

11 スポーツ・運動

-
- 11-1 スポーツ・運動の実施状況
 - 11-2 スポーツ・運動の実施頻度
 - 11-3 スポーツ・運動をしていない理由
 - 11-4 スポーツを楽しむことができる環境の整備
 - 11-5 環境が整備されていないと思う理由
-

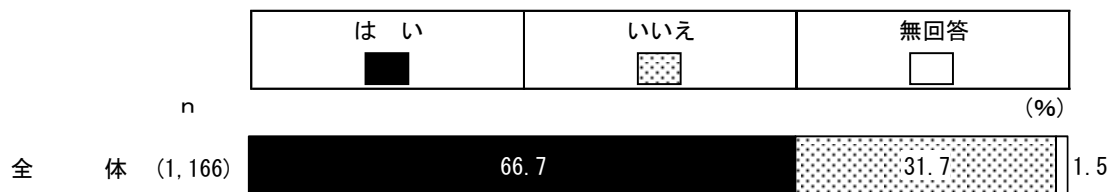
11-1 スポーツ・運動の実施状況

- スポーツや運動を週1回以上行った人は6割台半ば

問27 あなたは、この1年間にスポーツや運動を週1回以上行いましたか。次の中からあてはまるものを1つ選んでください。

なお、ここでいう「スポーツや運動」には、ルールに基づいて勝敗や記録を競うものだけでなく、体操、ウォーキング、散歩（ペットの散歩含む）、意識的な階段利用など、健康づくりのために目的を持って自主的に行う身体活動を広く含めます。

図11-1-1



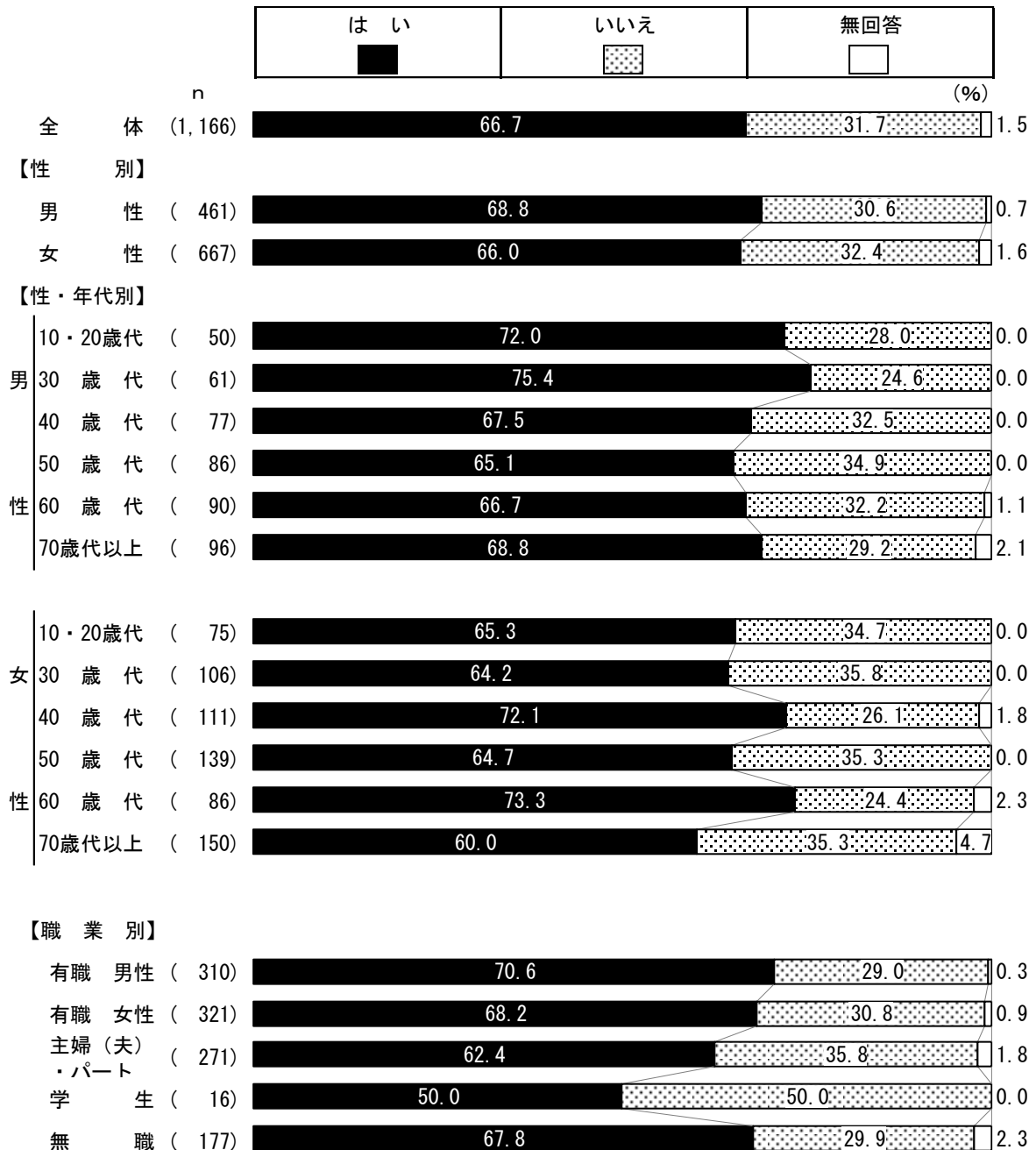
この1年間にスポーツや運動を週1回以上行ったか聞いたところ、「はい」(66.7%)は6割台半ばとなっている。(図11-1-1)

性別でみると、男女間で大きな差はみられない。

性・年代別でみると、「はい」は男性10・20歳代、30歳代、女性40歳代、60歳代で7割台となっている。

職業別でみると、「はい」は有職男性で約7割となっている。(図11-1-2)

図11-1-2 性別、性・年代別、職業別 スポーツ・運動の実施状況



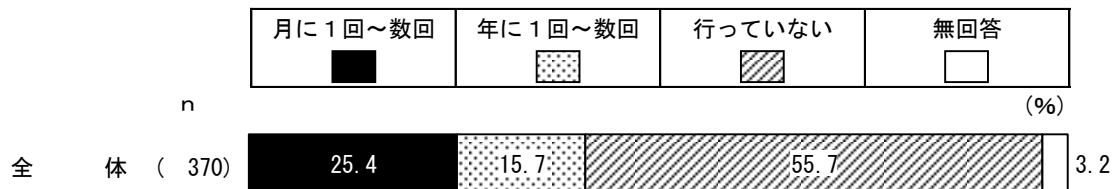
11-2 スポーツ・運動の実施頻度

- 「行っていない」が5割台半ば

〔問27で「いいえ」と答えた方に〕

問 27-1 どのくらいの頻度でスポーツや運動を行いましたか。次の中からあてはまるものを1つ選んでください。

図11-2-1

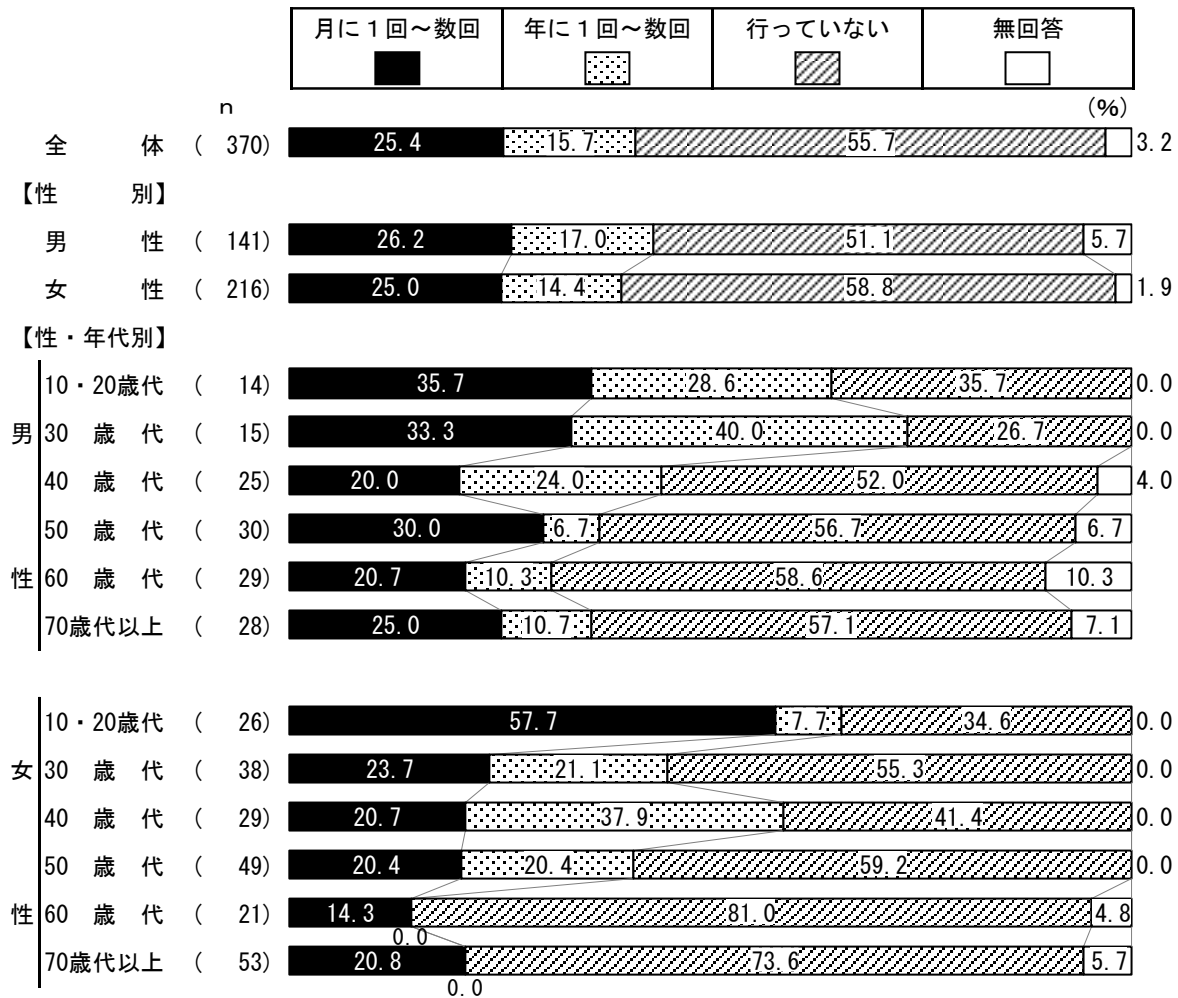


この1年間にスポーツや運動を週1回以上行わなかった人(370人)に実施頻度を聞いたところ、「行っていない」(55.7%)が5割台半ばで最も高く、次いで「月に1回~数回」(25.4%)、「年に1回~数回」(15.7%)となっている。(図11-2-1)

性別でみると、「行っていない」は女性が男性より7.7ポイント高くなっている。

性・年代別でみると、「行っていない」は女性60歳代、70歳代以上で7割以上と高くなっている。(図11-2-2)

図11-2-2 性別、性・年代別 スポーツ・運動の実施頻度



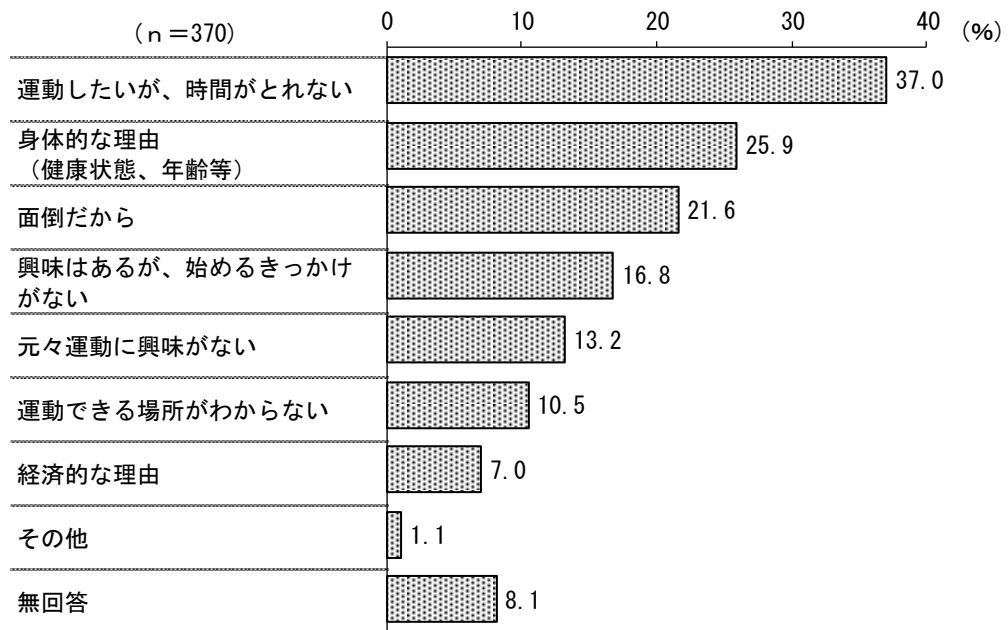
11-3 スポーツ・運動をしていない理由

- 「運動したいが、時間がとれない」が4割近く

〔問27で「いいえ」と答えた方に〕

問27-2 その理由は何ですか。次の中からあてはまるものをすべて選んでください。

図11-3-1



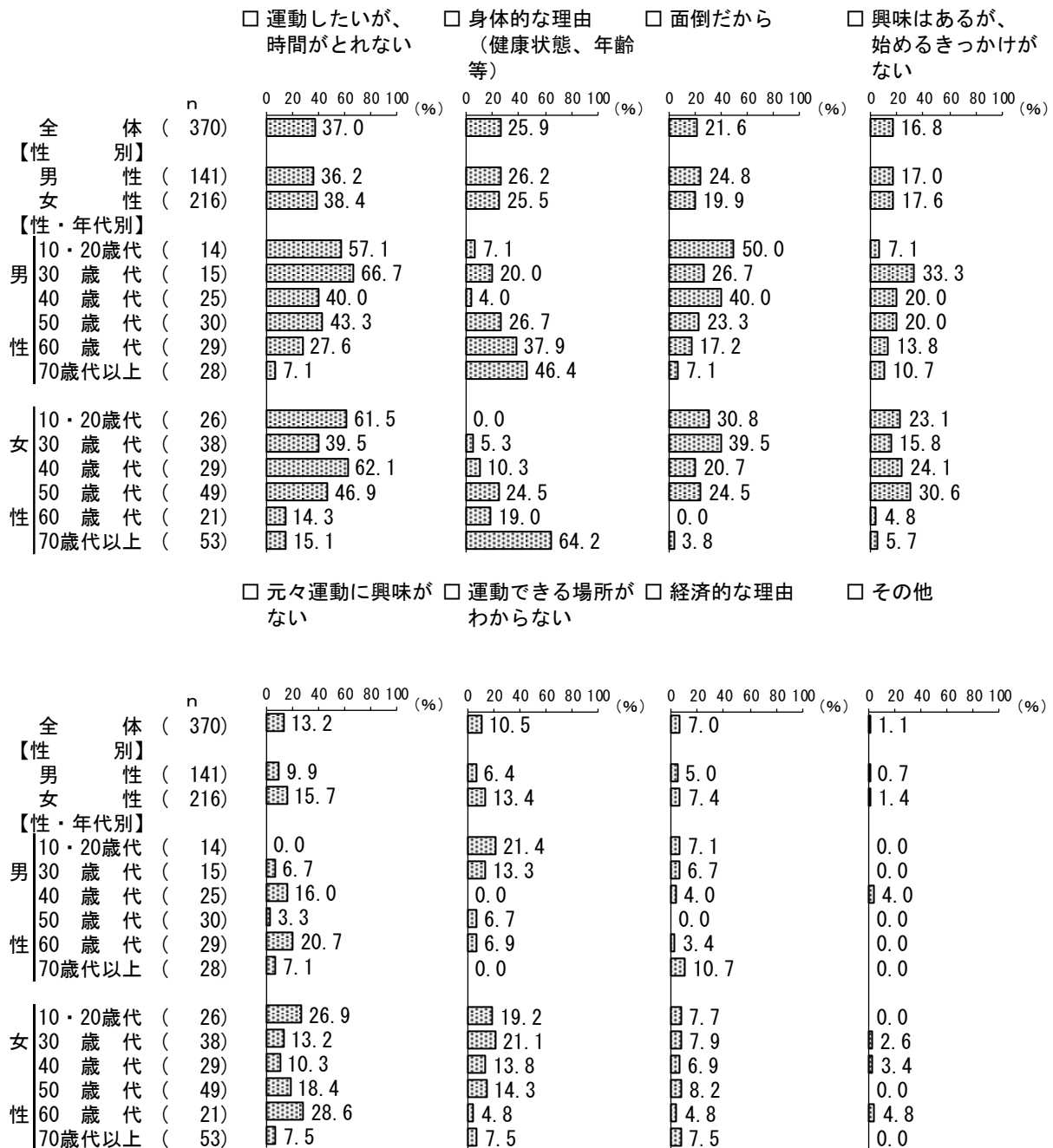
この1年間にスポーツや運動を週1回以上行わなかった人(370人)にその理由を聞いたところ、「運動したいが、時間がとれない」(37.0%)が4割近くで最も高く、次いで「身体的な理由(健康状態、年齢等)」(25.9%)、「面倒だから」(21.6%)となっている。(図11-3-1)

性別でみると、「運動できる場所がわからない」は女性が男性より7.0ポイント、「元々運動に興味がない」は女性が男性より5.8ポイント高くなっている。

性・年代別でみると、「運動したいが、時間がとれない」は男性30歳代で6割台半ばと高くなっている。「身体的な理由（健康状態、年齢等）」は女性70歳代以上で6割台半ばと高くなっている。

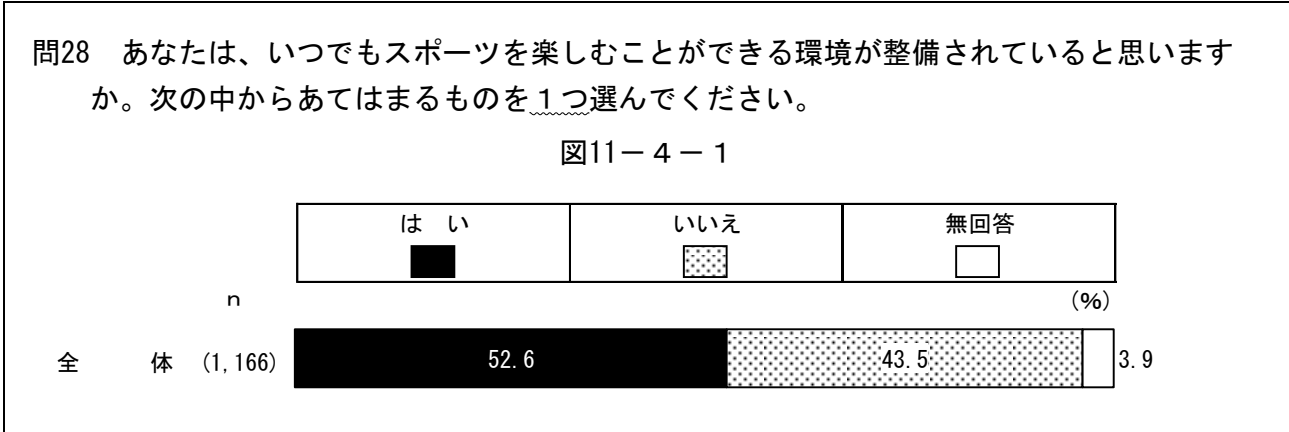
(図11-3-2)

図11-3-2 性別、性・年代別 スポーツ・運動をしていない理由



11-4 スポーツを楽しむことができる環境の整備

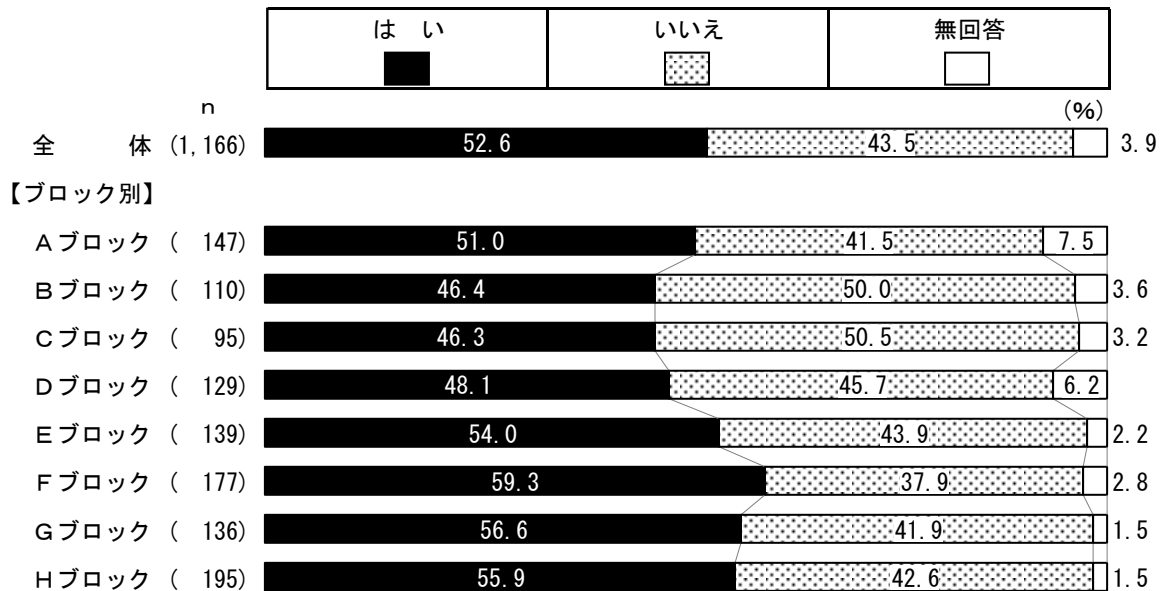
- スポーツを楽しむことができる環境が整備されていると思う人は5割を超える



いつでもスポーツを楽しむことができる環境が整備されていると思うか聞いたところ、「はい」(52.6%)は5割を超えている。(図11-4-1)

ブロック別でみると、「はい」はFブロックで約6割となっている。一方、「いいえ」はB・Cブロックで約5割となっている。(図11-4-2)

図11-4-2 ブロック別 スポーツを楽しむことができる環境の整備



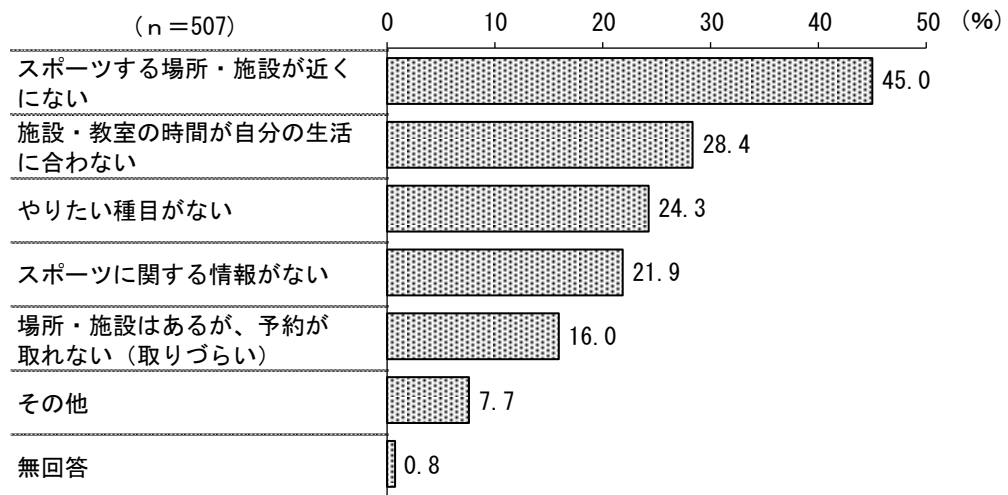
11-5 環境が整備されていないと思う理由

- 「スポーツする場所・施設が近くにない」が4割台半ば

〔問28で「いいえ」と答えた方に〕

問28-1 その理由は何ですか。次の中からあてはまるものをすべて選んでください。

図11-5-1



いつでもスポーツを楽しむことができる環境が整備されていないと思う人(507人)にその理由を聞いたところ、「スポーツする場所・施設が近くにない」(45.0%)が4割台半ばで最も高く、次いで「施設・教室の時間が自分の生活に合わない」(28.4%)、「やりたい種目がない」(24.3%)となっている。(図11-5-1)

ブロック別でみると、「やりたい種目がない」はCブロックで4割近くと高くなっている。「場所・施設はあるが、予約が取れない（取りづらい）」はGブロックで約3割と高くなっている。

(図11-5-2)

図11-5-2 ブロック別 環境が整備されていないと思う理由

