



スポーツ庁

女性のスポーツ実施率向上のための 取組について

平成30年3月26日
スポーツ庁

1. 女性のスポーツ実施率、体力・運動能力 の現状について

スポーツ実施率

- 全体の平均では、女性のスポーツ実施率（50.2％）は、男性（53.4％）よりも低い。
- 女性と男性のスポーツ実施率の比較においては、20代から40代は男性と比較して9ポイント程度低いが、50代ではほぼ変わらず、60代～70代では女性が男性を上回るという結果となっている。
- 40代女性は全属性の中でいちばんスポーツ実施率が低い。
- 平成28年度と平成29年度に比較において、10代（18歳、19歳）～30代の女性は10ポイント以上上昇しており、特に20代女性は17.6ポイント上昇している。

年代別運動実施率 週1日以上	n=20,000		(%)
	全体	男性	女性
全年代平均	51.8 (42.7)	53.4 (44.3)	50.2 (41.1)
10代	63.3 (49.8)	67.5 (55.1)	58.8 (44.2)
20代	50.0 (34.5)	54.3 (40.8)	45.4 (27.8)
30代	45.4 (32.5)	49.9 (37.2)	40.7 (27.7)
40代	42.2 (31.6)	46.4 (34.2)	37.8 (29.0)
50代	45.5 (39.4)	45.5 (36.3)	45.4 (42.4)
60代	58.4 (54.4)	56.0 (52.8)	60.5 (55.6)
70代	71.3 (65.7)	71.1 (68.1)	71.5 (63.2)
成人のみ	51.5 (42.5)	53.0 (44.0)	49.9 (41.0)

()内は28年度数値

(出典)「スポーツの実施状況等に関する世論調査（平成29年度）」

体力・運動能力調査①（成年女子）

- 新体力テスト施行後の19年間の合計点の年次推移をみると、35歳から39歳の女性の体力が過去最低を記録した。
- 一方で、55歳から59歳の女子の体力は向上傾向にある。

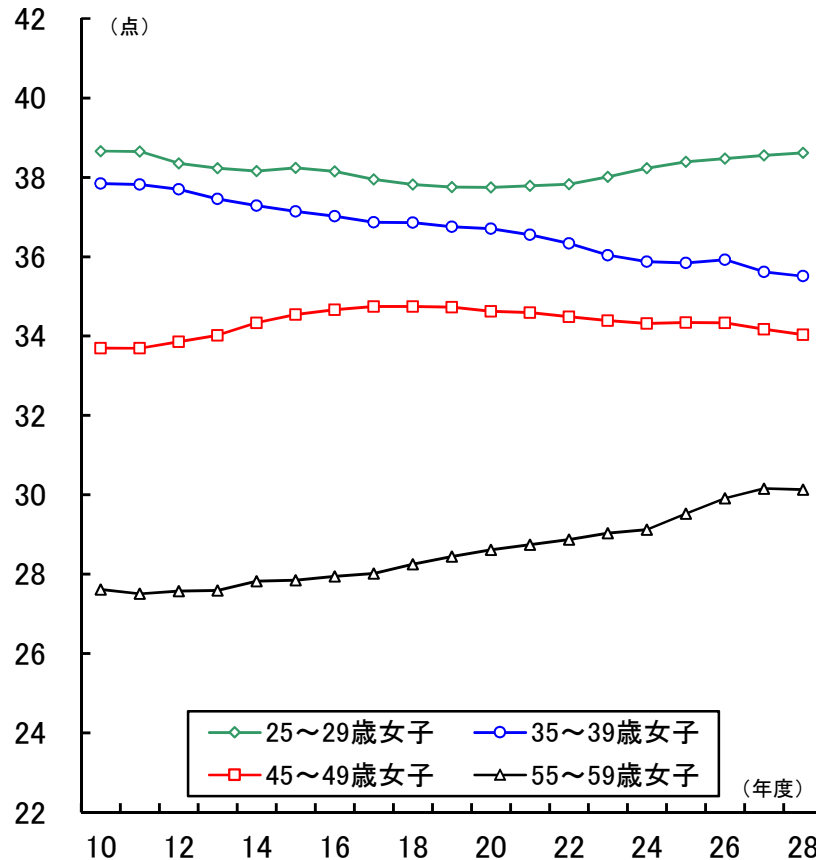
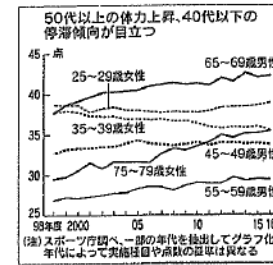


図1. 新体力テストの合計点の年次推移(成年女子)
 (注) 1. 図は、3点移動平均法を用いて平滑化してある。
 2. 合計点は、新体力テスト実施要項の「項目別得点表」による。



日本経済新聞(平成29年10月9日34面)

育兒・仕事で運動離れ？
 30代後半女性、運動能力最低
 スポーツは毎日、体力を維持する。運動能力は年齢とともに低下する。30代後半の女性は、育児と仕事の両立で運動時間が減り、運動能力が低下している。調査によると、30代後半の女性の運動能力は、他の年代よりも低い。これは、育児と仕事の両立で運動時間が減り、運動能力が低下しているためである。

産経新聞(平成29年10月9日26面)

高齢者子供は改善

スポーツ庁は8日、体力の目安となる「新体力テスト」の結果を発表した。35歳以上の女性は、運動能力が低下している。一方、75歳以上の女性は、運動能力が向上している。これは、高齢者の運動習慣が広がり、運動能力が向上しているためである。

30代後半女性の体力低下

過去最低 日常の運動不足影響？
 30代後半の女性の体力が過去最低を記録した。これは、日常の運動不足が影響していると考えられている。

昨年度

30代後半の女性の体力が過去最低を記録した。これは、日常の運動不足が影響していると考えられている。また、55歳以上の女性の体力は向上傾向にある。これは、高齢者の運動習慣が広がり、運動能力が向上しているためである。

体力・運動能力調査②（青少年女子・高齢者女子）

○青少年女子は、いずれの年齢も緩やかな向上傾向。高齢者女子は、いずれの年齢も向上傾向。

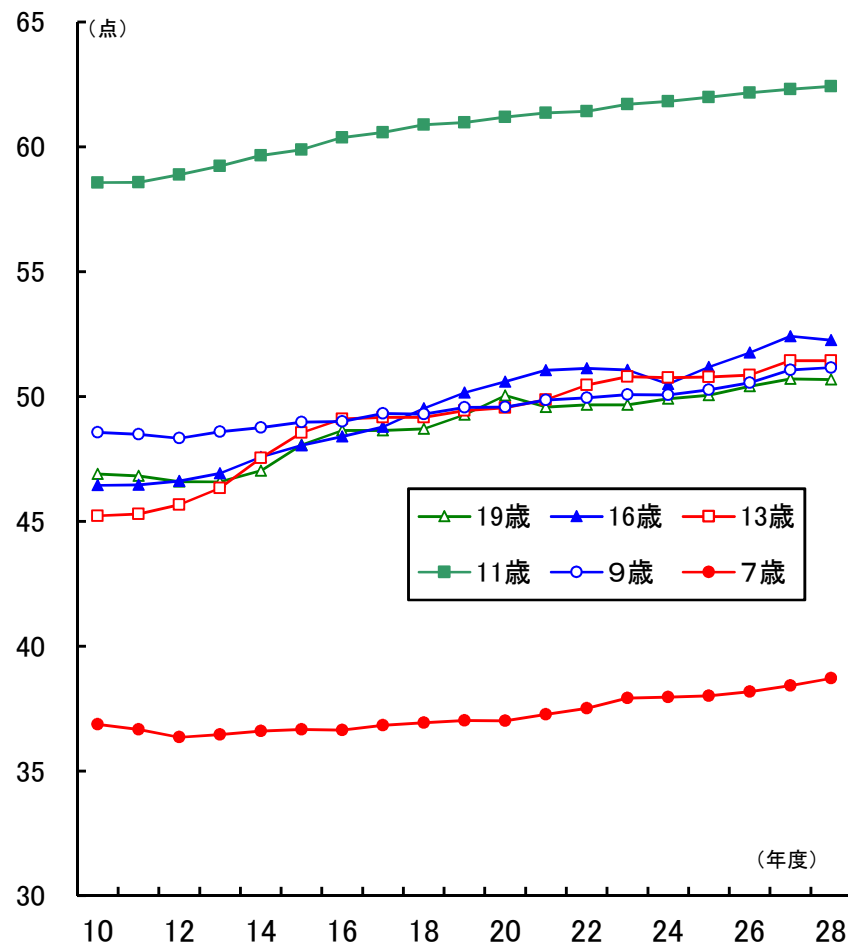


図2. 新体力テストの合計点の年次推移(青少年女子)

- (注) 1. 図は、3点移動平均法を用いて平滑化してある。
 2. 合計点は、新体力テスト実施要項の「項目別得点表」による。
 3. 得点基準は、6～11歳、12歳～19歳で異なる。

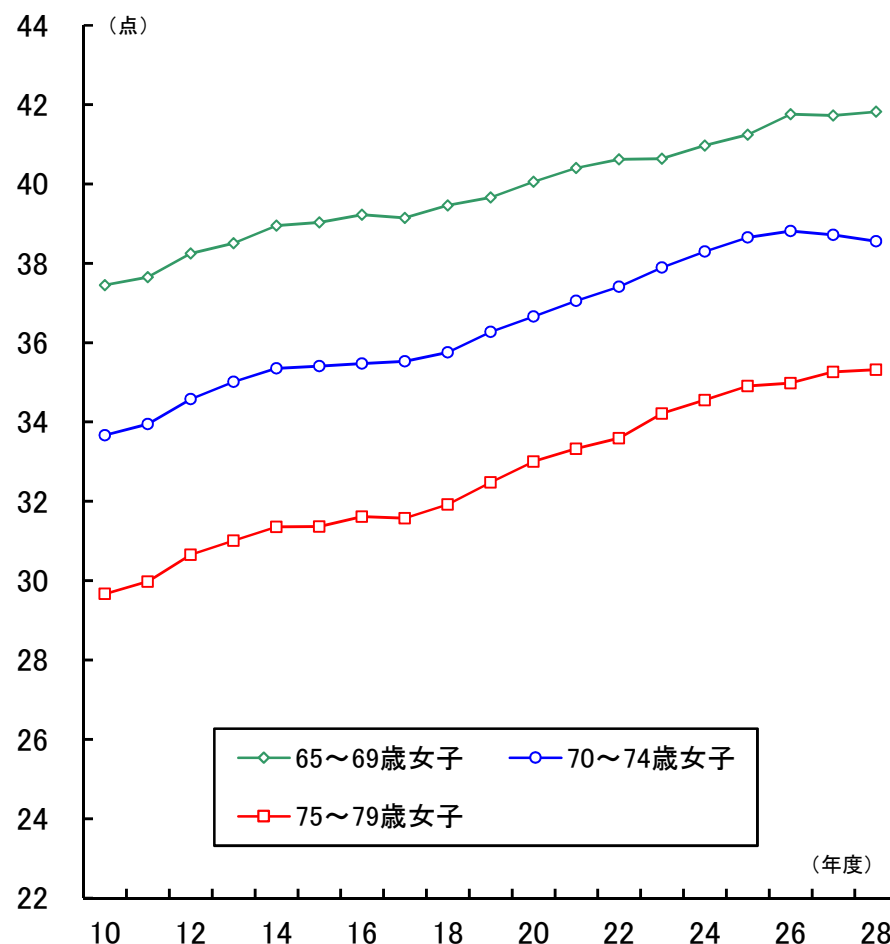


図3. 新体力テストの合計点の年次推移(高齢者女子)

- (注) 1. 図は、3点移動平均法を用いて平滑化してある。
 2. 合計点は、新体力テスト実施要項の「項目別得点表」による。

2. 女性とスポーツに関する政策的位置付け

女性とスポーツに関する政策的位置づけ

○女性とスポーツに関しては、「第2期スポーツ基本計画」（平成29年3月24日）のほか、以下の政府決定文書により、その重要性が位置づけられている。

●「未来投資戦略2017」（平成29年6月9日：閣議決定）※抜粋

第2 具体的施策

Ⅲ 地域経済好循環システムの構築

3. 観光・スポーツ・文化芸術

（2）新たに講ずべき具体的施策

④スポーツ実施率の向上

・女性のスポーツ実施率の向上について、国民及び幅広い関係者に対してメッセージを発信する「女性スポーツキャンペーン」を検討し、本年度中を目途に結論を得る。

●「女性活躍加速のための重点方針2017」（平成29年6月6日：すべての女性が輝く社会づくり本部決定）※抜粋

I あらゆる分野における女性の活躍

3. あらゆる分野における女性の参画拡大・人材育成

（10）スポーツ分野における女性活躍の取組の推進

2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会の開催も見据え、女性アスリートの国際競技力向上を図るため、女性特有の課題に着目した女性アスリートの戦略的強化に資する調査研究や医・科学サポート等の支援プログラムを実施する。また、女性エリートコーチの育成プログラムなど女性競技種目の強化に資するプログラムを実施する。

また、ジュニア期の女性アスリートが、健康的にスポーツ活動を行えるよう、産婦人科医等を対象とした、女性スポーツ医学の普及啓発プログラムを策定・実施する。

さらに、スポーツ関係機関の役職員等の女性比率に関する目標・対策等の方針について、スポーツ関係機関と共同で検討を進めるとともに、女性のスポーツ実施率の向上に向けて、国民及び幅広い関係者に対してメッセージを発信する「女性スポーツキャンペーン」を検討する。

加えて、スポーツを通じた女性の社会参画・活躍の推進に向けて、女性の「する」「みる」「ささえる」スポーツへの参画の促進のための環境を整備するため、「スポーツを通じた女性の活躍促進会議」を開催し、具体的な施策の検討を進める。

女性とスポーツに関する政策的位置づけ

○また、スポーツ庁は、関係団体とともに、「女性の活躍拡大に関する当面の取組方針」を決定。

●女性の活躍拡大に関する当面の取組方針

(平成29年5月29日：公益財団法人日本オリンピック委員会、公益財団法人日本障がい者スポーツ協会 日本パラリンピック委員会、独立行政法人日本スポーツ振興センター、スポーツ庁) ※抜粋

2. 女性の参加活躍拡大のための具体的取組の推進

スポーツ庁は、JOC、日障協・JPC、日体協、JSC及び各スポーツ団体等と連携し、次の取組を実施していく。

(1) 女性のスポーツ実施率向上

女性のスポーツ実施率の向上に向けて、国民及び幅広い関係者に対してメッセージを発信する「女性スポーツキャンペーン」を具体化する。

(2) 女性アスリート支援

- ・女性特有の課題に着目した女性アスリートの戦略的強化に資する調査研究や医・科学サポート等の支援プログラムを実施する。
- ・女性エリートコーチの育成プログラムなど女性競技種目の強化に資するプログラムを実施する。
- ・ジュニア期の女性アスリートが、健康にスポーツ活動を行えるよう、産婦人科医等に対し、女性スポーツ医学の普及啓発プログラムを策定・実施する。

3. スポーツを通じた女性の活躍促進会議の開催

スポーツ庁は、JOC、日障協・JPC、日体協、JSC及び各スポーツ団体等と連携し、女性の「する」「みる」「ささえる」スポーツへの参画の促進のための環境を整備するため、「スポーツを通じた女性の活躍促進会議」を開催し、具体的な施策の検討を進める。特に、第2期スポーツ基本計画でまとめた施策の着実な実施に向けて検討を行う。

3. スポーツを通じた女性の活躍促進会議

スポーツを通じた女性の活躍促進会議について

- 「第2期スポーツ基本計画」（平成29年3月24日）では、スポーツを通じた女性の社会参加・活躍を促進するとの施策目標を掲げ、目標達成に向けた具体的施策を位置づけている。
- これらの取組の着実な実施に向けて、女性のスポーツ参加に関わる各方面の関係者が参加して課題と具体的な実施方策を議論、検討するため**スポーツを通じた女性の活躍促進会議**を設置。

【スポーツを通じた女性の活躍促進会議委員】

◎ = 座長、 ○ = 副座長

- 伊藤 リナ 公益財団法人日本オリンピック委員会ナショナルコーチアカデミー事業アシスタントディレクター
- 後山 礼 株式会社博報堂テーマビジネス開発局アカウントディレクター・ビジネスプロデューサー
- 太田 渉子 株式会社日立ソリューションズ総務グループ
- 岡部 智洋 日本テレビ放送網株式会社編成局担当局長（兼）編成センター編成部長
- 工藤 保子 大東文化大学スポーツ・健康科学部 スポーツ科学科准教授
- 鯉川 なつえ 順天堂大学スポーツ科学科准教授
- 小坂 佳世子 損害保険ジャパン日本興亜株式会社人事部特命部長
- 田中 和弘 株式会社スポーツビジネス取締役
- 能瀬 さやか 東京大学医学部附属病院女性診療科・産科医師
- 久武 佳代 株式会社サニーサイドアップスポーツプロモーション部長
- 古海 五月 公益財団法人日本バスケットボール協会
- 増本 岳 株式会社カーブス代表取締役会長兼CEO
- 水原 由明 公益財団法人日本障がい者スポーツ協会スポーツ推進部長
- ◎ 山口 香 日本オリンピック委員会理事
- 山口 理恵子 城西大学経営学部マネジメント総合学科准教授
- ヨーコ・ゼッターランド 公益財団法人日本体育協会常務理事
- 和久 貴洋 独立行政法人日本スポーツ振興センター情報・国際部長
- 和田 知子 公益社団法人日本トライアスロン連合理事・国際トライアスロン連合女子委員長

【検討事項】

- 女性スポーツに関する調査研究
- スポーツ団体の役員への女性登用の促進
- 女性のスポーツ指導者の育成及び登用の促進
- 女性アスリート特有の課題に対応した競技環境の整備
- 女性スポーツに関する国際的議論への参画及び国際的な女性のスポーツ参加の促進
- スポーツ施設の利用のしやすさの向上

【これまでの開催実績】

第1回：平成29年8月4日

- ・スポーツを通じた女性の活躍促進会議の設置の趣旨
- ・これまでのスポーツ庁の取組
- ・女性のスポーツ参加促進 ～ヨガの事例～

第2回：平成29年8月30日

- ・スポーツイングランドによる女性スポーツの取組について
- ・一般社団法人スポーツ能力発見協会の取組について
- ・ユネスコスポーツ・体育担当大臣等国際会議の報告

第3回：平成29年12月18日

- ・Innovative thinking in Woman Sportについて
- ・平成28年度体力・運動能力調査の結果について
- ・国際的スポーツ政策における女性スポーツの促進について
- ・スポーツを通じた女性活躍促進のための現状把握調査について
- ・パブコン ～もしもあなたがスポーツ庁長官だったら～ について ¹⁰

スポーツイングランドの女性スポーツキャンペーン「This Girl Can」

○スポーツイングランドは、女性に対してスポーツの実施を促すためにキャンペーン（「This Girl Can」）を実施。動画再生回数は3,700万回、新たにスポーツ習慣を確立した女性は26万人以上。

THIS
GIRL
CAN

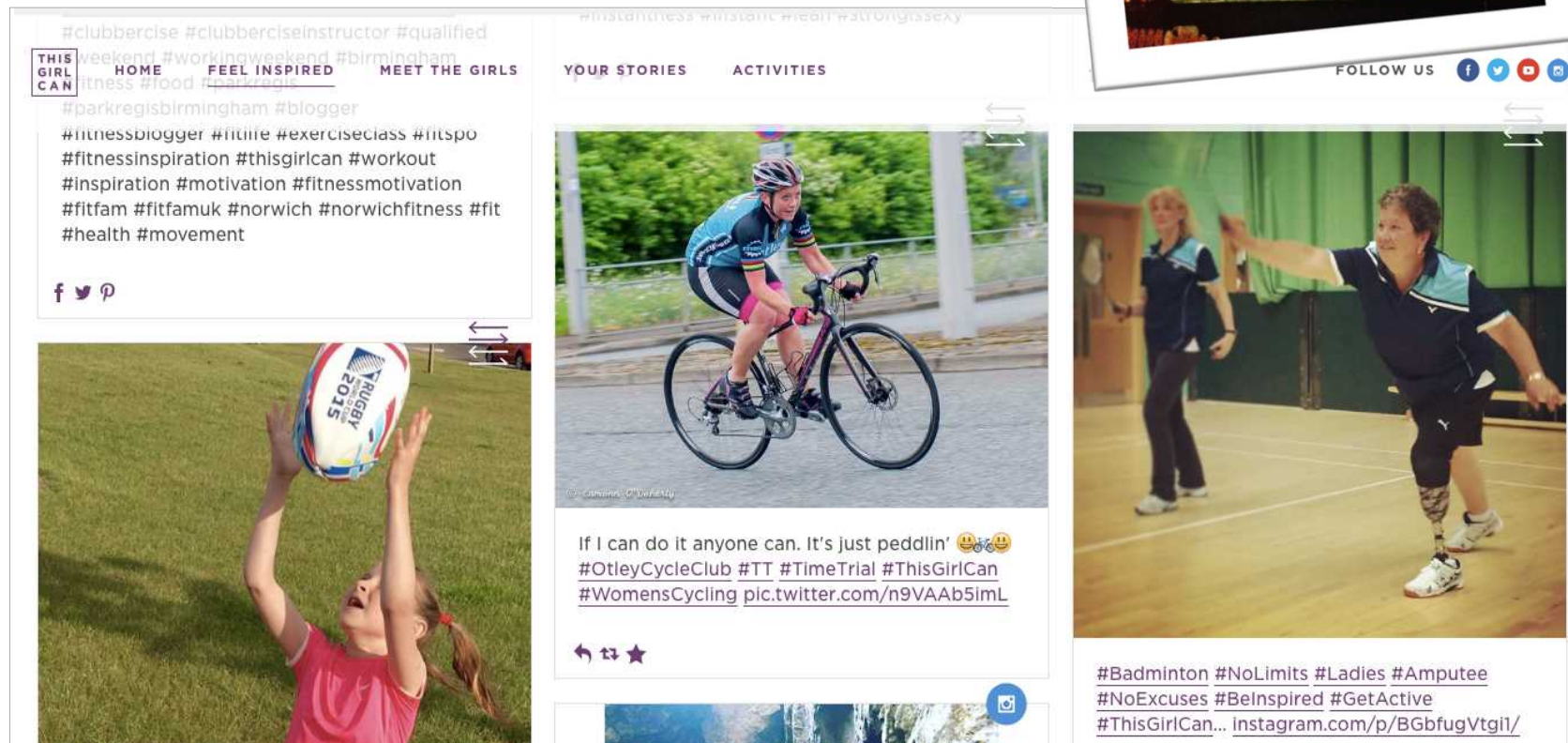
<http://www.thisgirlcan.co.uk/>

2015年～

初年度予算: 1千万ポンド(約17億4千万)

主な財源: 国営くじ基金

対象: 14～40歳の女性

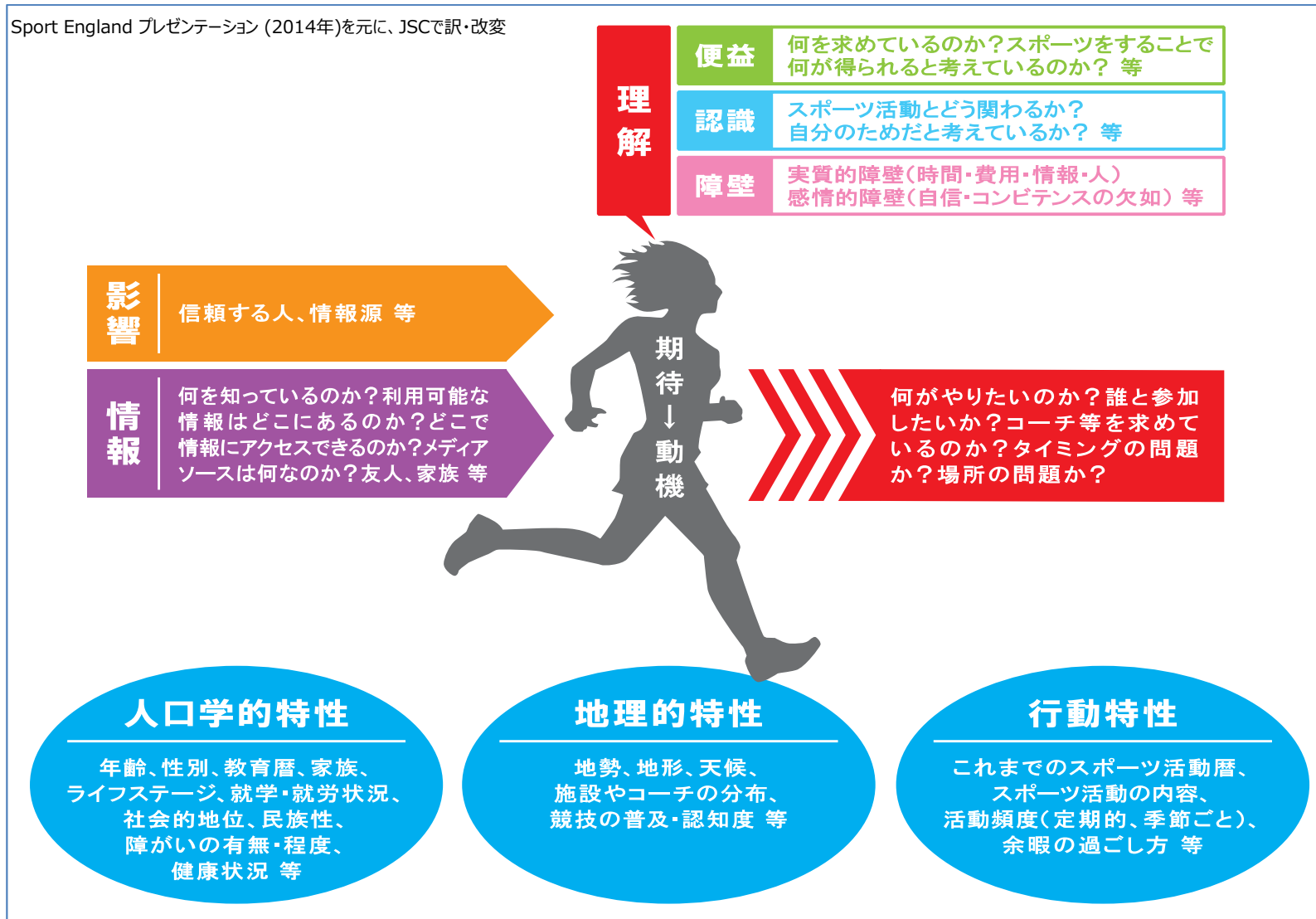


(出典) 第2回スポーツを通じた女性の活躍促進会議資料より

スポーツイングランドによる行動決定モデル

○スポーツイングランドは、「This Girl Can」のキャンペーン実施のために、インサイト分析を実施し、ターゲット層特有の行動特性の「見極め」を実施した。

Sport England プレゼンテーション (2014年)を元に、JSCで訳・改変



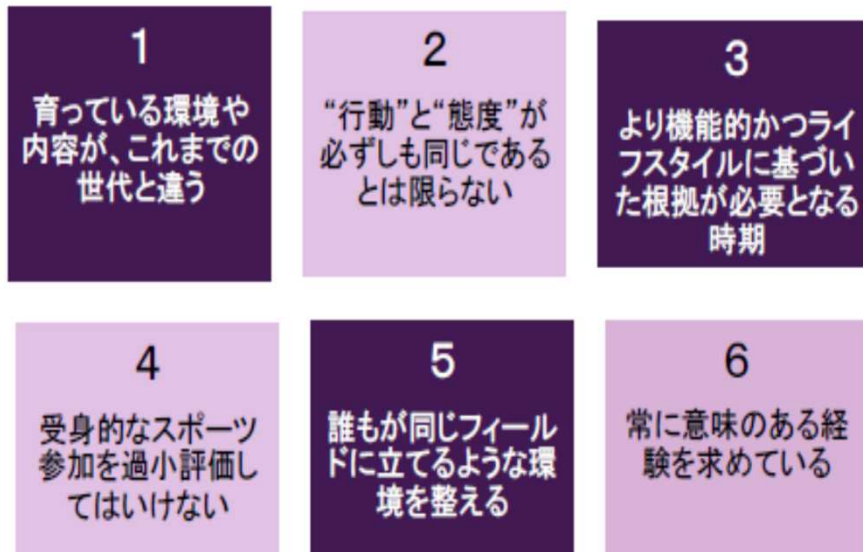
スポーツイングランドによる若者の行動特性の分析

○スポーツイングランドは、非常に細かな若者の行動パターン、考え方、効果的なアプローチ方法について、

- ・若者の“態度”と“行動”は一致しない。“態度”ではなく“行動”を変えるためには、どうすればよいかを考える。
- ・若者には、6つのパーソナリティが内在し、スポーツ・運動を推奨し、継続させていくためには、それぞれに適したアプローチがある。

という分析を行った。

Youth Insights Pack—若者の特徴



Under the Skin—若者のパーソナリティ

「Under the Skin」は、全ての若者の生活スタイル、行動についてのリサーチプロジェクトである。

10万ポンド(約1500万円)以上を投資し、スポーツに限らず、あらゆる要因を考慮に入れ、若者のパーソナリティを6つに分類

The six youth personalities



①スポーツ愛好家タイプ

②意欲行動派タイプ

③思慮的向上志向タイプ

④知的自信家タイプ

⑤内向的慎重派タイプ

⑥ありのままの若者タイプ

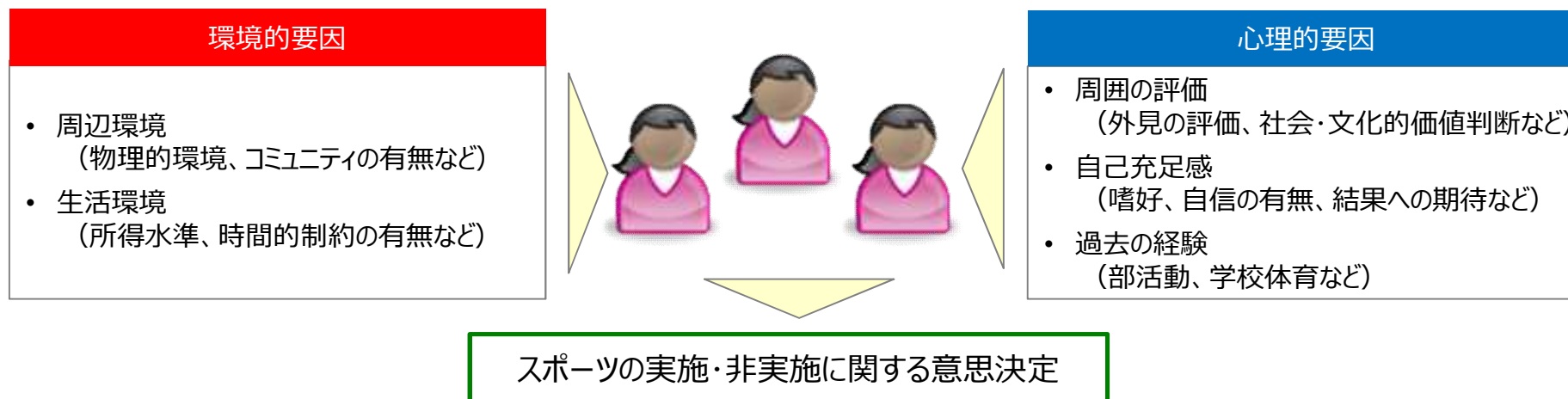
スポーツを通じた女性活躍促進のための現状把握調査について

- 特に日本では、女性の社会進出の問題や、その背後にある「女性らしさ」、男女の役割分担に対する社会的な価値判断・評価が、強く影響していると考えられる。
- 本年度、スポーツ庁では、女性のスポーツ実施率に影響する意思決定要因（阻害要因、促進要因）を分析する調査を実施。

【日本における20代～40代の女性のスポーツ実施率向上に向けた可能性（仮説）】

- ①ライフステージにともなう制約
ースポーツ実施自体に消極的なわけではなく、ライフステージにおける制約（仕事、子育てなど）を受けているのではないか。
- ②加齢による価値観の変化
ー加齢により、スポーツに対する価値観に大きな隔たりが生まれるのではないか。
- ③ジェネレーションギャップ
ーそもそもの生まれ育った社会環境や生活習慣の影響が大きいのではないか。
- ④実施するスポーツの特性
ー20代～40代の女性でも、1人でも気軽に始められるウォーキングなどは、飽きられ、やめてしまうのも早いのではないか。

図表：スポーツ実施に至る意思決定過程のイメージ（仮説）



4. 女性のスポーツ実施率向上のための予算

女性スポーツ推進事業

(新 規)
30年度予定額：28,866千円

事業概要

スポーツを通じた女性の活躍促進に向けて、女性のスポーツ実施率の向上のためのキャンペーン等の実施や、女性スポーツ指導者の育成支援、スポーツ団体における女性役員の育成支援を行う。

→ スポーツのあらゆるレベル、あらゆる職務、役割における女性の参画を促進

参加促進会議の開催

女性のスポーツ参加促進

女性はライフステージの節目においてスポーツ習慣が途切れやすいと考えられる。その現状と課題を把握するとともに、女性のスポーツ参加を促進するキャンペーンを行う。

キャンペーンの実施

参加促進プログラム開発

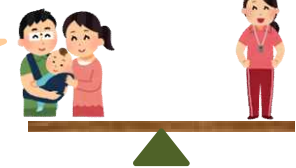
調査研究の実施



女性スポーツ指導者の育成

女性スポーツ指導者のチャレンジの促進に向けて、ライフスタイルに沿った多様で柔軟な研修プログラムの構築を強化する。

研修プログラム開発支援



スポーツ団体における女性役員の育成

女性役員の採用及び養成システムの構築・改革を目指すスポーツ団体を支援する。

研修プログラム開発・ネットワーク構築支援

人材バンクの構築



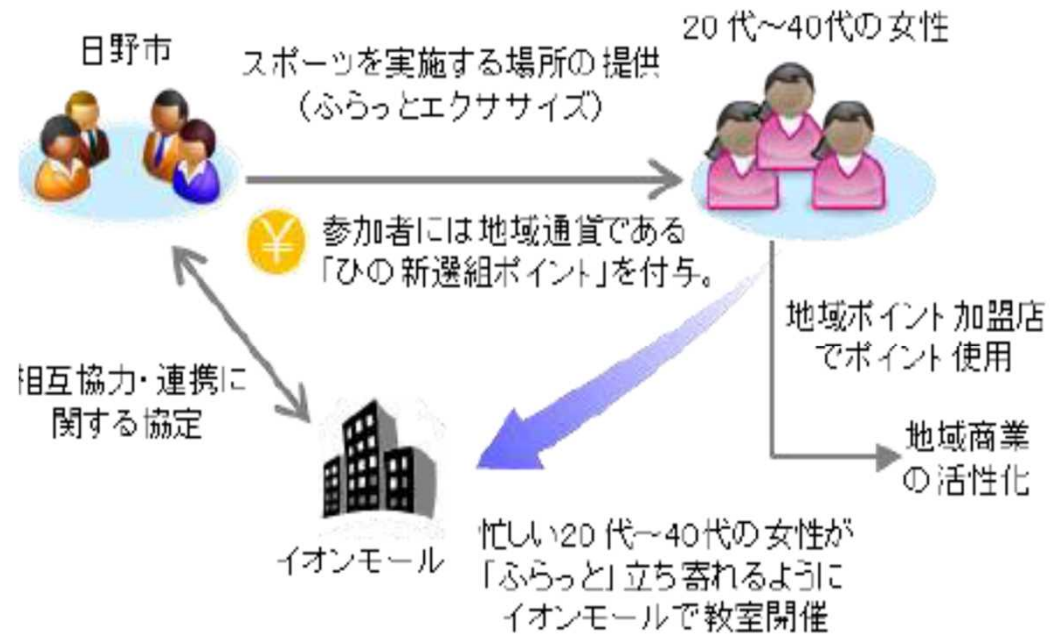
スポーツに関わる多様な人材の育成と活躍の場の確保

スポーツを通じた共生社会の実現

5. 地方自治体と民間企業における取組

ふらっと健康運動体験教室（日野市とイオンモールの取組）

【ふらっと健康運動体験教室（東京都日野市、イオンモール株式会社）】



- 20代~40代の子育て中の女性をメインターゲットとしているため、幼稚園の園長、小学校の校長、児童館などの協力を得て、「ふらっと健康運動体験教室」のチラシを子供に配布し、母親に渡してもらうなど、ターゲット層にダイレクトにアプローチできるようなPR方法をとっている。
- 子育て中の女性が参加しやすいように工夫している。例えば、子育て中の女性は子供の在宅中に家を空けにくいと、学校が長期休暇になる4月や8月の開催は避けたり、子供が学校から帰宅する前にはプログラムを終了したりしている。
- 子供連れでの参加も可能としており、イオンモールの利用者のボリュームゾーンも30代~40代の女性であるため、このような層の女性がふらっと立ち寄りやすい環境にある。事前申込制はとらず、当日参加を可能としている。