

# 上田市 スポーツ振興計画

だれもが いつまでも スポーツに親しむことができる まちづくり



平成23年3月  
上田市・上田市教育委員会

# はじめに



「健康でいつまでも元気に暮らしたい。」これは、市民共通の願いであります。

スポーツは、健康の保持・増進や体力の向上につながるとともに、人生をより豊かにするなど、市民の願いである健康づくりに欠かせないものであります。

また、仲間づくりや地域コミュニティの創造、青少年の心身の健全育成、高齢者や障がいのある人たちの社会参加を図るための手段としても大きな効果が期待されます。

現在、車社会や都市化の進展などにより、運動不足による体力の低下や生活習慣病の増加などが社会問題になっています。また、自由時間の増大、体力・健康づくりへの市民の関心の高まりなどを背景にスポーツに対するニーズは多様化しており、誰もが、いつまでも生活の中にスポーツを取り入れ、スポーツに親しむための環境整備が求められています。

これらのことから、このたび、スポーツを通じて充実した市民生活と活気あふれる地域社会を実現するため、「上田市スポーツ振興計画」を策定しました。

この計画は、「だれもが いつまでも スポーツに親しむことができる まちづくり」を基本理念に、平成23年度から10年間にわたる本市の具体的なスポーツ振興の指針として、「生涯スポーツ社会」の実現を目指すものです。

上田市では、市内の至るところで多くの市民の皆さんがスポーツを行っており、その活動は、気軽に楽しむものから高い競技水準を目指すものまで多彩です。また、菅平高原を中心に多くのスポーツ競技者が合宿等に訪れています。

計画では、これらのスポーツに適した気候や豊かな自然などの恵まれた環境を生かし、市民が生涯にわたりスポーツに親しめる環境整備や将来上田市からオリンピックなどの国際舞台で活躍する選手の育成なども視野に入れた競技力の向上、スポーツをする人や上田市を訪れる選手をささえる地域づくり、スポーツ施設整備などの施策を展開していきます。

今後、本計画の実現に向けて、市民・各種スポーツ団体・企業・学校・行政などが「協働」して事業に取り組んでいきたいと考えております。事業の推進に当たりましては、多くの皆さまのご支援・ご協力をお願い申し上げます。

結びに、本計画の策定に当たりまして、ご審議をいただきました「上田市スポーツ振興審議会」委員の皆さまをはじめ、一般意見募集においてご意見をお寄せいただきました市民の皆さま、並びに関係各位に対しまして、心から感謝申し上げます。

上田市長 母袋 創 一

# 目 次

<b>第1章</b>	<b>上田市スポーツ振興計画の概要</b>	<b>2</b>
1	計画策定の趣旨	2
2	計画の位置づけ	3
3	計画の期間	4
4	本計画における「スポーツ」の範囲	5
<b>第2章</b>	<b>上田市のスポーツをめぐる現状と課題</b>	<b>6</b>
1	スポーツをとりまく社会情勢	6
2	スポーツ大会、行事	7
3	競技スポーツ	8
4	主なスポーツ団体等	8
5	スポーツ施設等の活用	11
<b>第3章</b>	<b>計画の基本的な考え方</b>	<b>12</b>
1	計画の基本理念	12
2	計画の基本目標	13
3	プランの展開（4つの場面、アプローチ）	14
<b>第4章</b>	<b>4つの基本目標に対する具体的な施策</b>	<b>16</b>
1	生涯スポーツの振興 ～生涯スポーツ推進プラン～	16
2	競技力の向上 ～競技スポーツ充実プラン～	19
3	スポーツにかかわる人材育成とスポーツをささえる地域づくり ～人材活用・地域力向上プラン～	21
4	スポーツ施設の整備 ～スポーツ環境整備プラン～	23
<b>第5章</b>	<b>期待される役割</b>	<b>24</b>
1	行政・団体	24
2	市民・関係機関	25
<b>資 料</b>		<b>26</b>



# 第1章



## 上田市スポーツ振興計画の概要

UEDA CITY SPORT PLAN 2011-2020

### 1 計画策定の趣旨

スポーツは、人々の日常生活の中で自由時間の活動として、年齢や性別、障がいの有無等にかかわらず、すべての国民に保障されるものであり、自由時間を主体的に使いこなすことは、自身の生きがいの創造、健康の保持・増進や、生活の周辺に人々との交流が生まれることにもつながります。また、子どもの心身の発育や発達に必要な体力・運動能力の低下や生活習慣病<sup>1</sup>など健康面への諸問題に対し、スポーツの持つ心身両面にわたる効果が期待されています。

こうした中で、市民の明るく豊かな生活や地域コミュニティ<sup>2</sup>の活性化の実現に向け、それぞれのライフステージ<sup>3</sup>にあったスポーツやレクリエーションを取り入れ、生涯にわたり運動を継続していくことが重要になっています。

スポーツは「する」だけでなく、「みる」「ささえる」など、かかわり方が多様化してきています。市民一人ひとりが目的に応じて、生涯にわたり「いつまでも」スポーツに親しめる生涯スポーツ社会<sup>4</sup>の実現が求められており、この実現のためには、多様化したニーズや課題に対して、積極的に対応するとともに、計画的に取り組む必要があります。

国は、スポーツ振興法で、市町村にスポーツ振興計画の策定を求めています。また、上田市においても総合計画の重点的な取組の一つとして「スポーツ活動拠点づくり」を掲げ、スポーツの振興をうたっています。

こうしたことから、生涯スポーツ社会の実現に向けたスポーツ環境の整備を推進するため、上田市スポーツ振興計画を策定します。

1 **生活習慣病** 糖尿病、高血圧、高尿酸血症など、生活習慣が発症原因に深く関与していると考えられている疾患の総称。

2 **地域コミュニティ** 地域住民が生活している場所、住民相互の交流が行われている地域社会。

3 **ライフステージ** 人の一生を段階的に区分したもの。本計画では厚生労働省の資料「健康日本21」により区分しています。幼年期(0～4歳)、少年期(5～14歳)、青年期(15～24歳)、壮年期(25～44歳)、中年期(45～64歳)、高年期(65歳～)

4 **生涯スポーツ社会** 誰もが、いつまでも、自分の好むスタイルでスポーツに関わることができる社会。「生涯スポーツ社会」のイメージは、様々なスポーツと関わるチャンスが広がり、より多くの人々がスポーツを身近で親しめるような社会であり、社会全体が健康で豊かになることが期待されている。

## 2 計画の位置づけ

この計画は、国のスポーツ振興法に基づく「スポーツ振興基本計画」に掲げられている「生涯スポーツ社会」の実現を踏まえ、また、「第1次上田市総合計画」の教育分野に示している「スポーツ振興」のステージでの施策をより具体化するものとして位置づけています。

### 上田市民憲章(平成19年10月2日制定)

- 1 美しい自然を守り 歴史や伝統に学ぶ 文化の薫るまちをつくります
- 1 共に尊重し合い 平和を愛し やさしさあふれるまちをつくります
- 1 未来を担う子どもらが健やかに育つ 夢あるまちをつくります
- 1 多彩な産業と資源をいかし 希望と活力みなぎるまちをつくります

### 第1次上田市総合計画

日本のまん中 人がまん中 生活快適都市  
 ～水跳ね 緑かがやき 空 ころろ 晴れわたるまち～

### まちづくり大綱

第1編  
コミュニティ・自治

第2編  
産業・経済

第5編  
健康  
福祉

第6編  
教 育

第3編  
自然・文化

第4編  
生活環境

#### 基本計画(取組みの方向性)

教育:重点的な取組

- ①「生きる力」をはぐくむ教育と地域ぐるみでの子どもの育成
- ②小・中学校の教育環境の整備
- ③生涯学習の促進とスポーツ活動拠点づくり

■上田市教育支援プラン

■上田市スポーツ振興計画

■生涯学習基本構想

■文化・芸術振興に関する基本構想

■図書館基本構想

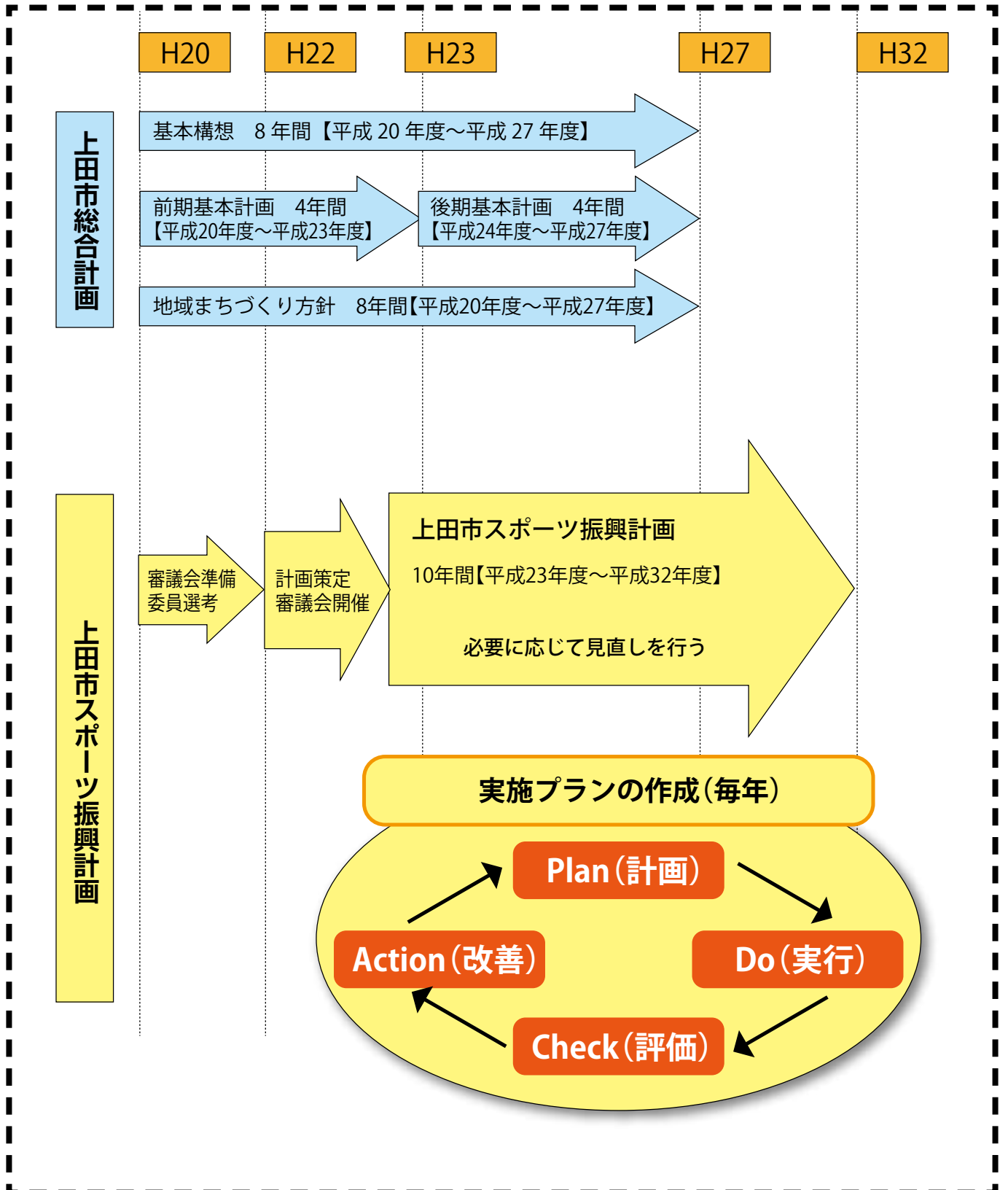
長野県スポーツ振興計画

国のスポーツ振興基本計画  
スポーツ立国戦略

スポーツ振興法

### 3 計画の期間

計画の期間は、平成 23 年度（2011 年度）を初年度とし、平成 32 年度（2020 年度）を目標年度とする、10 年間とします。また、期間中は、1 年ごとに実施する年次計画（実施プラン）を立て、進捗状況や新たな課題を見出し、計画の期間中であっても、社会情勢の変化などにより、新しく計画に取り込むべき事項等が生じた場合は、必要に応じて見直すことで本計画の充実を図ります。



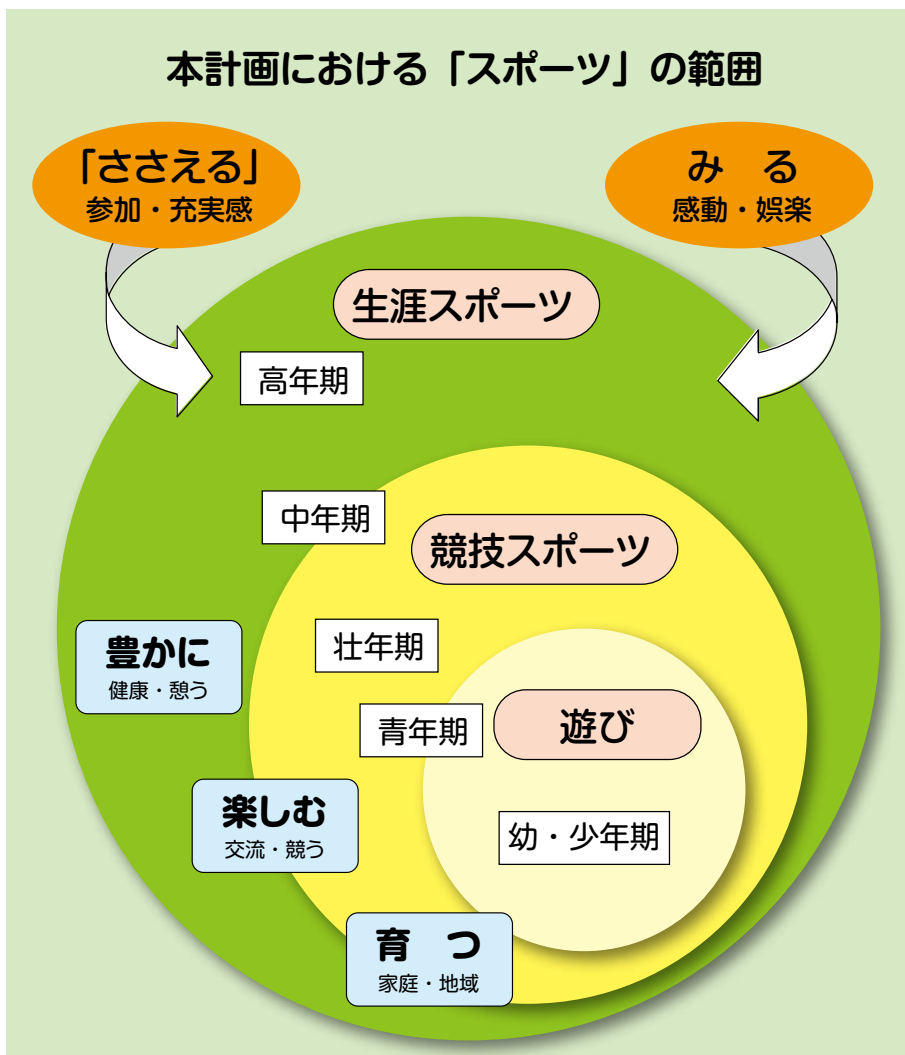
#### 4 本計画における「スポーツ」の範囲

スポーツというと、一般に野球やサッカーなど競技スポーツの種目をイメージすることが多いです。しかし、その語源には「気晴らし」や「楽しみ」「遊ぶ」などの意味を含んでいることから、スポーツとは幼年期・少年期（子ども期）の「遊び」に始まり、青年期に出会う様々な「競技スポーツ」、さらには壮年期、中年期、高年期まで生涯にわたり健康で豊かに過ごすための「生涯スポーツ」、これら全てが含まれると考えられます。



本計画では、スポーツの定義をこのように広く捉え、「スポーツ」の範囲を、勝敗や記録を競い合うこと目的とした競技スポーツから、レクリエーションやウォーキング、運動遊びをはじめとする体や心の健康づくり、楽しみのために体を動かす運動までも含むものとします。

また、自らが体を動かす「する」スポーツだけでなく、観戦などの「みる」スポーツや、スポーツを「ささえる」ための、情報提供、健康管理などを含むスポーツ指導やボランティア活動もスポーツ活動として捉え、市民一人ひとりがそれぞれのライフステージに合ったスポーツに親しむことで、社会とつながり、健康で豊かな市民生活の創造を目指し、スポーツ振興の施策を推進します。



各ライフステージに合わせて、競技だけではなく、子どもの遊び、日常で体を動かすことも「スポーツ」、観戦して感動することや、イベントのお手伝いも広い意味では「スポーツ」なんですね。仲間とわいわいとか、なんか楽しそうですね。



## 第2章



# 上田市のスポーツをめぐる現状と課題

UEDA CITY SPORT PLAN 2011-2020

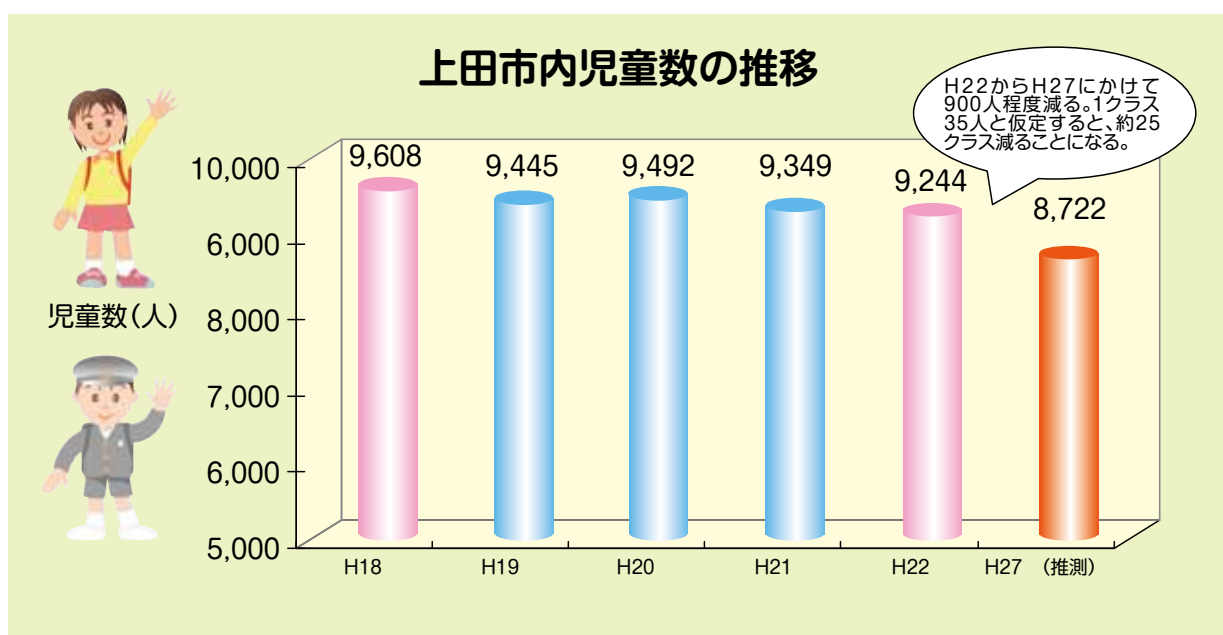
### 1 スポーツをとりまく社会情勢

#### (1) 上田市の年齢別人口割合と生活の変化

全国的に少子高齢化<sup>5</sup>が進行していると言われていますが、上田市においても、新市が発足した平成18年度に比べ、平成22年度では小学校児童数が約360人減少しています。また、65歳以上の高齢者の割合も総人口の25.76パーセントとなっており、15歳未満人口の13.8パーセントを大きく上回り、市民の4人に1人が65歳以上という状況となっています。

これらの少子高齢化の進行に加え、モーターリゼーション<sup>6</sup>や高度情報化社会<sup>7</sup>の到来は、人々の生活を便利にする一方で、体を動かす機会を減少させ、市民の健康を脅かしたり、地域のつながりを希薄化させる一面も持っています。

このような社会情勢の中で、市民の心身ともに豊かな生活を送りたいという要望は一層高まることが予想され、スポーツに親しむことによる健康保持や体力の向上、同じ目的で集まる人々のつながりやネットワークの形成など地域コミュニティの活性化を含め、生涯にわたり体を動かすことやスポーツに親しむことの必要性が更に求められています。

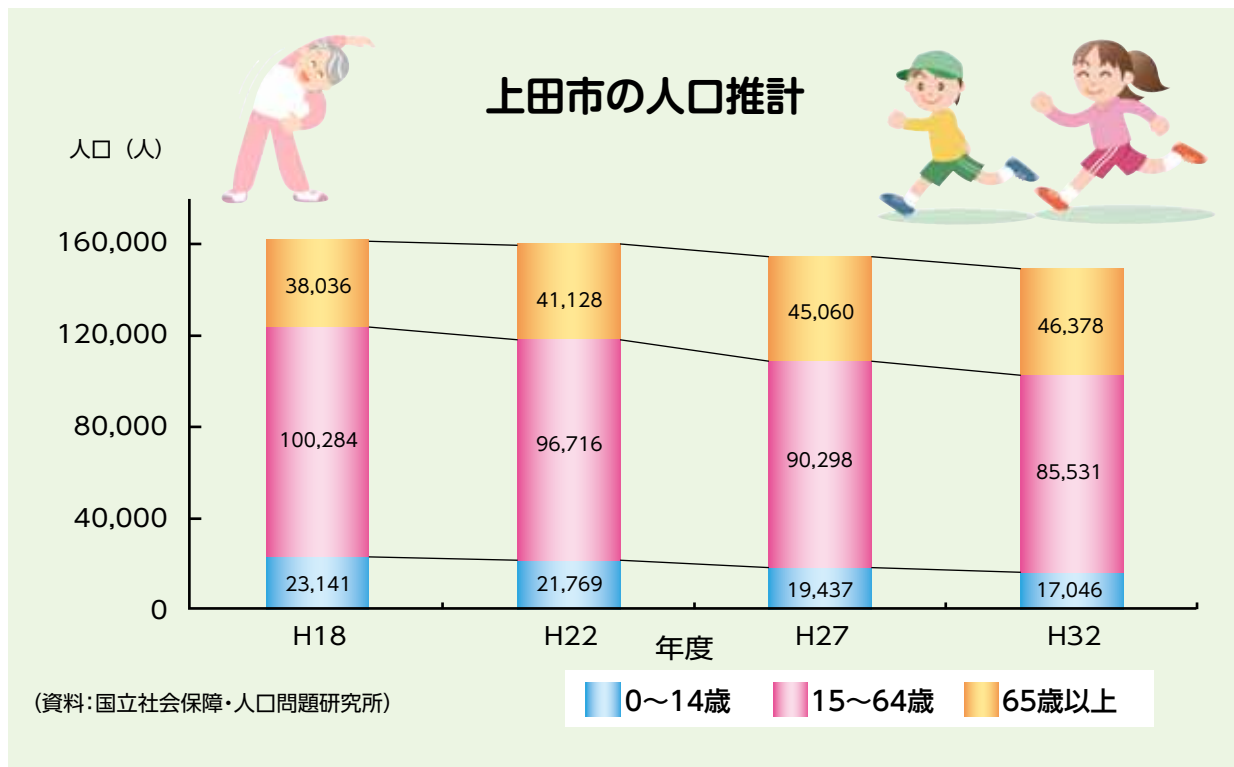


5 少子高齢化 子どもを産む親世代の減少や出生率の低下により、子どもの数が減少する少子化と総人口の占めるおおむね65歳以上の老年人口が増大する高齢化社会が同時に進行している状況。

6 モーターリゼーション 自動車が生活必需品として普及する現象、自動車の大衆化。

7 高度情報化社会 社会の構造が、IT(情報技術)を軸とした産業・経済・文化に移行しつつある社会。1990年代のインターネットや携帯電話の普及、情報技術の高度化に伴い一般的に用いられるようになった社会概念。





## (2) スポーツに対するニーズの多様化

人々の価値観やライフスタイルの多様化が進み、市民のスポーツに対する志向は、競技を中心とした従来からの参加型スポーツに加え、「だれもが」「いつまでも」楽しむことのできるスポーツやレクリエーションへと広がりを見せています。また、スポーツ観戦を楽しむことや大会運営のスタッフとして充実感を味わうことなどもスポーツへの参加として捉えるようになり、スポーツへのかかわり方にも広がりが見られています。

このようなスポーツ活動の多様化や、新たなスポーツ観は、これまでスポーツになじみの薄かった人も巻き込み、年齢や性別、障がいの有無にかかわらず、だれもが、いつまでもスポーツに親しむことができ、競技力の向上にもつながる「新しいスポーツ環境の創造」となり、今後のスポーツ振興をささえ、発展させる鍵となります。

## 2 スポーツ大会、行事

上田市では、年間を通してさまざまなスポーツ大会や教室、イベントを開催しています。各スポーツ団体と連携し、市民のスポーツへの参加拡大や健康づくりのための気軽に参加できるイベントを開催するなど、内容の工夫を行うことにより、多くの市民が参加しています。

しかし、これらの大会や教室、イベントは、必ずしも市民の継続したスポーツ活動とは結びつきにくく、市民の要求の多様化に対応できていない部分もあります。また、イベント等によっては、参加者の固定化や参加者数の減少も見られ、市民が主役となった内容にしていくには、今後更なる工夫・改善が求められています。

### 3 競技スポーツ

高い競技レベルを有する上田市の選手が、全国や世界の舞台で活躍することは、多くの市民に夢や感動、誇りと勇気を与え、市民のスポーツへの関心や参加意欲を促し、市のスポーツ振興に大いに貢献するものと考えられます。

毎年、インターハイ<sup>8</sup>や国民体育大会<sup>9</sup>などで、市内の多くの選手が活躍しています。特に施設整備を進めた、馬術競技、アーチェリー競技や、菅平地域のスキー競技などで、選手が全国や世界の舞台で活躍しています。

しかしながら、競技選手をささえる環境は、十分に整っているとは言えず、今後については、各競技において、有望な人材の発掘や指導体制の確立、練習環境の整備などが必要です。また、スポーツ医・科学<sup>10</sup>分野からの選手をささえる体制の整備も求められており、関係機関、団体等との連携により、競技者を育てるための環境づくりを進める必要があります。



photo

長野県縦断駅伝競走大会で力走する上田・東御・小県チームの選手

当大会での主な成績

第 58 回 (H 21) 大会 優勝 (初)

第 59 回 (H 22) 大会 2 位

### 4 主なスポーツ団体等

#### (1) 体育協会

現在上田市には、市町村合併以前からの(財)上田市体育協会、丸子体育協会、真田町体育協会の3協会があります。体育協会は(財)日本体育協会、(財)長野県体育協会の下部組織としての活動のほか、市民の体力向上とスポーツ精神の高揚を図ることを目的とした活動を行っています。

主な活動内容としては、スポーツ活動の推進と行政との連携の核として、各加盟スポーツ団体の取りまとめや、市との協働でのスポーツ大会、スポーツ教室の開催、スポーツ少年団の活動支援などを行い、健康で生涯にわたりスポーツに親しむことができる明るい社会の実現と競技力の向上につながるスポーツ環境の整備を進めています。

今後においては、3つの体育協会並びに加盟団体がひとつとなり、市民にとって魅力あるスポーツ活動を展開し、市民のだれもが気軽に参加できる活動拠点として発展するよう組織の充実を図る必要があります。

8 インターハイ 全国高等学校総合体育大会の通称。開催地は各地域持ち回り方式で毎年開催されている。

9 国民体育大会 都道府県対抗、各都道府県持ち回り方式で毎年開催されている競技大会。昭和21年(1946年)に第1回大会開催。

10 スポーツ医学 主に競技スポーツ選手の治療や故障の予防を取り扱う、総合的な専門医学分野のこと。  
スポーツ科学 スポーツを考察の対象とした学問の総称。

## (2) 体育指導委員会

体育指導委員は、スポーツに関する深い関心と理解をもって、市民に対してスポーツの実技指導、その他スポーツに関する指導、助言する能力がある者を教育委員会が委嘱することとなっています。任期は2年で、上田市では、地域のバランス等を考慮し、55名の定数で委嘱しています。

活動内容は、市主催行事への協力と各地区でのニュースポーツ<sup>11</sup>の普及活動が主であり、その他にも全国や県主催の行事に参加しています。

平成11年にスポーツ振興法の改正があり、体育指導委員会の設置は市町村に委ねられ、それに伴い、全国でも体育指導委員会のあり方について、議論をよんでいるところもあります。上田市の場合も活動のマンネリ化や市主催行事への協力、ニュースポーツ指導重視の傾向が強く、地域に密着したスポーツ指導や支援者、助言者としての任務などについて、今後更に検討し、充実させていく必要があります。

## (3) 総合型地域スポーツクラブ

地域における多様性をもった新しいスポーツクラブの形態として、総合型地域スポーツクラブの創設・育成が全国的に進められています。総合型地域スポーツクラブは、多種目、多世代を基本に、地域住民が自主的に運営するスポーツクラブで、地域に密着したスポーツ活動の拠点として、スポーツ振興の主要な施策として期待されています。

上田市では上田、塩田、丸子、真田、武石の各地域に1クラブずつ総合型地域スポーツクラブが創設されています。どのクラブも身近な地域のスポーツ施設や学校体育施設を利用して、子どもから高齢者までの多世代の地域住民が参加し、体力保持や地域コミュニティの活性化の場として活動しています。

今後においては、継続して安定した自主運営を行うための施策として、活動内容や魅力を広く市民に知ってもらいクラブ員の増加につながる啓発活動等が必要です。

また、各スポーツクラブ間や他のスポーツ団体、行政との連携、情報交換を行い、活動内容の充実を図っていくことが必要です。



photo

総合型地域スポーツクラブでは、多世代の地域住民の参加により、多種目のスポーツ活動を楽しんでいます。

11 ニュースポーツ 新しいスポーツというわけではなく、スポーツの原点である「楽しさ」を追求し、年齢や体力に関係なく誰でも楽しむことができるスポーツの総称。マレットゴルフ、ビーチボールバレー、ふわっとテニス、ペタンクなど。

#### (4) 学校部活動

学校部活動は、教育的意義が非常に大きく、指導者と生徒の信頼関係の場や生徒の自主的な活動の場、選手育成の場として、スポーツに多大な貢献をしています。平成21年度の上田市内の中学校の運動部活動加入率は、男子88.6パーセント、女子54.2パーセントで、いずれも県平均を上回っています。学校部活動での活動を通して、生活指導や生徒の体力の保持増進に貢献しています。

しかし、少子化による部員の減少や専門的に指導できる教員の不足等の問題があり、今後においては、複数の学校での合同の活動や外部指導者の導入などを検討し、充実させていく必要があります。

##### 中学校運動部活動状況

###### ①運動部加入率の推移（長野県全体）

	平成12年度	平成13年度	平成14年度	平成15年度	平成16年度	平成17年度	平成18年度	平成19年度	平成20年度	平成21年度
中学男子	77.4	77.3	77.8	77.9	79.1	78.4	77.8	77.1	76.1	75.2
中学女子	52.2	52.1	52.0	51.1	52.1	52.4	51.8	50.8	49.7	49.3
中学全体	65.1	65.1	65.2	64.8	65.8	65.6	65.1	64.3	63.2	62.6
高校男子	53.8	53.9	57.3	59.0	58.9	61.9	64.5	64.5	64.9	63.1
高校女子	34.9	33.4	34.7	36.1	37.9	39.1	39.0	38.7	37.1	37.0
高校全体	44.8	44.1	46.4	48.0	48.9	50.9	52.2	52.0	51.5	50.5

###### ②21年度上田市内中学(12校)の運動部活加入数(率)

	1年	2年	3年	全体
男子	724人(92.2%)	702人(88.7%)	721人(85.3%)	2147人(88.6%)
女子	428人(58.1%)	359人(51.8%)	418人(52.5%)	1205人(54.2%)

※文化部加入状況 男子・・・116人(4.7%) 女子・・・885人(39.8%)

主な文化部 吹奏楽部(11校) 552人(男子49人 女子503人)

美術・工芸(9校) 279人(男子33人 女子246人)

合唱(4校) 47人 パソコン(3校) 40人

○上田市の運動部への中学生の加入率は男子で13.4%、女子で4.9%県平均を上回っている。

文化部の加入も含めると男子は93.3% 女子は94%の生徒が部活動に加入している。

#### (5) スポーツ少年団、少年スポーツ教室等

上田市では、30団体を超えるスポーツ少年団やスポーツ教室など、各種の子どものスポーツ活動が活発に行われています。

スポーツ少年団などの本来の活動の中心は、子どもたちの健全育成とスポーツに親しむ子どもを育てる、地域交流、世代交流等ですが、現在は、単一種目による競技志向の強いものとなってきている傾向も見られます。

いろいろなスポーツを子どもたちが体験し、スポーツの楽しさや体を動かすことの大切さを知るなど、子どもたちが主体となった活動を通じ、健全育成や生涯にわたりスポーツに親しむきっかけづくりとなるような活動が望まれています。



## 5 スポーツ施設等の活用

上田市の体育施設は、グラウンドや体育館、テニスコートなど各種の施設の他に、スケート場や馬術場、アーチェリー場などが整備されています。また、特徴的な施設として、菅平高原の気候や環境を生かした、ラグビー場や陸上競技場などの複合施設である「サニアパーク菅平」が整備されています。

各施設の利用状況は、夜間、休日などを中心に、多くの市民に利用され、施設の利用予約がなかなか取れない状況もあります。そのため、より多くの市民に施設を利用してもらうよう、学校体育施設の開放にも積極的に取り組んでいます。

また、各施設は、全体的に老朽化が進み、市民や競技団体からは施設整備の要望が多く寄せられています。

今後においては、施設の有効活用や市民のニーズに合わせた環境整備とともに、スポーツ観戦を楽しむことなども含めた将来的な施設の整備構想を掲げ、計画的に進めることが求められています。



市民の森 スケート場



菅平高原スポーツランド —サニアパーク菅平—



自然運動公園 アーチェリー場



市民の森 馬術場

■上田市スポーツ施設の詳細については、上田市ホームページから閲覧できます。  
上田市ホームページ <http://www.city.ueda.nagano.jp>

# 第3章



## 計画の基本的な考え方

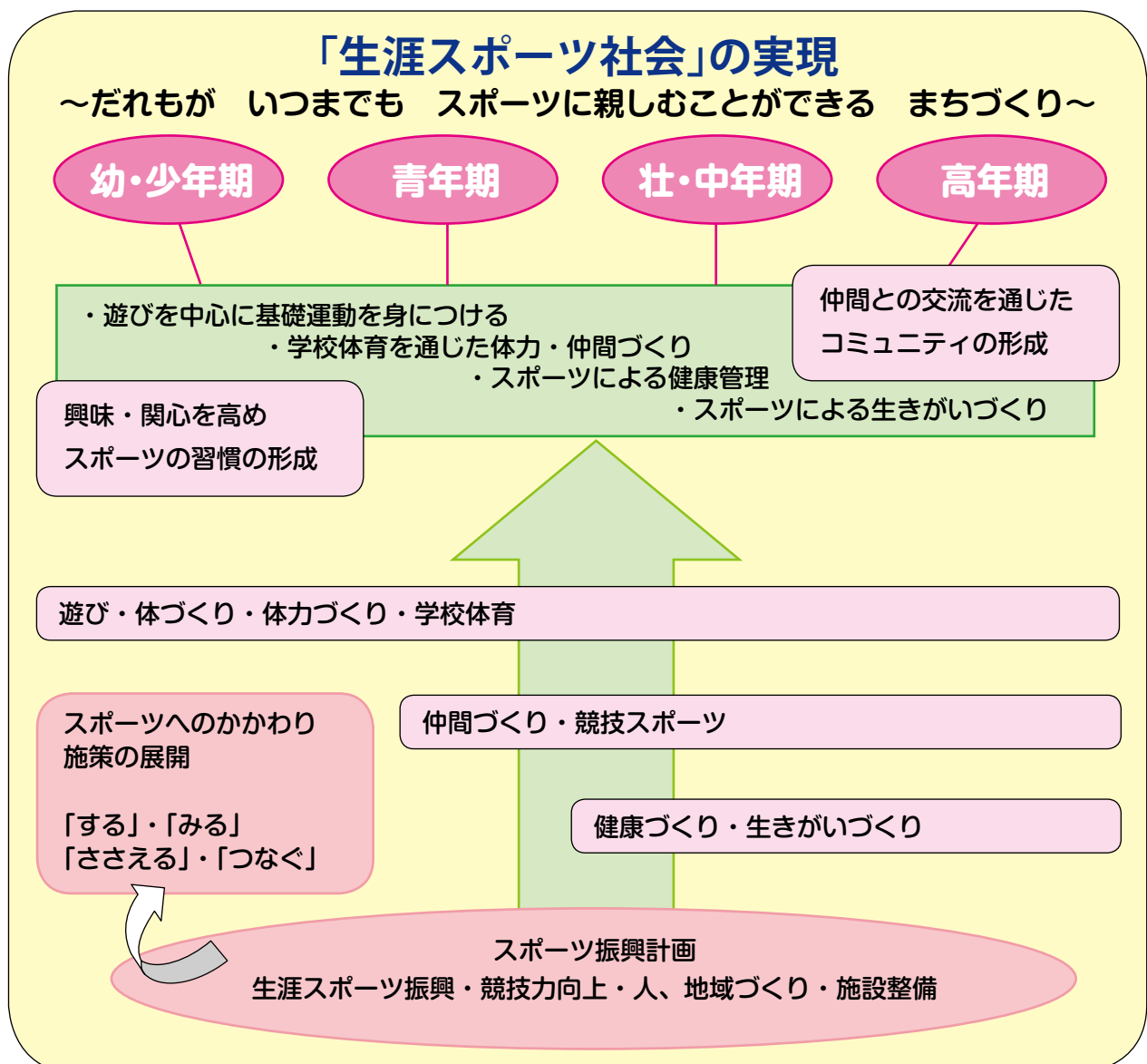
UEDA CITY SPORT PLAN 2011-2020

### 1 計画の基本理念

「生涯スポーツ社会」の実現を目指して

～だれもが いつまでも スポーツに親しむことができる まちづくり～

スポーツを通じて幸福で豊かな生活を実現することは、すべての人々に保障される権利の一つです。一人ひとりの趣味や関心、ライフスタイル等に応じて、生涯にわたり日常的にスポーツに親しむことができる「生涯スポーツ社会」の実現を目指し、「だれもが いつまでも スポーツに親しむことができる まちづくり」を基本理念として掲げます。



## 2 計画の基本目標

計画の基本理念の実現に向けて、次の4つの基本目標を設定し、上田市のスポーツ振興のための施策(プラン)を進めていきます。

### (1) 生涯スポーツの振興

#### ～生涯スポーツ推進プラン～

すべての人々が、幸福で豊かな生活を送ることのできるまちづくりを目指します。それぞれのライフステージに合わせ、スポーツやレクリエーションに親しむことのできる環境づくりを進め、市民が主体となった生涯スポーツ社会の実現を目指します。

### (2) 競技力の向上

#### ～競技スポーツ充実プラン～

人間の可能性や記録に挑戦する競技スポーツは、競技者自身の人間性を高めるとともに、市民に大きな夢や感動を与え、市や市民の活力になります。将来、上田市からオリンピックなどの世界の舞台で活躍する選手が育つことも視野に入れ、関係団体等の一層の連携により、優れた競技者の発掘に努め、市民みんなで支え、応援できる体制づくりと競技者の育成を目指します。

### (3) スポーツにかかわる人材育成とスポーツをささえる地域づくり

#### ～人材活用・地域力向上プラン～

スポーツの魅力を伝えることができる指導者やリーダー、スポーツボランティアの育成を進め、さまざまな場面で活躍できる指導者の確保や、スポーツをする人とささえる人をつなぐ仕組みをつくります。

また、スポーツに適した上田市の気候や環境を活用し、競技者やクラブチームのトレーニング地や合宿地としてこれを誘致するなど、地域ぐるみでスポーツをささえる体制の整備を進めます。

### (4) スポーツ施設の整備

#### ～スポーツ環境整備プラン～

市民のだれもが、気軽に利用できるスポーツ施設を活用し、生活の中にスポーツを定着できるよう、施設の整備と充実を図ります。

そのために、既存のスポーツ施設の有効活用や学校の体育施設の利用拡充などの環境整備や、市内の身近な施設の情報を市民に提供するためのシステムづくりに努めます。



### 3 プランの展開（4つの場面、アプローチ）

計画での上田市のスポーツ振興のプランは、スポーツ活動の「する」、「みる」、「ささえる」、「つなぐ」の4つの場面からアプローチして展開します。4つの場面で展開されるそれぞれの施策は、相互に関連性があり、総合的、一体的に進めることで効果を発揮することができます。

#### ◆アプローチ1 → 「する」スポーツ

上田市の考える「する」スポーツとは、年齢や性別、障がいの有無にかかわらず、初心者から上級者、さらにはトップアスリートまでさまざまな人が主体的にスポーツを「する」場面です。

スポーツになじみの薄い人やスポーツをしたくてもきっかけが無いという人もいるなかで、だれもが、気軽に行うことができる運動や、ウォーキングなども含めた、スポーツ活動にかかわることができる「する」スポーツの環境づくりを進めます。



#### ◆アプローチ2 → 「みる」スポーツ

上田市の考える「みる」スポーツとは、スポーツを通じて生活を豊かにするために、スポーツ観戦を楽しむなどのスポーツに接する場面です。

スポーツに接する機会を増やし、トップアスリートのパフォーマンスに接することで、感動やあこがれが生まれ、スポーツをする動機づけにもなります。

県営上田野球場や菅平高原などへのプロスポーツやナショナルチームといったトップレベルの試合や合宿の誘致に取り組むなど、市民がスポーツの魅力を感じることで「みる」スポーツの環境づくりを進めます。

#### ◆アプローチ3 → スポーツを「ささえる」

上田市の考える、スポーツを「ささえる」とは、市民一人ひとりが生涯を通じ、継続してスポーツに親しむことができるように、指導者やボランティアスタッフとして支援することや、サポーター（応援者・支援者・支持者）としてスポーツ環境を「ささえる」場面です。

身近なスポーツ情報を市民に提供し共有することにより、スポーツに親しむ人、取り組もうとしている人を「ささえ」ます。さらに、ささえる人自らが継続してスポーツを楽しむと同時に、社会貢献の担い手として自身の自由時間の充実や生きがいづくりにもつなぐことができるスポーツ環境の整備を進めます。





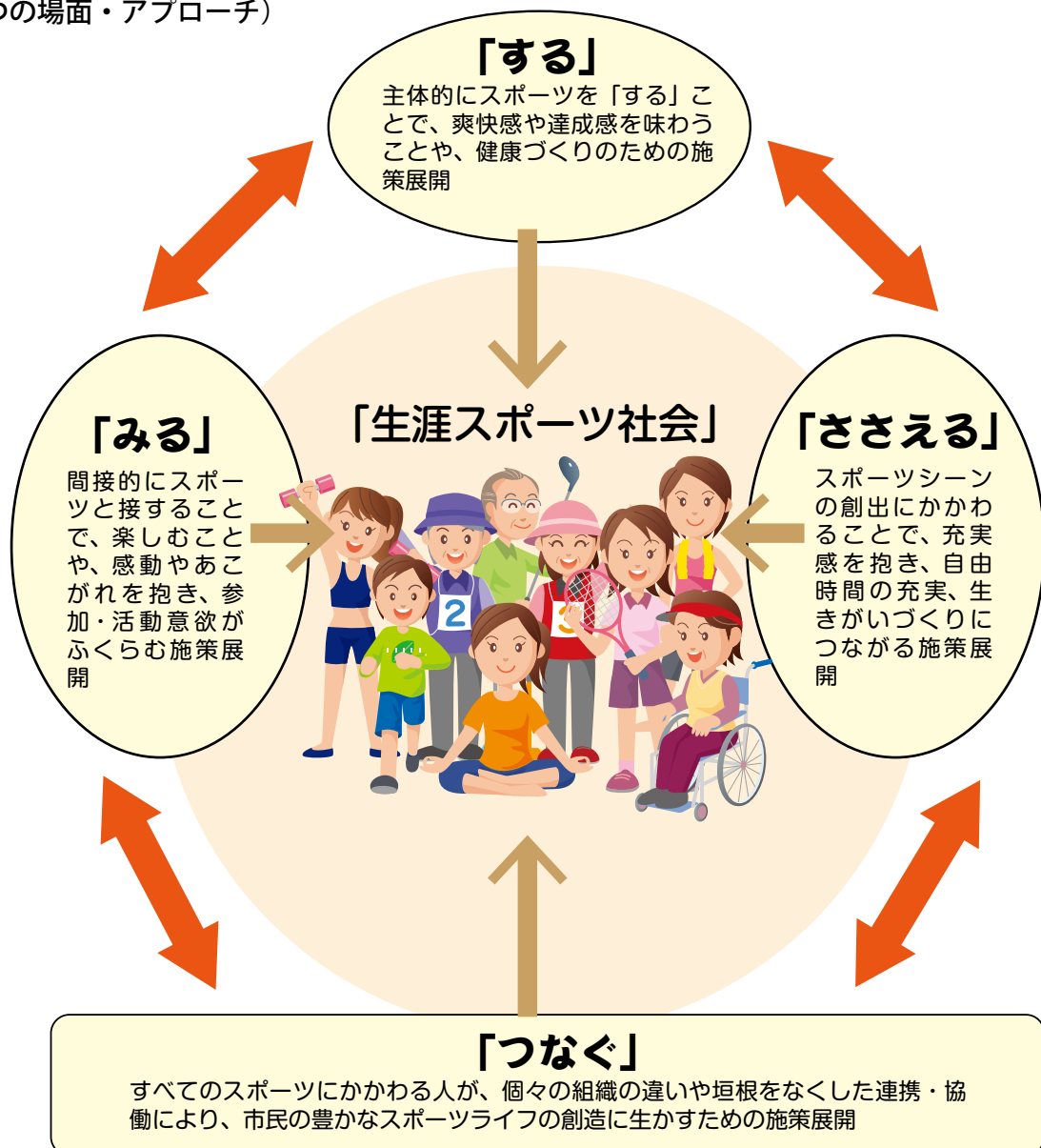
## ◆アプローチ1 → 「つなぐ」(連携・協働)

上田市の考える、スポーツに関する「つなぐ」とは、ひとりでも多くの人々がスポーツに親しみ、楽しむことができる環境の整備と充実を図るため、個々で活動している組織同士を「つなぐ」場面です。

生涯にわたりスポーツに親しむ環境を整えていくために、大学・医療等関係機関の持つ専門的な知識や技術を活用し、市民の健康づくりや豊かなスポーツライフの創造に生かします。

また、市や体育協会、地域、学校などが、組織の違いを超えて「連携」するなど各団体の垣根をなくした「協働」が必要と考えています。個々の組織同士の連携と協働により、生涯スポーツ社会の実現を目指します。

### 施策の展開イメージ図 (4つの場面・アプローチ)



# 第4章



## 4つの基本目標に対する具体的な施策

UEDA CITY SPORT PLAN 2011-2020

### 1 生涯スポーツの振興 ～生涯スポーツ推進プラン～

スポーツの原点を、自ら体を動かし、主体的に楽しむことと捉え、市民一人ひとりが自らスポーツをする機会を積極的に作り出していけるような環境整備が必要です。

スポーツやレクリエーションに親しむことにより、自分の人生をより豊かな、充実したものとするとともに、明るく活力に満ちた地域コミュニティを形成するため、年齢や性別、障がいの有無にかかわらず、だれもが生涯にわたってスポーツに親しむことのできる社会の実現を目指します。

#### ■ 具体的な施策

##### (1) 魅力あるスポーツイベントづくりと市民のスポーツ参加の機会拡大に努めます

ア スポーツ環境の整備に向け、市民のスポーツ・レクリエーションに対する意向調査を実施します。

また、計画期間中は施策の成果や計画見直しのための調査を実施し、計画における施策が常に市民の声を反映したものとなるよう努めます。

イ 市民意向調査結果をもとに、恒例化したスポーツ教室、大会、イベントなどの事業内容や展開方法を検討し、より多くの市民が参加し、交流することのできる、魅力ある事業への充実を図り、多様なスポーツを楽しむことができる場や機会を提供します。

また、「する」スポーツだけでなく、事業の企画や運営、応援など、市民がさまざまな形でスポーツに参画することにより、地域の活性化にもつながる総合的なイベントの開催を目指します。

ウ スポーツになじみの薄い人なども含め、より多くの市民が、スポーツの楽しさを味わうための動機付けやきっかけづくりとして、だれでも気軽に行えるスポーツを検討し、その普及に努めます。

#### 場面・アプローチ

する  
みる  
ささえる  
つなぐ

する  
みる

ささえる

する

## (2)「総合型地域スポーツクラブ」で地域の市民交流の活性化を目指します

ア 年齢や性別、障がいの有無にかかわらず、また、目的や種目の枠を越え、だれもがスポーツに親しむため、地域、学校、競技団体、関係団体等が連携し、地域の特色を生かして、住民が主体的に運営する「総合型地域スポーツクラブ」の育成を促進します。

クラブの創設や運営に必要な情報を共有し、関係団体の連携促進などの支援を行います。

イ 総合型地域スポーツクラブが受益者負担により安定して継続運営されるよう、会員増加のための広報活動などの活動支援を行います。

ウ 各総合型地域スポーツクラブをつなぐための情報交換の機会を設け、合同で行う事業の企画や指導者派遣など、クラブ間の交流を推進します。

← **する  
つなぐ**

← **ささえる**

← **つなぐ**

## (3) 子どもたちの「やる気」を応援します

ア 子どもにとって、家族や地域など身近な人々と一緒にスポーツに親しむことや、遊びを通じての交流体験は、楽しく貴重なひとときであり、子どもの健康な成長に欠かせない要素です。地域や育成会などでのスポーツの機会や遊びの場の拡大を促し、地域に子どもの顔の見える関係を生むことで、日常を安心して過ごすことのできる環境づくりを進めます。

イ スポーツ少年団やスポーツ教室等の活動を通じ、子どもたちが単一種目だけでなく、いろいろな運動やスポーツ活動を体験できる機会を増やし、日常的にスポーツに親しむことにより、バランスのとれた、総合的な体力の向上を図ります。

ウ 幼年期から少年期にかけての身体運動の重要性について、保護者や指導者への正しい知識の普及を図り、子どもたちの運動あそびやスポーツへの「やる気」を応援する体制づくりを進めます。

← **する  
ささえる  
つなぐ**

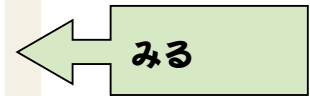
← **する**

← **ささえる  
つなぐ**



#### (4) 感動あふれるスポーツシーンに触れる機会の充実を図ります

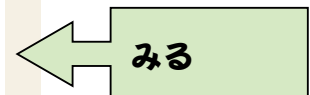
ア 市民の「みる」スポーツへのニーズに応えるため、プロスポーツなどのトップアスリートによる試合や合宿などを誘致し、市民が感動を共有できる場面づくりに努め、市民のスポーツへの関心を高めます。



イ 市民がトップレベルの競技者に触れることができる、参加型のイベントを開催するなど、スポーツの魅力を広く市民に伝える取組を進めます。



ウ 上田市で開催される試合やイベント、上田市を訪れているトップアスリートなどの情報を市民に広く発信し、観戦や応援するなどスポーツを身近に感じる機会の拡大に努めます。



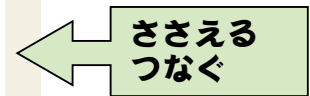
photo

上田市民陸上カーニバルでのトップアスリートと小学生の交流風景

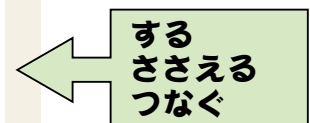
菅平高原をはじめ、上田市には多くのトップアスリートが合宿等に訪れています。

#### (5) スポーツを楽しむための情報発信

ア より多くの市民が、スポーツに親しむためには、場所の確保や指導者、イベントなどのさまざまな情報が必要になります。関係団体等の連携により、個々のホームページ等で提供されている情報を、だれもが容易に入手できるネットワークづくりを進めます。



イ 市民のだれもが、幅広く、生涯にわたり気軽にスポーツやレクリエーションに親しむためには、スポーツの楽しさや心地よさなどを知ることが重要です。そのため、競技団体やスポーツ医・科学等、専門分野の人たちの協力を得て、運動の方法、スポーツの価値、効果などの情報を広く市民に知ってもらうための「スポーツガイド（上田市版）」を作成し、スポーツが身近なものとなるよう、啓発に努めます。





## 2 競技力の向上 ～競技スポーツ充実プラン～

上田市在住の選手や市にゆかりのある選手が、世界や全国の舞台上で活躍することは、多くの市民に夢や感動、誇りと勇気を与えます。また、そのことは人々に、スポーツへの関心や参加意欲を促し、市民スポーツの振興に大いに貢献するものと考えます。

市民がトップレベルの競技スポーツにふれる機会の充実を図るとともに、スポーツ団体、学校等との連携のもと、適切な指導体制の確立やスポーツ医・科学によるサポート体制の整備など、競技者を育てるための環境づくりを進めます。

### ■ 具体的な施策

#### (1) 各団体が連携し、競技者を育成するための体制を強化します

ア 小学校、子どもたちのスポーツ活動団体と競技団体等が連携し、少年期において、子どもたちが多種目の競技を体験するなど、スポーツへの興味や適性を見出せるような機会をつくり、発育・発達段階に応じた競技力向上事業の充実に努めます。

イ 中学校、高等学校の運動部と体育協会等が連携し、外部指導者の派遣等により学校での運動部活動の充実や、競技力の向上を図るとともに、教職員の負担の軽減にもつながるシステムを構築します。

ウ 中学校、高等学校において、一つの学校では人数不足等により活動できない運動部活動の状況があります。複数校が連携するなど、学校の枠を越えた活動の取組により、子どもたちが運動部活動に意欲的に取り組むことができる環境を整備し、競技力の向上を目指します。

#### 場面・アプローチ

する  
ささえる  
つなぐ

する  
ささえる  
つなぐ

する  
つなぐ

photo  
平成 22 年度インターハイ  
に出場する市内高校生

毎年多くの市内中学生、  
高校生がインターハイな  
どの全国大会に出場して  
います。



## (2) 競技者のパフォーマンスを最大限に引き出すための活動環境の整備を進めます。

- ア 競技者のパフォーマンスを最大限に引き出すためには、心身両面にわたる自己管理意識の高揚やスポーツ医・科学分野との連携が必要です。スポーツドクター<sup>12</sup>やスポーツ科学分野の専門家に協力を要請し、総合的な競技者支援体制の整備に努めます。
- イ 競技団体と学校等が連携し、子どもたちを長期ビジョンの中で育成する競技者の一貫指導体制の整備を進めます。
- ウ 障がい者スポーツも含む、競技者のトレーニング場所の確保やコンディショニングトレーニング<sup>13</sup>などの各団体の枠を越えた合同での活動を行うことにより、競技力向上のための効果的・効率的な活動環境の整備を進めます。
- エ 全国大会や国際大会に出場する選手が、大会で活躍するための、よりよい環境づくりと支援体制の整備を図ります。

← する  
ささえる  
つなぐ

← ささえる  
つなぐ

← する  
ささえる

← ささえる

## (3) 国際大会、全国大会などを誘致し、トップアスリートと触れる機会の充実を図ります

- ア 国際大会、全国大会などを誘致し、トップレベルの試合を身近で観たり、指導を受ける機会をつくり、競技力の向上を目指します。
- イ 未来のトップアスリート育成のため、子どもたちがプロスポーツ選手やオリンピックのメダリスト等から、直接指導を受ける機会を設けるなど、さまざまなスポーツと出会い、親しむ機会を充実させることによって、将来の夢を描くことができる事業を進めます。
- ウ 菅平高原や温泉地などの上田市の環境と施設を有効利用した、ラグビーやスキー等のスポーツ大会、合宿等の誘致を進め、地域と競技者が一体となった取組を推進します。

← する  
みる

← する

← つなぐ

12 **スポーツドクター** スポーツをする人々の健康管理や、スポーツ障害に対する予防、治療等の臨床活動や、スポーツ医学の研究、普及活動を行う、日本体育協会が行う講習会を終了し、認定された医師。

13 **コンディショニングトレーニング** スポーツのパフォーマンスを最大限に高めるために、競技パフォーマンスに関連する全ての要素をトレーニングし、身体的な準備を整えていくこと。

### 3 スポーツにかかわる人材育成とスポーツをささえる地域づくり ～人材活用・地域力向上プラン～

スポーツ活動の広がりや、かかわり方が多様化していく中で、だれもがそれぞれのレベルでスポーツに取り組み、楽しむためには、スポーツの魅力を伝えることができる指導者の確保と育成が必要です。また、スポーツを行う際の健康面や安全面をサポートするスタッフの協力体制の整備や、イベントなど事業の運営をささえるボランティア、地域リーダーの育成が重要と考えています。

そして、意欲あるスポーツ指導者やボランティア、地域リーダーの資質向上に資するため、活躍の場を提供し、スポーツをする人とささえる人をつなぐ仕組みづくりを進めます。

また、菅平高原や温泉地など上田市の気候や環境を利用した、スポーツ合宿等を誘致する取組を通じ、スポーツをささえる地域づくりを推進します。

#### ■ 具体的な施策

##### (1) スポーツの楽しさを伝える指導者の育成・確保に努めます

ア 多くの市民が、スポーツの楽しさを味わい、その楽しみ方を身につけたり、生涯スポーツ、競技スポーツなど、多様な市民のニーズに対応するため、各種スポーツ関係団体との連携を図り、指導者の発掘と育成及び派遣体制の確立に努めます。

イ 競技団体等との連携により、高い指導力を持つ人材を学校体育や運動部活動の場面に有効に活用するための体制を整備するとともに、指導者間の交流を図り、指導者の資質向上を目指します。

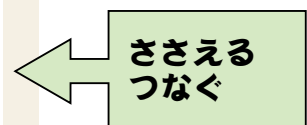
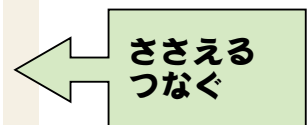
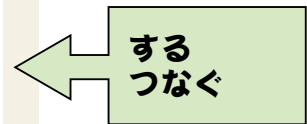
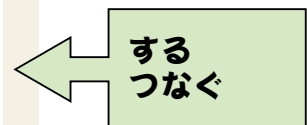
ウ 生涯スポーツ、レクリエーション、競技スポーツ等の実技指導者と健康運動指導士、管理栄養士などの有資格者の連携により、競技者の支援やスポーツを通じて健康維持や体力増進のための総合的な指導を行う体制の整備を進めます。また、有資格者同士の意見交換や研修の機会を増やし、指導者等のネットワークの構築に努めます。

##### (2) スポーツを支えるボランティア活動の推進

ア スポーツの魅力や価値を啓発し、スポーツをささえるボランティアの育成に努めます。

イ ボランティアの募集、派遣などの体制を整えるなど、ボランティア活動を希望する人に大会やイベント等の情報提供ができる仕組みづくりに努め、各種スポーツイベントへのボランティア参加を推進します。

#### 場面・アプローチ

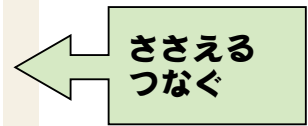
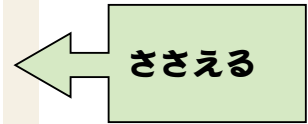




### (3) 地域リーダーの育成

ア 各地域でのスポーツイベントの企画、運営を行うためのリーダーの発掘と育成に努めます。

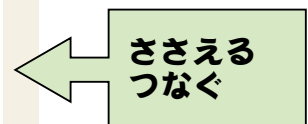
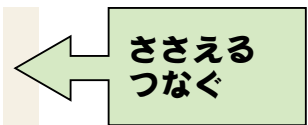
イ 公民館、育成会、PTA等、地域でのスポーツ活動を支援するための研修、講習会を開催します。



### (4) スポーツをささえる地域づくり

ア スポーツに適した上田市の気候や環境を活用し、市内外の愛好者や競技者のスポーツ合宿や遠征試合の地として迎え入れるための、地域づくりに努めます。

イ 菅平高原におけるスポーツ合宿等の環境整備について、関係団体と連携を図りながら、さらに充実するよう努めます。特にラグビーについては、菅平高原の歴史と実績を踏まえ、2016年の7人制ラグビーのオリンピック正式種目決定や、2019年のワールドカップ日本開催を見据えた国内外のトップクラスの選手の誘致を進めるなど、地域ぐるみの取組を進めます。



#### 菅平高原

上田市の最北端に位置し、標高1,200mから1,600mに広がる菅平高原は、真夏の平均気温が19.6度と大変さわやかな気候です。その快適な気候を求めて全国からラグビーやサッカーなどの強豪チームが合宿に訪れています。

菅平高原のスポーツ、観光の歴史は昭和2年、菅平スキークラブの設立によりスキー客の受入れが始まったのが起源で、昭和5年、近代スキーの父、ハンネス・シュナイダー氏が菅平高原を訪れ、日本で初めてのシュプールを描き、その環境や美しさを絶賛したことから、全国有数のスキー場として現在に至っています。また、昭和6年には法政大学ラグビー部が初めて菅平高原で合宿を行い、翌年からは早稲田大学が訪れるようになり、「冬はスキー、夏はラグビー合宿」で賑わう菅平高原へと発展してきました。特に夏のラグビー合宿は、大学ラグビーのメッカとなっています。

平成11年には天然芝のグラウンド5面と公認陸上競技場を備えた複合施設「サニアパーク菅平」がオープンし、近年は、陸上競技の高地トレーニングの合宿地としても知られ、オリンピックの日本代表選手など、多くのトップアスリートが訪れます。



## 4 スポーツ施設の整備 ～スポーツ環境整備プラン～

生活の中にスポーツを定着させるためには、気軽に利用できるスポーツ施設の充実が必要です。

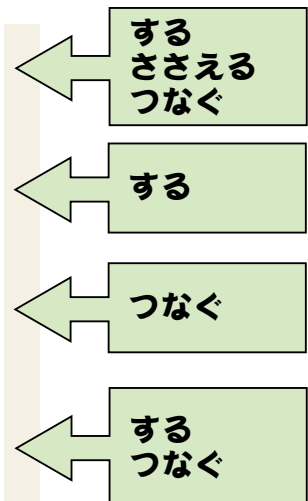
そのために、既存のスポーツ施設や学校施設の有効活用のための整備と、大学、企業などの協力による利用施設の拡充などの環境整備を進めます。また、ランニングコースやウォーキングコースなど少しの工夫によって、公園、道路などといった市民にとって身近な施設でスポーツに親しめる環境づくりと既存施設やコースの情報提供に努めます。

### ■ 具体的な施策

#### (1) 施設の有効活動

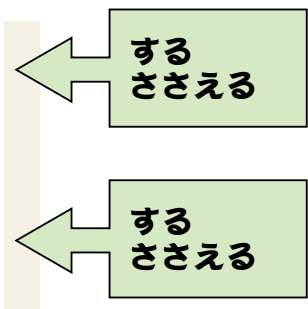
- ア 市内スポーツ施設、学校施設の有効活用を図るため、利用状況の実態調査を実施します。
- イ 市内施設の使用料金の見直しと統一を図ります。
- ウ 施設を使用するスポーツ団体、総合型地域スポーツクラブ等の調整と協議を行います。
- エ 施設の利用状況や市民が身近で使えるランニングコースやウォーキングコースなどの情報を広く市民に発信します。

#### 場面・アプローチ



#### (2) 将来を見据えた施設整備計画

- ア 既存施設の修繕等を計画的に行うとともに、近い将来に予定される2回目の長野国体などの大規模大会の開催を見据えた施設整備構想を作成します。
- イ 生涯スポーツの振興や競技力の向上計画と連携した、施設整備を実施します。



# 第5章



## 期待される役割

UEDA CITY SPORT PLAN 2011-2020

本計画に掲げた各施策の推進は、行政のみならず、市民はもちろんのこと、スポーツ団体、学校、医療等機関、民間企業などとの協働によってはじめて実現できるものです。

今後は、これらの関係機関や団体の役割分担のもと、事業を進めていくとともに、ネットワークの形成に努め、上田市のスポーツ振興を推進していきます。

### 1 行政・団体

#### (1) 上田市・上田市教育委員会

計画の基本理念「生涯スポーツ社会の実現を目指して～だれもが いつまでも スポーツに親しむことができる まちづくり～」を実現するため、地域の資源を有効活用するとともに、市、市教育委員会の庁内関係部局及び関係団体と連携調整を密にし、協働体制による政策を展開します。

#### (2) 体育協会・スポーツ団体

スポーツを通じた市民の健康増進と明るい市民生活の実現を目指し、スポーツ大会やスポーツ教室の開催を通じて、競技力の向上を目指すとともに、スポーツ情報の提供や指導者の派遣など、市民がスポーツに親しめる機会の充実を図ります。

スポーツ少年団を含めた各スポーツ団体の協働する核として体育協会が中心となり、スポーツ人口の拡大やスポーツの習慣化につながる活動推進が期待されます。

#### (3) 体育指導委員・レクリエーション支援者

多様なスポーツニーズに対応するため、知識や技術の習得に努めるとともに、体育指導委員やレクリエーション活動を支援する人たちが連携を図り、地域スポーツ振興の推進役、行政と市民とのパイプ役となり、日ごろスポーツになじみの薄い人への動機付けや、スポーツの楽しみ方の啓発などを通じて、本計画の施策の実現を目指します。

#### (4) 総合型地域スポーツクラブ

総合型地域スポーツクラブは、子どもから高齢者まで（多世代）、さまざまなスポーツを愛好する人々が（多種目）、初心者からトップレベルまで、それぞれの志向・レベルに合わせて参加できる（多志向）、という特徴を持っています。

こうした特徴を持つことから、総合型地域スポーツクラブは単に市民の身近なスポーツを「する」場としての受け皿になるだけでなく、スポーツを楽しむ場を共有することで、世代間交流の深まりや、地域交流の広がりなど、一体感の創出と共に、コミュニティの創造が期待されます。

## (5)学校（小・中・高）

児童・生徒の体力向上や運動機会を確保するため、学校体育、運動部活動の充実を図るとともに、生徒の運動意欲を喚起し生涯スポーツへと誘います。

また、学校体育施設の開放を促進し、市民の身近なスポーツ活動の場の創出に協力します。

## (6)自治会・公民館・育成会・PTA等

地域のスポーツやレクリエーション環境の充実を図り、人々の地域活動への参加意欲を高めるため、公民館や学校を中心としたスポーツ行事への積極的な参画が期待されます。また、地域活動を通じた、青少年の健全育成、地域の防犯活動への支援が期待されます。

## 2 市民・関係機関

### (1)市民

健康や体力に関心をもち、スポーツ活動に積極的に取り組むことが期待されます。特にスポーツを「する」だけでなく「ささえる」活動や、スポーツを通じた交流活動への参加が期待されます。

### (2)医療機関・スポーツ医科学専門機関等

専門分野での競技者の支援や、市民の健康・体力づくりの一環として、スポーツ医科学の理論に基づいた知識の伝達・普及に向け、協力・支援が期待されます。

### (3)大学・企業・民間スポーツクラブ等

学校部活動等への指導者やスポーツトレーナーの派遣や施設の開放、各団体との連携によるスポーツイベントの開催など、大学・企業等が保有する人材、情報、施設などの資源の活用が期待されます。

### (4)プロ・実業団チーム等

スポーツ合宿のメッカとして全国に誇る菅平高原を有する上田市には、四季を通じてプロスポーツや実業団の選手がトレーニングに訪れます。このように、菅平高原で合宿するラグビーや、陸上・テニスなどトップアスリートとの交流は、「みる」スポーツとして、市民に活力や感動を与える場面となることが期待されます。

また、毎年訪れるチームやアスリートを地域でささえるつながりを創出し、市民レベルでの交流をはじめ、市民のスポーツ教室などへの指導者の派遣協力依頼などを推進することにより、競技力の向上や子ども達のスポーツ活動へのきっかけにつながることを期待されます。

## 1 上田市スポーツ振興計画策定の経過

年	月 日	会 議 等	内 容
平成22年	6月24日	第 1 回審議会	委嘱状交付 正副会長の選任 諮問 振興計画策定について
	8月18日	第 2 回審議会	振興計画（たたき台）について
	10月28日	第 3 回審議会	振興計画（素案）について
	11月16日	第 4 回審議会	振興計画（素案）について 振興計画（素案）承認
	11月24日	中間答申	振興計画（素案）を中間答申
	12月1日～22日	意見募集	市民等からの意見募集 振興計画（素案）の公表（ホームページ等） 庁内関係課からの意見聴衆
平成23年	1月21日	第 5 回審議会	市民等からの意見募集内容説明 振興計画（案）について
	2月18日	第 6 回審議会	振興計画（案）について
	3月10日	第 7 回審議会	振興計画（案）について 振興計画（案）承認
	3月10日	答 申	振興計画を答申
	上田市スポーツ振興計画策定		



## 2 諮問・答申

22体 第 155号  
平成22年6月24日

上田市スポーツ振興審議会  
会長 犬飼 己紀子 様

上田市教育委員会

### 上田市スポーツ振興計画について（諮問）

上田市スポーツ振興計画策定について、貴審議会の意見を求めますので、附属機関に関する条例第2条の規定により、下記のとおり諮問申し上げます。

#### 記

- 1 生涯スポーツの推進について
- 2 競技スポーツの推進について
- 3 スポーツにかかわる人材育成について
- 4 スポーツ施設の整備について

平成23年3月10日

上田市教育委員会 様

上田市スポーツ振興審議会  
会長 犬飼 己紀子

### 上田市スポーツ振興計画について（答申）

平成22年6月24日付け22体第155号で諮問された、上田市スポーツ振興計画について、本審議会は、慎重に検討をいたしました。  
その結果を別冊「上田市スポーツ振興計画」のとおり答申いたします。

### 3 上田市スポーツ振興審議会委員名簿

	氏 名	所 属 等
会 長	犬 飼 己 紀 子	松本大学 人間健康学部スポーツ健康学科教授 長野県スポーツ振興審議会委員
副会長	涼 勉	上田市体育協会 上田市体育協会 副会長
委 員	帯 刀 秀 幸	上田西高等学校教諭 陸上部顧問
	金 子 る り 子	総合型地域スポーツクラブ たけしスポーツクラブ役員
	工 藤 哲 也	長野アドバンスコンディショナーズ(株) 代表
	関 和 弘	上田市体育指導委員 上田市体育指導委員会 会長
	竹 村 幸 則	ミズノ(株)スキーアドバイザー 菅平高原スキークラブ
	堀 内 不 二 夫	上田市校長会 上田市立菅平小中学校 校長
	森 貴 代 美	公募
	横 山 佳 栄	鹿教湯温泉センター クアハウスかけゆ





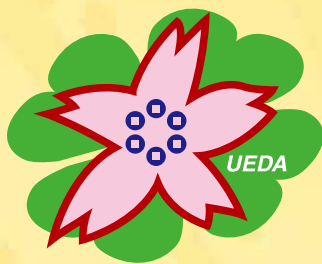


## 上田市スポーツ振興計画

(平成23年4月発行)

---

発行・編集 上田市教育委員会 体育課  
〒386-0025  
上田市天神二丁目4-74  
TEL 0268-23-6372  
FAX 0268-23-3745  
上田市ホームページ  
<http://www.city.ueda.nagano.jp>



UEDA CITY SPORT PLAN 2011-2020

上田市スポーツ振興計画

だれもが いつまでも  
スポーツに親しむことができる  
まちづくり

**上田市スポーツ振興計画**

(平成23年4月発行)

発行・編集：上田市教育委員会 体育課  
〒386-0025 上田市天神二丁目 4-74  
TEL:0268-23-6372 FAX:0268-23-3745  
上田市ホームページ <http://www.city.ueda.nagano.jp>