

海外生活 エッセー

北京事務所

中国の屋外公共フィットネス器具について ~いつでも誰でも運動できる環境づくり~

(一財)自治体国際化協会北京事務所 所長補佐 久保 尚慧 (宮崎市派遣)

中国の街を歩くと、公園や道路沿いの歩道などの公共空間に設置された腹筋ベンチ、懸垂バー、卓球台などのフィットネス器具で運動する人たちの姿をよく目にします。平日朝、クレア北京事務所近くの大通り沿いに設置された卓球台はいつもシニア層を中心に大盛況となっています。

→ 屋外フィットネス器具の整備

中国では、1995年、中国国務院が公布した「全民健身計画綱要」において、国民の体力と健康レベルの向上などの目標が示され、大衆スポーツの推進が国家計画として位置づけられました。



屋外公共フィットネス器具

また、2021年8月に発表された「全民健身計画（2021—25年）」においては、定期的に運動する人口の割合は37.2%に達したと報告され、2025年までに38.5%を目指すこととされました。県、郷鎮、村レベルで15分以内に公共スポーツ施設にアクセスできる環境を整えることなどが目標として示され、5,000カ所以上の郷鎮でフィットネス器具を追加設置することなどが主要任務の1つとされました。

このように、国の政策の一環として、屋外フィットネス器具設置に向けて環境整備が推進されてきたのです。

→ 財源の柱はスポーツ宝くじ

屋外フィットネス器具設置の財源として重要な役割を果たしたのがスポーツ宝くじ公益金です。中国では、この公益金が国家体育総局主管のもとで競技スポーツと大衆スポーツ活動に使われています。国家体育総局の発表によると、2024年に使用された公益金約868.9億円のうち約218.7億円(1元=21円として算定)が住民の身近なスポーツ施設の整備などの費用として使用されました。



街にあるスポーツ宝くじ売り場(体育彩票)

また、屋外フィットネス器具の利用対象は子どもや若者だけではなくありません。2025年2月、国家体育総局より「老年人健身器材配置指南」として、高齢者向けフィットネス器具に関するガイド

ラインが公布されました。公共空間に設置されたシニア世代向け屋外公共フィットネス器具についての方針も示され、安全性はもちろん、利用者の運動ニーズや有効性を重視するといった、シニア層が利用しやすい環境づくりも進んでいます。

→ 終わりに

中国でよく目にする屋外フィットネス器具。筆者は二の腕を鍛える腕回し運動器具の使い方が分からず困っていたところ、隣で足腰トレーニング用運動器具を利用していたシニア女性二人が懇切丁寧に教えてくれました。屋外の公共器具といえば公園などに設置された子ども向け遊具が中心のイメージでしたが、中国でシニア世代がいきいきと屋外フィットネス器具を利用する姿を見て、その考えが変わりました。

(参考一覧) (2025/8/7 閲覧日)

中国体育博物館 中国オリンピック博物館ホームページ
<https://www.olympic.cn/museum/zcfg/2015/1208/299506.html>

中国政府ホームページ
https://www.gov.cn/zhengce/content/2021-08/03/content_5629218.htm

国家体育総局ホームページ
<https://www.sport.gov.cn/gdnps/content.jsp?id=28847200>

<https://www.sport.gov.cn/qts/n4986/c28510637/content.html>