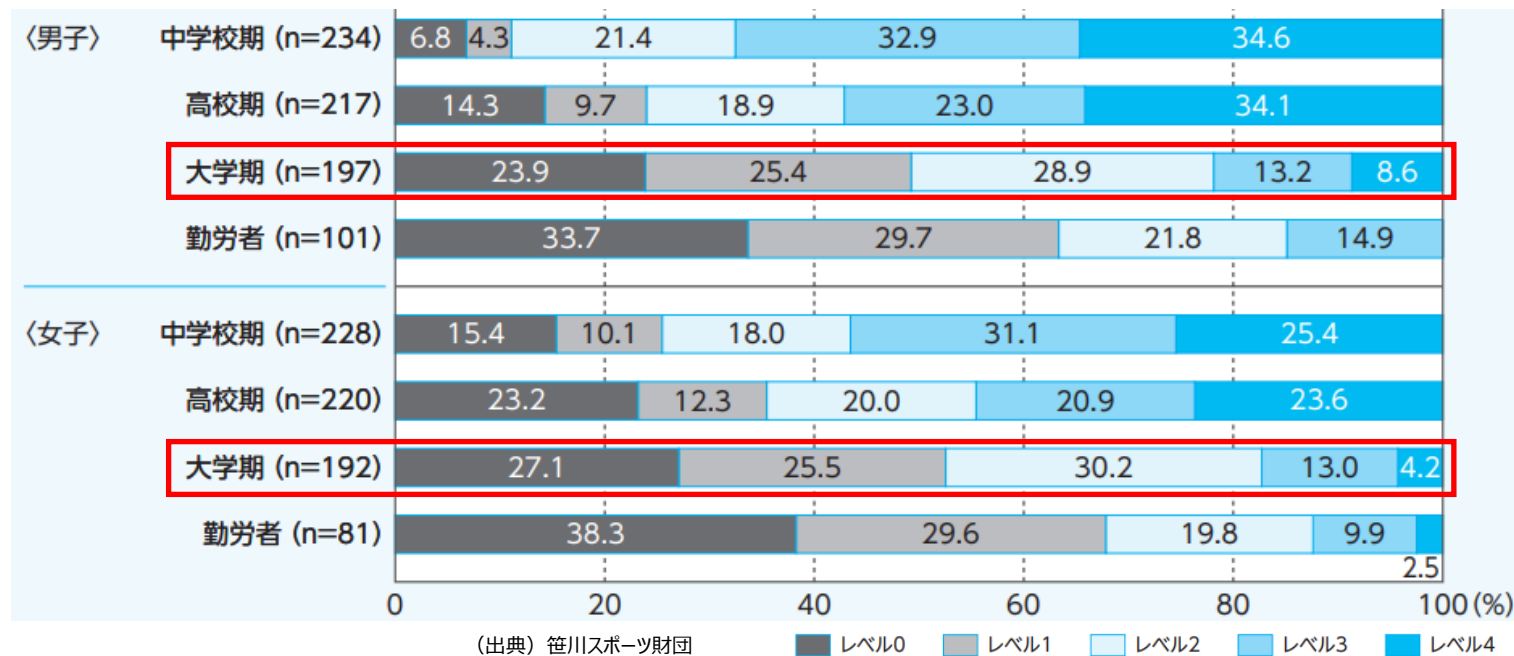


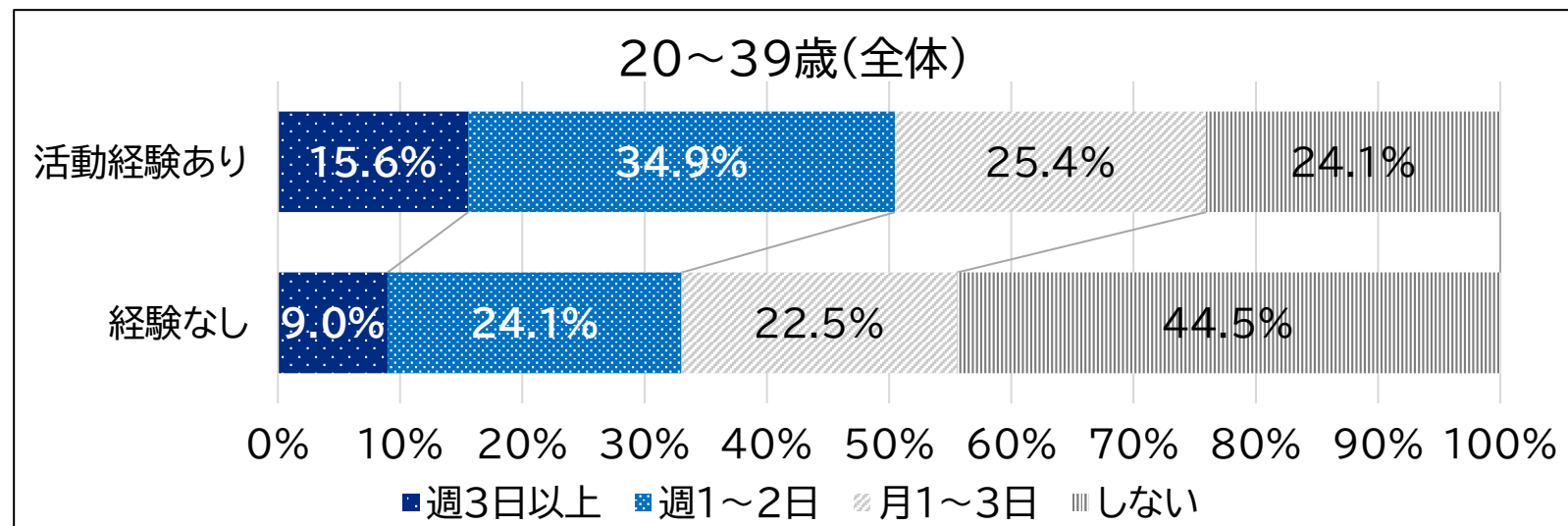
国民のスポーツに関する関連データ

ステージ別のスポーツ実施レベルと学生時代の運動経験の影響

運動・スポーツ実施レベル（学校期別・性別×学校期別）



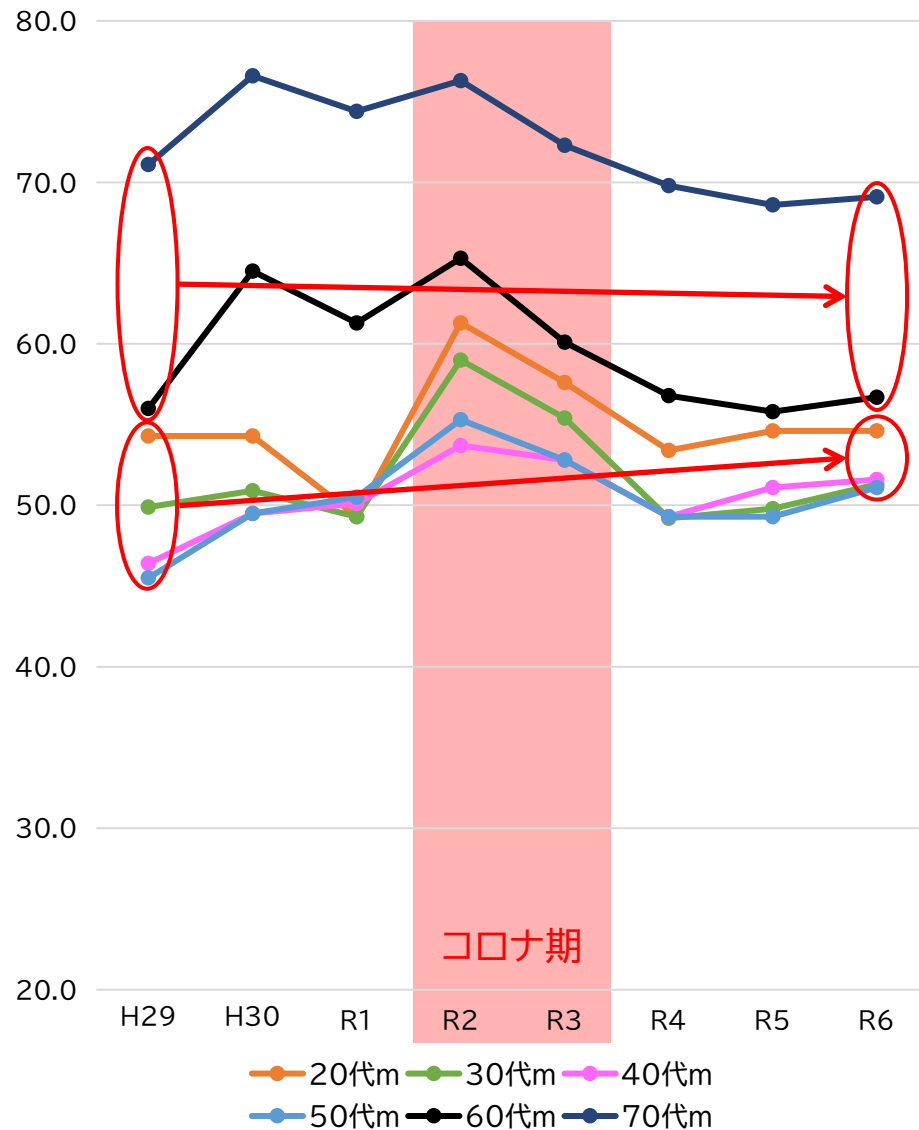
学生時代の運動部(クラブ)活動経験別の20～30歳代の運動・スポーツ実施頻度



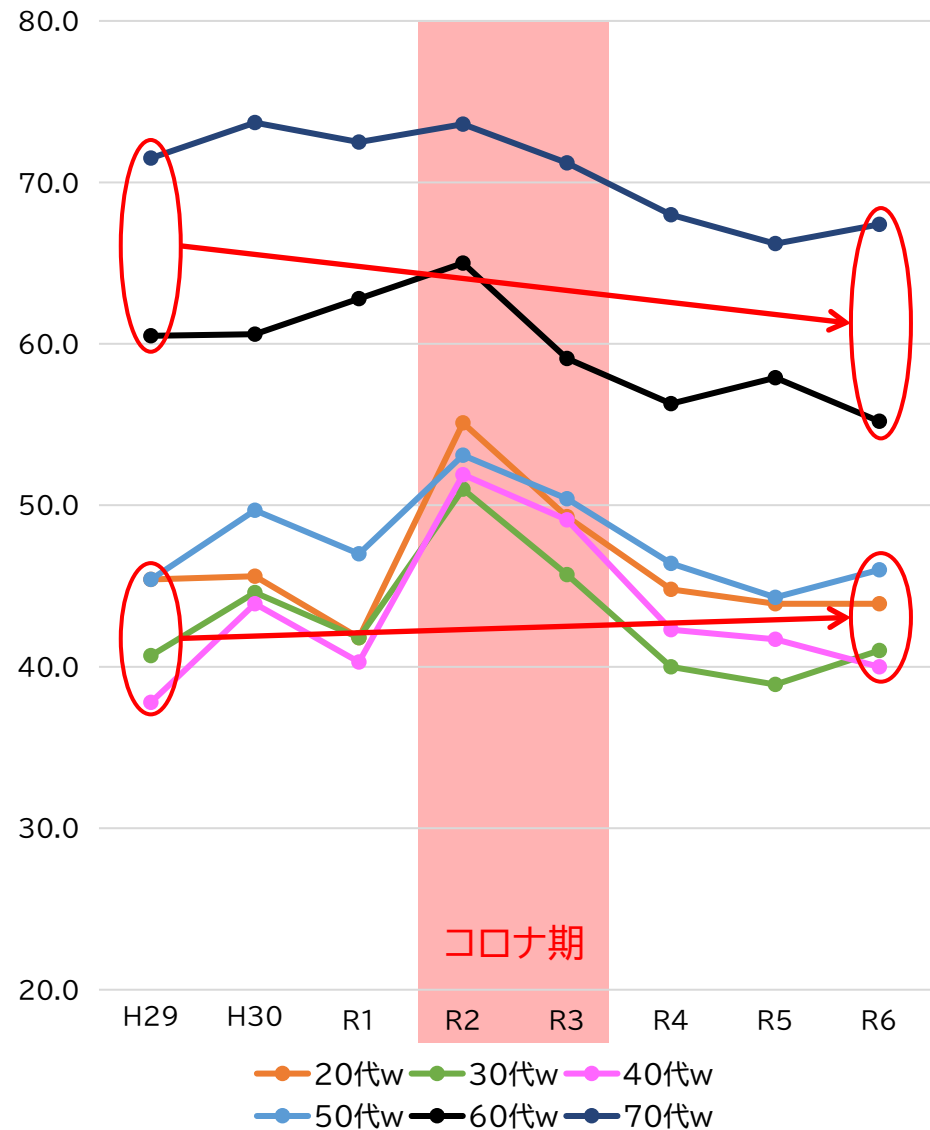
年代別のスポーツ実施率の推移

- H29→R6で比較すると、働く世代の男性は微増、男性高齢世代は横ばい。
- H29→R6で比較すると、働く世代の女性は横ばい、女性高齢世代は減少。

<年代別スポーツ実施率の推移(男性)>



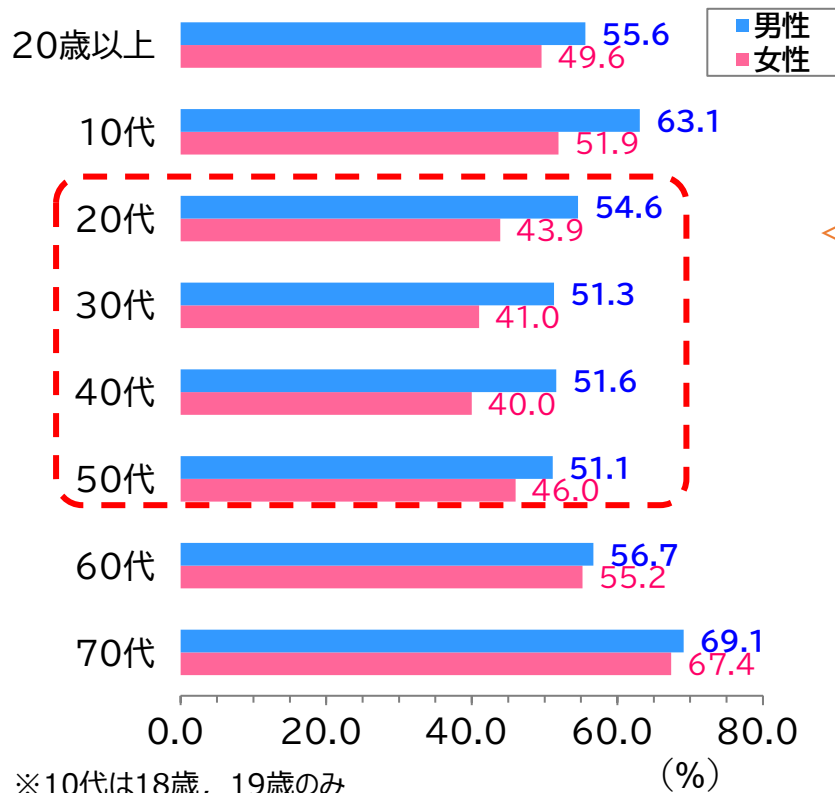
<年代別スポーツ実施率の推移(女性)>



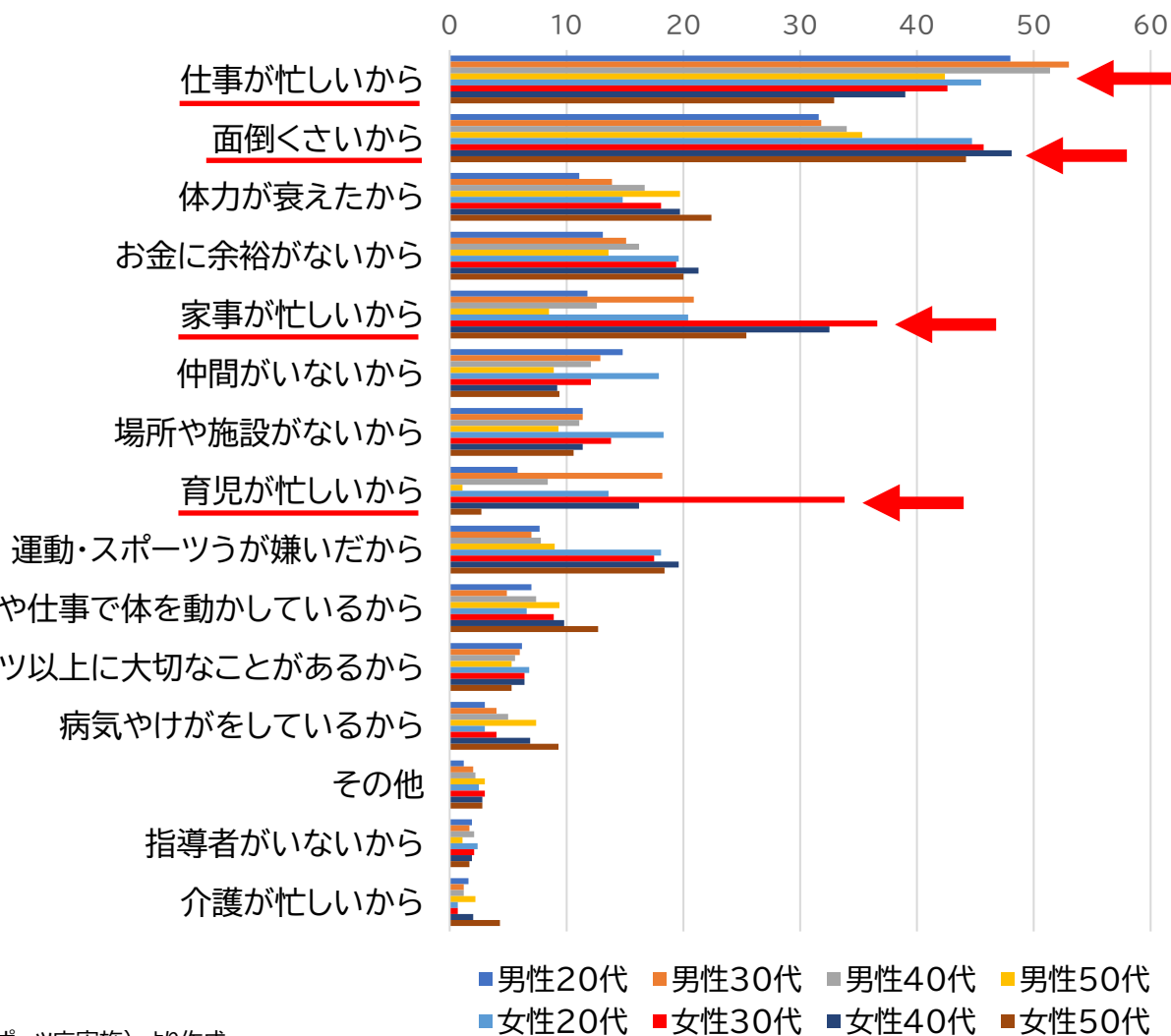
(出典) 「スポーツの実施状況等に関する世論調査」(令和6年度 スポーツ庁実施) より作成

年代別のスポーツ実施率と実施しない理由

<年代別のスポーツ実施率(R6)>

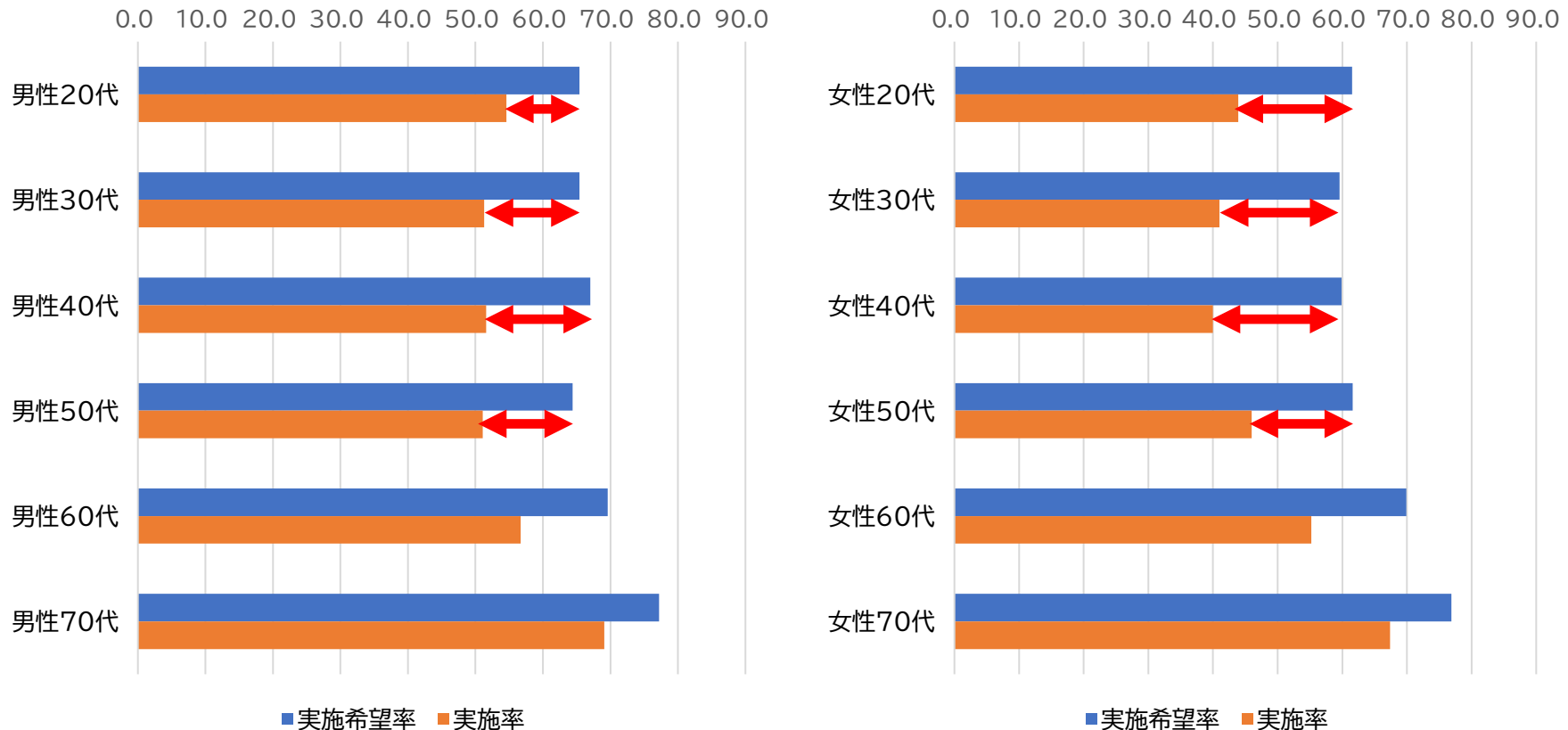


<週に1日以上実施できない・直近1年に運動しなかった理由(20代～50代)>



スポーツの実施に対する希望と実際

週1回以上の運動・スポーツの実施希望者割合（実施希望率）と実施者割合（実施率）



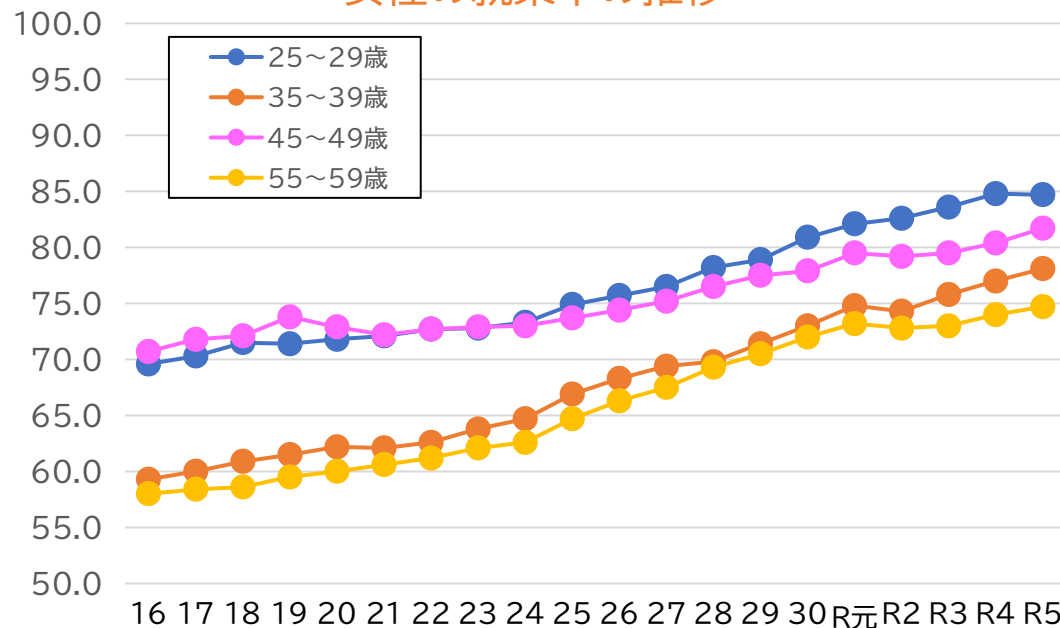
※令和6年度スポーツの実施状況等に関する世論調査

実施率が低い働く世代でも、週1回以上のスポーツ実施希望率は60～70%となっており、希望と現実のギャップは大きい

女性のスポーツ実施率・体力の低下

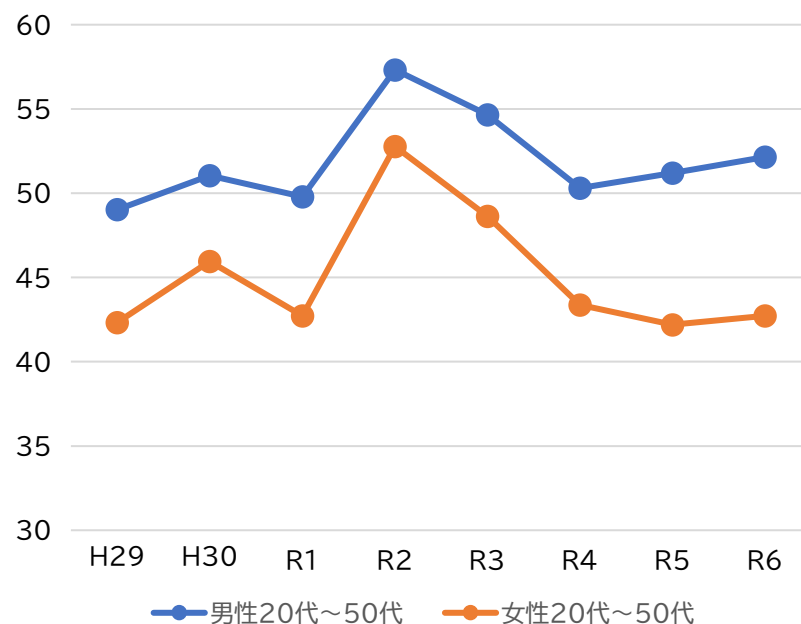
○ 女性の就業率が上がる一方で、スポーツ実施率は男性に比べて低く（男女差が拡大する傾向）、特に30代～40代女性の体力低下の傾向が顕著にみられる。

<女性の就業率の推移>

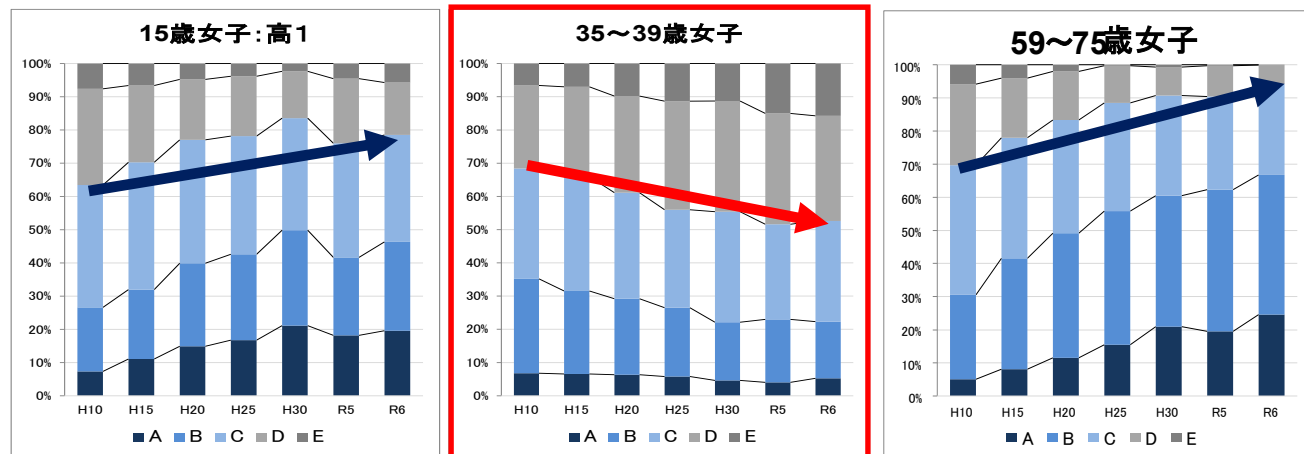


(出典)総務省労働力調査より集計

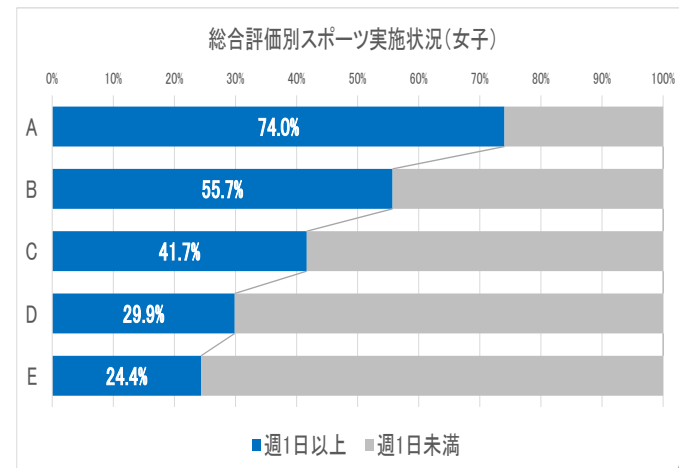
<働く世代の性別スポーツ実施率推移>



<体力・運動能力調査でみる女性の体力の推移>



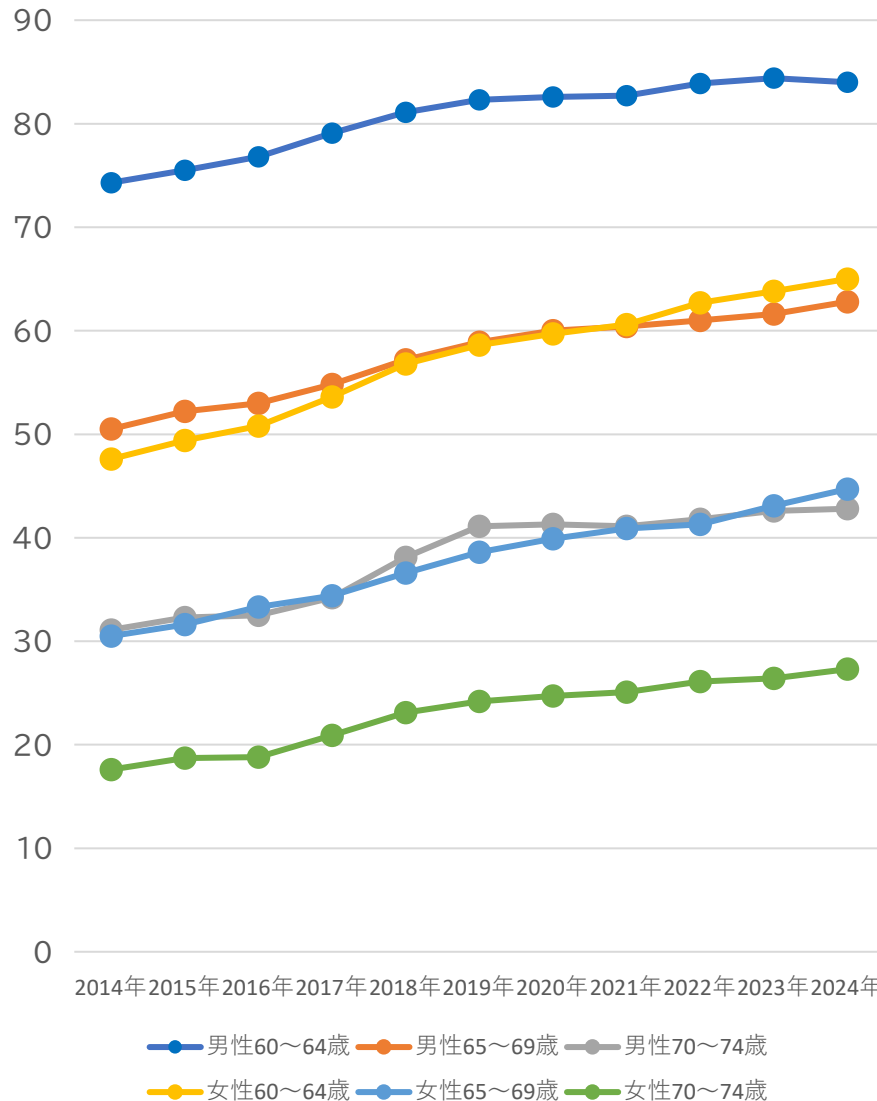
(注)Aが最も評価点が高く、Eが最も低い



高齢化の進展と高齢者の就業率の上昇

○ 高齢化が進み、高齢者の就業率は年々上昇を続ける一方、労働災害は増加。

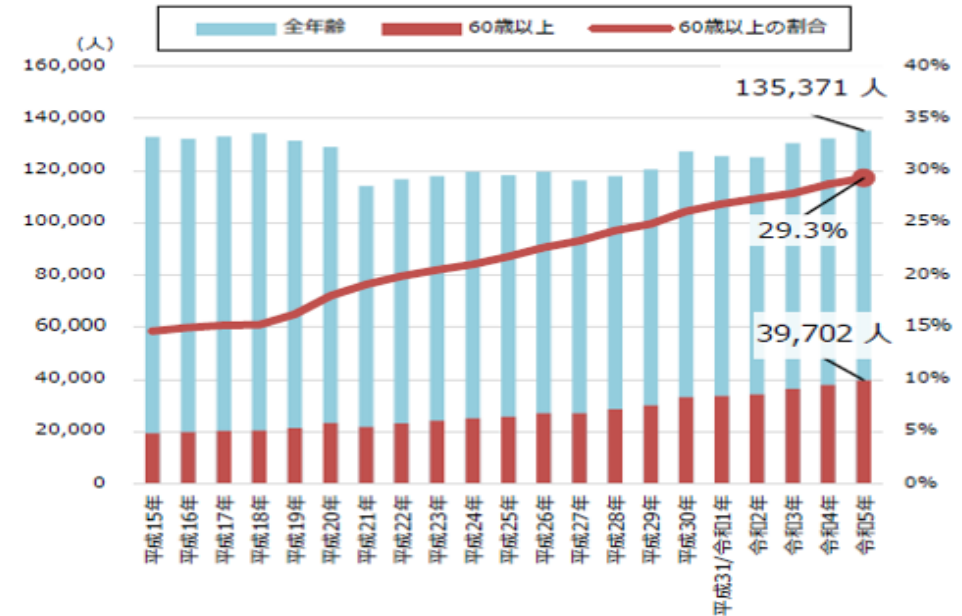
＜高齢者の就業率の推移＞



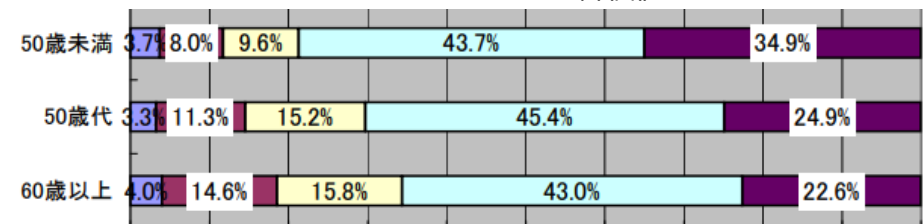
(出典)総務省労働力調査より集計

労働災害による死傷者数

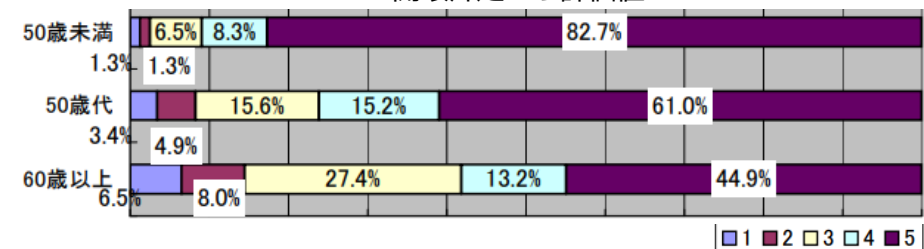
(全年齢に占める60歳以上の割合)



＜2ステップテスト評価値＞



＜開眼片足立ち評価値＞



出典：高齢労働者の身体的特性の変化による災害リスク低減推進事業に係る調査研究報告書（中央労働災害防止協会）

スポーツ志向の変化

運動・スポーツの種類別実施率の変化(男性)

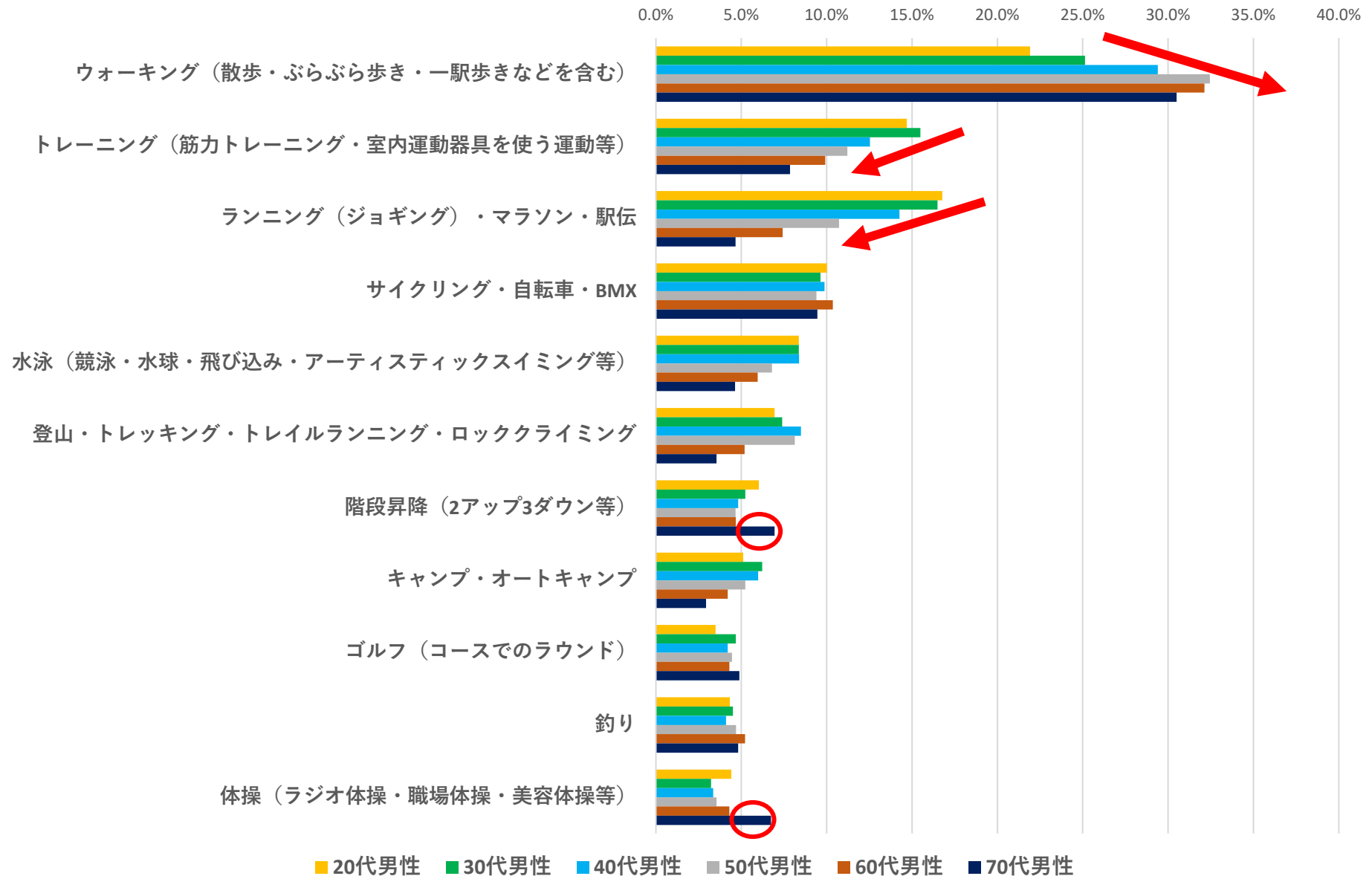
	H29	R6	増減率
ウォーキング	56.8	62.8	10.6
ランニング(ジョギング)・マラソン・駅伝	17.3	17.0	▲ 1.7
トレーニング	15.0	15.4	2.7
階段昇降	14.9	11.6	▲ 22.1
サイクリング・自転車・BMX	13.3	11.1	▲ 16.5
ゴルフ(コースでのラウンド)	9.6	9.3	▲ 3.1
体操	9.7	8.6	▲ 11.3
ゴルフ(練習場・シミュレーションゴルフ)	7.9	7.3	▲ 7.6
登山・トレッキング・トレイルランニング等	4.9	5.2	6.1
水泳	5.6	4.4	▲ 21.4
野球	4.2	3.7	▲ 11.9
釣り	7.1	3.5	▲ 50.7
ボウリング	5.9	3.2	▲ 45.8
テニス・ソフトテニス	4.5	3.0	▲ 33.3
スキー	3.6	3.0	▲ 16.7
サッカー	3.5	2.8	▲ 20.0
キャッチボール	3.7	2.6	▲ 29.7
キャンプ・オートキャンプ	2.3	2.5	8.7
ハイキング・ワンダーフォーゲル等	3.2	2.4	▲ 25.0
フットサル	3.5	2.4	▲ 31.4
卓球(ラージボール含む)	3.4	2.3	▲ 32.4
バドミントン	2.8	2.1	▲ 25.0
スノーボード	2.7	2.0	▲ 25.9
エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	2.2	1.5	▲ 31.8
バレーボール・ビーチバレー等	1.8	1.5	▲ 16.7
アクアエクササイズ・水中ウォーキング	1.4	1.4	0.0
縄跳び・ダブルダッチ	2.1	1.0	▲ 52.4
ダンス	1.2	0.8	▲ 33.3

運動・スポーツの種類別実施率の変化(女性)

	H29	R6	増減率
ウォーキング	57.2	61.5	7.5
体操	15.1	16.5	9.3
トレーニング	10.8	11.1	2.8
エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	10.4	11.0	5.8
階段昇降	11.8	9.4	▲ 20.3
サイクリング・自転車・BMX	8.5	7.1	▲ 16.5
ランニング(ジョギング)・マラソン・駅伝	7.0	5.5	▲ 21.4
水泳	4.7	3.5	▲ 25.5
ダンス	3.8	3.1	▲ 18.4
登山・トレッキング・トレイルランニング等	3.0	3.0	0.0
アクアエクササイズ・水中ウォーキング	2.3	2.5	8.7
バドミントン	3.5	2.3	▲ 34.3
ハイキング・ワンダーフォーゲル等	2.3	2.2	▲ 4.3
卓球(ラージボール含む)	3.0	2.2	▲ 26.7
テニス・ソフトテニス	3.1	2.0	▲ 35.5
ボウリング	3.6	1.9	▲ 47.2
ゴルフ(コースでのラウンド)	2.2	1.6	▲ 27.3
バレーボール・ビーチバレー等	2.0	1.6	▲ 20.0
ゴルフ(練習場・シミュレーションゴルフ)	2.3	1.4	▲ 39.1
スキー	1.5	1.3	▲ 13.3
キャンプ・オートキャンプ	1.4	1.3	▲ 7.1
スノーボード	1.3	1.2	▲ 7.7
縄跳び・ダブルダッチ	2.3	1.1	▲ 52.2
釣り	1.9	0.9	▲ 52.6
キャッチボール	0.9	0.7	▲ 22.2
サッカー	0.6	0.3	▲ 50.0
野球	0.2	0.2	0.0
フットサル	0.5	0.2	▲ 60.0

スポーツ志向の変化

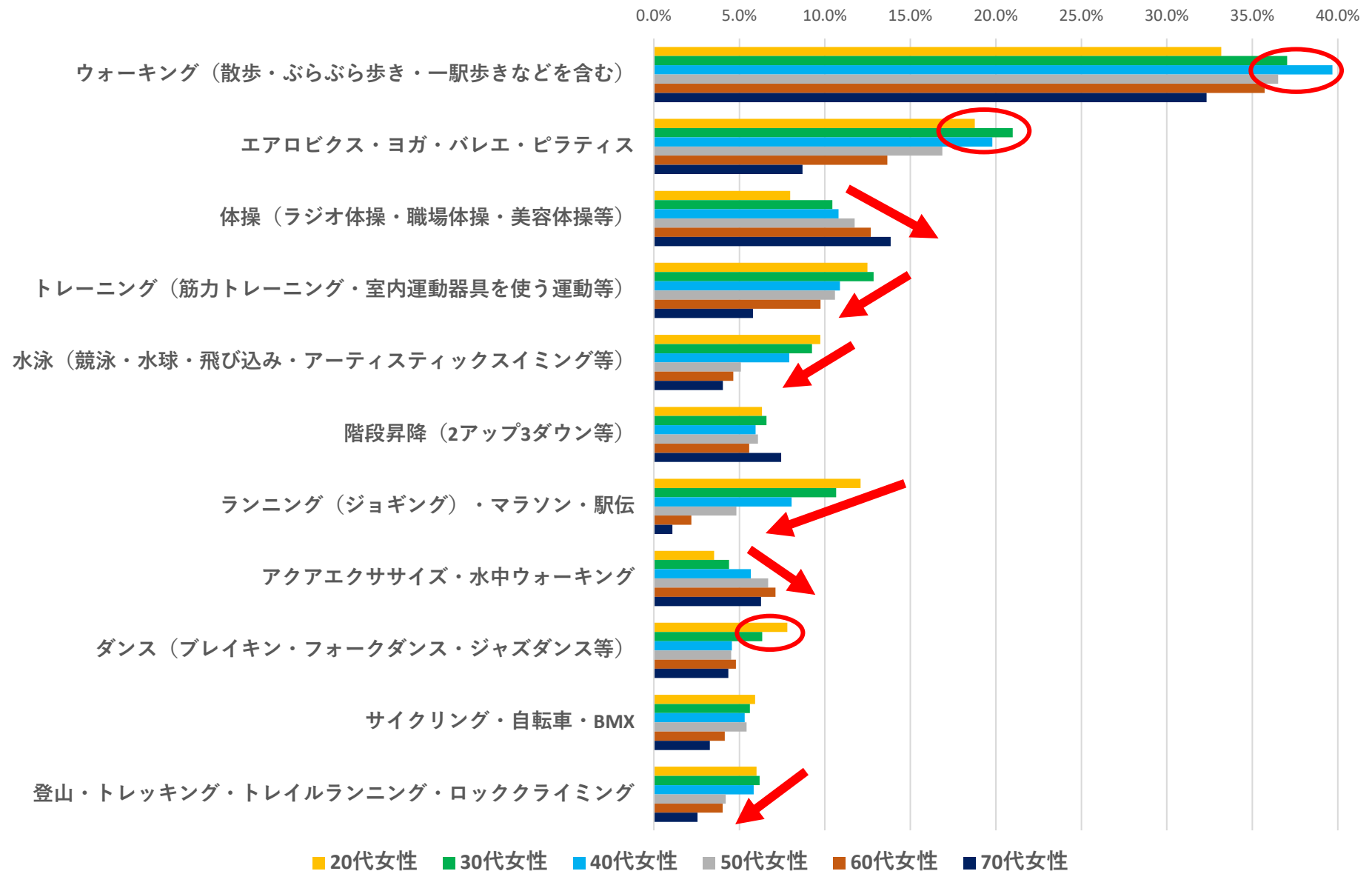
<今後始めてみたい運動・スポーツ(年代別男性)>



（出典）「スポーツの実施状況等に関する世論調査」（令和6年度 スポーツ庁実施）より作成

スポーツ志向の変化

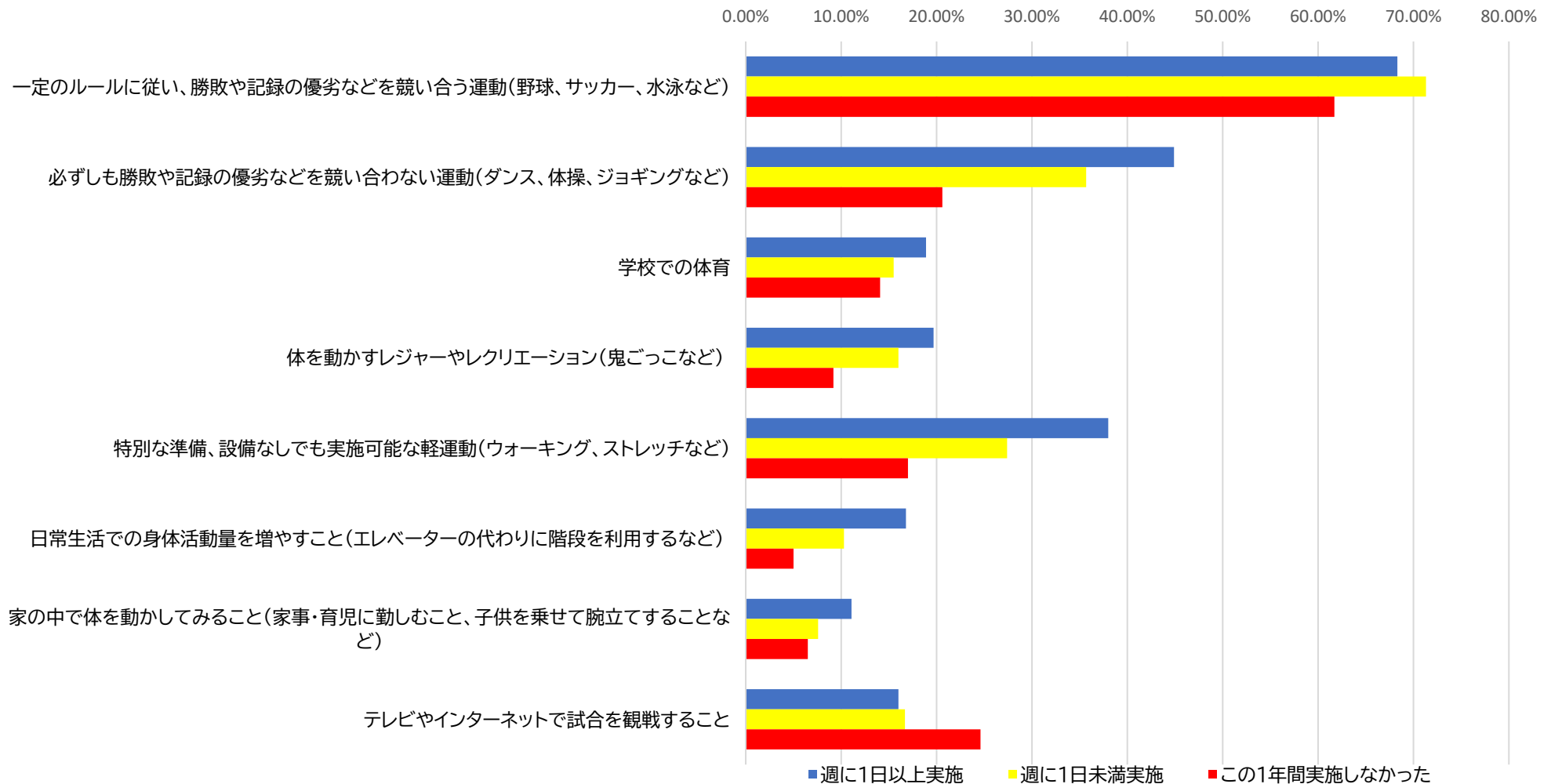
<今後始めてみたい運動・スポーツ(年代別女性)>



（出典）「スポーツの実施状況等に関する世論調査」（令和6年度 スポーツ庁実施）より作成

スポーツに対する国民のイメージ

「スポーツ」という言葉から連想するイメージ（運動習慣別）



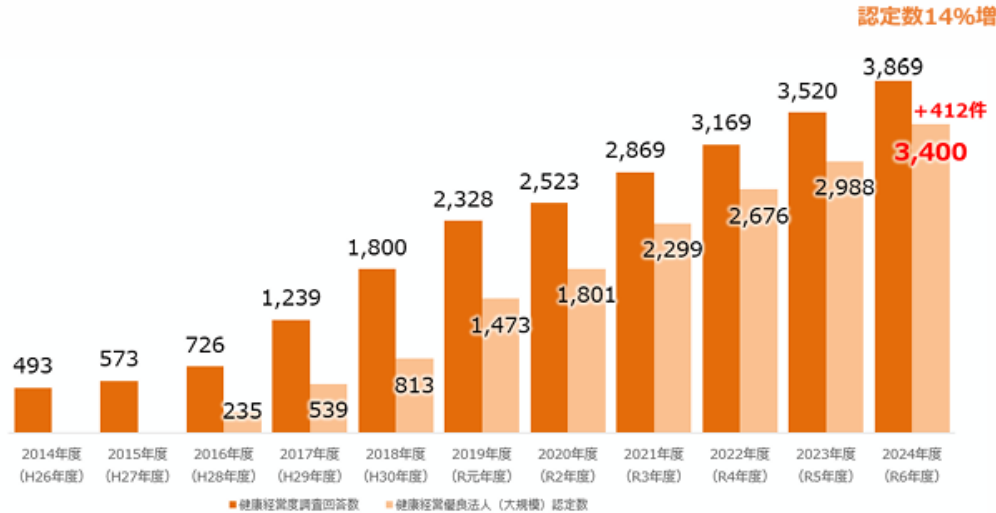
出典:スポーツを通じた女性の活躍促進のための現状把握調査(平成29年スポーツ庁委託調査)

- ✓ 運動・スポーツ習慣がある人ほどスポーツに多様なイメージを持っている
- ✓ 運動・スポーツ習慣がない人は、「スポーツ」という言葉に競技性のイメージを強く持っている

健康経営の進展と求職者の意識変化

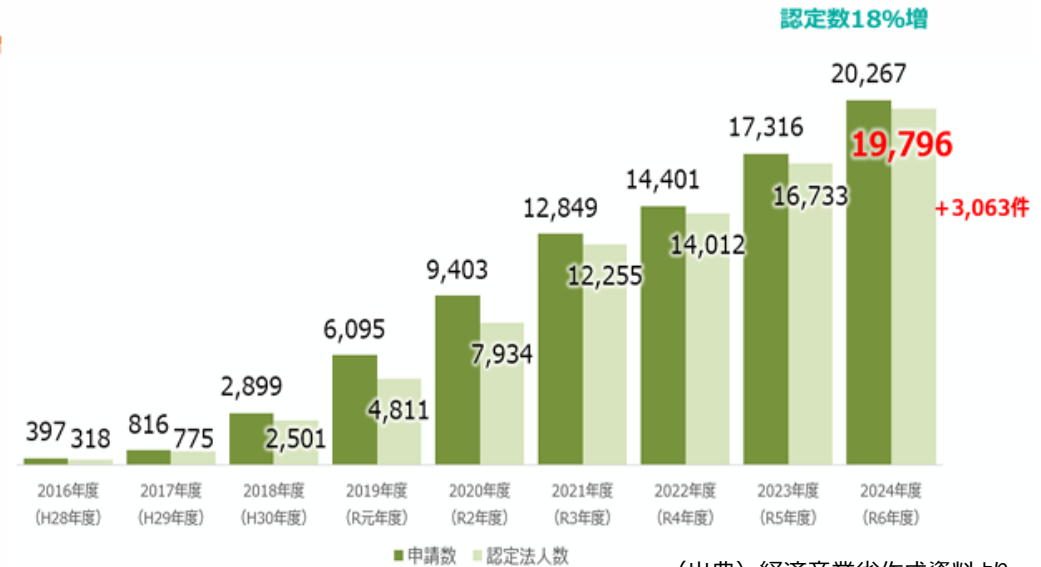
健康経営度調査回答数、健康経営優良法人（大規模法人部門）認定状況の推移

（令和7年3月時点）



健康経営優良法人（中小規模法人部門）認定状況の推移

（令和7年3月時点）



（出典）経済産業省作成資料より

Q. 企業が「健康経営」に関して取り組んでいるかどうか、「健康経営優良法人」の認定を取得しているかどうか、就職先を決める際の決め手になりますか。

※（ひとつだけ）
全く決め手になら

いない, 8.7

あまり決め手にならな

い, 30.9

最も重要な決め
手になる, 8.4

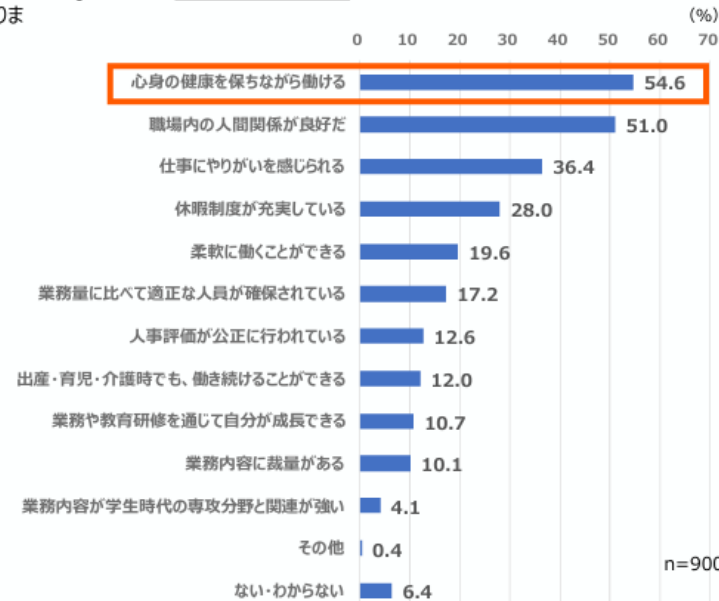
60.4%

重要な決め手の
一つになる, 52

%, n=900

※「健康経営」とはなにか*、「健康経営優良法人」「健康経営銘柄」のロゴを提示したうえでの回答。回答者に対して、以下を提示。
「健康経営」とは、従業員の心身の健康を企業の財産（経営資源）と考え、従業員一人一人が心身ともに健康で働くことが、企業の持続的な成長につながるという考え方をもちた経営手法です。

Q. あなたが働く職場に望むものはなんですか（3つまで）

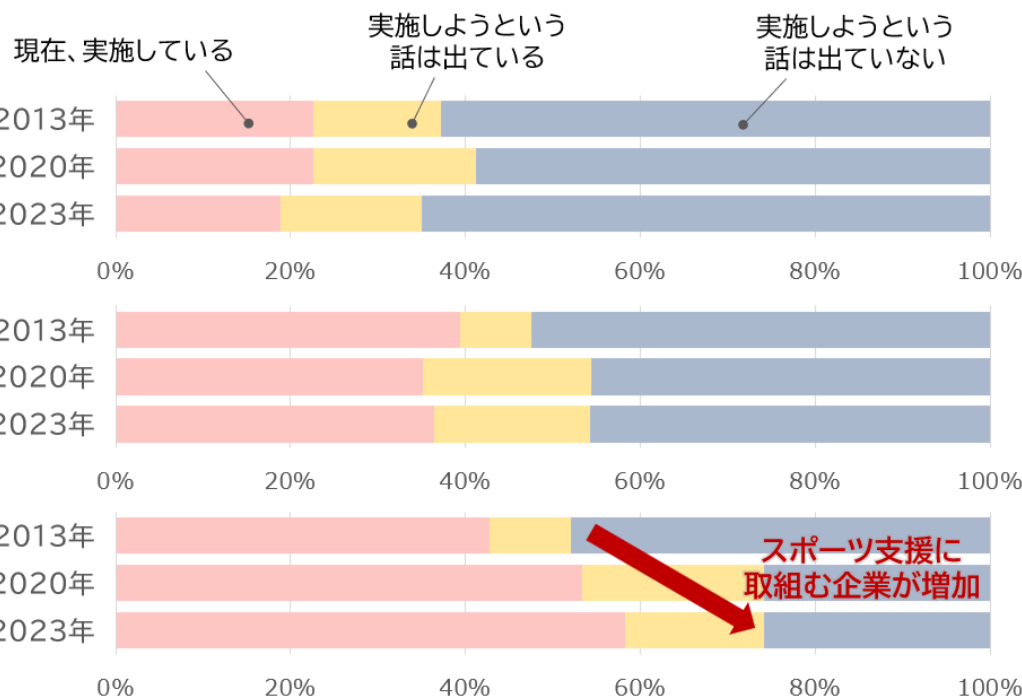


出所：日経新聞社「働き方に関するアンケート」2023年9月実施。就活生600人、転職者300人を対象に実施。

スポーツに取り組む企業の変化と従業員の意識

あなたの事業場での「運動の取組み*」の実施状況は？(%)

* 従業員が体を動かすようになることを目的とした、年1回以上の集団に対する働きかけ(例:ウォーキングキャンペーン、体操教室、運動会など)



甲斐ら, 日本産業衛生学会, 2025

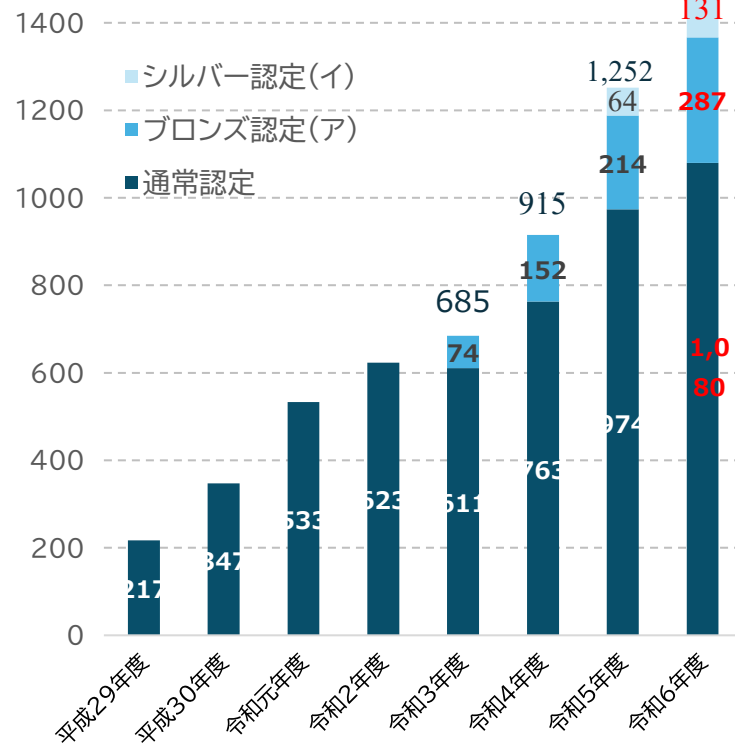
Q32. あなたの職場を拠点として運動・スポーツを習慣化する取組みがあれば、今より運動・スポーツを実施する頻度は増えると思いますか。

	全 体	大 い に 増 え る と 思 う	あ る 程 度 増 え る と 思 う	い ま ま の 頻 度 で 思 わ な い	な ま い っ た く 増 え る と 思 わ な い	わ か ら な い	あ て は ま ら な い
全 体	12241	9.9	33.6	23.4	12.3	14.6	6.1
性 別							
男性	7216	10.1	33.3	23.8	12.3	14.0	6.5
女性	5025	9.7	34.2	22.9	12.3	15.4	5.6
年 代							
10代	55	23.6	21.8	21.8	14.5	12.7	5.5
20代	1816	15.2	37.8	21.6	10.1	10.2	5.1
30代	2364	14.3	35.4	20.4	12.1	12.9	4.9
40代	3104	9.8	32.7	23.7	12.0	16.0	5.8
50代	2530	6.8	31.9	25.3	13.0	15.8	7.3
60代	1736	5.0	32.6	26.0	13.5	16.2	6.7
70代	636	4.6	30.7	23.9	14.6	17.0	9.3

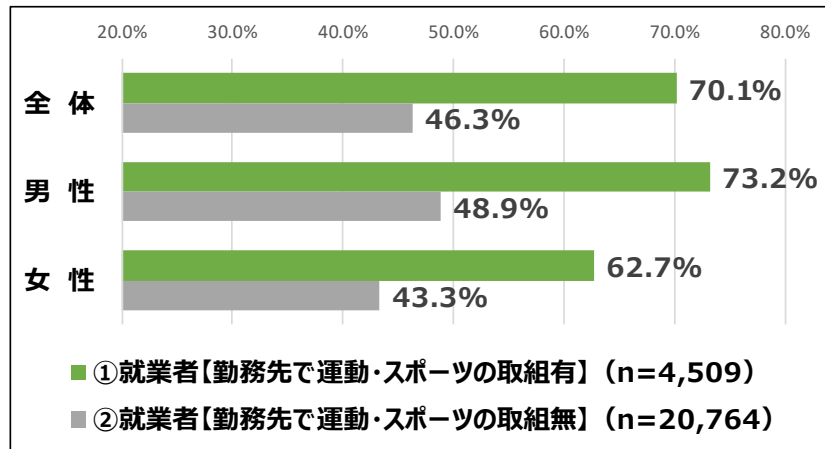
(出典) 「スポーツの実施状況に関する世論調査」(令和3年度 スポーツ庁実施)

<スポーツエールカンパニー認定数>

1,498

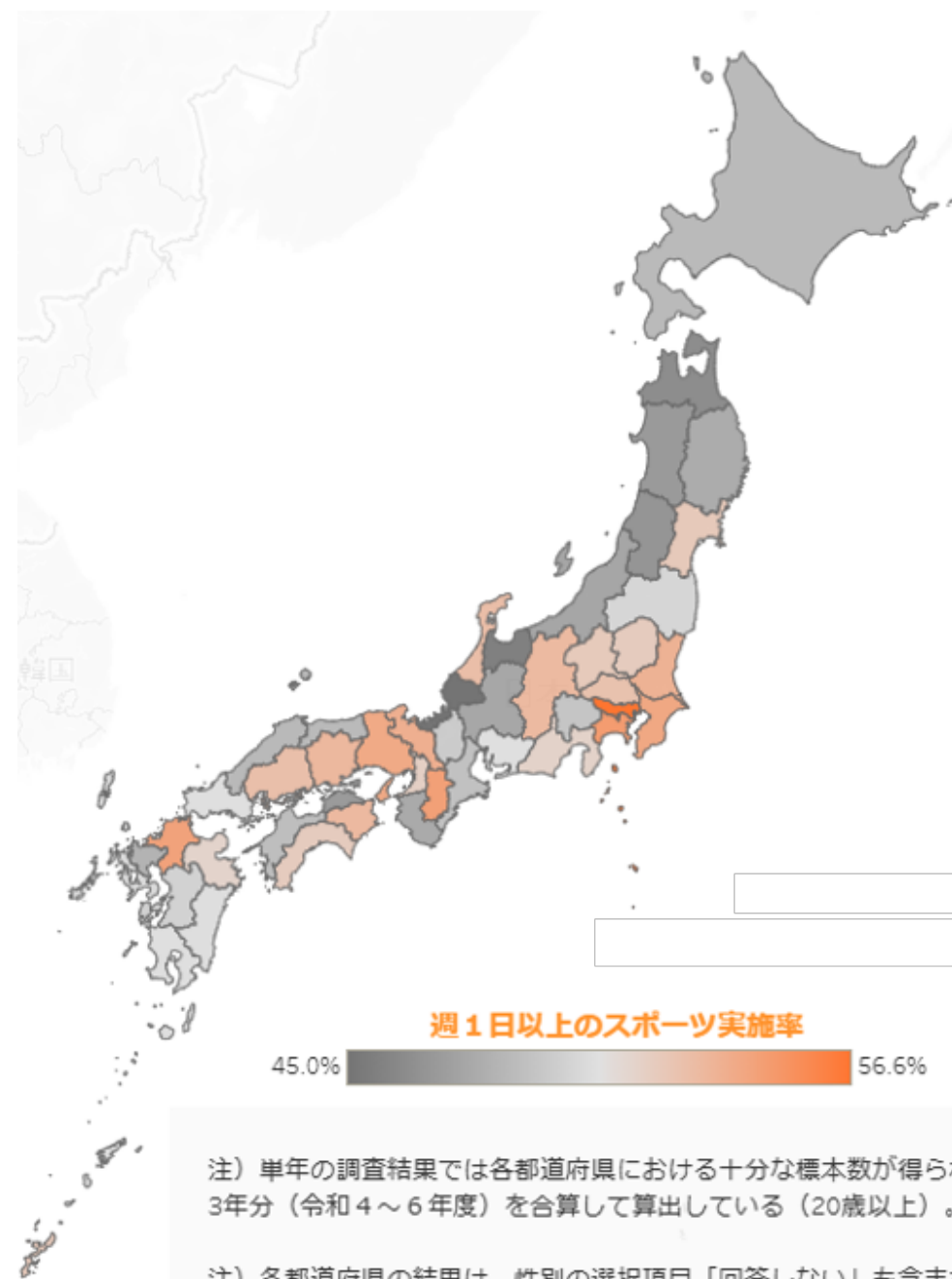


勤務先における取組の有無別スポーツ実施率(週1日以上)



※令和6年度スポーツの実施状況等に関する世論調査

スポーツ実施環境に関する地域格差



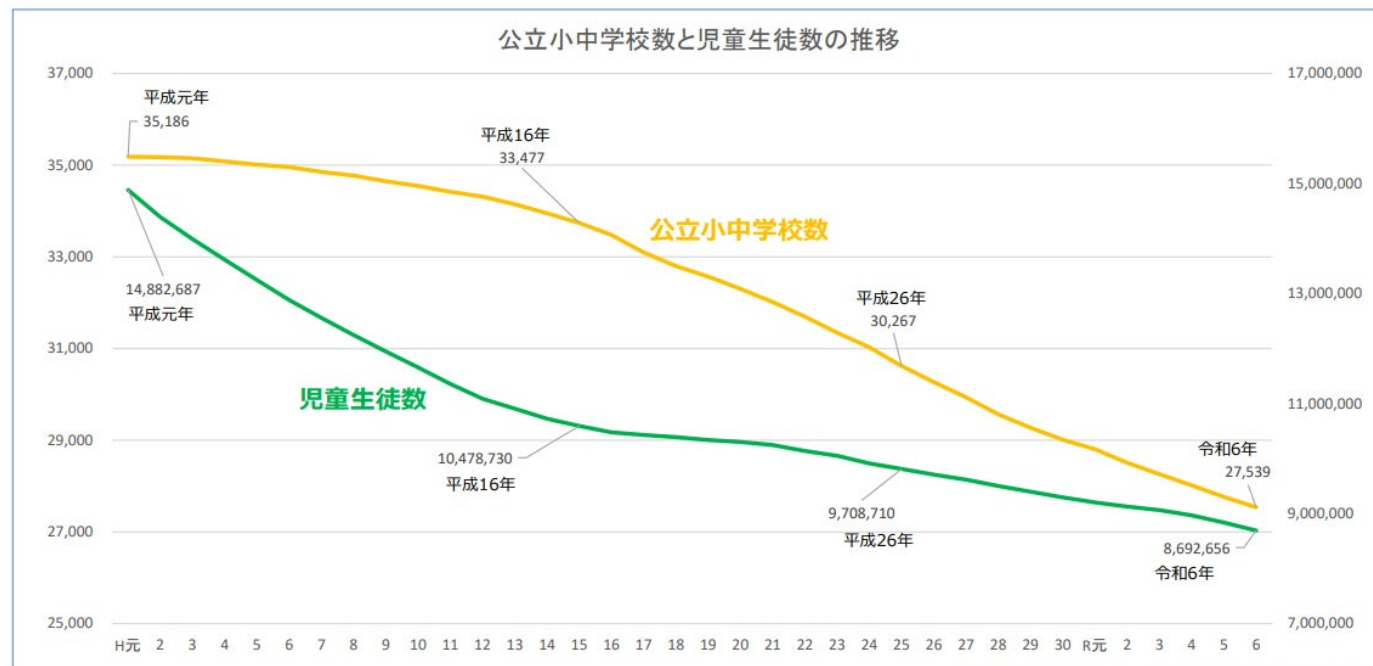
	全体			
	週1日以上 (名)	週1日以上 実施率	Rank	総計 (名)
1 北海道	2,409	48.8%	34	4,937
2 青森県	471	46.4%	45	1,016
3 岩手県	467	48.0%	38	972
4 宮城県	1,457	52.2%	16	2,792
5 秋田県	442	47.1%	43	938
6 山形県	455	46.9%	44	971
7 福島県	675	50.3%	28	1,343
8 茨城県	1,483	53.5%	8	2,771
9 栃木県	910	52.1%	18	1,748
10 群馬県	935	52.1%	17	1,793
11 埼玉県	3,272	52.6%	14	6,216
12 千葉県	2,985	54.1%	5	5,520
13 東京都	7,974	56.6%	1	14,096
14 神奈川県	4,864	54.7%	2	8,893
15 新潟県	886	47.7%	41	1,858
16 富山県	452	45.7%	46	990
17 石川県	558	52.8%	12	1,056
18 福井県	376	45.0%	47	836
19 山梨県	398	49.4%	31	806
20 長野県	934	53.1%	11	1,759
21 岐阜県	903	47.8%	40	1,889
22 静岡県	1,557	51.6%	21	3,015
23 愛知県	3,828	50.8%	24	7,539
24 三重県	666	49.2%	32	1,355

	全体			
	週1日以上 (名)	週1日以上 実施率	Rank	総計 (名)
25 滋賀県	582	49.7%	30	1,171
26 京都府	1,198	53.6%	7	2,233
27 大阪府	4,323	51.8%	20	8,341
28 兵庫県	2,711	54.0%	6	5,023
29 奈良県	733	54.5%	3	1,346
30 和歌山県	426	47.9%	39	889
31 鳥取県	360	48.8%	35	738
32 島根県	351	48.8%	36	720
33 岡山県	793	53.2%	9	1,491
34 広島県	1,413	52.8%	13	2,678
35 山口県	494	50.8%	25	973
36 徳島県	406	53.1%	10	764
37 香川県	397	47.1%	42	842
38 愛媛県	563	49.0%	33	1,149
39 高知県	357	52.0%	19	686
40 福岡県	3,258	54.3%	4	5,996
41 佐賀県	418	48.4%	37	863
42 長崎県	526	50.5%	27	1,041
43 熊本県	640	50.1%	29	1,278
44 大分県	501	51.6%	22	971
45 宮崎県	439	50.7%	26	866
46 鹿児島県	548	50.8%	23	1,079
47 沖縄県	521	52.2%	15	998
総計	61,315	52.3%		117,245

注) 単年の調査結果では各都道府県における十分な標本数が得られないため、3年分(令和4~6年度)を合算して算出している(20歳以上)。

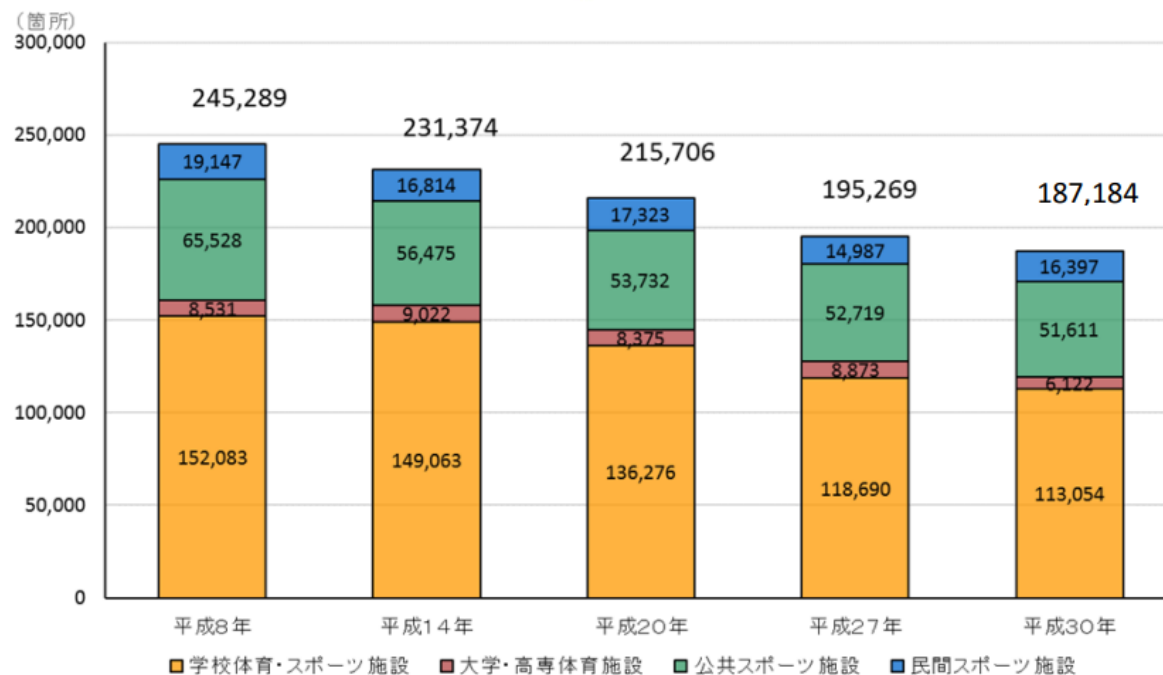
注) 各都道府県の結果は、性別の選択項目「回答しない」も含まれているため、男性と女性の合計数が全体とは一致しない。

運動・スポーツ施設の状況



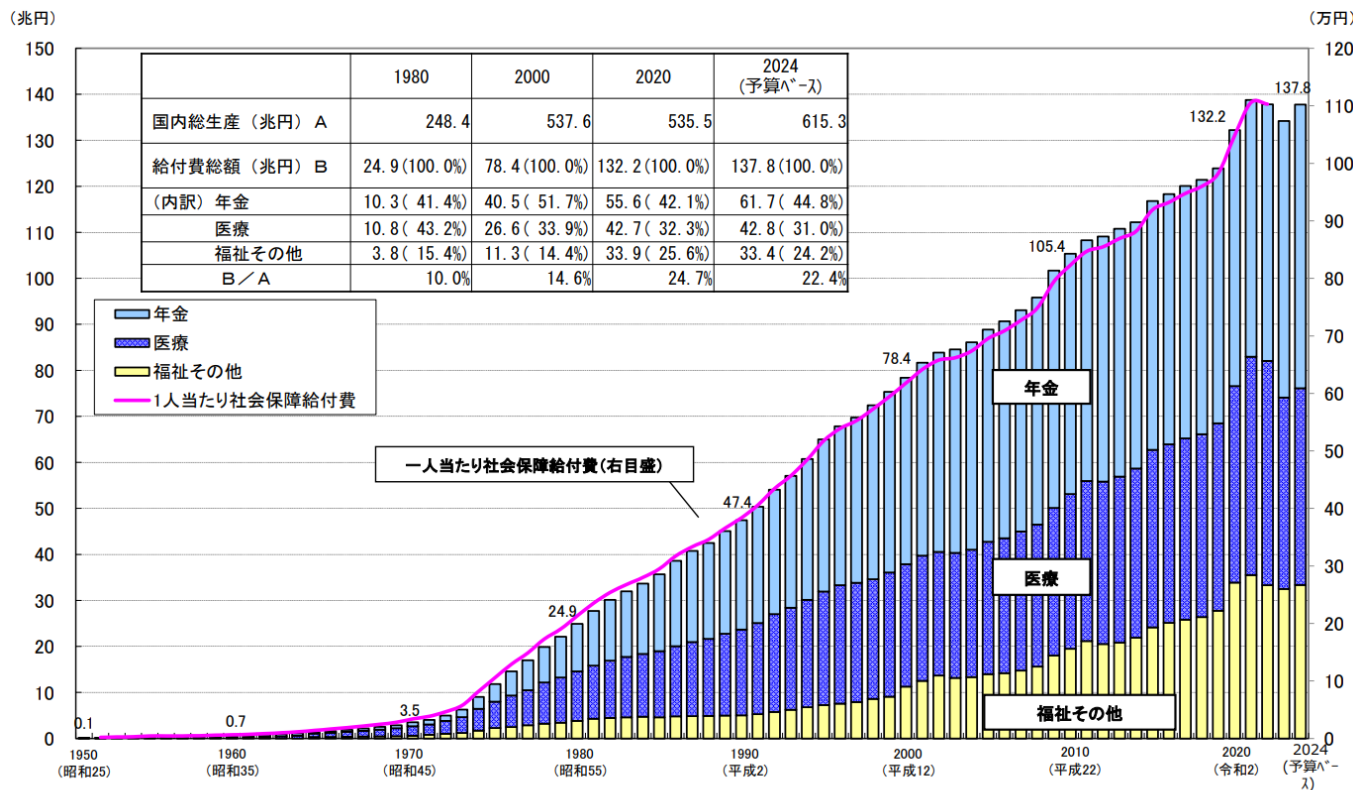
出典: 文部科学省 令和6年度 学校基本調査(確定値)

< 体育・スポーツ施設設置数の推移 >

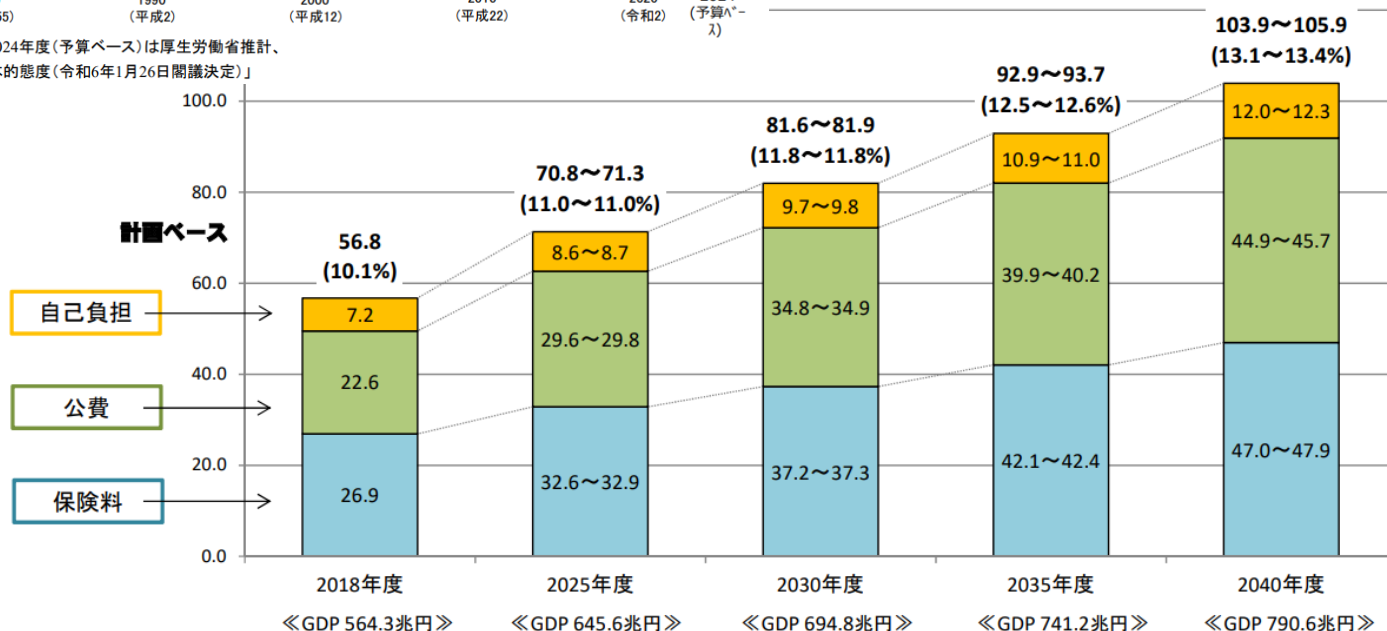


(出典) 体育・スポーツ施設現況調査

社会課題と運動・スポーツ(医療費・介護費の増大)



資料:国立社会保障・人口問題研究所「令和4年度社会保障費用統計」、2023~2024年度(予算ベース)は厚生労働省推計、
2024年度の国内総生産は「令和6年度の経済見通しと経済財政運営の基本的態度(令和6年1月26日閣議決定)」



※厚労省HPより

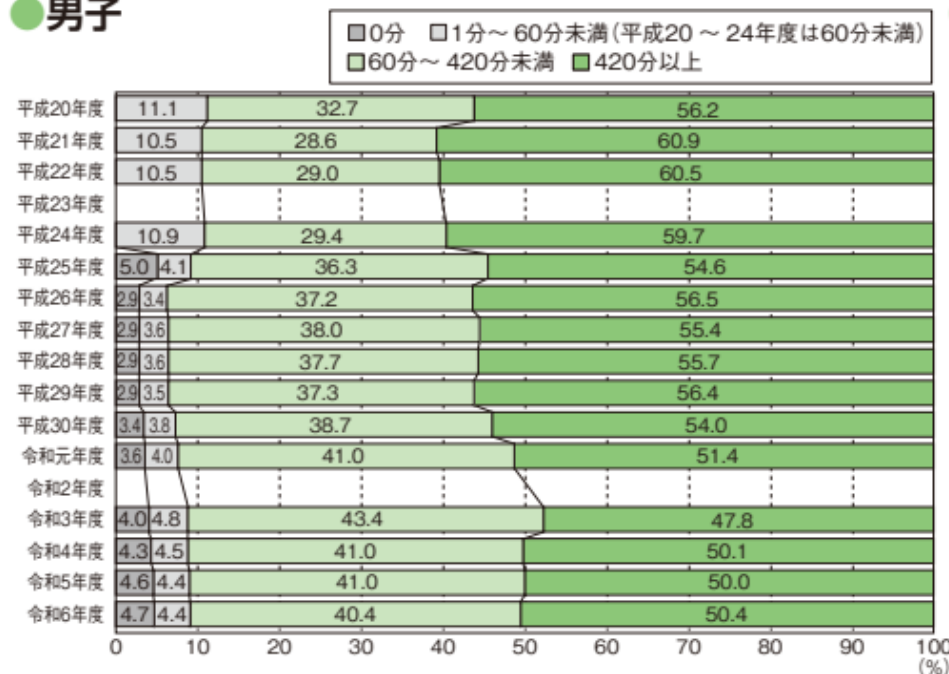
1週間の総運動時間が60分未満の子供の割合

	第3期計画初年度 R4	R5	R6	目標(R8)
1週間の総運動時間が60分未満の子供の割合	児童12%、 生徒13%	児童12.6%、 生徒18.2%	児童12.6%、 生徒15.8%	児童12%(R3)から半減、 生徒13%(R3)から半減

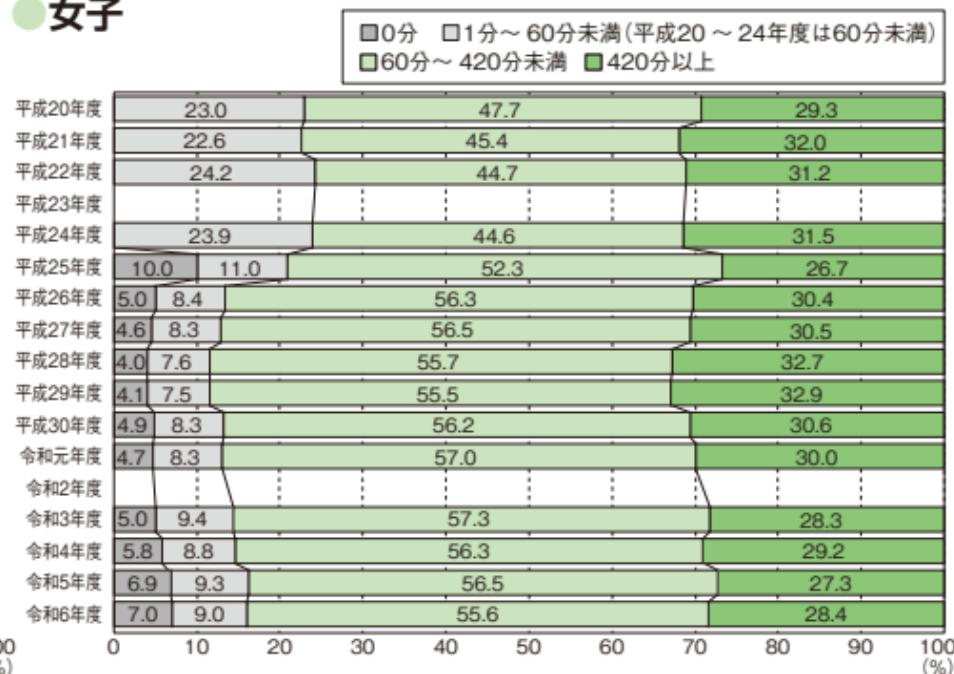
小学生 <経年変化>

※平成20～24年度は、旧算出基準による。平成25年度以降は、各曜日の運動時間の合計。

●男子

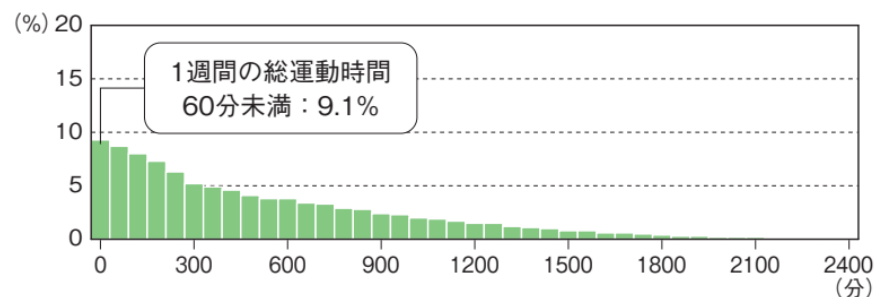


●女子

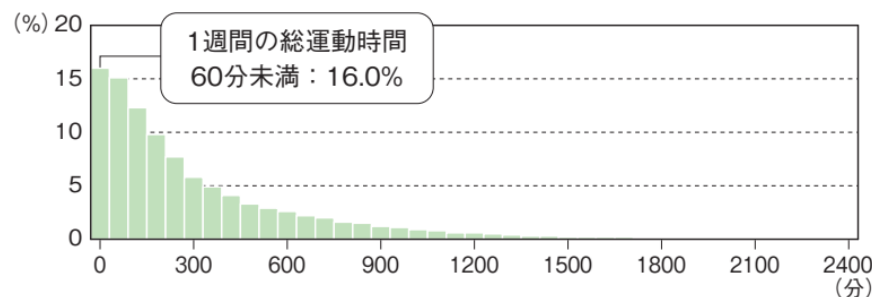


小学生 <R6年度調査>

●男子



●女子



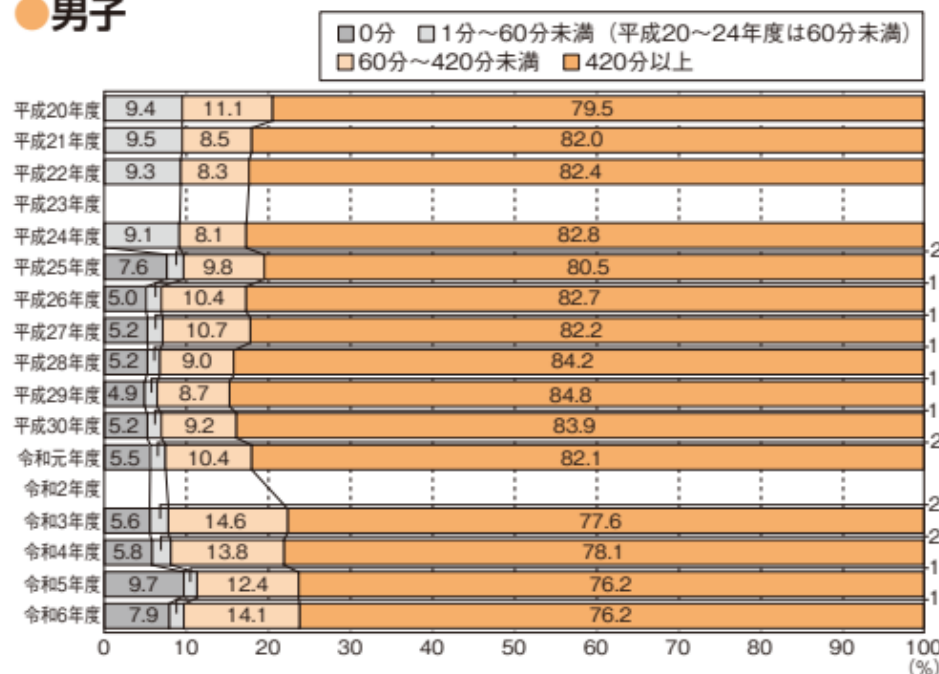
1週間の総運動時間が60分未満の子供の割合

	第3期計画初年度 R4	R5	R6	目標(R8)
1週間の総運動時間が60分未満の子供の割合	児童12%、 生徒13%	児童12.6%、 生徒18.2%	児童12.6%、 生徒15.8%	児童12%(R3)から半減、 生徒13%(R3)から半減

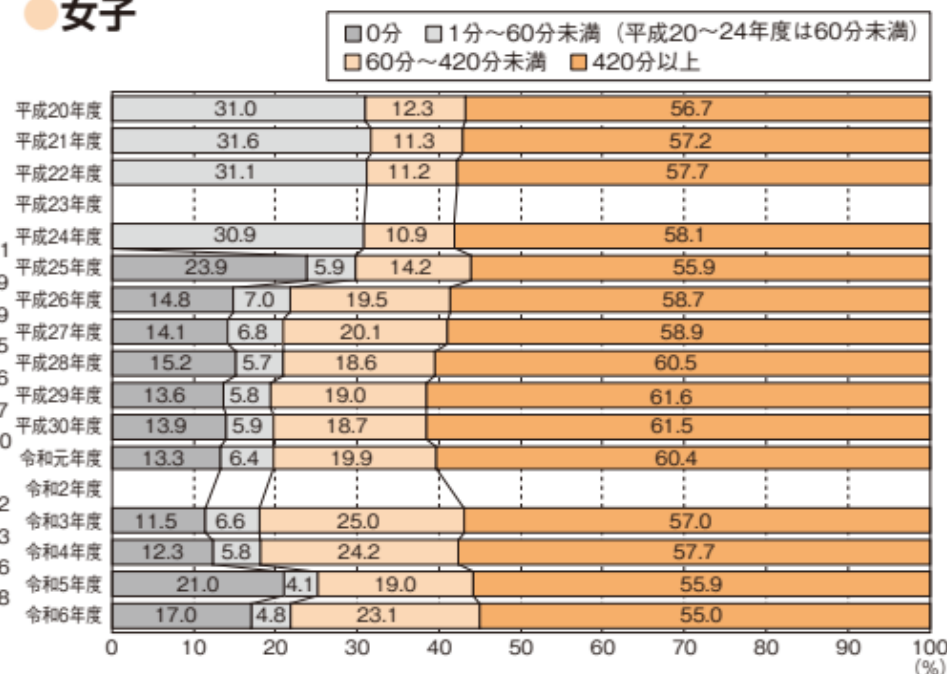
中学生 <経年変化>

※平成20～24年度は、旧算出基準による。平成25年度以降は、各曜日の運動時間の合計。

男子

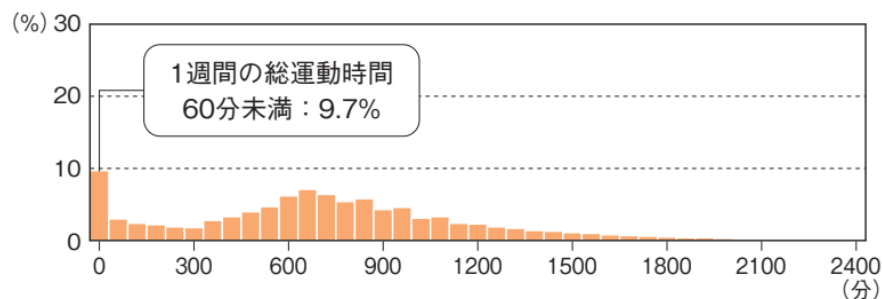


女子

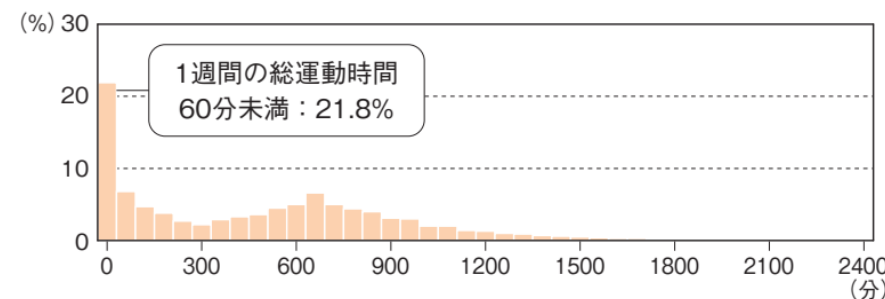


中学生 <R6年度調査>

男子



女子



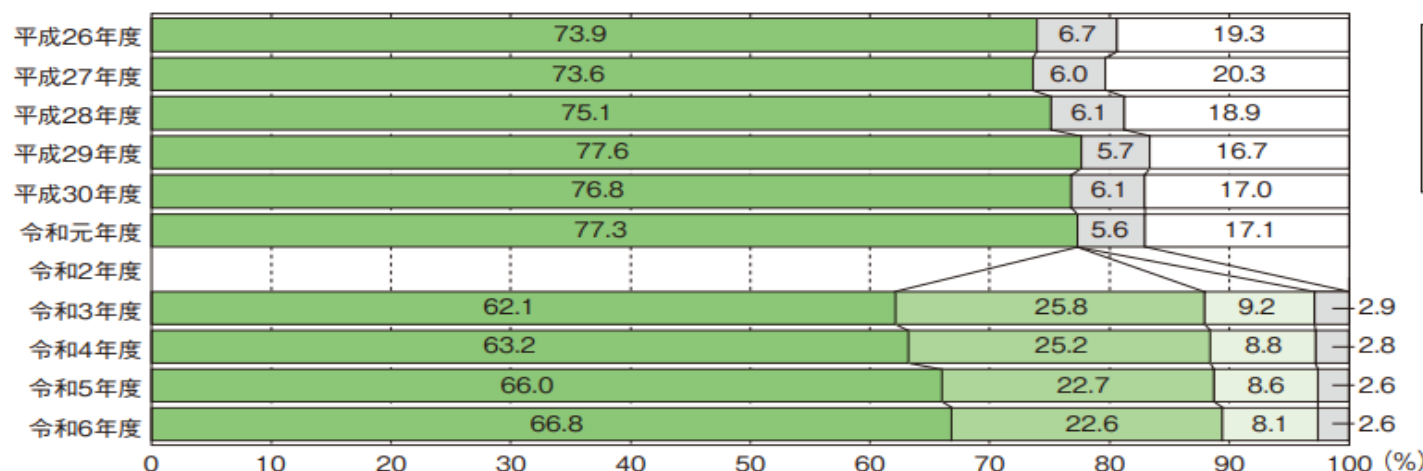
卒業後にも自主的に運動やスポーツをしたいと思う児童生徒の割合

	第3期計画初年度 R4	R5	R6	目標(R8)
卒業後も運動・スポーツを継続したい子供の増加	児童87%、 生徒82%	児童86.2%、 生徒81.3%	児童86.9%、 生徒81.9%	児童90%以上、 生徒90%以上

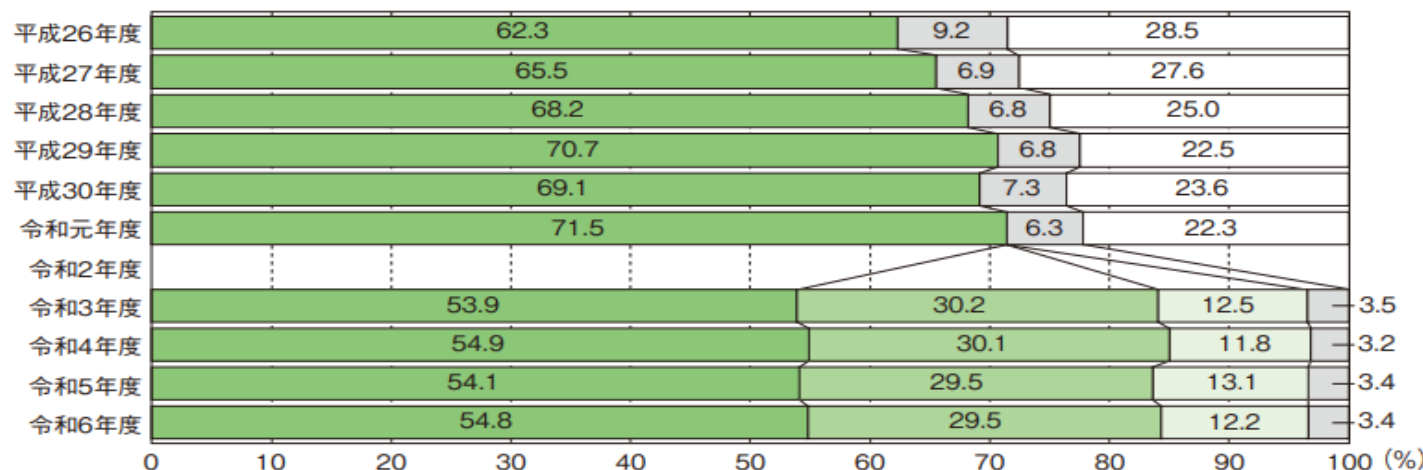
小学生 <経年変化>

〔「卒業しても運動する時間を持ちたいと思う」の経年変化〕

●男子



●女子



※平成26年度～令和元年度の選択肢は「思う」「思わない」「分からない」

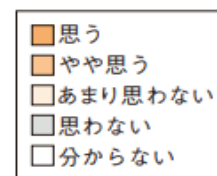
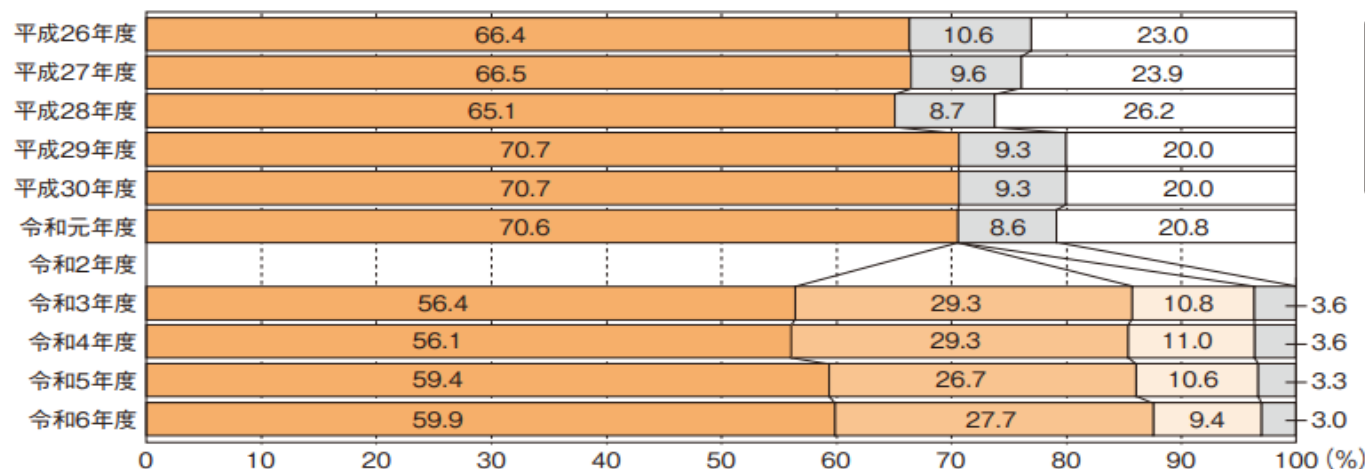
卒業後にも自主的に運動やスポーツをしたいと思う児童生徒の割合

	第3期計画初年度 R4	R5	R6	目標(R8)
卒業後も運動・スポーツを継続したい子供の増加	児童87%、 生徒82%	児童86.2%、 生徒81.3%	児童86.9%、 生徒81.9%	児童90%以上、 生徒90%以上

中学生 <経年変化>

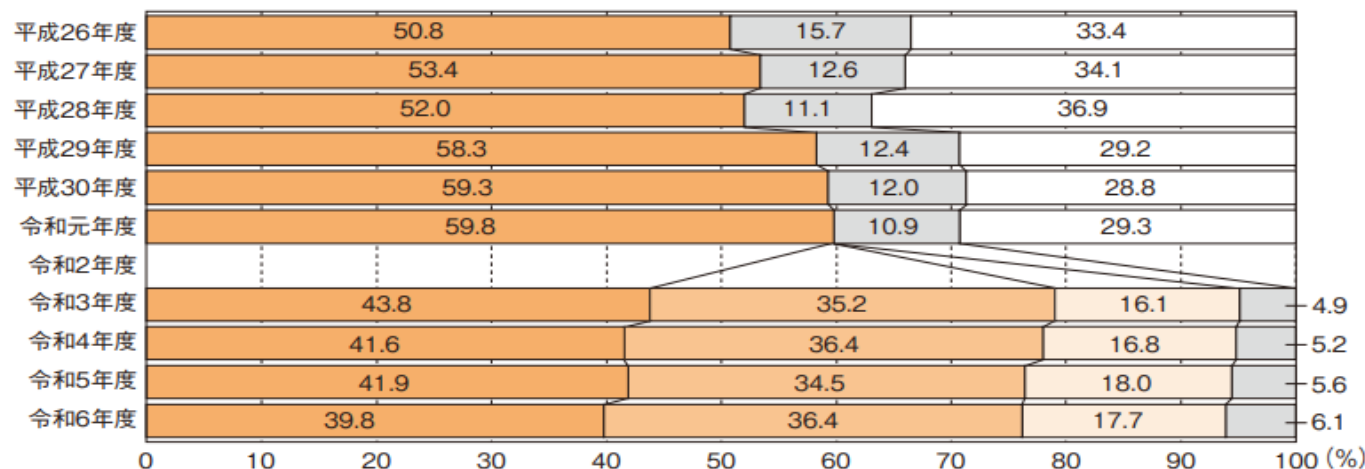
「卒業しても運動する時間を持ちたいと思う」の経年変化

●男子



※平成26年度～令和元年度の選択肢は「思う」「思わない」「分からない」

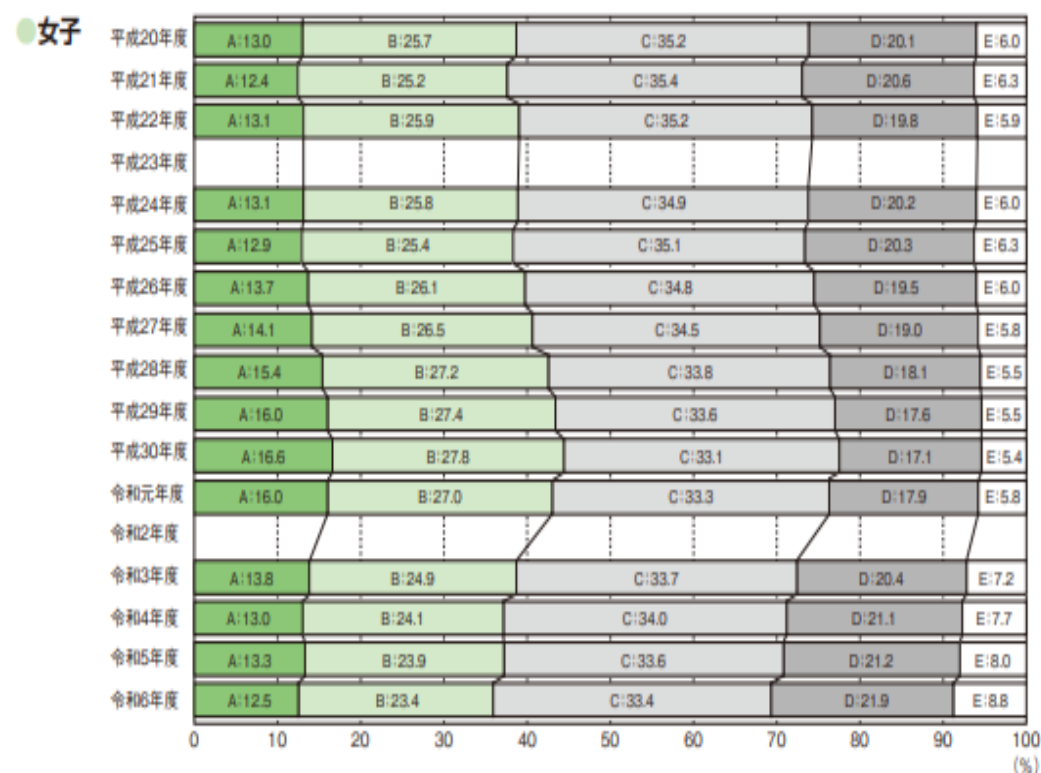
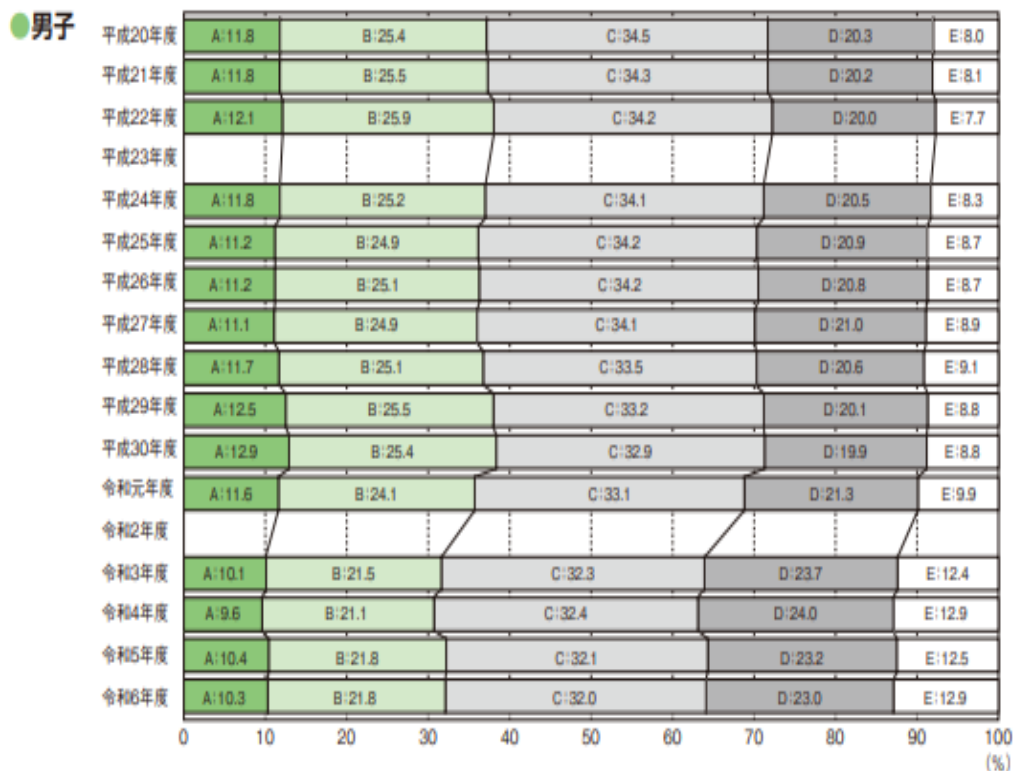
●女子



新体力テストの総合評価がC以上である児童生徒の割合

	第3期計画 初年度 R4	R5	R6	目標(R8)
新体力テストの総合評価C以上	児童67%、 生徒74%	児童67.6%、 生徒73.7%	児童66.7%、 生徒74.5%	児童80%以上、 生徒85%以上

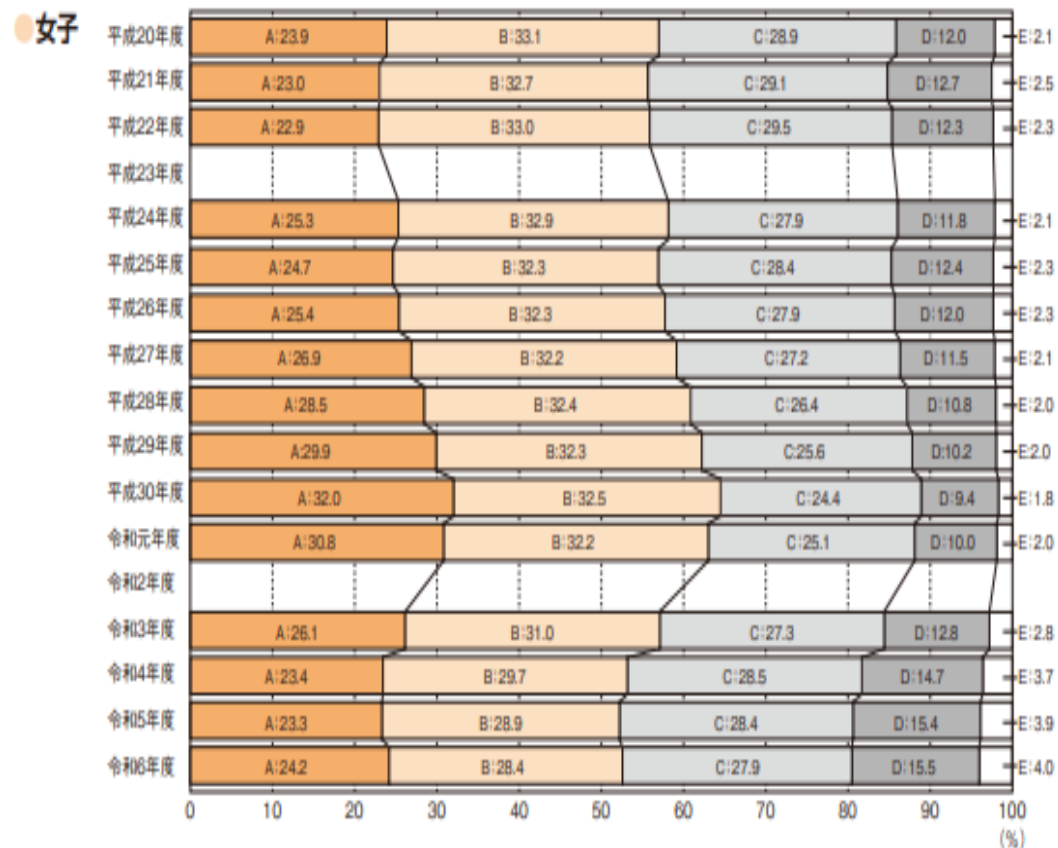
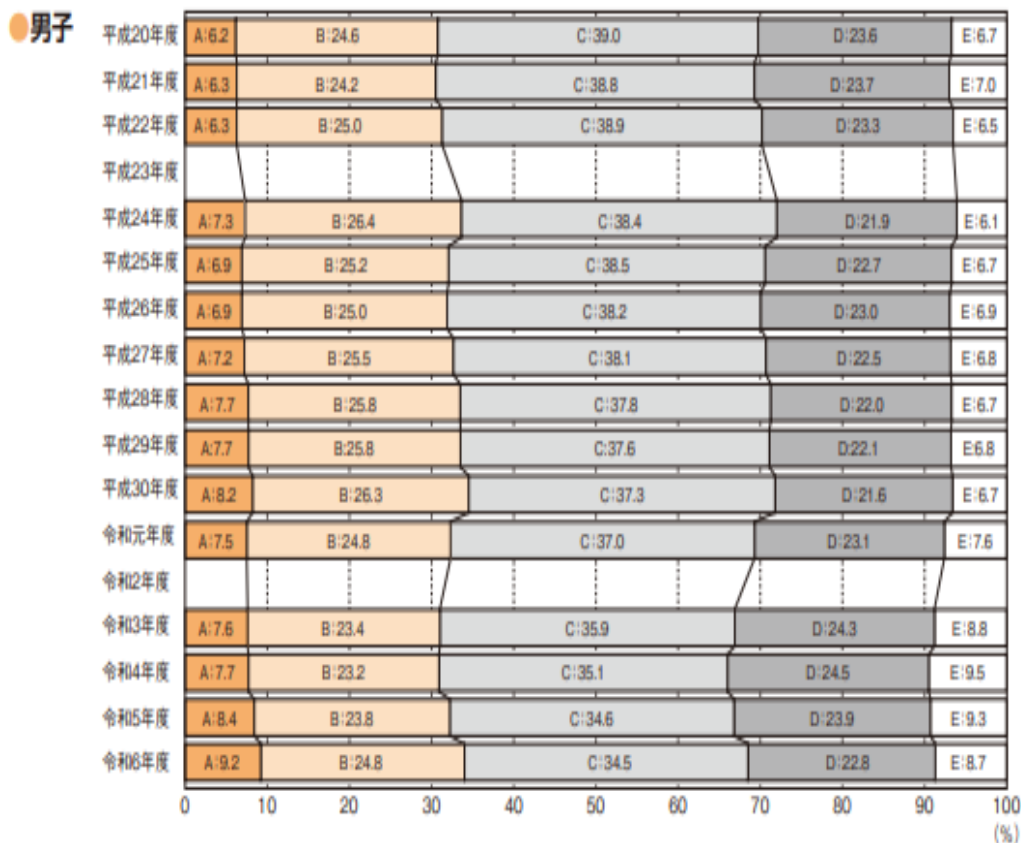
小学生 <経年変化>



新体力テストの総合評価がC以上である児童生徒の割合

	第3期計画 初年度 R4	R5	R6	目標(R8)
新体力テストの総合評価C以上	児童67%、 生徒74%	児童67.6%、 生徒73.7%	児童66.7%、 生徒74.5%	児童80%以上、 生徒85%以上

中学生 <経年変化>

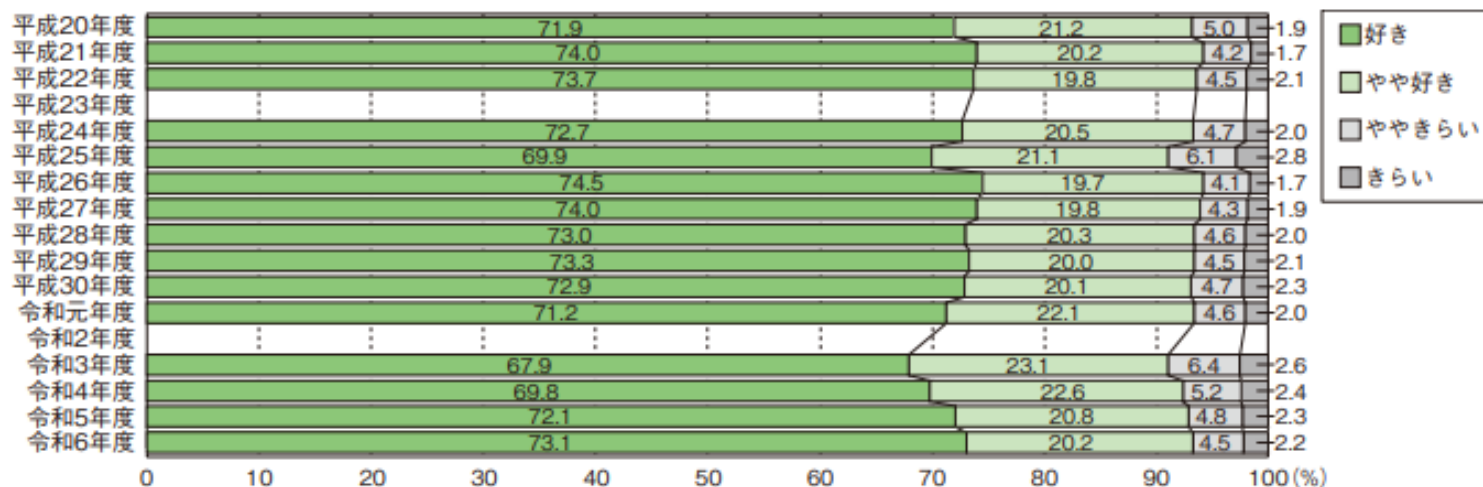


「運動・スポーツをすることは好き」と感じる児童生徒の割合

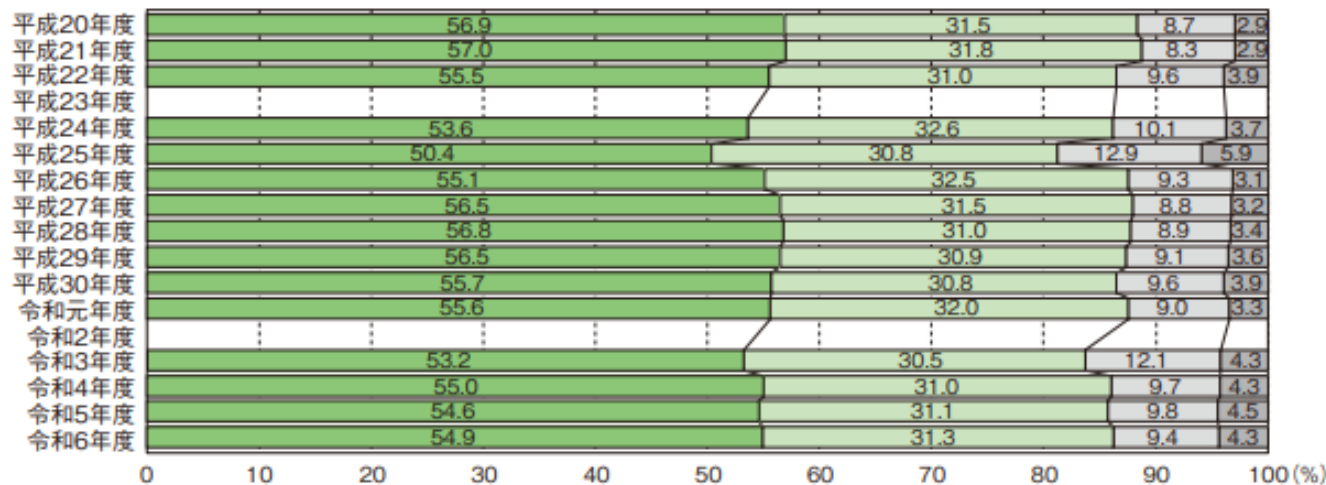
小学生

〔「好き・きれい」の経年変化〕

● 男子



● 女子

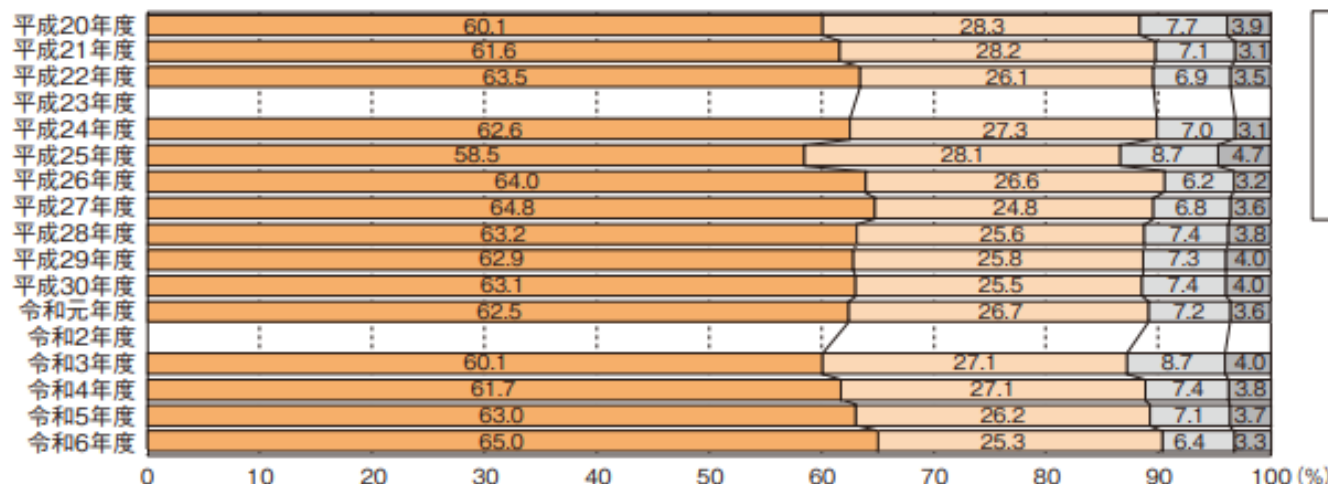


「運動・スポーツをすることは好き」と感じる児童生徒の割合

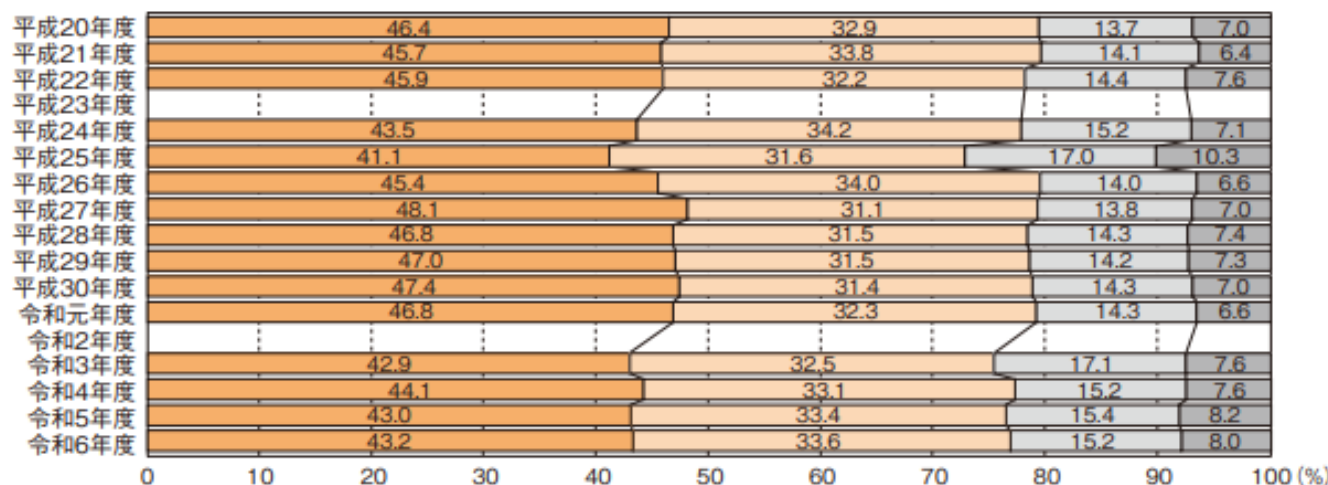
中学生

〔「好き・嫌い」の経年変化〕

●男子



●女子

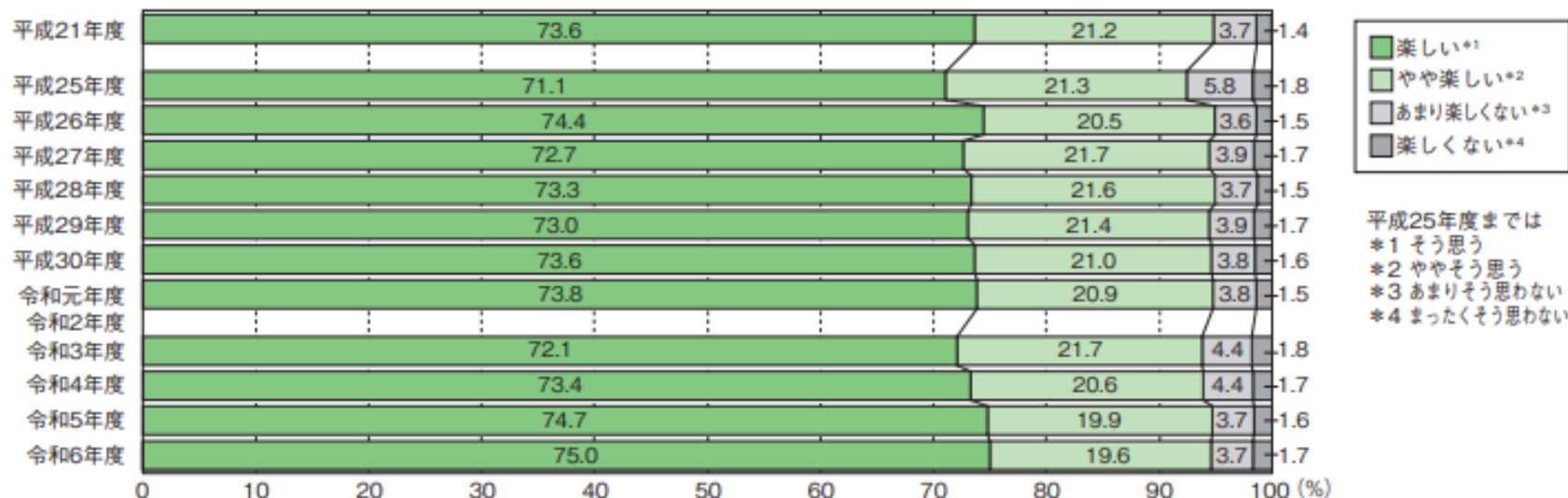


小学生

「体育の授業は楽しい」の経年変化

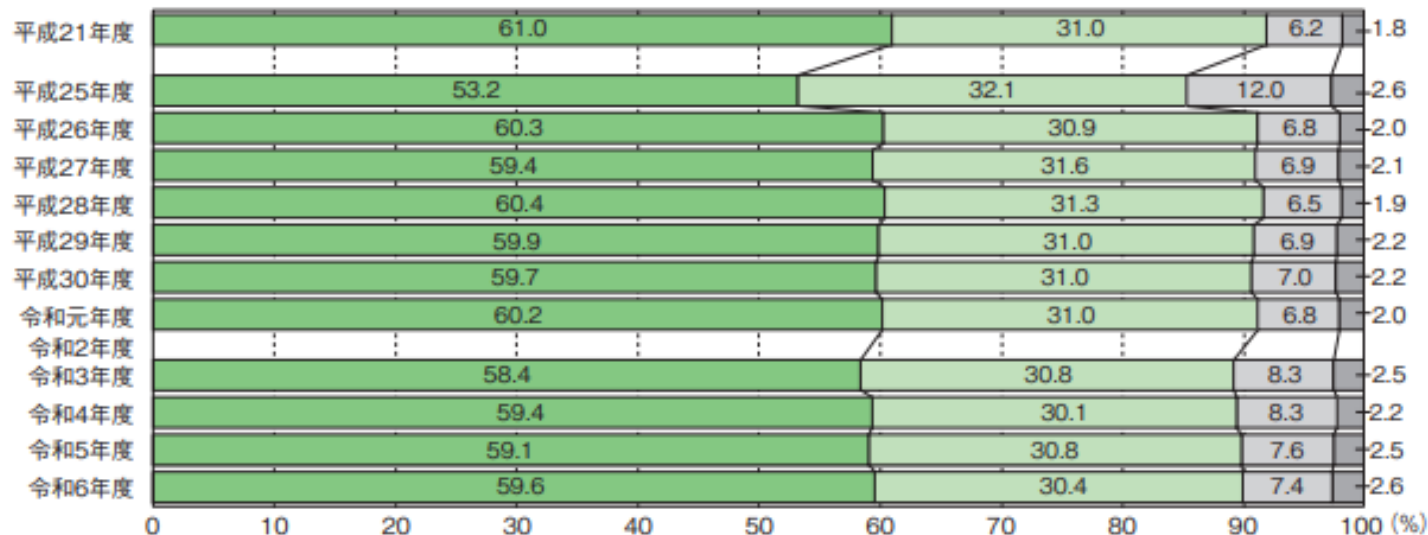
※平成 20、22、24 年度は、該当する質問項目がない。

●男子



平成25年度までは
*1 そう思う
*2 ややそう思う
*3 あまりそう思わない
*4 まったくそう思わない

●女子

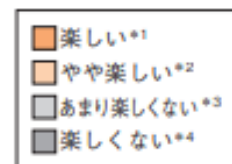
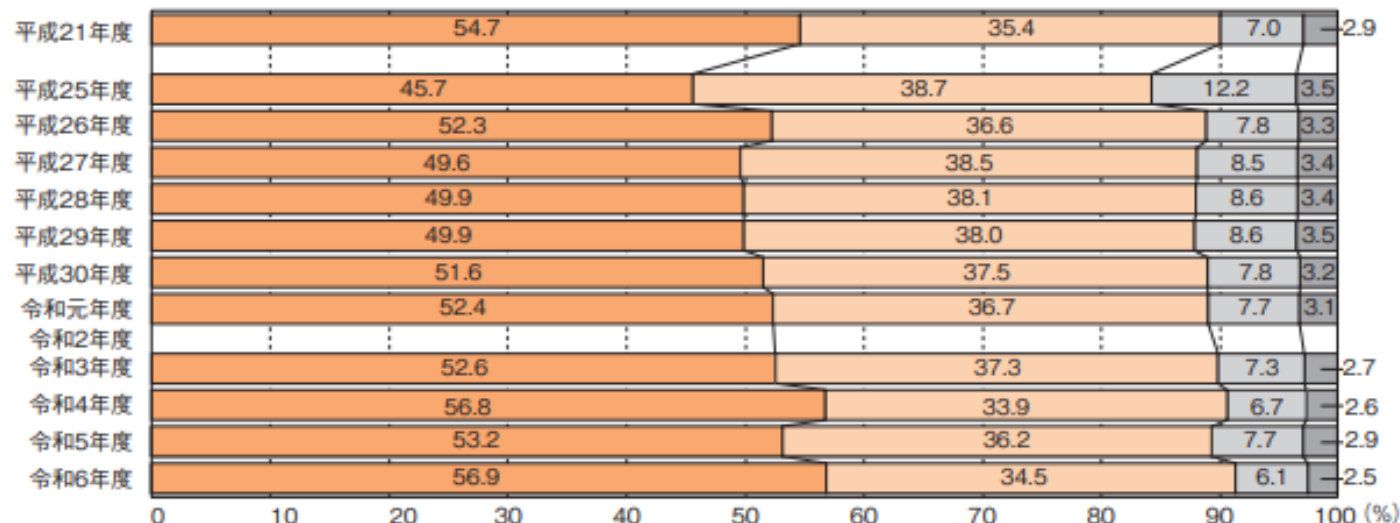


中学生

「保健体育の授業は楽しい」の経年変化

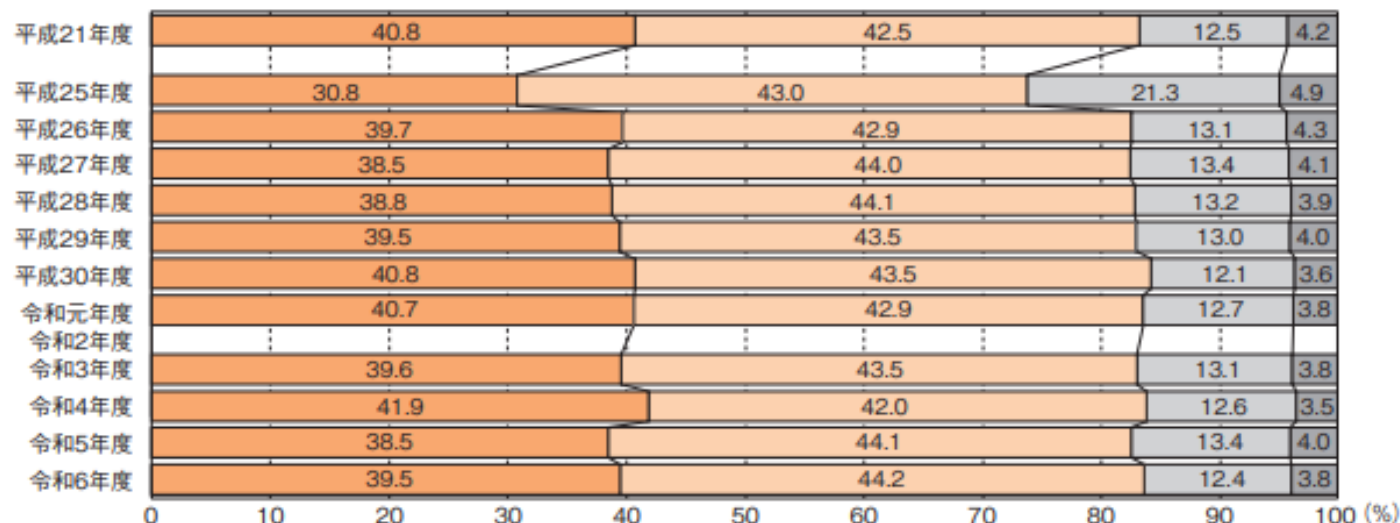
※平成 20、22、24 年度は、該当する質問項目がない。

男子



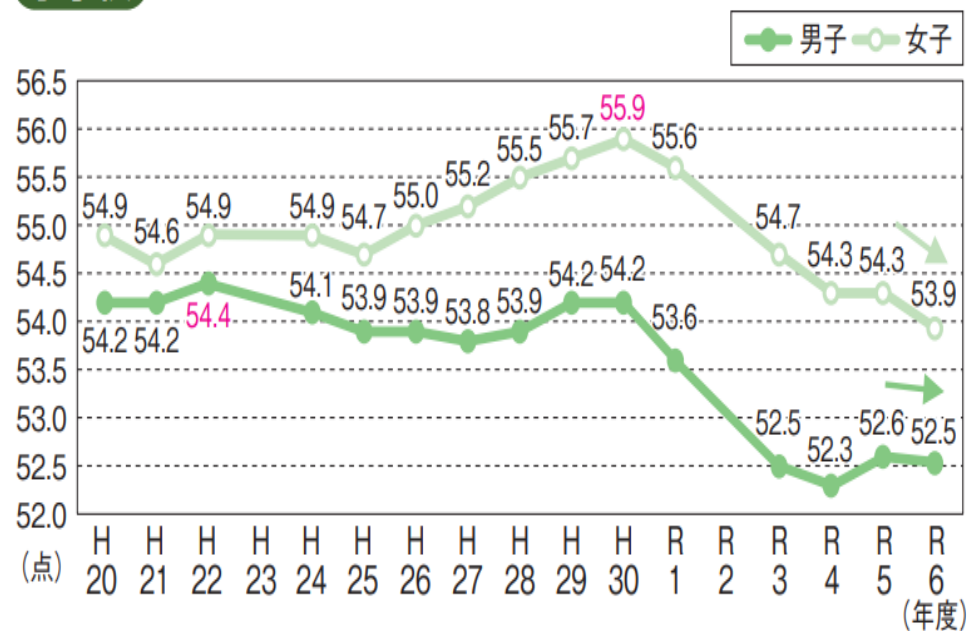
平成25年度までは
*1 そう思う
*2 ややそう思う
*3 あまりそう思わない
*4 まったくそう思わない

女子



全国体力・運動能力、運動習慣等調査における体力合計点の年次推移

小学校



中学校

