

基調講演
会長講演
特別講演
教育講演
共通講演
専門医
指導医講習会
海外招待講演
Letter report
and discussion
シンポジウム
シンポジウム
合同
シンポジウム
ランチョン
セミナー
セミナー
ワークショップ
YIA
一般演題
ポスター
優秀
ポスター

特別講演

11月5日 (日) 9:40~10:40 第1会場 (シーガイアコンベンションセンター 4F 天瑞)

SL 国民のライフパフォーマンス向上に向けた取組

スポーツ庁長官

室伏 広治

国民が生涯にわたり、あらゆる機会とあらゆる場所において、自主的かつ自立的に個人の適性及び健康状態に応じてスポーツを行うことができるようすること、また、スポーツを行う者の心身の健康の保持増進及び安全の確保が図られることは重要である。

このため、スポーツ庁では、第3期スポーツ基本計画に基づき、多くの人々が「楽しさ」や「喜び」、スポーツを通じた心身の健康増進等といったスポーツの価値を享受できる社会の構築を目指し、スポーツの実施に関し、広く一般に向けた普及啓発や環境整備を行うなど、国民のスポーツ実施率を向上させるための施策を推進している。

引き続きスポーツ実施率の向上のための施策を推進する必要があるが、これまでの取組に加え、運動・スポーツの効果を高めるなど、質的な視点を持った取組を更に推進することが重要である。

運動・スポーツを実施することで得られる効果は、体力の維持・向上、体重管理、自己免疫力の向上、ストレス解消等、心身の健康の保持増進と多岐にわたる。これらの効果を高めるためには、スポーツを支える土台としてのコンディショニングや、その方法としての多様な目的を持った運動の実施が重要となる。目的を持った運動・スポーツの実施において、運動・スポーツに関する要素（維持・向上させたい心身の機能）は、スポーツ生理学的に筋骨格系、神経系、呼吸循環・内分泌代謝系及びメンタル系の4つに大きく分けられ、これらの要素に焦点を当てることによって、目的を明確化することができ、目的に合わせた運動・スポーツの実践につながる。

これまでスポーツ医・科学分野では、様々なアスリートに対する競技力向上のためのトレーニングからスポーツ傷害後の競技復帰に向けた怪我の治療・リハビリテーションまでを対象として、コンディショニング等を含めた運動・スポーツの効果や心身機能に与える影響に関する知見や情報が数多く報告されている。特に、ハイパフォーマンススポーツのサポートに関する報告では、選手の競技力向上に寄与し、コンディショニングを含めた運動・スポーツを実施する重要性が示されている。

アスリート、医学的配慮が必要である者、疾病や介護予防等のために運動が必要である者等については、それぞれの目的に応じた方法で運動・スポーツが実施されるよう取組が行われている。一方、子育て世代や働く世代、未病である者については、こうした目的に合わせた運動・スポーツの実施状況や自らの身体への意識の高さは個々のリテラシー及び取り巻く環境等により多様であると考えられる。

こうしたことを踏まえ、多くの人々が、それぞれのライフステージにおいて最高の能力が発揮できる状態（ライフパフォーマンスの向上）を目指し、目的に合わせて運動・スポーツが実施できるような環境整備等が求められる。この際、ハイパフォーマンススポーツでのサポートで得られたスポーツ医・科学等に係る知見が、アスリートだけでなく国民一般のライフパフォーマンスの向上に生かされることが望まれる。

こうした取組は、運動・スポーツの質を高め、その後の継続や定着が図られることに加え、運動・スポーツを通じてライフパフォーマンスの向上が図られることにより、健康増進、QOLを高められるなど、生きがいのある人生を送ることに寄与することができる。また、人生100年時代に、高齢者から若者まで、全ての国民に活躍の場があり、全ての人が元気に活躍し続けられる社会をつくることが重要な課題となっており、こうした課題の解決にも貢献できる。

Curriculum Vitae

【略歴】	令和02年10月 東京医科歯科大学特命教授
平成21年04月 中京大学非常勤講師	
平成22年04月 中京大学スポーツ科学部客員教授	室伏 広治 (むろふし こうじ)
平成26年04月 中京大学スポーツ科学部准教授 (平成26年09月まで)	陸上競技のハンマー投げ選手として2000年シドニー、2004年アテネ、2008年北京、2012年ロンドン五輪に出場。アテネ五輪では陸上・投擲種目でアジア史上初の金メダルに輝いた。現役中の2007年に中京大学大学院体育学研究科にて博士号を取得。2011年同大学スポーツ科学部にて准教授を務める。2014年には東京医科歯科大学にて教授を務めると同時に、スポーツサイエンスセンターのセンター長にも就任した。また、2014年に東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会スポーツディレクターに選任され、日本オリンピック委員会理事、日本陸上競技連盟理事、世界アンチドーピング機構アスリート委員などを歴任し、2020年10月より現職に就く。
平成26年06月 公益財団法人東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会 スポーツディレクター (令和2年9月まで)	
平成26年08月 東京医科歯科大学特任教授	
平成26年10月 東京医科歯科大学教授、スポーツサイエンス機構サイエンスセンター長 (令和2年9月まで)	
平成28年09月 公益財団法人東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会 スポーツ局長 (平成30年6月まで)	
令和02年10月 スポーツ庁長官	