

「スポーツ実施率向上のための行動計画(案)」に対する意見について

公益財団法人日本テニス協会

提出先： スポーツ庁健康スポーツ課

氏名： 公益財団法人日本テニス協会（担当： 常務理事 高橋甫）

住所： 〒150-8050 東京都渋谷区神南1丁目1番1号 岸記念体育会館内

提出日： 2018年5月28日

意見

この度、スポーツ審議会の下に設置された健康スポーツ部会が「スポーツ実施率向上のための行動計画(案)」が提示され、それに対してのパブリックコメントが実施されています。日本テニス協会の設置目的は、生涯スポーツ、競技スポーツ、観るスポーツとしてのテニスの発展の事業を通じた国民の心身の健全な発展と国際親善に寄与・貢献することにあります。この視点から、日本テニス協会は、この度提出された「スポーツ実施率向上のための行動計画(案)」について以下の通りコメントいたします。併せて、ご参考のために、「テニスは、健康寿命を最も延ばすスポーツ」とした英国スポーツ医学誌報告を紹介した記事を添付(添付1)させていただきます。

1. 日本テニス協会は、「第2期スポーツ基本計画の策定について〈中間報告〉」に対する意見募集に対して、平成29年1月25日、スポーツ庁政策課調査係に意見を提出しております。その際、6項目の意見を述べさせていただきましたが、そのうちの3項目はスポーツ実施率向上の必要条件ともいえる「スポーツをする場の確保」に関するものでした。
2. この度のスポーツ実施率向上のための行動計画(案)には「スポーツをする場所の整備」(11～12ページ)が含まれていますが、そこで謳われている施策の対象は公共施設、特に総合型地域スポーツクラブと学校であり、スポーツ・イン・ライフに民間事業者が果たしている役割やそれを推進する施策への言及はなされていません。
3. テニスをする場についていえば、スポーツ庁・文部科学省「体育・スポーツ施設現況調査」によると、1996年のテニスコート数は38,423面であり、そのうち公共施設では27,895面、民間施設では10,528面でした。しかし、19年後の2015年には、全国のテニスコート数は31.5%減の26,307面となり、公共テニスコートでは20.7%減の22,134面、民間テニスコートでは60.4%減の4,173面と激減しています(添付2)。このように、テニスの場合、テニス実施向上のための施策を図る上で「テニスをする場の確保」という問題に直面しているのが現実です。

4. 「1億総スポーツ社会」や「スポーツ・イン・ライフ」の実現には、民間スポーツ施設が果たしている役割を抜きにすることはできません。民間スポーツ施設の持つ「社会的・公共的役割」を認めるといふ発想への転換が必要な時代となっているのではないのでしょうか。過去19年間の民間テニスコート激減の背景の一つに、民間テニス事業者を直撃した固定資産税と相続税の宅地並み課税問題がありました。
5. テニス実施率向上にとって歓迎できる制度改革といえるものに、学校を舞台としてスポーツ競技の普及があります。その意味で、小学校学習指導要領解説、体育編の改訂により小学校3～4年生と5～6年生の教材としてテニスが採用される道が開けたことはテニスの実施率向上に大きな効果をもたらすと期待しています。
6. また、中学校年代におけるテニスの実施率に係る制度問題に中体連加盟問題があることは、「第2期スポーツ基本計画の策定について〈中間報告〉」に対する意見提出において言及したところ。関係者の長年の努力により、今月初め、栃木県テニスの県中学校体育連盟準加盟が承認され、関東地域中体連加盟基準を満たすこととなりました。これにより、日本中学校体育連盟への加盟基準である9地域中6地域以上の加盟という基準が満たされる見通しとなりました。しかし、日本中学校体育連盟の内部手続により、テニスが全国中学校体育大会の正式種目に採択されるのは早くも2021年度とされていることはテニス界にとって誠に残念なことです。日本中体連加盟問題は、オリンピック・パラリンピック競技種目としてまた生涯スポーツとしても人気スポーツであるテニスの実施率向上の障害となっているもう一つの制度問題です。
7. 「スポーツ実施率向上のための行動計画」においては、税制を含め生涯スポーツに係る民間事業者が直面している制度問題を総点検し、その早期解消に向けた行政による取り組みも期待したいところです。

以上

添付

添付1：「テニスと健康寿命」、公益財団法人日本テニス協会『JTA アニュアルレポート 2017』（2017年8月）、23-24ページ

添付2：「テニスコート数の推移」、公益財団法人日本テニス協会『平成29年度テニス環境等実態調査』（2018年3月）、6-7ページ

健康寿命とは

厚生労働省は、日本の人口構成を幼年期:0～4歳、少年期:5～14歳、青年期:15～24歳、壮年期:25～44歳、中年期:45～64歳、高年期:65歳以上の6つに区分しています。従って、健康寿命と関わりが強くなる中・高年は45歳以上とするのが妥当かも知れませんが、健康寿命には個人差があり、暦年齢と体力年齢は必ずしも一致はしていません。

中・高年は身体機能の退縮がはじまっている年代でもあります。つまり、身体における成長・成熟・退縮の3つの時期のうちの退縮期に当てはまります。これは加齢現象であり、徐々に進行し、生体内すべての器官に見られるものです。この結果、中・高年にはさまざまな運動機能の低下が引き起こされます。

健康寿命(Health life Expectancy)とは、世界保健機関(WHO)が2000年に提唱した概念で、「人が心身ともに健康で自立して活動し生活できる期間」のことを意味します。日本人の健康寿命は2013年では男性が71.19歳、女性が74.21歳と世界で1位となっています。一方平均寿命は、2015年では男性が80.75歳、女性が86.99歳です。そして、近年の傾向として、平均寿命の伸びが健康寿命の伸びを上回っているため、健康寿命も伸ばしたいところです。

加齢と生活体力

運動機能の基本的要素として、筋力、持久力、平衡性、瞬発力、敏捷性、柔軟性などがあります。また、生理的なものとして、呼吸機能、循環機能、代謝機能があります。そして、これらが低下すると人の全身持久力に影響を及ぼします。そこで、これからの超高齢社会においては、加齢的な変化に伴い、骨の脆弱化(骨粗鬆症)、平衡感覚・敏捷性の低下、筋力低下と筋肉萎縮、また筋・腱の柔軟性の低下に対する予防という概念が大変重要となります。その一つの予防手段として、スポーツ・運動があります。

整形外科医が担当する四肢体幹の運動器の場合、動かさないでいると障害が起こり、スポーツ・運動をすることにより生活体力は改善され向上します。特に、骨粗鬆症年令の人々はバランス力・持久力・瞬発力・筋力が衰え、そして体を上手に動かすための調

整力も低下しています。そこで、スポーツ・運動を日常的に行い、生活体力を向上し改善する必要があるのです。同時に「自分の健康は自分で守る」、「自分の病気は自分で積極的に治す」という意識をもち、自助努力をする新しい高齢者像が必要となります。

英国スポーツ医学会誌報告

運動の健康面での効果について語る際、テニスを真っ先にあげる人はどのくらいいるのでしょうか。テニスの試合では動いたり止まったりの繰り返しの連続です。同時に、テニスの試合では2ゲーム毎に休息を取ることができます。果たして、テニスは健康に有益でしょうか？

昨年1月、英国スポーツ医学会誌”British Journal of Sports Medicine”にテニス愛好者にとって興味深い研究報告が掲載されました。この研究は英国オックスフォード大学、スコットランドのエジンバラ大学の共同で行われたもので、1994年～2008年に英国で行われた11件の全国的な健康調査により、6つのスポーツ分野と死亡リスクとの関係を調べたものです。6つのスポーツ分野とは、1)テニス・スカッシュ・パドミントンなどのラケットスポーツ、2)ランニング、ジョギングなどの走るスポーツ、3)サイクリング、4)スイミング、5)エアロビクス、6)サッカー、ラグビーです。



調査は30歳以上の80,306人の男女(調査開始時の平均年齢52歳)を対象に、過去4週間以内にどのスポーツでどれだけの身体

活動をしたか、息を弾ませ汗をかくほどの十分な運動をしたかどうかなどを尋ね、普段から行っているスポーツと死亡リスクとの関連を分析しました。この調査への参加者は平均で9年間追跡調査され、期間中に8,790人がさまざまな病気や事故などで死亡し、1,909人が心筋梗塞や脳卒中などの心臓血管疾患で死亡しました。その結果、運動をしない人に比べ、全死亡リスクが低かったのは次の順番でした。

(全死亡リスク)

1. テニスなどのラケットスポーツ 47%減
2. スイミング 28%減
3. エアロビクス 27%減
4. サイクリング 15%減

また、運動しない人に比べて心臓血管疾患の死亡リスクが低かったのは次の順番でした。

(心臓血管疾患による死亡リスク)

1. テニスなどのラケットスポーツは 56%減
2. スイミング 41%減
3. エアロビクス 36%減

この研究の結論として、6つのスポーツ分野の中で長生きできるスポーツは、テニスやバドミントンなどのラケットスポーツであることが報告されたのです。

テニスの効用

2009年3月の強化とコンディショニング研究会誌“Journal of Strength & Conditioning Research”によると、テニスの試合中に1時間に走る距離は、平均年齢45歳の上級選手では平均3600m、平均年齢45歳の一般的なプレーヤーは平均3200mとされています。テニスは小刻みにまたは、瞬発力を長時間にわたり必要とするスポーツです。下肢筋力は強化され、年齢を問わずテニ

ス選手は筋疲労に耐えられる膝伸展・屈曲の筋肉がつくられます。また、テニス選手は同年齢や同じ性別の正常な基準値と比較すると高いフィットネスレベルを持っています。

中・高年のスポーツの目的は、1) 健康維持、2) 体力・運動機能低下の予防、3) 生活習慣病の予防、4) ストレス発散・精神的充足があげられます。2016年3月に「法政大学スポーツ健康学研究」に掲載された神和住純氏からの報告のよると、団塊世代のテニス愛好家が何を目的にテニスをするかという調査で一番多かった回答は「健康」のためが86%でした。これは、「テニス=健康維持」という意識が非常に高いこと示しています。

上述した英国スポーツ医学会の長期にわたる大規模な要因対照研究のような調査研究は我が国にはありません。日本テニス協会は、生涯スポーツ、競技スポーツ、観るスポーツとしてのテニスの振興をその活動目的としています。超高齢化社会の到来による医療費の増加は日本が直面している大問題です。その意味からも、日本においてもスポーツの生活体方面での効果に関する本格的な調査の実施も検討すべき課題であると思います。

中高年に限らず多くの人々が長くスポーツを楽しめるように環境が向上し、さらに身体のケアに対する知識啓発の環境も整備されれば、日本人の健康寿命の伸びが平均寿命の伸びを上回るこことなることでしょう。こうして、わが国がスポーツ立国として、幸福寿命の伸びが実現される時代となることをテニスを愛する整形外科医としてまた日本テニス協会医事委員長として期待しているところです。

4. テニスコート数の推移

1) テニスコートの実態把握のための統計調査

日本のテニスコート数の把握に資する調査に、スポーツ庁（文部科学省）の「体育・スポーツ施設現況調査」がある。調査は1969年に始まり、以降5～7年周期で実施されており、2015年調査のデータが最新となっている。対象は以下の体育・スポーツ施設である。

- 公共スポーツ施設：地方自治体が設置した社会体育施設および公民館、青少年教育施設、女性教育施設等に付帯する施設
 - 民間スポーツ施設：民間の非営利施設および営利施設
 - 学校体育・スポーツ施設：公立と私立の小・中・高等学校、中等教育学校、特別支援学校、専修学校、各種学校の施設
 - 大学（短期大学）・高等専門学校体育施設：国・公・私立の大学、短期大学および高等専門学校の施設（国立大学法人附属の小・中・高等学校、中等教育学校、特別支援学校の施設を含む）
- 注）2008年調査までは、従業員200人以上の事業所の「職場スポーツ施設」のデータも集計されていたが、2015年調査では対象から外れた。

調査票の回収率は100%ではなく、また、上記の分類にあてはまらない施設はカウントされないため、日本のテニスコートを網羅しているわけではないが、都道府県別に屋内外のテニスコート数がわかる貴重な統計資料である。

テニスコートは「庭球場（屋外）」「庭球場（屋内）」として、施設数と面数が集計されている。学校施設のテニスコートについては、ソフトテニス用のコートが多数含まれる上に、学校の生徒・学生しか利用できないケースも多いため、ここでは、「公共スポーツ施設」「民間スポーツ施設」に絞ってデータを紹介する。

2) テニスコート数：施設数、面数および1施設あたりの面数の推移

表1に公共および民間のテニスコート数（庭球場の数）の推移を示した。2015年のテニスコート数は6,454施設であり、1996年の9,702施設から19年間で33.5%減少している。公共施設、民間施設別にみると、民間施設の減少幅が大きく、1996年から半減している。一方、屋外・屋内別にみると、施設数に占める割合は小さいものの、公共の屋内施設は増加傾向、民間の屋内施設はほぼ横ばいであり、屋内施設全体の数は462施設から520施設へと増加している。

表2は、公共および民間のテニスコートの面数の推移を示している。2015年のテニスコートの面数は26,307面であり、1996年の38,423面から31.5%減少している。公共施設・民間施設別にみると、施設数と同様、民間施設の面数の減少が大きい。屋外・屋内別にみると、屋内施設全体の面数はほぼ横ばいであるが、民間の屋内施設の面数は減少している。

表3は、表2の面数を表1の施設数で割り、1施設あたりの面数の推移をみたものである。全体でみると、1996年の3.96面から2015年の4.08面へと微増しているが、公共の屋外施設以外では、1施設あたりの面数は減少傾向にあることが読み取れる。

表1 種類別テニスコート（施設数）の推移

施設種別		1996年	2002年	2008年	2015年
公共施設	屋外	7,381	6,140	5,530	5,204
	屋内	127	158	215	217
	計	7,508	6,298	5,745	5,421
民間施設	屋外	1,859	1,385	1,026	730
	屋内	335	304	323	303
	計	2,194	1,689	1,349	1,033
合計	屋外	9,240	7,525	6,556	5,934
	屋内	462	462	538	520
	計	9,702	7,987	7,094	6,454

スポーツ庁・文部科学省「体育・スポーツ施設現況調査」(1996、2002、2008,2015)より作成

表2 種類別テニスコート（面数）の推移

施設種別		1996年	2002年	2008年	2015年
公共施設	屋外	27,509	23,610	21,910	21,544
	屋内	386	472	580	590
	計	27,895	24,082	22,490	22,134
民間施設	屋外	9,582	6,919	4,981	3,414
	屋内	946	866	927	759
	計	10,528	7,785	5,908	4,173
合計	屋外	37,091	30,529	26,891	24,958
	屋内	1,332	1,338	1,507	1,349
	計	38,423	31,867	28,398	26,307

スポーツ庁・文部科学省「体育・スポーツ施設現況調査」(1996、2002、2008,2015)より作成

表3 種類別テニスコートの1施設あたりの面数の推移

施設種別		1996年	2002年	2008年	2015年
公共施設	屋外	3.73	3.85	3.96	4.14
	屋内	3.04	2.99	2.70	2.72
	計	3.72	3.82	3.91	4.08
民間施設	屋外	5.15	5.00	4.85	4.68
	屋内	2.82	2.85	2.87	2.50
	計	4.80	4.61	4.38	4.04
合計	屋外	4.01	4.06	4.10	4.21
	屋内	2.88	2.90	2.80	2.59
	計	3.96	3.99	4.00	4.08

スポーツ庁・文部科学省「体育・スポーツ施設現況調査」(1996、2002、2008,2015)より作成