【研究2】諸外国のアクティブシティにおける子どもを対象とした取り組み事例の分析

1. 背景

幼児を取り巻く環境は、家庭環境・経済環境・社会文化的環境など様々あるが、本研究では特に近隣環境との関係に着目している。これは、幼児の身体活動と近隣環境の関係に関するエビデンスが限られているためである。その理由として、幼児は保護者や先生など大人の付き添いが必要であることや、身体活動について自らの好みや意見を述べられるほど成長していないこと、幼児の身体活動をデバイスで計測するのが難しいことなどがあげられる。一方で、幼児期の身体活動やフィジカルリテラシー^{※1}がその後の心身の成長に影響するという考え方は国際的に広がりを見せており、近年、身体活動ガイドラインにおいても幼児期の身体活動推奨時間・強度等が示されている。

身体活動の促進は、解決すべきグローバル課題の一つとして、公衆衛生分野だけでなくスポーツ分野でも取り組みが進められており、スポーツ政策の一環としても子どもを対象とした取り組みが推進されている。その背景として、海外では数十年前から子どもの肥満とそれに伴う生活習慣病が問題視されてきていることや、小学生以上の子ども・青少年を対象とした取り組みが実施されてきたにもかかわらず、スクリーンタイムの増加などライフスタイルの変化もあって、十分な効果が得られていない状況がある。そこで、分野横断型の取り組みによって、幼児のうちから体を動かす習慣をつけること、フィジカルリテラシーをつけることの重要性が注目されるようになった。公衆衛生・スポーツ・都市計画・交通計画など、幅広い観点でのアプローチが求められる。近隣環境は、まさにそれを実現するものである。

研究1では、幼児の身体活動と近隣環境との関係について、国内の現状を明らかにする調査を行った。研究2では、先行研究による国際動向の把握と具体的な事例について分析を行う。研究2の目的は、国際的な視点・観点を整理し、そこから日本の施策への応用可能性を検討することである。

2. 海外先行研究の収集・分析

(1) 身体活動促進に向けた国際動向：スポーツ分野との協働

身体活動促進にかかる国際動向として注目すべき事象は、2018年に世界保健機関(WHO: World Health Organization)が公表した「身体活動に関する世界行動計画 2018-2030(GAPPA: Global Action Plan for Physical Activity)」である。この行動計画は、国連が2015年に公表した「持続可能な開発目標(SDGs: Sustainable Development Goals)」に沿うものであり、国連が示したグローバルな諸課題とそれらを解決するために設定された、2030年をゴールとするSDGsを踏まえて作成されている。

一方、国際スポーツ界においても、運動不足(身体不活動: physical inactivity)というグローバル課題の解決にスポーツを活用しようとする動きが活発化してきている。その動きが始まったのは、WHOが運動不足の蔓延を世界的なデータで示し(2008年)、成人だけでなく青少年にもその傾向が広がっているという危機感と国際勧告を提唱(2010年)した頃からと考えられる。「健康のための身体活動に関する国際勧告(Global Recommendation on Physical Activity for Health)」として、5歳以上の子ども・青少年・成人を対象に世代別の身体活動推奨基準をWHOが公表した2010年に、WHOと

※1 生涯を通じて身体活動を維持するための動機、自信、身体的資質、知識、理解など。第3期スポーツ基本計画では「生涯にわたって運動やスポーツを継続し、心身共に健康で幸福な生活を営むことができる資質や能力」を『いわゆるフィジカルリテラシー』と表現している。

国際オリンピック委員会(IOC:International Olympic Committee)は覚書を交わしている。覚書に盛り込まれた事項は、健康的なライフスタイルの推進を協力して進めるために、身体活動推進によって糖尿病等の非感染性疾患(NCDs:Non-communicable diseases)を予防すること、子どもの肥満解消にスポーツを活用すること、オリンピックをタバコのない大会とすること、Sport for All を協力して推進していくことなどである。また、国際的に Sport for All を推進する団体「国際スポーツ・フォーオール協議会」(TAFISA:The Association For International Sport for All)は、運動不足というグローバルな課題に対応するため、2030年をゴールとする「TAFISA Mission 2030」を2017年11月に公表し、SDGs と紐づく課題解決やアクティブシティの実現を目標の一つとして掲げている。

さらに、国連が SDGs を採択した2015年には、ユネスコが「体育・身体活動・スポーツに関する国際憲章」を公表し、体育・身体活動・スポーツが有する価値を生かして人類の発展に役立てることを宣言した。このタイミングで各国のスポーツ政策においても、スポーツに身体活動を含めた新しい政策や戦略が公表されている。例えば、豪州政府が2015年3月に公表したスポーツ参加促進戦略「Play.Sport.Australia」では、スポーツ実施にかかわる環境変化を分析し、身体活動も含めた新しい実施状況調査「AusPlay」を導入して一つの調査で大人と子どもを対象とし、親子関係の影響も調べられるようにしている。また、英国政府が2015年12月に公表したスポーツ戦略「Sporting Future」では、運動不足による社会経済的コストを試算してスポーツ・身体活動の重要性を示すとともに、スポーツ実施率調査から身体活動を含めて活動的かどうかを測る調査「Active Lives」への転換も示された。豪州も英国も、国民がアクティブになることで、ウェルビーイングや地域社会経済の発展にもつながるという考え方がスポーツ政策の中で述べられている。

海外では、WHOの行動計画「GAPPA」を受け、その内容を反映した形で2030年までの目標を掲げているスポーツ政策もある。国際社会においては、運動不足というグローバルな課題を解決するには分野を超えて協働することが不可欠と考えられている。

(2) WHOの行動計画「GAPPA」における考え方:システムズアプローチの視点

GAPPA では、国連の持続可能な開発目標 SDGs と同じく2030年をゴールとして、ビジョン・ミッション・ターゲット・戦略的目標が立てられている。ビジョンは、健康的な世界に向けてアクティブになることである。ミッションは、誰もが安全に利用できる環境や、日常生活の中で身体活動を実施できる多様な機会を得られるようにすることで、個人と社会の健康が向上し、すべての国が社会・文化・経済的に発展することである。複数の機会とベネフィットを得られるようにするために、人々の生活の場・働く場・遊ぶ場に身体活動を実施できるような環境を統合していくべきと述べられている。移動手段としてのウォーキングやサイクリングや、年代問わず楽しめるスポーツやレクリエーション、スポーツツーリズムも、身体活動の機会として捉えられている。そして、現状を変え身体活動の格差を縮めるためには、「システムズアプローチ」という考え方が効果的とされている。システムズアプローチとは、身体活動を支える社会・文化・経済・環境にかかわる要因の向上を目指す政策的なアクションを戦略的に組み合わせるとともに、個人に焦点をあてたアプローチ(教育や情報など)と組み合わせるものである。身体活動促進は、単一の政策では解決できないため、複合的に取り組む必要がある。

そのような観点から、GAPPA では4つの戦略的目標を設定している。それぞれの主な内容は以下のとおりである。

①アクティブな社会づくり(社会的規範・意識変化):

能力や年齢に応じた身体活動を日常的に実施するベネフィットに関する知識・理解を高めるキャンペーンやイベントなどによって、パラダイムシフトを起こす。

②アクティブな環境づくり(空間・場所):

住んでいる地域・都市の中で、あらゆる年齢の人が能力に応じた身体活動を日常的に実施できる空間・場所に平等かつ安全にアクセスできる権利を保護・推進するような環境をつくる。ウォーキングやサイクリングなどができるまちづくりや公共交通の利用などに関する都市計画・交通計画の統合、歩行者・自転車の安全向上策、誰もが利用できる緑地・オープンスペースの整備など。

③アクティブな人づくり(プログラム・機会):

あらゆる年齢・能力の人が、個人・家族・コミュニティとして日常的に身体活動を実施できるよう支援するプログラムや機会を推進する。質の高い体育やスポーツ・レクリエーション機会を幼児期から提供する、患者・高齢者・運動実施率の低い層の人たちの座位行動減少や身体活動向上のために相談や機会を提供するなど。

④アクティブなシステムづくり(ガバナンス・政策実行):

身体活動向上と座位行動減少に向けた国内外のアクションを実行するために最適なりソースを配置できるよう、リーダーシップやガバナンス、セクター間連携、セクター間の情報システムを強化する。分野横断型の政策やガイドライン、モニタリング、調査・評価、持続的な施策実行のための財源確保など。

こうしたシステムズアプローチによって、2016年の推定値をベースラインとして2030年には成人・青年の運動不足の割合を相対的に15%減少させるというターゲット(目標)を掲げている。

また、身体活動・スポーツの実施はあらゆる人にとって基本的な権利であるという考え方や、アクティブな遊びが子どもの成長と発達に寄与することから、5歳未満の幼児も身体活動促進の対象であると述べられている。WHOの行動計画は加盟国にアクションを促すものであり、例えば、豪州ではWHOとともに幼児向けの24時間ムーブメントガイドラインを作成し、2019年に公表している。このガイドラインでは、1歳から5歳の幼児に1日180分以上の身体活動を推奨している(3歳から5歳は60分以上の元気いっぱい遊びを含む)。また、一度に60分以上の座位行動やスクリーンタイムをしないことも推奨している。

(3) 海外先行研究の動向

WHOの行動計画GAPPAが公表された2018年以降に発表された学術論文から、幼児の運動実施と近隣環境との関係に関する研究を抽出し、さらに「システマティックレビュー」という方法で分析を行っている研究論文を用いて、先行研究の動向把握を試みた。GAPPAの戦略目標②「アクティブな環境づくり」に基づき、近隣環境の中でも特に建造環境(built environment)に焦点をあてて対象論文を抽出した。建造環境と身体活動の関係に関する研究は多いものの、幼児を対象としたエビデンスは、海外においても非常に限定的であることがわかった。例えば、従来からグローバルな課題として取り上げられてきた「児童・青少年」の肥満問題と建造環境の関係に関する研究は散見されるが、「幼児」の運動実施と建造環

境の関係に関するエビデンスはほとんどない。以下にいくつか例をあげる。

幼児の運動実施と建造環境との関係に関する先行研究	
<p>子どもの肥満を決定づける要因としての建造環境に関するシステムティックレビュー (Malacarne D, Handakas E, Robinson O, et al., 2022)</p>	<p>18歳未満の子ども・青少年を対象とした建造環境とBMIの関係に関する先行研究を分析した研究。この研究では、建造環境を広く捉え、近隣のウォークアビリティや公園・運動場へのアクセシビリティに加え、車の騒音や大気汚染との関係についても検討された。</p> <p>その結果、近隣のウォークアビリティに関しては、身体活動との関連が示唆されたものの、BMIというアウトカムに直接結びつけるだけのエビデンスは確認されなかった。一方で、公園の存在やアクセスのしやすさが小児肥満の有病率の低下と関連するというエビデンスは、確固たるものとして示されていた。</p>
<p>子どもの肥満と身体活動と道路の接続性に関するシステムティックレビューおよびメタ分析 (Jia P, Zou Y, Wu Z, et al., 2021)</p>	<p>近隣の道路の接続性(street connectivity)と子どもの肥満・身体活動との関係に関する先行研究を分析したものである。道路の接続性を評価する主な指標として、道路交差点密度(1平方キロメートルあたり3本以上の道路が交差する密度)が用いられている。</p> <p>この指標と体重に関連する行動(身体活動、アクティブな移動手段、犬の散歩、ウォーキング、座位行動など)との関係を分析した先行研究では、道路の接続性が身体活動と関連することが示唆されている。一方で、BMIや体重との直接的な関連については明確な結論を得るには至らなかった。</p>

以上、システムティックレビューによる2件の先行研究は、いずれもトピックが子どもの肥満であるため、体重やBMIといったアウトカムを立証することに困難さがあつたことがうかがえる。そこで、システムティックレビューによる全体動向把握から離れて、個別の研究として抽出した、幼児の運動実施と屋外の自然に焦点をあてた最近の研究も以下に紹介する。

幼児の運動実施と自然との関係に関する先行研究	
<p>屋外の自然と幼児の運動との関係 (George, P., Murray, K., Trost, S. G., Boruff, B., & Christian, H., 2024)</p>	<p>屋外の自然は子どもたちにとって重要な運動の場となるが、幼児にも同様の効果があるかは明らかではない。そこで本研究では、近隣のブルースペース(ビーチ・河川敷・湖畔などの水辺)やグリーンスペース(植生・緑道などの緑地)が幼児の運動に与える影響を調査した。5歳未満の子ども向けに開発された機械学習ランダムフォレスト身体活動分類モデルを用いて、身体活動と座位行動を分析した。その結果、近隣のグリーンスペースは特に男児において正の相関が認められ、ブルースペースも男女ともに運動との関連が示された。これらの結果から、幼児期の身体活動において屋外の自然環境は潜在的なベネフィットがあると考えられる。</p>

「ブルースペース」「グリーンスペース」の活用は、WHOの行動計画でも言及されている。

3. アクティブシティにおける子どもの運動促進に関する取り組み事例の分析

上記の先行研究の分析に基づいて、欧州のアクティブシティにおける子どもの運動促進に関する事例を分析する。システムズアプローチが欠かせないアクティブシティにおいて、子ども向けにどのような取り組みが実施されているのかを分析することで、日本の子どもの運動環境改善への示唆を得ることを目的とする。事例の対象は、アクティブシティの成功例として国際的に知られているリバプール市と、欧州で広域展開されているアクティブシティの取り組み「PACTE(Promoting Active Cities through Europe)」における、子どもを対象とした取り組みを実施した4都市とする。

まず、アクティブシティの概念と PACTE 事業の概要を整理し、その後5都市で実施されている子ども向けの運動促進施策を取り上げ、各都市の取り組みから、日本における運動促進施策への応用可能性について考察し、子どもの運動を促進するための方策を示す。

(1) アクティブシティとは

「アクティブシティ」とは、スポーツや身体活動を通じて住民の健康を向上させるとともに、社会的結束や経済的発展を促進する都市のことを指す。住民が日常的に運動を行いやすい環境を整備し、健康増進を促進するまちづくりの概念でもある。

リバプール市(英国)は、1970年代の産業衰退による失業や犯罪の増加、住民の健康悪化という問題に直面し、これを克服するためにスポーツや身体活動を活用する「アクティブシティ戦略」を2005年に開始した。この戦略では、スポーツ・身体活動を都市計画や地域の政策に組み込み、市全体で健康促進に取り組むことが重視された。リバプール市の成功の鍵は、行政・民間・大学・スポーツクラブなど多様なステークホルダーが連携し、データに基づく計画を策定・実施したことにある。例えば、学校を開放して子どもたちのスポーツ機会を増やす「アクティブスクール(Active Schools)」、公共施設を活用した「アクティブライフスタイル(Active Lifestyle)」、職場での身体活動を推奨する「アクティブワークプレイス(Active Workplaces)」など、幅広いプログラムを展開した。さらに、貧困地域に住む住民や運動不足の成人、社会的に孤立しがちな高齢者にもアクセスし、誰もが参加できる環境を整えた。

その結果、住民の運動習慣やスポーツ参加率が向上し、犯罪の減少や人口増加にもつながった。リバプール市の取り組みは、WHO や TAFISA が推進する「グローバル・アクティブシティ」プログラムへと発展し、国際的な枠組みのもとで多くの都市が取り組んでいる。

アクティブシティの考え方は、単にスポーツ参加を増やすだけではなく、都市環境そのものを改善し、誰もが健康的に生活できる持続可能な都市を実現することにある。この視点は、日本のまちづくりや地域活性化にも応用できる可能性がある。

(2) PACTE事業の概要

PACTE 事業は、欧州全域において身体活動を促進するアクティブシティの推進を目的とした取り組みである。NPOシンクタンク「スポーツ&シチズンシップ」が主導している。欧州の自治体を対象に、身体活動に関する状況調査や政策支援、普及啓発を行っており、EU域外の英国も含まれる。その活動のモットーは「We are designed to move. Our cities should be too.(人は動くようにできている。ならば、街もそうあるべき。)」であり、運動不足が深刻な課題となっている欧州において、都市の環境そのものを変えることで、住民の身体活動を促進することを目指している。

PACTE 事業は 2018 年から2020年の 3 年間にわたり、欧州各地で調査やワークショップを実施

し、自治体向けのアクティブシティ推進キャンペーンを展開した。その後、2022年からは「PACTE+」として第2弾がスタートし、都市の政策やガバナンスに焦点をあてた「Matrix for Change(変化のマトリックス)」ツールを開発した。このツールは、自治体が自身の現状を把握し、アクティブな都市づくりに向けた行動計画を策定するための支援ツールとして提供されている。

PACTE 事業は、「アクティブシティ(Active City)」「アクティブスクール(Active Schools)」「アクティブモビリティ(Active Mobility)」「アクティブワークプレイス(Active Workplace)」の4つの環境整備を重点分野として設定し、各自治体の取り組みを支援している。2024年には「アクティブスポーツクラブ」が新たに加わり、地域スポーツクラブを通じた社会的なつながりや健康促進の強化にも取り組んでいる。このように、PACTE 事業は都市環境を変えることで住民の健康と生活の質を向上させることを目指し、欧州各地で広がりを見せている。

(3) アクティブシティにおける子どもの運動促進に関する取り組み事例

3-1) 英国のリバプール市の取り組み

リバプール市の人口は約50万人である。2005年に公表された「リバプールアクティブシティ(LAC)戦略」は、スポーツや身体活動を通じて社会課題の解決を目指す取り組みであり、分野を超えた連携組織の形成につながった。この戦略のもと、既存事業や施設の見直し、効率的な予算配分、ブランド化による統一イメージの発信、地域コーディネーターの配置による地域課題への対応などが長年にわたって進められてきた。

LAC 戦略は、市民のスポーツ・身体活動機会の向上を促すだけでなく、スポーツイベントの誘致や関連産業の活性化にも寄与し、結果として人口増加にもつながっている。リバプールは、こうした取り組みを先駆的に進める「アクティブシティ」のパイオニアとして、国際的にも知られる都市となっている。

<子どもを対象とした取り組み>

●子ども向け身体活動促進計画:Active Promise(AP)の取り組み

LAC 戦略が始まる以前の1990年代から、リバプールジョージムア大学(LJMU)では、子どもの健康向上を目的とした「SportLinx」事業が実施されていた。この事業では、体力・食事・ライフスタイルをモニタリングし、子どもの健康状態を把握する取り組みが進められていた。LJMU 大学は、LAC 戦略の連携組織の中心的な役割を担い、小学校の放課後やクラブにおけるスポーツ・身体活動の実態調査を実施した。こうしたデータに基づき、2009年には5歳未満の幼児を対象とした介入プログラム「Active Play(アクティブな遊び)」を導入し、その結果、身体活動量の一定の増加が確認された。

しかし、LAC戦略に基づくこうした取り組みが進められているものの、2019年時点で国の身体活動推奨基準を満たす子どもの割合は依然として低く、5歳未満で約1割、5~18歳では約2割にとどまっている。この傾向はリバプール市内に限らず、イングランド全体でも同様である。

幼児期からの運動習慣が生涯にわたる健康の基盤を形成し、子どもたちの人生を豊かにする重要な要素であるとの考えのもと、2014~2021年のLAC戦略に基づき、子どもと青少年のスポーツ・身体活動向上を目指す行動計画「Active Promise(以降、APと省略)」が導入された。この計画の策定にあたっては、英国内外で子どもの健康とウェルビーイング向上に取り組んできた慈善団体「Youth Sport Trust」と連携し、作業が進められた。まず、子ども・青少年のスポーツ・身体活動を妨げる要因を明らかにするため、子どもたち自身の意見を収集し、意識や行動の詳細な分析を行った。その結果、子どもたち

のニーズが多様化しており、市が提供する活動の内容や場所と必ずしも合致していないこと、さらには家族やコミュニティの影響も大きいことが判明した。

これらの課題を踏まえ、子ども・青少年の身体活動を増やすためには、統合的かつ協働的なシステムが必要であると考え、システムズアプローチ^{※2}を採用し、以下の6つの根本原則を策定した。

システムズアプローチに基づく6つの根本原則	
①子ども・青少年を中心に考える	子ども・青少年はカスタマー(顧客)である。彼らに提供するサービスが有料であるかどうかにかかわらず、彼らはプログラムやプロダクトのエンドユーザーであり、何をどうやってなぜ提供するのかを考える際は、まず子ども・青少年を中心に置くべきである。その上で「彼らのスポーツ・身体活動機会へのアクセスを阻む障壁をいかにして減らせるか」を考えなければならない。
②環境に左右されず、どこでもアクティブに	システムズアプローチによって、子ども・青少年がどのような環境(自宅・学校・レジャー施設や移動中)にあってもアクティブでいられるようにする。
③乳幼児期からのフィジカルリテラシー育成	システムズアプローチは生まれる前から始まり、運動能力や自信を育むことを目指して幼児期から中高等学校までの間にフィジカルリテラシーを身に着けるようにする。
④学校での運動機会の拡充	体育の時間だけでなく、座っている時間を減らして身体活動を増やすようなアクティブな授業を提供するなど、様々な方法で幼稚園や学校が子ども・青少年の運動能力の発達を支える。
⑤身体活動の社会的・経済的な価値を理解する	主要政策課題として身体活動を捉え、身体活動サービス提供による経済効果や健康効果を理解する。例えば、車通学から徒歩通学に変わることによる環境への影響や交通渋滞の緩和、子ども・青少年の健康・ウェルビーイングへのインパクトなど。常に、子ども・青少年の健康とウェルビーイング向上を中心に置く。
⑥エビデンスに基づくアプローチ	新しいプログラムや介入、キャンペーン、メッセージ発信は、必ずエビデンスに基づくようにする。英国内の他の都市や海外において効果のあった施策をリバプール市で取り入れる。例えば、市内の緑地や公園へのアクセス向上によって身体活動を増やすことができるかを検討する。

上記の6つの原則を踏まえ、身体活動の促進に向けて、スポーツイングランドが提唱する3つのアプローチ(行動変容を促す情報提供、教育と社会的支援、環境の構築と政策)や、英国政府の「アクティブスクール」に関する8つの原則も考慮された。さらに、市内の公園やオープンスペース、学校ネットワークなど、身体活動の向上につながる様々な資源の活用方法が検討された。これらを基に、APの行動計画が策定されている。

APのアクションには、全体を対象としたものと年齢層ごとに特化したものがあるが、本研究では特に幼児期の運動習慣の重要性に着目し、5歳未満の幼児を対象としたアクションを取り上げた。

^{※2} 課題にかかわる要素間の相互作用を全体の「システム」として捉え、横断的に解決策を探る方法論。WHOでは因果関係の可視化やステークホルダー協働などを推進し、持続可能な保健システム強化に活用している。

0 歳から 5 歳未満を対象とした行動計画の内容		
1. リーダーシップの確立と組織的な取り組みの推進	AP の実行をささえるため、ステークホルダーに対し、リーダーシップの発揮と組織的な取り組みを促すアクションを実施する	
	①「戦略的幼児期グループの設立 (Strategic Early Years Group)	幼児期の身体活動を AP の重要な施策として位置付け、行動計画の実行を推進するためのグループを設ける
	②幼児期をテーマとした会議の開催	「幼児期における身体活動」の意識向上を図るセッションを提供し、関係者の理解を深める
2. 家庭を対象とした身体活動機会の提供と情報発信	地域内での身体活動機会の周知と、そのメリットを伝えるためのアクションを実施する	
	①幼児向けサービス提供団体(プロバイダ)の AP 参画促進	以下の 3 つのコアアクションを実行するよう促す <ul style="list-style-type: none"> ✓ リーダーとなる担当者を任命する ✓ 5 歳未満の子どもが国の推奨する身体活動基準を達成するメリットを、提供サービスにかかわるパートナーや保護者に理解・浸透させる ✓ 週ごとのプログラムに身体活動を取り入れるとともに、追加の活動機会を家族に示す
	②専門家による支援強化	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 産婦人科医院の臨床医や患者、養護教諭、子どものいる家庭を対象に、簡潔な介入・助言のトレーニングプログラムを実施する。 ✓ 助産師や幼児を対象とする教育者の資格制度に、簡潔な助言・意識向上トレーニングを組み込む
	③「Fit for Me」キャンペーンの拡充	<ul style="list-style-type: none"> ✓ これまでリバプール市で16歳以上を対象に展開してきた身体活動促進キャンペーン「Fit for Me」を、幼児期の環境にも適用する ✓ 公共スペースで「Fit for Me」イベントを開催し、5 歳未満の子どもと保護者が一緒に参加できる活動の機会を提供する
3. 生涯にわたる健康とフィジカルリテラシーの向上	すべての子どもが教育の場や日常生活の中で、毎日30分間の身体活動の機会を確保できるようにするためのアクションを実施する	
	①プロバイダへの支援とリソースの提供	幼児向けのサービス提供者(プロバイダ)が、主要ターゲットに30分間の身体活動機会を提供できるよう、状況に応じたサポートや好事例のリソースを提供する。具体的には以下のような取り組みを行う。 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 「BalanceAbility(バランス能力)」プログラムの導入支援 ✓ 公共のフィットネスセンターでの 5 歳未満向け無料スイミングの周知 ✓ スタッフ対象のトレーニングプログラムの提供 ✓ 国の幼児期フィジカルリテラシー施策を活用した設備整備やスタッフ研修の実施 など
	②市による幼児向け身体活動機会の開発	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 市が主体となり、5歳未満の子どもがいる家庭を対象とした身体活動プログラムを開発し、地域全体での実践を促進する

3-2) ポーランドのグダンスク市の取り組み

グダンスク市は、人口約48万人の港湾都市であり、子どもの肥満や車の利用増加が課題となっていた。これらの問題に対応するため、2014年に「Cycling May(5月はサイクリング月間)」キャンペーンを開始した。この取り組みは、子どもの健康状態を改善するとともに、車で送り迎えをする保護者を減らし、通学路の安全性を向上させることを目的としている。

また、車によるCO₂排出削減や騒音問題といった環境課題への対応も追い風となり、キャンペーンはグダンスク市にとどまらず、ポーランド国内の他の都市へも拡大した。2019年には国内47都市で開催され、約18万人が参加し、そのうちグダンスク市の参加者は3.3万人に達した。

本キャンペーンは、健康的なライフスタイルの促進と持続可能なモビリティの推進を目的とした、ポーランド最大規模の取り組みとなっている。

<子どもを対象とした取り組み>

●Cycling May:自転車通学を促進し、健康と安全を育むキャンペーン

「Cycling May」は、未就学児や小学生、そして先生を対象に、自転車をはじめとするアクティブな移動手段での通学・通勤を推進するキャンペーンである。子どもたちに公道での安全な自転車の乗り方を教えるとともに、キャンペーン終了後も健康的な習慣が持続するような教育プログラムも実施している。

このキャンペーンは毎年5月に開催され、子どもたちは自転車や子ども用スクーター、ローラーブレード、スケートボードなどを利用して通学すると、シールがもらえる。獲得したシールは、自分の自転車ダイアリーに貼り、教室のポスターで共有することで、子ども同士やクラス間、学校間で競い合うことができる。さらに、最もアクティブに参加した子どもやクラス、学校には賞が授与され、モチベーション向上にもつながっている。

この取り組みは、子どもの健康的な行動を促すだけでなく、保護者の移動手段にもポジティブな影響を与えた。送り迎えの車が減少したことで、学校や幼稚園周辺の交通量が減り、歩行者や自転車にとってより安全な環境が整備された。キャンペーン開始当初は、学校側が子どもの安全性に懸念を抱く声もあったが、現在では市内の全校が参画し、広く定着した取り組みとなっている。

3-3) ベルギーのアントワープ市

アントワープ市は、人口約52万人を擁し、ベルギーで最も人口の多い都市である。2013年には「欧州スポーツ首都賞(European Capital of Sport)」を受賞しており、その理由として、市のスポーツ部局が推進する「Sporting A」の取り組みが高く評価されたことがあげられる。

アントワープ市は、レジャーやレクリエーション活動を含む多様なスポーツ機会を提供しており、市民はチャージ型の「Aカード」を利用することで、市内のスポーツ施設や教室に参加できる仕組みとなっている。その結果、市民の約3分の2が定期的にスポーツ活動に参加している。

●「Sporting A 2020-2025年」政策とスローロードの整備

同市の「Sporting A 2020-2025年」政策では、ウォーキングやサイクリングなどの「低速」交通手段を促進するために、「スローロード(低速道路)」の開発を進めている。スローロードとは、「自動車の通行がほとんどない、もしくは完全に排除された道路」のことであり、自動車利用の抑制を目的としている。現在、700km以上のスローロードが整備済み、または整備中である。

●持続可能な交通へのシフト

さらに、市は「ルートプラン 2030」という地域モビリティ計画を策定し、アクティブなモビリティを推進するための持続可能な交通政策を進めている。これにより、市民が徒歩や自転車を活用しやすい都市環境を整備し、健康的で持続可能なライフスタイルの実現を目指している。

<子どもを対象とした取り組み>

●学校スポーツ支援:SVS と Sporting A による放課後スポーツの推進

アントワープ市が属するフランダース地方では、学校スポーツの多くが「フランダース学校スポーツ組織(SVS)」によって統括されており、SVSが体育の授業や課外スポーツの提供を担っている。これらの活動の多くは無料で、SVS と自治体の連携により地域ごとに運営されている。

さらに、市の「Sporting A」プログラムでは、「放課後スポーツ」(Sport Na School)パスを導入し、放課後にスポーツを楽しめる機会を提供している。このパスを利用することで、子どもたちは学期ごとに「4か月35ユーロ(年間55ユーロ)」で、多様なスポーツアクティビティに参加できる。こうした取り組みにより、学校内外での身体活動の機会を増やし、子どもたちの健康的なライフスタイルの定着を促進している。

3-4) スロベニアのリュブリャナ市の取り組み

リュブリャナ市はスロベニアの首都であり、人口約29万人の都市である。環境に配慮した都市づくりが評価され、2016年には欧州委員会が創設した「欧州グリーン首都賞(European Green Capital)」を受賞した。市内には屋外で運動できる場所や設備が豊富に整備されており、ウォーキングやサイクリング、マラソンのイベントも定期的に開催されている。

●市民の健康維持・増進への取り組み

リュブリャナ市では、市民の健康維持と向上を目的に、無料の定期健診やがん予防検診を提供し、ヘルスリテラシー向上のための冊子を配布するなど、多方面から健康促進に取り組んできた。

また、その一環として、子どもと青少年を対象に体力増進と環境に焦点をあてた学校づくりを推進するとともに、「健康的な幼稚園(healthy kindergartens)」ネットワークの構築も進めている。これにより、「健康的なライフスタイル」という概念を学校や幼稚園のカリキュラムに組み込み、幼少期からの健康意識の定着を図っている。

<子どもを対象とした取り組み>

●自転車教育プログラム:子どもの運動能力と安全意識を育む取り組み

健康的なライフスタイルを生涯にわたって維持するためには、子どものうちから身体活動を推進することが重要である。この認識のもと、リュブリャナ市ではすべての小学校の4年生と5年生を対象に、自転車の乗り方と安全に走行するための知識・スキルを教える事業を開始した。この事業の目的は、子どものコーディネーション能力・敏捷性・バランスの向上である。市のスポーツ部局が主管し、市と自転車クラブ、体育教師が運営管理を担当した。

2019年には3,000人以上の子どもが参加し、24人のコーチと3人のマネージャーが関与した。事業費用は45,000ユーロで、すべて公的資金から拠出された。結果として、市内全校の50%以上、また4

年生・5年生の60%以上が参加し、子どもたちの自転車技術と安全意識の向上につながった。

3-5) スウェーデンのウメオ市の取り組み

ウメオ市はスウェーデン北東部に位置する人口約13万人の都市である。複数の大学やミュージアムがあり、学生数は3万人以上にのぼることから、若者が多い街としても知られている。また、市内には山や湖などの豊かな自然環境が広がり、アウトドアアクティビティが盛んに行われている。

しかし、ウメオ市では子どもの運動不足や、男女間における運動実施の格差が課題となっていた。1970年代には約90%の子どもが徒歩や自転車で通学していたが、車の利用が増加するにつれ、その割合は減少し、2006年には58%まで低下した。こうした状況を改善するため、市は様々な施策を展開している。

<子どもを対象とした取り組み>

●アクティブ通学推進事業:Change the Gamesの取り組み

ウメオ市では、子どもの運動不足や男女間の運動実施格差の解消に向けて、「Change the Games (現状を打破する)」事業を開始した。この取り組みは、車を利用せず、自らの力で移動する「アクティブな通学」を推進することを目的としている。この事業は、地元企業の支援を受けながら、小学3年生から5年生を対象に、週ごとに異なる移動手段(スケートボードや子ども用スクーターなど)を提供するものである。

まず、児童・保護者・先生を対象にフィジカルリテラシーに関するワークショップを開催し、子どもたち自身がアクティブな通学のアイデアを出し合った。そのアイデアを基にパイロット事業を実施した結果、「読み書き以上に体を動かすことが重要である」という認識が児童たちの中で広がり、新たな挑戦への意欲も高まった。

特に低学年の児童において、事業の実施前後でスポーツ・身体活動に対する意識や行動に変化がみられ、アクティブな通学を習慣化するきっかけとなった。

4. まとめ: 5都市の取り組みに関する考察

(1) 「アクティブな通学」を促進する取り組みの広がり

ポーランドのグダンスク市では、5月の「Cycling May」キャンペーンを通じて、アクティブな通学の意識を高め、行動変容を促す取り組みが進められている。このキャンペーンは、子どもの自転車通学を促進するだけでなく、送り迎えの車を減少させ、通学路の安全性向上にも寄与している。一つの都市の成功事例が全国に広がった点も重要であり、都市間の相互学習や政策の波及効果を示している。

ウメオ市の「Change the Games」事業も、同様にアクティブな通学の促進を目的としており、週ごとに異なる移動手段を提供することで、多様なアクティブモビリティの選択肢を子どもたちに体験させている。また、企画段階から子ども自身が参画することで、自らの生活の中で運動の重要性を実感し、新しい行動を習慣化するきっかけを生み出した点が特徴的である。

これらの事例は、「アクティブな通学」の推進において、単なるインフラ整備だけでなく、キャンペーンやプログラムを通じて意識改革を行い、社会全体での行動変容を促すことが有効であることを示している。

(2) スポーツ政策と地域のスポーツ環境整備

アントワープ市は、2013年に欧州スポーツ首都賞を受賞しており、スポーツの価値を地域社会に根付かせる取り組みを進めている都市の一つである。特に、放課後スポーツの機会を低価格で提供する「Sporting A」プログラムは、学校教育と地域スポーツをつなぐ役割を果たしている。さらに、最新の計画では、アクティブモビリティを促進するためのインフラ整備にも力を入れており、都市計画とスポーツ政策を連携させた包括的な取り組みが進められている。

このように、スポーツを競技スポーツだけでなく、レクリエーションや健康促進の観点からも捉え、インフラ整備と組み合わせることで、より持続可能なスポーツ政策を実現するモデルが示されている。

(3) フィジカルリテラシーと自転車教育の導入

リュブリャナ市では、学校の教育カリキュラムに自転車教育を導入し、子どもがフィジカルリテラシーを身につける機会を制度化している。この取り組みは、単に自転車の技術を習得するだけでなく、交通ルールの理解やとっさの判断力、適応力を育むことにもつながり、子ども自身の安全だけでなく、街全体の交通安全の向上にも寄与する。

このように、学校教育の中でフィジカルリテラシーを高めることは、生涯にわたる健康的なライフスタイルの基盤を形成し、子どもの運動能力向上と都市の安全環境の向上の両方に貢献することが示されている。

(4) 市民の意識変革と持続可能な健康習慣の形成

リバプール市の「Active Promise (AP)」計画は、子どもの身体活動を推進するために、地域社会全体を巻き込んだ取り組みを展開している。特に、保護者や専門家の理解促進を重視し、スポーツや身体活動の社会的・経済的価値を明確にすることで、市全体の行動変容を促している。

さらに、子どもたち自身が身体活動に関するアイデアを出し合うワークショップを開催し、主体的に運動習慣を身につける仕組みを取り入れた点が特徴的である。このような取り組みは、単なる施策の導入にとどまらず、将来的に持続可能な健康習慣を形成するための基盤づくりに寄与している。

このような結果から、5つの都市の事例は、それぞれの地域の課題に応じたアプローチを取りつつも、アクティブモビリティの推進、フィジカルリテラシーの向上、スポーツ政策と都市計画の統合、市民意識の変革といった共通のテーマに基づいて取り組みが進められていることがわかる。今後、各都市間での知見共有や成功事例の応用が進むことで、より効果的な健康・スポーツ政策の実現が期待される。