

第3回審議会からの変更点

1. 基本理念を設定(P50)

「スポーツと出会い、つながる健幸なまち くさつ」

《基本理念の意図》

草津市に住む人が、性別や年齢、障害の有無、ライフスタイル等に関わらず、それぞれが自分にあった運動・スポーツや、「する」、「みる」、「支える」、「知る」といった様々な関わり方に出会い、運動・スポーツに親しむことで、心身が健幸で活力ある生活を送るとともに、運動・スポーツを通じて人と人がつながり、交流が生まれ、さらにそこからまちの活力が生み出される地域づくりを目指す

2. 施策「子育てや働き世代に対する参加促進」

- ①「施策の方向」欄に、短時間に取り組める運動の例として、「+10(プラステン)」、「ながら運動」を追記(P61)




前回	今回
<p>仕事や家事、子育て等が忙しく運動不足になりがちな子育てや働き世代に対し、<u>隙間時間を活用した気軽に始められる運動・スポーツ等を推進します。</u></p> <p>また、自分の体と向き合い、生活習慣を見直すことが運動するきっかけとなることから、健康チェックや体力測定等による運動やスポーツへの関心を高める取組を推進し、運動・スポーツ実施率の向上を図ります。</p>	<p>仕事や家事、子育て等が忙しく運動不足になりがちな子育てや働き世代に対し、<u>通勤時間や休憩時間等の隙間時間を活用して今までより 10 分多く体を動かす「+10(プラステン)」や、日常生活の動作に運動要素を取り入れる「ながら運動」など、気軽に始められる運動・スポーツ等を推進します。</u></p> <p>(左記と同じ)</p>

②「+10(プラステン)」に関するコラムを追記(P62)




+10(プラステン)について

+10とは、10分多く体を動かすことです。体を動かすことになれていない人は、仕事や家事などの日常生活のちょっとした合間（スキマ時間）を使うことを意識してみましょう。できる人は運動での+10にも取り組むことでより効果的となります。

【手軽にできる生活活動での+10】

通勤・仕事時の+10	<ul style="list-style-type: none"> ◆歩くときは歩幅を広く、早く歩く ◆電車では座らない ◆座りっぱなしの人は30分に1回立ち上がって体を動かす 	
日常・家事の+10	<ul style="list-style-type: none"> ◆エスカレーターではなく、階段を使う ◆家事をしっかりとる 	
休日の+10	<ul style="list-style-type: none"> ◆家族との外出を楽しむ ◆自然のある公園でリフレッシュ 	
仲間と+10	<ul style="list-style-type: none"> ◆仲間と会ってふれあいを楽しむ ◆地域の人とスポーツイベントに参加する 	

【手軽にできる運動での+10】

ウォーキング	10分行うとしたら <ul style="list-style-type: none"> ◆歩数で1000歩 ◆距離で700m ◆音楽3曲を聞く程度 ◆脳トレをしながら 	
用具を使って	<ul style="list-style-type: none"> ◆バランスボール ◆ダンベルトレーニング ◆ラダートレーニング ◆マット運動 ◆チューブを使った運動など 	
ながら運動	<ul style="list-style-type: none"> ◆テレビを見ながら脚上やスクワット ◆歯磨きしながらつま先立ちでかかとを上げ下げ 	

3. 本計画における「e スポーツ」の取り扱い

令和11年度の間見直し時において、国・滋賀県の今後の動向を見ながら検討することとしているが、本市では e スポーツを活用した介護予防普及啓発事業の推進を行っていることを踏まえ、「より効果が期待できる場面では、e スポーツの普及啓発等を促進する」旨を追記(P5)

本計画における「e スポーツ」の取り扱いについて

- ・ e スポーツとは、エレクトロニック・スポーツの略で、広義には電子機器を用いて行う娯楽、競技、スポーツ全般を指し、コンピューターゲーム、ビデオゲームを使った対戦をスポーツ競技として捉えるものです。
- ・ 「スポーツ基本法」第10条において、市の計画は国の「スポーツ基本計画」を参酌して策定するものとされています（努力義務）。
- ・ 国の「第3期スポーツ基本計画」および滋賀県の「第3期滋賀県スポーツ推進計画」において、e スポーツについては「バーチャルとスポーツとの関わりについて検討していく必要がある」とされているものの、現行の計画には位置付けられていません。
- ・ このことから、本計画には e スポーツを位置付けず、令和11年度に想定している中間見直し時において、国・滋賀県の次期計画の内容を踏まえながら、計画への位置付けを検討するものとします。

※本計画の関連計画である、草津あんしんいきいきプラン第9期計画では、e スポーツを活用した介護予防普及啓発事業の推進を行っており、より効果が期待できる場面では、e スポーツの普及啓発等を促進するものとします。

4. 施策「総合型地域スポーツクラブ活動の活性化」

当初の記載内容では、「総合型地域スポーツクラブの定義」および「くさつ健・交クラブとのつながり」が不明確であったことから、一般市民にとってもわかりやすい計画内容となるよう、表現を改善(P63)

前回	今回
<p>【施策の方向】</p> <p><u>スポーツの振興やスポーツを通じた地域づくりなど、多様な活動を展開し、地域スポーツの担い手や地域コミュニティの核としての役割を果たす総合型地域スポーツクラブが、その役割を十分に果たせるよう、活動の活性化や安定的な運営に向けた取組に対して支援を行います。</u></p>	<p>【施策の方向】</p> <p><u>「こどもから高齢者まで(多世代)、様々なスポーツを愛好する人々が(多種目)、初心者からトップレベルまで、それぞれの志向・レベルに合わせて参加できる(多志向)」という特徴を持ち、地域住民により自主的・主体的に運営される総合型地域スポーツクラブ※が、多様な活動を展開し、地域スポーツの担い手や地域コミュニティの核としての役割を十分に果たせるよう、活動の活性化や安定的な運営に向けた取組に対して支援を行います。</u></p> <p>※平成7年より文部科学省が実施する<u>スポーツ振興施策の一つで、本市では、平成20年に「くさつ健・交クラブ」が設立。</u></p>

5. その他

①現行計画の基本方針5「スポーツによるまちの活性化」に係る目標項目「国スポ・障スポ参加者数(選手・監督、大会関係者、観戦者)」に実績値を追記(P24)

《目標値》50,000人 《実績値》74,331人

②随所に多様な運動・スポーツ種目を表すイラスト(ピクトグラム等)を挿入