

11 スポーツ・運動

11－1 スポーツ・運動の実施頻度

11－2 スポーツ・運動をしていない理由

11－3 スポーツを楽しむことができる環境の整備

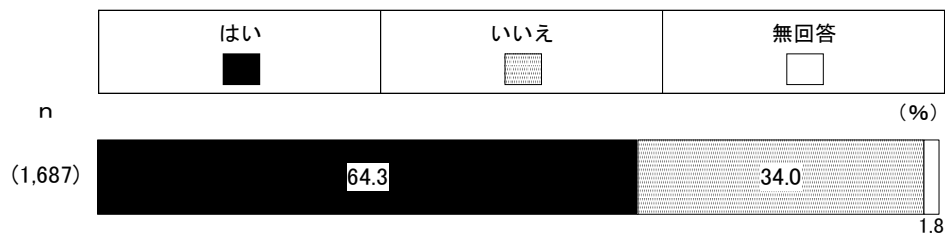
11－4 環境が整備されていないと思う理由

11－1 スポーツ・運動の実施頻度

- スポーツや運動を週1回以上行った人は6割台半ば

問29 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。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

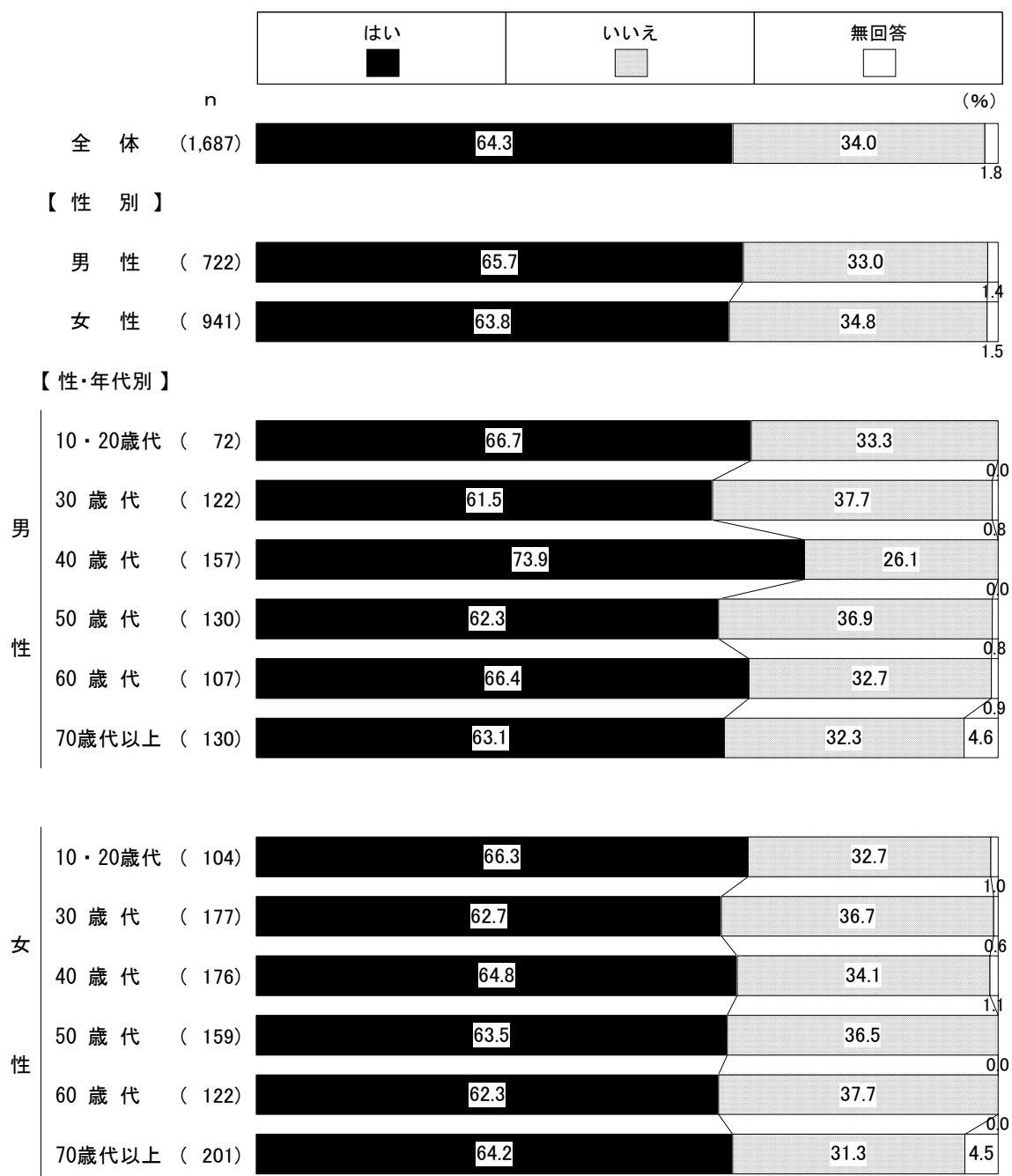


この1年間にスポーツや運動を週1回以上行ったか聞いたところ、「はい」（64.3％）は6割台半ばとなっている。（図11－1－1）

性別でみると、男女間で大きな差はみられない。

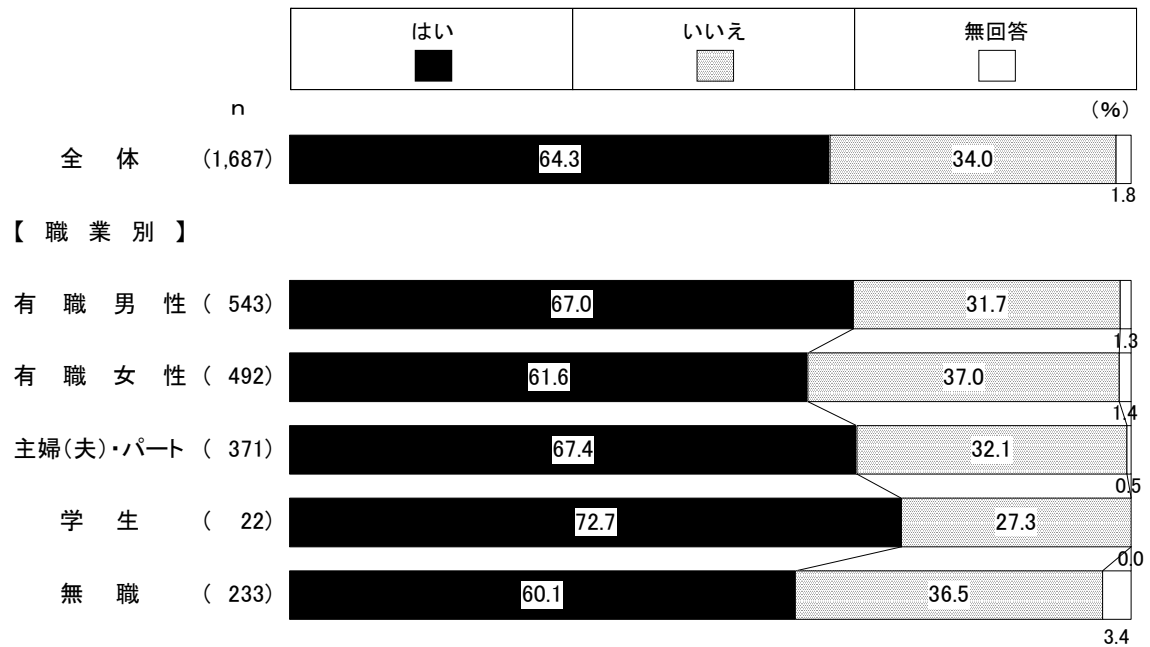
性・年代別でみると、「はい」は男性40歳代で7割を超えて高くなっている。（図11－１－２）

図11－１－２ 性別、性・年代別 スポーツ・運動の実施頻度



職業別でみると、「はい」は学生で7割を超え、主婦（夫）・パートと有職男性で7割近くと高くなっている。（図11－1－3）

図11－1－3 職業別 スポーツ・運動の実施頻度



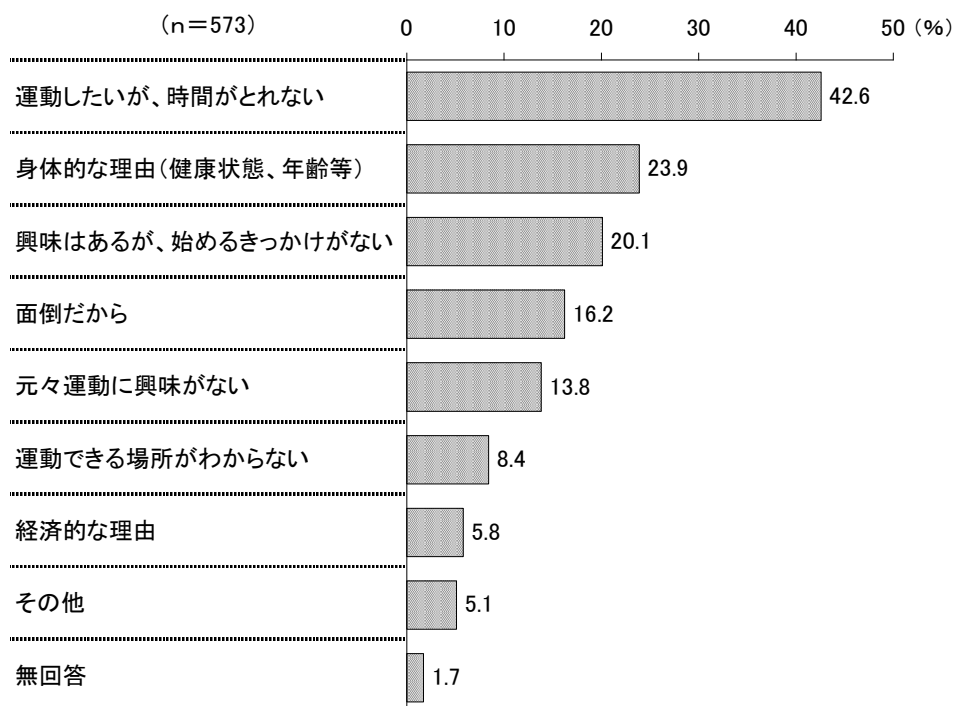
11－2 スポーツ・運動をしていない理由

- 「運動したいが、時間がとれない」が4割を超える

〔問29で「いいえ」と答えた方に〕

問29－1 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11－2－1



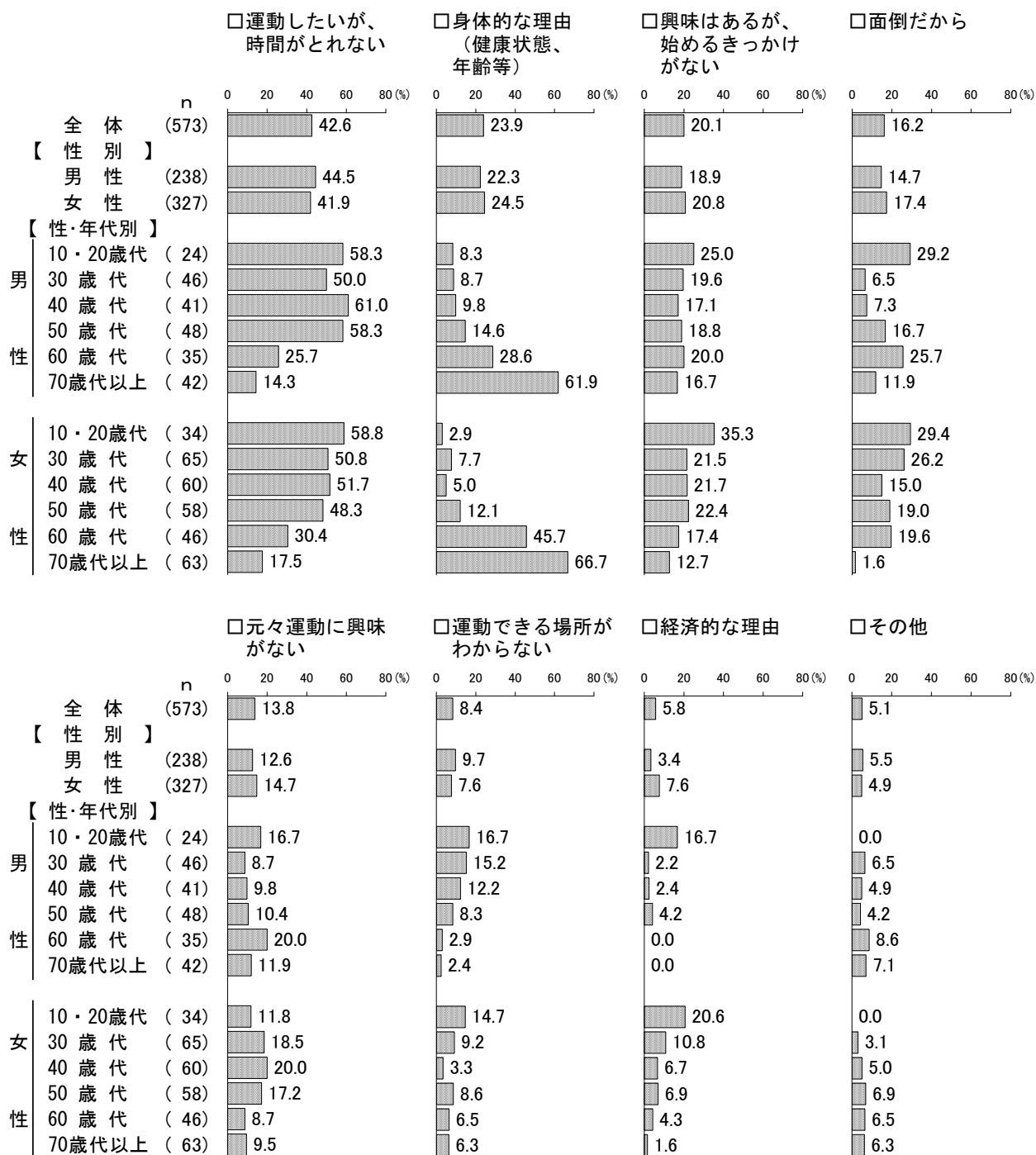
この1年間にスポーツや運動を週1回以上行わなかった人(573人)にその理由を聞いたところ、「運動したいが、時間がとれない」(42.6%)が4割を超えて最も高く、次いで「身体的な理由(健康状態、年齢等)」(23.9%)、「興味はあるが、始めるきっかけがない」(20.1%)、「面倒だから」(16.2%)となっている。(図11－2－1)

性別でみると、「経済的な理由」は女性が男性より4.2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40歳代で6割を超えて高くなっている。「身体的な理由（健康状態、年齢等）」は男女ともに70歳代以上で6割台と高くなっている。「興味はあるが、始めるきっかけがない」は女性10・20歳代で3割台半ばと高くなっている。

(図11-2-2)

図11-2-2 性別、性・年代別 スポーツ・運動をしていない理由

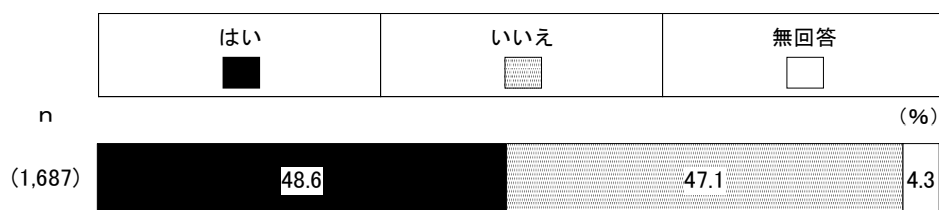


11-3 スポーツを楽しむことができる環境の整備

- 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割近く

問30 あなたは、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いますか。

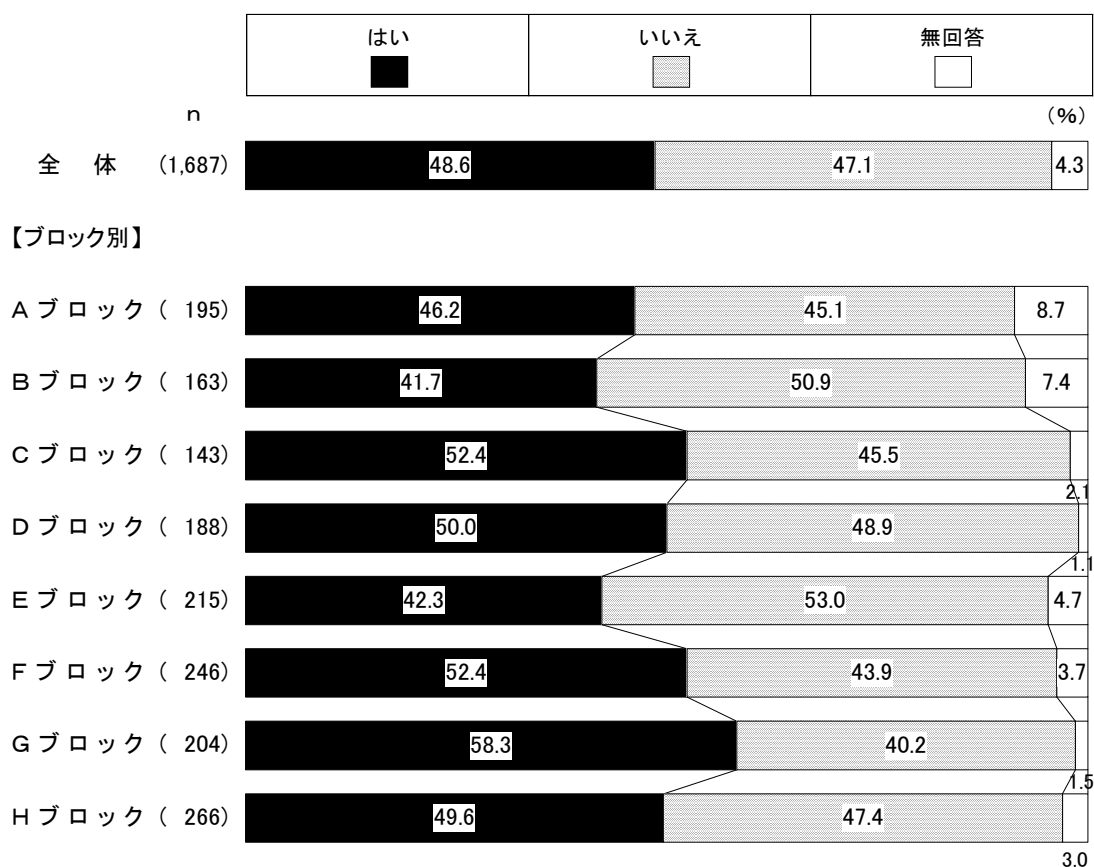
図11-3-1



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ると思うか聞いたところ、「はい」(48.6%)は5割近くとなっている。(図11-3-1)

ブロック別でみると、「はい」はGブロックで6割近くと高くなっている。一方、「いいえ」はB・Eブロックで5割台と高くなっている。(図11-3-2)

図11-3-2 ブロック別 スポーツを楽しむことができる環境の整備



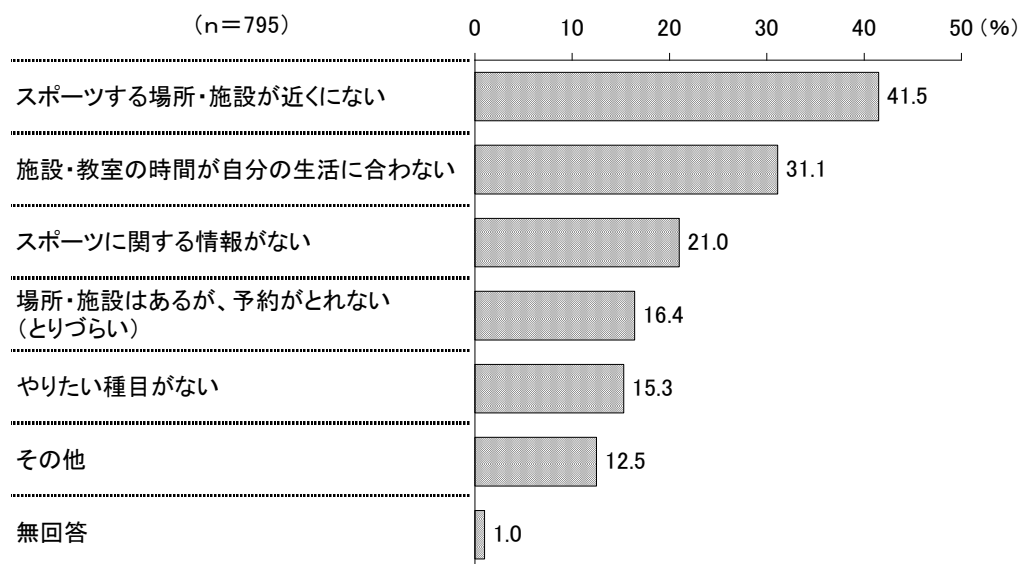
11－4 環境が整備されていないと思う理由

- 「スポーツする場所・施設が近くにない」が4割を超える

〔問30で「いいえ」と答えた方に〕

問30－1 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11－4－1



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（795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」（41.5%）が4割を超えて最も高く、次いで「施設・教室の時間が自分の生活に合わない」（31.1%）、「スポーツに関する情報がない」（21.0%）、「場所・施設はあるが、予約がとれない（とりづらい）」（16.4%）となっている。

（図11－4－1）

ブロック別でみると、「スポーツする場所・施設が近くにない」はFブロックで5割を超えて高くなっている。「施設・教室の時間が自分の生活に合わない」はA・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、予約がとれない（とりづらい）」はGブロックで約3割と高くなっている。（図11－4－2）

図11－4－2 ブロック別 環境が整備されていないと思う理由

