

## 令和 4 年度「障害児・者のスポーツライフ調査」の結果について（概要）

令和 5 年 3 月  
スポーツ庁

## 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。以下「スポーツ等」という）の実施率は、週 1 回以上では 30.9%（前年度から 0.1 ポイント減）、年 1 回以上では 54.1%（前年度から 4.6 ポイント減）、週 3 回以上では 16.9%（前年度から 0.4 ポイント増）となった。
- 7～19 歳のスポーツ等の実施率は、週 1 回以上では 35.3%（前年度から 6.5 ポイント減）、年 1 回以上では 64.0%（前年度から 9.1 ポイント減）、週 3 回以上では 16.1%（前年度から 2.8 ポイント減）となった。
- 20 歳以上、7～19 歳ともに、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のための自粛前である令和元年度から本年度までの経年変化（令和元年度～本年度までの週 1 回以上のスポーツ実施率の推移は、20 歳以上で 25.2%、24.9%、31.0%、30.9%、7～19 歳で 30.3%、27.9%、41.8%、35.3%。）をみると、令和 2 年度は減少したが、令和 3 年度には大幅に増加している。本年度は前年度と比べて減少しているが、令和元年度と比べて増加している。
- 障害種別の週 1 回以上のスポーツ実施率では、肢体不自由を除き、20 歳以上では前年度と比較してほとんどの障害種で増加しており、7～19 歳では前年度に比べ減少しているものの、令和元年度と比較すると増加している。
- 過去 1 年間に行ったスポーツでは、20 歳以上はウォーキング、散歩（ぶらぶら歩き）、階段昇降、7～19 歳でウォーキング、散歩（ぶらぶら歩き）、なわとびが上位を占めている。また、スポーツを実施する場所としては、20 歳以上では自宅等が増加している。

## 2. 運動・スポーツに対する関心、スポーツ等を行うにあたっての障壁

- スポーツ等を実施する上での障壁は、「特にない」「十分に活動できている」を除き、「体力がない」（25.8%）、「金銭的な余裕がない」（13.4%）、「運動・スポーツが苦手である」（11.4%）、「やりたいと思う運動・スポーツがない」（11.2%）の順であった。
- スポーツ等を実施する上での障壁について、「特にない」と回答した者の割合は 32.3%と前年度から 6.1 ポイント増加した。現在のスポーツ等への取組について、スポーツ等非実施者（過去 1 年間に 1 回もスポーツ等を実施していない者）のうち「特にスポーツ等に関心はない」と回答した者の割合は 78.1%（前年度から 4.4 ポイント増）と、スポーツ等に無関心な者の割合は変わらず高い割合を示している。

### 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、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、「特にない」(42.9%)を除くと、「家族に奨められた」(26.1%)、「医師に奨められた」(22.0%)できっかけの大半を占めており、障害者手帳等を持っている人は「医師に奨められた」(24.1%)と「家族に奨められた」(23.5%)がほぼ同じ割合となっている。
- スポーツ等実施者がスポーツ等をやってよかったことの上位は、「ストレスが解消される」(33.5%)、「体を動かすこと自体が楽しい」(25.2%)、「体力・身体的機能が向上した」(24.9%)、「外出が増えた」(23.5%)、「行動範囲が拡大した」(21.1%)と、令和元年度から大きな変動はみられない。
- スポーツ等非実施者でスポーツ等を実施する上での障壁が「特にない」と回答した人がスポーツをしない理由は、「特に理由はない」(50.8%)「わからない」(24.4%)が変わらず約7割を占める中、「スポーツ等が嫌いである」(11.6%、前年度から7.4ポイント減)「スポーツ等に興味が無い」(12.3%、前年度から4.1ポイント減)となった。
- 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」(63.7%)と最も高く、「精神的な充足感」(39.3%)、「リラックス、癒し、爽快感」(28.3%)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

(以上)