

第2章 計画推進のための具体的事項

1 ライフステージに応じた生涯スポーツの推進

【目 標】

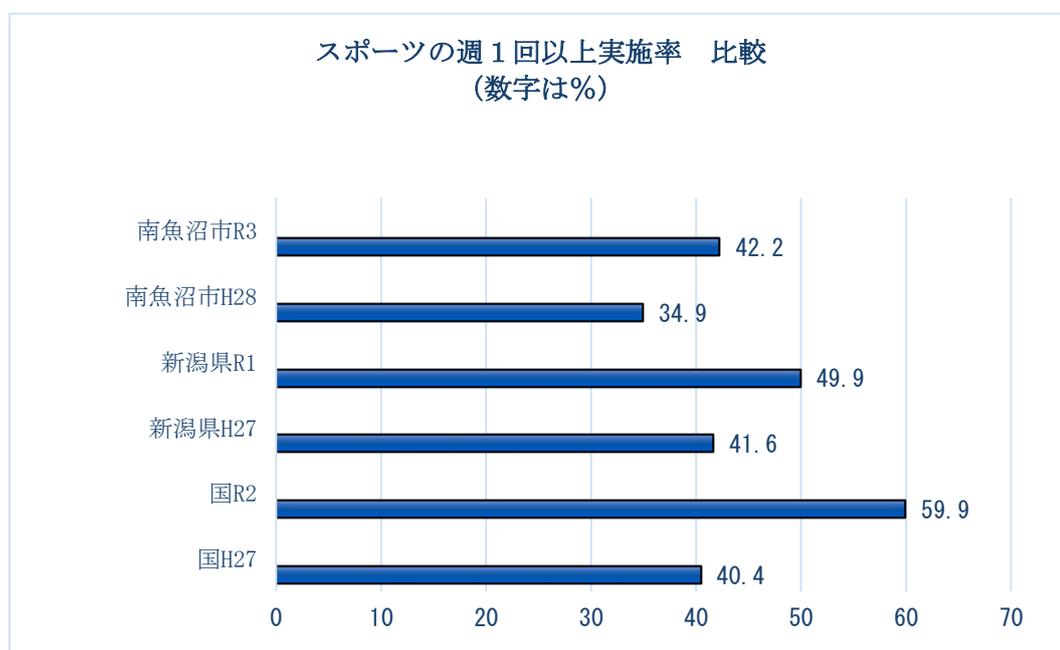
成人の週1回以上のスポーツ実施率 50%以上

【現状と課題】

- (1) 成人の週1回以上のスポーツ実施率 42.2% (平成28年 34.9%)
上記、未実施者で週1回以上希望者 82.3% (平成28年 82.0%)
実施可能条件上位3つ ①時間ができれば 36.8% (平成28年 36.7%)
②近くに施設があれば 20.4% (平成28年 21.8%)
③費用が安く済めば 15.4% (平成28年 14.6%)
- (2) 冬期間、屋外で行うスポーツが少ないため、全国、新潟県内でも比較して実施率が低い状況である。
- (3) 週1回の未実施者でも、スポーツ教室の内容によれば参加したい意向はある。
- (4) スポーツ未実施率の低い年齢層が見られる。

50歳代男性（スポーツ引退層） 32.1%

40歳代女性（子育て世代） 29.7%



生涯にわたってスポーツを楽しみ、その効果による健康増進への市民の期待が高まっており、市民の誰もが気軽にスポーツができる環境、気軽に参加できるイベントの充実が求められています。

トレーニングセンターの機能強化、「スケートパーク」やハーフパイプ施設「モンスターパイプ」の整備等、アクションスポーツ並びに市営体育施設の充実を図っており、市内外から多くの人々が利用しています。



南魚沼市トレーニングセンター

平成 29 年 4 月に市民の健康推進とスポーツ活動の拠点施設としてトランポリンやボルダリングなどが導入されリニューアルオープンしました。



南魚沼市スケートパーク

平成 29 年度秋、スケートボード、BMX、インライン・スケートの競技施設として公設では県内初の屋外全面コンクリート製のパークが完成しました。滑走可能面積 2,100 平方メートル。



ガンホー・モンスターパイプ

平成 30 年 2 月に国内最大級の全長 170 メートル幅 22 メートルのハーフパイプとしてグランドオープンしました。平成 30 年度にはナイター照明が整備され夜間利用も可能になりました。

平成 15 年に設立された総合型地域スポーツクラブ「南魚沼スポーツパラダイス」に加え、平成 31 年に第 2 の総合型地域スポーツクラブ「スポーツ&ライフ南魚沼」が設立されスポーツを楽しむ機会の充実が図られています。その一層の活用に向け、大手スポーツ企業と連携したスポーツイベントの開催や、これまでに行われていない分野のスポーツ教室等の実施が期待されています。



ディスポート南魚沼
「水泳教室」

総合型地域スポーツクラブ



平成 31 年 4 月設立
総合型地域スポーツクラブ
スポーツ&ライフ南魚沼



南魚沼市トレーニングセンター
「ボルダリング」

【取組事項】

(1) ウォーキングロードの啓発・利用促進

ア 新潟県健康ウォーキングロード

身近で手軽な「ウォーキング」を生活に取り入れてもらえるよう、安全性や快適性などの一定の基準を満たす市内ウォーキングコースを新潟県「健康にいがた21」に登録し、認定されています。

地域	コース名	
大和地域	天地人毘沙門堂 ウォーキングコース	八色の森公園コース
六日町地域	天地人坂戸城跡・銭淵公園 ウォーキングロード	六日町駅前通り・兼続地区 まち歩きコース
塩沢地域	天地人上田の庄・登川 ウォーキングロード	ゆきぐに牧之通りまち歩きコース



市内ウォーキングロードのテーマは自然散策から文化・美術探訪、神社仏閣めぐりまでであり、短距離コース（1～5Km）、中距離コース（5～20Km）の合わせて6コースが登録されています。

※資料編にコース案内図を掲載しております。

イ 上記以外、大原運動公園多目的グラウンド外周コースなどの活用を図る。各まちづくり協議会等と連携し、地域のウォーキングコースの周知を進めます。



大原運動公園 野球場・多目的グラウンド

(2) 地域資源を活用したウィンタースポーツの推進

ア アルペンスキー

市内にスキー場を有する地の利を活かして、スキーに親しむことで、体力増進を図ります。生涯にわたりスキーに親しめるよう、学校体育でのスキー授業や、スキー場協議会と連携した親子スキー教室の開催を目指します。

イ クロスカントリースキー（ノルディックスキー）

冬期間のウォーキングに代わるスポーツとして、クロスカントリースキーの普及を図ります。市内小学校では、冬期課外授業として、クロスカントリースキーを実施しています。



「ノルウェー大使杯争奪スキー大会」
欠之上クロスカントリーコース



地域資源活用「初心者アルペンスキー教室」

(3) ウィンタースポーツ以外での運動不足に対する取組

ア 冬期間でも室内施設や在宅で行うことのできるオンラインを活用したスポーツ、運動の普及を推進します。

イ 各集落単位においてスポーツ・運動を習慣づける取組。福祉保健部主管の「筋力づくり教室」や健康推進委員の活動とタイアップした企画を立案・推進します。



ココロもカラダも元気に！「卓球教室」



中高年向け「フラダンス教室」



若者向け「パワーヨガ教室」

(4) 自転車を活用した健康づくりへの取組

ア 自然環境や地域特性を活かした生涯スポーツとしてのサイクリング事業を、「RIDE ON 南魚沼プロジェクト」と連携して実施します。



RIDE ON 南魚沼プロジェクトとは？

自転車による「まちづくりプロジェクト」
自転車を軸に、地域資源を活用し
南魚沼の課題にみんなで挑戦する！
スポーツの力で地域を元気に！



イ 南魚沼市民の健康づくりサポートレンタサイクルサービス「Sapochari（サポチャリ）」を市民の方々に広く情報発信し、自転車利用促進を図ります。



Sapochari（サポチャリ）とは？

「RIDE ON 南魚沼プロジェクト」の一環として市民の自転車利用促進と持続可能な健康づくりを目的としたレンタサイクルサービスです。

貸出を行う自転車は、最新スポーツタイプ電動アシスト付き自転車で体力や筋力に自信がない女性でも感動的な走りを体感することができます。

「地方創生推進交付金」を活用し令和3年度から3年間の実証実験を行い、将来的な本格運用を目指します。



(5) 市独自のアクションスポーツ施設であるスケートパーク、モンスターパイプ、トレーニングセンターの利用促進、生涯スポーツとしての取組

ア 市民の健康増進と競技スポーツの拠点施設として、初心者から上級者まで競技を楽しめる設備となっており、生涯スポーツの場としての利用促進を図ります。

イ モンスターパイプは国内最大級の施設であり、生涯スポーツのみならず競技スポーツへの取組により選手の技術力向上、プロ選手への育成を図ります。

(6) 総合型地域スポーツクラブの充実

ア 2つの総合型地域スポーツクラブの連携強化、自主事業の拡充など、多様な教室・メニューを提供することにより、スポーツ環境の充実・活性化を図ります。

イ 総合型地域スポーツクラブの充実により、多様なスポーツイベント等の開催や誘致を推進します。



5 cm 幅のラインの上でバランスをとる
「スラックラインパーク」



全国レベルの高校野球を楽しめる「高校野球招待試合」

(7) スポーツ低実施率層の改善

ア ウォーキングの訴求や、「プラス・テン (+10)」活動※⁴などを参考に、南魚沼市独自のスポーツ指標を設け、スポーツ実施率の向上を目指します。

※⁴ 普段より 10 分多くからだを動かし健康寿命をのばす活動

イ スポーツに取り組むきっかけづくりを行うため、南魚スポーツパラダイス及びスポーツ&ライフ南魚沼等、ジュニア教室と同じ時間帯に保護者向けの教室を開講するなど、子育てから離れたのちにスポーツに親しめるよう基礎作りを行います。

ウ 健康志向のターゲット向けに、健康ポイント等の企画を立案してスポーツ実施率の向上を図ります。併せて、オンラインスポーツの推進による健康づくり人口のボトムアップを図ります。

エ 市報・ウェブサイト等広報ツールを活用し、スポーツ・運動の有用性や、体を動かすことの楽しさをアピールします。



南魚沼健康ポイント公式マーク・周知ポスター



スマートフォンアプリを活用した
オンラインの中でウォーキング事業



(8) その他

ア 生涯にわたって誰もが、いつでも、どこでも気軽にスポーツを楽しめ、健康で豊かに暮らし続けられるように、地域のスポーツクラブや主体的に活動する市民団体の育成・支援に努めます。

イ 青年期から高齢期にかけて、日常生活の中で自分に適した運動やスポーツに親しむ機会を拡充し、心身の健康増進、仲間づくり、夢の実現を図るなど、すべての市民が自分らしくスポーツを楽しみ、豊かな人生を実現するための取組を行います。



毎年開催「南魚沼市民登山」



保護者伴走可のチビっ子の部もあります!
「さわやかジョギング大会」



レンタサイクルサービス
Sapochari-サポチャリ-

2 スポーツ環境の整備・充実・利用

【目 標】

市民1人当たりの指定管理体育施設の利用回数の増加 5.38回（現状 5.14回）
 学校開放体育館稼働率の向上 59.2%（現状 51.4%）

【現状と課題】

- (1) 屋内スポーツ施設が地理的に偏っていることへの不満がある。
- (2) 体育施設利用方法の広報や周知が不十分である。
- (3) 条件の良い体育施設が飽和状態となる一方で、特定曜日における指定管理施設及び学校体育施設の利用率が低迷している。

【取組事項】

- (1) スポーツ施設の適切な維持管理を行うことにより、快適な利用環境を提供します。
 ふるさと納税制度を活用したGCF（ガバメントクラウドファンディング※⁵）による体育施設整備も検討します。

※⁵不特定多数の人が自治体の問題解決のために、財源の提供や協力などを行うこと。

ア スポーツ施設の利用しやすい環境整備を推進し、利用促進を図ります。

イ 豊かな自然環境や地域特性を活かして、スキーをはじめとする様々なスポーツを通じた健康づくりや、スポーツツーリズム等を介した交流拡大を図ります。また、スポーツの振興に向け、指導者の確保・育成に取り組むとともに、大会の誘致や施設の更なる充実を図ります。

ウ 冬期間の健康づくり不足を雪国の課題として、体育施設などの利便性向上、全天候型屋内体育施設、旧学校施設を活用した施設整備に取り組みます。また、冬期間の駐車場問題（狭小、未除雪など）の解消に取り組みます。

エ 施策の達成目標・重要業績評価指標（KPI）

目標の名称	R1 現在値	R6 目標値	数値の把握方法
市民1人当たり指定管理体育施設の利用回数の増加	5.14回	5.38回	指定管理者の報告書で把握
学校開放体育館稼働率の向上	51.4%	59.2%	利用予約、利用簿等により集計

南魚沼市トレーニングセンター



冬期間の運動不足解消に
 リズムに乗って有酸素運動
 「ボクシングフィットネス」



「トレーニングジムエリア」
 フリーウエイト・各種マシン
 ランニングマシン・エアロバイクあり

3 子ども（幼保・小・中）のスポーツ機会の充実

【目 標】

学校・家庭・地域の連携により、日常的に運動に親しむ環境づくり

【現状と課題】

- (1) 小学生は、体力テスト8項目のうち6項目以上の数値について県平均以上（前回計画の目標）だが、中学生は、県平均以上は男子は2項目、女子は0項目となっている。
- (2) 義務教育においては体力テストの結果にこだわらず、1学校1取組による体力向上を目指している。

【取組事項】

幼稚園・保育園、小学校低学年のうちから、運動遊びを通して体を動かすことの楽しさを伝え、運動の習慣づけ、体力の向上を目指します。

ア 遊びをベースに体系化した、アクティブ・チャイルド・プログラム（ACP）※⁶の活用を目指します。

※⁶子ども達が楽しみながら積極的に体を動かせるプログラム

イ 南魚スポーツパラダイス及びスポーツ&ライフ南魚沼における教室内容の拡充や、各競技団体等との連携により、親子で楽しめるスポーツ教室を開催します。幼少期からスポーツに親しむ環境を整えます。県内プロチームからの各種教室開催にも取り組みます。

ウ 運動部活動の在り方に関するガイドライン等を踏まえ、人材の育成や指導者の養成に努めます。

エ 熱中症や新型コロナウイルス感染症など新たな脅威を含め、学校体育活動中の重大事故を限りなくゼロにするという認識の下で事故防止の取組を進めます。

ストライダー教室で体を動かすことの楽しさを伝えます
「キッズストライダー大会」



競技スポーツのきっかけづくり
ミニジャンプ体験会
「南魚沼市長杯ジュニアジャンプ大会」

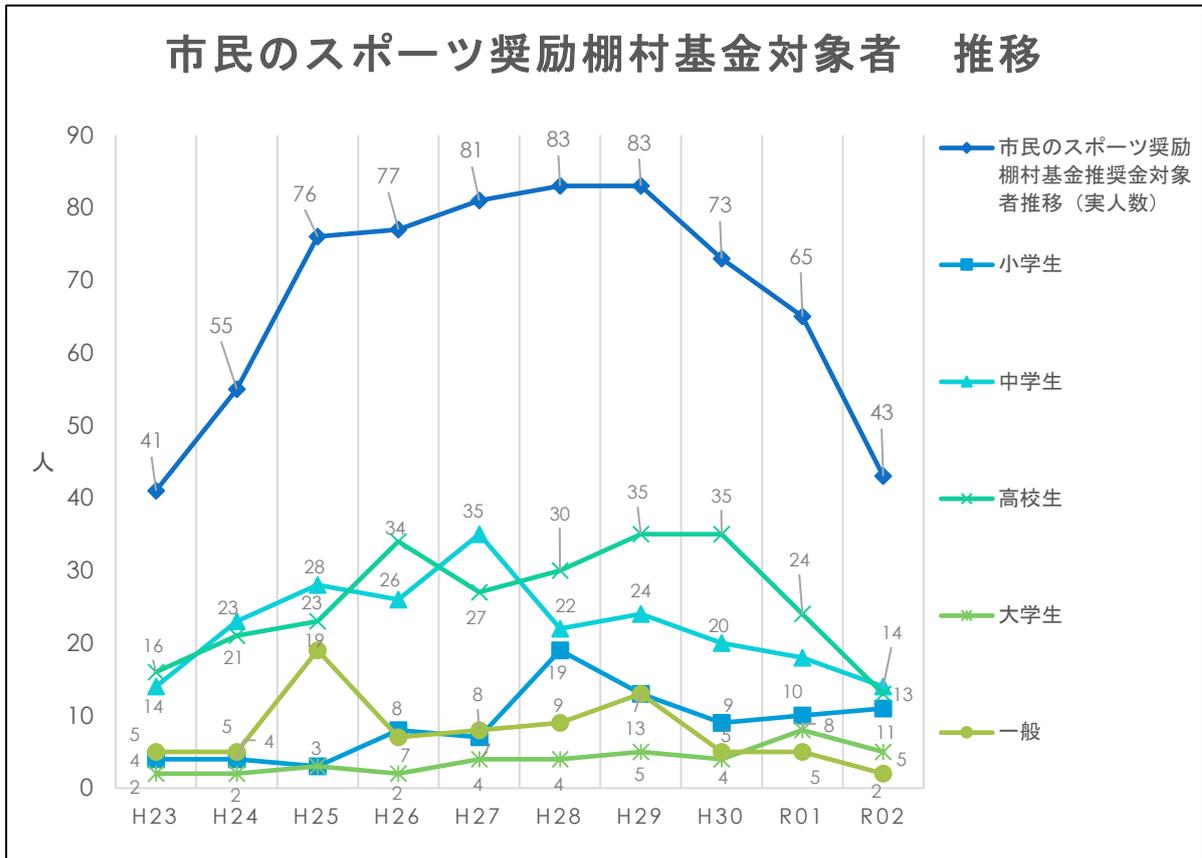
運動の習慣づけ・きっかけづくり
「スポーツチャンバラ」



4 競技スポーツの推進

【目 標】

全国大会等出場者数【年間実人数 100 人以上】



補足（背景）

- ・令和元年から新型コロナウイルス感染症の影響によりスポーツ大会の開催数が激減しました。
- ・少子化の影響などスポーツ人口が全体的に減少しています。

【現状と課題】

- (1) 競技スポーツへ誘導する環境が未整備である。
- (2) トップアスリートを養成できる指導者が不足している。
- (3) 部活動顧問による継続的指導が難しい状況である。
- (4) 地域で開催される「見るスポーツ」が周知不足である。

【取組事項】

(1) 競技者の育成・支援

- ア 神経系の発達により、運動神経・スポーツの上達に大切と言われている時期（2～9歳のプレゴールデンエイジ、9～11歳のゴールデンエイジ）に、様々な種目で

体を動かすことにより、その後選択した競技スポーツへの基礎づくりを行います。

(ア) 神経系に視点を置いた（複数の動きを同時に行うトレーニングで、動きやすい身体をつくる、自分の身体を思い通りに動かせるようになる）コーディネーショントレーニングを取り入れた学習活動

(イ) ジュニアスポーツにおいて、種目横断的に多種目経験できるスキームの確立

イ 南魚沼市ジュニア育成事業の創設を目指します。南魚沼市スポーツ協会と競技力向上分野で連携を進めます。

ウ 南魚沼市トレーニングセンターの利活用を図ります。トランポリン、ボルダリング、トレーニングマシンを使った体幹トレーニング等により、競技スポーツの基礎づくりを図ります。

(2) 「みる」スポーツの推進

ア トップレベルのスポーツを観戦する機会や地域資源を活かした様々なスポーツ・レクリエーションイベントの拡充を図り、市民一人ひとりのスポーツへの関心を高め、スポーツの多様な楽しみ方にふれる機会の拡大を目指します。

イ 次世代を担う子どもたちや競技スポーツ選手への刺激となるよう、開催される全国レベルの大会等の「見るスポーツ」について、各競技団体からの協力を得て、SNSやスポーツ情報総合発信サイト「南魚沼 SPORTS CREATORS」、官民連携により大原通信・エフエム雪国などを通じて、競技スポーツの情報発信・PRを実施します。

- ① 地方創生交付金事業を活用したトップアスリートの競技誘致
- ② 見るスポーツの活性化促進
- ③ クラウドファンディングの計画
- ④ SNSを通じての周知活動

ウ 南魚沼市の地理的優位性を活かすことでトップアスリートの合宿誘致を進めるとともに、選手同士が交流することにより、地元競技者のレベルアップにもつなげます。

地元競技者・アスリートの周知活動「南魚沼 SPORTS CREATORS」ポスター

トップレベルのスポーツを観戦
【見るスポーツ】の活性化促進
「塩沢ジャンプ大会」



大会開催場所：石打丸山シャンツェ



南魚沼スポーツクリエイターズとは？

「スポーツを創造する」をテーマに多くの企業団体様のご支援をいただき活動しています。

健康的でクリエイティブなライフスタイルを創造しその「入口」として皆様に活用いただくスポーツ総合情報サイトです。



5 「ささえる」スポーツの推進

(官民連携・地域間連携によるスポーツ推進体制の整備)

【目 標】

地域をあげてスポーツ・運動を支援する体制を図ります。

【現状と課題】

- (1) スポーツ部局と関連団体・他部局との連携がやや不足している。
- (2) スポーツイベントにおける運営役員の負担が増大している。
- (3) スポーツを通じて障害者や女性が社会参画できる環境整備が必要である。

【取組事項】

(1) スポーツ分野と他分野との連携

ア 民間のスポーツ団体などの関係団体と連携し、地域を上げてスポーツを支援する体制の整備を推進します。

- ① 指導者の育成・資質向上に取り組みます。
- ② 企業・大学等との連携協定、産官学連携による体制整備に取り組みます。

【協定先】日本体育大学、明治安田生命保険、アールビーズなど

- ③ 学校部活動の地域移行に向けた指導者の確保に取り組みます。

イ 健康づくり分野

- ① 「自分の健康は自分でつくる」という意識で生涯を通じて誰もが健やかでいきいきとくらせる地域（まち）づくりの実現をめざして策定した、「いきいき市民健康づくり計画」と連動します。筋力づくり教室や健康推進委員の活動に、各地区からスポーツ経験者を発掘して、連携しながら地域での健康づくりを支援します。
- ② スポーツや運動を実施することで、健康インセンティブ（特典）を享受できる企画を立案・実施します。スポーツ実施＋健診受診＋イベント参加などで、各種インセンティブを付与します。「南魚沼市スポーツ健康都市宣言」宣言文を具体的施策に反映し、健康都市を目指します。
健康ポイントや地域通貨等、インセンティブを活用した健康づくりに取り組みます。

ウ スポーツ交流分野

- ① スポーツを通じた市外・県外との交流のための体制を整備します。
- ② サイクルスポーツの振興による健康長寿社会の実現とサイクルツーリズムの推進による交流人口の拡大、自転車交通の役割拡大による良好な都市環境の形成を目指し、令和元（2019）年10月に「RIDE ON 南魚沼プロジェクト」を設立しました。さらに、この取組をより広域的なものとするため「魚沼地域定住自立圏」の構成市町である湯沢町、南魚沼市及び魚沼市をはじめ、道路管理者や自転車に関連する市民団体等で構成する広域連携組織として、「湯沢町・南魚沼市・魚沼市連携自転車活用推進協議会」を令和3（2021）年

3月に設立し、広域連携による自転車施策を推進します。

また、平成30年（2018）に本市が加盟した全国組織、「自転車活用推進したまちづくりを推進する全国市区町村長の会」との連携も継続し、積極的な情報交換を行います。

【スポーツ・健康に関する協定】

年度	項目	内容
H27	学校法人日本体育大学との体育・スポーツ振興に関する協定	相互の学校・施設における教育・研究及び課外活動
H30	オールアルビレックス・南魚沼市ジュニアの育成と情報発信に関する協定	市有施設の有効活用による事業協力と情報発信協力
R01	明治安田生命相互保険会社との健康増進に関する連携協定	市民の健康増進や市民サービスの向上
	村上市とのスポーツ振興連携協定	スポーツを通じた連携を図り、トップアスリートの育成・強化、ジュニア選手発掘・育成と地域の活性化を図る
	アルビレックスと新潟とのホームタウン協定	スポーツを通じた地域振興
R02	株式会社アールビーズとのスポーツ振興に関する包括連携協定	スポーツ振興及び健康増進の普及促進

(2) スポーツボランティア登録制度の構築

- ア 市立中学校、地元高校の運動部を中心にボランティア参加を呼びかけ、大会運営やスポーツイベントを体験することで、自らの競技活動に役立ててもらいます。
- イ 生徒にとっても教員にとっても魅力ある部活動の実現と適切な指導による技能向上のため、外部指導者の導入など先を見据えた取組を行います。

(3) スポーツを通じた共生社会等の実現

- ア 障害者スポーツ団体など関係団体の把握・連携を進めます。また、障害者をはじめ配慮が必要な多様な人々が、スポーツを通じて社会参画できるよう環境整備（障害者スポーツ指導者やボランティア育成など）を進めることにより、市民の意識が変わり（心のバリアフリー）、共生社会が実現されることを目指します。
- イ 女性のスポーツへの参加を促すための環境整備（ニーズや意欲に合ったスポーツ機会の提供など）を進め、スポーツを通じた女性の社会参画・活躍を促進します。