



# あした スポーツで拓く未来

～誰もがスポーツを楽しみ、笑顔あふれるまち”めぐろ”～

## 目黒区 スポーツ推進計画

令和8年度  
(2026年)  
▼  
令和17年度  
(2035年)





## はじめに

令和7(2025)年6月にスポーツ基本法が改正され、ウェルビーイング(心身の健康)への貢献、誰もがスポーツを楽しめる機会の確保、共生社会の実現、スポーツ事故防止の観点からの気候変動への対応の留意、スポーツを通じた地域社会の発展や地域振興への貢献が付け加えられました。

本区では、平成28(2016)年に策定した平成28年度～令和7年度(2016～2025)を計画期間とする「目黒区スポーツ推進計画」に基づき、「区民のだれもが、いつでも、いつまでも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」に向けて、スポーツの普及を通じて、区民の生きがいや健康づくり、相互交流を促進するとともに、様々な分野との連携による地域づくりを進めてきました。一方で、スポーツの実施(する)だけではなく、(みる)観戦機会の創出や、スポーツを支える人材の確保・育成などの連携強化や、まちづくりなど他分野との連携などに課題がありました。

こうした背景を踏まえ、新たなスポーツ推進計画を策定するに当たり、スポーツの定義・範囲を幅広く捉えなおすとともに、基本理念の「スポーツで拓(ひら)く未来(あした)」を継承しつつ、「一誰もがスポーツを楽しみ、笑顔あふれるまち“めぐろ”」としました。

また、「スポーツに親しむ機会の提供」「スポーツを通じた健康づくりの支援」「スポーツを通じたつながりの創出」に関する3つの基本目標と成果指標を設定し、基本的な施策・事業を具体化しました。施策・事業には共生社会の実現、文化振興やまちづくりとの連携、つながりの創出、新たなスポーツとの関わりなど、これからの未来(あした)を拓(ひら)く新たな取組が含まれています。

これらの取組に当たっては、区取組だけでなく、区民やスポーツ関係団体、事業者等の皆様の協力があって実現する施策も含まれています。今後とも、スポーツの推進に当たりまして、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

本計画の策定に当たっては、学識経験者、スポーツ関係団体、青少年団体、区関係団体、学校関係者、公募区民の方々に構成する「目黒区スポーツ推進計画改定懇話会」の委員の皆様から活発な議論と貴重なご意見をいただくとともに、パブリックコメントなどを通じて、区民の皆様や区議会議員の皆様からも貴重なご意見をいただきました。策定にご尽力いただきました皆様に、心よりお礼申し上げます。

令和8(2026)年3月  
目黒区長

## 目次

第1章	スポーツ推進計画（令和8年度～17年度(2026～2035)）の策定に当たって	1
1.	計画策定の目的	2
2.	計画の位置づけ・計画期間	3
(1)	計画の位置づけ	3
(2)	計画の期間	3
第2章	本区を取り巻く現状と課題	5
1.	国や東京都等の動き	6
(1)	本区および国内・東京都のスポーツイベント等	6
(2)	国のスポーツ基本法・スポーツ基本計画	7
(3)	東京都のスポーツ推進総合計画	8
2.	本区を取り巻く社会・経済動向	9
(1)	人口減少・高齢化社会の進展	9
(2)	共生社会・インクルーシブ社会の実現	10
(3)	デジタル技術の活用・DX推進	11
(4)	スポーツと他分野の融合・連携によるまちづくり	11
3.	本区のスポーツに関する状況	12
(1)	人口の推移・推計	12
(2)	区民スポーツ活動状況	16
(3)	スポーツ実施環境	22
(4)	スポーツを支える担い手	29
4.	本区のこれまでの取組	30
5.	取組の課題と方向性	34
(1)	これまでの取組の課題と本計画の取組の方向性	34
(2)	本区の推進の課題	38
(3)	本区の強み・弱みと取組の方向性	39
(4)	今後の取組のロジックモデル	41
第3章	本計画の基本的な考え方	43
1.	本計画におけるスポーツ	44
(1)	スポーツの定義・範囲	44
(2)	スポーツ・運動の多様な形態の捉え方	44
2.	計画の体系	47
3.	基本理念	48
4.	基本目標	49
5.	成果指標	50
第4章	スポーツ推進施策	53
	施策・事業一覧	54

対象別事業一覧.....	56
新規事業一覧.....	58
施策の柱1. スポーツに親しむ機会の提供.....	59
施策の柱2. スポーツを通じた健康づくりの支援.....	71
施策の柱3. スポーツを通じたつながりの創出 .....	78
第5章 計画の推進に当たって .....	89
1. 推進体制.....	90
(1) 区民 .....	90
(2) 行政 .....	90
(3) スポーツ推進委員.....	90
(4) スポーツ関連団体.....	90
(5) 事業者・団体等 .....	90
2. 本計画の進捗管理.....	91
第6章 参考資料.....	93
1. 目黒区スポーツ推進計画改定懇話会 .....	94
(1) 改定懇話会委員.....	94
(2) 開催日程.....	95
2. 目黒区スポーツ推進計画改定検討会 .....	96
(1) 開催日程.....	96
3. 区民ヒアリング .....	97
(1) 開催日程.....	97
(2) ヒアリング内容.....	98
(3) その他参考調査 .....	98
4. 区民アンケート.....	99



メグロダンスコネクション



区立スポーツ施設教室事業



スポーツフェスタ(シャフルボード)



めぐろスポーツまつり(ワンポイントテニスレッスン)



めぐろスポーツまつり(ボールランチャー)



武道体験※目黒区国際交流協会提供