

世論調査報告書

令和3年11月調査

スポーツの実施状況等に関する世論調査

スポーツ庁健康スポーツ課

目次

I 調査の概要	1
II 回答者属性	2
III 調査結果の概要	4
1 健康・体力に関する意識について	4
(1) 現在の健康状態	4
(2) 体力の自信の有無	6
(3) 運動不足を感じるか	8
2 運動・スポーツの実施状況と今後の意向について	10
(1) この1年間に行った運動・スポーツについて	10
ア この1年間に行った運動・スポーツの種目	10
イ この1年間に行った運動・スポーツの日数、運動実施率	13
ウ この1年間に行った運動・スポーツの日数、運動実施率（汗をかく運動30分以上）	16
エ この1年間に行った運動・スポーツの日数、運動実施率 比較	19
オ この1年間に行った運動・スポーツの実施場所	20
カ この1年間に行った運動・スポーツの実施時間帯	22
キ この1年間に行った運動・スポーツの実施形態	24
ク この1年間に運動・スポーツを行った理由	26
(2) 運動・スポーツの実施状況の変化とその要因について	29
ア 運動・スポーツの実施状況の変化	29
イ 運動・スポーツの実施状況に対する満足度	31
ウ 運動・スポーツの実施が増加した理由	33
エ 運動・スポーツの実施阻害要因 ①頻度減・増やせない（増やさない）理由	36
オ 運動・スポーツの実施阻害要因 ②[週に1回以上実施できない]または[直近1年に運動をしなかった]理由	39
カ 運動・スポーツの実施阻害要因 ③運動・スポーツが嫌いな理由	42
キ この1年間に初めて実施した・再開した運動・スポーツ	45
ク この1年間に初めて実施した・再開したきっかけ	48
ケ パラスポーツ（車いすテニスやボッチャ等の障害者スポーツ）の体験有無	50
コ 小学生から現在までの運動・スポーツ実施状況	52
サ 運動・スポーツを実施する以外の趣味・娯楽	53
(3) 今後の運動・スポーツの実施意向について	56
ア 運動・スポーツの実施状況と意向	56
イ 今後行いたい運動・スポーツの実施時間帯	58
ウ 今後行ってみたい運動・スポーツの種目	60
エ 職場の取組があった場合の運動・スポーツ実施意向	63
(4) 運動・スポーツにかかる費用（1年間あたり）	65

3	スポーツ観戦について	66
(1)	「東京オリンピック・パラリンピック」の観戦について	66
ア	「東京オリンピック・パラリンピック」の観戦の有無	66
イ	「東京オリンピック・パラリンピック」観戦種目に対するその後の関わり	68
(2)	この1年間に観戦したスポーツ種目	71
(3)	スポーツ観戦した理由	75
4	スポーツに関するボランティア活動について	77
(1)	この1年間のスポーツに関するボランティア活動への参加有無	77
(2)	この1年間のスポーツに関するボランティア活動の内容	79
(3)	スポーツに関するボランティア活動を行うきっかけや動機づけ	81
(4)	今後参加してみたいスポーツイベント	83
5	運動・スポーツの価値について	85
(1)	自分自身にとって運動・スポーツは大切か	85
(2)	運動・スポーツがもたらす価値	87
(3)	住んでいる地域の付き合い	90
(4)	日常生活における充実感	92
(5)	スポーツを実施する環境の変化	94
IV	調査票	97
V	集計表	104