

区民のスポーツ・運動に関するアンケート調査結果(抜粋)

【調査概要】

調査期間：令和3年9月3日（金）～10月6日（水）

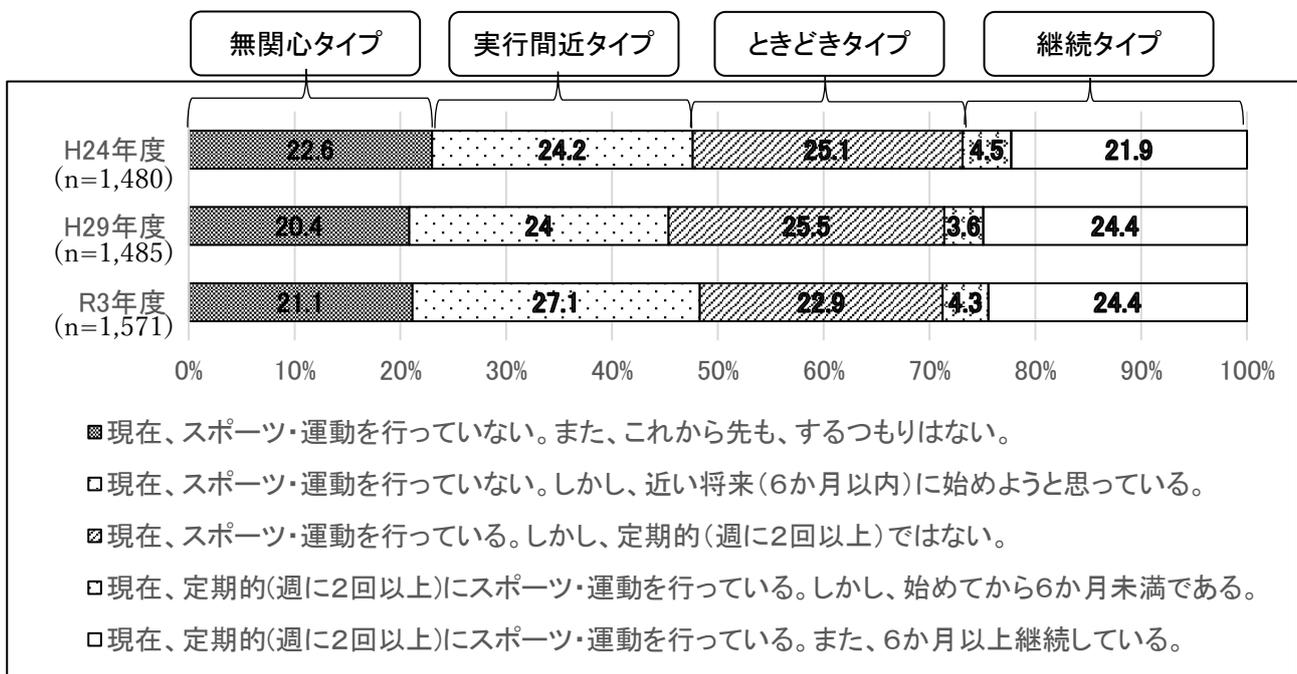
調査対象：区内在住18歳以上の方、4,978人

調査方法：郵送法（紙とWebで回答）

回答者数：1,571人（回収率31.6%） ※前回29.7%

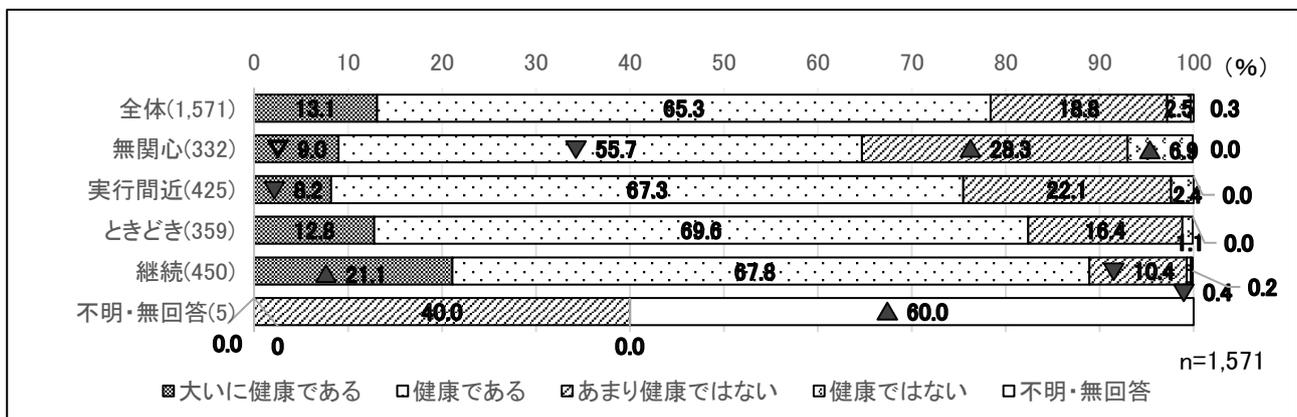
1 スポーツ・運動の実施状況

問7 あなたの、過去6か月、現在、そしてこれから先の、スポーツ・運動の実施状況や考え方について、最もあてはまるものはどれですか。

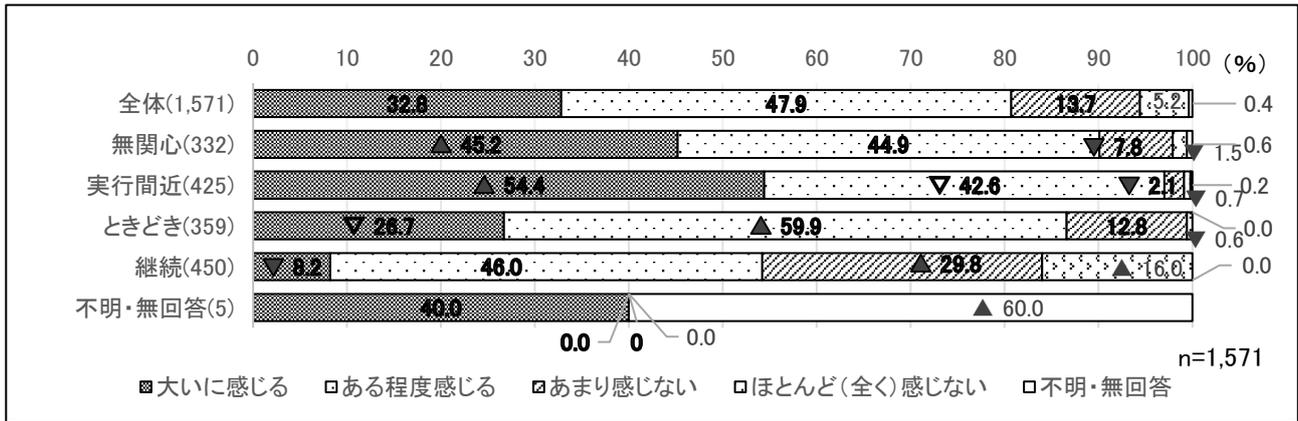


2 「健康観」と「運動不足感」

問1 あなたは、ご自分の健康状態をどのように感じていますか。

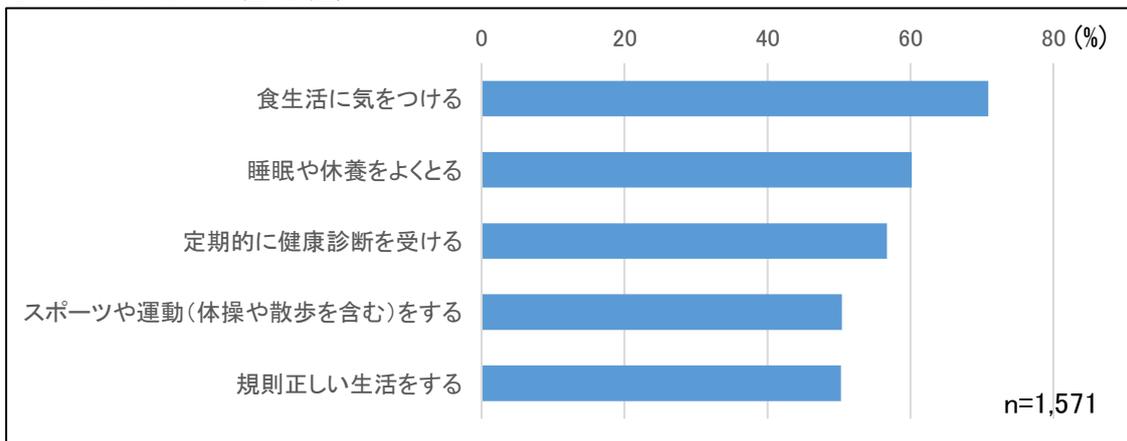


問2 あなたは、普段、運動不足を感じますか。

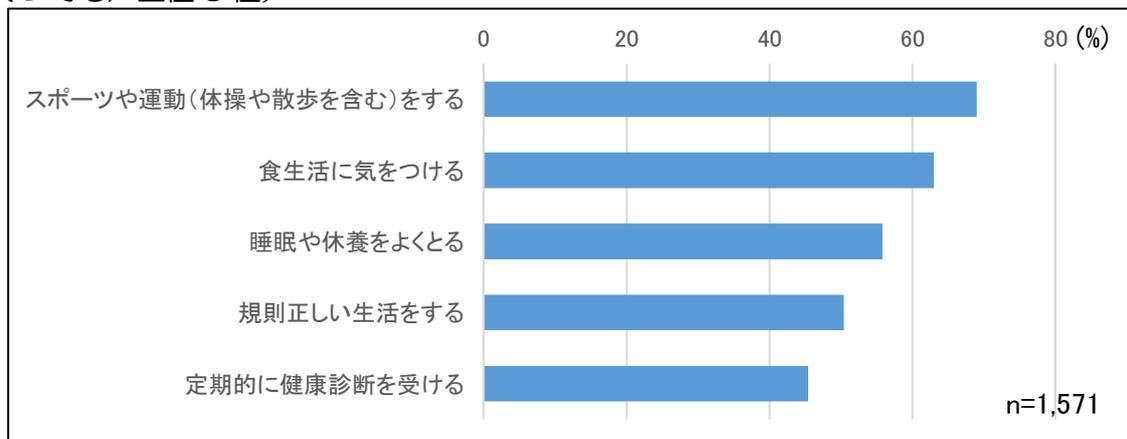


3 健康の維持増進とスポーツ

問4 あなたは、日頃ご自分の健康の維持増進のために、何か心がけていることがありますか。
(○はいくつでも/上位5位)



問5 あなたは、ご自分の健康の維持増進のために、今後気をつけたいことがありますか。(○はいくつでも/上位5位)



4 この1年間に行ったスポーツ、今後行ってみたいスポーツ

問9 あなたがこの1年間に行ったスポーツ・運動があれば全てお選びください。学校の体育の授業や、職業として行ったものは除きます。(〇はいくつでも/上位10位)

n=1,571

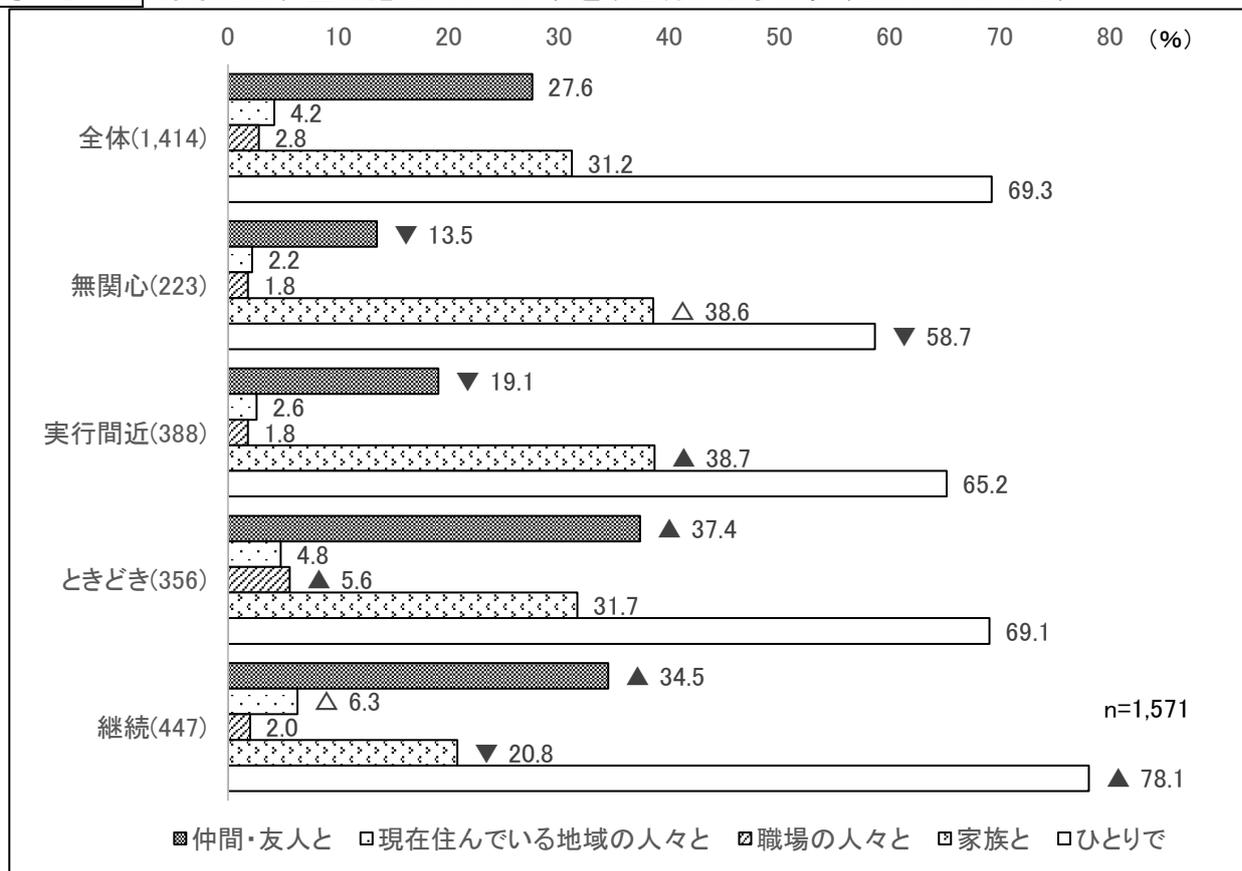
種目	%
ウォーキング、散歩(散策、ペットの散歩などを含む)	72.2
その他の体操(ストレッチ、エクササイズ、エアロビクス、ヨガを含む)	38.7
室内運動器具を使わない筋力トレーニング	19.7
ラジオ体操	17.4
ランニング(ジョギング)	15.8
室内運動器具(ウエイト器具、ランニングマシンなど)を使ってする運動	13.3
ゴルフ	9.2
サイクリング、モーター(サイクル)スポーツ	9.0
軽い水泳(水中歩行、水中運動を含む)	7.8
軽い球技(キャッチボール、ドッジボール、公園でのバドミントンなど)	6.2

問15 あなたが現在行っているものを含めて、今後行ってみたいと思うスポーツ・運動があれば、全てお選びください。(〇はいくつでも/上位10位)

n=1,571

種目	%
キャンプ、オートキャンプ	18.8
ハイキング、ワンダーフォーゲル、オリエンテーリング、ウォークラリー	17.4
登山(クライミング)	16.3
サイクリング、モーター(サイクル)スポーツ	15.6
ゴルフ	15
テニス、ソフトテニス	13.7
スキー、スノーボード	13.6
釣り	11.9
バドミントン	10.2
ボート、ヨット、スキューバダイビング、カヌー、サーフィン、ボディボード	9.6
卓球、ラージボール卓球	9.6

問10-5 あなたは、主に誰とスポーツや運動を行いますか。(〇はいくつでも)



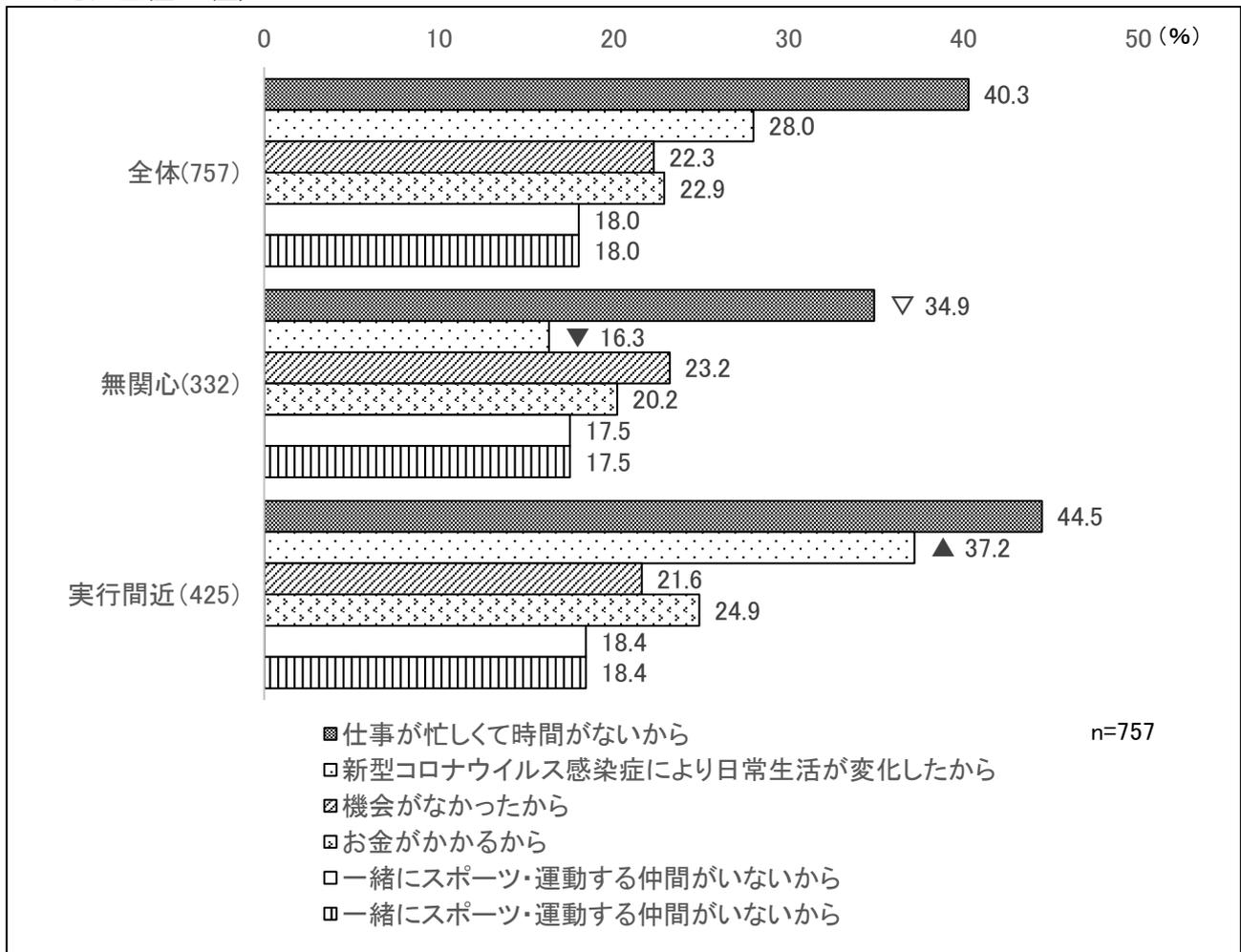
問10-3 あなたが、スポーツや運動を行う場所は、主にどこですか。(〇はいくつでも/上位10位) n=1,416

種目	%	前回%
自宅	48.1	34.2
道路や遊歩道(区内)	43.8	39.7
広場や公園・緑地(区内)	30.2	29.2
川沿い(区内)	19.9	18.0
公共のスポーツ施設(体育館、プール、運動場など)(区内)	12.7	18.5
民間のスポーツ施設(区内)	12.1	18.2
道路や遊歩道(区外)	12.1	
山・海・湖(区外)	11.5	21.7
民間のスポーツ施設(区外)	9.7	
広場や公園・緑地	7.3	

※前回調査と比較して、「自宅」13.9ポイント増加し順位は2位から1位へ、「道路や遊歩道」4.1ポイント増加、「公共施設(区内)」、「民間のスポーツ施設(区内)」は約6ポイント減少。「山・海・湖(区外)」は約10ポイント減少。コロナによる影響が考えられる。

5 スポーツを行わなかった理由

問8-1 あなたがスポーツ・運動をしなかったのは、どのような理由からですか。(〇はいくつでも/上位5位)



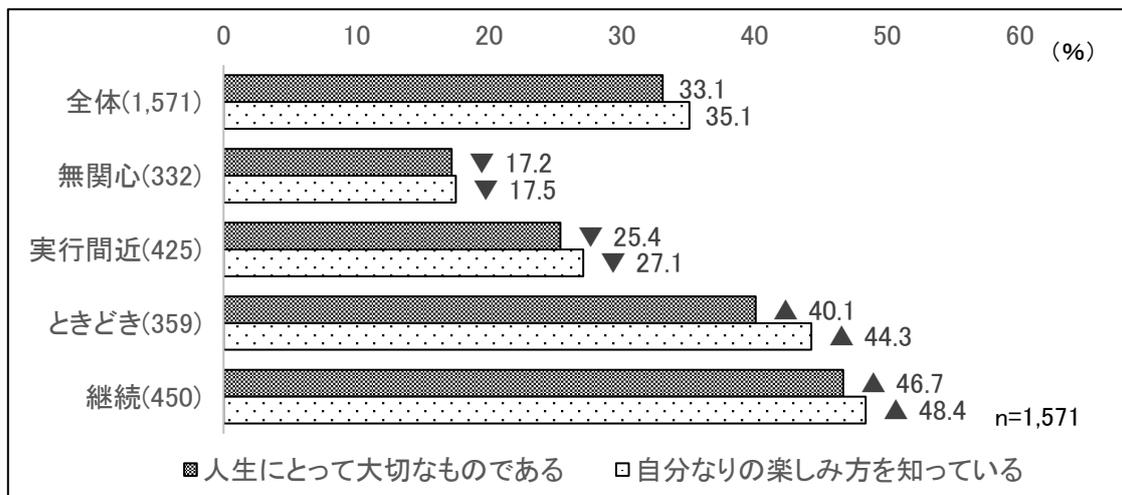
6 スポーツの多様な楽しみ方

問14 あなたが、スポーツ・運動について、あてはまると思うものはどれですか。(〇はいくつでも) n=1,571

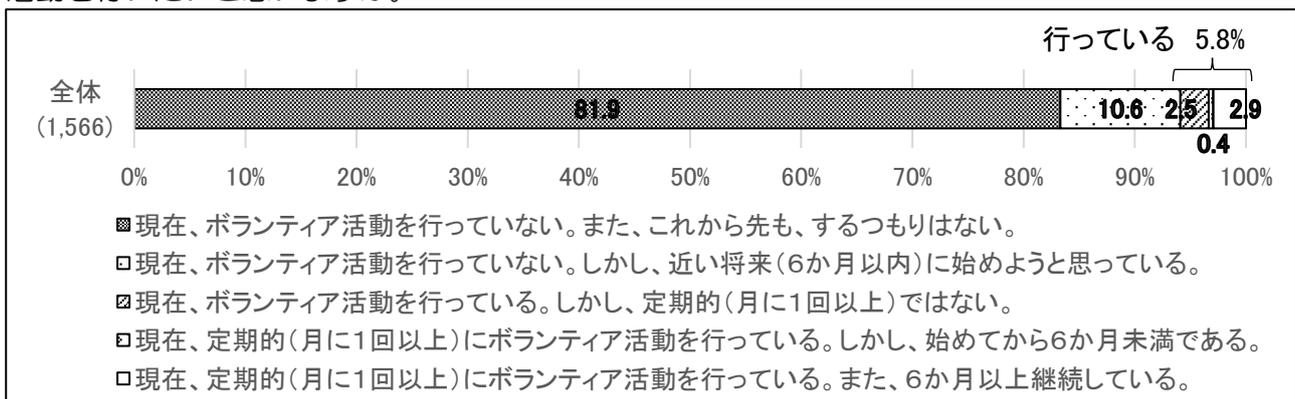
項目	%
健康・体力づくりに役立つ	92.2
夢や感動、精神的な充足感が得られる	36.8
生活習慣病予防や介護予防になる	67.6
思考力や判断力が向上する	34.6
リラックス、癒し、爽快感が得られる	65.1
家族や友人とのコミュニケーションが深まる	43.0
新たな人とのつながりが生まれる	31.9
人生にとって大切なものである	33.1
自分なりの楽しみ方を知っている	35.1
フェアプレイ精神(公正さと規律を尊ぶ態度)が育つ	15.2
勝つことが最優先である	1.0
けがや事故が怖い	12.8
個人の意志より団体・チームの意向が優先される	2.7
疲れる	16.7
お金がかかる	18.5
その他	1.0
不明・無回答	2.2

スポーツを文化として
享受している

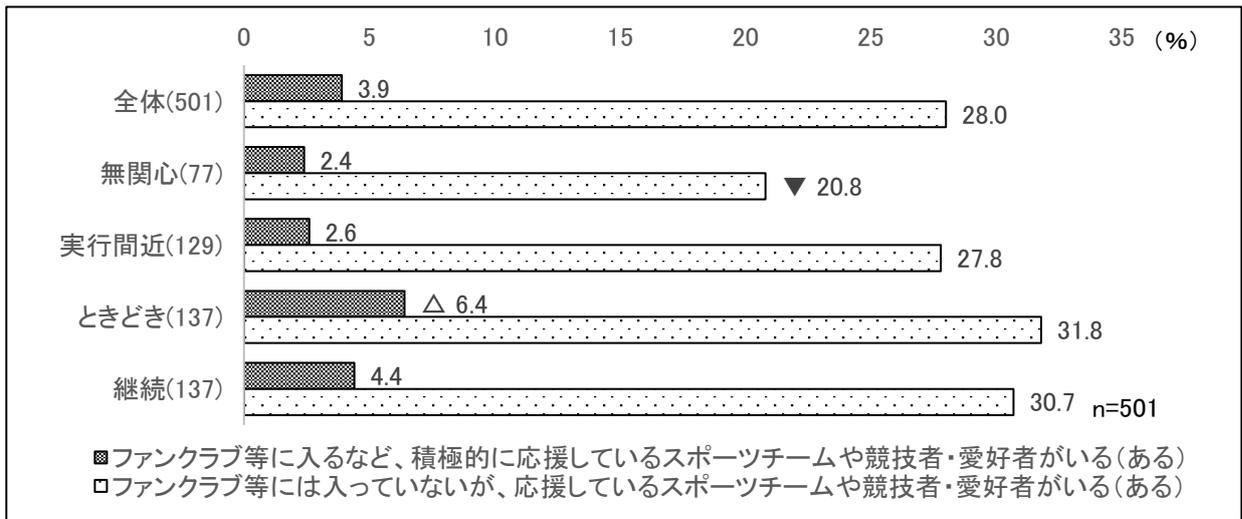
(上記2項目のタイプ別の傾向)



問18 あなたの、過去6か月、現在、そしてこれから先の、スポーツ・運動に関するボランティア活動を行いたいと思いますか。

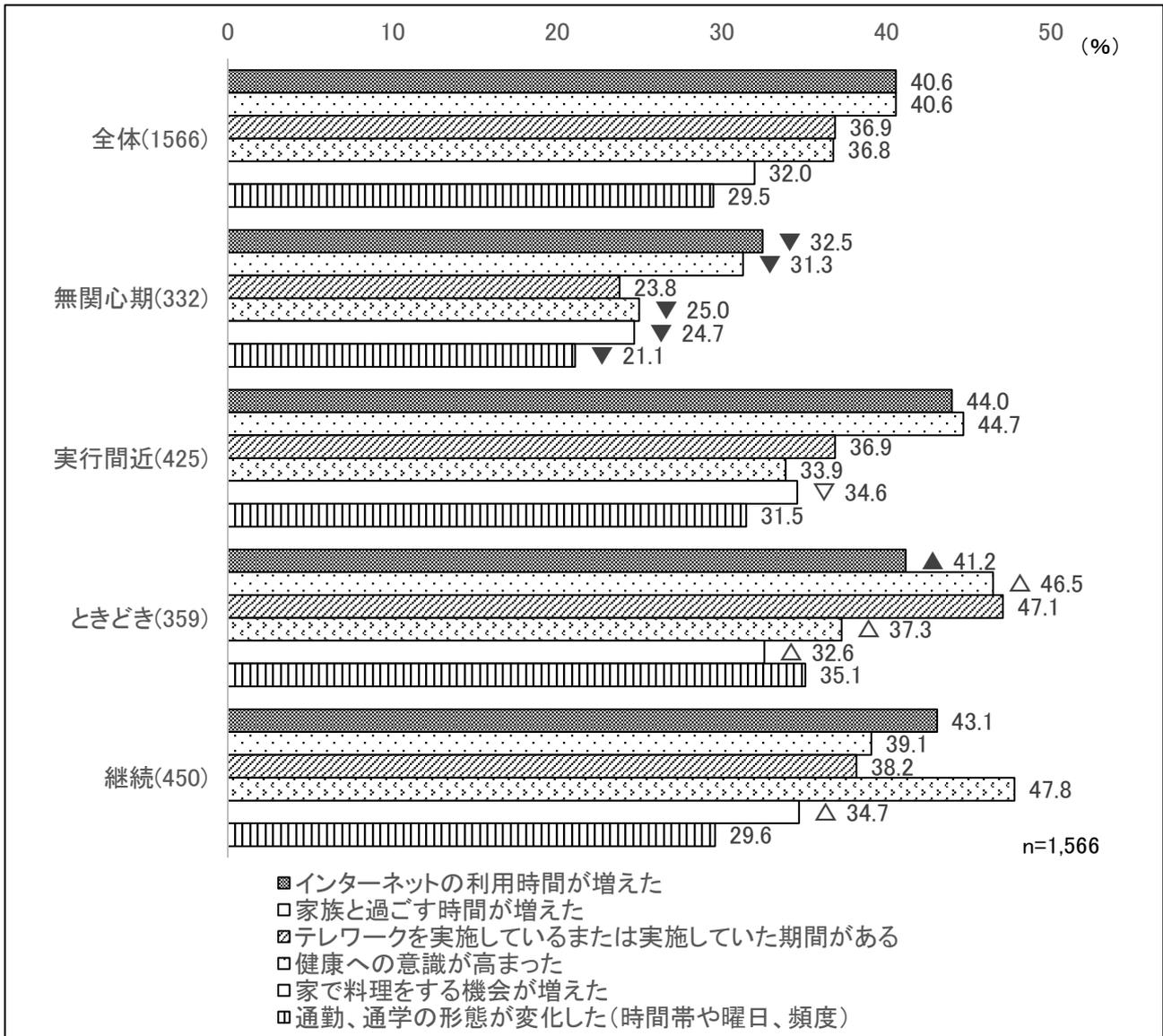


問21 あなたは、日頃から応援しているスポーツチームや競技者・愛好者（身近なチームや人を含む）がいますか（ありますか）。

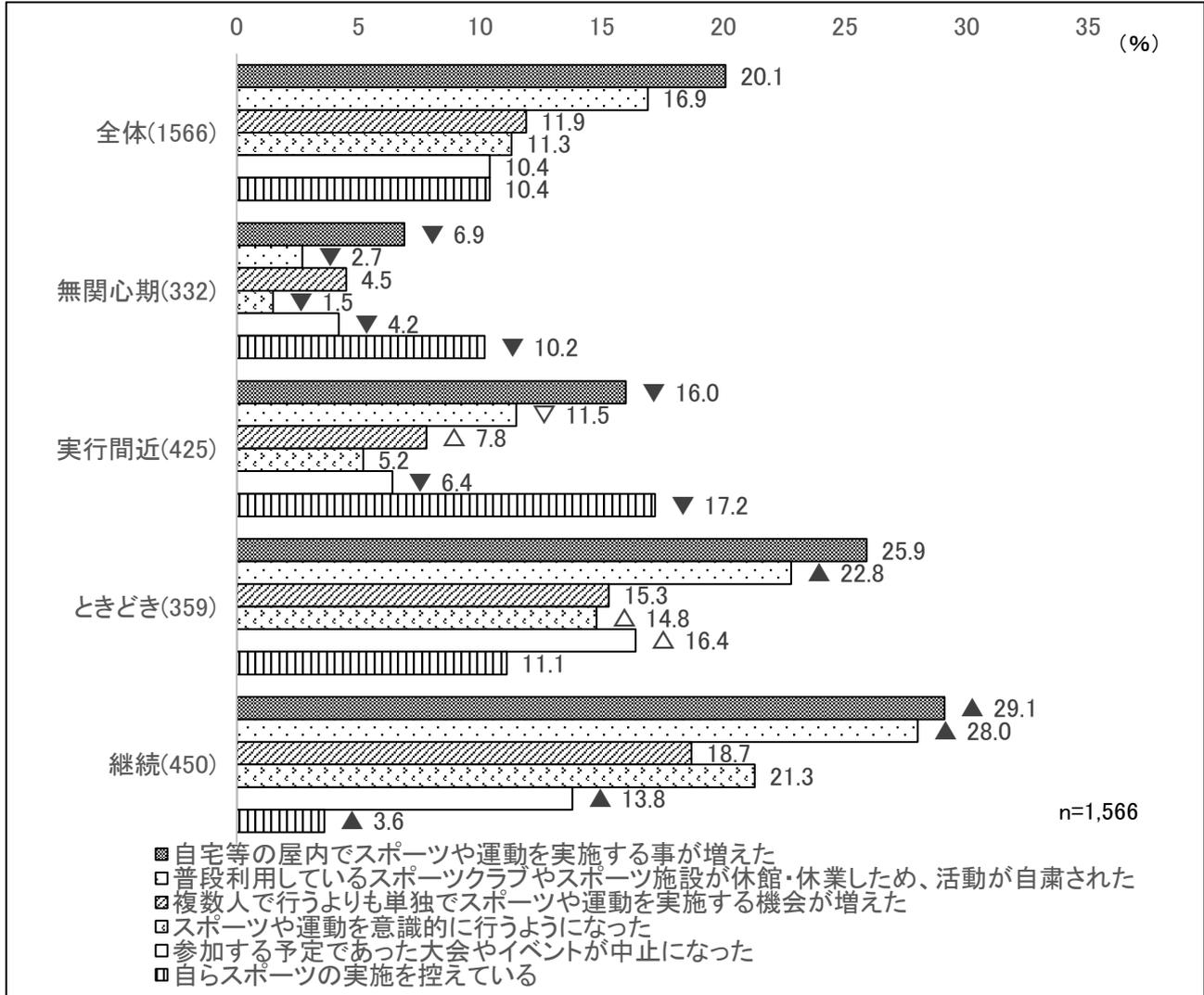


7 新型コロナウイルス感染症の影響

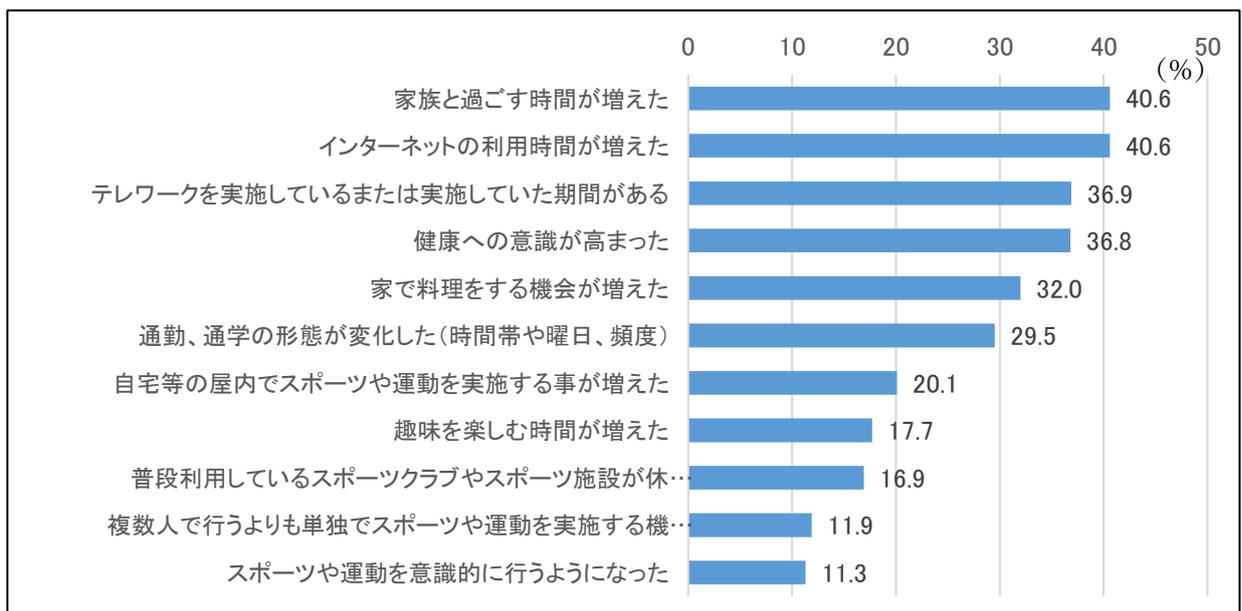
問35 あなたは、昨年1月頃まで（新型コロナウイルス感染症の感染拡大前）と、現在を比べて、日常生活における環境に変化はありましたか。



問36 あなたは、昨年1月頃まで（新型コロナウイルス感染症の感染拡大前）と、現在を比べて、スポーツを実施する環境に変化はありましたか。



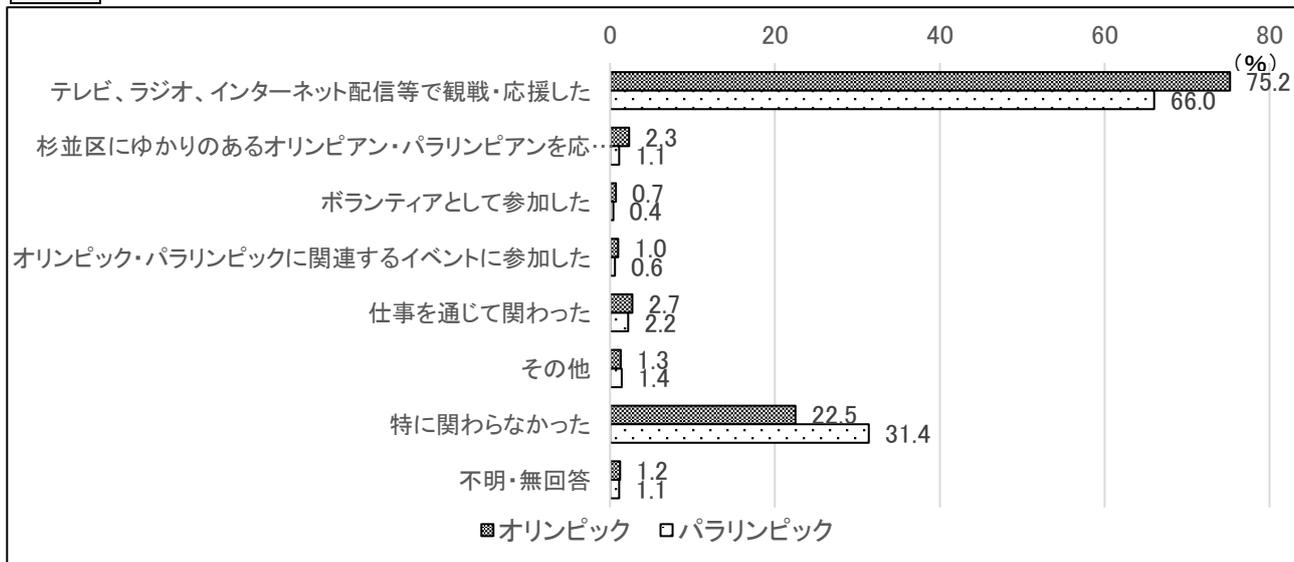
問35 あなたは、昨年1月頃まで（新型コロナウイルス感染症の感染拡大前）と、現在を比べて、日常生活における環境に変化はありましたか。（〇はいくつでも/上位11位）



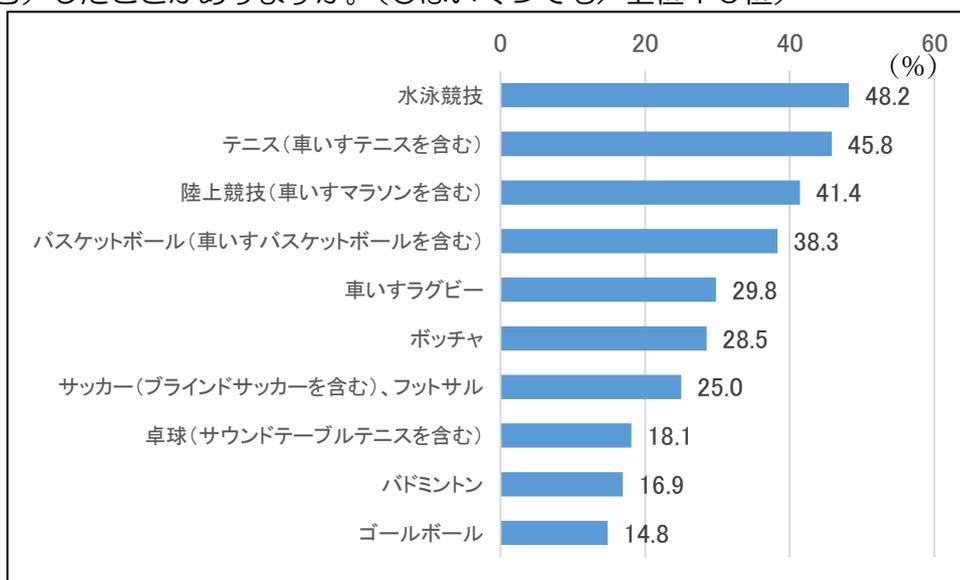
8 東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会

問31 あなたは、東京 2020 オリンピック競技大会について、どのような形で関わりましたか。

問32 あなたは、東京 2020 パラリンピック競技大会について、どのような形で関わりましたか。



問33 あなたは、障害者スポーツやパラリンピック競技を観戦（直接観戦、テレビや SNS 等での観戦を含む）したことがありますか。（〇はいくつでも／上位10位）



問34 あなたは、東京オリンピック・パラリンピック競技大会の開催を通じて、次のような変化がありましたか。

