

令和6年3月19日

令和5年度「障害児・者のスポーツライフ調査」の結果を公表します ～障害者の週1回以上のスポーツ実施率は20歳以上で32.5%、7～19歳で34.4%～

このたび、令和5年度「障害児・者のスポーツライフ調査」結果の概要を別紙のとおり取りまとめましたので、お知らせします。

第3期スポーツ基本計画において、「障害者の週1回以上のスポーツ実施率を40%程度（若年層は50%程度）、障害者の年1回以上のスポーツ実施率を70%程度（若年層は80%程度）とすることを目指す。」との目標（※）を掲げています。

スポーツ庁では、この達成に向け、障害者スポーツの実施環境を整備するとともに、一般社会に対する障害者スポーツの理解啓発に取り組んでまいります。

※ 第3期スポーツ基本計画（令和4年度～8年度）においては、「成人のスポーツ実施率」は「20歳以上の運動・スポーツ実施率」を用いて評価することとしている。

1. 障害者の運動・スポーツの実施率について

- 20歳以上の運動・スポーツ（学校の授業等を除く）の実施率は、週1回以上では32.5%（前年度から1.6ポイント増）、年1回以上では57.1%（前年度から3.0ポイント増）、週3回以上では18.1%（前年度から1.2ポイント増）と増加していた。
- 7～19歳の運動・スポーツの実施率は、週1回以上では34.4%（前年度から0.9ポイント減）、年1回以上では64.0%（前年度と同数）、とほぼ横ばいで大きな変化はなく、週3回以上では19.1%（前年度から3.0ポイント増）と増加していた。
- 障害種別の週1回以上の運動・スポーツ実施率は、20歳以上では、全体の実施率の傾向と乖離なく、どの障害種も、前年度と比べて、増加またはほぼ横ばいであった。
- 過去1年間に運動・スポーツを実施した人が行った種目は、前年度と同様に全体で「ウォーキング」「散歩（ぶらぶら歩き）」の割合が高い。20歳以上では次いで「階段昇降」、7～19歳では「なわとび」「水泳」の割合が高かった。
- 障害のない人と運動・スポーツを経験したことがある割合は全体の17.1%であった。一緒に運動・スポーツを行った障害のない人については、「家族（45.8%）」「友人（44.2%）」の割合が高かった。

2. 運動・スポーツに対する関心、運動・スポーツを行うにあたっての障壁

- 運動・スポーツを実施する上での障壁について、「障壁はなく、十分に活動できている」と回答した者の割合は17.4%で、前年度から8.4ポイント増加した。
- 運動・スポーツを実施する上での障壁は、「体力がない（31.9%）」、「体調に不安がある（23.8%）」、「金銭的な余裕がない（16.5%）」の順となっていた。

- 現在の運動・スポーツへの取組について、非実施者は、「特に運動・スポーツに関心はない(72.0%)」の割合が最も高く、次いで「運動・スポーツを行いたいと思うができない(26.0%)」であった。経年で比較すると、非実施者の「特に運動・スポーツに関心はない」割合が令和4年度の78.1%から72.0%と6.1ポイント減少しており、無関心層の減少がみられた。

3. 運動・スポーツを行うきっかけ、やってよかったこととやらない理由、運動・スポーツがもたらすもの

- 運動・スポーツを行うきっかけは、「特に理由はない・なんとなく」(42.0%)を除くと、「医師に奨められた」(24.9%)「家族に奨められた」(21.4%)の順に割合が高くなっていた。
- 運動・スポーツ実施者が運動・スポーツをやってよかったことの上位は、「ストレスが解消される」(34.7%)、「体力・身体的機能が向上した」(26.1%)、「外出が増えた」(24.4%)、「体を動かすこと自体が楽しい」(23.0%)、「行動範囲が拡大した」(20.1%)と、前年度から大きな変動はみられなかった。
- 運動・スポーツ非実施者が運動・スポーツをしない理由は、「特に理由はない」(24.0%)を除き、「運動・スポーツが嫌いである」(33.4%)、「運動・スポーツに興味が無い」(23.0%)、「疲れるから」(21.6%)の順であった。
- 運動・スポーツが何をもたらすと考えるかについては、「健康・体力の保持増進」(58.7%)が最も高く、「精神的な充足感」(33.8%)、「人と人との交流」(24.3%)、「リラックス、癒し、爽快感」(21.3%)と、生活の豊かさにつながる回答が上位を占めた。

4. 今後の対応について

スポーツ庁では、第3期スポーツ基本計画も踏まえ、以下の取組を実施していきます。

1. 障害のある人とない人が共にスポーツをするインクルーシブなスポーツ環境の整備
2. 障害者特有のスポーツの実施に係る障壁の解消とスポーツ実施体制の課題の解消
3. 特別支援学校等の運動部活動の地域連携・地域移行

なお、本調査結果の詳細については、下記のURLに掲載いたします。

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/chousa04/sports/1402342_00002.htm

【担当】 スポーツ庁健康スポーツ課

障害者スポーツ振興室

室長 佐々木 邦彦

室長補佐 福島 俊

専門職 五町 歩美

TEL 03-5253-4111 [内線 3938]

令和5年度「障害児・者のスポーツライフに関する調査」の概要

(1) 調査方法

無記名式のインターネット方式

(2) 調査内容

主な調査項目は、以下のとおりである。

- ・障害児・者の基本情報（障害の種類、障害者手帳の保有状況など）
- ・運動・スポーツの実施状況（実施種目、頻度、施設、目的など）
- ・運動・スポーツの実施における障害
- ・今後行いたいと思う運動・スポーツ
- ・スポーツクラブや同好会・サークルへの加入
- ・過去1年間のスポーツ観戦

(3) 調査対象及び回収結果

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

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

※該当する回答者は5,000人であった。兄弟、姉妹、第4子以降の子で障害児・者が複数いる場合は、それぞれ年齢が一番上の者についてのみ、回答を依頼した。その結果、回答者本人及び同居する家族内の障害児・者を含めた障害児・者の総数は6,510人であった。

※都道府県別の回答者数は、都道府県の人口比率に近い回答数となるように収集した。

(4) 調査期間

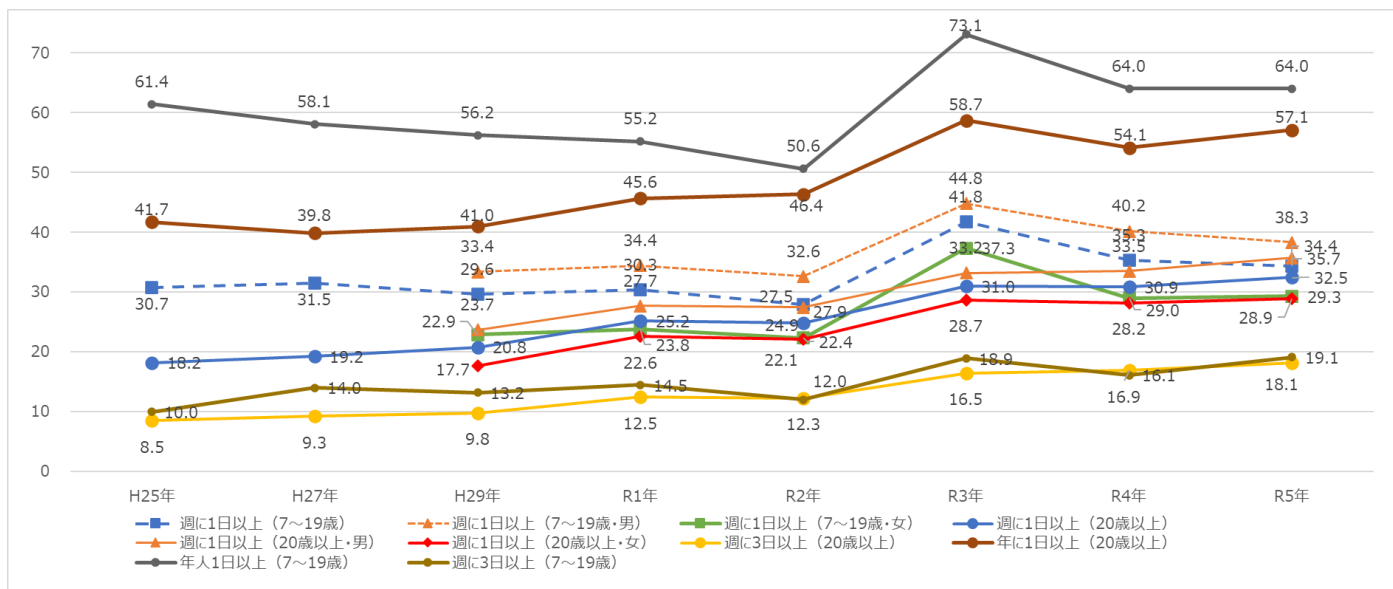
令和5年12月8日（金）～令和5年12月14日（木）

		[N=6,510]	
性別	男性	3376	51.9%
	女性	3068	47.1%
	回答しない	66	1.0%
年齢	7～12歳	310	4.8%
	13～19歳	385	5.9%
	20～29歳	525	8.1%
	30～39歳	742	11.4%
	40～49歳	947	14.5%
	50～64歳	1722	26.5%
	65～74歳	895	13.7%
	75歳以上	984	15.1%
障害種別 ※複数回答	肢体不自由（車椅子必要）	589	9.0%
	肢体不自由（車椅子不要）	2081	32.0%
	視覚障害	396	6.1%
	聴覚障害	520	8.0%
	音声・言語・そしゃく 機能障害	181	2.8%
	内部障害	511	7.8%
	知的障害	486	7.5%
	発達障害	910	14.0%
	精神障害	1672	25.7%
	その他	44	0.7%
※福祉サービスの 複数利用回答	通所型	1259	19.3%
	入所型	274	4.2%
	訪問型	419	6.4%
	その他	54	0.8%
	上記のサービスは利用していない	4685	72.0%

※の各項目は複数回答であるため、合計は一致しない。

1-1 障害者の運動・スポーツの実施率について

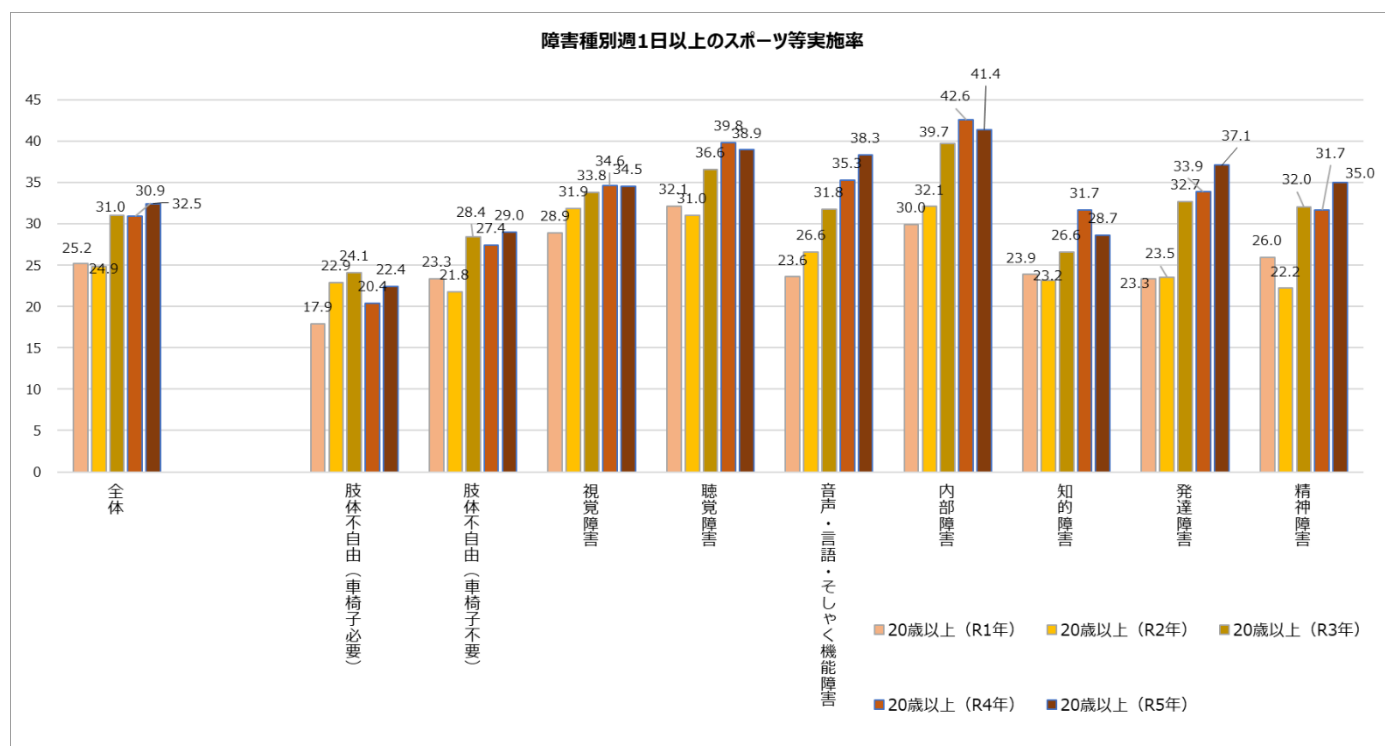
過去1年間に運動・スポーツを行った日数について、7～19歳と成人に分けて集計した。障害児・者が週1日以上、何らかの運動・スポーツを実施していたのは、20歳以上が32.5%、7～19歳が34.4%だった。令和4年度と比較すると週1日以上の実施率は、20歳以上は増加、7～19歳はほぼ横ばいで大きな変化はみられなかった。



※「年に1回以上」には、過去1年間に何らかの運動をしているが実施回数が「分からない」者を含む

1-2 障害種別週1回以上の運動・スポーツ実施率

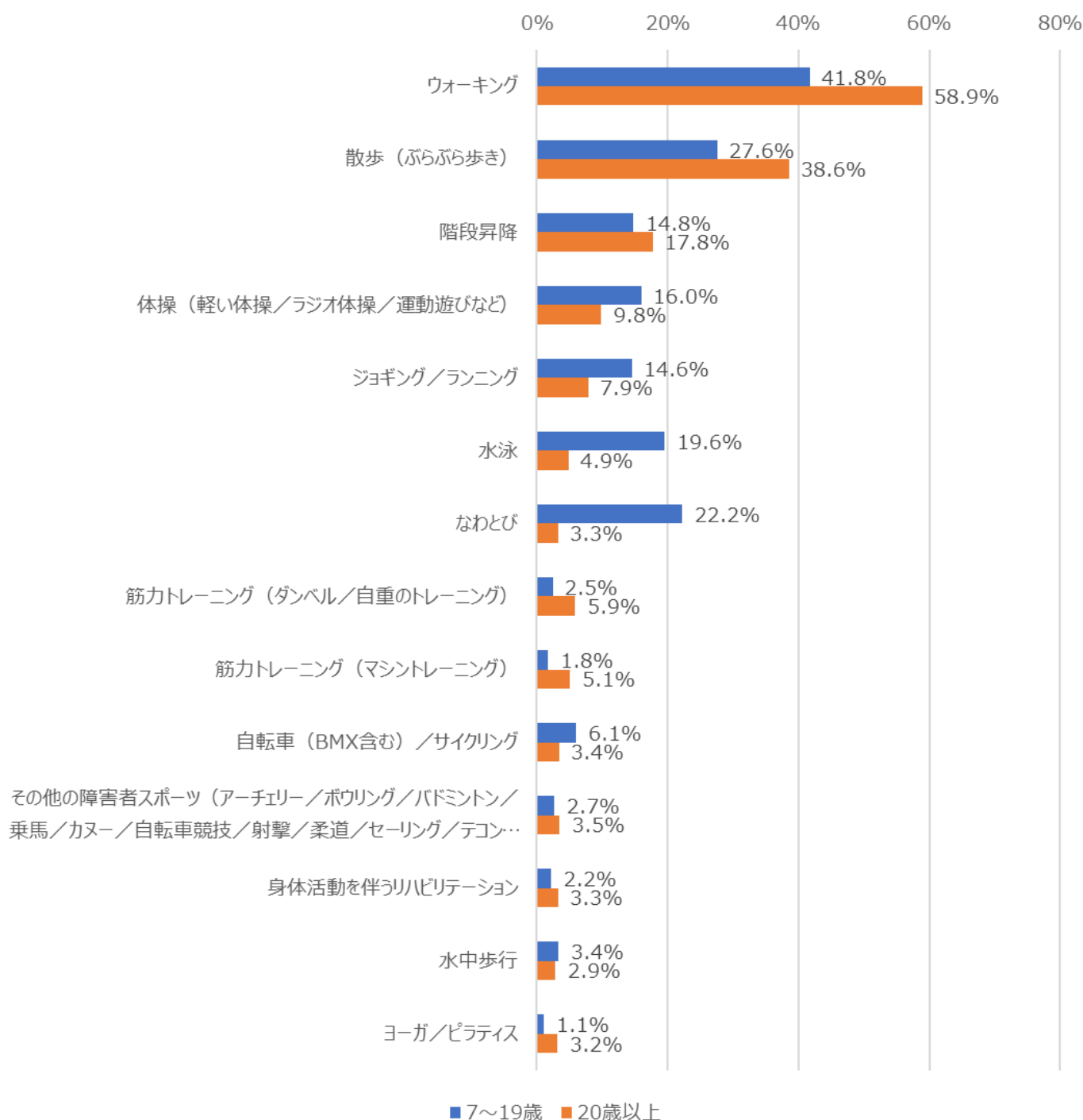
障害種別の週1回以上の運動・スポーツ実施率は、20歳以上では、全体の実施率の傾向と乖離なく、どの障害種も、前年度と比べて、増加またはほぼ横ばいであった。



1-3 この1年間に実施した運動・スポーツ

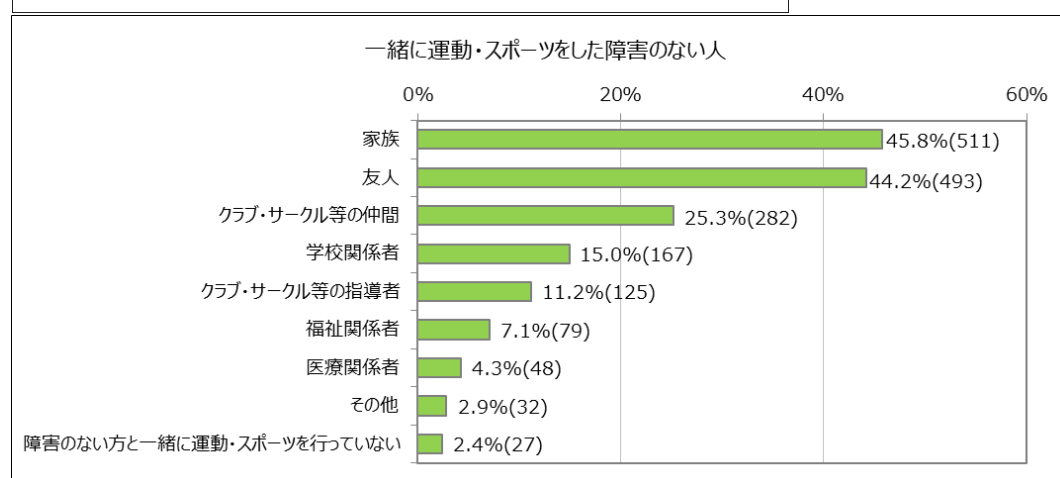
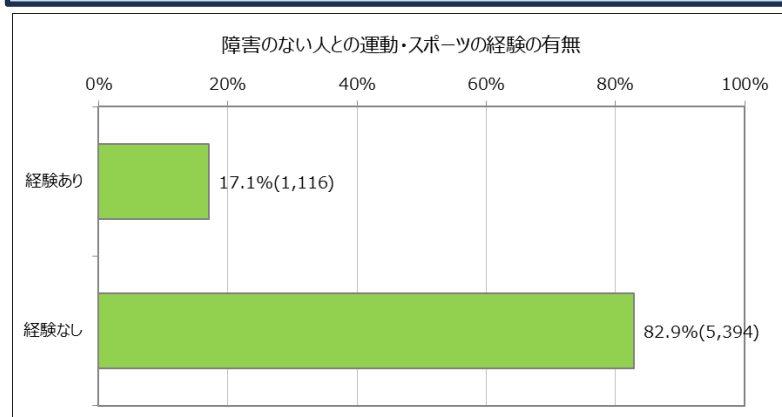
過去1年間に運動・スポーツを実施した人が行った種目は、前年度と同様に全体で「ウォーキング」「散歩（ぶらぶら歩き）」の割合が高い。20歳以上では次いで「階段昇降」、7～19歳では「なわとび」「水泳」の割合が高かった。

過去1年間にに行った運動・スポーツ（回答が多かったもの）



1-4 障害のない人と運動・スポーツを経験したことがある割合

障害のない人と運動・スポーツを経験したことがある割合は全体の17.1%であった。一緒に運動・スポーツを行った障害のない人については、「家族(45.8%)」「友人(44.2%)」の割合が高かった。



2-1 運動・スポーツを行うにあたっての障壁

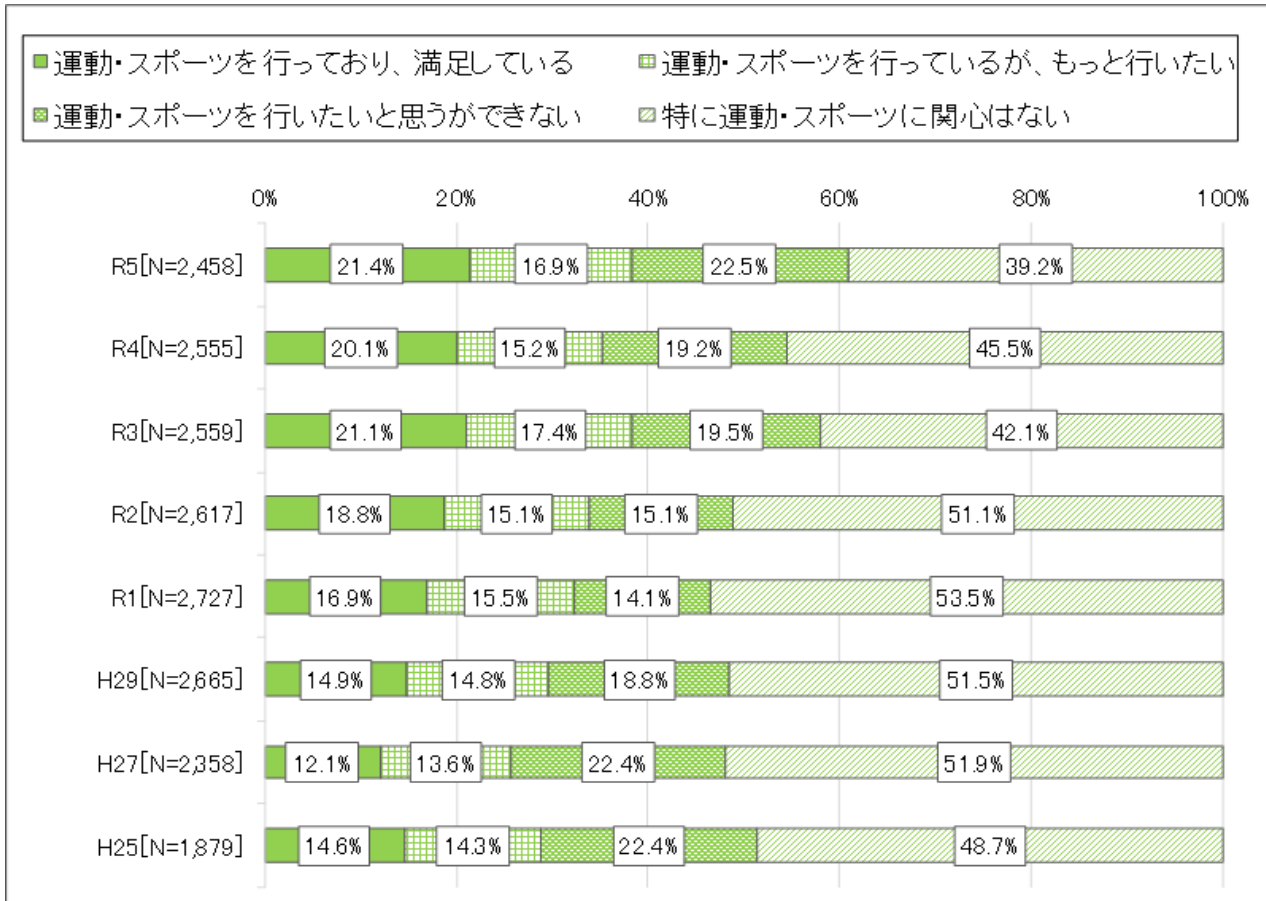
運動・スポーツを実施する上での障壁について、「障壁はなく、十分に活動できている」と回答した者の割合は17.4%で、前年度から8.4ポイント増加した。障壁となっているものは、「体力がない(31.9%)」、「体調に不安がある(23.8%)」、「金銭的な余裕がない(16.5%)」の順となっていた。

障壁となっているもの	2013	2015	2017	2019	2020	2021	2022	2023
体力がない	26.7	23.3	20.9	18.5	13.0	25.2	25.8	31.9
体調に不安がある								23.8
金銭的な余裕がない	25.9	21.8	21.5	17.5	10.7	12.2	13.4	16.5
運動・スポーツが苦手である	7.5	7.8	6.9	6.1	4.0	10.1	11.4	10.6
やりたいと思う運動・スポーツがない	10.0	9.5	8.3	7.6	6.3	9.1	11.2	9.7
時間がない	14.5	12.6	14.2	9.2	6.0	14.7	10.8	7.9
人の目が気になる	6.1	6.4	6.5	5.2	3.6	7.3	6.6	6.7
障害に適した運動・スポーツがない	7.7	6.6	6.3	4.6	3.5	5.5	7.0	5.7
運動・スポーツでケガをするのではないかと心配である	2.7	2.8	2.8	2.5	2.0	4.5	5.0	5.7
仲間がいない	10.5	10.0	8.8	5.7	3.9	4.7	4.9	5.2
交通手段・移動手段がない	10.3	10.3	9.4	7.3	4.2	4.5	6.5	5.0
交通の便が良いところに施設がない					5.4	4.5	5.8	4.7
新型コロナウイルスなど感染症に対する不安						9.3	6.4	4.4
特にない	33.1	35.2	37.7	46.2	42.6	26.2	32.3	-
わからない								15.8
障壁はなく、十分に活動できている					14.5	15.8	9.0	17.4

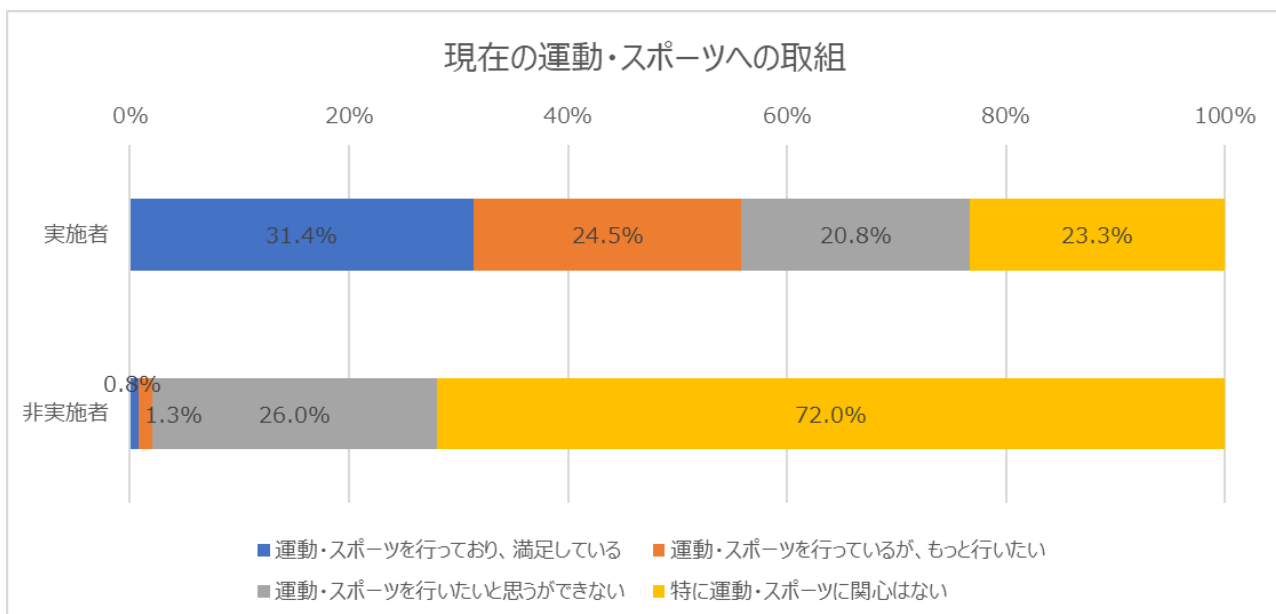
※運動・スポーツへの意識に関わる設問のため、回答者本人のみ

2-2 運動・スポーツに対する関心

現在の運動・スポーツへの取組について、非実施者は、「特に運動・スポーツに関心はない（72.0%）」の割合が最も高く、次いで「運動・スポーツを行いたいと思うができない（26.0%）」であった。経年で比較すると、非実施者の「特に運動・スポーツに関心はない」割合が令和4年度の78.1%から72.0%と6.1ポイント減少しており、無関心層の減少がみられた。



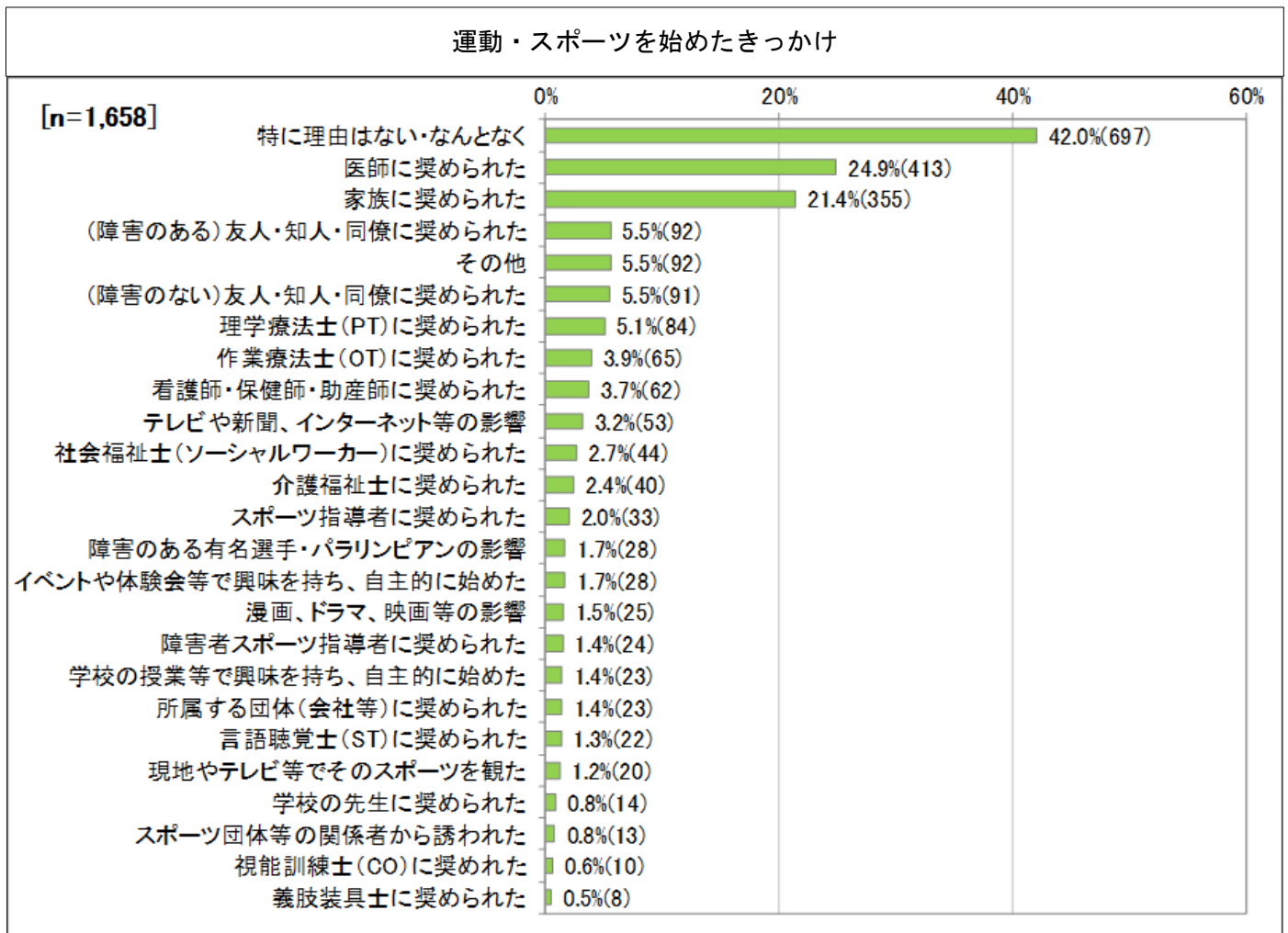
※運動・スポーツへの意識に関わる設問のため、回答者本人のみ



※運動・スポーツへの意識に関わる設問のため、回答者本人のみ

3-1 運動・スポーツを行うきっかけ

運動・スポーツを行うきっかけは、「特に理由はない・なんとなく」(42.0%)を除くと、「医師に奨められた」(24.9%)「家族に奨められた」(21.4%)の順に割合が高くなっていた。



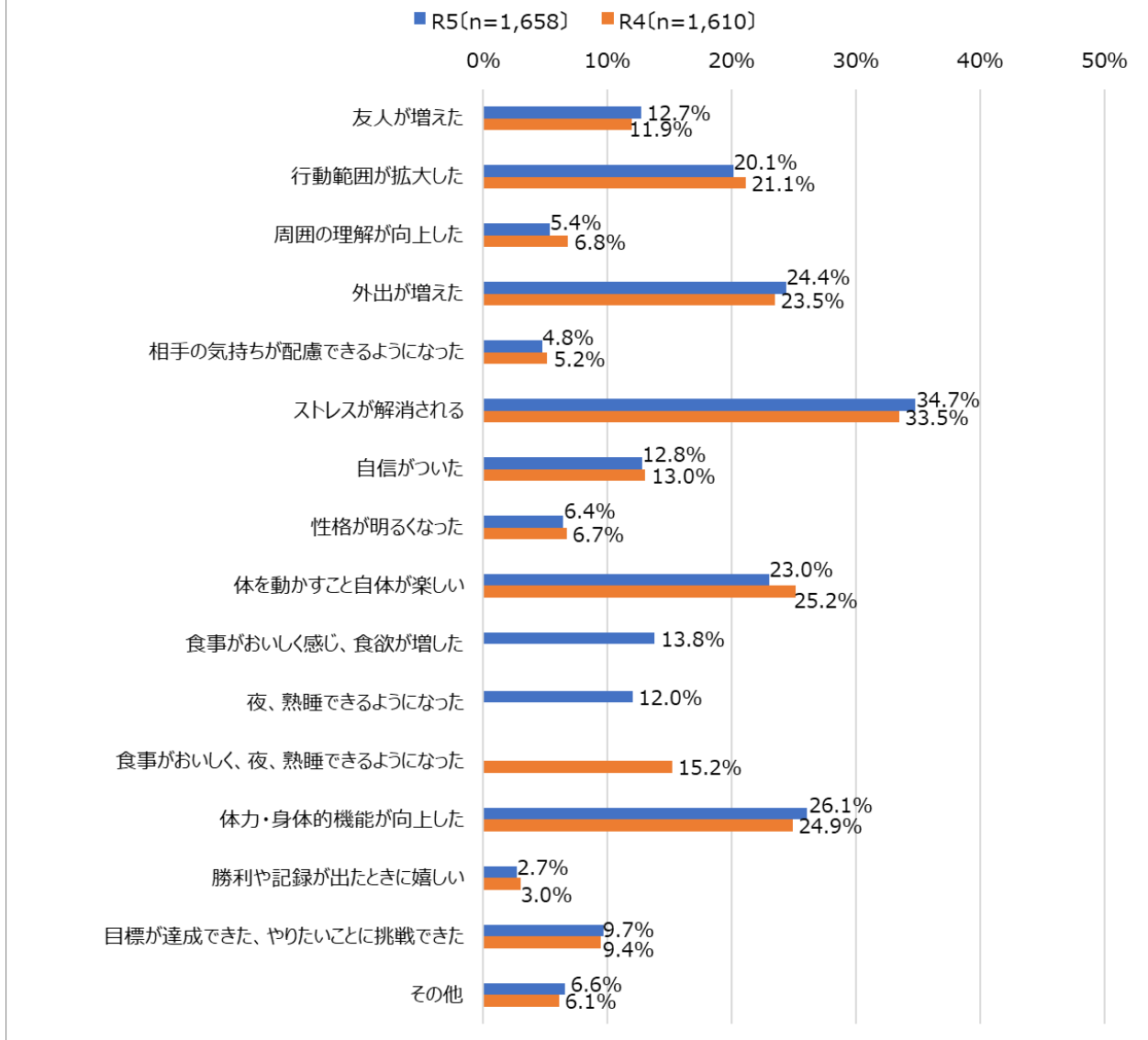
※運動・スポーツへの意識に関わる設問のため、回答者本人のみ

3-2 運動・スポーツをやってよかったこと、運動・スポーツをやらない理由

運動・スポーツ実施者が運動・スポーツをやってよかったことの上位は、「ストレスが解消される」(34.7%)、「体力・身体的機能が向上した」(26.1%)、「外出が増えた」(24.4%)、「体を動かすこと自体が楽しい」(23.0%)、「行動範囲が拡大した」(20.1%)と、前年度から大きな変動はみられなかった。

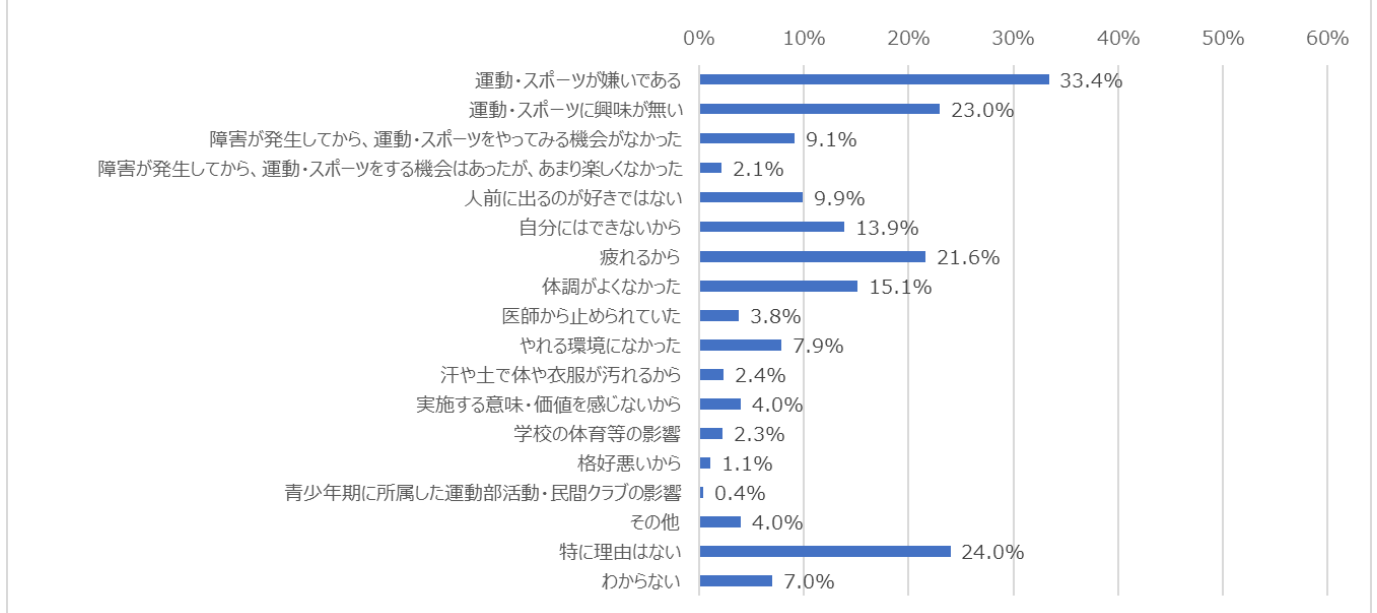
運動・スポーツ非実施者が運動・スポーツをしない理由は、「特に理由はない」(24.0%)を除き、「運動・スポーツが嫌いである」(33.4%)、「運動・スポーツに興味が無い」(23.0%)、「疲れるから」(21.6%)の順であった。

運動・スポーツをやったよかったこと（複数回答）



※運動・スポーツへの意識に関わる設問のため、回答者本人のみ

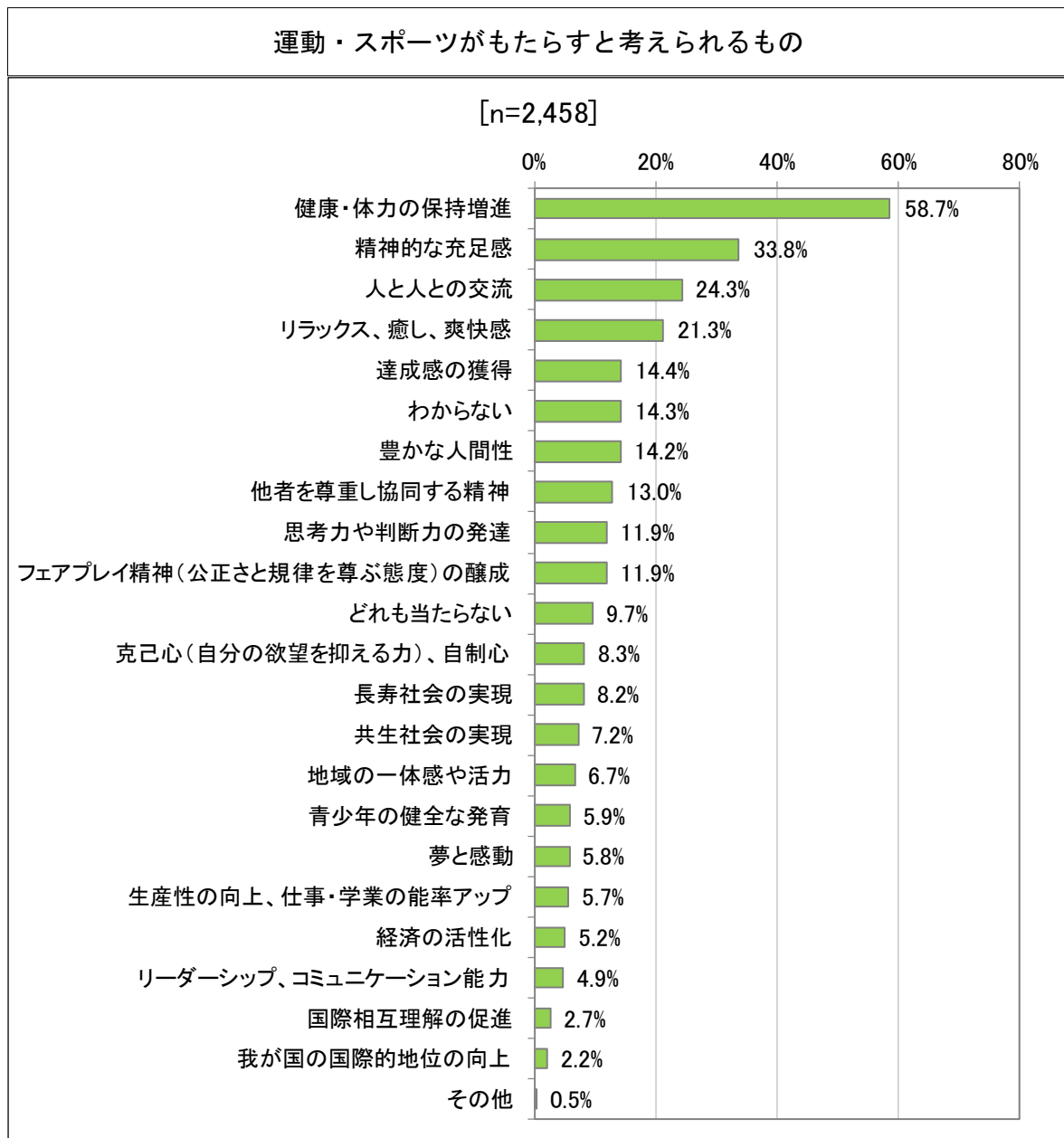
運動・スポーツを実施しない理由（複数回答可）



※運動・スポーツへの意識に関わる設問のため、回答者本人のみ

3-3 運動・スポーツが何をもたらすと考えられるか

運動・スポーツが何をもたらすと考えるかについては、「健康・体力の保持増進」(58.7%)が最も高く、「精神的な充足感」(33.8%)、「人と人との交流」(24.3%)、「リラックス、癒し、爽快感」(21.3%)と、生活の豊かさにつながる回答が上位を占めた。



※運動・スポーツへの意識に関わる設問のため、回答者本人のみ