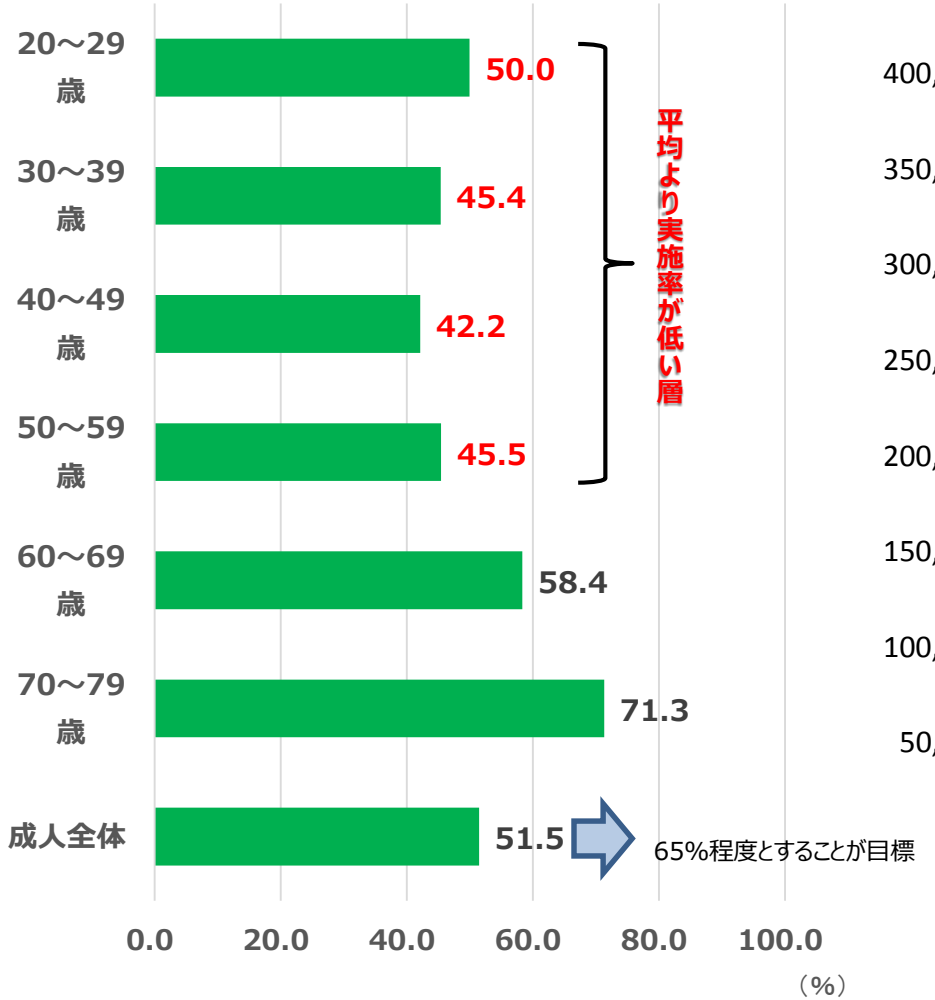
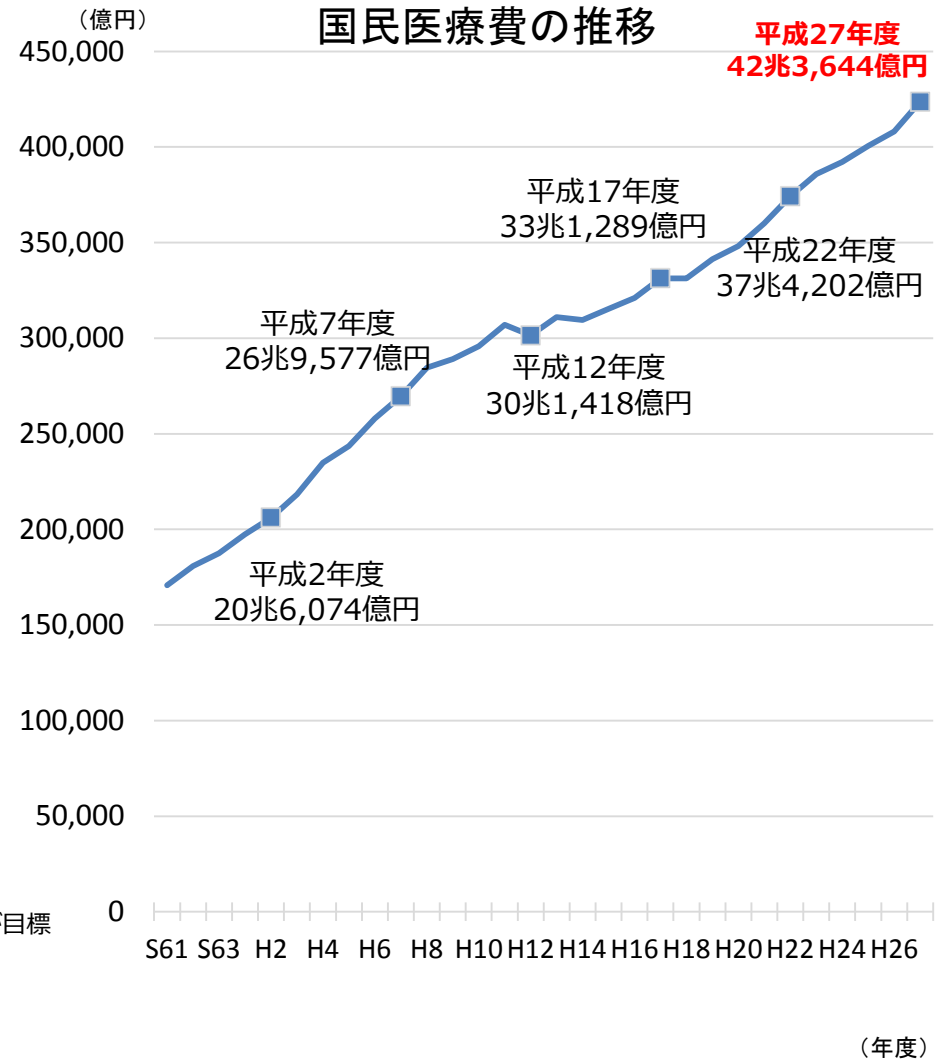
スポーツ実施率及び国民医療費の現状

【年代別の週1回以上スポーツ実施率(成人のみ)】





(出典)
・「スポーツの実施状況等に関する世論調査」(平成29年度 スポーツ庁実施)より作成。

(出典)
・厚生労働省「平成27年度国民医療費の概況」に基づき作成

スポーツ・身体活動による健康増進・医療費抑制効果について

○スポーツや身体活動による医療費抑制効果については、以下のとおり、企業や地方自治体での先進的な取組が進んでいるところ。

○今後、これらの取組を参考にして、さらなるエビデンスの蓄積を図りつつ、その効果の普及啓発に努め、国民全体にスポーツの実施を促進していく必要がある。

【出典】平成26年度スポーツ政策調査研究（スポーツの経済効果に関する調査研究）

三重県いなべ市　介護予防・健康増進活動「元気づくりシステム」

・三重県いなべ市が（一社）元気クラブいなべに事業委託している介護予防・健康増進活動。
・運動体験プログラムとしてストレッチ、ウォーキング、ボール運動等を実施。
・プログラムを普及する地域のリーダーを「元気リーダー」として位置づけ、地域の力を生かしている。

2008年度のレセプト上での1人当たりの医療費削減額は、78,246円。
参加者全体（588人）の医療費削減額は、約4,600万円。

①国保加入の自宅生活者（元気づくりシステム非参加者）の1人当たりの年間医療費：291,518円
②元気づくりシステム参加者の1人当たりの年間医療費：213,272円
③削減額：①-②より、78,246円
④参加者全体の国民医療費削減額：③×588人＝46,008,648円

株式会社タニタ 「タニタの健康プログラム」

11

・「歩くこと」と「からだの見える化」で健康的な生活習慣への行動変容を促すもの。本社の全従業員250人を対象に実施。
・全員が歩数計を持ち歩数を毎日計測。さらに定期的に体組成・血圧の計測をすることで計測データがインターネットを通じてサーバに蓄積。
・モチベーションを維持するため、歩数を競うイベントや週1回の体組成計での計測を義務化するなどの施策を実施。

2012年度は2011年度に比べ、1人当たりの医療費削減額は18,204円となり、本社全体では、2,677,620円の医療費削減効果が見られた。

①2011年度の1人当たりの年間医療費：147,496円、 本社全体（211人）：31,121,750円
②2012年度の1人当たりの年間医療費：129,292円、 本社全体（220人）：28,444,130円
③削減額：①-②より、1人当たり：18,204円、本社全体：2,677,620円

株式会社つくばウエルネスリサーチ

・運動の習慣化を目的とした運動、栄養プログラムの提供と、データの「見える化」を目的に、「e-wellnessシステム」を開発。
・具体的には、参加者10万人の蓄積されたデータに基づき、一人ひとりの身体活動量、ライフスタイルに応じたプログラムを自動作成し、提供。
・新潟県見附市において、実証実験を実施。

運動プログラム参加群94人の 1人当たりの医療費削減額は104,234円となった。

＊プログラム開始3年後の運動プログラム参加群（週1回見附市健康教室（90分程度）+週4回家庭での個別運動プログラムを実施）の1人当たりの年間医療費の平均額と、運動プログラム非参加群の平均額を比較すると、その差が104,234円。

スポーツ実施率の向上

スポーツで「人生」が変わる！

数値目標

成人の週1回以上のスポーツ実施率

51.5%※ ▶ 65%

具体的な施策

- スポーツ「ガイドライン」の策定
- 新たなスタイルのスポーツの開発・普及
- 高齢者向け「スポーツプログラム」の策定
- スポーツ実施率調査の検証・改善

▼

生涯心身ともに健康な生活を営む基盤づくり

※（出典）スポーツ庁「スポーツの実施状況等に関する世論調査」(平成29年度)

「スポーツ実施率向上のための行動計画」（案）について

○スポーツ実施率向上のための行動計画を本年夏までに策定し、国民全体に対する普及啓発策やビジネスパーソン・女性・高齢者・障害者等各層の特性に応じた取組を進める。

【女性向け】

●20代~40代は、男性と比較してスポーツ実施率がいずれも9ポイント程度低い。

○女性のスポーツ未実施者の要因分析
○女性のスポーツ参加促進キャンペーンの実施　等

【子供向け】

●子ども（特に幼少期）のスポーツに対するイメージが、成人期のスポーツ実施率に影響を与える。

○運動遊びの普及
○子供の発達段階に応じた指導
○総合型地域スポーツクラブの活用　等

【全体に共通】

○スポーツそのものの捉え方に関する意識改革
○2020年東京大会等も意識した効果的な普及広報策
○これまでのスポーツの概念を覆す新たなスポーツの開発・普及
○スポーツをする場所や指導者の確保　等

スポーツ実施率の向上

＜第2期スポーツ基本計画＞
（成人の週1回以上のスポーツ実施率）

42.5%　→51.5%　→　65%程度
＜平成28年度＞　＜平成29年度＞

※2,000万人以上が新たにスポーツに親しむことが必要。

【高齢者向け】

●60代~70代は、平均よりスポーツ実施率が高い世代であるが、安全かつ効果的にスポーツを継続できる環境が必要。

○スポーツ・レクリエーション活動の普及促進
○地方自治体における関係部局の連携　等

【障害者向け】

●健常者と比較して、スポーツを実施するための環境が整備されていない。

○医療・福祉・教育等の関係者間での連携
○スポーツ施設等の受入側の整備
○障害者への情報提供の充実　等

【ビジネスパーソン向け】

●20代~50代は、平均よりスポーツ実施率が低い世代であり、気軽にスポーツに親しむ環境づくりが必要

○スポーツをする時間の確保
○企業による従業員のスポーツ環境の整備
○関係機関との連携　等

1人でも多くの人が スポーツに親しむ社会の実現

「スポーツ・イン・ライフ」を目指す！
（生活の中に自然とスポーツが取り込まれている状況）