



Matsumoto City Second Sports Promotion Plan

2025
▶ 2034

【概要版】

第2次松本市スポーツ推進計画

～「スポーツ楽都」松本を目指して～

令和7年9月

第1章 計画策定の基本的考え方 p. 2

- 計画策定の趣旨
- 計画の位置付けと計画期間
- 本計画で用いる「スポーツ」の捉え方

第2章 スポーツを取り巻く現状と課題 p. 3

- 松本市の現状と課題
- 次期計画のポイント

第3章 計画の基本理念・目標 p. 4

- 基本理念
- 基本目標・推進する施策・成果目標・目標値

第4章 施策の展開 p. 6

- 施策体系

第5章 計画推進体制及び進捗管理 p. 8

- 計画推進体制
- 計画の進捗管理

第1章 計画策定の基本的考え方

計画策定の趣旨

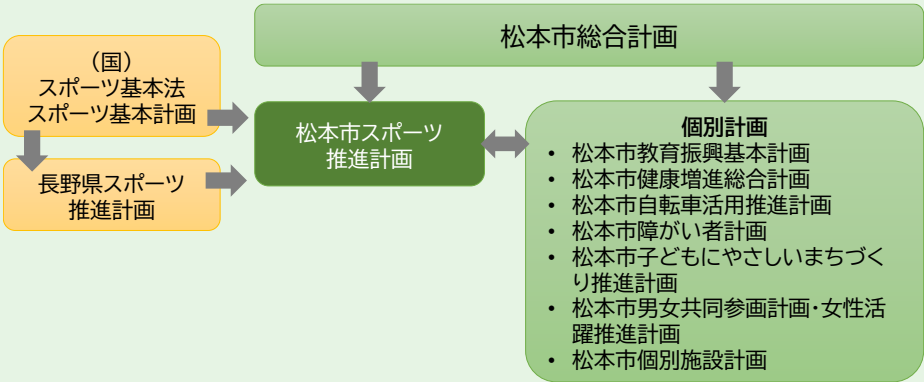
平成23（2011）年6月に制定されたスポーツ基本法（平成23年法律第78号）前文及び第2条において、スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは全ての人々の権利であるとされています。そして、スポーツは、青少年の体力を向上させ、公正さと規律を尊ぶ態度や克己心を培うなど、人格の形成に大きな影響を与えるとともに、スポーツを通じた交流による地域社会の再生、心身の健康の保持増進、社会・経済の活力の創造等、多面にわたる役割を担うとされています。

松本市においても、スポーツ基本法の考え方にに基づき、市民が日常的にスポーツに親しむことのできる環境の整備と、主体的、継続的なスポーツ活動の支援、また、地域に根付いたスポーツの振興を目指し「第2次松本市スポーツ推進計画」（以下「本計画」という。）を策定します。

本計画を通じて、市、学校、スポーツ団体、民間事業者等、多様な主体が連携・協働して、スポーツの推進に総合的かつ計画的に取り組めます。

計画の位置付けと計画期間

本計画は、スポーツ基本法第10条第1項に基づき、国のスポーツ基本計画及び長野県スポーツ推進計画の理念を踏まえ、松本市独自の計画として策定するものです。そして、「松本市総合計画（基本構想2030・第11次基本計画）」の個別計画として、関連する他の個別計画との連携を図りながら、上位計画の構想実現にスポーツを通して寄与します。



本計画の期間は、令和7（2025）年度から令和16（2034）年度までの10年間とします。
なお、当該期間内において、必要に応じて見直しを行うものとします。

本計画で用いる「スポーツ」の捉え方



スポーツ基本法では、スポーツとは「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（かん）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」として定義しています。

この考え方を踏まえ、本計画では、競技スポーツをはじめ、健康増進の観点から、体力づくりや計画的・意図的に実施する「運動」のほか、買い物や通勤・通学での歩行、家事・育児に伴う身体活動なども「スポーツ」として幅広く捉えます。

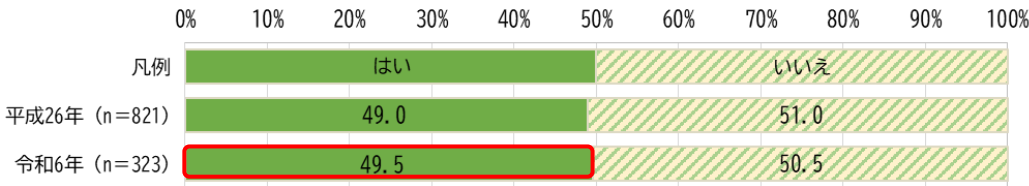
そして、「する」「みる」「ささえる」という様々な形での参画を促し、楽しさ、喜び、生活や心の豊かさなど、心身ともに幸福な状態（ウェルビーイング）の実現につなげていくことがキーワードといえます。

第2章 スポーツを取り巻く現状と課題

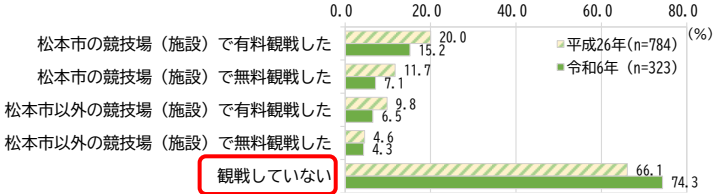
松本市の現状と課題

(1) スポーツ実施率

令和6（2024）年における、スポーツ実施率は49.5%であり、平成26（2014）年から横ばいで推移しています。
スポーツ実施率が低い傾向にあるのは、性別では女性（男性56.9%、女性は42.9%）、年代別では、40代が37.2%と最も低く、次いで10～30代が40%前半となっています。



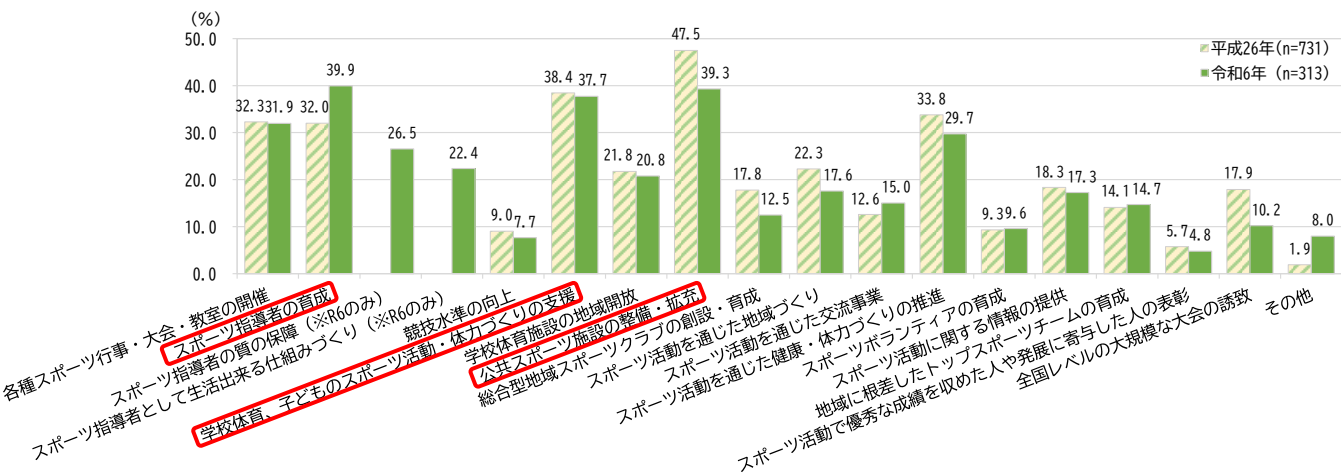
(2) スポーツの観戦状況



前年に「競技場（施設）で観戦していない」と回答した割合は、平成26（2014）年は66.1%でしたが、令和6（2024）年では74.3%に上っており、競技場（施設）でスポーツ観戦をしている人は低下傾向にあります。

(3) 松本市に力を入れてほしいこと

スポーツを推進するため、市に力を入れてほしいことを見ると、上位3つは「スポーツ指導者の育成」「公共スポーツ施設の整備・拡充」「学校体育、子どものスポーツ活動・体力づくりの支援」となっています。



次期計画のポイント

ポイント① 機会の充実

性別、年齢、障がいの有無等にかかわらず、誰もがスポーツ（する・みる・ささえる）に親しめる機会の充実

ポイント② 環境の確保

人口減少・少子高齢化が進む中、スポーツに親しめる環境の確保

ポイント③ にぎわい創出

地域特性とスポーツを結びつけ、スポーツの魅力を生かしたにぎわいの創出・交流促進

スポーツを楽しみ、その力を生かし、より豊かな暮らしの実現へ

基本理念

～「スポーツ楽都」松本を目指して～

市民一人ひとりが性別、年齢、障がいの有無等にかかわらず、スポーツを「する」「みる」「ささえる」という様々な形で、楽しく参画することを通して「豊かさ」と「幸せ」を実感できるまちを目指します。そして全ての市民が自らの成長を感じ、生きがいに満ちた生き方ができるよう、多様な機会の創出を図ります。

これにより、個々のウェルビーイングを実現し、地域全体でまちの活力を育むことを目指します。

スポーツがもたらす力を生かし、共に支え合いながら、より良い未来を築いていくことを基本理念とします。

基本目標Ⅰ：スポーツ活動の推進

各世代のニーズに合わせたスポーツへの参加機会の充実を図り、生涯にわたりスポーツを楽しむことができるよう取り組みます。加えて、デジタル技術を活用した新たなスポーツ実施機会の創出など、個々の状況に応じた取組みを促進します。

あわせて、子どもたちが幼少期からスポーツに親しみ、楽しさや喜びを感じながら取り組むことができる機会を増やします。

成果指標	現状値 (R6)	目標値 (R16)
①スポーツ実施率	49.5%	60.0%
②スポーツ関係のボランティア活動の実施率 (有償・無償で、前年1年間に、スポーツの指導、イベント協力などでボランティアを行った割合)	5.6%	15.0%

基本目標Ⅱ：スポーツを楽しむ環境の充実

市民が快適にスポーツを楽しめるよう、計画的にスポーツ施設の環境整備や分かりやすい情報発信を行います。

指導者の育成においては、運動する人やスポーツ選手の自主性・自律性を促す指導ができるよう質の向上に努めます。

成果指標

現状値
(R6)

目標値
(R16)

③スポーツ環境の満足度
(施設、指導者、イベント等)

14.7%



25.0%

基本目標Ⅲ：スポーツの魅力を生かした にぎわいの創出・交流の促進

松本市の地域特性を生かしたスポーツ大会、イベント等の実施による交流人口の拡大及び地域活性化を図ります。

また、プロスポーツチームと継続的かつ多角的な協力関係を構築し、市民の観戦機会の充実、専門的な技術指導を受けられる体制を整え競技人口の拡大を図ります。加えて、企業等と様々な分野において連携を図り相乗効果を高めます。

成果指標

現状値
(R6)

目標値
(R16)

④前年1年間に市内の競技場（施設）で有料・
無料で、スポーツを観戦した割合

20.1%



30.0%

⑤前年1年間にテレビ・インターネット・ラジオ
などでスポーツ観戦をした割合

72.9%



80.0%

施策体系

基本理念：～「スポーツ楽都」松本を目指して～

基本目標Ⅰ スポーツ活動の推進

施策1 個に応じたスポーツ活動の推進

基本施策1 幅広い世代の「するスポーツ」の普及・習慣化の促進

- 1 スポーツ教室や大会・イベント開催の推進
- 2 フレイル・介護予防につながる活動の促進
- 3 施設管理者、大学、企業等と連携したスポーツ機会の充実
- 4 スポーツ活動の効果を高める学びの充実

基本施策2 スポーツ実施率の向上に向けた取組みの強化

- 1 市民アンケートでスポーツ実施率が低い女性や子育て世代、介護者のスポーツ機会の充実
- 2 通勤時間や休憩時間等を活用した運動習慣づくり

基本施策3 「みるスポーツ」「ささえるスポーツ」の機会の充実

- 1 プロスポーツチーム等への関心喚起・試合のPR支援
- 2 大会やイベントにおけるボランティア活動への参加促進
- 3 信州やまなみ国スポ・全障スポ2028を活用した機会の充実

基本施策4 既存のスポーツの枠組みや考え方にとらわれない新しいスポーツの普及

- 1 ニュースポーツの普及
- 2 アーバンスポーツ等の普及
- 3 デジタル技術等を活用したスポーツを楽しむ機会の創出

基本施策5 競技力向上に向けた支援

- 1 信州やまなみ国スポ・全障スポ2028に向けた支援の充実

基本施策6 障がいの有無や特性にかかわらないスポーツ活動の推進

- 1 パラスポーツへの理解促進・体験機会の充実
- 2 パラスポーツの指導者確保・人材バンクの取組みの充実
- 3 障がい者スポーツへの支援

施策2 子どものスポーツ活動の推進

基本施策1 子どもの体力・運動能力・競技力向上の取組みの充実

- 1 幼少期からの運動の習慣化
- 2 児童生徒のスポーツ機会の充実
- 3 体育・保健体育の授業の充実
- 4 競技力向上に向けた支援

基本施策2 障がいのある児童生徒のスポーツ活動への支援の充実

- 1 障がいのある児童生徒のスポーツ機会の充実
- 2 パラスポーツへの理解促進

基本施策3 中学校部活動の地域展開を推進し、地域社会の中で多様なスポーツ活動に触れる機会の創出

- 1 地域クラブの充実
- 2 地域展開を支える指導者、人材等の育成・確保

基本目標Ⅱ スポーツを楽しむ環境の充実

施策1 安全・安心なスポーツ施設の環境整備及び情報発信

基本施策1 スポーツ施設の計画的な改修・設備更新、維持管理

- 1 施設の維持管理と整備
- 2 施設利用環境の向上
- 3 事故防止対策

基本施策2 身近でスポーツがしやすい環境の整備

- 1 市内小中学校の体育施設の活用
- 2 ウォーキング、サイクリング、トレイル等のコース整備やPR

基本施策3 スポーツに関する情報発信の充実

- 1 市の媒体や関係機関と連携した積極的な情報発信の充実
- 2 企業・団体等と連携した情報発信の充実

施策2 地域スポーツ指導者や団体の育成・支援

基本施策1 指導者の確保・育成、資質向上に向けた取組みの充実

- 1 指導者の確保・資格取得の支援
- 2 適切な指導の推進
- 3 指導における科学的知見や知識の普及
- 4 スポーツ推進委員の活動支援

基本施策2 スポーツ団体等への支援の充実

- 1 地域クラブの創設支援
- 2 競技団体への支援

基本目標Ⅲ スポーツの魅力を生かしたにぎわいの創出・交流の促進

施策1 スポーツ大会、イベント等の実施による交流人口の拡大

基本施策1 松本の地域特性を生かしたスポーツ大会等の開催・誘致による交流の促進

- 1 地域特性を生かしたスポーツ大会やイベントの開催
- 2 都市間交流の促進

基本施策2 地域コミュニティの形成・活性化に向けた持続可能なスポーツ大会、イベントの開催支援

- 1 地域コミュニティの形成につながるスポーツ活動の促進
- 2 スポーツイベントを通じた多世代交流の促進

基本施策3 信州やまなみ国スポ・全障スポ2028を通じた地域の活性化

- 1 信州やまなみ国スポ・全障スポ2028の運営
- 2 信州やまなみ国スポ・全障スポ2028を通じた地域交流の促進

施策2 プロスポーツや企業等との連携

基本施策1 プロスポーツチームとの連携

- 1 スポーツへの関心喚起・競技力の向上
- 2 健康増進・福祉事業等での連携
- 3 プロスポーツを支える環境づくり

基本施策2 企業等との連携

- 1 企業等との連携・協働事業の推進

計画推進体制

本計画の推進に当たっては、多くのスポーツ団体、学校（大学等を含む。）、スポーツ協会、公民館、町会、企業、特定非営利活動法人（NPO法人）等との連携を密にして施策を展開します。

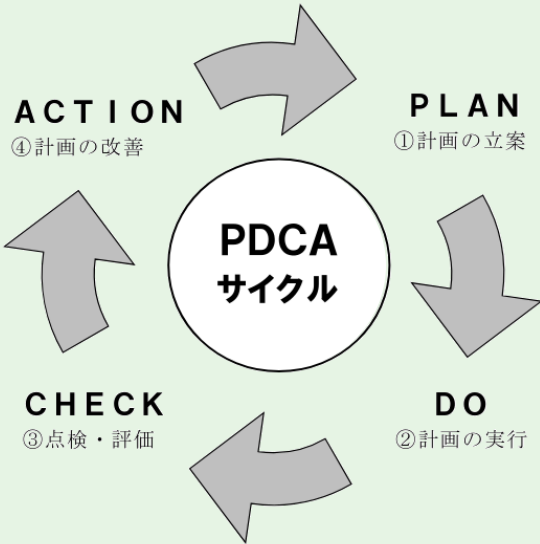
また、市内の関係課と連携し取組みを推進するとともに、国、長野県、近隣市町村等と連携を図り、社会・経済情勢の変化等に的確かつ柔軟に対応しながら、本計画を着実に推進します。

計画の進捗管理

本計画を着実に推進するため、PDCAサイクルの考えに基づき、進捗管理を行います。

基本目標に掲げた成果指標や基本施策ごとの成果及び課題については、毎年、評価・検証を行います。松本市スポーツ推進審議会においてその結果を報告し、進捗の思わしくない取組みの改善等について、意見を交換し、翌年度の取組みの改善につなげていくことで、社会状況の変化に対応した計画の推進に努めます。

また、中間年度には、達成状況を総合的に評価し、必要に応じて計画の見直しを行います。



第2次松本市スポーツ推進計画

発行 長野県松本市
発行年月 令和7年9月

編集 松本市スポーツ部スポーツ事業推進課
〒390-0801
長野県松本市美須々5-1(エア・ウォーターアリーナ松本内)

TEL 0263-45-9511
FAX 0263-45-1024
URL <https://www.city.matsumoto.nagano.jp/>