

# 東京都 スポーツ推進委員だより

第123号

(一社)東京都スポーツ推進委員協議会

2021年5月15日

編集：情報委員会

社員総会



## 令和3年度事業方針・事業計画概要

### 【方針】

新型コロナウイルスの感染が確認されてから1年以上が経ち、2月末現在、感染者は世界で1億1370万人を超えました。日本においては2度目の緊急事態宣言が発出され、感染拡大防止対策が図られてきましたが、感染者は43万人を超えています。政府は、日々の感染者数は減少しつつあるものの病床の使用率が高い地域があるなど依然厳しさが見られるとして、首都圏1都3県の緊急事態宣言期間を2週間再延長（3月21日まで）し、感染拡大を抑え込むとしています。感染対策の切り札と言われるワクチンの接種も始まりましたが、感染力が強いといわれる変異型ウイルスも拡大しつつあることから、感染防止対策を引き続き徹底していく必要があります。

1年延期された東京オリンピック・パラリンピックは、この時期にきて大会組織委員会の会長が交代したこと、聖火リレーのスタート時期が迫っていること、今夏の開催に厳しい世論があることなど、難しい状況におかれています。オリンピック・パラリンピックがもたらす感動は私たちの関わる地域スポーツの推進にも大きく影響するため、1日も早く、安全かつ安心に開催される状況になることを願うばかりです。

スポーツ庁が公表した令和2年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」では、成人の週1日以上スポーツ実施率は昨年度より6.3ポイント増えて59.9%となり、全ての年代層で前年度を上回りました。東京都が公表した「都民生活に関する世論調査」（令和2年9月実施）では、都民のスポーツ実施率は60.4%で前回調査（2018年）より3.2ポイント増えています。両調査とも、これまで課題とされてきた子育て世代の女性、働き盛り世代の男性の実施率が向上している結果となりました。一方、国の令和2年度「障害者のスポーツ参加に関する調査研究」では、成人の障がい者のスポーツ・レクリエーションの実施率は昨年度から0.4ポイント減の24.9%でほぼ横ばいであり、東京都の調査では、前年調査より5.1ポイント減の31.9%という結果でした。

こうした中、東京都は「未来の東京」戦略（案）を公表（2月12日）し、パブリックコメントを経て今年度末には取りまとめをすとしてしています。戦略16には「スポーツフィールド東京戦略」が挙げられており、4つのプロジェクト『①「スポーツフィールド・

TOKYO」プロジェクト、②「スポーツベニュー・レガシー」プロジェクト、③「パラスポーツ・シティ」プロジェクト、④「スポーツ・ウェルネス・シティ」プロジェクト』の3か年アクションプランや2030年への展開も示されています。

令和3年度は、これらの時代背景や新たな動きに適切に対応していけるよう、スポーツ推進委員の資質向上に向けた事業展開をしていきます。

各事業は2020東京大会の関係で秋以降に集中することになりますが、皆さまのご理解、ご協力を得ながら進めてまいりますので、よろしくお願ひいたします。

### 【会議】

#### 1. 社員総会

- 第1回 5月15日(土) 書面決済
- 第2回 9月29日(水) 武蔵野公会堂
- 第3回 12月8日(水) 江東区深川スポーツセンター、毬乃
- 第4回 3月23日(水) 武蔵野公会堂
- 臨時総会 7月14日(水)

- 2. 理事会 4月14日、5月7日、6月9日、7月14日、9月8日、10月13日、11月17日、1月12日、2月9日、3月9日

- 3. 各委員会（女性委員会を含む） 随時開催

- 4. 会長会 未定

- 5. 監事監査 5月 日( )

- 6. 表彰審査会

4月 日( )：関東大会功績者及び都スポ協功労者

5月 日( )：全国大会功労者等

於：都スポ協事務所

- 7. その他 特別委員会は必要に応じ随時開催

### 【事業】

- 1. 東京都共催事業(予定)

- (1) 広域地区別研修会

・広域地区別研修会開催地区（会場は予定）

地区	担当地区	期 日	会 場
1B	千代田区	9月12日(日)	千代田区立スポーツセンター
2B	荒川区	11月27日(土)	荒川総合スポーツセンター
3B	世田谷区	9月20日(祝)	成城ホール
4B	練馬区	10月30日(土)	ココネリホール
5B	葛飾区	9月25日(土)	奥戸総合ｽﾎﾟｰﾂｸﾞﾗｰﾌﾞﾃﾞｨｰﾂ
6B	多摩市	9月11日(土)	多摩市立総合体育館
7B	日の出町	9月18日(土)	日の出町立平井中学校体育館
8B	武蔵村山市	11月20日(土)	武蔵村山市中部地区会館
9B	三鷹市	10月30日(土)	SUBARU 総合ｽﾎﾟｰﾂｸﾞﾗｰﾌﾞﾃﾞｨｰﾂ
10B	西東京市	11月6日(土)	西東京市南町ｽﾎﾟｰﾂ・文化交流センター
11B	神津島村・新島村	11月27日(土)	ニューピア竹芝サウスタワー

・ブロック責任者会議(令和4年度 担当地区)：  
7月14日(水) ※変更の可能性あり

## (2)課題別研修会

研修会名	期日	会場
未定	11月 日( )	未定

## (3)地域スポーツ支援研修会(会場は予定)

研 修 会 名	期 日	会 場
地域スポーツ支援研修会(区部)	1月22日(土)	港区男女参画センター『リーブラ』
地域スポーツ支援研修会(市町村部)	2月12日(土)	立川市女性総合センター『アイム』
地域スポーツ支援研修会(全域)	未定	未定

## (4)初級障がい者スポーツ指導員養成講習会

令和4年

日程： ① 1/15(土) ② 1/22(土)  
③ 1/29(土) ④ 1/30(日)  
⑤ 2/5(土)

会場：

## (5)中級障がい者スポーツ指導員養成講習会

日程：未定

会場：未定

## 2. 自主事業

### (1)研修事業

研 修 会 名	期 日	会 場
初任者講習会	6月 日( )	未定
ニュースポーツ	6月 日( )	未定
実務研修会	ニュースポーツと合わせて1回で行うことを検討	
交流ポッチャ大会	未定	未定
女性委員会企画研修会	12月4日(土)	未定
宿泊研修会	未定	未定

(2)東京都スポーツ推進委員だより及びホームページの配信

(3)調査研究・資料収集

(4)顕彰(スポーツ推進委員功労者の表彰)

- ① (一社)東京都スポーツ推進委員協議会の表彰(功労者、感謝状、特別表彰)
- ② (公社)全国スポーツ推進委員連合の被表彰候補者の推薦(団体と個人)
- ③ 関東スポーツ推進委員協議会の被表彰候補者の推薦

## 3. 派遣事業

(1)関東スポーツ推進委員研究大会

(中止)6月4日(金)～5日(土) 長野県長野市

(2)第62回全国スポーツ推進委員研究協議会

11月18日(木)～19日(金) 佐賀県佐賀市

(3)生涯スポーツ・体力づくり全国会議

2022年 2月4日(金)

(4)スポーツ推進委員リーダー養成講習会

2022年 3月5日(土)～6日(日)

## 【協力事業】

1. 東京マラソン

10月17日(日)

令和4年3月6日(日)

2. 新宿シティハーフマラソン 1月23日(日)

3. (公社)全国スポーツ推進委員連合

(1)機関誌「みんなのスポーツ」の購読促進

(2)「スポーツ推進委員手帳」「スポーツ推進委員ハンドブック」の普及推進

(3)シンボルマークのグッズの普及推進

(ジャンパー・ポロシャツ・バッジ・ペンダント・ネクタイ・タイピン・ピンブローチなど)

(4)賛助会員としての協力促進

(5)その他関連事項等

## 【その他】

1. (公社)全国スポーツ推進委員連合理事会・総会  
6月10日(木)

2. 関東スポーツ推進委員協議会理事会

6月4日(金)

関東スポーツ推進委員協議会理事会 理事会

令和4年2月 日( )

## 社員総会



## 令和2年度 第4回社員総会

されていた第4回社員総会は、新型コロナウイルスの感染状況を鑑み、書面決議で行われました。決議の目的である事項について正会員に郵送された提案書に対し、令和3年3月30日（火）正会員全員から同意の意思表示を得たので提案は可決されました。提案内容は以下の通りです。

## 報告事項

- 1) 理事会報告（第6回：1月13日）（第7回：2月10日）（第8回：3月10日）の件
- 2) 各委員会報告（企画総務・研修・情報・女性）の件
- 3) 財務報告の件

- 月13日）（全域：2月27日）の件
- 5) 生涯スポーツ・体力づくり全国会議 2021 <2月5日（金）>の件
- 6) 障害者スポーツフォーラム<2月14日（土）>の件
- 7) 関東スポーツ推進委員協議会理事会報告
- 8) 関東スポーツ推進委員協議会臨時理事会報告

## 協議事項

- 1) 令和3年度事業計画（案）
- 2) 令和3年度予算（案）

記事 本下 文洋 情報委員会（西東京市）

## 研修会



## 地域スポーツ支援研修会【区部・市町村部】

新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、1月23日に予定されていた地域スポーツ支援研修会「区部」が中止となったため、「市町村部」と併せて2月13日（土）にZoom使用によるリモート形式で研修会が行われました。参加者は87名でした。

東京都オリンピック・パラリンピック準備局スポーツ推進部調整課課長代理 梅村康子様と新島二三彦会長の挨拶の後、「みんなができる、みんなのできる、ラジオ体操」をテーマに研修会を行い、オンライン参加と運営委員を含め87名が参加しました。

講師の全国ラジオ体操連盟指導委員 小野梨沙氏のご自宅からオンラインの研修会を発信していただき、前半はラジオ体操についての講義、後半は体操のポイントを解説して頂いた後、実技を行いました。

「最近小学生や学校の先生に、ラジオ体操をやったことがない、知っているけれどやったことがない人が増えてきた。生活環境の変化や生活の多様化で時代の流れが変わってきていると感じるが、ラジオ体操がそのまま廃れるには勿体無い。良いところがたくさんあるので伝えたい。」とお話しされました。

前半の講義では

- ・ラジオ体操の歴史
- ・ラジオ体操とは
- ・ラジオ体操の特徴
- ・ラジオ体操は何のためにやるのか
- ・大人や高齢者にとってのラジオ体操の役割
- ・地域コミュニティへの参加ツールとしてのラジオ体操

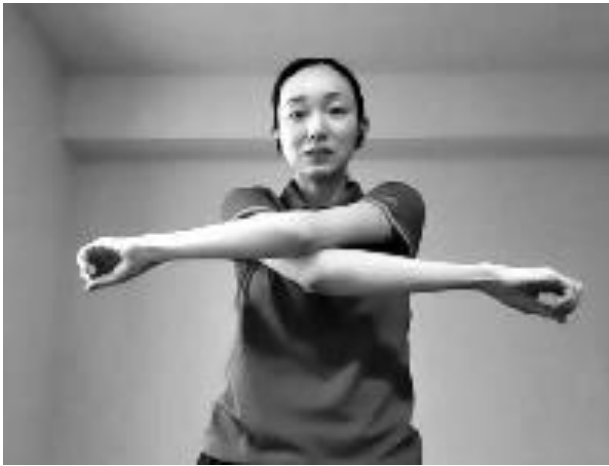
操

- ・子どもにとってのラジオ体操の役割

・子どもがラジオ体操を楽しむポイントなどについてお話いただき、休憩を挟んで実技の前半はラジオ体操第1のポイントを解説して頂いた後、音楽に合わせて体操を行いました。

講義では、「ラジオ体操の良いところは、みんな体操を知っているところ。教わる必要がないし、音楽がかかればできる。ひとりでも大勢でも出来る。上手い下手がないので参加しやすい。」ことや「3分間の体操が、体に無理なく刺激を与えられるように、優しい運動からはじまり途中で激しくなって最後は深呼吸で呼吸を整えて終わるといふ、山登りのような運動になっている。ラジオ体操だけでも良いし、怪我を予防するために準備運動としても期待できる。」などの、ラジオ体操の特徴を学びました。

大人や高齢者にとっては介護予防や寝たきり、認知症の予防、運動習慣の維持や身体活動量の確保、地域コミュニティへの参加ツールにもなり、近年体力の落ちてきた子どもたちにとっては、ラジオ体操だったら知っていてできるということが、将来健康のために役立つものになるのではないかと考え、全国を回って普及に努めておられる小野氏の講義は、ラジオ体操の本質を学習する上でとても有意義な研修でした。



記事 本下 文洋 情報委員会(西東京市)  
写真 オンライン録画

## 研修会



## 地域スポーツ支援研修会【全域】

令和3年2月27日(土)14時00分、定刻通り、東京都地域スポーツ支援研修会がリモート形式で実施されました。参加者は100名でした。まず、東京都オリンピック・パラリンピック準備局スポーツ推進部地域スポーツ振興担当課長の神野美和様より、未だ、コロナの終息が見えないところではあるが、本日の講義内容にもある通り、「健康二次被害」に関しては、東京都としても大きな関心事であることを指摘され、一方で、このコロナ禍において、東京都スポーツ推進委員各位においても、それぞれの地域で様々な工夫がされている事に改めて感謝の意を示されました。そして、当研修会が「健康二次被害」に関する医学的なエビデンスを元に、今後のスポーツ推進委員の在り方や留意すべき点など多くの示唆を得る事が出来るのではないかと期待していると述べられました。次に、新島二三彦会長より、このコロナ禍ではあるが、今回、この研修会を快諾して頂いた久野教授に関して感謝の意が述べられました。

久野教授による講義は、以下の点を踏まえながら、分かりやすい解説で幅広い視点から示唆を得る事が出来ました。

- ① コロナ禍においては「正しく恐れながら」という姿勢を忘れない

- ② コロナが原因（巣ごもり）で体調を崩すこともあるが、一方で運動しない事においても体調を崩す事がある
- ③ 特に高齢者においては、有酸素運動（歩く）よりも、筋力を重視した運動が肝要である
- ④ 運動の必要性と同様に「社会参加」も大変重要な要素である

以上の点に関して、国内外の医学的エビデンスを示しながら、ご講義を頂きました。また、講義後の質問コーナーにおいては、参加したスポーツ推進委員から多くの質問があり、久野教授はその質問すべてに対し丁寧な対応を頂きました。

最後に、才郷副会長より久野教授へ改めての感謝の意を示すと共に、今後のスポーツ推進委員の活動に対し更なる連携・協力する事が大切である事が述べられました。また、今回は2回目の（参加者の中には初めての方もいる）リモートでの開催と言う事もあり、参加された委員の皆さまへのご理解にも感謝され閉会しました。

記事 大崎 太介 情報委員会(品川区)  
写真 オンライン録画



### 自粛による運動不足と社会参加の制限による認知機能低下

5月調査（自粛後約2か月）：新潟県見附市 60歳

12.6%

11月調査（自粛後約8か月）：5自治体  
60歳以上～90歳台 n=4700人

27.0%

2.1倍

認知機能低下の原因の仮説：  
社会参加の制限により人と会えなくなり、会話が減少したため

## 研修会



## 生涯スポーツ・体力づくり全国会議2021

生涯スポーツ・体力づくり全国会議2021が令和3年2月6日（金）、コロナ禍のため初めてのリモート形式で開催されました。全体テーマは「スポーツの力～新しい生活様式におけるスポーツ～」で、例年と同様の内容で行われました。

今回は対面ではないためか、淡々とした資料説明で終わったこと、意見・質問の機会がなかったことが残念に思いました。一方、コロナ禍でもこうした情報提供の機会があることはありがたいと改めて感じましたし、新しい生活様式の中でのスポーツのあり方を考える良い機会ともなりました。

概要は以下のとおりです。

■基調講演「今だからこそ、新しい生活様式におけるスポーツの力を皆に届けよう！」

講師：室伏広治氏（スポーツ庁長官）

概要：スポーツ基本法とスポーツ基本計画の説明、スポーツ庁の啓発リーフレット及び動画の紹介

■セッション1「新たな生活様式における成人女性のスポーツ参加に向けて」

講師：上地広昭氏（山口大学教育部 准教授）

概要：行動変容を起こさせるポイントとそのために考慮すべきこと。

■セッション2「新しい生活様式におけるスポーツ」

の実践

講師1：平岩時雄氏（平岩スポーツコンサルタント代表）

概要：スポーツはさせるものではなく、重要なことを伝え、コツを自分で取り組んで習得していくもの。

講師2：原 秀光氏（(公財)日本レクリエーション協会事業部係長）

概要：簡単な実技を2つ紹介。

■ショートレクチャー「新しい生活様式における身体活動の重要性と増加方策」

講師：山口泰雄氏（流通科学大学特任教授／神戸大学名誉教授）

概要：日本は世界の中でも身体的不活動の者の割合が高い。身体的不活動の死亡へのリスクは喫煙のリスクと同等である。

■セッション3「With コロナ時代における障害者のスポーツ活動」

講師：田川豪太氏（障害者スポーツ文化センター 横浜ラポール）

概要：障がい者のスポーツはリハビリから始まっており、どの位提供できるかが課題である。

記事 会長 新島 二三彦

## 研修会



## 障害者スポーツフォーラム

令和3年2月14日（日）東京都庁第一本庁舎5階大会議場で「障害者スポーツフォーラム」が講演者とスタッフのみが集まって行われました。

昨年度、同じ時期に開催されるはずでしたが、コロナ感染症が拡大しているため、中止になりました。今年度も同じ状況の中、オンラインを活用して開催できたことはとてもよかったと思いました。

第1部は、シンポジウムが行われました。シンポジウムゲストは、パワーリフティングのパラリンピアの三浦浩氏、同じく車いすテニスのパラリンピア二條実穂氏、そして小谷実可子氏の3名で行われました。私は、残念ながらトークセッションは聞くことができませんでした。

第2部は分科会が行われました。一昨年までは、分科会が同時進行だったため一つの分科会の話しか聞け

ませんでした。今回はリモート形式のため第1分科会から順番に行われました。

第1分科会は「学校におけるスポーツ」 特別支援学校の小林真先生、小島隆司先生からの講演。

第2分科会は「競技団体を通じて選手を支える」 東京都車いすサッカー協会副会長中坪勇氏、東京ポッチャ協会副会長佐藤勝枝氏からの講演。

第3分科会は「医療とスポーツの連携」 東京都理学療法士協会スポーツ局障がい者スポーツ部長の多賀留美氏、東京都スポーツ推進委員協議会副会長島田泰子からの講演。

第4分科会は、「魅力的な情報発信」 毎日新聞社の記者山口一郎氏、フリーライター星野恭子氏からの講演。

私は、第3分科会でお話しさせていただきました。内容は東京都スポーツ推進委員協議会の紹介と活動内容を話させていただきました。今年度はコロナ感染症予防のため、実際行えた研修会と今後の課題などについてお話ししました。様々な団体とも連携をとっていききたいことを提案し、まとめとしました。

それぞれの分科会の活動内容は理解でき、興味ある内容のものばかりでした。リモート形式のため、聞いていただいている方々の表情や反応がわからず不安でもありました。やはりお話しした後の質疑応答など対面式で行う良さも実感させられました。次回は、対面式で開催されることを願っています。

記事 副会長 島田 泰子

#####  
編集後記

昨年度は新型コロナウイルスに振り回された一年となってしまいました。今年に入ってから都スポ協の多くの会議がオンライン形式で行われました。また今号に掲載された研修会はすべてリモート形式での開催となりました。昨年度の「地域スポーツ支援研修会」は情報委員会が担当いたしました。初めてのリモート形式での研修会となり知らない点多々あったかと思いますが、多くのスポーツ推進委員の方々にご参加いただき感謝申し上げます。アンケートを読ませていただくとリモート形式ならではの利点もあったと思います。情報委員会としてもこれらの経験も踏まえ新たな情報発信を模索していきたいと思います。今後ともよろしく願いいたします。

編集 平野 秀夫 情報委員会 (江戸川区)

#####