皆さまに心よりお礼申し上げます。

令和4年3月

時津町教育委員会
教育長 相川 節子

目 次

「時津町スポーツマスタープラン(2022年度～2026年度)」の概要・・・・・・・・・・	1
基本方針・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	2

基本方針に基づく施策

1 生涯スポーツの推進 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	3
（1）成人のスポーツ活動の推進・・・・・・・・・・・・・・・・	3
（2）総合型地域スポーツクラブ等の活性化・・・・・・・・	4
（3）高齢者のスポーツ活動の推進・・・・・・・・・・・・・・・・	4
（4）障害者のスポーツ活動の推進・・・・・・・・・・・・・・・・	5
2 子どものスポーツ機会の充実 ・・・・・・・・・・・・・・・・	6
（1）幼児のスポーツ活動の推進・・・・・・・・・・・・・・・・	6
（2）少年のスポーツ活動の推進・・・・・・・・・・・・・・・・	7
3 競技スポーツの振興 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	8
（1）競技スポーツ選手・指導者の計画的な育成・強化	8
（2）競技環境の整備・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	9
4 スポーツ活動による交流促進 ・・・・・・・・・・・・・・・・	10
（1）イベントの充実・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	10
（2）自治公民館活動の推進・・・・・・・・・・・・・・・・	10
（3）スポーツを取り入れた生涯学習の推進	11

※スポーツ協会・・・・・・教育的意味合いの強い「体育」から、文化としての「スポーツ」を後世に継承していくため、「体育協会」から名称が変更されました。

※スポーツ推進委員・・・・「体育指導員」が規定されたスポーツ振興法がスポーツ基本法に改正された際に、「スポーツ推進委員」という規定に変わりました。

時津町スポーツマスタープラン(2022 年度～2026 年度)の概要

1 計画策定の背景及び趣旨

わが国においては、科学技術の高度化により生活の利便性が向上する一方で、日常生活の中で体を動かす機会が減少し、体力・運動能力の低下、精神的ストレスの増大など心身両面にわたる健康上の問題が顕在化しています。

また、急速に都市化が進み人間関係が希薄になっている一方で、年間労働時間の短縮や学校週 5 日制の実施等により自由時間が増大し、仕事や学業から離れた時間における居場所づくりや余暇活動の充実が強く求められるようになっていきます。

さらに、平均寿命の伸長と出生率の長期的な低下という少子・高齢化が急速に進行しており、わが国が将来にわたり活力のある社会を維持していくためにも、国民全体が健康で充実した生活を送ることが重要課題となっています。

このような社会環境の変化に伴い、国民のスポーツの実施目的、実施内容も多様化し、行政や関係団体に求められる内容も変化してきています。また、新型コロナウイルス感染症などの世界的な住環境の変化に対応した「新しい生活様式」を想定し、国民一人ひとりがスポーツ活動を継続的に実践できるようなスポーツ環境の整備が求められています。

さらには、「誰一人取り残さない」持続可能な社会の実現を目指した SDGs（持続可能な開発目標）においても、スポーツの重要性が示されています。

このような背景のなか、県においては、総合的なスポーツ推進の施策の方向や目標を示した「ながさきスポーツビジョン」が策定されており、また国においては「スポーツ基本計画」の見直しが進められています。

本町においては、B & G 海洋センター、とぎつ海と緑の運動公園、学校体育施設等を活用し、これまでも積極的なスポーツ振興策を展開してきましたが、さらに住民にとって身近な生涯スポーツ振興策が求められています。

本プランは、このような状況を十分に踏まえ、町民が生涯にわたって主体的にスポーツ活動を行い、健康で活力のある生活を送ることを目的として策定するものであり、本町の生涯スポーツ振興策の指針となるものです。

2 計画の位置付け

この計画は、スポーツ基本法第 10 条第 1 項に定める「スポーツ基本計画」を参酌して、その地方の実情に即したスポーツの推進に関する計画を定めるよう努めるものと規定された「地方スポーツ推進計画」であり、「ながさきスポーツビジョン」と整合性を図るとともに、町政運営の指針となる「時津町総合計画」及び本町教育の基本的な方針を示す「時津町教育振興基本計画」の下部計画に位置付けられるものです。

3 計画の期間

計画の期間は、2022 年度を初年度とし、2026 年度までの 5 年間としています。

基本方針

1 生涯スポーツの推進

「いつでも」「どこでも」「だれでも」気軽に楽しくスポーツに親しめる環境づくりを進め、生涯スポーツを通じて、いつまでも健康で活力のある生活を推進します。

2 子どものスポーツ機会の充実

幼児期における運動遊びに親しむ習慣づくりや、児童期少年期における体力向上及び競技力向上の基礎づくりを推進し、生涯にわたって運動に親しむきっかけづくりを行います。

3 競技スポーツの振興

スポーツ協会等を中心として競技団体・指導者及び競技者の育成を図り、競技スポーツを推進します。

4 スポーツ活動による交流促進

スポーツを通じた町民の元気とまちの活力を創出するために、コミュニティ活動の一環となる各種イベントを開催します。

基本方針に基づく施策

1 生涯スポーツの推進

スポーツを通じた町民の元気とまちの活力を創出するため、いつでも、どこでも、だれでも、気軽に楽しくスポーツに親しめる環境づくりを進め、生涯スポーツの推進に取り組みます。

【現状と課題】

本町では、少年スポーツ団体をはじめとして多くのスポーツ団体が活発に活動しています。その一方でスポーツに関心がない方やスポーツ習慣がない方もあり、それらを含め、スポーツを習慣化させる創意工夫が必要と思われます。多くの町民が健康に関心を持ち、健康づくりを実践するためには、グループにおけるサークル活動の継続支援はもとより、「いつでも、どこでも、ひとりでも」行うことができるウォーキングやジョギングなど健康づくりに関する情報発信をはじめ、「歩くまちづくり事業」の推進が必要となっています。

さらに、高齢化する社会の中で、高齢者の健康寿命を伸ばすことを目的とした健康づくり事業の推進が重要となっています。

【主な施策】

(1) 成人のスポーツ活動の推進

青年期（19～30 歳）は、筋力・持久力・瞬発力などの身体機能が最もピークに達する時期であり、スポーツ活動の進歩が著しい時期です。

体力が充実し、高度な技術を身につけることや、より高いレベルを目指し、それぞれの限界に挑戦することが可能であり、競技を中心としたスポーツライフを送る時期でもあります。

また、身体機能が最高に充実する時期ですが、学校の卒業や就職という生活の変化により、継続的なスポーツ活動の機会が減少することもあり、環境の変化に対応した新たなスポーツ習慣を形成することが必要になります。

壮年期（31～44 歳）は、社会人として時間的制約も多くなり、一般的には運動やスポーツ活動から遠ざかる時期になります。

身体面では、体力や運動能力が緩やかに低下を始め、社会人又は家庭人として新たなライフステージを迎える時期にあたります。

また、女性は結婚、出産、子育てが始まる時期でもあり、生活の変化によりスポーツを行う時間の確保が難しくなる時期です。

仕事や家事の比重が増え、自由な時間を確保することができない場合が多くなることから、意識的に運動やスポーツ活動を行えるよう努めることが必要になります。

休日を活用するなどスポーツを主体的に生活に根付かせていくとともに、ファ

ミリースポーツを実践したり、家族や仲間とアウトドアでのレジャーを楽しむなどの取り組みが必要です。

また、スポーツから離れる傾向が顕著となり、肥満傾向も増加してくることから、ウォーキングやジョギング、水泳などの運動や筋力トレーニングなどに取り組むことが望ましい時期です。

中年期（45～64 歳）は、身体的には視力が低下したり、体脂肪率が高くなる傾向が見られ、女性では骨量の急速な減少が進み始めます。

一方、社会的には仕事や地域での活動をはじめとして、様々な役割を担う時期でもあり、忙しさも増してくることから、運動やスポーツ活動から遠ざかり、生活習慣病に悩まされる人が増える傾向にあります。

家族や仲間との交流を楽しみながら運動できるウォーキングやジョギング、サイクリングのほか、軽スポーツ、水泳などに取り組むことが望ましい時期です。

① 定期使用団体への支援

体育施設の優先利用による支援を行い、定期的に継続してスポーツを行えるよう成人スポーツ活動の推進を図ります。

② 各種教室の開催

成人を対象とした各種教室を開催し、成人のスポーツ活動の推進を図ります。

○メンズフィットネス CLUB ○ダンスエクササイズ教室 ○アクアビクス教室
○SUP・カヌー教室 ○大人のヨット教室 ○ママさん軽スポーツ教室 など

③ 個人で行える健康づくりの情報発信

ウォーキングやジョギング等、個人の生活スタイルに取り入れやすいスポーツについて情報発信を行います。

(2) 総合型地域スポーツクラブ等の活性化

だれもがいつでも加入でき地域住民が主体的に運営する総合型地域スポーツクラブ等の育成・支援を行います。

① 総合型地域スポーツクラブの加入促進につながる事業協力を行います。

○総合型地域スポーツクラブと連携しながらクラブ加入のきっかけとなるスポーツ教室等を開催します。

② 総合型地域スポーツクラブ等への支援を行います。

○多世代の人々が多種目のスポーツを障害の有無を問わず、共に体験し、楽しめるクラブを支援します。

(3) 高齢者のスポーツ活動の推進

高齢期（65 歳以上）は、ライフスタイルの違いにより個人差が見られますが、加齢に伴い身体的な衰えが顕著となるとともに、体力・運動能力が低下し、疲労回復に時間がかかり体温調節機能も弱くなってきます。

しかし、個人の自由時間を有効に活用し、運動やスポーツ活動を楽しむことのできる時期であり、人生の中で最も多くの自由時間を持つことができる時期でもあります。

また、健康に対する不安や一人暮らしによる孤独感に陥らないためにも、自ら健康づくりに心がけ、主体的に行動することが大切です。

家族や仲間、世代間を超えた人々とスポーツや趣味を通じて積極的に交流を図り、また、自らの健康づくりに心がけるとともに体力の衰えを防ぐためにも、楽しみ方を工夫し、主体的に運動やスポーツを親しみながら行うことが大切です。

① 高齢者のためのトレーニングマシン及びプール 活用事業

町内社会教育施設のトレーニングマシン及びプールを無料開放し、高齢者の健康増進を図り、元気な高齢者自らが地域スポーツの担い手となって実践できる環境づくりに努めます。

② 高齢者が健康を維持するための教室開催や取り組みへの支援

高齢者がいつまでも健康で元気に暮らせるよう、福祉部局と連携しながら教室を開催します。

○シニアストレッチ&ウォーキング教室 ○ゆう遊塾

○うおーたーふろんと健康遊具講習会 ○脳トレ・スクエアステップ教室

○高齢者サロン活動の支援 など

(4) 障害者のスポーツ活動の推進

平成 23 年 8 月に施行された「スポーツ基本法」においては、「スポーツは、障害者が自主的かつ積極的にスポーツを行うことができるよう、障害の種類及び程度に応じ必要な配慮をしつつ推進されなければならない。」とされています。

今までは、スポーツ関係者と障害福祉関係者が、各々でスポーツ活動を実施していましたが、これからは、スポーツ関係者と障害福祉関係者が、各地域で連携・協働体制を構築し、障害の有無に関わらずスポーツの振興を一体的に図ることが必要です。

① 障害者のスポーツ活動の推進・支援

障害者スポーツの推進は、障害者のスポーツ参加を促し、自立や社会参加の促進につながります。また、スポーツ・レクリエーション活動を通じて、障害者同士または障害者と健常者との交流が生まれ、相互の理解や連帯感が高まるという効果が期待されます。

そのため、福祉部局と連携しながら、長崎県障害者スポーツ大会の参加者に対し大会出場に対する情報発信や支援等を行います。

また、町民ロードレース大会においては、伴走者を伴った参加を支援するなど、障害者の積極的なスポーツへの参加意欲の向上を図ります。

【指標】

指 標	基 準(現状)			目 標
	年度		単位	(令和7年度)
スポーツ団体会員数（一般・事業所）	元	1, 5 7 6	人	1, 6 0 0
成人対象教室等の参加者数（海洋性スポーツを除く）	元	5 2 1	人	5 5 0
高齢者を対象としたスポーツ教室（海洋性スポーツを除く）	元	7 2	人	1 0 0
総合型地域スポーツクラブと協働した事業の開催数	元	—	回	2

2 子どものスポーツ機会の充実

幼児期からの運動遊びに親しむ習慣作りとともに、児童生徒の体力向上と多種・多様化するスポーツに親しむ機会の確保に努めます。

子どもの心と身体や将来の飛躍に重点を置いた研修会を開催し、指導者の育成を図ります。

【現状と課題】

ゲームやスマートフォン等に触れる機会が増え、屋外で運動して遊ぶ機会が減る等の要因もあり、体力の低下が懸念されています。また、スポーツ活動に日ごろから親しむ子どもとそうでない子どもの二極化が見られます。そのため、気軽にスポーツに親しむ機会の確保が課題です。

【主な施策】

(1) 幼児のスポーツ活動の推進

幼児期（1～5歳）は人格形成の基礎となる時期であり、心身ともにめざましく発達する時期です。

この時期に、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を養い、運動に親しむ生活習慣を身につけることが重要です。

自然の豊かな環境において、親子の触れ合い、仲間との交流をしながら、歩く、走る、跳ぶ、投げるなど多様な遊びを頻度多く楽しむことが望ましい時期です。

① 各種教室の開催

幼児を対象とした各種教室を開催し、幼児のスポーツ活動の推進を図ります。

○幼児水泳教室 ○親子ふれあいスポーツ教室 ○幼児ダンス教室など

(2) 少年のスポーツ活動の推進

児童期（6～12歳）は、学校・地域・家庭での様々な遊びを中心とした運動やスポーツにより、基礎的な体力や運動能力を身につけることが重要です。

健康や体力の根幹となる持久力を高めるためには、自らの興味・関心を活かして、自主的・自発的に「きつい」ないし「かなりきつい」と感じる程度の運動を1日5～15分、週3回以上行うことが望ましい時期です。

少年期（13～18歳）は、多様なスポーツを体験し、生涯にわたってスポーツに親しんでいけるようなスポーツ習慣を形づくっていく時期です。

また、心身ともに、子どもから大人へと移り変わる時期であり、心身の成熟とともに人間形成からみても大切な節目の時期でもあります。

持久力を高めるには、自発的に「ややきつい」ないし「かなりきつい」と感じる程度の運動を1日10～30分、週3回以上、また、筋力を高めるためには、「ややきつい」と感じる負荷を伴う筋力トレーニングを1日10～30分、週2回以上行うことが望ましい時期です。

① 少年スポーツ団体への支援

体育施設の優先利用及び使用料免除による支援を行い、少年スポーツ団体の活動の推進を図ります。

② 各種教室の開催

少年を対象とした各種教室を開催し、少年のスポーツ活動の推進を図ります。

○小学生各種スポーツ教室 ○ジュニア水泳教室 ○マリンスポーツ教室

○ジュニアヨット体験 など

【指標】

指 標	基 準(現状)			目 標
	年度		単位	(令和7年度)
スポーツ団体会員数（少年）	元	678	人	700
幼児対象教室等の参加者数（海洋性スポーツを除く）	元	41	人	100
少年対象教室等の参加者数（海洋性スポーツを除く）	元	116	人	150

3 競技スポーツの振興

本町の選手が、全国大会等で優秀な成績を収めることは、町民に大きな感動と活力を与え、郷土愛を育みます。

また、活躍した選手が指導者として本町の競技力及び競技水準の向上や競技人口の拡大につなげるなど、時津町スポーツ協会と連携しながら町内のスポーツ振興の好循環を図っていく必要があります。

【現状と課題】

本町の選手が競技力を向上させ、全国大会等で優秀な成績を収めるためには、競技環境の整備や指導者の育成が重要です。

特に青少年においては、心身の健全育成の観点から文武両道を実践しながら、競技力向上を図ることが重要であるため、学習やスポーツおよび心身の休養などのバランスが課題となっています。

【主な施策】

(1) 競技スポーツ選手・指導者の計画的な育成・強化

青少年のスポーツ競技力の向上のために全国大会などへの参加を支援します。
また、指導者育成の研修会を開催するなど、競技スポーツの振興を図ります。

①とぎつつ子の夢を育む奨励金の活用

スポーツ分野において強化選手の指定を受けた青少年に対して、とぎつつ子の夢を育む奨励金を交付し、青少年のスポーツ競技力の向上を図ります。

奨励金の活用状況

(単位：千円)

奨励金	全国規模		西日本規模		九州規模		県規模	
	件数	補助金額	件数	補助金額	件数	補助金額	件数	補助金額
平成30年度	1	150	0	0	0	0	4	750
令和元年度	1	150	0	0	1	30	5	780
令和2年度	0	0	0	0	0	0	2	100

②とぎつつ子の夢を育む補助金の活用

国際大会、全国大会、九州大会又は離島で開催される県大会に参加する個人の参加負担金、旅費及び宿泊費について、とぎつつ子の夢を育む補助金を交付し、青少年のスポーツ競技力の向上を支援します。

補助金の活用状況

(単位：千円)

補助金	国際大会		全国大会		九州・西日本大会		県大会(離島)	
	件数	補助金額	件数	補助金額	件数	補助金額	件数	補助金額
平成30年度	1	92	26	2,490	40	1,511	0	0
令和元年度	1	85	16	992	23	2,342	0	0
令和2年度	0	0	10	842	13	1,103	0	0

③ 各種スポーツ団体への支援

各種スポーツ団体への支援として、スポーツ協会へ「時津町スポーツ協会育成事業補助金」、「県民体育大会出場補助金」を交付し、各種スポーツ団体のスポーツ競技力の向上を支援します。

補助金の活用状況

(単位：千円)

補助金	時津町スポーツ協会 育成事業補助金	県民体育大会 出場補助金	
	補助金額	件数	補助金額
平成30年度	2,400	200	1,210
令和元年度	2,400	91	1,154
令和2年度	2,400	101	238

④ 指導者の養成

指導者向けの研修会を開催し、競技種目指導者の育成を図るとともに、さらなる指導力向上のための支援を検討します。

○ジュニアスポーツ指導者セミナー（少年スポーツ団体指導者講習会）など

(2) 競技環境の整備

町民がいつでも気軽に様々なスポーツに取り組めるよう、またスポーツ協会と連携しながら競技力向上を目指した各種スポーツ大会を開催できるよう、競技環境の整備を図ります。

① スポーツ協会主催などによる競技スポーツ大会の支援

ふれあいソフトボール大会、町民バレーボール大会、事業所対抗ソフトボール大会などのスポーツ協会主催事業と連携強化を図りながら、生涯スポーツ活動の推進及び自主的活動の促進を図ります。

② 設備の維持管理

生涯スポーツや競技スポーツを振興するために、施設の適正な維持管理を行い、必要備品の交換等充実を図ります。

【指標】

指 標	基 準(現状)			目 標
	年度		単位	(令和7年度)
講習会・セミナーの延べ参加者数	元	—	人	300

4 スポーツ活動による交流促進

スポーツを通じた町民の元気とまちの活力を創出するため、スポーツ協会や地域団体と協力してスポーツ活動による交流を図ります。

【現状と課題】

スポーツ協会、自治公民館及びスポーツ推進委員と協働してスポーツ大会を開催し、町民のスポーツ活動による交流促進を図っています。

町民のふれあいと地域の活性化を図るため町民体育祭などを開催してきましたが、個人志向の高まりや価値観の多様化により、選手・参加者集めに苦慮している地域があります。

【主な施策】

(1) イベントの充実

スポーツ協会、自治公民館、スポーツ推進委員と協働して地域住民が気軽に楽しく参加しやすいスポーツ大会を開催するなど、イベントの充実を図ります。

また、B & G海洋センターを活かしたマリンスポーツの強化・充実に取り組みます。

- 町民体育祭
- 町民ロードレース大会
- マリンデーフェスタ
- 子ども会等を対象としたマリンスポーツ体験 など

(2) 自治公民館活動の推進

自治公民館でのスポーツ活動の推進を図ります。

① 自治公民館スポーツクラブへの支援

体育施設の優先利用や使用料免除などの支援を行い、自治公民館のスポーツ活動の推進を図ります。

② 自治公民館主催スポーツ事業への支援

自治公民館体育部長研修会等を通し、様々な新しいスポーツを実施・紹介するなど、地域スポーツ活動の活性化を支援します。

(3) スポーツを取り入れた生涯学習の推進

生涯学習によるスポーツ活動や学習教室の推進を図ります。

① 各種教室の開催

○ふるさと散歩 ○健康話とリラックスヨガ教室 など

【指標】

指 標	基 準(現状)		目 標	
	年度		単位	(令和7年度)
自治公民館スポーツクラブ会員数	元	5 8 5	人	6 1 0