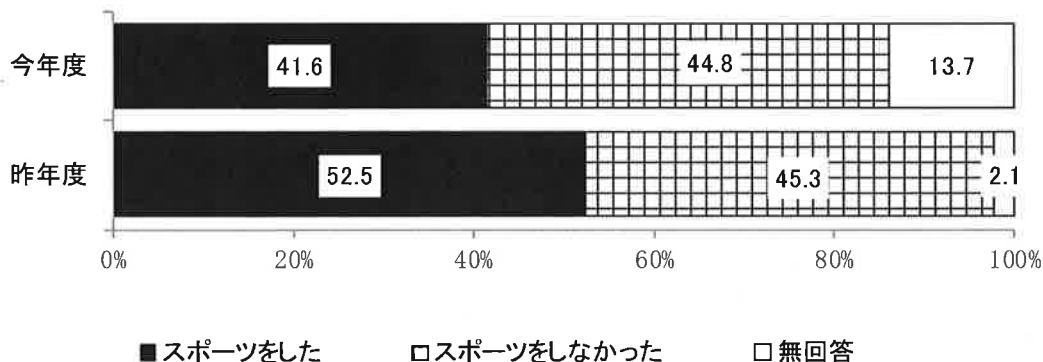


5. スポーツ活動の実施状況

5-1. 過去1年間でのスポーツ実施状況

Q5-1 あなたは、過去1年間に、スポーツを行いましたか。(〇は1つ)

※「スポーツ」：陸上競技・水泳・野球・サッカー等の他、グラウンドゴルフ・インディアカ等のレクリエーションスポーツ、ハイキング・釣り等の野外活動及びウォーキング・軽い体操を含みます。

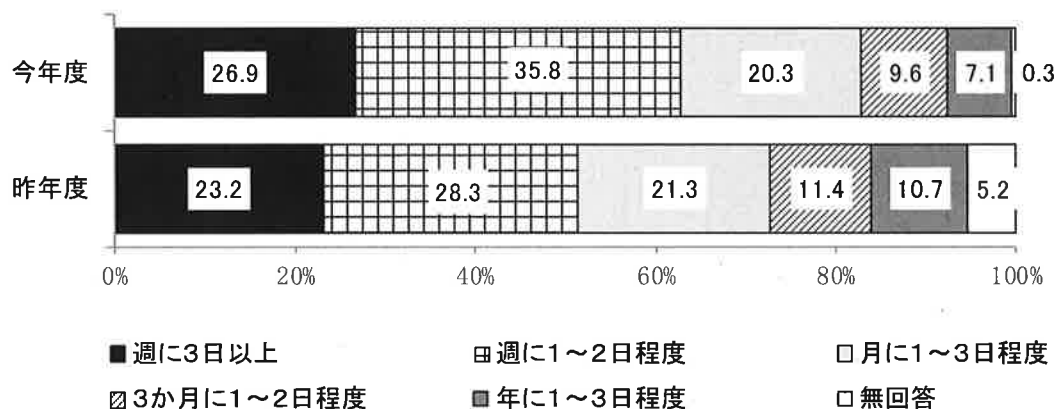


過去1年間でのスポーツ実施状況について、「スポーツをした」は41.6%、「スポーツはしなかった」は44.8%となっている。

5-2. スポーツ実施頻度

【Q5-1で「スポーツをした」と回答した方に】(n=689)

Q5-2 どれくらいの頻度でスポーツを行いましたか。(〇は1つ)

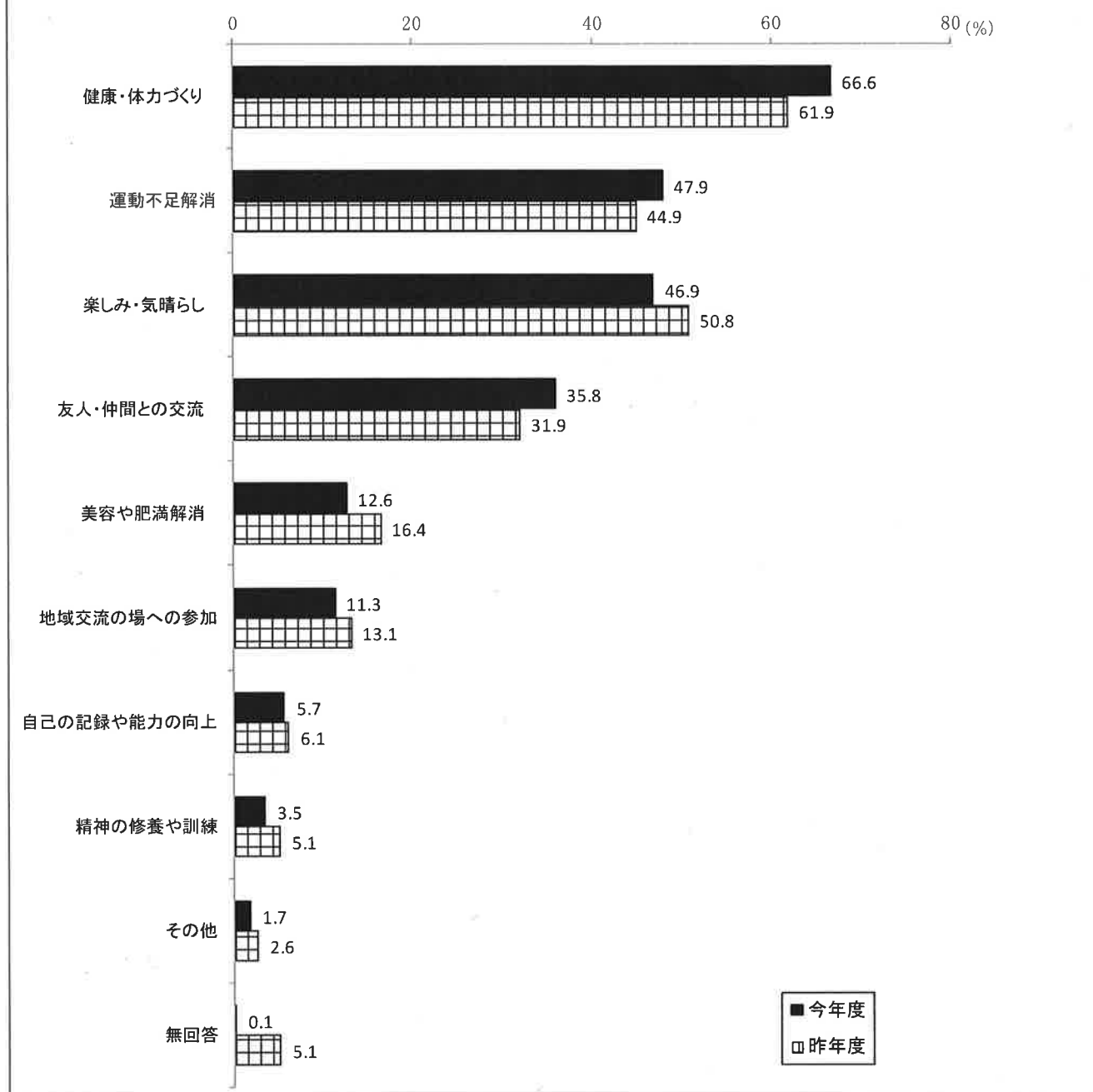


Q5-1で「スポーツをした」と回答された方に、スポーツ実施頻度について質問すると、「週に1~2日程度(年51~150日程度)」が35.8%と最も高く、次いで「週に3日以上(年150日を超える程度)」(26.9%)、「月に1~3日程度(年12~50日程度)」(20.3%)などの順となっている。

5-3. スポーツを行った理由

【Q5-1で「スポーツをした」と回答した方に】(n=689)

Q5-3 スポーツを行った理由は何ですか。(〇はいくつでも)

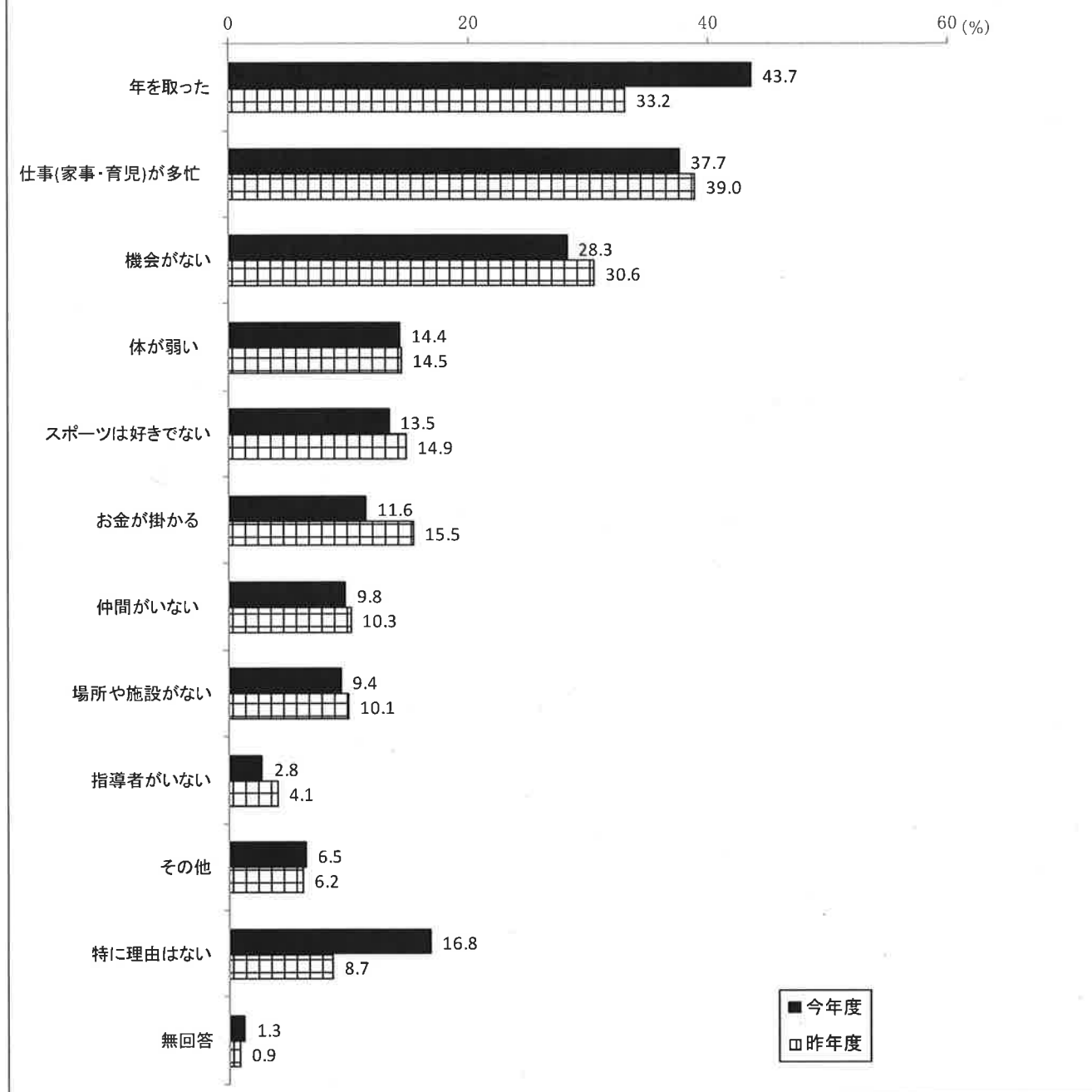


Q5-1で「スポーツをした」と回答された方に、スポーツを行った理由について質問すると、「健康・体づくり」が66.6%と最も高く、次いで「運動不足解消」(47.9%)、「楽しみ・気晴らし」(46.9%)、「友人・仲間との交流」(35.8%)などの順となっている。昨年度と比較すると、「健康・体づくり」は4.7ポイント上昇している。

5-4. スポーツを行わなかった理由

【Q5-1で「スポーツはしなかった」と回答した方に】(n=742)

Q5-4 スポーツを行わなかった理由は何ですか。(〇はいくつでも)



Q5-1で「スポーツはしなかった」と回答された方に、スポーツを行わなかった理由について質問すると、「年を取った」が43.7%で最も高く、次いで「仕事(家事・育児)が多忙」(37.7%)、「機会がない」(28.3%)などの順となっている。昨年度と比較すると、「年を取った」は10.5ポイント上昇、「お金が掛かる」は3.9ポイント低下している。