

スポーツ実施状況調査業務報告書

令和2年10月

滋賀県

「スポーツ実施状況調査業務報告書」

目次

| | |
|--|----|
| I. 調査・分析について | |
| 1. 調査の目的 | 1 |
| 2. 調査内容 | 1 |
| 3. 図及び表の見方 | 1 |
| II. 集計・分析結果 | |
| 1. 基本属性 | |
| 1) 性別 | 2 |
| 2) 年齢 | 2 |
| 2. あなたの【健康・体力に関する意識】について | |
| 問1 あなたは、このところ健康だと思えますか。 | 3 |
| 問2 あなたは、ご自分の体力についてどのように感じていますか。 | 4 |
| 問3 あなたは普段、運動不足を感じますか。 | 5 |
| 問4 あなた自身が行うスポーツ活動に満足していますか。 | 6 |
| 問5 あなたの身体の状況について、（障害の有無、運動の可否）をお答えください。 | 7 |
| 3. あなたの【運動・スポーツ実施状況】について | |
| 問6 あなたがこの1年間に行った運動やスポーツは何ですか。 | 8 |
| 付問 この1年間に、運動やスポーツをしなかったのはどのような理由からですか。 | 11 |
| 問7 運動やスポーツを行った日数を全部合わせると、1年間に何日くらいになりますか。 | 13 |
| 問8 運動やスポーツを1回あたり平均何時間くらいしていますか。 | 14 |
| 問9 どのような目的で運動やスポーツをしていますか。 | 15 |
| 問10 どのような場所で運動やスポーツをしていますか。 | 16 |
| 付問 どのような手段でスポーツする場所に行かれますか。 | 17 |
| 問11 この1年間に「自身が運動やスポーツをする」以外に運動やスポーツに関わったことはありましたか。 | 18 |
| 問12 どんなきっかけや動機づけ（モチベーション）があれば、スポーツに関するボランティア活動を行ったり続けたりすると思えますか。 | 19 |
| 問13 今後やってみたい(または今後も続けたい)と思う運動やスポーツは何ですか。 | 21 |
| 問14 運動習慣を身につけるために必要なことは何だと思えますか。 | 23 |
| 問15 区市町の体育館・プール・テニスコートなどの公共スポーツ施設について、何か望むことがありますか。 | 25 |
| 問16 以下の大会が滋賀県で開催されることを知っていますか。 | 27 |
| 問17 新型コロナウイルス感染症による外出自粛をきっかけに、新たに運動やスポーツを始めましたか。 | 28 |
| クロス集計表（運動・スポーツ実施状況別の運動・スポーツの実施実態、今後やってみたい運動・スポーツ、運動習慣を身につけるために必要なこと） | 29 |
| III. 資料編 | |
| インターネットの調査画面 | 34 |

I. 調査・分析について

1. 調査・分析について

県民のスポーツ実施状況に関する意識と実態を把握し、今後のスポーツ推進に向けた施策に資する基礎資料を得ることを目的とする。

2. 調査内容

調査方法：インターネット調査

調査対象：滋賀県内在住満 18 歳以上の男女

抽出方法：以下の分類ごとに無作為抽出

- ・回答者数 1,500 人以上
- ・性別（男女、各 600 人以上）
- ・年齢階級別（18 歳～20 代、30 代、40 代、50 代、60 代、70 代以上の 6 区分）
（各 150 人以上）

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スポーツ実施状況

④スポーツ施策の認知度

調査実施期間：2020 年 8 月 21 日 ～ 2020 年 8 月 27 日

標本数：1,600 人

3. 図及び表の見方

- (1) 図中の「合計」は無回答を含む。
- (2) 図及び表の“n”は各設問における母数を表している。クロス集計の場合は、クロス集計の基準となる回答項目の母数である。
- (3) 比率はすべて、各項目の無回答を含む合計数（集計対象を限定する場合はその該当対象数）に対する百分比（%）で表している。複数回答の設問では、百分比（%）の合計は 100%を超える。
- (4) 百分比（%）は、原則として小数第 2 位を四捨五入し、小数第 1 位までの値で表示した。四捨五入の結果、個々の比率の合計が 100%と一致しないことがある。

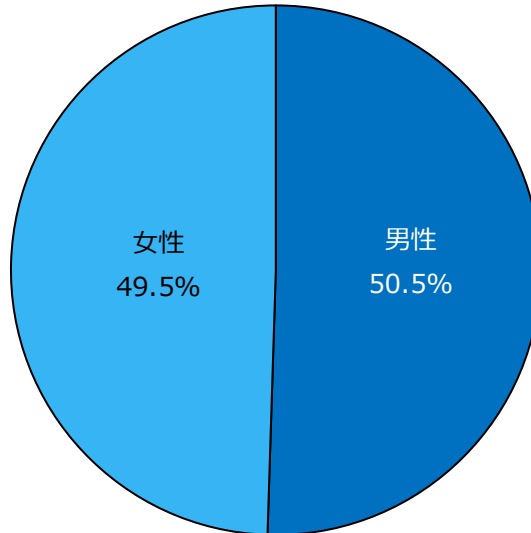
Ⅱ. 集計・分析結果

1. 性別、年齢、居住地（属性）

1) 性別（属性）

回答者の属性は、「女性」が 49.5%、「男性」は 50.5%である。

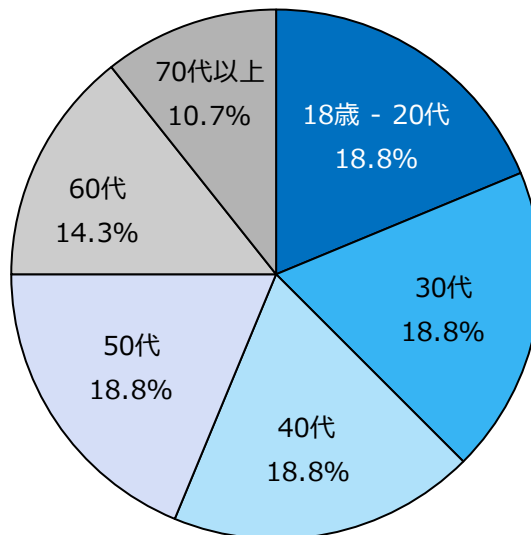
性別 (n=1,600)



2) 年齢（属性）

年齢構成は、各年齢層おおむね均等な割合となっている。

年齢 (n=1,600)



2. あなたの【体の状況、健康・体力に関する意識】について

1) 問 1 あなたは、このところ健康だと思いますか。(○は 1 つだけ)

「まあまあ健康」が 66.4%で最も高く、「大いに健康」13.4%と合わせて約 8 割が『健康』と認識している。
「あまり健康でない」17.9%、「わからない」2.3%となっている。

図 問 1 あなたは、このところ健康だと思いますか。(n=1,600)

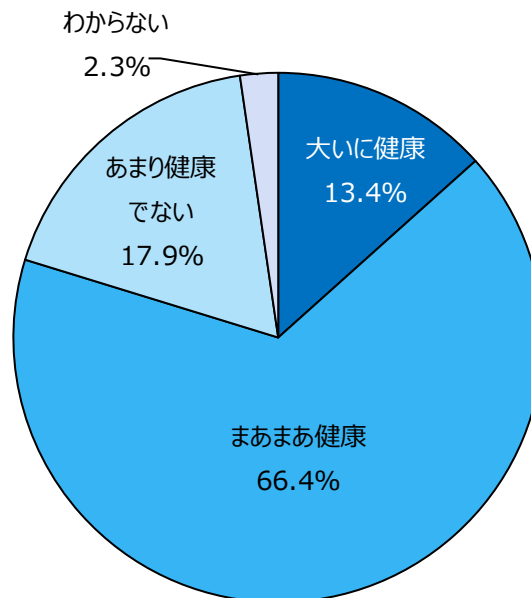


図 基本属性別 問 1 あなたは、このところ健康だと思いますか。(n=1,600)

| | | (n) | 大いに健康 | まあまあ健康 | あまり健康でない | わからない |
|-----|-----------|---------|-------|--------|----------|-------|
| 全体 | | (1,600) | 13.4 | 66.4 | 17.9 | 2.3 |
| 性別 | 男性 | (808) | 13.1 | 64.6 | 20.3 | 2.0 |
| | 女性 | (792) | 13.6 | 68.2 | 15.5 | 2.7 |
| 年代別 | 18歳 - 20代 | (300) | 26.0 | 57.7 | 13.0 | 3.3 |
| | 30代 | (300) | 17.3 | 66.7 | 14.0 | 2.0 |
| | 40代 | (300) | 8.3 | 67.0 | 21.7 | 3.0 |
| | 50代 | (300) | 7.3 | 67.0 | 22.7 | 3.0 |
| | 60代 | (229) | 10.0 | 69.0 | 20.1 | 0.9 |
| | 70代以上 | (171) | 8.2 | 75.4 | 15.8 | 0.6 |

(%)

「大いに健康」「まあまあ健康」と答えている人の割合をみると、女性の方が男性より『健康』と感じている割合が少し高い。

年代別でみると、18歳-20代の「大いに健康」と答えている人の割合は 26.0%となり、全体と比べて 10 ポイント以上高い。

2) 問 2 あなたは、ご自分の体力についてどのように感じていますか。(○は1つだけ)

「体力は普通である」が 55.6%で最も高く、「体力に自信がある」8.9%と合わせて、64.5%が『体力』に不安を感じていない。一方で「体力に不安がある」は 34.2%となっている。

図 問 2 あなたは、ご自分の体力についてどのように感じていますか。(n=1,600)

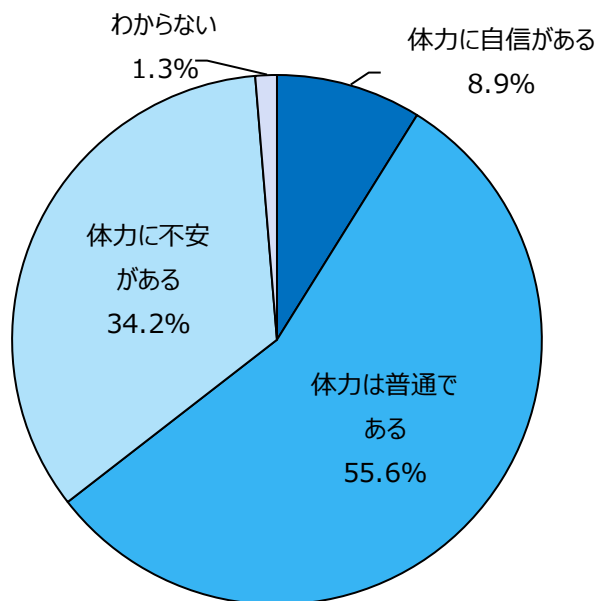


図 基本属性別 問 2 あなたは、ご自分の体力についてどのように感じていますか。(n=1,600)

| | | (n) | 体力に自信がある | 体力は普通である | 体力に不安がある | わからない |
|-----|-----------|---------|----------|----------|----------|-------|
| 全体 | | (1,600) | 8.9 | 55.6 | 34.2 | 1.3 |
| 性別 | 男性 | (808) | 10.9 | 58.9 | 29.1 | 1.1 |
| | 女性 | (792) | 6.8 | 52.3 | 39.4 | 1.5 |
| 年代別 | 18歳 - 20代 | (300) | 14.0 | 52.3 | 33.3 | 0.3 |
| | 30代 | (300) | 8.7 | 58.3 | 31.3 | 1.7 |
| | 40代 | (300) | 6.7 | 53.7 | 38.0 | 1.7 |
| | 50代 | (300) | 6.7 | 54.7 | 36.7 | 2.0 |
| | 60代 | (229) | 10.5 | 56.8 | 31.4 | 1.3 |
| | 70代以上 | (171) | 5.8 | 60.2 | 33.3 | 0.6 |

(%)

「体力に不安がある」と答えている女性の割合は男性より 10 ポイント以上高い。

年代別で見ると、18 歳 - 20 代と 60 代の「体力に自信がある」と答えている割合が他の年代と比べて高い。

3) 問3 あなたは普段、運動不足を感じますか。(○は1つだけ)

「ある程度感じる」が44.1%で最も高く、「大いに感じる」の36.8%と合わせて、約8割が『運動不足』と感じている。「あまり感じない」が14.0%、「ほとんど(全く)感じない」が4.2%となっている。

図 問3 あなたは普段、運動不足を感じますか。(n=1,600)

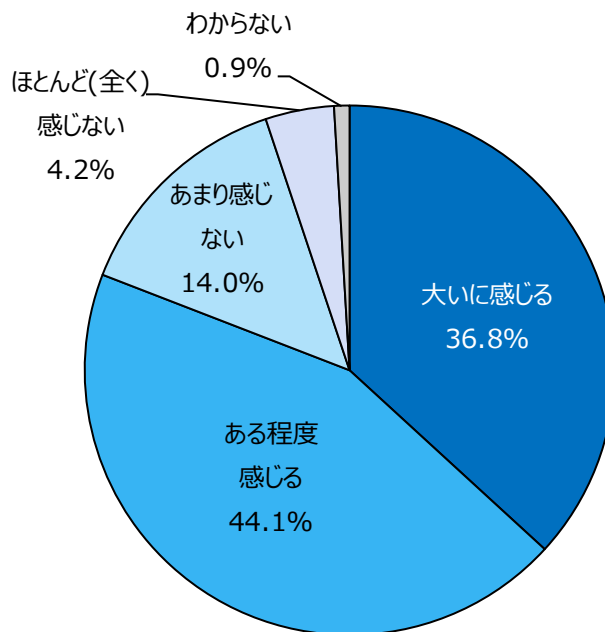


図 基本属性別 問3 あなたは普段、運動不足を感じますか。(n=1,600)

| | | (n) | 大いに感じる | ある程度感じる | あまり感じない | ほとんど(全く)感じない | わからない |
|-----|-----------|---------|--------|---------|---------|--------------|-------|
| 全体 | | (1,600) | 36.8 | 44.1 | 14.0 | 4.2 | 0.9 |
| 性別 | 男性 | (808) | 32.2 | 45.2 | 16.5 | 5.2 | 1.0 |
| | 女性 | (792) | 41.5 | 42.9 | 11.5 | 3.2 | 0.9 |
| 年代別 | 18歳 - 20代 | (300) | 35.3 | 49.3 | 10.3 | 4.0 | 1.0 |
| | 30代 | (300) | 43.3 | 44.3 | 9.7 | 2.0 | 0.7 |
| | 40代 | (300) | 43.3 | 41.0 | 12.7 | 2.3 | 0.7 |
| | 50代 | (300) | 39.0 | 41.7 | 13.0 | 4.0 | 2.3 |
| | 60代 | (229) | 30.6 | 43.2 | 18.8 | 7.0 | 0.4 |
| | 70代以上 | (171) | 21.1 | 45.0 | 25.7 | 8.2 | 0.0 |

(%)

運動不足を「大いに感じる」「ある程度感じる」と答えている女性の割合は男性を7ポイント上回る。

年代別でみると、50代以下の世代は8割以上が運動不足を「大いに感じる」「ある程度感じる」と回答しているが、60代以上では運動不足を感じている人の割合が減少し、60代では73.8%、70代以上では66.1%となった。

4) 問 4 あなた自身が行うスポーツ活動に満足していますか。(○は 1 つだけ)

「行いたいができない」が 42.3%で最も高く、次いで「もっと行いたい」が 31.6%、「十分に満足している」8.1%、となっている。

図 問 4 あなた自身が行うスポーツ活動に満足していますか。(n=1,600)

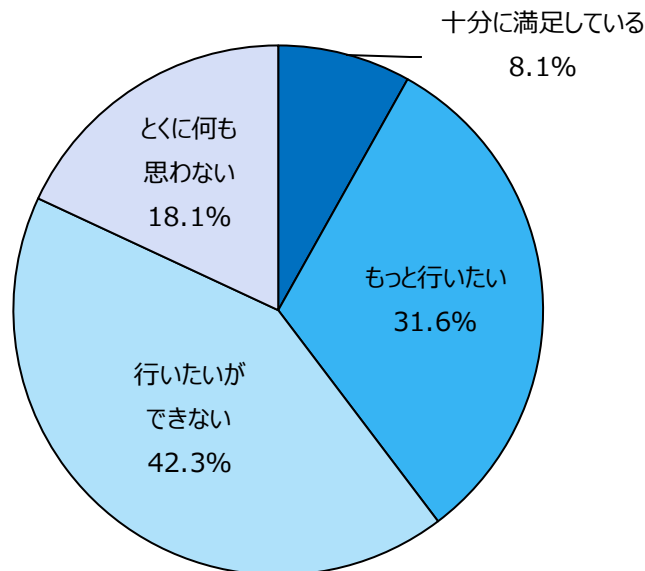


図 基本属性別 問 4 あなた自身が行うスポーツ活動に満足していますか。(n=1,600)

| | | (n) | 十分に満足している | もっと行いたい | 行いたいができない | とくに何も思わない |
|-----|-----------|---------|-----------|---------|-----------|-----------|
| 全体 | | (1,600) | 8.1 | 31.6 | 42.3 | 18.1 |
| 性別 | 男性 | (808) | 8.9 | 35.8 | 39.2 | 16.1 |
| | 女性 | (792) | 7.3 | 27.3 | 45.3 | 20.1 |
| 年代別 | 18歳 - 20代 | (300) | 7.0 | 40.3 | 41.3 | 11.3 |
| | 30代 | (300) | 4.0 | 34.7 | 44.7 | 16.7 |
| | 40代 | (300) | 4.0 | 29.3 | 49.0 | 17.7 |
| | 50代 | (300) | 7.3 | 24.7 | 42.3 | 25.7 |
| | 60代 | (229) | 11.8 | 33.2 | 35.4 | 19.7 |
| | 70代以上 | (171) | 21.1 | 24.6 | 36.8 | 17.5 |

(%)

性別で見ると、「もっと行いたい」と答えている人の割合が、男性の方が女性よりも約 9 ポイント高くなっている。一方、「行いたいができない」と答えている人の割合が、女性の方が男性よりも約 6 ポイント高くなっている。年代別で見ると、どの年代もスポーツ活動を「行いたいができない」と答えている割合が最も多い。また、「十分に満足している」と感じている割合は高年齢層ほど高くなる傾向があり、70 代以上が 21.1%で最も高い。

5) 問5 あなたの身体の状況について、(障害の有無、運動の可否)をお答えください。(複数回答可)

「障害がある(障害者手帳を持っている)」が2.9%、「(この1年間)運動することを医者から止められている」1.3%、「(この1年間)寝たきり等で運動できる状態にない」1.0%、「いずれにも当てはまらない」が9割を超える。

図 問5 あなたの身体の状況について、(障害の有無、運動の可否)をお答えください。(n=1,600)

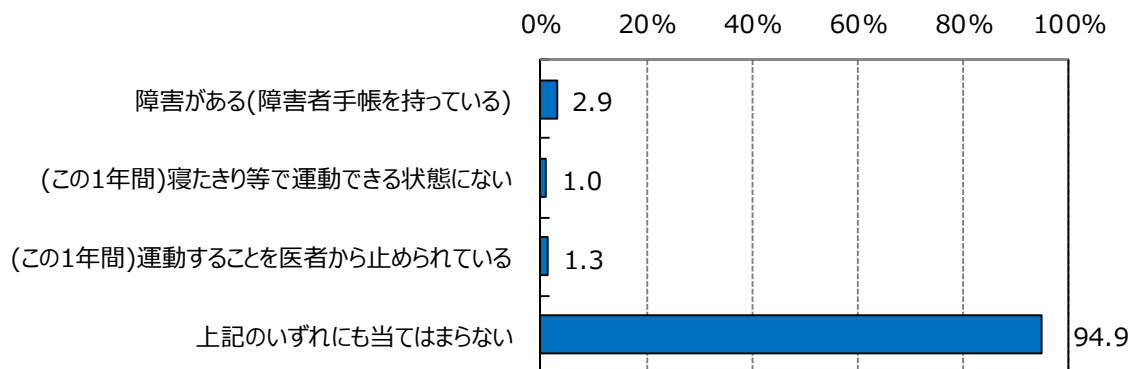
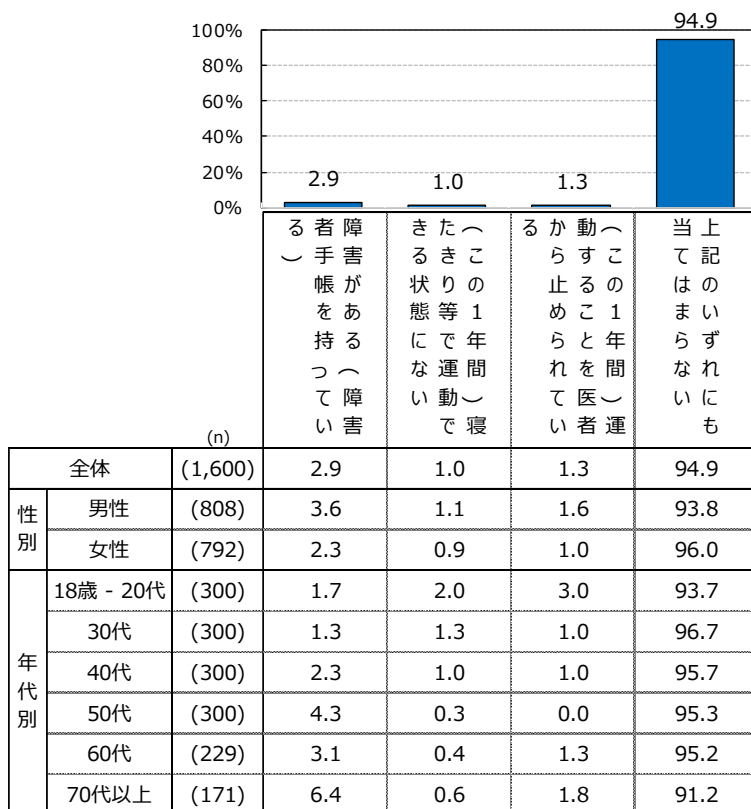


図 基本属性別 問5 あなたの身体の状況について、(障害の有無、運動の可否)をお答えください。(n=1,600)



※全体との差分 ■ +10% ■ +5% 以上高い ■ -10% ■ -5% 以上低い

身体の状態について大きな性差はみられない。

年代別でみると、「障害がある(障害者手帳を持っている)」と回答した人の割合は70代が6.4%と、他の年代より高い。

3. あなたの【運動・スポーツの実施状況】について

1) 問 6 あなたがこの1年間に行った運動やスポーツ（オンラインや動画を活用し、自宅で取り組んだものも含む）は何ですか。ただし、学校の体育授業や職業として行ったものは除きます。（複数回答可）

「ウォーキング(散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩き・犬の散歩などを含む)」59.0%が最も高く、次いで「トレーニング(動画によるトレーニング・筋力トレーニング・トレッドミル(ランニングマシーン)・室内運動器具を使ってする運動等)」22.7%、「体操(動画による体操・ラジオ体操・テレビ体操・職場体操・美容体操等)」20.1%、「この1年間に運動・スポーツはしなかった」16.6%の順となっている。

図 問 6 あなたがこの1年間に行った運動やスポーツは何ですか。（オンラインや動画を活用し、自宅で取り組んだものも含む）ただし、学校の体育授業や職業として行ったものは除きます。（n=1,565）①

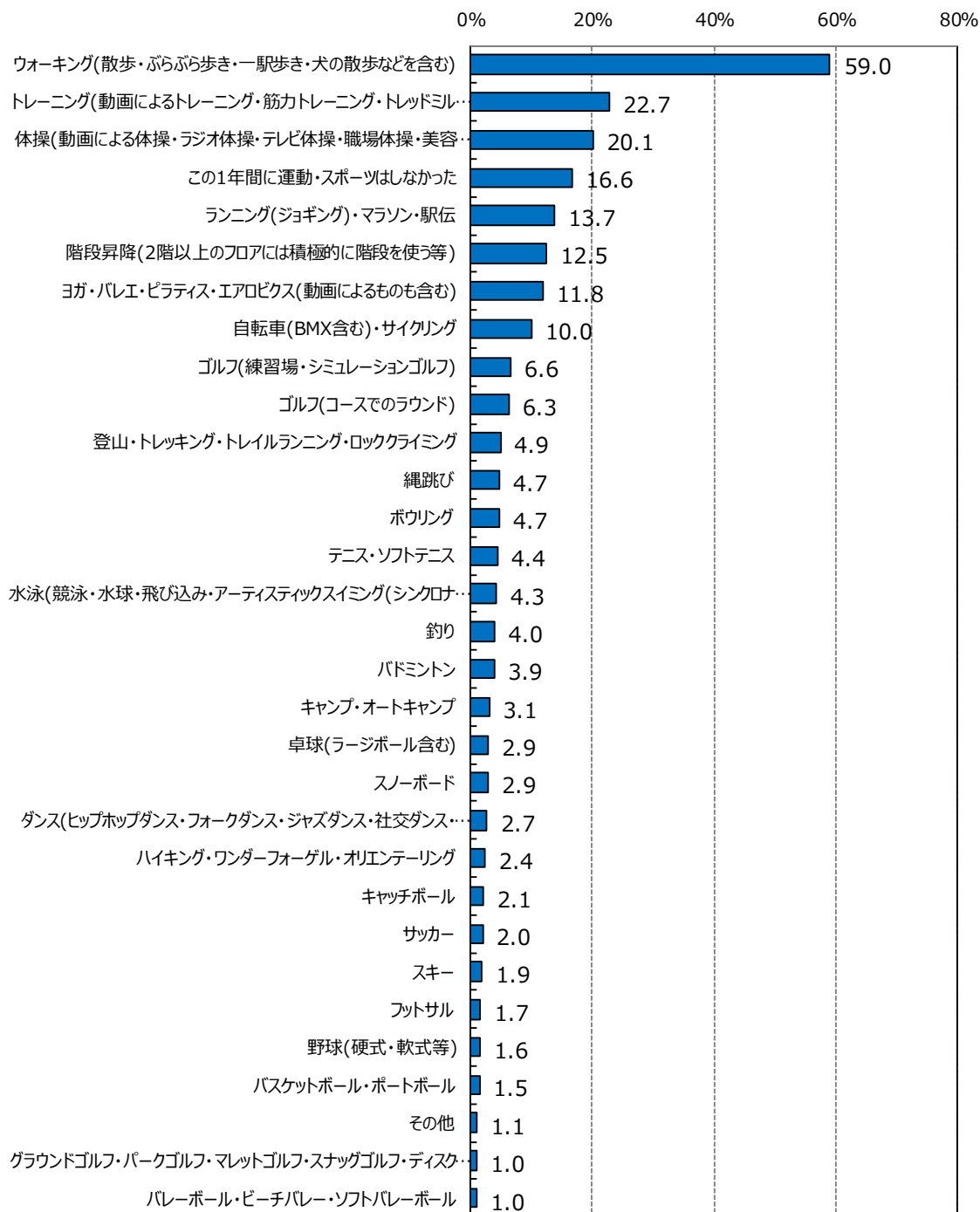


図 問 6 あなたがこの1年間に行った運動やスポーツは何ですか。(オンラインや動画を活用し、自宅で取り組んだものも含む) ただし、学校の体育授業や職業として行ったものは除きます。(n=1,565) ②

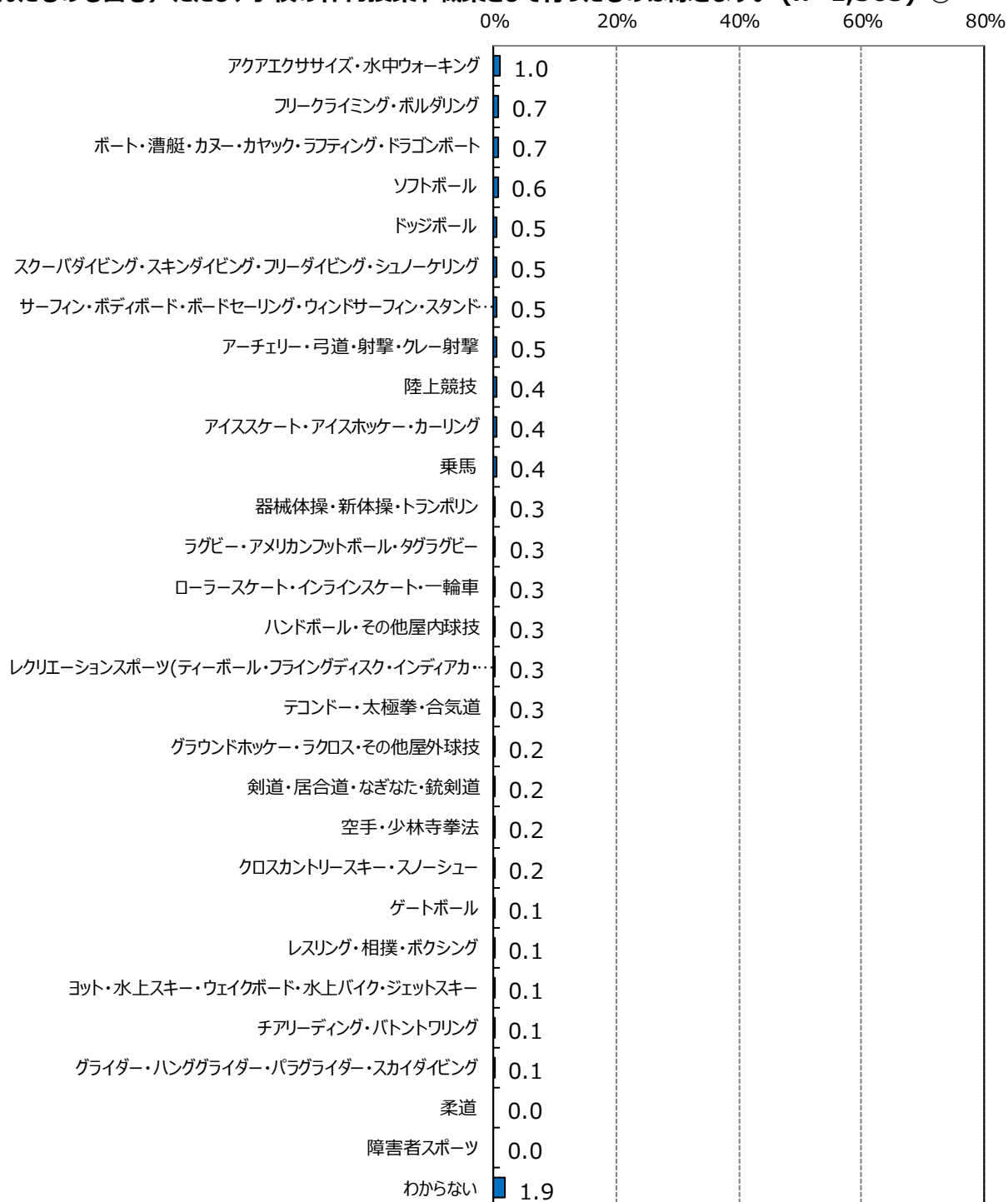
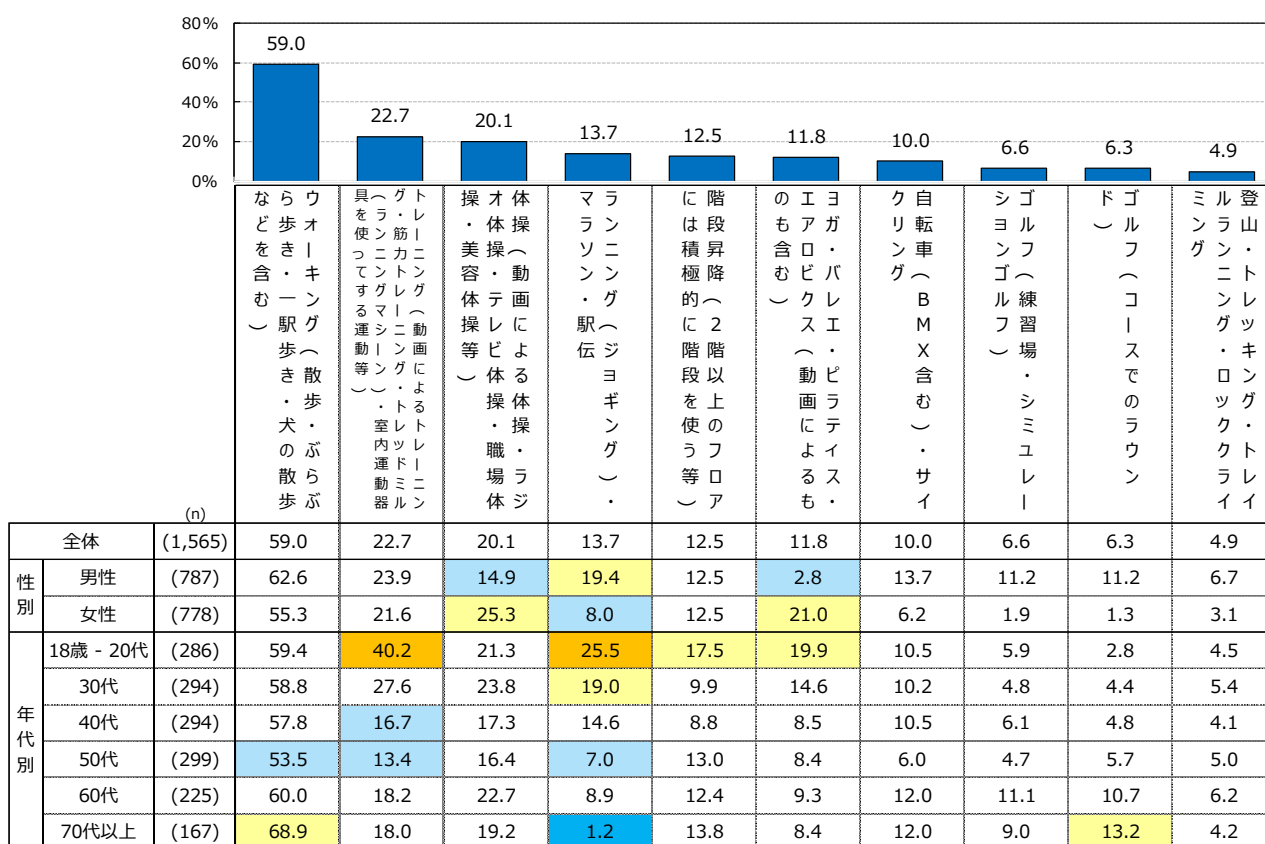


図 基本属性別 問 6 あなたがこの 1 年間に行った運動やスポーツは何ですか。(オンラインや動画を活用し、自宅で行ったものも含む) ただし、学校の体育授業や職業として行ったものは除きます。(n=1,565)

※上位 10 位の種目を抜粋



※全体との差分 ■ +10% ■ +5% 以上高い ■ -10% ■ -5% 以上低い

男女差が顕著であるのは「ヨガ・バレエ・ピラティス・エアロビクス(動画によるものも含む)」で女性が男性より約 18 ポイント高い。他に、「ランニング(ジョギング)・マラソン・駅伝」では男性が女性よりも、「体操(動画による体操・ラジオ体操・テレビ体操・職場体操・美容体操等)」では女性が男性よりもそれぞれ 10 ポイント以上高い。

年代別で見ると、50代が総体的に上位 10 位の種目を回答している割合が他の年代より低くなっている。

18歳-20代で「トレーニング(動画によるトレーニング・筋力トレーニング・トレッドミル(ランニングマシン)・室内運動器具を使ってする運動等)」、「ランニング(ジョギング)・マラソン・駅伝」が全体と比べて 10 ポイント以上高い。

70代以上では、「ウォーキング(散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩き・犬の散歩などを含む)」、「ゴルフ(コースでのラウンド)」の割合が他の年代と比べて高いが、「ランニング・マラソン・駅伝」は低い。

2) 付問 問 6 で「この 1 年間に運動・スポーツはしなかった」とお答えの方にお伺いします。

この 1 年間に、運動やスポーツをしなかったのはどのような理由からですか。(複数回答可)

「機会がないから」が 43.1%で最も高く、次いで「運動やスポーツをしたいとは思わないから」31.9%、「仕事(育児・介護を含む)が忙しくて時間がないから」25.0%、「歳をとったから」16.5%、「お金がかかるから」15.0%の順となっている。

図 付問 問 6 で「この 1 年間に運動・スポーツはしなかった」とお答えの方にお伺いします。

この 1 年間に、運動やスポーツをしなかったのはどのような理由からですか。(n=260)

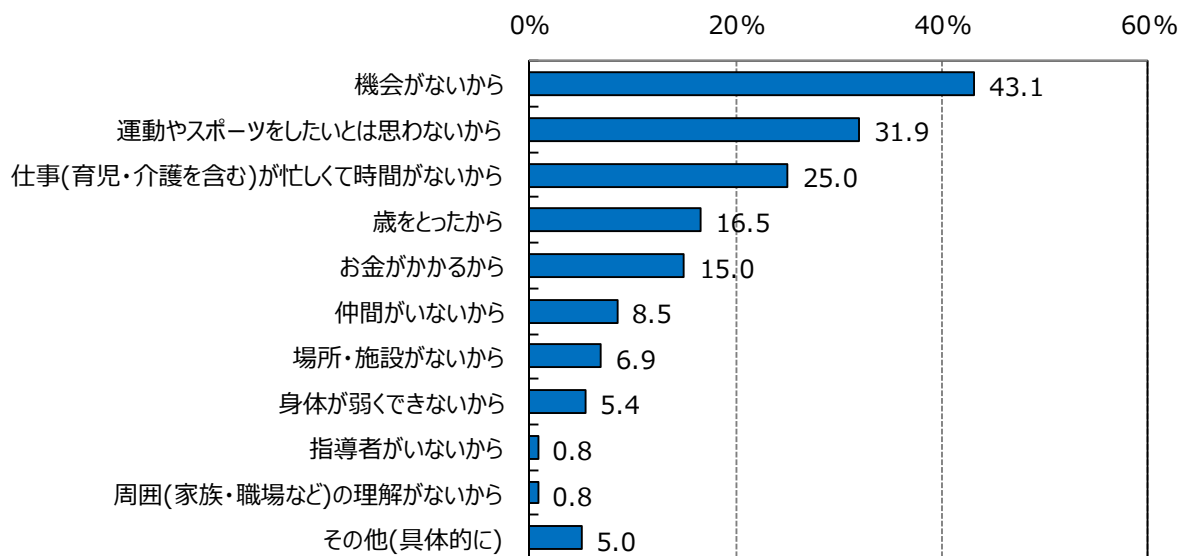
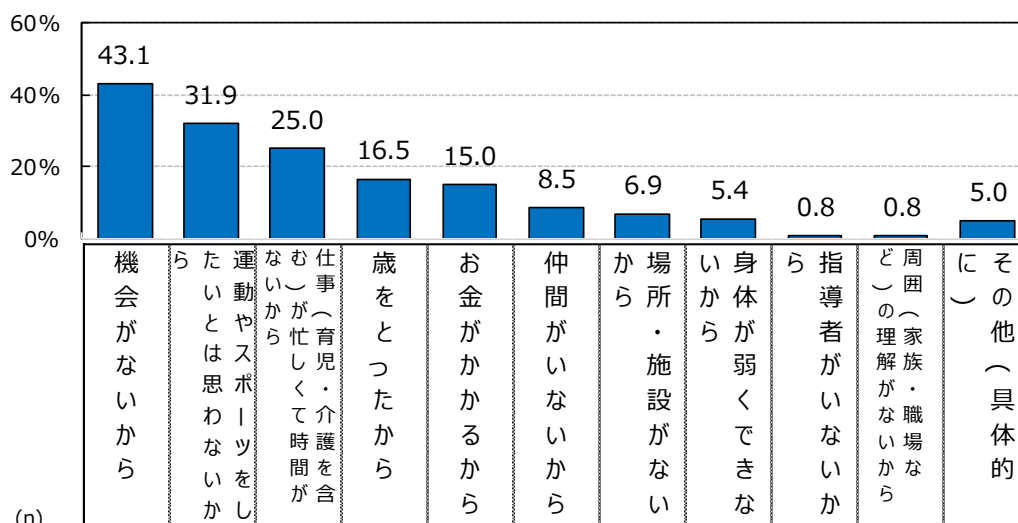


図 基本属性別 付問 問6で「この1年間に運動・スポーツはしなかった」とお答えの方にお伺いします。
この1年間に、運動やスポーツをしなかったのはどのような理由からですか。(n=260)



| | | (n) | 機会がないから | やりたいとは思わないから | 運動やスポーツをしないから | 仕事(育児・介護を含む)が忙しくて時間がないから | 歳をとったから | お金がかかるから | 仲間がいないから | 場所・施設がない | 身体が弱くできない | 指導者がいないから | 周囲(家族・職場など)の理解がないから | その他(具体的に) |
|-----|-----------|-------|---------|--------------|---------------|--------------------------|---------|----------|----------|----------|-----------|-----------|---------------------|-----------|
| 全体 | | (260) | 43.1 | 31.9 | 25.0 | 16.5 | 15.0 | 8.5 | 6.9 | 5.4 | 0.8 | 0.8 | 5.0 | |
| 性別 | 男性 | (121) | 43.8 | 30.6 | 22.3 | 20.7 | 12.4 | 12.4 | 5.8 | 8.3 | 0.0 | 0.8 | 4.1 | |
| | 女性 | (139) | 42.4 | 33.1 | 27.3 | 12.9 | 17.3 | 5.0 | 7.9 | 2.9 | 1.4 | 0.7 | 5.8 | |
| 年代別 | 18歳 - 20代 | (26) | 50.0 | 23.1 | 30.8 | 0.0 | 15.4 | 15.4 | 19.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | |
| | 30代 | (36) | 47.2 | 27.8 | 36.1 | 2.8 | 8.3 | 8.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 8.3 | |
| | 40代 | (56) | 55.4 | 32.1 | 30.4 | 10.7 | 16.1 | 8.9 | 12.5 | 3.6 | 1.8 | 1.8 | 1.8 | |
| | 50代 | (81) | 39.5 | 34.6 | 27.2 | 18.5 | 16.0 | 9.9 | 4.9 | 4.9 | 1.2 | 1.2 | 4.9 | |
| | 60代 | (40) | 37.5 | 35.0 | 12.5 | 37.5 | 17.5 | 5.0 | 5.0 | 12.5 | 0.0 | 0.0 | 7.5 | |
| | 70代以上 | (21) | 19.0 | 33.3 | 0.0 | 28.6 | 14.3 | 0.0 | 0.0 | 14.3 | 0.0 | 0.0 | 9.5 | |

※全体との差分 ■ +10% ■ +5% 以上高い ■ -10% ■ -5% 以上低い (n=30未満は参考値)

スポーツをしなかった理由としては、男性、女性ともに「機会がないから」が4割を超え最も高い。

「仕事(育児・介護を含む)が忙しくて時間がないから」や「お金がかかるから」では女性が男性を約5ポイント上回っている。

また、「歳をとったから」「仲間がいないから」は男性が女性を7ポイント上回っている。

年代別で見ると、30代では「仕事(育児・介護を含む)が忙しくて時間がないから」、40代では「機会がないから」、60代では「歳をとったから」が全体と比べて10ポイント以上高い。

3) 問 7 問 6 で回答された運動やスポーツを行った日数を全部合わせると、1 年間に何日くらいになりますか。(○は 1 つだけ)

「週に 3 日以上(年 101 日以上)」が 24.5%で最も高く、次いで「週に 1～2 日(年 51～100 日)」が 24.2%、「月に 1～3 日(年 12～50 日)」19.3%、「3 か月に 1～3 日(年 4～11 日)」9.6%、「年に 1～3 日」3.4%。「この 1 年間に運動・スポーツはしなかった」は 16.9%となっている。

図 問 7 問 6 で回答された運動やスポーツを行った日数を全部合わせると、1 年間に何日くらいになりますか。(問 6 で「1」～「58」のいずれか 1 つ以上を回答された方) (n=1,276)

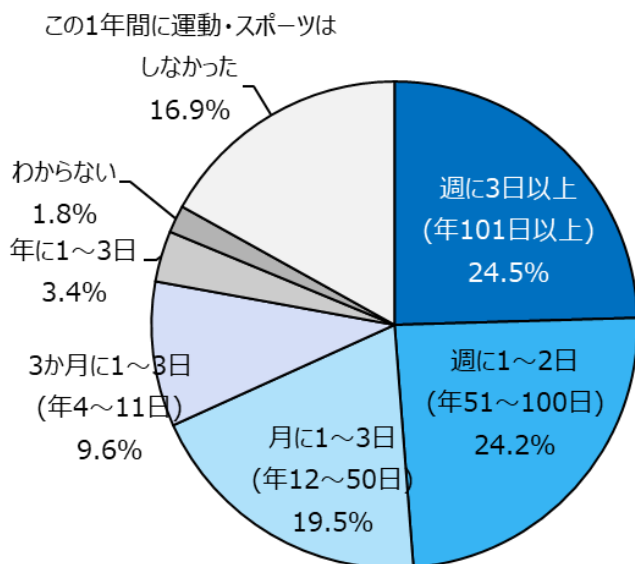


図 基本属性別 問 7 問 6 で回答された運動やスポーツを行った日数を全部合わせると、1 年間に何日くらいになりますか。(問 6 で「1」～「58」のいずれか 1 つ以上を回答された方) (n=1,276)

| (n) | | 週に3日以上 (年101日以上) | 週に1～2日 (年51～100日) | 月に1～3日 (年12～50日) | 3か月に1～3日 (年4～11日) | 年に1～3日 | わからない | この1年間に運動・ スポーツはしなかった |
|-----|-----------------|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|--------|-------|-------------------------|
| 全体 | (1,536) | 24.5 | 24.2 | 19.5 | 9.6 | 3.4 | 1.8 | 16.9 |
| 性別 | 男性 (777) | 24.5 | 25.6 | 18.7 | 9.9 | 3.9 | 1.9 | 15.6 |
| | 女性 (759) | 24.6 | 22.8 | 20.3 | 9.4 | 2.9 | 1.7 | 18.3 |
| 年代別 | 18歳 - 20代 (281) | 18.1 | 25.3 | 24.6 | 14.6 | 5.7 | 2.5 | 9.3 |
| | 30代 (285) | 16.5 | 23.9 | 28.4 | 11.9 | 4.2 | 2.5 | 12.6 |
| | 40代 (288) | 22.2 | 23.6 | 16.7 | 13.5 | 3.1 | 1.4 | 19.4 |
| | 50代 (294) | 22.4 | 22.8 | 14.3 | 7.5 | 3.1 | 2.4 | 27.6 |
| | 60代 (222) | 32.4 | 27.0 | 17.1 | 3.2 | 1.8 | 0.5 | 18.0 |
| | 70代以上 (166) | 46.4 | 22.9 | 12.7 | 3.0 | 1.2 | 1.2 | 12.7 |

男性、女性ともに約 5 割が『週に 1 日以上』運動をしているが、女性の方が約 3 ポイント下回っている^(%)。年代別で見ると、高年齢層ほど運動頻度が高く、『週に 1 日以上運動をしている』人は、60 代が 59.4%、70 代以上が 69.3%。特に 70 代以上は「週に 3 日以上運動している」人の割合が 46.4%と他の年代に比べて高く、「週に 1 日以上運動している」人の割合は一番低い 30 代と比べ約 30 ポイントの差がある。

4) 問 8 運動やスポーツを 1 回あたり平均何時間くらいしていますか。(○は 1 つだけ)

「1 時間くらい」が 40.2%で最も高く、次いで「30 分未満」36.6%、「2 時間くらい」16.1%となっている。

図 問 8 運動やスポーツを 1 回あたり平均何時間くらいしていますか。(n=1,276)

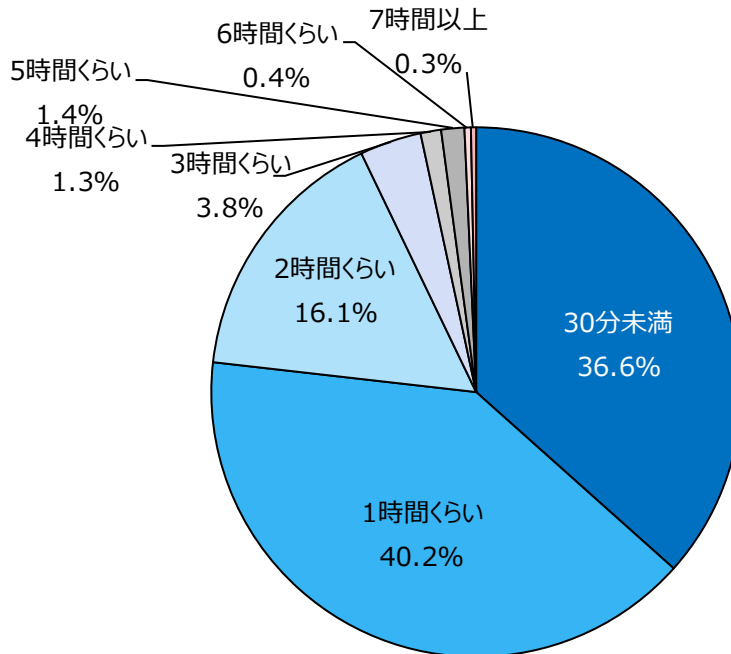


図 基本属性別 問 8 運動やスポーツを 1 回あたり平均何時間くらいしていますか。(n=1,276)

| | | (n) | 30分未満 | 1時間くらい | 2時間くらい | 3時間くらい | 4時間くらい | 5時間くらい | 6時間くらい | 7時間以上 |
|-----|-----------|---------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|
| 全体 | | (1,276) | 36.6 | 40.2 | 16.1 | 3.8 | 1.3 | 1.4 | 0.4 | 0.3 |
| 性別 | 男性 | (656) | 25.3 | 44.4 | 19.5 | 5.5 | 2.1 | 1.8 | 0.6 | 0.6 |
| | 女性 | (620) | 48.5 | 35.8 | 12.4 | 1.9 | 0.9 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |
| 年代別 | 18歳 - 20代 | (255) | 36.9 | 39.6 | 17.6 | 3.5 | 1.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |
| | 30代 | (249) | 40.2 | 41.0 | 13.7 | 2.0 | 0.8 | 0.8 | 0.0 | 0.0 |
| | 40代 | (232) | 40.9 | 39.7 | 15.1 | 2.6 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.0 |
| | 50代 | (213) | 41.3 | 35.7 | 13.1 | 4.7 | 3.3 | 0.5 | 0.0 | 0.0 |
| | 60代 | (182) | 26.9 | 45.1 | 18.1 | 3.3 | 2.2 | 0.5 | 0.0 | 0.0 |
| | 70代以上 | (145) | 28.3 | 41.4 | 20.7 | 8.3 | 0.7 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

(%)

運動やスポーツの『1 回あたりの平均時間』は、男性は「1 時間くらい」が 44.4%で最も高い。女性は「30 分未満」が 48.5%で最も高く、運動時間の傾向に大きな差がみられた。

年代別でみると、50 代以下では「30 分未満」と「1 時間くらい」が同程度であるのに対し、60 代以上は「1 時間くらい」の回答が中心を占めている。

5) 問 9 あなたは、どのような目的で運動やスポーツをしていますか。(複数回答可)

「健康・体力づくりのため」が 73.2%で最も高く、次いで「運動不足解消のため」58.8%、「楽しみ・気晴らしとして(気分転換)」48.3%、「美容や肥満解消のため」22.8%、「友人・仲間との交流(仲間づくり)」15.6%となっている。

図 問 9 あなたは、どのような目的で運動やスポーツをしていますか。(n=1,276)

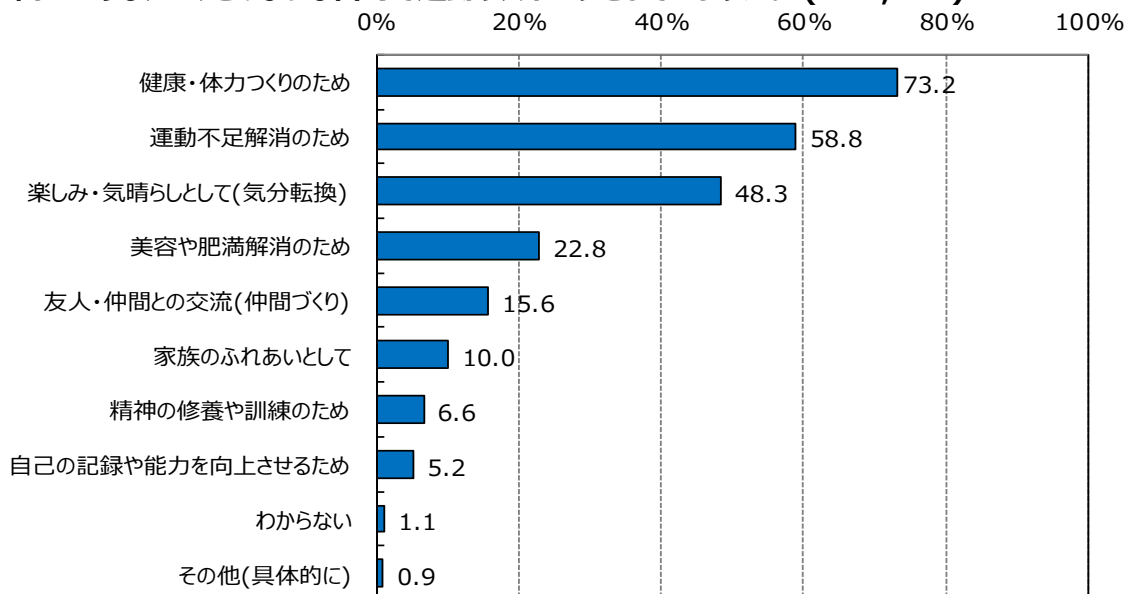
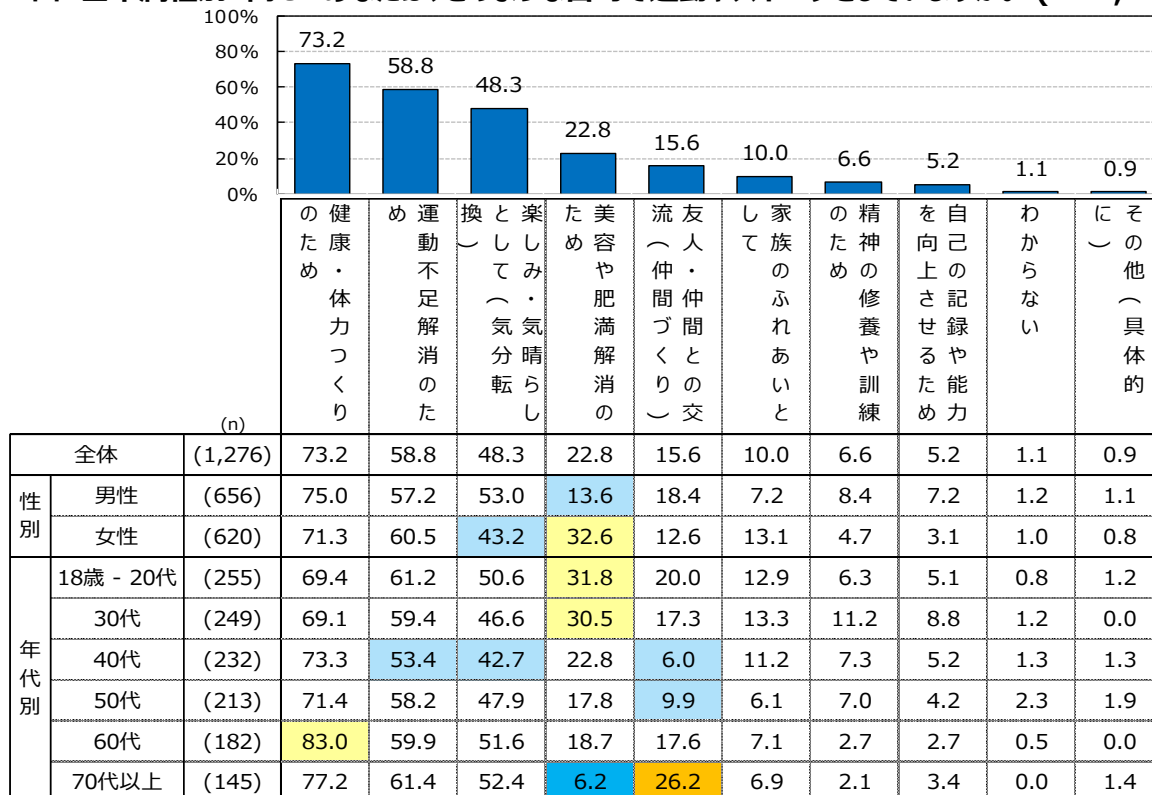


図 基本属性別 問 9 あなたは、どのような目的で運動やスポーツをしていますか。(n=1,276)



※全体との差分 ■ +10% ■ +5% 以上高い ■ -10% ■ -5% 以上低い

『運動やスポーツをする理由』として「美容や肥満解消のため」と答えている女性の割合は男性に比べて 2 倍超となった。一方、男性では「楽しみ・気晴らしとして(気分転換)」と答えている割合が女性よりも約 10 ポイント高くなっている。

年代別でみると、60 代以上で「健康・体力づくりのため」と答えている人の割合が約 8 割と高い。

また、70 代以上では「友人・仲間との交流(仲間づくり)」が全体と比べて 10%以上高い。

6) 問 10 あなたは、どのような場所で運動やスポーツをしていますか。(複数回答可)

「自宅の周辺(公園、道路など)」が61.8%で最も高く、次いで「自宅内」35.5%、「県市町の公共施設」19.0%、「民間の施設」18.8%となっている。

図 問 10 あなたは、どのような場所で運動やスポーツをしていますか。(n=1,276)

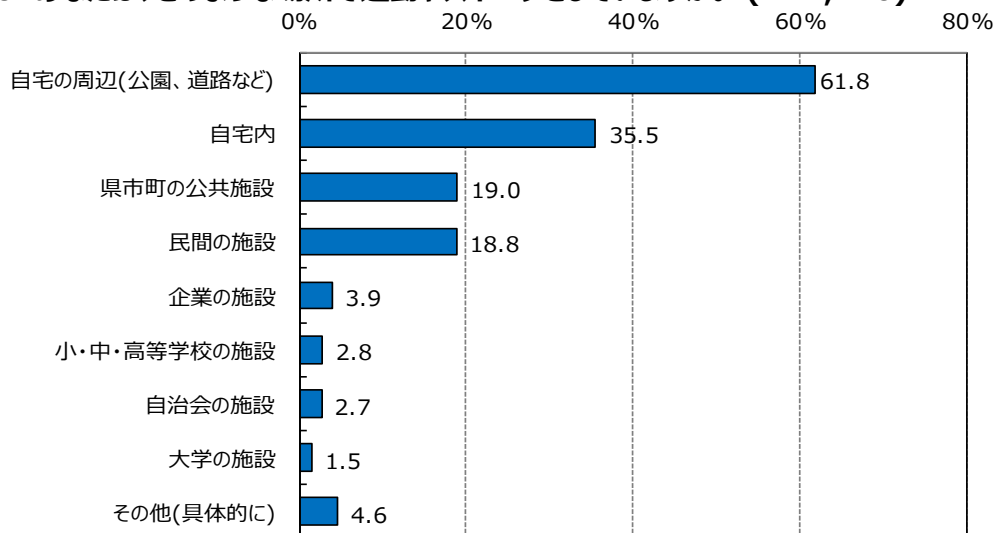
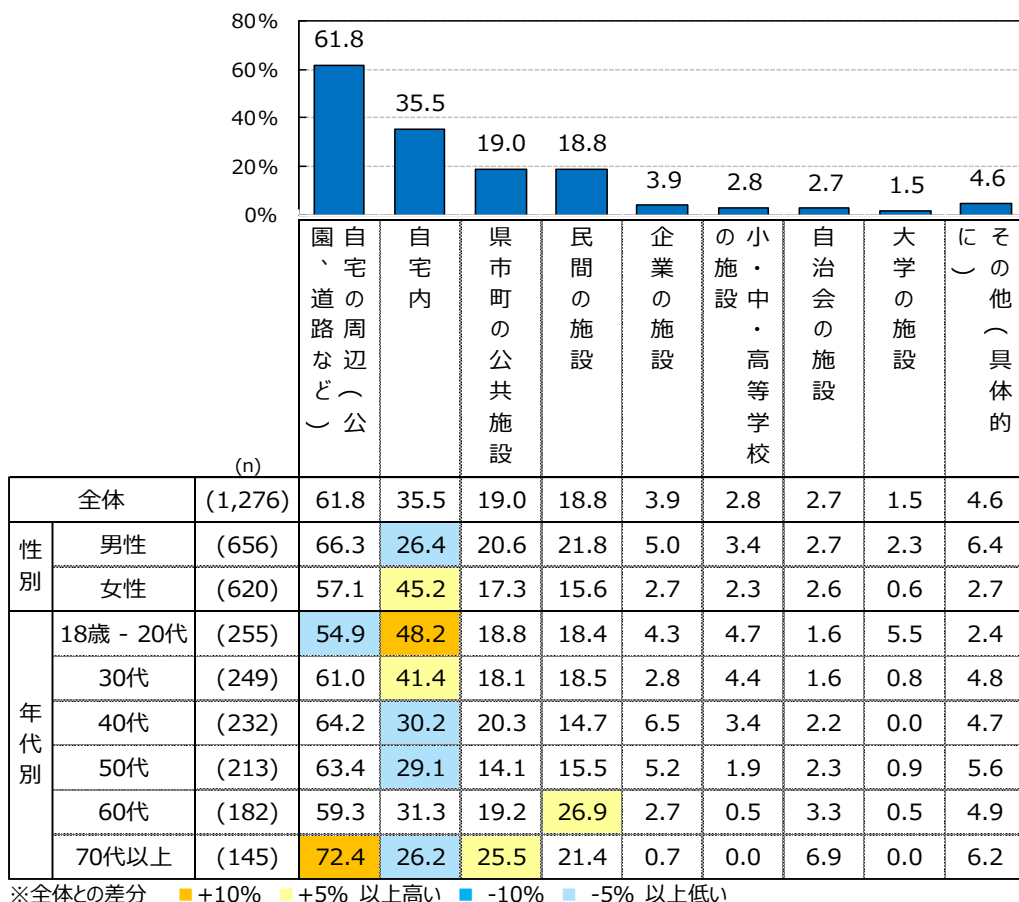


図 基本属性別 問 10 あなたは、どのような場所で運動やスポーツをしていますか。(n=1,276)



女性は男性より「自宅内」で運動する割合が高い。

年代別でみると、30代以下で「自宅内」が4割を超え、全体と比べて高い。

70代以上では、「自宅の周辺(公園、道路など)」が72.4%となり、全体と比べると10ポイント以上高い。

7) 付問 問 10 で「自宅内」以外で運動やスポーツをしているとお答えの方にお伺いします。あなたは、どのような手段でスポーツする場所に行かれますか。(複数回答可)

「徒歩」が 63.5%で最も高く、次いで「自動車・自動二輪(原付も含む)」40.3%、「自転車」20.5%、「公共交通機関」6.2%となっている。

図 付問 問 10 で「自宅内」以外で運動やスポーツをしているとお答えの方にお伺いします。あなたは、どのような手段でスポーツする場所に行かれますか。(n=1,118)

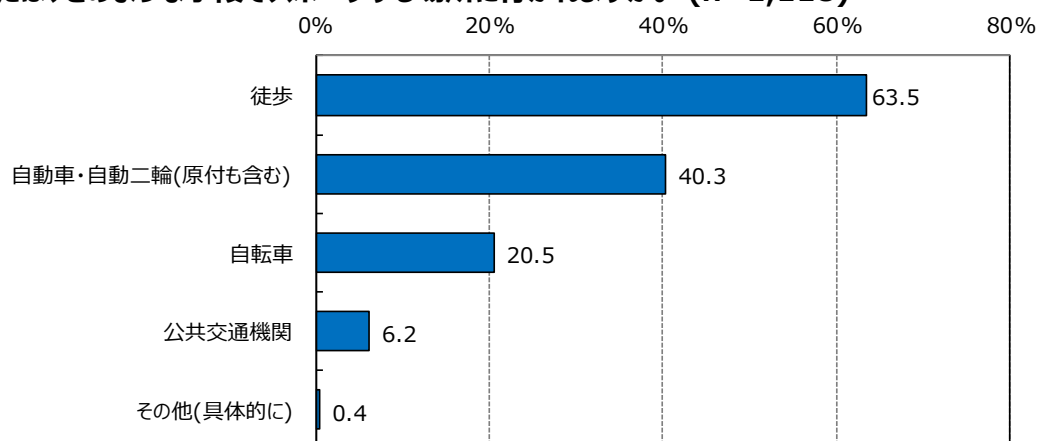
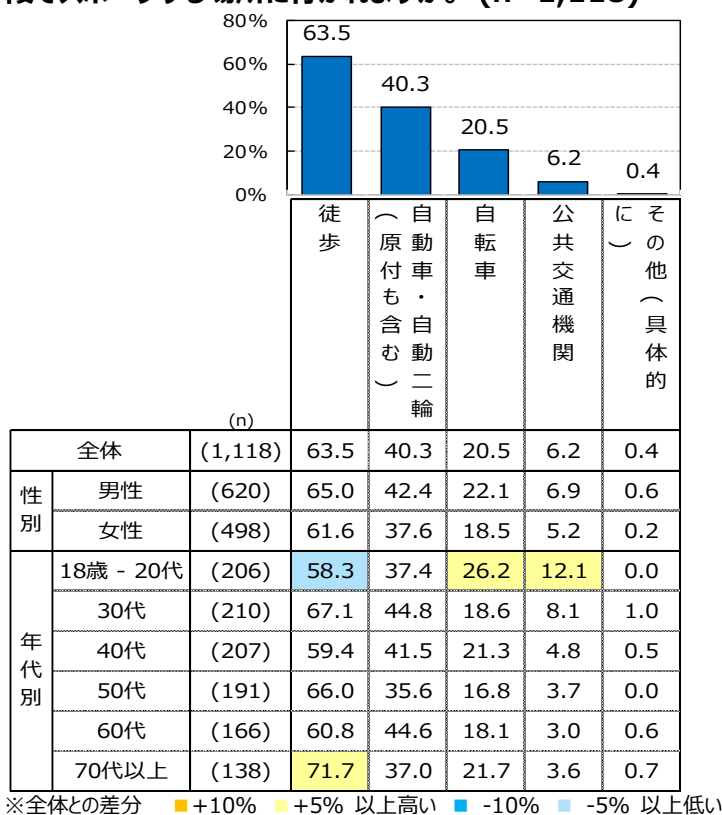


図 基本属性別 付問 問 10 で「自宅内」以外で運動やスポーツをしているとお答えの方にお伺いします。あなたは、どのような手段でスポーツする場所に行かれますか。(n=1,118)



スポーツする場所への移動手段は、男性は女性と比べて「徒歩」が 3 ポイント、「自動車・自動二輪(原付も含む)」が 5 ポイント、「自転車」が 4 ポイント高く、移動手段が多岐にわたる傾向にある。

年代別でみると、他の年代と比べて 18 歳- 20 代では「自転車」「公共交通機関」の割合がやや高く、70 代以上では「徒歩」の割合が高い。

8) 問 11 あなたは、この 1 年間に「自身が運動やスポーツをする」以外に運動やスポーツに関わったことはありましたか。(複数回答可)

「特に関わらなかった」が 82.8%で最も高く、次いで「現地での応援・観戦(TV 観戦などは除く)」12.1%となっている。

図 問 11 あなたは、この 1 年間に「自身が運動やスポーツをする」以外に運動やスポーツに関わったことはありましたか。(n=1,600)

※スポーツイベント：運動会・サークル活動・スポーツ少年団の練習や試合等も含む

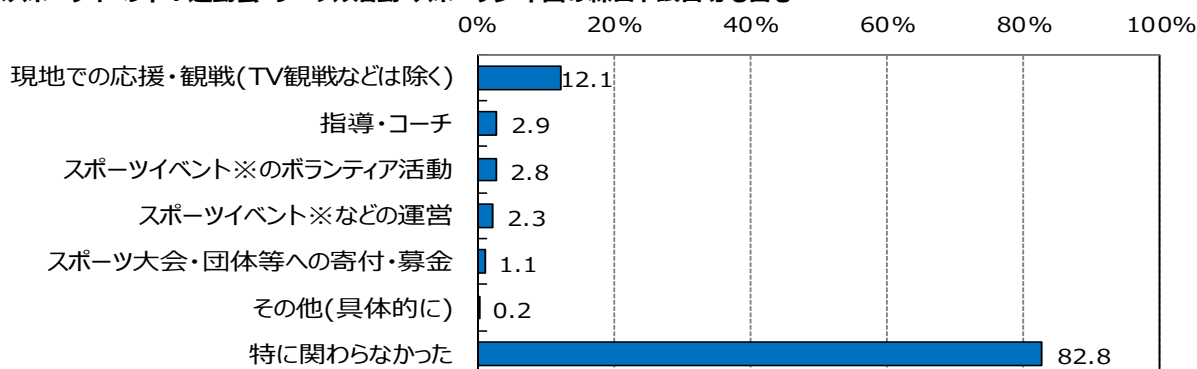
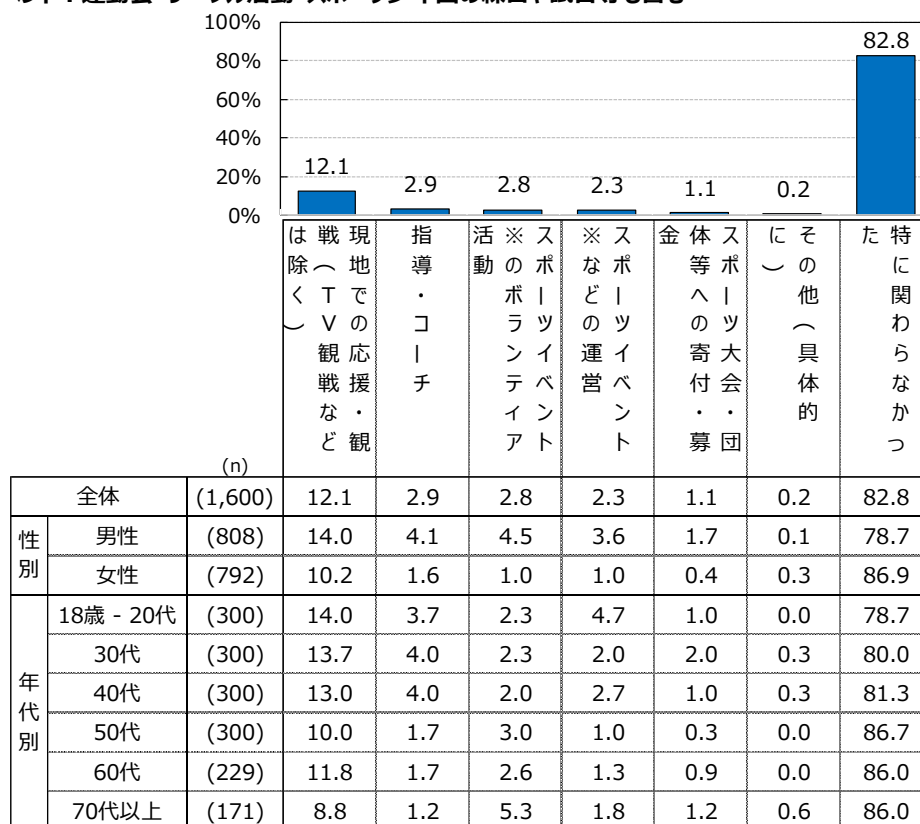


図 基本属性別 問 11 あなたは、この 1 年間に「自身が運動やスポーツをする」以外に運動やスポーツに関わったことはありましたか。(n=1,600)

※スポーツイベント：運動会・サークル活動・スポーツ少年団の練習や試合等も含む



※全体との差分 ■ +10% ■ +5% 以上高い ■ -10% ■ -5% 以上低い

自身がスポーツをする以外では、女性より男性の方がスポーツや運動に関わっている割合が高い。年代別でみると、若年層ほど「現地での応援・観戦 (TV 観戦などは除く)」の割合が高い傾向にある。また、「スポーツイベント※のボランティア活動」は、70 代以上で 5.3%となり、他の年代と比べて高い。

9) 問 12 あなたは、どんなきっかけや動機づけ（モチベーション）があれば、スポーツに関するボランティア活動を行ったり続けたりすると思いますか。（複数回答可）

「好きなスポーツの普及・支援」が 24.8%で最も高く、「出会い・交流の場」20.8%、「地域での居場所、役割、生きがい」18.9%、「その大会・クラブ等への家族・友人の参加」12.5%となっている。

一方で、「わからない」22.1%、「どんなきっかけや動機づけがあっても、しない・できない」15.8%も高い割合となっている。

図 問 12 あなたは、どんなきっかけや動機づけ（モチベーション）があれば、スポーツに関するボランティア活動を行ったり続けたりすると思いますか。（n=1,600）

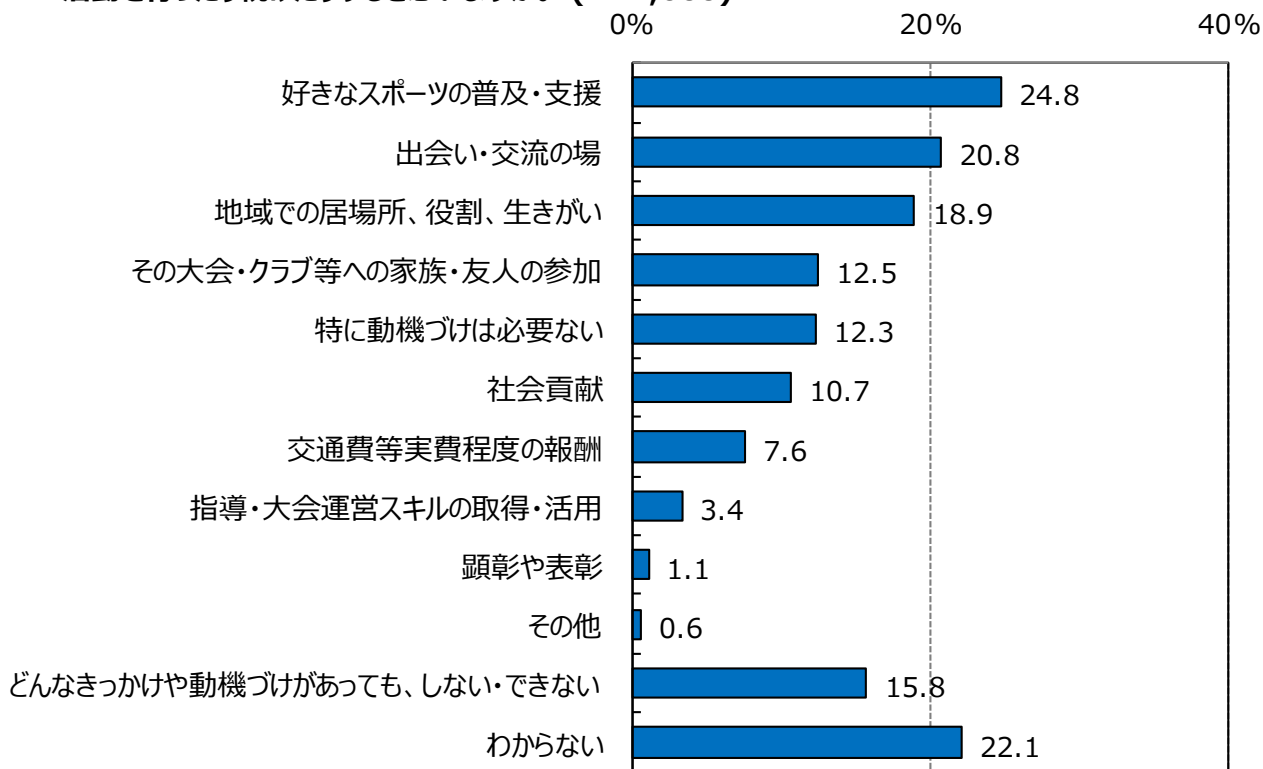
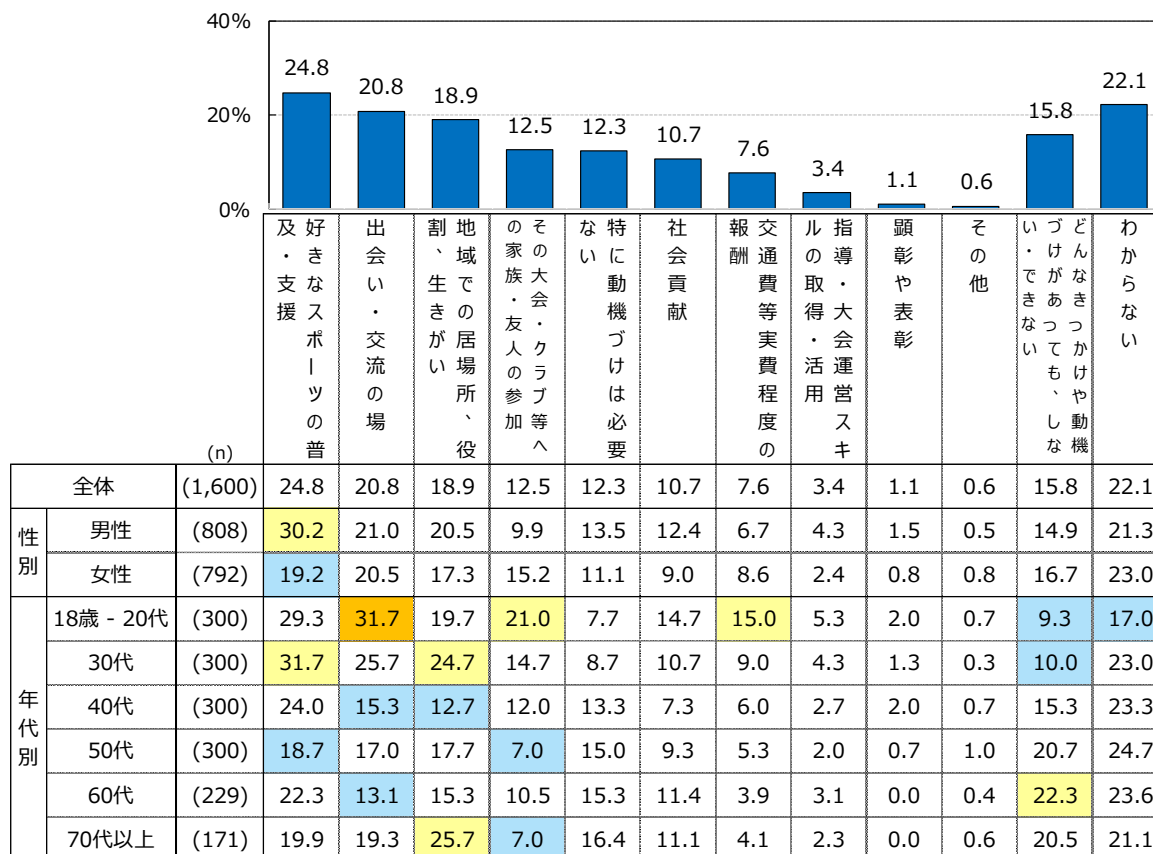


図 基本属性別 問 12 あなたは、どんなきっかけや動機づけ（モチベーション）があれば、スポーツに関するボランティア活動を行ったり続けたりすると思いますか。（n=1,600）



※全体との差分 ■ +10% ■ +5% 以上高い ■ -10% ■ -5% 以上低い

ボランティア活動の動機づけについて、「好きなスポーツの普及・支援」で女性より男性の方が 11 ポイント高い。「その大会・クラブ等への家族・友人の参加」では、男性より女性の方が 5 ポイント高い。

年代別でみると、「好きなスポーツの普及・支援」を理由にあげている 18 歳-20 代、30 代は約 3 割と他の年代に比べて高い。

18 歳-20 代では「出会い・交流の場」と答えた人の割合が最も高く、31.7%となっている。

10) 問 13 今後やってみたい（または今後も続けたい）と思う運動やスポーツ（オンラインや動画を活用し、自宅で取り組むものも含む）は何ですか。（複数回答可）

「ウォーキング(散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩き・犬の散歩などを含む)」が 55.3%で最も高く、次いで「トレーニング(動画によるトレーニング・筋力トレーニング・トレッドミル(ランニングマシン)・室内運動器具を使ってする運動等)」27.2%、「ヨガ・バレエ・ピラティス・エアロビクス(動画によるものも含む)」22.2%となっている。

図 問 13 今後やってみたい（または今後も続けたい）と思う運動やスポーツ（オンラインや動画を活用し、自宅で取り組むものも含む）は何ですか。（n=1,600）①

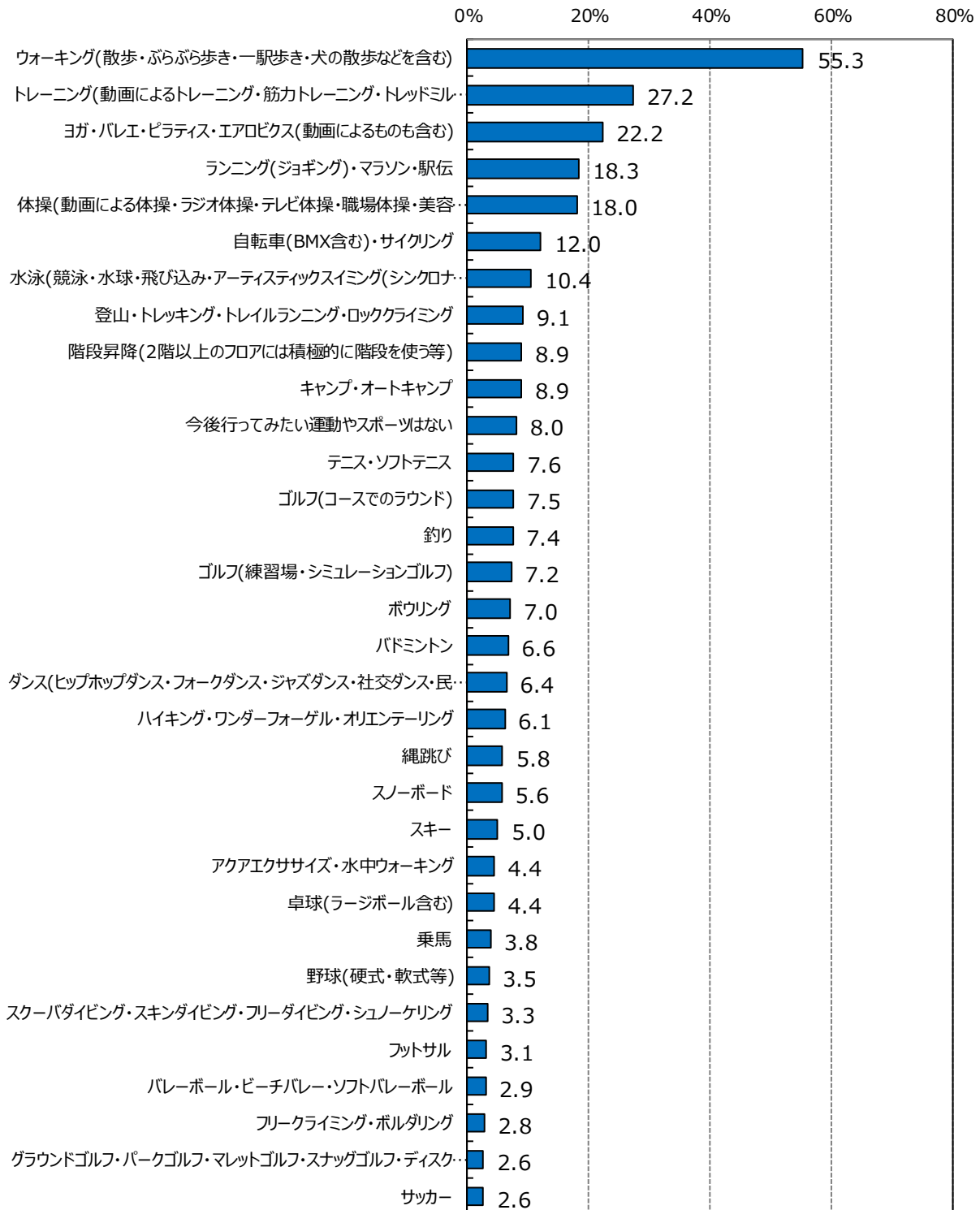
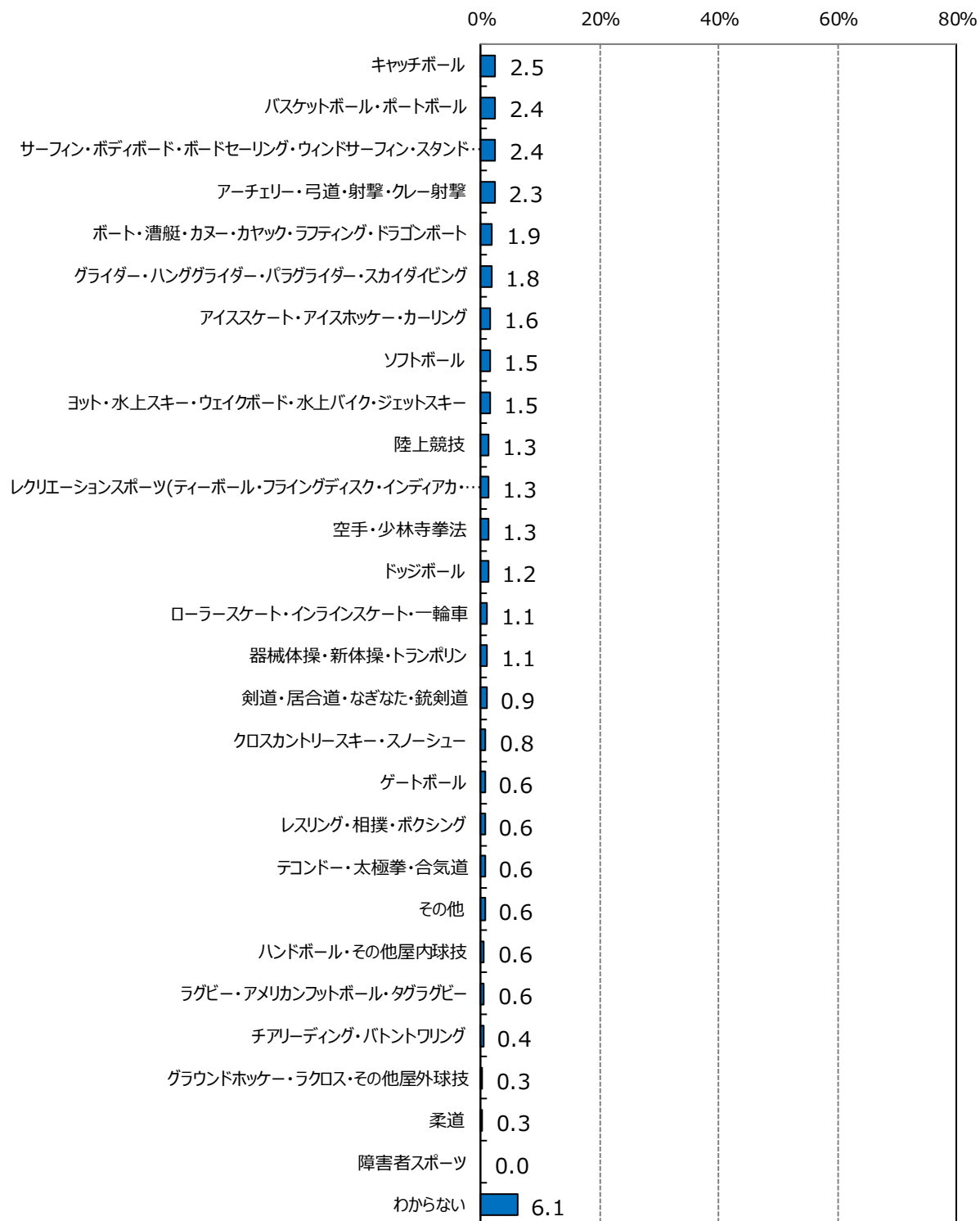


図 基本属性別 問 13 今後やりたい（または今後も続けたい）と思う運動やスポーツ（オンラインや動画を活用し、自宅で取り組むものも含む）は何ですか。（n=1,600）②



11) 問 14 あなたは、運動習慣を身につけるために必要なことは何だと思いますか。

(複数回答可)

「日常生活での運動時間の確保」が 35.1%で最も高く、次いで「自身の意識の変化」34.1%、「運動ができる施設の充実」33.5%、「運動ができる健康な身体」33.0%、「安全に運動ができる環境の充実」30.3%、「生活習慣の改善」30.3%の順となっている。

図 問 14 あなたは、運動習慣を身につけるために必要なことは何だと思いますか。(n=1,600)

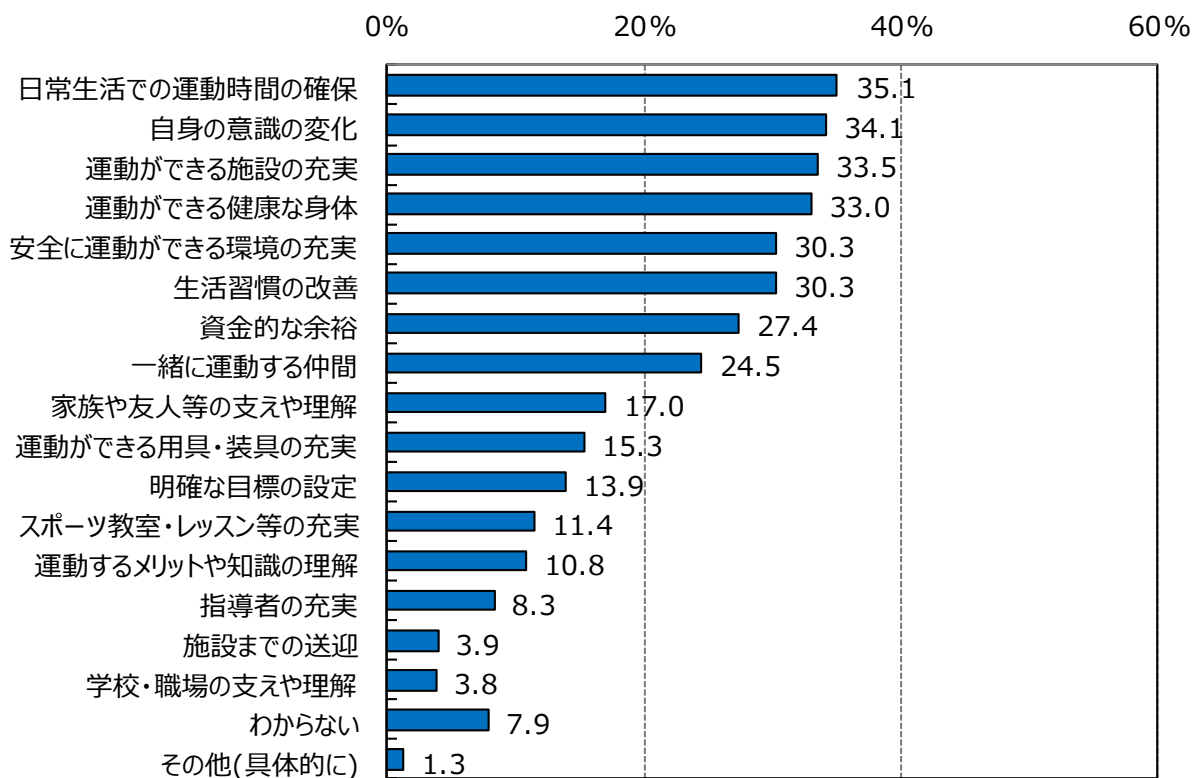
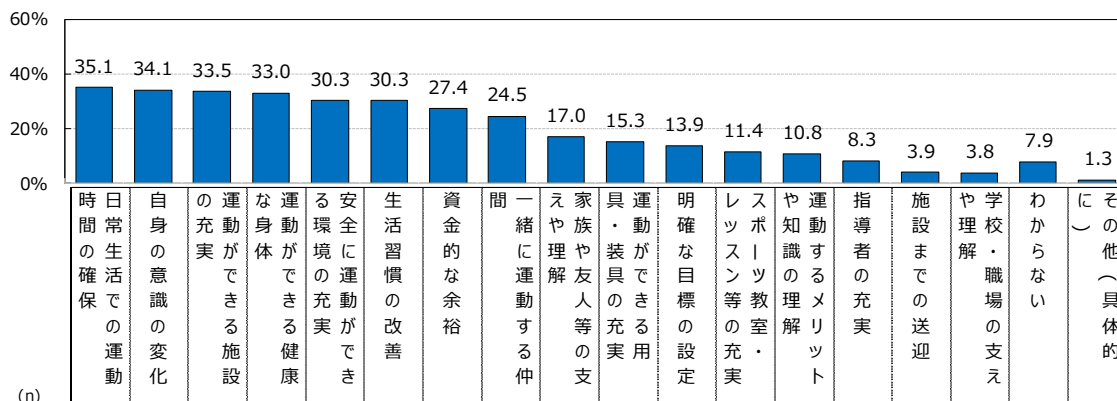


図 基本属性別 問 14 あなたは、運動習慣を身につけるために必要なことは何だと思いますか。

(n=1,600)



| | | (n) | 日常生活での運動時間の確保 | 自身の意識の変化 | 運動ができる施設の充実 | 運動ができる健康な身体 | 安全に運動ができる環境の充実 | 生活習慣の改善 | 資金的な余裕 | 一緒に運動する仲間 | えや理解や家族や友人等の支 | 具・装具の充実 | 運動ができる用具 | 明確な目標の設定 | レッスン等の充実 | や知識の理解 | 指導者の充実 | 施設までの送迎 | や学校・職場の支え | わからない | その他 (具体的) |
|-----|-----------------|------|---------------|----------|-------------|-------------|----------------|---------|--------|-----------|---------------|---------|----------|----------|----------|--------|--------|---------|-----------|-------|-----------|
| 全体 | (1,600) | 35.1 | 34.1 | 33.5 | 33.0 | 30.3 | 30.3 | 27.4 | 24.5 | 17.0 | 15.3 | 13.9 | 11.4 | 10.8 | 8.3 | 3.9 | 3.8 | 7.9 | 1.3 | | |
| 性別 | 男性 (808) | 30.6 | 31.7 | 33.3 | 32.3 | 29.1 | 30.3 | 26.9 | 21.5 | 17.3 | 17.8 | 13.0 | 8.7 | 11.1 | 8.3 | 3.1 | 4.7 | 8.3 | 1.6 | | |
| | 女性 (792) | 39.6 | 36.6 | 33.7 | 33.7 | 31.4 | 30.2 | 27.9 | 27.5 | 16.7 | 12.8 | 14.8 | 14.3 | 10.5 | 8.3 | 4.8 | 2.9 | 7.4 | 1.0 | | |
| 年代別 | 18歳 - 20代 (300) | 43.3 | 36.7 | 48.3 | 23.0 | 34.0 | 32.0 | 37.3 | 38.0 | 18.3 | 24.7 | 18.3 | 14.7 | 17.3 | 10.3 | 5.7 | 7.7 | 4.0 | 1.0 | | |
| | 30代 (300) | 43.3 | 32.7 | 37.0 | 24.0 | 31.0 | 32.0 | 35.0 | 23.7 | 27.3 | 17.0 | 12.3 | 14.3 | 11.0 | 7.3 | 3.7 | 6.3 | 7.7 | 1.0 | | |
| | 40代 (300) | 36.7 | 31.0 | 29.0 | 31.3 | 27.3 | 27.7 | 32.3 | 22.0 | 15.7 | 14.7 | 13.7 | 10.7 | 8.3 | 5.3 | 2.7 | 3.7 | 9.3 | 1.3 | | |
| | 50代 (300) | 31.7 | 36.3 | 25.7 | 29.7 | 22.7 | 29.0 | 22.0 | 19.3 | 12.0 | 11.3 | 10.3 | 8.0 | 7.3 | 8.3 | 4.0 | 1.7 | 10.7 | 1.7 | | |
| | 60代 (229) | 26.6 | 37.6 | 31.4 | 47.6 | 33.2 | 27.5 | 17.0 | 18.3 | 13.1 | 10.5 | 16.2 | 11.4 | 8.3 | 10.9 | 3.9 | 1.3 | 9.2 | 0.9 | | |
| | 70代以上 (171) | 20.5 | 29.2 | 25.7 | 55.6 | 36.8 | 34.5 | 11.1 | 24.0 | 12.9 | 10.5 | 12.3 | 8.2 | 12.9 | 8.2 | 3.5 | 0.0 | 5.8 | 2.3 | | |

※全体との差分 ■ +10% ■ +5% 以上高い ■ -10% ■ -5% 以上低い

性別で見ると、「日常生活での運動時間の確保」、「自身の意識の変化」、「一緒に運動する仲間」、「スポーツ教室・レッスン等の充実」の項目については女性の方が男性よりも概ね 5 ポイント以上上回る。

年代別の特徴的な項目については、18 歳 - 20 代では「運動ができる施設の充実」が 48.3%、「一緒に運動する仲間」が 38.0%となり、全体より 10 ポイント以上高い。

30 代では「家族や友人等の支えや理解」が 27.3%、60 代・70 代以上では「運動ができる健康な身体」が、60 代で 47.6%、70 代以上で 55.6%となり、それぞれ全体より 10 ポイント以上高い。

12) 問 15 あなたは、県市町の体育館・プール・テニスコートなどの公共スポーツ施設について、何か望むことがありますか。(複数回答可)

「特にない」が 34.1%で最も高く、次いで「利用手続き、料金の支払い方法などの簡素化」33.6%、「利用時間の拡大」24.5%、「初心者向けのスポーツ教室・行事の充実」21.5%、「施設備品・設備(シャワールーム等を含む)の充実」20.8%、「身近な場で利用できるよう、施設数の増加」19.9%の順となっている。

図 問 15 あなたは、県市町の体育館・プール・テニスコートなどの公共スポーツ施設について、何か望むことがありますか。(n=1,600)

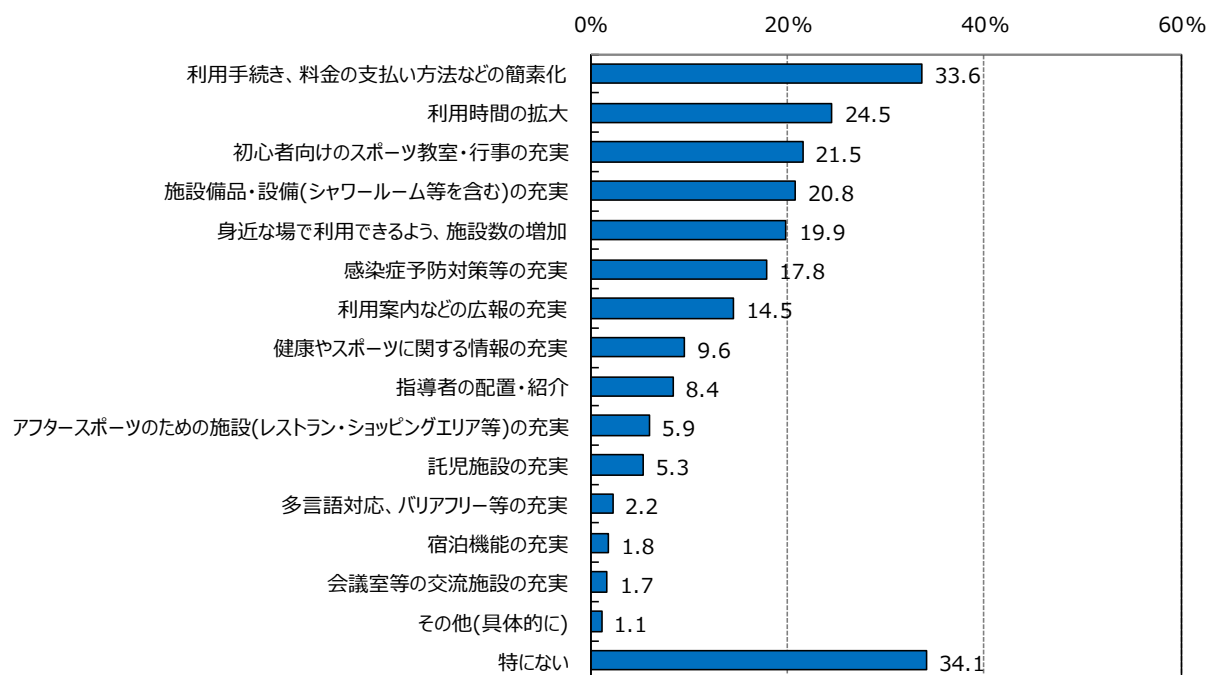
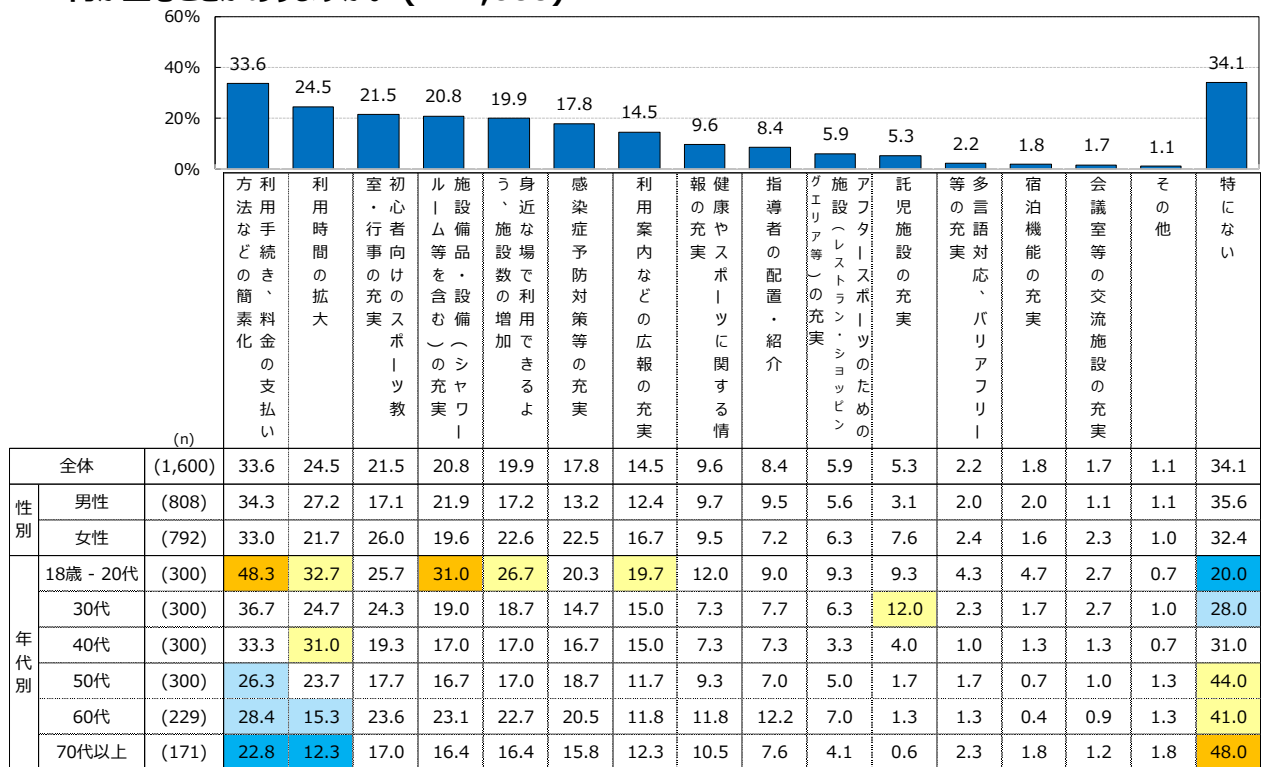


図 基本属性別 問 15 あなたは、県市町の体育館・プール・テニスコートなどの公共スポーツ施設について、何か望むことがありますか。(n=1,600)



※全体との差分 ■ +10% ■ +5% 以上高い ■ -10% ■ -5% 以上低い

性別でみると、「感染症予防対策等の充実」「初心者向けのスポーツ教室・行事の充実」「身近な場で利用できるよう、施設数の増加」で、女性の方が男性より大きく上回っている。一方、「利用時間の拡大」で男性の方が女性より大きく上回っている。

年代別でみると、18歳-20代で「利用手続き、料金の支払い方法などの簡素化」が48.3%、「施設備品・設備(シャワールーム等を含む)の充実」が31.0%と、全体と比べて10ポイント以上高い。

一方、70代以上では、約半数が「特にない」としており、「利用手続き、料金の支払い方法などの簡素化」が22.8%、「利用時間の拡大」12.3%と、全体と比べて10ポイント以上低い。

13) 問 16 あなたは、以下の大会が滋賀県で開催されることを知っていますか。知っている大会を選択してください。(複数回答可)

「どれも知らない」が 56.4%で最も高く、次いで「国民体育大会（国民スポーツ大会）」39.9%、「ワールドマスターズゲームズ 2021 関西」12.9%、「全国障害者スポーツ大会」11.4%が続く。

図 問 16 あなたは、以下の大会が滋賀県で開催されることを知っていますか。知っている大会を選択してください。(n=1,600)

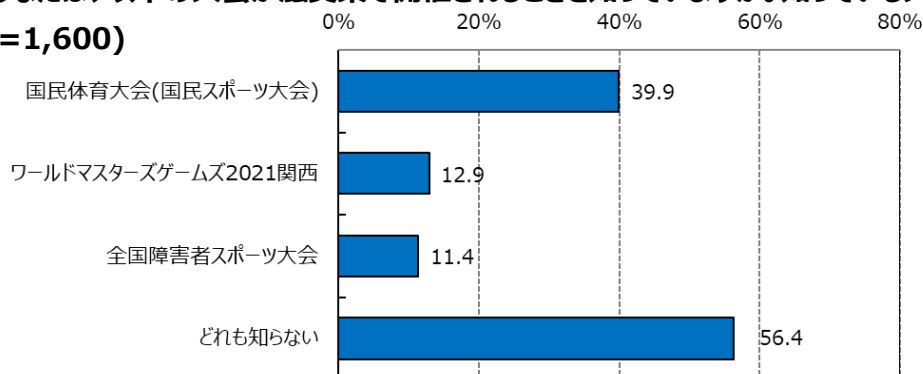
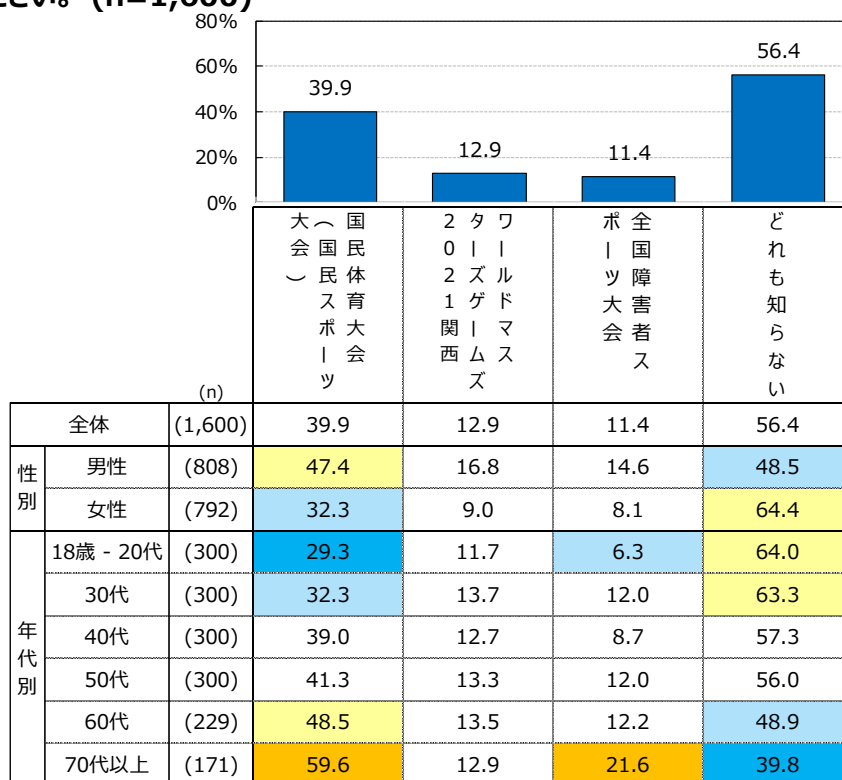


図 基本属性別 問 16 あなたは、以下の大会が滋賀県で開催されることを知っていますか。知っている大会を選択してください。(n=1,600)



※全体との差分 ■ +10% ■ +5% 以上高い ■ -10% ■ -5% 以上低い

3大会ともに女性より男性に知名度が高い。

年代別でみると、「国民体育大会(国民スポーツ大会)」の認知率は高年齢層ほど高くなっている。18歳-20代と70代以上では、その差が30%ポイントある。

「全国障害者スポーツ大会」は他の年代が10%前後であるのに対し、70代以上では21.6%となり、他の年代より認知率が高い。

「ワールドマスターズゲームズ 2021 関西」は、各年代10%台となり、大きな差はみられない。

14) 問 17 あなたは、新型コロナウイルス感染症による外出自粛をきっかけに、新たに運動やスポーツ（オンラインや動画を活用し、自宅で取り組んだものも含む）を始めましたか。(○は1つだけ)

「あまり変わらない」が70.0%で最も高く、次いで「運動やスポーツをしなくなった」19.1%、「新たに運動やスポーツを始めた」10.9%となった。「新たに運動やスポーツを始めた」人は、約1割であった。

図 問 17 あなたは、新型コロナウイルス感染症による外出自粛をきっかけに、新たに運動やスポーツ（オンラインや動画を活用し、自宅で取り組んだものも含む）を始めましたか。(n=1,565)

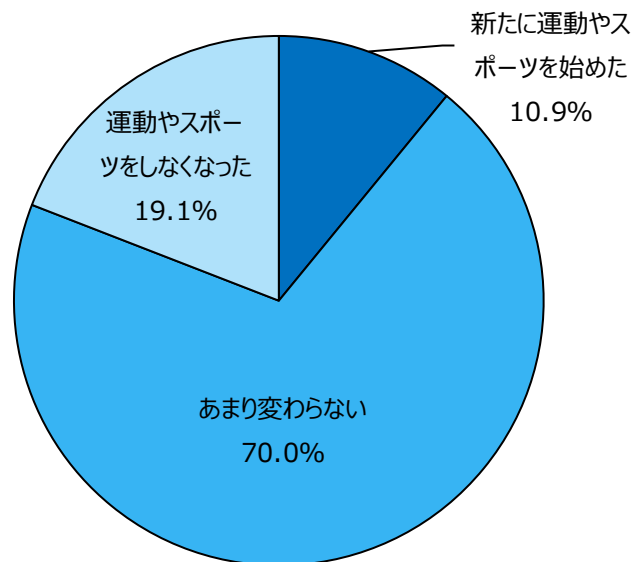


図 基本属性別 問 17 あなたは、新型コロナウイルス感染症による外出自粛をきっかけに、新たに運動やスポーツ（オンラインや動画を活用し、自宅で取り組んだものも含む）を始めましたか。(n=1,565)

| | | (n) | 新たに運動やスポーツを始めた | あまり変わらない | 運動やスポーツをしなくなった |
|-----|-----------|---------|----------------|----------|----------------|
| 全体 | | (1,565) | 10.9 | 70.0 | 19.1 |
| 性別 | 男性 | (787) | 8.4 | 73.1 | 18.6 |
| | 女性 | (778) | 13.5 | 66.8 | 19.7 |
| 年代別 | 18歳 - 20代 | (286) | 17.8 | 62.9 | 19.2 |
| | 30代 | (294) | 13.6 | 66.7 | 19.7 |
| | 40代 | (294) | 11.9 | 70.1 | 18.0 |
| | 50代 | (299) | 7.0 | 72.9 | 20.1 |
| | 60代 | (225) | 6.7 | 76.0 | 17.3 |
| | 70代以上 | (167) | 5.4 | 74.3 | 20.4 |

(%)

「新たに運動やスポーツを始めた」と答えている人の割合をみると、女性の方が男性より割合が高い。年代別でみると、若年層ほど「新たに運動やスポーツを始めた」と答えている割合が高い。

■クロス集計（運動・スポーツの実施状況別 健康と体力への影響）

図 運動・スポーツの実施状況別 問1 あなたは、このところ健康だと思いますか。（n=1,536）

| | | (n) | 大いに健康 | まあまあ健康 | あまり健康でない | わからない |
|-----------------|---------------------------|---------|-------|--------|----------|-------|
| 全体 | | (1,536) | 13.6 | 67.3 | 17.6 | 1.6 |
| 運動・スポーツ 実施状況 | 週1日以上運動・スポーツをやっている人 | (749) | 16.7 | 70.8 | 12.1 | 0.4 |
| | 週1日以上運動・スポーツの習慣が身についていない人 | (527) | 13.1 | 65.3 | 19.7 | 1.9 |
| | 運動・スポーツをやっていない人 | (260) | 5.8 | 61.2 | 28.8 | 4.2 |

(%)

「大いに健康」「まあまあ健康」と答えている割合は「週1日以上運動・スポーツをやっている人」では87.5%で、「週1日以上運動・スポーツの習慣が身についていない人」（78.4%）、「運動・スポーツをやっていない人」（67.0%）よりも高い。

図 運動・スポーツの実施状況別 問2 あなたは、ご自分の体力についてどのように感じていますか。（n=1,536）

| | | (n) | 体力に自信がある | 体力は普通である | 体力に不安がある | わからない |
|-----------------|---------------------------|---------|----------|----------|----------|-------|
| 全体 | | (1,536) | 9.0 | 56.3 | 34.0 | 0.8 |
| 運動・スポーツ 実施状況 | 週1日以上運動・スポーツをやっている人 | (749) | 14.2 | 59.7 | 26.0 | 0.1 |
| | 週1日以上運動・スポーツの習慣が身についていない人 | (527) | 5.5 | 57.7 | 36.4 | 0.4 |
| | 運動・スポーツをやっていない人 | (260) | 1.2 | 43.5 | 51.9 | 3.5 |

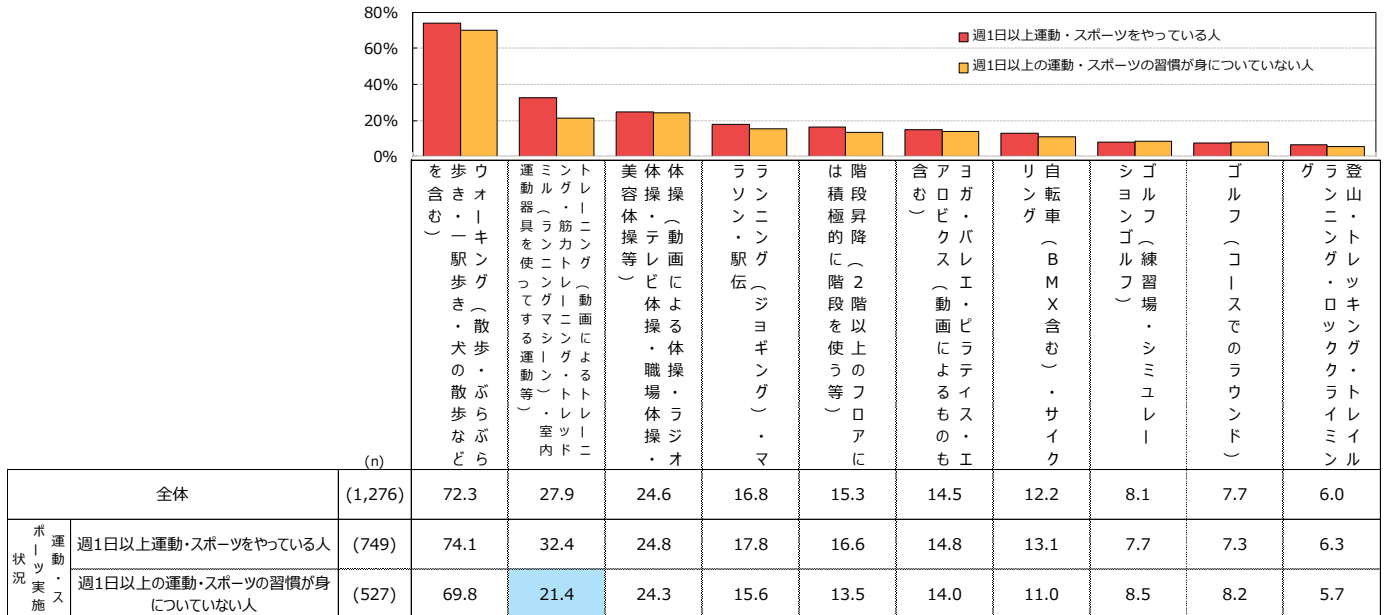
(%)

「体力に不安がある」と答えた人の割合は「週1日以上運動・スポーツをやっている人」で26.0%であるのに対して、「週1日以上運動・スポーツの習慣が身についていない人」では36.4%、「運動・スポーツをやっていない人」では51.9%にのぼる。

■クロス集計（運動・スポーツの実施状況別 運動・スポーツの実施実態）

図 運動・スポーツの実施状況別 問6 あなたがこの1年間に行った運動やスポーツは何ですか。（オンラインや動画を活用し、自宅で行ったものも含む）ただし、学校の体育授業や職業として行ったものは除きます。（n=1,276）

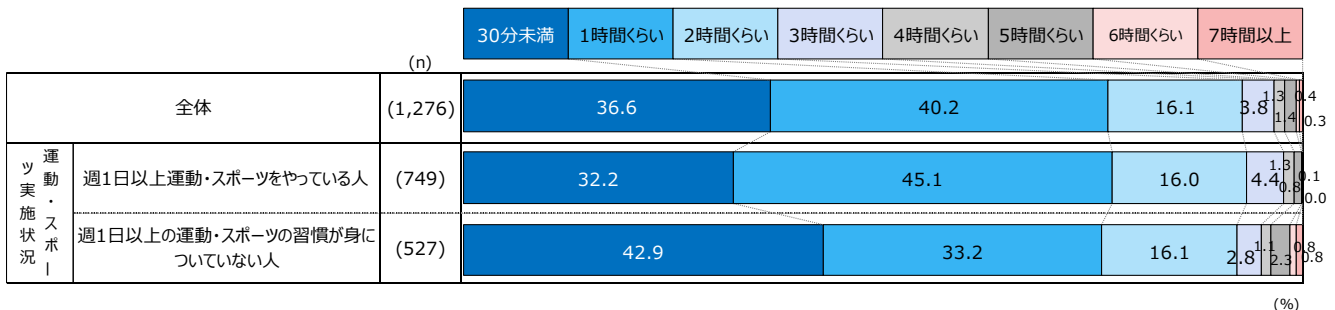
※上位10位の種目を抜粋



※全体との差分 ■ +10% ■ +5% 以上高い ■ -10% ■ -5% 以上低い

「週1日以上運動・スポーツをやっている人」で上位にあがるものは、「ウォーキング」「トレーニング」「体操」である。「週1日以上運動・スポーツの習慣が身につけていない人」でも同様であるが、「週1日以上運動・スポーツをやっている人」は、「週1日以上運動・スポーツの習慣が身につけていない人」に比べて、「トレーニング」の実施率が10ポイント以上高い。

図 運動・スポーツの実施状況別 問8 運動やスポーツを1回あたり平均何時間くらいしていますか。（n=1,276）

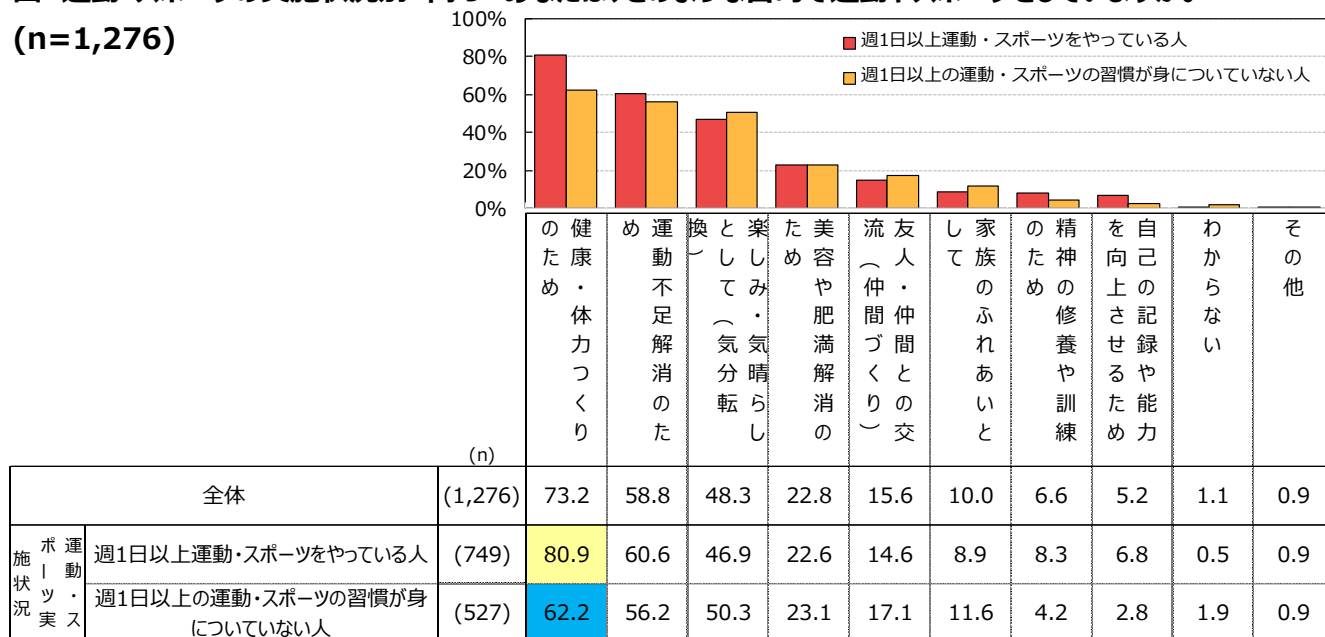


「週1日以上運動・スポーツをやっている人」では「1時間くらい」が45.1%で最も高い。「週1日以上運動・スポーツの習慣が身につけていない人」では「30分未満」が42.9%で最も高い。

■クロス集計（運動・スポーツの実施状況別 運動・スポーツの実施実態）

図 運動・スポーツの実施状況別 問9 あなたは、どのような目的で運動やスポーツをしていますか。

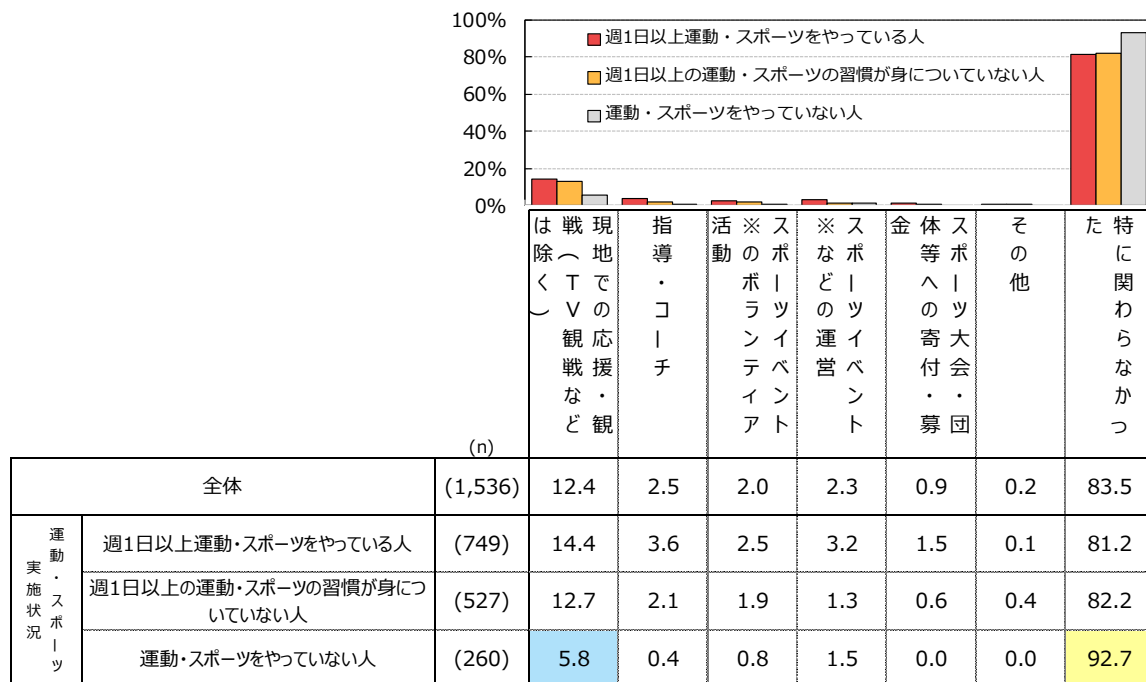
(n=1,276)



※全体との差分 +10% +5% 以上高い -10% -5% 以上低い

「週1日以上運動・スポーツをやっている人」では、「健康・体力づくりのため」が80.9%と突出して高い。「週1日以上運動・スポーツの習慣が身につけていない人」では62.2%であり、20ポイント近い差がある。

図 運動・スポーツの実施状況別 問11 あなたは、この1年間に「自身が運動やスポーツをする」以外に運動やスポーツに関わったことはありましたか。(n=1,536)

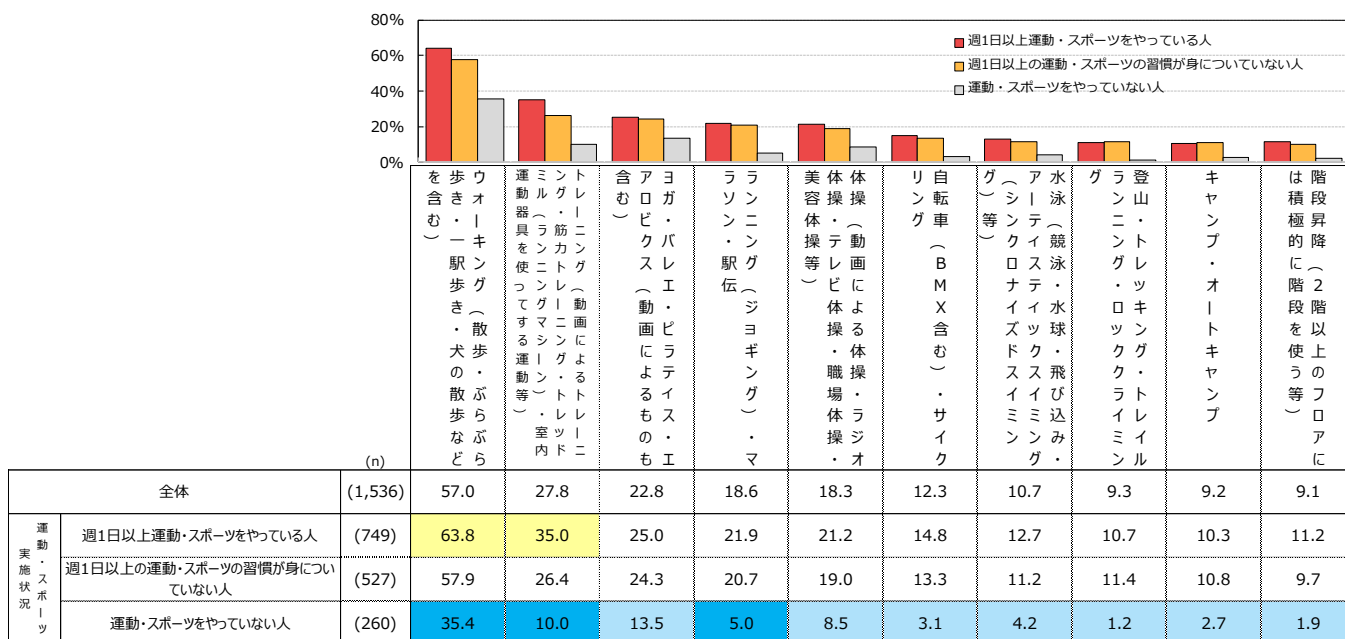


※全体との差分 +10% +5% 以上高い -10% -5% 以上低い

「週1日以上運動・スポーツをやっている人」と「週1日以上運動・スポーツの習慣が身につけていない人」では大きな違いはみられない。「運動・スポーツをやっていない人」では「現地での応援・観戦など」がやや低く、「特に関わらなかった」という方がやや多い。

■クロス集計（運動・スポーツの実施状況別 今後やってみたい運動やスポーツ）

図 運動・スポーツの実施状況別 問 13 今後やってみたい（または今後も続けたい）と思う運動やスポーツ（オンラインや動画を活用し、自宅で取り組むものも含む）は何ですか。（n=1,536）



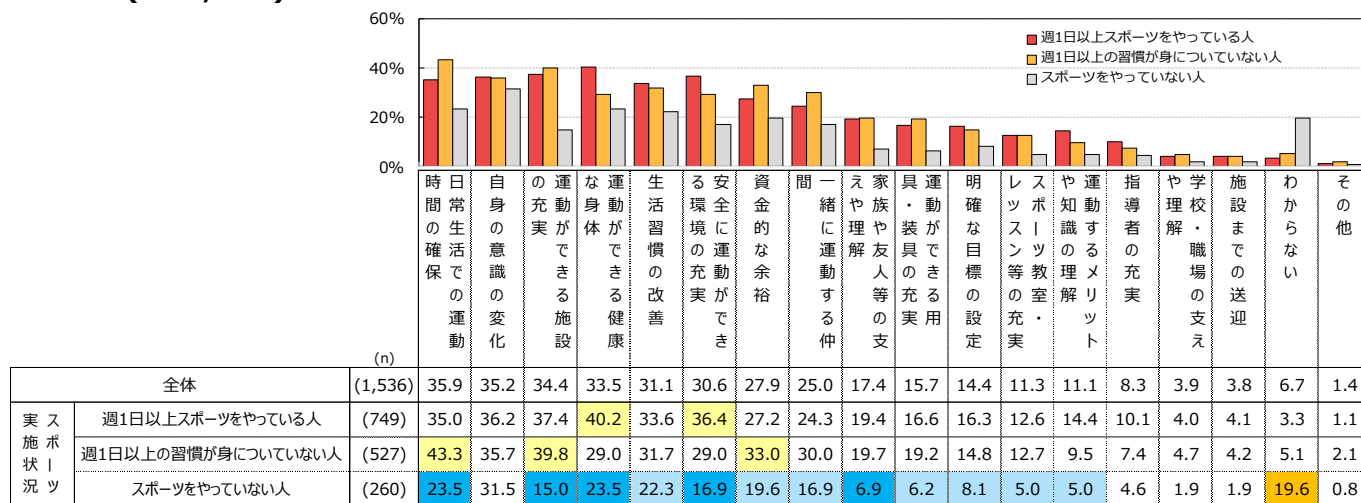
※全体との差分 ■ +10% ■ +5% 以上高い ■ -10% ■ -5% 以上低い

「週1日以上運動・スポーツをやっている人」「週1日以上運動・スポーツの習慣が身につけていない人」では、上位にあがる項目に大きな違いはみられないが、「週1日以上運動・スポーツをやっている人」では、「週1日以上運動・スポーツの習慣が身につけていない人」よりも、「ウォーキング」「トレーニング」の実施意向を持つ人の割合がや多い。

「運動・スポーツをやっていない人」での上位は「ウォーキング」で 35.4%が実施意向を持つ。

■クロス集計（運動・スポーツの実施状況別 運動習慣を身につけるために必要なこと）

図 運動・スポーツの実施状況別 問 14 あなたは、運動習慣を身につけるために必要なことは何だと思いますか。(n=1,536)



※全体との差分 ■ +10% ■ +5% 以上高い ■ -10% ■ -5% 以上低い

「週1日以上運動・スポーツをやっている人」で最も多くあげられたのは「運動ができる健康な身体」（40.2%）である。「週1日以上以上の習慣が身につけていない人」で最も多くあげられたのは「日常生活での運動時間の確保」（43.3%）である。また、「運動ができる施設の充実」（39.8%）が2番目に多い。「スポーツをやっていない人」で最も多くあげられたのは「自身の意識の変化」（31.5%）である。

Ⅲ. 資料編

Q1
必須 あなたは、このところ健康だと思いますか。

- 1.大いに健康
- 2.まあまあ健康
- 3.あまり健康でない
- 4.わからない

次へ

Q2
必須 あなたは、ご自分の体力についてどのように感じていますか。

- 1.体力に自信がある
- 2.体力は普通である
- 3.体力に不安がある
- 4.わからない

次へ

Q3
必須 あなたは普段、運動不足を感じますか。

- 1.大いに感じる
- 2.ある程度感じる
- 3.あまり感じない
- 4.ほとんど（全く）感じない
- 5.わからない

Q4 **必須** あなた自身が行うスポーツ活動に満足していますか。

- 1.十分に満足している
- 2.もっと行いたい
- 3.行いたいができない
- 4.とくに何も思わない

次へ

Q5 **必須** あなたの身体の状況について、（障害の有無、運動の可否）をお答えください。
（いくつでも）

- 1.障害がある（障害者手帳を持っている）
- 2.（この1年間）寝たきり等で運動できる状態にない
- 3.（この1年間）運動することを医者から止められている
- 4.上記のいずれにも当てはまらない

次へ

■あなたの【運動・スポーツの実施状況】についてお伺いします。

Q6 **必須** あなたがこの1年間に行った運動やスポーツ（オンラインや動画を活用し、自宅で取り組んだものも含む）は何ですか。
（いくつでも）

※ただし、学校の体育授業や職業として行ったものは除きます。

- 1.ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩き・犬の散歩などを含む）
- 2.ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝
- 3.トレーニング（動画によるトレーニング・筋力トレーニング・トレッドミル（ランニングマシン）・室内運動器具を使ってする運動等）
- 4.体操（動画による体操・ラジオ体操・テレビ体操・職場体操・美容体操等）
- 5.ヨガ・バレエ・ピラティス・エアロビクス（動画によるものも含む）
- 6.縄跳び
- 7.階段昇降（2階以上のフロアには積極的に階段を使う等）
- 8.陸上競技

- 9.自転車 (BMX含む) ・サイクリング
- 10.ローラースケート・インラインスケート・一輪車
- 11.器械体操・新体操・トランポリン
- 12.ダンス (ヒップホップダンス・フォークダンス・ジャズダンス・社交ダンス・民謡踊り等)
- 13.チャリディング・バトントワリング
- 14.水泳 (競泳・水球・飛び込み・アーティスティックスイミング (シンクロナイズドスイミング) 等)
- 15.アクアエクササイズ・水中ウォーキング
- 16.野球 (硬式・軟式等)
- 17.ソフトボール
- 18.キャッチボール
- 19.テニス・ソフトテニス
- 20.バドミントン
- 21.卓球 (ラージボール含む)
- 22.ゴルフ (コースでのラウンド)
- 23.ゴルフ (練習場・シミュレーションゴルフ)
- 24.グラウンドゴルフ・パークゴルフ・マレットゴルフ・スナッグゴルフ・ディスクゴルフ・バターゴルフ等
- 25.バレーボール・ビーチバレー・ソフトバレーボール
- 26.バスケットボール・ポトボール
- 27.ドッジボール
- 28.ハンドボール・その他屋内球技
- 29.サッカー
- 30.フットサル
- 31.ラグビー・アメリカンフットボール・タグラグビー
- 32.グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技
- 33.ボウリング
- 34.ゲートボール
- 35.レクリエーションスポーツ (ティーボール・フライングディスク・インディアカ・スポーツチャンバラ・ユニカール・アルティメット・キンボール・シャフルボード・ベタンク・綱引き・ダーツ・スポーツ吹き矢等)
- 36.レスリング・相撲・ボクシング
- 37.テコンドー・太極拳・合気道
- 38.柔道
- 39.剣道・居合道・なぎなた・銃剣道
- 40.空手・少林拳法
- 41.登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング
- 42.フリークライミング・ボルダリング
- 43.キャンプ・オートキャンプ
- 44.ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング
- 45.ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング・ドラゴンボート
- 46.ヨット・水上スキー・ウエイクボード・水上バイク・ジェットスキー
- 47.スクーバダイビング・スキンドайビング・フリーダイビング・シュノーケリング
- 48.サーフィン・ボディボード・ボードセーリング・ウィンドサーフィン・スタンドアップパドルボート (SUP)
- 49.釣り
- 50.スキー
- 51.スノーボード
- 52.クロスカンリースキー・スノーシュー
- 53.アイススケート・アイスホッケー・カーリング
- 54.アーチェリー・弓道・射撃・クレー射撃
- 55.グライダー・ハンングライダー・パラグライダー・スカイダイビング
- 56.乗馬
- 57.障害者スポーツ 競技名:
- 58.その他:
- 59.この1年間に運動・スポーツはしなかった
- 60.わからない

Q6-1 ■前問で「この1年間に運動・スポーツはしなかった」とお答えの方にお伺いします■

必須

この1年間に、運動やスポーツをしなかったのはどのような理由からですか。
(いくつでも)

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 1.身体が弱くてできないから | <input type="checkbox"/> 7.周囲（家族・職場など）の理解がないから |
| <input type="checkbox"/> 2.歳をとったから | <input type="checkbox"/> 8.機会がないから |
| <input type="checkbox"/> 3.場所・施設がないから | <input type="checkbox"/> 9.運動やスポーツをしたいとは思わないから |
| <input type="checkbox"/> 4.仲間がないから | <input type="checkbox"/> 10.仕事（育児・介護を含む）が忙しくて時間がないから |
| <input type="checkbox"/> 5.指導者がいないから | <input type="checkbox"/> 11.その他 具体的に： <input type="text"/> |
| <input type="checkbox"/> 6.お金がかかるから | |

次へ

■次のQ7～Q10は、この1年間に運動・スポーツをされた方（前問で「1」～「58」のいずれか1つ以上を回答された方）のみにお伺いします。

Q7 前問で回答された運動やスポーツを行った日数を全部合わせると、1年間に何日くらいになりますか。

必須

- 週に3日以上（年101日以上）
- 週に1～2日（年51～100日）
- 月に1～3日（年12～50日）
- 3か月に1～3日（年4～11日）
- 年に1～3日
- わからない

Q8
必須

運動やスポーツを1回あたり平均何時間くらいしていますか。

- 30分未満
- 1時間くらい
- 2時間くらい
- 3時間くらい
- 4時間くらい
- 5時間くらい
- 6時間くらい
- 7時間以上

次へ

Q9
必須

あなたは、どのような目的で運動やスポーツをしていますか。
(いくつでも)

- 1.健康・体力づくりのため
- 2.楽しみ・気晴らしとして（気分転換）
- 3.運動不足解消のため
- 4.精神の修養や訓練のため
- 5.自己の記録や能力を向上させるため
- 6.友人・仲間との交流（仲間づくり）
- 7.家族のふれあいとして
- 8.美容や肥満解消のため
- 9.わからない
- 10.その他 具体的に：

Q10 あなたは、どのような場所で運動やスポーツをしていますか。
必須 (いくつでも)

- 1. 区市町の公共施設
- 2. 民間の施設
- 3. 自治会の施設
- 4. 小・中・高等学校の施設
- 5. 企業の施設
- 6. 大学の施設
- 7. 自宅内
- 8. 自宅の周辺（公園、道路など）
- 9. その他 具体的に：

次へ

Q10-1 ■前問で「自宅内」以外で運動やスポーツをしているとお答えの方にお伺いします■
必須

あなたは、どのような手段でスポーツする場所に行かれますか。
(いくつでも)

- 1. 徒歩
- 2. 自転車
- 3. 自動車・自動二輪（原付も含む）
- 4. 公共交通機関
- 5. その他 具体的に：

Q11 **必須** あなたは、この1年間に「自身が運動やスポーツをする」以外に運動やスポーツに関わったことはありましたか。
(いくつでも)

- 1.現地での応援・観戦 (TV観戦などは除く)
- 2.指導・コーチ
- 3.スポーツイベント※などの運営
- 4.スポーツイベント※のボランティア活動
- 5.スポーツ大会・団体等への寄付・募金
- 6.その他 具体的に：
- 7.特に関わらなかった

※スポーツイベント：運動会・サークル活動・スポーツ少年団の練習や試合等も含む

次へ

Q12 **必須** あなたは、どんなきっかけや動機づけ (モチベーション) があれば、スポーツに関するボランティア活動を行ったり続けたりすると思いますか。
(いくつでも)

- 1.好きなスポーツの普及・支援
- 2.地域での居場所、役割、生きがい
- 3.出会い・交流の場
- 4.指導・大会運営スキルの取得・活用
- 5.社会貢献
- 6.顕彰や表彰
- 7.その大会・クラブ等への家族・友人の参加
- 8.交通費等実費程度の報酬
- 9.特に動機づけは必要ない
- 10.その他：
- 11.どんなきっかけや動機づけがあっても、しない・できない
- 12.わからない

Q13 今後やってみたい（または今後も続けたい）と思う運動やスポーツ（オンラインや動画を活用し、自宅で取り組むものも含む）は何ですか。（いくつでも）

- 1.ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩き・犬の散歩などを含む）
- 2.ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝
- 3.トレーニング（動画によるトレーニング・筋力トレーニング・トレッドミル（ランニングマシン）・室内運動器具を使ってする運動等）
- 4.体操（動画による体操・ラジオ体操・テレビ体操・職場体操・美容体操等）
- 5.ヨガ・バレエ・ピラティス・エアロビクス（動画によるものも含む）
- 6.縄跳び
- 7.階段昇降（2階以上のフロアには積極的に階段を使う等）
- 8.陸上競技
- 9.自転車（BMX含む）・サイクリング
- 10.ローラースケート・インラインスケート・一輪車
- 11.器械体操・新体操・トランポリン
- 12.ダンス（ヒップホップダンス・フォークダンス・ジャズダンス・社交ダンス・民謡踊り等）
- 13.チアリーディング・バントフリング
- 14.水泳（競泳・水球・飛び込み・アーティスティックスイミング（シンクロナイズドスイミング）等）
- 15.アクアエクササイズ・水中ウォーキング
- 16.野球（硬式・軟式等）
- 17.ソフトボール
- 18.キャッチボール
- 19.テニス・ソフトテニス
- 20.バドミントン
- 21.卓球（ラージボール含む）
- 22.ゴルフ（コースでのラウンド）
- 23.ゴルフ（練習場・シミュレーションゴルフ）
- 24.グラウンドゴルフ・パークゴルフ・マレットゴルフ・スナッグゴルフ・ディスクゴルフ・パターゴルフ等
- 25.バレーボール・ビーチバレー・ソフトバレーボール
- 26.バスケットボール・ポートボール
- 27.ドッジボール
- 28.ハンドボール・その他屋内球技

- 29.サッカー
- 30.フットサル
- 31.ラグビー・アメリカンフットボール・タグラグビー
- 32.グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技
- 33.ボウリング
- 34.ゲートボール
- 35.レクリエーションスポーツ（ティールボール・フライングディスク・インディアカ・スポーツチャンバラ・ユニカール）
- 36.レスリング・相撲・ボクシング
- 37.テコンドー・太極拳・合気道
- 38.柔道
- 39.剣道・居合道・なぎなた・銃剣道
- 40.空手・少林寺拳法
- 41.登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング
- 42.フリークライミング・ボルダリング
- 43.キャンプ・オートキャンプ
- 44.ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング
- 45.ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング・ドラゴンボート
- 46.ヨット・水上スキー・ウェイクボード・水上バイク・ジェットスキー
- 47.スクーバダイビング・スキンドайビング・フリーダイビング・シュノーケリング
- 48.サーフィン・ボディボード・ボードセーリング・ウィンドサーフィン・スタンドアップパドルボート（SUP）
- 49.釣り
- 50.スキー
- 51.スノーボード
- 52.クロスカントリースキー・スノーシュー
- 53.アイススケート・アイスホッケー・カーリング
- 54.アーチェリー・弓道・射撃・クレー射撃
- 55.グライダー・ハンググライダー・パラグライダー・スカイダイビング
- 56.乗馬
- 57.障害者スポーツ 競技名：
- 58.その他：
- 59.今後行ってみたい運動やスポーツはない
- 60.わからない

Q14 あなたは、運動習慣を身につけるために必要なことは何だと思いますか。
必須 (いくつでも)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1.運動ができる施設の充実 | <input type="checkbox"/> 10.家族や友人等の支えや理解 |
| <input type="checkbox"/> 2.運動ができる用具・装具の充実 | <input type="checkbox"/> 11.学校・職場の支えや理解 |
| <input type="checkbox"/> 3.安全に運動ができる環境の充実 | <input type="checkbox"/> 12.運動するメリットや知識の理解 |
| <input type="checkbox"/> 4.指導者の充実 | <input type="checkbox"/> 13.生活習慣の改善 |
| <input type="checkbox"/> 5.スポーツ教室・レッスン等の充実 | <input type="checkbox"/> 14.明確な目標の設定 |
| <input type="checkbox"/> 6.日常生活での運動時間の確保 | <input type="checkbox"/> 15.自身の意識の変化 |
| <input type="checkbox"/> 7.施設までの送迎 | <input type="checkbox"/> 16.運動ができる健康な身体 |
| <input type="checkbox"/> 8.資金的な余裕 | <input type="checkbox"/> 17.わからない |
| <input type="checkbox"/> 9.一緒に運動する仲間 | <input type="checkbox"/> 18.その他 具体的に： <input type="text"/> |

次へ

Q15 あなたは、区市町の体育館・プール・テニスコートなどの公共スポーツ施設について、何か望む
必須 ことがありますか。
(いくつでも)

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1.指導者の配置・紹介 | <input type="checkbox"/> 8.会議室等の交流施設の充実 |
| <input type="checkbox"/> 2.初心者向けのスポーツ教室・行事の充実 | <input type="checkbox"/> 9.宿泊機能の充実 |
| <input type="checkbox"/> 3.利用手続き、料金の支払い方法などの簡素化 | <input type="checkbox"/> 10.託児施設の充実 |
| <input type="checkbox"/> 4.利用時間の拡大 | <input type="checkbox"/> 11.アフタースポーツのための施設（レストラン・ショッピングエリア等）の充実 |
| <input type="checkbox"/> 5.利用案内などの広報の充実 | <input type="checkbox"/> 12.身近な場で利用できるよう、施設数の増加 |
| <input type="checkbox"/> 6.健康やスポーツに関する情報の充実 | <input type="checkbox"/> 13.多言語対応、バリアフリー等の充実 |
| <input type="checkbox"/> 7.施設備品・設備（シャワールーム等を含む）の充実 | <input type="checkbox"/> 14.感染症予防対策等の充実 |
| | <input type="checkbox"/> 15.その他 具体的に： <input type="text"/> |
| | <input type="checkbox"/> 16.特にない |

Q16 あなたは、以下の大会が滋賀県で開催されることを知っていますか。
必須 知っている大会を選択してください。
(いくつでも)

- 1.ワールドマスターズゲームズ2021関西 (2021年に滋賀県を含む関西広域で開催予定)
- 2.国民体育大会 (2023年以降国民スポーツ大会に改称、2024年に滋賀県で開催予定)
- 3.全国障害者スポーツ大会 (2024年に滋賀県で開催予定)
- 4.どれも知らない

次へ

Q17 あなたは、新型コロナウイルス感染症による外出自粛をきっかけに、新たに運動やスポーツ (オンラインや動画を活用し、自宅で取り組んだものも含む) を始めましたか。

- 1.新たに運動やスポーツを始めた
- 2.あまり変わらない
- 3.運動やスポーツをしなくなった

次へ

Q17-1 ■前問で「新たに運動やスポーツを始めた」とお答えの方にお伺いします■

必須

あなたは、新型コロナウイルス感染症による外出自粛をきっかけに、どのような運動やスポーツ (オンラインや動画を活用し、自宅で取り組んだものも含む) を始められましたか。
(始められた内容や感想等を以下に記載してください)