

運動・スポーツをより身近な存在に
～地域住民と作り上げる公園～

東洋大学山下ゼミ

○過外 真帆 蔵並 香 前田 柊 松山 桂

運動・スポーツをより身近な存在に
～地域住民と作り上げる公園～

東洋大学 山下ゼミ

○過外 真帆 蔵並 香 前田 柊 松山 桂

1. はじめに

我が国におけるスポーツ基本計画には、「成人のスポーツ実施率を週1回以上が65%程度（障害者は40%程度）、週3回以上が30%程度（障害者は20%程度）となることを目指す」とある(スポーツ基本計画,2012)。しかしながら、2016年の成人のスポーツ実施率は、週1回以上が42.5%に留まり(スポーツ庁,2014)(図1参照)、目標値との差は22.5%にも及ぶ。

また、2017年4月に策定された第2期スポーツ基本計画によると、今後5年間に総合的かつ計画的に取り組む施策として、スポーツ環境の基盤となる「場」の充実を掲げている。特に政府はこの「場」として、「スポーツ施設やオープンスペース等のスポーツに親しむ場」に期待を寄せて

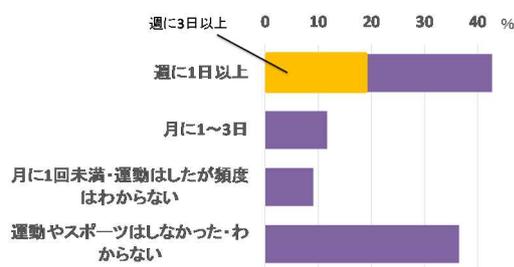


図1 この1年間の運動・スポーツ実施率

(スポーツ庁 H28 スポーツの実施状況等に関する世論調査をもとに作成)

いる(第2期スポーツ基本法,2017)。また、「場」を司る法整備としての都市公園法運用指針第3版(国土交通省,2017)によると、都市公園は「原則として建築物によって建ぺいされない公共オープンスペースとしての基本的性格を有するものである」とされているため、本提言書において、スポーツ実施率向上を目指す「場」として、都市公園に着目することにした。

2. 日本の都市公園の現状

都市公園は、「都市・地域・市民のために都市公園の多機能性を最大限に引き出すべきだ」と示され(新たな時代の都市マネジメントに対応した都市公園等のあり方検討会,2016)、2017年4月に都市公園法が改正された。都市公園における役割とは、「良好な都市環境」、「安全性の確保」、「市民参加」、「地域活性化」と大きく4つある(国土交通省)。その中でも「市民参加」には、地域住民のスポーツやレクリエーションの場として、健康の維持や増進に寄与している「健康運動活動の推進」の役割がある。

現在国内における都市公園は、全国に106,849箇所あり(国土交通省,2015)、増加傾向であることが伺える(図2参照)。国土交通省の調査によると公園での活動内容として、「散歩をした」(35.0%)、「子どもを遊ばせた」(21.1%)、「運動をした」(16.7%)が上位

3位を占めており、公園において体を動かす人が多いことがわかる(国土交通省,2015)。

また、同調査によると、欲しい公園として「スポーツや健康づくり、行事を楽しむことができる公園」(23.7%)という結果が得られており(表1参照)、公園に期待する役割として、「快適で美しいまちづくりの拠点」(35.0%)、「運動・スポーツ、健康づくりの場」(32.7%)があげられた(表2参照)。このこと

から、地域住民は都市公園に、運動・スポーツを行う場やまちづくりの拠点としての役割を期待していることが伺える。

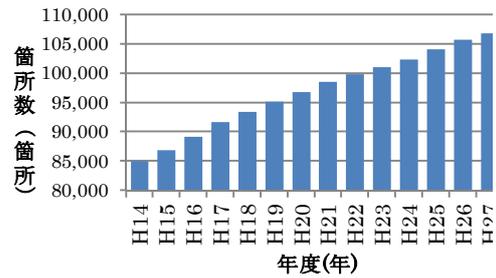


図2 都市公園箇所数の推移

(国土交通省都市公園データベースをもとに作成)

表1 欲しい公園(住区基幹公園)

(都市公園利用実態調査より作成)

	内容	%
1	子どもを安心して遊ばせられる公園	43.5
2	緑や花がきれいな公園	35.7
3	ゆっくり休むことができる公園	33.2
4	住まいの近くや街なかなどにある身近な公園	32.6
5	スポーツや健康づくり、行事を楽しむことができる公園	23.7

表2 公園に期待する役割(住区基幹公園)

(都市公園利用実態調査より作成)

順位	内容	%
1	子どもの遊び空間	40.1
2	快適で美しいまちづくりの拠点	35.0
3	運動、スポーツ、健康づくりの場	32.7
4	やすらぎやくつろぎの場	27.1
5	災害時に避難できること	26.4

これらの現状を踏まえ、本提案書では、都市公園に運動・スポーツを取り入れることで、スポーツ実施率向上を目的とした施策を提案する。

3. 研究の方法・結果

(1) 方法

ア. フィールドワーク調査(アメリカ合衆国ニューヨーク州ブライアントパーク)
運動を取り入れた公園づくりの取り組みについて調査を行った。

実施日: 2017年8月10日(木) (アメリカ合衆国現地時間)

イ. インタビュー調査(南池袋公園)

公園に多くの人を集め、まちのイメージ改善に成功した公園として、公園の設計や集客方法について調査した。

インタビュー先: 株式会社ランドスケープ・プラス代表取締役 平賀達也氏

実施日: 2017年9月26日(火)

(2) 結果

ア. アメリカ合衆国ニューヨーク州 ブライアントパーク

ブライアントパークは、ニューヨーク州マンハッタン区に位置する公園である。1970年代まではドラックの取引、ホームレスの溜まり場などの理由から一

一般人が利用できない危険な状態であったが、1980年代にブライアントパーク再生組織が誕生したことにより、一般市民が自由に利用できる公園づくりを推進した。その後1988年から社会学者の協力も得て4年間公園を閉鎖し大規模な立て直しを行った。その結果、現在では多くの人がこの公園を利用している。その背景には、運動・スポーツを整備した公園づくりがあげられる。ブライアントパークでは春から秋にかけて、ヨガや太極拳のレッスン、冬には公園中央の芝生をスケートリンクとして使用したアイススケート場が設けられる。それ以外にも公園内に卓球台が整備されており、年間を通じた地域住民の運動・スポーツ活動を築いている。このように運動・スポーツを取り入れたプログラムを公園に設置することで地域住民はより身近に運動・スポーツを行うことができる。

イ. 南池袋公園

第二次世界大戦後の都市計画の中で生まれた都市公園である。当時池袋周辺のイメージは悪く、公園にはホームレスが住み着いていた。木が多く茂っていたため、昼間でも薄暗かった公園から人は遠のいて行き、地域住民からも「どうかしてほしい」という声上がるほどであった。その後、東京電力変電所工事に伴い、数年閉鎖される。2016年にリニューアルオープンすると同時に、「南池袋公園をよくする会」という、その公園が本当に地域のためになっているかどうかを、区に代わって判断することができるような地域住民による組織を結成した。

公園中央に広がる芝生は、人々の印象を大きく変えた。この芝生の管理は、南池袋をよくする会のメンバーで行われており、芝生を地域の宝と位置付けて、地域住民で守っている。芝生があることで人々にインパクトを与え、都心の中でも自然と触れ合えるという点から、まちの価値が上昇している。リニューアルオープンとともに、まちのイメージ改善に成功し、今では多くの人がこの公園を利用している。

(3) 結果のまとめ

ブライアントパークでは、運動・スポーツのプログラムや、卓球台等の運動・スポーツを行うことができる場の提供を行うことにより、地域住民がより運動・スポーツに親しみやすい公園づくりを行っている。また、南池袋公園では、芝生の管理を地域住民と協力して行うことで、まちのイメージを改善するとともに、より多くの人を集客している。よって本提言書では、これら2つを組み合わせた公園を提言する。

4. スポーツ実施率向上のための公園開発の提案

(1) 運動プログラムの提供

曜日ごとに多種多様なメニューを
タームで提供することで、公園に
おける運動促進及び公園の活用意
義を生むことができる。その時間
帯に公園を利用する年齢層を把握
し、参加しやすいようなプログラ
ムを提供する。メニューとしては、
早朝に高齢者向けのプログラム、
夜間に会社帰りのサラリーマンに
向けたプログラムを提供する。具

	月	火	水	木	金	土	日
6:00	8:00-8:30 ラジオ体操		8:00-8:30 ラジオ体操		8:00-8:30 ラジオ体操		
7:00							
8:00							
9:00		8:00-9:00 朝ラン					
10:00			9:00-10:00 ストレッチ		9:30-10:30 ウォーキング	9:00-12:00 イベント枠 (不定期)	
11:00		10:00-11:00 ヨガ					
12:00							
13:00							
14:00	13:00-14:00 ストレッチ						
15:00			14:00-15:00 自重トレーニング				13:00-17:00 イベント枠 (不定期)
16:00							
17:00							
18:00	17:00-18:00 自重トレーニング						
19:00		18:00-19:00 ダンス			18:00-19:00 自重トレーニング		
20:00							
21:00	20:00-21:00 ヨガ		20:00-21:00 フィットラン		20:30-21:30 ナイトラン		
22:00		20:30-21:30 ナイトウォーク					

図3 運動プログラム案

体的にはラジオ体操、ランニング、ウォーキング、ストレッチ、ヨガ、自重トレ
ーニングである。土日には不定期にイベントを開催する(図3参照)。また、日本語
のみならず、外国語を利用したプログラムを定期的に挟むことで、外国語の学習
やインバウンド客のプログラムの参加も期待できる。

(2) 自然を取り入れた公園

公園内に芝生の広場を設置してインパクトのある公園にし、まちのイメージ向上
を狙う。芝生の管理は地域住民で行い、公園への価値を高めるとともに、公園の安
定した心地よさを目指すことで、多くの人を集めることができると期待する。

(3) 運営体制

地域住民や個人経営者、有識者で構成された非営利組織を立ち上げ、公園を管
理・運営する。運営費に関しては、公園にある施設や物品にスポンサード契約をつ
け、地元企業に権利を購入する。

(4) 期待される効果

本提言書から期待される効果は「運動提供」と「公園づくり」による「スポー
ツ実施率の増加」である。芝生を取り入れた地域住民による公園づくりを行い、
そこでヨガやランニングなど多くの人が簡単に運動・スポーツができるプログラ
ムを設定する。そして、より多くの地域住民に定期的に運動・スポーツプログラ
ムに参加してもらい、参加経験のある人が参加したことのない人を誘いかけるこ
とで、地域内において人から人への運動・スポーツの輪を広げ、町・市規模から
スポーツ実施率の増加を狙う。都市公園は現在増加傾向にあり、誰でもすぐに行
くことができる。そのような最も身近に運動を行うことのできる公園という存在
は、スポーツ実施率増加のための重要な場であり、手段になると私たちは考える。

<主な参考文献>

- ・国土交通省 都市公園データベース 2017年8月8日閲覧.
- ・スポーツ庁平成26年度スポーツ実態状況等に関する世論調査 2017年8月13日閲覧.
http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/chousa04/sports/1381922.htm