

岐阜市スポーツ推進計画(改訂版)

～みんな生き生き『元気・健幸スポーツシティぎふ』～

※健幸(注:健康で幸せ、の造語)

平成25年度～平成34年度までの10年間の計画

概要版



LET'S ENJOY SPORTS!

生活の中で健康を意識して体を動かすことすべてがスポーツです

「時間がなくても」

「場所がなくても」

- 散歩やウォーキング、ジョギングなど
- 目的地からひと駅前に降車して歩く。
- エレベーターではなく、階段を使う。
- 家庭菜園でプランターを運んだり、農作業で鍬をもったりする。
- 掃除機を使わず、雑巾がけをする。
- 背筋を伸ばしたり、つま先立ちをしたりしながら家事をする。
- おいしいものを求めて街歩きを楽しむ。
- ショッピングも自分の足で楽しむ。
- 釣りやキャンプ、登山、ハイキングなどの趣味をスポーツにする。

「道具がなくても」

「仲間がいなくても」

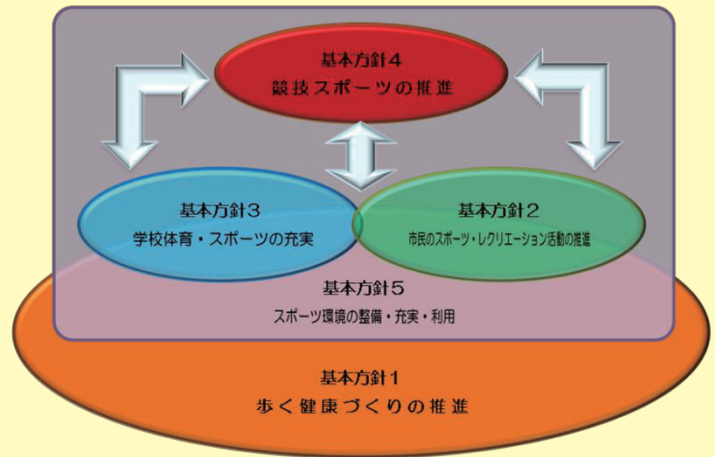
「お金を使わなくても」

<本計画におけるスポーツの定義>

スポーツとは、**競技スポーツ**や**学校体育**だけでなく、ウォーキングや散歩、外遊びなどの**軽い運動**、キャンプなどの**野外スポーツ**、さらに買い物、通勤などの**日常生活における、徒歩や自転車を利用した体力づくり**や**健康の保持増進を意識した身体活動**など、幅広くスポーツととらえます。

推進計画の構造

- ・スポーツに参加する習慣のない人を「歩き」に向かわせる「スマートウエルネスぎふ」が全体の土台となる。
- ・「学校体育・スポーツ」と「市民のスポーツ・レクリエーション活動」を連続的にとらえる。
- ・両者と「競技スポーツ」に好循環を生み出す。
- ・これらを「スポーツ環境」が包括する。



推進計画の施策体系

基本理念：みんな活き活き「元氣・健康スポーツ」を実現 「歩く・走る・遊ぶ」スポーツ	基本方針1 歩く健康づくりの推進	施策1 スポーツイベントによる健康啓発 施策2 ウォーキング機会の充実 施策3 ウォーキング環境の整備
	基本方針2 市民のスポーツ・レクリエーション活動の推進	施策1 身近で参加しやすいスポーツ機会の提供 施策2 個の状況に応じた運動機会の提供 施策3 FC岐阜を活かした市民スポーツの推進
	基本方針3 学校体育・スポーツの充実	施策1 子どもの体力・運動能力の向上 施策2 学校部活動の充実 施策3 スポーツ少年団活動の充実
	基本方針4 競技スポーツの推進	施策1 子どもの競技力向上 施策2 競技力向上のための補助 施策3 競技力向上のための好循環の創出
	基本方針5 スポーツ環境の整備・充実・利用	施策1 スポーツ活動の担い手づくり 施策2 公共スポーツ施設の機能の計画的な維持・確保 施策3 市民へのスポーツ環境の周知

1 歩く健康づくりの推進

施策1 スポーツイベントによる健康啓発

全国規模のマラソン大会の開催や国体開催を記念したスポーツ推進期間を位置付けることにより、スポーツを身近に感じることができる機会を設定していきます。

- 高橋尚子杯ぎふ清流ハーフマラソン
- 岐阜市健幸スポーツターム
- 国際インラインスケート岐阜長良川大会



施策2 ウォーキング機会の充実

誰でも気楽にウォーキングを楽しむ機会を多く提供することによって、無理なく健康を保持増進できる生活を確認する手助けをしていきます。

- 岐阜市健幸づくりウォーキングマップ「わくわくウォーク」
- 長良川ツデーウォーク 等



施策3 ウォーキング環境の整備

買い物の途中や会社帰り・昼休みなど、生活の一部に歩くことを自然に組み込んでいけるまちなか環境を整備していきます。

- 柳ヶ瀬ウエルネスエリア・長良川ウエルネスエリア
- 柳ヶ瀬健康ステーション・長良川健康ステーション
- 岐阜市型BRT（連節バス）・レンタサイクル
- 観光庁ランナースインフォメーション研究所公認コース「金華山を登る道」
- まちなか歩き構想
- 長良川プロムナード計画
- 親水空間の整備、ながら川ふれあいの森、岐阜ファミリーパーク、境川緑道公園、長良公園、畜産センター公園 等



2 市民スポーツ・レクリエーション活動の推進

施策1 身近で参加しやすいスポーツ機会の提供

楽しく軽い運動を気楽に楽しめる機会を提供し、体力の維持、生活習慣病の予防など、健康の保持増進に役立つ機会を提供します。

- 新春ぎふシティマラソン
- やまなみジョギング・ウォーキング大会
- 健幸エンジョイ・スポーツDAY
- 岐阜市スポーツ・レクリエーション祭
- 体育館スポーツ教室
- 総合型地域スポーツクラブ



施策2 個の状況に応じた運動機会の提供

普段あまり体を動かす機会のない方々に、個々の実態に合った身体活動の楽しさを感じることができる運動機会を提供します。

- 障がい者スポーツの振興
- 高齢者スポーツの振興
- F C岐阜キャラバン体操教室



施策3 F C岐阜を活かした市民スポーツの推進

市民に夢と感動を与え、市民の一体感を醸成するプロスポーツチームの活動を、市民の文化として支え育むとともに、これを活かして市民スポーツの推進を図ります。

- F C岐阜運動教室
- 岐阜市ホームタウンデーの開催
- F C岐阜ちびっ子サッカー教室
- 親子サッカー教室
- F C岐阜キャラバン体操教室



3 学校体育・スポーツの充実

施策1 子どもの体力・運動能力の向上

子どもが自己の体力や生活に応じた体力向上を図るための実践力を身に付け、生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎を培うよう、運動に親しむ機会を提供します。

- 学童水泳記録会・学童陸上記録会
- 体力向上ぎふプラン
- 岐阜市小学校体育主任会の取組
- F C岐阜運動教室 等



施策2 学校部活動の充実

生徒の自主性や主体性を尊重した指導に努めるとともに、活動目標や活動計画を改善し、個々の生徒の能力を最大限に伸ばし、やりがいのある運動部活動をめざします。

- 中学校部活動社会人指導者派遣
- 中学校体育連盟運営補助事業
- 岐阜市運動部活動指針の策定



施策3 スポーツ少年団活動の充実

心身ともに健康で活力に満ち、意欲にあふれたスポーツ少年団の健全育成を図るとともに、交流活動を活発にし、スポーツを通し明朗にして健全な青少年育成を図ります。

- 岐阜市スポーツ少年団本部認定員養成講習会の開催
- 岐阜市スポーツ少年団本部表彰の実施
- 岐阜市スポーツ少年団運営補助事業

4 競技スポーツの推進

施策1 子どもの競技力向上

広域的・組織的に子どもたちのスポーツ活動を推進し、子どもたちがスポーツに親しむ機会の充実に努めます。

- ジュニアスポーツクラブ（JSC）の開催
- アビリティアップクラブの開催

施策2 競技力向上のための補助

全国大会以上の大会出場者への補助や岐阜市体育協会主催の大会運営への補助をとおして、競技力向上の充実に努めます。

- 各種大会派遣補助事業
- 岐阜市友好姉妹都市スポーツ交流補助事業
- 岐阜市体育協会運営補助事業

施策3 競技力向上のための好循環の創出

次世代アスリートの育成と地域スポーツの推進や学校の体育に関する活動の充実等を目的とした、トップスポーツと地域におけるスポーツとの連携・協働の推進を図ります。

- スポーツリーダー活用事業



5 スポーツ環境の整備・充実・利用

施策1 スポーツ活動の担い手づくり

市民のスポーツ・レクリエーション活動を支えるスポーツ指導者やボランティアの発掘、その育成及び活用によりスポーツへの市民参加を促進していきます。

- スポーツ推進委員
- 岐阜市スポーツ指導員
- スポーツボランティア普及啓発事業
- スポーツ医・科学の活用 等

施策2 公共スポーツ施設の機能の計画的な維持・確保

スポーツ施設として必要な機能を維持・確保するために、さまざまな方策の中から効果的・効率的な手法を工夫・選択していきます。

- 地域体育館としての活用
- スポーツ施設の計画的な改修・整備
- 学校体育施設開放事業

施策3 市民へのスポーツ環境の周知

市民がスポーツに関心をもち、スポーツライフを楽しめるよう、スポーツに関する様々な情報を提供することで、スポーツ活動の啓発に取り組みます。

- 公共施設予約システムの運用
- スポーツ情報の積極的発信
- 岐阜市スポーツ推進計画の周知



市民のみなさん一人一人が推進の担い手です！

元気・健康度チェック

あなたの元気・健康度をチェック!



8個以上の方…安心
5～7個の方…そこそこ安心
2～4個の方…要注意
0～1個の方…要生活改善

- 歩くのが人より速い。
- 昼間は立っていることが多い。
- 布団干し、掃除、食事の後片付けなどはおっくうでない。
- 通勤、通学、買物などで1日に歩く時間は40分以上である。
- 姿勢がよい方だと感じる。
- 電車、バスに乗ると立っているように心がけている。
- 座った姿勢から立ち上がるのが苦にならない。
- 近くに行くのに、乗り物を使わず歩くことが多い。
- 階段とエスカレーターがあれば階段を使う方が多い。
- 体を動かすことは楽しいと感じる。

基本理念

～みんな活き生き『元気・健幸スポーツシティぎふ』～

本計画では、スポーツを推進することにより、幸福で豊かな生活を営むことができる社会の創出をめざし、具体的には以下のような社会の姿をめざしていきます。

- ① 青少年が健全に育ち、他者との協同や公正さと規律を重んじる社会
- ② 健康で活力に満ちた長寿社会
- ③ 地域の人々の主体的な協働により、深い絆で結ばれた一体感や活力がある地域社会



成果目標



「児童期の体力・運動能力の向上」「運動習慣の形成と継続」「健康的な生活」の基礎となる指標を設定します。



	指標項目	目標値(H34)	現状値
児童	小学5年生の体力・運動能力調査 全国平均クリア率	60%	56% (H28)
成人	成人の週1, 2回 運動している人の割合	65%	29% (H29)
	適正体重(BMI18.5~25)を 維持する人の割合	85%	72% (H26)

5つの基本方針、目標

※BMI：体重と身長の関係から算出される、ヒトの肥満度を表す体格指数
BMI=体重(kg)÷(身長(m)×身長(m))

1 歩く健康づくりの推進

歩きやジョギング等を日常生活に取り入れることで、健康かつ生きがいをもち、安心安全で豊かな生活を営むことができるまちづくりを進めます。

2 市民スポーツ・レクリエーション活動の推進

誰もが、それぞれの体力や年齢、興味・目的に応じて身近で気軽にスポーツに親しむことができるよう、スポーツ・レクリエーション活動に参加することができる機会を確保します。



3 学校体育・スポーツの充実

子ども達の体力・運動能力の向上を図るとともに、健全な基本的な生活習慣を身につけさせるため、学校やスポーツ少年団におけるスポーツ活動の充実を図ります。

4 競技スポーツの推進

競技スポーツ団体等の支援、トップアスリート等と学校や地域との連携・協働を進め、競技力の向上を図ります。



5 スポーツ環境の整備・充実・利用

スポーツ活動を支える担い手づくり、施設・機能の充実などにより、スポーツ環境を整備充実します。

★総合型地域スポーツクラブ

総合型地域スポーツクラブとは、みなさんが、毎日生活している地域の中で、いつでも、いつまでもスポーツが楽しめる、地域のみなさんの手づくりによる、スポーツクラブのことです。現在、岐阜市内には6つの総合型地域スポーツクラブがあります。

興味のある方は、一度事務局に連絡をしてみてください。

	スポーツクラブ名	事務局所在地	電 話
1	長森・日野スポーツクラブ	長森中学校内	058-240-7790
2	精華スポーツクラブ	市立岐阜商業高等学校 朋友館内	058-251-3131
3	長森南スポーツクラブ	長森南公民館内	058-246-9069
4	みわスポーツクラブ	三輪中学校体育館内	058-229-6320
5	長良西スポーツクラブ	長良西小学校体育館2F	058-215-8203
6	やないづスポーツクラブ	柳津小学校体育館内	058-372-6708

岐阜市には、スポーツする機会がたくさんあります。あなたの健康のため、スポーツをエンジョイしましょう！

★地域体育館スポーツ教室

	体育館名	所在地	電 話	開 催 種 目
1	市民総合体育館	九重町 4-24	245-0351	卓球・女性バレーボール・バドミントン・総合スポーツ・子ども総合スポーツ・親子体操・合気道・剣道・居合道・空手道・弓道・エアロビック・健康体操・ヨガ・ビューティストレッチ講座・リンパビクス
2	東部体育館	芥見 4-68	241-7812	卓球・女性バレーボール・バドミントン・テニス・総合スポーツ・ヨガ・健康体操
3	北西部体育館	則松 2-65-2	239-9480	女性バレーボール・テニス・総合スポーツ・器械体操・健康体操
4	南部スポーツセンター	南鶉 5-86	274-4949	卓球・女性バレーボール・バドミントン・テニス・ソフトテニス・総合スポーツ・親子体操・エアロビック・ヨガ・健康体操
5	西部体育館	鏡島南 2-8-40	251-2757	卓球・女性バレーボール・バドミントン・テニス・総合スポーツ・子ども総合スポーツ・親子体操・合気道・健康体操
6	岐阜ファミリーパーク体育館	山県北野 2078-1	229-5380	女性バレーボール・バドミントン・テニス・総合スポーツ・健康体操
7	北部体育館	正木 1020-2	233-2030	卓球・卓球ラージボール・女性バレーボール・バレーボール・バドミントン・テニス・総合スポーツ・子ども総合スポーツ・インディアカ・健康体操
8	体育ルーム	橋本町 1-10-23	268-1063	剣道・空手道・エアロビック・ヨガ・クライミング・少年少女クライミング・太極拳・健康体操
9	岐陽体育館	上川手 735-2	245-0351	スポーツ教室は開催しておりませんが、各種サークル活動が行われています。
10	もえぎの里体育館	柳津町下佐波西 1-15	270-1080	ソフトバレーボール・リラックスヨガ・やさしい太極拳

※開催種目に変更がある場合もあります。詳しくは体育館に直接お問い合わせください。

●問い合わせ先

岐阜市教育委員会 市民体育課

〒500-8720 岐阜県岐阜市神田町1丁目11

TEL : 058-265-4141 fax : 058-265-8045

✉ : s-taiku@city.gifu.gifu.jp

http://www.city.gifu.lg.jp/

市民のみなさん一人一人が

推進の担い手です！