

第4回スポーツ医・科学拠点整備に向けた有識者懇談会 次第

日時：令和8年2月4日（水）午前9時30分～

場所：市役所西庁舎11階 西11B会議室

1 開会

2 議題

- (1) スポーツ医科学拠点の主な機能について 資料1
- (2) スポーツ医科学の取組みの考え方等について 資料2
- (3) メディカル・コンディショニングサポートの提供手法について 資料3
- (4) スポーツ医科学拠点における機能配置の考え方について 資料4
- (5) 今後の検討課題について 資料5

3 その他

4 閉会

(参考資料)

- 参考1 第3回スポーツ医・科学拠点整備に向けた有識者懇談会 議事概要
- 参考2 他都市のスポーツ医科学センター等における特徴ある取組み
- 参考3 運動・スポーツと健康に関する市民アンケート（速報版）

本日も議論いただきたい点について

○スポーツ医科学の取組みの考え方等について

- ・本市が新たに行うスポーツ医科学の取組みについて、分かりやすいことばの整理を行う
- ・アジア・アジアパラ競技大会に関するレガシーの視点について、予め注目や留意しておいた方がよい点があるか

○メディカル・コンディショニングサポートの提供手法について

- ・拠点で提供し得るメディカル・コンディショニングサポートについて、こういった手法が考えられるか
- ・分散型サポートとの運営や効果の違いを踏まえた機能のあり方

○スポーツ医科学拠点における機能配置の考え方について

- ・スポーツ医科学拠点における各機能の役割や関係性・親和性を踏まえ、円滑な運営、効果的なサービスの提供の視点から、機能のグルーピングや望ましい機能配置の考え方を整理

○今後の検討課題について

- ・段階的検討を行うにあたり、スポーツ医科学拠点が必要な役割を継続的かつ効果的に果たせるよう、取り組み内容の詳細や人材・財源確保等の視点から必要となる今後の検討課題を整理

スポーツ医科学拠点の主な機能について(案)

基本方針

スポーツ医科学サポートにより、アスリートの競技力向上のほか、子どもから高齢者、障害者、健康増進のためにスポーツを取り入れようとしている市民が、安全・継続的にスポーツを実施することでスポーツ寿命、健康寿命の延伸につなげる

1 安心・健康で継続的・効果的な運動・スポーツの実施

スポーツ外傷・障害を予防し、安全かつ健康的な運動・スポーツの実施につなげるため、個々の目的、健康状態等の状況に応じた支援を行います。

2 競技力の向上

アスリート、パラアスリートが持つ能力やパフォーマンスの向上を目指した支援を行うとともに、次世代を担うジュニアアスリートの育成支援を行います。

取組みの柱

3 サポート人材への支援・育成

指導者に対し知識の習得やスキル向上の支援を行うことで取組みを広げるとともに、関係機関と連携した専門人材の育成及び確保を図ります。

4 知見・データの活用・還元

スポーツ医科学支援により得られた知見やデータを活用し、大学等と連携した研究を行うなど、更なる効果的な支援の提供により市民に還元できる仕組みをつくります。

スポーツ医科学拠点の主な機能について(案)

1 安全・健康で継続的・効果的な運動・スポーツの実施

子どもから高齢者、障害者まで誰もがスポーツ外傷・障害を予防しながら安全かつ健康的に運動・スポーツを継続して楽しみ、ライフパフォーマンスの向上を図れるようスポーツ医科学の幅広い知見を活かした支援を行います。また、競技特性だけでなく、運動・スポーツの目的、個々の健康状況、子どもの発育などに応じた効果的な支援を行います。

区 分	内 容	主な専門人材	諸 室
スポーツ版 人間ドック (仮称)	<ul style="list-style-type: none"> ○メディカルチェック 尿、血液、胸部X線、呼吸機能、安静時心電図、運動負荷心電図、骨密度・骨量、食事調査、内科診察 等 ○フィジカル・フィットネスチェック 体組成(体脂肪率、筋肉量)、骨年齢 筋力、瞬発力、筋持久力、敏捷性、柔軟性、全身持久力 等 ○フィードバック 検査結果の所見 トレーニング・栄養等に関する助言・指導 	内科医 臨床検査技師 放射線技師 スポーツ科学者 管理栄養士 等	診察室・待合室 検査室・更衣室 X線診療室・測定室
各種教室・ プログラム・ 相談等	○個々の身体の状態や運動・スポーツの目的、競技種別や、スポーツ版人間ドック(仮称)の結果等を踏まえ、運動・トレーニング方法の提案や、栄養・心理等の指導・助言、女性を対象としたスポーツ相談などのコンディショニングに関する支援や目的別教室等の実施(ジュニア世代、高齢者、障害者が集まる場への出張教室等を含む)	アスレティック トレーナー 健康運動指導士 管理栄養士 等	トレーニング室 運動室(多目的 アリーナ)・更衣室
スポーツ施設 連携サポート	○市内のスポーツ施設等と連携し、測定結果を踏まえた効果的なトレーニング方法等の助言・指導により、日常的な運動・トレーニングの効果向上を図る	健康運動実践指導者 等	トレーニング室 運動室(多目的 アリーナ)・更衣室
広報啓発	○スポーツ医科学の効果や、対象に応じて取り組みやすい運動・スポーツ情報などの発信、動画コンテンツの提供など	サポート内容による	動作分析室 等

スポーツ医科学拠点の主な機能について(案)

2 競技力の向上

アスリート・パラアスリートが持っている能力を維持・向上させ、パフォーマンスを最大限に発揮できるように、スポーツ医科学の専門的な知見を活かした支援を行います。また、次世代を担うジュニアアスリートの育成支援等を通じて、新たなアスリートが誕生する好循環をつくります。

区 分	内 容	主な専門人材	諸 室
アスリート体力測定	アスリート向け体力測定・フィードバック等を実施 (形態、身体組成、筋力、有酸素性能力等) ※将来的にHPSCネットワーク連携機関を目指す	スポーツ科学者	測定室・更衣室
フィジカルトレーニングサポート	個人や競技の特性に応じたトレーニングメニューの提案	アスレティックトレーナー スポーツ科学者	運動室(多目的アリーナ)・更衣室 トレーニング室
メディカルチェック (スポーツ外傷・障害予防)	ジュニアアスリート等の身体の各部位を確認し、競技によって頻発しやすいスポーツ外傷・障害の予防や早期発見を図る	整形外科医 理学療法士 放射線技師	診察室 検査室
チームサポート	チーム単位によるフィジカル、メディカル、栄養、心理等のサポートの提供(パッケージ化含む)	サポート内容による	サポート内容による
動作分析・映像サポート	映像等による動作分析により、競技特性に応じた動作の最適化等	スポーツ科学者	動作分析室

対象や希望に応じて複数のサポートをパッケージ化して提供

スポーツ医科学拠点の主な機能について(案)

3 サポート人材への支援・育成

指導者に対しスポーツ医科学に関する正しい知識の習得やスキル向上のための支援を行うことで、効果的・効率的に取組みを広げるとともに、関係機関等と連携した専門人材の育成及び本市の取組みを担う人材の安定的な確保を図ります。

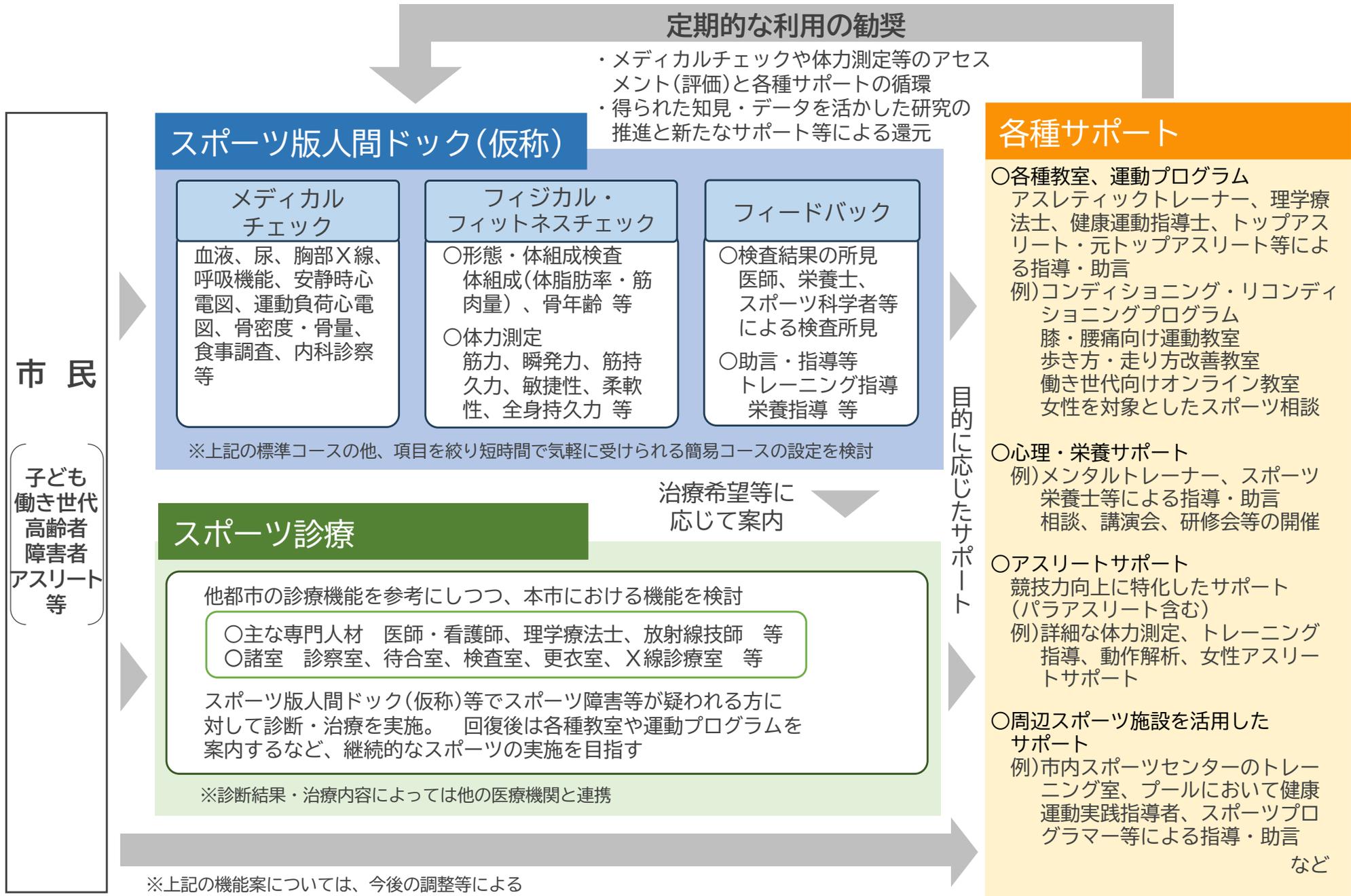
区 分	内 容	主な専門人材	諸 室
指導者研修会・相談会・交流会	発育段階にあるジュニア世代を指導する指導者等を対象に、トレーニング方法、指導方法、栄養、心理、休養、熱中症対策等の研修会・相談会・交流会等を実施(オンライン形式含む)	アスレティックトレーナー 健康運動指導士 管理栄養士 臨床心理士 等	ホール 研修室 トレーニング室 運動室(多目的アリーナ)
サポート人材講習会・交流会	スポーツ医科学に関係するサポート人材の講習会・交流会の実施や、企業との人材交流等の取組みにより知見の深化や連携の強化を図る	医師 理学療法士 アスレティックトレーナー 管理栄養士 臨床心理士 等	ホール 会議室
学生等への実践の場の提供	測定や指導などの各種サポートの場面で、スポーツ医科学の専門人材を目指す学生等の研修やインターンを受け入れ、大学等と連携した人材育成を図る	医師 理学療法士 アスレティックトレーナー 管理栄養士 臨床心理士 等	各サポートで必要な諸室 会議室
施設貸出 等	運動・スポーツを行うコミュニティの拡大や活動の活発化に向けて、貸室等を実施	—	会議室

スポーツ医科学拠点の主な機能について(案)

4 知見・データの活用・還元

各種支援等を通じてスポーツ医科学に関する知見やデータの蓄積が期待できるため、大学等と連携し研究に有効活用するとともに、更なる効果的な支援の提供を行うことで市民に還元できる仕組みをつくります。

区 分	内 容	諸 室
スポーツ医科学研究の促進	<ul style="list-style-type: none"> ○スポーツ医科学支援で得られた知見やデータを活用し、大学等と連携して、健康増進、パフォーマンス向上に資する研究を行うほか、成果を発信し、成果に基づいた地域スポーツの指導者育成を始めとした新たな支援への還元 ○大学等の研究者間の情報交換、交流機会の創出 	ホール 会議室 事務室
情報の収集及び発信	<ul style="list-style-type: none"> ○HPSCなどの最新の知見の収集や、他都市のスポーツ医科学センターとの交流・知見の共有などによる情報収集 ○ウェブサイト、SNS、動画、パンフレット、チラシ等を通じて、スポーツ医科学を活用した知識・情報を広く発信・啓発 	施設内の諸室
産官学連携等による取組みの普及	パフォーマンス向上や健康増進をテーマとし、企業や大学との連携等により、スポーツ医科学を活用した取組みの普及を図る	ホール 会議室



スポーツ医科学の取組みの考え方等について①

スポーツ医科学の取組みを進めるにあたっての考え方

スポーツを医学、生理学、生体力学、心理学、栄養学などの面から複合的にとらえた学問・研究であるスポーツ医科学により得られる知見等をもとに、競技力の向上や運動・スポーツを通じた健康づくり等を目的として、すべての市民を対象としたメディカルフィットネス、スキル、メンタル及び栄養等に関する効果的なサポートを行うもの

【参考】

■スポーツ基本法 第16条第1項（スポーツに関する科学的研究の推進等）（令和7年9月1日改正）

国は、医学、歯学、薬学、生理学、栄養学、法学、経済学、社会学、心理学、倫理学、教育学等のスポーツに関する諸科学を総合して実務的及び基礎的な研究を推進し、これらの研究の成果を活用してスポーツに関する施策の効果的な推進を図るものとする。

■横浜市「スポーツ医科学とは」（同市調査季報第129号より）

運動、スポーツ競技を生理学的、生体力学的、心理・社会的、病理学的な面からとらえ、研究する学問であり、これらの知識を臨床医学に応用し、肉体的な動き、運動、さらにはスポーツ活動について機能的能力の増進、維持、さらには競技力の向上を図る。

また、運動、スポーツを健康の保持、疾病の予防、治療に積極的に役立てるとともに、運動、スポーツを行うことにより生じる外傷、障害の治療、リハビリテーション、予防を行うものである。

■長崎県スポーツ協会「スポーツ医・科学とは」（同協会ホームページより）

スポーツにおける競技力の向上やスポーツを通じた健康づくりのために必要なメディカル・フィットネス・スキル・メンタル・栄養等に関する研究や学問のことです。

スポーツ医・科学の研究成果は、スポーツ選手の競技力向上のための効果的なトレーニング法や指導法等に活用されるだけでなく、一般のスポーツ愛好者や健康づくりのために運動を取り入れようとしている人にも、安全にスポーツを行うために必要なスポーツ傷害の予防に関するアドバイス等幅広く活用されています。

スポーツ医学の取組みの考え方等について②

アジア・アジアパラ競技大会を通じたレガシーの視点について

資料2-2

▶ スポーツの関心の高まり

市民のスポーツへの関心の高まり（行動変容の契機）、スポーツ実施率の向上

▶ 働き世代におけるスポーツ推進

企業等におけるスポーツ推進の取り組みの広がり、働き世代のスポーツ・運動の習慣化

▶ 多職種連携による医科学サポート

医師、理学療法士、アスレティックトレーナーなどが役割分担し、治療、リハビリ、機能向上、コンディショニング、リカバリー、スポーツ障害予防など、アスリートに対して円滑かつ効果的なサポート

▶ パラスポーツ支援の知見、経験

パラスポーツへの理解が進み、パラアスリートに対するトレーニングやコンディショニング等に関する知見・ノウハウや経験の活用

東京都

「TOKYO2020 LEGACY REPORT」

- ・ 都民のスポーツ実施率の向上 53.9%(2012)→68.9%(2021)
- ・ 障害者のスポーツ実施率の向上 32.4%(2018)→35.4%(2021)
- ・ スポーツ活動を推進する企業を2021年に333企業認定
- ・ パラスポーツに関心がある都民の割合 43.6%(2020)→53.0%(2021)

東京都医師会健康スポーツ医学委員会

「全世代に向けた、東京オリンピック・パラリンピック大会のレガシーとしての“運動・スポーツ”の普及について」

- ・ 運動・スポーツの普及は、全世代共通の健康課題に対する最もコスト効果の高い対策
- ・ 医療、行政、学校、地域が連携し、運動を“文化”として定着させる必要がある
- ・ 特に高齢者の自宅籠り防止、子どもの体力回復、働く世代の生活習慣改善が急務

日本理学療法士協会

記録集「東京2020オリ・パラ大会から理学療法士の未来に向けて」

- ・ スポーツ理学療法の体系化
- ・ 障がい者スポーツ支援強化（呼吸筋トレーニングや競技特性に応じたフィットネス導入等）
- ・ 教育研修の標準化（機能評価、急性期対応、競技特性、障害者スポーツ、英語対応等）

日本アスレティックトレーニング学会

「日本アスレティックトレーニング学会誌」

- ・ PT・医師・ATの役割分担と連携方法が明文化（医療行為はPT/医師、コンディショニングはAT）
- ・ 医療とコンディショニングの一体化（症状ある選手がPT利用後に競技復帰のための調整をATが行い切れ目のない選手サポート体制が実現）

メディカル・コンディショニングサポートの 提供手法について

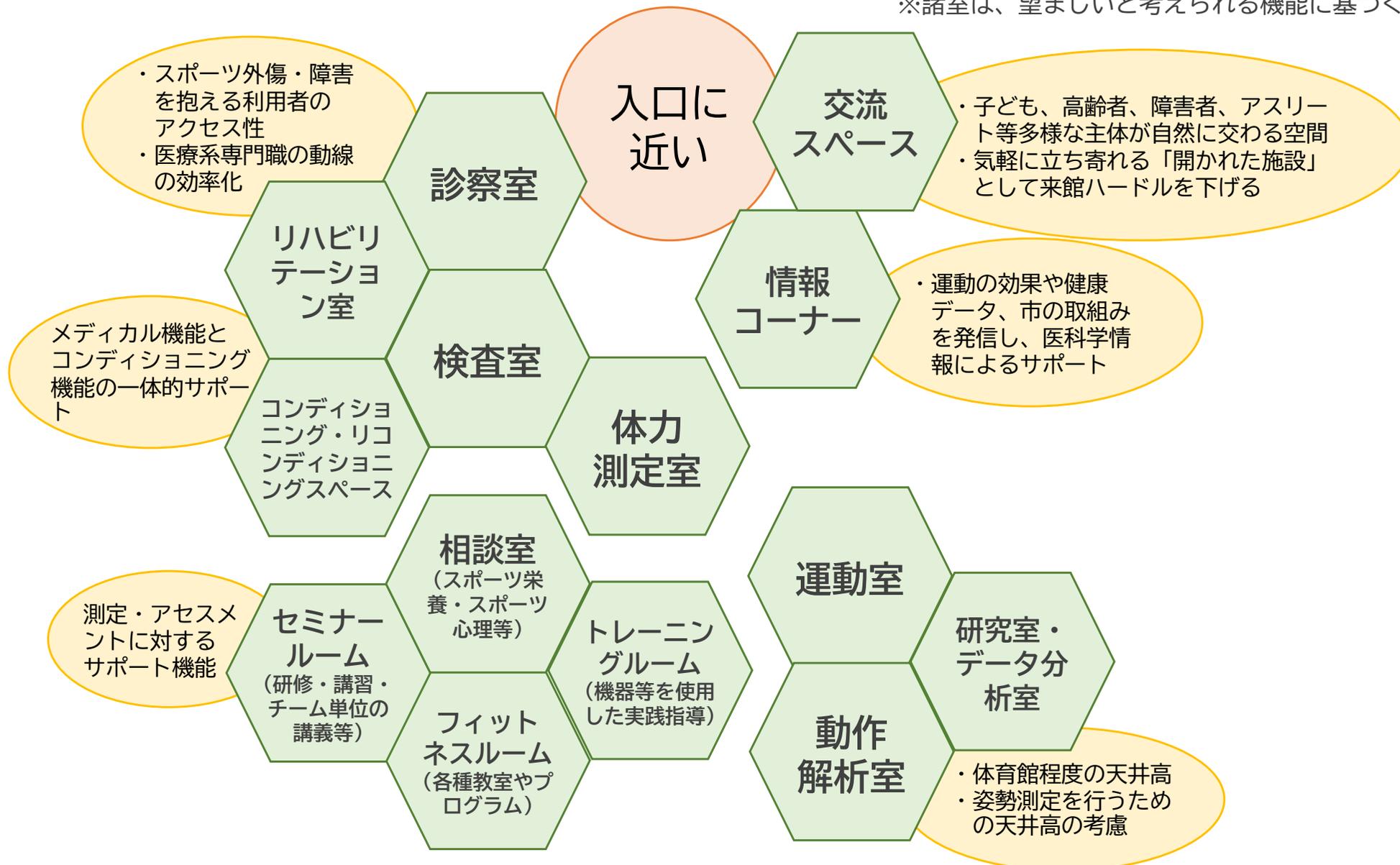
資料3

提供手法	主な内容・役割	
スポーツ版 人間ドック (仮称)	メディカル・フィジカル・フィットネスチェック、フィードバック	<ul style="list-style-type: none">・スポーツに関する詳細な体力、健康状態の評価・個別最適化された運動、栄養等の助言・指導・年齢層別の運動能力、体力変化、スポーツ実施状況との相関、効果、データの把握
メディカル チェック	内科的、整形外科的評価	<ul style="list-style-type: none">・アスリート、パラアスリート等の潜在的なスポーツ障害や疾患の早期発見や予防のための健康状態・障害リスク・機能等の評価
医事相談	医師等による助言・指導	<ul style="list-style-type: none">・身体の不調、不安、違和感等に関する相談・主に整形外科、内科、婦人科が対象（他の診療科関係は専門機関を紹介）
スポーツ クリニック	外来診療 (内科・整形外科・リハビリテーション科)	<ul style="list-style-type: none">・スポーツ外傷・障害の検査・診断・治療・回復再発予防
コンディショニング・リコンディショニング	医師、理学療法士、アスレティックトレーナー等によるサポート	<ul style="list-style-type: none">・パフォーマンス向上や外傷・障害予防のほか、不具合や低下した機能の改善・向上のためのプログラム、啓発、セルフコンディショニングの情報提供等

スポーツ医科学拠点における機能配置の考え方について

スポーツ医科学拠点における各機能の役割及び関係性を踏まえた機能配置の考え方

※諸室は、望ましいと考えられる機能に基づく



今後の検討課題について

資料5

区 分	主な視点
メディカル機能	<ul style="list-style-type: none">・ 効果的・効率的な機能と、持続可能な運営の両立・ コンディショニング、リコンディショニング等の機能との一体的なサポートにかかる詳細な検討
関係機関・施設等との連携	<ul style="list-style-type: none">・ スポーツ医科学拠点の効果を最大化するための関係機関やスポーツ施設との連携手法の検討（本市の強みを活かした取り組み） （想定連携先） 医療機関、スポーツセンター、民間スポーツ施設、企業、学校、トップスポーツチーム、アスリート等
持続可能な運営に向けた財源と人材の確保	<ul style="list-style-type: none">・ リピーターを含む多くの市民に利用していただくための仕組みづくりや企業連携等による収益確保策の検討・ 機能発揮に必要な人材確保のためのネットワーク構築、人材育成等の方策の検討
新たな知見・技術導入のための運営	<ul style="list-style-type: none">・ スポーツ医科学の新たな知見・技術の発展等に対応するための柔軟な取り組みや施設の拡張性等の視点を踏まえた運営手法の検討
効果検証の手法	<ul style="list-style-type: none">・ 効果検証のために設定すべき指標・ 効果の検証方法