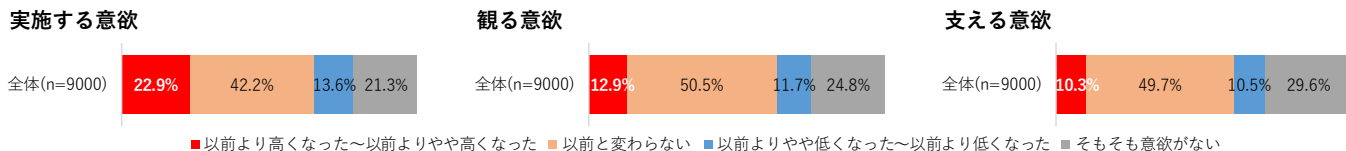


スポーツ政策調査研究事業について (新型コロナウイルス感染症の流行による国民のスポーツへの参画状況 や意識の変化、健康状態等に関する調査研究)

1. 新型コロナウイルス流行後におけるスポーツを実施する意欲/観る意欲/支える意欲の増減

- 実施する意欲：全体でみると (9.3%増加) となり、高くなった割合が低くなった割合を上回っている。※
- 観る意欲：全体でみると (1.2%増加) となり、高くなった割合が低くなった割合を上回っている。※
- 支える意欲：全体でみると (0.2%低下) となり、高くなった割合が低くなった割合を下回っている。※
- 3つの意欲において【そもそも意欲がない】と回答した人は、実施する意欲がない (21.3%)、観る意欲がない (24.8%)、支える意欲がない (29.6%) であった。

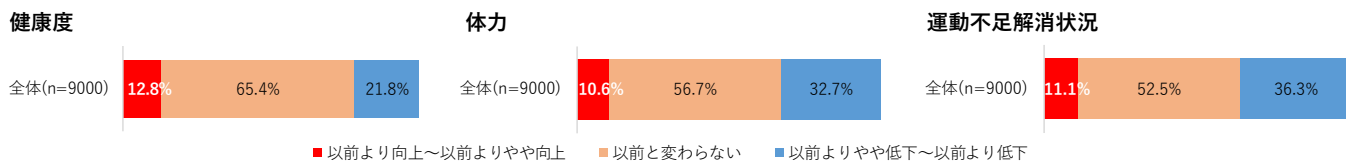
※計算方法：3つの意欲毎に「高くなった～やや高くなった割合」-「やや低くなった～低くなった割合」で計算



2. スポーツをする・観る等の環境の変化等による、国民の健康状態等への影響

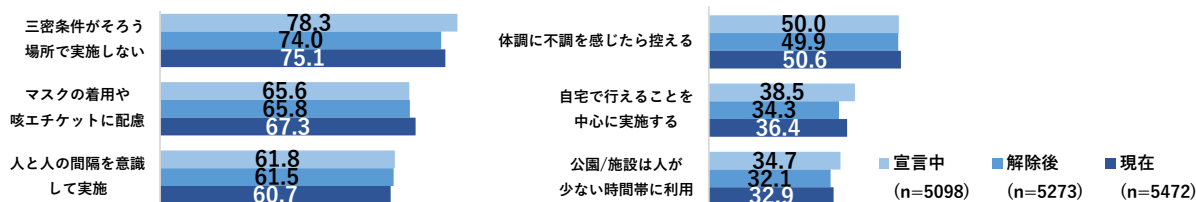
- 健康度：全体でみると (9.0%低下) となり、向上した割合が低下した割合を下回っている。※
- 体力：全体でみると (22.1%低下) となり、向上した割合が低下した割合を下回っている。※
- 運動不足解消状況：全体でみると (25.2%低下) となり、向上した割合が低下した割合を下回っている。※

※計算方法：3つの項目毎に「向上～やや向上の割合」-「やや低下～低下の割合」で計算



3. 新型コロナウイルスの影響下、感染対策を行いながらどのように運動・スポーツに取り組んでいるか

- 現在運動・スポーツ中に行われている主な感染対策としては、「三密条件がそろう場所で実施しない」が(75.1%)と最も高く、次いで「マスクの着用や咳エチケットに配慮」(67.3%)「人と人との間隔を意識して実施」(60.7%)の順となり、日頃の運動・スポーツ時においては正しく感染対策に配慮されながら取り組まれているという結果となった。



4. withコロナの時代にスポーツを実施するにあたっての促進要因

- 現在運動・スポーツを実施するにあたっての促進要因としては、「ストレス解消のための運動欲求の増加」が(31.9%)と最も高く、次いで「家でもできるスポーツ・エクササイズ動画」(28.9%)、「テレワーク等の導入による余暇時間の増大」(22.8%)の順となり、日頃の運動不足解消に向け、個々に運動に取り組んでいるという結果となった。

ストレス解消のための運動欲求の増加

全体(n=9000) 31.9% 29.7% 38.4%

家でもできるスポーツ・エクササイズ動画

全体(n=9000) 28.9% 28.5% 42.6%

テレワーク等の導入による余暇時間の増大

全体(n=9000) 22.8% 23.3% 53.9%

健康・体力づくりの為の情報との接触機会増大

全体(n=9000) 22.5% 31.2% 46.3%

施設・設備が感染対策をしていることの情報発信

全体(n=9000) 18.1% 32.2% 49.7%

オンライン形式によるスポーツ大会

全体(n=9000) 9.7% 26.7% 63.6%

■ あてはまる～ややあてはまる ■ どちらともいえない ■ あまりあてはまらない～あてはまらない

本事業の概要

目的

・歴史的な大流行を見せている新型コロナウイルス感染症によって、国民のスポーツへの参画状況・意識がどのように変化したか、またスポーツへの実施・観戦への制限が生じたことによって健康状態にどのような影響が出ているかについて調査研究を行う。また、調査研究で得られて知見を活用し、今後withコロナの時代において、国民が安心・安全にスポーツを行うための情報提供や運動機会の創出等に取り組む。

調査要領

- (1) 調査地域：全国
- (2) 調査対象：6～79歳の男女。ただし、15歳未満については、親が回答。
- (3) 対象パネル：「楽天インサイト」パネル 約220万人
- (4) 調査方法：上記パネルの登録モニターを対象としたWEBアンケート調査
- (5) 回収数：有効回収数 計9,000件
- (6) 調査実施期間：令和3年2月12日～15日
- (7) 調査実施機関：株式会社サーベイリサーチセンター

標本の属性

	n	%
全体	9000	100.0
男性	4695	52.2
女性	4305	47.8
男性10代以下	267	3.0
男性20代	598	6.6
男性30代	738	8.2
男性40代	1132	12.6
男性50代	803	8.9
男性60代	577	6.4
男性70代以上	580	6.4
女性10代以下	294	3.3
女性20代	577	6.4
女性30代	742	8.2
女性40代	926	10.3
女性50代	635	7.1
女性60代	565	6.3
女性70代以上	566	6.3
北海道	373	4.1
東北	481	5.3
関東	3464	38.5
甲信越・北陸	355	3.9
中部	1166	13.0
近畿	1892	21.0
中国	431	4.8
四国	206	2.3
九州	578	6.4
沖縄	54	0.6

	n	%
全体	9000	100.0
自営業主－専門・技術職	133	1.5
自営業主－事務職	45	0.5
自営業主－販売・サービス・保安職	158	1.8
自営業主－農林漁業職	29	0.3
自営業主－生産・運輸・建設・労務職	49	0.5
自営業主－その他	274	3.0
(小計) 自営業主	688	7.6
家族従業者	45	0.5
雇用者－管理職	464	5.2
雇用者－専門・技術職	958	10.6
雇用者－事務職	1485	16.5
雇用者－販売・サービス・保安職	649	7.2
雇用者－農林漁業職	15	0.2
雇用者－生産・輸送・建設・労務職	578	6.4
雇用者－その他	508	5.6
(小計) 雇用者	4657	51.7
(小計) 就労者	5390	59.9
主婦・主夫	1301	14.5
学生	741	8.2
無職	1201	13.3
その他：	165	1.8
答えたくない	202	2.2
全体	8478	100.0
収入なし	120	1.4
100万円未満	194	2.3
100～200万円未満	466	5.5
200～300万円未満	739	8.7
300～400万円未満	987	11.6
400～500万円未満	929	11.0
500～600万円未満	721	8.5
600～700万円未満	612	7.2
700～800万円未満	557	6.6
800～1,000万円未満	767	9.0
1,000～1,200万円未満	394	4.6
1,200万円以上	419	4.9
わからない	595	7.0
答えたくない	978	11.5

調査結果

調査結果

◆国民の運動・スポーツをする・観る機会の変化

●運動・スポーツ負荷・頻度【緊急事態宣言前/緊急事態宣言中/緊急事態宣言解除後/現在】 時系列比較

■運動・スポーツ負荷

n=9000	非常に軽度の運動	軽度の運動	中程度の運動	重度・本格的な運動	行っていない
宣言前	45.0%	17.8%	16.5%	9.3%	38.4%
宣言中	44.1%	12.9%	11.7%	4.5%	43.4%
解除後	43.3%	13.9%	13.7%	6.0%	41.4%
現在	47.2%	13.4%	12.8%	6.1%	39.2%

■運動・スポーツ頻度

※各フェーズ毎運動を行っていない/実施頻度「わからない」という回答者は集計から除外

実施頻度	n数	週5日以上	週3日～4日	週2日	週1日	月1～3日	3ヶ月に1～2日
宣言前	n=5310	27.4%	25.8%	18.7%	15.7%	9.6%	2.9%
宣言中	n=4851	24.5%	24.7%	18.3%	17.3%	10.2%	5.0%
解除後	n=5011	24.8%	25.7%	19.7%	16.6%	9.2%	4.0%
現在	n=5208	25.8%	25.7%	18.9%	16.4%	9.3%	4.0%

■時期詳細

-下記4フェーズ別の期間

- ・宣言前：2019.4～2020.3
- ・宣言中：2020.4～5
- ・解除後：2020.6～12
- ・現在：2021.1～2

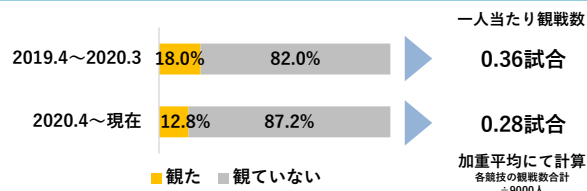
◆考察・分析

運動・スポーツを「行っていない」層に着目すると、宣言前から宣言中にかけて行っていない層の増加がみられ、解除後⇒現在にかけて徐々に回復している。運動負荷では「中程度」「重度・本格的な」といった運動強度が高くなるほど運動機会が減少する傾向を示した。

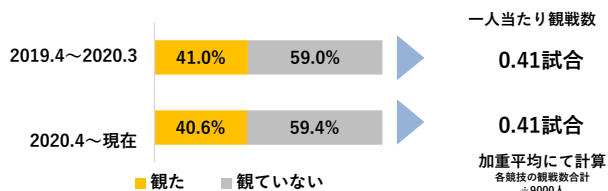
また、非常に軽度の運動（散歩、ぶらぶら歩き、ストレッチ、軽い体操等）については、40%以上の方が宣言中～現在にかけても実施しており、新型コロナウイルス拡大後も継続を心掛けていることが明らかとなった。

●スポーツを観る機会の変化

直接観戦(n=9000)



TVやインターネットでの観戦(n=9000)



◆考察・分析

直接観戦については、2019.4～2020.3は観た（18.0%）となっているが、2020.4～現在については5.2%低下の（12.8%）になった。主な要因としては、新型コロナウイルス感染症の感染対策として、無観客試合や会場の収容制限を実施していたことが要因としてあげられる。

TVやインターネットでの観戦については、2019.4～2020.3は観た（41.0%）となっており、2020.4～現在については0.4%低下の（40.6%）になった。TVやインターネットでの観戦は直接観戦と比較し、影響度が低いことが明らかとなった。

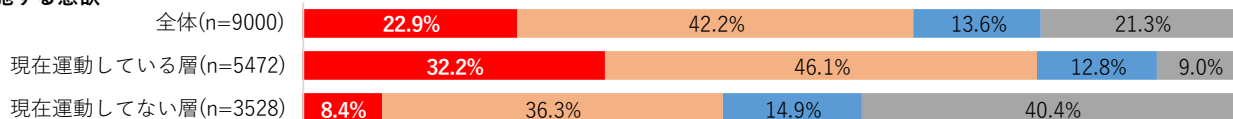
調査結果

調査結果

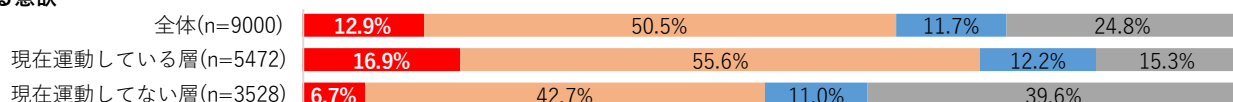
◆国民の運動・スポーツの参画に関する意識の変化（感染拡大前後）

●運動・スポーツを実施する/観る/支える意欲

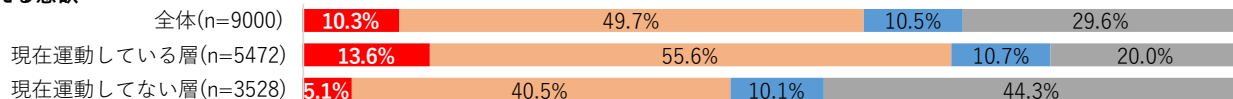
実施する意欲



観る意欲



支える意欲



■ 以前より高くなった～以前よりやや高くなった ■ 以前と変わらない ■ 以前よりやや低くなった～以前より低くなった ■ そもそも意欲がない

◆考察・分析

実施する意欲は高くなった割合が低くなった割合を上回っており、新型コロナウイルスの影響で実施する意欲を持つ割合の増加がみられた。

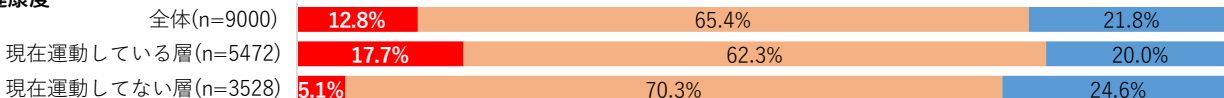
観る意欲と支える意欲については、高くなった割合と低くなった割合の差は僅かであった。

コロナの影響で実施する意欲の増加がみられたが、実際に運動不足解消に繋がったかについては、次の項目と合わせて分析をする。

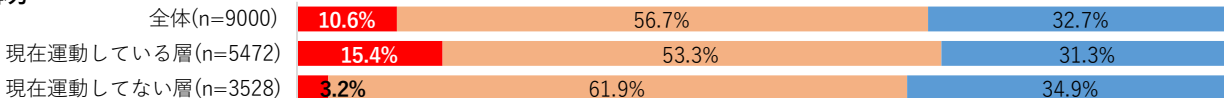
◆スポーツをする・みる環境の変化による、国民の健康状態（体力）への影響

●健康度/体力/運動不足解消度

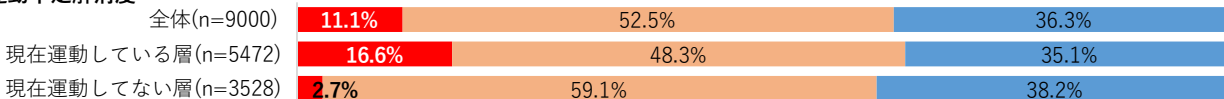
健康度



体力



運動不足解消度



■ 以前より向上～以前よりやや向上 ■ 以前と変わらない ■ 以前よりやや低下～以前より低下

◆考察・分析

運動不足解消度については向上した層に対し、低下した層が大きく上回った。

体力の向上・低下については運動不足解消度に近い傾向を示し、健康については運動不足解消度低下の影響は体力比べて少ない傾向を示した。

前項での運動意欲の向上がみられた層が22.9%だったのに対し、実際に運動状況が向上したのはその半数以下の11.1%にとどまった。また運動意欲が低下した層が13.6%だったのに対し、運動状況が低下したのは36.3%と2.6倍となった。

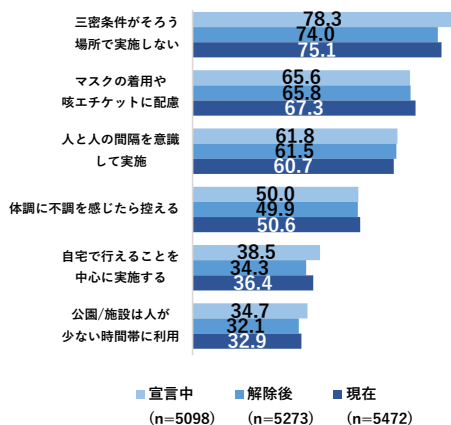
新型コロナウイルスによって運動する意欲が高まりはしたが、一方で実際の運動不足解消には至っておらず、意欲が低下していない層も運動状況が低下している様子がうかがえる。

調査結果

調査結果

◆緊急事態宣言下で感染予防を行いながら、どのように運動・スポーツに取り組んでいたか

●運動・スポーツ時の感染対策の実施状況



■各項目において、各フェーズ毎に重要度やや高い～高いと答えた層

重視度 やや高以上と回答した人の比率	宣言中	解除後	現在
マスクの着用や咳エチケットに配慮	(n=3342) 89.4	(n=3470) 87.4	(n=3685) 88.3
人と人の間隔を意識して実施	(n=3152) 86.4	(n=3244) 84.0	(n=3319) 86.8
体調に不調を感じたら控える	(n=2549) 85.6	(n=2633) 85.0	(n=2767) 85.8
三密条件がそろって実施しない	(n=3993) 85.2	(n=3904) 84.4	(n=4109) 85.9
公園/施設は人が少ない時間帯に利用	(n=1769) 78.2	(n=1694) 76.3	(n=1803) 78.8
自宅で行えることを中心に実施する	(n=1964) 76.0	(n=1808) 74.4	(n=1992) 77.3

※時期詳細

・宣言中：2020.4～5/解除後：2020.6～12/現在：2021.1～2

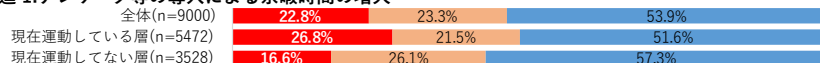
◆考察・分析

運動・スポーツ実施時に行っていた感染予防については、「三密」「マスク」「人との間隔」といったものが上位となっている。実施者における重要度はいずれの取り組みも高い重要度となったが、「公園/施設は人が少ない時間帯に利用」「自宅で行えることを中心に実施する」はそれ以外の取り組みと比較するとやや重要度は低い。

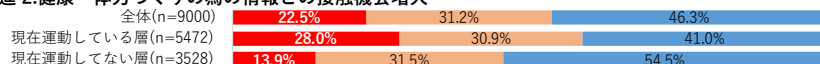
◆withコロナの時代に運動・スポーツを実施するにあたっての促進要因

●運動・スポーツを実施するにあたっての促進要因

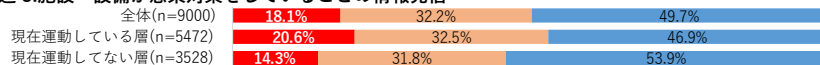
促進 1.テレワーク等の導入による余暇時間の増大



促進 2.健康・体力づくりのための情報との接触機会増大



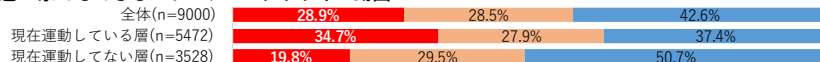
促進 3.施設・設備が感染対策をしていることの情報発信



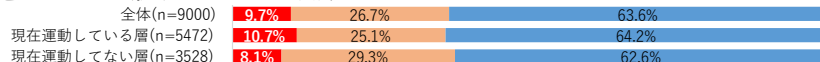
促進 4.ストレス解消のための運動欲求の増加



促進 5.家でもできるスポーツ・エクササイズ動画



促進 6.オンライン形式によるスポーツ大会



■ あてはまる～ややあてはまる ■ どちらともいえない ■ あまりあてはまらない～あてはまらない

■以前は運動をしなかった⇒現在は運動をするようになった層 (n=553) の促進要因

運動促進要因	n	あてはまる～ややあてはまる	どちらともいえない	あまりあてはまらない～あてはまらない
ストレス解消のための運動欲求の増加	553	39.4%	27.1%	33.5%
家でもできるスポーツ・エクササイズ動画	553	37.3%	26.9%	35.8%
健康・体力づくりのための情報との接触機会増大	553	28.9%	28.2%	42.9%
テレワーク等の導入による余暇時間の増大	553	28.8%	21.3%	49.9%
施設・設備が感染対策をしていることの情報発信	553	17.7%	27.8%	54.4%
オンライン形式によるスポーツ大会	553	8.7%	23.7%	67.6%

■以前は運動をしなかった⇒現在は運動をするようになった層の主な運動種類 (n=553)

現在行っている運動/スポーツ	回答率
ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き）	51.4%
トレーニング（筋力トレーニング等）	16.5%
ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝	12.7%
階段昇降（2アップ3ダウン等）	12.1%
体操（ラジオ体操等）	10.8%

◆考察・分析

運動・スポーツを実施するにあたっての促進要因は、「ストレス解消」が最も多く、「家でもできるエクササイズ動画」「余暇時間の増大」「情報接触機会増大」と続いた。以前運動をしていなかったが現在は運動をするようになった層を抜き取ってみても概ね同様の傾向を示し、現在行っている運動/スポーツは半数以上が「ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き）」であった。

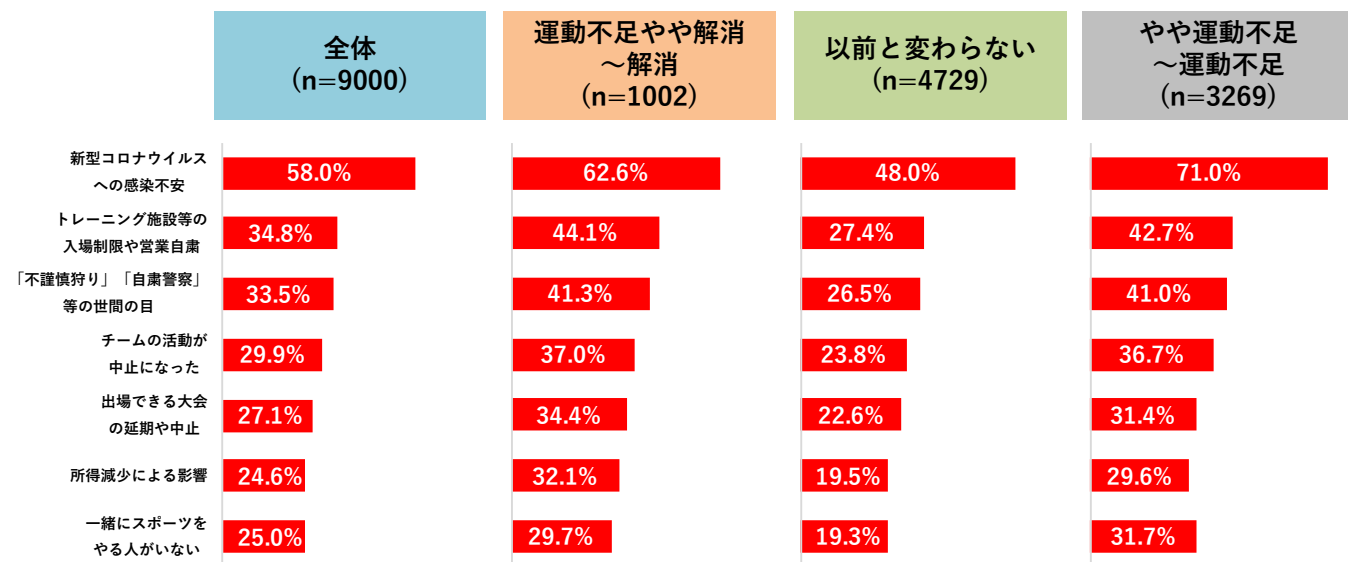
「テレワーク等の導入による余暇時間の増大」による影響は、全体では22.8%だったが、「会社員」で絞り込むと26.1%となった。

調査結果

調査結果

◆withコロナの時代に運動・スポーツを実施するにあたっての阻害要因

●運動・スポーツを実施するにあたっての阻害要因



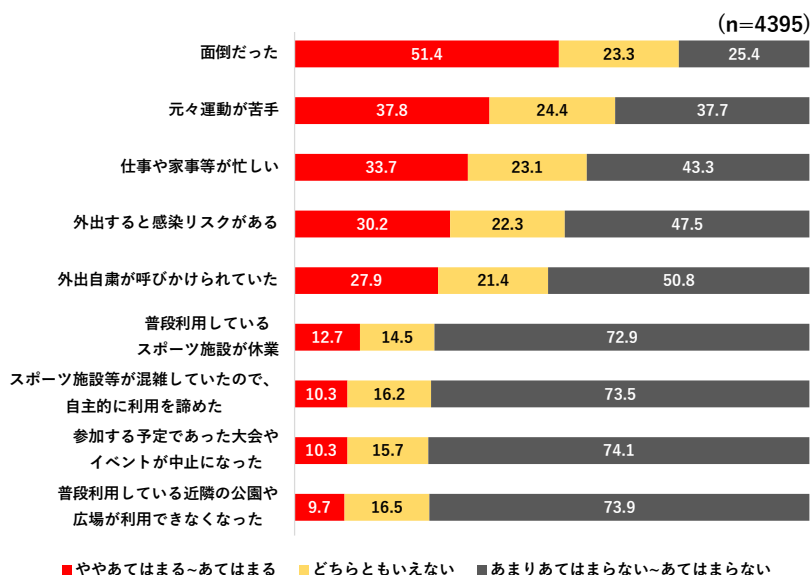
◆考察・分析

運動・スポーツを実施するにあたっての阻害要因は、「新型コロナウイルスへの感染不安」が58.0%と最も高かった。中でも「やや運動不足～運動不足」の層でその傾向が顕著にみられた。

コロナ禍におけるスポーツ実施の推進については、「新型コロナウイルスへの感染不安」の払拭は困難ではあるが、運動・スポーツ実施時の感染防止対策や屋外・少人数で運動する際の正しいリスクについての情報発信、「不謹慎狩り」「自粛警察」等の世間の目の軽減のための啓蒙活動・情報発信やオンラインでの大会開催等を実施する等で一部阻害要因を軽減することができるのではないだろうか。

◆運動・スポーツをしない人の具体的理由

●運動・スポーツをしない人の具体的理由



◆考察・分析

運動・スポーツを実施しなかった層に聞いた主な理由は、「面倒だった」「元々運動が苦手」「仕事や家事等が忙しい」の新型コロナウイルスとは無関係な理由が上位にあがった。

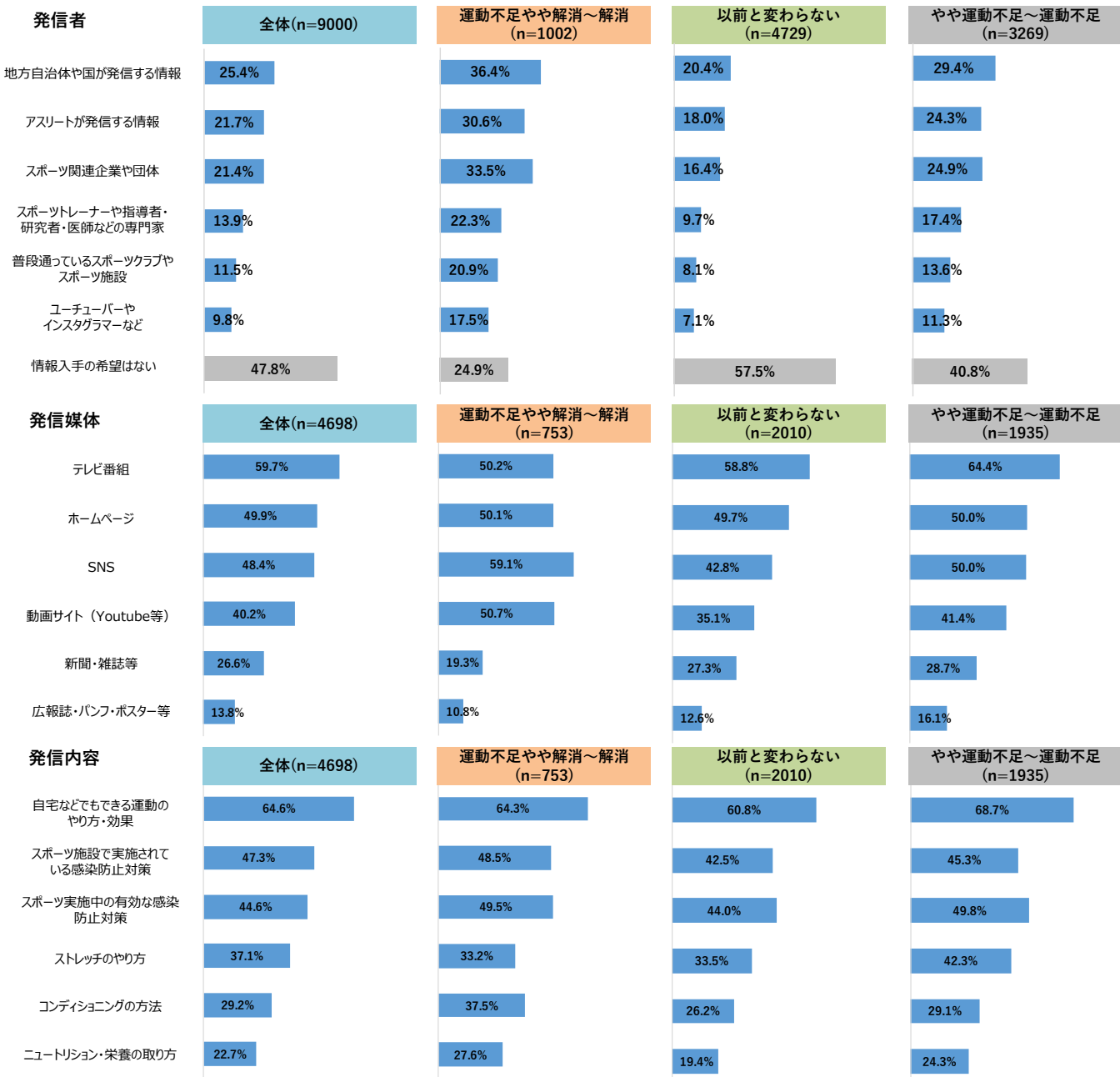
そもそも運動・スポーツ自体を実施しない層が一定数存在するが、「外出すると感染リスクがある」「外出自粛が呼びかけられていた」等のコロナ禍の影響を受けた理由も一定数見られた。

調査結果

調査結果

◆コロナ禍において求められている発信者/発信媒体/発信内容

●コロナ禍において求められている発信者/発信媒体/発信内容



◆考察・分析

コロナ禍において求められている情報発信については、発信者としては「地方自治体や国」「アスリート」「スポーツ関連企業や団体」が特に求められており、その発信媒体は「テレビ番組」「ホームページ」「SNS」「動画サイト」が有効で、発信する内容で最も求められているものは「自宅でもできる運動のやり方・効果」で「スポーツ施設で実施されている感染防止対策」「スポーツ実施中の有効な感染防止対策」等も求められている。

※発信媒体/発信内容については「発信者：情報入手の希望はない」と答えた回答者は除外