

陸前高田市 御中

夢アリーナたかたトレーニングジムの
機材充実に関する要望書

要望者（代表）	陸前高田市高田町（住所・電話は公開版では非表示） 氏名 石田 祐太
要望者（連名）	陸前高田市高田町（住所は公開版では非表示） 氏名 宗宮 安宏

私は、夢アリーナたかたトレーニングジムの利用環境向上のため、トレーニング機材の更新・導入および利用環境の改善について、下記のとおり要望いたします。

1 要望の趣旨

夢アリーナたかたは、市民の運動習慣づくり、健康増進、体力維持、介護予防、交流の促進につながる大切な公共施設です。トレーニングジムは、年齢や性別、競技経験の有無を問わず、市民が自分の体力や目的に合わせて利用できる場所であり、今後さらに活用されるべき施設であると考えます。

（１）本市の状況 ― 市の公表資料が示していること

本市の市民は、健康への関心が低いわけではありません。特定健診の受診率は４８．６％で、岩手県４５．７％・全国３７．５％を上回っています（令和４年度）※¹。しかし同じ年度で、メタボリックシンドローム該当率は２３．２％と、県２１．６％・全国２０．３％のいずれをも上回っています※¹。そして、週２回以上・１回３０分以上の運動を１年以上続けている市民の割合は、男性２９．７％・女性２３．３％にとどまります（令和５年度）※²。

すなわち本市は、市民が自らの健康状態に気づいている一方で、運動という行動に移せていない状況にあると考えられます。これは意識啓発ではなく、運動できる環境の側の課題であると受け止めております。

加えて、本市の高齢化率は４０．４０％（令和２年国勢調査）で、国立社会保障・人口問題研究所の推計では令和２２年に約５１％に達すると見込まれています※³。また岩手県の健康寿命は令和４年推計で男性７０．９３年・女性７４．２８年と男女とも全国４７位です※⁴。

（２）他自治体・全国調査で報告されている効果

以下は本市の実測値ではなく、他自治体および全国規模の調査で報告されている数値です。運動環境の整備が、市民の健康と自治体の財政の双方に効果をもたらしうることを示す参考として掲げます。

1. 医療費：新潟県見附市と筑波大学の共同検証（実施群 94 人・対照群 282 人、平均年齢約 70 歳を 4 年間追跡）では、健康運動教室の参加者は非参加者より 1 人あたりの年間医療費が 104, 234 円低く、統計的に有意な差が報告されています※⁸。また、スポーツ庁が内閣府へ提出した資料には、1 日 10 分（約 1, 000 歩）の歩行増で月 1, 341 円の医療費抑制効果があるとの報告が示されています※⁹。
2. 介護費：高齢者 12, 951 人を 4 年間追跡した研究（日本老年学的評価研究）では、スポーツグループに参加している高齢者が要介護状態になるリスクは、不参加者の 0.66 倍（34% 低い）で、調査した全ての社会参加の中で最も低い値でした※¹⁰。同研究は「個人で運動するよりもグループで運動する方が介護リスクが低い」とし、政策提言として「会場・施設の整備」を明記しています。
3. 転倒予防：前期高齢者 16, 102 人・64 地区の分析では、週 1 回以上スポーツグループに参加する人の割合が高い地区ほど、転倒率が低いという関係が報告されています。転倒率は地区間で 7.4%～31.1% と 4 倍以上の開きがありました※¹⁰。
4. 市民の幸福感：スポーツ庁の全国世論調査（回答 4 万人）では、幸福感の平均点（10 点満点）は、週 1 日以上運動する人が 7.0 点、運動しない人が 5.7 点という差が報告されています※¹¹。

これらは他地域の調査結果であり、本市で同じ効果が生じることを保証するものではありません。しかし、運動環境の整備は、効果が実測で確認された数少ない施策のひとつであると考えております。

（３）本要望は、市がすでに定めている計画に沿うものです

本要望は、市に新たな方針転換を求めるものではありません。市が策定済みの各計画には、次のとおり記載されています。

1. 後期総合計画「体育交流施設の利用を促進」「スポーツ施設の利用促進に努めます」※⁵
2. 第 2 期スポーツ推進計画「意見を反映させながら、計画的な環境整備を図ります」※⁶
3. 第 3 次健康づくり推進計画「自然に運動ができる環境を整えることが必要です」※²

とりわけ第 2 期スポーツ推進計画は、市民の意見を反映させたいと、計画的に環境を整備すると定めています。本要望に添付する市民アンケートは、まさにその「意見」にあたるものであ

り、また要望事項５に掲げる段階的整備は、同計画の「計画的な環境整備」と同じ考え方に立つものです。

さらに、令和６年度の施策進捗資料によれば、夢アリーナたかたを含む４施設の利用者数は令和６年度１４９，２４１人で、令和１０年度目標１７５，０００人に対する達成率は８５．３％、評価は「Ｃ・やや遅れ」とされています※⁷。本要望は、この目標達成に直接寄与するものと考えます。

（４）市民の声

このたび、利用者および潜在利用者を対象に市民アンケートを実施し、２１件の回答と２１名の署名をいただきました。回答者は１０代以下から７０代以上までの全世代にわたり、６０代以上が過半数を占めています。「こういった機材があれば使ってみたい」「初心者や高齢者でも使いやすい機材があると通いやすい」といった声とあわせて、「使い方が分からず使えていない」「器具が少なく順番待ちが生じている」という利用実態も明らかになりました。すでにある施設が、使われないまま眠っている状態であり、これは新たな施設整備を伴わずに改善できる課題です。

（４）まとめ

本市の高齢化は今後さらに進み、医療費・介護給付費の増加は避けられません。しかし上記のとおり、運動環境の整備は、その増加を実際に抑えた実績のある数少ない手段です。既存施設の機材更新という比較的小さな支出で、将来の大きな社会保障費の伸びを抑えられる可能性があるという点で、費用対効果の高い投資であると考えます。市民の健康づくり、ＱＯＬの向上、介護予防、既存公共施設の有効活用の観点から、機材充実について正式にご検討くださいますようお願いいたします。

２ 要望事項

１．現状の確認 既存機材について、老朽化、不足、使い勝手、安全性等の現状を確認すること。

（機材の耐用年数超過は、事故発生時の市の管理責任にも関わるため、現状把握そのものがリスク管理となります。）

２．機材の導入・入れ替えの検討 利用者および潜在利用者の声（別添の集計結果）を踏まえ、新しい機材の導入や既存機材の入れ替えを検討すること。特に要望の多かった下半身を鍛える機材（レッグプレス等）を優先的に検討すること。

（下肢の筋力低下は転倒・骨折・要介護への直接の入口であり、厚生労働省「介護予防マニュアル」も運動器機能向上を介護予防の柱としています※⁷。神奈川県愛川町では、令和６年度にスポーツ振興くじ（toto）助成金でレッグプレスを購入した実績があります※⁸。）

３．幅広い市民が使える機材の優先 初心者、高齢者、女性、学生、競技者など、幅広い市民が安全に使いやすい機材を優先的に検討すること。

(特定の層に限られない機材を選ぶことは、利用者数を増やし、施設の稼働率と費用対効果を高めることに繋がります。)

4. 費用をかけずにできる利用支援の早期実施 機材の使用方法的表示・説明資料の備付け・使用方法講習など、多額の費用を要しない利用支援を早期に実施すること。

(アンケートで「使い方が分からず使えていない」という声が出ており、今ある機材の利用率は、支出をほとんど伴わずに改善できる余地があります。あわせて、誤った使用による事故を防ぐことは、施設管理者としての安全配慮義務の履行にもあたります。まずこの項目から着手し、その結果として利用者数の変化を記録していただければ、次の機材更新を検討する際の、市としての客観的な判断材料になります。)

5. 段階的な整備 一度にすべてを整備するのではなく、要望や利用実態を踏まえ、優先順位をつけて段階的な更新・導入を検討すること。

(一度に大きな予算を組む必要はありません。年次計画として少しずつ進めることで、単年度の財政負担と、想定と異なった場合の影響の双方を小さく抑えられます。)

6. 財源の活用 必要に応じて、予算措置、補助金、助成金等の活用についても検討すること。

(例として、独立行政法人日本スポーツ振興センターのスポーツ振興くじ (toto) 助成「大型スポーツ用品の設置」は、募集の手引に「トレーニングマシン」が対象として明記されており、市町村が申請でき、助成率5分の4・助成金上限600万円です^{※9}。また本市は過疎地域に指定されており、過疎対策事業債は充当率100%・元利償還金の70%が普通交付税措置とされています^{※10}。一般財源の負担を抑えて実施できる可能性があります。)

なお、本要望は、特定の利用者だけの利益を求めるものではなく、夢アリーナたかたを市民全体の健康づくりの拠点として、より有効に活用していくためのものです。また、要望事項の4については、費用をほとんど伴わないものであることから、他の項目のご検討とは切り離して、先行してご対応いただくことも可能と考えております。

3 出典

※1 厚生労働省公表(令和6年12月)令和4年健康寿命の推計値

※2 スポーツ庁「令和6年度スポーツの実施状況等に関する世論調査」(回答40,000人・令和7年3月公表)

※3 令和2年国勢調査、国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」(令和5年12月推計)

※4 スマートウェルネスシティ首長研究会資料(総務省サイト掲載)／筑波大学久野研究室・株式会社つくばウェルネスリサーチ・新潟県見附市

※5 内閣府 経済財政諮問会議 経済・財政一体改革推進委員会ワーキング・グループ スポーツ庁提出資料(令和3年4月20日)

※6 スポーツ審議会健康スポーツ部会 資料「スポーツによる高齢者の介護予防と政策展開に関する提言」(日本老年学的評価研究〈JAGES〉運動疫学ワーキンググループ)

※7 厚生労働省「介護予防マニュアル 第4版」(令和4年3月)

※8 神奈川県愛川町公式ホームページ「第1号公園体育館トレーニングルーム」

※9 独立行政法人日本スポーツ振興センター「令和7年度スポーツ振興くじ助成金 募集の手引【地方公共団体スポーツ活動助成】」

※10 総務省 過疎対策事業債に関する資料、陸前高田市過疎地域持続的発展計画

別添 1：市民アンケート集計結果（2 葉）

別添 2：政策的根拠資料（出典一覧つき）

以上