



令和3年2月25日

## 令和2年度「障害者のスポーツ参加促進に関する調査研究」 の調査結果について（速報値）

～障害者（成人）の週1日以上の実施率は 24.9%～

このたび、令和2年度「障害者のスポーツ参加促進に関する調査研究」を実施し、調査結果の概要を別紙のとおり取りまとめましたので、速報値としてお知らせします。

スポーツ庁では、第2期スポーツ基本計画において、「障害者の週1回以上のスポーツ実施率を成人では40%程度（若年期（7～19歳）では50%程度）、週3回以上を成人では20%程度となることを目指す」との目標を掲げておりますところ、引き続き目標の達成に向け、障害を有する方がスポーツを楽しめる環境整備に取り組んでまいります。

### 1. 障害者のスポーツ・レクリエーションの実施率について

- 成人の障害者のスポーツ・レクリエーション（以下「スポーツ等」という。）の実施率は、週1日以上では24.9%（前年度から0.4ポイント減）、週3日以上では12.3%（前年度から0.2ポイント減）とほぼ横ばいであった。
- 7～19歳の障害者のスポーツ等の実施率は、週1日以上では27.9%（前年度から2.5ポイント減）と若干低下した。
- 非実施者（過去1年間に1日もスポーツを行っていない者。以下同じ。）の割合は、成人で53.6%（前年度から0.8ポイント減）、7～19歳で49.4%（前年度から4.6ポイント増）であった。
- 男女別の週1日以上の実施率は、成人男性は27.5%、成人女性は22.1%、7～19歳男性は32.6%、7～19歳女性は22.3%と、いずれも男性の方が高い割合であった。

### 2. スポーツ等を行うにあたっての障壁ときっかけ

- スポーツ等を実施する上での障壁は、「特になし」「十分に活動できている」を除き、「体力がない」(13.0%)、「金銭的な余裕がない」(10.7%)、「やりたいと思うスポーツ等がない」(6.2%)の順であった。
- 現在のスポーツ等への取組に関する調査において、非実施者のうち「特にスポーツ等に関心はない」と回答した者の割合は82.9%であった。
- 障害発生後にスポーツを始めたきっかけは、「特に理由はない」を除き、「家族に奨められた」(20.6%)、「医師に奨められた」(17.0%)、「理学療法士・作業療法士・看

「看護師等の医療従事者に奨められた」(9.4%)の順であり、身近な人や医療関係者からの勧奨が大きな役割を担っていることが分かった。

### 3. スポーツ等を実施する主な目的、スポーツをやったよかったこと

- スポーツ等を実施する主な目的は、「健康の維持・増進のため」(49.4%)が約半数を占め、「気分転換・ストレス解消のため」(17.8%)、「楽しみのため」(9.3%)と続いた。
- スポーツ等をやったよかったことは、「ストレスが解消される」(33.8%)、「体力・身体的機能が向上した」(23.4%)、「外出が増えた」(23.0%)、「体を動かすこと自体が楽しい」(22.6%)の順であった。

### 4. 今後の対応について

スポーツ庁では、「障害発生後にスポーツを始めたきっかけ」等の新規に調査した項目の結果も含め本調査結果をさらに分析し、令和3年度にスポーツ庁が行う障害者スポーツ推進プロジェクト・Special プロジェクト2020等において、以下の取組を含め実施します。

- ・ 障害者のスポーツ実施環境の整備に係るモデル創出事業
- ・ 小・中・高等学校等に通学する障害児に対する体育・スポーツ指導に係るノウハウ普及のための研修会等の実施
- ・ 非実施者がスポーツを実施しない原因等についての深掘り調査【新規】

また、公益財団法人日本障がい者スポーツ協会、その他のスポーツ団体や福祉事業者等の関係者と連携を進め、これらの取組を通して、障害を有する方がスポーツを楽しめる環境の整備に取り組んでまいります。

なお、本調査研究は、本年度末を目途に調査結果を取りまとめる予定であり、確定値及び詳細については、後日下記のURLに追加掲載する予定です。

[https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/sports/mcatetop06/list/detail/1416557.htm](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop06/list/detail/1416557.htm)

【担当】スポーツ庁健康スポーツ課  
障害者スポーツ振興室

課長 小沼 宏治

室長 助川 隆

専門職 矢野 直香

TEL 03-5253-4111 [内線 3938]

## 令和2年度「障害者のスポーツ参加促進に関する調査研究」の概要

## 1 調査方法

無記名式のインターネット方式

## 2 調査内容

主な調査項目は、以下のとおりである。

- ・ 障害児・者の基本情報（障害の種類、障害者手帳の保有状況など）
- ・ スポーツ・レクリエーションの実施状況（実施種目、頻度、施設、目的など）
- ・ スポーツ・レクリエーションの実施における障壁
- ・ 障害者スポーツ用具の利用状況
- ・ 今後行いたいと思うスポーツ・レクリエーション
- ・ スポーツクラブや同好会・サークルへの加入
- ・ 過去1年間のスポーツ観戦

## 3 調査対象及び回収結果

インターネット調査会社が保有するリサーチモニターのうち、以下に該当する者を調査対象とした。

- ・ 障害児・者本人あるいは同居する家族で障害児・者がいる
- ・ 障害児がいる場合、7歳以上である

該当する回答者は5,560人であった。兄弟、姉妹、第4子以降の子で障害児・者が複数いる場合は、それぞれ年齢が一番上の者についてのみ、回答を依頼した。その結果、回答者本人及び同居する家族内の障害児・者を含めた障害児・者の総数は7,807人であった。

## 4 調査期間

令和2年12月18日（金）～令和2年12月24日（木）

## 5 回答者内訳

[N=7,807]

性別	男性	4,079	52.2%	障害発生年齢	0歳	1,500	19.2%		
	女性	3,676	47.1%		1～6歳	1,074	13.8%		
	その他	52	0.7%		7～12歳	597	7.6%		
年齢	7～12歳	501	6.4%		13～19歳	607	7.8%		
	13～19歳	599	7.7%		20～29歳	717	9.2%		
	20～29歳	745	9.5%		30～39歳	737	9.4%		
	30～39歳	1,050	13.4%		40～49歳	730	9.4%		
	40～49歳	1,310	16.8%		50～64歳	946	12.1%		
	50～64歳	1,866	23.9%		65～74歳	433	5.5%		
	65～74歳	839	10.7%		75歳以上	466	6.0%		
	75歳以上	897	11.5%		障害者手帳※	身体障害者手帳 1級	681	8.7%	
	障害種別※	肢体不自由（車椅子必要）	679			8.7%	身体障害者手帳 2級	558	7.1%
		肢体不自由（車椅子不要）	2,137			27.4%	身体障害者手帳 3級	433	5.5%
視覚障害		581	7.4%			身体障害者手帳 4級	452	5.8%	
聴覚障害		732	9.4%			身体障害者手帳 5級	232	3.0%	
音声・言語・そしゃく機能障害		430	5.5%	身体障害者手帳 6級		226	2.9%		
内部障害		739	9.5%	療育手帳（みどりの手帳・愛の手帳・愛護手帳）マルA・A（最重度・重度）		252	3.2%		
知的障害		729	9.3%	療育手帳（みどりの手帳・愛の手帳・愛護手帳）B・C（中度・軽度）		363	4.6%		
発達障害		1,055	13.5%	療育手帳（みどりの手帳・愛の手帳・愛護手帳）その他		73	0.9%		
精神障害		1,804	23.1%	精神障害者保健福祉手帳 1級		112	1.4%		
その他		36	0.5%	精神障害者保健福祉手帳 2級		544	7.0%		
福祉サービスの利用※		通所型	1,672	21.4%		精神障害者保健福祉手帳 3級	480	6.1%	
		入所型	385	4.9%		障害者手帳は持っていない	3,673	47.0%	
		訪問型	474	6.1%					
	その他	47	0.6%						
	上記のサービスは利用していない	5,475	70.1%						

注）※の各項目は複数回答であるため、合計は一致しない。

# 令和2年度「障害者のスポーツ参加促進に関する調査研究」調査結果の概要

## 1-1 障害者のスポーツ・レクリエーションの実施率について

障害者のスポーツ・レクリエーション（以下「スポーツ等」という）実施率については、成人については長期的には上昇傾向にあるが、2020年は前年と比較するとほぼ横ばいである。また、7～19歳については、若干の低下傾向にあるとともに、非実施者の割合が上昇している。

男女別では、成人、7～19歳ともに男性の実施率が高く、7～19歳では男女の実施率の差が大きい。また、女性については、成人と7～19歳の実施率の差が小さくなっている。

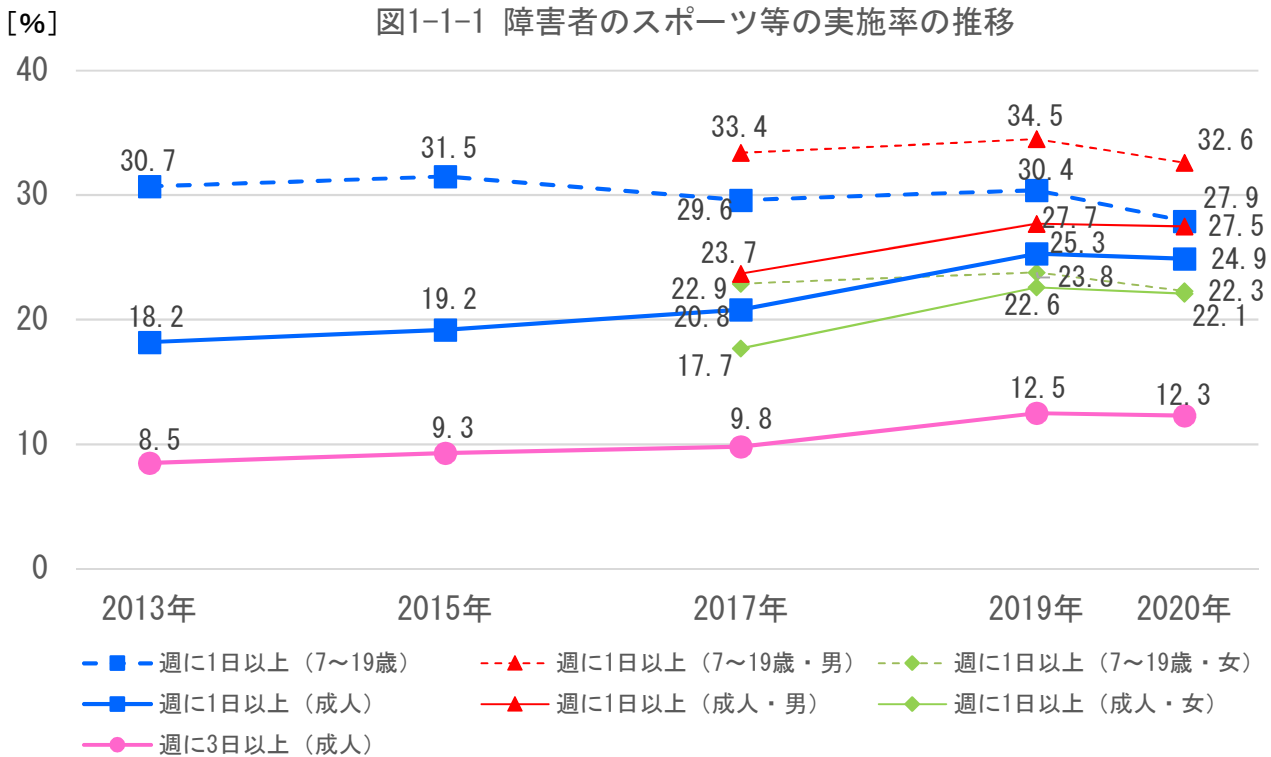
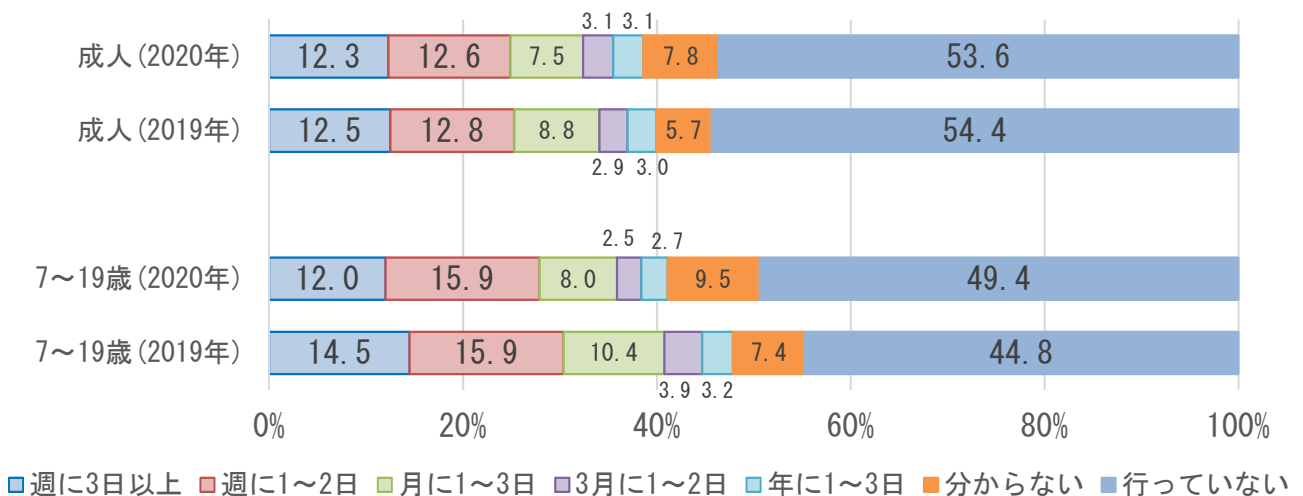


図1-1-2 過去1年間にスポーツ等を行った日数



## 1-2 障害種別のスポーツ等の実施率の推移について

障害種別の週1日以上スポーツ等の実施率は以下のとおり。

前年と比較すると、肢体不自由（車椅子必要）、視覚障害、内部障害については上昇しているが、その他の障害種については、概ね低下傾向にある。

7～19歳では、肢体不自由（車椅子不要）が最も低く、また、知的障害、精神障害が前年に比べ大きく低下している。

※ なお、7～19歳については、有効回答数が少ない障害種もあり、数値の評価については慎重に行う必要があることに留意。

図1-2-1 障害種別週1日以上スポーツ等実施率

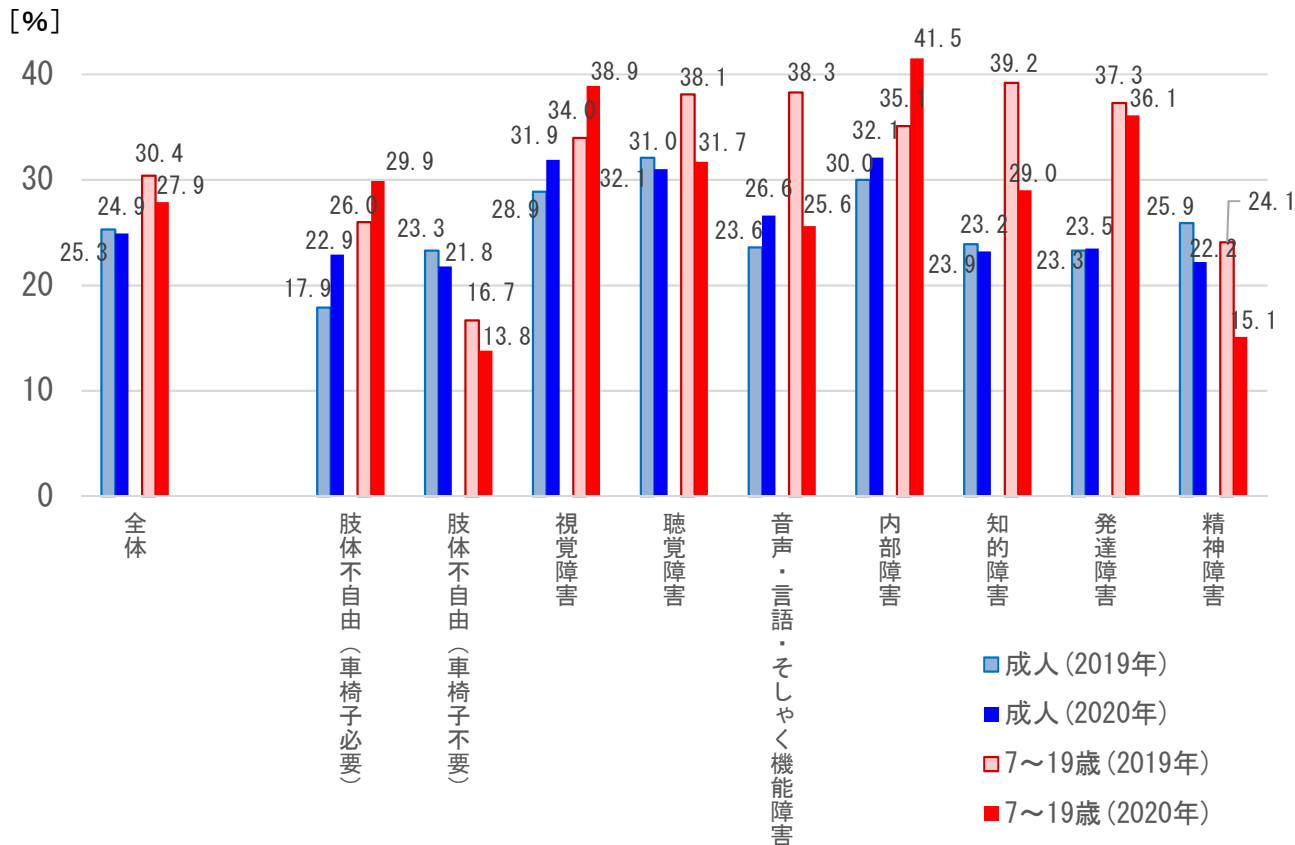


表 1-2-1 令和2年度調査における有効回答数

	全体	肢体不自由(車椅子必要)	肢体不自由(車椅子不要)	視覚障害	聴覚障害	音声・言語・そしやく機能障害	内部障害	知的障害	発達障害	精神障害	その他
成人	6,707	612	1,934	527	672	391	686	522	626	1,658	35
7-19歳	1,100	67	203	54	60	39	53	207	429	146	1
合計	7,807	679	2,137	581	732	430	739	729	1,055	1,804	36

※ 障害が重複する者の回答は、該当する障害それぞれにおいて集計しているため、障害種ごとの回答数の合計は全体の回答数とは一致しない。

### 1-3 この1年間に実施したスポーツ・レクリエーションについて

「過去1年間にスポーツ等を実施した」と回答した者が、実施したと回答した割合が高かったスポーツ等の種類は、成人、7～19歳ともにウォーキングや散歩（ぶらぶら歩き）であった。7～19歳では、様々な種目で実施した者の割合が高かった一方で、成人では実施するスポーツ等が特定のものに偏っている傾向がみられた。

図1-3-1 過去1年間にいったスポーツ等（回答数が多かったもの）

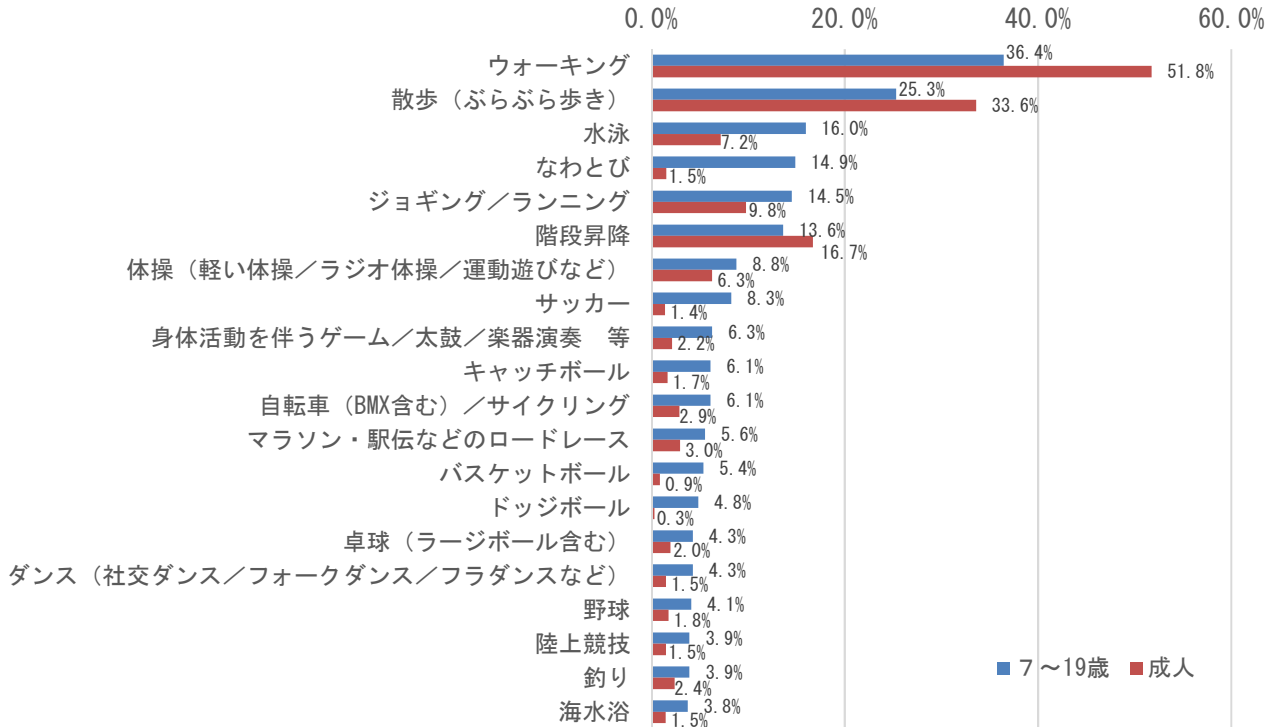


表 1-3-1 成人の障害種別過去1年間にいったスポーツ等の種類上位5位

肢体不自由 (車椅子必要)	肢体不自由 (車椅子不要)	視覚障害	聴覚障害	音声・言語・ そしゃく機能 障害	内部障害	知的障害	発達障害	精神障害
ウォーキング 35.1%	ウォーキング 54.1%	ウォーキング 47.3%	ウォーキング 47.2%	ウォーキング 36.4%	ウォーキング 57.5%	散歩 44.0%	ウォーキング 51.5%	ウォーキング 59.1%
散歩 21.3%	散歩 37.1%	散歩 31.0%	散歩 33.1%	散歩 23.4%	散歩 37.9%	ウォーキング 39.7%	散歩 32.7%	散歩 36.1%
リハビリ※ 18.8%	階段昇降 20.1%	階段昇降 14.0%	ジョギング 13.9%	階段昇降 リハビリ※ 12.4%	階段昇降 22.2%	階段昇降 13.8%	階段昇降 14.9%	階段昇降 16.1%
階段昇降 14.6%	ジョギング 6.8%	ジョギング 11.3%	階段昇降 13.1%	軽い体操等 8.7%	軽い体操等 11.6%	ジョギング 12.9%	ジョギング 10.8%	ジョギング 10.8%
ジョギング 7.1%	軽い体操等 6.5%	水泳 7.3%	水泳 6.4%	ジョギング 筋トレ(マッ) 6.7%	筋トレ(自重) 8.1%	軽い体操等 11.2%	水泳 11.9%	筋トレ(自重) 9.4%

表 1-3-2 7～19歳の障害種別過去1年間にいったスポーツ等の種類上位5位

肢体不自由 (車椅子必要)	肢体不自由 (車椅子不要)	視覚障害	聴覚障害	音声・言語・ そしゃく機能 障害	内部障害	知的障害	発達障害	精神障害
ウォーキング 階段昇降 26.5%	ウォーキング 42.4%	ウォーキング 27.3%	ウォーキング 38.7%	散歩 26.3%	ウォーキング 30.2%	ウォーキング 41.7%	ウォーキング 34.7%	ウォーキング 53.6%
ポッチャ リハビリ※ 17.6%	水泳 19.7%	散歩 21.2%	なわとび 32.3%	水泳 ゲーム等※ リハビリ※ 15.8%	散歩 ジョギング 16.3%	散歩 38.9%	散歩 30.6%	散歩 28.6%
散歩 ジョギング 8.8%	ジョギング 12.1%	ジョギング 18.2%	散歩 25.8%	ジョギング 15.8%	階段昇降 マッソ ダンス 14.0%	水泳 19.4%	なわとび 20.6%	階段昇降 17.9%
	なわとび 7.6%	なわとび 12.1%	水泳 16.1%	ウォーキング マッソ、他 10.5%		階段昇降 17.6%	水泳 20.2%	水泳 軽い体操等 10.7%
	階段昇降 ダンス、他 9.1%	階段昇降 ダンス、他 9.1%	ジョギング スキー 12.9%			ジョギング 16.7%	ジョギング 18.1%	

※ 「リハビリ」は「身体活動を伴うリハビリテーション」の略、「ゲーム等」は「身体活動を伴うゲーム／太鼓／楽器演奏 等」の略

## 2 スポーツ等の実施の障壁及びスポーツ等を始めたきっかけについて

スポーツ等の実施において障壁となっているものについては、いずれの回答も低下傾向にあるが、依然として「体力がない」「金銭的な余裕がない」等の回答が上位となっている。

現在のスポーツ等への取組については、非実施者のうち8割以上が「特にスポーツ等に関心はない」と回答している。

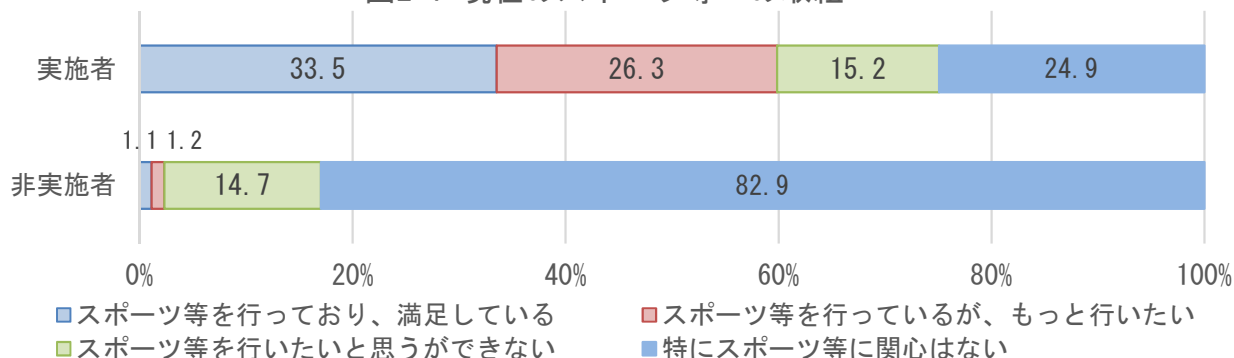
障害発生後にスポーツ等を始めたきっかけ（本年度新規調査項目）については、家族のほか、医師、理学療法士、作業療法士等の医療関係者に奨められたとの回答が上位となっている。

表 2-1 スポーツ等を行うにあたり障壁となっているもの（回答数の多かった上位5項目）

障壁となっているもの	2013年	2015年	2017年	2019年	2020年
体力がない	26.7%	23.3%	20.9%	18.5%	13.0%
金銭的な余裕がない	25.9%	21.8%	21.5%	17.5%	10.7%
やりたいと思うスポーツ・レクリエーションがない	10.0%	9.5%	8.3%	7.6%	6.2%
時間がない	14.5%	12.6%	14.2%	9.2%	6.0%
交通の便が良いところに施設がない※					5.4%
特になし	33.1%	35.2%	37.7%	46.2%	42.6%
障壁はなく、十分に活動できている※					14.6%

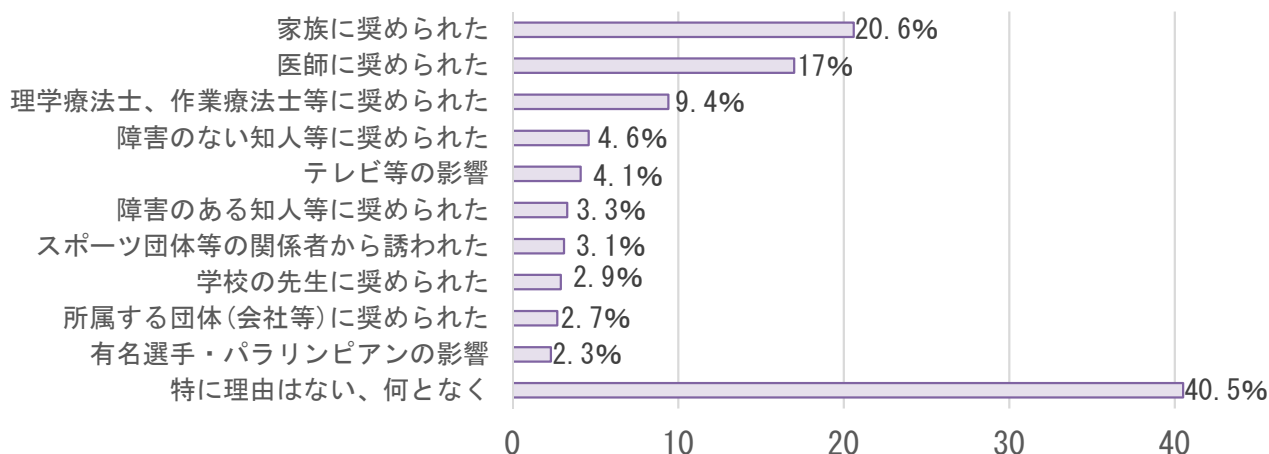
※ 本年度調査において新たに追加した回答項目

図2-1 現在のスポーツ等への取組



※ 非実施者の回答のうち、「スポーツ等を行っており、満足している」等の矛盾した回答が含まれているが、そのまま集計している。

図2-2 障害発生後にスポーツ等を始めたきっかけ（主な回答）





### 3 スポーツ等を実施する主な目的、スポーツ等をやってよかったこと等

スポーツ等を実施する主な目的については、「健康の維持・増進のため」が約半数を占め、「気分転換・ストレス解消のため」「楽しみのため」「リハビリの一環」と続いた。

スポーツ等をやってよかったことは、「ストレスが解消される」が33.8%と最も高く、次いで、「体力・身体的機能が向上した」「外出が増えた」「体を動かすこと自体が楽しい」と続き、スポーツをすることで身体のみならず、精神面についてもポジティブな結果が得られていることがわかる。

スポーツ等を行っている施設は、自宅、スポーツ施設、小中高等学校が多く、また、障害種によっては福祉施設・高齢者施設でも多く実施されており、身近な場所で実施していることがうかがわれる。

図3-1 スポーツ等を実施する主な目的

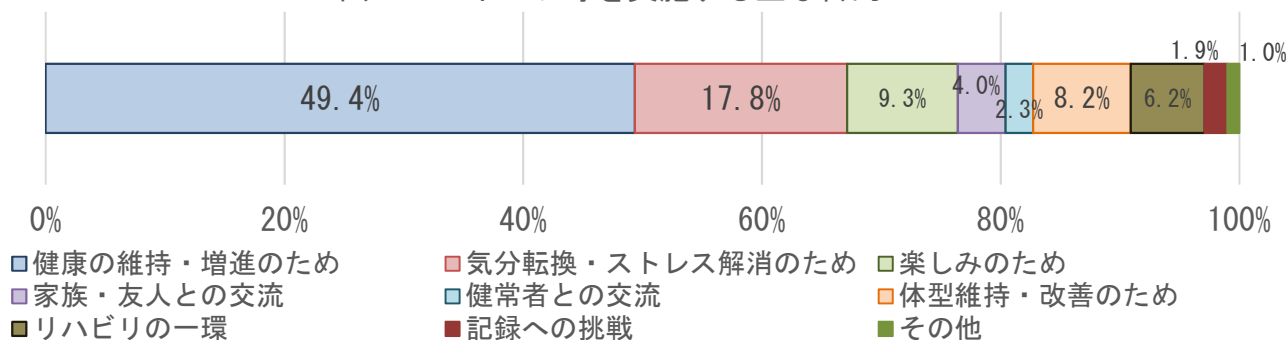


図3-2 スポーツ等をやってよかったこと（複数回答）

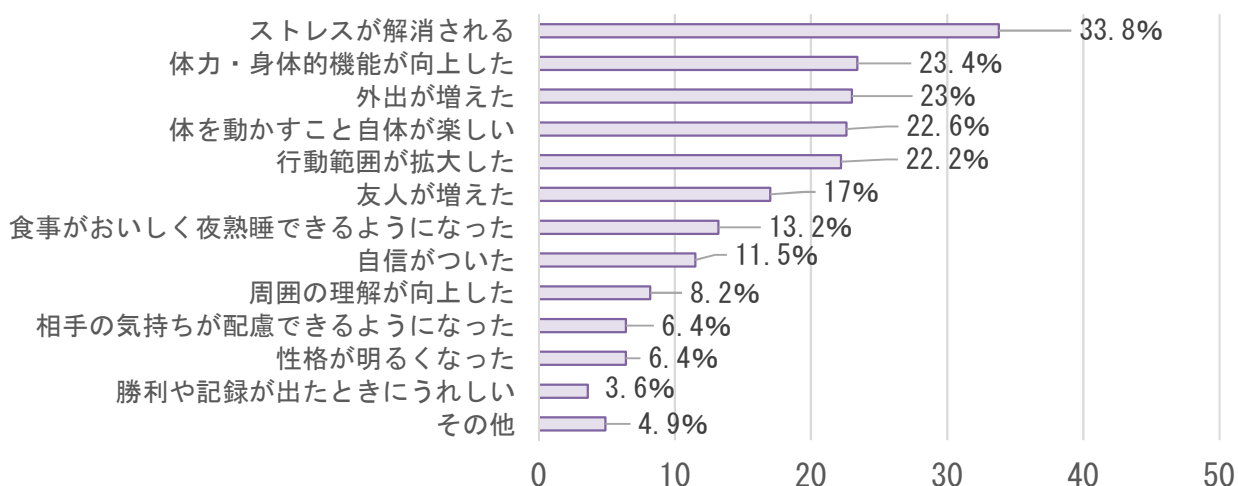


表 3-1 スポーツ等を行っている施設（複数回答）

施設	全体	肢体不自由(車椅子必要)	肢体不自由(車椅子不要)	視覚障害	聴覚障害	音声・言語・そしやく機能障害	内部障害	知的障害	発達障害	精神障害
公共スポーツ施設*	27.5%	33.0%	28.7%	24.3%	28.3%	20.6%	23.1%	28.5%	29.4%	25.3%
民間スポーツ施設	18.2%	18.3%	19.4%	17.7%	22.7%	16.7%	20.6%	13.5%	16.3%	14.1%
通学している小中高等学校	11.1%	12.8%	7.0%	16.2%	11.6%	18.9%	9.0%	10.6%	20.9%	4.0%
通学している学校以外の学校	6.9%	9.2%	5.8%	14.1%	7.6%	12.7%	7.8%	7.9%	4.9%	4.3%
福祉施設・高齢者施設	8.4%	21.2%	8.1%	7.2%	9.4%	16.2%	7.5%	19.7%	8.2%	7.1%
障害者スポーツ専用・優先施設	5.6%	9.2%	5.0%	9.3%	7.9%	10.1%	4.9%	5.0%	3.4%	4.1%
特別支援学校	2.9%	6.2%	1.3%	3.3%	2.2%	2.6%	2.7%	10.3%	4.4%	1.6%
自宅/入所施設	34.3%	20.5%	36.5%	29.7%	32.8%	25.0%	37.4%	31.5%	34.3%	43.8%
その他の施設場所	9.6%	4.4%	8.3%	8.7%	7.9%	4.8%	11.2%	8.5%	9.3%	15.3%

※ 障害者スポーツ専用・優先施設に該当するものを除く