

報 告

社会参加につながるスポーツのあり方



令和5年（2023年）9月26日

日 本 学 術 会 議

健康・生活科学委員会

健康・スポーツ科学分科会

この報告は、日本学術会議健康・生活科学委員会健康・スポーツ科学分科会の審議結果を取りまとめ公表するものである。

## 第 25 期 日本学術会議 健康・スポーツ科学分科会

委員長	宮地 元彦	(第二部会員)	早稲田大学スポーツ科学学術院教授
副委員長	來田 享子	(連携会員)	中京大学スポーツ科学部教授
幹事	山口 香	(第二部会員)	筑波大学体育系教授
幹事	神崎 素樹	(連携会員)	京都大学大学院人間・環境学研究科共生人間学専攻 認知・行動科学講座教授
	家光 素行	(連携会員)	立命館大学スポーツ健康科学部教授
	小熊 祐子	(連携会員)	慶應義塾大学スポーツ医学研究センター・ 大学院健康マネジメント研究科准教授
	柏野 牧夫	(連携会員)	日本電信電話株式会社コミュニケーション科学基礎 研究所 NTT フェロー・柏野多様脳特別研究室長
	川上 泰雄	(連携会員)	早稲田大学スポーツ科学学術院教授
	佐々木玲子	(連携会員)	慶應義塾大学体育研究所教授
	定本 朋子	(連携会員)	日本女子体育大学体育学部特任教授
	寒川 恒夫	(連携会員)	早稲田大学スポーツ科学学術院教授
	田畑 泉	(連携会員)	立命館大学スポーツ健康科学部教授
	福林 徹	(連携会員)	東京有明医療大学保健医療学部柔整復学科特任教授

本件の作成にあたっては以下の第 24 期日本学術会議健康・生活科学委員会健康・スポーツ分科会の委員の方々にご協力いただいた。

越智 光夫	(第二部会員)	広島大学学長
井谷 恵子	(連携会員)	京都教育大学教授
荻田 太	(連携会員)	鹿屋体育大学体育学部スポーツ生命科学系教授
田原 淳子	(連携会員)	国土舘大学体育学部教授
永富 良一	(連携会員)	東北大学大学院医工学研究科教授
三輪 清志	(連携会員)	味の素株式会社客員フェロー

本件の作成に当たっては、以下の職員が事務を担当した。

事務	増子 則義	参事官 (審議第一担当) (令和5年4月まで)
	根来 恭子	参事官 (審議第一担当) (令和5年5月から)
	山田 寛	参事官 (審議第一担当) 付参事官補佐 (令和5年3月まで)
	若尾 公章	参事官 (審議第一担当) 付参事官補佐 (令和5年4月から)

作本 明日香 参事官(審議第一担当)付審議専門職付(令和5年3月まで)  
上野 倅奈 参事官(審議第一担当)付審議専門職付(令和5年4月から)

## 要旨

スポーツが健康増進や教育に役立つと言われて久しい。近年では、身体や精神に限らず社会に対するスポーツの価値が注目されている。スポーツを通して、社会的弱者、さまざまな格差の下位にある人々、好ましくない環境に生活せざるを得ない人々などが、差別や孤独から解放され、社会とつながっていくための力となる可能性がある。一方で、スポーツの世界にも未だに格差や差別が存在し、スポーツの恩恵が全ての人々に行き渡っていない現実が存在する。そうしたスポーツの力と課題を明らかにするためのエビデンスや活動の事例を明示することで、スポーツの価値を新たな次元で主張し、政策提言・社会実装につなげることを、本報告の目的とした。

多くの国民が様々な要因によってスポーツ参画や活発な身体活動を阻害されていることが明らかになってきた。子ども世代では家庭の経済状況や住環境の乏しさ、働く世代では就労・育児・介護による余暇時間の欠如、高齢者の世代では老化や孤立といった阻害要因が深刻である。これらの阻害要因を乗り越え、国民が遍くスポーツに参画し、スポーツを楽しみ身体活動を謳歌するためには、国や地方自治体といった行政だけでなく、企業やNGOなどの多様なステークホルダーが、スポーツや身体活動に取り組みやすい環境を提供・整備する必要がある。具体的には、職域での働く世代に対するスポーツ参画や身体活動を促進する就労環境の整備と充実、学校・家庭・地域といった子どもの居場所における外遊びやスポーツ機会の提供、地域・住民や医療・保健・福祉提供者が連携した高齢者に対する社会的つながりの醸成などを挙げるができる。

スポーツの世界からあらゆる差別や格差を排除し、どのような境遇にあってもいつでもスポーツに参画することができ、それらを通じた社会参加が促進されるよう、スポーツ庁やその外郭団体が主体となって、スポーツ環境の整備を実現するべきである。具体的には、パラリンピック・デフリンピック・スペシャルオリンピックスなどの障がいの違いを考慮したスポーツ機会の一層の充実、少数・先住民族が大切にしてきた民族スポーツを含む伝統文化の保護と育成、女性や性的マイノリティのスポーツリーダーの育成と登用、性別二元制や競技志向などスポーツに内在する規範を再考し、多様な参加者を前提にした組織・ルール・施設・競技運営などの変革、小中学校での義務教育における保健体育科教育を通じた子どもたちに対するスポーツリテラシーの涵養、などを挙げるができる。

上記の取り組みを遂行・達成するためには、研究者の役割も重要である。子どもや老人、女性、少数民族といった人々のエビデンスが不十分であり、彼らを対象とした研究の推進と深化が必要である。また、スポーツや身体活動の場で起こっている事象から得られるビッグデータを収集し活用するデータサイエンスに挑戦すべきである。加えて、社会参加につながるスポーツの実現のような大きな目標を達成するために、総合知を生み出すことができるスポーツ科学への発展を加速すべきである。

これらの取り組みによって、差別の対象となる人々や格差の下位にある人々がスポーツを通して差別や格差から解放され、社会参加につながることを期待される。スポーツには、人々をつなげる力、多様な人々を社会参加に導く力がある。その力をより活かすために、誰ひとり取り残さずスポーツを楽しむことができる社会や仕組みを構築していかなければならない。

## 目次

1	はじめに	1
2	我が国におけるスポーツの現状と課題	2
(1)	働き盛り世代のスポーツ・身体活動	2
(2)	子どものスポーツ	3
(3)	高齢者のスポーツ	5
(4)	障がい者のスポーツ	7
(5)	国籍・民族とスポーツ	9
(6)	スポーツとジェンダー	10
(7)	スポーツ・身体活動の国際動向	12
3	社会参加へとつながるスポーツのあり方	13
(1)	スポーツ参画阻害を解消するための環境整備	13
(2)	スポーツにおける差別や格差の解消を通じた社会参加の促進	14
(3)	社会参加に導くスポーツのあり方に関する研究の推進	14
	<引用・参考文献>	16
	<参考資料>審議経過	20

## 1 はじめに

スポーツが健康増進や教育に役立つと言われて久しい。スポーツ基本法においても、スポーツは「心身の健全な発達、健康及び体力の保持増進、精神的な充足感の獲得、自律心その他の精神の涵養等のために個人又は集団で行われる運動競技その他の身体活動」と記されている<sup>1</sup>。近年では、身体や精神に限らず社会に対するスポーツの新たな価値が注目されている。

国際連合（国連：UN）は2008年に、国連開発と平和のためのスポーツ事務局（UNOSDP）を設置し、「スポーツは、他人に対する尊敬の意と人々間の対話を促進し、子どもと若者が生きるために必要な術や能力をもたらし、障がいの有無にかかわらず全ての人々の社会への参画を促し、男女の平等を促進し女性のエンパワーメントに貢献し、身体のみならず心の健康を向上させる。」と述べている。2015年には、持続可能な開発のための2030アジェンダ宣言で、「スポーツは、持続可能な開発における重要な鍵となるものである。我々は、スポーツが寛容性と尊厳を促進することによる、開発および平和への寄与、また、健康、教育、社会包摂的目標への貢献と同様、女性や若者、個人やコミュニティの能力強化に寄与することを認識する。」と述べ、持続可能な開発目標（SDGs）のいくつかの項目の達成に向けた重要かつ強力なツールとして、スポーツがその役割を果たすことが期待されている<sup>2</sup>。

ユネスコは2015年に「体育・身体活動・スポーツに関する国際憲章」を公表し、「体育・身体活動・スポーツは、健康、社会・経済的発展、若者の自律、和解、平和など、さまざまな個人的及び社会的恩恵をもたらし、すべての人は、人種、ジェンダー、性的指向、言語、宗教、政治的又はその他の意見、国民もしくは社会的出身、財産、その他一切の理由に基づく差別を受けることなく、体育・身体活動・スポーツを行う基本的な権利を持つ。」とした<sup>3</sup>。すなわち、スポーツには、すべての人々が差別や孤独から解放され、社会とつながっていくための力が期待されている。

我が国では、文部科学省がスポーツ基本法の規定に基づき、2017年3月に第2期「スポーツ基本計画」を策定し、(1) スポーツで「人生」が変わる！ (2) スポーツで「社会」を変える！ (3) スポーツで「世界」とつながる！ (4) スポーツで「未来」を創る！をスローガンに掲げ、「スポーツ参画人口」を拡大し、「一億総スポーツ社会」の実現に取り組んだ<sup>4</sup>。2022年4月からの第3期「スポーツ基本計画」において、「スポーツそのものが有する価値」（Well-being：ウェルビーイング）や、「スポーツが社会活性化等に寄与する価値」を更に高めるべく、スポーツを「つくる/はぐくむ」、スポーツで「あつまり、ともに、つながる」、スポーツに「誰もがアクセスできる」の3つの新たな視点に基づき、スポーツ庁による施策が進められている<sup>5</sup>。

日本国憲法第14条第1項において、「すべて国民は、法の下に平等であって、人種、信条、性別、社会的身分又は門地により、政治的、経済的又は社会的関係において、差別されない」と規定されている。しかし現実には、障がい者、他国籍者、貧困者、性的少数者など様々な人々が差別の対象とされ、一見差別の対象に見えない人々、社会・経済的格差や老化に伴って生じる生物学的格差の下位に位置する人々が一定数存在し、格差拡大による不利益を被っている事実は否めない。このような差別や格差は、包摂性や多様性が重視

される今日においても、スポーツに関連する差別や格差に結びついていると思慮される。

スポーツを通して、社会的弱者や好ましくない環境に生活せざるを得ない人々などが、差別や孤独から解放され、社会とつながっていくための力となる可能性がある。逆に、スポーツの世界にも未だに差別や格差が存在し、スポーツの恩恵が全ての人々に行き渡っていない現実が存在する。そうしたスポーツの力と問題や課題の両方を再認識し、明らかにするために必要なファクトとエビデンス、これまでの取り組みや活動の事例・実例を収集し、明示することで、スポーツ基本法やスポーツ基本計画では十分に示されていないスポーツの価値を新たな次元で主張し、政策提言・社会実装につなげることを、本報告「社会参加につながるスポーツのあり方」の目的とする。

## 2 我が国におけるスポーツの現状と課題

本章では、社会に存在する様々な格差が、図らずもスポーツや身体活動への参画に及ぼす影響について、ライフステージごとの我が国のデータや事例に基づき課題や問題を示し、その解決の糸口を考察する。また、ユネスコの体育・身体活動・スポーツに関する国際憲章で差別の対象となりやすいと指摘される「障がい者」「少数民族」「性的少数者」におけるスポーツの現状や課題と、差別を乗り越えて社会参加につながるための取り組みについて対象ごとに提示する。

### (1) 働き盛り世代のスポーツ・身体活動

「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」というのがスポーツ基本法やユネスコの「体育・身体活動・スポーツに関する国際憲章」の基本理念である<sup>3</sup> 1。我が国では昨今、社会・経済格差の拡大の傾向が顕著となってきた、低所得の人ほど身体活動が少なく、スポーツ実施者や運動習慣者が減少もしくは二極化する傾向が顕在化している。

例えば世帯収入 600 万円以上の成人男性の平均歩数 7015 歩に対し、世帯収入 200 万円未満の男性平均歩数は 5327 歩であった。30 分・週に 2 日・1 年以上継続して軽く汗をかく程度の運動習慣のない者の割合について、有意差はないものの前者の 61.7% に対し後者では 66.4% であったと報告されている<sup>6</sup>。コロナ禍に行われた「2020 年全国スポーツ・ライフスタイル調査（笹川スポーツ財団）」のデータを用いて検討したところ、仕事、余暇、移動に関する身体活動や座位行動において、所得や学歴による格差が認められた。その中でも余暇の身体活動は格差が大きく、低所得／低学歴ほど少ないことがわかった<sup>7</sup>。2014、2016、2018 年度の同調査のデータを用いて、性・年代ごとに教育・収入・職業といった社会経済状況（SES）別のスポーツ実施率を検討している。男女で傾向は異なり、男性では学歴が高い方でスポーツ実施率が高かった。女性では一定の結果が見られなかった<sup>8,9</sup>。国際的には、2018 年、システムティックレビューとメタアナリシスの結果をまとめライフコース全体にわたる身体活動と SES との関連をレビューし（DEDIPAC study）、成人期においては特に余暇時間の身体活動と SES に正の相関、仕事の身体活動とは負の相関を認めるエビデンスがあった<sup>10</sup>。

そもそも、スポーツ・運動の実施率は、就労世代で最も低い。例えば、国民健康・栄養調査によると、運動実施率（1回30分以上週2回以上1年以上運動を行っている人の割合）は、就労世代、特に若い世代20-40歳台では20%未満、20-30歳台の女性に至っては10%にも満たない（図1）。仕事や子育てひいては親の介護に追われ、自主的にスポーツを行う時間を捻出するのは難しいことから、これまでの通り個人の自主性に委ねているだけではスポーツ実施や身体活動の改善は望めない。そこで近年では、就労世代が多く時間を過ごす職場環境への介入の試みが盛んに行われている。オフィスへの立位デスク導入により、座位時間の減少だけでなく、中高強度の身体活動時間が増加した<sup>11</sup>。職域での座位行動減少を目的とした介入についてコクランレビューでは、上下昇降デスクを使用すると、1年で職場にて座っている時間を1日当たり平均84~116分間減らす効果があるようだ<sup>12</sup>と結論づけている。

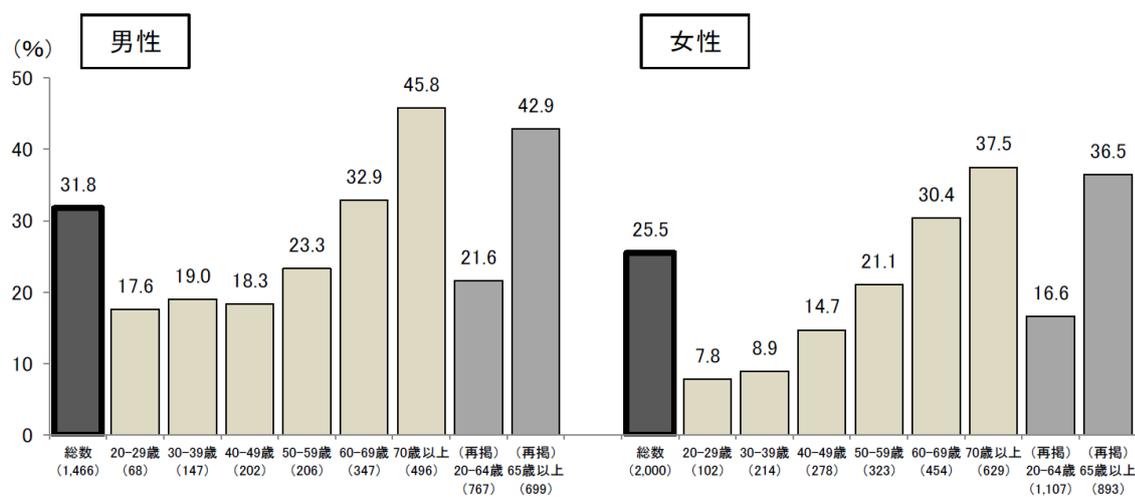


図1. 性別・年代別運動習慣のある者の割合（平成30年国民健康・栄養調査結果より<sup>6)</sup>）

企業・経営者の側からみた場合、健康経営が注目されている<sup>13</sup>。健康な従業員が収益性の高い会社を作る、という概念である<sup>14</sup>。スポーツ庁は2018年度から従業員の健康増進のためにスポーツの実施に積極的な企業を「スポーツエールカンパニー (Sports Yell Company)」として認定する制度を開始している<sup>15</sup>。実際にこの認定を受けた会社従業員への調査によると<sup>14</sup>、特に女性において、スポーツへの認識が変わりスポーツ実施率が増加したと報告されている。このように日本でも健康経営に取り組む企業も実際に現れている<sup>12</sup>。

人生100年時代、働く期間が今後さらに長くなることが予想され、より長期的な視点に立ったワークライフバランスやスポーツを楽しむことが当たり前になる社会を目指す必要がある。そのために、企業や経営者は、労働衛生の視点からスポーツや身体活動に取り組みやすい労働環境の整備、健康経営や生産性向上といった視点から経営戦略としてスポーツや身体活動の奨励に取り組む必要がある。

## (2) 子どものスポーツ

現在、我が国では子どもの7人に1人が相対的貧困という状態にあり、将来の大き

な社会課題と言われている。国の「子供の貧困対策に関する大綱」では「貧困の連鎖を食い止めるためには、現在から将来にわたって、全ての子供たちが前向きな気持ちで夢や希望を持つことのできる社会」を目指すことが主張されている。一方で、社会・経済格差による子どものスポーツ機会や体力の格差を示唆するエビデンスが複数報告されている<sup>16-18</sup>。学外スポーツ活動の産業化が進む昨今の我が国の社会環境下で、特に幼児および小学生においては、民間企業が経営する団体や組織がスポーツや運動に関連する活動の担い手となる割合が高く（それぞれ 52.1%、55.1%）、低所得世帯の子どもでは、有償の学外スポーツ団体に参加しにくいなどで以下の図2に示されるようにスポーツ活動率が低いことが指摘されている<sup>16</sup>。

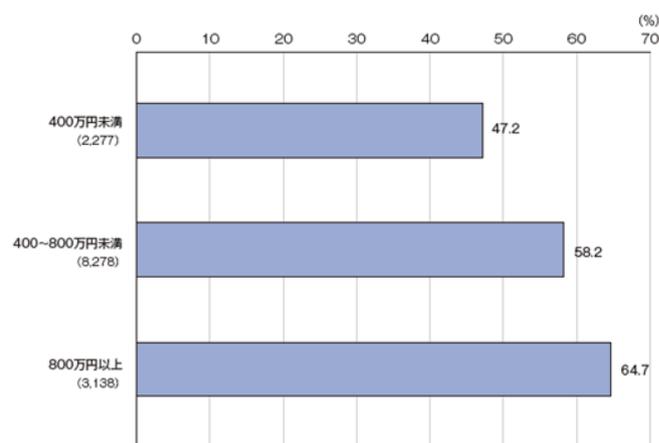


図2. 子どものスポーツ活動率と世帯年収（括弧内はサンプル数）

（出典）ベネッセ教育総合研究所「学校外教育活動に関する調査 2009」<sup>16</sup>

このような現状を鑑み、スポーツ機会格差解消に対する一層の取り組みが求められる。これまで行われてきた、学校施設（校庭・体育館等）の開放<sup>19</sup>、子どもの放課後の活動をサポートする「放課後子どもプラン推進事業」<sup>20</sup>、児童養護施設でのスポーツ促進、千葉市などが開始した低所得者層向けに学習塾や文化・スポーツなど習い事の費用をバウチャー（利用券）で助成する制度<sup>21</sup>、子どもの栄養問題で注目される子ども食堂をモデルとした、プレーパークや放課後子どもクラブといった子どもの居場所づくりを通して、子どもたちが安全・安心に体を使った遊びやスポーツなどを楽しむ機会の提供<sup>22</sup>などを参考に、低所得世帯の子どもにフォーカスしたスポーツ機会の増進策を図り、スポーツの力を活用すべきである。加えて、貧困克服に対するスポーツの力の国民的理解、特に子どもの保護者の理解の促進、社会・市民が支える仕組みや地域の支援組織の構築と支援ボランティアの参画、スポーツや外遊びなど身体を動かせる場所・設備・支援要員の確保と無償化、我が国の経済格差とスポーツについてのより詳細な調査・研究の実施などが必要である。

ここまでは子どもを取り囲む環境の整備の必要性について述べてきた。子ども時代の健康や生活習慣、身体活動習慣は成人以降にも引き継がれるといわれ、特に幼少期や学童期に適度なスポーツや運動の機会を持ち、十分な身体活動スキルを身につけておくことが思春期、青年期以降の望ましい健康状態を維持する可能性を高めることにつながるということが報告されている<sup>23</sup>。またスポーツ全体を見通せば、健康増進のみならず、その楽

しさや価値を実感しながら、子どもたちが自発的に取り組む態度や能力が涵養される効果もある。

近年欧米では、生涯にわたるスポーツの実施を支える基本的な概念として幼少年期からの「フィジカル・リテラシー」育成システムの構築が検討されている。フィジカル・リテラシーとは、生涯にわたって身体活動の価値を理解し、責任をもってかかわるために必要な動機づけ、自信、身体能力、知識や理解力のことをいう<sup>24</sup>。すなわち、こうした身体的側面のみにとどまらない総括的な能力が身に付くことによって、生涯を通して健康的で活発なライフスタイルを選択するようになり、自分自身に、また周囲の人に、そして周囲の環境に有益となり、それらを重んじるようになるという考え方である。フィジカル・リテラシーは、人生におけるすべてのステージに必要とされ、その基盤を子ども時代に培うことの重要性が注目されている。現在では、フィジカル・リテラシーに関する評価方法の確立やその向上に向けて効果的なプログラムの開発や、プログラムの介入効果に関する研究もなされている。運動能力だけでなく情動的な領域への効果も明らかにされている<sup>25-27</sup>。

我が国においては、第3期スポーツ基本計画の学校体育に関する具体的施策の中に「生涯にわたって運動やスポーツを継続し、心身共に健康で幸福な生活を営むことができる資質や能力の育成を図る」と記されており、これはフィジカル・リテラシーと共通する概念といえるであろう。学習指導要領<sup>28</sup>の中でもこれに通じる具体的内容を読み取ることができる。すべての子どもたちに提供される共通した場としての学校、特に義務教育での体育の重要性は明白である。これまでも幼児期運動指針<sup>29</sup>や日本学術会議の提言「子どもの動きの健全な育成をめざして～基本的動作が危ない～」<sup>30</sup>等で示されているように、幼少期には遊びを通じて楽しみながら多様な動きを獲得し、様々な運動・スポーツ活動の基盤を作ることが重要であることが提言されてきた。幼児教育・保育の無償化政策に合わせた低所得世帯の子どもを含む幼児期での体系的な運動実施基盤の整備と、義務教育である小学校での体育教育の充実、およびそれに関わる教諭や保育士の資質の向上が必要である。

### (3) 高齢者のスポーツ

日本では、男女ともに平均寿命が80歳を超え、世界一の超高齢化を迎えている<sup>31</sup>。人生を重ねる期間の増加は人間としての充実度の高さにつながり得る一方で、必然的に生じる「老い」による身体諸機能の低下の度合いがより深刻化し得ることも意味する。人口の3分の1を占める高齢者の健康の維持・増進は極めて重要な課題である。健康上の問題で日常生活が制限されることがなく生活できる期間である「健康寿命」と生物学的な寿命との差である「不健康期間」<sup>32</sup>は日本では9～13年もの長期に及び<sup>33</sup>、この期間にある高齢者の支援・介護のための財政的・人的負担は極めて大きくなっている。日常生活能力を損なう高齢者の健康問題は身体面のみならず精神面においても深刻で、いまや高齢者の4人に1人は認知症もしくはその予備軍であると推計されている<sup>34</sup>。また、要介護状態の主要な要因となる運動器疾患症候群：ロコモティブ・シンдрロームは軽度なものも含めると5000万人に達する勢い<sup>35</sup>であり、およそ2000万人と推計されるメタボリック・シンдрローム該当者・予備軍の数ははるかに上回っている。現在

の日本では、運動習慣のある者の割合は、男女ともに青年よりも高齢者において高い<sup>36</sup>。しかし、歩数の平均値は壮年～高齢者に向かって減少<sup>36</sup>しており、高齢者の運動習慣は歩数に反映されていない。米国における大規模な疫学調査によると、高齢者において、加齢とともに通常歩行の速度は男女ともに徐々に低下し、歩行速度が高いほど平均余命も長い<sup>37</sup>ことが示されている（図3）。高齢者の歩行速度は一步一步の歩幅に強く影響され、股関節・膝関節まわりの筋力と相関する<sup>38</sup>。このことから、適切なスポーツ・身体運動を通じて下肢の筋力を高めることが歩行能力の向上、ひいては健康寿命の延伸にも結びつくことが示唆される。実際に、下肢の筋力を高めるトレーニング（座り立ち動作や体幹・下肢の抗重力運動）を継続することで、歩行能力やロコモティブ・シンドロームの症状が改善することが示されており<sup>38,39</sup>、そのエビデンスは日本整形外科学会の推奨する「ロコモ・チャレンジ」など、国内での活動に結実している。

一過性および長期の運動は記憶・注意・判断力などの認知機能を高める効果を有することが多くの研究で報告されており、スポーツ・身体運動の実施は認知症予防策としても有効である。高齢者の認知機能を改善するためには、有酸素性運動や筋力トレーニングよりも、協調動作や、複合した課題を同時に遂行するようなコーディネーショントレーニングが有効である<sup>40</sup>ことが示されている。これらの知見をふまえると、高齢者の身体機能と精神機能の双方を維持・向上するためには、下肢の筋群に負荷を与えつつ、複合的な認知課題をこなすようなプログラムが適切である<sup>41</sup>。

加齢に伴って心身の機能が徐々に低下し、日常生活に困難が生じる状態に陥る過程において、健全な状態-自立度が低下した状態-要介護状態という一連の変化における中間的な状態は「フレイル」<sup>42</sup>と定義される。フレイルは、身体的・精神的・社会的要素を含み、それぞれの不全が関連し合っ負の連鎖を引き起こし、日常生活能力の低下や自立度低下による要介護・死亡のリスクを高める<sup>43</sup>。一方、フレイルの発症や進行は可逆的であり、適切に介入すれば機能（予備能力・残存機能）を取り戻すことができる<sup>44</sup>。フレイルの進行を食い止め、身体を健全な状態に戻していくためには、骨格筋機能の減弱（サルコペニア）への対策を中心としたスポーツ・身体運動の定期的な実施、適切な食習慣（栄養摂取・口腔機能の維持と増進）、積極的な社会参加による他者との関わり（就労・余暇活動・ボランティアなどを含む）の維持を継続的に実行することが有効である<sup>45</sup>。また高齢者が、安心・安全な外出や移動を可能にするための歩道や公共交通機関の充実といった、スポーツや身体活動を促進するための地域環境整備<sup>46</sup>が必要である。フレイルや要介護状態の深刻になりつつある昨今、スポーツ・身体運動の実施や適切な食習慣の維持、スポーツ活動などを通じた社会参加・地域活動の担保などに、日本が率先して至急取り組むべきである。そのために、政府や自治体の連携や医学・医学周辺領域、スポーツ科学・健康科学領域の連携、そして民間組織等を活用した有機的・統合的な取り組みが求められよう。

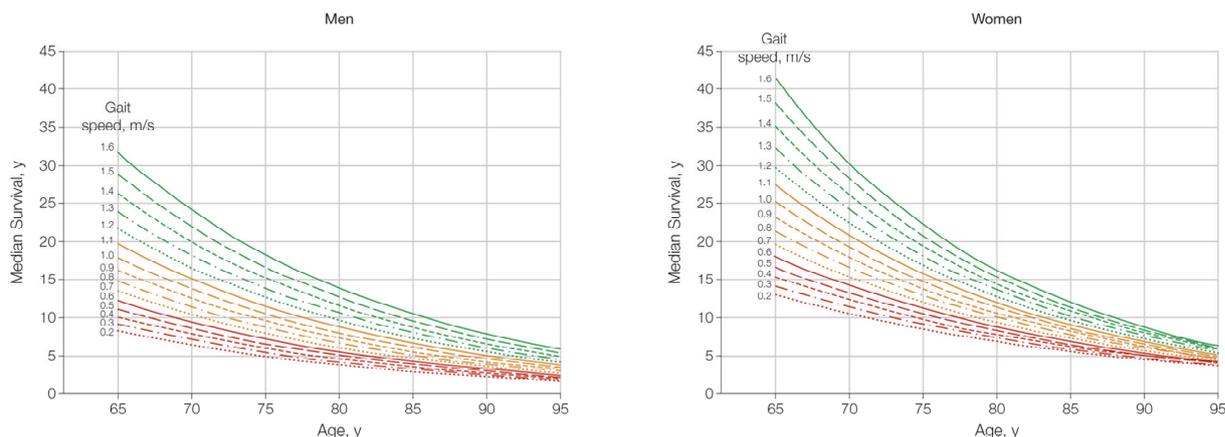


図3. 歩行速度が0.2 m/秒～1.6 m/秒の高齢者の平均余命<sup>37</sup>。左が男性、右が女性。

#### (4) 障がい者スポーツ

文部科学省のスポーツ振興基本計画<sup>47</sup>において、スポーツは「体を動かすという人間の本源的な欲求にこたえとともに、爽快感、達成感、他者との連帯感等の精神的充足や楽しさや喜びをもたらし、さらには、体力の向上や精神的なストレスの発散、生活習慣病の予防など、心身の両面にわたる健康の保持増進に資するものである」とあり、障がい者においても等しく共有されるものである。

2021年度、障がい児・者7,245名のアンケート調査の結果から、週1日以上の実施は、7～19歳が41.7%、成人が31.1%（新型コロナウイルス（COVID-19）感染症拡大前の2019年度データでは7～19歳が30.4%、成人が25.3%）である<sup>48</sup>。これは、2021年度における障がいのない成人の週1回以上のスポーツ実施率：56.4%よりも低値である<sup>48,49</sup>。これらの原因として、スポーツの取組に対して「特に運動・スポーツに関心はない」との回答が42.1%を占めている一方で、「運動・スポーツを行っているが、もっと行いたい」17.4%、「運動・スポーツを行いたいと思うができない」も19.5%であるといった現状もある<sup>49</sup>。スポーツの実施の障壁として、「特になし」（26.2%）が最も多く、次いで、「体力がない」（25.2%）、「時間がない」（14.7%）、「金銭的な余裕がない」（12.2%）といった課題が認められている<sup>49,50</sup>。障がい者に対してスポーツは、自らの可能性にチャレンジすることで、障がい者の心身の健康の維持・増進、心理的安定、楽しみ作り、仲間作り、社会参加（共生社会の構築）に影響すると考えられる。そのため、これまでのアンケート調査の結果から、障がい者スポーツを実施するための施設の拡充、指導者の拡大、障がい者に対してのスポーツの普及と振興が必要であることが認められる。加えて、障がい者のスポーツの実施率を向上させるには、「障がい者スポーツの国民理解の促進」として、障がいのない者の障がい者に対する理解が必要であるが、そのためには、障がい者自身の理解についても必要であると考えられる。ユニセフは2019年度に8～12歳向けの学校の授業の中で取り組めるツールキット「Sport values in every classroom: teaching respect, equity and inclusion to 8-12 year-old students」を発刊し、これはスポーツによって養われる、尊敬、平等、インクルージョンについて理論と実践から学ぶことができるテキストとなっている

<sup>50</sup>。このように、障がい者と障がいのない者の両者に対するリテラシー教育と両者が共に取り組むような問題（課題）解決型学習も必要であると考えられる。

さらに、障がい者は、障がいの範囲が肢体不自由、視聴覚障がい、知的障がいなど多種であり、その障がいの程度によってもサポートの程度が異なる。近年では、用具の開発が進み、その利用により、多くのスポーツ種目が実施できるようになってきたが、これらの用具は高額なだけでなく、利用に対しての知識も必要である。また、安全・安心にスポーツを実施するためには、科学的なエビデンスに基づいたスポーツの実施が求められる。2021年度、障がい者が過去1年間実施したスポーツは、階段昇降、筋力トレーニング、ウォーキング、体操、散歩といった障がい者にとっても実施しやすい種目が上位である<sup>48,50</sup>が、一方で、種目の選択が限られているともいえる。そのため、障がい者が多様なスポーツを選択できるようにするためには、国や企業からの財政的な支援や、現場（指導者）・医師・研究者の連携による科学的エビデンスの構築といった支援が必要である。

障がい者スポーツの普及と振興において、障がい者の競技スポーツは重要な位置づけである。競技スポーツの最大のイベントとして、パラリンピックがあり、2021年夏季開催東京パラリンピックでは162カ国・地域、4,403名の障がい者選手が参加し、22競技539種目が実施され、2018年冬季開催平昌パラリンピックでは49カ国・地域、570名が参加した<sup>51</sup>。また、パラリンピック以外にも、知的障がい者のための競技スポーツとして、スペシャルオリンピックス（2019年夏季：190カ国・地域7,500名、2017年冬季107カ国・地域2,700名が参加）、聴覚障がい者のための総合スポーツ競技世界大会として、デフリンピック（2022年夏季：73カ国・地域2,412名の選手、2019年冬季：34カ国・地域493名の選手）も4年に1度開催されている<sup>51</sup>。これらの障がい者の競技スポーツの祭典は、障がい者に対するスポーツの普及と振興を促進する役割と貢献を担っている。

国連はスポーツとSDGs（持続可能な開発）について密接な関係があると提唱している<sup>52</sup>。SDGsは地球上の「誰一人取り残さない（leave no one behind）」ことを誓っており、「開発と平和のためのスポーツ」という分野を含め、全世界で開発に向けたグローバルな行動を鼓舞する独自の機会でもあるとしている<sup>53</sup>。また、「パラリンピックを介した平等な人権に対する啓蒙活動」もある。東京2020オリンピック・パラリンピックでは「Be better, together／より良い未来へ、ともに進もう」をテーマとしており、5つの主要テーマの1つには、Celebrating Diversity～Inspiring Inclusive Games for Everyone～（多様性の祝祭～誰もが主役の開かれた大会～）を掲げており、大会に関わるすべての人々の人権を尊重するため、多様性と包摂を可能な限り最大限確保するとともに、人権への負の影響の防止又は軽減に努める、となっている<sup>54</sup>。このように、障がい者の競技スポーツの推進は、パラリンピックを始めとする障がい者スポーツ競技の活躍によって障がい者の可能性を障がいのない者や障がい者自身が理解することにつながり、ひいては、多様性や包摂を確保し、SDGsを推進させることができると考えられる。

しかしながら、障がい者のスポーツ競技では、障がい者の中でも障がいの多様性から同一の条件で競技を行うことが困難である。また、障がいのある者となない者との混合で競技を実施することも、近年の用具の高度化による、用具利用のアドバンテージが公

平性の侵害にあたるとする指摘もある。そのため、競技スポーツを行うにあたっては、障がいの特性に応じた配慮や工夫が必要であり、障がいの種類や程度に応じたクラス分けを行い、ルールや用具、運動の仕方を変更する、あるいは、新たに考案して実施するといったことも検討が必要であろう。一方、障がいのある者となない者との連携を企画したスポーツの実施も行われている（チャレスポ）<sup>55</sup>。このような取り組みから競技スポーツの課題を検討することも必要かもしれない。

以上より、障がい者スポーツ（リハビリテーションスポーツ、生涯スポーツ、競技スポーツ）の活性化は、スポーツを通じた心身の両面にわたる健康の保持増進への貢献だけでなく、一般社会における多様性や包摂の確保や SDGs の推進に大きく貢献できると考えられる。さらに、障がい者スポーツによるマテリアルやツールの高度化は、高齢化社会において、高齢者の QOL 向上や生産性の向上といった技術革新のシーズになる可能性もあることから、Society 5.0 実現に貢献することも期待されている。特に、障がい者競技スポーツは、障がい者の可能性を示すだけでなく、障がいのある・ないにかかわらず、人が肉体と精神の鍛練に加えて、それを補強するための技術の創造を連携させることによって極限を追求した成果を示すものであるといえる。したがって、障がい者スポーツを推進するための課題の解決に計画的に取り組まなければならない。

#### （5）国籍・民族とスポーツ

日本を含め世界の諸国家は、単一民族でなく複数の民族から構成されるのが現実である。他方、国家を構成する諸民族間には権力への接近において差があること、すなわち差別が存在することがこれまで問題にされてきた<sup>56</sup>。少数民族マイノリティ問題である。政治・経済・人口において優位に立つ多数民族マジョリティに対し長らく社会的弱者の立場に置かれた少数民族を擁護すべく、国連人権小委員会はこれを先住民族について 1982 年から検討を開始し、2007 年に「先住民族の権利に関する宣言」を採択する<sup>57</sup>。

先住民族を含む少数民族の地位と生活の改善には様々な方策が考えられるが、スポーツも有力な方法となり得る。ここでは、2つの方法を提案する。

その一つ、これまで成功例として注目されてきたのは、アメリカ合衆国におけるプロスポーツである。野球、フットボール、バスケットボール、ボクシングなどにおけるトッププレーヤーとしての活躍が少数民族の黒人選手に高収入と社会的上昇を保証したのである。プロスポーツはアメリカでは白人文化として始まったが、例えば 1871 年に始まるプロ野球なら 1884 年のモーゼス・ウォーカーの入団を嚆矢として 2020 年時点では全選手に占める黒人の割合が 8.4%、また 1898 年に誕生したプロバスケットボールなら 1950 年の黒人 3 選手の初雇用以来増加を続け、2020 年の割合はほぼ 80%に達している<sup>58</sup>。

この現象は今日ではアメリカに限らずグローバルに認められるが、これを可能にしたのは、IOC や各競技国際団体が展開する国際スポーツのグローバル・ネットワークの存在である。ここには、優れたプレーヤーが自由に雇用契約を結んで活躍し、社会的上昇を果たす市場が用意されている。巨万の富を生むこうしたスポーツ市場ではプレーヤーの民族や国籍は問われない。そこでは、いわばカルチャー・ロンダリングがおこなわれる。評価されるのはプレーヤー個々人の才能であって、民族的背景ではないのである。

もう一つの方策は、民族スポーツ（伝統スポーツ）への新しいまなざしである。世界には実に多くの民族が暮らし、多数民族と少数民族を問わずそれぞれが独自に先祖伝来のスポーツを伝承する<sup>59</sup>。民族スポーツは当該民族に限定的で、しかしそれだけにその民族の伝統文化が深く刻印されていて、そのために人々のアイデンティティ形成に貢献してきた。だが、そうした民族スポーツのうち特に少数民族が伝承するものは、近代西欧の視点から野蛮・未開とさげすまれるのが常であった。この視線は当該民族の人と文化を否定するもので、民族の名誉の回復が叫ばれて久しい。

転機は観光がもたらした。少数民族の地へのエコ・ツーリズム、カルチャー・ツーリズム、ネイチャー・ツーリズムが盛行する過程で、少数民族文化を見直す新しい動きが生まれたのである。これを強く後押ししたのはユネスコが2003年に採択した「人類無形文化遺産保護条約」<sup>60</sup>で、これが少数民族文化を国際的にオーソライズした。条約が対象にしたのは文化人類学的に理解された最広義の文化、つまり生活様式のおよそ一切であり、当然その中に民族スポーツも含まれ、現に多くの民族スポーツが登録されている<sup>61</sup>。登録は2008年から始まったもので2019年までに549件が承認され、そのうち民族スポーツは競技系が18件（2009年中国の龍舟競漕や2014年ブラジルのカポエイラなど）、ダンス系が55件（2008年マラウイの呪療ダンスや2009年アイヌ舞踊など）、心身健康系が3件（2014年のインドのヨーガや2019年のタイマッサージなど）である。

伝統文化・民族文化へのユネスコのこうした関心は条約採択当時の世界の大きい時代精神の現れとあってよいもので、日本でも文部科学省が2004年に国民総生産（GNP）向上を推進する新たな要素として、その国が持つカッコよさ（Gross National Cool: GNC）を高めることを目的として、「文化資源の保存、活用及び創造を支える科学技術の振興」と題した報告書を作成し、その中で「遊び、武術・武道、スポーツ」「歌舞」を日本の文化資源と認めている<sup>62</sup>。こうした民族文化のスポーツを評価する新しいまなざしは、異文化少数民族の存在を肯定し、彼らに名誉の回復と民族の誇り・自信をもたらす効果を生み出している。民族スポーツを含む伝統文化を主体的にビジネスとして積極的に披露し、対価を手にする持続可能なツーリズムを営む人々がグローバルに目立つようになり、国もこれを支援するようになったのである。

他方、そうした効果を更に大にするには、民族スポーツの文化情報の収集・保存・開示を担うスポーツ情報センターやスポーツ博物館、それに世界に散在する諸スポーツ博物館とのグローバルなネットワークづくりが要請されよう。スポーツは民族的な社会的弱者に対し、国際スポーツと民族スポーツの2つの方法において、その生活の改善と名誉回復に貢献しよう。

## （6）スポーツとジェンダー

19世紀にイギリスで発祥した近代スポーツは、エリート層の男性の教育手段として発展し、女性の参入はジェンダーへの挑戦の歴史であった。男女平等を希求する国内外の潮流を受けて、オリンピックなどエリートスポーツでの女性の活躍はめざましく、日常的な運動・スポーツ実施の割合においても男女差は減少している。学校体育などにおいてもカリキュラムなど制度上の男女平等は達成されているが、スポーツが内包する身体的な優位性やこれに基づく性別二分制をどのように克服するかという重い課題が残さ

れている<sup>63</sup>。

2011年に制定されたスポーツ基本法では、「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」であることが謳われ<sup>1,3</sup>、第二期スポーツ基本計画では、女性のスポーツ実施率の低さや指導者や意思決定に関わる女性の比率の低さの改善が盛り込まれた<sup>4</sup>。また、スポーツが心身の健康の保持増進に重要な役割を果たすとともに、他者を尊重しこれと協同する精神を培い、人や地域の交流を促進し、人間関係の希薄化等の問題を抱える地域社会の再生に寄与するなど、社会参加に果たすスポーツの価値が明記されている。

本稿では主として、生涯スポーツにおける男女の差異を確認する。成人の運動・スポーツの実施率は、全体には増加傾向であるが、男性に比べて女性の参加が低い傾向が見られる(図4)。週1回以上の実施レベルで見ると、男性58.5%、女性54.1%であり、2015年から2021年まで一貫して3-4%近い差異がある。また、「この1年間にしなかった」かつ「今後もするつもりはない」と回答した無関心層の割合は、男性12.0%に対して女性15.9%である。年代別に見ると、男女ともに20代から50代の落ち込みが目立ち、同時に運動不足を感じる割合もこの年代で高い<sup>48</sup>。他の調査でも、実施率の男女差や20代から50代の低さが明らかで、女性については運動・スポーツ実施の二極化が指摘されている<sup>64,65</sup>。二極化の傾向は、部活動などが活発になる中学校段階から顕著になり、好き嫌いや意欲の変化とともに、女性の運動・スポーツ離れの傾向が進んでいると推測される。

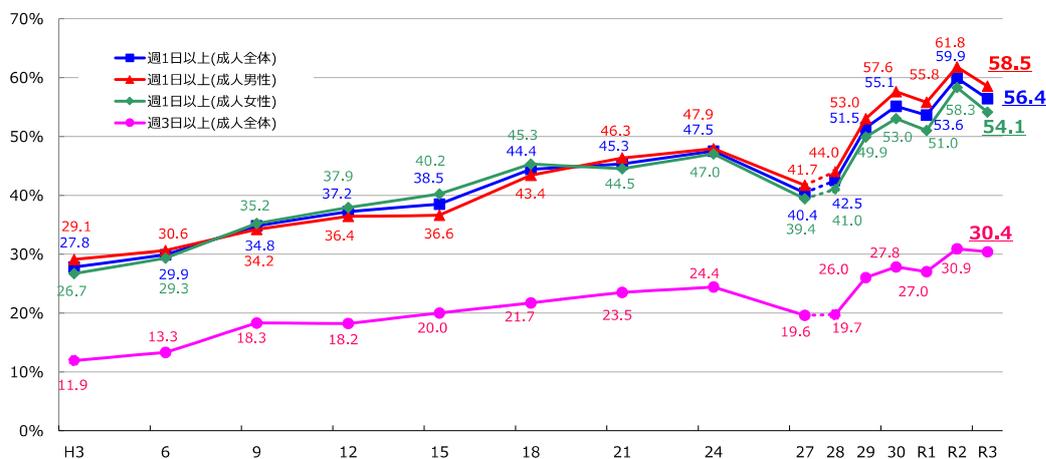


図4. 成人のスポーツ実施率の推移(令和4年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」スポーツ庁<sup>66</sup>)

実施内容では、成人男女ともにウォーキングが62.1%と圧倒的に多く、階段昇降、トレーニング、体操が続く。運動・スポーツの実施に対する意識を見ると、運動・スポーツを行った理由として、「健康」(76.2%)、「体力増進・維持」(52.0%)、「運動不足」(48.1%)、「楽しみ、気晴らし」(42.1%)「筋力増進・維持のため」(35.7%)の順であり、男女ともに順位は変わらない。年代別では、「健康のため」「体力増進・維持のため」は高年代ほど高く、「楽しみ気晴らしとして」「友人・仲間との交流として」は10代と20代で割合が高い。阻害要因は、「仕事や家事が忙しい」「面倒くさい」「年をとった」「お金に余裕がない」が上位を占め<sup>48</sup>、ワークライフバランスや安価な運動・スポーツ

参加の保証、運動・スポーツへの価値意識向上が課題である。

女性のスポーツ離れや二極化が学校期から進むことへの対処としては、競技性よりも健康や交流など幅広いスポーツの価値を普及し、実践に生かすことが求められる。このためには、多様なスポーツ参加者のニーズを把握し、これに応えるための女性リーダーの登用を一層促進することが求められる。また、幼少期からのスポーツ参加に影響を与える親の意識改革やメディアにおけるジェンダー表象も重要な課題である。

スポーツ実施の動機や阻害要因を勘案すると、日常生活に密着した運動・スポーツの機会を安価に提供することが求められる。安全で快適にウォーキングなどを楽しめる道路や公園の整備やワークライフバランスの普及など、アクティブな生活を保証するまちづくり、生活設計を促進する政策の進展が不可欠である。

さらに、セクシュアリティや民族、宗教など、多様性への保障を確実なものにするためには、性別二元制や競技志向などスポーツに内在する規範を再考し、多様な参加者を前提にした組織、ルール、施設などの変革が求められる。2023年6月23日から「性的指向及びジェンダーアイデンティティの多様性に関する国民の理解の増進に関する法律（LGBT理解増進法）」が施行された<sup>67</sup>。この法制定過程では、トランスジェンダー女性選手がシスジェンダー女性選手の権利を侵害するかのような言説が流布された。スポーツとの関わりの中で性的少数者への理解を深めるための教育・啓発に組織的に取り組むことが望まれる。特に、性的少数者の国内の各種競技会への参加においては、科学的根拠が不十分な中で排除が生じないように、学術・行政・学校・スポーツ組織が連携して取り組むことが求められる。国際的なスポーツ界では、すでにスポーツにおける公平性を担保しつつ、人権侵害のないインクルーシブなスポーツ環境を構築するための原則<sup>68</sup>も示されている。国内競技会における参加資格を設定した好事例<sup>69</sup>もみられる。

## （7）スポーツ・身体活動の国際動向

前述の項目（1）から（6）では、格差や差別の影響を受けやすい人々の我が国における現状や課題とその方策について記述した。これは我が国のみならず、世界共通の課題でもある。そこで本項では、国際組織や海外におけるスポーツにおける差別や格差に対する取り組みを整理した。

世界規模でデータを収集し、身体活動の実施率の向上に取り組んでいる組織の筆頭は、世界保健機関（WHO）である。WHOは、身体活動の効果が健康面・社会面・経済面の多岐に及ぶことを指摘している。また、この効果は、国際連合（国連）が掲げる持続可能な開発目標（SDGs）の達成に貢献することを強調している。この認識の下、身体不活動に対する解決策の柱として4つの目標（アクティブな社会を創造、アクティブな環境を創造、アクティブなシステムを創造、アクティブな人々を育む）を掲げ、各国への総合的な取り組みを呼びかけている<sup>70</sup>。

1970年代から体育・スポーツのあり方や基準を国際社会に提示してきたユネスコは、2015年「体育・身体活動・スポーツに関する国際憲章」を採択した。この憲章には、スポーツ参加が基本的人権であるという前提に加え、スポーツによって多様な恩恵がもたらされることとそのため条件整備が明記された。この憲章を踏まえ、2017年第6回スポーツ・体育担当大臣等国際会議（MINEPS VI）では、スポーツ政策の方向性が3つの

テーマ（「万人のためのスポーツへのアクセスに関する包括的な構想の展開」、「持続可能な開発と平和に向けたスポーツの貢献の最大化」、「スポーツの高潔性の保護」）で議論された。その成果物である「カザン行動計画」には、各国における政策を具体的に推進するための5つのアクションが示された<sup>71</sup>。ユネスコと連動し、国連は国際社会が抱える社会的課題の解決に特化してスポーツの有用性に着目し、活動を展開している。その具体的実践は、開発と平和、環境問題、人権問題など SDGs に含まれる課題に対し、スポーツを通じた啓発活動において積極的に展開されている<sup>72</sup>。

対象を限定することによって、課題を顕在化させ、より効率的・効果的な解決をめざす国際組織も存在する。女性と少女を対象にした組織の場合、それぞれが独自性のある活動を展開しつつ、組織間連携や人的交流を行っている<sup>73-75</sup>。障がいをもつ人々を対象にした学会の場合、国際規模の専門組織との連携がみられる<sup>76</sup>。国際オリンピック委員会（IOC）は、オリンピック憲章に規定するオリンピズムの根本原則にもとづき、民族主義に反対し、インクルージョン（包摂）を推進する活動等を進めている<sup>77</sup>。これまでに述べてきた国際組織を含め、世界に豊富で強力なネットワークをもつ体育・身体活動・スポーツに関する統括団体が、国際スポーツ科学・体育協議会（ICSSPE）である。その活動は社会的要請を的確にとらえたものである。たとえば、国際赤十字と連携した災害後におけるスポーツ・身体活動の介入<sup>78</sup>、複数の国際組織と連携した学校におけるスポーツの価値の教育を行うための教材開発<sup>79</sup>、コロナ禍でのビデオ会議シリーズの展開<sup>80</sup>などがある。

国別の組織では、イギリス<sup>81</sup>やドイツ<sup>82</sup>における、学術情報の提供と公開、実践が参考になる。また、デンマークのスポーツ学研究所は、新型コロナウイルス感染防止対策としてのロックダウンが人々の身体活動に及ぼした影響を迅速に調査し、公表した<sup>83</sup>。

以上の海外動向には、3点の特徴がみられる。1) スポーツ・身体活動の実施率の上昇にのみ関心を置くのではなく、より広い射程で期待される恩恵を明確にし、具現しようとする取り組みである、2) 指標やツールの開発、調査の実施など、効果を測定する手法の開発に関心を向けている、3) 組織の特徴を活かしながら、共通認識をもつことにより連携を強化する。したがって、国内では1) 迅速な国内外の情報収集と自国での共有および効果的な展開方法の検討、2) 日本学術会議をはじめとする学術界、関係省庁およびスポーツ関連組織が連携し、科学的エビデンスに基づく政策策定・遂行・検証が適切になされる仕組みの整備、3) 国内での取り組みを海外にフィードバックし共同する仕組みの整備とそのための人材の育成、の3点を一層推進することが課題となろう。

### 3 社会参加へとつながるスポーツのあり方

#### （1）スポーツ参画阻害を解消するための環境整備

多くの国民が、様々な要因によって、スポーツ参画や身体活動の取り組みを阻害されていることが明らかになってきた。障がい者、少数・先住民族、性的マイノリティ、貧困者は言うに及ばず、働く世代は就労・育児・介護による余暇時間の欠如、子ども世代

は家庭の経済状況や住環境の乏しさ、高齢者の世代は老化の進行や孤立といった、一見するとスポーツ参画に特別な支援を要しないと思われる人々における阻害要因が深刻になりつつある。これらの多様な阻害要因を乗り越え、国民が遍くスポーツに参画し、スポーツを楽しみ身体活動を謳歌するためには、国や地方自治体といった行政だけでなく、企業やNGOなどの多様なステークホルダーが、スポーツや身体活動に取り組みやすい環境を提供・整備する必要がある。具体的には、職域での働く世代に対するスポーツ参画や身体活動を促進する職場環境の整備と充実、学校・家庭・地域といった子どもの居場所における外遊びやスポーツ機会の提供、地域・住民や医療・保健・福祉提供者が連携した高齢者に対する社会的つながりの醸成などを挙げる事ができる。

## **(2) スポーツにおける差別や格差の解消を通じた社会参加の促進**

社会的弱者、さまざまな格差の下位にある人々、好ましくない環境に生活せざるを得ない人々などが、スポーツを通して差別や孤独から解放され、社会とつながっていくための力をスポーツは秘めている。しかし、スポーツの世界にも障がい、民族、性、貧困などに起因する差別や格差が存在し、スポーツの恩恵が全ての人々に行き渡っていない現実が存在する。スポーツの世界からあらゆる差別や格差を排除し、どのような境遇にあってもいつでもスポーツに参画することができ、それらを通じた社会参加の促進を、スポーツ庁ならびにスポーツ庁から厚い支援を受けるスポーツ関連団体が主体となって実現するべきである。具体的には、障がい者のスポーツに対する国民的理解の涵養、パラリンピック・デフリンピック・スペシャルオリンピックスなどの障がいの違いを考慮したスポーツ機会の一層の充実、少数・先住民族が大切にしてきた民族スポーツを含む伝統文化の保護と育成、女性や性的マイノリティのスポーツリーダーの育成と登用、性別二元制や競技志向などスポーツに内在する規範の再考、多様な参加者を前提にした組織・ルール・施設・競技運営などの変革、小中学校での義務教育における保健体育科教育を通じた子どもたちに対するスポーツリテラシーの涵養などを挙げる事ができる。

## **(3) 社会参加に導くスポーツのあり方に関する研究の推進**

国・地方自治体といった行政、NGOなどの各種団体、教員やスポーツ指導者などの人材、企業や経営者が管理する職域、住民が作る地域などの多くのステークホルダーが連携した取り組み無くして、スポーツにおける多様性の確保や包摂の一層の推進は不可能である。またステークホルダーがより良い選択や行動を取るためには、科学的な根拠が必要であることから、研究者の役割も重要である。子どもや老人、女性、少数民族などを対象としたエビデンスの蓄積が不十分であることから、これらのマイノリティを対象とした健康・スポーツ科学研究の推進と深化が求められている。また、実際のスポーツや身体活動の場で起こっているリアルな事象を捉え、エビデンスに基づいた意思決定をより確実なものにするために、スポーツや身体活動のビッグデータの収集やデータサイエンスに基づいたスポーツ・身体活動研究に挑戦すべきである。加えて、スポーツを持続可能な全ての人々の資源に発展させていくために、人文社会系から自然科学系まで広い学術領域をカバーする健康・スポーツ科学を、総合知として一層発展させることが望

まれる。

これらの取り組みによって、差別の対象となる人々や格差の下位にある人々がスポーツを通して差別や格差から解放され、社会参加につながることを期待される。スポーツには、人々がつながる力、多様な人々を社会参加に導く力がある。その力をより活かすために、誰ひとり取り残さずスポーツを楽しむことができる社会や仕組みを構築していかなければならない。

## <参考文献>

1. 文部科学省. スポーツ基本法. In:2011.
2. United Nation, Transforming Our World: the 2030 Agenda for Sustainable Development, Resolution adopted by the General Assembly on 25 September 2015. In:2015.
3. UNESCO. International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000235409>. Published 2015. Accessed 2021/05/20.
4. スポーツ庁 . 第 2 期 スポーツ基本計画 . [https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/sports/mcatetop01/list/1372413.htm](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop01/list/1372413.htm). Published 2017. Accessed February 15, 2020.
5. スポーツ庁 . 第 3 期 スポーツ基本計画 . [https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/sports/mcatetop01/list/1372413\\_00001.htm](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop01/list/1372413_00001.htm). Published 2022. Accessed.
6. 厚生労働省. 平成 30 年「国民健康・栄養調査」. 2019.
7. Kyan A, Takakura M. Socio-economic inequalities in physical activity among Japanese adults during the COVID-19 pandemic. *Public Health*. 2022;207:7-13.
8. 松下宗洋. 日本人成人における社会経済的地位と運動・スポーツ実施の関連：スポーツライフデータの 2 次分析. *生涯スポーツ学研究*. 2021;18(1):15-22.
9. Stalling I, Albrecht BM, Foettinger L, Recke C, Bammann K. Associations between socioeconomic status and physical activity among older adults: cross-sectional results from the OUTDOOR ACTIVE study. *BMC Geriatr*. 2022;22(1):396.
10. O'Donoghue G, Kennedy A, Puggina A, et al. Socio-economic determinants of physical activity across the life course: A "DEterminants of DIet and Physical ACtivity" (DEDIPAC) umbrella literature review. *PLoS One*. 2018;13(1):e0190737.
11. Miyachi M, Kurita S, Tripette J, Takahara R, Yagi Y, Murakami H. Installation of a stationary high desk in the workplace: effect of a 6-week intervention on physical activity. *BMC Public Health*. 2015;15:368.
12. Shrestha N, Kukkonen-Harjula KT, Verbeek JH, Ijaz S, Hermans V, Pedisic Z. Workplace interventions for reducing sitting at work. *Cochrane Database Systematic Reviews*. 2018;6:Cd010912.
13. Rosen RH, Berger L. *The Healthy Company*. . 1992.
14. 厚生労働省保険局. データヘルス・健康経営を推進するためのコラボヘルスガイドライン. <https://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyou-12401000-Hokenkyoku-Soumuka/0000171483.pdf>. Published 2017. Accessed.
15. スポーツ庁健康スポーツ課 . スポーツエールカンパニー . [https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/sports/mcatetop05/list/1399048.htm](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop05/list/1399048.htm). Published 2018. Accessed 02/10, 2020.
16. ベネッセ教育総合研究所. 第 1 回学校外教育活動に関する調査. 2009.
17. 清水紀宏. 子どもの貧困と体力・スポーツ格差. *子どもと発育発達*. 2018;16(1):17-24.
18. 石原暢, 富田有紀子, 平出耕太, 水野眞佐夫. 日本の子どもにおける貧困と体力・運動能力の関係. *北海道大学大学院教育学研究院紀要*. 2015;122:93-105.
19. スポーツ庁 . スポーツ実施率向上のための行動計画 .

- [https://www.mext.go.jp/prev\\_sports/comp/b\\_menu/shingi/toushin/\\_icsFiles/afiedfile/2018/10/02/1408815\\_01.pdf](https://www.mext.go.jp/prev_sports/comp/b_menu/shingi/toushin/_icsFiles/afiedfile/2018/10/02/1408815_01.pdf). Published 2018. Accessed 2023/03/22.
20. 文部科学省, 厚生労働省. 放課後子どもプラン推進事業. 2007.
  21. 日本経済新聞. なくせ放課後の学び格差 学校外教育にクーポン. 2019, May 28.
  22. こども家庭庁. こどもの居場所づくりに関する検討委員会報告書(案). In:2022-2023.
  23. Telama R. Tracking of physical activity from childhood to adulthood: a review. *Obes Facts*. 2009;2(3):187-195.
  24. Whitehead M. *Physical Literacy: Throughout the Lifecourse*. Routledge; 2010.
  25. Bremer E, Graham JD, Cairney J. Outcomes and Feasibility of a 12-Week Physical Literacy Intervention for Children in an Afterschool Program. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(9).
  26. Telford RM, Olive LS, Keegan RJ, Keegan S, Barnett LM, Telford RD. Student outcomes of the physical education and physical literacy (PEPL) approach: a pragmatic cluster randomised controlled trial of a multicomponent intervention to improve physical literacy in primary schools. *Physical Education and Sport Pedagogy*. 2020:1-14.
  27. 春日晃章, 大坪健太, 佐藤善人, 青野博. アクティブ・チャイルド・プログラムの概念を取り入れた体育授業が子どもの身体活動量, 技能向上および意識に及ぼす影響. *発育発達研究*. 2020;2020(86):10-20.
  28. 文部科学省. 小学校学習指導要領解説, 体育編. 2013.
  29. 文部科学省. 幼児期運動指針. 2012.
  30. 日本学術会議健康・生活科学委員会健康・スポーツ科学分科会. 提言「子どもの動きの健全な育成をめざして～基本的動作が危ない～」. 2017.
  31. 厚生労働省. 令和元年簡易生命表の概況. <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/life19/index.html>. Published 2019. Accessed.
  32. 厚生労働省. 健康寿命のあり方に関する有識者研究会報告書. 2019.
  33. 厚生労働省. 第22回完全生命表の概況. <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/22th/index.html>. Published 2015. Accessed.
  34. 厚生労働省. 認知症施策の総合的な推進について. 2019.
  35. Nakamura K. A "super-aged" society and the "locomotive syndrome". *J Orthop Sci*. 2008;13(1):1-2.
  36. 厚生労働省. 平成29年「国民健康・栄養調査」. 2018.
  37. Studenski S, Perera S, Patel K, et al. Gait speed and survival in older adults. *Jama*. 2011;305(1):50-58.
  38. 福永哲夫監修. *高齢者筋力トレーニング貯筋運動指導者マニュアル*. 保健同人社; 2006.
  39. 佐々木佳都樹, 杉田健彦, 菊地保博, et al. ロコモティブシンドロームを呈する高齢者に対するロコモーショントレーニングの効果. *東日本震災会誌*. 2012;24:53-56.
  40. Ludyga S, Gerber M, Pühse U, Looser VN, Kamijo K. Systematic review and meta-analysis investigating moderators of long-term effects of exercise on cognition in healthy individuals. *Nat Hum Behav*. 2020;4(6):603-612.
  41. 川上泰雄, 田中史子. 菊芋×運動レシピでイキイキ! アクティブシニアライフのすすめ. 内閣府・SIP 早稲田大学研究班, 農文教; 2019.
  42. 一般社団法人日本老年医学会, 国立研究開発法人国立長寿医療研究センター. *フレイル診療ガイド 2018年版*. 株式会社ライフ・サイエンス; 2018.

43. Satake S, Shimada H, Yamada M, et al. Prevalence of frailty among community-dwellers and outpatients in Japan as defined by the Japanese version of the Cardiovascular Health Study criteria. *Geriatr Gerontol Int.* 2017;17(12):2629-2634.
44. Tanaka T, Takahashi K, Akishita M, Tsuji T, Iijima K. "Yubi-wakka" (finger-ring) test: A practical self-screening method for sarcopenia, and a predictor of disability and mortality among Japanese community-dwelling older adults. *Geriatr Gerontol Int.* 2018;18(2):224-232.
45. Tanaka T, Takahashi K, Hirano H, et al. Oral Frailty as a Risk Factor for Physical Frailty and Mortality in Community-Dwelling Elderly. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci.* 2018;73(12):1661-1667.
46. Smith M, Hosking J, Woodward A, et al. Systematic literature review of built environment effects on physical activity and active transport - an update and new findings on health equity. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2017;14(1):158.
47. 文部科学省. スポーツ振興基本計画. In:2001.
48. スポーツ庁. スポーツの実施状況等に関する世論調査（令和3年11月調査）. [https://www.mext.go.jp/sports/content/20220310-spt\\_kensport01-000020487\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/sports/content/20220310-spt_kensport01-000020487_1.pdf). Published 2021. Accessed February 15, 2023.
49. スポーツ庁. 障害者スポーツ推進プロジェクト（令和3年度）. In:2021.
50. スポーツ庁. 地域における障害者スポーツ普及促進事業（障害者のスポーツ参加促進に関する調査研究）. In:2018.
51. スポーツ庁. デフリンピック、パラリンピック、スペシャルオリンピックスについて In:2019.
52. 国際連合. スポーツと持続可能な開発（SDGs）. [https://www.unic.or.jp/news\\_press/features\\_backgrounders/18389/](https://www.unic.or.jp/news_press/features_backgrounders/18389/). Published 2016. Accessed.
53. 外務省. 持続可能な開発目標（SDGs）達成に向けて日本が果たす役割. In:2020.
54. TOKYO2020 オリンピック. 人権・労働、公正な事業慣行等. <https://tokyo2020.org/ja/games/sustainability/humanrights>. Accessed.
55. チャレスポ TOKYO. チャレスポ TOKYO. <https://tsad-portal.com/challespo2020/>. Accessed.
56. 小坂田裕子. 「先住民族の権利に関する国連宣言」の実施に向けた国際的努力と課題. *中京法学.* 2015;49(3.4):215-247.
57. 上村英明. 「先住民族の権利に関する国連宣言」獲得への長い道のり. *PRIME.* 2008(27):53-68.
58. 川島浩平. 黒人アスリートをめぐる問題. In: 中村敏雄・高橋健夫・寒川恒夫・友添秀則, ed. *21世紀スポーツ大事典.* 東京: 大修館書店; 2015:pp.919-925.
59. 大林太良, 岸野雄三, 寒川恒夫, 山下晋司（編）. *民族遊戯大事典.* 大修館書店; 1998.
60. 西村幸夫, 本中眞. *世界文化遺産の思想.* 東京大学出版; 2017.
61. UNESCO. Browse the lists of intangible cultural heritage and the register of good safeguarding practices. <https://ich.unesco.org/en/lists>. Accessed 2023/01/12, 2023.
62. 文部科学省. 第3章 文化資源の公開と利用 -人工現実感-, 文化資源の保存、活用及び創造を支える科学技術の振興. In:2004:85.
63. 飯田貴子, 熊安貴美江, 來田享子. *よくわかるスポーツとジェンダー ミネルヴァ書房;* 2018.
64. 笹川スポーツ財団. *スポーツライフ・データ スポーツライフに関する調査報告書.* 2018.
65. 日本スポーツとジェンダー学会. *データでみるスポーツとジェンダー.* 八千代出版; 2016.
66. スポーツ庁. 令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書.

- [https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922\\_00004.html](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922_00004.html). Published 2022. Accessed.
67. 性的指向及びジェンダーアイデンティティの多様性に関する国民の理解の増進に関する法律。In:2023.
68. IOC Framework on Fairness, Inclusion and Non-Discrimination on the Basis of Gender Identity and Sex Variations. International Olympic Committee. <https://stillmed.olympics.com/media/Documents/Beyond-the-Games/Human-Rights/IOC-Framework-Fairness-Inclusion-Non-discrimination-2021.pdf>. Published 2021. Accessed 6/26, 2023.
69. Fencing U. USA Fencing Transgender and Nonbinary Athlete Polic. <https://www.usafencing.org/transgender-and-nonbinary-policy>. Published 2022. Accessed 6/26, 2023.
70. World Health Organization. GLOBAL ACTION PLAN ON PHYSICAL ACTIVITY 2018-2030 More Active People for a Healthier World. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-eng.pdf>. Published 2018. Accessed.
71. スポーツ庁国際課. ユネスコスホーツ・体育担当大臣等国際会議(MINEPS VI)報告. 2017.
72. 国際連合広報センター. 国連とスポーツ. [https://www.unic.or.jp/activities/economic\\_social\\_development/social\\_development/science\\_culture\\_communication/un\\_sports/](https://www.unic.or.jp/activities/economic_social_development/social_development/science_culture_communication/un_sports/). Accessed.
73. Women Sport International. <https://womensportinternational.org>. Accessed 6/26, 2023.
74. The International Working Group on Women & Sport. <https://iwgwomenandsport.org>. Accessed 6/23, 2023.
75. International Association of Physical Education and Sport for Girls and Women. <https://iapesgw.com>. Accessed 6/26, 2023.
76. International Federation of Adapted Physical Activity. <https://ifapa.net/about-ifapa/>. Accessed 6/26, 2023.
77. International Olympic Committee. Resolution of the IOC Executive Board with Regard to Racism and Inclusion. <https://www.olympic.org/news/resolution-of-the-ioc-executive-board-with-regard-to-racism-and-inclusion>. Accessed 6/26, 2023.
78. ICSSPE: Sport and Physical Activity in Post-Disaster Intervention, Second Edition. <https://www.icsspe.org/sites/default/files/Handbook%20Sport%20and%20Physical%20Activity%20in%20Post-Disaster%20Intervention.pdf>. Accessed 6/26, 2023.
79. ICSSPE: Sport Values in Every Classroom Education Toolkit for 8-12 Year Old Students. <https://www.icsspe.org/system/files/Sport%20Values%20in%20Every%20Classroom.pdf>. Accessed 6/26, 2023.
80. New ICSSPE Videoconference Series. <https://www.icsspe.org/search/node/Video>. Accessed 6/26, 2023.
81. Sport England. <https://www.sportengland.org>. Accessed 6/26, 2023.
82. Bundesinstitut für Sportwissenschaft. [https://www.bisp.de/DE/Home/home\\_node.html](https://www.bisp.de/DE/Home/home_node.html). Accessed

6/26, 2023.

83. Analyseinstitut I. <https://www.idan.dk>. Published 2023. Accessed 06/26, 2023.

### <参考資料>健康・スポーツ科学分科会審議経過

令和2年

1月16日 健康・スポーツ科学分科会（第24期・第5回）

意思の表出作成について決定

8月6日 健康・スポーツ科学分科会（第24期・第6回）

各項執筆担当者からの説明、意見交換

12月7日 健康・スポーツ科学分科会（第25期・第1回）

第24期から持ち越した表出計画について

令和4年

12月29日 健康・スポーツ科学分科会（第25期・第3回）

表出原案について