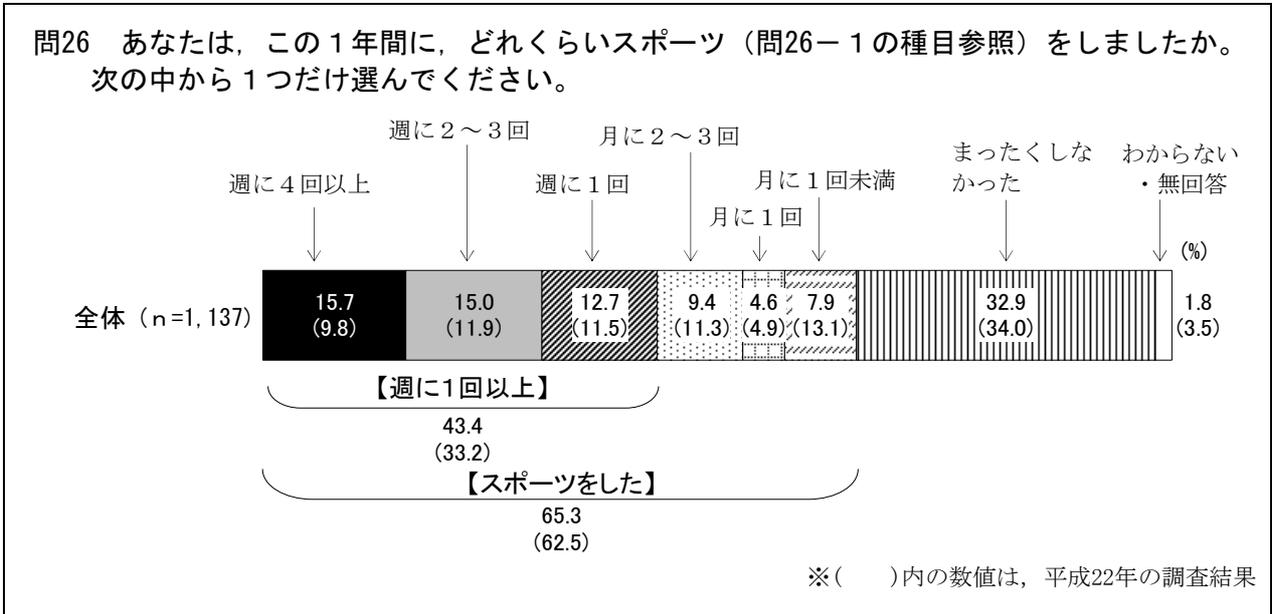


## XII 生涯スポーツの振興

### 1. スポーツの実施状況

#### (1) スポーツの実施状況

— 【スポーツをした】が6割台半ば—



この1年間のスポーツの実施頻度としては、「週に4回以上」(15.7%)、「週に2~3回」(15.0%)が1割台半ばで高く、これに「週に1回」(12.7%)を合わせた【週に1回以上】(43.4%)が4割台半ばとなっている。また、【週に1回以上】に「月に2~3回」(9.4%)、「月に1回」(4.6%)、「月に1回未満」(7.9%)を合わせた【スポーツをした】(65.3%)は6割台半ばとなっている。一方、「まったくしなかった」(32.9%)が3割を超えている。

前回調査と比べると、【週に1回以上】が約10ポイント、【スポーツをした】が約3ポイント増加している。

— 【スポーツをした】は男性の20代から30代で7割台半ば—

地域別でみると、【スポーツをした】は、県西(55.3%)以外のすべての地域で6割台となっている。

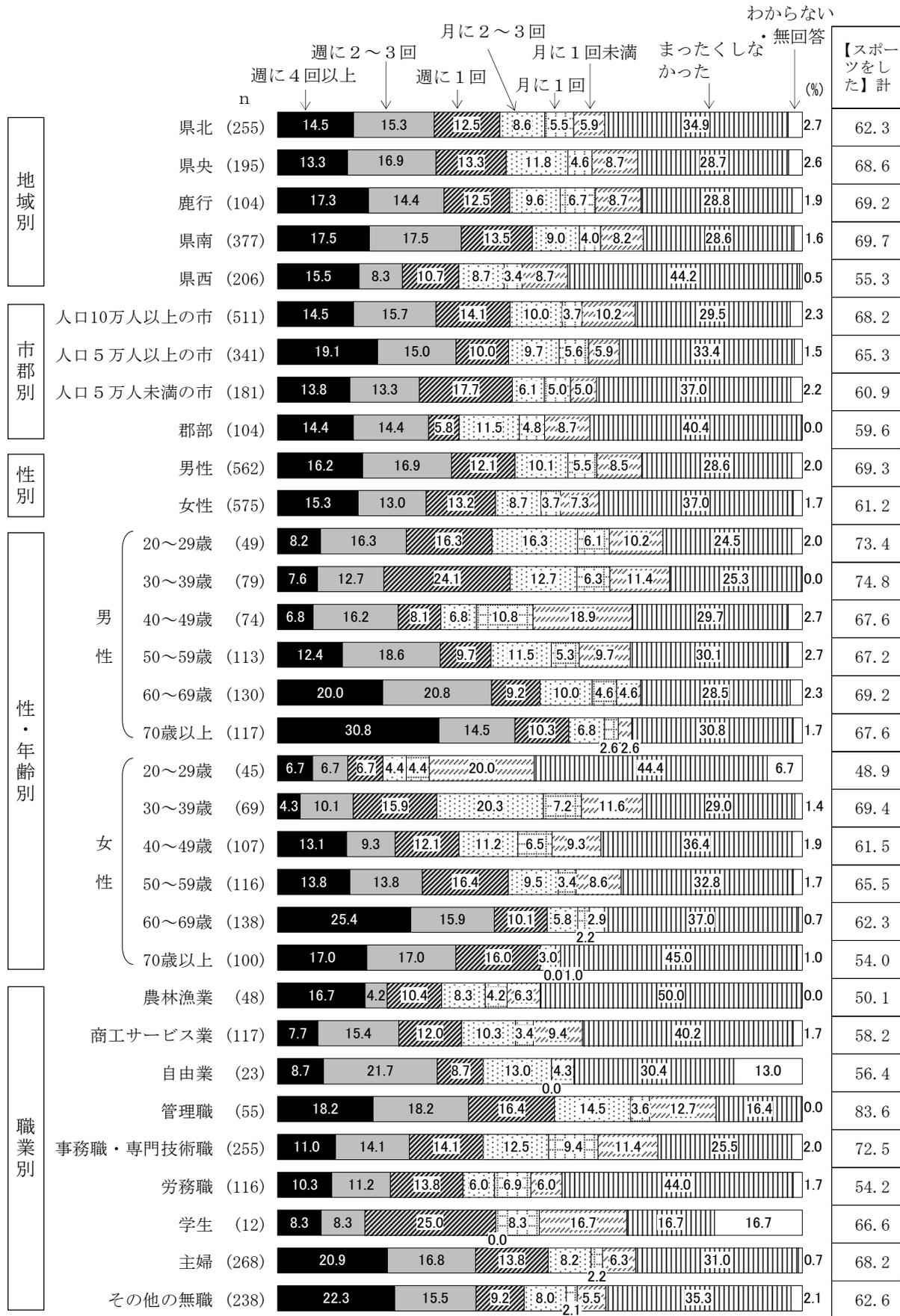
市郡別でみると、【スポーツをした】は、郡部(59.6%)以外のすべての層で6割台となっており、人口が少なくなるほど低くなっている。

性別でみると、【スポーツをした】は、男性(69.3%)が女性(61.2%)よりも約8ポイント高くなっている。

性・年齢別でみると、【スポーツをした】は、男性の20代(73.4%)と30代(74.8%)で7割台半ばと高くなっている。一方、「まったくしなかった」は、女性の20代(44.4%)と70歳以上(45.0%)で4割台半ばと高くなっている。

職業別でみると、【スポーツをした】は、管理職(83.6%)で8割台半ばと最も高く、事務職・専門技術職(72.5%)で7割を超えている。

図XII 26-1 スポーツの実施状況（地域別，市郡別，性別，性・年齢別，職業別）



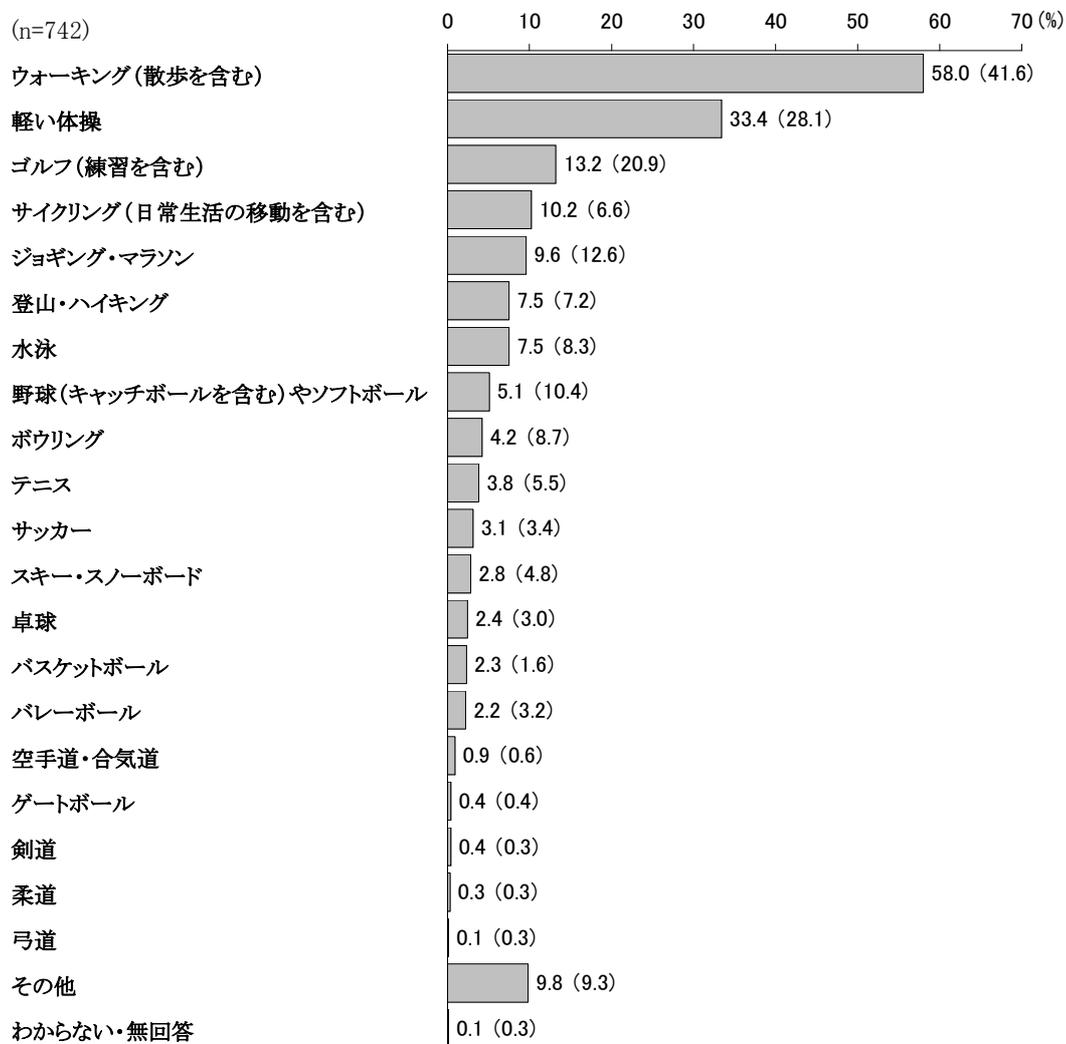
(注) 自由業及び学生は回答人数が少ないので分析ではふれていない。

(2) 実施したスポーツの種目

—「ウォーキング（散歩を含む）」が約6割—

(問26で、「1」～「6」と回答した方のみ)

問26-1 具体的に、どのようなスポーツをしましたか。行った種目であればまるものをすべて選んでください。



※( )内の数値は、平成22年の調査結果

※「ウォーキング（散歩を含む）」は、平成22年は「ウォーキング」、「サイクリング（日常生活の移動を含む）」は、平成22年は「サイクリング」

この1年間に【スポーツをした】と回答した方に、実施したスポーツの種目を聞いたところ、「ウォーキング（散歩を含む）」（58.0%）が約6割で最も高くなっている。次いで「軽い体操」（33.4%）が3割台半ば、「ゴルフ（練習を含む）」（13.2%）、「サイクリング（日常生活の移動を含む）」（10.2%）が1割台で続いている。

前回調査と比べると、「ウォーキング（散歩を含む）」が約16ポイント、「軽い体操」が約5ポイント、「サイクリング（日常生活の移動を含む）」が約4ポイント増加している。一方、「ゴルフ（練習を含む）」が約8ポイント、「野球（キャッチボールを含む）やソフトボール」と「ボウリング」が約5ポイント、「ジョギング・マラソン」が3ポイント減少している。

—「ウォーキング（散歩を含む）」が地域別，市郡別，性別，職業別のすべてで1位。女性の20代では「軽い体操」が1位—

地域別でみると，「ウォーキング（散歩を含む）」がすべての地域で1位，「軽い体操」がすべての地域で2位となっている。また，「ゴルフ（練習を含む）」は，県南以外のすべての地域で3位となっており，県南は「サイクリング（日常生活の移動を含む）」が3位となっている。

市郡別でみると，「ウォーキング（散歩を含む）」がすべての層で1位，「軽い体操」がすべての層で2位となっている。

表XII 26-1-1 実施したスポーツの種目（地域別，市郡別—上位5位）

		(単位：%)					
		n	1位	2位	3位	4位	5位
総数		742	ウォーキング 58.0	軽い体操 33.4	ゴルフ 13.2	サイクリング 10.2	ジョギング・マラソン 9.6
【地域別】	県北	159	ウォーキング 57.9	軽い体操 32.1	ゴルフ 15.7	ジョギング・マラソン 8.8	登山・ハイキング 7.5
	県央	134	ウォーキング 63.4	軽い体操 41.0	ゴルフ 12.7	水泳 8.2	ジョギング・マラソン／サイクリング／登山・ハイキング 7.5
	鹿行	72	ウォーキング 50.0	軽い体操 27.8	ゴルフ 13.9	野球やソフトボール 9.7	ジョギング・マラソン 8.3
	県南	263	ウォーキング 59.3	軽い体操 31.9	サイクリング 14.8	ゴルフ 11.4	ジョギング・マラソン 10.6
	県西	114	ウォーキング 53.5	軽い体操 33.3	ゴルフ 14.0	ジョギング・マラソン 11.4	サイクリング 9.6
【市郡別】	人口10万人以上の市	348	ウォーキング 57.5	軽い体操 39.1	サイクリング 12.4	ゴルフ 12.1	ジョギング・マラソン 10.3
	人口5万人以上の市	222	ウォーキング 58.1	軽い体操 30.6	ゴルフ 14.9	サイクリング 12.2	ジョギング・マラソン 10.4
	人口5万人未満の市	110	ウォーキング 55.5	軽い体操 26.4	水泳 12.7	ゴルフ 11.8	ジョギング・マラソン 10.0
	郡部	62	ウォーキング 64.5	軽い体操 24.2	ゴルフ 16.1	水泳／ボウリング	8.1

性別で見ると、「ウォーキング（散歩を含む）」が男女ともに1位、「軽い体操」が男女ともに2位となっている。

なお、「軽い体操」は、女性（45.2%）が男性（22.8%）よりも約22ポイント高く、「ウォーキング（散歩を含む）」でも、女性（61.6%）が男性（54.6%）よりも7ポイント高くなっている。

性・年齢別で見ると、「ウォーキング（散歩を含む）」は、女性の20代以外のすべての年齢で1位となっており、女性の20代は「軽い体操」が1位となっている。また、「ゴルフ（練習を含む）」は、男性の40代で「軽い体操」と同率で2位、男性の50代で2位となっている。

表XII 26-1-2 実施したスポーツの種目（性別，性・年齢別—上位5位）

（単位：％）

		n	1位	2位	3位	4位	5位	
【性別】	男性	390	ウォーキング 54.6	軽い体操 22.8	ゴルフ 20.5	ジョギング・マ ラソン 14.4	サイクリング 11.0	
	女性	352	ウォーキング 61.6	軽い体操 45.2	水泳 9.9	サイクリング 9.4	登山・ハイキン グ 9.1	
【性・年齢別】	男性	20～29歳	36	ウォーキング 41.7	ジョギング・マ ラソン 36.1	ボウリング 22.2	野球やソフトボ ール/バスケット ボール	19.4
		30～39歳	59	ウォーキング 32.2	ジョギング・マ ラソン 23.7	ゴルフ 18.6	野球やソフトボ ール/サッカー	15.3
		40～49歳	50	ウォーキング 42.0	軽い体操/ゴルフ 30.0		ジョギング・マ ラソン 18.0	野球やソフトボ ール 14.0
		50～59歳	76	ウォーキング 56.6	ゴルフ 21.1	軽い体操 14.5	ジョギング・マ ラソン 11.8	サイクリング 10.5
		60～69歳	90	ウォーキング 65.6	軽い体操 31.1	ゴルフ 23.3	サイクリング 12.2	ジョギング・マ ラソン 7.8
		70歳以上	79	ウォーキング 70.9	軽い体操 27.8	ゴルフ 16.5	サイクリング 11.4	登山・ハイキン グ 10.1
		女性	20～29歳	22	軽い体操 31.8	ウォーキング 27.3	ジョギング・マラソン/スキー・ス ノーボード/ボ ウリング 18.2	
	30～39歳		48	ウォーキング 45.8	軽い体操 43.8	水泳 12.5	登山・ハイキン グ 10.4	ゴルフ/テニス/ 野球やソフトボ ール/サッカー 6.3
	40～49歳		66	ウォーキング 62.1	軽い体操 54.5	水泳 19.7	サイクリング 13.6	登山・ハイキン グ/バレーボ ール 7.6
	50～59歳		76	ウォーキング 63.2	軽い体操 35.5	ゴルフ 11.8	サイクリング 6.6	登山・ハイキン グ/水泳 5.3
	60～69歳		86	ウォーキング 73.3	軽い体操 54.7	登山・ハイキン グ 14.0	水泳 9.3	サイクリング/ 卓球 5.8
	70歳以上		54	ウォーキング 68.5	軽い体操 38.9	サイクリング 16.7	登山・ハイキン グ/水泳 5.6	

職業別でみると、「ウォーキング（散歩を含む）」がすべての職業で1位となっている。「軽い体操」は、管理職以外のすべての職業で2位となっており、管理職は「ゴルフ（練習を含む）」が2位となっている。

表XII 26-1-3 実施したスポーツの種目（職業別—上位5位）

（単位：％）

		n	1位	2位	3位	4位	5位
【職業別】	農林漁業	24	ウォーキング 62.5	軽い体操 25.0	サイクリング／登山・ハイキング／ゴルフ／テニス 8.3		
	商工サービス業	68	ウォーキング 51.5	軽い体操 30.9	ジョギング・マラソン／水泳／ゴルフ 13.2		
	自由業	13	軽い体操 53.8	ウォーキング／ゴルフ 38.5		登山・ハイキング 15.4	サイクリング／水泳／テニス 7.7
	管理職	46	ウォーキング 56.5	ゴルフ 45.7	軽い体操 26.1	ジョギング・マラソン 15.2	サイクリング／水泳 8.7
	事務職・専門技術職	185	ウォーキング 46.5	軽い体操 27.0	ジョギング・マラソン 15.1	ゴルフ 14.6	登山・ハイキング 11.4
	労務職	63	ウォーキング 46.0	軽い体操 15.9	ゴルフ 14.3	野球やソフトボール 11.1	ジョギング・マラソン／水泳／サッカー 9.5
	学生	8	ジョギング・マラソン 62.5	軽い体操／ウォーキング／サイクリング／サッカー 37.5			
	主婦	183	ウォーキング 67.2	軽い体操 48.1	サイクリング 11.5	登山・ハイキング 8.2	水泳 7.7
	その他の無職	149	ウォーキング 71.8	軽い体操 32.9	サイクリング 14.1	ゴルフ 12.8	ジョギング・マラソン 6.7

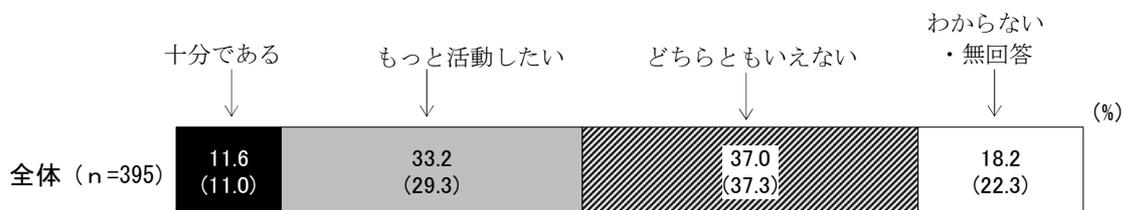
（注）自由業及び学生は回答人数が少ないので分析ではふれていない。

### (3) スポーツ実施の充足度

#### —「もっと活動したい」が3割台半ば—

(問26で、「7. まったくしなかった」か「8. わからない」と回答した方のみ)

問26-2 あなた自身のスポーツの実施状況は、現在のところ十分だと思いますか。次の中から1つだけ選んでください。



※( )内の数値は、平成22年の調査結果

この1年間にスポーツを「まったくしなかった」か「わからない」と回答した方に、現在のスポーツの実施状況が十分か聞いたところ、「もっと活動したい」(33.2%)が3割台半ばとなっている。一方、「どちらともいえない」(37.0%)が約4割となっている。

前回調査と比べると、「もっと活動したい」が約4ポイント増加している。

#### —「もっと活動したい」は女性の40代と50代で4割台—

地域別でみると、「もっと活動したい」は、県南(42.1%)で4割を超えて最も高く、県西(37.0%)で約4割となっている。

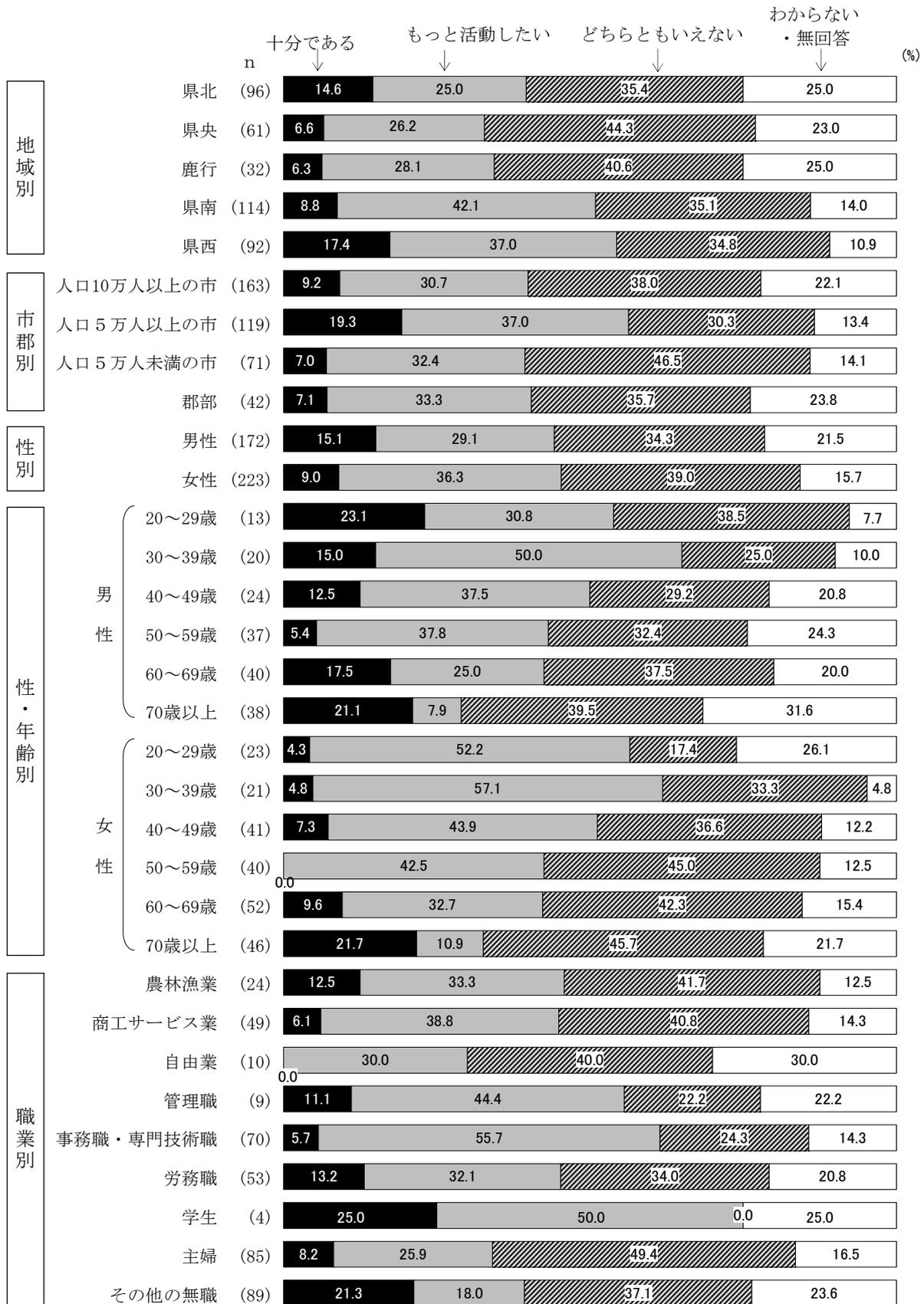
市郡別でみると、「もっと活動したい」は、人口5万人以上の市(37.0%)で約4割と最も高くなっている。

性別でみると、「もっと活動したい」は、女性(36.3%)が男性(29.1%)よりも約7ポイント高くなっている。一方、「十分である」は、男性(15.1%)が女性(9.0%)よりも約6ポイント高くなっている。

性・年齢別でみると、「もっと活動したい」は、男性の50代(37.8%)で約4割、女性の40代(43.9%)と50代(42.5%)で4割台と高くなっている。

職業別でみると、「もっと活動したい」は、事務職・専門技術職(55.7%)で5割台半ばと最も高くなっている。

図XII 26-2-1 スポーツ実施の充足度（地域別，市郡別，性別，性・年齢別，職業別）



(注) 男性及び女性の20～29歳，30～39歳，男性の40～49歳，農林漁業，自由業，管理職，学生は回答人数が少ないので分析ではふれていない。