スポーツ政策調査研究事業

調査結果報告書

（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）

目次

- 調査の概要 2
- 回答者属性 4
- 調査結果詳細 9
- 宣言前～現在の時期で行った運動・スポーツ 10
- 宣言前～現在の時期で行った運動・スポーツの平均日数 18
- 感染拡大前後の所属している部活動の頻度 26
- 宣言中～現在の時期で実施していた感染予防対策 28
- 宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［宣言中］ 34
- 宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［解除後］ 48
- 宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［現在］ 62
- 宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［宣言中］ 76
- 宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［解除後］ 94
- 宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［現在］ 112
- 新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施について情報発信の認知 130
- 宣言中～現在の時期で新たに始めた運動・スポーツ［宣言中］ 132
- 宣言中～現在の時期で新たに始めた運動・スポーツ［解除後］ 144
- 宣言中～現在の時期で新たに始めた運動・スポーツ［現在］ 156
- 運動・スポーツを行わなかった理由 168
- 緊急事態宣言前後で観戦したスポーツ＜直接観戦＞ 188
- 緊急事態宣言前後で観戦したスポーツ＜TV等での観戦＞ 194
- 感染症拡大前後での体調の変化 200
- 感染症拡大前後でのスポーツに対する意欲の変化 206
- 新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施促進要因 212
- 新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施阻害要因 224
- 新型コロナウイルス感染症拡大前後でのトップアスリートへの関心の変化 238
- 新型コロナウイルス感染症影響下での将来トップアスリートに期待すること 240
- 延期された東京2020オリンピック・パラリンピックについて楽しみの度合い 242
- 新型コロナウイルス感染拡大の中で運動・スポーツの情報入手したい発信者 244
- 発信者情報を入手する際の希望する発信方法（情報媒体） 246
- 発信者が発信する情報として希望する発信内容 248
- 子供の感染拡大前後での運動・スポーツの実施有無 250
- 子供の感染拡大前後での運動・スポーツの平均実施日数 254
- 子供の感染拡大前後での運動・スポーツで実施感染予防対策 258
- 子供の運動・スポーツの実施日数が減少した理由 260
- 子供の習い事等での感染拡大前後の運動・スポーツの減少の度合い 262
- 子供の運動・スポーツの機会が減少した結果の変化 266
- 自由回答集 268

調査の概要

本事業の概要

目的

・歴史的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～2月
（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

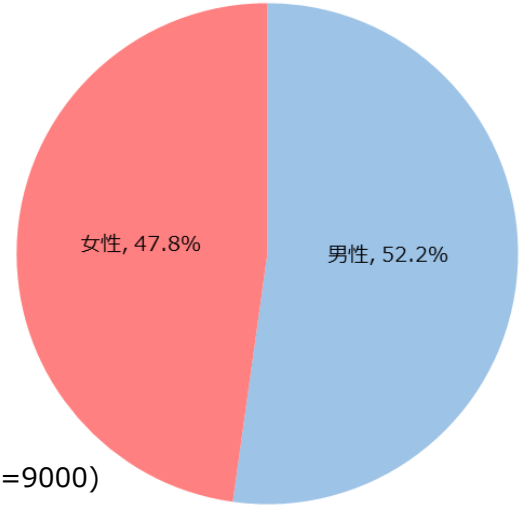
	n	%
全体	9000	100.0
男性	4695	52.2
女性	4305	47.8
男性10代以下	267	3.0
男性20代	598	6.6
男性30代	738	8.2
男性40代	1132	12.6
男性50代	803	8.9
男性60代	577	6.4
男性70代以上	580	6.4
女性10代以下	294	3.3
女性20代	577	6.4
女性30代	742	8.2
女性40代	926	10.3
女性50代	635	7.1
女性60代	565	6.3
女性70代以上	566	6.3
北海道	373	4.1
東北	481	5.3
関東	3464	38.5
甲信越・北陸	355	3.9
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

回答者属性

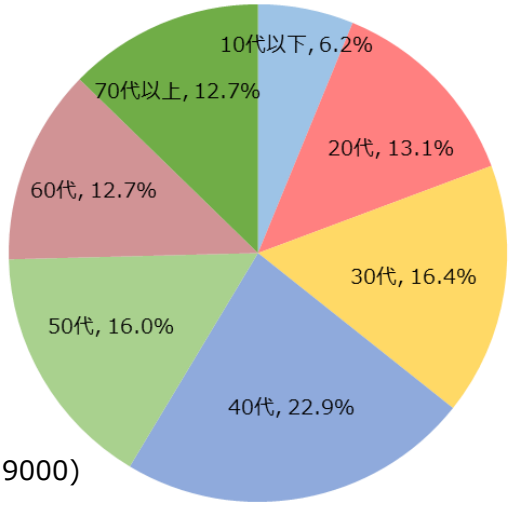
回答者属性（１）

■性別



(n=9000)

■年齢



(n=9000)

SC3.お住まいの都道府県

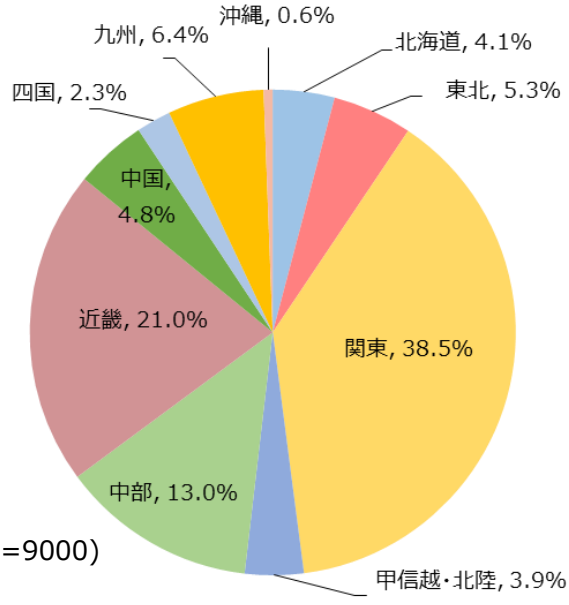
都道府県別

地域		全体
	全　体	9000
北海道	北海道	373
東北	青森県	64
	岩手県	48
	宮城県	184
	秋田県	50
	山形県	54
	福島県	81
関東	茨城県	143
	栃木県	102
	群馬県	95
	埼玉県	526
	千葉県	512
	東京都	1282
	神奈川県	782
	山梨県	22
信越･北陸	新潟県	106
	富山県	82
	石川県	62
	長野県	105
中部	福井県	36
	岐阜県	133
	静岡県	231
	愛知県	643
	三重県	123
近畿	滋賀県	100
	京都府	259
	大阪府	809
	兵庫県	510
	奈良県	143
	和歌山県	71
中国	鳥取県	37
	島根県	37
	岡山県	97
	広島県	186
	山口県	74
四国	徳島県	52
	香川県	57
	愛媛県	70
	高知県	27
九州	福岡県	295
	佐賀県	35
	長崎県	49
	熊本県	54
	大分県	52
	宮崎県	31
	鹿児島県	62
沖縄	沖縄県	54

エリア別

(%)

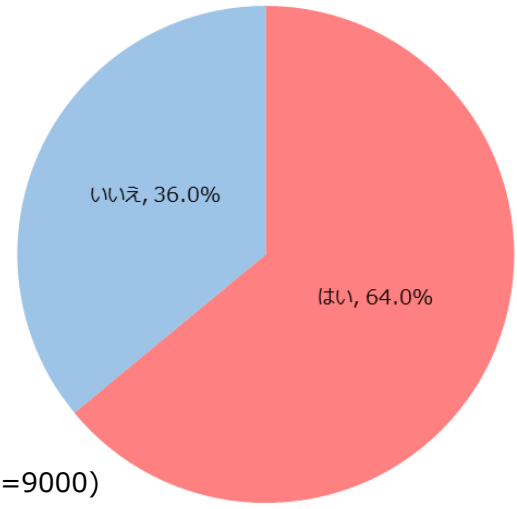
	全体	割合
全　体	9000	-
北海道	373	4.1
東北	481	5.3
関東	3464	38.5
甲信越･北陸	355	3.9
中部	1166	13.0
近畿	1892	21.0
中国	431	4.8
四国	206	2.3
九州	578	6.4
沖縄	54	0.6



(n=9000)

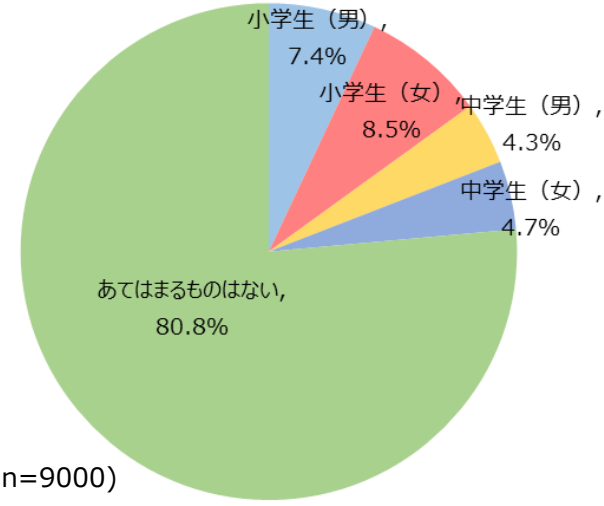
回答者属性（２）

■婚姻状況※SC2 で「19歳以上」と回答した方のみ



(n=9000)

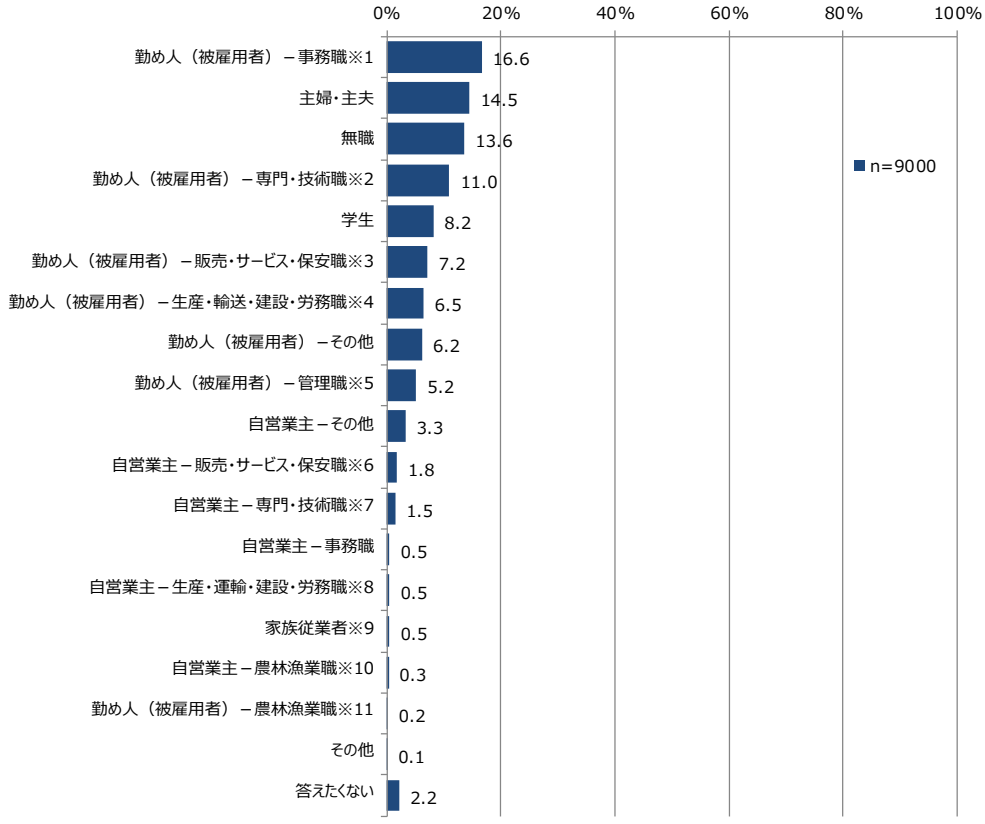
■小中学生の子供有無（MA）
※「19歳以上」と回答した方のみ



(n=9000)

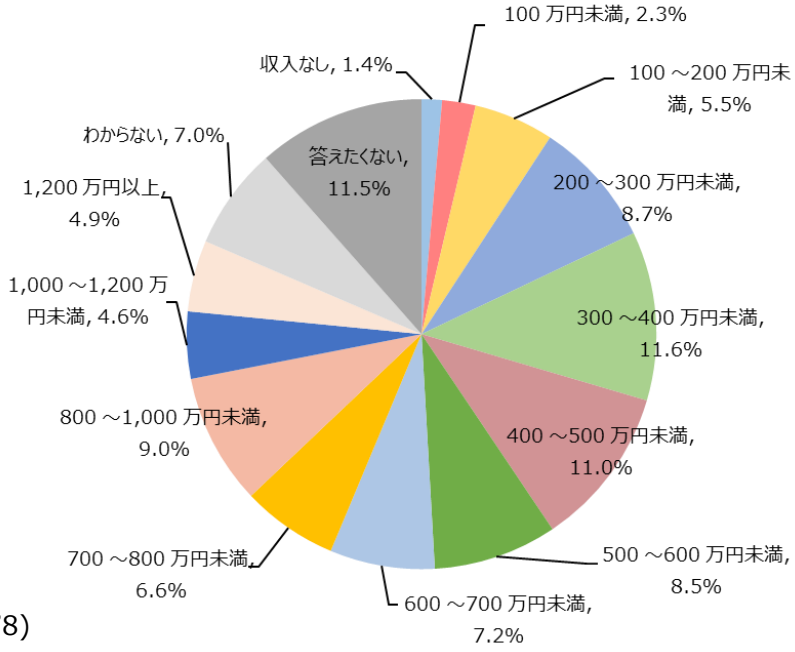
回答者属性（３）

■職業



詳細説明
※1： 勤め人（被雇用者）－事務職（事務系会社員・公務員、営業職など）
※2： 勤め人（被雇用者）－専門・技術職（教員、技術者、研究者、弁護士、病院勤務医師など）
※3： 勤め人（被雇用者）－販売・サービス・保安職（販売店の店員、ウェイター、守衛、インストラクターなど）
※4： 勤め人（被雇用者）－生産・輸送・建設・労務職（工場勤務、運転手など）
※5： 勤め人（被雇用者）－管理職（官庁・会社の課長以上）
※6： 自営業主－販売・サービス・保安職（小売店、飲食店、理髪店など）
※7： 自営業主－専門・技術職（開業医、弁護士事務所経営者など）
※8： 自営業主－生産・運輸・建設・労務職（個人タクシー、工務店経営など）
※9： 家族従業者（家族が経営する事業の手伝い）
※10： 自営業主－農林漁業職（植木職、造園師を含む）
※11： 勤め人（被雇用者）－農林漁業職（植木職、造園師を含む）

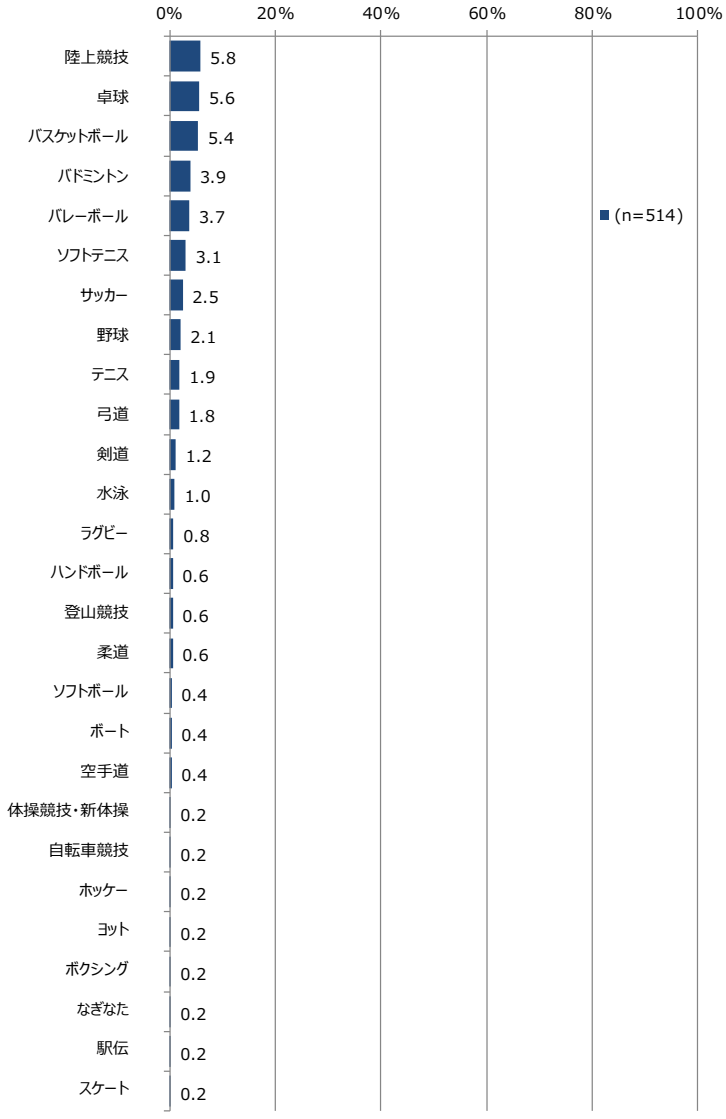
■ご家庭の世帯年収（税込）
※SC2 で「19歳以上」と回答した方のみ



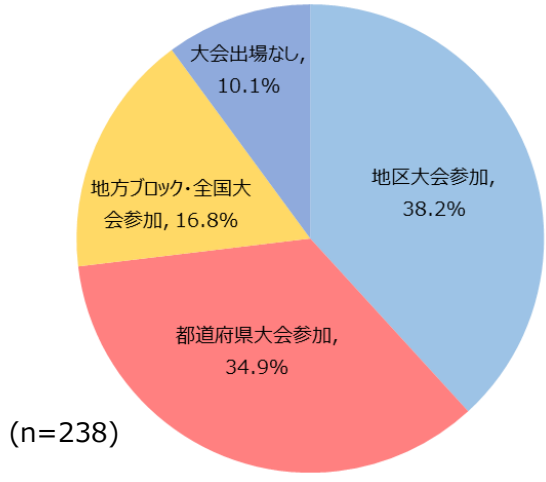
(n=8478)

回答者属性（４）　※高校生

SC7.所属している部活
※SC2 で「15歳以上18歳以下」と回答した方またはSC6 で「学生」と回答した方のみ



SC8.あなたご自身の部活動における競技レベルについて
※SC7 で「運動部に所属している」と回答した方のみ



調査結果詳細

宣言前～現在の時期で行った運動・スポーツ［宣言前］

Q1.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを行いましたか。（MA）
1.宣言前

・全体で最も大きいのは、『非常に軽度の運動※1』の45.0%で、次いで『行っていない』の38.4%、『軽度の運動※2』の17.8%となっている。

・男性で最も大きいのは、『非常に軽度の運動※1』の45.1%で、次いで『行っていない』の35.1%、『中程度の運動※3』の20.5%となっている。
・女性で最も大きいのは、『非常に軽度の運動※1』の44.9%で、次いで『行っていない』の41.9%、『軽度の運動※2』の15.3%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『非常に軽度の運動※1』が58.6%で、次いで『20代』の『非常に軽度の運動※1』が48.3%、『60代』の『非常に軽度の運動※1』が46.6%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『非常に軽度の運動※1』が55.5%で、次いで『40代』の『行っていない』が50.1%、『60代』の『非常に軽度の運動※1』が47.3%となっている。

詳細説明
※1：　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）
※2：　軽度の運動（水泳（ゆっくり）、水中ウォーキング、卓球、ダンス、ゴルフ、スケート等）
※3：　中程度の運動（ジョギング、レクレーションレベルでのスポーツ、トレーニングジム等での中強度のトレーニング等）
※4：　重度・本格的な運動（本格的なランニングや競技スポーツ、スポーツジム等での高強度のトレーニング、エアロビクス等）

Q1.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを行いましたか。（MA）
1.宣言前

*凡例

			非常に軽度の運動※1	軽度の運動※2	中程度の運動※3	重度・本格的な運動※4	行っていない	非常に軽度の運動＋軽度の運動
全体		(n=9000)	45.0	17.8	16.5	9.3	38.4	62.8
性別	男性	(n=4695)	45.1	20.0	20.5	11.9	35.1	65.1
	女性	(n=4305)	44.9	15.3	12.2	6.5	41.9	60.2
性年代	男性10代以下	(n=267)	42.7	26.2	30.0	29.2	28.8	68.9
	男性20代	(n=598)	48.3	22.2	25.8	21.6	31.4	70.5
	男性30代	(n=738)	42.8	19.8	23.7	14.1	33.6	62.6
	男性40代	(n=1132)	40.6	17.8	20.7	10.1	39.2	58.4
	男性50代	(n=803)	41.2	17.9	16.1	7.5	42.2	59.1
	男性60代	(n=577)	46.6	19.1	14.0	5.4	36.6	65.7
	男性70代以上	(n=580)	58.6	23.3	18.6	7.2	24.3	81.9
	女性10代以下	(n=294)	43.5	23.5	24.1	19.0	35.7	67.0
	女性20代	(n=577)	44.2	15.9	13.5	7.8	41.8	60.1
	女性30代	(n=742)	47.2	13.2	10.1	4.9	44.1	60.4
	女性40代	(n=926)	38.4	11.3	11.0	6.3	50.1	49.7
	女性50代	(n=635)	41.6	14.3	9.8	4.3	45.0	55.9
	女性60代	(n=565)	47.3	15.4	11.3	6.0	38.4	62.7
	女性70代以上	(n=566)	55.5	20.5	12.7	3.9	29.0	76.0
小中高	小学生	(n=1000)	44.4	18.9	17.9	9.3	39.3	63.3
	中学生	(n=500)	36.0	15.8	16.6	6.6	45.4	51.8
	高校生	(n=500)	43.6	25.0	27.2	24.8	31.8	68.6
障害者	障害者	(n=1012)	45.7	14.3	11.2	6.2	44.7	60.0
エリア	北海道	(n=373)	41.3	15.8	14.7	8.0	43.2	57.1
	東北	(n=481)	43.0	13.3	13.1	8.9	44.7	56.3
	関東	(n=3464)	47.9	19.2	18.3	10.3	33.9	67.1
	甲信越・北陸	(n=355)	36.3	17.2	16.6	11.8	46.5	53.5
	中部	(n=1166)	45.0	18.4	16.0	8.3	39.7	63.4
	近畿	(n=1892)	45.1	16.6	16.3	8.4	38.4	61.7
	中国	(n=431)	41.1	18.8	16.9	10.4	42.9	59.9
	四国	(n=206)	41.7	15.0	12.1	8.3	40.3	56.7
	九州	(n=578)	41.2	18.0	13.1	7.4	43.9	59.2
	沖縄	(n=54)	48.1	5.6	11.1	7.4	44.4	53.7
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	60.0		26.7		13.3	86.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	74.6		26.7		26.7	14.4	101.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	68.8		38.1		37.1	28.1	106.9
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	66.7		30.9		26.9	13.7	97.6
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	74.6		25.8		25.3	10.3	100.4
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	62.1		42.7		37.5	22.2	104.8
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	72.5		30.7		23.5	15.0	103.2
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	81.0		24.7		13.4	5.4	105.7
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	70.0		47.5		25.0	10.0	117.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	59.3	30.4	29.3	22.3	15.7	89.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	59.5	28.3	29.6	14.8	13.2	87.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	67.1	29.4	27.1	17.6	14.1	96.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	67.2	24.2	23.8	11.3	8.6	91.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	67.0	23.8	24.2	11.9	9.3	90.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	71.1	30.9	18.7	8.2	7.5	102.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	69.8	22.3	21.1	12.5	8.4	92.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	63.9	29.1	23.6	14.9	9.2	93.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	60.8	32.8	28.9	20.1	9.3	93.6
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	57.6	29.7	31.8	22.7	14.5	87.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	55.2	27.4	29.9	15.8	16.2	82.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	68.0	34.0	24.0	16.0	12.0	102.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	66.7	23.1	22.5	10.4	8.7	89.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	66.7	23.0	25.0	10.8	9.1	89.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	68.8	29.1	18.5	7.0	9.1	97.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	70.9	26.1	23.0	14.0	9.5	97.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	66.5	29.1	23.2	15.2	8.8	95.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	66.1	33.2	27.1	18.7	8.1	99.3
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	70.8	27.2	27.5	14.6	4.8	98.0
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	74.3	26.0	25.5	13.0	3.4	100.3
	ストレス発散	(n=923)	71.8	31.7	29.7	18.5	3.4	103.5
	スポーツ好き	(n=578)	65.2	38.2	40.8	29.6	1.7	103.4
	普段の習慣	(n=1234)	72.5	28.0	28.1	16.3	2.3	100.5
	友人や知人に誘われた	(n=152)	74.3	39.5	33.6	30.3	2.6	113.8
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	72.7	34.4	33.9	26.0	1.8	107.1
	余暇時間が増えた	(n=361)	74.8	33.2	28.5	22.2	4.7	108.0

宣言前～現在の時期で行った運動・スポーツ［宣言中］

Q1.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを行いましたか。（MA）
2.宣言中

・全体で最も大きいのは、『非常に軽度の運動※1』の44.1%で、次いで『行っていない』の43.4%、『軽度の運動※2』の12.9%となっている。

・男性で最も大きいのは、『非常に軽度の運動※1』の43.5%で、次いで『行っていない』の39.7%、『軽度の運動※2』の16.1%となっている。
・女性で最も大きいのは、『行っていない』の47.4%で、次いで『非常に軽度の運動※1』の44.8%、『軽度の運動※2』の9.4%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『非常に軽度の運動※1』が53.6%で、次いで『50代』の『行っていない』が46.1%、『60代』の『非常に軽度の運動※1』が44.9%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『行っていない』が54.3%で、次いで『70代以上』の『非常に軽度の運動※1』が53.2%、『50代』の『行っていない』が52.1%となっている。

詳細説明
※1：　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）
※2：　軽度の運動（水泳（ゆっくり）、水中ウォーキング、卓球、ダンス、ゴルフ、スケート等）
※3：　中程度の運動（ジョギング、レクレーションレベルでのスポーツ、トレーニングジム等での中強度のトレーニング等）
※4：　重度・本格的な運動（本格的なランニングや競技スポーツ、スポーツジム等での高強度のトレーニング、エアロビクス等）

Q1.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを行いましたか。（MA）
2.宣言中

(%)

		*凡例	非常に軽度の運動※1	軽度の運動※2	中程度の運動※3	重度・本格的な運動※4	行っていない	非常に軽度の運動＋軽度の運動
全 体		(n=9000)	44.1	12.9	11.7	4.5	43.4	57.0
性別	男性	(n=4695)	43.5	16.1	15.5	6.8	39.7	59.6
	女性	(n=4305)	44.8	9.4	7.5	2.0	47.4	54.2
性年代	男性10代以下	(n=267)	40.4	23.6	24.0	15.7	36.3	64.0
	男性20代	(n=598)	44.6	20.6	22.4	13.5	35.1	65.2
	男性30代	(n=738)	41.5	16.1	17.2	7.0	38.5	57.6
	男性40代	(n=1132)	40.4	14.7	17.2	6.9	41.1	55.1
	男性50代	(n=803)	41.7	13.7	11.1	5.0	46.1	55.4
	男性60代	(n=577)	44.9	15.4	9.5	2.1	42.1	60.3
	男性70代以上	(n=580)	53.6	15.0	11.2	2.6	33.4	68.6
	女性10代以下	(n=294)	49.7	15.3	23.5	7.8	36.4	65.0
	女性20代	(n=577)	46.6	11.8	7.3	2.6	43.8	58.4
	女性30代	(n=742)	47.2	8.6	7.0	1.6	46.6	55.8
	女性40代	(n=926)	38.3	8.2	6.3	1.9	54.3	46.5
	女性50代	(n=635)	40.2	8.7	5.4	0.6	52.1	48.9
	女性60代	(n=565)	45.0	8.3	5.1	1.8	49.6	53.3
	女性70代以上	(n=566)	53.2	8.8	7.1	0.9	38.7	62.0
小中高	小学生	(n=1000)	44.8	15.0	13.8	5.0	40.7	59.8
	中学生	(n=500)	34.6	12.4	13.2	3.4	49.4	47.0
	高校生	(n=500)	45.0	19.6	24.8	12.6	35.8	64.6
障害者	障害者	(n=1012)	41.1	8.8	8.2	3.9	50.7	49.9
エリア	北海道	(n=373)	38.9	9.9	7.0	4.0	50.4	48.8
	東北	(n=481)	40.1	10.2	10.8	5.0	48.4	50.3
	関東	(n=3464)	47.4	14.1	13.1	4.9	39.3	61.5
	甲信越・北陸	(n=355)	35.5	13.5	10.7	6.2	51.3	49.0
	中部	(n=1166)	45.1	13.2	11.7	2.8	43.5	58.3
	近畿	(n=1892)	44.8	12.2	11.4	4.9	42.9	57.0
	中国	(n=431)	40.4	13.2	12.3	4.6	47.3	53.6
	四国	(n=206)	39.8	7.3	9.7	5.8	46.1	47.1
	九州	(n=578)	38.2	14.0	9.2	2.9	50.3	52.2
	沖縄	(n=54)	33.3	3.7	9.3	3.7	57.4	37.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	61.7	23.3	23.3	8.3	5.0	85.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	75.1	21.8	22.1	9.7	2.9	96.9
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	67.4	23.6	18.4	6.8	11.3	91.0
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	69.5	25.7	22.1	6.4	8.0	95.2
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	73.4	21.3	21.2	4.9	5.0	94.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	69.8	21.0	12.9	6.5	10.9	90.8
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	64.1	26.8	26.8	9.2	9.2	90.9
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	80.1	17.9	9.2	3.3	5.4	98.0
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	72.5	17.5	10.0	2.5	10.0	90.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	60.5	29.1	28.8	15.7	12.1	89.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	63.2	28.0	26.0	9.5	8.6	91.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	56.5	29.4	23.5	14.1	10.6	85.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	70.8	19.1	19.8	6.9	9.2	89.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	68.2	18.7	17.8	4.5	12.3	86.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	73.8	19.0	12.0	2.2	10.2	92.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	75.5	17.3	12.0	5.5	10.3	92.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	66.2	17.7	13.7	4.0	18.2	83.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	69.6	14.2	7.8	5.9	19.6	83.8
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	58.7	29.0	30.1	16.4	12.3	87.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	59.8	28.6	29.5	9.5	9.5	88.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	62.0	28.0	26.0	14.0	8.0	90.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	70.2	19.1	20.0	7.1	8.5	89.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	67.1	18.9	18.5	4.9	12.4	86.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	69.7	21.5	13.9	2.7	10.9	91.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	76.2	18.3	13.7	5.3	11.4	94.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	69.4	18.3	13.7	4.2	15.1	87.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	72.6	14.5	8.1	5.5	16.1	87.1
コロナ以降運動頻度【高】×運動実施理由のみ	ダイエット	(n=872)	74.9	25.1	26.6		11.1	100.0
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	77.8	23.0	24.0		9.4	100.8
	ストレス発散	(n=923)	75.3	28.3	27.1		13.4	103.6
	スポーツ好き	(n=578)	66.3	33.6	39.8		22.8	99.9
	普段の習慣	(n=1234)	75.4	24.1	26.7		12.3	99.5
	友人や知人に誘われた	(n=152)	71.1	36.8	33.6		23.7	107.9
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	73.6	30.4	30.0		18.5	104.0
	余暇時間が増えた	(n=361)	77.6	29.1	26.6		16.3	106.7

宣言前～現在の時期で行った運動・スポーツ［解除後］

Q1.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを行いましたか。（MA）
3.解除後

・全体で最も大きいのは、『非常に軽度の運動※1』の43.3%で、次いで『行っていない』の41.4%、『軽度の運動※2』の13.9%となっている。

・男性で最も大きいのは、『非常に軽度の運動※1』の42.7%で、次いで『行っていない』の38.0%、『中程度の運動※3』の17.8%となっている。
・女性で最も大きいのは、『行っていない』の45.2%で、次いで『非常に軽度の運動※1』の44.0%、『軽度の運動※2』の10.5%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『非常に軽度の運動※1』が53.8%で、次いで『60代』の『非常に軽度の運動※1』が44.5%、『20代』の『非常に軽度の運動※1』・『50代』の『行っていない』が43.8%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『行っていない』が53.3%で、次いで『70代以上』の『非常に軽度の運動※1』が52.3%、『50代』の『行っていない』が50.1%となっている。

詳細説明
※1：　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）
※2：　軽度の運動（水泳（ゆっくり）、水中ウォーキング、卓球、ダンス、ゴルフ、スケート等）
※3：　中程度の運動（ジョギング、レクレーションレベルでのスポーツ、トレーニングジム等での中強度のトレーニング等）
※4：　重度・本格的な運動（本格的なランニングや競技スポーツ、スポーツジム等での高強度のトレーニング、エアロビクス等）

Q1.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを行いましたか。（MA）
3.解除後

*凡例

			非常に軽度の運動※1	軽度の運動※2	中程度の運動※3	重度・本格的な運動※4	行っていない	非常に軽度の運動＋軽度の運動
全体		(n=9000)	43.3	13.9	13.7	6.0	41.4	57.2
性別	男性	(n=4695)	42.7	17.0	17.8	8.3	38.0	59.7
	女性	(n=4305)	44.0	10.5	9.1	3.4	45.2	54.5
性年代	男性10代以下	(n=267)	39.7	26.6	34.1	23.6	29.2	66.3
	男性20代	(n=598)	43.8	17.9	24.1	13.7	34.3	61.7
	男性30代	(n=738)	39.4	15.4	19.2	8.9	37.5	54.8
	男性40代	(n=1132)	39.5	15.5	18.6	7.6	40.5	55.0
	男性50代	(n=803)	40.8	15.8	12.7	6.1	43.8	56.6
	男性60代	(n=577)	44.5	17.2	11.3	3.5	39.9	61.7
	男性70代以上	(n=580)	53.8	18.1	14.5	4.5	31.4	71.9
	女性10代以下	(n=294)	44.2	17.0	21.4	10.5	35.0	61.2
	女性20代	(n=577)	46.8	10.1	7.8	3.5	44.0	56.9
	女性30代	(n=742)	46.1	9.4	8.0	2.2	45.1	55.5
	女性40代	(n=926)	37.8	8.3	7.0	3.2	53.3	46.1
	女性50代	(n=635)	39.1	9.9	8.3	2.4	50.1	49.0
	女性60代	(n=565)	45.5	11.2	8.8	4.4	43.2	56.7
	女性70代以上	(n=566)	52.3	12.9	10.2	1.9	34.8	65.2
小中高	小学生	(n=1000)	42.2	15.8	15.3	5.8	41.0	58.0
	中学生	(n=500)	33.0	12.8	14.6	4.8	48.8	45.8
	高校生	(n=500)	41.6	21.4	27.8	17.6	32.0	63.0
障害者	障害者	(n=1012)	40.9	8.9	9.1	4.5	49.7	49.8
エリア	北海道	(n=373)	37.5	9.7	8.8	5.4	50.1	47.2
	東北	(n=481)	40.1	10.2	13.3	5.8	47.6	50.3
	関東	(n=3464)	46.9	15.7	15.1	6.9	36.9	62.6
	甲信越・北陸	(n=355)	32.7	14.9	14.1	7.6	50.1	47.6
	中部	(n=1166)	43.9	14.5	12.9	5.0	41.6	58.4
	近畿	(n=1892)	43.7	12.5	13.5	5.4	41.1	56.2
	中国	(n=431)	39.7	13.9	13.7	6.5	44.8	53.6
	四国	(n=206)	37.9	11.2	8.7	6.3	44.7	49.1
	九州	(n=578)	37.5	14.0	12.6	4.0	48.3	51.5
	沖縄	(n=54)	35.2	3.7	9.3	5.6	53.7	38.9
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	65.0	26.7	28.3	10.0		91.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	73.1	23.4	24.5	12.0	1.2	96.5
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	69.2	25.8	26.9	12.8	4.9	95.0
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	68.7	24.5	30.5	9.2	4.4	93.2
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	74.0	23.3	22.9	7.0	1.1	97.3
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	66.1	23.4	17.7	9.7	6.9	89.5
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	68.6	24.8	27.5	7.8	5.2	93.4
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	81.0	20.8	10.4	3.9	1.5	101.8
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	77.5	17.5	12.5	2.5	5.0	95.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	58.8	29.5	32.7	18.8	8.2	88.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	60.9	28.9	29.6	10.2	6.9	89.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	63.5	20.0	28.2	12.9	5.9	83.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	69.6	21.5	22.6	9.0	7.0	91.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	69.6	20.3	20.4	7.2	7.7	89.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	72.8	22.4	14.2	5.2	6.7	95.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	74.8	18.5	16.5	8.6	6.5	93.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	68.2	19.9	18.2	8.2	9.7	88.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	68.6	22.1	15.2	6.4	12.3	90.7
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	56.7	29.9	35.3	19.9	7.8	86.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	56.8	29.5	33.2	12.9	7.5	86.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	62.0	22.0	32.0	14.0	6.0	84.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	69.2	20.8	22.0	8.7	6.9	90.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	68.9	20.1	20.8	6.6	7.7	89.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	70.6	21.8	16.1	5.2	7.0	92.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	75.0	21.0	18.4	8.8	7.2	96.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	70.3	20.9	17.8	8.0	8.6	91.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	71.6	22.3	13.9	6.8	10.0	93.9
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	73.5	25.8	27.2	12.0		99.3
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	76.8	23.8	25.1	10.4		100.6
	ストレス発散	(n=923)	74.2	29.1	28.7	14.3		103.3
	スポーツ好き	(n=578)	65.1	35.3	39.8	25.3		100.4
	普段の習慣	(n=1234)	73.8	25.1	27.9	13.8		98.9
	友人や知人に誘われた	(n=152)	68.4	36.2	34.2	27.0		104.6
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	71.4	30.8	30.8	20.7		102.2
	余暇時間が増えた	(n=361)	76.5	29.1	26.3	17.2		105.6

宣言前～現在の時期で行った運動・スポーツ［現在］

Q1.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを行いましたか。（MA）
4.現在

・全体で最も大きいのは、『非常に軽度の運動※1』の47.2%で、次いで『行っていない』の39.2%、『軽度の運動※2』の13.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『非常に軽度の運動※1』の45.9%で、次いで『行っていない』の36.6%、『中程度の運動※3』の17.2%となっている。
・女性で最も大きいのは、『非常に軽度の運動※1』の48.6%で、次いで『行っていない』の42.0%、『軽度の運動※2』の10.7%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『非常に軽度の運動※1』が58.8%で、次いで『20代』の『非常に軽度の運動※1』が47.5%、『60代』の『非常に軽度の運動※1』が47.3%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『非常に軽度の運動※1』が58.8%で、次いで『20代』の『非常に軽度の運動※1』が53.6%、『30代』の『非常に軽度の運動※1』が51.1%となっている。

詳細説明
※1：　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）
※2：　軽度の運動（水泳（ゆっくり）、水中ウォーキング、卓球、ダンス、ゴルフ、スケート等）
※3：　中程度の運動（ジョギング、レクレーションレベルでのスポーツ、トレーニングジム等での中強度のトレーニング等）
※4：　重度・本格的な運動（本格的なランニングや競技スポーツ、スポーツジム等での高強度のトレーニング、エアロビクス等）

Q1.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを行いましたか。（MA）
4.現在

（%）

		*凡例	非常に軽度の運動※1	軽度の運動※2	中程度の運動※3	重度・本格的な運動※4	行っていない	非常に軽度の運動＋軽度の運動
全 体		(n=9000)	47.2	13.4	12.8	6.1	39.2	60.6
性別	男性	(n=4695)	45.9	15.9	17.2	8.3	36.6	61.8
	女性	(n=4305)	48.6	10.7	8.1	3.7	42.0	59.3
性年代	男性10代以下	(n=267)	43.1	23.2	31.8	22.8	30.7	66.3
	男性20代	(n=598)	47.5	16.6	21.7	14.9	33.1	64.1
	男性30代	(n=738)	41.3	14.8	18.7	9.1	36.4	56.1
	男性40代	(n=1132)	41.8	14.7	17.8	7.6	39.1	56.5
	男性50代	(n=803)	45.1	14.7	13.3	5.9	42.1	59.8
	男性60代	(n=577)	47.3	16.3	10.9	2.9	38.8	63.6
	男性70代以上	(n=580)	58.8	17.1	14.1	4.1	28.3	75.9
	女性10代以下	(n=294)	49.3	13.9	18.0	12.9	35.0	63.2
	女性20代	(n=577)	53.6	10.7	6.2	4.3	39.5	64.3
	女性30代	(n=742)	51.1	10.8	7.0	2.2	41.1	61.9
	女性40代	(n=926)	41.8	9.6	7.1	3.0	50.1	51.4
	女性50代	(n=635)	43.9	9.0	7.4	2.2	46.6	52.9
	女性60代	(n=565)	46.0	10.8	7.4	4.2	43.2	56.8
	女性70代以上	(n=566)	58.8	12.7	9.5	2.3	30.0	71.5
小中高	小学生	(n=1000)	45.2	15.8	15.3	5.7	38.8	61.0
	中学生	(n=500)	36.6	12.4	13.2	5.8	46.6	49.0
	高校生	(n=500)	46.6	18.8	25.4	19.0	32.4	65.4
障害者	障害者	(n=1012)	46.0	9.2	8.6	3.6	46.7	55.2
エリア	北海道	(n=373)	42.1	10.2	8.8	7.0	45.3	52.3
	東北	(n=481)	44.3	9.6	12.9	6.0	46.4	53.9
	関東	(n=3464)	50.1	14.8	14.2	6.6	35.3	64.9
	甲信越・北陸	(n=355)	40.3	14.9	14.4	9.0	44.8	55.2
	中部	(n=1166)	48.0	13.6	12.2	4.6	39.7	61.6
	近畿	(n=1892)	46.8	12.3	12.2	5.8	39.4	59.1
	中国	(n=431)	43.9	13.5	13.5	6.0	43.2	57.4
	四国	(n=206)	43.2	13.6	9.2	6.8	39.3	56.8
	九州	(n=578)	43.3	13.5	11.1	4.8	44.1	56.8
	沖縄	(n=54)	42.6	7.4	7.4	5.6	46.3	50.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	75.0	25.0	23.3	10.0		100.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	74.4	23.1	24.9	12.5		97.5
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	78.0	22.0	20.8	11.1		100.0
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	73.5	25.3	28.5	10.8		98.8
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	75.5	23.4	22.5	7.7		98.9
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	79.8	20.2	11.3	7.7		100.0
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	72.5	24.8	30.7	13.7		97.3
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	82.4	18.5	8.9	3.6		100.9
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	90.0	15.0	5.0			105.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	66.6	31.1	34.3	20.9		97.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	68.8	27.3	27.3	13.8		96.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	75.3	18.8	18.8	17.6		94.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	75.8	22.6	23.7	10.1		98.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	77.7	20.9	21.2	8.0		98.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	82.3	19.0	11.0	3.0		101.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	83.0	19.2	16.1	9.1		102.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	80.3	20.6	14.7	7.5		100.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	89.2	19.1	9.8	6.9		108.3
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	63.0	31.6	38.5	22.5		94.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	63.9	28.2	31.5	15.4		92.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	74.0	20.0	26.0	18.0		94.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	75.7	22.2	22.9	9.7		97.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	77.1	20.8	22.1	7.9		97.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	80.0	20.3	12.4	4.2		100.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	83.1	21.2	17.5	9.5		104.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	81.1	21.1	14.9	7.7		102.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	88.7	17.4	8.4	5.8		106.1
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	74.2	25.0	26.3	11.8		99.2
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	77.2	23.1	24.2	10.3		100.3
	ストレス発散	(n=923)	75.1	28.0	27.3	15.0		103.1
	スポーツ好き	(n=578)	66.3	33.4	38.6	24.7		99.7
	普段の習慣	(n=1234)	75.0	24.0	26.7	13.5		99.0
	友人や知人に誘われた	(n=152)	70.4	34.2	30.9	27.0		104.6
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	72.2	29.1	28.2	20.3		101.3
	余暇時間が増えた	(n=361)	77.8	28.5	24.1	17.2		106.3

宣言前～現在の時期で行った運動・スポーツの平均日数［宣言前］

Q2.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを実施した日数を平均すると何日くらいになりますか。※Q1で「行った」と回答した方のみ

1.宣言前

・全体で最も大きいのは、『週5日以上』の26.3%で、次いで『週3日～4日』の24.7%、『週2日』の17.9%となっている。

・男性で最も大きいのは、『週5日以上』の26.5%で、次いで『週3日～4日』の24.2%、『週2日』の18.8%となっている。

・女性で最も大きいのは、『週5日以上』の26.0%で、次いで『週3日～4日』の25.2%、『週2日』の16.8%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『週5日以上』が39.2%で、次いで『10代以下』の『週5日以上』が38.9%、『60代』の『週3日～4日』が32.0%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『週5日以上』が38.3%で、次いで『10代以下』の『週5日以上』が32.3%、『70代以上』の『週3日～4日』が30.8%となっている。

Q2.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを実施した日数を平均すると何日くらいになりますか。※Q1で「行った」と回答した方のみ

1.宣言前

*凡例

(%)

			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	わからない
全 体		(n=5548)	26.3	24.7	17.9	15.0	9.2	2.8	4.3
性別	男性	(n=3047)	26.5	24.2	18.8	15.5	9.0	2.6	3.5
	女性	(n=2501)	26.0	25.2	16.8	14.4	9.4	3.0	5.2
性年代	男性10代以下	(n=190)	38.9	23.7	14.2	10.5	5.3	3.2	4.2
	男性20代	(n=410)	20.2	22.4	21.2	17.1	12.4	2.7	3.9
	男性30代	(n=490)	16.3	22.4	20.6	22.0	11.8	3.7	3.1
	男性40代	(n=688)	23.3	20.5	18.6	19.5	10.6	3.1	4.5
	男性50代	(n=464)	27.2	22.4	20.3	15.5	8.8	2.6	3.2
	男性60代	(n=366)	30.6	32.0	18.9	9.6	6.0	1.1	1.9
	男性70代以上	(n=439)	39.2	29.2	15.0	7.3	4.3	1.6	3.4
	女性10代以下	(n=189)	32.3	22.2	14.8	12.7	10.1	2.6	5.3
	女性20代	(n=336)	16.1	22.6	17.3	16.7	14.3	6.3	6.8
	女性30代	(n=415)	19.0	22.7	15.2	17.3	14.9	3.9	7.0
	女性40代	(n=462)	21.6	22.3	17.1	16.2	12.1	4.1	6.5
	女性50代	(n=349)	28.7	27.5	18.9	12.3	7.4	2.3	2.9
	女性60代	(n=348)	29.3	27.6	19.3	14.7	3.4	1.4	4.3
	女性70代以上	(n=402)	38.3	30.8	14.4	10.0	3.0	3.5	
小中高	小学生	(n=607)	19.1	22.2	19.4	19.3	12.5	4.3	3.1
	中学生	(n=273)	22.7	17.9	21.2	18.3	12.8	2.9	4.0
	高校生	(n=341)	37.0	23.8	14.4	11.4	6.7	2.9	3.8
障害者	障害者	(n=560)	29.3	23.9	16.8	12.9	7.1	3.6	6.4
エリア	北海道	(n=212)	25.0	22.6	17.9	13.7	10.8	5.2	4.7
	東北	(n=266)	26.7	24.4	15.0	13.9	11.7	2.3	6.0
	関東	(n=2289)	25.4	26.0	17.6	15.1	9.1	2.5	4.2
	甲信越・北陸	(n=190)	23.7	27.4	16.8	15.3	9.5	2.6	4.7
	中部	(n=703)	26.3	23.6	19.3	15.5	8.8	2.0	4.4
	近畿	(n=1165)	27.0	23.5	18.2	15.3	8.6	3.1	4.4
	中国	(n=246)	27.6	22.4	22.4	13.0	8.5	3.7	2.4
	四国	(n=123)	30.1	22.8	14.6	16.3	12.2	2.4	1.6
	九州	(n=324)	29.3	23.5	15.7	15.1	8.6	2.8	4.9
	沖縄	(n=30)	23.3	26.7	16.7	13.3	6.7	10.0	3.3
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	100.0						
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	54.2	45.8					
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	52.3	47.7					
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	52.6	47.4					
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	53.0	47.0					
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	63.3	36.7					
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	72.5	27.5					
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	75.9	24.1					
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	100.0						
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=472)	42.8	33.7	9.7	7.2	4.0	1.1	1.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=264)	8.3	12.5	34.5	31.1	10.2	2.3	1.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=73)	12.3	9.6	21.9	5.5	31.5	16.4	2.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1558)	51.3	41.5	3.5	1.6	0.6	1.1	0.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1025)	6.5	11.9	42.2	35.1	3.0	0.5	0.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=371)	3.0	3.8	7.8	10.2	58.0	16.4	0.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=382)	48.7	38.0	7.9	2.1	1.0	1.3	1.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=365)	13.2	21.6	32.1	28.2	3.3	0.5	1.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=185)	5.9	10.8	14.6	26.5	30.8	10.3	1.1
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=460)	43.3	34.3	10.0	6.1	3.7	1.3	1.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=202)	8.4	9.9	38.6	30.7	9.4	1.5	1.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=44)	15.9	11.4	18.2	4.5	34.1	15.9	
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1358)	51.5	41.7	3.4	1.6	0.5	0.8	0.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=859)	4.9	10.4	42.7	37.3	3.6	0.6	0.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=300)	3.0	3.3	7.3	10.0	57.0	18.3	1.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=594)	48.7	38.0	6.6	2.9	2.2	0.8	0.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=593)	13.2	21.1	33.1	27.5	3.4	0.8	1.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=285)	5.3	9.1	14.7	20.7	38.2	10.5	1.4
コロナ以降運動頻度【高】の理由×運動実施	ダイエット	(n=830)	49.9	42.5	4.0	1.6	0.6	1.1	0.2
	運動不足は健康に悪い	(n=1498)	53.3	40.6	3.1	1.2	0.5	1.1	0.2
	ストレス発散	(n=892)	53.0	39.8	3.1	1.7	0.7	1.2	0.4
	スポーツ好き	(n=568)	54.2	40.0	2.8	1.4	0.4	0.9	0.4
	普段の習慣	(n=1206)	61.0	34.5	2.2	1.1	0.3	0.7	0.1
	友人や知人に誘われた	(n=148)	60.1	33.8	3.4	1.4	0.7	0.7	
	感染者減等感染リスクの低下	(n=223)	61.4	31.4	4.5	1.3	0.9	0.4	
	余暇時間が増えた	(n=344)	52.6	34.9	6.1	3.5	1.5	1.5	

宣言前～現在の時期で行った運動・スポーツの平均日数［宣言中］

Q2.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを実施した日数を平均すると何日くらいになりますか。※Q1で「行った」と回答した方のみ

2.宣言中

・全体で最も大きいのは、『週3日～4日』の23.5%で、次いで『週5日以上』の23.3%、『週2日』の17.5%となっている。

・男性で最も大きいのは、『週3日～4日』の23.4%で、次いで『週5日以上』の23.2%、『週2日』の18.5%となっている。

・女性で最も大きいのは、『週3日～4日』の23.6%で、次いで『週5日以上』の23.4%、『週2日』の16.1%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『週5日以上』が33.9%で、次いで『60代』の『週5日以上』・『週3日～4日』が28.7%、『70代以上』の『週3日～4日』が27.7%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『60代』の『週5日以上』が32.3%で、次いで『70代以上』の『週5日以上』が29.4%、『50代』の『週5日以上』が28.0%となっている。

Q2.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを実施した日数を平均すると何日くらいになりますか。※Q1で「行った」と回答した方のみ

2.宣言中

(%)

*凡例

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 / わからない

			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	わからない
全 体		(n=5098)	23.3	23.5	17.5	16.5	9.7	4.7	4.8
性別	男性	(n=2832)	23.2	23.4	18.5	16.8	9.5	4.8	3.8
	女性	(n=2266)	23.4	23.6	16.1	16.0	10.0	4.7	6.2
性年代	男性10代以下	(n=170)	20.6	19.4	23.5	16.5	9.4	4.7	5.9
	男性20代	(n=388)	16.0	23.2	20.4	20.9	11.6	4.4	3.6
	男性30代	(n=454)	14.8	24.4	19.8	20.3	11.5	5.9	3.3
	男性40代	(n=667)	22.9	19.2	18.9	18.0	11.5	5.2	4.2
	男性50代	(n=433)	26.1	22.6	16.2	16.4	9.2	4.8	4.6
	男性60代	(n=334)	28.7	28.7	17.4	12.9	6.9	3.6	1.8
	男性70代以上	(n=386)	33.9	27.7	16.1	10.6	4.1	3.9	3.6
	女性10代以下	(n=187)	16.6	22.5	13.4	21.9	13.4	3.7	8.6
	女性20代	(n=324)	15.7	27.2	15.4	17.3	11.4	7.1	5.9
	女性30代	(n=396)	15.4	21.5	19.2	17.2	12.6	5.8	8.3
	女性40代	(n=423)	25.8	21.5	13.9	15.8	11.3	4.7	6.9
	女性50代	(n=304)	28.0	25.3	15.5	14.5	8.6	4.9	3.3
	女性60代	(n=285)	32.3	22.1	16.5	14.7	6.0	3.5	4.9
	女性70代以上	(n=347)	29.4	25.4	17.6	13.0	6.9	2.3	5.5
小中高	小学生	(n=593)	20.7	23.4	17.5	15.2	12.1	7.1	3.9
	中学生	(n=253)	23.3	19.4	19.8	18.6	11.1	3.6	4.3
	高校生	(n=321)	19.6	21.8	18.1	19.9	10.0	4.0	6.5
障害者	障害者	(n=499)	23.8	25.1	17.6	13.8	8.8	4.4	6.4
エリア	北海道	(n=185)	25.9	20.0	16.2	15.1	10.3	7.0	5.4
	東北	(n=248)	21.4	21.4	17.7	15.7	12.9	5.2	5.6
	関東	(n=2104)	22.2	24.0	18.3	16.4	9.1	5.0	4.9
	甲信越・北陸	(n=173)	20.2	25.4	12.1	20.8	12.7	4.0	4.6
	中部	(n=659)	22.3	25.0	16.7	17.0	9.6	4.2	5.2
	近畿	(n=1081)	25.1	22.7	17.4	15.5	9.8	4.4	5.1
	中国	(n=227)	26.0	21.1	22.0	13.2	11.5	2.6	3.5
	四国	(n=111)	24.3	24.3	10.8	20.7	12.6	5.4	1.8
	九州	(n=287)	27.2	22.3	15.3	18.8	8.0	4.5	3.8
	沖縄	(n=23)	13.0	34.8	21.7	17.4	4.3	8.7	
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=57)	50.9	36.8	5.3	7.0			
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1886)	50.6	40.2	4.3	3.1	1.0	0.6	0.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=512)	6.3	27.3	30.9	21.3	8.4	5.1	0.8
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=229)	17.0	30.6	30.1	18.3	2.2	0.9	0.9
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=997)	0.6	3.2	46.6	44.0	3.6	1.2	0.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=221)	1.8	5.0	8.1	31.7	33.9	18.1	1.4
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=139)	14.4	19.4	12.9	23.0	17.3	10.8	2.2
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=318)	0.9	2.5	0.9	68.9	24.8	0.9	
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=36)	2.8	5.6	27.8	63.9			
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=492)	43.7	37.0	7.9	6.3	2.6	1.2	1.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=278)	5.0	19.1	34.9	30.2	6.5	3.6	0.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=76)	2.6	10.5	17.1	22.4	28.9	18.4	
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1548)	47.3	40.2	5.9	4.0	1.1	0.7	0.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=991)	2.6	6.3	43.0	41.2	4.7	1.2	1.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=360)	1.9	2.8	2.8	3.9	61.1	25.8	1.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=374)	36.9	40.9	11.5	5.3	3.5	1.3	0.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=329)	1.8	8.2	36.5	41.0	6.4	3.0	3.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=164)	1.2	3.0	3.7	9.8	48.8	32.9	0.6
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=472)	44.7	36.9	6.8	6.4	2.5	1.1	1.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=218)	7.8	20.2	35.8	24.8	6.0	4.6	0.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=46)	8.7	13.0	15.2	15.2	34.8	13.0	
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1361)	49.7	39.7	5.1	3.5	0.8	0.7	0.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=828)	1.9	6.3	44.2	42.1	3.9	0.7	0.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=294)	1.4	3.4	4.4	4.8	59.5	25.5	1.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=581)	34.1	41.8	12.4	6.2	3.4	1.2	0.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=552)	2.4	8.3	36.1	40.6	7.4	2.9	2.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=260)	1.2	2.7	3.5	10.0	50.4	30.8	1.5
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	50.8	49.2					
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	52.9	47.1					
	ストレス発散	(n=923)	52.7	47.3					
	スポーツ好き	(n=578)	51.7	48.3					
	普段の習慣	(n=1234)	59.5	40.5					
	友人や知人に誘われた	(n=152)	54.6	45.4					
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	55.9	44.1					
	余暇時間が増えた	(n=361)	53.5	46.5					

宣言前～現在の時期で行った運動・スポーツの平均日数［解除後］

Q2.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを実施した日数を平均すると何日くらいになりますか。※Q1で「行った」と回答した方のみ

3.解除後

・全体で最も大きいのは、『週3日～4日』の24.5%で、次いで『週5日以上』の23.6%、『週2日』の18.7%となっている。

・男性で最も大きいのは、『週5日以上』の23.8%で、次いで『週3日～4日』の23.7%、『週2日』の19.5%となっている。

・女性で最も大きいのは、『週3日～4日』の25.5%で、次いで『週5日以上』の23.4%、『週2日』の17.7%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『週5日以上』が37.4%で、次いで『60代』の『週3日～4日』が30.3%、『60代』の『週5日以上』・『70代以上』の『週3日～4日』が27.4%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『週5日以上』が33.1%で、次いで『70代以上』の『週3日～4日』が30.9%、『60代』の『週5日以上』が29.9%となっている。

Q2.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを実施した日数を平均すると何日くらいになりますか。※Q1で「行った」と回答した方のみ

3.解除後

(%)

			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	わからない
全 体		(n=5273)	23.6	24.5	18.7	15.7	8.8	3.8	5.0
性別	男性	(n=2913)	23.8	23.7	19.5	16.3	9.3	3.8	3.7
	女性	(n=2360)	23.4	25.5	17.7	15.0	8.2	3.7	6.5
性年代	男性10代以下	(n=189)	26.5	24.3	20.1	14.3	7.4	2.1	5.3
	男性20代	(n=393)	15.8	21.1	23.7	19.1	11.2	4.6	4.6
	男性30代	(n=461)	14.5	21.7	23.0	20.6	11.7	5.4	3.0
	男性40代	(n=674)	22.8	20.5	17.8	19.7	11.4	3.9	3.9
	男性50代	(n=451)	25.5	23.9	17.5	16.4	9.3	3.3	4.0
	男性60代	(n=347)	27.4	30.3	18.7	11.5	6.1	4.0	2.0
	男性70代以上	(n=398)	37.4	27.4	16.8	8.0	4.5	2.0	3.8
	女性10代以下	(n=191)	18.3	25.7	19.4	14.7	8.9	4.2	8.9
	女性20代	(n=323)	14.2	25.7	18.0	17.3	9.6	6.8	8.4
	女性30代	(n=407)	14.5	21.9	19.2	18.4	11.5	6.4	8.1
	女性40代	(n=432)	24.1	21.1	16.9	16.2	10.6	3.7	7.4
	女性50代	(n=317)	28.4	25.6	18.9	13.6	7.6	2.8	3.2
	女性60代	(n=321)	29.9	29.3	15.6	15.3	3.4	0.9	5.6
	女性70代以上	(n=369)	33.1	30.9	16.8	8.9	4.6	1.1	4.6
小中高	小学生	(n=590)	19.3	21.9	20.7	16.8	13.1	5.1	3.2
	中学生	(n=256)	23.0	19.1	20.3	19.9	9.8	3.1	4.7
	高校生	(n=340)	24.4	25.3	18.8	15.3	7.4	3.2	5.6
障害者	障害者	(n=509)	24.2	24.4	18.3	14.9	7.3	4.3	6.7
エリア	北海道	(n=186)	23.1	19.4	19.9	11.8	11.3	8.6	5.9
	東北	(n=252)	22.2	23.4	19.0	15.1	9.9	4.4	6.0
	関東	(n=2187)	23.0	25.4	18.7	16.1	8.3	3.7	4.7
	甲信越・北陸	(n=177)	20.9	26.6	16.4	18.6	10.2	3.4	4.0
	中部	(n=681)	21.7	24.8	18.6	16.9	9.4	2.8	5.7
	近畿	(n=1114)	25.0	23.7	18.7	15.0	8.5	3.9	5.3
	中国	(n=238)	25.6	23.1	21.4	13.0	8.8	2.9	5.0
	四国	(n=114)	29.8	25.4	9.6	17.5	13.2	2.6	1.8
	九州	(n=299)	26.8	22.4	20.1	15.7	7.4	3.7	4.0
	沖縄	(n=25)	12.0	32.0	24.0	16.0	4.0	4.0	8.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	58.3	36.7	3.3	1.7			
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1920)	52.9	44.6	2.0	0.1	0.1	0.3	0.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=549)	10.9	27.9	36.6	15.8	5.1	3.1	0.5
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=238)	16.0	42.0	30.3	10.5	0.8	0.4	
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1038)	0.1	1.1	50.5	47.0	0.9	0.1	0.4
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=231)	0.9	0.9	14.3	38.5	34.2	10.8	0.4
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=145)	11.7	17.2	18.6	28.3	17.2	6.2	0.7
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=331)	0.6	0.6	72.8	24.8	1.2		
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=38)	2.6	2.6	7.9	23.7	63.2		
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=514)	45.7	43.2	7.0	1.9	1.2	0.4	0.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=283)	1.8	11.0	49.1	33.2	2.8	1.8	0.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=80)	5.0	1.3	11.3	23.8	35.0	21.3	2.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1586)	49.7	45.3	2.8	1.2	0.3	0.3	0.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1043)	1.5	4.6	49.1	42.2	1.6	0.3	0.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=374)	1.1	0.8	2.7	5.6	66.8	21.1	1.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=390)	40.5	47.7	8.2	2.1	0.8	0.3	0.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=363)	2.2	9.9	42.7	39.1	4.1	0.3	1.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=179)	2.2	1.7	5.0	13.4	48.6	27.9	1.1
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=496)	48.2	42.1	6.0	1.6	0.8	0.4	0.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=223)	1.8	13.0	52.5	28.7	1.8	1.8	0.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=47)	4.3	17.0	25.5	42.6	10.6		
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1385)	50.8	44.7	3.0	0.3	0.9	0.1	0.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=872)	1.1	4.4	48.9	42.8	1.9	0.2	0.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=307)	1.3	0.7	3.6	5.2	63.8	23.8	1.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=609)	39.2	49.1	6.9	2.8	0.8	0.7	0.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=594)	2.5	8.1	44.3	40.2	3.2	0.5	1.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=279)	2.2	1.8	3.2	12.9	53.4	24.4	2.2
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	51.9	48.1					
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	54.7	45.3					
	ストレス発散	(n=923)	55.3	44.7					
	スポーツ好き	(n=578)	54.7	45.3					
	普段の習慣	(n=1234)	62.4	37.6					
	友人や知人に誘われた	(n=152)	61.2	38.8					
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	61.2	38.8					
	余暇時間が増えた	(n=361)	56.5	43.5					

宣言前～現在の時期で行った運動・スポーツの平均日数［現在］

Q2.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを実施した日数を平均すると何日くらいになりますか。※Q1で「行った」と回答した方のみ

4.現在

・全体で最も大きいのは、『週5日以上』・『週3日～4日』の24.5%で、次いで『週2日』の18.0%、『週1日』の15.6%となっている。

・男性で最も大きいのは、『週5日以上』の24.4%で、次いで『週3日～4日』の23.5%、『週2日』の18.5%となっている。
・女性で最も大きいのは、『週3日～4日』の25.7%で、次いで『週5日以上』の24.7%、『週2日』の17.3%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『週5日以上』が39.2%で、次いで『10代以下』の『週3日～4日』・『60代』の『週3日～4日』が29.2%、『60代』の『週5日以上』が28.9%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『週5日以上』が35.6%で、次いで『60代』の『週5日以上』が31.2%、『60代』の『週3日～4日』が30.2%となっている。

Q2.あなたは「宣言前」・「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期において、運動・スポーツを実施した日数を平均すると何日くらいになりますか。※Q1で「行った」と回答した方のみ

4.現在

*凡例

			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	わからない
全 体		(n=5472)	24.5	24.5	18.0	15.6	8.8	3.8	4.8
性別	男性	(n=2977)	24.4	23.5	18.5	16.5	9.2	4.0	3.9
	女性	(n=2495)	24.7	25.7	17.3	14.5	8.3	3.5	6.0
性年代	男性10代以下	(n=185)	25.9	29.2	13.5	17.8	5.9	3.2	4.3
	男性20代	(n=400)	17.5	21.8	18.5	19.5	13.0	5.3	4.5
	男性30代	(n=469)	15.6	22.8	19.8	21.5	12.2	4.7	3.4
	男性40代	(n=689)	22.9	19.7	19.4	19.0	10.6	4.5	3.8
	男性50代	(n=465)	24.1	21.7	21.5	15.7	9.2	3.9	3.9
	男性60代	(n=353)	28.9	29.2	17.6	11.0	5.9	3.4	4.0
	男性70代以上	(n=416)	39.2	26.7	15.4	8.4	4.3	2.4	3.6
	女性10代以下	(n=191)	21.5	25.7	16.2	14.7	8.4	3.7	9.9
	女性20代	(n=349)	15.2	24.9	18.1	19.5	10.3	5.2	6.9
	女性30代	(n=437)	16.9	23.6	20.1	14.9	11.4	5.3	7.8
	女性40代	(n=462)	24.5	20.3	18.4	16.0	10.4	4.5	5.8
	女性50代	(n=339)	28.0	28.0	16.2	12.7	8.6	2.7	3.8
	女性60代	(n=321)	31.2	30.2	16.2	14.3	3.1	0.6	4.4
	女性70代以上	(n=396)	35.6	29.0	14.6	9.6	4.8	1.8	4.5
小中高	小学生	(n=612)	20.6	23.9	18.5	16.7	12.4	5.2	2.8
	中学生	(n=267)	24.7	16.9	21.0	19.1	11.2	4.1	3.0
	高校生	(n=338)	25.1	27.5	14.2	16.3	7.1	3.6	6.2
障害者	障害者	(n=539)	22.8	26.9	17.1	14.3	8.9	3.9	6.1
エリア	北海道	(n=204)	26.5	19.6	20.6	12.7	7.8	7.8	4.9
	東北	(n=258)	21.7	26.0	17.1	15.5	10.5	3.5	5.8
	関東	(n=2242)	24.2	25.6	17.8	15.6	8.4	3.7	4.8
	甲信越・北陸	(n=196)	23.0	27.6	16.8	17.3	8.7	4.1	2.6
	中部	(n=703)	22.3	23.5	18.1	18.1	8.7	3.6	5.8
	近畿	(n=1147)	25.7	23.7	18.9	13.2	9.3	4.0	5.1
	中国	(n=245)	27.8	21.2	20.4	14.7	9.0	2.9	4.1
	四国	(n=125)	29.6	24.8	10.4	16.8	12.8	3.2	2.4
	九州	(n=323)	26.3	23.2	16.4	18.9	8.7	2.8	3.7
	沖縄	(n=29)	13.8	31.0	20.7	20.7	3.4	3.4	6.9
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	100.0						
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	54.2	45.8					
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	23.2	40.0		24.3	7.8	4.7	
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	25.3	54.2			20.5		
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	53.0			47.0			
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	34.3		50.4			15.3	
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	16.3	22.2	22.2	32.0		7.2	
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)			75.9			24.1	
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)						100.0	
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	52.5	47.5					
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)			56.6	43.4			
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)			71.8			28.2	
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	51.2	48.8					
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)			53.6	46.4			
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)			73.1			26.9	
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	42.2	57.8					
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)			51.2	48.8			
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)			63.2			36.8	
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	54.1	45.9					
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)			61.0	39.0			
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)			76.0			24.0	
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	52.6	47.4					
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)			53.1	46.9			
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)			70.9			29.1	
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	41.0	59.0					
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)			51.5	48.5			
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)			68.1			31.9	
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	52.5	47.5					
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	54.7	45.3					
	ストレス発散	(n=923)	55.8	44.2					
	スポーツ好き	(n=578)	54.5	45.5					
	普段の習慣	(n=1234)	61.9	38.1					
	友人や知人に誘われた	(n=152)	62.5	37.5					
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	64.3	35.7					
	余暇時間が増えた	(n=361)	59.0	41.0					

感染拡大前後の所属している部活動の頻度［感染拡大前］

Q3.あなたご自身が所属している部活動の頻度について、「感染拡大前」と「感染拡大後」のそれぞれの期間において、以下の項目よりお選びください。※SC7で「運動部に所属している」と回答した方のみ

1.感染拡大前

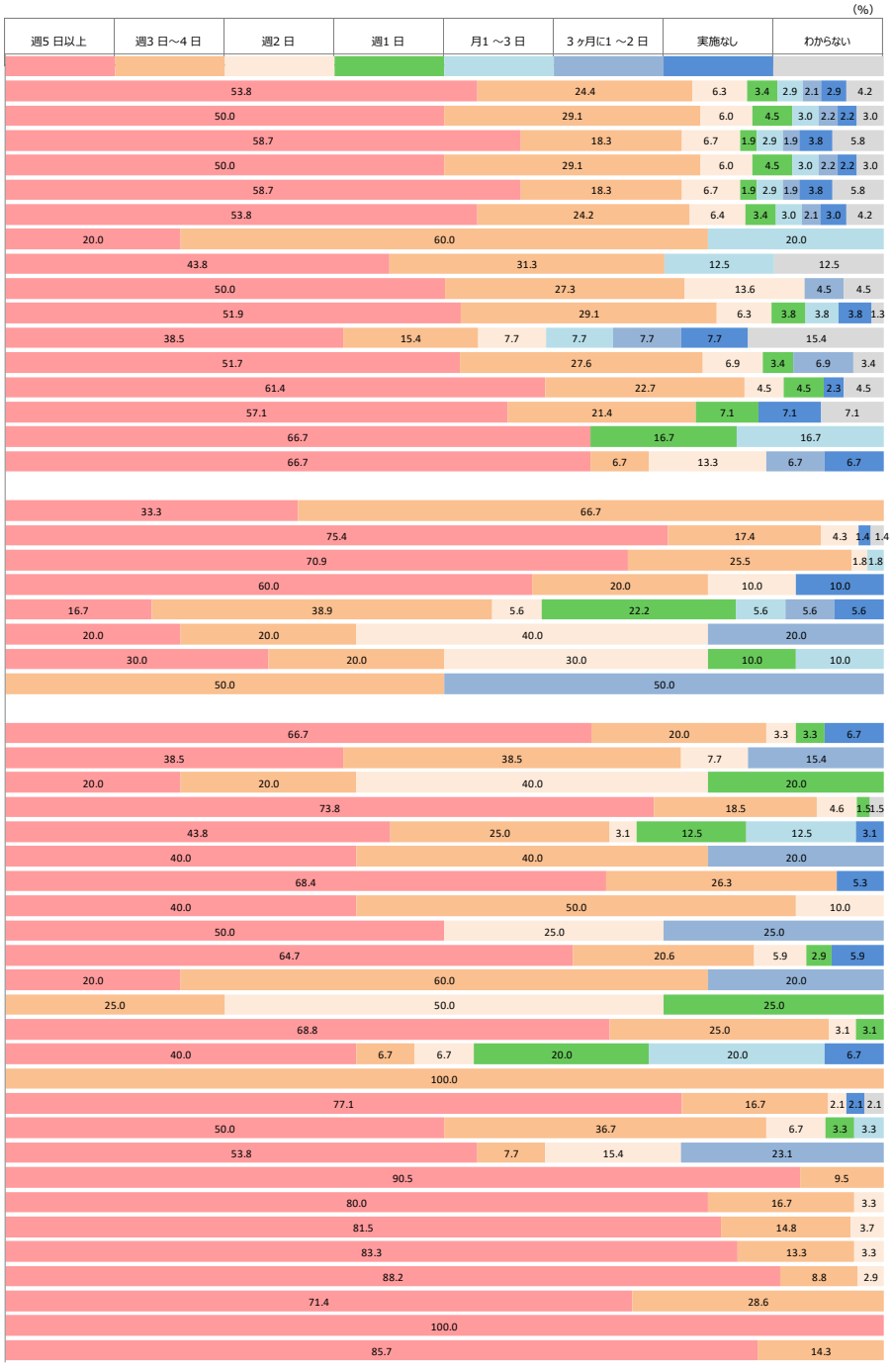
・全体で最も大きいのは、『週5日以上』の53.8%で、次いで『週3日～4日』の24.4%、『週2日』の6.3%となっている。

・男性で最も大きいのは、『週5日以上』の50.0%で、次いで『週3日～4日』の29.1%、『週2日』の6.0%となっている。

・女性で最も大きいのは、『週5日以上』の58.7%で、次いで『週3日～4日』の18.3%、『週2日』の6.7%となっている。

*凡例

全 体		(n=238)
性別	男性	(n=134)
	女性	(n=104)
性年代	男性10代以下	(n=134)
	女性10代以下	(n=104)
小中高	高校生	(n=236)
障害者	障害者	(n=5)
エリア	北海道	(n=16)
	東北	(n=22)
	関東	(n=79)
	甲信越・北陸	(n=13)
	中部	(n=29)
	近畿	(n=44)
	中国	(n=14)
	四国	(n=6)
	九州	(n=15)
	沖縄	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=3)
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=69)
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=55)
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=10)
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=18)
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=5)
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=10)
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=2)
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=30)
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=13)
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=5)
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=65)
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=32)
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=5)
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=19)
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=10)
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=8)
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=34)
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=10)
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=4)
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=32)
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=15)
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=1)
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=48)
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=30)
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=13)
コロナ以降運動頻度【高】×運動実施理由のみ	ダイエット	(n=21)
	運動不足は健康に悪い	(n=30)
	ストレス発散	(n=27)
	スポーツ好き	(n=30)
	普段の習慣	(n=34)
	友人や知人に誘われた	(n=14)
	感染者減等感染リスクの低下	(n=10)
	余暇時間が増えた	(n=14)



感染拡大前後の所属している部活動の頻度［感染拡大後］

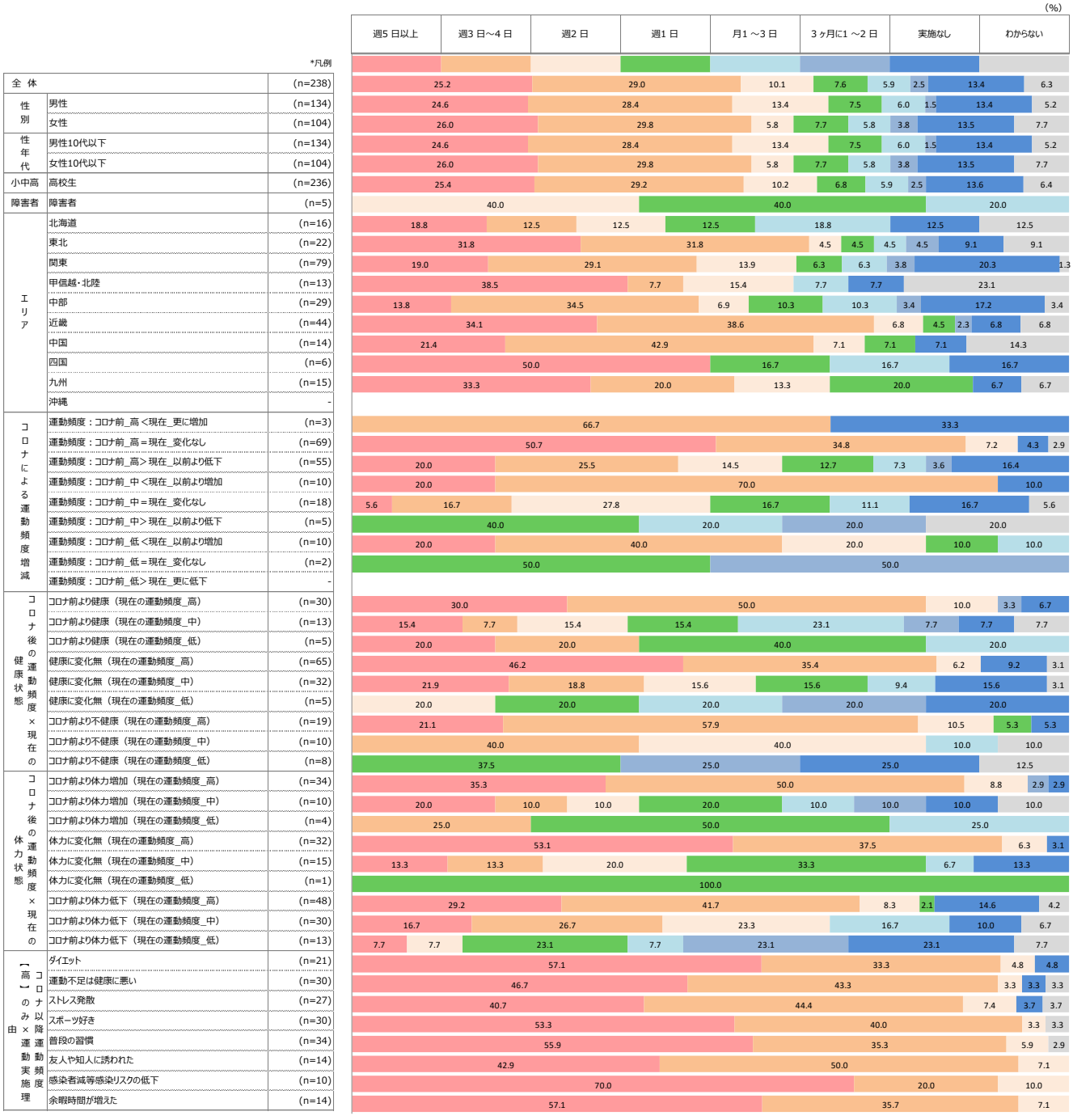
Q3.あなたご自身が所属している部活動の頻度について、「感染拡大前」と「感染拡大後」のそれぞれの期間において、以下の項目よりお選びください。※SC7で「運動部に所属している」と回答した方のみ

2.感染拡大後

・全体で最も大きいのは、『週3日～4日』の29.0%で、次いで『週5日以上』の25.2%、『実施なし』の13.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『週3日～4日』の28.4%で、次いで『週5日以上』の24.6%、『週2日』・『実施なし』の13.4%となっている。

・女性で最も大きいのは、『週3日～4日』の29.8%で、次いで『週5日以上』の26.0%、『実施なし』の13.5%となっている。



宣言中～現在の時期で実施していた感染予防対策［宣言中］

Q4-1.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた感染予防対策を、「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期ごとにお答えください。（MA）※Q1で「行った」と回答した方のみ

1.宣言中

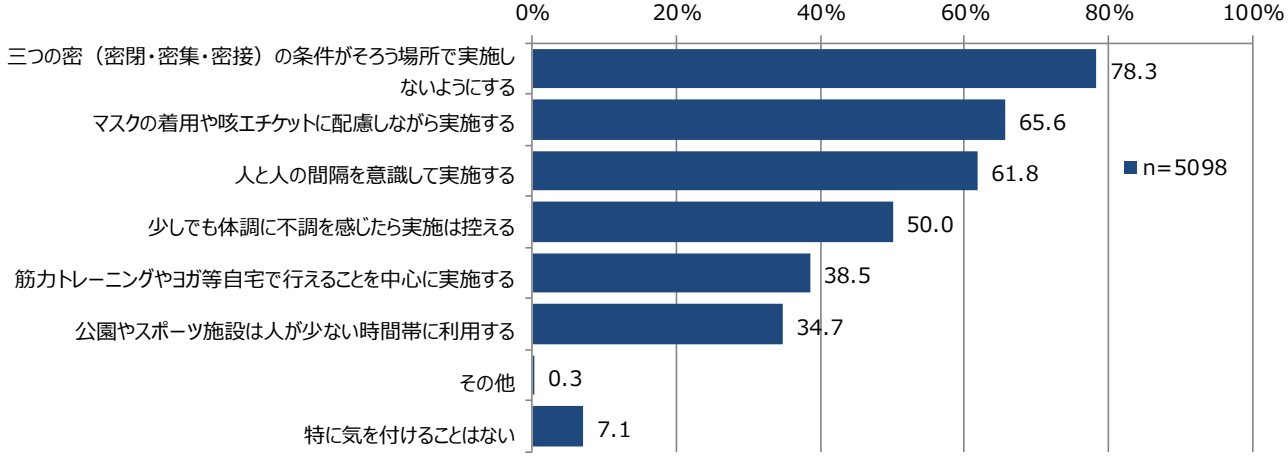
・全体で最も大きいのは、『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』の78.3%で、次いで『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』の65.6%、『人と人の間隔を意識して実施する』の61.8%となっている。

・男性で最も大きいのは、『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』の77.3%で、次いで『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』の60.7%、『人と人の間隔を意識して実施する』の59.6%となっている。

・女性で最も大きいのは、『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』の79.6%で、次いで『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』の71.6%、『人と人の間隔を意識して実施する』の64.7%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が82.9%で、次いで『20代』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が82.2%、『60代』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が80.8%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が83.6%で、次いで『60代』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が80.7%、『30代』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が80.3%となっている。



Q4-1.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた感染予防対策を、「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期ごとにお答えください。（MA）※Q1で「行った」と回答した方のみ

1.宣言中

（%）

		全体	三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする	マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する	人と人の間隔を意識して実施する	少しでも体調に不調を感じたら実施は控える	筋力トレーニングやヨガ等自宅で行えることを中心に実施する	公園やスポーツ施設は人が少ない時間帯に利用する	その他	特に気を付けることはない
全体		5098	78.3	65.6	61.8	50.0	38.5	34.7	0.3	7.1
性別	男性	2832	77.3	60.7	59.6	44.8	30.5	32.1	0.4	8.9
	女性	2266	79.6	71.6	64.7	56.5	48.5	38.0	0.3	4.9
性年代	男性10代以下	170	74.1	59.4	57.1	46.5	40.6	42.9	-	10.0
	男性20代	388	82.2	56.2	56.7	47.4	39.9	35.8	-	6.7
	男性30代	454	72.9	54.0	53.3	41.2	31.5	28.9	-	10.4
	男性40代	667	73.5	58.6	56.4	38.5	26.8	26.2	0.6	10.9
	男性50代	433	76.9	60.5	59.6	43.9	25.4	29.6	-	9.5
	男性60代	334	80.8	67.1	64.4	47.6	27.5	32.9	0.3	6.9
	男性70代以上	386	82.9	72.3	72.3	55.2	30.3	39.4	1.3	6.2
	女性10代以下	187	78.6	58.8	54.0	43.9	48.1	34.2	-	6.4
	女性20代	324	78.4	70.1	62.3	52.5	53.7	36.7	-	4.3
	女性30代	396	80.3	69.4	61.9	55.1	54.3	39.1	-	5.6
	女性40代	423	79.2	74.5	67.1	57.0	47.5	40.9	-	5.4
	女性50代	304	75.7	70.7	61.8	57.6	46.4	31.3	0.7	4.3
	女性60代	285	80.7	71.2	69.5	56.1	41.8	38.2	1.1	5.3
	女性70代以上	347	83.6	79.8	71.2	67.4	45.8	42.1	0.6	3.5
小中高	小学生	593	77.6	60.4	60.2	43.3	33.4	28.8	0.3	7.8
	中学生	253	71.9	58.9	55.3	37.9	29.6	26.9	0.4	9.1
	高校生	321	75.7	57.9	53.6	45.2	45.5	38.3	-	8.7
障害者	障害者	499	79.8	68.1	62.7	56.5	42.7	35.5	0.2	7.0
エリア	北海道	185	74.6	64.9	58.4	54.1	47.0	33.5	0.5	6.5
	東北	248	78.2	56.9	57.3	45.2	37.1	31.9	-	8.5
	関東	2104	81.1	68.5	65.5	53.5	40.6	37.5	0.4	6.5
	甲信越・北陸	173	69.9	59.0	54.9	44.5	36.4	29.5	1.2	10.4
	中部	659	77.7	64.5	61.2	50.4	36.0	33.1	0.5	7.6
	近畿	1081	77.6	67.3	60.6	47.1	36.0	31.4	0.2	6.7
	中国	227	73.1	61.2	57.3	49.8	40.1	37.9	-	7.9
	四国	111	73.0	61.3	63.1	44.1	38.7	35.1	-	7.2
	九州	287	76.3	58.2	56.1	43.6	34.8	34.1	0.3	8.0
	沖縄	23	69.6	52.2	43.5	26.1	34.8	30.4	-	13.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	57	77.2	63.2	64.9	56.1	50.9	28.1	-	7.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1886	78.4	66.8	63.6	50.6	39.2	35.3	0.4	7.7
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	512	87.3	69.7	65.2	58.2	43.0	42.6	-	2.0
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	229	80.8	65.9	62.4	54.1	47.6	33.6	0.9	3.9
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	997	77.3	65.3	62.1	49.0	33.8	33.2	0.3	6.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	221	84.6	69.7	71.0	55.2	38.9	40.7	0.5	1.8
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	139	86.3	65.5	64.0	55.4	47.5	40.3	-	3.6
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	318	76.4	64.5	55.3	42.8	28.9	26.4	0.3	9.7
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	36	88.9	75.0	66.7	58.3	27.8	33.3	-	2.8
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	492	82.7	67.5	63.0	55.9	46.7	40.0	-	4.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	278	82.7	62.2	64.7	50.7	42.1	38.5	-	2.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	76	77.6	46.1	52.6	35.5	32.9	30.3	-	5.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1548	76.7	65.4	62.3	49.0	39.0	34.0	0.6	8.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	991	78.0	65.0	60.4	49.4	34.1	33.5	0.1	6.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	360	78.6	66.7	59.4	46.7	30.0	32.8	-	9.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	374	81.3	73.8	70.1	58.6	45.5	37.2	0.3	4.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	329	83.6	72.0	70.8	55.9	41.9	37.1	0.6	3.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	164	86.6	66.5	57.3	47.6	35.4	31.1	1.2	3.7
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	472	83.3	67.8	65.0	57.0	51.1	42.6	-	4.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	218	80.3	61.9	61.5	49.1	47.2	39.0	-	3.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	46	82.6	43.5	50.0	37.0	41.3	30.4	-	4.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1361	76.0	64.8	60.8	47.0	36.7	31.9	0.4	9.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	828	77.1	62.9	59.7	46.7	32.6	32.4	0.1	6.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	294	76.5	63.3	57.1	42.9	28.2	31.6	-	10.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	581	80.9	72.1	69.0	59.4	45.4	39.2	0.7	4.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	552	84.2	72.1	69.6	58.2	39.9	37.7	0.4	2.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	260	85.0	68.5	60.4	50.0	34.2	32.7	0.8	4.6
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	77.6	65.8	62.8	53.9	47.5	36.7	0.2	7.2
	運動不足は健康に悪い	1551	80.3	68.8	66.3	54.4	43.8	37.0	0.4	5.9
	ストレス発散	923	83.0	70.4	69.3	58.3	45.1	39.8	0.2	5.1
	スポーツ好き	578	82.5	69.4	66.8	58.3	44.3	43.9	0.3	5.4
	普段の習慣	1234	80.1	69.3	65.2	54.2	43.1	37.4	0.4	6.6
	友人や知人に誘われた	152	84.9	72.4	73.7	64.5	52.6	53.3	-	3.3
	感染者減等感染リスクの低下	227	89.4	77.5	76.7	69.6	50.2	53.3	-	2.6
	余暇時間が増えた	361	85.3	72.6	70.9	62.0	49.9	43.8	0.8	3.3

宣言中～現在の時期で実施していた感染予防対策［解除後］

Q4-1.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた感染予防対策を、「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期ごとにお答えください。（MA）※Q1で「行った」と回答した方のみ

2.解除後

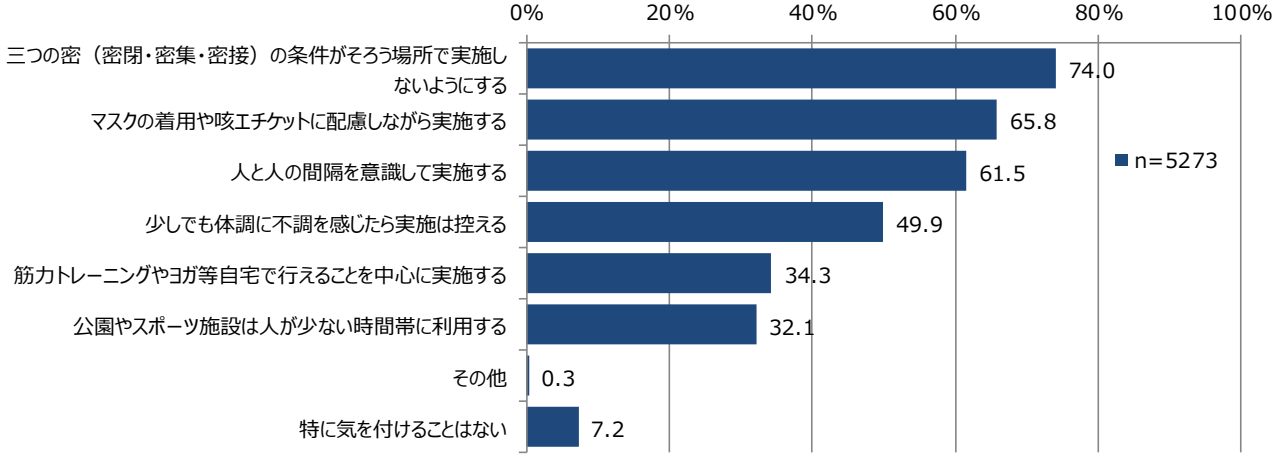
・全体で最も大きいのは、『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』の74.0%で、次いで『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』の65.8%、『人と人の間隔を意識して実施する』の61.5%となっている。

・男性で最も大きいのは、『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』の72.0%で、次いで『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』の60.6%、『人と人の間隔を意識して実施する』の59.0%となっている。

・女性で最も大きいのは、『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』の76.5%で、次いで『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』の72.2%、『人と人の間隔を意識して実施する』の64.7%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が78.7%で、次いで『70代以上』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が78.6%、『50代』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が74.7%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が79.9%で、次いで『70代以上』の『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』が79.7%、『30代』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が78.6%となっている。



Q4-1.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた感染予防対策を、「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期ごとにお答えください。（MA）※Q1で「行った」と回答した方のみ

2.解除後

（%）

		全体	三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする	マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する	人と人の間隔を意識して実施する	少しでも体調に不調を感じたら実施は控える	筋力トレーニングやヨガ等自宅で行えることを中心に実施する	公園やスポーツ施設は人が少ない時間帯に利用する	その他	特に気を付けることはない
全体		5273	74.0	65.8	61.5	49.9	34.3	32.1	0.3	7.2
性別	男性	2913	72.0	60.6	59.0	44.4	27.4	29.9	0.3	8.9
	女性	2360	76.5	72.2	64.7	56.7	42.8	34.9	0.2	5.1
性年代	男性10代以下	189	65.1	59.8	56.6	43.9	30.2	34.4	-	10.6
	男性20代	393	71.0	56.2	57.5	46.6	36.6	30.8	-	7.4
	男性30代	461	68.1	53.8	53.8	42.3	28.9	27.5	-	9.1
	男性40代	674	68.1	58.0	56.2	39.5	25.1	24.5	0.4	11.3
	男性50代	451	74.7	61.6	59.0	43.5	23.9	30.4	-	9.3
	男性60代	347	78.7	65.7	62.2	47.0	25.6	30.8	0.3	6.9
	男性70代以上	398	78.6	71.9	69.3	52.3	24.9	37.4	1.5	6.3
	女性10代以下	191	69.1	59.7	55.0	44.5	38.7	29.3	-	5.8
	女性20代	323	75.2	68.4	57.9	50.5	50.2	33.4	-	4.6
	女性30代	407	78.6	71.5	62.9	55.8	52.3	35.9	-	5.7
	女性40代	432	76.9	75.7	67.1	56.0	44.7	39.4	-	6.0
	女性50代	317	73.8	71.3	64.0	59.6	38.5	30.0	-	4.4
	女性60代	321	77.9	72.3	70.1	57.6	36.4	34.9	0.6	5.0
	女性70代以上	369	79.9	79.7	70.5	67.2	34.7	36.9	0.5	4.3
小中高	小学生	590	72.4	60.7	61.2	42.5	32.4	25.6	0.2	7.6
	中学生	256	66.8	59.4	54.7	36.3	25.8	25.8	-	8.6
	高校生	340	67.9	59.1	55.6	44.4	34.1	32.4	-	8.2
障害者	障害者	509	77.0	66.6	60.3	55.4	38.3	33.6	0.2	7.1
エリア	北海道	186	68.3	65.1	54.8	51.6	42.5	29.0	0.5	8.1
	東北	252	73.8	57.9	57.5	48.0	35.3	30.6	-	7.5
	関東	2187	77.9	68.9	65.8	54.3	35.9	34.9	0.3	6.1
	甲信越・北陸	177	65.0	59.3	56.5	44.6	31.6	28.2	1.1	9.6
	中部	681	72.5	64.5	59.9	47.9	33.3	29.2	0.3	7.9
	近畿	1114	72.0	66.2	58.3	45.8	31.5	29.2	0.2	7.5
	中国	238	66.8	62.2	56.7	47.9	34.5	37.0	-	10.1
	四国	114	71.9	63.2	62.3	46.5	28.9	34.2	-	7.9
	九州	299	72.6	60.2	60.5	45.5	32.1	30.8	0.3	7.0
	沖縄	25	76.0	56.0	52.0	44.0	36.0	28.0	-	12.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	70.0	68.3	68.3	56.7	51.7	35.0	-	5.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1920	74.7	66.4	61.7	49.6	34.7	32.1	0.4	7.9
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	549	79.1	70.7	68.1	58.7	37.7	39.0	-	2.0
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	238	77.7	68.5	64.3	55.0	45.4	32.4	0.8	3.8
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1038	75.0	65.7	61.8	49.5	29.3	30.3	0.3	6.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	231	75.8	72.3	70.1	54.1	31.2	34.6	0.4	3.5
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	145	75.2	62.1	55.9	53.8	44.8	35.9	-	4.1
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	331	74.3	66.8	56.2	42.9	26.6	26.0	-	8.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	38	81.6	78.9	57.9	52.6	26.3	34.2	-	5.3
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	514	77.0	66.9	62.3	55.4	42.2	37.5	-	4.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	283	75.3	61.1	62.9	50.9	35.7	33.6	-	3.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	80	61.3	51.3	58.8	38.8	31.3	28.8	-	5.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1586	73.9	65.3	61.4	48.7	34.9	31.7	0.5	8.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1043	74.0	64.9	59.6	48.6	30.1	29.7	0.1	6.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	374	73.8	67.9	58.8	45.5	27.3	31.0	-	9.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	390	79.0	75.6	68.7	57.4	40.0	35.4	0.3	3.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	363	78.5	70.8	71.1	57.3	37.7	34.4	0.6	3.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	179	81.0	72.6	60.3	52.5	30.2	30.7	0.6	2.8
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	496	78.4	68.1	63.7	57.7	46.6	39.5	-	4.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	223	71.3	60.5	61.0	50.7	39.9	34.5	-	4.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	47	61.7	51.1	51.1	40.4	40.4	27.7	-	2.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1385	72.9	64.4	59.9	46.1	32.9	29.7	0.4	9.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	872	74.1	62.8	59.4	45.9	28.8	28.9	0.1	6.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	307	70.7	64.5	57.0	41.7	25.7	29.6	-	10.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	609	78.3	73.1	68.5	58.6	39.4	36.9	0.7	4.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	594	78.3	71.4	68.0	58.2	35.7	33.8	0.3	3.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	279	80.3	72.8	63.1	53.0	29.7	32.3	0.4	3.9
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	75.3	66.1	61.1	52.4	44.5	35.8	0.2	6.5
	運動不足は健康に悪い	1551	77.2	68.9	64.3	53.6	41.0	35.1	0.4	5.5
	ストレス発散	923	80.2	71.1	67.7	57.2	41.9	37.5	0.2	4.3
	スポーツ好き	578	77.9	69.7	65.4	56.1	39.1	42.0	0.3	5.2
	普段の習慣	1234	76.4	68.9	62.9	52.8	39.5	35.2	0.4	6.6
	友人や知人に誘われた	152	77.6	75.0	73.0	60.5	44.7	49.3	-	2.6
	感染者減等感染リスクの低下	227	81.1	78.9	74.0	68.3	44.1	49.3	-	2.2
	余暇時間が増えた	361	80.1	72.6	66.5	60.1	47.4	41.6	0.8	3.3

宣言中～現在の時期で実施していた感染予防対策［現在］

Q4-1.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた感染予防対策を、「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期ごとにお答えください。（MA）※Q1で「行った」と回答した方のみ

3.現在

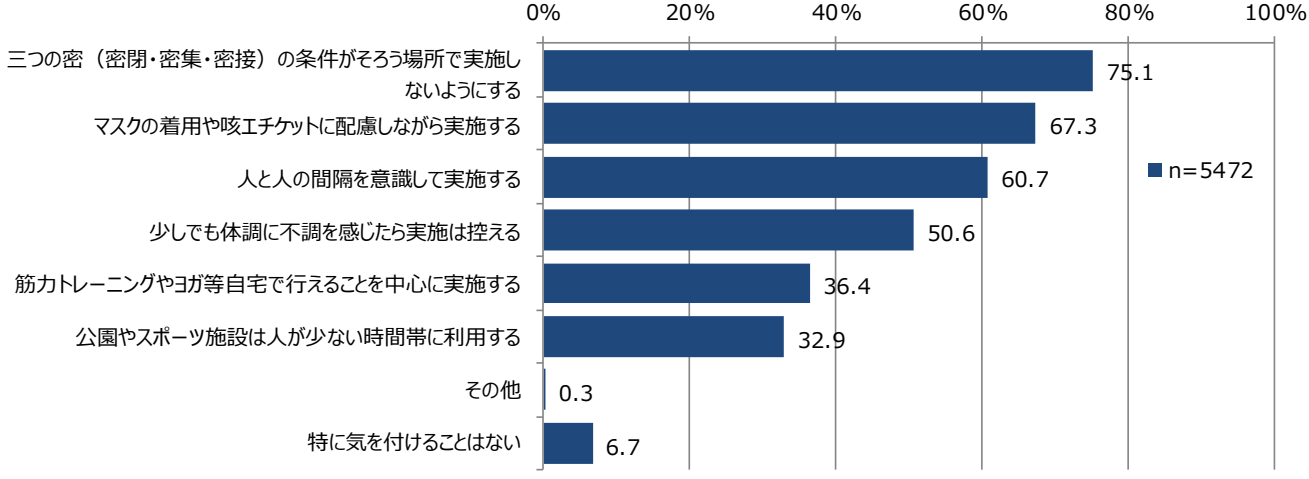
・全体で最も大きいのは、『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』の75.1%で、次いで『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』の67.3%、『人と人の間隔を意識して実施する』の60.7%となっている。

・男性で最も大きいのは、『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』の72.9%で、次いで『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』の62.4%、『人と人の間隔を意識して実施する』の57.7%となっている。

・女性で最も大きいのは、『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』の77.8%で、次いで『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』の73.2%、『人と人の間隔を意識して実施する』の64.2%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が79.3%で、次いで『70代以上』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が78.6%、『50代』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が74.0%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が81.3%で、次いで『70代以上』の『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』が81.1%、『60代』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が80.4%となっている。



Q4-1.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた感染予防対策を、「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期ごとにお答えください。（MA）※Q1で「行った」と回答した方のみ

3.現在

（%）

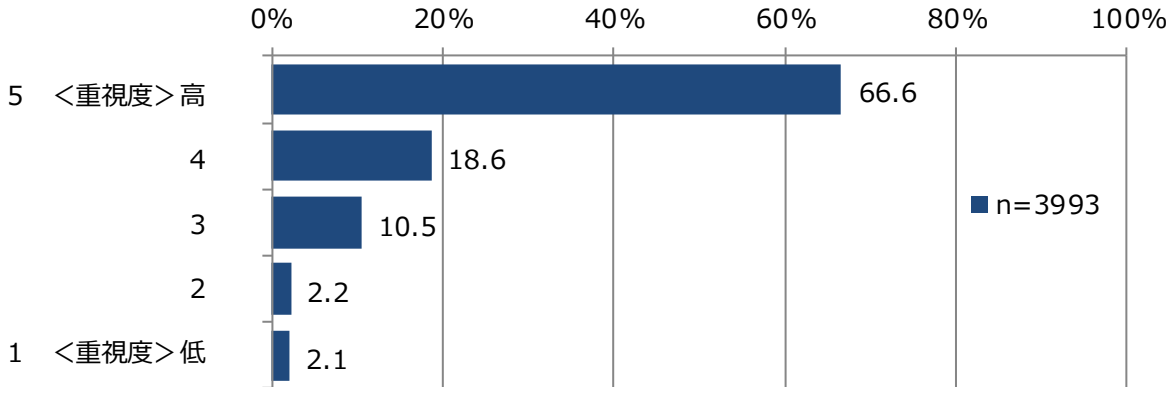
		全体	三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする	マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する	人と人の間隔を意識して実施する	少しでも体調に不調を感じたら実施は控える	筋力トレーニングやヨガ等自宅で行えることを中心に実施する	公園やスポーツ施設は人が少ない時間帯に利用する	その他	特に気を付けることはない
全体		5472	75.1	67.3	60.7	50.6	36.4	32.9	0.3	6.7
性別	男性	2977	72.9	62.4	57.7	44.6	29.1	30.7	0.3	8.5
	女性	2495	77.8	73.2	64.2	57.7	45.1	35.6	0.3	4.6
性年代	男性10代以下	185	64.9	64.3	53.0	47.0	33.5	33.0	-	10.3
	男性20代	400	70.3	58.8	52.8	45.0	37.0	32.0	-	6.8
	男性30代	469	69.9	55.7	50.5	42.0	30.3	28.8	-	9.0
	男性40代	689	71.0	60.5	55.6	38.2	27.1	25.0	0.4	10.0
	男性50代	465	74.0	62.8	58.9	45.2	26.0	29.9	-	8.8
	男性60代	353	79.3	66.0	63.7	47.6	27.8	33.4	0.3	7.1
	男性70代以上	416	78.6	72.4	69.7	53.6	26.2	38.9	1.4	7.2
	女性10代以下	191	70.2	62.8	52.4	45.0	44.5	30.9	0.5	5.2
	女性20代	349	76.8	70.5	56.4	51.6	51.6	33.5	0.3	4.6
	女性30代	437	78.5	72.3	63.6	57.2	54.5	36.6	-	5.0
	女性40代	462	76.8	73.2	64.1	56.5	47.2	37.4	-	5.8
	女性50代	339	76.7	72.9	66.7	60.8	39.8	32.4	0.6	3.8
	女性60代	321	80.4	74.5	69.8	57.3	36.8	34.9	0.6	4.4
	女性70代以上	396	81.3	81.1	70.7	68.7	38.1	39.6	0.5	3.5
小中高	小学生	612	75.7	63.2	60.3	45.1	35.0	28.1	0.3	7.0
	中学生	267	69.7	59.2	52.4	37.1	30.3	27.0	-	6.4
	高校生	338	68.6	63.3	52.7	46.4	39.3	32.5	0.3	7.7
障害者	障害者	539	77.4	67.0	60.5	56.0	39.1	34.7	0.2	8.2
エリア	北海道	204	71.6	65.7	55.9	52.9	44.1	26.0	1.0	6.4
	東北	258	72.5	57.8	55.0	47.7	34.5	29.5	-	8.5
	関東	2242	78.5	70.5	65.5	54.5	38.0	36.0	0.3	5.7
	甲信越・北陸	196	63.8	60.7	55.6	44.4	33.7	26.0	1.0	11.2
	中部	703	74.5	65.6	59.5	48.8	36.8	30.4	0.3	7.5
	近畿	1147	74.0	67.6	57.2	47.2	33.8	31.5	0.3	6.7
	中国	245	70.2	64.1	56.7	51.0	35.9	34.3	0.4	7.8
	四国	125	72.0	64.8	60.0	46.4	32.8	32.0	-	8.0
	九州	323	71.8	65.6	56.7	46.1	33.1	33.1	0.3	6.8
	沖縄	29	82.8	55.2	48.3	41.4	37.9	37.9	-	10.3
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	75.0	70.0	66.7	63.3	56.7	41.7	-	5.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1943	76.5	67.5	62.2	50.5	36.1	33.0	0.4	7.5
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	577	80.2	74.2	64.5	59.8	39.3	39.9	0.5	1.4
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	249	78.3	70.7	65.1	57.0	47.4	33.7	0.8	2.8
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1050	75.7	67.0	61.6	50.1	32.0	31.9	0.3	6.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	248	76.6	73.0	69.4	55.2	37.1	37.5	0.4	2.0
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	153	76.5	65.4	55.6	54.9	48.4	35.9	-	3.3
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	336	75.0	67.3	55.7	43.5	27.4	26.5	0.3	8.0
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	40	75.0	67.5	60.0	47.5	22.5	27.5	-	7.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	560	78.9	68.6	60.9	55.4	45.2	38.4	0.2	3.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	304	75.3	63.8	59.5	52.0	38.8	35.5	-	3.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	85	61.2	56.5	51.8	36.5	31.8	30.6	-	4.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1705	74.7	66.4	61.6	49.7	36.3	31.8	0.5	8.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1130	74.5	66.5	58.6	49.5	32.1	30.1	0.3	6.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	401	75.1	66.6	57.9	46.1	27.7	30.7	-	9.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	417	79.1	74.3	67.1	57.8	42.7	36.7	0.2	3.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	402	80.3	74.9	70.4	59.0	38.1	38.6	0.5	2.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	204	78.9	73.0	60.3	50.5	37.7	32.8	1.0	2.5
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	538	79.0	68.4	62.3	56.3	48.9	40.0	-	3.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	241	73.0	65.6	56.4	52.7	41.5	36.5	-	5.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	50	54.0	58.0	46.0	38.0	36.0	28.0	-	2.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1488	74.4	66.1	60.1	47.2	34.6	30.4	0.4	8.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	945	74.1	63.9	57.5	46.5	30.5	29.1	0.2	6.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	330	71.2	62.7	55.8	42.1	25.8	28.8	-	10.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	656	78.4	72.4	67.2	59.9	41.5	37.0	0.8	4.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	650	79.7	74.6	68.8	59.7	37.8	36.9	0.5	2.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	310	81.3	73.5	61.9	51.9	36.1	34.5	0.6	2.9
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	76.7	66.4	60.4	52.8	46.2	35.9	0.2	6.1
	運動不足は健康に悪い	1551	79.2	69.7	64.7	54.4	42.5	35.7	0.4	5.0
	ストレス発散	923	82.6	71.6	67.8	57.4	43.6	38.0	0.2	3.9
	スポーツ好き	578	80.3	70.4	66.3	57.3	41.3	42.2	0.3	4.7
	普段の習慣	1234	78.4	69.4	63.1	53.6	40.6	35.8	0.4	6.2
	友人や知人に誘われた	152	78.3	74.3	71.7	58.6	45.4	50.0	-	2.0
	感染者減等感染リスクの低下	227	85.5	80.2	74.4	67.8	45.4	49.8	-	1.3
	余暇時間が増えた	361	83.7	73.4	68.1	60.4	49.0	42.4	0.8	2.5

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［宣言中］（１）

Q4-2.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q4-1の「宣言中」で「実施していた」と回答した方のみ
1.三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする

・全体で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の66.6%で、次いで『4＜重視度＞』の18.6%、『3＜重視度＞』の10.5%となっている。

・男性で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の61.4%で、次いで『4＜重視度＞』の21.4%、『3＜重視度＞』の12.2%となっている。
・女性で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の72.9%で、次いで『4＜重視度＞』の15.1%、『3＜重視度＞』の8.5%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『5＜重視度＞高』が68.4%で、次いで『60代』の『5＜重視度＞高』が66.7%、『10代以下』の『5＜重視度＞高』が63.5%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『5＜重視度＞高』が79.6%で、次いで『70代以上』の『5＜重視度＞高』が75.9%、『40代』の『5＜重視度＞高』が74.3%となっている。



Q4-2.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q4-1の「宣言中」で「実施していた」と回答した方のみ

1.三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする

(%)

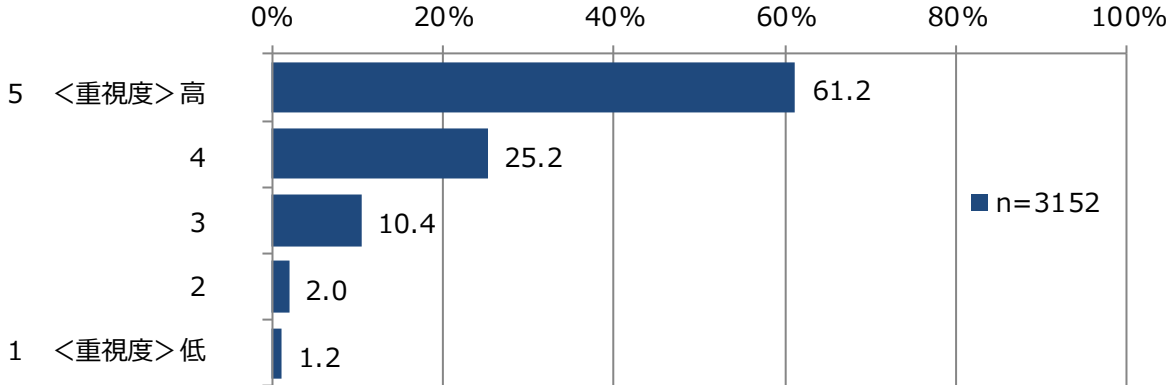
		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		3993	66.6	18.6	10.5	2.2	2.1
性別	男性	2189	61.4	21.4	12.2	2.6	2.4
	女性	1804	72.9	15.1	8.5	1.6	1.8
性年代	男性10代以下	126	63.5	18.3	12.7	1.6	4.0
	男性20代	319	51.4	25.4	16.0	3.8	3.4
	男性30代	331	59.2	20.5	13.0	4.8	2.4
	男性40代	490	61.0	20.2	14.1	2.4	2.2
	男性50代	333	61.9	21.9	12.0	3.0	1.2
	男性60代	270	66.7	22.2	8.9	0.4	1.9
	男性70代以上	320	68.4	20.3	7.2	1.6	2.5
	女性10代以下	147	63.3	17.7	12.9	3.4	2.7
	女性20代	254	68.5	17.7	8.3	2.0	3.5
	女性30代	318	74.2	13.8	8.8	1.6	1.6
	女性40代	335	74.3	17.0	6.6	0.6	1.5
	女性50代	230	79.6	9.6	8.7	0.9	1.3
	女性60代	230	70.0	17.4	10.0	1.3	1.3
	女性70代以上	290	75.9	13.4	6.9	2.4	1.4
小中高	小学生	460	63.7	19.6	12.2	3.0	1.5
	中学生	182	63.2	18.1	13.2	1.6	3.8
	高校生	243	61.7	18.1	14.4	2.5	3.3
障害者	障害者	398	67.1	15.3	10.6	3.3	3.8
エリア	北海道	138	68.1	13.8	14.5	1.4	2.2
	東北	194	63.9	24.2	7.7	2.6	1.5
	関東	1707	69.2	17.3	9.5	1.8	2.2
	甲信越・北陸	121	61.2	23.1	13.2	1.7	0.8
	中部	512	64.5	18.8	12.7	1.4	2.7
	近畿	839	66.0	19.4	9.8	3.5	1.3
	中国	166	62.7	21.1	11.4	3.0	1.8
	四国	81	66.7	14.8	14.8	1.2	2.5
	九州	219	62.6	19.6	11.4	2.7	3.7
	沖縄	16	50.0	18.8	18.8	-	12.5
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	44	61.4	27.3	11.4	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1479	66.7	19.2	9.7	2.0	2.4
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	447	69.1	17.0	8.1	2.9	2.9
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	185	64.3	21.6	10.8	1.6	1.6
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	771	65.6	19.5	11.5	2.1	1.3
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	187	69.0	18.7	9.1	2.1	1.1
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	120	65.8	19.2	11.7	-	3.3
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	243	65.0	16.9	13.6	2.5	2.1
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	32	59.4	18.8	12.5	3.1	6.3
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	407	64.6	18.7	10.6	2.2	3.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	230	63.0	16.1	12.2	4.8	3.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	59	59.3	16.9	11.9	5.1	6.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1187	66.5	20.1	10.4	1.3	1.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	773	64.3	20.3	12.2	1.9	1.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	283	63.3	18.0	14.5	2.1	2.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	304	72.0	17.1	6.3	3.3	1.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	275	77.1	14.5	6.9	0.4	1.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	142	69.7	18.3	7.0	2.8	2.1
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	393	65.9	19.1	9.4	1.8	3.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	175	60.0	16.6	14.3	4.6	4.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	38	36.8	26.3	15.8	15.8	5.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1035	65.5	20.5	10.5	1.6	1.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	638	63.6	20.5	11.9	2.4	1.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	225	62.2	16.9	16.0	1.3	3.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	470	71.1	17.0	8.3	2.3	1.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	465	73.8	15.9	8.6	0.9	0.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	221	71.9	17.6	7.2	1.8	1.4
コロナ以降運動頻度【高】の運動実施理由	ダイエット	677	67.9	21.9	7.4	1.6	1.2
	運動不足は健康に悪い	1246	69.8	19.1	8.6	1.2	1.3
	ストレス発散	766	70.1	19.1	8.0	1.2	1.7
	スポーツ好き	477	67.1	22.0	8.2	0.6	2.1
	普段の習慣	989	68.4	19.4	9.0	1.6	1.6
	友人や知人に誘われた	129	60.5	22.5	10.9	3.1	3.1
	感染者減等感染リスクの低下	203	68.5	21.7	5.4	2.5	2.0
	余暇時間が増えた	308	68.2	21.4	6.5	1.9	1.9

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［宣言中］（２）

Q4-2.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q4-1の「宣言中」で「実施していた」と回答した方のみ
2.人と人の間隔を意識して実施する

・全体で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の61.2%で、次いで『４＜重視度＞』の25.2%、『３＜重視度＞』の10.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の55.2%で、次いで『４＜重視度＞』の28.7%、『３＜重視度＞』の12.6%となっている。
・女性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の68.2%で、次いで『４＜重視度＞』の21.0%、『３＜重視度＞』の7.9%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『５＜重視度＞高』が57.7%で、次いで『40代』の『５＜重視度＞高』が56.9%、『10代以下』の『５＜重視度＞高』が56.7%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『５＜重視度＞高』が77.7%で、次いで『40代』の『５＜重視度＞高』が71.8%、『60代』の『５＜重視度＞高』が69.7%となっている。



Q4-2.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q4-1の「宣言中」で「実施していた」と回答した方のみ

2.人と人の間隔を意識して実施する

(%)

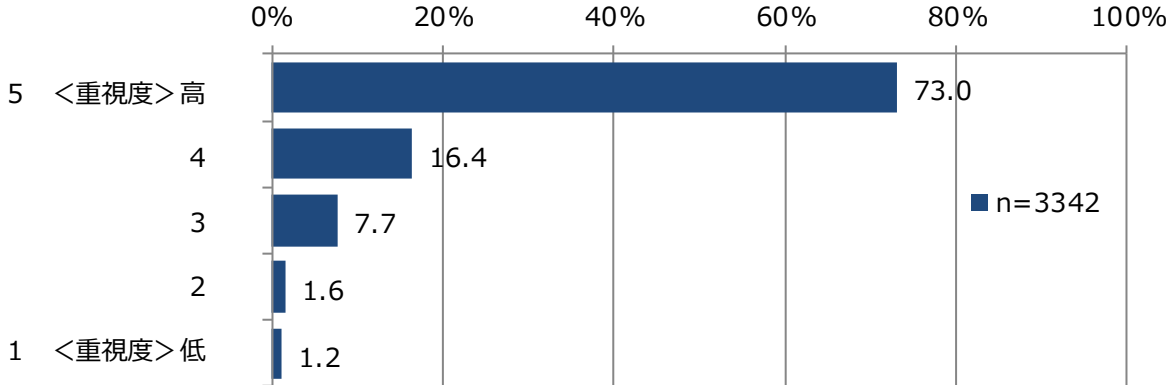
		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		3152	61.2	25.2	10.4	2.0	1.2
性別	男性	1687	55.2	28.7	12.6	2.4	1.1
	女性	1465	68.2	21.0	7.9	1.6	1.3
性年代	男性10代以下	97	56.7	24.7	13.4	4.1	1.0
	男性20代	220	48.6	30.5	16.4	4.1	0.5
	男性30代	242	54.1	27.3	14.5	3.3	0.8
	男性40代	376	56.9	29.3	12.0	1.3	0.5
	男性50代	258	55.8	26.7	14.0	1.9	1.6
	男性60代	215	55.3	31.6	11.2	0.9	0.9
	男性70代以上	279	57.7	29.0	8.2	2.9	2.2
	女性10代以下	101	51.5	27.7	10.9	5.9	4.0
	女性20代	202	58.4	26.7	10.9	2.5	1.5
	女性30代	245	69.4	20.4	8.2	0.8	1.2
	女性40代	284	71.8	20.1	6.0	1.4	0.7
	女性50代	188	77.7	16.0	5.3	-	1.1
	女性60代	198	69.7	18.2	9.6	1.0	1.5
	女性70代以上	247	69.2	21.5	6.9	1.6	0.8
小中高	小学生	357	61.1	25.8	10.9	1.4	0.8
	中学生	140	62.1	25.0	10.7	1.4	0.7
	高校生	172	52.3	26.2	14.0	5.2	2.3
障害者	障害者	313	62.9	20.8	11.8	2.6	1.9
エリア	北海道	108	61.1	23.1	13.9	0.9	0.9
	東北	142	59.9	26.8	10.6	0.7	2.1
	関東	1378	62.6	24.5	9.4	2.2	1.3
	甲信越・北陸	95	61.1	28.4	9.5	1.1	-
	中部	403	59.3	24.3	14.1	1.2	1.0
	近畿	655	60.6	25.3	10.1	3.1	0.9
	中国	130	56.2	30.8	12.3	0.8	-
	四国	70	57.1	27.1	11.4	1.4	2.9
	九州	161	62.1	25.5	8.1	2.5	1.9
	沖縄	10	90.0	10.0	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	37	59.5	35.1	5.4	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1199	63.1	24.2	9.4	1.7	1.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	334	62.0	25.1	11.1	1.2	0.6
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	143	60.1	29.4	8.4	1.4	0.7
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	619	58.5	27.8	10.5	2.1	1.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	157	61.1	27.4	8.9	1.3	1.3
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	89	59.6	21.3	18.0	1.1	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	176	57.4	25.0	13.1	3.4	1.1
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	24	58.3	20.8	12.5	4.2	4.2
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	310	63.9	23.2	8.7	2.6	1.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	180	54.4	24.4	17.2	3.3	0.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	40	57.5	20.0	17.5	5.0	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	964	62.9	25.0	9.4	1.1	1.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	599	59.3	27.4	11.0	1.5	0.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	214	59.8	23.8	12.6	2.3	1.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	262	63.7	24.8	9.2	1.5	0.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	233	64.4	23.2	9.9	1.7	0.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	94	55.3	36.2	5.3	1.1	2.1
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	307	63.2	23.8	8.5	3.3	1.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	134	56.7	24.6	14.9	3.7	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	23	43.5	26.1	21.7	8.7	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	828	61.5	26.0	9.7	1.1	1.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	494	57.1	27.3	12.8	1.6	1.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	168	59.5	22.6	13.1	3.0	1.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	401	66.8	22.4	9.0	1.0	0.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	384	63.8	24.5	9.6	1.6	0.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	157	59.2	31.2	7.6	0.6	1.3
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	548	65.0	25.4	7.5	1.1	1.1
	運動不足は健康に悪い	1029	65.0	24.4	8.4	1.1	1.2
	ストレス発散	640	65.0	25.0	7.7	0.6	1.7
	スポーツ好き	386	64.5	25.4	7.5	0.8	1.8
	普段の習慣	805	62.9	26.0	8.8	1.1	1.2
	友人や知人に誘われた	112	61.6	25.0	9.8	2.7	0.9
	感染者減等感染リスクの低下	174	65.5	25.9	6.3	1.1	1.1
	余暇時間が増えた	256	66.0	26.2	5.9	0.8	1.2

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［宣言中］（３）

Q4-2.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q4-1の「宣言中」で「実施していた」と回答した方のみ
3.マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する

・全体で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の73.0%で、次いで『４＜重視度＞』の16.4%、『３＜重視度＞』の7.7%となっている。

・男性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の67.3%で、次いで『４＜重視度＞』の19.7%、『３＜重視度＞』の10.1%となっている。
・女性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の79.0%で、次いで『４＜重視度＞』の13.0%、『３＜重視度＞』の5.3%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『５＜重視度＞高』が74.6%で、次いで『40代』の『５＜重視度＞高』が68.5%、『60代』の『５＜重視度＞高』が67.9%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『５＜重視度＞高』が84.7%で、次いで『70代以上』の『５＜重視度＞高』が80.1%、『40代』の『５＜重視度＞高』が79.4%となっている。



Q4-2.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q4-1の「宣言中」で「実施していた」と回答した方のみ
3.マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する

(%)

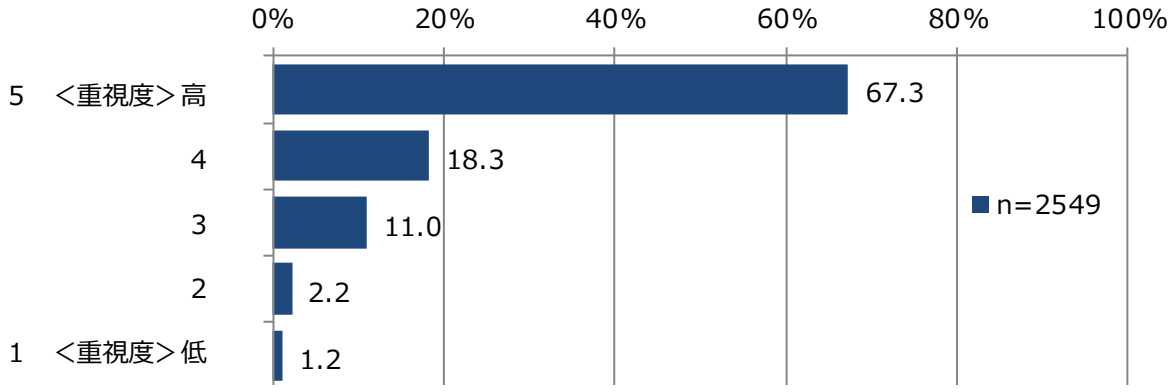
		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		3342	73.0	16.4	7.7	1.6	1.2
性別	男性	1720	67.3	19.7	10.1	1.8	1.2
	女性	1622	79.0	13.0	5.3	1.5	1.2
性年代	男性10代以下	101	61.4	15.8	14.9	5.0	3.0
	男性20代	218	60.1	25.2	10.6	2.8	1.4
	男性30代	245	65.7	21.2	11.8	0.8	0.4
	男性40代	391	68.5	19.4	10.5	1.0	0.5
	男性50代	262	66.8	18.3	12.2	1.5	1.1
	男性60代	224	67.9	22.3	7.6	1.3	0.9
	男性70代以上	279	74.6	14.7	5.7	2.5	2.5
	女性10代以下	110	73.6	11.8	8.2	5.5	0.9
	女性20代	227	77.5	13.7	4.8	2.6	1.3
	女性30代	275	78.5	12.7	6.2	1.5	1.1
	女性40代	315	79.4	13.7	4.4	1.0	1.6
	女性50代	215	84.7	8.8	5.6	0.5	0.5
	女性60代	203	75.9	15.8	6.4	0.5	1.5
	女性70代以上	277	80.1	13.7	3.6	1.1	1.4
小中高	小学生	358	71.8	16.5	9.5	1.7	0.6
	中学生	149	72.5	16.1	8.7	0.7	2.0
	高校生	186	65.6	14.0	12.4	5.9	2.2
障害者	障害者	340	75.0	14.7	6.2	2.6	1.5
エリア	北海道	120	70.8	19.2	6.7	1.7	1.7
	東北	141	70.9	14.9	9.9	3.5	0.7
	関東	1441	73.6	17.8	5.7	1.5	1.4
	甲信越・北陸	102	71.6	16.7	9.8	1.0	1.0
	中部	425	73.6	13.6	9.6	2.1	0.9
	近畿	727	73.5	15.5	8.1	1.7	1.2
	中国	139	64.0	20.1	15.1	0.7	-
	四国	68	63.2	22.1	8.8	1.5	4.4
	九州	167	78.4	10.2	10.2	0.6	0.6
	沖縄	12	75.0	8.3	8.3	8.3	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	36	75.0	16.7	8.3	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1260	73.2	16.8	7.0	1.4	1.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	357	77.0	12.3	7.8	1.7	1.1
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	151	68.2	19.2	8.6	3.3	0.7
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	651	71.4	18.7	7.8	1.2	0.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	154	72.7	18.8	6.5	0.6	1.3
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	91	78.0	15.4	5.5	1.1	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	205	74.1	16.1	7.8	1.0	1.0
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	27	66.7	11.1	14.8	-	7.4
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	332	74.4	14.2	7.8	2.1	1.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	173	67.1	20.8	8.1	3.5	0.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	35	80.0	11.4	-	5.7	2.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1013	71.7	17.7	8.3	0.9	1.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	644	71.0	19.1	7.5	1.6	0.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	240	72.9	15.0	9.6	0.8	1.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	276	79.7	13.8	3.6	2.2	0.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	237	80.6	10.5	8.0	0.4	0.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	109	68.8	21.1	7.3	0.9	1.8
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	320	74.4	15.0	7.8	1.6	1.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	135	65.2	20.0	11.1	3.0	0.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	20	70.0	20.0	5.0	5.0	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	882	70.7	17.9	8.4	1.2	1.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	521	70.8	19.0	7.1	1.9	1.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	186	73.1	13.4	9.1	1.6	2.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	419	79.0	13.8	5.0	1.4	0.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	398	77.1	14.6	7.3	0.8	0.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	178	71.9	19.1	7.3	0.6	1.1
コロナ以降運動頻度【高】の運動実施理由	ダイエット	574	73.9	17.4	6.6	1.4	0.7
	運動不足は健康に悪い	1067	76.0	15.9	5.9	1.2	0.9
	ストレス発散	650	75.1	16.5	6.0	1.2	1.2
	スポーツ好き	401	72.6	18.5	6.5	1.2	1.2
	普段の習慣	855	75.0	16.3	6.2	1.3	1.3
	友人や知人に誘われた	110	60.9	28.2	6.4	2.7	1.8
	感染者減等感染リスクの低下	176	75.0	18.2	5.1	1.1	0.6
	余暇時間が増えた	262	75.2	18.7	4.6	0.8	0.8

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［宣言中］（４）

Q4-2.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q4-1の「宣言中」で「実施していた」と回答した方のみ
4.少しでも体調に不調を感じたら実施は控える

・全体で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の67.3%で、次いで『４＜重視度＞』の18.3%、『３＜重視度＞』の11.0%となっている。

・男性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の60.8%で、次いで『４＜重視度＞』の20.9%、『３＜重視度＞』の14.4%となっている。
・女性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の73.7%で、次いで『４＜重視度＞』の15.7%、『３＜重視度＞』の7.6%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『40代』の『５＜重視度＞高』・『70代以上』の『５＜重視度＞高』が63.8%で、次いで『60代』の『５＜重視度＞高』が62.9%、『10代以下』の『５＜重視度＞高』が59.5%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『５＜重視度＞高』が77.8%で、次いで『50代』の『５＜重視度＞高』が77.7%、『30代』の『５＜重視度＞高』が76.1%となっている。



Q4-2.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q4-1の「宣言中」で「実施していた」と回答した方のみ
4.少しでも体調に不調を感じたら実施は控える

(%)

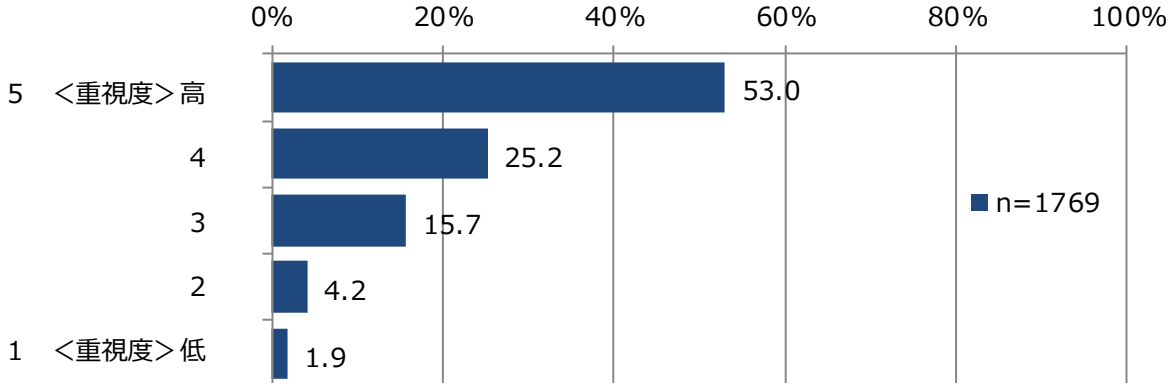
		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		2549	67.3	18.3	11.0	2.2	1.2
性別	男性	1269	60.8	20.9	14.4	3.0	0.9
	女性	1280	73.7	15.7	7.6	1.5	1.6
性年代	男性10代以下	79	59.5	20.3	10.1	7.6	2.5
	男性20代	184	57.1	22.3	15.8	4.3	0.5
	男性30代	187	58.8	21.9	15.0	3.7	0.5
	男性40代	257	63.8	20.6	14.0	1.6	-
	男性50代	190	57.9	17.4	21.1	2.6	1.1
	男性60代	159	62.9	18.9	15.1	2.5	0.6
	男性70代以上	213	63.8	23.9	8.5	1.9	1.9
	女性10代以下	82	58.5	26.8	13.4	1.2	-
	女性20代	170	65.9	21.2	8.8	2.4	1.8
	女性30代	218	76.1	13.3	7.3	2.3	0.9
	女性40代	241	74.3	17.4	6.6	0.4	1.2
	女性50代	175	77.7	12.0	7.4	1.7	1.1
	女性60代	160	75.0	13.1	7.5	1.3	3.1
	女性70代以上	234	77.8	12.8	6.0	1.3	2.1
小中高	小学生	257	64.6	19.8	11.3	4.3	-
	中学生	96	64.6	24.0	10.4	1.0	-
	高校生	145	60.0	22.8	11.0	4.8	1.4
障害者	障害者	282	66.3	17.0	11.7	3.2	1.8
エリア	北海道	100	66.0	17.0	14.0	2.0	1.0
	東北	112	67.0	24.1	7.1	0.9	0.9
	関東	1126	69.8	17.0	9.8	2.0	1.4
	甲信越・北陸	77	67.5	19.5	10.4	2.6	-
	中部	332	64.8	16.6	15.1	2.1	1.5
	近畿	509	66.2	19.1	10.6	2.8	1.4
	中国	113	54.0	26.5	15.0	4.4	-
	四国	49	63.3	24.5	10.2	-	2.0
	九州	125	69.6	16.8	11.2	2.4	-
	沖縄	6	83.3	16.7	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	32	59.4	34.4	6.3	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	954	69.7	16.8	9.9	2.2	1.5
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	298	67.1	18.5	11.7	1.7	1.0
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	124	71.0	16.1	9.7	2.4	0.8
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	489	64.2	19.8	12.5	2.5	1.0
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	122	65.6	18.9	12.3	2.5	0.8
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	77	62.3	18.2	16.9	2.6	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	136	73.5	16.2	7.4	1.5	1.5
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	21	61.9	23.8	4.8	-	9.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	275	67.6	18.9	9.8	2.5	1.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	141	64.5	17.7	12.8	4.3	0.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	27	66.7	22.2	7.4	3.7	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	759	68.1	16.5	11.6	2.1	1.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	490	62.9	21.2	13.5	1.6	0.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	168	72.0	15.5	7.1	2.4	3.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	219	74.4	17.4	6.4	1.4	0.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	184	71.7	15.2	10.3	2.2	0.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	78	64.1	25.6	10.3	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	269	66.2	17.8	12.3	3.0	0.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	107	64.5	18.7	13.1	1.9	1.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	17	52.9	35.3	5.9	5.9	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	639	69.0	16.6	10.5	1.9	2.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	387	61.8	20.7	15.0	1.8	0.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	126	71.4	13.5	7.9	3.2	4.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	345	71.6	17.7	8.4	1.7	0.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	321	69.5	17.8	9.7	2.8	0.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	130	69.2	22.3	8.5	-	-
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	470	69.1	19.6	8.5	1.9	0.9
	運動不足は健康に悪い	843	70.5	16.8	9.5	2.0	1.2
	ストレス発散	538	71.0	18.0	7.4	2.4	1.1
	スポーツ好き	337	65.9	19.6	10.1	3.3	1.2
	普段の習慣	669	69.1	17.3	10.5	2.1	1.0
	友人や知人に誘われた	98	65.3	23.5	6.1	4.1	1.0
	感染者減等感染リスクの低下	158	74.1	13.9	7.0	3.2	1.9
	余暇時間が増えた	224	73.2	16.1	7.6	2.2	0.9

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［宣言中］（５）

Q4-2.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q4-1の「宣言中」で「実施していた」と回答した方のみ
5.公園やスポーツ施設は人が少ない時間帯に利用する

・全体で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の53.0%で、次いで『４＜重視度＞』の25.2%、『３＜重視度＞』の15.7%となっている。

・男性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の45.4%で、次いで『４＜重視度＞』の29.1%、『３＜重視度＞』の18.2%となっている。
・女性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の61.0%で、次いで『４＜重視度＞』の21.1%、『３＜重視度＞』の13.1%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『５＜重視度＞高』が51.8%で、次いで『10代以下』の『５＜重視度＞高』が49.3%、『40代』の『５＜重視度＞高』が48.6%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『５＜重視度＞高』が72.6%で、次いで『40代』の『５＜重視度＞高』が64.7%、『60代』の『５＜重視度＞高』が61.5%となっている。



Q4-2.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q4-1の「宣言中」で「実施していた」と回答した方のみ

5.公園やスポーツ施設は人が少ない時間帯に利用する

(%)

		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		1769	53.0	25.2	15.7	4.2	1.9
性別	男性	908	45.4	29.1	18.2	5.4	2.0
	女性	861	61.0	21.1	13.1	3.0	1.7
性年代	男性10代以下	73	49.3	28.8	13.7	8.2	-
	男性20代	139	37.4	32.4	18.7	9.4	2.2
	男性30代	131	41.2	31.3	18.3	6.1	3.1
	男性40代	175	48.6	24.6	21.1	4.6	1.1
	男性50代	128	43.0	28.9	20.3	3.9	3.9
	男性60代	110	51.8	29.1	16.4	2.7	-
	男性70代以上	152	48.0	29.6	15.8	3.9	2.6
	女性10代以下	64	51.6	20.3	23.4	4.7	-
	女性20代	119	51.3	24.4	12.6	8.4	3.4
	女性30代	155	60.6	23.9	11.6	1.3	2.6
	女性40代	173	64.7	19.7	11.6	2.3	1.7
	女性50代	95	72.6	15.8	9.5	1.1	1.1
	女性60代	109	61.5	21.1	13.8	1.8	1.8
	女性70代以上	146	61.0	21.2	14.4	2.7	0.7
小中高	小学生	171	52.6	22.2	20.5	3.5	1.2
	中学生	68	61.8	23.5	10.3	1.5	2.9
	高校生	123	49.6	25.2	18.7	6.5	-
障害者	障害者	177	62.1	18.1	10.7	4.5	4.5
エリア	北海道	62	48.4	17.7	27.4	6.5	-
	東北	79	46.8	40.5	8.9	2.5	1.3
	関東	790	53.7	24.7	15.4	3.8	2.4
	甲信越・北陸	51	49.0	27.5	19.6	3.9	-
	中部	218	54.1	22.5	16.1	6.0	1.4
	近畿	339	54.6	23.9	14.7	5.3	1.5
	中国	86	41.9	31.4	20.9	3.5	2.3
	四国	39	51.3	33.3	12.8	-	2.6
	九州	98	57.1	23.5	14.3	3.1	2.0
	沖縄	7	85.7	14.3	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	16	50.0	31.3	18.8	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	665	56.8	23.5	14.0	3.9	1.8
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	218	50.5	28.0	12.8	6.9	1.8
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	77	49.4	28.6	18.2	1.3	2.6
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	331	48.3	27.2	18.7	4.5	1.2
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	90	45.6	26.7	16.7	6.7	4.4
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	56	62.5	19.6	12.5	3.6	1.8
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	84	45.2	29.8	20.2	2.4	2.4
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	12	41.7	41.7	8.3	-	8.3
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	197	57.4	21.3	13.7	5.1	2.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	107	48.6	26.2	17.8	6.5	0.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	23	65.2	13.0	8.7	8.7	4.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	527	56.5	23.5	14.2	3.8	1.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	332	46.4	28.0	19.6	4.8	1.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	118	45.8	30.5	16.9	2.5	4.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	139	57.6	26.6	12.2	2.9	0.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	122	54.1	26.2	11.5	5.7	2.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	51	45.1	25.5	23.5	3.9	2.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	201	57.2	20.9	13.9	5.0	3.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	85	47.1	24.7	18.8	8.2	1.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	14	57.1	14.3	21.4	7.1	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	434	56.7	23.0	14.5	3.7	2.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	268	45.9	29.1	20.1	3.7	1.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	93	48.4	25.8	18.3	2.2	5.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	228	57.0	26.8	12.3	3.5	0.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	208	52.4	26.0	13.5	6.3	1.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	85	45.9	30.6	16.5	4.7	2.4
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	320	59.1	23.1	13.1	2.8	1.9
	運動不足は健康に悪い	574	58.7	23.0	13.9	3.0	1.4
	ストレス発散	367	58.3	24.0	13.1	2.7	1.9
	スポーツ好き	254	56.3	24.4	13.4	5.1	0.8
	普段の習慣	461	57.9	24.5	13.9	2.4	1.3
	友人や知人に誘われた	81	55.6	25.9	16.0	2.5	-
	感染者減等感染リスクの低下	121	56.2	26.4	13.2	2.5	1.7
	余暇時間が増えた	158	60.1	25.3	10.8	2.5	1.3

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［宣言中］（６）

Q4-2.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q4-1の「宣言中」で「実施していた」と回答した方のみ

6.筋力トレーニングやヨガ等自宅で行えることを中心に実施する

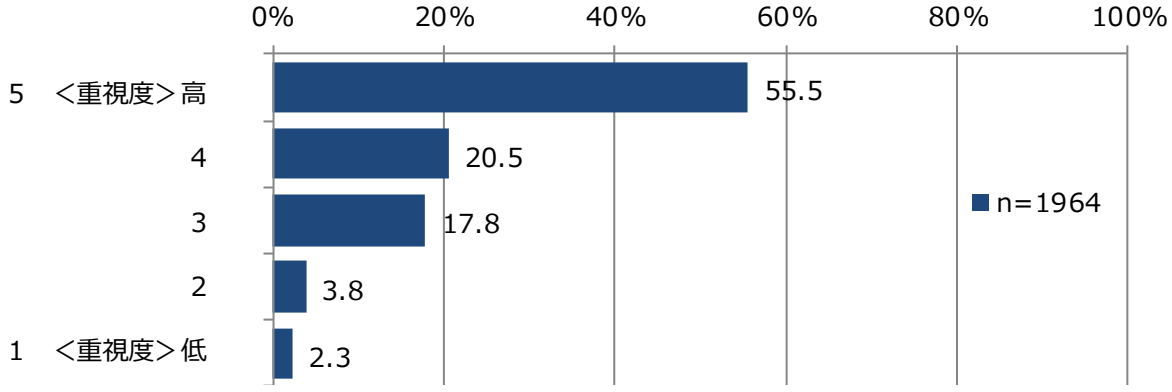
・全体で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の55.5%で、次いで『４＜重視度＞』の20.5%、『３＜重視度＞』の17.8%となっている。

・男性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の48.7%で、次いで『４＜重視度＞』の23.9%、『３＜重視度＞』の20.2%となっている。

・女性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の61.0%で、次いで『４＜重視度＞』の17.8%、『３＜重視度＞』の15.8%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『５＜重視度＞高』が52.2%で、次いで『60代』の『５＜重視度＞高』が51.1%、『30代』の『５＜重視度＞高』が49.7%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『５＜重視度＞高』が64.4%で、次いで『40代』の『５＜重視度＞高』が62.7%、『30代』の『５＜重視度＞高』が61.4%となっている。



Q4-2.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q4-1の「宣言中」で「実施していた」と回答した方のみ

6.筋力トレーニングやヨガ等自宅で行えることを中心に実施する

(%)

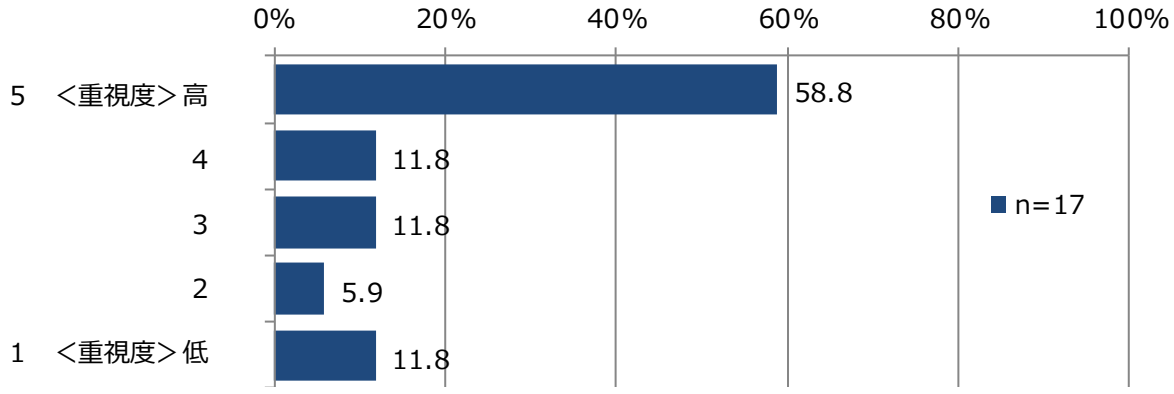
		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		1964	55.5	20.5	17.8	3.8	2.3
性別	男性	865	48.7	23.9	20.2	4.3	2.9
	女性	1099	61.0	17.8	15.8	3.5	1.9
性年代	男性10代以下	69	52.2	24.6	14.5	5.8	2.9
	男性20代	155	49.0	23.9	18.7	5.8	2.6
	男性30代	143	49.7	23.8	18.9	3.5	4.2
	男性40代	179	49.2	24.6	20.1	4.5	1.7
	男性50代	110	45.5	20.9	27.3	3.6	2.7
	男性60代	92	51.1	30.4	15.2	2.2	1.1
	男性70代以上	117	45.3	20.5	24.8	4.3	5.1
	女性10代以下	90	55.6	16.7	22.2	5.6	-
	女性20代	174	64.4	16.7	13.2	4.6	1.1
	女性30代	215	61.4	20.5	14.4	2.3	1.4
	女性40代	201	62.7	17.9	14.4	2.5	2.5
	女性50代	141	61.0	17.7	12.8	5.0	3.5
	女性60代	119	58.0	18.5	19.3	1.7	2.5
	女性70代以上	159	59.7	15.7	18.9	3.8	1.9
小中高	小学生	198	54.0	21.2	21.2	2.5	1.0
	中学生	75	53.3	28.0	13.3	4.0	1.3
	高校生	146	52.1	21.2	19.2	6.2	1.4
障害者	障害者	213	58.2	18.3	16.0	3.3	4.2
エリア	北海道	87	50.6	17.2	26.4	3.4	2.3
	東北	92	53.3	25.0	12.0	4.3	5.4
	関東	854	57.0	18.6	18.0	3.9	2.5
	甲信越・北陸	63	55.6	14.3	22.2	4.8	3.2
	中部	237	59.1	20.3	17.3	1.3	2.1
	近畿	389	51.7	25.7	16.5	4.9	1.3
	中国	91	51.6	24.2	18.7	5.5	-
	四国	43	53.5	18.6	20.9	-	7.0
	九州	100	60.0	17.0	15.0	5.0	3.0
	沖縄	8	62.5	25.0	12.5	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	29	65.5	27.6	3.4	3.4	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	740	60.5	20.4	14.3	2.7	2.0
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	220	58.6	15.9	18.2	4.1	3.2
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	109	51.4	29.4	17.4	0.9	0.9
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	337	50.4	22.6	21.1	5.3	0.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	86	43.0	23.3	23.3	4.7	5.8
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	66	62.1	21.2	13.6	3.0	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	92	47.8	27.2	21.7	1.1	2.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	10	50.0	20.0	10.0	-	20.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	230	62.2	19.1	13.0	3.0	2.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	117	50.4	22.2	20.5	6.0	0.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	25	60.0	12.0	24.0	4.0	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	604	59.1	21.7	14.4	2.5	2.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	338	48.8	23.4	22.8	4.4	0.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	108	49.1	25.9	20.4	-	4.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	170	60.0	18.8	15.9	4.1	1.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	138	56.5	20.3	16.7	5.1	1.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	58	46.6	22.4	19.0	5.2	6.9
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	241	63.9	18.3	12.4	2.9	2.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	103	52.4	23.3	18.4	5.8	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	19	52.6	21.1	26.3	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	499	57.7	21.0	16.2	2.4	2.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	270	45.2	24.1	24.8	5.2	0.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	83	51.8	24.1	16.9	1.2	6.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	264	60.6	22.0	12.5	3.8	1.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	220	57.3	20.0	17.3	4.1	1.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	89	47.2	22.5	22.5	3.4	4.5
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	414	61.1	22.9	12.1	2.7	1.2
	運動不足は健康に悪い	680	61.3	20.6	14.4	2.5	1.2
	ストレス発散	416	62.0	21.6	12.0	2.9	1.4
	スポーツ好き	256	60.2	25.0	10.5	2.0	2.3
	普段の習慣	532	62.4	20.7	12.8	2.6	1.5
	友人や知人に誘われた	80	60.0	25.0	10.0	3.8	1.3
	感染者減等感染リスクの低下	114	59.6	26.3	10.5	2.6	0.9
	余暇時間が増えた	180	65.6	21.7	8.9	2.2	1.7

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［宣言中］（７）

Q4-2.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q4-1の「宣言中」で「実施していた」と回答した方のみ

7.その他

・全体で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の58.8%で、次いで『４＜重視度＞』・『３＜重視度＞』・『１＜重視度＞低』の11.8%、『２＜重視度＞』5.9%となっている。
・男性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の60.0%で、次いで『４＜重視度＞』の20.0%、『３＜重視度＞』・『２＜重視度＞』の10.0%となっている。
・女性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の57.1%で、次いで『１＜重視度＞低』の28.6%、『３＜重視度＞』の14.3%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『５＜重視度＞高』が100.0%で、次いで『70代以上』の『５＜重視度＞高』が80.0%、『40代』の『５＜重視度＞高』・『４＜重視度＞』・『３＜重視度＞』・『２＜重視度＞』が25.0%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『60代』の『５＜重視度＞高』が66.7%で、次いで『50代』の『５＜重視度＞高』・『70代以上』の『５＜重視度＞高』・『50代』の『１＜重視度＞低』・『70代以上』の『１＜重視度＞低』が50.0%、『60代』の『３＜重視度＞』が33.3%となっている。



Q4-2.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q4-1の「宣言中」で「実施していた」と回答した方のみ

7.その他

（%）

		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		17	58.8	11.8	11.8	5.9	11.8
性別	男性	10	60.0	20.0	10.0	10.0	-
	女性	7	57.1	-	14.3	-	28.6
性年代	男性10代以下	-	-	-	-	-	-
	男性20代	-	-	-	-	-	-
	男性30代	-	-	-	-	-	-
	男性40代	4	25.0	25.0	25.0	25.0	-
	男性50代	-	-	-	-	-	-
	男性60代	1	100.0	-	-	-	-
	男性70代以上	5	80.0	20.0	-	-	-
	女性10代以下	-	-	-	-	-	-
	女性20代	-	-	-	-	-	-
	女性30代	-	-	-	-	-	-
	女性40代	-	-	-	-	-	-
	女性50代	2	50.0	-	-	-	50.0
	女性60代	3	66.7	-	33.3	-	-
	女性70代以上	2	50.0	-	-	-	50.0
小中高	小学生	2	50.0	50.0	-	-	-
	中学生	1	-	-	-	100.0	-
	高校生	-	-	-	-	-	-
障害者	障害者	1	-	100.0	-	-	-
エリア	北海道	1	100.0	-	-	-	-
	東北	-	-	-	-	-	-
	関東	8	50.0	12.5	12.5	12.5	12.5
	甲信越・北陸	2	50.0	-	50.0	-	-
	中部	3	66.7	-	-	-	33.3
	近畿	2	50.0	50.0	-	-	-
	中国	-	-	-	-	-	-
	四国	-	-	-	-	-	-
	九州	1	100.0	-	-	-	-
	沖縄	-	-	-	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	-	-	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	8	50.0	12.5	12.5	-	25.0
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	-	-	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	2	100.0	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	3	66.7	33.3	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	1	100.0	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	-	-	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	1	100.0	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	-	-	-	-	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	-	-	-	-	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	9	66.7	11.1	11.1	-	11.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1	100.0	-	-	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	1	-	-	-	-	100.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	2	50.0	50.0	-	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	2	100.0	-	-	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	-	-	-	-	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	6	66.7	-	16.7	-	16.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	1	100.0	-	-	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	4	50.0	25.0	-	-	25.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	2	50.0	50.0	-	-	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	2	100.0	-	-	-	-
コロナ以降運動頻度【高】の増×運動実施理由	ダイエット	2	100.0	-	-	-	-
	運動不足は健康に悪い	6	66.7	16.7	-	-	16.7
	ストレス発散	2	100.0	-	-	-	-
	スポーツ好き	2	50.0	50.0	-	-	-
	普段の習慣	5	80.0	20.0	-	-	-
	友人や知人に誘われた	-	-	-	-	-	-
	感染者減等感染リスクの低下	-	-	-	-	-	-
	余暇時間が増えた	3	100.0	-	-	-	-

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［解除後］（１）

Q4-3.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q4-1の「解除後」で「実施していた」と回答した方のみ

1.三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする

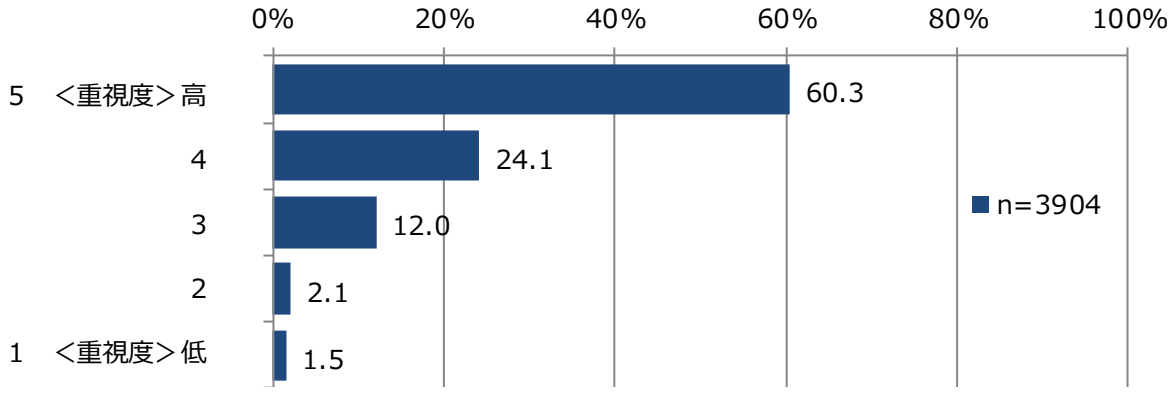
・全体で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の60.3%で、次いで『4＜重視度＞』の24.1%、『3＜重視度＞』の12.0%となっている。

・男性で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の56.1%で、次いで『4＜重視度＞』の26.1%、『3＜重視度＞』の13.3%となっている。

・女性で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の65.2%で、次いで『4＜重視度＞』の21.7%、『3＜重視度＞』の10.4%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『5＜重視度＞高』が59.7%で、次いで『70代以上』の『5＜重視度＞高』が58.8%、『30代』の『5＜重視度＞高』が57.6%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『5＜重視度＞高』が70.5%で、次いで『50代』の『5＜重視度＞高』が70.1%、『30代』の『5＜重視度＞高』が67.5%となっている。



Q4-3.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q4-1の「解除後」で「実施していた」と回答した方のみ

1.三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする

（%）

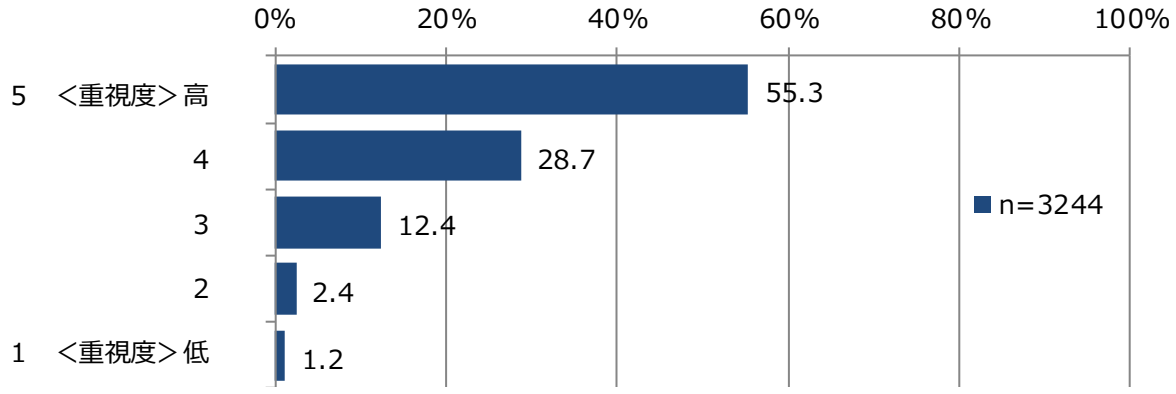
		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		3904	60.3	24.1	12.0	2.1	1.5
性別	男性	2098	56.1	26.1	13.3	2.8	1.7
	女性	1806	65.2	21.7	10.4	1.3	1.4
性年代	男性10代以下	123	46.3	30.1	17.1	3.3	3.3
	男性20代	279	51.6	27.2	15.1	4.7	1.4
	男性30代	314	57.6	24.2	13.4	2.5	2.2
	男性40代	459	56.9	25.5	12.9	3.3	1.5
	男性50代	337	55.8	26.7	13.6	2.7	1.2
	男性60代	273	59.7	26.0	12.5	-	1.8
	男性70代以上	313	58.8	25.9	11.2	2.9	1.3
	女性10代以下	132	53.0	29.5	12.1	3.0	2.3
	女性20代	243	63.0	21.4	11.1	1.6	2.9
	女性30代	320	67.5	21.3	9.4	0.9	0.9
	女性40代	332	70.5	19.0	9.0	0.9	0.6
	女性50代	234	70.1	19.2	9.4	0.4	0.9
	女性60代	250	62.4	22.4	13.2	0.8	1.2
	女性70代以上	295	62.7	23.1	10.2	2.4	1.7
小中高	小学生	427	58.8	26.2	10.8	3.3	0.9
	中学生	171	54.4	26.9	15.2	1.2	2.3
	高校生	231	49.4	29.9	14.7	3.5	2.6
障害者	障害者	392	62.5	20.7	11.7	2.3	2.8
エリア	北海道	127	60.6	22.8	13.4	1.6	1.6
	東北	186	61.8	25.3	8.6	3.2	1.1
	関東	1703	63.5	22.6	10.1	2.2	1.6
	甲信越・北陸	115	55.7	27.0	13.9	2.6	0.9
	中部	494	55.3	25.1	16.4	1.6	1.6
	近畿	802	58.1	26.4	11.8	2.4	1.2
	中国	159	59.7	23.9	13.2	1.9	1.3
	四国	82	56.1	24.4	15.9	1.2	2.4
	九州	217	60.8	21.7	14.7	0.9	1.8
	沖縄	19	36.8	31.6	21.1	5.3	5.3
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	42	61.9	26.2	11.9	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1435	60.6	23.1	12.2	1.9	2.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	434	59.4	28.1	9.2	1.6	1.6
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	185	60.5	27.6	8.1	3.8	-
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	779	60.8	23.6	12.5	2.2	0.9
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	175	60.6	26.3	10.9	1.7	0.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	109	57.8	23.9	16.5	-	1.8
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	246	56.9	23.6	16.3	1.6	1.6
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	31	51.6	32.3	16.1	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	396	61.9	21.0	12.1	2.0	3.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	213	58.7	20.7	14.6	4.7	1.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	49	59.2	20.4	18.4	-	2.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1172	59.6	24.7	12.4	1.6	1.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	772	57.3	27.1	13.0	1.8	0.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	276	59.4	23.2	13.8	1.4	2.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	308	63.3	24.7	7.8	2.9	1.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	285	67.7	22.1	7.7	1.8	0.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	145	59.3	26.9	11.0	2.8	-
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	389	63.5	20.8	10.5	1.5	3.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	159	56.6	22.0	13.2	6.9	1.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	29	41.4	17.2	27.6	10.3	3.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1010	60.0	23.5	13.0	2.0	1.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	646	57.0	26.2	14.1	1.5	1.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	217	58.5	22.6	15.2	0.9	2.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	477	60.0	27.3	9.4	2.1	1.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	465	64.9	24.1	8.8	1.7	0.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	224	62.5	26.3	9.8	1.3	-
コロナ以降運動頻度【高】の人×運動実施理由	ダイエット	657	62.9	25.6	9.0	1.2	1.4
	運動不足は健康に悪い	1197	63.5	23.6	10.5	1.3	1.2
	ストレス発散	740	64.2	23.2	9.3	1.6	1.6
	スポーツ好き	450	62.0	24.7	9.8	1.3	2.2
	普段の習慣	943	62.2	23.2	11.1	1.7	1.7
	友人や知人に誘われた	118	57.6	25.4	10.2	4.2	2.5
	感染者減等感染リスクの低下	184	62.5	26.6	8.2	1.1	1.6
	余暇時間が増えた	289	63.0	24.2	10.4	0.7	1.7

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［解除後］（２）

Q4-3.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜解除後＞ ※Q4-1の「解除後」で「実施していた」と回答した方のみ
2.人と人の間隔を意識して実施する

・全体で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の55.3%で、次いで『４＜重視度＞』の28.7%、『３＜重視度＞』の12.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の49.2%で、次いで『４＜重視度＞』の31.6%、『３＜重視度＞』の15.0%となっている。
・女性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の62.3%で、次いで『４＜重視度＞』の25.5%、『３＜重視度＞』の9.4%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『30代』の『５＜重視度＞高』が54.0%で、次いで『70代以上』の『５＜重視度＞高』が52.5%、『50代』の『５＜重視度＞高』が51.5%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『５＜重視度＞高』が68.6%で、次いで『50代』の『５＜重視度＞高』が68.0%、『30代』の『５＜重視度＞高』が64.1%となっている。



Q4-3.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q4-1の「解除後」で「実施していた」と回答した方のみ

2.人と人の間隔を意識して実施する

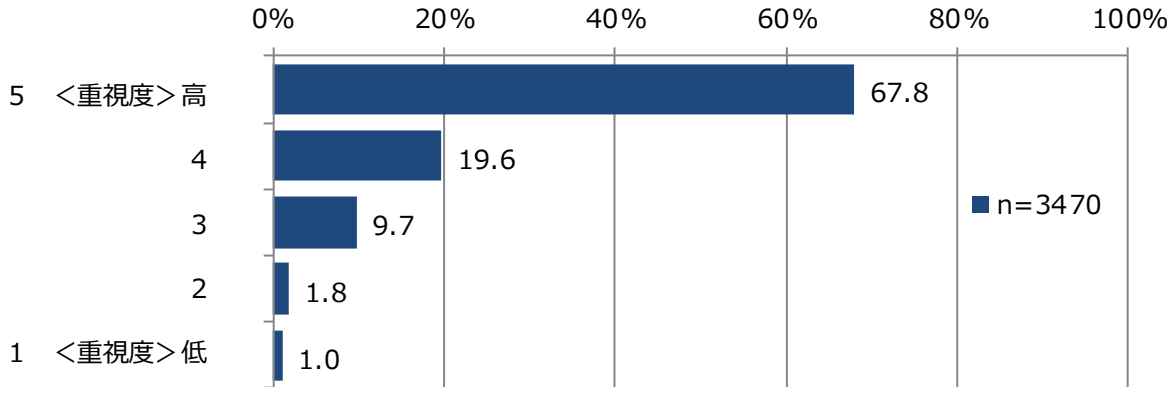
(%)

		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		3244	55.3	28.7	12.4	2.4	1.2
性別	男性	1718	49.2	31.6	15.0	3.0	1.2
	女性	1526	62.3	25.5	9.4	1.7	1.1
性年代	男性10代以下	107	42.1	31.8	17.8	6.5	1.9
	男性20代	226	42.9	33.2	16.4	6.2	1.3
	男性30代	248	54.0	27.0	16.1	2.0	0.8
	男性40代	379	47.8	33.2	15.8	2.4	0.8
	男性50代	266	51.5	32.0	13.2	2.3	1.1
	男性60代	216	49.1	32.4	15.3	1.4	1.9
	男性70代以上	276	52.5	31.2	12.0	2.9	1.4
	女性10代以下	105	46.7	31.4	11.4	9.5	1.0
	女性20代	187	57.8	26.2	13.4	1.1	1.6
	女性30代	256	64.1	26.2	7.8	1.2	0.8
	女性40代	290	68.6	22.8	7.6	0.7	0.3
	女性50代	203	68.0	21.7	9.4	-	1.0
	女性60代	225	63.6	22.7	10.2	1.8	1.8
	女性70代以上	260	57.3	30.4	8.8	1.9	1.5
小中高	小学生	361	52.4	30.5	14.1	2.5	0.6
	中学生	140	54.3	32.9	10.7	1.4	0.7
	高校生	189	45.0	30.2	15.3	8.5	1.1
障害者	障害者	307	60.3	22.1	14.3	1.0	2.3
エリア	北海道	102	47.1	37.3	9.8	4.9	1.0
	東北	145	54.5	31.7	11.0	1.4	1.4
	関東	1439	59.6	26.3	10.8	1.9	1.4
	甲信越・北陸	100	55.0	27.0	15.0	3.0	-
	中部	408	51.0	28.2	17.9	2.2	0.7
	近畿	650	52.0	31.5	12.5	2.9	1.1
	中国	135	51.1	32.6	13.3	3.0	-
	四国	71	49.3	31.0	16.9	1.4	1.4
	九州	181	54.1	29.3	10.5	3.9	2.2
	沖縄	13	61.5	23.1	15.4	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	41	63.4	19.5	14.6	2.4	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1185	57.8	27.6	10.9	2.4	1.4
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	374	51.6	32.1	12.8	2.1	1.3
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	153	56.2	30.7	8.5	3.9	0.7
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	642	54.4	28.2	14.0	2.3	1.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	162	48.1	36.4	11.7	3.1	0.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	81	56.8	23.5	14.8	4.9	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	186	50.0	33.3	15.1	1.1	0.5
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	22	50.0	31.8	13.6	4.5	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	320	57.8	25.0	11.9	4.4	0.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	178	50.6	25.8	16.9	3.4	3.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	47	48.9	25.5	21.3	4.3	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	974	56.5	29.7	10.9	1.7	1.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	622	53.9	31.8	11.7	1.9	0.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	220	51.4	32.7	13.6	0.9	1.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	268	64.2	23.1	9.7	2.2	0.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	258	52.7	27.9	15.1	3.5	0.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	108	46.3	37.0	12.0	3.7	0.9
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	316	59.5	24.7	10.4	4.1	1.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	136	50.0	29.4	14.0	4.4	2.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	24	41.7	20.8	33.3	4.2	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	829	56.3	29.3	11.3	1.7	1.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	518	52.1	30.7	13.9	2.1	1.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	175	51.4	29.7	16.0	1.1	1.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	417	60.4	26.4	10.3	2.4	0.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	404	55.2	29.0	12.6	2.5	0.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	176	48.9	38.1	9.7	2.8	0.6
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	533	62.1	27.6	7.5	2.3	0.6
	運動不足は健康に悪い	998	60.9	27.2	8.9	2.1	0.9
	ストレス発散	625	61.8	26.4	8.5	1.9	1.4
	スポーツ好き	378	59.5	27.2	9.5	2.1	1.6
	普段の習慣	776	59.7	27.7	9.4	2.2	1.0
	友人や知人に誘われた	111	57.7	30.6	6.3	4.5	0.9
	感染者減等感染リスクの低下	168	61.9	29.2	6.0	2.4	0.6
	余暇時間が増えた	240	64.6	25.0	7.9	2.1	0.4

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［解除後］（３）

Q4-3.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜解除後＞ ※Q4-1の「解除後」で「実施していた」と回答した方のみ
3.マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する

・全体で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の67.8%で、次いで『４＜重視度＞』の19.6%、『３＜重視度＞』の9.7%となっている。
・男性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の61.6%で、次いで『４＜重視度＞』の23.0%、『３＜重視度＞』の12.0%となっている。
・女性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の74.1%で、次いで『４＜重視度＞』の16.1%、『３＜重視度＞』の7.4%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『５＜重視度＞高』が64.7%で、次いで『60代』の『５＜重視度＞高』が64.5%、『50代』の『５＜重視度＞高』が64.0%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『５＜重視度＞高』が80.1%で、次いで『30代』の『５＜重視度＞高』が77.3%、『40代』の『５＜重視度＞高』が75.5%となっている。



Q4-3.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q4-1の「解除後」で「実施していた」と回答した方のみ

3.マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する

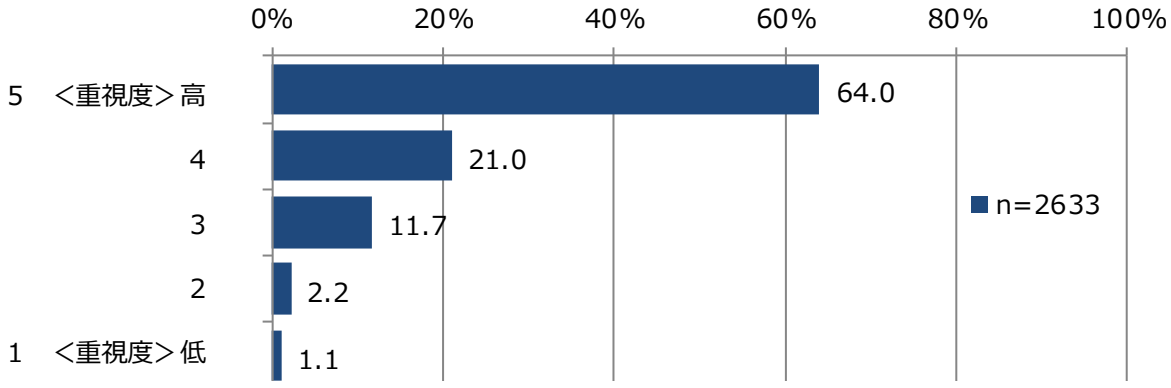
（%）

		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		3470	67.8	19.6	9.7	1.8	1.0
性別	男性	1765	61.6	23.0	12.0	2.3	1.2
	女性	1705	74.1	16.1	7.4	1.4	0.9
性年代	男性10代以下	113	52.2	27.4	14.2	3.5	2.7
	男性20代	221	55.7	26.2	12.2	4.5	1.4
	男性30代	248	63.3	22.6	11.7	2.0	0.4
	男性40代	391	60.9	24.3	12.3	2.3	0.3
	男性50代	278	64.0	18.7	15.1	1.4	0.7
	男性60代	228	64.5	21.9	10.5	1.3	1.8
	男性70代以上	286	64.7	22.4	8.7	1.7	2.4
	女性10代以下	114	67.5	17.5	7.9	5.3	1.8
	女性20代	221	74.2	14.9	7.2	2.7	0.9
	女性30代	291	77.3	14.4	7.2	0.7	0.3
	女性40代	327	75.5	17.1	6.1	0.6	0.6
	女性50代	226	80.1	13.3	5.8	0.4	0.4
	女性60代	232	72.8	14.7	9.9	1.3	1.3
	女性70代以上	294	68.4	20.4	8.5	1.4	1.4
小中高	小学生	358	67.3	20.7	9.2	2.5	0.3
	中学生	152	64.5	22.4	11.2	1.3	0.7
	高校生	201	58.7	21.9	11.9	5.0	2.5
障害者	障害者	339	73.2	15.9	9.1	0.9	0.9
エリア	北海道	121	68.6	23.1	6.6	0.8	0.8
	東北	146	70.5	18.5	6.8	2.1	2.1
	関東	1507	69.3	20.6	7.4	1.5	1.3
	甲信越・北陸	105	66.7	21.0	7.6	4.8	-
	中部	439	63.3	19.1	14.6	2.3	0.7
	近畿	738	67.1	19.1	11.0	1.9	0.9
	中国	148	60.1	21.6	16.2	2.0	-
	四国	72	61.1	23.6	12.5	1.4	1.4
	九州	180	73.3	11.1	12.8	1.7	1.1
	沖縄	14	85.7	-	-	14.3	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	41	78.0	12.2	4.9	4.9	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1275	67.9	19.4	9.6	1.6	1.4
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	388	69.6	20.1	7.7	1.5	1.0
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	163	64.4	25.8	7.4	2.5	-
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	682	65.2	21.8	10.3	2.1	0.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	167	65.9	20.4	9.6	3.6	0.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	90	73.3	17.8	8.9	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	221	63.8	21.7	11.8	1.8	0.9
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	30	63.3	13.3	16.7	-	6.7
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	344	70.1	17.4	9.9	2.0	0.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	173	61.3	20.8	13.3	4.0	0.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	41	73.2	12.2	9.8	2.4	2.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1036	66.3	21.2	9.9	1.3	1.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	677	66.9	21.0	10.0	1.3	0.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	254	63.0	20.1	13.0	2.4	1.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	295	71.9	19.0	6.1	2.0	1.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	257	72.4	18.3	7.4	1.6	0.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	130	67.7	20.0	7.7	3.1	1.5
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	338	70.4	18.0	9.8	1.5	0.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	135	60.0	18.5	17.0	4.4	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	24	62.5	20.8	8.3	4.2	4.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	892	65.8	21.0	10.2	1.6	1.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	548	67.7	20.8	9.3	1.3	0.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	198	64.1	17.7	13.1	3.0	2.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	445	70.8	19.8	7.0	1.6	0.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	424	69.1	20.3	8.5	1.7	0.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	203	67.0	20.7	9.4	2.0	1.0
コロナ以降運動頻度【高】の悩み×運動実施理由	ダイエット	576	70.1	19.8	8.2	1.2	0.7
	運動不足は健康に悪い	1068	69.8	19.7	8.3	1.4	0.8
	ストレス発散	656	69.4	20.1	7.5	1.7	1.4
	スポーツ好き	403	65.5	22.6	7.9	2.0	2.0
	普段の習慣	850	68.8	19.9	8.6	1.5	1.2
	友人や知人に誘われた	114	58.8	28.9	7.0	3.5	1.8
	感染者減等感染リスクの低下	179	68.2	24.6	5.6	0.6	1.1
	余暇時間が増えた	262	70.2	19.8	8.8	0.4	0.8

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［解除後］（４）

Q4-3.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜解除後＞ ※Q4-1の「解除後」で「実施していた」と回答した方のみ
4.少しでも体調に不調を感じたら実施は控える

・全体で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の64.0%で、次いで『4＜重視度＞』の21.0%、『3＜重視度＞』の11.7%となっている。
・男性で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の56.8%で、次いで『4＜重視度＞』の23.9%、『3＜重視度＞』の15.1%となっている。
・女性で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の70.9%で、次いで『4＜重視度＞』の18.1%、『3＜重視度＞』の8.4%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『5＜重視度＞高』が61.5%で、次いで『30代』の『5＜重視度＞高』が57.4%、『40代』の『5＜重視度＞高』・『50代』の『5＜重視度＞高』が57.1%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『5＜重視度＞高』が74.1%で、次いで『30代』の『5＜重視度＞高』が73.1%、『60代』の『5＜重視度＞高』が72.4%となっている。



Q4-3.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q4-1の「解除後」で「実施していた」と回答した方のみ

4.少しでも体調に不調を感じたら実施は控える

（%）

		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		2633	64.0	21.0	11.7	2.2	1.1
性別	男性	1294	56.8	23.9	15.1	3.2	1.1
	女性	1339	70.9	18.1	8.4	1.3	1.2
性年代	男性10代以下	83	53.0	25.3	13.3	8.4	-
	男性20代	183	53.0	26.2	16.4	2.7	1.6
	男性30代	195	57.4	20.0	15.9	5.1	1.5
	男性40代	266	57.1	24.1	15.4	1.9	1.5
	男性50代	196	57.1	20.9	17.9	3.6	0.5
	男性60代	163	55.2	25.2	16.0	3.1	0.6
	男性70代以上	208	61.5	26.4	10.1	1.0	1.0
	女性10代以下	85	58.8	28.2	11.8	1.2	-
	女性20代	163	69.9	18.4	8.0	2.5	1.2
	女性30代	227	73.1	16.7	8.8	1.3	-
	女性40代	242	69.4	21.1	7.9	1.2	0.4
	女性50代	189	74.1	18.0	6.3	0.5	1.1
	女性60代	185	72.4	13.5	10.3	1.1	2.7
	女性70代以上	248	71.4	16.5	8.1	1.6	2.4
小中高	小学生	251	59.4	24.3	12.0	3.6	0.8
	中学生	93	54.8	26.9	16.1	2.2	-
	高校生	151	58.3	25.8	10.6	5.3	-
障害者	障害者	282	67.4	17.4	12.4	1.8	1.1
エリア	北海道	96	69.8	18.8	9.4	1.0	1.0
	東北	121	67.8	23.1	7.4	1.7	-
	関東	1187	64.9	20.3	11.4	2.0	1.4
	甲信越・北陸	79	58.2	22.8	11.4	5.1	2.5
	中部	326	60.1	23.0	14.1	2.1	0.6
	近畿	510	64.7	20.4	11.0	2.7	1.2
	中国	114	54.4	26.3	15.8	3.5	-
	四国	53	64.2	20.8	15.1	-	-
	九州	136	65.4	18.4	12.5	2.2	1.5
	沖縄	11	72.7	18.2	9.1	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	34	67.6	20.6	11.8	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	953	65.1	21.2	10.1	2.2	1.5
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	322	59.0	24.5	13.0	2.5	0.9
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	131	66.4	22.9	9.2	1.5	-
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	514	62.3	20.6	13.4	2.9	0.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	125	60.8	21.6	12.8	3.2	1.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	78	61.5	19.2	15.4	3.8	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	142	67.6	19.7	9.9	1.4	1.4
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	20	65.0	30.0	5.0	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	285	64.9	21.4	11.2	2.1	0.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	144	56.9	18.1	17.4	7.6	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	31	71.0	19.4	9.7	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	772	62.8	22.0	11.3	2.1	1.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	507	61.3	22.9	14.2	0.8	0.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	170	64.7	19.4	11.2	2.4	2.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	224	70.5	20.1	6.7	2.2	0.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	208	65.4	21.6	9.1	3.4	0.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	94	59.6	25.5	10.6	3.2	1.1
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	286	65.4	19.9	12.2	1.7	0.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	113	58.4	18.6	15.9	6.2	0.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	19	57.9	21.1	21.1	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	638	63.6	21.8	10.7	2.2	1.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	400	61.3	21.8	14.5	1.5	1.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	128	66.4	16.4	11.7	2.3	3.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	357	65.8	22.4	8.7	2.2	0.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	346	63.0	22.8	11.6	2.6	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	148	62.2	25.7	8.8	2.7	0.7
コロナ以降運動頻度【高】の人×運動実施理由	ダイエット	457	65.4	24.5	7.2	2.2	0.7
	運動不足は健康に悪い	832	64.9	21.9	9.9	2.2	1.2
	ストレス発散	528	65.9	22.2	8.0	2.8	1.1
	スポーツ好き	324	62.0	24.1	9.3	3.1	1.5
	普段の習慣	651	63.6	22.7	10.0	2.5	1.2
	友人や知人に誘われた	92	58.7	31.5	5.4	3.3	1.1
	感染者減等感染リスクの低下	155	65.2	26.5	5.2	1.3	1.9
	余暇時間が増えた	217	68.2	23.0	6.9	1.4	0.5

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［解除後］（５）

Q4-3.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q4-1の「解除後」で「実施していた」と回答した方のみ

5.公園やスポーツ施設は人が少ない時間帯に利用する

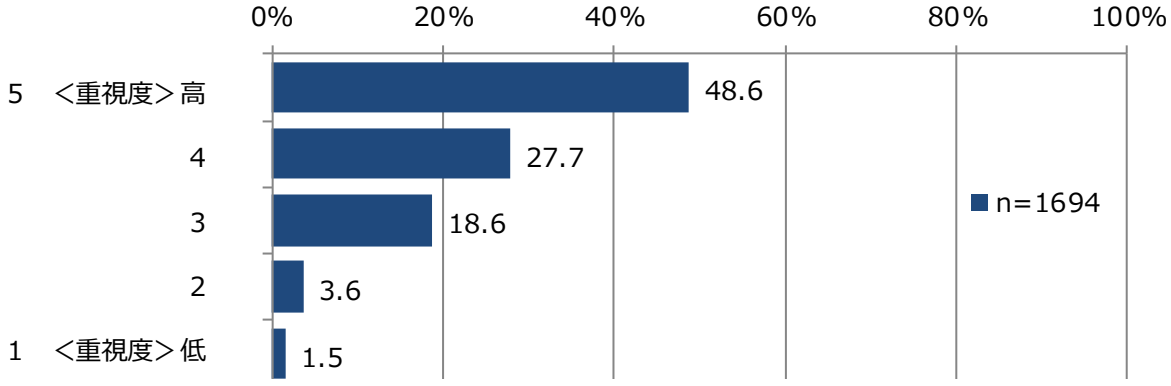
・全体で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の48.6%で、次いで『４＜重視度＞』の27.7%、『３＜重視度＞』の18.6%となっている。

・男性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の41.2%で、次いで『４＜重視度＞』の30.0%、『３＜重視度＞』の21.8%となっている。

・女性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の56.4%で、次いで『４＜重視度＞』の25.4%、『３＜重視度＞』の15.2%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『５＜重視度＞高』が47.7%で、次いで『30代』の『５＜重視度＞高』が44.9%、『10代以下』の『５＜重視度＞高』が41.5%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『５＜重視度＞高』が59.3%で、次いで『60代』の『５＜重視度＞高』が58.9%、『40代』の『５＜重視度＞高』が58.8%となっている。



Q4-3.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q4-1の「解除後」で「実施していた」と回答した方のみ

5.公園やスポーツ施設は人が少ない時間帯に利用する

（%）

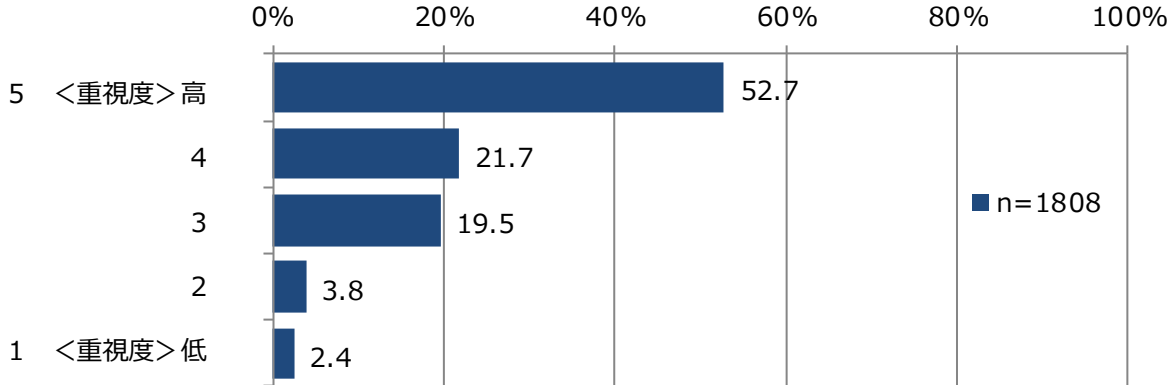
		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		1694	48.6	27.7	18.6	3.6	1.5
性別	男性	871	41.2	30.0	21.8	5.2	1.8
	女性	823	56.4	25.4	15.2	1.9	1.1
性年代	男性10代以下	65	41.5	26.2	21.5	9.2	1.5
	男性20代	121	38.0	26.4	22.3	9.9	3.3
	男性30代	127	44.9	27.6	21.3	5.5	0.8
	男性40代	165	38.2	36.4	20.6	3.0	1.8
	男性50代	137	40.1	30.7	24.8	2.2	2.2
	男性60代	107	47.7	25.2	23.4	3.7	-
	男性70代以上	149	40.3	32.2	19.5	5.4	2.7
	女性10代以下	56	48.2	28.6	19.6	1.8	1.8
	女性20代	108	59.3	21.3	16.7	0.9	1.9
	女性30代	146	57.5	23.3	18.5	0.7	-
	女性40代	170	58.8	22.9	13.5	3.5	1.2
	女性50代	95	57.9	28.4	11.6	2.1	-
	女性60代	112	58.9	25.0	14.3	0.9	0.9
	女性70代以上	136	50.0	30.9	14.0	2.9	2.2
小中高	小学生	151	45.7	29.8	19.2	4.6	0.7
	中学生	66	39.4	40.9	15.2	1.5	3.0
	高校生	110	45.5	27.3	20.0	5.5	1.8
障害者	障害者	171	59.6	18.7	17.5	0.6	3.5
エリア	北海道	54	44.4	29.6	20.4	3.7	1.9
	東北	77	44.2	37.7	15.6	2.6	-
	関東	763	52.2	26.7	16.1	3.3	1.7
	甲信越・北陸	50	42.0	28.0	18.0	6.0	6.0
	中部	199	45.7	28.1	23.1	2.5	0.5
	近畿	325	44.9	26.8	22.2	5.2	0.9
	中国	88	42.0	28.4	26.1	1.1	2.3
	四国	39	53.8	30.8	12.8	2.6	-
	九州	92	51.1	27.2	14.1	5.4	2.2
	沖縄	7	57.1	28.6	14.3	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	21	57.1	23.8	14.3	4.8	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	616	51.0	28.2	15.4	3.4	1.9
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	214	43.9	29.9	20.6	4.2	1.4
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	77	46.8	29.9	19.5	2.6	1.3
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	314	43.9	29.6	21.3	4.1	1.0
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	80	48.8	28.8	12.5	7.5	2.5
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	52	53.8	25.0	19.2	1.9	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	86	44.2	26.7	24.4	2.3	2.3
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	13	46.2	38.5	7.7	-	7.7
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	193	56.0	24.9	15.0	3.6	0.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	95	44.2	21.1	29.5	3.2	2.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	23	52.2	13.0	26.1	4.3	4.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	502	49.2	28.9	15.5	4.2	2.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	310	42.9	29.4	22.3	4.8	0.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	116	43.1	29.3	21.6	2.6	3.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	138	51.4	29.7	15.2	2.9	0.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	125	48.0	32.0	16.0	2.4	1.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	55	56.4	27.3	12.7	3.6	-
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	196	57.1	24.5	13.3	4.1	1.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	77	49.4	16.9	27.3	5.2	1.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	13	46.2	15.4	38.5	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	412	51.0	28.6	14.3	4.1	1.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	252	39.7	31.3	23.0	5.2	0.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	91	44.0	25.3	24.2	2.2	4.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	225	46.2	30.2	19.1	3.1	1.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	201	48.3	29.4	18.9	2.0	1.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	90	52.2	30.0	12.2	4.4	1.1
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	312	55.1	27.9	12.2	3.8	1.0
	運動不足は健康に悪い	544	52.8	28.1	14.2	3.7	1.3
	ストレス発散	346	52.9	28.6	13.9	3.5	1.2
	スポーツ好き	243	52.7	30.5	9.9	4.9	2.1
	普段の習慣	434	52.1	29.7	14.3	3.0	0.9
	友人や知人に誘われた	75	58.7	22.7	14.7	4.0	-
	感染者減等感染リスクの低下	112	55.4	29.5	11.6	2.7	0.9
	余暇時間が増えた	150	58.0	28.0	11.3	2.7	-

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［解除後］（６）

Q4-3.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜解除後＞ ※Q4-1の「解除後」で「実施していた」と回答した方のみ
6.筋力トレーニングやヨガ等自宅で行えることを中心に実施する

・全体で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の52.7%で、次いで『４＜重視度＞』の21.7%、『３＜重視度＞』の19.5%となっている。

・男性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の46.3%で、次いで『４＜重視度＞』の23.7%、『３＜重視度＞』の23.2%となっている。
・女性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の57.7%で、次いで『４＜重視度＞』の20.2%、『３＜重視度＞』の16.6%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『５＜重視度＞高』が53.9%で、次いで『30代』の『５＜重視度＞高』が51.9%、『40代』の『５＜重視度＞高』が46.7%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『５＜重視度＞高』・『40代』の『５＜重視度＞高』が62.2%で、次いで『30代』の『５＜重視度＞高』が58.7%、『20代』の『５＜重視度＞高』が56.8%となっている。



Q4-3.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q4-1の「解除後」で「実施していた」と回答した方のみ

6.筋力トレーニングやヨガ等自宅で行えることを中心に実施する

（%）

		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		1808	52.7	21.7	19.5	3.8	2.4
性別	男性	799	46.3	23.7	23.2	4.3	2.6
	女性	1009	57.7	20.2	16.6	3.4	2.2
性年代	男性10代以下	57	40.4	28.1	21.1	8.8	1.8
	男性20代	144	43.1	22.9	25.7	4.9	3.5
	男性30代	133	51.9	18.8	22.6	3.0	3.8
	男性40代	169	46.7	27.8	18.3	5.3	1.8
	男性50代	108	46.3	21.3	26.9	3.7	1.9
	男性60代	89	53.9	25.8	18.0	-	2.2
	男性70代以上	99	39.4	22.2	30.3	5.1	3.0
	女性10代以下	74	62.2	20.3	13.5	4.1	-
	女性20代	162	56.8	18.5	18.5	4.3	1.9
	女性30代	213	58.7	20.7	16.9	2.3	1.4
	女性40代	193	62.2	16.6	15.0	3.1	3.1
	女性50代	122	55.7	21.3	13.9	5.7	3.3
	女性60代	117	51.3	24.8	18.8	2.6	2.6
	女性70代以上	128	55.5	21.9	18.0	2.3	2.3
小中高	小学生	191	52.9	23.0	16.8	5.2	2.1
	中学生	66	45.5	30.3	19.7	3.0	1.5
	高校生	116	53.4	22.4	17.2	6.0	0.9
障害者	障害者	195	56.9	20.0	16.9	2.6	3.6
エリア	北海道	79	54.4	19.0	17.7	6.3	2.5
	東北	89	59.6	27.0	10.1	1.1	2.2
	関東	786	53.6	20.6	19.7	3.4	2.7
	甲信越・北陸	56	50.0	16.1	26.8	3.6	3.6
	中部	227	53.7	20.3	20.3	3.5	2.2
	近畿	351	46.4	26.2	21.1	4.3	2.0
	中国	82	52.4	26.8	17.1	3.7	-
	四国	33	51.5	12.1	27.3	3.0	6.1
	九州	96	59.4	16.7	15.6	6.3	2.1
	沖縄	9	55.6	33.3	11.1	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	31	77.4	19.4	3.2	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	666	58.3	20.7	16.1	3.0	2.0
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	207	49.8	22.7	18.8	3.9	4.8
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	108	47.2	29.6	20.4	1.9	0.9
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	304	48.0	25.0	21.1	4.9	1.0
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	72	37.5	23.6	31.9	5.6	1.4
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	65	58.5	20.0	21.5	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	88	48.9	21.6	21.6	4.5	3.4
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	10	60.0	20.0	10.0	-	10.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	217	62.2	18.9	13.4	3.7	1.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	101	49.5	20.8	27.7	1.0	1.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	25	56.0	20.0	12.0	8.0	4.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	553	55.2	23.5	16.5	2.2	2.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	314	44.6	25.5	23.2	5.1	1.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	102	48.0	18.6	22.5	4.9	5.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	156	54.5	22.4	19.2	3.2	0.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	137	52.6	21.9	18.2	4.4	2.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	54	48.1	25.9	18.5	7.4	-
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	231	63.2	17.7	13.4	3.9	1.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	89	50.6	21.3	25.8	2.2	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	19	57.9	10.5	21.1	5.3	5.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	455	56.0	22.4	16.7	1.8	3.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	251	41.0	26.3	25.1	6.0	1.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	79	49.4	16.5	21.5	5.1	7.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	240	51.7	26.3	17.9	3.3	0.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	212	53.8	21.7	18.9	2.8	2.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	83	47.0	27.7	18.1	7.2	-
コロナ以降運動頻度【高】の運動実施理由	ダイエット	388	61.6	21.4	12.9	2.8	1.3
	運動不足は健康に悪い	636	58.5	22.0	14.9	3.0	1.6
	ストレス発散	387	60.5	22.2	12.7	2.8	1.8
	スポーツ好き	226	58.4	26.1	9.7	2.2	3.5
	普段の習慣	487	62.0	20.5	13.1	2.5	1.8
	友人や知人に誘われた	68	55.9	26.5	11.8	4.4	1.5
	感染者減等感染リスクの低下	100	59.0	29.0	8.0	3.0	1.0
	余暇時間が増えた	171	63.7	21.1	13.5	1.2	0.6

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［解除後］（７）

Q4-3.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q4-1の「解除後」で「実施していた」と回答した方のみ

7.その他

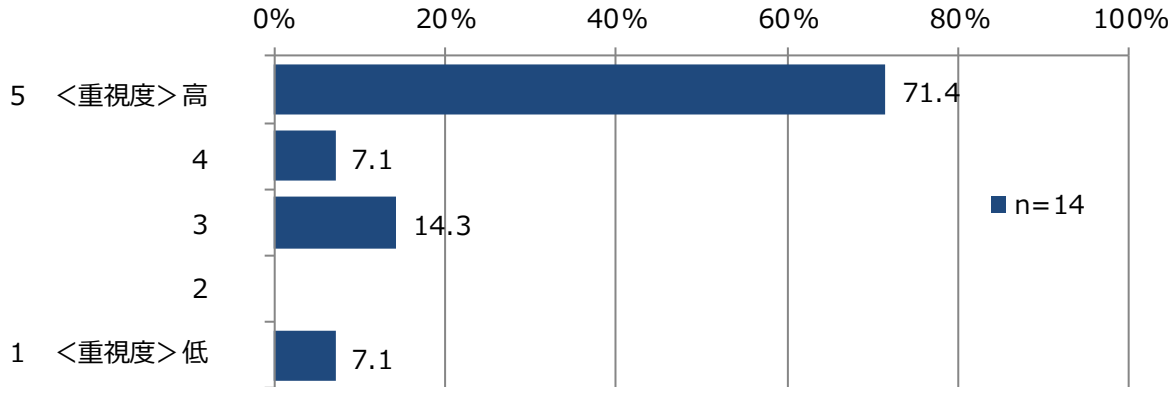
・全体で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の71.4%で、次いで『３＜重視度＞』の14.3%、『４＜重視度＞』・『１＜重視度＞低』の7.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の70.0%で、次いで『３＜重視度＞』の20.0%、『４＜重視度＞』の10.0%となっている。

・女性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の75.0%で、次いで『１＜重視度＞低』の25.0%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『５＜重視度＞高』が100.0%で、次いで『70代以上』の『５＜重視度＞高』が83.3%、『40代』の『３＜重視度＞』が66.7%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『60代』の『５＜重視度＞高』が100.0%で、次いで『70代以上』の『５＜重視度＞高』・『１＜重視度＞低』が50.0%となっている。



Q4-3.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q4-1の「解除後」で「実施していた」と回答した方のみ

7.その他

（%）

		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		14	71.4	7.1	14.3	-	7.1
性別	男性	10	70.0	10.0	20.0	-	-
	女性	4	75.0	-	-	-	25.0
性年代	男性10代以下	-	-	-	-	-	-
	男性20代	-	-	-	-	-	-
	男性30代	-	-	-	-	-	-
	男性40代	3	33.3	-	66.7	-	-
	男性50代	-	-	-	-	-	-
	男性60代	1	100.0	-	-	-	-
	男性70代以上	6	83.3	16.7	-	-	-
	女性10代以下	-	-	-	-	-	-
	女性20代	-	-	-	-	-	-
	女性30代	-	-	-	-	-	-
	女性40代	-	-	-	-	-	-
	女性50代	-	-	-	-	-	-
	女性60代	2	100.0	-	-	-	-
	女性70代以上	2	50.0	-	-	-	50.0
小中高	小学生	1	-	-	100.0	-	-
	中学生	-	-	-	-	-	-
	高校生	-	-	-	-	-	-
障害者	障害者	1	-	100.0	-	-	-
エリア	北海道	1	100.0	-	-	-	-
	東北	-	-	-	-	-	-
	関東	6	66.7	-	16.7	-	16.7
	甲信越・北陸	2	50.0	-	50.0	-	-
	中部	2	100.0	-	-	-	-
	近畿	2	50.0	50.0	-	-	-
	中国	-	-	-	-	-	-
	四国	-	-	-	-	-	-
	九州	1	100.0	-	-	-	-
	沖縄	-	-	-	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	-	-	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	7	57.1	14.3	14.3	-	14.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	-	-	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	2	100.0	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	3	66.7	-	33.3	-	-
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	1	100.0	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	-	-	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	-	-	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	-	-	-	-	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	-	-	-	-	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	8	75.0	12.5	12.5	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1	100.0	-	-	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	1	-	-	-	-	100.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	2	50.0	-	50.0	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	1	100.0	-	-	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	-	-	-	-	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	5	80.0	-	20.0	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	1	100.0	-	-	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	4	50.0	25.0	-	-	25.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	2	50.0	-	50.0	-	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	1	100.0	-	-	-	-
コロナ以降運動頻度【高】の×運動実施理由	ダイエット	2	100.0	-	-	-	-
	運動不足は健康に悪い	6	66.7	16.7	-	-	16.7
	ストレス発散	2	100.0	-	-	-	-
	スポーツ好き	2	50.0	50.0	-	-	-
	普段の習慣	5	80.0	20.0	-	-	-
	友人や知人に誘われた	-	-	-	-	-	-
	感染者減等感染リスクの低下	-	-	-	-	-	-
	余暇時間が増えた	3	100.0	-	-	-	-

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［現在］（１）

Q4-4.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜現在＞ ※Q4-1の「現在」で「実施していた」と回答した方のみ

1.三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする

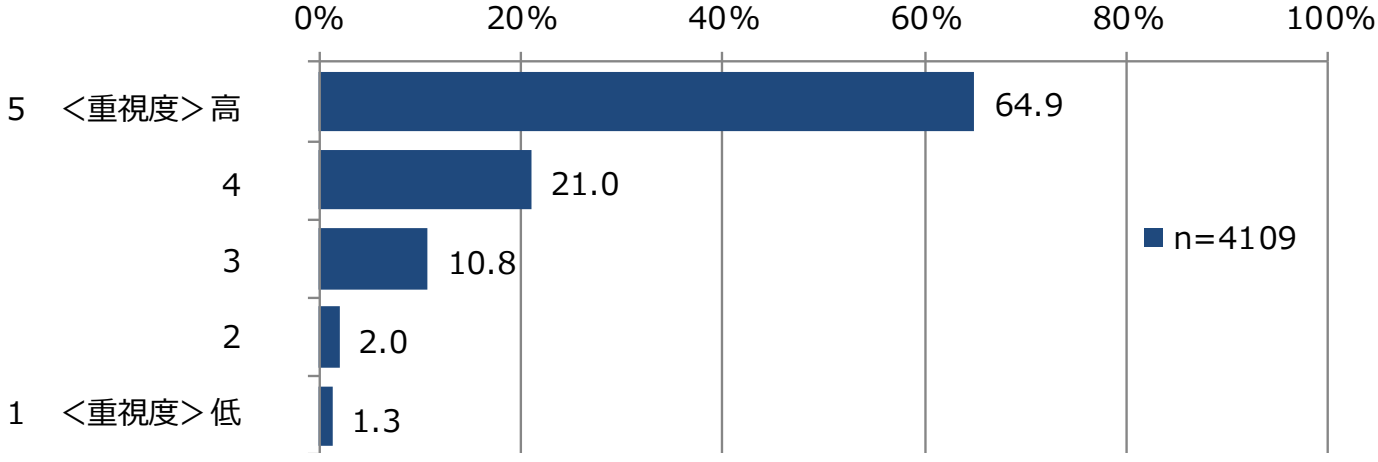
・全体で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の64.9%で、次いで『4＜重視度＞』の21.0%、『3＜重視度＞』の10.8%となっている。

・男性で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の60.0%で、次いで『4＜重視度＞』の23.7%、『3＜重視度＞』の12.4%となっている。

・女性で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の70.4%で、次いで『4＜重視度＞』の18.0%、『3＜重視度＞』の9.0%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『5＜重視度＞高』が64.5%で、次いで『60代』の『5＜重視度＞高』が64.3%、『30代』の『5＜重視度＞高』が61.3%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『5＜重視度＞高』が76.5%で、次いで『30代』の『5＜重視度＞高』が72.6%、『40代』の『5＜重視度＞高』が72.4%となっている。



Q4-4.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜現在＞ ※Q4-1の「現在」で「実施していた」と回答した方のみ

1.三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする

（%）

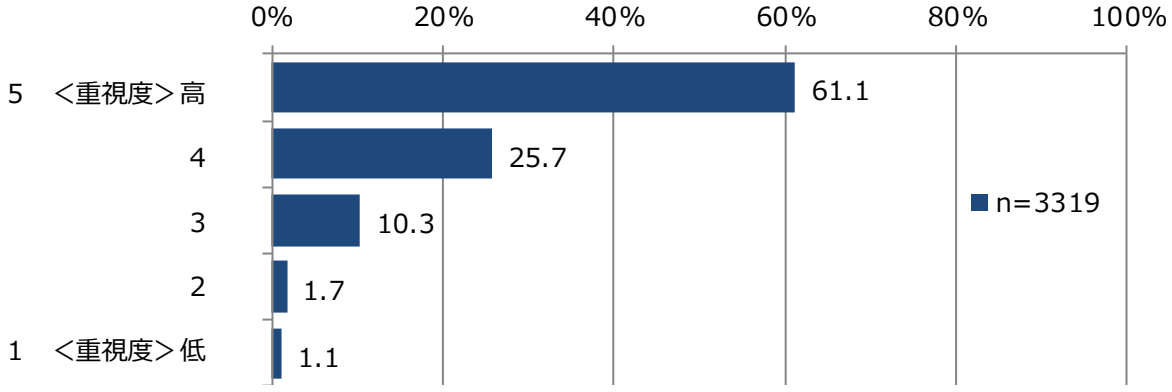
		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		4109	64.9	21.0	10.8	2.0	1.3
性別	男性	2169	60.0	23.7	12.4	2.6	1.3
	女性	1940	70.4	18.0	9.0	1.4	1.3
性年代	男性10代以下	120	52.5	27.5	11.7	5.0	3.3
	男性20代	281	54.4	26.7	12.8	5.0	1.1
	男性30代	328	61.3	20.1	14.9	3.0	0.6
	男性40代	489	59.5	23.9	13.1	2.7	0.8
	男性50代	344	58.7	23.3	14.5	2.0	1.5
	男性60代	280	64.3	23.2	10.4	-	2.1
	男性70代以上	327	64.5	23.9	8.0	2.1	1.5
	女性10代以下	134	54.5	27.6	11.9	3.0	3.0
	女性20代	268	67.9	18.7	9.3	1.9	2.2
	女性30代	343	72.6	17.5	7.0	2.0	0.9
	女性40代	355	72.4	18.3	7.9	0.8	0.6
	女性50代	260	76.5	12.3	9.6	0.8	0.8
	女性60代	258	69.4	18.2	10.9	0.4	1.2
	女性70代以上	322	70.2	18.0	8.7	1.6	1.6
小中高	小学生	463	63.7	22.0	9.9	3.7	0.6
	中学生	186	55.9	23.7	15.6	1.6	3.2
	高校生	232	53.0	27.2	12.9	3.9	3.0
障害者	障害者	417	65.7	18.2	11.8	2.4	1.9
エリア	北海道	146	58.2	24.7	13.0	0.7	3.4
	東北	187	63.1	24.1	9.1	2.1	1.6
	関東	1760	68.7	18.9	8.9	2.2	1.4
	甲信越・北陸	125	63.2	23.2	12.0	1.6	-
	中部	524	60.7	22.7	13.4	1.7	1.5
	近畿	849	62.9	22.5	11.0	2.7	0.9
	中国	172	59.9	23.3	13.4	2.3	1.2
	四国	90	64.4	21.1	13.3	-	1.1
	九州	232	65.5	19.4	13.4	0.9	0.9
	沖縄	24	41.7	25.0	25.0	4.2	4.2
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	45	75.6	17.8	2.2	4.4	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1487	64.8	20.7	10.4	2.2	2.0
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	463	65.4	23.3	8.4	1.3	1.5
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	195	64.1	25.6	6.7	3.1	0.5
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	795	63.9	21.8	11.9	1.5	0.9
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	190	66.8	21.6	10.0	1.1	0.5
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	117	60.7	23.9	12.8	1.7	0.9
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	252	63.5	18.7	13.9	2.8	1.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	30	53.3	33.3	10.0	3.3	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	442	66.5	18.3	10.0	3.2	2.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	229	57.2	20.1	17.5	3.9	1.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	52	65.4	15.4	11.5	7.7	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1274	64.1	21.7	11.1	1.5	1.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	842	62.0	23.6	12.1	1.3	1.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	301	64.8	20.3	11.3	1.7	2.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	330	68.5	21.5	5.8	3.3	0.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	323	71.5	20.1	6.5	1.2	0.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	161	64.0	23.6	9.9	1.9	0.6
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	425	68.0	18.6	8.2	3.1	2.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	176	60.8	16.5	18.8	4.0	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	27	48.1	18.5	14.8	18.5	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1107	63.3	21.4	12.0	1.6	1.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	700	58.7	25.3	12.9	1.4	1.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	235	65.1	18.3	12.3	1.7	2.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	514	67.3	22.0	7.0	2.5	1.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	518	70.7	20.1	7.7	1.4	0.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	252	65.9	23.4	9.1	1.2	0.4
コロナ以降運動頻度【高】の×運動実施理由	ダイエット	669	67.3	23.5	6.1	1.6	1.5
	運動不足は健康に悪い	1229	68.3	20.7	8.5	1.3	1.2
	ストレス発散	762	68.2	21.4	7.1	1.7	1.6
	スポーツ好き	464	67.5	22.6	6.7	1.3	1.9
	普段の習慣	967	67.2	20.4	9.2	1.7	1.6
	友人や知人に誘われた	119	63.9	21.0	9.2	3.4	2.5
	感染者減等感染リスクの低下	194	67.5	22.7	6.2	1.5	2.1
	余暇時間が増えた	302	68.9	21.5	6.3	1.3	2.0

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［現在］（２）

Q4-4.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜現在＞ ※Q4-1の「現在」で「実施していた」と回答した方のみ
2.人と人の間隔を意識して実施する

・全体で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の61.1%で、次いで『4＜重視度＞』の25.7%、『3＜重視度＞』の10.3%となっている。

・男性で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の55.0%で、次いで『4＜重視度＞』の29.3%、『3＜重視度＞』の12.4%となっている。
・女性で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の67.7%で、次いで『4＜重視度＞』の21.9%、『3＜重視度＞』の8.1%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『5＜重視度＞高』が58.3%で、次いで『30代』の『5＜重視度＞高』が58.2%、『50代』の『5＜重視度＞高』が55.1%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『5＜重視度＞高』が72.1%で、次いで『40代』の『5＜重視度＞高』が70.9%、『30代』の『5＜重視度＞高』が68.7%となっている。



Q4-4.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜現在＞ ※Q4-1の「現在」で「実施していた」と回答した方のみ

2.人と人の間隔を意識して実施する

（%）

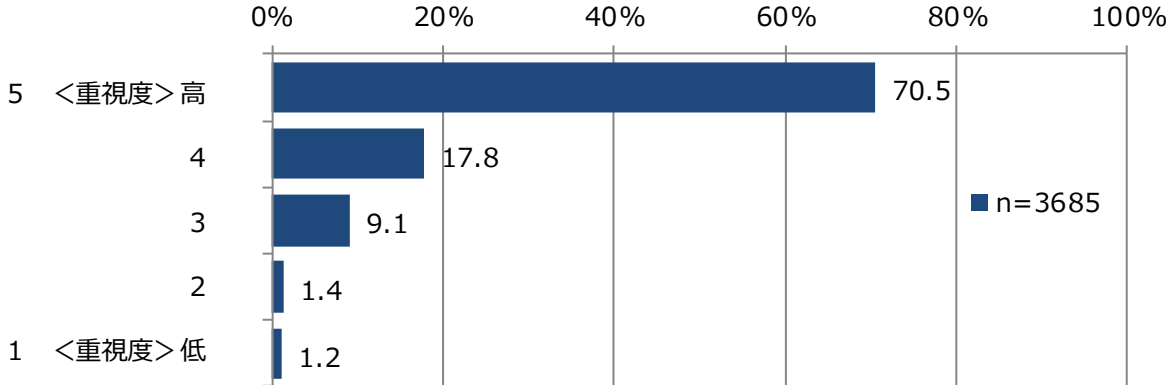
		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		3319	61.1	25.7	10.3	1.7	1.1
性別	男性	1718	55.0	29.3	12.4	2.2	1.1
	女性	1601	67.7	21.9	8.1	1.2	1.1
性年代	男性10代以下	98	53.1	25.5	13.3	7.1	1.0
	男性20代	211	51.7	32.2	10.9	3.8	1.4
	男性30代	237	58.2	27.0	13.5	1.3	-
	男性40代	383	53.3	31.6	13.1	1.6	0.5
	男性50代	274	55.1	26.6	15.3	2.2	0.7
	男性60代	225	54.2	31.6	10.7	1.3	2.2
	男性70代以上	290	58.3	27.9	10.0	1.7	2.1
	女性10代以下	100	51.0	29.0	10.0	8.0	2.0
	女性20代	197	66.0	19.8	12.2	1.0	1.0
	女性30代	278	68.7	23.0	6.5	1.1	0.7
	女性40代	296	70.9	20.9	6.4	1.0	0.7
	女性50代	226	72.1	18.6	8.0	-	1.3
	女性60代	224	68.3	21.0	9.4	-	1.3
	女性70代以上	280	66.4	23.9	7.1	1.1	1.4
小中高	小学生	369	59.9	26.3	11.9	1.6	0.3
	中学生	140	54.3	32.9	10.7	0.7	1.4
	高校生	178	51.7	27.0	12.4	7.9	1.1
障害者	障害者	326	65.3	20.6	12.3	0.3	1.5
エリア	北海道	114	51.8	29.8	13.2	2.6	2.6
	東北	142	59.9	27.5	10.6	0.7	1.4
	関東	1469	63.6	25.3	8.6	1.2	1.3
	甲信越・北陸	109	56.9	25.7	13.8	3.7	-
	中部	418	58.4	24.6	13.9	2.2	1.0
	近畿	656	60.5	26.5	9.8	2.4	0.8
	中国	139	61.2	23.7	13.7	1.4	-
	四国	75	52.0	28.0	14.7	1.3	4.0
	九州	183	62.3	26.2	9.3	1.6	0.5
	沖縄	14	64.3	14.3	21.4	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	40	72.5	17.5	5.0	5.0	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1208	62.4	25.1	9.5	1.7	1.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	372	59.7	29.3	8.3	1.3	1.3
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	162	65.4	26.5	4.9	1.9	1.2
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	647	60.0	25.5	11.7	2.0	0.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	172	58.7	28.5	10.5	1.7	0.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	85	61.2	25.9	10.6	2.4	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	187	55.6	28.9	12.8	1.6	1.1
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	24	50.0	25.0	20.8	-	4.2
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	341	63.0	24.0	10.6	1.5	0.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	181	54.1	26.0	14.4	3.9	1.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	44	61.4	22.7	13.6	2.3	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1050	61.8	25.9	9.3	1.5	1.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	662	60.7	27.2	9.5	1.7	0.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	232	59.1	25.0	13.4	1.3	1.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	280	67.1	22.9	7.5	2.1	0.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	283	59.4	27.2	11.3	1.4	0.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	123	53.7	32.5	10.6	0.8	2.4
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	335	65.1	23.6	9.0	1.8	0.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	136	58.1	25.0	14.0	2.2	0.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	23	47.8	26.1	26.1	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	895	60.2	26.6	10.1	1.5	1.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	543	58.6	26.7	11.0	2.6	1.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	184	60.3	22.3	14.1	1.6	1.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	441	66.9	22.9	7.9	1.8	0.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	447	60.6	28.0	9.4	1.1	0.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	192	56.3	31.8	9.4	1.0	1.6
コロナ以降運動頻度【高】の運動実施理由	ダイエット	527	66.0	25.4	6.1	1.7	0.8
	運動不足は健康に悪い	1003	65.4	25.0	7.3	1.4	0.9
	ストレス発散	626	65.5	24.8	6.9	1.4	1.4
	スポーツ好き	383	62.4	27.4	7.0	1.6	1.6
	普段の習慣	779	64.1	26.1	7.3	1.7	0.9
	友人や知人に誘われた	109	61.5	27.5	6.4	3.7	0.9
	感染者減等感染リスクの低下	169	67.5	26.0	5.3	0.6	0.6
	余暇時間が増えた	246	69.1	24.4	5.7	0.4	0.4

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［現在］（３）

Q4-4.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜現在＞ ※Q4-1の「現在」で「実施していた」と回答した方のみ
3.マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する

・全体で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の70.5%で、次いで『4＜重視度＞』の17.8%、『3＜重視度＞』の9.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の63.3%で、次いで『4＜重視度＞』の21.3%、『3＜重視度＞』の12.1%となっている
・女性で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の77.8%で、次いで『4＜重視度＞』の14.3%、『3＜重視度＞』の6.2%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『5＜重視度＞高』が69.8%で、次いで『60代』の『5＜重視度＞高』が66.1%、『50代』の『5＜重視度＞高』が64.0%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『5＜重視度＞高』が81.8%で、次いで『30代』の『5＜重視度＞高』が80.4%、『40代』の『5＜重視度＞高』が78.7%となっている。



Q4-4.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜現在＞ ※Q4-1の「現在」で「実施していた」と回答した方のみ

3.マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する

（%）

		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		3685	70.5	17.8	9.1	1.4	1.2
性別	男性	1858	63.3	21.3	12.1	1.9	1.3
	女性	1827	77.8	14.3	6.2	0.8	1.0
性年代	男性10代以下	119	59.7	21.8	14.3	3.4	0.8
	男性20代	235	57.4	24.3	13.6	3.0	1.7
	男性30代	261	60.5	22.2	14.2	2.3	0.8
	男性40代	417	62.8	22.3	11.8	2.2	1.0
	男性50代	292	64.0	18.8	14.7	1.0	1.4
	男性60代	233	66.1	21.9	9.0	1.3	1.7
	男性70代以上	301	69.8	18.6	8.3	1.3	2.0
	女性10代以下	120	71.7	17.5	5.8	4.2	0.8
	女性20代	246	77.2	14.2	7.7	-	0.8
	女性30代	316	80.4	13.6	4.7	0.6	0.6
	女性40代	338	78.7	14.5	5.6	0.6	0.6
	女性50代	247	81.8	10.9	6.1	0.4	0.8
	女性60代	239	76.2	14.2	7.5	0.4	1.7
	女性70代以上	321	75.1	16.2	6.2	0.9	1.6
小中高	小学生	387	69.8	16.5	10.6	2.1	1.0
	中学生	158	65.2	23.4	10.1	-	1.3
	高校生	214	65.9	17.8	11.2	4.2	0.9
障害者	障害者	361	75.3	14.1	9.1	-	1.4
エリア	北海道	134	67.9	20.1	10.4	-	1.5
	東北	149	72.5	16.8	9.4	0.7	0.7
	関東	1581	72.5	18.4	6.6	1.1	1.4
	甲信越・北陸	119	69.7	12.6	13.4	3.4	0.8
	中部	461	68.3	16.5	12.8	1.7	0.7
	近畿	775	70.1	18.5	8.6	1.7	1.2
	中国	157	63.1	22.9	14.0	-	-
	四国	81	59.3	23.5	12.3	1.2	3.7
	九州	212	71.2	11.8	14.2	1.9	0.9
	沖縄	16	87.5	-	-	12.5	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	42	83.3	9.5	2.4	4.8	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1312	71.1	17.2	8.8	1.5	1.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	428	71.5	17.8	7.2	2.1	1.4
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	176	68.8	23.3	6.3	0.6	1.1
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	704	68.3	20.0	10.1	1.0	0.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	181	70.2	18.2	8.8	0.6	2.2
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	100	69.0	21.0	7.0	1.0	2.0
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	226	68.1	18.6	10.2	1.8	1.3
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	27	70.4	11.1	14.8	-	3.7
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	384	71.9	16.4	8.9	1.8	1.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	194	67.0	18.0	9.8	3.1	2.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	48	75.0	10.4	12.5	2.1	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1132	70.0	18.5	9.2	1.2	1.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	752	68.0	20.1	9.8	1.1	1.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	267	68.9	16.5	11.6	1.1	1.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	310	76.1	17.4	4.5	1.0	1.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	301	74.4	15.3	9.0	1.0	0.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	149	67.1	19.5	7.4	2.7	3.4
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	368	72.0	16.3	9.5	1.4	0.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	158	66.5	16.5	12.7	2.5	1.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	29	51.7	24.1	17.2	6.9	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	983	68.4	19.3	9.5	1.4	1.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	604	68.7	19.4	9.8	1.0	1.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	207	72.9	12.1	11.6	1.0	2.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	475	77.3	16.0	5.1	1.1	0.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	485	71.1	18.4	8.5	1.4	0.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	228	67.5	20.2	8.3	1.8	2.2
コロナ以降運動頻度【高】の人×運動実施理由	ダイエット	579	73.2	18.8	6.2	1.2	0.5
	運動不足は健康に悪い	1081	73.4	17.6	6.8	1.5	0.7
	ストレス発散	661	72.9	17.4	6.7	1.8	1.2
	スポーツ好き	407	71.5	17.9	6.9	2.5	1.2
	普段の習慣	856	73.4	16.9	7.0	1.8	0.9
	友人や知人に誘われた	113	64.6	23.9	6.2	3.5	1.8
	感染者減等感染リスクの低下	182	75.3	17.6	5.5	1.1	0.5
	余暇時間が増えた	265	75.1	18.1	6.0	0.4	0.4

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［現在］（４）

Q4-4.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜現在＞ ※Q4-1の「現在」で「実施していた」と回答した方のみ

4.少しでも体調に不調を感じたら実施は控える

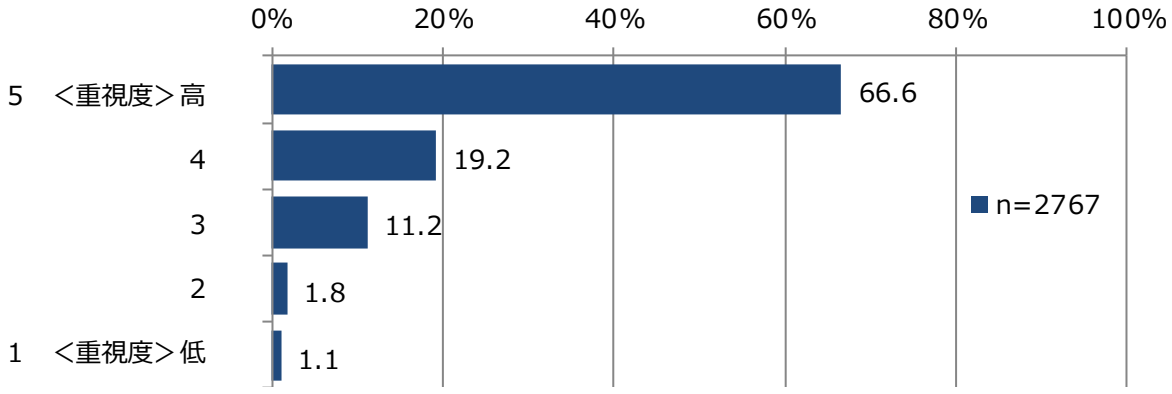
・全体で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の66.6%で、次いで『４＜重視度＞』の19.2%、『３＜重視度＞』の11.2%となっている。

・男性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の59.6%で、次いで『４＜重視度＞』の22.6%、『３＜重視度＞』の14.5%となっている。

・女性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の73.1%で、次いで『４＜重視度＞』の16.1%、『３＜重視度＞』の8.2%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『５＜重視度＞高』が63.2%で、次いで『40代』の『５＜重視度＞高』が62.7%、『10代以下』の『５＜重視度＞高』が62.1%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『５＜重視度＞高』が78.6%で、次いで『30代』の『５＜重視度＞高』が75.6%、『70代以上』の『５＜重視度＞高』が73.5%となっている。



Q4-4.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜現在＞ ※Q4-1の「現在」で「実施していた」と回答した方のみ

4.少しでも体調に不調を感じたら実施は控える

（%）

		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		2767	66.6	19.2	11.2	1.8	1.1
性別	男性	1328	59.6	22.6	14.5	2.5	0.8
	女性	1439	73.1	16.1	8.2	1.2	1.4
性年代	男性10代以下	87	62.1	24.1	8.0	4.6	1.1
	男性20代	180	55.6	26.1	15.6	2.2	0.6
	男性30代	197	59.4	20.3	16.2	3.6	0.5
	男性40代	263	62.7	20.5	14.1	2.3	0.4
	男性50代	210	54.8	21.9	21.0	1.9	0.5
	男性60代	168	59.5	22.6	13.7	3.0	1.2
	男性70代以上	223	63.2	24.2	9.9	1.3	1.3
	女性10代以下	86	59.3	24.4	12.8	2.3	1.2
	女性20代	180	73.3	13.3	10.6	2.2	0.6
	女性30代	250	75.6	15.2	7.2	1.6	0.4
	女性40代	261	70.1	21.1	6.9	0.8	1.1
	女性50代	206	78.6	12.6	7.3	0.5	1.0
	女性60代	184	73.4	16.3	7.1	1.1	2.2
	女性70代以上	272	73.5	14.0	8.8	0.7	2.9
小中高	小学生	276	65.9	20.7	10.1	3.3	-
	中学生	99	56.6	28.3	11.1	4.0	-
	高校生	157	63.7	22.3	8.9	3.8	1.3
障害者	障害者	302	68.5	15.6	13.6	0.7	1.7
エリア	北海道	108	66.7	17.6	13.0	0.9	1.9
	東北	123	64.2	26.0	7.3	0.8	1.6
	関東	1221	68.2	17.7	11.1	1.7	1.3
	甲信越・北陸	87	58.6	19.5	16.1	5.7	-
	中部	343	66.5	20.4	11.4	0.9	0.9
	近畿	541	67.3	18.5	10.5	2.6	1.1
	中国	125	56.0	28.8	13.6	1.6	-
	四国	58	69.0	19.0	10.3	-	1.7
	九州	149	65.1	19.5	13.4	2.0	-
	沖縄	12	83.3	16.7	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	38	73.7	15.8	7.9	2.6	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	981	67.8	18.9	10.2	1.9	1.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	345	61.7	24.3	10.7	1.7	1.4
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	142	69.0	19.0	9.9	1.4	0.7
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	526	65.8	19.2	12.2	1.9	1.0
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	137	63.5	24.1	9.5	2.2	0.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	84	64.3	15.5	15.5	4.8	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	146	70.5	17.8	10.3	-	1.4
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	19	68.4	26.3	5.3	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	310	68.7	18.7	9.7	2.3	0.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	158	60.1	19.0	17.1	3.8	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	31	67.7	12.9	16.1	-	3.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	847	66.1	18.8	11.6	1.9	1.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	559	64.4	21.3	12.3	0.9	1.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	185	67.0	21.1	8.1	2.2	1.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	241	71.0	19.1	7.5	2.1	0.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	237	67.9	20.3	8.4	2.5	0.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	103	66.0	21.4	11.7	-	1.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	303	70.6	18.2	8.6	2.0	0.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	127	61.4	18.1	15.0	3.9	1.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	19	47.4	26.3	21.1	-	5.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	702	66.2	18.7	11.3	2.0	1.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	439	63.6	20.5	13.7	1.1	1.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	139	70.5	15.1	9.4	2.9	2.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	393	67.4	19.6	10.4	2.0	0.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	388	66.8	21.6	9.5	1.8	0.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	161	65.8	24.2	9.3	-	0.6
コロナ以降運動頻度【高】の×運動実施理由	ダイエット	460	68.5	21.5	7.4	2.0	0.7
	運動不足は健康に悪い	844	68.0	19.4	9.8	1.8	0.9
	ストレス発散	530	69.2	19.6	8.1	2.1	0.9
	スポーツ好き	331	65.0	20.5	10.6	2.7	1.2
	普段の習慣	662	67.1	19.5	10.6	2.1	0.8
	友人や知人に誘われた	89	62.9	28.1	5.6	2.2	1.1
	感染者減等感染リスクの低下	154	70.8	19.5	6.5	1.3	1.9
	余暇時間が増えた	218	72.0	18.8	7.3	1.4	0.5

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［現在］（５）

Q4-4.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜現在＞ ※Q4-1の「現在」で「実施していた」と回答した方のみ

5.公園やスポーツ施設は人が少ない時間帯に利用する

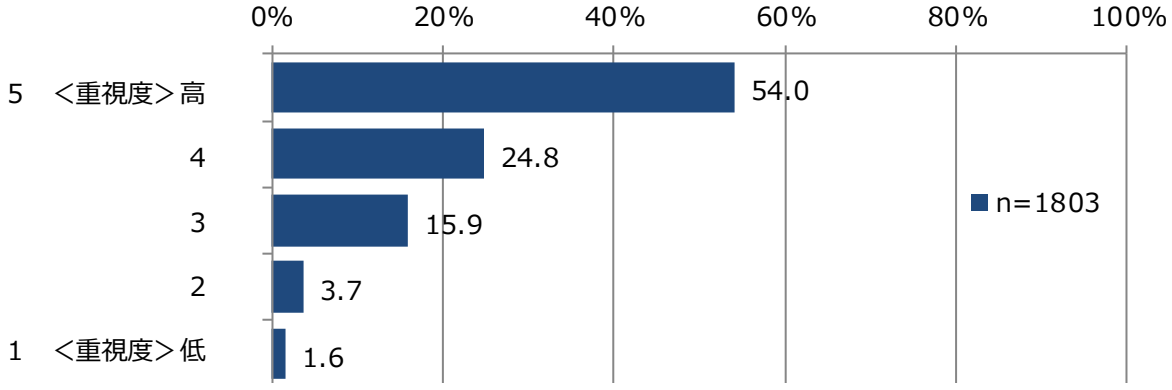
・全体で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の54.0%で、次いで『４＜重視度＞』の24.8%、『３＜重視度＞』の15.9%となっている。

・男性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の47.2%で、次いで『４＜重視度＞』の27.8%、『３＜重視度＞』の18.3%となっている。

・女性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の60.9%で、次いで『４＜重視度＞』の21.8%、『３＜重視度＞』の13.5%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『５＜重視度＞高』が50.8%で、次いで『60代』の『５＜重視度＞高』が50.0%、『70代以上』の『５＜重視度＞高』が47.5%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『５＜重視度＞高』が63.6%で、次いで『60代』の『５＜重視度＞高』が63.4%、『30代』の『５＜重視度＞高』が61.9%となっている。



Q4-4.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜現在＞ ※Q4-1の「現在」で「実施していた」と回答した方のみ

5.公園やスポーツ施設は人が少ない時間帯に利用する

（%）

		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		1803	54.0	24.8	15.9	3.7	1.6
性別	男性	915	47.2	27.8	18.3	5.1	1.6
	女性	888	60.9	21.8	13.5	2.3	1.5
性年代	男性10代以下	61	50.8	24.6	13.1	11.5	-
	男性20代	128	46.9	28.9	14.1	7.0	3.1
	男性30代	135	45.2	26.7	22.2	5.2	0.7
	男性40代	172	45.9	28.5	21.5	2.9	1.2
	男性50代	139	46.8	25.9	19.4	5.8	2.2
	男性60代	118	50.0	26.3	17.8	4.2	1.7
	男性70代以上	162	47.5	30.9	16.0	3.7	1.9
	女性10代以下	59	55.9	22.0	15.3	5.1	1.7
	女性20代	117	61.5	20.5	11.1	5.1	1.7
	女性30代	160	61.9	20.6	15.0	1.9	0.6
	女性40代	173	61.3	20.8	12.7	2.3	2.9
	女性50代	110	63.6	18.2	16.4	0.9	0.9
	女性60代	112	63.4	23.2	12.5	-	0.9
	女性70代以上	157	57.3	26.8	12.7	1.9	1.3
小中高	小学生	172	52.3	24.4	17.4	5.2	0.6
	中学生	72	52.8	27.8	11.1	2.8	5.6
	高校生	110	55.5	21.8	13.6	8.2	0.9
障害者	障害者	187	64.2	17.1	12.3	2.1	4.3
エリア	北海道	53	45.3	20.8	24.5	5.7	3.8
	東北	76	46.1	34.2	17.1	2.6	-
	関東	806	58.4	22.0	14.6	3.5	1.5
	甲信越・北陸	51	45.1	33.3	17.6	3.9	-
	中部	214	51.4	27.6	17.8	1.9	1.4
	近畿	361	50.4	26.9	15.5	5.5	1.7
	中国	84	48.8	21.4	21.4	6.0	2.4
	四国	40	62.5	27.5	7.5	-	2.5
	九州	107	53.3	25.2	16.8	2.8	1.9
	沖縄	11	45.5	45.5	9.1	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	25	68.0	24.0	8.0	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	642	57.9	22.9	14.0	3.4	1.7
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	230	47.0	30.4	17.8	3.9	0.9
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	84	52.4	27.4	14.3	3.6	2.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	335	49.0	27.2	17.6	5.1	1.2
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	93	54.8	28.0	11.8	2.2	3.2
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	55	49.1	27.3	18.2	3.6	1.8
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	89	47.2	25.8	22.5	2.2	2.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	11	45.5	45.5	9.1	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	215	60.9	22.8	10.7	4.7	0.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	108	43.5	25.0	25.0	6.5	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	26	53.8	11.5	19.2	11.5	3.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	543	55.6	23.4	15.5	3.3	2.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	340	47.9	27.9	19.1	4.1	0.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	123	48.8	30.1	15.4	2.4	3.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	153	58.2	24.8	13.1	3.3	0.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	155	53.5	29.7	11.0	3.9	1.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	67	52.2	25.4	19.4	1.5	1.5
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	215	60.9	23.3	10.2	4.7	0.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	88	52.3	20.5	21.6	5.7	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	14	50.0	14.3	28.6	7.1	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	453	55.8	24.9	13.9	3.3	2.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	275	45.8	28.7	20.0	5.1	0.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	95	49.5	24.2	18.9	3.2	4.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	243	56.8	21.0	17.3	3.3	1.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	240	50.4	29.6	14.6	3.3	2.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	107	51.4	29.9	14.0	2.8	1.9
コロナ以降運動頻度【高】の人×運動実施理由	ダイエット	313	63.9	21.7	10.2	2.6	1.6
	運動不足は健康に悪い	553	60.0	23.3	12.8	2.7	1.1
	ストレス発散	351	60.1	23.6	12.3	2.6	1.4
	スポーツ好き	244	59.0	24.6	11.5	4.1	0.8
	普段の習慣	442	58.4	25.3	13.3	2.3	0.7
	友人や知人に誘われた	76	67.1	21.1	9.2	2.6	-
	感染者減等感染リスクの低下	113	60.2	27.4	8.8	1.8	1.8
	余暇時間が増えた	153	64.1	26.1	6.5	2.6	0.7

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［現在］（６）

Q4-4.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜現在＞ ※Q4-1の「現在」で「実施していた」と回答した方のみ

6.筋力トレーニングやヨガ等自宅で行えることを中心に実施する

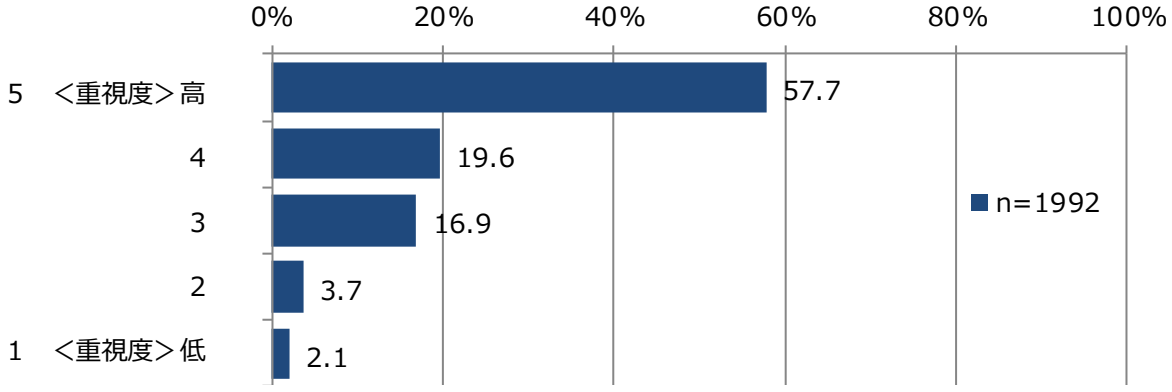
・全体で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の57.7%で、次いで『４＜重視度＞』の19.6%、『３＜重視度＞』の16.9%となっている。

・男性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の52.6%で、次いで『４＜重視度＞』の21.6%、『３＜重視度＞』の19.5%となっている。

・女性で最も大きいのは、『５＜重視度＞高』の61.7%で、次いで『４＜重視度＞』の18.1%、『３＜重視度＞』の14.9%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『５＜重視度＞高』が59.2%で、次いで『30代』の『５＜重視度＞高』が58.5%、『20代』の『５＜重視度＞高』が53.4%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『５＜重視度＞高』が66.7%で、次いで『30代』の『５＜重視度＞高』が62.6%、『50代』の『５＜重視度＞高』が62.2%となっている。



Q4-4.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜現在＞ ※Q4-1の「現在」で「実施していた」と回答した方のみ

6.筋力トレーニングやヨガ等自宅で行えることを中心に実施する

（%）

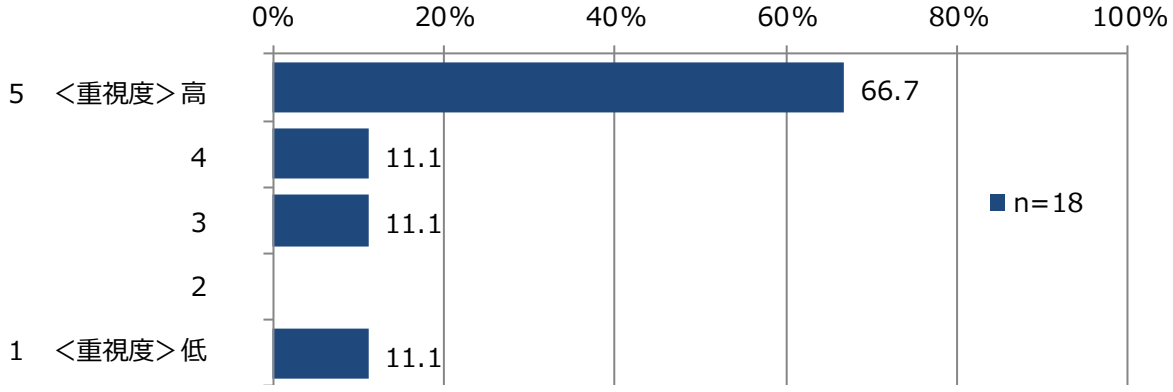
		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		1992	57.7	19.6	16.9	3.7	2.1
性別	男性	867	52.6	21.6	19.5	4.4	2.0
	女性	1125	61.7	18.1	14.9	3.1	2.1
性年代	男性10代以下	62	48.4	19.4	21.0	9.7	1.6
	男性20代	148	53.4	20.3	21.6	3.4	1.4
	男性30代	142	58.5	20.4	16.2	2.8	2.1
	男性40代	187	50.8	25.1	16.0	7.0	1.1
	男性50代	121	47.9	23.1	24.0	3.3	1.7
	男性60代	98	59.2	22.4	15.3	1.0	2.0
	男性70代以上	109	48.6	17.4	24.8	4.6	4.6
	女性10代以下	85	56.5	24.7	11.8	4.7	2.4
	女性20代	180	66.7	14.4	11.7	5.0	2.2
	女性30代	238	62.6	20.6	12.2	3.4	1.3
	女性40代	218	61.0	16.5	16.1	3.2	3.2
	女性50代	135	62.2	17.0	15.6	3.0	2.2
	女性60代	118	57.6	20.3	21.2	0.8	-
	女性70代以上	151	60.9	16.6	17.9	1.3	3.3
小中高	小学生	214	60.3	19.6	14.0	4.2	1.9
	中学生	81	49.4	29.6	16.0	3.7	1.2
	高校生	133	52.6	22.6	15.8	6.8	2.3
障害者	障害者	211	62.6	17.1	15.2	1.9	3.3
エリア	北海道	90	56.7	15.6	20.0	4.4	3.3
	東北	89	61.8	21.3	13.5	1.1	2.2
	関東	853	59.9	17.9	16.6	3.5	2.0
	甲信越・北陸	66	54.5	16.7	19.7	6.1	3.0
	中部	259	59.5	19.3	17.0	2.3	1.9
	近畿	388	52.1	23.7	17.8	4.9	1.5
	中国	88	52.3	23.9	18.2	5.7	-
	四国	41	53.7	17.1	19.5	-	9.8
	九州	107	63.6	18.7	13.1	2.8	1.9
	沖縄	11	45.5	36.4	9.1	9.1	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	34	73.5	17.6	5.9	-	2.9
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	701	60.9	19.0	15.1	3.4	1.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	227	56.8	19.8	16.3	3.1	4.0
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	118	57.6	22.9	16.1	1.7	1.7
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	336	53.6	22.3	18.2	5.4	0.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	92	45.7	22.8	25.0	3.3	3.3
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	74	64.9	17.6	13.5	2.7	1.4
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	92	48.9	26.1	19.6	3.3	2.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	9	55.6	22.2	11.1	-	11.1
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	253	66.4	15.8	12.3	3.2	2.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	118	55.9	22.9	16.9	3.4	0.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	27	59.3	14.8	11.1	14.8	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	619	59.1	20.8	14.7	2.9	2.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	363	50.4	22.9	20.1	5.5	1.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	111	51.4	21.6	22.5	1.8	2.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	178	60.1	17.4	15.7	4.5	2.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	153	58.2	17.6	17.6	3.9	2.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	77	49.4	27.3	16.9	2.6	3.9
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	263	67.3	14.1	12.5	3.8	2.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	100	63.0	19.0	15.0	3.0	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	18	55.6	16.7	22.2	5.6	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	515	57.7	21.2	15.3	2.9	2.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	288	45.5	24.3	22.6	6.3	1.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	85	51.8	22.4	20.0	2.4	3.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	272	61.4	19.9	14.0	3.3	1.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	246	58.5	19.5	16.3	3.7	2.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	112	50.9	24.1	17.9	4.5	2.7
コロナ以降運動頻度【高】の運動実施理由	ダイエット	403	66.5	20.3	9.4	3.0	0.7
	運動不足は健康に悪い	659	63.0	20.0	13.1	3.0	0.9
	ストレス発散	402	64.7	21.4	10.0	2.2	1.7
	スポーツ好き	239	60.3	24.3	9.6	2.9	2.9
	普段の習慣	501	63.9	19.8	12.2	3.0	1.2
	友人や知人に誘われた	69	62.3	24.6	7.2	4.3	1.4
	感染者減等感染リスクの低下	103	64.1	26.2	4.9	1.9	2.9
	余暇時間が増えた	177	69.5	18.6	8.5	2.3	1.1

宣言中～現在の時期で実施した感染予防対策の重視度［現在］（７）

Q4-4.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。
＜現在＞ ※Q4-1の「現在」で「実施していた」と回答した方のみ
7.その他

・全体で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の66.7%で、次いで『4＜重視度＞』・『3＜重視度＞』・『1＜重視度＞低』の11.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の60.0%で、次いで『4＜重視度＞』・『3＜重視度＞』の20.0%となっている。
・女性で最も大きいのは、『5＜重視度＞高』の75.0%で、次いで『1＜重視度＞低』の25.0%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『5＜重視度＞高』が100.0%で、次いで『70代以上』の『5＜重視度＞高』が66.7%、『40代』の『5＜重視度＞高』・『4＜重視度＞』・3＜重視度＞』が33.3%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『5＜重視度＞高』・『50代』の『5＜重視度＞高』・『60代』の『5＜重視度＞高』・『10代以下』の『1＜重視度＞低』が100.0%で、次いで『70代以上』の『5＜重視度＞高』・『1＜重視度＞低』が50.0%となっている。



Q4-4.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた各対策の重視度について、お答えください。

＜現在＞ ※Q4-1の「現在」で「実施していた」と回答した方のみ

7.その他

（%）

		全体	5 ＜重視度＞高	4	3	2	1 ＜重視度＞低
全 体		18	66.7	11.1	11.1	-	11.1
性別	男性	10	60.0	20.0	20.0	-	-
	女性	8	75.0	-	-	-	25.0
性年代	男性10代以下	-	-	-	-	-	-
	男性20代	-	-	-	-	-	-
	男性30代	-	-	-	-	-	-
	男性40代	3	33.3	33.3	33.3	-	-
	男性50代	-	-	-	-	-	-
	男性60代	1	100.0	-	-	-	-
	男性70代以上	6	66.7	16.7	16.7	-	-
	女性10代以下	1	-	-	-	-	100.0
	女性20代	1	100.0	-	-	-	-
	女性30代	-	-	-	-	-	-
	女性40代	-	-	-	-	-	-
	女性50代	2	100.0	-	-	-	-
	女性60代	2	100.0	-	-	-	-
	女性70代以上	2	50.0	-	-	-	50.0
小中高	小学生	2	50.0	50.0	-	-	-
	中学生	-	-	-	-	-	-
	高校生	1	-	-	-	-	100.0
障害者	障害者	1	-	100.0	-	-	-
エリア	北海道	2	50.0	-	50.0	-	-
	東北	-	-	-	-	-	-
	関東	7	71.4	14.3	-	-	14.3
	甲信越・北陸	2	50.0	-	50.0	-	-
	中部	2	100.0	-	-	-	-
	近畿	3	66.7	33.3	-	-	-
	中国	1	-	-	-	-	100.0
	四国	-	-	-	-	-	-
	九州	1	100.0	-	-	-	-
	沖縄	-	-	-	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	-	-	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	7	57.1	14.3	14.3	-	14.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	3	33.3	-	33.3	-	33.3
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	2	100.0	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	3	66.7	33.3	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	1	100.0	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	-	-	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	1	100.0	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	-	-	-	-	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	1	100.0	-	-	-	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	-	-	-	-	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	9	77.8	11.1	11.1	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	3	33.3	-	33.3	-	33.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	1	-	-	-	-	100.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	2	50.0	50.0	-	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	2	100.0	-	-	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	-	-	-	-	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	6	83.3	-	16.7	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	2	50.0	-	50.0	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	-	-	-	-	-	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	5	60.0	20.0	-	-	20.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	3	33.3	33.3	-	-	33.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	2	100.0	-	-	-	-
コロナ以降運動頻度【高】の運動実施理由	ダイエット	2	100.0	-	-	-	-
	運動不足は健康に悪い	6	66.7	16.7	-	-	16.7
	ストレス発散	2	100.0	-	-	-	-
	スポーツ好き	2	50.0	50.0	-	-	-
	普段の習慣	5	80.0	20.0	-	-	-
	友人や知人に誘われた	-	-	-	-	-	-
	感染者減等感染リスクの低下	-	-	-	-	-	-
	余暇時間が増えた	3	100.0	-	-	-	-

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［宣言中］（１）

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

1.ダイエットのため

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の26.8%で、次いで『あてはまる』の25.2%、『どちらともいえない』の20.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の29.3%で、次いで『あてはまる』の21.3%、『どちらともいえない』の21.1%となっている。

・女性で最も大きいのは、『あてはまる』の30.1%で、次いで『あてはまらない』の23.7%、『どちらともいえない』の19.5%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『あてはまらない』が54.7%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が44.3%、『60代』の『あてはまらない』が32.0%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『あてはまる』が55.1%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が45.5%、『20代』の『あてはまる』が42.9%となっている。

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

1.ダイエットのため

(%)

*凡例

			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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5098)	25.2	17.5	20.4	10.1	26.8	42.7
性別	男性	(n=2832)	21.3	18.2	21.1	10.1	29.3	39.5
	女性	(n=2266)	30.1	16.7	19.5	10.0	23.7	46.8
性年代	男性10代以下	(n=170)	11.2	10.6	15.3	8.2	54.7	21.8
	男性20代	(n=388)	26.3	18.3	19.1	10.3	26.0	44.6
	男性30代	(n=454)	25.6	22.7	19.6	10.4	21.8	48.3
	男性40代	(n=667)	27.1	21.6	21.1	8.2	21.9	48.7
	男性50代	(n=433)	23.8	19.6	24.5	6.2	25.9	43.4
	男性60代	(n=334)	15.6	14.4	24.6	13.5	32.0	30.0
	男性70代以上	(n=386)	8.0	11.9	20.7	15.0	44.3	19.9
	女性10代以下	(n=187)	55.1	16.6	12.3	4.3	11.8	71.7
	女性20代	(n=324)	42.9	21.0	16.7	8.0	11.4	63.9
	女性30代	(n=396)	40.7	17.7	17.7	7.8	16.2	58.4
	女性40代	(n=423)	33.6	22.5	16.1	7.8	20.1	56.1
	女性50代	(n=304)	25.0	16.8	20.1	12.2	26.0	41.8
	女性60代	(n=285)	13.0	13.0	27.4	14.4	32.3	26.0
	女性70代以上	(n=347)	6.6	7.8	25.4	14.7	45.5	14.4
小中高	小学生	(n=593)	32.5	20.6	20.2	8.1	18.5	53.1
	中学生	(n=253)	28.1	20.6	21.3	8.7	21.3	48.7
	高校生	(n=321)	33.3	13.4	13.7	5.9	33.6	46.7
障害者	障害者	(n=499)	26.1	14.6	21.8	8.0	29.5	40.7
エリア	北海道	(n=185)	22.7	15.7	24.3	7.6	29.7	38.4
	東北	(n=248)	26.6	23.0	20.2	6.5	23.8	49.6
	関東	(n=2104)	25.8	17.9	20.1	10.3	26.0	43.7
	甲信越・北陸	(n=173)	27.2	20.8	19.7	7.5	24.9	48.0
	中部	(n=659)	24.7	17.9	20.9	9.6	26.9	42.6
	近畿	(n=1081)	23.5	17.2	19.3	11.4	28.6	40.7
	中国	(n=227)	30.8	14.1	22.0	10.6	22.5	44.9
	四国	(n=111)	25.2	14.4	18.9	9.0	32.4	39.6
	九州	(n=287)	23.3	15.0	22.3	11.5	27.9	38.3
	沖縄	(n=23)	26.1	4.3	30.4	4.3	34.8	30.4
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=57)	42.1	19.3	8.8	10.5	19.3	61.4
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1886)	24.4	15.0	20.8	9.4	30.5	39.4
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=512)	26.6	17.4	18.8	12.3	25.0	44.0
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=229)	33.2	18.8	16.6	10.9	20.5	52.0
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=997)	21.0	20.0	23.5	10.0	25.6	41.0
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=221)	21.3	19.9	20.4	14.9	23.5	41.2
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=139)	31.7	23.7	12.9	8.6	23.0	55.4
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=318)	19.2	18.6	21.4	13.5	27.4	37.8
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=36)	22.2	19.4	19.4	8.3	30.6	41.6
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=492)	40.7	18.7	13.8	6.3	20.5	59.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=278)	31.7	22.7	19.4	9.4	16.9	54.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=76)	28.9	21.1	18.4	14.5	17.1	50.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1548)	21.2	14.8	21.4	10.8	31.8	36.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=991)	19.1	19.8	24.0	11.4	25.7	38.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=360)	17.8	16.9	20.3	12.8	32.2	34.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=374)	29.1	16.3	18.2	9.4	27.0	45.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=329)	31.0	19.1	17.9	8.5	23.4	50.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=164)	25.0	21.3	18.3	14.6	20.7	46.3
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=472)	41.9	17.8	12.9	6.1	21.2	59.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=218)	34.9	23.4	17.4	8.3	16.1	58.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=46)	34.8	21.7	15.2	17.4	10.9	56.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1361)	20.1	14.8	22.4	11.2	31.6	34.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=828)	18.1	20.2	24.2	11.7	25.8	38.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=294)	18.0	14.6	21.8	12.9	32.7	32.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=581)	28.6	16.7	17.4	9.0	28.4	45.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=552)	27.7	18.8	20.5	9.4	23.6	46.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=260)	22.3	22.7	17.7	13.5	23.8	45.0
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	58.5	32.5	6.2	1.0	1.8	91.0
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	30.6	18.2	16.4	8.8	25.9	48.8
	ストレス発散	(n=923)	34.5	20.0	15.7	6.5	23.3	54.5
	スポーツ好き	(n=578)	32.0	19.9	14.5	7.4	26.1	51.9
	普段の習慣	(n=1234)	26.7	17.7	16.9	9.4	29.3	44.4
	友人や知人に誘われた	(n=152)	36.8	26.3	14.5	6.6	15.8	63.1
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	34.8	25.6	13.2	6.6	19.8	60.4
	余暇時間が増えた	(n=361)	38.5	21.6	12.7	7.2	19.9	60.1

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［宣言中］（２）

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

2.運動不足は健康に悪いから

・全体で最も大きいのは、『あてはまる』の43.5%で、次いで『ややあてはまる』の29.4%、『どちらともいえない』の17.7%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまる』の40.2%で、次いで『ややあてはまる』の29.6%、『どちらともいえない』の19.9%となっている。

・女性で最も大きいのは、『あてはまる』の47.7%で、次いで『ややあてはまる』の29.2%、『どちらともいえない』の15.0%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまる』が49.7%で、次いで『60代』の『あてはまる』が43.4%、『50代』の『あてはまる』が39.5%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまる』が56.8%で、次いで『40代』の『あてはまる』が52.7%、『50代』の『あてはまる』・『60代』の『あてはまる』が47.7%となっている。

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

2.運動不足は健康に悪いから

(%)

			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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=5098)	43.5	29.4	17.7	4.1	5.2	72.9
性別	男性	(n=2832)	40.2	29.6	19.9	4.3	6.0	69.8
	女性	(n=2266)	47.7	29.2	15.0	3.9	4.3	76.9
性年代	男性10代以下	(n=170)	30.6	22.4	20.6	9.4	17.1	53.0
	男性20代	(n=388)	39.2	26.3	22.2	5.9	6.4	65.5
	男性30代	(n=454)	36.8	30.8	21.1	5.3	5.9	67.6
	男性40代	(n=667)	39.0	30.3	21.4	3.4	5.8	69.3
	男性50代	(n=433)	39.5	27.5	23.8	3.0	6.2	67.0
	男性60代	(n=334)	43.4	32.3	15.9	4.5	3.9	75.7
	男性70代以上	(n=386)	49.7	33.2	12.4	2.1	2.6	82.9
	女性10代以下	(n=187)	41.7	27.8	16.6	7.5	6.4	69.5
	女性20代	(n=324)	42.9	29.6	18.8	4.0	4.6	72.5
	女性30代	(n=396)	41.2	34.8	13.4	4.8	5.8	76.0
	女性40代	(n=423)	52.7	26.2	12.1	4.3	4.7	78.9
	女性50代	(n=304)	47.7	29.6	15.8	3.3	3.6	77.3
	女性60代	(n=285)	47.7	27.4	20.0	2.1	2.8	75.1
	女性70代以上	(n=347)	56.8	27.7	11.0	2.3	2.3	84.5
小中高	小学生	(n=593)	42.0	28.5	19.9	4.0	5.6	70.5
	中学生	(n=253)	38.3	33.6	17.4	6.3	4.3	71.9
	高校生	(n=321)	35.8	24.6	18.4	8.7	12.5	60.4
障害者	障害者	(n=499)	40.5	28.5	20.6	5.2	5.2	69.0
エリア	北海道	(n=185)	37.3	29.2	22.2	5.4	5.9	66.5
	東北	(n=248)	41.9	29.0	20.2	4.0	4.8	70.9
	関東	(n=2104)	46.3	29.9	16.2	3.3	4.2	76.2
	甲信越・北陸	(n=173)	43.4	28.9	22.0	1.7	4.0	72.3
	中部	(n=659)	42.5	27.9	19.0	4.6	6.1	70.4
	近畿	(n=1081)	42.4	30.5	16.2	4.9	6.0	72.9
	中国	(n=227)	40.1	30.4	19.8	5.7	4.0	70.5
	四国	(n=111)	37.8	26.1	23.4	5.4	7.2	63.9
	九州	(n=287)	40.8	26.8	19.2	5.2	8.0	67.6
	沖縄	(n=23)	39.1	13.0	30.4		17.4	52.1
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=57)	61.4	22.8	7.0	3.5	5.3	84.2
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1886)	49.0	26.5	15.7	3.5	5.3	75.5
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=512)	45.3	30.1	16.0	4.5	4.1	75.4
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=229)	49.3	30.1	16.2	2.6	1.7	79.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=997)	37.8	33.2	20.4	3.7	4.9	71.0
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=221)	38.0	35.7	16.7	5.9	3.6	73.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=139)	47.5	31.7	12.2	5.0	3.6	79.2
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=318)	29.9	33.3	25.2	5.0	6.6	63.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=36)	41.7	19.4	27.8	2.8	8.3	61.1
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=492)	56.7	25.6	10.6	2.2	4.9	82.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=278)	40.3	29.9	17.6	6.8	5.4	70.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=76)	28.9	28.9	25.0	13.2	3.9	57.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1548)	46.5	28.3	17.1	3.6	4.5	74.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=991)	37.0	34.2	20.0	3.5	5.2	71.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=360)	30.3	33.9	23.3	5.8	6.7	64.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=374)	56.4	23.3	11.2	3.5	5.6	79.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=329)	49.8	29.2	16.4	2.1	2.4	79.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=164)	41.5	31.1	18.9	3.7	4.9	72.6
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=472)	55.3	25.6	11.7	1.7	5.7	80.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=218)	45.0	28.4	14.7	6.4	5.5	73.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=46)	34.8	23.9	26.1	10.9	4.3	58.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1361)	46.5	28.4	17.0	3.5	4.6	74.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=828)	33.8	35.0	22.1	4.0	5.1	68.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=294)	27.2	33.0	24.5	8.5	6.8	60.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=581)	54.4	24.8	12.4	4.1	4.3	79.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=552)	48.0	30.1	15.6	2.5	3.8	78.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=260)	39.6	33.5	19.2	2.7	5.0	73.1
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	60.2	30.5	6.8	1.0	1.5	90.7
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	64.0	31.1	3.8	0.5	0.6	95.1
	ストレス発散	(n=923)	63.8	28.0	5.3	1.3	1.6	91.8
	スポーツ好き	(n=578)	59.9	27.9	8.5	1.9	1.9	87.8
	普段の習慣	(n=1234)	56.6	28.5	9.1	2.0	3.8	85.1
	友人や知人に誘われた	(n=152)	53.3	33.6	8.6	3.[illegible]	0.7	86.9
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	58.1	32.6	5.3	2.6	1.3	90.7
	余暇時間が増えた	(n=361)	62.9	27.7	6.6	1.7	1.1	90.6

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［宣言中］（３）

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ
3.ストレス発散のため

・全体で最も大きいのは、『どちらともいえない』の28.3%で、次いで『ややあてはまる』の24.4%、『あてはまる』の21.8%となっている。

・男性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の29.8%で、次いで『ややあてはまる』の23.6%、『あてはまる』の20.0%となっている。
・女性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の26.4%で、次いで『ややあてはまる』の25.5%、『あてはまる』の24.0%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『どちらともいえない』が33.7%で、次いで『50代』の『どちらともいえない』が32.3%、『40代』の『どちらともいえない』が31.5%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『どちらともいえない』が35.2%で、次いで『60代』の『どちらともいえない』が31.6%、『10代以下』の『あてはまる』が30.5%となっている。

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

3.ストレス発散のため

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5098)	21.8	24.4	28.3	10.8	14.7	46.2
性別	男性	(n=2832)	20.0	23.6	29.8	11.4	15.3	43.6
	女性	(n=2266)	24.0	25.5	26.4	10.1	14.1	49.5
性年代	男性10代以下	(n=170)	21.2	24.1	23.5	7.1	24.1	45.3
	男性20代	(n=388)	27.3	23.5	28.1	10.8	10.3	50.8
	男性30代	(n=454)	22.0	27.5	25.8	11.5	13.2	49.5
	男性40代	(n=667)	22.2	23.2	31.5	11.1	12.0	45.4
	男性50代	(n=433)	20.3	21.7	32.3	9.7	15.9	42.0
	男性60代	(n=334)	12.6	25.4	29.0	14.4	18.6	38.0
	男性70代以上	(n=386)	11.9	19.9	33.7	13.7	20.7	31.8
	女性10代以下	(n=187)	30.5	26.7	19.3	8.6	15.0	57.2
	女性20代	(n=324)	25.3	27.2	21.3	11.4	14.8	52.5
	女性30代	(n=396)	23.7	27.3	24.0	9.8	15.2	51.0
	女性40代	(n=423)	28.6	27.2	25.3	8.0	10.9	55.8
	女性50代	(n=304)	24.0	21.4	26.0	12.2	16.4	45.4
	女性60代	(n=285)	20.0	22.5	31.6	10.5	15.4	42.5
	女性70代以上	(n=347)	17.0	25.4	35.2	10.1	12.4	42.4
小中高	小学生	(n=593)	25.5	25.0	28.7	9.6	11.3	50.5
	中学生	(n=253)	23.7	24.9	26.9	13.4	11.1	48.6
	高校生	(n=321)	26.5	24.3	21.2	8.1	19.9	50.8
障害者	障害者	(n=499)	21.8	20.0	27.3	11.6	19.2	41.8
エリア	北海道	(n=185)	16.8	23.8	25.4	16.2	17.8	40.6
	東北	(n=248)	22.6	25.4	29.0	8.1	14.9	48.0
	関東	(n=2104)	23.8	25.6	27.8	9.8	13.0	49.4
	甲信越・北陸	(n=173)	22.5	21.4	28.9	11.6	15.6	43.9
	中部	(n=659)	18.8	21.2	31.4	12.0	16.5	40.0
	近畿	(n=1081)	19.9	25.0	28.4	11.7	15.0	44.9
	中国	(n=227)	21.6	26.9	25.1	12.3	14.1	48.5
	四国	(n=111)	18.9	17.1	31.5	9.0	23.4	36.0
	九州	(n=287)	24.0	25.1	26.5	9.4	15.0	49.1
	沖縄	(n=23)	17.4	8.7	21.7	13.0	39.1	26.1
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=57)	33.3	29.8	22.8	3.5	10.5	63.1
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1886)	22.3	21.3	28.8	9.7	17.9	43.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=512)	20.9	26.0	30.5	11.1	11.5	46.9
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=229)	26.2	26.6	24.0	11.8	11.4	52.8
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=997)	21.3	28.6	28.8	11.2	10.1	49.9
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=221)	22.2	28.1	31.7	7.2	10.9	50.3
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=139)	28.8	27.3	15.1	15.1	13.7	56.1
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=318)	16.4	25.8	30.8	11.6	15.4	42.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=36)	27.8	16.7	25.0	16.7	13.9	44.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=492)	34.6	22.2	23.6	7.5	12.2	56.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=278)	27.7	29.1	22.3	12.2	8.6	56.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=76)	18.4	30.3	31.6	9.2	10.5	48.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1548)	19.1	21.6	30.2	10.6	18.5	40.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=991)	18.4	28.3	30.1	11.7	11.6	46.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=360)	15.8	24.4	29.2	13.9	16.7	40.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=374)	25.1	27.0	23.3	8.6	16.0	52.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=329)	25.8	28.3	28.0	9.7	8.2	54.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=164)	24.4	25.0	30.5	9.8	10.4	49.4
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=472)	33.3	22.5	24.8	7.4	12.1	55.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=218)	31.7	27.1	19.7	11.9	9.6	58.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=46)	19.6	34.8	30.4	8.7	6.5	54.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1361)	18.9	21.1	30.6	10.6	18.8	40.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=828)	18.0	28.7	29.7	12.6	11.0	46.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=294)	14.6	23.1	30.3	13.9	18.0	37.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=581)	25.0	26.2	23.4	9.3	16.2	51.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=552)	22.8	28.4	29.5	9.4	9.8	51.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=260)	22.7	26.2	29.2	10.8	11.2	48.9
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	32.1	27.2	19.6	7.6	13.5	59.3
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	27.0	25.4	24.6	8.9	14.2	52.4
	ストレス発散	(n=923)	46.2	41.9	9.6	1.4	0.9	88.1
	スポーツ好き	(n=578)	38.9	30.4	19.0	4.7	6.9	69.3
	普段の習慣	(n=1234)	27.9	24.8	24.1	9.2	14.1	52.7
	友人や知人に誘われた	(n=152)	45.4	32.9	13.8	5.9	2.0	78.3
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	38.8	34.8	18.5	6.2	1.8	73.6
	余暇時間が増えた	(n=361)	38.8	31.6	17.5	6.4	5.8	70.4

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［宣言中］（４）

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

4.もともとスポーツが好きだったから

・全体で最も大きいのは、『どちらともいえない』の27.7%で、次いで『あてはまらない』の25.9%、『あまりあてはまらない』の16.0%となっている

・男性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の30.4%で、次いで『ややあてはまる』の19.6%、『あてはまらない』の19.1%となっている。

・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の34.3%で、次いで『どちらともいえない』の24.3%、『あまりあてはまらない』の19.3%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『50代』の『どちらともいえない』が35.8%で、次いで『40代』の『どちらともいえない』が33.7%、『60代』の『どちらともいえない』が33.2%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『あてはまらない』が42.6%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が37.8%、『30代』の『あてはまらない』が35.1%となっている。

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

4.もともとスポーツが好きだったから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=5098)	14.7	15.8	27.7	16.0	25.9	30.5
性別	男性	(n=2832)	17.5	19.6	30.4	13.4	19.1	37.1
	女性	(n=2266)	11.0	11.0	24.3	19.3	34.3	22.0
性年代	男性10代以下	(n=170)	27.1	20.6	20.6	8.8	22.9	47.7
	男性20代	(n=388)	23.7	20.4	26.3	14.4	15.2	44.1
	男性30代	(n=454)	19.4	23.6	28.2	12.6	16.3	43.0
	男性40代	(n=667)	17.1	17.7	33.7	12.9	18.6	34.8
	男性50代	(n=433)	13.2	16.6	35.8	13.4	21.0	29.8
	男性60代	(n=334)	11.4	18.6	33.2	15.0	21.9	30.0
	男性70代以上	(n=386)	16.1	21.0	27.2	15.0	20.7	37.1
	女性10代以下	(n=187)	24.6	17.1	20.3	13.4	24.6	41.7
	女性20代	(n=324)	11.7	13.9	18.5	22.2	33.6	25.6
	女性30代	(n=396)	10.9	9.8	21.0	23.2	35.1	20.7
	女性40代	(n=423)	8.7	10.6	22.0	16.1	42.6	19.3
	女性50代	(n=304)	8.9	9.2	23.7	20.4	37.8	18.1
	女性60代	(n=285)	7.7	10.2	33.3	17.5	31.2	17.9
	女性70代以上	(n=347)	10.7	9.2	31.4	19.9	28.8	19.9
小中高	小学生	(n=593)	15.5	18.4	30.2	14.7	21.2	33.9
	中学生	(n=253)	15.8	15.4	28.5	16.2	24.1	31.2
	高校生	(n=321)	26.2	18.7	20.9	10.9	23.4	44.9
障害者	障害者	(n=499)	13.4	11.6	21.8	18.0	35.1	25.0
エリア	北海道	(n=185)	13.0	13.0	26.5	16.8	30.8	26.0
	東北	(n=248)	16.9	14.9	28.2	17.3	22.6	31.8
	関東	(n=2104)	15.8	17.6	27.0	15.1	24.4	33.4
	甲信越・北陸	(n=173)	12.7	15.6	28.9	20.2	22.5	28.3
	中部	(n=659)	12.7	11.7	31.4	15.9	28.2	24.4
	近畿	(n=1081)	14.0	15.4	27.8	15.8	27.1	29.4
	中国	(n=227)	14.1	17.6	26.4	16.3	25.6	31.7
	四国	(n=111)	17.1	11.7	23.4	18.0	29.7	28.8
	九州	(n=287)	12.5	16.7	25.8	19.2	25.8	29.2
	沖縄	(n=23)	17.4	4.3	26.1	17.4	34.8	21.7
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=57)	10.5	22.8	26.3	14.0	26.3	33.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1886)	15.1	14.7	27.1	16.3	26.7	29.8
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=512)	19.7	19.7	24.2	15.8	20.5	39.4
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=229)	13.5	17.5	23.6	20.1	25.3	31.0
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=997)	15.3	17.5	31.7	14.0	21.5	32.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=221)	16.7	24.9	27.6	12.2	18.6	41.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=139)	12.9	15.1	27.3	20.1	24.5	28.0
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=318)	13.5	15.1	26.7	16.0	28.6	28.6
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=36)	16.7	16.7	41.7	8.3	16.7	33.4
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=492)	21.3	17.9	22.2	16.7	22.0	39.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=278)	18.0	20.1	29.9	14.4	17.6	38.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=76)	18.4	23.7	25.0	13.2	19.7	42.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1548)	13.6	14.5	28.4	16.1	27.3	28.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=991)	15.2	17.3	30.7	14.2	22.6	32.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=360)	14.4	16.9	27.5	16.4	24.7	31.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=374)	12.0	14.4	22.2	17.9	33.4	26.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=329)	14.9	17.0	28.3	16.4	23.4	31.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=164)	14.6	17.1	27.4	17.1	23.8	31.7
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=472)	21.0	19.7	20.1	16.7	22.5	40.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=218)	19.7	19.7	30.3	15.6	14.7	39.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=46)	19.6	19.6	28.3	15.2	17.4	39.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1361)	13.3	13.7	29.3	16.6	27.0	27.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=828)	15.0	18.4	32.1	12.9	21.6	33.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=294)	13.6	15.3	28.6	18.0	24.5	28.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=581)	13.8	15.0	23.8	16.2	31.3	28.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=552)	15.0	15.9	26.8	17.0	25.2	30.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=260)	15.8	20.4	25.4	14.2	24.2	36.2
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	18.5	17.0	22.9	16.3	25.3	35.5
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	16.3	15.7	25.0	17.4	25.6	32.0
	ストレス発散	(n=923)	23.6	20.5	24.9	14.2	16.8	44.1
	スポーツ好き	(n=578)	46.4	44.1	6.7	1.7	1.0	90.5
	普段の習慣	(n=1234)	20.1	18.6	23.1	15.6	22.6	38.7
	友人や知人に誘われた	(n=152)	37.5	29.6	17.8	7.9	7.2	67.1
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	30.4	25.6	18.5	17.6	7.9	56.0
	余暇時間が増えた	(n=361)	24.7	22.7	19.7	15.8	17.2	47.4

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［宣言中］（５）

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

5.習慣になっていたため

・全体で最も大きいのは、『どちらともいえない』の27.5%で、次いで『あてはまる』の21.8%、『ややあてはまる』の20.7%となっている。

・男性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の29.3%で、次いで『あてはまる』の22.8%、『ややあてはまる』の22.5%となっている。
・女性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の25.3%で、次いで『あてはまらない』の21.5%、『あてはまる』の20.4%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『50代』の『どちらともいえない』が33.5%で、次いで『40代』の『どちらともいえない』が33.4%、『70代以上』の『あてはまる』が32.4%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『60代』の『どちらともいえない』が32.3%で、次いで『70代以上』の『あてはまる』が31.1%、『20代』の『あてはまらない』が30.2%となっている。

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

5.習慣になっていたため

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5098)	21.8	20.7	27.5	13.0	17.0	42.5
性別	男性	(n=2832)	22.8	22.5	29.3	11.9	13.4	45.3
	女性	(n=2266)	20.4	18.4	25.3	14.3	21.5	38.8
性年代	男性10代以下	(n=170)	22.9	14.7	24.7	17.6	20.0	37.6
	男性20代	(n=388)	21.4	22.4	27.3	14.2	14.7	43.8
	男性30代	(n=454)	18.9	22.7	31.1	12.3	15.0	41.6
	男性40代	(n=667)	22.3	19.2	33.4	12.3	12.7	41.5
	男性50代	(n=433)	22.2	21.7	33.5	8.5	14.1	43.9
	男性60代	(n=334)	20.7	26.0	28.4	11.1	13.8	46.7
	男性70代以上	(n=386)	32.4	29.3	20.2	10.6	7.5	61.7
	女性10代以下	(n=187)	20.3	16.0	17.6	19.3	26.7	36.3
	女性20代	(n=324)	11.4	15.7	22.2	20.4	30.2	27.1
	女性30代	(n=396)	14.4	17.4	21.7	16.7	29.8	31.8
	女性40代	(n=423)	18.4	13.5	26.5	13.7	27.9	31.9
	女性50代	(n=304)	24.3	21.4	27.0	11.5	15.8	45.7
	女性60代	(n=285)	24.6	20.7	32.3	11.6	10.9	45.3
	女性70代以上	(n=347)	31.1	25.1	27.7	8.9	7.2	56.2
小中高	小学生	(n=593)	15.7	19.9	30.4	14.5	19.6	35.6
	中学生	(n=253)	22.1	18.6	27.3	13.0	19.0	40.7
	高校生	(n=321)	21.5	15.3	20.9	18.4	24.0	36.8
障害者	障害者	(n=499)	23.4	16.4	25.5	14.4	20.2	39.8
エリア	北海道	(n=185)	21.6	20.0	23.2	15.1	20.0	41.6
	東北	(n=248)	21.8	22.2	30.2	10.5	15.3	44.0
	関東	(n=2104)	21.4	21.3	27.5	13.1	16.7	42.7
	甲信越・北陸	(n=173)	24.3	18.5	29.5	12.7	15.0	42.8
	中部	(n=659)	20.2	20.3	26.9	14.9	17.8	40.5
	近畿	(n=1081)	21.9	20.5	27.8	12.4	17.3	42.4
	中国	(n=227)	25.6	20.3	26.4	12.8	15.0	45.9
	四国	(n=111)	22.5	21.6	31.5	12.6	11.7	44.1
	九州	(n=287)	22.6	19.2	26.8	11.1	20.2	41.8
	沖縄	(n=23)	17.4	8.7	21.7	21.7	30.4	26.1
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=57)	19.3	21.1	26.3	15.8	17.5	40.4
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1886)	36.0	25.9	21.9	7.0	9.2	61.9
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=512)	20.3	24.0	31.3	13.9	10.5	44.3
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=229)	10.0	20.5	33.6	18.8	17.0	30.5
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=997)	17.1	22.3	32.8	14.8	13.0	39.4
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=221)	7.7	22.2	37.1	15.8	17.2	29.9
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=139)	7.9	5.8	23.7	28.1	34.5	13.7
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=318)	8.5	11.9	36.2	17.3	26.1	20.4
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=36)	5.6	16.7	33.3	19.4	25.0	22.3
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=492)	30.7	21.5	20.3	10.2	17.3	52.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=278)	15.8	19.4	25.5	18.0	21.2	35.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=76)	13.2	13.2	35.5	21.1	17.1	26.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1548)	33.4	25.4	23.6	7.6	10.0	58.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=991)	15.7	21.2	33.9	15.0	14.1	36.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=360)	7.2	14.7	36.9	15.8	25.3	21.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=374)	25.4	23.0	21.4	11.8	18.4	48.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=329)	13.4	21.6	34.7	17.0	13.4	35.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=164)	8.5	16.5	29.9	22.0	23.2	25.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=472)	31.6	21.8	18.2	10.2	18.2	53.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=218)	17.4	19.7	25.2	19.7	17.9	37.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=46)	13.0	21.7	30.4	13.0	21.7	34.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1361)	33.1	26.0	24.1	7.3	9.6	59.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=828)	15.8	22.0	33.0	14.6	14.6	37.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=294)	8.2	14.6	34.0	17.3	25.9	22.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=581)	28.2	22.0	22.7	11.0	16.0	50.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=552)	13.6	19.9	35.0	16.5	15.0	33.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=260)	7.7	14.2	36.5	20.0	21.5	21.9
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	34.1	26.4	18.5	8.4	12.7	60.5
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	37.4	27.1	18.3	7.0	10.2	64.5
	ストレス発散	(n=923)	41.7	28.2	15.1	6.3	8.8	69.9
	スポーツ好き	(n=578)	51.7	31.8	10.0	3.3	3.1	83.5
	普段の習慣	(n=1234)	53.4	34.6	5.9	3.1	3.0	88.0
	友人や知人に誘われた	(n=152)	44.7	33.6	13.2	5.9	2.6	78.3
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	46.7	30.4	13.2	6.6	3.1	77.1
	余暇時間が増えた	(n=361)	40.4	31.0	13.3	8.0	7.2	71.4

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［宣言中］（６）

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ
6.友人や知人に誘われたから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の62.5%で、次いで『どちらともいえない』の14.9%、『あまりあてはまらない』の13.5%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の59.3%で、次いで『どちらともいえない』の17.1%、『あまりあてはまらない』の14.0%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の66.5%で、次いで『あまりあてはまらない』の12.9%、『どちらともいえない』の12.1%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『あてはまらない』が71.6%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が67.6%、『50代』の『あてはまらない』が65.6%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が74.7%で、次いで『40代』の『あてはまらない』が74.0%、『30代』の『あてはまらない』が69.4%となっている。

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

6.友人や知人に誘われたから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5098)	3.4	5.7	14.9	13.5	62.5	9.1
性別	男性	(n=2832)	3.2	6.3	17.1	14.0	59.3	9.5
	女性	(n=2266)	3.5	4.9	12.1	12.9	66.5	8.4
性年代	男性10代以下	(n=170)	6.5	11.8	18.2	15.9	47.6	18.3
	男性20代	(n=388)	8.0	10.6	20.1	16.8	44.6	18.6
	男性30代	(n=454)	3.5	10.1	19.8	14.3	52.2	13.6
	男性40代	(n=667)	2.2	5.1	19.2	12.7	60.7	7.3
	男性50代	(n=433)	2.3	4.6	16.4	11.1	65.6	6.9
	男性60代	(n=334)	0.9	3.9	11.7	12.0	71.6	4.8
	男性70代以上	(n=386)	1.3	1.3	12.4	17.4	67.6	2.6
	女性10代以下	(n=187)	10.7	8.0	17.6	16.0	47.6	18.7
	女性20代	(n=324)	3.1	6.5	12.7	13.3	64.5	9.6
	女性30代	(n=396)	4.5	4.0	9.6	12.4	69.4	8.5
	女性40代	(n=423)	3.3	4.5	9.7	8.5	74.0	7.8
	女性50代	(n=304)	2.3	2.0	9.5	11.5	74.7	4.3
	女性60代	(n=285)	1.8	4.6	13.3	14.4	66.0	6.4
	女性70代以上	(n=347)	1.7	6.3	15.6	16.7	59.7	8.0
小中高	小学生	(n=593)	3.5	6.6	16.5	12.6	60.7	10.1
	中学生	(n=253)	3.6	5.5	13.4	11.9	65.6	9.1
	高校生	(n=321)	9.3	10.0	18.1	16.2	46.4	19.3
障害者	障害者	(n=499)	4.6	4.4	13.2	12.6	65.1	9.0
エリア	北海道	(n=185)	1.6	7.6	13.5	15.7	61.6	9.2
	東北	(n=248)	3.6	8.5	15.7	15.7	56.5	12.1
	関東	(n=2104)	3.2	5.5	14.5	13.4	63.4	8.7
	甲信越・北陸	(n=173)	3.5	8.1	19.1	13.3	56.1	11.6
	中部	(n=659)	3.3	4.7	14.4	12.3	65.3	8.0
	近畿	(n=1081)	3.0	5.3	15.1	13.8	62.9	8.3
	中国	(n=227)	6.2	8.8	12.3	14.1	58.6	15.0
	四国	(n=111)	4.5	3.6	15.3	13.5	63.1	8.1
	九州	(n=287)	4.2	4.9	18.5	12.5	59.9	9.1
	沖縄	(n=23)	4.3	13.0			82.6	0.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=57)	1.8	10.5	8.8	14.0	64.9	12.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1886)	2.8	4.3	11.7	11.3	69.8	7.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=512)	4.1	6.1	14.5	15.6	59.8	10.2
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=229)	2.2	6.1	12.7	17.9	61.1	8.3
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=997)	3.2	6.0	18.8	15.7	56.3	9.2
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=221)	0.9	8.1	17.6	18.1	55.2	9.0
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=139)	6.5	7.2	12.2	20.1	54.0	13.7
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=318)	4.4	8.5	20.1	10.7	56.3	12.9
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=36)	5.6	8.3	30.6	13.9	41.7	13.9
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=492)	6.1	8.1	10.8	11.2	63.8	14.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=278)	6.8	11.2	17.3	14.4	50.4	18.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=76)	11.8	15.8	14.5	26.3	31.6	27.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1548)	1.6	3.7	12.3	11.9	70.5	5.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=991)	2.2	5.0	18.0	16.4	58.3	7.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=360)	1.9	7.5	19.7	11.9	58.9	9.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=374)	4.0	4.3	8.0	13.4	70.3	8.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=329)	4.3	5.2	15.2	15.5	59.9	9.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=164)	3.0	6.7	22.0	14.0	54.3	9.7
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=472)	7.0	7.2	9.5	12.1	64.2	14.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=218)	7.8	10.6	15.6	13.8	52.3	18.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=46)	17.4	21.7	21.7	19.6	19.6	39.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1361)	1.3	4.1	12.7	12.0	69.9	5.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=828)	2.3	5.4	18.7	16.9	56.6	7.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=294)	1.7	8.2	20.4	12.9	56.8	9.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=581)	3.3	4.1	9.5	11.9	71.3	7.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=552)	3.4	5.4	15.8	15.2	60.1	8.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=260)	3.1	6.2	18.5	15.0	57.3	9.3
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	5.0	5.6	7.2	11.2	70.9	10.6
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	2.9	4.4	7.6	11.6	73.4	7.3
	ストレス発散	(n=923)	4.8	6.6	8.2	11.6	68.8	11.4
	スポーツ好き	(n=578)	6.4	10.2	7.8	11.6	64.0	16.6
	普段の習慣	(n=1234)	3.5	5.4	6.2	10.6	74.2	8.9
	友人や知人に誘われた	(n=152)		29.6	41.4	9.9	7.2 11.8	71.0
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)		16.3	20.3	8.4	11.9 43.2	36.6
	余暇時間が増えた	(n=361)		10.5	12.5	7.8	13.0 56.2	23.0

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［宣言中］（７）

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ
7.感染者数の減少等、感染リスクが下がってきたと感じたから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の53.5%で、次いで『どちらともいえない』の22.4%、『あまりあてはまらない』の15.7%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の51.3%で、次いで『どちらともいえない』の24.1%、『あまりあてはまらない』の15.4%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の56.2%で、次いで『どちらともいえない』の20.3%、『あまりあてはまらない』の16.0%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が59.6%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が57.2%、『40代』の『あてはまらない』が53.8%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『あてはまらない』が64.5%で、次いで『30代』の『あてはまらない』が60.6%、『50代』の『あてはまらない』が60.2%となっている。

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

7.感染者数の減少等、感染リスクが下がってきたと感じたから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=5098)	3.0	5.4	22.4	15.7	53.5	8.4
性別	男性	(n=2832)	3.1	6.0	24.1	15.4	51.3	9.1
	女性	(n=2266)	2.9	4.6	20.3	16.0	56.2	7.5
性年代	男性10代以下	(n=170)	4.7	10.6	21.2	15.9	47.6	15.3
	男性20代	(n=388)	7.5	8.0	26.3	17.0	41.2	15.5
	男性30代	(n=454)	3.3	9.3	24.2	17.2	46.0	12.6
	男性40代	(n=667)	2.5	4.9	24.3	14.4	53.8	7.4
	男性50代	(n=433)	2.1	4.2	23.3	10.9	59.6	6.3
	男性60代	(n=334)	1.2	3.9	20.1	17.7	57.2	5.1
	男性70代以上	(n=386)	1.6	4.1	27.2	16.3	50.8	5.7
	女性10代以下	(n=187)	9.1	7.5	17.6	12.8	52.9	16.6
	女性20代	(n=324)	2.2	5.6	14.5	18.8	59.0	7.8
	女性30代	(n=396)	4.0	4.0	14.1	17.2	60.6	8.0
	女性40代	(n=423)	2.1	4.3	18.0	11.1	64.5	6.4
	女性50代	(n=304)	2.0	1.6	20.1	16.1	60.2	3.6
	女性60代	(n=285)	1.8	3.9	27.4	18.2	48.8	5.7
	女性70代以上	(n=347)	1.7	6.3	31.4	17.9	42.7	8.0
小中高	小学生	(n=593)	2.9	7.6	19.2	15.3	55.0	10.5
	中学生	(n=253)	4.0	5.1	21.3	15.0	54.5	9.1
	高校生	(n=321)	6.9	9.3	18.4	14.6	50.8	16.2
障害者	障害者	(n=499)	5.0	6.2	20.4	13.6	54.7	11.2
エリア	北海道	(n=185)	3.8	5.9	21.1	13.0	56.2	9.7
	東北	(n=248)	4.4	3.6	22.6	19.8	49.6	8.0
	関東	(n=2104)	2.8	5.8	22.1	15.4	53.9	8.6
	甲信越・北陸	(n=173)	4.6	7.5	26.0	11.6	50.3	12.1
	中部	(n=659)	3.0	4.9	21.2	16.1	54.8	7.9
	近畿	(n=1081)	2.4	5.0	22.5	16.0	54.1	7.4
	中国	(n=227)	5.3	5.7	24.7	15.9	48.5	11.0
	四国	(n=111)	3.6	5.4	21.6	16.2	53.2	9.0
	九州	(n=287)	2.4	5.2	25.1	16.7	50.5	7.6
	沖縄	(n=23)	4.3	4.3	8.7	4.3	78.3	8.6
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=57)	1.8	8.8	17.5	14.0	57.9	10.6
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1886)	3.2	4.1	21.6	13.6	57.6	7.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=512)	3.9	7.6	24.6	16.6	47.3	11.5
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=229)	3.1	6.6	21.4	21.4	47.6	9.7
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=997)	2.7	6.3	27.0	15.4	48.5	9.0
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=221)	1.8	6.8	21.3	19.9	50.2	8.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=139)	4.3	5.8	13.7	19.4	56.8	10.1
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=318)	2.8	4.4	21.4	18.6	52.8	7.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=36)		11.1	22.2	19.4	47.2	11.1
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=492)	6.9	5.5	18.5	15.0	54.1	12.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=278)	5.8	13.3	22.7	14.7	43.5	19.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=76)	7.9	14.5	17.1	23.7	36.8	22.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1548)	1.8	3.8	22.5	13.4	58.5	5.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=991)	1.6	5.1	27.5	15.9	49.7	6.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=360)	1.9	4.7	20.6	16.1	56.7	6.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=374)	3.2	5.3	17.1	17.6	56.7	8.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=329)	5.2	7.3	20.4	16.1	51.1	12.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=164)	1.2	3.0	25.0	28.0	42.7	4.2
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=472)	6.8	5.3	16.9	13.8	57.2	12.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=218)	6.0	13.3	21.1	14.7	45.0	19.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=46)	13.0	10.9	17.4	26.1	32.6	23.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1361)	2.0	3.7	23.8	13.0	57.5	5.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=828)	1.9	5.2	28.3	15.9	48.7	7.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=294)	2.0	6.1	19.7	16.7	55.4	8.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=581)	2.6	5.3	17.0	18.1	57.0	7.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=552)	3.6	7.2	22.3	15.9	50.9	10.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=260)	1.2	3.8	23.8	23.5	47.7	5.0
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	5.3	4.5	16.3	12.6	61.4	9.8
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	3.4	3.7	18.6	14.3	60.0	7.1
	ストレス発散	(n=923)	5.6	5.7	19.1	13.9	55.7	11.3
	スポーツ好き	(n=578)	8.0	7.6	17.3	14.4	52.8	15.6
	普段の習慣	(n=1234)	4.1	4.1	16.9	13.7	61.3	8.2
	友人や知人に誘われた	(n=152)	27.0	22.4	25.7	9.2	15.8	49.4
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	23.3	22.9	24.7	14.1	15.0	46.2
	余暇時間が増えた	(n=361)	13.6	13.0	19.9	13.3	40.2	26.6

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［宣言中］（８）

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

8.余暇時間が増えたから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の39.3%で、次いで『どちらともいえない』の25.9%、『ややあてはまる』の13.5%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の40.3%で、次いで『どちらともいえない』の27.9%、『ややあてはまる』の12.6%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の38.0%で、次いで『どちらともいえない』の23.5%、『ややあてはまる』の14.6%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が50.5%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が46.9%、『40代』の『あてはまらない』が42.9%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が47.0%で、次いで『40代』の『あてはまらない』が42.6%、『70代以上』の『あてはまらない』が40.3%となっている。

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

8.余暇時間が増えたから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5098)	8.8	13.5	25.9	12.6	39.3	22.3
性別	男性	(n=2832)	7.1	12.6	27.9	12.1	40.3	19.7
	女性	(n=2266)	10.9	14.6	23.5	13.2	38.0	25.5
性年代	男性10代以下	(n=170)	11.8	20.0	26.5	11.8	30.0	31.8
	男性20代	(n=388)	14.9	18.0	30.4	10.3	26.3	32.9
	男性30代	(n=454)	6.6	14.5	29.7	13.4	35.7	21.1
	男性40代	(n=667)	5.2	11.1	28.5	12.3	42.9	16.3
	男性50代	(n=433)	4.6	9.7	27.9	10.9	46.9	14.3
	男性60代	(n=334)	6.6	11.7	25.4	13.8	42.5	18.3
	男性70代以上	(n=386)	4.1	8.5	24.9	11.9	50.5	12.6
	女性10代以下	(n=187)	23.0	24.6	21.9	10.2	20.3	47.6
	女性20代	(n=324)	16.0	22.8	20.4	10.8	29.9	38.8
	女性30代	(n=396)	13.6	17.2	19.2	11.9	38.1	30.8
	女性40代	(n=423)	8.7	14.2	22.7	11.8	42.6	22.9
	女性50代	(n=304)	6.6	8.2	24.3	13.8	47.0	14.8
	女性60代	(n=285)	9.1	10.2	25.3	16.5	38.9	19.3
	女性70代以上	(n=347)	4.0	8.1	30.8	16.7	40.3	12.1
小中高	小学生	(n=593)	7.8	15.5	24.5	12.1	40.1	23.3
	中学生	(n=253)	7.9	15.4	22.9	11.9	41.9	23.3
	高校生	(n=321)	17.4	22.4	24.6	11.5	24.0	39.8
障害者	障害者	(n=499)	11.0	9.8	23.8	11.8	43.5	20.8
エリア	北海道	(n=185)	10.8	11.4	23.8	16.2	37.8	22.2
	東北	(n=248)	8.5	11.3	27.4	12.1	40.7	19.8
	関東	(n=2104)	8.8	15.4	25.4	11.6	38.8	24.2
	甲信越・北陸	(n=173)	7.5	17.3	24.9	12.1	38.2	24.8
	中部	(n=659)	8.2	11.7	26.7	12.9	40.5	19.9
	近畿	(n=1081)	8.3	12.4	27.1	13.8	38.4	20.7
	中国	(n=227)	11.5	11.5	25.1	13.7	38.3	23.0
	四国	(n=111)	8.1	5.4	20.7	11.7	54.1	13.5
	九州	(n=287)	9.4	13.6	28.2	11.8	36.9	23.0
	沖縄	(n=23)	4.3	17.4	8.7	13.0	56.5	21.7
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=57)	15.8	28.1	21.1	5.3	29.8	43.9
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1886)	6.9	9.3	23.8	12.3	47.7	16.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=512)	10.4	15.2	28.1	11.7	34.6	25.6
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=229)	20.5	24.9	21.0	14.8	18.8	45.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=997)	5.4	13.3	29.0	15.0	37.2	18.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=221)	7.2	14.5	27.1	14.0	37.1	21.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=139)	19.4	22.3	24.5	9.4	24.5	41.7
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=318)	6.0	13.2	25.8	15.1	39.9	19.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=36)	2.8	16.7	36.1	11.1	33.3	19.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=492)	20.1	20.1	20.1	11.2	28.5	40.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=278)	15.8	27.7	22.7	13.7	20.1	43.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=76)	22.4	18.4	25.0	15.8	18.4	40.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1548)	5.5	8.5	25.1	12.2	48.6	14.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=991)	4.5	13.1	31.5	13.1	37.7	17.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=360)	5.0	11.4	26.9	14.4	42.2	16.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=374)	12.8	10.7	20.9	13.4	42.2	23.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=329)	8.2	17.9	24.0	11.6	38.3	26.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=164)	4.9	15.9	26.8	18.3	34.1	20.8
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=472)	19.1	19.5	19.1	12.1	30.3	38.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=218)	17.4	26.1	23.4	13.8	19.3	43.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=46)	26.1	15.2	28.3	17.4	13.0	41.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1361)	5.3	8.1	25.9	11.8	48.9	13.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=828)	3.9	13.0	31.0	12.9	39.1	16.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=294)	5.8	11.6	25.9	14.6	42.2	17.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=581)	12.0	11.9	21.2	13.3	41.7	23.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=552)	8.3	18.3	26.4	12.5	34.4	26.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=260)	5.4	15.4	27.3	16.5	35.4	20.8
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	13.9	14.0	18.3	9.9	43.9	27.9
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	10.5	11.1	20.8	11.8	45.8	21.6
	ストレス発散	(n=923)	14.0	15.0	20.5	11.4	39.2	29.0
	スポーツ好き	(n=578)	15.4	13.5	17.5	11.1	42.6	28.9
	普段の習慣	(n=1234)	11.3	10.5	18.6	11.6	48.1	21.8
	友人や知人に誘われた	(n=152)	28.9	30.3	19.7	7.2	13.8	59.2
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	30.8	27.3	22.0	7.5	12.3	58.1
	余暇時間が増えた	(n=361)	41.8	37.4	14.7	2.5	3.6	79.2

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［宣言中］（９）

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

9.その他

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の16.6%で、次いで『どちらともいえない』の8.0%、『あてはまる』の2.6%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の16.2%で、次いで『どちらともいえない』の9.1%、『あてはまる』の2.7%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の17.1%で、次いで『どちらともいえない』の6.6%、『あてはまる』の2.6%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が24.6%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が19.5%、『50代』の『あてはまらない』が18.0%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『30代』の『あてはまらない』が21.2%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が20.7%、『40代』の『あてはまらない』が18.2%となっている。

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

9.その他

(%)

		*凡例	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	無回答	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5098)	2.6	1.4	8.0	1.5	16.6	69.9	4.0
性別	男性	(n=2832)	2.7	1.5	9.1	1.6	16.2	68.9	4.2
	女性	(n=2266)	2.6	1.3	6.6	1.4	17.1	71.1	3.9
性年代	男性10代以下	(n=170)	7.6	2.9	7.6	1.2	17.1	63.5	10.5
	男性20代	(n=388)	2.6	2.1	6.2	1.8	9.0	78.4	4.7
	男性30代	(n=454)	2.4	2.6	8.8	2.0	13.7	70.5	5.0
	男性40代	(n=667)	2.8	1.0	11.2	1.5	14.2	69.1	3.8
	男性50代	(n=433)	1.2	1.2	12.2	1.6	18.0	65.8	2.4
	男性60代	(n=334)	2.7	1.5	6.6	0.9	19.5	68.9	4.2
	男性70代以上	(n=386)	2.3	8.3	1.6	24.6	63.2		2.3
	女性10代以下	(n=187)	3.2	1.6	4.8	1.6	17.1	71.7	4.8
	女性20代	(n=324)	2.8	1.5	5.2	1.2	14.8	74.4	4.3
	女性30代	(n=396)	3.3	0.8	5.8	1.3	21.2	67.7	4.1
	女性40代	(n=423)	2.1	1.7	5.7	1.9	18.2	70.4	3.8
	女性50代	(n=304)	3.0	0.7	7.6	1.3	20.7	66.8	3.7
	女性60代	(n=285)	1.1	2.1	9.5	13.7	73.7		3.2
	女性70代以上	(n=347)	2.6	0.9	7.8	2.0	12.7	74.1	3.5
小中高	小学生	(n=593)	1.5	1.9	8.8	2.0	14.7	71.2	3.4
	中学生	(n=253)	1.6	1.6	8.3	1.6	17.4	69.6	3.2
	高校生	(n=321)	5.9	1.9	6.5	1.2	18.1	66.4	7.8
障害者	障害者	(n=499)	5.8	2.2	7.8	1.4	17.8	64.9	8.0
エリア	北海道	(n=185)	4.9	2.2	4.9	1.1	18.4	68.6	7.1
	東北	(n=248)	4.0	0.4	9.3	1.6	14.1	70.6	4.4
	関東	(n=2104)	2.2	1.6	7.5	1.4	14.8	72.5	3.8
	甲信越・北陸	(n=173)	2.9	1.7	11.0	1.7	24.3	58.4	4.6
	中部	(n=659)	2.9	1.5	8.5	0.8	17.5	68.9	4.4
	近畿	(n=1081)	2.3	1.0	7.9	1.8	18.8	68.3	3.3
	中国	(n=227)	4.0	1.3	8.4	2.2	15.4	68.7	5.3
	四国	(n=111)	2.7	0.9	6.3	1.8	21.6	66.7	3.6
	九州	(n=287)	2.1	1.4	11.1	1.7	14.3	69.3	3.5
	沖縄	(n=23)	4.3	4.3	4.3	26.1	60.9		4.3
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=57)	1.8	1.8	5.3	14.0	77.2		3.6
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1886)	3.4	1.0	7.6	1.4	19.0	67.6	4.4
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=512)	2.5	1.4	6.6	1.8	14.6	73.0	3.9
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=229)	3.5	3.1	7.0	0.4	11.8	74.2	6.6
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=997)	1.4	1.4	9.7	1.6	14.9	70.9	2.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=221)	1.8	1.8	7.2	2.3	12.7	74.2	3.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=139)	3.6	2.9	5.0	13.7	74.8		6.5
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=318)	1.6	1.9	12.3	1.9	14.5	67.9	3.5
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=36)	2.8	11.1	2.8	16.7	66.7		2.8
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=492)	2.6	1.6	6.1	1.2	14.6	73.8	4.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=278)	1.4	3.6	9.0	1.8	11.5	72.7	5.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=76)	7.9	7.9	5.3	1.3	15.8	61.8	15.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1548)	2.9	1.0	8.1	1.2	19.4	67.5	3.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=991)	1.6	1.3	9.3	1.7	15.8	70.2	2.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=360)	1.1	0.8	10.3	1.1	15.8	70.8	1.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=374)	6.1	1.6	5.9	1.3	15.2	69.8	7.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=329)	0.9	0.6	6.4	1.2	13.7	77.2	1.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=164)	1.8	1.2	8.5	3.7	14.0	70.7	3.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=472)	3.6	1.5	5.7	1.3	14.4	73.5	5.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=218)	0.5	2.8	7.8	2.3	11.0	75.7	3.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=46)	8.7	8.7	4.3	2.2	13.0	63.0	17.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1361)	3.1	0.9	8.7	1.0	19.3	66.9	4.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=828)	1.6	1.4	10.3	1.7	16.5	68.5	3.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=294)	2.0	1.0	10.2	1.0	15.6	70.1	3.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=581)	3.8	1.7	5.3	1.5	16.9	70.7	5.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=552)	1.6	1.3	6.5	1.3	13.2	76.1	2.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=260)	1.2	1.5	8.8	2.7	15.4	70.4	2.7
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	2.9	1.7	5.6	0.8	17.5	71.4	4.6
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	2.3	1.2	6.1	1.2	18.1	71.3	3.5
	ストレス発散	(n=923)	2.5	1.4	5.7	0.9	16.6	72.9	3.9
	スポーツ好き	(n=578)	3.1	2.4	5.9	1.2	16.4	70.9	5.5
	普段の習慣	(n=1234)	3.0	1.1	5.3	1.2	18.1	71.2	4.1
	友人や知人に誘われた	(n=152)	9.2	7.9	9.9	7.9	65.1		17.1
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	7.5	6.6	5.7	0.9	6.2	73.1	14.1
	余暇時間が増えた	(n=361)	5.0	4.4	5.0	8.0	77.6		9.4

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［解除後］（１）

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

1.ダイエットのため

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の26.1%で、次いで『あてはまる』の25.3%、『どちらともいえない』の20.2%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の27.9%で、次いで『あてはまる』の21.9%、『どちらともいえない』の21.3%となっている。

・女性で最も大きいのは、『あてはまる』の29.5%で、次いで『あてはまらない』の23.9%、『どちらともいえない』の18.9%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『あてはまらない』が48.7%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が45.0%、『60代』の『あてはまらない』が28.5%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『あてはまる』が48.7%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が45.3%、『20代』の『あてはまる』が43.7%となっている。

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

1.ダイエットのため

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5273)	25.3	18.6	20.2	9.8	26.1	43.9
性別	男性	(n=2913)	21.9	19.3	21.3	9.7	27.9	41.2
	女性	(n=2360)	29.5	17.8	18.9	9.9	23.9	47.3
性年代	男性10代以下	(n=189)	14.8	15.9	13.2	7.4	48.7	30.7
	男性20代	(n=393)	26.2	19.6	21.4	9.2	23.7	45.8
	男性30代	(n=461)	26.5	25.4	19.7	9.1	19.3	51.9
	男性40代	(n=674)	27.2	20.5	22.4	8.9	21.1	47.7
	男性50代	(n=451)	23.7	19.7	23.3	7.1	26.2	43.4
	男性60代	(n=347)	16.7	15.6	26.2	13.0	28.5	32.3
	男性70代以上	(n=398)	9.0	14.1	18.3	13.6	45.0	23.1
	女性10代以下	(n=191)	48.7	19.4	11.0	6.3	14.7	68.1
	女性20代	(n=323)	43.7	19.8	17.0	7.7	11.8	63.5
	女性30代	(n=407)	38.8	22.1	16.5	7.9	14.7	60.9
	女性40代	(n=432)	35.4	21.5	16.4	7.2	19.4	56.9
	女性50代	(n=317)	24.3	16.7	21.8	11.0	26.2	41.0
	女性60代	(n=321)	14.3	12.8	27.1	13.7	32.1	27.1
	女性70代以上	(n=369)	7.9	11.4	20.6	14.9	45.3	19.3
小中高	小学生	(n=590)	31.9	21.4	22.0	7.5	17.3	53.3
	中学生	(n=256)	29.3	21.5	20.3	9.0	19.9	50.8
	高校生	(n=340)	31.2	17.4	12.6	6.5	32.4	48.6
障害者	障害者	(n=509)	25.9	16.7	19.4	8.6	29.3	42.6
エリア	北海道	(n=186)	25.3	18.8	19.4	8.6	28.0	44.1
	東北	(n=252)	25.8	21.4	21.4	8.7	22.6	47.2
	関東	(n=2187)	26.0	18.7	19.5	9.6	26.2	44.7
	甲信越・北陸	(n=177)	24.3	19.8	23.7	9.6	22.6	44.1
	中部	(n=681)	24.1	19.4	22.8	9.1	24.7	43.5
	近畿	(n=1114)	24.3	18.7	18.2	10.6	28.2	43.0
	中国	(n=238)	29.0	17.6	20.2	10.5	22.7	46.6
	四国	(n=114)	22.8	14.0	23.7	8.8	30.7	36.8
	九州	(n=299)	25.4	15.1	23.1	11.4	25.1	40.5
	沖縄	(n=25)	20.0	16.0	24.0	8.0	32.0	36.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	40.0		16.7	11.7	8.3	23.3	56.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1920)	24.7	15.5	20.5	9.4	29.8	40.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=549)	26.4	20.2	18.8	10.7	23.9	46.6
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=238)	34.5	19.3	18.5	8.0	19.7	53.8
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1038)	21.1	21.4	22.2	9.7	25.6	42.5
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=231)	19.0	27.7	18.6	13.9	20.8	46.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=145)	35.2	20.7	15.2	7.6	21.4	55.9
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=331)	19.3	16.9	24.5	12.4	26.9	36.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=38)	21.1	26.3	13.2	15.8	23.7	47.4
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=514)	42.4	19.6	13.4	5.8	18.7	62.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=283)	32.2	25.8	19.8	7.4	14.8	58.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=80)	26.3	23.8	20.0	13.8	16.3	50.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1586)	21.7	14.5	21.5	10.4	31.9	36.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1043)	19.5	21.7	22.1	11.2	25.6	41.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=374)	17.4	18.4	21.7	12.3	30.2	35.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=390)	30.8	17.9	16.4	9.2	25.6	48.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=363)	31.4	19.6	19.6	7.4	22.0	51.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=179)	23.5	27.9	16.2	13.4	19.0	51.4
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=496)	43.1	18.1	13.1	5.8	19.8	61.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=223)	37.2	23.8	16.6	7.6	14.8	61.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=47)	29.8	25.5	19.1	14.9	10.6	55.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1385)	20.9	14.9	22.3	10.5	31.3	35.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=872)	17.7	22.6	23.3	10.7	25.8	40.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=307)	16.9	17.9	23.1	12.1	30.0	34.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=609)	29.2	17.1	16.4	9.4	27.9	46.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=594)	28.8	20.2	19.7	9.3	22.1	49.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=279)	22.2	25.4	16.5	13.3	22.6	47.6
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	60.4	33.6			4.7 0.6 0.7	94.0
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	31.6	18.2	15.3	9.3	25.5	49.8
	ストレス発散	(n=923)	35.6	20.4	15.5	6.3	22.2	56.0
	スポーツ好き	(n=578)	32.9	21.8	12.8	7.4	25.1	54.7
	普段の習慣	(n=1234)	27.8	18.2	15.4	9.8	28.8	46.0
	友人や知人に誘われた	(n=152)	37.5	30.3	12.5	4.6	15.1	67.8
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	35.2	26.4	11.9	5.7	20.7	61.6
	余暇時間が増えた	(n=361)	39.6	22.4	12.7	6.6	18.6	62.0

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［解除後］（２）

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

2.運動不足は健康に悪いから

・全体で最も大きいのは、『あてはまる』の43.6%で、次いで『ややあてはまる』の29.1%、『どちらともいえない』の17.2%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまる』の39.6%で、次いで『ややあてはまる』の29.4%、『どちらともいえない』の19.5%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまる』の48.6%で、次いで『ややあてはまる』の28.8%、『どちらともいえない』の14.3%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまる』が49.5%で、次いで『60代』の『あてはまる』が42.1%、『20代』の『あてはまる』が39.4%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまる』が54.7%で、次いで『40代』の『あてはまる』が54.4%、『60代』の『あてはまる』が50.2%となっている。

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

2.運動不足は健康に悪いから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=5273)	43.6	29.1	17.2	4.9	5.2	72.7
性別	男性	(n=2913)	39.6	29.4	19.5	5.4	6.0	69.0
	女性	(n=2360)	48.6	28.8	14.3	4.2	4.2	77.4
性年代	男性10代以下	(n=189)	31.2	22.8	19.0	8.5	18.5	54.0
	男性20代	(n=393)	39.4	28.0	20.1	7.1	5.3	67.4
	男性30代	(n=461)	37.3	29.5	21.9	5.4	5.9	66.8
	男性40代	(n=674)	37.7	29.7	21.5	5.8	5.3	67.4
	男性50代	(n=451)	38.1	27.1	23.7	3.8	7.3	65.2
	男性60代	(n=347)	42.1	33.4	15.3	5.5	3.7	75.5
	男性70代以上	(n=398)	49.5	32.7	11.6	3.5	2.8	82.2
	女性10代以下	(n=191)	40.8	26.7	14.7	9.4	8.4	67.5
	女性20代	(n=323)	44.3	30.0	17.0	5.3	3.4	74.3
	女性30代	(n=407)	42.3	32.4	14.0	5.7	5.7	74.7
	女性40代	(n=432)	54.4	25.5	13.0	3.2	3.9	79.9
	女性50代	(n=317)	48.9	28.1	15.8	2.8	4.4	77.0
	女性60代	(n=321)	50.2	28.0	16.8	2.8	2.2	78.2
	女性70代以上	(n=369)	54.7	30.1	10.3	2.2	2.7	84.8
小中高	小学生	(n=590)	42.2	27.5	19.7	6.1	4.6	69.7
	中学生	(n=256)	35.5	31.6	22.3	6.3	4.3	67.1
	高校生	(n=340)	34.1	25.3	17.4	9.1	14.1	59.4
障害者	障害者	(n=509)	41.8	28.3	18.1	5.9	5.9	70.1
エリア	北海道	(n=186)	39.8	27.4	18.8	8.1	5.9	67.2
	東北	(n=252)	38.5	33.3	16.7	7.1	4.4	71.8
	関東	(n=2187)	46.0	29.9	15.5	3.8	4.7	75.9
	甲信越・北陸	(n=177)	43.5	27.1	20.9	5.1	3.4	70.6
	中部	(n=681)	42.6	26.9	19.7	4.8	6.0	69.5
	近畿	(n=1114)	43.7	29.1	16.8	5.1	5.3	72.8
	中国	(n=238)	40.8	31.9	17.2	5.5	4.6	72.7
	四国	(n=114)	33.3	28.1	19.3	8.8	10.5	61.4
	九州	(n=299)	40.8	26.8	20.7	5.4	6.4	67.6
	沖縄	(n=25)	48.0	20.0	20.0	8.0	4.0	68.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	61.7	20.0	6.7	5.0	6.7	81.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1920)	48.8	26.8	15.3	3.9	5.3	75.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=549)	43.7	32.6	14.6	5.3	3.8	76.3
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=238)	50.8	28.6	16.0	3.4	1.3	79.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1038)	38.1	32.3	20.3	4.2	5.1	70.4
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=231)	37.7	35.9	18.2	6.1	2.2	73.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=145)	51.0	28.3	12.4	3.4	4.8	79.3
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=331)	29.6	32.0	23.9	7.6	6.9	61.6
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=38)	39.5	31.6	15.8	7.9	5.3	71.1
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=514)	57.0	24.5	11.3	2.9	4.3	81.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=283)	41.7	30.0	17.0	6.4	4.9	71.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=80)	28.8	28.8	20.0	15.0	7.5	57.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1586)	46.2	28.4	16.3	4.2	4.9	74.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1043)	37.4	33.5	20.0	4.3	4.8	70.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=374)	28.6	35.0	23.3	7.0	6.1	63.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=390)	57.2	22.6	11.5	3.1	5.6	79.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=363)	47.9	31.4	14.9	3.0	2.8	79.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=179)	40.8	34.1	14.5	6.7	3.9	74.9
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=496)	56.7	24.2	10.9	2.8	5.4	80.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=223)	44.8	31.4	13.0	5.4	5.4	76.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=47)	29.8	34.0	19.1	10.6	6.4	63.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1385)	45.6	28.4	17.2	3.9	4.9	74.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=872)	34.5	33.3	22.7	4.5	5.0	67.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=307)	26.4	31.6	26.4	9.4	6.2	58.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=609)	55.3	24.6	11.5	4.3	4.3	79.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=594)	47.3	31.6	14.1	3.9	3.0	78.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=279)	38.7	36.6	14.0	5.7	5.0	75.3
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	60.6	28.9	8.0	0.9	1.6	89.5
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	64.3	31.6	3.2	0.4	0.5	95.9
	ストレス発散	(n=923)	64.0	28.7	4.8	1.0	1.5	92.7
	スポーツ好き	(n=578)	60.4	28.4	7.6	1.7	1.9	88.8
	普段の習慣	(n=1234)	57.4	28.3	8.0	2.4	4.0	85.7
	友人や知人に誘われた	(n=152)	53.3	34.2	9.9	2.0	0.7	87.5
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	57.3	33.5	7.0	0.9	1.3	90.8
	余暇時間が増えた	(n=361)	62.9	29.1	5.3	1.4	1.4	92.0

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［解除後］（３）

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

3.ストレス発散のため

・全体で最も大きいのは、『どちらともいえない』の27.9%で、次いで『ややあてはまる』の23.9%、『あてはまる』の23.2%となっている。

・男性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の29.8%で、次いで『ややあてはまる』の22.6%、『あてはまる』の21.7%となっている。

・女性で最も大きいのは、『ややあてはまる』・『どちらともいえない』の25.6%で、次いで『あてはまる』の25.1%、『あてはまらない』の14.1%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『どちらともいえない』が32.7%で、次いで『40代』の『どちらともいえない』が30.7%、『60代』の『どちらともいえない』が30.0%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『どちらともいえない』が32.2%で、次いで『40代』の『あてはまる』が31.5%、『60代』の『どちらともいえない』が29.9%となっている。

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

3.ストレス発散のため

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5273)	23.2	23.9	27.9	9.8	15.2	47.1
性別	男性	(n=2913)	21.7	22.6	29.8	9.9	16.0	44.3
	女性	(n=2360)	25.1	25.6	25.6	9.7	14.1	50.7
性年代	男性10代以下	(n=189)	25.4	20.1	26.5	3.2	24.9	45.5
	男性20代	(n=393)	29.5	22.4	29.0	7.4	11.7	51.9
	男性30代	(n=461)	23.9	25.8	28.0	9.3	13.0	49.7
	男性40代	(n=674)	23.0	22.1	30.7	10.2	13.9	45.1
	男性50代	(n=451)	20.6	23.1	29.7	10.4	16.2	43.7
	男性60代	(n=347)	14.7	25.4	30.0	11.8	18.2	40.1
	男性70代以上	(n=398)	14.8	18.1	32.7	13.3	21.1	32.9
	女性10代以下	(n=191)	25.1	29.8	20.4	11.0	13.6	54.9
	女性20代	(n=323)	25.1	24.8	24.5	11.5	14.2	49.9
	女性30代	(n=407)	24.8	28.0	21.6	9.6	16.0	52.8
	女性40代	(n=432)	31.5	25.2	25.5	5.3	12.5	56.7
	女性50代	(n=317)	28.1	21.8	22.7	12.6	14.8	49.9
	女性60代	(n=321)	22.7	22.4	29.9	10.3	14.6	45.1
	女性70代以上	(n=369)	17.3	27.6	32.2	10.0	12.7	44.9
小中高	小学生	(n=590)	24.9	25.6	29.3	7.8	12.4	50.5
	中学生	(n=256)	25.0	26.2	26.6	10.5	11.7	51.2
	高校生	(n=340)	25.3	22.6	25.3	7.4	19.4	47.9
障害者	障害者	(n=509)	23.0	18.9	27.5	10.4	20.2	41.9
エリア	北海道	(n=186)	19.9	21.5	24.2	15.6	18.8	41.4
	東北	(n=252)	21.8	27.0	28.6	8.7	13.9	48.8
	関東	(n=2187)	25.3	24.4	27.3	9.4	13.6	49.7
	甲信越・北陸	(n=177)	23.7	23.2	27.7	7.3	18.1	46.9
	中部	(n=681)	21.0	21.9	28.9	10.7	17.5	42.9
	近畿	(n=1114)	21.0	25.0	28.6	10.4	15.0	46.0
	中国	(n=238)	23.1	25.6	26.5	10.1	14.7	48.7
	四国	(n=114)	17.5	19.3	35.1	5.3	22.8	36.8
	九州	(n=299)	26.1	21.4	28.4	9.4	14.7	47.5
	沖縄	(n=25)	24.0	16.0	20.0	8.0	32.0	40.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	40.0	23.3	20.0	1.7	15.0	63.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1920)	22.8	22.1	28.1	8.6	18.5	44.9
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=549)	23.3	27.0	27.0	13.1	9.7	50.3
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=238)	26.9	26.1	23.9	9.2	13.9	53.0
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1038)	23.8	25.1	29.3	10.2	11.6	48.9
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=231)	23.8	30.7	27.3	7.8	10.4	54.5
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=145)	35.2	23.4	21.4	6.2	13.8	58.6
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=331)	17.5	24.2	29.9	12.7	15.7	41.7
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=38)	23.7	18.4	31.6	10.5	15.8	42.1
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=514)	35.4	22.8	22.6	6.2	13.0	58.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=283)	29.0	27.6	24.4	10.2	8.8	56.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=80)	18.8	32.5	26.3	13.8	8.8	51.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1586)	20.4	22.0	28.6	9.5	19.5	42.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1043)	20.6	25.7	30.3	11.2	12.2	46.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=374)	16.3	24.6	29.1	12.8	17.1	40.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=390)	26.4	25.9	24.9	7.4	15.4	52.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=363)	28.4	25.9	27.8	9.4	8.5	54.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=179)	27.4	27.9	26.3	8.9	9.5	55.3
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=496)	35.9	23.0	22.4	6.0	12.7	58.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=223)	31.8	27.8	21.5	9.9	9.0	59.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=47)	17.0	42.6	19.1	17.0	4.3	59.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1385)	19.6	21.2	30.0	9.4	19.9	40.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=872)	20.5	25.0	31.4	11.2	11.8	45.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=307)	15.0	23.5	30.6	13.7	17.3	38.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=609)	26.1	26.3	23.0	8.5	16.1	52.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=594)	25.3	26.9	27.6	10.1	10.1	52.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=279)	25.4	27.2	26.5	9.0	11.8	52.6
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	32.7	28.1	19.5	5.7	14.0	60.8
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	28.2	25.7	23.9	7.5	14.6	53.9
	ストレス発散	(n=923)	49.1	42.9	6.9	0.5	0.5	92.0
	スポーツ好き	(n=578)	40.7	31.3	17.5	4.0	6.6	72.0
	普段の習慣	(n=1234)	29.3	25.2	22.5	8.1	14.8	54.5
	友人や知人に誘われた	(n=152)	44.1	38.2	13.8	2.6	1.3	82.3
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	40.1	40.1	14.5	3.1	2.2	80.2
	余暇時間が増えた	(n=361)	40.7	35.2	13.3	4.2	6.6	75.9

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［解除後］（４）

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

4.もともとスポーツが好きだったから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の27.2%で、次いで『どちらともいえない』の26.9%、『あてはまる』の15.9%となっている。

・男性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の29.6%で、次いで『あてはまらない』の20.3%、『あてはまる』の18.7%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の35.8%で、次いで『どちらともいえない』の23.6%、『あまりあてはまらない』の17.0%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『50代』の『どちらともいえない』が34.6%で、次いで『40代』の『どちらともいえない』が32.9%、『60代』の『どちらともいえない』が30.8%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『あてはまらない』が43.1%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が40.7%、『30代』の『あてはまらない』が38.3%となっている。

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

4.もともとスポーツが好きだったから

(%)

*凡例

			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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=5273)	15.9	15.4	26.9	14.7	27.2	31.3
性別	男性	(n=2913)	18.7	18.6	29.6	12.8	20.3	37.3
	女性	(n=2360)	12.3	11.4	23.6	17.0	35.8	23.7
性年代	男性10代以下	(n=189)	27.0	18.0	21.7	7.9	25.4	45.0
	男性20代	(n=393)	24.7	20.1	25.4	13.7	16.0	44.8
	男性30代	(n=461)	20.8	21.9	29.9	11.5	15.8	42.7
	男性40代	(n=674)	18.0	16.9	32.9	12.6	19.6	34.9
	男性50代	(n=451)	14.6	15.3	34.6	13.1	22.4	29.9
	男性60代	(n=347)	11.8	19.0	30.8	15.0	23.3	30.8
	男性70代以上	(n=398)	18.3	19.8	24.9	13.8	23.1	38.1
	女性10代以下	(n=191)	25.1	15.2	22.0	14.7	23.0	40.3
	女性20代	(n=323)	13.3	12.4	20.4	18.9	35.0	25.7
	女性30代	(n=407)	9.6	11.5	21.1	19.4	38.3	21.1
	女性40代	(n=432)	10.4	10.9	20.6	15.0	43.1	21.3
	女性50代	(n=317)	10.4	9.8	21.8	17.4	40.7	20.2
	女性60代	(n=321)	12.1	11.5	30.5	14.0	31.8	23.6
	女性70代以上	(n=369)	11.9	10.0	28.7	18.4	30.9	21.9
小中高	小学生	(n=590)	16.3	18.0	30.3	12.7	22.7	34.3
	中学生	(n=256)	17.6	14.5	30.9	14.8	22.3	32.1
	高校生	(n=340)	26.5	16.5	22.6	11.2	23.2	43.0
障害者	障害者	(n=509)	14.9	11.8	20.2	16.7	36.3	26.7
エリア	北海道	(n=186)	14.0	16.1	22.6	11.8	35.5	30.1
	東北	(n=252)	19.4	13.1	31.3	14.7	21.4	32.5
	関東	(n=2187)	17.2	16.6	26.4	14.2	25.6	33.8
	甲信越・北陸	(n=177)	15.3	15.3	28.2	13.6	27.7	30.6
	中部	(n=681)	13.1	13.2	28.0	16.2	29.5	26.3
	近畿	(n=1114)	15.1	14.8	26.7	15.4	28.1	29.9
	中国	(n=238)	13.4	16.0	28.6	15.1	26.9	29.4
	四国	(n=114)	17.5	15.8	22.8	13.2	30.7	33.3
	九州	(n=299)	14.7	14.0	28.1	15.1	28.1	28.7
	沖縄	(n=25)	20.0	12.0	20.0	12.0	36.0	32.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	15.0	21.7	23.3	8.3	31.7	36.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1920)	16.7	14.3	26.5	14.2	28.3	31.0
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=549)	20.9	16.6	23.7	16.4	22.4	37.5
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=238)	14.3	16.8	24.4	18.9	25.6	31.1
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1038)	16.2	16.7	31.4	13.6	22.2	32.9
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=231)	15.2	25.5	28.6	10.0	20.8	40.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=145)	13.8	15.9	25.5	15.2	29.7	29.7
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=331)	13.0	13.6	25.1	17.8	30.5	26.6
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=38)	18.4	21.1	34.2	5.3	21.1	39.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=514)	22.0	17.9	21.4	15.0	23.7	39.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=283)	19.4	17.7	31.4	12.0	19.4	37.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=80)	15.0	20.0	31.3	13.8	20.0	35.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1586)	15.3	14.3	27.0	14.1	29.3	29.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1043)	16.6	15.8	29.8	14.3	23.5	32.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=374)	13.6	16.0	27.3	15.2	27.8	29.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=390)	14.1	13.6	22.1	15.9	34.4	27.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=363)	14.0	17.4	27.0	15.2	26.4	31.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=179)	14.0	18.4	24.0	17.9	25.7	32.4
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=496)	22.4	17.9	20.6	14.9	24.2	40.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=223)	22.4	19.3	30.9	12.1	15.2	41.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=47)	14.9	21.3	34.0	10.6	19.1	36.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1385)	14.2	14.1	27.9	14.6	29.2	28.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=872)	15.8	16.2	31.1	13.6	23.3	32.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=307)	13.7	14.7	27.0	17.3	27.4	28.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=609)	16.7	14.4	22.3	14.3	32.2	31.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=594)	15.3	15.8	26.6	15.5	26.8	31.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=279)	14.0	19.4	25.4	15.1	26.2	33.4
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	20.4	16.6	21.4	13.3	28.2	37.0
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	18.2	15.3	24.0	14.2	28.4	33.5
	ストレス発散	(n=923)	26.8	19.0	24.5	10.7	19.1	45.8
	スポーツ好き	(n=578)	51.7	42.6	3.8	0.7	1.2	94.3
	普段の習慣	(n=1234)	22.6	17.7	21.8	12.6	25.3	40.3
	友人や知人に誘われた	(n=152)	45.4	30.3	12.5	5.3	6.6	75.7
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	36.6	25.1	16.3	12.8	9.3	61.7
	余暇時間が増えた	(n=361)	29.9	19.4	18.3	13.0	19.4	49.3

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［解除後］（５）

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

5.習慣になっていたため

・全体で最も大きいのは、『どちらともいえない』の26.6%で、次いで『あてはまる』の23.4%、『ややあてはまる』の21.8%となっている。

・男性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の28.8%で、次いで『あてはまる』の24.1%、『ややあてはまる』の23.0%となっている。

・女性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の23.9%で、次いで『あてはまる』の22.6%、『あてはまらない』の20.9%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまる』が32.9%で、次いで『40代』の『どちらともいえない』が31.8%、『30代』の『どちらともいえない』が31.7%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『30代』の『あてはまらない』が30.0%で、次いで『70代以上』の『あてはまる』が29.5%、『60代』の『あてはまる』が29.0%となっている。

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

5.習慣になっていたため

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5273)	23.4	21.8	26.6	10.9	17.2	45.2
性別	男性	(n=2913)	24.1	23.0	28.8	9.9	14.2	47.1
	女性	(n=2360)	22.6	20.4	23.9	12.2	20.9	43.0
性年代	男性10代以下	(n=189)	24.3	22.2	27.5	9.5	16.4	46.5
	男性20代	(n=393)	24.2	24.7	26.5	11.2	13.5	48.9
	男性30代	(n=461)	21.9	20.8	31.7	9.5	16.1	42.7
	男性40代	(n=674)	22.7	20.0	31.8	11.6	13.9	42.7
	男性50代	(n=451)	22.4	22.2	30.2	9.1	16.2	44.6
	男性60代	(n=347)	21.6	26.2	29.7	9.2	13.3	47.8
	男性70代以上	(n=398)	32.9	27.6	20.9	7.8	10.8	60.5
	女性10代以下	(n=191)	20.4	17.3	20.4	16.8	25.1	37.7
	女性20代	(n=323)	14.6	16.4	25.7	15.8	27.6	31.0
	女性30代	(n=407)	14.7	19.7	20.1	15.5	30.0	34.4
	女性40代	(n=432)	23.6	17.6	23.1	10.9	24.8	41.2
	女性50代	(n=317)	26.5	19.9	27.1	8.8	17.7	46.4
	女性60代	(n=321)	29.0	23.4	25.9	10.3	11.5	52.4
	女性70代以上	(n=369)	29.5	27.4	24.9	8.9	9.2	56.9
小中高	小学生	(n=590)	19.5	22.5	27.3	11.0	19.7	42.0
	中学生	(n=256)	21.5	22.7	29.3	10.9	15.6	44.2
	高校生	(n=340)	22.9	18.8	24.7	12.9	20.6	41.7
障害者	障害者	(n=509)	24.6	17.7	25.3	11.0	21.4	42.3
エリア	北海道	(n=186)	25.3	19.9	24.7	12.9	17.2	45.2
	東北	(n=252)	23.0	24.6	27.8	10.3	14.3	47.6
	関東	(n=2187)	23.6	22.9	25.8	10.1	17.6	46.5
	甲信越・北陸	(n=177)	28.2	19.8	28.2	9.0	14.7	48.0
	中部	(n=681)	21.6	20.6	28.5	12.5	16.9	42.2
	近畿	(n=1114)	23.4	22.3	25.4	11.4	17.5	45.7
	中国	(n=238)	23.1	19.3	29.0	11.8	16.8	42.4
	四国	(n=114)	24.6	21.1	27.2	11.4	15.8	45.7
	九州	(n=299)	23.7	18.7	29.1	10.4	18.1	42.4
	沖縄	(n=25)	12.0	16.0	36.0	16.0	20.0	28.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	40.0	13.3	26.7	5.0	15.0	53.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1920)	37.6	25.5	21.4	5.4	10.2	63.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=549)	20.4	24.0	27.9	15.5	12.2	44.4
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=238)	16.8	23.5	29.4	11.8	18.5	40.3
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1038)	17.6	21.7	32.7	12.2	15.8	39.3
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=231)	9.5	25.1	34.6	14.7	16.0	34.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=145)	13.8	16.6	17.9	22.1	29.7	30.4
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=331)	9.4	14.2	30.8	16.3	29.3	23.6
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=38)	5.3	26.3	15.8	18.4	34.2	31.6
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=514)	35.6	24.5	19.6	6.0	14.2	60.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=283)	20.8	23.0	26.1	9.9	20.1	43.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=80)	12.5	17.5	25.0	25.0	20.0	30.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1586)	35.1	24.9	22.4	6.6	11.1	60.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1043)	16.2	20.7	34.2	13.4	15.4	36.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=374)	7.5	16.8	31.0	15.8	28.9	24.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=390)	27.7	23.6	22.3	8.7	17.7	51.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=363)	14.6	23.1	30.3	15.4	16.5	37.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=179)	10.1	17.3	28.5	19.0	25.1	27.4
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=496)	37.3	23.8	18.8	6.0	14.1	61.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=223)	22.0	25.6	24.2	8.5	19.7	47.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=47)	14.9	21.3	21.3	23.4	19.1	36.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1385)	34.4	25.6	22.9	6.1	10.9	60.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=872)	16.7	20.4	34.5	12.6	15.7	37.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=307)	7.8	15.6	31.6	15.6	29.3	23.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=609)	30.4	23.0	21.8	8.9	15.9	53.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=594)	14.5	21.9	31.3	16.0	16.3	36.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=279)	9.0	17.9	28.7	19.4	25.1	26.9
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	38.1	26.9	17.9	5.7	11.4	65.0
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	40.2	27.3	17.7	5.0	9.9	67.5
	ストレス発散	(n=923)	45.5	28.5	14.3	4.4	7.3	74.0
	スポーツ好き	(n=578)	54.7	32.5	8.0	1.6	3.3	87.2
	普段の習慣	(n=1234)	57.9	36.1	4.5	0.7	0.8	94.0
	友人や知人に誘われた	(n=152)	42.8	43.4	7.9	2.6	3.3	86.2
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	46.7	37.9	8.8	4.0	2.6	84.6
	余暇時間が増えた	(n=361)	43.8	34.6	9.7	6.4	5.5	78.4

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［解除後］（６）

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

6.友人や知人に誘われたから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の60.0%で、次いで『どちらともいえない』の16.6%、『あまりあてはまらない』の12.8%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の57.7%で、次いで『どちらともいえない』の17.9%、『あまりあてはまらない』の12.2%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の62.8%で、次いで『どちらともいえない』の15.0%、『あまりあてはまらない』の13.6%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『あてはまらない』が67.4%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が65.0%、『70代以上』の『あてはまらない』が64.6%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『あてはまらない』が69.7%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が69.4%、『30代』の『あてはまらない』が66.8%となっている。

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

6.友人や知人に誘われたから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5273)	3.7	7.0	16.6	12.8	60.0	10.7
性別	男性	(n=2913)	3.7	8.5	17.9	12.2	57.7	12.2
	女性	(n=2360)	3.6	5.1	15.0	13.6	62.8	8.7
性年代	男性10代以下	(n=189)	7.9	18.5	16.9	11.6	45.0	26.4
	男性20代	(n=393)	6.6	14.8	22.4	13.2	43.0	21.4
	男性30代	(n=461)	5.2	10.2	20.2	12.1	52.3	15.4
	男性40代	(n=674)	2.5	7.4	19.4	11.1	59.5	9.9
	男性50代	(n=451)	3.1	5.3	16.9	9.8	65.0	8.4
	男性60代	(n=347)	1.4	6.1	13.8	11.2	67.4	7.5
	男性70代以上	(n=398)	1.8	3.3	13.3	17.1	64.6	5.1
	女性10代以下	(n=191)	6.3	9.4	20.9	17.8	45.5	15.7
	女性20代	(n=323)	4.0	7.4	16.1	12.4	60.1	11.4
	女性30代	(n=407)	3.7	4.4	11.5	13.5	66.8	8.1
	女性40代	(n=432)	3.0	4.4	13.7	9.3	69.7	7.4
	女性50代	(n=317)	3.2	2.5	11.4	13.6	69.4	5.7
	女性60代	(n=321)	3.7	4.4	16.5	15.3	60.1	8.1
	女性70代以上	(n=369)	2.7	5.1	17.9	16.0	58.3	7.8
小中高	小学生	(n=590)	3.4	9.2	18.0	11.2	58.3	12.6
	中学生	(n=256)	3.1	7.8	19.1	10.2	59.8	10.9
	高校生	(n=340)	7.4	13.8	19.1	15.0	44.7	21.2
障害者	障害者	(n=509)	4.7	4.3	16.5	10.6	63.9	9.0
エリア	北海道	(n=186)	3.2	8.6	14.0	15.1	59.1	11.8
	東北	(n=252)	4.4	8.7	19.0	12.7	55.2	13.1
	関東	(n=2187)	3.5	6.4	15.7	13.7	60.6	9.9
	甲信越・北陸	(n=177)	1.7	10.7	16.4	10.2	61.0	12.4
	中部	(n=681)	2.9	6.5	19.1	11.2	60.4	9.4
	近畿	(n=1114)	4.0	7.5	15.1	12.8	60.6	11.5
	中国	(n=238)	5.5	8.8	17.2	10.5	58.0	14.3
	四国	(n=114)	6.1	6.1	16.7	11.4	59.6	12.2
	九州	(n=299)	4.0	4.7	21.7	12.7	56.9	8.7
	沖縄	(n=25)	4.0	16.0	12.0	68.0		4.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	1.7	6.7	15.0	13.3	63.3	8.4
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1920)	2.9	4.7	13.3	10.8	68.3	7.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=549)	4.0	8.7	15.8	15.5	55.9	12.7
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=238)	3.4	7.6	16.4	11.3	61.3	11.0
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1038)	3.9	7.4	20.8	14.1	53.9	11.3
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=231)	2.6	9.5	14.3	19.0	54.5	12.1
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=145)	5.5	11.0	13.8	14.5	55.2	16.5
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=331)	5.1	8.5	22.1	13.9	50.5	13.6
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=38)	7.9	10.5	31.6	7.9	42.1	18.4
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=514)	6.2	8.4	14.0	9.3	62.1	14.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=283)	9.5	10.6	21.6	11.0	47.3	20.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=80)	10.0	16.3	20.0	22.5	31.3	26.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1586)	1.8	4.3	13.6	11.2	69.2	6.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1043)	2.4	7.1	20.1	14.5	55.9	9.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=374)	2.9	8.0	21.4	12.8	54.8	10.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=390)	3.8	5.4	9.5	13.3	67.9	9.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=363)	4.1	8.3	14.9	17.4	55.4	12.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=179)	4.5	8.9	17.9	16.2	52.5	13.4
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=496)	7.3	7.9	12.3	9.9	62.7	15.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=223)	11.2	8.5	22.0	9.4	48.9	19.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=47)	10.6	17.0	21.3	27.7	23.4	27.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1385)	1.6	4.3	14.3	10.8	69.0	5.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=872)	2.9	7.6	20.3	14.9	54.4	10.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=307)	2.6	8.1	23.1	13.4	52.8	10.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=609)	3.0	5.6	10.7	12.8	68.0	8.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=594)	2.9	8.2	16.7	15.8	56.4	11.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=279)	5.0	9.3	16.8	14.7	54.1	14.3
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	5.4	6.2	8.4	10.7	69.4	11.6
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	3.4	4.5	9.0	11.2	72.0	7.9
	ストレス発散	(n=923)	5.4	6.6	10.3	11.2	66.5	12.0
	スポーツ好き	(n=578)	7.4	10.9	8.7	10.4	62.6	18.3
	普段の習慣	(n=1234)	4.0	5.6	7.4	10.1	72.9	9.6
	友人や知人に誘われた	(n=152)	34.9	44.7	10.5	3.3	6.6	79.6
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	20.3	22.0	10.6	9.3	37.9	42.3
	余暇時間が増えた	(n=361)	12.5	13.6	8.3	12.5	53.2	26.1

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［解除後］（７）

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ
7.感染者数の減少等、感染リスクが下がってきたと感じたから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の47.0%で、次いで『どちらともいえない』の25.0%、『あまりあてはまらない』の14.5%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の46.2%で、次いで『どちらともいえない』の26.0%、『あまりあてはまらない』の14.6%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の48.0%で、次いで『どちらともいえない』の23.9%、『あまりあてはまらない』の14.4%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が51.7%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が49.3%、『40代』の『あてはまらない』が48.2%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『あてはまらない』が58.6%で、次いで『30代』の『あてはまらない』が53.6%、『20代』の『あてはまらない』が52.0%となっている。

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

7.感染者数の減少等、感染リスクが下がってきたと感じたから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=5273)	4.7	8.7	25.0	14.5	47.0	13.4
性別	男性	(n=2913)	4.7	8.5	26.0	14.6	46.2	13.2
	女性	(n=2360)	4.7	9.0	23.9	14.4	48.0	13.7
性年代	男性10代以下	(n=189)	4.8	13.8	24.3	13.8	43.4	18.6
	男性20代	(n=393)	8.9	13.5	27.7	12.2	37.7	22.4
	男性30代	(n=461)	5.0	9.5	26.7	15.2	43.6	14.5
	男性40代	(n=674)	4.0	7.6	25.4	14.8	48.2	11.6
	男性50代	(n=451)	3.3	5.3	24.6	15.1	51.7	8.6
	男性60代	(n=347)	2.6	7.8	25.1	15.3	49.3	10.4
	男性70代以上	(n=398)	4.8	5.5	27.4	15.3	47.0	10.3
	女性10代以下	(n=191)	8.9	8.9	24.1	18.3	39.8	17.8
	女性20代	(n=323)	3.7	9.6	19.8	14.9	52.0	13.3
	女性30代	(n=407)	4.4	7.9	19.4	14.7	53.6	12.3
	女性40代	(n=432)	2.5	7.4	20.8	10.6	58.6	9.9
	女性50代	(n=317)	3.8	5.4	25.6	14.2	51.1	9.2
	女性60代	(n=321)	6.9	10.0	28.0	15.9	39.3	16.9
	女性70代以上	(n=369)	5.4	14.1	30.6	14.9	35.0	19.5
小中高	小学生	(n=590)	4.4	8.3	24.6	14.6	48.1	12.7
	中学生	(n=256)	5.1	10.5	25.4	12.9	46.1	15.6
	高校生	(n=340)	6.8	10.9	25.0	15.0	42.4	17.7
障害者	障害者	(n=509)	6.7	8.1	20.8	15.5	48.9	14.8
エリア	北海道	(n=186)	4.8	10.8	22.0	14.5	47.8	15.6
	東北	(n=252)	6.0	8.3	25.4	16.7	43.7	14.3
	関東	(n=2187)	4.3	9.5	23.5	15.1	47.5	13.8
	甲信越・北陸	(n=177)	5.1	10.2	28.2	9.6	46.9	15.3
	中部	(n=681)	4.4	7.0	26.9	14.1	47.6	11.4
	近畿	(n=1114)	4.7	8.3	25.8	14.7	46.6	13.0
	中国	(n=238)	6.3	8.8	23.1	15.5	46.2	15.1
	四国	(n=114)	4.4	7.0	29.8	7.0	51.8	11.4
	九州	(n=299)	6.0	7.4	28.1	14.0	44.5	13.4
	沖縄	(n=25)	4.0	8.0	24.0	12.0	52.0	12.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	6.7	18.3	20.0	10.0	45.0	25.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1920)	4.7	7.5	22.1	13.1	52.6	12.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=549)	6.0	11.7	26.8	16.8	38.8	17.7
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=238)	4.2	10.1	26.1	15.5	44.1	14.3
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1038)	4.1	7.6	29.7	15.5	43.1	11.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=231)	4.3	14.3	23.8	15.2	42.4	18.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=145)	7.6	7.6	21.4	16.6	46.9	15.2
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=331)	3.6	6.6	27.2	16.3	46.2	10.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=38)	5.3	13.2	15.8	21.1	44.7	18.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=514)	7.2	11.5	20.4	12.3	48.6	18.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=283)	8.5	12.0	27.2	14.5	37.8	20.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=80)	6.3	6.3	26.3	23.8	37.5	12.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1586)	3.7	6.9	23.1	12.8	53.6	10.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1043)	3.0	8.4	29.4	16.4	42.8	11.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=374)	3.5	8.0	26.2	13.9	48.4	11.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=390)	5.9	8.7	20.5	14.6	50.3	14.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=363)	7.7	9.9	25.3	15.2	41.9	17.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=179)	2.8	10.1	23.5	22.9	40.8	12.9
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=496)	7.9	12.1	18.1	12.9	49.0	20.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=223)	9.0	11.7	26.0	16.1	37.2	20.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=47)	8.5	8.5	34.0	23.4	25.5	17.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1385)	3.2	6.4	24.5	12.0	53.9	9.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=872)	3.1	8.0	29.9	15.9	43.0	11.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=307)	3.6	7.2	24.1	13.7	51.5	10.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=609)	5.7	8.7	19.9	15.3	50.4	14.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=594)	6.1	10.4	26.4	15.5	41.6	16.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=279)	2.9	9.7	25.4	21.1	40.9	12.6
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	6.9	9.3	16.3	11.4	56.2	16.2
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	5.4	7.1	19.3	12.5	55.7	12.5
	ストレス発散	(n=923)	8.5	10.6	18.4	12.9	49.6	19.1
	スポーツ好き	(n=578)	11.2	13.1	14.9	12.3	48.4	24.3
	普段の習慣	(n=1234)	6.6	8.5	17.0	12.3	55.5	15.1
	友人や知人に誘われた	(n=152)	31.6	36.8	19.1	3.9	8.6	68.4
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	35.2	41.0	14.5	4.4	4.8	76.2
	余暇時間が増えた	(n=361)	19.1	21.3	17.7	11.1	30.7	40.4

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［解除後］（８）

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

8.余暇時間が増えたから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の40.2%で、次いで『どちらともいえない』の26.9%、『あまりあてはまらない』の13.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の40.5%で、次いで『どちらともいえない』の28.2%、『あまりあてはまらない』の12.9%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の39.9%で、次いで『どちらともいえない』の25.4%、『あまりあてはまらない』の13.5%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が49.2%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が45.2%、『60代』の『あてはまらない』が42.4%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が47.6%で、次いで『40代』の『あてはまらない』が44.9%、『30代』の『あてはまらない』が41.3%となっている。

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

8.余暇時間が増えたから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5273)	7.8	11.9	26.9	13.1	40.2	19.7
性別	男性	(n=2913)	6.6	11.8	28.2	12.9	40.5	18.4
	女性	(n=2360)	9.3	11.9	25.4	13.5	39.9	21.2
性年代	男性10代以下	(n=189)	7.4	16.4	25.4	13.2	37.6	23.8
	男性20代	(n=393)	13.2	18.6	26.0	13.5	28.8	31.8
	男性30代	(n=461)	6.5	12.4	31.2	13.7	36.2	18.9
	男性40代	(n=674)	4.9	10.5	30.0	12.6	42.0	15.4
	男性50代	(n=451)	5.8	8.0	28.4	12.6	45.2	13.8
	男性60代	(n=347)	5.5	11.5	28.8	11.8	42.4	17.0
	男性70代以上	(n=398)	4.3	9.3	24.4	12.8	49.2	13.6
	女性10代以下	(n=191)	14.7	13.6	28.3	14.1	29.3	28.3
	女性20代	(n=323)	13.6	19.8	20.7	11.1	34.7	33.4
	女性30代	(n=407)	9.3	13.5	21.6	14.3	41.3	22.8
	女性40代	(n=432)	7.9	12.0	24.3	10.9	44.9	19.9
	女性50代	(n=317)	6.0	7.6	24.6	14.2	47.6	13.6
	女性60代	(n=321)	10.6	10.0	27.7	14.3	37.4	20.6
	女性70代以上	(n=369)	6.0	7.9	32.2	16.0	37.9	13.9
小中高	小学生	(n=590)	5.9	13.6	26.4	12.7	41.4	19.5
	中学生	(n=256)	7.4	10.5	30.1	10.2	41.8	17.9
	高校生	(n=340)	10.9	15.0	25.9	14.4	33.8	25.9
障害者	障害者	(n=509)	11.0	9.2	24.2	13.0	42.6	20.2
エリア	北海道	(n=186)	9.7	12.9	22.0	15.1	40.3	22.6
	東北	(n=252)	9.1	10.7	29.4	11.1	39.7	19.8
	関東	(n=2187)	7.7	12.5	27.3	12.5	40.1	20.2
	甲信越・北陸	(n=177)	7.9	15.3	20.9	13.6	42.4	23.2
	中部	(n=681)	6.2	12.2	27.8	12.9	41.0	18.4
	近畿	(n=1114)	7.5	11.2	26.8	15.6	38.8	18.7
	中国	(n=238)	11.8	9.7	26.1	12.6	39.9	21.5
	四国	(n=114)	7.9	7.9	23.7	7.0	53.5	15.8
	九州	(n=299)	7.7	11.4	30.1	12.0	38.8	19.1
	沖縄	(n=25)	8.0	24.0	16.0		52.0	8.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	15.0	16.7	26.7	5.0	36.7	31.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1920)	7.1	9.3	23.5	12.9	47.1	16.4
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=549)	8.2	13.7	28.4	13.8	35.9	21.9
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=238)	16.4	20.6	27.7	11.8	23.5	37.0
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1038)	6.3	10.4	32.1	13.7	37.6	16.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=231)	6.1	14.7	24.2	17.7	37.2	20.8
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=145)	15.2	17.9	24.8	13.1	29.0	33.1
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=331)	6.0	11.5	30.5	11.8	40.2	17.5
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=38)	2.6	13.2	23.7	10.5	50.0	15.8
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=514)	17.9	19.3	21.8	10.1	30.9	37.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=283)	13.1	19.4	31.8	13.8	21.9	32.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=80)	8.8	21.3	30.0	16.3	23.8	30.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1586)	5.8	7.6	24.5	13.2	48.9	13.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1043)	5.1	10.4	33.0	13.3	38.3	15.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=374)	4.8	9.9	29.1	12.0	44.1	14.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=390)	9.5	14.4	22.6	12.6	41.0	23.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=363)	8.8	15.7	24.5	14.6	36.4	24.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=179)	4.5	14.5	25.7	18.4	36.9	19.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=496)	17.9	17.3	21.8	10.1	32.9	35.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=223)	14.3	20.2	28.7	13.5	23.3	34.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=47)	12.8	29.8	25.5	12.8	19.1	42.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1385)	5.1	7.9	25.6	12.8	48.7	13.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=872)	4.8	9.9	33.9	13.3	38.1	14.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=307)	3.9	9.8	30.9	12.1	43.3	13.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=609)	10.2	13.1	20.9	13.6	42.2	23.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=594)	8.1	15.0	27.4	14.3	35.2	23.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=279)	5.4	12.9	25.8	17.2	38.7	18.3
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	13.3	13.6	18.0	11.4	43.7	26.9
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	9.8	11.2	21.0	12.2	45.9	21.0
	ストレス発散	(n=923)	14.1	14.8	20.8	10.9	39.3	28.9
	スポーツ好き	(n=578)	15.6	13.7	16.3	11.9	42.6	29.3
	普段の習慣	(n=1234)	10.8	11.4	18.5	11.8	47.6	22.2
	友人や知人に誘われた	(n=152)	34.9	34.2	16.4	5.3	9.2	69.1
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	32.2	34.8	18.1	6.2	8.8	67.0
	余暇時間が増えた	(n=361)	42.9	44.0	9.7	1.7	1.7	86.9

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［解除後］（９）

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

9.その他

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の16.3%で、次いで『どちらともいえない』の8.5%、『あてはまる』の2.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の15.9%で、次いで『どちらともいえない』の9.9%、『あてはまる』の2.6%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の16.8%で、次いで『どちらともいえない』の6.7%、『あてはまる』の2.2%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が22.9%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が19.6%、『50代』の『あてはまらない』が18.2%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『30代』の『あてはまらない』が21.4%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が20.5%、『40代』の『あてはまらない』が18.3%となっている。

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

9.その他

(%)

		*凡例	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	無回答	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5273)	2.4	1.3	8.5	1.5	16.3	70.0	3.7
性別	男性	(n=2913)	2.6	1.5	9.9	1.5	15.9	68.7	4.1
	女性	(n=2360)	2.2	1.2	6.7	1.6	16.8	71.5	3.4
性年代	男性10代以下	(n=189)	6.9	1.6	7.9	1.6	15.9	66.1	8.5
	男性20代	(n=393)	2.5	2.3	4.6	2.0	9.2	79.4	4.8
	男性30代	(n=461)	3.0	2.4	11.7	1.1	13.0	68.8	5.4
	男性40代	(n=674)	1.9	1.3	12.6	1.6	14.2	68.2	3.2
	男性50代	(n=451)	1.6	0.7	11.3	1.6	18.2	66.7	2.3
	男性60代	(n=347)	2.0	2.3	8.6	1.2	19.6	66.3	4.3
	男性70代以上	(n=398)	3.0		8.5	1.3	22.9	64.3	3.0
	女性10代以下	(n=191)	2.6	1.6	5.2	2.6	15.7	72.3	4.2
	女性20代	(n=323)	1.5	2.2	6.8	1.5	14.9	73.1	3.7
	女性30代	(n=407)	2.7	0.2	5.7	2.0	21.4	68.1	2.9
	女性40代	(n=432)	1.9	1.6	6.3	1.2	18.3	70.8	3.5
	女性50代	(n=317)	2.8	0.6	6.0	1.6	20.5	68.5	3.4
	女性60代	(n=321)	1.6	1.6	10.3	0.9	13.4	72.3	3.2
	女性70代以上	(n=369)	2.4	0.8	6.8	1.6	11.9	76.4	3.2
小中高	小学生	(n=590)	1.4	2.0	9.3	1.7	14.6	71.0	3.4
	中学生	(n=256)	1.2	0.8	10.2	1.2	15.6	71.1	2.0
	高校生	(n=340)	5.0	1.5	6.8	2.4	16.2	68.2	6.5
障害者	障害者	(n=509)	5.3	1.6	8.6	1.4	17.9	65.2	6.9
エリア	北海道	(n=186)	2.7	2.2	7.0	1.6	15.6	71.0	4.9
	東北	(n=252)	4.0	1.6	7.9	1.2	14.7	70.6	5.6
	関東	(n=2187)	2.3	1.1	8.5	1.5	14.4	72.2	3.4
	甲信越・北陸	(n=177)	2.8	3.4	7.3	2.3	22.0	62.1	6.2
	中部	(n=681)	2.6	1.6	9.4	1.0	17.6	67.7	4.2
	近畿	(n=1114)	2.2	1.5	7.7	1.5	18.5	68.6	3.7
	中国	(n=238)	3.4	0.4	10.5	1.3	15.5	68.9	3.8
	四国	(n=114)	2.6	1.8	5.3	0.9	22.8	66.7	4.4
	九州	(n=299)	1.7	0.3	11.0	3.0	14.4	69.6	2.0
	沖縄	(n=25)	4.0	4.0			24.0	68.0	0.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	1.7	3.3	3.3		13.3	78.3	5.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1920)	3.1	1.3	7.6	1.3	18.8	67.9	4.4
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=549)	3.8	1.8	6.7	1.8	12.8	73.0	5.6
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=238)	3.4	1.7	5.9	0.8	11.3	76.9	5.1
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1038)	1.3	1.1	10.7	1.8	15.8	69.3	2.4
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=231)	0.9		6.5	2.2	14.3	76.2	0.9
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=145)	1.4	2.8	6.2		12.4	77.2	4.2
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=331)	1.5	1.2	12.7	2.1	13.9	68.6	2.7
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=38)	5.3		5.3	5.3	15.8	68.4	5.3
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=514)	2.5	2.1	6.2	1.2	14.0	73.9	4.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=283)	4.6	1.8	6.4	2.1	11.0	74.2	6.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=80)	3.8	5.0	2.5	3.8	15.0	70.0	8.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1586)	2.6	1.0	8.1	1.1	19.2	68.0	3.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1043)	1.4	1.2	10.5	1.6	15.4	69.9	2.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=374)	0.8	0.8	11.0	1.6	15.8	70.1	1.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=390)	4.4		1.5	6.2	1.5	14.6	71.8	5.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=363)	1.1	1.9	7.4	1.7	14.9	73.0	3.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=179)	1.1	2.2	6.7	2.8	14.0	73.2	3.3
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=496)	3.4	1.2	5.0	1.0	13.9	75.4	4.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=223)	4.5	1.8	5.8	2.2	9.9	75.8	6.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=47)	2.1		10.6	4.3	10.6	72.3	12.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1385)	2.7	1.3	9.2	0.9	19.1	66.9	4.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=872)	1.5	1.3	11.0	1.5	16.2	68.6	2.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=307)	1.3	0.7	10.4	2.0	15.6	70.0	2.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=609)	3.0	1.5	5.3	1.8	16.6	71.9	4.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=594)	2.0	1.0	7.6	1.9	14.0	73.6	3.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=279)	1.1	1.4	8.2	2.2	15.4	71.7	2.5
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	2.5	1.8	4.9	0.7	18.6	71.4	4.3
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	2.1	1.2	5.6	1.0	18.5	71.6	3.3
	ストレス発散	(n=923)	2.3	1.7	4.8	0.5	17.7	73.0	4.0
	スポーツ好き	(n=578)	3.1	2.4	4.5	0.9	17.8	71.3	5.5
	普段の習慣	(n=1234)	2.6	1.3	4.5	1.1	19.0	71.6	3.9
	友人や知人に誘われた	(n=152)		7.9	7.2	6.6	6.6	71.7	15.1
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)		6.6	7.0	4.0	0.9 6.6	74.9	13.6
	余暇時間が増えた	(n=361)	4.4	4.7	3.0	0.3 7.8		79.8	9.1

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［現在］（１）

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

1.ダイエットのため

・全体で最も大きいのは、『あてはまる』の27.4%で、次いで『あてはまらない』の25.5%、『どちらともいえない』の19.7%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の27.2%で、次いで『あてはまる』の23.5%、『どちらともいえない』の20.9%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまる』の32.1%で、次いで『あてはまらない』の23.4%、『どちらともいえない』の18.3%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『あてはまらない』が49.2%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が42.3%、『40代』の『あてはまる』が29.6%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『あてはまる』が51.3%で、次いで『20代』の『あてはまる』が44.4%、『70代以上』の『あてはまらない』が43.2%となっている。

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

1.ダイエットのため

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5472)	27.4	18.1	19.7	9.4	25.5	45.5
性別	男性	(n=2977)	23.5	19.0	20.9	9.4	27.2	42.5
	女性	(n=2495)	32.1	16.9	18.3	9.3	23.4	49.0
性年代	男性10代以下	(n=185)	17.8	11.9	13.0	8.1	49.2	29.7
	男性20代	(n=400)	28.5	18.5	21.3	7.5	24.3	47.0
	男性30代	(n=469)	27.5	24.1	20.0	7.5	20.9	51.6
	男性40代	(n=689)	29.6	20.8	21.0	9.0	19.6	50.4
	男性50代	(n=465)	24.3	20.0	22.6	8.4	24.7	44.3
	男性60代	(n=353)	18.7	15.9	26.1	11.6	27.8	34.6
	男性70代以上	(n=416)	9.9	15.6	18.3	13.9	42.3	25.5
	女性10代以下	(n=191)	51.3	19.4	14.1	3.7	11.5	70.7
	女性20代	(n=349)	44.4	19.8	15.5	6.0	14.3	64.2
	女性30代	(n=437)	41.0	21.1	15.3	8.0	14.6	62.1
	女性40代	(n=462)	39.0	19.5	15.8	6.9	18.8	58.5
	女性50代	(n=339)	28.0	15.9	21.2	9.4	25.4	43.9
	女性60代	(n=321)	17.8	11.5	24.6	13.7	32.4	29.3
	女性70代以上	(n=396)	9.1	10.9	21.5	15.4	43.2	20.0
小中高	小学生	(n=612)	35.5	19.6	20.1	7.8	17.0	55.1
	中学生	(n=267)	30.7	22.8	18.4	9.0	19.1	53.5
	高校生	(n=338)	33.7	16.0	13.6	5.6	31.1	49.7
障害者	障害者	(n=539)	28.4	14.7	22.4	8.2	26.3	43.1
エリア	北海道	(n=204)	30.4	15.2	20.1	7.4	27.0	45.6
	東北	(n=258)	30.2	21.7	19.8	6.2	22.1	51.9
	関東	(n=2242)	27.8	18.6	19.0	9.8	24.9	46.4
	甲信越・北陸	(n=196)	27.0	19.9	21.4	7.7	24.0	46.9
	中部	(n=703)	25.9	18.9	20.9	8.4	25.9	44.8
	近畿	(n=1147)	26.6	16.9	18.7	10.5	27.3	43.5
	中国	(n=245)	29.8	19.6	17.6	9.0	24.1	49.4
	四国	(n=125)	26.4	15.2	22.4	7.2	28.8	41.6
	九州	(n=323)	25.7	15.5	24.8	9.6	24.5	41.2
	沖縄	(n=29)	27.6	6.9	24.1	13.8	27.6	34.5
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	48.3	18.3	6.7	5.0	21.7	66.6
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	26.2	15.1	20.3	9.6	28.9	41.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	28.2	20.5	17.5	10.1	23.7	48.7
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	37.8	18.5	17.3	8.0	18.5	56.3
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	22.4	22.4	20.8	9.6	24.9	44.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	22.2	21.8	21.0	11.3	23.8	44.0
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	37.9	22.2	10.5	9.2	20.3	60.1
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	17.9	18.2	25.0	11.9	27.1	36.1
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	25.0	20.0	15.0	10.0	30.0	45.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	45.9	16.6	13.8	5.2	18.6	62.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	35.5	25.7	17.4	6.3	15.1	61.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	29.4	21.2	14.1	12.9	22.4	50.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	24.2	14.1	20.9	10.3	30.4	38.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	20.7	21.3	21.7	11.2	25.1	42.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	16.7	17.5	23.9	10.0	31.9	34.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	34.8	17.0	15.6	8.2	24.5	51.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	32.1	20.4	18.4	8.0	21.1	52.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	26.5	25.5	17.6	12.3	18.1	52.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	46.3	16.2	12.8	5.0	19.7	62.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	39.0	23.2	15.8	7.1	14.9	62.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	32.0	22.0	22.0	10.0	14.0	54.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	23.1	14.4	22.4	10.0	30.0	37.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	19.5	22.6	22.0	10.5	25.4	42.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	16.7	17.3	23.3	10.6	32.1	34.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	33.7	15.7	14.8	9.6	26.2	49.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	29.7	20.2	19.4	9.4	21.4	49.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	24.2	23.2	18.1	11.6	22.9	47.4
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	64.8				35.2	100.0
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	33.7	17.7	14.6	9.3	24.6	51.4
	ストレス発散	(n=923)	38.7	19.2	14.0	6.4	21.8	57.9
	スポーツ好き	(n=578)	35.3	21.1	10.9	8.7	24.0	56.4
	普段の習慣	(n=1234)	29.9	17.5	14.8	9.7	28.0	47.4
	友人や知人に誘われた	(n=152)	42.1	27.6	12.5	4.6	13.2	69.7
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	38.8	23.8	11.9	5.7	19.8	62.6
	余暇時間が増えた	(n=361)	43.8	20.8	11.1	6.4	18.0	64.6

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［現在］（２）

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ
2.運動不足は健康に悪いから

・全体で最も大きいのは、『あてはまる』の45.2%で、次いで『ややあてはまる』の28.4%、『どちらともいえない』の17.0%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまる』の40.0%で、次いで『ややあてはまる』の29.6%、『どちらともいえない』の19.8%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまる』の51.4%で、次いで『ややあてはまる』の27.0%、『どちらともいえない』の13.7%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまる』が49.0%で、次いで『60代』の『あてはまる』が42.8%、『20代』の『あてはまる』が41.3%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『あてはまる』・『70代以上』の『あてはまる』が56.3%で、次いで『60代』の『あてはまる』が53.6%、『50代』の『あてはまる』が52.5%となっている。

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

2.運動不足は健康に悪いから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=5472)	45.2	28.4	17.0	4.1	5.4	73.6
性別	男性	(n=2977)	40.0	29.6	19.8	4.3	6.4	69.6
	女性	(n=2495)	51.4	27.0	13.7	3.7	4.2	78.4
性年代	男性10代以下	(n=185)	29.7	24.9	20.5	4.3	20.5	54.6
	男性20代	(n=400)	41.3	24.8	21.3	7.8	5.0	66.1
	男性30代	(n=469)	37.3	31.3	20.0	4.3	7.0	68.6
	男性40代	(n=689)	39.2	30.6	21.0	4.1	5.1	69.8
	男性50代	(n=465)	36.6	28.2	24.9	3.4	6.9	64.8
	男性60代	(n=353)	42.8	30.3	17.0	5.4	4.5	73.1
	男性70代以上	(n=416)	49.0	33.4	12.0	1.7	3.8	82.4
	女性10代以下	(n=191)	46.6	25.1	14.7	7.3	6.3	71.7
	女性20代	(n=349)	46.4	28.1	17.2	4.9	3.4	74.5
	女性30代	(n=437)	45.3	30.4	14.6	3.7	5.9	75.7
	女性40代	(n=462)	56.3	21.9	13.4	3.7	4.8	78.2
	女性50代	(n=339)	52.5	27.7	12.7	3.2	3.8	80.2
	女性60代	(n=321)	53.6	28.0	13.4	2.5	2.5	81.6
	女性70代以上	(n=396)	56.3	27.5	10.9	2.5	2.8	83.8
小中高	小学生	(n=612)	43.6	28.4	19.9	3.1	4.9	72.0
	中学生	(n=267)	38.6	27.0	21.0	6.4	7.1	65.6
	高校生	(n=338)	36.4	25.7	18.0	5.9	13.9	62.1
障害者	障害者	(n=539)	44.9	26.0	18.6	4.6	5.9	70.9
エリア	北海道	(n=204)	40.2	26.5	21.1	4.9	7.4	66.7
	東北	(n=258)	41.5	29.5	20.2	4.3	4.7	71.0
	関東	(n=2242)	47.6	29.3	14.9	3.7	4.5	76.9
	甲信越・北陸	(n=196)	48.0	28.6	17.9	2.6	3.1	76.6
	中部	(n=703)	44.1	27.9	18.2	3.6	6.3	72.0
	近畿	(n=1147)	43.8	27.9	17.0	4.8	6.5	71.7
	中国	(n=245)	42.4	32.2	17.1	4.1	4.1	74.6
	四国	(n=125)	39.2	24.0	21.6	7.2	8.0	63.2
	九州	(n=323)	43.0	25.4	22.0	3.4	6.2	68.4
	沖縄	(n=29)	58.6	10.3	17.2	10.3	3.4	68.9
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	68.3	23.3	1.7	3.3	3.3	91.6
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	50.1	26.5	14.9	3.3	5.2	76.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	44.5	29.1	16.8	5.4	4.2	73.6
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	54.6	25.3	15.7	3.2	1.2	79.9
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	39.4	32.2	19.5	3.8	5.0	71.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	39.5	33.1	16.9	5.6	4.8	72.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	54.9	27.5	11.1	2.0	4.6	82.4
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	31.0	31.8	23.8	6.5	6.8	62.8
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	37.5	22.5	20.0	12.5	7.5	60.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	59.8	22.0	10.5	3.2	4.5	81.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	43.1	27.0	18.8	6.9	4.3	70.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	38.8	23.5	18.8	11.8	7.1	62.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	48.0	28.2	15.6	3.3	4.9	76.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	37.5	33.2	20.4	3.8	5.1	70.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	29.2	33.4	23.4	6.7	7.2	62.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	58.5	21.8	12.2	2.4	5.0	80.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	49.3	29.6	14.2	4.2	2.7	78.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	41.2	29.9	17.6	4.4	6.9	71.1
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	59.7	22.5	9.7	3.5	4.6	82.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	46.9	26.6	16.6	6.2	3.7	73.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	38.0	26.0	20.0	10.0	6.0	64.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	47.3	28.2	16.2	3.2	5.2	75.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	34.9	33.0	22.5	4.2	5.3	67.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	27.6	32.1	24.5	8.5	7.3	59.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	56.9	23.5	12.7	2.9	4.1	80.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	47.7	30.8	14.0	4.0	3.5	78.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	40.0	31.0	17.7	4.2	7.1	71.0
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	61.5	30.0	5.3	1.7	1.5	91.5
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	66.3	33.7				100.0
	ストレス発散	(n=923)	65.9	28.1	3.8	1.2	1.1	94.0
	スポーツ好き	(n=578)	61.1	29.2	6.2	1.9	1.6	90.3
	普段の習慣	(n=1234)	58.9	28.1	7.0	2.4	3.6	87.0
	友人や知人に誘われた	(n=152)	51.3	34.9	7.9	3.9	2.0	86.2
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	57.7	32.2	6.6	2.2	1.3	89.9
	余暇時間が増えた	(n=361)	64.5	28.5	4.7	1.1	1.1	93.0

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［現在］（３）

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ
3.ストレス発散のため

・全体で最も大きいのは、「どちらとも言えない」の27.2%で、次いで「当てはまる」の24.9%、「ややあてはまる』の22.9%となっている。

・男性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の29.4%で、次いで『ややあてはまる』の23.0%、『あてはまる』の22.1%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまる』の28.2%で、次いで『どちらともいえない』の24.5%、『ややあてはまる』の22.8%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『50代』の『どちらともいえない』が32.5%で、次いで『60代』の『どちらともいえない』が32.0%、『40代』の『どちらともいえない』が31.2%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『あてはまる』が33.8%で、次いで『50代』の『あてはまる』が30.4%、『70代以上』の『どちらともいえない』が29.5%となっている。

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

3.ストレス発散のため

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=5472)	24.9	22.9	27.2	9.3	15.7	47.8
性別	男性	(n=2977)	22.1	23.0	29.4	8.9	16.6	45.1
	女性	(n=2495)	28.2	22.8	24.5	9.8	14.7	51.0
性年代	男性10代以下	(n=185)	27.0	20.5	21.6	4.3	26.5	47.5
	男性20代	(n=400)	30.3	23.0	29.5	7.0	10.3	53.3
	男性30代	(n=469)	24.1	25.2	27.5	9.2	14.1	49.3
	男性40代	(n=689)	24.1	22.2	31.2	8.3	14.2	46.3
	男性50代	(n=465)	19.1	23.9	32.5	7.3	17.2	43.0
	男性60代	(n=353)	16.4	22.9	32.0	10.5	18.1	39.3
	男性70代以上	(n=416)	14.9	22.1	26.2	13.9	22.8	37.0
	女性10代以下	(n=191)	28.8	25.7	24.1	8.4	13.1	54.5
	女性20代	(n=349)	28.7	24.9	20.3	11.2	14.9	53.6
	女性30代	(n=437)	26.8	24.9	21.5	10.8	16.0	51.7
	女性40代	(n=462)	33.8	21.2	25.3	6.1	13.6	55.0
	女性50代	(n=339)	30.4	19.2	23.0	11.8	15.6	49.6
	女性60代	(n=321)	24.9	20.6	27.4	11.5	15.6	45.5
	女性70代以上	(n=396)	23.2	24.0	29.5	9.3	13.9	47.2
小中高	小学生	(n=612)	27.5	24.2	28.9	6.7	12.7	51.7
	中学生	(n=267)	26.6	23.6	28.1	6.7	15.0	50.2
	高校生	(n=338)	26.9	23.4	22.8	6.8	20.1	50.3
障害者	障害者	(n=539)	24.7	18.9	26.0	10.0	20.4	43.6
エリア	北海道	(n=204)	20.6	26.0	27.0	9.3	17.2	46.6
	東北	(n=258)	24.4	25.2	28.3	7.4	14.7	49.6
	関東	(n=2242)	26.9	23.4	26.4	8.5	14.8	50.3
	甲信越・北陸	(n=196)	27.6	21.4	29.1	6.1	15.8	49.0
	中部	(n=703)	21.6	21.6	29.0	10.4	17.4	43.2
	近畿	(n=1147)	22.6	23.5	27.1	11.3	15.5	46.1
	中国	(n=245)	25.3	22.0	25.3	9.4	18.0	47.3
	四国	(n=125)	26.4	14.4	33.6	5.6	20.0	40.8
	九州	(n=323)	26.9	22.3	26.3	9.6	14.9	49.2
	沖縄	(n=29)	20.7	17.2	13.8	17.2	31.0	37.9
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	45.0	20.0	18.3	5.0	11.7	65.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	25.2	20.9	26.8	8.4	18.7	46.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	24.4	25.3	27.0	11.6	11.6	49.7
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	29.7	21.7	28.1	8.8	11.6	51.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	24.4	26.3	28.3	9.0	12.0	50.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	26.2	26.2	26.2	9.3	12.1	52.4
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	33.3	26.1	18.3	7.8	14.4	59.4
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	17.0	25.3	29.2	11.6	17.0	42.3
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	22.5	25.0	27.5	7.5	17.5	47.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	37.9	20.7	20.9	6.8	13.8	58.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	29.3	28.6	23.0	10.9	8.2	57.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	22.4	29.4	24.7	11.8	11.8	51.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	22.7	20.6	27.9	9.0	19.8	43.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	21.8	24.4	30.4	10.2	13.3	46.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	15.5	24.7	29.7	11.5	18.7	40.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	30.0	23.0	22.8	7.7	16.5	53.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	30.1	26.1	26.6	8.2	9.0	56.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	27.5	26.0	24.0	11.3	11.3	53.5
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	38.8	20.1	21.2	6.7	13.2	58.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	34.0	24.9	22.4	9.1	9.5	58.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	16.0	34.0	26.0	14.0	10.0	50.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	21.6	20.4	28.9	9.1	20.0	42.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	21.4	24.7	30.3	11.1	12.6	46.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	15.5	25.8	28.2	12.4	18.2	41.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	29.6	23.2	22.0	7.9	17.4	52.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	26.5	26.9	27.7	8.3	10.6	53.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	25.2	24.2	26.8	10.0	13.9	49.4
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	35.8	25.5	18.3	5.5	14.9	61.3
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	30.8	25.1	21.7	7.3	15.2	55.9
	ストレス発散	(n=923)	54.6	45.4				100.0
	スポーツ好き	(n=578)	44.5	29.8	15.1	3.3	7.4	74.3
	普段の習慣	(n=1234)	32.2	24.0	20.9	7.5	15.5	56.2
	友人や知人に誘われた	(n=152)	48.0	32.2	14.5	3.3	2.0	80.2
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	46.7	34.8	12.3	4.8	1.3	81.5
	余暇時間が増えた	(n=361)	46.3	31.6	10.8	4.2	7.2	77.9

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［現在］（４）

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ
4.もともとスポーツが好きだったから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の28.2%で、次いで『どちらともいえない』の26.8%、『あてはまる』の15.7%となっている。

・男性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の29.6%で、次いで『あてはまらない』の21.2%、『あてはまる』の18.6%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の36.5%で、次いで『どちらともいえない』の23.6%、『あまりあてはまらない』の15.8%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『40代』の『どちらともいえない』が34.8%で、次いで『50代』の『どちらともいえない』が34.6%、『60代』の『どちらともいえない』が32.3%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『あてはまらない』が45.5%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が40.7%、『30代』の『あてはまらない』が38.4%となっている。

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

4.もともとスポーツが好きだったから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5472)	15.7	15.4	26.8	13.8	28.2	31.1
性別	男性	(n=2977)	18.6	18.4	29.6	12.2	21.2	37.0
	女性	(n=2495)	12.3	11.9	23.6	15.8	36.5	24.2
性年代	男性10代以下	(n=185)	25.9	20.0	17.3	10.3	26.5	45.9
	男性20代	(n=400)	27.3	20.3	23.5	13.3	15.8	47.6
	男性30代	(n=469)	19.4	23.0	29.9	8.7	19.0	42.4
	男性40代	(n=689)	18.0	15.7	34.8	12.0	19.4	33.7
	男性50代	(n=465)	13.8	15.3	34.6	12.0	24.3	29.1
	男性60代	(n=353)	11.9	17.6	32.3	14.2	24.1	29.5
	男性70代以上	(n=416)	18.0	19.7	24.0	14.7	23.6	37.7
	女性10代以下	(n=191)	25.7	15.2	26.7	9.9	22.5	40.9
	女性20代	(n=349)	14.6	13.5	19.2	16.0	36.7	28.1
	女性30代	(n=437)	9.4	14.4	19.2	18.5	38.4	23.8
	女性40代	(n=462)	10.0	11.0	20.1	13.4	45.5	21.0
	女性50代	(n=339)	10.9	9.1	22.4	16.8	40.7	20.0
	女性60代	(n=321)	11.5	10.0	32.1	14.3	32.1	21.5
	女性70代以上	(n=396)	11.9	10.9	28.8	18.2	30.3	22.8
小中高	小学生	(n=612)	17.3	17.5	29.4	12.1	23.7	34.8
	中学生	(n=267)	16.5	13.5	33.0	13.5	23.6	30.0
	高校生	(n=338)	25.4	18.9	21.6	10.1	24.0	44.3
障害者	障害者	(n=539)	13.4	12.1	20.8	14.5	39.3	25.5
エリア	北海道	(n=204)	12.7	18.1	23.5	13.2	32.4	30.8
	東北	(n=258)	17.8	13.6	29.5	13.6	25.6	31.4
	関東	(n=2242)	17.4	16.5	26.5	13.1	26.4	33.9
	甲信越・北陸	(n=196)	15.3	17.3	26.5	13.8	27.0	32.6
	中部	(n=703)	13.4	13.8	28.2	13.8	30.9	27.2
	近畿	(n=1147)	14.4	14.6	26.9	14.7	29.4	29.0
	中国	(n=245)	13.5	16.3	24.9	16.3	29.0	29.8
	四国	(n=125)	17.6	12.0	28.0	13.6	28.8	29.6
	九州	(n=323)	15.8	14.6	27.6	13.9	28.2	30.4
	沖縄	(n=29)	17.2	6.9	20.7	17.2	37.9	24.1
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	18.3	16.7	25.0	10.0	30.0	35.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	16.6	14.4	26.7	13.5	28.8	31.0
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	20.6	18.0	22.2	17.0	22.2	38.6
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	14.5	16.5	27.3	16.9	24.9	31.0
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	16.6	17.6	30.0	12.4	23.4	34.2
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	15.3	22.2	27.8	11.3	23.4	37.5
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	14.4	17.6	25.5	12.4	30.1	32.0
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	13.7	14.6	25.9	16.4	29.5	28.3
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	22.5	22.5	35.0	5.0	15.0	45.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	21.4	17.3	22.3	13.6	25.4	38.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	18.1	20.7	27.0	14.5	19.7	38.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	17.6	23.5	22.4	12.9	23.5	41.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	15.1	14.3	27.4	12.7	30.4	29.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	16.3	16.0	29.3	13.7	24.7	32.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	13.5	17.2	27.4	15.5	26.4	30.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	13.2	12.5	23.3	17.0	34.1	25.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	13.7	17.7	26.9	13.7	28.1	31.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	16.2	13.7	26.0	16.2	27.9	29.9
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	22.5	17.5	20.1	14.1	25.8	40.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	20.3	20.3	27.0	14.1	18.3	40.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	18.0	18.0	26.0	20.0	18.0	36.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	14.0	13.8	28.4	13.5	30.3	27.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	15.8	16.7	30.2	13.7	23.7	32.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	14.2	16.7	27.6	15.2	26.4	30.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	15.7	14.3	24.4	13.1	32.5	30.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	14.8	16.6	26.3	14.0	28.3	31.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	14.8	17.1	25.2	14.8	28.1	31.9
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	20.1	17.3	20.9	13.0	28.8	37.4
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	18.3	15.3	23.9	14.0	28.4	33.6
	ストレス発散	(n=923)	26.4	20.0	23.8	10.6	19.1	46.4
	スポーツ好き	(n=578)	53.3	46.7				100.0
	普段の習慣	(n=1234)	22.9	17.7	21.4	12.5	25.5	40.6
	友人や知人に誘われた	(n=152)	44.1	32.2	15.1	3.3	5.3	76.3
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	36.1	26.4	18.9	9.3	9.3	62.5
	余暇時間が増えた	(n=361)	29.6	20.2	20.2	10.8	19.1	49.8

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［現在］（５）

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ
5.習慣になっていたため

・全体で最も大きいのは、『どちらともいえない』の26.4%で、次いで『あてはまる』の24.7%、『ややあてはまる』の20.2%となっている。

・男性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の29.0%で、次いで『あてはまる』の25.4%、『ややあてはまる』の20.7%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまる』の24.0%で、次いで『どちらともいえない』の23.2%、『あてはまらない』の21.5%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『30代』の『どちらともいえない』が33.0%で、次いで『70代以上』の『あてはまる』が32.9%、『50代』の『どちらともいえない』が32.5%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまる』が32.3%で、次いで『60代』の『あてはまる』が30.2%、『30代』の『あてはまらない』が29.3%となっている。

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

5.習慣になっていたため

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5472)	24.7	20.2	26.4	10.7	17.9	44.9
性別	男性	(n=2977)	25.4	20.7	29.0	10.0	14.9	46.1
	女性	(n=2495)	24.0	19.7	23.2	11.5	21.5	43.7
性年代	男性10代以下	(n=185)	29.2	18.4	24.9	10.3	17.3	47.6
	男性20代	(n=400)	26.3	22.8	25.0	12.3	13.8	49.1
	男性30代	(n=469)	22.8	17.7	33.0	9.2	17.3	40.5
	男性40代	(n=689)	24.7	18.0	31.8	11.2	14.4	42.7
	男性50代	(n=465)	22.4	19.4	32.5	10.1	15.7	41.8
	男性60代	(n=353)	22.1	24.9	29.2	10.2	13.6	47.0
	男性70代以上	(n=416)	32.9	25.5	21.2	6.7	13.7	58.4
	女性10代以下	(n=191)	23.6	15.7	24.1	15.2	21.5	39.3
	女性20代	(n=349)	16.6	14.9	23.5	16.0	28.9	31.5
	女性30代	(n=437)	15.8	21.3	20.4	13.3	29.3	37.1
	女性40代	(n=462)	24.2	16.5	24.2	8.9	26.2	40.7
	女性50代	(n=339)	26.5	21.2	21.5	11.2	19.5	47.7
	女性60代	(n=321)	30.2	21.8	24.6	10.0	13.4	52.0
	女性70代以上	(n=396)	32.3	25.0	25.0	8.3	9.3	57.3
小中高	小学生	(n=612)	22.1	20.3	28.6	9.3	19.8	42.4
	中学生	(n=267)	23.2	20.6	27.3	13.1	15.7	43.8
	高校生	(n=338)	26.0	17.2	24.9	12.4	19.5	43.2
障害者	障害者	(n=539)	23.0	18.0	23.6	12.8	22.6	41.0
エリア	北海道	(n=204)	24.0	22.1	26.0	12.3	15.7	46.1
	東北	(n=258)	26.0	22.1	26.4	9.7	15.9	48.1
	関東	(n=2242)	24.7	21.3	25.7	9.8	18.6	46.0
	甲信越・北陸	(n=196)	26.0	19.9	29.1	10.2	14.8	45.9
	中部	(n=703)	23.2	17.9	29.6	12.2	17.1	41.1
	近畿	(n=1147)	25.5	19.5	24.8	11.5	18.7	45.0
	中国	(n=245)	26.5	18.4	26.9	10.6	17.6	44.9
	四国	(n=125)	28.0	20.0	28.0	9.6	14.4	48.0
	九州	(n=323)	23.5	20.4	26.6	10.2	19.2	43.9
	沖縄	(n=29)	10.3	13.8	27.6	24.1	24.1	24.1
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	46.7	18.3	10.0	8.3	16.7	65.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	39.0	24.2	21.3	5.0	10.5	63.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	21.1	21.1	28.8	14.9	14.0	42.2
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	20.9	22.5	26.9	13.3	16.5	43.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	19.2	20.9	32.9	11.2	15.8	40.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	10.5	20.6	33.1	16.1	19.8	31.1
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	19.0	18.3	20.9	16.3	25.5	37.3
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	10.7	13.7	32.4	15.2	28.0	24.4
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	5.0	22.5	25.0	17.5	30.0	27.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	38.4	19.5	20.7	6.1	15.4	57.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	21.7	18.1	25.0	15.1	20.1	39.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	11.8	15.3	25.9	27.1	20.0	27.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	35.2	24.8	21.8	6.1	12.0	60.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	17.4	20.2	32.3	12.9	17.2	37.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	8.5	13.7	33.7	15.2	28.9	22.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	29.3	22.3	21.1	9.1	18.2	51.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	14.9	19.4	31.6	16.7	17.4	34.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	10.3	14.7	27.9	15.7	31.4	25.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	40.7	20.3	17.8	6.5	14.7	61.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	23.7	19.9	22.4	13.3	20.7	43.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	12.0	20.0	28.0	18.0	22.0	32.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	34.3	24.9	22.5	6.0	12.2	59.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	17.4	20.4	32.3	13.3	16.6	37.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	9.7	12.7	32.4	17.3	27.9	22.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	31.9	22.1	22.1	7.8	16.2	54.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	15.7	18.5	32.2	15.5	18.2	34.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	8.7	14.8	30.0	16.1	30.3	23.5
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	40.4	26.7	17.9	4.6	10.4	67.1
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	42.6	26.7	16.9	4.2	9.7	69.3
	ストレス発散	(n=923)	47.8	27.3	14.1	3.9	6.9	75.1
	スポーツ好き	(n=578)	56.7	29.9	8.5	1.4	3.5	86.6
	普段の習慣	(n=1234)	62.0	38.0				100.0
	友人や知人に誘われた	(n=152)	45.4	40.8	8.6	2.6	2.6	86.2
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	48.9	35.2	11.0	2.2	2.6	84.1
	余暇時間が増えた	(n=361)	47.9	32.1	10.0	3.9	6.1	80.0

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［現在］（６）

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

6.友人や知人に誘われたから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の60.4%で、次いで『どちらともいえない』の16.2%、『あまりあてはまらない』の13.0%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の57.5%で、次いで『どちらともいえない』の17.9%、『あまりあてはまらない』の13.1%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の63.9%で、次いで『どちらともいえない』の14.1%、『あまりあてはまらない』の13.0%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『あてはまらない』が67.1%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が65.6%、『50代』の『あてはまらない』が63.9%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『あてはまらない』が71.9%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が70.5%、『30代』の『あてはまらない』が65.7%となっている。

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

6.友人や知人に誘われたから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=5472)	4.1	6.3	16.2	13.0	60.4	10.4
性別	男性	(n=2977)	4.2	7.3	17.9	13.1	57.5	11.5
	女性	(n=2495)	3.8	5.1	14.1	13.0	63.9	8.9
性年代	男性10代以下	(n=185)	7.6	17.8	16.2	9.2	49.2	25.4
	男性20代	(n=400)	6.5	12.8	21.3	16.5	43.0	19.3
	男性30代	(n=469)	5.1	9.2	19.8	13.0	52.9	14.3
	男性40代	(n=689)	3.6	6.1	19.9	13.2	57.2	9.7
	男性50代	(n=465)	3.7	4.9	16.8	10.8	63.9	8.6
	男性60代	(n=353)	2.3	4.2	15.3	11.0	67.1	6.5
	男性70代以上	(n=416)	2.9	2.2	13.7	15.6	65.6	5.1
	女性10代以下	(n=191)	7.3	8.4	19.4	17.3	47.6	15.7
	女性20代	(n=349)	4.0	6.6	14.0	12.6	62.8	10.6
	女性30代	(n=437)	3.4	6.6	11.2	13.0	65.7	10.0
	女性40代	(n=462)	3.7	3.7	11.9	8.9	71.9	7.4
	女性50代	(n=339)	2.9	3.2	10.3	13.0	70.5	6.1
	女性60代	(n=321)	3.1	3.1	16.5	14.6	62.6	6.2
	女性70代以上	(n=396)	4.0	5.6	18.4	14.9	57.1	9.6
小中高	小学生	(n=612)	4.4	9.6	16.0	11.6	58.3	14.0
	中学生	(n=267)	4.5	7.1	18.7	12.4	57.3	11.6
	高校生	(n=338)	7.7	12.7	18.3	13.3	47.9	20.4
障害者	障害者	(n=539)	4.5	3.0	15.4	11.7	65.5	7.5
エリア	北海道	(n=204)	2.9	8.8	16.2	13.2	58.8	11.7
	東北	(n=258)	4.3	8.1	20.2	13.2	54.3	12.4
	関東	(n=2242)	4.0	6.1	15.2	13.8	60.9	10.1
	甲信越・北陸	(n=196)	3.6	9.7	17.3	9.7	59.7	13.3
	中部	(n=703)	3.3	5.8	18.2	12.1	60.6	9.1
	近畿	(n=1147)	3.7	6.2	16.0	11.9	62.2	9.9
	中国	(n=245)	6.5	6.9	13.9	12.7	60.0	13.4
	四国	(n=125)	5.6	4.8	16.0	13.6	60.0	10.4
	九州	(n=323)	5.9	4.6	17.0	15.2	57.3	10.5
	沖縄	(n=29)		17.2		17.2	65.5	0.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	1.7	8.3	15.0	13.3	61.7	10.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	3.8	4.5	13.1	11.4	67.3	8.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	4.5	8.8	15.4	15.4	55.8	13.3
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	2.0	7.6	16.9	12.4	61.0	9.6
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	4.3	7.2	20.6	14.1	53.8	11.5
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	1.2	7.7	16.5	17.7	56.9	8.9
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	5.9	11.1	14.4	13.7	54.9	17.0
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	6.5	7.7	22.9	13.7	49.1	14.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	7.5	7.5	27.5	15.0	42.5	15.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	6.4	8.0	13.4	10.7	61.4	14.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	8.9	14.8	17.4	10.9	48.0	23.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	8.2	15.3	27.1	20.0	29.4	23.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	2.9	4.0	13.8	11.0	68.2	6.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	3.0	5.5	20.4	15.0	56.2	8.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	4.0	7.2	21.2	15.0	52.6	11.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	3.6	5.8	7.9	12.5	70.3	9.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	3.5	7.7	15.4	17.7	55.7	11.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	3.4	7.4	17.6	16.2	55.4	10.8
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	7.4	6.7	12.3	10.2	63.4	14.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	10.8	10.4	19.1	9.5	50.2	21.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	6.0	18.0	28.0	26.0	22.0	24.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	2.6	3.8	14.6	11.4	67.6	6.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	3.3	6.1	20.4	16.0	54.2	9.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	3.3	8.5	23.3	14.5	50.3	11.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	3.4	6.9	9.3	11.4	69.1	10.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	2.8	8.5	16.3	15.2	57.2	11.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	5.2	6.5	17.1	15.8	55.5	11.7
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	6.3	5.8	8.1	11.2	68.5	12.1
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	3.9	4.5	8.6	11.6	71.4	8.4
	ストレス発散	(n=923)	6.5	6.7	9.3	11.4	66.1	13.2
	スポーツ好き	(n=578)	9.7	10.4	7.6	10.7	61.6	20.1
	普段の習慣	(n=1234)	4.8	5.8	6.6	10.6	72.2	10.6
	友人や知人に誘われた	(n=152)		44.1			55.9	100.0
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)		23.8	24.7	8.4	8.8 34.4	48.5
	余暇時間が増えた	(n=361)		13.9	14.4	7.5	11.6 52.6	28.3

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［現在］（７）

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ
7.感染者数の減少等、感染リスクが下がってきたと感じたから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の48.2%で、次いで『どちらともいえない』の24.6%、『あまりあてはまらない』の14.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の46.8%で、次いで『どちらともいえない』の26.3%、『あまりあてはまらない』の14.3%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の49.8%で、次いで『どちらともいえない』の22.6%、『あまりあてはまらない』の13.8%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が51.6%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が49.0%、『40代』の『あてはまらない』が48.0%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『あてはまらない』が59.5%で、次いで『20代』の『あてはまらない』が55.6%、『50代』の『あてはまらない』が55.5%となっている。

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

7.感染者数の減少等、感染リスクが下がってきたと感じたから

(%)

			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	あてはまる＋ややあてはまる
		*凡例						
全 体		(n=5472)	5.3	7.9	24.6	14.1	48.2	13.2
性別	男性	(n=2977)	5.2	7.5	26.3	14.3	46.8	12.7
	女性	(n=2495)	5.3	8.4	22.6	13.8	49.8	13.7
性年代	男性10代以下	(n=185)	7.0	9.2	21.1	15.1	47.6	16.2
	男性20代	(n=400)	10.3	12.3	27.0	12.5	38.0	22.6
	男性30代	(n=469)	5.1	9.0	25.2	14.5	46.3	14.1
	男性40代	(n=689)	4.4	6.5	27.7	13.4	48.0	10.9
	男性50代	(n=465)	3.2	3.4	27.5	14.2	51.6	6.6
	男性60代	(n=353)	2.5	7.1	26.6	14.7	49.0	9.6
	男性70代以上	(n=416)	5.5	6.7	25.2	16.6	45.9	12.2
	女性10代以下	(n=191)	9.4	11.5	23.0	15.7	40.3	20.9
	女性20代	(n=349)	5.7	8.0	17.2	13.5	55.6	13.7
	女性30代	(n=437)	3.9	7.8	16.7	17.6	54.0	11.7
	女性40代	(n=462)	3.9	5.8	19.7	11.0	59.5	9.7
	女性50代	(n=339)	3.5	6.2	23.6	11.2	55.5	9.7
	女性60代	(n=321)	6.5	7.8	27.7	15.3	42.7	14.3
	女性70代以上	(n=396)	6.8	13.1	32.3	13.4	34.3	19.9
小中高	小学生	(n=612)	4.9	9.0	24.5	13.2	48.4	13.9
	中学生	(n=267)	5.6	7.5	28.1	12.0	46.8	13.1
	高校生	(n=338)	8.0	9.8	21.9	15.4	45.0	17.8
障害者	障害者	(n=539)	7.4	6.9	22.1	12.4	51.2	14.3
エリア	北海道	(n=204)	5.9	8.8	23.5	10.3	51.5	14.7
	東北	(n=258)	5.4	6.6	27.9	16.7	43.4	12.0
	関東	(n=2242)	4.9	8.2	24.3	14.0	48.6	13.1
	甲信越・北陸	(n=196)	6.6	11.2	24.0	11.7	46.4	17.8
	中部	(n=703)	4.1	6.1	26.2	13.8	49.8	10.2
	近畿	(n=1147)	5.0	8.0	24.1	15.5	47.3	13.0
	中国	(n=245)	9.0	7.8	23.3	12.7	47.3	16.8
	四国	(n=125)	8.8	7.2	26.4	9.6	48.0	16.0
	九州	(n=323)	5.9	7.7	24.8	14.9	46.7	13.6
	沖縄	(n=29)	3.4	6.9	20.7	10.3	58.6	10.3
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	10.0	10.0	23.3	10.0	46.7	20.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	5.7	7.0	22.7	13.2	51.4	12.7
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	7.1	9.5	25.6	16.6	41.1	16.6
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	4.8	10.8	22.9	16.5	45.0	15.6
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	4.5	8.0	31.0	13.4	43.0	12.5
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	4.0	9.7	23.8	17.7	44.8	13.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	8.5	11.1	19.6	14.4	46.4	19.6
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	3.6	7.4	28.0	16.1	44.9	11.0
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	2.5	10.0	17.5	25.0	45.0	12.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	9.3	9.8	19.3	12.3	49.3	19.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	9.9	11.5	24.7	12.8	41.1	21.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	8.2	11.8	21.2	25.9	32.9	20.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	4.2	6.7	23.8	12.0	53.3	10.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	3.7	6.6	30.4	14.9	44.3	10.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	2.5	6.0	27.4	15.5	48.6	8.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	7.0	9.1	18.0	16.1	49.9	16.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	6.7	10.9	24.6	15.9	41.8	17.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	2.5	10.3	23.0	18.1	46.1	12.8
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	10.4	10.0	16.0	12.8	50.7	20.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	10.4	10.0	24.5	14.1	41.1	20.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	8.0	12.0	26.0	26.0	28.0	20.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	4.2	6.0	25.4	11.6	52.8	10.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	4.0	6.5	30.3	14.6	44.7	10.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	2.4	7.3	25.5	15.5	49.4	9.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	5.3	9.8	19.1	15.1	50.8	15.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	5.5	10.6	26.6	15.2	42.0	16.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	3.2	8.1	25.2	18.4	45.2	11.3
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	7.7	8.6	16.1	11.2	56.4	16.3
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	6.3	6.8	19.2	12.5	55.1	13.1
	ストレス発散	(n=923)	9.6	10.4	17.6	12.8	49.6	20.0
	スポーツ好き	(n=578)	12.8	11.8	15.6	12.3	47.6	24.6
	普段の習慣	(n=1234)	7.6	7.9	16.6	13.0	54.9	15.5
	友人や知人に誘われた	(n=152)	35.5	36.8	15.1	5.3	7.2	72.3
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	45.4	54.6				100.0
	余暇時間が増えた	(n=361)	22.4	23.0	15.8	8.9	29.9	45.4

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［現在］（８）

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

8.余暇時間が増えたから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の40.8%で、次いで『どちらともいえない』の25.5%、『あまりあてはまらない』の13.3%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の40.6%で、次いで『どちらともいえない』の27.1%、『あまりあてはまらない』の12.9%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の41.0%で、次いで『どちらともいえない』の23.4%、『あまりあてはまらない』の13.8%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が48.3%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が45.2%、『60代』の『あてはまらない』が42.8%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が50.4%で、次いで『40代』の『あてはまらない』が46.1%、『30代』の『あてはまらない』が42.6%となっている。

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

8.余暇時間が増えたから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=5472)	9.0	11.5	25.5	13.3	40.8	20.5
性別	男性	(n=2977)	8.0	11.4	27.1	12.9	40.6	19.4
	女性	(n=2495)	10.1	11.7	23.4	13.8	41.0	21.8
性年代	男性10代以下	(n=185)	11.4	15.1	20.5	14.6	38.4	26.5
	男性20代	(n=400)	15.5	16.3	26.8	14.3	27.3	31.8
	男性30代	(n=469)	6.4	11.9	32.8	11.9	36.9	18.3
	男性40代	(n=689)	6.5	9.9	29.0	12.0	42.5	16.4
	男性50代	(n=465)	6.9	7.7	26.2	14.0	45.2	14.6
	男性60代	(n=353)	7.6	12.2	26.6	10.8	42.8	19.8
	男性70代以上	(n=416)	5.3	10.1	22.4	13.9	48.3	15.4
	女性10代以下	(n=191)	17.8	13.1	22.0	16.8	30.4	30.9
	女性20代	(n=349)	15.8	15.8	21.5	11.2	35.8	31.6
	女性30代	(n=437)	8.9	15.1	19.5	14.0	42.6	24.0
	女性40代	(n=462)	8.7	11.7	21.9	11.7	46.1	20.4
	女性50代	(n=339)	5.9	8.3	21.5	13.9	50.4	14.2
	女性60代	(n=321)	10.3	9.7	25.2	15.6	39.3	20.0
	女性70代以上	(n=396)	7.6	8.3	32.3	15.7	36.1	15.9
小中高	小学生	(n=612)	6.7	13.1	25.5	13.1	41.7	19.8
	中学生	(n=267)	9.7	10.9	26.2	12.0	41.2	20.6
	高校生	(n=338)	13.3	13.9	21.6	16.6	34.6	27.2
障害者	障害者	(n=539)	12.6	7.2	21.2	14.8	44.2	19.8
エリア	北海道	(n=204)	12.3	12.7	21.1	13.2	40.7	25.0
	東北	(n=258)	10.1	8.5	28.7	12.4	40.3	18.6
	関東	(n=2242)	9.0	12.5	25.2	12.8	40.5	21.5
	甲信越・北陸	(n=196)	9.7	13.3	22.4	11.7	42.9	23.0
	中部	(n=703)	7.0	11.2	27.6	13.4	40.8	18.2
	近畿	(n=1147)	8.5	11.1	25.5	15.4	39.6	19.6
	中国	(n=245)	11.8	8.6	24.9	12.2	42.4	20.4
	四国	(n=125)	10.4	5.6	24.0	8.8	51.2	16.0
	九州	(n=323)	8.7	12.4	26.3	13.3	39.3	21.1
	沖縄	(n=29)	6.9	3.4	20.7	17.2	51.7	10.3
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	16.7	16.7	21.7	6.7	38.3	33.4
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	8.4	8.4	23.3	12.6	47.2	16.8
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	9.5	12.7	23.9	17.2	36.7	22.2
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	18.1	21.7	20.5	17.3	22.5	39.8
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	6.6	11.0	30.8	12.8	38.9	17.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	7.3	13.3	24.2	15.3	39.9	20.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	16.3	22.2	20.9	12.4	28.1	38.5
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	6.0	13.4	28.9	11.9	39.9	19.4
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	2.5	10.0	30.0	12.5	45.0	12.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	20.9	16.4	21.1	10.7	30.9	37.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	13.2	21.1	25.0	16.8	24.0	34.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	11.8	15.3	29.4	17.6	25.9	27.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	6.9	8.2	23.5	13.0	48.6	15.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	5.9	9.6	31.6	13.7	39.2	15.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	4.0	12.0	27.2	13.2	43.6	16.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	11.3	13.2	18.5	13.4	43.6	24.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	10.4	16.7	24.6	12.2	36.1	27.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	6.9	12.3	27.0	15.2	38.7	19.2
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	20.3	15.4	19.9	9.7	34.8	35.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	13.7	19.1	25.3	17.8	24.1	32.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	16.0	20.0	28.0	16.0	20.0	36.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	6.4	8.0	24.2	13.0	48.4	14.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	5.3	10.4	32.2	12.9	39.3	15.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	3.6	12.4	27.3	13.0	43.6	16.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	11.7	12.8	19.5	13.9	42.1	24.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	10.2	14.6	25.7	13.8	35.7	24.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	6.5	11.3	27.4	15.5	39.4	17.8
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	14.4	12.3	18.2	10.0	45.1	26.7
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	11.2	10.4	19.9	12.1	46.3	21.6
	ストレス発散	(n=923)	16.3	14.2	19.3	10.3	40.0	30.5
	スポーツ好き	(n=578)	17.3	13.8	15.1	12.5	41.3	31.1
	普段の習慣	(n=1234)	12.6	10.8	16.7	12.1	47.8	23.4
	友人や知人に誘われた	(n=152)	38.2	28.9	17.1	8.6	7.2	67.1
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	38.3	33.9	14.5	5.3	7.9	72.2
	余暇時間が増えた	(n=361)	51.0	49.0				100.0

宣言中～現在の時期での運動・スポーツの実施理由［現在］（９）

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ
9.その他

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の16.5%で、次いで『どちらともいえない』の8.5%、『あてはまる』の2.3%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の16.1%で、次いで『どちらともいえない』の9.7%、『あてはまる』の2.2%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の17.0%で、次いで『どちらともいえない』の7.0%、『あてはまる』の2.4%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が23.1%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が19.8%、『50代』の『あてはまらない』が19.4%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『30代』の『あてはまらない』が21.3%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が20.4%、『40代』の『あてはまらない』が18.4%となっている。

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。

＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

9.その他

(%)

*凡例

			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	無回答	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=5472)	2.3	1.3	8.5	1.6	16.5	69.7	3.6
性別	男性	(n=2977)	2.2	1.5	9.7	1.6	16.1	68.8	3.7
	女性	(n=2495)	2.4	1.1	7.0	1.6	17.0	70.9	3.5
性年代	男性10代以下	(n=185)	4.3	1.6	5.9	1.1	15.7	71.4	5.9
	男性20代	(n=400)	2.3	1.8	5.5	2.8	8.3	79.5	4.1
	男性30代	(n=469)	2.1	3.0	10.9	0.9	14.3	68.9	5.1
	男性40代	(n=689)	2.6	1.3	13.4	1.3	13.8	67.6	3.9
	男性50代	(n=465)	1.1	0.9	10.5	1.7	19.4	66.5	2.0
	男性60代	(n=353)	2.0	2.3	8.2	1.7	19.8	66.0	4.3
	男性70代以上	(n=416)	2.2		8.7	2.2	23.1	63.9	2.2
	女性10代以下	(n=191)	2.1	1.6	7.3	0.5	16.8	71.7	3.7
	女性20代	(n=349)	2.6	2.3	8.3	2.3	14.3	70.2	4.9
	女性30代	(n=437)	2.1	0.9	4.8	2.1	21.3	68.9	3.0
	女性40代	(n=462)	2.6	1.3	6.5	1.7	18.4	69.5	3.9
	女性50代	(n=339)	2.7		6.2	1.2	20.4	69.6	2.7
	女性60代	(n=321)	1.2	0.9	8.7	0.6	14.6	73.8	2.1
	女性70代以上	(n=396)	3.0	1.0	8.1	2.0	12.1	73.7	4.0
小中高	小学生	(n=612)	1.5	2.1	10.1	1.6	14.5	70.1	3.6
	中学生	(n=267)	1.1	1.5	9.4	1.1	16.5	70.4	2.6
	高校生	(n=338)	3.0	1.8	6.5	0.9	16.9	71.0	4.8
障害者	障害者	(n=539)	4.6	1.5	8.5	1.9	17.8	65.7	6.1
エリア	北海道	(n=204)	1.5	1.0	6.4	1.5	17.2	72.5	2.5
	東北	(n=258)	3.5	1.2	7.4	1.2	15.9	70.9	4.7
	関東	(n=2242)	2.3	1.2	8.3	1.6	14.6	72.0	3.5
	甲信越・北陸	(n=196)	1.5	4.1	7.7	2.0	23.0	61.7	5.6
	中部	(n=703)	2.1	1.7	8.8	1.4	17.6	68.3	3.8
	近畿	(n=1147)	2.4	1.3	8.8	1.8	18.3	67.4	3.7
	中国	(n=245)	3.7	0.8	7.8	1.2	18.0	68.6	4.5
	四国	(n=125)	0.8		8.8	0.8	24.0	65.6	0.8
	九州	(n=323)	1.5	1.2	11.5	2.2	12.7	70.9	2.7
	沖縄	(n=29)	6.9		6.9	3.4	24.1	58.6	6.9
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	3.3		6.7	1.7	15.0	73.3	3.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	2.9	1.0	7.5	1.2	19.4	68.0	3.9
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	2.6	1.0	7.6	1.9	14.0	72.8	3.6
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	2.8	1.2	7.2	0.8	12.4	75.5	4.0
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	1.0	1.9	10.6	1.7	15.6	69.1	2.9
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	0.4	0.8	6.5	3.2	12.9	76.2	1.2
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	2.0	2.6	5.2	0.7	11.8	77.8	4.6
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	2.1	2.1	13.4	1.8	14.6	66.1	4.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)			10.0	5.0	12.5	72.5	0.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	2.0	0.7	7.0	0.9	14.5	75.0	2.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	1.3	3.9	8.2	2.3	10.2	74.0	5.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	3.5		7.1	5.9	2.4	12.9	68.2	10.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	2.8	0.9	8.0	1.1	19.7	67.6	3.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	1.3	1.2	10.5	1.8	15.8	69.4	2.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	1.5	1.0	10.5	2.2	14.2	70.6	2.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)		5.0	2.2	5.0	1.4	16.1	70.3	7.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	2.5	1.2	6.5	2.2	14.2	73.4	3.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	0.5	1.5	9.3	2.5	16.7	69.6	2.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	3.2	0.6	5.9	0.9	14.7	74.7	3.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	1.2	3.7	7.5	2.1	8.7	76.8	4.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	2.0		12.0	4.0	4.0	10.0	68.0	14.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	2.8	1.0	9.0	0.9	19.6	66.7	3.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	1.0	1.6	10.8	1.8	16.8	68.0	2.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	1.8	0.9	10.3	1.8	14.8	70.3	2.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	3.2	1.5	4.7	1.7	17.2	71.6	4.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	2.6	0.9	7.7	2.2	13.4	73.2	3.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	1.0	1.3	9.7	2.6	15.5	70.0	2.3
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	2.5	1.4	5.3	0.7	19.3	70.9	3.9
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	2.1	1.0	5.5	1.0	19.0	71.4	3.1
	ストレス発散	(n=923)	2.2	1.4	5.4	0.5	18.0	72.5	3.6
	スポーツ好き	(n=578)	2.8	2.1	4.0	1.0	18.2	72.0	4.9
	普段の習慣	(n=1234)	2.4	1.0	4.7	1.1	19.3	71.5	3.4
	友人や知人に誘われた	(n=152)		5.9	5.9	5.3	0.7	7.9	74.3	11.8
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)		6.6	6.2	4.0	1.3	6.6	75.3	12.8
	余暇時間が増えた	(n=361)	4.2		3.9	3.6	0.8	8.0	79.5	8.1

新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施について情報発信の認知

Q4-8. 新型コロナウイルスの影響下で、運動・スポーツの実施について、以下のような情報が発信されていたことを知っていましたか。（MA）

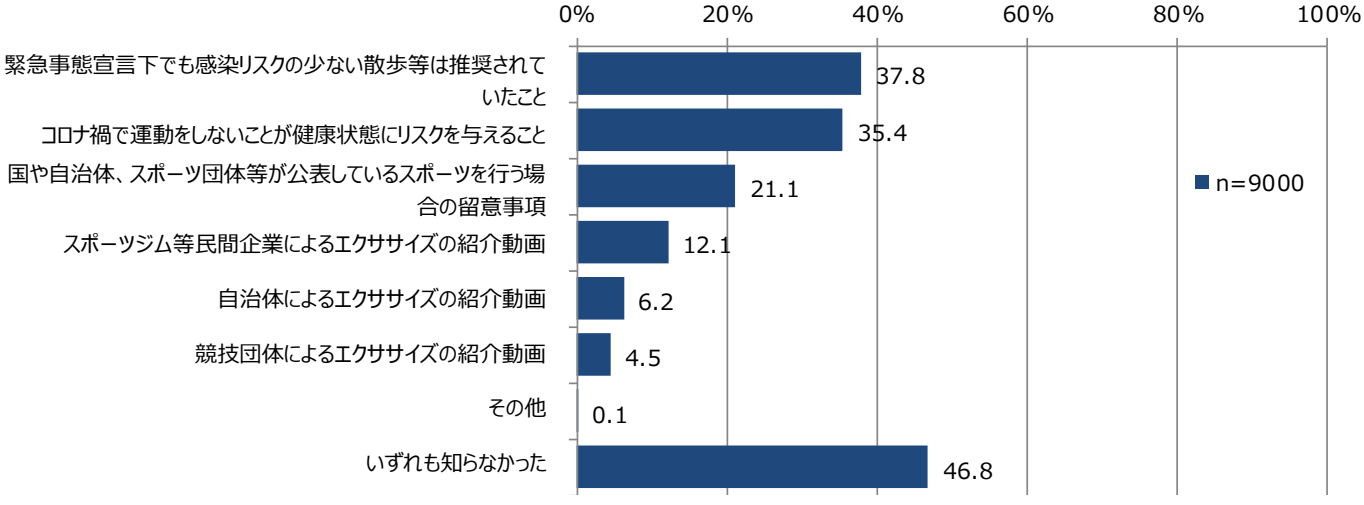
・全体で最も大きいのは、『緊急事態宣言下でも感染リスクの少ない散歩等は推奨されていたこと』の37.8%で、次いで『コロナ禍で運動をしないことが健康状態にリスクを与えること』の35.4%、『国や自治体、スポーツ団体等が公表しているスポーツを行う場合の留意事項』の21.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『緊急事態宣言下でも感染リスクの少ない散歩等は推奨されていたこと』の35.1%で、次いで『コロナ禍で運動をしないことが健康状態にリスクを与えること』の33.0%、『国や自治体、スポーツ団体等が公表しているスポーツを行う場合の留意事項』の23.1%となっている。

・女性で最も大きいのは、『緊急事態宣言下でも感染リスクの少ない散歩等は推奨されていたこと』の40.8%で、次いで『コロナ禍で運動をしないことが健康状態にリスクを与えること』の38.0%、『国や自治体、スポーツ団体等が公表しているスポーツを行う場合の留意事項』の19.0%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『緊急事態宣言下でも感染リスクの少ない散歩等は推奨されていたこと』が52.9%で、次いで『70代以上』の『コロナ禍で運動をしないことが健康状態にリスクを与えること』が43.1%、『10代以下』の『緊急事態宣言下でも感染リスクの少ない散歩等は推奨されていたこと』が39.7%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『緊急事態宣言下でも感染リスクの少ない散歩等は推奨されていたこと』が54.4%で、次いで『70代以上』の『コロナ禍で運動をしないことが健康状態にリスクを与えること』が49.6%、『60代』の『緊急事態宣言下でも感染リスクの少ない散歩等は推奨されていたこと』が43.4%となっている。



Q4-8. 新型コロナウイルスの影響下で、運動・スポーツの実施について、以下のような情報が発信されていたことを知っていましたか。（MA）

（%）

		全体	緊急事態宣言下でも感染リスクの少ない散歩等は推奨されていたこと	コロナ禍で運動をしないことが健康状態にリスクを与えること	国や自治体、スポーツ団体等が公表しているスポーツを行う場合の留意事項	スポーツジム等民間企業によるエクササイズの紹介動画	自治体によるエクササイズの紹介動画	競技団体によるエクササイズの紹介動画	その他	いずれも知らなかった
全 体		9000	37.8	35.4	21.1	12.1	6.2	4.5	0.1	46.8
性別	男性	4695	35.1	33.0	23.1	10.0	5.5	4.4	0.1	48.6
	女性	4305	40.8	38.0	19.0	14.5	7.0	4.7	0.1	44.8
性年代	男性10代以下	267	39.7	33.7	33.7	15.7	7.1	10.1	-	40.1
	男性20代	598	32.9	36.0	26.1	16.6	10.7	6.2	-	42.3
	男性30代	738	32.0	33.2	24.1	13.8	5.8	4.7	-	46.9
	男性40代	1132	28.9	27.2	18.1	9.2	3.8	4.7	-	56.2
	男性50代	803	32.0	29.3	21.7	6.2	4.6	3.5	-	55.5
	男性60代	577	37.8	35.7	20.5	6.2	4.3	2.1	0.2	49.9
	男性70代以上	580	52.9	43.1	28.4	6.0	4.8	2.4	0.7	35.3
	女性10代以下	294	33.3	31.6	24.5	13.3	6.5	8.2	-	40.8
	女性20代	577	40.4	36.4	16.8	14.9	7.5	4.5	-	43.5
	女性30代	742	38.4	35.2	15.6	15.1	6.5	4.7	-	48.4
	女性40代	926	35.6	35.3	15.3	14.3	5.6	4.9	0.2	49.9
	女性50代	635	40.6	37.0	17.3	14.3	6.5	3.8	-	47.1
	女性60代	565	43.4	40.5	21.1	14.2	7.6	4.6	-	42.5
	女性70代以上	566	54.4	49.6	28.4	15.0	10.1	3.9	0.2	35.0
小中高	小学生	1000	32.8	30.7	20.0	11.4	5.3	4.2	-	50.1
	中学生	500	31.2	30.6	18.4	8.4	3.8	3.2	0.2	52.4
	高校生	500	36.2	32.0	30.6	14.2	6.6	9.2	-	40.0
障害者	障害者	1012	37.1	37.8	19.5	13.2	9.2	6.1	-	47.9
エリア	北海道	373	38.3	35.1	21.4	10.5	5.9	4.3	-	45.3
	東北	481	32.8	34.7	22.9	11.4	8.7	6.0	0.2	49.1
	関東	3464	42.1	38.7	22.0	13.8	6.7	4.9	0.1	43.4
	甲信越・北陸	355	31.8	27.6	23.7	10.1	5.6	5.9	-	51.3
	中部	1166	34.4	35.0	20.9	11.7	4.9	4.1	-	48.9
	近畿	1892	37.8	34.5	18.9	10.8	5.7	3.3	0.1	48.1
	中国	431	34.6	30.6	20.9	11.8	7.4	6.5	-	49.4
	四国	206	27.2	25.7	20.4	9.7	6.8	3.9	-	56.8
	九州	578	33.0	32.5	21.1	11.9	6.1	4.2	-	48.4
	沖縄	54	33.3	29.6	20.4	5.6	1.9	3.7	1.9	53.7
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	61.7	51.7	18.3	23.3	8.3	8.3	-	25.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1943	52.7	46.7	30.4	16.9	8.9	6.1	0.2	32.4
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	577	55.3	57.0	39.0	22.0	10.2	9.2	0.3	20.3
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	249	55.8	50.2	24.9	22.1	8.4	4.8	0.4	25.3
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1050	44.9	43.2	27.0	15.0	7.5	5.3	-	35.4
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	248	56.9	56.5	34.7	20.6	9.7	7.7	-	21.4
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	153	58.2	50.3	24.8	24.2	10.5	9.2	-	22.2
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	336	41.4	37.8	22.3	9.5	5.7	5.4	-	39.9
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	40	45.0	47.5	25.0	12.5	7.5	2.5	-	35.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	560	53.0	49.6	34.6	24.3	11.8	9.6	0.2	25.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	304	51.3	51.6	33.9	20.4	11.8	7.9	-	22.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	85	48.2	51.8	35.3	22.4	11.8	8.2	-	20.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1705	51.8	45.2	27.2	14.4	7.6	4.9	0.2	34.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1130	45.0	42.9	27.0	16.2	7.0	5.8	0.1	35.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	401	43.4	37.7	23.4	12.7	6.5	5.5	-	39.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	417	57.6	57.3	32.6	19.7	9.8	6.7	0.5	25.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	402	51.2	53.0	26.9	15.2	8.0	5.2	-	27.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	204	47.1	48.5	26.0	14.7	6.9	5.9	-	30.9
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	538	56.5	49.4	36.1	24.9	12.5	11.0	0.2	22.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	241	48.5	50.6	31.1	22.0	12.4	8.3	-	23.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	50	50.0	48.0	38.0	22.0	10.0	4.0	-	14.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1488	49.9	44.4	26.2	13.0	7.1	4.0	0.1	36.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	945	43.6	40.8	24.7	15.0	6.6	5.5	0.1	36.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	330	40.9	36.7	22.7	12.4	6.1	5.2	-	40.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	656	57.0	55.0	32.0	20.6	9.8	7.2	0.5	25.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	650	52.6	53.4	32.0	17.1	8.5	6.0	-	26.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	310	48.7	48.1	26.8	15.5	8.1	7.1	-	31.0
コロナ以降運動頻度【高】の運動実施理由	ダイエット	872	51.5	48.3	28.9	19.3	10.0	7.2	0.1	32.2
	運動不足は健康に悪い	1551	56.7	51.8	30.1	17.7	8.6	6.4	0.3	29.2
	ストレス発散	923	58.3	53.1	31.4	20.8	10.9	8.0	0.3	27.0
	スポーツ好き	578	59.3	54.0	39.8	25.3	11.1	10.9	0.3	23.9
	普段の習慣	1234	56.4	51.9	32.6	17.7	9.2	7.1	0.2	29.7
	友人や知人に誘われた	152	57.2	52.6	45.4	27.0	16.4	12.5	-	25.0
	感染者減等感染リスクの低下	227	60.4	56.4	43.6	26.9	17.2	11.5	-	23.8
	余暇時間が増えた	361	57.3	54.0	33.8	24.4	11.6	9.1	0.3	25.5

宣言中～現在の時期で新たに始めた運動・スポーツ［宣言中］-種目１

Q5-1.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

1.種目1

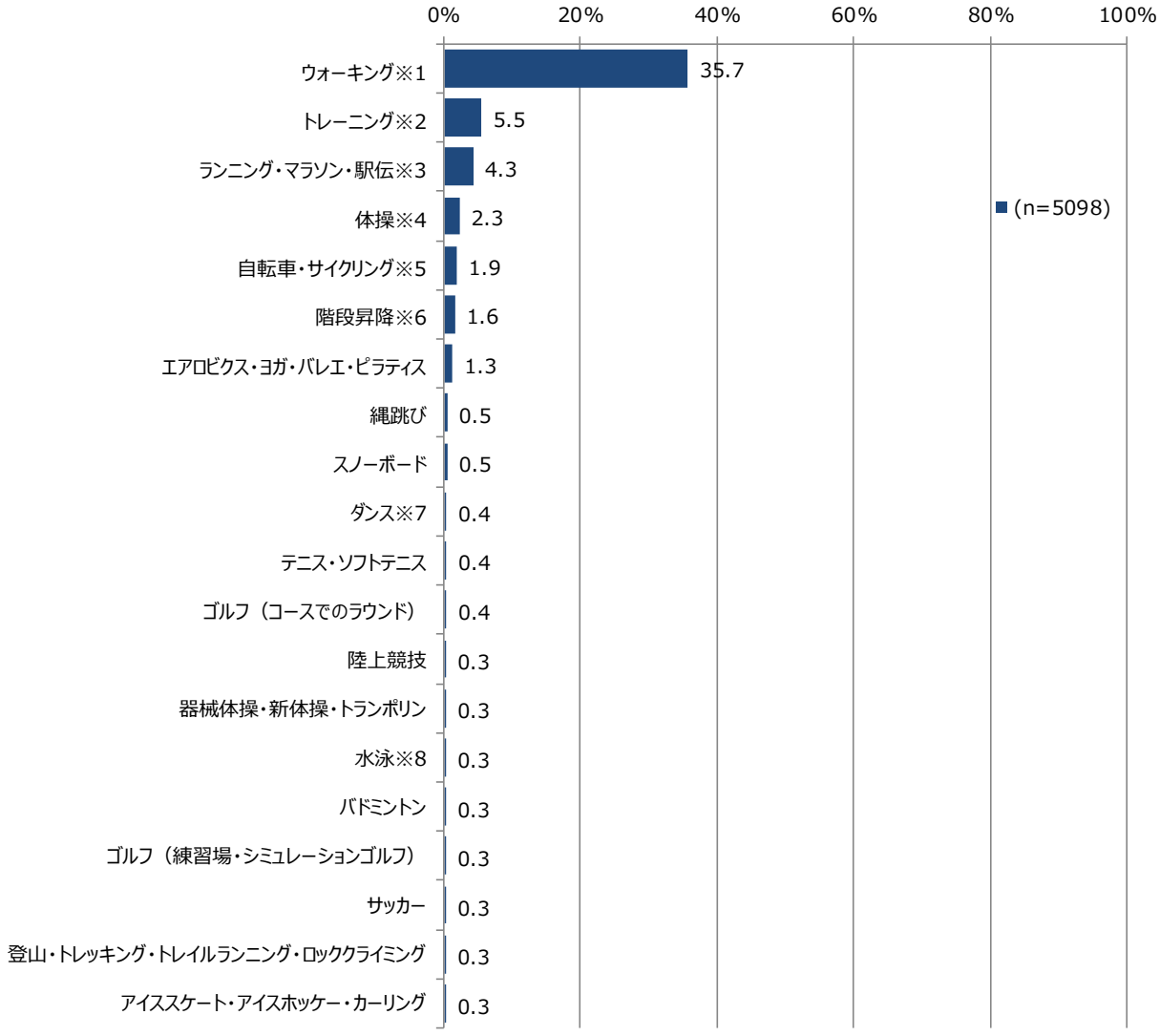
・全体ので最も大きいのは、『ウォーキング※1』の35.7%で、次いで『トレーニング※2』の5.5%、『ランニング・マラソン・駅伝※3』の4.3%となっている。

・男性で最も大きいのは、『ウォーキング※1』の33.2%で、次いで、『ランニング・マラソン・駅伝※3』の6.2%、『トレーニング※2』の6.1%となっている。
・女性で最も大きいのは、『ウォーキング※1』の38.9%で、次いで『トレーニング※2』の4.7%、『体操※4』の3.8%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『ウォーキング※1』が38.0%で、次いで『30代』の『ウォーキング※1』が35.2%、『40代』の『ウォーキング※1』が33.6%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『ウォーキング※1』が49.7%で、次いで『30代』の『ウォーキング※1』が42.2%、『40代』の『ウォーキング※1』が40.4%となっている。

詳細説明
※1： ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む）
※2： 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）
※3： ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝
※4： 体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操等）
※5： 自転車（BMX 含む）・サイクリング
※6： 階段昇降（2 アップ3 ダウン等）
※7： 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・フラダンス等）
※8： 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）
※9： 野球（硬式・軟式等）
※10：卓球（ラージボール含む）
※11：レクリエーションスポーツ（ﾃｨｰﾎﾞｰﾙ ・ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ ・ｲﾝﾃﾞｨｱｶ ・ｽﾎﾟｰﾂﾁｬﾝﾊﾞﾗ ・ﾕﾆｶｰﾙ ・ｱﾙﾃｨﾒｯﾄ ・ｷﾝﾎﾞｰﾙ ・ｼｬﾌﾙ ﾎﾞｰﾄﾞ ・ﾍﾟﾀﾝｸ ・綱引き・ﾀﾞｰﾂ・ｽﾎﾟｰﾂ 吹き矢等）

Q5-1.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

1.種目1 ／ＴＯＰ２０（同率含む）のみ記載



Q5-1.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

1.種目1(1)

(%)

		全体	ウォーキング※1	トレーニング※2	ランニング・マラソン・駅伝※3	体操※4	自転車・サイクリング※5	階段昇降※6	エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	縄跳び	スノーボード	ダンス※7	テニス・ソフトテニス	ゴルフ（コースでのラウンド）	陸上競技	器械体操・新体操・トランポリン	水泳※8	バドミントン	ゴルフ（練習場・シミュレーションゴルフ）	サッカー	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	アイススケート・アイスホッケー・カーリング	アクアエクササイズ・水中ウォーキング	野球※9	釣り	クロスカントリースキー・スノーシュー	アーチェリー・弓道・射撃・クレー射撃	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	ローラースケート・インラインスケート・一輪車	ソフトボール	キャッチボール	卓球※10
全体		5098	35.7	5.5	4.3	2.3	1.9	1.6	1.3	0.5	0.5	0.4	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1
性別	男性	2832	33.2	6.1	6.2	1.1	2.6	1.7	0.3	0.4	0.6	0.2	0.5	0.7	0.4	0.2	0.4	0.2	0.4	0.5	0.4	0.4	0.1	0.4	0.3	0.4	0.2	0.3	0.2	0.1	0.1	0.1
	女性	2266	38.9	4.7	2.0	3.8	1.1	1.6	2.5	0.7	0.4	0.7	0.2	0.1	0.2	0.4	0.2	0.4	0.2	-	0.2	0.2	0.3	0.0	0.1	0.0	0.1	-	-	0.0	0.0	0.1
性年代	男性10代以下	170	29.4	10.6	10.0	0.6	5.3	3.5	0.6	0.6	1.8	-	1.2	-	1.2	-	0.6	0.6	-	1.8	0.6	0.6	-	0.6	-	0.6	0.6	0.6	0.6	-	-	-
	男性20代	388	32.0	10.6	9.0	0.5	2.6	2.1	-	0.5	1.0	0.3	0.5	-	0.5	0.3	0.8	0.3	0.5	0.3	-	1.0	-	0.5	0.5	1.0	1.0	0.8	0.3	-	0.3	0.3
	男性30代	454	35.2	7.9	7.3	0.2	2.4	2.4	0.7	0.7	0.4	0.7	0.4	0.4	0.9	0.4	0.7	-	-	0.7	0.4	0.9	-	0.4	0.2	0.4	0.2	0.7	0.4	-	-	-
	男性40代	667	33.6	5.8	7.6	0.9	3.3	0.9	0.3	0.1	0.6	0.1	0.1	0.4	0.1	0.1	0.3	0.6	0.3	0.9	0.1	-	0.4	0.7	0.3	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.3	0.1
	男性50代	433	33.0	4.4	6.5	1.8	2.8	1.2	0.2	0.2	0.7	-	0.5	1.2	0.5	-	-	0.2	1.2	-	1.4	-	-	0.2	0.5	0.2	0.2	-	-	-	-	0.2
	男性60代	334	38.0	5.4	1.5	1.8	2.1	2.1	-	-	0.3	-	0.3	1.2	-	0.6	-	-	0.6	-	0.6	0.3	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-
	男性70代以上	386	28.8	0.8	1.6	2.1	1.0	1.3	0.5	0.8	-	-	0.8	1.3	-	0.3	0.3	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-
	女性10代以下	187	36.9	10.7	6.4	4.3	1.6	2.1	0.5	2.7	1.1	2.1	-	-	1.1	-	-	0.5	-	-	-	1.1	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-
	女性20代	324	49.7	7.7	1.2	1.5	1.2	2.2	3.1	0.3	0.6	1.2	0.6	-	0.3	0.3	-	-	0.3	-	-	0.6	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	-	0.3
	女性30代	396	42.2	6.1	2.5	3.0	1.3	1.0	3.0	0.5	0.3	0.8	-	-	-	0.8	-	0.8	0.8	-	0.3	0.3	0.3	-	0.3	0.3	0.3	-	-	-	-	-
	女性40代	423	40.4	3.8	2.6	4.5	0.2	1.4	3.5	1.2	0.5	0.5	0.2	-	0.5	0.5	-	0.7	0.2	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	0.2	-	-
	女性50代	304	30.9	2.6	1.0	4.3	1.3	1.6	3.0	0.7	0.3	-	0.3	0.3	-	0.7	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	女性60代	285	34.0	2.5	1.4	4.6	0.4	2.8	1.1	-	-	0.7	-	-	-	0.4	1.1	-	-	-	0.7	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	0.7
	女性70代以上	347	35.2	2.0	0.6	4.3	1.7	0.6	1.7	0.3	-	-	0.3	0.6	-	-	0.6	0.3	-	-	0.3	-	0.6	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-
小中高	小学生	593	38.1	5.1	7.6	2.2	2.5	1.3	0.8	0.5	0.2	0.3	0.5	0.2	0.3	0.5	0.3	0.3	0.2	0.8	-	0.5	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	0.5	0.2	-	0.2
	中学生	253	34.4	4.3	9.1	2.8	2.0	1.6	1.2	0.8	1.2	-	0.4	0.8	0.4	0.4	-	0.8	1.2	0.4	1.2	-	0.4	0.8	1.2	0.4	-	-	-	-	0.4	-
	高校生	321	32.7	10.6	8.7	2.8	3.4	3.1	0.6	1.9	1.2	0.6	0.6	-	1.2	-	0.3	0.6	-	0.9	0.3	0.9	-	0.3	-	0.3	0.3	0.3	0.3	-	-	-
障害者	障害者	499	37.1	6.2	2.6	2.2	2.0	1.6	1.8	0.4	0.8	0.2	-	-	0.4	0.6	0.6	0.2	0.6	-	0.2	0.8	-	0.2	-	0.2	-	0.4	0.2	-	-	-
エリア	北海道	185	37.8	5.9	4.9	1.6	0.5	1.1	1.1	1.6	1.1	0.5	0.5	-	-	-	-	-	0.5	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	東北	248	36.3	6.9	4.0	1.6	1.2	2.8	2.0	0.8	-	0.4	0.4	0.4	0.4	-	-	0.4	-	1.2	-	-	-	0.4	0.4	0.8	-	-	-	-	-	-
	関東	2104	35.4	5.9	4.8	2.2	1.5	1.6	1.1	0.5	0.4	0.3	0.2	0.5	0.4	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.0	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.0	0.1
	甲信越・北陸	173	30.1	8.7	5.2	2.9	2.3	2.9	1.7	0.6	0.6	0.6	0.6	1.2	-	-	0.6	-	-	-	1.2	0.6	0.6	0.6	-	-	-	-	-	-	0.6	-
	中部	659	37.5	5.2	3.5	2.3	3.2	1.8	0.8	0.5	0.5	0.3	0.3	0.5	0.5	0.2	0.3	0.6	0.5	0.5	0.2	0.5	0.2	0.2	0.5	0.3	-	0.3	-	-	-	0.2
	近畿	1081	37.3	4.9	3.6	2.4	1.9	1.4	1.3	0.3	0.7	0.4	0.6	0.3	0.2	0.5	0.1	0.4	0.3	0.3	0.3	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	-	0.2	0.1
	中国	227	28.2	4.8	5.3	4.0	3.1	1.3	1.3	0.9	-	0.4	0.4	-	-	0.9	0.4	0.4	-	-	0.4	0.4	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-
	四国	111	28.8	3.6	5.4	2.7	2.7	1.8	0.9	0.9	-	-	-	0.9	0.9	0.9	0.9	-	1.8	-	-	-	-	-	1.8	-	-	-	-	-	-	-
	九州	287	36.6	3.8	3.8	1.7	2.4	1.7	2.4	0.7	1.0	1.0	0.7	0.7	-	-	0.7	-	0.3	-	0.7	0.3	0.7	-	0.3	0.3	0.7	-	0.3	-	-	0.3
	沖縄	23	56.5	4.3	4.3	-	4.3	-	4.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4.3	-	-	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	57	40.4	8.8	5.3	5.3	-	3.5	1.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1886	32.4	6.1	4.2	2.0	1.4	1.2	1.1	0.3	0.5	0.3	0.1	0.2	0.2	0.3	0.4	0.1	-	0.2	0.1	0.2	0.3	0.1	0.2	-	-	0.1	0.1	0.1	-	0.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	512	34.2	4.9	5.3	2.7	1.8	2.3	1.4	1.0	0.8	1.2	0.4	1.2	0.4	0.2	0.4	1.0	0.8	-	0.6	0.8	-	0.2	-	0.6	0.8	0.4	-	0.2	-	0.2
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	229	38.9	7.4	8.3	5.2	1.3	2.2	3.9	-	-	0.9	-	0.9	0.4	0.9	-	-	0.4	-	0.4	-	0.4	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	997	35.5	4.7	4.1	1.2	3.1	1.5	0.9	0.7	0.4	0.2	0.6	0.3	0.2	0.3	0.3	0.1	0.9	0.6	0.7	0.4	0.1	0.3	0.3	0.5	0.1	0.2	0.1	-	0.2	0.2
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	221	34.8	3.2	4.5	2.3	2.7	1.8	-	1.4	1.4	0.5	0.5	-	-	0.9	0.5	0.9	-	0.5	0.9	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	139	44.6	9.4	7.2	2.9	2.9	2.9	2.2	0.7	0.7	-	-	1.4	0.7	-	0.7	-	0.7	-	-	-	-	1.4	-	-	0.7	0.7	0.7	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	318	38.4	0.3	2.2	2.2	1.9	1.3	0.9	0.3	0.6	-	0.9	1.3	0.3	0.6	-	0.9	-	0.3	-	-	-	0.9	-	-	0.3	-	0.3	-	0.6	-
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	36	36.1	2.8	5.6	2.8	-	-	-	-	-	-	-	2.8	2.8	2.8	-	-	-	-	-	-	-	-	5.6	-	2.8	-	-	-	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	492	37.8	11.2	8.5	3.3	1.6	2.6	2.6	0.6	1.2	0.6	0.2	0.6	0.4	0.2	0.4	-	-	0.4	-	0.8	0.2	-	-	-	0.2	0.2	0.2	-	-	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	278	43.2	6.1	8.3	1.4	2.9	3.2	1.1	0.4	1.8	0.7	0.4	-	1.4	0.7	0.4	-	1.8	-	1.1	-	-	-	-	1.1	1.4	0.7	0.4	-	-	0.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	76	50.0	2.6	5.3	-	2.6	1.3	-	1.3	1.3	-	-	-	1.3	1.3	2.6	-	1.3	-	-	2.6	-	-	-	-	-	1.3	1.3	-	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1548	31.3	5.7	4.0	2.6	1.4	1.1	1.0	0.3	0.2	0.2	0.1	0.3	0.2	0.4	0.3	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.3	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	-	0.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	991	33.4	4.8	4.0	1.6	2.7	1.8	1.3	0.7	0.5	0.5	0.6	0.8	0.1	0.2	0.2	0.1	0.5	0.5	1.0	0.5	0.2	0.5	0.2	0.4	-	0.2	0.1	-	0.1	0.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	360	34.2	2.2	3.6	1.9	1.7	1.7	0.8	0.6	0.6	-	0.6	1.4	0.3	0.6	-	1.1	-	0.3	-	-	0.3	0.6	0.8	-	0.8	0.3	-	-	0.3	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	374	40.6	4.5	3.5	4.3	2.1	1.6	1.9	0.3	0.3	0.3	0.5	-	-	-	0.3	0.5	-	-	0.3	-	-	-	0.5	-	-	-	0.3	-	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	329	37.4	4.0	2.7	1.2	1.2	0.9	2.1	1.5	0.3	0.6	-	0.3	-	0.3	1.2	0.6	0.3	-	0.3	-	0.3	0.3	0.3	0.3	-	0.3	-	0.3	0.3	0.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	164	42.1	3.0	1.2	3.7	3.7	-	-	0.6	0.6	0.6	1.2	-	1.2	0.6	-	1.2	0.6	0.6	0.6	-	-	0.6	-	0.6	-	-	-	-	0.6	-
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	472	37.3	12.7	8.3	2.5	2.3	1.9	2.3	0.6	1.3	0.4	0.2	0.4	0.6	0.2	0.6	-	-	0.4	-	0.8	0.2	0.2	-	-	0.2	0.2	0.2	-	-	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	218	41.7	8.3	8.3	2.3	2.3	3.7	1.4	0.5	1.4	0.9	0.5	0.5	0.9	-	0.5	-	2.3	-	1.4	0.9	-	-	-	0.9	1.4	-	0.5	-	-	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	46	45.7	6.5	6.5	-	4.3	2.2	2.2	-	2.2	-	-	-	-	2.2	2.2	-	-	-	-	2.2	-	-	-	-	2.2	-	2.2	-	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1361	32.3	5.3	4.1	2.5	1.2	0.9	1.2	0.4	0.2	0.4	0.1	0.4	0.1	0.4	0.2	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	-	0.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	828	34.2	4.3	4.5	1.2	2.5	1.6	1.6	0.4	0.7	0.5	0.6	0.7	0.4	0.1	0.2	0.1	0.4	0.6	0.8	0.2	0.2	0.4	0.2	0.5	0.1	0.4	0.1	-	0.2	0.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	294	34.4	0.7	3.7	1.4	2.4	1.7	0.7	0.7	0.3	-	0.7	1.4	0.7	0.7	0.3	1.7	0.3	0.3	-	0.3	0.3	0.3	1.0	-	0.7	0.3	-	-	0.3	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	581	35.6	4.8	3.8	4.5	1.7	2.6	1.2	0.2	0.2	-	0.5	-	-	0.2	0.3	0.3	-	0.2	0.3	-	0.5	-	0.5	-	-	-	0.2	-	-	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	552	36.2	4.3	3.1	1.6	2.4	1.6	1.3	1.6	0.4	0.5	0.2	0.4	-	0.7	0.2	0.7	0.7	0.2	0.5	0.4	-	0.5	0.2	0.4	-	0.4	-	0.2	-	0.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	260	41.5	3.8	1.9	3.5	1.9	0.4	-	0.8	0.8	0.4	0.8	0.4	0.8	0.4	-	0.4	0.4	0.4	0.4	-	-	0.8	-	0.4	-	0.4	-	-	0.4	-
コロナ以降運動実施理由（高）の	ダイエット	872	38.0	8.8	5.5	3.0	1.1	1.4	1.8	0.2	0.1	0.3	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	-	0.3	-	0.2	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	0.1	-	-	-
	運動不足は健康に悪い	1551	35.2	7.2	4.3	3.1	1.4	1.1	1.6	0.1	0.3	0.3	0.1	0.2	0.1	0.3	0.3	0.1	-	0.3	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	0.1	-	-
	ストレス発散	923	38.0	6.4	5.6	2.7	1.4	1.2	1.8	0.2	0.4	0.4	0.1	0.2	0.3	0.2	0.3	0.3	-	-	0.3	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	-	0.1	0.1	0.1	-	-
	スポーツ好き	578	33.4	9.2	8.3	1.6	1.2	0.5	1.6	0.2	0.7	0.2	0.5	0.3	0.3	0.3	0.5	-	-	0.5	0.2	0.3	-	0.2	0.2	-	0.2	0.2	0.2	0.2	-	-
	普段の習慣	1234	31.4	7.2	4.9	3.3	1.4	1.3	1.4	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	-	-	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	-	-	-	0.1	0.1	-	-
	友人や知人に誘われた	152	45.4	7.2	9.2	3.3	2.6	2.6	2.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.3	-	1.3	-	-	-	-	-	0.7	0.7	-	-	-
	感染者減等感染リスクの低下	227	45.8	7.9	8.8	2.6	0.9	1.8	1.3	-	1.3	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	0.9	0.4	0.9	0.4	0.4	-	-	-	0.4	0.4	-	-	-
	余暇時間が増えた	361	46.3	9.4	5.3	4.7	1.1	1.4	2.8	-	0.6	0.3	0.3	-	0.3	-	0.3	-	-	0.6	0.3	0.6	0.6	0.3	-	-	-	-	0.3	-	-	-

Q5-1.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

1.種目1(2)

(%)

		全 体	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	バレーボール・ビーチバレー・ソフトバレーボール	バスケットボール・ポートボール	フットサル	剣道・居合道・なぎなた・銃剣道	キャンプ・オートキャンプ	ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング	ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング	サーフィン・ボディボード・ボードセーリング・ウインドサーフィン	乗馬	チアリーディング・バトントワリング	ドッジボール	ハンドボール・その他屋内球技	ラグビー・アメリカンフットボール・タグラグビー	グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技	ボウリング	ゲートボール	レクリエーションスポーツ※11	レスリング・相撲・ボクシング	テコンドー・太極拳・合気道	柔道	空手・少林寺拳法	フリークライミング・ボルダリング	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	スクーバダイビング・スキンダイビング・フリーダイビング・シュノーケリング	スキー	障害者スポーツ	その他	新たに始めたものはない
全 体		5098	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	39.3
性別	男性	2832	0.2	0.1	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	-	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	39.0
	女性	2266	-	0.1	0.1	-	0.0	0.1	0.0	0.0	-	0.1	-	-	0.0	0.0	-	-	-	0.0	0.0	-	-	0.0	0.1	-	-	-	-	0.1	39.8
性年代	男性10代以下	170	-	-	0.6	-	0.6	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	0.6	0.6	-	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	-	0.6	24.1
	男性20代	388	0.5	0.3	0.5	1.0	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	29.1
	男性30代	454	0.7	-	-	0.2	0.4	0.2	0.2	-	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	31.3
	男性40代	667	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	0.3	0.1	-	-	-	-	-	-	0.1	-	-	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	0.1	0.3	38.7
	男性50代	433	-	0.2	-	-	0.2	-	0.2	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	41.6
	男性60代	334	-	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	42.8
	男性70代以上	386	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	59.1
	女性10代以下	187	-	1.6	1.6	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	0.5	0.5	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	23.0
	女性20代	324	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	27.5
	女性30代	396	-	-	-	-	0.3	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	34.3
	女性40代	423	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	38.5
	女性50代	304	-	-	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	0.3	51.0
	女性60代	285	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	49.1
	女性70代以上	347	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	50.4
小中高	小学生	593	0.3	0.2	-	0.2	0.2	0.3	-	-	0.5	-	0.2	-	-	-	-	-	0.2	-	0.2	-	0.2	-	-	-	-	0.2	-	0.2	32.4
	中学生	253	-	-	0.4	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	32.8
	高校生	321	-	0.9	0.9	-	0.3	-	-	-	-	0.6	-	-	-	0.3	0.3	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	23.4
障害者	障害者	499	-	-	-	0.2	0.2	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.2	0.2	39.3
エリア	北海道	185	0.5	0.5	-	-	-	-	0.5	-	-	0.5	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	39.5
	東北	248	-	0.8	0.4	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	37.5
	関東	2104	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.0	-	0.1	0.1	-	0.0	0.0	-	-	-	0.0	0.0	0.0	0.0	-	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	-	0.2	39.8
	甲信越・北陸	173	-	0.6	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.6	-	0.6	-	-	0.6	-	-	-	-	-	0.6	35.3
	中部	659	0.2	-	-	0.3	0.5	0.2	-	0.3	0.2	0.2	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	37.2
	近畿	1081	0.2	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.2	-	-	0.1	-	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	-	-	-	-	-	0.1	0.2	40.1
	中国	227	-	-	0.4	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	45.4
	四国	111	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.9	45.0
	九州	287	-	-	-	-	0.3	0.7	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	36.6
	沖縄	23	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21.7
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	57	1.8	1.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	29.8
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1886	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	-	0.1	-	-	-	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	-	-	0.1	-	-	0.3	46.7
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	512	0.4	0.4	0.2	-	0.2	-	0.2	-	0.2	0.2	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	34.6
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	229	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.9	-	-	0.4	-	-	-	-	0.4	-	-	25.8
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	997	-	0.2	-	0.2	0.1	0.1	-	-	0.2	0.1	-	-	-	-	-	0.1	0.1	-	0.1	-	-	-	0.1	0.1	-	-	-	0.1	39.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	221	0.5	-	0.9	0.5	0.9	1.4	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	38.5
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	139	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.7	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.7	-	17.3
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	318	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.6	43.7
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	36	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	36.1
コロナ後の状態×現在の運動頻度 健康	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	492	0.2	-	-	0.2	0.2	-	0.2	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	0.2	0.2	-	-	0.2	0.2	-	0.6	23.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	278	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	0.4	19.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	76	-	1.3	-	-	-	2.6	-	-	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.3	-	-	-	-	-	-	17.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1548	-	0.2	0.2	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	-	0.1	-	-	-	0.1	-	0.1	-	-	-	-	-	-	-	-	0.1	49.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	991	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	-	-	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	-	0.1	0.1	-	-	-	0.1	0.1	-	-	-	-	40.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	360	-	-	-	-	0.3	-	0.6	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.6	43.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	374	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	37.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	329	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	-	0.3	0.6	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	40.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	164	0.6	0.6	1.2	0.6	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	32.9
コロナ後の状態×現在の運動頻度 体力	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	472	0.2	0.2	-	0.2	0.2	-	0.2	0.2	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	-	0.2	-	-	0.2	0.2	-	0.6	22.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	218	-	-	-	0.5	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	0.5	17.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	46	-	-	-	-	-	4.3	-	-	2.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2.2	-	-	-	-	-	-	10.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1361	-	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	-	0.1	-	-	0.1	-	-	-	-	-	0.1	-	-	-	-	-	-	-	-	0.1	48.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	828	0.2	0.1	-	0.1	0.2	0.1	-	-	-	0.2	0.1	-	-	-	-	0.1	-	0.1	0.1	-	-	-	0.1	0.1	-	-	-	-	40.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	294	-	-	-	-	0.3	-	0.7	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	42.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	581	0.2	-	0.2	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	41.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	552	-	0.2	0.2	0.2	-	0.2	-	-	0.4	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	39.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	260	0.4	0.8	0.8	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	36.2
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	0.1	0.2	0.1	-	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	-	-	-	-	-	0.1	-	-	-	0.1	-	-	-	-	-	-	0.3	36.0
	運動不足は健康に悪い	1551	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	-	0.1	-	-	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	-	-	0.3	42.4
	ストレス発散	923	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	-	0.1	-	-	-	-	-	0.1	-	-	0.1	-	-	-	-	-	0.4	37.6
	スポーツ好き	578	0.2	0.3	0.3	0.2	-	-	-	0.2	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	36.7
	普段の習慣	1234	-	0.2	0.1	0.1	-	-	-	0.1	-	0.2	-	-	0.1	-	-	-	-	-	-	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	-	0.2	45.2
	友人や知人に誘われた	152	-	-	0.7	-	-	-	-	0.7	-	0.7	-	-	-	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20.4
	感染者減等感染リスクの低下	227	-	-	0.4	0.4	-	-	-	0.4	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	22.0
	余暇時間が増えた	361	-	-	0.3	0.3	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	23.3

宣言中～現在の時期で新たに始めた運動・スポーツ［宣言中］-種目２

Q5-1.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

2.種目2

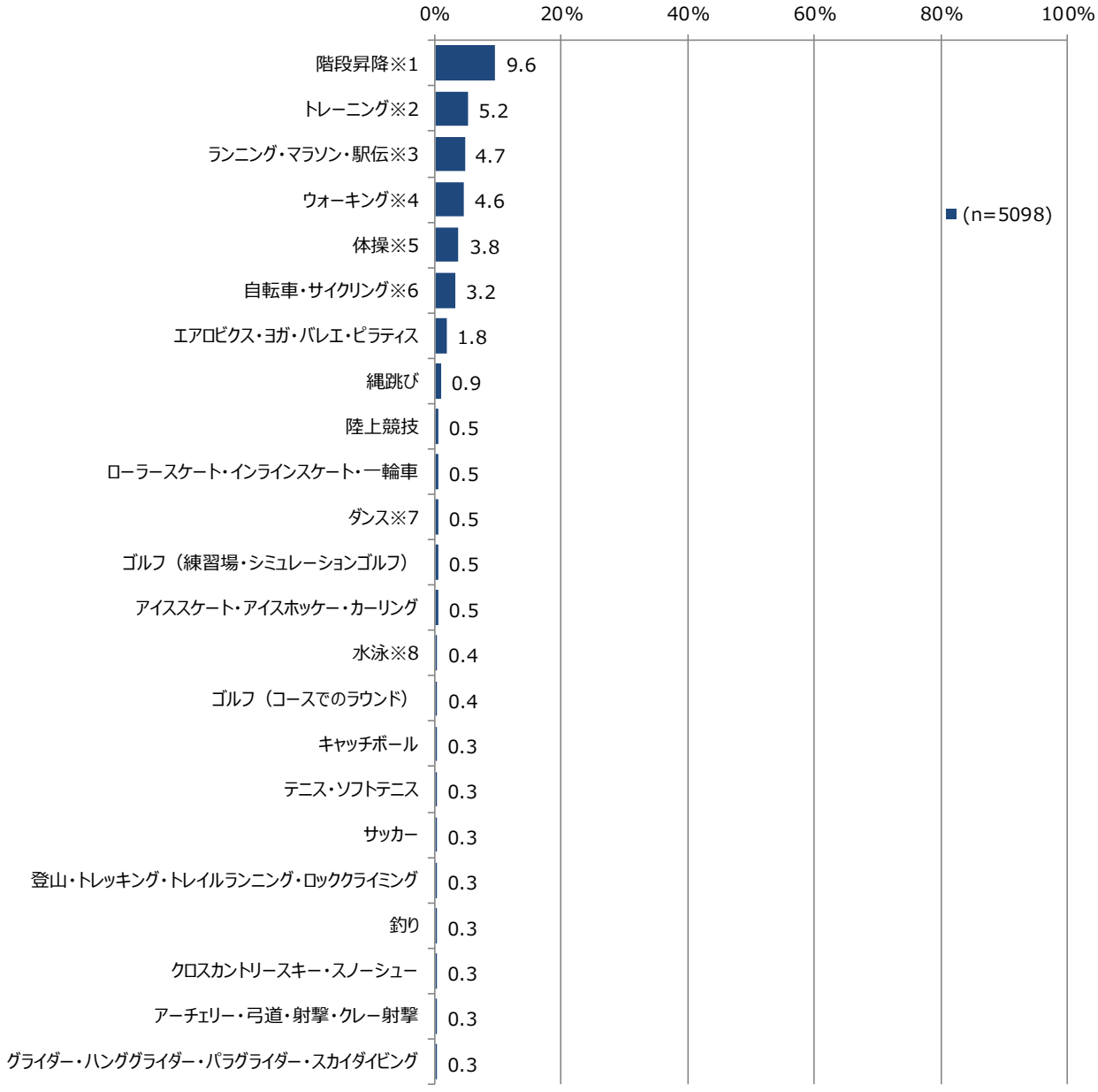
・全体で最も大きいのは、『階段昇降※1』の9.6%で、次いで『トレーニング※2』の5.2%、『ランニング・マラソン・駅伝※3』の4.7%となっている。

・男性で最も大きいのは、『階段昇降※1』の10.4%で、次いで『ランニング・マラソン・駅伝※3』の5.6%、『ウォーキング※4』の5.3%となっている。
・女性で最も大きいのは、『階段昇降※1』の8.6%で、次いで『体操※5』の5.9%、『トレーニング※2』の5.4%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『階段昇降※1』が12.6%で、次いで『20代』の『階段昇降※1』が12.1%、『20代』の『ランニング・マラソン・駅伝※3』が11.6%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『階段昇降※1』・『トレーニング※2』が11.2%で、次いで『20代』の『階段昇降※1』・『トレーニング※2』が11.1%、『60代』の『階段昇降※1』が8.8%となっている。

詳細説明
※1： 階段昇降（2 アップ3 ダウン等）
※2： 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）
※3： ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝
※4： ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む）
※5： 体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操等）
※6： 自転車（BMX 含む）・サイクリング
※7： 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・フラダンス等）
※8： 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）
※9： 野球（硬式・軟式等）
※10：卓球（ラージボール含む）
※11：レクリエーションスポーツ（ﾃｨｰﾎﾞｰﾙ・ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ・ｲﾝﾃﾞｨｱｶ・ｽﾎﾟｰﾂﾁｬﾝﾊﾞﾗ・ﾕﾆｶｰﾙ・ｱﾙﾃｨﾒｯﾄ・ｷﾝﾎﾞｰﾙ・ｼｬﾌﾙﾎﾞｰﾄﾞ・ﾍﾟﾀﾝｸ・綱引き・ﾀﾞｰﾂ・ｽﾎﾟｰﾂ 吹き矢等）

Q5-1.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

1.種目2 ／ＴＯＰ２０（同率含む）のみ記載



Q5-1.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

2.種目2(1)

(%)

		全体	階段昇降※1	トレーニング※2	ランニング・マラソン・駅伝※3	ウォーキング※4	体操※5	自転車・サイクリング※6	エアロビクス・ヨガ・バレエ・ビフェイス	縄跳び	陸上競技	ローラースケート・インラインスケート・一輪車	ダンス※7	ゴルフ（練習場・シミュレーションゴルフ）	アイススケート・アイスホッケー・カーリング	水泳※8	ゴルフ（コースでのラウンド）	キャッチボール	テニス・ソフトテニス	サッカー	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	釣り	クロスカントリースキー・スノーシュー	アーチェリー・弓道・射撃・クレー射撃	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	アクアエクササイズ・水中ウォーキング	野球※9	ソフトボール	バドミントン	卓球※10	バレーボール・ビーチバレーボール・ソフトバレーボール	フットサル
全体		5098	9.6	5.2	4.7	4.6	3.8	3.2	1.8	0.9	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
性別	男性	2832	10.4	5.1	5.6	5.3	2.2	3.8	0.5	0.7	0.6	0.7	0.2	0.8	0.6	0.5	0.6	0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.2	0.3	0.2	0.1	0.2	0.2	0.4
	女性	2266	8.6	5.4	3.6	3.7	5.9	2.3	3.6	1.2	0.4	0.3	0.9	0.2	0.3	0.3	0.1	0.0	0.2	0.0	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	-	0.1	0.4	0.1	0.1	-
性年代	男性10代以下	170	8.8	9.4	8.8	4.1	2.4	6.5	-	3.5	0.6	1.8	-	-	2.4	-	-	1.8	0.6	1.2	0.6	-	1.2	1.2	0.6	0.6	-	-	-	0.6	0.6	1.2
	男性20代	388	12.1	6.2	11.6	5.2	1.8	4.1	0.5	-	1.0	1.0	0.8	0.5	2.8	0.3	0.3	0.5	0.3	0.8	0.3	-	0.5	0.3	1.3	0.5	1.5	0.3	0.5	0.3	-	-
	男性30代	454	10.4	7.7	7.3	4.6	2.2	3.5	0.7	0.7	1.1	0.9	0.4	0.7	0.4	0.7	0.2	0.7	0.7	0.9	-	0.4	-	1.3	0.2	0.2	0.4	0.9	0.2	-	0.2	1.1
	男性40代	667	11.5	5.1	5.5	5.4	1.6	3.4	0.3	1.2	0.6	0.6	-	0.6	0.1	0.7	0.7	0.9	0.1	0.3	0.6	0.7	0.3	0.1	-	0.1	-	-	-	0.1	0.3	0.6
	男性50代	433	10.6	3.5	3.5	7.4	1.8	3.7	0.5	0.2	0.9	0.5	-	1.2	-	-	1.6	-	0.5	0.2	0.5	0.7	0.7	-	0.2	-	-	-	-	-	0.5	-
	男性60代	334	12.6	3.9	2.4	5.7	1.8	3.9	0.9	-	-	-	-	0.9	-	1.2	0.6	-	0.6	-	0.3	0.3	-	0.6	-	-	0.3	0.3	-	0.3	-	-
	男性70代以上	386	5.4	1.8	1.6	3.6	3.9	3.6	0.3	0.3	-	0.5	-	1.6	-	0.5	0.5	-	0.5	-	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-
	女性10代以下	187	11.2	11.2	8.0	4.8	2.7	3.2	3.7	3.2	1.6	1.6	3.2	-	1.1	0.5	-	-	0.5	0.5	0.5	-	0.5	1.1	0.5	-	-	0.5	0.5	-	0.5	-
	女性20代	324	11.1	11.1	6.2	4.9	5.2	4.0	4.6	0.6	0.3	0.6	1.5	0.6	0.6	0.6	-	0.3	-	-	-	-	0.6	0.6	0.9	-	-	0.3	0.6	-	-	-
	女性30代	396	7.3	6.3	5.1	4.5	6.6	3.0	4.5	1.5	0.3	0.5	0.8	-	0.3	-	0.3	-	-	-	0.5	0.3	0.3	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	-
	女性40代	423	7.3	4.0	4.7	2.1	5.9	2.1	3.8	1.7	-	-	-	-	0.2	0.2	0.2	-	-	-	0.2	0.5	-	-	0.2	0.2	-	-	0.9	0.7	0.2	-
	女性50代	304	7.9	3.0	1.0	3.3	4.6	1.3	4.3	1.0	-	-	0.7	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-
	女性60代	285	8.8	2.1	0.7	3.5	6.7	1.4	2.1	0.4	0.7	-	1.1	0.4	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-
	女性70代以上	347	8.1	2.3	0.6	3.2	7.8	1.4	1.7	0.6	0.3	-	0.3	0.3	-	-	0.3	-	0.6	-	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-
小中高	小学生	593	11.1	6.1	6.7	3.7	3.2	3.7	1.2	3.0	1.0	0.7	-	0.5	-	0.8	0.7	0.8	0.3	0.7	0.7	0.5	-	0.5	0.2	0.2	0.3	0.3	0.8	0.3	0.2	0.3
	中学生	253	9.5	4.3	5.9	5.1	4.7	3.6	1.2	0.4	1.6	0.4	-	0.8	0.8	-	0.8	-	-	0.4	0.4	1.2	0.8	-	-	-	-	-	0.4	0.4	0.4	0.8
	高校生	321	8.7	10.6	8.4	4.7	2.8	5.3	1.9	3.7	1.2	1.6	1.6	-	1.6	0.3	-	0.9	0.3	0.9	0.6	-	0.9	1.2	0.6	0.3	-	-	0.3	0.3	0.3	0.6
障害者	障害者	499	12.8	5.0	2.8	6.0	4.6	2.2	1.8	0.2	0.4	0.8	0.6	0.2	0.6	0.2	-	-	-	0.4	0.2	0.4	0.6	0.4	-	0.2	0.4	-	-	-	0.2	-
エリア	北海道	185	8.6	6.5	3.8	4.3	4.9	2.7	2.2	-	0.5	1.1	0.5	-	0.5	-	-	0.5	-	1.1	-	-	0.5	-	0.5	-	-	-	0.5	-	-	0.9
	東北	248	11.7	4.4	6.5	4.4	5.6	2.0	2.8	0.8	0.4	0.8	-	0.4	-	0.4	-	0.4	0.8	0.4	0.8	-	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	-
	関東	2104	9.2	4.8	5.1	5.2	4.0	3.4	1.9	0.9	0.2	0.3	0.2	0.7	0.3	0.4	0.6	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	0.4	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
	甲信越・北陸	173	9.8	8.7	2.3	2.9	3.5	5.2	1.7	-	1.2	0.6	1.2	1.2	-	0.6	0.6	-	-	-	0.6	-	-	0.6	0.6	0.6	-	-	1.2	-	-	-
	中部	659	9.1	5.5	5.0	3.3	3.5	2.6	2.0	1.4	0.6	0.9	0.5	0.3	1.1	0.3	0.3	0.5	0.5	0.3	0.5	0.5	-	0.3	0.3	0.5	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.6
	近畿	1081	9.9	5.1	4.7	4.2	3.2	3.2	1.1	1.0	0.5	0.5	0.9	0.6	0.5	0.6	0.3	0.1	0.3	-	0.5	0.5	0.5	0.2	0.2	-	0.3	0.2	0.5	0.2	0.3	0.3
	中国	227	9.3	3.5	3.5	7.0	2.6	3.5	3.1	1.3	0.9	0.9	0.4	-	-	0.4	-	1.3	0.4	-	-	0.4	0.4	-	-	-	0.4	0.4	-	-	0.4	-
	四国	111	9.0	9.0	-	2.7	2.7	2.7	0.9	0.9	1.8	-	1.8	-	-	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.9	-	-	-	-	-	0.9
	九州	287	11.8	5.9	3.8	3.8	3.8	2.4	2.8	0.3	1.4	0.3	0.3	0.7	1.0	-	0.7	-	0.7	0.3	-	0.3	-	1.0	0.7	-	-	0.3	-	0.3	0.3	-
	沖縄	23	8.7	4.3	13.0	4.3	8.7	4.3	-	-	-	-	-	-	4.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	57	15.8	12.3	5.3	3.5	5.3	-	3.5	1.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.8	-	-	-	-	-	1.8	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1886	9.1	4.3	4.3	3.4	4.0	2.7	1.4	0.5	0.4	0.4	0.5	0.2	0.2	0.7	0.5	0.2	0.1	0.2	0.4	0.2	0.3	0.2	-	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	512	9.8	6.4	4.5	5.9	3.9	2.9	2.5	1.4	1.0	0.6	0.8	1.2	1.2	-	0.2	-	0.4	0.4	0.2	0.4	0.6	0.8	0.6	0.6	0.2	0.2	-	0.6	-	-
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	229	12.7	9.2	7.4	8.7	4.4	4.4	3.9	1.7	-	-	0.4	0.4	-	0.9	-	0.4	0.9	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	0.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	997	9.3	3.9	4.4	4.4	2.3	3.7	1.7	0.8	0.6	0.3	0.4	0.8	0.5	-	0.6	0.5	0.9	0.3	0.4	0.4	0.3	0.5	0.2	-	0.3	0.1	0.1	-	0.1	0.3
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	221	9.5	4.5	8.1	7.2	1.4	2.7	1.8	1.4	0.5	0.5	-	1.8	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	-	-	-	0.9	-	-	-	0.5	-	0.5	0.5	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	139	10.8	12.9	3.6	5.8	6.5	4.3	2.9	0.7	-	1.4	0.7	0.7	1.4	0.7	-	0.7	-	-	-	-	-	-	0.7	0.7	-	-	-	0.7	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	318	11.3	5.0	3.8	3.5	4.4	3.1	1.3	0.6	0.3	0.6	-	0.3	0.3	0.3	-	0.6	0.3	0.9	-	0.3	-	0.3	0.9	0.3	-	0.6	0.6	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	36	13.9	8.3	2.8	-	2.8	2.8	2.8	-	-	2.8	-	2.8	2.8	-	-	-	-	-	2.8	-	-	-	-	-	-	-	-	2.8	-	2.8
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	492	13.6	9.6	8.3	4.3	4.5	3.7	2.6	0.8	1.2	0.6	0.2	0.4	0.4	0.8	0.6	0.4	0.2	0.4	0.2	0.2	1.2	0.6	-	0.4	0.2	-	0.4	-	0.4	0.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	278	17.3	9.0	8.3	5.4	2.5	4.3	4.3	1.4	1.1	0.7	-	0.4	3.2	-	0.7	0.4	-	-	-	-	0.7	0.4	1.1	0.4	0.4	-	0.4	-	0.4	0.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	76	17.1	5.3	13.2	3.9	2.6	3.9	2.6	1.3	1.3	6.6	-	-	1.3	-	-	2.6	1.3	-	-	-	1.3	2.6	1.3	-	-	-	-	-	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1548	7.8	4.7	2.8	4.5	4.2	2.6	1.4	0.7	0.1	0.2	0.5	0.3	0.1	0.6	0.4	0.1	0.1	0.1	0.3	0.2	0.1	-	-	0.1	0.1	0.3	-	0.1	0.1	0.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	991	8.3	3.5	3.5	5.2	2.3	3.7	1.8	0.6	0.4	0.2	0.5	1.1	0.5	0.3	0.4	0.5	0.9	0.5	0.1	0.4	0.3	0.2	0.2	0.1	0.3	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	360	8.1	4.2	5.3	3.9	3.1	2.2	0.6	0.8	0.8	0.6	-	0.8	0.6	0.6	-	0.3	0.6	0.6	0.3	0.3	-	0.3	0.8	0.3	-	-	0.3	-	0.3	0.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	374	10.7	5.1	6.1	2.9	5.3	3.7	1.9	0.8	0.5	0.5	1.1	-	0.3	0.5	0.5	-	-	0.3	1.1	0.5	-	0.3	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	329	8.8	4.9	4.0	6.1	5.2	2.7	1.8	2.1	0.3	0.3	0.9	0.6	-	-	0.3	-	0.3	-	0.9	-	-	1.2	-	0.3	0.3	-	0.3	0.3	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	164	11.6	7.9	4.3	6.1	4.3	1.8	3.7	0.6	-	1.2	-	2.4	-	-	0.6	-	0.6	0.6	-	-	0.6	-	0.6	-	-	1.2	1.2	1.2	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	472	12.7	9.5	8.5	4.9	4.2	3.6	2.8	0.8	0.8	0.8	0.4	0.2	0.4	0.6	0.6	0.4	0.2	0.4	0.2	0.2	1.3	0.6	-	0.4	0.2	-	0.4	-	0.6	0.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	218	17.0	10.1	11.0	6.9	2.3	3.2	4.6	1.8	0.5	0.5	0.5	0.9	1.8	-	0.5	0.5	-	0.5	-	-	0.9	0.5	1.4	-	-	-	0.5	-	0.5	0.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	46	21.7	6.5	15.2	2.2	2.2	6.5	2.2	2.2	2.2	8.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2.2	2.2	4.3	-	-	-	-	-	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1361	8.5	4.7	2.9	3.6	3.8	2.8	1.3	0.5	0.3	0.2	0.6	0.4	0.1	0.7	0.4	0.1	-	0.1	0.3	0.2	0.1	-	-	0.1	0.1	0.2	-	0.1	0.1	0.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	828	9.1	3.6	3.6	4.8	1.9	4.3	1.4	0.6	0.5	0.2	0.4	1.0	0.7	0.2	0.6	0.4	0.7	0.4	0.2	0.5	0.2	0.2	0.2	0.1	0.4	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	294	8.5	3.7	5.4	3.7	2.0	2.0	1.0	0.7	1.0	0.7	-	0.7	0.7	0.7	-	1.0	0.7	0.7	0.3	0.3	-	0.7	0.7	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	581	8.8	5.2	4.6	5.0	6.0	2.9	1.7	1.2	0.3	0.2	0.5	-	0.2	0.5	0.5	-	0.2	0.2	0.9	0.3	-	0.2	-	0.2	-	0.2	0.2	-	-	0.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	552	8.5	4.3	3.1	5.8	4.7	2.7	2.5	1.4	0.5	0.4	0.7	0.7	0.7	0.2	0.2	0.4	0.7	0.2	0.4	-	0.2	0.7	-	0.4	0.4	0.2	0.2	0.2	-	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	260	10.0	6.9	5.0	5.8	5.0	1.9	2.3	0.8	-	1.2	-	1.9	0.4	-	0.4	-	0.8	0.4	-	-	0.4	-	0.4	-	-	0.8	0.8	0.8	-	0.4
コロナ以前運動実施理由（高）のみ	ダイエット	872	10.7	8.0	6.4	4.6	4.5	3.1	1.6	0.8	0.6	0.1	0.3	0.2	-	0.6	0.5	0.1	-	0.1	0.3	0.2	0.2	0.2	-	0.1	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.5
	運動不足は健康に悪い	1551	9.4	6.0	4.6	4.2	4.7	3.2	1.5	0.6	0.3	0.1	0.4	0.3	0.1	0.6	0.5	0.1	-	0.2	0.4	0.3	0.2	0.1	-	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.4
	ストレス発散	923	10.9	6.2	6.1	4.2	4.9	3.8	1.8	0.4	0.3	0.1	0.8	0.2	0.1	0.8	0.9	0.1	-	0.3	0.2	0.2	0.2	0.3	-	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.5
	スポーツ好き	578	9.2	6.6	8.0	3.5	4.2	4.5	1.4	0.9	0.9	0.2	0.2	0.5	0.2	1.2	1.2	0.3	-	0.5	0.5	0.2	0.5	0.5	-	0.2	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	1.0
	普段の習慣	1234	8.5	6.0	4.5	4.2	4.3	2.7	1.9	0.7	0.4	0.2	0.4	0.2	-	0.8	0.6	-	-	0.2	0.4	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.5
	友人や知人に誘われた	152	20.4	3.9	9.2	8.6	2.6	4.6	2.0	2.6	2.6	-	-	0.7	-	2.0	0.7	-	-	0.7	-	0.7	0.7	1.3	-	-	-	-	-	-	0.7	2.0
	感染者減等感染リスクの低下	227	17.6	6.2	7.5	7.0	5.3	3.1	1.8	0.9	1.3	-	0.9	-	0.4	2.2	0.9	-	-	0.4	-	-	0.9	1.3	-	0.4	-	0.4	0.4	-	-	1.8
	余暇時間が増えた	361	14.7	9.7	6.9	6.1	5.3	2.5	1.4	0.6	0.8	-	0.8	-	0.3	1.1	0.8	-	-	0.3	0.3	-	0.3	0.6	-	0.6	-	0.3	0.3	-	0.3	1.1

Q5-1.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

2.種目2(2)

(%)

		全体	チアリーディング・バトントワリング	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	バスケットボール・ポートボール	ハンドボール・その他屋内球技	グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技	ボウリング	レクリエーションスポーツ※11	レスリング・相撲・ボクシング	剣道・居合道・なぎなた・銃剣道	フリークライミング・ボルダリング	キャンプ・オートキャンプ	ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング	ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング	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	スクーバダイビング・スキンダイビング・フリーダイビング・シュノーケリング	スキー	スノーボード	乗馬	器械体操・新体操・トランポリン	テコンドー・太極拳・合気道	柔道	空手・少林寺拳法	サーフィン・ボディボード・ボードセーリング・ウインドサーフィン	障害者スポーツ	その他	新たに始めたものはない
全体		5098	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	-	0.1	57.3
性別	男性	2832	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	-	0.0	55.1
	女性	2266	-	0.2	0.0	-	-	0.1	0.1	0.0	-	-	0.1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	-	-	-	-	-	0.1	60.0
性年代	男性10代以下	170	-	-	0.6	1.8	0.6	-	-	0.6	1.2	0.6	-	-	-	0.6	0.6	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	34.7
	男性20代	388	-	0.5	0.3	0.5	0.5	0.3	0.8	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	0.3	-	-	-	-	41.0
	男性30代	454	0.4	-	0.2	0.2	-	0.2	-	-	-	-	0.2	0.2	0.2	-	0.2	-	-	0.4	-	-	-	-	0.2	-	-	48.7
	男性40代	667	0.1	-	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.3	0.1	0.4	-	0.1	-	-	-	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.3	-	-	0.1	55.2
	男性50代	433	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	0.2	-	0.2	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	60.3
	男性60代	334	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	-	0.3	-	-	62.3
	男性70代以上	386	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	73.8
	女性10代以下	187	-	1.1	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	35.8
	女性20代	324	-	0.3	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	42.9
	女性30代	396	-	0.3	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	0.3	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	55.8
	女性40代	423	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	63.6
	女性50代	304	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	70.1
	女性60代	285	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	70.5
	女性70代以上	347	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	71.8
小中高	小学生	593	0.2	-	0.2	0.3	-	0.3	-	-	0.2	0.2	0.7	-	-	-	-	0.2	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	48.7
	中学生	253	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	0.4	0.4	-	-	0.4	54.2
	高校生	321	-	0.6	0.6	0.6	0.3	-	-	0.3	0.6	0.3	-	0.3	-	0.3	0.3	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	35.2
障害者	障害者	499	-	0.2	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	0.2	0.4	-	0.2	-	-	-	-	-	57.3
エリア	北海道	185	-	-	0.5	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	0.5	-	-	-	-	58.4
	東北	248	-	-	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	55.2
	関東	2104	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.2	0.1	-	0.1	0.0	0.1	0.3	0.0	0.1	0.1	0.0	0.2	0.2	-	-	-	0.0	-	-	0.0	57.3
	甲信越・北陸	173	-	-	0.6	-	-	0.6	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	54.9
	中部	659	-	0.3	-	-	0.2	0.2	-	0.2	-	-	0.3	-	0.5	0.2	0.2	0.2	-	0.3	-	-	-	0.2	0.2	-	0.3	56.1
	近畿	1081	0.2	0.1	0.1	0.3	-	-	0.2	0.2	-	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	-	-	-	58.5
	中国	227	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	58.1
	四国	111	-	0.9	-	-	-	-	-	-	-	0.9	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	63.1
	九州	287	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	55.4
	沖縄	23	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	52.2
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	57	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	47.4
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1886	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	-	63.4
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	512	0.2	0.4	0.2	0.2	-	0.4	0.2	-	0.2	0.2	-	0.2	-	0.2	-	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	49.8
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	229	-	-	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	41.5
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	997	-	0.3	-	0.1	-	0.2	0.2	0.2	0.1	-	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.4	-	0.1	-	-	0.1	0.1	-	-	-	59.4
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	221	0.5	0.9	-	-	0.5	-	-	-	-	0.5	0.5	-	0.5	-	-	-	-	0.5	-	-	0.5	-	-	-	-	52.0
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	139	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	0.7	43.2
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	318	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	59.4
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	36	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	47.2
コロナ後の状態×現在の運動頻度×現在の健康	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	492	-	-	-	0.4	-	-	0.2	-	0.4	0.2	-	0.2	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.2	-	0.2	-	0.2	-	-	0.2	39.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	278	-	1.4	-	0.4	-	0.4	-	-	-	0.4	-	0.7	-	0.4	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	32.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	76	-	1.3	-	-	-	-	-	-	1.3	1.3	-	-	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	26.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1548	0.1	-	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	-	-	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	-	0.1	-	-	-	0.1	-	-	66.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	991	0.1	0.1	-	-	-	0.2	0.1	0.2	0.1	-	0.2	-	0.1	0.1	-	0.3	0.2	0.2	-	-	0.1	0.1	-	-	0.1	60.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	360	-	-	-	0.3	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	62.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	374	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	57.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	329	-	-	0.3	0.3	0.3	0.3	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	55.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	164	0.6	0.6	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.6	-	-	46.3
コロナ後の状態×現在の運動頻度×現在の体力	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	472	0.2	-	0.4	0.4	-	-	0.2	-	0.4	0.2	-	0.2	-	0.4	0.2	-	0.2	0.2	-	0.2	-	0.2	-	-	-	39.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	218	-	1.4	-	-	-	-	0.5	-	-	0.5	-	0.9	-	0.5	0.5	0.5	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	28.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	46	-	-	-	-	-	-	-	-	2.2	2.2	-	-	2.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1361	-	-	-	-	-	-	-	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	-	-	-	-	0.1	-	-	-	0.1	-	0.1	66.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	828	0.1	0.1	0.1	0.2	-	0.2	-	0.2	0.1	-	-	-	0.1	-	-	0.4	0.2	0.1	-	-	0.1	0.1	-	-	0.1	60.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	294	-	0.3	-	0.3	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	61.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	581	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	0.2	0.3	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	58.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	552	-	0.2	-	-	0.2	0.4	0.4	-	-	-	0.4	-	-	0.2	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	-	57.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	260	0.4	0.4	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	51.9
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	-	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	-	-	0.2	0.1	0.2	0.2	-	0.1	-	-	0.1	-	-	-	0.1	-	-	53.7
	運動不足は健康に悪い	1551	-	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	-	-	0.1	0.2	0.1	0.1	-	0.1	-	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	-	59.9
	ストレス発散	923	-	-	0.1	0.2	-	-	0.1	-	0.1	-	0.1	0.2	0.1	0.2	-	0.1	-	-	0.1	0.1	-	-	-	-	-	53.8
	スポーツ好き	578	-	-	0.3	0.3	-	-	0.2	0.2	-	-	-	0.5	0.2	0.2	-	0.2	-	-	0.2	0.2	-	0.2	0.2	-	-	49.7
	普段の習慣	1234	-	-	0.2	0.2	-	-	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.2	0.2	0.1	-	0.1	-	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	-	60.4
	友人や知人に誘われた	152	-	-	0.7	-	-	0.7	0.7	-	-	-	-	1.3	-	0.7	-	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	29.6
	感染者減等感染リスクの低下	227	-	-	-	-	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	0.9	-	0.4	-	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	36.1
	余暇時間が増えた	361	-	-	0.3	0.3	-	-	0.3	-	-	-	0.3	-	0.3	0.6	-	0.3	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	42.4

宣言中～現在の時期で新たに始めた運動・スポーツ［宣言中］-種目３

Q5-1.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

3.種目3

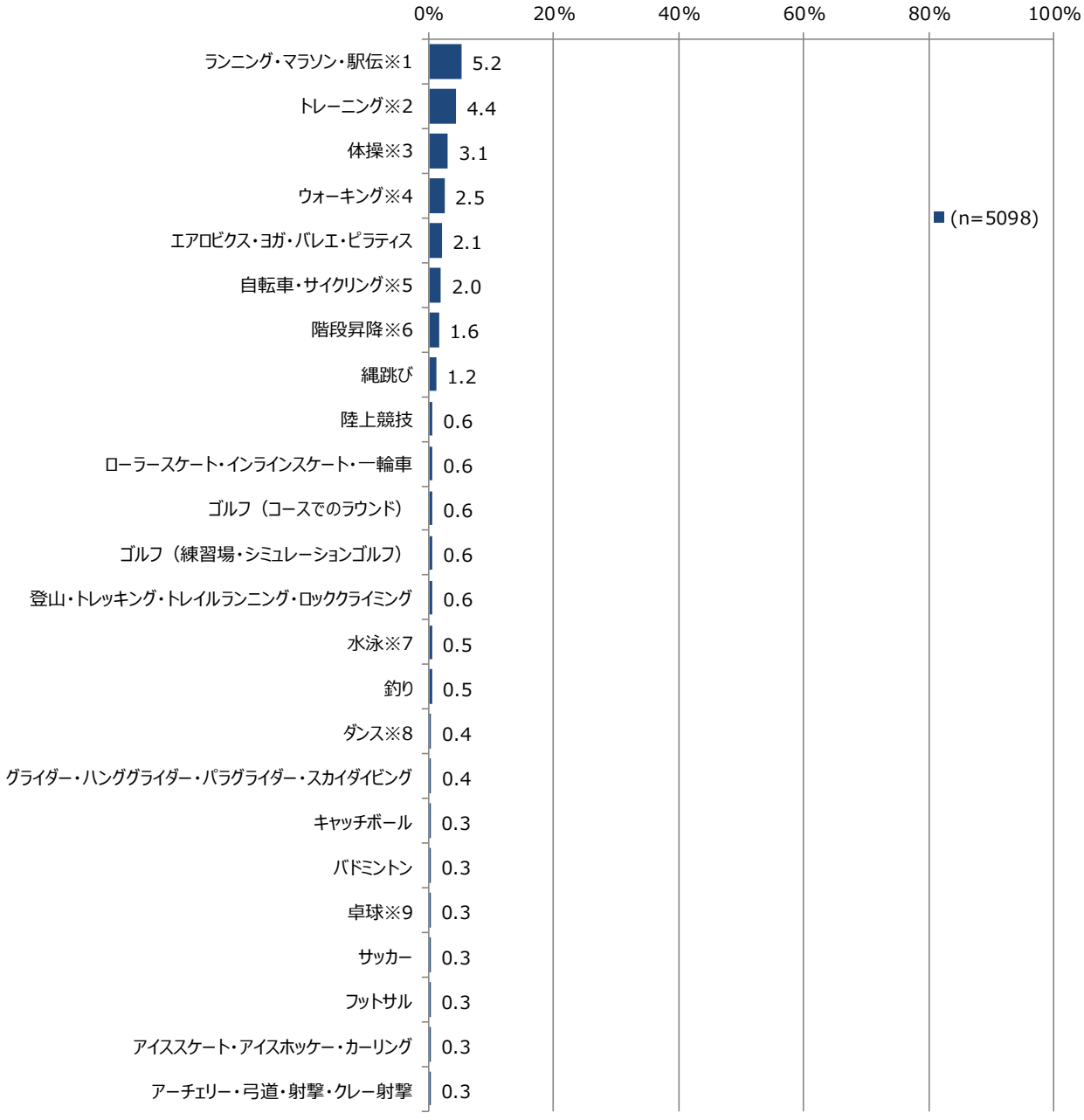
・全体で最も大きいのは、『ランニング・マラソン・駅伝※1』の5.2%で、次いで『トレーニング※2』の4.4%、『体操※3』の3.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『ランニング・マラソン・駅伝※1』の6.6%で、次いで『トレーニング※2』の4.8%、『ウォーキング※4』の2.7%となっている。
・女性で最も大きいのは、『体操※3』の3.9%で、次いで『トレーニング※2』の3.8%、『エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス』の3.7%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『20代』の『ランニング・マラソン・駅伝※1』・『30代』の『ランニング・マラソン・駅伝※1』が9.3%で、次いで『20代』の『トレーニング※2』が8.5%、『10代以下』の『トレーニング※2』が8.2%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『トレーニング※2』が10.7%で、次いで『20代』の『ランニング・マラソン・駅伝※1』が9.6%、『10代以下』の『ランニング・マラソン・駅伝※1』が7.5%となっている。

詳細説明
※1： ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝
※2： 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）
※3： 体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操等）
※4： ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む）
※5： 自転車（BMX 含む）・サイクリング
※6： 階段昇降（2 アップ3 ダウン等）
※7： 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）
※8： 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・フラダンス等）
※9： 卓球（ラージボール含む）
※10：野球（硬式・軟式等）
※11：レクリエーションスポーツ（ﾃｨｰﾎﾞｰﾙ・ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ・ｲﾝﾃﾞｨｱｶ・ｽﾎﾟｰﾂﾁｬﾝﾊﾞﾗ・ﾕﾆｶｰﾙ・ｱﾙﾃｨﾒｯﾄ・ｷﾝﾎﾞｰﾙ・ｼｬﾌﾙﾎﾞｰﾄﾞ・ﾍﾟﾀﾝｸ・綱引き・ﾀﾞｰﾂ・ｽﾎﾟｰﾂ 吹き矢等）

Q5-1.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

3.種目3 ／ＴＯＰ２０（同率含む）のみ記載



Q5-1.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。<宣言中> ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

3.種目3(1)

(%)

		全体	ランニング・マラソン・駅伝※1	トレーニング※2	体操※3	ウォーキング※4	エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	自転車・サイクリング※5	階段昇降※6	縄跳び	陸上競技	ローラースケート・インラインスケート・一輪車	ゴルフ（コースでのラウンド）	ゴルフ（練習場・シミュレーションゴルフ）	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	水泳※7	釣り	ダンス※8	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	キャッチボール	バドミントン	卓球※9	サッカー	フットサル	アイススケート・アイスホッケー・カーリング	アーチェリー・弓道・射撃・クレー射撃	器械体操・新体操・トランポリン	アクアエクササイズ・水中ウォーキング	野球※10	テニス・ソフトテニス	バスケットボール・ポートボール	ボウリング
全体		5098	5.2	4.4	3.1	2.5	2.1	2.0	1.6	1.2	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6	0.5	0.5	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
性別	男性	2832	6.6	4.8	2.5	2.7	0.8	2.5	1.8	1.0	0.8	0.8	0.9	1.0	0.7	0.6	0.7	0.2	0.4	0.3	0.2	0.2	0.5	0.5	0.5	0.4	0.2	0.1	0.3	0.2	0.2	0.2
	女性	2266	3.5	3.8	3.9	2.1	3.7	1.3	1.5	1.4	0.4	0.4	0.2	0.0	0.5	0.4	0.3	0.6	0.3	0.2	0.4	0.3	0.1	0.0	0.1	0.1	0.3	0.2	-	0.2	0.1	0.1
性年代	男性10代以下	170	6.5	8.2	0.6	4.1	1.2	3.5	0.6	4.7	1.8	1.2	-	0.6	0.6	0.6	-	0.6	-	-	1.8	1.2	2.9	1.2	1.8	2.4	-	-	1.2	1.2	0.6	0.6
	男性20代	388	9.3	8.5	1.8	2.8	1.3	4.6	1.5	0.8	2.6	1.8	0.5	0.5	0.5	0.8	0.5	0.5	1.3	1.3	0.3	-	0.3	0.3	0.8	1.3	0.5	-	0.3	0.3	0.5	0.5
	男性30代	454	9.3	5.3	1.3	2.4	1.1	2.9	1.5	1.8	1.1	0.9	1.5	0.7	1.1	0.7	1.5	0.4	0.9	0.7	0.2	0.2	1.5	1.5	0.4	0.2	0.4	0.2	0.7	-	0.4	-
	男性40代	667	7.3	4.5	2.1	2.7	0.7	3.0	1.8	0.9	0.6	0.6	0.3	1.5	0.7	0.4	0.6	0.1	0.1	0.1	0.3	0.1	-	0.4	0.3	0.1	-	0.1	0.3	0.4	0.3	-
	男性50代	433	6.0	4.4	3.5	2.5	0.7	1.6	2.3	0.5	0.2	0.9	0.5	1.2	1.2	0.5	0.7	-	-	-	-	0.2	-	0.2	0.9	-	0.2	0.2	-	-	-	0.7
	男性60代	334	5.7	3.3	3.3	3.3	0.6	1.5	2.4	0.3	-	0.3	2.4	1.2	-	0.9	0.6	-	0.6	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3
	男性70代以上	386	0.8	1.0	4.7	2.1	0.5	0.5	1.6	0.3	-	-	1.0	0.8	0.3	0.3	0.5	0.3	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-
	女性10代以下	187	7.5	10.7	2.7	2.1	2.7	2.7	2.1	7.0	0.5	2.7	-	-	0.5	0.5	-	2.1	1.1	1.1	1.1	-	0.5	0.5	0.5	-	1.1	1.1	-	0.5	1.1	-
	女性20代	324	9.6	7.4	4.3	2.2	6.8	1.9	0.6	1.5	0.6	0.6	0.3	-	1.2	0.6	-	0.9	-	-	0.3	-	0.3	-	0.3	0.3	0.6	0.3	-	0.6	-	-
	女性30代	396	2.8	4.0	3.8	1.3	5.6	2.5	1.5	1.3	0.3	-	0.3	-	0.3	-	0.8	0.8	0.8	-	0.3	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-
	女性40代	423	2.6	1.7	5.4	2.8	3.8	0.9	1.2	1.2	0.2	0.5	-	-	0.2	0.5	0.2	-	0.5	-	0.9	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	0.2
	女性50代	304	0.7	2.0	4.6	2.3	1.3	0.7	1.3	0.7	1.0	-	-	-	0.7	0.3	0.3	0.7	-	-	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-
	女性60代	285	2.1	2.8	1.8	2.1	3.5	0.4	1.8	0.4	-	-	0.4	-	0.4	0.7	0.4	-	-	0.4	-	1.1	-	-	-	-	-	-	-	0.4	0.4	0.4
	女性70代以上	347	1.4	1.7	3.5	2.0	1.4	0.3	2.0	0.3	0.6	-	0.3	0.3	0.3	0.3	-	0.6	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-
小中高	小学生	593	6.9	6.1	1.7	2.5	3.4	3.0	1.5	2.2	0.8	1.0	0.7	1.0	0.7	0.5	0.2	0.2	0.3	0.7	0.7	0.5	0.3	0.7	0.2	-	0.3	0.3	0.2	0.3	0.5	-
	中学生	253	6.7	3.2	1.6	3.2	2.8	1.6	3.2	1.2	1.2	1.6	0.4	1.6	0.8	0.4	0.8	0.4	0.4	-	0.8	-	-	0.4	0.4	1.2	-	-	-	-	-	0.4
	高校生	321	6.2	10.0	1.2	3.4	2.2	3.1	1.6	5.9	0.9	1.9	-	0.3	0.6	0.6	-	1.6	0.6	0.6	1.6	0.6	1.2	0.9	1.2	1.2	0.6	0.3	0.6	0.9	0.9	0.3
障害者	障害者	499	7.0	2.8	3.8	2.6	1.8	2.0	2.6	1.0	0.2	0.6	0.6	0.2	0.4	0.8	0.2	0.4	0.8	-	-	-	0.6	-	0.6	-	0.2	0.2	-	-	-	0.2
エリア	北海道	185	3.2	4.9	2.7	2.2	2.2	1.6	1.6	1.1	0.5	-	-	0.5	1.1	0.5	0.5	-	0.5	-	-	-	0.5	-	-	0.5	1.6	0.5	0.5	0.5	-	0.5
	東北	248	6.5	6.0	3.6	3.6	2.0	0.8	2.8	1.6	-	0.4	-	0.4	0.4	0.4	0.4	-	-	0.4	0.4	0.4	-	1.2	0.8	-	-	-	1.2	0.4	-	-
	関東	2104	4.6	4.5	3.2	2.2	2.4	1.9	2.0	0.9	0.8	0.9	0.5	0.5	0.6	0.6	0.2	0.3	0.4	0.1	0.3	0.3	0.4	0.3	0.5	0.3	0.1	0.2	0.0	0.2	0.1	0.1
	甲信越・北陸	173	5.8	2.9	1.2	3.5	1.7	1.7	1.7	1.7	0.6	1.2	0.6	0.6	1.7	0.6	2.3	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.2	0.6	-
	中部	659	5.5	4.6	2.7	3.6	0.8	2.7	0.8	1.1	0.5	0.3	0.9	0.9	0.5	0.3	0.9	0.9	0.6	0.3	0.3	0.2	0.2	-	-	0.6	0.5	0.2	0.2	0.2	0.3	0.2
	近畿	1081	5.6	4.2	3.3	1.9	2.2	2.1	1.1	1.5	0.6	0.4	0.6	0.7	0.6	0.5	0.6	0.5	0.4	0.5	0.3	0.3	0.4	0.3	0.4	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.3	0.3
	中国	227	4.0	4.4	4.0	3.1	2.2	2.2	1.8	1.8	1.3	0.4	0.4	-	0.4	-	0.4	0.4	-	0.9	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-
	四国	111	7.2	1.8	3.6	1.8	2.7	0.9	1.8	1.8	-	0.9	1.8	-	-	-	0.9	-	-	-	0.9	-	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	九州	287	8.0	3.5	3.5	1.7	2.4	2.1	1.4	1.7	0.7	0.3	0.7	0.3	0.7	0.3	0.3	0.7	0.7	-	0.3	0.3	-	1.0	0.3	-	0.3	-	0.3	-	0.3	0.3
	沖縄	23	8.7	4.3	-	-	4.3	-	4.3	-	-	-	-	-	-	4.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	57	3.5	3.5	5.3	7.0	8.8	1.8	1.8	-	-	1.8	-	-	3.5	-	1.8	-	1.8	-	-	-	-	-	-	-	1.8	-	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1886	4.5	3.5	3.1	2.2	1.4	1.4	1.6	1.1	0.3	0.4	0.5	0.6	0.5	0.4	0.5	0.3	0.1	0.4	0.2	0.3	0.2	0.3	0.3	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	512	6.6	5.9	4.1	2.5	2.0	2.3	1.8	0.8	1.4	1.4	1.2	0.4	0.6	1.4	0.4	-	1.4	0.2	0.6	0.6	0.4	0.4	0.8	0.8	0.6	0.4	0.4	0.2	0.2	-
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	229	4.8	8.3	5.7	3.9	3.5	2.2	0.9	3.1	1.3	-	0.4	0.9	0.4	-	0.9	1.7	-	0.4	0.4	0.9	0.9	-	-	-	0.4	-	-	-	-	0.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	997	5.5	3.9	3.1	2.6	2.2	2.8	1.6	0.9	0.8	0.5	0.5	0.6	0.4	0.5	0.7	0.1	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.3	0.4	-	-	0.1	0.2	0.1	0.2
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	221	4.5	6.3	2.3	2.3	2.3	1.4	0.9	0.5	1.4	0.5	1.8	0.5	0.9	0.9	-	0.5	-	-	-	-	-	0.9	0.5	0.9	-	-	0.5	0.5	0.5	0.5
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	139	7.9	10.8	0.7	3.6	2.9	2.2	-	2.2	-	1.4	0.7	2.2	2.2	0.7	-	0.7	0.7	-	0.7	-	-	-	0.7	0.7	1.4	-	0.7	0.7	0.7	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	318	6.6	3.5	3.1	1.6	1.9	1.3	1.6	1.3	0.9	0.3	-	0.6	0.3	-	0.3	0.3	-	0.3	-	-	0.3	0.9	-	-	-	0.3	-	0.3	0.3	0.6
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	36	8.3	-	5.6	2.8	2.8	5.6	2.8	2.8	-	-	-	-	2.8	-	-	-	2.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	492	8.9	6.3	3.3	5.1	4.3	2.6	2.6	2.6	0.8	1.4	0.6	0.8	1.0	-	0.8	0.4	0.4	0.2	0.6	0.4	0.8	0.4	1.4	0.4	0.2	0.2	-	0.2	0.2	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	278	14.0	10.1	3.2	4.3	2.2	3.6	0.7	2.2	3.2	2.5	0.7	1.1	0.7	0.7	0.4	0.7	0.4	-	-	-	0.4	-	1.4	2.2	-	0.7	-	-	-	0.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	76	14.5	11.8	1.3	2.6	3.9	6.6	1.3	2.6	2.6	1.3	3.9	-	1.3	-	-	-	2.6	-	-	-	-	2.6	-	1.3	-	-	-	-	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1548	2.9	3.1	3.2	1.5	1.4	1.0	1.6	0.9	0.3	0.1	0.5	0.5	0.6	0.5	0.6	0.5	0.1	0.5	0.1	0.3	0.1	0.2	-	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	991	4.2	3.6	3.4	2.7	1.9	2.0	1.6	0.9	0.4	0.5	0.5	0.7	0.5	0.6	0.7	0.2	0.4	0.1	0.3	0.4	0.3	0.4	0.1	0.4	0.2	-	0.4	0.2	0.1	0.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	360	4.4	3.1	2.8	2.2	1.1	1.7	1.1	1.1	0.6	0.3	0.6	0.3	0.3	0.6	-	0.6	0.3	-	0.3	-	0.3	0.6	0.3	-	-	-	0.3	0.3	0.6	0.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	374	5.6	5.1	4.0	2.1	2.1	2.4	1.3	0.5	0.3	0.5	0.3	0.3	0.5	0.5	0.5	-	-	-	0.5	0.5	0.3	0.3	-	-	1.1	-	0.5	-	0.3	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	329	4.3	5.2	2.7	1.2	3.6	2.7	1.5	1.5	0.9	-	0.9	0.6	0.3	0.9	0.3	-	0.9	0.6	0.9	-	-	-	0.3	-	0.6	0.3	-	0.3	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	164	6.1	5.5	3.7	3.0	1.8	1.2	1.2	0.6	0.6	0.6	1.2	1.2	0.6	0.6	0.6	0.6	-	0.6	-	0.6	-	0.6	0.6	-	-	0.6	-	0.6	0.6	-
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	472	8.5	6.4	3.2	5.1	4.0	2.8	2.3	3.0	0.4	1.3	0.4	0.8	1.5	-	0.6	0.8	0.4	0.2	0.4	0.4	0.8	0.6	1.5	0.4	0.2	-	-	0.4	-	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	218	14.2	10.6	3.2	6.0	2.8	4.1	0.5	1.8	3.7	2.8	0.5	0.5	0.5	0.5	-	0.9	0.5	-	-	-	0.9	-	1.4	0.9	-	0.5	-	-	-	0.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	46	19.6	15.2	2.2	4.3	4.3	6.5	-	2.2	2.2	-	2.2	-	2.2	-	-	-	2.2	-	-	-	-	2.2	2.2	2.2	-	-	-	-	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1361	3.3	3.2	3.2	1.7	1.8	1.1	1.5	0.6	0.3	0.2	0.5	0.6	0.4	0.5	0.7	0.2	0.1	0.6	0.1	0.3	-	0.1	-	-	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	828	4.7	3.9	3.1	2.7	1.6	2.2	1.7	1.2	0.6	0.7	0.6	1.0	0.1	0.6	0.7	0.1	0.5	0.1	0.2	0.1	0.2	0.4	0.2	0.5	0.2	0.1	0.4	0.2	-	0.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	294	6.1	3.7	3.1	2.0	0.7	1.7	1.0	1.4	0.7	0.7	1.0	0.3	0.3	0.3	-	0.7	0.7	-	0.3	-	0.3	1.0	-	-	-	-	0.3	0.3	0.7	1.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	581	4.3	4.3	3.6	1.5	1.2	1.5	1.9	1.2	0.5	0.3	0.3	0.2	0.5	0.5	0.5	0.5	-	-	0.5	0.3	0.3	0.2	-	-	0.3	-	0.3	-	0.3	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	552	4.5	4.7	3.4	1.4	3.3	2.2	1.4	1.1	0.5	-	0.7	0.5	1.1	0.9	0.5	0.2	0.5	0.4	0.7	0.5	-	0.2	0.2	0.7	0.4	0.2	0.2	0.2	0.2	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	260	3.8	4.2	2.7	2.7	2.3	1.9	1.5	0.8	0.8	0.4	1.2	0.8	0.4	0.8	0.4	0.4	-	0.4	-	0.4	-	0.4	0.4	-	-	0.4	-	0.4	0.4	-
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	5.8	4.5	4.5	2.4	3.2	1.7	2.1	1.6	0.2	0.8	0.6	0.7	0.6	0.5	0.6	0.5	0.1	0.6	0.3	0.2	0.1	0.1	0.3	-	0.1	0.1	0.3	-	0.1	-
	運動不足は健康に悪い	1551	4.3	3.6	4.0	2.4	2.1	1.7	1.9	1.1	0.2	0.5	0.5	0.5	0.6	0.3	0.6	0.2	0.1	0.3	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	-	0.1	0.1	0.3	0.1	0.1	0.1
	ストレス発散	923	6.0	4.2	4.9	2.3	2.7	2.0	2.5	1.3	0.2	0.5	0.3	0.8	1.1	0.3	0.8	0.2	0.2	0.4	0.3	0.1	0.1	0.3	0.3	-	0.1	0.1	0.3	0.1	0.2	-
	スポーツ好き	578	5.7	5.5	3.5	3.3	2.2	2.6	3.1	1.4	0.2	1.0	0.7	0.7	0.9	0.7	1.0	0.7	0.3	0.5	0.3	0.3	0.2	0.7	0.7	-	-	0.2	0.5	0.2	0.2	-
	普段の習慣	1234	4.2	3.4	3.6	2.8	2.1	1.6	2.1	1.0	0.2	0.4	0.4	0.5	0.7	0.3	0.8	0.3	0.1	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	-	-	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1
	友人や知人に誘われた	152	14.5	7.2	5.9	3.3	2.0	3.9	3.9	0.7	-	3.3	1.3	0.7	1.3	1.3	0.7	0.7	0.7	1.3	2.0	-	0.7	0.7	1.3	-	-	-	-	-	-	-
	感染者減等感染リスクの低下	227	10.6	5.7	6.6	3.1	5.3	4.4	4.8	0.4	-	2.2	0.4	0.4	-	1.3	0.9	-	0.9	0.9	0.9	-	-	0.4	1.3	-	-	-	-	-	-	-
	余暇時間が増えた	361	9.4	4.2	6.4	4.4	4.4	3.3	4.2	0.8	0.3	1.1	0.3	0.6	1.1	0.3	1.4	0.6	0.6	0.6	0.3	-	0.3	0.3	0.3	-	-	0.3	0.3	0.3	-	-

Q5-1.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜宣言中＞ ※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

3.種目3(2)

(%)

		全体	キャンプ・オートキャンプ	ハイキング・ワンダーフォーゲル・ボルエンテーリング	スノーボード	クロスカントリースキー・スノーシュー	乗馬	チアリーディング・バトントワリング	ソフトボール	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・ディターゴルフ等	バレーボール・ビーチバレー・ソフトバレーボール	ハンドボール・その他屋内球技	ラグビー・アメリカンフットボール・タグラグビー	グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技	レクリエーションスポーツ※11	レスリング・相撲・ボクシング	テコンドー・太極拳・合気道	剣道・居合道・なぎなた・銃剣道	空手・少林寺拳法	フリークライミング・ボルダリング	ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング	サーフィン・ボディボード・セーリング・ウインドサーフィン	スキー	Fッシンボール	ゲートボール	柔道	コット・水上スキー・ウェイクボード・水上バイク・ジェットスキー	スクーバダイビング・スキンダイビング・フリーダイビング・シュノーケリング	障害者スポーツ	その他	新たに始めたものはない
全体		5098	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	-	0.1	67.4
性別	男性	2832	0.3	0.2	0.2	0.2	0.3	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	-	0.0	-	0.1	63.8
	女性	2266	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.0	-	0.0	0.1	-	-	0.1	0.1	0.0	0.1	-	-	0.0	0.1	-	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	-	0.1	71.9
性年代	男性10代以下	170	0.6	-	-	1.2	0.6	-	-	-	1.2	0.6	0.6	-	-	-	-	-	0.6	-	-	0.6	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	44.1
	男性20代	388	0.3	-	0.8	0.5	0.8	0.3	0.3	-	0.3	0.3	0.3	-	0.3	-	0.3	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	49.2
	男性30代	454	0.4	0.2	0.7	-	0.7	0.4	0.2	0.2	0.2	-	0.2	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-	55.1
	男性40代	667	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	-	0.1	0.1	0.1	0.3	0.1	-	0.1	-	0.3	0.3	-	-	0.4	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.3	65.8
	男性50代	433	0.2	0.5	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	69.5
	男性60代	334	0.3	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	70.4
	男性70代以上	386	0.3	0.5	-	-	-	-	0.3	0.8	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.5	81.9
	女性10代以下	187	-	-	0.5	0.5	0.5	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	0.5	-	-	0.5	-	-	0.4	43.9
	女性20代	324	-	-	0.3	0.6	-	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	56.5
	女性30代	396	0.3	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	0.3	0.3	-	0.3	-	-	-	-	0.3	-	-	-	71.2
	女性40代	423	0.2	0.7	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	75.4
	女性50代	304	-	0.3	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	80.9
	女性60代	285	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	80.7
	女性70代以上	347	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	82.7
小中高	小学生	593	0.5	-	0.2	0.2	0.2	-	-	0.2	-	-	-	0.2	0.2	-	-	0.3	-	0.2	-	0.3	0.2	-	-	-	-	-	0.2	-	0.2	59.7
	中学生	253	0.4	0.4	-	-	-	-	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	64.0
	高校生	321	0.3	-	0.3	0.9	0.3	-	-	-	0.9	0.3	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	0.6	0.3	-	-	-	-	-	-	43.6
障害者	障害者	499	-	0.2	0.2	0.2	0.4	0.2	0.2	-	-	-	-	-	0.4	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	0.2	67.9
エリア	北海道	185	1.1	-	-	-	-	-	-	0.5	0.5	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	68.6
	東北	248	-	-	0.4	-	-	-	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	0.4	63.3
	関東	2104	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	-	0.1	0.2	-	-	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.1	-	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	-	-	-	0.2	68.1
	甲信越・北陸	173	-	-	0.6	1.2	-	-	-	-	0.6	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	1.2	-	-	-	-	-	-	-	-	65.9
	中部	659	0.2	0.2	0.6	0.3	0.2	0.2	-	0.2	0.3	-	0.2	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	66.9
	近畿	1081	0.3	0.5	0.1	-	0.4	0.1	0.1	-	0.2	0.2	0.2	-	0.1	-	0.1	-	-	0.1	0.1	-	0.1	-	-	-	-	-	-	-	0.1	67.5
	中国	227	0.9	-	-	-	-	-	0.4	-	0.4	-	-	-	0.4	0.4	-	0.4	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	67.4
	四国	111	-	-	-	-	-	1.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	71.2
	九州	287	-	-	-	0.7	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	65.5
	沖縄	23	-	-	-	4.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4.3	-	-	-	65.2
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	57	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.8	-	-	-	-	-	-	-	-	56.1
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1886	0.3	0.3	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	-	-	0.2	72.5
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	512	-	0.2	0.4	0.4	0.4	0.4	-	0.2	0.2	0.2	0.2	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	57.6
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	229	-	-	-	-	-	-	0.4	0.4	0.4	-	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	0.4	-	-	-	55.5
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	997	0.1	0.3	0.3	0.3	0.2	0.1	0.1	0.2	0.3	-	-	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.1	-	-	-	-	-	-	-	67.4
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	221	-	0.5	0.5	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	67.0
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	139	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	54.0
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	318	0.9	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	70.1
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	36	-	2.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	61.1
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	492	-	-	0.4	-	0.2	0.2	-	0.2	0.2	-	0.6	-	-	0.2	0.2	0.2	0.4	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	49.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	278	-	0.4	0.4	0.7	0.4	0.4	-	-	1.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	39.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	76	-	-	-	-	-	-	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	36.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1548	0.3	0.3	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	-	-	0.1	76.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	991	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	0.1	0.1	0.2	0.1	-	0.1	0.2	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.2	-	-	-	0.1	-	-	-	-	68.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	360	0.8	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	73.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	374	0.3	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	69.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	329	-	-	0.3	-	-	-	-	0.3	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	67.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	164	-	1.2	1.2	-	1.2	-	-	-	-	-	-	-	0.6	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	61.6
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	472	-	0.2	0.4	0.2	0.2	0.2	-	-	0.2	-	0.6	-	-	0.2	0.2	0.2	0.2	-	-	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	50.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	218	-	0.5	0.9	0.5	0.9	0.5	-	-	1.4	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	0.5	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	37.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	46	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2.2	2.2	-	2.2	-	-	-	-	-	-	-	-	23.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1361	0.2	0.3	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	-	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	-	0.1	76.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	828	0.1	0.2	0.2	0.4	0.2	0.1	-	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	-	0.2	0.1	-	-	-	0.1	-	-	-	67.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	294	0.3	-	-	0.3	-	-	0.7	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	69.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	581	0.3	0.2	-	-	0.2	-	0.2	0.3	-	0.2	-	0.2	-	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.2	72.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	552	0.2	-	0.2	0.2	-	-	0.2	0.2	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	67.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	260	0.8	0.8	0.8	-	0.8	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	68.5
コロナ以降運動実施理由（高）のみ	ダイエット	872	0.3	0.2	0.1	-	-	-	-	-	-	-	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	64.9
	運動不足は健康に悪い	1551	0.3	0.3	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	0.1	0.1	-	-	0.2	71.2
	ストレス発散	923	0.2	0.4	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	-	0.1	0.2	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	-	0.2	64.1
	スポーツ好き	578	0.3	0.5	0.3	0.2	0.3	-	0.2	0.3	-	0.2	0.3	-	-	0.3	0.2	0.3	0.2	-	0.2	-	0.2	0.2	-	0.2	-	0.2	-	-	-	58.0
	普段の習慣	1234	0.2	0.3	0.2	0.1	0.1	-	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	-	-	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	-	0.2	70.4
	友人や知人に誘われた	152	0.7	1.3	0.7	0.7	-	-	-	-	-	-	0.7	0.7	-	-	-	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	37.5
	感染者減等感染リスクの低下	227	-	0.9	0.4	-	0.4	-	0.4	0.4	-	-	0.9	0.4	-	0.4	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	44.5
	余暇時間が増えた	361	-	0.6	0.3	0.3	0.3	-	-	0.3	-	-	0.6	-	-	0.3	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	50.7

宣言中～現在の時期で新たに始めた運動・スポーツ［解除後］-種目１

Q5-2.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

1.種目

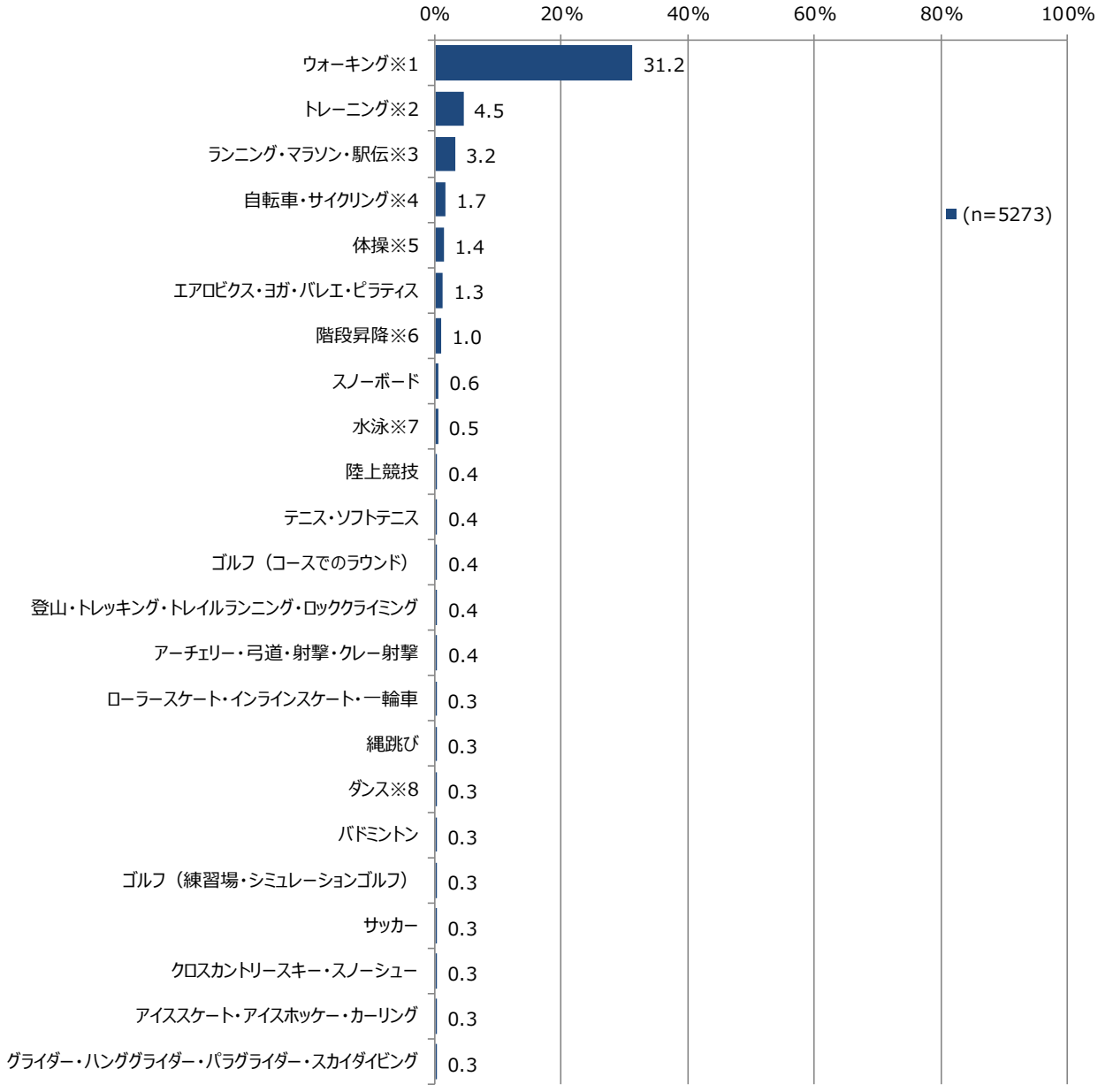
・全体で最も大きいのは、『ウォーキング※1』の31.2%で、次いで『トレーニング※2』の4.5%、『ランニング・マラソン・駅伝※3』の3.2%となっている。

・男性で最も大きいのは、『ウォーキング※1』の29.2%で、次いで『トレーニング※2』の5.1%、『ランニング・マラソン・駅伝※3』の4.8%となっている。
・女性で最も大きいのは、『ウォーキング※1』の33.6%で、次いで『トレーニング※2』の3.6%、『エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス』の2.6%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『ウォーキング※1』が35.2%で、次いで『30代』の『ウォーキング※1』が32.5%、『40代』の『ウォーキング※1』が30.1%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『ウォーキング※1』が42.1%で、次いで『30代』の『ウォーキング※1』が40.5%、『40代』の『ウォーキング※1』が34.5%となっている。

詳細説明
※1： ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む）
※2： 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）
※3： ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝
※4： 自転車（BMX 含む）・サイクリング
※5： 体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操等）
※6： 階段昇降（2 アップ3 ダウン等）
※7： 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）
※8： 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・フラダンス等）
※9： 野球（硬式・軟式等）
※10：卓球（ラージボール含む）
※11：レクリエーションスポーツ（ﾃｨｰﾎﾞｰﾙ・ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ・ｲﾝﾃﾞｨｱｶ・ｽﾎﾟｰﾂﾁｬﾝﾊﾞﾗ・ﾕﾆｶｰﾙ・ｱﾙﾃｨﾒｯﾄ・ｷﾝﾎﾞｰﾙ・ｼｬﾌﾙﾎﾞｰﾄﾞ・ﾍﾟﾀﾝｸ・綱引き・ﾀﾞｰﾂ・ｽﾎﾟｰﾂ 吹き矢等）

Q5-2.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

1.種目1 ／ＴＯＰ２０（同率含む）のみ記載



Q5-2.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

1.種目1(1)

(%)

		全 体	ウォーキング※1	トレーニング※2	ランニング・マラソン・駅伝※3	自転車・サイクリング※4	体操※5	エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	階段昇降※6	スノーボード	水泳※7	陸上競技	テニス・ソフトテニス	ゴルフ（コースでのラウンド）	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	アーチェリー・弓道・射撃・クレー射撃	ローラースケート・インラインスケート・一輪車	縄跳び	ダンス※8	バドミントン	ゴルフ（練習場・シミュレーションゴルフ）	サッカー	クロスカントリースキー・スノーシュー	アイススケート・アイスホッケー・カーリング	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	器械体操・新体操・トランポリン	アクアエクササイズ・水中ウォーキング	野球※9	卓球※10	バレーボール・ビーチバレー・ソフトバレーボール	バスケットボール・ポートボール	ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング
全 体		5273	31.2	4.5	3.2	1.7	1.4	1.3	1.0	0.6	0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
性別	男性	2913	29.2	5.1	4.8	2.1	0.9	0.2	0.9	0.7	0.4	0.4	0.4	0.7	0.5	0.6	0.3	0.4	0.2	0.3	0.4	0.5	0.4	0.4	0.4	0.1	0.1	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2
	女性	2360	33.6	3.6	1.1	1.2	2.2	2.6	1.2	0.5	0.6	0.3	0.4	0.1	0.4	0.0	0.2	0.3	0.5	0.4	0.2	-	0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	-	0.3	0.2	0.2	0.1
性年代	男性10代以下	189	18.0	6.3	6.3	5.3	0.5	0.5	-	1.1	1.1	2.1	-	-	0.5	2.6	-	2.6	0.5	1.1	-	1.6	1.1	0.5	0.5	-	-	1.1	0.5	-	0.5	0.5
	男性20代	393	24.2	8.9	5.9	2.0	0.5	-	1.3	1.0	0.8	1.5	0.3	0.3	0.5	1.3	1.3	-	0.3	-	0.3	0.5	0.8	1.5	1.8	0.5	0.3	0.5	0.5	-	1.0	-
	男性30代	461	32.5	7.2	6.7	2.0	-	0.2	1.5	0.9	0.4	0.4	0.4	0.2	0.2	0.7	0.7	0.4	0.4	-	0.4	0.9	0.9	0.7	0.4	-	-	0.2	0.2	-	0.2	0.2
	男性40代	674	30.1	5.0	6.2	2.2	0.7	0.3	0.6	0.6	0.3	0.1	0.3	0.3	0.3	0.4	-	0.3	-	0.6	0.4	0.9	0.3	0.3	0.3	0.1	-	0.6	0.1	0.4	0.1	0.1
	男性50代	451	29.9	3.1	5.1	2.2	1.3	0.2	0.7	0.9	-	-	0.7	1.1	0.9	0.2	-	-	-	0.2	0.7	-	-	-	0.2	0.2	-	0.2	0.2	0.2	0.2	0.4
	男性60代	347	35.2	4.6	1.7	1.7	1.2	-	1.4	0.3	0.3	-	0.6	2.0	0.9	0.3	-	-	-	-	0.9	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-
	男性70代以上	398	27.9	1.5	0.8	0.8	1.8	0.5	0.8	0.3	0.3	-	0.8	1.0	0.3	-	0.3	0.5	0.3	0.3	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	0.5
	女性10代以下	191	31.9	4.2	3.7	4.2	2.1	0.5	1.0	1.0	-	3.1	1.0	-	-	-	1.0	1.0	2.1	1.0	-	-	0.5	0.5	0.5	0.5	-	-	-	1.0	1.6	-
	女性20代	323	42.1	5.3	1.2	1.2	1.9	3.1	1.5	0.6	0.3	-	-	-	0.9	-	0.6	0.3	0.9	-	0.6	-	0.6	0.6	0.3	0.3	0.3	-	0.3	-	0.3	-
	女性30代	407	40.5	3.7	1.2	1.2	1.7	2.7	0.7	0.7	-	-	-	-	0.2	0.2	0.2	0.5	-	0.2	0.2	-	-	-	0.5	0.2	-	-	0.2	0.2	-	-
	女性40代	432	34.5	2.5	1.6	0.9	1.4	2.8	0.9	0.7	0.2	-	0.7	0.2	-	-	-	0.5	-	0.5	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-
	女性50代	317	25.9	2.8	0.3	0.9	1.9	3.2	2.2	0.6	0.3	-	0.6	0.3	0.3	-	-	-	0.3	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	0.3	-	-	0.3	-	0.3
	女性60代	321	29.3	3.7	0.9	0.9	3.4	3.4	1.2	-	2.2	0.3	0.3	-	0.6	-	-	-	0.6	0.9	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	-	0.6	-	-	0.3
	女性70代以上	369	29.0	3.5	-	0.5	3.0	1.9	0.8	-	1.4	-	0.5	-	0.5	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	0.8	-	-	-
小中高	小学生	590	32.9	4.6	7.5	2.0	1.4	1.0	1.0	0.8	0.2	0.3	0.3	0.3	-	0.7	0.3	-	0.3	0.3	0.3	1.0	0.5	0.2	0.3	0.2	-	0.3	0.3	0.5	-	-
	中学生	256	29.3	4.7	5.5	1.6	1.2	2.0	1.2	1.2	0.4	0.4	0.8	0.4	1.2	-	-	0.4	-	1.2	0.8	0.4	-	-	0.4	-	-	0.8	-	-	0.4	1.2
	高校生	340	24.7	5.0	5.0	5.0	1.2	0.6	0.3	1.2	0.6	2.9	0.6	-	0.3	1.5	0.6	1.8	1.2	1.2	-	0.9	0.9	0.3	0.6	0.3	-	0.6	0.3	0.6	0.9	0.3
障害者	障害者	509	32.4	4.9	2.0	1.8	1.0	1.2	1.8	1.0	0.6	0.4	0.2	0.2	0.4	0.4	0.6	0.2	0.4	-	0.2	0.2	0.4	0.6	-	-	0.4	0.2	0.2	0.2	-	-
エリア	北海道	186	34.4	4.8	2.7	1.1	1.6	1.1	2.2	0.5	0.5	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	0.5	-	-	-	-	-
	東北	252	32.9	5.6	3.6	0.8	1.6	0.8	0.8	0.8	-	0.8	0.4	0.4	-	0.4	-	0.4	0.8	-	-	1.2	-	0.4	0.4	-	-	0.8	-	0.4	0.4	1.2
	関東	2187	30.5	4.9	3.5	1.8	1.4	1.6	1.1	0.4	0.6	0.4	0.5	0.3	0.5	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.5	0.2	0.2	0.2	0.3	0.1	0.0	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2
	甲信越・北陸	177	24.9	5.6	4.5	4.0	2.3	0.6	1.7	1.1	0.6	-	0.6	1.1	1.1	-	0.6	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	1.1	-	-	0.6	-	-
	中部	681	33.2	3.8	2.5	2.1	1.6	0.9	1.3	0.6	0.3	0.1	0.3	0.4	0.3	0.6	0.1	0.6	-	0.6	0.4	0.3	0.9	0.6	0.6	0.1	-	0.1	0.4	0.1	-	-
	近畿	1114	32.7	3.9	2.8	1.3	1.3	1.2	0.8	1.0	0.2	0.4	0.5	0.4	0.4	0.5	0.3	0.4	0.4	0.4	0.2	0.2	0.1	0.3	0.2	0.1	0.3	-	0.2	0.2	0.2	0.2
	中国	238	27.7	2.9	1.3	1.7	2.1	2.1	-	-	1.7	0.4	-	-	0.8	-	0.8	0.4	0.8	-	-	0.8	0.4	-	0.8	0.4	0.4	0.4	0.4	-	0.4	-
	四国	114	22.8	3.5	5.3	1.8	-	0.9	1.8	0.9	-	1.8	-	1.8	-	-	0.9	-	-	-	-	0.9	-	1.8	-	-	-	-	-	-	-	-
	九州	299	31.4	4.3	3.3	1.7	1.7	1.7	1.0	0.7	0.7	-	0.7	1.0	0.3	0.3	-	0.7	1.0	0.7	0.3	-	1.0	0.7	0.7	0.3	-	-	1.0	-	-	-
	沖縄	25	40.0	4.0	8.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4.0	-	-	-	-	-	-	4.0	-	-	4.0	-	-	-	-	4.0	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	35.0	10.0	1.7	-	1.7	5.0	3.3	1.7	-	1.7	-	-	3.3	-	-	-	-	1.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.7	-	1.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1920	29.2	5.2	2.9	1.1	1.1	1.3	0.5	0.4	0.8	0.5	0.4	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	-	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	549	29.5	4.9	3.6	1.8	2.0	1.5	1.8	1.1	0.4	0.7	0.2	1.1	0.4	0.9	0.2	0.4	0.4	0.2	0.5	-	0.7	0.7	0.4	0.2	0.4	0.2	0.7	0.4	0.2	0.2
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	238	35.3	8.0	5.5	2.1	2.5	2.5	2.1	-	-	1.7	0.4	-	0.4	0.4	0.8	0.4	0.8	-	0.4	0.4	0.4	0.8	-	0.4	0.4	-	-	-	-	0.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1038	31.7	3.9	3.3	2.1	0.6	1.1	1.3	0.6	0.6	-	0.9	0.5	1.0	0.4	0.3	0.3	0.1	0.5	0.8	0.6	0.2	-	0.3	0.2	-	0.3	0.1	0.2	0.3	0.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	231	29.4	1.7	4.8	3.5	1.3	0.9	2.2	0.4	0.4	-	0.9	0.4	0.4	0.4	0.4	0.9	-	-	0.9	-	-	-	0.9	-	-	-	0.9	0.9	0.9	0.4
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	145	34.5	6.9	3.4	2.1	4.1	2.8	-	1.4	1.4	-	0.7	1.4	0.7	2.1	-	0.7	-	0.7	-	0.7	-	-	0.7	1.4	-	2.1	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	331	33.2	0.9	1.8	0.3	0.9	0.6	0.3	0.3	-	0.6	0.3	1.2	-	-	0.3	0.3	0.3	0.6	-	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6	-	0.3	0.6	0.3	-	0.6
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	38	31.6	2.6	2.6	-	-	-	2.6	-	-	-	-	-	-	-	-	2.6	-	-	-	-	2.6	2.6	-	-	-	-	-	-	2.6	-
状態 コロナ後の運動頻度×現在の健康	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	514	35.2	10.7	5.3	2.1	1.9	2.3	1.0	0.8	1.0	1.4	-	-	0.6	0.2	0.4	0.8	0.2	-	0.2	0.2	0.6	0.6	0.4	0.2	0.2	-	0.2	-	-	0.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	283	38.9	6.4	6.7	1.8	0.4	1.8	1.1	1.4	0.7	1.1	0.7	0.4	1.4	2.1	1.1	0.4	-	-	0.4	0.4	1.8	0.4	1.1	0.4	0.4	-	-	-	0.4	0.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	80	38.8	1.3	3.8	2.5	1.3	-	3.8	1.3	1.3	1.3	-	1.3	1.3	1.3	-	-	-	-	-	-	-	5.0	2.5	-	-	-	1.3	2.5	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1586	27.9	5.0	2.8	1.1	1.9	1.2	0.5	0.2	0.6	0.3	0.3	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.1	0.3	0.1	0.2	-	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.3	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1043	30.4	3.7	3.1	1.9	0.9	1.0	1.5	0.7	0.2	0.1	0.9	0.9	0.7	0.3	0.1	0.4	0.3	0.3	0.9	0.6	0.3	-	0.1	0.2	0.2	0.5	0.4	0.2	0.1	0.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	374	31.3	0.8	2.9	0.8	0.8	0.5	0.8	1.1	-	0.5	0.3	0.8	0.3	0.3	0.3	0.8	0.3	0.5	-	0.5	0.8	0.3	0.8	0.5	-	0.3	0.3	0.3	-	0.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	390	34.4	2.1	2.1	1.3	2.3	2.1	1.8	0.5	0.8	0.3	0.8	0.3	0.5	-	0.5	-	0.5	0.3	0.3	-	0.3	-	0.8	-	-	-	-	-	-	0.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	363	32.5	4.1	1.7	2.2	1.1	1.9	1.4	-	1.1	-	0.3	0.6	-	0.3	0.3	-	0.3	1.1	0.3	-	-	0.3	-	0.3	0.3	0.6	0.6	0.6	0.6	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	179	31.3	2.8	2.8	2.8	1.7	1.7	0.6	0.6	-	-	0.6	0.6	-	0.6	-	2.2	0.6	-	1.1	-	-	-	0.6	-	-	-	0.6	-	1.7	0.6
状態 コロナ後の運動頻度×現在の体力	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	496	33.5	11.1	5.0	2.6	1.4	3.0	1.2	1.0	1.2	1.4	-	-	0.6	0.2	0.2	0.8	0.2	-	0.2	0.2	0.4	0.6	0.6	-	-	-	0.2	-	-	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	223	39.9	7.6	5.8	1.3	0.4	0.9	1.3	1.8	0.4	0.4	0.9	0.4	1.3	1.8	0.9	0.4	-	-	0.4	0.4	2.2	0.4	0.4	0.4	0.4	-	0.4	-	-	0.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	47	42.6	2.1	2.1	6.4	-	-	2.1	4.3	2.1	-	-	2.1	2.1	2.1	-	-	2.1	-	-	-	-	2.1	-	-	-	-	2.1	2.1	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1385	29.2	5.3	3.0	1.2	1.7	1.3	0.4	0.1	0.4	0.3	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	872	30.2	3.9	3.1	1.9	1.0	1.3	1.4	0.8	0.3	0.2	0.7	0.8	0.8	0.5	0.1	0.3	0.2	0.5	0.6	0.6	0.1	-	0.1	0.2	0.1	0.5	0.3	0.1	0.3	0.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	307	31.3	0.3	3.6	0.3	1.0	0.7	1.6	0.7	-	1.0	0.3	1.0	0.3	0.3	0.3	1.0	-	0.7	-	0.3	1.0	1.3	1.0	0.7	-	-	0.3	0.3	-	0.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	609	30.9	2.3	2.1	0.7	3.0	1.0	1.5	0.3	1.0	0.3	1.1	0.2	0.7	-	0.3	-	0.5	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	-	0.3	-	0.2	-	0.3	0.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	594	32.5	3.5	2.9	2.2	0.7	1.5	1.5	-	0.7	0.2	0.7	0.7	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.5	0.8	0.2	0.3	0.2	0.3	0.2	0.3	0.5	0.3	0.5	0.2	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	279	31.5	2.5	2.5	2.2	1.4	1.1	0.4	0.7	-	-	0.4	0.4	-	0.4	-	1.4	0.4	-	0.7	0.4	-	-	1.1	-	-	0.4	0.4	0.4	1.1	0.4
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	35.4	6.8	4.4	0.8	1.6	1.6	0.6	0.2	0.2	0.5	0.5	0.1	0.3	-	-	0.1	0.5	-	0.1	0.2	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	運動不足は健康に悪い	1551	32.6	6.1	3.3	1.2	1.6	1.3	0.6	0.1	0.5	0.3	0.3	0.1	0.4	-	0.1	0.1	0.3	-	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2
	ストレス発散	923	34.7	5.5	4.8	1.5	1.4	1.6	0.7	0.2	0.5	0.4	0.3	0.1	0.4	-	-	0.3	0.5	-	0.1	0.2	0.1	0.2	-	-	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1
	スポーツ好き	578	29.9	7.8	6.4	1.7	1.0	1.7	0.7	0.3	0.5	0.9	0.7	0.2	0.9	0.2	-	-	0.5	-	-	0.3	0.5	0.3	-	0.2	-	0.2	-	0.2	0.3	-
	普段の習慣	1234	28.9	6.5	3.7	1.1	1.9	1.5	0.6	0.2	0.5	0.3	0.3	0.1	0.4	-	0.1	0.2	0.4	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	-	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2
	友人や知人に誘われた	152	42.8	6.6	4.6	2.6	2.6	3.3	1.3	0.7	1.3	2.0	-	-	1.3	-	0.7	0.7	0.7	-	-	1.3	-	0.7	-	-	-	-	0.7	-	0.7	-
	感染者減等感染リスクの低下	227	42.7	7.9	4.4	0.9	2.6	1.3	1.3	0.4	0.9	1.3	-	-	0.4	-	0.4	0.9	0.9	-	-	0.4	0.4	1.3	-	-	0.4	0.4	0.4	-	0.4	-
	余暇時間が増えた	361	43.2	9.1	3.3	1.1	2.8	1.9	0.8	0.6	0.8	0.8	0.3	-	0.6	-	-	0.6	0.3	-	0.3	0.3	0.3	0.6	-	0.3	0.3	0.3	0.3	-	0.3	0.3

Q5-2.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

1.種目1(2)

		全 体	釣り	乗馬	ソフトボール	キャッチボール	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	ドッジボール	フットサル	ラグビー・アメリカンフットボール・タグラグビー	ボウリング	レクリエーションスポーツ※11	レスリング・相撲・ボクシング	テコンドー・太極拳・合気道	柔道	剣道・居合道・なぎなた・銃剣道	空手・少林寺拳法	フリークライミング・ボルダリング	キャンプ・オートキャンプ	スクーバダイビング・スキンダイビング・フリーダイビング・シュノーケリング	サーフィン・ボディボード・ボードセーリング・ウインドサーフィン	チアリーディング・バトントワリング	ハンドボール・その他屋内球技	グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技	ゲートボール	ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング	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	スキー	障害者スポーツ	その他	新たに始めたものはない
全 体		5273	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	46.1
性別	男性	2913	0.4	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	-	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	45.1
	女性	2360	0.0	0.1	0.1	0.0	-	-	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.2	0.0	0.1	0.0	-	0.0	-	-	0.0	0.0	-	0.1	47.4
性年代	男性10代以下	189	-	1.6	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	0.5	0.5	-	0.5	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	39.7
	男性20代	393	0.8	0.5	-	0.3	-	0.3	1.0	0.5	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	0.5	0.5	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	37.2
	男性30代	461	0.4	-	0.2	0.2	0.2	0.2	0.4	0.2	-	0.2	0.4	-	-	0.2	0.2	-	-	0.4	-	-	0.2	-	0.2	-	-	0.2	-	0.2	36.7
	男性40代	674	0.6	0.1	0.1	0.3	-	0.1	-	0.1	-	0.1	-	0.3	-	0.1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.1	-	-	0.1	0.3	45.0
	男性50代	451	0.4	-	-	0.4	0.4	-	-	-	-	0.2	-	-	-	0.2	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.2	48.6
	男性60代	347	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	46.7
	男性70代以上	398	0.3	-	0.3	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	60.1
	女性10代以下	191	-	-	0.5	-	-	-	0.5	-	0.5	-	-	-	0.5	0.5	-	0.5	0.5	-	0.5	-	-	-	-	-	0.5	0.5	-	-	31.9
	女性20代	323	-	0.3	0.3	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	34.1
	女性30代	407	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	43.7
	女性40代	432	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	51.2
	女性50代	317	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	57.1
	女性60代	321	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	49.8
	女性70代以上	369	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	56.1
小中高	小学生	590	0.5	-	0.3	0.2	0.2	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.2	0.2	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	39.8
	中学生	256	1.2	-	-	0.4	0.4	-	-	-	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	41.8
	高校生	340	-	0.6	0.6	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	0.6	0.6	0.3	0.3	0.6	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	0.3	35.6
障害者	障害者	509	-	0.4	-	0.2	0.4	-	-	-	0.2	-	0.2	0.2	-	-	0.2	-	-	0.2	-	0.2	-	0.2	-	-	-	-	0.2	0.2	45.6
エリア	北海道	186	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	1.1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	47.3
	東北	252	0.8	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	43.3
	関東	2187	0.1	0.1	0.2	0.2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1	0.1	-	0.1	-	0.0	0.0	0.2	0.0	-	-	0.0	0.0	-	0.1	0.0	-	0.1	46.3
	甲信越・北陸	177	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.6	-	0.6	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	0.6	-	0.6	45.8
	中部	681	0.4	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	0.3	0.1	-	-	-	0.1	0.1	-	-	-	-	-	-	-	0.1	45.1
	近畿	1114	0.3	0.4	-	0.1	0.2	0.2	-	0.1	0.1	0.2	-	-	-	0.2	-	0.1	0.2	-	0.2	0.1	0.1	-	-	0.1	-	-	0.1	0.4	46.7
	中国	238	0.4	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	0.4	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	50.0
	四国	114	0.9	-	-	-	-	-	-	-	0.9	-	-	-	-	-	-	-	0.9	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	52.6
	九州	299	0.3	-	-	-	-	-	0.7	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	42.5
	沖縄	25	-	-	-	-	-	-	-	-	4.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	28.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	30.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1920	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	-	-	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	-	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	-	0.2	52.4
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	549	-	0.2	0.5	0.5	-	0.2	0.2	-	0.4	0.2	-	-	-	0.4	-	-	-	0.5	-	0.2	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	40.8
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	238	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	32.8
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1038	0.3	0.1	-	-	-	0.1	0.3	-	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	-	0.1	-	0.2	-	0.1	-	-	0.1	46.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	231	0.4	-	-	0.4	-	-	0.9	0.4	-	-	-	-	-	0.9	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	43.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	145	-	1.4	-	-	-	-	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.7	-	29.0
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	331	-	-	-	0.3	-	0.3	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	0.3	-	-	-	-	0.3	-	-	-	0.6	50.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	38	5.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	44.7
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	514	-	0.2	0.2	-	0.2	-	-	0.2	-	-	0.2	0.4	-	0.2	0.2	-	0.2	0.2	0.2	0.2	-	0.2	-	-	-	-	-	0.6	30.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	283	0.4	0.4	0.7	0.4	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	0.7	-	0.4	0.4	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	0.4	0.4	23.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	80	-	-	-	1.3	-	-	-	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	1.3	1.3	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	23.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1586	0.1	0.2	0.1	-	0.2	-	-	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	-	0.1	-	-	-	-	-	-	0.1	54.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1043	0.2	0.3	-	0.1	-	-	0.4	-	0.1	0.2	-	-	0.1	0.2	-	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	-	-	-	0.1	0.1	-	-	47.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	374	0.8	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	0.5	50.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	390	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	47.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	363	0.3	-	0.3	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	0.3	45.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	179	0.6	-	-	-	-	0.6	1.1	0.6	-	-	-	-	-	0.6	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	0.6	-	-	-	42.5
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	496	-	0.2	0.2	-	0.2	-	-	0.2	-	0.4	0.2	0.4	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	0.6	30.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	223	0.4	0.4	0.9	-	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	0.9	-	0.4	-	-	0.4	0.4	-	0.4	-	-	-	0.4	0.4	22.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	47	-	-	-	-	-	-	-	2.1	-	-	-	-	-	-	-	-	2.1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	19.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1385	0.1	0.2	0.1	-	0.2	-	-	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	-	0.1	-	-	0.1	-	-	0.1	-	-	-	-	-	0.1	53.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	872	0.2	0.3	-	0.1	0.1	-	0.2	-	0.1	0.2	-	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.2	-	-	-	-	-	-	0.1	-	-	-	46.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	307	1.0	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	0.3	46.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	609	0.2	-	-	0.2	-	0.2	-	-	0.3	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	50.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	594	0.2	-	0.2	0.3	-	-	0.3	-	0.2	-	-	-	-	0.2	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	0.2	-	-	0.3	-	0.2	44.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	279	0.4	-	-	-	-	0.4	0.7	0.4	-	-	-	-	-	0.4	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	-	0.4	-	-	0.4	46.6
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	-	-	0.1	-	0.2	-	-	0.1	0.1	-	-	-	-	-	0.1	-	-	-	-	-	-	-	-	43.8
	運動不足は健康に悪い	1551	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.1	48.9
	ストレス発散	923	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.2	0.2	0.1	-	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	-	-	-	-	-	-	-	0.1	44.1
	スポーツ好き	578	-	0.3	0.2	0.2	0.2	-	-	0.2	-	0.2	0.2	0.3	0.2	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	42.2
	普段の習慣	1234	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	0.1	0.2	0.1	-	0.1	-	-	-	-	0.1	-	-	-	-	-	-	-	0.2	50.6
	友人や知人に誘われた	152	-	0.7	-	-	0.7	-	-	-	-	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	23.0
	感染者減等感染リスクの低下	227	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	0.4	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	27.3
	余暇時間が増えた	361	-	0.3	-	-	0.6	-	-	-	-	0.6	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	28.5

宣言中～現在の時期で新たに始めた運動・スポーツ［解除後］-種目２

Q5-2.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

2.種目2

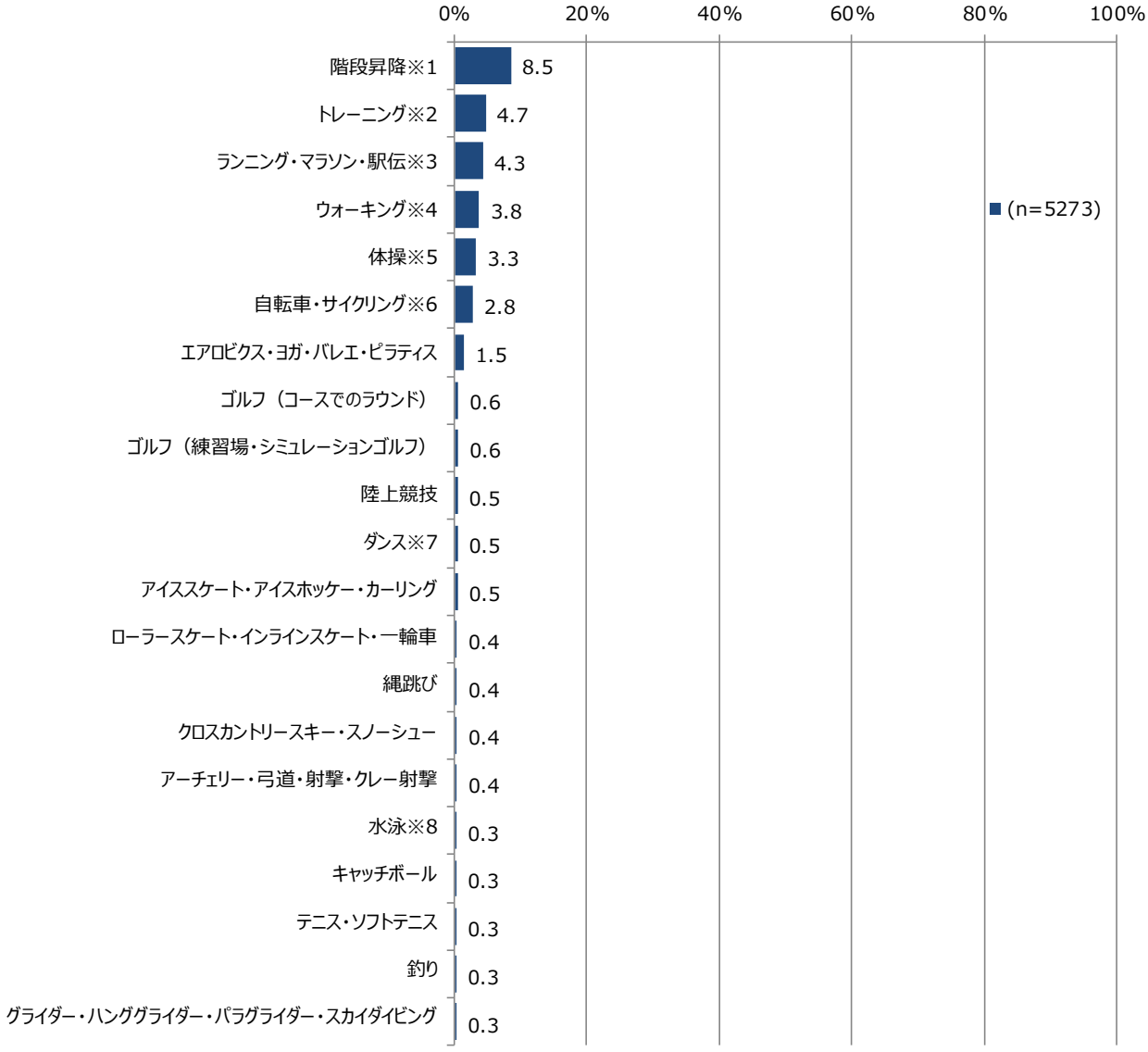
・全体で最も大きいのは、『階段昇降※1』の8.5%で、次いで『トレーニング※2』の4.7%、『ランニング・マラソン・駅伝※3』の4.3%となっている。

・男性で最も大きいのは、『階段昇降※1』の8.9%で、次いで『ランニング・マラソン・駅伝※3』の5.1%、『トレーニング※2』の4.5%となっている。
・女性で最も大きいのは、『階段昇降※1』の7.9%で、次いで『体操※5』の5.2%、『トレーニング※2』の4.9%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『階段昇降※1』が12.7%で、次いで『50代』の『階段昇降※1』が10.4%、『30代』の『階段昇降※1』が9.5%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『階段昇降※1』が11.5%で、次いで『20代』の『トレーニング※2』が10.5%、『10代以下』の『階段昇降※1』・『トレーニング※2』・『ランニング・マラソン・駅伝※3』が9.9%となっている。

詳細説明
※1： 階段昇降（2 ｱｯﾌﾟ3 ダウン等）
※2： 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）
※3： ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝
※4： ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む）
※5： 体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操等）
※6： 自転車（BMX 含む）・サイクリング
※7： 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・フラダンス等）
※8： 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）
※9： 野球（硬式・軟式等）
※10：卓球（ラージボール含む）
※11：ﾚｸﾘｴｰｼｮﾝｽﾎﾟｰﾂ（ﾃｨｰﾎﾞｰﾙ・ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ・ｲﾝﾃﾞｨｱｶ・ｽﾎﾟｰﾂﾁｬﾝﾊﾞﾗ・ﾕﾆｶｰﾙ・ｱﾙﾃｨﾒｯﾄ・ｷﾝﾎﾞｰﾙ・ｼｬﾌﾙﾎﾞｰﾄﾞ・ﾍﾟﾀﾝｸ・綱引き・ﾀﾞｰﾂ・ｽﾎﾟｰﾂ 吹き矢等）

Q5-2.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

2.種目2 ／ＴＯＰ２０（同率含む）のみ記載



Q5-2.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

2.種目2(1)

(%)

		全体	階段昇降※1	トレーニング※2	ランニング・マラソン・駅伝※3	ウォーキング※4	体操※5	自転車・サイクリング※6	エアロビクス・ヨガ・バレエ・ビアティス	ゴルフ（コースでのラウンド）	ゴルフ（練習場・シミュレーションゴルフ）	陸上競技	ダンス※7	アイススケート・アイスホッケー・カーリング	ローラースケート・インラインスケート・一輪車	縄跳び	クロスカントリースキー・スノーシューイング	アーチェリー・弓道・射撃・クレー射撃	水泳※8	キャッチボール	テニス・ソフトテニス	釣り	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	アクアエクササイズ・水中ウォーキング	野球※9	バドミントン	バレーボール・ビーチバレー・ソフトバレーボール	サッカー	フットサル	ボウリング	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	フリークライミング・ボルダリング
全体		5273	8.5	4.7	4.3	3.8	3.3	2.8	1.5	0.6	0.6	0.5	0.5	0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
性別	男性	2913	8.9	4.5	5.1	3.9	1.9	3.6	0.4	1.0	1.0	0.6	0.1	0.7	0.6	0.2	0.6	0.7	0.3	0.5	0.4	0.3	0.5	0.1	0.3	0.0	0.3	0.3	0.4	0.2	0.2	0.2
	女性	2360	7.9	4.9	3.4	3.7	5.2	1.8	2.9	0.2	0.2	0.4	0.9	0.3	0.3	0.6	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.3	-	0.3	0.1	0.0	-	0.1	0.2	0.0
性年代	男性10代以下	189	4.8	8.5	7.4	4.2	1.1	5.3	-	-	-	1.1	-	3.7	0.5	1.1	0.5	0.5	-	1.1	0.5	0.5	1.6	-	1.1	-	2.1	0.5	-	-	-	1.1
	男性20代	393	7.9	6.6	9.4	3.6	1.5	3.6	0.8	0.5	0.8	1.0	0.3	1.0	2.0	0.3	1.5	2.5	0.3	1.0	0.5	-	1.5	-	1.3	-	-	0.8	0.5	0.3	-	0.3
	男性30代	461	9.5	6.5	7.8	2.4	2.4	3.9	0.4	1.3	1.1	0.4	-	1.1	0.9	0.2	0.7	0.2	0.4	0.7	0.7	0.4	0.4	0.2	0.2	0.2	0.2	0.4	1.5	0.4	0.2	0.2
	男性40代	674	9.3	3.9	5.8	3.6	1.3	3.4	0.3	0.6	0.7	0.6	0.3	0.3	0.3	0.3	0.4	0.6	0.4	0.7	0.1	0.4	0.4	0.1	-	-	0.3	0.3	0.4	0.1	0.4	-
	男性50代	451	10.4	2.4	3.1	5.1	1.3	3.5	0.4	1.8	1.6	0.7	0.2	0.2	0.4	0.2	0.9	-	-	0.2	0.4	-	-	0.2	-	-	0.7	0.2	-	0.2	0.4	0.4
	男性60代	347	12.7	3.7	1.2	5.8	1.2	3.5	0.9	1.4	0.9	0.3	-	0.3	-	-	-	0.9	0.9	-	0.6	0.9	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3
	男性70代以上	398	5.5	2.3	1.0	3.8	4.0	3.3	-	1.0	1.3	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.5	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-
	女性10代以下	191	9.9	9.9	9.9	3.7	3.1	4.2	2.6	-	-	1.6	0.5	0.5	-	2.1	-	0.5	-	-	1.0	0.5	0.5	-	-	1.0	-	0.5	-	-	0.5	0.5
	女性20代	323	11.5	10.5	5.6	3.4	5.0	3.1	3.1	0.3	0.3	0.9	1.9	0.9	0.9	-	0.6	0.6	-	0.6	-	-	0.3	0.6	-	0.6	0.3	-	-	0.3	-	-
	女性30代	407	7.9	6.9	3.9	3.7	3.4	1.2	4.2	0.2	0.2	0.2	0.7	0.5	0.2	1.5	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	0.2	-
	女性40代	432	6.7	3.5	3.7	3.0	6.0	1.2	3.2	-	0.2	-	0.5	0.2	0.2	0.2	-	-	-	-	-	0.5	-	0.2	-	0.5	0.2	-	-	-	0.5	-
	女性50代	317	7.9	1.6	0.9	3.5	5.0	1.9	2.2	0.6	-	0.3	0.6	-	-	0.3	0.3	-	0.3	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-
	女性60代	321	6.5	3.1	1.2	4.0	6.2	1.6	3.1	-	-	-	1.9	-	-	-	0.3	-	0.3	-	0.3	-	-	0.6	-	-	-	-	-	0.3	-	-
	女性70代以上	369	6.5	1.1	1.1	4.6	6.5	1.1	1.6	0.3	0.3	0.3	0.3	-	0.3	0.3	-	-	0.5	-	-	0.3	-	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-
小中高	小学生	590	8.6	5.4	5.6	3.6	2.4	3.6	1.4	0.5	1.0	1.0	-	0.5	1.4	0.8	0.5	0.2	0.5	0.7	0.5	0.3	0.5	0.3	-	0.7	0.3	0.5	0.5	0.2	-	-
	中学生	256	9.0	2.7	4.7	3.1	3.5	3.5	0.4	0.8	0.8	1.2	0.4	-	0.4	0.4	0.8	0.8	-	0.4	-	0.4	-	-	-	0.4	0.4	0.4	0.8	-	1.2	0.4
	高校生	340	5.9	9.7	9.1	4.4	1.8	4.4	1.5	-	-	1.5	0.3	2.4	0.3	1.8	0.3	0.6	-	0.6	0.9	0.6	1.2	-	0.6	0.3	0.9	0.6	-	-	0.3	0.9
障害者	障害者	509	10.4	4.3	2.9	5.7	4.7	1.8	1.2	0.2	0.6	-	0.8	0.8	0.8	-	0.8	0.2	0.4	0.4	0.4	-	0.4	0.2	-	0.2	0.2	-	-	-	0.2	0.2
エリア	北海道	186	7.5	3.8	5.4	1.1	3.8	3.8	1.1	-	-	0.5	0.5	0.5	1.6	-	0.5	-	-	-	-	-	1.1	0.5	-	-	-	1.1	0.5	-	-	-
	東北	252	9.1	6.0	4.0	4.4	5.2	2.4	2.4	0.4	0.8	-	0.4	0.4	0.4	0.8	0.8	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	0.8	-	1.2	-
	関東	2187	8.5	4.3	4.4	4.9	3.4	2.9	1.6	0.7	0.7	0.3	0.4	0.3	0.4	0.3	0.2	0.3	0.2	0.4	0.3	0.4	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2	0.0	0.2	0.1	0.2
	甲信越・北陸	177	6.8	4.5	4.0	4.5	2.8	2.3	2.3	2.3	1.7	1.1	1.7	1.1	-	-	0.6	0.6	0.6	-	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	1.1
	中部	681	9.0	5.3	4.1	3.1	3.2	2.5	1.5	0.4	0.3	0.7	0.1	1.0	0.6	0.7	0.4	0.6	0.1	0.3	0.6	-	0.9	0.3	-	0.3	0.3	0.3	0.4	0.1	-	-
	近畿	1114	8.6	4.5	4.7	2.9	3.1	3.1	1.1	0.6	0.4	0.4	0.6	0.3	0.5	0.4	0.7	0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.1	0.2	0.1	0.3	-	0.3	-	0.2	0.2
	中国	238	6.7	4.6	4.2	4.2	3.4	2.5	2.5	0.4	0.4	0.4	-	0.8	-	-	-	0.8	-	0.8	0.4	-	0.4	0.4	-	0.4	0.4	0.4	0.8	0.4	0.8	-
	四国	114	7.0	5.3	1.8	4.4	0.9	1.8	0.9	-	0.9	0.9	0.9	-	-	-	0.9	0.9	1.8	-	0.9	-	-	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-
	九州	299	10.0	5.7	4.3	1.7	3.7	2.3	1.0	0.7	1.3	1.3	0.7	1.0	0.3	0.7	0.3	0.3	0.3	0.3	-	0.3	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	0.3	0.3	-
	沖縄	25	8.0	4.0	-	4.0	4.0	8.0	8.0	-	-	-	4.0	8.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4.0	-	-	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	10.0	10.0	5.0	5.0	6.7	1.7	3.3	-	-	-	-	-	-	1.7	-	-	-	-	-	-	1.7	1.7	-	-	1.7	-	-	-	1.7	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1920	8.1	3.8	3.6	2.7	3.3	2.6	1.4	0.6	0.3	0.6	0.6	0.2	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.1	0.3	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	-
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	549	7.8	6.4	3.8	4.4	4.4	2.2	1.6	1.1	0.7	0.7	0.9	1.1	0.5	0.7	0.7	0.5	0.4	0.2	0.5	0.4	1.1	0.5	0.7	-	0.2	-	-	0.2	0.4	-
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	238	10.1	8.0	8.4	6.7	5.0	4.2	1.7	0.8	0.4	-	0.8	-	0.8	0.4	0.4	0.4	1.3	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	0.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1038	8.4	2.8	4.7	4.3	2.4	3.2	1.4	0.7	0.9	0.4	0.4	0.6	0.3	0.5	0.5	0.3	-	0.5	0.8	0.4	0.3	-	0.1	0.2	0.1	0.3	0.5	0.4	0.3	0.3
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	231	7.8	8.2	7.8	4.3	0.4	3.5	1.7	0.9	1.7	0.9	-	-	-	-	0.9	0.9	0.4	-	-	0.9	0.4	-	-	-	0.4	-	0.4	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	145	9.0	9.0	8.3	6.2	3.4	2.8	1.4	-	2.1	-	0.7	2.1	0.7	-	-	0.7	-	0.7	0.7	-	0.7	0.7	-	0.7	-	-	-	-	-	1.4
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	331	9.7	3.0	2.7	1.8	5.1	4.5	0.9	-	0.9	-	0.3	0.6	0.9	0.3	-	0.3	0.3	0.9	-	0.6	-	-	-	0.6	-	0.9	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	38	10.5	5.3	5.3	-	2.6	-	2.6	2.6	-	2.6	-	2.6	-	-	-	2.6	-	-	-	-	-	-	-	-	2.6	-	2.6	-	2.6	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	514	11.7	8.2	7.4	4.3	4.3	3.7	2.3	0.8	0.4	0.6	0.6	0.6	1.4	0.2	0.8	0.4	0.6	0.6	0.4	0.2	0.4	0.6	0.2	0.4	0.6	-	0.4	-	0.2	0.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	283	14.1	7.4	8.1	2.8	3.2	3.2	3.5	1.4	1.1	1.1	0.7	2.8	1.4	0.7	0.7	1.1	0.7	-	0.4	0.4	1.8	0.4	0.4	0.7	0.7	-	0.4	0.4	-	0.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	80	15.0	7.5	6.3	2.5	1.3	5.0	2.5	1.3	-	-	1.3	-	2.5	-	3.8	2.5	-	2.5	-	-	1.3	-	-	1.3	-	-	-	-	1.3	1.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1586	6.9	3.8	2.6	4.0	3.7	2.7	1.2	0.4	0.3	0.4	0.4	0.2	-	0.4	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.3	0.1	-	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1043	8.1	3.2	4.0	4.7	2.6	2.8	1.3	0.8	1.0	0.5	0.5	0.5	0.1	0.5	0.4	0.1	0.1	0.5	0.9	0.4	0.5	-	0.1	0.1	0.1	0.3	0.4	0.2	0.4	0.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	374	6.7	3.5	5.1	1.9	4.0	2.9	0.5	0.5	0.5	0.8	-	0.8	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.3	0.5	0.5	-	-	0.3	-	0.5	0.5	0.3	0.3	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	390	8.7	3.8	4.6	2.1	4.1	2.8	1.3	0.5	0.5	1.0	1.3	-	0.5	-	0.3	1.3	0.5	-	-	0.3	0.3	0.3	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	363	6.9	5.5	4.4	5.2	3.6	2.5	1.1	0.6	0.8	-	0.6	-	0.6	0.8	0.3	0.3	0.3	0.3	-	-	0.3	0.8	0.8	-	0.3	-	-	0.3	0.6	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	179	10.1	8.4	4.5	5.0	2.2	3.9	2.8	0.6	2.2	-	-	-	0.6	-	-	0.6	-	0.6	-	-	-	-	-	0.6	0.6	0.6	-	-	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	496	10.5	8.7	7.9	5.0	3.8	3.2	1.6	0.8	0.2	0.4	1.2	0.4	1.2	-	0.8	0.6	0.8	0.4	0.4	0.2	0.4	0.6	0.2	0.4	0.8	-	0.4	-	0.2	0.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	223	14.8	8.1	11.2	3.1	2.7	2.7	3.1	1.3	1.3	0.4	1.3	2.2	1.3	-	0.4	0.9	0.4	-	0.9	0.4	2.2	0.4	0.4	0.9	0.4	0.4	0.9	0.4	-	0.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	47	17.0	8.5	10.6	2.1	-	4.3	2.1	-	-	-	2.1	-	4.3	-	4.3	2.1	-	2.1	-	-	-	-	-	-	-	-	2.1	-	2.1	2.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1385	7.7	3.7	2.7	3.6	3.5	2.9	1.6	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.1	0.3	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.3	0.1	-	-	0.2	0.1	0.1	0.1	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	872	8.7	2.9	3.8	4.1	2.1	3.4	1.5	0.7	1.0	0.8	0.5	0.7	0.2	0.5	0.6	-	0.1	0.3	0.6	0.3	0.6	-	0.1	0.1	0.1	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	307	7.8	4.2	4.6	2.0	3.3	3.6	0.7	0.3	0.7	0.7	-	1.0	0.3	0.3	0.7	0.7	0.7	1.0	0.3	0.3	0.7	-	-	0.7	-	0.7	-	0.3	0.3	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	609	7.6	3.9	3.4	3.1	4.8	2.8	1.0	0.7	0.3	1.0	0.5	-	0.3	0.5	0.2	0.8	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	-	-	-	0.2	-	-	-	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	594	6.9	5.2	3.9	5.6	4.2	1.9	1.3	0.8	0.7	-	0.3	0.3	0.3	1.0	0.2	0.5	0.3	0.5	0.7	0.2	0.2	0.5	0.5	-	0.3	-	-	0.2	0.7	0.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	279	8.2	6.1	4.7	3.9	3.6	3.2	2.2	1.1	1.4	0.4	-	-	0.7	0.4	0.4	0.7	-	0.4	-	0.4	0.4	-	-	0.4	0.4	0.4	0.4	-	-	-
コロナ以降運動実施理由（高）のみ	ダイエット	872	10.3	6.2	4.9	3.4	4.2	3.3	2.2	0.3	0.3	0.8	0.3	0.1	0.6	0.5	0.1	0.2	0.3	0.2	0.1	0.1	0.1	0.3	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	-	-	-
	運動不足は健康に悪い	1551	8.6	4.9	3.7	3.5	4.6	3.1	1.8	0.6	0.3	0.5	0.3	0.2	0.3	0.3	0.1	0.1	0.3	0.2	0.1	0.3	0.1	0.3	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	-
	ストレス発散	923	10.2	5.6	4.9	3.7	4.6	3.6	2.1	1.0	0.2	0.7	0.7	0.1	0.4	0.5	0.2	0.2	0.4	0.1	0.1	0.1	-	0.4	0.2	0.1	0.2	0.2	0.3	0.1	0.2	-
	スポーツ好き	578	8.8	5.7	6.6	3.3	3.8	4.3	1.9	1.4	0.3	1.0	0.2	0.7	0.7	0.5	0.3	0.3	0.5	0.3	0.2	0.2	-	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.5	0.2	0.2	-
	普段の習慣	1234	8.1	4.8	3.6	3.7	4.3	2.7	1.8	0.6	0.2	0.5	0.3	0.2	0.4	0.3	0.1	0.2	0.4	-	0.1	0.2	0.1	0.3	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	-	-	-
	友人や知人に誘われた	152	17.8	4.6	9.9	7.9	2.0	5.3	2.6	0.7	0.7	1.3	-	0.7	1.3	1.3	0.7	1.3	1.3	-	-	0.7	0.7	0.7	-	-	0.7	0.7	1.3	-	-	-
	感染者減等感染リスクの低下	227	17.2	4.0	8.8	5.3	4.8	4.0	3.5	0.9	-	1.3	0.4	0.4	0.9	0.4	0.9	1.3	0.9	-	-	-	0.4	0.4	0.4	-	-	-	0.9	-	-	-
	余暇時間が増えた	361	14.1	7.8	6.4	5.5	5.3	3.0	2.2	0.6	-	1.4	0.6	0.3	0.6	0.6	0.6	0.6	0.3	-	-	-	0.3	0.6	0.6	-	0.3	-	0.6	-	-	-

Q5-2.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

2.種目2(2)

(%)

		全 体	キャンプ・オートキャンプ	スキー	乗馬	器械体操・新体操・トランポリン	チアリーディング・バトントワリング	ソフトボール	卓球※10	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	バスケットボール・ポートボール	ドッジボール	ハンドボール・その他屋内球技	ゲートボール	レクリエーションスポーツ※11	レスリング・相撲・ボクシング	剣道・居合道・なぎなた・銃剣道	空手・少林寺拳法	ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング	ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング	スクーバダイビング・スキンダイビング・フリーダイビング・シュノーケリング	サーフィン・ボディボード・ボードセーリング・ウインドサーフィン	スノーボード	グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技	テコンドー・太極拳・合気道	柔道	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	障害者スポーツ	その他	新たに始めたものはない
全 体		5273	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	-	0.1	61.0
性別	男性	2913	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	-	0.1	-	0.0	58.9
	女性	2360	0.0	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	-	0.1	-	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	-	0.0	-	-	0.1	63.6
性年代	男性10代以下	189	0.5	-	0.5	0.5	-	-	0.5	-	0.5	0.5	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	48.7
	男性20代	393	0.3	-	0.3	-	0.8	0.3	-	-	-	-	-	0.3	0.3	0.3	-	0.3	0.5	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	46.8
	男性30代	461	0.4	-	-	-	0.7	0.2	-	0.2	-	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	-	0.2	-	0.4	0.2	0.2	0.2	-	0.2	-	-	50.3
	男性40代	674	0.4	0.3	0.4	0.4	-	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.3	-	0.1	0.1	0.3	0.3	-	0.3	0.1	-	0.1	-	-	-	-	-	-	60.2
	男性50代	451	-	0.4	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	63.6
	男性60代	347	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	63.4
	男性70代以上	398	-	0.5	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	0.3	-	-	-	0.3	74.1
	女性10代以下	191	-	-	0.5	0.5	0.5	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	1.0	-	0.5	0.5	-	-	-	-	-	41.9
	女性20代	323	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	0.3	-	-	-	47.1
	女性30代	407	-	0.2	0.5	0.2	-	-	-	-	0.2	0.2	0.2	-	0.2	-	-	-	-	0.2	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	61.2
	女性40代	432	-	-	-	-	-	-	0.2	0.2	-	0.2	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	68.3
	女性50代	317	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	72.6
	女性60代	321	-	-	-	0.3	-	-	0.6	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	69.2
	女性70代以上	369	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	73.7
小中高	小学生	590	0.5	0.3	0.2	0.5	0.2	0.2	-	0.3	-	0.2	0.3	-	-	-	0.3	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	55.1
	中学生	256	-	0.4	0.4	-	-	-	0.8	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	0.4	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	59.8
	高校生	340	0.3	-	0.6	0.6	0.3	0.3	0.3	-	0.3	0.3	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	45.3
障害者	障害者	509	0.4	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-	0.2	-	0.2	-	-	0.2	0.2	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	60.3
エリア	北海道	186	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	65.1
	東北	252	0.4	0.4	0.4	-	-	0.8	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	0.4	-	0.4	-	-	-	-	56.3
	関東	2187	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	-	0.1	0.2	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	-	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	-	0.0	61.2
	甲信越・北陸	177	-	-	0.6	-	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	59.3
	中部	681	0.3	0.3	-	0.3	0.1	0.1	0.3	0.1	-	-	-	0.1	0.1	0.1	-	0.3	0.1	0.1	-	0.1	-	-	-	-	-	-	0.1	59.8
	近畿	1114	-	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	-	0.1	-	0.1	62.4
	中国	238	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	0.4	-	0.4	-	0.8	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	60.9
	四国	114	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.9	-	-	-	-	-	-	0.9	-	-	-	-	-	-	-	67.5
	九州	299	-	-	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	0.7	0.3	0.3	-	-	-	-	-	58.2
	沖縄	25	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	48.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.7	1.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	46.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1920	-	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	-	0.1	66.9
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	549	0.2	0.2	0.2	0.4	-	0.2	-	-	-	0.2	-	-	0.2	0.2	-	0.4	0.4	0.2	0.2	0.4	-	0.2	-	-	-	-	-	54.5
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	238	0.4	-	-	-	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	47.1
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1038	0.2	0.4	-	-	0.1	0.1	0.2	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	-	-	-	61.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	231	0.4	-	0.4	0.4	-	0.4	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	0.9	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	54.5
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	145	-	-	-	0.7	-	-	0.7	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	46.9
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	331	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	0.3	-	0.3	-	0.3	-	0.3	-	-	-	0.3	0.6	0.3	-	-	0.3	-	-	-	62.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	38	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2.6	-	-	-	-	-	-	52.6
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	514	-	-	0.8	0.2	-	-	-	0.2	-	-	0.2	0.2	-	-	0.2	0.2	0.2	-	-	0.2	0.2	-	0.2	-	-	-	0.2	44.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	283	0.4	0.4	-	0.4	1.1	-	-	-	-	-	0.4	-	0.4	-	0.4	-	0.7	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	35.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	80	1.3	-	-	-	-	-	-	-	1.3	1.3	-	1.3	-	-	-	-	-	1.3	1.3	-	-	-	-	1.3	1.3	-	-	31.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1586	-	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	69.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1043	0.2	0.3	-	0.1	-	0.2	0.1	0.1	-	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	-	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	-	-	-	62.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	374	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	0.5	-	-	-	-	-	-	64.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	390	0.3	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	63.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	363	-	-	-	0.3	-	0.3	0.6	0.3	-	-	-	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	0.3	0.3	0.3	-	-	-	-	-	60.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	179	-	0.6	0.6	-	0.6	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	0.6	-	-	-	0.6	0.6	-	-	-	-	-	-	-	53.1
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	496	-	-	0.8	0.2	0.2	-	-	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	-	-	0.4	0.2	0.2	-	-	0.2	0.2	-	0.2	-	-	-	-	45.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	223	0.4	0.4	-	0.4	0.9	-	-	-	-	-	0.4	-	0.4	-	0.4	0.4	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	30.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	47	2.1	-	-	-	-	-	-	-	2.1	2.1	-	2.1	-	-	-	-	-	2.1	-	-	-	-	-	2.1	-	-	-	21.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1385	-	0.1	-	0.2	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	-	-	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	-	-	-	0.1	68.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	872	-	0.3	-	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	-	0.2	-	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	-	0.2	0.1	0.1	-	-	-	-	-	-	-	62.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	307	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	0.7	-	-	-	0.3	-	-	61.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	609	0.2	0.2	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	0.2	0.2	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	66.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	594	0.3	-	-	0.2	-	0.3	0.2	0.2	-	-	0.2	-	0.2	-	-	-	0.3	-	-	0.2	0.2	0.2	-	-	-	-	-	60.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	279	-	-	0.4	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	0.7	0.4	-	-	-	-	-	-	-	58.1
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	0.1	0.1	-	0.2	-	0.2	-	-	-	-	0.1	0.1	-	-	0.1	-	-	0.3	-	0.1	-	0.1	-	-	-	-	-	58.4
	運動不足は健康に悪い	1551	0.1	0.1	0.1	0.3	-	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	0.1	-	-	0.1	0.1	0.1	0.2	-	0.1	-	0.1	-	-	-	-	-	63.7
	ストレス発散	923	-	0.1	0.1	0.3	-	0.2	0.1	-	0.2	-	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	-	-	-	0.1	-	-	-	-	-	57.2
	スポーツ好き	578	-	0.3	-	0.5	-	0.3	0.2	-	0.3	-	0.2	0.2	-	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	-	0.2	-	-	-	-	-	53.1
	普段の習慣	1234	-	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.1	-	0.2	-	0.1	0.1	-	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	-	0.1	-	0.1	-	-	-	-	-	64.2
	友人や知人に誘われた	152	-	-	-	1.3	-	-	-	-	1.3	-	-	0.7	-	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	32.2
	感染者減等感染リスクの低下	227	-	0.4	-	0.4	-	0.4	-	-	-	-	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	40.5
	余暇時間が増えた	361	0.3	0.3	-	0.3	-	0.3	-	-	0.6	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	45.7

宣言中～現在の時期で新たに始めた運動・スポーツ［解除後］-種目３

Q5-2.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

3.種目

・全体で最も大きいのは、『ランニング・マラソン・駅伝※1』の4.7%で、次いで『トレーニング※2』の3.7%、『体操※3』の2.8%となっている。

・男性で最も大きいのは、『ランニング・マラソン・駅伝※1』の6.1%で、次いで『トレーニング※2』の4.1%、『ウォーキング※4』の2.4%となっている。

・女性で最も大きいのは、『体操※3』の3.5%で、次いで『トレーニング※2』・『エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス』の3.3%、『ランニング・マラソン・駅伝※1』の3.0%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『30代』の『ランニング・マラソン・駅伝※1』が8.5%で、次いで『20代』の『ランニング・マラソン・駅伝※1』が8.1%、『40代』の『ランニング・マラソン・駅伝※1』が6.5%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『トレーニング※2』が9.4%で、次いで『20代』の『トレーニング※2』が6.8%、『20代』の『ランニング・マラソン・駅伝※1』が6.2%となっている。

詳細説明

※1： ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝

※2： 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）

※3： 体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操等）

※4： ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む）

※5： 階段昇降（2 アップ3 ダウン等）

※6： 自転車（BMX 含む）・サイクリング

※7： 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・フラダンス等）

※8： 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）

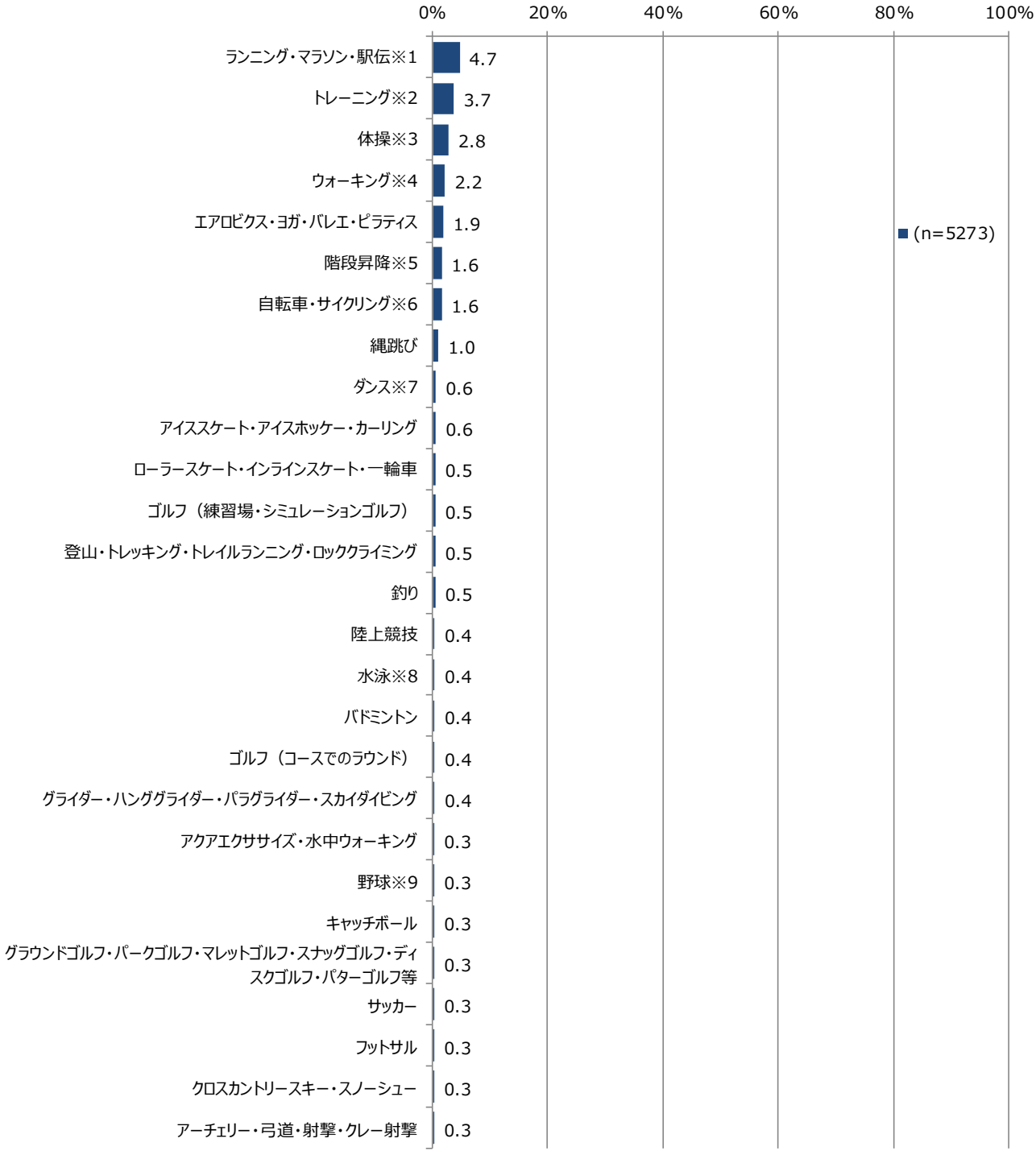
※9： 野球（硬式・軟式等）

※10：卓球（ラージボール含む）

※11：レクリエーションスポーツ（ﾃｨｰﾎﾞｰﾙ・ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ・ｲﾝﾃﾞｨｱｶ・ｽﾎﾟｰﾂﾁｬﾝﾊﾞﾗ・ﾕﾆｶｰﾙ・ｱﾙﾃｨﾒｯﾄ・ｷﾝﾎﾞｰﾙ・ｼｬﾌﾙﾎﾞｰﾄﾞ・ﾍﾟﾀﾝｸ・綱引き・ﾀﾞｰﾂ・ｽﾎﾟｰﾂ 吹き矢等）

Q5-2.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

3.種目3 ／ＴＯＰ２０（同率含む）のみ記載



Q5-2.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

3.種目3(1)

(%)

		全 体	ランニング・マラソン・駅伝※1	トレーニング※2	体操※3	ウォーキング※4	エアロビクス・ヨガ・パルエ・ピラティス	階段昇降※5	自転車・サイクリング※6	縄跳び	ダンス※7	アイススケート・アイスホッケー・カーリング	ローラースケート・インラインスケート・一輪車	ゴルフ（練習場・シミュレーションゴルフ）	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	釣り	陸上競技	水泳※8	バドミントン	ゴルフ（コースでのラウンド）	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	アクアエクササイズ・水中ウォーキング	野球※9	キャッチボール	グラウンドゴルフ・パークゴルフ・マレットゴルフ・ストゥールゴルフ・ディスクゴルフ・バターゴルフ等	サッカー	フットサル	クロスカントリースキー・スノーシュー	アーチェリー・弓道・射撃・クレー射撃	器械体操・新体操・トランポリン	テニス・ソフトテニス	卓球※10
全 体		5273	4.7	3.7	2.8	2.2	1.9	1.6	1.6	1.0	0.6	0.6	0.5	0.5	0.5	0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2
性別	男性	2913	6.1	4.1	2.3	2.4	0.7	1.7	1.9	0.7	0.3	0.8	0.6	0.9	0.7	0.7	0.5	0.7	0.3	0.7	0.5	0.3	0.4	0.3	0.4	0.4	0.5	0.4	0.4	0.1	0.2	0.2
	女性	2360	3.0	3.3	3.5	1.8	3.3	1.6	1.2	1.4	1.0	0.4	0.3	0.1	0.3	0.2	0.3	0.2	0.4	0.1	0.3	0.3	0.1	0.3	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1
性年代	男性10代以下	189	4.2	6.3	-	0.5	-	2.6	2.6	1.6	1.1	1.1	1.6	0.5	-	-	1.1	0.5	1.6	-	1.6	1.1	-	0.5	-	2.1	1.6	1.6	1.6	0.5	1.6	1.1
	男性20代	393	8.1	5.9	3.1	3.1	1.3	0.8	3.3	-	0.8	2.5	0.8	0.3	0.8	0.3	1.5	0.8	0.3	0.3	1.5	0.8	1.8	1.3	0.3	1.0	0.5	1.0	1.0	-	0.3	-
	男性30代	461	8.5	4.8	1.5	2.8	1.3	1.7	2.0	1.1	0.2	0.7	0.7	0.9	0.9	1.7	1.3	1.1	0.2	0.7	0.2	-	0.2	0.9	0.7	0.9	0.9	0.4	0.2	0.2	0.2	0.2
	男性40代	674	6.5	4.5	1.5	2.7	0.9	1.8	2.1	0.7	0.1	0.6	0.7	0.7	1.0	0.7	0.1	0.6	0.4	0.4	0.4	0.1	0.4	-	0.4	-	0.6	-	0.4	0.1	0.3	-
	男性50代	451	6.4	3.8	2.7	2.4	0.4	2.0	1.1	0.7	0.2	0.9	0.7	1.3	1.1	0.4	0.2	0.4	0.4	0.4	-	-	0.2	-	0.4	-	0.2	-	0.2	-	-	-
	男性60代	347	5.8	2.9	2.9	2.9	-	2.0	1.7	0.6	-	-	-	1.2	-	0.6	-	0.6	-	2.3	0.6	0.3	0.3	-	-	-	-	0.6	0.3	-	-	0.3
	男性70代以上	398	1.3	1.5	4.0	1.5	0.5	1.3	1.0	0.5	0.3	-	-	1.3	0.5	0.8	-	0.5	-	0.8	-	0.3	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	0.5
	女性10代以下	191	4.7	9.4	1.6	3.7	1.0	1.0	2.6	5.8	4.7	1.6	1.6	-	0.5	-	1.0	-	1.6	-	1.0	-	-	2.1	-	0.5	-	-	0.5	0.5	0.5	0.5
	女性20代	323	6.2	6.8	4.6	1.2	5.0	0.9	2.8	2.2	1.5	0.9	0.3	0.3	0.9	-	0.6	0.3	0.3	-	0.6	-	-	0.3	-	0.6	-	0.3	0.3	0.3	0.9	-
	女性30代	407	4.4	3.2	2.9	1.0	4.9	1.2	1.5	1.0	1.2	0.5	0.5	-	-	0.2	0.2	0.2	0.7	-	0.2	-	-	0.2	0.2	-	0.5	0.5	-	0.2	-	-
	女性40代	432	2.1	1.6	4.2	1.4	4.2	1.9	1.2	1.9	-	-	-	-	0.5	0.5	0.5	0.2	0.2	-	0.2	-	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-
	女性50代	317	1.6	0.9	3.2	2.5	1.9	1.6	0.6	-	0.3	0.3	0.3	0.3	0.6	0.6	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.6	-	-	-
	女性60代	321	1.6	2.8	2.8	2.8	2.2	2.5	-	0.6	0.6	-	-	0.3	-	-	-	0.3	-	0.3	-	0.9	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	0.3	0.3
	女性70代以上	369	1.1	1.4	4.1	1.4	2.2	1.9	0.5	0.3	0.5	-	-	-	-	-	-	-	0.3	0.5	-	0.8	0.3	-	0.5	-	-	0.3	-	-	-	0.3
小中高	小学生	590	6.1	5.4	1.7	2.2	2.5	2.0	2.0	2.5	0.5	0.5	0.8	1.0	0.8	0.3	0.8	0.5	0.3	0.5	0.2	0.2	-	0.5	0.7	0.3	0.7	0.2	0.3	0.5	0.3	-
	中学生	256	6.3	2.3	2.0	2.7	3.9	2.3	2.0	0.8	-	1.2	1.6	0.8	0.8	0.8	-	0.8	0.8	0.4	-	-	-	-	0.4	-	0.8	-	0.4	-	-	-
	高校生	340	3.8	7.6	0.9	2.1	0.6	2.1	2.6	3.8	2.4	1.5	1.2	0.3	0.3	-	1.2	0.3	1.8	-	1.2	0.6	-	1.5	-	1.5	0.9	0.9	1.2	0.3	1.2	0.9
障害者	障害者	509	5.9	3.5	3.5	2.4	1.8	2.8	1.2	1.2	0.8	1.0	0.4	-	0.2	0.2	0.4	0.8	0.4	0.4	0.6	-	0.2	-	0.2	0.2	0.4	0.2	0.2	0.2	0.2	-
エリア	北海道	186	3.2	4.3	2.2	2.2	2.7	0.5	-	2.2	-	1.1	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	-	0.5	1.1	0.5	-	1.1	-	-	0.5	-	0.5	-	-	-
	東北	252	6.0	4.4	2.8	2.4	1.2	3.6	0.4	2.4	0.4	0.8	-	0.4	-	0.8	0.4	1.2	-	0.4	-	0.4	0.4	0.8	0.4	0.4	0.8	0.8	0.4	-	0.4	0.4
	関東	2187	4.5	3.7	3.0	2.2	2.4	1.6	1.3	0.9	0.6	0.5	0.6	0.5	0.5	0.2	0.4	0.5	0.6	0.5	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.4	0.3	0.3	0.2	0.1	0.2	0.2
	甲信越・北陸	177	4.0	4.0	1.1	3.4	1.7	0.6	2.3	1.7	-	-	-	1.7	1.1	2.3	-	0.6	-	-	1.1	-	-	0.6	-	0.6	-	-	0.6	0.6	-	-
	中部	681	5.1	3.7	2.5	2.2	1.0	1.6	2.5	0.4	0.9	0.6	0.1	0.6	0.3	0.9	0.9	0.3	0.4	0.6	0.4	0.1	0.1	-	0.3	0.4	-	0.3	0.7	0.3	0.3	-
	近畿	1114	4.5	4.5	3.1	2.0	1.4	1.2	2.0	0.8	0.6	0.8	0.4	0.7	1.1	0.3	0.4	0.2	-	0.3	0.4	0.2	0.4	0.4	0.3	0.2	0.3	0.3	-	-	0.4	0.3
	中国	238	4.2	0.8	3.8	2.5	1.3	2.5	2.5	0.4	1.7	0.4	0.8	0.4	-	0.4	0.8	0.4	-	-	-	-	0.4	0.8	0.8	-	-	-	0.4	0.4	-	0.4
	四国	114	6.1	1.8	2.6	1.8	-	3.5	0.9	1.8	-	0.9	-	-	-	2.6	-	-	0.9	-	0.9	1.8	-	-	-	-	0.9	-	-	-	-	-
	九州	299	6.0	3.0	2.0	1.7	3.0	2.3	1.7	1.3	0.7	0.3	0.3	0.3	0.3	0.7	0.3	0.3	0.3	1.0	0.7	0.3	0.3	-	-	-	0.7	0.3	1.3	0.3	0.3	-
	沖縄	25	4.0	4.0	4.0	-	-	-	4.0	4.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4.0	4.0	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	5.0	1.7	8.3	3.3	5.0	6.7	-	1.7	-	1.7	1.7	-	-	3.3	-	-	-	-	1.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1920	4.4	3.1	3.0	1.5	1.3	1.7	1.2	0.7	0.3	0.4	0.2	0.6	0.5	0.6	0.4	0.4	0.2	0.4	0.2	0.3	0.4	0.3	0.3	0.2	0.3	0.1	0.1	0.2	0.2	0.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	549	5.8	4.2	3.8	2.6	2.2	1.5	2.2	1.1	0.9	1.1	0.5	0.4	0.7	0.5	0.2	1.3	0.9	0.5	0.4	0.9	0.4	0.4	0.5	0.2	0.2	0.7	0.5	-	0.2	-
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	238	3.8	5.5	4.2	4.2	3.8	-	2.9	2.1	2.5	0.4	0.8	1.3	0.4	0.4	0.8	0.8	-	0.4	-	0.4	0.8	0.4	0.4	-	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.8
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1038	5.4	3.3	2.6	2.6	1.5	1.8	2.0	1.2	0.4	0.5	0.4	0.5	0.6	0.6	0.8	0.3	0.5	0.7	0.5	0.1	0.1	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.4	-	0.1	-
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	231	3.9	4.8	1.7	3.0	1.7	1.7	1.7	0.9	1.7	1.3	1.3	0.9	0.4	-	-	0.9	0.4	0.4	0.4	-	0.9	-	-	0.4	0.4	-	0.9	0.4	1.3	0.4
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	145	5.5	9.0	2.8	3.4	4.1	2.1	0.7	1.4	1.4	0.7	0.7	0.7	2.1	-	-	-	-	0.7	0.7	-	0.7	0.7	-	-	-	1.4	0.7	-	0.7	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	331	5.4	4.5	2.4	0.9	2.4	1.2	0.6	0.6	0.3	0.3	0.9	-	0.6	0.6	0.6	0.3	0.3	0.3	0.6	-	-	-	0.3	0.3	1.2	0.3	0.3	-	0.3	-
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	38	7.9	2.6	-	-	2.6	2.6	2.6	2.6	-	2.6	-	-	5.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2.6	-	-	-	-	-	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	514	7.8	6.4	3.1	4.1	2.5	2.3	2.9	1.8	0.8	1.0	0.6	1.2	0.4	0.8	0.8	-	0.4	0.2	0.8	0.4	0.4	0.2	0.4	1.2	0.2	0.2	0.4	0.2	0.6	0.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	283	12.4	8.1	2.8	3.2	2.5	1.4	3.5	1.1	1.4	1.1	1.4	1.1	0.7	0.4	0.7	1.8	-	1.4	1.1	0.4	1.1	-	0.4	0.4	0.4	1.4	1.8	-	0.7	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	80	8.8	6.3	2.5	2.5	3.8	1.3	2.5	3.8	-	2.5	2.5	1.3	1.3	-	1.3	1.3	1.3	-	-	-	1.3	-	-	-	3.8	-	-	-	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1586	3.0	2.8	3.2	1.3	1.3	1.8	0.7	0.5	0.6	0.1	0.2	0.5	0.4	0.6	0.1	0.6	0.1	0.4	-	0.3	0.2	0.3	0.2	-	0.3	0.2	0.1	0.1	0.1	0.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1043	4.8	3.1	3.1	3.2	1.5	1.6	1.4	1.1	0.8	0.6	0.5	0.3	0.6	0.6	0.5	0.3	0.6	0.4	0.4	0.2	0.1	0.4	0.2	0.3	0.1	0.4	0.4	0.1	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	374	4.0	4.3	2.1	1.1	1.3	1.1	1.3	0.5	0.3	1.6	0.5	0.3	0.5	0.3	-	0.5	0.5	0.3	0.5	-	0.3	-	0.3	0.3	0.8	0.3	1.1	-	0.3	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	390	3.8	3.1	3.6	0.5	2.6	1.3	2.3	2.1	-	1.3	0.3	0.5	0.8	0.8	0.8	-	-	0.3	0.3	0.3	1.0	0.5	-	0.3	0.3	-	-	0.3	0.3	0.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	363	3.0	1.9	2.5	1.7	3.0	1.7	2.2	1.7	0.6	-	0.6	0.6	0.8	0.3	0.6	0.6	1.1	1.1	0.3	0.8	-	0.6	1.1	-	0.3	-	0.3	-	0.6	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	179	5.6	6.1	1.7	2.8	3.9	1.1	-	-	1.1	0.6	1.1	0.6	1.7	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6	-	-	-	0.6	0.6	0.6	-	-	-	-	0.6	0.6
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	496	7.1	6.3	2.6	3.6	2.6	2.6	2.8	1.8	0.4	1.2	0.6	1.0	0.6	0.8	0.6	-	0.4	0.2	0.6	0.4	0.2	0.4	0.4	1.2	0.4	0.2	0.6	0.2	1.0	0.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	223	12.6	9.0	2.2	4.0	3.1	1.3	3.6	2.2	1.8	1.3	1.3	0.9	0.4	-	0.9	2.2	-	1.8	1.3	0.4	0.9	-	-	0.9	0.4	0.4	2.2	-	-	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	47	14.9	10.6	4.3	4.3	2.1	2.1	-	-	-	4.3	2.1	-	2.1	-	-	2.1	2.1	-	-	-	2.1	-	-	-	4.3	-	2.1	-	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1385	3.5	2.9	3.5	1.3	1.5	1.7	0.7	0.6	0.4	0.1	0.1	0.6	0.4	0.6	0.3	0.6	0.1	0.5	0.1	0.3	0.2	0.2	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	-	0.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	872	4.9	3.4	3.0	2.9	1.1	1.6	1.7	1.1	0.8	0.7	0.5	0.5	0.5	0.7	0.7	0.3	0.3	0.3	0.5	0.1	0.2	0.3	0.5	0.2	0.1	0.6	0.5	-	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	307	5.2	4.2	2.0	0.7	1.3	1.3	1.3	1.3	0.7	1.6	1.0	0.3	0.7	0.3	0.7	0.3	0.7	0.3	0.7	-	0.3	-	0.3	0.3	1.3	0.3	0.7	-	0.3	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	609	3.3	3.0	3.3	1.1	1.5	1.3	1.8	1.3	0.8	0.7	0.3	0.5	0.7	0.7	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.8	0.5	0.2	0.2	0.5	0.2	-	0.2	-	0.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	594	4.2	2.0	3.0	2.4	2.9	1.7	1.7	0.8	0.5	-	0.7	0.3	1.0	0.3	0.2	0.3	1.2	0.8	0.2	0.7	-	0.5	0.5	-	0.2	0.3	0.2	0.2	0.7	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	279	3.2	5.0	1.8	2.5	3.6	0.7	1.1	0.4	0.4	0.7	0.7	0.7	1.1	0.4	-	0.7	0.4	0.4	-	-	-	0.4	0.4	0.4	-	-	0.4	-	0.4	0.4
コロナ以前運動実施理由（高）のみ×運動頻度	ダイエット	872	5.4	4.4	4.0	2.1	2.3	1.9	1.8	1.4	0.3	0.1	0.6	0.5	0.6	0.8	0.5	0.3	0.2	0.3	0.2	0.3	0.5	0.5	0.3	0.1	0.2	-	-	-	0.2	0.2
	運動不足は健康に悪い	1551	4.2	3.5	3.8	1.9	1.5	1.8	1.4	0.8	0.3	0.1	0.3	0.5	0.6	0.6	0.3	0.4	0.1	0.4	0.2	0.3	0.4	0.3	0.3	0.1	0.2	-	0.1	-	0.1	0.2
	ストレス発散	923	5.7	4.3	5.0	1.8	1.6	2.3	1.6	0.9	0.3	0.1	0.4	0.8	1.0	0.9	0.5	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.5	0.4	0.4	0.2	0.3	-	0.1	-	0.1	0.1
	スポーツ好き	578	6.1	5.4	3.3	2.8	1.0	2.8	1.9	1.0	0.9	0.2	0.9	1.0	0.9	1.4	0.5	0.9	0.5	0.3	0.3	0.5	0.7	0.7	0.5	0.2	0.7	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3
	普段の習慣	1234	4.7	3.0	3.6	2.1	1.5	2.0	1.1	0.8	0.3	0.1	0.2	0.6	0.6	0.9	0.3	0.4	0.2	0.4	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.1	0.1	0.1	-	0.2
	友人や知人に誘われた	152	13.8	7.2	6.6	3.3	0.7	5.3	2.0	2.0	1.3	0.7	2.6	0.7	0.7	1.3	1.3	0.7	1.3	0.7	-	0.7	0.7	-	0.7	0.7	0.7	0.7	0.7	-	-	-
	感染者減等感染リスクの低下	227	11.9	6.6	7.9	2.2	3.5	4.4	2.2	0.9	-	0.4	1.8	0.4	-	1.3	1.3	0.4	1.3	-	0.9	0.4	0.4	0.4	0.9	-	-	0.4	-	-	0.4	-
	余暇時間が増えた	361	9.7	5.5	6.6	2.5	3.0	3.6	1.9	0.8	-	0.3	0.8	0.6	0.6	1.9	1.1	0.3	0.6	-	0.3	0.3	0.6	0.6	0.6	0.3	-	0.3	0.3	-	0.3	-

Q5-2.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜解除後＞ ※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ

3.種目3(2)

(%)

		全体	バスケットボール・ポートボール	ボウリング	キャンプ・オートキャンプ	ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング	スノーボード	チアリーディング・バトントワリング	バレーボール・ビーチバレー・ソフトバレーボール	ドッジボール	ハンドボール・その他屋内球技	ラグビー・アメリカンフットボール・タグラグビー	グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技	レクリエーションスポーツ※11	レスリング・相撲・ボクシング	テコンドー・太極拳・合気道	柔道	空手・少林寺拳法	フリークライミング・ボルダリング	ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング	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	スクーバダイビング・スキンダイビング・フリーダイビング・シュノーケリング	サーフィン・ボディボード・ボードセーリング・ウインドサーフィン	スキー	乗馬	ソフトボール	ゲートボール	剣道・居合道・なぎなた・銃剣道	障害者スポーツ	その他	新たに始めたものはない
全体		5273	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	-	0.1	69.4
性別	男性	2913	0.3	0.1	0.3	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.0	66.0
	女性	2360	0.1	0.2	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	-	0.0	-	0.1	0.1	0.2	-	0.0	-	-	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	73.7
性年代	男性10代以下	189	-	-	1.1	-	0.5	-	1.1	0.5	1.6	-	-	-	-	-	0.5	0.5	-	-	-	0.5	-	0.5	-	0.5	-	-	-	-	54.0
	男性20代	393	0.3	-	0.3	0.3	0.3	0.3	-	-	0.3	0.3	-	0.3	-	0.3	-	-	0.5	0.3	0.3	-	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	-	52.9
	男性30代	461	1.3	-	0.2	0.7	0.4	-	-	0.2	-	0.2	0.2	-	0.4	0.4	0.2	-	0.2	0.2	0.2	0.4	-	-	0.7	-	0.2	0.2	-	0.2	56.4
	男性40代	674	-	0.1	0.3	0.1	0.4	0.3	-	0.1	-	-	0.3	-	-	-	0.1	0.3	-	-	0.3	0.1	0.3	0.1	0.1	-	-	-	-	-	67.5
	男性50代	451	0.2	0.2	0.7	-	-	-	0.2	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	71.0
	男性60代	347	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	0.3	0.3	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	72.3
	男性70代以上	398	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	82.2
	女性10代以下	191	1.0	-	-	-	-	-	1.0	0.5	-	0.5	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	1.0	-	0.5	-	-	-	-	-	48.2
	女性20代	323	-	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	59.4
	女性30代	407	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	73.0
	女性40代	432	-	0.2	0.2	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	78.0
	女性50代	317	-	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	0.6	0.3	-	-	-	-	-	81.7
	女性60代	321	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	79.8
	女性70代以上	369	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	82.9
小中高	小学生	590	0.8	-	0.3	-	0.3	-	-	0.2	-	-	0.2	-	0.3	0.3	-	-	-	-	0.2	-	0.3	0.2	0.2	-	-	0.2	-	-	61.7
	中学生	256	0.4	-	0.8	0.4	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	0.8	0.4	-	-	-	-	-	-	-	66.0
	高校生	340	0.6	-	0.6	-	0.3	-	1.2	0.3	0.9	0.3	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	0.3	0.6	0.3	0.3	0.3	-	-	-	-	51.2
障害者	障害者	509	-	-	0.4	-	0.4	0.2	-	-	0.2	-	-	0.2	0.2	-	0.2	-	0.2	-	0.4	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-	0.2	68.0
エリア	北海道	186	0.5	-	1.1	0.5	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	71.5
	東北	252	0.4	0.4	-	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	0.4	-	-	-	64.7
	関東	2187	0.1	0.1	0.2	0.2	-	0.0	0.1	0.2	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.2	0.1	0.0	0.1	-	0.0	-	0.1	69.9
	甲信越・北陸	177	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.6	-	-	1.1	-	-	-	0.6	-	-	70.1
	中部	681	0.1	0.4	0.4	0.1	0.7	-	0.1	-	-	-	0.1	0.1	0.3	0.1	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	69.2
	近畿	1114	0.3	0.1	0.1	0.3	0.2	0.2	0.2	-	0.1	0.1	0.2	-	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	-	-	-	-	0.1	69.7
	中国	238	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	0.8	-	-	0.4	-	0.4	-	0.4	-	0.4	-	-	-	-	-	70.2
	四国	114	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	72.8
	九州	299	0.3	0.3	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	66.6
	沖縄	25	4.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	68.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.7	-	1.7	-	-	-	-	-	-	56.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1920	0.3	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	-	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	0.2	74.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	549	0.2	-	-	0.2	0.2	-	0.2	-	0.4	0.2	-	0.2	-	0.2	0.2	-	0.4	-	0.4	-	0.5	-	0.4	-	0.2	-	-	0.2	61.4
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	238	-	-	-	-	-	-	0.8	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	-	58.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1038	-	0.5	0.2	0.3	0.4	0.1	0.1	-	0.1	-	-	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.2	-	-	-	-	-	69.0
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	231	0.4	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	0.4	0.4	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	64.5
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	145	1.4	-	0.7	-	-	0.7	0.7	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	55.9
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	331	-	0.3	0.6	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	0.3	-	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	71.3
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	38	-	-	-	-	-	-	-	2.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2.6	-	-	-	-	-	63.2
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	514	0.4	-	0.2	-	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	-	0.4	-	0.6	0.2	0.2	-	-	0.2	-	0.2	0.2	-	0.4	-	-	-	-	53.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	283	0.4	0.7	0.4	0.4	1.1	-	0.4	0.4	-	-	-	-	0.4	0.4	-	-	0.4	0.4	0.4	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	41.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	80	-	-	-	-	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	1.3	1.3	1.3	-	1.3	2.5	-	-	-	2.5	-	-	-	-	-	41.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1586	0.3	0.1	0.2	0.3	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	-	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	0.1	-	0.1	77.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1043	0.1	0.3	0.3	0.2	0.2	-	0.2	-	0.1	-	-	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	0.2	0.3	0.1	0.2	0.1	-	0.1	-	-	-	70.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	374	0.3	0.3	0.5	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	73.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	390	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	71.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	363	-	-	-	-	0.3	0.6	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	70.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	179	0.6	-	-	0.6	-	-	-	0.6	-	-	-	0.6	0.6	-	-	-	-	-	-	0.6	1.1	-	-	-	-	0.6	-	-	63.1
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	496	0.4	-	0.2	-	0.2	0.2	0.2	0.4	0.4	0.2	0.2	0.2	-	0.6	0.2	-	-	-	0.2	-	0.2	0.4	-	0.4	-	-	-	-	54.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	223	-	0.9	0.4	0.4	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	0.4	0.4	-	-	-	0.4	0.4	-	-	-	0.9	-	-	-	-	-	39.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	47	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2.1	2.1	2.1	-	-	2.1	-	-	2.1	2.1	-	-	-	-	-	27.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1385	0.1	0.1	0.1	0.3	-	0.1	-	-	-	0.1	-	0.2	-	-	-	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	0.1	-	0.1	77.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	872	0.2	0.2	-	0.2	0.3	-	0.3	-	0.1	-	-	-	0.1	0.1	-	0.1	0.2	-	0.2	0.1	-	0.2	0.1	-	0.1	-	-	-	69.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	307	0.3	0.3	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	0.3	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	68.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	609	0.3	-	0.2	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	0.2	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	74.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	594	-	0.2	0.5	-	0.3	0.3	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	0.2	-	-	-	-	-	70.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	279	0.4	-	0.4	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	0.4	0.4	0.4	-	-	-	-	0.4	-	0.4	70.3
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	0.2	-	0.2	0.1	-	0.2	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.2	0.1	-	0.1	0.1	-	-	0.1	67.3
	運動不足は健康に悪い	1551	0.2	-	0.3	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	-	0.1	73.2
	ストレス発散	923	0.3	-	0.3	0.2	0.1	0.1	0.1	-	0.2	0.1	0.1	0.2	-	0.2	-	-	0.1	0.1	-	-	0.2	0.1	-	0.2	0.1	-	-	0.1	66.0
	スポーツ好き	578	0.3	-	0.5	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2	-	0.3	-	0.2	0.2	0.2	-	0.2	-	0.2	-	0.3	0.2	-	-	-	59.2
	普段の習慣	1234	0.2	-	0.2	0.2	-	0.1	-	0.1	0.2	0.1	0.1	-	-	0.2	-	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	-	0.2	0.1	-	-	0.1	72.2
	友人や知人に誘われた	152	-	-	0.7	0.7	-	0.7	-	-	-	0.7	0.7	-	-	-	-	-	0.7	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	38.8
	感染者減等感染リスクの低下	227	-	-	-	0.4	0.4	0.4	-	-	-	0.4	0.4	-	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	46.3
	余暇時間が増えた	361	-	-	-	0.3	0.3	0.3	-	-	0.3	0.3	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	53.7

宣言中～現在の時期で新たに始めた運動・スポーツ［現在］-種目１

Q5-3.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

1.種目1

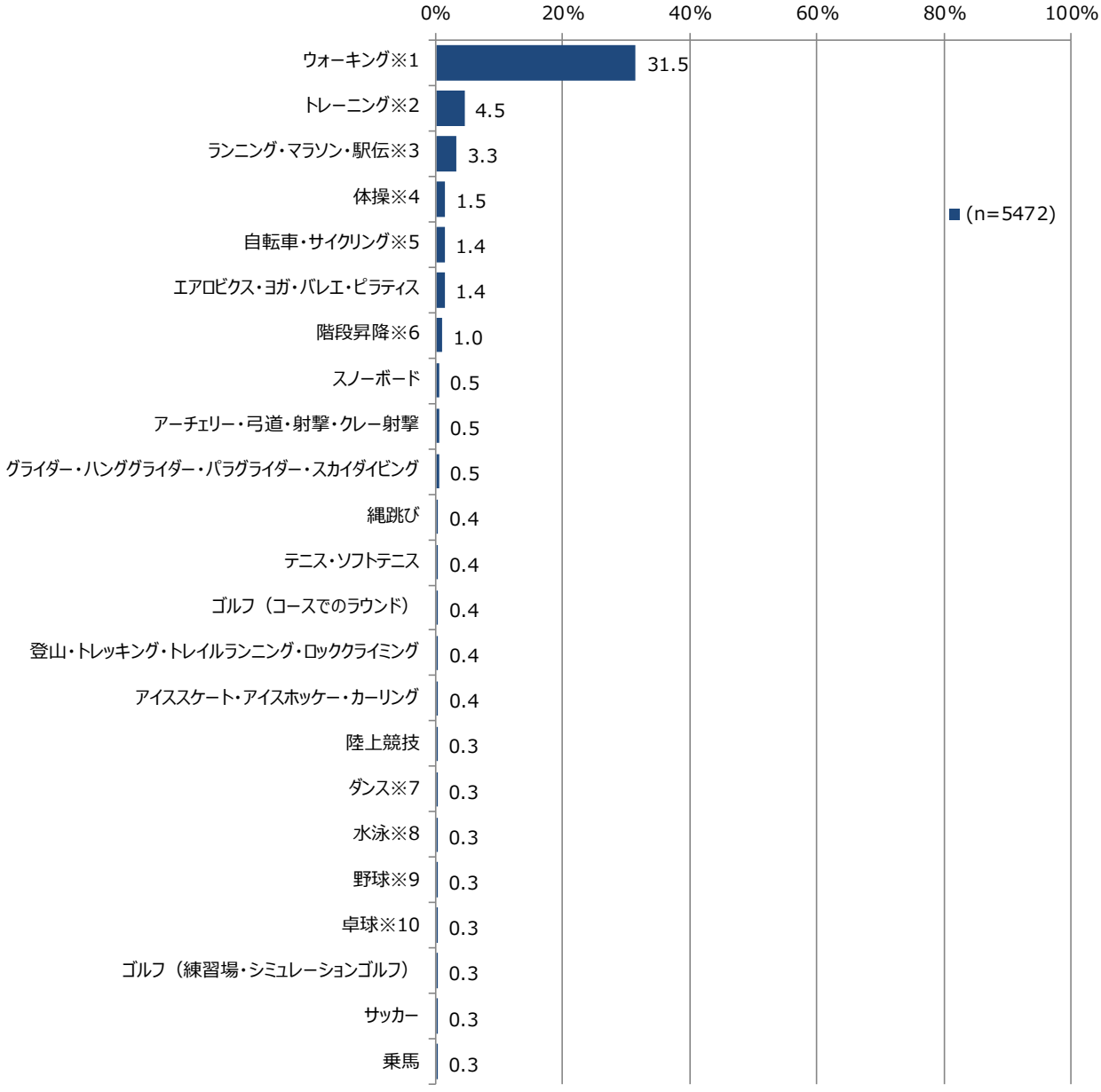
・全体で最も大きいのは、『ウォーキング※1』の31.5%で、次いで『トレーニング※2』の4.5%、『ランニング・マラソン・駅伝※3』の3.3%となっている。

・男性で最も大きいのは、『ウォーキング※1』の29.6%で、次いで『トレーニング※2』の5.6%、『ランニング・マラソン・駅伝※3』の5.1%となっている。
・女性で最も大きいのは、『ウォーキング※1』の33.9%で、次いで『トレーニング※2』の3.2%、『エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス』の2.5%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『ウォーキング※1』が36.3%で、次いで『30代』の『ウォーキング※1』が31.8%、『50代』の『ウォーキング※1』が30.8%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『ウォーキング※1』が43.0%で、次いで『30代』の『ウォーキング※1』が37.1%、『40代』の『ウォーキング※1』が35.1%となっている。

詳細説明
※1： ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む）
※2： 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）
※3： ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝
※4： 体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操等）
※5： 自転車（BMX 含む）・サイクリング
※6： 階段昇降（2 アップ3 ダウン等）
※7： 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・フラダンス等）
※8： 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）
※9： 野球（硬式・軟式等）
※10：卓球（ラージボール含む）
※11：レクリエーションスポーツ（ﾃｨｰﾎﾞｰﾙ・ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ・ｲﾝﾃﾞｨｱｶ・ｽﾎﾟｰﾂﾁｬﾝﾊﾞﾗ・ﾕﾆｶｰﾙ・ｱﾙﾃｨﾒｯﾄ・ｷﾝﾎﾞｰﾙ・ｼｬﾌﾙﾎﾞｰﾄﾞ・ﾍﾟﾀﾝｸ・綱引き・ﾀﾞｰﾂ・ｽﾎﾟｰﾂ 吹き矢等）

Q5-3.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

1.種目1 ／ＴＯＰ２０（同率含む）のみ記載



Q5-3.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

1.種目1(1)

(%)

		全 体	ウォーキング※1	トレーニング※2	ランニング・マラソン・駅伝※3	体操※4	自転車・サイクリング※5	エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	側転倒技※6	スノーボード	アーチェリー・弓道・射撃・クレー射撃	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	縄跳び	テニス・ソフトテニス	ゴルフ（コースでのラウンド）	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	アイススケート・アイスホッケー・カーリング	陸上競技	ダンス※7	水泳※8	野球※9	卓球※10	ゴルフ（練習場・シミュレーションゴルフ）	サッカー	乗馬	アクアエクササイズ・水中ウォーキング	バドミントン	バスケットボール・ボートボール	フットサル	釣り	クロスカントリースキー・スノーシューイング	ローラースケート・インラインスケート・一輪車
全 体		5472	31.5	4.5	3.3	1.5	1.4	1.4	1.0	0.5	0.5	0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1
性別	男性	2977	29.6	5.6	5.1	0.8	1.7	0.4	0.9	0.5	0.6	0.5	0.4	0.4	0.6	0.5	0.4	0.3	0.2	0.3	0.5	0.2	0.5	0.5	0.4	0.1	0.2	0.2	0.2	0.3	0.4	0.2
	女性	2495	33.9	3.2	1.2	2.3	1.0	2.5	1.1	0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.1	0.3	0.3	0.2	0.4	0.4	-	0.4	0.0	0.0	0.2	0.3	0.2	0.2	0.1	0.0	0.1	0.1
性年代	男性10代以下	185	18.9	7.6	8.1	-	3.2	1.1	1.1	-	1.6	0.5	1.6	-	-	-	0.5	1.1	1.1	-	1.1	1.1	-	1.6	0.5	-	-	0.5	-	-	0.5	0.5
	男性20代	400	22.8	8.8	8.0	0.3	1.5	1.0	1.8	1.8	1.8	0.8	0.3	0.3	-	0.3	1.3	0.5	0.5	0.8	1.0	0.5	0.3	0.8	1.0	-	-	0.8	1.0	0.8	0.5	0.3
	男性30代	469	31.8	8.7	6.4	-	0.9	-	1.5	0.4	0.4	1.3	0.4	0.6	0.2	0.9	0.6	0.6	0.2	0.2	0.2	0.2	0.4	1.1	0.4	0.2	0.2	-	0.4	-	0.9	0.4
	男性40代	689	30.6	5.7	6.0	0.4	2.5	0.1	0.6	0.6	0.4	0.3	0.4	0.3	0.4	0.3	0.1	-	-	0.3	0.7	0.1	0.4	0.7	0.4	-	0.4	0.1	-	0.4	0.3	-
	男性50代	465	30.8	4.5	5.4	1.3	1.9	0.6	0.6	0.4	0.4	0.4	-	0.2	1.1	0.9	-	0.2	-	-	0.4	0.2	0.9	-	-	-	0.2	-	0.2	0.4	0.2	-
	男性60代	353	36.3	4.0	2.0	1.4	1.1	-	0.6	-	-	0.6	0.3	0.6	0.8	0.6	0.6	-	-	0.3	-	-	0.8	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-
	男性70代以上	416	29.6	0.5	0.5	1.9	1.2	0.5	0.5	-	-	-	0.5	0.7	1.2	0.2	0.2	-	0.2	0.2	-	-	0.5	-	0.5	0.2	-	-	-	-	-	0.2
	女性10代以下	191	32.5	2.6	3.1	1.0	2.6	2.1	1.0	0.5	1.0	1.6	1.6	0.5	-	1.0	1.0	1.6	1.0	0.5	-	1.0	-	0.5	1.6	-	-	1.6	0.5	-	0.5	1.0
	女性20代	349	43.0	5.2	1.4	1.4	1.7	1.7	1.1	0.9	1.1	0.6	0.6	-	-	-	1.1	-	0.3	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	0.6	0.3	-	-	-
	女性30代	437	37.1	4.3	1.6	2.3	0.5	3.0	0.7	1.1	0.5	0.5	0.7	-	-	0.2	-	0.2	0.9	0.2	-	0.2	-	-	-	-	0.2	0.2	0.2	0.2	-	-
	女性40代	462	35.1	2.2	1.5	2.6	0.6	2.6	0.6	0.4	0.4	-	0.4	0.2	0.2	0.2	-	0.4	0.2	-	-	0.2	-	-	0.2	-	0.2	-	-	-	0.2	-
	女性50代	339	28.6	2.7	0.6	2.4	1.2	3.5	1.8	0.3	-	-	-	0.6	0.3	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-
	女性60代	321	30.2	2.8	0.3	2.5	0.6	3.1	1.2	-	-	-	0.3	-	-	0.9	-	-	0.6	1.2	-	0.6	-	-	0.3	0.9	0.6	-	-	-	-	0.3
	女性70代以上	396	29.3	2.3	0.5	3.0	0.8	1.3	1.0	-	-	-	-	0.8	0.3	-	0.3	-	0.3	0.5	-	1.0	-	-	-	0.8	0.3	-	-	-	-	-
小中高	小学生	612	32.7	5.2	6.5	1.6	1.3	0.5	1.1	1.0	0.8	0.7	0.7	0.3	0.3	0.2	0.3	0.5	0.3	0.5	0.5	0.2	0.3	1.1	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.3	0.5	0.2
	中学生	267	29.2	5.2	6.7	0.7	1.9	2.2	0.7	1.1	-	1.1	0.4	0.4	0.4	1.5	-	-	-	-	0.4	0.4	0.7	0.4	0.4	-	0.7	0.4	0.4	1.1	-	-
	高校生	338	25.7	5.0	5.9	0.6	3.3	1.5	0.9	-	1.5	1.2	1.8	0.3	-	0.6	0.6	1.5	0.9	0.3	0.6	1.2	-	1.2	1.2	-	-	1.2	0.3	-	0.6	0.9
障害者	障害者	539	33.4	4.5	2.0	1.1	1.5	0.9	0.9	0.7	0.7	0.7	0.4	-	0.2	0.2	0.6	0.6	0.6	0.6	0.2	0.2	0.2	0.2	-	0.2	-	0.2	0.4	0.2	0.2	-
エリア	北海道	204	32.4	4.9	3.4	0.5	-	1.0	1.5	0.5	1.0	0.5	0.5	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	1.5	-	-	0.5	-	-	0.5	-
	東北	258	34.5	6.6	2.7	1.6	-	0.8	0.4	0.8	0.4	-	0.8	0.4	0.4	0.4	0.4	-	0.8	1.2	0.4	0.4	-	1.2	0.4	-	-	0.8	0.4	1.2	-	-
	関東	2242	30.6	5.0	3.6	1.3	1.6	1.3	1.1	0.3	0.2	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.2	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.1	0.0	0.1	0.2	0.2	0.0	0.2	0.2
	甲信越・北陸	196	25.5	6.1	4.1	3.1	3.1	3.1	0.5	-	-	2.0	0.5	0.5	1.0	-	-	0.5	1.0	0.5	-	-	0.5	0.5	0.5	1.5	-	-	-	-	-	-
	中部	703	33.9	3.8	3.0	1.7	1.7	0.9	1.0	1.0	0.7	0.4	0.3	0.1	0.3	0.1	1.0	0.4	0.1	-	0.1	0.1	0.4	0.3	0.3	-	0.6	-	0.4	0.3	0.1	0.1
	近畿	1147	32.7	3.8	3.0	1.3	1.3	1.5	0.4	0.7	0.7	0.5	0.4	0.4	0.3	0.4	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.4	0.1	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2	-	0.1	0.1	0.2
	中国	245	29.4	3.3	2.4	2.0	1.2	1.2	1.6	0.4	0.4	0.4	0.4	-	-	0.8	0.8	-	0.8	0.8	0.4	0.4	0.4	0.4	-	0.4	-	-	-	-	0.4	-
	四国	125	26.4	3.2	5.6	1.6	0.8	0.8	0.8	-	-	-	-	-	0.8	0.8	-	0.8	-	-	-	0.8	0.8	0.8	0.8	0.8	-	-	0.8	1.6	-	0.8
	九州	323	31.9	2.8	3.4	1.5	1.2	2.5	2.5	0.9	0.9	-	0.3	1.2	0.6	0.3	0.3	0.3	0.9	0.6	-	0.6	-	0.3	0.6	0.3	0.6	0.3	0.3	0.3	1.2	-
	沖縄	29	51.7	10.3	3.4	-	-	-	-	-	3.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3.4	-	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	40.0	11.7	1.7	1.7	-	6.7	1.7	-	-	-	1.7	-	-	3.3	-	-	-	-	-	-	-	1.7	1.7	-	-	1.7	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1943	28.3	5.0	2.9	1.0	1.3	1.1	0.6	0.3	0.1	0.4	0.4	0.3	0.1	0.1	0.1	0.3	0.4	0.4	0.1	0.2	-	0.3	0.3	0.3	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	577	29.5	4.0	4.3	0.9	1.4	1.2	1.9	1.2	1.4	1.2	0.3	0.2	1.0	0.2	0.2	0.7	0.3	0.7	0.7	0.7	0.7	-	0.7	0.3	0.2	0.2	0.3	-	0.3	-
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	249	36.1	6.8	6.0	4.0	0.8	2.8	1.2	-	0.4	-	-	0.8	-	0.4	1.2	-	0.4	-	-	-	-	0.4	-	0.4	-	-	-	-	-	0.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1050	31.0	3.4	3.4	0.7	2.2	1.3	0.8	0.4	0.4	0.9	0.2	0.7	0.6	1.0	0.4	0.1	0.2	0.5	0.2	0.4	0.7	0.6	0.2	-	0.4	0.2	0.2	0.1	0.3	0.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	248	31.0	1.2	4.4	0.8	2.0	0.4	0.8	1.2	1.2	-	1.2	0.8	0.4	-	0.4	-	0.8	-	-	-	0.4	-	-	-	0.4	0.8	0.8	0.4	0.8	-
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	153	35.3	9.2	4.6	2.6	1.3	0.7	1.3	0.7	2.6	-	1.3	-	0.7	0.7	0.7	-	-	1.3	2.0	0.7	1.3	-	1.3	-	-	-	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	336	33.0	1.5	2.1	0.9	0.3	1.2	0.6	0.6	0.3	-	0.3	0.6	1.2	-	0.6	0.3	-	-	0.6	-	0.3	0.6	-	0.3	0.9	0.3	0.6	-	0.3	-
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	40	30.0	2.5	2.5	-	-	-	-	2.5	-	-	-	2.5	-	2.5	2.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5.0	5.0	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	560	33.0	10.0	5.7	2.5	1.6	2.7	1.1	0.5	0.5	0.5	0.5	0.2	0.2	0.5	0.7	0.4	0.9	0.4	0.4	0.4	-	0.4	0.4	-	-	0.2	0.2	-	0.4	0.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	304	35.5	6.6	8.2	0.7	1.0	1.3	1.3	1.3	2.6	2.6	0.7	0.3	0.7	1.0	1.3	1.0	-	0.7	0.3	-	0.7	-	0.7	-	-	-	-	-	0.3	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	85	38.8	2.4	7.1	-	1.2	1.2	1.2	1.2	4.7	1.2	-	-	-	1.2	1.2	-	-	1.2	-	1.2	1.2	-	1.2	1.2	1.2	1.2	-	-	3.5	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1705	28.9	5.2	2.8	1.7	1.1	1.2	0.7	0.2	0.1	0.1	0.4	0.3	0.1	-	0.1	0.3	0.1	0.3	0.1	0.2	-	0.3	0.2	0.3	0.1	0.2	-	0.2	0.1	0.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1130	30.4	3.5	3.3	1.1	2.0	1.1	1.0	0.4	0.3	0.5	0.4	0.7	0.7	0.5	0.3	0.2	0.4	0.4	0.3	0.6	0.8	0.6	0.3	0.2	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2	0.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	401	32.7	1.5	3.2	1.0	0.5	0.7	0.7	1.7	-	-	0.5	0.7	0.5	-	0.7	0.2	0.2	-	0.7	-	0.2	0.5	-	-	0.5	-	0.2	0.7	0.5	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	417	35.0	2.9	2.2	3.1	1.4	1.7	1.7	0.5	0.2	0.5	0.2	0.2	0.2	0.7	0.2	-	0.5	0.2	-	0.2	-	-	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.2	0.2	0.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	402	36.6	2.2	1.5	0.2	1.7	1.7	0.7	0.2	0.5	0.2	-	0.2	0.5	0.2	0.2	-	0.5	0.5	1.0	0.5	0.2	-	0.2	-	0.5	0.2	0.2	-	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	204	32.4	2.5	1.5	1.0	1.5	1.0	1.0	-	1.0	0.5	0.5	0.5	1.0	1.0	-	0.5	0.5	-	-	-	0.5	-	2.0	-	0.5	1.0	1.0	0.5	0.5	-
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	538	32.3	10.8	5.4	1.7	1.7	2.4	1.5	0.4	0.2	0.4	0.6	0.2	0.2	0.6	0.6	0.4	0.7	0.4	0.4	0.4	-	0.4	0.6	-	-	0.4	0.2	-	0.6	0.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	241	37.8	7.9	6.6	0.8	0.8	1.2	1.7	1.2	1.7	2.9	-	0.4	1.2	1.2	0.8	0.4	0.4	0.8	0.4	-	0.8	-	0.8	-	-	-	0.4	-	0.4	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	50	40.0	-	8.0	2.0	2.0	2.0	-	4.0	6.0	2.0	-	-	-	-	2.0	-	-	2.0	-	-	-	-	2.0	2.0	-	2.0	-	-	2.0	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1488	29.6	5.3	3.0	1.7	1.2	1.5	0.7	0.1	0.2	0.2	0.5	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	-	0.2	0.1	0.3	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	945	30.5	3.8	3.7	1.3	1.8	1.2	0.8	0.6	0.5	0.5	0.3	0.4	0.6	0.6	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.5	0.4	0.6	0.4	0.1	0.4	0.1	0.1	0.2	0.2	0.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	330	31.8	1.8	3.3	0.3	0.3	0.9	0.6	1.2	-	-	0.6	0.9	0.9	0.3	0.9	0.6	0.3	-	0.6	0.3	0.6	0.3	0.3	-	0.6	-	0.3	0.9	1.2	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	656	32.0	2.9	2.3	3.2	1.1	1.2	1.1	0.6	0.3	0.3	0.2	0.6	0.2	0.3	0.2	0.3	0.2	0.6	-	0.3	-	0.3	0.2	0.3	0.2	0.3	0.2	0.5	0.2	0.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	650	33.8	2.0	2.6	0.2	2.2	1.4	0.9	0.2	0.6	0.5	0.5	0.8	0.5	0.2	0.5	0.2	0.3	0.6	0.8	0.6	0.9	0.2	-	0.2	0.2	0.3	0.3	-	-	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	310	33.9	2.3	2.3	1.3	1.3	0.6	1.3	0.6	1.0	0.3	0.3	0.3	0.3	0.6	-	-	0.3	-	0.3	-	0.3	0.3	1.0	-	0.6	0.6	0.6	0.3	0.3	-
コロナ以降運動実施理由（高）の	ダイエット	872	34.4	6.9	4.1	2.1	0.8	1.3	0.7	0.1	0.1	0.3	0.8	0.3	0.1	0.1	-	-	0.6	0.1	0.1	0.2	-	0.2	0.1	0.2	-	0.3	-	0.1	0.1	0.1
	運動不足は健康に悪い	1551	31.7	6.0	3.3	2.0	1.0	1.2	0.6	-	0.1	0.2	0.5	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.3	0.3	0.1	0.1	-	0.2	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1
	ストレス発散	923	34.3	5.2	4.4	1.7	1.1	1.4	0.3	-	0.1	0.4	0.7	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2	0.8	0.3	0.2	0.2	-	0.2	0.1	0.2	-	0.2	-	0.1	0.2	-
	スポーツ好き	578	29.8	7.4	7.1	0.7	1.6	1.4	0.2	-	0.3	0.3	0.5	0.5	0.2	0.3	0.2	0.2	0.5	0.5	0.2	-	-	0.3	0.3	0.2	-	0.5	0.2	-	0.5	0.2
	普段の習慣	1234	28.0	6.5	3.8	2.1	1.0	1.5	0.4	-	0.1	0.2	0.6	0.2	0.1	0.2	-	0.2	0.5	0.3	0.2	0.2	-	0.2	0.2	-	-	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1
	友人や知人に誘われた	152	41.4	5.3	5.3	1.3	3.3	2.6	1.3	-	0.7	0.7	0.7	-	-	-	-	-	1.3	0.7	0.7	0.7	-	1.3	0.7	-	-	1.3	-	-	0.7	0.7
	感染者減等感染リスクの低下	227	38.8	5.7	6.2	2.2	0.4	1.8	-	-	0.4	0.9	1.3	-	-	-	0.4	-	1.3	0.9	0.9	0.4	-	0.4	0.4	0.9	-	0.9	-	-	0.9	0.4
	余暇時間が増えた	361	43.5	7.8	3.3	2.8	1.1	1.7	0.8	-	0.3	0.3	0.6	0.3	-	-	0.3	-	0.8	0.3	0.6	0.3	-	0.3	0.3	0.6	-	0.6	-	-	0.6	0.3

Q5-3.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

1.種目1(2)

(%)

		全体	器械体操・新体操・トランポリン	チアリーディング・バトントワリング	ソフトボール	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	バレーボール・ビーチバレー・ソフトバレーボール	ラグビー・アメリカンフットボール・タグラグビー	ボウリング	レクリエーションスポーツ※11	レスリング・相撲・ボクシング	剣道・居合道・なぎなた・銃剣道	フリークライミング・ボルダリング	キャンプ・オートキャンプ	ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング	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	スクーバダイビング・スキンダイビング・フリーダイビング・シュノーケリング	サーフィン・ボディボード・ボードセーリング・ウインドサーフィン	スキー	キャッチボール	ドッジボール	ハンドボール・その他屋内球技	グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技	ゲートボール	テコンドー・太極拳・合気道	ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング	障害者スポーツ	その他	新たに始めたものはない
全体		5472	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	46.5
性別	男性	2977	0.1	-	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.0	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.0	0.0	-	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.2	45.2
	女性	2495	0.0	0.1	0.0	-	0.1	-	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	-	-	0.1	0.0	-	-	-	0.0	-	0.0	-	-	-	0.2	48.1
性年代	男性10代以下	185	0.5	-	-	-	-	0.5	-	0.5	-	0.5	-	-	0.5	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	43.8
	男性20代	400	-	-	-	0.3	0.8	-	-	0.5	-	-	0.3	-	0.3	0.3	-	0.3	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	0.3	38.3
	男性30代	469	-	-	-	-	-	0.2	0.2	0.4	0.4	0.6	-	-	-	0.4	0.4	0.6	0.2	-	-	-	-	-	-	0.4	-	0.2	36.0
	男性40代	689	0.1	-	-	-	-	0.1	-	-	-	0.3	0.1	-	-	-	0.1	-	-	0.1	0.1	-	-	-	0.1	-	0.1	-	45.7
	男性50代	465	-	-	0.4	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	0.2	0.4	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	46.5
	男性60代	353	-	-	-	0.3	0.3	-	0.6	-	-	0.3	-	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	47.6
	男性70代以上	416	-	-	0.5	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	0.7	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	58.7
	女性10代以下	191	-	1.0	0.5	-	-	-	-	0.5	0.5	0.5	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	33.5
	女性20代	349	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.6	-	0.3	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	35.2
	女性30代	437	0.2	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	44.4
	女性40代	462	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	50.4
	女性50代	339	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.6	55.5
	女性60代	321	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	53.0
	女性70代以上	396	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	57.6
小中高	小学生	612	0.2	-	-	-	0.3	-	-	-	-	0.2	-	-	-	0.3	0.3	0.3	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	0.3	39.5
	中学生	267	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	0.4	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	42.3
	高校生	338	0.3	0.6	0.3	-	-	0.3	-	0.6	0.3	0.3	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	37.9
障害者	障害者	539	-	-	0.2	-	0.2	0.2	-	0.2	0.2	0.2	0.2	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	46.9
エリア	北海道	204	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	50.0
	東北	258	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	42.2
	関東	2242	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.0	-	0.0	-	0.0	0.0	-	-	0.1	47.2
	甲信越・北陸	196	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	43.9
	中部	703	-	0.1	0.3	0.1	-	-	0.1	-	0.1	0.4	-	-	-	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	-	-	-	-	-	44.8
	近畿	1147	0.1	-	-	-	0.1	-	0.1	-	-	0.2	0.2	0.2	0.1	-	-	0.1	0.1	-	0.1	-	-	0.1	-	0.1	0.1	0.3	48.0
	中国	245	-	-	0.4	-	-	0.4	-	0.4	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	49.0
	四国	125	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	51.2
	九州	323	-	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	41.5
	沖縄	29	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	27.6
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	26.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1943	-	-	0.2	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.2	-	-	-	-	0.1	0.1	-	-	0.2	54.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	577	-	0.2	-	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.2	0.3	-	0.2	-	0.2	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	42.8
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	249	0.4	0.4	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	35.3
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1050	-	-	0.2	-	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	0.2	0.1	0.3	-	-	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	46.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	248	-	-	-	-	0.8	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	47.2
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	153	-	-	-	-	-	-	-	0.7	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.7	-	30.1
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	336	0.3	-	-	-	-	0.3	0.3	-	0.3	-	0.3	-	0.3	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.6	49.7
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	40	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	45.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	560	0.2	-	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.2	-	0.4	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	0.5	32.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	304	-	0.3	-	-	0.7	-	-	0.7	-	-	-	0.7	-	0.3	0.3	0.7	-	-	0.3	-	-	-	-	0.3	0.3	-	26.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	85	-	-	-	-	-	-	1.2	-	-	-	-	-	-	1.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1705	-	-	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	-	-	-	-	0.1	-	-	-	0.1	53.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1130	-	-	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	-	0.2	0.2	0.2	-	-	-	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	46.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	401	0.2	-	-	-	-	0.2	0.2	-	0.5	-	0.2	-	0.2	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.5	48.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	417	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	45.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	402	0.2	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	0.2	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	47.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	204	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.0	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	46.6
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	538	0.2	0.2	0.2	0.2	-	-	0.2	0.2	-	0.4	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	0.6	33.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	241	-	0.4	-	-	0.8	-	-	0.4	-	-	-	0.8	-	0.4	0.4	0.8	-	-	0.4	-	-	-	-	0.4	0.4	-	23.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	50	-	-	-	-	-	-	2.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1488	-	-	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	-	-	-	0.1	52.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	945	-	-	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.2	0.2	-	-	-	-	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	46.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	330	0.3	-	-	-	-	0.3	0.3	-	0.3	-	0.3	-	0.3	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.3	47.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	656	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	0.2	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	49.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	650	0.2	-	-	-	0.3	-	-	0.2	0.2	0.2	-	-	-	-	-	0.6	0.2	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	47.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	310	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	0.6	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	47.1
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	-	-	0.1	-	-	-	-	0.1	-	-	-	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	44.6
	運動不足は健康に悪い	1551	-	-	0.1	-	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	-	-	-	-	-	0.1	-	-	0.3	50.0
	ストレス発散	923	-	-	0.2	-	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	-	-	0.1	0.1	-	0.1	-	-	-	-	-	-	-	-	0.1	45.7
	スポーツ好き	578	-	-	0.2	-	-	0.2	-	0.3	-	0.3	-	-	-	0.2	0.2	-	0.3	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	0.2	43.6
	普段の習慣	1234	-	-	0.2	-	-	0.1	-	0.1	-	0.2	-	0.1	-	0.2	0.1	-	0.2	-	-	-	-	-	0.1	-	-	0.2	51.9
	友人や知人に誘われた	152	-	-	-	-	-	0.7	-	0.7	-	-	-	-	-	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	27.0
	感染者減等感染リスクの低下	227	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	0.4	-	-	-	0.9	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	32.2
	余暇時間が増えた	361	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	0.3	-	-	-	0.6	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	31.0

宣言中～現在の時期で新たに始めた運動・スポーツ［現在］-種目２

Q5-3.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

2.種目

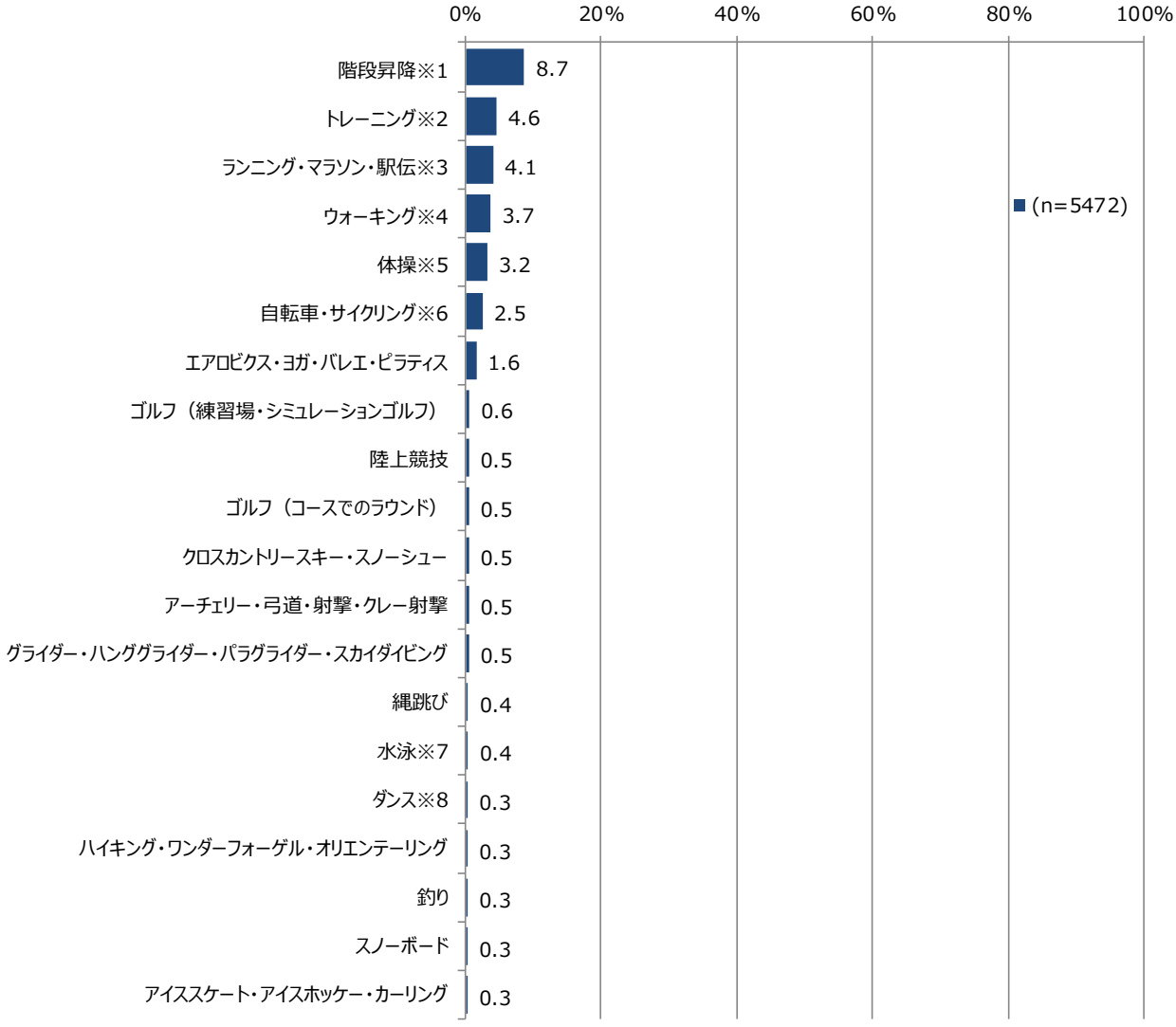
・全体で最も大きいのは、『階段昇降※1』の8.7%で、次いで『トレーニング※2』の4.6%、『ランニング・マラソン・駅伝※3』の4.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『階段昇降※1』の9.3%で、次いで『ランニング・マラソン・駅伝※3』の4.9%、『ウォーキング※4）』の4.6%となっている。
・女性で最も大きいのは、『階段昇降※1』の8.1%で、次いで『トレーニング※2』の4.8%、『体操※5』の4.7%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『階段昇降※1』が13.6%で、次いで『50代』の『階段昇降※1』が10.8%、『40代』の『階段昇降※1』が10.2%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『階段昇降※1』・『トレーニング※2』が11.2%で、次いで『10代以下』の『階段昇降※1』・『トレーニング※2』・が9.4%、『10代以下』の『ランニング・マラソン・駅伝※3』が8.4%となっている。

詳細説明
※1： 階段昇降（2 アップ3 ダウン等）
※2： 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）
※3： ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝
※4： ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む）
※5： 体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操等）
※6： 自転車（BMX 含む）・サイクリング
※7： 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）
※8： 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・フラダンス等）
※9： 野球（硬式・軟式等）
※10：卓球（ラージボール含む）
※11：レクリエーションスポーツ（ﾃｨｰﾎﾞｰﾙ・ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ・ｲﾝﾃﾞｨｱｶ・ｽﾎﾟｰﾂﾁｬﾝﾊﾞﾗ・ﾕﾆｶｰﾙ・ｱﾙﾃｨﾒｯﾄ・ｷﾝﾎﾞｰﾙ・ｼｬﾌﾙﾎﾞｰﾄﾞ・ﾍﾟﾀﾝｸ・綱引き・ﾀﾞｰﾂ・ｽﾎﾟｰﾂ 吹き矢等）

Q5-3.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

2.種目2 ／ＴＯＰ２０（同率含む）のみ記載



Q5-3.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

2.種目2(1)

（%）

		全体	階段昇降※1	トレーニング※2	ランニング・マラソン・駅伝※3	ウォーキング※4	体操※5	自転車・サイクリング※6	エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	ゴルフ（練習場・シミュレーションゴルフ）	陸上競技	ゴルフ（コースでのラウンド）	クロスカントリースキー・スノーシュー	アーチェリー・弓道・射撃・クレー射撃	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	縄跳び	水泳※7	ダンス※8	バイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング	釣り	スノーボード	アイススケート・アイスホッケー・カーリング	ローラースケート・インラインスケート・一輪車	アクアエクササイズ・水中ウォーキング	キャッチボール	テニス・ソフトテニス	サッカー	フットサル	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	乗馬	器械体操・鉄棒体操・トランポリン	ラアリーディング・バトントワリング
全体		5472	8.7	4.6	4.1	3.7	3.2	2.5	1.6	0.6	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1
性別	男性	2977	9.3	4.3	4.9	4.6	1.9	3.2	0.3	0.9	0.7	0.8	0.6	0.6	0.8	0.3	0.4	0.0	0.3	0.4	0.4	0.4	0.2	0.0	0.4	0.3	0.3	0.4	0.2	0.2	0.1	0.1
	女性	2495	8.1	4.8	3.1	2.6	4.7	1.6	3.1	0.2	0.2	0.0	0.3	0.4	0.2	0.6	0.3	0.6	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.3	0.0	0.2	0.1	-	0.2	0.2	0.2	-
性年代	男性10代以下	185	5.4	7.0	5.9	4.9	1.1	5.4	-	0.5	2.2	-	0.5	0.5	2.2	0.5	-	-	0.5	-	-	-	0.5	-	-	0.5	0.5	-	0.5	-	0.5	0.5
	男性20代	400	8.5	5.8	8.5	6.0	2.5	2.8	0.5	1.0	1.3	0.3	1.8	1.3	1.8	0.3	0.5	-	0.5	0.3	1.0	1.3	-	0.3	0.8	-	1.0	-	-	0.8	0.5	0.3
	男性30代	469	8.5	6.2	6.6	3.4	2.6	4.1	0.2	1.1	0.9	0.6	0.9	1.1	1.3	0.4	0.9	0.2	0.9	0.2	0.6	0.4	0.2	-	0.9	0.4	0.4	1.7	-	0.2	-	-
	男性40代	689	10.2	3.9	6.4	4.4	0.9	2.9	0.4	0.4	0.3	0.7	0.6	0.3	0.6	0.3	0.4	-	-	0.7	0.1	0.4	0.1	-	0.7	0.3	0.3	0.4	0.1	0.1	0.1	-
	男性50代	465	10.8	3.4	3.4	5.8	1.5	3.0	0.2	1.3	0.6	1.7	0.4	0.4	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.6	0.2	0.4	0.2	-	-	0.2	0.2	-	0.4	0.2	-	-
	男性60代	353	13.6	3.1	1.7	5.1	0.8	3.4	0.8	0.8	-	1.4	-	0.6	-	-	0.8	-	0.6	0.3	0.3	0.3	-	-	-	0.6	-	-	0.3	-	-	0.3
	男性70代以上	416	5.8	2.4	1.0	3.4	4.1	2.2	-	1.2	0.5	0.5	-	-	0.2	0.5	-	-	-	-	0.2	-	0.2	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-
	女性10代以下	191	9.4	9.4	8.4	1.6	3.7	3.1	2.1	0.5	1.0	-	-	2.1	1.0	2.1	-	2.1	-	0.5	0.5	1.0	-	-	-	0.5	0.5	-	-	-	-	-
	女性20代	349	11.2	11.2	5.7	2.9	4.3	2.3	4.0	0.3	0.6	-	0.9	0.6	0.6	0.3	-	0.3	-	-	0.6	0.6	0.9	0.6	-	-	-	-	-	1.1	-	-
	女性30代	437	7.1	5.3	3.7	2.7	5.0	2.1	4.1	-	0.2	-	0.7	0.2	-	0.9	0.5	0.7	-	-	-	-	-	-	-	0.2	0.2	-	0.7	-	0.2	-
	女性40代	462	7.8	3.2	4.1	2.4	4.5	1.7	3.9	0.4	-	-	0.2	0.4	-	0.9	-	0.2	-	0.2	-	-	0.2	0.4	-	-	-	-	0.6	-	-	-
	女性50代	339	8.3	2.9	0.9	2.7	4.7	0.3	1.8	-	0.3	0.3	0.3	-	-	0.3	0.3	0.6	0.3	-	-	-	0.3	-	0.3	0.3	-	-	-	-	0.6	-
	女性60代	321	6.9	2.2	0.6	2.8	5.6	1.2	3.1	0.3	-	-	-	-	-	-	0.6	0.9	-	-	-	-	-	0.6	-	0.3	-	-	-	-	0.3	-
	女性70代以上	396	7.1	2.0	0.5	3.0	4.8	1.0	1.8	-	-	-	-	-	-	0.3	0.5	0.5	0.8	0.5	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-
小中高	小学生	612	9.6	4.2	6.5	3.6	2.6	3.6	1.0	0.3	0.7	0.5	0.8	0.5	0.5	1.0	0.8	-	0.2	0.5	0.7	0.5	0.2	0.3	0.8	0.3	0.5	0.7	-	0.2	0.3	-
	中学生	267	9.4	2.6	4.9	3.4	4.1	3.0	0.7	0.4	0.7	1.5	0.7	0.4	0.4	0.4	-	0.4	-	1.5	-	-	0.4	-	-	-	0.4	0.7	0.4	0.4	0.7	-
	高校生	338	6.8	8.6	7.1	3.3	2.1	4.7	0.9	0.6	1.8	-	-	1.5	1.8	1.5	-	0.9	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	-	-	0.6	0.6	-	0.3	-	0.3	0.3
障害者	障害者	539	11.3	5.2	2.2	4.5	3.7	1.1	1.1	0.6	0.6	-	0.6	0.9	0.4	0.4	0.2	0.2	0.2	-	0.4	0.6	0.4	-	0.2	-	0.4	-	0.2	0.4	0.2	-
エリア	北海道	204	7.4	4.4	2.5	3.4	5.9	3.4	0.5	0.5	0.5	-	0.5	-	1.5	-	-	0.5	-	-	-	0.5	-	0.5	-	0.5	1.0	0.5	-	-	-	-
	東北	258	10.1	4.7	4.3	3.9	4.3	0.8	1.9	0.4	-	0.4	0.4	-	-	1.2	0.8	0.8	0.4	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	1.2	-	-	0.4
	関東	2242	8.2	4.2	4.5	4.5	3.1	2.6	2.0	0.5	0.4	0.7	0.3	0.4	0.3	0.4	0.4	-	0.3	0.2	0.4	0.2	0.2	0.1	0.3	0.2	0.2	0.0	0.2	0.2	0.2	-
	甲信越・北陸	196	7.7	6.1	5.1	3.6	3.6	1.5	2.0	2.0	0.5	0.5	1.0	0.5	0.5	-	1.0	1.5	-	-	0.5	-	-	0.5	-	-	-	0.5	1.0	0.5	-	-
	中部	703	9.5	5.5	4.0	3.1	3.1	2.6	1.4	0.3	0.4	0.3	0.7	0.7	0.7	0.3	0.1	0.1	0.1	0.6	0.1	0.4	0.3	0.1	0.3	0.4	0.3	0.4	-	-	0.1	-
	近畿	1147	9.5	3.7	4.4	3.2	2.8	2.4	0.8	0.8	0.8	0.2	0.8	0.3	0.5	0.7	0.3	0.6	0.4	0.3	0.1	0.3	0.1	0.2	0.2	0.3	-	0.3	0.2	0.2	0.1	0.2
	中国	245	7.3	6.1	3.7	4.1	1.6	2.4	2.9	-	-	0.4	0.4	1.2	0.4	-	-	-	-	0.4	0.4	-	0.4	-	0.8	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	-
	四国	125	8.0	4.0	-	2.4	1.6	4.0	0.8	0.8	-	-	-	-	0.8	-	1.6	0.8	-	-	-	-	-	0.8	-	-	0.8	-	-	-	-	-
	九州	323	10.2	5.6	2.8	2.5	4.6	1.5	1.2	0.6	0.6	0.6	0.3	0.9	1.2	0.3	0.3	-	0.3	0.3	0.3	0.9	0.6	-	-	0.3	0.3	0.3	-	0.3	0.3	-
	沖縄	29	6.9	6.9	3.4	-	3.4	6.9	6.9	-	-	-	-	-	-	-	-	6.9	-	-	-	3.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	11.7	11.7	5.0	1.7	8.3	-	3.3	-	-	-	-	-	1.7	-	-	-	3.3	-	-	-	-	1.7	-	-	1.7	1.7	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1943	8.0	3.7	3.6	2.8	3.3	2.3	1.4	0.2	0.8	0.6	0.4	0.4	0.1	0.2	0.4	0.4	0.1	0.2	0.2	-	0.2	0.3	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	-
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	577	8.7	5.9	3.8	4.9	3.1	2.4	1.4	1.0	0.2	0.5	1.2	0.9	1.7	0.9	0.3	0.3	0.7	0.3	-	1.0	0.3	0.2	0.2	0.2	0.3	-	0.5	0.3	-	0.3
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	249	10.4	7.2	8.4	4.8	4.4	2.8	2.8	-	0.8	0.4	-	-	0.4	-	1.6	1.2	0.4	-	0.4	0.4	-	-	-	0.4	-	-	0.8	0.4	0.8	-
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1050	8.9	3.5	3.8	4.2	2.1	2.4	1.3	0.8	0.4	0.6	0.5	0.5	0.4	0.6	0.2	0.4	0.3	0.6	0.2	0.3	0.1	0.1	0.3	0.8	0.3	0.4	0.2	0.3	0.2	-
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	248	10.9	5.6	5.2	5.2	0.8	4.0	0.8	1.6	0.4	0.8	0.8	0.8	0.4	-	0.4	-	0.8	-	-	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	153	9.2	9.2	7.8	4.6	2.6	1.3	2.6	0.7	-	-	0.7	0.7	1.3	0.7	0.7	-	-	-	-	1.3	0.7	-	0.7	-	-	-	0.7	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	336	9.5	3.0	2.4	1.8	5.4	4.2	1.2	0.9	0.6	-	-	-	0.9	0.6	0.3	-	-	0.3	-	0.6	-	-	0.3	-	0.9	0.3	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	40	12.5	5.0	5.0	-	-	-	2.5	2.5	-	-	2.5	2.5	2.5	-	-	-	-	-	5.0	-	-	-	2.5	-	-	2.5	2.5	-	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	560	10.9	9.1	6.8	3.6	3.6	3.6	2.5	0.4	1.1	0.7	0.5	0.5	0.2	-	0.5	0.4	0.4	0.4	0.9	0.2	0.4	0.5	0.2	0.2	0.4	0.4	0.4	0.7	0.2	0.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	304	15.1	7.9	7.2	4.3	3.0	2.0	2.0	1.0	1.0	0.3	1.3	1.0	2.6	0.3	0.7	0.3	1.0	0.7	0.7	1.3	0.3	-	-	0.3	-	0.3	-	1.0	0.3	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	85	16.5	5.9	4.7	3.5	4.7	3.5	1.2	-	1.2	1.2	1.2	3.5	4.7	-	-	-	1.2	-	-	2.4	-	-	-	-	-	1.2	1.2	-	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1705	7.3	3.9	2.9	3.6	3.3	2.2	1.4	0.2	0.5	0.4	0.2	0.1	0.1	0.3	0.2	0.4	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	-	0.1	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1130	8.3	3.1	3.7	4.5	2.1	2.4	1.5	1.1	0.3	0.7	0.5	0.3	0.4	0.7	0.4	0.4	0.4	0.4	0.1	0.3	0.2	0.1	0.4	0.6	0.3	0.3	0.1	0.3	0.2	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	401	8.0	3.0	4.5	2.5	4.2	3.2	0.5	0.5	0.2	-	0.7	0.5	0.7	0.7	0.5	-	0.2	0.2	0.2	0.2	-	-	0.7	0.2	0.5	0.2	0.2	-	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	417	8.2	3.6	5.0	2.9	4.1	2.4	1.4	0.2	1.0	0.5	0.5	0.7	0.2	0.5	1.2	0.7	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	0.2	-	0.2	-	-	0.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	402	9.0	4.7	3.5	4.5	3.7	2.2	1.7	0.7	-	0.2	0.2	0.2	0.5	0.7	-	0.2	-	0.2	0.5	0.5	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	-	0.7	-	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	204	10.3	6.9	3.9	4.4	2.0	3.4	2.9	2.5	-	0.5	-	2.0	1.0	-	-	-	-	-	0.5	1.0	-	-	-	-	0.5	-	0.5	-	-	0.5
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	538	10.0	8.6	7.6	4.1	3.2	2.8	2.2	0.2	1.3	0.7	0.6	0.6	0.4	0.2	0.9	0.6	0.2	0.4	0.6	-	0.4	0.6	0.2	0.2	0.4	0.4	0.6	0.7	0.4	0.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	241	14.9	8.7	10.4	3.7	2.9	2.1	1.7	0.8	0.4	0.4	1.2	1.7	2.5	-	0.8	0.8	1.2	0.8	0.8	1.2	0.4	-	-	0.4	0.4	0.4	-	0.4	-	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	50	16.0	8.0	8.0	4.0	-	4.0	2.0	-	-	-	4.0	2.0	6.0	-	-	-	2.0	-	-	4.0	-	-	-	-	-	-	2.0	-	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1488	8.0	3.7	2.9	3.2	3.3	2.6	1.5	0.3	0.5	0.3	0.3	0.1	0.1	0.2	0.1	0.4	0.1	0.2	0.1	0.1	0.3	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	-	0.1	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	945	8.8	3.0	3.7	4.6	1.7	2.5	1.4	1.2	0.4	0.6	0.6	0.2	0.4	0.7	0.3	0.3	0.3	0.4	-	0.5	0.2	0.1	0.3	0.5	0.2	0.3	0.1	0.4	0.3	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	330	7.9	3.0	4.2	2.1	4.2	3.6	0.6	0.3	0.3	0.3	0.6	1.2	1.2	0.3	0.6	-	0.3	0.3	0.3	0.3	-	-	0.9	0.3	0.6	-	0.3	-	-	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	656	7.2	4.9	3.8	3.8	4.3	2.1	1.4	0.2	0.6	0.6	0.3	0.5	0.2	0.5	0.8	0.3	0.3	0.2	0.5	-	-	0.2	-	-	0.2	-	0.2	-	-	0.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	650	8.8	4.5	2.8	4.6	3.8	2.0	2.0	0.8	0.2	0.5	0.3	0.2	0.6	0.8	0.2	0.2	0.2	0.2	0.5	0.2	0.2	0.2	0.5	0.5	0.2	-	0.5	0.2	-	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	310	10.6	5.5	3.9	4.2	3.5	2.9	1.9	1.9	0.3	0.3	-	1.3	0.6	0.6	-	-	-	-	0.3	0.6	-	-	-	-	0.3	0.6	0.3	-	-	0.3
コロナ以降運動実施理由（高）のみ	ダイエット	872	10.4	5.7	4.9	3.4	3.7	3.1	2.5	0.2	0.8	0.6	0.1	0.2	-	0.1	0.2	0.3	-	0.3	0.1	-	-	0.2	0.2	-	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	-
	運動不足は健康に悪い	1551	8.4	4.9	3.7	3.3	4.3	2.9	1.9	0.1	0.6	0.6	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.3	0.1	0.3	0.1	-	0.1	0.3	0.2	-	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	-
	ストレス発散	923	10.4	5.1	4.9	3.1	4.3	3.3	2.4	0.1	0.9	1.0	0.2	0.4	-	0.3	0.3	0.5	0.1	0.3	0.1	-	-	0.1	0.2	-	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	0.1
	スポーツ好き	578	9.3	5.7	6.7	2.4	3.6	4.3	1.7	0.3	1.6	1.2	0.2	0.5	0.3	0.3	0.3	-	0.2	0.3	0.2	-	-	0.3	0.5	-	0.5	0.5	0.3	0.3	0.3	-
	普段の習慣	1234	7.9	4.5	3.7	3.4	4.1	2.8	2.2	0.2	0.6	0.6	-	0.2	-	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.1	-	-	0.3	0.1	-	0.2	0.2	0.1	0.2	-	0.1
	友人や知人に誘われた	152	18.4	2.0	10.5	5.9	5.3	2.6	3.9	0.7	2.6	-	0.7	0.7	-	-	0.7	-	1.3	1.3	0.7	-	-	-	-	-	1.3	1.3	-	0.7	0.7	0.7
	感染者減等感染リスクの低下	227	16.7	3.1	7.5	5.3	4.4	2.6	3.1	-	2.2	0.4	0.4	1.3	-	-	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	-	-	0.4	0.4	-	0.4	0.9	-	0.9	0.9	0.4
	余暇時間が増えた	361	13.3	6.9	6.6	4.7	5.5	2.5	2.2	-	1.7	0.6	0.3	0.8	-	-	-	0.3	0.3	0.3	0.3	-	-	0.3	0.3	-	0.3	0.6	0.3	0.3	0.6	0.3

Q5-3.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

2.種目2(2)

(%)

		全 体	野球※9	ソフトボール	バドミントン	卓球※10	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	バレーボール・ビーチバレー・ソフトバレーボール	バスケットボール・ポートボール	ハンドボール・その他屋内球技	グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技	ボウリング	レクリエーションスポーツ※11	レスリング・相撲・ボクシング	剣道・居合道・なぎなた・銃剣道	フリークライミング・ボルダリング	キャンプ・オートキャンプ	ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング	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	サーフィン・ボディボード・ボードセーリング・ウインドサーフィン	スキー	ドッジボール	ラグビー・アメリカンフットボール・タグラグビー	テコンドー・太極拳・合気道	柔道	空手・少林寺拳法	スクーバダイビング・スキンダイビング・フリーダイビング・シュノーケリング	障害者スポーツ	その他	新たに始めたものはない
全 体		5472	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	-	0.1	62.4
性別	男性	2977	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	-	0.0	60.1
	女性	2495	-	0.1	0.2	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.2	0.1	0.0	0.2	0.0	-	-	0.0	-	-	-	0.2	65.2
性年代	男性10代以下	185	-	-	-	-	0.5	0.5	0.5	0.5	-	-	-	0.5	-	0.5	-	0.5	-	-	-	0.5	0.5	-	-	-	-	-	-	55.1
	男性20代	400	0.5	0.5	0.3	0.3	0.5	-	0.5	-	0.3	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	47.5
	男性30代	469	0.4	0.2	0.2	-	-	-	-	-	0.4	-	-	0.2	-	0.2	0.6	-	0.4	0.4	-	-	-	0.2	0.2	0.2	-	-	-	51.4
	男性40代	689	-	0.1	-	-	-	0.3	0.1	0.1	-	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.3	-	-	0.1	0.3	-	-	-	-	0.1	-	-	0.1	61.4
	男性50代	465	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	62.8
	男性60代	353	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	0.6	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	64.0
	男性70代以上	416	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	75.7
	女性10代以下	191	-	-	0.5	-	-	1.0	1.0	-	-	-	-	-	0.5	0.5	-	-	1.0	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	45.0
	女性20代	349	-	0.6	0.3	-	0.3	0.3	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	0.3	0.3	-	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	0.3	47.9
	女性30代	437	-	-	0.5	-	-	-	-	0.5	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	63.8
	女性40代	462	-	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.6	66.7
	女性50代	339	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	0.3	73.5
	女性60代	321	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	0.6	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	73.2
	女性70代以上	396	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	76.3
小中高	小学生	612	-	0.3	0.5	-	-	0.2	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-	0.7	-	-	0.5	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	55.9
	中学生	267	-	-	0.4	0.4	-	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	0.4	59.6
	高校生	338	-	-	0.3	-	0.3	0.9	0.9	0.3	-	-	-	0.3	0.3	0.6	-	0.3	0.6	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	49.7
障害者	障害者	539	-	0.2	0.2	-	-	0.2	0.2	0.2	0.4	-	0.2	0.2	-	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.2	62.2
エリア	北海道	204	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	65.7
	東北	258	0.4	0.4	0.4	-	-	-	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	60.9
	関東	2242	-	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.0	0.3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	-	-	0.0	0.0	-	-	0.1	62.5
	甲信越・北陸	196	-	-	-	-	1.0	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	57.1
	中部	703	0.1	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.1	-	0.3	0.1	0.4	0.3	0.3	0.4	0.1	-	0.1	-	-	-	-	0.3	60.5
	近畿	1147	0.2	0.1	0.1	-	-	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	-	0.1	-	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	0.1	0.1	-	-	-	64.3
	中国	245	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.8	-	-	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	63.3
	四国	125	-	-	-	-	-	-	-	0.8	-	0.8	-	-	-	-	1.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	70.4
	九州	323	-	0.3	0.3	-	-	-	0.3	-	0.6	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	0.6	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	59.1
	沖縄	29	-	-	-	-	-	3.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3.4	48.3
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	-	-	-	-	-	1.7	-	-	-	-	-	-	-	1.7	-	-	-	-	1.7	-	-	-	-	-	-	-	-	43.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1943	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	-	0.1	0.2	-	0.1	-	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	0.1	-	-	68.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	577	-	-	-	-	-	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.2	-	0.3	-	-	0.2	0.2	0.2	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	0.2	56.0
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	249	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	0.4	49.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1050	0.2	-	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.2	-	0.2	0.1	0.4	0.2	-	0.3	0.1	0.4	-	0.1	-	0.1	-	-	-	-	62.9
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	248	0.4	-	-	-	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	57.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	153	-	1.3	-	0.7	0.7	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.3	49.0
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	336	-	0.3	0.6	-	-	-	-	0.6	0.3	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	64.0
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	40	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	52.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	560	-	0.4	0.2	-	0.2	0.4	0.2	-	0.2	0.2	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	0.4	48.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	304	-	-	-	-	0.7	0.3	0.3	-	-	-	-	-	0.3	0.3	0.3	1.0	0.7	0.3	0.7	-	-	-	0.3	-	-	-	-	38.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	85	1.2	1.2	1.2	-	-	-	-	1.2	-	1.2	-	1.2	-	-	-	-	-	-	1.2	-	-	-	-	-	-	-	-	34.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1705	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	0.2	-	0.1	0.2	0.1	0.1	-	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	-	0.1	-	-	-	-	-	69.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1130	0.1	-	0.4	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	0.1	-	0.2	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.2	0.3	-	0.1	-	0.1	-	-	-	0.1	63.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	401	-	-	0.2	-	-	-	-	0.5	0.2	0.2	0.5	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	65.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	417	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.2	0.5	0.2	-	-	-	0.2	-	-	-	0.2	0.2	-	0.2	63.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	402	0.2	0.2	-	0.2	0.2	0.2	-	-	-	0.2	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	62.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	204	-	-	0.5	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	54.9
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	538	-	0.4	0.2	-	0.2	0.7	0.2	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	-	0.2	-	-	-	48.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	241	-	-	-	-	0.8	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	0.4	0.4	0.8	0.8	0.8	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	35.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	50	2.0	2.0	-	-	-	-	-	-	-	2.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	32.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1488	0.1	0.1	-	0.1	-	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	-	-	0.1	-	-	-	-	0.1	69.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	945	0.1	-	0.2	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	0.2	0.1	0.2	-	-	0.2	0.1	0.4	-	-	-	0.1	-	-	-	0.1	63.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	330	-	-	0.6	-	-	-	-	0.9	0.3	0.3	0.6	0.3	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	62.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	656	-	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	0.3	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	0.2	0.2	-	0.3	65.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	650	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	-	-	-	0.2	-	-	0.3	0.2	0.3	0.2	-	-	-	-	0.2	-	0.2	-	-	-	0.2	62.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	310	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	58.1
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	-	0.3	0.1	-	-	0.3	-	-	0.2	-	0.1	-	-	-	0.1	0.2	-	0.1	0.1	-	-	-	-	-	-	-	-	59.9
	運動不足は健康に悪い	1551	-	0.2	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	-	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	-	-	-	65.1
	ストレス発散	923	-	0.3	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	-	0.2	0.1	0.1	-	-	-	-	-	-	-	0.1	-	-	-	-	-	-	-	-	58.7
	スポーツ好き	578	-	0.3	0.2	0.2	-	0.2	0.3	-	0.3	0.2	0.2	0.2	-	-	-	-	-	0.2	0.3	-	-	0.2	-	0.2	-	-	-	54.7
	普段の習慣	1234	-	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	-	0.2	-	0.1	0.1	-	-	-	0.2	-	0.1	0.2	-	-	0.1	-	0.1	-	-	-	65.7
	友人や知人に誘われた	152	-	-	-	-	-	-	1.3	-	0.7	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	35.5
	感染者減等感染リスクの低下	227	-	0.9	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	44.9
	余暇時間が増えた	361	-	0.6	-	-	-	-	0.6	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	48.8

宣言中～現在の時期で新たに始めた運動・スポーツ［現在］-種目３

Q5-3.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

3.種目3

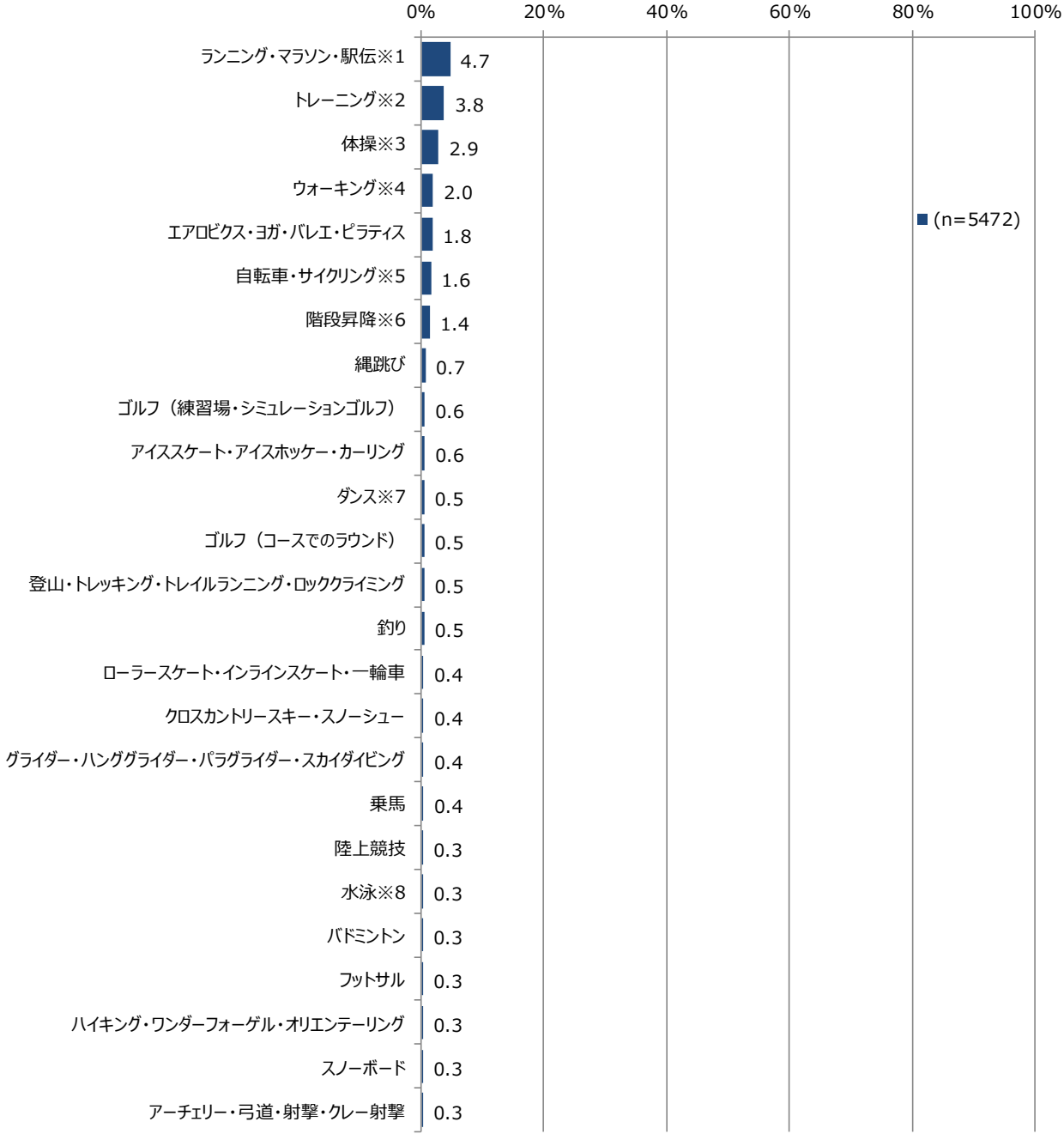
・全体で最も大きいのは、『ランニング・マラソン・駅伝※1』の4.7%で、次いで『トレーニング※2』の3.8%、『体操※3』の2.9%となっている。

・男性で最も大きいのは、『ランニング・マラソン・駅伝※1』の6.3%で、次いで『トレーニング※2』の4.4%、『ウォーキング※4』の2.2%となっている。
・女性で最も大きいのは、『体操※3』の3.8%で、次いで『トレーニング※2』の3.1%、『エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス』の3.0%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『20代』の『ランニング・マラソン・駅伝※1』が9.3%で、次いで『30代』の『ランニング・マラソン・駅伝※1』が7.9%、『40代』の『ランニング・マラソン・駅伝※1』・『20代』の『トレーニング※2』が6.8%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『トレーニング※2』が7.9%で、次いで『20代』の『トレーニング※2』が6.3%、『20代』の『ランニング・マラソン・駅伝※1』が5.7%となっている。

詳細説明
※1： ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝
※2： 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）
※3： 体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操等）
※4： ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む）
※5： 自転車（BMX 含む）・サイクリング
※6： 階段昇降（2 アップ3 ダウン等）
※7： 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・フラダンス等）
※8： 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）
※9： 野球（硬式・軟式等）
※10：卓球（ラージボール含む）
※11：レクリエーションスポーツ（ﾃｨｰﾎﾞｰﾙ・ﾌﾗｲﾝｸﾞﾃﾞｨｽｸ・ｲﾝﾃﾞｨｱｶ・ｽﾎﾟｰﾂﾁｬﾝﾊﾞﾗ・ﾕﾆｶｰﾙ・ｱﾙﾃｨﾒｯﾄ・ｷﾝﾎﾞｰﾙ・ｼｬﾌﾙﾎﾞｰﾄﾞ・ﾍﾟﾀﾝｸ・綱引き・ﾀﾞｰﾂ・ｽﾎﾟｰﾂ 吹き矢等）

Q5-3.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

3.種目3 ／ＴＯＰ２０（同率含む）のみ記載



Q5-3.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

3.種目3(1)

(%)

		全 体	ランニング・マラソン・駅伝※1	トレーニング※2	体操※3	ウォーキング※4	エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	自転車・サイクリング※5	階段昇降※6	縄跳び	ゴルフ（練習場・シミュレーションゴルフ）	アイススケート・アイスホッケー・カーリング	ダンス※7	ゴルフ（コースでのラウンド）	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	釣り	ローラースケート・インラインスケート・一輪車	クロスカントリースキー・スノーシュー	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	乗馬	陸上競技	水泳※8	バドミントン	フットサル	ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング	スノーボード	アーチェリー・弓道・射撃・クレー射撃	野球※9	キャッチボール	テニス・ソフトテニス	卓球※10	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
全 体		5472	4.7	3.8	2.9	2.0	1.8	1.6	1.4	0.7	0.6	0.6	0.5	0.5	0.5	0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
性別	男性	2977	6.3	4.4	2.1	2.2	0.9	1.9	1.5	0.5	0.9	0.7	0.3	0.8	0.7	0.7	0.6	0.6	0.5	0.6	0.4	0.4	0.2	0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3
	女性	2495	2.8	3.1	3.8	1.7	3.0	1.1	1.4	1.1	0.2	0.4	0.8	0.1	0.4	0.2	0.2	0.2	0.3	0.2	0.3	0.2	0.3	0.1	0.2	0.3	0.2	0.0	0.1	0.2	0.2	0.1
性年代	男性10代以下	185	5.4	4.9	0.5	1.1	1.1	2.2	3.2	0.5	0.5	0.5	-	-	-	-	1.1	-	0.5	2.7	0.5	-	1.1	2.2	1.1	0.5	-	-	0.5	0.5	1.1	-
	男性20代	400	9.3	6.8	1.5	2.8	1.8	4.3	1.3	0.3	0.5	2.3	0.5	0.8	1.0	0.3	0.5	1.5	1.0	1.5	0.8	0.5	0.3	0.3	-	0.5	0.8	1.0	1.5	0.5	-	0.5
	男性30代	469	7.9	5.8	1.7	2.6	1.5	1.3	0.9	1.1	0.6	1.1	0.9	0.4	0.9	1.5	1.3	0.6	0.6	1.1	1.3	0.4	0.4	0.6	0.2	0.2	0.6	0.2	0.2	0.2	0.4	0.4
	男性40代	689	6.8	4.1	1.9	2.3	0.7	2.2	1.3	0.4	1.0	0.4	-	0.3	0.9	0.6	0.9	0.4	0.3	0.3	0.1	0.4	0.1	0.4	0.1	0.6	0.4	0.3	0.1	0.3	0.1	0.1
	男性50代	465	6.5	3.9	3.0	2.6	0.2	1.3	1.9	0.4	1.3	0.9	0.2	0.6	1.3	0.6	0.4	0.6	-	-	-	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.4	0.2	-	-	-	0.2
	男性60代	353	6.2	3.4	2.5	2.3	0.3	2.0	2.0	0.3	1.1	-	-	2.0	-	0.8	-	0.3	0.8	-	-	0.6	-	-	0.6	-	0.3	0.3	-	-	0.3	-
	男性70代以上	416	1.0	2.4	2.6	1.2	0.7	0.5	1.0	0.2	1.0	-	0.2	1.4	-	0.5	-	0.2	0.5	-	-	0.2	-	-	0.7	-	-	0.2	-	-	0.5	0.5
	女性10代以下	191	4.7	7.9	4.2	1.6	2.6	2.6	0.5	4.2	-	0.5	1.6	0.5	0.5	-	-	0.5	2.1	1.0	1.6	0.5	1.6	1.0	-	-	1.0	-	0.5	0.5	0.5	-
	女性20代	349	5.7	6.3	4.3	1.7	5.2	2.0	1.4	0.9	0.3	0.9	1.7	-	0.9	-	0.3	0.6	0.9	-	0.3	-	0.3	-	-	0.9	1.1	-	0.3	0.6	-	0.3
	女性30代	437	3.9	3.7	2.7	1.8	3.7	1.8	0.9	1.6	-	0.5	0.9	-	-	0.2	-	0.5	-	0.2	-	0.2	0.5	-	-	0.7	-	-	0.2	-	-	-
	女性40代	462	2.8	1.7	5.2	1.3	3.5	0.2	1.1	1.3	-	0.4	0.2	-	0.6	0.9	0.2	0.2	0.2	-	0.4	0.2	0.2	-	0.6	0.2	-	-	-	-	0.2	-
	女性50代	339	1.5	1.5	2.1	2.7	2.7	1.2	1.5	0.3	0.3	0.3	0.6	-	0.3	-	0.3	-	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-
	女性60代	321	1.2	2.2	3.7	1.9	1.6	-	1.9	0.6	0.3	-	0.6	-	0.3	0.3	0.3	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	0.6	0.3	-
	女性70代以上	396	0.8	1.0	4.3	1.0	1.3	0.8	2.0	-	0.3	-	0.3	0.5	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	0.3
小中高	小学生	612	6.7	5.1	1.5	2.3	2.5	1.5	1.1	2.5	1.0	1.0	0.3	0.3	0.7	0.3	1.0	0.5	0.8	0.5	0.3	0.2	0.3	0.5	0.2	0.3	0.5	-	0.5	0.3	-	0.5
	中学生	267	6.0	4.1	3.4	3.4	2.2	1.9	1.1	0.7	1.5	1.1	-	-	0.7	0.7	0.4	-	-	0.4	0.7	0.4	0.7	0.4	-	0.4	1.1	-	-	-	-	0.4
	高校生	338	4.4	6.5	2.4	1.5	1.8	2.4	1.8	2.4	0.3	0.6	0.9	0.3	0.3	-	0.6	0.3	1.2	1.8	1.2	0.3	1.5	1.5	0.6	0.3	0.6	-	0.6	0.6	0.9	-
障害者	障害者	539	5.4	3.5	3.3	1.1	1.9	1.5	1.9	0.4	-	0.9	0.6	0.2	0.4	0.6	0.7	0.9	0.9	-	0.2	0.6	0.2	-	-	0.2	-	-	0.4	0.2	0.4	-
エリア	北海道	204	3.9	3.9	2.0	1.5	1.5	1.0	1.0	1.0	-	1.0	0.5	-	0.5	0.5	1.0	0.5	0.5	0.5	-	0.5	0.5	0.5	-	-	0.5	-	0.5	-	-	-
	東北	258	5.4	4.3	2.7	1.9	2.3	0.8	2.7	1.6	0.8	0.4	0.4	0.4	-	0.4	-	0.8	-	0.4	-	1.2	-	0.8	-	0.4	-	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4
	関東	2242	3.8	4.0	3.0	2.0	2.3	1.7	1.4	0.5	0.6	0.3	0.5	0.7	0.8	0.3	0.4	0.5	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2
	甲信越・北陸	196	6.1	3.6	1.0	4.1	1.0	1.0	1.0	0.5	1.0	1.5	-	0.5	0.5	1.5	1.0	-	-	-	2.0	0.5	-	-	0.5	-	0.5	-	0.5	0.5	-	-
	中部	703	5.0	4.0	2.7	2.0	1.1	1.8	1.4	1.1	0.3	1.1	0.7	0.9	0.3	1.0	0.7	0.3	0.3	1.0	0.3	0.3	0.4	-	0.4	0.6	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1
	近畿	1147	4.8	4.0	3.0	1.6	1.5	2.1	1.2	0.6	0.8	0.8	0.3	0.1	0.6	0.2	0.3	0.4	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	0.3	0.5	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2
	中国	245	4.9	2.0	6.1	2.0	1.6	1.2	1.6	0.4	-	-	0.8	-	-	0.4	0.4	-	1.2	0.4	-	-	-	-	0.4	0.4	0.4	-	0.8	-	0.4	0.4
	四国	125	8.8	2.4	2.4	1.6	0.8	-	1.6	1.6	-	-	-	-	-	1.6	-	-	-	-	-	-	-	0.8	-	-	0.8	-	-	-	-	-
	九州	323	7.1	3.1	1.9	2.8	2.2	0.6	1.5	1.2	0.6	0.6	0.9	0.6	0.3	0.6	-	-	1.9	0.6	0.9	-	0.3	0.9	-	-	0.9	-	-	0.3	0.3	-
	沖縄	29	6.9	3.4	-	-	3.4	-	-	3.4	-	-	-	-	-	-	-	3.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3.4	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	3.3	6.7	6.7	3.3	8.3	1.7	5.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.7	-	-	1.7	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1943	4.5	3.0	2.9	1.4	1.2	1.1	1.5	0.6	0.7	0.4	0.3	0.4	0.5	0.6	0.2	0.1	0.3	0.1	0.3	0.4	0.1	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	577	5.4	4.9	3.3	1.7	2.8	1.9	1.7	0.7	0.2	1.7	0.5	0.7	0.3	0.5	0.5	1.2	0.5	0.7	0.7	0.3	0.7	-	0.5	0.2	0.7	0.2	0.3	-	0.2	0.3
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	249	3.2	4.8	4.8	5.6	2.0	2.4	1.2	2.8	1.2	-	2.4	0.4	0.4	0.8	-	0.8	0.4	-	0.8	-	-	0.4	-	-	-	0.4	0.8	-	1.2	-
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1050	5.0	3.4	2.7	2.5	1.8	2.3	1.6	0.6	0.8	0.7	0.1	0.4	0.4	0.7	0.6	0.3	0.3	0.7	0.3	0.3	0.5	0.4	0.3	0.3	0.5	-	0.2	0.2	-	0.3
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	248	6.0	5.6	1.6	2.0	1.6	0.8	0.8	0.4	0.4	0.8	1.2	0.8	0.8	-	1.2	0.8	0.4	0.8	-	0.4	-	-	0.4	-	-	0.8	-	0.4	0.4	-
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	153	5.2	7.2	3.3	1.3	3.3	1.3	1.3	1.3	0.7	0.7	0.7	2.0	1.3	-	-	1.3	-	2.0	-	-	-	-	0.7	2.6	-	-	1.3	0.7	0.7	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	336	6.0	3.9	2.7	1.5	2.4	0.6	0.3	0.6	0.3	-	0.3	-	1.2	0.3	0.3	0.3	0.9	-	0.6	-	-	0.9	-	-	0.6	-	-	0.6	-	0.6
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	40	7.5	5.0	-	-	2.5	2.5	2.5	2.5	-	2.5	-	-	2.5	-	-	2.5	-	5.0	-	-	2.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
状態（コロナ後の運動頻度×現在の健康）	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	560	7.5	5.9	2.9	4.3	2.9	3.4	2.1	1.4	1.3	0.5	0.4	0.4	0.5	0.2	0.2	0.5	0.9	0.5	0.5	0.2	0.2	0.2	-	0.4	0.4	-	0.4	0.4	0.4	0.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	304	11.8	7.2	3.0	1.6	3.9	2.6	0.7	0.3	0.7	2.3	1.0	1.0	1.0	1.0	0.7	1.0	1.0	2.3	0.7	-	0.7	0.3	0.7	1.3	2.3	0.7	0.7	-	0.3	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	85	11.8	4.7	3.5	1.2	4.7	1.2	-	2.4	-	2.4	1.2	-	-	-	3.5	4.7	2.4	1.2	-	1.2	-	1.2	-	-	1.2	-	-	1.2	-	1.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1705	3.0	2.4	3.2	1.4	1.1	0.6	1.5	0.7	0.5	0.1	0.6	0.4	0.4	0.5	0.3	0.1	0.1	0.1	0.3	0.4	0.1	0.2	0.3	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1130	4.6	3.9	2.8	2.5	1.7	1.9	1.4	0.6	0.4	0.8	0.4	0.4	0.4	0.5	0.6	0.2	0.3	0.5	0.1	0.4	0.4	0.3	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2	0.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	401	4.5	4.7	2.0	2.0	1.0	1.0	0.7	0.2	0.2	0.5	0.2	0.2	0.7	-	-	0.7	0.2	0.5	0.5	0.2	0.2	0.5	0.2	-	0.5	0.2	-	0.2	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	417	4.1	3.8	3.1	1.0	1.9	1.9	1.4	0.7	0.7	0.7	0.2	0.2	0.7	0.7	0.2	-	0.7	-	0.2	-	-	0.2	0.2	0.5	0.2	0.7	0.2	0.2	0.5	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	402	3.2	2.7	4.2	0.7	2.5	2.0	1.5	1.0	0.7	0.2	-	1.2	0.2	0.7	0.5	0.7	-	0.2	0.7	0.2	0.7	-	0.7	0.2	-	-	0.5	0.2	-	0.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	204	5.9	6.9	1.0	2.5	2.9	-	1.5	0.5	1.0	-	0.5	0.5	2.0	0.5	0.5	1.5	2.0	-	0.5	-	0.5	-	0.5	0.5	0.5	-	-	0.5	1.0	0.5
状態（コロナ後の運動頻度×現在の体力）	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	538	6.9	5.6	2.6	4.1	3.0	3.2	2.0	1.3	1.1	0.6	0.6	0.4	0.9	0.2	0.4	-	0.9	0.4	0.7	-	0.2	0.4	0.4	0.4	0.6	-	0.4	0.6	0.4	0.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	241	10.8	8.7	2.5	2.5	4.1	2.9	0.8	0.4	0.4	2.5	1.7	1.2	0.8	0.8	0.8	1.2	0.8	1.7	0.8	-	0.4	0.4	1.2	1.2	2.1	-	-	-	0.4	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	50	14.0	4.0	4.0	4.0	2.0	-	2.0	-	-	6.0	2.0	-	-	-	4.0	6.0	-	4.0	-	2.0	-	-	-	-	2.0	-	-	2.0	-	2.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1488	3.7	2.7	3.2	1.5	1.3	0.7	1.5	0.8	0.5	0.1	0.3	0.5	0.3	0.6	0.2	0.3	0.1	0.1	0.1	0.4	-	0.1	0.2	0.3	-	0.3	0.1	0.1	0.2	0.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	945	5.6	3.8	2.8	2.2	1.7	1.8	1.5	0.7	0.7	1.0	0.2	0.3	0.2	0.6	0.6	0.3	0.3	0.4	0.1	0.5	0.4	0.3	-	0.3	0.4	0.1	0.3	0.1	0.1	0.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	330	5.8	5.2	1.5	1.2	1.2	0.6	0.9	0.9	-	0.3	0.3	0.3	0.9	-	0.3	1.2	0.9	0.3	0.6	0.3	0.3	0.9	-	0.3	0.6	0.3	-	0.3	-	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	656	2.9	3.0	3.2	1.1	1.1	1.7	1.5	0.6	0.8	0.5	0.9	0.2	0.3	0.5	0.3	-	0.5	0.2	0.5	0.2	0.2	0.3	0.2	0.3	0.2	0.5	0.3	0.2	0.3	0.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	650	3.4	3.1	4.0	1.4	2.3	2.0	1.2	0.6	0.3	0.3	0.3	0.9	0.8	0.6	0.5	0.3	0.2	0.9	0.5	0.2	0.6	-	0.5	0.2	-	0.3	0.5	0.2	0.2	0.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	310	4.5	5.8	1.9	2.6	2.9	1.0	0.6	0.3	1.0	-	0.3	0.3	1.3	0.3	0.3	1.0	1.3	-	0.3	-	0.3	-	0.6	-	0.3	-	-	0.3	0.6	0.3
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	5.3	4.2	4.1	2.3	2.1	1.7	1.7	1.1	0.7	-	0.1	0.3	0.2	0.5	0.2	-	0.2	-	0.5	0.2	0.1	0.1	0.2	0.3	0.1	0.6	0.1	0.3	0.3	0.1
	運動不足は健康に悪い	1551	3.9	3.4	3.5	1.9	1.7	1.2	1.7	0.7	0.6	-	0.2	0.4	0.3	0.5	0.2	-	0.2	0.1	0.1	0.3	-	0.1	0.3	0.3	0.1	0.4	0.1	0.2	0.3	0.2
	ストレス発散	923	5.6	4.0	4.8	1.7	2.0	1.5	2.1	0.8	1.0	0.1	0.1	0.2	0.5	0.7	0.2	-	0.3	-	0.2	0.3	0.1	0.2	0.3	0.3	0.1	0.4	0.1	0.3	0.2	0.3
	スポーツ好き	578	5.7	4.8	2.8	2.9	1.7	1.7	2.4	0.7	1.2	-	0.7	0.5	0.5	1.0	0.3	-	0.5	0.3	0.3	0.7	0.2	0.5	0.3	0.7	0.2	0.9	0.2	0.5	0.3	0.5
	普段の習慣	1234	4.2	3.1	3.3	2.2	1.7	1.1	1.9	0.8	0.7	-	0.3	0.4	0.4	0.6	0.2	-	0.2	-	0.1	0.3	-	0.2	0.3	0.2	0.1	0.4	0.1	0.2	0.2	0.2
	友人や知人に誘われた	152	13.2	3.9	5.3	2.6	-	3.3	5.3	1.3	-	-	0.7	1.3	-	0.7	0.7	-	1.3	-	1.3	1.3	0.7	0.7	1.3	1.3	-	0.7	-	0.7	0.7	0.7
	感染者減等感染リスクの低下	227	10.6	6.2	6.2	2.2	3.5	1.8	4.8	0.4	0.4	0.4	-	0.4	-	1.3	0.4	-	1.3	-	0.9	0.4	0.4	-	0.4	0.9	0.4	0.9	-	0.9	-	0.9
	余暇時間が増えた	361	8.6	4.2	5.5	2.5	3.6	2.2	4.2	0.8	0.8	0.3	-	-	0.3	1.7	0.3	-	0.8	-	-	0.6	-	-	0.6	0.8	-	0.8	-	0.6	-	0.6

Q5-3.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。＜現在＞ ※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ

3.種目3(2)

(%)

		全体	バスケットボール・ボートボール	サッカー	キャンプ・オートキャンプ	器械体操・新体操・トランポリン	アクアエクササイズ・水中ウォーキング	ソフトボール	バレーボール・ビーチバレー・ソフトバレーボール	ハンドボール・その他屋内球技	ラグビー・アメリカンフットボール・ラグビー	ボウリング	ゲートボール	レクリエーションスポーツ※11	空手・少林寺拳法	フリークライミング・ボルダリング	ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング	ヨット・水上スキー・ウェイクボード・水上バイク・ジョットスキー	スクーバダイビング・スキンダイビング・フリーダイビング・シュノーケリング	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	スキー	ドッジボール	グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技	レスリング・相撲・柔道	デコンドー・太極拳・合気道	柔道	障害者スポーツ	その他	新たに始めたものはない
全体		5472	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	-	0.1	70.9
性別	男性	2977	0.2	0.2	0.3	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	-	0.0	0.1	0.0	0.0	-	0.0	67.2
	女性	2495	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.2	0.0	0.0	0.1	-	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	-	0.1	0.0	-	-	0.0	0.0	-	0.2	75.3
性年代	男性10代以下	185	1.1	1.6	0.5	0.5	-	0.5	0.5	1.1	-	-	-	-	0.5	0.5	-	-	-	0.5	-	-	0.5	-	-	-	-	-	60.0
	男性20代	400	0.3	0.5	0.8	-	0.3	0.3	-	0.3	0.5	-	0.3	-	-	0.3	0.3	0.3	-	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	51.8
	男性30代	469	0.6	0.4	0.6	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.2	-	0.2	-	-	0.4	0.4	0.2	0.4	-	-	-	-	0.2	-	0.2	-	-	58.2
	男性40代	689	0.1	-	0.3	-	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	0.1	0.1	0.3	-	-	0.1	-	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	69.5
	男性50代	465	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	0.4	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	71.0
	男性60代	353	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	0.6	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	71.7
	男性70代以上	416	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	83.9
	女性10代以下	191	1.0	0.5	-	-	-	-	1.0	0.5	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	-	-	53.4
	女性20代	349	-	0.3	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	61.6
	女性30代	437	-	0.2	0.2	-	0.2	-	0.2	-	-	0.5	-	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	74.1
	女性40代	462	-	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	77.3
	女性50代	339	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	82.9
	女性60代	321	-	-	-	-	0.6	-	-	-	-	-	-	0.6	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	81.6
	女性70代以上	396	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.8	85.4
小中高	小学生	612	0.5	0.2	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	-	-	-	0.2	-	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2	-	0.2	0.2	-	-	-	63.1
	中学生	267	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	66.7
	高校生	338	1.2	1.2	0.3	0.3	-	0.3	0.6	0.9	-	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	56.5
障害者	障害者	539	-	0.2	0.2	0.2	-	-	0.6	0.2	-	0.2	0.4	0.4	-	-	-	-	0.2	-	0.2	-	-	0.2	-	-	-	0.4	70.7
エリア	北海道	204	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	76.5
	東北	258	-	-	-	-	0.4	0.4	0.4	0.4	-	0.4	0.4	-	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	0.4	-	-	-	0.4	67.1
	関東	2242	0.1	0.3	0.2	0.0	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.2	-	0.0	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	-	-	-	0.0	0.0	-	0.2	71.5
	甲信越・北陸	196	-	-	-	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.0	-	-	-	-	-	-	-	69.4
	中部	703	0.3	0.3	0.1	0.3	0.1	0.1	-	-	-	0.1	-	0.1	-	0.1	-	-	-	-	0.4	-	-	0.1	-	0.1	-	-	69.3
	近畿	1147	0.3	0.1	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.3	0.3	-	-	0.1	0.1	0.1	0.2	-	0.1	-	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	-	0.1	71.6
	中国	245	-	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	0.4	0.4	0.4	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	71.4
	四国	125	-	-	-	-	-	-	0.8	-	-	-	-	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	76.0
	九州	323	0.3	-	-	-	0.3	0.3	-	-	-	0.3	0.6	0.3	-	-	0.3	0.6	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	66.3
	沖縄	29	3.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	72.4
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	-	-	-	-	-	-	-	-	1.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.7	-	-	-	-	-	-	1.7	56.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1943	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	-	0.1	0.1	0.1	-	0.2	75.7
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	577	0.3	0.2	0.2	0.2	-	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2	-	0.2	-	0.3	0.3	-	0.2	-	0.2	-	-	-	-	0.2	-	-	63.1
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	249	0.4	-	-	0.4	-	0.4	0.4	-	-	-	-	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	60.6
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1050	0.1	0.2	0.3	-	0.3	0.1	0.2	-	-	0.2	-	-	0.2	0.3	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	-	0.1	-	-	-	-	-	69.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	248	0.4	0.4	-	0.4	-	0.4	0.4	-	-	0.4	-	-	-	-	0.4	0.4	0.4	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	67.3
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	153	0.7	0.7	0.7	-	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	-	-	0.7	-	-	-	-	-	0.7	-	-	-	-	57.5
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	336	-	0.6	0.6	-	-	-	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	0.3	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	73.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	40	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	62.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	560	0.5	0.4	-	0.4	0.2	0.4	0.5	0.4	0.4	-	0.2	0.2	0.2	-	-	-	-	0.2	0.2	-	-	0.2	0.4	-	-	0.2	56.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	304	0.3	0.7	-	-	-	-	0.3	-	0.3	-	-	-	0.3	-	0.7	0.3	1.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	45.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	85	-	-	-	-	-	-	1.2	-	-	-	1.2	-	-	-	1.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	45.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1705	0.1	-	0.2	-	0.2	-	-	0.2	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	-	0.2	78.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1130	-	-	0.3	0.1	0.2	0.2	0.2	-	-	0.2	-	0.1	0.1	0.4	0.1	0.2	-	-	0.2	0.1	0.1	0.1	-	0.1	-	-	71.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	401	0.5	0.5	0.5	-	-	-	-	-	-	0.5	0.2	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	75.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	417	-	0.2	0.2	0.5	0.2	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	72.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	402	-	0.2	0.2	-	0.2	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	72.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	204	0.5	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	0.5	-	0.5	-	-	-	-	-	-	-	63.7
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	538	0.4	0.4	-	0.4	0.2	0.4	0.6	0.6	0.4	-	0.2	0.2	-	-	-	-	-	0.2	0.4	-	-	0.2	0.4	-	-	0.2	57.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	241	0.4	0.8	-	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	0.4	-	0.8	0.4	1.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	44.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	50	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2.0	-	-	-	-	-	-	-	38.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1488	0.1	-	0.2	-	0.2	-	-	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	0.1	0.1	-	-	-	-	0.1	-	0.1	78.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	945	-	-	0.2	-	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.1	0.1	0.4	-	0.2	-	-	0.2	0.1	-	0.1	-	-	-	-	70.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	330	0.3	0.6	0.3	-	-	-	0.3	-	-	0.6	0.6	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	71.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	656	0.2	0.2	0.2	0.3	0.2	-	-	0.3	-	-	-	0.2	0.2	-	0.2	-	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	75.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	650	-	0.2	0.3	0.2	0.2	0.5	0.3	-	0.2	0.2	-	-	-	0.2	0.2	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-	0.2	-	-	71.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	310	0.6	0.3	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.3	0.3	-	0.3	-	-	-	-	-	-	-	69.4
コロナ以降運動頻度（高）の実施理由	ダイエット	872	0.2	0.1	0.1	-	0.3	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	-	0.2	0.2	-	-	0.1	0.2	-	-	0.1	69.0
	運動不足は健康に悪い	1551	0.3	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	-	-	0.1	0.1	-	0.1	0.2	-	-	-	0.1	0.1	-	0.3	74.6
	ストレス発散	923	0.4	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	0.2	0.1	0.1	0.2	-	-	0.1	0.1	-	0.2	0.3	-	-	0.1	0.2	-	-	0.3	67.4
	スポーツ好き	578	0.5	0.2	0.3	-	0.3	0.2	0.3	0.5	0.5	0.2	0.2	0.2	0.2	-	0.2	0.2	-	0.2	0.3	-	-	-	0.3	0.2	-	0.2	61.4
	普段の習慣	1234	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	-	0.1	-	0.2	0.1	-	0.2	0.2	-	-	0.1	0.2	0.1	-	0.2	73.6
	友人や知人に誘われた	152	-	0.7	0.7	0.7	0.7	-	0.7	-	1.3	0.7	0.7	-	-	-	1.3	-	-	0.7	-	-	-	-	0.7	-	-	0.7	42.1
	感染者減等感染リスクの低下	227	-	-	-	0.4	0.4	-	-	-	0.9	-	0.4	-	-	-	0.4	-	-	0.4	0.4	-	-	-	0.4	-	-	-	49.8
	余暇時間が増えた	361	-	0.3	-	0.3	-	0.3	0.6	0.3	0.6	-	0.3	-	-	-	0.6	-	-	0.3	0.3	-	-	-	0.3	-	-	-	56.5

運動・スポーツを行わなかった理由（１）

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

1.仕事や家事等がいそがしかったから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の34.2%で、次いで『どちらともいえない』の23.1%、『あてはまる』の21.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の37.2%で、次いで『どちらともいえない』の25.0%、『あてはまる』の17.9%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の31.6%で、次いで『あてはまる』の24.5%、『どちらともいえない』の21.4%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が69.2%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が47.1%、『10代以下』の『あてはまらない』が43.5%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が54.9%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が45.6%、『50代』の『あてはまらない』が35.1%となっている。

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

1.仕事や家事等がいそがしかったから

(%)

			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	あてはまる＋ややあてはまる
		*凡例						
全体		(n=4395)	21.4	12.3	23.1	9.1	34.2	33.7
性別	男性	(n=2069)	17.9	11.2	25.0	8.8	37.2	29.1
	女性	(n=2326)	24.5	13.2	21.4	9.4	31.6	37.7
性年代	男性10代以下	(n=124)	10.5	11.3	25.0	9.7	43.5	21.8
	男性20代	(n=242)	15.7	11.2	27.3	12.8	33.1	26.9
	男性30代	(n=319)	21.0	12.2	27.3	11.9	27.6	33.2
	男性40代	(n=511)	22.3	14.3	30.1	6.5	26.8	36.6
	男性50代	(n=401)	22.7	12.5	20.9	8.7	35.2	35.2
	男性60代	(n=261)	14.2	8.0	23.4	7.3	47.1	22.2
	男性70代以上	(n=211)	4.7	3.3	16.1	6.6	69.2	8.0
	女性10代以下	(n=145)	17.9	14.5	24.8	13.1	29.7	32.4
	女性20代	(n=317)	28.7	20.2	20.2	8.8	22.1	48.9
	女性30代	(n=408)	34.1	16.4	21.1	8.3	20.1	50.5
	女性40代	(n=565)	30.3	14.3	21.2	8.0	26.2	44.6
	女性50代	(n=353)	23.5	11.6	21.2	8.5	35.1	35.1
	女性60代	(n=305)	10.8	7.2	24.3	12.1	45.6	18.0
	女性70代以上	(n=233)	11.2	5.2	18.0	10.7	54.9	16.4
小中高	小学生	(n=467)	29.6	16.9	21.2	9.6	22.7	46.5
	中学生	(n=280)	26.8	15.7	21.8	8.9	26.8	42.5
	高校生	(n=239)	13.0	13.4	25.5	12.1	36.0	26.4
障害者	障害者	(n=550)	20.2	6.9	19.1	9.3	44.5	27.1
エリア	北海道	(n=213)	23.5	14.1	23.5	9.4	29.6	37.6
	東北	(n=261)	26.1	10.3	23.8	12.3	27.6	36.4
	関東	(n=1548)	20.7	12.4	23.6	8.5	34.8	33.1
	甲信越・北陸	(n=203)	19.7	14.8	20.7	10.8	34.0	34.5
	中部	(n=567)	19.9	10.2	24.5	9.5	35.8	30.1
	近畿	(n=913)	22.0	12.5	20.2	9.2	36.1	34.5
	中国	(n=227)	22.5	11.0	25.6	9.3	31.7	33.5
	四国	(n=103)	19.4	8.7	32.0	3.9	35.9	28.1
	九州	(n=326)	21.5	15.0	23.6	8.3	31.6	36.5
	沖縄	(n=34)	17.6	14.7	11.8	11.8	44.1	32.3
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=3)	33.3				66.7	0.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=61)	9.8	9.8	18.0	14.8	47.5	19.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=71)	15.5	12.7	16.9	7.0	47.9	28.2
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=22)	4.5	31.8	22.7	9.1	31.8	36.3
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=57)	3.5	8.8	31.6	10.5	45.6	12.3
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=30)	16.7	16.7	23.3	13.3	30.0	33.4
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=16)	37.5	12.5	6.3	12.5	31.3	50.0
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=18)	11.1	5.6	11.1	16.7	55.6	16.7
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=4)	50.0				50.0	50.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=109)	20.2	18.3	22.0	12.8	26.6	38.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=50)	26.0	22.0	26.0	6.0	20.0	48.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=14)	35.7	7.1	7.1	7.1	42.9	42.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=204)	16.2	10.3	19.6	8.3	45.6	26.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=178)	18.5	14.6	25.8	13.5	27.5	33.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=51)	13.7	19.6	27.5	3.9	35.3	33.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=61)	24.6	21.3	8.2	9.8	36.1	45.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=81)	13.6	13.6	21.0	13.6	38.3	27.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=52)	30.8	11.5	17.3	13.5	26.9	42.3
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=102)	18.6	19.6	22.5	11.8	27.5	38.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=46)	17.4	21.7	34.8	8.7	17.4	39.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=6)	16.7	33.3			50.0	16.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=164)	15.2	8.5	19.5	9.1	47.6	23.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=148)	19.6	12.8	25.0	14.9	27.7	32.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=46)	23.9	17.4	23.9	6.5	28.3	41.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=108)	24.1	18.5	13.0	9.3	35.2	42.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=115)	17.4	16.5	20.0	10.4	35.7	33.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=65)	24.6	13.8	16.9	10.8	33.8	38.4
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=42)	23.8	16.7	26.2	16.7	16.7	40.5
	運動不足は健康に悪い	(n=53)	22.6	13.2	24.5	17.0	22.6	35.8
	ストレス発散	(n=31)	22.6	12.9	32.3	12.9	19.4	35.5
	スポーツ好き	(n=10)	20.0	10.0	50.0	10.0	10.0	30.0
	普段の習慣	(n=28)	21.4	10.7	25.0	17.9	25.0	32.1
	友人や知人に誘われた	(n=4)	25.0	25.0			50.0	25.0
	感染者減等感染リスクの低下	(n=4)	50.0				50.0	50.0
	余暇時間が増えた	(n=17)	17.6	17.6	23.5	23.5	17.6	35.2

運動・スポーツを行わなかった理由（２）

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

2.面倒だったから

・全体で最も大きいのは、『あてはまる』の33.0%で、次いで『どちらともいえない』の23.3%、『あてはまらない』の18.6%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまる』の28.6%で、次いで『どちらともいえない』の26.6%、『あてはまらない』の21.6%となっている。

・女性で最も大きいのは、『あてはまる』の36.9%で、次いで『ややあてはまる』の20.5%、『どちらともいえない』の20.2%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が39.3%で、次いで『50代』の『あてはまる』が33.7%、『40代』の『あてはまる』が32.5%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『あてはまる』が45.3%で、次いで『50代』の『あてはまる』が40.8%、『30代』の『あてはまる』が39.5%となっている。

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

2.面倒だったから

(%)

			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	あてはまる＋ややあてはまる
		*凡例						
全体		(n=4395)	33.0	18.4	23.3	6.8	18.6	51.4
性別	男性	(n=2069)	28.6	15.9	26.6	7.3	21.6	44.5
	女性	(n=2326)	36.9	20.5	20.2	6.3	16.0	57.4
性年代	男性10代以下	(n=124)	26.6	13.7	29.0	6.5	24.2	40.3
	男性20代	(n=242)	24.0	14.5	28.9	9.5	23.1	38.5
	男性30代	(n=319)	28.2	15.0	26.6	10.7	19.4	43.2
	男性40代	(n=511)	32.5	15.5	29.4	6.5	16.2	48.0
	男性50代	(n=401)	33.7	17.2	24.7	6.0	18.5	50.9
	男性60代	(n=261)	26.8	19.9	25.3	5.7	22.2	46.7
	男性70代以上	(n=211)	18.5	14.2	21.3	6.6	39.3	32.7
	女性10代以下	(n=145)	35.9	22.1	21.4	6.9	13.8	58.0
	女性20代	(n=317)	37.5	24.3	18.3	8.2	11.7	61.8
	女性30代	(n=408)	39.5	22.8	20.8	4.7	12.3	62.3
	女性40代	(n=565)	45.3	18.2	19.3	4.6	12.6	63.5
	女性50代	(n=353)	40.8	19.5	18.1	5.9	15.6	60.3
	女性60代	(n=305)	26.9	22.0	23.3	6.9	21.0	48.9
	女性70代以上	(n=233)	18.9	15.5	22.7	10.3	32.6	34.4
小中高	小学生	(n=467)	33.0	18.4	24.4	8.8	15.4	51.4
	中学生	(n=280)	35.4	18.2	23.6	6.4	16.4	53.6
	高校生	(n=239)	31.4	18.4	25.1	7.1	18.0	49.8
障害者	障害者	(n=550)	38.0	14.7	19.5	5.3	22.5	52.7
エリア	北海道	(n=213)	31.9	19.2	25.8	5.6	17.4	51.1
	東北	(n=261)	39.8	14.9	24.5	5.7	14.9	54.7
	関東	(n=1548)	32.4	18.7	23.4	6.4	19.1	51.1
	甲信越・北陸	(n=203)	31.5	21.7	17.7	9.4	19.7	53.2
	中部	(n=567)	32.6	19.8	23.1	7.1	17.5	52.4
	近畿	(n=913)	33.3	16.3	22.0	7.4	20.9	49.6
	中国	(n=227)	38.8	17.6	22.5	7.0	14.1	56.4
	四国	(n=103)	34.0	19.4	25.2	2.9	18.4	53.4
	九州	(n=326)	26.1	21.5	27.3	6.7	18.4	47.6
	沖縄	(n=34)	41.2	8.8	17.6	11.8	20.6	50.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=3)	33.3	33.3			33.3	33.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=61)	8.2	13.1	23.0	16.4	39.3	21.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=71)	21.1	21.1	25.4	4.2	28.2	42.2
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=22)	22.7	36.4	13.6	9.1	18.2	59.1
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=57)	8.8	5.3	33.3	14.0	38.6	14.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=30)	16.7	23.3	26.7	23.3	10.0	40.0
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=16)	31.3	25.0	18.8		25.0	56.3
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=18)	11.1	22.2	16.7	5.6	44.4	33.3
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=4)	25.0	25.0			50.0	25.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=109)	26.6	24.8	18.3	9.2	21.1	51.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=50)	22.0	12.0	38.0	14.0	14.0	34.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=14)	35.7	21.4	21.4	7.1	14.3	57.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=204)	21.1	16.7	24.5	10.3	27.5	37.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=178)	20.2	16.3	30.3	6.2	27.0	36.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=51)	15.7	21.6	23.5	13.7	25.5	37.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=61)	31.1	27.9	18.0	6.6	16.4	59.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=81)	23.5	19.8	28.4	11.1	17.3	43.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=52)	26.9	28.8	19.2	11.5	13.5	55.7
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=102)	28.4	27.5	19.6	6.9	17.6	55.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=46)	23.9	10.9	41.3	10.9	13.0	34.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=6)	16.7	33.3	50.0			50.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=164)	18.9	14.0	25.0	11.0	31.1	32.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=148)	18.2	17.6	31.8	8.1	24.3	35.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=46)	23.9	13.0	21.7	17.4	23.9	36.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=108)	28.7	25.0	18.5	9.3	18.5	53.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=115)	24.3	17.4	26.1	8.7	23.5	41.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=65)	23.1	32.3	18.5	9.2	16.9	55.4
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=42)	33.3	23.8	23.8	4.8	14.3	57.1
	運動不足は健康に悪い	(n=53)	22.6	28.3	22.6	3.8	22.6	50.9
	ストレス発散	(n=31)	19.4	25.8	25.8	3.2	25.8	45.2
	スポーツ好き	(n=10)	10.0	40.0		10.0	40.0	10.0
	普段の習慣	(n=28)	14.3	28.6	28.6	3.6	25.0	42.9
	友人や知人に誘われた	(n=4)	50.0		50.0			50.0
	感染者減等感染リスクの低下	(n=4)	50.0		25.0		25.0	75.0
	余暇時間が増えた	(n=17)	23.5	23.5	23.5	5.9	23.5	47.0

運動・スポーツを行わなかった理由（３）

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

3.元々運動が苦手だったから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の27.8%で、次いで『あてはまる』の24.9%、『どちらともいえない』の24.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の33.3%で、次いで『どちらともいえない』の28.1%、『あてはまる』の16.4%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまる』の32.5%で、次いで『あてはまらない』の22.9%、『どちらともいえない』の21.2%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が34.9%で、次いで『40代』の『どちらともいえない』が34.8%、『70代以上』の『あてはまらない』が34.6%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまる』が40.2%で、次いで『40代』の『あてはまる』が38.2%、『10代以下』の『あてはまる』が33.1%となっている。

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

3.元々運動が苦手だったから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=4395)	24.9	12.9	24.4	9.9	27.8	37.8
性別	男性	(n=2069)	16.4	10.8	28.1	11.4	33.3	27.2
	女性	(n=2326)	32.5	14.9	21.2	8.6	22.9	47.4
性年代	男性10代以下	(n=124)	25.8	12.9	20.2	8.9	32.3	38.7
	男性20代	(n=242)	13.2	9.5	28.5	14.9	33.9	22.7
	男性30代	(n=319)	15.0	8.2	27.6	14.7	34.5	23.2
	男性40代	(n=511)	12.9	10.0	34.8	11.0	31.3	22.9
	男性50代	(n=401)	19.2	9.5	25.9	10.5	34.9	28.7
	男性60代	(n=261)	15.7	16.5	27.2	8.0	32.6	32.2
	男性70代以上	(n=211)	20.4	12.3	21.8	10.9	34.6	32.7
	女性10代以下	(n=145)	33.1	12.4	17.9	10.3	26.2	45.5
	女性20代	(n=317)	27.1	14.8	20.8	13.6	23.7	41.9
	女性30代	(n=408)	28.9	15.7	24.5	10.8	20.1	44.6
	女性40代	(n=565)	38.2	14.7	20.5	7.4	19.1	52.9
	女性50代	(n=353)	40.2	13.9	17.3	5.9	22.7	54.1
	女性60代	(n=305)	26.6	16.1	23.3	7.5	26.6	42.7
	女性70代以上	(n=233)	27.9	15.5	22.3	5.2	29.2	43.4
小中高	小学生	(n=467)	21.0	12.8	28.7	11.3	26.1	33.8
	中学生	(n=280)	17.9	11.4	25.7	13.2	31.8	29.3
	高校生	(n=239)	28.9	13.0	19.7	10.0	28.5	41.9
障害者	障害者	(n=550)	35.5	12.9	20.2	6.9	24.5	48.4
エリア	北海道	(n=213)	26.3	13.1	23.9	11.3	25.4	39.4
	東北	(n=261)	28.7	12.6	26.1	7.7	24.9	41.3
	関東	(n=1548)	22.5	13.0	25.0	10.5	28.9	35.5
	甲信越・北陸	(n=203)	29.1	10.3	21.2	11.3	28.1	39.4
	中部	(n=567)	26.3	13.1	24.0	10.2	26.5	39.4
	近畿	(n=913)	27.1	11.8	22.3	9.0	29.8	38.9
	中国	(n=227)	23.8	20.3	21.6	10.6	23.8	44.1
	四国	(n=103)	32.0	8.7	30.1	9.7	19.4	40.7
	九州	(n=326)	21.2	14.1	28.5	8.6	27.6	35.3
	沖縄	(n=34)	14.7	5.9	32.4	11.8	35.3	20.6
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=3)	100.0					0.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=61)	6.6	11.5	19.7	14.8	47.5	18.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=71)	11.3	14.1	18.3	8.5	47.9	25.4
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=22)	13.6	27.3	18.2	13.6	27.3	40.9
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=57)	8.8	8.8	26.3	8.8	47.4	17.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=30)	16.7	10.0	26.7	13.3	33.3	26.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=16)	25.0	12.5	18.8	12.5	31.3	37.5
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=18)	5.6	5.6	27.8	16.7	44.4	11.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=4)	25.0		75.0			0.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=109)	16.5	20.2	10.1	13.8	39.4	36.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=50)	14.0	4.0	30.0	22.0	30.0	18.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=14)	14.3	21.4	14.3	7.1	42.9	35.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=204)	21.1	10.3	22.1	8.8	37.7	31.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=178)	14.0	13.5	25.8	11.2	35.4	27.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=51)	15.7	7.8	25.5	21.6	29.4	23.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=61)	21.3	8.2	18.0	14.8	37.7	29.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=81)	19.8	12.3	16.0	14.8	37.0	32.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=52)	17.3	3.8	32.7	15.4	30.8	21.1
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=102)	21.6	16.7	11.8	11.8	38.2	38.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=46)	13.0	4.3	32.6	21.7	28.3	17.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=6)	16.7	16.7	33.3	16.7	16.7	33.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=164)	17.7	11.6	23.8	9.1	37.8	29.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=148)	14.9	13.5	27.7	12.2	31.8	28.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=46)	13.0	10.9	19.6	21.7	34.8	23.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=108)	21.3	11.1	14.8	13.9	38.9	32.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=115)	17.4	12.2	15.7	13.0	41.7	29.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=65)	18.5	4.6	32.3	13.8	30.8	23.1
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=42)	21.4	21.4	21.4	7.1	28.6	42.8
	運動不足は健康に悪い	(n=53)	15.1	20.8	24.5	7.5	32.1	35.9
	ストレス発散	(n=31)	6.5	25.8	25.8	6.5	35.5	32.3
	スポーツ好き	(n=10)	10.0	30.0	10.0	50.0		10.0
	普段の習慣	(n=28)	10.7	21.4	25.0	7.1	35.7	32.1
	友人や知人に誘われた	(n=4)	50.0		25.0		25.0	50.0
	感染者減等感染リスクの低下	(n=4)	25.0		50.0		25.0	75.0
	余暇時間が増えた	(n=17)	23.5	23.5	17.6	11.8	23.5	47.0

運動・スポーツを行わなかった理由（４）

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

4.普段利用しているスポーツクラブやスポーツ施設が休業になったから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の66.9%で、次いで『どちらともいえない』の14.5%、『あてはまる』の8.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の64.1%で、次いで『どちらともいえない』の17.0%、『あまりあてはまらない』の7.0%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の69.4%で、次いで『どちらともいえない』の12.3%、『あてはまる』の9.2%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『あてはまらない』が72.4%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が70.6%、『50代』の『あてはまらない』が68.3%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が75.9%で、次いで『40代』の『あてはまらない』が72.7%、『30代』の『あてはまらない』が71.3%となっている。

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

4.普段利用しているスポーツクラブやスポーツ施設が休業になったから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=4395)	8.1	4.6	14.5	6.0	66.9	12.7
性別	男性	(n=2069)	6.8	5.1	17.0	7.0	64.1	11.9
	女性	(n=2326)	9.2	4.0	12.3	5.1	69.4	13.2
性年代	男性10代以下	(n=124)	10.5	9.7	17.7	4.0	58.1	20.2
	男性20代	(n=242)	6.6	6.2	22.3	10.7	54.1	12.8
	男性30代	(n=319)	5.3	7.8	19.4	9.4	58.0	13.1
	男性40代	(n=511)	5.3	4.7	19.8	6.5	63.8	10.0
	男性50代	(n=401)	6.2	3.7	15.2	6.5	68.3	9.9
	男性60代	(n=261)	7.3	3.1	12.3	5.0	72.4	10.4
	男性70代以上	(n=211)	10.9	3.3	9.5	5.7	70.6	14.2
	女性10代以下	(n=145)	8.3	7.6	17.2	9.0	57.9	15.9
	女性20代	(n=317)	7.9	4.1	17.4	6.0	64.7	12.0
	女性30代	(n=408)	7.6	3.9	12.3	4.9	71.3	11.5
	女性40代	(n=565)	8.3	3.7	10.4	4.8	72.7	12.0
	女性50代	(n=353)	7.6	4.8	9.1	2.5	75.9	12.4
	女性60代	(n=305)	13.8	3.0	10.8	7.2	65.2	16.8
	女性70代以上	(n=233)	12.9	3.0	13.7	3.4	67.0	15.9
小中高	小学生	(n=467)	5.8	3.6	16.3	7.7	66.6	9.4
	中学生	(n=280)	4.3	3.9	13.9	5.0	72.9	8.2
	高校生	(n=239)	8.4	8.4	18.4	7.1	57.7	16.8
障害者	障害者	(n=550)	9.1	3.6	12.7	2.9	71.6	12.7
エリア	北海道	(n=213)	10.3	3.8	16.0	6.1	63.8	14.1
	東北	(n=261)	6.5	3.4	16.1	3.4	70.5	9.9
	関東	(n=1548)	8.8	5.3	14.3	6.5	65.1	14.1
	甲信越・北陸	(n=203)	7.9	5.4	13.8	5.9	67.0	13.3
	中部	(n=567)	7.8	3.7	13.9	4.9	69.7	11.5
	近畿	(n=913)	7.9	4.6	12.4	6.1	69.0	12.5
	中国	(n=227)	6.6	4.4	14.5	6.2	68.3	11.0
	四国	(n=103)	5.8	5.8	16.5	4.9	67.0	11.6
	九州	(n=326)	7.1	3.1	19.3	7.1	63.5	10.2
	沖縄	(n=34)	8.8	2.9	20.6	8.8	58.8	11.7
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=3)	33.3				66.7	33.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=61)	29.5	6.6	9.8	6.6	47.5	36.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=71)	29.6	12.7	12.7	1.4	43.7	42.3
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=22)	9.1	9.1	9.1	18.2	54.5	18.2
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=57)	29.8	7.0	14.0	8.8	40.4	36.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=30)	33.3	13.3	3.3	3.3	46.7	46.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=16)	18.8	6.3	12.5		62.5	25.1
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=18)	16.7	11.1	5.6		66.7	16.7
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=4)	25.0				75.0	25.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=109)	4.6	7.3	8.3	6.4	73.4	11.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=50)	12.0	8.0	24.0	10.0	46.0	20.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=14)	7.1	14.3			78.6	21.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=204)	12.3	3.9	12.3	6.4	65.2	16.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=178)	12.9	6.2	16.9	7.3	56.7	19.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=51)	13.7	3.9	15.7	5.9	60.8	17.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=61)	13.1	1.6	6.6	4.9	73.8	14.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=81)	17.3	8.6	7.4	13.6	53.1	25.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=52)	25.0	11.5	7.7	3.8	51.9	36.5
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=102)	6.9	4.9	10.8	6.9	70.6	11.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=46)	10.9	8.7	26.1	10.9	43.5	19.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=6)	16.7				83.3	16.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=164)	7.9	6.1	13.4	6.1	66.5	14.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=148)	11.5	5.4	17.6	9.5	56.1	16.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=46)	10.9	4.3	15.2	4.3	65.2	15.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=108)	16.7	1.9	4.6	5.6	71.3	18.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=115)	18.3	8.7	8.7	8.7	55.7	27.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=65)	24.6	10.8	7.7	4.6	52.3	35.4
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=42)	2.4	2.4	14.3	4.8	76.2	4.8
	運動不足は健康に悪い	(n=53)	1.9	1.9	9.4	5.7	81.1	3.8
	ストレス発散	(n=31)	3.2	3.2	9.7	6.5	77.4	6.4
	スポーツ好き	(n=10)	10.0		40.0	10.0	40.0	10.0
	普段の習慣	(n=28)	3.6	7.1	3.6		85.7	3.6
	友人や知人に誘われた	(n=4)		25.0	25.0		50.0	25.0
	感染者減等感染リスクの低下	(n=4)		25.0	25.0		50.0	25.0
	余暇時間が増えた	(n=17)	5.9		11.8	5.9	76.5	5.9

運動・スポーツを行わなかった理由（５）

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

5.普段利用している近隣の公園や広場が利用できなくなったから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の66.2%で、次いで『どちらともいえない』の16.5%、『あまりあてはまらない』の7.7%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の62.4%で、次いで『どちらともいえない』の20.4%、『あまりあてはまらない』の8.3%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の69.6%で、次いで『どちらともいえない』の12.9%、『あまりあてはまらない』の7.1%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が73.0%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が71.3%、『50代』の『あてはまらない』が67.8%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が76.8%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が72.1%、『40代』の『あてはまらない』が70.4%となっている。

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

5.普段利用している近隣の公園や広場が利用できなくなったから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=4395)	5.9	3.8	16.5	7.7	66.2	9.7
性別	男性	(n=2069)	5.6	3.3	20.4	8.3	62.4	8.9
	女性	(n=2326)	6.1	4.3	12.9	7.1	69.6	10.4
性年代	男性10代以下	(n=124)	6.5	4.8	18.5	7.3	62.9	11.3
	男性20代	(n=242)	7.0	4.1	26.4	11.6	50.8	11.1
	男性30代	(n=319)	5.3	5.0	25.1	10.7	53.9	10.3
	男性40代	(n=511)	4.7	2.5	23.5	9.2	60.1	7.2
	男性50代	(n=401)	5.2	3.5	16.5	7.0	67.8	8.7
	男性60代	(n=261)	5.4	1.5	16.5	5.4	71.3	6.9
	男性70代以上	(n=211)	6.6	2.4	12.8	5.2	73.0	9.0
	女性10代以下	(n=145)	6.2	7.6	13.8	11.0	61.4	13.8
	女性20代	(n=317)	3.8	5.0	17.7	7.9	65.6	8.8
	女性30代	(n=408)	6.1	5.4	15.4	6.1	66.9	11.5
	女性40代	(n=565)	7.3	3.7	11.2	7.4	70.4	11.0
	女性50代	(n=353)	4.8	3.4	9.6	5.4	76.8	8.2
	女性60代	(n=305)	8.2	3.3	11.1	8.2	69.2	11.5
	女性70代以上	(n=233)	6.0	3.0	12.9	6.0	72.1	9.0
小中高	小学生	(n=467)	5.8	5.1	18.8	10.5	59.7	10.9
	中学生	(n=280)	3.9	3.2	14.6	8.2	70.0	7.1
	高校生	(n=239)	6.3	6.7	16.3	9.6	61.1	13.0
障害者	障害者	(n=550)	6.9	2.9	14.5	3.5	72.2	9.8
エリア	北海道	(n=213)	5.6	3.8	18.3	8.0	64.3	9.4
	東北	(n=261)	4.2	4.2	16.1	3.1	72.4	8.4
	関東	(n=1548)	5.8	4.5	17.4	8.1	64.2	10.3
	甲信越・北陸	(n=203)	5.4	6.4	15.8	6.9	65.5	11.8
	中部	(n=567)	6.5	3.2	15.9	7.4	67.0	9.7
	近畿	(n=913)	5.6	3.3	13.7	7.2	70.2	8.9
	中国	(n=227)	5.3	3.5	15.9	9.7	65.6	8.8
	四国	(n=103)	4.9	1.9	18.4	6.8	68.0	6.8
	九州	(n=326)	7.7	2.1	20.6	8.9	60.7	9.8
	沖縄	(n=34)	11.8	2.9	11.8	17.6	55.9	14.7
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=3)	33.3			33.3	33.3	33.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=61)	14.8	3.3	18.0	13.1	50.8	18.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=71)	15.5	9.9	19.7	4.2	50.7	25.4
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=22)	4.5		22.7	9.1	63.6	4.5
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=57)	8.8	5.3	19.3	8.8	57.9	14.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=30)	10.0	6.7	13.3	10.0	60.0	16.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=16)	6.3		18.8		75.0	6.3
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=18)	5.6	5.6	22.2	11.1	55.6	11.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=4)			25.0		75.0	0.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=109)	5.5	3.7	8.3	11.0	71.6	9.2
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=50)	8.0	6.0	26.0	18.0	42.0	14.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=14)	7.1	14.3			78.6	21.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=204)	4.4	3.9	15.2	8.8	67.6	8.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=178)	9.6	5.1	23.6	6.2	55.6	14.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=51)	7.8	2.0	17.6	9.8	62.7	9.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=61)	8.2	1.6	9.8	4.9	75.4	9.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=81)	3.7	8.6	11.1	12.3	64.2	12.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=52)	5.8	7.7	21.2	11.5	53.8	13.5
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=102)	4.9	2.9	8.8	14.7	68.6	7.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=46)	6.5	4.3	30.4	19.6	39.1	10.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=6)			16.7	16.7	66.7	16.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=164)	2.4	4.9	15.2	9.1	68.3	7.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=148)	8.8	3.4	25.0	6.8	56.1	12.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=46)	8.7	4.3	17.4	6.5	63.0	13.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=108)	10.2	1.9	11.1	2.8	74.1	12.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=115)	7.0	10.4	11.3	9.6	61.7	17.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=65)	6.2	6.2	18.5	10.8	58.5	12.4
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=42)	7.1	9.5	7.1		76.2	7.1
	運動不足は健康に悪い	(n=53)	5.7	5.7	7.5		81.1	5.7
	ストレス発散	(n=31)	9.7	9.7	6.5		74.2	9.7
	スポーツ好き	(n=10)	10.0		40.0	10.0	40.0	10.0
	普段の習慣	(n=28)	7.1	7.1	3.6		82.1	7.1
	友人や知人に誘われた	(n=4)		25.0	25.0		50.0	25.0
	感染者減等感染リスクの低下	(n=4)		50.0		25.0	25.0	50.0
	余暇時間が増えた	(n=17)	5.9		11.8	5.9	76.5	5.9

運動・スポーツを行わなかった理由（６）

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

6.スポーツ施設等が混雑していたので、自主的に利用を諦めたから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の66.5%で、次いで『どちらともいえない』の16.2%、『あまりあてはまらない』の7.0%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の62.7%で、次いで『どちらともいえない』の19.4%、『あまりあてはまらない』の8.1%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の69.8%で、次いで『どちらともいえない』の13.4%、『あてはまる』の6.6%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『あてはまらない』が70.1%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が68.7%、『50代』の『あてはまらない』が68.1%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が77.1%で、次いで『40代』の『あてはまらない』が71.9%、『60代』の『あてはまらない』が69.5%となっている。

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

6.スポーツ施設等が混雑していたので、自主的に利用を諦めたから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=4395)	6.0	4.3	16.2	7.0	66.5	10.3
性別	男性	(n=2069)	5.4	4.4	19.4	8.1	62.7	9.8
	女性	(n=2326)	6.6	4.2	13.4	6.0	69.8	10.8
性年代	男性10代以下	(n=124)	3.2	4.8	19.4	8.9	63.7	8.0
	男性20代	(n=242)	6.2	5.8	23.6	12.8	51.7	12.0
	男性30代	(n=319)	6.0	6.9	22.6	10.0	54.5	12.9
	男性40代	(n=511)	4.1	3.9	24.3	5.3	62.4	8.0
	男性50代	(n=401)	4.7	4.2	14.0	9.0	68.1	8.9
	男性60代	(n=261)	6.1	2.3	15.3	6.1	70.1	8.4
	男性70代以上	(n=211)	8.1	3.3	13.3	6.6	68.7	11.4
	女性10代以下	(n=145)	6.9	4.1	16.6	13.8	58.6	11.0
	女性20代	(n=317)	4.1	5.4	18.9	6.3	65.3	9.5
	女性30代	(n=408)	7.4	5.4	13.0	5.4	68.9	12.8
	女性40代	(n=565)	6.9	3.7	12.2	5.3	71.9	10.6
	女性50代	(n=353)	5.9	4.2	9.1	3.7	77.1	10.1
	女性60代	(n=305)	6.6	3.6	12.8	7.5	69.5	10.2
	女性70代以上	(n=233)	8.6	2.6	15.0	5.2	68.7	11.2
小中高	小学生	(n=467)	6.6	5.6	15.8	8.6	63.4	12.2
	中学生	(n=280)	3.6	3.9	13.2	7.1	72.1	7.5
	高校生	(n=239)	5.4	5.0	18.0	11.7	59.8	10.4
障害者	障害者	(n=550)	6.5	2.5	15.5	3.1	72.4	9.0
エリア	北海道	(n=213)	7.5	4.2	19.7	8.0	60.6	11.7
	東北	(n=261)	6.5	4.6	16.1	3.1	69.7	11.1
	関東	(n=1548)	5.7	4.8	16.4	7.6	65.4	10.5
	甲信越・北陸	(n=203)	5.9	6.4	17.2	7.4	63.1	12.3
	中部	(n=567)	6.3	4.8	15.3	5.6	67.9	11.1
	近畿	(n=913)	5.9	3.2	14.0	7.7	69.2	9.1
	中国	(n=227)	5.7	4.0	13.7	8.8	67.8	9.7
	四国	(n=103)	4.9	3.9	18.4	3.9	68.9	8.8
	九州	(n=326)	6.1	2.8	21.2	7.1	62.9	8.9
	沖縄	(n=34)	5.9	11.8	17.6		64.7	17.7
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=3)			100.0			0.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=61)	11.5	4.9	24.6	9.8	49.2	16.4
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=71)	14.1	11.3	21.1	2.8	50.7	25.4
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=22)	13.6		22.7	9.1	54.5	13.6
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=57)	5.3	3.5	21.1	14.0	56.1	8.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=30)	13.3		20.0	10.0	6.7	50.0	33.3
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=16)	6.3		12.5	6.3	75.0	6.3
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=18)	5.6	5.6	11.1		77.8	11.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=4)			25.0		75.0	25.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=109)	3.7	2.8	11.0	9.2	73.4	6.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=50)	6.0	2.0	30.0	12.0	50.0	8.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=14)		7.1	14.3		78.6	21.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=204)	4.9	4.4	15.7	7.8	67.2	9.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=178)	7.3	5.6	22.5	7.3	57.3	12.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=51)	5.9	3.9	9.8	9.8	70.6	9.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=61)	6.6	1.6	11.5	3.3	77.0	8.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=81)	4.9	11.1	13.6	11.1	59.3	16.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=52)		13.5	9.6	17.3	11.5	48.1	23.1
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=102)	3.9	2.9	14.7	7.8	70.6	6.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=46)	4.3	2.2	34.8	13.0	45.7	6.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=6)		16.7			83.3	16.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=164)	4.3	3.7	14.6	9.1	68.3	8.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=148)	5.4	6.1	22.3	8.1	58.1	11.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=46)	6.5	6.5	8.7	8.7	69.6	13.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=108)	6.5	3.7	11.1	4.6	74.1	10.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=115)	8.7	8.7	14.8	8.7	59.1	17.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=65)		12.3	7.7	15.4	10.8	53.8	20.0
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=42)	4.8	7.1	7.1	4.8	76.2	11.9
	運動不足は健康に悪い	(n=53)	3.8	5.7	5.7	5.7	79.2	9.5
	ストレス発散	(n=31)	3.2	3.2	9.7	6.5	77.4	6.4
	スポーツ好き	(n=10)		10.0	10.0	40.0	10.0	30.0	20.0
	普段の習慣	(n=28)	3.6	7.1	7.1	3.6	78.6	10.7
	友人や知人に誘われた	(n=4)			25.0	25.0	50.0	25.0
	感染者減等感染リスクの低下	(n=4)			25.0	25.0	50.0	25.0
	余暇時間が増えた	(n=17)	5.9		11.8	5.9	76.5	5.9

運動・スポーツを行わなかった理由（７）

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

7.参加する予定であった大会やイベントが中止になったから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の67.7%で、次いで『どちらともいえない』の15.7%、『あてはまる』の6.5%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の63.4%で、次いで『どちらともいえない』の19.1%、『あまりあてはまらない』の7.2%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の71.6%で、次いで『どちらともいえない』の12.6%、『あてはまる』の6.8%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『あてはまらない』が73.6%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が71.1%、『50代』の『あてはまらない』が69.1%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が79.0%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が72.5%、『40代』の『あてはまらない』が72.2%となっている。

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

7.参加する予定であった大会やイベントが中止になったから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=4395)	6.5	3.8	15.7	6.4	67.7	10.3
性別	男性	(n=2069)	6.1	4.2	19.1	7.2	63.4	10.3
	女性	(n=2326)	6.8	3.4	12.6	5.6	71.6	10.2
性年代	男性10代以下	(n=124)	6.5	8.1	19.4	5.6	60.5	14.6
	男性20代	(n=242)	7.4	3.3	24.0	12.0	53.3	10.7
	男性30代	(n=319)	6.6	6.0	22.6	11.0	53.9	12.6
	男性40代	(n=511)	4.9	3.9	22.9	6.5	61.8	8.8
	男性50代	(n=401)	5.5	4.0	14.7	6.7	69.1	9.5
	男性60代	(n=261)	5.4	1.1	15.3	4.6	73.6	6.5
	男性70代以上	(n=211)	8.5	4.7	12.3	3.3	71.1	13.2
	女性10代以下	(n=145)	6.9	4.1	19.3	11.0	58.6	11.0
	女性20代	(n=317)	4.4	5.0	15.1	5.7	69.7	9.4
	女性30代	(n=408)	6.1	3.2	12.3	7.1	71.3	9.3
	女性40代	(n=565)	9.0	3.0	11.5	4.2	72.2	12.0
	女性50代	(n=353)	4.2	3.1	9.9	3.7	79.0	7.3
	女性60代	(n=305)	7.5	3.0	10.8	6.2	72.5	10.5
	女性70代以上	(n=233)	9.0	3.0	14.6	4.7	68.7	12.0
小中高	小学生	(n=467)	7.5	4.7	16.9	9.0	61.9	12.2
	中学生	(n=280)	4.6	1.8	13.6	7.5	72.5	6.4
	高校生	(n=239)	7.1	6.7	19.2	8.8	58.2	13.8
障害者	障害者	(n=550)	7.6	3.1	13.6	3.6	72.0	10.7
エリア	北海道	(n=213)	6.1	5.6	16.9	7.5	63.8	11.7
	東北	(n=261)	6.5	2.3	16.9	2.7	71.6	8.8
	関東	(n=1548)	6.3	3.6	15.9	6.4	67.8	9.9
	甲信越・北陸	(n=203)	5.9	7.4	11.8	8.4	66.5	13.3
	中部	(n=567)	7.2	3.0	16.8	5.3	67.7	10.2
	近畿	(n=913)	7.1	3.6	13.6	7.1	68.6	10.7
	中国	(n=227)	5.3	4.0	14.5	7.0	69.2	9.3
	四国	(n=103)	7.8	2.9	15.5	3.9	69.9	10.7
	九州	(n=326)	5.5	4.0	20.6	7.1	62.9	9.5
	沖縄	(n=34)	5.9	2.9	11.8	8.8	70.6	8.8
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=3)			33.3		66.7	33.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=61)	11.5	6.6	19.7	3.3	59.0	18.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=71)	16.9	5.6	22.5	1.4	53.5	22.5
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=22)	4.5		18.2	13.6	63.6	4.5
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=57)	12.3	5.3	14.0	10.5	57.9	17.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=30)	16.7	3.3	3.3		76.7	20.0
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=16)	12.5	6.3	6.3		75.0	12.5
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=18)	11.1		16.7	5.6	66.7	11.1
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=4)			25.0		75.0	25.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=109)	1.8	3.7	10.1	9.2	75.2	5.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=50)	4.0	8.0	24.0	14.0	50.0	12.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=14)		14.3	14.3		71.4	28.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=204)	5.9	5.4	14.7	5.4	68.6	11.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=178)	9.6	4.5	20.2	6.7	59.0	14.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=51)	7.8	2.0	13.7	7.8	68.6	9.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=61)	11.5	3.3	9.8	1.6	73.8	14.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=81)	12.3	8.6	8.6	8.6	61.7	20.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=52)	3.8	9.6	19.2	3.8	63.5	13.4
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=102)	2.9	3.9	12.7	6.9	73.5	6.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=46)	4.3	13.0	26.1	10.9	45.7	17.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=6)			33.3		66.7	33.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=164)	3.7	5.5	15.9	6.7	68.3	9.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=148)	7.4	4.1	20.3	8.1	60.1	11.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=46)	10.9	4.3	13.0	4.3	67.4	15.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=108)	11.1	3.7	7.4	3.7	74.1	14.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=115)	13.9	6.1	11.3	7.8	60.9	20.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=65)	4.6	6.2	16.9	6.2	66.2	10.8
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=42)	2.4	7.1	11.9	7.1	71.4	9.5
	運動不足は健康に悪い	(n=53)	1.9	3.8	9.4	5.7	79.2	5.7
	ストレス発散	(n=31)	3.2	6.5	16.1	6.5	67.7	9.7
	スポーツ好き	(n=10)		10.0	40.0	10.0	40.0	10.0
	普段の習慣	(n=28)		7.1	10.7	3.6	78.6	7.1
	友人や知人に誘われた	(n=4)			25.0	25.0	50.0	25.0
	感染者減等感染リスクの低下	(n=4)			50.0	25.0	25.0	50.0
	余暇時間が増えた	(n=17)		5.9	17.6	5.9	70.6	5.9

運動・スポーツを行わなかった理由（８）

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

8.外出自粛が呼びかけられていたから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の43.8%で、次いで『どちらともいえない』の21.4%、『あてはまる』の17.2%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の44.8%で、次いで『どちらともいえない』の24.1%、『あてはまる』の13.6%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の42.9%で、次いで『あてはまる』の20.3%、『どちらともいえない』の19.0%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『あてはまらない』が51.7%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が49.4%、『70代以上』の『あてはまらない』が48.3%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が50.7%で、次いで『40代』の『あてはまらない』が44.8%、『30代』の『あてはまらない』が43.4%となっている。

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

8.外出自粛が呼びかけられていたから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=4395)	17.2	10.7	21.4	7.0	43.8	27.9
性別	男性	(n=2069)	13.6	10.4	24.1	7.2	44.8	24.0
	女性	(n=2326)	20.3	11.0	19.0	6.8	42.9	31.3
性年代	男性10代以下	(n=124)	10.5	12.1	28.2	9.7	39.5	22.6
	男性20代	(n=242)	10.3	13.6	29.3	8.3	38.4	23.9
	男性30代	(n=319)	14.4	13.5	27.6	6.0	38.6	27.9
	男性40代	(n=511)	12.1	9.0	25.8	8.6	44.4	21.1
	男性50代	(n=401)	16.0	7.2	21.7	5.7	49.4	23.2
	男性60代	(n=261)	13.0	10.0	19.5	5.7	51.7	23.0
	男性70代以上	(n=211)	17.5	10.9	16.1	7.1	48.3	28.4
	女性10代以下	(n=145)	15.2	15.2	17.9	10.3	41.4	30.4
	女性20代	(n=317)	18.6	15.1	21.8	8.5	36.0	33.7
	女性30代	(n=408)	19.9	10.0	19.6	7.1	43.4	29.9
	女性40代	(n=565)	20.2	9.2	20.0	5.8	44.8	29.4
	女性50代	(n=353)	18.1	10.2	16.1	4.8	50.7	28.3
	女性60代	(n=305)	24.9	11.5	16.1	6.9	40.7	36.4
	女性70代以上	(n=233)	24.5	9.0	21.0	6.9	38.6	33.5
小中高	小学生	(n=467)	17.6	10.5	23.3	7.9	40.7	28.1
	中学生	(n=280)	14.3	10.4	19.6	7.1	48.6	24.7
	高校生	(n=239)	13.4	15.1	22.6	10.5	38.5	28.5
障害者	障害者	(n=550)	19.6	9.6	16.9	5.3	48.5	29.2
エリア	北海道	(n=213)	17.4	9.9	23.9	8.5	40.4	27.3
	東北	(n=261)	16.1	9.6	20.7	2.7	51.0	25.7
	関東	(n=1548)	18.9	12.3	21.2	7.1	40.4	31.2
	甲信越・北陸	(n=203)	13.8	11.3	20.7	8.9	45.3	25.1
	中部	(n=567)	16.8	9.7	22.8	4.9	45.9	26.5
	近畿	(n=913)	16.6	10.6	19.6	8.4	44.7	27.2
	中国	(n=227)	13.7	7.5	19.8	7.0	52.0	21.2
	四国	(n=103)	13.6	8.7	21.4	4.9	51.5	22.3
	九州	(n=326)	16.9	8.9	26.1	7.4	40.8	25.8
	沖縄	(n=34)	20.6	8.8	17.6	8.8	44.1	29.4
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=3)	66.7				33.3	66.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=61)	27.9	19.7	14.8	8.2	29.5	47.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=71)	43.7		15.5	22.5	5.6	12.7	59.2
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=22)	13.6	22.7	18.2	18.2	27.3	36.3
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=57)	40.4		17.5	21.1	7.0	14.0	57.9
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=30)	46.7		10.0	26.7	3.3	13.3	56.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=16)	31.3	6.3	18.8		43.8	37.6
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=18)	50.0		11.1	5.6	33.3	61.1
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=4)	25.0		25.0		50.0	25.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=109)	13.8	11.0	16.5	10.1	48.6	24.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=50)	18.0	10.0	28.0	18.0	26.0	28.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=14)	35.7		14.3	7.1	7.1	35.7	50.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=204)	15.2	10.3	20.1	9.3	45.1	25.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=178)	23.6	15.2	26.4	6.2	28.7	38.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=51)	21.6	3.9	27.5	3.9	43.1	25.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=61)	19.7	18.0	11.5	4.9	45.9	37.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=81)	33.3		19.8	9.9	11.1	25.9	53.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=52)	38.5		11.5	28.8	7.7	13.5	50.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=102)	11.8	10.8	17.6	10.8	49.0	22.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=46)	10.9	13.0	30.4	15.2	30.4	23.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=6)	33.3		33.3		33.3	33.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=164)	12.2	7.9	22.0	11.0	47.0	20.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=148)	20.9	13.5	27.7	9.5	28.4	34.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=46)	23.9	4.3	21.7	2.2	47.8	28.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=108)	24.1	18.5	11.1	3.7	42.6	42.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=115)	36.5		19.1	12.2	7.0	25.2	55.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=65)	38.5		9.2	27.7	9.2	15.4	47.7
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=42)	16.7	11.9	16.7	11.9	42.9	28.6
	運動不足は健康に悪い	(n=53)	15.1	9.4	17.0	7.5	50.9	24.5
	ストレス発散	(n=31)	12.9	12.9	16.1	6.5	51.6	25.8
	スポーツ好き	(n=10)	20.0	10.0	50.0		20.0	30.0
	普段の習慣	(n=28)	7.1	14.3	17.9	10.7	50.0	21.4
	友人や知人に誘われた	(n=4)	25.0		25.0	25.0	25.0	25.0
	感染者減等感染リスクの低下	(n=4)	50.0		25.0		25.0	50.0
	余暇時間が増えた	(n=17)	23.5	11.8	23.5	11.8	29.4	35.3

運動・スポーツを行わなかった理由（９）

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

9.外出すると感染リスクがあるから

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の40.4%で、次いで『どちらともいえない』の22.3%、『あてはまる』の18.5%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の42.5%で、次いで『どちらともいえない』の24.3%、『あてはまる』の14.5%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の38.5%で、次いで『あてはまる』の22.1%、『どちらともいえない』の20.6%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が46.6%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が46.4%、『10代以下』の『あてはまらない』が42.7%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『あてはまらない』・『50代』の『あてはまらない』が44.8%で、次いで『30代』の『あてはまらない』が39.7%、『40代』の『あてはまらない』が39.3%となっている。

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

9.外出すると感染リスクがあるから

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=4395)	18.5	11.7	22.3	7.1	40.4	30.2
性別	男性	(n=2069)	14.5	11.2	24.3	7.6	42.5	25.7
	女性	(n=2326)	22.1	12.2	20.6	6.6	38.5	34.3
性年代	男性10代以下	(n=124)	9.7	12.9	24.2	10.5	42.7	22.6
	男性20代	(n=242)	12.8	11.2	25.6	13.2	37.2	24.0
	男性30代	(n=319)	13.8	14.1	26.0	6.6	39.5	27.9
	男性40代	(n=511)	13.1	9.8	27.0	7.6	42.5	22.9
	男性50代	(n=401)	16.0	8.7	22.7	6.0	46.6	24.7
	男性60代	(n=261)	14.2	12.6	21.5	5.4	46.4	26.8
	男性70代以上	(n=211)	21.3	11.8	19.9	6.6	40.3	33.1
	女性10代以下	(n=145)	13.8	13.1	19.3	9.0	44.8	26.9
	女性20代	(n=317)	19.9	14.5	23.3	9.1	33.1	34.4
	女性30代	(n=408)	21.6	11.8	22.1	4.9	39.7	33.4
	女性40代	(n=565)	22.7	9.9	21.8	6.4	39.3	32.6
	女性50代	(n=353)	22.9	11.0	15.9	5.4	44.8	33.9
	女性60代	(n=305)	25.2	13.1	21.0	5.9	34.8	38.3
	女性70代以上	(n=233)	24.9	15.0	19.3	7.7	33.0	39.9
小中高	小学生	(n=467)	18.0	11.1	24.6	8.1	38.1	29.1
	中学生	(n=280)	13.9	11.1	19.6	9.3	46.1	25.0
	高校生	(n=239)	12.1	13.8	21.8	10.0	42.3	25.9
障害者	障害者	(n=550)	22.0	9.8	19.1	4.0	45.1	31.8
エリア	北海道	(n=213)	16.9	16.4	23.5	8.9	34.3	33.3
	東北	(n=261)	18.0	9.6	19.2	3.1	50.2	27.6
	関東	(n=1548)	18.7	13.2	23.4	6.7	37.9	31.9
	甲信越・北陸	(n=203)	14.3	14.8	22.7	8.9	39.4	29.1
	中部	(n=567)	19.9	10.4	21.7	5.8	42.2	30.3
	近畿	(n=913)	19.2	10.6	19.8	8.4	41.9	29.8
	中国	(n=227)	18.9	8.4	19.8	8.4	44.5	27.3
	四国	(n=103)	15.5	7.8	25.2	4.9	46.6	23.3
	九州	(n=326)	18.4	10.1	27.9	7.7	35.9	28.5
	沖縄	(n=34)	17.6	11.8	20.6	5.9	44.1	29.4
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=3)	33.3		33.3		33.3	66.6
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=61)	24.6	19.7	18.0	8.2	29.5	44.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=71)	40.8		16.9	25.4	5.6 11.3	57.7
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=22)	18.2	13.6	22.7	22.7	22.7	31.8
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=57)	35.1		14.0	28.1	7.0 15.8	49.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=30)	40.0		13.3	23.3	6.7 16.7	53.3
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=16)	25.0	18.8	18.8		37.5	43.8
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=18)	44.4		16.7	11.1	27.8	61.1
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=4)	50.0			50.0		0.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=109)	12.8	15.6	16.5	11.0	44.0	28.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=50)	14.0	14.0	34.0	12.0	26.0	28.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=14)	35.7		14.3	7.1	42.9	50.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=204)	14.7	13.2	21.6	8.8	41.7	27.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=178)	21.3	14.6	27.0	9.6	27.5	35.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=51)	17.6	7.8	33.3	3.9	37.3	25.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=61)	29.5	16.4	11.5	6.6	36.1	45.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=81)	29.6	21.0	18.5	7.4	23.5	50.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=52)	36.5		13.5	32.7	7.7 9.6	50.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=102)	13.7	16.7	15.7	9.8	44.1	30.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=46)	6.5	13.0	41.3	8.7	30.4	19.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=6)	33.3		33.3		33.3	33.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=164)	12.2	11.0	24.4	11.0	41.5	23.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=148)	19.6	14.9	26.4	12.2	27.0	34.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=46)	19.6	6.5	26.1	6.5	41.3	26.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=108)	25.9	17.6	12.0	5.6	38.9	43.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=115)	32.2	19.1	19.1	6.1	23.5	51.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=65)	36.9	12.3	30.8	6.2	13.8	49.2
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=42)	19.0	21.4	14.3	9.5	35.7	40.4
	運動不足は健康に悪い	(n=53)	17.0	17.0	15.1	7.5	43.4	34.0
	ストレス発散	(n=31)	16.1	22.6	12.9	6.5	41.9	38.7
	スポーツ好き	(n=10)	20.0	10.0	40.0		30.0	30.0
	普段の習慣	(n=28)	7.1	28.6	17.9	10.7	35.7	35.7
	友人や知人に誘われた	(n=4)		75.0			25.0	75.0
	感染者減等感染リスクの低下	(n=4)		75.0			25.0	75.0
	余暇時間が増えた	(n=17)	23.5	23.5	23.5	5.9	23.5	47.0

運動・スポーツを行わなかった理由（１０）

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

10. その他

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の18.8%で、次いで『どちらともいえない』の9.4%、『あてはまる』の4.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の18.7%で、次いで『どちらともいえない』の10.6%、『あてはまる』の3.5%となっている。

・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の18.8%で、次いで『どちらともいえない』の8.2%、『あてはまる』の4.5%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『あてはまらない』が25.7%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が20.7%、『40代』の『あてはまらない』が19.6%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が22.1%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が20.3%、『40代』の『あてはまらない』が20.0%となっている。

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

10. その他

(%)

		*凡例	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	無回答	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=4395)	4.1	1.4	9.4	1.5	18.8	65.0	5.5
性別	男性	(n=2069)	3.5	1.7	10.6	1.8	18.7	63.7	5.2
	女性	(n=2326)	4.5	1.1	8.2	1.2	18.8	66.2	5.6
性年代	男性10代以下	(n=124)	3.2	3.2	7.3	0.8	12.9	72.6	6.4
	男性20代	(n=242)	2.1	2.5	12.4	2.1	13.6	67.4	4.6
	男性30代	(n=319)	2.2	1.3	11.0	2.5	14.7	68.3	3.5
	男性40代	(n=511)	3.1	1.0	11.2	1.4	19.6	63.8	4.1
	男性50代	(n=401)	4.0	2.2	9.2	2.2	20.7	61.6	6.2
	男性60代	(n=261)	5.4	1.5	11.9	1.9	25.7	53.6	6.9
	男性70代以上	(n=211)	5.2	1.4	10.0	0.9	19.4	63.0	6.6
	女性10代以下	(n=145)	1.4	0.7	6.2	2.8	13.8	75.2	2.1
	女性20代	(n=317)	2.8	1.6	9.8	1.6	15.1	69.1	4.4
	女性30代	(n=408)	3.9	0.2	7.6	0.5	18.9	68.9	4.1
	女性40代	(n=565)	4.8	1.1	8.7	1.6	20.0	63.9	5.9
	女性50代	(n=353)	4.8	1.4	6.8	0.3	22.1	64.6	6.2
	女性60代	(n=305)	5.2	1.3	9.5	1.0	20.3	62.6	6.5
	女性70代以上	(n=233)	7.7	1.3	7.7	1.3	17.2	64.8	9.0
小中高	小学生	(n=467)	3.6	1.3	9.9	1.3	20.8	63.2	4.9
	中学生	(n=280)	2.5	0.4	7.9	2.5	22.5	64.3	2.9
	高校生	(n=239)	1.7	2.1	7.1	1.7	13.4	74.1	3.8
障害者	障害者	(n=550)	7.6	0.5	9.3	1.3	19.8	61.5	8.1
エリア	北海道	(n=213)	3.3	0.5	8.0	1.4	18.8	68.1	3.8
	東北	(n=261)	3.4	1.1	7.7	0.8	24.9	62.1	4.5
	関東	(n=1548)	4.0	1.9	10.1	1.8	17.8	64.3	5.9
	甲信越・北陸	(n=203)	2.5	2.0	4.9	0.5	17.7	72.4	4.5
	中部	(n=567)	4.6	1.1	9.0	0.9	21.7	62.8	5.7
	近畿	(n=913)	4.8	1.2	9.3	1.8	18.4	64.5	6.0
	中国	(n=227)	4.0	0.9	7.5	0.9	17.6	69.2	4.9
	四国	(n=103)	2.9	2.9	11.7	1.0	20.4	61.2	5.8
	九州	(n=326)	3.4		12.3	1.8	15.6	66.9	3.4
	沖縄	(n=34)	5.9		5.9		17.6	70.6	5.9
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=3)						100.0	0.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=61)			6.6	1.6	18.0	73.8	0.0
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=71)	1.4		8.5		7.0	83.1	1.4
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=22)			4.5		18.2	77.3	4.5
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=57)	1.8	1.8	3.5	1.8	12.3	78.9	3.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=30)			6.7	3.3	3.3	6.7	80.0	6.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=16)			12.5			87.5	0.0
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=18)			11.1			88.9	0.0
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=4)						100.0	0.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=109)	1.8		4.6	0.9	14.7	78.0	1.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=50)	2.0		8.0	4.0	10.0	76.0	2.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=14)		7.1			14.3	78.6	0.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=204)	1.8	2.0	7.4	0.5	15.2	73.5	3.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=178)	1.7	0.6	10.1		11.8	75.8	2.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=51)	3.9		5.9		9.8	80.4	3.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=61)	1.6				14.8	83.6	0.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=81)	2.5	1.2	8.6	1.2	8.6	77.8	3.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=52)	1.9	1.9	11.5	1.9	13.5	69.2	3.8
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=102)	2.0	3.9	1.0		12.7	80.4	2.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=46)			8.7	4.3	6.5	80.4	0.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=6)						100.0	0.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=164)	1.8	1.8	7.9	0.6	15.2	72.6	3.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=148)	2.0	0.7	9.5		14.2	73.6	2.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=46)	2.2		4.3		13.0	80.4	2.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=108)	0.9	3.7			16.7	78.7	0.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=115)	2.6	0.9	9.6	0.9	7.8	78.3	3.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=65)	3.1	1.5	10.8	3.1	12.3	69.2	4.6
【コロナ以降運動頻度高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=42)			7.1	2.4	11.9	78.6	0.0
	運動不足は健康に悪い	(n=53)			5.7	1.9	13.2	79.2	0.0
	ストレス発散	(n=31)			6.5	3.2	9.7	80.6	0.0
	スポーツ好き	(n=10)			10.0		10.0	80.0	0.0
	普段の習慣	(n=28)			3.6		10.7	85.7	0.0
	友人や知人に誘われた	(n=4)				25.0	25.0	50.0	0.0
	感染者減等感染リスクの低下	(n=4)				25.0	25.0	50.0	0.0
	余暇時間が増えた	(n=17)			5.9		17.6	76.5	0.0

緊急事態宣言前後で観戦したスポーツ［宣言前］-＜直接観戦＞

Q7.あなたが、一回目の緊急事態宣言前と宣言後の期間に観戦したスポーツ種目は何ですか。（MA）

1.＜直接観戦＞2019.4～2020.3

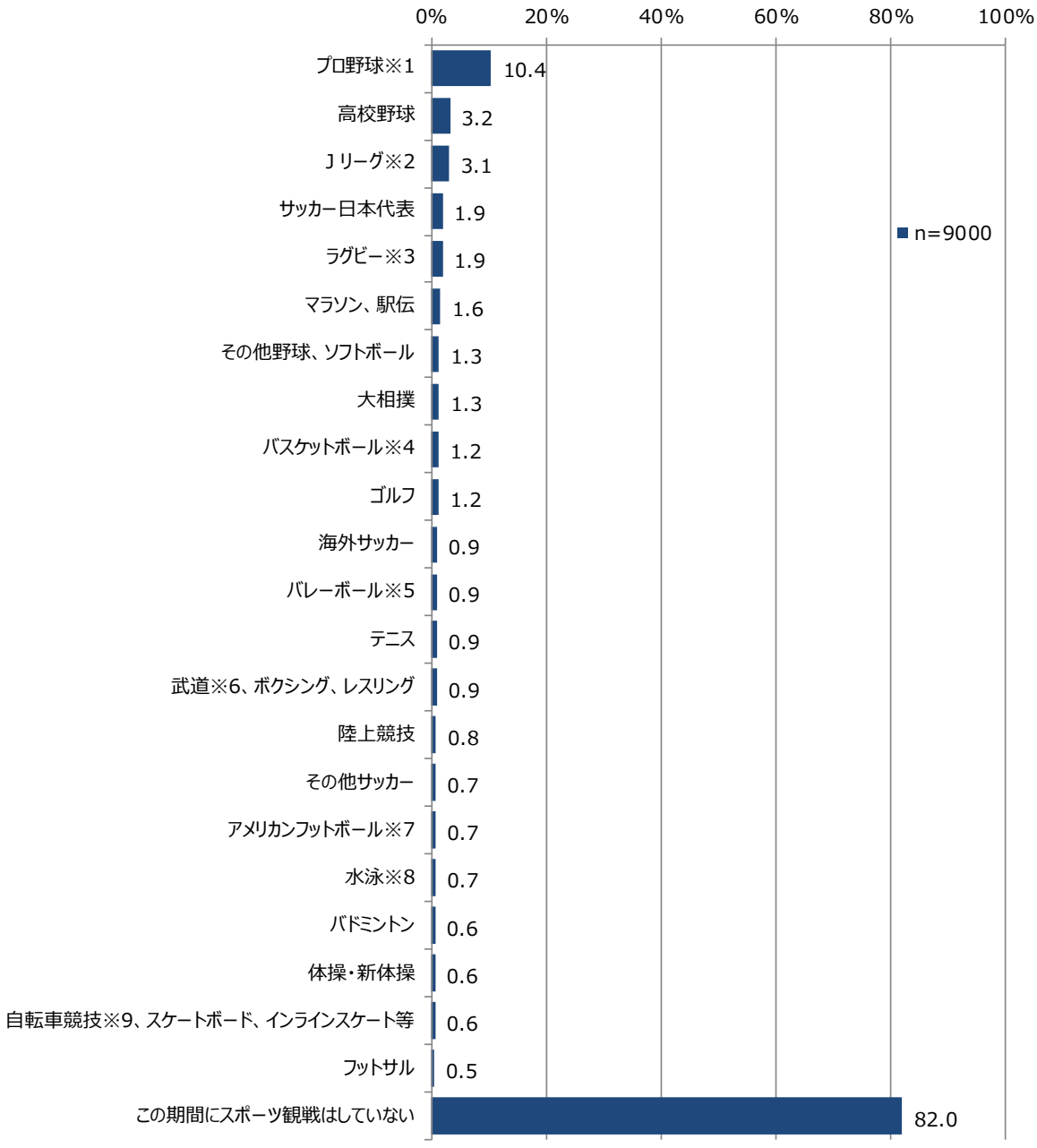
・全体で最も大きいのは、『プロ野球※1』の10.4%で、次いで『高校野球』の3.2%、『Jリーグ※2』の3.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『プロ野球※1』の14.3%で、次いで『高校野球』の4.5%、『Jリーグ※2』の4.1%なっている。
・女性で最も大きいのは、『プロ野球※1』の6.2%で、次いで『Jリーグ※2）』の2.1%、『高校野球』の1.9%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『20代』の『プロ野球※1』が24.4%で、次いで『30代』の『プロ野球※1』が17.9%、『40代』の『プロ野球※1』が14.6%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『プロ野球※1』が10.7%で、次いで『10代以下』の『プロ野球※1』が8.8%、『50代』の『プロ野球※1』が6.6%となっている。

詳細説明
※1： プロ野球（NPB 、メジャーリーグ含む）
※2： J リーグ（J1、J2、J3）
※3： ラグビー（トップリーグ、大学・高校ラグビー、海外ラグビー含む）
※4： バスケットボール（B リーグ、NBA 含む）
※5： バレーボール（V リーグ、日本代表含む）
※6： 武道（剣道・柔道・空手）、ボクシング、レスリング
※7： アメリカンフットボール（NFL 等含む）
※8： 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）
※9： 自転車競技（競輪を除く）、スケートボード、インラインスケート等

Q7.あなたが、一回目の緊急事態宣言前と宣言後の期間に観戦したスポーツ種目は何ですか。（MA）

1.＜直接観戦＞2019.4～2020.3



Q7.あなたが、一回目の緊急事態宣言前と宣言後の期間に観戦したスポーツ種目は何ですか。（MA）

1.＜直接観戦＞2019.4～2020.3

(%)

		全体	プロ野球※1	高校野球	Jリーグ※2	サッカー日本代表	ラグビー※3	マラソン、駅伝	その他野球、ソフトボール	大相撲	バスケットボール※4	ゴルフ	海外サッカー	バレーボール※5	テニス	武道※6、ボクシング、レスリング	陸上競技	その他サッカー	アメリカンフットボール※7	水泳※8	バドミントン	体操・新体操	自転車競技※9、スケートボード、インラインスケート等	フットサル	この期間にスポーツ観戦はしていない
全体		9000	10.4	3.2	3.1	1.9	1.9	1.6	1.3	1.3	1.2	1.2	0.9	0.9	0.9	0.9	0.8	0.7	0.7	0.7	0.6	0.6	0.6	0.5	82.0
性別	男性	4695	14.3	4.5	4.1	2.6	2.6	1.8	1.6	1.6	1.5	1.8	1.2	0.8	1.1	1.1	0.9	0.8	0.9	0.8	0.7	0.6	0.6	0.6	76.7
	女性	4305	6.2	1.9	2.1	1.1	1.1	1.3	0.9	1.0	1.0	0.5	0.6	1.0	0.7	0.7	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6	0.7	0.5	0.3	87.8
性年代	男性10代以下	267	12.0	4.1	6.4	4.9	2.6	3.0	2.6	0.7	4.1	1.9	2.6	1.5	1.9	2.6	2.2	1.9	1.9	1.5	3.0	1.1	1.9	2.2	73.8
	男性20代	598	24.4	8.4	7.0	5.4	3.0	1.7	4.5	1.5	3.2	1.7	2.5	2.3	2.2	1.8	1.7	2.0	1.7	2.2	1.3	1.7	1.3	2.0	62.7
	男性30代	738	17.9	4.5	4.7	3.4	2.8	2.0	1.6	1.6	2.2	2.0	1.4	0.5	0.7	1.4	0.7	1.1	1.4	0.4	0.5	0.8	0.7	0.4	71.0
	男性40代	1132	14.6	4.3	4.1	1.9	2.4	1.3	1.1	1.4	1.1	1.9	1.2	0.6	1.2	0.8	0.9	0.5	0.4	0.6	0.4	0.4	0.4	0.4	76.9
	男性50代	803	12.2	4.0	3.7	1.7	3.1	1.6	1.0	1.1	0.6	2.2	0.6	0.4	0.9	0.7	0.6	0.2	0.9	0.1	0.1	0.1	0.6	0.1	79.0
	男性60代	577	9.7	2.9	1.7	1.2	2.3	1.2	0.7	2.1	0.3	1.2	0.2	0.2	0.5	0.7	0.7	0.3	-	0.7	0.2	0.2	0.2	-	85.3
	男性70代以上	580	7.4	2.9	2.1	1.2	1.9	2.6	0.9	2.2	0.5	1.7	1.0	0.7	1.0	0.9	0.7	0.7	0.7	0.9	0.9	0.5	0.2	0.5	87.2
	女性10代以下	294	8.8	5.4	3.1	2.0	2.0	1.7	3.1	2.0	2.7	1.0	1.7	2.4	1.4	2.4	2.7	2.4	1.7	1.0	2.4	2.4	1.4	1.0	79.3
	女性20代	577	10.7	4.0	4.5	2.3	1.2	1.6	2.3	1.0	1.9	1.0	1.6	2.8	1.0	1.6	1.0	1.0	1.4	1.0	1.4	1.4	1.9	1.0	79.7
	女性30代	742	5.8	1.3	3.0	1.6	1.9	1.1	0.9	0.8	0.8	0.7	0.7	1.1	0.7	0.8	0.5	0.5	0.5	0.7	0.5	1.1	0.5	0.7	87.9
	女性40代	926	5.3	1.3	1.7	1.0	1.1	1.7	0.3	0.6	1.1	0.1	0.4	0.4	0.5	0.4	0.5	0.8	0.4	0.5	0.2	0.3	0.1	-	88.8
	女性50代	635	6.6	1.4	1.3	0.8	0.8	1.1	0.6	1.3	0.5	0.5	0.2	0.3	0.5	-	0.2	-	0.3	0.2	0.2	-	-	-	89.6
	女性60代	565	5.5	1.4	1.1	0.5	0.7	1.1	0.5	1.2	0.4	0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.2	0.2	0.2	0.4	0.4	0.4	0.4	0.2	90.1
	女性70代以上	566	2.7	0.7	0.7	0.2	0.2	1.1	-	0.7	0.4	0.4	-	0.4	0.5	-	-	0.2	-	0.7	0.2	-	-	-	94.7
小中高	小学生	1000	13.7	4.3	4.5	2.7	2.6	1.7	1.5	0.9	1.5	2.1	1.3	0.7	1.0	1.0	0.9	1.2	0.7	0.6	0.6	0.6	0.4	0.5	76.5
	中学生	500	13.6	2.6	4.6	1.8	1.8	1.0	0.8	0.4	0.8	2.0	0.2	0.2	1.4	0.6	0.6	0.8	0.8	1.2	0.2	0.2	0.6	-	77.2
	高校生	500	10.2	4.8	4.4	3.2	2.0	2.2	2.6	1.2	2.8	1.0	2.0	1.4	1.2	2.2	1.8	1.8	1.2	1.0	2.4	1.6	1.4	1.2	77.0
障害者	障害者	1012	9.6	3.1	3.5	2.2	1.5	1.7	1.5	1.5	1.3	0.8	1.7	1.5	1.1	1.2	1.1	1.1	0.8	1.0	0.7	1.1	0.8	0.8	84.5
エリア	北海道	373	12.6	4.3	3.2	1.6	0.8	0.3	0.5	0.5	1.1	1.6	0.8	0.8	0.8	1.1	-	0.5	0.5	0.5	1.1	0.5	0.5	0.5	81.0
	東北	481	11.6	4.4	3.1	1.5	1.2	1.7	1.7	1.7	2.3	1.5	1.0	1.2	1.0	0.8	1.0	1.5	1.0	1.0	1.0	0.8	0.6	0.6	81.5
	関東	3464	10.4	2.6	3.3	1.8	2.1	1.9	1.2	1.4	1.1	1.3	1.1	0.6	0.8	0.9	0.8	0.8	0.8	0.8	0.5	0.6	0.7	0.5	81.6
	甲信越・北陸	355	5.4	3.7	3.7	2.0	0.3	0.6	0.8	0.6	2.0	0.3	0.6	0.3	0.6	1.1	0.8	0.6	0.3	-	0.6	0.6	0.3	-	85.9
	中部	1166	9.7	2.2	3.8	2.4	2.0	1.5	0.9	1.9	1.1	0.9	1.0	1.1	1.1	0.9	0.8	0.5	0.7	0.8	0.6	0.6	0.5	0.3	82.8
	近畿	1892	10.0	4.0	2.6	2.0	2.3	1.4	1.3	1.0	1.1	1.3	0.8	1.1	1.1	1.0	0.9	0.5	0.8	0.6	0.6	0.5	0.5	0.4	82.8
	中国	431	13.7	3.0	2.3	1.2	1.9	2.3	1.6	1.4	1.4	0.5	0.5	1.2	0.7	0.2	0.9	0.7	0.5	0.2	0.5	0.5	0.2	0.9	81.0
	四国	206	9.7	5.3	2.4	1.9	0.5	1.0	1.9	1.0	0.5	2.4	0.5	1.0	1.0	0.5	0.5	1.0	0.5	0.5	1.0	0.5	1.5	0.5	80.6
	九州	578	12.5	4.2	3.1	1.9	1.9	1.2	1.9	1.0	1.0	1.0	0.9	1.2	0.7	1.2	0.5	1.0	0.7	1.0	0.9	1.2	0.7	0.9	81.0
	沖縄	54	9.3	5.6	1.9	3.7	1.9	1.9	1.9	-	5.6	1.9	1.9	-	-	-	-	1.9	-	-	-	-	-	-	77.8
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	18.3	5.0	1.7	1.7	1.7	-	1.7	3.3	-	1.7	-	3.3	-	-	1.7	-	1.7	1.7	-	-	-	-	73.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1943	11.2	3.2	3.2	2.1	1.7	1.6	1.0	1.4	1.3	1.3	1.0	0.7	0.9	1.1	0.8	0.6	0.5	0.8	0.6	0.6	0.6	0.6	82.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	577	19.1	5.0	5.5	3.8	2.4	3.1	2.9	2.4	2.9	2.4	2.9	2.1	1.6	2.8	1.6	1.7	1.4	1.4	1.0	1.6	1.0	0.9	68.1
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	249	14.5	7.2	4.0	1.6	3.2	0.8	0.8	2.4	0.4	0.4	1.6	1.2	0.8	2.4	0.8	0.4	2.0	0.4	-	-	-	-	73.5
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1050	13.0	4.8	4.2	1.9	2.7	2.3	1.1	1.2	0.9	0.8	0.8	0.8	0.9	0.2	0.6	0.6	0.5	0.2	0.4	0.1	0.2	0.2	76.9
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	248	17.7	5.6	6.5	2.4	4.0	4.0	2.0	2.0	2.0	3.2	1.2	0.4	1.6	0.4	1.2	-	0.8	1.2	0.8	0.4	-	0.8	69.0
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	153	17.6	5.9	4.6	4.6	4.6	2.0	5.2	2.6	2.6	4.6	1.3	2.6	2.6	1.3	2.6	2.0	2.0	1.3	1.3	2.6	2.0	1.3	73.9
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	336	11.6	3.6	3.6	1.2	1.8	0.9	1.2	1.2	1.5	2.7	0.6	0.6	0.9	0.9	0.3	0.9	0.9	0.6	0.9	0.3	0.6	0.9	79.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	40	17.5	2.5	2.5	-	-	5.0	-	-	2.5	-	2.5	-	-	-	-	-	-	2.5	-	-	2.5	-	75.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	560	18.8	7.0	5.7	4.3	3.6	2.7	2.7	2.9	2.9	2.1	3.6	2.5	2.0	2.9	2.9	2.0	1.4	2.0	1.3	1.4	2.1	1.6	68.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	304	25.3	4.9	6.3	4.6	5.3	3.6	4.3	4.3	2.3	3.0	2.0	2.6	3.9	2.0	2.0	2.0	3.6	2.0	1.6	1.6	2.0	0.7	59.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	85	28.2	8.2	7.1	4.7	3.5	4.7	4.7	2.4	4.7	4.7	4.7	7.1	2.4	3.5	1.2	4.7	2.4	3.5	2.4	3.5	3.5	3.5	54.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1705	8.8	2.6	2.4	1.2	1.1	1.0	0.5	1.2	0.6	0.9	0.4	0.3	0.4	0.5	0.4	0.3	0.3	0.4	0.2	0.1	0.3	0.1	85.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1130	12.2	4.2	3.9	2.0	2.1	1.9	1.3	1.2	0.8	1.2	1.0	0.5	0.5	0.4	0.4	0.7	0.4	0.2	0.4	0.2	0.4	0.3	78.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	401	12.7	4.2	2.2	1.7	1.7	2.2	2.0	1.2	1.7	2.7	0.7	0.5	1.2	0.5	0.7	0.7	1.2	1.0	0.7	0.5	0.2	0.7	78.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	417	15.8	4.6	3.1	3.1	3.6	1.9	1.4	1.4	2.2	1.4	1.7	1.2	1.9	1.4	1.0	0.7	0.7	1.2	1.2	0.7	0.2	0.5	77.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	402	10.2	4.0	4.2	1.5	2.2	3.5	1.5	0.2	1.0	0.2	-	0.5	0.7	0.7	1.0	0.2	0.2	0.5	0.2	0.7	-	0.5	78.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	204	16.2	3.9	8.8	2.0	4.9	1.0	0.5	2.0	2.9	2.5	2.0	1.0	0.5	2.0	0.5	1.0	0.5	0.5	0.5	1.0	0.5	0.5	70.6
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	538	17.5	6.1	5.2	4.5	3.7	2.2	2.4	3.2	2.6	1.9	3.0	2.4	2.0	2.4	2.6	1.7	1.9	2.0	1.3	1.7	1.9	1.9	70.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	241	22.8	3.7	7.5	5.4	5.8	3.7	5.0	3.7	2.5	2.5	2.5	1.7	3.3	1.2	1.7	1.7	2.9	1.2	1.7	1.2	2.1	0.8	62.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	50	30.0	6.0	8.0	6.0	4.0	4.0	6.0	2.0	2.0	2.0	6.0	6.0	2.0	4.0	-	2.0	2.0	4.0	-	2.0	4.0	4.0	50.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1488	9.4	2.9	2.6	1.2	1.1	1.2	0.5	1.1	0.8	0.9	0.8	0.4	0.5	0.6	0.5	0.3	0.2	0.4	0.2	-	0.4	-	84.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	945	12.8	4.2	4.3	1.9	2.1	1.8	1.2	1.3	1.0	1.1	1.0	0.4	0.8	0.6	0.5	1.0	0.7	0.5	0.5	0.6	0.4	0.3	77.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	330	13.9	5.2	2.7	1.8	1.8	2.7	2.7	1.2	2.1	3.6	1.2	1.2	1.8	1.2	0.9	1.5	1.8	1.5	1.2	1.2	0.6	1.2	77.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	656	13.3	4.0	3.0	2.3	2.6	1.5	1.4	1.2	1.5	1.5	0.9	0.8	1.1	1.4	0.6	0.8	0.5	0.9	0.9	0.6	0.3	0.3	80.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	650	12.3	4.6	3.2	1.8	2.3	3.1	1.7	1.1	0.8	1.2	0.3	1.2	0.8	0.8	0.9	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	77.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	310	15.2	3.9	6.5	1.9	3.9	1.3	0.3	1.9	2.9	2.3	1.3	1.0	0.3	1.0	0.6	1.0	0.3	0.3	0.6	0.6	0.3	0.3	72.6
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	13.8	4.0	4.0	2.4	2.4	1.6	1.7	1.3	1.4	1.4	1.9	1.1	1.1	1.5	1.5	1.1	1.0	0.9	0.8	0.5	0.7	0.8	78.7
	運動不足は健康に悪い	1551	11.4	3.4	3.2	1.7	1.9	1.5	1.0	1.4	1.4	1.5	1.2	0.9	1.1	1.0	1.2	0.6	0.5	0.8	0.5	0.5	0.5	0.6	82.2
	ストレス発散	923	14.8	4.4	4.7	2.5	2.1	1.6	1.5	1.5	2.0	1.7	1.5	1.3	1.5	1.5	1.7	1.0	0.5	0.9	0.8	0.7	0.5	0.9	77.0
	スポーツが好き	578	17.6	6.7	5.7	3.1	3.5	2.2	2.2	2.2	2.4	1.9	1.7	1.9	1.9	2.2	2.6	1.0	1.2	1.7	1.2	1.0	1.4	1.4	72.0
	普段の習慣	1234	11.6	3.2	3.4	2.0	1.8	1.9	1.0	1.7	1.5	1.4	1.1	1.1	1.4	1.4	1.4	0.5	0.6	0.9	0.6	0.5	0.6	0.6	81.3
	友人や知人に誘われた	152	27.0	12.5	10.5	8.6	4.6	4.6	5.3	4.6	5.9	2.0	3.9	2.6	5.9	4.6	3.9	3.3	2.6	4.6	4.6	2.6	3.3	3.9	59.9
	感染者減等感染リスクの低下	227	24.2	8.8	8.4	5.3	4.8	1.8	4.8	3.1	3.1	2.2	4.4	2.6	4.0	2.2	3.1	2.6	2.2	2.6	2.6	2.6	1.8	3.5	64.3
	余暇時間が増えた	361	20.2	7.2	6.1	4.4	4.2	2.8	3.0	2.2	2.8	2.5	2.5	2.5	3.0	1.9	2.5	1.7	1.9	2.2	1.7	1.7	1.9	2.2	70.6

緊急事態宣言前後で観戦したスポーツ［宣言後］-＜直接観戦＞

Q7.あなたが、一回目の緊急事態宣言前と宣言後の期間に観戦したスポーツ種目は何ですか。（MA）

2.＜直接観戦＞2020.4～現在

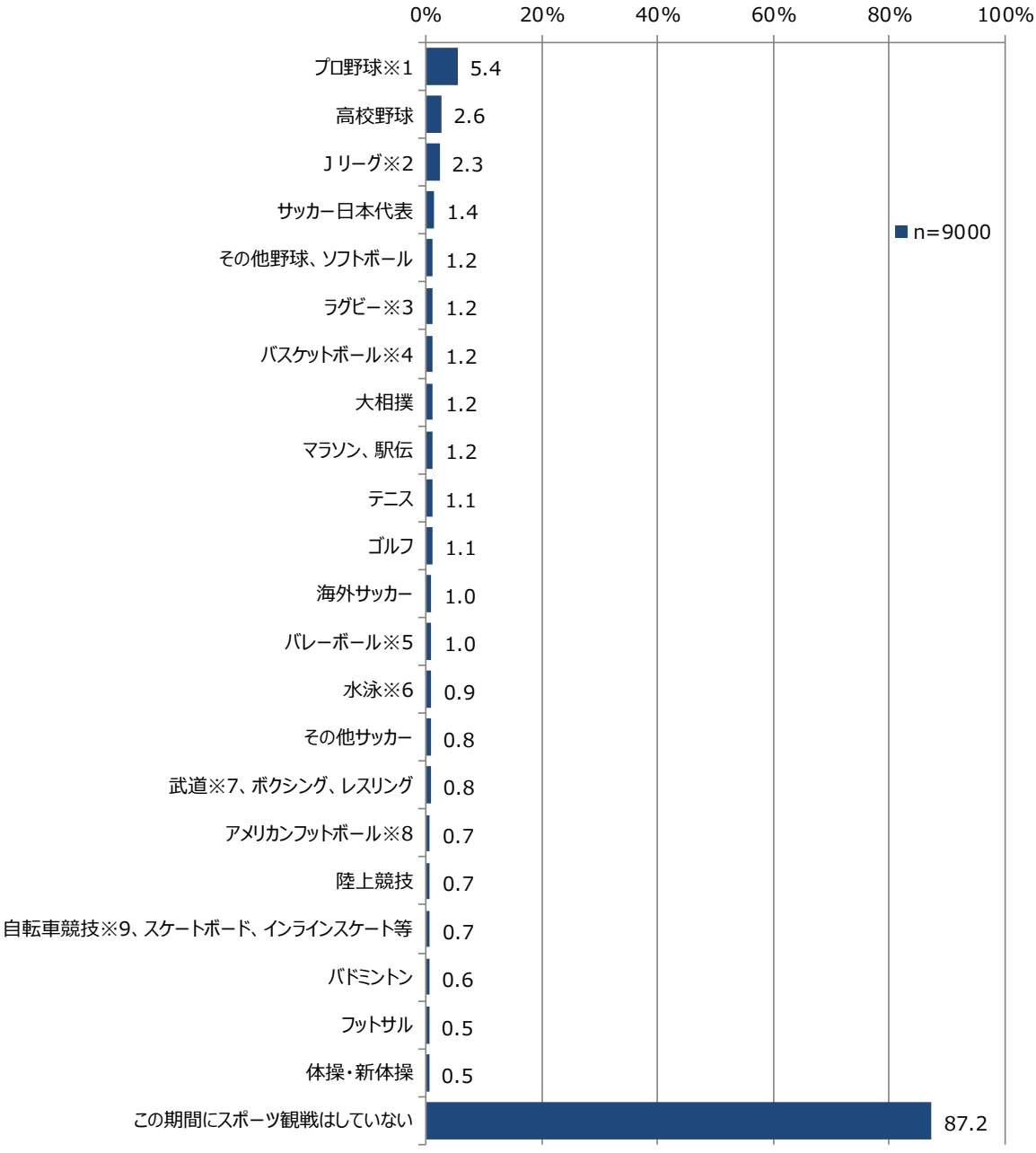
・全体で最も大きいのは、『プロ野球※1』の5.4%で、次いで『高校野球』の2.6%、『Jリーグ※2』の2.3%となっている。

・男性で最も大きいのは、『プロ野球※1）』の7.8%で、次いで『高校野球』の3.7%、『Jリーグ※2』の3.3%となっている。
・女性で最も大きいのは、『プロ野球※1』の2.7%で、次いで『高校野球』の1.4%、『Jリーグ※2』の1.3%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『20代』の『プロ野球※1』が13.5%で、次いで『30代』の『プロ野球※1』が10.0%、『20代』の『Jリーグ※2』が7.9%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『プロ野球※1』が4.8%で、次いで『20代』の『プロ野球※1』が4.3%、『10代以下』の『高校野球』が4.1%となっている。

詳細説明
※1： プロ野球（NPB 、メジャーリーグ含む）
※2： J リーグ（J1、J2、J3）
※3： ラグビー（トップリーグ、大学・高校ラグビー、海外ラグビー含む）
※4： バスケットボール（B リーグ、NBA 含む）
※5： バレーボール（V リーグ、日本代表含む）
※6： 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）
※7： 武道（剣道・柔道・空手）、ボクシング、レスリング
※8： アメリカンフットボール（NFL 等含む）
※9： 自転車競技（競輪を除く）、スケートボード、インラインスケート等

Q7.あなたが、一回目の緊急事態宣言前と宣言後の期間に観戦したスポーツ種目は何ですか。（MA）

2.＜直接観戦＞2020.4～現在



Q7.あなたが、一回目の緊急事態宣言前と宣言後の期間に観戦したスポーツ種目は何ですか。（MA）

2.＜直接観戦＞2020.4～現在

（%）

		全体	プロ野球※1	高校野球	Jリーグ※2	サッカー日本代表	その他野球、ソフトボール	ラグビー※3	バスケットボール※4	大相撲	マラソン、駅伝	テニス	ゴルフ	海外サッカー	バレーボール※5	水泳※6	その他サッカー	武道※7、ボクシング、レスリング	アメリカンフットボール※8	陸上競技	自転車競技※9、スケートボード、インラインスケート等	バドミントン	フットサル	体操・新体操	この期間にスポーツ観戦はしていない
全体		9000	5.4	2.6	2.3	1.4	1.2	1.2	1.2	1.2	1.2	1.1	1.1	1.0	1.0	0.9	0.8	0.8	0.7	0.7	0.7	0.6	0.5	0.5	87.2
性別	男性	4695	7.8	3.7	3.3	2.0	1.6	1.7	1.5	1.6	1.5	1.5	1.6	1.4	1.2	1.2	1.1	1.2	1.0	1.0	1.0	0.8	0.8	0.7	83.0
	女性	4305	2.7	1.4	1.3	0.7	0.8	0.8	0.8	0.7	0.9	0.6	0.5	0.5	0.7	0.6	0.6	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.2	0.4	91.9
性年代	男性10代以下	267	7.1	4.1	3.7	3.4	1.9	1.9	2.2	1.1	2.6	3.0	2.6	2.2	1.5	0.7	1.5	1.5	1.9	0.7	1.5	1.9	1.1	0.4	79.4
	男性20代	598	13.5	7.7	7.9	4.8	3.3	2.2	3.3	2.0	2.5	3.2	2.0	3.0	2.3	2.7	2.7	2.5	2.2	1.5	2.0	1.8	1.8	1.3	69.7
	男性30代	738	10.0	5.7	4.3	3.3	1.9	1.9	2.7	1.9	1.4	1.8	2.0	2.2	2.3	1.9	2.2	1.9	1.5	1.6	1.6	0.8	1.2	1.4	78.5
	男性40代	1132	7.8	2.5	2.7	1.3	1.9	1.4	1.2	1.3	0.6	1.0	1.4	1.2	1.1	0.8	1.1	0.8	1.1	1.1	0.9	0.6	0.7	0.4	83.7
	男性50代	803	7.5	3.6	2.9	1.5	1.0	2.5	0.9	1.4	1.6	1.2	1.4	1.1	0.5	0.7	0.4	1.1	0.9	0.7	0.5	0.6	0.5	0.4	85.6
	男性60代	577	4.7	1.0	1.0	0.3	0.7	1.4	0.5	1.2	1.0	0.5	1.0	0.3	0.7	0.3	-	0.9	-	0.3	0.3	0.2	0.2	-	90.6
	男性70代以上	580	3.1	2.1	0.9	0.9	0.5	0.5	0.3	2.4	2.2	0.9	1.7	0.3	0.3	0.9	-	0.2	-	0.5	0.3	0.2	-	0.9	91.6
	女性10代以下	294	4.8	4.1	1.4	1.7	1.4	1.4	2.0	1.4	1.7	1.7	1.0	1.4	0.7	1.7	2.4	1.0	1.0	2.0	1.0	1.0	0.7	0.3	83.7
	女性20代	577	4.3	2.9	2.4	1.7	2.8	1.4	1.4	0.5	1.2	1.0	0.9	1.2	1.7	0.5	1.4	0.5	1.2	0.2	0.7	1.4	0.5	1.2	85.3
	女性30代	742	2.8	1.5	2.3	0.4	0.5	1.3	0.8	0.8	0.5	0.4	0.7	0.5	1.2	0.8	0.5	0.8	0.5	0.4	0.7	0.4	0.4	0.5	92.5
	女性40代	926	2.1	0.6	0.6	0.6	0.5	0.3	0.6	0.4	0.8	0.4	0.1	0.1	0.4	0.4	0.4	0.3	0.2	0.8	0.4	-	-	0.1	93.1
	女性50代	635	3.1	0.9	1.3	0.8	0.3	0.6	0.5	0.8	0.6	0.3	0.5	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	-	0.2	93.4
	女性60代	565	2.1	0.7	0.7	0.5	0.5	0.5	0.7	0.2	1.2	0.5	0.5	0.5	0.4	0.4	0.2	0.2	0.4	0.2	0.2	0.4	0.2	0.4	94.5
	女性70代以上	566	1.2	0.5	0.2	-	-	0.2	-	1.1	1.1	0.7	0.2	0.2	0.2	0.5	-	0.2	-	-	0.2	0.4	-	0.2	95.8
小中高	小学生	1000	7.5	4.1	3.4	1.6	1.5	1.8	1.3	1.8	1.1	1.2	1.3	1.5	1.7	1.3	1.3	1.2	0.8	1.2	1.0	0.7	0.5	0.7	83.6
	中学生	500	7.0	2.0	3.0	1.8	1.4	1.8	1.4	0.8	1.0	1.0	2.2	1.6	1.4	1.2	0.8	0.8	1.4	0.8	0.6	0.8	0.8	0.4	84.4
	高校生	500	5.4	3.6	2.2	2.6	1.2	1.4	1.8	1.2	2.2	1.8	1.6	1.6	0.8	0.8	1.8	1.2	1.2	1.2	1.0	1.4	0.6	-	81.8
障害者	障害者	1012	5.3	2.5	2.9	1.6	1.7	1.1	1.3	1.0	1.2	1.3	0.9	1.1	1.0	1.3	1.1	1.1	1.2	1.1	1.2	1.1	0.7	1.2	88.1
エリア	北海道	373	5.4	2.1	3.2	1.3	1.1	0.8	2.1	0.8	0.5	1.3	1.6	0.5	1.6	1.9	0.8	1.1	1.3	0.8	0.5	1.1	0.5	0.5	87.7
	東北	481	7.1	4.2	2.3	1.7	1.0	0.8	2.1	1.2	0.8	1.0	0.8	1.0	1.2	0.4	1.2	0.8	0.8	0.2	0.4	0.8	0.6	0.4	85.7
	関東	3464	5.1	2.2	2.5	1.1	1.0	1.3	1.0	1.2	1.2	0.9	1.0	0.9	0.6	0.7	0.6	0.6	0.5	0.8	0.5	0.4	0.5	0.4	87.2
	甲信越・北陸	355	3.9	2.0	2.8	1.4	0.8	0.3	1.7	1.1	1.1	0.8	1.1	0.8	0.8	0.6	0.8	0.6	0.3	0.6	0.6	0.8	0.6	0.6	89.6
	中部	1166	4.6	2.5	1.9	1.8	1.5	1.4	1.3	1.2	1.5	1.2	1.1	1.0	1.0	1.4	0.8	0.8	0.9	0.9	0.9	0.9	0.4	0.6	87.7
	近畿	1892	5.5	2.8	1.8	1.5	1.2	1.4	0.8	1.2	1.4	1.0	1.0	1.0	0.7	0.6	0.7	0.9	0.6	0.4	0.8	0.4	0.2	0.4	87.5
	中国	431	6.5	2.3	2.1	1.6	1.9	1.2	1.4	0.5	0.9	1.2	0.9	1.2	1.6	1.2	1.9	0.7	0.9	0.7	0.9	0.5	0.7	0.9	87.5
	四国	206	5.3	2.4	1.5	2.4	2.4	1.0	1.0	1.0	1.0	1.5	2.4	0.5	1.5	1.0	1.5	1.5	1.0	1.5	1.9	1.5	1.0	1.0	87.4
	九州	578	7.3	3.8	3.6	1.6	1.7	1.6	1.6	1.7	1.4	1.7	1.7	1.6	2.6	1.7	1.7	2.1	1.6	1.2	1.2	1.6	1.4	1.6	86.0
	沖縄	54	5.6	5.6	1.9	3.7	1.9	-	-	-	1.9	1.9	1.9	1.9	-	-	-	-	-	3.7	-	-	-	-	83.3
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	13.3	5.0	3.3	-	1.7	3.3	1.7	1.7	-	-	-	-	1.7	-	-	-	-	3.3	-	-	-	-	80.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1943	6.5	2.3	2.0	1.1	0.6	1.0	1.1	1.1	1.2	1.0	1.1	1.1	0.8	0.6	0.7	0.8	0.5	0.7	0.4	0.4	0.4	0.5	86.9
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	577	6.9	4.7	3.8	2.6	3.1	1.4	1.2	1.7	2.8	1.7	2.1	1.6	1.0	2.1	1.0	1.2	1.6	1.6	1.4	0.7	0.7	1.0	76.9
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	249	6.8	4.8	3.2	1.6	1.2	2.4	0.8	1.2	0.4	-	0.4	0.8	2.0	0.8	0.4	2.4	1.2	0.8	0.4	-	-	0.4	81.1
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1050	6.7	3.3	3.2	1.5	1.2	1.6	1.2	1.0	1.4	1.1	0.9	0.9	1.0	0.6	0.9	0.3	0.6	0.1	0.6	0.3	0.1	-	82.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	248	8.9	4.8	4.8	3.6	0.8	1.2	1.6	2.8	2.0	1.6	2.4	2.0	2.0	1.6	1.2	0.4	0.8	0.4	-	2.0	0.4	0.4	78.2
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	153	6.5	3.9	5.2	3.9	3.3	0.7	2.0	1.3	2.0	2.6	1.3	2.0	2.0	2.6	2.0	1.3	0.7	1.3	1.3	2.0	1.3	0.7	83.7
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	336	7.1	1.5	1.8	0.6	1.8	1.2	1.5	0.3	0.6	1.2	2.1	0.6	0.3	0.9	0.9	0.3	0.9	0.6	0.6	1.2	0.6	0.6	86.9
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	40	5.0	2.5	5.0	-	-	-	-	2.5	-	-	-	-	2.5	-	2.5	-	-	2.5	-	-	-	-	87.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	560	11.6	6.8	4.5	2.5	1.8	3.0	2.7	1.8	2.1	2.0	2.5	3.0	2.3	0.9	1.4	2.7	1.1	2.0	1.1	0.9	1.3	1.3	73.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	304	11.2	10.5	5.6	4.3	4.3	4.6	3.6	3.0	3.3	4.9	2.6	3.0	3.0	4.3	2.0	3.6	3.0	2.3	2.6	2.0	1.6	1.6	65.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	85	15.3	8.2	10.6	7.1	9.4	4.7	5.9	5.9	2.4	5.9	7.1	3.5	3.5	4.7	4.7	1.2	2.4	4.7	4.7	7.1	1.2	4.7	58.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1705	5.0	1.5	1.5	0.8	0.2	0.5	0.6	0.9	0.9	0.4	0.5	0.4	0.4	0.5	0.5	0.3	0.2	0.5	0.3	0.1	0.1	0.1	90.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1130	5.8	2.7	2.8	1.9	1.3	1.1	1.1	0.7	1.4	0.5	0.9	0.9	1.0	0.5	0.9	0.2	0.4	0.4	0.6	0.4	0.3	0.2	85.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	401	6.0	3.0	1.7	1.0	1.5	1.0	1.5	1.5	1.2	1.2	2.0	1.0	1.2	1.0	1.2	0.5	1.2	0.2	0.2	1.0	0.7	0.5	86.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	417	8.9	2.9	2.2	1.7	1.2	1.4	1.7	1.4	1.0	1.7	1.0	1.2	1.0	0.5	0.2	0.7	1.0	1.0	0.2	0.5	0.2	0.7	84.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	402	5.7	1.7	3.0	1.2	1.0	1.2	-	1.5	1.7	1.0	0.7	-	0.5	1.2	0.2	0.7	0.5	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	85.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	204	7.4	1.5	5.9	2.0	1.0	1.0	1.0	2.0	1.0	0.5	1.0	1.5	0.5	1.0	1.0	0.5	0.5	1.0	1.0	1.0	-	-	81.9
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	538	11.3	5.9	4.5	2.4	1.5	2.8	2.0	2.4	1.5	2.0	2.2	2.6	2.0	1.1	1.5	2.0	1.1	1.5	0.7	0.7	1.1	0.9	74.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	241	10.0	9.5	5.4	4.1	5.4	3.7	3.7	2.9	2.1	5.0	1.7	2.9	3.3	3.7	2.1	3.7	2.9	2.5	2.9	2.1	1.2	1.2	68.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	50	22.0	8.0	14.0	8.0	8.0	6.0	8.0	6.0	2.0	6.0	4.0	6.0	4.0	4.0	8.0	-	2.0	6.0	2.0	4.0	-	4.0	48.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1488	5.4	2.2	1.7	1.1	0.3	0.6	0.9	0.9	1.1	0.5	0.5	0.7	0.6	0.5	0.5	0.6	0.3	0.7	0.5	0.2	0.2	0.3	89.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	945	6.3	3.2	3.4	2.1	1.1	1.3	1.0	0.8	1.4	0.7	1.1	1.2	1.0	1.0	0.8	0.4	0.6	0.5	0.6	0.4	0.5	0.4	83.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	330	6.7	4.2	2.4	1.5	3.0	1.5	1.8	1.8	1.8	1.8	3.3	1.5	1.8	1.8	1.5	0.9	1.8	0.6	1.2	1.8	1.2	1.2	83.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	656	7.2	1.8	1.5	0.9	0.9	1.2	1.2	0.8	0.9	1.1	1.1	0.6	0.6	0.3	0.3	0.5	0.5	0.6	0.2	0.3	0.2	0.3	87.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	650	5.8	2.5	2.5	1.4	1.4	1.5	0.8	1.2	2.3	0.9	1.1	0.2	0.8	0.9	0.6	0.5	0.5	0.2	0.5	0.3	0.2	0.2	84.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	310	6.1	1.3	4.2	1.6	0.6	0.6	1.0	1.9	0.6	0.6	1.0	0.6	0.3	0.6	0.6	0.3	0.3	0.6	0.6	1.3	-	-	84.5
コロナ以降運動頻度「高」のみ×運動実施理由	ダイエット	872	7.8	3.2	2.9	1.3	1.0	1.4	1.1	1.1	1.0	0.8	0.8	1.8	0.7	0.8	0.9	0.9	0.6	1.3	0.3	0.3	0.5	0.3	84.3
	運動不足は健康に悪い	1551	6.4	2.3	2.0	0.9	0.6	1.1	0.9	1.1	1.0	0.8	0.9	1.0	0.6	0.6	0.5	0.6	0.4	0.9	0.3	0.2	0.3	0.3	87.4
	ストレス発散	923	8.9	3.6	3.3	1.3	0.9	1.0	1.3	1.3	1.1	0.8	1.1	1.6	0.9	0.8	0.5	0.7	0.5	1.4	0.2	0.3	0.4	0.3	82.8
	スポーツ好き	578	10.4	4.8	4.3	1.9	1.6	1.9	2.1	1.9	1.6	1.0	1.4	1.7	1.0	1.2	1.0	1.4	1.0	1.9	0.5	0.5	0.7	0.5	78.2
	普段の習慣	1234	6.9	2.2	2.3	1.1	0.6	1.1	1.1	1.3	1.3	0.9	0.9	1.1	0.6	0.6	0.5	1.0	0.3	1.0	0.3	0.2	0.3	0.3	86.4
	友人や知人に誘われた	152	15.1	11.8	7.2	5.3	2.6	2.6	5.9	3.9	3.3	3.3	1.3	5.3	2.0	4.6	2.0	3.3	1.3	2.6	1.3	2.0	2.0	2.0	66.4
	感染者減等感染リスクの低下	227	13.2	7.9	6.6	2.6	2.2	2.2	3.5	3.1	1.3	2.6	2.2	4.4	1.8	3.1	1.3	1.8	0.9	1.8	0.9	1.3	1.8	1.3	71.8
	余暇時間が増えた	361	11.9	5.0	5.0	2.5	1.7	2.2	3.0	1.9	1.7	1.9	2.2	2.8	1.7	1.9	1.1	1.1	1.4	1.4	0.8	0.8	0.8	0.8	77.3

緊急事態宣言前後で観戦したスポーツ［宣言前］-＜TV等での観戦＞

Q7.あなたが、一回目の緊急事態宣言前と宣言後の期間に観戦したスポーツ種目は何ですか。（MA）

3.＜TVやインターネットで観戦＞ 2019.4～2020.3

・全体で最も大きいのは、『プロ野球※1』の23.3%で、次いで、『高校野球』の15.9%、『マラソン、駅伝』の15.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『プロ野球※1』の31.4%で、次いで『高校野球』の20.4%、『サッカー日本代表』の17.4%となっている。

・女性で最も大きいのは、『プロ野球※1』の14.5%で、次いで『マラソン、駅伝』の13.1%、『高校野球』の10.9%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『プロ野球※1』が39.3%で、次いで『70代以上』の『大相撲』が37.8%、『70代以上』の『マラソン、駅伝』が35.7%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『マラソン、駅伝』が21.4%で、次いで『70代以上』の『大相撲』が20.0%、『60代』の『Jマラソン、駅伝』が19.1%となっている。

詳細説明

※1： プロ野球（NPB 、メジャーリーグ含む）

※2： ラグビー（トップリーグ、大学・高校ラグビー、海外ラグビー含む）

※3： J リーグ（J1、J2、J3）

※4： 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）

※5： バレーボール（V リーグ、日本代表含む）

※6： 武道（剣道・柔道・空手）、ボクシング、レスリング

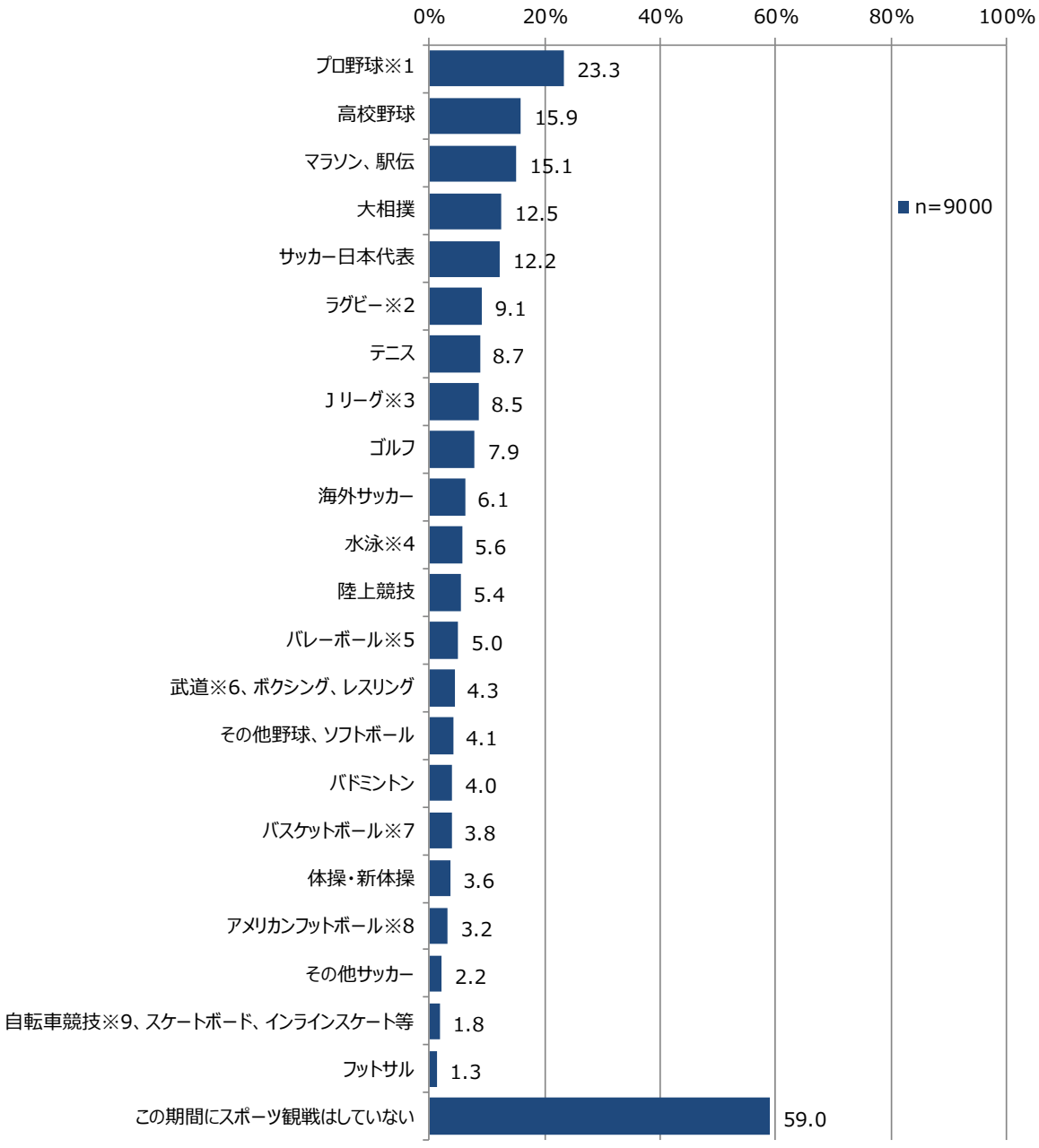
※7： バスケットボール（B リーグ、NBA 含む）

※8： アメリカンフットボール（NFL 等含む）

※9： 自転車競技（競輪を除く）、スケートボード、インラインスケート等

Q7.あなたが、一回目の緊急事態宣言前と宣言後の期間に観戦したスポーツ種目は何ですか。（MA）

3. ＜TVやインターネットで観戦＞ 2019.4～2020.3



Q7.あなたが、一回目の緊急事態宣言前と宣言後の期間に観戦したスポーツ種目は何ですか。（MA）

3. ＜TVやインターネットで観戦＞ 2019.4～2020.3

（%）

		全体	プロ野球※1	高校野球	マラソン、駅伝	大相撲	サッカー日本代表	ラグビー※2	テニス	Jリーグ※3	ゴルフ	海外サッカー	水泳※4	陸上競技	バレーボール※5	武道※6、ボクシング、レスリング	その他野球、ソフトボール	バドミントン	バスケットボール※7	体操・新体操	アメリカンフットボール※8	その他サッカー	自転車競技※9、スケートボード、インラインスケート等	フットサル	この期間にスポーツ観戦はしていない
全体		9000	23.3	15.9	15.1	12.5	12.2	9.1	8.7	8.5	7.9	6.1	5.6	5.4	5.0	4.3	4.1	4.0	3.8	3.6	3.2	2.2	1.8	1.3	59.0
性別	男性	4695	31.4	20.4	17.0	16.0	17.4	12.1	10.0	12.5	11.5	9.4	6.3	6.6	5.3	6.2	5.8	4.8	5.2	3.7	4.9	3.1	2.5	1.8	49.9
	女性	4305	14.5	10.9	13.1	8.6	6.5	5.7	7.2	4.2	4.0	2.4	4.9	4.2	4.6	2.2	2.2	3.0	2.2	3.4	1.3	1.3	1.2	0.7	68.9
性年代	男性10代以下	267	19.1	17.2	8.6	7.5	11.6	8.2	7.5	10.9	3.0	7.9	5.2	4.9	6.0	4.1	3.4	4.5	4.5	1.9	1.9	2.2	2.6	1.5	56.6
	男性20代	598	30.4	20.9	8.4	7.7	17.4	8.4	7.7	12.9	5.9	14.4	5.4	4.7	4.8	4.7	8.9	4.8	7.0	2.7	6.2	4.7	3.5	3.7	48.2
	男性30代	738	32.0	19.5	11.2	10.0	17.3	10.6	7.6	12.3	7.6	11.8	3.1	4.1	5.1	3.7	6.6	3.3	4.9	2.6	4.5	2.8	1.6	2.4	49.9
	男性40代	1132	29.3	18.7	13.9	11.7	16.7	10.2	8.0	12.3	9.1	10.1	4.2	4.9	4.2	6.7	4.3	3.3	5.7	2.7	3.6	3.1	2.0	1.4	52.5
	男性50代	803	32.8	20.8	18.1	16.7	18.6	15.1	10.3	12.1	13.0	7.5	6.7	6.7	6.1	5.9	5.6	4.5	4.5	4.0	5.1	2.1	3.0	1.0	52.2
	男性60代	577	31.9	20.3	22.7	22.0	17.9	14.7	10.6	12.8	15.6	7.1	8.8	8.1	5.2	7.3	4.5	5.0	5.0	5.0	6.8	2.4	2.3	1.4	51.6
	男性70代以上	580	39.3	25.7	35.7	37.8	19.3	17.1	19.5	14.0	24.7	5.7	12.6	14.3	7.1	10.3	6.7	10.3	4.7	7.6	5.7	4.0	2.8	1.7	39.0
	女性10代以下	294	16.0	12.2	8.2	1.4	5.4	4.4	2.4	3.4	1.7	3.4	2.0	3.1	9.5	1.4	2.7	2.7	3.4	0.7	1.0	2.7	1.4	1.4	65.6
	女性20代	577	13.0	10.9	7.5	3.1	5.7	3.6	4.0	5.2	2.1	3.3	3.3	2.4	4.9	1.2	4.5	2.6	1.9	1.9	2.3	1.2	1.7	1.0	70.5
	女性30代	742	12.4	8.6	7.1	5.4	5.3	5.7	3.2	4.0	2.0	2.8	3.5	2.2	3.6	2.0	2.6	1.1	2.0	2.0	1.2	1.9	1.6	1.1	75.1
	女性40代	926	13.2	11.0	12.6	5.4	6.4	6.5	6.6	3.7	2.3	1.8	3.6	4.1	4.6	2.5	1.6	1.9	2.8	2.9	1.3	1.3	0.9	0.4	72.0
	女性50代	635	14.8	10.9	15.7	11.2	7.7	6.1	9.3	4.4	4.6	1.4	5.8	4.7	4.1	2.2	0.8	3.3	1.4	4.1	0.9	0.6	0.8	0.2	69.4
	女性60代	565	15.9	10.1	19.1	13.1	7.8	6.2	13.1	3.7	7.4	3.0	9.0	6.7	3.9	2.8	2.3	4.2	1.8	6.5	0.9	0.7	0.7	0.5	63.9
	女性70代以上	566	18.6	14.1	21.4	20.0	6.9	6.4	11.3	4.9	8.7	2.1	7.2	6.0	4.2	2.8	1.8	6.2	2.5	5.3	1.4	1.1	1.2	0.4	60.4
小中高	小学生	1000	23.6	16.1	11.7	7.7	13.9	8.5	5.9	9.8	7.0	7.4	4.8	3.8	4.1	4.5	4.5	2.8	4.4	2.8	3.3	2.8	2.1	1.2	59.4
	中学生	500	26.4	18.0	14.8	10.2	13.0	11.8	9.2	10.8	9.2	6.6	5.6	5.8	6.0	4.8	5.4	3.8	5.2	3.2	3.6	2.8	2.2	1.8	56.2
	高校生	500	16.8	14.4	8.6	4.0	7.8	6.0	5.2	6.6	2.4	5.2	3.8	3.8	6.8	2.8	3.0	3.6	3.8	1.2	1.2	2.8	2.2	1.2	61.6
障害者	障害者	1012	21.7	14.2	13.0	11.8	11.5	7.5	7.3	7.6	6.8	5.6	5.7	6.3	5.2	4.5	4.8	4.0	4.2	4.2	3.1	2.0	1.9	1.7	63.3
エリア	北海道	373	24.9	11.8	11.3	10.7	11.0	8.6	7.5	12.1	8.8	5.1	4.3	5.1	4.0	4.3	4.6	5.1	4.8	4.0	2.4	2.4	2.4	2.1	61.4
	東北	481	26.0	19.8	15.6	10.6	14.1	8.3	8.9	10.2	6.7	7.3	7.1	5.6	5.6	3.7	4.8	5.4	6.0	4.4	3.3	4.0	1.9	1.7	56.5
	関東	3464	21.9	15.5	16.1	13.7	12.7	9.8	9.5	8.4	8.0	7.0	5.5	5.5	4.5	4.4	3.5	4.2	3.7	3.5	3.4	2.0	1.8	1.3	58.7
	甲信越・北陸	355	17.5	14.6	16.3	15.2	10.7	6.5	6.8	9.3	5.9	5.6	3.7	3.4	4.2	3.4	3.1	2.5	5.4	3.1	1.7	2.5	2.3	0.6	62.8
	中部	1166	20.8	14.5	14.8	11.7	11.7	7.8	7.9	8.9	6.8	4.6	6.1	5.3	4.5	3.4	4.0	3.9	3.4	3.9	3.2	2.1	1.2	1.0	60.5
	近畿	1892	25.1	16.9	14.6	12.2	11.3	10.0	8.9	7.1	8.9	5.5	6.0	5.3	5.9	5.0	4.2	3.3	3.1	3.3	3.2	2.2	2.0	1.0	58.5
	中国	431	34.3	20.6	18.1	12.3	15.8	9.0	8.1	9.7	7.9	5.8	5.3	7.0	7.4	4.4	4.9	4.2	3.9	4.2	4.2	2.3	1.6	1.6	54.5
	四国	206	23.3	13.1	11.7	9.7	13.6	6.3	12.1	10.7	10.2	8.3	6.3	6.8	3.9	5.3	4.9	4.9	4.4	3.9	2.9	2.9	3.9	1.9	60.7
	九州	578	23.9	15.9	12.6	10.2	9.3	8.0	5.7	7.6	6.9	4.2	5.5	5.5	5.4	3.3	5.7	3.1	2.6	3.6	1.9	1.6	1.7	1.4	60.0
	沖縄	54	18.5	11.1	9.3	5.6	14.8	7.4	5.6	11.1	11.1	11.1	3.7	5.6	5.6	7.4	7.4	3.7	13.0	3.7	7.4	3.7	3.7	3.7	63.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	20.0	20.0	13.3	15.0	6.7	6.7	8.3	5.0	3.3	-	10.0	8.3	5.0	1.7	3.3	6.7	3.3	1.7	-	1.7	1.7	-	56.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1943	28.4	19.0	19.7	17.4	13.8	11.2	10.8	10.0	9.4	6.5	6.9	6.4	4.9	5.5	4.1	4.9	4.0	4.3	3.7	2.5	1.5	1.1	51.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	577	28.4	19.6	20.5	15.9	14.4	12.0	13.9	11.8	12.0	9.4	9.2	8.5	7.5	6.6	7.8	6.8	5.7	4.2	4.7	3.6	3.6	2.1	43.7
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	249	30.9	18.5	18.9	14.5	15.7	14.5	7.2	8.8	9.6	8.0	8.0	4.8	7.6	5.2	4.0	4.8	3.2	4.0	3.2	1.2	2.0	1.2	45.8
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1050	28.7	17.4	16.0	14.0	14.3	11.5	9.7	10.8	8.5	7.9	4.3	4.8	4.9	3.2	4.3	3.8	4.2	2.8	3.4	1.9	1.8	1.0	53.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	248	31.0	22.2	20.2	15.3	19.4	12.1	13.3	12.1	12.5	9.3	10.9	7.3	6.5	7.7	6.9	6.0	4.0	5.6	4.8	1.6	2.8	1.2	45.2
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	153	29.4	22.9	17.0	13.1	16.3	11.1	11.8	11.8	12.4	9.2	6.5	5.9	6.5	3.3	5.9	3.3	6.5	2.6	3.3	2.0	3.3	2.0	50.3
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	336	27.4	15.8	17.0	13.4	16.4	10.7	9.2	12.5	11.3	8.0	4.2	5.1	4.5	2.1	2.4	1.5	3.6	1.2	2.7	1.5	0.9	0.6	53.0
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	40	32.5	22.5	20.0	15.0	12.5	10.0	17.5	10.0	17.5	7.5	2.5	5.0	5.0	2.5	7.5	2.5	5.0	2.5	7.5	2.5	2.5	2.5	37.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	560	27.1	20.7	16.4	13.6	14.5	10.7	10.5	10.5	7.7	10.4	7.0	6.1	7.5	6.6	5.0	4.5	6.4	3.4	5.2	3.2	3.8	1.6	46.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	304	30.6	20.4	17.1	14.1	15.8	11.8	11.2	14.8	10.5	13.8	8.9	7.9	9.9	5.3	12.8	4.9	7.6	3.9	6.3	3.0	3.3	3.6	41.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	85	35.3	17.6	17.6	8.2	24.7	8.2	11.8	15.3	11.8	14.1	4.7	8.2	7.1	5.9	11.8	3.5	4.7	1.2	4.7	8.2	3.5	3.5	30.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1705	26.8	18.2	18.8	16.8	13.0	10.9	9.7	9.2	9.0	5.3	7.0	6.2	4.5	4.6	3.3	4.5	3.2	4.0	2.7	2.3	1.3	0.8	54.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1130	26.2	17.3	15.5	13.4	14.2	10.8	8.6	9.7	9.3	6.8	4.9	4.9	5.0	3.2	3.6	3.9	3.9	3.2	3.1	1.8	1.8	0.9	54.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	401	27.2	17.5	18.2	13.2	14.0	10.5	9.5	10.0	11.0	5.7	6.0	5.7	4.2	3.0	4.0	2.7	4.0	2.2	3.2	1.0	1.2	0.7	52.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	417	31.7	18.0	20.4	17.7	16.3	11.5	14.6	11.0	10.3	7.7	7.0	7.7	5.3	6.2	5.8	8.2	4.3	4.3	3.4	2.6	2.2	1.7	47.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	402	26.6	16.7	17.2	14.4	13.2	10.9	13.7	10.7	9.7	7.0	6.0	5.2	5.0	4.0	5.5	4.5	3.7	4.7	4.2	1.7	2.0	1.2	52.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	204	31.4	22.1	19.6	16.7	17.6	15.2	13.2	14.2	11.8	10.3	9.8	6.9	7.8	6.9	4.4	6.4	7.4	4.9	4.4	3.4	4.4	1.5	48.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	538	26.8	19.5	17.3	13.8	13.9	11.5	11.2	9.9	8.2	10.6	8.2	5.8	7.2	6.1	5.2	5.2	5.9	3.9	5.6	3.5	3.5	1.9	47.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	241	27.4	21.2	17.8	13.3	17.0	12.4	10.0	14.9	10.4	15.8	9.1	8.3	10.8	5.4	12.9	6.2	7.5	5.8	5.4	4.1	3.7	3.7	40.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	50	34.0	18.0	18.0	10.0	24.0	6.0	12.0	10.0	10.0	10.0	4.0	8.0	-	6.0	12.0	-	4.0	-	2.0	2.0	2.0	2.0	26.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1488	26.9	18.2	17.9	16.5	12.3	10.3	8.9	8.9	8.7	4.5	6.2	6.3	4.3	4.5	3.4	3.8	3.1	3.7	2.5	1.9	1.3	0.7	54.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	945	26.5	15.9	14.7	13.0	13.5	9.9	8.6	9.5	8.3	7.1	4.3	4.2	4.1	3.3	3.7	2.9	3.6	2.5	3.5	1.6	1.6	0.7	54.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	330	24.2	15.5	16.4	12.4	14.2	10.3	9.7	10.9	11.8	5.5	6.4	5.8	5.2	3.9	5.5	4.2	3.9	2.1	4.5	2.1	1.8	1.5	53.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	656	30.0	19.1	21.0	17.7	17.2	11.7	14.2	11.7	10.2	8.5	7.8	7.0	5.6	6.4	4.7	7.6	4.7	4.6	3.4	3.0	2.1	1.4	47.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	650	27.7	19.1	17.5	14.9	14.3	12.0	12.5	11.1	11.2	6.5	6.6	6.2	6.3	3.7	5.5	5.4	4.6	4.5	3.8	1.7	2.2	1.5	51.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	310	34.2	22.6	21.0	15.5	17.4	13.9	11.9	13.2	11.0	10.6	8.1	6.8	7.1	4.8	3.5	4.2	6.5	4.2	3.2	3.2	3.2	1.0	47.7
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	28.8	20.8	18.0	14.8	15.0	11.8	10.7	10.4	8.5	8.3	6.4	5.6	5.6	5.4	4.2	4.7	4.6	3.2	4.1	2.5	2.2	1.1	51.1
	運動不足は健康に悪い	1551	30.0	20.4	21.3	18.8	14.7	11.9	12.1	9.8	10.4	6.8	7.5	7.1	5.0	5.9	3.7	5.7	4.1	4.4	3.4	2.0	1.4	0.8	50.1
	ストレス発散	923	28.7	19.5	19.2	16.3	14.2	11.5	12.1	10.3	8.8	7.5	7.0	6.6	5.3	5.9	4.0	5.6	4.6	4.0	3.8	2.3	1.6	1.2	49.7
	スポーツ好き	578	34.9	23.4	23.2	19.9	17.3	15.7	14.9	13.8	13.3	10.4	9.3	10.6	7.3	8.1	5.7	7.6	6.1	4.8	5.4	3.5	2.4	2.1	42.6
	普段の習慣	1234	29.9	19.9	22.7	19.3	14.4	11.8	12.6	10.3	10.7	7.3	8.3	7.8	5.6	6.9	4.2	6.2	3.9	4.8	3.6	2.4	1.6	1.1	48.6
	友人や知人に誘われた	152	34.2	26.3	19.7	14.5	21.1	13.2	12.5	14.5	9.2	13.8	9.9	9.9	7.9	8.6	11.8	7.2	9.2	3.9	7.2	5.3	3.9	3.9	41.4
	感染者減等感染リスクの低下	227	29.1	22.9	17.6	15.0	14.5	9.3	13.2	11.5	10.6	10.1	9.7	7.0	6.2	6.6	8.8	7.9	6.2	4.8	5.3	3.5	2.2	3.1	47.1
	余暇時間が増えた	361	33.8	25.2	22.4	16.6	16.9	11.4	14.4	10.8	10.8	10.0	9.7	7.8	5.8	6.9	6.1	6.9	5.8	4.7	6.1	3.3	3.3	1.7	44.9

緊急事態宣言前後で観戦したスポーツ［宣言後］-＜TV等での観戦＞

Q7.あなたが、一回目の緊急事態宣言前と宣言後の期間に観戦したスポーツ種目は何ですか。（MA）

4. ＜TVやインターネットで観戦＞ 2020.4～現在

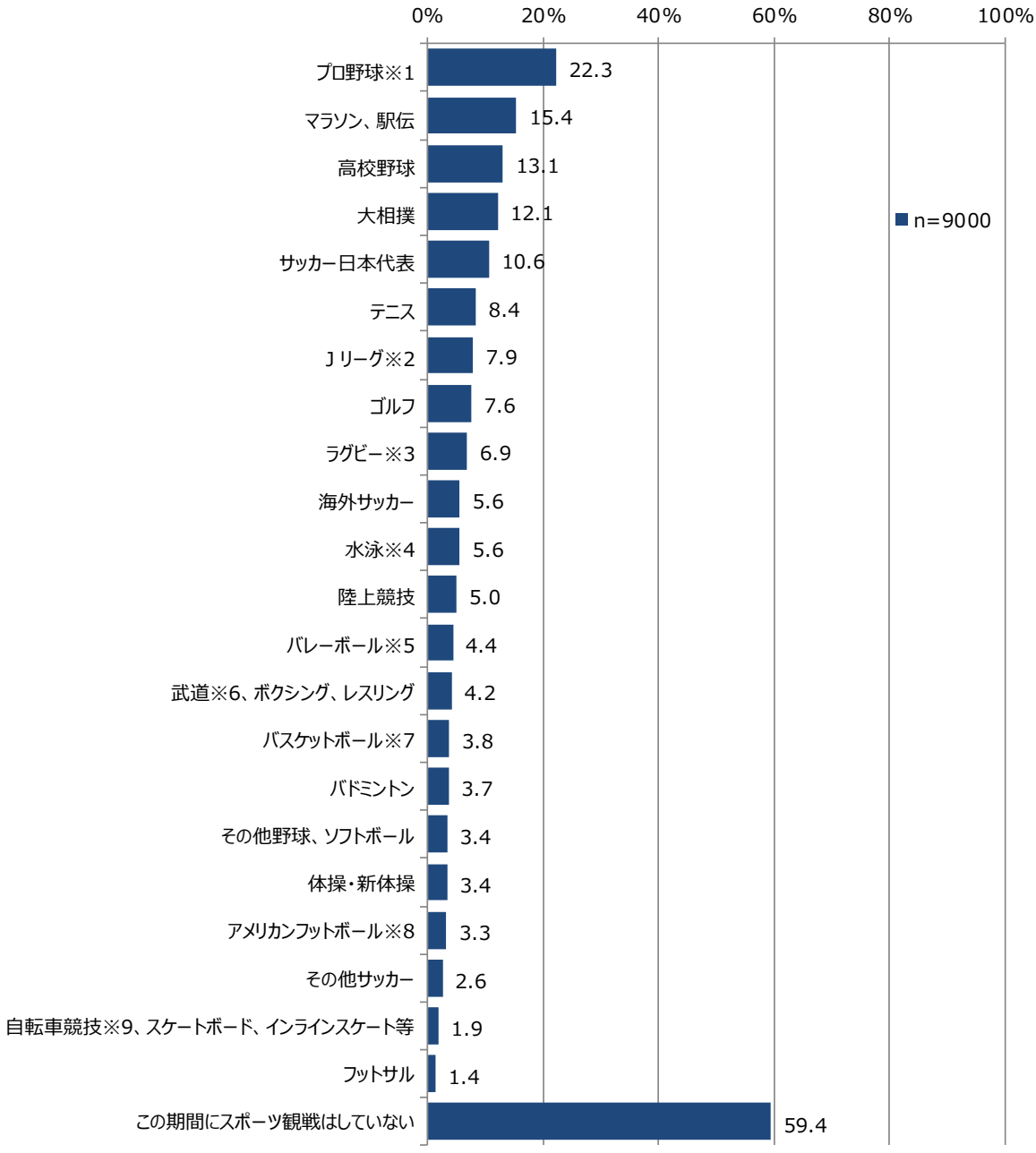
・全体で最も大きいのは、『プロ野球※1』の22.3%で、次いで『マラソン、駅伝』の15.4%、『高校野球』の13.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『プロ野球※1』の30.5%で、次いで『マラソン、駅伝』・『高校野球』の17.0%、『大相撲』・『サッカー日本代表』の15.3%となっている。
・女性で最も大きいのは、『マラソン、駅伝』の13.7%で、次いで『プロ野球※1』の13.4%、『高校野球』の8.9%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『プロ野球※1』が40.9%で、次いで『70代以上』の『大相撲』が37.9%、『70代以上』の『マラソン、駅伝』が35.9%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『マラソン、駅伝』が22.3%で、次いで『70代以上』の『大相撲』が20.8%、『60代』の『マラソン、駅伝』が17.9%となっている。

詳細説明
※1： プロ野球（NPB 、メジャーリーグ含む）
※2： J リーグ（J1、J2、J3）
※3： ラグビー（トップリーグ、大学・高校ラグビー、海外ラグビー含む）
※4： 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）
※5： バレーボール（V リーグ、日本代表含む）
※6： 武道（剣道・柔道・空手）、ボクシング、レスリング
※7： バスケットボール（B リーグ、NBA 含む）
※8： アメリカンフットボール（NFL 等含む）
※9： 自転車競技（競輪を除く）、スケートボード、インラインスケート等

Q7.あなたが、一回目の緊急事態宣言前と宣言後の期間に観戦したスポーツ種目は何ですか。（MA）

4. ＜TVやインターネットで観戦＞ 2020.4～現在



Q7.あなたが、一回目の緊急事態宣言前と宣言後の期間に観戦したスポーツ種目は何ですか。（MA）

4. ＜TVやインターネットで観戦＞ 2020.4～現在

(%)

		全体	プロ野球※1	マラソン、駅伝	高校野球	大相撲	サッカー日本代表	テニス	Jリーグ※2	ゴルフ	ラグビー※3	海外サッカー	水泳※4	陸上競技	バレーボール※5	武道※6、ボクシング、レスリング	バスケットボール※7	バドミントン	その他野球、ソフトボール	体操・新体操	アメリカンフットボール※8	その他サッカー	自転車競技※9、スケートボード、インラインスケート等	フットサル	この期間にスポーツ観戦はしていない
全体		9000	22.3	15.4	13.1	12.1	10.6	8.4	7.9	7.6	6.9	5.6	5.6	5.0	4.4	4.2	3.8	3.7	3.4	3.4	3.3	2.6	1.9	1.4	59.4
性別	男性	4695	30.5	17.0	17.0	15.3	15.3	9.5	11.6	11.0	9.8	8.7	6.2	6.1	4.7	5.9	5.2	4.5	4.7	3.7	5.2	3.3	2.7	1.9	50.2
	女性	4305	13.4	13.7	8.9	8.6	5.4	7.2	3.9	3.9	3.8	2.2	4.9	3.8	4.1	2.3	2.3	2.9	2.0	3.0	1.3	1.8	0.9	0.8	69.4
性年代	男性10代以下	267	18.0	8.2	13.5	7.5	10.9	4.5	8.2	1.9	6.0	8.2	3.4	4.5	3.4	3.0	6.0	3.7	3.7	1.5	2.2	5.6	1.1	3.4	58.1
	男性20代	598	28.9	7.5	16.9	4.5	14.4	4.5	12.9	3.5	5.9	10.5	2.8	3.7	3.0	3.3	5.7	2.5	5.7	2.0	3.3	4.0	2.5	1.5	49.8
	男性30代	738	29.7	10.4	15.9	8.7	16.1	6.2	11.0	6.0	7.2	10.3	2.3	3.1	3.4	2.7	4.3	1.8	3.4	1.6	3.3	2.3	3.0	1.9	50.3
	男性40代	1132	28.1	13.6	15.2	11.0	14.3	7.2	11.1	8.6	7.7	9.7	4.7	4.3	4.2	6.2	5.0	2.7	3.9	2.6	3.8	3.2	1.9	1.5	54.3
	男性50代	803	31.1	18.4	17.7	15.8	15.7	10.0	10.5	12.6	12.8	6.7	6.8	6.7	5.2	6.1	4.4	4.2	5.1	3.6	6.7	1.9	2.6	1.2	51.9
	男性60代	577	32.4	25.0	17.0	23.7	16.8	13.7	13.7	17.9	14.7	8.7	10.4	9.4	6.4	9.5	6.8	8.0	6.2	7.1	9.0	4.5	4.9	3.6	48.9
	男性70代以上	580	40.9	35.9	22.4	37.9	16.9	20.7	13.1	25.2	14.1	5.5	13.4	12.4	6.9	9.8	5.0	10.5	5.3	7.8	7.8	3.6	3.1	1.9	37.8
	女性10代以下	294	13.9	8.5	12.2	2.0	7.8	2.7	4.1	1.0	3.1	1.7	2.4	3.7	8.2	2.4	3.7	2.4	1.0	0.3	0.7	3.7	0.3	2.0	65.6
	女性20代	577	12.1	8.3	8.8	2.9	4.5	3.5	4.0	2.9	2.9	3.1	3.5	1.7	4.3	2.1	2.8	2.6	3.3	2.1	1.4	2.8	1.0	0.9	71.6
	女性30代	742	11.3	8.1	6.6	5.7	3.8	3.1	3.9	2.6	3.4	2.4	2.8	1.9	3.2	1.8	1.9	1.3	2.3	1.6	0.8	1.8	1.3	1.2	75.7
	女性40代	926	12.1	13.1	8.9	5.7	4.5	6.2	3.5	2.2	4.2	1.8	3.5	3.5	4.0	2.2	2.5	1.8	1.7	2.4	1.7	1.9	0.6	0.8	73.1
	女性50代	635	13.9	16.9	8.7	10.2	6.8	8.8	4.7	3.6	3.5	1.9	5.2	4.4	4.1	2.7	2.0	3.1	1.3	3.5	1.1	1.3	0.8	0.5	69.8
	女性60代	565	15.4	17.9	8.7	12.4	6.4	14.3	3.2	7.1	4.1	2.7	9.2	6.5	4.1	2.7	1.4	5.0	1.9	6.0	1.1	1.2	0.9	0.7	63.0
	女性70代以上	566	17.1	22.3	10.6	20.8	6.2	11.7	4.2	8.0	4.8	1.9	8.5	5.5	3.4	2.3	2.8	4.9	2.3	4.9	1.6	0.7	1.1	0.4	60.8
小中高	小学生	1000	22.2	11.8	14.2	7.7	12.5	5.2	8.6	6.3	7.1	6.8	5.3	3.2	4.1	3.7	4.3	2.5	3.2	2.9	2.5	2.8	2.0	1.3	60.2
	中学生	500	25.0	14.2	14.0	9.6	11.8	8.6	9.4	8.4	9.0	6.2	6.2	5.2	4.8	4.8	5.2	3.6	3.8	2.8	3.8	2.6	2.0	1.4	58.0
	高校生	500	15.4	8.8	12.2	4.4	8.2	3.2	5.8	1.4	4.4	4.6	2.6	3.8	5.6	2.6	4.6	2.6	2.0	0.8	1.2	4.6	0.8	2.6	62.4
障害者	障害者	1012	21.3	13.8	11.6	11.9	9.4	7.7	6.3	6.5	5.0	5.0	6.4	5.5	4.8	4.3	4.0	4.1	5.0	4.4	3.4	2.5	1.7	2.1	63.5
エリア	北海道	373	23.1	10.2	11.3	10.7	7.8	8.0	9.9	7.8	4.3	4.3	4.0	3.5	3.8	3.5	3.8	3.8	3.8	2.9	1.6	2.7	1.3	2.1	62.5
	東北	481	23.9	15.6	17.3	10.6	13.1	8.3	9.1	5.2	6.0	7.1	6.4	5.2	5.4	3.1	6.2	5.2	3.7	4.2	3.5	3.5	1.2	2.1	57.6
	関東	3464	21.5	16.2	12.6	13.3	10.5	9.2	8.1	7.7	7.5	6.5	5.7	5.2	3.9	4.2	3.7	4.0	3.1	3.2	3.5	2.2	2.0	1.3	58.9
	甲信越・北陸	355	17.5	16.3	12.4	15.2	11.5	6.8	10.1	5.9	4.2	5.4	5.1	3.9	3.9	4.2	6.2	3.4	3.4	3.7	2.8	4.8	2.3	2.0	61.4
	中部	1166	19.0	15.3	10.9	10.6	9.5	6.9	8.1	6.9	5.6	4.4	5.1	5.0	4.0	2.7	3.1	3.3	2.8	3.5	2.7	2.0	1.1	0.8	61.3
	近畿	1892	24.0	15.0	14.2	11.8	10.4	8.8	6.1	8.6	8.2	4.9	5.7	5.0	4.8	5.6	3.1	3.0	3.9	3.4	3.9	2.7	1.9	1.1	58.8
	中国	431	30.6	17.2	16.2	11.6	13.2	8.1	8.1	7.7	6.3	4.6	6.0	5.1	7.2	3.5	4.4	3.9	3.7	3.5	3.2	2.3	1.6	1.6	56.8
	四国	206	21.4	13.1	9.7	9.2	11.2	8.7	10.7	10.7	7.3	6.8	6.8	5.8	3.4	5.3	3.9	3.4	4.9	3.4	4.4	3.9	3.4	2.9	62.6
	九州	578	24.7	15.1	14.5	11.4	10.4	7.3	8.3	6.9	6.7	5.0	6.1	5.2	5.7	3.6	3.6	4.3	4.0	3.5	2.4	3.1	2.6	2.4	58.8
	沖縄	54	14.8	7.4	7.4	1.9	9.3	3.7	5.6	5.6	1.9	7.4	-	3.7	-	3.7	11.1	-	1.9	-	5.6	1.9	-	-	64.8
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	20.0	13.3	11.7	11.7	5.0	6.7	8.3	3.3	10.0	1.7	5.0	10.0	3.3	1.7	1.7	3.3	3.3	-	1.7	-	1.7	-	55.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1943	26.6	19.1	15.6	16.7	11.6	10.3	9.3	8.6	8.2	5.7	7.2	6.2	4.2	5.3	3.6	4.7	3.5	4.1	3.8	2.8	1.5	1.2	52.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	577	28.6	21.8	15.6	16.1	13.3	12.8	10.2	11.8	9.9	8.5	7.8	7.3	6.6	5.4	6.9	5.9	5.7	3.5	4.5	4.5	3.1	1.7	42.8
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	249	30.9	20.1	17.7	15.7	16.1	8.4	10.0	8.0	13.3	7.6	8.0	5.6	6.8	5.6	3.6	4.8	2.8	4.8	4.8	2.0	2.0	1.6	45.0
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1050	27.6	17.1	15.0	13.5	12.8	9.2	9.9	8.3	8.5	7.1	4.2	3.9	3.8	3.0	4.0	3.1	3.2	2.3	3.2	1.5	1.5	0.8	52.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	248	29.0	18.5	17.3	14.9	16.5	10.5	10.1	11.3	8.5	8.9	9.7	7.3	6.5	6.5	5.6	6.0	4.8	5.2	4.8	2.0	2.8	1.2	46.8
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	153	27.5	17.0	18.3	10.5	13.1	10.5	9.8	13.1	9.2	10.5	5.9	5.2	5.9	2.0	5.2	3.3	3.3	2.0	1.3	4.6	2.0	2.6	52.3
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	336	22.9	17.9	12.5	11.9	11.9	8.9	10.7	10.1	8.0	7.4	3.9	5.1	4.5	1.5	4.5	1.8	2.4	1.2	3.3	1.8	0.6	1.2	54.5
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	40	32.5	22.5	25.0	17.5	10.0	15.0	7.5	15.0	10.0	7.5	5.0	5.0	10.0	7.5	5.0	5.0	10.0	-	5.0	2.5	-	-	40.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	560	27.5	16.6	17.5	13.4	12.9	9.1	10.0	7.1	8.8	7.9	7.9	6.1	6.4	6.3	5.0	3.8	3.9	3.0	5.5	3.9	3.4	1.8	44.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	304	29.3	16.8	17.8	11.2	17.8	8.9	12.8	9.2	8.6	11.5	5.6	6.6	6.6	4.3	4.9	2.6	5.6	3.3	3.6	3.9	2.3	1.6	40.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	85	31.8	15.3	15.3	5.9	21.2	9.4	15.3	7.1	3.5	8.2	5.9	5.9	5.9	1.2	8.2	4.7	7.1	1.2	2.4	8.2	4.7	4.7	32.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1705	25.0	18.6	15.0	16.3	11.0	9.7	8.6	8.7	8.0	5.0	7.4	6.2	4.2	4.7	3.5	4.6	3.0	4.0	3.1	2.7	1.5	1.1	55.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1130	25.0	16.7	14.0	13.0	11.9	8.8	8.8	9.0	8.3	6.5	4.4	4.8	3.5	2.8	3.6	3.6	2.9	2.7	2.7	1.9	1.6	0.7	54.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	401	24.2	18.0	14.2	12.7	11.5	8.5	8.2	10.0	8.5	6.5	5.2	5.0	5.2	2.7	5.0	2.7	4.0	2.0	3.2	1.5	1.2	0.7	54.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	417	31.4	21.6	14.9	18.0	14.1	15.3	10.6	10.6	10.1	6.7	7.2	6.7	4.8	6.7	5.0	7.7	6.0	5.3	4.8	2.6	1.7	1.9	47.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	402	28.1	19.9	16.2	15.9	12.2	12.7	9.7	10.0	10.7	8.0	5.5	3.7	4.7	3.5	4.0	3.7	5.0	3.5	5.2	2.0	1.0	1.7	50.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	204	27.5	19.1	14.7	13.7	12.7	9.3	12.7	9.8	8.8	8.8	6.4	6.9	6.4	5.9	7.4	4.9	2.9	2.0	4.4	2.9	2.9	2.5	49.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	538	27.0	16.7	16.9	13.4	12.8	9.7	10.2	6.9	8.9	8.2	8.9	5.9	5.6	5.6	4.8	4.5	4.5	3.9	5.4	3.9	3.3	2.0	46.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	241	27.4	17.4	15.8	11.6	19.1	7.9	13.3	8.7	10.0	13.7	6.2	5.4	6.6	4.1	4.1	2.5	6.6	4.1	2.1	4.1	2.1	1.7	41.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	50	32.0	16.0	12.0	6.0	20.0	8.0	12.0	6.0	4.0	8.0	6.0	4.0	4.0	-	8.0	-	2.0	-	2.0	8.0	2.0	4.0	26.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1488	25.4	18.0	15.4	15.9	10.7	8.9	8.5	8.7	8.0	4.6	6.9	6.1	4.2	4.7	3.3	4.2	3.0	3.8	3.2	2.4	1.5	1.1	55.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	945	25.3	15.7	13.4	12.1	11.7	8.7	8.6	8.1	8.1	6.3	3.8	4.2	3.1	3.2	3.5	2.9	2.3	2.1	3.1	1.6	1.3	0.7	55.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	330	21.5	15.8	13.3	12.1	11.8	8.5	8.8	10.6	9.1	5.2	5.5	5.2	6.1	3.3	4.5	4.5	5.5	2.1	3.9	1.8	2.1	1.8	55.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	656	28.8	21.6	14.6	18.3	13.9	14.6	9.8	10.2	9.3	7.0	7.6	6.7	5.2	6.6	5.0	6.7	4.7	4.4	4.3	3.4	1.7	1.2	48.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	650	27.7	20.0	17.2	15.8	12.3	11.8	10.0	11.1	9.5	7.2	5.8	5.5	5.2	2.9	4.5	4.8	4.9	3.8	4.3	2.6	1.8	1.4	50.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	310	30.0	20.6	16.1	13.2	13.2	9.4	11.9	9.0	7.4	9.7	5.8	6.5	5.5	4.2	7.4	3.2	2.9	1.9	3.2	2.9	2.3	1.3	49.0
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	28.2	17.7	17.5	14.1	12.5	10.3	9.9	8.0	9.3	7.5	6.1	5.2	5.3	5.3	4.1	4.5	3.6	3.0	3.6	2.5	1.8	1.1	52.4
	運動不足は健康に悪い	1551	28.9	20.8	17.3	18.2	12.3	11.5	9.2	10.0	9.2	5.9	7.6	6.6	4.4	5.4	3.9	5.2	3.4	4.0	3.5	2.2	1.4	0.9	50.9
	ストレス発散	923	28.2	19.0	16.5	15.7	12.1	11.5	9.9	8.6	8.7	6.6	7.2	5.9	4.6	5.2	4.7	5.6	3.6	3.5	3.9	2.5	1.6	1.3	50.2
	スポーツ好き	578	33.7	22.8	20.1	19.4	14.7	13.8	13.8	13.1	13.3	8.5	9.5	9.2	6.2	7.6	5.4	7.6	5.0	4.7	5.2	3.6	3.1	2.2	43.1
	普段の習慣	1234	28.4	22.3	16.4	19.0	11.7	12.1	9.7	10.0	9.5	6.4	8.2	7.3	4.8	6.3	3.9	5.8	3.7	4.4	3.9	2.8	1.8	1.2	49.2
	友人や知人に誘われた	152	34.2	17.1	21.7	13.8	17.1	10.5	12.5	7.2	8.6	9.9	9.2	7.2	5.9	7.2	6.6	5.3	9.2	4.6	5.3	4.6	2.6	3.3	41.4
	感染者減等感染リスクの低下	227	28.6	16.3	17.6	14.1	12.3	11.9	10.1	7.9	6.2	7.0	7.9	5.3	4.4	5.7	4.4	6.2	7.0	5.7	5.3	4.0	2.2	3.1	47.6
	余暇時間が増えた	361	33.2	21.3	20.2	15.0	15.0	12.5	10.5	9.7	9.7	8.3	8.9	6.4	4.4	6.4	4.4	5.5	5.3	5.0	6.1	3.3	3.9	1.7	45.7

感染症拡大前後での体調の変化＜健康状態＞

Q8-1. あなたは、新型コロナウイルス感染症拡大前後で、現在の健康状態について、どう変わったと感じていますか。

・全体で最も大きいのは、『以前と変わらない』の65.4%で、次いで『以前よりやや健康ではなくなった』の16.2%、『以前よりやや健康になった』の8.9%となっている。

・男性で最も大きいのは、『以前と変わらない』の66.0%で、次いで『以前よりやや健康ではなくなった』の14.3%、『以前よりやや健康になった』の9.8%となっている。
・女性で最も大きいのは、『以前と変わらない』の64.9%で、次いで『以前よりやや健康ではなくなった』の18.3%、『以前よりやや健康になった』の8.1%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『以前と変わらない』が77.1%で、次いで『60代』の『以前と変わらない』が72.6%、『50代』の『以前と変わらない』が70.1%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『以前と変わらない』が74.7%で、次いで『60代』の『以前と変わらない』が71.7%、『50代』の『以前と変わらない』が68.8%となっている。

Q8-1. あなたは、新型コロナウイルス感染症拡大前後で、現在の健康状態について、どう変わったと感じていますか。

(%)

			以前より健康になった	以前よりやや健康になった	以前と変わらない	以前よりやや健康ではなくなった	以前より健康ではなくなった	以前より健康＋やや健康
全体		(n=9000)	3.8	8.9	65.4	16.2	5.6	12.7
性別	男性	(n=4695)	4.8	9.8	66.0	14.3	5.2	14.6
	女性	(n=4305)	2.7	8.1	64.9	18.3	6.1	10.8
性年代	男性10代以下	(n=267)	8.6	15.0	58.8	12.4	5.2	23.6
	男性20代	(n=598)	8.5	17.7	55.2	14.4	4.2	26.2
	男性30代	(n=738)	8.3	13.1	57.7	15.2	5.7	21.4
	男性40代	(n=1132)	4.0	9.5	66.8	13.5	6.3	13.5
	男性50代	(n=803)	3.0	6.2	70.1	15.2	5.5	9.2
	男性60代	(n=577)	2.4	7.3	72.6	13.2	4.5	9.7
	男性70代以上	(n=580)	1.4	2.8	77.1	15.3	3.4	4.2
	女性10代以下	(n=294)	6.5	12.9	57.1	17.3	6.1	19.4
	女性20代	(n=577)	5.2	13.2	54.9	20.1	6.6	18.4
	女性30代	(n=742)	3.8	11.2	61.2	17.4	6.5	15.0
	女性40代	(n=926)	1.9	8.0	63.5	19.2	7.3	9.9
	女性50代	(n=635)	1.1	5.0	68.8	18.6	6.5	6.1
	女性60代	(n=565)	1.6	5.0	71.7	16.5	5.3	6.6
	女性70代以上	(n=566)	1.1	2.8	74.7	18.0	3.4	3.9
小中高	小学生	(n=1000)	4.5	10.8	65.5	15.3	3.9	15.3
	中学生	(n=500)	3.4	8.0	68.8	15.2	4.6	11.4
	高校生	(n=500)	7.4	14.0	59.0	14.2	5.4	21.4
障害者	障害者	(n=1012)	4.0	8.7	59.4	16.1	11.9	12.7
エリア	北海道	(n=373)	1.6	9.4	70.8	13.9	4.3	11.0
	東北	(n=481)	1.7	7.7	65.7	18.5	6.4	9.4
	関東	(n=3464)	4.5	9.2	62.0	18.0	6.3	13.7
	甲信越・北陸	(n=355)	3.9	9.9	67.3	14.1	4.8	13.8
	中部	(n=1166)	3.4	8.7	69.6	13.7	4.6	12.1
	近畿	(n=1892)	3.8	8.4	66.6	16.3	4.9	12.2
	中国	(n=431)	3.9	10.4	66.8	12.8	6.0	14.3
	四国	(n=206)	3.9	8.7	68.0	13.6	5.8	12.6
	九州	(n=578)	3.5	9.0	66.8	14.9	5.9	12.5
	沖縄	(n=54)	5.6	7.4	72.2	7.4	7.4	13.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	13.3	26.7	41.7	16.7	1.7	40.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	6.0	10.0	70.1	12.1	1.9	16.0
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	5.2	11.8	47.1	28.8	7.1	17.0
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	11.6	27.3	41.0	17.3	2.8	38.9
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	3.1	10.7	69.3	14.7	2.2	13.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	2.4	10.1	44.4	36.7	6.5	12.5
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	8.5	31.4	44.4	11.1	4.6	39.9
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	2.1	6.5	74.4	14.3	2.7	8.6
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	5.0	50.0	35.0	10.0		5.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	35.2	64.8				100.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	22.7	77.3				100.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	25.9	74.1				100.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)		100.0				0.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)		100.0				0.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)		100.0				0.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)			84.2		15.8	0.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)			84.1		15.9	0.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)			82.4		17.6	0.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	31.6	50.0	16.5	1.9		81.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	22.4	61.4	15.4	0.8		83.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	24.0	50.0	24.0	2.0		74.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	1.4	4.8	91.3	2.3	0.2	6.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	1.2	5.6	90.4	2.0	0.4	6.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	2.1	7.6	86.7	3.6		9.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	0.9	3.5	39.2	46.8	9.6	4.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	0.6	5.2	36.8	48.2	9.2	5.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	1.0	4.2	33.2	50.0	11.6	5.2
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	10.6	17.0	56.2	13.5	2.8	27.6
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	7.6	12.5	65.4	12.4	2.0	20.1
	ストレス発散	(n=923)	10.2	14.0	60.3	13.0	2.5	24.2
	スポーツ好き	(n=578)	11.8	13.5	64.4	8.0	2.4	25.3
	普段の習慣	(n=1234)	7.8	11.7	67.9	11.0	1.6	19.5
	友人や知人に誘われた	(n=152)	15.1	17.1	53.9	9.9	3.9	32.2
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	15.0	15.4	52.9	13.7	3.1	30.4
	余暇時間が増えた	(n=361)	15.5	19.9	45.4	16.1	3.0	35.4

感染症拡大前後での体調の変化＜体力＞

Q8-2. 新型コロナウイルス感染症拡大前後で、現在のご自分の体力について、どう変わったと感じていますか。

・全体で最も大きいのは、『以前と変わらない』の56.7%で、次いで『以前よりやや体力が下がった』の23.7%、『以前より体力が下がった』の9.0%となっている。

・男性で最も大きいのは、『以前と変わらない』の58.6%で、次いで『以前よりやや体力が下がった』の21.3%、『以前よりやや体力がついた』の8.5%となっている。
・女性で最も大きいのは、『以前と変わらない』の54.6%で、次いで『以前よりやや体力が下がった』の26.3%、『以前より体力が下がった』の10.5%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『以前と変わらない』が63.6%で、次いで『50代』の『以前と変わらない』が63.1%、『70代以上』の『以前と変わらない』が62.9%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『60代』の『以前と変わらない』が61.2%で、次いで『70代以上』の『以前と変わらない』が60.6%、『50代』の『以前と変わらない』が60.0%となっている。

Q8-2. 新型コロナウイルス感染症拡大前後で、現在のご自分の体力について、どう変わったと感じていますか。

(%)

			以前より体力がついた	以前よりやや体力がついた	以前と変わらない	以前よりやや体力が下がった	以前より体力が下がった	以前より体力増＋やや体力増
		*凡例						
全 体		(n=9000)	3.0	7.6	56.7	23.7	9.0	10.6
性別	男性	(n=4695)	4.0	8.5	58.6	21.3	7.6	12.5
	女性	(n=4305)	1.9	6.6	54.6	26.3	10.5	8.5
性年代	男性10代以下	(n=267)	9.4	16.9	37.5	26.6	9.7	26.3
	男性20代	(n=598)	6.2	14.4	50.2	21.9	7.4	20.6
	男性30代	(n=738)	6.9	10.7	54.9	19.0	8.5	17.6
	男性40代	(n=1132)	3.4	7.9	62.4	18.4	8.0	11.3
	男性50代	(n=803)	2.2	5.7	63.1	21.0	7.8	7.9
	男性60代	(n=577)	2.4	6.2	63.6	20.5	7.3	8.6
	男性70代以上	(n=580)	1.0	3.1	62.9	27.9	5.0	4.1
	女性10代以下	(n=294)	5.1	9.9	39.1	32.3	13.6	15.0
	女性20代	(n=577)	3.3	10.4	47.1	24.8	14.4	13.7
	女性30代	(n=742)	2.3	9.4	51.3	25.3	11.6	11.7
	女性40代	(n=926)	1.7	6.2	55.4	26.7	10.0	7.9
	女性50代	(n=635)	0.9	4.3	60.0	24.1	10.7	5.2
	女性60代	(n=565)	1.1	3.9	61.2	25.3	8.5	5.0
	女性70代以上	(n=566)	0.5	3.7	60.6	29.2	6.0	4.2
小中高	小学生	(n=1000)	3.6	10.0	58.6	21.2	6.6	13.6
	中学生	(n=500)	2.0	6.4	64.6	19.8	7.2	8.4
	高校生	(n=500)	7.2	13.2	38.4	30.0	11.2	20.4
障害者	障害者	(n=1012)	3.2	7.1	49.1	24.0	16.6	10.3
エリア	北海道	(n=373)	2.4	6.2	59.2	25.2	7.0	8.6
	東北	(n=481)	1.7	7.9	56.8	22.2	11.4	9.6
	関東	(n=3464)	3.5	7.8	52.5	25.8	10.3	11.3
	甲信越・北陸	(n=355)	3.1	7.9	60.0	20.0	9.0	11.0
	中部	(n=1166)	2.3	8.1	61.9	20.8	6.9	10.4
	近畿	(n=1892)	3.0	7.1	58.2	23.4	8.2	10.1
	中国	(n=431)	4.4	8.6	58.7	19.3	9.0	13.0
	四国	(n=206)	2.4	5.8	64.6	18.9	8.3	8.2
	九州	(n=578)	2.1	7.4	57.6	25.6	7.3	9.5
	沖縄	(n=54)	3.7	7.4	59.3	18.5	11.1	11.1
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	11.7	28.3	48.3	8.3	3.3	40.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	5.4	10.7	61.7	19.4	2.9	16.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	3.3	8.7	32.6	40.4	15.1	12.0
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	9.6	26.5	34.5	23.3	6.0	36.1
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	1.9	9.2	61.0	24.1	3.8	11.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	0.4	6.5	32.7	43.1	17.3	6.9
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	11.1	20.9	37.9	22.9	7.2	32.0
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	0.9	3.9	61.3	27.1	6.8	4.8
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	5.0	40.0	37.5	17.5		5.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	29.1	49.3	16.4	4.5	0.7	78.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	14.5	52.0	21.1	10.2	2.3	66.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	8.2	35.3	37.6	14.1	4.7	43.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	0.8	4.4	79.7	14.2	0.9	5.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	0.2	3.1	75.6	19.3	1.9	3.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	3.0		71.3	21.7	4.0	3.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	0.2	2.2 8.9	65.5	23.3		2.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	0.5	6.7	71.1	21.6		0.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	0.5	5.9	60.3	33.3		0.5
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	33.1	66.9				100.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	19.1	80.9				100.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	14.0	86.0				100.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)		100.0				0.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)		100.0				0.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)		100.0				0.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)			82.3	17.7		0.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)			82.3	17.7		0.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)			71.6	28.4		0.0
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	10.0	17.1	49.9	19.7	3.3	27.1
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	6.9	13.0	58.3	18.8	3.0	19.9
	ストレス発散	(n=923)	9.0	15.1	53.4	19.4	3.1	24.1
	スポーツ好き	(n=578)	10.4	15.9	55.0	15.9	2.8	26.3
	普段の習慣	(n=1234)	7.2	12.8	60.5	16.9	2.6	20.0
	友人や知人に誘われた	(n=152)	13.2	18.4	44.1	19.1	5.3	31.6
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	11.9	18.9	45.8	18.9	4.4	30.8
	余暇時間が増えた	(n=361)	13.9	20.8	39.3	22.7	3.3	34.7

感染症拡大前後での体調の変化＜運動不足＞

Q8-3. 新型コロナウイルス感染症拡大前後で、運動不足かどうかについて、どう変わったと感じていますか。

・全体で最も大きいのは、『以前と変わらない』の52.5%で、次いで『以前よりやや運動不足だと感じる』の23.4%、『以前より運動不足だと感じる』の12.9%となっている。

・男性で最も大きいのは、『以前と変わらない』の55.0%で、次いで『以前よりやや運動不足だと感じる』の21.1%、『以前より運動不足だと感じる』の11.2%となっている。
・女性で最も大きいのは、『以前と変わらない』の49.9%で、次いで『以前よりやや運動不足だと感じる』の25.9%、『以前より運動不足だと感じる』の14.8%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『以前と変わらない』が60.7%で、次いで『50代』の『以前と変わらない』が59.7%、『70代以上』の『以前と変わらない』が59.3%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『以前と変わらない』が55.1%で、次いで『70代以上』の『以前と変わらない』が53.9%、『40代』の『以前と変わらない』が53.3%となっている。

Q8-3. 新型コロナウイルス感染症拡大前後で、運動不足かどうかについて、どう変わったと感じていますか。

(%)

		*凡例	以前より運動不足が解消されたと感じる	以前よりやや運動不足が解消されたと感じる	以前と変わらない	以前よりやや運動不足だと感じる	以前より運動不足だと感じる	以前より運動不足が解消＋やや解消
全 体		(n=9000)	3.5	7.6	52.5	23.4	12.9	11.1
性別	男性	(n=4695)	4.4	8.4	55.0	21.1	11.2	12.8
	女性	(n=4305)	2.5	6.8	49.9	25.9	14.8	9.3
性年代	男性10代以下	(n=267)	9.7	12.4	41.6	25.8	10.5	22.1
	男性20代	(n=598)	6.7	14.5	45.7	21.9	11.2	21.2
	男性30代	(n=738)	6.6	12.5	49.3	19.4	12.2	19.1
	男性40代	(n=1132)	3.9	6.8	58.2	20.1	11.0	10.7
	男性50代	(n=803)	3.1	5.6	59.7	19.7	12.0	8.7
	男性60代	(n=577)	2.9	6.4	60.7	18.0	12.0	9.3
	男性70代以上	(n=580)	0.9	4.0	59.3	27.4	8.4	4.9
	女性10代以下	(n=294)	5.4	8.5	37.4	32.7	16.0	13.9
	女性20代	(n=577)	3.1	11.8	43.3	24.8	17.0	14.9
	女性30代	(n=742)	2.8	8.8	47.3	23.9	17.3	11.6
	女性40代	(n=926)	2.4	6.3	53.3	22.7	15.3	8.7
	女性50代	(n=635)	1.9	4.9	55.1	23.9	14.2	6.8
	女性60代	(n=565)	2.1	4.8	51.2	28.3	13.6	6.9
	女性70代以上	(n=566)	1.2	3.5	53.9	31.4	9.9	4.7
小中高	小学生	(n=1000)	4.1	9.6	54.7	22.1	9.5	13.7
	中学生	(n=500)	3.0	7.0	57.6	23.0	9.4	10.0
	高校生	(n=500)	7.2	11.0	39.8	29.6	12.4	18.2
障害者	障害者	(n=1012)	3.5	7.4	48.5	21.0	19.6	10.9
エリア	北海道	(n=373)	2.1	7.8	52.0	26.0	12.1	9.9
	東北	(n=481)	1.7	7.7	55.7	19.8	15.2	9.4
	関東	(n=3464)	3.9	8.4	47.1	25.7	14.9	12.3
	甲信越・北陸	(n=355)	2.3	7.9	57.2	22.3	10.4	10.2
	中部	(n=1166)	3.1	7.3	59.2	20.7	9.8	10.4
	近畿	(n=1892)	3.6	7.0	54.2	23.2	11.9	10.6
	中国	(n=431)	5.8	6.5	55.9	20.2	11.6	12.3
	四国	(n=206)	2.4	6.3	58.7	19.9	12.6	8.7
	九州	(n=578)	2.9	6.9	56.9	22.0	11.2	9.8
	沖縄	(n=54)	3.7	7.4	48.1	22.2	18.5	11.1
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	11.7	30.0	41.7	11.7	5.0	41.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	6.6	9.5	60.0	20.0	3.9	16.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	3.5	9.5	25.3	40.4	21.3	13.0
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	10.4	28.9	27.3	27.7	5.6	39.3
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	2.3	9.4	57.3	24.4	6.6	11.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	1.6	7.3	23.4	41.5	26.2	8.9
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	12.4	27.5	27.5	22.9	9.8	39.9
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	1.2	4.2	54.2	30.4	10.1	5.4
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	5.0	35.0	32.5	27.5		5.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	33.9	45.0	14.5	6.1	0.5	78.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	15.5	49.0	18.8	12.5	4.3	64.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	9.4	38.8	31.8	15.3	4.7	48.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	1.1	5.9	74.6	17.0	1.5	7.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	0.5	5.0	65.7	25.5	3.4	5.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	0.7	3.0	60.6	28.4	7.2	3.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	0.3	2.2	10.8	58.8	27.8	2.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	1.2	7.7	56.7	34.3		1.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	0.5	1.5	5.4	46.6	46.1	2.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	36.2	50.7	11.0	1.9	0.2	86.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	19.5	64.7	13.3	2.5		84.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	16.0	56.0	24.0	4.0		72.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	0.7	5.1	83.5	10.3	0.4	5.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	0.5	4.9	78.2	15.4	1.0	5.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	0.9	5.8	75.5	15.8	2.1	6.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	0.1	2.8	14.8	61.7	20.9	2.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	0.2	1.2	9.1	61.8	27.7	1.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	0.3	0.3	6.5	54.2	38.7	0.6
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	11.6	15.7	47.2	20.5	4.9	27.3
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	8.3	12.2	55.3	20.2	4.1	20.5
	ストレス発散	(n=923)	10.6	13.5	50.8	20.7	4.3	24.1
	スポーツ好き	(n=578)	11.6	12.3	55.2	17.6	3.3	23.9
	普段の習慣	(n=1234)	8.4	11.2	59.5	17.5	3.4	19.6
	友人や知人に誘われた	(n=152)	15.1	17.1	44.7	15.8	7.2	32.2
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	12.8	17.6	42.7	20.3	6.6	30.4
	余暇時間が増えた	(n=361)	16.3	20.2	38.5	18.8	6.1	36.5

感染症拡大前後でのスポーツに対する意欲の変化＜実施意欲＞

Q9.あなたは、新型コロナウイルス感染症拡大前後で、現在の「スポーツを実施する意欲」「スポーツを観る意欲」「スポーツを支える（ボランティア等）意欲」について、それぞれどう変わったと感じていますか。

1.スポーツを実施する意欲

・全体で最も大きいのは、『以前と変わらない』の42.2%で、次いで『そもそも意欲がない』の21.3%、『以前より高くなった』の12.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『以前と変わらない』の45.9%で、次いで『そもそも意欲がない』の18.2%、『以前より高くなった』の13.2%となっている。
・女性で最も大きいのは、『以前と変わらない』の38.1%で、次いで『そもそも意欲がない』の24.7%、『以前より高くなった』・『以前よりやや高くなった』の11.0%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『以前と変わらない』が57.1%で、次いで『60代』の『以前と変わらない』が53.2%、『50代』の『以前と変わらない』が49.6%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『以前と変わらない』が49.3%で、次いで『60代』の『以前と変わらない』が44.1%、『50代』の『以前と変わらない』が41.4%となっている。

Q9.あなたは、新型コロナウイルス感染症拡大前後で、現在の「スポーツを実施する意欲」「スポーツを観る意欲」「スポーツを支える（ボランティア等）意欲」について、それぞれどう変わったと感じていますか。

1.スポーツを実施する意欲

(%)

			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	以前より高くなった＋やや高くなった
全体		(n=9000)	12.1	10.7	42.2	6.9	6.7	21.3	22.8
性別	男性	(n=4695)	13.2	10.5	45.9	6.4	5.8	18.2	23.7
	女性	(n=4305)	11.0	11.0	38.1	7.5	7.6	24.7	22.0
性年代	男性10代以下	(n=267)	25.1	18.0	31.8	4.9	3.7	16.5	43.1
	男性20代	(n=598)	24.7	16.9	30.9	7.0	4.8	15.6	41.6
	男性30代	(n=738)	19.2	13.6	40.2	6.6	4.9	15.4	32.8
	男性40代	(n=1132)	11.1	9.8	48.9	5.7	5.1	19.3	20.9
	男性50代	(n=803)	7.5	7.5	49.6	6.5	6.6	22.4	15.0
	男性60代	(n=577)	8.5	6.2	53.2	5.5	7.5	19.1	14.7
	男性70代以上	(n=580)	4.5	6.6	57.1	7.9	7.4	16.6	11.1
	女性10代以下	(n=294)	24.5	17.7	28.9	6.5	4.8	17.7	42.2
	女性20代	(n=577)	18.9	17.2	31.5	6.4	6.9	19.1	36.1
	女性30代	(n=742)	14.7	13.5	31.9	8.6	6.7	24.5	28.2
	女性40代	(n=926)	9.5	9.1	37.5	6.3	7.8	29.9	18.6
	女性50代	(n=635)	6.6	8.2	41.4	6.5	9.1	28.2	14.8
	女性60代	(n=565)	6.4	6.9	44.1	9.0	9.0	24.6	13.3
	女性70代以上	(n=566)	3.4	8.1	49.3	9.4	7.8	22.1	11.5
小中高	小学生	(n=1000)	13.8	12.7	42.6	7.1	5.0	18.8	26.5
	中学生	(n=500)	10.0	10.4	46.6	6.4	5.2	21.4	20.4
	高校生	(n=500)	25.2	18.0	31.0	5.8	4.2	15.8	43.2
障害者	障害者	(n=1012)	9.8	8.7	35.4	6.4	7.9	31.8	18.5
エリア	北海道	(n=373)	9.1	9.4	42.4	6.4	6.7	26.0	18.5
	東北	(n=481)	10.0	6.4	40.7	7.5	7.7	27.7	16.4
	関東	(n=3464)	13.9	12.0	41.4	7.3	7.0	18.6	25.9
	甲信越・北陸	(n=355)	9.6	10.4	44.5	5.6	7.0	22.8	20.0
	中部	(n=1166)	12.7	9.9	44.2	5.8	5.1	22.3	22.6
	近畿	(n=1892)	10.4	11.4	43.1	7.2	7.6	20.2	21.8
	中国	(n=431)	12.8	10.0	38.5	7.9	4.4	26.5	22.8
	四国	(n=206)	8.7	4.9	42.2	5.8	8.3	30.1	13.6
	九州	(n=578)	12.6	9.5	42.9	6.4	5.2	23.4	22.1
	沖縄	(n=54)	11.1	16.7	42.6	3.7	5.6	20.4	27.8
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	40.0	30.0	21.7	5.0	3.3		70.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	15.7	11.1	56.4	5.4	3.1	8.2	26.8
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	19.2	14.6	34.7	13.9	13.0	4.7	33.8
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	38.2	21.7	24.9	5.6	3.2	6.4	59.9
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	13.0	15.0	53.2	6.4	4.8	7.6	28.0
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	13.3	17.7	34.7	18.1	12.1	4.0	31.0
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	39.9	20.9	26.8	5.2	4.6	2.6	60.8
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	10.4	14.0	52.1	7.7	5.7	10.1	24.4
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	10.0	15.0	40.0	12.5	17.5	5.0	25.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	54.1	23.6	14.8	2.0	1.4	4.1	77.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	41.1	28.0	17.8	6.9	3.0	3.3	69.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	44.7	25.9	14.1	7.1	3.5	4.7	70.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	10.9	10.3	64.4	4.1	1.4	9.0	21.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	9.9	13.7	59.7	5.5	3.5	7.6	23.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	8.7	12.2	56.1	8.5	5.7	8.7	20.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	14.6	13.7	29.7	15.6	14.6	11.8	28.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	12.2	17.2	24.9	18.4	15.9	11.4	29.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	13.2	17.6	20.6	17.6	23.0	7.8	30.8
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	57.2	23.2	14.5	0.9	0.9	3.2	80.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	48.1	29.5	14.1	4.1	1.7	2.5	77.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	56.0	26.0	10.0	4.0	2.0	0.0	82.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	9.5	9.3	67.4	2.9	1.5	9.4	18.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	8.9	12.5	63.6	4.3	2.5	8.1	21.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	10.9	11.2	57.6	6.1	3.9	10.3	22.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	15.2	15.2	34.1	14.9	10.1	10.4	30.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	13.2	18.5	29.8	16.3	13.1	9.1	31.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	11.6	18.4	27.1	17.4	19.0	6.5	30.0
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	25.8	14.2	44.3	4.5	3.2	8.0	40.0
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	19.0	13.5	53.0	4.8	3.0	6.7	32.5
	ストレス発散	(n=923)	24.7	14.4	46.4	5.7	3.6	5.2	39.1
	スポーツ好き	(n=578)	28.5	11.2	49.7	5.0	3.3	2.2	39.7
	普段の習慣	(n=1234)	19.6	11.9	55.1	4.0	2.4	7.0	31.5
	友人や知人に誘われた	(n=152)	33.6	13.8	36.2	8.6	5.3	2.6	47.4
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	33.9	15.9	33.9	6.2	6.2	4.0	49.8
	余暇時間が増えた	(n=361)	37.7	16.9	30.2	5.0	4.7	5.5	54.6

感染症拡大前後でのスポーツに対する意欲の変化＜観戦意欲＞

Q9.あなたは、新型コロナウイルス感染症拡大前後で、現在の「スポーツを実施する意欲」「スポーツを観る意欲」「スポーツを支える（ボランティア等）意欲」について、それぞれどう変わったと感じていますか。

2.スポーツを観る意欲

・全体で最も大きいのは、『以前と変わらない』の50.5%で、次いで『そもそも意欲がない』の24.8%、『以前よりやや高くなった』の7.0%となっている。

・男性で最も大きいのは、『以前と変わらない』の53.2%で、次いで『そもそも意欲がない』の20.6%、『以前よりやや高くなった』の8.7%となっている。
・女性で最も大きいのは、『以前と変わらない』の47.7%で、次いで『そもそも意欲がない』の29.5%、『以前より低くなった』の6.9%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『以前と変わらない』が63.6%で、次いで『50代』の『以前と変わらない』が58.5%、『60代』の『以前と変わらない』が56.5%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『以前と変わらない』が54.9%で、次いで『60代』の『以前と変わらない』が51.7%、『50代』の『以前と変わらない』が47.9%となっている。

Q9.あなたは、新型コロナウイルス感染症拡大前後で、現在の「スポーツを実施する意欲」「スポーツを観る意欲」「スポーツを支える（ボランティア等）意欲」について、それぞれどう変わったと感じていますか。

2.スポーツを観る意欲

(%)

			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	以前より高くなった＋やや高くなった
全体		(n=9000)	5.9	7.0	50.5	5.9	5.9	24.8	12.9
性別	男性	(n=4695)	7.1	8.7	53.2	5.5	5.0	20.6	15.8
	女性	(n=4305)	4.5	5.2	47.7	6.3	6.9	29.5	9.7
性年代	男性10代以下	(n=267)	16.1	13.1	41.2	3.4	4.1	22.1	29.2
	男性20代	(n=598)	12.2	16.2	39.8	5.4	5.7	20.7	28.4
	男性30代	(n=738)	10.3	11.2	48.9	5.6	5.3	18.7	21.5
	男性40代	(n=1132)	5.8	7.3	55.0	5.4	4.0	22.4	13.1
	男性50代	(n=803)	3.6	5.4	58.5	4.6	4.6	23.3	9.0
	男性60代	(n=577)	4.9	5.5	56.5	6.6	5.2	21.3	10.4
	男性70代以上	(n=580)	3.4	5.9	63.6	6.6	6.7	13.8	9.3
	女性10代以下	(n=294)	12.9	12.9	41.2	3.7	3.7	25.5	25.8
	女性20代	(n=577)	8.1	7.8	44.9	5.2	4.7	29.3	15.9
	女性30代	(n=742)	5.0	3.5	46.9	6.7	6.2	31.7	8.5
	女性40代	(n=926)	4.4	4.3	45.0	5.3	6.7	34.2	8.7
	女性50代	(n=635)	1.9	4.6	47.9	7.6	7.9	30.2	6.5
	女性60代	(n=565)	1.6	3.5	51.7	7.4	9.7	26.0	5.1
	女性70代以上	(n=566)	1.6	4.4	54.9	7.2	7.8	24.0	6.0
小中高	小学生	(n=1000)	6.7	8.4	51.7	5.8	3.8	23.6	15.1
	中学生	(n=500)	4.2	7.6	53.8	6.0	5.4	23.0	11.8
	高校生	(n=500)	14.4	13.0	42.0	3.4	4.2	23.0	27.4
障害者	障害者	(n=1012)	5.0	6.3	42.7	5.4	6.8	33.7	11.3
エリア	北海道	(n=373)	4.6	5.4	51.5	7.2	5.6	25.7	10.0
	東北	(n=481)	6.7	7.7	42.6	5.6	7.7	29.7	14.4
	関東	(n=3464)	6.5	6.9	51.0	6.3	6.0	23.2	13.4
	甲信越・北陸	(n=355)	5.4	7.9	53.5	3.9	5.4	23.9	13.3
	中部	(n=1166)	5.4	5.1	54.2	5.5	4.9	25.0	10.5
	近畿	(n=1892)	5.3	7.5	51.4	5.3	6.6	23.9	12.8
	中国	(n=431)	6.5	10.0	43.4	5.8	4.6	29.7	16.5
	四国	(n=206)	4.4	6.3	47.6	6.8	5.8	29.1	10.7
	九州	(n=578)	5.2	7.4	48.8	6.2	5.0	27.3	12.6
	沖縄	(n=54)	7.4	11.1	40.7	3.7	3.7	33.3	18.5
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	13.3	13.3	38.3	8.3	10.0	16.7	26.6
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	8.1	6.9	61.2	5.0	4.2	14.6	15.0
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	11.3	12.8	44.4	9.4	10.7	11.4	24.1
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	10.4	12.4	50.2	7.6	4.4	14.9	22.8
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	7.1	9.1	59.5	6.2	4.5	13.5	16.2
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	4.0	13.7	50.0	14.1	8.1	10.1	17.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	14.4	11.8	49.0	6.5	6.5	11.8	26.2
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	7.1	9.5	54.8	8.3	5.7	14.6	16.6
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	10.0		62.5	10.0	12.5	5.0	10.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	22.0	13.8	40.2	5.7	2.9	15.5	35.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	16.4	23.0	40.1	4.9	5.6	9.9	39.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	15.3	23.5	31.8	9.4	9.4	10.6	38.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	4.2	5.3	68.1	5.0	2.8	14.5	9.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	6.3	8.1	63.6	4.7	4.1	13.2	14.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	4.5	8.0	61.8	8.5	5.2	12.0	12.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	9.4	8.2	37.9	10.6	13.7	20.4	17.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	6.2	8.0	40.5	13.7	13.7	17.9	14.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	3.4	15.2	42.2	12.3	11.8	15.2	18.6
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	22.3	13.8	42.0	5.8	2.0	14.1	36.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	19.1	24.1	39.8	1.7	3.3	12.0	43.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	16.0	26.0	34.0	14.0	6.0	4.0	42.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	4.5	4.9	68.9	4.3	2.6	14.9	9.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	5.6	7.9	66.0	3.9	4.0	12.5	13.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	3.9	8.5	61.5	6.1	6.4	13.6	12.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	7.0	8.4	44.7	10.2	11.0	18.8	15.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	7.2	9.4	43.7	12.6	11.1	16.0	16.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	5.5	13.5	45.5	12.9	9.4	13.2	19.0
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	11.6	7.6	55.3	5.8	4.9	14.8	19.2
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	8.4	7.0	59.5	6.1	4.7	14.2	15.4
	ストレス発散	(n=923)	12.1	9.4	52.4	7.2	6.0	12.9	21.5
	スポーツ好き	(n=578)	15.6	9.7	57.8	5.5	3.3	8.1	25.3
	普段の習慣	(n=1234)	9.4	6.9	60.6	5.8	4.5	12.8	16.3
	友人や知人に誘われた	(n=152)	23.0	18.4	40.1	8.6	3.9	5.9	41.4
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	21.6	15.4	42.3	7.0	6.2	7.5	37.0
	余暇時間が増えた	(n=361)	19.4	11.1	44.9	7.5	5.8	11.4	30.5

感染症拡大前後でのスポーツに対する意欲の変化＜支える意欲＞

Q9.あなたは、新型コロナウイルス感染症拡大前後で、現在の「スポーツを実施する意欲」「スポーツを観る意欲」「スポーツを支える（ボランティア等）意欲」について、それぞれどう変わったと感じていますか。

3.スポーツを支える（ボランティア等）意欲

・全体で最も大きいのは、『以前と変わらない』の49.7%で、次いで『そもそも意欲がない』の29.6%、『以前よりやや高くなった』・『以前よりやや低くなった』の5.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『以前と変わらない』の53.2%で、次いで『そもそも意欲がない』の25.3%、『以前よりやや高くなった』の5.9%となっている。
・女性で最も大きいのは、『以前と変わらない』の45.9%で、次いで『そもそも意欲がない』の34.2%、『以前よりやや低くなった』の6.0%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『以前と変わらない』が57.8%で、次いで『60代』の『以前と変わらない』が56.5%、『50代』の『以前と変わらない』が55.4%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『以前と変わらない』が50.0%で、次いで『10代以下』の『以前と変わらない』が48.0%、『60代』の『以前と変わらない』が47.3%となっている。

Q9.あなたは、新型コロナウイルス感染症拡大前後で、現在の「スポーツを実施する意欲」「スポーツを観る意欲」「スポーツを支える（ボランティア等）意欲」について、それぞれどう変わったと感じていますか。

3.スポーツを支える（ボランティア等）意欲

(%)

*凡例

			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	以前より高くなった＋やや高くなった
全体		(n=9000)	4.9	5.4	49.7	5.4	5.1	29.6	10.3
性別	男性	(n=4695)	5.8	5.9	53.2	4.8	4.9	25.3	11.7
	女性	(n=4305)	3.8	4.8	45.9	6.0	5.3	34.2	8.6
性年代	男性10代以下	(n=267)	12.0	9.0	46.1	4.5	4.1	24.3	21.0
	男性20代	(n=598)	10.7	10.0	44.3	5.0	5.5	24.4	20.7
	男性30代	(n=738)	7.3	7.5	51.6	4.1	5.6	24.0	14.8
	男性40代	(n=1132)	4.9	5.7	55.1	4.3	3.4	26.5	10.6
	男性50代	(n=803)	4.6	3.5	55.4	4.9	3.6	28.0	8.1
	男性60代	(n=577)	4.3	3.8	56.5	5.0	6.6	23.7	8.1
	男性70代以上	(n=580)	1.2	4.3	57.8	6.0	6.9	23.8	5.5
	女性10代以下	(n=294)	10.5	9.5	48.0	4.8	1.4	25.9	20.0
	女性20代	(n=577)	6.1	7.3	46.3	5.0	3.8	31.5	13.4
	女性30代	(n=742)	4.4	5.0	44.9	4.9	4.7	36.1	9.4
	女性40代	(n=926)	4.1	3.8	42.5	4.8	6.0	38.8	7.9
	女性50代	(n=635)	1.4	4.3	45.5	5.8	6.1	36.9	5.7
	女性60代	(n=565)	1.6	4.2	47.3	9.0	6.5	31.3	5.8
	女性70代以上	(n=566)	1.4	2.7	50.0	8.3	6.5	31.1	4.1
小中高	小学生	(n=1000)	5.7	5.6	53.3	5.2	3.6	26.6	11.3
	中学生	(n=500)	4.0	5.0	53.6	5.6	4.0	27.8	9.0
	高校生	(n=500)	11.8	9.6	47.2	4.6	2.8	24.0	21.4
障害者	障害者	(n=1012)	3.5	5.1	40.4	4.2	6.2	40.5	8.6
エリア	北海道	(n=373)	3.8	4.6	50.7	7.5	4.0	29.5	8.4
	東北	(n=481)	4.8	6.4	41.0	5.2	6.0	36.6	11.2
	関東	(n=3464)	5.6	5.5	50.1	5.4	5.2	28.2	11.1
	甲信越・北陸	(n=355)	5.4	6.8	49.9	3.4	5.6	29.0	12.2
	中部	(n=1166)	4.5	5.5	52.7	4.4	4.2	28.7	10.0
	近畿	(n=1892)	4.1	5.5	50.7	5.6	5.3	28.8	9.6
	中国	(n=431)	4.9	4.9	44.3	6.7	3.9	35.3	9.8
	四国	(n=206)	2.9	3.4	50.0	5.8	8.3	29.6	6.3
	九州	(n=578)	5.0	4.3	49.0	5.2	5.4	31.1	9.3
	沖縄	(n=54)	3.7	1.9	44.4	1.9	7.4	40.7	5.6
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	8.3	16.7	45.0	1.7	3.3	25.0	25.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	7.6	6.0	60.0	4.8	3.1	18.5	13.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	7.8	9.5	48.2	9.2	10.2	15.1	17.3
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	10.8	12.9	44.2	7.2	4.0	20.9	23.7
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	5.0	6.6	60.4	6.6	4.6	16.9	11.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	3.2	9.3	50.0	10.5	10.1	16.9	12.5
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	14.4	6.5	52.9	4.6	3.3	18.3	20.9
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	3.9	7.1	58.9	3.6	5.7	20.8	11.0
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	2.5	5.0	60.0	5.0	5.0	22.5	7.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	21.4	12.3	42.1	3.0	1.8	19.3	33.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	15.1	16.8	45.1	7.2	2.6	13.2	31.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	14.1	14.1	40.0	3.5	10.6	17.6	28.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	3.7	5.0	65.8	4.3	2.1	19.1	8.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	3.8	6.8	64.9	4.6	4.0	15.9	10.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	2.2	5.0	64.8	4.7	4.5	18.7	7.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	7.4	7.2	37.2	12.2	9.6	26.4	14.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	4.2	4.7	37.6	15.2	12.9	25.4	8.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	4.9	8.3	41.2	9.8	14.2	21.6	13.2
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	21.6	12.5	44.4	2.4	1.5	17.7	34.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	17.0	17.8	44.4	4.1	2.5	14.1	34.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	10.0	18.0	46.0	4.0	6.0	16.0	28.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	4.2	4.6	66.9	3.6	1.9	18.7	8.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	4.0	6.0	67.4	4.2	3.4	14.9	10.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	3.3	4.5	64.2	3.6	4.2	20.0	7.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	5.3	7.5	42.4	11.4	7.5	25.9	12.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	4.2	7.2	42.6	13.1	10.3	22.6	11.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	4.8	8.1	46.1	9.0	12.6	19.4	12.9
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	9.9	5.7	56.4	5.4	3.0	19.6	15.6
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	6.9	6.3	59.6	5.1	3.4	18.7	13.2
	ストレス発散	(n=923)	9.9	8.6	55.3	5.3	4.3	16.7	18.5
	スポーツ好き	(n=578)	12.8	8.5	58.3	4.3	3.6	12.5	21.3
	普段の習慣	(n=1234)	7.6	6.9	59.3	4.9	3.5	17.7	14.5
	友人や知人に誘われた	(n=152)	20.4	11.8	49.3	6.6	5.3	6.6	32.2
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	19.8	11.9	46.7	4.4	7.0	10.1	31.7
	余暇時間が増えた	(n=361)	16.6	10.8	48.8	5.0	3.9	15.0	27.4

新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施促進要因（１）

Q10.新型コロナウイルス感染症の影響下において、運動・スポーツを実施するにあたって促進要因と考えられるものについてお答えください。

1.テレワーク等の導入による余暇時間の増大

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の46.2%で、次いで『どちらともいえない』の23.3%、『ややあてはまる』の11.8%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の44.2%で、次いで『どちらともいえない』の24.1%、『ややあてはまる』の12.2%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の48.4%で、次いで『どちらともいえない』の22.4%、『ややあてはまる』の11.4%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が66.4%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が55.1%、『50代』の『あてはまらない』が48.1%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が64.7%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が59.6%、『50代』の『あてはまらない』が55.0%となっている。

Q10.新型コロナウイルス感染症の影響下において、運動・スポーツを実施するにあたって促進要因と考えられるものについてお答えください。

1.テレワーク等の導入による余暇時間の増大

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=9000)	11.0	11.8	23.3	7.7	46.2	22.8
性別	男性	(n=4695)	11.1	12.2	24.1	8.3	44.2	23.3
	女性	(n=4305)	10.9	11.4	22.4	7.0	48.4	22.3
性年代	男性10代以下	(n=267)	17.2	18.7	25.1	6.7	32.2	35.9
	男性20代	(n=598)	16.7	17.9	25.3	10.5	29.6	34.6
	男性30代	(n=738)	13.7	15.3	25.9	9.8	35.4	29.0
	男性40代	(n=1132)	12.0	11.8	26.9	8.2	41.0	23.8
	男性50代	(n=803)	9.3	9.7	25.9	7.0	48.1	19.0
	男性60代	(n=577)	7.6	8.8	20.6	7.8	55.1	16.4
	男性70代以上	(n=580)	3.6	6.7	15.9	7.4	66.4	10.3
	女性10代以下	(n=294)	22.4	17.7	25.5	8.8	25.5	40.1
	女性20代	(n=577)	18.0	21.5	23.9	8.8	27.7	39.5
	女性30代	(n=742)	13.1	12.1	21.4	7.5	45.8	25.2
	女性40代	(n=926)	10.6	10.2	23.3	6.8	49.1	20.8
	女性50代	(n=635)	7.7	10.1	20.9	6.3	55.0	17.8
	女性60代	(n=565)	5.8	6.7	21.8	6.0	59.6	12.5
	女性70代以上	(n=566)	3.7	5.1	21.2	5.3	64.7	8.8
小中高	小学生	(n=1000)	14.1	11.6	27.2	7.6	39.5	25.7
	中学生	(n=500)	7.8	12.6	22.2	7.4	50.0	20.4
	高校生	(n=500)	19.0	18.6	26.2	7.4	28.8	37.6
障害者	障害者	(n=1012)	10.8	8.1	20.3	6.2	54.6	18.9
エリア	北海道	(n=373)	8.6	11.8	23.1	7.0	49.6	20.4
	東北	(n=481)	7.3	9.4	26.6	10.0	46.8	16.7
	関東	(n=3464)	13.6	13.1	23.2	7.7	42.4	26.7
	甲信越・北陸	(n=355)	8.2	11.5	20.8	7.0	52.4	19.7
	中部	(n=1166)	9.5	10.8	23.2	7.1	49.3	20.3
	近畿	(n=1892)	10.4	11.0	22.9	8.3	47.4	21.4
	中国	(n=431)	8.6	13.5	19.0	6.5	52.4	22.1
	四国	(n=206)	7.8	9.2	26.7	6.8	49.5	17.0
	九州	(n=578)	10.0	10.9	26.3	6.7	46.0	20.9
	沖縄	(n=54)	11.1	9.3	22.2	3.7	53.7	20.4
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	28.3	15.0	15.0	8.3	33.3	43.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	11.6	9.6	21.3	7.9	49.6	21.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	14.6	16.8	18.9	7.8	41.9	31.4
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	22.1	16.9	18.9	12.0	30.1	39.0
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	11.4	15.8	23.6	8.9	40.3	27.2
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	13.3	21.0	15.7	8.1	41.9	34.3
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	19.0	28.1	17.6	5.2	30.1	47.1
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	13.1	14.9	24.1	7.7	40.2	28.0
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	10.0	15.0	30.0	10.0	35.0	25.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	24.8	15.7	18.0	5.9	35.5	40.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	22.7	18.4	18.4	8.6	31.9	41.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	10.6	22.4	28.2	7.1	31.8	33.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	9.3	9.8	21.5	7.4	52.0	19.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	9.4	15.6	24.2	8.9	41.9	25.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	11.7	16.7	23.2	9.5	38.9	28.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	17.3	11.0	19.9	9.6	42.2	28.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	16.7	17.4	19.2	8.5	38.3	34.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	13.7	18.1	13.7	8.8	45.6	31.8
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	24.7	14.9	18.0	6.1	36.2	39.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	24.5	18.7	16.2	9.1	31.5	43.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	10.0	28.0	22.0	6.0	34.0	38.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	9.5	9.6	21.8	7.1	51.9	19.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	8.4	14.8	25.1	8.7	43.1	23.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	11.8	13.9	25.2	10.6	38.5	25.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	14.5	11.9	19.5	9.3	44.8	26.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	16.0	18.0	20.2	8.8	37.1	34.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	12.9	20.3	16.5	7.7	42.6	33.2
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	19.8	12.3	17.8	6.0	44.2	32.1
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	14.4	11.5	18.0	6.8	49.3	25.9
	ストレス発散	(n=923)	17.2	13.8	19.4	6.6	43.0	31.0
	スポーツ好き	(n=578)	19.0	12.8	16.1	7.6	44.5	31.8
	普段の習慣	(n=1234)	14.5	11.0	16.8	7.3	50.4	25.5
	友人や知人に誘われた	(n=152)	25.0	13.2	21.1	8.6	32.2	38.2
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	23.3	14.1	15.4	6.6	40.5	37.4
	余暇時間が増えた	(n=361)	27.1	18.0	13.3	5.5	36.0	45.1

新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施促進要因（２）

Q10.新型コロナウイルス感染症の影響下において、運動・スポーツを実施するにあたって促進要因と考えられるものについてお答えください。

2.健康・体力づくりの為の情報との接触機会増大

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の34.3%で、次いで『どちらともいえない』の31.2%、『ややあてはまる』の13.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『どちらともいえない』・『あてはまらない』の32.8%で、次いで『ややあてはまる』の13.0%、『あまりあてはまらない』の12.2%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の36.0%で、次いで『どちらともいえない』の29.4%、『ややあてはまる』の13.8%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が42.9%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が41.6%、『50代』の『あてはまらない』が38.7%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が43.0%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が40.3%、『60代』の『あてはまらない』が38.9%となっている。

Q10.新型コロナウイルス感染症の影響下において、運動・スポーツを実施するにあたって促進要因と考えられるものについてお答えください。

2.健康・体力づくりの為の情報との接触機会増大

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=9000)	9.1	13.4	31.2	12.0	34.3	22.5
性別	男性	(n=4695)	9.1	13.0	32.8	12.2	32.8	22.1
	女性	(n=4305)	9.0	13.8	29.4	11.8	36.0	22.8
性年代	男性10代以下	(n=267)	14.2	17.2	28.8	12.4	27.3	31.4
	男性20代	(n=598)	12.0	16.4	33.9	16.6	21.1	28.4
	男性30代	(n=738)	12.1	15.2	32.4	14.4	26.0	27.3
	男性40代	(n=1132)	9.2	11.8	37.6	10.7	30.7	21.0
	男性50代	(n=803)	6.2	10.6	34.1	10.3	38.7	16.8
	男性60代	(n=577)	6.4	10.1	29.8	12.1	41.6	16.5
	男性70代以上	(n=580)	6.6	13.6	26.0	10.9	42.9	20.2
	女性10代以下	(n=294)	15.6	12.9	33.0	13.6	24.8	28.5
	女性20代	(n=577)	10.1	19.2	28.2	15.6	26.9	29.3
	女性30代	(n=742)	10.1	15.8	28.6	11.2	34.4	25.9
	女性40代	(n=926)	9.0	12.3	30.3	11.0	37.4	21.3
	女性50代	(n=635)	6.9	11.3	28.2	10.6	43.0	18.2
	女性60代	(n=565)	8.7	13.1	28.0	11.3	38.9	21.8
	女性70代以上	(n=566)	6.0	12.4	30.7	10.6	40.3	18.4
小中高	小学生	(n=1000)	9.6	13.8	36.4	12.2	28.0	23.4
	中学生	(n=500)	6.8	12.2	32.0	12.2	36.8	19.0
	高校生	(n=500)	15.8	14.6	31.8	12.8	25.0	30.4
障害者	障害者	(n=1012)	10.0	11.7	25.5	10.6	42.3	21.7
エリア	北海道	(n=373)	7.2	13.1	27.9	11.8	39.9	20.3
	東北	(n=481)	8.7	10.0	31.8	13.7	35.8	18.7
	関東	(n=3464)	10.3	14.8	31.4	11.9	31.6	25.1
	甲信越・北陸	(n=355)	7.3	12.4	30.7	11.5	38.0	19.7
	中部	(n=1166)	7.8	13.7	32.2	12.3	34.0	21.5
	近畿	(n=1892)	8.8	13.1	30.1	12.3	35.7	21.9
	中国	(n=431)	8.6	10.9	30.4	11.8	38.3	19.5
	四国	(n=206)	8.3	9.7	32.0	12.1	37.9	18.0
	九州	(n=578)	8.5	13.3	33.4	10.6	34.3	21.8
	沖縄	(n=54)	5.6	7.4	31.5	7.4	48.1	13.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	25.0	16.7	28.3	6.7	23.3	41.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	12.5	14.7	31.0	11.0	30.8	27.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	13.0	20.1	27.4	15.1	24.4	33.1
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	17.7	25.3	24.5	12.0	20.5	43.0
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	7.3	14.4	37.2	14.1	27.0	21.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	10.9	23.8	32.3	11.3	21.8	34.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	18.3	22.9	22.9	15.0	20.9	41.2
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	8.6	15.5	31.8	19.6	24.4	24.1
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	10.0	27.5	17.5	17.5	27.5	37.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	26.1	22.0	24.3	9.5	18.2	48.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	18.4	20.7	22.7	21.1	17.1	39.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	12.9	24.7	25.9	21.2	15.3	37.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	9.6	14.4	32.3	10.1	33.5	24.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	6.5	14.3	37.0	13.3	28.9	20.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	8.0	16.0	35.4	16.2	24.4	24.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	15.3	18.2	25.2	13.7	27.6	33.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	9.5	19.7	30.3	15.2	25.4	29.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	11.8	21.6	21.6	19.1	26.0	33.4
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	28.4	20.1	24.7	9.9	16.9	48.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	20.3	20.7	24.1	18.7	16.2	41.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	18.0	24.0	32.0	18.0	8.0	42.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	9.2	13.9	33.1	9.5	34.2	23.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	6.8	14.5	35.6	14.2	29.0	21.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	7.0	15.5	34.5	18.5	24.5	22.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	12.8	19.8	25.2	13.4	28.8	32.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	8.3	18.0	33.1	14.8	25.8	26.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	11.3	21.3	25.2	16.8	25.5	32.6
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	20.3	18.5	26.7	8.3	26.3	38.8
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	15.6	18.2	28.8	8.6	28.8	33.8
	ストレス発散	(n=923)	19.1	20.0	28.4	7.9	24.6	39.1
	スポーツ好き	(n=578)	20.9	19.2	25.3	8.7	26.0	40.1
	普段の習慣	(n=1234)	16.0	16.9	28.2	8.8	30.0	32.9
	友人や知人に誘われた	(n=152)	25.7	25.0	24.3	15.1	9.9	50.7
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	26.0	26.4	24.7	7.9	15.0	52.4
	余暇時間が増えた	(n=361)	27.1	26.0	23.5	6.9	16.3	53.1

新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施促進要因（３）

Q10.新型コロナウイルス感染症の影響下において、運動・スポーツを実施するにあたって促進要因と考えられるものについてお答えください。

3.施設・設備が感染対策をしていることの情報発信

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の38.2%で、次いで『どちらともいえない』の32.2%、『あまりあてはまらない』の11.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の36.8%で、次いで『どちらともいえない』の34.2%、『あまりあてはまらない』の11.5%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の39.8%で、次いで『どちらともいえない』の30.1%、『あまりあてはまらない』の11.3%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が48.8%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が45.4%、『50代』の『あてはまらない』が41.5%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が45.4%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が45.2%、『60代』の『あてはまらない』が42.5%となっている。

Q10.新型コロナウイルス感染症の影響下において、運動・スポーツを実施するにあたって促進要因と考えられるものについてお答えください。

3.施設・設備が感染対策をしていることの情報発信

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=9000)	7.4	10.8	32.2	11.4	38.2	18.2
性別	男性	(n=4695)	6.4	11.0	34.2	11.5	36.8	17.4
	女性	(n=4305)	8.4	10.5	30.1	11.3	39.8	18.9
性年代	男性10代以下	(n=267)	13.1	14.2	31.5	10.9	30.3	27.3
	男性20代	(n=598)	9.5	12.7	38.1	13.9	25.8	22.2
	男性30代	(n=738)	7.7	13.8	37.1	11.8	29.5	21.5
	男性40代	(n=1132)	5.0	10.6	38.3	11.0	35.0	15.6
	男性50代	(n=803)	5.5	7.5	34.0	11.6	41.5	13.0
	男性60代	(n=577)	4.2	8.5	29.5	12.5	45.4	12.7
	男性70代以上	(n=580)	4.7	12.6	24.8	9.1	48.8	17.3
	女性10代以下	(n=294)	12.2	10.9	34.0	13.6	29.3	23.1
	女性20代	(n=577)	7.3	14.7	32.4	15.6	30.0	22.0
	女性30代	(n=742)	8.9	11.5	27.6	13.1	38.9	20.4
	女性40代	(n=926)	7.3	8.6	31.6	11.0	41.4	15.9
	女性50代	(n=635)	7.1	9.0	28.2	10.4	45.4	16.1
	女性60代	(n=565)	9.6	9.6	30.4	8.0	42.5	19.2
	女性70代以上	(n=566)	8.8	10.1	27.9	8.0	45.2	18.9
小中高	小学生	(n=1000)	6.2	13.2	36.7	11.6	32.3	19.4
	中学生	(n=500)	6.6	10.0	33.0	11.2	39.2	16.6
	高校生	(n=500)	13.4	11.4	34.2	11.6	29.4	24.8
障害者	障害者	(n=1012)	7.4	8.3	28.5	8.6	47.2	15.7
エリア	北海道	(n=373)	9.9	10.5	31.4	11.0	37.3	20.4
	東北	(n=481)	7.7	8.7	33.7	13.3	36.6	16.4
	関東	(n=3464)	7.9	11.2	31.9	12.6	36.4	19.1
	甲信越・北陸	(n=355)	7.0	12.4	28.2	13.8	38.6	19.4
	中部	(n=1166)	5.4	11.9	33.2	10.4	39.1	17.3
	近畿	(n=1892)	7.1	9.6	32.8	10.8	39.6	16.7
	中国	(n=431)	8.6	11.4	30.4	7.7	42.0	20.0
	四国	(n=206)	8.3	11.2	32.0	7.8	40.8	19.5
	九州	(n=578)	5.7	10.6	34.3	10.0	39.4	16.3
	沖縄	(n=54)	5.6	3.7	29.6	7.4	53.7	9.3
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	18.3	20.0	20.0	11.7	30.0	38.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	9.9	10.7	31.4	10.0	38.0	20.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	10.4	15.4	33.6	12.0	28.6	25.8
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	7.6	15.3	32.5	16.5	28.1	22.9
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	5.2	12.6	37.8	12.1	32.3	17.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	6.5	17.3	32.7	16.1	27.4	23.8
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	11.8	16.3	24.8	16.3	30.7	28.1
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	5.1	13.4	34.2	15.2	32.1	18.5
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	5.0	30.0	30.0	10.0	25.0	35.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	14.6	12.5	29.6	11.6	31.6	27.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	10.5	15.8	32.6	15.1	26.0	26.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	5.9	23.5	29.4	15.3	25.9	29.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	7.6	10.3	31.4	9.9	40.8	17.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	4.9	12.2	37.2	12.2	33.5	17.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	6.0	13.0	34.9	16.7	29.4	19.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	13.7	13.4	27.8	12.5	32.6	27.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	8.2	16.4	32.6	14.4	28.4	24.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	5.9	16.2	28.9	15.7	33.3	22.1
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	15.8	12.3	28.1	12.1	31.8	28.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	11.6	17.8	30.7	14.5	25.3	29.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	10.0	26.0	34.0	6.0	24.0	36.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	7.1	9.7	33.3	9.3	40.7	16.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	4.4	12.3	37.0	11.9	34.4	16.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	5.2	12.4	35.5	18.2	28.8	17.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	11.7	14.0	26.1	12.7	35.5	25.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	7.7	14.3	34.8	14.6	28.6	22.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	6.1	16.5	29.0	15.8	32.6	22.6
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	12.3	12.2	29.2	9.6	36.7	24.5
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	10.3	11.5	29.6	9.5	39.2	21.8
	ストレス発散	(n=923)	13.2	13.0	31.0	9.2	33.6	26.2
	スポーツ好き	(n=578)	15.2	10.7	31.7	9.9	32.5	25.9
	普段の習慣	(n=1234)	11.7	10.0	28.8	10.5	39.0	21.7
	友人や知人に誘われた	(n=152)	24.3	12.5	32.9	15.1	15.1	36.8
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	23.3	15.0	32.6	8.4	20.7	38.3
	余暇時間が増えた	(n=361)	20.2	11.4	30.7	9.4	28.3	31.6

新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施促進要因（４）

Q10.新型コロナウイルス感染症の影響下において、運動・スポーツを実施するにあたって促進要因と考えられるものについてお答えください。

4.ストレス解消のための運動欲求の増加

・全体で最も大きいのは、『どちらともいえない』の29.7%で、次いで『あてはまらない』の28.6%、『ややあてはまる』の19.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の31.8%で、次いで『あてはまらない』の27.8%、『ややあてはまる』の19.4%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の29.6%で、次いで『どちらともいえない』の27.4%、『ややあてはまる』の19.4%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が39.8%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が37.6%、『50代』の『どちらともいえない』が35.5%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『あてはまらない』が37.2%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が37.1%、『60代』の『あてはまらない』が34.7%となっている。

Q10.新型コロナウイルス感染症の影響下において、運動・スポーツを実施するにあたって促進要因と考えられるものについてお答えください。

4.ストレス解消のための運動欲求の増加

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=9000)	12.5	19.4	29.7	9.8	28.6	31.9
性別	男性	(n=4695)	11.0	19.4	31.8	10.1	27.8	30.4
	女性	(n=4305)	14.2	19.4	27.4	9.5	29.6	33.6
性年代	男性10代以下	(n=267)	22.5	19.1	27.7	9.0	21.7	41.6
	男性20代	(n=598)	15.9	25.9	32.3	10.5	15.4	41.8
	男性30代	(n=738)	14.4	23.3	31.7	11.1	19.5	37.7
	男性40代	(n=1132)	11.0	19.1	35.0	8.7	26.2	30.1
	男性50代	(n=803)	7.2	14.7	35.5	9.7	32.9	21.9
	男性60代	(n=577)	7.1	16.3	27.9	11.1	37.6	23.4
	男性70代以上	(n=580)	5.5	18.1	25.7	10.9	39.8	23.6
	女性10代以下	(n=294)	24.1	22.1	25.5	8.8	19.4	46.2
	女性20代	(n=577)	19.8	26.9	27.6	8.5	17.3	46.7
	女性30代	(n=742)	14.8	22.8	26.4	9.7	26.3	37.6
	女性40代	(n=926)	14.9	17.8	28.3	8.9	30.1	32.7
	女性50代	(n=635)	9.9	18.6	25.7	8.7	37.2	28.5
	女性60代	(n=565)	11.9	14.9	27.4	11.2	34.7	26.8
	女性70代以上	(n=566)	8.3	14.3	29.7	10.6	37.1	22.6
小中高	小学生	(n=1000)	13.8	20.0	33.7	11.1	21.4	33.8
	中学生	(n=500)	9.6	17.8	32.0	8.6	32.0	27.4
	高校生	(n=500)	23.0	21.2	27.8	8.6	19.4	44.2
障害者	障害者	(n=1012)	12.7	14.1	25.5	9.2	38.4	26.8
エリア	北海道	(n=373)	12.1	16.9	29.5	9.9	31.6	29.0
	東北	(n=481)	12.9	15.0	29.3	12.1	30.8	27.9
	関東	(n=3464)	13.6	21.1	29.4	9.6	26.3	34.7
	甲信越・北陸	(n=355)	11.5	16.6	29.6	11.3	31.0	28.1
	中部	(n=1166)	11.1	19.2	29.8	9.9	29.9	30.3
	近畿	(n=1892)	11.5	18.8	29.9	10.0	29.8	30.3
	中国	(n=431)	12.1	20.4	26.5	8.6	32.5	32.5
	四国	(n=206)	9.7	16.0	35.0	7.8	31.6	25.7
	九州	(n=578)	14.0	20.6	31.3	8.0	26.1	34.6
	沖縄	(n=54)	13.0	7.4	29.6	11.1	38.9	20.4
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	31.7	26.7	21.7	6.7	13.3	58.4
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	15.3	19.4	29.5	9.8	25.9	34.7
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	17.9	28.8	26.7	10.1	16.6	46.7
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	22.1	32.5	24.9	7.6	12.9	54.6
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	13.2	24.1	35.6	8.4	18.7	37.3
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	17.3	31.5	23.8	11.3	16.1	48.8
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	26.8	32.0	17.0	9.2	15.0	58.8
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	11.3	25.0	35.4	11.0	17.3	36.3
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	12.5	30.0	22.5	17.5	17.5	42.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	30.5	28.0	21.8	7.9	11.8	58.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	26.3	29.6	25.7	7.6	10.9	55.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	15.3	36.5	22.4	11.8	14.1	51.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	11.3	19.8	30.4	9.7	28.7	31.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	12.4	23.0	34.2	10.0	20.4	35.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	11.5	25.7	33.4	11.5	18.0	37.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	22.8	25.2	24.7	9.4	18.0	48.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	15.2	27.1	30.8	10.0	16.9	42.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	15.2	27.9	24.0	17.6	15.2	43.1
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	30.7	26.8	22.7	7.8	12.1	57.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	28.6	30.3	24.1	5.4	11.6	58.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	16.0	38.0	32.0	10.0	4.0	54.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	11.0	18.7	31.4	9.5	29.4	29.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	11.5	21.4	35.9	9.6	21.6	32.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	10.6	23.0	33.9	13.0	19.4	33.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	19.8	27.1	23.6	9.9	19.5	46.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	15.8	28.3	29.4	11.1	15.4	44.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	15.2	31.0	23.9	14.2	15.8	46.2
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	23.5	24.1	25.1	6.8	20.5	47.6
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	18.2	23.3	26.6	7.7	24.0	41.5
	ストレス発散	(n=923)	27.7	30.0	23.9	5.3	13.0	57.7
	スポーツ好き	(n=578)	25.6	24.2	25.8	5.9	18.5	49.8
	普段の習慣	(n=1234)	19.0	22.0	25.7	8.5	24.8	41.0
	友人や知人に誘われた	(n=152)	27.6	25.0	28.3	7.9	11.2	52.6
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	30.8	26.9	25.1	4.4	12.8	57.7
	余暇時間が増えた	(n=361)	33.2	28.8	17.5	6.9	13.6	62.0

新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施促進要因（５）

Q10.新型コロナウイルス感染症の影響下において、運動・スポーツを実施するにあたって促進要因と考えられるものについてお答えください。

5.家でもできるスポーツ・エクササイズ動画

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の32.2%で、次いで『どちらともいえない』の28.5%、『ややあてはまる』の16.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の34.1%で、次いで『どちらともいえない』の30.9%、『ややあてはまる』の14.5%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の30.1%で、次いで『どちらともいえない』の25.9%、『ややあてはまる』の18.4%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が44.8%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が43.0%、『50代』の『あてはまらない』が38.9%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が39.2%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が37.8%、『60代』の『あてはまらない』が36.8%となっている。

Q10.新型コロナウイルス感染症の影響下において、運動・スポーツを実施するにあたって促進要因と考えられるものについてお答えください。

5.家でもできるスポーツ・エクササイズ動画

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=9000)	12.5	16.4	28.5	10.4	32.2	28.9
性別	男性	(n=4695)	8.5	14.5	30.9	12.0	34.1	23.0
	女性	(n=4305)	16.8	18.4	25.9	8.8	30.1	35.2
性年代	男性10代以下	(n=267)	15.7	18.0	28.8	8.2	29.2	33.7
	男性20代	(n=598)	12.5	20.9	31.4	14.5	20.6	33.4
	男性30代	(n=738)	12.3	18.0	31.8	11.2	26.6	30.3
	男性40代	(n=1132)	7.3	13.3	35.0	10.5	33.8	20.6
	男性50代	(n=803)	5.5	9.8	34.1	11.7	38.9	15.3
	男性60代	(n=577)	5.5	12.7	25.3	13.5	43.0	18.2
	男性70代以上	(n=580)	5.5	12.8	23.3	13.6	44.8	18.3
	女性10代以下	(n=294)	28.6	22.1	28.6	6.8	13.9	50.7
	女性20代	(n=577)	25.0	25.6	23.6	8.7	17.2	50.6
	女性30代	(n=742)	22.5	21.4	23.7	7.0	25.3	43.9
	女性40代	(n=926)	15.3	17.5	26.0	9.0	32.2	32.8
	女性50代	(n=635)	13.2	14.5	24.9	9.6	37.8	27.7
	女性60代	(n=565)	10.4	14.9	28.0	9.9	36.8	25.3
	女性70代以上	(n=566)	8.0	14.1	28.8	9.9	39.2	22.1
小中高	小学生	(n=1000)	14.3	15.8	32.0	12.0	25.9	30.1
	中学生	(n=500)	9.0	16.6	31.4	9.0	34.0	25.6
	高校生	(n=500)	22.6	20.4	29.4	7.2	20.4	43.0
障害者	障害者	(n=1012)	11.8	12.9	25.0	9.1	41.2	24.7
エリア	北海道	(n=373)	11.8	16.9	27.1	11.0	33.2	28.7
	東北	(n=481)	12.5	14.3	28.1	11.9	33.3	26.8
	関東	(n=3464)	12.9	17.6	27.9	10.5	31.1	30.5
	甲信越・北陸	(n=355)	12.7	15.5	26.8	13.0	32.1	28.2
	中部	(n=1166)	12.0	15.8	28.6	10.1	33.4	27.8
	近畿	(n=1892)	11.9	15.9	29.1	10.8	32.3	27.8
	中国	(n=431)	13.9	13.9	27.6	10.2	34.3	27.8
	四国	(n=206)	8.7	13.6	34.5	8.3	35.0	22.3
	九州	(n=578)	13.7	17.1	31.0	7.6	30.6	30.8
	沖縄	(n=54)	11.1	9.3	27.8	11.1	40.7	20.4
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	26.7	11.7	33.3	10.0	18.3	38.4
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	14.6	17.3	27.4	9.8	30.9	31.9
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	17.9	24.6	23.6	14.0	19.9	42.5
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	23.3	23.3	22.5	10.4	20.5	46.6
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	11.0	18.8	33.0	11.6	25.6	29.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	14.9	29.0	23.0	13.7	19.4	43.9
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	24.2	26.1	19.0	7.8	22.9	50.3
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	11.0	22.0	30.7	11.6	24.7	33.0
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	5.0	27.5	25.0	15.0	27.5	32.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	31.4	20.0	21.8	8.2	18.6	51.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	23.7	27.6	24.0	8.2	16.4	51.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	12.9	29.4	20.0	20.0	17.6	42.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	11.5	17.5	27.3	10.2	33.5	29.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	11.9	18.3	31.5	12.9	25.3	30.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	10.0	22.7	31.7	12.2	23.4	32.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	20.9	18.7	26.1	10.6	23.7	39.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	13.9	20.6	29.9	12.4	23.1	34.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	13.7	25.5	20.6	16.7	23.5	39.2
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	30.1	19.3	22.7	9.5	18.4	49.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	25.7	27.0	22.4	6.6	18.3	52.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	18.0	36.0	24.0	12.0	10.0	54.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	11.3	15.9	28.2	9.9	34.7	27.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	10.3	17.8	33.1	12.0	26.9	28.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	7.9	21.2	30.3	13.9	26.7	29.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	19.7	22.4	23.8	10.1	24.1	42.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	16.0	21.7	28.0	14.2	20.2	37.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	14.2	25.8	23.9	15.5	20.6	40.0
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	23.6	18.8	24.1	8.0	25.5	42.4
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	17.3	18.6	24.8	9.7	29.6	35.9
	ストレス発散	(n=923)	20.6	20.6	26.2	9.3	23.3	41.2
	スポーツ好き	(n=578)	20.1	18.5	24.9	9.5	27.0	38.6
	普段の習慣	(n=1234)	17.3	17.8	23.8	9.8	31.2	35.1
	友人や知人に誘われた	(n=152)	28.9	19.7	26.3	11.2	13.8	48.6
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	25.6	26.4	21.1	10.1	16.7	52.0
	余暇時間が増えた	(n=361)	30.2	22.7	18.6	8.0	20.5	52.9

新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施促進要因（６）

Q10.新型コロナウイルス感染症の影響下において、運動・スポーツを実施するにあたって促進要因と考えられるものについてお答えください。

6.オンライン形式によるスポーツ大会

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の51.4%で、次いで『どちらともいえない』の26.7%、『あまりあてはまらない』の12.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の49.4%で、次いで『どちらともいえない』の29.1%、『あまりあてはまらない』の11.7%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の53.7%で、次いで『どちらともいえない』の24.2%、『あまりあてはまらない』の12.6%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が68.1%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が60.3%、『50代』の『あてはまらない』が53.2%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が64.7%で、次いで『50代』の『あてはまらない』が59.4%、『60代』の『あてはまらない』が58.6%となっている。

Q10.新型コロナウイルス感染症の影響下において、運動・スポーツを実施するにあたって促進要因と考えられるものについてお答えください。

6.オンライン形式によるスポーツ大会

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=9000)	4.2	5.5	26.7	12.1	51.4	9.7
性別	男性	(n=4695)	4.0	5.8	29.1	11.7	49.4	9.8
	女性	(n=4305)	4.4	5.1	24.2	12.6	53.7	9.5
性年代	男性10代以下	(n=267)	11.2	8.2	28.1	12.0	40.4	19.4
	男性20代	(n=598)	7.4	10.0	32.4	14.4	35.8	17.4
	男性30代	(n=738)	5.8	6.6	32.8	14.4	40.4	12.4
	男性40代	(n=1132)	2.7	6.3	33.4	11.0	46.7	9.0
	男性50代	(n=803)	2.4	4.0	29.8	10.7	53.2	6.4
	男性60代	(n=577)	1.9	4.5	21.3	12.0	60.3	6.4
	男性70代以上	(n=580)	1.9	2.4	19.7	7.9	68.1	4.3
	女性10代以下	(n=294)	11.6	7.8	28.6	15.3	36.7	19.4
	女性20代	(n=577)	5.4	9.5	26.5	17.5	41.1	14.9
	女性30代	(n=742)	5.0	6.1	22.8	13.3	52.8	11.1
	女性40代	(n=926)	4.1	4.1	26.8	11.0	54.0	8.2
	女性50代	(n=635)	2.5	4.3	22.5	11.3	59.4	6.8
	女性60代	(n=565)	4.1	3.2	21.8	12.4	58.6	7.3
	女性70代以上	(n=566)	1.9	2.3	21.4	9.7	64.7	4.2
小中高	小学生	(n=1000)	4.5	7.0	32.4	13.3	42.8	11.5
	中学生	(n=500)	2.4	5.6	27.2	10.4	54.4	8.0
	高校生	(n=500)	11.4	8.2	29.8	12.6	38.0	19.6
障害者	障害者	(n=1012)	4.3	4.6	23.3	10.3	57.4	8.9
エリア	北海道	(n=373)	5.1	4.3	27.3	13.9	49.3	9.4
	東北	(n=481)	5.0	6.2	28.9	11.9	48.0	11.2
	関東	(n=3464)	4.3	5.7	26.2	12.5	51.2	10.0
	甲信越・北陸	(n=355)	3.1	5.1	23.9	14.4	53.5	8.2
	中部	(n=1166)	3.4	4.6	28.0	11.9	52.1	8.0
	近畿	(n=1892)	4.5	5.8	25.6	12.2	52.0	10.3
	中国	(n=431)	3.9	6.0	25.1	10.7	54.3	9.9
	四国	(n=206)	3.9	4.9	31.6	9.7	50.0	8.8
	九州	(n=578)	3.8	5.7	29.9	10.4	50.2	9.5
	沖縄	(n=54)	3.7	1.9	25.9	7.4	61.1	5.6
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	6.7	10.0	18.3	6.7	58.3	16.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	4.6	5.4	24.2	11.9	53.8	10.0
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	6.8	8.1	22.7	15.1	47.3	14.9
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	5.6	6.0	19.7	18.1	50.6	11.6
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	3.5	6.2	29.3	12.9	48.1	9.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	6.0	10.1	23.4	15.7	44.8	16.1
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	4.6	11.1	20.3	13.7	50.3	15.7
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	2.7	5.4	28.6	18.2	45.2	8.1
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	7.5		27.5	22.5	42.5	7.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	9.1	7.5	19.5	13.4	50.5	16.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	9.5	10.5	25.7	13.5	40.8	20.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	7.1	10.6	36.5	10.6	35.3	17.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	3.3	4.8	24.4	11.7	55.9	8.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	3.0	5.2	28.8	12.9	50.0	8.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	3.7	5.5	27.7	20.0	43.1	9.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	5.5	8.4	20.4	13.4	52.3	13.9
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	5.5	6.0	22.9	16.7	49.0	11.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	1.0	10.3	20.6	20.1	48.0	11.3
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	10.0	7.6	18.0	14.1	50.2	17.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	10.8	8.3	29.5	10.4	41.1	19.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	6.0	10.0	44.0	14.0	26.0	16.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	3.4	4.4	25.3	10.8	56.3	7.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	3.0	5.7	29.7	12.4	49.2	8.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	4.2	4.8	28.8	18.5	43.6	9.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	4.0	7.9	20.9	14.3	52.9	11.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	4.8	6.3	22.2	17.2	49.5	11.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	1.9	10.0	21.6	20.0	46.5	11.9
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	7.5	6.8	20.3	11.1	54.4	14.3
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	5.2	5.4	21.7	11.2	56.5	10.6
	ストレス発散	(n=923)	6.7	7.2	23.4	12.1	50.6	13.9
	スポーツ好き	(n=578)	7.8	7.6	24.0	10.7	49.8	15.4
	普段の習慣	(n=1234)	5.8	5.6	20.7	11.6	56.4	11.4
	友人や知人に誘われた	(n=152)	21.1	13.2	27.6	8.6	29.6	34.3
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	16.3	10.6	26.0	9.7	37.4	26.9
	余暇時間が増えた	(n=361)	12.7	9.7	18.8	10.0	48.8	22.4

新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施阻害要因（１）

Q11.新型コロナウイルス感染症の影響下において、スポーツを実施するにあたって阻害要因と考えられるものについてお答えください。

1.新型コロナウイルスへの感染不安

・全体で最も大きいのは、『あてはまる』の38.0%で、次いで『どちらともいえない』の20.9%、『ややあてはまる』の20.0%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまる』の34.0%で、次いで『どちらともいえない』の22.4%、『ややあてはまる』の20.2%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまる』の42.3%で、次いで『ややあてはまる』の19.8%、『どちらともいえない』の19.3%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまる』が39.3%で、次いで『60代』の『あてはまる』が38.5%、『10代以下』の『あてはまる』が36.0%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『30代』の『あてはまる』が46.6%で、次いで『40代』の『あてはまる』が44.7%、『50代』の『あてはまる』が42.8%となっている。

Q11.新型コロナウイルス感染症の影響下において、スポーツを実施するにあたって阻害要因と考えられるものについてお答えください。

1.新型コロナウイルスへの感染不安

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=9000)	38.0	20.0	20.9	5.3	15.8	58.0
性別	男性	(n=4695)	34.0	20.2	22.4	6.0	17.3	54.2
	女性	(n=4305)	42.3	19.8	19.3	4.6	14.1	62.1
性年代	男性10代以下	(n=267)	36.0	21.0	20.2	6.7	16.1	57.0
	男性20代	(n=598)	32.3	20.4	24.9	6.7	15.7	52.7
	男性30代	(n=738)	32.9	21.0	23.3	7.6	15.2	53.9
	男性40代	(n=1132)	31.7	18.1	25.7	6.4	18.0	49.8
	男性50代	(n=803)	32.0	19.3	26.2	4.6	17.9	51.3
	男性60代	(n=577)	38.5	19.9	18.4	4.7	18.5	58.4
	男性70代以上	(n=580)	39.3	24.3	12.4	5.2	18.8	63.6
	女性10代以下	(n=294)	37.1	23.5	22.4	6.5	10.5	60.6
	女性20代	(n=577)	40.0	24.6	17.9	7.1	10.4	64.6
	女性30代	(n=742)	46.6	17.8	17.5	3.2	14.8	64.4
	女性40代	(n=926)	44.7	17.1	20.8	4.1	13.3	61.8
	女性50代	(n=635)	42.8	17.6	20.8	3.3	15.4	60.4
	女性60代	(n=565)	39.6	21.8	18.2	4.6	15.8	61.4
	女性70代以上	(n=566)	39.4	20.3	18.4	4.9	17.0	59.7
小中高	小学生	(n=1000)	34.1	20.9	24.8	6.2	14.0	55.0
	中学生	(n=500)	38.0	17.2	22.4	5.4	17.0	55.2
	高校生	(n=500)	37.6	21.4	22.6	6.2	12.2	59.0
障害者	障害者	(n=1012)	40.6	16.3	17.6	5.1	20.4	56.9
エリア	北海道	(n=373)	38.6	20.4	19.0	6.2	15.8	59.0
	東北	(n=481)	36.4	18.3	22.5	5.4	17.5	54.7
	関東	(n=3464)	39.5	20.0	20.3	5.1	15.0	59.5
	甲信越・北陸	(n=355)	38.3	17.5	21.7	6.2	16.3	55.8
	中部	(n=1166)	36.9	19.6	22.1	5.1	16.4	56.5
	近畿	(n=1892)	36.9	21.5	20.2	5.3	16.1	58.4
	中国	(n=431)	35.3	20.0	21.3	7.0	16.5	55.3
	四国	(n=206)	36.9	21.8	20.4	5.3	15.5	58.7
	九州	(n=578)	37.5	18.0	24.7	4.8	14.9	55.5
	沖縄	(n=54)	33.3	20.4	14.8	3.7	27.8	53.7
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	41.7	26.7	16.7	5.0	10.0	68.4
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	38.7	21.9	19.0	5.5	14.9	60.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	52.3	22.2	10.9	5.9	8.7	74.5
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	41.0	23.7	19.7	8.4	7.2	64.7
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	37.2	27.4	20.8	4.9	9.7	64.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	55.6	23.8	13.3	3.2	4.0	79.4
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	41.8	25.5	15.7	6.5	10.5	67.3
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	39.6	22.6	21.4	5.7	10.7	62.2
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	47.5	22.5	12.5	7.5	10.0	70.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	40.7	23.6	14.3	7.0	14.5	64.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	35.9	25.7	18.1	7.6	12.8	61.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	38.8	17.6	16.5	12.9	14.1	56.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	36.1	21.1	21.4	5.7	15.7	57.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	36.2	26.2	21.2	5.6	10.8	62.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	38.7	23.4	22.7	4.7	10.5	62.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	54.7	21.1	13.4	3.6	7.2	75.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	61.2	22.6	8.0	5.0	3.2	83.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	56.9	22.1	9.3	6.4	5.4	79.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	41.8	22.3	15.1	6.3	14.5	64.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	36.9	26.6	18.3	7.1	11.2	63.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	28.0	22.0	28.0	10.0	12.0	50.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	33.2	22.2	22.6	5.9	16.0	55.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	33.2	25.2	22.4	6.5	12.7	58.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	37.3	21.2	22.7	6.4	12.4	58.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	53.8	19.5	12.7	4.6	9.5	73.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	55.5	25.1	10.9	4.3	4.2	80.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	53.9	23.5	11.3	5.5	5.8	77.4
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	44.2	22.9	16.1	4.5	12.4	67.1
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	41.2	23.7	16.3	4.9	13.9	64.9
	ストレス発散	(n=923)	42.7	23.9	15.4	5.4	12.6	66.6
	スポーツ好き	(n=578)	39.3	24.0	16.6	5.9	14.2	63.3
	普段の習慣	(n=1234)	41.4	22.4	16.1	5.3	14.7	63.8
	友人や知人に誘われた	(n=152)	37.5	26.3	20.4	5.9	9.9	63.8
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	45.8	24.2	17.6	3.1	9.3	70.0
	余暇時間が増えた	(n=361)	47.4	24.7	13.6	4.4	10.0	72.1

新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施阻害要因（２）

Q11.新型コロナウイルス感染症の影響下において、スポーツを実施するにあたって阻害要因と考えられるものについてお答えください。

2.チームの活動が中止になった

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の40.1%で、次いで『どちらともいえない』の23.1%、『あてはまる』の18.1%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の36.8%で、次いで『どちらともいえない』の25.8%、『あてはまる』の16.8%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の43.7%で、次いで『どちらともいえない』の20.1%、『あてはまる』の19.6%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が51.2%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が46.4%、『50代』の『あてはまらない』が40.8%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『60代』の『あてはまらない』が50.8%で、次いで『70代以上』の『あてはまらない』が50.0%、『50代』の『あてはまらない』が46.3%となっている。

Q11.新型コロナウイルス感染症の影響下において、スポーツを実施するにあたって阻害要因と考えられるものについてお答えください。

2.チームの活動が中止になった

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全 体		(n=9000)	18.1	11.8	23.1	6.9	40.1	29.9
性別	男性	(n=4695)	16.8	13.0	25.8	7.6	36.8	29.8
	女性	(n=4305)	19.6	10.5	20.1	6.1	43.7	30.1
性年代	男性10代以下	(n=267)	23.6	15.7	27.0	6.7	27.0	39.3
	男性20代	(n=598)	21.2	15.2	27.4	11.0	25.1	36.4
	男性30代	(n=738)	17.8	14.1	27.8	11.0	29.4	31.9
	男性40代	(n=1132)	15.4	13.5	28.6	7.6	34.9	28.9
	男性50代	(n=803)	15.4	9.0	29.8	5.0	40.8	24.4
	男性60代	(n=577)	14.9	11.8	20.8	6.1	46.4	26.7
	男性70代以上	(n=580)	14.5	14.0	15.2	5.2	51.2	28.5
	女性10代以下	(n=294)	33.0	15.0	19.7	7.8	24.5	48.0
	女性20代	(n=577)	19.1	13.7	23.4	9.2	34.7	32.8
	女性30代	(n=742)	19.4	10.8	18.3	6.2	45.3	30.2
	女性40代	(n=926)	19.9	8.5	22.7	4.9	44.1	28.4
	女性50代	(n=635)	20.0	9.8	18.3	5.7	46.3	29.8
	女性60代	(n=565)	17.0	9.2	18.2	4.8	50.8	26.2
	女性70代以上	(n=566)	15.0	10.1	19.3	5.7	50.0	25.1
小中高	小学生	(n=1000)	18.8	14.1	26.0	7.7	33.4	32.9
	中学生	(n=500)	17.2	10.8	24.6	6.0	41.4	28.0
	高校生	(n=500)	29.6	15.8	23.8	6.6	24.2	45.4
障害者	障害者	(n=1012)	17.5	9.0	19.5	6.0	48.0	26.5
エリア	北海道	(n=373)	14.5	11.5	24.1	5.9	44.0	26.0
	東北	(n=481)	19.8	10.4	23.1	6.7	40.1	30.2
	関東	(n=3464)	18.6	12.3	22.7	6.4	39.9	30.9
	甲信越・北陸	(n=355)	18.0	9.0	22.8	8.7	41.4	27.0
	中部	(n=1166)	16.5	12.0	24.7	5.7	41.1	28.5
	近畿	(n=1892)	18.4	12.2	21.2	7.9	40.3	30.6
	中国	(n=431)	17.4	12.3	21.6	8.6	40.1	29.7
	四国	(n=206)	17.5	12.1	24.8	7.8	37.9	29.6
	九州	(n=578)	19.4	10.4	28.7	6.1	35.5	29.8
	沖縄	(n=54)	18.5	11.1	18.5	9.3	42.6	29.6
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	16.7	16.7	15.0	8.3	43.3	33.4
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	19.7	12.5	20.9	5.9	41.0	32.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	27.7	16.1	17.7	8.1	30.3	43.8
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	19.7	20.5	16.9	8.8	34.1	40.2
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	19.2	14.6	27.4	7.6	31.1	33.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	28.2	20.2	19.4	6.9	25.4	48.4
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	26.1	13.7	15.7	9.2	35.3	39.8
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	24.4	15.2	21.4	9.5	29.5	39.6
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	22.5	17.5	20.0	7.5	32.5	40.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	24.8	13.6	15.2	7.7	38.8	38.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	20.7	14.8	21.7	13.2	29.6	35.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	23.5	16.5	22.4	9.4	28.2	40.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	17.7	12.0	21.6	5.6	43.0	29.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	18.1	14.8	25.8	7.9	33.4	32.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	21.2	16.5	22.7	9.2	30.4	37.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	24.9	14.4	15.8	6.0	38.8	39.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	29.4	15.9	21.6	5.7	27.4	45.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	29.4	19.6	14.7	9.8	26.5	49.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	25.7	13.0	17.1	6.7	37.5	38.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	20.3	15.8	21.6	13.3	29.0	36.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	22.0	22.0	30.0	10.0	16.0	44.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	16.6	11.8	21.9	6.3	43.4	28.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	16.8	14.3	27.4	7.6	33.9	31.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	22.4	12.4	25.2	10.0	30.0	34.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	24.4	14.5	15.5	5.3	40.2	38.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	27.4	15.8	20.6	7.4	28.8	43.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	25.8	21.9	13.5	8.7	30.0	47.7
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	23.3	12.6	17.5	5.4	41.2	35.9
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	19.9	13.4	17.7	5.0	44.0	33.3
	ストレス発散	(n=923)	23.2	13.3	20.3	5.1	38.1	36.5
	スポーツ好き	(n=578)	26.0	16.6	17.3	5.5	34.6	42.6
	普段の習慣	(n=1234)	21.2	13.5	17.5	5.5	42.3	34.7
	友人や知人に誘われた	(n=152)	27.0	19.1	24.3	7.2	22.4	46.1
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	26.4	16.7	22.9	4.8	29.1	43.1
	余暇時間が増えた	(n=361)	24.9	15.2	18.0	4.4	37.4	40.1

新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施阻害要因（３）

Q11.新型コロナウイルス感染症の影響下において、スポーツを実施するにあたって阻害要因と考えられるものについてお答えください。

3.「不謹慎狩り」「自粛警察」等の世間の目

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の30.0%で、次いで『どちらともいえない』の28.0%、『あてはまる』の17.8%となっている。

・男性で最も大きいのは、『どちらともいえない』・『あてはまらない』の29.5%で、次いで『あてはまる』の16.3%、『ややあてはまる』の15.7%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の30.6%で、次いで『どちらともいえない』の26.5%、『あてはまる』の19.3%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が47.1%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が36.7%、『40代』の『どちらともいえない』・『50代』の『あてはまらない』が31.8%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が43.6%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が38.1%、『50代』の『あてはまらない』が33.4%となっている。

Q11.新型コロナウイルス感染症の影響下において、スポーツを実施するにあたって阻害要因と考えられるものについてお答えください。

3.「不謹慎狩り」「自粛警察」等の世間の目

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=9000)	17.8	15.7	28.0	8.5	30.0	33.5
性別	男性	(n=4695)	16.3	15.7	29.5	9.0	29.5	32.0
	女性	(n=4305)	19.3	15.7	26.5	7.9	30.6	35.0
性年代	男性10代以下	(n=267)	25.1	13.5	27.3	7.9	26.2	38.6
	男性20代	(n=598)	22.6	18.6	30.6	9.4	18.9	41.2
	男性30代	(n=738)	21.3	17.8	30.6	9.9	20.5	39.1
	男性40代	(n=1132)	15.5	16.6	31.8	8.6	27.5	32.1
	男性50代	(n=803)	14.2	15.8	30.5	7.7	31.8	30.0
	男性60代	(n=577)	12.5	11.8	29.6	9.4	36.7	24.3
	男性70代以上	(n=580)	7.9	12.8	21.9	10.3	47.1	20.7
	女性10代以下	(n=294)	27.2	15.3	27.9	10.9	18.7	42.5
	女性20代	(n=577)	25.0	19.1	27.2	9.5	19.2	44.1
	女性30代	(n=742)	21.6	18.3	25.9	6.7	27.5	39.9
	女性40代	(n=926)	20.5	16.2	27.1	6.5	29.7	36.7
	女性50代	(n=635)	20.0	13.7	25.0	7.9	33.4	33.7
	女性60代	(n=565)	13.8	13.5	25.8	8.8	38.1	27.3
	女性70代以上	(n=566)	9.4	12.5	26.9	7.6	43.6	21.9
小中高	小学生	(n=1000)	17.5	18.0	31.9	8.0	24.6	35.5
	中学生	(n=500)	17.6	16.8	27.6	8.0	30.0	34.4
	高校生	(n=500)	26.4	14.4	28.4	9.0	21.8	40.8
障害者	障害者	(n=1012)	19.4	12.1	23.8	6.7	38.0	31.5
エリア	北海道	(n=373)	17.4	16.4	24.7	9.4	32.2	33.8
	東北	(n=481)	18.9	17.5	27.2	6.9	29.5	36.4
	関東	(n=3464)	18.1	16.0	27.9	8.7	29.3	34.1
	甲信越・北陸	(n=355)	20.0	9.9	30.7	9.9	29.6	29.9
	中部	(n=1166)	16.9	16.0	28.8	6.9	31.4	32.9
	近畿	(n=1892)	17.4	16.0	28.0	8.0	30.6	33.4
	中国	(n=431)	16.2	16.5	26.2	9.3	31.8	32.7
	四国	(n=206)	15.0	16.0	29.1	8.7	31.1	31.0
	九州	(n=578)	19.0	13.8	29.9	10.2	27.0	32.8
	沖縄	(n=54)	13.0	9.3	27.8	14.8	35.2	22.3
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	23.3	13.3	25.0	11.7	26.7	36.6
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	18.0	13.8	26.9	9.0	32.3	31.8
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	24.4	22.2	26.7	8.7	18.0	46.6
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	17.7	22.5	24.9	13.7	21.3	40.2
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	20.3	18.8	30.3	9.1	21.5	39.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	21.0	29.8	20.6	10.9	17.7	50.8
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	24.8	16.3	24.2	13.1	21.6	41.1
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	20.5	19.9	28.6	8.9	22.0	40.4
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	27.5	30.0	12.5	10.0	20.0	57.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	23.8	17.7	21.3	10.4	27.0	41.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	22.7	19.4	31.9	8.6	17.4	42.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	20.0	32.9	23.5	7.1	16.5	52.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	14.8	13.5	28.7	8.7	34.3	28.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	19.0	18.5	28.8	10.9	22.7	37.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	17.0	20.7	27.9	9.7	24.7	37.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	24.9	16.1	23.3	10.1	25.7	41.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	27.9	23.1	23.9	8.5	16.7	51.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	29.4	20.1	24.0	11.8	14.7	49.5
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	25.8	16.4	19.7	8.9	29.2	42.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	22.8	18.7	32.0	9.5	17.0	41.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	18.0	32.0	28.0	10.0	12.0	50.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	14.0	13.2	29.7	9.3	33.7	27.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	17.2	18.2	29.8	10.9	23.8	35.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	15.8	18.8	30.6	9.4	25.5	34.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	21.6	16.9	23.9	9.6	27.9	38.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	27.4	22.2	24.6	8.8	17.1	49.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	27.1	23.9	21.3	10.6	17.1	51.0
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	24.5	15.6	22.1	7.9	29.8	40.1
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	19.7	14.2	24.1	8.8	33.1	33.9
	ストレス発散	(n=923)	23.7	16.1	23.0	9.0	28.2	39.8
	スポーツ好き	(n=578)	22.1	14.9	23.4	9.3	30.3	37.0
	普段の習慣	(n=1234)	20.4	14.6	22.6	9.1	33.3	35.0
	友人や知人に誘われた	(n=152)	28.3	15.1	28.9	9.9	17.8	43.4
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	27.8	18.5	24.7	8.4	20.7	46.3
	余暇時間が増えた	(n=361)	28.0	17.5	23.0	8.9	22.7	45.5

新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施阻害要因（４）

Q11.新型コロナウイルス感染症の影響下において、スポーツを実施するにあたって阻害要因と考えられるものについてお答えください。

4.トレーニング施設等の入場制限や営業自粛

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の30.9%で、次いで『どちらともいえない』の26.8%、『あてはまる』の17.7%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の29.3%で、次いで『どちらともいえない』の29.0%、『ややあてはまる』の17.0%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の32.6%で、次いで『どちらともいえない』の24.3%、『あてはまる』の19.1%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が41.7%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が37.1%、『50代』の『あてはまらない』が33.3%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が40.5%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が37.0%、『50代』の『あてはまらない』が35.0%となっている。

Q11.新型コロナウイルス感染症の影響下において、スポーツを実施するにあたって阻害要因と考えられるものについてお答えください。

4.トレーニング施設等の入場制限や営業自粛

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=9000)	17.7	17.1	26.8	7.5	30.9	34.8
性別	男性	(n=4695)	16.4	17.0	29.0	8.2	29.3	33.4
	女性	(n=4305)	19.1	17.3	24.3	6.7	32.6	36.4
性年代	男性10代以下	(n=267)	23.2	19.5	22.5	10.1	24.7	42.7
	男性20代	(n=598)	21.6	19.7	28.8	11.0	18.9	41.3
	男性30代	(n=738)	19.4	19.4	31.8	8.5	20.9	38.8
	男性40代	(n=1132)	14.5	17.1	33.0	7.0	28.4	31.6
	男性50代	(n=803)	13.6	13.6	31.4	8.2	33.3	27.2
	男性60代	(n=577)	13.9	16.5	25.5	7.1	37.1	30.4
	男性70代以上	(n=580)	14.7	15.0	20.9	7.8	41.7	29.7
	女性10代以下	(n=294)	26.5	17.0	27.2	9.2	20.1	43.5
	女性20代	(n=577)	22.2	22.5	24.3	9.2	21.8	44.7
	女性30代	(n=742)	18.1	18.7	24.5	5.8	32.9	36.8
	女性40代	(n=926)	17.4	16.1	26.1	6.4	34.0	33.5
	女性50代	(n=635)	19.5	15.6	23.5	6.5	35.0	35.1
	女性60代	(n=565)	18.1	16.6	22.1	6.2	37.0	34.7
	女性70代以上	(n=566)	16.6	14.7	22.8	5.5	40.5	31.3
小中高	小学生	(n=1000)	14.8	17.2	33.5	8.1	26.4	32.0
	中学生	(n=500)	13.0	18.8	30.2	7.0	31.0	31.8
	高校生	(n=500)	24.8	17.6	25.8	9.4	22.4	42.4
障害者	障害者	(n=1012)	19.1	13.1	22.2	6.4	39.1	32.2
エリア	北海道	(n=373)	15.5	15.5	27.6	9.1	32.2	31.0
	東北	(n=481)	17.9	15.6	27.2	7.1	32.2	33.5
	関東	(n=3464)	19.2	17.2	26.4	7.4	29.7	36.4
	甲信越・北陸	(n=355)	19.4	15.5	26.5	9.3	29.3	34.9
	中部	(n=1166)	16.3	18.3	27.4	6.6	31.4	34.6
	近畿	(n=1892)	17.2	17.3	26.2	7.6	31.7	34.5
	中国	(n=431)	12.8	20.0	26.0	7.2	34.1	32.8
	四国	(n=206)	16.0	12.6	29.6	7.3	34.5	28.6
	九州	(n=578)	17.3	16.3	29.1	8.1	29.2	33.6
	沖縄	(n=54)	18.5	18.5	20.4	5.6	37.0	37.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	18.3	20.0	20.0	8.3	33.3	38.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	19.8	17.2	24.7	7.3	31.0	37.0
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	29.1	25.1	19.9	8.5	17.3	54.2
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	18.1	28.1	24.5	10.8	18.5	46.2
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	19.8	20.9	29.1	8.6	21.6	40.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	29.0	23.0	22.2	8.1	17.7	52.0
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	22.9	25.5	19.6	12.4	19.6	48.4
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	20.5	19.9	28.3	9.2	22.0	40.4
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	25.0	20.0	27.5	10.0	17.5	45.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	23.6	21.8	20.4	8.6	25.7	45.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	22.4	24.3	26.6	9.5	17.1	46.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	21.2	17.6	28.2	14.1	18.8	38.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	16.4	17.2	25.9	7.2	33.3	33.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	17.8	19.6	28.8	9.3	24.6	37.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	18.2	20.2	29.2	10.0	22.4	38.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	28.1	18.9	18.9	8.2	25.9	47.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	30.8	25.9	22.1	6.2	14.9	56.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	30.4	25.0	18.1	9.8	16.7	55.4
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	23.2	21.4	19.5	8.7	27.1	44.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	22.8	26.1	25.3	7.5	18.3	48.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	28.0	20.0	26.0	18.0	8.0	48.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	15.7	16.7	27.6	6.9	33.2	32.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	16.4	18.5	30.4	9.4	25.3	34.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	15.8	20.0	29.4	10.6	24.2	35.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	25.9	20.0	18.3	8.4	27.4	45.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	28.2	24.8	22.6	8.0	16.5	53.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	28.1	22.9	21.9	9.0	18.1	51.0
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	22.8	20.0	21.0	6.5	29.7	42.8
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	20.2	18.7	22.3	7.3	31.5	38.9
	ストレス発散	(n=923)	24.1	19.9	22.2	7.3	26.5	44.0
	スポーツ好き	(n=578)	24.7	19.0	21.1	9.2	26.0	43.7
	普段の習慣	(n=1234)	21.5	18.2	21.2	7.5	31.6	39.7
	友人や知人に誘われた	(n=152)	28.9	17.8	30.3	7.2	15.8	46.7
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	29.5	20.3	25.6	6.2	18.5	49.8
	余暇時間が増えた	(n=361)	29.6	19.7	20.8	8.0	21.9	49.3

新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施阻害要因（５）

Q11.新型コロナウイルス感染症の影響下において、スポーツを実施するにあたって阻害要因と考えられるものについてお答えください。

5.所得減少による影響

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の36.8%で、次いで『どちらともいえない』の28.5%、『あてはまる』の12.8%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の35.5%で、次いで『どちらともいえない』の30.7%、『ややあてはまる』の11.7%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の38.2%で、次いで『どちらともいえない』の26.2%、『あてはまる』の14.4%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が53.1%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が41.1%、『50代』の『あてはまらない』が36.9%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が52.5%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が46.5%、『40代』の『あてはまらない』が38.8%となっている。

Q11.新型コロナウイルス感染症の影響下において、スポーツを実施するにあたって阻害要因と考えられるものについてお答えください。

5.所得減少による影響

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=9000)	12.8	11.8	28.5	10.1	36.8	24.6
性別	男性	(n=4695)	11.3	11.7	30.7	10.8	35.5	23.0
	女性	(n=4305)	14.4	11.9	26.2	9.3	38.2	26.3
性年代	男性10代以下	(n=267)	11.6	13.5	31.1	11.2	32.6	25.1
	男性20代	(n=598)	15.1	14.9	33.9	10.7	25.4	30.0
	男性30代	(n=738)	11.8	12.6	32.7	13.0	29.9	24.4
	男性40代	(n=1132)	12.3	11.6	33.0	10.8	32.4	23.9
	男性50代	(n=803)	10.8	11.7	31.1	9.5	36.9	22.5
	男性60代	(n=577)	10.2	11.3	27.2	10.2	41.1	21.5
	男性70代以上	(n=580)	6.4	7.2	22.9	10.3	53.1	13.6
	女性10代以下	(n=294)	16.3	11.6	29.6	13.9	28.6	27.9
	女性20代	(n=577)	15.1	16.3	29.8	13.9	25.0	31.4
	女性30代	(n=742)	17.1	13.1	26.5	8.5	34.8	30.2
	女性40代	(n=926)	15.3	11.9	26.8	7.2	38.8	27.2
	女性50代	(n=635)	16.7	11.7	26.3	7.7	37.6	28.4
	女性60代	(n=565)	10.8	9.4	23.2	10.1	46.5	20.2
	女性70代以上	(n=566)	8.3	9.2	22.3	7.8	52.5	17.5
小中高	小学生	(n=1000)	12.1	12.3	32.8	12.3	30.5	24.4
	中学生	(n=500)	10.0	13.2	29.2	10.8	36.8	23.2
	高校生	(n=500)	13.2	12.2	31.4	12.6	30.6	25.4
障害者	障害者	(n=1012)	17.0	11.5	23.4	7.3	40.8	28.5
エリア	北海道	(n=373)	13.9	12.3	29.2	9.1	35.4	26.2
	東北	(n=481)	15.0	13.3	26.8	8.7	36.2	28.3
	関東	(n=3464)	12.3	11.4	29.1	9.8	37.5	23.7
	甲信越・北陸	(n=355)	13.8	12.4	26.8	11.8	35.2	26.2
	中部	(n=1166)	11.4	12.4	29.6	9.4	37.1	23.8
	近畿	(n=1892)	12.8	12.0	26.5	11.3	37.4	24.8
	中国	(n=431)	13.5	13.2	27.8	10.0	35.5	26.7
	四国	(n=206)	10.2	10.2	32.0	12.1	35.4	20.4
	九州	(n=578)	14.9	11.1	31.3	9.3	33.4	26.0
	沖縄	(n=54)	14.8	3.7	25.9	11.1	44.4	18.5
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	10.0	18.3	15.0	16.7	40.0	28.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	11.6	11.1	26.4	10.0	40.9	22.7
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	17.2	14.7	23.2	12.7	32.2	31.9
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	14.9	20.1	21.7	14.1	29.3	35.0
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	11.0	13.6	34.2	10.9	30.3	24.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	13.3	19.0	26.2	15.7	25.8	32.3
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	18.3	15.7	19.6	17.0	29.4	34.0
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	14.0	12.5	31.3	15.5	26.8	26.5
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	17.5	10.0	25.0	15.0	32.5	27.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	16.8	15.2	19.8	12.5	35.7	32.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	18.1	15.8	29.6	10.5	26.0	33.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	22.4	14.1	25.9	15.3	22.4	36.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	9.0	10.9	27.0	9.6	43.5	19.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	10.2	13.2	31.7	12.1	32.8	23.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	11.5	13.2	31.2	15.2	28.9	24.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	20.4	12.7	22.5	11.5	32.9	33.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	17.7	15.7	28.1	11.7	26.9	33.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	15.2	17.6	20.6	19.1	27.5	32.8
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	16.4	15.1	18.8	10.4	39.4	31.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	19.1	16.6	29.9	8.3	26.1	35.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	24.0	22.0	34.0	8.0	12.0	46.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	9.2	10.9	27.7	9.7	42.5	20.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	9.4	12.2	32.8	11.7	33.9	21.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	10.9	12.1	33.0	16.4	27.6	23.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	16.3	12.3	23.3	12.2	35.8	28.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	16.3	16.2	27.5	13.1	26.9	32.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	15.5	16.1	20.3	17.7	30.3	31.6
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	14.8	13.4	22.0	10.9	38.9	28.2
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	11.9	11.9	23.8	10.3	42.2	23.8
	ストレス発散	(n=923)	14.5	13.2	23.9	11.3	37.1	27.7
	スポーツ好き	(n=578)	12.6	13.8	21.6	12.8	39.1	26.4
	普段の習慣	(n=1234)	12.3	10.5	23.3	10.7	43.2	22.8
	友人や知人に誘われた	(n=152)	19.7	20.4	21.1	11.2	27.6	40.1
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	19.8	19.4	22.0	12.3	26.4	39.2
	余暇時間が増えた	(n=361)	19.7	16.6	22.2	10.8	30.7	36.3

新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施阻害要因（６）

Q11.新型コロナウイルス感染症の影響下において、スポーツを実施するにあたって阻害要因と考えられるものについてお答えください。

6.出場できる大会の延期や中止

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の40.8%で、次いで『どちらともいえない』の24.5%、『あてはまる』の15.5%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の37.5%で、次いで『どちらともいえない』の27.2%、『あてはまる』の14.5%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の44.5%で、次いで『どちらともいえない』の21.4%、『あてはまる』の16.6%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が56.2%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が47.8%、『50代』の『あてはまらない』が40.6%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が55.5%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が53.6%、『30代』の『あてはまらない』が45.8%となっている。

Q11.新型コロナウイルス感染症の影響下において、スポーツを実施するにあたって阻害要因と考えられるものについてお答えください。

6.出場できる大会の延期や中止

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=9000)	15.5	11.6	24.5	7.6	40.8	27.1
性別	男性	(n=4695)	14.5	11.9	27.2	8.8	37.5	26.4
	女性	(n=4305)	16.6	11.3	21.4	6.2	44.5	27.9
性年代	男性10代以下	(n=267)	19.1	16.5	26.6	8.6	29.2	35.6
	男性20代	(n=598)	18.1	15.7	28.6	11.7	25.9	33.8
	男性30代	(n=738)	14.9	13.7	31.6	11.5	28.3	28.6
	男性40代	(n=1132)	14.2	11.9	30.7	8.7	34.5	26.1
	男性50代	(n=803)	13.4	8.8	29.9	7.2	40.6	22.2
	男性60代	(n=577)	13.2	9.5	21.7	7.8	47.8	22.7
	男性70代以上	(n=580)	11.4	10.3	15.9	6.2	56.2	21.7
	女性10代以下	(n=294)	30.6	13.9	24.1	7.8	23.5	44.5
	女性20代	(n=577)	17.9	15.1	23.9	9.7	33.4	33.0
	女性30代	(n=742)	15.0	13.1	19.9	6.2	45.8	28.1
	女性40代	(n=926)	16.8	9.9	23.3	5.5	44.4	26.7
	女性50代	(n=635)	18.7	9.1	22.2	5.0	44.9	27.8
	女性60代	(n=565)	12.2	10.8	16.8	6.5	53.6	23.0
	女性70代以上	(n=566)	11.8	8.8	20.0	3.9	55.5	20.6
小中高	小学生	(n=1000)	14.4	12.7	30.7	8.7	33.5	27.1
	中学生	(n=500)	16.4	11.6	24.2	8.4	39.4	28.0
	高校生	(n=500)	26.0	15.0	26.4	7.4	25.2	41.0
障害者	障害者	(n=1012)	15.9	9.4	20.4	5.4	48.9	25.3
エリア	北海道	(n=373)	13.1	14.5	22.5	7.0	42.9	27.6
	東北	(n=481)	17.9	11.6	24.3	8.5	37.6	29.5
	関東	(n=3464)	14.6	11.4	24.2	7.3	42.4	26.0
	甲信越・北陸	(n=355)	17.7	9.0	24.2	9.3	39.7	26.7
	中部	(n=1166)	15.4	11.8	24.9	7.4	40.6	27.2
	近畿	(n=1892)	15.9	11.6	24.2	8.1	40.2	27.5
	中国	(n=431)	15.5	13.5	23.4	7.0	40.6	29.0
	四国	(n=206)	19.4	9.7	25.7	5.8	39.3	29.1
	九州	(n=578)	16.6	11.2	28.2	6.9	37.0	27.8
	沖縄	(n=54)	13.0	13.0	18.5	13.0	42.6	26.0
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	15.0	18.3	16.7	5.0	45.0	33.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	16.5	12.1	21.4	7.6	42.4	28.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	23.6	15.3	19.1	8.7	33.4	38.9
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	14.5	18.1	22.1	10.4	34.9	32.6
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	15.3	14.8	27.4	8.4	34.1	30.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	21.4	17.3	21.0	9.3	31.0	38.7
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	19.6	17.6	16.3	11.1	35.3	37.2
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	19.0	14.0	26.5	9.2	31.3	33.0
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	27.5	10.0	17.5	7.5	37.5	37.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	18.6	17.7	16.1	9.1	38.6	36.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	20.1	15.8	23.7	12.8	27.6	35.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	14.1	18.8	35.3	8.2	23.5	32.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	14.6	10.7	22.5	7.4	44.7	25.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	14.9	14.0	27.3	8.0	35.9	28.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	17.5	16.2	25.4	10.0	30.9	33.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	23.0	13.7	16.5	6.2	40.5	36.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	20.9	16.4	19.7	9.0	34.1	37.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	24.5	10.3	19.6	11.3	34.3	34.8
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	19.0	17.3	16.2	6.9	40.7	36.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	20.3	18.3	23.2	11.2	27.0	38.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	18.0	18.0	40.0	8.0	16.0	36.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	13.8	11.1	23.1	8.5	43.5	24.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	13.2	13.5	28.6	8.6	36.1	26.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	16.4	16.1	27.0	10.9	29.7	32.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	21.5	12.3	17.2	6.1	42.8	33.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	21.4	15.4	20.5	8.8	34.0	36.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	22.3	12.9	20.3	9.7	34.8	35.2
コロナ以降運動頻度【高】×運動実施理由のみ	ダイエット	(n=872)	18.9	14.0	17.0	7.2	42.9	32.9
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	16.6	12.5	18.2	7.4	45.3	29.1
	ストレス発散	(n=923)	20.6	14.0	18.4	8.0	39.0	34.6
	スポーツ好き	(n=578)	22.7	14.7	17.6	7.1	37.9	37.4
	普段の習慣	(n=1234)	19.5	11.8	17.6	7.6	43.5	31.3
	友人や知人に誘われた	(n=152)	25.7	20.4	22.4	7.2	24.3	46.1
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	25.1	17.6	21.1	5.3	30.8	42.7
	余暇時間が増えた	(n=361)	23.3	16.3	15.8	6.6	38.0	39.6

新型コロナウイルスの影響下での運動・スポーツの実施阻害要因（７）

Q11.新型コロナウイルス感染症の影響下において、スポーツを実施するにあたって阻害要因と考えられるものについてお答えください。

7.一緒にスポーツをやる人がいない

・全体で最も大きいのは、『あてはまらない』の36.4%で、次いで『どちらともいえない』の29.5%、『あてはまる』の13.7%となっている。

・男性で最も大きいのは、『あてはまらない』の34.0%で、次いで『どちらともいえない』の32.5%、『あてはまる』の12.6%となっている。
・女性で最も大きいのは、『あてはまらない』の38.9%で、次いで『どちらともいえない』の26.2%、『あてはまる』の14.8%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が49.1%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が43.8%、『50代』の『どちらともいえない』が36.5%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『あてはまらない』が48.9%で、次いで『60代』の『あてはまらない』が44.8%、『50代』の『あてはまらない』が39.8%となっている。

Q11.新型コロナウイルス感染症の影響下において、スポーツを実施するにあたって阻害要因と考えられるものについてお答えください。

7.一緒にスポーツをやる人がいない

(%)

		*凡例	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	あてはまる＋ややあてはまる
全体		(n=9000)	13.7	11.3	29.5	9.1	36.4	25.0
性別	男性	(n=4695)	12.6	11.1	32.5	9.8	34.0	23.7
	女性	(n=4305)	14.8	11.6	26.2	8.4	38.9	26.4
性年代	男性10代以下	(n=267)	18.7	13.1	28.1	13.1	27.0	31.8
	男性20代	(n=598)	17.2	16.6	31.6	12.9	21.7	33.8
	男性30代	(n=738)	14.8	12.7	35.6	11.7	25.2	27.5
	男性40代	(n=1132)	10.9	10.4	35.5	9.4	33.8	21.3
	男性50代	(n=803)	11.6	8.3	36.5	7.7	35.9	19.9
	男性60代	(n=577)	10.2	8.8	27.9	9.2	43.8	19.0
	男性70代以上	(n=580)	9.3	10.0	24.7	6.9	49.1	19.3
	女性10代以下	(n=294)	16.7	16.7	29.9	12.2	24.5	33.4
	女性20代	(n=577)	15.1	12.7	30.8	10.4	31.0	27.8
	女性30代	(n=742)	15.4	13.7	24.1	8.6	38.1	29.1
	女性40代	(n=926)	15.4	10.9	27.0	7.9	38.8	26.3
	女性50代	(n=635)	16.9	10.2	25.8	7.2	39.8	27.1
	女性60代	(n=565)	12.7	9.9	23.7	8.8	44.8	22.6
	女性70代以上	(n=566)	11.7	9.2	24.2	6.0	48.9	20.9
小中高	小学生	(n=1000)	12.3	12.2	34.2	11.0	30.3	24.5
	中学生	(n=500)	11.8	10.0	30.6	8.6	39.0	21.8
	高校生	(n=500)	17.8	14.8	30.0	12.8	24.6	32.6
障害者	障害者	(n=1012)	19.1	9.0	24.7	6.9	40.3	28.1
エリア	北海道	(n=373)	15.5	10.7	28.2	10.5	35.1	26.2
	東北	(n=481)	15.0	10.4	30.6	10.2	33.9	25.4
	関東	(n=3464)	13.3	12.0	28.9	8.8	37.1	25.3
	甲信越・北陸	(n=355)	14.6	11.3	29.0	9.3	35.8	25.9
	中部	(n=1166)	11.9	11.3	30.9	9.4	36.4	23.2
	近畿	(n=1892)	14.9	10.8	28.6	9.1	36.7	25.7
	中国	(n=431)	12.8	12.1	27.6	10.9	36.7	24.9
	四国	(n=206)	14.6	8.3	30.6	7.8	38.8	22.9
	九州	(n=578)	13.3	10.9	34.9	8.3	32.5	24.2
	沖縄	(n=54)	11.1	13.0	25.9	7.4	42.6	24.1
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	6.7	21.7	18.3	10.0	43.3	28.4
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	11.8	10.4	27.4	9.0	41.4	22.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	15.9	14.4	27.6	11.6	30.5	30.3
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	11.2	18.5	24.5	14.9	30.9	29.7
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	10.7	14.0	33.7	9.9	31.7	24.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	17.3	16.1	28.6	12.1	25.8	33.4
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	19.0	11.8	25.5	11.1	32.7	30.8
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	14.9	13.7	34.8	8.9	27.7	28.6
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	22.5	12.5	17.5	17.5	30.0	35.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	13.9	17.1	20.4	11.4	37.1	31.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	13.8	14.5	33.6	14.1	24.0	28.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	16.5	14.1	37.6	8.2	23.5	30.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	10.3	8.6	28.5	8.4	44.2	18.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	10.4	12.5	32.6	10.9	33.6	22.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	11.7	12.0	33.7	11.5	31.2	23.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	17.7	15.3	24.5	7.9	34.5	33.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	19.7	17.4	26.1	11.4	25.4	37.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	23.0	17.2	22.1	10.8	27.0	40.2
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	14.3	14.1	19.7	10.4	41.4	28.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	14.9	14.5	32.0	13.7	24.9	29.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	12.0	20.0	46.0	8.0	14.0	32.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	10.1	8.9	29.0	8.7	43.3	19.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	9.5	12.2	33.9	10.9	33.5	21.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	10.9	10.9	36.1	12.1	30.0	21.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	15.2	14.8	25.2	8.5	36.3	30.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	17.4	16.2	27.4	11.7	27.4	33.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	21.3	15.8	22.6	10.0	30.3	37.1
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	15.3	12.3	22.7	10.1	39.7	27.6
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	12.5	11.3	25.1	8.3	42.7	23.8
	ストレス発散	(n=923)	15.3	13.0	25.0	10.0	36.7	28.3
	スポーツ好き	(n=578)	13.7	13.0	27.5	8.5	37.4	26.7
	普段の習慣	(n=1234)	12.8	10.5	24.1	9.4	43.2	23.3
	友人や知人に誘われた	(n=152)	21.1	13.8	27.6	11.2	26.3	34.9
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	21.1	18.5	25.1	5.7	29.5	39.6
	余暇時間が増えた	(n=361)	18.6	16.9	25.5	7.5	31.6	35.5

新型コロナウイルス感染症拡大前後でのトップアスリートへの関心の変化

Q12.新型コロナウイルス感染症の拡大前後で比較し、国際大会等におけるトップアスリートの活躍に対する関心の度合いについてお答えください。

・全体で最も大きいのは、『以前と変わらない』の57.6%で、次いで『そもそも意欲がない』の17.2%、『以前よりやや高くなった』の10.0%となっている。

・男性で最も大きいのは、『以前と変わらない』の60.4%で、次いで『そもそも意欲がない』の14.1%、『以前よりやや高くなった』の10.2%となっている。
・女性で最も大きいのは、『以前と変わらない』の54.6%で、次いで『そもそも意欲がない』の20.6%、『以前よりやや高くなった』の9.8%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『以前と変わらない』が66.6%で、次いで『50代』の『以前と変わらない』が64.9%、『60代』の『以前と変わらない』が62.9%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『60代』の『以前と変わらない』が60.5%で、次いで『70代以上』の『以前と変わらない』が58.0%、『50代』の『以前と変わらない』が54.5%となっている。

Q12.新型コロナウイルス感染症の拡大前後で比較し、国際大会等におけるトップアスリートの活躍に対する関心の度合いについて、この中から一つお答えください

(%)

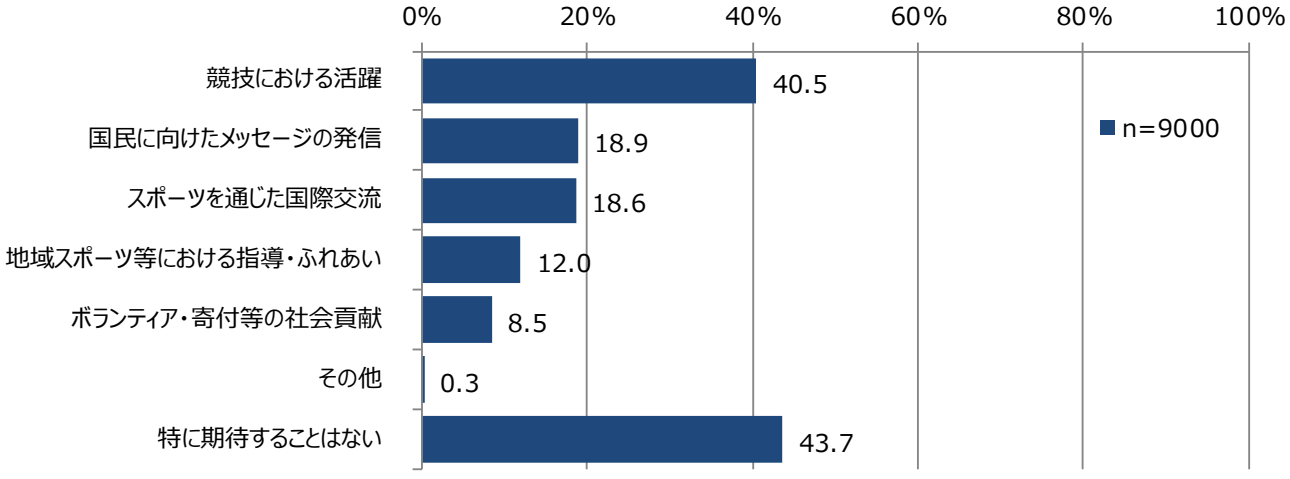
			以前より高くなった	以前よりやや高くなった	以前と変わらない	以前よりやや低くなった	以前より低くなった	そもそも意欲がない	以前より高くなった＋以前よりやや高くなった
全体		(n=9000)	3.3	10.0	57.6	7.0	5.0	17.2	13.3
性別	男性	(n=4695)	3.9	10.2	60.4	6.5	5.0	14.1	14.1
	女性	(n=4305)	2.6	9.8	54.6	7.4	5.0	20.6	12.4
性年代	男性10代以下	(n=267)	9.7	15.0	54.3	3.7	3.7	13.5	24.7
	男性20代	(n=598)	7.0	15.4	51.7	6.4	4.7	14.9	22.4
	男性30代	(n=738)	5.7	12.9	56.8	7.0	3.7	14.0	18.6
	男性40代	(n=1132)	3.4	8.5	61.0	7.0	5.3	14.8	11.9
	男性50代	(n=803)	2.0	7.1	64.9	6.4	4.7	14.9	9.1
	男性60代	(n=577)	1.6	9.5	62.9	6.6	5.7	13.7	11.1
	男性70代以上	(n=580)	1.6	7.4	66.6	6.6	6.4	11.6	9.0
	女性10代以下	(n=294)	6.8	14.6	52.7	6.1	3.1	16.7	21.4
	女性20代	(n=577)	1.6	12.1	50.6	7.3	3.8	24.6	13.7
	女性30代	(n=742)	2.8	7.7	53.2	7.0	4.9	24.4	10.5
	女性40代	(n=926)	2.9	9.9	53.1	6.4	5.4	22.2	12.8
	女性50代	(n=635)	2.4	9.6	54.5	7.6	5.8	20.2	12.0
	女性60代	(n=565)	1.2	9.0	60.5	7.6	5.3	16.3	10.2
	女性70代以上	(n=566)	1.9	8.8	58.0	10.2	5.3	15.7	10.7
小中高	小学生	(n=1000)	4.2	9.5	60.2	6.6	4.9	14.6	13.7
	中学生	(n=500)	4.0	12.0	58.4	7.0	3.8	14.8	16.0
	高校生	(n=500)	7.6	15.2	54.4	4.2	3.6	15.0	22.8
障害者	障害者	(n=1012)	3.8	7.2	52.0	6.7	5.3	25.0	11.0
エリア	北海道	(n=373)	2.7	12.1	55.0	7.2	5.9	17.2	14.8
	東北	(n=481)	3.7	9.1	55.7	8.9	3.7	18.7	12.8
	関東	(n=3464)	3.1	10.5	57.2	7.0	4.8	17.4	13.6
	甲信越・北陸	(n=355)	3.4	9.6	59.4	5.9	5.9	15.8	13.0
	中部	(n=1166)	3.1	10.2	60.7	5.4	5.0	15.6	13.3
	近畿	(n=1892)	2.9	9.5	57.9	7.4	5.7	16.7	12.4
	中国	(n=431)	4.2	10.9	53.4	7.4	2.8	21.3	15.1
	四国	(n=206)	3.4	9.7	59.7	4.4	5.8	17.0	13.1
	九州	(n=578)	4.3	8.3	57.6	7.6	5.2	17.0	12.6
	沖縄	(n=54)	7.4	7.4	53.7	9.3	1.9	20.4	14.8
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	11.7	23.3	43.3	5.0	3.3	13.3	35.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	4.5	11.9	61.3	6.1	4.4	11.8	16.4
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	5.4	17.7	50.3	10.4	6.4	9.9	23.1
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	3.6	23.7	49.4	7.2	4.4	11.6	27.3
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	3.2	11.6	62.4	7.8	4.1	10.9	14.8
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	4.4	15.7	54.4	8.1	9.3	8.1	20.1
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	7.8	20.3	48.4	6.5	2.6	14.4	28.1
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	4.2	12.2	56.5	8.3	5.1	13.7	16.4
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	10.0	50.0	12.5	17.5		10.0	10.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	14.3	22.7	41.1	5.2	3.4	13.4	37.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	9.9	32.2	40.5	6.9	2.0	8.6	42.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	11.8	35.3	31.8	5.9	4.7	10.6	47.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	1.8	9.4	68.9	5.7	3.2	11.0	11.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	2.7	10.9	66.0	7.5	2.5	10.4	13.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	3.5	9.7	63.1	7.5	3.7	12.5	13.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	3.4	15.3	41.7	9.1	11.8	18.7	18.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	2.5	10.9	48.0	12.2	11.7	14.7	13.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	2.0	14.2	39.7	12.7	16.7	14.7	16.2
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	13.6	22.9	43.5	5.2	3.2	11.7	36.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	11.2	35.3	37.3	7.1	0.8	8.3	46.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	14.0	46.0	32.0	2.0	2.0	4.0	60.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	1.7	8.7	70.7	4.6	2.7	11.6	10.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	2.3	11.1	68.7	6.0	2.3	9.5	13.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	3.3	10.0	62.1	7.3	3.6	13.6	13.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	4.1	14.9	44.7	10.4	9.9	16.0	19.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	3.4	11.5	49.7	12.5	8.8	14.2	14.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	3.2	13.5	45.2	11.6	12.9	13.5	16.7
コロナ以降運動頻度×運動実施理由【高】のみ	ダイエット	(n=872)	6.4	13.5	57.7	5.4	4.4	12.6	19.9
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	4.6	12.3	60.2	6.4	4.7	11.9	16.9
	ストレス発散	(n=923)	6.2	15.5	55.7	6.4	4.1	12.1	21.7
	スポーツ好き	(n=578)	7.6	16.6	59.0	6.6	3.6	6.6	24.2
	普段の習慣	(n=1234)	5.2	13.0	60.9	6.6	3.9	10.5	18.2
	友人や知人に誘われた	(n=152)	13.2	22.4	51.3	5.3	5.9	2.0	35.6
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	12.3	24.7	47.6	4.4	5.3	5.7	37.0
	余暇時間が増えた	(n=361)	11.1	19.4	48.5	6.6	5.0	9.4	30.5

新型コロナウイルス感染症影響下での将来トップアスリートに期待すること

Q13.新型コロナウイルス感染症の影響下において、将来トップアスリートに期待することについてお答えください。（MA）

・全体で最も大きいのは、『競技における活躍』の40.5%で、次いで『国民に向けたメッセージの発信』の18.9%、『スポーツを通じた国際交流』の18.6%となっている。

・男性で最も大きいのは、『競技における活躍』の40.0%で、次いで『スポーツを通じた国際交流』の19.6%、『国民に向けたメッセージの発信』の18.8%となっている。
・女性で最も大きいのは、『競技における活躍』の41.0%で、次いで『国民に向けたメッセージの発信』19.1%、『スポーツを通じた国際交流』の17.5%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『競技における活躍』が45.9で、次いで『10代以下』の『競技における活躍』が42.7%、『60代』の『競技における活躍』が42.1%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『競技における活躍』が44.9%で、次いで『60代』の『競技における活躍』が43.7%、『50代』の『競技における活躍』が42.7%となっている。



Q13.新型コロナウイルス感染症の影響下において、将来トップアスリートに期待することについてお答えください。（MA）

（%）

		全体	競技における活躍	国民に向けたメッセージの発信	スポーツを通じた国際交流	地域スポーツ等における指導・ふれあい	ボランティア・寄付等の社会貢献	その他	特に期待することはない
全 体		9000	40.5	18.9	18.6	12.0	8.5	0.3	43.7
性別	男性	4695	40.0	18.8	19.6	12.7	8.5	0.2	42.9
	女性	4305	41.0	19.1	17.5	11.2	8.5	0.3	44.6
性年代	男性10代以下	267	42.7	19.5	22.5	10.9	8.6	0.7	37.8
	男性20代	598	41.3	22.2	21.2	15.2	11.2	-	37.8
	男性30代	738	40.5	18.6	20.5	14.1	8.9	0.8	40.0
	男性40代	1132	36.0	18.0	17.2	12.1	6.8	0.1	47.7
	男性50代	803	37.4	15.3	16.8	11.6	7.8	0.1	48.6
	男性60代	577	42.1	17.3	20.8	10.1	7.8	0.2	41.1
	男性70代以上	580	45.9	22.8	22.9	14.7	10.3	-	38.6
	女性10代以下	294	42.5	19.7	24.5	12.2	9.5	-	36.1
	女性20代	577	41.1	17.9	17.0	9.7	8.7	0.2	44.5
	女性30代	742	38.5	15.2	14.6	12.0	7.8	0.3	48.5
	女性40代	926	37.1	18.0	13.1	11.1	8.2	0.3	50.2
	女性50代	635	42.7	19.7	17.5	9.8	6.9	0.3	44.6
	女性60代	565	43.7	23.9	20.9	11.9	7.8	0.4	39.3
	女性70代以上	566	44.9	21.7	22.1	12.4	11.8	0.4	40.1
小中高	小学生	1000	38.0	19.9	17.9	12.6	7.1	0.1	44.1
	中学生	500	41.0	21.0	16.4	12.4	4.8	0.4	42.0
	高校生	500	42.4	20.2	22.8	11.6	9.4	0.2	37.0
障害者	障害者	1012	33.8	19.1	19.3	12.7	9.8	0.3	49.9
エリア	北海道	373	37.8	21.4	20.6	10.5	8.8	1.1	44.5
	東北	481	40.3	22.9	18.3	13.1	6.7	0.2	41.2
	関東	3464	41.1	19.3	18.7	11.7	9.1	0.3	43.9
	甲信越・北陸	355	44.2	18.6	17.5	14.1	9.0	0.3	41.7
	中部	1166	38.9	16.9	18.5	11.7	7.8	-	45.5
	近畿	1892	40.3	17.7	18.9	11.1	8.1	-	43.2
	中国	431	41.5	20.4	18.3	11.8	7.4	0.2	44.8
	四国	206	39.8	18.9	15.0	14.1	8.7	-	45.1
	九州	578	38.9	19.0	18.2	15.4	9.5	0.9	42.7
	沖縄	54	42.6	25.9	18.5	14.8	14.8	-	38.9
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	55.0	33.3	33.3	20.0	16.7	-	28.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1943	47.4	22.1	22.2	12.8	10.3	0.3	36.2
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	577	53.2	28.8	26.0	21.0	14.9	0.2	22.7
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	249	57.0	30.9	26.5	18.1	11.2	-	25.7
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1050	47.9	21.4	21.2	15.0	9.7	0.2	33.5
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	248	50.4	27.8	28.2	19.8	10.1	1.2	22.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	153	53.6	27.5	24.2	18.3	13.1	0.7	26.8
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	336	44.6	24.7	19.9	13.1	7.7	0.3	36.9
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	40	47.5	27.5	17.5	15.0	17.5	-	32.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	560	53.4	31.3	28.2	16.8	13.2	0.4	25.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	304	54.6	34.2	31.9	22.7	13.2	0.3	15.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	85	50.6	38.8	32.9	17.6	14.1	-	12.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1705	46.1	20.2	20.9	11.5	9.1	0.3	39.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1130	47.1	20.3	20.9	15.2	9.1	0.2	34.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	401	41.6	22.4	19.5	12.5	7.5	0.2	39.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	417	53.2	27.3	23.5	18.2	14.1	-	29.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	402	50.0	23.1	20.6	16.2	11.2	-	30.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	204	49.0	27.0	26.0	17.6	14.2	1.5	25.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	538	53.7	29.7	27.3	18.6	13.4	0.2	25.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	241	52.7	35.7	30.7	20.7	11.6	0.4	15.4
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	50	50.0	46.0	36.0	16.0	6.0	-	8.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1488	44.2	18.9	20.7	9.9	8.9	0.3	41.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	945	46.8	20.2	21.5	14.9	9.7	-	34.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	330	39.1	21.5	20.6	13.0	7.3	0.3	39.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	656	55.0	29.4	24.1	18.1	12.8	0.2	28.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	650	50.8	22.9	21.4	17.7	10.5	0.3	29.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	310	50.3	27.1	23.5	16.1	14.2	1.0	27.7
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	49.8	23.5	23.6	13.9	11.2	0.3	34.7
	運動不足は健康に悪い	1551	49.6	24.0	22.6	13.0	11.5	0.2	34.7
	ストレス発散	923	50.3	27.7	25.1	14.5	13.7	0.2	32.2
	スポーツ好き	578	54.3	26.8	29.2	15.9	12.5	0.2	27.7
	普段の習慣	1234	51.5	24.4	23.6	13.0	11.6	0.3	32.7
	友人や知人に誘われた	152	49.3	33.6	38.2	21.1	15.8	-	23.0
	感染者減等感染リスクの低下	227	50.2	37.4	34.4	18.9	16.3	0.4	23.3
	余暇時間が増えた	361	55.1	34.9	29.6	18.3	16.3	0.8	24.9

延期された東京2020オリンピック・パラリンピックについて楽しみの度合い

Q14.2021年に延期された、東京2020オリンピック・パラリンピックについてどう思いますか。

・全体で最も大きいのは、『どちらともいえない』の34.3%で、次いで『まったく楽しみではない』の23.1%、『やや楽しみ』の16.5%となっている。

・男性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の32.4%で、次いで『まったく楽しみではない』の23.5%、『やや楽しみ』の17.0%となっている。
・女性で最も大きいのは、『どちらともいえない』の36.4%で、次いで『まったく楽しみではない』の22.7%、『やや楽しみ』の16.0%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『20代』の『どちらともいえない』が36.1%で、次いで『40代』の『どちらともいえない』が33.7%、『50代』の『どちらともいえない』が33.1%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『60代』の『どちらともいえない』が38.6%で、次いで『20代』の『どちらともいえない』が38.1%、『50代』の『どちらともいえない』が37.8%となっている。

Q14.2021年に延期された、東京2020オリンピック・パラリンピックについてどう思いますか。

(%)

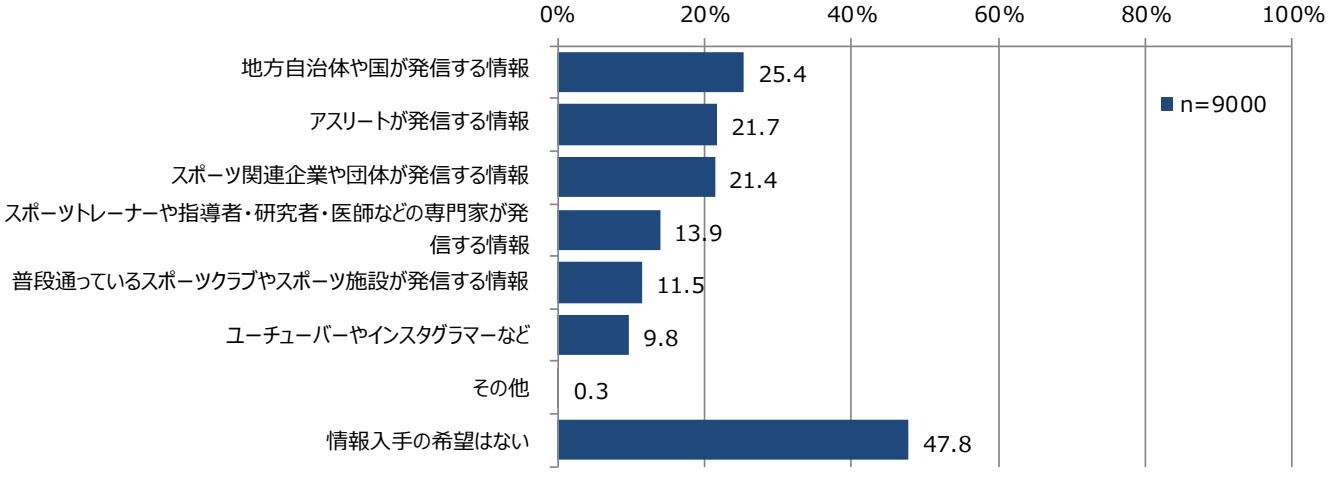
			とても楽しみ	やや楽しみ	どちらともいえない	あまり楽しみではない	まったく楽しみではない	とても楽しみ＋やや楽しみ
		*凡例						
全 体		(n=9000)	11.2	16.5	34.3	14.9	23.1	27.7
性別	男性	(n=4695)	13.2	17.0	32.4	13.9	23.5	30.2
	女性	(n=4305)	9.0	16.0	36.4	15.9	22.7	25.0
性年代	男性10代以下	(n=267)	19.1	23.2	25.8	14.6	17.2	42.3
	男性20代	(n=598)	14.7	19.7	36.1	10.0	19.4	34.4
	男性30代	(n=738)	16.1	16.3	31.8	11.8	24.0	32.4
	男性40代	(n=1132)	11.3	17.6	33.7	13.5	23.9	28.9
	男性50代	(n=803)	11.8	15.1	33.1	13.1	26.9	26.9
	男性60代	(n=577)	12.1	15.1	32.4	15.8	24.6	27.2
	男性70代以上	(n=580)	12.1	15.9	28.3	20.5	23.3	28.0
	女性10代以下	(n=294)	17.0	22.1	35.4	11.2	14.3	39.1
	女性20代	(n=577)	8.3	17.2	38.1	15.9	20.5	25.5
	女性30代	(n=742)	6.7	18.2	33.7	15.0	26.4	24.9
	女性40代	(n=926)	9.2	13.9	35.5	14.1	27.2	23.1
	女性50代	(n=635)	8.8	14.5	37.8	15.9	23.0	23.3
	女性60代	(n=565)	8.3	14.5	38.6	18.1	20.5	22.8
	女性70代以上	(n=566)	9.0	15.2	36.6	20.5	18.7	24.2
小中高	小学生	(n=1000)	13.3	19.5	35.0	12.3	19.9	32.8
	中学生	(n=500)	12.4	17.2	36.0	14.2	20.2	29.6
	高校生	(n=500)	18.4	22.8	30.6	13.2	15.0	41.2
障害者	障害者	(n=1012)	10.7	14.0	29.9	14.3	31.0	24.7
エリア	北海道	(n=373)	9.4	15.0	32.2	18.5	24.9	24.4
	東北	(n=481)	11.6	13.7	38.3	11.4	24.9	25.3
	関東	(n=3464)	11.1	15.6	32.5	15.1	25.7	26.7
	甲信越・北陸	(n=355)	10.4	18.6	37.5	14.9	18.6	29.0
	中部	(n=1166)	11.2	16.7	36.0	14.8	21.3	27.9
	近畿	(n=1892)	11.9	18.3	34.1	14.7	21.0	30.2
	中国	(n=431)	12.8	17.4	33.4	16.5	20.0	30.2
	四国	(n=206)	11.7	16.5	35.4	15.5	20.9	28.2
	九州	(n=578)	9.5	16.8	38.6	13.8	21.3	26.3
	沖縄	(n=54)	13.0	18.5	35.2	13.0	20.4	31.5
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=60)	20.0	20.0	31.7	15.0	13.3	40.0
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=1943)	13.6	17.7	32.1	15.3	21.4	31.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=577)	18.4	20.5	28.8	14.7	17.7	38.9
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=249)	16.9	24.5	28.9	10.4	19.3	41.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=1050)	13.0	19.4	34.8	14.2	18.7	32.4
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=248)	14.9	21.0	29.4	18.1	16.5	35.9
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=153)	15.0	27.5	29.4	13.1	15.0	42.5
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=336)	13.1	15.8	33.6	18.2	19.3	28.9
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=40)	10.0	10.0	32.5	22.5	25.0	20.0
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=560)	23.0	21.6	23.6	11.6	20.2	44.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=304)	21.7	30.3	26.3	10.9	10.9	52.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=85)	23.5	27.1	25.9	12.9	10.6	50.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1705)	11.1	18.3	34.4	15.7	20.5	29.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=1130)	11.7	18.6	36.8	14.2	18.8	30.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=401)	11.5	16.2	36.2	16.0	20.2	27.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=417)	12.9	13.9	29.3	18.7	25.2	26.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=402)	13.7	20.4	27.4	17.7	20.9	34.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=204)	14.7	17.2	24.5	20.6	23.0	31.9
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=538)	24.0	21.9	23.2	11.2	19.7	45.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=241)	24.1	27.8	27.4	8.7	12.0	51.9
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=50)	28.0	36.0	22.0	8.0	6.0	64.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=1488)	11.0	17.3	35.4	15.7	20.6	28.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=945)	11.4	19.8	37.5	13.2	18.1	31.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=330)	11.8	15.5	37.3	14.5	20.9	27.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=656)	12.2	17.7	28.7	17.8	23.6	29.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=650)	13.4	20.0	28.6	18.2	19.8	33.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=310)	13.9	17.4	26.8	21.0	21.0	31.3
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=872)	16.3	17.4	29.9	13.3	23.1	33.7
	運動不足は健康に悪い	(n=1551)	15.2	17.6	29.7	15.9	21.7	32.8
	ストレス発散	(n=923)	18.1	16.4	29.8	15.8	19.9	34.5
	スポーツ好き	(n=578)	21.6	17.6	28.9	14.4	17.5	39.2
	普段の習慣	(n=1234)	16.0	18.2	28.8	16.5	20.6	34.2
	友人や知人に誘われた	(n=152)	26.3	23.7	25.7	13.8	10.5	50.0
	感染者減等感染リスクの低下	(n=227)	24.7	20.7	27.8	13.2	13.7	45.4
	余暇時間が増えた	(n=361)	23.8	16.6	26.6	14.1	18.8	40.4

新型コロナウイルス感染拡大の中で運動・スポーツの情報入手したい発信者

Q15.あなたは、新型コロナウイルスの感染が拡大する中で運動・スポーツを行うための情報を入手したいと思う発信者をお答えください。（MA）

・全体で最も大きいのは、『地方自治体や国が発信する情報』の25.4%で、次いで『アスリートが発信する情報』の21.7%、『スポーツ関連企業や団体が発信する情報』の21.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『地方自治体や国が発信する情報』の25.5%で、次いで『スポーツ関連企業や団体が発信する情報』の23.8%、『アスリートが発信する情報』の22.7%となっている。
・女性で最も大きいのは、『地方自治体や国が発信する情報』の25.3%で、次いで『アスリートが発信する情報』の20.6%、『スポーツ関連企業や団体が発信する情報』の18.8%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『地方自治体や国が発信する情報』が34.7%で、次いで『20代』の『アスリートが発信する情報』が29.1%、『10代以下』の『地方自治体や国が発信する情報』が28.8%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『地方自治体や国が発信する情報』が30.0%で、次いで『60代』の『地方自治体や国が発信する情報』が29.0%、『10代以下』の『アスリートが発信する情報』が26.5%となっている。



Q15.あなたは、新型コロナウイルスの感染が拡大する中で運動・スポーツを行うための情報を入手したいと思う発信者をお答えください。（MA）

（%）

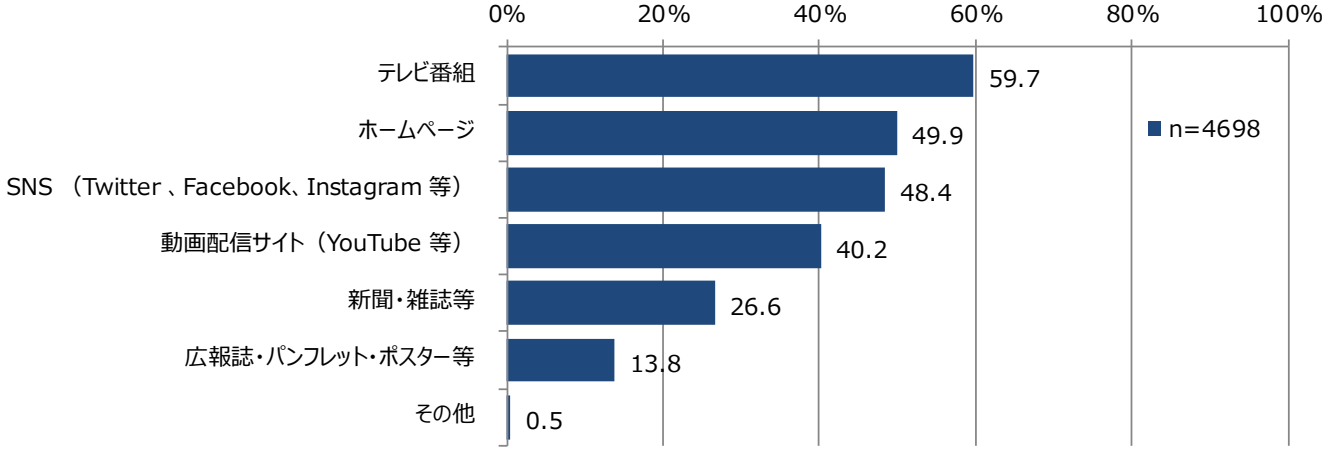
		全体	地方自治体や国が発信する情報	アスリートが発信する情報	スポーツ関連企業や団体が発信する情報	スポーツトレーナーや指導者・研究者・医師などの専門家が発信する情報	普段通っているスポーツクラブやスポーツ施設が発信する情報	ユーチューバーやインスタグラマーなど	その他	情報入手の希望はない
全 体		9000	25.4	21.7	21.4	13.9	11.5	9.8	0.3	47.8
性別	男性	4695	25.5	22.7	23.8	12.7	12.6	9.0	0.2	47.1
	女性	4305	25.3	20.6	18.8	15.3	10.3	10.6	0.4	48.5
性年代	男性10代以下	267	28.8	24.0	27.0	9.4	11.6	19.5	0.7	40.8
	男性20代	598	27.4	29.1	27.3	16.7	18.6	15.4	0.3	36.6
	男性30代	738	27.1	27.5	26.7	16.4	14.2	11.5	0.1	42.7
	男性40代	1132	21.6	24.0	23.9	12.4	11.5	7.5	0.4	50.3
	男性50代	803	19.7	19.1	19.4	9.3	9.7	5.6	-	54.7
	男性60代	577	26.7	20.5	22.2	10.6	8.7	6.2	0.2	50.3
	男性70代以上	580	34.7	14.1	22.4	12.6	15.2	4.5	-	46.7
	女性10代以下	294	25.5	26.5	23.5	17.7	9.5	21.8	0.7	37.8
	女性20代	577	23.7	23.1	21.7	16.1	11.6	22.0	0.2	42.5
	女性30代	742	24.3	21.7	18.5	17.0	11.9	13.9	0.3	48.1
	女性40代	926	23.4	19.4	16.6	13.8	7.2	9.3	0.4	53.6
	女性50代	635	23.0	21.7	16.2	17.0	6.1	6.5	0.2	50.4
	女性60代	565	29.0	17.7	22.1	13.5	12.4	4.1	0.7	49.4
	女性70代以上	566	30.0	17.0	17.1	13.3	15.0	2.5	0.4	49.8
小中高	小学生	1000	24.5	25.1	24.1	12.2	11.2	8.2	0.2	46.0
	中学生	500	23.8	23.4	21.2	10.4	10.6	8.0	0.2	45.4
	高校生	500	27.4	25.6	24.6	12.8	9.6	21.8	0.6	38.6
障害者	障害者	1012	25.5	17.3	19.9	15.5	10.7	8.9	0.7	53.8
エリア	北海道	373	25.5	19.6	22.3	12.9	9.9	10.2	0.3	49.6
	東北	481	30.8	22.7	25.6	14.6	10.2	8.5	0.4	45.5
	関東	3464	25.1	21.8	21.7	15.4	13.5	10.1	0.3	47.1
	甲信越・北陸	355	26.2	23.4	21.1	13.2	13.2	13.5	-	46.8
	中部	1166	23.2	20.8	21.3	13.4	11.1	10.4	0.2	49.1
	近畿	1892	25.8	20.9	20.0	12.8	9.7	8.6	0.4	48.1
	中国	431	24.8	24.4	22.3	10.2	7.4	9.0	0.2	49.2
	四国	206	23.8	20.9	18.9	13.6	9.7	8.3	-	50.5
	九州	578	27.5	23.0	21.3	13.5	11.1	10.2	0.2	47.2
	沖縄	54	20.4	24.1	16.7	13.0	16.7	9.3	-	51.9
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	60	33.3	36.7	36.7	20.0	15.0	10.0	-	31.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1943	31.1	23.9	24.9	17.6	16.4	9.8	0.3	41.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	577	36.0	34.8	35.9	24.4	24.1	16.5	0.5	23.2
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	249	36.9	29.3	24.5	20.1	17.7	17.3	0.4	25.7
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	1050	30.1	25.1	27.0	15.3	13.6	9.5	0.4	38.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	248	37.9	31.5	31.9	19.8	22.6	12.5	0.4	26.2
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	153	32.0	32.0	27.5	22.2	14.4	19.0	0.7	26.8
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	336	27.1	27.7	28.0	13.7	11.0	8.9	0.9	40.8
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	40	32.5	25.0	20.0	12.5	12.5	12.5	-	37.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	560	36.3	32.9	31.4	24.6	22.0	18.9	-	26.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	304	36.8	35.5	36.8	22.0	22.7	19.1	-	18.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	85	41.2	42.4	43.5	16.5	22.4	20.0	-	17.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	1705	27.7	21.8	22.1	15.3	13.4	8.3	0.5	45.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	1130	29.0	26.0	26.2	15.4	13.6	9.4	0.4	39.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	401	26.4	23.9	23.2	14.0	11.7	7.7	0.7	43.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	417	36.9	28.8	26.9	24.2	16.3	13.9	0.5	32.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	402	35.6	29.1	31.1	19.4	18.2	12.2	-	28.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	204	33.8	30.4	33.3	21.6	20.6	15.7	0.5	27.5
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	538	36.8	30.1	32.9	25.3	21.2	19.5	0.2	25.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	241	36.9	32.8	36.1	22.0	22.8	17.4	-	18.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	50	42.0	52.0	52.0	10.0	20.0	22.0	4.0	12.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	1488	26.8	21.8	21.5	13.6	13.4	7.5	0.3	46.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	945	27.6	26.7	25.2	15.8	13.1	9.1	0.4	40.2
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	330	25.8	22.4	23.0	12.4	11.2	8.2	0.3	44.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	656	35.4	28.8	25.6	24.5	16.2	13.6	0.8	34.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	650	35.8	28.9	32.0	18.0	18.0	13.1	0.2	29.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	310	33.5	30.3	31.0	21.9	19.7	13.5	0.3	30.0
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	872	35.0	28.3	28.8	19.6	15.1	13.9	0.6	37.5
	運動不足は健康に悪い	1551	32.9	25.1	25.5	18.4	14.0	10.1	0.5	39.4
	ストレス発散	923	35.6	30.2	31.3	20.6	17.6	13.1	0.1	33.4
	スポーツ好き	578	36.3	31.7	34.3	20.8	25.3	14.9	-	28.5
	普段の習慣	1234	32.7	25.9	27.0	18.2	16.0	11.5	0.3	37.8
	友人や知人に誘われた	152	41.4	34.2	43.4	21.1	28.3	17.1	-	24.3
	感染者減等感染リスクの低下	227	42.3	33.5	35.2	18.9	22.9	18.1	-	25.1
	余暇時間が増えた	361	41.3	32.7	31.0	19.9	19.7	19.4	0.3	27.7

発信者情報を入手する際の希望する発信方法（情報媒体）

Q16.発信者の情報を入手する際に、希望する発信方法（情報媒体）をお答えください。（MA）※Q15 で「情報を入手したい」と回答した方のみ

・全体で最も大きいのは、『テレビ番組』の59.7%で、次いで『ホームページ』の49.9%、『SNS（Twitter、Facebook、Instagram等）』の48.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『テレビ番組』の56.9%で、次いで『ホームページ』の55.2%、『SNS（Twitter、Facebook 、Instagram等）』の47.8%となっている。
・女性で最も大きいのは、『テレビ番組』の62.9%で、次いで『SNS（Twitter、Facebook、Instagram等）』の49.0%、『ホームページ』の44.0%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『SNS（Twitter、Facebook、Instagram等）』が77.2%で、次いで『70代以上』の『テレビ番組』が72.2%、『20代』の『SNS（Twitter、Facebook、Instagram等）』が69.7%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『SNS（Twitter、Facebook、Instagram等）』が81.0%で、次いで『10代以下』の『SNS（Twitter、Facebook、Instagram等）』が80.9%、『60代』の『テレビ番組』が80.4%となっている。



Q16.発信者の情報を入手する際に、希望する発信方法（情報媒体）をお答えください。（MA）※Q15 で「情報を入手したい」と回答した方のみ

（%）

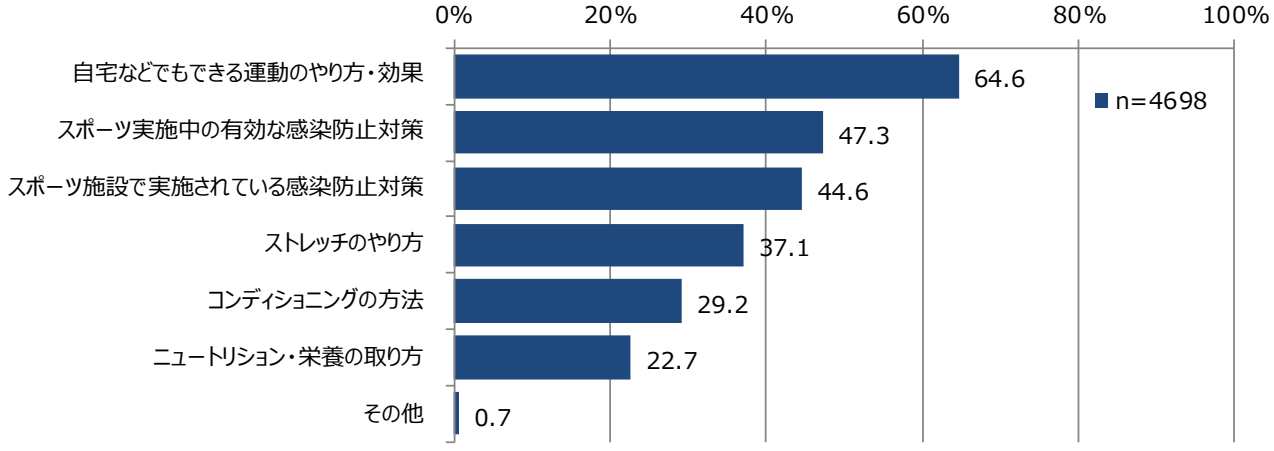
		全体	テレビ番組	ホームページ	SNS（Twitter 、Facebook、Instagram 等）	動画配信サイト（YouTube 等）	新聞・雑誌等	広報誌・パンフレット・ポスター等	その他
全 体		4698	59.7	49.9	48.4	40.2	26.6	13.8	0.5
性別	男性	2483	56.9	55.2	47.8	41.8	27.6	12.8	0.3
	女性	2215	62.9	44.0	49.0	38.4	25.5	14.8	0.6
性年代	男性10代以下	158	43.0	44.9	77.2	50.0	16.5	5.7	0.6
	男性20代	379	42.0	41.7	69.7	53.3	13.7	8.2	0.3
	男性30代	423	47.8	55.1	56.3	50.6	16.3	10.4	-
	男性40代	563	57.9	57.4	48.1	43.3	25.4	12.3	0.4
	男性50代	364	65.1	57.4	36.5	35.2	32.1	11.5	0.5
	男性60代	287	69.0	61.0	31.7	35.5	34.1	15.7	-
	男性70代以上	309	72.2	65.0	22.0	22.3	58.3	25.2	0.6
	女性10代以下	183	48.1	22.4	80.9	48.6	12.6	4.9	0.5
	女性20代	332	49.4	32.2	81.0	51.2	9.0	9.0	-
	女性30代	385	52.5	44.7	64.7	42.6	13.5	10.6	0.3
	女性40代	430	64.4	51.4	49.3	41.6	19.5	13.5	0.7
	女性50代	315	70.8	51.1	34.0	35.6	33.3	17.1	0.3
	女性60代	286	80.4	50.0	19.6	24.8	43.7	18.9	1.7
	女性70代以上	284	73.6	45.4	15.5	23.2	51.1	28.9	1.1
小中高	小学生	540	58.3	53.0	48.0	43.1	21.1	11.7	0.2
	中学生	273	59.7	52.7	41.0	38.1	24.2	13.6	-
	高校生	307	45.0	33.2	79.8	50.2	14.7	5.2	0.7
障害者	障害者	468	59.0	51.1	50.6	44.0	27.4	17.1	1.3
エリア	北海道	188	60.1	37.8	47.3	42.6	29.3	15.4	-
	東北	262	61.1	53.4	53.4	43.1	33.2	17.6	-
	関東	1831	58.8	52.3	49.2	41.0	25.6	13.4	0.7
	甲信越・北陸	189	57.7	45.5	55.0	42.3	27.0	13.2	-
	中部	594	56.6	47.3	50.0	38.9	25.4	12.8	0.3
	近畿	982	61.8	48.7	44.3	38.4	26.6	12.9	0.5
	中国	219	66.2	46.1	53.9	43.4	28.8	13.2	-
	四国	102	57.8	52.0	44.1	36.3	26.5	15.7	1.0
	九州	305	60.7	54.8	43.0	37.7	26.2	16.7	-
	沖縄	26	57.7	38.5	50.0	38.5	19.2	7.7	3.8
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	41	65.9	48.8	56.1	56.1	24.4	9.8	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1145	61.7	56.8	42.7	39.7	34.8	16.9	0.4
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	443	59.8	49.9	59.1	45.1	28.4	17.2	0.2
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	185	47.6	50.8	60.0	45.4	22.7	13.0	1.1
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	644	56.2	56.1	47.5	39.8	25.9	14.0	0.9
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	183	59.6	56.3	50.3	47.5	25.1	13.1	1.6
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	112	57.1	39.3	65.2	54.5	14.3	4.5	1.8
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	199	58.3	50.3	50.8	39.2	22.6	13.1	-
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	25	40.0	36.0	56.0	40.0	20.0	24.0	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	413	52.1	53.8	62.2	52.8	18.6	11.9	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	247	47.4	47.8	66.4	51.4	19.4	8.5	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	70	52.9	44.3	62.9	55.7	18.6	8.6	1.4
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	931	62.8	54.0	38.3	37.6	36.7	15.6	0.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	687	59.8	53.3	47.6	39.0	26.3	15.0	0.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	227	58.1	48.0	44.9	38.3	26.0	13.2	0.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	283	63.3	53.7	51.2	43.8	31.8	19.8	1.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	287	59.2	55.7	53.7	40.4	25.1	14.6	0.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	148	60.8	45.9	54.7	45.3	21.6	14.9	1.4
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	400	52.0	52.8	60.3	52.5	21.5	12.8	0.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	196	44.9	49.5	62.8	51.0	18.4	8.2	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	44	50.0	36.4	72.7	54.5	15.9	2.3	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	798	61.8	54.0	38.2	36.2	34.1	14.5	0.8
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	565	59.8	51.2	48.3	40.2	25.5	13.1	0.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	184	56.0	46.7	44.0	39.7	19.6	12.5	0.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	429	64.8	54.8	49.7	45.0	35.2	19.3	0.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	460	59.1	56.1	54.1	40.0	26.3	16.5	0.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	217	61.8	48.8	52.5	44.2	28.1	15.7	1.4
コロナ以降運動頻度【高】の運動実施理由	ダイエット	545	60.4	57.6	54.7	49.0	28.3	14.1	0.6
	運動不足は健康に悪い	940	63.2	56.4	43.7	42.2	35.0	16.4	0.5
	ストレス発散	615	62.4	56.6	51.1	47.6	32.8	16.4	0.3
	スポーツ好き	413	57.4	59.3	48.7	45.5	32.9	17.4	0.2
	普段の習慣	767	63.8	56.7	42.9	42.6	36.1	16.8	0.3
	友人や知人に誘われた	115	63.5	59.1	57.4	55.7	30.4	18.3	-
	感染者減等感染リスクの低下	170	61.8	56.5	52.4	48.8	32.4	17.6	-
	余暇時間が増えた	261	61.3	55.9	55.9	50.2	30.7	18.4	0.8

発信者が発信する情報として希望する発信内容

Q17.発信者が発信する情報として、希望する発信内容をお答えください。（MA）※Q15 で「情報を入手したい」と回答した方のみ

・全体で最も大きいのは、『自宅などでもできる運動のやり方・効果』の64.6%で、次いで『スポーツ実施中の有効な感染防止対策』の47.3%、『スポーツ施設で実施されている感染防止対策』の44.6%となっている。

・男性で最も大きいのは、『自宅などでもできる運動のやり方・効果』の57.6%で、次いで『スポーツ実施中の有効な感染防止対策』の49.9%、『スポーツ施設で実施されている感染防止対策』の46.5%となっている。
・女性で最も大きいのは、『自宅などでもできる運動のやり方・効果』の72.4%で、次いで『ストレッチのやり方』の46.5%、『スポーツ実施中の有効な感染防止対策』の44.2%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『自宅などでもできる運動のやり方・効果』が65.4%で、次いで『20代』の『自宅などでもできる運動のやり方・効果』が58.8%、『60代』の『自宅などでもできる運動のやり方・効果』が57.5%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『10代以下』の『自宅などでもできる運動のやり方・効果』が73.2%で、次いで『40代』の『自宅などでもできる運動のやり方・効果』が73.0%、『70代以上』の『自宅などでもできる運動のやり方・効果』が72.9%となっている。



Q17.発信者が発信する情報として、希望する発信内容をお答えください。（MA）※Q15 で「情報を入手したい」と回答した方のみ

（%）

		全体	自宅などでもできる運動のやり方・効果	スポーツ実施中の有効な感染防止対策	スポーツ施設で実施されている感染防止対策	ストレッチのやり方	コンディショニングの方法	ニュートリション・栄養の取り方	その他
全 体		4698	64.6	47.3	44.6	37.1	29.2	22.7	0.7
性別	男性	2483	57.6	49.9	46.5	28.7	33.1	20.7	0.7
	女性	2215	72.4	44.2	42.5	46.5	24.8	25.1	0.8
性年代	男性10代以下	158	55.1	46.2	47.5	31.0	28.5	25.9	0.6
	男性20代	379	58.8	45.6	43.0	25.9	37.2	28.8	0.8
	男性30代	423	55.8	53.0	47.8	29.3	37.6	27.7	0.2
	男性40代	563	57.2	50.6	44.6	26.6	36.1	20.6	0.9
	男性50代	364	53.6	51.1	47.0	23.1	31.9	12.1	1.1
	男性60代	287	57.5	46.0	48.8	34.8	28.9	16.0	0.3
	男性70代以上	309	65.4	54.0	49.5	35.0	24.6	12.9	1.0
	女性10代以下	183	73.2	33.9	38.3	37.7	23.5	27.9	0.5
	女性20代	332	72.0	42.8	36.1	46.1	25.6	34.9	0.3
	女性30代	385	72.2	42.9	39.7	45.5	26.8	27.5	0.8
	女性40代	430	73.0	47.2	45.1	48.1	31.2	26.3	1.4
	女性50代	315	72.7	46.0	39.7	47.3	26.7	23.5	0.3
	女性60代	286	71.0	49.7	48.3	49.0	20.3	18.2	-
	女性70代以上	284	72.9	42.6	49.6	47.9	14.8	15.1	1.8
小中高	小学生	540	62.0	51.1	43.1	30.9	30.4	20.0	0.4
	中学生	273	63.7	47.3	43.6	24.9	27.1	17.2	1.1
	高校生	307	64.2	40.1	40.4	36.2	24.8	25.7	0.3
障害者	障害者	468	65.8	45.7	48.3	40.4	33.3	29.3	1.7
エリア	北海道	188	64.9	55.9	56.4	35.6	25.0	21.3	1.1
	東北	262	68.3	52.3	46.9	38.9	33.2	22.9	-
	関東	1831	63.8	48.7	44.5	38.3	31.2	24.5	1.3
	甲信越・北陸	189	67.2	46.0	44.4	29.1	25.9	29.1	1.1
	中部	594	64.3	44.3	43.1	35.9	26.8	18.0	0.8
	近畿	982	65.4	45.4	42.7	35.6	26.5	21.3	0.2
	中国	219	66.2	42.5	45.2	31.5	30.6	20.1	0.5
	四国	102	53.9	48.0	39.2	38.2	33.3	20.6	-
	九州	305	65.2	44.9	46.6	43.9	28.2	25.6	-
	沖縄	26	57.7	46.2	50.0	42.3	42.3	23.1	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	41	56.1	46.3	46.3	34.1	46.3	14.6	2.4
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	1145	66.0	48.8	47.1	40.4	32.3	26.2	0.5
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	443	70.7	50.6	47.4	40.2	31.6	27.3	0.5
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	185	71.4	44.9	40.0	42.2	37.3	26.5	-
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	644	63.4	45.3	46.0	33.1	31.5	20.3	0.9
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	183	71.6	57.4	45.9	37.7	30.6	24.6	2.2
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	112	63.4	50.0	42.0	33.9	27.7	29.5	2.7
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	199	64.8	56.3	42.7	31.7	31.7	20.1	0.5
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	25	68.0	48.0	56.0	52.0	28.0	24.0	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	413	65.6	47.5	49.2	41.9	40.0	34.9	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	247	62.8	51.0	46.6	26.7	36.4	24.3	0.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	70	67.1	58.6	40.0	24.3	24.3	22.9	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	931	65.5	46.5	44.5	40.8	29.4	22.0	0.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	687	64.9	46.4	45.0	35.2	29.3	21.4	0.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	227	64.8	50.7	43.2	32.2	30.0	22.0	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	283	78.1	52.7	43.5	43.8	31.4	29.3	0.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	287	70.4	46.3	47.7	43.9	31.0	24.0	1.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	148	66.2	54.7	49.3	40.5	29.7	23.6	2.7
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	400	67.5	47.3	49.3	40.0	40.8	34.3	0.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	196	61.2	50.0	51.5	25.0	38.8	24.0	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	44	59.1	63.6	38.6	25.0	27.3	13.6	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	798	63.3	46.1	44.7	38.1	28.6	20.8	0.5
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	565	63.4	47.1	42.8	33.6	28.0	20.7	0.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	184	62.0	47.8	42.4	25.0	27.7	23.4	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	429	76.2	51.5	43.4	49.7	31.9	30.1	0.9
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	460	70.7	46.5	47.4	42.4	31.7	24.3	1.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	217	70.0	55.8	47.9	42.9	30.4	24.0	1.8
コロナ以降運動頻度【高】の悩み×運動実施理由	ダイエット	545	71.9	47.0	46.4	40.4	36.0	28.8	0.4
	運動不足は健康に悪い	940	70.2	47.4	45.2	42.2	33.9	26.4	0.5
	ストレス発散	615	68.6	50.1	47.2	42.1	38.0	29.8	-
	スポーツ好き	413	61.7	50.1	51.1	35.8	39.2	28.8	0.2
	普段の習慣	767	68.1	47.8	46.0	41.9	34.3	27.4	0.5
	友人や知人に誘われた	115	61.7	48.7	53.9	34.8	40.9	29.6	-
	感染者減等感染リスクの低下	170	65.3	48.8	54.1	32.9	29.4	24.1	-
	余暇時間が増えた	261	70.9	48.3	51.3	43.7	35.2	32.6	-

子供の感染拡大前後での運動・スポーツの実施有無［感染拡大前］

Q18.あなたのお子様は「感染拡大前」と「感染拡大後」のそれぞれの期間において、運動・スポーツを行いましたか。（MA）
※SC5で「小・中学生の子を持つ」と回答した方のみ
1.感染拡大前

・全体で最も大きいのは、『行っていない』の32.6%で、次いで『中程度の運動』の28.4%、『軽度の運動』の21.4%となっている。

・男性で最も大きいのは、『行っていない』の31.2%で、次いで『中程度の運動』の29.4%、『軽度の運動』の21.5%となっている。
・女性で最も大きいのは、『行っていない』の34.9%で、次いで『中程度の運動』の26.9%、『軽度の運動』の21.3%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『軽度の運動』が100.0%で、次いで『20代』の『非常に軽度の運動』が60.0%、『60代』の『行っていない』が45.0%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『60代』の『行っていない』が100.0%で、次いで『20代』の『非常に軽度の運動』が38.5%、『40代』の『行っていない』が36.2%となっている。

Q18.あなたのお子様は「感染拡大前」と「感染拡大後」のそれぞれの期間において、運動・スポーツを行いましたか。（MA）

※SC5で「小・中学生の子を持つ」と回答した方のみ

1.感染拡大前

(%)

		*凡例	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	非常に軽度の運動＋軽度の運動
全 体		(n=1624)	17.5	21.4	28.4	13.2	32.6	38.9
性別	男性	(n=996)	17.8	21.5	29.4	13.3	31.2	39.3
	女性	(n=628)	17.2	21.3	26.9	13.2	34.9	38.5
性年代	男性10代以下	-						0.0
	男性20代	(n=20)	60.0	30.0	15.0	15.0	10.0	90.0
	男性30代	(n=168)	25.6	23.2	28.6	13.7	27.4	48.8
	男性40代	(n=561)	15.7	20.7	30.8	13.9	32.3	36.4
	男性50代	(n=226)	14.6	21.2	28.3	11.1	32.3	35.8
	男性60代	(n=20)	5.0	20.0	25.0	15.0	45.0	25.0
	男性70代以上	(n=1)	100.0					100.0
	女性10代以下	-						0.0
	女性20代	(n=13)	38.5	30.8	15.4	15.4	23.1	69.3
	女性30代	(n=194)	18.0	26.3	25.8	10.8	34.5	44.3
	女性40代	(n=370)	16.2	19.7	27.3	12.7	36.2	35.9
	女性50代	(n=50)	16.0	12.0	32.0	26.0	28.0	28.0
	女性60代	(n=1)	100.0					0.0
	女性70代以上	-						0.0
小中高	小学生	(n=1000)	18.5	23.5	28.4	11.1	31.4	42.0
	中学生	(n=500)	13.6	17.0	27.6	18.0	36.0	30.6
	高校生	-						0.0
障害者	障害者	(n=82)	36.6	22.0	34.1	13.4	25.6	58.6
エリア	北海道	(n=58)	19.0	19.0	22.4	17.2	39.7	38.0
	東北	(n=83)	15.7	19.3	39.8	9.6	25.3	35.0
	関東	(n=593)	15.7	20.6	30.7	14.3	32.4	36.3
	甲信越・北陸	(n=62)	9.7	22.6	22.6	11.3	46.8	32.3
	中部	(n=210)	19.5	23.3	30.0	13.3	30.0	42.8
	近畿	(n=356)	17.1	21.6	28.7	12.4	30.6	38.7
	中国	(n=92)	23.9	18.5	18.5	14.1	39.1	42.4
	四国	(n=51)	27.5	31.4	27.5	15.7	25.5	58.9
	九州	(n=105)	19.0	22.9	21.9	10.5	36.2	41.9
	沖縄	(n=14)	28.6	14.3	7.1	7.1	42.9	42.9
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=11)	9.1	18.2	54.5	27.3	9.1	27.3
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=292)	25.0	29.1	37.0	16.1	14.7	54.1
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=63)	27.0	22.2	36.5	22.2	17.5	49.2
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=49)	26.5	18.4	32.7	16.3	10.2	44.9
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=222)	25.7	26.6	32.0	13.1	16.2	52.3
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=48)	14.6	39.6	33.3	22.9	8.3	54.2
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=28)	32.1	21.4	35.7	14.3	17.9	53.5
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=100)	18.0	28.0	31.0	15.0	17.0	46.0
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=11)	27.3	27.3	45.5		27.3	54.6
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=114)	33.3	26.3	35.1	15.8	9.6	59.6
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=65)	40.0	33.8	29.2	15.4	7.7	73.8
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=21)	47.6	33.3	42.9		19.0	80.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=239)	20.5	31.0	32.6	15.5	18.0	51.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=211)	19.4	26.5	29.9	12.8	21.3	45.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=101)	16.8	23.8	30.7	16.8	22.8	40.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=56)	19.6	16.1	46.4	14.3	21.4	35.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=75)	20.0	24.0	36.0	17.3	16.0	44.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=42)	16.7	33.3	35.7	28.6	11.9	50.0
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=107)	29.9	26.2	37.4	15.9	12.1	56.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=53)	39.6	32.1	34.0	17.0	3.8	71.7
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=12)	58.3	25.0	16.7	16.7	8.3	83.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=221)	21.3	32.6	31.2	16.3	17.2	53.9
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=190)	21.1	25.3	28.4	11.1	23.7	46.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=89)	21.3	25.8	34.8	19.1	16.9	47.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=81)	23.5	16.0	43.2	12.3	18.5	39.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=108)	19.4	28.7	34.3	18.5	13.9	48.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=63)	12.7	30.2	34.9	22.2	19.0	42.9
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=179)	26.3	25.7	36.9	15.6	14.5	52.0
	運動不足は健康に悪い	(n=236)	25.4	28.0	38.6	16.5	13.6	53.4
	ストレス発散	(n=157)	28.0	27.4	37.6	17.8	14.6	55.4
	スポーツ好き	(n=95)	29.5	25.3	36.8	21.1	12.6	54.8
	普段の習慣	(n=184)	25.5	29.3	39.1	17.4	15.8	54.8
	友人や知人に誘われた	(n=34)	47.1	38.2	35.3	20.6	2.9	85.3
	感染者減等感染リスクの低下	(n=36)	41.7	27.8	33.3	11.1	13.9	69.5
	余暇時間が増えた	(n=48)	37.5	22.9	39.6	10.4	18.8	60.4

子供の感染拡大前後での運動・スポーツの実施有無［感染拡大後］

Q18.あなたのお子様は「感染拡大前」と「感染拡大後」のそれぞれの期間において、運動・スポーツを行いましたか。（MA）
※SC5で「小・中学生の子を持つ」と回答した方のみ
2.感染拡大後

・全体で最も大きいのは、『行っていない』の35.6%で、次いで『中程度の運動』の24.4%、『軽度の運動』の24.3%となっている。

・男性で最も大きいのは、『行っていない』の32.8%で、次いで『中程度の運動』の26.7%、『軽度の運動』の24.8%となっている。
・女性で最も大きいのは、『行っていない』の40.0%で、次いで『軽度の運動』の23.6%、『中程度の運動』の20.9%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『軽度の運動』が100.0%で、次いで『60代』の『行っていない』が45.0%、『20代』の『非常に軽度の運動』・『軽度の運動』が40.0%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『60代』の『行っていない』が100.0%で、次いで『20代』の『軽度の運動』が46.2%、『40代』の『行っていない』が42.7%となっている。

Q18.あなたのお子様は「感染拡大前」と「感染拡大後」のそれぞれの期間において、運動・スポーツを行いましたか。（MA）
※SC5で「小・中学生の子を持つ」と回答した方のみ
2.感染拡大後

(%)

		*凡例	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	非常に軽度の運動＋軽度の運動
全 体		(n=1624)	19.5	24.3	24.4	7.9	35.6	43.8
性別	男性	(n=996)	19.3	24.8	26.7	9.5	32.8	44.1
	女性	(n=628)	19.7	23.6	20.9	5.4	40.0	43.3
性年代	男性10代以下	-						0.0
	男性20代	(n=20)	40.0	40.0	25.0	5.0	10.0	80.0
	男性30代	(n=168)	22.6	25.0	26.2	14.3	29.2	47.6
	男性40代	(n=561)	18.0	25.0	28.5	8.4	33.5	43.0
	男性50代	(n=226)	19.5	22.6	23.0	9.3	35.0	42.1
	男性60代	(n=20)	5.0	25.0	25.0	10.0	45.0	30.0
	男性70代以上	(n=1)	100.0					100.0
	女性10代以下	-						0.0
	女性20代	(n=13)	23.1	46.2	7.7	15.4	23.1	69.3
	女性30代	(n=194)	19.6	27.3	20.6	6.7	36.6	46.9
	女性40代	(n=370)	19.5	21.9	19.7	4.6	42.7	41.4
	女性50代	(n=50)	22.0	16.0	34.0	4.0	36.0	38.0
	女性60代	(n=1)	100.0					0.0
	女性70代以上	-						0.0
小中高	小学生	(n=1000)	20.1	26.9	24.0	7.5	33.8	47.0
	中学生	(n=500)	17.0	19.0	26.0	8.6	39.0	36.0
	高校生	-						0.0
障害者	障害者	(n=82)	30.5	24.4	23.2	9.8	32.9	54.9
エリア	北海道	(n=58)	25.9	17.2	22.4	10.3	44.8	43.1
	東北	(n=83)	22.9	19.3	34.9	4.8	28.9	42.2
	関東	(n=593)	19.2	23.1	23.3	8.9	36.4	42.3
	甲信越・北陸	(n=62)	17.7	17.7	24.2	6.5	45.2	35.4
	中部	(n=210)	19.5	31.0	25.2	6.7	32.4	50.5
	近畿	(n=356)	17.1	26.1	25.8	7.6	32.9	43.2
	中国	(n=92)	19.6	21.7	19.6	8.7	41.3	41.3
	四国	(n=51)	25.5	33.3	23.5	15.7	29.4	58.8
	九州	(n=105)	19.0	23.8	24.8	4.8	36.2	42.8
	沖縄	(n=14)	28.6	7.1	7.1		57.1	35.7
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=11)	18.2	45.5	45.5		9.1	63.7
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=292)	28.4	32.9	33.9	12.0	14.7	61.3
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=63)	27.0	33.3	23.8	15.9	22.2	60.3
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=49)	22.4	32.7	22.4	16.3	14.3	55.1
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=222)	28.8	24.8	30.2	9.0	18.9	53.6
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=48)	25.0	45.8	25.0	8.3	12.5	70.8
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=28)	25.0	50.0	25.0	3.6	21.4	75.0
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=100)	20.0	31.0	29.0	11.0	21.0	51.0
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=11)	36.4	27.3	27.3		27.3	63.7
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=114)	27.2	37.7	33.3	10.5	13.2	64.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=65)	35.4	40.0	24.6	15.4	7.7	75.4
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=21)	47.6	38.1	28.6	23.8		85.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=239)	22.6	33.5	32.2	10.9	17.2	56.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=211)	21.8	27.0	30.8	8.1	23.2	48.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=101)	21.8	28.7	24.8	11.9	27.7	50.5
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=56)	28.6	25.0	32.1	8.9	23.2	53.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=75)	32.0	25.3	22.7	10.7	21.3	57.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=42)	23.8	35.7	33.3	9.5	14.3	59.5
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=107)	25.2	37.4	35.5	11.2	14.0	62.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=53)	32.1	41.5	30.2	17.0	3.8	73.6
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=12)	50.0	33.3	16.7	25.0	8.3	83.3
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=221)	22.2	34.4	31.7	10.9	17.2	56.6
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=190)	23.2	25.8	27.4	7.9	25.3	49.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=89)	25.8	33.7	27.0	12.4	20.2	59.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=81)	30.9	25.9	30.9	8.6	19.8	56.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=108)	29.6	28.7	27.8	10.2	18.5	58.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=63)	20.6	28.6	30.2	11.1	23.8	49.2
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=179)	26.8	32.4	32.4	12.3	14.5	59.2
	運動不足は健康に悪い	(n=236)	25.0	34.7	35.2	11.4	14.8	59.7
	ストレス発散	(n=157)	29.3	35.0	31.8	12.7	15.9	64.3
	スポーツ好き	(n=95)	29.5	32.6	32.6	17.9	13.7	62.1
	普段の習慣	(n=184)	26.6	35.9	35.3	12.5	17.4	62.5
	友人や知人に誘われた	(n=34)	47.1	44.1	32.4	14.7	2.9	91.2
	感染者減等感染リスクの低下	(n=36)	41.7	33.3	27.8	8.3	13.9	75.0
	余暇時間が増えた	(n=48)	35.4	35.4	29.2	8.3	20.8	70.8

子供の感染拡大前後での運動・スポーツの平均実施日数［感染拡大前］

Q19.あなたのお子様が運動・スポーツを実施した日数について、「感染拡大前」と「感染拡大後」のそれぞれの期間において、平均すると何日くらいになりますか。※Q18で「行った」と回答した方のみ

1.感染拡大前

・全体で最も大きいのは、『週3日～4日』の25.6%で、次いで『週2日』の25.0%、『週1日』の19.5%となっている。

・男性で最も大きいのは、『週3日～4日』の25.4%で、次いで『週2日』の24.2%、『週1日』の20.4%となっている。
・女性で最も大きいのは、『週2日』の26.2%で、次いで『週3日～4日』の25.9%、『週5日』の20.8%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『週1日』が100.0%で、次いで『60代』の『週2日』が45.5%、『20代』の『週2日』が44.4%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『50代』の『週3日～4日』が41.7%で、次いで『20代』の『週2日』が40.0%、『50代』の『週5日』が30.6%となっている。

Q19.あなたのお子様が運動・スポーツを実施した日数について、「感染拡大前」と「感染拡大後」のそれぞれの期間において、平均すると何日くらいになりますか。※Q18で「行った」と回答した方のみ

1.感染拡大前

(%)

		*凡例	週5 日	週3 日～4 日	週2 日	週1 日	月1 ～3 日	3 ヶ月に1 ～2 日	わからない
全 体		(n=1094)	19.4	25.6	25.0	19.5	4.8	1.5	4.3
性別	男性	(n=685)	18.5	25.4	24.2	20.4	5.8	1.6	3.9
	女性	(n=409)	20.8	25.9	26.2	17.8	3.2	1.2	4.9
性年代	男性10代以下	-							
	男性20代	(n=18)	16.7	22.2	44.4	16.7			
	男性30代	(n=122)	18.0	29.5	26.2	17.2	6.6	1.6	0.8
	男性40代	(n=380)	18.4	24.5	24.2	21.6	5.3	1.1	5.0
	男性50代	(n=153)	19.0	24.8	19.0	21.6	7.8	3.3	4.6
	男性60代	(n=11)	27.3	27.3	45.5				
	男性70代以上	(n=1)	100.0						
	女性10代以下	-							
	女性20代	(n=10)	20.0	30.0	40.0	10.0			
	女性30代	(n=127)	7.9	29.9	29.9	19.7	4.7	2.4	5.5
	女性40代	(n=236)	26.3	21.2	24.6	18.6	3.0	0.8	5.5
	女性50代	(n=36)	30.6	41.7	19.4	8.3			
	女性60代	-							
	女性70代以上	-							
小中高	小学生	(n=686)	13.1	24.5	29.3	22.9	4.4	1.6	4.2
	中学生	(n=320)	33.4	28.1	15.0	12.5	6.3	0.6	4.1
	高校生	-							
障害者	障害者	(n=61)	21.3	27.9	18.0	21.3	3.3	4.9	3.3
エリア	北海道	(n=35)	11.4	20.0	31.4	22.9	8.6	2.9	2.9
	東北	(n=62)	16.1	32.3	14.5	17.7	8.1	3.2	8.1
	関東	(n=401)	19.7	28.2	21.7	20.0	4.7	1.0	4.7
	甲信越・北陸	(n=33)	18.2	24.2	33.3	9.1	9.1		6.1
	中部	(n=147)	17.0	24.5	26.5	23.8	4.1	0.7	3.4
	近畿	(n=247)	21.1	24.3	26.3	21.1	2.0	1.6	3.6
	中国	(n=56)	21.4	21.4	28.6	16.1	7.1		5.4
	四国	(n=38)	21.1	23.7	28.9	10.5	10.5	2.6	2.6
	九州	(n=67)	19.4	22.4	31.3	13.4	6.0		7.5
	沖縄	(n=8)	37.5		37.5	25.0			
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=10)	40.0	30.0	20.0	10.0			
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=249)	28.5	30.1	22.1	13.7	2.4	0.4	2.8
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=52)	25.0	34.6	25.0	13.5	1.9		
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=44)	18.2	22.7	25.0	29.5	2.3		2.3
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=186)	10.8	20.4	34.4	26.9	5.4	1.1	1.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=44)	15.9	22.7	36.4	20.5	2.3		2.3
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=23)	4.3	30.4	21.7	34.8	4.3		4.3
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=83)	14.5	22.9	22.9	18.1	12.0	7.2	2.4
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=8)	12.5	12.5	12.5	37.5	12.5		12.5
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=103)	30.1	31.1	21.4	9.7	3.9	1.0	2.9
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=60)	10.0	31.7	26.7	23.3			8.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=21)	19.0	33.3	19.0	9.5	9.5		9.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=196)	25.5	29.1	25.0	14.8	1.5	0.5	3.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=166)	13.3	18.1	36.7	25.9	3.0	1.2	1.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=78)	14.1	17.9	19.2	28.2	7.7	9.0	3.8
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=44)	25.0	25.0	22.7	25.0			2.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=63)	15.9	31.7	25.4	20.6	3.2		3.2
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=37)	18.9	24.3	32.4	5.4	16.2		2.7
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=94)	31.9	29.8	20.2	10.6	4.3	1.1	2.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=51)	9.8	35.3	23.5	25.5	3.9		2.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=11)	9.1	36.4	18.2	18.2	9.1		9.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=183)	25.1	31.1	24.0	13.1	1.6	0.5	4.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=145)	15.2	15.9	33.1	28.3	5.5	0.7	1.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=74)	17.6	17.6	18.9	23.0	9.5	10.8	2.7
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=66)	24.2	22.7	27.3	24.2			1.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=93)	11.8	30.1	35.5	17.2	2.2	1.2	2.2
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=51)	15.7	25.5	29.4	13.7	11.8		3.9
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	(n=153)	23.5	30.1	26.1	15.0	1.3	1.3	2.6
	運動不足は健康に悪い	(n=204)	24.5	30.9	24.0	14.2	2.9	1.0	2.5
	ストレス発散	(n=134)	22.4	32.8	26.1	12.7	3.0	0.7	2.2
	スポーツ好き	(n=83)	19.3	37.3	27.7	10.8	2.4		2.4
	普段の習慣	(n=155)	24.5	33.5	25.8	11.6	1.3	0.6	2.6
	友人や知人に誘われた	(n=33)	36.4	36.4	21.2	6.1			
	感染者減等感染リスクの低下	(n=31)	29.0	32.3	22.6	12.9	3.2		
	余暇時間が増えた	(n=39)	30.8	38.5	20.5	7.7	2.6		

子供の感染拡大前後での運動・スポーツの平均実施日数［感染拡大後］

Q19.あなたのお子様が運動・スポーツを実施した日数について、「感染拡大前」と「感染拡大後」のそれぞれの期間において、平均すると何日くらいになりますか。※Q18で「行った」と回答した方のみ

2.感染拡大後

・全体で最も大きいのは、『週2日』の26.5%で、次いで『週3日～4日』の24.0%、『週1日』の22.9%となっている。

・男性で最も大きいのは、『週2日』の26.6%で、次いで『週1日』の23.6%、『週3日～4日』の22.9%となっている。
・女性で最も大きいのは、『週2日』の26.3%で、次いで『週3日～4日』の26.0%、『週1日』の21.8%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『月1～3日』が100.0%で、次いで『60代』の『週2日』が36.4%、『20代』の『週2日』が33.3%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『週3日～4日』が40.0%で、次いで『30代』の『週2日』が36.6%、『50代』の『週3日～4日』・『週1日』が28.1%となっている。

Q19.あなたのお子様が運動・スポーツを実施した日数について、「感染拡大前」と「感染拡大後」のそれぞれの期間において、平均すると何日くらいになりますか。※Q18で「行った」と回答した方のみ

2.感染拡大後

(%)

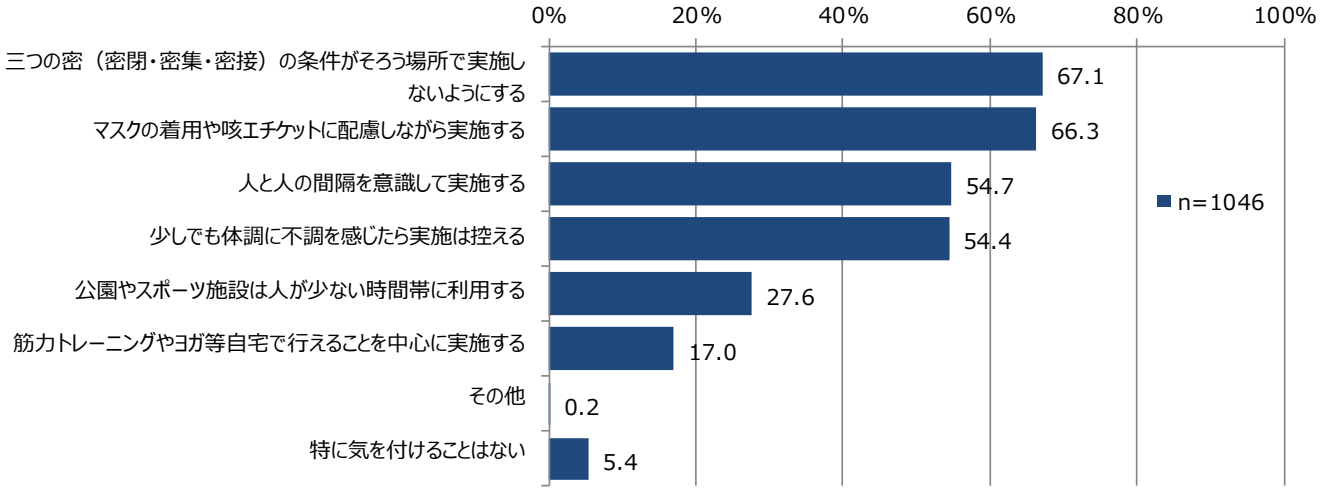
		*凡例	週5 日	週3 日～4 日	週2 日	週1 日	月1 ～3 日	3 ヶ月に1 ～2 日	わからない
全 体		(n=1046)	11.1	24.0	26.5	22.9	8.2	2.2	5.1
性別	男性	(n=669)	11.4	22.9	26.6	23.6	8.7	2.4	4.5
	女性	(n=377)	10.6	26.0	26.3	21.8	7.4	1.9	6.1
性年代	男性10代以下	-							
	男性20代	(n=18)	27.8	16.7	33.3	16.7	5.6		
	男性30代	(n=119)	13.4	29.4	24.4	21.0	9.2	1.7	0.8
	男性40代	(n=373)	9.4	23.6	27.6	23.9	8.0	2.1	5.4
	男性50代	(n=147)	12.2	16.3	24.5	26.5	10.2	4.1	6.1
	男性60代	(n=11)	18.2	27.3	36.4	18.2			
	男性70代以上	(n=1)	100.0						
	女性10代以下	-							
	女性20代	(n=10)	40.0		20.0	20.0	20.0		
	女性30代	(n=123)	5.7	22.8	36.6	21.1	5.7	1.6	6.5
	女性40代	(n=212)	13.7	26.9	22.2	21.2	8.0	1.9	6.1
	女性50代	(n=32)	12.5	28.1	15.6	28.1	6.3	3.1	6.3
	女性60代	-							
	女性70代以上	-							
小中高	小学生	(n=662)	9.5	21.5	28.7	25.4	8.5	2.3	4.2
	中学生	(n=305)	14.4	29.8	20.7	18.7	7.9	1.6	6.9
	高校生	-							
障害者	障害者	(n=55)	14.5	25.5	23.6	21.8	9.1	3.6	1.8
エリア	北海道	(n=32)	12.5	43.8		12.5	18.8	6.3	6.3
	東北	(n=59)	3.4	28.8	15.3	23.7	13.6	5.1	10.2
	関東	(n=377)	11.1	22.8	24.7	24.9	8.8	2.1	5.6
	甲信越・北陸	(n=34)	8.8	29.4	32.4	14.7	8.8		5.9
	中部	(n=142)	6.3	23.9	32.4	21.8	9.9	0.7	4.9
	近畿	(n=239)	15.1	26.4	23.8	26.4	2.5	2.5	3.3
	中国	(n=54)	14.8	14.8	31.5	22.2	9.3	5.6	1.9
	四国	(n=36)	13.9	33.3	22.2	13.9	13.9		2.8
	九州	(n=67)	14.9	25.4	28.4	17.9	6.0		7.5
	沖縄	(n=6)	16.7	50.0		33.3			
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=11)	36.4	27.3		27.3		9.1	
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=249)	23.3	26.9	26.5	15.3	3.6	0.8	3.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=49)	10.2	22.4	26.5	22.4	16.3		2.0
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=42)	9.5	35.7	35.7	16.7			2.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=180)	5.6	18.3	38.3	30.0	5.6	1.1	1.1
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=42)	19.0	33.3		31.0	14.3		2.4
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=22)	27.3	18.2		45.5	4.5		4.5
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=79)	7.6	21.5	25.3	19.0	16.5	7.6	2.5
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=8)	12.5	12.5	25.0	25.0		25.0	
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=99)	23.2	31.3	25.3	13.1	5.1	2.0	
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=60)	5.0	35.0	26.7	21.7	10.0		1.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=21)	14.3	28.6	23.8	9.5	9.5	14.3	
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=198)	21.7	27.3	30.3	14.1	1.0	1.0	4.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=162)	4.9	16.0	38.3	34.0	3.7	1.2	1.9
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=73)	8.2	19.2	23.3	24.7	12.3	8.2	4.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=43)	9.3	23.3	27.9	30.2		9.3	
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=59)	3.4	18.6	32.2	33.9	10.2		1.7
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=36)	2.8	25.0	22.2	11.1	30.6	5.6	2.8
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=92)	25.0	30.4	27.2	12.0	3.3	2.2	
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=51)	3.9	39.2	21.6	21.6	13.7		
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=11)	18.2	27.3	36.4	9.1		9.1	
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=183)	20.8	28.4	30.1	13.1	2.2	1.1	4.4
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=142)	6.3	15.5	34.5	35.9	4.2	1.4	2.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=71)	8.5	18.3	23.9	22.5	14.1	9.9	2.8
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=65)	13.8	23.1	26.2	29.2	6.2		1.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=88)	2.3	18.2	42.0	29.5	5.7	1.1	1.1
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=48)	4.2	27.1	18.8	14.6	25.0	6.3	4.2
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=153)	19.0	28.1	31.4	15.7	1.3	0.7	3.9
	運動不足は健康に悪い	(n=201)	20.9	26.9	28.9	16.4	3.0	1.0	3.0
	ストレス発散	(n=132)	18.2	30.3	30.3	15.2	1.5	0.8	3.8
	スポーツ好き	(n=82)	15.9	35.4	29.3	12.2	2.4		4.9
	普段の習慣	(n=152)	21.7	28.9	30.9	13.2	2.0	0.7	2.6
	友人や知人に誘われた	(n=33)	36.4	33.3	18.2	9.1			3.0
	感染者減等感染リスクの低下	(n=31)	32.3	29.0	25.8	9.7			3.2
	余暇時間が増えた	(n=38)	28.9	26.3	31.6	10.5			2.6

子供の感染拡大前後での運動・スポーツで実施感染予防対策

Q20.同期間において、お子さまが運動・スポーツを実施する上で、実施していた感染予防対策についてお答えください。（MA）
※Q18 の「感染拡大後」で「行った」と回答した方のみ

・全体で最も大きいのは、『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』の67.1%で、次いで『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』の66.3%、『人と人の間隔を意識して実施する』の54.7%となっている。

・男性で最も大きいのは、『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』の63.5%で、次いで『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』の63.2%、『人と人の間隔を意識して実施する』の51.6%となっている。
・女性で最も大きいのは、『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』の74.0%で、次いで『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』の71.4%、『少しでも体調に不調を感じたら実施は控える』の65.0%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』・『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』・『人と人の間隔を意識して実施する』・『少しでも体調に不調を感じたら実施は控える』・『公園やスポーツ施設は人が少ない時間帯に利用する』が100.0%で、次いで『60代』の『三つの密（密閉・密集・密接）条件がそろう場所で実施しないようにする』・『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』の90.9%、『20代』の『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』の77.8%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』が80.0%で、次いで『50代』の『三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする』が78.1%、『30代』の『マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する』が77.2%となっている。



Q20.同期間において、お子さまが運動・スポーツを実施する上で、実施していた感染予防対策についてお答えください。（MA）

※Q18 の「感染拡大後」で「行った」と回答した方のみ

（%）

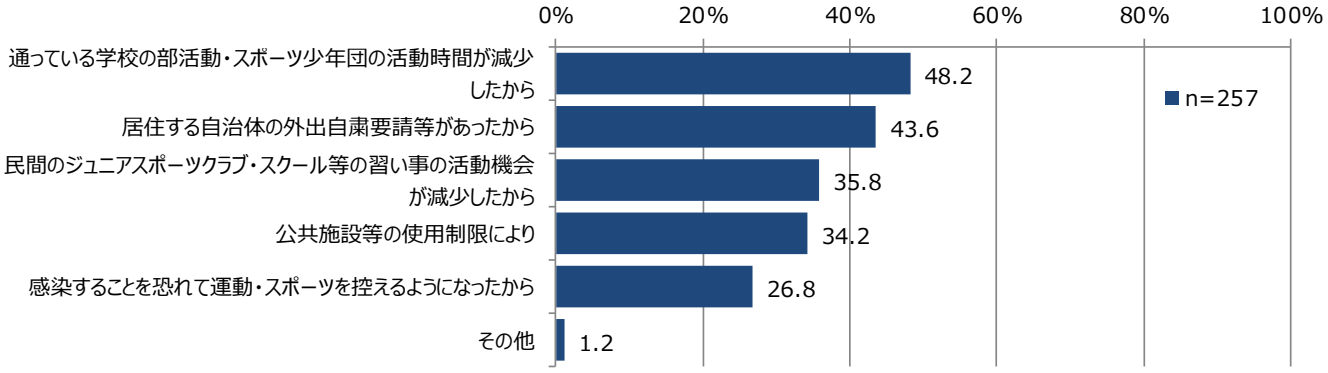
		全体	三つの密（密閉・密集・密接）の条件がそろう場所で実施しないようにする	マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら実施する	人と人の間隔を意識して実施する	少しでも体調に不調を感じたら実施は控える	公園やスポーツ施設は人が少ない時間帯に利用する	筋力トレーニングやヨガ等自宅で行えることを中心に実施する	その他	特に気を付けることはない
全 体		1046	67.1	66.3	54.7	54.4	27.6	17.0	0.2	5.4
性別	男性	669	63.2	63.5	51.6	48.4	25.0	12.9	0.1	6.9
	女性	377	74.0	71.4	60.2	65.0	32.4	24.4	0.3	2.9
性年代	男性10代以下	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	男性20代	18	33.3	77.8	27.8	16.7	27.8	16.7	-	5.6
	男性30代	119	58.8	64.7	58.0	46.2	26.1	21.0	-	3.4
	男性40代	373	64.1	60.9	48.8	49.1	25.5	9.9	-	8.3
	男性50代	147	66.0	65.3	54.4	50.3	21.1	12.9	0.7	6.1
	男性60代	11	90.9	90.9	72.7	72.7	36.4	18.2	-	9.1
	男性70代以上	1	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	-	-	-
	女性10代以下	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	女性20代	10	70.0	80.0	50.0	70.0	60.0	-	-	-
	女性30代	123	74.0	77.2	65.0	60.2	39.0	19.5	-	6.5
	女性40代	212	73.6	69.3	58.5	67.9	27.8	29.2	0.5	1.4
	女性50代	32	78.1	59.4	56.3	62.5	28.1	18.8	-	-
	女性60代	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	女性70代以上	-	-	-	-	-	-	-	-	-
小中高	小学生	662	68.9	68.6	55.3	55.6	29.9	15.1	0.2	5.7
	中学生	305	63.6	61.3	50.2	52.8	20.7	19.7	0.3	4.9
	高校生	-	-	-	-	-	-	-	-	-
障害者	障害者	55	61.8	69.1	63.6	49.1	34.5	27.3	-	3.6
エリア	北海道	32	68.8	71.9	50.0	59.4	28.1	6.3	-	3.1
	東北	59	66.1	54.2	52.5	47.5	20.3	13.6	-	5.1
	関東	377	67.6	69.2	57.8	56.5	29.2	17.5	0.5	4.8
	甲信越・北陸	34	64.7	73.5	52.9	52.9	32.4	23.5	-	5.9
	中部	142	73.2	59.9	55.6	52.8	28.2	19.0	-	5.6
	近畿	239	64.0	68.6	54.0	50.2	26.4	15.9	-	6.3
	中国	54	64.8	68.5	46.3	59.3	33.3	16.7	-	3.7
	四国	36	72.2	61.1	52.8	77.8	27.8	22.2	-	8.3
	九州	67	64.2	61.2	50.7	47.8	20.9	16.4	-	7.5
	沖縄	6	50.0	66.7	50.0	66.7	33.3	16.7	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	11	90.9	90.9	81.8	54.5	27.3	54.5	-	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	249	71.9	69.5	59.0	57.8	30.5	20.1	-	5.6
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	49	57.1	73.5	59.2	49.0	32.7	22.4	2.0	6.1
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	42	69.0	64.3	64.3	61.9	35.7	11.9	-	2.4
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	180	72.2	67.8	58.3	48.9	31.1	16.7	-	6.7
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	42	76.2	71.4	57.1	76.2	31.0	14.3	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	22	81.8	72.7	54.5	45.5	36.4	31.8	-	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	79	58.2	64.6	53.2	53.2	29.1	16.5	-	6.3
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	8	87.5	87.5	75.0	62.5	50.0	25.0	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	99	69.7	68.7	63.6	57.6	36.4	24.2	-	2.0
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	60	68.3	66.7	56.7	41.7	36.7	20.0	-	1.7
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	21	47.6	57.1	47.6	61.9	19.0	28.6	-	9.5
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	198	70.2	68.7	56.6	58.6	27.8	18.7	-	7.1
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	162	67.3	67.9	54.9	51.2	26.5	14.2	-	6.2
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	73	61.6	64.4	49.3	49.3	32.9	11.0	-	4.1
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	43	69.8	74.4	62.8	55.8	27.9	16.3	-	2.3
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	59	79.7	81.4	62.7	64.4	37.3	27.1	1.7	3.4
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	36	72.2	77.8	72.2	75.0	33.3	19.4	-	2.8
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	92	71.7	66.3	64.1	60.9	40.2	25.0	-	2.2
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	51	66.7	60.8	52.9	37.3	33.3	23.5	-	2.0
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	11	54.5	54.5	63.6	45.5	45.5	27.3	-	9.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	183	68.9	67.8	56.8	57.4	25.7	18.0	-	7.7
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	142	66.9	66.9	57.7	55.6	28.9	12.0	-	7.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	71	56.3	59.2	45.1	45.1	22.5	15.5	-	5.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	65	70.8	78.5	60.0	55.4	29.2	18.5	-	1.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	88	77.3	81.8	58.0	54.5	33.0	25.0	1.1	2.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	48	72.9	81.3	68.8	81.3	39.6	14.6	-	2.1
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	153	74.5	71.2	64.7	62.7	31.4	20.3	-	3.3
	運動不足は健康に悪い	201	73.6	71.1	61.2	58.7	31.3	21.4	-	4.5
	ストレス発散	132	74.2	76.5	62.9	62.9	35.6	21.2	-	3.8
	スポーツ好き	82	73.2	78.0	65.9	65.9	42.7	25.6	-	3.7
	普段の習慣	152	74.3	69.7	63.8	57.2	30.3	22.4	-	3.9
	友人や知人に誘われた	33	75.8	81.8	66.7	33.3	36.4	24.2	-	3.0
	感染者減等感染リスクの低下	31	74.2	80.6	61.3	29.0	32.3	22.6	-	3.2
	余暇時間が増えた	38	81.6	78.9	65.8	39.5	34.2	26.3	-	2.6

子供の運動・スポーツの実施日数が減少した理由

Q21-1.お子様の運動・スポーツの実施日数が減少した理由について、あなたが把握している範囲でお答えください。（MA）
※Q19 でお子様の「運動・スポーツの機会が減った」と回答した方のみ

・全体で最も大きいのは、『通っている学校の部活動・スポーツ少年団の活動時間が減少したから』の48.2%で、次いで『居住する自治体の外出自粛要請等があったから』の43.6%、『民間のジュニアスポーツクラブ・スクール等の習い事の活動機会が減少したから』の35.8%となっている。

・男性で最も大きいのは、『通っている学校の部活動・スポーツ少年団の活動時間が減少したから』の48.7%で、次いで『居住する自治体の外出自粛要請等があったから』の37.3%、『民間のジュニアスポーツクラブ・スクール等の習い事の活動機会が減少したから』・『公共施設等の使用制限により』の34.8%となっている。
・女性で最も大きいのは、『居住する自治体の外出自粛要請等があったから』の53.5%で、次いで『通っている学校の部活動・スポーツ少年団の活動時間が減少したから』の47.5%、『民間のジュニアスポーツクラブ・スクール等の習い事の活動機会が減少したから』の37.4%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『公共施設等の使用制限により』・『感染することを恐れて運動・スポーツを控えるようになったから』が100.0%で、次いで『20代』の『公共施設等の使用制限により』が80.0%、『30代』の『民間のジュニアスポーツクラブ・スクール等の習い事の活動機会が減少したから』が62.1%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『公共施設等の使用制限により』が80.0%で、次いで『50代』の『居住する自治体の外出自粛要請等があったから』が71.4%、『30代』の『居住する自治体の外出自粛要請等があったから』が60.9%となっている。



Q21-1.お子様の運動・スポーツの実施日数が減少した理由について、あなたが把握している範囲でお答えください。（MA）

※Q19 でお子様の「運動・スポーツの機会が減った」と回答した方のみ

（%）

		全体	通っている学校の部活動・スポーツ少年団の活動時間が減少したから	居住する自治体の外出自粛要請等があったから	民間のジュニアスポーツクラブ・スクール等の習い事の活動機会が減少したから	公共施設等の使用制限により	感染することを恐れて運動・スポーツを控えるようになったから	その他
全 体		257	48.2	43.6	35.8	34.2	26.8	1.2
性別	男性	158	48.7	37.3	34.8	34.8	29.1	-
	女性	99	47.5	53.5	37.4	33.3	23.2	3.0
性年代	男性10代以下	-	-	-	-	-	-	-
	男性20代	5	-	-	40.0	80.0	-	-
	男性30代	29	34.5	37.9	62.1	41.4	34.5	-
	男性40代	87	54.0	42.5	36.8	27.6	24.1	-
	男性50代	33	57.6	30.3	9.1	42.4	39.4	-
	男性60代	3	33.3	33.3	-	-	33.3	-
	男性70代以上	1	-	-	-	100.0	100.0	-
	女性10代以下	-	-	-	-	-	-	-
	女性20代	5	20.0	60.0	20.0	80.0	-	-
	女性30代	23	34.8	60.9	56.5	34.8	43.5	-
	女性40代	57	56.1	45.6	31.6	31.6	17.5	5.3
	女性50代	14	42.9	71.4	35.7	21.4	21.4	-
	女性60代	-	-	-	-	-	-	-
	女性70代以上	-	-	-	-	-	-	-
小中高	小学生	141	36.2	51.8	47.5	34.8	34.8	1.4
	中学生	96	67.7	35.4	19.8	29.2	16.7	1.0
	高校生	-	-	-	-	-	-	-
障害者	障害者	16	43.8	12.5	25.0	56.3	25.0	-
エリア	北海道	7	42.9	42.9	28.6	28.6	42.9	-
	東北	20	40.0	45.0	40.0	45.0	35.0	-
	関東	100	53.0	48.0	34.0	34.0	24.0	1.0
	甲信越・北陸	6	83.3	50.0	66.7	33.3	16.7	-
	中部	37	54.1	40.5	37.8	29.7	27.0	-
	近畿	51	43.1	39.2	41.2	31.4	21.6	3.9
	中国	14	28.6	42.9	21.4	35.7	42.9	-
	四国	6	33.3	33.3	50.0	33.3	33.3	-
	九州	13	38.5	38.5	23.1	53.8	30.8	-
	沖縄	3	66.7	33.3	-	-	33.3	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	3	100.0	33.3	33.3	33.3	33.3	-
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	42	45.2	50.0	35.7	23.8	21.4	-
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	23	47.8	47.8	30.4	52.2	39.1	-
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	9	33.3	55.6	44.4	22.2	22.2	-
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	27	63.0	37.0	44.4	44.4	14.8	-
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	18	50.0	50.0	44.4	33.3	33.3	-
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	8	37.5	50.0	62.5	50.0	37.5	-
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	18	61.1	38.9	61.1	16.7	22.2	-
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	3	66.7	33.3	66.7	33.3	33.3	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	24	41.7	41.7	37.5	41.7	33.3	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	11	54.5	54.5	27.3	63.6	36.4	-
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	7	57.1	42.9	57.1	14.3	-	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	27	55.6	44.4	33.3	18.5	25.9	3.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	31	48.4	22.6	54.8	32.3	19.4	-
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	14	64.3	42.9	42.9	28.6	28.6	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	15	53.3	60.0	46.7	26.7	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	25	52.0	68.0	28.0	56.0	40.0	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	17	47.1	41.2	52.9	35.3	35.3	-
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	19	36.8	42.1	36.8	36.8	36.8	5.3
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	11	45.5	36.4	45.5	54.5	18.2	-
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	1	100.0	100.0	-	-	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	29	58.6	44.8	34.5	27.6	20.7	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	25	60.0	32.0	48.0	36.0	28.0	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	17	64.7	35.3	47.1	23.5	11.8	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	18	50.0	55.6	44.4	22.2	11.1	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	31	45.2	58.1	32.3	51.6	35.5	-
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	20	45.0	45.0	55.0	35.0	40.0	-
コロナ以降運動頻度【高】のみ×運動実施理由	ダイエット	25	60.0	56.0	36.0	20.0	28.0	-
	運動不足は健康に悪い	31	48.4	54.8	38.7	25.8	32.3	-
	ストレス発散	23	34.8	65.2	26.1	26.1	34.8	-
	スポーツ好き	8	50.0	37.5	50.0	12.5	62.5	-
	普段の習慣	26	46.2	42.3	38.5	23.1	23.1	-
	友人や知人に誘われた	5	20.0	60.0	40.0	40.0	-	-
	感染者減等感染リスクの低下	3	33.3	-	-	100.0	33.3	-
	余暇時間が増えた	7	42.9	57.1	14.3	28.6	28.6	-

子供の習い事等での感染拡大前後の運動・スポーツの減少の度合い［感染拡大前］

Q21-2.お子様の習い事や学校の運動・スポーツの活動頻度が、「感染拡大前」と「感染拡大後」ではどの程度減少しましたか。

※Q21-1で「民間の習い事や学校の部活動等の活動時間が減少した」と回答した方のみ

1.感染拡大前

・全体で最も大きいのは、『週5日以上』の36.4%で、次いで『週3日～4日』の30.1%、『週2日』の18.8%となっている。

・男性で最も大きいのは、『週3日～4日』の36.0%で、次いで『週5日以上』の33.3%、『週2日』の17.1%となっている。

・女性で最も大きいのは、『週5日以上』の41.5%で、次いで『週2日』の21.5%、『週3日～4日』の20.0%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『週5日以上』が100.0%で、次いで『20代』の『週3日～4日』・『週2日』が50.0%、『40代』の『週3日～4日』が40.0%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『週5日以上』が100.0%で、次いで『40代』の『週5日以上』が56.1%、『30代』の『週3日～4日』が40.0%となっている。

Q21-2.お子様の習い事や学校の運動・スポーツの活動頻度が、「感染拡大前」と「感染拡大後」ではどの程度減少しましたか。

※Q21-1で「民間の習い事や学校の部活動等の活動時間が減少した」と回答した方のみ

1.感染拡大前

(%)

*凡例

			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	実施なし	わからない
全 体		(n=176)	36.4	30.1	18.8	10.2	2.3	1.7	0.6	
性別	男性	(n=111)	33.3	36.0	17.1	8.1	2.7	1.8	0.9	
	女性	(n=65)	41.5	20.0	21.5	13.8	1.5	1.5		
性年代	男性10代以下	-								
	男性20代	(n=2)	50.0		50.0					
	男性30代	(n=22)	27.3	22.7	36.4	4.5	9.1			
	男性40代	(n=65)	35.4	40.0	10.8	10.8	3.1			
	男性50代	(n=21)	33.3	38.1	14.3	4.8	4.8	4.8		
	男性60代	(n=1)	100.0							
	男性70代以上	-								
	女性10代以下	-								
	女性20代	(n=1)	100.0							
	女性30代	(n=15)	40.0	33.3	26.7					
	女性40代	(n=41)	56.1	9.8	19.5	12.2	2.4			
	女性50代	(n=8)	37.5	37.5	12.5	12.5				
	女性60代	-								
	女性70代以上	-								
小中高	小学生	(n=93)	25.8	28.0	26.9	12.9	4.3	2.2		
	中学生	(n=72)	52.8	33.3	5.6	5.6	1.4	1.4		
	高校生	-								
障害者	障害者	(n=8)	25.0	25.0	37.5	12.5				
エリア	北海道	(n=4)	75.0		25.0					
	東北	(n=12)	33.3	33.3	25.0	8.3				
	関東	(n=73)	32.9	38.4	16.4	8.2	2.7	1.4		
	甲信越・北陸	(n=6)	33.3	33.3	16.7	16.7				
	中部	(n=28)	42.9	28.6	10.7	14.3	3.6			
	近畿	(n=34)	32.4	20.6	32.4	11.8	2.9			
	中国	(n=6)	33.3	16.7	33.3	16.7				
	四国	(n=4)	50.0	25.0	25.0					
	九州	(n=7)	28.6	28.6	14.3	14.3	14.3			
	沖縄	(n=2)	100.0							
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=3)	66.7	33.3						
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=28)	28.6	42.9	10.7	10.7	3.6	3.6		
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=15)	33.3	26.7	20.0	20.0				
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=6)	33.3	50.0	16.7					
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=23)	30.4	43.5	13.0	13.0				
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=15)	40.0	6.7	33.3	13.3	6.7			
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=6)	16.7	33.3	50.0					
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=16)	18.8	37.5	25.0	12.5	6.3			
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=3)	33.3	33.3	33.3					
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=14)	35.7	42.9	14.3	7.1				
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=8)	50.0	12.5	25.0	12.5				
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=7)	28.6	42.9	14.3	14.3				
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=18)	22.2	50.0	5.6	16.7	5.6			
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=25)	36.0	32.0	24.0	8.0				
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=11)	27.3	27.3	18.2	18.2	9.1			
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=13)	46.2	23.1	15.4	15.4				
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=17)	29.4	41.2	23.5	5.9				
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=14)	21.4	14.3	42.9	14.3	7.1			
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=11)	27.3	36.4	18.2	9.1	9.1			
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=8)	37.5	12.5	37.5	12.5				
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=1)	100.0							
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=20)	30.0	50.0	5.0	10.0	5.0			
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=22)	45.5	27.3	18.2	9.1				
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=14)	35.7	35.7	21.4	7.1				
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=14)	42.9	28.6	14.3	14.3				
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=20)	25.0	45.0	25.0	5.0				
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=17)	17.6	11.8	35.3	23.5	5.9	5.9		
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=18)	27.8	44.4	11.1	11.1	5.6			
	運動不足は健康に悪い	(n=21)	33.3	33.3	9.5	14.3	4.8	4.8		
	ストレス発散	(n=12)	41.7	16.7	16.7	16.7	8.3			
	スポーツ好き	(n=6)	16.7	33.3	16.7	33.3				
	普段の習慣	(n=18)	27.8	38.9	5.6	16.7	5.6	5.6		
	友人や知人に誘われた	(n=2)	50.0	50.0						
	感染者減等感染リスクの低下	(n=1)	100.0							
	余暇時間が増えた	(n=4)	75.0	25.0						

子供の習い事等での感染拡大前後の運動・スポーツの減少の度合い［感染拡大後］

Q21-2.お子様の習い事や学校の運動・スポーツの活動頻度が、「感染拡大前」と「感染拡大後」ではどの程度減少しましたか。

※Q21-1で「民間の習い事や学校の部活動等の活動時間が減少した」と回答した方のみ

2.感染拡大後

・全体で最も大きいのは、『週2日』の24.4%で、次いで『実施なし』の19.9%、『週1日』の19.3%となっている。

・男性で最も大きいのは、『週2日』の29.7%で、次いで『週1日』の18.0%、『週3日～4日』の16.2%となっている。

・女性で最も大きいのは、『実施なし』の27.7%で、次いで『週1日』の21.5%、『週3日～4日』の18.5%となっている。

・男性年代別で最も大きいのは、『60代』の『週3日～4日』が100.0%で、次いで『20代』の『週2日』・『週1日』が50.0%、『50代』の『週2日』が38.1%となっている。

・女性年代別で最も大きいのは、『20代』の『週2日』が100.0%で、次いで『30代』の『実施なし』が40.0%、『30代』の『週2日』が33.3%となっている。

Q21-2.お子様の習い事や学校の運動・スポーツの活動頻度が、「感染拡大前」と「感染拡大後」ではどの程度減少しましたか。

※Q21-1で「民間の習い事や学校の部活動等の活動時間が減少した」と回答した方のみ

2.感染拡大後

(%)

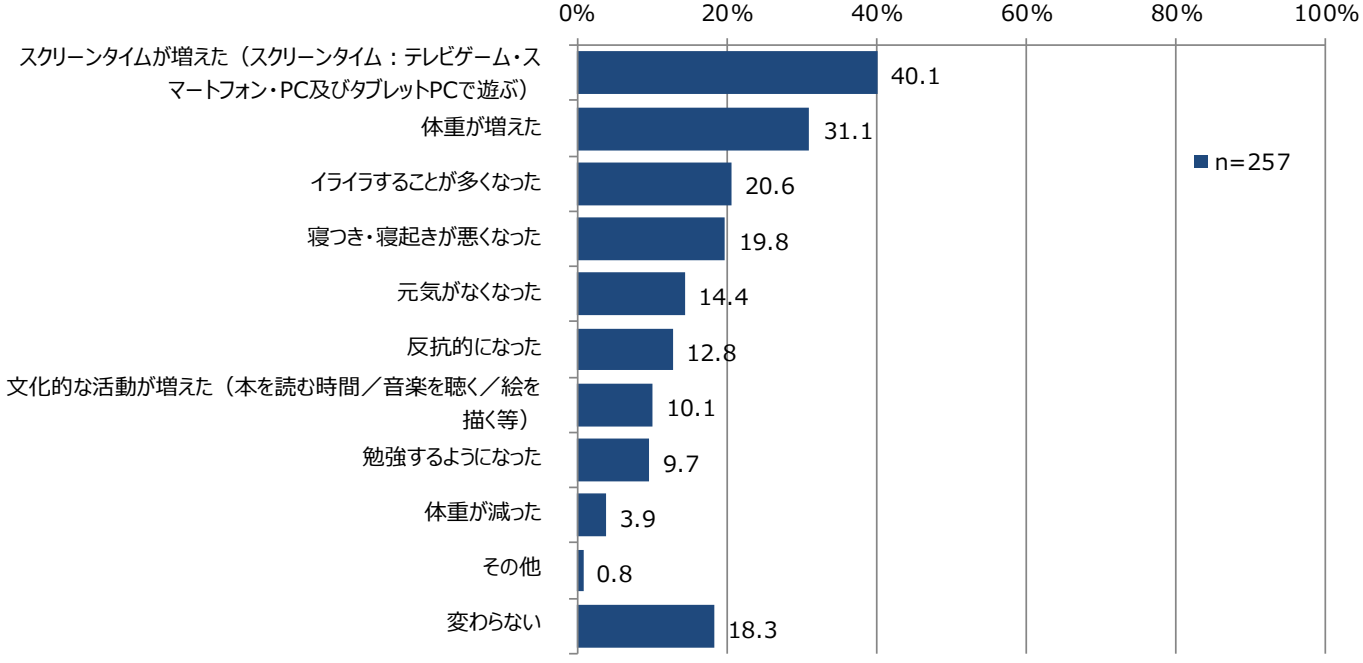
			週5 日以上	週3 日～4 日	週2 日	週1 日	月1 ～3 日	3 ヶ月に1 ～2 日	実施なし	わからない
		*凡例								
全 体		(n=176)	17.0	24.4		19.3	12.5	5.1	19.9	1.7
性別	男性	(n=111)	16.2	29.7		18.0	12.6	6.3	15.3	1.8
	女性	(n=65)	18.5	15.4		21.5	12.3	3.1	27.7	1.5
性年代	男性10代以下	-								
	男性20代	(n=2)		50.0			50.0			
	男性30代	(n=22)	27.3		13.6	9.1	13.6	4.5	22.7	9.1
	男性40代	(n=65)	16.9	32.3			16.9	12.3	7.7	13.8
	男性50代	(n=21)		38.1		28.6		14.3	4.8	14.3
	男性60代	(n=1)				100.0				
	男性70代以上	-								
	女性10代以下	-								
	女性20代	(n=1)				100.0				
	女性30代	(n=15)		33.3		13.3	13.3		40.0	
	女性40代	(n=41)	24.4		7.3	24.4	12.2	2.4	26.8	2.4
	女性50代	(n=8)	25.0		12.5	25.0		12.5	12.5	12.5
	女性60代	-								
	女性70代以上	-								
小中高	小学生	(n=93)	16.1	18.3		18.3	16.1	7.5	21.5	2.2
	中学生	(n=72)	19.4	30.6			19.4	8.3	2.8	18.1	1.4
	高校生	-								
障害者	障害者	(n=8)	12.5	37.5			25.0		12.5	12.5
エリア	北海道	(n=4)		50.0			25.0		25.0	
	東北	(n=12)	25.0		16.7	16.7	16.7		25.0	
	関東	(n=73)	15.1	20.5		23.3	13.7	4.1	23.3	
	甲信越・北陸	(n=6)	33.3		16.7		16.7	16.7	16.7	
	中部	(n=28)	17.9	28.6		14.3	14.3	14.3	10.7	
	近畿	(n=34)	11.8	47.1			8.8	14.7	14.7	2.9
	中国	(n=6)	16.7	16.7	16.7		33.3		16.7	
	四国	(n=4)	25.0		25.0		25.0		25.0	
	九州	(n=7)	14.3	42.9			28.6		14.3	
	沖縄	(n=2)	50.0				50.0			
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_高＜現在_更に増加	(n=3)	33.3		66.7					
	運動頻度：コロナ前_高＝現在_変化なし	(n=28)	7.1	35.7		14.3	7.1	7.1	28.6	
	運動頻度：コロナ前_高＞現在_以前より低下	(n=15)	13.3	20.0		26.7		6.7	33.3	
	運動頻度：コロナ前_中＜現在_以前より増加	(n=6)	16.7		66.7				16.7	
	運動頻度：コロナ前_中＝現在_変化なし	(n=23)	13.0	30.4		30.4		8.7	4.3	13.0
	運動頻度：コロナ前_中＞現在_以前より低下	(n=15)	13.3	6.7	26.7		13.3	13.3	26.7	
	運動頻度：コロナ前_低＜現在_以前より増加	(n=6)		33.3		16.7	16.7		33.3	
	運動頻度：コロナ前_低＝現在_変化なし	(n=16)	12.5		25.0	25.0		12.5	18.8	6.3
	運動頻度：コロナ前_低＞現在_更に低下	(n=3)	66.7						33.3	
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_高）	(n=14)	14.3		50.0			7.1	28.6	
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_中）	(n=8)	25.0		12.5	37.5			12.5	12.5
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_低）	(n=7)	28.6		28.6		28.6		14.3	
	健康に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=18)	5.6		44.4		5.6	5.6	11.1	27.8
	健康に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=25)	12.0	20.0		36.0		16.0		16.0
	健康に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=11)	18.2		27.3		18.2	9.1	27.3	
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_高）	(n=13)	23.1		23.1		15.4	7.7	30.8	
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_中）	(n=17)	11.8	23.5		17.6	17.6	5.9	23.5	
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_低）	(n=14)	21.4		21.4		28.6	7.1	14.3	7.1
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_高）	(n=11)	18.2		45.5			9.1	27.3	
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_中）	(n=8)	25.0		25.0		25.0		12.5	12.5
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_低）	(n=1)				100.0				
	体力に変化無（現在の運動頻度_高）	(n=20)	5.0	40.0		10.0	5.0	10.0	30.0	
	体力に変化無（現在の運動頻度_中）	(n=22)	9.1	27.3		36.4		18.2		9.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_低）	(n=14)	14.3	14.3		35.7		14.3	7.1	14.3
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_高）	(n=14)	21.4		35.7		7.1	7.1	28.6	
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_中）	(n=20)	15.0	20.0		25.0		10.0	5.0	25.0
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_低）	(n=17)	11.8	11.8		17.6	23.5	5.9	23.5	5.9
【高】のみ コロナ以降運動頻度×運動実施理由	ダイエット	(n=18)	5.6	38.9		11.1	11.1		33.3	
	運動不足は健康に悪い	(n=21)	9.5	28.6		19.0	9.5		33.3	
	ストレス発散	(n=12)	16.7	25.0		8.3	8.3		41.7	
	スポーツ好き	(n=6)		50.0			16.7		33.3	
	普段の習慣	(n=18)	11.1	33.3		16.7	11.1		27.8	
	友人や知人に誘われた	(n=2)	50.0				50.0			
	感染者減等感染リスクの低下	(n=1)				100.0				
	余暇時間が増えた	(n=4)	25.0		25.0		50.0			

子供の運動・スポーツの機会が減少した結果の変化

Q22.減少した結果、お子さまの健康状態や日常生活での行動にどのような変化がありましたか。（MA）※Q19 でお子様の「運動・スポーツの機会が減った」と回答した方のみ

・全体で最も大きいのは、『スクリーンタイムが増えた（スクリーンタイム：テレビゲーム・スマートフォン・PC及びタブレットPCで遊ぶ）』の40.1%で、次いで『体重が増えた』の31.1%、『イライラすることが多くなった』の20.6%となっている。

・男性で最も大きいのは、『スクリーンタイムが増えた（スクリーンタイム：テレビゲーム・スマートフォン・PC及びタブレットPCで遊ぶ）』の31.6%で、次いで『体重が増えた』の25.3%、『イライラすることが多くなった』の20.9%となっている。
・女性で最も大きいのは、『スクリーンタイムが増えた（スクリーンタイム：テレビゲーム・スマートフォン・PC及びタブレットPCで遊ぶ）』の53.5%で、次いで『体重が増えた』の40.4%、『寝つき・寝起きが悪くなった』の26.3%となっている。
・男性年代別で最も大きいのは、『70代以上』の『元気がなくなった』が100.0%で、次いで『20代』の『寝つき・寝起きが悪くなった』が60.0%、『20代』の『スクリーンタイムが増えた（スクリーンタイム：テレビゲーム・スマートフォン・PC及びタブレットPCで遊ぶ）』・『体重が増えた』・『元気がなくなった』が40.0%となっている。
・女性年代別で最も大きいのは、『40代』の『スクリーンタイムが増えた（スクリーンタイム：テレビゲーム・スマートフォン・PC及びタブレットPCで遊ぶ）』が61.4%で、次いで『50代』の『スクリーンタイムが増えた（スクリーンタイム：テレビゲーム・スマートフォン・PC及びタブレットPCで遊ぶ）』が57.1%、『40代』の『体重が増えた』が45.6%となっている。



Q22.減少した結果、お子さまの健康状態や日常生活での行動にどのような変化がありましたか。（MA）※Q19 でお子様の「運動・スポーツの機会が減った」と回答した方のみ

（%）

		全体	スクリーンタイムが増えた（スクリーンタイム：テレビ・ゲーム・スマートフォン・PC及びタブレットPCで遊ぶ）	体重が増えた	イライラすることが多くなった	寝つき・寝起きが悪くなった	元気がなくなった	反抗的になった	文化的な活動が増えた（本を読む時間／音楽を聴く／絵を描く等）	勉強するようになった	体重が減った	その他	変わらない
全 体		257	40.1	31.1	20.6	19.8	14.4	12.8	10.1	9.7	3.9	0.8	18.3
性別	男性	158	31.6	25.3	20.9	15.8	17.7	10.8	8.2	10.8	5.1	0.6	21.5
	女性	99	53.5	40.4	20.2	26.3	9.1	16.2	13.1	8.1	2.0	1.0	13.1
性年代	男性10代以下	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	男性20代	5	40.0	40.0	-	60.0	40.0	-	-	-	-	-	-
	男性30代	29	37.9	34.5	31.0	20.7	20.7	10.3	6.9	10.3	10.3	-	6.9
	男性40代	87	34.5	27.6	19.5	10.3	11.5	10.3	11.5	10.3	3.4	-	26.4
	男性50代	33	18.2	12.1	18.2	21.2	24.2	15.2	3.0	15.2	6.1	3.0	24.2
	男性60代	3	33.3	-	33.3	-	33.3	-	-	-	-	-	33.3
	男性70代以上	1	-	-	-	-	100.0	-	-	-	-	-	-
	女性10代以下	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	女性20代	5	40.0	40.0	40.0	40.0	20.0	-	-	20.0	20.0	-	-
	女性30代	23	34.8	30.4	17.4	17.4	4.3	8.7	26.1	4.3	-	4.3	17.4
	女性40代	57	61.4	45.6	17.5	28.1	10.5	19.3	12.3	8.8	1.8	-	10.5
	女性50代	14	57.1	35.7	28.6	28.6	7.1	21.4	-	7.1	-	-	21.4
	女性60代	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	女性70代以上	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
小中高	小学生	141	41.1	37.6	22.0	19.9	12.8	14.2	12.1	7.1	5.0	0.7	17.7
	中学生	96	38.5	24.0	16.7	17.7	16.7	10.4	6.3	14.6	3.1	1.0	21.9
	高校生	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
障害者	障害者	16	37.5	18.8	37.5	37.5	18.8	18.8	12.5	6.3	-	-	6.3
エリア	北海道	7	42.9	42.9	28.6	42.9	-	-	14.3	-	14.3	-	28.6
	東北	20	50.0	40.0	30.0	30.0	15.0	15.0	5.0	5.0	-	-	20.0
	関東	100	42.0	30.0	26.0	18.0	17.0	13.0	11.0	12.0	4.0	2.0	14.0
	甲信越・北陸	6	50.0	33.3	-	-	-	-	16.7	16.7	-	-	16.7
	中部	37	37.8	29.7	8.1	21.6	8.1	16.2	10.8	5.4	2.7	-	27.0
	近畿	51	35.3	31.4	19.6	19.6	15.7	13.7	9.8	11.8	7.8	-	17.6
	中国	14	35.7	35.7	21.4	14.3	7.1	14.3	7.1	14.3	-	-	14.3
	四国	6	33.3	50.0	-	16.7	16.7	-	-	-	-	-	33.3
	九州	13	38.5	15.4	15.4	15.4	15.4	7.7	7.7	7.7	-	-	23.1
	沖縄	3	33.3	-	33.3	33.3	66.7	33.3	33.3	-	-	-	-
コロナによる運動頻度増減	運動頻度：コロナ前_ 高＜現在_ 更に増加	3	66.7	-	-	33.3	-	-	-	-	-	-	-
	運動頻度：コロナ前_ 高＝現在_ 高	42	45.2	31.0	16.7	19.0	14.3	21.4	9.5	14.3	-	4.8	16.7
	運動頻度：コロナ前_ 高＞現在_ 中以下	23	43.5	30.4	26.1	30.4	30.4	26.1	13.0	4.3	4.3	-	13.0
	運動頻度：コロナ前_ 中＜現在_ 高	9	44.4	22.2	44.4	11.1	11.1	-	-	11.1	11.1	-	11.1
	運動頻度：コロナ前_ 中＝現在_ 中	27	25.9	33.3	11.1	18.5	7.4	-	18.5	14.8	3.7	-	22.2
	運動頻度：コロナ前_ 中＞現在_ 低	18	50.0	22.2	11.1	22.2	16.7	16.7	16.7	5.6	5.6	-	16.7
	運動頻度：コロナ前_ 低＜現在_ 中以上	8	62.5	25.0	25.0	25.0	12.5	12.5	-	37.5	-	-	12.5
	運動頻度：コロナ前_ 低＝現在_ 低	18	44.4	38.9	27.8	16.7	22.2	-	22.2	5.6	-	-	22.2
	運動頻度：コロナ前_ 低＞現在_ 更に低下	3	33.3	66.7	33.3	-	-	-	66.7	-	-	-	-
コロナ後の運動頻度×現在の健康状態	コロナ前より健康（現在の運動頻度_ 高）	24	33.3	29.2	20.8	25.0	20.8	12.5	4.2	8.3	8.3	-	8.3
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_ 中）	11	36.4	45.5	9.1	27.3	45.5	-	18.2	-	18.2	-	9.1
	コロナ前より健康（現在の運動頻度_ 低）	7	57.1	14.3	-	14.3	14.3	-	14.3	14.3	14.3	-	28.6
	健康に変化無（現在の運動頻度_ 高）	27	33.3	14.8	7.4	11.1	3.7	7.4	7.4	11.1	-	7.4	33.3
	健康に変化無（現在の運動頻度_ 中）	31	38.7	29.0	16.1	29.0	12.9	9.7	12.9	25.8	3.2	-	9.7
	健康に変化無（現在の運動頻度_ 低）	14	35.7	28.6	14.3	7.1	14.3	7.1	28.6	14.3	-	-	28.6
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_ 高）	15	80.0	40.0	26.7	26.7	20.0	26.7	13.3	13.3	-	-	-
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_ 中）	25	48.0	32.0	40.0	24.0	12.0	28.0	16.0	4.0	4.0	-	20.0
	コロナ前より不健康（現在の運動頻度_ 低）	17	47.1	47.1	35.3	23.5	17.6	5.9	11.8	-	-	-	5.9
コロナ後の運動頻度×現在の体力状態	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_ 高）	19	26.3	21.1	15.8	26.3	15.8	10.5	10.5	5.3	10.5	-	15.8
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_ 中）	11	27.3	45.5	9.1	45.5	36.4	9.1	18.2	-	9.1	-	9.1
	コロナ前より体力増加（現在の運動頻度_ 低）	1	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	体力に変化無（現在の運動頻度_ 高）	29	41.4	13.8	10.3	10.3	10.3	10.3	3.4	13.8	-	3.4	24.1
	体力に変化無（現在の運動頻度_ 中）	25	48.0	24.0	20.0	16.0	20.0	4.0	12.0	24.0	4.0	-	8.0
	体力に変化無（現在の運動頻度_ 低）	17	47.1	29.4	11.8	-	11.8	-	23.5	5.9	-	-	23.5
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_ 高）	18	66.7	50.0	27.8	27.8	16.7	22.2	11.1	11.1	-	5.6	5.6
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_ 中）	31	41.9	35.5	32.3	29.0	9.7	25.8	16.1	9.7	6.5	-	19.4
	コロナ前より体力低下（現在の運動頻度_ 低）	20	40.0	40.0	30.0	30.0	20.0	10.0	15.0	10.0	5.0	-	15.0
コロナ以降運動頻度【高】の悩み×運動実施理由	ダイエット	25	48.0	16.0	20.0	16.0	8.0	16.0	8.0	12.0	-	4.0	28.0
	運動不足は健康に悪い	31	54.8	19.4	19.4	19.4	9.7	22.6	9.7	12.9	-	6.5	19.4
	ストレス発散	23	52.2	17.4	26.1	17.4	13.0	21.7	8.7	8.7	-	8.7	17.4
	スポーツ好き	8	37.5	37.5	25.0	25.0	-	-	12.5	-	-	-	37.5
	普段の習慣	26	50.0	23.1	15.4	23.1	3.8	11.5	11.5	15.4	-	3.8	19.2
	友人や知人に誘われた	5	40.0	40.0	20.0	20.0	-	20.0	20.0	-	-	-	20.0
	感染者減等感染リスクの低下	3	-	33.3	-	33.3	-	-	-	-	-	-	33.3
	余暇時間が増えた	7	42.9	14.3	57.1	14.3	28.6	42.9	-	14.3	-	14.3	14.3

自由回答集

自由回答（１）

SC6.あなたの職業をお答えください。

回答	件数
僧侶	2
内職	2
アドバイザー	1
顧問	1
NPO	1
休職中	1

SC7.あなたの所属している部活についてお答えください。
※SC2で「15歳以上18歳以下」と回答した方、
またはSC6で「学生」と回答した方のみ

回答	件数
ダンス	3
eスポーツ	2
アメリカンフットボール	2
フットサル	2
射撃	1
ワンダーフォーゲル	1
バトントワリング	1
チアダンス	1
ラクロス	1
ゲットウェット部	1

Q4-1.あなたが運動・スポーツを実施する上で、実施していた感染予防対策を、「宣言中」・「解除後」・「現在」それぞれの時期ごとにお答えください。（MA）
※Q1で「行った」と回答した方のみ

1.宣言中

回答	件数
非常に軽度の運動	5
ジムに行っていない	2
自宅での運動	2
消毒、検温、うがいなど	2
人との接触を避ける	2
外食	1
公共交通を利用せず自転車等で移動	1
状況にて	1
人の少ない道路でのウォーキング	1

2.解除後

回答	件数
非常に軽度の運動	4
消毒、検温、うがいなど	3
自宅での運動	2
ジムに行っていない	1
公共交通を利用せず自転車等で移動	1
状況にて	1
人との接触を避ける	1
人の少ない道路でのウォーキング	1

3.現在

回答	件数
非常に軽度の運動	4
消毒、検温、うがいなど	3
自宅での運動	2
人との接触を避ける	2
ジムに行っていない	1
状況にて	1
人の少ない道路でのウォーキング	1
外出自粛	1
空いている時間帯に公共交通を利用	1
食事や睡眠の質をあげる	1
わからない	1

自由回答（２）

Q4-5.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ
＜宣言中＞

回答	件数
健康維持、体調管理、持病対策	10
リハビリ	9
犬の散歩	9
学校の授業、部活動	7
子供・孫のため	7
医師の指示、勧め	6
仕事、職場での活動・運動	6
基礎疾患、持病の改善	5
筋力維持	4
暇、することがない	3
なんとなく	3
（ジムに）行っていない	2
気分転換	2
楽しい、楽しみ	2
体型の維持・改善	2
妊娠	2
免疫力の活性化	2
アンチエイジング、美容維持・改善	1
リスクがないと思っていたから	1
家族にさそわれた	1
基礎体力の維持	1
経済的	1
トレーニングの為	1
休会	1
興味が湧いたから	1
現在、宣言中	1
施設が利用可能の時	1
時間が増えた	1
自由が増えたから	1
趣味のため	1
生活のリズム	1
通所の為	1
入院中だったため	1
普段通り	1
無理やり	1
友人と会える為	1
その他	2
わからない	1
特になし	94

Q4-6.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
※Q1の「解除後」で「行った」と回答した方のみ
＜解除後＞

回答	件数
リハビリ	9
犬の散歩	9
子供・孫のため	9
学校の授業、部活動	8
健康維持、体調管理、持病対策	8
基礎疾患、持病の改善	6
仕事、職場での活動・運動	6
医師の指示、勧め	5
基礎体力の維持	4
（ジムに）行っていない	2
暇、することがない	2
筋力維持	2
免疫力の活性化	2
アンチエイジング、美容維持・改善	1
なんとなく	1
気分転換	1
妊娠	1
トレーニングの為	1
現在、宣言中	1
自由が増えたから	1
趣味のため	1
生活のリズム	1
通所の為	1
普段通り	1
無理やり	1
コミニュケーションがとれる	1
運動会	1
施設のオープン	1
試合で勝ちたいから	1
上手くなるため	1
寝るのはもったいない。	1
太陽を浴びる	1
その他	2
特になし	88

自由回答（３）

Q4-7.新型コロナウイルスの影響を受けて、あなたが運動・スポーツを実施しようと思った理由について、お答えください。
※Q1の「現在」で「行った」と回答した方のみ
＜現在＞

回答	件数
リハビリ	9
犬の散歩	9
子供・孫のため	9
学校の授業、部活動	8
健康維持、体調管理、持病対策	8
基礎疾患、持病の改善	6
仕事、職場での活動・運動	6
医師の指示、勧め	5
基礎体力の維持	4
（ジムに）行っていない	2
暇、することがない	2
筋力維持	2
アンチエイジング、美容維持・改善	1
なんとなく	1
気分転換	1
妊娠	1
トレーニングの為	1
現在、宣言中	1
自由が増えたから	1
趣味のため	1
生活のリズム	1
通所の為	1
普段通り	1
無理やり	1
免疫力の活性化	1
コミニュケーションがとれる	1
運動会	1
施設のオープン	1
上手くなるため	1
試合で勝ちたいから	1
寝るのはもったいない。	1
太陽を浴びる	1
免疫力・体脂肪・筋力向上の為	1
その他	2
特になし	73

Q4-8. 新型コロナウイルスの影響下で、運動・スポーツの実施について、以下のような情報が発信されていたことを知っていましたか。（MA）

回答	件数
テレビやインターネットでの紹介動画	5
自治体会議室拒否	1
大学の研究	1
特にランニングマンの飛沫が広範囲だから結構な距離を取った方が得策とラジオで	1

自由回答（４）

Q5-1.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

＜宣言中＞

1.種目1

障害者スポーツFA

回答	件数
車椅子バスケットボール	1

その他FA

回答	件数
ゲームでの運動	2
ストレッチ	2
サバイバルゲーム	1
スカッシュ	1
バービー	1
ビートセイバー	1
気功	1
和太鼓	1

1.種目2

その他FA

回答	件数
ゲームでの運動	1
ストレッチ	1
縄跳び	1

1.種目3

その他FA

回答	件数
ストレッチ	2
スケボー	1
マシン	1
吹き矢	1
武術	1

Q5-2.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

＜解除後＞

2.種目1

障害者スポーツFA

回答	件数
車椅子バスケットボール	1

その他FA

回答	件数
サバイバルゲーム	1
ストレッチ	1
バービー	1
気功	1
和太鼓	1
キックボクシング	1
フィットボクシング	1
ブラジリアン柔術	1

2.種目2

その他FA

回答	件数
ストレッチ	3
スピンバイク	1

2.種目3

その他FA

回答	件数
ゲームでの運動	1
ストレッチ	1
輪投げ	1

自由回答（５）

Q5-3.実施した運動・スポーツについて、新たに始めた運動・スポーツをお答えください。※Q1の「宣言中」で「行った」と回答した方のみ

＜現在＞

3.種目1

障害者スポーツFA

回答	件数
車椅子バスケットボール	1

その他FA

回答	件数
ゲームでの運動	2
サバイバルゲーム	1
ストレッチ	1
バービー	1
気功	1
和太鼓	1
スケボー	1
フィットボクシング	1
ボクササイズ	1

3.種目2

その他FA

回答	件数
ストレッチ	3
ゲームでの運動	2
縄跳び	1

3.種目3

その他FA

回答	件数
ストレッチ	4
ゲームでの運動	1
吹き矢	1

Q6.運動・スポーツを行わなかった理由について、以下の項目のうちあてはまるものをお答えください。

※Q1で「行っていない」と回答した方のみ

回答	件数
怪我、病気、妊娠で運動ができない	41
運動習慣がない	9
運動が嫌い、興味がない、面倒	7
精神的に疲れた、意欲の低下	5
仕事をしていたから	4
気温（暑い、寒い）	3
外出するのが嫌、怖い	2
以前と変わらない	1
総会、行事などが中止・禁止	1
運動の必要がない	1
理解できない	1
なんとなく	1
ジムなどで人と物を共有したくない	1
近所でクラスター	1
徒歩40分の通学がなくなったため、必然的に運動量が減った	1
怪我、病気、妊娠で運動ができない/外出するのが嫌、怖い	1
特になし	63

Q13.新型コロナウイルス感染症の影響下において、将来トップアスリートに期待することについてお答えください（MA）

回答	件数
オリンピック東京大会の中止	3
モチベーションを保って欲しい	1
健康第一で！	1
この状況下でも努力を忘れないでほしい。	1
スポーツ処じゃないコロナ撲滅が先	1
コロナ感染拡大しないように活動自粛	1
国やファンやスタッフへの感謝の意。謙虚さや素直さがなければ応援する気になれない。	1
感染を予防しながらいかにスポーツを行うかの解説	1
スポーツ競技を隠れ蓑にした既得権益者に同調しないこと	1
様々なストレスに負けないで欲しい	1
むしろ危険が迫ってきている	1
オリンピックをどうしたいか議論	1
メディア批判	1
予防に気をつけて頑張ってほしい	1
期待も多いが、かと言って選手にリスクを伴う様な強引な試合の開催は控えて欲しい	1
自らの感染予防	1
全員感染すれば良い	1
本人がやりたいと思ったこと	1
オリンピック	1
スポンサー制度が機能すること（現状では各種協会・団体にばかりお金が行っているので）	1
正しい知識と適切な感染対策の広報	1

自由回答（６）

Q15.あなたは、新型コロナウイルスの感染が拡大する中で運動・スポーツを行うための情報を入手したいと思う発信者をお答えください。（MA）

回答	件数
テレビ	7
マスメディア	3
ニュース	3
医療従事者	2
ラジオ	2
雑誌・書籍	1
情報番組のスポーツコーナー	1
ネットニュース	1
SNS	1
学校	1
同じスポーツを行う人たち	1
Yahooやmsnなどのサイト	1
報道機関	1
なかやまきんに君	1

Q16.発信者の情報を入手する際に、希望する発信方法（情報媒体）をお答えください。（MA）※Q15 で「情報を入手したい」と回答した方のみ

回答	件数
ラジオ	3
メール	2
直接の会話	2
LINE	2
ネットニュース	2
TV首都圏版でのニュース	1
見逃し配信	1
ジムからの情報	1
行政メール	1
ポータルのコロナウイルス関連ページ	1
市の発信	1
コーチから直接	1
ネット掲示板	1
医療関係者	1
イベント	1
特になし	1

Q17.発信者が発信する情報として、希望する発信内容をお答えください。（MA）※Q15 で「情報を入手したい」と回答した方のみ

回答	件数
施設の利用情報・スケジュール	4
開催有無・観戦可否	3
選手の情報・試合の情報	2
バランスの良い体づくり	1
実施種目	1
自身のポリシー	1
禁止内容の明文化	1
二重マスクの正しい付け方	1
オリンピック開催か否か、早い決断	1
キャンペーン	1
理論に基づいた対策	1
政治や教育など異文化に対する想い	1
取り組み	1
感染状況等	1
上達するためのアドバイス	1
コロナ発症時期から現在までの感染者のグラフ及び分析等	1
わからない	3
特になし	10

Q20.同期間において、お子さまが運動・スポーツを実施する上で、実施していた感染予防対策についてお答えください。(MA)※Q18 の「感染拡大後」で「行った」と回答した方のみ

回答	件数
学校での指導	1
消毒をしてから使う	1

Q21-1.お子様の運動・スポーツの実施日数が減少した理由について、あなたが把握している範囲でお答えください。(MA)※Q19でお子様の「運動・スポーツの機会が減った」と回答した方のみ

回答	件数
ゲーム機を購入したから	1
所属していたチームの意識の低さに幻滅したため	1
受験	1

Q22.減少した結果、お子さまの健康状態や日常生活での行動にどのような変化がありましたか。(MA)※Q19 でお子様の「運動・スポーツの機会が減った」と回答した方のみ

回答	件数
食べる量が減った	1
体力が有り余って姉弟でケンカが多くなった	1