

府中市スポーツ推進計画

平成 28 年3月
府中市

「府中市スポーツ推進計画」の策定にあたって

皆様方におかれましては、平素から、本市のスポーツの推進にあたり、ご理解とご協力を賜り、深く感謝を申し上げます。

さて、平成23年6月には、スポーツ基本法が制定され、スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことが、すべての人々の権利であると示されました。また、スポーツは、青少年の健全育成や、地域社会の再生、心身の健康の保持増進、社会・経済の活力の創造など、国民生活において多面にわたる役割を担うとともに、これからの健康で活力に満ちた長寿社会の実現に不可欠であるとも示されています。

さらに、東京オリンピックは平成32年に開催されることが決定され、スポーツに対する機運は大いに高まっています。

平成27年10月1日に設置されたスポーツ庁においては、文部科学省がこれまで中核としてきた地域スポーツや学校体育・武道の振興、国際競技力の向上等を一層推進することはもとより、健康増進に資するスポーツ機会の確保を施策の大きな柱の一つとして重点的に進めることとしています。

本市においても、競技性の高いスポーツだけではなく、ウォーキングや軽い運動、さらに、高齢者の介護予防の運動についても、スポーツとして位置づけ推進計画を策定し、『文化・スポーツ活動を楽しめる「府中」～市民みなが元気で生き生きと自分を発揮できる府中～』を目指し、スポーツの推進に取り組んでまいります。

終わりに、本計画の策定にあたり、ご審議いただきました府中市スポーツ推進計画検討委員の皆様をはじめ、貴重なご意見をいただきました関係各位や市民の皆様に心から感謝申し上げますとともに、今後の計画推進にあたりましても、より一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



平成28年3月

府中市教育委員会 教育長 平谷 昭彦

目 次

はじめに	1
1 計画策定の背景	1
2 府中市スポーツ推進計画	4
第1章 府中市を取り巻く環境とスポーツ	6
1 府中市の現状	6
2 府中市民のスポーツ実施状況	10
3 府中市のスポーツ団体の状況	18
4 府中市のスポーツ施設と施策	21
第2章 課題の整理	26
1 スポーツ推進に向けた問題点・課題	26
2 競技スポーツを推進する上での問題点・課題	28
3 スポーツ活動の環境上での問題点・課題	29
4 その他問題点・課題	30
第3章 基本方針	31
1 目指すべき姿	31
2 基本目標	32
3 数値目標	33
第4章 総合的かつ計画的に取り組むべき施策	34
基本目標1 全ての市民がスポーツに親しみ、楽しめる活動の推進	35
基本目標2 競技スポーツの推進	40
基本目標3 スポーツ活動を支援する環境の整備	42
基本目標4 コミュニティ・スポーツ推進によるまちづくり	45
第5章 計画の推進に向けて	47
1 計画の推進体制	47
資料編	48
1 府中市スポーツ推進計画検討委員会設置要綱	48
2 府中市スポーツ推進計画検討委員名簿	50
3 新体力テスト結果	51

はじめに

1 計画策定の背景

(1) 社会状況の変化と課題

近年、超高齢社会の到来をはじめとする社会状況の変化により、ライフスタイルや価値観は多様化しています。

団塊の世代では、第二の人生を楽しむための、生きがいづくり・健康づくり・地域貢献など、様々な活動が始まり、働き盛り世代においては、体力低下やストレスの増大など、心身の健康維持が課題となっています。

また、文部科学省の「体力・運動能力調査」では、子どもたちの体力や運動能力は穏やかに改善傾向にあるものの、スポーツをする子どもとしない子どもの体力格差の拡大が指摘されています。

さらに、地域コミュニティの希薄化が指摘される中、仲間づくりの機会として、スポーツの持つ意義も見直されています。

このようなことから、全ての市民が生涯にわたって、健康で活力にあふれる生活を送ることができるよう、地域社会全体でスポーツに取り組むことができる環境づくりが課題となっています。

(2) 国の動向

① スポーツ基本法の制定

我が国のスポーツ振興の根拠法であったスポーツ振興法（昭和36年制定）が50年ぶりに全面改定され、平成23年6月に「スポーツ基本法」が制定されました。

スポーツ振興法との違いは競技スポーツについて国の取組みが明記されたことや障害者スポーツについても取り上げていることが大きいといえます。

■スポーツ基本法の概要

スポーツ基本法は、「スポーツは世界共通の人類の文化である」の言葉に始まり、「スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは全ての人々の権利であり、全ての国民がその自発性の下に、各々の関心、適性等に応じて、安全かつ公平な環境の下で日常的にスポーツに親しみ、スポーツを楽しみ、又はスポーツを支える活動に参画することのできる機会が保障されなければならない」としています。

また、スポーツが、青少年の健全育成や、地域社会の再生、心身の健康増進、社会・経済の活力の創造、我が国の国際的地位向上等国民生活において多面にわたる役割を担うことを明らかにしています。

② スポーツ基本計画の策定

スポーツ基本法第9条の規定に基づき、スポーツの推進に関する基本的な計画として、「スポーツ基本計画（平成24年3月）」が策定されました。

この計画は、今後10年間の基本方針及び今後5年間に総合的かつ計画的に取り組むべき施策を次のとおり定めています。

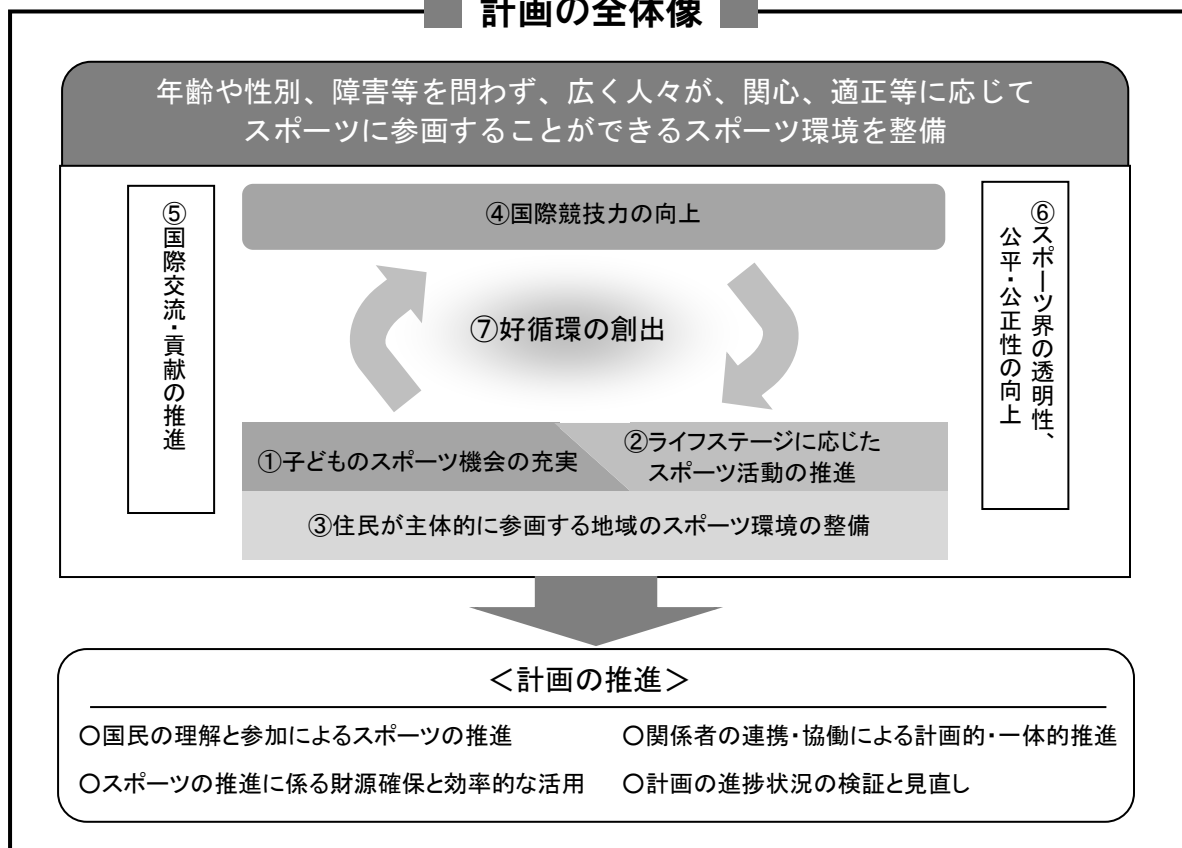
■スポーツ基本計画の概要

今後10年間を見通したスポーツ推進の基本方針

スポーツ基本計画では、「スポーツを通じてすべての人々が幸福で豊かな生活を営むことができる社会」を創出するため、「年齢や性別、障害等を問わず、広く人々が、関心、適正等に応じてスポーツに参画することができる環境を整備すること」を基本的な政策課題とし、次の7つの課題ごとに政策目標を設定し、スポーツの推進に取り組み、スポーツ立国の実現を目指すこととしています。

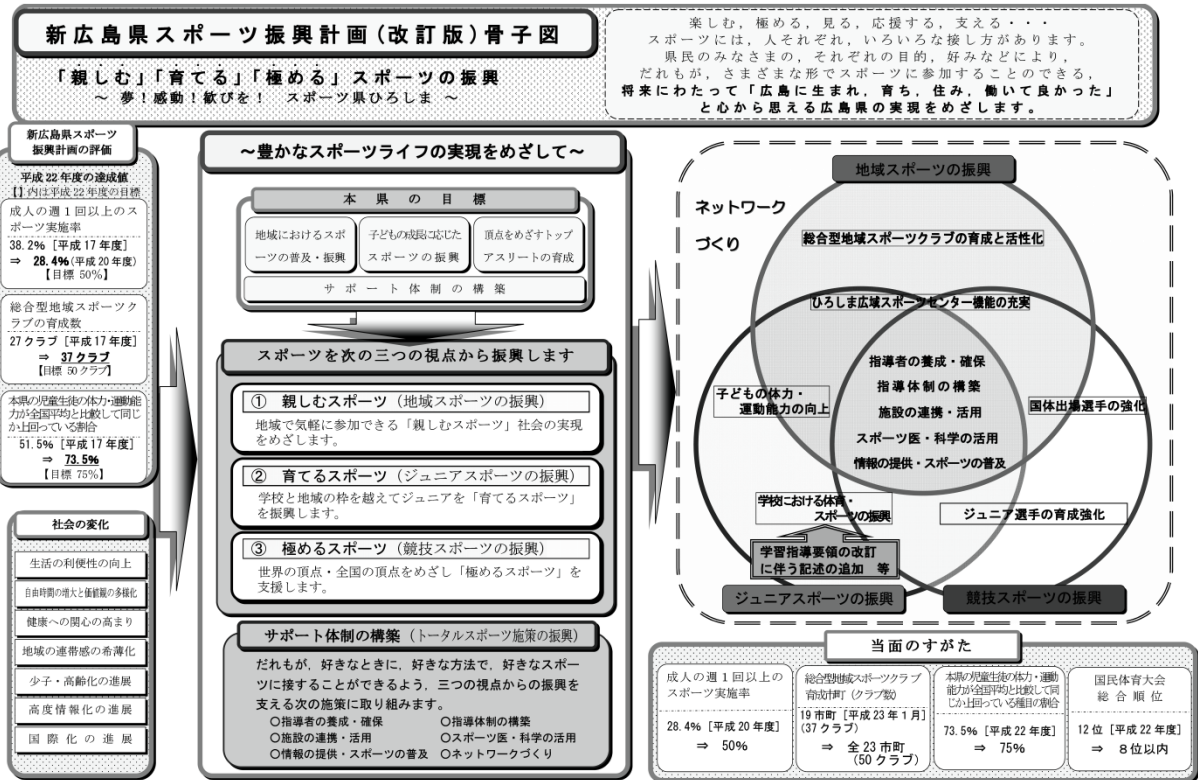
- ①子どものスポーツ機会の充実
- ②ライフステージに応じたスポーツ活動の推進
- ③住民が主体的に参画する地域のスポーツ環境の整備
- ④国際競技力の向上に向けた人材の養成やスポーツ環境の整備
- ⑤オリンピック・パラリンピック等の国際競技大会の招致・開催等を通じた国際貢献・交流の推進
- ⑥スポーツ界の透明性、公平・公正性の向上
- ⑦スポーツ界の好循環の創出

■ 計画の全体像



(3) 広島県スポーツ推進計画

広島県は、県民一人一人がスポーツを通じて幸せと豊かさを実感できる、元気で活力のみなざる広島県の実現を目指し、広島県スポーツの10年後の目指す将来像と、今後5年間に取り組むべきスポーツ推進に関する施策の体系を明らかにした、「広島県スポーツ推進計画」を平成26年8月に策定しました。

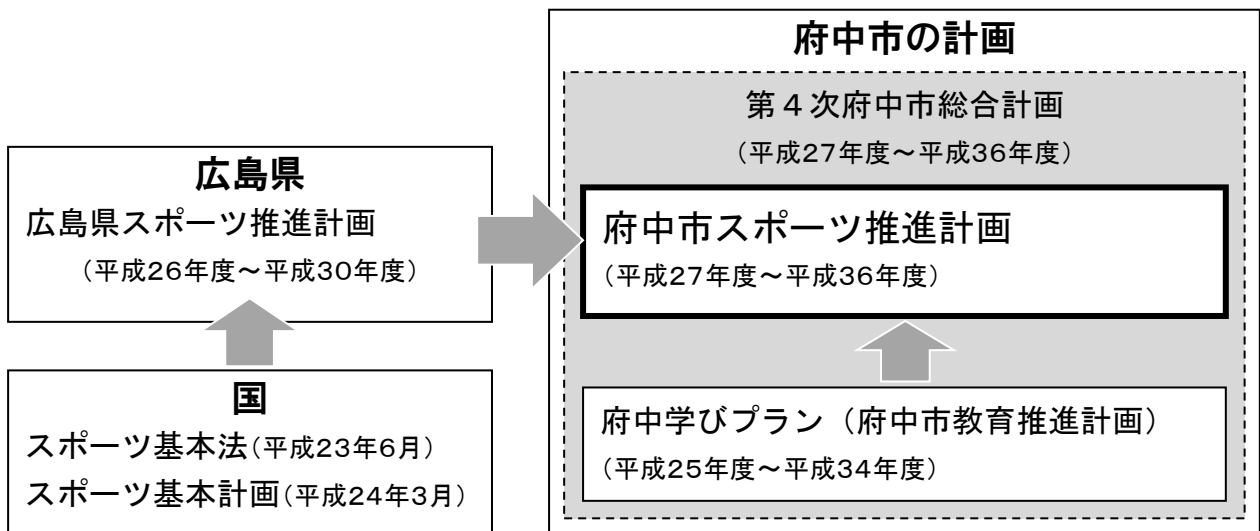


2 府中市スポーツ推進計画

府中市では、第3次府中市長期総合計画に基づき、スポーツ推進のための施策を展開し、総合型スポーツクラブの発足・運営への支援や体育施設における指定管理者制度の導入など、スポーツに親しむ機会の創出や多様化する市民ニーズへの対応を図ってきました。

一方、国においてはスポーツ基本法に基づく「スポーツ基本計画」が、また、広島県では「広島県スポーツ推進計画」が策定され、全ての人々がスポーツに親しみ、楽しみ、支える活動に参画できる環境づくりが推進されることとなりました。

府中市においても、これまで培ったスポーツ振興のための組織や仕組み、取組みをさらに発展させ、市民の誰もが気軽にスポーツに親しみ、また、支援できる環境づくりを充実するために「府中市スポーツ推進計画」（以下「本計画」という。）を策定することとしました。



(1) 計画の位置付け

本計画は、第4次府中市総合計画の下位計画として位置付け、府中市におけるスポーツ推進の基本となる計画とします。

また、本計画は、平成25年度から10年間を見通した教育の振興のための施策に関する基本的な計画である府中市教育推進計画「府中学びプラン」の示す方向性と目標値のより確実な実現を目指します。

(2) 計画の期間

本計画の計画期間は、第4次府中市総合計画の期間を踏まえ、10年後の目指す将来像と、今後5年間に取り組むべきスポーツ推進に関する施策とします。

また、計画期間の中間時点である平成31年度には、計画の進捗状況を検証し、社会情勢に合わせ、必要に応じ見直しを行うものとします。



第 1 章

府中市を取り巻く環境とスポーツ

1 府中市の現状

(1) 人口の推移

府中市の総人口は、昭和45年（1970年）の58,364人をピークとして、人口減少に転じており、以降、長期的に人口減少が続くと推計されています。

国立社会保障・人口問題研究所の人口推計によると、平成37年（2025年）には、約34,950人に減少すると推計されています。また、年齢3区分人口については、平成37年（2025年）には、65歳以上人口は約6.3%増（H22年比）、15～64歳人口は約27.2%減（H22年比）、15歳未満は約36.1%減（H22年比）と推計されています。

少子高齢化の進行は、社会保障費の増加や地域社会の活性力低下などの影響をもたらすと指摘されていますが、一方で、豊富な経験と知識を備えた高齢者の活躍は地域社会の発展にとって大きな期待が寄せられています。

市民の皆さんにスポーツに親しんでもらい、健康維持・増進を図る施策を展開することが求められています。

■府中市の人口推計

		平成22年	平成27年	平成32年	平成37年
総人口		42,563 人	40,030 人	37,551 人	34,950 人
下 段 は 構 成 比 世 代 別 人 口	15歳未満	5,089 人 12.0%	4,392 人 11.0%	3,769 人 10.0%	3,253 人 9.3%
	15～64歳	24,290 人 57.1%	21,424 人 53.5%	19,300 人 51.4%	17,681 人 50.6%
	65歳以上	13,184 人 31.0%	14,214 人 35.5%	14,482 人 38.6%	14,016 人 40.1%

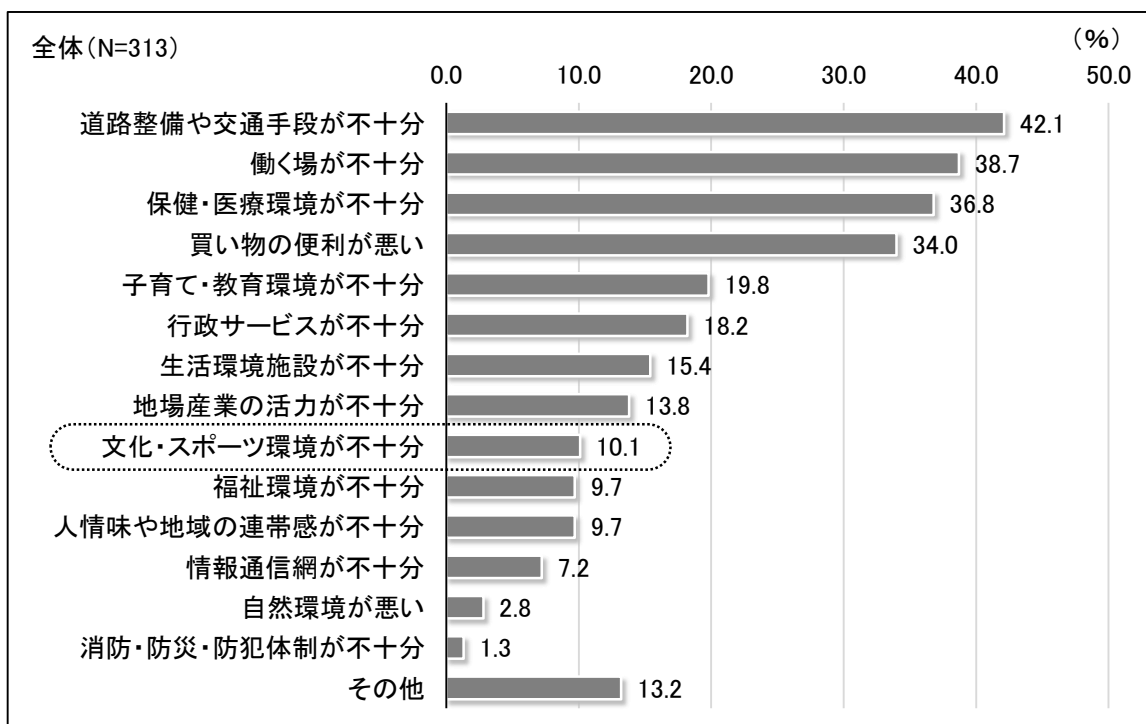
(資料:国勢調査、国立社会保障・人口問題研究所(平成25年3月推計))

(2) 府中市民の意識調査

平成27年1月、行政が抱える問題について、広く市民の意見を聴き、市政に反映させるために、20歳以上の市民3,000名と中学校第2学年・高等学校第2学年全員を対象に、アンケート調査を実施しました。

府中市に“住みたくない”と回答した人(23.4%、318人)に、市に住みたくない理由をたずねたところ、「道路整備や交通手段が不十分」(42.1%)が第1位に挙げられ、次いで「働く場が不十分」(38.7%)、「保健・医療環境が不十分」(36.8%)、「買い物の便利が悪い」(34.0%)などとなっており、「文化・スポーツ環境が不十分」(10.1%)も理由に挙がりました。

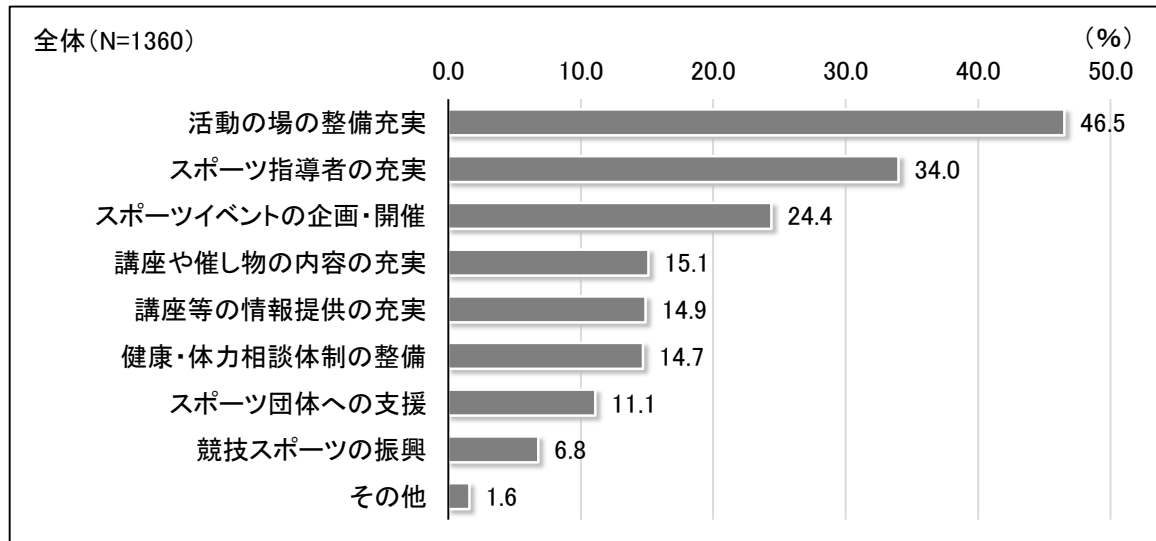
■【一般市民アンケート】住みたくない理由(全体/複数回答)



※Nは回答者数を示します。次頁以降同様。

続いて、スポーツ活動を活発にするために必要なことをたずねたところ、「活動の場の整備充実」(46.5%)が第1位に挙げられ、次いで「スポーツ指導者の充実」(34.0%)、「スポーツイベントの企画・開催」(24.4%)などの順となっています。

■【一般市民アンケート】スポーツ活動を活発にするために必要なこと（全体／複数回答）



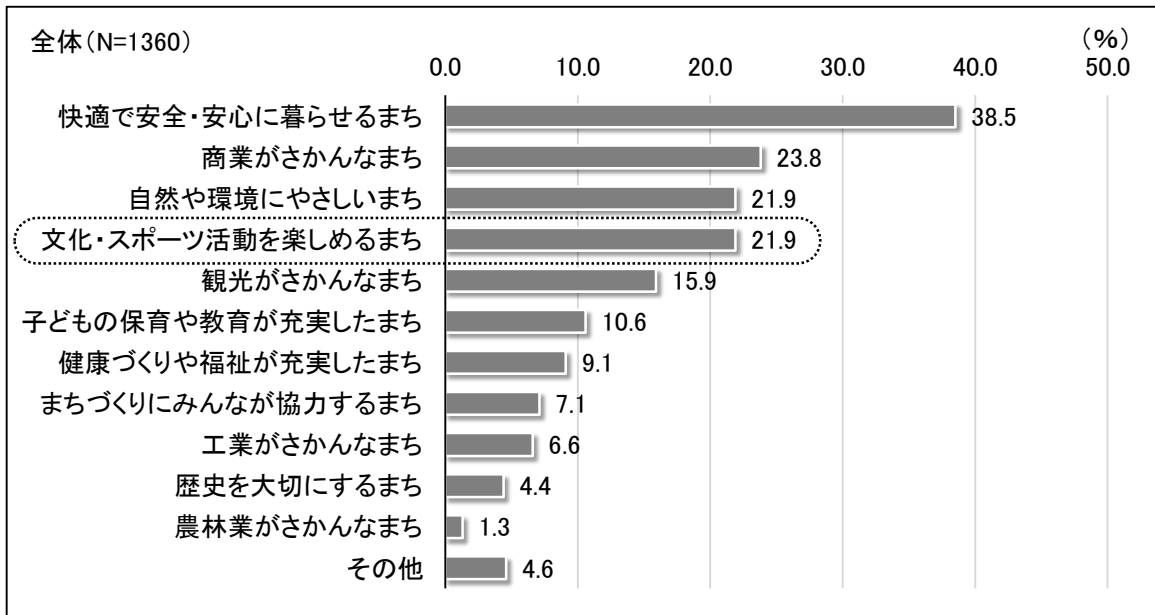
さらに、自由記述において、「高齢者のスポーツ施設の充実」「既存のスポーツ施設の充実」「陸上、野球、サッカー等のスポーツ施設の建設」を望む声がありました。

また、「スポーツに力を入れたイベント、多くの人に参加しやすいイベントをするべき」「若い人や高齢者が地域の活動に参加するきっかけになるようなイベントや活動を増やして欲しい」との声もありました。

中高生アンケート調査では、市がどんなまちになってほしいかをたずねたところ、「快適で安全・安心に暮らせるまち」(38.5%)が第1位に挙げられ、次いで「商業がさかんなまち」(23.8%)、「自然や環境にやさしいまち」及び「文化・スポーツ活動を楽しめるまち」(同率21.9%)などの順となっています。

性別で見ると、男女ともに全体と同様に「快適で安全・安心に暮らせるまち」が第1位に挙げられ、次いで男子では「文化・スポーツ活動を楽しめるまち」、女子では「商業がさかんなまち」が続いています。

■【中高生アンケート】市の望ましい将来像（全体／複数回答）



以上をまとめると、府中市民は、「文化・スポーツ活動を楽しめるまち」になってほしいと考えていますが、「文化・スポーツ環境が不十分」だと感じています。

「文化・スポーツ環境」としては、「スポーツ活動の場の整備充実」等の設備面だけでなく、「スポーツ指導者の育成」「スポーツイベントの企画・開催」「講座等の充実」「健康・体力相談」等により、スポーツに取り組む意識や興味を高めることが必要です。

市民の生活の中にスポーツが位置付き、それぞれのライフステージで、それぞれのやり方でスポーツを継続できるように取り組める「文化・スポーツ活動を楽しめるまち」が望まれています。

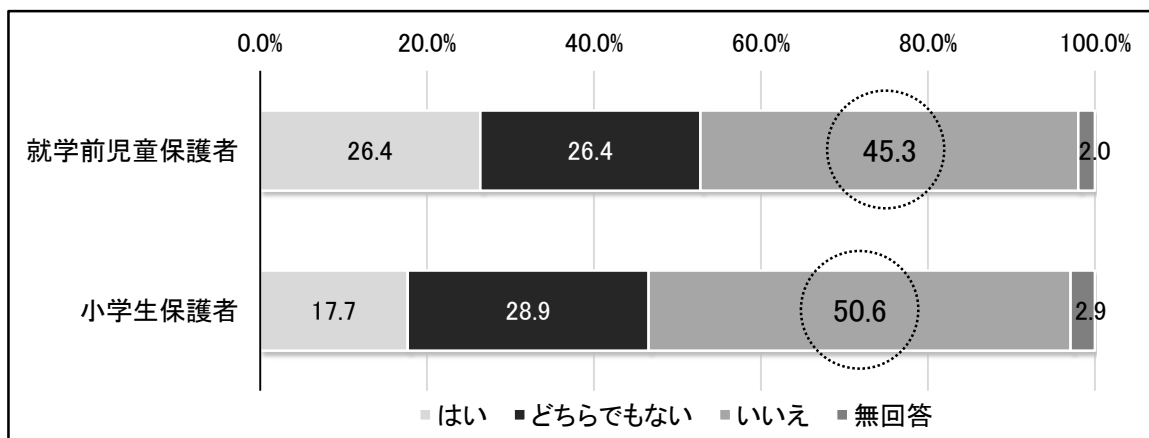
2 府中市民のスポーツ実施状況

(1) 子どものスポーツ

就学前の児童・小学校児童を持つ家庭を対象に、子育て家庭の実態や意向、課題等を把握するためにニーズ調査を実施し、府中市子ども・子育て支援事業計画（平成27年度～平成31年度）が策定されました。

このニーズ調査によると、「こどもの遊び場」に不満を感じている就学前保護者が4割強となっており、充実していると回答した割合を大きく上回っています。また、小学生保護者についても不満を感じている割合は5割以上であり、課題となっています。

■【質問】子どもが安心して遊べる場所が整っていると思いますか（公園など）



子どもたちが安心して遊び、たくましく生きるための健康や体力を備えた生きる力が育めるよう、学校、家庭及び地域が相互に連携しつつ、安全な遊び場を確保していくことが大切です。

(府中市子ども・子育て支援事業計画 抜粋)

また、市の「健康ふちゅう21アンケート調査（平成26年度）」では、

■身体活動・運動に関する指標

指標	対象	現状(平成26年)	
乳幼児における身体を動かす遊びの割合	0～5歳	普段の遊び	
		○テレビ	52.7%
		○ビデオなど	58.4%
習慣的な運動をする子どもの割合	6～18歳	週に2回以上運動する	
		●小学生	66.7%
		●中学生	69.6%
		●高校生	62.3%

(健康ふちゅう21(第2次)計画 抜粋)

という結果となっています。

幼年期（0～5歳）では、乳幼児健診や健康相談時、保育所、学校生活を通し身体を使った遊び・外遊びの重要性の理解を図り、子どもの頃から運動の重要性の意識づけが必要です。

保護者は、テレビを見る時間を決める、身体を使った遊びを積極的に行うなど戸外・室内遊びをバランスよく行い、子どもの発達に応じた遊びを親子で楽しむことが大切です。

また、少年期（6歳～14歳）では、テレビやビデオの時間を決め、戸外で元気に身体を使った遊び、スポーツを通して基礎体力を身につけることが大切です。さらに、戸外での十分な運動で、健康づくりの基礎を身につけることも必要です。

(健康ふちゅう21(第2次)計画 抜粋)

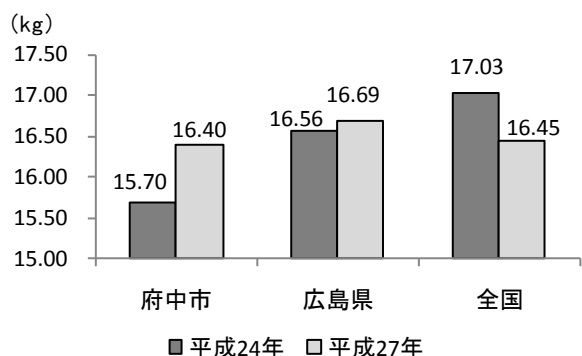


文部科学省が昭和39年から行っている「体力・運動能力調査」によると、子どもの体力・運動能力は、昭和60年頃がピークで、その後、下降傾向が続いていましたが、近年では、回復傾向に転じていると報告されています。また、部活動やスポーツ少年団などで運動を日常的に行っている子どもと、運動を日常的に行っていない子どもの体力・運動能力の違いが広がるなど、子どもの体力は運動する子どもとしない子どもの二極化の傾向にあることが指摘されています。

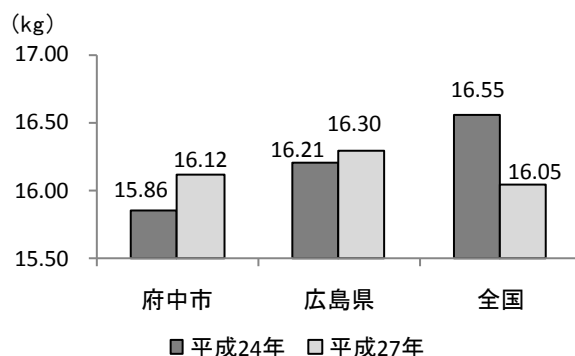
「体力・運動能力調査」では、『握力』『上体起こし』『長座体前屈』『反復横とび』『ボール投げ』『50m走』『立ち幅跳び』『20mシャトルラン（小学校のみ）』『持久走（中学校のみ）』の全8種目の調査が行われています。府中市の平成27年の児童生徒の結果は、全体的に平成24年と比べて大きく向上していますが、小学校の『握力』、中学校の『長座体前屈』については、継続課題となっています。

■平成27年度 新体力テスト結果

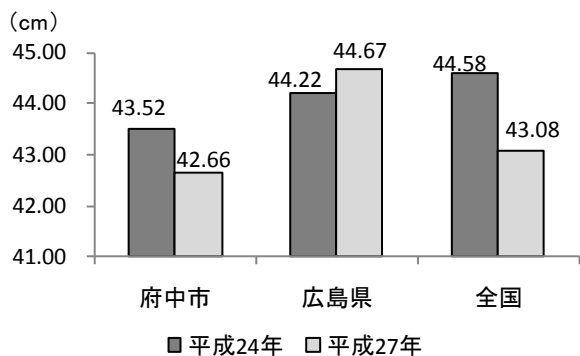
【小学校5年 男子 握力】



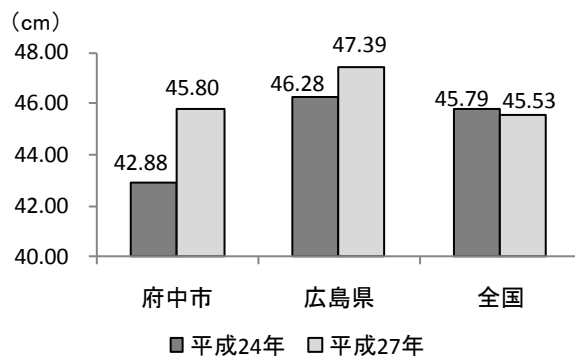
【小学校5年 女子 握力】



【中学校2年 男子 長座体前屈】



【中学校2年 女子 長座体前屈】

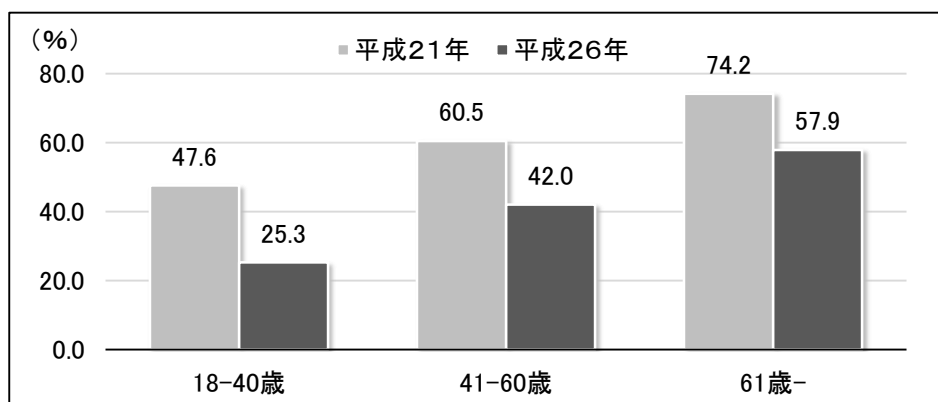


(2) 成人のスポーツ

府中市の「健康ふちゅう21アンケート調査（平成26年度）」での結果はどの年代層においても運動している人の割合は、平成21年度実績値から低下しています。

その運動の内容は、ウォーキングが34%と最も多く、次いでジョギング、球技の順となっています。

■日常生活の中で運動をしている人の割合

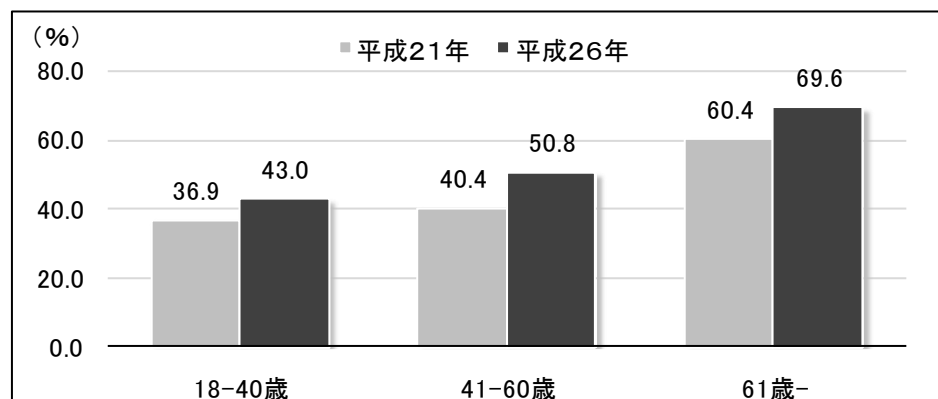


日常生活の中で運動している人のうち、1日30分以上、週2日以上運動している人の割合は、上昇しています。

運動頻度については、週2～3回以上は、ウォーキングが8割、ジョギングが6割弱、ふちゅう夢体操は4割弱となっています。

これらは、個人が身近な場所で気軽にできる運動であり、年齢の高い世代において運動割合が高くなっています。

■1日30分以上、週2日以上運動している人の割合



運動をしない理由については、「必要がないと思う」と答えた人が 44.2%、ついで、「時間がないから」が 26.8%でした。しかし、生活の中へ運動を取り入れたい人は、全体で 76.6%あり、運動するために必要なことは、「気軽に運動できる場や機会があること」「一緒に楽しむ仲間を得ること」という回答が多くなっています。

運動推進としてはウォーキング、ふちゅう夢体操の普及に力を入れてきましたが、ウォーキングは地域で定期的開催され、ふちゅう夢体操もサロン等の準備体操として取り入れられて普及してきています。これらのことから、運動をしている人の継続率は上昇しています。

高齢者の寝たきりの原因になっているロコモティブシンドロームの予防には、若い時からの運動習慣が必要です。

今後は、日常の生活の中で体を動かすことを意識づけ、自分の生活に合わせて継続的に運動に取り組めるように、運動の意義と重要性の普及を行い、仲間づくりの促進に努めて、楽しく運動に取り組めるような環境づくりが求められています。

(健康ふちゅう21(第2次)計画 抜粋)



(3) 高齢者のスポーツ

ここ数年で、団塊の世代の高齢化が進展し、本格的な超高齢社会に突入してきました。府中市においても高齢化率が33.0%（平成26年度）となっており、超高齢社会が加速しています。

高齢者が心身ともに健康な生活を送るには、身体を動かすことは不可欠であり、年齢や体力に応じて地域住民とふれあいながら、気軽にスポーツなどに参加し、体験できる環境づくりが求められています。

本市の高齢者においては、『元気もりもり体操』（長寿支援課）や『ふちゅう夢体操』『ウォーキングイベント』（健康医療課）への参加、『介護予防・転倒防止』事業（府中市B&G海洋センター）、『健康づくりラジオ体操』（府中市立総合体育館）等に参加されています。

府中市第6期高齢者保健福祉総合計画・介護保険事業計画によると、『運動・閉じこもり』の項では、週1回以上外出する高齢者（65歳以上）の割合は全体で約8割となっています。男性の外出している割合が84.2%と、女性の77.6%と比べて高くなっています。高齢層になるにつれてその割合は低下し、逆に、外出頻度の減少や外出を控えている割合が増加する傾向がみられます。

■【質問】週に1回以上は外出していますか（年代別クロス集計）

	全体 N=9,420	65～69歳 N=2,165	70～74歳 N=2,113	75～79歳 N=1,904	80～84歳 N=1,653	85歳以上 N=1,585
はい	80.3%	91.3%	91.1%	83.2%	71.3%	56.8%
いいえ	13.7%	5.6%	5.4%	11.1%	19.8%	32.6%
無回答	6.0%	3.0%	3.5%	5.7%	8.9%	10.5%

外出支援をはじめとする様々な支援サービスなどを通じて、高齢者の外出する機会を増やすことや、運動の継続、健康の維持や生きがいとなる活動の充実が必要です。

また、高齢者においては、つまずいて転倒することが、骨折やそれに伴う「寝たきり」状態を引き起こす要因となることが多い傾向にあります。これは、加齢に伴い、筋・神経系の能力が低下することと関連しており、『転倒防止』の項では、過去1年間に転倒したことのある割合は、男性が25.6%、女性が29.3%となっており、高齢になるにつれて割合が高くなる傾向がみられます。転倒不安については男性が38.0%、女性が55.3%となっており、転倒経験の有無に限らず不安を抱えている人が多い状況となっています。

【質問】この1年に転んだことがありますか（年代別クロス集計）

	全体 N=9,420	65～69歳 N=2,165	70～74歳 N=2,113	75～79歳 N=1,904	80～84歳 N=1,653	85歳以上 N=1,585
はい	27.8%	18.5%	21.9%	27.1%	34.3%	42.3%
いいえ	63.8%	77.7%	73.3%	65.3%	52.8%	42.0%
無回答	8.4%	3.7%	4.8%	7.6%	12.9%	15.7%

【質問】転倒に対する不安は大きいですか（性別クロス集計）

	全体 N=9,420	男性 N=3,904	女性 N=5,516
はい	48.1%	38.0%	55.3%
いいえ	41.6%	52.2%	34.0%
無回答	10.3%	9.7%	10.7%

「転倒の予防や全身の筋力トレーニングの向上」に関するプログラムをはじめ、今後も引き続き、様々な介護予防施策の充実が求められます。

（府中市第6期高齢者保険福祉総合計画・介護保険事業計画 抜粋）

（４）障害者のスポーツ

「スポーツ基本法」の基本理念では、障害者のスポーツについて、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しなければならないとされています。また、法の前文では、スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは、全ての人々の権利であるとしており、全ての人々がスポーツに接することができる環境づくりが求められています。

スポーツは、障害のある人に対する市民の理解を促進するとともに、障害のある人にとっては健康維持・増進や社会参加の充実感等を得ることができる大切な営みです。

府中市でも、スポーツ・レクリエーション教室開催等の事業や、講習会などを通して体力増強、交流を行っていますが、障害程度が軽くなければスポーツ活動に参加することが難しいことや、独自に練習を行ったり、他市町へ出向いて専門的な指導を受けたりするなど、気軽にかつ積極的にスポーツに取り組むことができないという現状です。

障害者スポーツの普及・促進には、障害のある人だけでなく健常者が関わり共に取り組む姿勢と、障害者スポーツの様子を積極的に広報することが重要です。既存のスポーツイベント等への障害のある人の参加を促進するとともに、参加しやすい条件の整備を進めていかなければなりません。

障害のある人や高齢者を含む多くの市民が安心してスポーツ活動ができるよう、屋内スポーツ施設でのバリアフリー化を始めとした、ハード面の整備とともに、スポーツ活動への参加促進として、練習に行くための移動支援や障害者スポーツへの参加の啓発などが必要です。

このような身近な支援の普及・促進を行い、障害者スポーツに健常者が関わり共に取り組む姿勢こそが重要です。また、障害者スポーツの指導者育成や障害のある人が参加しやすいスポーツ・レクリエーション教室などの充実も必要となっています。

※「府中市障害者福祉計画・第4期障害福祉計画」では、
障害者 ではなく、障害のある人 としています。

■平成26年度障害者スポーツ教室等開催事業

障害者卓球教室	体力維持と技術の向上を目的に開催
体力づくり教室	障害者の社会参加促進とスポーツ体験を目的に開催
第27回障害者卓球大会	6月22日（日）開催
身体障害者グラウンドゴルフ大会	9月14日（日）開催
障害者別団体スポーツ教室	① 府中市肢体障害者協会 ② 府中市視覚障害者福祉協会 ③ 府中市ろうあ者協会 ④ 府中市難聴者中途失調者協会 ⑤ 府中市透折者協会
第8回広島県障害者陸上競技大会	5月11日（日）選手派遣 第14回全国障害者スポーツ長崎大会 広島県選手選考会

3 府中市のスポーツ団体の状況

(1) スポーツ団体の状況

① 府中市体育協会加盟団体

府中市体育協会は、競技スポーツを推進し、市民の健全な心身の育成と明るく豊かな市民活動の形成に寄与し、関係者団体の発展と相互の親睦、連携を図ることを目的とした組織です。

体育協会は、21団体で構成されています。

その中のスポーツ少年団は、10単位団で構成されています。

■府中市体育協会加盟団体

野球	ソフトボール	ソフトテニス
水泳	カヌー	バレーボール
陸上	バスケットボール	スキー
剣道	柔道	サッカー
空手	バドミントン	ゲートボール
グラウンドゴルフ	ウエイトリフティング	卓球
ゴルフ	府中市スポーツ少年団	府中市学区体育会

■（参考）スポーツ少年団加盟団体

府中市スポーツ少年団は、日本スポーツ少年団、広島県スポーツ少年団及び関係機関との連携を保ち、スポーツ活動、文化活動並びに奉仕活動を推進するとともに、青少年の健全育成を目的としています。

府中明郷バレーボールスポーツ少年団	国府ビッグエーススポーツ少年団
明郷少年野球クラブスポーツ少年団	旭少年野球クラブスポーツ少年団
府中・ドンキーズスポーツ少年団	広谷H少年野球クラブスポーツ少年団
栗生サンボーイズスポーツ少年団	清風拳スポーツ少年団
府中拳誠会スポーツ少年団	府中ジュニアスポーツ少年団

② 総合型地域スポーツクラブ

平成25年2月、総合型地域スポーツクラブとして自発的なスポーツ活動を通して、地域の活性化やコミュニティを推進することにより、スポーツを楽しみ、会員の健康・体力維持の増進と相互の親睦を図り、明るく豊かな生活の実現に寄与することを目的とし、協和ふれあいスポーツクラブが設立されました。

■「協和ふれあいスポーツクラブ」クラブ理念

- ① 子どもさんからご高齢の方など、たくさんの方が参加できる事業を提供する
- ② 参加した方が親睦を深め、「笑顔」になれる事業を提供する
- ③ 「いつでも」「どこでも」「だれでも」「いつまでも」をスローガンとした活動をする
- ④ 「する」「観る」「支える」の気持ちで、みんなが集まり協和地域の活性化をめざす

■平成26年度事業

ふれあいフェスタ	グラウンドゴルフ・ディスコン
1周年記念	スローピッチ・ソフトバレー
冬のふれあいフェスタ	カローリング
各種スポーツ教室	ミニバスケット・大人のバレーボール たのしい卓球・サッカー教室

会員数は、193名（平成27年8月現在）で、参加者の声を聞きながら求められているニュースポーツも取り入れ、世代間交流及び地域交流を積極的に行っています。また、グループ会員などの制度を設けるなどして、参加料についても工夫し、会員数を増やす取組みが行われています。

さらに、平成27年度は、競技力向上を目指し、『広島かけっこキャラバン小学生陸上競技教室「出前講座」』を利用し、広島陸上競技協会派遣指導者及び広島大学陸上部員（日本陸連公認コーチ・ジュニアコーチ等の有資格者）の派遣による事業を行いました。また、府中明郷学園コミュニティ・スクールとしての取組み（中学生の卓球教室など）も始めています。

※ディスコンとは

ポイントと呼ばれる黄色のポイントを目標物として、赤と青が表裏一枚となっているディスクを1チームが6枚投げて、ポイントにどれだけ近づけたかを競うゲームで、子どもから高齢者まで気軽に楽しめるスポーツです。

※スローピッチソフトボールとは

「わざとゆっくりな山なりボールを打ち合う」10人制のソフトボールです。盗塁なし、パスボールなし、バントなしなど、レクリエーション要素が高く、初心者をはじめ誰もが楽しめるスポーツです。

※ニュースポーツ

和製英語で、日本において20世紀後半以降に新しく考案されたスポーツのことです。その数は数百種類に及び、軽スポーツ、柔らかいスポーツ、レクリエーションスポーツとも呼ばれ、勝敗にこだわらずレクリエーションの一環として気軽に楽しむことを目的とした身体運動です。

(2) スポーツ大会・スポーツ教室の状況

府中市では、「ふちゅうカップバレーボール大会」「府中市陸上競技大会」「府中市健脚大会」を開催しています。これらのスポーツイベントの開催に当たって、府中市体育協会所属のスポーツ団体やスポーツ推進委員等に協力をいただいています。

また、各スポーツ教室においても、多くの指導者の方々のご協力をいただいています。

■各スポーツ教室の実施

剣道教室	府中剣道教室（南小学校他） 明郷剣道教室（府中明郷小学校） 上下剣道教室（上下格技場） 久佐剣道教室（久佐スポーツグラウンド体育館） 協和地区剣道教室（協和スポーツグラウンド体育館）
柔道教室	府中柔道教室（府中市武道場）
空手教室	上下空手教室（上下格技場）
サッカー教室	上下サッカー教室（上下中学校・上下多目的運動場）
障害者スポーツ教室	卓球（リ・フレ）
スキー教室	（琴引フォレストパークスキー場）
バレーボール教室	上下バレーボール教室（上下北小学校）

※スポーツ推進委員とは

平成23年8月にスポーツ基本法が制定され、「体育指導委員」から「スポーツ推進委員」に名称が変更されました。

スポーツ推進委員は、スポーツ推進のための事業や住民へのスポーツ実技の指導、助言を行う役割を担っており、市から委嘱された方々です。

現在、25名のスポーツ推進委員がそれぞれの地域で、スポーツ推進のための様々な活動に取り組んでいます。



4 府中市のスポーツ施設と施策

(1) スポーツ施設

① 府中市立総合体育館（ウッドアリーナ）等の利用状況

■各スポーツ・運動施設の利用状況

施設名	利用者数(人)		
	H24年度	H25年度	H26年度
府中市立総合体育館（ウッドアリーナ）	94,734	96,033	88,624
府中市南の丘体育館	13,223	12,599	15,164
府中市月見ヶ丘公園体育施設	15,109	7,908	8,483
府中市B&G海洋センター	39,696	44,689	46,713
府中市上下運動公園	6,164	9,061	10,756
府中市武道場	5,020	5,173	4,940
府中市中須グラウンド	19,894	16,021	15,017
府中市中須グラウンド（テニスコート）	3,845	3,519	3,168
府中市桜が丘グラウンド	5,514	6,369	7,134
府中市府中公園グラウンド	1,305	1,695	1,810
府中市ウカイランド公園グラウンド	1,106	1,444	1,378
府中市河佐峡パークゴルフ場	6,455	8,159	8,151
府中市羽高湖サン・スポーツランド	16,346	15,762	14,240
府中市上下ゲートボール場	2,354	2,385	2,033
府中市格技場	6,648	8,706	8,540

※府中市羽高湖サン・スポーツランドについては、見学等を含みます。

■元学校等の体育施設を整備した体育館・グラウンド

府中市阿字スポーツグラウンド	府中市出口スポーツグラウンド
府中市古府の森スポーツグラウンド	府中市諸田スポーツグラウンド
府中市協和スポーツグラウンド	府中市久佐スポーツグラウンド
府中市清岳多目的広場	府中市階見多目的広場
府中市吉野多目的広場	

府中市立総合体育館では、多くの競技大会や練習が行われ、最近では、NBL（ナショナルバスケットボールリーグ）チームの試合も行われています。このような競技性の高いイベントだけでなく身近な『バレーボール教室』や『健康づくりラジオ体操』も行われています。

府中市B&G海洋センターでは、幼児から高齢者までの水泳教室や、選手の育成を行い、さらに、『介護予防・転倒防止』の健康増進事業も始めています。

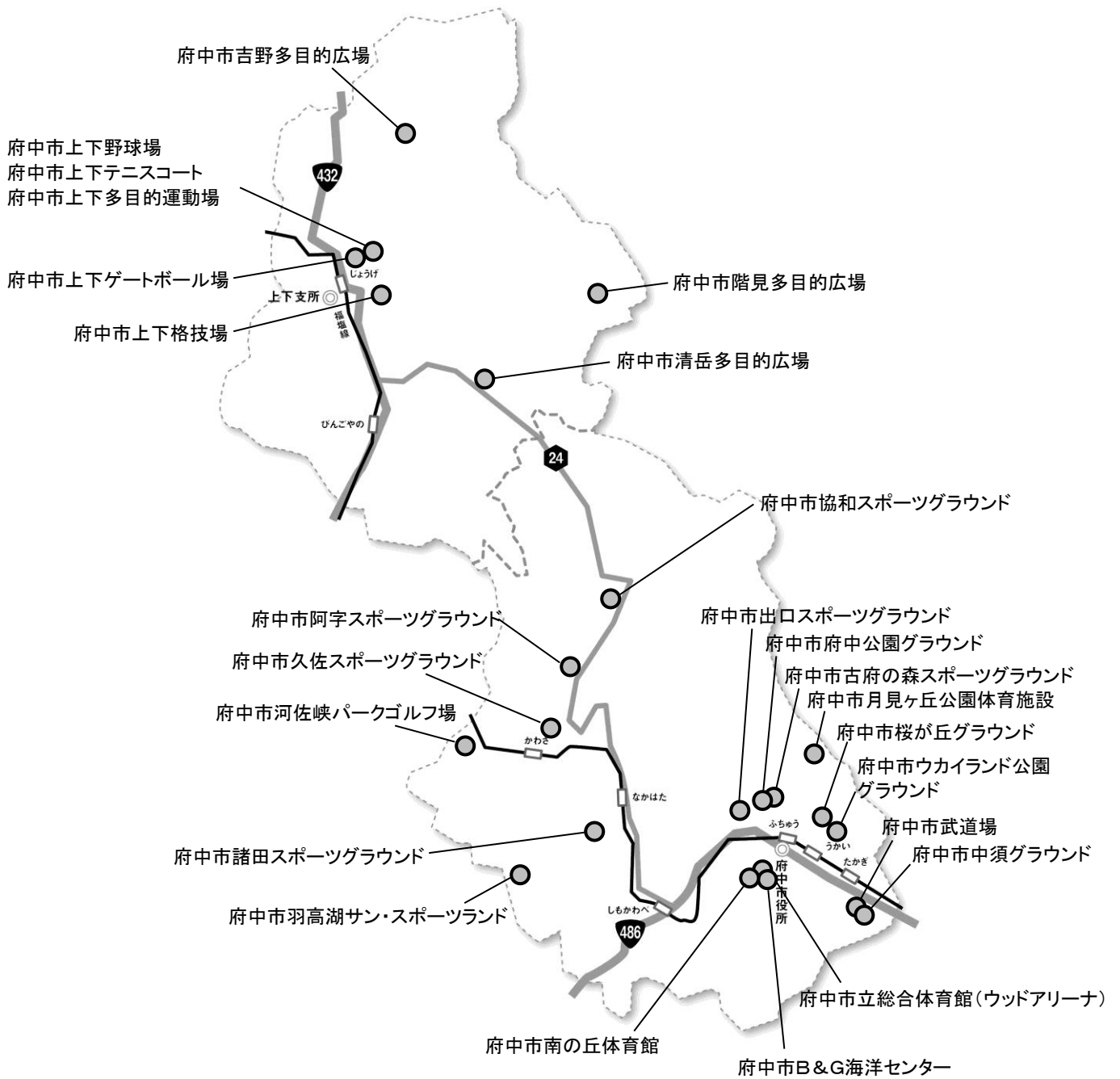
地域の希望や状況に応じて、運動・スポーツを行うのに適した環境や機能を有している旧小・中学校の体育施設は、老朽化しており、十分な利用が難しい状況です。なお、市民の運動・スポーツ教室などを開催するため、上下町中心地域に市民が日中使用でき

る体育館を望む声もあります

また、市内の体育施設では、夜間も利用可能なグラウンドや大会を開催できる大規模な体育施設が不足している状況があります。

さらに、市内には芝生の上でスポーツを行える環境がなく、市内のスポーツ団体が上位の大会に進んだ時、芝生への対応に苦勞することがあります。けが予防の観点からも芝生化されたグラウンドの設置が望まれます。今後は、体育施設の種類と数を分析し、適正な配置が必要です。

■スポーツ施設配置図



② 学校開放の利用状況

府中市では、小中学校及び高等学校の校庭、体育館等を学校教育に支障のない範囲で、スポーツ利用などに開放しています。

(2) スポーツ施策

① 特色あるスポーツ関連施策

府中市では、健康の維持・増進、コミュニティ振興、子どものスポーツ推進などを図るため、スポーツイベントを開催しています。

今後は、自然に親しみながら行う健康づくりやスポーツなど、府中市の特徴を活かすことが重要な課題となっています。

コミュニティ推進事業	
府中市健脚大会	市民の体力づくり・健康づくりの推進と、幅広い世代間の交流を通じて生涯スポーツの振興を図ることを目的として、JR福塩線備後三川駅前～八田原ダム～久佐スポーツグラウンド～府中市生涯学習センター（距離約27km）を歩きます。 平成26年度は185名、平成27年度は165名の参加となっています。
教育関係スポーツ事業	
府中市陸上競技大会	陸上競技に対する関心を高め、競技力の向上を図るとともに、陸上競技を通じて、競技者の親睦交流を図ることを目的に開催しています。 平成26年度は117名、平成27年度は156名の参加となっています。
ふちゅうカップ バレーボール大会 家庭婦人の部	バレーボールに対する地域住民の関心を高めるとともに、競技力の向上を図ることと、バレーボールを通じて、地域の愛好者の親睦・交流を図ることを目的として開催しています。
ふちゅうカップ バレーボール大会 中学生の部	中学生のバレーボールに対する関心を高め、競技力の向上を図ることと、バレーボールを通じて、競技者の親睦・交流を図ることを目的として開催しています。

<p>スポーツ講演会 (スポーツチャレンジ企画 スポーツ指導者養成講座)</p>	<p>平成23年6月に制定された「スポーツ基本法」では、スポーツを世界共通の人類の文化として位置付けています。さらに地域におけるスポーツ指導者については、スポーツ技術・技能・戦術等にとどまらず、スポーツ文化を地域の人々に伝える役割があるとしています。</p> <p>府中市においてもスポーツ文化の伝道師となるスポーツ指導者の育成は重要な課題であることから、スポーツ指導者のさらなる資質向上と活動促進を図るため、講演会を開催しています。</p>
<p>府中っ子外遊び習慣化事業</p>	<p>～体を動かす遊びの習慣づくりから 体力・運動機能向上とスポーツの習慣化へ～</p> <p>府中市の子どもたちに、遊びを通して体を動かす楽しさや心地よさを体験させ、休憩時間や放課後の外遊びの習慣化を図ることを目的として、開催しています。</p>
<p>健康づくり事業・介護予防事業</p>	
<p>みんなで歩こう会</p>	<p>市内5カ所で実施しています。1回目に体脂肪測定や体力測定、ウォーキングなどを行い、2回目を実施し、その効果をみます。</p>
<p>ふちゅう夢体操講習会</p>	<p>3分30秒の簡単なストレッチ体操で、いろいろな筋肉をほぐし、深い呼吸をすることで、リラックス効果もあります。</p>
<p>府中焼きマンボ体操</p>	<p>歌に合わせて全身の筋肉をほぐす、子どもから大人まで楽しめる体操です。</p>
<p>元気もりもり体操</p>	<p>転倒防止、加齢に伴う運動機能低下防止のため、有酸素運動、ストレッチ体操など無理なく筋力をつけるトレーニングを行い、心身の機能向上を図ります。</p>



第 2 章

課題の整理

1 スポーツ推進に向けた問題点・課題

(1) 子ども世代における体力づくりの推進

府中市の児童生徒の体力は改善傾向にありますが、運動する子どもとしない子どもの体力は二極化傾向にあり、運動・スポーツへの関心を高めることなどの全般的・継続的な取り組みが必要です。

学校での体育はもとより、保育所、幼稚園等における幼児期からの運動習慣の取り組みや地域でスポーツを楽しめる環境づくり、適切な指導ができる指導者の養成が求められています。

(2) 子育て世代・働き盛り世代におけるスポーツ実施率の向上

スポーツ実施状況を見ると、18歳～40歳でのスポーツ実施率が低い状況です。これは、子育てや働き盛り世代ではスポーツをする時間がなかなか確保できないことが推察されます。

そのため、出勤前や勤務後に利用できたり、体育施設で子どもの一時預かりをしてもらえるなどの環境整備も必要です。また、家族で、比較的軽い運動を中心としたスポーツの機会の拡充など、気軽に参加できる仕組みが課題となっています。

(3) 高齢者のスポーツ推進

高齢者の転倒不安については男性が38.0%、女性が55.3%となっており、転倒経験の有無に限らず不安を抱えている人が多い状況です。そのため、日常的な運動が重要です。また、運動する目的としては、「健康・体力づくりのため」や「楽しみや気晴らし」が求められており、地域のコミュニケーションや交流が楽しめること、健康の維持・増進、気晴らしなど軽スポーツの普及が期待されています。

府中市においても、団塊の世代の高齢化が始まっており、定年退職後のライフサイクルの充実のための運動・スポーツは心身両面に有益なものとなります。そのため、高齢者向けのスポーツの充実が重要となっています。

(4) 障害のある人のスポーツ推進

スポーツによる健康や運動機能の向上、達成感や向上心など精神的な効果、社会参加の機会づくりなど、障害のある人のスポーツ参加の重要性は高まっています。

障害のある人が気軽にスポーツに接する機会を充実するために、障害者スポーツに健常者が関わって、共に取り組むことが必要です。

平成27年度、広島県障害者スポーツ指導者協会に登録されている指導者は9人です。障害についての正しい知識を有し、適切な指導ができる指導者の養成が求められています。さらに、健常者とともに気軽に参加できるスポーツ教室やスポーツイベントの開催、障害のある人が参加するための支援を行い、障害者スポーツへの参加機会の増進を図ることが求められています。

2 競技スポーツを推進する上での問題点・課題

少子高齢化社会の影響を受けて、子どものスポーツ人口の減少と指導者の高齢化が深刻になる中、小学生は地域スポーツクラブ、中学生は学校部活動を中心に競技力向上に取り組んでいます。また、市では、全国大会出場者への助成をするなど、競技者への支援を行っています。

10年後に本市の競技スポーツの中心を担う子どもの体力の低下なども含め、次の課題に取り組む必要があります。

(1) 小・中学生のスポーツ人口の増加と基礎体力の向上

競技スポーツを推進する上では、子どもころからスポーツに興味を持ってもらうことが大切です。そのためには、就学前の段階から保護者を含めてトップアスリートと交流するなど、スポーツの魅力を知ってもらう取組みが必要です。

スポーツ人口拡大のため、比較的スポーツに関心のない小・中学生には、競技性を求めることなく、レジャースポーツなどを楽しめるように工夫して普及することも大切です。

また、小学生の時期には、体育の授業や昼休みの運動を中心に、家庭においても、日常的に運動量の増加に取り組む、基礎体力の向上に努めることが必要です。

(2) 学校の部活動指導者の育成と地域人材の確保

各地域で、小学生時代にスポーツを通して積み上げてきた努力、経験は、中学生のスポーツ活動に活かされます。したがって、小学生時代に努力した成果を発揮できるよう、受け皿が必要です。

中学校においては、競技経験の少ない部活動指導者が増えており、指導力の向上が課題となっています。

さらに、競技力強化のため、地域の指導力のある人材の確保や研修の充実が引き続き必要です。

(3) 既存の制度の充実

全国大会に出場する選手に対して助成している補助金についても、継続していく必要があります。また、障害のある選手に対する助成についても充実する必要があります。

さらに、スポーツ団体への補助金についても、スポーツ振興と市民の体力向上を図るため充実する必要があります。

3 スポーツ活動の環境上での問題点・課題

誰もが気軽にスポーツができる環境づくりに向けて、施設の整備・充実やスポーツを支える人材の育成、情報発信など、スポーツ環境の整備に向けた問題点・課題を整理します。

(1) スポーツ施設の整備

本市のスポーツ施設は、老朽化が進んでいます。市民アンケートにおいても、「活動の場の充実」を望む声が多くあげられました。施設の機能とその役割にあった整備方法の検討が必要です。地域のスポーツグラウンド、運動公園、専用施設が持つ機能を踏まえて、施設とその地域の役割を把握しながら、全体のバランスを考慮することが必要です。また、バリアフリー化を推進し、障害のある人や高齢者を含む、全ての市民が安心してスポーツ・レクリエーション活動を楽しめる環境整備が求められています。

(2) スポーツ指導者の育成・充実

市民アンケートでは、「スポーツ指導者の充実」が必要と回答した人の割合は 34.0%でした。スポーツを行う目的によって、スポーツ指導者に望むことは多種多様であるため、目的に合わせた指導ができるよう、人材の育成を行い、指導者を活用する機会を増やしていくことが必要です。

(3) 情報提供・発信の充実

市民に、「文化・スポーツ活動を楽しめるまち」と感じてもらうため、情報提供・発信の方法を工夫し、スポーツに関する取組みを多くの市民に周知していくことも必要です。

4 その他問題点・課題

スポーツは、世代や性別の違いを超えた、人と人とのつながりや交流を生みます。また、地域においては、コミュニティの活性化や、明るいまちづくり、青少年の健全育成などにも寄与します。

スポーツを通じて人や地域の交流が図られる機会をつくり、活気あるまちづくりを進めていく必要があります。

日常生活の中で誰もが気軽に、継続的に体を動かす機会の提供を通じて、運動・スポーツへの関心を高めるため、近隣にスポーツ施設のない地域において、公民館等の公共施設等でスポーツ・レクリエーション活動に取り組んでいます。

また、ウォーキングなどの運動を近所の道路で行っている人が多くなっています。広い歩道であれば、市民が安心してウォーキングすることができます。市民がより安心してウォーキングに励めるように、名所めぐり・山・川を活かしたコースも含め、公園や広場など環境整備も必要です。



第 3 章

基本方針

1 目指すべき姿

府中市は、豊かな自然に恵まれ、優れた歴史・文化を継承しているまちです。また、義務教育の質の向上に取り組むため、平成16年から市内全小中学校に小中一貫教育を導入し、平成26年度からは、コミュニティ・スクールに取り組んでいます。このような地域特性を活かしながら、様々な分野で市民と協働した魅力あるまちづくりに取り組んでいます。

しかしながら、急速に少子高齢化が進む中、地域活力の向上や安心して暮らすことのできる環境づくりなど、将来にわたり安心・安全に暮らせるまちづくりが求められており、継続的で一貫性のある健康づくりや介護予防事業などに取り組む必要があります。

このような社会背景や地域特性の下、スポーツ団体や市民、企業との協働の取組みを基本に、全ての年代の人々や障害のある方々が、ライフステージに応じたスポーツや健康づくりを通じて、『文化・スポーツ活動を楽しめる「府中」』の実現を目指します。

また、スポーツは地域コミュニティの形成や経済の活性化を促すものとして、多くの役割が期待されています。スポーツの持つ多面的な性格を活用して、トップアスリートによるスポーツイベント、観光事業など活気に満ちたまちづくりを目指します。

～ 目指す姿 ～

文化・スポーツ活動を楽しめる「府中」

～市民みなが元気で生き生きと自分を発揮できる府中～

2 基本目標

基本理念の実現と数値目標の達成に向けて、本章の1で掲げた「目指すべき姿」に基づき、次の4つを基本目標とします。

基本目標1 全ての市民がスポーツに親しみ、楽しめる活動の推進

市民が、生涯にわたり興味や目的に応じて身近にスポーツに親しむことができるよう、世代ごとのレベルやニーズに合った様々なスポーツの機会や場を充実させ、スポーツ活動を推進します。

基本目標2 競技スポーツの推進

全国大会等へ数多くの選手が参加できるよう、個人・団体への支援と関係機関との連携を深め、競技力向上に努めます。

基本目標3 スポーツ活動を支援する環境の整備

誰もが気軽にスポーツや運動ができる環境づくりに向けて、学校体育施設の開放や既存施設等の整備・充実など、スポーツができる場の整備を行い、スポーツ活動の拡大を図ります。

スポーツ活動を支える指導者の専門知識の習得やボランティアなどの育成・支援、総合型スポーツクラブの活動支援などを行い、市民のニーズに即した指導者の育成体制を整えます。

基本目標4 コミュニティ・スポーツ推進によるまちづくり

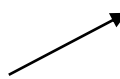

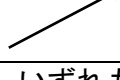
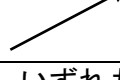
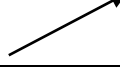
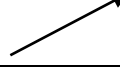
ニュースポーツを活用し、地域の子どもたちと一緒に、世代間交流のできるスポーツを行いながら、より多くの市民が豊かな自然環境の中でスポーツや健康づくりを行える取組みを進めます。

また、歩くことは、一番身近なスポーツです。緑と水に恵まれた府中市では、その環境を活かしたウォーキングロードがあります。歴史を感じることでできる町並みを歩いて巡ることで、運動の継続性を図ります。さらに、企業との協働によるイベントなども計画していきます。

3 数値目標

市民の誰もが、それぞれの体力や年齢、技術、目標などに応じた生涯スポーツ社会を実現するための数値目標を次のように掲げ、できる限り早期に目標を達成できるよう、各種施策に取り組みます。

■数値目標

指標	現状（平成26年）	目標	
		平成31年	平成36年
幼児期における身体を動かす遊びの割合 （0～5歳）	普段の遊び ○テレビ 52.7% ○ビデオ・DVD 58.4% ○外遊び 68.6%	○減少 ○減少 ○増加	○減少 ○減少 ○増加
日常生活の中で運動をしている人の割合	○18～40歳 25.3% ○41～60歳 42.0% ○61歳～ 57.9%	いずれも 	○40%以上 ○50%以上 ○70%以上
習慣的な運動をする子どもの割合	週に2回以上運動する ○小学生 66.7% ○中学生 69.6% ○高校生 62.3%	いずれも 	○75%以上 ○75%以上 ○75%以上
全国大会出場者数	○小中高校生 20名 ※1 ○一般 2名 ※2 ○障害者 1名 ※3	いずれも 	いずれも 
健康寿命の延伸 ※4	○男性 78.10歳 ○女性 83.68歳	いずれも 	いずれも 
元気もりもり体操を週1回以上取り組む自主運動グループ人数	○ 200人	700人	1,400人

※1 空手道 小学生3人 水泳 高校生3人 野球 1チーム（14人）

※2 ゴルフ・卓球

※3 卓球

※4 健康寿命とは、日常的に介護を必要としないで、自立した生活ができる期間。府中市・広島県は「介護保険の要介護認定情報」を基礎に「日常生活動作が自立している期間」を算定。

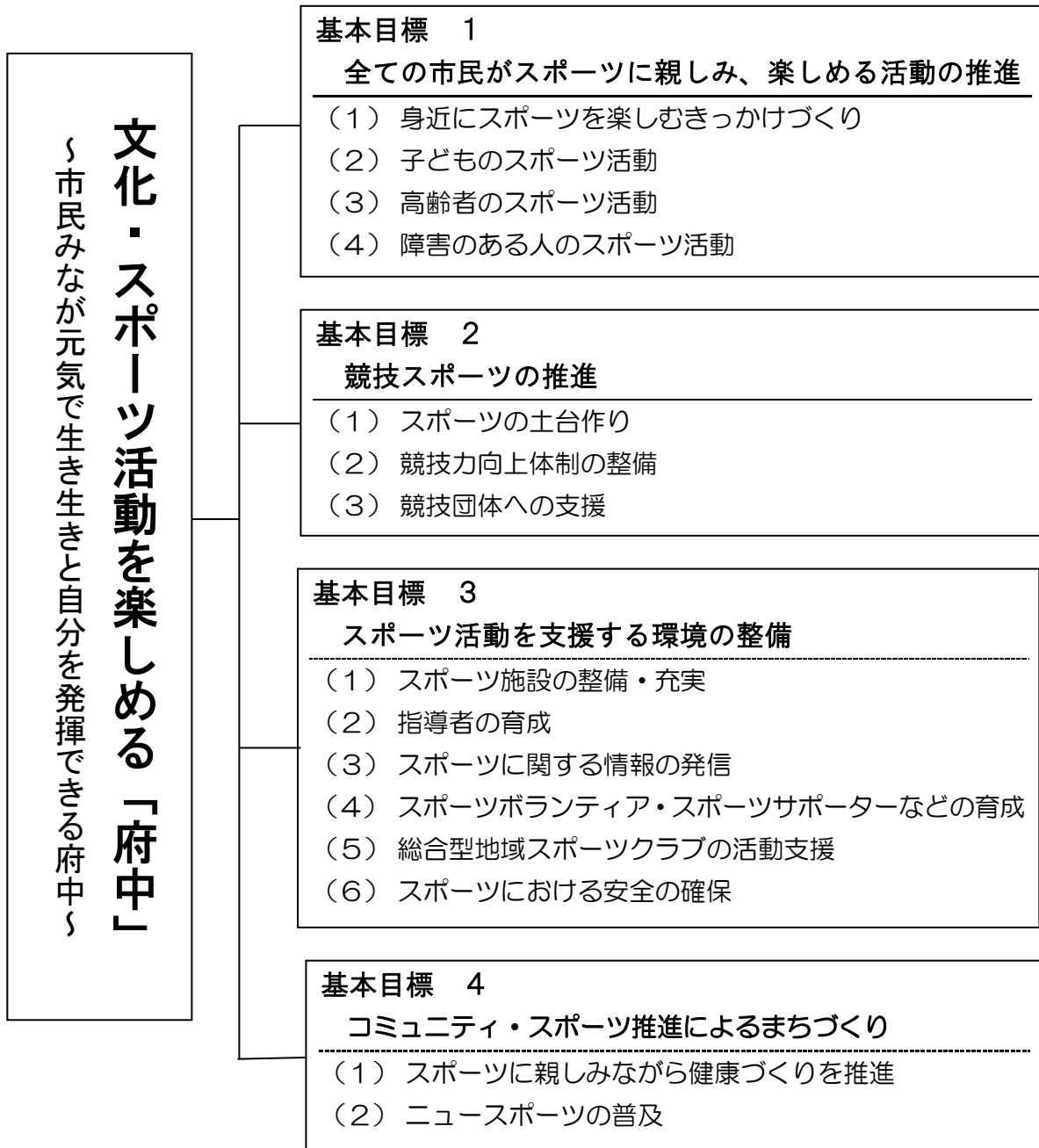
（参考）

国のスポーツ基本計画における目標値は、できる限り早期に、成人の週1回以上のスポーツ実施率を3人に2人（65%程度）、週3回以上のスポーツ実施率が3人に1人（30%程度）とし、成人のスポーツ未実施者（1年間に一度もスポーツをしない者）の数がゼロに近づくこととしています。

第4章

総合的かつ計画的に取り組むべき施策

■施策の体系図



基本目標 1

全ての市民がスポーツに親しみ、楽しめる活動の推進

市民が生涯にわたり興味や目的に応じて身近にスポーツに親しむことができるよう、世代ごとのレベルやニーズに合った様々なスポーツの機会や場を充実させ、スポーツ活動を推進します。

(1) 身近にスポーツを楽しむきっかけづくり

各種スポーツ教室や大会・イベント等の開催を通して、スポーツを行うきっかけをつくとともに、世代間交流や地域間交流を図ることにもつなげます。

また、生活習慣病予防や高齢者の健康増進など、健康福祉分野と連携してスポーツ活動への参加啓発を図ります。

さらに、スポーツ実施率の低い子育て世代や働き盛り世代が興味を持てるイベントなどの開催などを検討します。各種スポーツ教室や大会・イベント等の開催を通して、スポーツを行うきっかけをつくとともに、世代間交流や地域間交流を図ることにもつなげます。

① スポーツ教室の開催	生涯学習課
市民が様々なスポーツを楽しむことができるきっかけづくりの場を提供するために、府中市体育協会や総合型地域スポーツクラブ等と連携して、スポーツ教室などを開催します。 また、誰もが気軽に接することのできるニュースポーツの普及に努めます。	
② スポーツイベントの開催	生涯学習課
陸上大会や健脚大会、バレーボール大会など、府中市主催のスポーツ大会を開催します。今後は、市民が気軽に参加でき、またスポーツを始めるきっかけとなるようなスポーツ大会を開催します。	
③ 健康教育事業	健康医療課
生活習慣病予防、運動による体力の維持その他健康に関する事項について、正しい知識の普及を図り、「自らの健康は自らが守る」という認識と自覚を高め、健康の保持増進に資することを目的とした講習会等を実施します。	
④ 健康相談事業	健康医療課
心身の健康に関する個別の相談に応じ、「運動」「栄養」「休養」の健康づくり三大要素を中心に必要な指導及び助言を行い、家庭における健康管理に資することを目的として実施します。	

⑤ 介護予防・健康増進事業	長寿支援課
<p>ストレッチや家庭でも気軽にできる有酸素運動、ボールなど身近にある道具を使って楽しくできる筋力トレーニングに、口腔体操や脳トレなどを組み合わせ、介護予防と健康増進だけでなく、ふれあいを兼ねた運動を各地域で実施します。また、運動の楽しさや継続する必要性を実感していただき、地域で自主的に運営するグループを立ち上げていくための指導者育成も合わせて実施します。</p>	
⑥ 健康診査	健康医療課
<p>メタボリックシンドローム、生活習慣病、がん、歯周病などの予防や早期発見を目的として各種健康診査や検診を実施します。また、メタボリックシンドロームの対策としての運動の実践についても合わせて啓発していきます。</p>	
⑦ リズム体操	健康医療課
<p>ふちゅう夢体操指導員や府中焼きマンボ体操普及員により、地域において実践することで、健康づくりを進めます。</p>	
⑧ 健康まつり	健康医療課
<p>市民が健康で明るい生活を送るために健康づくりの三大要素である「運動」「栄養」「休養」が日常生活にバランス良く取り入れられるように、健康に対する意識向上を図り、疾病の予防を目的として開催します。</p>	
⑨ 健康ふちゅう21事業	健康医療課
<p>「健康ふちゅう21」計画に基づいた事業を市民と協働で実施し、「すべての市民が共に支え合い、健やかで、こころ豊かに暮らせるまち」を目指します。</p>	
⑩ ニュースポーツ体験(出前講座・体験教室)	生涯学習課
<p>ニュースポーツは誰でも気軽にできるスポーツです。カローリング、ディスコン、ニチレクボールなどのスポーツを体験できます。出前講座のPRに注力するほか、ニュースポーツの種目の充実に努めます。</p>	

(2) 子どものスポーツ活動

「市民みなが元気で生き生きと自分を発揮できる府中」を目指すため、市民それぞれがそのライフステージにあったスポーツ活動に取り組むことが大切です。幼児・学童期から少年・青年期へかけて培われたスポーツに対する取組みを継続して、生涯にわたり実践することが大切です。

① 子育て支援センター	女性こども課
子育てに関することや家庭に関する事など、子どもに関する相談に応じています。また、身体を動かし親子や子どもたちだけで楽しめる行事を企画したり、自由遊びなどを行い、親子の心身の健康づくりを図ります。さらに、府中市食育推進計画に基づいた食育による体づくりについても啓発を行います。	
② 公園整備	まちづくり課・整備保全課
子どもたちが安心して遊び、たくましく生きるための健康や体力を備えた力が育めるよう、安全な遊び場を整備します。	
③ 児童館等における遊びを通した体力増進事業の開催	女性こども課
児童の健全育成のため、学習、遊びなどの場と機会を提供します。児童館等の事業において、遊びを通した体力増進を図ります。	
④ 園庭等の開放	女性こども課
未就園児に対して、保育所、保育園の園庭や園舎等を開放し、遊び場の提供を行います。	
⑤ 校庭の整備	教委総務課
小中学校の校庭については、体育の授業や課外活動など一年を通して、良好な環境を維持するように整備していきます。	
⑥ 生活習慣改善・体力アップ事業	学校教育課
体力づくり推進リーダーを活用し、各小中学校において、「学校での体力づくりのためのマネジメントサイクル」に基づいた体力づくりを推進します。また、体育の授業や日常の生活を通して、運動量の確保に努めます。	



(3) 高齢者のスポーツ活動

健康づくりや体力づくりなどスポーツを通じたコミュニケーションや仲間との交流を楽しむ高齢者が増加しています。

要支援及び要介護となることの予防のため、運動機能の維持を図ることは重要です。また、要支援・要介護状態にあっても軽度な体操を行うことによって機能の悪化を緩やかにする効果もあり、継続して取り組むことが重要です。

府中学びフェスタにおける府中市体カテスト（成人及び高齢者の体力・運動能力調査）を実施していますが、長寿支援課と共催し、より多くの市民が参加できるよう努めます。

① スポーツ環境づくり	健康医療課
自然の中でウォーキングなどのスポーツを楽しみながら、健康づくりを行うなど、高齢者が身近で気軽にスポーツに親しめる環境づくりに取り組みます。	
② 高齢者向けのスポーツ教室等の開催	生涯学習課・長寿支援課
スポーツを通じて健康・体力づくりや楽しみ、気分転換など、ふれあいながら気軽に参加できる教室やイベントを実施します。 また、スポーツ推進委員と連携し、高齢者が気軽に参加できるニュースポーツを取り入れた教室の開催に努めます。	
③ 府中市体カテスト（体力・運動能力調査）の実施	生涯学習課・長寿支援課
府中学びフェスタでの体カテストを継続します。	
④ 介護予防・健康増進事業（再掲）	長寿支援課
ストレッチや家庭でも気軽にできる有酸素運動、ボールなど身近にある道具を使って楽しくできる筋力トレーニングに、口腔体操や脳トレなどを組み合わせ、介護予防と健康増進だけでなく、ふれあいを兼ねた運動を各地域で実施します。また、運動の楽しさや継続する必要性を実感していただき、地域で自主的に運営するグループを立ち上げていくための指導者育成も合わせて実施します。	
⑤ 健康教育	生涯学習課・健康医療課・長寿支援課
高齢者が地域で元気に生き生きと暮らせるように、体を動かすことや健康に関する講座を実施し、健康づくりを推進します。	

(4) 障害のある人のスポーツ活動

障害のある人にとってスポーツは体力を維持向上することによる治療効果をもたらすとともに、社会参加の一つであり、また、スポーツ以外への社会参加を促進する機会となります。

広く市民に障害者スポーツの必要性及びその内容等について周知し、障害のある人の自主的かつ積極的な参加を促す取組みが必要です。また、障害のない人も一緒に参加できる場の提供が必要です。

そのために、障害者団体等が主催するスポーツ大会への支援（人的・経済的）や府中市主催のスポーツ大会等への参加の取組みが必要です。また、障害者スポーツ指導員や審判員、ボランティアの育成に取り組むことも重要です。

① 障害者スポーツの理解教育	生涯学習課・地域福祉課
障害の有無を超えたスポーツが盛んに行われるよう、市民を対象に体験会等を実施します。	
② 障害者スポーツ指導者の育成	生涯学習課・地域福祉課
障害のある人にスポーツを指導する上で、専門的な指導技術や医学的な知識を必要とすることから、指導者を育成します。	
③ スポーツイベント等での体験・紹介ブース	生涯学習課・地域福祉課
市民が多く集まる場を利用して、障害者スポーツの理解、普及を図ります。	
④ 障害のある人と健常者が共に行うスポーツイベントの開催	生涯学習課・地域福祉課
ニュースポーツイベントやアダプテッド・スポーツイベントを開催します。	

※アダプテッド・スポーツとは

障害のある人、高齢者、子どもあるいは女性等が参加できるよう修正された、あるいは新たに創られた運動やスポーツ、レクリエーション全般を指す言葉。本来は、一人一人の発達状況や身体条件に適応させたスポーツ。

基本目標 2

競技スポーツの推進

(1) スポーツの土台作り

府中市では、義務教育の質の向上に取り組むため、平成16年から市内全小中学校に小中一貫教育を導入し、中一ギャップの解消と学力の定着を図ってきました。文部科学省の調査では、小学校入学前にいろいろな内容の体を動かす遊びを行っている児童の方が、その後の体力合計点が高いことが分かっています。

また、幼少年期に「楽しみ」の要素を重視しながら運動遊びや複数のスポーツを経験させておくことで、将来の怪我の防止や、競技を途中で投げ出すリスクの低下につながることも期待されます。

したがって、幼少年期にいろいろな内容の体を動かす遊びを行うことは、競技力向上を含めたあらゆる運動・スポーツ活動の礎を築くためにも重要であり、保育所、幼稚園、学校で体を動かす遊びを積極的に行います。

① 幼児期の活動の推進	学校教育課・女性こども課
幼少年期にいろいろな内容の体を動かす遊びを行うことは、競技力向上を含めたあらゆる運動・スポーツ活動の礎を築くためにも重要であり、保育所、学校で体を動かす遊びを積極的に行います。	
② 外部講師の活用	学校教育課
部活動の活性化などを目指して、地域で活躍されている指導者を外部指導員として活用していきます。	
③ スポーツ教育の推進	学校教育課
各学校では、体力や運動能力の調査結果を受けて、児童・生徒の健康増進や体力向上に向けた取組みを充実させていきます。	
④ 指導力の向上	学校教育課
大学との連携等により、部活動に関わる教職員の指導力の向上を目指した研修会を開催します。	
⑤ 体育実技ボランティアの活用	学校教育課
大学生を体育実技ボランティアとして学校現場に派遣し、学校でのスポーツの土台作りに活用していきます。福山平成大学の地域貢献及び学生育成の一環として行うものです。	

(2) 競技力向上体制の整備

競技スポーツは、「する」人だけでなく、「観る」人に対しても、感動を与える魅力を持っています。トップレベルのチームなど高い技術を持った人のスポーツを観戦することは、競技人口が増加することや市民のスポーツ活動が活性化することにも大きく貢献します。

全国大会に出場する選手に対する補助やトップレベルのチームの誘致等を通じて、運動能力の向上が著しい小学生から高校生をはじめとした競技者や市民の意欲が高まるよう、競技力を向上するための取組みを進めます。

① 全国大会出場補助金	生涯学習課
<p>全国大会に出場する選手・団体に対して、全国大会出場補助金を交付することにより各種スポーツを奨励し、競技力向上に対する意識を高揚させることで、競技スポーツのレベル向上と本市の知名度アップにつなげ、府中市の競技スポーツ全体のレベルアップにつなげます。</p>	
② 次世代のトップアスリートの発掘	学校教育課・生涯学習課
<p>優れた体力・運動能力を持つ児童生徒を発掘するために、小学生から高校生を対象としたスポーツ教室・競技会などの開催や各競技団体の開催を支援します。</p>	
③ トップレベルのチームの試合や教室の誘致	生涯学習課
<p>競技人口の増加やレベルの向上、青少年の夢につなげるには、トップレベルのプレーを間近で体感することが重要です。</p> <p>県内には、広島東洋カープやサンフレッチェ広島といったプロスポーツチームや全国的にも高い技術力を有する企業スポーツチームも多く活動しています。そのようなトップレベルのスポーツチームの試合や教室の開催を行います。</p>	

(3) 競技団体への支援

競技スポーツの振興と競技力の向上に向けては、各協会や競技団体からの支援が重要となります。スポーツの指導や競技の場を充実していくためにも、各協会や競技団体との連携強化や行政としての支援を行い、競技スポーツの競技者の増加や競技力の向上に向けて取り組んでいきます。

① 競技団体への支援（府中市体育協会への支援）	生涯学習課
<p>府中市における競技スポーツは、府中市体育協会が主体となって推進しており、現在21の組織が加盟しています。今後においても、府中市体育協会への支援の継続や連携した事業の実施など、競技スポーツの振興と競技力向上を図ります。</p>	

基本目標 3

スポーツ活動を支援する環境の整備

(1) スポーツ施設の整備・充実

誰もが気軽にスポーツや運動ができる環境づくりに向けて、学校体育施設の開放や既存施設等の整備・充実など、日常的にスポーツができる場の整備を行うとともに、競技施設として大会やイベントを開催できる施設として整備することで、スポーツ活動の場の拡大を図ります。

① スポーツ施設等の環境整備	生涯学習課
府中市には、体育館、野球場、プール、テニスコートなどのスポーツ施設があります。これらのスポーツ施設の適正な配置を行い、計画的に整備し、市民がより身近な場所でスポーツ活動を楽しめるような場の充実を図ります。	
② 市民プール	生涯学習課
現在の府中市 B&G 海洋センターは、燃料保管の規制変更と老朽化により建て替えが必要です。水中運動の特性効果を活かした、市民の健康・体力づくりの拠点（健康増進施設）となる新市民プールを建設し、スポーツ実施率の向上を目指します。	
③ 桜が丘グラウンド整備	生涯学習課
桜が丘グラウンドは府中市における野球の中心的グラウンドです。平成16年の建設以来、大規模な整備が行われておらず、グラウンドの状態が悪化しています。グラウンドの不陸工事等の整備を行います。	
④ 南の丘構想	生涯学習課
ウッドアリーナ、南の丘体育館、府中市 B&G 海洋センター、キャンプ in ふちゅうを一体として利用することで、スポーツ合宿や複数日にまたがる大会の開催など、相乗的な効果を狙います。	
⑤ グラウンドゴルフ場の整備	生涯学習課
競技人口の多いグラウンドゴルフ競技の振興を図るため、グラウンドゴルフ場の整備を行います。	

⑥ 安全な環境づくり（耐震化、AED、バリアフリー等）	生涯学習課
<p>市内の体育施設は、体育施設としてだけでなく、災害時には避難所としても指定されています。一方で老朽化が進み、また耐震にも不安があります。修繕・改築・建て替えを計画的に行い、安全安心なスポーツ環境を整えます。その際に高齢者や障害のある人でも安心して利用できるように玄関やトイレのバリアフリー化を行います。さらに不慮の事故に備えて、地域・運動の種類・利用者の年齢層を鑑みたうえで AED をできるだけ広範に設置します。</p>	
⑦ 校庭及び体育館等の活用	教委総務課
<p>スポーツに親しめる身近な場所として、小・中学校の体育施設を学校運営に支障のない範囲での開放事業を行います。</p>	
⑧ グラウンドの芝生化	生涯学習課
<p>市内には芝生の上でスポーツを行える環境がなく、市内のスポーツ団体が上位の大会に進んだとき、芝生への対応に苦勞することがあります。けが予防の観点からも芝生化されたグラウンドの設置に向け検討を始めます。</p>	
⑨ 上下テニスコート	生涯学習課
<p>テニス人口減少により、利用が減少しています。また、経年劣化によりコートも痛んでいる状態にあります。上下運動公園全体の利用を考えながら、整備します。</p>	

（２）指導者の育成

スポーツを推進するためには、指導者の人材育成が重要な取組みとなります。そのためには、府中市体育協会所属の指導者等やスポーツ推進委員の資質向上に向けた研修会を実施し、質の高いスポーツ指導が展開されるように支援します。

① スポーツ推進委員研修会	生涯学習課
<p>府中市体育協会所属団体の指導者研修会</p>	
<p>スポーツ推進委員は、住民に対するスポーツ実技の指導、スポーツに関する助言を行う役割を担っています。スポーツ推進委員及び府中市体育協会所属団体の指導者の資質向上に向け、研修等を実施します。</p>	
② 障害者スポーツ指導者の育成	生涯学習課・地域福祉課
<p>障害のある人が気軽にスポーツに親しめるよう、障害者スポーツについて、十分な知識を有する指導者を育成します。</p>	

③ 指導者の育成

健康医療課・生涯学習課

スポーツ指導者の資質は、運動やスポーツの効果に直接影響するだけでなく、その後のスポーツライフの形成にも大きく影響します。既存団体の指導者などを対象とした講演会や効果的なトレーニング方法の指導、栄養・食生活に関する指導など保健師等と連携した指導者養成講座を開催します。

体育協会主催の指導者養成講座を開催します。

(3) スポーツに関する情報の発信

市広報誌や市のホームページ等を活用して、スポーツイベントや各スポーツ団体の活動内容等の情報を発信します。

スポーツ施設の紹介や利用案内、スポーツ関連事業、スポーツ団体などの情報については、市民の興味・関心を引くような方法を検討していきます。

(4) スポーツボランティア・スポーツサポーターなどの育成

スポーツを支える人材として、「スポーツボランティア（地域ボランティア指導者、ウォーキングマスター、体操指導員など）、スポーツサポーター（運営スタッフ、会場設営など）」の育成や人材バンクを活用した指導者の活用を図ります。

(5) 総合型地域スポーツクラブの活動支援

府中市では、一つの総合型地域スポーツクラブが活動していますが、地域での認知度は低い状況です。現在、活動している総合型地域スポーツクラブの活動を支援するとともに、市民の関心や参加意欲が高まるようなクラブ情報の発信を行います。

さらに、二つ目の総合型地域スポーツクラブの設立を目指します。

(6) スポーツにおける安全の確保

スポーツ活動の中では、けがなどを生じる可能性もあります。その危険性を回避するためにも、競技者や指導者などが正しい知識を身につけるなど、安全なスポーツ環境づくりが求められています。

本市においても、スポーツ施設や学校等において、AEDを設置するとともに、講習会を開催し、AEDの取扱いなどについて講習を行っています。今後も、スポーツにおける事故などを防ぎ、安心してスポーツに取り組めるよう、安全の確保に努めます。

基本目標 4

コミュニティ・スポーツ推進によるまちづくり

地域で、世代を超えて楽しめるスポーツの取組みを進めます。

(1) スポーツに親しみながら健康づくりを推進

スポーツを通じた健康づくり・体づくりや仲間づくりを求めている市民が増加しています。

これらのニーズに対応するため、また、健康寿命の延伸のため、高齢者向けのスポーツ教室やスポーツイベントの充実を図ります。

また、高齢者のスポーツ活動に合ったニュースポーツの推進も継続して行います。

① ウォーキングの普及	健康医療課
市の地域特性を生かしたウォーキングコースを設定し、ウォーキングを通じたコミュニケーションや仲間との交流を楽しめるようにします。	
② スポーツレクリエーション大会の開催	生涯学習課・女性こども課
三世代で楽しめるイベントなどを計画します。	
③ 気軽にできる環境づくり	生涯学習課
市民が気軽にスポーツを楽しめるように、施設を利用しやすい環境を整備していくことを検討します。 公共交通の便が悪いため、車で利用している現在の府中市 B&G 海洋センターについても、より利用しやすい状況を検討します。	
④ 「奇岩・巨岩の岳山」登山	産業振興課
標高 741m の岳山を登り、地元の人たちとのふれあいも楽しめるイベントを継続します。	

(2) ニュースポーツの普及

市民一人一人が、いつでも・どこでも・誰でも・いつまでも、スポーツに親しめる機会の充実を図るため、子どもから高齢者まで年齢や体力に関係なく誰でも楽しめるニュースポーツの普及に努めます。

① ニュースポーツの推進	生涯学習課・長寿支援課
スポーツ推進委員と連携して、スポーツを通じた健康づくりや生きがいづくりなど、高齢者が気軽に参加できる教室やイベントを企画します。	
② ティーボールの普及	生涯学習課・長寿支援課
ティーボールは、投手のいない野球、ソフトボールです。小学生のみならず、女性や中高年、障害のある人たちも楽しめるスポーツであり、府中市のスポーツとして普及させます。	

第5章

計画の推進に向けて

文化・スポーツ活動を楽しめる「府中」～市民みなが元気で生き生きと自分を発揮できる府中～の実現を目指す本計画の取組みは、行政や学校はもとより、府中市体育協会、府中市スポーツ推進委員協議会など、多くの関係団体がお互いの役割を補充しながら取り組んでいく必要があります。

各団体の代表者や様々な分野の専門家の助言を得ながら、より効率的・効果的な推進方策について討議を行い、計画の実効性を確かなものにしていきます。

1 計画の推進体制

(1) 庁内における推進及び評価体制の整備

本計画は、事務局である生涯学習課を中心に、関係各課と情報共有等、連携を図りながら、進捗管理を行います。本計画で掲げた市民のスポーツ推進に関する各施策については、PDCAサイクルを実行し、担当課において点検や評価を行うことで計画の進捗状況を把握し、実効性を確保します。

(2) 市民視点からの評価

本計画の進捗状況や数値目標の達成状況を、広報等を活用して公表することで、市民や関係団体などの意見を施策へ反映できるよう努めます。

また、本市のスポーツ推進に重要な役割を持つ各種団体の意見については、意見交換を行うことで、施策や事業の推進に活かします。

(3) 市民、団体等との連携・協働

市民が日常的にスポーツに取り組めるよう、意識啓発するとともに、誰もが参加しやすい環境づくりを進めます。また、統計データの収集や市民アンケートの実施などにより、市民ニーズを把握した上で計画の改善などに活かします。

さらに、年齢や性別、競技スポーツや生涯スポーツなど、スポーツに対する価値観には個人差がありますが、スポーツに取り組んでいるという姿勢は同様であることから、今後全市的にスポーツを推進していくための市民意識の醸成や、より一層のスポーツの振興を図るため、スポーツに取り組む各種団体の自主的な活動を支援するとともに、各種団体と連携・協働した取組みを積極的に実施します。

1 府中市スポーツ推進計画検討委員会設置要綱

(目的及び設置)

第1条 府中市におけるスポーツを推進する施策の指針として、府中市スポーツ推進計画(以下「推進計画」という。)を策定するに当たり、各種団体等の意見を反映するため、府中市スポーツ推進計画検討委員会(以下「委員会」という。)を設置する。

(所掌事務)

第2条 委員会は、前条の目的を達成するため、次に掲げる事項について検討し、その結果を教育長に報告する。

- (1) 推進計画の原案の策定に関する事
- (2) スポーツの振興に関する事
- (3) その他推進計画に関する事

(組織)

第3条 委員会は、次に掲げる者をもって組織する。

- (1) 見識を有する者
- (2) 各種団体の代表者
- (3) スポーツ関係者
- (4) 市職員

(委嘱等)

第4条 委員は、教育長が委嘱又は任命する。

(役員)

第5条 委員会は、委員長、副委員長及び委員をもって組織する。

2 委員長は教育部長、副委員長は生涯学習課長をもって充てる。

(委員長及び副委員長の職務)

第6条 委員長は、会務を総理する。

2 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるとき又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第7条 委員会は、必要の都度開催するものとし、委員長が招集する。

2 会議の議長は、委員長をもって充てる。

3 委員長は、必要があると認めるときは、会議に関係者の出席を求め意見を聴くことができる。

(担当者会)

第8条 第2条に規定する事項の具体的な内容について調査及び研究を行うため、委員会の下に担当者会を置く。

2 担当者は、各委員が所属する関係機関及び団体の中から委員長が指名する者をもって構成する。

(庶務)

第9条 委員会及び担当者の庶務は、生涯学習課において処理する。

(その他)

第10条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が別に定める。

附 則

(施行期日)

この要綱は、公布の日から施行する。

(要綱の失効)

この要綱は、目的の達成をもってその効力を失う。

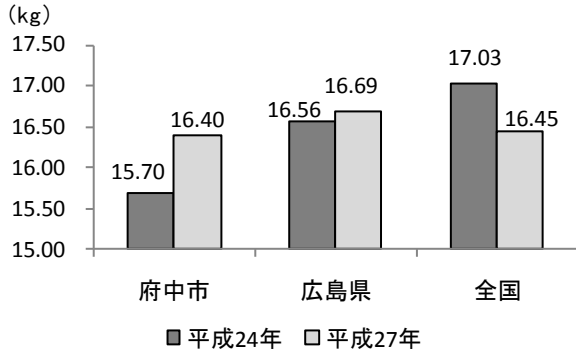
2 府中市スポーツ推進計画検討委員名簿

役員名	所属及び職名	氏 名
委員長	府中市教育委員会教育部長	栗根 誠司
副委員長	府中市教育委員会教育部生涯学習課長	谷口 達也
委員	府中地区医師会	難波 泰樹
委員	福山平成大学健康スポーツ科学科教授	武田 守弘
委員	府中市スポーツ推進委員副委員長	加納 巧
委員	府中市スポーツ推進委員	妙加谷 純子
委員	府中市小学校体育連盟会長	高石 元子
委員	府中市中学校体育連盟会長	小寺 和宏
委員	府中市体育協会会長	森長 英三
委員	府中市体育協会事務局次長	大越 利夫
委員	府中市身体障害者福祉協会会長	橘高 則行
委員	府中市教育委員会教育部総務課長	河本 幹男
委員	府中市教育委員会教育部学校教育課長	竹内 博行
委員	府中市総務部企画財政課長	切原 秀隆
委員	府中市まちづくり部まちづくり課長	若井 紳壮
委員	府中市健康福祉部女性子ども課長	岡田 宏子
委員	府中市健康福祉部健康医療課長	川崎 公也
委員	府中市健康福祉部地域福祉課長	皿田 敏幸
委員	府中市健康福祉部長寿支援課長	唐川 平
委員	府中市健康福祉部健康政策室長	浅野 昌樹

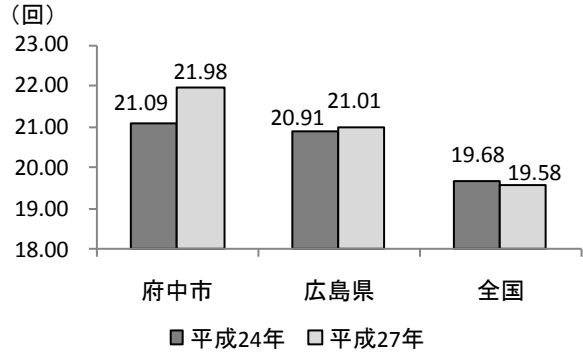
3 新体カテスト結果

■新体カテスト結果（小学校5年 男子）

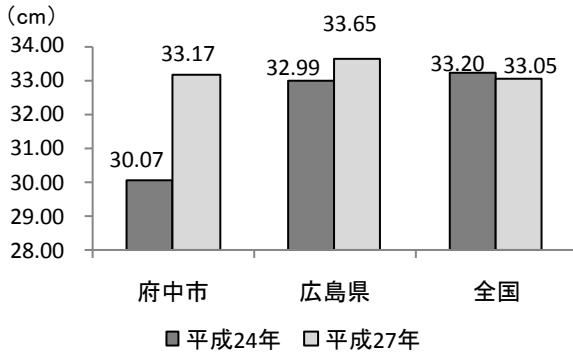
【握力】



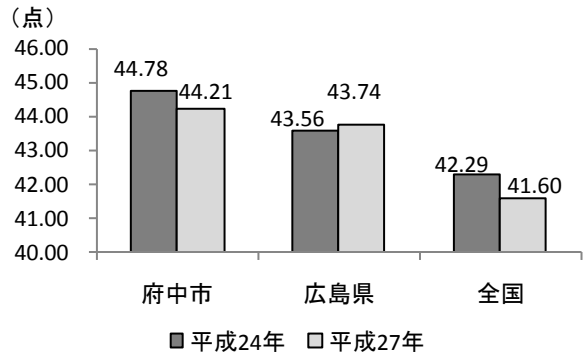
【上体起こし】



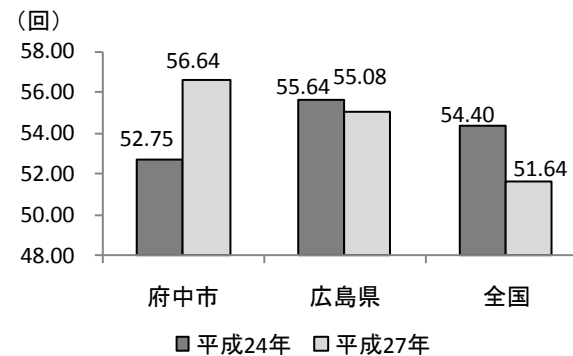
【長座体前屈】



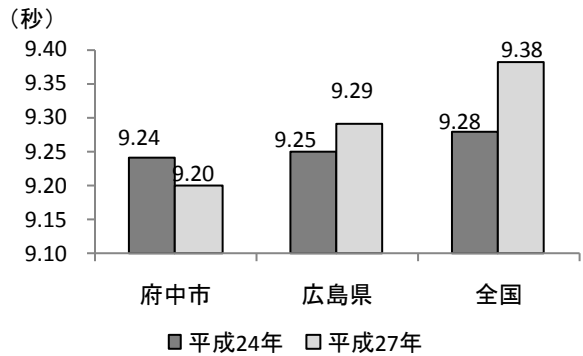
【反復横とび】



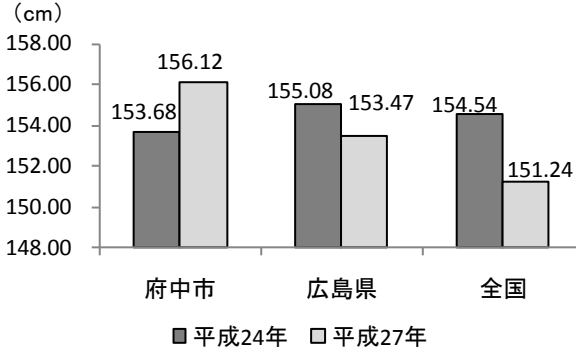
【シャトルラン】



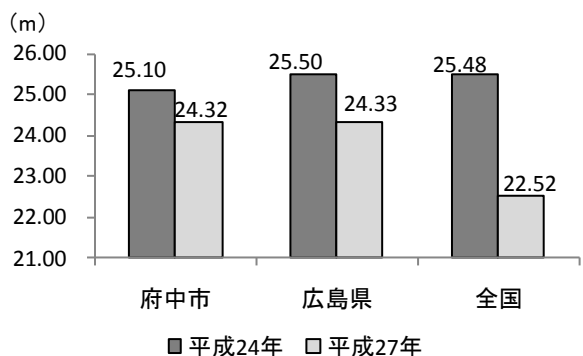
【50m走】



【立ち幅跳び】

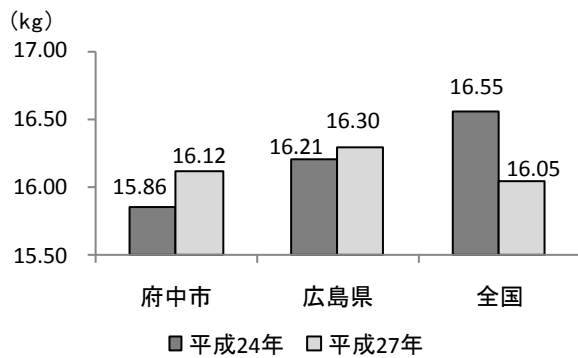


【ボール投げ】

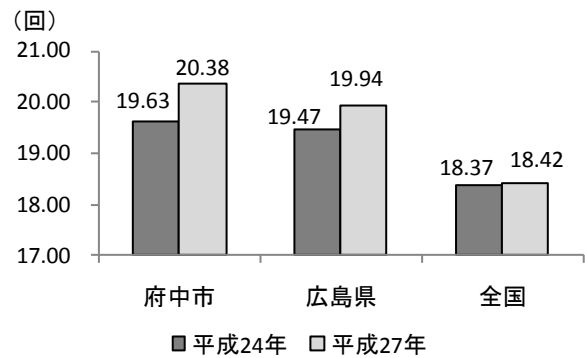


■新体力テスト結果（小学校5年 女子）

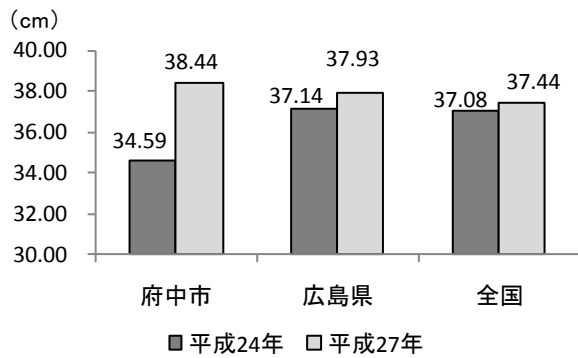
【握力】



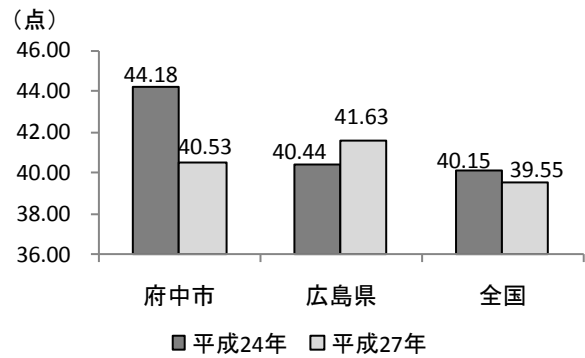
【上体起こし】



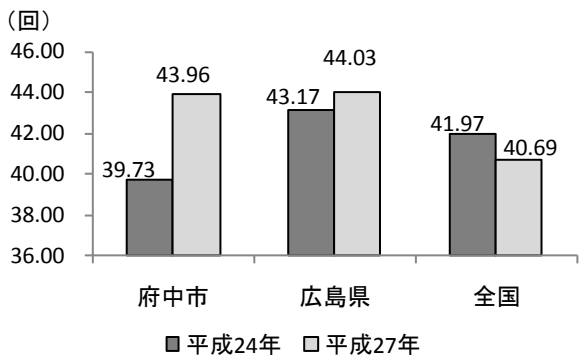
【長座体前屈】



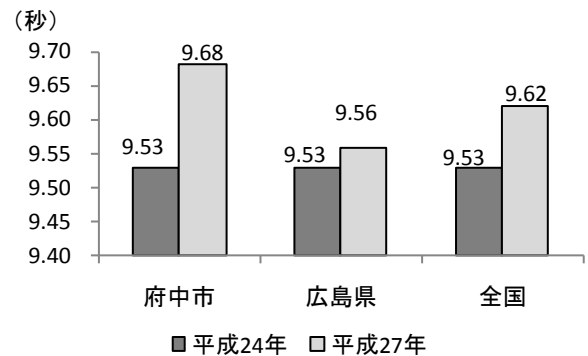
【反復横とび】



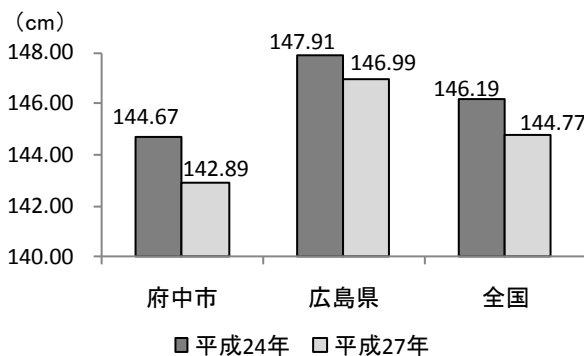
【シャトルラン】



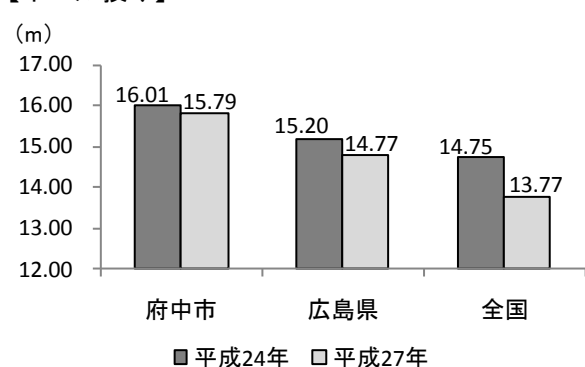
【50m走】



【立ち幅跳び】

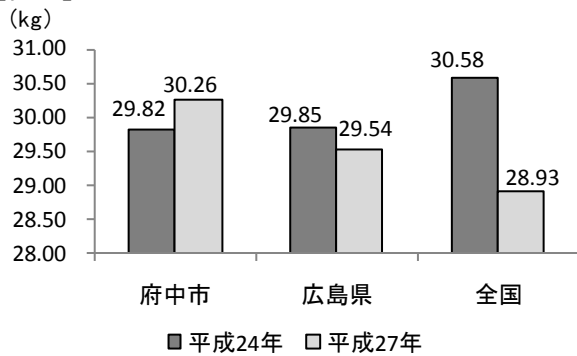


【ボール投げ】

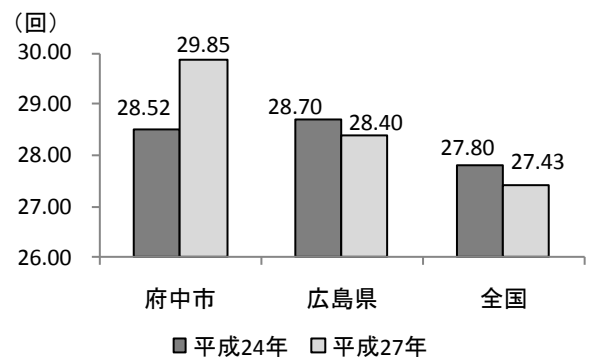


■新体力テスト結果（中学校2年 男子）

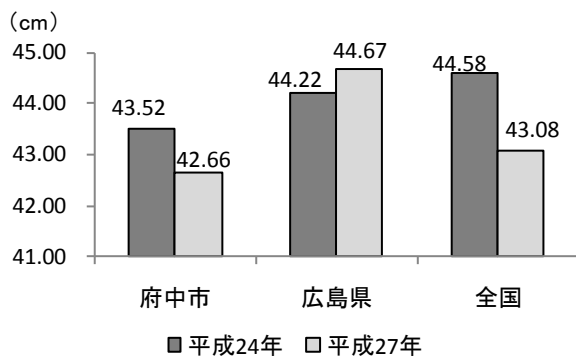
【握力】



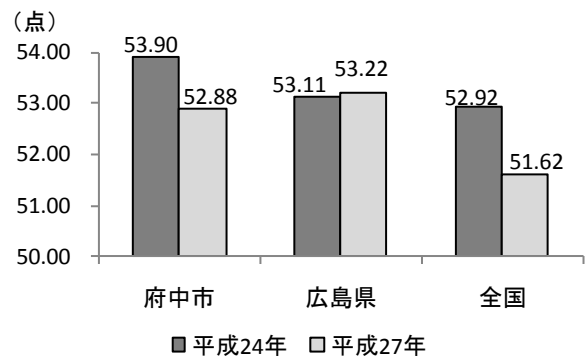
【上体起こし】



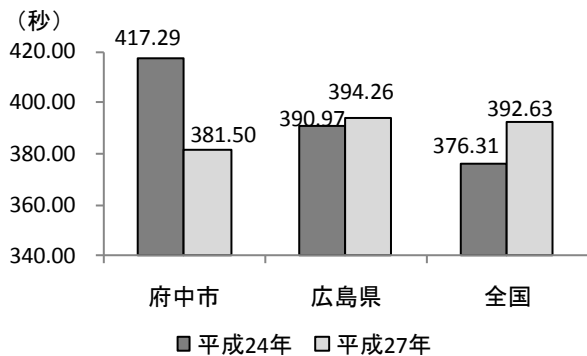
【長座体前屈】



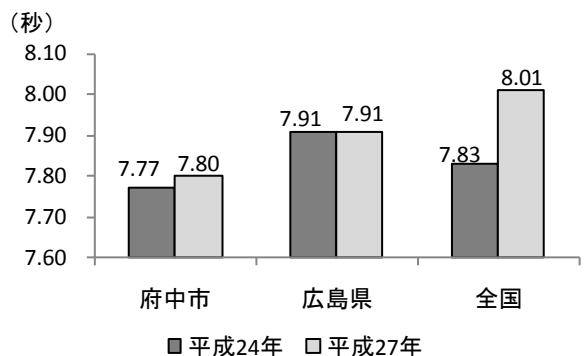
【反復横とび】



【持久走】

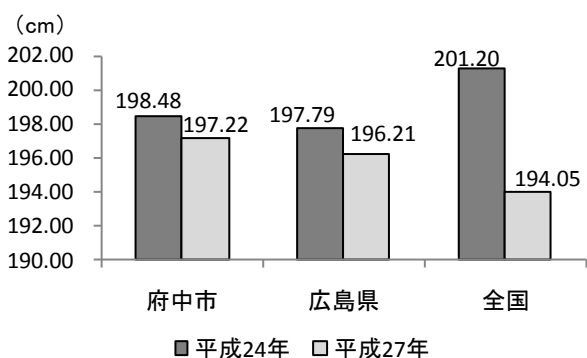


【50m 走】

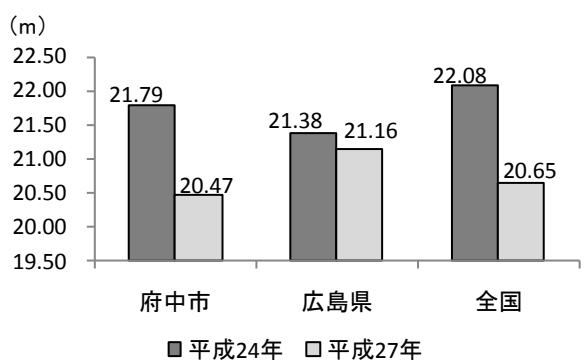


※1,500m 走の記録

【立ち幅跳び】

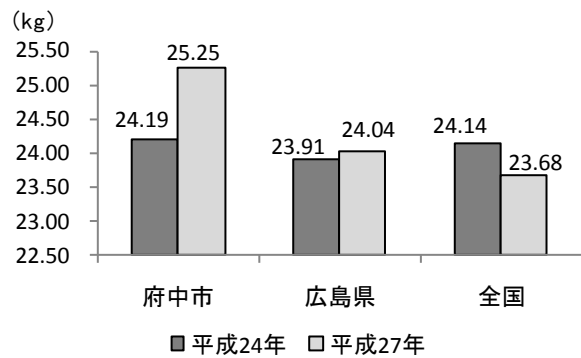


【ボール投げ】

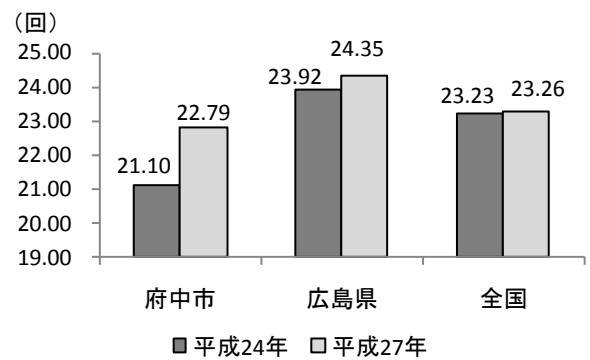


■新体力テスト結果（中学校2年 女子）

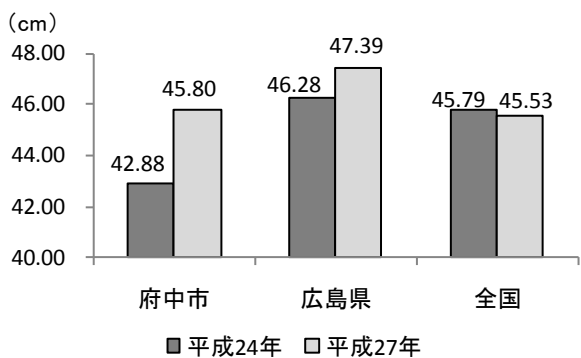
【握力】



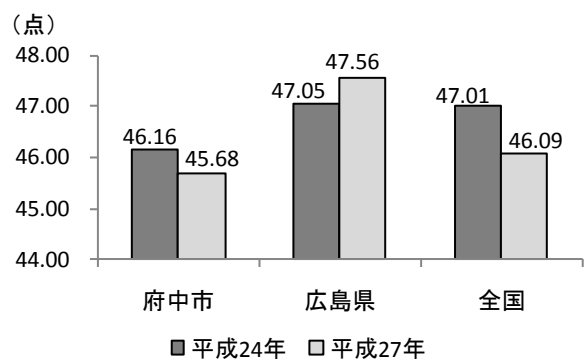
【上体起こし】



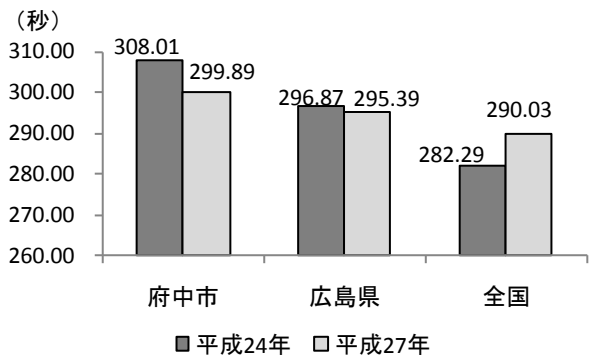
【長座体前屈】



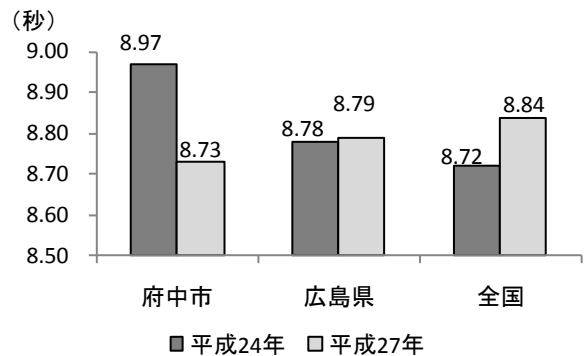
【反復横とび】



【持久走】

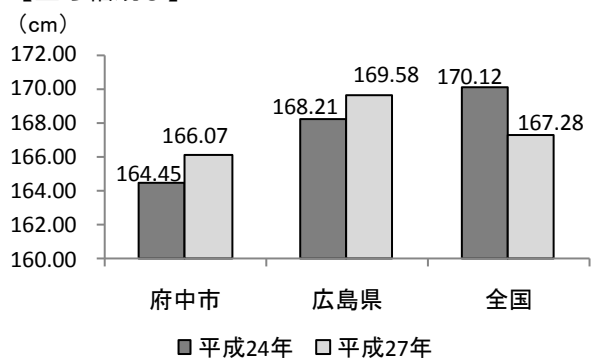


【50m 走】

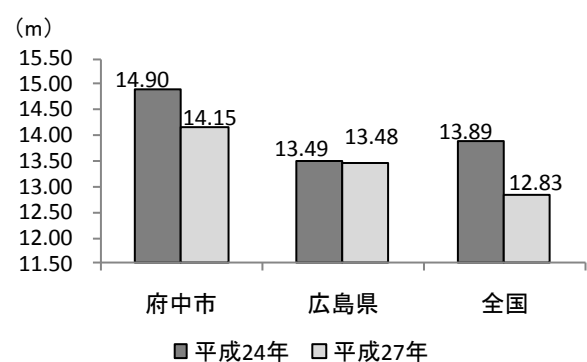


※1,000m 走の記録

【立ち幅跳び】



【ボール投げ】



府中市スポーツ推進計画

発行年月：平成28年3月

発行：広島県府中市

編集：府中市教育委員会教育部生涯学習課

〒726-0003 広島県府中市元町1番地5

電話：(0847) 43-7181 FAX：(0847) 45-4233