

## 体力・スポーツに関する世論調査

調査時期：平成 25 年 1 月 10 日から平成 25 年 1 月 20 日  
調査対象：全国 20 歳以上の者 3,000 人  
回収結果：1,897 人 (63.2%)

---

Q 1 【回答票 1】あなたは、このところ健康だと思いますか。この中から 1 つだけお答えください。

- (55.1) (ア) 健康である
- (32.1) (イ) どちらかといえば健康である
- ( 7.8) (ウ) どちらかといえば健康でない
- ( 4.9) (エ) 健康でない
- ( 0.2)        わからない

---

Q 2 【回答票 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。この中から 1 つだけお答えください。

- (14.8) (ア) 体力に自信がある
- (47.1) (イ) どちらかといえば体力に自信がある
- (30.9) (ウ) どちらかといえば体力に不安がある
- ( 7.2) (エ) 体力に不安がある
- ( 0.1)        わからない

---

Q 3 【回答票 3】あなたは、普段、運動不足を感じますか。この中から 1 つだけお答えください。

- (31.5) (ア) 大いに感じる
- (43.2) (イ) ある程度感じる
- (17.0) (ウ) あまり感じない
- ( 8.3) (エ) ほとんど（全く）感じない
- ( 0.1)        わからない

Q 4 【回答票4】 この中にあなたがこの1年間に行った運動やスポーツがあれば全部あげてください。  
学校の体育の授業として行ったものや、職業として行ったものは除きます。(M. A.)

- ( 8.0) (ア) キャッチボール, ドッジボール
- (30.8) (イ) 体操 (ラジオ体操, 職場体操, 美容体操, エアロビクス, 縄跳びを含む)
- (50.8) (ウ) ウォーキング (歩け歩け運動, 散歩などを含む)
- ( 4.0) (エ) 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, 車いすダンスを含む)
- (12.7) (オ) ボウリング
- ( 4.5) (カ) ニュースポーツ (ゲートボール, グラウンドゴルフ, インディアカなどを含む)
- (12.7) (キ) ランニング (ジョギング)
- ( 9.4) (ク) 水泳
- ( 8.8) (ケ) 室内運動器具を使ってする運動
- ( 5.9) (コ) スキー, スノーボード
- ( 1.5) (サ) スケート
- ( 6.5) (シ) 登山 (クライミングを含む)
- ( 4.3) (ス) キャンプ, オートキャンプ
- ( 5.4) (セ) ハイキング, ワンダーフォーゲル, オリエンテーリング
- ( 3.6) (ソ) ボート, ヨット, ボードセーリング, スキンダイビング, スクーバダイビング, カヌー, 水上バイク, サーフィン, 釣り
- ( 9.3) (タ) ゴルフ
- ( 0.1) (チ) グライダー, ハンググライダー, スカイダイビング, パラグライダー
- ( 6.4) (ツ) サイクリング, モーター (サイクル) スポーツ
- ( 0.9) (テ) 陸上競技
- ( 1.3) (ト) 柔道, 剣道, 空手, すもう, ボクシング, レスリング
- ( 0.4) (ナ) 弓道, アーチェリー
- ( 5.3) (ニ) 野球, ソフトボール
- ( 4.9) (ヌ) サッカー, フットサル (ブラインドサッカーを含む)
- ( 5.2) (ネ) バレーボール, バasketボール (シッティングバレーボール, 車いすバスケ  
ットボールを含む)
- ( 9.3) (ノ) テニス, ソフトテニス, バドミントン, 卓球 (車いすテニスを含む)
- ( 2.0) その他 ( )
- (19.1) 運動やスポーツはしなかった
- ( — ) わからない  → (次ページのSQ bへ)

(M. T. = 232.9)

【Q4で(ア)～(ノ),「その他」と答えた方に】

S Q a 1 【回答票5】その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。この中から1つだけお答えください。

(N=1,534)

- (30.1) (ア) 週に3日以上 (年151日以上)
- (28.6) (イ) 週に1～2日 (年51日～150日)
- (22.6) (ウ) 月に1～3日 (年12日～50日)
- (10.0) (エ) 3か月に1～2日 (年4日～11日)
- (7.2) (オ) 年に1～3日
- (1.4) (ノ) わからない

S Q a 2 【回答票6】あなたが運動やスポーツをしたのはどのような理由からですか。この中からいくつでもあげてください。(M. A.)

(N=1,534)

- (56.4) (ア) 健康・体力づくりのため
- (49.0) (イ) 楽しみ, 気晴らしとして
- (43.8) (ウ) 運動不足を感じるから
- (4.6) (エ) 精神の修養や訓練のため
- (4.4) (オ) 自己の記録や能力を向上させるため
- (15.0) (カ) 家族のふれあいとして
- (32.3) (キ) 友人・仲間との交流として
- (14.9) (ク) 美容や肥満解消のため
- (1.5) (コ) その他 ( )
- (1.2) (ノ) わからない

(M. T. = 223.1)

(ここまで聞いたら次ページのQ5へ)

【Q4で「運動やスポーツはしなかった」,「わからない」と答えた方に】

S Q b 【回答票7】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。この中からいくつでもあげてください。(M. A.)

(N=363)

- (50.7) (ア) 仕事(家事・育児)が忙しくて時間がないから
- (15.2) (イ) 体が弱いから
- (20.4) (ウ) 年をとったから
- (3.3) (エ) 場所や施設がないから
- (6.1) (オ) 仲間がいないから
- (1.1) (カ) 指導者がいないから
- (6.9) (キ) 金がかかるから
- (13.5) (ク) 運動・スポーツは好きではないから
- (5.5) (コ) その他 ( )
- (3.0) (ノ) 機会がなかった
- (8.5) (ニ) 特に理由はない
- (0.3) (ヒ) わからない

(M. T. = 134.4)

【全員に】

Q 5 【回答票 8】現在行っているものを含めて、今後行ってみたいと思う運動やスポーツがありますか。  
この中からいくつでもあげてください。(M. A.)

- ( 5.9) (ア) キャッチボール, ドッジボール
- (30.4) (イ) 体操 (ラジオ体操, 職場体操, 美容体操, エアロビクス, 縄跳びを含む)
- (53.9) (ウ) ウォーキング (歩け歩け運動, 散歩などを含む)
- ( 7.2) (エ) 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, 車いすダンスを含む)
- (10.2) (オ) ボウリング
- ( 4.1) (カ) ニュースポーツ (ゲートボール, グラウンドゴルフ, インディアカなどを含む)
- (15.0) (キ) ランニング (ジョギング)
- (20.6) (ク) 水泳
- (11.4) (ケ) 室内運動器具を使ってする運動
- (10.3) (コ) スキー, スノーボード
- ( 1.7) (サ) スケート
- (10.9) (シ) 登山 (クライミングを含む)
- ( 6.6) (ス) キャンプ, オートキャンプ
- ( 8.5) (セ) ハイキング, ワンダーフォーゲル, オリエンテーリング
- ( 5.5) (ソ) ボート, ヨット, ボードセーリング, スキンダイビング, スクーバダイビング, カヌー, 水上バイク, サーフィン, 釣り
- (12.3) (タ) ゴルフ
- ( 1.9) (チ) グライダー, ハンググライダー, スカイダイビング, パラグライダー
- ( 7.5) (ツ) サイクリング, モーター (サイクル) スポーツ
- ( 1.2) (テ) 陸上競技
- ( 2.9) (ト) 柔道, 剣道, 空手, すもう, ボクシング, レスリング
- ( 1.8) (ナ) 弓道, アーチェリー
- ( 6.3) (ニ) 野球, ソフトボール
- ( 4.9) (ヌ) サッカー, フットサル (ブラインドサッカーを含む)
- ( 6.5) (ネ) バレーボール, バスケットボール (シッティングバレーボール, 車いすバスケットボールを含む)
- (14.3) (ノ) テニス, ソフトテニス, バドミントン, 卓球 (車いすテニスを含む)
- ( 2.2) その他 ( )
- (11.2) 今後行いたいものはない
- ( 0.4) わからない

(M. T. = 275.8)

Q 6 【回答票 9】あなたは、運動やスポーツを行うにあたって、どのようなスポーツ指導者が必要だと思えますか。この中からいくつでもあげてください。(M. A.)

- (51.9) (ア) スポーツの楽しみ方やスポーツへの興味・関心がわくような指導ができる人
- (40.7) (イ) 健康・体力づくりのための運動やスポーツの指導ができる人
- (21.0) (ウ) 障害者や高齢者のスポーツの指導ができる人
- (13.5) (エ) 青少年のスポーツ活動を積極的に進めることができる人
- (10.5) (オ) 競技力向上のための高度な技術の指導ができる人
- (12.2) (カ) スポーツイベント(大会や教室など)の企画や運営ができる人
- (25.6) (キ) 年間を通して定期的に指導ができる人
- (6.5) (ク) いろいろなニュースポーツ(ゲートボール, グラウンドゴルフ, インディアカなど)の指導ができる人
- (16.4) (ケ) 指導に関する資格を持っている人
- (17.5) (コ) 特にない
- (0.8) その他( )
- (2.0) わからない

(M. T. = 218.7)

---

Q 7 【回答票 10】あなたは、市町村立体育館、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。この中からいくつでもあげてください。(M. A.)

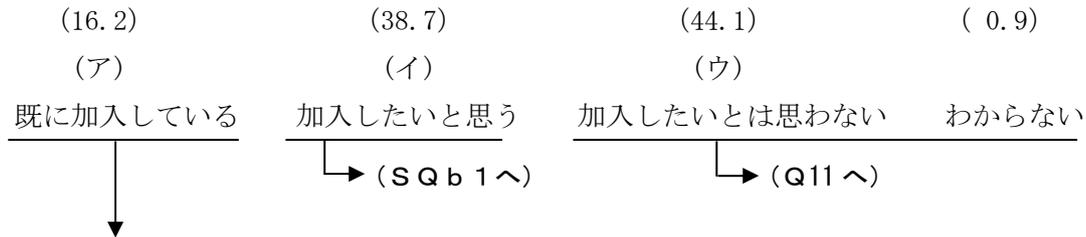
- (34.2) (ア) 身近で利用できるよう、施設数の増加
- (9.1) (イ) 指導者の配置
- (21.6) (ウ) 初心者向けのスポーツ教室やスポーツ行事の充実
- (22.0) (エ) 利用手続き, 料金の支払い方法などの簡略化
- (22.9) (オ) 利用時間帯の拡大(早朝, 夜間など)
- (14.2) (カ) 利用案内など広報の充実
- (8.8) (キ) アフタースポーツのための施設(レストラン, シャワールームなど)の充実
- (16.1) (ク) 高齢者や障害者に配慮した施設・設備の整備
- (10.4) (ケ) 健康やスポーツに関する情報の充実
- (9.4) (コ) 託児施設の充実
- (29.4) (サ) 特にない
- (1.9) その他( )
- (1.4) わからない

(M. T. = 201.3)



【全員に】

Q10 【回答票 14】 自分の好きな運動やスポーツのクラブ、同好会があれば、あなたは加入したいと思いますか、加入したいとは思いませんか。



【Q10で「(ア) 既に参加している」と答えた方に】

SQ a 1 【回答票 15】 それは、どのようなクラブや同好会ですか。この中からいくつでもあげてください。(M. A.)

(N=307)

(17.3) (ア) 職場のクラブや同好会

( 7.2) (イ) 学校のクラブや同好会

(13.4) (ウ) おおむね同じ県内の人が入っているクラブや同好会

(49.5) (エ) おおむね同じ市町村内の人が入っている地域のクラブや同好会  
(総合型地域スポーツクラブを含む)

(22.1) (オ) 民間スポーツ施設などが開設している会員制のクラブ

( 4.2) その他 ( )

( ー ) わからない

▼ (M. T. = 113.7)

(次ページのSQ a 2へ)

S Q a 2 【回答票 16】その運動やスポーツの種目はなんですか。この中からいくつでもあげてください。(M. A.)

(N=307)

- ( 1.3) (ア) キャッチボール, ドッジボール
- (20.2) (イ) 体操 (ラジオ体操, 職場体操, 美容体操, エアロビクス, 縄跳びを含む)
- (12.7) (ウ) ウォーキング (歩け歩け運動, 散歩などを含む)
- ( 7.5) (エ) 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, 車いすダンスを含む)
- ( 3.6) (オ) ボウリング
- ( 9.8) (カ) ニュースポーツ (ゲートボール, グラウンドゴルフ, インディアカなどを含む)
- ( 4.2) (キ) ランニング (ジョギング)
- ( 7.8) (ク) 水泳
- ( 9.4) (ケ) 室内運動器具を使ってする運動
- ( 1.6) (コ) スキー, スノーボード
- ( 0.3) (サ) スケート
- ( 3.9) (シ) 登山 (クライミングを含む)
- ( 0.7) (ス) キャンプ, オートキャンプ
- ( 2.9) (セ) ハイキング, ワンダーフォーゲル, オリエンテーリング
- ( 1.3) (ソ) ボート, ヨット, ボードセーリング, スキンダイビング, スクーバダイビング, カヌー, 水上バイク, サーフィン, 釣り
- (10.7) (タ) ゴルフ
- ( ー) (チ) グライダー, ハンググライダー, スカイダイビング, パラグライダー
- ( 1.0) (ツ) サイクリング, モーター (サイクル) スポーツ
- ( 1.3) (テ) 陸上競技
- ( 2.3) (ト) 柔道, 剣道, 空手, すもう, ボクシング, レスリング
- ( 0.7) (ナ) 弓道, アーチェリー
- (11.1) (ニ) 野球, ソフトボール
- ( 7.2) (ヌ) サッカー, フットサル (ブラインドサッカーを含む)
- ( 9.4) (ネ) バレーボール, バスケットボール (シッティングバレーボール, 車いすバスケットボールを含む)
- ▼ (18.6) (ノ) テニス, ソフトテニス, バドミントン, 卓球 (車いすテニスを含む)
- ( 5.2) その他 ( )
- ( ー) わからない

(M. T. = 154.7)

S Q a 3 【回答票 17】そのクラブや同好会に加入した動機は何でしょうか。この中からいくつでもあげてください。(M. A.)

(N=307)

- (30.6) (ア) 継続してできるから
- (11.1) (イ) 場所が優先的に利用できるから
- (10.1) (ウ) 施設用具などが完備しているから
- (17.6) (エ) 指導者がいるから
- (50.5) (オ) 親睦のため (仲間ができるから)
- (59.3) (カ) 健康・体力づくりのため
- (38.8) (キ) 好きなスポーツ活動ができるから
- ( 9.8) (ク) 技術を習得できるから
- ( 8.1) (ケ) 親子や家族で参加できるから
- (30.3) (コ) 地域の人達と交流できるから
- ( 2.3) その他 ( )
- ( 0.7) 特にない
- ( 1.0) わからない

(M. T. = 270.0)

(ここまで聞いたらQ11へ)

【Q10で「(イ) 加入したいと思う」と答えた方に】

S Q b 1 【回答票 18】それは、どのようなクラブや同好会ですか。この中からいくつでもあげてください。(M. A.)

(N=735)

- |   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| (18.1) (ア) 職場のクラブや同好会   | (28.4) (オ) 民間スポーツ施設などが開設している会員制のクラブ |
| (6.4) (イ) 学校のクラブや同好会  |                                     |
| (18.5) (ウ) おおむね同じ県内の人<br>加入しているクラブや同好会                            | (0.5) その他 ( )<br>(2.3) わからない        |
| (59.7) (エ) おおむね同じ市町村内の人<br>が加入している地域のクラブや同好会<br>(総合型地域スポーツクラブを含む) |                                     |

(M. T. = 134.0)

S Q b 2 【回答票 19】その運動やスポーツの種目はなんですか。この中からいくつでもあげてください。(M. A.)

(N=735)

- (2.6) (ア) キャッチボール, ドッジボール
- (27.2) (イ) 体操 (ラジオ体操, 職場体操, 美容体操, エアロビクス, 縄跳びを含む)
- (23.9) (ウ) ウォーキング (歩け歩け運動, 散歩などを含む)
- (16.9) (エ) 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, 車いすダンスを含む)
- (7.5) (オ) ボウリング
- (3.5) (カ) ニュースポーツ (ゲートボール, グラウンドゴルフ, インディアカなどを含む)
- (7.5) (キ) ランニング (ジョギング)
- (19.7) (ク) 水泳
- (13.6) (ケ) 室内運動器具を使ってする運動
- (5.7) (コ) スキー, スノーボード
- (1.2) (サ) スケート
- (8.2) (シ) 登山 (クライミングを含む)
- (3.7) (ス) キャンプ, オートキャンプ
- (7.3) (セ) ハイキング, ワンダーフォーゲル, オリエンテーリング
- (4.8) (ソ) ボート, ヨット, ボードセーリング, スキンダイビング, スクーバダイビング, カヌー, 水上バイク, サーフィン, 釣り
- (10.7) (タ) ゴルフ
- (1.8) (チ) グライダー, ハンググライダー, スカイダイビング, パラグライダー
- (5.6) (ツ) サイクリング, モーター (サイクル) スポーツ
- (1.0) (テ) 陸上競技
- (4.5) (ト) 柔道, 剣道, 空手, すもう, ボクシング, レスリング
- (2.6) (ナ) 弓道, アーチェリー
- (7.2) (ニ) 野球, ソフトボール
- (6.7) (ヌ) サッカー, フットサル (ブラインドサッカーを含む)
- (8.8) (ネ) バレーボール, バスケットボール (シッティングバレーボール, 車いすバスケットボールを含む)
- (17.4) (ノ) テニス, ソフトテニス, バドミントン, 卓球 (車いすテニスを含む)
- (2.0) その他 ( )
- (2.2) わからない

(M. T. = 223.8)



Q14 【回答票 23】あなたはオリンピック・パラリンピック競技大会やサッカー、テニスなどのスポーツの国際大会での日本選手の活躍にどのくらい関心を持っていますか。この中から1つだけお答えください。

- |                     |                          |
|---------------------|--------------------------|
| (48.3) (ア) 非常に関心がある | ( 2.8) (エ) ほとんど(全く)関心がない |
| (40.5) (イ) やや関心がある  | ( 0.1) わからない             |
| ( 8.2) (ウ) あまり関心がない |                          |

---

Q15 【回答票 24】あなたは、日本選手がオリンピック・パラリンピック競技大会などで活躍するためには、どのような公的援助が必要だと思えますか。この中からいくつでもあげてください。(M. A.)

- (32.8) (ア) 科学的なトレーニングなどの研究の充実と活用を図る
- (58.1) (イ) 国などが、施設の充実したトレーニング施設(ナショナルトレーニングセンター)を充実させる
- (36.8) (ウ) 優れた選手の表彰や年金などを充実させる
- (58.3) (エ) 選手のトレーニングや海外遠征などに経済的な援助を行う
- (38.8) (オ) コーチ、トレーナーなど指導者の養成を図る
- ( 2.4) (カ) 公的な援助は必要ない
- ( 0.4) その他 ( )
- ( 5.2) わからない
- (M. T. = 232.7)

---

Q16 【回答票 25】あなたは、オリンピック・パラリンピック競技大会や世界選手権大会などの国際大会を我が国で開催することについてどう思いますか。この中から1つだけお答えください。

- (64.2) (ア) 好ましい
- (27.8) (イ) どちらかといえば好ましい
- ( 4.3) (ウ) どちらかといえば好ましくない
- ( 2.0) (エ) 好ましくない
- ( 1.7) わからない

Q17 【回答票 26】 スポーツをもっと振興させるために、国や県または市町村に今後どのようなことに力を入れてもらいたいと思いますか。この中からいくつでもあげてください。(M. A.)

- (35. 4) (ア) 各種スポーツ行事・大会・教室の開催
- (29. 1) (イ) 地域のクラブやサークルの育成
- (23. 9) (ウ) スポーツによる出会いや交流の促進
- (34. 9) (エ) スポーツ指導者の養成
- (20. 6) (オ) スポーツに関する広報活動
- (35. 5) (カ) 学校体育施設の開放・整備
- (23. 4) (キ) 野外スポーツ活動施設の整備
- (12. 9) (ク) 野外を除く各種スポーツ施設の整備
- (18. 8) (ケ) スポーツに関する国際交流の振興
- (12. 2) (コ) スポーツに関する科学的研究の促進
- (18. 1) (サ) スポーツボランティアの支援
- (33. 3) (シ) 年齢層にあったスポーツ・レクリエーションプログラムの開発普及
- (18. 7) (ス) 障害者のスポーツ・レクリエーション活動の推進
- (19. 0) (セ) 運動量の目安となる指針・基準の策定や健康・体力相談体制の整備
- (16. 8) (ソ) スポーツに係る事故・外傷・障害の防止
- ( 3. 7) (タ) 力を入れてもらいたいものはない
- ( 1. 1) その他 ( )
- ( 4. 1) わからない

(M. T. = 361. 5)

最後に、この回答を統計的に分析するために、あなたご自身のことについて伺います。

<フェイス・シート>

F 1 【性】 (47.0) 男性 (53.0) 女性

F 2 【年齢】あなたのお年は満でおいくつですか。

(実年齢を記入し、下の該当する項目に○をつける)

--	--	--

 歳

- |        |         |        |         |
|--------|---------|--------|---------|
| ( 4.1) | 20～24 歳 | ( 7.4) | 50～54 歳 |
| ( 4.8) | 25～29 歳 | ( 9.1) | 55～59 歳 |
| ( 5.9) | 30～34 歳 | (12.1) | 60～64 歳 |
| ( 8.4) | 35～39 歳 | (10.9) | 65～69 歳 |
| ( 9.1) | 40～44 歳 | (18.6) | 70 歳以上  |
| ( 9.5) | 45～49 歳 |        |         |

F 3 【従業上の地位】〔回答票 27〕あなたのお仕事についてお伺いします。あなたは、この中のどれにあたりますか。

(48.8) (ア) 雇用者 (役員を含む)

(10.2) (イ) 自営業主 (家庭内職者を含む)

( 2.7) (ウ) 家族従業者

(38.3) (エ) 無職 (主婦, 学生を含む) → (SQ b へ)

SQ a 【職 業】あなたのお仕事の内容は何ですか。

(具体的に記入して、下の該当する項目に○をする)

--

(N=1, 171)

- |        |        |        |              |
|--------|--------|--------|--------------|
| ( 5.1) | 管 理 職  | (29.9) | 販売・サービス・保安職  |
| (13.1) | 専門・技術職 | ( 5.6) | 農林漁業職        |
| (22.9) | 事 務 職  | (23.5) | 生産・輸送・建設・労務職 |

SQ b 【主婦, その他の無職】あなたは主婦ですか。【調査員注：女性のみ聞く】

(N=726)

- |        |     |        |        |
|--------|-----|--------|--------|
| (57.7) | 主 婦 | (42.3) | その他の無職 |
|--------|-----|--------|--------|