

## 第2期湖南省スポーツ推進計画策定後における市の取り組み状況

令和5年5月現在

### 《だれでも気軽にできるスポーツ機会の充実》

#### 1. 湖南省スポーツフェスティバル（旧：スポーツカーニバル）の開催

平成26年度を最後に廃止された湖南省スポーツカーニバルに代わる市民参加型のスポーツイベントとして、市民が様々なスポーツ種目やレクリエーション種目を体験しながら、スポーツの楽しさを感じ、体力向上や健康づくり、スポーツ振興を目的として実施されるイベントとして平成29年度に第1回目が開催されました。

令和元年度は、「スポーツフェスティバル」と「健康まつり」のコラボレーションによりスケールアップしたイベントが開催され、スポーツ体験やワンポイント指導に900人以上の方が参加されました。スポーツ推進委員のコーナーとして、親子ふれあいリズム体操とニュースポーツを実施したところ、運動の得手・不得手に関わらず様々な世代の方に参加いただきました。また、スポーツ推進委員の別事業・イベントの参加へ繋ぐこともできました。スポーツフェスティバルは参加者にスポーツの楽しさに触れてもらうというのが目的ですが、特にスポーツを習慣的にやっていない方にスポーツを実施するきっかけづくりとして今後も継続して実施予定です。

→令和2～4年度は新型コロナウイルス感染症対策のため中止、来年度は開催に向けて検討していきます。健康まつりに関しても中止され、現在は地区担当保健師、健康づくり湖南推進協議会が各まちづくりセンターで啓発活動を行っています。健康まつりについては、今後開催をしない方向で地域への啓発活動をしていく予定です。

→令和5年度は9月24日（日）に開催予定。

#### 2. ウォーキングマップ「ちょっとウォーキング」

運動習慣の減少や食生活の変化から、肥満をはじめとする生活習慣病の増加が問題となっています。歩くことは健やかなところと身体をつくる有酸素運動であり、一人でもグループでも身近に実践できる運動です。市民が自らの健康に関心を持ち実践するための動機付けとなるウォーキングマップを平成22年度に作成しました。

→令和2年度に、コースの新設や再編等を行い、マップの更新を行いました。現在健康づくり湖南推進協議会でコースを歩きながら勉強中。地域の人を巻き込んでウォーキングイベントの開催を検討しているところです。

## 《年齢・体力に応じたスポーツの推進》

### 1. 健康推進アプリ BIWA-TEKU (ビワテク)

スマートフォンを活用した県内8市2町と協会けんぽ滋賀事業部の連携事業である健康推進アプリ「BIWA-TEKU (ビワテク)」が平成30年1月からスタートし、健康こなんポイント事業のひとつのツールとして位置付け、健康づくりの意識付けと習慣化を目指す事業として実施しています。

市町の対象スポットを巡るスタンプラリーや歩数を端末内蔵アプリでカウントし、琵琶湖一周などをめざすバーチャルラリー、各市町の健康イベントへの参加や特定健診・がん検診を受けることで、健康ポイントを取得できます。

→市のイベント等で啓発活動をしており、現在アプリ登録者は増えている状況。

協賛企業を募る、横の連携で他課とのタイアップイベント等も検討中です。

### 2. こなんTHEボイスプロジェクト

「歌と音楽」のもつ力を活かし、音楽健康指導士が60分のボディー&ボイストレーニングを指導し、介護予防・健康増進をねらった関西地区で初めてのプロジェクトであります。平成29年度から市内9か所で実施され、通いの場や運動の場として活用されています。

→新型コロナウイルスの影響により、令和2年度、3年度は活動を中止しています。平成29年～令和4年度までは、市が企業に委託して実施していました。令和5年度からは、プロジェクトに参加し、指導者ライセンスを取得した市民が指導を行い、市内クラブが独立して実施しています。市内4か所で月2回程度活動をしており、多いところで1回30人程度の参加者がいます。

### 3. いきいき百歳体操

高齢者の筋力向上を目的とし、自宅から歩いて行ける地域の集会所等でDVDやビデオを見ながら両手両足に重りを調整して負荷をかけながら行うゆっくりとした動きの体操で、市内45か所で実施されています。

→現在は自治会館等市内43か所（一部の区では複数箇所）で実施されており、取組としては10年以上活動を継続されています。

### 4. 健康バンド教室

ゴム製のバンドを使用した筋肉トレーニングで、ちよいスポクラブでの事業や、健康講座等でも実施されています。

→総合体育館で月4回実施（参加者：25人/回）、石部文化ホール2階で月4回実施（参加者：20人/回）しており、令和4年度から総合体育館で実施する回数を更に4回増やして実施しています。ちょいスポクラブが実施している以外にも柑子袋・菩提寺・中央・夏見等各区の集会所でも指導資格を持った方が指導され、たくさんの方が参加されています。健康バンドの取組については、コロナ禍に関係なく継続して実施されています。

## 《ニュースポーツの推進》

### 1. スポーツデーの普及促進

様々なニュースポーツなど、楽しくスポーツを体験する場として、湖南市総合体育館にて体育館開放日（コナンスポーツデー）を設けています。

→新型コロナウイルスの影響で開催を中止していましたが、令和4年10月に事業を再開したところ同年11月には120名を超える参加があり、スポーツ体験、身体を動かすことにニーズがあることを再認識しました。

→令和5年度は他イベントとの調整により、年に8回（4月～7月、9月、11月、1月、2月）総合体育館にて実施予定。

4月、5月は開催済み（どちらも参加者100名超。)

### 2. キンボール大会 in コナン大会の開催

大会を通して年齢や体力を問わず楽しめる生涯スポーツの普及、推進を図るとともに、地域住民の健康づくりや体力づくりのきっかけとなるように、スポーツ推進委員が中心となり毎年開催しています。

→新型コロナウイルスの影響で開催を中止しておりましたが、感染防止対策の観点から開催形式を変更して令和4年度3月に開催。

→令和5年度は10月に開催予定。

## 《地域・スポーツ団体等の協働の推進》

### 1. 総合型地域スポーツクラブが主体となった障がい児・者へのスポーツ支援

スポーツ庁の委託事業として「平成28年度特別支援学校等を活用した障害児・者のスポーツ活動実践事業」において、滋賀県スポーツ課が主体となって、湖南市の総合型地域スポーツクラブが運営母体となり、特別支援学校や滋賀県障害者スポーツ協会、手をつなぐ育成会等の様々な団体が協力しながら、三雲養護学校で年間20回のバレーボール教室と年7回の軽スポーツ教室を開催しています。

2025年開催の全国障害者スポーツ大会に向けての強化も進められています。

→全国障害者スポーツ大会に向けて現在月2～3回程度総合体育館でバレーボールの練習を実施されています。今後は男女に分かれて活動予定です。軽スポーツ教室はパラスポーツ教室として年5回総合体育館小アリーナで実施されています。スナッグゴルフを今年度から新たに実施されています。

## 2. 湖南省スポーツ協会による「障がい者スポーツ部」の創設について

平成29年度に創設した「障がい者スポーツ部」が、障がいのある人と障がいのない人がスポーツを通じて会員相互の親睦と健康づくり、仲間づくりを推進し、生きがいと明るく楽しい暮らしがいのある地域づくりを通じて、豊かな生活の現実に寄与することを目的とし、気軽に参加できるスポーツイベントを開催しています。

- ・湖南交流いきいき風船バレーボール大会
- ・ボッチャ大会
- ・スポーツ吹き矢大会

→新型コロナウイルスの影響で一部大会を中止していましたが、感染対策を行いながら大会を再開しております。

## 3. スポーツ推進委員による出前講座

年齢や障がいの有無にかかわらず、誰もが楽しめ、よりスポーツに親しみを持ってもらえる楽しい時間を提供するため、地域のイベントや学校の親子ふれあい活動などにスポーツ推進委員を派遣しています。ニュースポーツの紹介・レクチャーをしながらレクリエーション・ゲームを実施しています。

→現在、区・自治会や健康関係の団体から多数依頼をいただいている状況であり、定期的にスポーツ推進委員の派遣を希望されている団体もあります。個人的に道具を買ったという声もいただいています。

→令和4年度8回派遣。

令和5年度2回派遣。(6月時点)

## 《スポーツ施設、学校体育施設の充実と有効活用》

### 1. 学校施設開放事業の推進

社会体育の健全な普及と市民の体力づくり等のために、学校教育に支障のない範囲で体育館などの学校施設を地域の皆さんに開放しています。

→令和2年度以降は、利用ルールの遵守と新型コロナウイルス感染症拡大防止対策

徹底し利用いただいています。

## 《地域資源を生かしたスポーツの推進》

### 1. 東海道ウォークみちくさコンパス

三雲学区まちづくり協議会が開催するウォーキングイベントで、旧東海道沿い周辺の文化遺産等をスタンプラリーで巡るもので、市内外から多くの参加があります。

→令和2～4年度は新型コロナウイルス感染症対策のため中止

→令和5年度は開催予定。

### 2. 春の酒蔵めぐり

JR滋賀県草津線複線化促進期成同盟会と三雲学区まちづくり協議会や石部学区まちづくり協議会がタイアップし、JR西日本ハイキングを活用し、旧東海道の酒蔵を巡るウォーキングイベントで、市内外から多くの参加があります。

→湖南省・甲賀市共同で2日間実施され、その日程の中のイベントとしてボランティアガイドさんの案内でJRふれあいハイキングが開催されています。市外からも多数参加されています。(1,000人程度)

### 3. 十二坊トレイル

湖南ロータリークラブと湖南省観光協会がタイアップし、湖南省の自然の魅力を多方面に知っていただくために、十二坊(岩根山)でトレイルラン・ウォークを開催し、全国から多くの参加があります。

→令和元年度に第1回が開催され、令和5年度に第3回が開催されました、多くの参加(700人程度/1回)があり、今後も継続して実施予定です。

## 《その他》

- ・学校部活動の地域移行