

【長野市への政策提言】

スポーツ×教養でつくる「帰りたいまち、ずっといたいまちNAGANO」  
(詳細版)



2025/12/13

公益社団法人長野青年会議所, 2025

# 〈目次〉

|  |     |
|--|-----|
| ご挨拶.....   | 3   |
| はじめに.....  | 4   |
| 市民意識調査アンケート.....                                   | 5   |
| 政策提言 1. My winter sport — ウィンタースポーツを身近に —.....     | 29  |
| 政策提言 2. Morning sport — 朝に強い都市NAGANOを創る —.....     | 52  |
| 政策提言 3. Multi-sport — マルチスポーツで多くの機会創出 —.....       | 74  |
| 政策提言 4. Reboot the Kominkan — 寺子屋が長野の学びを変える —..... | 108 |
| 政策提言 5. Rebranding the Library — 図書館を再構築する —.....  | 120 |
| 政策提言 6. Reframe the MLA — 博物館、図書館、美術館をつなぐ —.....   | 132 |
| スポーツ×教養その先の未来へ.....                                | 144 |
| 資料・参考文献.....                                       | 149 |

# ご挨拶

---

長野青年会議所は1953年の創始以来、72年に亘り「明るい豊かな社会の実現」に向けて、この長野市をより良くしようと活動し地域社会に貢献してまいりました。

昨今の厳しい経済情勢や人口減少による超高齢社会、生産年齢人口やまちの賑わいの減少など、この長野市には多くの課題が山積しており、我々はこれらの地域課題を解決に導く活動によって持続可能な社会を目指し挑戦を続けております。

本年、我々が住まう長野市をより明るい豊かなまちとするため、長野市の課題を調査研究し力強く青年会議所運動を推進する中で、我々青年だからこそできる自由な発想と壮大な夢を描くことが、このまちに住み暮らす市民や地域社会への貢献になると確信し、「スポーツ×教養」をテーマに政策提言を行うに至りました。

この政策提言が誰にとっても住み暮らしやすい、魅力あるまちの発展に貢献・寄与できることを心から願って、ここに政策提言を提出します。

令和7年12月  
公益社団法人長野青年会議所  
2025年度 理事長 村田 雄介

# はじめに

---

本年度、我々長野青年会議所は、長野市が持続可能な地域であり続けるために、今後我々が挑戦すべき社会開発運動の方針を議論し、このまちの強みに着目し更なる「ありたい姿」を描いた本書を呈します。

では、長野市の強みとはいかなるものでしょうか。我々は以下のように考えました。

1975年にスポーツ都市宣言、1998年開催の長野五輪、2028年開催予定の信州やまなみ国スポに代表されるように、長野は冬季スポーツ夏季スポーツに限らず、登山やクライミングなど自然環境を生かしたものなど、年間を通して様々な運動をすることができる稀有なまちです。そんなスポーツとの距離の近さが長寿のまちとして実を結んでいるのではないかでしょうか。長野市だからできることがスポーツにはあります。

長野県は教育県である、この言葉は誰もが一度は耳にしたことがあるのではないかでしょうか。1800年代、海洋資源や産業もなく、都会へのアクセスも悪い。そんなまちの未来を憂いた先達が時代に取り残されないためにとった起死回生の一手が教育への投資です。教育環境を整えることで長野県民自身が産業を創り、文化を生み、まちづくりをしていく、その思いは「探究県」長野として現在の長野県教育の目指す姿になり、全国屈指の文化施設保有件数を誇るなど形として実を結んでいるのではないかでしょうか。県都たる長野市だからこそできることが教育にはあります。

長野市政に目を向けると、現在計画中である令和9年度から開始される次期長野市総合計画において、第五次計画の課題として「計画全体の市民から見た分かりにくさの解消」や「幅広い分野・立場の市民が参画できる手法の検討」が記載され、基本視点には①多様な市民の意見を反映した計画づくり、②市民に分かりやすい計画づくり、③実効性の高い計画づくりの各記載がなされていることからも分かるように、「市民に寄り添い、市民意識に訴え、強みを活かした実現可能なまちづくり」が求められています。

この2つの大きな強みから、我々だからこそその自由な発想で強みをさらに昇華させ、10年後20年後の将来を見据えた長野市の「ありたい姿」として提案をします。スポーツを文化、教育と融合させ、生き方の創造を探求することができる唯一無二の地方都市として、官民一体となったこれから明るい豊かな社会に向けた方針となるべきと考えます。

# 市民意識調査アンケート

---

長野青年会議所では過去の社会開発運動等の調査研究を行った結果、長野市の強みとして、「スポーツ」と「教育・教養」があるのではないかと考えました。長野市民の意識調査を行うことで、我々と市民が同じ想いを抱いているのか、運動の方向性は間違っていないかの確認として市民意識調査アンケートを実施いたしました。多くの市民の協力を頂戴し、911件の回答が得られました。

市民意識調査アンケート <https://docs.google.com/forms/d/1u2JioYC58xuGY6Hetz6nMi8eLR5fVvQlmtiapR4YM/viewanalytics>

## 長野市のスポーツ環境としての強み

---

# 長野市のスポーツ環境としての強み、特色

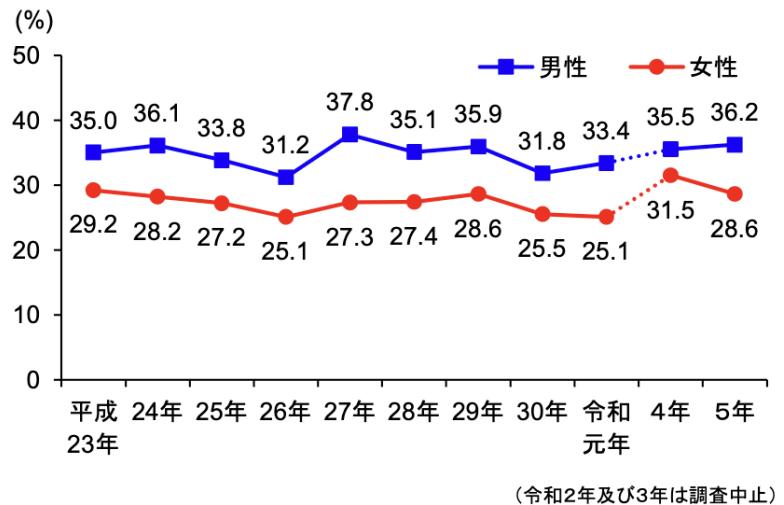
長野市は、豊かな自然環境と調和した暮らしの中で、スポーツや身体活動が日常的に根づいているまちです。全国では、週2回以上・1回30分以上の運動を1年以上継続する「運動習慣者」は概ね3割程度とされる一方、長野市では指標の定義は異なるものの、週1回以上スポーツを行う人が約6割と報告されています。このことから、長野市では市民の“からだを動かす文化”的厚みがうかがえます。こうした特性を生かし、健康増進や地域交流、観光・教育分野まで幅広い波及効果が期待できます。こうした高い運動参加率は、身近に山や川などの自然環境があり、四季を通じてウォーキングやスキー、登山など多様な活動を楽しめること、また健康寿命が全国トップクラスである地域文化の賜物といえます。

市民にとってスポーツは特別な行事ではなく、暮らしの延長にある「からだを動かす文化」として根づいており、これこそが長野市の最大の強みです。

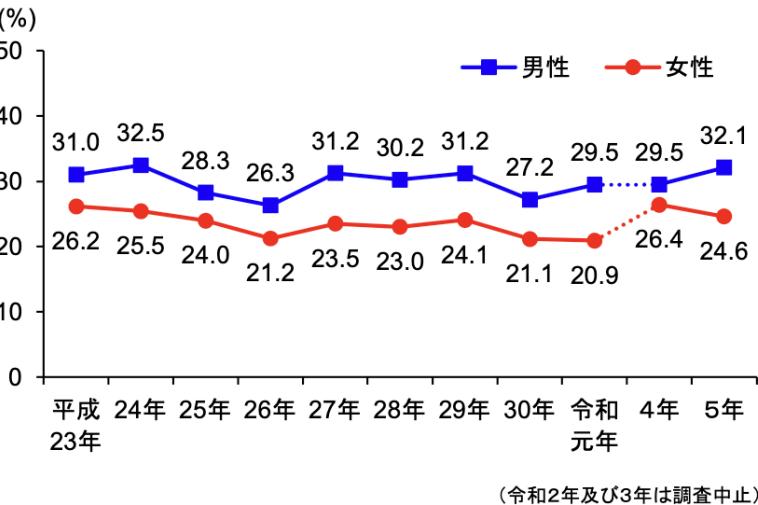
この特性を生かすことで、競技スポーツだけでなく、健康増進、地域交流、観光振興、教育など、さまざまな分野での相乗効果を生み出すことが期待されます。

# 全国の運動習慣

運動習慣のある者の割合の年次推移(20歳以上)(平成23年～令和元年、4年、5年)



年齢調整した、運動習慣のある者の割合の年次推移(20歳以上)(平成23年～令和元年、4年、5年)

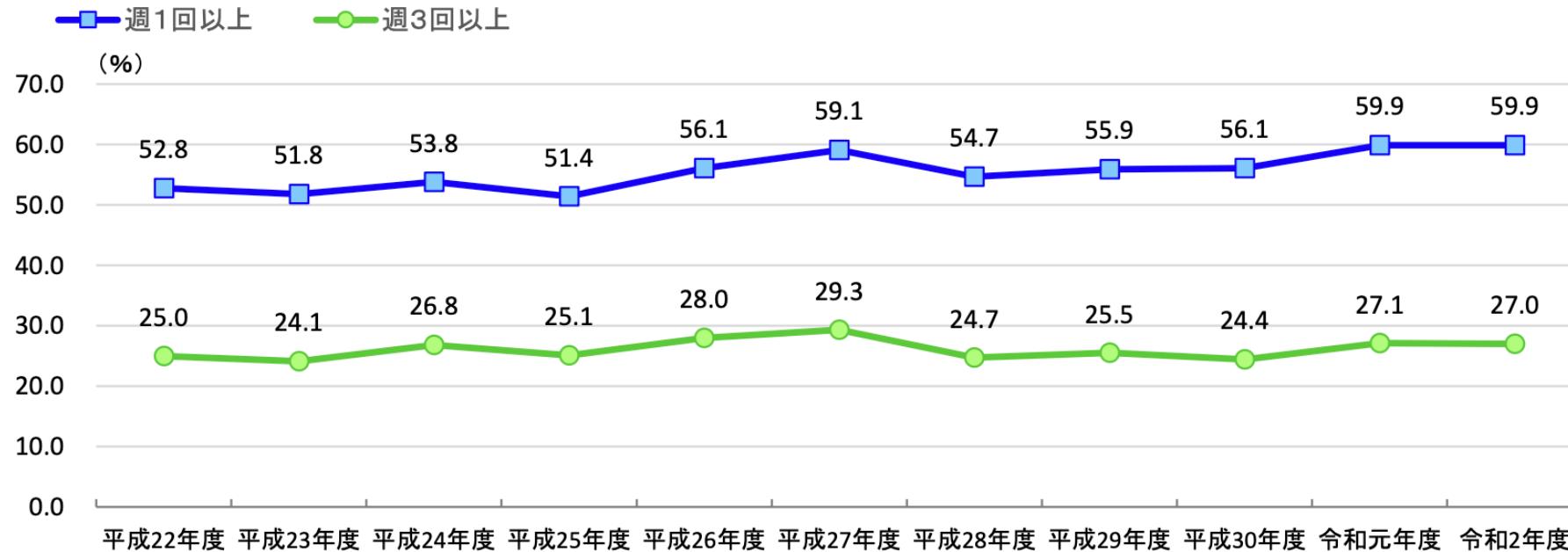


※「運動習慣のある者」とは、1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している者。

## 図表1

引用元：厚生労働省健康局健康課生活習慣病対策室『令和5年国民健康・栄養調査結果の概要』、厚生労働省公式ウェブサイト、2024年公表  
<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/001338334.pdf>

## 長野市のスポーツ習慣



図表 2

引用元：長野市『第三次長野市スポーツ推進計画（令和4年度～令和8年度）』、長野市公式ウェブサイト、2022年公表  
<https://www.city.nagano.nagano.jp/documents/3323/746394.pdf>

# 長野市のスポーツの現状

---

# 長野市におけるスポーツの課題

長野市は1998年に冬季オリンピックを開催し、ウィンタースポーツの聖地として世界に名を知られる存在となりました。しかし、その輝かしい実績の一方で、現在はオリンピックレガシーの活用や維持管理に課題を抱えています。大会後に整備された大型施設の多くは、維持費の負担が大きく、市民利用率の低さが問題視されています。市民の間でウィンタースポーツが日常文化として根づいていないことも、レガシーの持続的活用を難しくしている要因の一つです。

さらに、市民全体の運動習慣の希薄化も顕著である。長野県は健康寿命の長さで全国上位に位置する一方、日常的な身体活動量には地域差が大きく、運動を習慣的に行う層とほとんど行わない層との「運動の二極化」が進んでいます。特に若年層や働き世代では、仕事や生活の忙しさからスポーツへの関心が低下し、結果として地域全体のスポーツ人口が伸び悩んでいます。

このように、長野市は「ウィンタースポーツのまち」というイメージと実態との間にギャップを抱えており、オリンピック遺産の再活用と市民のスポーツ参加の裾野拡大が急務となっています。

# エムウェーブ最多利用の裏にある、利用率低迷の課題

長野市における冬季スポーツの浸透状況をみると、エムウェーブの年間利用者数は約5万人にのぼり、県内で最多となっています。そのうちナショナルトレーニングセンター（NTC）関係者の利用が約1万人を占めており、一般市民による利用は実質4万人程度です。

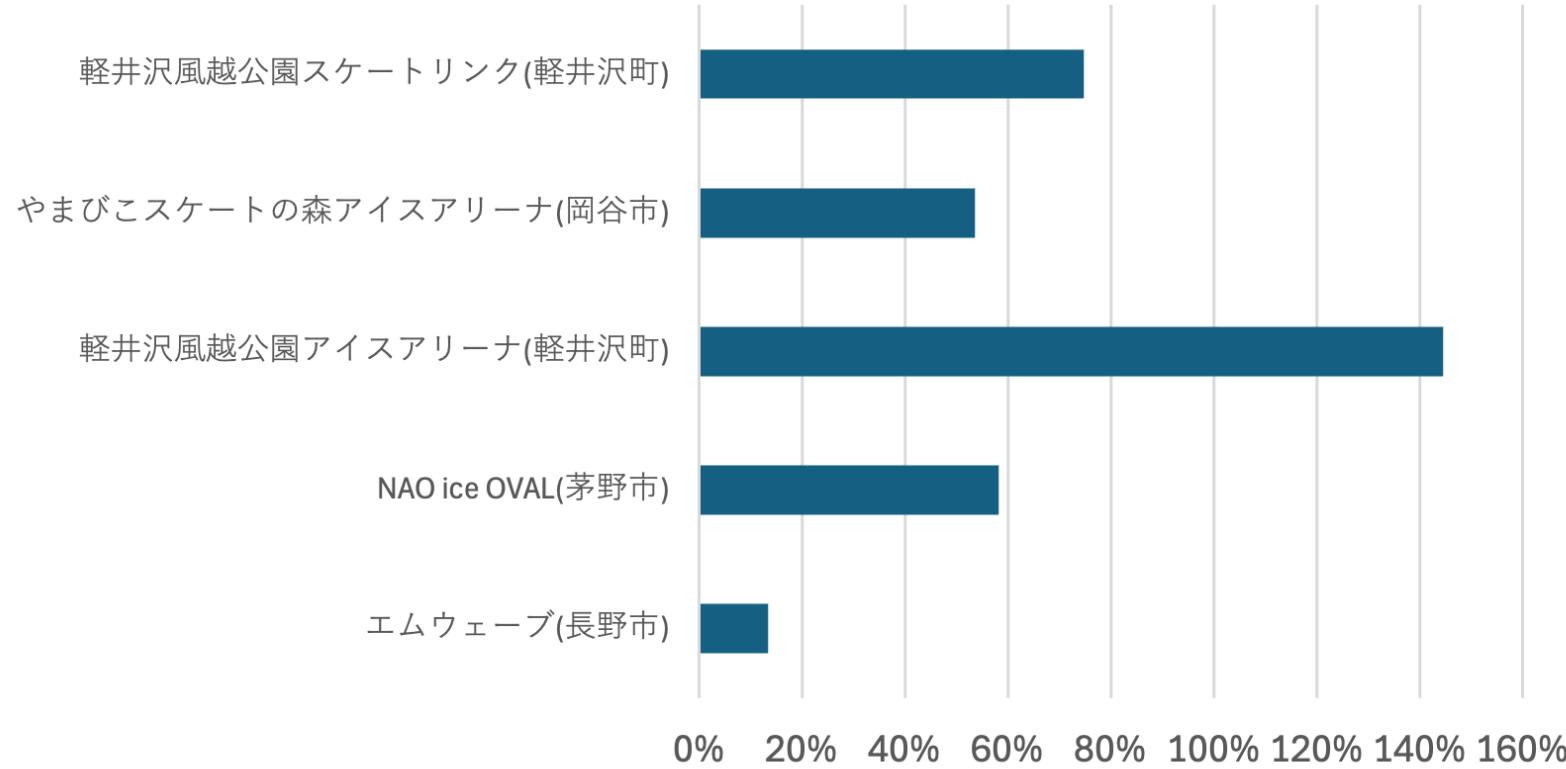
一方で、人口比でみると長野市エムウェーブの利用率は13%にとどまり、茅野市NAO ice OVALの58%、軽井沢町風越公園アイスアリーナの145%と比べて大きく下回っています（図表1、2参照）。このことから、エムウェーブは県内随一の規模を誇るもの、市民への浸透やスポーツツーリズムとしての活用には課題が残されていることがわかります。

| 市町村名 | スケート場名            | 利用者数     | 市内人口      | 利用率  |
|------|-------------------|----------|-----------|------|
| 長野市  | エムウェーブ            | 50,000 人 | 372,760 人 | 13%  |
| 茅野市  | NAO ice OVAL      | 32,000 人 | 55,025 人  | 58%  |
| 軽井沢町 | 軽井沢風越公園アイスアリーナ    | 29,000 人 | 20,060 人  | 145% |
| 岡谷市  | やまびこスケートの森アイスアリーナ | 24,000 人 | 44,796 人  | 54%  |
| 軽井沢町 | 軽井沢風越公園スケートリンク    | 15,000 人 | 20,060 人  | 75%  |

図表 1

引用元：長野県観光部観光振興課『令和4年度スキー・スケート利用実績』、長野県公式ウェブサイト、2023年公表  
<https://www.pref.nagano.lg.jp/kankoki/sangyo/kanko/toukei/documents/r4skiskatekekkeisei.pdf>

## 各市町村のアイススケートリンクの市民利用率



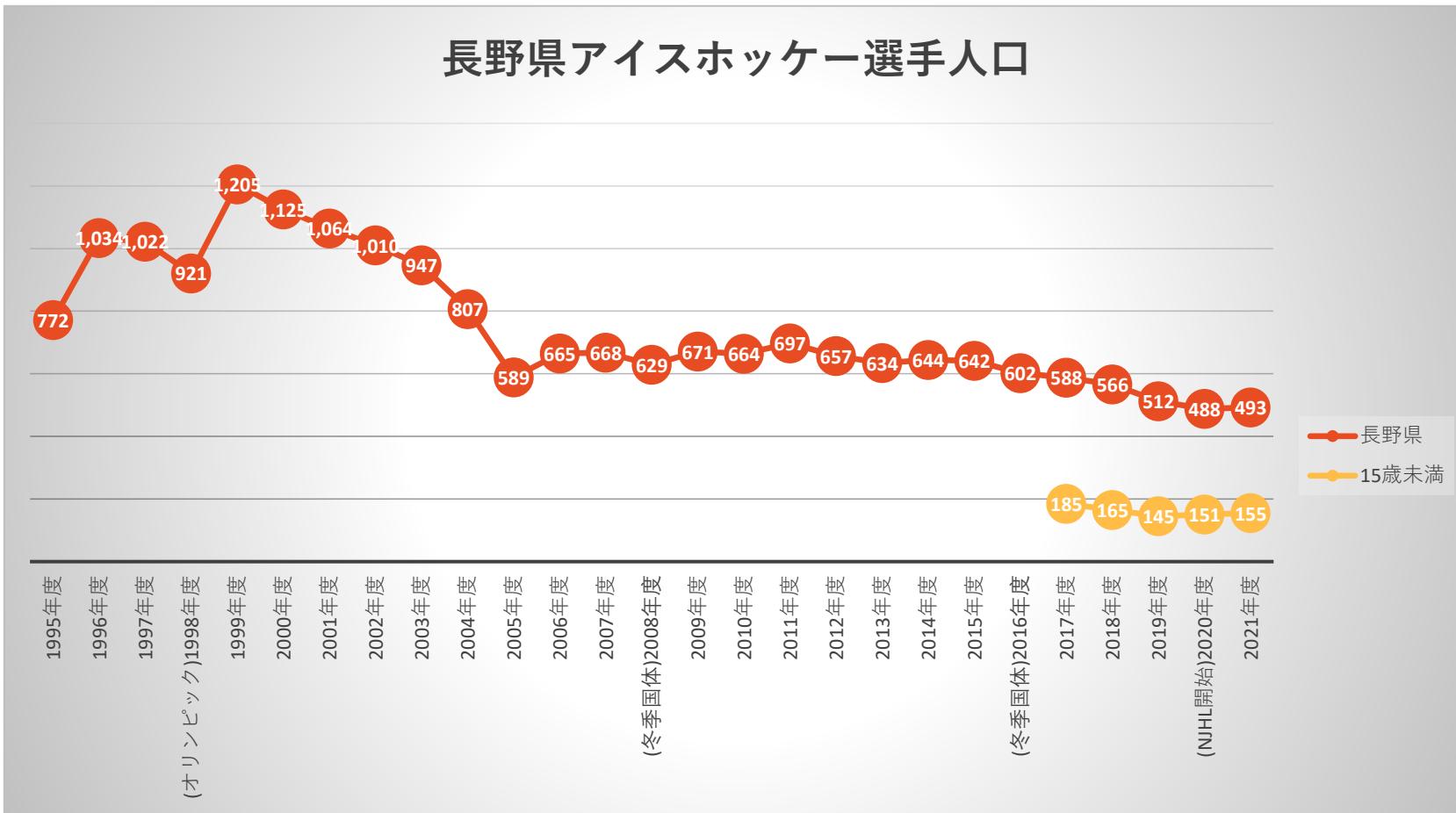
図表 2

引用元：長野県観光部観光振興課 『令和4年度スキー・スケート利用実績』、長野県公式ウェブサイト、2023年公表  
<https://www.pref.nagano.lg.jp/kankoki/sangyo/kanko/toukei/documents/r4skiskatekekkeisei.pdf>

## アイスホッケー競技人口の変遷にみるレガシーの停滞

また、アイスホッケーの県内選手人口をみると、1998年の長野オリンピック前後には右肩上がりの増加を示したものの、開催後は減少傾向に転じ、その後は微減の横ばい状態が続いています（図表3）。本来であれば、オリンピック開催を契機として、長野市を中心にアイスホッケー文化を根付かせ、競技者数の持続的な増加や観戦機会の拡充、さらには次世代の国際大会への発展的な準備につなげていくことが理想でした。

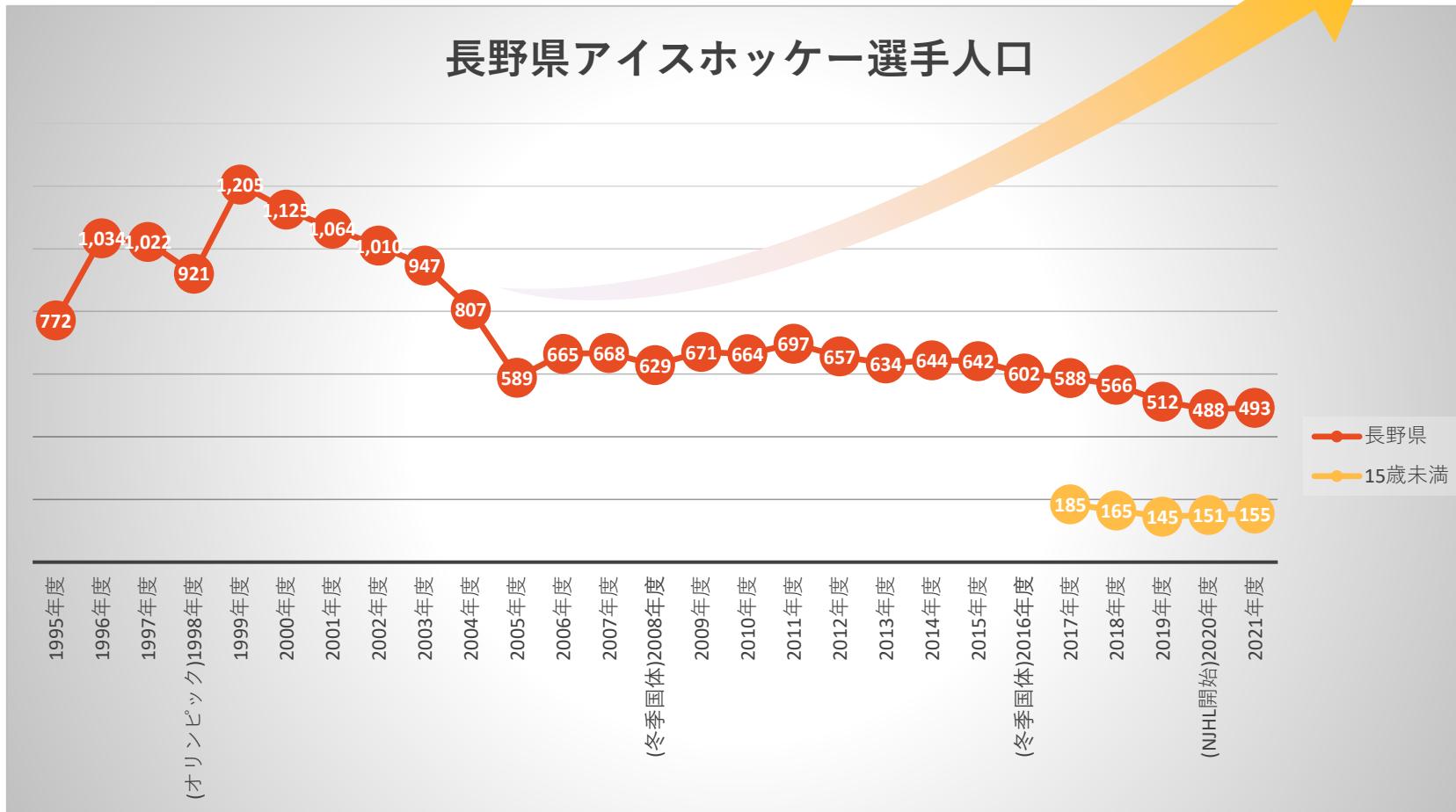
しかし現状では、五輪レガシーが十分に地域に浸透しておらず、競技人口の維持・拡大という観点で課題が残されています。



図表3

引用元：長野県アイスホッケー連盟作成資料より

# 本来あるべき姿



図表3

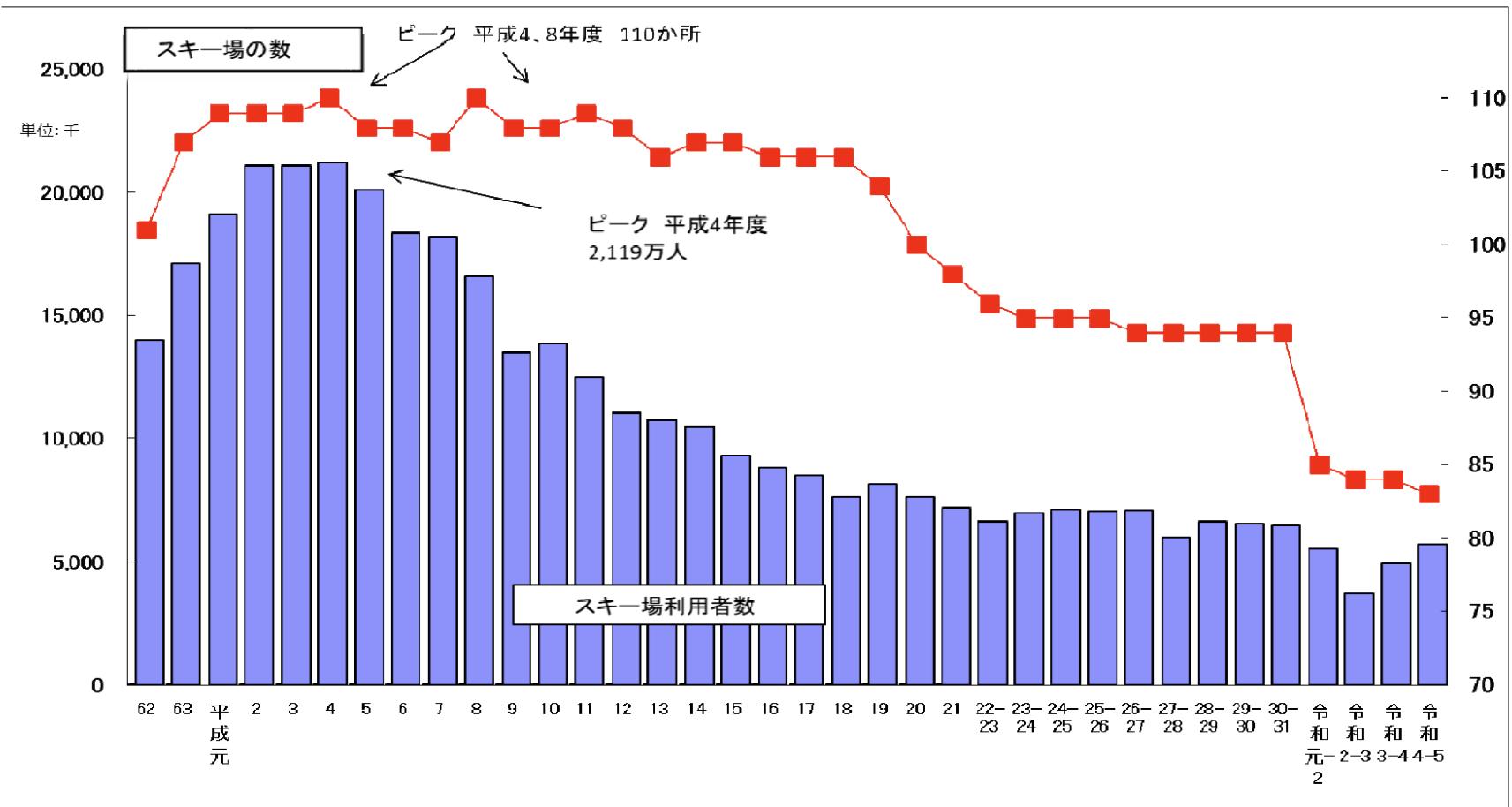
引用元：長野県アイスホッケー連盟作成資料より

# スキー場の利用の変遷による資源利用の停滞

長野県内のスキー場における延べ利用者数の推移をみると、図表4の通り、平成4年には約2,119万人と全国屈指の規模を誇っていたが、その後は長期的に減少傾向が続き、令和2～3年度には約367万人まで落ち込みました。近年はコロナ禍からの回復や旅行支援策の効果により一時的な回復がみられるものの、令和4～5年度時点でも約569万人にとどまり、依然として1990年代のピーク時と比べて3分の1以下の水準となっています。

本来であれば、豊富な積雪と多様なゲレンデを有する長野県では、スキー場を地域資源として観光・教育・地域経済と結びつけ、持続的な利用や通年型の活用を進めることができることが理想でした。特に、オリンピック開催地として得た国際的認知を地域振興へ転化させる好機でもあったといえます。

しかし現状では、気候変動による積雪量の不安定化や若年層のスキー離れ、施設の老朽化などにより、雪という自然資源を十分に活かし切れていない状況が続いている。利用の停滞は単なるレジャー需要の減少にとどまらず、地域経済や冬季文化の継承においても大きな課題を残しており、スキー場の再定義と新たな雪資源の活用モデル構築が求められています。

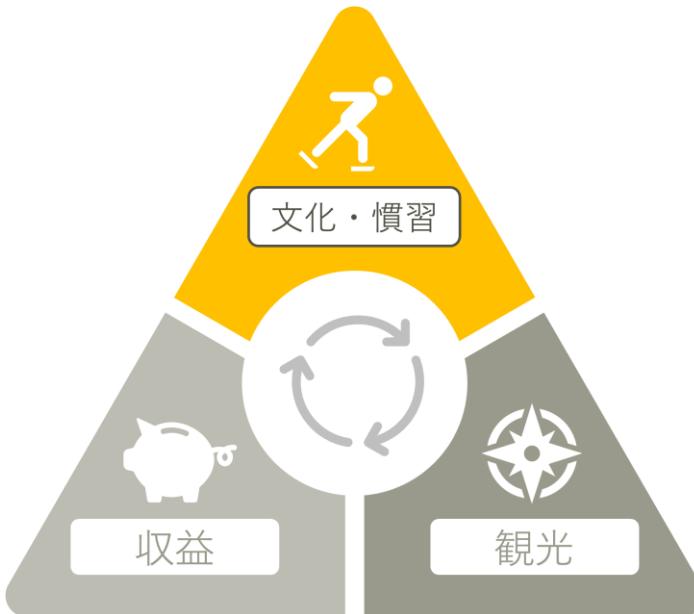


図表 4

長野県観光部観光振興課『令和4年度スキー・スケート利用実績』、長野県公式ウェブサイト、2023年公表  
<https://www.pref.nagano.lg.jp/kankoki/sangyo/kanko/toukei/documents/r4skiskatekekkeisei.pdf>

どうして集客ができないのか、何をすべきなのか

---



文化や慣習がその地域を育てます。

そして、そうして育まれた魅力ある地域だからこそ、人が訪れ、観光が生まれます。その観光によってもたらされた収益が、再び地域の文化を支え、さらに新しい魅力を育てていく——

### 一に文化、二に観光、三に収益。

この流れが逆転してはなりません。

「お金が欲しいから観光業を成り立たせよう」

こうした発想では、根の浅い事業しか生まれません。

残念ながら、いま多くの地域で、このサイクルの**逆流**が起きています。

文化が置き去りにされ、観光と収益だけが先行する

それでは一時の繁栄こそあれ、**持続**はしません。

大切なのは、「文化が観光を生み、観光が経済を育て、その経済が再び文化を支える」という本来の循環を取り戻すことです。

まずはレベル上げから。

今こそ地域を、長野を、育てる時

このように、**文化を起点とした健全な循環**を生み出し、地域の魅力を高めていくことこそが、私たち長野青年会議所が掲げる「まちビジョン POWERFUL CITY NAGANO」——すなわち、“時代を牽引する地方都市の確立”の実践に他なりません。

文化や慣習の再生は、単なる観光振興ではなく、地域の教育・経済・環境のすべてを底上げする**未来への投資**です。

社会（人の育成）、経済（地域の力）、環境（持続可能性）——この3つの要素を支える基盤として文化を位置づけることで、長野市は「暮らしの豊かさ」と「地域の誇り」を両立できる都市へと進化していきます。

# まちビジョン **POWERFUL CITY NAGANO**

～時代を牽引する地方都市の確立～



公益社団法人長野青年会議所が掲げる長期ビジョン

## 長野青年会議所が目指すスポーツビジョン

長野市の強みを活かし、

市民全員がスポーツ文化を育み

活力と活気が溢れる都市、NAGANO

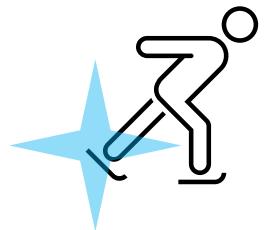
そんな長野を 3 つの政策で実現します

3つのスポーツの柱で  
長野市を変えます

## スポーツの政策提言の3つの柱

---

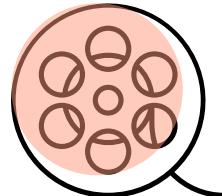
**M1**  
|||||||



## My Winter Sport

冬季スポーツを  
もっと身近に

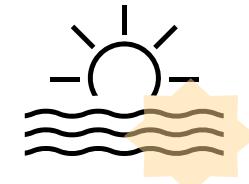
**M2**  
|||||||



## Multi Sport

マルチスポーツで  
多くの機会創出

**M3**  
|||||||



## Morning Sport

朝に強い都市  
Naganoを創る



M1

# My Winter Sport

ウィンタースポーツを身近に

M1

# My Winter Sport

**雪板文化推進による“日常型”雪遊び環境の整備**

M1-1

## 背景

- ・ 体育とスポーツを切り離し、スポーツは「遊び」であり、誰でも親しめるものであることを伝えなくてはいけません 〔※1〕
- ・ スノーボードと違い、雪板は道具が簡素で「雪のある空き地」で楽しめる
- ・ 長野発祥のカルチャーとして全国的に注目され始めています 〔※2〕
- ・ 運動の二極化の解消が急務です 〔※3〕

## 具体施策

- ・公園や市街地近郊に「雪板パーク」を設置（トイーゴ広場、東口公園等）
- ・学校体育や地域活動に「雪板教室」を導入
- ・ローカルブランドや雪板職人と連携し、ワークショップ開催
- ・小中学校への雪板の配布  
(購入の場合一枚3万円) ※大量発注で安価になる可能性あり
- ・制作と販売体制を整備し、気軽に市民がMy雪板を選んで入手できるようにする

## 期待効果

- ・市民全員が“雪と遊ぶ”文化を自然に体験
- ・庭先で誰もが雪板を嗜める文化の醸成
- ・スキー・スノーボードへの導入編としての役割
- ・長野発のカルチャー発信 → 地域ブランド化

## 課題・留意点

- ・安全管理の仕組み（ヘルメット推奨・保険導入）
- ・積雪量の少ない年への対応（人工雪や代替イベントの検討）

## 参考事例

- ・ 栃木県宇都宮市  
国際大会から波及した「自転車のまち」の事例 〔※4〕

M1

# My Winter Sport

**通年営業の中型アイスリンクの建設・民間連携運営**

M1-2

## 背景

- ・ 現状、長野市内の大型リンクは冬季シーズン中心・観戦用途主体であり、市民の普段使いには不向き
- ・ 全国的には、札幌・帯広などで通年利用できる練習環境が競技力強化の基盤となっている

## 具体施策

- ・ 500～1,000人規模の「練習・市民利用特化型リンク」を新設
- ・ 冷却効率の高い省エネ設備を導入
- ・ 民間事業者（スポーツクラブ、ホテル、観光施設）と共同運営し、採算性を確保
- ・ フィギュア、アイスホッケー、カーリングなど多用途に対応できる設計

## 期待効果

- ・ 子ども・初心者が気軽に通年で練習可能
- ・ 選手育成や競技大会誘致による都市イメージ向上
- ・ 民間活力を活かした運営で財政負担軽減

M1

# My Winter Sport

通年営業の中型アイスリンクの建設・民間連携運営

M1-2

## 課題・留意点

- 初期建設費用の捻出 → 国の交付金・スポーツ庁補助金活用

M1

# My Winter Sport



## 市民向けスキー場アクセス及び利用支援

M1-3



## 背景

- 市街地からスキー場までのアクセスが課題。特に車を持たない学生や高齢者にとって参入障壁
- 既存のバス便は観光客向けが中心で、市民利用には不便
- 初期投資が高く、用具のレンタル料金も高価

## 具体施策

- ・冬季限定の「市民専用スキーシャトルバス」を運行
- ・学校と連携した「スノースポーツ授業用バス」を発行
- ・企業との福利厚生連携で「社員スキーリフレッシュパス」を実施
- ・市民の間で板やストックなどを安価で再利用で流通させる
- ・スキー場の利用料金を段階的に変える（市民/日本人/インバウンド）

## 期待効果

- ・市民が気軽にスキー場を利用する機会増加
- ・学校教育・企業研修と結びつけ、市民生活の一部に浸透
- ・スキー場の閑散日稼働率の改善

## 課題・留意点

- ・採算性確保（市民料金 + 市補助 + スキー場負担の三者負担モデル）
- ・運行事業者（バス会社）との調整

M1

# My Winter Sport

**既存オリンピック施設の再編活用（多目的利用・維持コスト削減策）**

M1-4



## 背景

- 1998年五輪の施設の中には、維持費が財政を圧迫しているものがある
- 施設を「競技専用」から「市民の多目的利用」へ転換する必要性
- 気軽に使える“遊び”の場所へ

## 具体施策

- ・ 冬季以外のスポーツ（マウンテンバイク、サマーリュージュ）や文化イベントで活用
- ・ 市民サークル・教育機関に開放し、地域の活動拠点とする
- ・ ライト層が気軽に使えるようにプロモーションしていく。エムウェーブの一般滑走レーンのコーンを灯明祭りの灯籠にして、目でも楽しめるアイスリンクに。空いている真ん中のスペースにクリスマスに巨大ツリーをたてて、ロックフェラーセンターのクリスマツリーのように長野市のシンボル的なスポットへと昇華させる

## 期待効果

- ・ “負の遺産”を“地域の資産”へ再生
- ・ 維持コスト削減と利用率向上を同時達成
- ・ 市民の「オリンピック遺産への誇り」復活

## 課題・留意点

- 専門競技団体との調整（利用優先度・安全基準）

誰もが親しめる  
冬季スポーツ環境を



# Morning Sport

朝に強い都市 NAGANO を創る

「眠らないまち」なんて古臭い！

長野は「朝に起きるまち」だ！

A person wearing a blue hoodie and a face mask is jogging on a path in a park. The background is a warm, golden sunset with blurred trees.

M2

## Morning Sport

### 「早起きスポーツ」専用ポータルサイトの立ち上げ

M2-1

## 背景

- 早朝の運動を行いたくても、「場所がない」「仲間がない」「情報がない」という課題がある
- 現状の市HPや各施設予約システムは統合されておらず、種目横断的なマッチングができない

## 具体施策

- ・ 「Nagano Morning Sports Portal（仮）」を構築し、施設予約・チーム募集・イベント情報を一元化
- ・ 市民やクラブが自分の活動を登録・発信できる“オープンプラットフォーム”形式
- ・ 参加者の記録（運動量・参加回数）を可視化し、健康アプリ等と連携
- ・ 朝スポーツイベントや大会を掲載し、SNSシェア機能で拡散

## 期待効果

- ・市民の“朝スポーツ活動”が見える化され、参加促進につながる
- ・チーム・施設・個人のマッチング効率向上
- ・市全体の健康活動データを蓄積し、健康施策・医療費削減にも貢献

## 課題・留意点

- ・個人情報管理やプライバシー保護のルール設計
- ・維持運営コストを抑えるため、民間IT企業との連携（PPP方式）を検討

M2

## Morning Sport

クラブチームや企業への朝練奨励（助成・表彰制度）

M2-2

## 背景

- ・長野市では、社会人や学生の活動が夜間に偏り、朝の時間帯を十分に活用できていない
- ・早朝の運動は、集中力・生産性・幸福度の向上に寄与する多くの研究で示されている
- ・松本大学の調査でも、朝の運動や朝食によって体温が上昇し、活動の立ち上がりが早まることで、心身の覚醒と脳の働きが高まり、学習・仕事双方の効率が上がる指摘されている 〔※5〕
- ・子どもだけでなく、社会人においても朝の運動はストレス緩和・判断力向上・メンタル安定に寄与し、企業の健康経営にも直結する。早朝の運動は、集中力・生産性・幸福度の向上に寄与するという研究が多い

## 具体施策

- ・「Nagano Morning Challenge」認定制度を創設。  
(例) 年間20回以上の朝練実施クラブ／朝運動導入企業を認定・表彰
- ・企業に対しては、早起きスポーツ助成金（移動費、施設料補助）やPR特典（“健康経営NAGANO認定”）を付与
- ・学校部活動にも「週1回の朝練導入」を奨励し、教員負担軽減の形で支援

## 期待効果

- ・企業・学校・地域団体の“朝活文化”定着
- ・子どもから働き盛り世代の健康維持・生産性向上
- ・部活動・地域クラブの連携促進によるスポーツの地域移行支援につながる

## 課題・留意点

- 早朝勤務との両立を考慮した「無理のない時間設定」が必要
- 企業側への理解促進（朝練＝業務前リフレッシュ文化の位置づけ）

M2

## Morning Sport

市立施設の早朝利用優遇（早割・専用枠設定）

M2-3

## 背景

- 市内の体育館や運動施設を早朝に利用する動機づけがなく、出勤前や通学前に利用するという習慣が定着していない
- 朝活需要があるにも関わらず、「開けていない」ことが利用障壁

## 具体施策

- ・市立施設の一部を「6:00～8:00早朝枠」として開放
- ・定期利用団体・個人に対し、早朝割引制度を導入（例：通常の50～70%料金）
- ・オンライン予約との連携でスムーズに利用できる仕組みを構築
- ・早朝利用者向けの「コーヒースポット」「朝食提携店舗」なども連携

## 期待効果

- 出勤前・登校前に軽く運動する“習慣づくり”を支援
- 朝の施設稼働率向上で、維持費の効率化
- 施設スタッフのシフト多様化により、新たな雇用機会創出

## 課題・留意点

- ・人件費増を最小化するため、指定管理者制度やボランティア活用を検討
- ・セキュリティ管理・騒音対策への配慮

M2

## Morning Sport

湯

インフラ支援：早朝バス・銭湯／シャワー施設の協力体制整備

M2-4

## 背景

- 早朝スポーツを実践するには「移動」「リフレッシュ（汗を流す場所）」の環境整備が必須
- 現在、市街地では公共交通が動き出すのが遅く、銭湯も朝営業が少ない

## 具体施策

- バス事業者と連携し、\*\*「モーニングルート」\*\*を設定（主要スポーツ施設間を結ぶ便）
- 民間の銭湯・スポーツクラブ・宿泊施設と連携し、「朝シャワー協力店」制度を創設
- 施設利用と交通を一体化した「Morning Pass（朝バス）」を発行（バス+銭湯割引セット）
- 高校や大学に「朝トレーニング拠点」を提供（近隣施設の相互利用協定）

## 期待効果

- ・ 通勤・通学前の運動が“現実的に可能”となる
- ・ 公共交通と地域銭湯の双方に新しい需要を創出
- ・ 市民の「朝時間の価値」を高め、健康的な生活文化を定着

## 課題・留意点

- ・ 交通事業者・浴場組合など複数業種の連携が必要
- ・ 利用者数を安定化させるため、ポータルサイトと連動した運行管理が重要



# Multi-sport

マルチスポーツで多くの機会創出

M3

## Multi-sport

小中学校へのマルチスポーツ教育導入（季節ごとの種目ローテーション）

M3-1



## 背景

- ・ 本の学校体育や部活動は「一つの競技を長く続ける」傾向が強く、競技の多様な経験を得にくい
- ・ 子どもの運動習慣が固定化すると、得意不得意の差が広がり、運動離れの一因にもなる
- ・ 欧米では季節ごとにスポーツを切り替える「マルチスポーツ教育」が一般的で、総合的運動能力の向上や怪我防止に寄与しています

## 具体施策

- ・ クラブ活動で、季節ごとに異なる種目への転部、または掛け持ちできるシステムやカリキュラムを導入。（例：春＝サッカー、夏＝バスケット、秋＝陸上・ラグビー、冬＝スケート・スキー）
- ・ 教員研修や地域指導者との協働体制を構築し、専門外の競技も教えられる環境を整備
- ・ 教育委員会と連携し、「マルチスポーツモデル校」を市内数校で先行実施

## 期待効果

- ・ 子どもたちが多様なスポーツに触れ、自分の適性や興味を発見
- ・ 運動能力のバランス向上（特定部位への負担軽減・怪我防止）
- ・ 学校・地域・クラブが連携する「地域スポーツ教育ネットワーク」の形成

## 課題・留意点

- 教員の専門外指導に対する負担軽減策（外部コーチ派遣やボランティア活用）
- 教育課程への柔軟な導入に向けた市教育委員会との協議

M3

## Multi-sport

未経験歓迎「スポーツ体験月間」の定期開催（年2回以上）

M3-2



## 背景

- ・ 成人・高齢者層では「運動したいけれどきっかけがない」「新しいスポーツを試す機会がない」という声が多い
- ・ 市民体育館やクラブは常連利用者が中心で、新規層の参入障壁が高い

## 具体施策

- ・「Nagano Sports Discovery Month（仮）」を春・秋に開催
- ・各スポーツ団体・クラブ・大学・企業がブースを出展し、体験レッスンや講座を実施
- ・家族連れ・初心者歓迎のイベント設計とし、複数種目を一日で体験できる“スポーツフェス”形式
- ・高齢者や障がい者スポーツ体験コーナーも設置し、包摂的なイベントに



## 期待効果

- ・新規参加層・リピーター層の増加による市民のスポーツ参加率向上
- ・各競技団体・クラブの認知度向上・会員拡大
- ・交流・健康・教育を横断する地域コミュニティづくりの促進



## 課題・留意点

- ・会場確保・運営人員の調整
- ・年2回継続開催のためのスポンサー支援・地域企業協賛の確保

M3

## Multi-sport

「マルチスポーツ・パスポート制度」（複数競技体験・割引制度）

M3-3

## 背景

- ・ 現在のスポーツ施設利用は「施設単位」「競技単位」ごとの料金体系で、横断的利用が難しい
- ・ 種目を跨ぐ人材交流や“はしご利用”を促す仕組みが必要

## 具体施策

- ・ 市内複数施設・団体が共通で利用できる\*\*「マルチスポーツパスポート」  
\*\*を発行  
(例：市体育館・スケートリンク・プール・フィットネスなど共通割引)
- ・ デジタルアプリ化し、利用履歴・スタンプラリー形式で楽しめるように設計
- ・ パス利用者に対し、参加回数に応じた表彰や特典（スポーツグッズ・大会招待）を提供



## 期待効果

- ・市民が複数種目に挑戦する心理的・経済的ハードルを軽減
- ・施設間連携・クラブ間交流の促進
- ・継続的な運動習慣の定着（年単位での利用データ活用）

## 課題・留意点

- ・ 料金調整や会計処理を統一するためのシステム設計
- ・ 民間フィットネス事業者との連携バランス（競合回避）
- ・ 運営主体（市直営か民間委託か）の明確化
- ・ イベント継続のためのファシリテーター人材育成

## 長野市の教養における強み

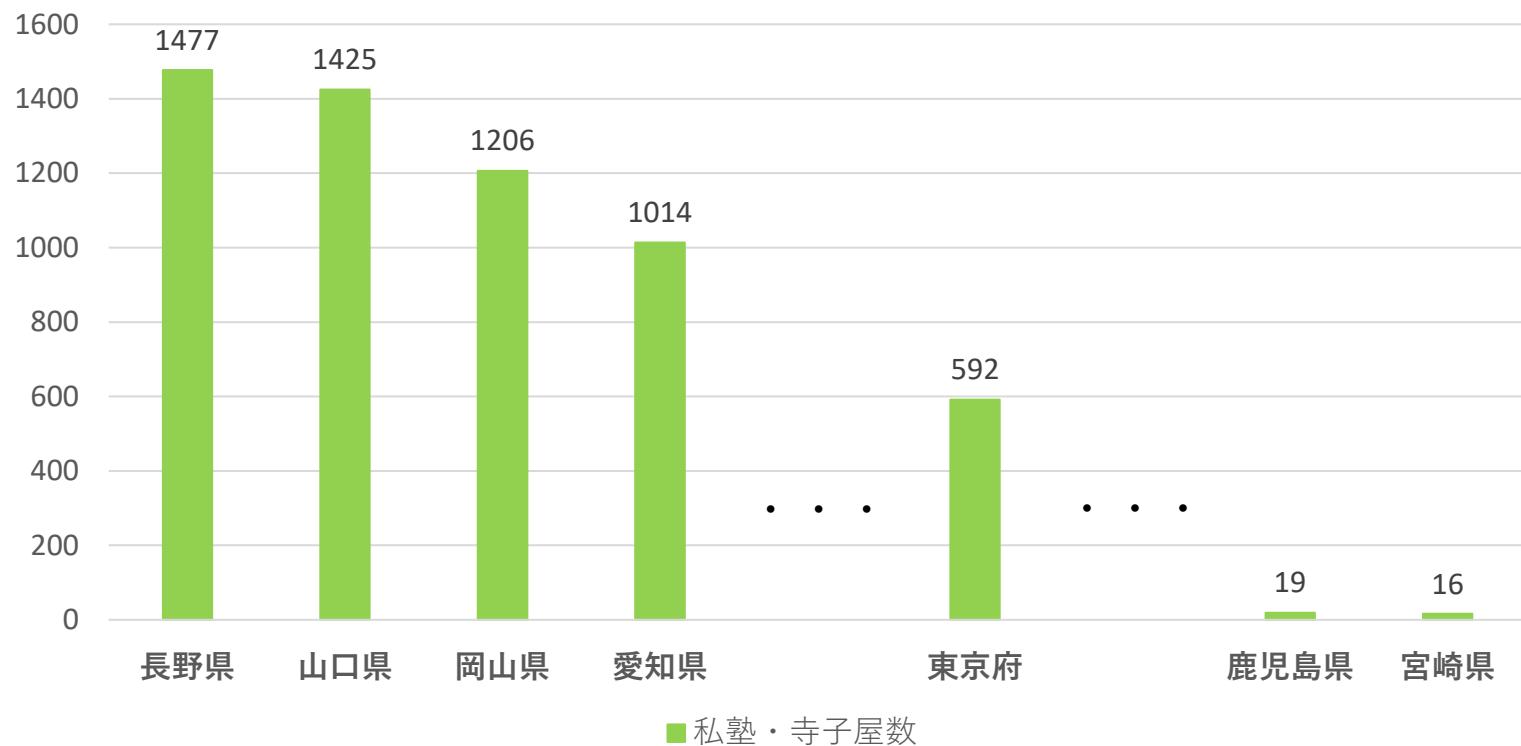
---

# 長野市の教養におけるの強み、特色

長野市は、教養において色濃い背景を持つまちです。「教育県長野」、この言葉は誰もが一度は耳にしたことがあるのではないでしょうか。1800年代、海洋資源や産業もなく、都会へのアクセスも悪い。そんなまちの未来を憂いた先達が時代に取り残されないためにとった起死回生の一手が教育への投資です。幕末期寺子屋数全国一位（図表1参照）やその建設費の7割近くを町民の寄付でまかなかった旧開智学校に代表されるように、教育環境を整えることで長野県民自身が産業を創り、文化を生み、まちづくりをしていく、その想いは「探究県」長野として現在の長野県教育の目指す姿になり、全国屈指の文化施設保有件数を誇るなど、形として実を結んでいます。

県都たる長野市はさらに学問の自由を尊重し、教養を身に付け、真理を求める土壌があるといえます。この古来からの特性を活かし、学習のみにとらわれず精神の表現を自由に行えるまちとして、情緒的健康、地域交流、観光振興など、様々な分野での相乗効果を生み出すことが期待できます。

## 幕末期の寺子屋数



図表 1

引用元:文部省 編(1890-1893), 日本教育史資料 雜纂, 私塾寺小屋表 上.下  
[日本教育史資料 雜纂, 私塾寺小屋表 上 - 国立国会図書館デジタルコレクション](#)  
[日本教育史資料 雜纂, 私塾寺子屋表 下 - 国立国会図書館デジタルコレクション](#)

## 長野市の教養の現状

---

# 長野市における教養の課題

長野市は県政150周年を迎える「教育県長野」の県都であり、その意識は現在に至るまで市民意識に根付いています。しかし、先達たちが築いた輝かしい功績の一方で、教養を育む長野市が保有する文化施設に目を向けてみると、長野県内図書館数において長野市は第6位の4館、長野市が施設を有する公民館数においては、本館29館別館27館の56館であり公民館数全国1位の長野県内において多くの件数を保有しています。しかし、すべての公民館が一様ではありませんが利用者の構成比率において高齢者が多くを占め、地域の文化や教育を支えるといった本来の目的が果たせているとはいい難い状況となっています。

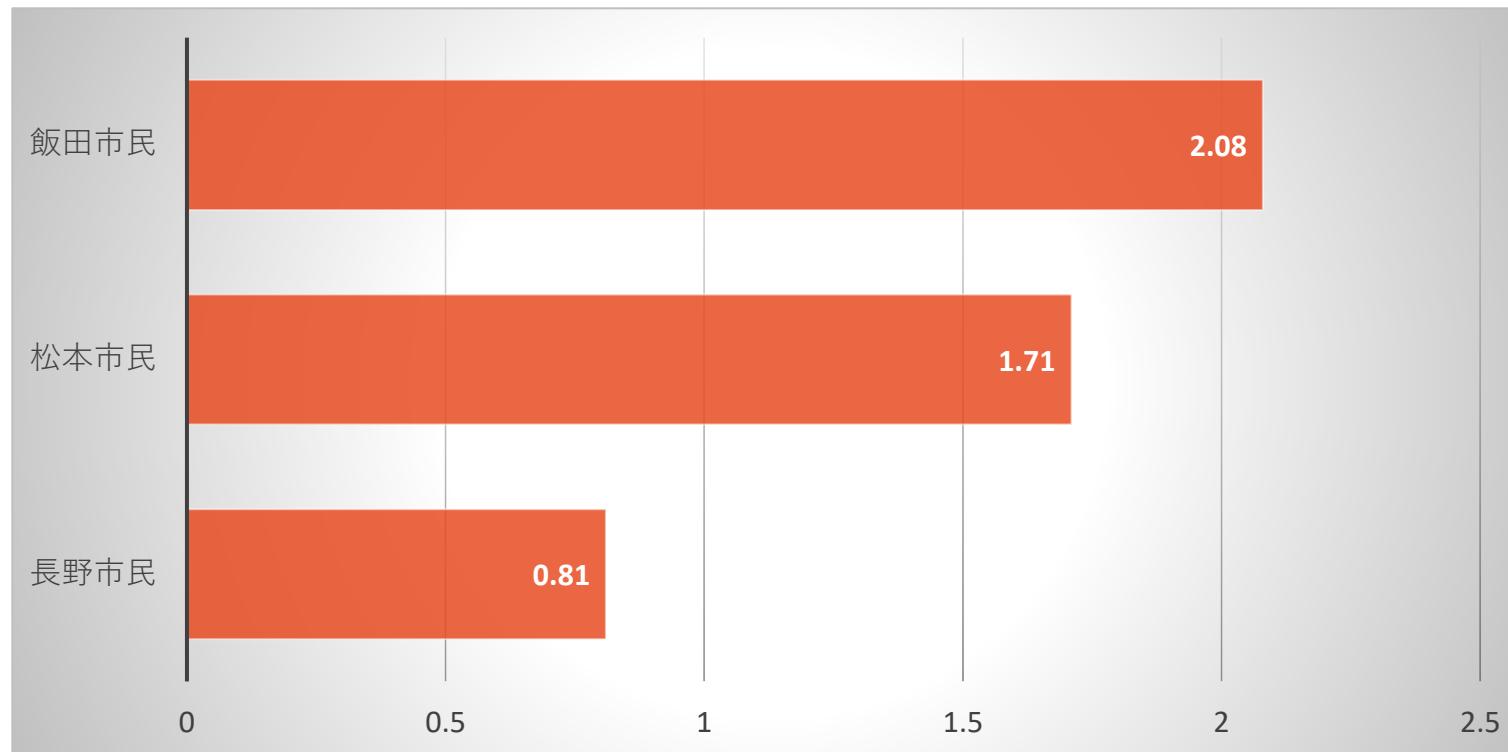
さらに、市民全体の学習習慣の希薄化も顕著である。長野市民を中心に我々が実施した市民意識調査アンケートにおいて、「図書館」、「その他文化施設（美術館、博物館等）」の利用頻度を設問に設けたところ、両設問共に「全く利用していない」、「年に数回」という回答が約8割を占めた。事実、毎週やほぼ毎日のように利用される市民がいる一方、やはり利用者ごとの格差が大きく、文化施設の多くは市民の大半がほぼ使用が無い状態であるといえます。誰もがSNSに触れ、AIの発達の著しい昨今も相まって特に若年層や働き世代では、仕事や生活の忙しさから文化・教養への関心が低下し、結果として地域全体の文化施設の利用が伸び悩んでいます。

このように、長野市は「教育のまち」というイメージと実態との間にギャップを抱えており、既存の施設の再活用と市民への教養に対する文化意識の醸成が急務となっています。

# 長野県内における市立図書館の 貸し出し利用者人数／人口の現状

長野市における市立図書館の貸し出し利用者人数をみると、年間約29万人(令和6年)に上る。これは一見多い数字に見受けられますが、松本市約40.4万人(令和5年)、飯田市約19.1万人(令和5年)となっています。一方で、人口一人当たりの貸出数でみると長野市民の年間借り入れ冊数は約0.81冊にとどまり、松本市約1.71冊、飯田市約2.08冊と大きく水をあけられており（図表1参照）、市立図書館における文化の浸透や書籍や開設口座における教養ならびに生涯学習としての起点としての活用には課題が残されていることが分かります。

# 市立図書館の貸し出し利用者人数／人口の現状



図表 1

第5次 飯田市立図書館サービス計画 概要版 [128703\\_361720\\_misc.pdf](#)  
松本市図書館概要 [gaiyo2024.pdf](#)  
長野市立図書館全体概要 [untitled](#)

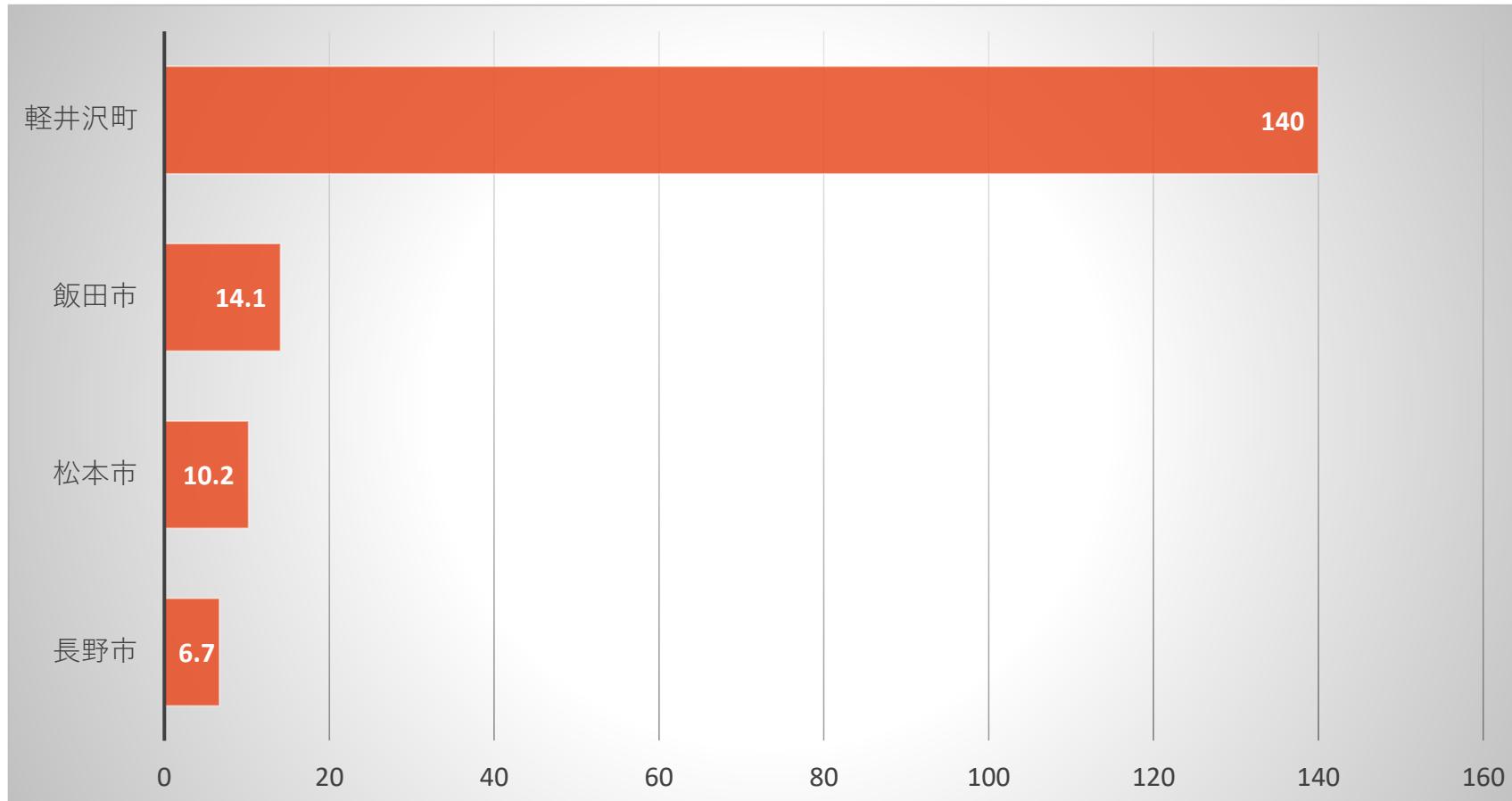
# 長野県内の登録博物館・博物館指定施設・博物館類似施設

## における保有件数の現状

長野県内の登録博物館・博物館指定施設・博物館類似施設の保有件数の現状（県立は除く）をみると、長野市24館、松本市24館、飯田市13館となっています。県内最多は軽井沢町28館となっており、文化資源の豊富さや地域振興に美術館や博物館を活用してきた歴史が感じられます。

一方で、人口10万人当たりの保有件数でみると長野市は約6.7館、松本市10.2館、飯田市14.1館、軽井沢町140館となります。（図表1 参照）また、長野市は市立美術館を有していないといった背景も考慮をすると長野県内の他市町村市に比べ「博物館で歴史に触れる」、「美術館で感性を養う」といった側面から得れる教養獲得の機会において課題が残されていることが分かります。

# 人口10万人当たりの博物館等保有件数の現状



図表 1

長野県内の登録博物館・博物館指定施設・博物館類似施設 [naganoken-hakubutsukan.pdf](#)

教養文化の醸成のために、何をすべきなのか

---

前述、スポーツ分野での提言でも申し上げましたが、文化や慣習がその地域を育てます。

教養文化醸成の場合、古来からの長野県教育県である。といった市民意識が大いなるきっかけとなりえるのではないかと考えています。公民館、市立図書館、その他文化施設においては一定の市民には愛され目的の沿った活用をされています。今ある施設の有効活用を考え続け、市民意識を醸成する。その先には眞の教養都市NAGANOとして新たな市民意識が芽生えることと考えています。

## 一に文化、二に観光、三に収益。

この流れを再度大切にし、住民自らが地域の魅力にきづき、心の豊かさを得る。ウェルビーイングを実感した魅力的な人々が住む街には人が訪れ、観光が生まれます。未来の長野市が本来の健全なサイクルを保てる持続可能なまちであり続ける為に考え続けなければなりません。



まずはレベル上げから。

今こそ地域を、長野を、育てる時

このように、**文化を起点とした健全な循環**を生み出し、地域の魅力を高めていくことこそが、私たち長野青年会議所が掲げる「まちビジョン POWERFUL CITY NAGANO」——すなわち、“時代を牽引する地方都市の確立”の実践に他なりません。

文化や慣習の再生は、単なる観光振興ではなく、地域の教育・経済・環境のすべてを底上げする**未来への投資**です。

社会（人の育成）、経済（地域の力）、環境（持続可能性）——この3つの要素を支える基盤として文化を位置づけることで、長野市は「暮らしの豊かさ」と「地域の誇り」を両立できる都市へと進化していきます。

# まちビジョン POWERFUL CITY NAGANO

～時代を牽引する地方都市の確立～



公益社団法人長野青年会議所が掲げる長期ビジョン

## 長野青年会議所が目指す教養ビジョン

古来から根付く市民意識を活かし、

市民全員が教養文化を育み

心の豊かさが溢れる都市、NAGANO

そんな長野を 3 つの政策で実現します

3つの教養の柱が  
長野市の人々を変えます





Reboot the Kominkan

寺子屋が長野の学びを変える

R1

# Reboot the Kominkan

寺子  
屋

公民館を拠点とした寺子屋活動を実施する

R1-1

公民館を拠点とした寺子屋活動を実施する

R1-1

## 背景

長野県での公民館設置と活動は全国的にみてきわめて早く、1921年4月に県社会教育課が「社会教育実施計画案の構想」を作成し、その趣旨・管理運営などを具体的に説明したことにより、まだ「公民館」の名称はありませんでしたが、県内では各地域で文化協会・文化会などの名称で、住民の自主的な社会教育活動が始められました。その後、長野県の公民館数は全国1位を維持し続けております。現在、長野市が管理または住民自治協議会で運営している公民館および交流センターが、本館・分館合わせて56施設あり、生涯学習の拠点として市民の皆さんに利用されています。しかし、実際に活用している世代は高齢世代を中心に限定的です。少子高齢化、人口減少が叫ばれる昨今このままでは貴重な地域文化活動が失われかねません。

公民館をより広い世代で積極的に活用し、地域コミュニティの中心として再認識してもらうためにも、様々な施策を行っていく必要があります。今こそ幕末期に日本一の数を誇った寺子屋〔※6〕を再興し、公民館を再び地域コミュニティの中心として活用していく時です。

## 具体施策

- かがやきひろば等の近隣施設との連携強化
- 公民館での大人も子どもも学び合える寺子屋活動を実施する 〔※7〕
- 今と昔の言葉遣いを知ろう～なんて言ってるのか分かった！のすっきり体験～の定期開催
- AIを使った古文書解析～先祖の暮らししぶりを知ろう～

## 期待効果

- 様々な年齢の師匠と寺子が交流し学び合う、全世代が集える地域コミュニティになり地域の活性化につながる
- 子どもたちの放課後の居場所として子どもたちの健全育成に貢献
- 利用者が増えることで、より多くの人に学びや体験を通して心の豊かさを育む
- 各ノウハウを集約し、限定回数の提携や協力ではない持続的な義業展開の可能性や参加者の増

**R1**

# Reboot the Kominkan

公民館ならではの各世代への講座、体験型展示等の拡充

R1-2

公民館ならではの各世代への講座、体験型展示等の拡充

R1-2



## 背景

公民館数が全国的に見ても多い長野県において、現在、長野市には社会教育施設として長野市が管理している公民館が、本館・分館合わせて56施設あり、生涯学習の拠点として市民の皆さんに利用されています。地域に根差した公民館では世代間の縦の繋がりをつくることができますが、同時に同世代の横の繋がりを強くしていくことも地域コミュニティの中心として求められています。各世代に向けた世代別の講座や地域の特色を生かし、その地域の特色を体感できるような体験型展示等の拡充が必要不可欠です。

**R1**

# Reboot the Kominkan

公民館ならではの各世代への講座、体験型展示等の拡充

R1-2

## 具体施策

- 公民館ならではの各世代への講座、体験型展示等の拡充
- このまちの歴史回遊体験～今しか聞けない話がある～の開催
- 企業めぐり～このまちを支えてくれた産業を知ろう～の開催
- 支所付きの公民館が出前講座
- 支所ごとに予算を持たせ、町民運営の公民館に事業補助金として提供

## 期待効果

- 年代別にすることで同世代のコミュニティ形成にも有用であり、通う目的の多様化につながる
- まちの魅力再発見により、利用者が増えることで、より多くの人が学びや体験を通して心の豊かさを育める
- 住民自治協議会への委託や交流センター化への促進となることが期待できる



### 期待される効果詳細

幕末期に日本一の数を誇った寺子屋はその後の長野県に大きな影響を与え、県外にも知られる「教育県長野」という言葉が生まれる要因にもなっていると考えられます。様々な年齢の師匠と寺子が交流し共に学び合う寺子屋は、SNSで共通の趣味や嗜好で集うことが多い現代においても全世代が集える地域コミュニティになり得ると考えます。各人がそれぞれ興味のある分野について集い、知識を習得し合うだけでなく、友情や一体感を地域で育むことで、地域文化の醸成や災害等のいざという時の団結力と行動力に繋がります。また、子どもたちの放課後の居場所として子どもたちの健全育成に貢献することもできると考えます。放課後の時間を公民館で過ごすことで、地域の方との交流も図れ、大人の子どもへの理解、子どもの大人への理解が促され、現代において希薄になりつつある地域全体で子どもを育てるという考え方も広く理解、浸透していくのではないかでしょうか。共働きが当たり前となりつつある社会にとって、両親以外にも子育ての一旦を担っていただける存在は稀有な存在です。長野市がこの活動をおこなうことで安心感にも繋がりより一層交流が図れます。

さらに、寺子屋活動とは別に、年代別に公民館という地域コミュニティの特性を活かした、各世代への講座、体験型展示等の拡充することで同世代のコミュニティ形成にも有用であり、通う目的も多様化していくことが予想されます。全世代の縦の繋がりも大切ですが、同世代同士の横の繋がりが増えることで、地域により大きな活力を生むことができると考えます。長野市がこれらの政策を実現することで、長野が誇る貴重な地域文化施設をこれからも残していくことができ、公民館を今後より広い世代で積極的に活用し、地域コミュニティの中心として再認識してもらうことで、多くの市民に学びや体験を通して心の豊かさを育んでいただけると期待しています。

## 課題

- 管理の仕組み（利用予約、利用方法等）
- 実施事業運営時の人員確保
- 寺子の管理（大人、子どもの講師や参加者の確保）
- AI活用における費用、町民運営の公民館に事業補助金の予算組



## 参考事例

- ・ 飯田市丸山地区春休み子ども寺子屋
- ・ 松本市学都松本寺子屋事業
- ・ 静岡県熱海市公民館寺子屋
- ・ 大阪狭山市立公民館「大人の寺子屋」



# R2 Rebranding the library

図書館を再構築する

R2

# Rebranding the library

教養

長野市立図書館を文化・教養の発信拠点として再構築する

R2-1

長野市立図書館を文化・教養の発信拠点として再構築する

R2-1



## 背景

長野市立図書館は県内の他の地域に比べ長野市の蔵書数が少ない中で、市民の生涯学習の一翼を担う役割も期待されつつ、当ぞ最新鋭の施設として1985年7月に開館し、2025年で40周年を迎えました。「図書館は文化と教養の宝庫」として当時の広報ながのに掲載されていた通り、現代でも分からぬこと知らないことがあれば図書館にいけばわかる貴重な文化施設です。

しかしながら、かつて時代を先導し、また潮流に乗るためであった施策は今や一般的なものとなりました。だからこそ今、再びこのまちが次なる最先端一歩を打ち出すときです。

そこで、文化施設の代表格でもある長野市立図書館の意義や文化・教養の発信を積極的に担うことで、生涯学習や地域の文化醸成の拠点としてより積極的に活用していく時ではないでしょうか。

## 具体施策

- 長野市立図書館において教養区分採用の導入
- 長野市立図書館、長野市立南部図書館において公民館(交流センター)だよりのグランプリ開催（長野市立南部図書館と二拠点開催）
- 町中ミニ図書館（一冊入れたら一冊どうぞ）
- カフェ併設のゲリラ屋台図書館（移動図書館のカフェ化）
- 商業施設や他の文化施設併設の図書館



## 期待効果

- 国家総合職の教養区分採用を取り入れることで先進的施設としての認知向上、また一般的教養を持ち、課題解決能力に長けた人材の獲得が期待できる
- 各公民館の定期だよりの競い合いが起こることで、実施している公民館事業（教養講座や文化イベント）の発信の精度が高まり、利用増が見込め、住民自治協議会への委託や交流センター化への促進となることが期待できる
- 市立図書館が運営することで話題性や注目度の向上

R2

## Rebranding the library

子どもにも学力に直接関係しない知識や体験を提供する

R2-1

子どもにも学力に直接関係しない知識や体験を提供する

R2-1



## 背景

長野市立図書館は日頃から市民の憩いの場として愛され、創立40周年を迎えました。当該施設ではあらゆる世代の利用者が見受けられ、子どもたちが利用する様子も多くうかがえます。

しかしながら、図書館の学生利用者の多くは、自主学習の場としての活用者が多く、図書館が本来持つ新しい知識・教養を得る学び場としての活用が現在でも少ないように見受けられます。また、社会人の学び直しが注目されている昨今、大人になってから学習習慣を身につける難しさも課題となっています。

そこで、図書館のイメージをより良く変化させ、子どもの頃から「学びと出会う知の広場」として継続して全世代で利用する文化を根付かせ、生涯学習の拠点としてより積極的に活用していく時ではないでしょうか。

## 具体施策

- 子ども版木鶴会～それってあなたの感想ですよね？～の実施
- 信州自然の図書館～活字から本物を創ろう～の実施（読書の秋に外へ飛び出し、本に書いてあることが実際にできるのかを実験してみよう！）
- サイエンス・古典遊び体験等、希少体験の提供
- 多様な個性を持った友達を創ろう
- 学生・社会人としゃべろう子どものビジネス交流会（コミュニティー、子どもの視野の広がり、企業側のPRとしても）



## 期待効果

- 物事の捉え方の違いや意見の多様性を学生世代から学ぶことで、人生における心の豊かさの獲得が期待できる
- 学んだり、体験することの楽しさを知ってもらい無理なく継続することで、学習習慣を身につけてもらえ、継続することの大切さを実感できる
- 本や歴史に興味がある方だけが利用するというイメージを払拭し、市民に気軽に利用できるイメージを持ってもらえる



## 期待される効果詳細

長野市立の図書館2館の令和6年度の長野市民の利用者数は約27万3千人で人口当たりの利用率は約75%でした。一方で、利用登録者数は44,993人で人口あたりの登録率は12.4%でした。登録者数も合わせて見ると広く多くの市民に利用されていると言い難い現状があるように見受けられます。その原因の一つとして長野市の市立図書館が2館なのに対し、松本市と飯田市の市立図書館は各4館ずつあることからも、利用のしやすさや人口に対しての保有館数の少なさがあげられます。また参考として、長野青年会議所が独自に実施したアンケート [〔※8〕](#) では、図書館等の書物を扱う文化施設の利用頻度は全く利用しないが約55%となり、年に数回の方を合わせると約80%の方が図書館等の書物を扱う文化施設を利用していない現状が見えました。このように本や歴史に興味がある方だけが利用するというイメージを払拭し、広く市民に気軽に利用できるイメージを持っていただけけるような政策として、図書館ならではの各世代への講座、体験型展示等の拡充することで、まずは図書館に行くことで学びを得られることを体感していただくと同時に、同世代のコミュニティ形成によって図書館で学ぶ楽しさを伝播していくけると考えます。

また、教科書に載っている知識、学校の体験学習以外の学びも多く提供することで、学ぶことの楽しさを知ってもらい、学習意欲の向上につながるとも考えます。教科書に載っている知識、学校の体験学習で得られるも学びもとても大切ではあります、心の豊かさの向上を目指すには、それらとは違った学びや体験も数多くある方が望ましいと考えます。歴史上の人物の教科書に載っていないこぼれ話や、地域の活動で得られる体験や経験は、わくわくするものではなかったでしょうか。このわくわくを継続的に提供することで、子どものうちから自然と学ぶ習慣を身につけられると考えます。 [〔※9〕](#)

大人だけでなく子どもたちに向けても学力以外の学びを得る機会を増やし、子どもたちに学ぶことや体験することの楽しさを知ってもらい無理なく継続することで、自然と学習習慣を身につけてもらえ、継続することの大切さを実感してもらえるのではないかでしょうか。継続する力は学習以外にも生涯にわたって私たちを助けてくれます。



## 課題

- 各公民館との連携構築
- 管理の仕組み（利用予約、利用方法等）
- 講師、企業の選定・募集方法（著名者の場合、費用発生）
- 町中ミニ図書館の配置、管理者



## 参考事例

- 長野県立図書館
- フィンランド市オーディー
- 葛飾区絵と言葉のライブラリー ミッカ



# R3 Reframe the MLA

博物館、図書館、美術館をつなぐ



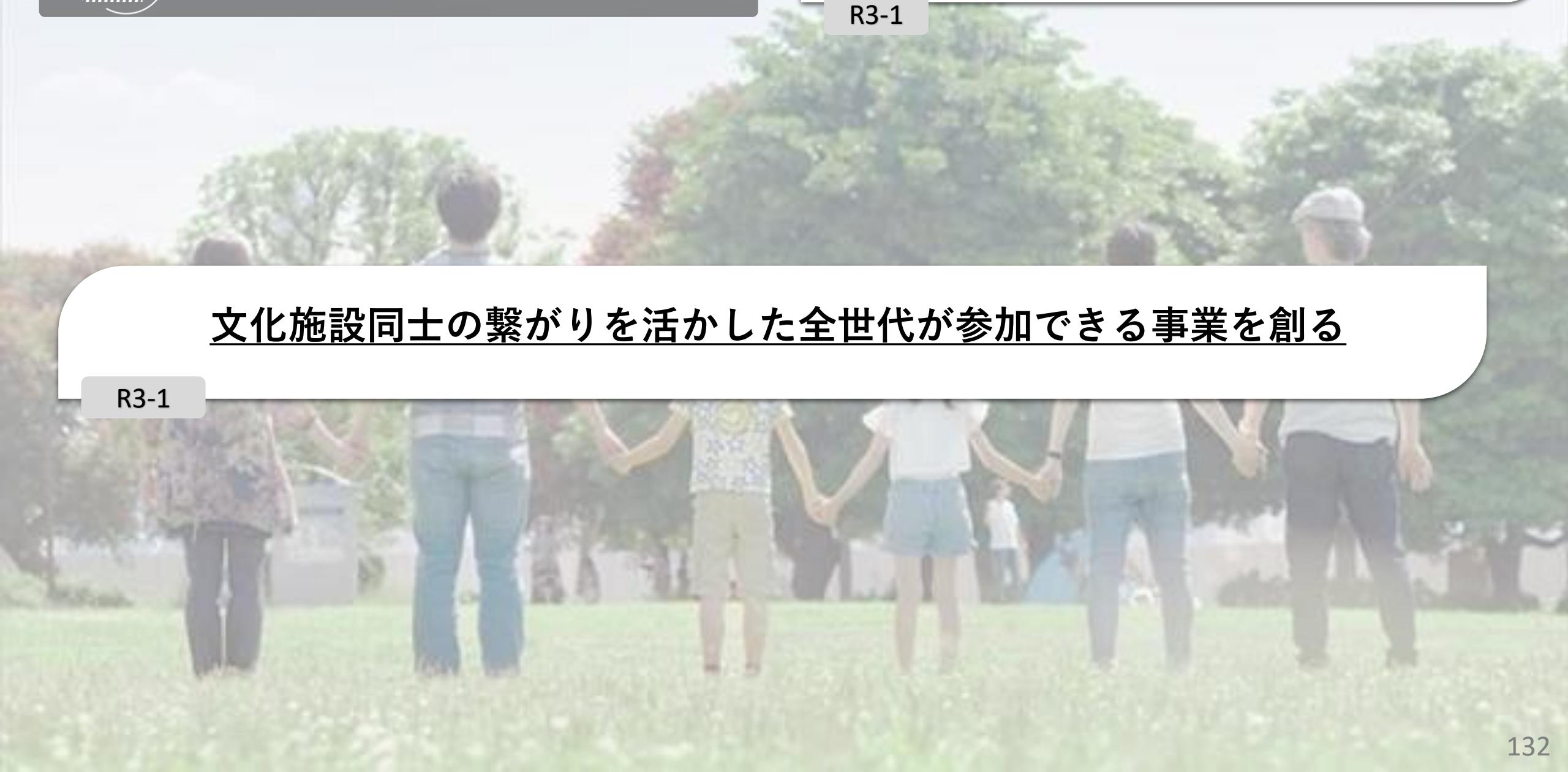
# Reframe the MLA

文化施設同士の繋がりを活かした全世代が参加できる事業を創る

R3-1

文化施設同士の繋がりを活かした全世代が参加できる事業を創る

R3-1





## 背景

博物館には長野市立博物館、戸隠地質博物館、信州新町化石博物館などがありそれぞれが連携しており、図書館でも長野市民は長野図書館と南部図書館はもちろん長野地域連携中枢都市圏域内（須坂市、千曲市、小布施町、高山村、信濃町、小川村、飯綱町）の図書館、公民館図書室などが利用できるという同種の文化施設同士の連携はありますが、博物館や図書館、美術館など異なる種類の文化施設の連携が少ないことは長野市民の教養を高める機会の損失と捉えられます。



## 具体施策

- 文化施設で共通して利用できるポイントカードを導入し、ご利用に応じて特典が受けられる仕組みを整えます  
また、地域に根付いた既存のカード（例：ブルーカードなど）とも連携することで、日常的に無理なくポイントをため、楽しんでいただけの仕組みとします
- 夏休みなどの長期休暇を活用して、各施設を回ることで学びを深められる講座を開催



## 期待効果

- 既存の文化施設を活用、活性化
- 特定の施設だけでなく、全ての施設に足を運ぶ機会の創出
- より多くの市民に多種多様な学びを提供
- 全世代に向けた学びを得る機会を増やすことで、年代ごとの生きがいの創出



## Reframe the MLA

多種多様なイベントと組み合わせた発表の場を創出する

R3-2

多種多様なイベントと組み合わせた発表の場を創出する

R3-2



## 背景

市民の教養を高めていくうえでは、文化的な素養や知識を身につけるだけでなく、自らの経験や学びを共有し合う「発信と交流の場」が重要です。双方向の学びが生まれることで、市民一人ひとりの理解が深まり、地域全体の文化的基盤の向上にも寄与します。

しかし現在の長野市には、そのような経験・文化的活動を披露し合える場が十分とは言えず、貴重な知識や価値が市民社会へ届かないまま埋もれてしまっている状況があります。これは、市全体として学びを広げる機会を逃しているとも言えます。

市民が主体的に学びを深め、地域文化を豊かにしていくためには、こうした発表・発信の機会を拡充し、誰もが参加しやすい環境を整備していくことが求められます。



## 具体施策

- 信州知の連携フォーラムと協働し、市民（子どもから大人まで対象）対象で、長野市にまつわるテーマに添ってその内容を深める講座を開催する。そして、その講座の最後に参加者自らが発表者となり、市民芸術館等で発表の場を設ける取り組みを行う
- 公民館等で開催されている講座の発表を、内容に即した施設で開催する（例：作品作り→美術館で展示など）



## 期待効果

- 自身が得た知識や体験に対する理解がより深まる
- 発表をすることで自己肯定感ややりがいの獲得
- 視聴者も同種のイベントで得られるものとは別の学びや体験を得られる
- より多くの市民に多種多様な学びの提供ができる
- 全世代に向けた学びを得る機会を増やすことで各年代で異なる経験ができる



## 期待される効果詳細

長野市には長野市立の博物館や図書館があり、それぞれが日々市民に対して様々な学びを提供しています。博物館には長野市立博物館、戸隠地質博物館、信州新町化石博物館等があり、図書館も長野図書館、南部図書館、県立図書館も含めた連携があります。この縦の連携に加えて、横の連携を増やしていくことで、広く長野市民に多くの知識や体験を提供することができるようになり、教養も高まっていくと考えられます。また、既存の文化施設を活用でき、施設の活性化につながり、博物館で体験できることを図書館ならではの方法で体験できたり、図書館で学べることを博物館ならではの展示で学んだり、一つの知識を多様な視点で学ぶことでより深い学びとできると考えます。

さらに、自身の学びを発表することで自身が得た知識や体験に対する理解がより深いものとなると同時に、やりがいや自己肯定感の向上、さらに学ぶ意欲の向上に繋がります。

図書館で学んだことを図書館で発表するなど学んだ施設で発表や披露することも、もちろん大切なことではありますが、さらに加えて、異なった文化施設で発表、披露してもらうことも長野市民へ広く学びを提供することに繋がると考えます。発表者も普段とは違う環境や視点を持ちながら発表することで成長でき、傾聴者も同種の文化施設でのイベントで得られるものは別の学びや体験を得ることができると考えられ、より多くの市民に多種多様な学びを届けられるようになります。

長野県ではすでに知の連携フォーラムを通して活動を進めていますので、長野市としても各文化施設を繋ぐ新たな枠組みの整備を進めることで、博物館・図書館・美術館の連携によって今までにない、自由で壮大な発想で全世代に向けた学びを得る機会を創出することも可能になると考えます。



## 課題

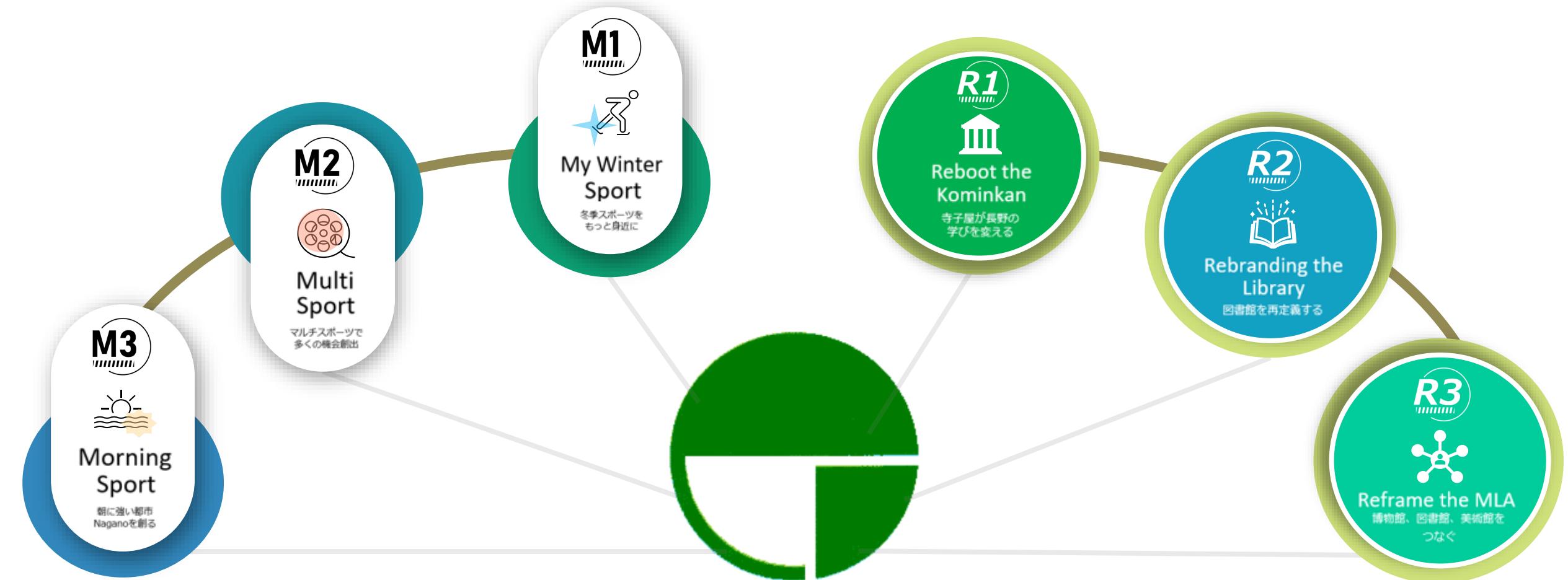
- MLA関連事業における連携先の選定
- 管理の仕組み（主体となるのはどこか）
- 運営時の人員（ボランティアの検討）
- ポイント付与のルール整備や捻出費用負担の可不可



## 参考事例

- 信州 知の連携フォーラム

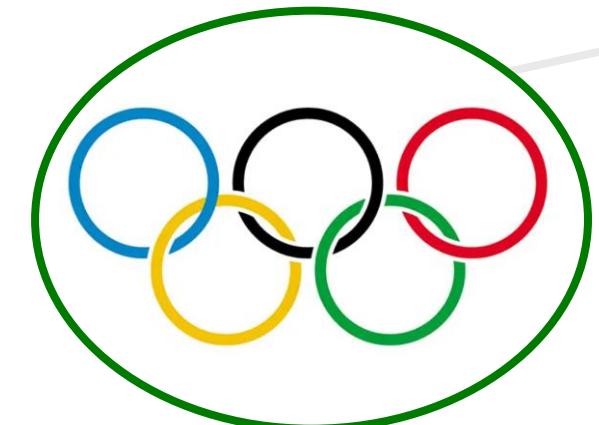
# スポーツ×教養その先の未来へ



帰りたいまち、ずっといたいまち  
**NAGANO**



## 帰りたいまち、ずっといたいまち **NAGANO**



スポーツ国際大会



観光振興



スポーツ × 教養施設



文化国際大会



スポーツ × 教養都市宣言

# おわりに

---

本年度、長野青年会議所は10年後・20年後の将来を見据え、魅力ある持続可能なまちを目指し、社会開発運動の方向性を議論しながら、NAGANOの「ありたい姿」を描く事業を展開してきました。様々な調査研究、歴史や文化を体験する中で、このまちの可能性にたどり着くことができました。

「観光都市開発」いまや日本中でこの言葉を聞く日はありません。地域を盛り上げ、観光で収益を上げるために人を誘致し、SNS映えスポットの情報が溢れています。しかし、観光の根底にあるのは「文化」です。土地ならではの暮らしや人々の姿が文化を育み、住みたい街をつくり、人を呼ぶ。文化が地域を育て、観光が収益を生み、再び文化を支える——この健全な循環こそが、長野市が目指すべき姿です。

我々の想い描く「スポーツ×教養でつくる 帰りたいまち、ずっといたいまちNAGANO」の文化醸成が進めば、全国でも数例しかない「スポーツ×教養」の都市宣言や、このまちの強みをさらに伸ばす拠点として“スポーツ×教養の複合施設”的建設も考えられます。身体の表現であるスポーツ、精神の表現である教養、文化の具現化を行うこの施設は、新たなまちの強みであり、市民が真のウェルビーイングを実感できる拠点となるでしょう。さらに、先達が築いたスポーツ都市・教育県としての強みを市民が再認識し、文化醸成に努めれば、憲章に「オリンピズムはスポーツを文化、教育と融合させ、生き方の創造を探求するものである」としている五輪の再招致やその他の世界的スポーツ・文化イベントの開催にもつながります。過去にNAGANOという文化を世界に発信した都市として、今一度まちの根源を見つめ直す時ではないでしょうか。本提言が、健全なサイクルのまちづくりの一助となることを切に願います。

## 注釈（スポーツ）

〔※1〕スポーツをまちづくりに活かすにあたり、これまでのような大会招致一辺倒ではなく、市民による身近な「遊び」としての構築が重要である。

「今後のスポーツの振興は、2つの意味を有することになる。 [...] 2つめは、スポーツを行い、観て、支援した結果を如何に『まちづくり』に資するものとしていくかである。

[...] 体育とスポーツは異なることを強く認識し、スポーツは極端に言うと『遊び』と考えていく必要がある。」

■出典：木田悟（2018）『スポーツで地域を動かす』東京大学出版会。

〔※2〕雪板は長野市発祥とされるウインタースポーツであり、長野市公式サイトでも「長野発祥の雪板」と紹介されている（長野市公式ウェブサイト「まちづくり探訪～冬の戸隠編～」）。ただし、学術的な一次資料による裏付けは現時点では確認されていない。

〔※3〕現代の子どもたちの間では、「運動の二極化」が進んでいると指摘されている。すなわち、部活動に所属する子どもたちは極めて多くの運動量を確保している一方で、非所属層の運動量は著しく少ないという状況である。こうした格差の拡大は、体力や運動習慣の分断を生むだけでなく、地域社会全体の健康格差の拡大にもつながるおそれがある。地方自治体は、すべての子どもが運動を“日常的に楽しむ”環境を整える責務を担っており、学校外・地域内でのスポーツ機会の再構築が急務である。また、体力と学力の間には明確な相関が見られることが各種調査で示されており、運動の促進は学習意欲や集中力の向上にも寄与する。これらを踏まえ、行政・学校・地域が連携して、運動機会の均等化を図ることが求められる。同書では、中学生の運動量が「運動部所属か否か」で大きく二極化している実態と、体力・学力の相関を示すデータを踏まえ、運動をしない層の増加を地域の課題として位置づけている。

■出典：松本大学COC戦略会議編（2016）『地域づくり再考—地方創生の可能性を探る—』松本大学出版会より要約。

〔※4〕宇都宮市では、国際大会「ジャパンカップ自転車ロードレース」の開催を契機に、自転車走行レーンやレンタルサイクルステーションの整備、自転車安全教室など、生活に根ざした施策を積極的に展開してきた。さらに、日本初の地域密着型プロロードレースチーム「宇都宮ブリッジエン」が誕生し、行政と連携しながら地域住民や企業の支援を受け、「自転車文化」を醸成する多角的な取組を推進している。こうした国際大会発の一過性のイベントにとどまらない「日常スポーツ文化の定着」は、雪板文化のまちづくりへの応用にも通じる先行事例である。

■出典：松橋崇史・高岡敦史編（2022）『スポーツまちづくりの教科書』大修館書店。

〔※5〕朝の運動は、単なる体力づくりにとどまらず、子どもと大人の双方にとって生活リズムを整え、生産性や集中力を高める効果をもたらす。近年では、「早寝・早起き・朝ごはん」を基盤とした健康的生活習慣の確立が国・県レベルでも推進されており、朝の活動が心身の覚醒と脳の活性化を促すことが確認されている。朝食と軽い運動を組み合わせることで、体温が上昇し、代謝が活性化する。これは子どもにおける学習意欲の向上だけでなく、大人においても仕事前の集中力・判断力・創造性の向上に寄与する。また、朝の運動習慣はストレス耐性を高め、気分の安定やメンタルヘルス維持にも有効であることが知られている。一方で、子どもたちの体力低下や活動量の減少が顕著であり、登下校時の歩行や外遊びの機会が減少している。こうした課題を踏まえ、朝の時間を活用した地域ぐるみの運動機会づくりは、世代を超えた健康・教育・生産性の三位一体の向上を実現する方策として位置づけられる。長野市においても、「朝に強いまち」を標榜し、子どもから社会人までが“朝に動く”文化を共有することで、健康増進と地域活力の双方を高めることが期待される。同書では、「早寝・早起き・朝ごはん」の実践が体温上昇・覚醒促進・集中力向上に結びつくことを示すとともに、運動不足による体力低下や活動量の減少が将来的な健康・学習・社会的パフォーマンスに影響を及ぼす可能性を指摘している。

■出典：松本大学COC戦略会議編（2016）『地域づくり再考—地方創生の可能性を探る—』松本大学出版会、より要約。

## 注釈（教養）

### 〔※6〕..寺子屋とは

参加者の年齢は様々で、師匠が寺子に実用的な知識を教えていた。大人から子どもへ物事を教えるイメージが浸透しており、他自治体でも大人から子どもへ教えるとい取り組みが多く見受けられる。実用的な教育だけではなく、自分の知識や経験を教え合う地域コミュニティを目指し、大人から子どもだけでなく、大人から大人、子どもから大人へも教え合う取り組みを想定している。

■ 出典：寺子屋とはどんな場所？江戸時代の役割から現代の取り組みまで解説

### 〔※7〕..寺子屋活動の目的

地域コミュニティの増加増進を目的としているため、市民交流センター等に移行された場合でも活動できる。

■ 出典：長野青年会議所の定義

### 〔※8〕..長野青年会議所アンケートについて

主に長野市在住の青年世代（20～40歳、市外も含む）に対して2025年7月実施。

### 〔※9〕..学習習慣の重要性

教養を高めるには学び続けることが大切であり、生涯にわたって学び続けるためにも、学ぶことを日常化し、継続するハードルを下げる取り組みが重要となる。図書館に通い読書習慣を身につけるということは大人も子どもも取り組みやすく、学習習慣を確立するきっかけとして効果的である。

## 資料・参考文献（スポーツ）

### 【書籍】

- ▶ 木田悟（2018）『スポーツで地域を動かす』東京大学出版会。
- ▶ 松橋崇史・高岡敦史 編（2022）『スポーツまちづくりの教科書』大修館書店。
- ▶ 松本大学COC戦略会議 編（2016）『地域づくり再考－地方創生の可能性を探る－』松本大学出版会。

### 【ウェブサイト】

- ▶ 長野市（2024）「まちづくり探訪～冬の戸隠編～」長野市公式ウェブサイト。  
<https://www.city.nagano.nagano.jp/n042000/contents/p016326.html>
- ▶ 厚生労働省健康局健康課生活習慣病対策室『令和5年国民健康・栄養調査結果の概要』、厚生労働省公式ウェブサイト、2024年公表 <https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/001338334.pdf>
- ▶ 長野市『第三次長野市スポーツ推進計画（令和4年度～令和8年度）』、長野市公式ウェブサイト、2022年公表 <https://www.city.nagano.nagano.jp/documents/3323/746394.pdf>

## 資料・参考文献（教養）

### 【ウェブサイト】

- ▶ 松本市HP <https://www.city.matsumoto.nagano.jp/site/kyoiku/68855.html>
- ▶ 公益事業財団吉田英雄記念事業財団 [https://www.yhmf.jp/as/postnumber/vol\\_90\\_03.html](https://www.yhmf.jp/as/postnumber/vol_90_03.html)
- ▶ 静岡県熱海市公民館寺子屋  
[https://www.city.atami.lg.jp/\\_res/projects/default\\_project/\\_page\\_001/011/790/R7terakoya.pdf](https://www.city.atami.lg.jp/_res/projects/default_project/_page_001/011/790/R7terakoya.pdf)
- ▶ 大阪府狭山市立公民館 <https://www.osakasayama-kouminkan.jp/?p=19086>
- ▶ 長野地域振興局東和田寺子屋カフェ  
<https://www.pref.nagano.lg.jp/nagachi/nagachi-somu/documents/higasiwadaterakoyakafe.html>  
大阪狭山市立公民館 <https://www.osakasayama-kouminkan.jp/?p=19086>
- ▶ 長野市 長野市交流センターについて [https://www.city.nagano.nagano.jp/documents/684/318559\\_1.pdf](https://www.city.nagano.nagano.jp/documents/684/318559_1.pdf)
- ▶ 長野市 長野市交流センターへの移行について
- ▶ 長野県公民館運営協議会 <https://naganoken-kounkyo.com/gaiyou/katudoukihonhousin7/>
- ▶ 文部科学省 公民館の現状と課題 [https://www.soumu.go.jp/main\\_content/000513104.](https://www.soumu.go.jp/main_content/000513104.)

## 資料・参考文献（教養）

### 【ウェブサイト】

- ▶長野市HP
- ▶信州 知の連携フォーラム <https://www.knowledge.pref.nagano.lg.jp/index.html>
- ▶文部科学省これからの図書館像 [https://www.mext.go.jp/a\\_menu/shougai/tosho/giron/05080301/001/002.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/shougai/tosho/giron/05080301/001/002.htm)
- ▶学びstyleかながわ <https://www.pref.kanagawa.jp/osirase/4310/shougaku/study/library/course.html>
- ▶富山市立図書館HP <https://www.library.toyama.toyama.jp>
- ▶富山市TOYAMANET TOYAMAキラリ <https://www.toyamashi-kankoukyoukai.jp/?tid=101079>
- ▶LifTe フィンランドOODI <https://lifte.jp/20190828/>
- ▶文部科学省 学習習慣の確立 [https://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/attach/1346331.htm](https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/attach/1346331.htm)
- ▶文化庁（令和元年）「地域と協働した博物館創造活動支援事業」公式ウェブサイト。  
[https://www.bunka.go.jp/chiikitokyodo/jirei\\_r1.html](https://www.bunka.go.jp/chiikitokyodo/jirei_r1.html)
- ▶G.PLAN「文化施設に足を運ぶ市民を増やす取り組み！図書館などのポイント施策をご紹介」  
ウェブサイト、2024年公表  
<https://www.g-plan.net/service/blog/c227>

### 【その他資料】

- ▶第2回長野市社会教育委員会議資料「長野市立公民館のあり方」について

【作成・編集】

2025年度未来黎明委員会

担当室長 山崎 義明  
委員長 西澤 準  
副委員長 清水 亮  
副委員長 干川 龍馬  
副委員長 室賀 直  
理事 塚田 翠  
顧問 伊藤 拓宗  
委員 金丸 望美  
委員 櫻井 幸仁  
委員 鶴見 真慧  
委員 吉池 悠汰  
準会員 酒井 理希  
準会員 塚田壯太郎  
準会員 宮下 晴幸

公益社団法人長野青年会議所

〒380-0904

長野市大字鶴賀七瀬中町276 長野商工会議所内3階

電話番号：026-228-3260

FAX番号：026-228-3278

メール：info@nagano-jc.or.jp