

令和 2 年度滋賀県スポーツ実施状況調査結果概要について

1 調査の目的

本調査は、第 2 期滋賀県スポーツ推進計画で目標としている成人の週 1 日以上の実施率(2022 年:65%以上)や県民のスポーツに関する意識および実態を把握することを目的とする。

2 調査の概要

- (1) 調査対象: 滋賀県内在住 18 歳以上の男女
 (2) 調査方法: インターネット調査(無作為抽出)
 (3) 主な調査内容: ①性別、年齢など属性 ②健康・体力に関する意識
 ③運動・スポーツの実施状況
 (4) 標本数: 1,600 人
 (5) 調査期間: 令和 2 年 8 月 21 日～8 月 27 日

3 回答者の属性

(1) 性別

男性	女性	計
808 人	792 人	1,600 人
50.5%	49.5%	100%

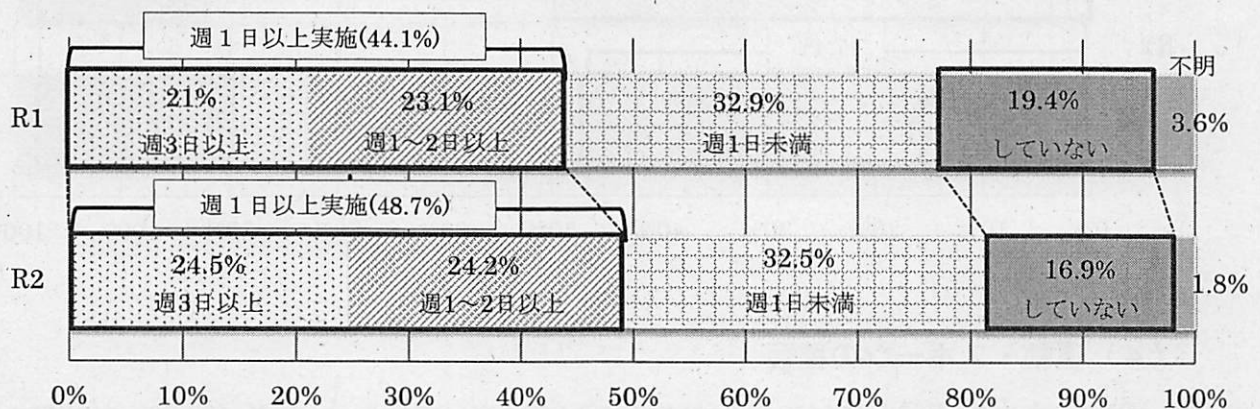
(2) 年代別

18-20 歳代	30 歳代	40 歳代	50 歳代	60 歳代	70 歳以上	計
300 人	300 人	300 人	300 人	229 人	171 人	1,600 人
18.8%	18.8%	18.8%	18.8%	14.3%	10.7%	100%

4 調査結果の概要

(1) 運動・スポーツ活動の状況

- ・「週に 1 日以上運動やスポーツを行っている」と回答した人は 48.7%。(前年度比 +4.6P)
- ・「スポーツはしていない」と回答した人は 16.9%。(前年度比△2.5P)



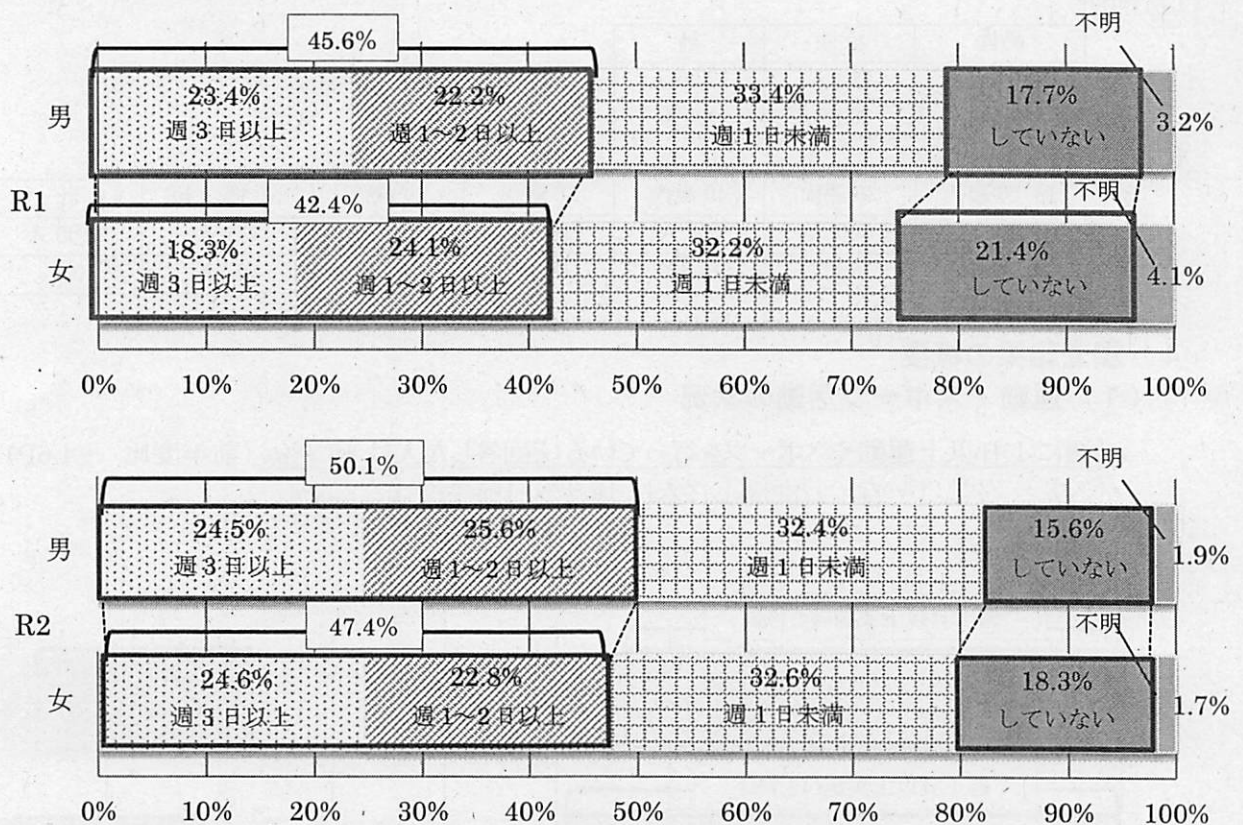
(2) 年代別の状況

- ・「週に1日以上運動やスポーツを行っている」と回答した人は、70歳以上を除く各年代で実施率が上昇。
- ・前年度と同様に20歳代～50歳代は県の実施率を下回っている。

	(18-)20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	全体
R1	42.8%	37.8%	37.3%	38.7%	50.6%	69.8%	44.1%
R2	43.4%	40.4%	45.8%	45.2%	59.4%	69.3%	48.7%
差	+0.6	+2.6	+8.5	+6.5	+8.8	△0.5	+4.6

(3) 性別の状況

- ・「週に1日以上運動やスポーツを行っている」と回答した人の割合は、男性より女性の方が低い。前年度の3.2ポイント差から2.7ポイント差となり、差は縮まっている。
- ・「運動やスポーツはしていない」と回答した人の割合は、男性より女性の方が高い。前年度の3.7ポイント差から2.7ポイント差となり、差が縮まっている。



(4) 運動・スポーツの種類

- ・「ウォーキング」が最も多く(59.0% 対前年△3.6P)、次いで「トレーニング」(22.7% 対前年+9.8P)、「体操」(20.1% 対前年+8.2P)。上位3項目は前年度と同じ。
- ・「トレーニング」「体操」の実施率が前年度から大きく伸びている。
- ・「体操」は男女差が大きく、女性は男性より約10ポイント実施率が高い。

(5) 運動・スポーツを行う場所

- ・「自宅の周辺(公園、道路など)」が最も多く(61.8% 対前年△4.9P)、次いで「自宅内」(35.5% 対前年+13.8P)、「県市町の公共施設」(19.0% 対前年±0P)。上位3項目は前年度と同じ。
- ・「自宅内」の実施率が前年度から大きく伸びている。
- ・「自宅内」は、女性が男性より約20ポイント実施率が高く、「自宅の周辺(公園、道路など)」は、男性が女性より約10ポイント実施率が高い。

(6) 運動・スポーツを行う目的

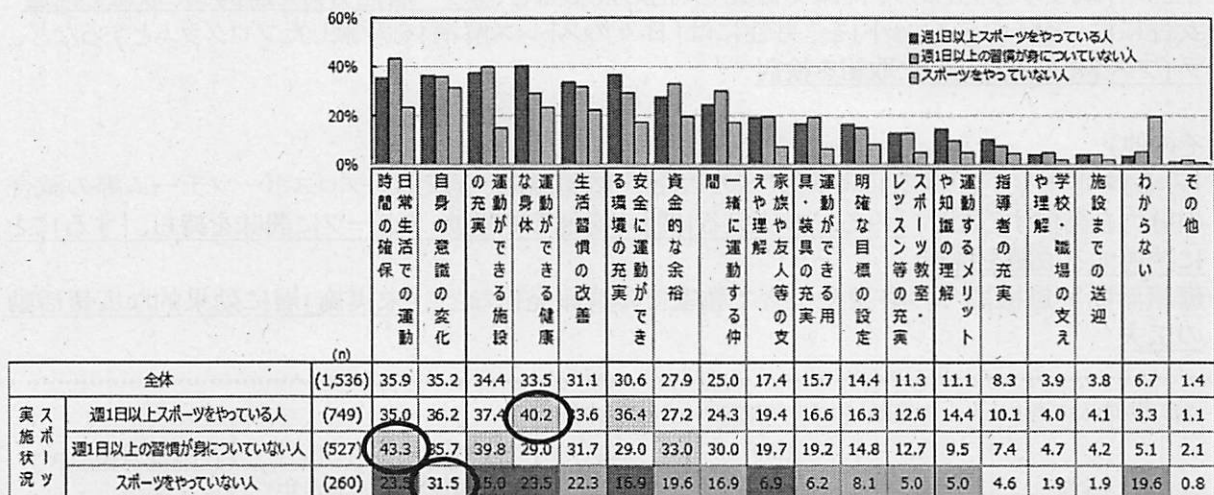
- ・「健康・体力つくりのため」が最も多く(73.2% 対前年+3.0P)、次いで「運動不足解消のため」(58.8% 対前年+1.6P)、「楽しみ・気晴らしとして(気分転換)」(48.3% 対前年+2.1P)。上位3項目は前年度と同じ。
- ・「美容や肥満解消のため」(第4位)は、女性が男性より約20ポイント割合が高く、「楽しみ・気晴らしとして(気分転換)」は、男性が女性より約10ポイント高い。

(7) 運動・スポーツに取り組めていない人の理由

- ・「機会がないから」が最も多く(43.1% 対前年+1.6P)、次いで「したいと思わないから」(31.9% 対前年△6.2P)、「仕事(育児・介護を含む)が忙しくて時間がないから」(25.0% 対前年+2.2P)。上位2項目は前年度と同じ。
- ・「仕事(育児・介護を含む)が忙しくて時間がないから」は、女性が男性より5ポイント高い。

(8) その他

- ・「運動習慣を身につけるために必要なこと」について聞いたところ、「週1日以上実施」層は「運動ができる健康な身体」(40.2%)、「週1日未満実施」層は「日常生活での運動時間の確保」(43.3%)、「未実施」層は「自身の意識の変化」(31.5%)が最も多い。



- ・「週1日以上実施」層は、「週1日未満実施」、「未実施」層に比べ、「現地での応援・観戦」や「スポーツイベントなどの運営」などについても割合が高く、運動・スポーツ習慣のある人は、スポーツを「みる」「支える」面でも積極的に関与している傾向にある。

5 分析結果

- ・「自宅内での運動・スポーツ」や「動画によるトレーニングや体操」が急増していることから、コロナ禍でリモートワークが増えたことや感染症予防対策の影響があると思われる。
- ・運動・スポーツに取り組めていない理由の一つである、「仕事(育児・介護含む)が忙しくて時間が無いから」は、30代が最も高く、男性よりも女性の割合が高いことから、運動・スポーツの実施状況は、就業状態や家事・育児の役割分担の状況と関係していると思われる。
- ・「健康・体力つくりのため」に運動・スポーツをしている割合は、年代・性別に関係なく70～80%となっており、運動・スポーツと健康を結びつけている人は多い。一方、「美容や肥満解消のため」は女性が多く、「楽しみ・気晴らしとして(気分転換)」は男性が多いことから、価値観やライフスタイルの違いが結果に反映されていると思われる。
- ・運動・スポーツの実施頻度に応じて、習慣化に必要なことが異なり、「未実施」層へは、まず、「意識の変化」を促すことが重要だと思われる。
- ・運動・スポーツを「する」人は、「みる」「支える」ことにも関心が高く、一定の関係性があると思われることから、「未実施」層に対しては、「みる」「支える」という面からスポーツへ親しむきっかけとすることも有効と考えられる。

6 今後の方向性

(年代・性別)

- ・働き盛りの世代や女性が参加しやすいよう、通勤や家事等の中に運動を取り入れる啓発等を推進

(種類・場所)

- ・比較的運動負荷が低いウォーキングやコロナ禍でも安全に実施できるオンライン教室等、自宅等でできる運動・スポーツ等を推進

(理由・動機)

- ・楽しみながら、いつの間にか気が付けば運動・スポーツをしていたというような取り組みを進めるべきとの有識者の意見もあり、健康や観光(文化財)、食など、より一層他分野と連携した取組を推進
- ・女性には「美容やダイエット」を、男性には「日々のストレス解消」を意識したプログラムとするなど、ライフスタイル等に応じた取組を検討

(その他)

- ・「みる」スポーツから「する」スポーツへのつながりを意識し、例えば、プロスポーツチーム等の試合の魅力を発信するなど、「みる」や「支える」関わりを通じて運動・スポーツに興味を持ち、「する」ことに誘導する取組を推進
- ・健康診断実施機関での啓発や子育て教室での情報発信など、「未実施」層に効果的な広報活動の工夫

(参考) 成人の週1日以上の運動・スポーツ実施率(国との比較)

	H28	H29	H30	R1	R2	R4年目標
全国	42.5%	51.5%	55.1%	53.6%	(集計中)	65%
滋賀県 (年次目標)	36.0%		39.9%	44.1% (44%)	48.7% (53%)	65%

(出典) 国: スポーツ庁「スポーツの実施状況等に関する世論調査」(H28、29、30、R1)

県: 「県民のスポーツライフにかかわるスポーツ実施状況調査」(H28)

「滋賀県スポーツ実施状況調査」(H30、R1、R2)

年次目標: 「滋賀県基本構想実施計画」