

健康スポーツライフ杉並プラン第 2 期（平成 30～33 年度）の取組状況について

（令和 3 年 3 月現在）

柱 I 子どものスポーツ・運動・遊びの推進

1 学校での体づくり活動の充実（3）スポーツ大会等の挑戦機会の充実

○交流自治体中学生親善野球大会

◇目的

杉並区と交流のある自治体の中学生との親善野球大会を行い、中学生の健全なスポーツ精神を培うとともに、異文化理解・国際理解を深める契機とする。

◇内容

平成 23 年度から、台湾台北市と杉並区において交互に開催している。ほかに、杉並区の交流自治体の中学生も参加し、異なる地域の中学生同士が親善試合や交流プログラム、ホームビジットなどを通して相互理解を深めている。

◇実績

○令和元年度 台北市で開催(全 14 試合)

・参加状況 杉並区 2 チーム 49 人 (中学生 29 人)

福島県南相馬市 1 チーム 17 人 (中学生 11 人)

台北市 6 チーム (大理高級中学、北投國民中学、長安國民中学、重慶國民中学、陽明高級中学、興福國民中学)

○令和 2 年度 杉並区で開催／新型コロナウイルスの影響により、下記のとおり開催

・参加状況

オンライン交流：杉並区 27 人、台湾台北市 (大理高級中学・長安国民中学) 30 人、
福島県南相馬市 9 人、新潟県小千谷市 30 人

交流試合：オール杉並イースト・ウエスト 28 人、オール杉並OB・教員チーム 22 人

2 地域での多様な遊び・スポーツ体験の充実（5）多様なスポーツ体験の機会の充実

○チャレンジ・アスリート

◇目的

子どもたちが広くスポーツに親しみ、スポーツへの夢を抱き、競技を極めオリンピック・パラリンピックを目指す可能性や、スポーツに関する仕事を目指す可能性など、スポーツを取り巻く多様な可能性に気づく機会を提供し、「夢に向かって自らの意思でスポーツを選びチャレンジする子ども」を育成する。

◇対象

実技体験：小学生、中学生

職場見学：小学 5 年生～高校生

◇内容

実技体験は、多様な種目を楽しむことに重点を置き、オリンピック選手による実技指導とパラリンピック種目体験を組合せて実施している。職場見学は、令和 2 年度はスポーツクラブインストラクター、スポーツシューズ企画・生産スタッフ、スポーツ栄養士、スポーツ選手のマネジメントスタッフの 4 コースを実施した。新型コロナウイルス感染症感染拡大の影響により実技体験を 1 回中止。また、一部、オンラインを併用して実施した。

〈チャレンジ・アスリート実績〉

	平成 30 年度	令和元年度	令和 2 年度	令和 3 年度(予定)
開催回数	4 回	4 回	3 回	4 回
参加人数	実技 1 回目 44 人	実技 1 回目 41 人	実技 1 回目 39 人	実技 1 回目 40 人
	実技 2 回目 45 人	実技 2 回目 30 人	実技 2 回目 42 人	実技 2 回目 40 人
	実技 3 回目 42 人	実技 3 回目 36 人	職場見学 18 人	実技 3 回目 40 人
	職場見学 24 人	職場見学 24 人		職場見学 20 人

柱Ⅱ 興味を持とう！スポーツ・運動の意識啓発

1 多様な角度からのスポーツ・運動の意識啓発

(1) 杉並区健康づくり推進期間での啓発事業

○スポーツ始めキャンペーンの実施

◇目的

日頃スポーツ・運動を行っていない人に、スポーツ・運動を始めるためのきっかけづくりとして、無料・低額で教室に参加できるチケットを配布し、スポーツ・運動への参加を促す。

◇期間 令和元年度：令和元年10月7日～令和2年1月17日

令和2年度：令和2年10月1日～令和3年1月31日

◇パンフレットの配布方法（令和元年度）

①前年度の特典検診受診者のうち、40～69歳で「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していない」と回答した人で血糖値が高め(HbA1c5.6%以上)の人に個別送付

②誘い役から口コミ・手渡しで案内（スポーツ推進委員、アカデミー修了者等）

③日常生活で目にする場所での配布（体育施設以外の区の施設、整骨院、公衆浴場等）

◇チラシ・パンフレットの配布方法（令和2年度）

①日常生活で目にする場所での配布（体育施設以外の区の施設、整骨院、公衆浴場等）

②町会回覧板での周知

◇コンシェルジュ

スポーツ・運動の継続を支援するため、キャンペーン開始前のスポーツの日イベントにおいて、キャンペーンその他イベントの案内や相談を行うコンシェルジュタイムを設定した。

〈スポーツ始めキャンペーン実績〉

	30年度	元年度
パンフレット 個別送付件数	7,200件	7,000件
対象施設 区体育施設 民間施設	9施設 3所	9施設 3所
対象事業数	54事業 281回	42事業 339回
延参加者数	1128人	983人

	2年度	3年度(予定)
チラシ・パン フ配布件数	施設等での配布 5,000件 町会回覧 10,000件	施設等での配布 5,000件 町会回覧 10,000件
対象施設 区体育施設 民間施設	10施設 2所	10施設 3所
対象事業数	41事業 346回	50事業程度
延参加者数	785人	1,000人

※令和3年度の取組については、指定管理者やスポーツ振興財団、民間施設と調整後決定する。



柱Ⅲ 始めてみよう！スポーツ・運動の身近な機会の提供

1 気軽に参加できる身近なスポーツ・運動機会の提供

(4) 障害者が参加しやすいプログラムの充実

○わいわいスポーツ教室の実施

◇内容

平成4年に事業開始。15歳以上の重度障害者を対象に、年6回開催。区民と区職員による実行委員会が企画・運営を行う。参加者の定員は各回30人、さらに約50人のボランティアが共にプログラムを楽しみながら介助を行う。プログラムはスポーツデビュー、ボールで遊ぼう、プールで遊ぼう、ダンスで遊ぼう、パラリンピック種目で遊ぼう、わいわい遊ぼう（運動会）など。参加者のご自宅付近と会場間の送迎バスを運行。

ボランティアを愛称「フレンド」と呼び、参加者と友達のような関係を築くことを意図している。すぎなみスポーツアカデミー修了者や、障害者スポーツ指導員のフレンド応募が増えている。

〈わいわいスポーツ教室実績〉

	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度 (予定)
回数	6回	5回	0回	6回
参加者数	149人	136人	—	60人
ボランティア数	307人	255人	—	60人

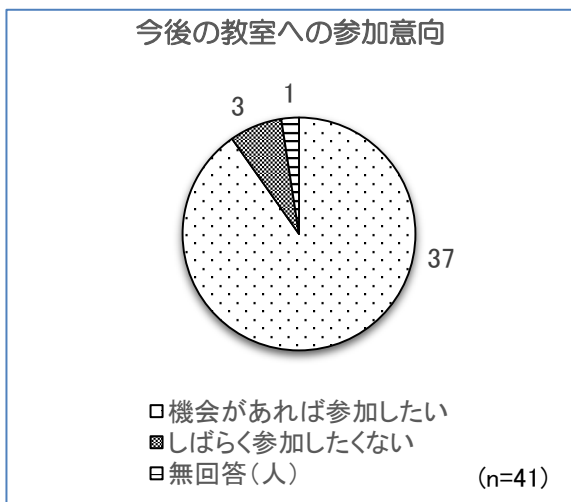
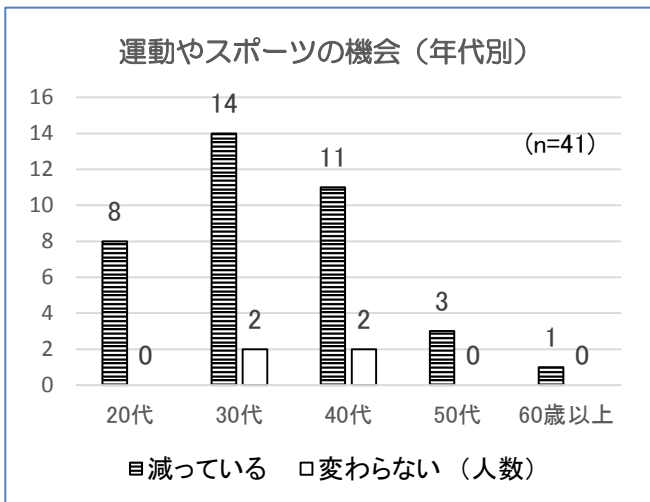
◇令和2年度の取組

令和2年度は、新型コロナウイルス感染症感染拡大の影響により全6回を中止した。コロナ禍の障害者の現状や運動ニーズを把握するため、アンケートを実施した。また、自宅等で活用できるよう、体操やレクリエーション動画を収録したDVDを作成し（50枚）、配布した。



〈アンケートの実施〉

- 実施期間：令和2年7月30日（木）～8月14日（金）
- 実施方法：郵送法
- 対象：令和元年度に教室に1回以上参加した方（46件）
- 回収数：41件（回収率：89.1%）
- 内容：運動・スポーツの機会が減少しているか、今後の教室への参加意向等（5問）



柱Ⅳ 継続しよう！多様なスポーツ・運動の継続支援

1 地域でスポーツ・運動できる機会の充実

(4) 障害当事者等によるモニタリングの実施

○障害当事者によるモニタリングの実施

◇目的・概要

・障害があってもなくても使いやすい体育施設とするため、モニタリングを平成30年度と令和元年度に実施。

平成30年度は、公益社団法人東京都障害者スポーツ協会の協力を得て、障害当事者・支援者によるモニタリングを2施設（荻窪体育館、上井草スポーツセンター）で実施し、その実施結果をもとに、各施設が新たな取組を行うとともに、施設間で課題を共有するため、全施設職員対象の研修を行った。

・ハード面…区と指定管理者が、共に、計画的に課題の改善・解消に取り組む。

・ソフト面…施設職員で実施可能なものは、積極的に取り組み、課題の改善・解消を行う。

※モニタリング、研修にあたっては、「障害者のスポーツ施設利用促進マニュアル」（発行：東京都、公益社団法人東京都障害者スポーツ協会）を基本資料とした。

◇ 令和元年度のモニタリング

(1)実施施設

実施施設	実施日	障害当事者等の参加者数	障害別内訳
高井戸温水プール	12月16日	16人	視覚障害5人、肢体不自由4人（うち、車いす2台）、知的障害6人、その他1人

(2)モニタリング参加者から出された意見

指摘箇所	意見
プール	案内表示（点字）の不備、設備（ロッカーの高さ、歩行用コースに手すり、プールサイドの蛇口の位置等）
トイレ	案内表示（点字）の不備、レバーの位置
浴室	案内表示の不備、風呂の深さ、利用時間の見直し
玄関	案内表示の不備（駐車場から入り口までの導線）
点字ブロック	視覚障害者にとってわかりにくい（屋内用点字ブロックには、JIS規格がないことも一因か）
図書室	椅子の手すり
カフェ	商品受け取りの台が高い
広報	施設案内やイベント情報など広報を充実してほしい。メールリストなどで対応してくれるとうれしい。個別での情報提供は難しいのであれば、のーまらいふの活用等取り出しやすい工夫をお願いしたい。
館内全体	介助者がいる事を前提に施設設計がされているのではないか。「自立」を基本に考えて頂きたい。
	階段には、点字表示があるとの説明を受けたが、明らかに表示が不足している。
	手すりがあるところには点字シールなどを貼ってほしい。

◇平成30年度モニタリングをもとに改善した内容

(1)荻窪体育館

- ・案内表示の改善・増設
- ・車いすで利用しやすい冷水器の設置
- ・誘導路マットの設置
- ・誰でもトイレの手すりを跳ね上げ式に改善

(2) 上井草スポーツセンター

- ・誘導路マットの設置
- ・案内表示の改善・増設

(3) 大宮前体育館

- ・誘導路マットの設置

◇令和2年度の取組

- 各施設に点字の案内表示を追加
- 障害者スポーツの用具の補充
- 荻窪体育館に音声誘導装置を設置
- その他、モニタリング結果や研修を踏まえ、各施設ごとに、実情に合わせた改善の実施

◇令和3年度の取組

- 誰もが気軽に障害者スポーツを楽しめるように、サウンドテーブルテニスを令和3年4月から一般使用の種目に追加。

〈参考：改善例〉

【荻窪体育館】（平成30年7月 モニタリング実施）

○施設内の案内表示改善

- ・「施設の案内表示を大きく・わかりやすいものに」というご意見に基づき、案内表示を1か所改善しました。

○車いす対応の冷水器設置

- ・冷水器が故障した際、車いす利用者でも利用できる仕様の物に入れ替えました。



○誘導路マット設置

- ・施設内共用部に誘導路マットを設置しました。
- ・1階…既存の点字ブロックに追加し、トイレとエレベータ前まで
- ・地下…エレベータ前からトイレ、更衣室、体育室、



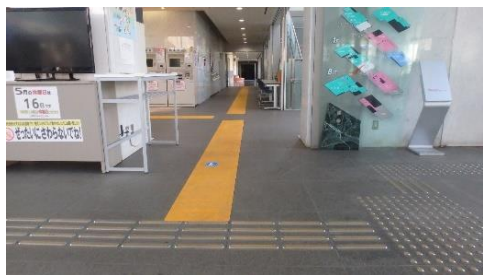
○誰でもトイレの手すりを跳ね上げ式に改善



【上井草スポーツセンター】（平成 30 年 9 月 モニタリング実施）

○施設内共用部に誘導路マットを設置しました。

- ・1階…既存の点字ブロックに追加し、入口から受付、エレベータ前まで
- ・地下…エレベータ前からトイレ、更衣室、トレーニングルーム、体育室まで



▲ 1階受付～エレベータ前まで

○施設内の案内表示改善・案内表示を4か所増設



【大宮前体育館】

○施設内共用部に誘導路マットを設置しました。

- ・既存の点字ブロックに追加し、入口から受付、エレベータ前まで設置



柱V つなごう！区民によるスポーツ・運動の推進

1 スポーツ・運動を誘いあう仕組みづくり

〇すぎなみスポーツアカデミー(指導者養成・コーディネーター養成)の実施

◇目的

平成 26 年度に事業開始。スポーツ指導者や指導者を目指す人を対象に、必要な知識や技術を学ぶ機会を提供する。「柱VI スポーツ・運動をしたくなる環境づくり 2 杉並らしさを活かした取組」においても、「すぎなみスポーツアカデミーによる人材育成」を掲げている。以下のA～E コースの講習会等を開催し、スポーツを取り巻く様々な人材を育成することで、「する・観る・支える・育てる・誘う」等の様々なスタイルでスポーツに関わる「スポーツ関与者」の増加を目指す。

〈各コースの内容〉

- A 指導者養成講習会 (A 1 : 基礎 / A 2 : 専門・ジュニア)
- B コーディネーター養成講習会
- C スーパーキッズ講座 (親子で実技体験と栄養の話)
- D 障害者サポーター講座
- E 学習型フォロー研修 (A コース・B コース修了者が登録期間 (3 年間) 中に受講)
活動型フォロー研修 (修了者が町会や高齢者施設等で講師、補助講師として活動)
- ※ メールマガジンの配信 (スポーツ・運動関連情報をメール配信)

◇令和 2 年度の取組

新型コロナウイルス感染症感染拡大のため、A・B コースを休止し、「基礎講座 (スポーツ関係の基礎的な知識を学ぶ)」、「地域スポーツ with コロナシリーズ (感染症の専門医と実技の専門家を招き、種目別にその特性に応じた感染症対策を学ぶ)」を実施した。また、フォロー研修は 1 回をオンデマンド形式で開催した。

〈すぎなみスポーツアカデミー実績〉

	平成 30 年度	令和元年度	令和 2 年度	令和 3 年度 (予定)
A 1 修了者数	24 人	9 人	—	20 人
A 2 修了者数	8 人	3 人	—	20 人
B 修了者数	10 人	4 人	—	20 人
C 参加者数	66 人 52 人	44 人	18 人	60 人
D 延参加者数	8 人	11 人		
車いす (障害者) テニス	16 人	23 人		20 人
ボッチャ	39 人	24 人	54 人	20 人
その他 (障害者卓球)		10 人 (ゴールボール)		20 人
		(車いすバスケット観戦)		
E フォロー研修				
学習型延参加者数	114 人	57 人 (※1 回中止)	106 人	90 人
活動型延参加者数	17 人	19 人	15 人	20 人
基礎講座延参加者数			80 人	
With コロナ講座延参加者数			164 人	

柱VI スポーツ・運動をしたくなる環境づくり

1 スポーツ・運動を楽しめる環境の整備

(1) 地域の拠点としての体育施設の整備・充実

○松ノ木運動場テニスクレーコートを人工芝に改修（令和元年度）

雨天または雨天日の翌日に休場になりやすい松ノ木運動場のクレートニスコート2面を、利用機会の拡大を図るため、天候に左右されにくく快適にプレイできる砂入り人工芝へ改修しました。併せて、照明器具のLED化も行いました。（工事経費：28,655,000円）



(2) 多様なビーチプログラムの展開

○ビーチスポーツの振興

○ビーチコートを活用した健康事業の実施

〈ビーチコート利用人数内訳〉

	ビーチバレー	ビーチサッカー	ビーチテニス	ビーチフラッグ	ビーチフライングディスク	ウォーキング等	その他※	合計
平成30年9月～平成31年3月	1,272	2,752	513	140	0	170	1,326	6,198
平成31年4月～令和2年3月	3,326	3,934	979	148	93	415	2,685	11,847
令和2年4月～令和2年12月	4,462	3,186	499	135	0	182	2,374	11,683

※フレスコボール、クロスミントン、ビーチハンドボール、トレーニング等で利用

◇教室・健康関連事業

- ・ビーチバレー、ビーチサッカー教室
- ・はだしでのんびり健康運動（対象：概ね60歳以上）
- ・ビーチコートで「はだし活」（対象：中学生を除く15歳以上）
- ・親子・孫と一緒にあそび（対象：3歳～と保護者）
- ・はだしでからだ遊び（対象：3歳～未就学児）
- ・だしで体力向上プログラム（対象：小学生）



◇イベント

- ・ビーチバレーボール杉並区民交流大会
- ・東京都ジュニアビーチバレーボール大会
- ・ビーチテニス杉並大会
- ・ビーチバレーボール講習会
- ・スポーツフェスティバル（ビーチコートイベント）



◇ビーチスポーツネットワークの取組

ビーチコートが多く の区民に活用されるように、関係団体が集まり、年1回のイベントや情報交換を行っている。

構成団体：杉並区体育協会、杉並区スポーツ・レクリエーション協会、杉並区バレーボール協会、杉並区サッカー連盟、杉並区テニス連盟、杉並区ソフトバレーボール連盟、杉並区スポーツ推進委員、東京都ビーチバレーボール連盟

柱Ⅶ 大会に向けたアクション&レガシー

- 1 大会に向けた機運の醸成
- 2 多様なレガシーの創出

○事前キャンプを契機としたホストタウン交流の推進

○区民との協働によるオリパラ事業の実施

○区民ボランティアの区政参加

○事前キャンプを契機としたホストタウン交流の推進

新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受け、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会が1年延期となった（令和2年3月25日 大会組織委員会決定）。区においても、イタリア・ウズベキスタン・パキスタンの各国と、事前キャンプ受入について再調整が必要な状況となったが、延期となったこの1年間を活用し、すぎなみフェスタや海外文化セミナー等の催しを活用した交流、区内小中学校とのオンライン交流を実施し、2021年の本大会に繋がる事業を展開した。

◇各国の事前キャンプ概要

国名	事前キャンプ予定期間	事前キャンプ会場
イタリア	令和3年（2021年） 7月13日（火）～21日（水）	永福体育館
ウズベキスタン	令和3年（2021年） 7月6日（火）～23日（金）	高円寺体育館
パキスタン	調整中	調整中

○区民との協働によるオリパラ事業の実施

区民懇談会は、学識経験者、区民等で構成され、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会を区内のスポーツ振興、地域の活性化につなげるとともに、将来にわたり大会の有益な遺産（レガシー）を残すことができるよう活動を行っている。

2020年に実現したい目標（レガシー）として掲げた「スポーツ」、「こども」、「地域活性」に、新たに「おもてなし」を加えた4つの分野において、「すぎなみフェスタ会場でのクリケットの実施」、「子ども向けワークショップの実施とボッチャ体験会」、「杉並ならではの土産「すぎぱん」の創出」、「事前キャンプに向けた応援団の創設」に取り組んだ。

◇各分野における取組

名称	活動内容
地域活性	すぎなみ独自の「おみやげ」を考えるコンテスト
スポーツ	世界の競技人口第2位「クリケット」体験会（すぎなみフェスタ）
こども	ビニール傘を利用した競技「オリパラソル」の制作と体験
おもてなし	事前キャンプ期間中の活動が主になるため、令和3年（2021年）より活動

○区民ボランティアの区政参加

杉並区交流協会・杉並ボランティアセンターと連携し、区民が気軽にボランティア活動を行える登録制度「TEAM NAMISUKE」を令和元年5月にスタートした。

令和3年3月現在、1000名を超える登録があり、令和2年度は、オリパラ関連事業をはじめ、区内の様々な事業に延べ187人の方が参加した。