# Ⅴ　集　計　表

Q9. あなたは、普段、運動不足を感じますか。

| | | 全体 | 大いに感じる | ある程度感じる | あまり感じない | ほとんど（全く）感じない |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 35.4 | 41.6 | 16.3 | 6.7 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 30.5 | 43.0 | 18.2 | 8.4 |
| | 女性 | 20041 | 40.4 | 40.3 | 14.5 | 4.7 |
| 年代 | 10代 | 857 | 26.4 | 46.9 | 17.0 | 9.7 |
| | 20代 | 5227 | 31.5 | 43.0 | 16.1 | 9.5 |
| | 30代 | 5594 | 39.4 | 39.3 | 12.9 | 8.5 |
| | 40代 | 7193 | 41.4 | 39.2 | 13.2 | 6.1 |
| | 50代 | 7752 | 39.9 | 40.5 | 14.2 | 5.4 |
| | 60代 | 6376 | 33.6 | 43.5 | 17.9 | 5.0 |
| | 70代 | 7001 | 26.9 | 43.6 | 23.4 | 6.1 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 18.7 | 43.3 | 22.7 | 15.2 |
| | 男性20代 | 2626 | 23.9 | 44.0 | 20.1 | 12.0 |
| | 男性30代 | 2786 | 30.9 | 41.1 | 16.6 | 11.4 |
| | 男性40代 | 3587 | 34.8 | 41.0 | 16.0 | 8.2 |
| | 男性50代 | 3858 | 34.7 | 43.2 | 15.1 | 6.9 |
| | 男性60代 | 3112 | 31.5 | 44.6 | 18.1 | 5.8 |
| | 男性70代 | 3213 | 25.8 | 44.3 | 23.6 | 6.3 |
| | 女性10代 | 464 | 33.0 | 50.0 | 12.1 | 5.0 |
| | 女性20代 | 2504 | 39.5 | 42.5 | 11.7 | 6.4 |
| | 女性30代 | 2732 | 48.3 | 37.8 | 9.0 | 4.9 |
| | 女性40代 | 3522 | 48.4 | 37.5 | 10.3 | 3.7 |
| | 女性50代 | 3828 | 45.1 | 37.9 | 13.3 | 3.7 |
| | 女性60代 | 3231 | 35.8 | 42.2 | 17.8 | 4.1 |
| | 女性70代 | 3760 | 27.9 | 43.1 | 23.2 | 5.8 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 34.7 | 41.7 | 17.4 | 6.2 |
| | 東京都区部 | 3552 | 32.9 | 42.1 | 18.3 | 6.7 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 35.7 | 41.5 | 16.9 | 6.0 |
| | 大都市 | 14521 | 33.9 | 42.6 | 16.7 | 6.8 |
| | 小都市 | 11741 | 36.9 | 41.2 | 15.5 | 6.3 |
| | 町村 | 3777 | 38.6 | 38.5 | 14.5 | 8.4 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 37.2 | 41.4 | 14.8 | 6.7 |
| | 東北 | 2718 | 37.6 | 40.4 | 15.8 | 6.2 |
| | 北関東 | 2146 | 34.0 | 42.2 | 15.9 | 7.9 |
| | 首都圏 | 11930 | 34.1 | 41.7 | 17.1 | 7.1 |
| | 北陸 | 1604 | 38.4 | 40.6 | 14.5 | 6.5 |
| | 東山 | 1509 | 37.6 | 41.1 | 16.3 | 5.0 |
| | 東海 | 4067 | 35.9 | 42.0 | 16.1 | 6.1 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 34.3 | 42.4 | 16.9 | 6.3 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 33.9 | 42.3 | 17.0 | 6.8 |
| | 中国 | 2239 | 37.1 | 41.4 | 15.5 | 6.0 |
| | 四国 | 1164 | 37.0 | 40.8 | 14.9 | 7.2 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 36.1 | 40.8 | 16.3 | 6.7 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 33.1 | 42.2 | 17.0 | 7.7 |
| | 家族従業者 | 207 | 39.6 | 44.9 | 11.1 | 4.3 |
| | 雇用者 | 21731 | 36.1 | 42.6 | 15.2 | 6.1 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 35.8 | 42.6 | 15.4 | 6.3 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 37.6 | 40.4 | 17.2 | 4.8 |
| | 学生 | 1383 | 27.8 | 47.7 | 16.7 | 7.7 |
| | 無職 | 6355 | 34.9 | 39.3 | 18.9 | 6.9 |
| | その他 | 568 | 34.0 | 39.1 | 19.7 | 7.2 |
| | 答えたくない | 1163 | 30.5 | 32.1 | 17.1 | 20.3 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 44.7 | 37.8 | 12.5 | 5.0 |
| | 高校 | 10826 | 38.1 | 39.9 | 16.0 | 6.0 |
| | 短大・高専 | 4045 | 36.3 | 42.1 | 16.7 | 4.9 |
| | 専門学校 | 4546 | 39.8 | 40.8 | 13.8 | 5.6 |
| | 大学 | 17018 | 32.9 | 43.1 | 17.2 | 6.7 |
| | 大学院 | 2087 | 31.5 | 43.3 | 17.3 | 7.8 |
| | その他 | 18 | 50.0 | 16.7 | 22.2 | 11.1 |
| | 答えたくない | 786 | 25.8 | 31.4 | 15.4 | 27.4 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 41.8 | 34.8 | 13.3 | 10.1 |
| | 100万円未満 | 1209 | 37.1 | 41.2 | 16.0 | 5.8 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 38.1 | 40.9 | 16.0 | 5.0 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 34.8 | 42.8 | 16.4 | 6.0 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 33.7 | 42.4 | 17.9 | 5.9 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 34.4 | 42.4 | 16.5 | 6.7 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 37.3 | 40.9 | 16.2 | 5.6 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 37.1 | 41.9 | 14.6 | 6.4 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 37.0 | 41.7 | 14.9 | 6.4 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 36.9 | 40.7 | 16.1 | 6.3 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 36.1 | 41.4 | 16.9 | 5.7 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 34.9 | 40.7 | 16.9 | 7.4 |
| | わからない | 4002 | 37.1 | 40.7 | 16.0 | 6.1 |
| | 答えたくない | 5872 | 31.3 | 42.4 | 17.0 | 9.3 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 35.5 | 42.4 | 16.7 | 5.3 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 35.9 | 40.9 | 15.8 | 7.4 |
| | 答えたくない | 975 | 25.9 | 33.4 | 16.9 | 23.7 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 33.8 | 40.8 | 16.7 | 8.7 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 31.6 | 43.5 | 19.3 | 5.7 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 40.1 | 41.3 | 13.8 | 4.8 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 37.9 | 40.3 | 14.6 | 7.1 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 37.3 | 40.5 | 15.9 | 6.3 |
| | その他 | 3988 | 37.7 | 42.4 | 15.1 | 4.8 |
| | 答えたくない | 975 | 25.9 | 33.4 | 16.9 | 23.7 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 16.8 | 42.7 | 28.9 | 11.6 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 30.4 | 50.7 | 15.7 | 3.3 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 22.4 | 46.0 | 23.5 | 8.2 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 51.2 | 41.2 | 6.6 | 1.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 35.9 | 45.3 | 13.3 | 5.6 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 30.1 | 44.8 | 18.8 | 6.3 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 51.9 | 31.6 | 8.9 | 7.6 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 10.8 | 37.1 | 35.3 | 16.7 |
| | 週に2日 | 3316 | 17.5 | 48.9 | 27.4 | 6.1 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 12.9 | 40.8 | 32.9 | 13.5 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 34.9 | 50.9 | 12.0 | 2.2 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 37.8 | 45.3 | 12.4 | 4.5 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 26.0 | 45.7 | 21.0 | 7.4 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 51.3 | 34.7 | 8.5 | 5.4 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 20.7 | 46.9 | 21.9 | 10.5 |
| | する・みる | 12942 | 22.4 | 46.7 | 23.7 | 7.1 |
| | する・ささえる | 212 | 16.0 | 40.1 | 27.4 | 16.5 |
| | するのみ | 4963 | 23.5 | 43.9 | 23.5 | 9.2 |
| | みる・ささえる | 758 | 43.0 | 44.9 | 8.7 | 3.4 |
| | みるのみ | 9793 | 53.3 | 37.6 | 7.5 | 1.7 |
| | ささえるのみ | 118 | 41.5 | 41.5 | 13.6 | 3.4 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 45.8 | 35.2 | 10.0 | 9.0 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-1. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツ(MA)

| | | 全体 | ウォーキング(散歩・ぶらぶら歩き・一駅進んで行う歩行等) | 階段昇降(2アップ3ダウン階段・エレベーターに乗らず階段を使用する等) | ジョギング・マラソン・駅伝 | 陸上競技 | 自転車競技(トラック・ロードバイク・BMX・マウンテンバイク等) | サイクリング(自転車利用(自ら進んで行う自転車や公共交通機関に乗らず移動する等)・自転車で) | スケート・ボード・ローラースケート・一輪車 | トレーニング(筋力トレーニング・マシーンレッスン(ヨガ・ピラティス・エアロビクス・ダンス等)・ロバイクを使ってする運動等) | 体操(ラジオ体操・美容体操・太極拳等)・職場体操・器械体操・新体操・トランポリン | エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス | 縄跳び・ダブルダッチ | ダンス(ブレイキン(ブレイクダンス)・ジャズダンス・フォークダンス・社交ダンス・民謡ダンス等) | チアリーディング・バトントワリング | 水泳(競泳・水球・飛び込みアーティスティックスイミング・オープンウォータースイミング等) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 60.3 | 21.5 | 10.7 | 0.9 | 1.0 | 8.5 | 0.5 | 12.3 | 10.2 | 5.7 | 1.0 | 0.3 | 1.7 | 0.1 | 3.4 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 61.7 | 21.2 | 16.5 | 1.3 | 1.6 | 10.2 | 0.8 | 14.8 | 7.5 | 1.4 | 0.9 | 0.3 | 0.8 | 0.2 | 3.8 |
| | 女性 | 20041 | 59.3 | 22.1 | 5.1 | 0.4 | 0.4 | 6.9 | 0.3 | 10.1 | 13.0 | 10.0 | 1.0 | 0.3 | 2.5 | 0.1 | 3.1 |
| 年代 | 10代 | 857 | 65.5 | 35.1 | 22.1 | 4.8 | 2.9 | 20.9 | 1.5 | 14.2 | 8.8 | 3.7 | 4.2 | 1.6 | 7.0 | 0.6 | 4.8 |
| | 20代 | 5227 | 61.8 | 26.0 | 21.2 | 2.6 | 2.5 | 9.2 | 1.5 | 15.7 | 6.5 | 5.3 | 1.6 | 0.6 | 2.8 | 0.4 | 4.4 |
| | 30代 | 5594 | 59.3 | 24.0 | 16.0 | 1.4 | 1.3 | 8.1 | 0.8 | 14.5 | 8.6 | 5.8 | 1.6 | 0.5 | 1.2 | 0.2 | 3.4 |
| | 40代 | 7193 | 58.3 | 20.6 | 12.7 | 0.6 | 1.0 | 9.3 | 0.6 | 12.0 | 8.4 | 5.4 | 1.2 | 0.4 | 1.0 | 0.1 | 3.8 |
| | 50代 | 7752 | 56.3 | 20.1 | 8.4 | 0.3 | 0.8 | 8.0 | 0.2 | 10.6 | 8.5 | 5.4 | 0.5 | 0.2 | 0.9 | 0.1 | 2.5 |
| | 60代 | 6376 | 60.0 | 19.4 | 5.1 | 0.2 | 0.3 | 7.2 | 0.1 | 11.3 | 11.3 | 6.2 | 0.5 | 0.1 | 1.2 | 0.0 | 2.8 |
| | 70代 | 7001 | 66.1 | 19.2 | 2.8 | 0.1 | 0.1 | 7.5 | 0.1 | 11.1 | 17.3 | 6.6 | 0.3 | 0.2 | 2.5 | 0.0 | 3.8 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 61.2 | 32.1 | 30.5 | 6.7 | 4.5 | 25.4 | 1.9 | 18.2 | 7.0 | 1.1 | 3.7 | 2.1 | 3.2 | 0.8 | 6.4 |
| | 男性20代 | 2626 | 60.4 | 26.4 | 30.0 | 4.2 | 3.8 | 11.1 | 2.3 | 20.6 | 4.6 | 1.6 | 1.4 | 0.6 | 2.1 | 0.6 | 6.0 |
| | 男性30代 | 2786 | 58.7 | 24.7 | 25.2 | 2.2 | 2.1 | 9.4 | 1.1 | 19.3 | 6.5 | 1.7 | 1.9 | 0.5 | 1.0 | 0.2 | 4.4 |
| | 男性40代 | 3587 | 60.1 | 20.6 | 19.6 | 1.0 | 1.8 | 10.9 | 0.9 | 16.1 | 6.2 | 1.3 | 1.0 | 0.3 | 0.7 | 0.1 | 4.4 |
| | 男性50代 | 3858 | 57.4 | 18.8 | 13.3 | 0.4 | 1.3 | 9.4 | 0.3 | 12.5 | 5.9 | 1.2 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 2.9 |
| | 男性60代 | 3112 | 64.1 | 18.9 | 8.1 | 0.3 | 0.6 | 8.9 | 0.2 | 10.9 | 8.5 | 1.4 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 2.8 |
| | 男性70代 | 3213 | 70.2 | 18.3 | 4.8 | 0.1 | 0.2 | 9.6 | − | 10.6 | 12.9 | 1.5 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | − | 2.7 |
| | 女性10代 | 464 | 69.8 | 38.4 | 15.9 | 3.4 | 1.3 | 17.5 | 1.3 | 11.6 | 10.6 | 6.0 | 4.7 | 1.3 | 9.9 | 0.4 | 3.7 |
| | 女性20代 | 2504 | 63.8 | 25.9 | 12.3 | 1.0 | 1.3 | 7.4 | 0.8 | 10.8 | 8.2 | 9.3 | 1.8 | 0.5 | 3.5 | 0.3 | 2.9 |
| | 女性30代 | 2732 | 60.4 | 23.7 | 6.8 | 0.6 | 0.5 | 6.8 | 0.5 | 9.9 | 10.8 | 10.1 | 1.4 | 0.5 | 1.3 | 0.1 | 2.4 |
| | 女性40代 | 3522 | 56.8 | 20.9 | 5.8 | 0.3 | 0.3 | 7.8 | 0.2 | 8.0 | 10.7 | 9.6 | 1.3 | 0.5 | 1.4 | − | 3.2 |
| | 女性50代 | 3828 | 55.2 | 21.4 | 3.5 | 0.1 | 0.3 | 6.7 | 0.1 | 8.8 | 11.2 | 9.6 | 0.5 | 0.2 | 1.6 | 0.0 | 2.1 |
| | 女性60代 | 3231 | 56.4 | 19.9 | 2.3 | 0.0 | 0.0 | 5.6 | 0.0 | 11.7 | 14.2 | 10.7 | 0.4 | 0.1 | 2.1 | − | 2.7 |
| | 女性70代 | 3760 | 62.9 | 20.0 | 1.1 | 0.0 | 0.1 | 5.8 | 0.1 | 11.5 | 21.0 | 11.0 | 0.3 | 0.3 | 4.2 | 0.0 | 4.7 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 64.7 | 25.6 | 11.4 | 0.9 | 0.8 | 10.5 | 0.5 | 14.2 | 10.2 | 6.5 | 0.7 | 0.4 | 1.7 | 0.1 | 4.4 |
| | 東京都区部 | 3552 | 66.9 | 24.9 | 13.2 | 1.3 | 1.0 | 11.0 | 0.9 | 14.6 | 8.9 | 7.0 | 0.6 | 0.4 | 2.1 | 0.1 | 5.4 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 63.5 | 26.0 | 10.4 | 0.7 | 0.7 | 10.2 | 0.3 | 14.0 | 10.9 | 6.3 | 0.7 | 0.3 | 1.5 | 0.1 | 3.9 |
| | 大都市 | 14521 | 63.2 | 23.3 | 11.7 | 0.9 | 1.2 | 9.6 | 0.6 | 12.8 | 10.3 | 5.8 | 1.1 | 0.4 | 1.9 | 0.2 | 3.7 |
| | 小都市 | 11741 | 56.0 | 18.0 | 9.7 | 0.8 | 1.0 | 6.6 | 0.5 | 11.0 | 10.2 | 5.3 | 0.9 | 0.3 | 1.5 | 0.1 | 2.6 |
| | 町村 | 3777 | 51.1 | 15.4 | 8.0 | 0.6 | 0.6 | 4.5 | 0.4 | 10.0 | 10.2 | 4.8 | 1.1 | 0.2 | 1.3 | 0.1 | 2.0 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 57.9 | 21.5 | 10.3 | 1.3 | 1.2 | 8.1 | 0.8 | 12.4 | 9.9 | 5.4 | 1.3 | 0.4 | 1.5 | 0.1 | 2.6 |
| | 東北 | 2718 | 56.5 | 19.5 | 8.9 | 0.7 | 0.8 | 6.1 | 0.4 | 12.0 | 11.7 | 4.6 | 1.3 | 0.5 | 1.7 | 0.1 | 2.7 |
| | 北関東 | 2146 | 58.4 | 18.5 | 11.6 | 0.8 | 2.0 | 7.9 | 0.6 | 12.4 | 12.2 | 7.0 | 1.2 | 0.5 | 1.4 | 0.1 | 3.2 |
| | 首都圏 | 11930 | 63.6 | 24.4 | 11.9 | 0.9 | 0.9 | 9.9 | 0.6 | 13.2 | 9.2 | 6.4 | 0.7 | 0.3 | 1.7 | 0.2 | 4.3 |
| | 北陸 | 1604 | 56.8 | 18.5 | 10.8 | 0.9 | 1.1 | 7.0 | 0.5 | 13.3 | 11.7 | 5.2 | 1.1 | 0.2 | 1.9 | 0.1 | 2.4 |
| | 東山 | 1509 | 57.5 | 18.3 | 9.1 | 0.5 | 0.8 | 5.9 | 0.7 | 11.2 | 10.2 | 6.2 | 1.3 | 0.1 | 1.7 | 0.1 | 2.9 |
| | 東海 | 4067 | 59.7 | 21.7 | 10.9 | 0.6 | 1.2 | 8.2 | 0.3 | 12.5 | 11.1 | 5.4 | 1.0 | 0.4 | 1.5 | 0.0 | 3.1 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 60.0 | 21.8 | 9.8 | 1.0 | 1.1 | 9.7 | 0.6 | 11.9 | 9.2 | 5.9 | 0.9 | 0.4 | 2.0 | 0.2 | 3.6 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 60.8 | 21.6 | 8.6 | 0.7 | 1.2 | 7.3 | 0.7 | 11.6 | 11.2 | 5.1 | 0.9 | 0.2 | 1.5 | − | 3.6 |
| | 中国 | 2239 | 58.3 | 19.8 | 10.1 | 0.7 | 0.6 | 8.4 | 0.5 | 11.4 | 10.9 | 5.0 | 1.1 | 0.3 | 1.3 | 0.1 | 2.5 |
| | 四国 | 1164 | 54.8 | 17.4 | 8.7 | 0.6 | 0.8 | 9.5 | 0.4 | 9.0 | 9.5 | 4.1 | 0.9 | 0.2 | 1.8 | 0.1 | 2.1 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 61.1 | 20.3 | 11.0 | 0.9 | 0.7 | 6.9 | 0.4 | 12.0 | 10.9 | 5.3 | 0.9 | 0.4 | 1.5 | 0.2 | 3.1 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 56.9 | 21.3 | 11.2 | 1.7 | 2.3 | 10.3 | 1.6 | 13.2 | 9.2 | 5.2 | 0.9 | 0.6 | 2.3 | 0.3 | 3.4 |
| | 家族従業者 | 207 | 58.9 | 18.8 | 5.8 | 1.9 | 2.4 | 7.2 | 1.4 | 19.3 | 11.6 | 8.2 | 1.9 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 2.4 |
| | 雇用者 | 21731 | 60.8 | 23.2 | 14.2 | 0.9 | 1.2 | 8.7 | 0.6 | 13.3 | 8.8 | 5.5 | 1.0 | 0.3 | 1.2 | 0.1 | 3.6 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 60.3 | 22.9 | 13.7 | 1.0 | 1.3 | 8.9 | 0.7 | 13.3 | 8.9 | 5.5 | 1.0 | 0.4 | 1.3 | 0.1 | 3.6 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 60.3 | 19.6 | 2.3 | 0.1 | 0.1 | 6.2 | 0.1 | 9.8 | 15.3 | 9.7 | 0.7 | 0.3 | 2.5 | 0.0 | 3.7 |
| | 学生 | 1383 | 68.7 | 35.8 | 25.0 | 4.1 | 2.2 | 18.7 | 1.2 | 17.3 | 8.1 | 4.0 | 3.8 | 1.4 | 6.1 | 0.4 | 6.1 |
| | 無職 | 6355 | 62.7 | 17.5 | 3.9 | 0.1 | 0.3 | 7.6 | 0.0 | 10.8 | 12.5 | 4.1 | 0.4 | 0.1 | 1.3 | 0.1 | 2.3 |
| | その他 | 568 | 61.4 | 17.1 | 8.1 | 1.2 | 0.5 | 8.1 | 0.2 | 11.4 | 13.2 | 6.9 | 1.1 | 0.2 | 2.8 | − | 2.5 |
| | 答えたくない | 1163 | 37.2 | 8.8 | 6.1 | 0.9 | 0.9 | 3.4 | 0.5 | 5.6 | 3.4 | 2.9 | 0.1 | 0.2 | 0.9 | 0.1 | 1.3 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 47.5 | 15.1 | 4.3 | 0.3 | 0.9 | 6.1 | − | 7.1 | 5.8 | 1.9 | 0.4 | − | 0.7 | − | 1.0 |
| | 高校 | 10826 | 54.1 | 17.2 | 6.7 | 0.5 | 0.7 | 6.5 | 0.2 | 9.7 | 9.8 | 4.2 | 0.9 | 0.2 | 1.2 | 0.0 | 2.0 |
| | 短大・高専 | 4045 | 59.7 | 20.3 | 5.3 | 0.4 | 0.6 | 7.5 | 0.2 | 10.2 | 12.8 | 9.0 | 0.9 | 0.2 | 2.2 | 0.1 | 3.3 |
| | 専門学校 | 4546 | 56.3 | 19.1 | 7.5 | 0.5 | 0.7 | 7.7 | 0.5 | 11.8 | 10.1 | 5.4 | 0.7 | 0.4 | 1.6 | 0.2 | 2.2 |
| | 大学 | 17018 | 65.9 | 25.0 | 14.8 | 1.2 | 1.3 | 10.0 | 0.8 | 14.5 | 10.3 | 6.4 | 1.1 | 0.4 | 1.8 | 0.2 | 4.6 |
| | 大学院 | 2087 | 69.6 | 29.4 | 18.7 | 1.4 | 1.7 | 12.9 | 0.6 | 17.7 | 10.6 | 5.1 | 1.1 | 0.4 | 1.9 | 0.2 | 5.8 |
| | その他 | 18 | 61.1 | 44.4 | 5.6 | − | − | 5.6 | − | 5.6 | 5.6 | − | − | − | − | − | 5.6 |
| | 答えたくない | 786 | 37.5 | 9.8 | 5.5 | 0.9 | 1.0 | 3.6 | 0.4 | 5.5 | 5.0 | 3.9 | 0.5 | 0.1 | 1.0 | 0.1 | 1.0 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 49.7 | 15.1 | 5.4 | 0.4 | 0.4 | 8.7 | 0.3 | 8.2 | 6.9 | 3.4 | 1.4 | 0.3 | 1.9 | 0.1 | 2.3 |
| | 100万円未満 | 1209 | 55.9 | 17.4 | 7.4 | 1.2 | 0.9 | 9.1 | 0.5 | 9.8 | 9.2 | 5.0 | 0.9 | 0.2 | 2.0 | 0.2 | 2.4 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 57.6 | 18.0 | 5.0 | 0.4 | 0.6 | 7.7 | 0.3 | 9.9 | 11.3 | 4.4 | 0.6 | 0.4 | 1.5 | 0.0 | 2.9 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 61.2 | 18.7 | 6.4 | 0.6 | 0.6 | 7.6 | 0.4 | 11.2 | 12.8 | 5.1 | 0.5 | 0.2 | 1.9 | 0.1 | 2.9 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 62.5 | 21.0 | 8.7 | 0.7 | 0.7 | 8.0 | 0.4 | 12.0 | 11.5 | 5.4 | 0.8 | 0.3 | 2.1 | 0.1 | 3.1 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 61.5 | 21.6 | 11.2 | 0.8 | 1.2 | 8.9 | 0.5 | 12.8 | 10.1 | 5.8 | 0.7 | 0.2 | 1.4 | 0.1 | 3.1 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 61.9 | 23.6 | 13.2 | 1.0 | 1.4 | 9.4 | 0.9 | 13.1 | 11.5 | 5.9 | 1.6 | 0.6 | 1.2 | 0.1 | 4.0 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 62.0 | 23.0 | 14.7 | 1.1 | 1.1 | 9.4 | 0.4 | 12.9 | 8.8 | 5.1 | 1.1 | 0.4 | 1.4 | 0.2 | 3.5 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 62.3 | 24.7 | 16.0 | 1.4 | 1.5 | 9.8 | 0.8 | 14.9 | 9.1 | 5.9 | 1.1 | 0.4 | 1.2 | 0.1 | 4.0 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 66.0 | 27.1 | 17.2 | 1.1 | 1.8 | 10.1 | 0.9 | 15.9 | 10.6 | 6.7 | 1.4 | 0.2 | 1.5 | 0.1 | 5.3 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 67.2 | 27.9 | 19.8 | 1.6 | 1.8 | 12.3 | 1.2 | 16.9 | 9.2 | 7.3 | 1.2 | 0.8 | 1.9 | 0.3 | 5.6 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 67.6 | 29.5 | 20.3 | 1.9 | 1.9 | 11.3 | 0.8 | 19.1 | 9.6 | 8.4 | 1.7 | 0.6 | 2.4 | 0.3 | 6.4 |
| | わからない | 4002 | 54.6 | 20.3 | 6.7 | 0.6 | 0.4 | 7.5 | 0.1 | 10.0 | 9.9 | 5.9 | 0.9 | 0.3 | 2.0 | 0.1 | 2.1 |
| | 答えたくない | 5872 | 55.0 | 17.2 | 6.4 | 0.4 | 0.5 | 5.7 | 0.3 | 9.4 | 8.9 | 5.5 | 0.5 | 0.2 | 1.3 | 0.0 | 2.4 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 62.5 | 21.2 | 10.0 | 0.7 | 0.9 | 8.1 | 0.5 | 11.7 | 11.2 | 5.9 | 0.9 | 0.3 | 1.5 | 0.1 | 3.7 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 58.7 | 22.5 | 11.9 | 1.0 | 1.1 | 9.2 | 0.5 | 13.5 | 9.1 | 5.6 | 1.1 | 0.4 | 1.9 | 0.1 | 3.2 |
| | 答えたくない | 975 | 39.0 | 11.9 | 5.9 | 1.3 | 1.0 | 4.6 | 0.7 | 6.8 | 6.4 | 4.1 | 0.5 | − | 0.6 | 0.1 | 1.2 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 60.0 | 21.9 | 12.4 | 1.0 | 1.1 | 9.5 | 0.5 | 14.1 | 8.7 | 5.5 | 0.8 | 0.4 | 1.8 | 0.1 | 3.3 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 64.6 | 21.0 | 8.0 | 0.6 | 0.9 | 7.5 | 0.4 | 12.4 | 12.3 | 6.6 | 0.5 | 0.3 | 1.8 | 0.1 | 3.6 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 60.6 | 21.7 | 12.6 | 0.7 | 0.9 | 9.0 | 0.6 | 11.0 | 10.0 | 5.3 | 1.3 | 0.3 | 1.1 | 0.1 | 4.1 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 56.3 | 21.7 | 11.3 | 0.9 | 1.1 | 8.6 | 0.5 | 12.3 | 8.7 | 5.4 | 1.1 | 0.3 | 1.8 | 0.2 | 2.6 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 57.6 | 21.2 | 10.2 | 1.5 | 1.6 | 8.6 | 1.1 | 11.8 | 11.5 | 6.0 | 1.7 | 0.8 | 2.2 | 0.1 | 3.5 |
| | その他 | 3988 | 58.9 | 24.5 | 10.7 | 1.1 | 0.9 | 8.8 | 0.5 | 13.0 | 10.3 | 5.6 | 1.4 | 0.5 | 2.2 | 0.1 | 3.1 |
| | 答えたくない | 975 | 39.0 | 11.9 | 5.9 | 1.3 | 1.0 | 4.6 | 0.7 | 6.8 | 6.4 | 4.1 | 0.5 | − | 0.6 | 0.1 | 1.2 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 82.0 | 33.7 | 16.5 | 1.7 | 1.8 | 14.1 | 0.9 | 22.7 | 18.6 | 9.8 | 1.6 | 0.6 | 3.0 | 0.2 | 5.7 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 79.3 | 28.4 | 17.9 | 1.0 | 1.1 | 11.7 | 0.7 | 18.3 | 12.9 | 8.7 | 1.1 | 0.4 | 2.3 | 0.1 | 5.0 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 80.9 | 31.5 | 17.0 | 1.4 | 1.5 | 13.1 | 0.8 | 20.9 | 16.3 | 9.4 | 1.4 | 0.5 | 2.7 | 0.2 | 5.4 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 76.7 | 23.2 | 8.6 | 0.5 | 0.8 | 7.5 | 0.3 | 6.8 | 8.1 | 4.1 | 1.0 | 0.3 | 1.1 | 0.1 | 3.2 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 80.8 | 19.2 | 5.7 | 0.7 | 0.8 | 6.1 | 0.8 | 5.1 | 6.3 | 3.0 | 0.7 | 0.2 | 0.9 | 0.2 | 1.4 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 79.9 | 28.6 | 14.2 | 1.1 | 1.3 | 11.2 | 0.7 | 16.3 | 13.6 | 7.6 | 1.3 | 0.4 | 2.2 | 0.2 | 4.5 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 80.5 | 29.6 | 17.5 | 1.6 | 1.6 | 12.2 | 0.6 | 24.9 | 15.2 | 10.6 | 1.7 | 0.6 | 3.1 | 0.2 | 6.2 |
| | 週に2日 | 3316 | 76.8 | 29.0 | 21.8 | 1.5 | 1.6 | 13.4 | 1.1 | 26.2 | 15.3 | 10.0 | 1.4 | 0.4 | 3.6 | 0.3 | 6.2 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 79.4 | 29.4 | 18.8 | 1.6 | 1.6 | 12.6 | 0.7 | 25.3 | 15.2 | 10.4 | 1.6 | 0.6 | 3.2 | 0.2 | 6.2 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 79.7 | 29.5 | 16.7 | 1.3 | 1.7 | 12.4 | 0.9 | 14.3 | 13.3 | 7.4 | 1.2 | 0.5 | 2.3 | 0.2 | 4.9 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 80.8 | 22.2 | 6.6 | 0.6 | 0.8 | 8.0 | 0.5 | 7.3 | 9.1 | 4.0 | 0.9 | 0.4 | 1.0 | 0.1 | 2.2 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 79.8 | 28.3 | 16.0 | 1.3 | 1.5 | 11.8 | 0.8 | 17.9 | 13.5 | 8.1 | 1.3 | 0.5 | 2.5 | 0.2 | 5.0 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 27.7 | 10.2 | 1.8 | 0.1 | 0.1 | 3.0 | 0.1 | 3.0 | 4.8 | 1.7 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.7 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 72.1 | 34.9 | 32.4 | 6.9 | 6.6 | 18.5 | 4.9 | 22.9 | 16.3 | 8.7 | 3.5 | 2.1 | 5.6 | 1.3 | 11.1 |
| | する・みる | 12942 | 83.3 | 32.8 | 15.8 | 0.7 | 0.8 | 13.1 | 0.2 | 20.6 | 17.7 | 9.0 | 1.1 | 0.3 | 2.4 | 0.0 | 4.7 |
| | する・ささえる | 212 | 68.4 | 26.9 | 20.3 | 0.9 | 1.9 | 15.1 | 0.5 | 27.4 | 9.4 | 16.5 | 1.4 | − | 6.1 | − | 7.5 |
| | するのみ | 4963 | 79.8 | 26.6 | 12.1 | 0.4 | 0.8 | 10.2 | 0.2 | 20.4 | 12.8 | 10.4 | 1.1 | 0.3 | 2.0 | 0.0 | 3.9 |
| | みる・ささえる | 758 | 61.2 | 21.9 | 14.8 | 3.0 | 4.0 | 8.8 | 2.1 | 8.4 | 8.0 | 4.5 | 2.2 | 0.8 | 2.0 | 0.8 | 5.1 |
| | みるのみ | 9793 | 43.9 | 13.5 | 4.4 | 0.1 | 0.3 | 4.1 | 0.1 | 3.6 | 4.8 | 1.9 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 1.5 |
| | ささえるのみ | 118 | 45.8 | 11.0 | 5.1 | 2.5 | 2.5 | 3.4 | 1.7 | 5.1 | 4.2 | 1.7 | − | − | 4.2 | 0.8 | 1.7 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 29.5 | 6.8 | 2.3 | 0.1 | 0.2 | 2.3 | 0.2 | 2.0 | 2.1 | 1.5 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.8 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-1. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツ(MA)（続き）

| | | 全体 | アクアエクササイズ・水中ウォーキング | 野球（硬式・軟式等） | ソフトボール | キャッチボール | テニス・ソフトテニス | バドミントン | 卓球（ラージボール含む） | 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） | グラウンドゴルフ・パークゴルフ・マレットゴルフ・デルフィスク・スナッグゴルフ・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・3×3・ポートボール | ドッジボール | ハンドボール | サッカー | フットサル |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 1.7 | 1.8 | 0.8 | 1.2 | 2.4 | 1.9 | 1.8 | 4.8 | 3.9 | 0.6 | 1.3 | 1.0 | 0.3 | 0.2 | 1.4 | 1.1 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 1.3 | 3.4 | 1.4 | 1.9 | 2.9 | 1.8 | 1.9 | 8.4 | 6.5 | 0.8 | 1.3 | 1.5 | 0.4 | 0.3 | 2.6 | 2.1 |
| | 女性 | 20041 | 2.1 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 1.8 | 2.0 | 1.7 | 1.4 | 1.4 | 0.4 | 1.3 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.1 |
| 年代 | 10代 | 857 | 1.3 | 6.1 | 3.5 | 5.8 | 7.4 | 12.3 | 9.1 | 0.6 | 0.9 | 0.5 | 8.4 | 7.1 | 3.3 | 1.8 | 6.7 | 2.3 |
| | 20代 | 5227 | 1.0 | 4.5 | 1.6 | 2.7 | 3.2 | 3.7 | 3.4 | 2.5 | 3.0 | 0.8 | 2.8 | 2.6 | 0.7 | 0.5 | 3.3 | 2.9 |
| | 30代 | 5594 | 1.1 | 2.8 | 1.1 | 1.6 | 2.2 | 2.0 | 1.3 | 3.2 | 3.1 | 0.4 | 1.4 | 1.4 | 0.5 | 0.3 | 2.2 | 2.3 |
| | 40代 | 7193 | 1.5 | 1.8 | 0.8 | 1.3 | 1.7 | 2.1 | 1.4 | 3.6 | 3.2 | 0.3 | 1.3 | 1.0 | 0.3 | 0.1 | 1.7 | 1.3 |
| | 50代 | 7752 | 1.0 | 1.2 | 0.6 | 0.6 | 1.6 | 0.9 | 0.7 | 5.2 | 4.5 | 0.3 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.5 |
| | 60代 | 6376 | 1.7 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 2.2 | 1.0 | 1.2 | 7.0 | 5.1 | 0.4 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.2 |
| | 70代 | 7001 | 3.6 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 2.8 | 0.8 | 2.2 | 7.1 | 4.4 | 1.7 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 1.3 | 12.6 | 4.5 | 9.4 | 8.3 | 11.8 | 10.2 | 1.3 | 1.1 | 0.8 | 8.6 | 9.4 | 2.9 | 2.7 | 12.6 | 4.5 |
| | 男性20代 | 2626 | 1.1 | 8.4 | 2.6 | 4.2 | 4.2 | 3.5 | 4.0 | 3.8 | 4.2 | 1.0 | 3.2 | 3.8 | 0.8 | 0.7 | 5.8 | 5.4 |
| | 男性30代 | 2786 | 1.1 | 5.3 | 2.0 | 2.5 | 3.0 | 2.2 | 1.8 | 5.1 | 5.0 | 0.6 | 1.4 | 2.1 | 0.6 | 0.4 | 4.0 | 4.3 |
| | 男性40代 | 3587 | 1.4 | 3.4 | 1.3 | 2.0 | 2.3 | 1.9 | 1.6 | 6.1 | 5.1 | 0.4 | 1.3 | 1.8 | 0.5 | 0.2 | 3.1 | 2.4 |
| | 男性50代 | 3858 | 0.9 | 2.2 | 1.0 | 1.1 | 1.8 | 0.8 | 0.9 | 8.9 | 7.2 | 0.3 | 0.5 | 0.6 | 0.2 | 0.0 | 1.1 | 1.0 |
| | 男性60代 | 3112 | 1.4 | 0.6 | 0.8 | 0.7 | 2.6 | 1.1 | 1.2 | 12.7 | 9.1 | 0.5 | 0.6 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.9 | 0.3 |
| | 男性70代 | 3213 | 2.0 | 0.5 | 0.5 | 0.8 | 3.5 | 0.7 | 1.9 | 13.7 | 8.4 | 2.3 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | – | 0.2 | 0.1 |
| | 女性10代 | 464 | 1.3 | 1.1 | 2.8 | 3.2 | 6.9 | 13.1 | 8.6 | – | 0.9 | 0.2 | 8.6 | 5.4 | 3.7 | 1.1 | 2.2 | 0.6 |
| | 女性20代 | 2504 | 1.0 | 0.6 | 0.6 | 1.2 | 2.1 | 4.1 | 2.9 | 1.1 | 1.8 | 0.5 | 2.5 | 1.4 | 0.5 | 0.3 | 0.7 | 0.4 |
| | 女性30代 | 2732 | 1.1 | 0.3 | 0.2 | 0.7 | 1.5 | 1.9 | 0.8 | 1.3 | 1.4 | 0.3 | 1.4 | 0.7 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 0.2 |
| | 女性40代 | 3522 | 1.6 | 0.1 | 0.2 | 0.7 | 1.1 | 2.3 | 1.2 | 1.1 | 1.4 | 0.2 | 1.2 | 0.3 | 0.2 | – | 0.1 | 0.1 |
| | 女性50代 | 3828 | 1.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 1.5 | 1.0 | 0.6 | 1.6 | 1.8 | 0.2 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 |
| | 女性60代 | 3231 | 1.9 | – | 0.0 | 0.1 | 1.9 | 0.9 | 1.3 | 1.6 | 1.3 | 0.2 | 0.8 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 |
| | 女性70代 | 3760 | 5.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 2.2 | 0.9 | 2.6 | 1.5 | 1.0 | 1.3 | 0.6 | – | 0.0 | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 1.9 | 1.7 | 0.6 | 1.2 | 2.6 | 1.8 | 1.9 | 5.1 | 4.3 | 0.6 | 1.2 | 1.1 | 0.3 | 0.2 | 1.3 | 1.5 |
| | 東京都区部 | 3552 | 1.9 | 1.9 | 0.6 | 1.0 | 2.3 | 1.8 | 1.9 | 5.3 | 4.3 | 0.5 | 1.2 | 1.1 | 0.3 | 0.3 | 1.5 | 1.6 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 2.0 | 1.6 | 0.6 | 1.3 | 2.7 | 1.7 | 1.8 | 5.1 | 4.4 | 0.6 | 1.1 | 1.0 | 0.4 | 0.2 | 1.3 | 1.4 |
| | 大都市 | 14521 | 1.8 | 2.1 | 1.0 | 1.3 | 2.7 | 2.1 | 2.0 | 5.3 | 4.3 | 0.7 | 1.3 | 1.1 | 0.4 | 0.2 | 1.6 | 1.2 |
| | 小都市 | 11741 | 1.4 | 1.6 | 0.8 | 1.1 | 1.9 | 1.9 | 1.7 | 4.2 | 3.4 | 0.6 | 1.3 | 0.9 | 0.3 | 0.1 | 1.3 | 0.9 |
| | 町村 | 3777 | 1.6 | 1.5 | 0.8 | 1.1 | 1.9 | 1.7 | 1.4 | 3.8 | 2.6 | 0.6 | 1.2 | 0.7 | 0.2 | 0.0 | 1.0 | 0.5 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 1.0 | 1.8 | 0.3 | 1.4 | 1.9 | 2.2 | 1.9 | 4.2 | 3.2 | 0.9 | 1.4 | 0.8 | 0.4 | 0.2 | 1.5 | 1.3 |
| | 東北 | 2718 | 1.8 | 1.8 | 0.6 | 1.8 | 2.0 | 1.9 | 2.0 | 3.8 | 3.5 | 0.8 | 1.1 | 1.0 | 0.3 | 0.0 | 1.1 | 0.8 |
| | 北関東 | 2146 | 1.9 | 1.3 | 0.7 | 1.0 | 2.7 | 2.4 | 2.3 | 6.5 | 4.7 | 1.0 | 1.3 | 0.7 | 0.3 | 0.3 | 1.6 | 1.0 |
| | 首都圏 | 11930 | 1.8 | 1.7 | 0.5 | 1.0 | 2.3 | 1.5 | 1.7 | 4.5 | 3.6 | 0.5 | 1.0 | 1.0 | 0.3 | 0.2 | 1.3 | 1.2 |
| | 北陸 | 1604 | 1.7 | 1.2 | 0.7 | 0.6 | 1.4 | 2.1 | 1.9 | 4.0 | 2.7 | 0.7 | 1.0 | 0.8 | 0.3 | 0.1 | 1.5 | 1.4 |
| | 東山 | 1509 | 1.4 | 1.9 | 0.6 | 0.9 | 2.0 | 1.5 | 1.3 | 4.9 | 3.7 | 0.8 | 1.3 | 1.0 | 0.3 | 0.3 | 0.9 | 0.5 |
| | 東海 | 4067 | 2.0 | 1.7 | 1.0 | 1.8 | 2.9 | 2.1 | 2.6 | 5.8 | 4.6 | 0.3 | 1.3 | 0.9 | 0.4 | 0.2 | 1.5 | 1.2 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 1.4 | 1.9 | 1.0 | 1.1 | 2.7 | 1.8 | 1.6 | 5.0 | 4.2 | 0.5 | 1.3 | 1.1 | 0.4 | 0.1 | 1.4 | 1.3 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 1.9 | 1.6 | 0.7 | 0.7 | 2.7 | 1.8 | 1.3 | 5.8 | 4.9 | 0.8 | 1.1 | 0.9 | 0.9 | 0.1 | 1.6 | 1.0 |
| | 中国 | 2239 | 1.2 | 2.1 | 1.2 | 1.5 | 1.9 | 2.4 | 1.5 | 4.6 | 3.8 | 1.0 | 1.9 | 1.0 | 0.3 | 0.4 | 1.7 | 1.1 |
| | 四国 | 1164 | 1.6 | 1.9 | 0.9 | 1.4 | 1.5 | 1.7 | 1.8 | 4.1 | 3.1 | 0.2 | 1.4 | 1.0 | 0.3 | 0.2 | 1.6 | 0.6 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 1.7 | 1.8 | 1.3 | 1.1 | 2.5 | 2.4 | 1.7 | 4.7 | 4.0 | 0.8 | 1.9 | 1.2 | 0.4 | 0.2 | 1.4 | 0.9 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 1.8 | 1.7 | 1.0 | 1.6 | 1.9 | 1.5 | 1.5 | 6.0 | 5.0 | 0.9 | 0.9 | 1.2 | 0.3 | 0.2 | 1.2 | 1.2 |
| | 家族従業者 | 207 | 1.9 | 0.5 | – | 1.0 | 1.4 | 1.4 | 1.9 | 3.9 | 2.9 | – | 0.5 | 1.0 | 1.0 | 0.5 | 1.4 | 1.4 |
| | 雇用者 | 21731 | 1.3 | 2.4 | 1.0 | 1.3 | 2.5 | 2.0 | 1.6 | 5.5 | 4.7 | 0.4 | 1.5 | 1.2 | 0.4 | 0.2 | 1.8 | 1.6 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 1.4 | 2.3 | 1.0 | 1.4 | 2.4 | 1.9 | 1.6 | 5.6 | 4.7 | 0.5 | 1.4 | 1.2 | 0.4 | 0.2 | 1.7 | 1.5 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 2.9 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 1.9 | 1.2 | 1.6 | 1.4 | 1.2 | 0.7 | 0.6 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 |
| | 学生 | 1383 | 1.1 | 6.1 | 3.6 | 5.8 | 6.7 | 11.1 | 7.7 | 0.9 | 1.6 | 0.6 | 7.4 | 6.1 | 2.2 | 1.2 | 6.7 | 3.5 |
| | 無職 | 6355 | 2.1 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 2.0 | 0.7 | 1.6 | 6.3 | 4.0 | 1.2 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | – | 0.2 | 0.1 |
| | その他 | 568 | 1.8 | 1.6 | 1.4 | 1.4 | 2.8 | 1.1 | 2.1 | 4.0 | 2.3 | 1.1 | 0.5 | 0.7 | 0.5 | 0.2 | 1.8 | 0.9 |
| | 答えたくない | 1163 | 0.9 | 1.2 | 0.4 | 0.4 | 0.9 | 1.0 | 0.8 | 1.4 | 0.9 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | – | 0.1 | 0.9 | 0.1 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 0.3 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.9 | 1.5 | 1.2 | 2.1 | 0.7 | 0.6 | 0.7 | 0.9 | 0.1 | 0.1 | 1.0 | 0.3 |
| | 高校 | 10826 | 1.3 | 1.5 | 0.6 | 1.1 | 1.5 | 1.7 | 1.6 | 3.5 | 2.7 | 0.7 | 1.2 | 0.8 | 0.2 | 0.1 | 1.1 | 0.7 |
| | 短大・高専 | 4045 | 2.1 | 0.5 | 0.3 | 0.6 | 2.1 | 1.2 | 1.5 | 2.6 | 2.2 | 0.6 | 0.9 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 |
| | 専門学校 | 4546 | 1.4 | 1.1 | 0.6 | 0.8 | 1.5 | 1.4 | 1.2 | 2.7 | 2.5 | 0.5 | 1.0 | 0.9 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.6 |
| | 大学 | 17018 | 2.0 | 2.4 | 1.1 | 1.5 | 3.1 | 2.3 | 2.2 | 6.8 | 5.4 | 0.7 | 1.5 | 1.3 | 0.5 | 0.2 | 2.0 | 1.7 |
| | 大学院 | 2087 | 2.0 | 2.3 | 1.3 | 1.9 | 4.4 | 2.8 | 2.3 | 6.0 | 6.1 | 0.5 | 1.3 | 1.3 | 0.2 | 0.4 | 2.1 | 1.8 |
| | その他 | 18 | 5.6 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 5.6 | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 786 | 0.9 | 1.5 | – | – | 1.0 | 0.9 | 0.5 | 1.1 | 1.5 | 0.1 | 0.5 | – | – | – | 0.4 | 0.1 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 1.5 | 0.7 | 0.4 | 0.7 | 0.7 | 1.6 | 1.2 | 1.1 | 1.0 | 0.4 | 1.0 | 1.1 | – | 0.1 | 0.5 | 0.3 |
| | 100万円未満 | 1209 | 1.2 | 1.2 | 1.1 | 1.2 | 2.1 | 1.8 | 1.5 | 1.8 | 1.4 | 0.2 | 1.0 | 0.7 | 0.1 | 0.4 | 1.7 | 1.0 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 1.2 | 0.9 | 0.4 | 0.6 | 1.4 | 0.8 | 1.8 | 1.8 | 1.6 | 0.6 | 0.8 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.6 | 0.3 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 1.9 | 0.8 | 0.3 | 0.8 | 1.4 | 1.4 | 2.0 | 3.3 | 2.5 | 0.9 | 1.0 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.3 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 2.0 | 1.4 | 0.4 | 1.0 | 2.5 | 1.8 | 2.2 | 4.7 | 3.5 | 0.8 | 1.2 | 0.7 | 0.3 | 0.1 | 0.8 | 0.8 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 1.5 | 1.8 | 0.9 | 1.2 | 2.8 | 2.1 | 1.7 | 4.9 | 4.0 | 0.7 | 1.0 | 1.1 | 0.4 | 0.1 | 1.3 | 1.1 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 1.8 | 2.1 | 0.9 | 1.7 | 2.8 | 2.4 | 1.9 | 5.1 | 4.2 | 0.7 | 1.4 | 1.2 | 0.4 | 0.3 | 2.2 | 2.0 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 1.5 | 2.6 | 1.1 | 1.3 | 2.5 | 2.2 | 1.6 | 5.4 | 4.5 | 0.6 | 1.3 | 1.1 | 0.4 | 0.4 | 1.9 | 1.9 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 1.6 | 2.6 | 1.3 | 1.8 | 2.5 | 2.4 | 1.6 | 5.4 | 4.7 | 0.6 | 1.8 | 1.5 | 0.4 | 0.2 | 1.8 | 1.6 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 1.7 | 3.7 | 1.5 | 2.2 | 2.8 | 2.0 | 1.8 | 7.3 | 6.4 | 0.5 | 1.6 | 1.5 | 0.7 | 0.3 | 2.5 | 2.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 2.2 | 3.4 | 1.2 | 2.1 | 3.0 | 2.4 | 2.5 | 8.9 | 7.2 | 0.9 | 1.8 | 2.0 | 0.5 | 0.4 | 2.4 | 1.8 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 2.4 | 2.7 | 1.7 | 1.8 | 4.3 | 3.1 | 2.8 | 13.3 | 10.5 | 1.0 | 1.7 | 1.4 | 0.8 | 0.3 | 2.8 | 2.4 |
| | わからない | 4002 | 1.4 | 1.0 | 0.6 | 1.0 | 2.3 | 2.5 | 2.0 | 2.0 | 1.6 | 0.5 | 1.9 | 1.0 | 0.3 | 0.1 | 1.2 | 0.5 |
| | 答えたくない | 5872 | 1.6 | 1.1 | 0.4 | 0.5 | 1.8 | 1.0 | 1.0 | 3.8 | 2.9 | 0.4 | 0.7 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.5 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 2.1 | 1.6 | 0.7 | 1.1 | 2.5 | 1.5 | 1.6 | 6.5 | 5.0 | 0.8 | 1.1 | 0.7 | 0.3 | 0.1 | 1.3 | 1.0 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 1.2 | 2.1 | 0.9 | 1.3 | 2.3 | 2.5 | 2.2 | 2.7 | 2.6 | 0.5 | 1.6 | 1.3 | 0.4 | 0.2 | 1.5 | 1.2 |
| | 答えたくない | 975 | 0.8 | 0.9 | 0.1 | 0.5 | 1.0 | 0.8 | 0.8 | 2.1 | 1.7 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.5 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 1.3 | 1.9 | 0.8 | 1.1 | 2.1 | 2.0 | 2.0 | 3.2 | 2.9 | 0.4 | 1.4 | 1.2 | 0.3 | 0.2 | 1.3 | 1.3 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 2.4 | 1.1 | 0.4 | 0.8 | 2.6 | 1.0 | 1.8 | 7.1 | 5.1 | 1.0 | 0.8 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.6 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 1.7 | 2.1 | 1.0 | 1.4 | 2.4 | 2.0 | 1.3 | 5.7 | 4.7 | 0.6 | 1.3 | 1.1 | 0.4 | 0.2 | 1.9 | 1.5 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 0.8 | 2.2 | 0.8 | 1.1 | 2.2 | 2.5 | 2.1 | 2.1 | 2.1 | 0.4 | 1.2 | 1.4 | 0.4 | 0.3 | 1.5 | 1.3 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 2.1 | 2.3 | 1.2 | 2.0 | 3.3 | 3.3 | 2.2 | 5.8 | 4.9 | 0.8 | 2.7 | 1.2 | 0.7 | 0.2 | 2.4 | 1.5 |
| | その他 | 3988 | 1.3 | 2.0 | 1.1 | 1.8 | 2.3 | 2.9 | 2.5 | 3.0 | 2.7 | 0.6 | 1.9 | 1.3 | 0.5 | 0.2 | 2.0 | 1.0 |
| | 答えたくない | 975 | 0.8 | 0.9 | 0.1 | 0.5 | 1.0 | 0.8 | 0.8 | 2.1 | 1.7 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.5 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 3.1 | 2.2 | 1.1 | 1.6 | 3.5 | 2.5 | 2.8 | 6.0 | 4.9 | 1.2 | 1.7 | 1.3 | 0.6 | 0.3 | 2.0 | 1.4 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 2.3 | 2.5 | 1.4 | 1.9 | 4.0 | 3.1 | 2.6 | 7.9 | 6.7 | 0.8 | 2.1 | 1.6 | 0.5 | 0.3 | 2.0 | 1.6 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 2.7 | 2.3 | 1.2 | 1.7 | 3.7 | 2.7 | 2.7 | 6.8 | 5.7 | 1.0 | 1.9 | 1.4 | 0.5 | 0.3 | 2.0 | 1.5 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 1.2 | 2.6 | 0.8 | 1.5 | 2.2 | 2.5 | 1.9 | 6.6 | 4.7 | 0.5 | 1.5 | 1.2 | 0.3 | 0.1 | 1.8 | 1.7 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.8 | 1.8 | 0.6 | 0.6 | 1.1 | 0.7 | 0.9 | 2.4 | 1.9 | 0.2 | 0.6 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 1.0 | 0.6 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 2.2 | 2.3 | 1.0 | 1.6 | 3.1 | 2.5 | 2.4 | 6.4 | 5.1 | 0.8 | 1.7 | 1.3 | 0.5 | 0.2 | 1.9 | 1.5 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 7433 | 3.6 | 2.2 | 0.9 | 1.4 | 3.7 | 2.2 | 2.7 | 6.3 | 5.1 | 1.2 | 1.6 | 1.2 | 0.5 | 0.3 | 2.0 | 1.3 |
| | 週に2日 | 3316 | 3.3 | 3.3 | 1.7 | 1.8 | 4.9 | 3.5 | 3.5 | 7.7 | 6.9 | 1.0 | 2.7 | 1.9 | 0.6 | 0.5 | 2.5 | 1.8 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 3.5 | 2.5 | 1.2 | 1.5 | 4.0 | 2.6 | 2.9 | 6.8 | 5.7 | 1.1 | 2.0 | 1.4 | 0.5 | 0.3 | 2.1 | 1.4 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 1.9 | 3.2 | 1.5 | 2.2 | 3.8 | 3.3 | 2.7 | 9.4 | 7.5 | 1.0 | 2.1 | 1.8 | 0.6 | 0.3 | 2.5 | 2.3 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 1.0 | 1.7 | 0.5 | 0.9 | 1.6 | 1.3 | 1.4 | 3.0 | 2.3 | 0.3 | 0.9 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 1.0 | 0.8 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 2.4 | 2.7 | 1.2 | 1.7 | 3.5 | 2.7 | 2.6 | 7.3 | 5.9 | 0.9 | 1.8 | 1.4 | 0.5 | 0.3 | 2.1 | 1.7 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.6 | 0.5 | 0.7 | 0.5 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 2612 | 4.3 | 9.2 | 4.6 | 5.8 | 8.8 | 6.9 | 6.7 | 10.8 | 9.5 | 2.8 | 5.6 | 4.8 | 2.5 | 1.1 | 8.1 | 5.6 |
| | する・みる | 12942 | 2.8 | 1.8 | 0.8 | 1.4 | 3.4 | 2.3 | 2.5 | 7.9 | 6.6 | 1.0 | 1.4 | 1.1 | 0.3 | 0.2 | 1.4 | 1.2 |
| | する・ささえる | 212 | 3.3 | 0.9 | – | 0.9 | 7.1 | 6.1 | 4.2 | 2.4 | 2.8 | 1.4 | 2.4 | 2.4 | 1.4 | – | 0.5 | – |
| | するのみ | 4963 | 1.9 | 0.3 | 0.5 | 0.4 | 1.6 | 1.7 | 1.3 | 1.8 | 1.5 | 0.2 | 1.1 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.2 |
| | みる・ささえる | 758 | 1.3 | 6.7 | 2.2 | 2.5 | 3.6 | 3.8 | 2.8 | 7.0 | 5.0 | 1.1 | 3.6 | 2.9 | 0.9 | 0.8 | 5.3 | 4.0 |
| | みるのみ | 9793 | 0.7 | 1.5 | 0.4 | 0.9 | 1.1 | 1.0 | 1.0 | 4.0 | 2.8 | 0.2 | 0.7 | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 0.9 | 0.8 |
| | ささえるのみ | 118 | – | – | 0.8 | 1.7 | 1.7 | 1.7 | – | 1.7 | 0.8 | 0.8 | 3.4 | – | 1.7 | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.7 | 0.4 | 0.8 | 0.6 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.3 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-1. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツ(MA)（続き）

| | | 全体 | 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 | ボウリング | ゲートボール | 柔道 | 剣道 | 空手道 | その他武道（弓道・相撲・合気道・少林寺拳法・なぎなた・銃剣道・居合道等） | レスリング | ボクシング | テコンドー | 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 | フリークライミング（ボルダリング・リードクライミング・スピードクライミング等） | 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 0.1 | 0.1 | 2.0 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 3.5 | 0.3 | 1.6 | 2.0 | 0.3 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 0.2 | 0.1 | 2.4 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | 0.6 | 0.1 | 4.7 | 0.5 | 2.4 | 2.3 | 0.4 |
| | 女性 | 20041 | 0.0 | 0.0 | 1.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 2.5 | 0.2 | 0.9 | 1.7 | 0.3 |
| 年代 | 10代 | 857 | 0.4 | 0.2 | 7.5 | 0.2 | 1.3 | 1.2 | 0.8 | 2.3 | 0.5 | 1.1 | 0.2 | 2.8 | 0.8 | 1.9 | 1.8 | 0.2 |
| | 20代 | 5227 | 0.5 | 0.2 | 3.2 | 0.2 | 0.6 | 0.6 | 0.6 | 0.6 | 0.3 | 0.9 | 0.2 | 4.3 | 1.0 | 2.0 | 1.3 | 0.7 |
| | 30代 | 5594 | 0.1 | 0.2 | 2.2 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 3.4 | 0.4 | 1.9 | 1.3 | 0.3 |
| | 40代 | 7193 | 0.1 | 0.0 | 1.8 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 3.9 | 0.4 | 2.3 | 1.5 | 0.3 |
| | 50代 | 7752 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 3.7 | 0.1 | 1.5 | 1.9 | 0.3 |
| | 60代 | 6376 | 0.1 | 0.0 | 1.3 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 3.1 | 0.1 | 1.4 | 2.5 | 0.1 |
| | 70代 | 7001 | 0.0 | 0.0 | 2.0 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 3.1 | 0.1 | 0.8 | 3.1 | 0.1 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 0.5 | 0.3 | 9.4 | － | 2.4 | 2.4 | 1.1 | 2.4 | 0.8 | 1.6 | 0.5 | 4.0 | 0.8 | 3.2 | 1.6 | 0.5 |
| | 男性20代 | 2626 | 0.7 | 0.3 | 4.0 | 0.2 | 0.9 | 0.9 | 0.9 | 0.7 | 0.4 | 1.4 | 0.3 | 5.6 | 1.5 | 2.7 | 1.7 | 0.6 |
| | 男性30代 | 2786 | 0.2 | 0.2 | 2.8 | 0.2 | 0.8 | 0.7 | 0.3 | 0.5 | 0.3 | 0.8 | 0.1 | 4.5 | 0.6 | 2.5 | 1.5 | 0.4 |
| | 男性40代 | 3587 | 0.2 | 0.0 | 2.2 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | 0.8 | 0.1 | 4.8 | 0.6 | 3.1 | 1.5 | 0.4 |
| | 男性50代 | 3858 | 0.2 | 0.0 | 1.3 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 5.0 | 0.1 | 2.3 | 2.2 | 0.3 |
| | 男性60代 | 3112 | 0.2 | 0.1 | 1.6 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 4.5 | 0.1 | 2.1 | 3.1 | 0.3 |
| | 男性70代 | 3213 | 0.0 | 0.1 | 2.5 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | － | － | － | 4.0 | 0.1 | 1.5 | 4.0 | 0.2 |
| | 女性10代 | 464 | 0.2 | 0.2 | 6.3 | 0.4 | 0.4 | 0.2 | 0.6 | 2.4 | 0.2 | 0.6 | － | 1.9 | 0.9 | 0.9 | 1.9 | － |
| | 女性20代 | 2504 | 0.2 | 0.1 | 2.4 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 3.1 | 0.4 | 1.3 | 0.9 | 0.8 |
| | 女性30代 | 2732 | 0.0 | 0.1 | 1.6 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.7 | 0.0 | 2.3 | 0.2 | 1.5 | 1.2 | 0.2 |
| | 女性40代 | 3522 | 0.1 | － | 1.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | － | 0.3 | － | 2.9 | 0.3 | 1.4 | 1.5 | 0.3 |
| | 女性50代 | 3828 | 0.0 | － | 0.8 | 0.0 | － | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 2.4 | 0.0 | 0.7 | 1.6 | 0.4 |
| | 女性60代 | 3231 | － | － | 0.9 | － | － | 0.1 | － | 0.3 | － | 0.1 | 0.0 | 1.9 | 0.0 | 0.6 | 2.0 | 0.0 |
| | 女性70代 | 3760 | － | － | 1.6 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | － | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 2.3 | 0.1 | 0.2 | 2.3 | 0.1 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 0.2 | 0.1 | 2.0 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 3.9 | 0.3 | 1.8 | 2.2 | 0.3 |
| | 東京都区部 | 3552 | 0.3 | 0.2 | 1.6 | 0.1 | 0.3 | 0.6 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 1.0 | 0.2 | 4.0 | 0.5 | 1.9 | 2.2 | 0.4 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 0.1 | 0.1 | 2.2 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 3.8 | 0.3 | 1.8 | 2.2 | 0.2 |
| | 大都市 | 14521 | 0.2 | 0.1 | 2.1 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 3.8 | 0.4 | 1.8 | 2.3 | 0.3 |
| | 小都市 | 11741 | 0.1 | 0.1 | 1.9 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 3.1 | 0.2 | 1.3 | 1.6 | 0.3 |
| | 町村 | 3777 | 0.1 | 0.0 | 1.4 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 2.7 | 0.1 | 1.4 | 1.4 | 0.3 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 0.1 | 0.1 | 1.6 | － | 0.3 | 0.5 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 2.7 | 0.3 | 2.5 | 0.5 | 0.3 |
| | 東北 | 2718 | 0.2 | － | 2.2 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | － | 3.0 | 0.1 | 1.5 | 1.4 | 0.3 |
| | 北関東 | 2146 | 0.2 | 0.1 | 1.8 | 0.0 | 0.3 | 0.5 | 0.4 | 0.5 | 0.0 | 0.4 | 0.1 | 4.1 | 0.4 | 1.6 | 3.0 | 0.3 |
| | 首都圏 | 11930 | 0.2 | 0.1 | 1.7 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 3.8 | 0.4 | 1.6 | 2.2 | 0.3 |
| | 北陸 | 1604 | － | － | 1.2 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 3.3 | 0.2 | 1.4 | 1.1 | 0.2 |
| | 東山 | 1509 | 0.1 | － | 2.1 | － | 0.1 | 0.5 | － | 0.4 | － | 0.3 | 0.1 | 5.0 | 0.2 | 1.6 | 2.3 | 0.3 |
| | 東海 | 4067 | 0.0 | 0.0 | 2.5 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 3.4 | 0.4 | 1.9 | 2.2 | 0.3 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 0.2 | 0.1 | 1.9 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 3.5 | 0.4 | 1.5 | 2.9 | 0.4 |
| | その他近畿圏 | 1160 | － | － | 2.0 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.6 | － | 0.3 | － | 3.0 | － | 1.6 | 2.6 | 0.3 |
| | 中国 | 2239 | 0.1 | 0.1 | 2.4 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 3.9 | 0.3 | 1.7 | 1.7 | 0.2 |
| | 四国 | 1164 | － | 0.1 | 2.0 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | － | 0.3 | － | 2.4 | 0.4 | 1.2 | 1.4 | 0.1 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 0.3 | 0.1 | 2.2 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.6 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 3.1 | 0.2 | 1.6 | 0.9 | 0.3 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 0.2 | 0.2 | 1.7 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.8 | 0.3 | 0.9 | 0.3 | 4.5 | 0.5 | 2.2 | 2.5 | 0.4 |
| | 家族従業者 | 207 | － | － | 3.4 | － | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 2.4 | － | 2.9 | 0.5 | 2.9 | 2.4 | 0.5 |
| | 雇用者 | 21731 | 0.2 | 0.1 | 2.1 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 4.1 | 0.4 | 2.1 | 1.9 | 0.3 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 0.2 | 0.1 | 2.1 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 4.2 | 0.4 | 2.1 | 2.0 | 0.4 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 0.0 | － | 1.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 1.9 | 0.1 | 0.7 | 2.1 | 0.2 |
| | 学生 | 1383 | 0.3 | 0.1 | 7.3 | 0.2 | 1.0 | 1.0 | 0.4 | 1.7 | 0.4 | 0.7 | 0.1 | 3.9 | 0.7 | 2.2 | 1.7 | 0.6 |
| | 無職 | 6355 | 0.0 | 0.0 | 1.2 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 2.8 | 0.1 | 0.8 | 2.1 | 0.1 |
| | その他 | 568 | 0.2 | 0.2 | 2.5 | 0.4 | － | 0.2 | 0.7 | 0.2 | － | 0.5 | 0.2 | 3.7 | － | 0.5 | 1.8 | 0.5 |
| | 答えたくない | 1163 | 0.2 | 0.1 | 0.9 | － | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.2 | 0.5 | － | 1.6 | 0.1 | 0.7 | 0.6 | 0.3 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 0.1 | － | 1.6 | － | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | － | 0.7 | 0.1 | 1.0 | 0.6 | － |
| | 高校 | 10826 | 0.1 | 0.0 | 1.5 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 2.2 | 0.1 | 1.1 | 1.3 | 0.1 |
| | 短大・高専 | 4045 | 0.1 | 0.0 | 1.5 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 2.8 | 0.2 | 1.2 | 1.7 | 0.3 |
| | 専門学校 | 4546 | 0.1 | 0.1 | 1.4 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 2.8 | 0.2 | 1.5 | 1.3 | 0.3 |
| | 大学 | 17018 | 0.2 | 0.1 | 2.5 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 4.8 | 0.5 | 2.2 | 2.6 | 0.4 |
| | 大学院 | 2087 | 0.2 | 0.4 | 2.3 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 0.6 | 0.1 | 5.2 | 0.6 | 2.1 | 3.3 | 0.4 |
| | その他 | 18 | － | － | 5.6 | － | － | － | － | － | － | － | － | 5.6 | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 786 | 0.1 | － | 1.0 | － | － | － | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | － | 1.3 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 0.1 | － | 1.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.4 | － | 0.4 | 0.1 | 2.2 | 0.3 | 1.0 | 1.5 | 0.7 |
| | 100万円未満 | 1209 | 0.1 | 0.2 | 2.2 | － | － | 0.5 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.3 | － | 2.2 | 0.5 | 0.9 | 0.7 | 0.1 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | － | 0.1 | 1.1 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 2.2 | 0.2 | 0.7 | 1.6 | 0.3 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 0.1 | － | 1.7 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 0.0 | 2.9 | 0.2 | 1.2 | 1.9 | 0.1 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | － | 0.1 | 1.5 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 0.3 | 0.1 | 3.3 | 0.2 | 1.1 | 1.8 | 0.2 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 0.1 | 0.1 | 2.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 4.1 | 0.3 | 1.4 | 2.4 | 0.4 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 0.3 | － | 2.6 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.5 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 4.6 | 0.5 | 2.0 | 2.3 | 0.5 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 0.1 | 0.2 | 2.1 | － | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 4.4 | 0.3 | 2.6 | 2.1 | 0.3 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 0.4 | 0.1 | 2.6 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | 0.7 | 0.2 | 4.5 | 0.3 | 2.2 | 2.1 | 0.4 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 0.2 | 0.1 | 2.6 | 0.0 | 0.3 | 0.6 | 0.3 | 0.5 | 0.1 | 0.9 | 0.1 | 4.9 | 0.3 | 2.7 | 2.6 | 0.4 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 0.4 | 0.1 | 2.9 | 0.3 | 0.8 | 0.7 | 0.7 | 0.7 | 0.3 | 0.8 | 0.3 | 5.2 | 1.1 | 3.5 | 2.8 | 0.4 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 0.3 | － | 3.4 | 0.1 | 0.5 | 0.7 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 6.6 | 0.9 | 3.9 | 3.7 | 0.8 |
| | わからない | 4002 | 0.1 | 0.1 | 1.9 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 1.7 | 0.1 | 1.1 | 1.5 | 0.2 |
| | 答えたくない | 5872 | 0.1 | － | 1.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 2.5 | 0.1 | 0.8 | 1.3 | 0.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 0.2 | 0.1 | 1.9 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 3.8 | 0.3 | 1.9 | 2.4 | 0.3 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 0.1 | 0.1 | 2.0 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 3.3 | 0.4 | 1.3 | 1.5 | 0.3 |
| | 答えたくない | 975 | 0.1 | 0.1 | 1.0 | － | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.1 | 0.6 | － | 1.5 | 0.3 | 0.3 | 0.9 | 0.2 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 0.2 | 0.1 | 1.9 | 0.0 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 3.7 | 0.4 | 1.2 | 1.7 | 0.4 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 0.1 | 0.1 | 1.7 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 3.9 | 0.2 | 1.4 | 2.8 | 0.3 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 0.2 | 0.0 | 2.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 3.6 | 0.3 | 2.4 | 1.9 | 0.3 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 0.1 | 0.1 | 1.6 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.0 | 0.5 | 0.1 | 2.9 | 0.4 | 1.4 | 1.3 | 0.2 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 0.2 | 0.2 | 2.9 | 0.2 | 0.6 | 0.6 | 0.8 | 0.7 | 0.2 | 1.1 | 0.2 | 4.0 | 0.8 | 3.2 | 2.2 | 0.4 |
| | その他 | 3988 | 0.1 | 0.1 | 2.8 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 3.1 | 0.3 | 1.4 | 1.5 | 0.4 |
| | 答えたくない | 975 | 0.1 | 0.1 | 1.0 | － | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.1 | 0.6 | － | 1.5 | 0.3 | 0.3 | 0.9 | 0.2 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.3 | 0.1 | 2.6 | 0.2 | 0.5 | 0.6 | 0.4 | 0.8 | 0.2 | 0.9 | 0.2 | 5.4 | 0.5 | 2.2 | 3.5 | 0.4 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.1 | 0.1 | 3.2 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 5.3 | 0.4 | 2.6 | 2.7 | 0.4 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.2 | 0.1 | 2.9 | 0.2 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 0.7 | 0.2 | 0.7 | 0.1 | 5.4 | 0.5 | 2.3 | 3.2 | 0.4 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 0.1 | 0.1 | 2.5 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 3.9 | 0.2 | 2.1 | 1.6 | 0.5 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.1 | 0.0 | 0.7 | － | 0.3 | 0.4 | 0.0 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 1.5 | 0.2 | 0.9 | 0.5 | 0.2 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.2 | 0.1 | 2.6 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 0.6 | 0.1 | 4.7 | 0.4 | 2.2 | 2.6 | 0.4 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.3 | 0.1 | 2.3 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | 0.8 | 0.2 | 0.9 | 0.1 | 5.5 | 0.5 | 1.7 | 3.7 | 0.4 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.2 | 0.2 | 3.8 | 0.3 | 0.6 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.3 | 0.8 | 0.3 | 6.8 | 0.5 | 3.2 | 3.6 | 0.5 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.3 | 0.1 | 2.8 | 0.2 | 0.5 | 0.6 | 0.4 | 0.9 | 0.2 | 0.9 | 0.2 | 5.9 | 0.5 | 2.2 | 3.7 | 0.4 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.2 | 0.1 | 3.3 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 5.9 | 0.6 | 2.9 | 3.1 | 0.5 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.1 | 0.1 | 1.3 | 0.0 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 2.1 | 0.2 | 1.3 | 0.7 | 0.1 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.2 | 0.1 | 2.7 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 0.6 | 0.2 | 0.6 | 0.1 | 5.3 | 0.5 | 2.3 | 3.0 | 0.4 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 0.0 | － | 0.6 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.7 | 0.0 | 0.4 | 0.3 | 0.1 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 1.5 | 0.6 | 6.7 | 0.7 | 1.7 | 2.3 | 2.1 | 2.0 | 1.0 | 2.8 | 0.9 | 9.1 | 2.3 | 6.6 | 4.9 | 1.3 |
| | する・みる | 12942 | 0.1 | 0.0 | 2.8 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 5.3 | 0.3 | 2.0 | 3.5 | 0.3 |
| | する・ささえる | 212 | － | 0.5 | 1.4 | － | 1.9 | 3.3 | 0.9 | 3.8 | 0.5 | 1.4 | － | 6.6 | 0.5 | 2.4 | 3.3 | 0.5 |
| | するのみ | 4963 | 0.0 | 0.0 | 1.0 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 3.6 | 0.2 | 1.0 | 1.7 | 0.2 |
| | みる・ささえる | 758 | 0.5 | 0.7 | 3.8 | 0.4 | 0.9 | 1.2 | 0.5 | 0.5 | 0.9 | 1.1 | 0.4 | 3.8 | 0.7 | 3.6 | 2.0 | 1.6 |
| | みるのみ | 9793 | 0.0 | － | 1.3 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | － | 2.1 | 0.1 | 1.1 | 0.9 | 0.2 |
| | ささえるのみ | 118 | － | 0.8 | 0.8 | － | － | 0.8 | － | 1.7 | － | － | － | 2.5 | － | 0.8 | 0.8 | 0.8 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 0.0 | － | 0.4 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.8 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.1 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10−1. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツ(MA)（続き）

| | | 全体 | 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・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 | 釣り | スキー | スノーボード | 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 | アーチェリー・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 | 乗馬 | レクリエーションスポーツ | パラスポーツ（障害者スポーツ） | ゲーム機等の情報通信機器を利用した運動・スポーツ（身体を動かすもの） | その他 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 1.9 | 2.0 | 1.3 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.1 | 0.6 | 0.2 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 3.1 | 2.8 | 1.7 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.6 | 0.1 | 0.6 | 0.3 |
| | 女性 | 20041 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.8 | 1.2 | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.6 | 0.2 |
| 年代 | 10代 | 857 | 0.9 | 0.6 | 0.6 | 2.1 | 3.2 | 3.4 | 0.5 | 0.6 | 0.6 | 0.4 | 0.6 | 1.5 | 0.2 | 1.6 | 0.5 |
| | 20代 | 5227 | 0.5 | 0.8 | 0.5 | 2.2 | 2.4 | 3.5 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | 0.4 | 0.6 | 1.1 | 0.1 | 1.3 | 0.1 |
| | 30代 | 5594 | 0.3 | 0.6 | 0.3 | 1.8 | 1.3 | 1.8 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 1.1 | 0.1 |
| | 40代 | 7193 | 0.2 | 0.5 | 0.6 | 2.3 | 1.9 | 1.6 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.8 | 0.3 |
| | 50代 | 7752 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 2.2 | 2.4 | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 60代 | 6376 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 1.5 | 2.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.3 |
| | 70代 | 7001 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 1.6 | 1.6 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.3 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 1.6 | 0.5 | 0.8 | 3.2 | 5.6 | 4.3 | 0.5 | 0.5 | 1.1 | 0.3 | 0.8 | 1.3 | 0.3 | 2.1 | 0.3 |
| | 男性20代 | 2626 | 0.8 | 1.0 | 0.6 | 3.2 | 3.0 | 4.1 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 1.3 | 0.2 | 1.4 | 0.2 |
| | 男性30代 | 2786 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | 2.5 | 1.8 | 2.2 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.8 | 0.1 | 1.0 | 0.1 |
| | 男性40代 | 3587 | 0.3 | 0.4 | 0.8 | 3.5 | 2.4 | 2.1 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.6 | 0.1 | 0.7 | 0.4 |
| | 男性50代 | 3858 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 3.6 | 3.7 | 1.5 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.4 | 0.2 |
| | 男性60代 | 3112 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 2.7 | 3.2 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.3 |
| | 男性70代 | 3213 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 3.2 | 2.4 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | − | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.3 |
| | 女性10代 | 464 | 0.4 | 0.6 | 0.4 | 1.3 | 1.3 | 2.8 | 0.4 | 0.6 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 1.7 | 0.2 | 1.1 | 0.6 |
| | 女性20代 | 2504 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 1.2 | 1.8 | 2.9 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.9 | − | 1.2 | 0.1 |
| | 女性30代 | 2732 | 0.2 | 0.7 | 0.3 | 1.1 | 0.9 | 1.5 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | − | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 1.2 | 0.1 |
| | 女性40代 | 3522 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 1.2 | 1.5 | 1.1 | − | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.9 | 0.1 |
| | 女性50代 | 3828 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.9 | 1.1 | 0.5 | 0.1 | 0.3 | − | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 女性60代 | 3231 | − | 0.4 | 0.0 | 0.4 | 1.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.1 | − | 0.2 | 0.3 |
| | 女性70代 | 3760 | − | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.8 | 0.1 | − | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.3 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 0.2 | 0.8 | 0.4 | 1.8 | 2.4 | 1.5 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.8 | 0.2 |
| | 東京都区部 | 3552 | 0.2 | 1.1 | 0.6 | 1.4 | 2.4 | 2.0 | 0.1 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.7 | 0.5 | 0.1 | 1.0 | 0.2 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | 2.0 | 2.5 | 1.3 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.7 | 0.2 |
| | 大都市 | 14521 | 0.3 | 0.5 | 0.3 | 2.0 | 2.1 | 1.4 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.6 | 0.1 | 0.6 | 0.3 |
| | 小都市 | 11741 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 1.8 | 1.5 | 1.2 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.7 | 0.2 |
| | 町村 | 3777 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 2.8 | 1.5 | 1.0 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.2 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 2.0 | 4.7 | 1.8 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.4 | 0.1 |
| | 東北 | 2718 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 1.8 | 2.5 | 1.7 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 0.9 | 0.3 |
| | 北関東 | 2146 | 0.4 | 0.6 | 0.4 | 1.8 | 2.1 | 1.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.7 | 0.1 | 0.5 | 0.3 |
| | 首都圏 | 11930 | 0.2 | 0.7 | 0.5 | 1.3 | 2.3 | 1.5 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.7 | 0.3 |
| | 北陸 | 1604 | 0.1 | 0.1 | − | 2.2 | 2.9 | 1.8 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.7 | − | 1.0 | 0.3 |
| | 東山 | 1509 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 1.5 | 2.1 | 1.9 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 0.7 | 0.1 |
| | 東海 | 4067 | 0.3 | 0.5 | 0.3 | 2.3 | 1.8 | 1.6 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.5 | 0.2 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 0.4 | 0.5 | 0.3 | 2.4 | 1.6 | 1.2 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.0 | 0.5 | 0.2 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 2.2 | 1.6 | 1.2 | 0.1 | − | 0.3 | − | 0.3 | 0.4 | 0.2 | 0.5 | 0.2 |
| | 中国 | 2239 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 2.8 | 1.7 | 0.9 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.7 | 0.3 |
| | 四国 | 1164 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 2.8 | 0.9 | 0.5 | 0.3 | − | 0.2 | − | 0.2 | 0.8 | − | 0.5 | 0.2 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 2.3 | 0.6 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.6 | 0.1 | 0.4 | 0.3 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 0.8 | 0.9 | 0.7 | 2.7 | 2.2 | 1.3 | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.7 | 0.7 | − | 0.6 | 0.2 |
| | 家族従業者 | 207 | 1.0 | − | − | 1.9 | 0.5 | 1.4 | − | 1.0 | − | − | − | 0.5 | − | 1.0 | 0.5 |
| | 雇用者 | 21731 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 2.2 | 2.3 | 1.8 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.1 | 0.7 | 0.2 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 0.3 | 0.6 | 0.4 | 2.3 | 2.3 | 1.7 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.7 | 0.2 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | − | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 1.0 | 0.4 | − | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.3 |
| | 学生 | 1383 | 0.7 | 0.7 | 0.4 | 2.3 | 4.2 | 3.8 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 1.4 | 0.1 | 1.5 | 0.4 |
| | 無職 | 6355 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 1.8 | 1.6 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | − | 0.4 | 0.4 |
| | その他 | 568 | − | 0.2 | 0.4 | 2.1 | 1.6 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | − | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | 0.4 |
| | 答えたくない | 1163 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 1.2 | 0.6 | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.1 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | − | 0.3 | 0.1 | 1.8 | 0.1 | 0.7 | − | 0.3 | 0.1 | − | − | 0.3 | − | 0.4 | 0.1 |
| | 高校 | 10826 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 2.0 | 1.1 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.3 |
| | 短大・高専 | 4045 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 1.0 | 1.7 | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.4 | 0.2 |
| | 専門学校 | 4546 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 2.3 | 1.4 | 1.3 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.6 | 0.3 |
| | 大学 | 17018 | 0.3 | 0.6 | 0.4 | 2.1 | 2.6 | 1.8 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.7 | 0.2 |
| | 大学院 | 2087 | 0.4 | 1.1 | 0.2 | 2.1 | 4.0 | 1.5 | 0.5 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | 0.7 | 0.4 | 0.1 | 1.0 | 0.1 |
| | その他 | 18 | − | − | − | − | 5.6 | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − |
| | 答えたくない | 786 | − | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.6 | 1.1 | − | − | 0.1 | 0.1 | 0.3 | − | − | 0.1 | − |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | − | 0.7 | 0.3 | 1.2 | 1.5 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | − | 0.8 | 0.1 |
| | 100万円未満 | 1209 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 1.5 | 1.9 | 1.3 | − | 0.1 | − | − | 0.5 | 0.1 | − | 0.8 | 0.4 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 1.3 | 1.2 | 0.6 | − | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.4 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 1.7 | 1.3 | 0.6 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | − | 0.2 | 0.6 | − | 0.4 | 0.3 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 2.1 | 1.6 | 1.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.5 | 0.3 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 2.0 | 1.8 | 1.5 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.7 | 0.1 | 0.5 | 0.2 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 0.3 | 0.7 | 0.4 | 2.4 | 2.4 | 1.8 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.2 | 1.0 | 0.2 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 2.3 | 1.8 | 1.6 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.8 | 0.2 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 0.4 | 1.1 | 0.6 | 2.4 | 2.5 | 1.9 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.1 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 0.3 | 0.7 | 0.4 | 2.5 | 3.5 | 2.5 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.7 | 0.1 | 0.9 | 0.3 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 0.6 | 1.3 | 0.6 | 2.6 | 3.2 | 2.7 | 0.3 | 0.7 | 0.4 | 0.3 | 0.7 | 1.2 | 0.1 | 1.0 | 0.4 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 0.7 | 0.8 | 0.7 | 3.5 | 5.0 | 2.4 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.2 | 0.5 | 0.9 | 0.1 | 0.7 | 0.2 |
| | わからない | 4002 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 1.4 | 1.3 | 1.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.6 | 0.2 |
| | 答えたくない | 5872 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 1.2 | 1.1 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 0.3 | 0.5 | 0.3 | 2.2 | 2.3 | 1.2 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.3 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 1.7 | 1.7 | 1.6 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.8 | 0.2 |
| | 答えたくない | 975 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 1.0 | 0.2 | 0.7 | − | 0.1 | − | 0.1 | 0.2 | − | 0.1 | 0.3 | 0.1 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 1.6 | 1.8 | 1.5 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.6 | 0.2 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 1.8 | 2.0 | 0.8 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.0 | 0.3 | 0.4 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 2.4 | 2.6 | 1.5 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.6 | 0.2 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 2.0 | 1.5 | 1.5 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 1.0 | 0.2 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 0.5 | 0.6 | 0.8 | 3.4 | 2.7 | 2.2 | 0.4 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.9 | 0.1 | 1.0 | 0.1 |
| | その他 | 3988 | 0.3 | 0.6 | 0.3 | 1.7 | 1.6 | 1.6 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.6 | 0.1 | 1.0 | 0.3 |
| | 答えたくない | 975 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 1.0 | 0.2 | 0.7 | − | 0.1 | − | 0.1 | 0.2 | − | 0.1 | 0.3 | 0.1 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.4 | 0.7 | 0.5 | 2.3 | 2.9 | 1.7 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.8 | 0.1 | 0.9 | 0.3 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.4 | 0.8 | 0.5 | 2.8 | 3.1 | 2.0 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.7 | 0.1 | 0.9 | 0.3 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 0.4 | 0.7 | 0.5 | 2.5 | 3.0 | 1.8 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.8 | 0.1 | 0.9 | 0.3 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 0.1 | 0.7 | 0.3 | 3.1 | 2.4 | 1.9 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.7 | 0.2 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 2.0 | 0.7 | 0.9 | 0.1 | − | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | − | 0.7 | 0.4 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.3 | 0.6 | 0.4 | 2.6 | 2.6 | 1.8 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.8 | 0.3 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 7433 | 0.3 | 0.7 | 0.6 | 2.0 | 2.8 | 1.4 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.7 | 0.1 | 0.7 | 0.3 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 2.9 | 3.7 | 2.3 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.7 | 0.8 | 0.0 | 0.8 | 0.5 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 0.4 | 0.6 | 0.6 | 2.3 | 3.1 | 1.7 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.7 | 0.1 | 0.8 | 0.4 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 0.4 | 0.9 | 0.5 | 3.3 | 3.4 | 2.4 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.8 | 0.2 | 1.0 | 0.2 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 2.2 | 1.0 | 1.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.7 | 0.4 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.4 | 0.7 | 0.5 | 2.7 | 2.9 | 1.9 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.7 | 0.1 | 0.8 | 0.3 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.7 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | − | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 2612 | 2.1 | 2.1 | 2.0 | 5.6 | 6.6 | 5.2 | 1.4 | 1.4 | 1.1 | 1.0 | 1.6 | 3.4 | 0.5 | 1.4 | 0.4 |
| | する・みる | 12942 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 2.3 | 2.7 | 1.4 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.8 | 0.4 |
| | する・ささえる | 212 | − | − | 0.5 | 2.8 | 2.4 | 2.4 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | − | 1.4 | 1.4 | − | 0.5 | 0.5 |
| | するのみ | 4963 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 1.3 | 1.7 | 1.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.9 | 0.2 |
| | みる・ささえる | 758 | 0.3 | 0.9 | 0.9 | 3.8 | 4.1 | 2.4 | 0.9 | 1.2 | 0.8 | 0.7 | 0.7 | 1.3 | 0.3 | 0.9 | 0.4 |
| | みるのみ | 9793 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 1.7 | 1.2 | 0.9 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | ささえるのみ | 118 | 0.8 | − | 1.7 | 0.8 | − | − | − | − | − | − | 0.8 | 1.7 | − | 1.7 | − |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.4 | 0.5 | − | 0.1 | 0.0 | − | 0.1 | 0.0 | − | 0.3 | 0.0 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-1. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツ(MA)（続き）

| | | 全体 | この1年間に運動・スポーツはしなかった | わからない |
|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 21.7 | 2.8 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 18.5 | 2.6 |
| | 女性 | 20041 | 24.8 | 2.8 |
| 年代 | 10代 | 857 | 10.2 | 6.0 |
| | 20代 | 5227 | 16.4 | 4.8 |
| | 30代 | 5594 | 21.2 | 4.3 |
| | 40代 | 7193 | 23.1 | 3.6 |
| | 50代 | 7752 | 26.1 | 2.3 |
| | 60代 | 6376 | 24.0 | 1.4 |
| | 70代 | 7001 | 19.3 | 0.9 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 9.1 | 5.1 |
| | 男性20代 | 2626 | 13.7 | 4.2 |
| | 男性30代 | 2786 | 17.8 | 4.2 |
| | 男性40代 | 3587 | 18.6 | 3.3 |
| | 男性50代 | 3858 | 22.2 | 1.9 |
| | 男性60代 | 3112 | 20.5 | 1.2 |
| | 男性70代 | 3213 | 17.4 | 0.6 |
| | 女性10代 | 464 | 10.1 | 6.5 |
| | 女性20代 | 2504 | 19.1 | 4.8 |
| | 女性30代 | 2732 | 24.5 | 4.0 |
| | 女性40代 | 3522 | 27.6 | 3.5 |
| | 女性50代 | 3828 | 29.9 | 2.5 |
| | 女性60代 | 3231 | 27.2 | 1.4 |
| | 女性70代 | 3760 | 20.7 | 1.2 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 19.7 | 2.1 |
| | 東京都区部 | 3552 | 17.5 | 2.3 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 20.9 | 2.0 |
| | 大都市 | 14521 | 19.0 | 2.3 |
| | 小都市 | 11741 | 25.2 | 3.2 |
| | 町村 | 3777 | 27.1 | 5.7 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 24.0 | 3.2 |
| | 東北 | 2718 | 25.3 | 2.8 |
| | 北関東 | 2146 | 20.9 | 3.0 |
| | 首都圏 | 11930 | 19.8 | 2.7 |
| | 北陸 | 1604 | 23.3 | 2.5 |
| | 東山 | 1509 | 24.5 | 2.6 |
| | 東海 | 4067 | 21.8 | 2.1 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 22.4 | 3.2 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 20.9 | 3.0 |
| | 中国 | 2239 | 23.3 | 3.1 |
| | 四国 | 1164 | 25.5 | 3.9 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 20.5 | 3.0 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 21.1 | 2.4 |
| | 家族従業者 | 207 | 20.3 | 1.4 |
| | 雇用者 | 21731 | 20.9 | 2.3 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 20.9 | 2.3 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 24.3 | 2.0 |
| | 学生 | 1383 | 10.3 | 4.2 |
| | 無職 | 6355 | 24.3 | 1.6 |
| | その他 | 568 | 21.3 | 2.1 |
| | 答えたくない | 1163 | 28.0 | 22.9 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 36.9 | 4.3 |
| | 高校 | 10826 | 28.7 | 2.9 |
| | 短大・高専 | 4045 | 23.4 | 2.0 |
| | 専門学校 | 4546 | 24.7 | 3.2 |
| | 大学 | 17018 | 16.3 | 2.0 |
| | 大学院 | 2087 | 13.2 | 1.6 |
| | その他 | 18 | 11.1 | 11.1 |
| | 答えたくない | 786 | 27.2 | 22.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 32.8 | 5.6 |
| | 100万円未満 | 1209 | 26.4 | 3.1 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 27.6 | 1.8 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 22.8 | 1.9 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 20.9 | 2.1 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 19.6 | 1.9 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 19.7 | 1.8 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 19.0 | 1.8 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 19.2 | 1.9 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 15.9 | 1.4 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 14.1 | 1.0 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 13.0 | 1.6 |
| | わからない | 4002 | 27.2 | 4.4 |
| | 答えたくない | 5872 | 26.0 | 6.4 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 20.0 | 2.1 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 23.8 | 2.8 |
| | 答えたくない | 975 | 26.9 | 18.8 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 22.2 | 2.8 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 18.6 | 1.8 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 21.3 | 2.5 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 25.9 | 3.0 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 22.5 | 2.9 |
| | その他 | 3988 | 24.6 | 2.2 |
| | 答えたくない | 975 | 26.9 | 18.8 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | － | － |
| | 週に1～2日 | 8522 | － | － |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | － | － |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | － | － |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | － | － |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | － | － |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 88.5 | 11.5 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | － | － |
| | 週に2日 | 3316 | － | － |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | － | － |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | － | － |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | － | － |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | － | － |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 58.2 | 7.6 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | － | － |
| | する・みる | 12942 | － | － |
| | する・ささえる | 212 | － | － |
| | するのみ | 4963 | － | － |
| | みる・ささえる | 758 | 12.7 | 2.6 |
| | みるのみ | 9793 | 41.1 | 2.7 |
| | ささえるのみ | 118 | 20.3 | 4.2 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 52.9 | 9.7 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-1. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/一番目

| | | 全体 | ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅等）で行う歩行等） | 階段昇降（2アップ3ダウン階段・エレベーターに乗らず階段を使用する等） | ジョギング・マラソン・駅伝 | 陸上競技 | 自転車競技（トラック・ロード・BMX・マウンテンバイク等） | サイクリング・自転車利用（自ら進んで行う自転車や公共交通機関に乗らず移動する等）自転車で | スケートボード・ローラースケート・一輪車 | トレーニング（筋力トレーニング・マシーン・ローイング・室内運動器具・エアロバイクを使ってする運動等） | 体操（ラジオ体操・美容体操・太極拳等） | エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス | 縄跳び・ダブルダッチ | 器械体操・新体操・トランポリン | ダンス（ブレイキン（ブレイクダンス）・ジャズダンス・フォークダンス・社交ダンス・民踊・フラダンス等） | チアリーディング・バトントワリング | 水泳（競泳・水球・飛び込み・アーティスティックスイミング・オープンウォーター） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 60.0 | 4.3 | 4.5 | 0.3 | 0.3 | 3.3 | 0.1 | 7.4 | 4.1 | 3.1 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.0 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 57.2 | 3.8 | 7.1 | 0.4 | 0.5 | 3.6 | 0.2 | 8.7 | 2.4 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.9 |
| | 女性 | 14503 | 62.8 | 4.9 | 1.8 | 0.1 | 0.1 | 3.0 | 0.1 | 6.1 | 5.9 | 5.9 | 0.1 | 0.1 | 1.1 | 0.0 | 1.1 |
| 年代 | 10代 | 719 | 52.3 | 5.8 | 4.5 | 1.7 | 1.0 | 7.2 | 0.4 | 4.7 | 1.3 | 0.7 | 0.3 | 0.1 | 1.8 | 0.4 | 0.7 |
| | 20代 | 4118 | 58.3 | 4.7 | 6.6 | 0.9 | 0.7 | 3.1 | 0.3 | 8.5 | 1.7 | 2.1 | 0.3 | 0.1 | 0.9 | 0.1 | 0.6 |
| | 30代 | 4166 | 60.2 | 5.0 | 6.5 | 0.4 | 0.4 | 2.7 | 0.2 | 9.0 | 2.7 | 2.8 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.6 |
| | 40代 | 5272 | 59.9 | 4.5 | 6.3 | 0.1 | 0.3 | 3.2 | 0.2 | 7.4 | 3.6 | 3.2 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.9 |
| | 50代 | 5555 | 59.3 | 5.2 | 5.0 | 0.1 | 0.4 | 3.9 | 0.0 | 6.9 | 3.7 | 3.3 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | – | 0.7 |
| | 60代 | 4758 | 61.2 | 4.0 | 2.6 | 0.1 | 0.1 | 3.2 | 0.0 | 7.1 | 5.1 | 3.9 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | – | 1.1 |
| | 70代 | 5588 | 61.8 | 2.6 | 0.9 | 0.0 | 0.1 | 3.1 | – | 6.5 | 7.2 | 3.3 | 0.0 | 0.0 | 1.1 | – | 1.8 |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | 42.1 | 4.4 | 6.5 | 2.5 | 1.2 | 8.7 | 0.3 | 7.2 | 0.9 | – | 0.6 | 0.3 | 0.6 | 0.6 | 0.9 |
| | 男性20代 | 2154 | 50.0 | 4.4 | 9.4 | 1.3 | 0.9 | 3.1 | 0.4 | 12.0 | 0.8 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.9 |
| | 男性30代 | 2173 | 53.3 | 4.8 | 10.4 | 0.6 | 0.7 | 2.7 | 0.2 | 12.2 | 1.6 | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.7 |
| | 男性40代 | 2799 | 55.2 | 3.7 | 9.8 | 0.1 | 0.6 | 3.8 | 0.3 | 9.9 | 2.1 | 0.4 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 1.2 |
| | 男性50代 | 2928 | 56.5 | 4.6 | 7.8 | 0.1 | 0.6 | 3.9 | 0.1 | 7.7 | 2.0 | 0.5 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.7 |
| | 男性60代 | 2436 | 63.3 | 3.5 | 4.1 | 0.1 | 0.2 | 3.3 | 0.1 | 5.8 | 3.2 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 0.8 |
| | 男性70代 | 2635 | 65.6 | 2.0 | 1.7 | 0.0 | 0.2 | 3.9 | – | 5.7 | 4.5 | 0.5 | – | 0.0 | 0.1 | – | 0.9 |
| | 女性10代 | 387 | 60.7 | 7.0 | 2.6 | 1.0 | 0.5 | 5.9 | 0.5 | 2.8 | 1.6 | 1.3 | – | – | 2.6 | 0.3 | 0.5 |
| | 女性20代 | 1904 | 67.6 | 5.1 | 3.4 | 0.3 | 0.5 | 3.0 | 0.2 | 4.7 | 2.5 | 4.0 | 0.3 | 0.1 | 1.3 | 0.1 | 0.4 |
| | 女性30代 | 1954 | 67.9 | 5.3 | 2.1 | 0.2 | 0.1 | 2.7 | 0.1 | 5.5 | 4.0 | 5.2 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | – | 0.4 |
| | 女性40代 | 2426 | 65.2 | 5.3 | 2.3 | 0.1 | 0.0 | 2.6 | 0.1 | 4.7 | 5.4 | 6.4 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | – | 0.5 |
| | 女性50代 | 2589 | 62.2 | 5.9 | 2.0 | 0.1 | 0.2 | 3.9 | – | 6.1 | 5.7 | 6.5 | 0.0 | 0.0 | 0.9 | – | 0.8 |
| | 女性60代 | 2307 | 58.9 | 4.4 | 1.0 | 0.0 | 0.0 | 3.0 | – | 8.5 | 7.2 | 7.5 | 0.1 | – | 0.8 | – | 1.4 |
| | 女性70代 | 2936 | 58.4 | 3.1 | 0.3 | – | 0.0 | 2.5 | – | 7.1 | 9.6 | 5.9 | 0.1 | 0.0 | 2.1 | – | 2.5 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 61.0 | 4.3 | 4.7 | 0.2 | 0.2 | 3.7 | 0.1 | 8.0 | 3.1 | 3.1 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | – | 1.2 |
| | 東京都区部 | 2849 | 62.7 | 3.5 | 5.1 | 0.2 | 0.3 | 3.7 | 0.2 | 8.1 | 2.5 | 2.8 | 0.1 | – | 0.7 | – | 1.6 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 60.1 | 4.8 | 4.5 | 0.2 | 0.1 | 3.8 | 0.0 | 7.9 | 3.4 | 3.2 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | – | 1.0 |
| | 大都市 | 11432 | 60.0 | 4.3 | 4.5 | 0.3 | 0.3 | 3.8 | 0.1 | 7.1 | 3.9 | 3.1 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.0 |
| | 小都市 | 8410 | 59.5 | 4.3 | 4.5 | 0.3 | 0.5 | 2.8 | 0.1 | 7.3 | 4.9 | 3.1 | 0.1 | – | 0.7 | 0.0 | 0.8 |
| | 町村 | 2540 | 58.5 | 4.6 | 4.2 | 0.3 | 0.3 | 1.7 | 0.2 | 7.2 | 5.6 | 3.2 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.5 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 60.6 | 4.9 | 4.4 | 0.2 | 0.4 | 3.0 | 0.2 | 7.2 | 4.1 | 2.6 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | – | 0.7 |
| | 東北 | 1954 | 57.5 | 5.6 | 4.3 | 0.2 | 0.3 | 2.7 | 0.3 | 8.0 | 5.9 | 2.6 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.6 |
| | 北関東 | 1633 | 55.5 | 4.5 | 4.4 | 0.4 | 0.8 | 2.8 | – | 7.5 | 5.5 | 3.8 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 1.0 |
| | 首都圏 | 9248 | 61.7 | 4.2 | 5.0 | 0.2 | 0.3 | 3.4 | 0.1 | 7.8 | 3.2 | 3.1 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 1.3 |
| | 北陸 | 1190 | 56.2 | 3.9 | 5.4 | 0.3 | 0.4 | 2.5 | 0.2 | 8.7 | 5.4 | 2.9 | 0.2 | – | 0.8 | – | 0.7 |
| | 東山 | 1101 | 58.9 | 3.4 | 4.7 | 0.2 | 0.2 | 2.2 | 0.1 | 6.4 | 4.8 | 4.1 | 0.2 | – | 0.7 | – | 1.0 |
| | 東海 | 3097 | 57.6 | 4.8 | 4.2 | 0.2 | 0.7 | 3.4 | 0.1 | 7.5 | 4.7 | 3.0 | 0.1 | 0.2 | 0.8 | – | 0.6 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 61.8 | 3.8 | 4.1 | 0.4 | 0.3 | 4.2 | 0.1 | 6.7 | 3.5 | 3.2 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 1.1 |
| | その他近畿圏 | 882 | 61.7 | 5.1 | 2.9 | 0.5 | 0.3 | 2.8 | 0.1 | 8.2 | 4.2 | 2.4 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | – | 1.1 |
| | 中国 | 1648 | 59.4 | 4.6 | 4.4 | 0.3 | 0.2 | 4.5 | 0.2 | 7.2 | 3.9 | 3.3 | 0.2 | – | 0.5 | – | 0.5 |
| | 四国 | 822 | 60.0 | 3.8 | 2.9 | 0.4 | 0.4 | 5.1 | 0.2 | 6.1 | 4.3 | 3.2 | – | – | 0.5 | – | 0.7 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 60.1 | 4.0 | 4.9 | 0.3 | 0.2 | 2.7 | 0.1 | 6.8 | 4.4 | 3.0 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 0.9 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 55.8 | 5.4 | 5.1 | 0.6 | 1.1 | 4.1 | 0.4 | 8.0 | 3.6 | 2.8 | 0.3 | 0.0 | 0.9 | 0.1 | 0.7 |
| | 家族従業者 | 162 | 55.6 | 3.7 | 2.5 | 0.6 | 1.9 | 1.2 | – | 12.3 | 7.4 | 6.8 | – | – | 0.6 | – | – |
| | 雇用者 | 16696 | 58.5 | 4.9 | 6.2 | 0.2 | 0.3 | 3.2 | 0.1 | 7.7 | 3.1 | 2.8 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.8 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 58.1 | 4.9 | 6.0 | 0.3 | 0.4 | 3.3 | 0.1 | 7.8 | 3.2 | 2.9 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.8 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | 62.2 | 3.4 | 0.9 | 0.0 | 0.0 | 2.7 | 0.0 | 6.7 | 7.8 | 5.9 | 0.0 | 0.0 | 1.2 | – | 1.8 |
| | 学生 | 1183 | 55.1 | 4.9 | 5.5 | 1.6 | 0.5 | 5.9 | 0.1 | 6.6 | 1.3 | 0.7 | 0.1 | – | 1.8 | 0.2 | 1.2 |
| | 無職 | 4709 | 66.0 | 2.7 | 1.7 | 0.1 | 0.2 | 3.5 | – | 6.6 | 5.2 | 2.1 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 1.0 |
| | その他 | 435 | 60.7 | 3.2 | 2.1 | 0.5 | 0.2 | 3.4 | – | 6.9 | 6.7 | 4.4 | – | 0.2 | 0.9 | – | 1.1 |
| | 答えたくない | 571 | 65.7 | 3.9 | 3.7 | 0.2 | 0.7 | 1.8 | 1.1 | 6.3 | 1.8 | 3.3 | – | 0.2 | 0.7 | – | 0.5 |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | 64.9 | 4.5 | 2.0 | – | 0.8 | 3.8 | – | 7.8 | 3.8 | 2.5 | – | – | 0.5 | – | 0.3 |
| | 高校 | 7401 | 60.7 | 4.4 | 3.3 | 0.1 | 0.3 | 3.6 | 0.1 | 7.1 | 5.0 | 2.6 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 0.7 |
| | 短大・高専 | 3019 | 60.7 | 4.2 | 2.4 | 0.2 | 0.1 | 3.0 | 0.0 | 6.4 | 6.1 | 5.4 | 0.0 | 0.0 | 1.1 | 0.0 | 1.5 |
| | 専門学校 | 3278 | 60.9 | 4.2 | 3.4 | 0.1 | 0.4 | 3.8 | 0.2 | 8.5 | 4.5 | 3.1 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 0.5 |
| | 大学 | 13894 | 59.1 | 4.4 | 5.8 | 0.4 | 0.3 | 3.1 | 0.2 | 7.4 | 3.3 | 3.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.1 |
| | 大学院 | 1777 | 58.6 | 3.8 | 6.6 | 0.5 | 0.7 | 3.6 | – | 8.7 | 3.0 | 1.5 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | – | 1.1 |
| | その他 | 14 | 50.0 | 28.6 | 7.1 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 397 | 64.2 | 4.0 | 2.8 | 1.0 | 0.8 | 2.8 | 0.8 | 5.0 | 3.8 | 4.8 | 0.3 | – | 1.0 | 0.3 | 0.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | 68.4 | 3.8 | 3.5 | 0.4 | 0.2 | 4.0 | 0.2 | 5.3 | 2.6 | 0.9 | 0.2 | – | 1.1 | – | 1.1 |
| | 100万円未満 | 853 | 61.8 | 4.8 | 2.1 | 0.8 | 0.6 | 4.7 | 0.2 | 6.3 | 4.8 | 2.8 | 0.4 | 0.1 | 0.8 | 0.1 | 0.7 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | 63.6 | 3.8 | 2.4 | 0.2 | 0.1 | 4.5 | 0.1 | 7.0 | 5.8 | 2.8 | 0.3 | 0.1 | 0.7 | – | 1.3 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | 63.7 | 4.0 | 2.3 | 0.3 | 0.2 | 3.4 | 0.1 | 6.5 | 5.5 | 2.5 | 0.0 | 0.0 | 1.0 | 0.0 | 1.0 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | 62.4 | 3.6 | 2.9 | 0.3 | 0.3 | 2.9 | 0.1 | 7.0 | 4.4 | 3.0 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | – | 1.0 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 58.3 | 4.1 | 4.6 | 0.4 | 0.5 | 3.7 | 0.1 | 7.7 | 3.7 | 3.1 | 0.2 | 0.0 | 0.4 | 0.1 | 0.9 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 57.7 | 4.5 | 5.0 | 0.3 | 0.5 | 3.4 | 0.3 | 7.2 | 4.5 | 3.0 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.1 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | 57.7 | 5.1 | 5.8 | 0.6 | 0.4 | 3.8 | 0.2 | 8.1 | 3.5 | 2.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 1.0 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 57.9 | 4.7 | 7.0 | 0.2 | 0.3 | 2.8 | 0.1 | 8.5 | 2.5 | 3.0 | – | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 0.8 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 56.3 | 5.3 | 6.9 | 0.1 | 0.2 | 3.3 | 0.1 | 8.1 | 2.9 | 2.7 | 0.1 | – | 0.6 | – | 1.1 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | 55.7 | 3.6 | 9.0 | 0.2 | 0.5 | 3.2 | 0.2 | 7.7 | 3.0 | 3.4 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | – | 1.1 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 53.5 | 4.1 | 8.2 | 0.3 | 0.5 | 2.1 | 0.2 | 9.2 | 2.4 | 3.7 | – | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 1.5 |
| | わからない | 2736 | 60.5 | 5.4 | 2.4 | 0.3 | 0.3 | 3.4 | 0.0 | 7.1 | 5.2 | 3.9 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | – | 0.6 |
| | 答えたくない | 3969 | 63.5 | 3.9 | 3.5 | 0.1 | 0.3 | 3.0 | 0.1 | 7.0 | 4.4 | 3.9 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.8 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 60.1 | 4.0 | 4.7 | 0.2 | 0.3 | 2.9 | 0.1 | 6.7 | 4.4 | 3.3 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 1.1 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 59.9 | 4.8 | 4.3 | 0.4 | 0.4 | 3.9 | 0.1 | 8.4 | 3.7 | 2.8 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 0.8 |
| | 答えたくない | 530 | 58.5 | 4.5 | 4.0 | 1.3 | 0.9 | 3.4 | 1.1 | 7.2 | 4.5 | 4.2 | 0.2 | – | 0.4 | – | 0.4 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 59.6 | 4.0 | 5.1 | 0.4 | 0.5 | 4.0 | 0.1 | 8.5 | 3.3 | 2.7 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 0.9 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 60.5 | 3.5 | 3.4 | 0.2 | 0.2 | 2.7 | 0.1 | 7.0 | 4.9 | 3.7 | 0.0 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 1.4 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 59.6 | 4.5 | 6.3 | 0.2 | 0.3 | 3.2 | 0.1 | 6.2 | 3.7 | 3.0 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.9 |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | 61.8 | 4.9 | 4.1 | 0.4 | 0.3 | 3.5 | 0.1 | 8.2 | 3.4 | 2.8 | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.5 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | 58.3 | 4.0 | 4.4 | 0.1 | 0.5 | 2.9 | 0.1 | 7.6 | 4.5 | 3.1 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | – | 0.8 |
| | その他 | 2916 | 59.4 | 6.9 | 2.8 | 0.1 | 0.3 | 4.0 | 0.0 | 8.3 | 4.8 | 2.5 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 0.8 |
| | 答えたくない | 530 | 58.5 | 4.5 | 4.0 | 1.3 | 0.9 | 3.4 | 1.1 | 7.2 | 4.5 | 4.2 | 0.2 | – | 0.4 | – | 0.4 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 58.5 | 3.7 | 5.4 | 0.3 | 0.5 | 3.6 | 0.1 | 10.0 | 5.5 | 3.4 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 1.2 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 55.5 | 3.6 | 5.9 | 0.2 | 0.2 | 3.3 | 0.1 | 8.7 | 3.6 | 3.9 | 0.1 | 0.0 | 0.8 | 0.0 | 0.9 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 57.3 | 3.7 | 5.6 | 0.3 | 0.4 | 3.5 | 0.1 | 9.5 | 4.7 | 3.6 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 1.1 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 63.5 | 5.9 | 2.1 | 0.2 | 0.2 | 2.9 | 0.0 | 2.9 | 2.9 | 2.2 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.8 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 72.3 | 5.6 | 2.3 | 0.2 | 0.3 | 3.4 | 0.5 | 2.8 | 2.4 | 1.4 | 0.3 | – | 0.3 | 0.0 | 0.3 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 60.0 | 4.3 | 4.5 | 0.3 | 0.3 | 3.3 | 0.1 | 7.4 | 4.1 | 3.1 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.0 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 57.1 | 2.2 | 6.8 | 0.2 | 0.5 | 3.0 | 0.1 | 11.8 | 3.3 | 4.1 | 0.1 | 0.1 | 1.0 | 0.0 | 1.8 |
| | 週に2日 | 3316 | 48.6 | 3.0 | 8.3 | 0.4 | 0.3 | 2.9 | 0.2 | 12.6 | 3.5 | 4.2 | 0.1 | 0.1 | 1.1 | 0.1 | 1.3 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 54.5 | 2.5 | 7.3 | 0.3 | 0.4 | 3.0 | 0.1 | 12.0 | 3.3 | 4.1 | 0.1 | 0.1 | 1.0 | 0.0 | 1.6 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 58.3 | 4.3 | 4.2 | 0.4 | 0.4 | 3.7 | 0.1 | 5.5 | 3.7 | 3.0 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.8 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 69.4 | 5.2 | 2.2 | 0.2 | 0.3 | 3.6 | 0.3 | 3.6 | 3.4 | 1.9 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.5 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 58.5 | 3.7 | 5.2 | 0.3 | 0.4 | 3.4 | 0.1 | 8.0 | 3.5 | 3.3 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 1.1 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 67.3 | 7.5 | 1.2 | 0.1 | 0.1 | 3.1 | 0.0 | 4.5 | 7.0 | 2.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | – | 0.4 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 44.0 | 5.3 | 9.3 | 1.8 | 1.3 | 3.1 | 0.7 | 6.8 | 2.0 | 2.3 | 0.2 | 0.3 | 0.9 | 0.2 | 0.9 |
| | する・みる | 12942 | 59.0 | 3.4 | 5.2 | 0.1 | 0.2 | 3.6 | 0.0 | 9.2 | 5.3 | 3.6 | 0.1 | 0.0 | 0.7 | – | 1.1 |
| | する・ささえる | 212 | 38.7 | 3.3 | 6.1 | 0.5 | 1.4 | 2.4 | – | 15.1 | 1.9 | 3.8 | – | – | 1.9 | – | 2.8 |
| | するのみ | 4963 | 60.4 | 3.5 | 4.7 | 0.1 | 0.3 | 3.4 | 0.0 | 11.3 | 4.8 | 4.3 | 0.1 | 0.0 | 0.8 | 0.0 | 1.0 |
| | みる・ささえる | 642 | 56.5 | 5.9 | 4.4 | 1.4 | 1.4 | 3.6 | 1.1 | 1.7 | 3.1 | 2.5 | 0.2 | – | 0.2 | 0.2 | 0.2 |
| | みるのみ | 5497 | 64.5 | 6.4 | 1.9 | 0.0 | 0.1 | 3.0 | 0.0 | 2.9 | 3.1 | 1.8 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | – | 0.6 |
| | ささえるのみ | 89 | 55.1 | 2.2 | 5.6 | 2.2 | 2.2 | 2.2 | 1.1 | 4.5 | 2.2 | – | – | – | 2.2 | – | 1.1 |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 70.6 | 4.9 | 2.0 | 0.2 | 0.2 | 3.0 | 0.2 | 3.1 | 2.2 | 2.3 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.9 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、"この1年間に運動やスポーツを実施した日数"で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-1. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/一番目（続き）

| | | 全体 | アクアエクササイズ・水中ウォーキング | 野球（硬式・軟式等） | ソフトボール | キャッチボール | テニス・ソフトテニス | バドミントン | 卓球（ラージボール含む） | 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） | グラウンドゴルフ・ゲートボール・ターゲットバードゴルフ・パークゴルフ・スナッグゴルフ・マレットゴルフ・デルフィスク・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・3×3・ボートボール | ドッジボール | ハンドボール | サッカー | フットサル |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 1.2 | 0.5 | 0.4 | 1.4 | 1.0 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.2 | 1.0 | 0.3 | 0.1 | 1.4 | 0.4 | 0.4 | 2.4 | 1.7 | 0.2 | 0.4 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.4 |
| | 女性 | 14503 | 0.6 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 1.0 | 0.6 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |
| 年代 | 10代 | 719 | － | 2.5 | 0.3 | 0.1 | 2.1 | 1.4 | 0.6 | － | 0.1 | － | 1.8 | 0.8 | 0.1 | 0.4 | 1.7 | 0.1 |
| | 20代 | 4118 | 0.0 | 1.0 | 0.4 | 0.1 | 0.9 | 0.8 | 0.4 | 0.5 | 0.7 | 0.0 | 0.7 | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.6 | 0.5 |
| | 30代 | 4166 | 0.1 | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 0.9 | 0.4 | 0.1 | 0.6 | 0.6 | － | 0.5 | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.5 |
| | 40代 | 5272 | 0.2 | 0.6 | 0.1 | 0.2 | 0.8 | 0.6 | 0.2 | 0.7 | 1.1 | 0.0 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | － | 0.4 | 0.2 |
| | 50代 | 5555 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 1.0 | 0.3 | 0.2 | 1.8 | 1.4 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.1 |
| | 60代 | 4758 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 1.5 | 0.4 | 0.4 | 2.7 | 1.4 | 0.0 | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 |
| | 70代 | 5588 | 1.4 | 0.1 | 0.0 | － | 1.9 | 0.3 | 1.0 | 2.2 | 0.9 | 0.6 | 0.3 | － | － | － | 0.1 | － |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | － | 5.3 | 0.3 | － | 2.2 | 1.6 | 0.3 | － | － | － | 1.6 | 1.6 | － | 0.9 | 2.8 | 0.3 |
| | 男性20代 | 2154 | － | 1.8 | 0.6 | 0.2 | 1.2 | 0.8 | 0.5 | 0.8 | 0.9 | 0.0 | 0.6 | 0.9 | － | 0.1 | 1.0 | 0.8 |
| | 男性30代 | 2173 | － | 1.7 | 0.4 | 0.2 | 1.0 | 0.5 | 0.2 | 1.0 | 0.9 | － | 0.3 | 0.8 | 0.0 | － | 0.7 | 1.0 |
| | 男性40代 | 2799 | 0.3 | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 1.0 | 0.5 | 0.2 | 1.3 | 1.8 | 0.0 | 0.5 | 0.7 | 0.0 | － | 0.7 | 0.3 |
| | 男性50代 | 2928 | 0.1 | 0.9 | 0.3 | 0.0 | 1.1 | 0.2 | 0.2 | 2.8 | 2.3 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.4 | 0.2 |
| | 男性60代 | 2436 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 1.4 | 0.2 | 0.3 | 4.4 | 2.3 | 0.0 | 0.4 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.0 |
| | 男性70代 | 2635 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | － | 2.4 | 0.2 | 0.8 | 4.1 | 1.9 | 0.9 | 0.0 | － | － | － | 0.1 | － |
| | 女性10代 | 387 | － | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 2.1 | 1.3 | 0.8 | － | 0.3 | － | 2.1 | 0.3 | 0.3 | － | 0.8 | － |
| | 女性20代 | 1904 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | 0.5 | 0.8 | 0.3 | 0.1 | 0.4 | － | 0.7 | 0.2 | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 |
| | 女性30代 | 1954 | 0.2 | 0.1 | － | 0.2 | 0.8 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | － | 0.7 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － |
| | 女性40代 | 2426 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.5 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | － | 0.6 | 0.0 | － | － | － | － |
| | 女性50代 | 2589 | 0.2 | － | － | 0.0 | 1.0 | 0.5 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | － | － | － | － |
| | 女性60代 | 2307 | 0.5 | － | － | － | 1.5 | 0.5 | 0.4 | 0.8 | 0.3 | 0.0 | 0.7 | 0.0 | － | － | － | － |
| | 女性70代 | 2936 | 2.1 | － | － | － | 1.5 | 0.4 | 1.2 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | － | － | － | － | － |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | 1.2 | 0.5 | 0.4 | 1.1 | 0.9 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 東京都区部 | 2849 | 0.4 | 0.5 | 0.0 | － | 0.9 | 0.5 | 0.3 | 1.1 | 0.8 | 0.0 | 0.5 | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.4 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 1.4 | 0.5 | 0.4 | 1.2 | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.1 |
| | 大都市 | 11432 | 0.4 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 1.3 | 0.4 | 0.3 | 1.6 | 1.1 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 小都市 | 8410 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 1.0 | 0.6 | 0.4 | 1.5 | 1.0 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 町村 | 2540 | 0.5 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 1.3 | 0.6 | 0.5 | 1.7 | 0.9 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | － | 0.3 | 0.1 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 0.2 | 0.4 | － | 0.2 | 1.1 | 0.7 | 0.5 | 0.9 | 1.1 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.4 | 0.4 |
| | 東北 | 1954 | 0.6 | 0.6 | 0.1 | 0.2 | 1.2 | 0.4 | 0.8 | 1.2 | 0.8 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | － | 0.1 | 0.3 | 0.1 |
| | 北関東 | 1633 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | － | 1.8 | 0.6 | 0.6 | 2.5 | 1.0 | 0.3 | 0.4 | 0.2 | － | 0.1 | 0.4 | 0.1 |
| | 首都圏 | 9248 | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 1.1 | 0.3 | 0.3 | 1.1 | 0.9 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.0 | － | 0.2 | 0.2 |
| | 北陸 | 1190 | 0.4 | 0.7 | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.9 | 0.5 | 2.0 | 1.0 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | － | 0.4 | 0.6 |
| | 東山 | 1101 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | － | 0.9 | 0.4 | 0.2 | 1.7 | 0.8 | 0.3 | 1.0 | 0.4 | － | 0.1 | 0.2 | 0.1 |
| | 東海 | 3097 | 0.5 | 0.6 | 0.1 | 0.2 | 1.4 | 0.6 | 0.6 | 2.1 | 1.1 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.2 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 1.5 | 0.3 | 0.3 | 1.7 | 1.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.2 |
| | その他近畿圏 | 882 | 0.1 | 0.7 | － | － | 1.0 | 0.7 | 0.1 | 1.6 | 1.2 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | － | － | 0.3 | － |
| | 中国 | 1648 | 0.5 | 0.8 | 0.3 | 0.1 | 0.8 | 0.7 | 0.3 | 0.8 | 1.0 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | － | 0.1 | 0.4 | 0.2 |
| | 四国 | 822 | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 1.5 | 0.6 | 0.6 | 1.1 | 1.6 | 0.1 | 0.7 | 0.4 | － | － | 0.2 | 0.1 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 1.3 | 0.6 | 0.4 | 1.2 | 1.2 | 0.2 | 0.7 | 0.4 | 0.1 | － | 0.4 | 0.1 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 2.2 | 1.4 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 |
| | 家族従業者 | 162 | － | － | － | － | 0.6 | － | － | 1.9 | － | － | － | － | － | － | － | 1.2 |
| | 雇用者 | 16696 | 0.2 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | 1.1 | 0.5 | 0.2 | 1.4 | 1.3 | 0.0 | 0.6 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.3 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 0.2 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | 1.1 | 0.5 | 0.2 | 1.5 | 1.3 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.3 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | 1.0 | 0.0 | － | 0.0 | 1.3 | 0.7 | 0.8 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | － | － | 0.0 | － | － |
| | 学生 | 1183 | － | 1.7 | 0.3 | 0.2 | 2.2 | 1.4 | 0.7 | － | 0.2 | － | 1.3 | 0.5 | 0.1 | 0.3 | 1.3 | 0.2 |
| | 無職 | 4709 | 0.8 | 0.1 | － | 0.0 | 1.4 | 0.2 | 0.6 | 2.2 | 0.9 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | － |
| | その他 | 435 | 0.5 | 0.5 | － | － | 1.4 | 0.2 | 1.1 | 2.1 | － | 0.2 | 0.5 | － | － | － | 0.5 | － |
| | 答えたくない | 571 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.9 | 0.9 | 0.5 | 1.8 | 0.2 | － | 0.5 | 0.4 | － | － | 0.7 | － |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | 0.3 | 0.8 | － | － | 0.3 | 0.8 | 0.3 | 1.5 | 0.5 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | － | － | 0.8 | － |
| | 高校 | 7401 | 0.5 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 0.9 | 0.6 | 0.6 | 1.3 | 0.9 | 0.3 | 0.7 | 0.3 | － | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 短大・高専 | 3019 | 0.7 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 1.6 | 0.5 | 0.4 | 1.0 | 0.5 | 0.2 | 0.6 | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 |
| | 専門学校 | 3278 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.4 | 0.3 | 0.9 | 0.9 | 0.1 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 |
| | 大学 | 13894 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 1.4 | 0.5 | 0.3 | 1.7 | 1.2 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.3 |
| | 大学院 | 1777 | 0.2 | 0.7 | 0.1 | 0.2 | 1.9 | 0.5 | 0.5 | 1.4 | 1.2 | 0.1 | 0.5 | － | － | 0.1 | 0.5 | 0.3 |
| | その他 | 14 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 7.1 | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 397 | 0.3 | 0.5 | － | － | 0.8 | 0.5 | 0.3 | 1.0 | 0.5 | － | 0.8 | － | － | － | 0.3 | － |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | 0.4 | 0.4 | － | － | 0.4 | 0.9 | 0.4 | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | － | － | － | － |
| | 100万円未満 | 853 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | 1.2 | 0.1 | 0.4 | 0.8 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.4 | 0.2 | 0.1 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | 0.7 | 0.4 | － | － | 0.7 | 0.1 | 0.5 | 0.9 | 0.4 | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.1 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.4 | 0.4 | 1.2 | 0.7 | 0.3 | 0.4 | 0.2 | － | － | 0.1 | 0.1 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 1.5 | 0.6 | 0.7 | 1.5 | 1.0 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 0.0 | － | 0.2 | 0.2 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 1.3 | 0.5 | 0.6 | 1.8 | 1.0 | 0.2 | 0.4 | 0.6 | － | － | 0.4 | 0.3 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 0.4 | 0.8 | 0.3 | 0.2 | 1.3 | 0.4 | 0.3 | 1.5 | 0.8 | 0.0 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.3 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 1.2 | 0.7 | 0.5 | 1.2 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.3 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.9 | 0.9 | 0.1 | 1.3 | 1.3 | 0.1 | 0.6 | 0.6 | － | － | 0.2 | 0.3 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 0.2 | 1.0 | 0.2 | 0.1 | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 1.6 | 1.8 | － | 0.5 | 0.5 | － | － | 0.5 | 0.3 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | 0.3 | 0.9 | 0.1 | － | 0.8 | 0.7 | 0.2 | 2.0 | 1.7 | － | 0.5 | 0.2 | － | － | 0.5 | 0.2 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 0.1 | 0.8 | 0.1 | 0.1 | 1.9 | 0.4 | 0.2 | 2.7 | 2.0 | － | 0.4 | 0.2 | 0.1 | － | 0.3 | 0.4 |
| | わからない | 2736 | 0.3 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 1.5 | 0.7 | 0.4 | 0.8 | 0.6 | 0.2 | 0.9 | 0.2 | － | 0.0 | 0.5 | 0.1 |
| | 答えたくない | 3969 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | － | 1.3 | 0.4 | 0.4 | 1.4 | 0.8 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | － | 0.1 | 0.2 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 1.4 | 0.5 | 0.4 | 1.8 | 1.3 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 0.9 | 0.5 | 0.4 | 0.9 | 0.6 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 答えたくない | 530 | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.8 | 0.6 | 0.4 | 1.3 | 0.4 | － | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.2 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.9 | 0.4 | 0.5 | 1.1 | 0.7 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.6 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 1.7 | 0.3 | 0.6 | 2.2 | 1.2 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.1 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.3 | 0.7 | 0.1 | 0.2 | 1.2 | 0.6 | 0.2 | 1.2 | 1.5 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.3 |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | 0.2 | 0.7 | 0.2 | － | 0.9 | 0.6 | 0.2 | 0.8 | 0.6 | 0.0 | 0.5 | 0.3 | － | 0.0 | 0.4 | 0.2 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | 0.7 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 1.5 | 0.7 | 0.5 | 1.0 | 1.5 | 0.1 | 0.9 | 0.5 | 0.1 | － | 0.5 | 0.2 |
| | その他 | 2916 | 0.2 | 0.7 | 0.2 | 0.0 | 0.8 | 0.8 | 0.2 | 1.1 | 0.4 | － | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.1 |
| | 答えたくない | 530 | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.8 | 0.6 | 0.4 | 1.3 | 0.4 | － | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.2 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 1.9 | 0.8 | 0.4 | 1.7 | 1.4 | 0.2 | 0.9 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 1.4 | 0.5 | 0.4 | 1.0 | 0.9 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 0.3 | 0.8 | 0.2 | 0.2 | 0.8 | 0.6 | 0.4 | 3.0 | 1.7 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.4 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.2 | 0.8 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.9 | 0.5 | 0.0 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | － | 0.3 | 0.2 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 1.2 | 0.5 | 0.4 | 1.4 | 1.0 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 7433 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 1.5 | 0.3 | 0.6 | 0.6 | 0.5 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | － | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.6 | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 2.2 | 0.8 | 0.7 | 1.0 | 1.4 | 0.2 | 1.2 | 0.4 | － | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.6 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | 1.7 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | － | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.3 | 0.8 | 0.3 | 0.1 | 1.4 | 0.7 | 0.3 | 2.6 | 1.7 | 0.1 | 0.6 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.4 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.3 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | 1.1 | 0.7 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.2 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.4 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 1.4 | 0.6 | 0.4 | 1.5 | 1.1 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.2 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.9 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 2612 | 0.3 | 2.1 | 0.6 | 0.1 | 3.0 | 1.2 | 0.7 | 1.4 | 0.7 | 0.3 | 1.7 | 1.1 | 0.0 | 0.1 | 1.5 | 0.7 |
| | する・みる | 12942 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 1.4 | 0.4 | 0.4 | 1.1 | 1.1 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | － | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | する・ささえる | 212 | 0.9 | － | － | － | 4.2 | 2.8 | 0.9 | － | 0.9 | － | 1.4 | 0.9 | 0.5 | － | － | － |
| | するのみ | 4963 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | － | 0.7 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.1 | 0.0 |
| | みる・ささえる | 642 | 0.2 | 2.2 | 0.5 | 0.3 | 0.9 | 0.6 | 0.5 | 2.8 | 0.5 | 0.3 | 0.8 | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 1.4 | 0.5 |
| | みるのみ | 5497 | 0.3 | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 0.7 | 0.4 | 0.4 | 3.3 | 1.8 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | － | － | 0.3 | 0.3 |
| | ささえるのみ | 89 | － | － | － | 1.1 | 2.2 | － | － | 1.1 | － | － | 3.4 | － | 1.1 | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.5 | 0.2 | 1.0 | 0.9 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-1. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/一番目（続き）

| | | 全体 | 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 | ボウリング | ゲートボール | 柔道 | 剣道 | 空手道 | その他武道（弓道・相撲・合気道・少林寺拳法・なぎなた・銃剣道・居合道等） | レスリング | ボクシング | テコンドー | 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 | フリークライミング（ボルダリング・リードクライミング・スピードクライミング等） | 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 女性 | 14503 | 0.0 | － | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | － | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 |
| 年代 | 10代 | 719 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | － | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 1.4 | 0.1 | 0.3 | － | 0.3 | － | － | － | － |
| | 20代 | 4118 | 0.1 | － | 0.3 | － | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | － | 0.3 | 0.1 | 0.1 | － | 0.0 |
| | 30代 | 4166 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | － | 0.3 | 0.0 | 0.1 | － | 0.0 |
| | 40代 | 5272 | － | － | 0.1 | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | － | 0.5 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | － |
| | 50代 | 5555 | 0.0 | － | 0.1 | － | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | － | 0.2 | 0.0 | 0.7 | － | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 60代 | 4758 | － | 0.0 | 0.3 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.2 | － | 0.1 | － | 0.5 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 70代 | 5588 | － | － | 0.8 | 0.1 | － | 0.1 | 0.0 | 0.2 | － | 0.0 | － | 0.5 | － | 0.1 | 0.2 | － |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | 0.3 | 0.3 | － | － | 0.3 | 0.6 | 0.6 | 1.6 | 0.3 | 0.6 | － | 0.3 | － | － | － | － |
| | 男性20代 | 2154 | 0.2 | － | 0.3 | － | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | － | 0.3 | 0.1 | 0.2 | － | 0.0 |
| | 男性30代 | 2173 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | － | 0.3 | － | 0.1 | － | 0.0 |
| | 男性40代 | 2799 | － | － | 0.1 | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | － | 0.5 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | － |
| | 男性50代 | 2928 | 0.0 | － | 0.1 | － | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | － | 0.2 | 0.0 | 1.1 | － | 0.3 | 0.1 | － |
| | 男性60代 | 2436 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 | － | 0.2 | － | 0.1 | － | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.1 |
| | 男性70代 | 2635 | － | － | 0.9 | 0.1 | － | 0.2 | 0.0 | 0.2 | － | － | － | 0.6 | － | 0.1 | 0.3 | － |
| | 女性10代 | 387 | － | － | 0.5 | － | － | 0.3 | － | 1.3 | － | － | － | 0.3 | － | － | － | － |
| | 女性20代 | 1904 | 0.1 | － | 0.2 | － | 0.1 | － | － | 0.3 | － | － | － | 0.3 | 0.2 | 0.1 | － | 0.1 |
| | 女性30代 | 1954 | － | － | 0.1 | － | － | － | － | － | 0.1 | 0.5 | － | 0.3 | 0.1 | 0.1 | － | － |
| | 女性40代 | 2426 | － | － | 0.1 | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | － | 0.6 | － | 0.2 | 0.0 | － |
| | 女性50代 | 2589 | － | － | 0.2 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.4 | － | 0.1 | 0.0 | 0.0 |
| | 女性60代 | 2307 | － | － | 0.4 | － | － | 0.0 | － | 0.2 | － | 0.1 | － | 0.3 | － | 0.1 | 0.0 | － |
| | 女性70代 | 2936 | － | － | 0.7 | 0.1 | － | － | － | 0.1 | － | 0.0 | － | 0.3 | － | － | 0.1 | － |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | － | 0.0 | 0.2 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | － | 0.3 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 |
| | 東京都区部 | 2849 | － | 0.1 | 0.0 | － | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.4 | － | 0.5 | 0.0 | 0.2 | － | 0.1 | 0.0 | － |
| | 政令指定都市 | 4945 | － | 0.0 | 0.3 | － | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | － | 0.1 | － | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 |
| | 大都市 | 11432 | 0.0 | － | 0.2 | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | － | 0.4 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 小都市 | 8410 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | － | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 町村 | 2540 | 0.0 | － | 0.2 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | － | 0.4 | － | 0.2 | 0.2 | 0.1 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | － | － | 0.5 | － | － | 0.2 | 0.1 | 0.2 | － | 0.2 | － | 0.3 | － | 0.2 | 0.2 | － |
| | 東北 | 1954 | 0.1 | － | 0.3 | － | － | 0.2 | － | 0.2 | 0.1 | 0.2 | － | 0.4 | － | 0.3 | 0.1 | 0.1 |
| | 北関東 | 1633 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | － | 0.1 | － | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 |
| | 首都圏 | 9248 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 |
| | 北陸 | 1190 | － | － | 0.2 | 0.2 | － | 0.1 | － | 0.3 | － | － | － | 0.7 | － | 0.3 | 0.1 | － |
| | 東山 | 1101 | － | － | 0.6 | － | 0.1 | 0.4 | － | 0.1 | － | 0.2 | － | 1.5 | － | 0.1 | 0.2 | － |
| | 東海 | 3097 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | － | 0.6 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | － | － | 0.2 | － | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | － | 0.2 | － | 0.4 | － | 0.1 | 0.2 | － |
| | その他近畿圏 | 882 | － | － | 0.3 | － | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | － | 0.1 | － | 0.5 | － | 0.1 | 0.2 | － |
| | 中国 | 1648 | － | － | 0.4 | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.6 | － | 0.2 | － | 0.1 |
| | 四国 | 822 | － | 0.1 | 0.5 | － | － | 0.2 | － | 0.2 | － | － | － | 0.4 | 0.1 | 0.2 | － | － |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 0.1 | － | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | － | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | － | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | － | 0.2 | － | 0.6 | － | 0.1 | 0.2 | － |
| | 家族従業者 | 162 | － | － | 0.6 | － | － | － | 0.6 | － | － | 0.6 | － | － | － | 0.6 | － | － |
| | 雇用者 | 16696 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | － | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | － | － | 0.4 | － | － | － | － | 0.1 | － | 0.0 | － | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | － |
| | 学生 | 1183 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | － | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 1.3 | 0.2 | 0.3 | － | 0.3 | － | 0.1 | － | － |
| | 無職 | 4709 | － | － | 0.3 | 0.1 | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | 0.0 | － | 0.5 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| | その他 | 435 | － | － | 0.5 | － | － | 0.2 | － | － | － | － | － | 0.5 | － | － | 0.2 | 0.2 |
| | 答えたくない | 571 | 0.2 | － | 0.4 | － | － | 0.4 | － | 0.2 | － | 0.2 | － | － | － | － | － | － |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | － | － | 0.5 | － | － | － | 0.3 | － | － | － | － | 0.3 | 0.3 | － | － | － |
| | 高校 | 7401 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | － | 0.4 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 短大・高専 | 3019 | 0.0 | － | 0.4 | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － |
| | 専門学校 | 3278 | － | － | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | － | 0.2 | － | 0.4 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | － |
| | 大学 | 13894 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| | 大学院 | 1777 | － | 0.1 | － | － | － | 0.1 | － | 0.3 | － | 0.2 | － | 0.6 | － | 0.1 | － | － |
| | その他 | 14 | － | － | 7.1 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 397 | 0.3 | － | 0.8 | － | － | － | － | － | － | 0.5 | － | 0.3 | － | － | － | － |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | 0.2 | － | 0.2 | － | － | － | － | 0.2 | － | 0.2 | － | － | － | 0.4 | － | 0.2 |
| | 100万円未満 | 853 | － | － | 0.4 | － | － | 0.2 | － | 0.4 | － | 0.1 | － | 0.2 | － | 0.1 | － | － |
| | 100～200万円未満 | 1669 | － | － | 0.2 | － | － | 0.2 | － | 0.1 | － | 0.2 | － | 0.5 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | － | － | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.2 | － | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － |
| | 300～400万円未満 | 3157 | － | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | － | 0.1 | － | 0.6 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 0.1 | － | 0.4 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | － |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 0.0 | － | 0.3 | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | 0.3 | － | 0.7 | － | 0.1 | 0.0 | 0.1 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | － | 0.1 | 0.2 | － | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | － | 0.6 | － | 0.4 | － | － |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 0.1 | － | 0.3 | － | － | 0.2 | 0.2 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 | 0.5 | － | 0.3 | 0.2 | － |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | － | 0.0 | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | － | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | － |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | － | － | － | － | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | － | 0.3 | － | 0.4 | － | 0.1 | 0.1 | － |
| | 1200万円以上 | 1726 | － | － | 0.2 | － | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | － |
| | わからない | 2736 | － | 0.0 | 0.3 | － | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | － | 0.3 | 0.0 | 0.1 | － | 0.0 |
| | 答えたくない | 3969 | 0.1 | － | 0.3 | － | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | － | 0.5 | － | 0.1 | 0.1 | － |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | － |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | － | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 |
| | 答えたくない | 530 | 0.2 | － | 0.4 | － | － | 0.2 | 0.2 | 0.4 | － | 0.4 | － | 0.2 | 0.2 | － | － | － |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | － | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | － |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | － | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.4 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | － |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.3 | － | 0.2 | － | 0.5 | － | 0.2 | － | 0.0 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | － | 0.2 | － | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | － |
| | その他 | 2916 | 0.0 | － | 0.3 | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | 0.1 | － | 0.4 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| | 答えたくない | 530 | 0.2 | － | 0.4 | － | － | 0.2 | 0.2 | 0.4 | － | 0.4 | － | 0.2 | 0.2 | － | － | － |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | － | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | － |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | － | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | － | 0.0 | 0.4 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | － | 1.1 | 0.0 | 0.4 | 0.2 | 0.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.0 | － | 0.2 | － | 0.1 | 0.0 | － | 0.0 | － | 0.1 | － | 0.3 | － | 0.2 | 0.0 | 0.1 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 7433 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | － | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － |
| | 週に2日 | 3316 | － | － | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | － | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | － | 0.8 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | － | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.3 | － | 0.2 | 0.0 | 0.0 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 0.0 | － | 0.2 | － | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | 0.4 | － | 0.2 | 0.0 | 0.0 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 2612 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | 0.7 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | 0.5 | － | 0.3 | 0.1 | 0.2 | － | － |
| | する・みる | 12942 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | － | 0.1 | － | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － |
| | する・ささえる | 212 | － | － | － | － | 0.9 | 2.4 | 0.9 | 2.8 | － | 0.5 | － | － | － | － | － | － |
| | するのみ | 4963 | 0.0 | － | 0.1 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | － | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － |
| | みる・ささえる | 642 | － | － | 0.2 | － | － | － | 0.2 | － | 0.2 | － | － | 0.5 | － | 0.2 | 0.2 | 0.2 |
| | みるのみ | 5497 | － | － | 0.4 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | － | 0.0 | － | 0.9 | 0.0 | 0.5 | 0.2 | 0.0 |
| | ささえるのみ | 89 | － | 1.1 | － | － | － | － | － | 1.1 | － | － | － | 1.1 | － | － | － | 1.1 |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 0.0 | － | 0.2 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | － | 0.8 | － | 0.2 | 0.1 | 0.1 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-1. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/一番目（続き）

| | | 全体 | 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・シュノーケリング | サーフィン・ボディボーディング・ボードセーリング・ウインドサーフィン | 釣り | スキー | スノーボード | 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 | アーチェリー・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 | 乗馬 | レクリエーションスポーツ | パラスポーツ（障害者スポーツ） | ゲーム機等の情報通信機器を利用した運動・スポーツ（身体を動かすもの） | その他 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.9 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 女性 | 14503 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| 年代 | 10代 | 719 | 0.3 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.3 | － | － | 0.1 | 0.4 |
| | 20代 | 4118 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.5 | 0.1 |
| | 30代 | 4166 | － | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 |
| | 40代 | 5272 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.7 | 0.3 | 0.3 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.4 | 0.2 |
| | 50代 | 5555 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.9 | 0.4 | 0.3 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 |
| | 60代 | 4758 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.3 |
| | 70代 | 5588 | － | － | 0.0 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | － | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.2 |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | 0.6 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 0.3 | － | － | － | 0.3 |
| | 男性20代 | 2154 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | － | － | － | 0.1 | － | 0.5 | 0.1 |
| | 男性30代 | 2173 | － | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.2 | － | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.6 | － |
| | 男性40代 | 2799 | 0.0 | － | 0.3 | 0.9 | 0.4 | 0.3 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.2 |
| | 男性50代 | 2928 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 1.5 | 0.5 | 0.5 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 男性60代 | 2436 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 1.1 | 0.5 | 0.1 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 |
| | 男性70代 | 2635 | － | － | 0.0 | 0.6 | 0.2 | － | 0.0 | － | 0.1 | － | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.2 |
| | 女性10代 | 387 | － | － | － | － | － | 0.3 | 0.3 | 0.3 | － | － | 0.3 | － | － | 0.3 | 0.5 |
| | 女性20代 | 1904 | － | － | － | 0.3 | 0.1 | 0.4 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | － | 0.4 | 0.1 |
| | 女性30代 | 1954 | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.6 | 0.1 |
| | 女性40代 | 2426 | － | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | － | 0.0 | － | － | 0.1 | 0.0 | － | 0.5 | 0.1 |
| | 女性50代 | 2589 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | 0.0 | 0.2 |
| | 女性60代 | 2307 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.3 | － | － | － | 0.3 |
| | 女性70代 | 2936 | － | － | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | － | － | － | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.1 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | － | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.2 |
| | 東京都区部 | 2849 | － | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.4 | 0.1 |
| | 政令指定都市 | 4945 | － | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.2 |
| | 大都市 | 11432 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 小都市 | 8410 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | 町村 | 2540 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 1.3 | 0.3 | 0.2 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.2 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 0.1 | － | 0.1 | 0.5 | 1.0 | 0.1 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 |
| | 東北 | 1954 | 0.1 | － | － | 0.8 | 0.6 | 0.3 | － | － | － | － | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.2 |
| | 北関東 | 1633 | 0.1 | － | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.2 |
| | 首都圏 | 9248 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | 0.3 | 0.2 |
| | 北陸 | 1190 | － | － | － | 0.8 | 0.3 | 0.3 | － | 0.1 | － | － | 0.1 | 0.2 | － | 0.5 | 0.1 |
| | 東山 | 1101 | － | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | － | － | － | － | 0.1 | 0.3 | － | 0.5 | 0.2 |
| | 東海 | 3097 | － | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.2 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 |
| | その他近畿圏 | 882 | － | － | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 0.2 | － | － | － | － | － | － | － | 0.2 | 0.1 |
| | 中国 | 1648 | － | － | － | 0.9 | 0.3 | 0.1 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.4 | 0.2 |
| | 四国 | 822 | － | － | － | 1.2 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.2 | 0.4 | － | 0.1 | 0.1 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | － | 0.2 | 0.1 | 0.8 | － | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | 0.1 | 0.2 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 1.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | － | － | 0.2 | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 |
| | 家族従業者 | 162 | － | － | － | － | － | 0.6 | － | － | － | － | － | － | － | 0.6 | － |
| | 雇用者 | 16696 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 |
| | 学生 | 1183 | 0.1 | － | － | － | 0.2 | 0.1 | － | 0.1 | － | － | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.4 |
| | 無職 | 4709 | － | 0.0 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | － | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.3 |
| | その他 | 435 | － | － | － | 0.5 | 0.2 | － | － | － | － | － | － | 0.2 | － | 0.2 | － |
| | 答えたくない | 571 | － | － | － | 0.7 | － | 0.5 | － | － | － | 0.4 | － | － | － | 0.5 | 0.2 |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | － | － | 0.3 | 0.8 | － | 0.3 | － | 0.3 | － | － | － | 0.3 | － | 0.3 | － |
| | 高校 | 7401 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 短大・高専 | 3019 | 0.1 | 0.1 | － | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | － | － | 0.2 | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 |
| | 専門学校 | 3278 | － | 0.1 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 | － | 0.3 | 0.2 |
| | 大学 | 13894 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 大学院 | 1777 | － | 0.1 | － | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.4 | 0.1 |
| | その他 | 14 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 397 | － | － | － | 0.3 | 0.3 | 0.8 | － | － | － | 0.3 | － | － | － | 0.3 | － |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | － | － | 0.2 | 0.4 | 0.2 | － | － | － | － | － | 0.2 | － | － | 0.9 | 0.2 |
| | 100万円未満 | 853 | － | － | － | 0.7 | 0.6 | － | － | － | － | － | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.1 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | － | 0.1 | － | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.4 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | － | 0.0 | 0.1 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | － | 0.0 | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | － | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 0.0 | 0.1 | － | 0.7 | 0.4 | 0.3 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.1 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 0.3 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | － | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | － | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.1 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | － | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.3 | 0.1 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.3 | 0.3 | － | 0.0 | 0.0 | － | － | 0.1 | － | 0.5 | 0.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | － | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 | － | 0.3 | 0.3 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.1 |
| | わからない | 2736 | － | 0.0 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.1 |
| | 答えたくない | 3969 | － | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.1 |
| | 答えたくない | 530 | 0.2 | 0.2 | － | 0.4 | － | 0.4 | － | － | － | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.2 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | － | 0.2 | 0.1 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.6 | 0.1 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | － | － | 0.1 | 0.8 | 0.4 | 0.2 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.2 |
| | その他 | 2916 | － | 0.1 | － | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.4 | 0.2 |
| | 答えたくない | 530 | 0.2 | 0.2 | － | 0.4 | － | 0.4 | － | － | － | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.2 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | 0.2 | 0.1 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 1.4 | 0.7 | 0.5 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | － | 0.0 | 0.0 | 1.1 | 0.2 | 0.2 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.3 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | － | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 週に2日 | 3316 | － | － | － | 0.2 | 0.2 | 0.0 | － | － | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.3 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | － | 0.0 | 0.0 | 1.0 | 0.2 | 0.2 | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.3 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | － | 0.2 | － | 0.9 | 0.3 | 0.2 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.3 | 0.2 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.2 |
| | する・みる | 12942 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | 0.2 | 0.2 |
| | する・ささえる | 212 | － | － | － | － | 0.5 | － | － | － | － | － | 0.5 | 0.5 | － | － | 0.5 |
| | するのみ | 4963 | － | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | － | － | 0.3 | 0.1 |
| | みる・ささえる | 642 | － | － | 0.2 | 0.8 | 0.8 | 0.2 | － | 0.3 | 0.2 | － | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.3 |
| | みるのみ | 5497 | 0.0 | 0.1 | － | 1.4 | 0.5 | 0.4 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | ささえるのみ | 89 | － | － | 2.2 | － | － | － | － | － | － | － | 1.1 | 2.2 | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 1.2 | 0.6 | 0.4 | － | 0.1 | 0.0 | － | 0.2 | － | － | 0.4 | 0.1 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-2. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/二番目

| | | 全体 | ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅は自ら進んで行う歩行等） | 階段昇降（2アップ3ダウン階段を使用する等） | グラウンゴルフ・マラソン・駅伝 | 陸上競技 | 自転車競技（トラック・ロードバイク・BMX・マウンテンバイク等） | サイクリング・自転車利用（自ら進んで行う通勤や公共交通機関に乗らず移動する等） | スケート・ボード・ローラースケート・一輪車 | トレーニング（筋力トレーニング・マシントレーニング・ヨガ・ピラティス・エアロビクス・室内運動器具を使ってする運動等） | 体操（ラジオ体操・美容体操・太極拳・職場体操等） | エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス | 縄跳び・ダブルダッチ | 器械体操・新体操・トランポリン | ダンス（ブレイキン（ブレイクダンス）・ジャズダンス・フォークダンス・社交ダンス・民謡踊り・フラダンス等） | チアリーディング・バトントワリング | 水泳（競泳・水球・飛び込み・シンクロナイズドスイミング・アーティスティックスイミング等） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 12.2 | 15.0 | 4.1 | 0.3 | 0.3 | 3.5 | 0.2 | 4.5 | 4.3 | 2.0 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.0 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 12.2 | 13.4 | 6.2 | 0.4 | 0.5 | 4.0 | 0.2 | 4.9 | 2.8 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.8 |
| | 女性 | 14503 | 12.3 | 16.6 | 1.9 | 0.2 | 0.1 | 3.0 | 0.1 | 4.1 | 5.9 | 3.7 | 0.3 | 0.1 | 1.0 | 0.0 | 1.2 |
| 年代 | 10代 | 719 | 15.0 | 19.6 | 5.8 | 1.4 | 1.0 | 6.8 | 0.4 | 4.0 | 1.1 | 1.3 | 0.1 | – | 1.5 | 0.1 | 0.4 |
| | 20代 | 4118 | 11.7 | 16.9 | 8.2 | 0.6 | 0.9 | 3.1 | 0.6 | 5.2 | 1.8 | 2.0 | 0.3 | 0.1 | 0.8 | 0.1 | 1.1 |
| | 30代 | 4166 | 11.3 | 17.4 | 7.0 | 0.5 | 0.4 | 3.6 | 0.2 | 4.8 | 2.8 | 2.0 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.7 |
| | 40代 | 5272 | 12.0 | 15.0 | 5.3 | 0.3 | 0.3 | 4.3 | 0.1 | 4.4 | 3.0 | 1.7 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | – | 0.9 |
| | 50代 | 5555 | 12.7 | 14.8 | 2.9 | 0.1 | 0.3 | 3.2 | 0.0 | 4.1 | 3.8 | 2.0 | 0.2 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.8 |
| | 60代 | 4758 | 12.0 | 14.1 | 1.8 | 0.1 | 0.1 | 3.2 | 0.0 | 4.4 | 5.4 | 2.1 | 0.1 | – | 0.6 | 0.0 | 0.9 |
| | 70代 | 5588 | 13.0 | 12.1 | 0.8 | – | – | 3.2 | 0.0 | 4.3 | 8.5 | 2.4 | 0.1 | 0.1 | 1.0 | – | 1.5 |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | 15.0 | 14.6 | 7.8 | 1.9 | 1.6 | 8.1 | 0.6 | 4.7 | 0.3 | – | – | – | 0.3 | 0.3 | – |
| | 男性20代 | 2154 | 12.2 | 14.8 | 11.2 | 0.9 | 1.4 | 3.7 | 0.9 | 5.9 | 1.2 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.1 | 1.4 |
| | 男性30代 | 2173 | 11.7 | 15.7 | 11.1 | 0.7 | 0.6 | 4.1 | 0.3 | 5.4 | 1.4 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.6 |
| | 男性40代 | 2799 | 12.6 | 13.3 | 7.7 | 0.4 | 0.6 | 4.3 | 0.2 | 5.2 | 2.0 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | – | 0.6 |
| | 男性50代 | 2928 | 12.0 | 12.5 | 4.5 | 0.2 | 0.4 | 3.6 | 0.0 | 4.4 | 2.3 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.9 |
| | 男性60代 | 2436 | 11.5 | 13.2 | 2.9 | 0.1 | 0.2 | 3.8 | 0.0 | 4.4 | 3.4 | 0.6 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 0.7 |
| | 男性70代 | 2635 | 12.5 | 11.5 | 1.5 | – | – | 3.9 | – | 4.3 | 6.3 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | – | 0.8 |
| | 女性10代 | 387 | 15.2 | 23.8 | 4.4 | 1.0 | 0.3 | 5.7 | 0.3 | 3.6 | 1.8 | 2.3 | 0.3 | – | 2.6 | – | 0.8 |
| | 女性20代 | 1904 | 11.0 | 19.2 | 5.0 | 0.3 | 0.5 | 2.4 | 0.2 | 4.5 | 2.4 | 3.9 | 0.5 | 0.2 | 1.1 | 0.1 | 0.8 |
| | 女性30代 | 1954 | 10.6 | 19.3 | 2.4 | 0.3 | 0.2 | 2.9 | 0.2 | 4.4 | 4.4 | 3.9 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.7 |
| | 女性40代 | 2426 | 11.4 | 17.1 | 2.7 | 0.2 | – | 4.5 | 0.0 | 3.5 | 4.1 | 3.4 | 0.4 | 0.2 | 0.6 | – | 1.2 |
| | 女性50代 | 2589 | 13.5 | 17.3 | 1.2 | 0.1 | 0.0 | 2.8 | 0.0 | 3.8 | 5.5 | 3.6 | 0.1 | – | 0.8 | – | 0.8 |
| | 女性60代 | 2307 | 12.7 | 15.0 | 0.7 | – | – | 2.5 | – | 4.3 | 7.6 | 3.7 | 0.3 | – | 1.1 | – | 1.1 |
| | 女性70代 | 2936 | 13.5 | 12.6 | 0.2 | – | – | 2.6 | 0.0 | 4.3 | 10.5 | 4.0 | 0.1 | 0.1 | 1.6 | – | 2.1 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 13.3 | 17.6 | 4.4 | 0.4 | 0.2 | 3.9 | 0.1 | 4.9 | 4.1 | 2.4 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.0 |
| | 東京都区部 | 2849 | 12.7 | 17.3 | 5.3 | 0.5 | 0.2 | 3.8 | 0.2 | 5.1 | 3.4 | 2.6 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | – | 1.2 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 13.7 | 17.9 | 3.9 | 0.3 | 0.2 | 3.9 | 0.1 | 4.8 | 4.6 | 2.2 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.9 |
| | 大都市 | 11432 | 12.3 | 15.4 | 4.3 | 0.3 | 0.4 | 3.9 | 0.2 | 4.4 | 4.1 | 1.9 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 1.0 |
| | 小都市 | 8410 | 11.7 | 13.1 | 4.0 | 0.2 | 0.3 | 3.0 | 0.1 | 4.3 | 4.6 | 1.9 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 0.9 |
| | 町村 | 2540 | 10.6 | 11.2 | 3.1 | 0.2 | 0.4 | 2.2 | 0.1 | 4.3 | 4.9 | 1.8 | 0.4 | 0.1 | 0.7 | – | 0.9 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 11.6 | 14.2 | 4.0 | 0.6 | 0.3 | 4.3 | 0.2 | 4.8 | 4.5 | 2.1 | 0.1 | – | 0.6 | – | 0.7 |
| | 東北 | 1954 | 13.2 | 12.7 | 3.6 | 0.3 | 0.2 | 2.3 | 0.2 | 4.2 | 4.8 | 1.9 | 0.3 | 0.2 | 0.7 | 0.1 | 0.7 |
| | 北関東 | 1633 | 12.5 | 12.5 | 5.0 | 0.1 | 0.9 | 3.7 | 0.2 | 5.0 | 5.1 | 2.2 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | – | 0.9 |
| | 首都圏 | 9248 | 12.4 | 17.2 | 4.5 | 0.3 | 0.3 | 3.9 | 0.2 | 4.6 | 3.5 | 2.5 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.2 |
| | 北陸 | 1190 | 12.8 | 12.1 | 4.6 | 0.4 | 0.3 | 2.9 | 0.2 | 4.8 | 5.9 | 1.5 | 0.3 | 0.2 | 0.6 | 0.1 | 0.8 |
| | 東山 | 1101 | 11.7 | 13.0 | 3.1 | 0.1 | 0.4 | 3.3 | 0.1 | 4.5 | 3.9 | 1.5 | 0.3 | – | 0.6 | – | 1.5 |
| | 東海 | 3097 | 12.7 | 14.9 | 4.2 | 0.2 | 0.2 | 3.2 | 0.1 | 4.9 | 4.4 | 1.8 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.7 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 11.4 | 15.8 | 3.6 | 0.4 | 0.6 | 4.1 | 0.2 | 4.5 | 3.9 | 1.8 | 0.3 | 0.1 | 0.7 | – | 0.9 |
| | その他近畿圏 | 882 | 11.5 | 15.6 | 3.1 | – | 0.6 | 3.1 | 0.3 | 3.9 | 4.6 | 1.8 | 0.5 | – | 0.7 | – | 1.1 |
| | 中国 | 1648 | 12.4 | 13.9 | 3.9 | 0.2 | 0.2 | 2.9 | 0.1 | 3.5 | 5.8 | 1.6 | 0.3 | 0.1 | 0.6 | – | 1.0 |
| | 四国 | 822 | 11.2 | 12.5 | 4.6 | – | 0.1 | 4.6 | – | 3.0 | 3.8 | 1.2 | 0.2 | – | 1.0 | 0.1 | 1.0 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 12.4 | 13.3 | 4.1 | 0.2 | 0.2 | 2.8 | 0.1 | 4.6 | 5.2 | 1.9 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | – | 1.0 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 11.1 | 14.3 | 4.0 | 0.6 | 0.6 | 4.5 | 0.5 | 4.6 | 3.5 | 1.9 | 0.3 | 0.1 | 0.8 | 0.1 | 0.8 |
| | 家族従業者 | 162 | 11.7 | 14.2 | 1.2 | – | – | 3.1 | 1.9 | 4.3 | 1.9 | 1.9 | 1.2 | – | – | – | 1.2 |
| | 雇用者 | 16696 | 12.5 | 15.8 | 5.5 | 0.3 | 0.4 | 3.4 | 0.2 | 4.6 | 3.3 | 1.8 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.9 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 12.3 | 15.6 | 5.3 | 0.4 | 0.4 | 3.5 | 0.2 | 4.6 | 3.3 | 1.8 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 0.9 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | 12.3 | 14.5 | 0.8 | 0.0 | 0.0 | 2.9 | 0.0 | 3.7 | 7.2 | 3.7 | 0.3 | 0.1 | 1.2 | – | 1.6 |
| | 学生 | 1183 | 14.2 | 21.1 | 7.8 | 0.8 | 0.8 | 5.7 | 0.4 | 4.6 | 0.8 | 1.1 | 0.2 | 0.3 | 1.5 | 0.1 | 1.3 |
| | 無職 | 4709 | 12.1 | 12.7 | 1.4 | – | 0.0 | 3.5 | – | 4.9 | 6.8 | 1.6 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.9 |
| | その他 | 435 | 12.6 | 10.1 | 3.9 | 0.2 | – | 3.9 | – | 4.8 | 6.2 | 2.8 | 0.5 | – | 1.1 | – | 1.4 |
| | 答えたくない | 571 | 7.2 | 7.4 | 4.6 | 0.7 | 0.5 | 1.9 | – | 3.2 | 2.6 | 1.8 | – | 0.2 | 0.2 | 0.2 | – |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | 10.1 | 15.4 | 1.5 | 0.3 | 0.3 | 4.3 | – | 2.8 | 3.8 | 0.3 | – | – | 0.3 | – | 0.8 |
| | 高校 | 7401 | 11.7 | 13.3 | 2.9 | 0.2 | 0.3 | 3.1 | 0.1 | 3.8 | 4.8 | 1.6 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | – | 0.6 |
| | 短大・高専 | 3019 | 12.7 | 14.5 | 2.0 | 0.0 | 0.2 | 3.3 | 0.1 | 3.6 | 6.0 | 3.3 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 1.3 |
| | 専門学校 | 3278 | 11.6 | 14.9 | 3.4 | 0.2 | 0.2 | 3.6 | 0.2 | 3.8 | 4.6 | 1.9 | 0.3 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 0.9 |
| | 大学 | 13894 | 12.8 | 15.5 | 5.2 | 0.4 | 0.4 | 3.7 | 0.2 | 5.1 | 3.8 | 2.1 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.1 |
| | 大学院 | 1777 | 12.4 | 19.1 | 6.5 | 0.2 | 0.6 | 4.6 | 0.2 | 5.6 | 3.5 | 1.7 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | – | 1.4 |
| | その他 | 14 | 21.4 | 21.4 | – | – | – | – | – | 7.1 | 7.1 | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 397 | 6.5 | 11.3 | 4.8 | 0.3 | 0.8 | 1.3 | – | 4.3 | 3.8 | 1.3 | 0.3 | 0.3 | 0.8 | – | 0.5 |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | 7.3 | 14.1 | 2.9 | 0.2 | – | 6.4 | – | 4.4 | 4.6 | 2.0 | 0.4 | 0.2 | 0.9 | – | 0.9 |
| | 100万円未満 | 853 | 11.0 | 13.1 | 2.6 | 0.4 | 0.5 | 4.1 | 0.1 | 3.6 | 4.3 | 1.9 | – | – | 0.8 | 0.1 | 0.6 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | 12.0 | 13.8 | 1.9 | 0.1 | 0.2 | 3.8 | – | 3.2 | 5.8 | 1.7 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.1 | 1.2 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | 11.3 | 12.9 | 2.7 | 0.1 | 0.3 | 3.3 | 0.1 | 5.1 | 6.4 | 2.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.0 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | 12.1 | 15.3 | 3.6 | 0.2 | 0.2 | 3.3 | 0.2 | 4.3 | 4.8 | 1.7 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 1.0 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 12.0 | 15.1 | 4.5 | 0.1 | 0.3 | 3.4 | 0.2 | 4.4 | 4.6 | 1.9 | 0.4 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 1.2 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 12.9 | 14.9 | 5.1 | 0.4 | 0.4 | 3.9 | 0.3 | 4.5 | 4.3 | 1.9 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | – | 0.8 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | 12.8 | 15.0 | 5.2 | 0.3 | 0.5 | 3.5 | 0.1 | 3.7 | 2.9 | 2.2 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | – | 0.7 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 11.9 | 16.2 | 5.8 | 0.4 | 0.5 | 4.1 | 0.2 | 4.7 | 3.2 | 2.0 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | – | 1.2 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 13.9 | 16.5 | 5.9 | 0.5 | 0.7 | 3.1 | 0.1 | 5.3 | 3.8 | 2.4 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | – | 1.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | 14.2 | 16.6 | 5.8 | 0.3 | 0.5 | 3.7 | 0.4 | 6.0 | 2.8 | 2.4 | – | 0.1 | 0.5 | – | 1.2 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 12.9 | 17.0 | 6.1 | 0.8 | 0.3 | 3.8 | 0.2 | 6.3 | 3.0 | 2.3 | 0.2 | 0.1 | 0.9 | 0.1 | 1.2 |
| | わからない | 2736 | 12.8 | 15.7 | 2.9 | 0.2 | 0.1 | 3.7 | 0.0 | 4.2 | 3.8 | 2.2 | 0.3 | 0.1 | 0.7 | – | 0.7 |
| | 答えたくない | 3969 | 11.1 | 13.6 | 3.2 | 0.2 | 0.2 | 2.7 | 0.1 | 3.7 | 4.8 | 2.0 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 0.9 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 12.3 | 14.3 | 3.5 | 0.3 | 0.3 | 3.3 | 0.2 | 4.2 | 4.8 | 1.9 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.0 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 12.4 | 15.9 | 5.0 | 0.3 | 0.4 | 3.9 | 0.2 | 4.9 | 3.7 | 2.2 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 0.9 |
| | 答えたくない | 530 | 7.9 | 13.4 | 4.5 | – | 0.6 | 2.3 | – | 3.6 | 3.8 | 1.1 | 0.6 | – | 0.6 | 0.2 | 0.6 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 12.4 | 15.1 | 5.1 | 0.3 | 0.3 | 4.2 | 0.1 | 5.1 | 3.9 | 2.3 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 0.9 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 12.7 | 13.9 | 2.6 | 0.2 | 0.3 | 2.9 | 0.1 | 4.5 | 5.4 | 2.2 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 1.1 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 12.0 | 15.0 | 4.7 | 0.3 | 0.3 | 3.7 | 0.2 | 3.9 | 4.1 | 1.7 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | – | 1.0 |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | 11.3 | 16.7 | 5.3 | 0.2 | 0.6 | 3.2 | 0.2 | 4.4 | 3.1 | 2.0 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 0.8 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | 11.1 | 15.7 | 3.1 | 0.7 | 0.5 | 3.6 | 0.1 | 4.6 | 4.8 | 2.2 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | – | 0.6 |
| | その他 | 2916 | 13.3 | 16.2 | 4.5 | 0.4 | 0.2 | 3.7 | 0.2 | 4.8 | 3.7 | 2.1 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 1.0 |
| | 答えたくない | 530 | 7.9 | 13.4 | 4.5 | – | 0.6 | 2.3 | – | 3.6 | 3.8 | 1.1 | 0.6 | – | 0.6 | 0.2 | 0.6 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 13.4 | 16.4 | 4.4 | 0.5 | 0.4 | 4.4 | 0.2 | 6.3 | 6.1 | 2.7 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 1.1 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 14.4 | 15.0 | 5.4 | 0.2 | 0.3 | 3.7 | 0.2 | 4.9 | 3.8 | 2.3 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.1 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 13.8 | 15.9 | 4.8 | 0.3 | 0.4 | 4.1 | 0.2 | 5.7 | 5.1 | 2.5 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 1.1 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 9.6 | 13.6 | 2.9 | 0.1 | 0.3 | 2.5 | 0.1 | 1.8 | 2.6 | 0.9 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.8 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 6.5 | 11.6 | 2.1 | 0.3 | 0.2 | 1.5 | 0.1 | 1.4 | 2.3 | 1.0 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.3 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 12.2 | 15.0 | 4.1 | 0.3 | 0.3 | 3.5 | 0.2 | 4.5 | 4.3 | 2.0 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.0 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 7433 | 12.5 | 13.7 | 4.6 | 0.6 | 0.3 | 3.7 | 0.1 | 6.9 | 5.4 | 3.0 | 0.3 | 0.1 | 0.9 | 0.0 | 1.3 |
| | 週に2日 | 3316 | 16.0 | 12.9 | 6.1 | 0.3 | 0.6 | 3.6 | 0.2 | 6.9 | 5.2 | 2.4 | 0.1 | 0.1 | 0.9 | 0.0 | 1.2 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 13.6 | 13.5 | 5.1 | 0.5 | 0.4 | 3.7 | 0.1 | 6.9 | 5.4 | 2.8 | 0.2 | 0.1 | 0.9 | 0.0 | 1.3 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 13.4 | 16.0 | 5.1 | 0.2 | 0.5 | 3.9 | 0.3 | 4.0 | 4.0 | 1.8 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 1.0 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 8.6 | 13.2 | 2.4 | 0.2 | 0.2 | 2.4 | 0.0 | 2.2 | 3.2 | 1.1 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.6 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 12.7 | 14.4 | 4.7 | 0.3 | 0.4 | 3.5 | 0.2 | 4.9 | 4.4 | 2.1 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 1.0 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 10.1 | 17.6 | 1.5 | 0.1 | 0.1 | 3.3 | 0.0 | 2.3 | 3.7 | 1.5 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | – | 0.6 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 2612 | 13.1 | 13.9 | 9.0 | 1.5 | 1.7 | 5.0 | 1.2 | 6.1 | 3.6 | 1.9 | 0.3 | 0.2 | 1.1 | 0.1 | 1.6 |
| | する・みる | 12942 | 14.4 | 16.7 | 4.4 | 0.2 | 0.2 | 4.1 | 0.0 | 5.9 | 5.9 | 2.4 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 1.1 |
| | する・ささえる | 212 | 14.6 | 9.4 | 5.2 | 0.5 | 0.5 | 6.6 | 0.5 | 6.6 | 3.3 | 4.7 | – | – | 1.9 | – | 0.9 |
| | するのみ | 4963 | 12.7 | 15.1 | 3.6 | 0.1 | 0.2 | 3.3 | 0.0 | 5.2 | 4.0 | 3.0 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | – | 0.8 |
| | みる・ささえる | 642 | 9.3 | 12.5 | 4.8 | 0.6 | 1.9 | 2.5 | 0.6 | 3.3 | 1.6 | 0.6 | 0.9 | 0.3 | 0.9 | 0.5 | 1.1 |
| | みるのみ | 5497 | 10.0 | 14.1 | 2.7 | 0.1 | 0.1 | 2.5 | 0.1 | 1.7 | 3.0 | 0.9 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | – | 0.8 |
| | ささえるのみ | 89 | 3.4 | 11.2 | 1.1 | 1.1 | 1.1 | 1.1 | – | – | – | 2.2 | – | – | 1.1 | – | 1.1 |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 6.7 | 11.5 | 2.3 | 0.1 | 0.2 | 1.8 | 0.1 | 1.5 | 1.9 | 0.9 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | – | 0.5 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-2. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/二番目（続き）

| | | 全体 | アクアエクササイズ・水中ウォーキング | 野球（硬式・軟式等） | ソフトボール | キャッチボール | テニス・ソフトテニス | バドミントン | 卓球（ラージボール含む） | 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） | グラウンドゴルフ・パークゴルフ・マレットゴルフ・デルフィスク・スナッグゴルフ・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・3×3・ボートボール | ドッジボール | ハンドボール | サッカー | フットサル |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.5 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 0.4 | 1.8 | 1.5 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.4 | 1.0 | 0.3 | 0.3 | 0.6 | 0.3 | 0.4 | 3.1 | 2.4 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.4 |
| | 女性 | 14503 | 0.7 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.5 | 0.4 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |
| 年代 | 10代 | 719 | 0.3 | 1.5 | 0.3 | 1.0 | 1.8 | 2.2 | 1.0 | 0.3 | 0.1 | － | 0.8 | 1.5 | 0.4 | 0.1 | 0.7 | 0.4 |
| | 20代 | 4118 | 0.2 | 1.3 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 0.6 | 0.4 | 0.7 | － | 0.6 | 0.7 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.5 |
| | 30代 | 4166 | 0.4 | 0.8 | 0.2 | 0.3 | 0.7 | 0.4 | 0.2 | 0.8 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.8 | 0.4 |
| | 40代 | 5272 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 1.4 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | － | 0.4 | 0.3 |
| | 50代 | 5555 | 0.3 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 2.3 | 1.8 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 |
| | 60代 | 4758 | 0.6 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | 2.7 | 2.6 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | － | － | 0.1 | 0.0 |
| | 70代 | 5588 | 1.3 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.3 | 0.8 | 2.9 | 1.7 | 0.7 | 0.1 | － | － | － | 0.0 | － |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | 0.3 | 3.4 | 0.3 | 1.9 | 2.2 | 1.9 | 1.2 | 0.6 | － | － | 1.6 | 1.9 | － | － | 1.2 | 0.6 |
| | 男性20代 | 2154 | 0.1 | 2.5 | 0.4 | 0.7 | 0.6 | 0.5 | 0.7 | 0.6 | 1.0 | － | 0.5 | 1.1 | 0.0 | 0.0 | 1.3 | 0.8 |
| | 男性30代 | 2173 | 0.3 | 1.6 | 0.4 | 0.4 | 0.8 | 0.3 | 0.2 | 1.3 | 1.6 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 1.4 | 0.7 |
| | 男性40代 | 2799 | 0.3 | 1.0 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 2.1 | 1.7 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.0 | － | 0.8 | 0.6 |
| | 男性50代 | 2928 | 0.3 | 0.8 | 0.4 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 3.9 | 2.8 | － | 0.1 | 0.2 | 0.0 | － | 0.2 | 0.3 |
| | 男性60代 | 2436 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.7 | 0.2 | 0.3 | 5.0 | 4.3 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | － | － | 0.3 | 0.0 |
| | 男性70代 | 2635 | 0.9 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 1.0 | 0.3 | 0.6 | 5.6 | 3.3 | 0.9 | 0.0 | － | － | － | 0.0 | － |
| | 女性10代 | 387 | 0.3 | － | 0.3 | 0.3 | 1.6 | 2.6 | 0.8 | － | 0.3 | － | 0.3 | 1.0 | 0.8 | 0.3 | 0.3 | 0.3 |
| | 女性20代 | 1904 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.7 | 0.5 | 0.3 | 0.4 | － | 0.7 | 0.2 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| | 女性30代 | 1954 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.6 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － |
| | 女性40代 | 2426 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | － | － | 0.0 |
| | 女性50代 | 2589 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.7 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.0 | 0.0 | － |
| | 女性60代 | 2307 | 0.8 | － | － | － | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.8 | 0.0 | 0.1 | － | － | － | － | － |
| | 女性70代 | 2936 | 1.7 | － | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.2 | 0.9 | 0.5 | 0.3 | 0.6 | 0.1 | － | － | － | － | － |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 0.4 | 1.8 | 1.4 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.3 |
| | 東京都区部 | 2849 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.4 | 1.8 | 1.3 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | － | 0.1 | 0.5 | 0.2 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 0.6 | 0.5 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.3 | 0.4 | 1.8 | 1.5 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.3 |
| | 大都市 | 11432 | 0.5 | 0.7 | 0.3 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 0.4 | 1.8 | 1.6 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.2 |
| | 小都市 | 8410 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.4 | 1.7 | 1.5 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 町村 | 2540 | 0.9 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.6 | 0.5 | 2.0 | 1.3 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | － | － | 0.3 | 0.2 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 0.4 | 0.7 | － | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.6 | 2.4 | 0.8 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | － | － | 0.4 | 0.2 |
| | 東北 | 1954 | 0.7 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.6 | 0.4 | 1.2 | 1.6 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 |
| | 北関東 | 1633 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.7 | 0.8 | 0.3 | 2.3 | 2.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | － | 0.1 | 0.3 | 0.2 |
| | 首都圏 | 9248 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.4 | 1.7 | 1.2 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | 0.0 | 0.4 | 0.2 |
| | 北陸 | 1190 | 0.9 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.7 | 0.4 | 1.9 | 1.2 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | － | － | 0.5 | 0.3 |
| | 東山 | 1101 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | － | 0.5 | 0.4 | 0.4 | 1.8 | 1.9 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | － | 0.3 | 0.1 |
| | 東海 | 3097 | 0.6 | 0.6 | 0.2 | 0.4 | 0.8 | 0.3 | 0.5 | 2.2 | 1.8 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | － | 0.0 | 0.4 | 0.4 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 0.4 | 1.6 | 1.8 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | － | 0.0 | 0.3 | 0.3 |
| | その他近畿圏 | 882 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 2.9 | 1.9 | － | 0.3 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 |
| | 中国 | 1648 | 0.4 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 1.8 | 1.3 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.1 |
| | 四国 | 822 | 0.7 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 1.9 | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.2 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 0.6 | 0.8 | 0.4 | 0.2 | 0.6 | 0.8 | 0.5 | 1.5 | 1.6 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | － | 0.3 | 0.2 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 2.2 | 1.3 | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.3 | 0.1 |
| | 家族従業者 | 162 | 1.9 | 0.6 | － | － | － | 0.6 | 0.6 | 1.2 | 1.9 | － | 0.6 | － | － | － | 0.6 | － |
| | 雇用者 | 16696 | 0.3 | 0.7 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 2.0 | 1.7 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.3 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 0.4 | 0.7 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 2.0 | 1.7 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.3 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | 1.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.6 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | － | － | － | 0.0 | 0.0 |
| | 学生 | 1183 | 0.2 | 1.9 | 0.3 | 1.2 | 1.4 | 1.8 | 0.8 | 0.3 | 0.3 | － | 0.7 | 1.4 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.5 |
| | 無職 | 4709 | 0.8 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.7 | 2.7 | 2.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.0 | 0.0 |
| | その他 | 435 | 0.5 | － | 0.2 | 0.5 | 1.4 | － | 0.7 | 1.4 | 1.6 | 0.5 | － | 0.2 | － | － | 0.2 | － |
| | 答えたくない | 571 | 0.7 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | － | 0.2 | 0.2 | 1.1 | － | － | 0.2 | － | － | 0.2 | － |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | － | － | 0.5 | － | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 1.3 | 0.3 | 0.3 | － | 0.5 | － | － | 0.3 | － |
| | 高校 | 7401 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.6 | 1.4 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | － | 0.4 | 0.2 |
| | 短大・高専 | 3019 | 0.8 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.5 | 0.7 | 1.0 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 |
| | 専門学校 | 3278 | 0.5 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 1.3 | 0.9 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | － | 0.1 | 0.2 | 0.1 |
| | 大学 | 13894 | 0.5 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 0.4 | 2.3 | 1.8 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.3 |
| | 大学院 | 1777 | 0.5 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 0.9 | 0.3 | 0.2 | 1.5 | 1.6 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | － | 0.1 | 0.3 | 0.2 |
| | その他 | 14 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 397 | 0.8 | 0.5 | － | － | 0.3 | 0.5 | － | 0.3 | 1.0 | － | － | － | － | － | 0.3 | 0.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | 0.9 | 0.4 | － | － | － | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 0.7 | － | － | － | 0.2 |
| | 100万円未満 | 853 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 0.7 | 0.6 | 0.5 | 0.2 | 0.6 | 0.5 | － | 0.1 | － | － | － | 0.2 | 0.1 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | 0.2 | 0.1 | － | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.8 | 0.5 | 1.0 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | 0.7 | 0.4 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.6 | 1.3 | 1.2 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | 0.8 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.7 | 0.4 | 0.5 | 1.7 | 1.0 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.0 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 0.4 | 0.7 | 0.3 | 0.2 | 0.8 | 0.4 | 0.2 | 1.6 | 1.5 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.2 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.6 | 0.2 | 1.7 | 1.8 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.4 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | 0.5 | 0.7 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | 1.8 | 1.6 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | － | 0.1 | 0.5 | 0.5 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 0.4 | 0.9 | 0.3 | 0.4 | 0.7 | 0.4 | 0.4 | 1.8 | 1.6 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | － | 0.4 | 0.3 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 0.3 | 1.1 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.4 | 0.4 | 2.5 | 1.9 | 0.0 | 0.3 | 0.5 | － | 0.0 | 0.4 | 0.5 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | 0.3 | 0.8 | 0.3 | 0.3 | 0.9 | 0.3 | 0.2 | 2.8 | 2.0 | 0.3 | 0.5 | 0.3 | － | 0.1 | 0.5 | 0.4 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 0.5 | 0.6 | 0.6 | 0.2 | 0.7 | 0.3 | 0.5 | 4.4 | 3.2 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | － | － | 0.7 | 0.1 |
| | わからない | 2736 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.7 | 0.5 | 1.1 | 0.8 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 答えたくない | 3969 | 0.7 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 1.9 | 1.7 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.7 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | 0.4 | 2.6 | 1.9 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.2 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.8 | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 答えたくない | 530 | 0.2 | 0.4 | － | 0.4 | － | 0.2 | 0.4 | 0.6 | 1.3 | － | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.2 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.4 | 0.4 | 1.0 | 1.1 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.9 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.5 | 2.7 | 2.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | － | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.4 | 0.7 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 2.3 | 1.6 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.3 |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | 0.1 | 0.8 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.6 | 1.0 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.4 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | 0.5 | 0.9 | 0.1 | 0.4 | 0.9 | 0.6 | 0.2 | 2.2 | 1.6 | 0.1 | 0.6 | － | － | － | 0.5 | 0.2 |
| | その他 | 2916 | 0.6 | 0.6 | 0.4 | 0.3 | 0.7 | 0.5 | 0.4 | 1.0 | 0.9 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 答えたくない | 530 | 0.2 | 0.4 | － | 0.4 | － | 0.2 | 0.4 | 0.6 | 1.3 | － | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.2 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.7 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | 0.4 | 1.6 | 1.2 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.5 | 0.7 | 0.3 | 0.2 | 0.7 | 0.4 | 0.3 | 2.3 | 2.0 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.6 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 0.4 | 1.9 | 1.6 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 0.4 | 0.7 | 0.2 | 0.4 | 0.6 | 0.6 | 0.5 | 1.9 | 1.6 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.3 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.8 | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.3 | 0.2 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.5 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 0.4 | 1.8 | 1.5 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.8 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | 0.5 | 1.8 | 1.3 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.7 | 0.7 | 0.4 | 0.1 | 0.7 | 0.5 | 0.5 | 2.1 | 2.1 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.4 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.8 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.4 | 0.5 | 1.9 | 1.5 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.4 | 0.8 | 0.3 | 0.3 | 0.8 | 0.5 | 0.4 | 2.6 | 2.2 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.4 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 1.0 | 0.9 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.2 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.6 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 0.4 | 2.1 | 1.7 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.2 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.5 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 0.5 | 2.0 | 0.8 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.7 | 1.8 | 1.6 | 0.3 | 0.5 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 1.1 | 0.6 |
| | する・みる | 12942 | 0.7 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.3 | 0.3 | 2.4 | 2.0 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | する・ささえる | 212 | 0.5 | － | － | － | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.4 | － | 0.9 | 0.5 | 0.5 | － | － | 0.5 | － |
| | するのみ | 4963 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |
| | みる・ささえる | 642 | 0.2 | 1.7 | 0.5 | 0.9 | 0.9 | 0.6 | 0.6 | 1.2 | 1.9 | 0.2 | 1.6 | 0.3 | － | 0.2 | 1.9 | 0.8 |
| | みるのみ | 5497 | 0.4 | 0.7 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 2.1 | 1.8 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.3 |
| | ささえるのみ | 89 | － | － | － | － | － | 1.1 | － | － | － | － | 1.1 | － | － | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.4 | 0.8 | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | － | 0.2 | 0.2 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-2. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/二番目（続き）

| | | 全体 | 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 | ボウリング | ゲートボール | 柔道 | 剣道 | 空手道 | その他武道（弓道・相撲・合気道・少林寺拳法・なぎなた・銃剣道・居合道等） | レスリング | ボクシング | テコンドー | 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 | フリークライミング（ボルダリング・リードクライミング・スピードクライミング等） | 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.9 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 0.0 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.2 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.0 |
| | 女性 | 14503 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | – | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 0.0 |
| 年代 | 10代 | 719 | 0.1 | – | 0.4 | – | – | – | 0.3 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.3 | – | – | – | – |
| | 20代 | 4118 | 0.0 | 0.1 | 0.4 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.2 | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.0 |
| | 30代 | 4166 | – | 0.0 | 0.3 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.7 | 0.0 | 0.3 | 0.1 | 0.0 |
| | 40代 | 5272 | 0.0 | – | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 0.1 |
| | 50代 | 5555 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 1.2 | 0.0 | 0.4 | 0.5 | 0.1 |
| | 60代 | 4758 | 0.0 | – | 0.4 | – | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | – | – | 0.9 | 0.0 | 0.3 | 0.7 | 0.1 |
| | 70代 | 5588 | – | – | 0.4 | – | – | 0.1 | – | 0.2 | – | – | 0.0 | 0.9 | 0.0 | 0.1 | 0.8 | 0.0 |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | – | – | 0.3 | – | – | – | 0.3 | – | – | – | – | 0.3 | – | – | – | – |
| | 男性20代 | 2154 | 0.0 | 0.1 | 0.4 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.2 | 0.0 | 1.3 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.0 |
| | 男性30代 | 2173 | – | 0.0 | 0.3 | – | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.9 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | – |
| | 男性40代 | 2799 | 0.0 | – | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 1.3 | 0.0 | 0.5 | 0.2 | 0.0 |
| | 男性50代 | 2928 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 1.4 | 0.0 | 0.5 | 0.5 | 0.0 |
| | 男性60代 | 2436 | 0.1 | – | 0.5 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | – | – | 1.3 | – | 0.3 | 0.8 | 0.1 |
| | 男性70代 | 2635 | – | – | 0.4 | – | – | 0.1 | – | 0.2 | – | – | – | 1.4 | 0.0 | 0.2 | 1.0 | 0.0 |
| | 女性10代 | 387 | 0.3 | – | 0.5 | – | – | – | 0.3 | 0.3 | – | 0.3 | – | 0.3 | – | – | – | – |
| | 女性20代 | 1904 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | – | – | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 |
| | 女性30代 | 1954 | – | – | 0.3 | – | – | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.5 | – | 0.2 | 0.1 | 0.1 |
| | 女性40代 | 2426 | – | – | 0.5 | – | – | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.8 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.1 |
| | 女性50代 | 2589 | – | – | 0.3 | 0.0 | – | – | 0.0 | 0.2 | – | 0.1 | – | 0.8 | – | 0.2 | 0.4 | 0.1 |
| | 女性60代 | 2307 | – | – | 0.3 | – | – | – | – | 0.0 | – | – | – | 0.4 | 0.0 | 0.2 | 0.7 | – |
| | 女性70代 | 2936 | – | – | 0.4 | – | – | – | – | 0.2 | – | – | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.9 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 0.0 |
| | 東京都区部 | 2849 | – | 0.0 | 0.2 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.2 | – | 0.9 | – | 0.3 | 0.4 | – |
| | 政令指定都市 | 4945 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | – | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.9 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 0.0 |
| | 大都市 | 11432 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.0 |
| | 小都市 | 8410 | 0.0 | – | 0.3 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.8 | 0.0 | 0.3 | 0.5 | 0.1 |
| | 町村 | 2540 | – | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 0.9 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.1 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | – | 0.1 | 0.2 | – | 0.1 | – | – | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.5 | – | 0.3 | 0.1 | 0.2 |
| | 東北 | 1954 | 0.1 | – | 0.4 | – | 0.1 | – | – | – | – | 0.1 | – | 0.9 | – | 0.3 | 0.3 | 0.1 |
| | 北関東 | 1633 | – | – | 0.5 | – | – | 0.2 | – | 0.2 | – | – | – | 1.2 | – | 0.1 | 0.7 | – |
| | 首都圏 | 9248 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.9 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 0.0 |
| | 北陸 | 1190 | – | – | 0.1 | – | – | – | 0.1 | 0.1 | – | – | 0.1 | 1.3 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | – |
| | 東山 | 1101 | 0.1 | – | 0.3 | – | – | 0.2 | – | 0.2 | – | – | 0.1 | 1.8 | – | 0.5 | 0.6 | – |
| | 東海 | 3097 | – | – | 0.4 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | – | – | 0.5 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 0.0 | – | 0.3 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.7 | 0.0 |
| | その他近畿圏 | 882 | – | – | 0.3 | – | – | 0.1 | 0.2 | – | – | 0.1 | – | 0.8 | – | – | 0.1 | 0.2 |
| | 中国 | 1648 | – | – | 0.5 | – | 0.1 | 0.1 | – | – | – | – | 0.1 | 1.2 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | – |
| | 四国 | 822 | – | – | 0.5 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.4 | – | 0.1 | – | 0.7 | 0.4 | 0.2 | 0.6 | – |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | – | 0.9 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.0 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | – | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | – | 1.4 | – | 0.3 | 0.6 | 0.1 |
| | 家族従業者 | 162 | – | – | – | – | – | – | – | 0.6 | – | 0.6 | – | – | – | – | 0.6 | – |
| | 雇用者 | 16696 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.0 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.1 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | – | – | 0.3 | – | – | – | 0.0 | 0.1 | – | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.2 | 0.4 | 0.0 |
| | 学生 | 1183 | 0.1 | – | 0.5 | – | 0.1 | – | 0.2 | 0.1 | – | – | – | 0.4 | 0.1 | – | 0.1 | – |
| | 無職 | 4709 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.0 | – | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 0.6 | – |
| | その他 | 435 | – | – | 0.2 | – | – | – | – | – | – | – | – | 1.1 | – | – | 0.5 | 0.2 |
| | 答えたくない | 571 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | – | 0.2 | – | 0.2 | 0.2 | – | – | – | 1.2 | – | 0.5 | – | 0.2 |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | – | – | – | – | – | – | – | 0.3 | 0.3 | 0.3 | – | 0.3 | – | 0.5 | – | – |
| | 高校 | 7401 | 0.0 | – | 0.4 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.7 | 0.0 | 0.3 | 0.5 | 0.0 |
| | 短大・高専 | 3019 | – | – | 0.5 | – | – | – | 0.1 | 0.0 | – | 0.0 | – | 0.9 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 0.1 |
| | 専門学校 | 3278 | – | 0.0 | 0.4 | 0.0 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 0.9 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.1 |
| | 大学 | 13894 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.0 |
| | 大学院 | 1777 | – | 0.1 | 0.2 | – | – | 0.2 | – | 0.1 | – | – | – | 1.2 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.1 |
| | その他 | 14 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 397 | – | – | 0.3 | – | – | – | – | – | – | – | – | 0.8 | – | – | 0.3 | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | – | – | – | 0.2 | – | – | – | – | – | – | – | 1.3 | – | – | 0.2 | – |
| | 100万円未満 | 853 | – | – | 0.4 | – | – | – | 0.1 | – | – | – | – | 0.7 | 0.2 | 0.1 | – | – |
| | 100～200万円未満 | 1669 | – | – | 0.4 | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | – |
| | 200～300万円未満 | 2707 | – | – | 0.3 | – | 0.0 | 0.0 | – | 0.2 | 0.0 | 0.2 | – | 1.2 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | – |
| | 300～400万円未満 | 3157 | – | – | 0.3 | – | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | 0.0 | 0.3 | 0.6 | – |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | – | – | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 0.1 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | – | – | – | 1.0 | – | 0.6 | 0.5 | 0.1 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | – | 0.1 | 0.4 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | – | – | 1.3 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.1 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | – | 0.1 | 0.4 | – | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | – | 0.2 | – | 0.9 | – | 0.2 | 0.4 | 0.1 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.9 | – | 0.3 | 0.5 | 0.1 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | 0.1 | – | 0.4 | – | 0.1 | – | 0.1 | – | – | 0.1 | – | 0.9 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | – |
| | 1200万円以上 | 1726 | – | – | 0.4 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | – |
| | わからない | 2736 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | – | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | – | 0.1 | – | 0.4 | 0.0 | 0.3 | 0.3 | – |
| | 答えたくない | 3969 | 0.0 | – | 0.3 | – | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.9 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | – |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | 0.0 | 0.4 | 0.5 | 0.1 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.8 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.0 |
| | 答えたくない | 530 | – | – | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.2 | – | – | 0.2 | – | 1.1 | – | 0.2 | 0.2 | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.0 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | – | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.0 | 0.3 | 0.6 | 0.0 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.0 | – | 0.4 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.9 | 0.0 | 0.4 | 0.5 | 0.1 |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | – | – | 0.4 | – | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.4 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.0 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | – | – | 0.5 | – | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.2 | – | – | – | 0.9 | – | 0.3 | 0.1 | – |
| | その他 | 2916 | 0.0 | 0.1 | 0.4 | – | – | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.9 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | – |
| | 答えたくない | 530 | – | – | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.2 | – | – | 0.2 | – | 1.1 | – | 0.2 | 0.2 | – |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 1.0 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 0.0 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | – | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | 0.0 | 0.3 | 0.5 | 0.1 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 0.0 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.0 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.5 | 0.5 | 0.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | – | 0.0 | – | – | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.9 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 0.0 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | – | 1.1 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.0 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | – | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 1.1 | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.0 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 1.1 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.0 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.2 | 0.0 | 0.4 | 0.6 | 0.1 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | – |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.0 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 0.0 | – | 0.3 | – | – | 0.1 | 0.0 | 0.0 | – | – | – | 0.5 | – | 0.3 | 0.1 | 0.0 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 0.2 | – | 0.3 | – | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.1 |
| | する・みる | 12942 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | – | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.9 | 0.0 | 0.2 | 0.5 | 0.0 |
| | する・ささえる | 212 | – | 0.5 | – | – | 0.5 | – | – | 0.5 | – | 0.5 | – | 0.9 | – | – | 0.5 | – |
| | するのみ | 4963 | – | – | 0.1 | – | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | – | 0.1 | 0.0 | 1.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 |
| | みる・ささえる | 642 | 0.3 | 0.3 | 0.8 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | – | – | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | 0.9 | 0.2 |
| | みるのみ | 5497 | – | – | 0.5 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | – | – | 1.1 | 0.0 | 0.5 | 0.5 | 0.1 |
| | ささえるのみ | 89 | – | – | 1.1 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 0.0 | – | 0.2 | – | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.0 | – | 0.7 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.0 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-2. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/二番目（続き）

| | | 全体 | 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・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 | 釣り | スキー | スノーボード | 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 | アーチェリー・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 | 乗馬 | レクリエーションスポーツ | パラスポーツ（障害者スポーツ） | ゲーム機等の情報通信機器を利用した運動・スポーツ（身体を動かすもの） | その他 | 二番目以降を選択していない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 40.1 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.6 | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 37.6 |
| | 女性 | 14503 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 | 42.6 |
| 年代 | 10代 | 719 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | － | － | － | － | － | 0.4 | － | 0.6 | － | 25.9 |
| | 20代 | 4118 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.3 | 0.4 | － | 0.1 | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 34.3 |
| | 30代 | 4166 | － | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | － | － | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 37.9 |
| | 40代 | 5272 | － | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 42.0 |
| | 50代 | 5555 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.0 | 43.2 |
| | 60代 | 4758 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | － | － | － | － | 0.1 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | 43.1 |
| | 70代 | 5588 | 0.0 | 0.0 | － | 0.7 | 0.4 | 0.0 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 40.4 |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 0.6 | － | 26.2 |
| | 男性20代 | 2154 | － | 0.0 | － | 0.7 | 0.5 | 0.2 | － | 0.1 | 0.0 | － | － | 0.0 | － | 0.4 | 0.0 | 28.8 |
| | 男性30代 | 2173 | － | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | － | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 33.0 |
| | 男性40代 | 2799 | － | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | － | － | － | － | － | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 39.4 |
| | 男性50代 | 2928 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.8 | 0.9 | 0.3 | － | － | 0.1 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.2 | 0.0 | 42.2 |
| | 男性60代 | 2436 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.9 | 0.8 | 0.2 | － | － | － | － | 0.0 | 0.0 | － | － | 0.0 | 40.8 |
| | 男性70代 | 2635 | 0.1 | － | － | 1.3 | 0.7 | － | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | － | 0.2 | 39.7 |
| | 女性10代 | 387 | 0.3 | － | 0.3 | 0.3 | 0.3 | － | － | － | － | － | － | 0.8 | － | 0.3 | － | 25.3 |
| | 女性20代 | 1904 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.7 | － | － | － | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 | 40.0 |
| | 女性30代 | 1954 | － | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | － | － | － | － | 0.2 | － | － | 0.3 | － | 43.3 |
| | 女性40代 | 2426 | － | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.0 | － | 0.0 | － | － | 0.2 | － | 44.5 |
| | 女性50代 | 2589 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | 0.0 | 44.2 |
| | 女性60代 | 2307 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 | 0.0 | － | － | － | － | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.2 | 45.4 |
| | 女性70代 | 2936 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | － | － | － | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 40.8 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | － | 0.0 | － | － | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 35.9 |
| | 東京都区部 | 2849 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | － | 0.0 | － | － | 0.1 | 0.0 | － | 0.2 | 0.1 | 36.5 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | － | 0.0 | － | － | 0.1 | － | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 35.6 |
| | 大都市 | 11432 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 39.0 |
| | 小都市 | 8410 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.4 | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 43.3 |
| | 町村 | 2540 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | － | － | － | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 47.3 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | － | 0.1 | － | 0.4 | 1.1 | 0.2 | － | 0.1 | － | － | － | － | － | 0.1 | － | 41.3 |
| | 東北 | 1954 | － | － | － | 0.6 | 0.6 | 0.4 | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.2 | 43.4 |
| | 北関東 | 1633 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | － | － | － | － | － | － | － | 0.2 | 0.1 | 38.5 |
| | 首都圏 | 9248 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | 38.3 |
| | 北陸 | 1190 | 0.1 | 0.1 | － | 0.8 | 0.7 | 0.3 | － | － | － | － | － | － | － | 0.3 | 0.3 | 40.3 |
| | 東山 | 1101 | － | － | 0.1 | 0.4 | 0.7 | 0.3 | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | 42.6 |
| | 東海 | 3097 | － | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.0 | 39.6 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.7 | 0.3 | 0.2 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 39.9 |
| | その他近畿圏 | 882 | － | － | － | 0.5 | 0.5 | 0.1 | － | － | 0.1 | － | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 41.7 |
| | 中国 | 1648 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.1 | － | － | － | － | － | － | － | 0.3 | 0.1 | 41.6 |
| | 四国 | 822 | － | － | 0.1 | 1.0 | 0.1 | － | － | － | － | － | － | 0.2 | － | 0.4 | 0.1 | 44.4 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | － | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | － | － | － | － | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 40.8 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.4 | 0.4 | 0.2 | － | － | － | 0.0 | 0.1 | 0.2 | － | 0.1 | 0.1 | 40.5 |
| | 家族従業者 | 162 | － | － | － | 0.6 | － | － | － | 0.6 | － | － | － | － | － | － | 0.6 | 45.7 |
| | 雇用者 | 16696 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 38.2 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 38.6 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | － | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | － | － | － | － | 0.1 | 0.0 | － | 0.2 | 0.1 | 44.9 |
| | 学生 | 1183 | 0.2 | － | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.1 | － | － | － | － | － | 0.3 | － | 0.7 | － | 24.3 |
| | 無職 | 4709 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.9 | 0.4 | 0.0 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 43.5 |
| | その他 | 435 | － | － | － | 0.7 | 0.9 | － | － | － | － | － | － | － | 0.2 | － | 0.2 | 41.1 |
| | 答えたくない | 571 | － | 0.4 | 0.2 | 0.7 | 0.5 | 0.4 | － | － | － | － | － | 0.2 | 0.2 | 0.4 | － | 60.1 |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | － | － | － | 0.8 | － | 0.5 | － | － | － | － | － | － | － | 0.3 | － | 53.0 |
| | 高校 | 7401 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | － | － | － | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 45.6 |
| | 短大・高専 | 3019 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 | 43.4 |
| | 専門学校 | 3278 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.0 | 43.6 |
| | 大学 | 13894 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 35.8 |
| | 大学院 | 1777 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | 31.4 |
| | その他 | 14 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 42.9 |
| | 答えたくない | 397 | － | － | － | 0.3 | 0.3 | 0.3 | － | － | － | － | 0.3 | － | － | － | － | 57.9 |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | － | － | 0.2 | － | 0.4 | － | － | － | － | － | 0.2 | 0.2 | － | 0.2 | － | 48.1 |
| | 100万円未満 | 853 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | － | － | － | － | 0.2 | － | － | 0.6 | 0.1 | 48.5 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | － | 0.1 | － | 0.5 | 0.4 | － | － | － | － | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 48.0 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | － | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.0 | － | 0.0 | － | － | － | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | 43.7 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | － | － | 0.0 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | － | 0.0 | － | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 41.9 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 0.0 | 0.0 | － | 0.5 | 0.4 | 0.2 | － | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 39.1 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | － | 0.3 | － | 0.5 | 0.4 | 0.2 | － | 0.0 | － | 0.0 | － | 0.0 | － | 0.3 | － | 37.3 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | － | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | － | － | 0.3 | 0.1 | 38.8 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.2 | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.1 | － | 36.0 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | － | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.7 | 0.3 | － | － | － | － | － | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 32.0 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | － | 0.3 | － | 0.4 | 0.2 | 0.3 | － | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 31.1 |
| | 1200万円以上 | 1726 | － | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.8 | 0.3 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 27.9 |
| | わからない | 2736 | 0.1 | － | 0.0 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | － | － | － | － | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.1 | 43.3 |
| | 答えたくない | 3969 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 46.4 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.2 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 39.9 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 39.7 |
| | 答えたくない | 530 | － | － | － | － | － | 0.2 | － | － | － | － | － | － | 0.2 | － | － | 54.2 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 39.5 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | － | － | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 40.3 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | － | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | 0.0 | 39.8 |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | － | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.1 | 0.3 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 42.5 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | － | 0.1 | 0.3 | 1.2 | 1.0 | 0.2 | － | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | － | 37.3 |
| | その他 | 2916 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | － | － | － | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 37.7 |
| | 答えたくない | 530 | － | － | － | － | － | 0.2 | － | － | － | － | － | － | 0.2 | － | － | 54.2 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 32.4 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 34.9 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 33.5 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.0 | 50.3 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.0 | － | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | － | － | － | － | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.1 | 66.0 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 40.1 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 35.5 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | 30.1 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 33.8 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.3 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 33.6 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 | 57.7 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 37.6 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 0.0 | 0.2 | － | 0.3 | 0.4 | 0.2 | － | － | － | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.2 | 0.0 | 52.3 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 21.7 |
| | する・みる | 12942 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | － | 0.0 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 31.5 |
| | する・ささえる | 212 | － | － | － | 0.5 | － | － | － | － | 0.5 | － | － | 0.9 | － | 0.5 | － | 34.0 |
| | するのみ | 4963 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 44.9 |
| | みる・ささえる | 642 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 1.1 | 0.5 | 0.5 | － | 0.2 | － | 0.2 | 0.2 | 0.2 | － | 0.2 | － | 36.8 |
| | みるのみ | 5497 | － | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.5 | 0.3 | － | 0.0 | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 50.7 |
| | ささえるのみ | 89 | 1.1 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 2.2 | － | 69.7 |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | － | － | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.4 | － | － | － | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.2 | － | 64.4 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-3. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/三番目

| | | 全体 | ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅は自ら進んで行う歩行等） | 階段昇降（2アップ3ダウン階段エレベーターに乗らず階段を使用する等） | ジョギング・マラソン・駅伝 | 陸上競技 | 自転車競技（トラック・ロードバイク・BMX・マウンテンバイク等） | サイクリング（自ら自転車を利用して行う通勤・公共交通機関に乗らず自転車で移動する等） | スケート・ローラースケート・一輪車 | スケートボード・インライン | トレーニング（筋力トレーニング・マットレーニング・ヨガ・ピラティス・エアロビクス室内運動器具を使ってする運動等） | 体操（ラジオ体操・美容体操・太極拳・職場体操等） | エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス | 縄跳び・ダブルダッチ | 器械体操・新体操・トランポリン | ダンス（ブレイキン（ブレイクダンス）・ジャズダンス・フォークダンス・社交ダンス・民謡踊り・フラダンス等） | チアリーディング・バトントワリング | 水泳（競泳・水球・飛び込みスイミング・アーティスティックスイミング・オープンウォーター等） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 4.6 | 5.2 | 2.8 | 0.1 | 0.2 | 2.3 | 0.1 | 2.3 | 2.6 | 1.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.8 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 5.0 | 4.9 | 4.0 | 0.2 | 0.3 | 2.5 | 0.2 | 2.5 | 1.6 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.0 |
| | 女性 | 14503 | 4.3 | 5.6 | 1.5 | 0.1 | 0.1 | 2.0 | 0.1 | 2.1 | 3.6 | 2.2 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 0.7 |
| 年代 | 10代 | 719 | 4.7 | 8.3 | 6.5 | 0.7 | 0.3 | 5.1 | 0.4 | 3.1 | 2.1 | 0.8 | 0.4 | 0.1 | 1.5 | 0.1 | 1.4 |
| | 20代 | 4118 | 4.6 | 6.2 | 6.3 | 0.6 | 0.5 | 2.5 | 0.4 | 3.0 | 1.8 | 1.1 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 1.2 |
| | 30代 | 4166 | 4.9 | 5.4 | 4.3 | 0.2 | 0.3 | 2.2 | 0.2 | 2.7 | 2.6 | 1.2 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.9 |
| | 40代 | 5272 | 4.8 | 4.6 | 3.0 | 0.1 | 0.2 | 2.4 | 0.2 | 2.3 | 2.2 | 1.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | － | 1.0 |
| | 50代 | 5555 | 4.0 | 4.9 | 1.9 | 0.0 | 0.2 | 2.3 | 0.1 | 2.1 | 2.3 | 1.0 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.6 |
| | 60代 | 4758 | 4.6 | 4.2 | 1.2 | 0.0 | 0.0 | 1.9 | 0.0 | 2.1 | 2.7 | 1.3 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | － | 0.7 |
| | 70代 | 5588 | 5.0 | 5.6 | 0.7 | － | － | 1.8 | － | 1.8 | 3.7 | 1.6 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | － | 0.5 |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | 6.5 | 8.1 | 9.3 | 0.6 | － | 4.7 | 0.3 | 1.9 | 0.9 | 0.3 | 0.6 | － | 0.3 | － | 2.2 |
| | 男性20代 | 2154 | 6.1 | 6.2 | 8.4 | 0.9 | 0.6 | 2.8 | 0.6 | 3.2 | 1.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 1.6 |
| | 男性30代 | 2173 | 5.8 | 5.7 | 6.2 | 0.3 | 0.5 | 2.2 | 0.2 | 3.3 | 1.6 | 0.2 | 0.4 | － | 0.1 | 0.0 | 1.2 |
| | 男性40代 | 2799 | 5.4 | 4.4 | 4.3 | 0.1 | 0.4 | 2.5 | 0.3 | 3.0 | 1.3 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | － | 1.0 |
| | 男性50代 | 2928 | 4.2 | 4.1 | 2.8 | － | 0.3 | 2.8 | 0.1 | 2.4 | 1.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.6 |
| | 男性60代 | 2436 | 4.2 | 3.6 | 1.8 | 0.0 | 0.1 | 2.2 | 0.0 | 2.0 | 2.4 | 0.3 | 0.0 | － | － | － | 0.9 |
| | 男性70代 | 2635 | 4.3 | 5.3 | 1.3 | － | － | 2.3 | － | 1.4 | 2.6 | 0.4 | 0.0 | － | 0.1 | － | 0.5 |
| | 女性10代 | 387 | 3.1 | 8.8 | 4.4 | 0.8 | 0.5 | 5.4 | 0.5 | 4.1 | 3.1 | 1.3 | 0.3 | 0.3 | 2.6 | 0.3 | 0.8 |
| | 女性20代 | 1904 | 3.0 | 6.2 | 4.0 | 0.2 | 0.4 | 2.2 | 0.2 | 2.7 | 2.7 | 2.1 | 0.4 | 0.2 | 0.8 | 0.1 | 0.7 |
| | 女性30代 | 1954 | 4.0 | 5.2 | 2.4 | 0.2 | － | 2.1 | 0.1 | 2.0 | 3.9 | 2.5 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.7 |
| | 女性40代 | 2426 | 4.0 | 4.9 | 1.6 | － | 0.0 | 2.4 | 0.0 | 1.6 | 3.3 | 2.0 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | － | 0.9 |
| | 女性50代 | 2589 | 3.8 | 5.8 | 0.9 | － | 0.1 | 1.8 | － | 1.7 | 3.6 | 2.0 | 0.3 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.5 |
| | 女性60代 | 2307 | 4.9 | 4.9 | 0.6 | － | － | 1.6 | － | 2.3 | 3.0 | 2.4 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | － | 0.6 |
| | 女性70代 | 2936 | 5.7 | 6.0 | 0.2 | － | － | 1.4 | － | 2.1 | 4.6 | 2.6 | 0.0 | 0.1 | 0.9 | － | 0.5 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 5.1 | 6.1 | 2.6 | 0.2 | 0.2 | 2.9 | 0.1 | 2.6 | 3.1 | 1.4 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 1.2 |
| | 東京都区部 | 2849 | 4.9 | 5.5 | 2.9 | 0.2 | 0.2 | 3.3 | 0.1 | 2.4 | 2.8 | 1.6 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.1 | 1.3 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 5.2 | 6.5 | 2.4 | 0.1 | 0.1 | 2.7 | 0.1 | 2.8 | 3.3 | 1.3 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 1.1 |
| | 大都市 | 11432 | 4.7 | 5.6 | 3.2 | 0.1 | 0.2 | 2.3 | 0.2 | 2.4 | 2.4 | 1.1 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.8 |
| | 小都市 | 8410 | 4.1 | 4.2 | 2.7 | 0.2 | 0.2 | 2.0 | 0.1 | 2.0 | 2.4 | 1.2 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.6 |
| | 町村 | 2540 | 4.6 | 3.7 | 2.5 | 0.2 | 0.1 | 1.2 | 0.1 | 1.9 | 2.5 | 1.1 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | － | 0.6 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 4.4 | 5.7 | 2.5 | 0.2 | 0.2 | 2.0 | 0.3 | 2.4 | 2.3 | 1.6 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | － | 0.5 |
| | 東北 | 1954 | 4.4 | 4.2 | 2.0 | 0.3 | 0.1 | 1.9 | － | 2.4 | 2.7 | 1.1 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | － | 1.0 |
| | 北関東 | 1633 | 5.1 | 3.7 | 3.4 | 0.1 | 0.2 | 2.1 | 0.2 | 2.4 | 2.3 | 0.9 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | － | 0.8 |
| | 首都圏 | 9248 | 4.8 | 5.7 | 3.0 | 0.2 | 0.2 | 3.1 | 0.1 | 2.3 | 2.9 | 1.2 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 1.0 |
| | 北陸 | 1190 | 4.0 | 6.1 | 2.5 | － | 0.2 | 1.5 | － | 2.5 | 2.2 | 1.3 | 0.3 | 0.1 | 0.7 | － | 0.6 |
| | 東山 | 1101 | 5.2 | 5.1 | 2.0 | 0.1 | 0.1 | 1.1 | 0.1 | 2.2 | 2.5 | 1.8 | 0.5 | 0.1 | 0.4 | － | 0.6 |
| | 東海 | 3097 | 4.4 | 4.8 | 3.3 | 0.1 | 0.2 | 2.0 | 0.1 | 2.1 | 2.6 | 1.5 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | － | 0.9 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 4.6 | 5.4 | 2.8 | 0.1 | 0.2 | 2.1 | 0.2 | 2.5 | 2.2 | 1.3 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.7 |
| | その他近畿圏 | 882 | 4.8 | 4.1 | 3.1 | 0.1 | 0.6 | 2.2 | － | 1.4 | 3.1 | 1.1 | － | － | 0.5 | － | 0.3 |
| | 中国 | 1648 | 4.7 | 4.5 | 2.7 | － | 0.1 | 2.5 | 0.2 | 2.2 | 2.2 | 0.9 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | － | 0.7 |
| | 四国 | 822 | 4.1 | 5.4 | 2.4 | 0.1 | 0.1 | 2.1 | 0.1 | 1.7 | 3.4 | 1.1 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | － | 0.5 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 4.6 | 5.5 | 2.9 | 0.3 | 0.2 | 1.5 | 0.1 | 2.4 | 2.5 | 1.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.5 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 4.7 | 4.6 | 3.0 | 0.4 | 0.3 | 2.3 | 0.4 | 2.5 | 2.3 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 0.8 |
| | 家族従業者 | 162 | 4.9 | 2.5 | 2.5 | － | － | 3.1 | － | 3.7 | 2.5 | 1.9 | 1.2 | 0.6 | － | － | － |
| | 雇用者 | 16696 | 4.8 | 5.2 | 3.6 | 0.1 | 0.3 | 2.3 | 0.1 | 2.6 | 2.3 | 1.2 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.9 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 4.8 | 5.1 | 3.5 | 0.2 | 0.3 | 2.3 | 0.2 | 2.6 | 2.3 | 1.1 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.9 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | 4.9 | 5.4 | 0.5 | 0.0 | － | 1.7 | － | 1.6 | 3.8 | 2.2 | 0.3 | 0.1 | 0.6 | － | 0.8 |
| | 学生 | 1183 | 5.6 | 8.0 | 6.9 | 0.5 | 0.3 | 5.2 | 0.5 | 3.4 | 2.2 | 1.0 | 0.4 | 0.1 | 1.4 | － | 1.4 |
| | 無職 | 4709 | 4.0 | 5.1 | 1.2 | 0.0 | 0.0 | 1.9 | 0.0 | 1.9 | 3.0 | 1.0 | 0.1 | － | 0.3 | 0.0 | 0.4 |
| | その他 | 435 | 5.3 | 5.7 | 2.5 | 0.2 | － | 0.9 | － | 1.1 | 2.3 | 0.5 | － | － | 0.7 | － | 0.5 |
| | 答えたくない | 571 | 0.9 | 3.5 | 2.8 | 0.4 | － | 1.9 | － | 0.9 | 0.9 | 0.2 | － | － | 0.2 | － | 0.5 |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | 3.5 | 3.3 | 2.3 | 0.3 | － | 1.5 | － | 1.0 | 1.5 | 0.5 | － | － | － | － | 0.3 |
| | 高校 | 7401 | 4.4 | 4.6 | 1.9 | 0.1 | 0.1 | 1.6 | 0.1 | 2.0 | 2.4 | 1.0 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | － | 0.6 |
| | 短大・高専 | 3019 | 3.9 | 5.5 | 1.2 | 0.1 | 0.2 | 2.1 | 0.0 | 1.8 | 3.0 | 2.0 | 0.5 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 0.8 |
| | 専門学校 | 3278 | 3.8 | 4.5 | 2.1 | 0.0 | 0.0 | 2.0 | 0.1 | 2.4 | 2.9 | 1.2 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.4 |
| | 大学 | 13894 | 5.0 | 5.7 | 3.6 | 0.2 | 0.3 | 2.6 | 0.2 | 2.6 | 2.5 | 1.2 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 1.1 |
| | 大学院 | 1777 | 6.4 | 5.8 | 5.2 | 0.3 | 0.3 | 3.4 | 0.2 | 2.9 | 2.9 | 1.3 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.7 |
| | その他 | 14 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 7.1 |
| | 答えたくない | 397 | 2.5 | 2.3 | 3.0 | － | － | 1.0 | － | 0.5 | 1.8 | 1.3 | 0.3 | － | 0.3 | － | 0.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | 2.4 | 3.8 | 1.3 | － | 0.2 | 2.6 | － | 1.3 | 2.4 | 1.3 | 0.4 | － | 0.4 | 0.2 | 0.4 |
| | 100万円未満 | 853 | 4.5 | 3.8 | 3.3 | 0.2 | － | 2.1 | 0.4 | 2.0 | 2.3 | 0.8 | － | 0.1 | 0.8 | － | 0.5 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | 3.8 | 4.9 | 1.7 | － | 0.3 | 1.4 | 0.2 | 2.7 | 2.2 | 1.1 | 0.1 | － | 0.4 | － | 0.5 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | 3.7 | 5.0 | 1.7 | 0.1 | 0.0 | 1.9 | 0.1 | 1.7 | 3.1 | 1.3 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.7 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | 4.3 | 4.7 | 2.2 | 0.0 | 0.1 | 2.5 | 0.1 | 2.3 | 3.5 | 1.1 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.6 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 5.1 | 4.8 | 2.7 | 0.2 | 0.3 | 2.2 | 0.1 | 2.1 | 2.3 | 1.3 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | － | 0.7 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 5.3 | 6.2 | 3.4 | 0.2 | 0.3 | 1.9 | 0.2 | 2.3 | 2.7 | 1.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | － | 0.9 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | 4.8 | 5.0 | 4.4 | 0.2 | 0.3 | 2.6 | 0.1 | 2.4 | 2.0 | 1.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | － | 1.1 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 5.1 | 5.2 | 4.3 | 0.4 | 0.3 | 2.4 | 0.1 | 2.9 | 2.4 | 1.1 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | － | 0.5 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 5.2 | 6.0 | 4.3 | 0.1 | 0.3 | 2.6 | 0.3 | 3.1 | 2.5 | 1.5 | 0.4 | － | 0.5 | 0.1 | 1.1 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | 4.9 | 7.5 | 4.1 | 0.5 | 0.1 | 4.2 | 0.4 | 2.6 | 1.8 | 0.9 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 1.4 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 6.9 | 5.7 | 4.3 | 0.3 | 0.5 | 3.0 | 0.1 | 3.5 | 2.2 | 1.7 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 1.7 |
| | わからない | 2736 | 3.9 | 5.2 | 2.2 | 0.1 | 0.1 | 2.2 | 0.0 | 1.9 | 3.2 | 1.4 | 0.3 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 0.6 |
| | 答えたくない | 3969 | 4.3 | 4.7 | 1.4 | 0.1 | 0.0 | 1.4 | 0.1 | 1.6 | 2.3 | 1.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | － | 0.7 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 4.7 | 4.9 | 2.4 | 0.1 | 0.2 | 2.2 | 0.1 | 2.1 | 2.7 | 1.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.8 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 4.6 | 5.7 | 3.5 | 0.2 | 0.2 | 2.4 | 0.1 | 2.6 | 2.4 | 1.2 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.8 |
| | 答えたくない | 530 | 3.4 | 2.1 | 2.1 | 0.4 | － | 0.9 | 0.2 | 1.1 | 2.3 | 1.5 | － | － | 0.2 | － | 0.4 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 4.7 | 5.7 | 3.4 | 0.2 | 0.2 | 2.3 | 0.2 | 2.7 | 2.3 | 1.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.8 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 4.9 | 5.1 | 1.9 | 0.1 | 0.2 | 1.9 | 0.1 | 2.0 | 2.9 | 1.3 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.5 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 4.6 | 4.7 | 3.1 | 0.1 | 0.2 | 2.5 | 0.1 | 2.3 | 2.4 | 1.1 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 1.2 |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | 4.0 | 5.4 | 3.4 | 0.2 | 0.2 | 2.9 | 0.1 | 2.7 | 2.7 | 1.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.6 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | 4.7 | 4.8 | 3.2 | 0.2 | 0.2 | 2.1 | 0.2 | 1.6 | 2.9 | 1.2 | 0.6 | 0.1 | 0.6 | － | 1.2 |
| | その他 | 2916 | 4.7 | 6.0 | 3.2 | 0.2 | 0.2 | 2.3 | 0.0 | 2.5 | 2.6 | 1.5 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | － | 0.8 |
| | 答えたくない | 530 | 3.4 | 2.1 | 2.1 | 0.4 | － | 0.9 | 0.2 | 1.1 | 2.3 | 1.5 | － | － | 0.2 | － | 0.4 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 5.8 | 7.2 | 3.4 | 0.2 | 0.3 | 3.0 | 0.2 | 3.2 | 3.4 | 1.6 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.9 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 5.7 | 5.8 | 3.2 | 0.2 | 0.2 | 2.5 | 0.1 | 2.5 | 2.7 | 1.3 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.9 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 5.7 | 6.6 | 3.3 | 0.2 | 0.2 | 2.8 | 0.1 | 2.9 | 3.1 | 1.5 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.9 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 2.4 | 2.4 | 2.0 | 0.0 | 0.1 | 1.3 | 0.1 | 1.2 | 1.6 | 0.7 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.6 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 1.7 | 1.4 | 0.9 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.1 | 0.5 | 1.0 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.3 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 4.6 | 5.2 | 2.8 | 0.1 | 0.2 | 2.3 | 0.1 | 2.3 | 2.6 | 1.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.8 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 7433 | 5.8 | 6.9 | 2.9 | 0.1 | 0.2 | 2.4 | 0.1 | 3.2 | 2.9 | 1.6 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.9 |
| | 週に2日 | 3316 | 7.2 | 6.5 | 3.4 | 0.2 | 0.3 | 3.3 | 0.2 | 3.5 | 2.7 | 1.5 | 0.2 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 1.0 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 6.2 | 6.7 | 3.1 | 0.2 | 0.3 | 2.6 | 0.1 | 3.3 | 2.8 | 1.6 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.9 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 5.0 | 5.5 | 3.9 | 0.2 | 0.3 | 2.6 | 0.2 | 2.3 | 2.9 | 1.2 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.9 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 2.2 | 2.7 | 1.2 | 0.0 | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.8 | 1.6 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.6 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 5.1 | 5.6 | 3.1 | 0.2 | 0.2 | 2.4 | 0.1 | 2.5 | 2.7 | 1.3 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.9 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 2.6 | 3.5 | 1.4 | 0.0 | 0.0 | 1.7 | 0.0 | 1.3 | 2.2 | 1.0 | 0.2 | － | 0.1 | 0.0 | 0.5 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 2612 | 6.9 | 6.3 | 6.5 | 1.1 | 1.0 | 3.7 | 0.9 | 3.8 | 3.4 | 1.2 | 0.3 | 0.2 | 0.8 | 0.3 | 1.8 |
| | する・みる | 12942 | 6.0 | 7.3 | 3.1 | 0.1 | 0.1 | 2.9 | 0.0 | 2.8 | 3.3 | 1.5 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | － | 0.8 |
| | する・ささえる | 212 | 8.0 | 7.1 | 3.8 | － | － | 2.8 | － | 2.8 | 0.9 | 3.8 | － | － | 0.5 | － | 0.9 |
| | するのみ | 4963 | 4.4 | 5.0 | 2.4 | 0.1 | 0.1 | 1.9 | 0.0 | 2.5 | 2.4 | 1.6 | 0.2 | 0.0 | 0.4 | － | 0.8 |
| | みる・ささえる | 642 | 4.4 | 3.9 | 4.2 | 0.3 | 0.6 | 1.4 | 0.3 | 1.7 | 1.9 | 0.9 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 1.7 |
| | みるのみ | 5497 | 2.7 | 2.5 | 1.7 | － | 0.1 | 1.1 | 0.0 | 1.2 | 1.6 | 0.6 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.5 |
| | ささえるのみ | 89 | 1.1 | － | － | － | － | 1.1 | 1.1 | 1.1 | 2.2 | － | － | － | 2.2 | 1.1 | － |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 1.1 | 1.2 | 0.0 | 0.1 | 1.0 | 0.1 | 0.6 | 1.0 | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | － | 0.4 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-3. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/三番目

| | | 全体 | アクアエクササイズ・水中ウォーキング | 野球（硬式・軟式等） | ソフトボール | キャッチボール | テニス・ソフトテニス | バドミントン | 卓球（ラージボール含む） | 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） | グラウンドゴルフ・ナイスナッグ・ゴルフ・パターゴルフ等 | ゴルフ・パークゴルフ・マレットゴルフ・デルフィスク | 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・3×3・ボートボール | ドッジボール | ハンドボール | サッカー | フットサル |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 1.4 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 2.3 | 1.7 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.4 |
| | 女性 | 14503 | 0.7 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 |
| 年代 | 10代 | 719 | － | 0.4 | 0.4 | 1.0 | 0.6 | 3.3 | 1.4 | － | 0.4 | － | 1.3 | 1.3 | 0.4 | 0.3 | 1.0 | 0.4 |
| | 20代 | 4118 | 0.2 | 1.1 | 0.2 | 0.5 | 0.8 | 0.7 | 0.6 | 0.7 | 0.7 | 0.1 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.6 |
| | 30代 | 4166 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.3 | 1.1 | 0.6 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.6 |
| | 40代 | 5272 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 1.2 | 0.9 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | － | 0.6 | 0.2 |
| | 50代 | 5555 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 1.3 | 1.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | － | 0.2 | 0.1 |
| | 60代 | 4758 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 2.1 | 1.3 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | － | － | 0.2 | 0.0 |
| | 70代 | 5588 | 0.9 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 2.1 | 1.4 | 0.3 | 0.1 | － | 0.0 | － | － | － |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | － | 0.6 | 0.6 | 1.6 | － | 2.2 | 0.9 | － | 0.3 | － | 0.9 | 1.6 | 0.6 | 0.3 | 2.2 | 0.9 |
| | 男性20代 | 2154 | 0.2 | 2.0 | 0.4 | 0.7 | 1.0 | 0.4 | 0.6 | 1.0 | 0.7 | 0.1 | 0.7 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 1.2 | 1.0 |
| | 男性30代 | 2173 | 0.2 | 1.0 | 0.3 | 0.5 | 0.6 | 0.5 | 0.5 | 1.8 | 1.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | － | － | 0.5 | 1.1 |
| | 男性40代 | 2799 | 0.3 | 0.6 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | 1.9 | 1.3 | 0.0 | 0.3 | 0.5 | 0.1 | － | 0.9 | 0.5 |
| | 男性50代 | 2928 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 2.0 | 2.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | － | 0.3 | 0.1 |
| | 男性60代 | 2436 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 3.7 | 2.2 | 0.1 | 0.2 | － | － | － | 0.3 | 0.0 |
| | 男性70代 | 2635 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | 3.8 | 2.7 | 0.6 | 0.1 | － | 0.0 | － | － | － |
| | 女性10代 | 387 | － | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 1.0 | 4.4 | 1.8 | － | 0.5 | － | 1.6 | 1.0 | 0.3 | 0.3 | － | － |
| | 女性20代 | 1904 | 0.3 | 0.1 | － | 0.3 | 0.5 | 1.1 | 0.6 | 0.3 | 0.7 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.2 |
| | 女性30代 | 1954 | 0.2 | － | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| | 女性40代 | 2426 | 0.7 | － | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | － | 0.2 | － | － | － | 0.1 | － |
| | 女性50代 | 2589 | 0.3 | 0.0 | － | － | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 0.6 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | － | 0.0 | 0.0 |
| | 女性60代 | 2307 | 1.0 | － | 0.0 | － | 0.4 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.3 | － | 0.1 | 0.0 | － | － | 0.0 | － |
| | 女性70代 | 2936 | 1.4 | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | － | － | － | － | － |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 1.4 | 1.4 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.3 |
| | 東京都区部 | 2849 | 0.2 | 0.5 | － | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 1.5 | 1.2 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.5 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | 1.4 | 1.5 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | － | 0.1 | 0.3 | 0.2 |
| | 大都市 | 11432 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.6 | 0.4 | 1.5 | 1.1 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.3 |
| | 小都市 | 8410 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 1.4 | 0.9 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.2 |
| | 町村 | 2540 | 0.4 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.8 | 0.6 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | － | 0.3 | 0.1 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 0.2 | 0.5 | － | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 1.2 | 1.0 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | － | 0.2 | 0.1 |
| | 東北 | 1954 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.5 | 0.3 | 1.4 | 1.0 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | － | 0.3 | 0.1 |
| | 北関東 | 1633 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.5 | 1.5 | 1.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.4 | 0.1 |
| | 首都圏 | 9248 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.2 | 1.3 | 0.9 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.3 |
| | 北陸 | 1190 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.7 | 0.4 | 1.0 | 0.7 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | － | 0.3 | 0.3 |
| | 東山 | 1101 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.5 | 1.5 | 1.2 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | － | － | 0.4 | 0.3 |
| | 東海 | 3097 | 0.5 | 0.2 | 0.4 | 0.5 | 0.7 | 0.4 | 0.6 | 1.3 | 1.3 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | － | 0.3 | 0.2 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | 0.3 | 0.6 | 0.5 | 0.2 | 1.6 | 1.0 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | － | 0.4 | 0.3 |
| | その他近畿圏 | 882 | 0.9 | 0.3 | － | － | 0.2 | 0.7 | 0.6 | 1.7 | 1.2 | 0.5 | － | 0.2 | － | － | 0.8 | － |
| | 中国 | 1648 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | 1.5 | 1.2 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 |
| | 四国 | 822 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | － | 0.6 | 1.0 | － | 0.5 | 0.5 | － | － | 0.2 | 0.1 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 1.6 | 1.2 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.2 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 1.4 | 1.4 | 0.0 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 |
| | 家族従業者 | 162 | 0.6 | － | － | － | － | － | － | 1.2 | 1.9 | － | － | 0.6 | 0.6 | － | － | － |
| | 雇用者 | 16696 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.3 | 1.6 | 1.2 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.3 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 1.6 | 1.3 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.3 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | 1.0 | － | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | － | － | － | － |
| | 学生 | 1183 | － | 0.6 | 0.4 | 0.9 | 0.8 | 2.5 | 1.0 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 1.1 | 1.0 | 0.2 | 0.2 | 1.0 | 0.7 |
| | 無職 | 4709 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.4 | 1.9 | 1.2 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | － | － | 0.1 | 0.0 |
| | その他 | 435 | 0.7 | － | － | － | － | 0.9 | － | 1.1 | 0.9 | 0.2 | － | － | － | － | 0.7 | 0.2 |
| | 答えたくない | 571 | 0.4 | － | 0.2 | 0.4 | － | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | － | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.4 | － |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | － | 0.3 | － | － | － | 1.0 | 0.8 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | － | － | － | － | 0.3 |
| | 高校 | 7401 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 1.0 | 0.8 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 短大・高専 | 3019 | 0.7 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.9 | 0.6 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | － | 0.2 | 0.1 |
| | 専門学校 | 3278 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.6 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | － | 0.3 | 0.1 |
| | 大学 | 13894 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.4 | 1.9 | 1.4 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.3 |
| | 大学院 | 1777 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 1.1 | 0.6 | 0.3 | 1.7 | 1.5 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.4 |
| | その他 | 14 | 7.1 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 397 | 0.8 | 0.5 | － | － | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | － | － | － | － | － | － | － |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | 0.7 | － | － | － | 0.2 | 0.2 | 0.2 | － | 0.2 | － | 0.4 | 0.2 | － | － | 0.4 | － |
| | 100万円未満 | 853 | 0.2 | － | 0.1 | － | 0.4 | 0.5 | 0.2 | 0.8 | 0.2 | － | 0.5 | 0.2 | － | 0.1 | 0.2 | 0.4 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | － | － | － | 0.1 | － |
| | 200～300万円未満 | 2707 | 0.6 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 0.9 | 0.8 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.0 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.5 | 1.4 | 0.9 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.2 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.5 | 1.6 | 1.2 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | － | 0.2 | 0.3 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.6 | 0.3 | 1.5 | 1.2 | 0.0 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.5 | 0.4 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | 0.7 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 1.1 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | － | 0.1 | 0.5 | 0.4 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 0.4 | 0.6 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 1.4 | 1.2 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 0.4 | 0.6 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | 1.9 | 1.3 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.4 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | 0.4 | 0.5 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 1.9 | 1.8 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | － | 0.1 | 0.3 | 0.4 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.9 | 0.7 | 0.5 | 3.9 | 2.7 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.5 | 0.5 |
| | わからない | 2736 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.3 | 0.7 | 0.4 | 0.6 | 0.5 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | － | 0.3 | 0.1 |
| | 答えたくない | 3969 | 0.6 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 1.3 | 0.9 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.1 | 0.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | 1.8 | 1.4 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.6 | 0.4 | 0.8 | 0.7 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.3 |
| | 答えたくない | 530 | 0.6 | 0.6 | － | 0.4 | 0.4 | － | 0.2 | 1.1 | 0.4 | 0.2 | － | 0.2 | － | － | － | 0.2 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.4 | 0.9 | 0.8 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.4 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.8 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 1.9 | 1.4 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 1.8 | 1.2 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | － | 0.4 | 0.3 |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.7 | 0.5 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.4 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | 0.3 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | 1.6 | 1.3 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | － | － | 0.6 | 0.2 |
| | その他 | 2916 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.7 | 0.4 | 0.8 | 1.0 | 0.0 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.1 |
| | 答えたくない | 530 | 0.6 | 0.6 | － | 0.4 | 0.4 | － | 0.2 | 1.1 | 0.4 | 0.2 | － | 0.2 | － | － | － | 0.2 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.7 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 0.4 | 1.6 | 1.2 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.6 | 0.4 | 1.8 | 1.4 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.4 | 0.3 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 1.7 | 1.3 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 0.2 | 0.4 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | 0.9 | 0.7 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | － | 0.4 | 0.4 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | － | 0.3 | 0.0 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 1.4 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.8 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 0.4 | 1.6 | 1.3 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.6 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.4 | 2.1 | 1.2 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.0 | － | 0.5 | 0.2 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.8 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 1.8 | 1.2 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.7 | 0.4 | 1.9 | 1.6 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.4 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | － | 0.3 | 0.1 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 1.6 | 1.3 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.3 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 0.2 | 0.1 | － | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 0.6 | 1.0 | 0.4 | 0.6 | 1.0 | 0.7 | 0.7 | 2.3 | 1.8 | 0.3 | 0.6 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 1.0 | 0.7 |
| | する・みる | 12942 | 0.7 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 2.1 | 1.6 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | する・ささえる | 212 | 1.4 | 0.9 | － | 0.5 | 0.5 | － | 1.4 | 0.5 | 0.9 | － | － | － | － | － | － | － |
| | するのみ | 4963 | 0.4 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 |
| | みる・ささえる | 642 | 0.6 | 1.1 | 0.3 | 0.8 | 0.9 | 0.8 | 0.2 | 1.6 | 1.1 | 0.2 | 0.6 | 0.8 | － | － | 1.4 | 1.1 |
| | みるのみ | 5497 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 1.0 | 0.8 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | － | 0.4 | 0.2 |
| | ささえるのみ | 89 | － | － | － | 1.1 | － | － | － | － | 1.1 | － | － | － | － | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | － | 0.1 | 0.2 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-3. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/三番目

| | | 全体 | 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 | ボウリング | ゲートボール | 柔道 | 剣道 | 空手道 | その他武道（弓道・相撲・合気道・少林寺拳法・なぎなた・銃剣道・居合道等） | レスリング | ボクシング | テコンドー | 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 | フリークライミング（ボルダリング・リードクライミング・スピードクライミング等） | 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.0 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.3 | 0.1 | 0.5 | 0.6 | 0.0 |
| | 女性 | 14503 | – | – | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | – | 0.7 | 0.0 | 0.3 | 0.5 | 0.0 |
| 年代 | 10代 | 719 | – | – | 1.0 | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.6 | – | – | 0.1 | 0.4 | 0.3 | – | 0.1 | 0.1 |
| | 20代 | 4118 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.7 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.0 |
| | 30代 | 4166 | 0.0 | – | 0.4 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | – | 0.9 | 0.0 | 0.6 | 0.3 | – |
| | 40代 | 5272 | 0.0 | – | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 1.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.0 |
| | 50代 | 5555 | 0.0 | – | 0.2 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | – | 0.1 | – | 1.1 | – | 0.4 | 0.5 | 0.1 |
| | 60代 | 4758 | – | – | 0.2 | 0.0 | – | 0.0 | – | 0.1 | – | – | 0.0 | 1.1 | – | 0.4 | 0.7 | 0.0 |
| | 70代 | 5588 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | – | 0.0 | – | 0.0 | – | – | – | 1.1 | – | 0.2 | 1.1 | 0.0 |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | – | – | 0.6 | – | 0.3 | 0.3 | – | 0.3 | – | – | 0.3 | 0.9 | 0.3 | – | – | 0.3 |
| | 男性20代 | 2154 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 0.8 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | – |
| | 男性30代 | 2173 | 0.0 | – | 0.4 | – | 0.0 | 0.3 | 0.1 | – | 0.1 | 0.3 | – | 1.2 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | – |
| | 男性40代 | 2799 | 0.0 | – | 0.3 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 1.4 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | – |
| | 男性50代 | 2928 | 0.0 | – | 0.2 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – | – | 0.1 | – | 1.5 | – | 0.5 | 0.6 | 0.0 |
| | 男性60代 | 2436 | – | – | 0.3 | 0.0 | – | 0.0 | – | 0.0 | – | – | 0.0 | 1.6 | – | 0.6 | 0.7 | 0.0 |
| | 男性70代 | 2635 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | – | 0.0 | – | – | – | – | – | 1.3 | – | 0.3 | 1.4 | 0.0 |
| | 女性10代 | 387 | – | – | 1.3 | – | – | – | – | 0.8 | – | – | – | – | 0.3 | – | 0.3 | – |
| | 女性20代 | 1904 | – | – | 0.5 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.5 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 |
| | 女性30代 | 1954 | – | – | 0.4 | – | – | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.6 | – | 0.5 | 0.3 | – |
| | 女性40代 | 2426 | – | – | 0.3 | 0.0 | – | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.0 | – | 0.8 | 0.1 | 0.4 | 0.7 | 0.1 |
| | 女性50代 | 2589 | – | – | 0.2 | – | – | 0.0 | – | 0.0 | – | 0.0 | – | 0.6 | – | 0.2 | 0.4 | 0.1 |
| | 女性60代 | 2307 | – | – | 0.1 | – | – | 0.0 | – | 0.1 | – | – | – | 0.7 | – | 0.2 | 0.7 | – |
| | 女性70代 | 2936 | – | – | 0.3 | – | – | – | – | 0.1 | – | – | – | 0.8 | – | 0.1 | 0.9 | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 0.0 | – | 0.3 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.0 |
| | 東京都区部 | 2849 | 0.0 | – | 0.2 | – | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.0 |
| | 政令指定都市 | 4945 | – | – | 0.3 | – | 0.0 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 1.1 | 0.1 | 0.4 | 0.7 | 0.0 |
| | 大都市 | 11432 | 0.0 | – | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.9 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.0 |
| | 小都市 | 8410 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | – | 1.0 | 0.0 | 0.4 | 0.5 | 0.0 |
| | 町村 | 2540 | 0.0 | – | 0.4 | – | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | – | – | 0.8 | 0.0 | 0.4 | 0.2 | 0.0 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | – | – | 0.2 | – | – | 0.2 | – | 0.1 | – | – | 0.1 | 0.8 | 0.1 | 0.7 | – | – |
| | 東北 | 1954 | – | – | 0.5 | – | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | – | – | – | 1.2 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | – |
| | 北関東 | 1633 | 0.1 | – | 0.2 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 1.1 | – | 0.5 | 0.6 | 0.1 |
| | 首都圏 | 9248 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.6 | 0.0 |
| | 北陸 | 1190 | – | – | 0.3 | – | – | 0.1 | 0.1 | – | – | – | – | 0.6 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | – |
| | 東山 | 1101 | – | – | 0.4 | – | – | 0.1 | – | – | – | – | – | 1.5 | – | 0.4 | 0.7 | – |
| | 東海 | 3097 | – | – | 0.5 | – | – | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.9 | 0.1 | 0.4 | 0.7 | – |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.1 | 0.0 | – | 0.0 | 0.1 | – | 0.0 | 1.1 | – | 0.4 | 0.9 | 0.1 |
| | その他近畿圏 | 882 | – | – | 0.3 | 0.1 | 0.1 | – | – | – | – | – | – | 0.7 | – | 0.7 | 1.0 | – |
| | 中国 | 1648 | – | 0.1 | 0.4 | – | – | 0.1 | 0.1 | – | – | – | – | 0.8 | 0.1 | 0.2 | 0.5 | – |
| | 四国 | 822 | – | – | 0.5 | – | 0.1 | 0.1 | – | – | – | 0.1 | – | 0.9 | – | 0.4 | 0.1 | 0.1 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 0.0 | – | 0.3 | 0.1 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.7 | 0.0 | 0.5 | 0.2 | 0.0 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | – | – | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.0 | – | 1.1 | 0.1 | 0.6 | 0.6 | 0.0 |
| | 家族従業者 | 162 | – | – | 0.6 | – | – | – | – | – | – | – | – | 1.2 | – | 1.2 | – | – |
| | 雇用者 | 16696 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.0 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.0 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | – | – | 0.2 | 0.0 | – | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | – | 0.6 | – | 0.2 | 0.8 | 0.0 |
| | 学生 | 1183 | – | – | 1.0 | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.3 | – | – | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.2 |
| | 無職 | 4709 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | – | 0.0 | 0.0 | – | – | 0.0 | 0.0 | 0.8 | – | 0.2 | 0.9 | 0.0 |
| | その他 | 435 | – | – | 0.9 | – | – | – | 0.5 | – | – | 0.2 | – | 0.9 | – | – | 1.1 | – |
| | 答えたくない | 571 | – | – | 0.2 | – | – | – | – | 0.2 | – | – | – | 1.1 | – | 0.2 | 0.5 | – |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | – | – | 1.3 | – | – | – | – | – | – | – | – | 0.3 | – | 0.8 | 0.3 | – |
| | 高校 | 7401 | 0.0 | – | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 0.7 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | – |
| | 短大・高専 | 3019 | – | 0.0 | 0.2 | – | – | 0.0 | 0.1 | – | – | 0.0 | – | 0.8 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.1 |
| | 専門学校 | 3278 | – | – | 0.3 | – | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | – | 0.1 | – | 0.8 | 0.0 | 0.4 | 0.4 | 0.0 |
| | 大学 | 13894 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 1.3 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.0 |
| | 大学院 | 1777 | 0.1 | – | 0.3 | – | – | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.8 | 0.1 |
| | その他 | 14 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 7.1 | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 397 | – | – | 0.3 | – | – | – | – | – | – | – | – | 0.3 | – | – | 0.3 | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | – | – | – | – | 0.2 | – | – | – | – | – | – | 0.4 | – | 0.4 | 0.2 | 0.4 |
| | 100万円未満 | 853 | – | 0.1 | – | – | – | 0.1 | 0.1 | – | – | – | – | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – |
| | 100～200万円未満 | 1669 | – | – | 0.2 | – | – | – | 0.1 | 0.1 | – | – | – | 0.8 | – | 0.1 | 0.3 | 0.1 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | 0.0 | – | 0.6 | – | – | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.1 | 0.3 | 0.7 | – |
| | 300～400万円未満 | 3157 | – | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – | 0.0 | – | 0.1 | – | 0.9 | 0.0 | 0.3 | 0.6 | – |
| | 400～500万円未満 | 2899 | – | – | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 1.2 | 0.1 | 0.6 | 0.8 | – |
| | 500～600万円未満 | 2396 | – | – | 0.4 | – | – | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.5 | 0.1 | 0.3 | 0.7 | – |
| | 600～700万円未満 | 1882 | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.1 | 0.1 | – | – | – | – | 0.1 | 1.1 | – | 0.7 | 0.3 | 0.1 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 0.1 | – | 0.3 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | – | 1.2 | 0.1 | 0.2 | 0.7 | – |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 0.0 | – | 0.2 | – | 0.1 | 0.1 | – | – | – | 0.2 | – | 1.2 | 0.0 | 0.5 | 0.5 | 0.0 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | – | – | 0.3 | – | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | – | 1.3 | 0.1 | 0.6 | 0.6 | – |
| | 1200万円以上 | 1726 | 0.1 | – | 0.2 | – | – | 0.2 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 1.5 | 0.1 | 1.0 | 0.5 | 0.1 |
| | わからない | 2736 | – | – | 0.5 | – | – | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.0 | – | 0.5 | – | 0.1 | 0.4 | 0.1 |
| | 答えたくない | 3969 | 0.0 | – | 0.4 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.0 | – | 1.0 | – | 0.2 | 0.5 | – |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 1.1 | 0.0 | 0.4 | 0.7 | 0.0 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 0.9 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.0 |
| | 答えたくない | 530 | – | – | 0.6 | – | – | – | – | 0.6 | – | – | – | 0.4 | – | – | 0.8 | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.0 | – | 0.3 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | – | 0.0 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.0 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 1.1 | 0.0 | 0.3 | 0.8 | 0.0 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.0 | – | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | – | 1.0 | 0.0 | 0.5 | 0.5 | 0.0 |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | – | 0.0 | 0.3 | – | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 0.7 | 0.0 | 0.4 | 0.3 | 0.0 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | – | – | 0.3 | – | – | – | – | 0.1 | – | 0.1 | – | 1.4 | 0.1 | 0.7 | 0.4 | – |
| | その他 | 2916 | – | – | 0.5 | – | – | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.7 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.1 |
| | 答えたくない | 530 | – | – | 0.6 | – | – | – | – | 0.6 | – | – | – | 0.4 | – | – | 0.8 | – |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.2 | 0.7 | 0.0 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | – | 0.0 | 0.0 | 1.2 | 0.0 | 0.6 | 0.4 | 0.0 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.2 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.0 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | – | – | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.7 | 0.0 | 0.5 | 0.5 | 0.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | – | – | 0.1 | – | – | – | – | 0.1 | 0.0 | – | – | 0.3 | – | 0.2 | 0.2 | – |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.0 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 1.3 | 0.0 | 0.2 | 0.7 | 0.0 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | – | 0.0 | 0.0 | 1.2 | 0.1 | 0.5 | 0.8 | – |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.3 | 0.0 | 0.3 | 0.7 | 0.0 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.0 | – | 0.5 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 1.2 | 0.1 | 0.6 | 0.7 | 0.0 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.0 | – | 0.2 | – | 0.0 | – | – | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | – | 0.3 | 0.2 | – |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.0 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | – | – | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 0.2 | 0.0 | 0.8 | – | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.9 | 0.3 | 0.8 | 0.2 | – |
| | する・みる | 12942 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 1.3 | 0.0 | 0.3 | 0.7 | 0.0 |
| | する・ささえる | 212 | – | – | – | – | – | 0.5 | – | – | 0.5 | 0.5 | – | 0.9 | 0.5 | – | 0.5 | – |
| | するのみ | 4963 | – | – | 0.2 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | – | 0.0 | – | 0.9 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 0.0 |
| | みる・ささえる | 642 | – | – | 0.9 | – | 0.2 | 0.2 | 0.2 | – | 0.2 | – | – | 0.6 | – | 0.5 | 0.5 | – |
| | みるのみ | 5497 | – | – | 0.5 | 0.0 | 0.0 | – | 0.0 | 0.1 | – | – | – | 0.8 | 0.0 | 0.5 | 0.5 | 0.1 |
| | ささえるのみ | 89 | – | – | – | – | – | 1.1 | – | 1.1 | – | – | – | – | – | 1.1 | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | – | – | 0.1 | – | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.2 | 0.2 | 0.0 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-3. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/三番目

| | | 全体 | 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・シュノーケリング・フリーダイビング | 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 | 釣り | スキー | スノーボード | 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 | アーチェリー・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 | 乗馬 | レクリエーションスポーツ | パラスポーツ（障害者スポーツ） | ゲーム機等の情報通信機器を利用した運動・スポーツ（身体を動かすもの） | その他 | 三番目以降を選択していない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 66.7 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 63.4 |
| | 女性 | 14503 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 70.0 |
| 年代 | 10代 | 719 | – | 0.3 | – | 0.4 | 0.4 | 0.3 | – | – | – | – | – | 0.4 | – | 0.4 | – | 47.0 |
| | 20代 | 4118 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.4 | 0.4 | 0.8 | – | 0.0 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | – | 58.0 |
| | 30代 | 4166 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | – | – | – | – | 0.1 | – | 0.2 | 0.0 | 64.5 |
| | 40代 | 5272 | – | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | – | – | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 67.4 |
| | 50代 | 5555 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.8 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 71.1 |
| | 60代 | 4758 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | – | – | 71.1 |
| | 70代 | 5588 | 0.0 | 0.1 | – | 0.4 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | – | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.0 | 0.1 | 68.3 |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | – | – | – | 0.6 | 0.6 | – | – | – | – | – | – | 0.6 | – | 0.3 | – | 45.8 |
| | 男性20代 | 2154 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.9 | – | 0.0 | – | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | – | 51.8 |
| | 男性30代 | 2173 | – | – | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | – | – | – | – | 0.1 | – | 0.1 | – | 58.9 |
| | 男性40代 | 2799 | – | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | – | – | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | 63.9 |
| | 男性50代 | 2928 | – | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 1.1 | 0.4 | 0.0 | – | 0.0 | – | 0.0 | 0.0 | – | 0.0 | 0.1 | 68.9 |
| | 男性60代 | 2436 | 0.1 | – | 0.0 | 0.6 | 0.7 | 0.0 | – | 0.0 | 0.1 | – | – | 0.0 | – | – | – | 68.8 |
| | 男性70代 | 2635 | 0.0 | 0.1 | – | 0.9 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | – | 0.0 | – | – | 0.1 | – | – | 0.0 | 67.0 |
| | 女性10代 | 387 | – | 0.5 | – | 0.3 | 0.3 | 0.5 | – | – | – | – | – | 0.3 | – | 0.5 | – | 47.0 |
| | 女性20代 | 1904 | – | 0.3 | – | 0.4 | 0.4 | 0.7 | – | 0.1 | – | – | 0.1 | 0.2 | – | 0.4 | – | 64.7 |
| | 女性30代 | 1954 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | – | – | – | – | – | – | – | 0.3 | 0.1 | 70.5 |
| | 女性40代 | 2426 | – | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | – | 0.0 | – | – | 0.0 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 71.1 |
| | 女性50代 | 2589 | 0.1 | 0.1 | – | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | – | 0.2 | 0.1 | – | 0.1 | – | 73.7 |
| | 女性60代 | 2307 | – | 0.0 | – | 0.1 | 0.4 | – | 0.0 | – | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | – | – | – | 73.6 |
| | 女性70代 | 2936 | – | 0.0 | – | 0.1 | 0.3 | – | – | – | – | – | 0.2 | 0.2 | – | 0.1 | 0.1 | 69.4 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | – | 0.2 | – | 63.8 |
| | 東京都区部 | 2849 | – | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | – | 0.0 | – | – | 0.1 | 0.0 | – | 0.2 | – | 64.3 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | – | 63.6 |
| | 大都市 | 11432 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 65.4 |
| | 小都市 | 8410 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | 69.2 |
| | 町村 | 2540 | 0.0 | – | 0.0 | 0.8 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | – | 0.1 | – | – | – | – | – | – | 72.6 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 0.1 | – | – | 0.4 | 1.2 | 0.6 | 0.2 | – | – | – | – | 0.2 | – | 0.1 | – | 67.2 |
| | 東北 | 1954 | – | – | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | – | 0.1 | – | – | – | 0.1 | – | 0.2 | 0.1 | 69.1 |
| | 北関東 | 1633 | – | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.7 | 0.3 | – | 0.1 | – | – | 0.1 | 0.3 | – | 0.1 | 0.1 | 66.4 |
| | 首都圏 | 9248 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 65.2 |
| | 北陸 | 1190 | – | – | – | 0.4 | 0.8 | 0.4 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.1 | 0.3 | – | 0.1 | – | 68.4 |
| | 東山 | 1101 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.5 | 0.5 | 0.1 | – | 0.1 | – | – | – | – | 0.2 | – | 67.8 |
| | 東海 | 3097 | 0.1 | 0.0 | – | 0.6 | 0.3 | 0.3 | – | 0.0 | 0.0 | – | 0.0 | – | – | 0.1 | 0.0 | 66.3 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | – | 0.0 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 66.3 |
| | その他近畿圏 | 882 | 0.2 | – | – | 0.8 | 0.1 | 0.3 | – | – | – | – | 0.1 | – | – | 0.1 | – | 67.1 |
| | 中国 | 1648 | – | 0.1 | – | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | – | 0.1 | – | – | – | – | 0.2 | 0.1 | 68.6 |
| | 四国 | 822 | 0.1 | – | – | 0.7 | 0.4 | 0.1 | – | – | – | – | – | 0.1 | – | 0.1 | – | 69.8 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 67.3 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | – | – | 0.1 | 0.1 | – | – | – | 66.6 |
| | 家族従業者 | 162 | 0.6 | – | – | – | – | 0.6 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 67.9 |
| | 雇用者 | 16696 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 64.6 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 64.9 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | – | 0.0 | – | 0.1 | 0.3 | 0.0 | – | – | – | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 72.4 |
| | 学生 | 1183 | 0.1 | 0.3 | – | 0.6 | 0.7 | 0.4 | – | 0.1 | – | – | 0.1 | 0.2 | – | 0.3 | – | 46.7 |
| | 無職 | 4709 | – | 0.1 | – | 0.4 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | – | 0.0 | 0.1 | – | 0.0 | 0.1 | 71.8 |
| | その他 | 435 | – | – | – | 0.7 | 0.2 | 0.5 | – | – | – | – | 0.2 | 0.2 | – | 0.2 | – | 69.7 |
| | 答えたくない | 571 | – | – | – | – | – | 0.4 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 82.8 |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | – | – | – | 0.5 | 0.3 | – | – | 0.3 | – | – | – | 0.3 | – | – | – | 78.8 |
| | 高校 | 7401 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | – | 0.0 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 72.2 |
| | 短大・高専 | 3019 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | – | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 70.8 |
| | 専門学校 | 3278 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | – | – | – | – | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | 72.5 |
| | 大学 | 13894 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 61.9 |
| | 大学院 | 1777 | – | 0.2 | – | 0.5 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | – | – | 0.3 | – | – | 0.1 | – | 57.3 |
| | その他 | 14 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 78.6 |
| | 答えたくない | 397 | – | – | – | 0.3 | 0.3 | 0.3 | – | – | – | – | 0.3 | – | – | – | – | 82.4 |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | – | 0.7 | – | – | 0.2 | 0.2 | – | – | – | 0.2 | – | – | – | 0.2 | – | 77.0 |
| | 100万円未満 | 853 | 0.1 | – | – | 0.2 | 0.8 | 0.4 | – | – | – | – | – | – | – | 0.1 | 0.1 | 72.6 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | – | – | – | 0.6 | 0.2 | 0.2 | – | – | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | 74.7 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | – | 0.0 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | – | 0.0 | 0.1 | – | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 71.3 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | 0.1 | – | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | – | – | – | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 68.4 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | – | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 66.2 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | – | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 63.1 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | 0.1 | 0.1 | – | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | – | – | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | 65.1 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | – | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.3 | – | 62.3 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | – | 0.0 | 0.0 | – | 0.2 | 0.0 | – | 0.1 | – | 59.3 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | – | 0.3 | 0.1 | 0.6 | 0.8 | 0.5 | – | 0.1 | – | – | – | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | 57.2 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 0.1 | 0.1 | – | 0.6 | 1.0 | 0.2 | – | – | – | – | 0.1 | – | – | 0.2 | – | 51.5 |
| | わからない | 2736 | – | 0.1 | – | 0.3 | 0.3 | 0.2 | – | 0.0 | – | – | 0.0 | 0.1 | – | 0.2 | 0.0 | 70.2 |
| | 答えたくない | 3969 | – | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | – | – | 0.1 | 0.1 | – | – | 0.1 | 73.9 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 66.8 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 66.1 |
| | 答えたくない | 530 | – | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.2 | – | – | – | – | – | – | – | 78.3 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | – | 0.0 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 66.2 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 67.9 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 65.6 |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | – | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | – | 0.0 | – | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.2 | 0.0 | 67.8 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | – | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | – | – | 0.1 | 0.2 | – | 0.2 | – | 63.4 |
| | その他 | 2916 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | – | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.2 | – | 64.6 |
| | 答えたくない | 530 | – | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.2 | – | – | – | – | – | – | – | 78.3 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 59.0 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.6 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 62.0 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 60.3 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | – | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 77.8 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | – | 0.0 | – | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | – | – | – | – | 0.0 | – | 0.1 | – | 88.6 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 66.7 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | – | 0.0 | 0.0 | 61.5 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.0 | – | 0.1 | 0.5 | 0.9 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.2 | – | 0.2 | 0.2 | 56.3 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | 59.9 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.6 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 60.5 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | – | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | – | – | – | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 83.2 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 63.9 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 80.2 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | – | – | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 42.1 |
| | する・みる | 12942 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 59.3 |
| | する・ささえる | 212 | – | – | 0.5 | 0.9 | 0.5 | 0.5 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 57.5 |
| | するのみ | 4963 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – | 0.0 | 0.0 | – | 0.1 | – | 72.5 |
| | みる・ささえる | 642 | – | – | 0.3 | 0.8 | 0.6 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | – | – | – | 0.2 | – | – | – | 60.4 |
| | みるのみ | 5497 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – | 0.2 | 0.0 | 78.6 |
| | ささえるのみ | 89 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 84.3 |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 0.0 | 0.1 | – | 0.3 | 0.2 | 0.2 | – | 0.0 | – | – | – | – | – | 0.1 | – | 88.3 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-1. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/一番目

| | | 全体 | ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅は自ら進んで行う歩行等） | 階段昇降（2アップ3ダウン階段を使用する等） | グラウンド・マラソン・ジョギング・駅伝 | 陸上競技 | 自転車競技（トラック・ロード・BMX・マウンテンバイク等） | サイクリング（自ら進んで自転車を利用、自転車や公共交通機関に乗らず自転車で移動する等） | スケート・ローラースケート・一輪車 | スケートボード・インライン | トレーニング（筋力トレーニング・マットレッド・ヨガ・ピラティス・ロングブレス・室内運動器具を使ってする運動等） | 体操（ラジオ体操・美容体操・太極拳・職場体操等） | エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス | 縄跳び・ダブルダッチ | 器械体操・新体操・トランポリン | ダンス（ブレイキン（ブレイクダンス）・ジャズ・ジャズダンス・フォークダンス・社交ダンス・民謡踊り・フラダンス等） | チアリーディング・バトントワリング | 水泳（競泳・水球・飛び込みスイミング・アーティスティックスイミング・オープンウォーター等） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 60.0 | 4.3 | 4.5 | 0.3 | 0.3 | 3.3 | 0.1 | 7.4 | 4.1 | 3.1 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.0 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 57.2 | 3.8 | 7.1 | 0.4 | 0.5 | 3.6 | 0.2 | 8.7 | 2.4 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.9 |
| | 女性 | 14503 | 62.8 | 4.9 | 1.8 | 0.1 | 0.1 | 3.0 | 0.1 | 6.1 | 5.9 | 5.9 | 0.1 | 0.1 | 1.1 | 0.0 | 1.1 |
| 年代 | 10代 | 719 | 52.3 | 5.8 | 4.5 | 1.7 | 1.0 | 7.2 | 0.4 | 4.7 | 1.3 | 0.7 | 0.3 | 0.1 | 1.8 | 0.4 | 0.7 |
| | 20代 | 4118 | 58.3 | 4.7 | 6.6 | 0.9 | 0.7 | 3.1 | 0.3 | 8.5 | 1.7 | 2.1 | 0.3 | 0.1 | 0.9 | 0.1 | 0.6 |
| | 30代 | 4166 | 60.2 | 5.0 | 6.5 | 0.4 | 0.4 | 2.7 | 0.2 | 9.0 | 2.7 | 2.8 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.6 |
| | 40代 | 5272 | 59.9 | 4.5 | 6.3 | 0.1 | 0.3 | 3.2 | 0.2 | 7.4 | 3.6 | 3.2 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.9 |
| | 50代 | 5555 | 59.3 | 5.2 | 5.0 | 0.1 | 0.4 | 3.9 | 0.0 | 6.9 | 3.7 | 3.3 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | － | 0.7 |
| | 60代 | 4758 | 61.2 | 4.0 | 2.6 | 0.1 | 0.1 | 3.2 | 0.0 | 7.1 | 5.1 | 3.9 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | － | 1.1 |
| | 70代 | 5588 | 61.8 | 2.6 | 0.9 | 0.0 | 0.1 | 3.1 | － | 6.5 | 7.2 | 3.3 | 0.0 | 0.0 | 1.1 | － | 1.8 |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | 42.1 | 4.4 | 6.5 | 2.5 | 1.2 | 8.7 | 0.3 | 7.2 | 0.9 | － | 0.6 | 0.3 | 0.6 | 0.6 | 0.9 |
| | 男性20代 | 2154 | 50.0 | 4.4 | 9.4 | 1.3 | 0.9 | 3.1 | 0.4 | 12.0 | 0.8 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.9 |
| | 男性30代 | 2173 | 53.3 | 4.8 | 10.4 | 0.6 | 0.7 | 2.7 | 0.2 | 12.2 | 1.6 | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.7 |
| | 男性40代 | 2799 | 55.2 | 3.7 | 9.8 | 0.1 | 0.6 | 3.8 | 0.3 | 9.9 | 2.1 | 0.4 | 0.0 | － | 0.1 | 0.0 | 1.2 |
| | 男性50代 | 2928 | 56.5 | 4.6 | 7.8 | 0.1 | 0.6 | 3.9 | 0.1 | 7.7 | 2.0 | 0.5 | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.7 |
| | 男性60代 | 2436 | 63.3 | 3.5 | 4.1 | 0.1 | 0.2 | 3.3 | 0.1 | 5.8 | 3.2 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | 0.8 |
| | 男性70代 | 2635 | 65.6 | 2.0 | 1.7 | 0.0 | 0.2 | 3.9 | － | 5.7 | 4.5 | 0.5 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.9 |
| | 女性10代 | 387 | 60.7 | 7.0 | 2.6 | 1.0 | 0.5 | 5.9 | 0.5 | 2.8 | 1.6 | 1.3 | － | － | 2.6 | 0.3 | 0.5 |
| | 女性20代 | 1904 | 67.6 | 5.1 | 3.4 | 0.3 | 0.5 | 3.0 | 0.2 | 4.7 | 2.5 | 4.0 | 0.3 | 0.1 | 1.3 | 0.1 | 0.4 |
| | 女性30代 | 1954 | 67.9 | 5.3 | 2.1 | 0.2 | 0.1 | 2.7 | 0.1 | 5.5 | 4.0 | 5.2 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | － | 0.4 |
| | 女性40代 | 2426 | 65.2 | 5.3 | 2.3 | 0.1 | 0.0 | 2.6 | 0.1 | 4.7 | 5.4 | 6.4 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | － | 0.5 |
| | 女性50代 | 2589 | 62.2 | 5.9 | 2.0 | 0.1 | 0.2 | 3.9 | － | 6.1 | 5.7 | 6.5 | 0.0 | 0.0 | 0.9 | － | 0.8 |
| | 女性60代 | 2307 | 58.9 | 4.4 | 1.0 | 0.0 | 0.0 | 3.0 | － | 8.5 | 7.2 | 7.5 | 0.1 | － | 0.8 | － | 1.4 |
| | 女性70代 | 2936 | 58.4 | 3.1 | 0.3 | － | 0.0 | 2.5 | － | 7.1 | 9.6 | 5.9 | 0.1 | 0.0 | 2.1 | － | 2.5 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 61.0 | 4.3 | 4.7 | 0.2 | 0.2 | 3.7 | 0.1 | 8.0 | 3.1 | 3.1 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | － | 1.2 |
| | 東京都区部 | 2849 | 62.7 | 3.5 | 5.1 | 0.2 | 0.3 | 3.7 | 0.2 | 8.1 | 2.5 | 2.8 | 0.1 | － | 0.7 | － | 1.6 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 60.1 | 4.8 | 4.5 | 0.2 | 0.1 | 3.8 | 0.0 | 7.9 | 3.4 | 3.2 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | － | 1.0 |
| | 大都市 | 11432 | 60.0 | 4.3 | 4.5 | 0.3 | 0.3 | 3.8 | 0.1 | 7.1 | 3.9 | 3.1 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.0 |
| | 小都市 | 8410 | 59.5 | 4.3 | 4.5 | 0.3 | 0.5 | 2.8 | 0.1 | 7.3 | 4.9 | 3.1 | 0.1 | － | 0.7 | 0.0 | 0.8 |
| | 町村 | 2540 | 58.5 | 4.6 | 4.2 | 0.3 | 0.3 | 1.7 | 0.2 | 7.2 | 5.6 | 3.2 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.5 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 60.6 | 4.9 | 4.4 | 0.2 | 0.4 | 3.0 | 0.2 | 7.2 | 4.1 | 2.6 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | － | 0.7 |
| | 東北 | 1954 | 57.5 | 5.6 | 4.3 | 0.2 | 0.3 | 2.7 | 0.3 | 8.0 | 5.9 | 2.6 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.6 |
| | 北関東 | 1633 | 55.5 | 4.5 | 4.4 | 0.4 | 0.8 | 2.8 | － | 7.5 | 5.5 | 3.8 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 1.0 |
| | 首都圏 | 9248 | 61.7 | 4.2 | 5.0 | 0.2 | 0.3 | 3.4 | 0.1 | 7.8 | 3.2 | 3.1 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 1.3 |
| | 北陸 | 1190 | 56.2 | 3.9 | 5.4 | 0.3 | 0.4 | 2.5 | 0.2 | 8.7 | 5.4 | 2.9 | 0.2 | － | 0.8 | － | 0.7 |
| | 東山 | 1101 | 58.9 | 3.4 | 4.7 | 0.2 | 0.2 | 2.2 | 0.1 | 6.4 | 4.8 | 4.1 | 0.2 | － | 0.7 | － | 1.0 |
| | 東海 | 3097 | 57.6 | 4.8 | 4.2 | 0.2 | 0.7 | 3.4 | 0.1 | 7.5 | 4.7 | 3.0 | 0.1 | 0.2 | 0.8 | － | 0.6 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 61.8 | 3.8 | 4.1 | 0.4 | 0.3 | 4.2 | 0.1 | 6.7 | 3.5 | 3.2 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 1.1 |
| | その他近畿圏 | 882 | 61.7 | 5.1 | 2.9 | 0.5 | 0.3 | 2.8 | 0.1 | 8.2 | 4.2 | 2.4 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | 1.1 |
| | 中国 | 1648 | 59.4 | 4.6 | 4.4 | 0.3 | 0.2 | 4.5 | 0.2 | 7.2 | 3.9 | 3.3 | 0.2 | － | 0.5 | － | 0.5 |
| | 四国 | 822 | 60.0 | 3.8 | 2.9 | 0.4 | 0.4 | 5.1 | 0.2 | 6.1 | 4.3 | 3.2 | － | － | 0.5 | － | 0.7 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 60.1 | 4.0 | 4.9 | 0.3 | 0.2 | 2.7 | 0.1 | 6.8 | 4.4 | 3.0 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 0.9 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 55.8 | 5.4 | 5.1 | 0.6 | 1.1 | 4.1 | 0.4 | 8.0 | 3.6 | 2.8 | 0.3 | 0.0 | 0.9 | 0.1 | 0.7 |
| | 家族従業者 | 162 | 55.6 | 3.7 | 2.5 | 0.6 | 1.9 | 1.2 | － | 12.3 | 7.4 | 6.8 | － | － | 0.6 | － | － |
| | 雇用者 | 16696 | 58.5 | 4.9 | 6.2 | 0.2 | 0.3 | 3.2 | 0.1 | 7.7 | 3.1 | 2.8 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.8 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 58.1 | 4.9 | 6.0 | 0.3 | 0.4 | 3.3 | 0.1 | 7.8 | 3.2 | 2.9 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.8 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | 62.2 | 3.4 | 0.9 | 0.0 | 0.0 | 2.7 | 0.0 | 6.7 | 7.8 | 5.9 | 0.0 | 0.0 | 1.2 | － | 1.8 |
| | 学生 | 1183 | 55.1 | 4.9 | 5.5 | 1.6 | 0.5 | 5.9 | 0.1 | 6.6 | 1.3 | 0.7 | 0.1 | － | 1.8 | 0.2 | 1.2 |
| | 無職 | 4709 | 66.0 | 2.7 | 1.7 | 0.1 | 0.2 | 3.5 | － | 6.6 | 5.2 | 2.1 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 1.0 |
| | その他 | 435 | 60.7 | 3.2 | 2.1 | 0.5 | 0.2 | 3.4 | － | 6.9 | 6.7 | 4.4 | － | 0.2 | 0.9 | － | 1.1 |
| | 答えたくない | 571 | 65.7 | 3.9 | 3.7 | 0.2 | 0.7 | 1.8 | 1.1 | 6.3 | 1.8 | 3.3 | － | 0.2 | 0.7 | － | 0.5 |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | 64.9 | 4.5 | 2.0 | － | 0.8 | 3.8 | － | 7.8 | 3.8 | 2.5 | － | － | 0.5 | － | 0.3 |
| | 高校 | 7401 | 60.7 | 4.4 | 3.3 | 0.1 | 0.3 | 3.6 | 0.1 | 7.1 | 5.0 | 2.6 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 0.7 |
| | 短大・高専 | 3019 | 60.7 | 4.2 | 2.4 | 0.2 | 0.1 | 3.0 | 0.0 | 6.4 | 6.1 | 5.4 | 0.0 | 0.0 | 1.1 | 0.0 | 1.5 |
| | 専門学校 | 3278 | 60.9 | 4.2 | 3.4 | 0.1 | 0.4 | 3.8 | 0.2 | 8.5 | 4.5 | 3.1 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 0.5 |
| | 大学 | 13894 | 59.1 | 4.4 | 5.8 | 0.4 | 0.3 | 3.1 | 0.2 | 7.4 | 3.3 | 3.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.1 |
| | 大学院 | 1777 | 58.6 | 3.8 | 6.6 | 0.5 | 0.7 | 3.6 | － | 8.7 | 3.0 | 1.5 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | － | 1.1 |
| | その他 | 14 | 50.0 | 28.6 | 7.1 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 397 | 64.2 | 4.0 | 2.8 | 1.0 | 0.8 | 2.8 | 0.8 | 5.0 | 3.8 | 4.8 | 0.3 | － | 1.0 | 0.3 | 0.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | 68.4 | 3.8 | 3.5 | 0.4 | 0.2 | 4.0 | 0.2 | 5.3 | 2.6 | 0.9 | 0.2 | － | 1.1 | － | 1.1 |
| | 100万円未満 | 853 | 61.8 | 4.8 | 2.1 | 0.8 | 0.6 | 4.7 | 0.2 | 6.3 | 4.8 | 2.8 | 0.4 | 0.1 | 0.8 | 0.1 | 0.7 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | 63.6 | 3.8 | 2.4 | 0.2 | 0.1 | 4.5 | 0.1 | 7.0 | 5.8 | 2.8 | 0.3 | 0.1 | 0.7 | － | 1.3 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | 63.7 | 4.0 | 2.3 | 0.3 | 0.2 | 3.4 | 0.1 | 6.5 | 5.5 | 2.5 | 0.0 | 0.0 | 1.0 | 0.0 | 1.0 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | 62.4 | 3.6 | 2.9 | 0.3 | 0.3 | 2.9 | 0.1 | 7.0 | 4.4 | 3.0 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | － | 1.0 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 58.3 | 4.1 | 4.6 | 0.4 | 0.5 | 3.7 | 0.1 | 7.7 | 3.7 | 3.1 | 0.2 | 0.0 | 0.4 | 0.1 | 0.9 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 57.7 | 4.5 | 5.0 | 0.3 | 0.5 | 3.4 | 0.3 | 7.2 | 4.5 | 3.0 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.1 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | 57.7 | 5.1 | 5.8 | 0.6 | 0.4 | 3.8 | 0.2 | 8.1 | 3.5 | 2.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 1.0 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 57.9 | 4.7 | 7.0 | 0.2 | 0.3 | 2.8 | 0.1 | 8.5 | 2.5 | 3.0 | － | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 0.8 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 56.3 | 5.3 | 6.9 | 0.1 | 0.2 | 3.3 | 0.1 | 8.1 | 2.9 | 2.7 | 0.1 | － | 0.6 | － | 1.1 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | 55.7 | 3.6 | 9.0 | 0.2 | 0.5 | 3.2 | 0.2 | 7.7 | 3.0 | 3.4 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | － | 1.1 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 53.5 | 4.1 | 8.2 | 0.3 | 0.5 | 2.1 | 0.2 | 9.2 | 2.4 | 3.7 | － | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 1.5 |
| | わからない | 2736 | 60.5 | 5.4 | 2.4 | 0.3 | 0.3 | 3.4 | 0.0 | 7.1 | 5.2 | 3.9 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | － | 0.6 |
| | 答えたくない | 3969 | 63.5 | 3.9 | 3.5 | 0.1 | 0.3 | 3.0 | 0.1 | 7.0 | 4.4 | 3.9 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 0.8 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 60.1 | 4.0 | 4.7 | 0.2 | 0.3 | 2.9 | 0.1 | 6.7 | 4.4 | 3.3 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 1.1 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 59.9 | 4.8 | 4.3 | 0.4 | 0.4 | 3.9 | 0.1 | 8.4 | 3.7 | 2.8 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 0.8 |
| | 答えたくない | 530 | 58.5 | 4.5 | 4.0 | 1.3 | 0.9 | 3.4 | 1.1 | 7.2 | 4.5 | 4.2 | 0.2 | － | 0.4 | － | 0.4 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 59.6 | 4.0 | 5.1 | 0.4 | 0.5 | 4.0 | 0.1 | 8.5 | 3.3 | 2.7 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 0.9 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 60.5 | 3.5 | 3.4 | 0.2 | 0.2 | 2.7 | 0.1 | 7.0 | 4.9 | 3.7 | 0.0 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 1.4 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 59.6 | 4.5 | 6.3 | 0.2 | 0.3 | 3.2 | 0.1 | 6.2 | 3.7 | 3.0 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.9 |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | 61.8 | 4.9 | 4.1 | 0.4 | 0.3 | 3.5 | 0.1 | 8.2 | 3.4 | 2.8 | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.5 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | 58.3 | 4.0 | 4.4 | 0.1 | 0.5 | 2.9 | 0.1 | 7.6 | 4.5 | 3.1 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | － | 0.8 |
| | その他 | 2916 | 59.4 | 6.9 | 2.8 | 0.1 | 0.3 | 4.0 | 0.0 | 8.3 | 4.8 | 2.5 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 0.8 |
| | 答えたくない | 530 | 58.5 | 4.5 | 4.0 | 1.3 | 0.9 | 3.4 | 1.1 | 7.2 | 4.5 | 4.2 | 0.2 | － | 0.4 | － | 0.4 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 58.5 | 3.7 | 5.4 | 0.3 | 0.5 | 3.6 | 0.1 | 10.0 | 5.5 | 3.4 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 1.2 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 55.5 | 3.6 | 5.9 | 0.2 | 0.2 | 3.3 | 0.1 | 8.7 | 3.6 | 3.9 | 0.1 | 0.0 | 0.8 | 0.0 | 0.9 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 57.3 | 3.7 | 5.6 | 0.3 | 0.4 | 3.5 | 0.1 | 9.5 | 4.7 | 3.6 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 1.1 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 63.5 | 5.9 | 2.1 | 0.2 | 0.2 | 2.9 | 0.0 | 2.9 | 2.9 | 2.2 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.8 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 72.3 | 5.6 | 2.3 | 0.2 | 0.3 | 3.4 | 0.5 | 2.8 | 2.4 | 1.4 | 0.3 | － | 0.3 | 0.0 | 0.3 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 60.0 | 4.3 | 4.5 | 0.3 | 0.3 | 3.3 | 0.1 | 7.4 | 4.1 | 3.1 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.0 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 7433 | 57.1 | 2.2 | 6.8 | 0.2 | 0.5 | 3.0 | 0.1 | 11.8 | 3.3 | 4.1 | 0.1 | 0.1 | 1.0 | 0.0 | 1.8 |
| | 週に2日 | 3316 | 48.6 | 3.0 | 8.3 | 0.4 | 0.3 | 2.9 | 0.2 | 12.6 | 3.5 | 4.2 | 0.1 | 0.1 | 1.1 | 0.1 | 1.3 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 54.5 | 2.5 | 7.3 | 0.3 | 0.4 | 3.0 | 0.1 | 12.0 | 3.3 | 4.1 | 0.1 | 0.1 | 1.0 | 0.0 | 1.6 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 58.3 | 4.3 | 4.2 | 0.4 | 0.4 | 3.7 | 0.1 | 5.5 | 3.7 | 3.0 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.8 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 69.4 | 5.2 | 2.2 | 0.2 | 0.3 | 3.6 | 0.3 | 3.6 | 3.4 | 1.9 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.5 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 58.5 | 3.7 | 5.2 | 0.3 | 0.4 | 3.4 | 0.1 | 8.0 | 3.5 | 3.3 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 1.1 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 67.3 | 7.5 | 1.2 | 0.1 | 0.1 | 3.1 | 0.0 | 4.5 | 7.0 | 2.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | 0.4 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 2612 | 44.0 | 5.3 | 9.3 | 1.8 | 1.3 | 3.1 | 0.7 | 6.8 | 2.0 | 2.3 | 0.2 | 0.3 | 0.9 | 0.2 | 0.9 |
| | する・みる | 12942 | 59.0 | 3.4 | 5.2 | 0.1 | 0.2 | 3.6 | 0.0 | 9.2 | 5.3 | 3.6 | 0.1 | 0.0 | 0.7 | － | 1.1 |
| | する・ささえる | 212 | 38.7 | 3.3 | 6.1 | 0.5 | 1.4 | 2.4 | － | 15.1 | 1.9 | 3.8 | － | － | 1.9 | － | 2.8 |
| | するのみ | 4963 | 60.4 | 3.5 | 4.7 | 0.1 | 0.3 | 3.4 | 0.0 | 11.3 | 4.8 | 4.3 | 0.1 | 0.0 | 0.8 | 0.0 | 1.0 |
| | みる・ささえる | 642 | 56.5 | 5.9 | 4.4 | 1.4 | 1.4 | 3.6 | 1.1 | 1.7 | 3.1 | 2.5 | 0.2 | － | 0.2 | 0.2 | 0.2 |
| | みるのみ | 5497 | 64.5 | 6.4 | 1.9 | 0.0 | 0.1 | 3.0 | 0.0 | 2.9 | 3.1 | 1.8 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | － | 0.6 |
| | ささえるのみ | 89 | 55.1 | 2.2 | 5.6 | 2.2 | 2.2 | 2.2 | 1.1 | 4.5 | 2.2 | － | － | － | 2.2 | － | 1.1 |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 70.6 | 4.9 | 2.0 | 0.2 | 0.2 | 3.0 | 0.2 | 3.1 | 2.2 | 2.3 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.9 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-1. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/一番目（続き）

| | | 全体 | アクアエクササイズ・水中ウォーキング | 野球（硬式・軟式等） | ソフトボール | キャッチボール | テニス・ソフトテニス | バドミントン | 卓球（ラージボール含む） | 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） | グラウンドゴルフ・ゴルフナッグ・マレットゴルフ・パークゴルフ・デルフィスク・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・3×3・ボートボール | ドッジボール | ハンドボール | サッカー | フットサル |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 1.2 | 0.5 | 0.4 | 1.4 | 1.0 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.2 | 1.0 | 0.3 | 0.1 | 1.4 | 0.4 | 0.4 | 2.4 | 1.7 | 0.2 | 0.4 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.4 |
| | 女性 | 14503 | 0.6 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 1.0 | 0.6 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |
| 年代 | 10代 | 719 | － | 2.5 | 0.3 | 0.1 | 2.1 | 1.4 | 0.6 | － | 0.1 | － | 1.8 | 0.8 | 0.1 | 0.4 | 1.7 | 0.1 |
| | 20代 | 4118 | 0.0 | 1.0 | 0.4 | 0.1 | 0.9 | 0.8 | 0.4 | 0.5 | 0.7 | 0.0 | 0.7 | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.6 | 0.5 |
| | 30代 | 4166 | 0.1 | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 0.9 | 0.4 | 0.1 | 0.6 | 0.6 | － | 0.5 | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.5 |
| | 40代 | 5272 | 0.2 | 0.6 | 0.1 | 0.2 | 0.8 | 0.6 | 0.2 | 0.7 | 1.1 | 0.0 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | － | 0.4 | 0.2 |
| | 50代 | 5555 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 1.0 | 0.3 | 0.2 | 1.8 | 1.4 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.1 |
| | 60代 | 4758 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 1.5 | 0.4 | 0.4 | 2.7 | 1.4 | 0.0 | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 |
| | 70代 | 5588 | 1.4 | 0.1 | 0.0 | － | 1.9 | 0.3 | 1.0 | 2.2 | 0.9 | 0.6 | 0.3 | － | － | － | 0.1 | － |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | － | 5.3 | 0.3 | － | 2.2 | 1.6 | 0.3 | － | － | － | 1.6 | 1.6 | － | 0.9 | 2.8 | 0.3 |
| | 男性20代 | 2154 | － | 1.8 | 0.6 | 0.2 | 1.2 | 0.8 | 0.5 | 0.8 | 0.9 | 0.0 | 0.6 | 0.9 | － | 0.1 | 1.0 | 0.8 |
| | 男性30代 | 2173 | － | 1.7 | 0.4 | 0.2 | 1.0 | 0.5 | 0.2 | 1.0 | 0.9 | － | 0.3 | 0.8 | 0.0 | － | 0.7 | 1.0 |
| | 男性40代 | 2799 | 0.3 | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 1.0 | 0.5 | 0.2 | 1.3 | 1.8 | 0.0 | 0.5 | 0.7 | 0.0 | － | 0.7 | 0.3 |
| | 男性50代 | 2928 | 0.1 | 0.9 | 0.3 | 0.0 | 1.1 | 0.2 | 0.2 | 2.8 | 2.3 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.4 | 0.2 |
| | 男性60代 | 2436 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 1.4 | 0.2 | 0.3 | 4.4 | 2.3 | 0.0 | 0.4 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.0 |
| | 男性70代 | 2635 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | － | 2.4 | 0.2 | 0.8 | 4.1 | 1.9 | 0.9 | 0.0 | － | － | － | 0.1 | － |
| | 女性10代 | 387 | － | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 2.1 | 1.3 | 0.8 | － | 0.3 | － | 2.1 | 0.3 | 0.3 | － | 0.8 | － |
| | 女性20代 | 1904 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | 0.5 | 0.8 | 0.3 | 0.1 | 0.4 | － | 0.7 | 0.2 | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 |
| | 女性30代 | 1954 | 0.2 | 0.1 | － | 0.2 | 0.8 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | － | 0.7 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － |
| | 女性40代 | 2426 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.5 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | － | 0.6 | 0.0 | － | － | － | － |
| | 女性50代 | 2589 | 0.2 | － | － | 0.0 | 1.0 | 0.5 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | － | － | － | － |
| | 女性60代 | 2307 | 0.5 | － | － | － | 1.5 | 0.5 | 0.4 | 0.8 | 0.3 | 0.0 | 0.7 | 0.0 | － | － | － | － |
| | 女性70代 | 2936 | 2.1 | － | － | － | 1.5 | 0.4 | 1.2 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | － | － | － | － | － |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | 1.2 | 0.5 | 0.4 | 1.1 | 0.9 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 東京都区部 | 2849 | 0.4 | 0.5 | 0.0 | － | 0.9 | 0.5 | 0.3 | 1.1 | 0.8 | 0.0 | 0.5 | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.4 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 1.4 | 0.5 | 0.4 | 1.2 | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.1 |
| | 大都市 | 11432 | 0.4 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 1.3 | 0.4 | 0.3 | 1.6 | 1.1 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 小都市 | 8410 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 1.0 | 0.6 | 0.4 | 1.5 | 1.0 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 町村 | 2540 | 0.5 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 1.3 | 0.6 | 0.5 | 1.7 | 0.9 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | － | 0.3 | 0.1 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 0.2 | 0.4 | － | 0.2 | 1.1 | 0.7 | 0.5 | 0.9 | 1.1 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.4 | 0.4 |
| | 東北 | 1954 | 0.6 | 0.6 | 0.1 | 0.2 | 1.2 | 0.4 | 0.8 | 1.2 | 0.8 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | － | 0.1 | 0.3 | 0.1 |
| | 北関東 | 1633 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | － | 1.8 | 0.6 | 0.6 | 2.5 | 1.0 | 0.3 | 0.4 | 0.2 | － | 0.1 | 0.4 | 0.1 |
| | 首都圏 | 9248 | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 1.1 | 0.3 | 0.3 | 1.1 | 0.9 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.0 | － | 0.2 | 0.2 |
| | 北陸 | 1190 | 0.4 | 0.7 | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.9 | 0.5 | 2.0 | 1.0 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | － | 0.4 | 0.6 |
| | 東山 | 1101 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | － | 0.9 | 0.4 | 0.2 | 1.7 | 0.8 | 0.3 | 1.0 | 0.4 | － | 0.1 | 0.2 | 0.1 |
| | 東海 | 3097 | 0.5 | 0.6 | 0.1 | 0.2 | 1.4 | 0.6 | 0.6 | 2.1 | 1.1 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.2 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 1.5 | 0.3 | 0.3 | 1.7 | 1.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.2 |
| | その他近畿圏 | 882 | 0.1 | 0.7 | － | － | 1.0 | 0.7 | 0.1 | 1.6 | 1.2 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | － | － | 0.3 | － |
| | 中国 | 1648 | 0.5 | 0.8 | 0.3 | 0.1 | 0.8 | 0.7 | 0.3 | 0.8 | 1.0 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | － | 0.1 | 0.4 | 0.2 |
| | 四国 | 822 | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 1.5 | 0.6 | 0.6 | 1.1 | 1.6 | 0.1 | 0.7 | 0.4 | － | － | 0.2 | 0.1 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 1.3 | 0.6 | 0.4 | 1.2 | 1.2 | 0.2 | 0.7 | 0.4 | 0.1 | － | 0.4 | 0.1 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 2.2 | 1.4 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 |
| | 家族従業者 | 162 | － | － | － | － | 0.6 | － | － | 1.9 | － | － | － | － | － | － | － | 1.2 |
| | 雇用者 | 16696 | 0.2 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | 1.1 | 0.5 | 0.2 | 1.4 | 1.3 | 0.0 | 0.6 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.3 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 0.2 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | 1.1 | 0.5 | 0.2 | 1.5 | 1.3 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.3 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | 1.0 | 0.0 | － | 0.0 | 1.3 | 0.7 | 0.8 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | － | － | 0.0 | － | － |
| | 学生 | 1183 | － | 1.7 | 0.3 | 0.2 | 2.2 | 1.4 | 0.7 | － | 0.2 | － | 1.3 | 0.5 | 0.1 | 0.3 | 1.3 | 0.2 |
| | 無職 | 4709 | 0.8 | 0.1 | － | 0.0 | 1.4 | 0.2 | 0.6 | 2.2 | 0.9 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | － |
| | その他 | 435 | 0.5 | 0.5 | － | － | 1.4 | 0.2 | 1.1 | 2.1 | － | 0.2 | 0.5 | － | － | － | 0.5 | － |
| | 答えたくない | 571 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.9 | 0.9 | 0.5 | 1.8 | 0.2 | － | 0.5 | 0.4 | － | － | 0.7 | － |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | 0.3 | 0.8 | － | － | 0.3 | 0.8 | 0.3 | 1.5 | 0.5 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | － | － | 0.8 | － |
| | 高校 | 7401 | 0.5 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 0.9 | 0.6 | 0.6 | 1.3 | 0.9 | 0.3 | 0.7 | 0.3 | － | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 短大・高専 | 3019 | 0.7 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 1.6 | 0.5 | 0.4 | 1.0 | 0.5 | 0.2 | 0.6 | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 |
| | 専門学校 | 3278 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.4 | 0.3 | 0.9 | 0.9 | 0.1 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 |
| | 大学 | 13894 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 1.4 | 0.5 | 0.3 | 1.7 | 1.2 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.3 |
| | 大学院 | 1777 | 0.2 | 0.7 | 0.1 | 0.2 | 1.9 | 0.5 | 0.5 | 1.4 | 1.2 | 0.1 | 0.5 | － | － | 0.1 | 0.5 | 0.3 |
| | その他 | 14 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 7.1 | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 397 | 0.3 | 0.5 | － | － | 0.8 | 0.5 | 0.3 | 1.0 | 0.5 | － | 0.8 | － | － | － | 0.3 | － |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | 0.4 | 0.4 | － | － | 0.4 | 0.9 | 0.4 | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | － | － | － | － |
| | 100万円未満 | 853 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | 1.2 | 0.1 | 0.4 | 0.8 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.4 | 0.2 | 0.1 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | 0.7 | 0.4 | － | － | 0.7 | 0.1 | 0.5 | 0.9 | 0.4 | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.1 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.4 | 0.4 | 1.2 | 0.7 | 0.3 | 0.4 | 0.2 | － | － | 0.1 | 0.1 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 1.5 | 0.6 | 0.7 | 1.5 | 1.0 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 0.0 | － | 0.2 | 0.2 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 1.3 | 0.5 | 0.6 | 1.8 | 1.0 | 0.2 | 0.4 | 0.6 | － | － | 0.4 | 0.3 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 0.4 | 0.8 | 0.3 | 0.2 | 1.3 | 0.4 | 0.3 | 1.5 | 0.8 | 0.0 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.3 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 1.2 | 0.7 | 0.5 | 1.2 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.3 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.9 | 0.9 | 0.1 | 1.3 | 1.3 | 0.1 | 0.6 | 0.6 | － | － | 0.2 | 0.3 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 0.2 | 1.0 | 0.2 | 0.1 | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 1.6 | 1.8 | － | 0.5 | 0.5 | － | － | 0.5 | 0.3 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | 0.3 | 0.9 | 0.1 | － | 0.8 | 0.7 | 0.2 | 2.0 | 1.7 | － | 0.5 | 0.2 | － | － | 0.5 | 0.2 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 0.1 | 0.8 | 0.1 | 0.1 | 1.9 | 0.4 | 0.2 | 2.7 | 2.0 | － | 0.4 | 0.2 | 0.1 | － | 0.3 | 0.4 |
| | わからない | 2736 | 0.3 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 1.5 | 0.7 | 0.4 | 0.8 | 0.6 | 0.2 | 0.9 | 0.2 | － | 0.0 | 0.5 | 0.1 |
| | 答えたくない | 3969 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | － | 1.3 | 0.4 | 0.4 | 1.4 | 0.8 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | － | 0.1 | 0.2 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 1.4 | 0.5 | 0.4 | 1.8 | 1.3 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 0.9 | 0.5 | 0.4 | 0.9 | 0.6 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 答えたくない | 530 | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.8 | 0.6 | 0.4 | 1.3 | 0.4 | － | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.2 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.9 | 0.4 | 0.5 | 1.1 | 0.7 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.6 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 1.7 | 0.3 | 0.6 | 2.2 | 1.2 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.1 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.3 | 0.7 | 0.1 | 0.2 | 1.2 | 0.6 | 0.2 | 1.2 | 1.5 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.3 |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | 0.2 | 0.7 | 0.2 | － | 0.9 | 0.6 | 0.2 | 0.8 | 0.6 | 0.0 | 0.5 | 0.3 | － | 0.0 | 0.4 | 0.2 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | 0.7 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 1.5 | 0.7 | 0.5 | 1.0 | 1.5 | 0.1 | 0.9 | 0.5 | 0.1 | － | 0.5 | 0.2 |
| | その他 | 2916 | 0.2 | 0.7 | 0.2 | 0.0 | 0.8 | 0.8 | 0.2 | 1.1 | 0.4 | － | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.1 |
| | 答えたくない | 530 | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.8 | 0.6 | 0.4 | 1.3 | 0.4 | － | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.2 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 1.9 | 0.8 | 0.4 | 1.7 | 1.4 | 0.2 | 0.9 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 1.4 | 0.5 | 0.4 | 1.0 | 0.9 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 0.3 | 0.8 | 0.2 | 0.2 | 0.8 | 0.6 | 0.4 | 3.0 | 1.7 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.4 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.2 | 0.8 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.9 | 0.5 | 0.0 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | － | 0.3 | 0.2 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 1.2 | 0.5 | 0.4 | 1.4 | 1.0 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 7433 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 1.5 | 0.3 | 0.6 | 0.6 | 0.5 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | － | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.6 | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 2.2 | 0.8 | 0.7 | 1.0 | 1.4 | 0.2 | 1.2 | 0.4 | － | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.6 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | 1.7 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | － | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.3 | 0.8 | 0.3 | 0.1 | 1.4 | 0.7 | 0.3 | 2.6 | 1.7 | 0.1 | 0.6 | 0.4 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.4 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.3 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | 1.1 | 0.7 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.2 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.4 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 1.4 | 0.6 | 0.4 | 1.5 | 1.1 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.2 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.9 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 2612 | 0.3 | 2.1 | 0.6 | 0.1 | 3.0 | 1.2 | 0.7 | 1.4 | 0.7 | 0.3 | 1.7 | 1.1 | 0.0 | 0.1 | 1.5 | 0.7 |
| | する・みる | 12942 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 1.4 | 0.4 | 0.4 | 1.1 | 1.1 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | － | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | する・ささえる | 212 | 0.9 | － | － | － | 4.2 | 2.8 | 0.9 | － | 0.9 | － | 1.4 | 0.9 | 0.5 | － | － | － |
| | するのみ | 4963 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | － | 0.7 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.1 | 0.0 |
| | みる・ささえる | 642 | 0.2 | 2.2 | 0.5 | 0.3 | 0.9 | 0.6 | 0.5 | 2.8 | 0.5 | 0.3 | 0.8 | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 1.4 | 0.5 |
| | みるのみ | 5497 | 0.3 | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 0.7 | 0.4 | 0.4 | 3.3 | 1.8 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | － | － | 0.3 | 0.3 |
| | ささえるのみ | 89 | － | － | － | 1.1 | 2.2 | － | － | 1.1 | － | － | 3.4 | － | 1.1 | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.5 | 0.2 | 1.0 | 0.9 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-1. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/一番目（続き）

| | | 全体 | 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 | ボウリング | ゲートボール | 柔道 | 剣道 | 空手道 | その他武道（弓道・相撲・合気道・少林寺拳法・なぎなた・銃剣道・居合道等） | レスリング | ボクシング | テコンドー | 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 | フリークライミング（ボルダリング・リードクライミング・スピードクライミング等） | 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 女性 | 14503 | 0.0 | – | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | – | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 |
| 年代 | 10代 | 719 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | – | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 1.4 | 0.1 | 0.3 | – | 0.3 | – | – | – | – |
| | 20代 | 4118 | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | – | 0.3 | 0.1 | 0.1 | – | 0.0 |
| | 30代 | 4166 | – | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | – | 0.3 | 0.0 | 0.1 | – | 0.0 |
| | 40代 | 5272 | – | – | 0.1 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.2 | – | 0.5 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | – |
| | 50代 | 5555 | 0.0 | – | 0.1 | – | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | – | 0.2 | 0.0 | 0.7 | – | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 60代 | 4758 | – | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | – | 0.2 | – | 0.1 | – | 0.5 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 70代 | 5588 | – | – | 0.8 | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 0.2 | – | 0.0 | – | 0.5 | – | 0.1 | 0.2 | – |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | 0.3 | 0.3 | – | – | 0.3 | 0.6 | 0.6 | 1.6 | 0.3 | 0.6 | – | 0.3 | – | – | – | – |
| | 男性20代 | 2154 | 0.2 | – | 0.3 | – | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | – | 0.3 | 0.1 | 0.2 | – | 0.0 |
| | 男性30代 | 2173 | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.1 | – | 0.0 |
| | 男性40代 | 2799 | – | – | 0.1 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.5 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | – |
| | 男性50代 | 2928 | 0.0 | – | 0.1 | – | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | – | 0.2 | 0.0 | 1.1 | – | 0.3 | 0.1 | – |
| | 男性60代 | 2436 | – | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.1 | – | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.1 |
| | 男性70代 | 2635 | – | – | 0.9 | 0.1 | – | 0.2 | 0.0 | 0.2 | – | – | – | 0.6 | – | 0.1 | 0.3 | – |
| | 女性10代 | 387 | – | – | 0.5 | – | – | 0.3 | – | 1.3 | – | – | – | 0.3 | – | – | – | – |
| | 女性20代 | 1904 | 0.1 | – | 0.2 | – | 0.1 | – | – | 0.3 | – | – | – | 0.3 | 0.2 | 0.1 | – | 0.1 |
| | 女性30代 | 1954 | – | – | 0.1 | – | – | – | – | – | 0.1 | 0.5 | – | 0.3 | 0.1 | 0.1 | – | – |
| | 女性40代 | 2426 | – | – | 0.1 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.2 | – | 0.6 | – | 0.2 | 0.0 | – |
| | 女性50代 | 2589 | – | – | 0.2 | – | – | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.4 | – | 0.1 | 0.0 | 0.0 |
| | 女性60代 | 2307 | – | – | 0.4 | – | – | 0.0 | – | 0.2 | – | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.1 | 0.0 | – |
| | 女性70代 | 2936 | – | – | 0.7 | 0.1 | – | – | – | 0.1 | – | 0.0 | – | 0.3 | – | – | 0.1 | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | – | 0.0 | 0.2 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | – | 0.3 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 |
| | 東京都区部 | 2849 | – | 0.1 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.4 | – | 0.5 | 0.0 | 0.2 | – | 0.1 | 0.0 | – |
| | 政令指定都市 | 4945 | – | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | – | 0.1 | – | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 |
| | 大都市 | 11432 | 0.0 | – | 0.2 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | – | 0.4 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 小都市 | 8410 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 町村 | 2540 | 0.0 | – | 0.2 | 0.1 | – | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | – | 0.4 | – | 0.2 | 0.2 | 0.1 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | – | – | 0.5 | – | – | 0.2 | 0.1 | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.3 | – | 0.2 | 0.2 | – |
| | 東北 | 1954 | 0.1 | – | 0.3 | – | – | 0.2 | – | 0.2 | 0.1 | 0.2 | – | 0.4 | – | 0.3 | 0.1 | 0.1 |
| | 北関東 | 1633 | – | – | 0.1 | – | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | – | 0.1 | – | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 |
| | 首都圏 | 9248 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 |
| | 北陸 | 1190 | – | – | 0.2 | 0.2 | – | 0.1 | – | 0.3 | – | – | – | 0.7 | – | 0.3 | 0.1 | – |
| | 東山 | 1101 | – | – | 0.6 | – | 0.1 | 0.4 | – | 0.1 | – | 0.2 | – | 1.5 | – | 0.1 | 0.2 | – |
| | 東海 | 3097 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | – | 0.6 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | – | – | 0.2 | – | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.4 | – | 0.1 | 0.2 | – |
| | その他近畿圏 | 882 | – | – | 0.3 | – | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | – | 0.1 | – | 0.5 | – | 0.1 | 0.2 | – |
| | 中国 | 1648 | – | – | 0.4 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.6 | – | 0.2 | – | 0.1 |
| | 四国 | 822 | – | 0.1 | 0.5 | – | – | 0.2 | – | 0.2 | – | – | – | 0.4 | 0.1 | 0.2 | – | – |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 0.1 | – | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | – | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | – |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | – | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | – | 0.2 | – | 0.6 | – | 0.1 | 0.2 | – |
| | 家族従業者 | 162 | – | – | 0.6 | – | – | – | 0.6 | – | – | 0.6 | – | – | – | 0.6 | – | – |
| | 雇用者 | 16696 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | – | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | – | – | 0.4 | – | – | – | – | 0.1 | – | 0.0 | – | 0.2 | – | 0.0 | 0.0 | – |
| | 学生 | 1183 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | – | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 1.3 | 0.2 | 0.3 | – | 0.3 | – | 0.1 | – | – |
| | 無職 | 4709 | – | – | 0.3 | 0.1 | – | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 0.0 | – | 0.5 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| | その他 | 435 | – | – | 0.5 | – | – | 0.2 | – | – | – | – | – | 0.5 | – | – | 0.2 | 0.2 |
| | 答えたくない | 571 | 0.2 | – | 0.4 | – | – | 0.4 | – | 0.2 | – | 0.2 | – | – | – | – | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | – | – | 0.5 | – | – | – | 0.3 | – | – | – | – | 0.3 | 0.3 | – | – | – |
| | 高校 | 7401 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.4 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 短大・高専 | 3019 | 0.0 | – | 0.4 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – |
| | 専門学校 | 3278 | – | – | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.4 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | – |
| | 大学 | 13894 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| | 大学院 | 1777 | – | 0.1 | – | – | – | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.2 | – | 0.6 | – | 0.1 | – | – |
| | その他 | 14 | – | – | 7.1 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 397 | 0.3 | – | 0.8 | – | – | – | – | – | – | 0.5 | – | 0.3 | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | 0.2 | – | 0.2 | – | – | – | – | 0.2 | – | 0.2 | – | – | – | 0.4 | – | 0.2 |
| | 100万円未満 | 853 | – | – | 0.4 | – | – | 0.2 | – | 0.4 | – | 0.1 | – | 0.2 | – | 0.1 | – | – |
| | 100～200万円未満 | 1669 | – | – | 0.2 | – | – | 0.2 | – | 0.1 | – | 0.2 | – | 0.5 | 0.1 | – | 0.2 | 0.1 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | – | – | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.2 | – | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – |
| | 300～400万円未満 | 3157 | – | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | – | 0.1 | – | 0.6 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 0.1 | – | 0.4 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | – |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 0.0 | – | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | – | 0.3 | – | 0.7 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | – | 0.1 | 0.2 | – | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | – | 0.6 | – | 0.4 | – | – |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 0.1 | – | 0.3 | – | – | 0.2 | 0.2 | 0.1 | – | 0.2 | 0.1 | 0.5 | – | 0.3 | 0.2 | – |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | – | 0.0 | 0.2 | – | – | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | – | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | – |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | – | – | – | – | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | – | 0.3 | – | 0.4 | – | 0.1 | 0.1 | – |
| | 1200万円以上 | 1726 | – | – | 0.2 | – | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | – |
| | わからない | 2736 | – | 0.0 | 0.3 | – | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | – | 0.3 | 0.0 | 0.1 | – | 0.0 |
| | 答えたくない | 3969 | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | – | 0.5 | – | 0.1 | 0.1 | – |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | – |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | – | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 |
| | 答えたくない | 530 | 0.2 | – | 0.4 | – | – | 0.2 | 0.2 | 0.4 | – | 0.4 | – | 0.2 | 0.2 | – | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | – | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | – |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | – | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.4 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | – |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | – | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.1 | 0.3 | – | 0.2 | – | 0.5 | – | 0.2 | – | 0.0 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | – | – | 0.1 | – | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | – |
| | その他 | 2916 | 0.0 | – | 0.3 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | – | 0.1 | – | 0.4 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| | 答えたくない | 530 | 0.2 | – | 0.4 | – | – | 0.2 | 0.2 | 0.4 | – | 0.4 | – | 0.2 | 0.2 | – | – | – |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | – | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | – |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | – | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | – | 0.0 | 0.4 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | – | 1.1 | 0.0 | 0.4 | 0.2 | 0.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.0 | – | 0.2 | – | 0.1 | 0.0 | – | 0.0 | – | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.2 | 0.0 | 0.1 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | – | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – |
| | 週に2日 | 3316 | – | – | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | – | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | – | 0.8 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | – | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.2 | 0.0 | 0.0 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 0.0 | – | 0.2 | – | – | 0.0 | – | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 0.4 | – | 0.2 | 0.0 | 0.0 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | 0.7 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | 0.5 | – | 0.3 | 0.1 | 0.2 | – | – |
| | する・みる | 12942 | 0.0 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | – | 0.1 | – | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – |
| | する・ささえる | 212 | – | – | – | – | 0.9 | 2.4 | 0.9 | 2.8 | – | 0.5 | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | 4963 | 0.0 | – | 0.1 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | – | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – |
| | みる・ささえる | 642 | – | – | 0.2 | – | – | – | 0.2 | – | 0.2 | – | – | 0.5 | – | 0.2 | 0.2 | 0.2 |
| | みるのみ | 5497 | – | – | 0.4 | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.0 | – | 0.9 | 0.0 | 0.5 | 0.2 | 0.0 |
| | ささえるのみ | 89 | – | 1.1 | – | – | – | – | – | 1.1 | – | – | – | 1.1 | – | – | – | 1.1 |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 0.0 | – | 0.2 | – | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.8 | – | 0.2 | 0.1 | 0.1 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q10-2-1. あなたがこの1年間に行った運動やスポーツの中で特に多く実施した運動・スポーツ/一番目（続き）

| | | 全体 | 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・シュノーケリング | サーフィン・ボディボーディング・ボードセーリング・ウインドサーフィン | 釣り | スキー | スノーボード | 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 | アーチェリー・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 | 乗馬 | レクリエーションスポーツ | パラスポーツ（障害者スポーツ） | ゲーム機等の情報通信機器を利用した運動・スポーツ（身体を動かすもの） | その他 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.9 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 女性 | 14503 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| 年代 | 10代 | 719 | 0.3 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.3 | － | － | 0.1 | 0.4 |
| | 20代 | 4118 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.5 | 0.1 |
| | 30代 | 4166 | － | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 |
| | 40代 | 5272 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.7 | 0.3 | 0.3 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.4 | 0.2 |
| | 50代 | 5555 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.9 | 0.4 | 0.3 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 |
| | 60代 | 4758 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.3 |
| | 70代 | 5588 | － | － | 0.0 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | － | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.2 |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | 0.6 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 0.3 | － | － | － | 0.3 |
| | 男性20代 | 2154 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | － | － | － | 0.1 | － | 0.5 | 0.1 |
| | 男性30代 | 2173 | － | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.2 | － | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.6 | － |
| | 男性40代 | 2799 | 0.0 | － | 0.3 | 0.9 | 0.4 | 0.3 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.2 |
| | 男性50代 | 2928 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 1.5 | 0.5 | 0.5 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 男性60代 | 2436 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 1.1 | 0.5 | 0.1 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 |
| | 男性70代 | 2635 | － | － | 0.0 | 0.6 | 0.2 | － | 0.0 | － | 0.1 | － | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.2 |
| | 女性10代 | 387 | － | － | － | － | － | 0.3 | 0.3 | 0.3 | － | － | 0.3 | － | － | 0.3 | 0.5 |
| | 女性20代 | 1904 | － | － | － | 0.3 | 0.1 | 0.4 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | － | 0.4 | 0.1 |
| | 女性30代 | 1954 | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.6 | 0.1 |
| | 女性40代 | 2426 | － | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | － | 0.0 | － | － | 0.1 | 0.0 | － | 0.5 | 0.1 |
| | 女性50代 | 2589 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | 0.0 | 0.2 |
| | 女性60代 | 2307 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.3 | － | － | － | 0.3 |
| | 女性70代 | 2936 | － | － | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | － | － | － | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.1 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | － | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.2 |
| | 東京都区部 | 2849 | － | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.4 | 0.1 |
| | 政令指定都市 | 4945 | － | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.2 |
| | 大都市 | 11432 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 小都市 | 8410 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | 町村 | 2540 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 1.3 | 0.3 | 0.2 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.2 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 0.1 | － | 0.1 | 0.5 | 1.0 | 0.1 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 |
| | 東北 | 1954 | 0.1 | － | － | 0.8 | 0.6 | 0.3 | － | － | － | － | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.2 |
| | 北関東 | 1633 | 0.1 | － | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.2 |
| | 首都圏 | 9248 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | 0.3 | 0.2 |
| | 北陸 | 1190 | － | － | － | 0.8 | 0.3 | 0.3 | － | 0.1 | － | － | 0.1 | 0.2 | － | 0.5 | 0.1 |
| | 東山 | 1101 | － | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | － | － | － | － | 0.1 | 0.3 | － | 0.5 | 0.2 |
| | 東海 | 3097 | － | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.2 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 |
| | その他近畿圏 | 882 | － | － | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 0.2 | － | － | － | － | － | － | － | 0.2 | 0.1 |
| | 中国 | 1648 | － | － | － | 0.9 | 0.3 | 0.1 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.4 | 0.2 |
| | 四国 | 822 | － | － | － | 1.2 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.2 | 0.4 | － | 0.1 | 0.1 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | － | 0.2 | 0.1 | 0.8 | － | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | 0.1 | 0.2 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 1.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | － | － | 0.2 | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 |
| | 家族従業者 | 162 | － | － | － | － | － | 0.6 | － | － | － | － | － | － | － | 0.6 | － |
| | 雇用者 | 16696 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.1 |
| | （小計）就労者 | 19221 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 |
| | 学生 | 1183 | 0.1 | － | － | － | 0.2 | 0.1 | － | 0.1 | － | － | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.4 |
| | 無職 | 4709 | － | 0.0 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | － | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.3 |
| | その他 | 435 | － | － | － | 0.5 | 0.2 | － | － | － | － | － | － | 0.2 | － | 0.2 | － |
| | 答えたくない | 571 | － | － | － | 0.7 | － | 0.5 | － | － | － | 0.4 | － | － | － | 0.5 | 0.2 |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | － | － | 0.3 | 0.8 | － | 0.3 | － | 0.3 | － | － | － | 0.3 | － | 0.3 | － |
| | 高校 | 7401 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 短大・高専 | 3019 | 0.1 | 0.1 | － | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | － | － | 0.2 | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 |
| | 専門学校 | 3278 | － | 0.1 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 | － | 0.3 | 0.2 |
| | 大学 | 13894 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 大学院 | 1777 | － | 0.1 | － | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.4 | 0.1 |
| | その他 | 14 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 397 | － | － | － | 0.3 | 0.3 | 0.8 | － | － | － | 0.3 | － | － | － | 0.3 | － |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | － | － | 0.2 | 0.4 | 0.2 | － | － | － | － | － | 0.2 | － | － | 0.9 | 0.2 |
| | 100万円未満 | 853 | － | － | － | 0.7 | 0.6 | － | － | － | － | － | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.1 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | － | 0.1 | － | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | － | － | 0.2 | 0.4 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | － | 0.0 | 0.1 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | － | 0.0 | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | － | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 0.0 | 0.1 | － | 0.7 | 0.4 | 0.3 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.1 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 0.3 | － | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | － | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | － | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | － | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.1 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | － | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.3 | 0.1 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.3 | 0.3 | － | 0.0 | 0.0 | － | － | 0.1 | － | 0.5 | 0.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | － | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 | － | 0.3 | 0.3 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.1 |
| | わからない | 2736 | － | 0.0 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.1 |
| | 答えたくない | 3969 | － | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 12423 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.1 |
| | 答えたくない | 530 | 0.2 | 0.2 | － | 0.4 | － | 0.4 | － | － | － | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.2 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | － | 0.2 | 0.1 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 |
| | 親と同居（未婚） | 2941 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.6 | 0.1 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | － | － | 0.1 | 0.8 | 0.4 | 0.2 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.2 |
| | その他 | 2916 | － | 0.1 | － | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.4 | 0.2 |
| | 答えたくない | 530 | 0.2 | 0.2 | － | 0.4 | － | 0.4 | － | － | － | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.2 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | 0.2 | 0.1 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 1.4 | 0.7 | 0.5 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | － | 0.0 | 0.0 | 1.1 | 0.2 | 0.2 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.3 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | － | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 週に2日 | 3316 | － | － | － | 0.2 | 0.2 | 0.0 | － | － | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.3 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | － | 0.0 | 0.0 | 1.0 | 0.2 | 0.2 | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.3 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | － | 0.2 | － | 0.9 | 0.3 | 0.2 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.3 | 0.2 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.2 |
| | する・みる | 12942 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | 0.2 | 0.2 |
| | する・ささえる | 212 | － | － | － | － | 0.5 | － | － | － | － | － | 0.5 | 0.5 | － | － | 0.5 |
| | するのみ | 4963 | － | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | － | － | 0.3 | 0.1 |
| | みる・ささえる | 642 | － | － | 0.2 | 0.8 | 0.8 | 0.2 | － | 0.3 | 0.2 | － | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.3 |
| | みるのみ | 5497 | 0.0 | 0.1 | － | 1.4 | 0.5 | 0.4 | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | ささえるのみ | 89 | － | － | 2.2 | － | － | － | － | － | － | － | 1.1 | 2.2 | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 1.2 | 0.6 | 0.4 | － | 0.1 | 0.0 | － | 0.2 | － | － | 0.4 | 0.1 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q11-1. この1年間に運動やスポーツを実施した日数（全部合わせた日数）

| | | 全体 | 週に5日以上 | 週に3日以上 | 週に2日以上 | 週に1日以上 | 月に1～3日 | 3か月に1～2日 | 年に1～3日 | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 17.6 | 12.9 | 10.5 | 10.9 | 9.2 | 3.5 | 4.5 | 6.5 | 24.6 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 19.3 | 12.9 | 11.1 | 11.8 | 9.7 | 3.6 | 4.2 | 6.2 | 21.0 |
| | 女性 | 20041 | 16.1 | 13.0 | 9.9 | 10.0 | 8.8 | 3.3 | 4.7 | 6.6 | 27.6 |
| 年代 | 10代 | 857 | 21.2 | 14.6 | 12.1 | 11.1 | 8.1 | 4.0 | 4.3 | 8.5 | 16.1 |
| | 20代 | 5227 | 14.5 | 12.5 | 10.5 | 12.1 | 11.1 | 5.1 | 5.0 | 8.0 | 21.2 |
| | 30代 | 5594 | 13.8 | 10.5 | 9.8 | 11.5 | 10.5 | 4.6 | 5.6 | 8.1 | 25.5 |
| | 40代 | 7193 | 14.4 | 10.4 | 10.0 | 11.5 | 9.8 | 3.9 | 5.8 | 7.7 | 26.7 |
| | 50代 | 7752 | 15.4 | 11.1 | 9.8 | 11.1 | 9.9 | 3.4 | 4.9 | 6.1 | 28.3 |
| | 60代 | 6376 | 20.5 | 13.8 | 10.2 | 10.6 | 8.2 | 2.4 | 3.7 | 5.3 | 25.4 |
| | 70代 | 7001 | 25.6 | 18.8 | 12.1 | 8.7 | 6.5 | 1.9 | 2.1 | 4.1 | 20.2 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 23.8 | 19.3 | 13.6 | 9.1 | 6.7 | 2.9 | 3.2 | 7.2 | 14.2 |
| | 男性20代 | 2626 | 17.0 | 14.2 | 12.4 | 12.7 | 10.3 | 5.0 | 3.4 | 7.0 | 18.0 |
| | 男性30代 | 2786 | 16.4 | 10.8 | 11.8 | 12.5 | 10.6 | 3.7 | 4.7 | 7.4 | 22.0 |
| | 男性40代 | 3587 | 16.6 | 10.5 | 10.9 | 12.9 | 10.3 | 4.2 | 5.3 | 7.3 | 22.0 |
| | 男性50代 | 3858 | 16.6 | 10.6 | 10.0 | 12.6 | 10.7 | 3.7 | 5.1 | 6.5 | 24.1 |
| | 男性60代 | 3112 | 21.8 | 13.3 | 9.9 | 11.6 | 9.6 | 2.9 | 3.9 | 5.3 | 21.7 |
| | 男性70代 | 3213 | 26.9 | 18.2 | 11.9 | 8.8 | 7.3 | 2.6 | 2.7 | 3.6 | 18.0 |
| | 女性10代 | 464 | 19.2 | 10.8 | 11.4 | 12.9 | 9.5 | 5.0 | 5.2 | 9.5 | 16.6 |
| | 女性20代 | 2504 | 12.2 | 10.9 | 8.7 | 11.7 | 12.2 | 5.1 | 6.7 | 8.6 | 24.0 |
| | 女性30代 | 2732 | 11.3 | 10.4 | 8.0 | 10.6 | 10.7 | 5.6 | 6.6 | 8.4 | 28.5 |
| | 女性40代 | 3522 | 12.3 | 10.4 | 9.2 | 10.1 | 9.3 | 3.6 | 6.3 | 7.8 | 31.1 |
| | 女性50代 | 3828 | 14.2 | 11.5 | 9.8 | 9.6 | 9.2 | 3.0 | 4.6 | 5.7 | 32.4 |
| | 女性60代 | 3231 | 19.4 | 14.3 | 10.5 | 9.6 | 6.8 | 2.0 | 3.5 | 5.3 | 28.6 |
| | 女性70代 | 3760 | 24.5 | 19.3 | 12.3 | 8.6 | 6.0 | 1.4 | 1.6 | 4.5 | 21.9 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 18.6 | 14.3 | 11.4 | 11.4 | 9.5 | 3.0 | 4.2 | 5.7 | 21.8 |
| | 東京都区部 | 3552 | 18.4 | 14.2 | 12.1 | 11.5 | 10.1 | 3.1 | 4.5 | 6.4 | 19.8 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 18.7 | 14.4 | 11.1 | 11.3 | 9.2 | 3.0 | 4.1 | 5.3 | 22.8 |
| | 大都市 | 14521 | 19.5 | 13.5 | 11.0 | 11.4 | 9.1 | 3.5 | 4.4 | 6.4 | 21.3 |
| | 小都市 | 11741 | 15.3 | 11.9 | 9.7 | 10.3 | 9.3 | 3.6 | 4.7 | 6.8 | 28.4 |
| | 町村 | 3777 | 14.9 | 10.2 | 8.3 | 9.1 | 8.7 | 3.9 | 4.3 | 7.9 | 32.8 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 16.8 | 12.8 | 11.0 | 9.5 | 9.2 | 2.9 | 4.6 | 6.1 | 27.2 |
| | 東北 | 2718 | 16.6 | 12.3 | 9.5 | 10.4 | 8.8 | 3.6 | 4.2 | 6.5 | 28.1 |
| | 北関東 | 2146 | 17.7 | 12.3 | 11.7 | 9.9 | 10.0 | 3.8 | 4.1 | 6.5 | 23.9 |
| | 首都圏 | 11930 | 17.8 | 13.2 | 11.3 | 11.3 | 9.6 | 3.1 | 4.4 | 6.8 | 22.5 |
| | 北陸 | 1604 | 15.5 | 12.1 | 10.0 | 11.5 | 9.3 | 4.4 | 5.4 | 6.0 | 25.8 |
| | 東山 | 1509 | 16.2 | 12.4 | 8.7 | 11.9 | 8.9 | 4.1 | 4.2 | 6.6 | 27.0 |
| | 東海 | 4067 | 17.3 | 13.3 | 10.1 | 11.4 | 9.5 | 4.0 | 4.6 | 6.0 | 23.9 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 18.2 | 12.5 | 10.0 | 10.4 | 8.5 | 3.0 | 4.7 | 7.0 | 25.6 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 18.4 | 13.6 | 10.3 | 9.9 | 9.9 | 3.5 | 4.2 | 6.0 | 24.0 |
| | 中国 | 2239 | 17.4 | 13.2 | 10.2 | 9.6 | 9.0 | 3.8 | 4.6 | 5.8 | 26.4 |
| | 四国 | 1164 | 18.3 | 12.1 | 9.2 | 9.2 | 7.3 | 4.3 | 4.0 | 6.2 | 29.4 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 18.3 | 13.3 | 10.0 | 11.6 | 9.2 | 3.3 | 4.4 | 6.4 | 23.4 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 21.4 | 13.2 | 9.3 | 10.1 | 8.6 | 3.3 | 4.4 | 6.2 | 23.5 |
| | 家族従業者 | 207 | 18.4 | 15.9 | 7.2 | 8.2 | 11.1 | 2.9 | 6.8 | 7.7 | 21.7 |
| | 雇用者 | 21731 | 15.3 | 11.7 | 11.0 | 12.3 | 10.6 | 4.2 | 5.3 | 6.5 | 23.2 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 16.1 | 11.9 | 10.8 | 12.0 | 10.4 | 4.0 | 5.2 | 6.5 | 23.2 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 19.3 | 15.9 | 10.3 | 8.9 | 7.6 | 2.3 | 3.5 | 5.9 | 26.3 |
| | 学生 | 1383 | 19.2 | 15.7 | 12.7 | 12.7 | 10.1 | 4.6 | 3.5 | 7.0 | 14.5 |
| | 無職 | 6355 | 23.0 | 14.9 | 10.0 | 8.7 | 7.0 | 2.3 | 3.1 | 5.0 | 25.9 |
| | その他 | 568 | 22.0 | 15.8 | 9.9 | 9.3 | 8.6 | 1.9 | 2.6 | 6.3 | 23.4 |
| | 答えたくない | 1163 | 9.1 | 5.1 | 4.2 | 6.4 | 3.2 | 1.9 | 2.4 | 16.9 | 50.9 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 15.6 | 8.6 | 6.4 | 7.0 | 6.1 | 3.4 | 4.3 | 7.4 | 41.2 |
| | 高校 | 10826 | 16.2 | 12.2 | 8.9 | 8.7 | 7.7 | 3.0 | 4.3 | 7.4 | 31.6 |
| | 短大・高専 | 4045 | 18.0 | 12.9 | 10.4 | 10.7 | 8.4 | 3.0 | 4.8 | 6.5 | 25.4 |
| | 専門学校 | 4546 | 15.3 | 12.0 | 9.4 | 10.0 | 8.9 | 4.1 | 4.9 | 7.5 | 27.9 |
| | 大学 | 17018 | 19.0 | 14.0 | 12.0 | 12.5 | 10.5 | 3.8 | 4.5 | 5.4 | 18.4 |
| | 大学院 | 2087 | 21.8 | 13.8 | 11.8 | 14.6 | 11.3 | 3.4 | 4.6 | 3.9 | 14.9 |
| | その他 | 18 | 16.7 | 11.1 | 11.1 | 11.1 | － | 11.1 | － | 16.7 | 22.2 |
| | 答えたくない | 786 | 9.2 | 6.9 | 4.8 | 4.8 | 5.1 | 0.9 | 2.2 | 16.7 | 49.5 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 17.4 | 8.2 | 7.2 | 6.8 | 9.1 | 2.0 | 4.5 | 6.4 | 38.4 |
| | 100万円未満 | 1209 | 17.9 | 14.0 | 10.5 | 9.3 | 5.8 | 3.1 | 3.5 | 6.6 | 29.4 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 19.6 | 12.6 | 8.1 | 8.4 | 8.0 | 3.4 | 4.3 | 6.3 | 29.4 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 20.6 | 13.2 | 10.6 | 10.6 | 8.3 | 2.7 | 4.1 | 5.3 | 24.7 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 19.8 | 14.4 | 11.2 | 10.0 | 8.7 | 3.4 | 4.3 | 5.1 | 23.0 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 17.3 | 14.0 | 11.2 | 11.7 | 10.0 | 3.9 | 5.0 | 5.4 | 21.5 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 17.7 | 13.1 | 10.1 | 11.8 | 10.4 | 4.6 | 5.7 | 5.1 | 21.5 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 16.1 | 12.6 | 10.8 | 13.1 | 11.3 | 5.1 | 5.3 | 4.9 | 20.8 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 17.4 | 13.1 | 10.8 | 12.7 | 12.1 | 3.6 | 5.0 | 4.0 | 21.2 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 18.1 | 12.6 | 12.6 | 13.4 | 11.5 | 4.6 | 5.8 | 4.1 | 17.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 17.5 | 15.2 | 13.4 | 14.3 | 11.0 | 3.7 | 5.1 | 4.6 | 15.1 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 20.7 | 13.7 | 12.6 | 13.7 | 11.5 | 3.9 | 5.4 | 3.8 | 14.7 |
| | わからない | 4002 | 13.9 | 11.1 | 9.6 | 9.1 | 7.9 | 2.9 | 3.4 | 10.4 | 31.6 |
| | 答えたくない | 5872 | 15.5 | 11.9 | 8.5 | 8.5 | 6.7 | 2.2 | 3.1 | 11.2 | 32.4 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 18.5 | 14.0 | 10.8 | 11.0 | 9.5 | 3.6 | 4.6 | 5.8 | 22.1 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 16.9 | 11.8 | 10.2 | 11.0 | 9.1 | 3.3 | 4.4 | 6.8 | 26.6 |
| | 答えたくない | 975 | 11.1 | 7.1 | 5.5 | 4.9 | 4.8 | 2.2 | 3.2 | 15.6 | 45.6 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 18.1 | 12.2 | 11.0 | 11.2 | 8.9 | 3.2 | 4.1 | 6.4 | 25.1 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 20.8 | 15.8 | 11.6 | 10.6 | 8.5 | 3.1 | 3.6 | 5.6 | 20.4 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 15.4 | 12.2 | 10.2 | 11.6 | 10.8 | 4.0 | 5.8 | 6.0 | 23.8 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 15.7 | 10.1 | 9.4 | 10.8 | 9.3 | 3.2 | 4.8 | 7.7 | 29.0 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 17.2 | 12.6 | 8.8 | 11.2 | 9.3 | 4.2 | 4.5 | 6.7 | 25.4 |
| | その他 | 3988 | 16.4 | 12.5 | 9.9 | 10.3 | 9.2 | 4.0 | 4.4 | 6.5 | 26.9 |
| | 答えたくない | 975 | 11.1 | 7.1 | 5.5 | 4.9 | 4.8 | 2.2 | 3.2 | 15.6 | 45.6 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 57.7 | 42.3 | － | － | － | － | － | － | － |
| | 週に1～2日 | 8522 | － | － | 49.1 | 50.9 | － | － | － | － | － |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 34.0 | 24.9 | 20.2 | 20.9 | － | － | － | － | － |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | － | － | － | － | 53.8 | 20.1 | 26.1 | － | － |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | － | － | － | － | － | － | － | 100.0 | － |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 23.3 | 17.1 | 13.9 | 14.4 | 12.2 | 4.6 | 5.9 | 8.6 | － |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | － | － | － | － | － | － | － | － | 100.0 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 63.3 | 36.7 | － | － | － | － | － | － | － |
| | 週に2日 | 3316 | 14.6 | 17.4 | 68.0 | － | － | － | － | － | － |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 48.3 | 30.7 | 21.0 | － | － | － | － | － | － |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 8.7 | 9.7 | 11.9 | 32.4 | 23.7 | 7.2 | 6.4 | － | － |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 6.3 | 6.5 | 4.6 | 6.2 | 7.4 | 2.6 | 2.7 | 63.9 | － |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 25.3 | 18.2 | 14.6 | 14.3 | 10.9 | 3.3 | 3.1 | 10.3 | － |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 4.7 | 4.1 | 3.5 | 5.1 | 6.4 | 3.6 | 6.8 | － | 65.8 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 37.1 | 23.6 | 21.7 | 17.5 | － | － | － | － | － |
| | する・みる | 12942 | 32.6 | 25.5 | 20.5 | 21.4 | － | － | － | － | － |
| | する・ささえる | 212 | 40.1 | 26.9 | 15.6 | 17.5 | － | － | － | － | － |
| | するのみ | 4963 | 35.5 | 24.0 | 18.8 | 21.7 | － | － | － | － | － |
| | みる・ささえる | 758 | － | － | － | － | 44.3 | 12.8 | 12.1 | 15.4 | 15.3 |
| | みるのみ | 9793 | － | － | － | － | 24.7 | 9.2 | 10.5 | 11.8 | 43.9 |
| | ささえるのみ | 118 | － | － | － | － | 23.7 | 8.5 | 16.1 | 27.1 | 24.6 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | － | － | － | － | 10.6 | 4.3 | 7.5 | 15.0 | 62.6 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q11-1. この1年間に運動やスポーツを実施した日数（全部合わせた日数）

| | | 全体 | 週に5日以上 | 週に3日以上 | （小計）週に3日以上 | 週に2日以上 | 週に1日以上 | （小計）週に1～2日 | （小計）週に1日以上計 | 月に1～3日 | 3か月に1～2日 | 年に1～3日 | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | （小計）週1日未満・わからない | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 17.6 | 12.9 | 30.5 | 10.5 | 10.9 | 21.3 | 51.8 | 9.2 | 3.5 | 4.5 | 6.5 | 23.6 | 75.4 | 24.6 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 19.3 | 12.9 | 32.2 | 11.1 | 11.8 | 22.9 | 55.2 | 9.7 | 3.6 | 4.2 | 6.2 | 23.8 | 79.0 | 21.0 |
| | 女性 | 20041 | 16.1 | 13.0 | 29.1 | 9.9 | 10.0 | 19.9 | 49.0 | 8.8 | 3.3 | 4.7 | 6.6 | 23.4 | 72.4 | 27.6 |
| 年代 | 10代 | 857 | 21.2 | 14.6 | 35.8 | 12.1 | 11.1 | 23.2 | 59.0 | 8.1 | 4.0 | 4.3 | 8.5 | 24.9 | 83.9 | 16.1 |
| | 20代 | 5227 | 14.5 | 12.5 | 27.0 | 10.5 | 12.1 | 22.6 | 49.6 | 11.1 | 5.1 | 5.0 | 8.0 | 29.2 | 78.8 | 21.2 |
| | 30代 | 5594 | 13.8 | 10.5 | 24.3 | 9.8 | 11.5 | 21.3 | 45.7 | 10.5 | 4.6 | 5.6 | 8.1 | 28.8 | 74.5 | 25.5 |
| | 40代 | 7193 | 14.4 | 10.4 | 24.7 | 10.0 | 11.5 | 21.5 | 46.2 | 9.8 | 3.9 | 5.8 | 7.7 | 27.1 | 73.3 | 26.7 |
| | 50代 | 7752 | 15.4 | 11.1 | 26.5 | 9.8 | 11.1 | 20.9 | 47.4 | 9.9 | 3.4 | 4.9 | 6.1 | 24.2 | 71.7 | 28.3 |
| | 60代 | 6376 | 20.5 | 13.8 | 34.3 | 10.2 | 10.6 | 20.8 | 55.1 | 8.2 | 2.4 | 3.7 | 5.3 | 19.5 | 74.6 | 25.4 |
| | 70代 | 7001 | 25.6 | 18.8 | 44.4 | 12.1 | 8.7 | 20.8 | 65.1 | 6.5 | 1.9 | 2.1 | 4.1 | 14.7 | 79.8 | 20.2 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 23.8 | 19.3 | 43.0 | 13.6 | 9.1 | 22.7 | 65.8 | 6.7 | 2.9 | 3.2 | 7.2 | 20.1 | 85.8 | 14.2 |
| | 男性20代 | 2626 | 17.0 | 14.2 | 31.3 | 12.4 | 12.7 | 25.1 | 56.4 | 10.3 | 5.0 | 3.4 | 7.0 | 25.7 | 82.0 | 18.0 |
| | 男性30代 | 2786 | 16.4 | 10.8 | 27.2 | 11.8 | 12.5 | 24.4 | 51.6 | 10.6 | 3.7 | 4.7 | 7.4 | 26.4 | 78.0 | 22.0 |
| | 男性40代 | 3587 | 16.6 | 10.5 | 27.1 | 10.9 | 12.9 | 23.8 | 50.9 | 10.3 | 4.2 | 5.3 | 7.3 | 27.1 | 78.0 | 22.0 |
| | 男性50代 | 3858 | 16.6 | 10.6 | 27.2 | 10.0 | 12.6 | 22.6 | 49.9 | 10.7 | 3.7 | 5.1 | 6.5 | 26.0 | 75.9 | 24.1 |
| | 男性60代 | 3112 | 21.8 | 13.3 | 35.1 | 9.9 | 11.6 | 21.5 | 56.6 | 9.6 | 2.9 | 3.9 | 5.3 | 21.7 | 78.3 | 21.7 |
| | 男性70代 | 3213 | 26.9 | 18.2 | 45.1 | 11.9 | 8.8 | 20.8 | 65.8 | 7.3 | 2.6 | 2.7 | 3.6 | 16.2 | 82.0 | 18.0 |
| | 女性10代 | 464 | 19.2 | 10.8 | 30.0 | 11.4 | 12.9 | 24.4 | 54.3 | 9.5 | 5.0 | 5.2 | 9.5 | 29.1 | 83.4 | 16.6 |
| | 女性20代 | 2504 | 12.2 | 10.9 | 23.0 | 8.7 | 11.7 | 20.4 | 43.5 | 12.2 | 5.1 | 6.7 | 8.6 | 32.6 | 76.0 | 24.0 |
| | 女性30代 | 2732 | 11.3 | 10.4 | 21.6 | 8.0 | 10.6 | 18.6 | 40.3 | 10.7 | 5.6 | 6.6 | 8.4 | 31.3 | 71.5 | 28.5 |
| | 女性40代 | 3522 | 12.3 | 10.4 | 22.7 | 9.2 | 10.1 | 19.3 | 41.9 | 9.3 | 3.6 | 6.3 | 7.8 | 26.9 | 68.9 | 31.1 |
| | 女性50代 | 3828 | 14.2 | 11.5 | 25.7 | 9.8 | 9.6 | 19.4 | 45.1 | 9.2 | 3.0 | 4.6 | 5.7 | 22.5 | 67.6 | 32.4 |
| | 女性60代 | 3231 | 19.4 | 14.3 | 33.7 | 10.5 | 9.6 | 20.1 | 53.8 | 6.8 | 2.0 | 3.5 | 5.3 | 17.6 | 71.4 | 28.6 |
| | 女性70代 | 3760 | 24.5 | 19.3 | 43.8 | 12.3 | 8.6 | 20.9 | 64.7 | 6.0 | 1.4 | 1.6 | 4.5 | 13.4 | 78.1 | 21.9 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 18.6 | 14.3 | 32.9 | 11.4 | 11.4 | 22.8 | 55.8 | 9.5 | 3.0 | 4.2 | 5.7 | 22.5 | 78.2 | 21.8 |
| | 東京都区部 | 3552 | 18.4 | 14.2 | 32.6 | 12.1 | 11.5 | 23.6 | 56.2 | 10.1 | 3.1 | 4.5 | 6.4 | 24.0 | 80.2 | 19.8 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 18.7 | 14.4 | 33.1 | 11.1 | 11.3 | 22.4 | 55.6 | 9.2 | 3.0 | 4.1 | 5.3 | 21.6 | 77.2 | 22.8 |
| | 大都市 | 14521 | 19.5 | 13.5 | 32.9 | 11.0 | 11.4 | 22.4 | 55.3 | 9.1 | 3.5 | 4.4 | 6.4 | 23.4 | 78.7 | 21.3 |
| | 小都市 | 11741 | 15.3 | 11.9 | 27.2 | 9.7 | 10.3 | 19.9 | 47.2 | 9.3 | 3.6 | 4.7 | 6.8 | 24.5 | 71.6 | 28.4 |
| | 町村 | 3777 | 14.9 | 10.2 | 25.2 | 8.3 | 9.1 | 17.4 | 42.5 | 8.7 | 3.9 | 4.3 | 7.9 | 24.7 | 67.2 | 32.8 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 16.8 | 12.8 | 29.7 | 11.0 | 9.5 | 20.4 | 50.1 | 9.2 | 2.9 | 4.6 | 6.1 | 22.7 | 72.8 | 27.2 |
| | 東北 | 2718 | 16.6 | 12.3 | 28.9 | 9.5 | 10.4 | 19.9 | 48.8 | 8.8 | 3.6 | 4.2 | 6.5 | 23.1 | 71.9 | 28.1 |
| | 北関東 | 2146 | 17.7 | 12.3 | 30.1 | 11.7 | 9.9 | 21.7 | 51.7 | 10.0 | 3.8 | 4.1 | 6.5 | 24.4 | 76.1 | 23.9 |
| | 首都圏 | 11930 | 17.8 | 13.2 | 31.0 | 11.3 | 11.3 | 22.6 | 53.6 | 9.6 | 3.1 | 4.4 | 6.8 | 23.9 | 77.5 | 22.5 |
| | 北陸 | 1604 | 15.5 | 12.1 | 27.6 | 10.0 | 11.5 | 21.5 | 49.1 | 9.3 | 4.4 | 5.4 | 6.0 | 25.1 | 74.2 | 25.8 |
| | 東山 | 1509 | 16.2 | 12.4 | 28.6 | 8.7 | 11.9 | 20.5 | 49.2 | 8.9 | 4.1 | 4.2 | 6.6 | 23.8 | 73.0 | 27.0 |
| | 東海 | 4067 | 17.3 | 13.3 | 30.6 | 10.1 | 11.4 | 21.5 | 52.1 | 9.5 | 4.0 | 4.6 | 6.0 | 24.1 | 76.1 | 23.9 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 18.2 | 12.5 | 30.8 | 10.0 | 10.4 | 20.4 | 51.2 | 8.5 | 3.0 | 4.7 | 7.0 | 23.3 | 74.4 | 25.6 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 18.4 | 13.6 | 32.1 | 10.3 | 9.9 | 20.3 | 52.3 | 9.9 | 3.5 | 4.2 | 6.0 | 23.7 | 76.0 | 24.0 |
| | 中国 | 2239 | 17.4 | 13.2 | 30.5 | 10.2 | 9.6 | 19.8 | 50.3 | 9.0 | 3.8 | 4.6 | 5.8 | 23.3 | 73.6 | 26.4 |
| | 四国 | 1164 | 18.3 | 12.1 | 30.4 | 9.2 | 9.2 | 18.4 | 48.8 | 7.3 | 4.3 | 4.0 | 6.2 | 21.8 | 70.6 | 29.4 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 18.3 | 13.3 | 31.6 | 10.0 | 11.6 | 21.7 | 53.3 | 9.2 | 3.3 | 4.4 | 6.4 | 23.3 | 76.6 | 23.4 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 21.4 | 13.2 | 34.6 | 9.3 | 10.1 | 19.4 | 54.0 | 8.6 | 3.3 | 4.4 | 6.2 | 22.4 | 76.5 | 23.5 |
| | 家族従業者 | 207 | 18.4 | 15.9 | 34.3 | 7.2 | 8.2 | 15.5 | 49.8 | 11.1 | 2.9 | 6.8 | 7.7 | 28.5 | 78.3 | 21.7 |
| | 雇用者 | 21731 | 15.3 | 11.7 | 27.0 | 11.0 | 12.3 | 23.3 | 50.2 | 10.6 | 4.2 | 5.3 | 6.5 | 26.6 | 76.8 | 23.2 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 16.1 | 11.9 | 28.0 | 10.8 | 12.0 | 22.7 | 50.7 | 10.4 | 4.0 | 5.2 | 6.5 | 26.1 | 76.8 | 23.2 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 19.3 | 15.9 | 35.2 | 10.3 | 8.9 | 19.2 | 54.4 | 7.6 | 2.3 | 3.5 | 5.9 | 19.3 | 73.7 | 26.3 |
| | 学生 | 1383 | 19.2 | 15.7 | 34.9 | 12.7 | 12.7 | 25.4 | 60.3 | 10.1 | 4.6 | 3.5 | 7.0 | 25.2 | 85.5 | 14.5 |
| | 無職 | 6355 | 23.0 | 14.9 | 37.9 | 10.0 | 8.7 | 18.7 | 56.6 | 7.0 | 2.3 | 3.1 | 5.0 | 17.5 | 74.1 | 25.9 |
| | その他 | 568 | 22.0 | 15.8 | 37.9 | 9.9 | 9.3 | 19.2 | 57.0 | 8.6 | 1.9 | 2.6 | 6.3 | 19.5 | 76.6 | 23.4 |
| | 答えたくない | 1163 | 9.1 | 5.1 | 14.2 | 4.2 | 6.4 | 10.6 | 24.8 | 3.2 | 1.9 | 2.4 | 16.9 | 24.3 | 49.1 | 50.9 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 15.6 | 8.6 | 24.2 | 6.4 | 7.0 | 13.4 | 37.5 | 6.1 | 3.4 | 4.3 | 7.4 | 21.2 | 58.8 | 41.2 |
| | 高校 | 10826 | 16.2 | 12.2 | 28.4 | 8.9 | 8.7 | 17.6 | 46.0 | 7.7 | 3.0 | 4.3 | 7.4 | 22.4 | 68.4 | 31.6 |
| | 短大・高専 | 4045 | 18.0 | 12.9 | 30.8 | 10.4 | 10.7 | 21.1 | 51.9 | 8.4 | 3.0 | 4.8 | 6.5 | 22.7 | 74.6 | 25.4 |
| | 専門学校 | 4546 | 15.3 | 12.0 | 27.3 | 9.4 | 10.0 | 19.4 | 46.7 | 8.9 | 4.1 | 4.9 | 7.5 | 25.4 | 72.1 | 27.9 |
| | 大学 | 17018 | 19.0 | 14.0 | 33.0 | 12.0 | 12.5 | 24.5 | 57.4 | 10.5 | 3.8 | 4.5 | 5.4 | 24.2 | 81.6 | 18.4 |
| | 大学院 | 2087 | 21.8 | 13.8 | 35.5 | 11.8 | 14.6 | 26.4 | 61.9 | 11.3 | 3.4 | 4.6 | 3.9 | 23.2 | 85.1 | 14.9 |
| | その他 | 18 | 16.7 | 11.1 | 27.8 | 11.1 | 11.1 | 22.2 | 50.0 | － | 11.1 | － | 16.7 | 27.8 | 77.8 | 22.2 |
| | 答えたくない | 786 | 9.2 | 6.9 | 16.0 | 4.8 | 4.8 | 9.7 | 25.7 | 5.1 | 0.9 | 2.2 | 16.7 | 24.8 | 50.5 | 49.5 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 17.4 | 8.2 | 25.6 | 7.2 | 6.8 | 14.0 | 39.6 | 9.1 | 2.0 | 4.5 | 6.4 | 22.0 | 61.6 | 38.4 |
| | 100万円未満 | 1209 | 17.9 | 14.0 | 31.8 | 10.5 | 9.3 | 19.8 | 51.6 | 5.8 | 3.1 | 3.5 | 6.6 | 18.9 | 70.6 | 29.4 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 19.6 | 12.6 | 32.2 | 8.1 | 8.4 | 16.5 | 48.7 | 8.0 | 3.4 | 4.3 | 6.3 | 22.0 | 70.6 | 29.4 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 20.6 | 13.2 | 33.8 | 10.6 | 10.6 | 21.2 | 55.0 | 8.3 | 2.7 | 4.1 | 5.3 | 20.3 | 75.3 | 24.7 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 19.8 | 14.4 | 34.2 | 11.2 | 10.0 | 21.3 | 55.4 | 8.7 | 3.4 | 4.3 | 5.1 | 21.6 | 77.0 | 23.0 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 17.3 | 14.0 | 31.3 | 11.2 | 11.7 | 22.9 | 54.2 | 10.0 | 3.9 | 5.0 | 5.4 | 24.3 | 78.5 | 21.5 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 17.7 | 13.1 | 30.7 | 10.1 | 11.8 | 22.0 | 52.7 | 10.4 | 4.6 | 5.7 | 5.1 | 25.8 | 78.5 | 21.5 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 16.1 | 12.6 | 28.7 | 10.8 | 13.1 | 23.9 | 52.6 | 11.3 | 5.1 | 5.3 | 4.9 | 26.6 | 79.2 | 20.8 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 17.4 | 13.1 | 30.5 | 10.8 | 12.7 | 23.6 | 54.1 | 12.1 | 3.6 | 5.0 | 4.0 | 24.7 | 78.8 | 21.2 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 18.1 | 12.6 | 30.7 | 12.6 | 13.4 | 26.0 | 56.8 | 11.5 | 4.6 | 5.8 | 4.1 | 26.0 | 82.8 | 17.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 17.5 | 15.2 | 32.6 | 13.4 | 14.3 | 27.8 | 60.4 | 11.0 | 3.7 | 5.1 | 4.6 | 24.5 | 84.9 | 15.1 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 20.7 | 13.7 | 34.4 | 12.6 | 13.7 | 26.3 | 60.8 | 11.5 | 3.9 | 5.4 | 3.8 | 24.6 | 85.3 | 14.7 |
| | わからない | 4002 | 13.9 | 11.1 | 25.1 | 9.6 | 9.1 | 18.7 | 43.8 | 7.9 | 2.9 | 3.4 | 10.4 | 24.6 | 68.4 | 31.6 |
| | 答えたくない | 5872 | 15.5 | 11.9 | 27.4 | 8.5 | 8.5 | 17.0 | 44.4 | 6.7 | 2.2 | 3.1 | 11.2 | 23.2 | 67.6 | 32.4 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 18.5 | 14.0 | 32.5 | 10.8 | 11.0 | 21.9 | 54.3 | 9.5 | 3.6 | 4.6 | 5.8 | 23.6 | 77.9 | 22.1 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 16.9 | 11.8 | 28.7 | 10.2 | 11.0 | 21.2 | 49.9 | 9.1 | 3.3 | 4.4 | 6.8 | 23.5 | 73.4 | 26.6 |
| | 答えたくない | 975 | 11.1 | 7.1 | 18.2 | 5.5 | 4.9 | 10.5 | 28.6 | 4.8 | 2.2 | 3.2 | 15.6 | 25.7 | 54.4 | 45.6 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 18.1 | 12.2 | 30.2 | 11.0 | 11.2 | 22.1 | 52.4 | 8.9 | 3.2 | 4.1 | 6.4 | 22.6 | 74.9 | 25.1 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 20.8 | 15.8 | 36.6 | 11.6 | 10.6 | 22.2 | 58.8 | 8.5 | 3.1 | 3.6 | 5.6 | 20.8 | 79.6 | 20.4 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 15.4 | 12.2 | 27.7 | 10.2 | 11.6 | 21.8 | 49.5 | 10.8 | 4.0 | 5.8 | 6.0 | 26.7 | 76.2 | 23.8 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 15.7 | 10.1 | 25.8 | 9.4 | 10.8 | 20.2 | 46.0 | 9.3 | 3.2 | 4.8 | 7.7 | 25.0 | 71.0 | 29.0 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 17.2 | 12.6 | 29.8 | 8.8 | 11.2 | 20.0 | 49.9 | 9.3 | 4.2 | 4.5 | 6.7 | 24.8 | 74.6 | 25.4 |
| | その他 | 3988 | 16.4 | 12.5 | 28.9 | 9.9 | 10.3 | 20.2 | 49.0 | 9.2 | 4.0 | 4.4 | 6.5 | 24.1 | 73.1 | 26.9 |
| | 答えたくない | 975 | 11.1 | 7.1 | 18.2 | 5.5 | 4.9 | 10.5 | 28.6 | 4.8 | 2.2 | 3.2 | 15.6 | 25.7 | 54.4 | 45.6 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 57.7 | 42.3 | 100.0 | － | － | － | 100.0 | － | － | － | － | － | 100.0 | － |
| | 週に1～2日 | 8522 | － | － | － | 49.1 | 50.9 | 100.0 | 100.0 | － | － | － | － | － | 100.0 | － |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 34.0 | 24.9 | 58.9 | 20.2 | 20.9 | 41.1 | 100.0 | － | － | － | － | － | 100.0 | － |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | － | － | － | － | － | － | － | 53.8 | 20.1 | 26.1 | － | 100.0 | 100.0 | － |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 100.0 | 100.0 | 100.0 | － |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 23.3 | 17.1 | 40.5 | 13.9 | 14.4 | 28.2 | 68.7 | 12.2 | 4.6 | 5.9 | 8.6 | 31.3 | 100.0 | － |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 100.0 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 63.3 | 36.7 | 100.0 | － | － | － | 100.0 | － | － | － | － | － | 100.0 | － |
| | 週に2日 | 3316 | 14.6 | 17.4 | 32.0 | 68.0 | － | 68.0 | 100.0 | － | － | － | － | － | 100.0 | － |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 48.3 | 30.7 | 79.0 | 21.0 | － | 21.0 | 100.0 | － | － | － | － | － | 100.0 | － |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 8.7 | 9.7 | 18.4 | 11.9 | 32.4 | 44.3 | 62.7 | 23.7 | 7.2 | 6.4 | － | 37.3 | 100.0 | － |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 6.3 | 6.5 | 12.7 | 4.6 | 6.2 | 10.8 | 23.5 | 7.4 | 2.6 | 2.7 | 63.9 | 76.5 | 100.0 | － |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 25.3 | 18.2 | 43.5 | 14.6 | 14.3 | 28.9 | 72.4 | 10.9 | 3.3 | 3.1 | 10.3 | 27.6 | 100.0 | － |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 4.7 | 4.1 | 8.8 | 3.5 | 5.1 | 8.6 | 17.4 | 6.4 | 3.6 | 6.8 | － | 16.9 | 34.2 | 65.8 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 37.1 | 23.6 | 60.7 | 21.7 | 17.5 | 39.3 | 100.0 | － | － | － | － | － | 100.0 | － |
| | する・みる | 12942 | 32.6 | 25.5 | 58.1 | 20.5 | 21.4 | 41.9 | 100.0 | － | － | － | － | － | 100.0 | － |
| | する・ささえる | 212 | 40.1 | 26.9 | 67.0 | 15.6 | 17.5 | 33.0 | 100.0 | － | － | － | － | － | 100.0 | － |
| | するのみ | 4963 | 35.5 | 24.0 | 59.6 | 18.8 | 21.7 | 40.4 | 100.0 | － | － | － | － | － | 100.0 | － |
| | みる・ささえる | 758 | － | － | － | － | － | － | － | 44.3 | 12.8 | 12.1 | 15.4 | 84.7 | 84.7 | 15.3 |
| | みるのみ | 9793 | － | － | － | － | － | － | － | 24.7 | 9.2 | 10.5 | 11.8 | 56.1 | 56.1 | 43.9 |
| | ささえるのみ | 118 | － | － | － | － | － | － | － | 23.7 | 8.5 | 16.1 | 27.1 | 75.4 | 75.4 | 24.6 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | － | － | － | － | － | － | － | 10.6 | 4.3 | 7.5 | 15.0 | 37.4 | 37.4 | 62.6 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q11-2. この1年間に「1日30分以上」の軽く汗をかく運動やスポーツを実施した日数（全部合わせた日数）

| | | 全体 | 週に5日以上（年251日～） | 週に3日以上～250日（年151日～） | 週に2日以上～150日（年101日～） | 週に1日以上～100日（年51日～） | 月に1～3日～50日（年12日～） | 月に1日未満・運動はしたが頻度はわからない | 全くやっていない | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 10.8 | 9.6 | 9.0 | 10.2 | 9.5 | 17.9 | 8.3 | 24.6 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 12.4 | 10.4 | 10.1 | 11.5 | 10.9 | 17.5 | 6.2 | 21.0 |
| | 女性 | 20041 | 9.4 | 8.9 | 8.1 | 9.0 | 8.3 | 18.2 | 10.5 | 27.6 |
| 年代 | 10代 | 857 | 10.3 | 11.1 | 11.4 | 9.2 | 11.7 | 24.3 | 6.0 | 16.1 |
| | 20代 | 5227 | 7.3 | 8.7 | 9.0 | 11.0 | 11.4 | 23.9 | 7.5 | 21.2 |
| | 30代 | 5594 | 7.9 | 7.2 | 8.1 | 10.2 | 10.0 | 22.1 | 9.0 | 25.5 |
| | 40代 | 7193 | 8.6 | 7.4 | 8.4 | 10.5 | 9.4 | 20.6 | 8.4 | 26.7 |
| | 50代 | 7752 | 9.4 | 8.2 | 8.3 | 9.7 | 10.0 | 17.6 | 8.5 | 28.3 |
| | 60代 | 6376 | 13.2 | 10.7 | 8.8 | 10.3 | 8.9 | 13.8 | 8.8 | 25.4 |
| | 70代 | 7001 | 17.6 | 15.0 | 11.1 | 10.0 | 7.7 | 10.5 | 8.0 | 20.2 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 13.1 | 15.8 | 16.8 | 9.4 | 10.7 | 17.1 | 2.9 | 14.2 |
| | 男性20代 | 2626 | 8.6 | 11.4 | 11.6 | 12.9 | 12.6 | 20.5 | 4.4 | 18.0 |
| | 男性30代 | 2786 | 10.1 | 9.2 | 10.6 | 11.8 | 11.5 | 19.1 | 5.6 | 22.0 |
| | 男性40代 | 3587 | 10.6 | 8.5 | 10.0 | 12.4 | 10.9 | 20.0 | 5.6 | 22.0 |
| | 男性50代 | 3858 | 10.7 | 8.4 | 9.1 | 11.2 | 11.7 | 18.3 | 6.5 | 24.1 |
| | 男性60代 | 3112 | 14.8 | 10.3 | 8.6 | 11.0 | 10.5 | 15.4 | 7.6 | 21.7 |
| | 男性70代 | 3213 | 19.1 | 14.8 | 10.2 | 10.3 | 8.4 | 11.7 | 7.5 | 18.0 |
| | 女性10代 | 464 | 8.2 | 7.3 | 7.3 | 9.3 | 12.7 | 30.2 | 8.4 | 16.6 |
| | 女性20代 | 2504 | 6.1 | 6.0 | 6.5 | 9.2 | 10.5 | 27.0 | 10.7 | 24.0 |
| | 女性30代 | 2732 | 5.7 | 5.2 | 5.8 | 8.7 | 8.6 | 25.0 | 12.6 | 28.5 |
| | 女性40代 | 3522 | 6.6 | 6.5 | 6.8 | 8.6 | 8.0 | 21.1 | 11.2 | 31.1 |
| | 女性50代 | 3828 | 8.2 | 7.9 | 7.7 | 8.2 | 8.3 | 16.8 | 10.5 | 32.4 |
| | 女性60代 | 3231 | 11.7 | 11.2 | 8.9 | 9.7 | 7.3 | 12.4 | 10.2 | 28.6 |
| | 女性70代 | 3760 | 16.3 | 15.1 | 11.8 | 9.7 | 7.0 | 9.5 | 8.6 | 21.9 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 11.1 | 10.3 | 9.8 | 11.2 | 10.2 | 16.9 | 8.7 | 21.8 |
| | 東京都区部 | 3552 | 11.1 | 10.2 | 10.6 | 11.9 | 10.4 | 18.1 | 7.9 | 19.8 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 11.1 | 10.4 | 9.4 | 10.8 | 10.1 | 16.3 | 9.2 | 22.8 |
| | 大都市 | 14521 | 12.1 | 10.3 | 9.7 | 10.8 | 9.7 | 17.9 | 8.3 | 21.3 |
| | 小都市 | 11741 | 9.4 | 8.7 | 8.3 | 9.3 | 9.2 | 18.3 | 8.4 | 28.4 |
| | 町村 | 3777 | 9.7 | 8.2 | 6.8 | 8.2 | 8.0 | 19.2 | 7.1 | 32.8 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 9.8 | 9.7 | 9.3 | 8.3 | 10.6 | 15.9 | 9.3 | 27.2 |
| | 東北 | 2718 | 10.4 | 9.2 | 8.4 | 9.2 | 9.2 | 17.8 | 7.7 | 28.1 |
| | 北関東 | 2146 | 10.8 | 9.1 | 10.7 | 9.9 | 9.3 | 17.9 | 8.5 | 23.9 |
| | 首都圏 | 11930 | 10.8 | 9.7 | 9.9 | 11.0 | 9.9 | 18.0 | 8.3 | 22.5 |
| | 北陸 | 1604 | 9.9 | 8.7 | 7.6 | 10.3 | 8.7 | 20.0 | 9.1 | 25.8 |
| | 東山 | 1509 | 10.5 | 8.6 | 7.0 | 10.7 | 9.2 | 19.4 | 7.5 | 27.0 |
| | 東海 | 4067 | 10.2 | 10.0 | 8.8 | 10.0 | 10.0 | 17.6 | 9.7 | 23.9 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 11.4 | 9.2 | 8.8 | 10.0 | 8.9 | 17.7 | 8.5 | 25.6 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 11.7 | 9.9 | 9.4 | 9.6 | 9.3 | 18.0 | 8.1 | 24.0 |
| | 中国 | 2239 | 10.5 | 10.2 | 8.1 | 9.3 | 9.5 | 17.6 | 8.4 | 26.4 |
| | 四国 | 1164 | 12.3 | 7.7 | 8.8 | 8.8 | 8.7 | 17.1 | 7.1 | 29.4 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 11.7 | 10.8 | 8.4 | 10.8 | 9.6 | 18.0 | 7.2 | 23.4 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 13.5 | 11.2 | 9.0 | 10.5 | 9.4 | 16.5 | 6.4 | 23.5 |
| | 家族従業者 | 207 | 10.6 | 8.7 | 7.7 | 10.1 | 9.7 | 18.8 | 12.6 | 21.7 |
| | 雇用者 | 21731 | 8.9 | 8.5 | 9.4 | 11.3 | 10.9 | 19.8 | 8.1 | 23.2 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 9.5 | 8.8 | 9.3 | 11.2 | 10.7 | 19.4 | 7.9 | 23.2 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 12.6 | 11.4 | 8.7 | 8.7 | 7.3 | 14.6 | 10.5 | 26.3 |
| | 学生 | 1383 | 9.2 | 10.9 | 10.8 | 11.0 | 13.2 | 24.5 | 6.0 | 14.5 |
| | 無職 | 6355 | 15.5 | 11.7 | 8.8 | 8.5 | 7.2 | 12.9 | 9.6 | 25.9 |
| | その他 | 568 | 15.1 | 11.8 | 8.5 | 10.6 | 9.9 | 12.7 | 8.1 | 23.4 |
| | 答えたくない | 1163 | 6.0 | 4.5 | 4.0 | 4.9 | 4.1 | 22.8 | 2.8 | 50.9 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 10.2 | 5.9 | 5.0 | 7.1 | 5.9 | 16.3 | 8.2 | 41.2 |
| | 高校 | 10826 | 10.5 | 9.0 | 7.7 | 8.1 | 7.4 | 17.1 | 8.7 | 31.6 |
| | 短大・高専 | 4045 | 10.8 | 10.0 | 8.7 | 9.7 | 7.8 | 17.3 | 10.2 | 25.4 |
| | 専門学校 | 4546 | 9.1 | 8.8 | 7.7 | 8.8 | 9.6 | 18.7 | 9.3 | 27.9 |
| | 大学 | 17018 | 11.5 | 10.5 | 10.4 | 12.0 | 11.2 | 18.2 | 7.8 | 18.4 |
| | 大学院 | 2087 | 13.0 | 9.5 | 11.1 | 14.0 | 13.1 | 17.3 | 7.1 | 14.9 |
| | その他 | 18 | 11.1 | 5.6 | 11.1 | 5.6 | 5.6 | 22.2 | 16.7 | 22.2 |
| | 答えたくない | 786 | 6.4 | 4.6 | 5.2 | 4.5 | 3.9 | 23.2 | 2.8 | 49.5 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 9.5 | 8.0 | 5.3 | 5.0 | 7.3 | 17.1 | 9.3 | 38.4 |
| | 100万円未満 | 1209 | 12.0 | 9.8 | 8.7 | 9.6 | 7.0 | 15.5 | 8.0 | 29.4 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 12.2 | 9.4 | 7.7 | 7.7 | 7.1 | 16.2 | 10.3 | 29.4 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 12.2 | 10.2 | 8.8 | 9.5 | 8.8 | 15.4 | 10.4 | 24.7 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 12.6 | 11.3 | 9.8 | 9.7 | 9.6 | 15.7 | 8.3 | 23.0 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 11.0 | 10.1 | 9.5 | 11.2 | 10.7 | 17.6 | 8.5 | 21.5 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 10.8 | 8.9 | 9.8 | 11.5 | 11.1 | 17.5 | 8.9 | 21.5 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 9.5 | 8.9 | 10.1 | 11.1 | 12.4 | 19.4 | 7.9 | 20.8 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 10.6 | 10.2 | 9.4 | 12.7 | 10.7 | 17.6 | 7.4 | 21.2 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 10.6 | 9.4 | 11.2 | 13.2 | 11.2 | 18.9 | 8.2 | 17.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 10.0 | 11.3 | 10.7 | 14.1 | 12.0 | 19.6 | 7.2 | 15.1 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 13.1 | 11.1 | 10.8 | 13.2 | 13.6 | 16.4 | 7.1 | 14.7 |
| | わからない | 4002 | 7.7 | 7.6 | 7.7 | 7.6 | 7.9 | 20.9 | 8.9 | 31.6 |
| | 答えたくない | 5872 | 10.4 | 8.8 | 7.2 | 8.1 | 6.6 | 19.7 | 6.8 | 32.4 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 11.7 | 10.5 | 9.3 | 10.8 | 9.7 | 17.5 | 8.4 | 22.1 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 10.0 | 8.7 | 8.8 | 9.7 | 9.6 | 18.1 | 8.6 | 26.6 |
| | 答えたくない | 975 | 6.7 | 4.8 | 5.4 | 4.7 | 5.3 | 23.5 | 3.9 | 45.6 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 11.0 | 9.4 | 9.7 | 10.1 | 9.6 | 17.1 | 8.1 | 25.1 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 13.6 | 12.3 | 10.2 | 10.7 | 9.3 | 15.6 | 7.9 | 20.4 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 9.3 | 8.6 | 8.5 | 11.0 | 10.1 | 19.5 | 9.1 | 23.8 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 9.0 | 7.1 | 8.3 | 9.6 | 9.3 | 19.2 | 8.7 | 29.0 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 11.2 | 9.2 | 7.3 | 10.8 | 9.2 | 19.1 | 7.9 | 25.4 |
| | その他 | 3988 | 9.2 | 8.8 | 8.1 | 8.8 | 10.0 | 19.1 | 9.1 | 26.9 |
| | 答えたくない | 975 | 6.7 | 4.8 | 5.4 | 4.7 | 5.3 | 23.5 | 3.9 | 45.6 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 35.5 | 31.5 | 9.0 | 6.1 | 4.5 | 5.8 | 7.6 | – |
| | 週に1～2日 | 8522 | – | – | 29.5 | 39.1 | 13.2 | 9.5 | 8.7 | – |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 20.9 | 18.6 | 17.4 | 19.7 | 8.0 | 7.3 | 8.0 | – |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | – | – | – | – | 31.2 | 44.4 | 24.3 | – |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | – | – | – | – | – | 100.0 | – | – |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 14.4 | 12.8 | 12.0 | 13.5 | 12.6 | 23.7 | 11.0 | – |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | – | – | – | – | – | – | – | 100.0 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 56.6 | 43.4 | – | – | – | – | – | – |
| | 週に2日 | 3316 | 0.8 | 10.8 | 88.4 | – | – | – | – | – |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 39.4 | 33.3 | 27.3 | – | – | – | – | – |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.4 | 1.4 | 5.1 | 36.7 | 31.6 | 24.7 | – | – |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.6 | 1.5 | 1.7 | 2.6 | 5.0 | 88.6 | – | – |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 17.2 | 15.1 | 14.1 | 15.4 | 13.7 | 24.5 | – | – |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 0.2 | 0.4 | 0.6 | 1.4 | 2.5 | 6.9 | 22.3 | 65.8 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 21.4 | 21.2 | 22.7 | 20.7 | 7.7 | 4.6 | 1.6 | – |
| | する・みる | 12942 | 20.2 | 18.5 | 17.4 | 20.2 | 8.5 | 7.4 | 7.8 | – |
| | する・ささえる | 212 | 30.7 | 25.5 | 16.0 | 15.1 | 6.1 | 4.7 | 1.9 | – |
| | するのみ | 4963 | 22.1 | 17.0 | 14.7 | 18.0 | 7.1 | 8.8 | 12.2 | – |
| | みる・ささえる | 758 | – | – | – | – | 30.9 | 45.6 | 8.2 | 15.3 |
| | みるのみ | 9793 | – | – | – | – | 14.4 | 31.8 | 9.9 | 43.9 |
| | ささえるのみ | 118 | – | – | – | – | 14.4 | 48.3 | 12.7 | 24.6 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | – | – | – | – | 5.6 | 24.7 | 7.1 | 62.6 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q11-3. 現在行っている「1日30分以上」の軽く汗をかく運動やスポーツを1年以上継続している場合の1年あたりの平均日数

| | | 全体 | 週に5日以上（年251日～） | 週に3日以上～250日（年151日～） | 週に2日以上～150日（年101日～） | 週に1日以上～100日（年51日～） | 月に1～3日（年12日～50日） | 月に1日未満・運動はしたが頻度はわからない | 全くやっていない | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 10.3 | 8.3 | 8.3 | 9.2 | 8.2 | 18.5 | 12.8 | 24.6 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 11.7 | 8.8 | 9.3 | 10.5 | 9.7 | 18.9 | 10.0 | 21.0 |
| | 女性 | 20041 | 8.9 | 8.0 | 7.3 | 8.0 | 6.7 | 17.9 | 15.6 | 27.6 |
| 年代 | 10代 | 857 | 8.9 | 8.2 | 10.3 | 7.6 | 7.8 | 26.0 | 15.2 | 16.1 |
| | 20代 | 5227 | 6.7 | 6.3 | 7.6 | 9.9 | 9.4 | 24.7 | 14.2 | 21.2 |
| | 30代 | 5594 | 7.3 | 5.9 | 7.3 | 8.8 | 8.2 | 22.2 | 14.8 | 25.5 |
| | 40代 | 7193 | 8.2 | 6.3 | 8.0 | 9.2 | 8.4 | 20.2 | 13.0 | 26.7 |
| | 50代 | 7752 | 8.9 | 7.2 | 7.6 | 9.0 | 8.3 | 18.3 | 12.4 | 28.3 |
| | 60代 | 6376 | 12.6 | 9.8 | 8.6 | 9.3 | 7.9 | 14.4 | 12.0 | 25.4 |
| | 70代 | 7001 | 16.9 | 13.8 | 10.2 | 9.1 | 7.1 | 12.0 | 10.7 | 20.2 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 11.8 | 11.0 | 14.4 | 10.2 | 7.0 | 22.5 | 9.1 | 14.2 |
| | 男性20代 | 2626 | 7.8 | 8.0 | 9.9 | 11.7 | 11.1 | 23.7 | 9.8 | 18.0 |
| | 男性30代 | 2786 | 9.5 | 7.3 | 10.4 | 10.1 | 9.8 | 21.6 | 9.3 | 22.0 |
| | 男性40代 | 3587 | 10.1 | 7.1 | 9.6 | 10.9 | 10.4 | 20.0 | 9.9 | 22.0 |
| | 男性50代 | 3858 | 10.1 | 7.3 | 8.4 | 10.8 | 9.8 | 19.7 | 9.8 | 24.1 |
| | 男性60代 | 3112 | 14.1 | 9.2 | 8.4 | 9.9 | 9.6 | 15.8 | 11.2 | 21.7 |
| | 男性70代 | 3213 | 18.2 | 13.7 | 9.1 | 9.7 | 8.0 | 13.1 | 10.1 | 18.0 |
| | 女性10代 | 464 | 6.9 | 5.8 | 7.1 | 5.4 | 8.6 | 29.3 | 20.3 | 16.6 |
| | 女性20代 | 2504 | 5.7 | 4.7 | 5.3 | 8.2 | 7.8 | 25.4 | 19.0 | 24.0 |
| | 女性30代 | 2732 | 5.2 | 4.6 | 4.3 | 7.6 | 6.7 | 22.5 | 20.6 | 28.5 |
| | 女性40代 | 3522 | 6.3 | 5.5 | 6.4 | 7.6 | 6.5 | 20.2 | 16.3 | 31.1 |
| | 女性50代 | 3828 | 7.8 | 7.2 | 6.8 | 7.3 | 6.9 | 16.8 | 14.9 | 32.4 |
| | 女性60代 | 3231 | 11.2 | 10.4 | 8.7 | 8.8 | 6.2 | 13.1 | 13.0 | 28.6 |
| | 女性70代 | 3760 | 15.6 | 14.0 | 11.1 | 8.7 | 6.4 | 11.1 | 11.3 | 21.9 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 10.6 | 9.0 | 9.0 | 10.1 | 8.7 | 17.4 | 13.4 | 21.8 |
| | 東京都区部 | 3552 | 10.6 | 8.7 | 9.7 | 10.9 | 8.6 | 18.9 | 12.9 | 19.8 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 10.5 | 9.2 | 8.7 | 9.6 | 8.8 | 16.6 | 13.7 | 22.8 |
| | 大都市 | 14521 | 11.5 | 8.8 | 8.9 | 9.7 | 8.4 | 18.6 | 12.8 | 21.3 |
| | 小都市 | 11741 | 8.9 | 7.5 | 7.5 | 8.3 | 8.0 | 18.8 | 12.7 | 28.4 |
| | 町村 | 3777 | 9.1 | 7.2 | 6.3 | 7.4 | 6.3 | 19.4 | 11.5 | 32.8 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 9.3 | 7.7 | 8.7 | 8.0 | 8.3 | 17.3 | 13.5 | 27.2 |
| | 東北 | 2718 | 10.0 | 7.9 | 7.5 | 8.3 | 8.0 | 18.0 | 12.1 | 28.1 |
| | 北関東 | 2146 | 10.0 | 8.2 | 9.6 | 8.4 | 8.6 | 18.3 | 13.0 | 23.9 |
| | 首都圏 | 11930 | 10.3 | 8.3 | 9.0 | 10.1 | 8.7 | 18.3 | 12.8 | 22.5 |
| | 北陸 | 1604 | 9.1 | 8.0 | 6.5 | 9.3 | 7.0 | 19.5 | 14.8 | 25.8 |
| | 東山 | 1509 | 9.5 | 7.6 | 6.4 | 9.9 | 7.3 | 19.8 | 12.5 | 27.0 |
| | 東海 | 4067 | 9.7 | 8.6 | 8.2 | 8.7 | 8.5 | 18.2 | 14.3 | 23.9 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 10.9 | 8.1 | 8.1 | 9.0 | 7.6 | 18.5 | 12.4 | 25.6 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 10.9 | 7.8 | 9.2 | 8.5 | 7.8 | 19.7 | 12.0 | 24.0 |
| | 中国 | 2239 | 9.8 | 9.4 | 7.5 | 8.3 | 7.4 | 19.0 | 12.2 | 26.4 |
| | 四国 | 1164 | 12.0 | 6.8 | 7.6 | 7.4 | 7.3 | 18.6 | 10.9 | 29.4 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 11.0 | 9.4 | 8.0 | 9.4 | 8.2 | 18.5 | 12.2 | 23.4 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 12.8 | 9.1 | 8.1 | 10.1 | 8.0 | 18.5 | 9.9 | 23.5 |
| | 家族従業者 | 207 | 9.7 | 8.2 | 7.2 | 8.2 | 8.7 | 20.3 | 15.9 | 21.7 |
| | 雇用者 | 21731 | 8.4 | 7.2 | 8.6 | 10.1 | 9.4 | 20.2 | 13.0 | 23.2 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 8.9 | 7.4 | 8.6 | 10.1 | 9.2 | 20.0 | 12.6 | 23.2 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 12.0 | 10.4 | 8.3 | 7.8 | 6.3 | 14.5 | 14.5 | 26.3 |
| | 学生 | 1383 | 8.2 | 8.7 | 9.5 | 9.0 | 9.1 | 24.4 | 16.6 | 14.5 |
| | 無職 | 6355 | 14.9 | 10.7 | 8.1 | 7.6 | 6.5 | 13.5 | 12.8 | 25.9 |
| | その他 | 568 | 14.8 | 10.6 | 6.5 | 10.2 | 8.3 | 14.8 | 11.4 | 23.4 |
| | 答えたくない | 1163 | 5.8 | 3.7 | 3.3 | 4.0 | 2.9 | 25.3 | 4.0 | 50.9 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 9.8 | 4.9 | 4.9 | 5.2 | 5.6 | 16.2 | 12.2 | 41.2 |
| | 高校 | 10826 | 10.0 | 8.0 | 7.1 | 7.2 | 6.2 | 17.6 | 12.2 | 31.6 |
| | 短大・高専 | 4045 | 10.2 | 8.9 | 7.7 | 8.6 | 6.8 | 17.8 | 14.7 | 25.4 |
| | 専門学校 | 4546 | 8.5 | 7.5 | 7.2 | 8.2 | 8.1 | 19.2 | 13.4 | 27.9 |
| | 大学 | 17018 | 10.9 | 9.0 | 9.5 | 10.8 | 9.8 | 18.8 | 12.8 | 18.4 |
| | 大学院 | 2087 | 12.3 | 8.0 | 10.4 | 12.5 | 10.0 | 18.1 | 13.9 | 14.9 |
| | その他 | 18 | 11.1 | 5.6 | 11.1 | 5.6 | 5.6 | 16.7 | 22.2 | 22.2 |
| | 答えたくない | 786 | 6.1 | 4.2 | 3.9 | 4.8 | 3.1 | 24.6 | 3.8 | 49.5 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 9.1 | 6.9 | 6.0 | 4.6 | 5.0 | 16.9 | 13.1 | 38.4 |
| | 100万円未満 | 1209 | 11.2 | 9.3 | 7.6 | 7.9 | 6.0 | 16.6 | 11.9 | 29.4 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 11.6 | 7.7 | 7.6 | 7.1 | 6.1 | 17.0 | 13.6 | 29.4 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 11.4 | 9.2 | 7.8 | 8.5 | 7.6 | 16.3 | 14.6 | 24.7 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 12.0 | 9.9 | 8.9 | 9.0 | 8.4 | 16.5 | 12.5 | 23.0 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 10.3 | 8.4 | 9.3 | 9.8 | 9.2 | 18.3 | 13.3 | 21.5 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 10.2 | 7.7 | 8.6 | 10.1 | 9.6 | 18.4 | 14.0 | 21.5 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 9.1 | 7.4 | 9.0 | 11.2 | 10.6 | 19.5 | 12.5 | 20.8 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 10.1 | 8.7 | 8.1 | 11.8 | 9.5 | 17.8 | 12.8 | 21.2 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 10.1 | 8.1 | 10.2 | 11.9 | 9.4 | 18.4 | 14.5 | 17.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 9.1 | 9.7 | 10.1 | 12.4 | 11.0 | 20.2 | 12.3 | 15.1 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 12.7 | 9.1 | 10.2 | 12.2 | 11.9 | 17.1 | 12.1 | 14.7 |
| | わからない | 4002 | 7.0 | 6.7 | 7.0 | 6.5 | 6.5 | 21.0 | 13.6 | 31.6 |
| | 答えたくない | 5872 | 10.1 | 8.0 | 6.6 | 7.2 | 5.4 | 20.5 | 9.8 | 32.4 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 11.1 | 9.2 | 8.7 | 9.7 | 8.6 | 17.9 | 12.7 | 22.1 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 9.4 | 7.4 | 7.9 | 8.8 | 7.8 | 18.9 | 13.3 | 26.6 |
| | 答えたくない | 975 | 6.7 | 4.0 | 4.9 | 4.4 | 3.9 | 24.9 | 5.5 | 45.6 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 10.4 | 8.0 | 8.7 | 9.3 | 7.9 | 18.0 | 12.6 | 25.1 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 13.0 | 10.8 | 9.6 | 9.9 | 8.3 | 16.3 | 11.7 | 20.4 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 8.8 | 7.4 | 7.9 | 9.6 | 8.9 | 19.4 | 14.1 | 23.8 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 8.4 | 5.9 | 7.3 | 8.7 | 7.9 | 19.9 | 12.9 | 29.0 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 10.2 | 8.1 | 6.7 | 9.0 | 8.2 | 20.1 | 12.2 | 25.4 |
| | その他 | 3988 | 8.6 | 7.7 | 7.0 | 7.7 | 7.9 | 19.3 | 14.9 | 26.9 |
| | 答えたくない | 975 | 6.7 | 4.0 | 4.9 | 4.4 | 3.9 | 24.9 | 5.5 | 45.6 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 33.6 | 27.3 | 8.7 | 6.7 | 4.6 | 8.4 | 10.7 | – |
| | 週に1～2日 | 8522 | – | – | 26.5 | 33.5 | 11.1 | 13.8 | 15.1 | – |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 19.8 | 16.1 | 16.0 | 17.7 | 7.3 | 10.6 | 12.5 | – |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | – | – | – | – | 25.5 | 37.7 | 36.7 | – |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | – | – | – | – | – | 100.0 | – | – |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 13.6 | 11.0 | 11.0 | 12.2 | 10.8 | 24.5 | 16.9 | – |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | – | – | – | – | – | – | – | 100.0 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 55.2 | 44.8 | – | – | – | – | – | – |
| | 週に2日 | 3316 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | – |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 38.2 | 31.0 | 30.8 | – | – | – | – | – |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | – | – | – | 35.8 | 31.8 | 32.4 | – | – |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | – | – | – | – | – | 100.0 | – | – |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 16.4 | 13.3 | 13.2 | 14.6 | 13.0 | 29.5 | – | – |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | – | – | – | – | – | – | 34.2 | 65.8 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 19.9 | 14.5 | 20.9 | 19.0 | 9.0 | 12.1 | 4.6 | – |
| | する・みる | 12942 | 19.2 | 16.6 | 15.8 | 18.1 | 7.7 | 10.0 | 12.5 | – |
| | する・ささえる | 212 | 29.2 | 22.2 | 14.6 | 14.2 | 5.7 | 9.4 | 4.7 | – |
| | するのみ | 4963 | 21.0 | 15.2 | 13.8 | 16.2 | 5.4 | 11.5 | 17.0 | – |
| | みる・ささえる | 758 | – | – | – | – | 27.7 | 43.4 | 13.6 | 15.3 |
| | みるのみ | 9793 | – | – | – | – | 11.6 | 28.6 | 15.9 | 43.9 |
| | ささえるのみ | 118 | – | – | – | – | 12.7 | 44.9 | 17.8 | 24.6 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | – | – | – | – | 4.6 | 23.2 | 9.7 | 62.6 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q12-1. この1年間で運動やスポーツを週に1日以上（年51日～100日）“実施できなかった”理由は何ですか。（MA）

| | | 全体 | 仕事が忙しいから | 家事が忙しいから | 育児が忙しいから | 介護が忙しいから | 病気やけがをしているから | 体力が衰えたから | 場所や施設がないから | 仲間がいないから | 指導者がいないから | お金に余裕がないから | 運動・スポーツが嫌いだから | 面倒くさいから | 運動・スポーツ以上に大切なことがあるから | 生活や仕事で体を動かしているから | その他 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 19271 | 28.6 | 13.6 | 7.2 | 1.7 | 6.3 | 15.2 | 6.5 | 5.9 | 1.2 | 10.9 | 12.3 | 31.8 | 4.1 | 7.9 | 1.8 |
| 性別 | 男性 | 8765 | 33.3 | 8.3 | 5.1 | 1.2 | 5.8 | 15.0 | 6.2 | 6.3 | 1.3 | 9.4 | 6.9 | 28.2 | 4.3 | 7.2 | 1.4 |
| | 女性 | 10227 | 24.7 | 18.2 | 9.2 | 2.2 | 6.8 | 15.5 | 6.8 | 5.6 | 1.0 | 12.3 | 16.9 | 35.3 | 3.9 | 8.7 | 2.2 |
| 年代 | 10代 | 351 | 15.1 | 4.6 | 0.3 | 0.3 | 2.6 | 9.7 | 13.4 | 10.5 | 1.7 | 7.7 | 14.2 | 37.3 | 10.0 | 6.3 | 1.1 |
| | 20代 | 2633 | 34.8 | 10.3 | 7.8 | 0.6 | 2.1 | 8.3 | 8.6 | 9.1 | 2.1 | 12.9 | 13.5 | 35.3 | 5.5 | 5.1 | 1.3 |
| | 30代 | 3040 | 36.9 | 23.0 | 22.6 | 0.6 | 3.3 | 10.7 | 7.7 | 6.4 | 1.3 | 11.6 | 12.0 | 33.6 | 4.3 | 5.0 | 2.1 |
| | 40代 | 3867 | 38.1 | 19.7 | 11.1 | 1.2 | 4.9 | 14.2 | 7.0 | 5.5 | 0.9 | 12.7 | 12.9 | 37.2 | 4.1 | 6.6 | 1.7 |
| | 50代 | 4076 | 31.3 | 12.9 | 1.5 | 2.8 | 6.8 | 15.7 | 5.8 | 5.0 | 1.1 | 12.0 | 12.5 | 32.7 | 4.0 | 8.0 | 1.4 |
| | 60代 | 2864 | 18.5 | 8.0 | 0.3 | 3.1 | 9.8 | 20.1 | 5.2 | 5.0 | 0.9 | 9.4 | 11.4 | 27.0 | 3.1 | 11.1 | 2.2 |
| | 70代 | 2440 | 5.7 | 4.8 | 0.1 | 2.0 | 12.6 | 24.3 | 3.9 | 4.4 | 0.9 | 5.5 | 10.4 | 20.7 | 2.8 | 13.2 | 2.7 |
| 性年代 | 男性10代 | 128 | 12.5 | 3.9 | – | 0.8 | 1.6 | 7.0 | 10.9 | 10.2 | 1.6 | 5.5 | 5.5 | 29.7 | 7.0 | 8.6 | 0.8 |
| | 男性20代 | 1146 | 38.0 | 8.2 | 4.6 | 0.8 | 1.7 | 7.2 | 8.0 | 8.4 | 2.2 | 12.7 | 8.4 | 29.7 | 6.0 | 5.6 | 0.7 |
| | 男性30代 | 1348 | 43.7 | 16.4 | 16.5 | 0.8 | 2.9 | 9.9 | 6.7 | 6.7 | 1.6 | 10.2 | 6.8 | 29.0 | 4.0 | 5.3 | 0.9 |
| | 男性40代 | 1760 | 44.5 | 11.8 | 8.0 | 1.0 | 4.3 | 12.6 | 7.2 | 6.1 | 1.3 | 10.2 | 7.1 | 30.9 | 4.4 | 6.1 | 1.5 |
| | 男性50代 | 1934 | 37.3 | 6.9 | 1.2 | 1.6 | 6.2 | 14.8 | 5.3 | 5.3 | 1.1 | 10.1 | 6.9 | 29.3 | 4.7 | 6.1 | 1.1 |
| | 男性60代 | 1351 | 22.0 | 3.5 | 0.2 | 1.5 | 8.9 | 21.5 | 5.4 | 5.9 | 1.0 | 8.0 | 6.3 | 26.2 | 3.6 | 10.1 | 1.8 |
| | 男性70代 | 1098 | 7.2 | 1.6 | 0.1 | 1.3 | 12.3 | 26.6 | 4.4 | 5.6 | 0.7 | 4.5 | 5.9 | 21.5 | 3.0 | 11.4 | 2.8 |
| | 女性10代 | 212 | 17.0 | 5.2 | 0.5 | – | 3.3 | 11.3 | 15.1 | 10.8 | 1.4 | 9.0 | 19.8 | 43.4 | 11.8 | 5.2 | 0.9 |
| | 女性20代 | 1416 | 32.7 | 12.1 | 10.8 | 0.5 | 2.5 | 9.6 | 9.3 | 9.9 | 2.1 | 13.5 | 18.0 | 40.6 | 5.2 | 5.0 | 1.7 |
| | 女性30代 | 1632 | 32.0 | 29.0 | 28.1 | 0.4 | 3.5 | 11.3 | 8.8 | 6.3 | 0.9 | 12.8 | 16.4 | 37.9 | 4.5 | 4.8 | 3.2 |
| | 女性40代 | 2045 | 32.9 | 26.7 | 13.6 | 1.4 | 5.5 | 15.6 | 6.7 | 4.8 | 0.6 | 14.9 | 17.9 | 43.0 | 3.9 | 7.1 | 1.9 |
| | 女性50代 | 2101 | 25.8 | 18.3 | 1.9 | 3.9 | 7.3 | 16.5 | 6.3 | 4.6 | 1.0 | 13.8 | 17.7 | 36.2 | 3.4 | 9.8 | 1.6 |
| | 女性60代 | 1492 | 15.5 | 12.1 | 0.3 | 4.7 | 10.6 | 18.8 | 5.2 | 4.2 | 0.8 | 10.7 | 16.2 | 28.0 | 2.8 | 12.2 | 2.7 |
| | 女性70代 | 1329 | 4.5 | 7.4 | 0.2 | 2.6 | 12.9 | 22.5 | 3.5 | 3.5 | 1.0 | 6.2 | 14.1 | 20.2 | 2.7 | 14.8 | 2.5 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 4405 | 30.2 | 12.6 | 6.5 | 1.5 | 6.6 | 15.6 | 7.0 | 5.1 | 1.1 | 10.9 | 13.5 | 34.0 | 4.5 | 7.9 | 1.9 |
| | 東京都区部 | 1557 | 31.5 | 11.0 | 5.8 | 1.3 | 5.3 | 13.4 | 7.1 | 5.3 | 1.0 | 10.2 | 12.2 | 32.7 | 3.9 | 6.7 | 1.6 |
| | 政令指定都市 | 2848 | 29.5 | 13.6 | 6.9 | 1.5 | 7.3 | 16.7 | 7.0 | 5.0 | 1.2 | 11.2 | 14.2 | 34.7 | 4.9 | 8.5 | 2.0 |
| | 大都市 | 6492 | 28.5 | 13.0 | 7.1 | 1.7 | 6.6 | 15.7 | 6.5 | 6.5 | 1.3 | 10.2 | 11.5 | 31.8 | 4.2 | 7.6 | 1.7 |
| | 小都市 | 6203 | 28.6 | 14.9 | 7.9 | 2.0 | 6.0 | 14.9 | 6.2 | 6.1 | 1.2 | 11.8 | 12.8 | 31.6 | 4.1 | 8.2 | 1.9 |
| | 町村 | 2171 | 25.6 | 13.6 | 7.1 | 1.7 | 6.1 | 14.1 | 6.6 | 5.0 | 0.7 | 10.7 | 10.5 | 28.1 | 3.0 | 8.5 | 1.8 |
| 居住地域 | 北海道 | 832 | 27.9 | 11.2 | 5.8 | 0.8 | 8.3 | 16.2 | 6.3 | 5.2 | 1.2 | 11.5 | 12.0 | 32.5 | 5.0 | 8.1 | 1.0 |
| | 東北 | 1391 | 26.2 | 13.3 | 5.6 | 1.7 | 6.2 | 14.7 | 7.3 | 5.7 | 1.2 | 10.9 | 11.4 | 29.8 | 4.1 | 8.9 | 2.8 |
| | 北関東 | 1036 | 27.9 | 13.9 | 7.4 | 2.3 | 6.6 | 12.4 | 6.2 | 6.0 | 1.1 | 11.0 | 11.6 | 32.5 | 3.9 | 8.3 | 1.9 |
| | 首都圏 | 5530 | 30.3 | 13.1 | 6.8 | 1.6 | 6.0 | 14.8 | 7.1 | 5.1 | 1.2 | 11.6 | 13.1 | 33.4 | 4.1 | 7.0 | 1.9 |
| | 北陸 | 817 | 30.2 | 14.7 | 7.8 | 2.1 | 8.0 | 16.9 | 7.5 | 5.5 | 0.9 | 11.1 | 12.6 | 30.1 | 5.4 | 9.5 | 1.8 |
| | 東山 | 767 | 28.7 | 15.1 | 7.6 | 2.5 | 7.6 | 14.7 | 6.1 | 6.4 | 1.4 | 12.5 | 11.0 | 29.1 | 5.1 | 7.4 | 2.1 |
| | 東海 | 1950 | 28.4 | 13.4 | 8.6 | 1.1 | 5.2 | 16.9 | 5.2 | 7.6 | 1.2 | 9.9 | 11.7 | 31.0 | 3.7 | 8.7 | 1.6 |
| | 近畿二府一県 | 2599 | 26.5 | 13.0 | 6.5 | 1.7 | 5.7 | 14.4 | 6.1 | 5.8 | 1.2 | 9.9 | 12.5 | 30.8 | 3.8 | 6.8 | 1.6 |
| | その他近畿圏 | 553 | 25.9 | 14.6 | 6.9 | 2.2 | 4.7 | 15.2 | 5.8 | 5.8 | 0.5 | 8.9 | 11.4 | 34.0 | 4.3 | 8.3 | 1.3 |
| | 中国 | 1112 | 30.2 | 14.3 | 8.3 | 1.7 | 6.0 | 15.0 | 6.4 | 6.1 | 1.6 | 9.8 | 12.5 | 31.7 | 3.9 | 10.3 | 1.4 |
| | 四国 | 596 | 24.2 | 11.4 | 6.5 | 1.3 | 7.2 | 15.6 | 6.0 | 6.2 | 0.7 | 9.7 | 12.1 | 33.1 | 2.9 | 9.7 | 1.2 |
| | 九州・沖縄 | 2088 | 29.4 | 15.9 | 9.1 | 2.3 | 7.4 | 16.7 | 6.5 | 6.6 | 1.0 | 11.8 | 11.8 | 31.3 | 4.2 | 8.1 | 2.1 |
| 職業 | 自営業主 | 1420 | 36.5 | 11.0 | 4.5 | 2.0 | 7.5 | 15.6 | 6.1 | 6.1 | 2.2 | 10.2 | 8.9 | 27.4 | 4.8 | 8.5 | 1.2 |
| | 家族従業者 | 104 | 38.5 | 26.0 | 6.7 | 4.8 | 7.7 | 13.5 | 6.7 | 8.7 | 1.0 | 21.2 | 17.3 | 30.8 | 1.0 | 15.4 | 1.9 |
| | 雇用者 | 10816 | 41.9 | 16.5 | 9.5 | 1.3 | 3.7 | 14.1 | 7.1 | 6.5 | 1.1 | 12.2 | 12.0 | 34.6 | 4.4 | 8.7 | 1.5 |
| | （小計）就労者 | 12340 | 41.3 | 16.0 | 8.9 | 1.4 | 4.2 | 14.3 | 7.0 | 6.5 | 1.2 | 12.0 | 11.7 | 33.7 | 4.4 | 8.7 | 1.5 |
| | 主婦・主夫 | 2508 | 3.2 | 17.7 | 9.7 | 3.5 | 9.2 | 18.5 | 4.9 | 3.8 | 1.0 | 8.8 | 15.3 | 29.1 | 2.8 | 7.6 | 2.5 |
| | 学生 | 549 | 15.7 | 3.6 | 0.4 | 0.4 | 2.6 | 8.7 | 14.8 | 12.8 | 2.2 | 9.7 | 17.3 | 43.9 | 12.2 | 5.5 | 1.1 |
| | 無職 | 2755 | 1.7 | 3.3 | 0.3 | 2.0 | 14.3 | 20.1 | 5.1 | 5.1 | 1.2 | 9.1 | 13.7 | 29.5 | 2.9 | 6.4 | 2.8 |
| | その他 | 244 | 18.9 | 10.7 | 6.1 | 3.3 | 11.1 | 20.1 | 7.4 | 7.0 | 0.8 | 11.1 | 11.5 | 26.2 | 6.6 | 14.8 | 6.1 |
| | 答えたくない | 875 | 17.7 | 7.9 | 3.7 | 0.3 | 3.9 | 6.2 | 3.3 | 1.9 | 0.8 | 7.5 | 4.6 | 14.1 | 1.4 | 2.7 | 1.0 |
| 最終学歴 | 中学校 | 421 | 20.4 | 10.2 | 4.8 | 1.7 | 8.8 | 18.3 | 7.6 | 5.9 | 1.4 | 13.3 | 14.3 | 28.7 | 2.6 | 9.7 | 2.1 |
| | 高校 | 5851 | 22.9 | 11.6 | 4.2 | 1.7 | 7.7 | 16.5 | 5.7 | 5.2 | 0.9 | 11.7 | 12.9 | 30.0 | 3.3 | 8.9 | 1.9 |
| | 短大・高専 | 1944 | 25.4 | 18.8 | 7.7 | 3.1 | 6.4 | 17.0 | 7.0 | 5.1 | 1.3 | 11.9 | 14.2 | 32.9 | 3.9 | 9.4 | 2.1 |
| | 専門学校 | 2423 | 31.7 | 15.9 | 9.0 | 2.1 | 6.5 | 14.4 | 6.1 | 5.7 | 1.2 | 13.0 | 12.2 | 32.8 | 4.0 | 9.0 | 1.9 |
| | 大学 | 7244 | 33.1 | 13.7 | 9.1 | 1.4 | 5.3 | 14.7 | 7.1 | 6.8 | 1.4 | 10.0 | 12.0 | 34.4 | 4.9 | 7.2 | 1.8 |
| | 大学院 | 795 | 43.6 | 14.7 | 11.1 | 1.4 | 4.8 | 13.5 | 8.6 | 8.1 | 1.0 | 7.4 | 10.2 | 31.4 | 5.7 | 4.3 | 1.4 |
| | その他 | 9 | 55.6 | 11.1 | – | – | 11.1 | 11.1 | 22.2 | 11.1 | – | 11.1 | – | 33.3 | 11.1 | – | – |
| | 答えたくない | 584 | 12.5 | 6.8 | 3.1 | 0.5 | 3.4 | 6.7 | 3.3 | 2.1 | 0.5 | 5.3 | 4.5 | 13.9 | 1.9 | 1.9 | 0.9 |
| 世帯年収 | 収入なし | 444 | 5.2 | 4.7 | 1.6 | 1.1 | 10.4 | 15.8 | 4.5 | 6.3 | 1.4 | 13.3 | 11.0 | 26.8 | 3.2 | 4.7 | 2.5 |
| | 100万円未満 | 585 | 11.5 | 7.0 | 1.7 | 2.1 | 10.4 | 14.4 | 7.9 | 6.5 | 1.4 | 11.8 | 12.1 | 29.6 | 3.6 | 5.5 | 1.2 |
| | 100～200万円未満 | 1213 | 17.1 | 8.9 | 3.1 | 2.8 | 9.1 | 19.3 | 6.2 | 6.1 | 1.7 | 15.5 | 15.3 | 33.0 | 4.7 | 10.8 | 2.7 |
| | 200～300万円未満 | 1618 | 23.3 | 9.6 | 2.7 | 2.6 | 8.4 | 20.3 | 7.5 | 5.3 | 0.8 | 14.7 | 13.3 | 31.6 | 3.5 | 9.8 | 2.2 |
| | 300～400万円未満 | 1826 | 26.4 | 10.7 | 3.6 | 1.7 | 6.8 | 17.0 | 7.0 | 5.4 | 1.2 | 12.8 | 15.3 | 33.6 | 4.0 | 10.7 | 2.1 |
| | 400～500万円未満 | 1690 | 32.0 | 14.2 | 7.0 | 1.7 | 6.6 | 16.4 | 7.4 | 7.6 | 1.7 | 12.7 | 12.9 | 34.4 | 4.1 | 9.8 | 2.0 |
| | 500～600万円未満 | 1444 | 36.4 | 16.3 | 10.9 | 1.2 | 5.3 | 15.2 | 6.1 | 6.4 | 1.5 | 11.4 | 12.2 | 36.0 | 3.9 | 9.6 | 2.1 |
| | 600～700万円未満 | 1125 | 40.9 | 20.4 | 12.8 | 1.2 | 4.8 | 16.4 | 6.2 | 6.3 | 1.3 | 11.3 | 10.7 | 32.7 | 5.4 | 6.8 | 2.3 |
| | 700～800万円未満 | 1045 | 41.8 | 20.5 | 14.0 | 1.6 | 4.7 | 14.9 | 6.8 | 7.8 | 1.7 | 11.0 | 12.0 | 33.9 | 4.8 | 7.5 | 1.6 |
| | 800～1000万円未満 | 1264 | 41.3 | 21.0 | 15.7 | 0.9 | 4.5 | 13.6 | 7.4 | 6.4 | 1.0 | 7.9 | 10.6 | 36.0 | 4.7 | 5.9 | 2.1 |
| | 1000～1200万円未満 | 707 | 45.4 | 19.5 | 13.7 | 1.4 | 3.5 | 14.4 | 7.1 | 8.6 | 1.4 | 10.2 | 11.7 | 36.4 | 5.1 | 7.6 | 1.8 |
| | 1200万円以上 | 794 | 46.0 | 20.2 | 12.6 | 1.3 | 2.9 | 15.4 | 7.1 | 7.3 | 1.0 | 5.0 | 10.1 | 32.5 | 6.0 | 6.5 | 1.1 |
| | わからない | 2250 | 20.4 | 11.1 | 4.9 | 1.9 | 6.4 | 12.7 | 6.5 | 5.0 | 0.8 | 10.1 | 13.7 | 31.2 | 4.0 | 7.2 | 1.5 |
| | 答えたくない | 3266 | 22.0 | 11.3 | 4.9 | 1.9 | 6.1 | 11.8 | 5.1 | 3.8 | 0.7 | 7.7 | 9.7 | 25.2 | 3.1 | 5.9 | 1.2 |
| 未既婚 | 既婚者 | 10098 | 30.0 | 19.6 | 12.7 | 1.9 | 6.3 | 16.4 | 5.8 | 5.5 | 1.1 | 10.1 | 10.4 | 29.4 | 3.6 | 8.5 | 2.0 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 8477 | 28.0 | 7.2 | 1.3 | 1.7 | 6.5 | 14.4 | 7.5 | 6.5 | 1.3 | 12.2 | 15.0 | 36.0 | 4.8 | 7.6 | 1.7 |
| | 答えたくない | 696 | 15.5 | 5.2 | 1.4 | 0.4 | 3.4 | 8.0 | 4.6 | 3.2 | 0.9 | 6.8 | 5.2 | 15.9 | 2.6 | 4.2 | 0.9 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 4167 | 27.5 | 5.0 | 0.1 | 0.7 | 6.6 | 14.7 | 7.0 | 6.8 | 1.3 | 10.9 | 13.1 | 33.5 | 4.0 | 7.1 | 1.8 |
| | 夫婦のみ・子なし | 4592 | 22.7 | 10.3 | 0.6 | 1.6 | 8.4 | 17.9 | 5.4 | 5.1 | 1.0 | 8.6 | 11.4 | 28.0 | 3.4 | 9.0 | 2.1 |
| | 夫婦・子あり | 4688 | 36.6 | 28.7 | 25.2 | 1.5 | 3.9 | 14.7 | 6.1 | 5.8 | 1.1 | 11.3 | 9.8 | 30.7 | 3.7 | 7.4 | 1.9 |
| | 親と同居（未婚） | 2234 | 26.9 | 5.9 | 0.2 | 2.8 | 5.5 | 12.6 | 7.7 | 6.4 | 1.5 | 11.9 | 16.7 | 39.0 | 5.4 | 7.2 | 1.5 |
| | 2世帯以上同居 | 862 | 34.6 | 17.5 | 9.3 | 3.1 | 6.8 | 16.1 | 6.3 | 6.5 | 1.3 | 12.2 | 11.7 | 32.3 | 4.4 | 10.7 | 2.1 |
| | その他 | 2032 | 29.4 | 13.7 | 4.3 | 3.5 | 8.3 | 16.3 | 8.3 | 6.2 | 0.9 | 14.9 | 15.8 | 36.9 | 5.9 | 9.6 | 1.6 |
| | 答えたくない | 696 | 15.5 | 5.2 | 1.4 | 0.4 | 3.4 | 8.0 | 4.6 | 3.2 | 0.9 | 6.8 | 5.2 | 15.9 | 2.6 | 4.2 | 0.9 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 週に1～2日 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | （小計）週に1日以上計 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 38.8 | 17.5 | 10.2 | 2.0 | 6.0 | 19.5 | 9.3 | 8.7 | 1.6 | 12.3 | 11.2 | 39.1 | 6.2 | 8.9 | 2.5 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 29.6 | 12.4 | 6.3 | 1.3 | 4.3 | 12.6 | 5.6 | 4.2 | 1.1 | 8.1 | 7.5 | 23.0 | 2.6 | 7.6 | 1.2 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 9447 | 36.3 | 16.1 | 9.1 | 1.8 | 5.5 | 17.6 | 8.3 | 7.4 | 1.4 | 11.1 | 10.2 | 34.6 | 5.2 | 8.6 | 2.1 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 21.2 | 11.2 | 5.4 | 1.7 | 7.1 | 12.9 | 4.8 | 4.4 | 0.9 | 10.7 | 14.2 | 29.1 | 3.1 | 7.4 | 1.5 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 週に2日 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | （小計）週に2日以上計 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | （小計）週2日未満 | 3824 | 43.7 | 17.9 | 9.6 | 2.3 | 5.7 | 20.2 | 9.1 | 8.7 | 1.6 | 11.7 | 8.1 | 33.8 | 6.2 | 8.2 | 2.1 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 3105 | 31.0 | 13.1 | 7.0 | 1.3 | 4.9 | 14.0 | 6.4 | 5.1 | 1.2 | 9.5 | 7.9 | 25.6 | 3.1 | 7.8 | 1.6 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 6929 | 38.0 | 15.8 | 8.4 | 1.9 | 5.3 | 17.4 | 7.9 | 7.1 | 1.4 | 10.7 | 8.0 | 30.1 | 4.8 | 8.0 | 1.9 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 12342 | 23.3 | 12.4 | 6.6 | 1.7 | 6.9 | 14.0 | 5.8 | 5.2 | 1.0 | 11.0 | 14.6 | 32.8 | 3.7 | 7.9 | 1.8 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | する・みる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | する・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | みる・ささえる | 758 | 44.6 | 22.6 | 15.7 | 2.9 | 7.0 | 19.1 | 12.3 | 11.1 | 5.5 | 13.7 | 7.1 | 25.5 | 6.9 | 7.4 | 2.0 |
| | みるのみ | 9793 | 30.3 | 13.8 | 6.7 | 2.3 | 7.7 | 18.6 | 7.7 | 7.4 | 1.1 | 11.5 | 11.0 | 35.1 | 4.5 | 10.0 | 2.3 |
| | ささえるのみ | 118 | 42.4 | 20.3 | 10.2 | 5.1 | 4.2 | 11.0 | 8.5 | 10.2 | 4.2 | 14.4 | 12.7 | 24.6 | 6.8 | 7.6 | 0.8 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 25.0 | 12.5 | 7.1 | 1.0 | 4.8 | 11.1 | 4.7 | 3.7 | 0.8 | 9.9 | 14.1 | 28.8 | 3.3 | 5.7 | 1.3 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q12-1. この1年間で運動やスポーツを週に1日以上（年51日～100日）“実施できなかった”理由は何ですか。（MA）（続き）

| | | 全体 | 特に理由はない | わからない |
|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 19271 | 22.4 | 4.2 |
| 性別 | 男性 | 8765 | 24.6 | 4.8 |
| | 女性 | 10227 | 20.3 | 3.1 |
| 年代 | 10代 | 351 | 24.5 | 10.0 |
| | 20代 | 2633 | 17.5 | 8.4 |
| | 30代 | 3040 | 17.9 | 5.5 |
| | 40代 | 3867 | 17.8 | 4.2 |
| | 50代 | 4076 | 23.1 | 2.7 |
| | 60代 | 2864 | 27.3 | 2.4 |
| | 70代 | 2440 | 33.0 | 1.5 |
| 性年代 | 男性10代 | 128 | 27.3 | 11.7 |
| | 男性20代 | 1146 | 20.1 | 9.4 |
| | 男性30代 | 1348 | 22.9 | 5.5 |
| | 男性40代 | 1760 | 19.8 | 5.9 |
| | 男性50代 | 1934 | 24.5 | 3.7 |
| | 男性60代 | 1351 | 28.9 | 2.8 |
| | 男性70代 | 1098 | 33.6 | 1.5 |
| | 女性10代 | 212 | 22.2 | 8.5 |
| | 女性20代 | 1416 | 15.3 | 6.3 |
| | 女性30代 | 1632 | 13.8 | 4.7 |
| | 女性40代 | 2045 | 15.7 | 2.5 |
| | 女性50代 | 2101 | 21.6 | 1.6 |
| | 女性60代 | 1492 | 25.7 | 1.8 |
| | 女性70代 | 1329 | 32.2 | 1.4 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 4405 | 22.5 | 3.3 |
| | 東京都区部 | 1557 | 22.0 | 4.8 |
| | 政令指定都市 | 2848 | 22.7 | 2.5 |
| | 大都市 | 6492 | 21.9 | 3.7 |
| | 小都市 | 6203 | 22.2 | 4.1 |
| | 町村 | 2171 | 24.0 | 7.4 |
| 居住地域 | 北海道 | 832 | 22.2 | 5.0 |
| | 東北 | 1391 | 22.9 | 4.0 |
| | 北関東 | 1036 | 22.9 | 4.5 |
| | 首都圏 | 5530 | 21.6 | 4.1 |
| | 北陸 | 817 | 20.2 | 3.7 |
| | 東山 | 767 | 20.7 | 5.3 |
| | 東海 | 1950 | 23.1 | 3.5 |
| | 近畿二府一県 | 2599 | 24.0 | 4.0 |
| | その他近畿圏 | 553 | 22.6 | 4.2 |
| | 中国 | 1112 | 22.6 | 4.8 |
| | 四国 | 596 | 23.8 | 4.0 |
| | 九州・沖縄 | 2088 | 21.8 | 4.2 |
| 職業 | 自営業主 | 1420 | 21.3 | 3.6 |
| | 家族従業者 | 104 | 21.2 | 1.0 |
| | 雇用者 | 10816 | 18.2 | 3.0 |
| | （小計）就労者 | 12340 | 18.6 | 3.1 |
| | 主婦・主夫 | 2508 | 26.8 | 2.3 |
| | 学生 | 549 | 19.3 | 8.7 |
| | 無職 | 2755 | 32.6 | 3.3 |
| | その他 | 244 | 23.4 | 1.2 |
| | 答えたくない | 875 | 31.7 | 25.7 |
| 最終学歴 | 中学校 | 421 | 25.7 | 5.5 |
| | 高校 | 5851 | 25.4 | 3.4 |
| | 短大・高専 | 1944 | 22.2 | 2.3 |
| | 専門学校 | 2423 | 21.2 | 3.3 |
| | 大学 | 7244 | 19.7 | 3.4 |
| | 大学院 | 795 | 18.7 | 4.9 |
| | その他 | 9 | 33.3 | – |
| | 答えたくない | 584 | 32.9 | 28.1 |
| 世帯年収 | 収入なし | 444 | 34.0 | 7.9 |
| | 100万円未満 | 585 | 27.7 | 5.0 |
| | 100～200万円未満 | 1213 | 24.7 | 2.2 |
| | 200～300万円未満 | 1618 | 20.6 | 2.0 |
| | 300～400万円未満 | 1826 | 20.5 | 2.5 |
| | 400～500万円未満 | 1690 | 18.0 | 2.4 |
| | 500～600万円未満 | 1444 | 16.2 | 2.2 |
| | 600～700万円未満 | 1125 | 16.5 | 2.7 |
| | 700～800万円未満 | 1045 | 16.8 | 1.8 |
| | 800～1000万円未満 | 1264 | 16.9 | 2.5 |
| | 1000～1200万円未満 | 707 | 15.6 | 2.7 |
| | 1200万円以上 | 794 | 16.0 | 3.3 |
| | わからない | 2250 | 27.8 | 5.6 |
| | 答えたくない | 3266 | 30.9 | 9.3 |
| 未既婚 | 既婚者 | 10098 | 21.7 | 3.0 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 8477 | 22.4 | 3.8 |
| | 答えたくない | 696 | 32.2 | 25.0 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 4167 | 24.3 | 4.4 |
| | 夫婦のみ・子なし | 4592 | 25.2 | 3.1 |
| | 夫婦・子あり | 4688 | 18.6 | 3.0 |
| | 親と同居（未婚） | 2234 | 22.2 | 4.0 |
| | 2世帯以上同居 | 862 | 19.8 | 3.0 |
| | その他 | 2032 | 18.6 | 2.4 |
| | 答えたくない | 696 | 32.2 | 25.0 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | – | – | – |
| | 週に1～2日 | – | – | – |
| | （小計）週に1日以上計 | – | – | – |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 11.9 | 0.5 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 22.6 | 10.6 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 9447 | 14.8 | 3.3 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 29.6 | 5.0 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | – | – | – |
| | 週に2日 | – | – | – |
| | （小計）週に2日以上計 | – | – | – |
| | （小計）週2日未満 | 3824 | 11.3 | 0.5 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 3105 | 20.6 | 9.1 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 6929 | 15.5 | 4.3 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 12342 | 26.2 | 4.1 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | – | – | – |
| | する・みる | – | – | – |
| | する・ささえる | – | – | – |
| | するのみ | – | – | – |
| | みる・ささえる | 758 | 8.0 | 2.6 |
| | みるのみ | 9793 | 19.2 | 1.6 |
| | ささえるのみ | 118 | 9.3 | 1.7 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 27.4 | 7.2 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q12-2. 1日30分以上の軽く汗をかく運動やスポーツを週2日以上（年101日～150日）、かつ1年以上"継続できなかった"理由は何ですか。(MA)

| | | 全体 | 仕事が忙しいから | 家事が忙しいから | 育児が忙しいから | 介護が忙しいから | 病気やけがをしているから | 体力が衰えたから | 場所や施設がないから | 仲間がいないから | 指導者がいないから | お金に余裕がないから | 運動・スポーツが嫌いだから | 面倒くさいから | 運動・スポーツ以上に大切なことがあるから | 生活や仕事で体を動かしているから | その他 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 19427 | 34.0 | 15.3 | 8.0 | 2.3 | 6.6 | 17.0 | 7.7 | 6.4 | 1.6 | 8.7 | 8.9 | 30.8 | 5.1 | 9.7 | 2.7 |
| 性別 | 男性 | 9608 | 39.8 | 10.6 | 6.3 | 2.1 | 6.3 | 17.6 | 7.2 | 6.6 | 1.7 | 7.7 | 4.8 | 26.7 | 4.9 | 8.2 | 2.1 |
| | 女性 | 9650 | 28.2 | 20.1 | 9.8 | 2.6 | 7.0 | 16.5 | 8.1 | 6.2 | 1.4 | 9.5 | 13.0 | 34.8 | 5.4 | 11.3 | 3.2 |
| 年代 | 10代 | 485 | 21.4 | 4.5 | 1.0 | 1.9 | 4.7 | 12.4 | 15.1 | 14.2 | 3.1 | 9.3 | 16.9 | 39.2 | 13.2 | 10.3 | 2.9 |
| | 20代 | 3042 | 43.6 | 13.0 | 8.3 | 2.1 | 4.9 | 10.7 | 10.5 | 11.1 | 2.8 | 11.8 | 11.4 | 34.5 | 6.2 | 7.1 | 1.8 |
| | 30代 | 3015 | 45.5 | 25.9 | 24.4 | 1.2 | 4.6 | 11.9 | 9.2 | 6.9 | 1.8 | 10.0 | 10.1 | 34.7 | 4.9 | 6.5 | 2.7 |
| | 40代 | 3656 | 43.6 | 22.0 | 12.7 | 1.8 | 5.5 | 14.8 | 7.6 | 6.0 | 1.3 | 9.8 | 9.1 | 34.4 | 4.9 | 8.3 | 2.8 |
| | 50代 | 3717 | 37.5 | 15.4 | 2.4 | 3.6 | 6.6 | 17.8 | 6.2 | 4.4 | 1.2 | 9.1 | 8.0 | 31.5 | 4.5 | 10.0 | 2.5 |
| | 60代 | 2783 | 22.0 | 8.9 | 0.3 | 3.4 | 9.7 | 20.7 | 6.0 | 4.1 | 0.8 | 6.4 | 6.4 | 25.3 | 5.1 | 12.0 | 3.4 |
| | 70代 | 2729 | 7.1 | 5.9 | 0.2 | 1.8 | 9.4 | 28.8 | 5.3 | 4.7 | 1.2 | 3.7 | 7.0 | 20.3 | 3.9 | 15.5 | 3.1 |
| 性年代 | 男性10代 | 182 | 23.1 | 7.1 | 2.2 | 3.8 | 4.9 | 10.4 | 11.5 | 15.4 | 2.7 | 8.8 | 10.4 | 34.1 | 11.0 | 9.9 | 3.8 |
| | 男性20代 | 1478 | 48.4 | 12.1 | 6.8 | 3.2 | 5.5 | 11.0 | 10.1 | 11.6 | 3.2 | 11.2 | 6.3 | 26.3 | 6.1 | 7.4 | 1.3 |
| | 男性30代 | 1415 | 52.3 | 19.9 | 19.4 | 1.8 | 5.0 | 11.7 | 8.6 | 7.1 | 2.0 | 8.3 | 5.9 | 29.7 | 4.2 | 5.4 | 1.3 |
| | 男性40代 | 1835 | 51.2 | 15.6 | 10.4 | 1.7 | 4.9 | 13.5 | 7.3 | 6.0 | 1.9 | 8.3 | 4.8 | 27.7 | 5.3 | 7.2 | 2.4 |
| | 男性50代 | 1932 | 45.7 | 8.4 | 1.8 | 2.3 | 5.7 | 17.6 | 6.1 | 4.2 | 1.2 | 8.4 | 4.1 | 27.7 | 4.5 | 6.3 | 1.9 |
| | 男性60代 | 1450 | 26.2 | 4.6 | 0.3 | 2.0 | 9.4 | 23.0 | 5.9 | 4.9 | 0.6 | 5.3 | 3.2 | 25.2 | 4.4 | 10.2 | 2.7 |
| | 男性70代 | 1316 | 9.5 | 2.1 | – | 0.9 | 7.8 | 32.4 | 5.1 | 5.3 | 1.1 | 4.0 | 3.9 | 21.7 | 3.7 | 13.9 | 3.1 |
| | 女性10代 | 295 | 20.0 | 3.1 | 0.3 | 0.7 | 4.7 | 13.6 | 17.3 | 13.6 | 3.4 | 9.8 | 21.4 | 43.1 | 14.9 | 10.5 | 2.4 |
| | 女性20代 | 1513 | 39.2 | 13.9 | 10.2 | 1.1 | 4.3 | 10.5 | 11.0 | 10.7 | 2.4 | 12.5 | 16.5 | 42.8 | 6.3 | 6.8 | 2.3 |
| | 女性30代 | 1569 | 40.0 | 31.6 | 29.3 | 0.6 | 4.0 | 12.1 | 9.8 | 6.8 | 1.5 | 11.7 | 14.0 | 39.2 | 5.7 | 7.6 | 4.0 |
| | 女性40代 | 1784 | 35.9 | 28.6 | 15.1 | 1.7 | 6.3 | 16.0 | 7.8 | 6.0 | 0.8 | 11.2 | 13.6 | 41.4 | 4.5 | 9.4 | 3.1 |
| | 女性50代 | 1756 | 28.4 | 22.8 | 3.0 | 5.0 | 7.5 | 18.1 | 6.2 | 4.6 | 1.2 | 9.6 | 12.2 | 35.8 | 4.4 | 14.1 | 3.0 |
| | 女性60代 | 1327 | 17.3 | 13.7 | 0.4 | 5.0 | 10.1 | 18.4 | 6.1 | 3.2 | 0.9 | 7.5 | 9.8 | 25.4 | 5.9 | 13.9 | 4.1 |
| | 女性70代 | 1406 | 4.8 | 9.6 | 0.4 | 2.6 | 10.9 | 25.5 | 5.6 | 4.1 | 1.4 | 3.4 | 10.0 | 19.0 | 4.1 | 17.1 | 3.1 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 4943 | 34.6 | 14.4 | 7.1 | 2.2 | 6.9 | 16.6 | 8.2 | 6.0 | 1.3 | 8.9 | 9.5 | 32.2 | 5.4 | 9.7 | 2.9 |
| | 東京都区部 | 1821 | 37.5 | 14.1 | 7.3 | 2.3 | 6.6 | 14.1 | 8.1 | 6.1 | 1.5 | 8.3 | 10.2 | 32.5 | 5.5 | 8.2 | 2.6 |
| | 政令指定都市 | 3122 | 33.0 | 14.6 | 7.0 | 2.2 | 7.0 | 18.0 | 8.2 | 5.9 | 1.1 | 9.3 | 9.2 | 32.0 | 5.3 | 10.6 | 3.0 |
| | 大都市 | 7189 | 34.4 | 14.8 | 8.2 | 2.4 | 6.3 | 17.7 | 7.4 | 6.7 | 1.7 | 8.6 | 8.8 | 30.7 | 5.0 | 9.8 | 2.3 |
| | 小都市 | 5610 | 33.3 | 16.6 | 8.7 | 2.2 | 6.4 | 17.1 | 7.4 | 6.5 | 1.7 | 8.9 | 9.2 | 30.5 | 5.2 | 9.3 | 2.9 |
| | 町村 | 1685 | 32.3 | 16.1 | 7.9 | 2.8 | 7.7 | 15.3 | 8.0 | 5.7 | 1.4 | 7.2 | 6.7 | 27.8 | 4.5 | 10.9 | 2.8 |
| 居住地域 | 北海道 | 786 | 30.4 | 13.2 | 7.0 | 1.7 | 7.4 | 17.7 | 8.9 | 6.2 | 1.4 | 8.5 | 8.3 | 29.9 | 4.6 | 10.9 | 2.7 |
| | 東北 | 1261 | 31.9 | 14.7 | 5.9 | 2.9 | 7.2 | 17.4 | 7.8 | 5.2 | 1.2 | 8.4 | 8.7 | 30.2 | 6.3 | 10.6 | 3.8 |
| | 北関東 | 1037 | 35.3 | 17.6 | 9.6 | 2.6 | 7.2 | 16.3 | 8.6 | 7.1 | 1.7 | 9.5 | 7.8 | 28.6 | 5.1 | 7.8 | 3.2 |
| | 首都圏 | 5961 | 35.8 | 15.0 | 8.2 | 2.2 | 6.8 | 16.2 | 8.1 | 6.0 | 1.6 | 9.1 | 9.8 | 32.0 | 5.2 | 9.0 | 2.6 |
| | 北陸 | 811 | 34.0 | 14.9 | 6.9 | 2.1 | 7.8 | 18.9 | 9.7 | 6.7 | 2.1 | 10.2 | 10.7 | 30.5 | 4.9 | 11.3 | 2.7 |
| | 東山 | 747 | 32.9 | 14.2 | 8.3 | 2.5 | 6.8 | 18.5 | 6.3 | 6.7 | 1.6 | 7.6 | 7.9 | 27.6 | 5.6 | 10.6 | 2.8 |
| | 東海 | 2019 | 33.8 | 15.9 | 9.3 | 1.9 | 5.1 | 17.8 | 7.1 | 7.6 | 1.9 | 9.2 | 8.2 | 31.9 | 5.1 | 10.5 | 2.9 |
| | 近畿二府一県 | 2527 | 32.4 | 15.6 | 7.4 | 2.5 | 5.7 | 16.5 | 7.0 | 6.4 | 1.5 | 8.5 | 9.6 | 29.8 | 5.5 | 9.2 | 2.0 |
| | その他近畿圏 | 557 | 31.2 | 15.8 | 7.7 | 2.2 | 4.1 | 17.2 | 7.5 | 5.7 | 2.5 | 7.0 | 6.6 | 33.9 | 4.8 | 9.0 | 2.5 |
| | 中国 | 1050 | 34.6 | 14.7 | 7.3 | 2.7 | 6.9 | 15.9 | 6.8 | 6.9 | 0.9 | 6.7 | 7.8 | 30.5 | 4.4 | 9.9 | 1.9 |
| | 四国 | 515 | 30.7 | 13.4 | 7.8 | 1.4 | 6.8 | 18.3 | 7.2 | 8.5 | 0.8 | 7.2 | 9.1 | 32.6 | 3.3 | 11.7 | 1.6 |
| | 九州・沖縄 | 2156 | 34.2 | 16.9 | 9.0 | 2.7 | 7.7 | 17.9 | 6.9 | 5.9 | 1.4 | 8.5 | 8.0 | 29.0 | 4.9 | 10.4 | 3.2 |
| 職業 | 自営業主 | 1439 | 40.4 | 12.0 | 6.3 | 3.6 | 9.2 | 18.0 | 7.6 | 6.5 | 3.2 | 8.1 | 6.0 | 24.9 | 4.7 | 10.3 | 2.1 |
| | 家族従業者 | 110 | 32.7 | 24.5 | 10.9 | 7.3 | 7.3 | 20.0 | 10.9 | 6.4 | 3.6 | 13.6 | 10.0 | 34.5 | 6.4 | 15.5 | 2.7 |
| | 雇用者 | 11448 | 47.8 | 18.2 | 10.3 | 1.9 | 4.3 | 14.9 | 8.0 | 6.4 | 1.5 | 9.5 | 8.5 | 32.1 | 4.9 | 9.7 | 2.2 |
| | (小計)就労者 | 12997 | 46.8 | 17.6 | 9.9 | 2.2 | 4.9 | 15.3 | 8.0 | 6.4 | 1.7 | 9.4 | 8.2 | 31.3 | 4.9 | 9.8 | 2.2 |
| | 主婦・主夫 | 2371 | 4.0 | 19.7 | 10.2 | 3.5 | 9.8 | 20.4 | 5.9 | 4.9 | 1.1 | 5.7 | 11.3 | 28.3 | 4.8 | 11.2 | 3.5 |
| | 学生 | 818 | 21.5 | 5.4 | 1.0 | 1.2 | 4.6 | 10.5 | 15.0 | 15.9 | 2.7 | 11.7 | 15.8 | 44.5 | 12.6 | 9.3 | 3.2 |
| | 無職 | 2565 | 2.7 | 4.4 | 0.3 | 2.5 | 12.7 | 25.4 | 5.9 | 5.2 | 1.2 | 7.2 | 9.0 | 28.9 | 4.3 | 8.6 | 4.1 |
| | その他 | 254 | 21.3 | 10.2 | 3.1 | 3.5 | 9.4 | 20.5 | 7.9 | 4.3 | 0.8 | 8.3 | 7.5 | 23.6 | 8.7 | 16.5 | 5.5 |
| | 答えたくない | 422 | 28.0 | 10.2 | 2.8 | 1.2 | 6.6 | 10.4 | 3.8 | 4.7 | 1.4 | 5.0 | 4.0 | 15.2 | 2.8 | 3.3 | 0.9 |
| 最終学歴 | 中学校 | 264 | 26.5 | 12.5 | 4.5 | 2.3 | 8.3 | 21.6 | 8.0 | 4.9 | 0.8 | 11.7 | 11.7 | 28.0 | 2.3 | 9.8 | 4.9 |
| | 高校 | 4686 | 26.7 | 12.2 | 5.0 | 1.9 | 8.2 | 18.1 | 6.3 | 5.8 | 1.4 | 8.5 | 8.2 | 27.7 | 4.6 | 11.4 | 2.9 |
| | 短大・高専 | 1937 | 27.1 | 18.7 | 6.7 | 3.6 | 6.5 | 19.2 | 6.0 | 5.1 | 1.5 | 8.7 | 10.3 | 29.4 | 5.0 | 11.9 | 3.1 |
| | 専門学校 | 2222 | 34.7 | 16.8 | 9.6 | 3.0 | 6.8 | 15.8 | 7.1 | 6.2 | 1.4 | 9.5 | 9.7 | 32.9 | 5.0 | 11.5 | 2.7 |
| | 大学 | 8887 | 38.2 | 16.1 | 9.4 | 2.0 | 5.9 | 16.6 | 8.7 | 7.0 | 1.6 | 8.6 | 8.8 | 32.5 | 5.4 | 8.6 | 2.5 |
| | 大学院 | 1137 | 47.1 | 15.9 | 11.3 | 2.6 | 5.4 | 15.0 | 9.2 | 7.2 | 1.9 | 7.7 | 9.1 | 30.9 | 6.5 | 6.2 | 2.2 |
| | その他 | 9 | 33.3 | – | – | – | – | 11.1 | 11.1 | 11.1 | – | 22.2 | 11.1 | 44.4 | – | 11.1 | 11.1 |
| | 答えたくない | 285 | 16.5 | 9.1 | 3.9 | 2.5 | 6.3 | 11.9 | 4.9 | 4.2 | 2.5 | 7.4 | 4.6 | 21.8 | 2.8 | 4.6 | 1.1 |
| 世帯年収 | 収入なし | 291 | 6.5 | 8.6 | 1.4 | 3.1 | 11.3 | 16.2 | 9.3 | 7.2 | 3.1 | 12.0 | 8.6 | 30.2 | 5.2 | 5.2 | 4.5 |
| | 100万円未満 | 513 | 13.8 | 6.8 | 2.1 | 3.7 | 9.6 | 16.6 | 9.4 | 7.4 | 2.3 | 12.1 | 10.1 | 33.7 | 5.7 | 9.0 | 2.9 |
| | 100～200万円未満 | 1032 | 17.4 | 9.5 | 2.3 | 3.6 | 9.9 | 22.5 | 7.1 | 5.3 | 2.1 | 11.2 | 10.1 | 31.1 | 4.4 | 12.1 | 3.3 |
| | 200～300万円未満 | 1687 | 26.4 | 11.2 | 3.2 | 3.0 | 9.7 | 23.1 | 8.2 | 6.5 | 1.8 | 9.9 | 9.7 | 30.3 | 4.6 | 11.4 | 3.4 |
| | 300～400万円未満 | 1899 | 29.2 | 11.4 | 4.2 | 1.9 | 7.5 | 20.8 | 7.7 | 5.6 | 1.7 | 9.7 | 9.8 | 32.1 | 5.3 | 11.3 | 2.9 |
| | 400～500万円未満 | 1867 | 36.3 | 14.7 | 6.4 | 2.1 | 6.7 | 16.6 | 8.2 | 8.1 | 1.7 | 10.0 | 9.2 | 31.2 | 4.1 | 11.7 | 2.5 |
| | 500～600万円未満 | 1588 | 40.8 | 16.1 | 12.0 | 2.0 | 5.7 | 15.6 | 7.9 | 7.2 | 1.7 | 9.4 | 8.1 | 30.8 | 4.3 | 8.4 | 2.3 |
| | 600～700万円未満 | 1277 | 46.6 | 20.9 | 12.5 | 2.3 | 6.7 | 17.5 | 8.3 | 6.2 | 1.5 | 8.8 | 8.7 | 29.4 | 5.2 | 9.1 | 1.4 |
| | 700～800万円未満 | 1181 | 44.5 | 23.6 | 15.5 | 1.9 | 4.5 | 17.1 | 8.5 | 7.5 | 2.4 | 9.1 | 7.8 | 33.1 | 5.3 | 9.5 | 2.5 |
| | 800～1000万円未満 | 1588 | 48.2 | 23.5 | 16.2 | 1.8 | 4.8 | 14.8 | 7.0 | 6.6 | 0.6 | 6.0 | 8.1 | 32.6 | 5.6 | 8.4 | 2.3 |
| | 1000～1200万円未満 | 999 | 48.8 | 21.6 | 13.9 | 2.2 | 3.8 | 15.0 | 9.1 | 8.1 | 1.8 | 7.2 | 9.1 | 31.3 | 5.5 | 8.6 | 3.1 |
| | 1200万円以上 | 1078 | 48.9 | 19.5 | 13.1 | 2.2 | 4.6 | 13.0 | 6.1 | 6.2 | 1.1 | 5.1 | 6.7 | 29.5 | 6.5 | 6.1 | 2.2 |
| | わからない | 1906 | 23.1 | 11.9 | 4.2 | 2.0 | 6.1 | 14.4 | 8.1 | 5.6 | 1.3 | 8.2 | 10.8 | 32.0 | 5.9 | 10.7 | 3.3 |
| | 答えたくない | 2521 | 26.2 | 12.5 | 4.6 | 2.5 | 6.3 | 15.0 | 5.8 | 4.7 | 1.1 | 7.3 | 8.0 | 26.9 | 5.0 | 9.1 | 2.4 |
| 未既婚 | 既婚者 | 10803 | 33.8 | 20.6 | 13.1 | 2.3 | 6.2 | 17.6 | 6.6 | 5.6 | 1.4 | 7.2 | 7.2 | 28.0 | 4.4 | 9.9 | 2.7 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 8246 | 34.7 | 8.8 | 1.6 | 2.3 | 7.3 | 16.6 | 9.1 | 7.5 | 1.7 | 10.6 | 11.3 | 34.8 | 6.2 | 9.8 | 2.7 |
| | 答えたくない | 378 | 22.5 | 7.4 | 1.9 | 2.1 | 5.3 | 10.6 | 6.9 | 5.8 | 2.6 | 8.7 | 5.8 | 22.5 | 3.4 | 5.0 | 2.6 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 4183 | 34.9 | 7.2 | 0.6 | 1.5 | 7.5 | 16.3 | 8.9 | 7.6 | 1.8 | 10.2 | 9.9 | 32.9 | 5.2 | 9.5 | 2.7 |
| | 夫婦のみ・子なし | 5147 | 26.2 | 11.4 | 1.0 | 2.0 | 7.4 | 19.5 | 6.7 | 5.3 | 1.3 | 6.2 | 8.2 | 28.2 | 4.4 | 10.8 | 2.8 |
| | 夫婦・子あり | 4837 | 41.8 | 30.5 | 26.7 | 2.2 | 4.6 | 15.1 | 6.2 | 5.9 | 1.3 | 8.2 | 6.6 | 27.7 | 4.1 | 8.1 | 2.7 |
| | 親と同居(未婚) | 2044 | 35.0 | 7.7 | 0.8 | 3.5 | 6.4 | 16.3 | 9.1 | 7.4 | 2.2 | 10.6 | 11.8 | 36.9 | 6.9 | 9.2 | 2.4 |
| | 2世帯以上同居 | 851 | 38.1 | 19.5 | 10.7 | 4.0 | 5.4 | 18.7 | 7.1 | 7.3 | 2.1 | 8.6 | 8.5 | 31.6 | 6.0 | 11.8 | 2.6 |
| | その他 | 1987 | 32.5 | 13.7 | 4.1 | 3.5 | 8.6 | 18.1 | 10.2 | 6.7 | 1.2 | 10.8 | 12.4 | 35.3 | 7.2 | 12.1 | 2.8 |
| | 答えたくない | 378 | 22.5 | 7.4 | 1.9 | 2.1 | 5.3 | 10.6 | 6.9 | 5.8 | 2.6 | 8.7 | 5.8 | 22.5 | 3.4 | 5.0 | 2.6 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 3713 | 29.8 | 16.2 | 7.9 | 3.2 | 8.3 | 19.5 | 9.4 | 6.2 | 1.9 | 8.5 | 9.3 | 27.7 | 6.0 | 14.5 | 3.5 |
| | 週に1～2日 | 6267 | 38.2 | 15.3 | 7.1 | 2.4 | 7.2 | 20.2 | 8.5 | 6.8 | 1.4 | 8.3 | 7.7 | 29.6 | 5.4 | 9.9 | 3.5 |
| | (小計)週に1日以上計 | 9980 | 35.1 | 15.6 | 7.4 | 2.7 | 7.6 | 19.9 | 8.8 | 6.6 | 1.6 | 8.4 | 8.3 | 28.9 | 5.6 | 11.6 | 3.5 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 35.6 | 16.7 | 9.7 | 2.1 | 5.9 | 15.5 | 7.4 | 7.2 | 1.6 | 9.9 | 10.5 | 37.2 | 5.4 | 8.3 | 2.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 25.2 | 10.8 | 6.0 | 1.5 | 4.7 | 9.8 | 3.9 | 3.4 | 1.3 | 6.3 | 7.1 | 20.8 | 2.7 | 6.5 | 1.1 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 19427 | 34.0 | 15.3 | 8.0 | 2.3 | 6.6 | 17.0 | 7.7 | 6.4 | 1.6 | 8.7 | 8.9 | 30.8 | 5.1 | 9.7 | 2.7 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 週に2日 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | (小計)週に2日以上計 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 40.4 | 16.5 | 8.1 | 2.7 | 6.6 | 18.6 | 8.3 | 7.1 | 1.8 | 8.3 | 6.5 | 27.7 | 5.7 | 10.1 | 2.5 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 27.3 | 12.3 | 6.4 | 1.8 | 5.9 | 12.7 | 5.2 | 4.6 | 1.3 | 7.4 | 7.6 | 24.6 | 3.5 | 7.5 | 2.1 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 14314 | 36.7 | 15.3 | 7.6 | 2.5 | 6.4 | 16.9 | 7.4 | 6.4 | 1.6 | 8.1 | 6.8 | 26.8 | 5.1 | 9.4 | 2.4 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 26.3 | 15.5 | 9.1 | 1.9 | 7.1 | 17.3 | 8.3 | 6.5 | 1.4 | 10.3 | 14.9 | 41.8 | 5.2 | 10.8 | 3.5 |
| スポーツ※2参画状況 | する・みる・ささえる | 1167 | 44.5 | 20.8 | 15.1 | 7.6 | 10.3 | 22.4 | 15.1 | 12.7 | 5.9 | 12.0 | 7.7 | 19.1 | 6.3 | 9.7 | 2.3 |
| | する・みる | 6259 | 33.0 | 14.4 | 5.8 | 2.2 | 7.6 | 21.5 | 8.1 | 6.1 | 1.0 | 7.4 | 6.8 | 30.0 | 5.5 | 12.5 | 3.6 |
| | する・ささえる | 72 | 43.1 | 13.9 | 11.1 | 2.8 | 8.3 | 13.9 | 16.7 | 12.5 | 5.6 | 13.9 | 8.3 | 23.6 | 9.7 | 5.6 | 4.2 |
| | するのみ | 2482 | 35.9 | 16.2 | 7.7 | 1.7 | 6.3 | 15.1 | 7.6 | 4.8 | 1.0 | 9.1 | 12.3 | 30.9 | 5.5 | 10.4 | 3.9 |
| | みる・ささえる | 642 | 43.3 | 22.1 | 15.1 | 3.0 | 8.4 | 16.0 | 9.7 | 11.4 | 4.7 | 11.4 | 6.9 | 25.1 | 6.2 | 7.0 | 1.9 |
| | みるのみ | 5497 | 33.7 | 15.0 | 8.2 | 2.2 | 5.5 | 16.3 | 7.0 | 6.7 | 1.4 | 9.2 | 9.2 | 35.3 | 4.8 | 8.9 | 2.0 |
| | ささえるのみ | 89 | 38.2 | 13.5 | 11.2 | 4.5 | 7.9 | 15.7 | 7.9 | 9.0 | 2.2 | 9.0 | 9.0 | 19.1 | 6.7 | 5.6 | – |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 28.9 | 13.8 | 8.3 | 1.1 | 5.0 | 9.4 | 4.8 | 4.1 | 1.1 | 8.1 | 10.8 | 30.1 | 3.9 | 6.1 | 1.5 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q12-2. 1日30分以上の軽く汗をかく運動やスポーツを週2日以上（年101日～150日）、かつ1年以上"継続できなかった"理由は何ですか。(MA)（続き）

| | | 全体 | 特に理由はない | わからない |
|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 19427 | 15.7 | 2.4 |
| 性別 | 男性 | 9608 | 16.7 | 2.7 |
| | 女性 | 9650 | 14.8 | 1.9 |
| 年代 | 10代 | 485 | 11.5 | 3.7 |
| | 20代 | 3042 | 9.4 | 3.7 |
| | 30代 | 3015 | 9.7 | 3.1 |
| | 40代 | 3656 | 11.7 | 2.4 |
| | 50代 | 3717 | 15.8 | 2.0 |
| | 60代 | 2783 | 23.1 | 1.6 |
| | 70代 | 2729 | 28.1 | 1.4 |
| 性年代 | 男性10代 | 182 | 12.6 | 2.2 |
| | 男性20代 | 1478 | 10.2 | 4.3 |
| | 男性30代 | 1415 | 12.1 | 3.3 |
| | 男性40代 | 1835 | 12.4 | 2.9 |
| | 男性50代 | 1932 | 16.6 | 3.0 |
| | 男性60代 | 1450 | 22.6 | 1.4 |
| | 男性70代 | 1316 | 29.2 | 1.3 |
| | 女性10代 | 295 | 10.8 | 4.4 |
| | 女性20代 | 1513 | 8.4 | 2.8 |
| | 女性30代 | 1569 | 7.6 | 2.5 |
| | 女性40代 | 1784 | 10.7 | 1.9 |
| | 女性50代 | 1756 | 15.1 | 1.0 |
| | 女性60代 | 1327 | 23.5 | 1.7 |
| | 女性70代 | 1406 | 27.1 | 1.4 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 4943 | 16.2 | 2.2 |
| | 東京都区部 | 1821 | 15.3 | 2.7 |
| | 政令指定都市 | 3122 | 16.7 | 1.9 |
| | 大都市 | 7189 | 15.7 | 2.0 |
| | 小都市 | 5610 | 14.8 | 2.7 |
| | 町村 | 1685 | 17.6 | 4.0 |
| 居住地域 | 北海道 | 786 | 17.4 | 2.2 |
| | 東北 | 1261 | 16.3 | 1.7 |
| | 北関東 | 1037 | 15.5 | 3.0 |
| | 首都圏 | 5961 | 15.2 | 2.5 |
| | 北陸 | 811 | 14.4 | 2.3 |
| | 東山 | 747 | 15.4 | 3.6 |
| | 東海 | 2019 | 15.5 | 2.3 |
| | 近畿二府一県 | 2527 | 16.6 | 2.2 |
| | その他近畿圏 | 557 | 16.0 | 2.9 |
| | 中国 | 1050 | 15.0 | 2.3 |
| | 四国 | 515 | 16.1 | 2.7 |
| | 九州・沖縄 | 2156 | 16.5 | 2.1 |
| 職業 | 自営業主 | 1439 | 14.2 | 2.2 |
| | 家族従業者 | 110 | 11.8 | 0.9 |
| | 雇用者 | 11448 | 12.1 | 2.0 |
| | （小計）就労者 | 12997 | 12.3 | 2.0 |
| | 主婦・主夫 | 2371 | 21.7 | 1.6 |
| | 学生 | 818 | 10.4 | 3.3 |
| | 無職 | 2565 | 27.5 | 2.3 |
| | その他 | 254 | 23.2 | 3.5 |
| | 答えたくない | 422 | 21.3 | 18.7 |
| 最終学歴 | 中学校 | 264 | 17.8 | 3.4 |
| | 高校 | 4686 | 19.5 | 2.6 |
| | 短大・高専 | 1937 | 17.8 | 2.0 |
| | 専門学校 | 2222 | 14.7 | 2.5 |
| | 大学 | 8887 | 13.8 | 1.9 |
| | 大学院 | 1137 | 11.7 | 1.8 |
| | その他 | 9 | 22.2 | 11.1 |
| | 答えたくない | 285 | 22.5 | 18.6 |
| 世帯年収 | 収入なし | 291 | 24.7 | 3.8 |
| | 100万円未満 | 513 | 20.9 | 1.9 |
| | 100～200万円未満 | 1032 | 19.9 | 2.1 |
| | 200～300万円未満 | 1687 | 15.6 | 1.8 |
| | 300～400万円未満 | 1899 | 16.0 | 1.4 |
| | 400～500万円未満 | 1867 | 14.8 | 1.6 |
| | 500～600万円未満 | 1588 | 12.3 | 1.4 |
| | 600～700万円未満 | 1277 | 11.8 | 1.9 |
| | 700～800万円未満 | 1181 | 10.6 | 1.4 |
| | 800～1000万円未満 | 1588 | 9.9 | 1.5 |
| | 1000～1200万円未満 | 999 | 10.8 | 1.6 |
| | 1200万円以上 | 1078 | 12.9 | 1.7 |
| | わからない | 1906 | 19.6 | 3.7 |
| | 答えたくない | 2521 | 23.0 | 5.8 |
| 未既婚 | 既婚者 | 10803 | 16.5 | 1.9 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 8246 | 14.5 | 2.5 |
| | 答えたくない | 378 | 23.0 | 14.6 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 4183 | 15.7 | 2.5 |
| | 夫婦のみ・子なし | 5147 | 20.0 | 1.9 |
| | 夫婦・子あり | 4837 | 13.1 | 1.9 |
| | 親と同居（未婚） | 2044 | 13.0 | 2.9 |
| | 2世帯以上同居 | 851 | 13.4 | 2.1 |
| | その他 | 1987 | 13.8 | 2.3 |
| | 答えたくない | 378 | 23.0 | 14.6 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 3713 | 15.6 | 1.3 |
| | 週に1～2日 | 6267 | 13.7 | 1.1 |
| | （小計）週に1日以上計 | 9980 | 14.4 | 1.1 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 13.7 | 0.9 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 26.2 | 11.5 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 19427 | 15.7 | 2.4 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | － | － | － |
| | 週に2日 | － | － | － |
| | （小計）週に2日以上計 | － | － | － |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 13.1 | 0.9 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 23.0 | 8.3 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 14314 | 15.9 | 3.0 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 15.2 | 0.7 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 1167 | 6.6 | 0.7 |
| | する・みる | 6259 | 15.5 | 0.9 |
| | する・ささえる | 72 | 11.1 | 4.2 |
| | するのみ | 2482 | 15.3 | 1.9 |
| | みる・ささえる | 642 | 7.0 | 2.2 |
| | みるのみ | 5497 | 16.3 | 2.2 |
| | ささえるのみ | 89 | 5.6 | 1.1 |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 20.9 | 6.8 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q13-1. この1年間で運動やスポーツを週に1日以上（年51日～100日）“実施した”理由は何ですか。（MA）

| | | 全体 | 健康のため | 体力増進・維持のため | 筋力増進・維持のため | 楽しみ、気晴らしとして | 運動不足を感じるから | 精神の修養や訓練のため | 自己の記録や能力を向上させるため | 家族のふれあいとして | 友人・仲間との交流として | 美容のため | 肥満解消、ダイエットのため | その他 | わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 20729 | 74.6 | 51.0 | 36.9 | 31.2 | 37.3 | 6.3 | 6.5 | 4.3 | 9.0 | 6.5 | 20.7 | 2.7 | 1.5 |
| 性別 | 男性 | 10791 | 74.0 | 51.2 | 36.1 | 30.4 | 34.3 | 7.2 | 7.9 | 3.6 | 7.9 | 2.7 | 18.1 | 2.3 | 1.8 |
| | 女性 | 9814 | 75.3 | 51.1 | 37.7 | 32.1 | 40.7 | 5.3 | 4.9 | 5.0 | 10.4 | 10.6 | 23.7 | 3.2 | 1.1 |
| 年代 | 10代 | 506 | 53.4 | 34.8 | 24.7 | 33.4 | 26.7 | 8.7 | 10.1 | 4.7 | 15.6 | 7.7 | 19.0 | 5.3 | 4.0 |
| | 20代 | 2594 | 60.5 | 40.1 | 32.1 | 30.1 | 33.2 | 9.8 | 9.9 | 5.9 | 9.2 | 11.0 | 20.7 | 2.6 | 2.7 |
| | 30代 | 2554 | 67.5 | 46.9 | 34.6 | 29.1 | 35.3 | 10.5 | 8.1 | 5.0 | 5.0 | 10.3 | 24.3 | 2.8 | 2.0 |
| | 40代 | 3326 | 72.7 | 48.6 | 34.7 | 30.4 | 38.0 | 8.9 | 7.7 | 6.3 | 5.6 | 8.7 | 26.2 | 2.7 | 1.7 |
| | 50代 | 3676 | 76.0 | 52.4 | 35.7 | 30.3 | 39.1 | 6.5 | 5.7 | 3.7 | 5.5 | 6.7 | 23.4 | 2.8 | 1.4 |
| | 60代 | 3512 | 80.7 | 55.0 | 38.9 | 31.0 | 38.2 | 2.8 | 4.8 | 2.8 | 8.2 | 3.6 | 18.8 | 3.1 | 0.9 |
| | 70代 | 4561 | 84.6 | 59.0 | 43.1 | 34.1 | 39.3 | 2.5 | 4.2 | 2.9 | 16.4 | 2.0 | 14.3 | 2.0 | 0.5 |
| 性年代 | 男性10代 | 246 | 53.3 | 40.7 | 32.9 | 37.8 | 25.2 | 10.2 | 12.2 | 4.5 | 16.7 | 4.5 | 8.1 | 4.9 | 4.5 |
| | 男性20代 | 1480 | 60.7 | 43.1 | 38.0 | 31.7 | 29.8 | 10.7 | 12.1 | 5.5 | 10.3 | 5.3 | 13.0 | 1.7 | 2.8 |
| | 男性30代 | 1438 | 66.9 | 47.8 | 38.8 | 29.3 | 32.5 | 12.4 | 10.1 | 3.7 | 6.0 | 5.0 | 18.4 | 2.0 | 2.6 |
| | 男性40代 | 1827 | 72.4 | 49.3 | 35.5 | 31.0 | 34.8 | 9.7 | 9.5 | 4.7 | 5.3 | 3.7 | 23.3 | 2.3 | 1.8 |
| | 男性50代 | 1924 | 76.0 | 51.1 | 32.4 | 29.9 | 33.6 | 7.2 | 6.6 | 3.0 | 5.0 | 1.9 | 20.3 | 2.4 | 1.7 |
| | 男性60代 | 1761 | 80.4 | 53.9 | 34.5 | 27.7 | 35.6 | 3.0 | 5.7 | 2.6 | 6.0 | 0.9 | 18.3 | 2.7 | 1.2 |
| | 男性70代 | 2115 | 85.0 | 59.6 | 38.6 | 31.7 | 39.0 | 2.0 | 4.5 | 2.4 | 12.9 | 0.5 | 15.7 | 2.0 | 0.8 |
| | 女性10代 | 252 | 53.2 | 29.0 | 16.7 | 29.4 | 28.2 | 7.5 | 8.3 | 5.2 | 15.1 | 10.7 | 29.4 | 6.0 | 3.2 |
| | 女性20代 | 1088 | 60.6 | 36.2 | 24.3 | 27.9 | 38.1 | 8.5 | 6.8 | 6.4 | 7.7 | 18.8 | 31.2 | 4.0 | 2.6 |
| | 女性30代 | 1100 | 68.2 | 45.9 | 29.3 | 28.9 | 38.7 | 8.0 | 5.7 | 6.7 | 3.6 | 17.1 | 31.6 | 3.8 | 1.2 |
| | 女性40代 | 1477 | 73.3 | 48.1 | 33.9 | 29.8 | 42.3 | 7.7 | 5.5 | 8.2 | 6.0 | 14.9 | 29.9 | 3.2 | 1.6 |
| | 女性50代 | 1727 | 76.0 | 54.0 | 39.2 | 30.7 | 45.0 | 5.7 | 4.6 | 4.6 | 6.1 | 12.0 | 27.0 | 3.2 | 1.0 |
| | 女性60代 | 1739 | 81.0 | 56.0 | 43.3 | 34.3 | 40.9 | 2.6 | 3.9 | 3.0 | 10.5 | 6.4 | 19.2 | 3.6 | 0.6 |
| | 女性70代 | 2431 | 84.2 | 58.7 | 47.1 | 36.3 | 39.7 | 2.8 | 3.8 | 3.3 | 19.6 | 3.2 | 13.2 | 1.9 | 0.3 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 5556 | 74.5 | 51.9 | 37.9 | 32.1 | 37.7 | 6.6 | 6.2 | 3.9 | 8.6 | 7.2 | 21.3 | 2.8 | 1.3 |
| | 東京都区部 | 1995 | 74.9 | 49.7 | 36.1 | 32.5 | 36.6 | 8.3 | 7.8 | 4.2 | 7.8 | 8.2 | 21.8 | 2.6 | 1.2 |
| | 政令指定都市 | 3561 | 74.3 | 53.2 | 38.8 | 31.9 | 38.4 | 5.7 | 5.3 | 3.7 | 9.1 | 6.7 | 21.0 | 2.9 | 1.3 |
| | 大都市 | 8029 | 75.5 | 51.3 | 36.9 | 31.1 | 36.9 | 5.9 | 6.4 | 4.1 | 9.5 | 5.6 | 19.9 | 2.4 | 1.5 |
| | 小都市 | 5538 | 73.9 | 50.2 | 35.4 | 30.3 | 37.4 | 6.3 | 6.7 | 4.5 | 9.0 | 7.1 | 21.0 | 2.8 | 1.5 |
| | 町村 | 1606 | 73.5 | 49.4 | 38.4 | 31.0 | 37.5 | 7.3 | 6.7 | 5.2 | 8.3 | 6.0 | 21.9 | 3.4 | 2.0 |
| 居住地域 | 北海道 | 836 | 74.2 | 54.8 | 39.4 | 29.1 | 36.1 | 4.7 | 6.8 | 3.3 | 7.2 | 6.2 | 20.5 | 2.3 | 1.2 |
| | 東北 | 1327 | 75.4 | 52.4 | 37.8 | 29.7 | 38.2 | 6.3 | 6.6 | 3.2 | 9.1 | 5.7 | 20.9 | 3.0 | 1.4 |
| | 北関東 | 1110 | 77.2 | 51.7 | 38.0 | 34.4 | 39.5 | 7.7 | 7.8 | 5.0 | 12.2 | 7.2 | 22.7 | 2.4 | 1.4 |
| | 首都圏 | 6400 | 75.2 | 50.6 | 36.8 | 31.5 | 36.7 | 7.1 | 6.6 | 4.3 | 8.1 | 6.9 | 21.2 | 2.8 | 1.5 |
| | 北陸 | 787 | 71.2 | 50.1 | 37.4 | 32.9 | 38.4 | 5.3 | 6.9 | 2.9 | 10.4 | 8.4 | 21.5 | 3.2 | 0.9 |
| | 東山 | 742 | 74.8 | 51.5 | 36.8 | 33.8 | 36.8 | 5.9 | 6.9 | 5.5 | 9.8 | 5.9 | 19.7 | 3.4 | 2.0 |
| | 東海 | 2117 | 74.2 | 49.6 | 35.0 | 29.6 | 37.9 | 6.1 | 7.1 | 4.7 | 9.7 | 6.9 | 21.4 | 2.4 | 1.7 |
| | 近畿二府一県 | 2725 | 73.2 | 50.6 | 36.4 | 31.0 | 37.8 | 5.5 | 6.3 | 3.8 | 8.7 | 5.7 | 18.4 | 2.1 | 1.6 |
| | その他近畿圏 | 607 | 75.5 | 49.9 | 33.1 | 32.0 | 34.9 | 6.8 | 5.4 | 3.5 | 8.4 | 7.2 | 20.9 | 2.8 | 1.3 |
| | 中国 | 1127 | 72.7 | 50.1 | 37.4 | 30.8 | 34.7 | 5.9 | 4.9 | 5.2 | 9.5 | 7.0 | 21.3 | 2.4 | 1.0 |
| | 四国 | 568 | 76.8 | 52.3 | 39.1 | 32.4 | 38.2 | 6.3 | 4.9 | 5.5 | 8.8 | 3.0 | 20.2 | 3.3 | 1.6 |
| | 九州・沖縄 | 2383 | 74.7 | 52.1 | 37.3 | 30.3 | 38.2 | 5.6 | 5.8 | 4.2 | 9.7 | 5.8 | 20.6 | 2.9 | 1.6 |
| 職業 | 自営業主 | 1670 | 68.8 | 49.8 | 38.1 | 33.1 | 35.3 | 9.7 | 9.1 | 5.5 | 7.4 | 6.4 | 17.6 | 2.6 | 1.8 |
| | 家族従業者 | 103 | 70.9 | 46.6 | 44.7 | 33.0 | 39.8 | 11.7 | 8.7 | 5.8 | 9.7 | 10.7 | 23.3 | 3.9 | – |
| | 雇用者 | 10915 | 72.7 | 49.7 | 34.7 | 30.5 | 36.4 | 7.1 | 7.3 | 4.3 | 7.1 | 7.7 | 22.8 | 2.7 | 1.5 |
| | （小計）就労者 | 12688 | 72.1 | 49.7 | 35.3 | 30.8 | 36.2 | 7.5 | 7.5 | 4.5 | 7.2 | 7.6 | 22.1 | 2.7 | 1.5 |
| | 主婦・主夫 | 2995 | 81.5 | 54.2 | 41.3 | 33.0 | 41.0 | 3.3 | 3.2 | 6.0 | 13.8 | 6.0 | 19.3 | 1.9 | 0.9 |
| | 学生 | 834 | 58.9 | 39.8 | 28.8 | 33.7 | 30.7 | 9.0 | 9.4 | 4.0 | 15.2 | 9.2 | 19.2 | 4.4 | 3.1 |
| | 無職 | 3600 | 81.4 | 56.3 | 40.5 | 30.4 | 39.8 | 3.6 | 4.6 | 2.2 | 10.3 | 2.3 | 17.7 | 2.7 | 1.2 |
| | その他 | 324 | 81.5 | 56.2 | 45.7 | 37.0 | 41.4 | 9.0 | 9.6 | 4.0 | 13.0 | 7.1 | 22.5 | 4.9 | 0.3 |
| | 答えたくない | 288 | 66.0 | 37.2 | 27.8 | 22.2 | 29.5 | 9.4 | 4.5 | 2.4 | 3.1 | 5.9 | 17.0 | 2.1 | 6.9 |
| 最終学歴 | 中学校 | 253 | 69.6 | 48.2 | 34.0 | 21.3 | 39.1 | 5.9 | 3.6 | 4.3 | 4.0 | 6.7 | 24.9 | 3.2 | 0.4 |
| | 高校 | 4975 | 75.8 | 51.2 | 36.9 | 28.5 | 37.9 | 5.0 | 6.0 | 3.6 | 10.5 | 5.3 | 20.9 | 3.2 | 1.5 |
| | 短大・高専 | 2101 | 76.4 | 52.6 | 37.8 | 32.4 | 40.9 | 4.7 | 4.8 | 4.4 | 10.5 | 8.0 | 19.3 | 2.6 | 1.0 |
| | 専門学校 | 2123 | 72.4 | 51.2 | 38.4 | 30.1 | 39.2 | 7.0 | 6.3 | 4.9 | 7.4 | 7.7 | 23.7 | 2.8 | 1.4 |
| | 大学 | 9774 | 74.4 | 50.8 | 36.6 | 32.5 | 36.2 | 7.0 | 7.2 | 4.5 | 8.7 | 6.5 | 20.4 | 2.5 | 1.4 |
| | 大学院 | 1292 | 75.4 | 51.9 | 35.8 | 33.8 | 35.3 | 7.6 | 6.5 | 4.0 | 7.6 | 5.5 | 19.7 | 2.3 | 1.5 |
| | その他 | 9 | 77.8 | 66.7 | 55.6 | 33.3 | 55.6 | 11.1 | – | 11.1 | 11.1 | 11.1 | 33.3 | – | 11.1 |
| | 答えたくない | 202 | 64.4 | 39.6 | 32.7 | 26.2 | 29.7 | 7.4 | 6.4 | 2.0 | 7.9 | 8.4 | 16.8 | – | 7.9 |
| 世帯年収 | 収入なし | 291 | 71.5 | 48.8 | 37.1 | 29.2 | 39.5 | 6.9 | 7.6 | 0.7 | 5.5 | 6.2 | 21.3 | 4.1 | 1.0 |
| | 100万円未満 | 624 | 71.3 | 47.6 | 35.6 | 28.2 | 36.5 | 7.9 | 5.4 | 2.6 | 8.2 | 5.4 | 17.5 | 3.2 | 2.2 |
| | 100～200万円未満 | 1150 | 75.0 | 51.5 | 36.7 | 28.9 | 38.7 | 4.6 | 5.0 | 2.8 | 9.1 | 4.3 | 16.4 | 3.7 | 0.6 |
| | 200～300万円未満 | 1977 | 76.7 | 51.6 | 38.2 | 30.8 | 38.5 | 4.4 | 5.5 | 3.2 | 10.8 | 4.2 | 19.2 | 3.0 | 1.1 |
| | 300～400万円未満 | 2272 | 76.2 | 51.8 | 37.3 | 30.9 | 37.9 | 5.0 | 6.1 | 3.2 | 10.9 | 5.7 | 20.6 | 2.7 | 1.4 |
| | 400～500万円未満 | 2001 | 73.9 | 52.2 | 37.3 | 32.5 | 36.4 | 4.6 | 6.8 | 3.7 | 9.3 | 6.2 | 19.7 | 2.5 | 1.4 |
| | 500～600万円未満 | 1608 | 73.7 | 50.6 | 38.6 | 30.2 | 37.1 | 6.9 | 6.4 | 4.6 | 9.1 | 7.6 | 21.1 | 2.6 | 0.6 |
| | 600～700万円未満 | 1250 | 71.4 | 50.6 | 35.9 | 31.0 | 37.9 | 7.3 | 6.9 | 5.9 | 8.0 | 7.4 | 21.9 | 2.5 | 1.3 |
| | 700～800万円未満 | 1231 | 72.9 | 52.2 | 37.4 | 31.8 | 37.2 | 7.6 | 7.1 | 5.5 | 7.6 | 7.5 | 21.2 | 2.8 | 1.6 |
| | 800～1000万円未満 | 1659 | 75.6 | 51.2 | 35.9 | 34.0 | 37.1 | 7.9 | 8.7 | 6.4 | 7.7 | 7.8 | 25.5 | 2.7 | 1.4 |
| | 1000～1200万円未満 | 1079 | 71.7 | 51.4 | 35.7 | 33.1 | 37.3 | 9.6 | 9.8 | 5.7 | 9.6 | 7.9 | 22.8 | 2.2 | 1.9 |
| | 1200万円以上 | 1229 | 76.4 | 52.1 | 36.7 | 34.9 | 36.5 | 9.3 | 8.5 | 6.0 | 9.0 | 8.3 | 25.2 | 1.7 | 0.7 |
| | わからない | 1752 | 71.3 | 46.8 | 35.0 | 30.8 | 37.9 | 5.9 | 4.5 | 3.5 | 10.0 | 7.4 | 21.2 | 3.4 | 2.1 |
| | 答えたくない | 2606 | 78.1 | 51.9 | 37.0 | 28.9 | 36.1 | 5.6 | 5.1 | 3.8 | 7.5 | 5.8 | 18.1 | 2.2 | 2.6 |
| 未既婚 | 既婚者 | 12010 | 77.2 | 52.8 | 36.7 | 31.9 | 37.3 | 5.3 | 6.0 | 5.6 | 9.9 | 5.4 | 20.1 | 2.3 | 1.1 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 8440 | 71.3 | 48.8 | 37.1 | 30.3 | 37.5 | 7.6 | 7.0 | 2.4 | 8.0 | 8.0 | 21.8 | 3.3 | 1.7 |
| | 答えたくない | 279 | 62.4 | 43.0 | 35.5 | 25.4 | 30.5 | 8.2 | 8.6 | 2.2 | 5.4 | 8.6 | 17.2 | 0.7 | 9.0 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 4582 | 71.9 | 49.2 | 38.1 | 30.2 | 36.7 | 6.8 | 6.9 | 1.4 | 8.2 | 7.4 | 20.0 | 3.1 | 1.7 |
| | 夫婦のみ・子なし | 6555 | 78.9 | 54.9 | 38.6 | 32.6 | 36.9 | 4.5 | 5.5 | 4.4 | 10.8 | 5.1 | 18.9 | 2.1 | 1.1 |
| | 夫婦・子あり | 4594 | 75.2 | 50.2 | 33.8 | 31.0 | 37.0 | 5.9 | 6.7 | 7.0 | 8.3 | 5.7 | 21.7 | 2.5 | 1.3 |
| | 親と同居（未婚） | 1906 | 69.8 | 47.3 | 34.5 | 28.5 | 37.7 | 9.1 | 7.3 | 3.3 | 5.3 | 8.2 | 24.1 | 2.8 | 2.1 |
| | 2世帯以上同居 | 857 | 74.3 | 49.5 | 36.6 | 33.0 | 41.3 | 10.2 | 7.7 | 6.1 | 12.8 | 8.3 | 22.5 | 2.8 | 0.7 |
| | その他 | 1956 | 71.9 | 49.9 | 37.8 | 31.5 | 39.8 | 7.7 | 6.3 | 4.2 | 9.4 | 8.0 | 23.0 | 4.0 | 1.5 |
| | 答えたくない | 279 | 62.4 | 43.0 | 35.5 | 25.4 | 30.5 | 8.2 | 8.6 | 2.2 | 5.4 | 8.6 | 17.2 | 0.7 | 9.0 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 78.1 | 54.3 | 40.3 | 31.8 | 34.9 | 7.0 | 7.4 | 4.2 | 8.8 | 7.2 | 21.7 | 3.4 | 1.2 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 69.7 | 46.4 | 31.9 | 30.3 | 40.8 | 5.3 | 5.1 | 4.3 | 9.3 | 5.4 | 19.4 | 1.7 | 1.9 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 74.6 | 51.0 | 36.9 | 31.2 | 37.3 | 6.3 | 6.5 | 4.3 | 9.0 | 6.5 | 20.7 | 2.7 | 1.5 |
| | （小計）週1日未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 20729 | 74.6 | 51.0 | 36.9 | 31.2 | 37.3 | 6.3 | 6.5 | 4.3 | 9.0 | 6.5 | 20.7 | 2.7 | 1.5 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 7433 | 81.9 | 58.6 | 43.6 | 35.3 | 32.1 | 7.8 | 9.0 | 3.6 | 10.1 | 7.6 | 24.0 | 3.3 | 0.6 |
| | 週に2日 | 3316 | 77.3 | 56.2 | 42.2 | 36.9 | 40.1 | 6.5 | 7.4 | 4.5 | 12.5 | 6.8 | 23.5 | 1.4 | 0.8 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 80.5 | 57.9 | 43.2 | 35.8 | 34.6 | 7.4 | 8.5 | 3.9 | 10.8 | 7.4 | 23.9 | 2.7 | 0.7 |
| | （小計）週2日未満 | 6431 | 69.3 | 46.8 | 31.8 | 30.9 | 40.6 | 6.2 | 5.6 | 5.0 | 9.5 | 5.8 | 17.4 | 1.6 | 1.9 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 954 | 64.3 | 38.3 | 26.2 | 19.8 | 35.6 | 3.8 | 2.2 | 4.1 | 3.5 | 4.7 | 15.8 | 3.9 | 4.0 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 18134 | 75.7 | 52.9 | 38.3 | 33.2 | 36.8 | 6.8 | 7.1 | 4.3 | 10.0 | 6.7 | 21.2 | 2.4 | 1.3 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 2595 | 67.3 | 37.8 | 27.1 | 16.8 | 41.1 | 3.0 | 1.8 | 3.9 | 2.5 | 5.0 | 17.7 | 4.7 | 2.8 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 2612 | 59.5 | 46.2 | 36.0 | 39.5 | 31.8 | 14.3 | 16.2 | 9.2 | 18.6 | 7.7 | 16.9 | 2.8 | 0.7 |
| | する・みる | 12942 | 78.9 | 54.6 | 38.8 | 32.1 | 40.2 | 4.8 | 5.2 | 3.8 | 9.0 | 5.7 | 21.3 | 2.4 | 1.1 |
| | する・ささえる | 212 | 66.0 | 44.8 | 35.8 | 34.9 | 31.1 | 11.3 | 16.0 | 4.7 | 7.5 | 12.7 | 21.7 | 5.7 | 1.4 |
| | するのみ | 4963 | 71.8 | 44.4 | 32.2 | 24.2 | 32.9 | 5.9 | 4.2 | 2.7 | 4.0 | 7.6 | 21.2 | 3.1 | 2.8 |
| | みる・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | みるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q13-2．1日30分以上の軽く汗をかく運動やスポーツを週2日以上（年101日～150日）、かつ1年以上"継続している"理由は何ですか。(MA)

| | | 全体 | 健康のため | 体力増進・維持のため | 筋力増進・維持のため | 楽しみ、気晴らしとして | 運動不足を感じるから | 精神の修養や訓練のため | 自己の記録や能力を向上させるため | 家族のふれあいとして | 友人・仲間との交流として | 美容のため | 肥満解消、ダイエットのため | その他 | わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 10749 | 78.3 | 57.3 | 43.2 | 31.6 | 29.9 | 6.8 | 7.8 | 3.6 | 9.5 | 7.0 | 23.4 | 2.5 | 0.9 |
| 性別 | 男性 | 5838 | 77.4 | 56.6 | 41.9 | 29.1 | 27.6 | 7.4 | 9.1 | 3.2 | 7.3 | 3.2 | 21.2 | 2.2 | 1.0 |
| | 女性 | 4853 | 79.4 | 58.3 | 45.1 | 34.6 | 32.6 | 6.0 | 6.1 | 4.2 | 12.3 | 11.5 | 26.0 | 2.8 | 0.7 |
| 年代 | 10代 | 234 | 53.4 | 40.6 | 32.9 | 36.3 | 16.2 | 11.1 | 16.2 | 4.3 | 15.8 | 6.8 | 17.9 | 4.7 | 4.3 |
| | 20代 | 1076 | 56.6 | 42.1 | 36.6 | 29.9 | 24.9 | 12.5 | 11.9 | 5.3 | 8.7 | 11.9 | 23.5 | 2.4 | 2.6 |
| | 30代 | 1151 | 67.7 | 48.7 | 41.2 | 25.1 | 25.7 | 11.3 | 10.4 | 4.1 | 4.8 | 11.7 | 28.8 | 2.4 | 1.7 |
| | 40代 | 1616 | 74.1 | 52.4 | 40.5 | 30.0 | 30.4 | 10.1 | 10.4 | 4.5 | 5.9 | 10.4 | 31.3 | 2.9 | 0.9 |
| | 50代 | 1838 | 79.3 | 57.9 | 41.0 | 31.7 | 30.8 | 6.9 | 6.9 | 3.4 | 5.7 | 7.4 | 27.4 | 2.5 | 0.8 |
| | 60代 | 1975 | 85.7 | 62.3 | 44.8 | 31.3 | 32.2 | 3.1 | 5.7 | 3.1 | 8.1 | 4.8 | 21.7 | 2.9 | 0.3 |
| | 70代 | 2859 | 89.4 | 66.9 | 49.3 | 35.4 | 32.2 | 2.9 | 5.1 | 2.8 | 16.8 | 2.4 | 15.7 | 1.7 | 0.1 |
| 性年代 | 男性10代 | 139 | 51.8 | 40.3 | 39.6 | 34.5 | 16.5 | 14.4 | 18.0 | 4.3 | 17.3 | 2.9 | 10.1 | 5.0 | 6.5 |
| | 男性20代 | 676 | 59.2 | 46.4 | 43.0 | 30.3 | 24.6 | 13.5 | 14.9 | 5.0 | 9.9 | 7.5 | 15.4 | 1.8 | 2.7 |
| | 男性30代 | 758 | 67.3 | 49.1 | 44.5 | 25.1 | 23.9 | 12.3 | 12.0 | 3.3 | 5.8 | 6.3 | 24.4 | 2.0 | 1.6 |
| | 男性40代 | 964 | 74.5 | 53.5 | 41.9 | 30.1 | 28.5 | 10.7 | 11.0 | 3.4 | 5.0 | 4.6 | 28.4 | 2.5 | 0.6 |
| | 男性50代 | 996 | 78.2 | 57.0 | 36.3 | 30.1 | 27.8 | 6.9 | 7.9 | 2.6 | 4.4 | 2.2 | 24.3 | 2.4 | 0.8 |
| | 男性60代 | 986 | 87.2 | 61.7 | 40.6 | 26.4 | 29.6 | 2.9 | 6.2 | 2.8 | 4.8 | 0.9 | 20.8 | 2.5 | 0.4 |
| | 男性70代 | 1319 | 89.6 | 66.2 | 45.2 | 30.8 | 30.1 | 2.1 | 5.3 | 2.4 | 11.4 | 0.7 | 16.4 | 1.6 | 0.2 |
| | 女性10代 | 92 | 54.3 | 39.1 | 23.9 | 39.1 | 15.2 | 6.5 | 14.1 | 4.3 | 14.1 | 12.0 | 29.3 | 4.3 | 1.1 |
| | 女性20代 | 391 | 52.2 | 35.0 | 25.8 | 29.2 | 25.8 | 11.0 | 6.4 | 5.6 | 6.9 | 19.7 | 38.1 | 3.6 | 2.6 |
| | 女性30代 | 385 | 68.3 | 47.5 | 35.3 | 25.5 | 28.6 | 9.4 | 7.5 | 5.7 | 2.6 | 22.6 | 36.9 | 3.4 | 1.8 |
| | 女性40代 | 642 | 74.1 | 51.2 | 38.9 | 29.9 | 33.3 | 9.3 | 9.0 | 6.1 | 7.5 | 19.3 | 35.8 | 3.6 | 1.4 |
| | 女性50代 | 833 | 80.4 | 58.9 | 46.5 | 33.5 | 34.1 | 7.0 | 5.4 | 4.3 | 7.3 | 13.4 | 31.2 | 2.6 | 0.8 |
| | 女性60代 | 980 | 84.2 | 63.1 | 49.1 | 36.2 | 34.7 | 3.4 | 5.2 | 3.4 | 11.3 | 8.8 | 22.7 | 3.3 | 0.2 |
| | 女性70代 | 1530 | 89.2 | 67.6 | 53.0 | 39.5 | 34.1 | 3.5 | 5.0 | 3.1 | 21.4 | 3.9 | 15.0 | 1.8 | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 2851 | 78.2 | 58.5 | 44.7 | 32.8 | 31.1 | 7.2 | 7.6 | 3.3 | 9.3 | 8.1 | 24.8 | 2.2 | 0.9 |
| | 東京都区部 | 1028 | 78.2 | 55.1 | 43.3 | 32.7 | 30.8 | 8.8 | 8.9 | 3.4 | 7.7 | 7.5 | 23.9 | 2.1 | 0.9 |
| | 政令指定都市 | 1823 | 78.2 | 60.4 | 45.5 | 32.9 | 31.3 | 6.4 | 6.8 | 3.2 | 10.1 | 8.5 | 25.3 | 2.3 | 0.9 |
| | 大都市 | 4243 | 79.1 | 58.1 | 43.6 | 31.4 | 29.2 | 6.3 | 7.7 | 3.7 | 9.7 | 6.3 | 22.3 | 2.1 | 0.8 |
| | 小都市 | 2800 | 77.3 | 55.8 | 42.1 | 31.0 | 30.0 | 6.6 | 7.6 | 3.6 | 10.0 | 6.8 | 23.8 | 3.1 | 0.9 |
| | 町村 | 855 | 77.5 | 54.9 | 40.6 | 29.9 | 29.2 | 8.0 | 9.6 | 4.3 | 8.3 | 6.9 | 22.5 | 3.2 | 1.2 |
| 居住地域 | 北海道 | 429 | 76.9 | 57.1 | 42.4 | 28.7 | 26.8 | 6.3 | 7.5 | 3.0 | 7.5 | 6.5 | 22.8 | 2.6 | 0.7 |
| | 東北 | 693 | 76.8 | 58.4 | 44.0 | 31.7 | 30.4 | 7.8 | 6.8 | 4.0 | 8.8 | 6.6 | 25.1 | 2.3 | 1.2 |
| | 北関東 | 596 | 81.7 | 58.4 | 44.0 | 34.2 | 31.7 | 7.0 | 8.7 | 3.9 | 11.7 | 6.5 | 26.5 | 2.2 | 0.2 |
| | 首都圏 | 3287 | 77.2 | 57.3 | 44.0 | 32.6 | 29.9 | 7.2 | 7.9 | 3.6 | 8.2 | 7.5 | 23.9 | 2.8 | 1.1 |
| | 北陸 | 379 | 74.9 | 56.5 | 44.9 | 35.6 | 30.6 | 8.2 | 9.8 | 2.9 | 12.4 | 8.7 | 21.9 | 3.4 | 0.5 |
| | 東山 | 354 | 81.6 | 55.6 | 46.0 | 33.6 | 28.0 | 7.3 | 9.0 | 5.1 | 10.5 | 9.6 | 23.2 | 2.8 | 1.1 |
| | 東海 | 1078 | 79.1 | 57.8 | 43.6 | 30.8 | 30.7 | 6.8 | 7.5 | 4.5 | 10.9 | 6.5 | 24.0 | 1.7 | 1.3 |
| | 近畿二府一県 | 1436 | 77.8 | 55.2 | 41.8 | 28.6 | 31.1 | 6.7 | 8.6 | 3.1 | 8.6 | 7.1 | 20.4 | 1.7 | 0.9 |
| | その他近畿圏 | 325 | 81.5 | 58.5 | 44.3 | 32.0 | 28.9 | 8.0 | 6.8 | 3.1 | 8.3 | 9.2 | 22.2 | 2.8 | – |
| | 中国 | 598 | 75.4 | 55.0 | 40.0 | 29.6 | 27.8 | 3.3 | 6.4 | 4.2 | 10.0 | 5.5 | 23.2 | 2.2 | 0.7 |
| | 四国 | 307 | 80.5 | 60.6 | 43.3 | 29.6 | 28.7 | 6.2 | 5.5 | 3.3 | 11.1 | 2.6 | 20.5 | 3.6 | 1.0 |
| | 九州・沖縄 | 1267 | 80.7 | 59.3 | 42.1 | 32.2 | 29.9 | 6.1 | 7.6 | 3.2 | 11.7 | 6.3 | 24.2 | 2.7 | 0.6 |
| 職業 | 自営業主 | 924 | 71.8 | 56.4 | 44.2 | 31.6 | 30.7 | 10.3 | 11.0 | 4.7 | 7.4 | 6.3 | 19.7 | 2.5 | 0.4 |
| | 家族従業者 | 52 | 76.9 | 44.2 | 55.8 | 30.8 | 40.4 | 13.5 | 7.7 | 5.8 | 5.8 | 13.5 | 28.8 | 3.8 | 1.9 |
| | 雇用者 | 5248 | 74.1 | 54.5 | 40.6 | 29.7 | 28.1 | 7.6 | 8.8 | 3.5 | 7.0 | 8.7 | 26.4 | 2.8 | 1.1 |
| | (小計)就労者 | 6224 | 73.7 | 54.7 | 41.3 | 30.0 | 28.6 | 8.0 | 9.1 | 3.7 | 7.1 | 8.4 | 25.4 | 2.8 | 1.0 |
| | 主婦・主夫 | 1686 | 87.1 | 61.6 | 47.4 | 35.5 | 34.5 | 3.7 | 4.4 | 5.5 | 16.7 | 6.9 | 20.8 | 1.7 | 0.2 |
| | 学生 | 365 | 57.0 | 46.0 | 38.9 | 37.0 | 21.4 | 12.1 | 14.5 | 3.3 | 14.0 | 10.4 | 20.8 | 3.3 | 3.0 |
| | 無職 | 2144 | 88.2 | 64.8 | 46.7 | 31.8 | 31.9 | 4.0 | 5.2 | 2.3 | 10.1 | 2.1 | 19.4 | 1.9 | 0.3 |
| | その他 | 181 | 84.5 | 61.3 | 50.3 | 42.5 | 28.7 | 11.0 | 12.7 | 1.7 | 16.6 | 9.4 | 26.0 | 3.3 | – |
| | 答えたくない | 149 | 71.1 | 36.2 | 30.2 | 22.8 | 26.2 | 9.4 | 7.4 | 1.3 | 4.0 | 6.7 | 24.8 | 2.0 | 7.4 |
| 最終学歴 | 中学校 | 132 | 73.5 | 48.5 | 33.3 | 21.2 | 31.1 | 6.1 | 4.5 | 3.0 | 4.5 | 4.5 | 22.0 | 3.8 | 1.5 |
| | 高校 | 2715 | 81.4 | 58.6 | 42.9 | 29.6 | 30.8 | 5.5 | 6.6 | 3.3 | 11.5 | 5.7 | 22.9 | 3.0 | 0.7 |
| | 短大・高専 | 1082 | 81.1 | 59.0 | 44.7 | 33.1 | 32.3 | 5.2 | 6.3 | 3.2 | 13.4 | 8.1 | 21.8 | 2.9 | 0.9 |
| | 専門学校 | 1056 | 75.5 | 56.6 | 44.7 | 30.3 | 32.5 | 6.8 | 7.5 | 4.3 | 7.4 | 8.0 | 25.0 | 2.2 | 1.1 |
| | 大学 | 5007 | 76.9 | 57.0 | 43.4 | 32.8 | 29.0 | 7.7 | 9.0 | 3.9 | 8.5 | 7.3 | 23.8 | 2.2 | 0.8 |
| | 大学院 | 640 | 78.9 | 56.7 | 41.4 | 33.1 | 26.3 | 7.2 | 7.7 | 3.0 | 7.3 | 5.6 | 21.7 | 2.3 | 0.8 |
| | その他 | 5 | 80.0 | 80.0 | 80.0 | 40.0 | 60.0 | 20.0 | – | – | 40.0 | 20.0 | 40.0 | – | – |
| | 答えたくない | 112 | 67.0 | 47.3 | 35.7 | 25.9 | 21.4 | 7.1 | 8.0 | 1.8 | 8.0 | 8.9 | 25.0 | – | 6.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 162 | 81.5 | 54.3 | 43.2 | 30.2 | 30.2 | 9.3 | 9.9 | 1.2 | 4.3 | 4.9 | 24.1 | 1.2 | – |
| | 100万円未満 | 340 | 73.8 | 50.0 | 35.3 | 29.1 | 28.5 | 8.8 | 8.8 | 2.9 | 9.1 | 5.3 | 17.4 | 2.4 | 0.6 |
| | 100～200万円未満 | 637 | 81.2 | 58.9 | 40.0 | 32.3 | 32.3 | 5.3 | 5.3 | 1.7 | 10.4 | 4.4 | 18.1 | 3.5 | 0.9 |
| | 200～300万円未満 | 1020 | 81.9 | 61.0 | 44.4 | 32.5 | 32.3 | 5.4 | 6.0 | 3.3 | 11.4 | 4.7 | 21.4 | 3.2 | 0.7 |
| | 300～400万円未満 | 1258 | 80.0 | 58.4 | 42.5 | 31.5 | 32.5 | 4.1 | 6.4 | 2.5 | 11.6 | 4.9 | 22.8 | 3.1 | 0.5 |
| | 400～500万円未満 | 1032 | 76.8 | 57.4 | 42.2 | 31.5 | 30.8 | 6.0 | 7.3 | 3.8 | 9.8 | 7.5 | 23.0 | 2.8 | 0.4 |
| | 500～600万円未満 | 808 | 78.5 | 58.3 | 47.2 | 28.1 | 29.5 | 7.1 | 7.7 | 3.5 | 10.4 | 7.4 | 22.3 | 2.2 | 0.7 |
| | 600～700万円未満 | 605 | 72.7 | 51.1 | 42.5 | 31.2 | 27.1 | 6.6 | 8.1 | 6.3 | 7.8 | 7.9 | 24.3 | 3.0 | 1.5 |
| | 700～800万円未満 | 613 | 73.6 | 56.0 | 41.9 | 30.2 | 27.4 | 7.0 | 10.0 | 3.6 | 8.6 | 9.5 | 27.1 | 2.1 | 1.1 |
| | 800～1000万円未満 | 831 | 78.2 | 56.9 | 44.9 | 32.5 | 30.6 | 10.7 | 10.7 | 5.2 | 7.5 | 8.2 | 29.7 | 2.0 | 1.0 |
| | 1000～1200万円未満 | 517 | 74.5 | 57.4 | 43.5 | 33.5 | 29.0 | 9.5 | 11.0 | 5.6 | 8.3 | 10.4 | 28.2 | 1.9 | 0.8 |
| | 1200万円以上 | 648 | 79.2 | 57.1 | 42.3 | 33.3 | 27.3 | 8.8 | 11.7 | 4.5 | 8.3 | 9.0 | 29.9 | 1.2 | 0.3 |
| | わからない | 830 | 74.8 | 54.5 | 44.1 | 34.5 | 29.2 | 7.3 | 7.8 | 3.3 | 11.0 | 9.2 | 21.9 | 2.3 | 1.6 |
| | 答えたくない | 1448 | 82.0 | 59.9 | 44.7 | 30.5 | 28.7 | 5.7 | 5.8 | 3.2 | 8.6 | 5.9 | 20.3 | 1.9 | 1.5 |
| 未既婚 | 既婚者 | 6420 | 81.6 | 59.0 | 43.5 | 31.8 | 30.3 | 5.5 | 7.2 | 4.6 | 10.7 | 6.0 | 22.4 | 2.0 | 0.5 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 4177 | 73.7 | 55.2 | 43.1 | 31.4 | 29.7 | 8.7 | 8.7 | 2.1 | 8.0 | 8.3 | 25.0 | 3.2 | 1.3 |
| | 答えたくない | 152 | 65.8 | 46.7 | 36.8 | 28.3 | 19.7 | 6.6 | 7.2 | 2.6 | 3.3 | 10.5 | 20.4 | 0.7 | 5.3 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 2374 | 74.3 | 56.7 | 43.1 | 31.3 | 29.9 | 7.5 | 8.3 | 1.4 | 7.6 | 7.2 | 22.6 | 2.8 | 1.3 |
| | 夫婦のみ・子なし | 3728 | 83.5 | 61.6 | 45.2 | 32.3 | 31.2 | 4.6 | 6.1 | 4.2 | 11.7 | 5.6 | 20.0 | 1.9 | 0.4 |
| | 夫婦・子あり | 2237 | 78.3 | 54.6 | 40.2 | 30.4 | 28.5 | 6.3 | 8.4 | 4.9 | 8.6 | 6.5 | 26.0 | 2.2 | 0.8 |
| | 親と同居(未婚) | 897 | 71.7 | 50.5 | 40.7 | 29.1 | 30.2 | 10.9 | 9.3 | 2.2 | 5.0 | 9.8 | 30.2 | 3.0 | 1.6 |
| | 2世帯以上同居 | 432 | 76.9 | 56.3 | 47.0 | 36.6 | 31.3 | 10.2 | 12.5 | 6.5 | 15.5 | 9.0 | 24.3 | 2.3 | 0.5 |
| | その他 | 929 | 76.6 | 57.3 | 44.8 | 32.7 | 29.1 | 8.9 | 8.6 | 4.0 | 10.5 | 8.3 | 25.7 | 4.1 | 0.8 |
| | 答えたくない | 152 | 65.8 | 46.7 | 36.8 | 28.3 | 19.7 | 6.6 | 7.2 | 2.6 | 3.3 | 10.5 | 20.4 | 0.7 | 5.3 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 8494 | 79.5 | 58.5 | 44.5 | 31.3 | 28.7 | 7.1 | 8.0 | 3.6 | 9.1 | 7.3 | 23.2 | 2.9 | 0.8 |
| | 週に1～2日 | 2255 | 73.7 | 52.8 | 38.5 | 32.7 | 34.7 | 5.5 | 7.1 | 3.5 | 11.1 | 5.5 | 24.1 | 0.9 | 1.1 |
| | (小計)週に1日以上計 | 10749 | 78.3 | 57.3 | 43.2 | 31.6 | 29.9 | 6.8 | 7.8 | 3.6 | 9.5 | 7.0 | 23.4 | 2.5 | 0.9 |
| | (小計)週1日未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 10749 | 78.3 | 57.3 | 43.2 | 31.6 | 29.9 | 6.8 | 7.8 | 3.6 | 9.5 | 7.0 | 23.4 | 2.5 | 0.9 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 80.2 | 58.4 | 44.2 | 31.4 | 27.7 | 7.0 | 8.1 | 3.6 | 8.9 | 7.4 | 23.2 | 3.0 | 0.8 |
| | 週に2日 | 3316 | 74.1 | 54.9 | 41.1 | 32.0 | 34.9 | 6.2 | 7.2 | 3.8 | 11.0 | 6.1 | 23.7 | 1.3 | 1.1 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 78.3 | 57.3 | 43.2 | 31.6 | 29.9 | 6.8 | 7.8 | 3.6 | 9.5 | 7.0 | 23.4 | 2.5 | 0.9 |
| | (小計)週2日未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 10749 | 78.3 | 57.3 | 43.2 | 31.6 | 29.9 | 6.8 | 7.8 | 3.6 | 9.5 | 7.0 | 23.4 | 2.5 | 0.9 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 1445 | 60.3 | 50.4 | 41.1 | 39.1 | 24.2 | 15.9 | 19.9 | 8.1 | 18.1 | 8.0 | 18.0 | 2.6 | 0.4 |
| | する・みる | 6683 | 83.5 | 62.3 | 46.2 | 32.4 | 32.6 | 5.0 | 6.3 | 3.3 | 9.5 | 6.1 | 24.2 | 2.1 | 0.6 |
| | する・ささえる | 140 | 62.1 | 47.1 | 40.0 | 30.7 | 21.4 | 10.0 | 19.3 | 4.3 | 10.0 | 12.9 | 27.9 | 5.7 | 1.4 |
| | するのみ | 2481 | 75.6 | 48.5 | 36.8 | 24.9 | 26.6 | 6.0 | 4.2 | 1.8 | 4.6 | 8.4 | 24.1 | 3.1 | 2.1 |
| | みる・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | みるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-1. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩き・自ら進んで行う歩行等）

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 23959 | 32.9 | 20.0 | 47.1 | 7891 | 123.19 | 4792 | 7.10 | 11276 | 3.20 |
| 性別 | 男性 | 11951 | 35.5 | 19.4 | 45.2 | 4238 | 127.66 | 2317 | 7.32 | 5396 | 3.22 |
| | 女性 | 11833 | 30.4 | 20.6 | 48.9 | 3603 | 117.86 | 2441 | 6.91 | 5789 | 3.17 |
| 年代 | 10代 | 548 | 28.1 | 22.3 | 49.6 | 154 | 112.55 | 122 | 6.26 | 272 | 3.59 |
| | 20代 | 3200 | 32.3 | 23.3 | 44.5 | 1032 | 83.09 | 745 | 5.89 | 1423 | 3.12 |
| | 30代 | 3289 | 32.7 | 21.9 | 45.4 | 1076 | 94.67 | 721 | 5.90 | 1492 | 2.93 |
| | 40代 | 4159 | 35.2 | 21.4 | 43.4 | 1464 | 102.18 | 889 | 6.90 | 1806 | 2.95 |
| | 50代 | 4339 | 33.1 | 19.8 | 47.0 | 1438 | 116.58 | 861 | 6.60 | 2040 | 3.08 |
| | 60代 | 3812 | 32.6 | 18.9 | 48.5 | 1244 | 151.69 | 721 | 8.38 | 1847 | 3.35 |
| | 70代 | 4612 | 32.2 | 15.9 | 52.0 | 1483 | 176.12 | 733 | 9.23 | 2396 | 3.52 |
| 性年代 | 男性10代 | 219 | 36.1 | 19.2 | 44.7 | 79 | 111.61 | 42 | 7.98 | 98 | 3.62 |
| | 男性20代 | 1564 | 34.4 | 21.4 | 44.2 | 538 | 87.33 | 335 | 6.02 | 691 | 3.15 |
| | 男性30代 | 1614 | 34.3 | 22.1 | 43.7 | 553 | 100.79 | 356 | 5.91 | 705 | 2.97 |
| | 男性40代 | 2129 | 38.3 | 20.4 | 41.3 | 815 | 107.63 | 435 | 6.82 | 879 | 2.92 |
| | 男性50代 | 2197 | 36.0 | 19.3 | 44.6 | 792 | 118.72 | 425 | 7.15 | 980 | 3.11 |
| | 男性60代 | 1983 | 34.2 | 18.7 | 47.1 | 679 | 157.98 | 370 | 8.60 | 934 | 3.40 |
| | 男性70代 | 2245 | 34.8 | 15.8 | 49.4 | 782 | 179.63 | 354 | 9.36 | 1109 | 3.58 |
| | 女性10代 | 321 | 23.4 | 24.3 | 52.3 | 75 | 113.55 | 78 | 5.44 | 168 | 3.53 |
| | 女性20代 | 1592 | 30.3 | 25.0 | 44.7 | 482 | 77.83 | 398 | 5.89 | 712 | 3.08 |
| | 女性30代 | 1642 | 31.1 | 21.9 | 47.0 | 510 | 88.24 | 360 | 5.92 | 772 | 2.88 |
| | 女性40代 | 1995 | 32.2 | 22.3 | 45.5 | 642 | 95.22 | 445 | 6.82 | 908 | 2.99 |
| | 女性50代 | 2108 | 30.4 | 20.4 | 49.1 | 641 | 113.90 | 431 | 6.12 | 1036 | 3.05 |
| | 女性60代 | 1818 | 30.7 | 19.3 | 50.0 | 559 | 143.96 | 350 | 8.16 | 909 | 3.30 |
| | 女性70代 | 2357 | 29.4 | 16.1 | 54.5 | 694 | 171.46 | 379 | 9.10 | 1284 | 3.48 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 6404 | 30.9 | 19.5 | 49.5 | 1982 | 131.91 | 1250 | 7.00 | 3172 | 3.19 |
| | 東京都区部 | 2357 | 32.5 | 19.0 | 48.5 | 765 | 134.83 | 448 | 6.95 | 1144 | 3.15 |
| | 政令指定都市 | 4047 | 30.1 | 19.8 | 50.1 | 1217 | 130.08 | 802 | 7.04 | 2028 | 3.21 |
| | 大都市 | 9101 | 32.9 | 19.6 | 47.4 | 2997 | 126.49 | 1787 | 7.16 | 4317 | 3.26 |
| | 小都市 | 6535 | 33.9 | 20.9 | 45.2 | 2218 | 114.33 | 1363 | 7.21 | 2954 | 3.13 |
| | 町村 | 1919 | 36.2 | 20.4 | 43.4 | 694 | 112.30 | 392 | 6.73 | 833 | 3.15 |
| 居住地域 | 北海道 | 957 | 33.5 | 20.5 | 46.0 | 321 | 109.11 | 196 | 7.37 | 440 | 3.24 |
| | 東北 | 1526 | 32.8 | 21.2 | 46.1 | 500 | 106.04 | 323 | 6.39 | 703 | 3.21 |
| | 北関東 | 1242 | 35.0 | 20.0 | 44.9 | 435 | 129.19 | 249 | 7.47 | 558 | 3.08 |
| | 首都圏 | 7532 | 31.7 | 19.3 | 49.0 | 2386 | 124.78 | 1453 | 6.82 | 3693 | 3.17 |
| | 北陸 | 908 | 34.8 | 19.8 | 45.4 | 316 | 100.75 | 180 | 7.03 | 412 | 3.05 |
| | 東山 | 862 | 33.6 | 21.6 | 44.8 | 290 | 116.91 | 186 | 7.05 | 386 | 3.13 |
| | 東海 | 2413 | 33.2 | 21.3 | 45.5 | 801 | 127.00 | 513 | 7.25 | 1099 | 3.20 |
| | 近畿二府一県 | 3170 | 31.8 | 20.0 | 48.2 | 1008 | 133.19 | 634 | 7.55 | 1528 | 3.29 |
| | その他近畿圏 | 702 | 33.8 | 19.8 | 46.4 | 237 | 124.29 | 139 | 7.86 | 326 | 3.34 |
| | 中国 | 1295 | 33.1 | 20.9 | 45.9 | 429 | 121.96 | 271 | 7.29 | 595 | 3.15 |
| | 四国 | 635 | 35.0 | 19.2 | 45.8 | 222 | 146.77 | 122 | 7.66 | 291 | 3.25 |
| | 九州・沖縄 | 2717 | 34.8 | 19.4 | 45.8 | 946 | 120.53 | 526 | 6.96 | 1245 | 3.22 |
| 職業 | 自営業主 | 1745 | 35.6 | 21.0 | 43.4 | 621 | 126.06 | 367 | 6.94 | 757 | 3.22 |
| | 家族従業者 | 120 | 33.3 | 17.5 | 49.2 | 40 | 101.73 | 21 | 6.67 | 59 | 3.00 |
| | 雇用者 | 13106 | 33.8 | 21.1 | 45.2 | 4424 | 105.02 | 2760 | 6.60 | 5922 | 3.05 |
| | （小計）就労者 | 14971 | 34.0 | 21.0 | 45.0 | 5085 | 107.57 | 3148 | 6.64 | 6738 | 3.07 |
| | 主婦・主夫 | 3307 | 29.1 | 18.6 | 52.3 | 962 | 141.02 | 614 | 8.00 | 1731 | 3.28 |
| | 学生 | 934 | 27.9 | 22.6 | 49.5 | 261 | 110.43 | 211 | 6.00 | 462 | 3.51 |
| | 無職 | 3969 | 33.6 | 16.6 | 49.8 | 1332 | 169.11 | 660 | 8.25 | 1977 | 3.47 |
| | その他 | 347 | 31.4 | 19.9 | 48.7 | 109 | 173.60 | 69 | 9.83 | 169 | 3.59 |
| | 答えたくない | 431 | 32.9 | 20.9 | 46.2 | 142 | 115.78 | 90 | 9.29 | 199 | 3.08 |
| 最終学歴 | 中学校 | 319 | 31.3 | 21.0 | 47.6 | 100 | 125.02 | 67 | 8.22 | 152 | 3.28 |
| | 高校 | 5830 | 33.9 | 19.1 | 47.0 | 1974 | 127.00 | 1115 | 7.93 | 2741 | 3.26 |
| | 短大・高専 | 2407 | 31.2 | 20.6 | 48.2 | 752 | 122.42 | 496 | 7.00 | 1159 | 3.22 |
| | 専門学校 | 2545 | 33.4 | 19.5 | 47.0 | 851 | 106.41 | 497 | 6.93 | 1197 | 3.16 |
| | 大学 | 11115 | 33.0 | 20.3 | 46.8 | 3665 | 123.47 | 2251 | 6.80 | 5199 | 3.18 |
| | 大学院 | 1438 | 30.7 | 21.3 | 47.9 | 442 | 133.00 | 307 | 6.52 | 689 | 3.14 |
| | その他 | 11 | 36.4 | 45.5 | 18.2 | 4 | 242.50 | 5 | 1.80 | 2 | 4.00 |
| | 答えたくない | 294 | 35.0 | 18.4 | 46.6 | 103 | 135.62 | 54 | 7.54 | 137 | 2.98 |
| 世帯年収 | 収入なし | 363 | 37.2 | 17.1 | 45.7 | 135 | 147.08 | 62 | 7.77 | 166 | 3.11 |
| | 100万円未満 | 670 | 33.6 | 19.0 | 47.5 | 225 | 129.44 | 127 | 8.48 | 318 | 3.39 |
| | 100～200万円未満 | 1353 | 35.3 | 16.7 | 48.0 | 477 | 134.09 | 226 | 6.60 | 650 | 3.42 |
| | 200～300万円未満 | 2190 | 33.6 | 19.1 | 47.3 | 735 | 141.17 | 419 | 8.02 | 1036 | 3.38 |
| | 300～400万円未満 | 2546 | 33.6 | 19.7 | 46.7 | 855 | 131.78 | 501 | 7.86 | 1190 | 3.34 |
| | 400～500万円未満 | 2255 | 33.3 | 21.7 | 45.1 | 750 | 112.02 | 489 | 6.34 | 1016 | 3.18 |
| | 500～600万円未満 | 1883 | 34.6 | 20.7 | 44.8 | 651 | 108.15 | 389 | 7.14 | 843 | 3.11 |
| | 600～700万円未満 | 1463 | 32.1 | 21.8 | 46.1 | 470 | 100.93 | 319 | 6.95 | 674 | 2.98 |
| | 700～800万円未満 | 1397 | 31.9 | 21.6 | 46.5 | 446 | 104.76 | 302 | 6.39 | 649 | 3.13 |
| | 800～1000万円未満 | 1909 | 33.5 | 21.2 | 45.4 | 639 | 115.72 | 404 | 6.36 | 866 | 3.01 |
| | 1000～1200万円未満 | 1184 | 31.4 | 20.4 | 48.2 | 372 | 120.95 | 241 | 5.89 | 571 | 2.97 |
| | 1200万円以上 | 1344 | 36.2 | 19.3 | 44.5 | 486 | 129.12 | 260 | 6.88 | 598 | 3.04 |
| | わからない | 2178 | 29.4 | 21.0 | 49.6 | 641 | 114.98 | 457 | 7.09 | 1080 | 3.15 |
| | 答えたくない | 3224 | 31.3 | 18.5 | 50.2 | 1009 | 137.49 | 596 | 7.78 | 1619 | 3.30 |
| 未既婚 | 既婚者 | 13731 | 33.3 | 19.6 | 47.0 | 4578 | 126.37 | 2698 | 7.39 | 6455 | 3.19 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 9848 | 32.3 | 20.6 | 47.1 | 3182 | 119.27 | 2030 | 6.67 | 4636 | 3.21 |
| | 答えたくない | 380 | 34.5 | 16.8 | 48.7 | 131 | 106.97 | 64 | 8.28 | 185 | 3.14 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 5204 | 32.8 | 19.8 | 47.4 | 1707 | 125.87 | 1029 | 6.76 | 2468 | 3.24 |
| | 夫婦のみ・子なし | 7166 | 33.0 | 18.9 | 48.1 | 2367 | 141.41 | 1352 | 8.00 | 3447 | 3.31 |
| | 夫婦・子あり | 5577 | 33.4 | 20.9 | 45.6 | 1865 | 107.09 | 1168 | 6.73 | 2544 | 3.03 |
| | 親と同居（未婚） | 2319 | 33.3 | 21.9 | 44.6 | 776 | 110.09 | 508 | 6.43 | 1035 | 3.14 |
| | 2世帯以上同居 | 981 | 34.8 | 19.9 | 45.4 | 341 | 119.23 | 195 | 6.58 | 445 | 3.13 |
| | その他 | 2332 | 30.2 | 20.4 | 49.4 | 704 | 117.45 | 476 | 6.95 | 1152 | 3.21 |
| | 答えたくない | 380 | 34.5 | 16.8 | 48.7 | 131 | 106.97 | 64 | 8.28 | 185 | 3.14 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 9910 | 33.8 | 13.2 | 53.0 | 3351 | 212.84 | 1307 | 12.78 | 5252 | 4.19 |
| | 週に1～2日 | 6705 | 26.9 | 19.2 | 53.9 | 1804 | 79.62 | 1287 | 6.28 | 3614 | 2.21 |
| | （小計）週に1日以上計 | 16615 | 31.0 | 15.6 | 53.4 | 5155 | 166.22 | 2594 | 9.55 | 8866 | 3.38 |
| | （小計）週1日未満 | 5252 | 39.1 | 33.7 | 27.2 | 2055 | 30.99 | 1771 | 3.59 | 1426 | 2.11 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2092 | 32.6 | 20.4 | 47.0 | 681 | 75.65 | 427 | 6.77 | 984 | 3.11 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 23959 | 32.9 | 20.0 | 47.1 | 7891 | 123.19 | 4792 | 7.10 | 11276 | 3.20 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| ※1 継続して1年以上継続する頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 5906 | 36.6 | 11.9 | 51.5 | 2164 | 235.71 | 702 | 13.93 | 3040 | 4.41 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 2518 | 28.4 | 15.7 | 56.4 | 716 | 131.05 | 382 | 8.92 | 1420 | 2.90 |
| | （小計）週に2日以上計 | 8424 | 34.2 | 12.9 | 52.9 | 2880 | 209.69 | 1084 | 12.16 | 4460 | 3.93 |
| | （小計）週2日未満 | 8126 | 32.1 | 24.9 | 43.0 | 2607 | 70.13 | 2024 | 5.46 | 3495 | 2.49 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 3276 | 31.9 | 21.7 | 46.4 | 1045 | 79.17 | 710 | 6.48 | 1521 | 3.06 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 19826 | 32.9 | 19.3 | 47.8 | 6532 | 133.11 | 3818 | 7.55 | 9476 | 3.26 |
| | 軽く汗をかく運動を1 年以上継続しなかった・わからない | 4133 | 32.9 | 23.6 | 43.6 | 1359 | 75.50 | 974 | 5.33 | 1800 | 2.86 |
| すべてのスポーツ・運動・レクリエーション活動（Ⅰ～Ⅱ）を週1回以上する | する・みる・ささえる | 1814 | 40.0 | 17.8 | 42.2 | 726 | 122.63 | 322 | 8.66 | 766 | 3.23 |
| | する・みる | 10712 | 29.9 | 15.6 | 54.6 | 3200 | 173.72 | 1667 | 9.52 | 5845 | 3.38 |
| | する・ささえる | 143 | 37.8 | 19.6 | 42.7 | 54 | 147.15 | 28 | 10.68 | 61 | 3.61 |
| | するのみ | 3946 | 29.8 | 14.6 | 55.6 | 1175 | 173.59 | 577 | 10.08 | 2194 | 3.43 |
| | みる・ささえる | 462 | 39.2 | 34.6 | 26.0 | 181 | 48.36 | 161 | 4.83 | 120 | 2.48 |
| | みるのみ | 4294 | 37.4 | 31.3 | 31.2 | 1608 | 39.39 | 1346 | 3.96 | 1340 | 2.47 |
| | ささえるのみ | 54 | 46.3 | 27.8 | 25.9 | 25 | 30.64 | 15 | 7.47 | 14 | 2.36 |
| | しない・みない・ささえない | 2534 | 36.4 | 26.7 | 36.9 | 922 | 45.94 | 676 | 4.50 | 936 | 2.60 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-2. この1年間に実施した日数（年・月・週）/階段昇降（2アップ3ダウン・エレベーターに乗らず階段を使用する等）

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 8218 | 27.1 | 22.2 | 50.7 | 2226 | 120.44 | 1824 | 7.06 | 4168 | 3.37 |
| 男性 | 3873 | 29.6 | 22.3 | 48.1 | 1148 | 120.62 | 864 | 7.29 | 1861 | 3.39 |
| 女性 | 4287 | 24.9 | 22.1 | 53.0 | 1069 | 120.18 | 948 | 6.82 | 2270 | 3.36 |
| 10代 | 271 | 24.7 | 17.3 | 57.9 | 67 | 144.70 | 47 | 6.87 | 157 | 3.91 |
| 20代 | 1279 | 26.0 | 24.1 | 49.9 | 333 | 93.59 | 308 | 7.14 | 638 | 3.50 |
| 30代 | 1285 | 26.1 | 23.9 | 50.0 | 336 | 100.14 | 307 | 6.48 | 642 | 3.25 |
| 40代 | 1402 | 31.0 | 21.9 | 47.1 | 434 | 118.28 | 307 | 7.56 | 661 | 3.39 |
| 50代 | 1502 | 25.8 | 19.4 | 54.8 | 387 | 119.63 | 292 | 6.58 | 823 | 3.41 |
| 60代 | 1182 | 28.4 | 20.8 | 50.8 | 336 | 140.96 | 246 | 7.33 | 600 | 3.36 |
| 70代 | 1297 | 25.7 | 24.4 | 49.9 | 333 | 145.92 | 317 | 7.32 | 647 | 3.21 |
| 男性10代 | 101 | 29.7 | 15.8 | 54.5 | 30 | 135.30 | 16 | 7.88 | 55 | 4.05 |
| 男性20代 | 635 | 28.8 | 23.9 | 47.2 | 183 | 92.15 | 152 | 6.90 | 300 | 3.52 |
| 男性30代 | 645 | 26.8 | 24.2 | 49.0 | 173 | 97.15 | 156 | 7.04 | 316 | 3.30 |
| 男性40代 | 678 | 34.4 | 23.3 | 42.3 | 233 | 126.12 | 158 | 8.01 | 287 | 3.33 |
| 男性50代 | 695 | 28.9 | 18.6 | 52.5 | 201 | 118.81 | 129 | 7.15 | 365 | 3.55 |
| 男性60代 | 552 | 33.3 | 18.5 | 48.2 | 184 | 149.56 | 102 | 7.30 | 266 | 3.30 |
| 男性70代 | 567 | 25.4 | 26.6 | 48.0 | 144 | 138.63 | 151 | 7.23 | 272 | 3.15 |
| 女性10代 | 167 | 21.6 | 18.0 | 60.5 | 36 | 149.61 | 30 | 6.43 | 101 | 3.82 |
| 女性20代 | 626 | 23.5 | 24.3 | 52.2 | 147 | 94.52 | 152 | 7.32 | 327 | 3.46 |
| 女性30代 | 631 | 25.4 | 23.9 | 50.7 | 160 | 102.94 | 151 | 5.90 | 320 | 3.18 |
| 女性40代 | 715 | 28.1 | 20.4 | 51.5 | 201 | 109.20 | 146 | 6.98 | 368 | 3.42 |
| 女性50代 | 795 | 23.4 | 20.3 | 56.4 | 186 | 120.51 | 161 | 6.07 | 448 | 3.30 |
| 女性60代 | 626 | 24.1 | 23.0 | 52.9 | 151 | 130.63 | 144 | 7.35 | 331 | 3.40 |
| 女性70代 | 727 | 25.9 | 22.6 | 51.6 | 188 | 152.28 | 164 | 7.40 | 375 | 3.25 |
| 東京23区・政令指定都市 | 2432 | 25.5 | 20.1 | 54.4 | 620 | 133.67 | 488 | 7.16 | 1324 | 3.38 |
| 東京都区部 | 839 | 25.7 | 19.7 | 54.6 | 216 | 139.73 | 165 | 7.08 | 458 | 3.36 |
| 政令指定都市 | 1593 | 25.4 | 20.3 | 54.4 | 404 | 130.42 | 323 | 7.20 | 866 | 3.39 |
| 大都市 | 3219 | 27.5 | 22.1 | 50.4 | 885 | 126.01 | 711 | 6.88 | 1623 | 3.38 |
| 小都市 | 2012 | 27.9 | 24.2 | 47.9 | 561 | 101.14 | 487 | 7.00 | 964 | 3.33 |
| 町村 | 555 | 28.8 | 24.9 | 46.3 | 160 | 106.03 | 138 | 7.86 | 257 | 3.49 |
| 北海道 | 337 | 30.0 | 20.5 | 49.6 | 101 | 107.29 | 69 | 6.43 | 167 | 3.44 |
| 東北 | 499 | 25.9 | 23.6 | 50.5 | 129 | 81.30 | 118 | 7.39 | 252 | 3.38 |
| 北関東 | 377 | 29.2 | 26.8 | 44.0 | 110 | 110.08 | 101 | 7.12 | 166 | 3.33 |
| 首都圏 | 2784 | 25.2 | 21.0 | 53.8 | 702 | 126.32 | 584 | 7.17 | 1498 | 3.36 |
| 北陸 | 285 | 23.2 | 24.9 | 51.9 | 66 | 118.97 | 71 | 6.06 | 148 | 3.34 |
| 東山 | 263 | 27.4 | 26.6 | 46.0 | 72 | 108.01 | 70 | 7.40 | 121 | 3.43 |
| 東海 | 841 | 28.4 | 24.0 | 47.6 | 239 | 116.40 | 202 | 7.40 | 400 | 3.37 |
| 近畿二府一県 | 1108 | 28.2 | 19.9 | 52.0 | 312 | 134.58 | 220 | 7.22 | 576 | 3.45 |
| その他近畿圏 | 242 | 26.0 | 20.7 | 53.3 | 63 | 120.92 | 50 | 5.40 | 129 | 3.32 |
| 中国 | 419 | 29.6 | 22.9 | 47.5 | 124 | 120.12 | 96 | 6.70 | 199 | 3.26 |
| 四国 | 192 | 30.2 | 24.5 | 45.3 | 58 | 120.53 | 47 | 5.81 | 87 | 3.49 |
| 九州・沖縄 | 871 | 28.7 | 22.5 | 48.8 | 250 | 124.18 | 196 | 7.36 | 425 | 3.36 |
| 自営業主 | 629 | 32.1 | 24.6 | 43.2 | 202 | 123.36 | 155 | 6.95 | 272 | 3.14 |
| 家族従業者 | 36 | 27.8 | 25.0 | 47.2 | 10 | 143.60 | 9 | 6.67 | 17 | 4.06 |
| 雇用者 | 4794 | 26.8 | 21.4 | 51.7 | 1287 | 115.84 | 1027 | 7.60 | 2480 | 3.49 |
| （小計）就労者 | 5459 | 27.5 | 21.8 | 50.7 | 1499 | 117.04 | 1191 | 7.51 | 2769 | 3.46 |
| 主婦・主夫 | 1050 | 23.8 | 25.2 | 51.0 | 250 | 123.75 | 265 | 6.27 | 535 | 3.05 |
| 学生 | 453 | 22.3 | 19.2 | 58.5 | 101 | 135.21 | 87 | 6.57 | 265 | 3.77 |
| 無職 | 1068 | 28.9 | 23.1 | 47.9 | 309 | 138.19 | 247 | 5.98 | 512 | 3.14 |
| その他 | 90 | 36.7 | 22.2 | 41.1 | 33 | 94.85 | 20 | 5.85 | 37 | 3.14 |
| 答えたくない | 98 | 34.7 | 14.3 | 51.0 | 34 | 65.56 | 14 | 7.79 | 50 | 2.90 |
| 中学校 | 98 | 33.7 | 20.4 | 45.9 | 33 | 141.21 | 20 | 5.60 | 45 | 3.16 |
| 高校 | 1803 | 26.4 | 25.3 | 48.3 | 476 | 116.61 | 457 | 7.32 | 870 | 3.40 |
| 短大・高専 | 798 | 26.8 | 23.3 | 49.9 | 214 | 129.88 | 186 | 6.42 | 398 | 3.36 |
| 専門学校 | 842 | 28.5 | 20.9 | 50.6 | 240 | 123.62 | 176 | 7.65 | 426 | 3.36 |
| 大学 | 4007 | 27.3 | 21.0 | 51.6 | 1095 | 118.20 | 843 | 6.87 | 2069 | 3.38 |
| 大学院 | 588 | 23.8 | 22.4 | 53.7 | 140 | 127.69 | 132 | 7.58 | 316 | 3.41 |
| その他 | 8 | 50.0 | 12.5 | 37.5 | 4 | 160.75 | 1 | 30.00 | 3 | 4.67 |
| 答えたくない | 74 | 32.4 | 12.2 | 55.4 | 24 | 104.96 | 9 | 7.22 | 41 | 2.80 |
| 収入なし | 106 | 23.6 | 26.4 | 50.0 | 25 | 96.44 | 28 | 4.93 | 53 | 2.98 |
| 100万円未満 | 203 | 28.1 | 21.2 | 50.7 | 57 | 143.09 | 43 | 7.47 | 103 | 3.32 |
| 100～200万円未満 | 410 | 27.6 | 23.2 | 49.3 | 113 | 143.22 | 95 | 6.34 | 202 | 3.63 |
| 200～300万円未満 | 653 | 30.9 | 21.3 | 47.8 | 202 | 138.07 | 139 | 6.81 | 312 | 3.38 |
| 300～400万円未満 | 832 | 27.2 | 23.0 | 49.9 | 226 | 107.92 | 191 | 6.84 | 415 | 3.37 |
| 400～500万円未満 | 771 | 28.9 | 23.7 | 47.3 | 223 | 107.95 | 183 | 6.71 | 365 | 3.50 |
| 500～600万円未満 | 687 | 26.9 | 24.3 | 48.8 | 185 | 114.11 | 167 | 7.10 | 335 | 3.44 |
| 600～700万円未満 | 517 | 23.2 | 23.6 | 53.2 | 120 | 109.26 | 122 | 7.46 | 275 | 3.30 |
| 700～800万円未満 | 532 | 28.8 | 23.3 | 47.9 | 153 | 118.88 | 124 | 6.93 | 255 | 3.35 |
| 800～1000万円未満 | 735 | 25.9 | 22.9 | 51.3 | 190 | 111.31 | 168 | 7.35 | 377 | 3.35 |
| 1000～1200万円未満 | 473 | 24.5 | 21.8 | 53.9 | 116 | 128.80 | 102 | 6.98 | 255 | 3.24 |
| 1200万円以上 | 535 | 28.6 | 18.9 | 52.5 | 153 | 126.44 | 101 | 7.68 | 281 | 3.49 |
| わからない | 791 | 25.5 | 20.0 | 54.5 | 202 | 119.14 | 158 | 6.74 | 431 | 3.29 |
| 答えたくない | 973 | 26.8 | 20.9 | 52.3 | 261 | 126.74 | 203 | 7.87 | 509 | 3.34 |
| 既婚者 | 4460 | 27.2 | 23.3 | 49.5 | 1211 | 118.52 | 1041 | 7.07 | 2208 | 3.27 |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 3646 | 26.9 | 20.9 | 52.2 | 979 | 122.24 | 762 | 6.97 | 1905 | 3.49 |
| 答えたくない | 112 | 32.1 | 18.8 | 49.1 | 36 | 136.17 | 21 | 10.00 | 55 | 3.36 |
| 一人暮らし | 1822 | 27.2 | 20.8 | 52.0 | 498 | 133.82 | 379 | 6.98 | 947 | 3.44 |
| 夫婦のみ・子なし | 2235 | 26.5 | 25.1 | 48.5 | 592 | 125.88 | 560 | 7.08 | 1082 | 3.31 |
| 夫婦・子あり | 1900 | 27.5 | 22.0 | 50.5 | 523 | 109.06 | 418 | 6.70 | 959 | 3.23 |
| 親と同居（未婚） | 870 | 24.1 | 23.6 | 52.3 | 210 | 106.13 | 205 | 6.50 | 455 | 3.49 |
| 2世帯以上同居 | 346 | 29.5 | 18.5 | 52.0 | 102 | 115.51 | 64 | 7.78 | 180 | 3.42 |
| その他 | 933 | 28.6 | 19.0 | 52.4 | 267 | 116.77 | 177 | 8.09 | 489 | 3.55 |
| 答えたくない | 112 | 32.1 | 18.8 | 49.1 | 36 | 136.17 | 21 | 10.00 | 55 | 3.36 |
| 週に3日以上 | 3852 | 27.4 | 18.1 | 54.4 | 1058 | 171.66 | 699 | 9.17 | 2097 | 3.78 |
| 週に1～2日 | 2318 | 23.8 | 24.2 | 52.0 | 551 | 88.70 | 561 | 6.51 | 1208 | 2.76 |
| （小計）週に1日以上計 | 6170 | 26.0 | 20.4 | 53.5 | 1607 | 143.21 | 1260 | 7.99 | 3305 | 3.41 |
| （小計）週1日未満 | 1556 | 30.7 | 30.1 | 39.2 | 478 | 52.23 | 468 | 4.79 | 610 | 3.08 |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 492 | 28.7 | 19.5 | 51.8 | 141 | 92.11 | 96 | 5.99 | 255 | 3.66 |
| （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 8218 | 27.1 | 22.2 | 50.7 | 2226 | 120.44 | 1824 | 7.06 | 4168 | 3.37 |
| この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 2030 | 32.1 | 17.0 | 50.9 | 651 | 186.94 | 345 | 10.37 | 1034 | 3.93 |
| 軽く汗をかく運動を週に2日 | 890 | 25.8 | 18.8 | 55.4 | 230 | 126.67 | 167 | 8.47 | 493 | 3.15 |
| （小計）週に2日以上計 | 2920 | 30.2 | 17.5 | 52.3 | 881 | 171.21 | 512 | 9.75 | 1527 | 3.68 |
| （小計）週2日未満 | 2896 | 25.1 | 26.2 | 48.7 | 727 | 84.86 | 760 | 6.52 | 1409 | 3.14 |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 888 | 26.1 | 21.8 | 52.0 | 232 | 98.40 | 194 | 6.26 | 462 | 3.36 |
| （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 6704 | 27.4 | 21.9 | 50.7 | 1840 | 127.91 | 1466 | 7.61 | 3398 | 3.41 |
| 軽く汗をかく運動を1 年以上継続しなかった・わからない | 1514 | 25.5 | 23.6 | 50.9 | 386 | 84.82 | 358 | 4.81 | 770 | 3.21 |
| する・みる・ささえる | 796 | 32.4 | 24.9 | 42.7 | 258 | 119.33 | 198 | 7.70 | 340 | 3.48 |
| する・みる | 4039 | 25.5 | 20.3 | 54.2 | 1029 | 145.41 | 819 | 7.64 | 2191 | 3.35 |
| する・ささえる | 53 | 22.6 | 20.8 | 56.6 | 12 | 111.00 | 11 | 10.09 | 30 | 3.50 |
| するのみ | 1282 | 24.0 | 18.1 | 57.9 | 308 | 157.15 | 232 | 9.34 | 742 | 3.53 |
| みる・ささえる | 155 | 32.3 | 32.3 | 35.5 | 50 | 48.22 | 50 | 6.70 | 55 | 3.69 |
| みるのみ | 1302 | 29.0 | 28.6 | 42.4 | 378 | 63.33 | 372 | 4.79 | 552 | 3.20 |
| ささえるのみ | 13 | 23.1 | 30.8 | 46.2 | 3 | 83.67 | 4 | 15.25 | 6 | 1.83 |
| しない・みない・ささえない | 578 | 32.5 | 23.9 | 43.6 | 188 | 60.37 | 138 | 4.64 | 252 | 3.31 |

Q14-3. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾗﾝﾆﾝｸﾞ(ｼﾞｮｷﾞﾝｸﾞ)・ﾏﾗｿﾝ・駅伝

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 4020 | 34.8 | 24.5 | 40.7 | 1397 | 69.33 | 985 | 4.99 | 1638 | 2.40 |
| 性別 | 男性 | 3053 | 34.6 | 24.6 | 40.9 | 1055 | 72.78 | 750 | 5.19 | 1240 | 2.38 |
| | 女性 | 942 | 35.6 | 24.2 | 40.2 | 335 | 58.15 | 228 | 4.37 | 379 | 2.44 |
| 年代 | 10代 | 159 | 33.3 | 27.7 | 39.0 | 53 | 46.43 | 44 | 5.91 | 62 | 2.47 |
| | 20代 | 1036 | 35.0 | 28.9 | 36.1 | 363 | 41.32 | 299 | 4.63 | 374 | 2.30 |
| | 30代 | 850 | 34.0 | 25.5 | 40.5 | 289 | 67.54 | 217 | 4.73 | 344 | 2.29 |
| | 40代 | 865 | 37.7 | 22.9 | 39.4 | 326 | 76.82 | 198 | 4.80 | 341 | 2.25 |
| | 50代 | 618 | 33.0 | 19.4 | 47.6 | 204 | 81.31 | 120 | 5.38 | 294 | 2.54 |
| | 60代 | 313 | 34.5 | 21.4 | 44.1 | 108 | 112.23 | 67 | 6.01 | 138 | 2.77 |
| | 70代 | 179 | 30.2 | 22.3 | 47.5 | 54 | 113.28 | 40 | 6.20 | 85 | 2.71 |
| 性年代 | 男性10代 | 95 | 30.5 | 33.7 | 35.8 | 29 | 55.97 | 32 | 6.28 | 34 | 2.41 |
| | 男性20代 | 735 | 35.1 | 28.0 | 36.9 | 258 | 45.34 | 206 | 4.66 | 271 | 2.23 |
| | 男性30代 | 671 | 31.9 | 26.5 | 41.6 | 214 | 70.51 | 178 | 4.99 | 279 | 2.37 |
| | 男性40代 | 670 | 38.5 | 22.1 | 39.4 | 258 | 79.39 | 148 | 5.23 | 264 | 2.26 |
| | 男性50代 | 493 | 33.3 | 19.9 | 46.9 | 164 | 81.17 | 98 | 5.32 | 231 | 2.53 |
| | 男性60代 | 243 | 35.0 | 22.6 | 42.4 | 85 | 110.71 | 55 | 6.58 | 103 | 2.62 |
| | 男性70代 | 146 | 32.2 | 22.6 | 45.2 | 47 | 109.91 | 33 | 5.76 | 66 | 2.61 |
| | 女性10代 | 63 | 36.5 | 19.0 | 44.4 | 23 | 36.35 | 12 | 4.92 | 28 | 2.54 |
| | 女性20代 | 290 | 35.5 | 30.7 | 33.8 | 103 | 30.09 | 89 | 4.65 | 98 | 2.44 |
| | 女性30代 | 173 | 42.2 | 22.0 | 35.8 | 73 | 56.44 | 38 | 3.58 | 62 | 1.90 |
| | 女性40代 | 191 | 35.1 | 25.1 | 39.8 | 67 | 67.03 | 48 | 3.42 | 76 | 2.24 |
| | 女性50代 | 123 | 32.5 | 17.9 | 49.6 | 40 | 81.90 | 22 | 5.64 | 61 | 2.59 |
| | 女性60代 | 69 | 31.9 | 17.4 | 50.7 | 22 | 123.09 | 12 | 3.42 | 35 | 3.20 |
| | 女性70代 | 33 | 21.2 | 21.2 | 57.6 | 7 | 135.86 | 7 | 8.29 | 19 | 3.05 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 1068 | 34.2 | 24.2 | 41.7 | 365 | 77.03 | 258 | 4.75 | 445 | 2.22 |
| | 東京都区部 | 435 | 36.1 | 24.6 | 39.3 | 157 | 82.23 | 107 | 4.42 | 171 | 2.10 |
| | 政令指定都市 | 633 | 32.9 | 23.9 | 43.3 | 208 | 73.11 | 151 | 4.99 | 274 | 2.30 |
| | 大都市 | 1594 | 33.8 | 25.2 | 41.0 | 539 | 69.21 | 401 | 5.13 | 654 | 2.51 |
| | 小都市 | 1073 | 34.8 | 25.3 | 39.9 | 373 | 64.02 | 272 | 5.15 | 428 | 2.36 |
| | 町村 | 285 | 42.1 | 18.9 | 38.9 | 120 | 62.92 | 54 | 4.30 | 111 | 2.60 |
| 居住地域 | 北海道 | 161 | 34.8 | 28.6 | 36.6 | 56 | 70.59 | 46 | 5.54 | 59 | 2.69 |
| | 東北 | 218 | 28.9 | 24.3 | 46.8 | 63 | 50.97 | 53 | 5.25 | 102 | 2.41 |
| | 北関東 | 235 | 34.5 | 25.1 | 40.4 | 81 | 79.42 | 59 | 5.86 | 95 | 2.41 |
| | 首都圏 | 1330 | 33.8 | 23.5 | 42.6 | 450 | 79.98 | 313 | 4.80 | 567 | 2.22 |
| | 北陸 | 165 | 40.0 | 26.1 | 33.9 | 66 | 65.64 | 43 | 5.05 | 56 | 2.50 |
| | 東山 | 131 | 34.4 | 25.2 | 40.5 | 45 | 52.20 | 33 | 3.94 | 53 | 2.81 |
| | 東海 | 421 | 33.0 | 27.1 | 39.9 | 139 | 49.18 | 114 | 5.23 | 168 | 2.27 |
| | 近畿二府一県 | 488 | 34.2 | 25.6 | 40.2 | 167 | 85.57 | 125 | 5.27 | 196 | 2.54 |
| | その他近畿圏 | 94 | 33.0 | 26.6 | 40.4 | 31 | 43.68 | 25 | 4.04 | 38 | 2.92 |
| | 中国 | 209 | 38.3 | 23.0 | 38.8 | 80 | 59.93 | 48 | 4.73 | 81 | 2.63 |
| | 四国 | 94 | 40.4 | 23.4 | 36.2 | 38 | 63.79 | 22 | 2.50 | 34 | 1.94 |
| | 九州・沖縄 | 474 | 38.2 | 21.9 | 39.9 | 181 | 60.12 | 104 | 5.31 | 189 | 2.54 |
| 職業 | 自営業主 | 330 | 36.7 | 23.6 | 39.7 | 121 | 66.43 | 78 | 5.06 | 131 | 2.60 |
| | 家族従業者 | 10 | 60.0 | 10.0 | 30.0 | 6 | 13.00 | 1 | 4.00 | 3 | 3.33 |
| | 雇用者 | 2909 | 34.9 | 24.8 | 40.4 | 1014 | 64.72 | 721 | 5.00 | 1174 | 2.30 |
| | （小計）就労者 | 3249 | 35.1 | 24.6 | 40.3 | 1141 | 64.63 | 800 | 5.00 | 1308 | 2.33 |
| | 主婦・主夫 | 120 | 32.5 | 17.5 | 50.0 | 39 | 87.64 | 21 | 4.62 | 60 | 2.80 |
| | 学生 | 305 | 29.2 | 30.8 | 40.0 | 89 | 51.09 | 94 | 4.44 | 122 | 2.61 |
| | 無職 | 235 | 37.4 | 19.1 | 43.4 | 88 | 119.00 | 45 | 5.60 | 102 | 2.76 |
| | その他 | 43 | 30.2 | 25.6 | 44.2 | 13 | 153.85 | 11 | 6.64 | 19 | 2.37 |
| | 答えたくない | 68 | 39.7 | 20.6 | 39.7 | 27 | 98.93 | 14 | 5.43 | 27 | 2.56 |
| 最終学歴 | 中学校 | 24 | 37.5 | 20.8 | 41.7 | 9 | 68.89 | 5 | 3.40 | 10 | 2.10 |
| | 高校 | 697 | 33.7 | 23.7 | 42.6 | 235 | 71.17 | 165 | 5.71 | 297 | 2.59 |
| | 短大・高専 | 197 | 34.5 | 23.9 | 41.6 | 68 | 69.87 | 47 | 5.34 | 82 | 2.50 |
| | 専門学校 | 320 | 40.3 | 20.6 | 39.1 | 129 | 74.36 | 66 | 4.21 | 125 | 2.35 |
| | 大学 | 2368 | 34.4 | 25.4 | 40.2 | 815 | 68.84 | 601 | 4.89 | 952 | 2.35 |
| | 大学院 | 370 | 33.0 | 25.9 | 41.1 | 122 | 54.64 | 96 | 4.92 | 152 | 2.36 |
| | その他 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 7.00 |
| | 答えたくない | 43 | 44.2 | 11.6 | 44.2 | 19 | 125.63 | 5 | 4.00 | 19 | 1.89 |
| 世帯年収 | 収入なし | 36 | 41.7 | 19.4 | 38.9 | 15 | 95.33 | 7 | 6.57 | 14 | 3.64 |
| | 100万円未満 | 85 | 35.3 | 27.1 | 37.6 | 30 | 87.20 | 23 | 2.17 | 32 | 2.41 |
| | 100～200万円未満 | 112 | 40.2 | 19.6 | 40.2 | 45 | 56.00 | 22 | 6.59 | 45 | 2.00 |
| | 200～300万円未満 | 215 | 36.3 | 21.4 | 42.3 | 78 | 71.45 | 46 | 4.72 | 91 | 2.53 |
| | 300～400万円未満 | 334 | 35.6 | 26.9 | 37.4 | 119 | 54.91 | 90 | 5.44 | 125 | 2.45 |
| | 400～500万円未満 | 391 | 33.8 | 26.9 | 39.4 | 132 | 67.89 | 105 | 5.30 | 154 | 2.23 |
| | 500～600万円未満 | 382 | 33.0 | 27.0 | 40.1 | 126 | 48.67 | 103 | 5.14 | 153 | 2.39 |
| | 600～700万円未満 | 331 | 38.1 | 24.8 | 37.2 | 126 | 57.13 | 82 | 5.12 | 123 | 2.27 |
| | 700～800万円未満 | 343 | 34.7 | 22.4 | 42.9 | 119 | 69.92 | 77 | 5.87 | 147 | 2.40 |
| | 800～1000万円未満 | 471 | 30.8 | 25.9 | 43.3 | 145 | 72.53 | 122 | 4.43 | 204 | 2.46 |
| | 1000～1200万円未満 | 327 | 35.2 | 23.9 | 41.0 | 115 | 67.27 | 78 | 4.24 | 134 | 2.07 |
| | 1200万円以上 | 381 | 34.9 | 23.9 | 41.2 | 133 | 80.84 | 91 | 4.41 | 157 | 2.61 |
| | わからない | 250 | 33.6 | 26.0 | 40.4 | 84 | 70.32 | 65 | 4.49 | 101 | 2.66 |
| | 答えたくない | 362 | 35.9 | 20.4 | 43.6 | 130 | 97.32 | 74 | 6.03 | 158 | 2.39 |
| 未既婚 | 既婚者 | 2087 | 34.3 | 23.0 | 42.6 | 716 | 74.22 | 481 | 5.08 | 890 | 2.41 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 1875 | 35.1 | 26.3 | 38.6 | 659 | 63.19 | 493 | 4.84 | 723 | 2.38 |
| | 答えたくない | 58 | 37.9 | 19.0 | 43.1 | 22 | 93.91 | 11 | 7.82 | 25 | 2.44 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 1029 | 34.8 | 26.4 | 38.8 | 358 | 69.43 | 272 | 5.31 | 399 | 2.36 |
| | 夫婦のみ・子なし | 834 | 31.1 | 26.6 | 42.3 | 259 | 70.29 | 222 | 5.18 | 353 | 2.39 |
| | 夫婦・子あり | 1111 | 36.2 | 20.5 | 42.9 | 402 | 75.46 | 232 | 4.87 | 477 | 2.43 |
| | 親と同居（未婚） | 443 | 36.8 | 22.8 | 40.4 | 163 | 65.36 | 101 | 4.37 | 179 | 2.35 |
| | 2世帯以上同居 | 154 | 36.4 | 26.6 | 37.0 | 56 | 75.46 | 41 | 4.39 | 57 | 2.11 |
| | その他 | 391 | 35.0 | 27.1 | 37.9 | 137 | 47.50 | 106 | 4.58 | 148 | 2.61 |
| | 答えたくない | 58 | 37.9 | 19.0 | 43.1 | 22 | 93.91 | 11 | 7.82 | 25 | 2.44 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 1869 | 33.8 | 20.1 | 46.1 | 631 | 117.13 | 376 | 6.65 | 862 | 3.04 |
| | 週に1～2日 | 1438 | 29.4 | 27.2 | 43.4 | 423 | 40.74 | 391 | 4.31 | 624 | 1.68 |
| | （小計）週に1日以上計 | 3307 | 31.9 | 23.2 | 44.9 | 1054 | 86.47 | 767 | 5.45 | 1486 | 2.47 |
| | （小計）週1日未満 | 566 | 49.1 | 33.2 | 17.7 | 278 | 11.82 | 188 | 3.21 | 100 | 1.61 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 147 | 44.2 | 20.4 | 35.4 | 65 | 37.25 | 30 | 4.33 | 52 | 1.85 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 4020 | 34.8 | 24.5 | 40.7 | 1397 | 69.33 | 985 | 4.99 | 1638 | 2.40 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上運動する頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 1229 | 35.2 | 16.5 | 48.3 | 433 | 140.72 | 203 | 8.00 | 593 | 3.38 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日以上 | 675 | 30.5 | 20.4 | 49.0 | 206 | 72.60 | 138 | 5.91 | 321 | 2.08 |
| | （小計）週に2日以上計 | 1904 | 33.6 | 17.9 | 48.5 | 639 | 118.76 | 341 | 7.16 | 924 | 2.92 |
| | （小計）週2日未満 | 1397 | 33.8 | 31.9 | 34.4 | 539 | 26.72 | 509 | 3.78 | 549 | 1.64 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 261 | 40.2 | 26.1 | 33.7 | 105 | 36.22 | 68 | 4.37 | 88 | 2.03 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 3762 | 34.1 | 24.4 | 41.5 | 1283 | 73.34 | 918 | 5.08 | 1561 | 2.42 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 258 | 44.2 | 26.0 | 29.8 | 114 | 24.22 | 67 | 3.82 | 77 | 1.99 |
| すべて（週1～2回以上）※2 | する・みる・ささえる | 751 | 32.0 | 27.7 | 40.3 | 240 | 70.33 | 208 | 6.20 | 303 | 2.53 |
| | する・みる | 1930 | 30.5 | 23.4 | 46.1 | 588 | 87.96 | 452 | 4.93 | 890 | 2.40 |
| | する・ささえる | 41 | 36.6 | 12.2 | 51.2 | 15 | 42.27 | 5 | 3.80 | 21 | 3.38 |
| | するのみ | 585 | 36.1 | 17.4 | 46.5 | 211 | 103.84 | 102 | 6.34 | 272 | 2.57 |
| | みる・ささえる | 103 | 45.6 | 35.0 | 19.4 | 47 | 12.28 | 36 | 3.36 | 20 | 1.75 |
| | みるのみ | 411 | 49.9 | 33.1 | 17.0 | 205 | 13.56 | 136 | 3.38 | 70 | 1.59 |
| | ささえるのみ | 6 | 50.0 | 50.0 | – | 3 | 2.67 | 3 | 7.33 | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 193 | 45.6 | 22.3 | 32.1 | 88 | 26.63 | 43 | 3.07 | 62 | 1.79 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-4. この1年間に実施した日数（年・月・週）/陸上競技

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 271 | 50.9 | 24.0 | 25.1 | 138 | 47.66 | 65 | 5.14 | 68 | 2.78 |
| 男性 | 199 | 49.2 | 25.6 | 26.1 | 96 | 44.98 | 51 | 5.06 | 52 | 2.94 |
| 女性 | 85 | 58.5 | 18.5 | 23.1 | 38 | 57.63 | 12 | 4.33 | 15 | 2.07 |
| 10代 | 30 | 46.7 | 16.7 | 36.7 | 14 | 78.57 | 5 | 10.60 | 11 | 3.45 |
| 20代 | 113 | 51.3 | 22.1 | 26.5 | 58 | 21.48 | 25 | 4.80 | 30 | 2.87 |
| 30代 | 60 | 53.3 | 26.7 | 20.0 | 32 | 76.66 | 16 | 3.75 | 12 | 3.17 |
| 40代 | 33 | 45.5 | 27.3 | 27.3 | 15 | 72.00 | 9 | 3.44 | 9 | 1.44 |
| 50代 | 20 | 65.0 | 20.0 | 15.0 | 13 | 14.31 | 4 | 5.75 | 3 | 2.00 |
| 60代 | 10 | 30.0 | 40.0 | 30.0 | 3 | 153.33 | 4 | 7.00 | 3 | 2.67 |
| 70代 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | 3 | 17.33 | 2 | 9.50 | – | – |
| 男性10代 | 18 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 9 | 80.44 | 3 | 17.00 | 6 | 3.67 |
| 男性20代 | 87 | 44.8 | 25.3 | 29.9 | 39 | 27.15 | 22 | 4.14 | 26 | 3.00 |
| 男性30代 | 44 | 50.0 | 29.5 | 20.5 | 22 | 66.64 | 13 | 4.15 | 9 | 3.78 |
| 男性40代 | 24 | 45.8 | 25.0 | 29.2 | 11 | 41.91 | 6 | 3.33 | 7 | 1.57 |
| 男性50代 | 14 | 64.3 | 21.4 | 14.3 | 9 | 10.67 | 3 | 1.00 | 2 | 2.00 |
| 男性60代 | 8 | 37.5 | 37.5 | 25.0 | 3 | 153.33 | 3 | 8.00 | 2 | 2.00 |
| 男性70代 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 17.33 | 1 | 15.00 | – | – |
| 女性10代 | 12 | 41.7 | 16.7 | 41.7 | 5 | 75.20 | 2 | 1.00 | 5 | 3.20 |
| 女性20代 | 23 | 73.9 | 13.0 | 13.0 | 17 | 7.65 | 3 | 9.67 | 3 | 1.00 |
| 女性30代 | 16 | 62.5 | 18.8 | 18.8 | 10 | 98.70 | 3 | 2.00 | 3 | 1.33 |
| 女性40代 | 8 | 37.5 | 37.5 | 25.0 | 3 | 206.00 | 3 | 3.67 | 2 | 1.00 |
| 女性50代 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 26.33 | – | – | 1 | 2.00 |
| 女性60代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 4.00 |
| 女性70代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 4.00 | – | – |
| 東京23区・政令指定都市 | 77 | 53.2 | 29.9 | 16.9 | 41 | 59.98 | 23 | 7.00 | 13 | 2.85 |
| 東京都区部 | 36 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 18 | 47.33 | 12 | 4.08 | 6 | 3.33 |
| 政令指定都市 | 41 | 56.1 | 26.8 | 17.1 | 23 | 69.87 | 11 | 10.18 | 7 | 2.43 |
| 大都市 | 104 | 51.0 | 21.2 | 27.9 | 53 | 43.89 | 22 | 4.18 | 29 | 2.38 |
| 小都市 | 69 | 47.8 | 26.1 | 26.1 | 33 | 40.97 | 18 | 4.33 | 18 | 2.89 |
| 町村 | 21 | 52.4 | 9.5 | 38.1 | 11 | 40.00 | 2 | 1.50 | 8 | 3.88 |
| 北海道 | 17 | 47.1 | 35.3 | 17.6 | 8 | 54.38 | 6 | 3.33 | 3 | 3.00 |
| 東北 | 13 | 38.5 | 15.4 | 46.2 | 5 | 71.60 | 2 | 2.00 | 6 | 3.67 |
| 北関東 | 14 | 64.3 | 7.1 | 28.6 | 9 | 16.56 | 1 | 1.00 | 4 | 2.75 |
| 首都圏 | 93 | 43.0 | 32.3 | 24.7 | 40 | 33.45 | 30 | 4.83 | 23 | 2.43 |
| 北陸 | 11 | 63.6 | 9.1 | 27.3 | 7 | 51.29 | 1 | 1.00 | 3 | 3.00 |
| 東山 | 6 | 83.3 | 16.7 | – | 5 | 32.00 | 1 | 18.00 | – | – |
| 東海 | 18 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 8 | 16.13 | 4 | 3.25 | 6 | 2.50 |
| 近畿二府一県 | 44 | 65.9 | 18.2 | 15.9 | 29 | 86.45 | 8 | 5.38 | 7 | 3.29 |
| その他近畿圏 | 7 | 71.4 | 14.3 | 14.3 | 5 | 6.40 | 1 | 1.00 | 1 | 5.00 |
| 中国 | 12 | 58.3 | 25.0 | 16.7 | 7 | 48.86 | 3 | 20.67 | 2 | 1.00 |
| 四国 | 4 | – | 25.0 | 75.0 | – | – | 1 | 5.00 | 3 | 2.00 |
| 九州・沖縄 | 32 | 46.9 | 21.9 | 31.3 | 15 | 51.20 | 7 | 3.00 | 10 | 3.10 |
| 自営業主 | 47 | 53.2 | 29.8 | 17.0 | 25 | 39.60 | 14 | 3.79 | 8 | 2.75 |
| 家族従業者 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 4.00 | – | – | 1 | 7.00 |
| 雇用者 | 154 | 53.2 | 21.4 | 25.3 | 82 | 45.17 | 33 | 4.33 | 39 | 2.46 |
| （小計）就労者 | 203 | 53.2 | 23.2 | 23.6 | 108 | 43.50 | 47 | 4.17 | 48 | 2.60 |
| 主婦・主夫 | 6 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 4 | 8.25 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| 学生 | 43 | 41.9 | 20.9 | 37.2 | 18 | 75.22 | 9 | 10.00 | 16 | 3.50 |
| 無職 | 7 | 57.1 | 28.6 | 14.3 | 4 | 13.50 | 2 | 8.50 | 1 | 1.00 |
| その他 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 217.50 | 2 | 9.50 | – | – |
| 答えたくない | 8 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 2 | 1.50 | 4 | 2.00 | 2 | 3.00 |
| 中学校 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 3.00 | 1 | 3.00 |
| 高校 | 41 | 46.3 | 26.8 | 26.8 | 19 | 31.05 | 11 | 6.91 | 11 | 3.45 |
| 短大・高専 | 11 | 45.5 | 27.3 | 27.3 | 5 | 20.40 | 3 | 7.33 | 3 | 4.33 |
| 専門学校 | 19 | 63.2 | 10.5 | 26.3 | 12 | 36.25 | 2 | 1.50 | 5 | 1.60 |
| 大学 | 167 | 52.7 | 24.6 | 22.8 | 88 | 56.38 | 41 | 4.93 | 38 | 2.79 |
| 大学院 | 26 | 38.5 | 26.9 | 34.6 | 10 | 44.50 | 7 | 4.00 | 9 | 1.78 |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 11.00 | – | – | 1 | 5.00 |
| 収入なし | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 192.50 | 1 | 2.00 | – | – |
| 100万円未満 | 13 | 53.8 | 23.1 | 23.1 | 7 | 87.14 | 3 | 10.00 | 3 | 4.00 |
| 100～200万円未満 | 8 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 3 | 20.67 | 2 | 13.00 | 3 | 3.00 |
| 200～300万円未満 | 15 | 73.3 | – | 26.7 | 11 | 19.00 | – | – | 4 | 1.50 |
| 300～400万円未満 | 22 | 36.4 | 36.4 | 27.3 | 8 | 88.75 | 8 | 5.75 | 6 | 2.17 |
| 400～500万円未満 | 27 | 66.7 | 7.4 | 25.9 | 18 | 38.44 | 2 | 10.00 | 7 | 2.29 |
| 500～600万円未満 | 28 | 64.3 | 25.0 | 10.7 | 18 | 32.89 | 7 | 6.14 | 3 | 2.33 |
| 600～700万円未満 | 21 | 47.6 | 19.0 | 33.3 | 10 | 37.40 | 4 | 4.00 | 7 | 2.57 |
| 700～800万円未満 | 23 | 43.5 | 39.1 | 17.4 | 10 | 46.50 | 9 | 7.67 | 4 | 4.75 |
| 800～1000万円未満 | 24 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 12 | 18.58 | 8 | 2.13 | 4 | 4.75 |
| 1000～1200万円未満 | 22 | 31.8 | 27.3 | 40.9 | 7 | 100.43 | 6 | 3.33 | 9 | 1.89 |
| 1200万円以上 | 29 | 69.0 | 20.7 | 10.3 | 20 | 67.60 | 6 | 2.50 | 3 | 2.67 |
| わからない | 20 | 30.0 | 20.0 | 50.0 | 6 | 25.33 | 4 | 1.00 | 10 | 3.00 |
| 答えたくない | 6 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 5 | 8.00 | 5 | 5.20 | 5 | 3.00 |
| 既婚者 | 130 | 58.5 | 23.1 | 18.5 | 76 | 48.78 | 30 | 3.57 | 24 | 2.46 |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 129 | 44.2 | 24.8 | 31.0 | 57 | 49.91 | 32 | 6.88 | 40 | 2.95 |
| 答えたくない | 12 | 41.7 | 25.0 | 33.3 | 5 | 5.00 | 3 | 2.33 | 4 | 3.00 |
| 一人暮らし | 67 | 47.8 | 20.9 | 31.3 | 32 | 54.25 | 14 | 8.36 | 21 | 2.67 |
| 夫婦のみ・子なし | 59 | 64.4 | 15.3 | 20.3 | 38 | 37.95 | 9 | 2.33 | 12 | 2.58 |
| 夫婦・子あり | 52 | 51.9 | 28.8 | 19.2 | 27 | 68.19 | 15 | 3.93 | 10 | 1.80 |
| 親と同居（未婚） | 32 | 46.9 | 21.9 | 31.3 | 15 | 50.73 | 7 | 8.14 | 10 | 3.10 |
| 2世帯以上同居 | 19 | 57.9 | 21.1 | 21.1 | 11 | 59.45 | 4 | 4.50 | 4 | 4.50 |
| その他 | 30 | 33.3 | 43.3 | 23.3 | 10 | 25.30 | 13 | 4.23 | 7 | 3.29 |
| 答えたくない | 12 | 41.7 | 25.0 | 33.3 | 5 | 5.00 | 3 | 2.33 | 4 | 3.00 |
| 週に3日以上 | 163 | 51.5 | 21.5 | 27.0 | 84 | 66.61 | 35 | 6.09 | 44 | 3.25 |
| 週に1～2日 | 68 | 45.5 | 27.3 | 27.3 | 30 | 14.03 | 18 | 4.06 | 21 | 1.94 |
| （小計）週に1日以上計 | 229 | 49.8 | 23.1 | 27.1 | 114 | 52.77 | 53 | 5.40 | 65 | 2.87 |
| （小計）週1日未満 | 27 | 51.9 | 33.3 | 14.8 | 14 | 8.36 | 9 | 3.11 | 4 | 1.50 |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 15 | 66.7 | 20.0 | 13.3 | 10 | 44.40 | 3 | 6.67 | 2 | 2.50 |
| （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 271 | 50.9 | 24.0 | 25.1 | 138 | 47.66 | 65 | 5.14 | 68 | 2.78 |
| この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 95 | 51.6 | 23.2 | 25.3 | 49 | 85.55 | 22 | 7.27 | 24 | 3.46 |
| 軽く汗をかく運動を週に2日以上 | 37 | 35.1 | 27.0 | 37.8 | 13 | 33.62 | 10 | 3.00 | 14 | 2.07 |
| （小計）週に2日以上計 | 132 | 47.0 | 24.2 | 28.8 | 62 | 74.66 | 32 | 5.94 | 38 | 2.95 |
| （小計）週2日未満 | 110 | 54.5 | 24.5 | 20.9 | 60 | 14.03 | 27 | 4.37 | 23 | 2.43 |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 21 | 57.1 | 19.0 | 23.8 | 12 | 61.67 | 4 | 5.25 | 5 | 2.40 |
| （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 263 | 51.0 | 24.0 | 25.1 | 134 | 46.35 | 63 | 5.22 | 66 | 2.73 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 8 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 4 | 91.50 | 2 | 2.50 | 2 | 4.50 |
| する・みる・ささえる | 144 | 50.7 | 19.4 | 29.9 | 73 | 54.15 | 28 | 6.50 | 43 | 2.88 |
| する・みる | 67 | 50.7 | 31.3 | 17.9 | 34 | 50.09 | 21 | 3.43 | 12 | 3.25 |
| する・ささえる | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 5.00 | – | – | 1 | 5.00 |
| するのみ | 16 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 8 | 59.17 | 4 | 8.00 | 6 | 1.67 |
| みる・ささえる | 18 | 61.1 | 27.8 | 11.1 | 11 | 43.18 | 5 | 2.60 | 2 | 2.50 |
| みるのみ | 9 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 4 | 12.75 | 2 | 1.00 | 3 | 1.00 |
| ささえるのみ | 3 | 33.3 | 66.7 | – | 1 | 1.00 | 2 | 0.50 | – | – |
| しない・みない・ささえない | 12 | 66.7 | 25.0 | 8.3 | 8 | 4.25 | 3 | 6.67 | 1 | 3.00 |

Q14-5. この1年間に実施した日数（年・月・週）/自転車競技(ﾄﾗｯｸ･ﾛｰﾄﾞ･BMX・ﾏｳﾝﾃﾝﾊﾞｲｸ等)

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年/平均（日） | 全体 | 月/平均（日） | 全体 | 週/平均（日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 341 | 44.3 | 26.7 | 29.0 | 151 | 43.91 | 91 | 5.22 | 99 | 2.59 |
| 性別 | 男性 | 275 | 45.5 | 24.7 | 29.8 | 125 | 45.35 | 68 | 4.97 | 82 | 2.59 |
| | 女性 | 64 | 40.6 | 35.9 | 23.4 | 26 | 36.96 | 23 | 5.96 | 15 | 2.80 |
| 年代 | 10代 | 18 | 55.6 | 22.2 | 22.2 | 10 | 15.10 | 4 | 5.75 | 4 | 2.00 |
| | 20代 | 113 | 49.6 | 23.9 | 26.5 | 56 | 22.77 | 27 | 5.78 | 30 | 2.67 |
| | 30代 | 60 | 43.3 | 28.3 | 28.3 | 26 | 36.46 | 17 | 3.24 | 17 | 2.65 |
| | 40代 | 65 | 38.5 | 30.8 | 30.8 | 25 | 68.40 | 20 | 5.15 | 20 | 2.15 |
| | 50代 | 57 | 38.6 | 28.1 | 33.3 | 22 | 56.14 | 16 | 4.19 | 19 | 2.58 |
| | 60代 | 18 | 38.9 | 22.2 | 38.9 | 7 | 166.86 | 4 | 7.00 | 7 | 3.14 |
| | 70代 | 10 | 50.0 | 30.0 | 20.0 | 5 | 28.60 | 3 | 14.33 | 2 | 4.50 |
| 性年代 | 男性10代 | 11 | 63.6 | 18.2 | 18.2 | 7 | 20.29 | 2 | 2.00 | 2 | 3.00 |
| | 男性20代 | 83 | 54.2 | 19.3 | 26.5 | 45 | 26.27 | 16 | 4.69 | 22 | 2.45 |
| | 男性30代 | 51 | 47.1 | 27.5 | 25.5 | 24 | 35.29 | 14 | 3.29 | 13 | 2.54 |
| | 男性40代 | 58 | 37.9 | 27.6 | 34.5 | 22 | 70.68 | 16 | 4.88 | 20 | 2.15 |
| | 男性50代 | 47 | 38.3 | 27.7 | 34.0 | 18 | 58.44 | 13 | 4.92 | 16 | 2.81 |
| | 男性60代 | 17 | 35.3 | 23.5 | 41.2 | 6 | 136.33 | 4 | 7.00 | 7 | 3.14 |
| | 男性70代 | 8 | 37.5 | 37.5 | 25.0 | 3 | 24.33 | 3 | 14.33 | 2 | 4.50 |
| | 女性10代 | 5 | 60.0 | 40.0 | - | 3 | 3.00 | 2 | 9.50 | - | - |
| | 女性20代 | 30 | 36.7 | 36.7 | 26.7 | 11 | 8.45 | 11 | 7.36 | 8 | 3.25 |
| | 女性30代 | 9 | 22.2 | 33.3 | 44.4 | 2 | 50.50 | 3 | 3.00 | 4 | 3.00 |
| | 女性40代 | 7 | 42.9 | 57.1 | - | 3 | 51.67 | 4 | 6.25 | - | - |
| | 女性50代 | 10 | 40.0 | 30.0 | 30.0 | 4 | 45.75 | 3 | 1.00 | 3 | 1.33 |
| | 女性60代 | 1 | 100.0 | - | - | 1 | 350.00 | - | - | - | - |
| | 女性70代 | 2 | 100.0 | - | - | 2 | 35.00 | - | - | - | - |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 66 | 47.0 | 34.8 | 18.2 | 31 | 26.06 | 23 | 6.43 | 12 | 2.92 |
| | 東京都区部 | 32 | 56.3 | 34.4 | 9.4 | 18 | 40.06 | 11 | 3.64 | 3 | 3.33 |
| | 政令指定都市 | 34 | 38.2 | 35.3 | 26.5 | 13 | 6.69 | 12 | 9.00 | 9 | 2.78 |
| | 大都市 | 150 | 45.3 | 25.3 | 29.3 | 68 | 53.69 | 38 | 5.05 | 44 | 2.55 |
| | 小都市 | 104 | 39.4 | 26.0 | 34.6 | 41 | 33.95 | 27 | 4.74 | 36 | 2.44 |
| | 町村 | 21 | 52.4 | 14.3 | 33.3 | 11 | 70.82 | 3 | 2.33 | 7 | 3.00 |
| 居住地域 | 北海道 | 18 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 9 | 106.38 | 4 | 5.25 | 6 | 2.33 |
| | 東北 | 17 | 52.9 | 11.8 | 35.3 | 9 | 55.67 | 2 | 7.00 | 6 | 3.50 |
| | 北関東 | 37 | 32.4 | 32.4 | 35.1 | 12 | 51.58 | 12 | 3.83 | 13 | 2.31 |
| | 首都圏 | 94 | 46.8 | 33.0 | 20.2 | 44 | 28.95 | 31 | 5.06 | 10 | 2.05 |
| | 北陸 | 14 | 50.0 | 35.7 | 14.3 | 7 | 24.14 | 5 | 4.80 | 2 | 2.50 |
| | 東山 | 10 | 50.0 | 20.0 | 30.0 | 5 | 16.00 | 2 | 1.00 | 3 | 3.00 |
| | 東海 | 42 | 50.0 | 19.0 | 31.0 | 21 | 17.90 | 8 | 4.75 | 13 | 3.15 |
| | 近畿二府一県 | 52 | 42.3 | 21.2 | 36.5 | 22 | 57.00 | 11 | 9.18 | 19 | 2.42 |
| | その他近畿圏 | 13 | 46.2 | 15.4 | 38.5 | 6 | 44.33 | 2 | 4.00 | 5 | 3.20 |
| | 中国 | 11 | 27.3 | 45.5 | 27.3 | 3 | 5.67 | 5 | 7.20 | 3 | 1.67 |
| | 四国 | 6 | 33.3 | 50.0 | 16.7 | 2 | 302.50 | 3 | 3.00 | 1 | 7.00 |
| | 九州・沖縄 | 27 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 12 | 51.50 | 6 | 3.17 | 9 | 2.56 |
| 職業 | 自営業主 | 61 | 37.7 | 31.1 | 31.1 | 23 | 61.57 | 19 | 6.21 | 19 | 2.63 |
| | 家族従業者 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 15.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 雇用者 | 219 | 45.2 | 25.6 | 29.2 | 99 | 40.53 | 56 | 4.68 | 64 | 2.77 |
| | （小計）就労者 | 284 | 43.7 | 26.8 | 29.6 | 124 | 44.02 | 76 | 5.01 | 84 | 2.71 |
| | 主婦・主夫 | 6 | 33.3 | 50.0 | 16.7 | 2 | 5.50 | 3 | 10.67 | 1 | 1.00 |
| | 学生 | 22 | 54.5 | 18.2 | 27.3 | 12 | 48.92 | 4 | 3.00 | 6 | 2.00 |
| | 無職 | 17 | 52.9 | 23.5 | 23.5 | 9 | 47.89 | 4 | 9.50 | 4 | 2.00 |
| | その他 | 3 | 66.7 | 33.3 | - | 2 | 70.50 | 1 | 1.00 | - | - |
| | 答えたくない | 9 | 22.2 | 33.3 | 44.4 | 2 | 1.00 | 3 | 3.67 | 4 | 1.75 |
| 最終学歴 | 中学校 | 5 | 20.0 | 60.0 | 20.0 | 1 | 3.00 | 3 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 高校 | 68 | 42.6 | 20.6 | 36.8 | 29 | 44.52 | 14 | 6.86 | 25 | 2.28 |
| | 短大・高専 | 17 | 64.7 | 11.8 | 23.5 | 11 | 50.36 | 2 | 1.00 | 4 | 3.50 |
| | 専門学校 | 30 | 43.3 | 33.3 | 23.3 | 13 | 37.38 | 10 | 4.10 | 7 | 2.29 |
| | 大学 | 180 | 45.6 | 26.7 | 27.8 | 82 | 47.33 | 48 | 5.10 | 50 | 2.80 |
| | 大学院 | 35 | 31.4 | 40.0 | 28.6 | 11 | 36.18 | 14 | 6.07 | 10 | 2.40 |
| | その他 | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| | 答えたくない | 6 | 66.7 | - | 33.3 | 4 | 4.25 | - | - | 2 | 2.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 5.00 | 1 | 3.00 | 1 | 4.00 |
| | 100万円未満 | 10 | 50.0 | 10.0 | 40.0 | 5 | 94.00 | 1 | 5.00 | 4 | 1.25 |
| | 100～200万円未満 | 12 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 6 | 15.17 | 3 | 2.00 | 3 | 3.33 |
| | 200～300万円未満 | 16 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 6 | 20.67 | 4 | 4.50 | 6 | 2.33 |
| | 300～400万円未満 | 24 | 41.7 | 25.0 | 33.3 | 10 | 48.50 | 6 | 6.50 | 8 | 1.75 |
| | 400～500万円未満 | 39 | 53.8 | 15.4 | 30.8 | 21 | 16.95 | 6 | 4.17 | 12 | 2.75 |
| | 500～600万円未満 | 38 | 50.0 | 34.2 | 15.8 | 19 | 49.05 | 13 | 3.08 | 6 | 3.33 |
| | 600～700万円未満 | 25 | 32.0 | 40.0 | 28.0 | 8 | 22.50 | 10 | 11.70 | 7 | 2.71 |
| | 700～800万円未満 | 29 | 41.4 | 31.0 | 27.6 | 12 | 17.42 | 9 | 5.67 | 8 | 1.88 |
| | 800～1000万円未満 | 45 | 40.0 | 24.4 | 35.6 | 18 | 14.06 | 11 | 5.27 | 16 | 2.44 |
| | 1000～1200万円未満 | 27 | 44.4 | 29.6 | 25.9 | 12 | 107.58 | 8 | 4.13 | 7 | 2.57 |
| | 1200万円以上 | 33 | 45.5 | 27.3 | 27.3 | 15 | 76.87 | 9 | 4.22 | 9 | 2.44 |
| | わからない | 15 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 6 | 100.83 | 3 | 8.33 | 6 | 4.00 |
| | 答えたくない | 25 | 48.0 | 28.0 | 24.0 | 12 | 39.67 | 7 | 2.43 | 6 | 3.17 |
| 未既婚 | 既婚者 | 183 | 42.6 | 32.2 | 25.1 | 78 | 46.12 | 59 | 5.46 | 46 | 2.57 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 150 | 45.3 | 20.7 | 34.0 | 68 | 43.72 | 31 | 4.84 | 51 | 2.67 |
| | 答えたくない | 8 | 62.5 | 12.5 | 25.0 | 5 | 12.00 | 1 | 3.00 | 2 | 1.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 85 | 44.7 | 22.4 | 32.9 | 38 | 42.61 | 19 | 5.00 | 28 | 2.71 |
| | 夫婦のみ・子なし | 90 | 51.1 | 27.8 | 21.1 | 46 | 39.76 | 25 | 6.24 | 19 | 3.00 |
| | 夫婦・子あり | 68 | 36.8 | 36.8 | 26.5 | 25 | 41.36 | 25 | 4.56 | 18 | 2.22 |
| | 親と同居（未婚） | 41 | 46.3 | 19.5 | 34.1 | 19 | 35.32 | 8 | 3.13 | 14 | 2.57 |
| | 2世帯以上同居 | 23 | 43.5 | 17.4 | 39.1 | 10 | 90.00 | 4 | 9.25 | 9 | 2.33 |
| | その他 | 26 | 30.8 | 34.6 | 34.6 | 8 | 64.63 | 9 | 5.00 | 9 | 2.67 |
| | 答えたくない | 8 | 62.5 | 12.5 | 25.0 | 5 | 12.00 | 1 | 3.00 | 2 | 1.00 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 193 | 43.0 | 25.9 | 31.1 | 83 | 67.63 | 50 | 6.64 | 60 | 3.02 |
| | 週に1～2日 | 81 | 49.4 | 24.7 | 25.9 | 40 | 19.70 | 20 | 4.50 | 21 | 2.05 |
| | （小計）週に1日以上計 | 274 | 44.9 | 25.5 | 29.6 | 123 | 52.04 | 70 | 6.03 | 81 | 2.77 |
| | （小計）週1日未満 | 47 | 36.2 | 36.2 | 27.7 | 17 | 11.41 | 17 | 2.82 | 13 | 1.85 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 20 | 55.0 | 20.0 | 25.0 | 11 | 3.18 | 4 | 1.25 | 5 | 1.60 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 341 | 44.3 | 26.7 | 29.0 | 151 | 43.91 | 91 | 5.22 | 99 | 2.59 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続して行っている頻度 | 週に3日以上 | 101 | 43.6 | 21.8 | 34.7 | 44 | 101.98 | 22 | 5.95 | 35 | 3.54 |
| | 週に2日 | 49 | 36.7 | 32.7 | 30.6 | 18 | 37.11 | 16 | 7.94 | 15 | 2.33 |
| | （小計）週に2日以上計 | 150 | 41.3 | 25.3 | 33.3 | 62 | 83.15 | 38 | 6.79 | 50 | 3.18 |
| | （小計）週2日未満 | 148 | 44.6 | 29.1 | 26.4 | 66 | 19.68 | 43 | 4.23 | 39 | 1.95 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 29 | 51.7 | 24.1 | 24.1 | 15 | 4.87 | 7 | 3.86 | 7 | 2.57 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 327 | 43.7 | 26.9 | 29.4 | 143 | 45.64 | 88 | 5.31 | 96 | 2.64 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14 | 57.1 | 21.4 | 21.4 | 8 | 12.88 | 3 | 2.67 | 3 | 1.00 |
| する～ささえる～する・みる～ささえる回数 | する・みる・ささえる | 142 | 46.5 | 25.4 | 28.2 | 66 | 34.33 | 36 | 6.11 | 40 | 2.48 |
| | する・みる | 91 | 44.0 | 27.5 | 28.6 | 40 | 57.28 | 25 | 6.04 | 26 | 3.04 |
| | する・ささえる | 4 | 100.0 | - | - | 4 | 48.25 | - | - | - | - |
| | するのみ | 37 | 35.1 | 24.3 | 40.5 | 13 | 127.00 | 9 | 5.67 | 15 | 3.07 |
| | みる・ささえる | 27 | 37.0 | 37.0 | 25.9 | 10 | 9.60 | 10 | 2.90 | 7 | 2.29 |
| | みるのみ | 20 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 10 | 8.20 | 5 | 2.60 | 5 | 1.40 |
| | ささえるのみ | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 3.00 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | しない・みない・ささえない | 17 | 41.2 | 29.4 | 29.4 | 7 | 6.86 | 5 | 1.80 | 5 | 1.60 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-6. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ｻｲｸﾘﾝｸﾞ・自ら進んで行う自転車利用（車や公共交通機関に乗らず自転車で移動する等）

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年/平均（日） | 全体 | 月/平均（日） | 全体 | 週/平均（日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 3176 | 30.2 | 25.4 | 44.4 | 958 | 88.06 | 808 | 5.64 | 1410 | 3.15 |
| 性別 | 男性 | 1838 | 32.6 | 26.2 | 41.2 | 599 | 81.25 | 481 | 5.44 | 758 | 3.09 |
| | 女性 | 1318 | 26.8 | 24.6 | 48.6 | 353 | 99.73 | 324 | 5.97 | 641 | 3.20 |
| 年代 | 10代 | 166 | 22.9 | 26.5 | 50.6 | 38 | 113.66 | 44 | 8.41 | 84 | 3.87 |
| | 20代 | 435 | 29.9 | 26.7 | 43.4 | 130 | 46.18 | 116 | 4.88 | 189 | 3.43 |
| | 30代 | 418 | 31.3 | 25.1 | 43.5 | 131 | 63.15 | 105 | 4.48 | 182 | 3.14 |
| | 40代 | 621 | 32.9 | 26.4 | 40.7 | 204 | 82.22 | 164 | 6.01 | 253 | 2.90 |
| | 50代 | 589 | 29.4 | 24.4 | 46.2 | 173 | 84.24 | 144 | 4.82 | 272 | 3.04 |
| | 60代 | 438 | 32.4 | 26.5 | 41.1 | 142 | 111.03 | 116 | 5.60 | 180 | 3.06 |
| | 70代 | 509 | 27.5 | 23.4 | 49.1 | 140 | 133.26 | 119 | 6.90 | 250 | 3.12 |
| 性年代 | 男性10代 | 84 | 22.6 | 27.4 | 50.0 | 19 | 97.00 | 23 | 9.00 | 42 | 3.74 |
| | 男性20代 | 254 | 29.9 | 27.6 | 42.5 | 76 | 41.08 | 70 | 5.07 | 108 | 3.29 |
| | 男性30代 | 240 | 33.8 | 27.1 | 39.2 | 81 | 57.83 | 65 | 5.03 | 94 | 3.11 |
| | 男性40代 | 359 | 36.5 | 25.9 | 37.6 | 131 | 76.66 | 93 | 5.99 | 135 | 3.00 |
| | 男性50代 | 344 | 32.8 | 25.0 | 42.2 | 113 | 77.88 | 86 | 4.34 | 145 | 2.99 |
| | 男性60代 | 260 | 35.8 | 27.7 | 36.5 | 93 | 106.72 | 72 | 5.64 | 95 | 2.92 |
| | 男性70代 | 297 | 29.0 | 24.2 | 46.8 | 86 | 119.17 | 72 | 5.43 | 139 | 3.02 |
| | 女性10代 | 75 | 24.1 | 26.6 | 49.4 | 19 | 130.32 | 21 | 7.76 | 39 | 3.92 |
| | 女性20代 | 176 | 30.7 | 25.0 | 44.3 | 54 | 53.35 | 44 | 4.68 | 78 | 3.58 |
| | 女性30代 | 172 | 27.3 | 23.3 | 49.4 | 47 | 68.51 | 40 | 3.58 | 85 | 3.15 |
| | 女性40代 | 260 | 27.3 | 27.3 | 45.4 | 71 | 94.73 | 71 | 6.04 | 118 | 2.79 |
| | 女性50代 | 242 | 24.8 | 23.6 | 51.7 | 60 | 96.22 | 57 | 5.60 | 125 | 3.10 |
| | 女性60代 | 177 | 27.1 | 24.9 | 48.0 | 48 | 119.19 | 44 | 5.55 | 85 | 3.22 |
| | 女性70代 | 212 | 25.5 | 22.2 | 52.4 | 54 | 155.69 | 47 | 9.15 | 111 | 3.24 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 968 | 24.6 | 28.1 | 47.3 | 238 | 98.13 | 272 | 5.45 | 458 | 3.00 |
| | 東京都区部 | 356 | 27.2 | 28.1 | 44.7 | 97 | 111.73 | 100 | 5.13 | 159 | 2.74 |
| | 政令指定都市 | 612 | 23.0 | 28.1 | 48.9 | 141 | 88.77 | 172 | 5.64 | 299 | 3.14 |
| | 大都市 | 1321 | 31.6 | 23.9 | 44.5 | 417 | 88.75 | 316 | 5.78 | 588 | 3.24 |
| | 小都市 | 727 | 34.1 | 24.9 | 41.0 | 248 | 81.28 | 181 | 5.69 | 298 | 3.22 |
| | 町村 | 160 | 34.4 | 24.4 | 41.3 | 55 | 69.91 | 39 | 5.59 | 66 | 2.98 |
| 居住地域 | 北海道 | 128 | 31.3 | 34.4 | 34.4 | 40 | 74.03 | 44 | 6.14 | 44 | 3.05 |
| | 東北 | 153 | 29.4 | 22.2 | 48.4 | 46 | 60.13 | 34 | 4.47 | 74 | 3.27 |
| | 北関東 | 159 | 31.7 | 23.3 | 39.0 | 60 | 91.83 | 37 | 5.02 | 67 | 2.68 |
| | 首都圏 | 1098 | 28.9 | 27.6 | 43.5 | 317 | 84.63 | 303 | 5.18 | 478 | 2.94 |
| | 北陸 | 105 | 41.0 | 25.7 | 33.3 | 43 | 96.14 | 27 | 4.33 | 35 | 3.14 |
| | 東山 | 86 | 34.9 | 18.6 | 46.5 | 30 | 92.33 | 16 | 3.56 | 40 | 2.85 |
| | 東海 | 309 | 27.8 | 28.8 | 43.4 | 86 | 98.98 | 89 | 5.80 | 134 | 3.28 |
| | 近畿二府一県 | 482 | 26.8 | 21.2 | 52.1 | 129 | 86.70 | 102 | 6.39 | 251 | 3.34 |
| | その他近畿圏 | 83 | 37.3 | 27.7 | 34.9 | 31 | 105.03 | 23 | 6.22 | 29 | 3.31 |
| | 中国 | 180 | 28.9 | 21.1 | 50.0 | 52 | 118.67 | 38 | 5.92 | 90 | 3.37 |
| | 四国 | 107 | 32.7 | 21.5 | 45.8 | 35 | 133.37 | 23 | 7.09 | 49 | 3.41 |
| | 九州・沖縄 | 286 | 31.5 | 25.2 | 43.4 | 90 | 82.04 | 72 | 7.01 | 124 | 3.40 |
| 職業 | 自営業主 | 298 | 34.6 | 23.8 | 41.6 | 103 | 95.64 | 71 | 5.79 | 124 | 2.69 |
| | 家族従業者 | 15 | 46.7 | 13.3 | 40.0 | 7 | 49.43 | 2 | 3.00 | 6 | 2.83 |
| | 雇用者 | 1748 | 31.4 | 26.3 | 42.3 | 549 | 72.95 | 460 | 5.37 | 739 | 3.20 |
| | （小計）就労者 | 2061 | 32.0 | 25.9 | 42.2 | 659 | 76.25 | 533 | 5.41 | 869 | 3.12 |
| | 主婦・主夫 | 331 | 27.5 | 23.9 | 48.6 | 91 | 112.74 | 79 | 5.52 | 161 | 2.94 |
| | 学生 | 239 | 20.5 | 25.1 | 54.4 | 49 | 91.88 | 60 | 8.18 | 130 | 3.79 |
| | 無職 | 469 | 28.8 | 25.8 | 45.4 | 135 | 127.13 | 121 | 5.29 | 213 | 3.03 |
| | その他 | 38 | 39.5 | 18.4 | 42.1 | 15 | 100.67 | 7 | 12.14 | 16 | 3.25 |
| | 答えたくない | 38 | 23.7 | 21.1 | 55.3 | 9 | 75.56 | 8 | 2.50 | 21 | 2.76 |
| 最終学歴 | 中学校 | 41 | 41.5 | 26.8 | 31.7 | 17 | 154.88 | 11 | 4.45 | 13 | 3.31 |
| | 高校 | 679 | 30.8 | 23.1 | 46.1 | 209 | 87.82 | 157 | 7.13 | 313 | 3.28 |
| | 短大・高専 | 287 | 29.3 | 21.6 | 49.1 | 84 | 104.02 | 62 | 5.76 | 141 | 3.12 |
| | 専門学校 | 340 | 29.1 | 24.1 | 46.8 | 99 | 75.29 | 62 | 5.38 | 159 | 2.91 |
| | 大学 | 1557 | 30.0 | 26.0 | 44.0 | 467 | 85.72 | 405 | 5.28 | 685 | 3.14 |
| | 大学院 | 246 | 29.9 | 34.1 | 37.0 | 71 | 81.11 | 64 | 5.07 | 91 | 3.20 |
| | その他 | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| | 答えたくない | 26 | 42.3 | 26.9 | 30.8 | 11 | 126.55 | 7 | 3.71 | 8 | 2.75 |
| 世帯年収 | 収入なし | 63 | 28.6 | 19.0 | 52.4 | 18 | 103.94 | 12 | 4.58 | 33 | 2.85 |
| | 100万円未満 | 107 | 38.3 | 24.3 | 37.4 | 41 | 108.00 | 26 | 8.08 | 40 | 3.78 |
| | 100～200万円未満 | 178 | 32.6 | 21.3 | 46.1 | 58 | 120.00 | 38 | 8.61 | 82 | 3.18 |
| | 200～300万円未満 | 262 | 29.0 | 25.6 | 45.4 | 76 | 101.49 | 67 | 5.27 | 119 | 3.22 |
| | 300～400万円未満 | 316 | 30.4 | 24.7 | 44.9 | 96 | 75.41 | 78 | 4.53 | 142 | 3.08 |
| | 400～500万円未満 | 312 | 27.6 | 28.5 | 43.9 | 86 | 76.08 | 69 | 6.44 | 137 | 2.85 |
| | 500～600万円未満 | 264 | 34.1 | 20.8 | 45.1 | 90 | 60.78 | 55 | 5.53 | 119 | 3.26 |
| | 600～700万円未満 | 212 | 25.9 | 33.5 | 40.6 | 55 | 76.47 | 71 | 6.44 | 86 | 3.03 |
| | 700～800万円未満 | 204 | 29.9 | 26.0 | 44.1 | 61 | 103.84 | 53 | 4.75 | 90 | 3.16 |
| | 800～1000万円未満 | 262 | 30.5 | 27.9 | 41.6 | 80 | 75.71 | 73 | 5.52 | 109 | 3.01 |
| | 1000～1200万円未満 | 194 | 27.8 | 28.4 | 43.8 | 54 | 74.54 | 55 | 5.44 | 85 | 2.89 |
| | 1200万円以上 | 196 | 38.3 | 25.5 | 36.2 | 75 | 74.88 | 50 | 3.76 | 71 | 2.97 |
| | わからない | 287 | 27.9 | 25.1 | 47.0 | 80 | 108.39 | 72 | 6.06 | 135 | 3.39 |
| | 答えたくない | 319 | 27.6 | 21.6 | 50.8 | 88 | 104.89 | 69 | 5.03 | 162 | 3.36 |
| 未既婚 | 既婚者 | 1664 | 30.5 | 25.2 | 44.2 | 508 | 86.19 | 420 | 5.09 | 736 | 3.02 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 1471 | 29.2 | 25.7 | 45.1 | 430 | 91.72 | 378 | 6.22 | 663 | 3.27 |
| | 答えたくない | 41 | 48.8 | 24.4 | 26.8 | 20 | 56.90 | 10 | 6.90 | 11 | 3.82 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 806 | 29.5 | 25.8 | 44.7 | 238 | 95.22 | 208 | 6.15 | 360 | 3.31 |
| | 夫婦のみ・子なし | 773 | 29.8 | 25.6 | 44.6 | 230 | 97.35 | 198 | 5.72 | 345 | 2.99 |
| | 夫婦・子あり | 771 | 30.1 | 24.6 | 45.3 | 232 | 75.29 | 190 | 4.56 | 349 | 3.06 |
| | 親と同居（未婚） | 333 | 29.4 | 26.7 | 43.8 | 98 | 83.81 | 89 | 7.02 | 146 | 3.08 |
| | 2世帯以上同居 | 133 | 33.8 | 25.6 | 40.6 | 45 | 99.47 | 34 | 5.65 | 54 | 3.04 |
| | その他 | 319 | 29.8 | 24.8 | 45.5 | 95 | 84.37 | 79 | 4.95 | 145 | 3.39 |
| | 答えたくない | 41 | 48.8 | 24.4 | 26.8 | 20 | 56.90 | 10 | 6.90 | 11 | 3.82 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 1588 | 29.5 | 21.7 | 48.9 | 468 | 126.15 | 344 | 7.51 | 776 | 3.60 |
| | 週に1～2日 | 934 | 28.4 | 26.0 | 45.6 | 265 | 61.28 | 243 | 4.76 | 426 | 2.43 |
| | （小計）週に1日以上計 | 2522 | 29.1 | 23.3 | 47.7 | 733 | 102.70 | 587 | 6.37 | 1202 | 3.19 |
| | （小計）週1日未満 | 499 | 35.9 | 36.3 | 27.9 | 179 | 24.76 | 181 | 3.57 | 139 | 2.73 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 155 | 29.7 | 25.8 | 44.5 | 46 | 101.15 | 40 | 4.28 | 69 | 3.30 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 3176 | 30.2 | 25.4 | 44.4 | 958 | 88.06 | 808 | 5.64 | 1410 | 3.15 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続して行っている頻度 | 週に3日以上 | 820 | 32.1 | 18.5 | 49.4 | 263 | 147.99 | 152 | 8.31 | 405 | 3.69 |
| | 週に2日 | 406 | 27.1 | 23.9 | 49.0 | 110 | 93.35 | 97 | 6.54 | 199 | 2.80 |
| | （小計）週に2日以上計 | 1226 | 30.4 | 20.3 | 49.3 | 373 | 131.88 | 249 | 7.62 | 604 | 3.40 |
| | （小計）週2日未満 | 1191 | 29.2 | 29.9 | 40.9 | 348 | 56.16 | 356 | 4.47 | 487 | 2.79 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 319 | 29.2 | 27.6 | 43.3 | 93 | 82.43 | 88 | 5.44 | 138 | 3.41 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 2736 | 29.8 | 25.3 | 44.9 | 814 | 93.86 | 693 | 5.72 | 1229 | 3.16 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 440 | 32.7 | 26.1 | 41.1 | 144 | 55.31 | 115 | 5.13 | 181 | 3.07 |
| する～ささえる～する・みる～ささえる回数 | する・みる・ささえる | 400 | 34.8 | 27.3 | 38.0 | 139 | 69.04 | 109 | 6.10 | 152 | 3.15 |
| | する・みる | 1605 | 27.9 | 23.2 | 48.8 | 448 | 107.13 | 373 | 6.18 | 784 | 3.19 |
| | する・ささえる | 28 | 39.3 | 25.0 | 35.7 | 11 | 129.73 | 7 | 8.71 | 10 | 3.30 |
| | するのみ | 489 | 27.6 | 20.0 | 52.4 | 135 | 120.44 | 98 | 7.24 | 256 | 3.18 |
| | みる・ささえる | 60 | 43.3 | 30.0 | 26.7 | 26 | 46.65 | 18 | 5.11 | 16 | 2.75 |
| | みるのみ | 394 | 35.0 | 33.8 | 31.2 | 138 | 38.71 | 133 | 3.53 | 123 | 2.80 |
| | ささえるのみ | 4 | 75.0 | 25.0 | - | 3 | 103.67 | 1 | 1.00 | - | - |
| | しない・みない・ささえない | 196 | 29.6 | 35.2 | 35.2 | 58 | 38.26 | 69 | 3.68 | 69 | 3.19 |

Q14-7. この1年間に実施した日数（年・月・週）/スケートボード・ローラースケート・インラインスケート・一輪車

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（日） | 全体 | 月／平均（日） | 全体 | 週／平均（日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 162 | 38.9 | 37.7 | 23.5 | 63 | 9.00 | 61 | 5.13 | 38 | 1.76 |
| 性別 | 男性 | 118 | 40.7 | 36.4 | 22.9 | 48 | 7.31 | 43 | 5.14 | 27 | 1.93 |
| | 女性 | 42 | 33.3 | 42.9 | 23.8 | 14 | 15.36 | 18 | 5.11 | 10 | 1.40 |
| 年代 | 10代 | 11 | 36.4 | 63.6 | – | 4 | 5.25 | 7 | 4.14 | – | – |
| | 20代 | 70 | 45.7 | 31.4 | 22.9 | 32 | 5.41 | 22 | 3.23 | 16 | 1.88 |
| | 30代 | 29 | 37.9 | 31.0 | 31.0 | 11 | 10.36 | 9 | 7.33 | 9 | 1.67 |
| | 40代 | 32 | 40.6 | 40.6 | 18.8 | 13 | 16.38 | 13 | 8.08 | 6 | 2.00 |
| | 50代 | 11 | 9.1 | 63.6 | 27.3 | 1 | 25.00 | 7 | 2.43 | 3 | 1.33 |
| | 60代 | 6 | 16.7 | 33.3 | 50.0 | 1 | 20.00 | 2 | 12.00 | 3 | 1.67 |
| | 70代 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 性年代 | 男性10代 | 6 | 33.3 | 66.7 | – | 2 | 8.00 | 4 | 2.75 | – | – |
| | 男性20代 | 53 | 45.3 | 34.0 | 20.8 | 24 | 5.21 | 18 | 3.61 | 11 | 1.91 |
| | 男性30代 | 18 | 50.0 | 22.2 | 27.8 | 9 | 4.11 | 4 | 13.25 | 5 | 2.20 |
| | 男性40代 | 26 | 42.3 | 38.5 | 19.2 | 11 | 11.64 | 10 | 6.20 | 5 | 2.20 |
| | 男性50代 | 10 | 10.0 | 60.0 | 30.0 | 1 | 25.00 | 6 | 1.67 | 3 | 1.33 |
| | 男性60代 | 5 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 1 | 20.00 | 1 | 20.00 | 3 | 1.67 |
| | 男性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性10代 | 5 | 40.0 | 60.0 | – | 2 | 2.50 | 3 | 6.00 | – | – |
| | 女性20代 | 17 | 47.1 | 23.5 | 29.4 | 8 | 6.00 | 4 | 1.50 | 5 | 1.80 |
| | 女性30代 | 10 | 10.0 | 50.0 | 40.0 | 1 | 76.00 | 5 | 2.60 | 4 | 1.00 |
| | 女性40代 | 5 | 40.0 | 60.0 | – | 2 | 42.50 | 3 | 14.33 | – | – |
| | 女性50代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 7.00 | – | – |
| | 女性60代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 4.00 | – | – |
| | 女性70代 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 41 | 43.9 | 29.3 | 26.8 | 18 | 10.89 | 12 | 2.33 | 11 | 1.55 |
| | 東京都区部 | 26 | 50.0 | 19.2 | 30.8 | 13 | 13.54 | 5 | 1.60 | 8 | 1.50 |
| | 政令指定都市 | 15 | 33.3 | 46.7 | 20.0 | 5 | 4.00 | 7 | 2.86 | 3 | 1.67 |
| | 大都市 | 65 | 35.4 | 50.8 | 13.8 | 23 | 5.35 | 33 | 6.36 | 9 | 1.78 |
| | 小都市 | 43 | 37.2 | 30.2 | 32.6 | 16 | 8.13 | 13 | 5.08 | 14 | 1.93 |
| | 町村 | 13 | 46.2 | 23.1 | 30.8 | 6 | 19.67 | 3 | 3.00 | 4 | 1.75 |
| 居住地域 | 北海道 | 11 | 45.5 | 27.3 | 27.3 | 5 | 22.20 | 3 | 2.67 | 3 | 2.00 |
| | 東北 | 11 | 18.2 | 54.5 | 27.3 | 2 | 1.50 | 6 | 8.50 | 3 | 1.67 |
| | 北関東 | 8 | 12.5 | 75.0 | 12.5 | 1 | 1.00 | 6 | 3.33 | 1 | 2.00 |
| | 首都圏 | 57 | 47.4 | 22.8 | 29.8 | 27 | 11.59 | 13 | 1.69 | 17 | 1.41 |
| | 北陸 | 6 | 33.3 | 66.7 | – | 2 | 10.50 | 4 | 2.00 | – | – |
| | 東山 | 6 | 16.7 | 66.7 | 16.7 | 1 | 10.00 | 4 | 8.50 | 1 | 1.00 |
| | 東海 | 9 | 33.3 | 44.4 | 22.2 | 3 | 2.67 | 4 | 8.00 | 2 | 1.50 |
| | 近畿二府一県 | 24 | 54.2 | 33.3 | 12.5 | 13 | 5.00 | 8 | 5.75 | 3 | 2.33 |
| | その他近畿圏 | 7 | 28.6 | 57.1 | 14.3 | 2 | 6.50 | 4 | 1.75 | 1 | 5.00 |
| | 中国 | 8 | 25.0 | 12.5 | 62.5 | 2 | 6.50 | 1 | 8.00 | 5 | 2.40 |
| | 四国 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | 1 | 2.00 | 2 | 6.50 | – | – |
| | 九州・沖縄 | 12 | 33.3 | 50.0 | 16.7 | 4 | 1.75 | 6 | 10.67 | 2 | 1.00 |
| 職業 | 自営業主 | 43 | 46.5 | 41.9 | 11.6 | 20 | 10.65 | 18 | 3.83 | 5 | 1.80 |
| | 家族従業者 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | 1 | 10.00 | 2 | 10.50 | – | – |
| | 雇用者 | 87 | 33.3 | 34.5 | 32.2 | 29 | 10.38 | 30 | 6.50 | 28 | 1.86 |
| | （小計）就労者 | 133 | 37.6 | 37.6 | 24.8 | 50 | 10.48 | 50 | 5.70 | 33 | 1.85 |
| | 主婦・主夫 | 5 | 40.0 | 60.0 | – | 2 | 1.50 | 3 | 2.33 | – | – |
| | 学生 | 15 | 40.0 | 53.3 | 6.7 | 6 | 3.67 | 8 | 2.63 | 1 | 2.00 |
| | 無職 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 12.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | その他 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 6 | 50.0 | – | 50.0 | 3 | 1.67 | – | – | 3 | 1.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 高校 | 18 | 38.9 | 33.3 | 27.8 | 7 | 7.00 | 6 | 4.83 | 5 | 1.60 |
| | 短大・高専 | 8 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 3 | 7.33 | 2 | 4.50 | 3 | 1.00 |
| | 専門学校 | 20 | 30.0 | 45.0 | 25.0 | 6 | 2.00 | 9 | 4.78 | 5 | 1.20 |
| | 大学 | 104 | 40.4 | 37.5 | 22.1 | 42 | 11.31 | 39 | 5.56 | 23 | 2.09 |
| | 大学院 | 9 | 33.3 | 55.6 | 11.1 | 3 | 2.33 | 5 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | 6 | 33.3 | 50.0 | 16.7 | 2 | 2.00 | 3 | 3.67 | 1 | 1.00 |
| | 100～200万円未満 | 7 | 57.1 | – | 42.9 | 4 | 5.50 | – | – | 3 | 2.67 |
| | 200～300万円未満 | 12 | 41.7 | 33.3 | 25.0 | 5 | 3.80 | 4 | 4.00 | 3 | 1.33 |
| | 300～400万円未満 | 15 | 46.7 | 26.7 | 26.7 | 7 | 4.43 | 4 | 2.25 | 4 | 1.50 |
| | 400～500万円未満 | 15 | 33.3 | 40.0 | 26.7 | 5 | 7.20 | 6 | 5.83 | 4 | 1.25 |
| | 500～600万円未満 | 20 | 35.0 | 40.0 | 25.0 | 7 | 9.29 | 8 | 7.63 | 5 | 2.00 |
| | 600～700万円未満 | 7 | 57.1 | 42.9 | – | 4 | 1.75 | 3 | 16.33 | – | – |
| | 700～800万円未満 | 11 | 36.4 | 45.5 | 18.2 | 4 | 4.75 | 5 | 5.80 | 2 | 1.00 |
| | 800～1000万円未満 | 20 | 20.0 | 50.0 | 30.0 | 4 | 27.00 | 10 | 6.80 | 6 | 3.00 |
| | 1000～1200万円未満 | 17 | 52.9 | 35.3 | 11.8 | 9 | 7.00 | 6 | 1.83 | 2 | 1.00 |
| | 1200万円以上 | 11 | 54.5 | 27.3 | 18.2 | 6 | 18.00 | 3 | 1.00 | 2 | 2.50 |
| | わからない | 5 | 40.0 | 60.0 | – | 2 | 40.50 | 3 | 1.67 | – | – |
| | 答えたくない | 15 | 20.0 | 40.0 | 40.0 | 3 | 1.00 | 6 | 2.67 | 6 | 1.00 |
| 未既婚 | 既婚者 | 87 | 36.8 | 42.5 | 20.7 | 32 | 11.78 | 37 | 4.95 | 18 | 1.89 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 68 | 41.2 | 32.4 | 26.5 | 28 | 6.68 | 22 | 4.77 | 18 | 1.72 |
| | 答えたくない | 7 | 42.9 | 28.6 | 28.6 | 3 | 1.00 | 2 | 12.50 | 2 | 1.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 35 | 40.0 | 31.4 | 28.6 | 14 | 5.86 | 11 | 5.36 | 10 | 1.50 |
| | 夫婦のみ・子なし | 36 | 41.7 | 38.9 | 19.4 | 15 | 17.40 | 14 | 5.86 | 7 | 1.86 |
| | 夫婦・子あり | 39 | 35.9 | 38.5 | 25.6 | 14 | 7.86 | 15 | 4.27 | 10 | 1.90 |
| | 親と同居（未婚） | 17 | 52.9 | 23.5 | 23.5 | 9 | 5.33 | 4 | 5.00 | 4 | 2.25 |
| | 2世帯以上同居 | 13 | 23.1 | 61.5 | 15.4 | 3 | 16.00 | 8 | 5.25 | 2 | 2.00 |
| | その他 | 15 | 33.3 | 46.7 | 20.0 | 5 | 3.00 | 7 | 3.00 | 3 | 1.67 |
| | 答えたくない | 7 | 42.9 | 28.6 | 28.6 | 3 | 1.00 | 2 | 12.50 | 2 | 1.00 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 70 | 40.0 | 35.7 | 24.3 | 28 | 14.71 | 25 | 6.76 | 17 | 1.88 |
| | 週に1～2日 | 53 | 34.0 | 43.4 | 22.6 | 18 | 5.33 | 23 | 4.91 | 12 | 1.50 |
| | （小計）週に1日以上計 | 123 | 37.4 | 39.0 | 23.6 | 46 | 11.04 | 48 | 5.88 | 29 | 1.72 |
| | （小計）週1日未満 | 20 | 35.0 | 45.0 | 20.0 | 7 | 6.57 | 9 | 2.56 | 4 | 2.50 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 19 | 52.6 | 21.1 | 26.3 | 10 | 1.30 | 4 | 2.00 | 5 | 1.40 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 162 | 38.9 | 37.7 | 23.5 | 63 | 9.00 | 61 | 5.13 | 38 | 1.76 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽くても汗をかく運動を1年以上継続して行っている頻度 | 週に3日以上 | 23 | 34.8 | 39.1 | 26.1 | 8 | 17.00 | 9 | 10.33 | 6 | 2.83 |
| | 週に2日 | 27 | 48.1 | 25.9 | 25.9 | 13 | 11.92 | 7 | 5.86 | 7 | 1.29 |
| | （小計）週に2日以上計 | 50 | 42.0 | 32.0 | 26.0 | 21 | 13.86 | 16 | 8.38 | 13 | 2.00 |
| | （小計）週2日未満 | 83 | 38.6 | 44.6 | 16.9 | 32 | 8.22 | 37 | 4.38 | 14 | 1.79 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 20 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 10 | 1.30 | 5 | 2.40 | 5 | 1.40 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 153 | 41.2 | 37.9 | 20.9 | 63 | 9.00 | 58 | 5.31 | 32 | 1.81 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 9 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 3 | 1.67 | 6 | 1.50 |
| する～みる・ささえるへ回以上～ | する・みる・ささえる | 97 | 39.2 | 40.2 | 20.6 | 38 | 12.13 | 39 | 6.28 | 20 | 1.90 |
| | する・みる | 16 | 31.3 | 37.5 | 31.3 | 5 | 4.20 | 6 | 5.33 | 5 | 1.60 |
| | する・ささえる | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| | するのみ | 9 | 33.3 | 22.2 | 44.4 | 3 | 8.67 | 2 | 2.00 | 4 | 1.00 |
| | みる・ささえる | 14 | 42.9 | 42.9 | 14.3 | 6 | 1.33 | 6 | 2.67 | 2 | 2.50 |
| | みるのみ | 10 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 6 | 7.33 | 2 | 1.00 | 2 | 2.50 |
| | ささえるのみ | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 1.00 | 1 | 3.00 |
| | しない・みない・ささえない | 13 | 38.5 | 30.8 | 30.8 | 5 | 1.40 | 4 | 3.00 | 4 | 1.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-8. この1年間に実施した日数（年・月・週）/トレーニング（筋力トレーニング・トレッドミル[ランニングマシン]・エアロバイク・室内運動器具を使ってする運動等）

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（日） | 全体 | 月／平均（日） | 全体 | 週／平均（日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 4765 | 26.5 | 17.6 | 55.9 | 1261 | 124.03 | 840 | 7.57 | 2664 | 2.98 |
| 性別 | 男性 | 2771 | 28.7 | 16.8 | 54.5 | 794 | 130.93 | 466 | 7.74 | 1511 | 3.00 |
| | 女性 | 1977 | 23.6 | 18.7 | 57.7 | 466 | 112.53 | 370 | 7.31 | 1141 | 2.97 |
| 年代 | 10代 | 105 | 24.8 | 31.4 | 43.8 | 26 | 89.15 | 33 | 5.42 | 46 | 2.80 |
| | 20代 | 781 | 25.5 | 19.5 | 55.1 | 199 | 97.42 | 152 | 5.80 | 430 | 2.97 |
| | 30代 | 786 | 29.0 | 19.0 | 52.0 | 228 | 111.76 | 149 | 6.56 | 409 | 2.93 |
| | 40代 | 833 | 27.4 | 19.3 | 53.3 | 228 | 113.17 | 161 | 7.55 | 444 | 2.89 |
| | 50代 | 794 | 25.9 | 16.8 | 57.3 | 206 | 127.68 | 133 | 8.05 | 455 | 2.92 |
| | 60代 | 706 | 24.4 | 14.7 | 60.9 | 172 | 154.63 | 104 | 8.34 | 430 | 3.04 |
| | 70代 | 760 | 26.6 | 14.2 | 59.2 | 202 | 151.05 | 108 | 10.81 | 450 | 3.17 |
| 性年代 | 男性10代 | 57 | 28.1 | 24.6 | 47.4 | 16 | 110.13 | 14 | 8.07 | 27 | 3.26 |
| | 男性20代 | 514 | 26.7 | 16.3 | 57.0 | 137 | 115.95 | 84 | 6.69 | 293 | 2.94 |
| | 男性30代 | 518 | 30.9 | 18.1 | 51.0 | 160 | 118.99 | 94 | 6.90 | 264 | 2.82 |
| | 男性40代 | 558 | 27.8 | 18.8 | 53.4 | 155 | 117.10 | 105 | 7.41 | 298 | 2.91 |
| | 男性50代 | 463 | 27.4 | 14.9 | 57.7 | 127 | 128.89 | 69 | 7.86 | 267 | 2.91 |
| | 男性60代 | 329 | 31.0 | 14.3 | 54.7 | 102 | 162.01 | 47 | 8.32 | 180 | 3.25 |
| | 男性70代 | 332 | 29.2 | 16.0 | 54.8 | 97 | 167.34 | 53 | 10.81 | 182 | 3.36 |
| | 女性10代 | 48 | 20.8 | 39.6 | 39.6 | 10 | 55.60 | 19 | 3.47 | 19 | 2.16 |
| | 女性20代 | 262 | 23.3 | 25.6 | 51.1 | 61 | 57.38 | 67 | 4.72 | 134 | 3.02 |
| | 女性30代 | 265 | 25.7 | 20.8 | 53.6 | 68 | 94.76 | 55 | 5.98 | 142 | 3.14 |
| | 女性40代 | 272 | 26.8 | 20.6 | 52.6 | 73 | 104.82 | 56 | 7.82 | 143 | 2.86 |
| | 女性50代 | 328 | 24.1 | 19.2 | 56.7 | 79 | 125.75 | 63 | 8.08 | 186 | 2.94 |
| | 女性60代 | 375 | 18.7 | 14.9 | 66.4 | 70 | 143.87 | 56 | 8.32 | 249 | 2.90 |
| | 女性70代 | 427 | 24.6 | 12.6 | 62.8 | 105 | 136.00 | 54 | 10.72 | 268 | 3.04 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 1383 | 25.2 | 17.5 | 57.3 | 344 | 125.39 | 238 | 6.90 | 791 | 2.78 |
| | 東京都区部 | 493 | 26.0 | 16.6 | 57.4 | 128 | 127.85 | 82 | 8.71 | 283 | 2.78 |
| | 政令指定都市 | 870 | 24.8 | 17.9 | 57.2 | 216 | 123.93 | 156 | 7.01 | 498 | 2.78 |
| | 大都市 | 1789 | 26.8 | 17.4 | 55.8 | 479 | 131.03 | 312 | 7.92 | 998 | 3.01 |
| | 小都市 | 1244 | 26.9 | 17.4 | 55.7 | 335 | 110.97 | 216 | 7.70 | 693 | 3.11 |
| | 町村 | 369 | 27.9 | 20.1 | 52.0 | 103 | 129.42 | 74 | 7.88 | 192 | 3.24 |
| 居住地域 | 北海道 | 198 | 29.8 | 20.7 | 49.5 | 59 | 116.61 | 41 | 8.85 | 98 | 2.76 |
| | 東北 | 316 | 26.3 | 18.0 | 55.7 | 83 | 115.29 | 57 | 8.72 | 176 | 3.18 |
| | 北関東 | 259 | 25.1 | 17.4 | 57.5 | 66 | 140.32 | 45 | 8.33 | 149 | 3.09 |
| | 首都圏 | 1516 | 25.2 | 17.3 | 57.5 | 382 | 127.84 | 262 | 9.27 | 872 | 2.92 |
| | 北陸 | 209 | 26.8 | 13.9 | 59.3 | 56 | 126.80 | 29 | 7.28 | 124 | 2.94 |
| | 東山 | 164 | 25.6 | 19.5 | 54.9 | 42 | 136.98 | 32 | 8.09 | 90 | 3.24 |
| | 東海 | 490 | 26.9 | 17.1 | 55.9 | 132 | 113.51 | 84 | 7.32 | 274 | 2.85 |
| | 近畿二府一県 | 610 | 27.9 | 16.1 | 56.1 | 170 | 131.58 | 98 | 8.39 | 342 | 2.95 |
| | その他近畿圏 | 130 | 29.2 | 18.5 | 52.3 | 38 | 140.13 | 24 | 10.21 | 68 | 3.15 |
| | 中国 | 248 | 27.0 | 18.5 | 54.4 | 67 | 126.61 | 46 | 7.37 | 135 | 3.01 |
| | 四国 | 99 | 20.2 | 16.2 | 63.6 | 20 | 132.20 | 16 | 7.06 | 63 | 3.49 |
| | 九州・沖縄 | 528 | 27.9 | 20.2 | 51.9 | 147 | 104.33 | 106 | 7.84 | 273 | 3.03 |
| 職業 | 自営業主 | 393 | 29.0 | 17.6 | 53.4 | 114 | 130.35 | 69 | 6.67 | 210 | 3.18 |
| | 家族従業者 | 37 | 29.7 | 16.2 | 54.1 | 11 | 105.36 | 6 | 8.67 | 20 | 3.20 |
| | 雇用者 | 2782 | 26.3 | 18.5 | 55.2 | 733 | 111.68 | 514 | 6.88 | 1535 | 2.85 |
| | （小計）就労者 | 3212 | 26.7 | 18.3 | 55.0 | 858 | 114.06 | 589 | 6.87 | 1765 | 2.90 |
| | 主婦・主夫 | 532 | 22.6 | 13.5 | 63.9 | 120 | 139.63 | 72 | 11.18 | 340 | 3.04 |
| | 学生 | 215 | 23.3 | 25.6 | 51.2 | 50 | 98.20 | 55 | 5.15 | 110 | 2.80 |
| | 無職 | 681 | 26.6 | 14.4 | 57.0 | 195 | 156.85 | 98 | 9.96 | 386 | 3.37 |
| | その他 | 82 | 32.3 | 17.7 | 50.0 | 20 | 176.25 | 11 | 8.55 | 31 | 3.10 |
| | 答えたくない | 63 | 26.6 | 23.8 | 47.6 | 18 | 130.83 | 15 | 10.13 | 30 | 2.97 |
| 最終学歴 | 中学校 | 47 | 23.4 | 12.8 | 63.8 | 11 | 208.73 | 6 | 21.33 | 30 | 3.03 |
| | 高校 | 1030 | 28.3 | 18.1 | 53.6 | 292 | 123.53 | 186 | 9.22 | 552 | 3.14 |
| | 短大・高専 | 399 | 26.8 | 16.8 | 56.4 | 107 | 148.74 | 67 | 7.18 | 225 | 3.03 |
| | 専門学校 | 522 | 26.6 | 16.3 | 57.1 | 139 | 115.94 | 85 | 8.72 | 298 | 3.05 |
| | 大学 | 2375 | 25.6 | 18.5 | 55.8 | 609 | 118.08 | 440 | 6.44 | 1326 | 2.95 |
| | 大学院 | 349 | 24.9 | 14.3 | 60.7 | 87 | 131.82 | 50 | 8.66 | 212 | 2.62 |
| | その他 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 7.00 |
| | 答えたくない | 42 | 38.1 | 14.3 | 47.6 | 16 | 164.00 | 6 | 4.67 | 20 | 3.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 58 | 29.3 | 13.8 | 56.9 | 17 | 199.47 | 8 | 8.13 | 33 | 3.24 |
| | 100万円未満 | 117 | 31.6 | 17.9 | 50.4 | 37 | 142.70 | 21 | 8.38 | 59 | 3.19 |
| | 100～200万円未満 | 233 | 24.5 | 14.2 | 61.4 | 57 | 124.12 | 33 | 9.06 | 143 | 3.20 |
| | 200～300万円未満 | 393 | 24.4 | 18.8 | 56.7 | 96 | 153.81 | 74 | 8.54 | 223 | 3.07 |
| | 300～400万円未満 | 479 | 25.1 | 18.4 | 56.6 | 120 | 125.14 | 88 | 7.67 | 271 | 3.05 |
| | 400～500万円未満 | 480 | 28.3 | 15.9 | 55.9 | 130 | 116.72 | 73 | 7.74 | 257 | 2.79 |
| | 500～600万円未満 | 382 | 23.3 | 18.6 | 58.1 | 89 | 122.27 | 71 | 8.06 | 222 | 3.09 |
| | 600～700万円未満 | 293 | 22.5 | 23.5 | 53.9 | 66 | 101.58 | 69 | 6.57 | 158 | 2.92 |
| | 700～800万円未満 | 328 | 29.0 | 18.0 | 53.0 | 95 | 99.01 | 59 | 7.64 | 174 | 2.99 |
| | 800～1000万円未満 | 448 | 28.1 | 17.6 | 54.2 | 126 | 120.29 | 79 | 6.78 | 243 | 2.80 |
| | 1000～1200万円未満 | 283 | 27.6 | 17.7 | 54.8 | 78 | 122.65 | 50 | 4.68 | 155 | 2.82 |
| | 1200万円以上 | 363 | 28.4 | 18.7 | 52.9 | 103 | 122.28 | 68 | 6.26 | 192 | 2.65 |
| | わからない | 393 | 23.7 | 16.0 | 60.3 | 93 | 110.67 | 63 | 7.43 | 237 | 3.19 |
| | 答えたくない | 535 | 28.8 | 15.7 | 55.5 | 154 | 136.97 | 84 | 9.61 | 297 | 3.09 |
| 未既婚 | 既婚者 | 2500 | 26.4 | 17.4 | 56.3 | 659 | 119.81 | 434 | 8.01 | 1407 | 2.94 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 2201 | 26.4 | 18.0 | 55.7 | 580 | 129.08 | 396 | 7.11 | 1225 | 3.04 |
| | 答えたくない | 64 | 34.4 | 15.6 | 50.0 | 22 | 116.95 | 10 | 6.60 | 32 | 2.91 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 1199 | 25.1 | 17.7 | 57.2 | 301 | 133.44 | 212 | 7.52 | 686 | 2.98 |
| | 夫婦のみ・子なし | 1341 | 25.1 | 17.1 | 57.8 | 337 | 130.38 | 229 | 8.73 | 775 | 2.99 |
| | 夫婦・子あり | 981 | 27.5 | 19.0 | 53.5 | 270 | 106.42 | 186 | 7.24 | 525 | 2.81 |
| | 親と同居（未婚） | 493 | 28.2 | 17.2 | 54.6 | 139 | 139.71 | 85 | 7.27 | 269 | 3.21 |
| | 2世帯以上同居 | 192 | 24.5 | 14.1 | 61.5 | 47 | 113.74 | 27 | 5.74 | 118 | 3.25 |
| | その他 | 495 | 29.3 | 18.4 | 52.3 | 145 | 111.89 | 91 | 6.36 | 259 | 2.97 |
| | 答えたくない | 64 | 34.4 | 15.6 | 50.0 | 22 | 116.95 | 10 | 6.60 | 32 | 2.91 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 2669 | 27.2 | 13.3 | 59.5 | 726 | 175.76 | 355 | 11.08 | 1588 | 3.62 |
| | 週に1～2日 | 1513 | 22.9 | 18.5 | 58.6 | 347 | 68.07 | 280 | 5.66 | 886 | 2.00 |
| | （小計）週に1日以上計 | 4182 | 25.7 | 15.2 | 59.2 | 1073 | 140.94 | 635 | 8.69 | 2474 | 3.04 |
| | （小計）週1日未満 | 454 | 32.4 | 40.3 | 27.3 | 147 | 18.33 | 183 | 3.50 | 124 | 2.10 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 129 | 31.8 | 17.1 | 51.2 | 41 | 60.49 | 22 | 9.14 | 66 | 2.59 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 4765 | 26.5 | 17.6 | 55.9 | 1261 | 124.03 | 840 | 7.57 | 2664 | 2.98 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽くても汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 1792 | 28.3 | 11.1 | 60.5 | 508 | 193.32 | 199 | 12.57 | 1085 | 3.72 |
| | 週に2日 | 838 | 24.6 | 15.6 | 59.8 | 206 | 103.81 | 131 | 7.58 | 501 | 2.50 |
| | （小計）週に2日以上計 | 2630 | 27.1 | 12.5 | 60.3 | 714 | 167.50 | 330 | 10.59 | 1586 | 3.33 |
| | （小計）週2日未満 | 1398 | 24.8 | 25.0 | 50.1 | 347 | 62.03 | 350 | 4.98 | 701 | 2.21 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 287 | 28.6 | 20.2 | 51.2 | 82 | 62.29 | 58 | 7.97 | 147 | 2.76 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 4315 | 26.5 | 17.1 | 56.4 | 1143 | 127.93 | 738 | 7.72 | 2434 | 2.97 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 450 | 26.2 | 22.7 | 51.1 | 118 | 86.23 | 102 | 6.47 | 230 | 3.09 |
| する～みる・ささえるへ回以上～ | する・みる・ささえる | 538 | 29.4 | 19.9 | 50.7 | 158 | 104.46 | 107 | 7.50 | 273 | 2.73 |
| | する・みる | 2587 | 25.3 | 14.7 | 60.0 | 654 | 140.67 | 381 | 8.47 | 1552 | 3.02 |
| | する・ささえる | 58 | 27.6 | 13.8 | 58.6 | 16 | 138.38 | 8 | 16.38 | 34 | 3.41 |
| | するのみ | 999 | 24.5 | 13.9 | 61.6 | 245 | 165.32 | 139 | 9.77 | 615 | 3.20 |
| | みる・ささえる | 57 | 28.1 | 50.9 | 21.1 | 16 | 18.81 | 29 | 3.07 | 12 | 2.58 |
| | みるのみ | 346 | 32.9 | 34.4 | 32.7 | 114 | 23.38 | 119 | 4.04 | 113 | 2.19 |
| | ささえるのみ | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 4.67 | 2 | 11.00 | 1 | 5.00 |
| | しない・みない・ささえない | 174 | 31.6 | 31.6 | 36.8 | 55 | 39.91 | 55 | 4.53 | 64 | 2.30 |

Q14-9. この1年間に実施した日数（年・月・週）/体操(ラジオ体操・職場体操・美容体操・太極拳等)

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年/平均(～日) | 全体 | 月/平均(～日) | 全体 | 週/平均(～日) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 3824 | 29.8 | 17.7 | 52.5 | 1140 | 145.02 | 676 | 8.02 | 2008 | 3.70 |
| 性別 | 男性 | 1282 | 33.2 | 16.4 | 50.4 | 426 | 160.62 | 210 | 9.10 | 646 | 3.84 |
| | 女性 | 2510 | 28.0 | 18.3 | 53.7 | 703 | 136.19 | 459 | 7.60 | 1348 | 3.64 |
| 年代 | 10代 | 51 | 33.3 | 25.5 | 41.2 | 17 | 71.06 | 13 | 4.77 | 21 | 2.81 |
| | 20代 | 286 | 26.2 | 25.9 | 47.9 | 75 | 51.51 | 74 | 7.03 | 137 | 3.23 |
| | 30代 | 429 | 28.7 | 21.9 | 49.4 | 123 | 83.20 | 94 | 5.77 | 212 | 3.22 |
| | 40代 | 562 | 32.6 | 17.6 | 49.8 | 183 | 120.15 | 99 | 6.79 | 280 | 3.53 |
| | 50代 | 620 | 27.9 | 17.7 | 54.4 | 173 | 146.84 | 110 | 9.05 | 337 | 3.77 |
| | 60代 | 693 | 30.7 | 17.6 | 51.7 | 213 | 155.49 | 122 | 8.97 | 358 | 4.03 |
| | 70代 | 1183 | 30.1 | 13.9 | 56.0 | 356 | 195.25 | 164 | 9.38 | 663 | 3.84 |
| 性年代 | 男性10代 | 15 | 40.0 | 26.7 | 33.3 | 6 | 93.50 | 4 | 5.75 | 5 | 3.40 |
| | 男性20代 | 89 | 36.0 | 20.2 | 43.8 | 32 | 50.16 | 18 | 7.83 | 39 | 3.21 |
| | 男性30代 | 146 | 28.8 | 19.9 | 51.4 | 42 | 116.95 | 29 | 8.24 | 75 | 3.44 |
| | 男性40代 | 188 | 35.6 | 18.1 | 46.3 | 67 | 133.03 | 34 | 6.88 | 87 | 3.57 |
| | 男性50代 | 196 | 31.6 | 14.3 | 54.1 | 62 | 153.65 | 28 | 10.21 | 106 | 3.85 |
| | 男性60代 | 243 | 34.6 | 16.0 | 49.4 | 84 | 173.67 | 39 | 10.54 | 120 | 4.03 |
| | 男性70代 | 405 | 32.8 | 14.3 | 52.8 | 133 | 212.94 | 58 | 9.95 | 214 | 4.10 |
| | 女性10代 | 36 | 30.6 | 25.0 | 44.4 | 11 | 58.82 | 9 | 4.33 | 16 | 2.63 |
| | 女性20代 | 186 | 21.5 | 27.4 | 51.1 | 40 | 55.13 | 51 | 7.22 | 95 | 3.20 |
| | 女性30代 | 282 | 28.7 | 22.7 | 48.6 | 81 | 65.70 | 64 | 4.61 | 137 | 3.10 |
| | 女性40代 | 366 | 30.6 | 17.8 | 51.6 | 112 | 110.98 | 65 | 6.74 | 189 | 3.53 |
| | 女性50代 | 416 | 26.0 | 19.5 | 54.6 | 108 | 145.56 | 81 | 8.69 | 227 | 3.76 |
| | 女性60代 | 448 | 28.8 | 18.5 | 52.7 | 129 | 143.66 | 83 | 8.23 | 236 | 4.03 |
| | 女性70代 | 776 | 28.6 | 13.7 | 57.7 | 222 | 184.18 | 106 | 9.07 | 448 | 3.72 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 932 | 27.9 | 17.2 | 54.9 | 260 | 164.77 | 160 | 6.59 | 512 | 3.72 |
| | 東京都区部 | 288 | 32.3 | 14.6 | 53.1 | 93 | 168.22 | 42 | 7.07 | 153 | 3.90 |
| | 政令指定都市 | 644 | 25.9 | 18.3 | 55.7 | 167 | 162.85 | 118 | 6.42 | 359 | 3.64 |
| | 大都市 | 1382 | 30.1 | 17.7 | 52.2 | 416 | 140.39 | 244 | 8.19 | 722 | 3.82 |
| | 小都市 | 1144 | 29.6 | 18.7 | 51.7 | 339 | 134.43 | 214 | 9.12 | 591 | 3.63 |
| | 町村 | 366 | 34.2 | 15.8 | 50.0 | 125 | 148.09 | 58 | 7.22 | 183 | 3.42 |
| 居住地域 | 北海道 | 152 | 34.2 | 19.7 | 46.1 | 52 | 154.00 | 30 | 5.67 | 70 | 3.64 |
| | 東北 | 296 | 25.0 | 17.6 | 57.4 | 74 | 100.12 | 52 | 8.60 | 170 | 3.55 |
| | 北関東 | 244 | 34.0 | 18.9 | 47.1 | 83 | 160.55 | 46 | 9.59 | 115 | 3.69 |
| | 首都圏 | 1012 | 29.8 | 17.7 | 52.5 | 302 | 149.09 | 179 | 7.16 | 531 | 3.77 |
| | 北陸 | 183 | 32.2 | 16.4 | 51.4 | 59 | 123.24 | 30 | 7.43 | 94 | 3.43 |
| | 東山 | 144 | 24.3 | 19.4 | 56.3 | 35 | 117.66 | 28 | 9.64 | 81 | 3.79 |
| | 東海 | 420 | 29.8 | 16.4 | 53.8 | 125 | 145.25 | 69 | 8.49 | 226 | 3.82 |
| | 近畿二府一県 | 451 | 26.8 | 18.0 | 55.2 | 121 | 168.34 | 81 | 6.98 | 249 | 3.64 |
| | その他近畿圏 | 121 | 30.6 | 24.8 | 44.6 | 37 | 166.65 | 30 | 10.37 | 54 | 3.67 |
| | 中国 | 233 | 32.6 | 18.0 | 49.4 | 76 | 138.80 | 42 | 8.81 | 115 | 3.50 |
| | 四国 | 104 | 26.9 | 13.5 | 59.6 | 28 | 170.57 | 14 | 7.64 | 62 | 3.81 |
| | 九州・沖縄 | 464 | 31.9 | 16.2 | 51.9 | 148 | 136.16 | 75 | 8.71 | 241 | 3.80 |
| 職業 | 自営業主 | 257 | 31.1 | 14.8 | 54.1 | 80 | 163.54 | 38 | 8.82 | 139 | 3.85 |
| | 家族従業者 | 22 | 31.8 | 27.3 | 40.9 | 7 | 182.43 | 6 | 7.00 | 9 | 3.11 |
| | 雇用者 | 1756 | 30.5 | 20.3 | 49.2 | 535 | 117.98 | 357 | 7.58 | 864 | 3.57 |
| | (小計)就労者 | 2035 | 30.6 | 19.7 | 49.7 | 622 | 124.56 | 401 | 7.69 | 1012 | 3.61 |
| | 主婦・主夫 | 822 | 25.3 | 15.6 | 59.1 | 208 | 157.29 | 128 | 8.41 | 486 | 3.80 |
| | 学生 | 80 | 27.5 | 23.8 | 48.8 | 22 | 66.77 | 19 | 4.84 | 39 | 2.79 |
| | 無職 | 778 | 32.4 | 14.5 | 53.1 | 252 | 189.60 | 113 | 9.07 | 413 | 3.87 |
| | その他 | 71 | 29.6 | 18.3 | 52.1 | 21 | 226.76 | 13 | 10.69 | 37 | 4.24 |
| | 答えたくない | 38 | 39.5 | 5.3 | 55.3 | 15 | 74.60 | 2 | 4.50 | 21 | 3.48 |
| 最終学歴 | 中学校 | 38 | 28.9 | 13.2 | 57.9 | 11 | 158.45 | 5 | 9.80 | 22 | 3.77 |
| | 高校 | 1003 | 31.0 | 17.5 | 51.4 | 311 | 146.66 | 176 | 9.73 | 516 | 3.79 |
| | 短大・高専 | 504 | 27.6 | 16.5 | 56.0 | 139 | 162.36 | 83 | 8.08 | 282 | 4.01 |
| | 専門学校 | 442 | 32.6 | 18.6 | 48.9 | 144 | 136.42 | 82 | 8.82 | 216 | 3.39 |
| | 大学 | 1599 | 29.1 | 18.0 | 52.9 | 465 | 140.09 | 288 | 6.97 | 846 | 3.66 |
| | 大学院 | 198 | 28.3 | 18.7 | 53.0 | 56 | 139.61 | 37 | 6.89 | 105 | 3.60 |
| | その他 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| | 答えたくない | 39 | 35.9 | 10.3 | 53.8 | 14 | 199.86 | 4 | 1.50 | 21 | 2.71 |
| 世帯年収 | 収入なし | 49 | 40.8 | 16.3 | 42.9 | 20 | 99.50 | 8 | 8.25 | 21 | 4.00 |
| | 100万円未満 | 107 | 24.3 | 10.3 | 65.4 | 26 | 201.85 | 11 | 8.91 | 70 | 3.73 |
| | 100～200万円未満 | 257 | 32.7 | 16.3 | 51.0 | 84 | 186.33 | 42 | 8.67 | 131 | 3.81 |
| | 200～300万円未満 | 445 | 29.4 | 16.6 | 53.9 | 131 | 156.10 | 74 | 10.00 | 240 | 3.98 |
| | 300～400万円未満 | 449 | 26.7 | 16.9 | 56.3 | 120 | 124.99 | 76 | 7.79 | 253 | 3.38 |
| | 400～500万円未満 | 359 | 31.8 | 16.7 | 51.5 | 114 | 150.69 | 60 | 8.87 | 185 | 3.50 |
| | 500～600万円未満 | 314 | 29.3 | 20.7 | 50.0 | 92 | 146.02 | 65 | 6.32 | 157 | 3.78 |
| | 600～700万円未満 | 193 | 30.6 | 17.6 | 51.8 | 59 | 99.78 | 34 | 9.12 | 100 | 3.99 |
| | 700～800万円未満 | 186 | 32.3 | 19.4 | 48.4 | 60 | 127.43 | 36 | 7.14 | 90 | 3.51 |
| | 800～1000万円未満 | 271 | 31.7 | 18.8 | 49.4 | 86 | 140.83 | 51 | 6.33 | 134 | 3.55 |
| | 1000～1200万円未満 | 148 | 26.4 | 18.2 | 55.4 | 39 | 119.59 | 27 | 4.81 | 82 | 3.65 |
| | 1200万円以上 | 159 | 35.2 | 16.4 | 48.4 | 56 | 147.98 | 26 | 7.15 | 77 | 3.61 |
| | わからない | 379 | 27.7 | 20.8 | 51.5 | 105 | 118.32 | 79 | 7.89 | 195 | 3.49 |
| | 答えたくない | 508 | 29.1 | 17.1 | 53.7 | 148 | 171.32 | 87 | 9.10 | 273 | 4.00 |
| 未既婚 | 既婚者 | 2332 | 29.8 | 17.4 | 52.9 | 694 | 144.78 | 405 | 8.09 | 1233 | 3.70 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 1431 | 30.3 | 18.2 | 51.6 | 433 | 144.48 | 260 | 7.94 | 738 | 3.74 |
| | 答えたくない | 61 | 21.3 | 18.0 | 60.7 | 13 | 175.85 | 11 | 7.64 | 37 | 3.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 715 | 28.5 | 18.3 | 53.1 | 204 | 175.67 | 131 | 7.53 | 380 | 3.89 |
| | 夫婦のみ・子なし | 1307 | 28.8 | 15.7 | 55.5 | 377 | 167.19 | 205 | 9.12 | 725 | 3.74 |
| | 夫婦・子あり | 852 | 30.4 | 20.0 | 49.6 | 259 | 119.68 | 170 | 6.99 | 423 | 3.63 |
| | 親と同居(未婚) | 327 | 32.4 | 19.9 | 47.7 | 106 | 109.52 | 65 | 8.72 | 156 | 3.37 |
| | ひと世帯以上同居 | 179 | 34.1 | 18.4 | 47.5 | 61 | 128.11 | 33 | 8.58 | 85 | 3.72 |
| | その他 | 383 | 31.3 | 15.9 | 52.7 | 120 | 114.59 | 61 | 7.31 | 202 | 3.76 |
| | 答えたくない | 61 | 21.3 | 18.0 | 60.7 | 13 | 175.85 | 11 | 7.64 | 37 | 3.00 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 2102 | 29.4 | 13.8 | 56.8 | 618 | 214.17 | 290 | 11.19 | 1194 | 4.26 |
| | 週に1～2日 | 1023 | 25.0 | 20.4 | 54.5 | 256 | 84.65 | 209 | 6.53 | 558 | 2.63 |
| | (小計)週に1日以上計 | 3125 | 28.0 | 16.0 | 56.1 | 874 | 176.23 | 499 | 9.24 | 1752 | 3.74 |
| | (小計)週1日未満 | 537 | 40.4 | 28.3 | 31.3 | 217 | 34.30 | 152 | 4.08 | 168 | 3.27 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 162 | 30.2 | 15.4 | 54.3 | 49 | 78.63 | 25 | 7.76 | 88 | 3.74 |
| | (小計)この1 年間に運動・スポーツを行った | 3824 | 29.8 | 17.7 | 52.5 | 1140 | 145.02 | 676 | 8.02 | 2008 | 3.70 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 続※1 | 軽く汗をかく運動を1年以上継続した頻度 週に3日以上 | 1017 | 33.6 | 12.3 | 54.1 | 342 | 229.53 | 125 | 12.98 | 550 | 4.28 |
| | 週に2日 | 462 | 28.4 | 13.6 | 58.0 | 131 | 139.48 | 63 | 8.65 | 268 | 3.50 |
| | (小計)週に2日以上計 | 1479 | 32.0 | 12.7 | 55.3 | 473 | 204.59 | 188 | 11.53 | 818 | 4.03 |
| | (小計)週2日未満 | 1278 | 27.7 | 23.6 | 48.7 | 354 | 90.61 | 302 | 6.00 | 622 | 3.29 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 363 | 27.5 | 19.0 | 53.4 | 100 | 98.50 | 69 | 7.59 | 194 | 3.64 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 3120 | 29.7 | 17.9 | 52.4 | 927 | 149.62 | 559 | 8.06 | 1634 | 3.70 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 704 | 30.3 | 16.6 | 53.1 | 213 | 125.02 | 117 | 7.86 | 374 | 3.71 |
| すこ回～以上～ | する・みる・ささえる運動・スポーツ週1 する・みる・ささえる | 332 | 32.2 | 20.2 | 47.6 | 107 | 133.21 | 67 | 8.87 | 158 | 3.21 |
| | する・みる | 2164 | 27.9 | 15.1 | 57.1 | 603 | 177.79 | 326 | 8.97 | 1235 | 3.76 |
| | する・ささえる | 17 | 52.9 | 11.8 | 35.3 | 9 | 151.00 | 2 | 11.00 | 6 | 4.33 |
| | するのみ | 612 | 25.3 | 17.0 | 57.7 | 155 | 201.35 | 104 | 10.30 | 353 | 3.91 |
| | みる・ささえる | 52 | 26.9 | 34.6 | 38.5 | 14 | 62.64 | 18 | 3.17 | 20 | 3.64 |
| | みるのみ | 463 | 42.1 | 24.2 | 33.7 | 195 | 41.27 | 112 | 4.53 | 156 | 3.53 |
| | ささえるのみ | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 20.00 | 2 | 7.00 | 1 | 1.00 |
| | しない・みない・ささえない | 179 | 30.7 | 25.1 | 44.1 | 55 | 42.42 | 45 | 5.24 | 79 | 3.29 |

Q14-10. この1年間に実施した日数（年・月・週）/エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年/平均(～日) | 全体 | 月/平均(～日) | 全体 | 週/平均(～日) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 2176 | 26.3 | 21.7 | 52.0 | 572 | 78.16 | 472 | 5.30 | 1132 | 2.64 |
| 性別 | 男性 | 224 | 27.2 | 17.4 | 55.4 | 61 | 65.98 | 39 | 4.64 | 124 | 2.95 |
| | 女性 | 1938 | 26.2 | 22.2 | 51.6 | 508 | 79.34 | 430 | 5.33 | 1000 | 2.59 |
| 年代 | 10代 | 26 | 19.2 | 26.9 | 53.8 | 5 | 76.20 | 7 | 6.29 | 14 | 2.29 |
| | 20代 | 251 | 25.9 | 29.5 | 44.6 | 65 | 52.09 | 74 | 5.28 | 112 | 2.60 |
| | 30代 | 302 | 30.1 | 22.5 | 47.4 | 91 | 56.45 | 68 | 3.79 | 143 | 2.67 |
| | 40代 | 366 | 24.3 | 23.2 | 52.5 | 89 | 58.88 | 85 | 5.49 | 192 | 2.52 |
| | 50代 | 405 | 26.4 | 23.0 | 50.6 | 107 | 89.92 | 93 | 5.32 | 205 | 2.70 |
| | 60代 | 380 | 25.3 | 18.2 | 56.6 | 96 | 101.51 | 69 | 6.28 | 215 | 2.66 |
| | 70代 | 446 | 26.7 | 17.0 | 56.3 | 119 | 94.11 | 76 | 5.45 | 251 | 2.68 |
| 性年代 | 男性10代 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| | 男性20代 | 29 | 17.2 | 31.0 | 51.7 | 5 | 61.00 | 9 | 4.67 | 15 | 3.13 |
| | 男性30代 | 33 | 39.4 | 6.1 | 54.5 | 13 | 73.38 | 2 | 1.50 | 18 | 3.44 |
| | 男性40代 | 35 | 34.3 | 11.4 | 54.3 | 12 | 37.50 | 4 | 8.50 | 19 | 2.32 |
| | 男性50代 | 41 | 22.0 | 31.7 | 46.3 | 9 | 75.11 | 13 | 4.08 | 19 | 2.63 |
| | 男性60代 | 40 | 20.0 | 15.0 | 65.0 | 8 | 53.13 | 6 | 5.17 | 26 | 3.38 |
| | 男性70代 | 44 | 31.8 | 9.1 | 59.1 | 14 | 86.79 | 4 | 3.50 | 26 | 2.85 |
| | 女性10代 | 24 | 20.8 | 25.0 | 54.2 | 5 | 76.20 | 6 | 6.67 | 13 | 2.38 |
| | 女性20代 | 221 | 27.1 | 29.0 | 43.9 | 60 | 51.35 | 64 | 5.41 | 97 | 2.52 |
| | 女性30代 | 267 | 28.8 | 24.3 | 46.8 | 77 | 54.31 | 65 | 3.91 | 125 | 2.56 |
| | 女性40代 | 328 | 23.2 | 24.7 | 52.1 | 76 | 62.39 | 81 | 5.35 | 171 | 2.54 |
| | 女性50代 | 359 | 27.3 | 22.0 | 50.7 | 98 | 91.28 | 79 | 5.28 | 182 | 2.69 |
| | 女性60代 | 339 | 26.0 | 18.6 | 55.5 | 88 | 105.91 | 63 | 6.38 | 188 | 2.56 |
| | 女性70代 | 400 | 26.0 | 18.0 | 56.0 | 104 | 92.83 | 72 | 5.56 | 224 | 2.64 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 609 | 27.3 | 21.2 | 51.6 | 166 | 85.91 | 129 | 6.17 | 314 | 2.53 |
| | 東京都区部 | 226 | 27.0 | 21.7 | 51.3 | 61 | 80.31 | 49 | 5.00 | 116 | 2.39 |
| | 政令指定都市 | 383 | 27.4 | 20.9 | 51.7 | 105 | 89.16 | 80 | 6.89 | 198 | 2.62 |
| | 大都市 | 794 | 26.2 | 22.4 | 51.4 | 208 | 80.88 | 178 | 5.12 | 408 | 2.71 |
| | 小都市 | 600 | 25.3 | 21.0 | 53.7 | 152 | 69.41 | 126 | 4.75 | 322 | 2.65 |
| | 町村 | 173 | 26.6 | 22.5 | 50.9 | 46 | 66.87 | 39 | 5.03 | 88 | 2.64 |
| 居住地域 | 北海道 | 85 | 23.5 | 27.1 | 49.4 | 20 | 65.85 | 23 | 5.91 | 42 | 2.74 |
| | 東北 | 117 | 25.6 | 19.7 | 54.7 | 30 | 77.37 | 23 | 6.00 | 64 | 2.55 |
| | 北関東 | 143 | 22.4 | 21.7 | 55.9 | 32 | 71.09 | 31 | 6.42 | 80 | 2.51 |
| | 首都圏 | 723 | 25.9 | 22.3 | 51.9 | 187 | 88.11 | 161 | 5.22 | 375 | 2.53 |
| | 北陸 | 82 | 28.0 | 17.1 | 54.9 | 23 | 83.43 | 14 | 4.71 | 45 | 2.64 |
| | 東山 | 91 | 26.4 | 22.0 | 51.6 | 24 | 31.42 | 20 | 3.70 | 47 | 3.21 |
| | 東海 | 210 | 25.2 | 20.5 | 54.3 | 53 | 88.60 | 43 | 4.91 | 114 | 2.35 |
| | 近畿二府一県 | 292 | 29.1 | 22.3 | 48.6 | 85 | 71.48 | 65 | 5.88 | 142 | 2.84 |
| | その他近畿圏 | 56 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 14 | 49.86 | 14 | 4.57 | 28 | 3.04 |
| | 中国 | 107 | 24.3 | 23.4 | 52.3 | 26 | 76.23 | 25 | 5.52 | 56 | 3.16 |
| | 四国 | 47 | 25.5 | 19.1 | 55.3 | 12 | 59.33 | 9 | 2.56 | 26 | 2.23 |
| | 九州・沖縄 | 223 | 29.6 | 19.7 | 50.7 | 66 | 83.06 | 44 | 5.23 | 113 | 2.64 |
| 職業 | 自営業主 | 152 | 28.9 | 21.7 | 49.3 | 44 | 87.20 | 33 | 5.64 | 75 | 3.01 |
| | 家族従業者 | 17 | 23.5 | 41.2 | 35.3 | 4 | 82.00 | 7 | 5.43 | 6 | 2.67 |
| | 雇用者 | 1116 | 26.7 | 23.5 | 49.8 | 298 | 67.85 | 262 | 4.71 | 556 | 2.44 |
| | (小計)就労者 | 1285 | 26.9 | 23.5 | 49.6 | 346 | 70.47 | 302 | 4.83 | 637 | 2.51 |
| | 主婦・主夫 | 526 | 26.4 | 17.7 | 55.9 | 139 | 93.65 | 93 | 6.17 | 294 | 2.69 |
| | 学生 | 45 | 24.4 | 28.9 | 46.7 | 11 | 57.09 | 13 | 4.54 | 21 | 2.33 |
| | 無職 | 251 | 23.1 | 17.9 | 59.0 | 58 | 87.41 | 45 | 6.13 | 148 | 3.07 |
| | その他 | 36 | 27.8 | 25.0 | 47.2 | 10 | 100.30 | 9 | 5.56 | 17 | 3.29 |
| | 答えたくない | 33 | 24.2 | 30.3 | 45.5 | 8 | 76.00 | 10 | 8.50 | 15 | 2.67 |
| 最終学歴 | 中学校 | 13 | 15.4 | 15.4 | 69.2 | 2 | 75.00 | 2 | 27.50 | 9 | 3.00 |
| | 高校 | 437 | 25.2 | 16.7 | 58.1 | 110 | 76.59 | 73 | 5.71 | 254 | 2.70 |
| | 短大・高専 | 354 | 24.3 | 20.9 | 54.8 | 86 | 82.81 | 74 | 4.89 | 194 | 2.72 |
| | 専門学校 | 234 | 28.2 | 27.4 | 44.4 | 66 | 95.23 | 64 | 5.02 | 104 | 2.38 |
| | 大学 | 1010 | 26.6 | 23.0 | 50.4 | 269 | 72.93 | 232 | 4.94 | 509 | 2.64 |
| | 大学院 | 98 | 30.6 | 23.5 | 45.9 | 30 | 81.40 | 23 | 7.13 | 45 | 2.36 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 30 | 30.0 | 13.3 | 56.7 | 9 | 74.22 | 4 | 9.50 | 17 | 2.76 |
| 世帯年収 | 収入なし | 23 | 21.7 | 26.1 | 52.2 | 5 | 92.40 | 6 | 5.33 | 12 | 3.58 |
| | 100万円未満 | 55 | 20.0 | 16.4 | 63.6 | 11 | 100.82 | 9 | 5.22 | 35 | 2.74 |
| | 100～200万円未満 | 98 | 29.6 | 21.4 | 49.0 | 29 | 54.62 | 21 | 5.43 | 48 | 3.08 |
| | 200～300万円未満 | 179 | 23.5 | 19.0 | 57.5 | 42 | 87.81 | 34 | 4.88 | 103 | 2.39 |
| | 300～400万円未満 | 212 | 25.0 | 21.2 | 53.8 | 53 | 98.49 | 45 | 5.02 | 114 | 2.52 |
| | 400～500万円未満 | 207 | 30.0 | 23.2 | 46.9 | 62 | 80.47 | 48 | 5.29 | 97 | 2.52 |
| | 500～600万円未満 | 165 | 25.5 | 21.2 | 53.3 | 42 | 94.62 | 35 | 5.06 | 88 | 2.66 |
| | 600～700万円未満 | 114 | 35.1 | 18.4 | 46.5 | 40 | 46.93 | 21 | 6.43 | 53 | 2.62 |
| | 700～800万円未満 | 125 | 30.4 | 23.2 | 46.4 | 38 | 59.79 | 29 | 2.93 | 58 | 2.48 |
| | 800～1000万円未満 | 182 | 25.8 | 23.6 | 50.5 | 47 | 65.96 | 43 | 6.12 | 92 | 2.33 |
| | 1000～1200万円未満 | 116 | 29.3 | 24.1 | 46.6 | 34 | 87.97 | 28 | 6.04 | 54 | 2.61 |
| | 1200万円以上 | 158 | 21.5 | 27.8 | 50.6 | 34 | 72.15 | 44 | 4.09 | 80 | 2.56 |
| | わからない | 226 | 23.0 | 24.3 | 52.7 | 52 | 76.85 | 55 | 5.33 | 119 | 2.74 |
| | 答えたくない | 316 | 26.3 | 17.1 | 56.6 | 83 | 84.27 | 54 | 6.69 | 179 | 2.90 |
| 未既婚 | 既婚者 | 1248 | 27.7 | 20.7 | 51.6 | 346 | 75.77 | 258 | 5.31 | 644 | 2.65 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 890 | 24.5 | 23.4 | 52.1 | 218 | 82.14 | 208 | 4.99 | 464 | 2.63 |
| | 答えたくない | 38 | 21.1 | 15.8 | 63.2 | 8 | 73.50 | 6 | 15.67 | 24 | 2.46 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 453 | 24.3 | 23.2 | 52.5 | 110 | 85.00 | 105 | 5.70 | 238 | 2.69 |
| | 夫婦のみ・子なし | 715 | 27.7 | 18.9 | 53.4 | 198 | 88.10 | 135 | 5.38 | 382 | 2.70 |
| | 夫婦・子あり | 455 | 27.3 | 24.8 | 47.9 | 124 | 52.69 | 113 | 5.27 | 218 | 2.58 |
| | 親と同居(未婚) | 209 | 24.4 | 24.9 | 50.7 | 51 | 74.73 | 52 | 4.48 | 106 | 2.69 |
| | ひと世帯以上同居 | 85 | 30.5 | 13.7 | 55.8 | 29 | 72.34 | 13 | 4.31 | 53 | 2.43 |
| | その他 | 211 | 24.6 | 22.7 | 52.6 | 52 | 93.96 | 48 | 4.13 | 111 | 2.50 |
| | 答えたくない | 38 | 21.1 | 15.8 | 63.2 | 8 | 73.50 | 6 | 15.67 | 24 | 2.46 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 1115 | 25.3 | 15.2 | 59.6 | 282 | 123.01 | 169 | 7.69 | 664 | 3.25 |
| | 週に1～2日 | 712 | 24.9 | 24.2 | 51.0 | 177 | 43.25 | 172 | 4.68 | 363 | 1.66 |
| | (小計)週に1日以上計 | 1827 | 25.1 | 18.7 | 56.2 | 459 | 92.26 | 341 | 6.17 | 1027 | 2.69 |
| | (小計)週1日未満 | 271 | 34.3 | 40.6 | 25.1 | 93 | 17.68 | 110 | 3.17 | 68 | 1.75 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 78 | 25.6 | 26.9 | 47.4 | 20 | 35.95 | 21 | 2.33 | 37 | 2.76 |
| | (小計)この1 年間に運動・スポーツを行った | 2176 | 26.3 | 21.7 | 52.0 | 572 | 78.16 | 472 | 5.30 | 1132 | 2.64 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 続※1 | 軽く汗をかく運動を1年以上継続した頻度 週に3日以上 | 745 | 26.6 | 11.8 | 61.6 | 198 | 135.98 | 88 | 8.86 | 459 | 3.41 |
| | 週に2日 | 304 | 20.7 | 23.0 | 56.3 | 63 | 75.98 | 70 | 6.67 | 171 | 2.10 |
| | (小計)週に2日以上計 | 1049 | 24.9 | 15.1 | 60.1 | 261 | 121.50 | 158 | 7.89 | 630 | 3.05 |
| | (小計)週2日未満 | 712 | 26.7 | 27.1 | 46.2 | 190 | 42.96 | 193 | 3.49 | 329 | 1.86 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 160 | 28.8 | 30.6 | 40.6 | 46 | 53.33 | 49 | 4.24 | 65 | 2.03 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 1921 | 25.9 | 20.8 | 53.3 | 497 | 85.16 | 400 | 5.32 | 1024 | 2.65 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 255 | 29.4 | 28.2 | 42.4 | 75 | 31.77 | 72 | 5.18 | 108 | 2.48 |
| すこ回～以上～ | する・みる・ささえる運動・スポーツ週1 する・みる・ささえる | 178 | 34.8 | 12.9 | 52.2 | 62 | 83.08 | 23 | 5.57 | 93 | 2.47 |
| | する・みる | 1113 | 25.2 | 19.5 | 55.3 | 280 | 86.98 | 217 | 6.12 | 616 | 2.65 |
| | する・ささえる | 35 | 17.1 | 20.0 | 62.9 | 6 | 49.67 | 7 | 6.29 | 22 | 3.23 |
| | するのみ | 501 | 22.2 | 18.8 | 59.1 | 111 | 113.00 | 94 | 6.44 | 296 | 2.80 |
| | みる・ささえる | 28 | 14.3 | 57.1 | 28.6 | 4 | 12.25 | 16 | 3.94 | 8 | 1.75 |
| | みるのみ | 187 | 35.8 | 39.6 | 24.6 | 67 | 17.37 | 74 | 3.07 | 46 | 1.67 |
| | ささえるのみ | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 4.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | しない・みない・ささえない | 132 | 31.1 | 31.1 | 37.9 | 41 | 27.95 | 41 | 2.63 | 50 | 2.40 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-11. この1年間に実施した日数（年・月・週）/縄跳び・ダブルダッチ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 243 | 40.7 | 25.1 | 34.2 | 99 | 40.06 | 61 | 4.15 | 83 | 3.27 |
| 性別 | 男性 | 105 | 37.1 | 28.6 | 34.3 | 39 | 25.38 | 30 | 4.30 | 36 | 3.44 |
| | 女性 | 136 | 44.1 | 21.3 | 34.6 | 60 | 49.60 | 29 | 4.00 | 47 | 3.13 |
| 年代 | 10代 | 14 | 42.9 | 21.4 | 35.7 | 6 | 6.83 | 3 | 3.00 | 5 | 2.80 |
| | 20代 | 51 | 39.2 | 29.4 | 31.4 | 20 | 44.45 | 15 | 3.80 | 16 | 2.69 |
| | 30代 | 56 | 51.8 | 21.4 | 26.8 | 29 | 33.59 | 12 | 3.17 | 15 | 3.13 |
| | 40代 | 55 | 50.9 | 29.1 | 20.0 | 28 | 14.64 | 16 | 4.94 | 11 | 4.45 |
| | 50代 | 32 | 21.9 | 21.9 | 56.3 | 7 | 112.29 | 7 | 3.29 | 18 | 2.94 |
| | 60代 | 19 | 36.8 | 21.1 | 42.1 | 7 | 109.86 | 4 | 8.75 | 8 | 3.50 |
| | 70代 | 16 | 12.5 | 25.0 | 62.5 | 2 | 48.50 | 4 | 3.00 | 10 | 3.70 |
| 性年代 | 男性10代 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 6.00 | 1 | 2.00 | 2 | 2.00 |
| | 男性20代 | 19 | 42.1 | 31.6 | 26.3 | 8 | 12.88 | 6 | 2.67 | 5 | 2.40 |
| | 男性30代 | 31 | 45.2 | 22.6 | 32.3 | 14 | 34.93 | 7 | 4.57 | 10 | 3.10 |
| | 男性40代 | 19 | 42.1 | 36.8 | 21.1 | 8 | 14.50 | 7 | 6.57 | 4 | 5.25 |
| | 男性50代 | 17 | 17.6 | 35.3 | 47.1 | 3 | 38.00 | 6 | 3.67 | 8 | 3.88 |
| | 男性60代 | 7 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 2 | 27.00 | 1 | 3.00 | 4 | 5.00 |
| | 男性70代 | 6 | 16.7 | 33.3 | 50.0 | 1 | 96.00 | 2 | 4.00 | 3 | 1.67 |
| | 女性10代 | 8 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 3 | 7.67 | 2 | 3.50 | 3 | 3.33 |
| | 女性20代 | 30 | 40.0 | 23.3 | 36.7 | 12 | 65.50 | 7 | 4.71 | 11 | 2.82 |
| | 女性30代 | 25 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 15 | 32.33 | 5 | 1.20 | 5 | 3.20 |
| | 女性40代 | 36 | 55.6 | 25.0 | 19.4 | 20 | 14.70 | 9 | 3.67 | 7 | 4.00 |
| | 女性50代 | 15 | 26.7 | 6.7 | 66.7 | 4 | 168.00 | 1 | 1.00 | 10 | 2.20 |
| | 女性60代 | 12 | 41.7 | 25.0 | 33.3 | 5 | 143.00 | 3 | 10.67 | 4 | 2.00 |
| | 女性70代 | 10 | 10.0 | 20.0 | 70.0 | 1 | 1.00 | 2 | 2.00 | 7 | 4.57 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 36 | 41.7 | 13.9 | 44.4 | 15 | 32.87 | 5 | 2.20 | 16 | 2.63 |
| | 東京都区部 | 12 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 6 | 72.00 | 2 | 3.00 | 4 | 3.50 |
| | 政令指定都市 | 24 | 37.5 | 12.5 | 50.0 | 9 | 6.78 | 3 | 1.67 | 12 | 2.33 |
| | 大都市 | 101 | 39.6 | 31.7 | 28.7 | 40 | 46.50 | 32 | 3.44 | 29 | 3.34 |
| | 小都市 | 77 | 40.3 | 24.7 | 35.1 | 31 | 37.23 | 19 | 6.32 | 27 | 3.15 |
| | 町村 | 29 | 44.8 | 17.2 | 37.9 | 13 | 35.31 | 5 | 2.40 | 11 | 4.27 |
| 居住地域 | 北海道 | 13 | 30.8 | 30.8 | 38.5 | 4 | 42.00 | 4 | 2.25 | 5 | 2.80 |
| | 東北 | 19 | 57.9 | 10.5 | 31.6 | 11 | 34.36 | 2 | 1.00 | 6 | 1.67 |
| | 北関東 | 17 | 41.2 | 23.5 | 35.3 | 7 | 14.86 | 4 | 2.75 | 6 | 3.83 |
| | 首都圏 | 62 | 41.9 | 17.7 | 40.3 | 26 | 94.73 | 11 | 2.55 | 25 | 3.24 |
| | 北陸 | 13 | 53.8 | 30.8 | 15.4 | 7 | 15.43 | 4 | 3.00 | 2 | 6.50 |
| | 東山 | 15 | 40.0 | 33.3 | 26.7 | 6 | 24.50 | 5 | 8.00 | 4 | 5.25 |
| | 東海 | 23 | 39.1 | 30.4 | 30.4 | 9 | 8.56 | 7 | 9.43 | 7 | 2.43 |
| | 近畿二府一県 | 26 | 42.3 | 34.6 | 23.1 | 11 | 32.64 | 9 | 4.89 | 6 | 3.67 |
| | その他近畿圏 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 7.67 | 1 | 1.00 | 2 | 2.00 |
| | 中国 | 16 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 4 | 19.25 | 8 | 3.75 | 4 | 3.00 |
| | 四国 | 7 | 42.9 | 28.6 | 28.6 | 3 | 7.00 | 2 | 1.50 | 2 | 5.50 |
| | 九州・沖縄 | 26 | 30.8 | 15.4 | 53.8 | 8 | 5.13 | 4 | 1.75 | 14 | 3.07 |
| 職業 | 自営業主 | 19 | 42.1 | 15.8 | 42.1 | 8 | 17.13 | 3 | 2.33 | 8 | 5.38 |
| | 家族従業者 | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 3.00 | 2 | 2.50 | 1 | 2.00 |
| | 雇用者 | 141 | 41.8 | 27.0 | 31.2 | 59 | 33.44 | 38 | 4.37 | 44 | 3.14 |
| | （小計）就労者 | 164 | 41.5 | 26.2 | 32.3 | 68 | 31.07 | 43 | 4.14 | 53 | 3.45 |
| | 主婦・主夫 | 33 | 39.4 | 27.3 | 33.3 | 13 | 16.77 | 9 | 4.56 | 11 | 3.64 |
| | 学生 | 20 | 55.0 | 15.0 | 30.0 | 11 | 42.27 | 3 | 3.00 | 6 | 2.83 |
| | 無職 | 22 | 22.7 | 22.7 | 54.5 | 5 | 101.00 | 5 | 4.80 | 12 | 2.50 |
| | その他 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 332.50 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 答えたくない | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 高校 | 68 | 33.8 | 29.4 | 36.8 | 23 | 32.91 | 20 | 6.15 | 25 | 3.28 |
| | 短大・高専 | 30 | 50.0 | 20.0 | 30.0 | 15 | 24.40 | 6 | 5.17 | 9 | 3.56 |
| | 専門学校 | 24 | 33.3 | 16.7 | 50.0 | 8 | 104.38 | 4 | 2.00 | 12 | 4.00 |
| | 大学 | 103 | 41.7 | 26.2 | 32.0 | 43 | 45.23 | 27 | 2.89 | 33 | 2.85 |
| | 大学院 | 13 | 69.2 | 7.7 | 23.1 | 9 | 6.89 | 1 | 4.00 | 3 | 4.67 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 4 | – | 75.0 | 25.0 | – | – | 3 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 5 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 1 | 30.00 | 1 | 2.00 | 3 | 3.33 |
| | 100万円未満 | 7 | 71.4 | 14.3 | 14.3 | 5 | 133.60 | 1 | 3.00 | 1 | 3.00 |
| | 100～200万円未満 | 13 | 30.8 | 30.8 | 38.5 | 4 | 18.25 | 4 | 6.00 | 5 | 3.00 |
| | 200～300万円未満 | 9 | 22.2 | 33.3 | 44.4 | 2 | 7.00 | 3 | 3.33 | 4 | 3.25 |
| | 300～400万円未満 | 25 | 56.0 | 20.0 | 24.0 | 14 | 26.79 | 5 | 1.60 | 6 | 3.83 |
| | 400～500万円未満 | 22 | 40.9 | 27.3 | 31.8 | 9 | 5.00 | 6 | 7.00 | 7 | 3.00 |
| | 500～600万円未満 | 29 | 55.2 | 20.7 | 24.1 | 16 | 80.25 | 6 | 3.67 | 7 | 4.71 |
| | 600～700万円未満 | 18 | 44.4 | 33.3 | 22.2 | 8 | 10.63 | 6 | 10.00 | 4 | 2.00 |
| | 700～800万円未満 | 18 | 27.8 | 38.9 | 33.3 | 5 | 67.60 | 7 | 2.43 | 6 | 3.33 |
| | 800～1000万円未満 | 24 | 37.5 | 33.3 | 29.2 | 9 | 61.00 | 8 | 1.75 | 7 | 3.14 |
| | 1000～1200万円未満 | 10 | 40.0 | 30.0 | 30.0 | 4 | 9.00 | 3 | 2.67 | 3 | 1.67 |
| | 1200万円以上 | 16 | 62.5 | 18.8 | 18.8 | 10 | 9.80 | 3 | 2.33 | 3 | 2.67 |
| | わからない | 24 | 20.8 | 12.5 | 66.7 | 5 | 43.20 | 3 | 9.00 | 16 | 3.00 |
| | 答えたくない | 23 | 30.4 | 21.7 | 47.8 | 7 | 22.14 | 5 | 1.80 | 11 | 3.82 |
| 未既婚 | 既婚者 | 129 | 41.9 | 27.1 | 31.0 | 54 | 27.33 | 35 | 4.46 | 40 | 3.20 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 109 | 38.5 | 22.9 | 38.5 | 42 | 58.67 | 25 | 3.76 | 42 | 3.31 |
| | 答えたくない | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 8.67 | 1 | 3.00 | 1 | 4.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 44 | 40.9 | 22.7 | 36.4 | 18 | 52.33 | 10 | 3.40 | 16 | 3.50 |
| | 夫婦のみ・子なし | 38 | 34.2 | 26.3 | 39.5 | 12 | 73.38 | 10 | 6.20 | 15 | 2.93 |
| | 夫婦・子あり | 78 | 42.3 | 28.2 | 29.5 | 33 | 12.64 | 22 | 4.00 | 20 | 3.57 |
| | 親と同居（未婚） | 24 | 33.3 | 20.8 | 45.8 | 8 | 71.25 | 5 | 3.60 | 11 | 3.73 |
| | 2世帯以上同居 | 20 | 55.0 | 20.0 | 25.0 | 11 | 26.64 | 4 | 2.25 | 5 | 1.20 |
| | その他 | 34 | 38.2 | 26.5 | 35.3 | 13 | 58.77 | 9 | 4.33 | 12 | 3.17 |
| | 答えたくない | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 8.67 | 1 | 3.00 | 1 | 4.00 |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 105 | 35.2 | 21.0 | 43.8 | 37 | 78.19 | 22 | 6.09 | 46 | 3.54 |
| | 週に1～2日 | 69 | 39.1 | 30.4 | 30.4 | 27 | 27.30 | 21 | 3.14 | 21 | 2.90 |
| | （小計）週に1日以上計 | 174 | 36.8 | 24.7 | 38.5 | 64 | 56.72 | 43 | 4.65 | 67 | 3.34 |
| | （小計）週1日未満 | 51 | 62.7 | 25.5 | 11.8 | 32 | 10.00 | 13 | 3.15 | 6 | 1.83 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 18 | 16.7 | 27.8 | 55.6 | 3 | 5.33 | 5 | 2.40 | 10 | 3.60 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 243 | 40.7 | 25.1 | 34.2 | 99 | 40.06 | 61 | 4.15 | 83 | 3.27 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上運動を続ける頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 61 | 29.5 | 18.0 | 52.5 | 18 | 118.33 | 11 | 6.27 | 32 | 3.59 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 25 | 32.0 | 20.0 | 48.0 | 8 | 49.38 | 5 | 3.00 | 12 | 3.08 |
| | （小計）週に2日以上計 | 86 | 30.2 | 18.6 | 51.2 | 26 | 97.12 | 16 | 5.25 | 44 | 3.45 |
| | （小計）週2日未満 | 67 | 47.1 | 33.3 | 19.5 | 41 | 18.96 | 29 | 4.24 | 17 | 2.59 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 31 | 25.8 | 25.8 | 48.4 | 8 | 4.13 | 8 | 3.75 | 15 | 3.53 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 204 | 36.8 | 26.0 | 37.3 | 75 | 44.48 | 53 | 4.47 | 76 | 3.28 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 39 | 61.5 | 20.5 | 17.9 | 24 | 26.25 | 8 | 2.00 | 7 | 3.14 |
| ※2 する～回～以上～ | する・みる・ささえる週～Ⅱ週～Ⅰ | 43 | 39.5 | 25.6 | 34.9 | 17 | 42.29 | 11 | 4.18 | 15 | 3.87 |
| | する・みる | 90 | 36.7 | 27.8 | 35.6 | 33 | 46.06 | 25 | 3.88 | 32 | 3.09 |
| | する・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | 41 | 34.1 | 17.1 | 48.8 | 14 | 99.36 | 7 | 8.14 | 20 | 3.35 |
| | みる・ささえる | 11 | 54.5 | 27.3 | 18.2 | 6 | 7.67 | 3 | 3.00 | 2 | 4.00 |
| | みるのみ | 34 | 58.8 | 29.4 | 11.8 | 20 | 9.05 | 10 | 3.50 | 4 | 3.00 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 24 | 37.5 | 20.8 | 41.7 | 9 | 12.11 | 5 | 1.80 | 10 | 2.70 |

Q14-12. この1年間に実施した日数（年・月・週）/器械体操・新体操・トランポリン

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 83 | 48.2 | 20.5 | 31.3 | 40 | 63.30 | 17 | 2.06 | 26 | 1.96 |
| 性別 | 男性 | 28 | 46.4 | 17.9 | 35.7 | 13 | 76.69 | 5 | 1.20 | 10 | 2.60 |
| | 女性 | 54 | 50.0 | 20.4 | 29.6 | 27 | 56.85 | 11 | 2.27 | 16 | 1.56 |
| 年代 | 10代 | 6 | 66.7 | 33.3 | – | 4 | 1.50 | 2 | 3.00 | – | – |
| | 20代 | 17 | 58.8 | 23.5 | 17.6 | 10 | 41.20 | 4 | 2.75 | 3 | 2.00 |
| | 30代 | 18 | 38.9 | 22.2 | 38.9 | 7 | 9.57 | 4 | 1.75 | 7 | 1.71 |
| | 40代 | 19 | 63.2 | 10.5 | 26.3 | 12 | 72.50 | 2 | 2.00 | 5 | 1.80 |
| | 50代 | 9 | 33.3 | 11.1 | 55.6 | 3 | 9.00 | 1 | 2.00 | 5 | 1.80 |
| | 60代 | 3 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 1 | 2.00 | 2 | 4.00 |
| | 70代 | 11 | 36.4 | 27.3 | 36.4 | 4 | 287.50 | 3 | 1.00 | 4 | 1.75 |
| 性年代 | 男性10代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 2.00 | – | – | – | – |
| | 男性20代 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 33.67 | 2 | 1.00 | 1 | 3.00 |
| | 男性30代 | 6 | 33.3 | 16.7 | 50.0 | 2 | 3.00 | 1 | 2.00 | 3 | 2.33 |
| | 男性40代 | 5 | 80.0 | 20.0 | – | 4 | 40.25 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 男性50代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | – |
| | 男性60代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 7.00 |
| | 男性70代 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 362.50 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 女性10代 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 1.00 | 2 | 3.00 | – | – |
| | 女性20代 | 10 | 70.0 | 10.0 | 20.0 | 7 | 44.43 | 1 | 5.00 | 2 | 1.50 |
| | 女性30代 | 12 | 41.7 | 25.0 | 33.3 | 5 | 12.20 | 3 | 1.67 | 4 | 1.25 |
| | 女性40代 | 14 | 57.1 | 7.1 | 35.7 | 8 | 88.63 | 1 | 3.00 | 5 | 1.80 |
| | 女性50代 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 9.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 女性60代 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 女性70代 | 8 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 2 | 212.50 | 2 | 1.00 | 4 | 1.75 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 25 | 56.0 | 16.0 | 28.0 | 14 | 72.86 | 4 | 2.50 | 7 | 2.29 |
| | 東京都区部 | 9 | 55.6 | 22.2 | 22.2 | 5 | 73.00 | 2 | 3.00 | 2 | 1.50 |
| | 政令指定都市 | 16 | 56.3 | 12.5 | 31.3 | 9 | 72.78 | 2 | 2.00 | 5 | 2.60 |
| | 大都市 | 30 | 56.7 | 16.7 | 26.7 | 17 | 79.59 | 5 | 2.00 | 8 | 1.25 |
| | 小都市 | 20 | 30.0 | 35.0 | 35.0 | 6 | 21.00 | 7 | 2.00 | 7 | 2.14 |
| | 町村 | 8 | 37.5 | 12.5 | 50.0 | 3 | 11.00 | 1 | 1.00 | 4 | 2.50 |
| 居住地域 | 北海道 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 30.00 | 1 | 3.00 | 1 | 5.00 |
| | 東北 | 10 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 4 | 40.50 | 2 | 2.50 | 4 | 2.75 |
| | 北関東 | 7 | 71.4 | – | 28.6 | 5 | 38.60 | – | – | 2 | 2.50 |
| | 首都圏 | 20 | 50.0 | 20.0 | 30.0 | 10 | 42.90 | 4 | 2.25 | 6 | 1.50 |
| | 北陸 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 2.50 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 東山 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 東海 | 10 | 50.0 | 20.0 | 30.0 | 5 | 84.00 | 2 | 2.50 | 3 | 1.00 |
| | 近畿二府一県 | 10 | 50.0 | 10.0 | 40.0 | 5 | 83.80 | 1 | 1.00 | 4 | 2.00 |
| | その他近畿圏 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| | 中国 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | 3 | 142.33 | 2 | 1.50 | – | – |
| | 四国 | 1 | 100.0 | – | – | – | 120.00 | – | – | – | – |
| | 九州・沖縄 | 11 | 27.3 | 27.3 | 45.5 | 3 | 108.67 | 3 | 1.67 | 5 | 1.80 |
| 職業 | 自営業主 | 11 | 63.6 | 18.2 | 18.2 | 7 | 90.86 | 2 | 2.50 | 2 | 2.50 |
| | 家族従業者 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| | 雇用者 | 42 | 42.9 | 16.7 | 40.5 | 18 | 30.78 | 7 | 2.00 | 17 | 1.94 |
| | （小計）就労者 | 54 | 46.3 | 18.5 | 35.2 | 25 | 47.60 | 10 | 2.00 | 19 | 2.00 |
| | 主婦・主夫 | 14 | 35.7 | 21.4 | 42.9 | 5 | 51.00 | 3 | 2.33 | 6 | 1.83 |
| | 学生 | 8 | 62.5 | 25.0 | 12.5 | 5 | 1.20 | 2 | 3.00 | 1 | 2.00 |
| | 無職 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 207.50 | 2 | 1.00 | – | – |
| | その他 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 365.00 | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 150.50 | – | – | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 高校 | 18 | 38.9 | 22.2 | 38.9 | 7 | 54.71 | 4 | 1.50 | 7 | 1.14 |
| | 短大・高専 | 8 | 62.5 | 37.5 | – | 5 | 182.20 | 3 | 1.00 | – | – |
| | 専門学校 | 13 | 46.2 | 15.4 | 38.5 | 6 | 37.33 | 2 | 2.50 | 5 | 2.00 |
| | 大学 | 38 | 55.3 | 15.8 | 28.9 | 21 | 42.57 | 6 | 2.33 | 11 | 2.55 |
| | 大学院 | 5 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | – | 120.00 | 1 | 3.00 | 3 | 1.67 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 4.00 | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 300.00 | – | – | 1 | 3.00 |
| | 100～200万円未満 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | 3 | 242.00 | 2 | 1.50 | – | – |
| | 200～300万円未満 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | 3 | 18.33 | 2 | 1.00 | – | – |
| | 300～400万円未満 | 6 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 4 | 92.25 | 1 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| | 400～500万円未満 | 5 | 20.0 | – | 80.0 | 1 | 4.00 | – | – | 4 | 2.75 |
| | 500～600万円未満 | 14 | 50.0 | 14.3 | 35.7 | 7 | 94.43 | 2 | 2.00 | 5 | 1.40 |
| | 600～700万円未満 | 5 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 24.50 | 1 | 2.00 | 2 | 3.00 |
| | 700～800万円未満 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 30.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 800～1000万円未満 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 30.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| | 1000～1200万円未満 | 6 | 33.3 | 50.0 | 16.7 | 2 | 75.50 | 3 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 1200万円以上 | 9 | 33.3 | 22.2 | 44.4 | 3 | 1.67 | 2 | 3.00 | 4 | 1.25 |
| | わからない | 10 | 30.0 | 30.0 | 40.0 | 3 | 8.67 | 3 | 2.33 | 4 | 2.00 |
| | 答えたくない | 9 | 66.7 | 11.1 | 22.2 | 6 | 15.67 | 1 | 2.00 | 2 | 3.00 |
| 未既婚 | 既婚者 | 44 | 40.9 | 22.7 | 36.4 | 18 | 105.72 | 10 | 2.10 | 16 | 2.00 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 39 | 56.4 | 17.9 | 25.6 | 22 | 28.59 | 7 | 2.00 | 10 | 1.90 |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 18 | 55.6 | 16.7 | 27.8 | 10 | 47.50 | 3 | 1.67 | 5 | 1.80 |
| | 夫婦のみ・子なし | 18 | 44.4 | 27.8 | 27.8 | 9 | 141.38 | 5 | 1.40 | 5 | 2.80 |
| | 夫婦・子あり | 19 | 36.8 | 5.3 | 57.9 | 7 | 88.57 | 1 | 3.00 | 11 | 1.64 |
| | 親と同居（未婚） | 9 | 44.4 | 44.4 | 11.1 | 4 | 3.50 | 4 | 2.25 | 1 | 1.00 |
| | 2世帯以上同居 | 7 | 42.9 | 42.9 | 14.3 | 3 | 51.00 | 3 | 3.33 | 1 | 5.00 |
| | その他 | 8 | 66.7 | 8.3 | 25.0 | 8 | 17.38 | 1 | 1.00 | 3 | 1.33 |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 44 | 50.0 | 18.2 | 31.8 | 22 | 110.59 | 8 | 2.50 | 14 | 1.71 |
| | 週に1～2日 | 21 | 28.6 | 33.3 | 38.1 | 6 | 12.67 | 7 | 1.57 | 8 | 2.25 |
| | （小計）週に1日以上計 | 65 | 43.1 | 23.1 | 33.8 | 28 | 89.61 | 15 | 2.07 | 22 | 1.91 |
| | （小計）週1日未満 | 14 | 78.6 | 14.3 | 7.1 | 11 | 2.00 | 2 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 4 | 25.0 | – | 75.0 | 1 | 1.00 | – | – | 3 | 2.67 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 83 | 48.2 | 20.5 | 31.3 | 40 | 63.30 | 17 | 2.06 | 26 | 1.96 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上運動を続ける頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 25 | 56.0 | 12.0 | 32.0 | 14 | 133.07 | 3 | 1.33 | 8 | 1.13 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 8 | 37.5 | 12.5 | 50.0 | 3 | 14.67 | 1 | 4.00 | 4 | 2.00 |
| | （小計）週に2日以上計 | 33 | 51.5 | 12.1 | 36.4 | 17 | 112.18 | 4 | 2.00 | 12 | 1.42 |
| | （小計）週2日未満 | 24 | 45.8 | 29.2 | 25.0 | 11 | 10.73 | 7 | 2.43 | 6 | 2.33 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 16 | 43.8 | 25.0 | 31.3 | 7 | 66.86 | 4 | 1.25 | 5 | 3.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 73 | 47.9 | 20.5 | 31.5 | 35 | 71.63 | 15 | 2.00 | 23 | 2.00 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 10 | 50.0 | 20.0 | 30.0 | 5 | 5.00 | 2 | 2.50 | 3 | 1.67 |
| ※2 する～回～以上～ | する・みる・ささえる週～Ⅱ週～Ⅰ | 23 | 47.8 | 26.1 | 26.1 | 11 | 71.18 | 6 | 2.50 | 6 | 1.83 |
| | する・みる | 29 | 37.9 | 27.6 | 34.5 | 11 | 118.73 | 8 | 1.63 | 10 | 2.20 |
| | する・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | 13 | 46.2 | 7.7 | 46.2 | 8 | 70.00 | 1 | 3.00 | 6 | 1.50 |
| | みる・ささえる | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 1.00 | – | – | 1 | 4.00 |
| | みるのみ | 8 | 87.5 | – | 12.5 | 7 | 2.57 | – | – | 1 | 1.00 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 7 | 42.9 | 28.6 | 28.6 | 3 | 1.00 | 2 | 2.00 | 2 | 2.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-13. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ダンス(ブレイキン[ブレイクダンス]・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)

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 580 | 28.8 | 25.7 | 45.5 | 167 | 53.06 | 149 | 4.42 | 264 | 2.27 |
| 性別 | 男性 | 111 | 44.1 | 26.1 | 29.7 | 49 | 32.51 | 29 | 3.76 | 33 | 2.45 |
| | 女性 | 462 | 25.1 | 25.5 | 49.4 | 116 | 62.63 | 118 | 4.59 | 228 | 2.24 |
| 年代 | 10代 | 50 | 26.0 | 30.0 | 44.0 | 13 | 42.54 | 15 | 5.53 | 22 | 2.73 |
| | 20代 | 119 | 32.8 | 32.8 | 34.5 | 39 | 18.69 | 39 | 4.46 | 41 | 2.37 |
| | 30代 | 48 | 25.0 | 37.5 | 37.5 | 12 | 19.58 | 18 | 3.72 | 18 | 2.33 |
| | 40代 | 61 | 31.1 | 27.9 | 41.0 | 19 | 39.74 | 17 | 3.47 | 25 | 3.04 |
| | 50代 | 64 | 34.4 | 14.1 | 51.6 | 22 | 66.23 | 9 | 3.44 | 33 | 1.76 |
| | 60代 | 70 | 22.9 | 22.9 | 54.3 | 16 | 99.25 | 16 | 6.06 | 38 | 2.21 |
| | 70代 | 168 | 27.4 | 20.8 | 51.8 | 46 | 77.04 | 35 | 4.20 | 87 | 2.09 |
| 性年代 | 男性10代 | 8 | 50.0 | 37.5 | 12.5 | 4 | 63.00 | 3 | 9.33 | 1 | 5.00 |
| | 男性20代 | 40 | 45.0 | 32.5 | 22.5 | 18 | 25.22 | 13 | 3.38 | 9 | 2.44 |
| | 男性30代 | 18 | 27.8 | 27.8 | 44.4 | 5 | 22.60 | 5 | 2.80 | 8 | 1.63 |
| | 男性40代 | 19 | 57.9 | 26.3 | 15.8 | 11 | 18.55 | 5 | 2.20 | 3 | 2.00 |
| | 男性50代 | 7 | 85.7 | – | 14.3 | 6 | 66.33 | – | – | 1 | 6.00 |
| | 男性60代 | 6 | 33.3 | – | 66.7 | 2 | 1.00 | – | – | 4 | 2.75 |
| | 男性70代 | 13 | 23.1 | 23.1 | 53.8 | 3 | 56.67 | 3 | 4.00 | 7 | 2.57 |
| | 女性10代 | 40 | 22.5 | 30.0 | 47.5 | 9 | 33.44 | 12 | 4.58 | 19 | 2.63 |
| | 女性20代 | 76 | 27.6 | 31.6 | 40.8 | 21 | 13.10 | 24 | 5.13 | 31 | 2.32 |
| | 女性30代 | 28 | 17.9 | 46.4 | 35.7 | 5 | 23.80 | 13 | 4.08 | 10 | 2.90 |
| | 女性40代 | 42 | 19.0 | 28.6 | 52.4 | 8 | 68.88 | 12 | 4.00 | 22 | 3.18 |
| | 女性50代 | 57 | 28.1 | 15.8 | 56.1 | 16 | 66.19 | 9 | 3.44 | 32 | 1.63 |
| | 女性60代 | 64 | 21.9 | 25.0 | 53.1 | 14 | 113.29 | 16 | 6.06 | 34 | 2.15 |
| | 女性70代 | 155 | 27.7 | 20.6 | 51.6 | 43 | 78.47 | 32 | 4.22 | 80 | 2.05 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 147 | 26.5 | 27.2 | 46.3 | 39 | 49.97 | 40 | 4.20 | 68 | 2.21 |
| | 東京都区部 | 64 | 26.6 | 23.4 | 50.0 | 17 | 30.94 | 15 | 2.67 | 32 | 2.41 |
| | 政令指定都市 | 83 | 26.5 | 30.1 | 43.4 | 22 | 64.68 | 25 | 5.12 | 36 | 2.03 |
| | 大都市 | 234 | 31.6 | 27.8 | 40.6 | 74 | 58.57 | 65 | 4.83 | 95 | 2.63 |
| | 小都市 | 152 | 25.0 | 23.0 | 52.0 | 38 | 47.55 | 35 | 4.23 | 79 | 1.82 |
| | 町村 | 47 | 34.0 | 19.1 | 46.8 | 16 | 48.19 | 9 | 3.11 | 22 | 2.50 |
| 居住地域 | 北海道 | 22 | 36.4 | 18.2 | 45.5 | 8 | 89.00 | 4 | 11.50 | 10 | 3.40 |
| | 東北 | 38 | 18.4 | 28.9 | 52.6 | 7 | 8.71 | 11 | 3.73 | 20 | 2.40 |
| | 北関東 | 28 | 39.3 | 7.1 | 53.6 | 11 | 43.00 | 2 | 3.00 | 15 | 1.87 |
| | 首都圏 | 181 | 30.4 | 26.5 | 43.1 | 55 | 42.93 | 48 | 3.52 | 78 | 2.49 |
| | 北陸 | 28 | 25.0 | 28.6 | 46.4 | 7 | 45.57 | 8 | 6.25 | 13 | 1.46 |
| | 東山 | 23 | 26.1 | 26.1 | 47.8 | 6 | 41.83 | 6 | 4.33 | 11 | 2.27 |
| | 東海 | 54 | 31.5 | 22.2 | 46.3 | 17 | 53.88 | 12 | 7.50 | 25 | 2.04 |
| | 近畿二府一県 | 88 | 29.5 | 25.0 | 45.5 | 26 | 76.54 | 22 | 3.73 | 40 | 2.10 |
| | その他近畿圏 | 14 | 42.9 | 28.6 | 28.6 | 6 | 65.50 | 4 | 7.50 | 4 | 2.50 |
| | 中国 | 23 | 13.0 | 26.1 | 60.9 | 3 | 26.67 | 6 | 3.67 | 14 | 2.64 |
| | 四国 | 19 | 10.5 | 36.8 | 52.6 | 2 | 2.50 | 7 | 2.29 | 10 | 1.90 |
| | 九州・沖縄 | 62 | 30.6 | 30.6 | 38.7 | 19 | 68.42 | 19 | 4.21 | 24 | 2.08 |
| 職業 | 自営業主 | 64 | 46.9 | 21.9 | 31.3 | 30 | 56.53 | 14 | 4.36 | 20 | 2.10 |
| | 家族従業者 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 3.00 |
| | 雇用者 | 210 | 30.5 | 29.0 | 40.5 | 64 | 28.34 | 61 | 3.26 | 85 | 2.04 |
| | (小計)就労者 | 275 | 34.2 | 27.3 | 38.5 | 94 | 37.34 | 75 | 3.47 | 106 | 2.06 |
| | 主婦・主夫 | 133 | 21.8 | 20.3 | 57.9 | 29 | 105.83 | 27 | 5.59 | 77 | 2.03 |
| | 学生 | 73 | 24.7 | 31.5 | 43.8 | 18 | 37.83 | 23 | 6.04 | 32 | 3.09 |
| | 無職 | 76 | 26.3 | 23.7 | 50.0 | 20 | 72.05 | 18 | 3.17 | 38 | 2.53 |
| | その他 | 14 | 21.4 | 35.7 | 42.9 | 3 | 52.00 | 5 | 9.60 | 6 | 2.17 |
| | 答えたくない | 9 | 33.3 | 11.1 | 55.6 | 3 | 1.33 | 1 | 3.00 | 5 | 3.40 |
| 最終学歴 | 中学校 | 5 | 20.0 | 60.0 | 20.0 | 1 | 5.00 | 3 | 9.33 | 1 | 1.00 |
| | 高校 | 119 | 22.7 | 26.1 | 51.3 | 27 | 39.15 | 31 | 5.48 | 61 | 2.21 |
| | 短大・高専 | 80 | 31.3 | 25.0 | 43.8 | 25 | 69.00 | 20 | 4.25 | 35 | 2.00 |
| | 専門学校 | 63 | 36.5 | 17.5 | 46.0 | 23 | 46.30 | 11 | 3.73 | 29 | 2.03 |
| | 大学 | 270 | 28.1 | 27.4 | 44.4 | 76 | 51.72 | 74 | 4.19 | 120 | 2.44 |
| | 大学院 | 35 | 34.3 | 22.9 | 42.9 | 12 | 79.50 | 8 | 2.75 | 15 | 2.20 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 8 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 3 | 41.33 | 2 | 1.00 | 3 | 2.67 |
| 世帯年収 | 収入なし | 12 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 6 | 2.50 | 6 | 3.67 |
| | 100万円未満 | 24 | 29.2 | 29.2 | 41.7 | 7 | 21.29 | 7 | 2.43 | 10 | 2.30 |
| | 100～200万円未満 | 33 | 36.4 | 21.2 | 42.4 | 12 | 57.92 | 7 | 2.57 | 14 | 1.86 |
| | 200～300万円未満 | 69 | 29.0 | 18.8 | 52.2 | 20 | 39.35 | 13 | 3.46 | 36 | 2.22 |
| | 300～400万円未満 | 78 | 17.9 | 29.5 | 52.6 | 14 | 33.64 | 23 | 5.61 | 41 | 2.27 |
| | 400～500万円未満 | 47 | 34.0 | 27.7 | 38.3 | 16 | 31.69 | 13 | 3.31 | 18 | 1.67 |
| | 500～600万円未満 | 27 | 44.4 | 29.6 | 25.9 | 12 | 76.75 | 8 | 4.63 | 7 | 2.86 |
| | 600～700万円未満 | 30 | 26.7 | 30.0 | 43.3 | 8 | 45.88 | 9 | 3.78 | 13 | 2.62 |
| | 700～800万円未満 | 19 | 15.8 | 47.4 | 36.8 | 3 | 73.33 | 9 | 4.89 | 7 | 3.29 |
| | 800～1000万円未満 | 37 | 35.1 | 24.3 | 40.5 | 13 | 47.77 | 9 | 3.67 | 15 | 2.40 |
| | 1000～1200万円未満 | 27 | 22.2 | 40.7 | 37.0 | 6 | 54.17 | 11 | 4.82 | 10 | 2.20 |
| | 1200万円以上 | 41 | 53.7 | 19.5 | 26.8 | 22 | 29.68 | 8 | 5.38 | 11 | 2.64 |
| | わからない | 70 | 21.4 | 24.3 | 54.3 | 15 | 86.93 | 17 | 6.47 | 38 | 2.08 |
| | 答えたくない | 66 | 28.8 | 13.6 | 57.6 | 19 | 96.89 | 9 | 4.11 | 38 | 2.16 |
| 未既婚 | 既婚者 | 294 | 31.6 | 22.1 | 46.3 | 93 | 52.35 | 65 | 4.78 | 136 | 2.22 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 280 | 25.7 | 29.6 | 44.6 | 72 | 55.29 | 83 | 4.13 | 125 | 2.34 |
| | 答えたくない | 6 | 33.3 | 16.7 | 50.0 | 2 | 5.50 | 1 | 4.00 | 3 | 1.67 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 140 | 29.3 | 30.7 | 40.0 | 41 | 51.37 | 43 | 3.81 | 56 | 2.05 |
| | 夫婦のみ・子なし | 188 | 29.8 | 23.9 | 46.3 | 56 | 61.09 | 45 | 5.24 | 87 | 2.32 |
| | 夫婦・子あり | 86 | 33.7 | 19.8 | 46.5 | 29 | 41.72 | 17 | 4.00 | 40 | 2.20 |
| | 親と同居(未婚) | 57 | 12.3 | 31.6 | 56.1 | 7 | 23.57 | 18 | 5.11 | 32 | 2.97 |
| | 2世帯以上同居 | 29 | 48.3 | 13.8 | 37.9 | 14 | 62.36 | 4 | 2.25 | 11 | 1.45 |
| | その他 | 74 | 24.3 | 28.4 | 47.3 | 18 | 59.72 | 21 | 4.05 | 35 | 2.23 |
| | 答えたくない | 6 | 33.3 | 16.7 | 50.0 | 2 | 5.50 | 1 | 4.00 | 3 | 1.67 |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 316 | 25.6 | 21.5 | 52.8 | 81 | 77.11 | 68 | 4.88 | 167 | 2.67 |
| | 週に1～2日 | 177 | 28.2 | 26.6 | 45.2 | 50 | 44.38 | 47 | 4.68 | 80 | 1.44 |
| | (小計)週に1日以上計 | 493 | 26.6 | 23.3 | 50.1 | 131 | 64.62 | 115 | 4.80 | 247 | 2.27 |
| | (小計)週1日未満 | 66 | 42.4 | 42.4 | 15.2 | 28 | 11.82 | 28 | 3.07 | 10 | 2.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 21 | 38.1 | 28.6 | 33.3 | 8 | 8.13 | 6 | 3.33 | 7 | 2.57 |
| | (小計)この1 年間に運動・スポーツを行った | 580 | 28.8 | 25.7 | 45.5 | 167 | 53.06 | 149 | 4.42 | 264 | 2.27 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 202 | 26.7 | 16.8 | 56.4 | 54 | 98.06 | 34 | 5.85 | 114 | 2.81 |
| | 週に2日 | 110 | 21.8 | 23.6 | 54.5 | 24 | 62.21 | 26 | 6.27 | 60 | 1.88 |
| | (小計)週に2日以上計 | 312 | 25.0 | 19.2 | 55.8 | 78 | 87.03 | 60 | 6.03 | 174 | 2.49 |
| | (小計)週2日未満 | 203 | 34.0 | 33.5 | 32.5 | 69 | 26.26 | 68 | 3.38 | 66 | 1.61 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 37 | 29.7 | 29.7 | 40.5 | 11 | 10.18 | 11 | 3.09 | 15 | 2.20 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 552 | 28.6 | 25.2 | 46.2 | 158 | 55.15 | 139 | 4.50 | 255 | 2.24 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 28 | 32.1 | 35.7 | 32.1 | 9 | 16.44 | 10 | 3.20 | 9 | 3.00 |
| ※2 する～ささえる～見る～以上～週1 | する・みる・ささえる | 103 | 31.1 | 31.1 | 37.9 | 32 | 30.59 | 32 | 3.81 | 39 | 2.23 |
| | する・みる | 286 | 25.2 | 22.7 | 52.1 | 72 | 75.22 | 65 | 5.25 | 149 | 2.23 |
| | する・ささえる | 13 | 38.5 | 23.1 | 38.5 | 5 | 21.60 | 3 | 12.00 | 5 | 2.40 |
| | するのみ | 91 | 24.2 | 16.5 | 59.3 | 22 | 89.18 | 18 | 3.53 | 54 | 2.39 |
| | みる・ささえる | 9 | 22.2 | 55.6 | 22.2 | 2 | 55.00 | 5 | 2.80 | 2 | 2.50 |
| | みるのみ | 46 | 50.0 | 34.8 | 15.2 | 23 | 8.65 | 16 | 2.50 | 7 | 2.71 |
| | ささえるのみ | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 19.50 | 2 | 12.00 | 1 | 1.00 |
| | しない・みない・ささえない | 27 | 33.3 | 40.7 | 25.9 | 9 | 5.33 | 11 | 2.55 | 7 | 1.86 |

Q14-14. この1年間に実施した日数（年・月・週）/チアリーディング・バトントワリング

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 32 | 50.0 | 31.3 | 18.8 | 16 | 5.88 | 10 | 4.10 | 6 | 1.83 |
| 男性 | 20 | 55.0 | 30.0 | 15.0 | 11 | 6.27 | 6 | 3.83 | 3 | 1.67 |
| 女性 | 12 | 41.7 | 33.3 | 25.0 | 5 | 5.00 | 4 | 4.50 | 3 | 2.00 |
| 10代 | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 1.00 | 2 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 20代 | 14 | 42.9 | 35.7 | 21.4 | 6 | 3.67 | 5 | 3.40 | 3 | 2.67 |
| 30代 | 7 | 85.7 | 14.3 | – | 6 | 11.00 | 1 | 5.00 | – | – |
| 40代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| 50代 | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 1.00 | 2 | 7.50 | 1 | 1.00 |
| 60代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 男性10代 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 1.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| 男性20代 | 8 | 50.0 | 37.5 | 12.5 | 4 | 4.00 | 3 | 4.33 | 1 | 3.00 |
| 男性30代 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 15.67 | 1 | 5.00 | – | – |
| 男性40代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| 男性50代 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| 男性60代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 男性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性10代 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 女性20代 | 6 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 2 | 3.00 | 2 | 2.00 | 2 | 2.50 |
| 女性30代 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 6.33 | – | – | – | – |
| 女性40代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性50代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 12.00 | – | – |
| 女性60代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東京23区・政令指定都市 | 4 | 25.0 | 75.0 | – | 1 | 1.00 | 3 | 1.67 | – | – |
| 東京都区部 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| 政令指定都市 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | 1.50 | – | – |
| 大都市 | 14 | 50.0 | 42.9 | 7.1 | 7 | 5.00 | 6 | 5.50 | 1 | 1.00 |
| 小都市 | 11 | 45.5 | 9.1 | 45.5 | 5 | 4.00 | 1 | 3.00 | 5 | 2.00 |
| 町村 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 12.67 | – | – | – | – |
| 北海道 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東北 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 6.50 | – | – | – | – |
| 北関東 | 1 | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| 首都圏 | 14 | 50.0 | 28.6 | 21.4 | 7 | 9.00 | 4 | 3.50 | 3 | 1.00 |
| 北陸 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 6.00 | – | – | – | – |
| 東山 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東海 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | 4.00 | – | – |
| 近畿二府一県 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 3.00 | 1 | 1.00 | 2 | 2.00 |
| その他近畿圏 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 中国 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 5.00 | – | – |
| 四国 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 九州・沖縄 | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 1.00 | 2 | 6.50 | 1 | 4.00 |
| 自営業主 | 7 | 57.1 | 42.9 | – | 4 | 2.50 | 3 | 3.00 | – | – |
| 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 雇用者 | 16 | 43.8 | 25.0 | 31.3 | 7 | 8.57 | 4 | 4.00 | 5 | 2.00 |
| (小計)就労者 | 23 | 47.8 | 30.4 | 21.7 | 11 | 6.36 | 7 | 3.57 | 5 | 2.00 |
| 主婦・主夫 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 学生 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 3.67 | 1 | 1.00 | – | – |
| 無職 | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 1.00 | 2 | 7.50 | 1 | 1.00 |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 12.00 | – | – | – | – |
| 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 高校 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 短大・高専 | 4 | 25.0 | 75.0 | – | – | – | 1 | 3.00 | – | – |
| 専門学校 | 8 | 50.0 | 37.5 | 12.5 | 4 | 6.50 | 3 | 6.67 | 1 | 1.00 |
| 大学 | 16 | 56.3 | 18.8 | 25.0 | 9 | 7.22 | 3 | 3.33 | 4 | 2.25 |
| 大学院 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 収入なし | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 12.00 | – | – |
| 100万円未満 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 3.00 | – | – | – | – |
| 100～200万円未満 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 200～300万円未満 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 1.00 | – | – | 2 | 2.50 |
| 300～400万円未満 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 6.50 | – | – | 1 | 3.00 |
| 400～500万円未満 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 7.67 | – | – | 1 | 1.00 |
| 500～600万円未満 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 3.00 | 1 | 7.00 | – | – |
| 600～700万円未満 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 5.00 | 1 | 1.00 |
| 700～800万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 30.00 | – | – | – | – |
| 800～1000万円未満 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 3.00 | – | – | – | – |
| 1000～1200万円未満 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 5.00 | 1 | 5.00 | – | – |
| 1200万円以上 | 4 | – | 75.0 | 25.0 | – | – | 3 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| わからない | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 3.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 答えたくない | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 3.00 | – | – |
| 既婚者 | 15 | 53.3 | 26.7 | 20.0 | 8 | 7.25 | 4 | 2.75 | 3 | 1.00 |
| 未婚者(配偶者別居含む) | 16 | 50.0 | 31.3 | 18.8 | 8 | 4.50 | 5 | 5.40 | 3 | 2.67 |
| 答えたくない | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 3.00 | – | – |
| 一人暮らし | 9 | 66.7 | 33.3 | – | 6 | 5.00 | 3 | 7.00 | – | – |
| 夫婦のみ・子なし | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 3.00 | 1 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| 夫婦・子あり | 7 | 71.4 | 14.3 | 14.3 | 5 | 9.80 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 親と同居(未婚) | 5 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 3.00 | 1 | 1.00 | 2 | 2.00 |
| 2世帯以上同居 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 5.00 | – | – |
| その他 | 3 | – | 66.7 | 33.3 | – | – | 2 | 4.00 | 1 | 4.00 |
| 答えたくない | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 3.00 | – | – |
| 週に3日以上 | 16 | 37.5 | 31.3 | 31.3 | 6 | 3.33 | 5 | 3.80 | 5 | 2.00 |
| 週に1～2日 | 8 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 6.00 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| (小計)週に1日以上計 | 24 | 40.9 | 31.8 | 27.3 | 9 | 4.22 | 7 | 3.00 | 6 | 1.83 |
| 週1日未満 | 6 | 66.7 | 33.3 | – | 4 | 12.25 | 2 | 7.50 | – | – |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 2.33 | 1 | 5.00 | – | – |
| (小計)この1 年間に運動・スポーツを行った | 32 | 50.0 | 31.3 | 18.8 | 16 | 5.88 | 10 | 4.10 | 6 | 1.83 |
| この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 週に3日以上 | 7 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 4 | 4.00 | 1 | 2.00 | 2 | 2.00 |
| 週に2日 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | 2 | 2.50 |
| (小計)週に2日以上計 | 11 | 45.5 | 18.2 | 36.4 | 5 | 3.40 | 2 | 2.00 | 4 | 2.25 |
| (小計)週2日未満 | 14 | 35.7 | 50.0 | 14.3 | 5 | 10.80 | 7 | 4.57 | 2 | 1.00 |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 6 | 83.3 | 16.7 | – | 5 | 4.40 | 1 | 5.00 | – | – |
| (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 31 | 48.4 | 32.3 | 19.4 | 15 | 6.20 | 10 | 4.10 | 6 | 1.83 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| する・みる・ささえる | 18 | 44.4 | 33.3 | 22.2 | 8 | 4.13 | 6 | 3.00 | 4 | 2.25 |
| する・みる | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| する・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| するのみ | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 5.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| みる・ささえる | 5 | 60.0 | 40.0 | – | 3 | 13.67 | 2 | 7.50 | – | – |
| みるのみ | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 6.50 | 1 | 5.00 | – | – |
| ささえるのみ | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| しない・みない・ささえない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-15. この1年間に実施した日数（年・月・週）/水泳（競泳・水球・飛び込み・ｱｰﾃｨｽﾃｨｯｸｽｲﾐﾝｸﾞ・ｵｰﾌﾟﾝｳｫｰﾀｰｽｲﾐﾝｸﾞ等）

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 1145 | 43.2 | 20.9 | 35.9 | 495 | 35.43 | 239 | 4.13 | 411 | 2.43 |
| 性別 | 男性 | 594 | 46.3 | 24.4 | 29.3 | 275 | 28.23 | 145 | 4.03 | 174 | 2.24 |
| | 女性 | 547 | 40.2 | 17.0 | 42.8 | 220 | 44.43 | 93 | 4.29 | 234 | 2.53 |
| 年代 | 10代 | 29 | 37.9 | 24.1 | 37.9 | 11 | 34.45 | 7 | 9.29 | 11 | 1.82 |
| | 20代 | 183 | 49.7 | 26.8 | 23.5 | 91 | 14.25 | 49 | 2.59 | 43 | 2.40 |
| | 30代 | 145 | 53.1 | 25.5 | 21.4 | 77 | 17.08 | 37 | 3.05 | 31 | 1.97 |
| | 40代 | 219 | 49.8 | 24.2 | 26.0 | 109 | 19.89 | 53 | 2.87 | 57 | 1.81 |
| | 50代 | 157 | 42.7 | 20.4 | 36.9 | 67 | 45.82 | 32 | 3.72 | 58 | 2.26 |
| | 60代 | 163 | 36.2 | 19.6 | 44.2 | 59 | 49.02 | 32 | 6.94 | 72 | 2.40 |
| | 70代 | 249 | 32.5 | 11.6 | 55.8 | 81 | 79.20 | 29 | 6.48 | 139 | 2.93 |
| 性年代 | 男性10代 | 17 | 35.3 | 17.6 | 47.1 | 6 | 54.17 | 3 | 16.67 | 8 | 2.00 |
| | 男性20代 | 123 | 48.0 | 27.6 | 24.4 | 59 | 17.42 | 34 | 2.71 | 30 | 2.47 |
| | 男性30代 | 91 | 47.3 | 30.8 | 22.0 | 43 | 15.37 | 28 | 3.18 | 20 | 2.05 |
| | 男性40代 | 121 | 48.8 | 27.3 | 24.0 | 59 | 20.66 | 33 | 2.39 | 29 | 1.66 |
| | 男性50代 | 86 | 48.8 | 23.3 | 27.9 | 42 | 35.81 | 20 | 4.35 | 24 | 2.08 |
| | 男性60代 | 77 | 42.9 | 18.2 | 39.0 | 33 | 43.79 | 14 | 7.57 | 30 | 2.07 |
| | 男性70代 | 79 | 41.8 | 16.5 | 41.8 | 33 | 47.88 | 13 | 6.31 | 33 | 3.00 |
| | 女性10代 | 12 | 41.7 | 33.3 | 25.0 | 5 | 10.80 | 4 | 3.75 | 3 | 1.33 |
| | 女性20代 | 59 | 54.2 | 25.4 | 20.3 | 32 | 8.41 | 15 | 2.33 | 12 | 1.92 |
| | 女性30代 | 52 | 65.4 | 15.4 | 19.2 | 34 | 19.24 | 8 | 2.75 | 10 | 1.70 |
| | 女性40代 | 98 | 51.0 | 20.4 | 28.6 | 50 | 18.98 | 20 | 3.65 | 28 | 1.96 |
| | 女性50代 | 71 | 35.2 | 16.9 | 47.9 | 25 | 62.64 | 12 | 2.67 | 34 | 2.38 |
| | 女性60代 | 86 | 30.2 | 20.9 | 48.8 | 26 | 55.65 | 18 | 6.44 | 42 | 2.64 |
| | 女性70代 | 169 | 28.4 | 9.5 | 62.1 | 48 | 100.73 | 16 | 6.63 | 105 | 2.88 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 359 | 43.2 | 23.4 | 33.4 | 155 | 35.21 | 84 | 3.37 | 120 | 2.33 |
| | 東京都区部 | 157 | 42.0 | 24.2 | 33.8 | 66 | 34.97 | 38 | 3.58 | 53 | 2.08 |
| | 政令指定都市 | 202 | 44.1 | 22.8 | 33.2 | 89 | 35.39 | 46 | 3.20 | 67 | 2.52 |
| | 大都市 | 457 | 42.9 | 20.1 | 37.0 | 196 | 37.36 | 92 | 5.37 | 169 | 2.34 |
| | 小都市 | 264 | 44.3 | 18.9 | 36.7 | 117 | 36.97 | 50 | 3.20 | 97 | 2.67 |
| | 町村 | 65 | 41.5 | 20.0 | 38.5 | 27 | 15.93 | 13 | 3.77 | 25 | 2.60 |
| 居住地域 | 北海道 | 31 | 48.4 | 9.7 | 41.9 | 15 | 64.27 | 3 | 5.33 | 13 | 2.23 |
| | 東北 | 62 | 45.2 | 21.0 | 33.9 | 28 | 25.50 | 13 | 2.31 | 21 | 2.29 |
| | 北関東 | 61 | 49.2 | 24.6 | 26.2 | 30 | 33.93 | 15 | 5.13 | 16 | 2.75 |
| | 首都圏 | 435 | 42.5 | 22.1 | 35.4 | 185 | 30.69 | 96 | 4.05 | 154 | 2.24 |
| | 北陸 | 31 | 41.9 | 12.9 | 45.2 | 13 | 20.38 | 4 | 1.50 | 14 | 1.93 |
| | 東山 | 42 | 35.7 | 21.4 | 42.9 | 15 | 68.93 | 9 | 2.44 | 18 | 3.00 |
| | 東海 | 101 | 43.6 | 22.8 | 33.7 | 44 | 26.50 | 23 | 3.65 | 34 | 2.68 |
| | 近畿二府一県 | 160 | 43.1 | 25.0 | 31.9 | 69 | 46.51 | 40 | 5.85 | 51 | 2.61 |
| | その他近畿圏 | 37 | 40.5 | 8.1 | 51.4 | 15 | 18.33 | 3 | 1.67 | 19 | 2.63 |
| | 中国 | 47 | 44.7 | 19.1 | 36.2 | 21 | 26.48 | 9 | 2.44 | 17 | 2.24 |
| | 四国 | 21 | 42.9 | 14.3 | 42.9 | 9 | 22.67 | 3 | 2.67 | 9 | 2.44 |
| | 九州・沖縄 | 117 | 43.6 | 17.9 | 38.5 | 51 | 48.10 | 21 | 4.43 | 45 | 2.60 |
| 職業 | 自営業主 | 81 | 39.5 | 17.3 | 43.2 | 32 | 34.38 | 14 | 5.71 | 35 | 2.23 |
| | 家族従業者 | 3 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 3 | 2.00 |
| | 雇用者 | 636 | 48.7 | 24.4 | 26.9 | 310 | 25.20 | 155 | 3.41 | 171 | 2.09 |
| | （小計）就労者 | 720 | 47.5 | 23.5 | 29.0 | 342 | 26.06 | 169 | 3.60 | 209 | 2.11 |
| | 主婦・主夫 | 198 | 33.3 | 11.6 | 55.1 | 66 | 69.06 | 23 | 5.78 | 109 | 2.72 |
| | 学生 | 67 | 46.3 | 28.4 | 25.4 | 31 | 24.68 | 19 | 5.47 | 17 | 2.35 |
| | 無職 | 137 | 33.6 | 19.0 | 47.4 | 46 | 61.67 | 26 | 5.31 | 65 | 3.03 |
| | その他 | 13 | 61.5 | – | 38.5 | 8 | 57.38 | – | – | 5 | 2.20 |
| | 答えたくない | 10 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 2 | 2.00 | 2 | 1.00 | 6 | 2.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 38.33 | 2 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 高校 | 187 | 46.0 | 13.9 | 40.1 | 86 | 37.41 | 26 | 5.27 | 75 | 2.83 |
| | 短大・高専 | 123 | 37.4 | 20.3 | 42.3 | 46 | 69.76 | 25 | 5.64 | 52 | 2.56 |
| | 専門学校 | 85 | 48.2 | 20.0 | 31.8 | 41 | 34.78 | 17 | 3.71 | 27 | 2.44 |
| | 大学 | 638 | 41.8 | 22.9 | 35.3 | 267 | 30.27 | 146 | 3.84 | 225 | 2.32 |
| | 大学院 | 98 | 51.0 | 21.4 | 27.6 | 50 | 29.42 | 21 | 3.38 | 27 | 1.81 |
| | その他 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| | 答えたくない | 7 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 2 | 7.50 | 1 | 8.00 | 4 | 3.75 |
| 世帯年収 | 収入なし | 14 | 50.0 | 14.3 | 35.7 | 7 | 39.43 | 2 | 2.00 | 5 | 3.20 |
| | 100万円未満 | 23 | 60.9 | 17.4 | 21.7 | 14 | 33.50 | 4 | 3.50 | 5 | 3.20 |
| | 100～200万円未満 | 62 | 33.9 | 19.4 | 46.8 | 21 | 59.76 | 12 | 4.33 | 29 | 2.97 |
| | 200～300万円未満 | 96 | 35.4 | 24.0 | 40.6 | 34 | 56.71 | 23 | 5.52 | 39 | 2.72 |
| | 300～400万円未満 | 109 | 49.5 | 16.5 | 33.9 | 54 | 48.61 | 18 | 3.61 | 37 | 2.30 |
| | 400～500万円未満 | 103 | 44.7 | 17.5 | 37.9 | 46 | 32.89 | 18 | 4.78 | 39 | 2.77 |
| | 500～600万円未満 | 97 | 50.5 | 16.5 | 33.0 | 49 | 36.16 | 16 | 6.13 | 32 | 2.31 |
| | 600～700万円未満 | 71 | 47.9 | 16.9 | 35.2 | 34 | 20.50 | 12 | 2.92 | 25 | 1.88 |
| | 700～800万円未満 | 70 | 45.7 | 21.4 | 32.9 | 32 | 24.94 | 15 | 3.67 | 23 | 2.30 |
| | 800～1000万円未満 | 126 | 46.0 | 26.2 | 27.8 | 58 | 13.10 | 33 | 3.91 | 35 | 1.83 |
| | 1000～1200万円未満 | 78 | 37.2 | 32.1 | 30.8 | 29 | 21.97 | 25 | 2.76 | 24 | 2.08 |
| | 1200万円以上 | 102 | 43.1 | 17.6 | 39.2 | 44 | 41.55 | 18 | 3.83 | 40 | 2.30 |
| | わからない | 69 | 47.8 | 21.7 | 30.4 | 33 | 49.79 | 15 | 3.07 | 21 | 2.24 |
| | 答えたくない | 125 | 32.0 | 22.4 | 45.6 | 40 | 33.38 | 28 | 4.89 | 57 | 2.70 |
| 未既婚 | 既婚者 | 697 | 41.3 | 19.5 | 39.2 | 288 | 39.91 | 136 | 3.85 | 273 | 2.50 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 437 | 46.9 | 22.2 | 30.9 | 205 | 29.40 | 97 | 4.38 | 135 | 2.27 |
| | 答えたくない | 11 | 18.2 | 54.5 | 27.3 | 2 | 7.50 | 6 | 6.33 | 3 | 3.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 247 | 42.5 | 22.3 | 35.2 | 105 | 36.80 | 55 | 4.67 | 97 | 2.41 |
| | 夫婦のみ・子なし | 351 | 36.2 | 18.8 | 45.0 | 127 | 58.08 | 66 | 4.79 | 91 | 2.80 |
| | 夫婦・子あり | 313 | 47.3 | 20.8 | 31.9 | 149 | 24.22 | 65 | 2.55 | 100 | 2.02 |
| | 親と同居（未婚） | 74 | 59.5 | 17.6 | 23.0 | 44 | 14.75 | 13 | 4.77 | 17 | 1.65 |
| | 2世帯以上同居 | 48 | 37.5 | 31.3 | 31.3 | 18 | 39.22 | 15 | 4.53 | 15 | 2.27 |
| | その他 | 101 | 50.5 | 18.8 | 30.7 | 51 | 26.29 | 19 | 4.16 | 31 | 2.35 |
| | 答えたくない | 11 | 18.2 | 54.5 | 27.3 | 2 | 7.50 | 6 | 6.33 | 3 | 3.00 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 556 | 34.9 | 16.4 | 48.7 | 194 | 68.59 | 91 | 6.85 | 271 | 2.79 |
| | 週に1～2日 | 359 | 44.6 | 24.8 | 30.6 | 160 | 21.70 | 89 | 2.64 | 110 | 1.75 |
| | （小計）週に1日以上計 | 915 | 38.7 | 19.7 | 41.6 | 354 | 47.40 | 180 | 4.77 | 381 | 2.49 |
| | （小計）週1日未満 | 202 | 63.4 | 26.2 | 10.4 | 128 | 5.56 | 53 | 1.87 | 21 | 1.57 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 28 | 46.4 | 21.4 | 32.1 | 13 | 3.46 | 6 | 4.83 | 9 | 1.78 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 1145 | 43.2 | 20.9 | 35.9 | 495 | 35.43 | 239 | 4.13 | 411 | 2.43 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 続けている頻度 | 軽く汗をかく運動を1年以上継続 | 379 | 32.5 | 10.6 | 57.0 | 123 | 93.11 | 40 | 8.40 | 216 | 2.95 |
| | 週に3日以上 | 170 | 38.2 | 23.5 | 38.2 | 65 | 38.42 | 40 | 4.10 | 65 | 1.98 |
| | 週に2日 | 349 | 34.2 | 14.6 | 51.2 | 188 | 74.20 | 80 | 6.25 | 281 | 2.73 |
| | （小計）週に2日以上計 | 423 | 49.2 | 28.6 | 22.0 | 208 | 14.30 | 122 | 3.08 | 93 | 1.68 |
| | （小計）週2日未満 | 78 | 48.7 | 25.6 | 25.6 | 38 | 4.05 | 20 | 3.60 | 20 | 2.05 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 1050 | 41.3 | 21.1 | 37.5 | 434 | 39.35 | 222 | 4.27 | 394 | 2.45 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 95 | 64.2 | 17.9 | 17.9 | 61 | 7.51 | 17 | 2.24 | 17 | 2.00 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 198 | 48.0 | 21.7 | 30.3 | 95 | 39.32 | 43 | 5.05 | 60 | 2.65 |
| ※2 する～週1回～以上～ | する・ささえる | 528 | 35.8 | 20.3 | 43.9 | 189 | 50.33 | 107 | 4.89 | 232 | 2.45 |
| | する・みる・ささえる | 13 | 38.5 | 7.7 | 53.8 | 5 | 26.40 | 1 | 1.00 | 7 | 2.86 |
| | するのみ | 176 | 36.9 | 16.5 | 46.6 | 65 | 52.31 | 29 | 4.03 | 82 | 2.45 |
| | みる・ささえる | 31 | 51.6 | 32.3 | 16.1 | 16 | 5.56 | 10 | 1.80 | 5 | 2.00 |
| | みるのみ | 132 | 68.9 | 25.0 | 6.1 | 91 | 5.38 | 33 | 1.55 | 8 | 1.38 |
| | ささえるのみ | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 3.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 65 | 50.8 | 23.1 | 26.2 | 33 | 5.30 | 15 | 3.80 | 17 | 1.65 |

Q14-16. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ｱｸｱｴｸｻｻｲｽﾞ・水中ｳｫｰｷﾝｸﾞ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 558 | 35.3 | 23.3 | 41.4 | 197 | 45.73 | 130 | 4.01 | 231 | 2.48 |
| 性別 | 男性 | 194 | 39.7 | 28.3 | 32.1 | 73 | 48.11 | 52 | 3.21 | 59 | 2.41 |
| | 女性 | 369 | 32.8 | 21.1 | 46.1 | 121 | 44.59 | 78 | 4.54 | 170 | 2.48 |
| 年代 | 10代 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | 3 | 4.00 | 2 | 3.00 | – | – |
| | 20代 | 30 | 40.0 | 33.3 | 26.7 | 12 | 55.75 | 10 | 2.60 | 8 | 3.00 |
| | 30代 | 46 | 50.0 | 30.4 | 19.6 | 23 | 4.87 | 14 | 3.00 | 9 | 1.56 |
| | 40代 | 75 | 37.3 | 28.0 | 34.7 | 28 | 37.36 | 21 | 1.81 | 26 | 2.04 |
| | 50代 | 68 | 57.4 | 16.2 | 26.5 | 39 | 22.95 | 11 | 3.36 | 18 | 1.72 |
| | 60代 | 97 | 29.9 | 23.7 | 46.4 | 29 | 38.21 | 23 | 4.91 | 45 | 2.40 |
| | 70代 | 237 | 26.6 | 20.7 | 52.7 | 63 | 82.02 | 49 | 5.29 | 125 | 2.74 |
| 性年代 | 男性10代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| | 男性20代 | 12 | 41.7 | 41.7 | 16.7 | 5 | 91.20 | 5 | 3.20 | 2 | 5.00 |
| | 男性30代 | 18 | 38.9 | 44.4 | 16.7 | 7 | 3.29 | 8 | 3.50 | 3 | 1.67 |
| | 男性40代 | 31 | 32.3 | 35.5 | 32.3 | 10 | 51.50 | 11 | 1.91 | 10 | 2.00 |
| | 男性50代 | 28 | 53.6 | 21.4 | 25.0 | 15 | 29.00 | 6 | 1.33 | 7 | 1.57 |
| | 男性60代 | 36 | 41.7 | 16.7 | 41.7 | 15 | 29.73 | 6 | 5.50 | 15 | 2.67 |
| | 男性70代 | 58 | 34.5 | 27.6 | 37.9 | 20 | 81.75 | 16 | 3.81 | 22 | 2.55 |
| | 女性10代 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 5.00 | 2 | 3.00 | – | – |
| | 女性20代 | 18 | 38.9 | 27.8 | 33.3 | 7 | 30.43 | 5 | 2.00 | 6 | 2.33 |
| | 女性30代 | 25 | 56.0 | 24.0 | 20.0 | 14 | 6.21 | 6 | 2.33 | 5 | 1.20 |
| | 女性40代 | 44 | 40.9 | 22.7 | 36.4 | 18 | 29.50 | 10 | 1.70 | 16 | 2.06 |
| | 女性50代 | 40 | 60.0 | 12.5 | 27.5 | 24 | 19.17 | 5 | 5.80 | 11 | 1.82 |
| | 女性60代 | 60 | 23.3 | 28.3 | 48.3 | 14 | 47.29 | 17 | 4.71 | 29 | 2.17 |
| | 女性70代 | 178 | 23.6 | 18.5 | 57.9 | 42 | 81.71 | 33 | 6.00 | 103 | 2.78 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 152 | 38.8 | 25.7 | 35.5 | 59 | 40.58 | 39 | 3.00 | 54 | 2.57 |
| | 東京都区部 | 49 | 42.9 | 20.4 | 36.7 | 21 | 36.95 | 10 | 2.20 | 18 | 2.67 |
| | 政令指定都市 | 103 | 36.9 | 28.2 | 35.0 | 38 | 42.58 | 29 | 3.28 | 36 | 2.53 |
| | 大都市 | 211 | 32.2 | 21.8 | 46.0 | 68 | 52.63 | 46 | 4.54 | 97 | 2.45 |
| | 小都市 | 145 | 35.2 | 22.1 | 42.8 | 51 | 46.04 | 32 | 4.16 | 62 | 2.40 |
| | 町村 | 50 | 38.0 | 26.0 | 36.0 | 19 | 36.21 | 13 | 4.77 | 18 | 2.56 |
| 居住地域 | 北海道 | 14 | 35.7 | 28.6 | 35.7 | 5 | 46.00 | 4 | 1.50 | 5 | 2.60 |
| | 東北 | 43 | 44.2 | 18.6 | 37.2 | 19 | 53.79 | 8 | 5.88 | 16 | 2.06 |
| | 北関東 | 34 | 32.4 | 20.6 | 47.1 | 11 | 30.82 | 7 | 2.14 | 16 | 2.25 |
| | 首都圏 | 174 | 33.9 | 24.1 | 42.0 | 59 | 36.95 | 42 | 3.12 | 73 | 2.21 |
| | 北陸 | 27 | 44.4 | 33.3 | 22.2 | 12 | 23.58 | 9 | 3.44 | 6 | 2.17 |
| | 東山 | 17 | 29.4 | 35.3 | 35.3 | 5 | 43.20 | 6 | 4.83 | 6 | 3.83 |
| | 東海 | 66 | 34.8 | 30.3 | 34.8 | 23 | 47.52 | 20 | 4.60 | 23 | 3.04 |
| | 近畿二府一県 | 57 | 24.6 | 22.8 | 52.6 | 14 | 52.43 | 13 | 8.08 | 30 | 2.80 |
| | その他近畿圏 | 19 | 42.1 | 15.8 | 42.1 | 8 | 17.00 | 3 | 6.00 | 8 | 2.38 |
| | 中国 | 22 | 50.0 | 13.6 | 36.4 | 11 | 58.55 | 3 | 3.00 | 8 | 3.50 |
| | 四国 | 19 | 26.3 | 21.1 | 52.6 | 5 | 44.60 | 4 | 3.00 | 10 | 2.40 |
| | 九州・沖縄 | 66 | 37.9 | 16.7 | 45.5 | 25 | 76.36 | 11 | 2.36 | 30 | 2.27 |
| 職業 | 自営業主 | 42 | 40.5 | 21.4 | 38.1 | 17 | 48.29 | 9 | 3.89 | 16 | 2.19 |
| | 家族従業者 | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 16.50 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 雇用者 | 214 | 45.3 | 27.1 | 27.6 | 97 | 28.93 | 58 | 3.14 | 59 | 2.32 |
| | （小計）就労者 | 260 | 44.6 | 25.8 | 29.6 | 116 | 31.55 | 67 | 3.24 | 77 | 2.26 |
| | 主婦・主夫 | 149 | 19.5 | 22.8 | 57.7 | 29 | 60.45 | 34 | 6.00 | 86 | 2.38 |
| | 学生 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 34.67 | 2 | 3.50 | 1 | 6.00 |
| | 無職 | 126 | 36.5 | 19.8 | 43.7 | 46 | 75.83 | 25 | 3.64 | 55 | 2.87 |
| | その他 | 8 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 8 | 2.38 |
| | 答えたくない | 9 | 33.3 | 22.2 | 44.4 | 3 | 1.33 | 2 | 1.00 | 4 | 2.50 |
| 最終学歴 | 中学校 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 4.00 |
| | 高校 | 128 | 39.1 | 25.0 | 35.9 | 50 | 59.64 | 32 | 3.66 | 46 | 2.50 |
| | 短大・高専 | 78 | 24.4 | 26.9 | 48.7 | 19 | 45.84 | 21 | 5.05 | 38 | 2.53 |
| | 専門学校 | 56 | 37.5 | 19.6 | 42.9 | 21 | 29.43 | 11 | 3.64 | 24 | 2.38 |
| | 大学 | 257 | 36.2 | 23.0 | 40.9 | 93 | 43.16 | 59 | 3.58 | 105 | 2.46 |
| | 大学院 | 30 | 30.0 | 16.7 | 53.3 | 9 | 48.89 | 5 | 3.00 | 16 | 2.44 |
| | その他 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 10.00 | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 7 | 57.1 | 28.6 | 14.3 | 4 | 18.50 | 2 | 16.00 | 1 | 3.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 10 | 20.0 | 40.0 | 40.0 | 2 | 176.00 | 4 | 4.75 | 4 | 1.75 |
| | 100万円未満 | 12 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 4 | 80.50 | 4 | 2.00 | 4 | 3.00 |
| | 100～200万円未満 | 26 | 34.6 | 11.5 | 53.8 | 9 | 51.67 | 3 | 2.33 | 14 | 3.29 |
| | 200～300万円未満 | 82 | 38.7 | 22.6 | 38.7 | 24 | 52.96 | 14 | 4.71 | 24 | 3.00 |
| | 300～400万円未満 | 69 | 30.4 | 24.6 | 44.9 | 21 | 62.48 | 17 | 3.71 | 31 | 2.52 |
| | 400～500万円未満 | 48 | 33.3 | 20.8 | 45.8 | 16 | 76.88 | 10 | 1.80 | 22 | 2.77 |
| | 500～600万円未満 | 43 | 44.2 | 25.6 | 30.2 | 19 | 46.74 | 11 | 5.45 | 13 | 1.77 |
| | 600～700万円未満 | 31 | 51.6 | 22.6 | 25.8 | 16 | 11.25 | 7 | 3.14 | 8 | 2.13 |
| | 700～800万円未満 | 27 | 29.6 | 25.9 | 44.4 | 8 | 13.75 | 7 | 5.14 | 12 | 1.83 |
| | 800～1000万円未満 | 37 | 24.3 | 29.7 | 45.9 | 9 | 81.89 | 11 | 2.00 | 17 | 1.94 |
| | 1000～1200万円未満 | 26 | 38.5 | 30.8 | 30.8 | 10 | 18.60 | 8 | 3.88 | 8 | 2.75 |
| | 1200万円以上 | 64 | 38.2 | 14.7 | 47.1 | 13 | 12.23 | 5 | 2.20 | 16 | 1.94 |
| | わからない | 49 | 49.0 | 18.4 | 32.7 | 24 | 29.54 | 9 | 8.67 | 16 | 2.38 |
| | 答えたくない | 84 | 26.2 | 23.8 | 50.0 | 22 | 49.45 | 20 | 4.00 | 42 | 2.62 |
| 未既婚 | 既婚者 | 391 | 33.8 | 24.3 | 41.9 | 132 | 46.01 | 95 | 4.07 | 164 | 2.35 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 160 | 39.4 | 20.6 | 40.0 | 63 | 46.57 | 33 | 3.88 | 64 | 2.72 |
| | 答えたくない | 7 | 28.6 | 28.6 | 42.9 | 2 | 1.00 | 2 | 3.00 | 3 | 4.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 95 | 40.0 | 18.9 | 41.1 | 38 | 48.79 | 18 | 3.56 | 39 | 3.03 |
| | 夫婦のみ・子なし | 244 | 29.5 | 24.2 | 46.3 | 72 | 70.03 | 59 | 4.51 | 113 | 2.41 |
| | 夫婦・子あり | 120 | 40.8 | 23.3 | 35.8 | 49 | 17.45 | 28 | 3.14 | 43 | 2.40 |
| | 親と同居（未婚） | 19 | 47.4 | 10.5 | 42.1 | 9 | 21.33 | 2 | 2.00 | 8 | 1.88 |
| | 2世帯以上同居 | 26 | 38.5 | 30.8 | 30.8 | 10 | 15.80 | 8 | 5.62 | 8 | 1.88 |
| | その他 | 47 | 36.2 | 27.7 | 36.2 | 17 | 53.29 | 13 | 3.69 | 17 | 2.18 |
| | 答えたくない | 7 | 28.6 | 28.6 | 42.9 | 2 | 1.00 | 2 | 3.00 | 3 | 4.00 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 300 | 28.3 | 19.0 | 52.7 | 85 | 79.45 | 57 | 4.88 | 158 | 2.82 |
| | 週に1～2日 | 167 | 37.7 | 26.9 | 35.3 | 63 | 30.79 | 45 | 3.73 | 59 | 1.81 |
| | （小計）週に1日以上計 | 467 | 31.7 | 21.8 | 46.5 | 148 | 58.74 | 102 | 4.37 | 217 | 2.55 |
| | （小計）週1日未満 | 73 | 60.3 | 27.4 | 12.3 | 44 | 6.27 | 20 | 2.85 | 9 | 1.22 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 18 | 27.8 | 44.4 | 27.8 | 5 | 8.00 | 8 | 2.25 | 5 | 1.60 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 558 | 35.3 | 23.3 | 41.4 | 197 | 45.73 | 130 | 4.01 | 231 | 2.48 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 続けている頻度 | 軽く汗をかく運動を1年以上継続 | 220 | 28.6 | 14.1 | 57.3 | 63 | 99.44 | 31 | 6.00 | 126 | 2.88 |
| | 週に3日以上 | 89 | 25.8 | 29.2 | 44.9 | 23 | 55.30 | 26 | 3.35 | 40 | 2.00 |
| | 週に2日 | 309 | 27.8 | 18.4 | 53.7 | 86 | 87.64 | 57 | 4.79 | 166 | 2.67 |
| | （小計）週に2日以上計 | 155 | 40.6 | 34.2 | 25.2 | 63 | 16.32 | 53 | 3.72 | 39 | 1.77 |
| | （小計）週2日未満 | 37 | 40.5 | 27.0 | 32.4 | 15 | 10.20 | 10 | 2.20 | 12 | 2.25 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 501 | 32.7 | 24.0 | 43.3 | 164 | 53.16 | 120 | 4.10 | 217 | 2.48 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 57 | 57.9 | 17.5 | 24.6 | 33 | 8.82 | 10 | 2.90 | 14 | 2.36 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 61 | 42.6 | 23.0 | 34.4 | 26 | 46.08 | 14 | 4.86 | 21 | 2.95 |
| ※2 する～週1回～以上～ | する・ささえる | 314 | 30.9 | 22.3 | 46.8 | 97 | 60.91 | 70 | 4.54 | 147 | 2.44 |
| | する・みる・ささえる | 6 | 16.7 | 16.7 | 66.7 | 1 | 36.00 | 1 | 10.00 | 4 | 1.50 |
| | するのみ | 86 | 27.9 | 19.8 | 52.3 | 24 | 64.83 | 17 | 2.94 | 45 | 2.80 |
| | みる・ささえる | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 13.67 | 2 | 2.50 | 1 | 1.00 |
| | みるのみ | 61 | 62.3 | 26.2 | 11.5 | 38 | 6.13 | 16 | 3.06 | 7 | 1.29 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 24 | 33.3 | 41.7 | 25.0 | 8 | 5.25 | 10 | 2.10 | 6 | 1.50 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-17. この1年間に実施した日数（年・月・週）/野球(硬式・軟式等)

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 568 | 50.7 | 24.6 | 24.6 | 288 | 21.09 | 140 | 2.89 | 140 | 1.86 |
| 性別 | 男性 | 542 | 50.6 | 24.9 | 24.5 | 274 | 20.48 | 135 | 2.93 | 133 | 1.89 |
| | 女性 | 23 | 52.2 | 17.4 | 30.4 | 12 | 38.00 | 4 | 1.25 | 7 | 1.29 |
| 年代 | 10代 | 40 | 30.0 | 27.5 | 42.5 | 12 | 22.50 | 11 | 5.27 | 17 | 2.59 |
| | 20代 | 194 | 54.1 | 26.3 | 19.6 | 105 | 23.96 | 51 | 3.00 | 38 | 1.92 |
| | 30代 | 125 | 48.8 | 24.0 | 27.2 | 61 | 19.93 | 30 | 2.07 | 34 | 1.79 |
| | 40代 | 100 | 52.0 | 27.0 | 21.0 | 52 | 21.54 | 27 | 2.48 | 21 | 1.86 |
| | 50代 | 75 | 60.0 | 18.7 | 21.3 | 45 | 16.42 | 14 | 3.79 | 16 | 1.25 |
| | 60代 | 16 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 6 | 13.83 | 4 | 1.50 | 6 | 1.83 |
| | 70代 | 18 | 38.9 | 16.7 | 44.4 | 7 | 18.43 | 3 | 1.67 | 8 | 1.63 |
| 性年代 | 男性10代 | 38 | 31.6 | 26.3 | 42.1 | 12 | 22.50 | 10 | 5.60 | 16 | 2.69 |
| | 男性20代 | 186 | 54.8 | 26.3 | 18.8 | 102 | 24.05 | 49 | 3.02 | 35 | 1.94 |
| | 男性30代 | 119 | 46.2 | 25.2 | 28.6 | 55 | 15.11 | 30 | 2.07 | 34 | 1.79 |
| | 男性40代 | 95 | 51.6 | 28.4 | 20.0 | 49 | 22.69 | 27 | 2.48 | 19 | 1.95 |
| | 男性50代 | 73 | 60.3 | 17.8 | 21.9 | 44 | 16.75 | 13 | 4.00 | 16 | 1.25 |
| | 男性60代 | 16 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 6 | 13.83 | 4 | 1.50 | 6 | 1.83 |
| | 男性70代 | 15 | 40.0 | 13.3 | 46.7 | 6 | 21.00 | 2 | 2.00 | 7 | 1.71 |
| | 女性10代 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 女性20代 | 7 | 42.9 | 14.3 | 42.9 | 3 | 21.00 | 1 | 1.00 | 3 | 1.67 |
| | 女性30代 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 76.40 | – | – | – | – |
| | 女性40代 | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 3.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 女性50代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 女性60代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性70代 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 3.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 131 | 53.4 | 26.0 | 20.6 | 70 | 13.09 | 34 | 2.88 | 27 | 1.67 |
| | 東京都区部 | 50 | 58.0 | 22.0 | 20.0 | 29 | 14.14 | 11 | 1.64 | 10 | 1.60 |
| | 政令指定都市 | 81 | 50.6 | 28.4 | 21.0 | 41 | 12.34 | 23 | 3.48 | 17 | 1.71 |
| | 大都市 | 243 | 51.0 | 22.6 | 26.3 | 124 | 22.65 | 55 | 2.85 | 64 | 1.83 |
| | 小都市 | 146 | 45.2 | 26.0 | 28.8 | 66 | 26.18 | 38 | 2.58 | 42 | 2.10 |
| | 町村 | 48 | 58.3 | 27.1 | 14.6 | 28 | 22.18 | 13 | 3.92 | 7 | 1.57 |
| 居住地域 | 北海道 | 24 | 58.3 | 16.7 | 25.0 | 14 | 12.21 | 4 | 3.50 | 6 | 1.33 |
| | 東北 | 36 | 41.7 | 27.8 | 30.6 | 15 | 19.27 | 10 | 6.10 | 11 | 2.27 |
| | 北関東 | 17 | 70.6 | 11.8 | 17.6 | 12 | 40.58 | 2 | 1.00 | 3 | 1.67 |
| | 首都圏 | 174 | 51.1 | 22.4 | 26.4 | 89 | 19.56 | 39 | 2.77 | 46 | 1.61 |
| | 北陸 | 17 | 47.1 | 17.6 | 35.3 | 8 | 15.63 | 3 | 4.00 | 6 | 1.67 |
| | 東山 | 22 | 27.3 | 36.4 | 36.4 | 6 | 4.33 | 8 | 2.25 | 8 | 2.75 |
| | 東海 | 61 | 52.5 | 32.8 | 14.8 | 32 | 7.22 | 20 | 2.85 | 9 | 1.22 |
| | 近畿二府一県 | 79 | 50.6 | 22.8 | 26.6 | 40 | 40.33 | 18 | 1.83 | 21 | 1.90 |
| | その他近畿圏 | 15 | 46.7 | 20.0 | 33.3 | 7 | 43.14 | 3 | 2.00 | 5 | 2.00 |
| | 中国 | 38 | 52.6 | 26.3 | 21.1 | 20 | 19.35 | 10 | 4.30 | 8 | 2.50 |
| | 四国 | 14 | 50.0 | 35.7 | 14.3 | 7 | 13.86 | 5 | 1.80 | 2 | 1.50 |
| | 九州・沖縄 | 71 | 53.5 | 25.4 | 21.1 | 38 | 15.89 | 18 | 2.28 | 15 | 2.20 |
| 職業 | 自営業主 | 40 | 47.5 | 17.5 | 35.0 | 19 | 37.79 | 7 | 5.00 | 14 | 1.79 |
| | 家族従業者 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 10.00 | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 428 | 53.0 | 25.5 | 21.5 | 227 | 17.64 | 109 | 2.46 | 92 | 1.76 |
| | （小計）就労者 | 469 | 52.7 | 24.7 | 22.6 | 247 | 19.16 | 116 | 2.61 | 106 | 1.76 |
| | 主婦・主夫 | 4 | 25.0 | – | 75.0 | 1 | 1.00 | – | – | 3 | 1.67 |
| | 学生 | 64 | 43.8 | 26.6 | 29.7 | 28 | 32.54 | 17 | 5.18 | 19 | 2.74 |
| | 無職 | 18 | 38.9 | 33.3 | 27.8 | 7 | 5.29 | 6 | 1.83 | 5 | 1.80 |
| | その他 | 5 | 40.0 | – | 60.0 | 2 | 185.00 | – | – | 3 | 1.00 |
| | 答えたくない | 8 | 37.5 | 12.5 | 50.0 | 3 | 7.33 | 1 | 2.00 | 4 | 1.25 |
| 最終学歴 | 中学校 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 200.67 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 高校 | 136 | 52.9 | 22.8 | 24.3 | 72 | 12.07 | 31 | 2.29 | 33 | 2.18 |
| | 短大・高専 | 17 | 17.6 | 41.2 | 41.2 | 3 | 3.00 | 7 | 2.86 | 7 | 1.43 |
| | 専門学校 | 38 | 36.8 | 31.6 | 31.6 | 14 | 10.43 | 12 | 5.17 | 12 | 1.75 |
| | 大学 | 326 | 53.1 | 23.6 | 23.3 | 173 | 24.61 | 77 | 2.69 | 76 | 1.88 |
| | 大学院 | 38 | 47.4 | 28.9 | 23.7 | 18 | 8.94 | 11 | 3.55 | 9 | 1.33 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 9 | 55.6 | 22.2 | 22.2 | 5 | 5.60 | 2 | 2.50 | 2 | 1.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 2.00 | 1 | 4.00 | – | – |
| | 100万円未満 | 12 | 41.7 | 33.3 | 25.0 | 5 | 20.00 | 4 | 6.75 | 3 | 2.67 |
| | 100～200万円未満 | 16 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 6 | 6.33 | 4 | 1.25 | 6 | 1.83 |
| | 200～300万円未満 | 26 | 53.8 | 34.6 | 11.5 | 14 | 9.79 | 9 | 1.78 | 3 | 1.33 |
| | 300～400万円未満 | 48 | 64.6 | 16.7 | 18.8 | 31 | 24.74 | 8 | 1.75 | 9 | 1.44 |
| | 400～500万円未満 | 56 | 39.3 | 25.0 | 35.7 | 22 | 15.55 | 14 | 3.64 | 20 | 1.80 |
| | 500～600万円未満 | 54 | 59.3 | 27.8 | 13.0 | 32 | 29.63 | 15 | 2.07 | 7 | 1.86 |
| | 600～700万円未満 | 47 | 46.8 | 25.5 | 27.7 | 22 | 24.45 | 12 | 1.75 | 13 | 2.08 |
| | 700～800万円未満 | 45 | 53.3 | 28.9 | 17.8 | 24 | 18.88 | 13 | 2.38 | 8 | 1.25 |
| | 800～1000万円未満 | 90 | 52.2 | 26.7 | 21.1 | 47 | 21.30 | 24 | 3.38 | 19 | 2.00 |
| | 1000～1200万円未満 | 41 | 51.2 | 22.0 | 26.8 | 21 | 33.62 | 9 | 2.22 | 11 | 1.73 |
| | 1200万円以上 | 42 | 50.0 | 21.4 | 28.6 | 21 | 14.57 | 5 | 2.33 | 12 | 1.33 |
| | わからない | 35 | 42.9 | 17.1 | 40.0 | 15 | 26.73 | 6 | 2.17 | 14 | 2.57 |
| | 答えたくない | 52 | 48.1 | 23.1 | 28.8 | 25 | 13.20 | 12 | 5.75 | 15 | 2.00 |
| 未既婚 | 既婚者 | 285 | 50.9 | 22.1 | 27.0 | 145 | 22.73 | 63 | 2.19 | 77 | 1.61 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 276 | 50.0 | 27.5 | 22.5 | 138 | 19.45 | 76 | 3.49 | 62 | 2.19 |
| | 答えたくない | 7 | 71.4 | 14.3 | 14.3 | 5 | 18.60 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 137 | 50.4 | 27.7 | 21.9 | 69 | 15.22 | 38 | 4.53 | 30 | 1.83 |
| | 夫婦のみ・子なし | 96 | 53.1 | 17.7 | 29.2 | 51 | 33.47 | 17 | 2.18 | 20 | 1.64 |
| | 夫婦・子あり | 167 | 49.1 | 23.4 | 26.9 | 83 | 16.69 | 39 | 2.15 | 45 | 1.60 |
| | 親と同居（未婚） | 70 | 48.6 | 31.4 | 20.0 | 34 | 19.00 | 22 | 2.45 | 14 | 2.43 |
| | 2世帯以上同居 | 30 | 60.0 | 30.0 | 10.0 | 18 | 25.44 | 9 | 2.00 | 3 | 1.67 |
| | その他 | 61 | 45.9 | 23.0 | 31.1 | 28 | 26.21 | 14 | 2.71 | 19 | 2.53 |
| | 答えたくない | 7 | 71.4 | 14.3 | 14.3 | 5 | 18.60 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 197 | 48.7 | 25.4 | 25.9 | 96 | 38.79 | 50 | 3.56 | 51 | 2.53 |
| | 週に1～2日 | 172 | 37.2 | 28.5 | 34.3 | 64 | 17.98 | 49 | 2.78 | 59 | 1.47 |
| | （小計）週に1日以上計 | 369 | 43.4 | 26.8 | 29.8 | 160 | 30.47 | 99 | 3.17 | 110 | 1.96 |
| | （小計）週1日未満 | 159 | 66.7 | 22.0 | 11.3 | 106 | 5.94 | 35 | 2.09 | 18 | 1.39 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 40 | 55.0 | 15.0 | 30.0 | 22 | 25.82 | 6 | 2.83 | 12 | 1.67 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 568 | 50.7 | 24.6 | 24.6 | 288 | 21.09 | 140 | 2.89 | 140 | 1.86 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽い汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 121 | 49.6 | 22.3 | 28.1 | 60 | 48.77 | 27 | 4.48 | 34 | 2.62 |
| | 週に2日 | 84 | 44.0 | 22.6 | 33.3 | 37 | 30.73 | 19 | 3.00 | 28 | 1.71 |
| | （小計）週に2日以上計 | 205 | 47.3 | 22.4 | 30.2 | 97 | 41.89 | 46 | 3.87 | 62 | 2.21 |
| | （小計）週2日未満 | 272 | 51.1 | 28.7 | 20.2 | 139 | 9.61 | 78 | 2.44 | 55 | 1.56 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 61 | 54.1 | 19.7 | 26.2 | 33 | 18.36 | 12 | 2.58 | 16 | 1.56 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 538 | 50.0 | 25.3 | 24.7 | 269 | 22.32 | 136 | 2.93 | 133 | 1.86 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 30 | 63.3 | 13.3 | 23.3 | 19 | 3.56 | 4 | 1.25 | 7 | 1.86 |
| ※2 する～・みる～・ささえる～回～以上～ | する・みる・ささえる | 171 | 38.6 | 29.2 | 32.2 | 66 | 44.73 | 50 | 3.52 | 55 | 2.16 |
| | する・みる | 186 | 48.4 | 24.7 | 26.9 | 90 | 20.99 | 46 | 2.91 | 50 | 1.76 |
| | する・ささえる | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| | するのみ | 10 | 30.0 | 20.0 | 50.0 | 3 | 11.00 | 2 | 1.50 | 5 | 1.80 |
| | みる・ささえる | 42 | 57.1 | 31.0 | 11.9 | 24 | 15.29 | 13 | 2.77 | 5 | 1.80 |
| | みるのみ | 132 | 70.5 | 15.9 | 13.6 | 93 | 8.42 | 21 | 1.95 | 18 | 1.33 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 25 | 44.0 | 28.0 | 28.0 | 11 | 4.36 | 7 | 1.86 | 7 | 1.71 |

Q14-18. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ソフトボール

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 204 | 53.4 | 23.5 | 23.0 | 109 | 11.99 | 48 | 4.10 | 47 | 1.47 |
| 性別 | 男性 | 176 | 51.7 | 25.0 | 23.3 | 91 | 11.96 | 44 | 3.89 | 41 | 1.41 |
| | 女性 | 28 | 64.3 | 14.3 | 21.4 | 18 | 12.17 | 4 | 6.50 | 6 | 1.83 |
| 年代 | 10代 | 12 | 33.3 | 25.0 | 41.7 | 4 | 29.00 | 3 | 9.00 | 5 | 1.20 |
| | 20代 | 54 | 46.3 | 25.9 | 27.8 | 25 | 18.68 | 14 | 2.93 | 15 | 1.93 |
| | 30代 | 36 | 58.3 | 22.2 | 19.4 | 21 | 10.24 | 8 | 2.88 | 7 | 1.57 |
| | 40代 | 30 | 56.7 | 23.3 | 20.0 | 17 | 4.12 | 7 | 2.14 | 6 | 1.17 |
| | 50代 | 36 | 69.4 | 22.2 | 8.3 | 25 | 10.36 | 8 | 7.00 | 3 | 1.00 |
| | 60代 | 22 | 45.5 | 22.7 | 31.8 | 10 | 8.20 | 5 | 5.40 | 7 | 1.29 |
| | 70代 | 14 | 50.0 | 21.4 | 28.6 | 7 | 14.00 | 3 | 2.67 | 4 | 1.00 |
| 性年代 | 男性10代 | 6 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 3 | 9.00 | 3 | 1.00 |
| | 男性20代 | 43 | 39.5 | 27.9 | 32.6 | 17 | 24.71 | 12 | 3.25 | 14 | 1.71 |
| | 男性30代 | 34 | 55.9 | 23.5 | 20.6 | 19 | 9.47 | 8 | 2.88 | 7 | 1.57 |
| | 男性40代 | 26 | 57.7 | 26.9 | 15.4 | 15 | 4.27 | 7 | 2.14 | 4 | 1.25 |
| | 男性50代 | 34 | 67.6 | 23.5 | 8.8 | 23 | 10.61 | 8 | 7.00 | 3 | 1.00 |
| | 男性60代 | 21 | 47.6 | 19.0 | 33.3 | 10 | 8.20 | 4 | 1.75 | 7 | 1.29 |
| | 男性70代 | 12 | 58.3 | 16.7 | 25.0 | 7 | 14.00 | 2 | 2.00 | 3 | 1.00 |
| | 女性10代 | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 29.00 | – | – | 2 | 1.50 |
| | 女性20代 | 11 | 72.7 | 18.2 | 9.1 | 8 | 5.88 | 2 | 1.00 | 1 | 5.00 |
| | 女性30代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 17.50 | – | – | – | – |
| | 女性40代 | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 3.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 女性50代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 7.50 | – | – | – | – |
| | 女性60代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 20.00 | – | – |
| | 女性70代 | – | – | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 | | | | |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 37 | 56.8 | 27.0 | 16.2 | 21 | 20.90 | 10 | 6.00 | 6 | 1.50 |
| | 東京都区部 | 7 | 7.00 | 4 | 1.25 | 3 | 1.00 | | | | |
| | 政令指定都市 | 23 | 60.9 | 26.1 | 13.0 | 14 | 27.86 | 6 | 9.17 | 3 | 2.00 |
| | 大都市 | 88 | 48.9 | 26.1 | 25.0 | 43 | 10.26 | 23 | 4.57 | 22 | 1.50 |
| | 小都市 | 58 | 50.0 | 22.4 | 27.6 | 29 | 9.48 | 13 | 2.15 | 16 | 1.44 |
| | 町村 | 21 | 76.2 | 9.5 | 14.3 | 16 | 9.50 | 2 | 2.00 | 3 | 1.33 |
| 居住地域 | 北海道 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 東北 | 6 | 66.7 | 33.3 | – | 4 | 2.00 | 2 | 10.50 | – | – |
| | 北関東 | 12 | 58.3 | 25.0 | 16.7 | 7 | 6.43 | 3 | 4.67 | 2 | 3.00 |
| | 首都圏 | 42 | 52.4 | 19.0 | 28.6 | 22 | 7.32 | 8 | 5.25 | 12 | 1.08 |
| | 北陸 | 10 | 70.0 | 30.0 | – | 7 | 4.43 | 3 | 2.00 | – | – |
| | 東山 | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 8.75 | – | – | 1 | 4.00 |
| | 東海 | 29 | 44.8 | 20.7 | 34.5 | 13 | 14.62 | 6 | 5.50 | 10 | 1.60 |
| | 近畿二府一県 | 29 | 55.2 | 27.6 | 17.2 | 16 | 12.31 | 8 | 2.75 | 5 | 1.80 |
| | その他近畿圏 | 4 | 25.0 | – | 75.0 | 1 | 12.00 | – | – | 3 | 1.00 |
| | 中国 | 17 | 52.9 | 29.4 | 17.6 | 9 | 9.78 | 5 | 6.80 | 3 | 1.33 |
| | 四国 | 6 | 16.7 | 50.0 | 33.3 | 1 | 9.00 | 3 | 2.33 | 2 | 1.50 |
| | 九州・沖縄 | 44 | 56.8 | 22.7 | 20.5 | 25 | 21.24 | 10 | 1.80 | 9 | 1.22 |
| 職業 | 自営業主 | 15 | 60.0 | 26.7 | 13.3 | 9 | 7.33 | 4 | 4.25 | 2 | 2.50 |
| | 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 146 | 56.2 | 23.3 | 20.5 | 82 | 12.28 | 34 | 3.06 | 30 | 1.50 |
| | （小計）就労者 | 161 | 56.5 | 23.6 | 19.9 | 91 | 11.79 | 38 | 3.18 | 32 | 1.56 |
| | 主婦・主夫 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 20.00 | 1 | 1.00 |
| | 学生 | 23 | 39.1 | 26.1 | 34.8 | 9 | 15.44 | 6 | 8.17 | 8 | 1.38 |
| | 無職 | 9 | 55.6 | 11.1 | 33.3 | 5 | 15.40 | 1 | 1.00 | 3 | 1.33 |
| | その他 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 7.50 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| | 答えたくない | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 2.00 | 1 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 3.00 | – | – | – | – |
| | 高校 | 46 | 52.2 | 26.1 | 21.7 | 24 | 8.96 | 12 | 4.25 | 10 | 1.60 |
| | 短大・高専 | 12 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 6 | 22.83 | 3 | 8.33 | 3 | 1.00 |
| | 専門学校 | 17 | 64.7 | 17.6 | 17.6 | 11 | 14.00 | 3 | 12.00 | 3 | 1.00 |
| | 大学 | 105 | 51.4 | 22.9 | 25.7 | 54 | 13.56 | 24 | 2.33 | 27 | 1.56 |
| | 大学院 | 22 | 54.5 | 27.3 | 18.2 | 12 | 5.25 | 6 | 4.83 | 4 | 1.25 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 12.00 | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | 8 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 2 | 6.00 | 4 | 7.00 | 2 | 1.50 |
| | 100～200万円未満 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 22.00 | – | – | – | – |
| | 200～300万円未満 | 10 | 70.0 | 20.0 | 10.0 | 7 | 20.43 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 300～400万円未満 | 12 | 58.3 | 41.7 | – | 7 | 12.86 | 5 | 2.40 | – | – |
| | 400～500万円未満 | 25 | 52.0 | 28.0 | 20.0 | 13 | 12.69 | 7 | 1.86 | 5 | 1.60 |
| | 500～600万円未満 | 19 | 47.4 | 36.8 | 15.8 | 9 | 27.22 | 7 | 3.14 | 3 | 1.00 |
| | 600～700万円未満 | 14 | 42.9 | 21.4 | 35.7 | 6 | 5.17 | 3 | 1.33 | 5 | 2.00 |
| | 700～800万円未満 | 22 | 59.1 | 13.6 | 27.3 | 13 | 12.85 | 3 | 8.00 | 6 | 1.83 |
| | 800～1000万円未満 | 24 | 62.5 | 25.0 | 12.5 | 15 | 5.27 | 6 | 2.00 | 3 | 1.00 |
| | 1000～1200万円未満 | 14 | 42.9 | 21.4 | 35.7 | 6 | 14.67 | 3 | 9.33 | 5 | 1.60 |
| | 1200万円以上 | 20 | 45.0 | 20.0 | 35.0 | 9 | 6.78 | 4 | 4.50 | 7 | 1.14 |
| | わからない | 15 | 60.0 | 6.7 | 33.3 | 9 | 2.89 | 1 | 1.00 | 5 | 1.60 |
| | 答えたくない | 17 | 52.9 | 17.6 | 29.4 | 9 | 13.56 | 3 | 11.00 | 5 | 1.20 |
| 未既婚 | 既婚者 | 108 | 56.5 | 22.2 | 21.3 | 61 | 9.87 | 24 | 3.13 | 23 | 1.17 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 95 | 49.5 | 25.3 | 25.3 | 47 | 14.98 | 24 | 5.08 | 24 | 1.75 |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 44 | 56.8 | 22.7 | 20.5 | 25 | 15.92 | 10 | 7.50 | 9 | 1.67 |
| | 夫婦のみ・子なし | 38 | 47.2 | 27.8 | 25.0 | 17 | 11.53 | 10 | 3.50 | 9 | 1.11 |
| | 夫婦・子あり | 60 | 63.3 | 18.3 | 18.3 | 39 | 9.55 | 11 | 2.91 | 11 | 1.27 |
| | 親と同居（未婚） | 22 | 40.9 | 36.4 | 22.7 | 9 | 12.56 | 8 | 2.13 | 5 | 1.60 |
| | 2世帯以上同居 | 10 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 4 | 3.75 | 4 | 1.25 | 2 | 1.00 |
| | その他 | 31 | 48.4 | 16.1 | 35.5 | 15 | 14.73 | 5 | 6.60 | 11 | 1.82 |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 68 | 50.0 | 24.2 | 25.8 | 33 | 18.33 | 16 | 7.06 | 17 | 1.82 |
| | 週に1～2日 | 81 | 45.7 | 24.7 | 29.6 | 37 | 13.81 | 20 | 3.20 | 24 | 1.33 |
| | （小計）週に1日以上計 | 149 | 47.6 | 24.5 | 27.9 | 70 | 15.94 | 36 | 4.92 | 41 | 1.54 |
| | （小計）週1日未満 | 45 | 68.9 | 20.0 | 11.1 | 31 | 4.19 | 9 | 1.22 | 5 | 1.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 10 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 8 | 7.63 | 3 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 204 | 53.4 | 23.5 | 23.0 | 109 | 11.99 | 48 | 4.10 | 47 | 1.47 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽い汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 38 | 44.7 | 21.1 | 34.2 | 17 | 28.65 | 8 | 8.00 | 13 | 2.00 |
| | 週に2日 | 37 | 37.8 | 32.4 | 29.7 | 14 | 14.07 | 12 | 4.50 | 11 | 1.36 |
| | （小計）週に2日以上計 | 75 | 41.3 | 26.7 | 32.0 | 31 | 22.06 | 20 | 5.90 | 24 | 1.71 |
| | （小計）週2日未満 | 100 | 57.0 | 25.0 | 18.0 | 57 | 8.51 | 25 | 2.80 | 16 | 1.28 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 16 | 75.0 | 18.8 | 6.3 | 12 | 9.00 | 3 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 191 | 52.4 | 25.1 | 22.5 | 100 | 12.77 | 48 | 4.10 | 43 | 1.51 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 13 | 69.2 | – | 30.8 | 9 | 3.33 | – | – | 4 | 1.00 |
| ※2 する～・みる～・ささえる～回～以上～ | する・みる・ささえる | 61 | 42.6 | 32.8 | 24.6 | 26 | 16.58 | 20 | 6.45 | 15 | 1.40 |
| | する・みる | 71 | 52.1 | 19.7 | 28.2 | 37 | 9.46 | 14 | 3.29 | 20 | 1.65 |
| | する・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | 15 | 46.7 | 13.3 | 40.0 | 7 | 47.86 | 2 | 1.00 | 6 | 1.50 |
| | みる・ささえる | 10 | 50.0 | 30.0 | 20.0 | 5 | 4.00 | 3 | 1.67 | 2 | 1.00 |
| | みるのみ | 39 | 74.4 | 20.5 | 5.1 | 29 | 5.21 | 8 | 1.62 | 2 | 1.00 |
| | ささえるのみ | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 7 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 4 | 4.75 | 1 | 2.00 | 2 | 1.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-19. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ｷｬｯﾁﾎﾞｰﾙ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 289 | 55.0 | 27.3 | 17.6 | 159 | 9.58 | 79 | 3.71 | 51 | 1.37 |
| 性別 | 男性 | 231 | 51.9 | 28.6 | 19.5 | 120 | 11.05 | 66 | 3.68 | 45 | 1.33 |
| | 女性 | 57 | 66.7 | 22.8 | 10.5 | 38 | 5.16 | 13 | 3.85 | 6 | 1.67 |
| 年代 | 10代 | 27 | 51.9 | 33.3 | 14.8 | 14 | 12.36 | 9 | 2.56 | 4 | 2.00 |
| | 20代 | 85 | 58.8 | 24.7 | 16.5 | 50 | 6.02 | 21 | 2.29 | 14 | 1.29 |
| | 30代 | 50 | 54.0 | 24.0 | 22.0 | 27 | 9.15 | 12 | 3.58 | 11 | 1.45 |
| | 40代 | 60 | 53.3 | 30.0 | 16.7 | 32 | 9.81 | 18 | 4.67 | 10 | 1.20 |
| | 50代 | 31 | 71.0 | 19.4 | 9.7 | 22 | 16.27 | 6 | 7.00 | 3 | 1.33 |
| | 60代 | 17 | 47.1 | 35.3 | 17.6 | 8 | 6.63 | 6 | 6.33 | 3 | 1.67 |
| | 70代 | 19 | 31.6 | 36.8 | 31.6 | 6 | 13.00 | 7 | 2.14 | 6 | 1.17 |
| 性年代 | 男性10代 | 20 | 45.0 | 35.0 | 20.0 | 9 | 17.00 | 7 | 2.86 | 4 | 2.00 |
| | 男性20代 | 67 | 56.7 | 22.4 | 20.9 | 38 | 7.24 | 15 | 2.60 | 14 | 1.29 |
| | 男性30代 | 38 | 50.0 | 28.9 | 21.1 | 19 | 11.53 | 11 | 3.73 | 8 | 1.38 |
| | 男性40代 | 42 | 47.6 | 35.7 | 16.7 | 20 | 12.60 | 15 | 3.47 | 7 | 1.00 |
| | 男性50代 | 29 | 69.0 | 20.7 | 10.3 | 20 | 14.80 | 6 | 7.00 | 3 | 1.33 |
| | 男性60代 | 17 | 47.1 | 35.3 | 17.6 | 8 | 6.63 | 6 | 6.33 | 3 | 1.67 |
| | 男性70代 | 18 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 6 | 13.00 | 6 | 1.83 | 6 | 1.17 |
| | 女性10代 | 7 | 71.4 | 28.6 | – | 5 | 4.00 | 2 | 1.50 | – | – |
| | 女性20代 | 18 | 66.7 | 33.3 | – | 12 | 2.17 | 6 | 1.50 | – | – |
| | 女性30代 | 12 | 66.7 | 8.3 | 25.0 | 8 | 3.50 | 1 | 2.00 | 3 | 1.67 |
| | 女性40代 | 17 | 64.7 | 17.6 | 17.6 | 11 | 5.45 | 3 | 10.67 | 3 | 1.67 |
| | 女性50代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 31.00 | – | – | – | – |
| | 女性60代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性70代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 4.00 | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 69 | 60.9 | 29.0 | 10.1 | 42 | 8.86 | 20 | 4.05 | 7 | 1.71 |
| | 東京都区部 | 17 | 58.8 | 23.5 | 17.6 | 10 | 6.50 | 4 | 2.75 | 3 | 1.33 |
| | 政令指定都市 | 52 | 61.5 | 30.8 | 7.7 | 32 | 9.59 | 16 | 4.38 | 4 | 2.00 |
| | 大都市 | 117 | 47.0 | 29.9 | 23.1 | 55 | 10.36 | 35 | 3.54 | 27 | 1.33 |
| | 小都市 | 80 | 62.5 | 21.3 | 16.3 | 50 | 10.46 | 17 | 4.41 | 13 | 1.15 |
| | 町村 | 23 | 52.2 | 30.4 | 17.4 | 12 | 4.92 | 7 | 1.86 | 4 | 1.75 |
| 居住地域 | 北海道 | 14 | 71.4 | 21.4 | 7.1 | 10 | 6.30 | 3 | 5.67 | 1 | 1.00 |
| | 東北 | 27 | 66.7 | 14.8 | 18.5 | 18 | 5.17 | 4 | 2.25 | 5 | 1.60 |
| | 北関東 | 9 | 55.6 | 11.1 | 33.3 | 5 | 10.60 | 1 | 2.00 | 3 | 1.00 |
| | 首都圏 | 75 | 52.0 | 29.3 | 18.7 | 39 | 5.79 | 22 | 4.50 | 14 | 1.14 |
| | 北陸 | 6 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 4 | 33.50 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 東山 | 4 | 25.0 | 75.0 | – | 1 | 4.00 | 3 | 2.67 | – | – |
| | 東海 | 53 | 56.6 | 26.4 | 17.0 | 30 | 5.57 | 14 | 2.21 | 9 | 1.56 |
| | 近畿二府一県 | 36 | 52.8 | 30.6 | 16.7 | 19 | 14.42 | 11 | 3.82 | 6 | 1.83 |
| | その他近畿圏 | 6 | 50.0 | 50.0 | – | 3 | 8.67 | 3 | 2.00 | – | – |
| | 中国 | 20 | 45.0 | 45.0 | 10.0 | 9 | 25.11 | 9 | 6.11 | 2 | 1.00 |
| | 四国 | 9 | 44.4 | 44.4 | 11.1 | 4 | 3.50 | 4 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| | 九州・沖縄 | 30 | 56.7 | 13.3 | 30.0 | 17 | 14.35 | 4 | 2.50 | 9 | 1.44 |
| 職業 | 自営業主 | 26 | 53.8 | 23.1 | 23.1 | 14 | 12.07 | 6 | 9.17 | 6 | 1.00 |
| | 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 180 | 53.3 | 29.4 | 17.2 | 96 | 9.69 | 53 | 3.42 | 31 | 1.39 |
| | （小計）就労者 | 206 | 53.4 | 28.6 | 18.0 | 110 | 9.99 | 59 | 4.00 | 37 | 1.32 |
| | 主婦・主夫 | 12 | 83.3 | 8.3 | 8.3 | 10 | 3.90 | 1 | 2.00 | 1 | 2.00 |
| | 学生 | 45 | 55.6 | 26.7 | 17.8 | 25 | 10.84 | 12 | 1.92 | 8 | 1.63 |
| | 無職 | 20 | 55.0 | 25.0 | 20.0 | 11 | 8.18 | 5 | 1.60 | 4 | 1.25 |
| | その他 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 12.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 答えたくない | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 6.50 | 2 | 12.00 | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 高校 | 78 | 61.5 | 21.8 | 16.7 | 48 | 11.38 | 17 | 4.00 | 13 | 1.62 |
| | 短大・高専 | 16 | 56.3 | 31.3 | 12.5 | 9 | 12.56 | 5 | 6.60 | 2 | 1.00 |
| | 専門学校 | 23 | 60.9 | 8.7 | 30.4 | 14 | 14.79 | 2 | 15.50 | 7 | 1.29 |
| | 大学 | 148 | 52.0 | 30.4 | 17.6 | 77 | 6.73 | 45 | 2.91 | 26 | 1.35 |
| | 大学院 | 24 | 45.8 | 41.7 | 12.5 | 11 | 12.73 | 10 | 3.00 | 3 | 1.00 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 12.50 | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | 8 | 75.0 | – | 25.0 | 6 | 9.67 | – | – | 2 | 2.00 |
| | 100～200万円未満 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 15.00 | 1 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| | 200～300万円未満 | 19 | 42.1 | 36.8 | 21.1 | 8 | 3.88 | 7 | 1.86 | 4 | 1.50 |
| | 300～400万円未満 | 29 | 51.7 | 24.1 | 24.1 | 15 | 12.80 | 7 | 3.00 | 7 | 1.14 |
| | 400～500万円未満 | 34 | 52.9 | 20.6 | 26.5 | 18 | 21.83 | 7 | 2.86 | 9 | 1.67 |
| | 500～600万円未満 | 32 | 56.3 | 31.3 | 12.5 | 18 | 6.33 | 10 | 6.00 | 4 | 1.75 |
| | 600～700万円未満 | 20 | 60.0 | 30.0 | 10.0 | 12 | 6.25 | 6 | 1.67 | 2 | 1.00 |
| | 700～800万円未満 | 23 | 65.2 | 8.7 | 26.1 | 15 | 4.27 | 2 | 1.50 | 6 | 1.17 |
| | 800～1000万円未満 | 35 | 48.6 | 42.9 | 8.6 | 17 | 8.06 | 15 | 3.40 | 3 | 1.00 |
| | 1000～1200万円未満 | 20 | 60.0 | 30.0 | 10.0 | 12 | 3.50 | 6 | 4.67 | 2 | 1.00 |
| | 1200万円以上 | 19 | 36.8 | 42.1 | 21.1 | 7 | 17.14 | 8 | 2.63 | 4 | 1.25 |
| | わからない | 24 | 70.8 | 20.8 | 8.3 | 17 | 8.41 | 5 | 1.20 | 2 | 1.00 |
| | 答えたくない | 18 | 50.0 | 27.8 | 22.2 | 9 | 9.44 | 5 | 11.80 | 4 | 1.75 |
| 未既婚 | 既婚者 | 152 | 50.7 | 28.3 | 21.1 | 77 | 10.81 | 43 | 3.77 | 32 | 1.28 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 132 | 59.1 | 27.3 | 13.6 | 78 | 8.51 | 36 | 3.64 | 18 | 1.50 |
| | 答えたくない | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 7.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 61 | 59.0 | 21.3 | 19.7 | 36 | 7.56 | 13 | 6.85 | 12 | 1.50 |
| | 夫婦のみ・子なし | 56 | 57.1 | 23.2 | 19.6 | 32 | 10.84 | 13 | 4.54 | 11 | 1.27 |
| | 夫婦・子あり | 91 | 44.4 | 33.5 | 22.2 | 36 | 10.94 | 27 | 3.37 | 10 | 1.33 |
| | 親と同居（未婚） | 23 | 43.5 | 43.5 | 13.0 | 10 | 8.90 | 10 | 1.40 | 3 | 1.67 |
| | 2世帯以上同居 | 18 | 61.1 | 22.2 | 16.7 | 11 | 16.82 | 4 | 3.25 | 3 | 1.00 |
| | その他 | 45 | 66.7 | 26.7 | 6.7 | 30 | 6.97 | 12 | 2.25 | 3 | 1.33 |
| | 答えたくない | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 7.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 94 | 41.5 | 35.1 | 23.4 | 39 | 21.15 | 33 | 5.61 | 22 | 1.55 |
| | 週に1～2日 | 91 | 51.6 | 28.6 | 19.8 | 47 | 7.43 | 26 | 2.77 | 18 | 1.22 |
| | （小計）週に1日以上計 | 185 | 46.5 | 31.9 | 21.6 | 86 | 13.65 | 59 | 4.36 | 40 | 1.40 |
| | （小計）週1日未満 | 89 | 69.7 | 21.3 | 9.0 | 62 | 4.82 | 19 | 1.58 | 8 | 1.25 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 15 | 73.3 | 6.7 | 20.0 | 11 | 4.64 | 1 | 6.00 | 3 | 1.33 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 289 | 55.0 | 27.3 | 17.6 | 159 | 9.58 | 79 | 3.71 | 51 | 1.37 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上運動している頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 46 | 41.3 | 34.8 | 23.9 | 19 | 27.74 | 16 | 8.19 | 11 | 1.82 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 31 | 48.4 | 29.0 | 22.6 | 15 | 11.60 | 9 | 3.78 | 7 | 1.14 |
| | （小計）週に2日以上計 | 77 | 44.2 | 32.5 | 23.4 | 34 | 20.62 | 25 | 6.60 | 18 | 1.56 |
| | （小計）週2日未満 | 145 | 53.1 | 31.7 | 15.2 | 77 | 7.79 | 46 | 2.37 | 22 | 1.32 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 26 | 61.5 | 15.4 | 23.1 | 16 | 4.19 | 4 | 3.50 | 6 | 1.33 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 248 | 51.2 | 30.2 | 18.5 | 127 | 10.77 | 75 | 3.84 | 46 | 1.41 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 41 | 78.0 | 9.8 | 12.2 | 32 | 4.88 | 4 | 1.25 | 5 | 1.00 |
| ※2 する・みる・ささえる回～Ⅰ～Ⅱ～以上～週1 | する・みる・ささえるのいずれか | 66 | 39.4 | 36.4 | 24.2 | 26 | 24.35 | 24 | 5.58 | 16 | 1.50 |
| | する・みる | 111 | 50.5 | 30.6 | 18.9 | 56 | 9.48 | 34 | 3.59 | 21 | 1.33 |
| | する・ささえる | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | するのみ | 7 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 4 | 2.50 | 1 | 1.00 | 2 | 1.50 |
| | みる・ささえる | 14 | 64.3 | 21.4 | 14.3 | 9 | 11.78 | 3 | 1.67 | 2 | 1.00 |
| | みるのみ | 78 | 67.9 | 21.8 | 10.3 | 53 | 4.06 | 17 | 1.82 | 8 | 1.25 |
| | ささえるのみ | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 4.00 | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 10 | 90.0 | – | 10.0 | 9 | 2.33 | – | – | 1 | 2.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-20. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾃﾆｽ・ｿﾌﾄﾃﾆｽ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 801 | 38.7 | 22.1 | 39.2 | 310 | 32.38 | 177 | 4.49 | 314 | 1.92 |
| 性別 | 男性 | 471 | 39.5 | 23.1 | 37.4 | 186 | 30.81 | 109 | 4.66 | 176 | 1.95 |
| | 女性 | 325 | 37.8 | 20.3 | 41.8 | 123 | 35.02 | 66 | 4.06 | 136 | 1.88 |
| 年代 | 10代 | 47 | 34.0 | 19.1 | 46.8 | 16 | 39.50 | 9 | 6.11 | 22 | 2.73 |
| | 20代 | 119 | 56.3 | 24.4 | 19.3 | 67 | 7.13 | 29 | 3.55 | 23 | 1.78 |
| | 30代 | 98 | 40.8 | 22.4 | 36.7 | 40 | 13.50 | 22 | 2.95 | 36 | 1.69 |
| | 40代 | 98 | 49.0 | 21.4 | 29.6 | 48 | 17.27 | 21 | 3.76 | 29 | 1.48 |
| | 50代 | 115 | 33.9 | 22.6 | 43.5 | 39 | 31.26 | 26 | 2.19 | 50 | 1.92 |
| | 60代 | 136 | 32.4 | 26.5 | 41.2 | 44 | 47.30 | 36 | 7.06 | 56 | 1.88 |
| | 70代 | 189 | 29.8 | 18.1 | 52.1 | 56 | 76.05 | 34 | 5.35 | 98 | 2.01 |
| 性年代 | 男性10代 | 22 | 18.2 | 22.7 | 59.1 | 4 | 3.50 | 5 | 6.60 | 13 | 2.92 |
| | 男性20代 | 77 | 49.4 | 28.6 | 22.1 | 38 | 7.66 | 22 | 3.32 | 17 | 2.00 |
| | 男性30代 | 64 | 40.6 | 25.0 | 34.4 | 26 | 11.65 | 16 | 3.06 | 22 | 1.91 |
| | 男性40代 | 65 | 49.2 | 24.6 | 26.2 | 32 | 20.31 | 16 | 4.06 | 17 | 1.47 |
| | 男性50代 | 60 | 43.3 | 18.3 | 38.3 | 26 | 23.96 | 11 | 2.18 | 23 | 1.91 |
| | 男性60代 | 75 | 34.7 | 28.0 | 37.3 | 26 | 52.31 | 21 | 7.29 | 28 | 1.86 |
| | 男性70代 | 108 | 31.5 | 16.7 | 51.9 | 34 | 73.21 | 18 | 6.17 | 56 | 1.93 |
| | 女性10代 | 25 | 48.0 | 16.0 | 36.0 | 12 | 51.50 | 4 | 5.50 | 9 | 2.44 |
| | 女性20代 | 39 | 74.4 | 12.8 | 12.8 | 29 | 6.45 | 5 | 2.20 | 5 | 1.20 |
| | 女性30代 | 34 | 41.2 | 17.6 | 41.2 | 14 | 16.93 | 6 | 2.67 | 14 | 1.36 |
| | 女性40代 | 33 | 48.5 | 15.2 | 36.4 | 16 | 11.19 | 5 | 2.80 | 12 | 1.50 |
| | 女性50代 | 54 | 22.2 | 27.8 | 50.0 | 12 | 49.58 | 15 | 2.20 | 27 | 1.93 |
| | 女性60代 | 61 | 29.5 | 24.6 | 45.9 | 18 | 40.06 | 15 | 6.73 | 28 | 1.89 |
| | 女性70代 | 79 | 27.8 | 20.3 | 51.9 | 22 | 80.45 | 16 | 4.44 | 41 | 2.10 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 219 | 37.0 | 24.7 | 38.4 | 81 | 27.14 | 54 | 3.54 | 84 | 1.86 |
| | 東京都区部 | 69 | 37.7 | 27.5 | 34.8 | 26 | 18.62 | 19 | 3.21 | 24 | 1.63 |
| | 政令指定都市 | 150 | 36.7 | 23.3 | 40.0 | 55 | 31.16 | 35 | 3.71 | 60 | 1.95 |
| | 大都市 | 320 | 40.3 | 17.8 | 41.9 | 129 | 34.99 | 57 | 5.51 | 134 | 1.86 |
| | 小都市 | 198 | 37.9 | 23.7 | 38.4 | 75 | 32.61 | 47 | 3.68 | 76 | 2.05 |
| | 町村 | 64 | 39.1 | 29.7 | 31.3 | 25 | 35.20 | 19 | 6.16 | 20 | 2.10 |
| 居住地域 | 北海道 | 25 | 32.0 | 24.0 | 44.0 | 8 | 9.25 | 6 | 3.67 | 11 | 1.36 |
| | 東北 | 43 | 39.5 | 20.9 | 39.5 | 17 | 36.53 | 9 | 7.11 | 17 | 2.41 |
| | 北関東 | 53 | 37.7 | 26.4 | 35.8 | 20 | 46.40 | 14 | 3.50 | 19 | 2.16 |
| | 首都圏 | 234 | 35.9 | 20.1 | 44.0 | 84 | 27.01 | 47 | 3.72 | 103 | 1.89 |
| | 北陸 | 19 | 52.6 | 26.3 | 21.1 | 10 | 70.80 | 5 | 4.20 | 4 | 1.00 |
| | 東山 | 25 | 28.0 | 36.0 | 36.0 | 7 | 7.86 | 9 | 3.11 | 9 | 2.67 |
| | 東海 | 104 | 38.5 | 25.0 | 36.5 | 40 | 21.65 | 26 | 6.50 | 38 | 1.68 |
| | 近畿二府一県 | 122 | 33.6 | 22.1 | 44.3 | 41 | 30.88 | 27 | 4.22 | 54 | 1.74 |
| | その他近畿圏 | 28 | 60.7 | 10.7 | 28.6 | 17 | 36.41 | 3 | 2.00 | 8 | 1.50 |
| | 中国 | 36 | 47.2 | 27.8 | 25.0 | 17 | 24.76 | 10 | 4.20 | 9 | 2.00 |
| | 四国 | 16 | 50.0 | – | 50.0 | 8 | 57.75 | – | – | 8 | 3.38 |
| | 九州・沖縄 | 96 | 42.7 | 21.9 | 35.4 | 41 | 42.66 | 21 | 5.00 | 34 | 2.00 |
| 職業 | 自営業主 | 45 | 26.7 | 28.9 | 44.4 | 12 | 18.92 | 13 | 4.15 | 20 | 2.15 |
| | 家族従業者 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 3.00 | – | – |
| | 雇用者 | 449 | 43.2 | 22.0 | 34.7 | 194 | 21.04 | 99 | 3.34 | 156 | 1.74 |
| | （小計）就労者 | 495 | 41.6 | 22.8 | 35.6 | 206 | 20.91 | 113 | 3.43 | 176 | 1.78 |
| | 主婦・主夫 | 99 | 30.3 | 18.2 | 51.5 | 30 | 50.43 | 18 | 5.17 | 51 | 2.12 |
| | 学生 | 69 | 40.6 | 21.7 | 37.7 | 28 | 30.96 | 15 | 6.33 | 26 | 2.50 |
| | 無職 | 115 | 31.3 | 26.1 | 42.6 | 36 | 76.47 | 30 | 7.10 | 49 | 1.98 |
| | その他 | 15 | 40.0 | 6.7 | 53.3 | 6 | 93.17 | 1 | 6.00 | 8 | 1.38 |
| | 答えたくない | 8 | 50.0 | – | 50.0 | 4 | 9.50 | – | – | 4 | 2.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 330.00 | 1 | 1.00 | 2 | 1.50 |
| | 高校 | 141 | 34.8 | 26.2 | 39.0 | 49 | 52.90 | 37 | 5.51 | 55 | 2.07 |
| | 短大・高専 | 77 | 32.5 | 14.3 | 53.2 | 25 | 38.04 | 11 | 3.55 | 41 | 2.05 |
| | 専門学校 | 59 | 45.8 | 22.0 | 32.2 | 27 | 24.19 | 13 | 3.00 | 19 | 2.11 |
| | 大学 | 437 | 39.4 | 22.9 | 37.8 | 172 | 28.08 | 100 | 4.29 | 165 | 1.82 |
| | 大学院 | 77 | 44.2 | 15.6 | 40.3 | 34 | 19.12 | 12 | 4.17 | 31 | 1.90 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 6 | 33.3 | 50.0 | 16.7 | 2 | 16.50 | 3 | 11.00 | 1 | 2.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 2.50 | – | – | 2 | 1.50 |
| | 100万円未満 | 21 | 38.1 | 28.6 | 33.3 | 9 | 43.38 | 6 | 4.00 | 7 | 2.14 |
| | 100～200万円未満 | 30 | 36.7 | 20.0 | 43.3 | 11 | 46.73 | 6 | 4.33 | 13 | 2.00 |
| | 200～300万円未満 | 46 | 23.9 | 23.9 | 52.2 | 11 | 50.55 | 11 | 7.27 | 24 | 2.13 |
| | 300～400万円未満 | 93 | 34.4 | 23.7 | 41.9 | 32 | 42.41 | 22 | 5.14 | 39 | 1.87 |
| | 400～500万円未満 | 88 | 37.5 | 18.2 | 44.3 | 33 | 36.97 | 16 | 4.13 | 39 | 1.72 |
| | 500～600万円未満 | 65 | 46.2 | 23.1 | 30.8 | 30 | 26.93 | 15 | 7.20 | 20 | 1.90 |
| | 600～700万円未満 | 51 | 39.2 | 21.6 | 39.2 | 20 | 21.20 | 11 | 3.55 | 20 | 2.15 |
| | 700～800万円未満 | 47 | 29.8 | 31.9 | 38.3 | 14 | 15.93 | 15 | 4.27 | 18 | 2.06 |
| | 800～1000万円未満 | 66 | 36.4 | 21.2 | 42.4 | 24 | 24.25 | 14 | 1.79 | 28 | 2.18 |
| | 1000～1200万円未満 | 43 | 46.5 | 25.6 | 27.9 | 20 | 13.00 | 11 | 3.73 | 12 | 2.00 |
| | 1200万円以上 | 75 | 44.0 | 24.0 | 32.0 | 33 | 38.45 | 18 | 2.22 | 24 | 1.63 |
| | わからない | 80 | 46.3 | 11.3 | 42.5 | 37 | 26.51 | 9 | 5.00 | 34 | 1.59 |
| | 答えたくない | 92 | 38.0 | 25.0 | 37.0 | 35 | 42.63 | 23 | 5.39 | 34 | 2.12 |
| 未既婚 | 既婚者 | 492 | 36.6 | 20.9 | 42.5 | 180 | 38.24 | 103 | 4.55 | 209 | 1.97 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 301 | 42.2 | 23.6 | 34.2 | 127 | 24.47 | 71 | 3.99 | 103 | 1.84 |
| | 答えたくない | 8 | 37.5 | 37.5 | 25.0 | 3 | 15.67 | 3 | 14.33 | 2 | 1.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 146 | 39.7 | 26.7 | 33.6 | 58 | 20.84 | 39 | 4.38 | 49 | 1.61 |
| | 夫婦のみ・子なし | 268 | 34.0 | 19.0 | 47.0 | 91 | 51.24 | 51 | 5.51 | 128 | 2.11 |
| | 夫婦・子あり | 194 | 40.7 | 20.6 | 38.7 | 79 | 22.62 | 40 | 2.90 | 75 | 1.77 |
| | 親と同居（未婚） | 70 | 48.6 | 20.0 | 31.4 | 34 | 30.35 | 14 | 2.14 | 22 | 1.77 |
| | 2世帯以上同居 | 40 | 35.0 | 35.0 | 30.0 | 14 | 53.14 | 14 | 6.71 | 12 | 1.58 |
| | その他 | 75 | 41.3 | 21.3 | 37.3 | 31 | 17.42 | 16 | 3.75 | 28 | 2.32 |
| | 答えたくない | 8 | 37.5 | 37.5 | 25.0 | 3 | 15.67 | 3 | 14.33 | 2 | 1.00 |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 336 | 33.0 | 22.3 | 44.6 | 111 | 60.49 | 75 | 5.73 | 150 | 2.40 |
| | 週に1～2日 | 298 | 31.5 | 22.1 | 46.3 | 94 | 28.22 | 66 | 3.79 | 138 | 1.43 |
| | （小計）週に1日以上計 | 634 | 32.3 | 22.2 | 45.4 | 205 | 45.69 | 141 | 4.82 | 288 | 1.94 |
| | （小計）週1日未満 | 139 | 65.5 | 24.5 | 10.1 | 91 | 7.09 | 34 | 3.26 | 14 | 2.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 28 | 50.0 | 7.1 | 42.9 | 14 | 1.86 | 2 | 2.00 | 12 | 1.42 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 801 | 38.7 | 22.1 | 39.2 | 310 | 32.38 | 177 | 4.49 | 314 | 1.92 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上運動している頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 225 | 28.9 | 19.1 | 52.0 | 65 | 88.86 | 43 | 5.84 | 117 | 2.58 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 137 | 27.7 | 23.4 | 48.9 | 38 | 47.42 | 32 | 6.09 | 67 | 1.82 |
| | （小計）週に2日以上計 | 362 | 26.5 | 20.7 | 50.6 | 103 | 73.57 | 75 | 5.95 | 184 | 2.30 |
| | （小計）週2日未満 | 336 | 43.8 | 26.2 | 30.1 | 147 | 14.20 | 88 | 3.43 | 101 | 1.28 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 57 | 63.2 | 8.8 | 28.1 | 36 | 6.06 | 5 | 2.20 | 16 | 1.56 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 755 | 37.9 | 22.3 | 39.9 | 286 | 34.81 | 168 | 4.52 | 301 | 1.92 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 46 | 52.2 | 19.6 | 28.3 | 24 | 3.46 | 9 | 4.00 | 13 | 1.92 |
| ※2 する・みる・ささえる回～Ⅰ～Ⅱ～以上～週1 | する・みる・ささえるのいずれか | 162 | 30.9 | 26.5 | 42.6 | 50 | 42.96 | 43 | 5.70 | 69 | 2.52 |
| | する・みる | 391 | 33.0 | 22.3 | 44.8 | 129 | 44.47 | 87 | 4.47 | 175 | 1.81 |
| | する・ささえる | 12 | 25.0 | – | 75.0 | 3 | 111.67 | – | – | 9 | 2.00 |
| | するのみ | 69 | 33.3 | 15.9 | 50.7 | 23 | 49.87 | 11 | 4.18 | 35 | 1.40 |
| | みる・ささえる | 23 | 73.9 | 21.7 | 4.3 | 17 | 8.53 | 5 | 5.00 | 1 | 4.00 |
| | みるのみ | 97 | 58.8 | 23.7 | 17.5 | 57 | 6.58 | 23 | 3.09 | 17 | 1.82 |
| | ささえるのみ | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 5.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | しない・みない・ささえない | 45 | 66.7 | 17.8 | 15.6 | 30 | 4.87 | 8 | 2.38 | 7 | 1.29 |

Q14-21. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 566 | 47.5 | 24.6 | 27.9 | 269 | 15.25 | 139 | 3.31 | 158 | 1.76 |
| 性別 | 男性 | 237 | 43.9 | 27.4 | 28.7 | 104 | 20.87 | 65 | 4.03 | 68 | 1.65 |
| | 女性 | 326 | 50.6 | 22.7 | 26.7 | 165 | 11.72 | 74 | 2.68 | 87 | 1.87 |
| 年代 | 10代 | 75 | 46.7 | 22.7 | 30.7 | 35 | 13.77 | 17 | 3.12 | 23 | 2.17 |
| | 20代 | 136 | 57.4 | 17.6 | 25.0 | 78 | 8.32 | 24 | 3.29 | 34 | 1.76 |
| | 30代 | 79 | 49.4 | 27.8 | 22.8 | 39 | 7.15 | 22 | 2.09 | 18 | 1.72 |
| | 40代 | 113 | 52.2 | 24.8 | 23.0 | 59 | 14.27 | 28 | 3.79 | 26 | 1.35 |
| | 50代 | 60 | 38.3 | 36.7 | 25.0 | 23 | 14.26 | 22 | 3.68 | 15 | 2.33 |
| | 60代 | 53 | 39.6 | 22.6 | 37.7 | 21 | 36.10 | 12 | 3.42 | 20 | 1.50 |
| | 70代 | 50 | 28.0 | 28.0 | 44.0 | 14 | 54.64 | 14 | 3.86 | 22 | 1.68 |
| 性年代 | 男性10代 | 27 | 37.0 | 25.9 | 37.0 | 10 | 30.50 | 7 | 5.14 | 10 | 1.60 |
| | 男性20代 | 56 | 48.2 | 16.1 | 35.7 | 27 | 12.19 | 9 | 3.78 | 20 | 2.15 |
| | 男性30代 | 40 | 42.5 | 35.0 | 22.5 | 17 | 11.47 | 14 | 2.29 | 9 | 1.33 |
| | 男性40代 | 46 | 54.3 | 23.9 | 21.7 | 25 | 26.64 | 11 | 5.00 | 10 | 1.30 |
| | 男性50代 | 24 | 37.5 | 41.7 | 20.8 | 9 | 19.22 | 10 | 4.60 | 5 | 1.40 |
| | 男性60代 | 24 | 41.7 | 25.0 | 33.3 | 10 | 28.70 | 6 | 3.67 | 8 | 1.50 |
| | 男性70代 | 20 | 30.0 | 40.0 | 30.0 | 6 | 35.83 | 8 | 4.63 | 6 | 1.50 |
| | 女性10代 | 48 | 52.1 | 20.8 | 27.1 | 25 | 7.08 | 10 | 1.70 | 13 | 2.62 |
| | 女性20代 | 78 | 65.4 | 19.2 | 15.4 | 51 | 6.27 | 15 | 3.00 | 12 | 1.25 |
| | 女性30代 | 39 | 56.4 | 20.5 | 23.1 | 22 | 3.82 | 8 | 1.75 | 9 | 2.11 |
| | 女性40代 | 67 | 50.7 | 25.4 | 23.9 | 34 | 5.18 | 17 | 3.00 | 16 | 1.38 |
| | 女性50代 | 36 | 38.9 | 33.3 | 27.8 | 14 | 11.07 | 12 | 2.92 | 10 | 2.80 |
| | 女性60代 | 28 | 39.3 | 21.4 | 39.3 | 11 | 42.82 | 6 | 3.17 | 11 | 1.55 |
| | 女性70代 | 30 | 26.7 | 20.0 | 53.3 | 8 | 68.75 | 6 | 2.83 | 16 | 1.75 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 118 | 44.1 | 30.5 | 25.4 | 52 | 11.44 | 36 | 3.22 | 30 | 1.70 |
| | 東京都区部 | 35 | 37.1 | 31.4 | 31.4 | 13 | 6.69 | 11 | 4.73 | 11 | 1.55 |
| | 政令指定都市 | 83 | 47.0 | 30.1 | 22.9 | 39 | 13.03 | 25 | 2.56 | 19 | 1.79 |
| | 大都市 | 220 | 46.4 | 25.9 | 27.7 | 102 | 16.32 | 57 | 3.35 | 61 | 1.87 |
| | 小都市 | 182 | 50.0 | 18.7 | 31.3 | 91 | 16.92 | 34 | 2.97 | 57 | 1.68 |
| | 町村 | 46 | 52.2 | 26.1 | 21.7 | 24 | 12.63 | 12 | 4.33 | 10 | 1.70 |
| 居住地域 | 北海道 | 25 | 40.0 | 32.0 | 28.0 | 10 | 27.70 | 8 | 4.00 | 7 | 1.29 |
| | 東北 | 36 | 50.0 | 13.9 | 36.1 | 18 | 19.44 | 5 | 1.80 | 13 | 2.15 |
| | 北関東 | 40 | 32.5 | 27.5 | 40.0 | 13 | 38.31 | 11 | 1.64 | 16 | 1.69 |
| | 首都圏 | 131 | 49.6 | 25.2 | 25.2 | 65 | 9.32 | 33 | 3.85 | 33 | 1.45 |
| | 北陸 | 30 | 36.7 | 40.0 | 23.3 | 11 | 23.45 | 12 | 3.08 | 7 | 2.14 |
| | 東山 | 17 | 47.1 | 29.4 | 23.5 | 8 | 9.38 | 5 | 3.40 | 4 | 2.25 |
| | 東海 | 60 | 46.7 | 28.3 | 25.0 | 28 | 16.50 | 17 | 3.76 | 15 | 1.67 |
| | 近畿二府一県 | 66 | 51.5 | 31.8 | 16.7 | 34 | 7.21 | 21 | 3.10 | 11 | 1.73 |
| | その他近畿圏 | 16 | 62.5 | 6.3 | 31.3 | 10 | 9.40 | 1 | 1.00 | 5 | 1.20 |
| | 中国 | 40 | 40.0 | 22.5 | 37.5 | 16 | 9.81 | 9 | 2.56 | 15 | 1.93 |
| | 四国 | 17 | 52.9 | 11.8 | 35.3 | 9 | 25.22 | 2 | 3.50 | 6 | 2.33 |
| | 九州・沖縄 | 88 | 53.4 | 17.0 | 29.5 | 47 | 18.17 | 15 | 4.00 | 26 | 1.88 |
| 職業 | 自営業主 | 26 | 38.5 | 42.3 | 19.2 | 10 | 8.30 | 11 | 4.00 | 5 | 1.20 |
| | 家族従業者 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 1.00 | 1 | 7.00 |
| | 雇用者 | 322 | 50.0 | 24.5 | 25.5 | 161 | 11.36 | 79 | 3.52 | 82 | 1.56 |
| | （小計）就労者 | 350 | 48.9 | 26.0 | 25.1 | 171 | 11.18 | 91 | 3.55 | 88 | 1.60 |
| | 主婦・主夫 | 61 | 39.3 | 23.0 | 37.7 | 24 | 28.25 | 14 | 2.14 | 23 | 2.00 |
| | 学生 | 104 | 51.0 | 22.1 | 26.9 | 53 | 12.81 | 23 | 2.74 | 28 | 2.11 |
| | 無職 | 37 | 40.5 | 24.3 | 35.1 | 15 | 43.47 | 9 | 3.78 | 13 | 1.77 |
| | その他 | 6 | 33.3 | 16.7 | 50.0 | 2 | 87.00 | 1 | 6.00 | 3 | 1.67 |
| | 答えたくない | 8 | 50.0 | 12.5 | 37.5 | 4 | 2.00 | 1 | 4.00 | 3 | 1.33 |
| 最終学歴 | 中学校 | 10 | 50.0 | 20.0 | 30.0 | 5 | 4.20 | 2 | 6.00 | 3 | 2.00 |
| | 高校 | 143 | 39.9 | 25.9 | 34.3 | 57 | 24.70 | 37 | 3.97 | 49 | 1.88 |
| | 短大・高専 | 39 | 46.2 | 17.9 | 35.9 | 18 | 13.89 | 7 | 4.00 | 14 | 1.50 |
| | 専門学校 | 52 | 63.5 | 15.4 | 21.2 | 33 | 14.73 | 8 | 5.25 | 11 | 2.00 |
| | 大学 | 274 | 47.8 | 26.3 | 25.9 | 131 | 13.24 | 72 | 2.83 | 71 | 1.75 |
| | 大学院 | 42 | 52.4 | 26.2 | 21.4 | 22 | 8.64 | 11 | 2.00 | 9 | 1.33 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 4.67 | 2 | 2.50 | 1 | 1.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 10 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 2 | 5.50 | 2 | 2.50 | 6 | 1.83 |
| | 100万円未満 | 14 | 57.1 | 21.4 | 21.4 | 8 | 35.38 | 3 | 1.00 | 3 | 1.00 |
| | 100～200万円未満 | 13 | 53.8 | 30.8 | 15.4 | 7 | 14.57 | 4 | 2.25 | 2 | 4.00 |
| | 200～300万円未満 | 37 | 48.6 | 24.3 | 27.0 | 18 | 14.33 | 9 | 4.44 | 10 | 1.80 |
| | 300～400万円未満 | 63 | 41.3 | 23.8 | 34.9 | 26 | 18.08 | 15 | 2.53 | 22 | 1.82 |
| | 400～500万円未満 | 61 | 47.5 | 18.0 | 34.4 | 29 | 7.55 | 11 | 3.45 | 21 | 1.62 |
| | 500～600万円未満 | 51 | 43.1 | 27.5 | 29.4 | 22 | 25.82 | 14 | 5.43 | 15 | 1.60 |
| | 600～700万円未満 | 40 | 55.0 | 27.5 | 17.5 | 22 | 15.77 | 11 | 3.55 | 7 | 2.57 |
| | 700～800万円未満 | 44 | 43.2 | 20.5 | 36.4 | 19 | 13.84 | 9 | 2.00 | 16 | 2.06 |
| | 800～1000万円未満 | 40 | 50.0 | 27.5 | 22.5 | 20 | 12.20 | 11 | 1.91 | 9 | 1.33 |
| | 1000～1200万円未満 | 26 | 30.0 | 38.5 | 11.5 | 13 | 7.62 | 10 | 3.40 | 3 | 2.00 |
| | 1200万円以上 | 45 | 55.6 | 22.2 | 22.2 | 26 | 13.36 | 10 | 4.70 | 10 | 1.60 |
| | わからない | 78 | 47.4 | 23.1 | 29.5 | 37 | 10.95 | 18 | 3.17 | 23 | 1.65 |
| | 答えたくない | 44 | 47.7 | 27.3 | 25.0 | 21 | 23.81 | 12 | 2.92 | 11 | 1.55 |
| 未既婚 | 既婚者 | 257 | 45.1 | 26.5 | 28.4 | 116 | 18.28 | 66 | 3.24 | 73 | 1.67 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 304 | 50.3 | 23.0 | 26.6 | 153 | 12.95 | 70 | 3.40 | 81 | 1.86 |
| | 答えたくない | 5 | – | 20.0 | 80.0 | – | – | 1 | 2.00 | 4 | 1.25 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 123 | 47.2 | 25.2 | 27.6 | 58 | 14.02 | 31 | 3.10 | 34 | 1.79 |
| | 夫婦のみ・子なし | 90 | 44.4 | 20.0 | 35.6 | 40 | 30.45 | 18 | 3.28 | 22 | 1.69 |
| | 夫婦・子あり | 142 | 47.2 | 30.3 | 22.5 | 67 | 9.09 | 43 | 3.19 | 22 | 1.69 |
| | 親と同居（未婚） | 80 | 48.8 | 22.5 | 28.8 | 39 | 13.54 | 18 | 3.11 | 23 | 2.00 |
| | 2世帯以上同居 | 39 | 35.9 | 35.9 | 28.2 | 14 | 23.71 | 14 | 3.86 | 11 | 1.64 |
| | その他 | 87 | 58.6 | 16.1 | 25.3 | 51 | 11.82 | 14 | 4.00 | 22 | 1.82 |
| | 答えたくない | 5 | – | 20.0 | 80.0 | – | – | 1 | 2.00 | 4 | 1.25 |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 191 | 36.6 | 27.2 | 36.1 | 70 | 29.64 | 52 | 3.04 | 69 | 2.06 |
| | 週に1～2日 | 205 | 41.0 | 23.9 | 35.1 | 84 | 14.32 | 49 | 4.16 | 72 | 1.44 |
| | （小計）週に1日以上計 | 396 | 38.9 | 25.5 | 35.6 | 154 | 21.29 | 101 | 3.58 | 141 | 1.74 |
| | （小計）週1日未満 | 152 | 67.1 | 23.7 | 9.2 | 102 | 7.61 | 36 | 2.58 | 14 | 1.71 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 18 | 72.2 | 11.1 | 16.7 | 13 | 3.77 | 2 | 2.50 | 3 | 2.67 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 566 | 47.5 | 24.6 | 27.9 | 269 | 15.25 | 139 | 3.31 | 158 | 1.76 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上運動する頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 100 | 37.0 | 24.0 | 39.0 | 37 | 42.14 | 24 | 3.75 | 39 | 2.49 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 82 | 32.9 | 25.6 | 41.5 | 27 | 29.33 | 21 | 4.29 | 34 | 1.76 |
| | （小計）週に2日以上計 | 182 | 35.2 | 24.7 | 40.1 | 64 | 36.73 | 45 | 4.00 | 73 | 2.15 |
| | （小計）週2日未満 | 268 | 45.9 | 28.0 | 26.1 | 123 | 11.95 | 75 | 3.09 | 70 | 1.30 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 43 | 69.8 | 16.3 | 14.0 | 30 | 3.80 | 7 | 2.14 | 6 | 2.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 493 | 44.0 | 25.8 | 30.2 | 217 | 18.13 | 127 | 3.36 | 149 | 1.74 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 73 | 71.2 | 16.4 | 12.3 | 52 | 3.23 | 12 | 2.75 | 9 | 2.00 |
| ※2 する～ 回～以上～ | する・みる・ささえる週1～2回以上 | 96 | 35.4 | 33.3 | 31.3 | 34 | 29.41 | 32 | 4.75 | 30 | 2.27 |
| | する・みる | 221 | 40.7 | 24.0 | 35.3 | 90 | 15.21 | 53 | 3.34 | 78 | 1.60 |
| | する・ささえる | 11 | 45.5 | 9.1 | 45.5 | 5 | 88.60 | 1 | 1.00 | 5 | 2.20 |
| | するのみ | 68 | 36.8 | 22.1 | 41.2 | 25 | 18.64 | 15 | 2.13 | 23 | 1.50 |
| | みる・ささえる | 20 | 55.0 | 30.0 | 15.0 | 11 | 19.36 | 6 | 5.33 | 3 | 3.67 |
| | みるのみ | 98 | 67.3 | 22.4 | 10.2 | 66 | 6.03 | 22 | 1.86 | 10 | 1.30 |
| | ささえるのみ | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 3.00 | – | – | – | – |
| ※2 ささえる活動 | しない・みない・ささえない | 50 | 72.0 | 20.0 | 8.0 | 36 | 5.78 | 10 | 2.50 | 4 | 2.00 |

Q14-22. この1年間に実施した日数（年・月・週）/卓球(ﾗｰｼﾞﾎﾞｰﾙ含む)

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 513 | 50.3 | 18.9 | 30.8 | 258 | 28.67 | 97 | 3.22 | 158 | 1.94 |
| 性別 | 男性 | 246 | 49.2 | 20.3 | 30.5 | 121 | 29.64 | 50 | 3.10 | 75 | 2.00 |
| | 女性 | 262 | 51.1 | 17.2 | 31.7 | 134 | 28.37 | 45 | 3.33 | 83 | 1.89 |
| 年代 | 10代 | 47 | 42.6 | 27.7 | 29.8 | 20 | 25.20 | 13 | 2.31 | 14 | 1.57 |
| | 20代 | 118 | 62.7 | 16.1 | 21.2 | 74 | 5.08 | 19 | 2.68 | 25 | 2.08 |
| | 30代 | 42 | 61.9 | 26.2 | 11.9 | 26 | 24.19 | 11 | 4.36 | 5 | 1.20 |
| | 40代 | 60 | 46.7 | 20.0 | 33.3 | 28 | 17.14 | 12 | 2.17 | 20 | 1.80 |
| | 50代 | 41 | 56.1 | 24.4 | 19.5 | 23 | 20.61 | 10 | 2.50 | 8 | 1.50 |
| | 60代 | 61 | 49.2 | 16.4 | 34.4 | 30 | 29.13 | 10 | 3.90 | 21 | 2.14 |
| | 70代 | 144 | 39.6 | 15.3 | 45.1 | 57 | 71.21 | 22 | 4.23 | 65 | 2.06 |
| 性年代 | 男性10代 | 19 | 36.8 | 31.6 | 31.6 | 7 | 62.14 | 6 | 2.67 | 6 | 1.00 |
| | 男性20代 | 67 | 55.2 | 19.4 | 25.4 | 37 | 6.70 | 13 | 2.92 | 17 | 2.18 |
| | 男性30代 | 27 | 59.3 | 29.6 | 11.1 | 16 | 35.38 | 8 | 5.13 | 3 | 1.33 |
| | 男性40代 | 31 | 41.9 | 19.4 | 38.7 | 13 | 3.77 | 6 | 2.33 | 12 | 1.83 |
| | 男性50代 | 23 | 47.8 | 26.1 | 26.1 | 11 | 32.36 | 6 | 3.00 | 6 | 1.33 |
| | 男性60代 | 28 | 53.6 | 14.3 | 32.1 | 15 | 40.87 | 4 | 1.25 | 9 | 2.56 |
| | 男性70代 | 51 | 43.1 | 13.7 | 43.1 | 22 | 60.00 | 7 | 3.29 | 22 | 2.27 |
| | 女性10代 | 28 | 46.4 | 25.0 | 28.6 | 13 | 5.31 | 7 | 2.00 | 8 | 2.00 |
| | 女性20代 | 48 | 72.9 | 10.4 | 16.7 | 35 | 3.57 | 5 | 2.20 | 8 | 1.88 |
| | 女性30代 | 14 | 71.4 | 14.3 | 14.3 | 10 | 6.30 | 2 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| | 女性40代 | 29 | 51.7 | 20.7 | 27.6 | 15 | 28.73 | 6 | 2.00 | 8 | 1.75 |
| | 女性50代 | 17 | 64.7 | 23.5 | 11.8 | 11 | 10.27 | 4 | 1.75 | 2 | 2.00 |
| | 女性60代 | 33 | 45.5 | 18.2 | 36.4 | 15 | 17.40 | 6 | 5.67 | 12 | 1.83 |
| | 女性70代 | 93 | 37.6 | 16.1 | 46.2 | 35 | 78.26 | 15 | 4.67 | 43 | 1.95 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 120 | 47.5 | 17.5 | 35.0 | 57 | 18.51 | 21 | 3.43 | 42 | 1.83 |
| | 東京都区部 | 38 | 50.0 | 13.2 | 36.8 | 19 | 28.89 | 5 | 1.40 | 14 | 1.43 |
| | 政令指定都市 | 82 | 46.3 | 19.5 | 34.1 | 38 | 13.32 | 16 | 4.06 | 28 | 2.04 |
| | 大都市 | 200 | 47.5 | 22.5 | 30.0 | 95 | 28.14 | 45 | 3.00 | 60 | 1.98 |
| | 小都市 | 151 | 56.3 | 15.9 | 27.8 | 85 | 36.06 | 24 | 3.46 | 42 | 1.86 |
| | 町村 | 42 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 21 | 28.71 | 7 | 3.14 | 14 | 2.36 |
| 居住地域 | 北海道 | 24 | 37.5 | 29.2 | 33.3 | 9 | 7.89 | 7 | 3.14 | 8 | 2.00 |
| | 東北 | 40 | 47.5 | 15.0 | 37.5 | 19 | 30.26 | 6 | 4.00 | 15 | 2.20 |
| | 北関東 | 35 | 40.0 | 17.1 | 42.9 | 14 | 33.36 | 6 | 2.33 | 15 | 2.27 |
| | 首都圏 | 132 | 50.8 | 18.2 | 31.1 | 67 | 22.61 | 24 | 2.17 | 41 | 1.76 |
| | 北陸 | 27 | 51.9 | 18.5 | 29.6 | 14 | 25.86 | 5 | 2.00 | 8 | 1.63 |
| | 東山 | 15 | 46.7 | 20.0 | 33.3 | 7 | 35.43 | 3 | 2.33 | 5 | 1.80 |
| | 東海 | 79 | 62.8 | 15.4 | 21.8 | 49 | 33.57 | 12 | 5.83 | 17 | 2.35 |
| | 近畿二府一県 | 56 | 44.6 | 21.4 | 33.9 | 25 | 37.00 | 12 | 2.83 | 19 | 1.74 |
| | その他近畿圏 | 11 | 81.8 | – | 18.2 | 9 | 41.78 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 中国 | 24 | 70.8 | 8.3 | 20.8 | 17 | 19.00 | 2 | 2.50 | 5 | 1.80 |
| | 四国 | 15 | 53.3 | 33.3 | 13.3 | 8 | 27.00 | 5 | 2.80 | 2 | 2.00 |
| | 九州・沖縄 | 56 | 35.7 | 26.8 | 37.5 | 20 | 33.65 | 15 | 4.00 | 21 | 2.00 |
| 職業 | 自営業主 | 28 | 64.3 | 17.9 | 17.9 | 18 | 6.33 | 5 | 2.60 | 5 | 2.80 |
| | 家族従業者 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 100.00 | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 232 | 54.7 | 22.0 | 23.3 | 127 | 16.15 | 51 | 3.02 | 54 | 1.96 |
| | （小計）就労者 | 261 | 55.9 | 21.5 | 22.6 | 146 | 15.51 | 56 | 2.98 | 59 | 2.03 |
| | 主婦・主夫 | 81 | 42.0 | 14.8 | 43.2 | 34 | 41.06 | 12 | 5.33 | 35 | 1.71 |
| | 学生 | 64 | 43.8 | 21.9 | 34.4 | 28 | 20.54 | 14 | 2.21 | 22 | 1.82 |
| | 無職 | 92 | 46.7 | 13.0 | 40.2 | 43 | 59.70 | 12 | 2.92 | 37 | 2.08 |
| | その他 | 9 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 3 | 94.67 | 3 | 5.00 | 3 | 2.33 |
| | 答えたくない | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 77.25 | – | – | 2 | 1.50 |
| 最終学歴 | 中学校 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 2.33 | 1 | 2.00 | 2 | 4.00 |
| | 高校 | 142 | 49.3 | 21.1 | 29.6 | 70 | 25.39 | 30 | 2.70 | 42 | 2.00 |
| | 短大・高専 | 50 | 46.0 | 16.0 | 38.0 | 23 | 53.74 | 8 | 4.00 | 19 | 1.63 |
| | 専門学校 | 39 | 35.9 | 23.1 | 41.0 | 14 | 30.79 | 9 | 5.00 | 16 | 2.06 |
| | 大学 | 240 | 53.3 | 17.9 | 28.8 | 128 | 27.18 | 43 | 3.19 | 69 | 1.87 |
| | 大学院 | 33 | 54.5 | 18.2 | 27.3 | 18 | 25.17 | 6 | 2.50 | 9 | 2.00 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 6.50 | – | – | 1 | 4.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 11.25 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 100万円未満 | 12 | 66.7 | 8.3 | 25.0 | 9 | 43.88 | 1 | 12.00 | 3 | 1.33 |
| | 100～200万円未満 | 33 | 39.4 | 12.1 | 48.5 | 13 | 42.85 | 4 | 3.25 | 16 | 2.13 |
| | 200～300万円未満 | 57 | 36.8 | 21.1 | 42.1 | 21 | 20.38 | 12 | 4.00 | 24 | 2.21 |
| | 300～400万円未満 | 75 | 58.7 | 17.3 | 24.0 | 44 | 43.25 | 13 | 3.46 | 18 | 1.72 |
| | 400～500万円未満 | 54 | 48.1 | 22.2 | 29.6 | 26 | 5.50 | 12 | 2.83 | 16 | 2.25 |
| | 500～600万円未満 | 36 | 61.1 | 11.1 | 27.8 | 22 | 17.95 | 4 | 3.75 | 10 | 1.40 |
| | 600～700万円未満 | 27 | 37.0 | 14.8 | 48.1 | 10 | 1.90 | 4 | 7.00 | 13 | 2.31 |
| | 700～800万円未満 | 21 | 38.1 | 28.6 | 33.3 | 8 | 42.50 | 6 | 2.67 | 7 | 1.71 |
| | 800～1000万円未満 | 30 | 46.7 | 30.0 | 23.3 | 14 | 53.36 | 9 | 2.33 | 7 | 1.71 |
| | 1000～1200万円未満 | 22 | 63.6 | 22.7 | 13.6 | 14 | 8.86 | 5 | 1.40 | 3 | 2.33 |
| | 1200万円以上 | 32 | 59.4 | 25.0 | 15.6 | 19 | 4.32 | 8 | 2.25 | 5 | 2.40 |
| | わからない | 61 | 52.5 | 18.0 | 29.5 | 32 | 29.53 | 11 | 2.09 | 18 | 1.39 |
| | 答えたくない | 47 | 48.9 | 17.0 | 34.0 | 23 | 57.26 | 8 | 4.00 | 16 | 2.19 |
| 未既婚 | 既婚者 | 257 | 48.6 | 18.3 | 33.1 | 125 | 33.80 | 47 | 4.02 | 85 | 2.02 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 250 | 52.0 | 20.0 | 28.0 | 130 | 24.35 | 50 | 2.46 | 70 | 1.84 |
| | 答えたくない | 6 | 50.0 | – | 50.0 | 3 | 1.67 | – | – | 3 | 2.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 128 | 47.7 | 17.2 | 35.2 | 61 | 40.20 | 22 | 2.73 | 45 | 1.96 |
| | 夫婦のみ・子なし | 152 | 48.0 | 16.4 | 35.5 | 73 | 41.73 | 25 | 3.76 | 54 | 1.94 |
| | 夫婦・子あり | 82 | 48.8 | 25.6 | 25.6 | 40 | 21.40 | 21 | 4.43 | 21 | 2.05 |
| | 親と同居（未婚） | 56 | 58.9 | 19.6 | 21.4 | 33 | 5.36 | 11 | 2.73 | 12 | 1.92 |
| | 2世帯以上同居 | 24 | 54.2 | 16.7 | 29.2 | 13 | 29.69 | 4 | 2.25 | 7 | 2.86 |
| | その他 | 65 | 53.8 | 21.5 | 24.6 | 35 | 13.54 | 14 | 1.86 | 16 | 1.38 |
| | 答えたくない | 6 | 50.0 | – | 50.0 | 3 | 1.67 | – | – | 3 | 2.00 |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 220 | 42.3 | 16.8 | 40.9 | 93 | 57.59 | 37 | 3.92 | 90 | 2.36 |
| | 週に1～2日 | 159 | 45.3 | 22.0 | 32.7 | 72 | 21.63 | 35 | 3.11 | 32 | 1.46 |
| | （小計）週に1日以上計 | 379 | 43.5 | 19.0 | 37.5 | 165 | 41.90 | 72 | 3.53 | 142 | 2.03 |
| | （小計）週1日未満 | 113 | 69.9 | 19.5 | 10.6 | 79 | 5.76 | 22 | 1.91 | 12 | 1.25 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 21 | 66.7 | 14.3 | 19.0 | 14 | 2.00 | 3 | 5.33 | 4 | 1.00 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 513 | 50.3 | 18.9 | 30.8 | 258 | 28.67 | 97 | 3.22 | 158 | 1.94 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上運動する頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 133 | 43.6 | 11.3 | 45.1 | 58 | 75.97 | 15 | 4.87 | 60 | 2.72 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 74 | 36.5 | 21.6 | 41.9 | 27 | 30.44 | 16 | 3.88 | 31 | 1.68 |
| | （小計）週に2日以上計 | 207 | 41.1 | 15.0 | 44.0 | 85 | 61.51 | 31 | 4.35 | 91 | 2.36 |
| | （小計）週2日未満 | 193 | 47.2 | 25.9 | 26.9 | 91 | 19.26 | 50 | 2.68 | 52 | 1.38 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 52 | 65.4 | 17.3 | 17.3 | 34 | 5.00 | 9 | 3.67 | 9 | 1.22 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 452 | 46.5 | 19.9 | 33.6 | 210 | 34.05 | 90 | 3.36 | 152 | 1.96 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 61 | 78.7 | 11.5 | 9.8 | 48 | 5.10 | 7 | 1.43 | 6 | 1.50 |
| ※2 する～ 回～以上～ | する・みる・ささえる週1～2回以上 | 88 | 35.2 | 23.9 | 40.9 | 31 | 49.13 | 21 | 3.62 | 36 | 2.36 |
| | する・みる | 236 | 46.6 | 17.4 | 36.0 | 110 | 29.13 | 41 | 3.73 | 85 | 1.92 |
| | する・ささえる | 6 | 50.0 | – | 50.0 | 3 | 180.67 | – | – | 3 | 2.00 |
| | するのみ | 49 | 42.9 | 20.4 | 36.7 | 21 | 78.29 | 10 | 2.50 | 16 | 1.89 |
| | みる・ささえる | 14 | 64.3 | 28.6 | 7.1 | 9 | 2.22 | 4 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | みるのみ | 86 | 68.6 | 18.6 | 12.8 | 59 | 6.86 | 16 | 2.19 | 11 | 1.27 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※2 ささえる活動 | しない・みない・ささえない | 34 | 73.5 | 14.7 | 11.8 | 25 | 2.32 | 5 | 3.00 | 4 | 1.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-23. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ゴルフ(コースでのラウンド)

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（日） | 全体 | 月／平均（日） | 全体 | 週／平均（日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 1779 | 56.1 | 30.9 | 13.0 | 998 | 14.36 | 550 | 2.19 | 231 | 1.35 |
| 性別 | 男性 | 1541 | 56.8 | 30.4 | 12.8 | 875 | 14.72 | 468 | 2.10 | 198 | 1.36 |
| | 女性 | 234 | 51.3 | 34.6 | 14.1 | 120 | 11.87 | 81 | 2.69 | 33 | 1.30 |
| 年代 | 10代 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 5.50 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 20代 | 102 | 58.8 | 36.3 | 4.9 | 60 | 9.80 | 37 | 1.76 | 5 | 1.00 |
| | 30代 | 152 | 67.8 | 21.1 | 11.2 | 103 | 8.57 | 32 | 1.59 | 17 | 1.47 |
| | 40代 | 229 | 60.7 | 29.3 | 10.0 | 139 | 8.88 | 67 | 1.87 | 23 | 2.04 |
| | 50代 | 379 | 57.8 | 28.5 | 13.7 | 219 | 12.98 | 108 | 1.77 | 52 | 1.15 |
| | 60代 | 431 | 53.1 | 31.6 | 15.3 | 229 | 18.01 | 136 | 2.49 | 66 | 1.18 |
| | 70代 | 483 | 50.9 | 35.0 | 14.1 | 246 | 18.91 | 169 | 2.56 | 68 | 1.44 |
| 性年代 | 男性10代 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 5.50 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 男性20代 | 80 | 63.8 | 31.3 | 5.0 | 51 | 8.69 | 25 | 1.52 | 4 | 1.00 |
| | 男性30代 | 125 | 64.8 | 22.4 | 12.8 | 81 | 8.21 | 28 | 1.57 | 16 | 1.50 |
| | 男性40代 | 195 | 63.1 | 28.2 | 8.7 | 123 | 9.02 | 55 | 1.78 | 17 | 2.12 |
| | 男性50代 | 329 | 58.7 | 27.4 | 14.0 | 193 | 13.65 | 90 | 1.74 | 46 | 1.13 |
| | 男性60代 | 380 | 54.7 | 30.8 | 14.5 | 208 | 18.11 | 117 | 2.53 | 55 | 1.22 |
| | 男性70代 | 429 | 50.6 | 35.4 | 14.0 | 217 | 19.61 | 152 | 2.30 | 60 | 1.45 |
| | 女性10代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性20代 | 21 | 38.1 | 57.1 | 4.8 | 8 | 15.13 | 12 | 2.25 | 1 | 1.00 |
| | 女性30代 | 26 | 80.8 | 15.4 | 3.8 | 21 | 10.19 | 4 | 1.75 | 1 | 1.00 |
| | 女性40代 | 33 | 45.5 | 36.4 | 18.2 | 15 | 8.33 | 12 | 2.25 | 6 | 1.83 |
| | 女性50代 | 50 | 52.0 | 36.0 | 12.0 | 26 | 8.04 | 18 | 1.89 | 6 | 1.33 |
| | 女性60代 | 51 | 41.2 | 37.3 | 21.6 | 21 | 17.10 | 19 | 2.26 | 11 | 1.00 |
| | 女性70代 | 53 | 54.7 | 30.2 | 15.1 | 29 | 13.66 | 16 | 5.00 | 8 | 1.38 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 465 | 58.1 | 29.9 | 12.0 | 270 | 12.87 | 139 | 2.29 | 56 | 1.61 |
| | 東京都区部 | 170 | 60.0 | 29.4 | 10.6 | 102 | 13.83 | 50 | 2.86 | 18 | 1.56 |
| | 政令指定都市 | 295 | 56.9 | 30.2 | 12.9 | 168 | 12.29 | 89 | 1.97 | 38 | 1.63 |
| | 大都市 | 718 | 55.6 | 30.8 | 13.6 | 399 | 13.78 | 221 | 2.23 | 98 | 1.33 |
| | 小都市 | 460 | 55.4 | 31.1 | 13.5 | 255 | 16.00 | 143 | 2.13 | 62 | 1.18 |
| | 町村 | 136 | 54.4 | 34.6 | 11.0 | 74 | 17.30 | 47 | 1.94 | 15 | 1.33 |
| 居住地域 | 北海道 | 62 | 51.6 | 30.6 | 17.7 | 32 | 14.34 | 19 | 2.26 | 11 | 1.27 |
| | 東北 | 92 | 52.2 | 29.3 | 18.5 | 48 | 11.42 | 27 | 1.93 | 17 | 1.35 |
| | 北関東 | 127 | 49.6 | 29.9 | 20.5 | 63 | 24.79 | 38 | 2.39 | 26 | 1.38 |
| | 首都圏 | 500 | 58.6 | 28.6 | 12.8 | 293 | 13.29 | 143 | 2.58 | 64 | 1.38 |
| | 北陸 | 62 | 58.1 | 25.8 | 16.1 | 36 | 16.50 | 16 | 2.31 | 10 | 1.10 |
| | 東山 | 71 | 57.7 | 32.4 | 9.9 | 41 | 16.49 | 23 | 1.91 | 7 | 1.14 |
| | 東海 | 213 | 49.8 | 35.7 | 14.6 | 106 | 15.07 | 76 | 1.97 | 31 | 1.16 |
| | 近畿二府一県 | 247 | 57.9 | 32.4 | 9.7 | 143 | 13.62 | 80 | 1.89 | 24 | 1.71 |
| | その他近畿圏 | 63 | 50.8 | 36.5 | 12.7 | 32 | 15.31 | 23 | 1.78 | 8 | 1.38 |
| | 中国 | 98 | 57.1 | 27.6 | 15.3 | 56 | 12.34 | 27 | 2.22 | 15 | 1.53 |
| | 四国 | 46 | 52.2 | 41.3 | 6.5 | 24 | 15.79 | 19 | 2.37 | 3 | 1.33 |
| | 九州・沖縄 | 198 | 62.6 | 29.8 | 7.6 | 124 | 12.10 | 59 | 2.07 | 15 | 1.20 |
| 職業 | 自営業主 | 165 | 62.4 | 28.5 | 9.1 | 103 | 15.53 | 47 | 1.91 | 15 | 1.67 |
| | 家族従業者 | 8 | 62.5 | 25.0 | 12.5 | 5 | 24.60 | 2 | 2.00 | 1 | 2.00 |
| | 雇用者 | 1100 | 59.2 | 30.0 | 11.8 | 640 | 11.36 | 330 | 1.98 | 130 | 1.35 |
| | （小計）就労者 | 1273 | 58.8 | 29.8 | 11.5 | 748 | 12.02 | 379 | 1.97 | 146 | 1.39 |
| | 主婦・主夫 | 72 | 38.9 | 37.5 | 23.6 | 28 | 16.21 | 27 | 4.04 | 17 | 1.06 |
| | 学生 | 8 | 50.0 | 50.0 | – | 4 | 4.00 | 4 | 1.75 | – | – |
| | 無職 | 388 | 50.8 | 33.2 | 16.0 | 197 | 21.78 | 129 | 2.51 | 62 | 1.37 |
| | その他 | 23 | 56.5 | 26.1 | 17.4 | 13 | 32.15 | 6 | 1.33 | 4 | 1.25 |
| | 答えたくない | 15 | 53.3 | 33.3 | 13.3 | 8 | 20.38 | 5 | 1.80 | 2 | 1.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 13 | 53.8 | 15.4 | 30.8 | 7 | 18.14 | 2 | 3.50 | 4 | 1.00 |
| | 高校 | 369 | 61.8 | 25.7 | 12.5 | 228 | 16.07 | 95 | 2.46 | 46 | 1.41 |
| | 短大・高専 | 101 | 45.5 | 37.6 | 16.8 | 46 | 14.24 | 38 | 2.24 | 17 | 1.12 |
| | 専門学校 | 114 | 59.6 | 25.4 | 14.9 | 68 | 13.54 | 29 | 2.24 | 17 | 1.12 |
| | 大学 | 1064 | 55.4 | 32.2 | 12.4 | 589 | 13.84 | 343 | 2.15 | 132 | 1.43 |
| | 大学院 | 110 | 50.9 | 37.3 | 11.8 | 56 | 13.04 | 41 | 1.80 | 13 | 1.15 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 8 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 4 | 21.50 | 2 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 8 | 50.0 | 12.5 | 37.5 | 4 | 6.50 | 1 | 1.00 | 3 | 1.00 |
| | 100万円未満 | 21 | 47.6 | 42.9 | 9.5 | 10 | 11.30 | 9 | 2.67 | 2 | 1.00 |
| | 100～200万円未満 | 37 | 59.5 | 29.7 | 10.8 | 22 | 21.32 | 11 | 2.55 | 4 | 1.25 |
| | 200～300万円未満 | 113 | 49.6 | 36.3 | 14.2 | 56 | 14.21 | 41 | 2.68 | 16 | 1.94 |
| | 300～400万円未満 | 181 | 51.9 | 34.8 | 13.3 | 94 | 17.83 | 63 | 1.98 | 24 | 1.25 |
| | 400～500万円未満 | 172 | 51.7 | 32.6 | 15.7 | 89 | 15.71 | 56 | 2.16 | 27 | 1.19 |
| | 500～600万円未満 | 148 | 50.0 | 36.5 | 13.5 | 74 | 12.45 | 54 | 2.09 | 20 | 1.25 |
| | 600～700万円未満 | 116 | 69.0 | 20.7 | 10.3 | 80 | 10.59 | 24 | 2.67 | 12 | 1.17 |
| | 700～800万円未満 | 111 | 62.2 | 29.7 | 8.1 | 69 | 9.04 | 33 | 2.48 | 9 | 2.22 |
| | 800～1000万円未満 | 186 | 58.1 | 28.5 | 13.4 | 108 | 13.21 | 53 | 1.94 | 25 | 1.72 |
| | 1000～1200万円未満 | 138 | 58.0 | 26.8 | 15.2 | 80 | 12.13 | 37 | 1.73 | 21 | 1.29 |
| | 1200万円以上 | 252 | 59.1 | 31.0 | 9.9 | 149 | 17.63 | 75 | 2.19 | 25 | 1.08 |
| | わからない | 76 | 63.2 | 21.1 | 15.8 | 48 | 15.50 | 16 | 2.13 | 12 | 1.00 |
| | 答えたくない | 220 | 52.3 | 33.6 | 14.1 | 115 | 14.77 | 74 | 2.23 | 31 | 1.35 |
| 未既婚 | 既婚者 | 1352 | 55.7 | 31.6 | 12.7 | 753 | 14.59 | 427 | 2.31 | 172 | 1.35 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 409 | 58.2 | 28.1 | 13.7 | 238 | 13.83 | 115 | 1.81 | 56 | 1.38 |
| | 答えたくない | 18 | 38.9 | 44.4 | 16.7 | 7 | 8.86 | 8 | 1.50 | 3 | 1.33 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 260 | 59.2 | 26.5 | 14.2 | 154 | 13.74 | 69 | 1.99 | 37 | 1.32 |
| | 夫婦のみ・子なし | 154 | 52.2 | 33.7 | 13.9 | 395 | 15.96 | 254 | 2.41 | 105 | 1.35 |
| | 夫婦・子あり | 494 | 60.7 | 28.5 | 10.7 | 284 | 12.61 | 138 | 2.09 | 52 | 1.38 |
| | 親と同居（未婚） | 77 | 57.1 | 31.2 | 11.7 | 44 | 14.32 | 24 | 1.63 | 9 | 1.89 |
| | 2世帯以上同居 | 91 | 55.6 | 29.6 | 14.8 | 45 | 13.53 | 24 | 2.21 | 12 | 1.25 |
| | その他 | 105 | 56.2 | 31.4 | 12.4 | 59 | 15.39 | 33 | 1.88 | 13 | 1.08 |
| | 答えたくない | 18 | 38.9 | 44.4 | 16.7 | 7 | 8.86 | 6 | 1.50 | 3 | 1.33 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 645 | 48.7 | 34.7 | 16.6 | 314 | 16.25 | 224 | 2.40 | 107 | 1.36 |
| | 週に1～2日 | 627 | 53.7 | 33.3 | 12.9 | 337 | 18.03 | 209 | 2.22 | 81 | 1.40 |
| | （小計）週に1日以上計 | 1272 | 51.2 | 34.0 | 14.8 | 651 | 17.17 | 433 | 2.31 | 188 | 1.37 |
| | （小計）週1日未満 | 445 | 69.4 | 22.5 | 8.1 | 309 | 9.31 | 100 | 1.74 | 36 | 1.14 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 62 | 61.3 | 27.4 | 11.3 | 38 | 7.39 | 17 | 1.82 | 7 | 2.00 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 1779 | 56.1 | 30.9 | 13.0 | 998 | 14.36 | 550 | 2.19 | 231 | 1.35 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上運動している頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 423 | 48.5 | 33.6 | 18.0 | 205 | 17.67 | 142 | 2.44 | 76 | 1.42 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 229 | 45.0 | 42.4 | 12.7 | 103 | 20.22 | 97 | 2.41 | 29 | 1.24 |
| | （小計）週に2日以上計 | 652 | 47.2 | 36.7 | 16.1 | 308 | 18.52 | 239 | 2.43 | 105 | 1.37 |
| | （小計）週2日未満 | 804 | 60.7 | 27.9 | 11.4 | 549 | 12.93 | 252 | 2.06 | 103 | 1.25 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 122 | 57.4 | 32.0 | 10.7 | 70 | 12.39 | 39 | 1.82 | 13 | 2.08 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 1878 | 55.2 | 31.6 | 13.2 | 927 | 14.75 | 530 | 2.21 | 221 | 1.36 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 101 | 70.3 | 19.8 | 9.9 | 71 | 9.39 | 20 | 1.80 | 10 | 1.30 |
| すする・みる・ささえる回～Ⅱ以上～Ⅰ週 | する・みる・ささえる | 216 | 45.4 | 36.1 | 18.5 | 98 | 14.18 | 78 | 2.46 | 40 | 1.55 |
| | する・みる | 969 | 52.1 | 34.0 | 13.9 | 505 | 17.36 | 328 | 2.25 | 135 | 1.34 |
| | する・ささえる | 5 | 40.0 | – | 60.0 | 2 | 25.00 | – | – | 3 | 1.00 |
| | するのみ | 62 | 56.1 | 31.7 | 12.2 | 46 | 21.15 | 26 | 2.65 | 10 | 1.20 |
| | みる・ささえる | 50 | 66.0 | 28.0 | 6.0 | 33 | 9.42 | 14 | 1.57 | 3 | 1.67 |
| | みるのみ | 387 | 69.5 | 22.5 | 8.0 | 269 | 9.28 | 87 | 1.75 | 31 | 1.29 |
| | ささえるのみ | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 3.50 | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 68 | 63.2 | 23.5 | 13.2 | 43 | 7.95 | 16 | 1.94 | 9 | 1.11 |

Q14-24. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ゴルフ(練習場・シミュレーションゴルフ)

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（日） | 全体 | 月／平均（日） | 全体 | 週／平均（日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 1377 | 40.6 | 32.2 | 27.2 | 559 | 23.78 | 443 | 2.72 | 375 | 1.82 |
| 性別 | 男性 | 1134 | 40.7 | 31.0 | 28.2 | 462 | 24.86 | 352 | 2.82 | 320 | 1.84 |
| | 女性 | 241 | 39.8 | 37.3 | 22.8 | 96 | 18.80 | 90 | 2.33 | 55 | 1.75 |
| 年代 | 10代 | 6 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 2 | 3.00 | 4 | 1.50 |
| | 20代 | 117 | 47.0 | 40.2 | 12.8 | 55 | 7.65 | 47 | 3.00 | 15 | 2.20 |
| | 30代 | 144 | 43.8 | 34.7 | 21.5 | 63 | 15.60 | 50 | 2.12 | 31 | 1.68 |
| | 40代 | 203 | 42.4 | 29.1 | 28.6 | 86 | 14.60 | 59 | 2.46 | 58 | 1.79 |
| | 50代 | 317 | 42.9 | 32.5 | 24.6 | 136 | 21.50 | 103 | 2.44 | 78 | 1.68 |
| | 60代 | 307 | 38.8 | 27.7 | 33.6 | 119 | 36.95 | 85 | 2.47 | 103 | 1.84 |
| | 70代 | 283 | 35.3 | 34.3 | 30.4 | 100 | 33.10 | 97 | 3.58 | 86 | 1.95 |
| 性年代 | 男性10代 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 男性20代 | 81 | 44.4 | 40.7 | 14.8 | 36 | 9.53 | 33 | 3.27 | 12 | 2.17 |
| | 男性30代 | 113 | 44.2 | 31.0 | 24.8 | 50 | 15.40 | 35 | 2.34 | 28 | 1.71 |
| | 男性40代 | 161 | 42.2 | 31.1 | 26.7 | 68 | 15.93 | 50 | 2.42 | 43 | 1.74 |
| | 男性50代 | 259 | 45.2 | 29.7 | 25.1 | 117 | 22.75 | 77 | 2.64 | 65 | 1.77 |
| | 男性60代 | 268 | 38.1 | 27.6 | 34.3 | 102 | 35.75 | 74 | 2.34 | 92 | 1.85 |
| | 男性70代 | 250 | 35.6 | 32.8 | 31.6 | 89 | 33.48 | 82 | 3.73 | 79 | 1.94 |
| | 女性10代 | 4 | – | 25.0 | 75.0 | – | – | 1 | 5.00 | 3 | 1.67 |
| | 女性20代 | 35 | 54.3 | 37.1 | 8.6 | 19 | 4.11 | 13 | 2.38 | 3 | 2.33 |
| | 女性30代 | 31 | 41.9 | 48.4 | 9.7 | 13 | 16.38 | 15 | 1.60 | 3 | 1.33 |
| | 女性40代 | 41 | 41.5 | 22.0 | 36.6 | 17 | 10.12 | 9 | 2.67 | 15 | 1.93 |
| | 女性50代 | 58 | 32.8 | 44.8 | 22.4 | 19 | 13.79 | 26 | 1.85 | 13 | 1.23 |
| | 女性60代 | 39 | 43.6 | 28.2 | 28.2 | 17 | 44.12 | 11 | 3.36 | 11 | 1.82 |
| | 女性70代 | 33 | 33.3 | 45.5 | 21.2 | 11 | 30.00 | 15 | 2.73 | 7 | 2.14 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 386 | 42.5 | 32.1 | 25.4 | 164 | 19.39 | 124 | 2.30 | 98 | 1.73 |
| | 東京都区部 | 134 | 44.0 | 34.3 | 21.6 | 59 | 21.59 | 46 | 2.15 | 29 | 2.17 |
| | 政令指定都市 | 252 | 41.7 | 31.0 | 27.4 | 105 | 18.15 | 78 | 2.38 | 69 | 1.55 |
| | 大都市 | 545 | 37.4 | 31.6 | 31.0 | 204 | 25.83 | 172 | 2.81 | 169 | 1.85 |
| | 小都市 | 356 | 40.7 | 34.3 | 25.0 | 145 | 21.34 | 122 | 3.03 | 89 | 1.80 |
| | 町村 | 90 | 51.1 | 27.8 | 21.1 | 46 | 37.96 | 25 | 2.68 | 19 | 2.16 |
| 居住地域 | 北海道 | 48 | 43.8 | 35.4 | 20.8 | 21 | 30.14 | 17 | 3.41 | 10 | 1.40 |
| | 東北 | 82 | 40.2 | 30.5 | 29.3 | 33 | 25.67 | 25 | 2.56 | 24 | 1.96 |
| | 北関東 | 93 | 38.7 | 31.2 | 30.1 | 36 | 28.03 | 29 | 2.59 | 28 | 2.07 |
| | 首都圏 | 380 | 40.3 | 32.1 | 27.6 | 153 | 24.67 | 122 | 2.71 | 105 | 1.78 |
| | 北陸 | 41 | 41.5 | 19.5 | 39.0 | 17 | 12.41 | 8 | 4.13 | 16 | 2.56 |
| | 東山 | 50 | 42.0 | 44.0 | 14.0 | 21 | 16.24 | 22 | 3.23 | 7 | 2.71 |
| | 東海 | 171 | 43.9 | 36.8 | 19.3 | 75 | 22.24 | 63 | 2.52 | 33 | 1.52 |
| | 近畿二府一県 | 194 | 37.1 | 32.5 | 30.4 | 72 | 26.18 | 63 | 2.71 | 59 | 1.63 |
| | その他近畿圏 | 53 | 41.5 | 28.3 | 30.2 | 22 | 28.14 | 15 | 2.53 | 16 | 1.63 |
| | 中国 | 72 | 54.2 | 16.7 | 29.2 | 39 | 20.97 | 12 | 1.75 | 21 | 1.76 |
| | 四国 | 32 | 31.3 | 37.5 | 31.3 | 10 | 23.30 | 12 | 3.58 | 10 | 1.90 |
| | 九州・沖縄 | 161 | 37.3 | 34.2 | 28.6 | 60 | 20.87 | 55 | 2.58 | 46 | 1.96 |
| 職業 | 自営業主 | 128 | 44.5 | 33.6 | 21.9 | 57 | 20.68 | 43 | 2.72 | 28 | 1.71 |
| | 家族従業者 | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 17.50 | – | – | 2 | 2.50 |
| | 雇用者 | 904 | 40.9 | 32.5 | 26.5 | 370 | 20.17 | 294 | 2.57 | 240 | 1.79 |
| | （小計）就労者 | 1038 | 41.5 | 32.5 | 26.0 | 431 | 20.21 | 337 | 2.59 | 270 | 1.79 |
| | 主婦・主夫 | 64 | 34.4 | 37.5 | 28.1 | 22 | 32.77 | 24 | 3.08 | 18 | 2.00 |
| | 学生 | 15 | 26.7 | 40.0 | 33.3 | 4 | 4.75 | 6 | 1.83 | 5 | 1.80 |
| | 無職 | 239 | 36.8 | 30.5 | 32.6 | 88 | 38.06 | 73 | 3.26 | 78 | 1.90 |
| | その他 | 12 | 58.3 | 16.7 | 25.0 | 7 | 56.43 | 2 | 3.50 | 3 | 2.67 |
| | 答えたくない | 9 | 77.8 | 11.1 | 11.1 | 7 | 13.57 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 6.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 高校 | 267 | 45.7 | 29.6 | 24.7 | 122 | 23.25 | 79 | 3.05 | 66 | 1.86 |
| | 短大・高専 | 78 | 26.9 | 37.2 | 35.9 | 21 | 35.29 | 29 | 2.45 | 28 | 1.86 |
| | 専門学校 | 104 | 47.1 | 26.9 | 26.0 | 49 | 23.65 | 28 | 2.43 | 27 | 1.59 |
| | 大学 | 806 | 39.1 | 33.3 | 27.7 | 315 | 23.63 | 268 | 2.78 | 223 | 1.83 |
| | 大学院 | 107 | 39.3 | 33.6 | 27.1 | 42 | 22.88 | 36 | 1.94 | 29 | 1.86 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 11 | 72.7 | 18.2 | 9.1 | 8 | 17.38 | 2 | 4.50 | 1 | 2.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 6 | 50.0 | – | 50.0 | 3 | 16.67 | – | – | 3 | 1.67 |
| | 100万円未満 | 15 | 40.0 | 53.3 | 6.7 | 6 | 26.00 | 8 | 5.38 | 1 | 1.00 |
| | 100～200万円未満 | 32 | 59.4 | 18.8 | 21.9 | 19 | 29.68 | 6 | 1.83 | 7 | 1.71 |
| | 200～300万円未満 | 81 | 37.0 | 34.6 | 28.4 | 30 | 31.47 | 28 | 3.43 | 23 | 1.87 |
| | 300～400万円未満 | 125 | 40.0 | 30.4 | 29.6 | 50 | 34.96 | 38 | 2.63 | 37 | 1.70 |
| | 400～500万円未満 | 138 | 40.6 | 30.4 | 29.0 | 56 | 19.16 | 42 | 2.83 | 40 | 1.78 |
| | 500～600万円未満 | 113 | 38.1 | 34.5 | 27.4 | 43 | 21.65 | 39 | 2.69 | 31 | 1.65 |
| | 600～700万円未満 | 95 | 40.0 | 42.1 | 17.9 | 38 | 20.95 | 40 | 2.58 | 17 | 1.71 |
| | 700～800万円未満 | 91 | 38.5 | 28.6 | 33.0 | 35 | 16.54 | 26 | 1.96 | 30 | 2.07 |
| | 800～1000万円未満 | 164 | 42.7 | 30.5 | 26.8 | 70 | 21.76 | 50 | 2.24 | 44 | 2.16 |
| | 1000～1200万円未満 | 109 | 41.3 | 29.4 | 29.4 | 45 | 21.73 | 32 | 2.47 | 32 | 1.69 |
| | 1200万円以上 | 187 | 44.9 | 30.5 | 24.6 | 84 | 26.60 | 57 | 2.91 | 46 | 1.96 |
| | わからない | 59 | 32.2 | 37.3 | 30.5 | 19 | 11.68 | 22 | 3.09 | 18 | 1.28 |
| | 答えたくない | 162 | 37.7 | 34.0 | 28.4 | 61 | 24.48 | 55 | 2.78 | 46 | 1.85 |
| 未既婚 | 既婚者 | 990 | 40.0 | 31.3 | 28.7 | 396 | 26.09 | 310 | 2.72 | 284 | 1.83 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 372 | 42.2 | 34.1 | 23.7 | 157 | 18.45 | 127 | 2.73 | 88 | 1.78 |
| | 答えたくない | 15 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 6 | 10.33 | 6 | 2.83 | 3 | 2.33 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 219 | 47.0 | 28.3 | 24.7 | 103 | 18.67 | 62 | 3.31 | 54 | 1.89 |
| | 夫婦のみ・子なし | 518 | 38.4 | 30.5 | 31.1 | 199 | 29.16 | 158 | 2.67 | 161 | 1.81 |
| | 夫婦・子あり | 392 | 41.3 | 32.7 | 26.0 | 162 | 23.51 | 128 | 2.78 | 102 | 1.87 |
| | 親と同居（未婚） | 76 | 30.3 | 44.7 | 25.0 | 23 | 15.65 | 34 | 2.00 | 19 | 1.74 |
| | 2世帯以上同居 | 71 | 33.8 | 45.1 | 21.1 | 24 | 16.25 | 32 | 2.52 | 15 | 1.40 |
| | その他 | 86 | 48.8 | 26.7 | 24.4 | 42 | 22.48 | 23 | 2.48 | 21 | 1.86 |
| | 答えたくない | 15 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 6 | 10.33 | 6 | 2.83 | 3 | 2.33 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 499 | 33.3 | 30.7 | 36.1 | 166 | 39.73 | 153 | 3.33 | 180 | 2.13 |
| | 週に1～2日 | 523 | 39.6 | 32.1 | 28.3 | 207 | 22.80 | 168 | 2.64 | 148 | 1.50 |
| | （小計）週に1日以上計 | 1022 | 36.5 | 31.4 | 32.1 | 373 | 30.34 | 321 | 2.97 | 328 | 1.85 |
| | （小計）週1日未満 | 310 | 52.6 | 34.8 | 12.6 | 163 | 10.26 | 108 | 2.06 | 39 | 1.67 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 45 | 51.1 | 31.1 | 17.8 | 23 | 13.22 | 14 | 2.14 | 8 | 1.63 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 1377 | 40.6 | 32.2 | 27.2 | 559 | 23.78 | 443 | 2.72 | 375 | 1.82 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上運動している頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 317 | 33.4 | 30.0 | 36.6 | 106 | 49.41 | 95 | 3.52 | 116 | 2.28 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 204 | 33.3 | 28.9 | 37.7 | 68 | 30.68 | 59 | 3.34 | 77 | 1.91 |
| | （小計）週に2日以上計 | 521 | 33.4 | 29.8 | 37.0 | 174 | 42.09 | 154 | 3.45 | 193 | 2.13 |
| | （小計）週2日未満 | 693 | 43.6 | 33.3 | 23.1 | 302 | 16.43 | 231 | 2.23 | 160 | 1.44 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 91 | 45.1 | 39.6 | 15.4 | 41 | 13.00 | 36 | 3.06 | 14 | 2.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 1305 | 39.6 | 32.3 | 28.1 | 517 | 24.79 | 421 | 2.75 | 367 | 1.82 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 72 | 58.3 | 30.6 | 11.1 | 42 | 11.29 | 22 | 2.23 | 8 | 1.88 |
| すする・みる・ささえる回～Ⅱ以上～Ⅰ週 | する・みる・ささえる | 176 | 38.6 | 31.3 | 30.1 | 68 | 21.21 | 55 | 3.24 | 53 | 2.19 |
| | する・みる | 776 | 35.6 | 32.1 | 32.3 | 276 | 29.84 | 249 | 2.78 | 251 | 1.77 |
| | する・ささえる | 6 | 33.3 | – | 66.7 | 2 | 160.00 | – | – | 4 | 1.75 |
| | するのみ | 64 | 42.2 | 26.6 | 31.3 | 27 | 48.74 | 17 | 4.82 | 20 | 1.95 |
| | みる・ささえる | 30 | 43.3 | 46.7 | 10.0 | 13 | 11.31 | 14 | 2.36 | 3 | 1.33 |
| | みるのみ | 269 | 53.5 | 32.7 | 13.8 | 144 | 10.49 | 88 | 2.10 | 37 | 1.73 |
| | ささえるのみ | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 55 | 50.9 | 36.4 | 12.7 | 28 | 11.25 | 20 | 1.75 | 7 | 1.43 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-25. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ｸﾞﾗｳﾝﾄﾞｺﾞﾙﾌ・ﾊﾟｰｸｺﾞﾙﾌ・ﾏﾚｯﾄｺﾞﾙﾌ・ｽﾅｯｸﾞｺﾞﾙﾌ・ﾃﾞｨｽｸｺﾞﾙﾌ・ﾊﾟﾀｰｺﾞﾙﾌ等

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 182 | 51.1 | 22.0 | 26.9 | 93 | 22.10 | 40 | 4.48 | 49 | 2.45 |
| 性別 | 男性 | 114 | 51.8 | 23.7 | 24.6 | 59 | 20.19 | 27 | 4.63 | 28 | 2.57 |
| | 女性 | 67 | 49.3 | 19.4 | 31.3 | 33 | 26.15 | 13 | 4.15 | 21 | 2.29 |
| 年代 | 10代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 20代 | 14 | 42.9 | 14.3 | 42.9 | 6 | 5.00 | 2 | 10.50 | 6 | 3.33 |
| | 30代 | 12 | 66.7 | 25.0 | 8.3 | 8 | 1.88 | 3 | 3.67 | 1 | 6.00 |
| | 40代 | 10 | 70.0 | 30.0 | – | 7 | 8.43 | 3 | 1.67 | – | – |
| | 50代 | 13 | 76.9 | 15.4 | 7.7 | 10 | 5.00 | 2 | 5.50 | 1 | 1.00 |
| | 60代 | 17 | 64.7 | 11.8 | 23.5 | 11 | 3.00 | 2 | 1.00 | 4 | 1.75 |
| | 70代 | 115 | 44.3 | 24.3 | 31.3 | 51 | 36.63 | 28 | 4.61 | 36 | 2.36 |
| 性年代 | 男性10代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 男性20代 | 9 | 33.3 | 11.1 | 55.6 | 3 | 8.00 | 1 | 1.00 | 5 | 3.80 |
| | 男性30代 | 8 | 50.0 | 37.5 | 12.5 | 4 | 2.50 | 3 | 3.67 | 1 | 6.00 |
| | 男性40代 | 8 | 62.5 | 37.5 | – | 5 | 11.20 | 3 | 1.67 | – | – |
| | 男性50代 | 7 | 57.1 | 28.6 | 14.3 | 4 | 3.75 | 2 | 5.50 | 1 | 1.00 |
| | 男性60代 | 11 | 72.7 | 9.1 | 18.2 | 8 | 2.38 | 1 | 1.00 | 2 | 1.50 |
| | 男性70代 | 70 | 50.0 | 24.3 | 25.7 | 35 | 30.49 | 17 | 5.65 | 18 | 2.33 |
| | 女性10代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性20代 | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 2.00 | 1 | 20.00 | 1 | 1.00 |
| | 女性30代 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 1.33 | – | – | – | – |
| | 女性40代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.50 | – | – | – | – |
| | 女性50代 | 6 | 100.0 | – | – | 6 | 5.83 | – | – | – | – |
| | 女性60代 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 4.67 | 1 | 1.00 | 2 | 2.00 |
| | 女性70代 | 45 | 35.6 | 24.4 | 40.0 | 16 | 50.06 | 11 | 3.00 | 18 | 2.39 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 38 | 36.8 | 23.7 | 39.5 | 14 | 2.93 | 9 | 5.22 | 15 | 2.07 |
| | 東京都区部 | 8 | 62.5 | – | 37.5 | 5 | 2.20 | – | – | 3 | 1.67 |
| | 政令指定都市 | 30 | 30.0 | 30.0 | 40.0 | 9 | 3.33 | 9 | 5.22 | 12 | 2.17 |
| | 大都市 | 64 | 48.4 | 23.4 | 28.1 | 31 | 34.55 | 15 | 3.93 | 18 | 3.00 |
| | 小都市 | 63 | 60.3 | 17.5 | 22.2 | 38 | 24.08 | 11 | 4.45 | 14 | 2.14 |
| | 町村 | 17 | 58.8 | 29.4 | 11.8 | 10 | 2.80 | 5 | 4.80 | 2 | 2.50 |
| 居住地域 | 北海道 | 13 | 46.2 | 15.4 | 38.5 | 6 | 45.83 | 2 | 1.00 | 5 | 2.20 |
| | 東北 | 19 | 68.4 | 15.8 | 15.8 | 13 | 17.54 | 3 | 4.00 | 3 | 2.00 |
| | 北関東 | 15 | 40.0 | 33.3 | 26.7 | 6 | 3.33 | 5 | 3.80 | 4 | 2.00 |
| | 首都圏 | 36 | 41.7 | 25.0 | 33.3 | 15 | 15.20 | 9 | 6.11 | 12 | 2.75 |
| | 北陸 | 10 | 70.0 | – | 30.0 | 7 | 41.00 | – | – | 3 | 1.67 |
| | 東山 | 10 | 50.0 | 30.0 | 20.0 | 5 | 22.60 | 3 | 1.33 | 2 | 4.50 |
| | 東海 | 8 | 75.0 | 25.0 | – | 6 | 52.50 | 2 | 1.00 | – | – |
| | 近畿二府一県 | 19 | 47.4 | 31.6 | 21.1 | 9 | 8.00 | 6 | 6.00 | 4 | 2.25 |
| | その他近畿圏 | 6 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 2 | 5.00 | 2 | 2.50 | 2 | 2.00 |
| | 中国 | 15 | 60.0 | 6.7 | 33.3 | 9 | 14.44 | 1 | 2.00 | 5 | 2.20 |
| | 四国 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 5.00 | 1 | 15.00 | – | – |
| | 九州・沖縄 | 29 | 48.3 | 20.7 | 31.0 | 14 | 26.57 | 6 | 4.50 | 9 | 2.67 |
| 職業 | 自営業主 | 16 | 75.0 | 25.0 | – | 12 | 24.00 | 4 | 7.50 | – | – |
| | 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 53 | 64.2 | 15.1 | 20.8 | 34 | 7.59 | 8 | 3.63 | 11 | 2.91 |
| | （小計）就労者 | 69 | 66.7 | 17.4 | 15.9 | 46 | 11.87 | 12 | 4.92 | 11 | 2.91 |
| | 主婦・主夫 | 34 | 35.3 | 26.5 | 38.2 | 12 | 38.42 | 9 | 3.00 | 13 | 2.15 |
| | 学生 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 3.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 無職 | 72 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 32 | 32.59 | 16 | 5.38 | 24 | 2.46 |
| | その他 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 1.00 | 2 | 2.50 | – | – |
| | 答えたくない | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 |
| | 高校 | 65 | 50.8 | 15.4 | 33.8 | 33 | 30.73 | 10 | 5.50 | 22 | 2.23 |
| | 短大・高専 | 20 | 30.0 | 30.0 | 40.0 | 6 | 12.67 | 6 | 3.00 | 8 | 3.13 |
| | 専門学校 | 18 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 9 | 22.44 | 3 | 2.33 | 6 | 2.17 |
| | 大学 | 67 | 62.7 | 22.4 | 14.9 | 42 | 18.02 | 15 | 4.20 | 10 | 2.30 |
| | 大学院 | 8 | 12.5 | 62.5 | 25.0 | 1 | 4.00 | 5 | 7.00 | 2 | 4.00 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 5.00 | 1 | 3.00 | 1 | 3.00 |
| | 100万円未満 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 2.00 |
| | 100～200万円未満 | 13 | 69.2 | 15.4 | 15.4 | 9 | 39.33 | 2 | 1.00 | 2 | 1.50 |
| | 200～300万円未満 | 28 | 46.4 | 25.0 | 28.6 | 13 | 36.54 | 7 | 2.14 | 8 | 2.50 |
| | 300～400万円未満 | 31 | 35.5 | 16.1 | 48.4 | 11 | 7.45 | 5 | 5.80 | 15 | 2.47 |
| | 400～500万円未満 | 21 | 66.7 | 19.0 | 14.3 | 14 | 39.71 | 4 | 5.75 | 3 | 2.33 |
| | 500～600万円未満 | 12 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 6 | 31.83 | 4 | 9.25 | 2 | 6.00 |
| | 600～700万円未満 | 8 | 50.0 | 37.5 | 12.5 | 4 | 32.75 | 3 | 4.33 | 1 | 1.00 |
| | 700～800万円未満 | 9 | 66.7 | – | 33.3 | 6 | 10.83 | – | – | 3 | 3.00 |
| | 800～1000万円未満 | 6 | 50.0 | 50.0 | – | 3 | 1.33 | 3 | 1.00 | – | – |
| | 1000～1200万円未満 | 8 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 3 | 6.00 | 2 | 3.00 | 3 | 1.67 |
| | 1200万円以上 | 9 | 77.8 | 11.1 | 11.1 | 7 | 2.71 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| | わからない | 16 | 43.8 | 12.5 | 43.8 | 7 | 8.71 | 2 | 15.50 | 7 | 2.14 |
| | 答えたくない | 17 | 52.9 | 35.3 | 11.8 | 9 | 10.44 | 6 | 2.17 | 2 | 2.50 |
| 未既婚 | 既婚者 | 135 | 52.6 | 22.2 | 25.2 | 71 | 23.68 | 30 | 4.97 | 34 | 2.29 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 45 | 46.7 | 22.2 | 31.1 | 21 | 17.76 | 10 | 3.00 | 14 | 2.71 |
| | 答えたくない | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 4.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 28 | 50.0 | 17.9 | 32.1 | 14 | 14.64 | 5 | 3.00 | 9 | 3.11 |
| | 夫婦のみ・子なし | 90 | 45.6 | 24.4 | 30.0 | 41 | 35.10 | 22 | 5.41 | 27 | 2.33 |
| | 夫婦・子あり | 35 | 68.6 | 14.3 | 17.1 | 24 | 7.33 | 5 | 4.80 | 6 | 2.33 |
| | 親と同居（未婚） | 7 | 42.9 | 57.1 | – | 3 | 18.00 | 4 | 1.25 | – | – |
| | 2世帯以上同居 | 6 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 4 | 14.25 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | その他 | 14 | 42.9 | 21.4 | 35.7 | 6 | 20.50 | 3 | 5.00 | 5 | 2.00 |
| | 答えたくない | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 4.00 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 93 | 43.0 | 24.7 | 32.3 | 40 | 38.68 | 23 | 5.83 | 30 | 2.70 |
| | 週に1～2日 | 57 | 50.9 | 19.3 | 29.8 | 29 | 13.07 | 11 | 2.91 | 17 | 1.88 |
| | （小計）週に1日以上計 | 150 | 46.0 | 22.7 | 31.3 | 69 | 27.91 | 34 | 4.88 | 47 | 2.40 |
| | （小計）週1日未満 | 29 | 75.9 | 17.2 | 6.9 | 22 | 5.59 | 5 | 1.60 | 2 | 3.50 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 3.00 | 1 | 5.00 | – | – |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 182 | 51.1 | 22.0 | 26.9 | 93 | 22.10 | 40 | 4.48 | 49 | 2.45 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上継続する頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 54 | 35.2 | 25.9 | 38.9 | 19 | 48.32 | 14 | 6.79 | 21 | 2.62 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 20 | 55.0 | 10.0 | 35.0 | 11 | 26.18 | 2 | 5.50 | 7 | 1.71 |
| | （小計）週に2日以上計 | 74 | 40.5 | 21.6 | 37.8 | 30 | 40.20 | 16 | 6.63 | 28 | 2.39 |
| | （小計）週2日未満 | 78 | 56.4 | 21.8 | 21.8 | 44 | 16.00 | 17 | 2.35 | 17 | 2.53 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 10 | 40.0 | 30.0 | 30.0 | 4 | 4.25 | 3 | 2.67 | 3 | 3.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 162 | 48.1 | 22.2 | 29.6 | 78 | 24.71 | 36 | 4.28 | 48 | 2.48 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 20 | 75.0 | 20.0 | 5.0 | 15 | 8.53 | 4 | 6.25 | 1 | 1.00 |
| すべて回～Ⅱ以上～Ⅰ | する・みる・ささえる・週1 | 36 | 44.4 | 25.0 | 30.6 | 16 | 43.38 | 9 | 6.33 | 11 | 2.27 |
| | する・みる | 101 | 49.5 | 21.8 | 28.7 | 50 | 20.68 | 22 | 4.09 | 29 | 2.38 |
| | する・ささえる | 3 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 3 | 2.67 |
| | するのみ | 10 | 30.0 | 30.0 | 40.0 | 3 | 66.00 | 3 | 6.33 | 4 | 2.75 |
| | みる・ささえる | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 8.67 | 2 | 2.50 | 1 | 1.00 |
| | みるのみ | 21 | 81.0 | 14.3 | 4.8 | 17 | 5.47 | 3 | 1.00 | 1 | 6.00 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 5 | 80.0 | 20.0 | – | 4 | 2.50 | 1 | 5.00 | – | – |

Q14-26. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙ・ﾋﾞｰﾁﾊﾞﾚｰ・ｿﾌﾄﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙ

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 381 | 45.9 | 18.6 | 35.4 | 175 | 19.15 | 71 | 3.41 | 135 | 1.81 |
| 男性 | 170 | 52.9 | 17.1 | 30.0 | 90 | 18.43 | 29 | 2.97 | 91 | 1.65 |
| 女性 | 211 | 40.3 | 19.9 | 39.8 | 85 | 19.92 | 42 | 3.71 | 84 | 1.92 |
| 10代 | 44 | 45.5 | 27.3 | 27.3 | 20 | 30.05 | 12 | 3.75 | 12 | 2.17 |
| 20代 | 101 | 56.4 | 16.8 | 26.7 | 57 | 10.93 | 17 | 3.24 | 27 | 1.41 |
| 30代 | 56 | 48.2 | 23.2 | 28.6 | 27 | 17.11 | 13 | 3.00 | 16 | 1.88 |
| 40代 | 72 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 36 | 10.53 | 12 | 3.00 | 24 | 1.83 |
| 50代 | 39 | 35.9 | 17.9 | 46.2 | 14 | 29.14 | 7 | 2.71 | 18 | 2.00 |
| 60代 | 41 | 36.6 | 9.8 | 53.7 | 15 | 37.27 | 4 | 7.00 | 22 | 1.86 |
| 70代 | 28 | 21.4 | 21.4 | 57.1 | 6 | 53.33 | 6 | 3.33 | 16 | 1.88 |
| 男性10代 | 17 | 35.3 | 35.3 | 29.4 | 6 | 17.33 | 6 | 3.50 | 5 | 2.20 |
| 男性20代 | 52 | 53.8 | 15.4 | 30.8 | 28 | 13.96 | 8 | 1.88 | 16 | 1.13 |
| 男性30代 | 26 | 53.8 | 26.9 | 19.2 | 14 | 23.71 | 7 | 4.14 | 5 | 1.60 |
| 男性40代 | 35 | 60.0 | 11.4 | 28.6 | 21 | 12.62 | 4 | 3.50 | 10 | 1.90 |
| 男性50代 | 17 | 52.9 | 17.6 | 29.4 | 9 | 16.33 | 3 | 1.00 | 5 | 2.40 |
| 男性60代 | 16 | 56.3 | – | 43.8 | 9 | 35.33 | – | – | 7 | 1.71 |
| 男性70代 | 7 | 42.9 | 14.3 | 42.9 | 3 | 34.00 | 1 | 4.00 | 3 | 1.33 |
| 女性10代 | 27 | 51.9 | 22.2 | 25.9 | 14 | 35.50 | 6 | 4.00 | 7 | 2.14 |
| 女性20代 | 49 | 59.2 | 18.4 | 22.4 | 29 | 8.00 | 9 | 4.44 | 11 | 1.82 |
| 女性30代 | 30 | 43.3 | 20.0 | 36.7 | 13 | 10.00 | 6 | 1.67 | 11 | 2.00 |
| 女性40代 | 37 | 40.5 | 21.6 | 37.8 | 15 | 7.60 | 8 | 2.75 | 14 | 1.79 |
| 女性50代 | 22 | 22.7 | 18.2 | 59.1 | 5 | 52.20 | 4 | 4.00 | 13 | 1.85 |
| 女性60代 | 25 | 24.0 | 16.0 | 60.0 | 6 | 40.17 | 4 | 7.00 | 15 | 1.93 |
| 女性70代 | 21 | 14.3 | 23.8 | 61.9 | 3 | 72.67 | 5 | 3.20 | 13 | 2.00 |
| 東京23区・政令指定都市 | 84 | 38.1 | 29.8 | 32.1 | 32 | 15.16 | 25 | 2.60 | 27 | 1.85 |
| 東京都区部 | 33 | 30.3 | 39.4 | 30.3 | 10 | 16.00 | 13 | 3.15 | 10 | 2.10 |
| 政令指定都市 | 51 | 43.1 | 23.5 | 33.3 | 22 | 14.77 | 12 | 2.00 | 17 | 1.71 |
| 大都市 | 129 | 46.5 | 22.5 | 31.0 | 60 | 23.03 | 29 | 3.62 | 40 | 1.75 |
| 小都市 | 127 | 48.0 | 7.9 | 44.1 | 61 | 19.48 | 10 | 3.30 | 56 | 1.68 |
| 町村 | 41 | 53.7 | 17.1 | 29.3 | 22 | 13.50 | 7 | 5.57 | 12 | 2.58 |
| 北海道 | 12 | 41.7 | 16.7 | 41.7 | 5 | 24.80 | 2 | 9.50 | 5 | 1.40 |
| 東北 | 23 | 39.1 | 26.1 | 34.8 | 9 | 31.22 | 6 | 5.33 | 8 | 1.75 |
| 北関東 | 19 | 68.4 | 10.5 | 21.1 | 13 | 12.46 | 2 | 4.50 | 4 | 1.00 |
| 首都圏 | 84 | 35.7 | 31.0 | 33.3 | 30 | 19.10 | 26 | 3.31 | 28 | 1.89 |
| 北陸 | 13 | 53.8 | 7.7 | 38.5 | 7 | 4.43 | 1 | 8.00 | 5 | 1.60 |
| 東山 | 16 | 43.8 | 12.5 | 43.8 | 7 | 11.43 | 2 | 2.00 | 7 | 2.14 |
| 東海 | 39 | 53.8 | 5.1 | 41.0 | 21 | 23.67 | 2 | 1.00 | 16 | 1.75 |
| 近畿二府一県 | 52 | 55.8 | 13.5 | 30.8 | 29 | 23.41 | 7 | 2.86 | 16 | 1.44 |
| その他近畿圏 | 10 | 70.0 | – | 30.0 | 7 | 18.00 | – | – | 3 | 3.00 |
| 中国 | 32 | 40.6 | 21.9 | 37.5 | 13 | 19.08 | 7 | 2.43 | 12 | 1.67 |
| 四国 | 14 | 35.7 | 35.7 | 28.6 | 5 | 11.20 | 5 | 4.20 | 4 | 2.75 |
| 九州・沖縄 | 67 | 43.3 | 16.4 | 40.3 | 29 | 17.07 | 11 | 2.18 | 27 | 1.96 |
| 自営業主 | 19 | 47.4 | 10.5 | 42.1 | 9 | 17.44 | 2 | 3.00 | 8 | 2.38 |
| 家族従業者 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| 雇用者 | 246 | 46.3 | 18.7 | 35.0 | 114 | 15.35 | 46 | 3.26 | 86 | 1.81 |
| （小計）就労者 | 266 | 46.6 | 18.0 | 35.3 | 124 | 15.40 | 48 | 3.25 | 94 | 1.86 |
| 主婦・主夫 | 33 | 30.3 | 15.2 | 54.5 | 10 | 27.40 | 5 | 5.20 | 18 | 1.56 |
| 学生 | 61 | 52.5 | 24.6 | 23.0 | 32 | 20.81 | 15 | 3.20 | 14 | 1.79 |
| 無職 | 15 | 33.3 | 20.0 | 46.7 | 5 | 42.80 | 3 | 4.00 | 7 | 1.57 |
| その他 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 180.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 答えたくない | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 36.00 | – | – | 1 | 5.00 |
| 中学校 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 1.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| 高校 | 106 | 38.7 | 17.0 | 44.3 | 41 | 27.05 | 18 | 2.56 | 47 | 2.09 |
| 短大・高専 | 32 | 31.3 | 25.0 | 43.8 | 10 | 31.50 | 8 | 3.88 | 14 | 1.57 |
| 専門学校 | 39 | 38.5 | 15.4 | 46.2 | 15 | 11.47 | 6 | 2.50 | 18 | 2.28 |
| 大学 | 174 | 54.6 | 18.4 | 27.0 | 95 | 13.96 | 32 | 4.34 | 47 | 1.36 |
| 大学院 | 22 | 45.5 | 27.3 | 27.3 | 10 | 42.00 | 6 | 1.67 | 6 | 2.67 |
| その他 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 答えたくない | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 4.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 収入なし | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 5.00 | 1 | 15.00 | 1 | 2.00 |
| 100万円未満 | 9 | 55.6 | 33.3 | 11.1 | 5 | 6.20 | 3 | 4.00 | 1 | 2.00 |
| 100～200万円未満 | 17 | 41.2 | 17.6 | 41.2 | 7 | 33.43 | 3 | 2.67 | 7 | 2.00 |
| 200～300万円未満 | 30 | 53.3 | 10.0 | 36.7 | 16 | 29.06 | 3 | 4.33 | 11 | 2.45 |
| 300～400万円未満 | 37 | 32.4 | 18.9 | 48.6 | 12 | 19.58 | 7 | 2.86 | 18 | 1.56 |
| 400～500万円未満 | 30 | 56.7 | 16.7 | 26.7 | 17 | 11.53 | 5 | 2.40 | 8 | 1.38 |
| 500～600万円未満 | 32 | 53.1 | 18.8 | 28.1 | 17 | 14.06 | 6 | 2.67 | 9 | 1.67 |
| 600～700万円未満 | 21 | 61.9 | 23.8 | 14.3 | 13 | 20.62 | 5 | 4.20 | 3 | 1.00 |
| 700～800万円未満 | 31 | 25.8 | 41.9 | 32.3 | 8 | 23.50 | 13 | 3.23 | 10 | 2.40 |
| 800～1000万円未満 | 36 | 63.9 | 13.9 | 22.2 | 23 | 13.78 | 5 | 3.40 | 8 | 2.00 |
| 1000～1200万円未満 | 22 | 31.8 | 27.3 | 40.9 | 7 | 4.71 | 6 | 2.83 | 9 | 1.78 |
| 1200万円以上 | 18 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 8 | 3.75 | 4 | 2.50 | 6 | 1.17 |
| わからない | 60 | 45.0 | 8.3 | 46.7 | 27 | 20.30 | 5 | 3.20 | 28 | 1.68 |
| 答えたくない | 34 | 38.2 | 14.7 | 47.1 | 13 | 42.92 | 5 | 4.60 | 16 | 2.06 |
| 既婚者 | 189 | 43.9 | 16.4 | 39.7 | 83 | 21.40 | 31 | 3.58 | 75 | 1.84 |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 188 | 48.9 | 20.7 | 30.3 | 92 | 17.13 | 39 | 3.33 | 57 | 1.81 |
| 答えたくない | 4 | – | 25.0 | 75.0 | – | – | 1 | 1.00 | 3 | 1.33 |
| 一人暮らし | 89 | 51.7 | 25.8 | 22.5 | 46 | 15.96 | 23 | 4.00 | 20 | 1.90 |
| 夫婦のみ・子なし | 68 | 39.4 | 15.2 | 45.5 | 26 | 28.27 | 10 | 4.10 | 30 | 1.60 |
| 夫婦・子あり | 100 | 43.0 | 19.0 | 38.0 | 43 | 17.98 | 19 | 3.21 | 39 | 2.03 |
| 親と同居（未婚） | 33 | 39.4 | 21.2 | 39.4 | 13 | 12.15 | 7 | 2.00 | 13 | 1.77 |
| 2世帯以上同居 | 32 | 50.0 | 9.4 | 40.6 | 16 | 16.69 | 3 | 5.67 | 13 | 1.54 |
| その他 | 57 | 54.4 | 14.0 | 31.6 | 31 | 22.10 | 8 | 2.00 | 18 | 1.94 |
| 答えたくない | 4 | – | 25.0 | 75.0 | – | – | 1 | 1.00 | 3 | 1.33 |
| 週に3日以上 | 127 | 39.4 | 15.0 | 45.7 | 50 | 32.14 | 19 | 4.05 | 58 | 2.09 |
| 週に1～2日 | 149 | 35.6 | 19.5 | 45.0 | 53 | 26.21 | 29 | 3.38 | 67 | 1.69 |
| （小計）週に1日以上計 | 276 | 37.3 | 17.4 | 45.3 | 103 | 29.09 | 48 | 3.65 | 125 | 1.87 |
| （小計）週1日未満 | 90 | 66.7 | 23.3 | 10.0 | 60 | 4.55 | 21 | 2.43 | 9 | 1.11 |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 15 | 80.0 | 13.3 | 6.7 | 12 | 6.92 | 2 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 381 | 45.9 | 18.6 | 35.4 | 175 | 19.15 | 71 | 3.41 | 135 | 1.81 |
| この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 74 | 31.1 | 16.2 | 52.7 | 23 | 45.65 | 12 | 4.17 | 39 | 2.31 |
| 軽く汗をかく運動を週に2日 | 70 | 30.0 | 10.0 | 60.0 | 21 | 47.05 | 7 | 6.71 | 42 | 1.98 |
| （小計）週に2日以上計 | 144 | 30.6 | 13.2 | 56.3 | 44 | 46.32 | 19 | 5.11 | 81 | 2.14 |
| （小計）週2日未満 | 187 | 50.3 | 25.1 | 24.6 | 84 | 11.87 | 42 | 2.67 | 41 | 1.22 |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 34 | 70.6 | 11.8 | 17.6 | 24 | 7.29 | 4 | 4.50 | 6 | 1.50 |
| （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 345 | 44.1 | 18.8 | 37.1 | 152 | 21.12 | 65 | 3.49 | 128 | 1.81 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 36 | 63.9 | 16.7 | 19.4 | 23 | 6.17 | 6 | 2.50 | 7 | 1.86 |
| する・みる・ささえる・週1 | 93 | 36.6 | 22.6 | 40.9 | 34 | 38.38 | 21 | 4.62 | 38 | 2.37 |
| する・みる | 132 | 42.4 | 13.6 | 43.9 | 56 | 21.11 | 18 | 3.11 | 58 | 1.57 |
| する・ささえる | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 152.50 | – | – | 2 | 2.00 |
| するのみ | 47 | 23.4 | 19.1 | 57.4 | 11 | 18.55 | 9 | 2.44 | 27 | 1.81 |
| みる・ささえる | 24 | 62.5 | 29.2 | 8.3 | 15 | 3.80 | 7 | 5.57 | 2 | 1.00 |
| みるのみ | 57 | 73.7 | 19.3 | 7.0 | 42 | 5.48 | 11 | 1.91 | 4 | 1.25 |
| ささえるのみ | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 2.33 | 1 | 2.00 | – | – |
| しない・みない・ささえない | 20 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 12 | 5.17 | 4 | 1.25 | 4 | 1.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-27. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾊﾞｽｹｯﾄﾎﾞｰﾙ・3×3・ﾎﾞｰﾄﾎﾞｰﾙ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 295 | 45.8 | 22.0 | 32.2 | 135 | 23.07 | 65 | 3.03 | 95 | 2.16 |
| 性別 | 男性 | 224 | 40.6 | 25.4 | 33.9 | 91 | 26.93 | 57 | 3.19 | 76 | 2.12 |
| | 女性 | 69 | 62.3 | 11.6 | 26.1 | 43 | 15.30 | 8 | 1.88 | 18 | 2.39 |
| 年代 | 10代 | 40 | 37.5 | 20.0 | 42.5 | 15 | 45.13 | 8 | 4.13 | 17 | 2.71 |
| | 20代 | 98 | 51.0 | 27.6 | 21.4 | 50 | 13.62 | 27 | 3.52 | 21 | 2.43 |
| | 30代 | 65 | 36.9 | 23.1 | 40.0 | 24 | 30.67 | 15 | 1.93 | 26 | 1.77 |
| | 40代 | 58 | 44.8 | 15.5 | 39.7 | 26 | 22.54 | 9 | 2.00 | 23 | 1.70 |
| | 50代 | 24 | 54.2 | 20.8 | 25.0 | 13 | 15.54 | 5 | 3.80 | 6 | 3.50 |
| | 60代 | 10 | 70.0 | 10.0 | 20.0 | 7 | 33.14 | 1 | 3.00 | 2 | 1.00 |
| | 70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 性年代 | 男性10代 | 23 | 26.1 | 30.4 | 43.5 | 6 | 70.33 | 7 | 4.29 | 10 | 3.20 |
| | 男性20代 | 76 | 42.1 | 31.6 | 26.3 | 32 | 16.78 | 24 | 3.79 | 20 | 2.50 |
| | 男性30代 | 47 | 36.2 | 23.4 | 40.4 | 17 | 41.06 | 11 | 1.91 | 19 | 1.63 |
| | 男性40代 | 53 | 41.5 | 17.0 | 41.5 | 22 | 23.95 | 9 | 2.00 | 22 | 1.64 |
| | 男性50代 | 18 | 55.6 | 27.8 | 16.7 | 10 | 10.10 | 5 | 3.80 | 3 | 3.33 |
| | 男性60代 | 7 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 4 | 41.50 | 1 | 3.00 | 2 | 1.00 |
| | 男性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性10代 | 16 | 50.0 | 6.3 | 43.8 | 8 | 31.25 | 1 | 3.00 | 7 | 2.00 |
| | 女性20代 | 22 | 81.8 | 13.6 | 4.5 | 18 | 8.00 | 3 | 1.33 | 1 | 1.00 |
| | 女性30代 | 17 | 41.2 | 23.5 | 35.3 | 7 | 5.43 | 4 | 2.00 | 6 | 2.33 |
| | 女性40代 | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 14.75 | – | – | 1 | 3.00 |
| | 女性50代 | 6 | 50.0 | – | 50.0 | 3 | 33.67 | – | – | 3 | 3.67 |
| | 女性60代 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 22.00 | – | – | – | – |
| | 女性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 72 | 41.7 | 19.4 | 38.9 | 30 | 11.13 | 14 | 1.93 | 28 | 2.11 |
| | 東京都区部 | 28 | 35.7 | 21.4 | 42.9 | 10 | 14.40 | 6 | 2.33 | 12 | 2.25 |
| | 政令指定都市 | 44 | 45.5 | 18.2 | 36.4 | 20 | 9.50 | 8 | 1.63 | 16 | 2.00 |
| | 大都市 | 116 | 49.1 | 22.4 | 28.4 | 57 | 23.00 | 26 | 2.96 | 33 | 2.09 |
| | 小都市 | 83 | 44.6 | 25.3 | 30.1 | 37 | 29.97 | 21 | 4.14 | 25 | 2.48 |
| | 町村 | 24 | 45.8 | 16.7 | 37.5 | 11 | 32.73 | 4 | 1.50 | 9 | 1.67 |
| 居住地域 | 北海道 | 9 | 55.6 | 33.3 | 11.1 | 5 | 5.00 | 3 | 1.33 | 1 | 1.00 |
| | 東北 | 18 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 8 | 12.63 | 4 | 3.25 | 6 | 1.83 |
| | 北関東 | 10 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 6 | 29.00 | 2 | 10.50 | 2 | 1.50 |
| | 首都圏 | 90 | 43.3 | 21.1 | 35.6 | 39 | 25.85 | 19 | 2.16 | 32 | 1.88 |
| | 北陸 | 12 | 66.7 | 8.3 | 25.0 | 8 | 22.13 | 1 | 1.00 | 3 | 2.33 |
| | 東山 | 14 | 28.6 | 35.7 | 35.7 | 4 | 41.00 | 5 | 4.00 | 5 | 2.40 |
| | 東海 | 27 | 29.6 | 37.0 | 33.3 | 8 | 66.50 | 10 | 5.00 | 9 | 2.56 |
| | 近畿二府一県 | 43 | 37.2 | 32.6 | 30.2 | 16 | 29.38 | 14 | 2.36 | 13 | 2.38 |
| | その他近畿圏 | 8 | 87.5 | – | 12.5 | 7 | 16.71 | – | – | 1 | 2.00 |
| | 中国 | 13 | 46.2 | – | 53.8 | 6 | 2.83 | – | – | 7 | 1.86 |
| | 四国 | 11 | 63.6 | 9.1 | 27.3 | 7 | 4.71 | 1 | 2.00 | 3 | 2.67 |
| | 九州・沖縄 | 40 | 52.5 | 15.0 | 32.5 | 21 | 14.10 | 6 | 2.00 | 13 | 2.62 |
| 職業 | 自営業主 | 24 | 41.7 | 16.7 | 41.7 | 10 | 10.30 | 4 | 4.75 | 10 | 2.20 |
| | 家族従業者 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 3.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 雇用者 | 206 | 46.6 | 23.8 | 29.6 | 96 | 23.07 | 49 | 2.59 | 61 | 1.95 |
| | （小計）就労者 | 232 | 46.1 | 23.3 | 30.6 | 107 | 21.69 | 54 | 2.72 | 71 | 1.99 |
| | 主婦・主夫 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 6.00 | – | – | – | – |
| | 学生 | 49 | 42.9 | 16.3 | 40.8 | 21 | 34.10 | 8 | 5.38 | 20 | 2.80 |
| | 無職 | 6 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 2 | 26.00 | 2 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| | その他 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 6.00 | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 1.00 | 1 | 3.00 | 2 | 3.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 10.00 | 1 | 1.00 | 2 | 3.50 |
| | 高校 | 72 | 40.3 | 27.8 | 31.9 | 29 | 36.03 | 20 | 2.85 | 23 | 2.57 |
| | 短大・高専 | 8 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 2 | 3.50 | 4 | 2.75 | 2 | 3.00 |
| | 専門学校 | 40 | 57.5 | 17.5 | 25.0 | 23 | 19.35 | 7 | 1.57 | 10 | 2.40 |
| | 大学 | 154 | 46.1 | 18.8 | 35.1 | 71 | 21.89 | 29 | 3.86 | 54 | 1.91 |
| | 大学院 | 17 | 52.9 | 23.5 | 23.5 | 9 | 5.89 | 4 | 1.25 | 4 | 1.50 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 6 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 2 | 15.00 | 2 | 3.50 | 2 | 3.50 |
| | 100万円未満 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 13.00 | – | – | 1 | 5.00 |
| | 100～200万円未満 | 5 | 20.0 | 40.0 | 40.0 | 1 | 1.00 | 2 | 2.50 | 2 | 3.00 |
| | 200～300万円未満 | 19 | 31.6 | 42.1 | 26.3 | 6 | 27.67 | 8 | 2.75 | 5 | 2.80 |
| | 300～400万円未満 | 22 | 50.0 | 22.7 | 27.3 | 11 | 22.73 | 5 | 1.80 | 6 | 2.83 |
| | 400～500万円未満 | 37 | 40.5 | 24.3 | 35.1 | 15 | 12.20 | 9 | 3.67 | 13 | 2.15 |
| | 500～600万円未満 | 27 | 66.7 | 14.8 | 18.5 | 18 | 37.83 | 4 | 4.00 | 5 | 2.60 |
| | 600～700万円未満 | 24 | 37.5 | 29.2 | 33.3 | 9 | 15.56 | 7 | 3.29 | 8 | 1.63 |
| | 700～800万円未満 | 27 | 37.0 | 22.2 | 40.7 | 10 | 24.20 | 6 | 2.00 | 11 | 2.18 |
| | 800～1000万円未満 | 38 | 36.8 | 18.4 | 44.7 | 14 | 22.71 | 7 | 2.29 | 17 | 2.18 |
| | 1000～1200万円未満 | 20 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 12 | 15.33 | 4 | 1.75 | 4 | 1.75 |
| | 1200万円以上 | 17 | 52.9 | 11.8 | 35.3 | 9 | 50.33 | 2 | 10.50 | 6 | 1.33 |
| | わからない | 28 | 42.9 | 17.9 | 39.3 | 12 | 10.58 | 5 | 4.00 | 11 | 1.45 |
| | 答えたくない | 21 | 61.9 | 19.0 | 19.0 | 13 | 23.08 | 4 | 1.50 | 4 | 2.50 |
| 未既婚 | 既婚者 | 133 | 51.9 | 18.8 | 29.3 | 69 | 25.65 | 25 | 2.60 | 39 | 1.92 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 159 | 40.3 | 24.5 | 35.2 | 64 | 20.83 | 39 | 3.31 | 56 | 2.32 |
| | 答えたくない | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 5.50 | 1 | 3.00 | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 78 | 37.2 | 33.3 | 29.5 | 29 | 11.90 | 26 | 3.38 | 23 | 2.39 |
| | 夫婦のみ・子なし | 37 | 64.9 | 16.2 | 18.9 | 24 | 32.08 | 6 | 2.00 | 7 | 2.29 |
| | 夫婦・子あり | 88 | 47.7 | 18.2 | 34.1 | 42 | 18.93 | 16 | 2.44 | 30 | 1.67 |
| | 親と同居（未婚） | 36 | 38.9 | 22.2 | 38.9 | 14 | 10.57 | 8 | 1.63 | 14 | 1.79 |
| | 2世帯以上同居 | 14 | 50.0 | 35.7 | 14.3 | 7 | 89.43 | 5 | 7.60 | 2 | 4.00 |
| | その他 | 39 | 43.6 | 7.7 | 48.7 | 17 | 24.65 | 3 | 1.33 | 19 | 2.37 |
| | 答えたくない | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 5.50 | 1 | 3.00 | – | – |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 110 | 37.3 | 25.5 | 37.3 | 41 | 38.07 | 28 | 4.25 | 41 | 2.95 |
| | 週に1～2日 | 104 | 44.2 | 17.3 | 38.5 | 46 | 25.02 | 18 | 2.06 | 40 | 1.63 |
| | （小計）週に1日以上計 | 214 | 40.7 | 21.5 | 37.9 | 87 | 31.17 | 46 | 3.39 | 81 | 2.30 |
| | （小計）週1日未満 | 71 | 59.2 | 25.4 | 15.5 | 42 | 9.29 | 18 | 2.11 | 11 | 1.45 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 10 | 60.0 | 10.0 | 30.0 | 6 | 2.00 | 1 | 3.00 | 3 | 1.00 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 295 | 45.8 | 22.0 | 32.2 | 135 | 23.07 | 65 | 3.03 | 95 | 2.16 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 66 | 31.8 | 19.7 | 48.5 | 21 | 46.05 | 13 | 3.08 | 32 | 3.25 |
| | 週に2日 | 45 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 18 | 41.83 | 9 | 4.89 | 18 | 1.94 |
| | （小計）週に2日以上計 | 111 | 35.1 | 19.8 | 45.0 | 39 | 44.10 | 22 | 3.82 | 50 | 2.78 |
| | （小計）週2日未満 | 141 | 45.4 | 27.7 | 27.0 | 64 | 18.86 | 39 | 2.74 | 38 | 1.53 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 15 | 60.0 | 13.3 | 26.7 | 9 | 2.44 | 2 | 2.00 | 4 | 1.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 267 | 41.9 | 23.6 | 34.5 | 112 | 26.33 | 63 | 3.10 | 92 | 2.18 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 28 | 82.1 | 7.1 | 10.7 | 23 | 7.17 | 2 | 1.00 | 3 | 1.33 |
| ※2 すると・みると・ささえるの回～以上～ | する・みる・ささえるⅡ週1 | 83 | 41.0 | 16.9 | 42.2 | 34 | 40.44 | 14 | 4.21 | 35 | 2.83 |
| | する・みる | 101 | 39.6 | 24.8 | 35.6 | 40 | 22.13 | 25 | 3.28 | 36 | 1.94 |
| | する・ささえる | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 102.33 | 1 | 2.00 | – | – |
| | するのみ | 26 | 38.5 | 23.1 | 38.5 | 10 | 14.50 | 6 | 2.17 | 10 | 1.70 |
| | みる・ささえる | 17 | 70.6 | 17.6 | 11.8 | 12 | 4.75 | 3 | 5.00 | 2 | 1.00 |
| | みるのみ | 54 | 55.6 | 25.9 | 18.5 | 30 | 10.93 | 14 | 1.64 | 10 | 1.50 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 10 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 6 | 2.83 | 2 | 1.50 | 2 | 1.00 |

Q14-28. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾄﾞｯｼﾞﾎﾞｰﾙ

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 45 | 44.4 | 17.8 | 37.8 | 20 | 5.00 | 8 | 2.00 | 17 | 2.18 |
| 男性 | 25 | 36.0 | 24.0 | 40.0 | 9 | 6.78 | 6 | 2.00 | 10 | 1.70 |
| 女性 | 20 | 55.0 | 10.0 | 35.0 | 11 | 3.55 | 2 | 2.00 | 7 | 2.86 |
| 10代 | 9 | 44.4 | 11.1 | 44.4 | 4 | 6.25 | 1 | 3.00 | 4 | 2.25 |
| 20代 | 12 | 58.3 | 8.3 | 33.3 | 7 | 8.14 | 1 | 1.00 | 4 | 2.25 |
| 30代 | 9 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 3 | 1.33 | 3 | 2.67 | 3 | 3.00 |
| 40代 | 7 | 57.1 | – | 42.9 | 4 | 1.75 | – | – | 3 | 1.67 |
| 50代 | 5 | 40.0 | 60.0 | – | 2 | 3.50 | 3 | 1.33 | – | – |
| 60代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 2.00 |
| 70代 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.50 |
| 男性10代 | 3 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 3 | 1.33 |
| 男性20代 | 7 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 4 | 13.50 | 1 | 1.00 | 2 | 2.00 |
| 男性30代 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 1.50 | 2 | 3.50 | – | – |
| 男性40代 | 5 | 40.0 | – | 60.0 | 2 | 1.00 | – | – | 3 | 1.67 |
| 男性50代 | 4 | 25.0 | 75.0 | – | 1 | 2.00 | 3 | 1.33 | – | – |
| 男性60代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 2.00 |
| 男性70代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 2.00 |
| 女性10代 | 6 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 4 | 6.25 | 1 | 3.00 | 1 | 5.00 |
| 女性20代 | 5 | 60.0 | – | 40.0 | 3 | 1.00 | – | – | 2 | 2.50 |
| 女性30代 | 5 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | 3 | 3.00 |
| 女性40代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 2.50 | – | – | – | – |
| 女性50代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| 女性60代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性70代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 東京23区・政令指定都市 | 8 | 37.5 | 12.5 | 50.0 | 3 | 11.00 | 1 | 1.00 | 4 | 1.25 |
| 東京都区部 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 政令指定都市 | 7 | 42.9 | 14.3 | 42.9 | 3 | 11.00 | 1 | 1.00 | 3 | 1.33 |
| 大都市 | 19 | 31.6 | 21.1 | 47.4 | 6 | 1.50 | 4 | 1.25 | 9 | 2.33 |
| 小都市 | 14 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 8 | 4.38 | 2 | 4.50 | 4 | 2.75 |
| 町村 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 7.67 | 1 | 1.00 | – | – |
| 北海道 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 5.00 | – | – | 1 | 5.00 |
| 東北 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 20.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| 北関東 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 | 2 | 3.50 |
| 首都圏 | 7 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 2 | 11.00 | 1 | 1.00 | 4 | 1.50 |
| 北陸 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 東山 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | 1 | 1.00 | 2 | 4.50 | – | – |
| 東海 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 1.00 | – | – | 2 | 1.50 |
| 近畿二府一県 | 8 | 75.0 | 12.5 | 12.5 | 6 | 6.33 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| その他近畿圏 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 5.00 |
| 中国 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | 1 | 1.00 | 2 | 1.50 | – | – |
| 四国 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 4.00 | – | – | – | – |
| 九州・沖縄 | 9 | 44.4 | 11.1 | 44.4 | 4 | 1.25 | 1 | 1.00 | 4 | 1.75 |
| 自営業主 | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 1.00 | – | – | 2 | 2.50 |
| 家族従業者 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 3.00 |
| 雇用者 | 32 | 46.9 | 25.0 | 28.1 | 15 | 5.00 | 8 | 2.00 | 9 | 2.00 |
| （小計）就労者 | 37 | 45.9 | 21.6 | 32.4 | 17 | 4.53 | 8 | 2.00 | 12 | 2.17 |
| 主婦・主夫 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 学生 | 6 | 50.0 | – | 50.0 | 3 | 7.67 | – | – | 3 | 2.67 |
| 無職 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.50 |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 高校 | 9 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 4 | 2.00 | 2 | 3.50 | 3 | 2.00 |
| 短大・高専 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 17.50 | 1 | 1.00 | – | – |
| 専門学校 | 5 | 40.0 | – | 60.0 | 2 | 1.00 | – | – | 3 | 3.00 |
| 大学 | 27 | 40.7 | 18.5 | 40.7 | 11 | 4.91 | 5 | 1.60 | 11 | 2.00 |
| 大学院 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 収入なし | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 100万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 100～200万円未満 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 |
| 200～300万円未満 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 2.50 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 300～400万円未満 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 1.33 | 1 | 1.00 | 2 | 3.50 |
| 400～500万円未満 | 6 | 16.7 | 16.7 | 66.7 | 1 | 1.00 | 1 | 3.00 | 4 | 2.75 |
| 500～600万円未満 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 20.00 | – | – | 2 | 2.50 |
| 600～700万円未満 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.00 |
| 700～800万円未満 | 5 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 17.50 | 1 | 8.00 | 2 | 2.50 |
| 800～1000万円未満 | 8 | 75.0 | 12.5 | 12.5 | 6 | 1.50 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 1000～1200万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 1200万円以上 | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 11.00 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| わからない | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 1.50 | – | – | 1 | 2.00 |
| 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 既婚者 | 20 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 8 | 5.63 | 4 | 1.25 | 8 | 1.50 |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 23 | 43.5 | 17.4 | 39.1 | 10 | 5.30 | 4 | 2.75 | 9 | 2.78 |
| 答えたくない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.00 | – | – | – | – |
| 一人暮らし | 12 | 50.0 | 8.3 | 41.7 | 6 | 4.67 | 1 | 3.00 | 5 | 2.80 |
| 夫婦のみ・子なし | 4 | 25.0 | – | 75.0 | 1 | 5.00 | – | – | 3 | 1.33 |
| 夫婦・子あり | 12 | 41.7 | 33.3 | 25.0 | 5 | 7.60 | 4 | 1.25 | 3 | 2.00 |
| 親と同居（未婚） | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 6.00 | 1 | 1.00 |
| 2世帯以上同居 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| その他 | 9 | 44.4 | 11.1 | 44.4 | 4 | 6.25 | 1 | 1.00 | 4 | 2.75 |
| 答えたくない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.00 | – | – | – | – |
| 週に3日以上 | 18 | 33.3 | 11.1 | 55.6 | 6 | 5.33 | 2 | 1.00 | 10 | 2.00 |
| 週に1～2日 | 12 | 33.3 | 41.7 | 25.0 | 4 | 8.50 | 5 | 2.60 | 3 | 2.33 |
| （小計）週に1日以上計 | 30 | 33.3 | 23.3 | 43.3 | 10 | 6.60 | 7 | 2.14 | 13 | 2.08 |
| （小計）週1日未満 | 11 | 72.7 | 9.1 | 18.2 | 8 | 4.00 | 1 | 1.00 | 2 | 4.00 |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 1.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 45 | 44.4 | 17.8 | 37.8 | 20 | 5.00 | 8 | 2.00 | 17 | 2.18 |
| この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 週に3日以上 | 10 | 10.0 | 20.0 | 70.0 | 1 | 5.00 | 2 | 1.00 | 7 | 1.71 |
| 週に2日 | 3 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 1 | 1.00 | 2 | 3.50 |
| （小計）週に2日以上計 | 13 | 7.7 | 23.1 | 69.2 | 1 | 5.00 | 3 | 1.00 | 9 | 2.11 |
| （小計）週2日未満 | 20 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 10 | 6.40 | 5 | 2.60 | 5 | 2.60 |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 1.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 39 | 38.5 | 20.5 | 41.0 | 15 | 4.87 | 8 | 2.00 | 16 | 2.13 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 6 | 83.3 | – | 16.7 | 5 | 5.40 | – | – | 1 | 3.00 |
| する・みる・ささえるⅡ週1 | 18 | 27.8 | 27.8 | 44.4 | 5 | 11.20 | 5 | 2.40 | 8 | 2.00 |
| する・みる | 8 | 50.0 | 12.5 | 37.5 | 4 | 2.25 | 1 | 2.00 | 3 | 3.00 |
| する・ささえる | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| するのみ | – | – | – | – | – | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| みる・ささえる | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | 1 | 3.00 |
| みるのみ | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 1.25 | – | – | 2 | 3.00 |
| ささえるのみ | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| しない・みない・ささえない | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 6.75 | – | – | 1 | 1.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-29. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾊﾝﾄﾞﾎﾞｰﾙ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 36 | 47.2 | 22.2 | 30.6 | 17 | 5.53 | 8 | 4.38 | 11 | 1.73 |
| 性別 | 男性 | 22 | 50.0 | 18.2 | 31.8 | 11 | 5.27 | 4 | 4.00 | 7 | 2.14 |
| | 女性 | 14 | 42.9 | 28.6 | 28.6 | 6 | 6.00 | 4 | 4.75 | 4 | 1.00 |
| 年代 | 10代 | 8 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 4 | 2.75 | 4 | 2.00 |
| | 20代 | 15 | 53.3 | 6.7 | 40.0 | 8 | 4.50 | 1 | 2.00 | 6 | 1.67 |
| | 30代 | 9 | 66.7 | 33.3 | – | 6 | 7.50 | 3 | 7.33 | – | – |
| | 40代 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 2.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 50代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 60代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 10.00 | – | – | – | – |
| | 70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 性年代 | 男性10代 | 4 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 2 | 1.00 | 2 | 3.00 |
| | 男性20代 | 11 | 54.5 | 9.1 | 36.4 | 6 | 5.50 | 1 | 2.00 | 4 | 2.00 |
| | 男性30代 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 4.33 | 1 | 12.00 | – | – |
| | 男性40代 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 2.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 男性50代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 男性60代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 10.00 | – | – | – | – |
| | 男性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性10代 | 4 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 2 | 4.50 | 2 | 1.00 |
| | 女性20代 | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 1.50 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 女性30代 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | 3 | 10.67 | 2 | 5.00 | – | – |
| | 女性40代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性50代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 女性60代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 13 | 38.5 | 15.4 | 46.2 | 5 | 3.00 | 2 | 4.50 | 6 | 2.00 |
| | 東京都区部 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 4.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 政令指定都市 | 9 | 22.2 | 22.2 | 55.6 | 2 | 1.50 | 2 | 4.50 | 5 | 2.20 |
| | 大都市 | 10 | 50.0 | 30.0 | 20.0 | 5 | 8.80 | 3 | 5.00 | 2 | 2.00 |
| | 小都市 | 13 | 53.8 | 23.1 | 23.1 | 7 | 5.00 | 3 | 3.67 | 3 | 1.00 |
| | 町村 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 居住地域 | 北海道 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| | 東北 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 4.00 |
| | 北関東 | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 1.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 首都圏 | 11 | 54.5 | 9.1 | 36.4 | 6 | 3.50 | 1 | 8.00 | 4 | 1.75 |
| | 北陸 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 東山 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 11.33 | – | – | – | – |
| | 東海 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 10.00 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 近畿二府一県 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | 1.00 | – | – |
| | その他近畿圏 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 中国 | 6 | 33.3 | 50.0 | 16.7 | 2 | 1.50 | 3 | 7.00 | 1 | 1.00 |
| | 四国 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 2.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 九州・沖縄 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 20.00 | – | – | 2 | 2.00 |
| 職業 | 自営業主 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | 1 | 3.00 |
| | 家族従業者 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 21 | 66.7 | 9.5 | 23.8 | 14 | 4.36 | 2 | 7.00 | 5 | 1.40 |
| | （小計）就労者 | 25 | 64.0 | 12.0 | 24.0 | 16 | 4.00 | 3 | 5.33 | 6 | 1.67 |
| | 主婦・主夫 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 30.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 学生 | 8 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 4 | 2.75 | 4 | 2.00 |
| | 無職 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 8.00 | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 高校 | 8 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 3 | 10.67 | 2 | 4.50 | 3 | 2.00 |
| | 短大・高専 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 1.33 | – | – | – | – |
| | 専門学校 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 1.50 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 大学 | 18 | 38.9 | 16.7 | 44.4 | 7 | 6.00 | 3 | 3.33 | 8 | 1.63 |
| | 大学院 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 6.50 | 2 | 7.00 | – | – |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 | 2 | 2.50 |
| | 100～200万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 200～300万円未満 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 300～400万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| | 400～500万円未満 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 2.00 | 1 | 8.00 | 1 | 1.00 |
| | 500～600万円未満 | 7 | 71.4 | – | 28.6 | 5 | 10.80 | – | – | 2 | 2.00 |
| | 600～700万円未満 | 7 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 2 | 10.00 | 1 | 2.00 | 4 | 1.25 |
| | 700～800万円未満 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 3.50 | – | – | – | – |
| | 800～1000万円未満 | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 1.50 | – | – | 2 | 2.00 |
| | 1000～1200万円未満 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | 1 | 1.00 | 2 | 10.00 | – | – |
| | 1200万円以上 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | わからない | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | 1.00 | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 未既婚 | 既婚者 | 14 | 50.0 | 21.4 | 28.6 | 7 | 6.57 | 3 | 7.33 | 4 | 1.50 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 21 | 47.6 | 19.0 | 33.3 | 10 | 4.80 | 4 | 2.75 | 7 | 1.86 |
| | 答えたくない | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 12 | 50.0 | 8.3 | 41.7 | 6 | 6.17 | 1 | 1.00 | 5 | 2.00 |
| | 夫婦のみ・子なし | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 2 | 1.33 | 1 | 8.00 | 2 | 2.00 |
| | 夫婦・子あり | 8 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 4 | 10.50 | 2 | 7.00 | 2 | 1.00 |
| | 親と同居（未婚） | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 2.75 | – | – | – | – |
| | 2世帯以上同居 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | その他 | 5 | – | 60.0 | 40.0 | – | – | 3 | 3.33 | 2 | 1.50 |
| | 答えたくない | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 15 | 46.7 | 20.0 | 33.3 | 7 | 4.14 | 3 | 7.33 | 5 | 2.20 |
| | 週に1～2日 | 15 | 40.0 | 33.3 | 26.7 | 6 | 8.50 | 3 | 2.60 | 4 | 1.50 |
| | （小計）週に1日以上計 | 30 | 43.3 | 26.7 | 30.0 | 13 | 6.15 | 6 | 4.38 | 9 | 1.89 |
| | （小計）週1日未満 | 5 | 60.0 | – | 40.0 | 3 | 4.33 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 36 | 47.2 | 22.2 | 30.6 | 17 | 5.53 | 8 | 4.38 | 11 | 1.73 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上かつ頻度 | 軽く汗をかく運動※1 週に3日以上 | 8 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 4 | 1.00 | 2 | 10.00 | 2 | 2.50 |
| | 週に2日 | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 8.75 | – | – | – | – |
| | （小計）週に2日以上計 | 12 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 8 | 4.88 | 2 | 10.00 | 2 | 2.50 |
| | （小計）週2日未満 | 18 | 33.3 | 27.8 | 38.9 | 6 | 8.67 | 3 | 2.80 | 7 | 1.43 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | （小計）軽く汗をかく運動※1を1年以上継続して行った | 31 | 48.4 | 22.6 | 29.0 | 15 | 6.13 | 7 | 4.86 | 9 | 1.67 |
| | 軽く汗をかく運動※1を1年以上継続しなかった・わからない | 5 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 | 2 | 2.00 |
| すべて～週1回以上 | する・みる・ささえる | 10 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 4 | 1.50 | 4 | 4.25 | 2 | 2.00 |
| | する・みる | 17 | 47.1 | 23.5 | 29.4 | 8 | 8.88 | 4 | 4.50 | 5 | 2.20 |
| | する・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 3.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| | みる・ささえる | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 4.33 | – | – | 1 | 1.00 |
| | みるのみ | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |

Q14-30. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ｻｯｶｰ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 427 | 43.1 | 29.3 | 27.6 | 184 | 21.58 | 125 | 3.12 | 118 | 1.83 |
| 性別 | 男性 | 387 | 43.7 | 29.5 | 26.9 | 169 | 20.24 | 114 | 3.04 | 104 | 1.81 |
| | 女性 | 35 | 37.1 | 31.4 | 31.4 | 13 | 32.69 | 11 | 4.00 | 11 | 2.27 |
| 年代 | 10代 | 37 | 27.0 | 37.8 | 35.1 | 10 | 28.00 | 14 | 4.86 | 13 | 2.23 |
| | 20代 | 133 | 48.1 | 27.1 | 24.8 | 64 | 18.61 | 36 | 3.11 | 33 | 2.00 |
| | 30代 | 87 | 43.7 | 26.4 | 29.9 | 38 | 15.11 | 23 | 3.17 | 26 | 2.04 |
| | 40代 | 97 | 43.3 | 30.9 | 25.8 | 42 | 32.95 | 30 | 2.27 | 25 | 1.32 |
| | 50代 | 38 | 44.7 | 34.2 | 21.1 | 17 | 25.06 | 13 | 3.15 | 8 | 1.38 |
| | 60代 | 28 | 42.9 | 17.9 | 39.3 | 12 | 9.50 | 5 | 1.80 | 11 | 1.91 |
| | 70代 | 7 | 14.3 | 57.1 | 28.6 | 1 | 2.00 | 4 | 4.75 | 2 | 1.50 |
| 性年代 | 男性10代 | 31 | 29.0 | 38.7 | 32.3 | 9 | 30.56 | 12 | 5.42 | 10 | 1.90 |
| | 男性20代 | 119 | 48.7 | 26.1 | 25.2 | 58 | 13.95 | 31 | 2.45 | 30 | 2.10 |
| | 男性30代 | 78 | 44.9 | 26.9 | 28.2 | 35 | 12.69 | 21 | 3.38 | 22 | 1.95 |
| | 男性40代 | 91 | 42.9 | 31.9 | 25.3 | 39 | 35.18 | 29 | 2.31 | 23 | 1.35 |
| | 男性50代 | 36 | 44.4 | 33.3 | 22.2 | 16 | 25.50 | 12 | 3.25 | 8 | 1.38 |
| | 男性60代 | 25 | 44.0 | 20.0 | 36.0 | 11 | 10.09 | 5 | 1.80 | 9 | 2.00 |
| | 男性70代 | 7 | 14.3 | 57.1 | 28.6 | 1 | 2.00 | 4 | 4.75 | 2 | 1.50 |
| | 女性10代 | 6 | 16.7 | 33.3 | 50.0 | 1 | 5.00 | 2 | 1.50 | 3 | 3.33 |
| | 女性20代 | 12 | 50.0 | 41.7 | 8.3 | 6 | 63.67 | 5 | 7.20 | 1 | 1.00 |
| | 女性30代 | 8 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 2 | 5.00 | 2 | 1.00 | 4 | 2.50 |
| | 女性40代 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 3.50 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 女性50代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 18.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 女性60代 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 3.00 | – | – | 2 | 1.50 |
| | 女性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 103 | 36.9 | 29.1 | 34.0 | 38 | 12.39 | 30 | 2.80 | 35 | 1.89 |
| | 東京都区部 | 40 | 42.5 | 32.5 | 25.0 | 17 | 9.06 | 13 | 3.00 | 10 | 2.00 |
| | 政令指定都市 | 63 | 33.3 | 27.0 | 39.7 | 21 | 15.10 | 17 | 2.65 | 25 | 1.84 |
| | 大都市 | 174 | 41.4 | 32.2 | 26.4 | 72 | 22.96 | 56 | 3.80 | 46 | 1.89 |
| | 小都市 | 118 | 48.3 | 28.0 | 23.7 | 57 | 27.23 | 33 | 1.97 | 28 | 1.50 |
| | 町村 | 32 | 53.1 | 18.8 | 28.1 | 17 | 17.35 | 6 | 4.67 | 9 | 2.33 |
| 居住地域 | 北海道 | 19 | 21.1 | 42.1 | 36.8 | 4 | 6.00 | 8 | 2.38 | 7 | 3.14 |
| | 東北 | 21 | 28.6 | 9.5 | 61.9 | 6 | 18.50 | 2 | 1.50 | 13 | 1.62 |
| | 北関東 | 26 | 53.8 | 23.1 | 23.1 | 14 | 22.50 | 6 | 1.33 | 6 | 1.83 |
| | 首都圏 | 121 | 45.5 | 30.6 | 24.0 | 55 | 22.35 | 37 | 2.68 | 29 | 1.93 |
| | 北陸 | 18 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 9 | 15.56 | 6 | 3.33 | 3 | 1.67 |
| | 東山 | 10 | 40.0 | 30.0 | 30.0 | 4 | 28.50 | 3 | 11.00 | 3 | 1.33 |
| | 東海 | 43 | 46.5 | 30.2 | 23.3 | 20 | 22.15 | 13 | 3.00 | 10 | 1.50 |
| | 近畿二府一県 | 61 | 32.8 | 36.1 | 31.1 | 20 | 38.95 | 22 | 3.45 | 19 | 1.74 |
| | その他近畿圏 | 14 | 57.1 | 28.6 | 14.3 | 8 | 16.00 | 4 | 1.25 | 2 | 1.50 |
| | 中国 | 30 | 46.7 | 20.0 | 33.3 | 14 | 14.64 | 6 | 6.17 | 10 | 1.60 |
| | 四国 | 14 | 50.0 | 28.6 | 21.4 | 7 | 4.14 | 4 | 3.50 | 3 | 1.33 |
| | 九州・沖縄 | 50 | 46.0 | 28.0 | 26.0 | 23 | 19.74 | 14 | 2.64 | 13 | 2.00 |
| 職業 | 自営業主 | 27 | 63.0 | 14.8 | 22.2 | 17 | 62.82 | 4 | 2.00 | 6 | 1.33 |
| | 家族従業者 | 1 | 100.0 | – | – | – | 3.00 | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 300 | 42.0 | 30.7 | 27.3 | 126 | 19.04 | 92 | 2.55 | 82 | 1.84 |
| | （小計）就労者 | 328 | 43.9 | 29.3 | 26.8 | 144 | 24.10 | 96 | 2.53 | 88 | 1.81 |
| | 主婦・主夫 | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 2.50 | 2 | 1.50 | 1 | 1.00 |
| | 学生 | 62 | 38.7 | 32.3 | 29.0 | 24 | 12.88 | 20 | 5.45 | 18 | 2.22 |
| | 無職 | 13 | 46.2 | 30.8 | 23.1 | 6 | 20.33 | 4 | 2.00 | 3 | 1.33 |
| | その他 | 9 | 44.4 | 11.1 | 44.4 | 4 | 14.00 | 1 | 16.00 | 4 | 2.00 |
| | 答えたくない | 10 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 4 | 2.25 | 2 | 5.50 | 4 | 1.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 7 | 57.1 | 28.6 | 14.3 | 4 | 28.00 | 2 | 10.50 | 1 | 2.00 |
| | 高校 | 93 | 47.3 | 24.7 | 28.0 | 44 | 18.09 | 23 | 4.04 | 26 | 2.00 |
| | 短大・高専 | 13 | 38.5 | 23.1 | 38.5 | 5 | 17.80 | 3 | 1.67 | 5 | 3.40 |
| | 専門学校 | 28 | 50.0 | 21.4 | 28.6 | 14 | 16.29 | 6 | 2.00 | 8 | 1.25 |
| | 大学 | 250 | 39.2 | 33.6 | 27.2 | 98 | 20.91 | 84 | 2.88 | 68 | 1.79 |
| | 大学院 | 33 | 54.5 | 21.2 | 24.2 | 18 | 38.44 | 7 | 2.43 | 8 | 1.38 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 5.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 5.00 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 100万円未満 | 14 | 92.9 | – | 7.1 | 13 | 7.23 | – | – | 1 | 2.00 |
| | 100～200万円未満 | 12 | 58.3 | 16.7 | 25.0 | 7 | 5.71 | 2 | 15.50 | 3 | 2.33 |
| | 200～300万円未満 | 22 | 45.5 | 13.6 | 40.9 | 10 | 23.40 | 3 | 1.67 | 9 | 2.11 |
| | 300～400万円未満 | 25 | 44.0 | 32.0 | 24.0 | 11 | 14.27 | 8 | 4.00 | 6 | 1.33 |
| | 400～500万円未満 | 41 | 41.5 | 31.7 | 26.8 | 17 | 34.06 | 13 | 3.38 | 11 | 2.36 |
| | 500～600万円未満 | 52 | 44.2 | 23.1 | 32.7 | 23 | 24.35 | 12 | 2.33 | 17 | 2.24 |
| | 600～700万円未満 | 36 | 36.1 | 27.8 | 36.1 | 13 | 37.23 | 10 | 1.80 | 13 | 1.77 |
| | 700～800万円未満 | 29 | 41.4 | 41.4 | 17.2 | 12 | 35.08 | 12 | 1.92 | 5 | 1.20 |
| | 800～1000万円未満 | 59 | 39.3 | 32.1 | 28.6 | 22 | 18.32 | 18 | 2.39 | 16 | 1.56 |
| | 1000～1200万円未満 | 28 | 39.3 | 42.9 | 17.9 | 11 | 21.82 | 12 | 4.83 | 5 | 2.00 |
| | 1200万円以上 | 38 | 39.5 | 31.6 | 28.9 | 15 | 18.27 | 12 | 2.17 | 11 | 1.36 |
| | わからない | 37 | 29.7 | 32.4 | 37.8 | 11 | 12.00 | 12 | 3.33 | 14 | 2.00 |
| | 答えたくない | 33 | 54.5 | 27.3 | 18.2 | 18 | 19.33 | 9 | 4.44 | 6 | 1.33 |
| 未既婚 | 既婚者 | 233 | 40.3 | 32.6 | 27.0 | 94 | 29.78 | 76 | 2.76 | 63 | 1.78 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 190 | 46.3 | 24.7 | 28.9 | 88 | 13.25 | 47 | 3.79 | 55 | 1.89 |
| | 答えたくない | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 3.00 | 2 | 1.00 | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 85 | 51.8 | 16.5 | 31.8 | 44 | 10.61 | 14 | 4.79 | 27 | 2.11 |
| | 夫婦のみ・子なし | 81 | 37.7 | 29.5 | 32.8 | 23 | 29.22 | 18 | 2.78 | 20 | 1.65 |
| | 夫婦・子あり | 145 | 44.1 | 33.1 | 22.8 | 64 | 26.97 | 48 | 2.54 | 33 | 2.00 |
| | 親と同居（未婚） | 46 | 39.1 | 30.4 | 30.4 | 18 | 10.44 | 14 | 3.71 | 14 | 1.64 |
| | 2世帯以上同居 | 27 | 33.3 | 40.7 | 25.9 | 9 | 61.11 | 11 | 5.27 | 7 | 1.14 |
| | その他 | 59 | 40.7 | 30.5 | 28.8 | 24 | 15.08 | 18 | 2.17 | 17 | 1.71 |
| | 答えたくない | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 3.00 | 2 | 1.00 | – | – |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 166 | 33.7 | 30.1 | 36.1 | 56 | 42.77 | 50 | 4.40 | 60 | 2.22 |
| | 週に1～2日 | 130 | 36.9 | 30.8 | 32.3 | 48 | 18.81 | 40 | 2.00 | 42 | 1.31 |
| | （小計）週に1日以上計 | 296 | 35.1 | 30.4 | 34.5 | 104 | 31.71 | 90 | 3.33 | 102 | 1.84 |
| | （小計）週1日未満 | 107 | 60.7 | 28.0 | 11.2 | 65 | 8.88 | 30 | 2.80 | 12 | 1.67 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 24 | 62.5 | 20.8 | 16.7 | 15 | 6.40 | 5 | 1.20 | 4 | 2.00 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 427 | 43.1 | 29.3 | 27.6 | 184 | 21.58 | 125 | 3.12 | 118 | 1.83 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上かつ頻度 | 軽く汗をかく運動※1 週に3日以上 | 98 | 32.7 | 29.6 | 37.8 | 32 | 54.59 | 29 | 5.59 | 37 | 2.57 |
| | 週に2日 | 58 | 31.0 | 29.3 | 39.7 | 18 | 40.39 | 17 | 2.00 | 23 | 1.48 |
| | （小計）週に2日以上計 | 156 | 32.1 | 29.5 | 38.5 | 50 | 49.48 | 46 | 4.26 | 60 | 2.15 |
| | （小計）週2日未満 | 207 | 45.4 | 31.4 | 23.2 | 94 | 13.45 | 65 | 2.52 | 48 | 1.44 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 37 | 62.2 | 21.6 | 16.2 | 23 | 5.00 | 8 | 1.13 | 6 | 1.67 |
| | （小計）軽く汗をかく運動※1を1年以上継続して行った | 400 | 41.8 | 29.8 | 28.5 | 167 | 23.07 | 119 | 3.10 | 114 | 1.82 |
| | 軽く汗をかく運動※1を1年以上継続しなかった・わからない | 27 | 63.0 | 22.2 | 14.8 | 17 | 6.94 | 6 | 3.50 | 4 | 2.00 |
| すべて～週1回以上 | する・みる・ささえる | 144 | 27.8 | 32.6 | 39.6 | 40 | 43.18 | 47 | 3.85 | 57 | 1.72 |
| | する・みる | 137 | 43.1 | 27.7 | 29.2 | 59 | 23.85 | 38 | 2.21 | 40 | 1.90 |
| | する・ささえる | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 4.00 |
| | するのみ | 14 | 35.7 | 35.7 | 28.6 | 3 | 32.80 | 5 | 7.00 | 4 | 2.50 |
| | みる・ささえる | 35 | 48.6 | 37.1 | 14.3 | 17 | 16.41 | 13 | 2.54 | 5 | 2.60 |
| | みるのみ | 78 | 69.2 | 20.5 | 10.3 | 54 | 6.74 | 16 | 2.00 | 8 | 1.25 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 18 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 9 | 3.33 | 6 | 4.17 | 3 | 1.67 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-31. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾌｯﾄｻﾙ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 320 | 53.8 | 26.9 | 19.4 | 172 | 14.52 | 86 | 2.55 | 62 | 1.66 |
| 性別 | 男性 | 300 | 53.7 | 25.7 | 20.7 | 161 | 13.12 | 77 | 2.45 | 62 | 1.66 |
| | 女性 | 18 | 55.6 | 44.4 | － | 10 | 32.50 | 8 | 2.38 | － | － |
| 年代 | 10代 | 11 | 27.3 | 54.5 | 18.2 | 3 | 70.67 | 6 | 4.33 | 2 | 1.00 |
| | 20代 | 113 | 60.2 | 21.2 | 18.6 | 68 | 13.56 | 24 | 3.00 | 21 | 1.76 |
| | 30代 | 99 | 57.6 | 24.2 | 18.2 | 57 | 16.12 | 24 | 2.79 | 18 | 1.89 |
| | 40代 | 63 | 49.2 | 33.3 | 17.5 | 31 | 8.48 | 21 | 1.62 | 11 | 1.64 |
| | 50代 | 27 | 40.7 | 37.0 | 22.2 | 11 | 15.09 | 10 | 1.90 | 6 | 1.33 |
| | 60代 | 6 | 16.7 | 16.7 | 66.7 | 1 | 12.00 | 1 | 1.00 | 4 | 1.00 |
| | 70代 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 4.00 | － | － | － | － |
| 性年代 | 男性10代 | 9 | 22.2 | 55.6 | 22.2 | 2 | 102.50 | 5 | 3.20 | 2 | 1.00 |
| | 男性20代 | 105 | 61.0 | 19.0 | 20.0 | 64 | 14.25 | 20 | 2.85 | 21 | 1.76 |
| | 男性30代 | 94 | 55.3 | 25.5 | 19.1 | 52 | 10.62 | 24 | 2.79 | 18 | 1.89 |
| | 男性40代 | 60 | 50.0 | 31.7 | 18.3 | 30 | 8.73 | 19 | 1.63 | 11 | 1.64 |
| | 男性50代 | 26 | 42.3 | 34.6 | 23.1 | 11 | 15.09 | 9 | 2.00 | 6 | 1.33 |
| | 男性60代 | 5 | 20.0 | － | 80.0 | 1 | 12.00 | － | － | 4 | 1.00 |
| | 男性70代 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 4.00 | － | － | － | － |
| | 女性10代 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | 1 | 7.00 | 1 | 10.00 | － | － |
| | 女性20代 | 7 | 57.1 | 42.9 | － | 4 | 2.50 | 3 | 1.33 | － | － |
| | 女性30代 | 4 | 100.0 | － | － | 4 | 76.75 | － | － | － | － |
| | 女性40代 | 3 | 33.3 | 66.7 | － | 1 | 1.00 | 2 | 1.50 | － | － |
| | 女性50代 | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 1.00 | － | － |
| | 女性60代 | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 1.00 | － | － |
| | 女性70代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 110 | 57.3 | 25.5 | 17.3 | 63 | 12.71 | 28 | 1.75 | 19 | 1.68 |
| | 東京都区部 | 46 | 50.0 | 30.4 | 19.6 | 23 | 7.35 | 14 | 1.43 | 9 | 1.33 |
| | 政令指定都市 | 64 | 62.5 | 21.9 | 15.6 | 40 | 15.80 | 14 | 2.07 | 10 | 2.00 |
| | 大都市 | 117 | 49.6 | 30.8 | 19.7 | 58 | 19.90 | 36 | 2.89 | 23 | 1.87 |
| | 小都市 | 77 | 57.1 | 22.1 | 20.8 | 44 | 11.77 | 17 | 1.88 | 16 | 1.13 |
| | 町村 | 16 | 43.8 | 31.3 | 25.0 | 7 | 3.57 | 5 | 6.80 | 4 | 2.50 |
| 居住地域 | 北海道 | 18 | 55.6 | 16.7 | 27.8 | 10 | 43.50 | 3 | 4.67 | 5 | 2.00 |
| | 東北 | 15 | 60.0 | 13.3 | 26.7 | 9 | 4.22 | 2 | 1.50 | 4 | 2.25 |
| | 北関東 | 11 | 72.7 | 18.2 | 9.1 | 8 | 12.13 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 首都圏 | 110 | 48.2 | 31.8 | 20.0 | 53 | 10.23 | 35 | 1.46 | 22 | 1.36 |
| | 北陸 | 19 | 57.9 | 15.8 | 26.3 | 11 | 31.27 | 3 | 2.33 | 5 | 1.60 |
| | 東山 | 5 | 60.0 | 40.0 | － | 3 | 5.33 | 2 | 11.50 | － | － |
| | 東海 | 38 | 44.7 | 34.2 | 21.1 | 17 | 11.29 | 13 | 3.23 | 8 | 1.00 |
| | 近畿二府一県 | 45 | 60.0 | 28.9 | 11.1 | 27 | 9.15 | 13 | 2.92 | 5 | 2.00 |
| | その他近畿圏 | 7 | 85.7 | 14.3 | － | 6 | 9.83 | 1 | 1.00 | － | － |
| | 中国 | 16 | 62.5 | 25.0 | 12.5 | 10 | 25.10 | 4 | 3.75 | 2 | 1.50 |
| | 四国 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 11.00 | 1 | 10.00 | 2 | 1.50 |
| | 九州・沖縄 | 30 | 50.0 | 23.3 | 26.7 | 15 | 16.27 | 7 | 1.86 | 8 | 2.63 |
| 職業 | 自営業主 | 19 | 52.6 | 26.3 | 21.1 | 10 | 6.30 | 5 | 3.80 | 4 | 1.75 |
| | 家族従業者 | 2 | 100.0 | － | － | 2 | 3.00 | － | － | － | － |
| | 雇用者 | 257 | 53.7 | 26.1 | 20.2 | 138 | 14.59 | 67 | 2.45 | 52 | 1.73 |
| | （小計）就労者 | 278 | 54.0 | 25.9 | 20.1 | 150 | 13.89 | 72 | 2.54 | 56 | 1.73 |
| | 主婦・主夫 | 3 | 100.0 | － | － | 3 | 9.67 | － | － | － | － |
| | 学生 | 30 | 46.7 | 36.7 | 16.7 | 14 | 23.86 | 11 | 3.00 | 5 | 1.00 |
| | 無職 | 5 | 60.0 | 40.0 | － | 3 | 6.00 | 2 | 1.00 | － | － |
| | その他 | 3 | 66.7 | 33.3 | － | 2 | 17.00 | 1 | 1.00 | － | － |
| | 答えたくない | 1 | － | － | 100.0 | － | － | － | － | 1 | 1.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 2 | 100.0 | － | － | 2 | 17.50 | － | － | － | － |
| | 高校 | 58 | 44.8 | 20.7 | 34.5 | 26 | 10.15 | 12 | 3.33 | 20 | 1.90 |
| | 短大・高専 | 12 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 6 | 6.67 | 3 | 1.33 | 3 | 3.00 |
| | 専門学校 | 20 | 50.0 | 30.0 | 20.0 | 10 | 6.70 | 6 | 1.50 | 4 | 1.25 |
| | 大学 | 199 | 56.3 | 28.1 | 15.6 | 112 | 16.16 | 56 | 2.70 | 31 | 1.52 |
| | 大学院 | 28 | 57.1 | 28.6 | 14.3 | 16 | 17.63 | 8 | 1.63 | 4 | 1.00 |
| | その他 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 2.00 | － | － |
| 世帯年収 | 収入なし | 1 | － | － | 100.0 | － | － | － | － | 1 | 1.00 |
| | 100万円未満 | 9 | 66.7 | 22.2 | 11.1 | 6 | 10.33 | 2 | 1.50 | 1 | 1.00 |
| | 100～200万円未満 | 5 | 80.0 | － | 20.0 | 4 | 53.00 | － | － | 1 | 1.00 |
| | 200～300万円未満 | 9 | 44.4 | － | 55.6 | 4 | 8.50 | － | － | 5 | 1.20 |
| | 300～400万円未満 | 24 | 45.8 | 25.0 | 29.2 | 11 | 14.73 | 6 | 3.33 | 7 | 1.86 |
| | 400～500万円未満 | 33 | 57.6 | 15.2 | 27.3 | 19 | 32.05 | 5 | 5.20 | 9 | 2.11 |
| | 500～600万円未満 | 47 | 63.8 | 14.9 | 21.3 | 30 | 7.90 | 7 | 2.86 | 10 | 2.70 |
| | 600～700万円未満 | 35 | 62.9 | 31.4 | 5.7 | 22 | 11.59 | 11 | 1.64 | 2 | 1.00 |
| | 700～800万円未満 | 27 | 37.0 | 29.6 | 33.3 | 10 | 6.80 | 8 | 2.13 | 8 | 1.00 |
| | 800～1000万円未満 | 45 | 60.0 | 28.9 | 11.1 | 27 | 17.07 | 13 | 2.15 | 5 | 2.20 |
| | 1000～1200万円未満 | 21 | 47.6 | 33.3 | 19.0 | 10 | 5.10 | 7 | 1.43 | 4 | 1.25 |
| | 1200万円以上 | 31 | 54.8 | 32.3 | 12.9 | 17 | 11.65 | 10 | 2.30 | 4 | 1.00 |
| | わからない | 13 | 30.8 | 69.2 | － | 4 | 3.75 | 5 | 2.44 | － | － |
| | 答えたくない | 20 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 8 | 16.75 | 8 | 4.00 | 4 | 1.00 |
| 未既婚 | 既婚者 | 167 | 55.1 | 24.0 | 21.0 | 92 | 10.38 | 40 | 2.28 | 35 | 1.77 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 150 | 53.3 | 29.3 | 17.3 | 80 | 19.29 | 44 | 2.61 | 26 | 1.54 |
| | 答えたくない | 3 | － | 66.7 | 33.3 | － | － | 2 | 6.50 | 1 | 1.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 85 | 54.1 | 22.4 | 23.5 | 46 | 22.57 | 19 | 2.95 | 20 | 1.70 |
| | 夫婦のみ・子なし | 51 | 54.9 | 25.5 | 19.6 | 28 | 13.54 | 13 | 1.69 | 10 | 1.60 |
| | 夫婦・子あり | 105 | 57.1 | 23.8 | 19.0 | 60 | 8.93 | 25 | 1.92 | 20 | 2.00 |
| | 親と同居（未婚） | 40 | 47.5 | 45.0 | 7.5 | 19 | 20.95 | 18 | 1.83 | 3 | 1.00 |
| | 2世帯以上同居 | 13 | 53.8 | 23.1 | 23.1 | 7 | 8.29 | 3 | 10.33 | 3 | 1.33 |
| | その他 | 23 | 52.2 | 26.1 | 21.7 | 12 | 7.42 | 6 | 2.67 | 5 | 1.00 |
| | 答えたくない | 3 | － | 66.7 | 33.3 | － | － | 2 | 6.50 | 1 | 1.00 |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 103 | 48.5 | 23.3 | 28.2 | 50 | 24.02 | 24 | 2.75 | 29 | 1.90 |
| | 週に1～2日 | 99 | 50.5 | 24.2 | 25.3 | 50 | 18.40 | 24 | 1.75 | 25 | 1.60 |
| | （小計）週に1日以上計 | 202 | 49.5 | 23.8 | 26.7 | 100 | 21.21 | 48 | 2.25 | 54 | 1.76 |
| | （小計）週1日未満 | 102 | 64.7 | 29.4 | 5.9 | 66 | 5.02 | 30 | 2.63 | 6 | 1.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 16 | 37.5 | 50.0 | 12.5 | 6 | 7.67 | 8 | 4.00 | 2 | 1.00 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 320 | 53.8 | 26.9 | 19.4 | 172 | 14.52 | 86 | 2.55 | 62 | 1.66 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 57 | 43.9 | 24.6 | 31.6 | 25 | 36.20 | 14 | 3.29 | 18 | 2.22 |
| | 週に2日 | 40 | 47.5 | 22.5 | 30.0 | 19 | 33.95 | 9 | 2.22 | 12 | 1.58 |
| | （小計）週に2日以上計 | 97 | 45.4 | 23.7 | 30.9 | 44 | 35.23 | 23 | 2.87 | 30 | 1.97 |
| | （小計）週2日未満 | 179 | 58.1 | 27.4 | 14.5 | 104 | 8.17 | 49 | 2.22 | 26 | 1.46 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 28 | 42.9 | 39.3 | 17.9 | 12 | 4.58 | 11 | 3.45 | 5 | 1.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 304 | 52.6 | 27.3 | 20.1 | 160 | 15.34 | 83 | 2.57 | 61 | 1.67 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 16 | 75.0 | 18.8 | 6.3 | 12 | 3.58 | 3 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| ※2 する・みる・ささえる回～以上～週1 | する・みる・ささえる | 86 | 44.2 | 26.7 | 29.1 | 38 | 26.05 | 23 | 2.65 | 25 | 1.92 |
| | する・みる | 108 | 52.8 | 22.2 | 25.0 | 57 | 17.49 | 24 | 1.88 | 27 | 1.52 |
| | する・ささえる | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | するのみ | 8 | 62.5 | 12.5 | 25.0 | 5 | 26.80 | 1 | 2.00 | 2 | 3.00 |
| | みる・ささえる | 21 | 47.6 | 47.6 | 4.8 | 10 | 3.60 | 10 | 2.90 | 1 | 1.00 |
| | みるのみ | 75 | 65.3 | 29.3 | 5.3 | 49 | 5.12 | 22 | 1.59 | 4 | 1.00 |
| | ささえるのみ | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | 22 | 59.1 | 27.3 | 13.6 | 13 | 6.92 | 6 | 7.83 | 3 | 1.00 |

Q14-32. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾗｸﾞﾋﾞｰ・ｱﾒﾘｶﾝﾌｯﾄﾎﾞｰﾙ・ﾀｸﾞﾗｸﾞﾋﾞｰ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 31 | 45.2 | 19.4 | 35.5 | 14 | 16.71 | 6 | 2.50 | 11 | 2.18 |
| 性別 | 男性 | 26 | 46.2 | 15.4 | 38.5 | 12 | 18.25 | 4 | 3.25 | 10 | 2.30 |
| | 女性 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 7.50 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 年代 | 10代 | 3 | 33.3 | － | 66.7 | 1 | 5.00 | － | － | 2 | 3.00 |
| | 20代 | 12 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 4 | 27.50 | 4 | 2.75 | 4 | 2.25 |
| | 30代 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 2.00 | － | － | － | － |
| | 40代 | 5 | 60.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 17.00 | 1 | 3.00 | 2 | 1.00 |
| | 50代 | 5 | 60.0 | － | 40.0 | 3 | 20.67 | － | － | 2 | 3.00 |
| | 60代 | 3 | 66.7 | 33.3 | － | 2 | 2.00 | 1 | 1.00 | － | － |
| | 70代 | 1 | － | － | 100.0 | － | － | － | － | 1 | 1.00 |
| 性年代 | 男性10代 | 2 | － | － | 100.0 | － | － | － | － | 2 | 3.00 |
| | 男性20代 | 9 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 4 | 27.50 | 2 | 4.50 | 3 | 2.67 |
| | 男性30代 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 2.00 | － | － | － | － |
| | 男性40代 | 5 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 20.50 | 1 | 3.00 | 2 | 1.00 |
| | 男性50代 | 5 | 60.0 | － | 40.0 | 3 | 20.67 | － | － | 2 | 3.00 |
| | 男性60代 | 3 | 66.7 | 33.3 | － | 2 | 2.00 | 1 | 1.00 | － | － |
| | 男性70代 | 1 | － | － | 100.0 | － | － | － | － | 1 | 1.00 |
| | 女性10代 | 1 | － | － | － | 1 | 5.00 | － | － | － | － |
| | 女性20代 | 2 | － | 50.0 | 50.0 | － | － | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 女性30代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 女性40代 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 10.00 | － | － | － | － |
| | 女性50代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 女性60代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 女性70代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 4 | 3.75 | 1 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| | 東京都区部 | 3 | 33.3 | － | 66.7 | 1 | 5.00 | － | － | 2 | 1.00 |
| | 政令指定都市 | 4 | 75.0 | 25.0 | － | 3 | 3.33 | 1 | 1.00 | － | － |
| | 大都市 | 14 | 42.9 | 21.4 | 35.7 | 6 | 27.67 | 3 | 4.00 | 5 | 3.00 |
| | 小都市 | 6 | 33.3 | 16.7 | 50.0 | 2 | 6.00 | 1 | 1.00 | 3 | 2.00 |
| | 町村 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 20.50 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 居住地域 | 北海道 | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 1.00 | － | － |
| | 東北 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 40.00 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 北関東 | 2 | 100.0 | － | － | 2 | 30.00 | － | － | － | － |
| | 首都圏 | 10 | 50.0 | 20.0 | 30.0 | 5 | 3.00 | 2 | 4.00 | 3 | 2.00 |
| | 北陸 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 東山 | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 3.00 | － | － |
| | 東海 | 2 | 50.0 | － | 50.0 | 1 | 100.00 | － | － | 1 | 5.00 |
| | 近畿二府一県 | 5 | 60.0 | － | 40.0 | 3 | 4.33 | － | － | 2 | 1.00 |
| | その他近畿圏 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 中国 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 四国 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 九州・沖縄 | 7 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 2 | 3.00 | 1 | 1.00 | 4 | 2.50 |
| 職業 | 自営業主 | 2 | 100.0 | － | － | 2 | 3.50 | － | － | － | － |
| | 家族従業者 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 雇用者 | 21 | 47.6 | 19.0 | 33.3 | 10 | 21.20 | 4 | 3.25 | 7 | 2.29 |
| | （小計）就労者 | 23 | 52.2 | 17.4 | 30.4 | 12 | 18.25 | 4 | 3.25 | 7 | 2.29 |
| | 主婦・主夫 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 10.00 | － | － | － | － |
| | 学生 | 3 | 33.3 | － | 66.7 | 1 | 5.00 | － | － | 2 | 3.00 |
| | 無職 | 2 | － | 50.0 | 50.0 | － | － | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | その他 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 高校 | 8 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 2 | 3.00 | 2 | 1.50 | 4 | 1.25 |
| | 短大・高専 | 2 | － | 50.0 | 50.0 | － | － | 1 | 7.00 | 1 | 5.00 |
| | 専門学校 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 大学 | 18 | 61.1 | 11.1 | 27.8 | 11 | 17.09 | 2 | 2.00 | 5 | 2.60 |
| | 大学院 | 2 | 50.0 | － | 50.0 | 1 | 40.00 | － | － | 1 | 1.00 |
| | その他 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 1.00 | － | － |
| 世帯年収 | 収入なし | 1 | － | － | 100.0 | － | － | － | － | 1 | 5.00 |
| | 100万円未満 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 100～200万円未満 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 200～300万円未満 | 3 | 33.3 | － | 66.7 | 1 | 1.00 | － | － | 2 | 1.00 |
| | 300～400万円未満 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 400～500万円未満 | 3 | 66.7 | － | 33.3 | 2 | 52.50 | － | － | 1 | 3.00 |
| | 500～600万円未満 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 4.00 | 1 | 7.00 | 2 | 2.50 |
| | 600～700万円未満 | 2 | 50.0 | － | 50.0 | 1 | 1.00 | － | － | 1 | 1.00 |
| | 700～800万円未満 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 6.00 | 1 | 1.00 | 1 | 4.00 |
| | 800～1000万円未満 | 3 | 100.0 | － | － | 3 | 27.00 | － | － | － | － |
| | 1000～1200万円未満 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | 1 | 20.00 | 1 | 3.00 | － | － |
| | 1200万円以上 | 2 | 50.0 | － | 50.0 | 1 | 5.00 | － | － | 1 | 1.00 |
| | わからない | 2 | － | － | 100.0 | － | － | － | － | 2 | 1.50 |
| | 答えたくない | 5 | 40.0 | 60.0 | － | 2 | 2.50 | 3 | 1.33 | － | － |
| 未既婚 | 既婚者 | 16 | 50.0 | 6.3 | 43.8 | 8 | 12.88 | 1 | 3.00 | 7 | 1.86 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 14 | 42.9 | 28.6 | 28.6 | 6 | 21.83 | 4 | 2.75 | 4 | 2.75 |
| | 答えたくない | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 1.00 | － | － |
| 家族構成 | 一人暮らし | 11 | 54.5 | 36.4 | 9.1 | 6 | 21.83 | 4 | 2.75 | 1 | 4.00 |
| | 夫婦のみ・子なし | 1 | 42.9 | － | 57.1 | 3 | 5.33 | － | － | 4 | 1.75 |
| | 夫婦・子あり | 8 | 50.0 | 12.5 | 37.5 | 4 | 11.75 | 1 | 3.00 | 3 | 2.00 |
| | 親と同居（未婚） | 2 | － | － | 100.0 | － | － | － | － | 2 | 1.00 |
| | 2世帯以上同居 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | その他 | 1 | 40.00 | － | － | － | － | － | － | 1 | 5.00 |
| | 答えたくない | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 1.00 | － | － |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 4 | 26.75 | 3 | 3.00 | 2 | 2.50 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 |
| | 週に1～2日 | 7 | 15.00 | 1 | 2.00 | 3 | 3.33 | － | － | 3 | 3.33 |
| | （小計）週に1日以上計 | 11 | 19.27 | 4 | 2.75 | 5 | 2.44 | 1 | 1.00 | 4 | 2.75 |
| | （小計）週1日未満 | 3 | 7.33 | 1 | 3.00 | 1 | 1.00 | － | － | 1 | 1.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 14 | 16.71 | 6 | 2.50 | 11 | 2.18 | 1 | 1.00 | 10 | 1.90 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 2 | 50.50 | 1 | 1.00 | 3 | 3.00 | － | － | 2 | 1.50 |
| | 週に2日 | 2 | 5.00 | － | － | 2 | 1.50 | － | － | 2 | 1.50 |
| | （小計）週に2日以上計 | 4 | 27.75 | 1 | 1.00 | 5 | 2.40 | － | － | 4 | 1.50 |
| | （小計）週2日未満 | 7 | 16.57 | 3 | 3.67 | 4 | 1.50 | － | － | 4 | 1.50 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 1 | 2.00 | 2 | 1.50 | 1 | 1.00 | － | － | 1 | 1.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 12 | 19.08 | 6 | 2.50 | 10 | 1.90 | － | － | 9 | 1.67 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 2 | 2.50 | － | － | 1 | 5.00 | － | － | 1 | 5.00 |
| ※2 する・みる・ささえる回～以上～週1 | する・みる・ささえる | 6 | 10.33 | 3 | 3.33 | 2 | 2.13 | － | － | 2 | 2.13 |
| | する・みる | 5 | 30.00 | 1 | 1.00 | － | － | － | － | － | － |
| | する・ささえる | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | するのみ | 1 | 20.00 | － | － | 1 | 1.00 | － | － | 1 | 1.00 |
| | みる・ささえる | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | みるのみ | 1 | 50.0 | － | 50.0 | － | － | － | － | － | － |
| | ささえるのみ | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | － | － | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | － | － | 1 | 1.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-33. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ｸﾞﾗｳﾝﾄﾞｺﾞｯﾌｹｰ・ﾗｸﾛｽ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 18 | 16.7 | 22.2 | 61.1 | 3 | 10.67 | 4 | 9.00 | 11 | 2.09 |
| 性別 | 男性 | 15 | 6.7 | 20.0 | 73.3 | 1 | 30.00 | 3 | 2.00 | 11 | 2.09 |
| | 女性 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 1.00 | 1 | 30.00 | – | – |
| 年代 | 10代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 5.00 |
| | 20代 | 8 | 25.0 | 37.5 | 37.5 | 2 | 15.50 | 3 | 10.67 | 3 | 3.00 |
| | 30代 | 5 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 1 | 1.00 | 1 | 4.00 | 3 | 1.67 |
| | 40代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 50代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 60代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 70代 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.00 |
| 性年代 | 男性10代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 5.00 |
| | 男性20代 | 6 | 16.7 | 33.3 | 50.0 | 1 | 30.00 | 2 | 1.00 | 3 | 3.00 |
| | 男性30代 | 4 | – | 25.0 | 75.0 | – | – | 1 | 4.00 | 3 | 1.67 |
| | 男性40代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 男性50代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 男性60代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 男性70代 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.00 |
| | 女性10代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性20代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 30.00 | – | – |
| | 女性30代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 女性40代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性50代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性60代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 2 | 15.50 | 1 | 1.00 | 4 | 2.50 |
| | 東京都区部 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 30.00 | 1 | 1.00 | 2 | 3.00 |
| | 政令指定都市 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 1.00 | – | – | 2 | 2.00 |
| | 大都市 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 1.00 | – | – | 2 | 4.00 |
| | 小都市 | 7 | – | 42.9 | 57.1 | – | – | 3 | 11.67 | 4 | 1.00 |
| | 町村 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 居住地域 | 北海道 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 東北 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 北関東 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| | 首都圏 | 8 | 37.5 | 12.5 | 50.0 | 3 | 10.67 | 1 | 1.00 | 4 | 2.25 |
| | 北陸 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 東山 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 東海 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 4.00 |
| | 近畿二府一県 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 30.00 | – | – |
| | その他近畿圏 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 中国 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 四国 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 九州・沖縄 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 2.00 |
| 職業 | 自営業主 | 4 | – | 25.0 | 75.0 | – | – | 1 | 30.00 | 3 | 1.33 |
| | 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 10 | 20.0 | 30.0 | 50.0 | 2 | 15.50 | 3 | 2.00 | 5 | 2.40 |
| | （小計）就労者 | 14 | 14.3 | 28.6 | 57.1 | 2 | 15.50 | 4 | 9.00 | 8 | 2.00 |
| | 主婦・主夫 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 学生 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 5.00 |
| | 無職 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.00 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 高校 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 短大・高専 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| | 専門学校 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 4.00 | 1 | 2.00 |
| | 大学 | 8 | 37.5 | – | 62.5 | 3 | 10.67 | – | – | 5 | 2.00 |
| | 大学院 | 6 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 2 | 15.50 | 4 | 2.50 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| | 100～200万円未満 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 200～300万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 300～400万円未満 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.00 |
| | 400～500万円未満 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 1.00 | – | – | 2 | 1.50 |
| | 500～600万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 600～700万円未満 | 5 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 1 | 1.00 | 1 | 30.00 | 3 | 3.00 |
| | 700～800万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 30.00 | – | – | – | – |
| | 800～1000万円未満 | 3 | – | 66.7 | 33.3 | – | – | 2 | 2.50 | 1 | 2.00 |
| | 1000～1200万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 1200万円以上 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | わからない | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 3.00 |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 未既婚 | 既婚者 | 10 | 10.0 | 30.0 | 60.0 | 1 | 30.00 | 3 | 11.67 | 6 | 1.17 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 7 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 | 4 | 2.50 |
| | 答えたくない | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 6.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 4 | 25.0 | – | 75.0 | 1 | 1.00 | – | – | 3 | 1.67 |
| | 夫婦のみ・子なし | 5 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 1 | 30.00 | 1 | 1.00 | 3 | 1.00 |
| | 夫婦・子あり | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.50 |
| | 親と同居（未婚） | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 1.00 | 1 | 5.00 |
| | 2世帯以上同居 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | 17.00 | – | – |
| | その他 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 6.00 |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 8 | – | 12.5 | 87.5 | – | – | 1 | 30.00 | 7 | 2.57 |
| | 週に1～2日 | 6 | 16.7 | 50.0 | 33.3 | 1 | 30.00 | 3 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| | （小計）週に1日以上計 | 14 | 7.1 | 28.6 | 64.3 | 1 | 30.00 | 4 | 9.00 | 9 | 2.22 |
| | （小計）週1日未満 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 1.00 | – | – | 2 | 1.50 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 18 | 16.7 | 22.2 | 61.1 | 3 | 10.67 | 4 | 9.00 | 11 | 2.09 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続した頻度 | 週に3日以上 | 3 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 3 | 2.33 |
| | 週に2日 | 5 | 20.0 | 40.0 | 40.0 | 1 | 30.00 | 2 | 15.50 | 2 | 1.50 |
| | （小計）週に2日以上計 | 8 | 12.5 | 25.0 | 62.5 | 1 | 30.00 | 2 | 15.50 | 5 | 2.00 |
| | （小計）週2日未満 | 7 | 14.3 | 14.3 | 71.4 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | 5 | 2.40 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 18 | 16.7 | 22.2 | 61.1 | 3 | 10.67 | 4 | 9.00 | 11 | 2.09 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※2 する・みる・ささえる回～Ⅱ以上～Ⅰ週1 | する・みる・ささえる | 7 | – | 42.9 | 57.1 | – | – | 3 | 11.67 | 4 | 2.50 |
| | する・みる | 6 | – | 16.7 | 83.3 | – | – | 1 | 1.00 | 5 | 2.00 |
| | する・ささえる | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 30.00 | – | – | – | – |
| | するのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | みる・ささえる | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 1.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| | みるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | ささえるのみ | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | しない・みない・ささえない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |

Q14-34. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ｶﾞｰﾘﾝｸﾞ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 505 | 64.8 | 17.2 | 18.0 | 327 | 7.61 | 87 | 3.21 | 91 | 1.48 |
| 性別 | 男性 | 278 | 65.1 | 18.7 | 16.2 | 181 | 5.91 | 52 | 3.12 | 45 | 1.40 |
| | 女性 | 222 | 64.4 | 14.9 | 20.7 | 143 | 9.85 | 33 | 3.24 | 46 | 1.57 |
| 年代 | 10代 | 28 | 71.4 | 21.4 | 7.1 | 20 | 2.60 | 6 | 2.83 | 2 | 1.00 |
| | 20代 | 95 | 83.2 | 11.6 | 5.3 | 79 | 4.03 | 11 | 1.64 | 5 | 2.60 |
| | 30代 | 75 | 78.7 | 9.3 | 12.0 | 59 | 2.31 | 7 | 2.29 | 9 | 1.78 |
| | 40代 | 68 | 77.9 | 10.3 | 11.8 | 53 | 2.94 | 7 | 2.14 | 8 | 1.13 |
| | 50代 | 52 | 71.2 | 15.4 | 13.5 | 37 | 5.11 | 8 | 1.88 | 7 | 1.43 |
| | 60代 | 65 | 46.2 | 24.6 | 29.2 | 30 | 8.23 | 16 | 3.13 | 19 | 1.26 |
| | 70代 | 122 | 40.2 | 26.2 | 33.6 | 49 | 28.37 | 32 | 4.63 | 41 | 1.49 |
| 性年代 | 男性10代 | 10 | 70.0 | 30.0 | – | 7 | 1.71 | 3 | 4.33 | – | – |
| | 男性20代 | 55 | 78.2 | 14.5 | 7.3 | 43 | 5.42 | 8 | 1.13 | 4 | 1.50 |
| | 男性30代 | 43 | 79.1 | 11.6 | 9.3 | 34 | 2.71 | 5 | 2.80 | 4 | 2.00 |
| | 男性40代 | 35 | 80.0 | 5.7 | 14.3 | 28 | 3.54 | 2 | 2.50 | 5 | 1.00 |
| | 男性50代 | 27 | 77.8 | 11.1 | 11.1 | 21 | 2.14 | 3 | 1.33 | 3 | 1.33 |
| | 男性60代 | 39 | 56.4 | 23.1 | 20.5 | 22 | 6.55 | 9 | 2.11 | 8 | 1.38 |
| | 男性70代 | 69 | 37.7 | 31.9 | 30.4 | 26 | 17.08 | 22 | 4.45 | 21 | 1.38 |
| | 女性10代 | 18 | 72.2 | 16.7 | 11.1 | 13 | 3.08 | 3 | 1.33 | 2 | 1.00 |
| | 女性20代 | 38 | 92.1 | 5.3 | 2.6 | 35 | 2.26 | 2 | 2.00 | 1 | 7.00 |
| | 女性30代 | 31 | 77.4 | 6.5 | 16.1 | 24 | 1.71 | 2 | 1.00 | 5 | 1.60 |
| | 女性40代 | 32 | 75.0 | 15.6 | 9.4 | 24 | 2.29 | 5 | 2.00 | 3 | 1.33 |
| | 女性50代 | 25 | 64.0 | 20.0 | 16.0 | 16 | 9.00 | 5 | 2.20 | 4 | 1.50 |
| | 女性60代 | 25 | 32.0 | 24.0 | 44.0 | 8 | 12.88 | 6 | 4.33 | 11 | 1.18 |
| | 女性70代 | 53 | 43.4 | 18.9 | 37.7 | 23 | 41.13 | 10 | 5.00 | 20 | 1.60 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 124 | 65.3 | 12.9 | 21.8 | 81 | 10.42 | 16 | 4.50 | 27 | 1.33 |
| | 東京都区部 | 29 | 82.8 | 6.9 | 10.3 | 24 | 2.21 | 2 | 1.50 | 3 | 2.00 |
| | 政令指定都市 | 95 | 60.0 | 14.7 | 25.3 | 57 | 13.88 | 14 | 4.93 | 24 | 1.25 |
| | 大都市 | 193 | 63.2 | 17.6 | 19.2 | 122 | 3.98 | 34 | 3.26 | 37 | 1.46 |
| | 小都市 | 150 | 65.3 | 20.0 | 14.7 | 98 | 10.13 | 30 | 2.70 | 22 | 1.50 |
| | 町村 | 38 | 68.4 | 18.4 | 13.2 | 26 | 6.35 | 7 | 2.14 | 5 | 2.40 |
| 居住地域 | 北海道 | 17 | 64.7 | 5.9 | 29.4 | 11 | 2.45 | 1 | 31.00 | 5 | 1.80 |
| | 東北 | 40 | 55.0 | 20.0 | 25.0 | 22 | 5.18 | 8 | 2.63 | 10 | 1.10 |
| | 北関東 | 23 | 82.6 | 8.7 | 8.7 | 19 | 8.68 | 2 | 2.50 | 2 | 3.50 |
| | 首都圏 | 120 | 66.7 | 14.2 | 19.2 | 80 | 3.19 | 17 | 2.65 | 23 | 1.39 |
| | 北陸 | 14 | 78.6 | 7.1 | 14.3 | 11 | 6.27 | 1 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| | 東山 | 25 | 72.0 | 16.0 | 12.0 | 18 | 5.61 | 4 | 3.50 | 3 | 2.67 |
| | 東海 | 68 | 66.2 | 23.5 | 10.3 | 45 | 12.67 | 16 | 3.25 | 7 | 1.86 |
| | 近畿二府一県 | 62 | 62.9 | 17.7 | 19.4 | 39 | 2.44 | 11 | 3.27 | 12 | 1.17 |
| | その他近畿圏 | 16 | 68.8 | 12.5 | 18.8 | 11 | 3.64 | 2 | 1.50 | 3 | 1.33 |
| | 中国 | 31 | 71.0 | 12.9 | 16.1 | 22 | 17.05 | 4 | 1.00 | 5 | 1.00 |
| | 四国 | 18 | 55.6 | 27.8 | 16.7 | 10 | 6.10 | 5 | 3.20 | 3 | 1.00 |
| | 九州・沖縄 | 71 | 54.9 | 22.5 | 22.5 | 39 | 15.79 | 16 | 3.13 | 16 | 1.69 |
| 職業 | 自営業主 | 32 | 75.0 | 9.4 | 15.6 | 24 | 2.67 | 3 | 5.00 | 5 | 1.40 |
| | 家族従業者 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 2.00 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 |
| | 雇用者 | 282 | 70.2 | 16.7 | 13.1 | 198 | 4.92 | 47 | 2.60 | 37 | 1.59 |
| | （小計）就労者 | 318 | 70.4 | 16.0 | 13.5 | 224 | 4.65 | 51 | 2.71 | 43 | 1.58 |
| | 主婦・主夫 | 55 | 54.5 | 10.9 | 34.5 | 30 | 21.03 | 6 | 2.17 | 19 | 1.63 |
| | 学生 | 46 | 73.9 | 17.4 | 8.7 | 34 | 3.06 | 8 | 2.38 | 4 | 1.00 |
| | 無職 | 68 | 42.6 | 23.5 | 33.8 | 29 | 22.59 | 16 | 5.19 | 23 | 1.30 |
| | その他 | 11 | 54.5 | 27.3 | 18.2 | 6 | 6.00 | 3 | 5.00 | 2 | 1.00 |
| | 答えたくない | 7 | 57.1 | 42.9 | – | 4 | 5.00 | 3 | 3.67 | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | 10 | 50.0 | 20.0 | 30.0 | 5 | 1.60 | 2 | 1.00 | 3 | 2.67 |
| | 高校 | 128 | 59.4 | 21.9 | 18.8 | 76 | 7.45 | 28 | 3.86 | 24 | 1.71 |
| | 短大・高専 | 46 | 54.2 | 20.8 | 25.0 | 26 | 27.00 | 10 | 4.10 | 12 | 1.00 |
| | 専門学校 | 47 | 63.8 | 12.8 | 23.4 | 30 | 9.50 | 6 | 4.67 | 11 | 1.27 |
| | 大学 | 237 | 67.9 | 15.6 | 16.5 | 161 | 5.07 | 37 | 2.27 | 39 | 1.49 |
| | 大学院 | 28 | 89.3 | 3.6 | 7.1 | 25 | 2.64 | 1 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| | その他 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 30.00 | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 6 | 50.0 | 50.0 | – | 3 | 5.00 | 3 | 5.00 | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 2.00 | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | 16 | 62.5 | 12.5 | 25.0 | 10 | 12.50 | 2 | 5.50 | 4 | 1.75 |
| | 100～200万円未満 | 20 | 55.0 | 20.0 | 25.0 | 11 | 2.55 | 4 | 3.00 | 5 | 1.60 |
| | 200～300万円未満 | 47 | 53.2 | 21.3 | 25.5 | 25 | 15.12 | 10 | 2.90 | 12 | 1.33 |
| | 300～400万円未満 | 41 | 51.2 | 31.7 | 17.1 | 21 | 10.86 | 13 | 2.00 | 7 | 1.57 |
| | 400～500万円未満 | 58 | 63.8 | 13.8 | 22.4 | 37 | 11.57 | 8 | 2.75 | 13 | 1.54 |
| | 500～600万円未満 | 43 | 65.1 | 25.6 | 9.3 | 28 | 7.96 | 11 | 2.36 | 4 | 2.00 |
| | 600～700万円未満 | 24 | 70.8 | 16.7 | 12.5 | 17 | 6.53 | 4 | 3.50 | 3 | 1.33 |
| | 700～800万円未満 | 38 | 60.5 | 7.9 | 31.6 | 23 | 4.13 | 3 | 1.33 | 12 | 1.42 |
| | 800～1000万円未満 | 41 | 78.0 | 4.9 | 17.1 | 32 | 3.84 | 2 | 2.00 | 7 | 1.57 |
| | 1000～1200万円未満 | 29 | 79.3 | 10.3 | 10.3 | 23 | 2.61 | 3 | 3.33 | 3 | 3.00 |
| | 1200万円以上 | 30 | 76.7 | 13.3 | 10.0 | 23 | 2.52 | 4 | 5.50 | 3 | 1.00 |
| | わからない | 53 | 67.9 | 17.0 | 15.1 | 36 | 5.64 | 9 | 3.89 | 8 | 1.25 |
| | 答えたくない | 53 | 56.6 | 20.8 | 22.6 | 30 | 15.67 | 11 | 5.73 | 12 | 1.08 |
| 未既婚 | 既婚者 | 300 | 60.3 | 18.0 | 21.7 | 181 | 8.73 | 54 | 3.69 | 65 | 1.46 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 197 | 72.1 | 15.7 | 12.2 | 142 | 6.26 | 31 | 2.26 | 24 | 1.58 |
| | 答えたくない | 8 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 4 | 4.50 | 2 | 5.00 | 2 | 1.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 101 | 71.3 | 14.9 | 13.9 | 72 | 8.97 | 15 | 1.27 | 14 | 1.93 |
| | 夫婦のみ・子なし | 143 | 51.7 | 22.4 | 25.9 | 74 | 13.19 | 32 | 3.97 | 37 | 1.32 |
| | 夫婦・子あり | 125 | 69.6 | 14.4 | 16.0 | 87 | 5.16 | 18 | 3.78 | 20 | 1.75 |
| | 親と同居（未婚） | 35 | 74.3 | 14.3 | 11.4 | 26 | 2.58 | 5 | 3.20 | 4 | 1.25 |
| | 2世帯以上同居 | 24 | 70.8 | 16.7 | 12.5 | 17 | 6.53 | 4 | 3.50 | 3 | 1.33 |
| | その他 | 69 | 68.1 | 15.9 | 15.9 | 47 | 4.70 | 11 | 2.27 | 11 | 1.18 |
| | 答えたくない | 8 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 4 | 4.50 | 2 | 5.00 | 2 | 1.00 |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 170 | 59.4 | 20.6 | 20.0 | 101 | 13.44 | 35 | 4.23 | 34 | 1.82 |
| | 週に1～2日 | 175 | 57.7 | 18.3 | 24.0 | 101 | 7.34 | 32 | 3.00 | 42 | 1.38 |
| | （小計）週に1日以上計 | 345 | 58.6 | 19.4 | 22.0 | 202 | 10.39 | 67 | 3.64 | 76 | 1.59 |
| | （小計）週1日未満 | 144 | 79.9 | 11.1 | 9.0 | 115 | 2.76 | 16 | 1.69 | 13 | 1.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 16 | 62.5 | 25.0 | 12.5 | 10 | 7.00 | 4 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 505 | 64.8 | 17.2 | 18.0 | 327 | 7.61 | 87 | 3.21 | 91 | 1.49 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続した頻度 | 週に3日以上 | 87 | 56.3 | 21.8 | 21.8 | 49 | 19.31 | 19 | 3.63 | 19 | 1.89 |
| | 週に2日 | 74 | 37.8 | 28.4 | 33.8 | 28 | 18.61 | 21 | 4.29 | 25 | 1.44 |
| | （小計）週に2日以上計 | 161 | 47.8 | 24.8 | 27.3 | 77 | 19.05 | 40 | 3.96 | 44 | 1.64 |
| | （小計）週2日未満 | 222 | 69.8 | 15.3 | 14.9 | 155 | 4.61 | 34 | 2.03 | 33 | 1.33 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 41 | 73.2 | 19.5 | 7.3 | 30 | 4.23 | 8 | 5.50 | 3 | 1.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 424 | 61.8 | 19.3 | 18.9 | 262 | 6.81 | 82 | 3.32 | 80 | 1.49 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 81 | 80.2 | 6.2 | 13.6 | 65 | 2.77 | 5 | 1.40 | 11 | 1.45 |
| ※2 する・みる・ささえる回～Ⅱ以上～Ⅰ週1 | する・みる・ささえる | 64 | 56.3 | 18.8 | 25.0 | 36 | 8.25 | 12 | 3.00 | 16 | 1.88 |
| | する・みる | 239 | 57.3 | 20.9 | 21.8 | 137 | 10.87 | 50 | 3.18 | 52 | 1.44 |
| | する・ささえる | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| | するのみ | 41 | 68.3 | 12.2 | 19.5 | 28 | 10.96 | 5 | 9.80 | 8 | 1.88 |
| | みる・ささえる | 22 | 63.6 | 18.2 | 18.2 | 14 | 2.07 | 4 | 1.75 | 4 | 1.00 |
| | みるのみ | 111 | 80.2 | 11.7 | 8.1 | 89 | 3.33 | 13 | 1.62 | 9 | 1.00 |
| | ささえるのみ | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 26 | 80.8 | 11.5 | 7.7 | 21 | 3.00 | 3 | 2.33 | 2 | 1.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-35. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ｹﾞｰﾄﾎﾞｰﾙ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 19 | 47.4 | 36.8 | 15.8 | 9 | 14.00 | 7 | 4.43 | 3 | 2.67 |
| 性別 | 男性 | 9 | 55.6 | 22.2 | 22.2 | 5 | 23.20 | 2 | 2.00 | 2 | 3.50 |
| | 女性 | 10 | 40.0 | 50.0 | 10.0 | 4 | 2.50 | 5 | 5.40 | 1 | 1.00 |
| 年代 | 10代 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 | － | － |
| | 20代 | 4 | 25.0 | 75.0 | － | 1 | 1.00 | 3 | 2.00 | － | － |
| | 30代 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 1.00 | － | － | － | － |
| | 40代 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 1.00 | － | － | － | － |
| | 50代 | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 12.00 | － | － |
| | 60代 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 2.00 | － | － | － | － |
| | 70代 | 9 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 4 | 29.75 | 2 | 6.00 | 3 | 2.67 |
| 性年代 | 男性10代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 男性20代 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | － | － |
| | 男性30代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 男性40代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 男性50代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 男性60代 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 2.00 | － | － | － | － |
| | 男性70代 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 37.67 | 1 | 2.00 | 2 | 3.50 |
| | 女性10代 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 | － | － |
| | 女性20代 | 2 | － | 100.0 | － | － | － | 2 | 2.00 | － | － |
| | 女性30代 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 1.00 | － | － | － | － |
| | 女性40代 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 1.00 | － | － | － | － |
| | 女性50代 | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 12.00 | － | － |
| | 女性60代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 女性70代 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 6.00 | 1 | 10.00 | 1 | 1.00 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 1.00 | － | － | － | － |
| | 東京都区部 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 1.00 | － | － | － | － |
| | 政令指定都市 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 大都市 | 7 | 42.9 | 57.1 | － | 3 | 1.33 | 4 | 4.25 | － | － |
| | 小都市 | 8 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 4 | 5.25 | 2 | 2.00 | 2 | 3.50 |
| | 町村 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 100.00 | 1 | 10.00 | 1 | 1.00 |
| 居住地域 | 北海道 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 東北 | 3 | 66.7 | 33.3 | － | 2 | 1.50 | 1 | 2.00 | － | － |
| | 北関東 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 首都圏 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | － | － |
| | 北陸 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | 1 | 100.00 | 1 | 10.00 | － | － |
| | 東山 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 東海 | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 2.00 | － | － |
| | 近畿二府一県 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 1.00 | － | － | － | － |
| | その他近畿圏 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 2.00 | － | － | － | － |
| | 中国 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | 1 | 6.00 | 1 | 2.00 | － | － |
| | 四国 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 九州・沖縄 | 7 | 28.6 | 28.6 | 42.9 | 2 | 6.50 | 2 | 7.00 | 3 | 2.67 |
| 職業 | 自営業主 | 3 | 66.7 | 33.3 | － | 2 | 50.50 | 1 | 2.00 | － | － |
| | 家族従業者 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 雇用者 | 2 | － | 100.0 | － | － | － | 2 | 2.00 | － | － |
| | （小計）就労者 | 5 | 40.0 | 60.0 | － | 2 | 50.50 | 3 | 2.00 | － | － |
| | 主婦・主夫 | 2 | 50.0 | － | 50.0 | 1 | 1.00 | － | － | 1 | 1.00 |
| | 学生 | 3 | 66.7 | 33.3 | － | 2 | 1.50 | 1 | 1.00 | － | － |
| | 無職 | 9 | 44.4 | 33.3 | 22.2 | 4 | 5.25 | 3 | 8.00 | 2 | 3.50 |
| | その他 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 最終学歴 | 中学校 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 高校 | 6 | 33.3 | 50.0 | 16.7 | 2 | 6.50 | 3 | 4.33 | 1 | 6.00 |
| | 短大・高専 | 2 | 100.0 | － | － | 2 | 3.50 | － | － | － | － |
| | 専門学校 | 4 | － | 50.0 | 50.0 | － | － | 2 | 7.00 | 2 | 1.00 |
| | 大学 | 7 | 71.4 | 28.6 | － | 5 | 21.20 | 2 | 2.00 | － | － |
| | 大学院 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | その他 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 世帯年収 | 収入なし | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 12.00 | － | － |
| | 100万円未満 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 100～200万円未満 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 200～300万円未満 | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 53.00 | 2 | 6.00 | 1 | 1.00 |
| | 300～400万円未満 | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 4.67 | 1 | 2.00 | 1 | 6.00 |
| | 400～500万円未満 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 1.00 | － | － | － | － |
| | 500～600万円未満 | 2 | － | 100.0 | － | － | － | 2 | 1.50 | － | － |
| | 600～700万円未満 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 700～800万円未満 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 800～1000万円未満 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 1000～1200万円未満 | 2 | 50.0 | － | 50.0 | 1 | 2.00 | － | － | 1 | 1.00 |
| | 1200万円以上 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | わからない | 2 | 50.0 | 50.0 | － | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | － | － |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 2.00 | － | － | － | － |
| 未既婚 | 既婚者 | 11 | 54.5 | 27.3 | 18.2 | 6 | 3.83 | 3 | 2.00 | 2 | 3.50 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 8 | 37.5 | 50.0 | 12.5 | 3 | 34.33 | 4 | 6.25 | 1 | 1.00 |
| | 答えたくない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 家族構成 | 一人暮らし | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 100.00 | 2 | 11.00 | 1 | 1.00 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8 | 62.5 | 25.0 | 12.5 | 5 | 4.40 | 2 | 2.00 | 1 | 6.00 |
| | 夫婦・子あり | 2 | 50.0 | 50.0 | － | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | － | － |
| | 親と同居（未婚） | 3 | 33.3 | 66.7 | － | 1 | 2.00 | 2 | 1.50 | － | － |
| | 2世帯以上同居 | 1 | － | － | 100.0 | － | － | － | － | 1 | 1.00 |
| | その他 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 1.00 | － | － | － | － |
| | 答えたくない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 6 | 20.50 | 4 | 1.75 | 2 | 3.50 |
| | 週に1～2日 | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 1.00 | 2 | 6.00 | 1 | 1.00 |
| | （小計）週に1日以上計 | 16 | 43.8 | 37.5 | 18.8 | 7 | 17.71 | 6 | 3.17 | 3 | 2.67 |
| | （小計）週1日未満 | 3 | 66.7 | 33.3 | － | 2 | 1.00 | 1 | 12.00 | － | － |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 19 | 47.4 | 36.8 | 15.8 | 9 | 14.00 | 7 | 4.43 | 3 | 2.67 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 5.00 | 2 | 1.50 | 1 | 1.00 |
| | 週に2日 | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 34.33 | 1 | 10.00 | 1 | 6.00 |
| | （小計）週に2日以上計 | 11 | 54.5 | 27.3 | 18.2 | 6 | 19.67 | 3 | 4.33 | 2 | 3.50 |
| | （小計）週2日未満 | 6 | 16.7 | 66.7 | 16.7 | 1 | 6.00 | 4 | 4.50 | 1 | 1.00 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 1.00 | － | － | － | － |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 18 | 44.4 | 38.9 | 16.7 | 8 | 15.63 | 7 | 4.43 | 3 | 2.67 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 1.00 | － | － | － | － |
| ※2 する・みる・ささえる回～Ⅱ以上～Ⅰ週 | する・みる・ささえる | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 34.00 | 2 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | する・みる | 10 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 4 | 5.50 | 4 | 3.75 | 2 | 3.50 |
| | する・ささえる | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | するのみ | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | みる・ささえる | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 12.00 | － | － |
| | みるのみ | 2 | 100.0 | － | － | 2 | 1.00 | － | － | － | － |
| | ささえるのみ | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |

Q14-36. この1年間に実施した日数（年・月・週）/柔道

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 51 | 43.1 | 9.8 | 47.1 | 22 | 31.68 | 5 | 2.20 | 24 | 1.88 |
| 男性 | 46 | 41.3 | 10.9 | 47.8 | 19 | 26.37 | 5 | 2.20 | 22 | 1.91 |
| 女性 | 5 | 60.0 | － | 40.0 | 3 | 65.33 | － | － | 2 | 1.50 |
| 10代 | 2 | 50.0 | － | 50.0 | 1 | 1.00 | － | － | 1 | 4.00 |
| 20代 | 18 | 38.9 | 11.1 | 50.0 | 7 | 55.00 | 2 | 1.50 | 9 | 1.22 |
| 30代 | 15 | 53.3 | 6.7 | 40.0 | 8 | 16.50 | 1 | 3.00 | 6 | 1.33 |
| 40代 | 7 | 42.9 | 14.3 | 42.9 | 3 | 19.67 | 1 | 1.00 | 3 | 3.00 |
| 50代 | 7 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 2 | 35.00 | 1 | 4.00 | 4 | 2.75 |
| 60代 | 2 | 50.0 | － | 50.0 | 1 | 50.00 | － | － | 1 | 2.00 |
| 70代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 男性10代 | 2 | 50.0 | － | 50.0 | 1 | 1.00 | － | － | 1 | 4.00 |
| 男性20代 | 14 | 35.7 | 14.3 | 50.0 | 5 | 47.40 | 2 | 1.50 | 7 | 1.14 |
| 男性30代 | 15 | 53.3 | 6.7 | 40.0 | 8 | 16.50 | 1 | 3.00 | 6 | 1.33 |
| 男性40代 | 6 | 33.3 | 16.7 | 50.0 | 2 | 5.50 | 1 | 1.00 | 3 | 3.00 |
| 男性50代 | 7 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 2 | 35.00 | 1 | 4.00 | 4 | 2.75 |
| 男性60代 | 2 | 50.0 | － | 50.0 | 1 | 50.00 | － | － | 1 | 2.00 |
| 男性70代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 女性10代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 女性20代 | 4 | 50.0 | － | 50.0 | 2 | 74.00 | － | － | 2 | 1.50 |
| 女性30代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 女性40代 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 48.00 | － | － | － | － |
| 女性50代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 女性60代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 女性70代 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 東京23区・政令指定都市 | 12 | 41.7 | － | 58.3 | 5 | 5.60 | － | － | 7 | 2.57 |
| 東京都区部 | 5 | 40.0 | － | 60.0 | 2 | 1.00 | － | － | 3 | 2.67 |
| 政令指定都市 | 7 | 42.9 | － | 57.1 | 3 | 8.67 | － | － | 4 | 2.50 |
| 大都市 | 15 | 53.3 | 6.7 | 40.0 | 8 | 22.88 | 1 | 2.00 | 6 | 1.83 |
| 小都市 | 21 | 42.9 | 14.3 | 42.9 | 9 | 54.00 | 3 | 1.67 | 9 | 1.44 |
| 町村 | 3 | － | 33.3 | 66.7 | － | － | 1 | 4.00 | 2 | 1.50 |
| 北海道 | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 4.00 | － | － |
| 東北 | 6 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 2 | 5.50 | 2 | 1.50 | 2 | 1.50 |
| 北関東 | 2 | － | 50.0 | 50.0 | － | － | 1 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| 首都圏 | 18 | 44.4 | 5.6 | 50.0 | 8 | 50.50 | 1 | 1.00 | 9 | 2.22 |
| 北陸 | 1 | － | － | 100.0 | － | － | － | － | 1 | 2.00 |
| 東山 | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 20.00 | － | － | － | － |
| 東海 | 4 | 50.0 | － | 50.0 | 2 | 2.00 | － | － | 2 | 1.50 |
| 近畿二府一県 | 8 | 37.5 | － | 62.5 | 3 | 27.67 | － | － | 5 | 2.20 |
| その他近畿圏 | 2 | 100.0 | － | － | 2 | 27.00 | － | － | － | － |
| 中国 | 3 | 33.3 | － | 66.7 | 1 | 10.00 | － | － | 2 | 1.50 |
| 四国 | 2 | 100.0 | － | － | 2 | 48.00 | － | － | － | － |
| 九州・沖縄 | 3 | 33.3 | － | 66.7 | 1 | 15.00 | － | － | 2 | 1.00 |
| 自営業主 | 6 | 16.7 | － | 83.3 | 1 | 48.00 | － | － | 5 | 1.40 |
| 家族従業者 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 雇用者 | 39 | 46.2 | 12.8 | 41.0 | 18 | 18.78 | 5 | 2.20 | 16 | 1.94 |
| （小計）就労者 | 45 | 42.2 | 11.1 | 46.7 | 19 | 20.32 | 5 | 2.20 | 21 | 1.81 |
| 主婦・主夫 | 1 | － | － | 100.0 | － | － | － | － | 1 | 2.00 |
| 学生 | 4 | 50.0 | － | 50.0 | 2 | 50.50 | － | － | 2 | 2.50 |
| 無職 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| その他 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 答えたくない | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 210.00 | － | － | － | － |
| 中学校 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 高校 | 12 | 66.7 | － | 33.3 | 8 | 38.13 | － | － | 4 | 1.75 |
| 短大・高専 | 1 | － | － | 100.0 | － | － | － | － | 1 | 1.00 |
| 専門学校 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 3.00 | 1 | 3.00 | 2 | 1.50 |
| 大学 | 33 | 36.4 | 12.1 | 51.5 | 12 | 28.42 | 4 | 2.00 | 17 | 2.00 |
| 大学院 | 1 | 100.0 | － | － | － | 48.00 | － | － | － | － |
| その他 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 答えたくない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 収入なし | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 1.00 | － | － | － | － |
| 100万円未満 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 100～200万円未満 | 3 | － | 33.3 | 66.7 | 1 | 1.00 | 2 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| 200～300万円未満 | 3 | 33.3 | － | 66.7 | 1 | 210.00 | － | － | 2 | 1.00 |
| 300～400万円未満 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| 400～500万円未満 | 5 | 40.0 | － | 60.0 | 2 | 26.00 | － | － | 3 | 2.00 |
| 500～600万円未満 | 4 | 100.0 | － | － | 4 | 19.75 | － | － | － | － |
| 600～700万円未満 | 6 | 66.7 | － | 33.3 | 4 | 20.50 | － | － | 2 | 3.50 |
| 700～800万円未満 | 2 | 50.0 | － | 50.0 | 1 | 15.00 | － | － | 1 | 2.00 |
| 800～1000万円未満 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 8.33 | 2 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 1000～1200万円未満 | 7 | 14.3 | － | 85.7 | 1 | 40.00 | － | － | 6 | 2.33 |
| 1200万円以上 | 3 | 33.3 | － | 66.7 | 1 | 100.00 | － | － | 2 | 1.00 |
| わからない | 1 | 100.0 | － | － | 1 | 12.00 | － | － | － | － |
| 答えたくない | 6 | 33.3 | 16.7 | 50.0 | 2 | 40.00 | 1 | 4.00 | 3 | 2.33 |
| 既婚者 | 30 | 36.7 | 6.7 | 56.7 | 11 | 22.91 | 2 | 2.00 | 17 | 2.00 |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 20 | 55.0 | 15.0 | 30.0 | 11 | 40.45 | 3 | 2.33 | 6 | 1.67 |
| 答えたくない | － | － | － | 100.0 | － | － | － | － | 1 | 1.00 |
| 一人暮らし | 15 | 53.3 | 20.0 | 26.7 | 8 | 35.63 | 3 | 2.33 | 4 | 1.25 |
| 夫婦のみ・子なし | 4 | 25.0 | － | 75.0 | 1 | 1.00 | － | － | 3 | 2.67 |
| 夫婦・子あり | 22 | 39.1 | 4.3 | 56.5 | 9 | 24.56 | 1 | 1.00 | 13 | 1.92 |
| 親と同居（未婚） | 2 | 100.0 | － | － | 2 | 56.00 | － | － | － | － |
| 2世帯以上同居 | 3 | － | 33.3 | 66.7 | － | － | 1 | 3.00 | 2 | 1.00 |
| その他 | 3 | 66.7 | － | 33.3 | 2 | 39.00 | － | － | 1 | 4.00 |
| 答えたくない | 1 | － | － | 100.0 | － | － | － | － | 2 | 1.00 |
| 週に3日以上 | 23 | 34.8 | 4.3 | 60.9 | 8 | 32.88 | 1 | 1.00 | 14 | 2.07 |
| 週に1～2日 | 15 | 40.0 | 13.3 | 46.7 | 6 | 50.00 | 2 | 2.00 | 7 | 1.43 |
| （小計）週に1日以上計 | 38 | 36.8 | 7.9 | 55.3 | 14 | 40.21 | 3 | 1.67 | 21 | 1.86 |
| （小計）週1日未満 | 8 | 62.5 | 25.0 | 12.5 | 5 | 16.40 | 2 | 3.00 | 1 | 4.00 |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 5 | 60.0 | － | 40.0 | 3 | 17.33 | － | － | 2 | 1.00 |
| （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 51 | 43.1 | 9.8 | 47.1 | 22 | 31.68 | 5 | 2.20 | 24 | 1.88 |
| この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 15 | 33.3 | － | 66.7 | 5 | 41.80 | － | － | 10 | 2.20 |
| | 7 | 42.9 | － | 57.1 | 3 | 83.33 | － | － | 4 | 2.00 |
| （小計）週に2日以上計 | 22 | 36.4 | － | 63.6 | 8 | 57.38 | － | － | 14 | 2.14 |
| （小計）週2日未満 | 17 | 52.9 | 11.8 | 35.3 | 9 | 20.44 | 2 | 1.50 | 6 | 1.83 |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 10 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 4 | 13.25 | 2 | 3.50 | 4 | 1.00 |
| （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 49 | 42.9 | 8.2 | 49.0 | 21 | 33.14 | 4 | 2.50 | 24 | 1.88 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 2 | 50.0 | 50.0 | － | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | － | － |
| する・みる・ささえる | 16 | 31.3 | 12.5 | 56.3 | 5 | 28.60 | 2 | 2.00 | 9 | 2.22 |
| する・みる | 11 | 36.4 | 9.1 | 54.5 | 4 | 15.00 | 1 | 1.00 | 6 | 1.83 |
| する・ささえる | 4 | 25.0 | － | 75.0 | 1 | 100.00 | － | － | 3 | 1.33 |
| するのみ | 7 | 57.1 | － | 42.9 | 4 | 65.00 | － | － | 3 | 1.33 |
| みる・ささえる | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 1.00 | 2 | 3.00 | 1 | 4.00 |
| みるのみ | 5 | 80.0 | － | 20.0 | 4 | 20.75 | － | － | 1 | 1.00 |
| ささえるのみ | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| しない・みない・ささえない | 4 | 75.0 | － | 25.0 | 3 | 16.67 | － | － | 1 | 1.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-37. この1年間に実施した日数（年・月・週）/剣道

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 100 | 39.0 | 22.0 | 39.0 | 39 | 36.13 | 22 | 4.18 | 39 | 2.21 |
| 性別 | 男性 | 78 | 42.3 | 23.1 | 34.6 | 33 | 38.48 | 18 | 3.83 | 27 | 2.11 |
| | 女性 | 21 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 6 | 23.17 | 3 | 7.00 | 12 | 2.42 |
| 年代 | 10代 | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 78.75 | – | – | 1 | 3.00 |
| | 20代 | 17 | 35.3 | 41.2 | 23.5 | 6 | 13.17 | 7 | 5.29 | 4 | 2.50 |
| | 30代 | 14 | 21.4 | 21.4 | 57.1 | 3 | 13.00 | 3 | 2.33 | 8 | 1.88 |
| | 40代 | 22 | 31.8 | 22.7 | 45.5 | 7 | 35.57 | 5 | 4.80 | 10 | 2.50 |
| | 50代 | 18 | 50.0 | – | 50.0 | 9 | 25.00 | – | – | 9 | 2.00 |
| | 60代 | 14 | 50.0 | 21.4 | 28.6 | 7 | 56.00 | 3 | 1.33 | 4 | 2.25 |
| | 70代 | 10 | 30.0 | 40.0 | 30.0 | 3 | 36.67 | 4 | 5.00 | 3 | 2.00 |
| 性年代 | 男性10代 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 101.00 | – | – | 1 | 3.00 |
| | 男性20代 | 14 | 35.7 | 42.9 | 21.4 | 5 | 14.80 | 6 | 5.50 | 3 | 3.00 |
| | 男性30代 | 12 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 3 | 13.00 | 3 | 2.33 | 6 | 2.00 |
| | 男性40代 | 15 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 6 | 41.33 | 3 | 2.33 | 6 | 2.33 |
| | 男性50代 | 13 | 61.5 | – | 38.5 | 8 | 28.00 | – | – | 5 | 1.00 |
| | 男性60代 | 11 | 54.5 | 18.2 | 27.3 | 6 | 47.00 | 2 | 1.00 | 3 | 2.67 |
| | 男性70代 | 9 | 22.2 | 44.4 | 33.3 | 2 | 50.00 | 4 | 5.00 | 3 | 2.00 |
| | 女性10代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 12.00 | – | – | – | – |
| | 女性20代 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 5.00 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| | 女性30代 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.50 |
| | 女性40代 | 7 | 14.3 | 28.6 | 57.1 | 1 | 1.00 | 2 | 8.50 | 4 | 2.75 |
| | 女性50代 | 5 | 20.0 | – | 80.0 | 1 | 1.00 | – | – | 4 | 3.25 |
| | 女性60代 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 110.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 女性70代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 10.00 | – | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 27 | 48.1 | 18.5 | 33.3 | 13 | 47.92 | 5 | 5.80 | 9 | 2.22 |
| | 東京都区部 | 12 | 50.0 | 8.3 | 41.7 | 6 | 22.83 | 1 | 3.00 | 5 | 2.80 |
| | 政令指定都市 | 15 | 46.7 | 26.7 | 26.7 | 7 | 69.43 | 4 | 6.50 | 4 | 1.50 |
| | 大都市 | 35 | 48.6 | 17.1 | 34.3 | 17 | 28.12 | 6 | 4.33 | 12 | 2.17 |
| | 小都市 | 32 | 28.1 | 31.3 | 40.6 | 9 | 34.22 | 10 | 3.50 | 13 | 2.08 |
| | 町村 | 6 | – | 16.7 | 83.3 | – | – | 1 | 2.00 | 5 | 2.60 |
| 居住地域 | 北海道 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 25.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| | 東北 | 8 | 37.5 | – | 62.5 | 3 | 31.00 | – | – | 5 | 2.00 |
| | 北関東 | 9 | 11.1 | 22.2 | 66.7 | 1 | 16.00 | 2 | 1.00 | 6 | 1.83 |
| | 首都圏 | 23 | 52.2 | 13.0 | 34.8 | 12 | 55.25 | 3 | 4.33 | 8 | 2.38 |
| | 北陸 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 10.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 東山 | 7 | 42.9 | 14.3 | 42.9 | 3 | 8.67 | 1 | 3.00 | 3 | 2.00 |
| | 東海 | 8 | 12.5 | 25.0 | 62.5 | 1 | 1.00 | 2 | 3.00 | 5 | 2.60 |
| | 近畿二府一県 | 13 | 38.5 | 30.8 | 30.8 | 5 | 45.40 | 4 | 5.25 | 4 | 3.00 |
| | その他近畿圏 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 24.00 | – | – | 2 | 3.00 |
| | 中国 | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 1.00 | 2 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| | 四国 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 8.50 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 九州・沖縄 | 15 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 6 | 42.67 | 6 | 6.00 | 3 | 1.67 |
| 職業 | 自営業主 | 10 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 2 | 73.00 | 2 | 4.50 | 6 | 1.67 |
| | 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 67 | 37.3 | 23.9 | 38.8 | 25 | 24.80 | 16 | 3.50 | 26 | 2.19 |
| | （小計）就労者 | 77 | 35.1 | 23.4 | 41.6 | 27 | 28.37 | 18 | 3.61 | 32 | 2.09 |
| | 主婦・主夫 | 4 | 25.0 | – | 75.0 | 1 | 10.00 | – | – | 3 | 1.67 |
| | 学生 | 8 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 4 | 78.25 | 2 | 6.50 | 2 | 4.50 |
| | 無職 | 8 | 62.5 | 12.5 | 25.0 | 5 | 41.60 | 1 | 4.00 | 2 | 2.50 |
| | その他 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 10.00 | – | – |
| | 答えたくない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 56.00 | – | – | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 高校 | 27 | 55.6 | 29.6 | 14.8 | 15 | 23.73 | 8 | 3.63 | 4 | 3.00 |
| | 短大・高専 | 8 | 25.0 | – | 75.0 | 2 | 45.50 | – | – | 6 | 3.17 |
| | 専門学校 | 5 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 1 | 5.00 | 1 | 14.00 | 3 | 2.33 |
| | 大学 | 53 | 37.7 | 22.6 | 39.6 | 20 | 47.60 | 12 | 3.92 | 21 | 1.67 |
| | 大学院 | 7 | 14.3 | 14.3 | 71.4 | 1 | 5.00 | 1 | 2.00 | 5 | 2.60 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 61.50 | 1 | 10.00 | 1 | 3.00 |
| | 100～200万円未満 | 6 | 16.7 | 66.7 | 16.7 | 1 | 10.00 | 4 | 5.00 | 1 | 3.00 |
| | 200～300万円未満 | 4 | 25.0 | 75.0 | – | 1 | 40.00 | 3 | 6.00 | – | – |
| | 300～400万円未満 | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 39.00 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| | 400～500万円未満 | 8 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 3 | 20.67 | 2 | 6.00 | 3 | 2.00 |
| | 500～600万円未満 | 8 | 37.5 | 37.5 | 25.0 | 3 | 46.67 | 3 | 3.33 | 2 | 2.00 |
| | 600～700万円未満 | 5 | 40.0 | – | 60.0 | 2 | 10.50 | – | – | 3 | 1.00 |
| | 700～800万円未満 | 8 | 50.0 | 50.0 | – | 4 | 38.50 | 4 | 1.50 | – | – |
| | 800～1000万円未満 | 14 | 42.9 | 7.1 | 50.0 | 6 | 24.67 | 1 | 4.00 | 7 | 2.57 |
| | 1000～1200万円未満 | 7 | 57.1 | – | 42.9 | 4 | 22.00 | – | – | 3 | 2.00 |
| | 1200万円以上 | 10 | 20.0 | 10.0 | 70.0 | 2 | 50.50 | 1 | 3.00 | 7 | 2.00 |
| | わからない | 10 | 40.0 | 10.0 | 50.0 | 4 | 75.75 | 1 | 3.00 | 5 | 3.40 |
| | 答えたくない | 11 | 36.4 | 9.1 | 54.5 | 4 | 25.50 | 1 | 2.00 | 6 | 1.83 |
| 未既婚 | 既婚者 | 67 | 37.3 | 19.4 | 43.3 | 25 | 31.84 | 13 | 2.69 | 29 | 2.03 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 32 | 40.6 | 28.1 | 31.3 | 13 | 40.23 | 9 | 6.33 | 10 | 2.70 |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 90.00 | – | – | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 17 | 35.3 | 35.3 | 29.4 | 6 | 32.00 | 6 | 6.33 | 5 | 1.80 |
| | 夫婦のみ・子なし | 26 | 38.5 | 30.8 | 30.8 | 10 | 16.90 | 8 | 3.00 | 5 | 2.25 |
| | 夫婦・子あり | 32 | 40.6 | 15.6 | 43.8 | 13 | 46.62 | 5 | 2.20 | 14 | 2.00 |
| | 親と同居（未婚） | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 3.00 | – | – | 2 | 2.00 |
| | 2世帯以上同居 | 9 | 22.2 | 11.1 | 66.7 | 2 | 10.50 | 1 | 14.00 | 6 | 2.50 |
| | その他 | 11 | 45.5 | 18.2 | 36.4 | 5 | 65.00 | 2 | 2.50 | 4 | 3.00 |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 90.00 | – | – | – | – |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 46 | 37.0 | 19.6 | 43.5 | 17 | 49.88 | 9 | 3.67 | 20 | 2.80 |
| | 週に1～2日 | 30 | 36.7 | 26.7 | 36.7 | 11 | 40.55 | 8 | 4.75 | 11 | 1.82 |
| | （小計）週に1日以上計 | 76 | 36.8 | 22.4 | 40.8 | 28 | 46.21 | 17 | 4.18 | 31 | 2.45 |
| | （小計）週1日未満 | 17 | 41.2 | 17.6 | 41.2 | 7 | 14.86 | 3 | 5.67 | 7 | 1.29 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 7 | 57.1 | 28.6 | 14.3 | 4 | 2.75 | 2 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 100 | 39.0 | 22.0 | 39.0 | 39 | 36.13 | 22 | 4.18 | 39 | 2.21 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 29 | 41.4 | 6.9 | 51.7 | 12 | 56.75 | 2 | 3.00 | 15 | 3.13 |
| | 週に2日 | 13 | 23.1 | 23.1 | 53.8 | 3 | 80.00 | 3 | 5.33 | 7 | 2.00 |
| | （小計）週に2日以上計 | 42 | 35.7 | 11.9 | 52.4 | 15 | 61.40 | 5 | 4.40 | 22 | 2.77 |
| | （小計）週2日未満 | 43 | 39.5 | 32.6 | 27.9 | 17 | 25.65 | 14 | 4.57 | 12 | 1.42 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 9 | 55.6 | 22.2 | 22.2 | 5 | 5.40 | 2 | 2.00 | 2 | 1.50 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 94 | 39.4 | 22.3 | 38.3 | 37 | 37.41 | 21 | 4.29 | 36 | 2.25 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 6 | 33.3 | 16.7 | 50.0 | 2 | 12.50 | 1 | 2.00 | 3 | 1.67 |
| ※2 する・みる・ささえる回～以上～週1 | する・みる・ささえる | 36 | 36.1 | 22.2 | 41.7 | 13 | 54.08 | 8 | 4.38 | 15 | 2.67 |
| | する・みる | 25 | 32.0 | 24.0 | 44.0 | 8 | 12.13 | 6 | 4.83 | 11 | 2.18 |
| | する・ささえる | 6 | 83.3 | – | 16.7 | 5 | 97.20 | – | – | 1 | 1.00 |
| | するのみ | 9 | 22.2 | 33.3 | 44.4 | 2 | 4.00 | 3 | 2.33 | 4 | 2.75 |
| | みる・ささえる | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 2.33 | 1 | 2.00 | 1 | 3.00 |
| | みるのみ | 12 | 41.7 | 25.0 | 33.3 | 5 | 15.40 | 3 | 5.33 | 4 | 1.00 |
| | ささえるのみ | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | しない・みない・ささえない | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 10.33 | 1 | 3.00 | 2 | 1.00 |

Q14-38. この1年間に実施した日数（年・月・週）/空手道

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 64 | 42.2 | 21.9 | 35.9 | 27 | 58.07 | 14 | 3.00 | 23 | 2.04 |
| 男性 | 51 | 45.1 | 19.6 | 35.3 | 23 | 58.87 | 10 | 2.90 | 18 | 2.28 |
| 女性 | 11 | 27.3 | 27.3 | 45.5 | 3 | 71.00 | 3 | 1.67 | 5 | 1.20 |
| 10代 | 6 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 4 | 74.50 | 1 | 2.00 | 1 | 5.00 |
| 20代 | 16 | 50.0 | 31.3 | 18.8 | 8 | 2.13 | 5 | 2.20 | 3 | 2.33 |
| 30代 | 12 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 4 | 130.50 | 4 | 3.00 | 4 | 2.25 |
| 40代 | 10 | 60.0 | 10.0 | 30.0 | 6 | 92.50 | 1 | 1.00 | 3 | 1.33 |
| 50代 | 17 | 23.5 | 17.6 | 58.8 | 4 | 39.00 | 3 | 5.33 | 10 | 1.60 |
| 60代 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 20.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 70代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 5.00 |
| 男性10代 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 79.33 | – | – | 1 | 5.00 |
| 男性20代 | 14 | 50.0 | 28.6 | 21.4 | 7 | 2.29 | 4 | 2.50 | 3 | 2.33 |
| 男性30代 | 7 | 28.6 | 28.6 | 42.9 | 2 | 184.50 | 2 | 1.00 | 3 | 2.67 |
| 男性40代 | 7 | 85.7 | 14.3 | – | 6 | 92.50 | 1 | 1.00 | – | – |
| 男性50代 | 16 | 25.0 | 18.8 | 56.3 | 4 | 39.00 | 3 | 5.33 | 9 | 1.67 |
| 男性60代 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 20.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 男性70代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 5.00 |
| 女性10代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 60.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| 女性20代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| 女性30代 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 76.50 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 女性40代 | 3 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 3 | 1.33 |
| 女性50代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 女性60代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東京23区・政令指定都市 | 14 | 28.6 | 21.4 | 50.0 | 4 | 52.75 | 3 | 1.33 | 7 | 1.71 |
| 東京都区部 | 6 | 16.7 | 16.7 | 66.7 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | 4 | 2.25 |
| 政令指定都市 | 8 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 3 | 70.00 | 2 | 1.50 | 3 | 1.00 |
| 大都市 | 21 | 47.6 | 23.8 | 28.6 | 10 | 42.90 | 5 | 2.80 | 6 | 2.67 |
| 小都市 | 23 | 39.1 | 26.1 | 34.8 | 9 | 48.33 | 6 | 4.00 | 8 | 2.00 |
| 町村 | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 123.25 | – | – | 2 | 1.50 |
| 北海道 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 40.00 | – | – | – | – |
| 東北 | 5 | 80.0 | 20.0 | – | 4 | 39.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 北関東 | 6 | 33.3 | 50.0 | 16.7 | 2 | 27.50 | 3 | 1.33 | 1 | 2.00 |
| 首都圏 | 16 | 50.0 | 12.5 | 37.5 | 8 | 54.63 | 2 | 5.50 | 6 | 2.00 |
| 北陸 | 3 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 1 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| 東山 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東海 | 7 | 28.6 | 28.6 | 42.9 | 2 | 171.00 | 2 | 4.50 | 3 | 2.67 |
| 近畿二府一県 | 10 | 40.0 | 10.0 | 50.0 | 4 | 11.75 | 1 | 2.00 | 5 | 2.40 |
| その他近畿圏 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 365.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 中国 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 四国 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 2.00 |
| 九州・沖縄 | 10 | 50.0 | 20.0 | 30.0 | 5 | 25.20 | 2 | 5.50 | 3 | 2.33 |
| 自営業主 | 9 | 66.7 | 22.2 | 11.1 | 6 | 72.33 | 2 | 5.50 | 1 | 4.00 |
| 家族従業者 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 6.00 | – | – |
| 雇用者 | 41 | 34.1 | 22.0 | 43.9 | 14 | 42.71 | 9 | 2.56 | 18 | 1.67 |
| （小計）就労者 | 51 | 39.2 | 23.5 | 37.3 | 20 | 51.60 | 12 | 3.33 | 19 | 1.79 |
| 主婦・主夫 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 4.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 学生 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 87.33 | – | – | 1 | 5.00 |
| 無職 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 60.00 | 1 | 1.00 | 1 | 5.00 |
| その他 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 150.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 答えたくない | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 2.00 |
| 中学校 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 36.00 | – | – | – | – |
| 高校 | 15 | 46.7 | 20.0 | 33.3 | 7 | 63.71 | 3 | 3.33 | 5 | 1.00 |
| 短大・高専 | 7 | 28.6 | 42.9 | 28.6 | 2 | 257.50 | 3 | 3.00 | 2 | 1.50 |
| 専門学校 | 14 | 42.9 | 21.4 | 35.7 | 6 | 59.33 | 3 | 4.00 | 5 | 3.20 |
| 大学 | 26 | 38.5 | 19.2 | 42.3 | 10 | 21.40 | 5 | 2.20 | 11 | 2.09 |
| 大学院 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 収入なし | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 100万円未満 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 100～200万円未満 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 100.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 200～300万円未満 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 300～400万円未満 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 9.33 | 1 | 2.00 | – | – |
| 400～500万円未満 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 28.33 | 1 | 10.00 | 2 | 2.50 |
| 500～600万円未満 | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 53.75 | – | – | 2 | 1.00 |
| 600～700万円未満 | 6 | 16.7 | – | 83.3 | 1 | 1.00 | – | – | 5 | 3.60 |
| 700～800万円未満 | 7 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 2 | 1.50 | 1 | 1.00 | 4 | 1.25 |
| 800～1000万円未満 | 7 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 2 | 24.00 | 1 | 2.00 | 4 | 2.25 |
| 1000～1200万円未満 | 7 | 28.6 | 57.1 | 14.3 | 2 | 183.00 | 4 | 3.25 | 1 | 1.00 |
| 1200万円以上 | 7 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 4 | 66.75 | 1 | 1.00 | 2 | 1.50 |
| わからない | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 130.00 | 2 | 4.50 | – | – |
| 答えたくない | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 24.00 | 1 | 2.00 | 1 | 2.00 |
| 既婚者 | 36 | 41.7 | 16.7 | 41.7 | 15 | 41.00 | 6 | 4.17 | 15 | 2.13 |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 24 | 41.7 | 29.2 | 29.2 | 10 | 90.50 | 7 | 2.14 | 7 | 1.86 |
| 答えたくない | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 24.00 | 1 | 2.00 | 1 | 2.00 |
| 一人暮らし | 11 | 45.5 | 27.3 | 27.3 | 5 | 48.40 | 3 | 1.33 | 3 | 1.33 |
| 夫婦のみ・子なし | 12 | 41.7 | 8.3 | 50.0 | 5 | 36.00 | 1 | 1.00 | 6 | 2.83 |
| 夫婦・子あり | 16 | 31.3 | 18.8 | 50.0 | 5 | 29.40 | 3 | 3.33 | 8 | 1.75 |
| 親と同居（未婚） | 8 | 37.5 | 37.5 | 25.0 | 3 | 79.33 | 3 | 3.33 | 2 | 3.00 |
| 2世帯以上同居 | 10 | 70.0 | 10.0 | 20.0 | 7 | 101.86 | 1 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| その他 | 3 | – | 66.7 | 33.3 | – | – | 2 | 4.00 | 1 | 2.00 |
| 答えたくない | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 24.00 | 1 | 2.00 | 1 | 2.00 |
| 週に3日以上 | 32 | 46.9 | 18.8 | 34.4 | 15 | 78.60 | 6 | 1.50 | 11 | 2.91 |
| 週に1～2日 | 25 | 40.0 | 24.0 | 36.0 | 10 | 35.70 | 6 | 5.17 | 9 | 1.22 |
| （小計）週に1日以上計 | 57 | 43.9 | 21.1 | 35.1 | 25 | 61.44 | 12 | 3.33 | 20 | 2.15 |
| （小計）週1日未満 | 6 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 2 | 16.00 | 2 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 2.00 |
| （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 64 | 42.2 | 21.9 | 35.9 | 27 | 58.07 | 14 | 3.00 | 23 | 2.04 |
| この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 13 | 46.2 | 7.7 | 46.2 | 6 | 123.17 | 1 | 1.00 | 6 | 3.17 |
| | 15 | 40.0 | 26.7 | 33.3 | 6 | 56.33 | 4 | 3.50 | 5 | 1.60 |
| | 28 | 42.9 | 17.9 | 39.3 | 12 | 89.75 | 5 | 3.00 | 11 | 2.45 |
| | 29 | 41.4 | 24.1 | 34.5 | 12 | 22.17 | 7 | 1.86 | 10 | 1.70 |
| | 6 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 2 | 102.50 | 2 | 7.00 | 2 | 1.50 |
| | 63 | 41.3 | 22.2 | 36.5 | 26 | 59.54 | 14 | 3.00 | 23 | 2.04 |
| | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 20.00 | – | – | – | – |
| する・みる・ささえる回～以上～週1 | 34 | 44.1 | 26.5 | 29.4 | 15 | 47.13 | 9 | 4.11 | 10 | 2.70 |
| | 15 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 6 | 89.83 | 3 | 1.00 | 6 | 1.67 |
| | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 24.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| | 6 | 50.0 | – | 50.0 | 3 | 88.67 | – | – | 3 | 1.33 |
| | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 12.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 3 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 1 | 1.00 | 2 | 1.50 |
| | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 1 | – | – | – | 1 | 20.00 | – | – | – | – |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-39. この1年間に実施した日数（年・月・週）/その他武道(弓道・相撲・合気道・少林寺拳法・なぎなた・銃剣道・居合道等)

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 138 | 39.9 | 13.8 | 46.4 | 55 | 62.45 | 19 | 4.79 | 64 | 2.28 |
| 性別 | 男性 | 75 | 45.3 | 8.0 | 46.7 | 34 | 66.03 | 6 | 6.33 | 35 | 2.37 |
| | 女性 | 63 | 33.3 | 20.6 | 46.0 | 21 | 56.67 | 13 | 4.08 | 29 | 2.17 |
| 年代 | 10代 | 17 | 17.6 | 35.3 | 47.1 | 3 | 69.67 | 6 | 5.67 | 8 | 3.75 |
| | 20代 | 24 | 62.5 | 4.2 | 33.3 | 15 | 35.07 | 1 | 3.00 | 8 | 2.13 |
| | 30代 | 9 | 22.2 | 11.1 | 66.7 | 2 | 8.00 | 1 | 1.00 | 6 | 2.17 |
| | 40代 | 21 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 12 | 38.58 | 3 | 4.33 | 6 | 2.17 |
| | 50代 | 23 | 34.8 | 17.4 | 47.8 | 8 | 59.88 | 4 | 7.25 | 11 | 2.27 |
| | 60代 | 18 | 22.2 | – | 77.8 | 4 | 140.50 | – | – | 14 | 1.71 |
| | 70代 | 26 | 42.3 | 15.4 | 42.3 | 11 | 107.27 | 4 | 2.75 | 11 | 2.18 |
| 性年代 | 男性10代 | 7 | 42.9 | 28.6 | 28.6 | 3 | 69.67 | 2 | 6.00 | 2 | 2.50 |
| | 男性20代 | 13 | 69.2 | – | 30.8 | 9 | 49.33 | – | – | 4 | 2.00 |
| | 男性30代 | 6 | 33.3 | – | 66.7 | 2 | 8.00 | – | – | 4 | 2.50 |
| | 男性40代 | 13 | 61.5 | 15.4 | 23.1 | 8 | 53.38 | 2 | 1.50 | 3 | 2.33 |
| | 男性50代 | 14 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 4 | 64.75 | 2 | 11.50 | 8 | 2.38 |
| | 男性60代 | 11 | 18.2 | – | 81.8 | 2 | 155.00 | – | – | 9 | 1.78 |
| | 男性70代 | 11 | 54.5 | – | 45.5 | 6 | 96.67 | – | – | 5 | 3.60 |
| | 女性10代 | 10 | – | 40.0 | 60.0 | – | – | 4 | 5.50 | 6 | 4.17 |
| | 女性20代 | 11 | 54.5 | 9.1 | 36.4 | 6 | 13.67 | 1 | 3.00 | 4 | 2.25 |
| | 女性30代 | 3 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 1 | 1.00 | 2 | 1.50 |
| | 女性40代 | 8 | 50.0 | 12.5 | 37.5 | 4 | 9.00 | 1 | 10.00 | 3 | 2.00 |
| | 女性50代 | 9 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 4 | 55.00 | 2 | 3.00 | 3 | 2.00 |
| | 女性60代 | 7 | 28.6 | – | 71.4 | 2 | 126.00 | – | – | 5 | 1.60 |
| | 女性70代 | 15 | 33.3 | 26.7 | 40.0 | 5 | 120.00 | 4 | 2.75 | 6 | 1.00 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 36 | 36.1 | 19.4 | 44.4 | 13 | 81.69 | 7 | 4.29 | 16 | 2.19 |
| | 東京都区部 | 17 | 29.4 | 17.6 | 52.9 | 5 | 154.00 | 3 | 4.67 | 9 | 1.67 |
| | 政令指定都市 | 19 | 42.1 | 21.1 | 36.8 | 8 | 36.50 | 4 | 4.00 | 7 | 2.86 |
| | 大都市 | 60 | 45.0 | 11.7 | 43.3 | 27 | 53.67 | 7 | 5.86 | 26 | 2.38 |
| | 小都市 | 31 | 35.5 | 12.9 | 51.6 | 11 | 83.36 | 4 | 4.75 | 16 | 2.63 |
| | 町村 | 11 | 36.4 | 9.1 | 54.5 | 4 | 1.75 | 1 | 1.00 | 6 | 1.17 |
| 居住地域 | 北海道 | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 27.00 | 2 | 2.50 | 1 | 1.00 |
| | 東北 | 6 | 33.3 | – | 66.7 | 2 | 138.00 | – | – | 4 | 4.25 |
| | 北関東 | 8 | 62.5 | 12.5 | 25.0 | 5 | 50.00 | 1 | 1.00 | 2 | 2.00 |
| | 首都圏 | 45 | 35.6 | 15.6 | 48.9 | 16 | 56.94 | 7 | 4.43 | 22 | 1.82 |
| | 北陸 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 45.00 | 1 | 10.00 | 2 | 4.50 |
| | 東山 | 6 | 33.3 | – | 66.7 | 2 | 32.50 | – | – | 4 | 2.75 |
| | 東海 | 15 | 40.0 | 13.3 | 46.7 | 6 | 50.00 | 2 | 6.00 | 7 | 1.57 |
| | 近畿二府一県 | 16 | 50.0 | 18.8 | 31.3 | 8 | 68.25 | 3 | 8.67 | 5 | 3.80 |
| | その他近畿圏 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 126.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| | 中国 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.50 |
| | 四国 | 6 | 16.7 | 16.7 | 66.7 | 1 | 22.00 | 1 | 4.00 | 4 | 2.25 |
| | 九州・沖縄 | 22 | 45.5 | 9.1 | 45.5 | 10 | 71.40 | 2 | 1.00 | 10 | 2.00 |
| 職業 | 自営業主 | 22 | 31.8 | 9.1 | 59.1 | 7 | 90.57 | 2 | 3.50 | 13 | 1.77 |
| | 家族従業者 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 雇用者 | 59 | 44.1 | 10.2 | 45.8 | 26 | 53.35 | 6 | 6.33 | 27 | 2.11 |
| | （小計）就労者 | 83 | 41.0 | 10.8 | 48.2 | 34 | 59.47 | 9 | 5.11 | 40 | 2.00 |
| | 主婦・主夫 | 17 | 29.4 | 29.4 | 41.2 | 5 | 92.00 | 5 | 3.00 | 7 | 1.43 |
| | 学生 | 21 | 23.8 | 23.8 | 52.4 | 5 | 61.40 | 5 | 6.00 | 11 | 3.27 |
| | 無職 | 13 | 53.8 | – | 46.2 | 7 | 85.71 | – | – | 6 | 3.33 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 11.50 | – | – | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| | 高校 | 30 | 43.3 | 16.7 | 40.0 | 13 | 86.31 | 5 | 4.60 | 12 | 2.92 |
| | 短大・高専 | 7 | 57.1 | – | 42.9 | 4 | 69.25 | – | – | 3 | 2.00 |
| | 専門学校 | 14 | 42.9 | 7.1 | 50.0 | 6 | 57.83 | 1 | 3.00 | 7 | 2.43 |
| | 大学 | 73 | 34.2 | 15.1 | 50.7 | 25 | 48.92 | 11 | 5.64 | 37 | 1.97 |
| | 大学院 | 12 | 50.0 | 8.3 | 41.7 | 6 | 77.50 | 1 | 1.00 | 5 | 3.00 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 100.00 | – | – | 1 | 3.00 |
| | 100万円未満 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 90.00 | – | – | 2 | 2.50 |
| | 100～200万円未満 | 5 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 25.50 | 1 | 4.00 | 2 | 4.00 |
| | 200～300万円未満 | 12 | 41.7 | 8.3 | 50.0 | 5 | 113.00 | 1 | 4.00 | 6 | 2.17 |
| | 300～400万円未満 | 13 | 46.2 | – | 53.8 | 6 | 85.33 | – | – | 7 | 3.29 |
| | 400～500万円未満 | 9 | 55.6 | – | 44.4 | 5 | 67.60 | – | – | 4 | 2.25 |
| | 500～600万円未満 | 14 | 50.0 | 14.3 | 35.7 | 7 | 33.14 | 2 | 2.50 | 5 | 2.60 |
| | 600～700万円未満 | 10 | 40.0 | 10.0 | 50.0 | 4 | 2.25 | 1 | 10.00 | 5 | 2.20 |
| | 700～800万円未満 | 9 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 3 | 112.67 | 3 | 2.00 | 3 | 1.00 |
| | 800～1000万円未満 | 10 | 40.0 | 10.0 | 50.0 | 4 | 91.00 | 1 | 1.00 | 5 | 2.20 |
| | 1000～1200万円未満 | 9 | 22.2 | 22.2 | 55.6 | 2 | 12.00 | 2 | 15.00 | 5 | 2.60 |
| | 1200万円以上 | 7 | 42.9 | 28.6 | 28.6 | 3 | 74.67 | 2 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| | わからない | 14 | 14.3 | 21.4 | 64.3 | 2 | 93.00 | 3 | 7.00 | 9 | 2.11 |
| | 答えたくない | 21 | 47.6 | 14.3 | 38.1 | 10 | 40.20 | 3 | 2.00 | 8 | 1.63 |
| 未既婚 | 既婚者 | 65 | 38.5 | 16.9 | 44.6 | 25 | 67.24 | 11 | 4.82 | 29 | 1.62 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 68 | 42.6 | 10.3 | 47.1 | 29 | 60.41 | 7 | 5.29 | 32 | 2.72 |
| | 答えたくない | 5 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 | 3 | 4.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 34 | 41.2 | 8.8 | 50.0 | 14 | 53.64 | 3 | 2.67 | 17 | 2.35 |
| | 夫婦のみ・子なし | 44 | 40.9 | 9.1 | 50.0 | 18 | 80.67 | 4 | 2.50 | 22 | 1.36 |
| | 夫婦・子あり | 15 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 5 | 34.60 | 5 | 7.40 | 6 | 2.40 |
| | 親と同居（未婚） | 17 | 35.3 | 11.8 | 52.9 | 6 | 123.17 | 2 | 4.50 | 9 | 3.22 |
| | 2世帯以上同居 | 9 | 55.6 | 22.2 | 22.2 | 5 | 18.00 | 2 | 7.00 | 2 | 2.50 |
| | その他 | 14 | 42.9 | 14.3 | 42.9 | 6 | 38.00 | 2 | 6.00 | 6 | 3.00 |
| | 答えたくない | 5 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 | 3 | 4.00 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 68 | 36.8 | 8.8 | 54.4 | 25 | 99.76 | 6 | 5.83 | 37 | 2.84 |
| | 週に1～2日 | 45 | 37.8 | 17.8 | 44.4 | 17 | 49.18 | 8 | 4.00 | 20 | 1.40 |
| | （小計）週に1日以上計 | 113 | 37.2 | 12.4 | 50.4 | 42 | 79.29 | 14 | 4.79 | 57 | 2.33 |
| | （小計）週1日未満 | 20 | 55.0 | 25.0 | 20.0 | 11 | 9.27 | 5 | 4.80 | 4 | 1.50 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 5 | 40.0 | – | 60.0 | 2 | 1.50 | – | – | 3 | 2.33 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 138 | 39.9 | 13.8 | 46.4 | 55 | 62.45 | 19 | 4.79 | 64 | 2.28 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上運動を続けている頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 45 | 31.1 | 4.4 | 64.4 | 14 | 114.86 | 2 | 11.00 | 29 | 2.93 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 25 | 32.0 | 20.0 | 48.0 | 8 | 113.13 | 5 | 4.20 | 12 | 1.67 |
| | （小計）週に2日以上計 | 70 | 31.4 | 10.0 | 58.6 | 22 | 114.23 | 7 | 6.14 | 41 | 2.56 |
| | （小計）週2日未満 | 48 | 47.9 | 16.7 | 35.4 | 23 | 25.61 | 8 | 4.00 | 17 | 1.59 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 11 | 45.5 | 9.1 | 45.5 | 5 | 61.80 | 1 | 10.00 | 5 | 2.60 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 129 | 38.8 | 12.4 | 48.8 | 50 | 68.22 | 16 | 5.31 | 63 | 2.30 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 9 | 55.6 | 33.3 | 11.1 | 5 | 4.80 | 3 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| すべる～・すべる・すべる～Ⅱ週1回以上～ | する・みる・ささえる | 32 | 40.6 | 15.6 | 43.8 | 13 | 93.69 | 5 | 5.80 | 14 | 3.07 |
| | する・みる | 50 | 40.0 | 12.0 | 48.0 | 20 | 70.00 | 6 | 3.50 | 24 | 1.71 |
| | する・ささえる | 7 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 2 | 275.00 | 1 | 4.00 | 4 | 3.50 |
| | するのみ | 24 | 29.2 | 8.3 | 62.5 | 7 | 23.14 | 2 | 6.50 | 15 | 2.33 |
| | みる・ささえる | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 3.00 |
| | みるのみ | 15 | 53.3 | 20.0 | 26.7 | 8 | 10.38 | 3 | 7.00 | 4 | 1.75 |
| | ささえるのみ | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | しない・みない・ささえない | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 6.67 | 2 | 1.50 | 1 | 2.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-40. この1年間に実施した日数（年・月・週）/レスリング

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 20 | 35.0 | 15.0 | 50.0 | 7 | 48.29 | 3 | 1.00 | 10 | 2.20 |
| 男性 | 15 | 33.3 | 13.3 | 53.3 | 5 | 65.40 | 2 | 1.00 | 8 | 1.88 |
| 女性 | 5 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 5.50 | 1 | 1.00 | 2 | 3.50 |
| 10代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 311.00 | – | – | – | – |
| 20代 | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 1.33 | 1 | 1.00 | 1 | 6.00 |
| 30代 | 5 | – | 40.0 | 60.0 | – | – | 2 | 1.00 | 3 | 2.67 |
| 40代 | 4 | 25.0 | – | 75.0 | 1 | 3.00 | – | – | 3 | 1.67 |
| 50代 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 10.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 60代 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.00 |
| 70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 男性10代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 311.00 | – | – | – | – |
| 男性20代 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 1.50 | – | – | 1 | 6.00 |
| 男性30代 | 4 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 2 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| 男性40代 | 4 | 25.0 | – | 75.0 | 1 | 3.00 | – | – | 3 | 1.67 |
| 男性50代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 10.00 | – | – | – | – |
| 男性60代 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.00 |
| 男性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性10代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性20代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 女性30代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 6.00 |
| 女性40代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性50代 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 10.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 女性60代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東京23区・政令指定都市 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 3.00 |
| 東京都区部 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 3.00 |
| 政令指定都市 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 大都市 | 8 | – | 25.0 | 75.0 | – | – | 2 | 1.00 | 6 | 2.67 |
| 小都市 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 67.00 | – | – | – | – |
| 町村 | 5 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 | 3 | 1.00 |
| 北海道 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東北 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 311.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| 北関東 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 首都圏 | 9 | 33.3 | 11.1 | 55.6 | 3 | 7.67 | 1 | 1.00 | 5 | 2.40 |
| 北陸 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東山 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東海 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 近畿二府一県 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| その他近畿圏 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 中国 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 四国 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 九州・沖縄 | 4 | 25.0 | – | 75.0 | 1 | 1.00 | – | – | 3 | 2.67 |
| 自営業主 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 雇用者 | 13 | 23.1 | 23.1 | 53.8 | 3 | 4.33 | 3 | 1.00 | 7 | 2.00 |
| （小計）就労者 | 14 | 21.4 | 21.4 | 57.1 | 3 | 4.33 | 3 | 1.00 | 8 | 1.88 |
| 主婦・主夫 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 5.50 | – | – | – | – |
| 学生 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 311.00 | – | – | 1 | 6.00 |
| 無職 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| 中学校 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 高校 | 5 | 60.0 | – | 40.0 | 3 | 2.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| 短大・高専 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 専門学校 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 10.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 大学 | 12 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 3 | 107.33 | 3 | 1.00 | 6 | 3.00 |
| 大学院 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 収入なし | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 100万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 100～200万円未満 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 200～300万円未満 | 4 | 25.0 | – | 75.0 | 1 | 3.00 | – | – | 3 | 1.00 |
| 300～400万円未満 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| 400～500万円未満 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 4.00 | – | – | – | – |
| 500～600万円未満 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| 600～700万円未満 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| 700～800万円未満 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.00 |
| 800～1000万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| 1000～1200万円未満 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 1200万円以上 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 3.00 |
| わからない | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 311.00 | – | – | 1 | 6.00 |
| 答えたくない | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 10.00 | – | – | 1 | 6.00 |
| 既婚者 | 12 | 33.3 | 16.7 | 50.0 | 4 | 5.75 | 2 | 1.00 | 6 | 2.17 |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 7 | 28.6 | 14.3 | 57.1 | 2 | 156.00 | 1 | 1.00 | 4 | 2.25 |
| 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| 一人暮らし | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 156.00 | 1 | 1.00 | 4 | 2.25 |
| 夫婦のみ・子なし | 2 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 6.00 | 1 | 1.00 | 2 | 3.50 |
| 夫婦・子あり | 3 | 40.0 | – | 60.0 | 2 | 5.50 | – | – | 3 | 1.67 |
| 親と同居（未婚） | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 2世帯以上同居 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| その他 | 1 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| 週に3日以上 | 4 | 44.4 | 11.1 | 44.4 | 4 | 83.00 | 1 | 1.00 | 4 | 3.50 |
| 週に1～2日 | – | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| （小計）週に1日以上計 | 4 | 36.4 | 18.2 | 45.5 | 4 | 83.00 | 2 | 1.00 | 5 | 3.00 |
| （小計）週1日未満 | 1 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 | 3 | 1.00 |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 2.00 | – | – | 2 | 2.00 |
| （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 7 | 35.0 | 15.0 | 50.0 | 7 | 48.29 | 3 | 1.00 | 10 | 2.20 |
| この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 8 | 37.5 | 12.5 | 50.0 | 3 | 107.33 | 1 | 1.00 | 4 | 3.50 |
| 軽く汗をかく運動を週に2日 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 10.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| （小計）週に2日以上計 | 10 | 40.0 | 10.0 | 50.0 | 4 | 83.00 | 1 | 1.00 | 5 | 3.00 |
| （小計）週2日未満 | 5 | – | 40.0 | 60.0 | – | – | 2 | 1.00 | 3 | 1.00 |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 2.00 | – | – | 2 | 2.00 |
| （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 19 | 31.6 | 15.8 | 52.6 | 6 | 56.00 | 3 | 1.00 | 10 | 2.20 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| する・みる・ささえる | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 4 | 83.00 | 2 | 1.00 | 2 | 6.00 |
| する・みる | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.00 |
| する・ささえる | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| するのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| みる・ささえる | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| みるのみ | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| しない・みない・ささえない | 2 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 2.00 | 1 | 1.00 | 1 | 3.00 |

Q14-41. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾎﾞｸｼﾝｸﾞ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 115 | 45.2 | 17.4 | 37.4 | 52 | 80.75 | 20 | 7.00 | 43 | 1.95 |
| 性別 | 男性 | 74 | 45.9 | 17.6 | 36.5 | 34 | 72.71 | 13 | 5.00 | 27 | 2.07 |
| | 女性 | 40 | 42.5 | 17.5 | 40.0 | 17 | 101.53 | 7 | 10.71 | 16 | 1.75 |
| 年代 | 10代 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 1.00 | – | – | 2 | 2.00 |
| | 20代 | 25 | 44.0 | 24.0 | 32.0 | 11 | 23.64 | 6 | 5.50 | 8 | 2.50 |
| | 30代 | 34 | 52.9 | 8.8 | 38.2 | 18 | 65.67 | 3 | 12.67 | 13 | 1.31 |
| | 40代 | 24 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 12 | 103.08 | 4 | 3.00 | 8 | 2.00 |
| | 50代 | 21 | 28.6 | 28.6 | 42.9 | 6 | 137.67 | 6 | 9.17 | 9 | 2.44 |
| | 60代 | 7 | 42.9 | 14.3 | 42.9 | 3 | 171.00 | 1 | 2.00 | 3 | 1.67 |
| | 70代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 180.00 | – | – | – | – |
| 性年代 | 男性10代 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 2.00 |
| | 男性20代 | 21 | 47.6 | 23.8 | 28.6 | 10 | 25.00 | 5 | 6.00 | 6 | 3.00 |
| | 男性30代 | 17 | 52.9 | 5.9 | 41.2 | 9 | 33.33 | 1 | 1.00 | 7 | 1.29 |
| | 男性40代 | 17 | 58.8 | 11.8 | 29.4 | 10 | 82.40 | 2 | 1.50 | 5 | 1.80 |
| | 男性50代 | 14 | 21.4 | 35.7 | 42.9 | 3 | 228.33 | 5 | 6.20 | 6 | 2.50 |
| | 男性60代 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 206.50 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 男性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性10代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 女性20代 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 10.00 | 1 | 3.00 | 2 | 1.00 |
| | 女性30代 | 16 | 50.0 | 12.5 | 37.5 | 8 | 110.13 | 2 | 18.50 | 6 | 1.33 |
| | 女性40代 | 7 | 28.6 | 28.6 | 42.9 | 2 | 206.50 | 2 | 4.50 | 3 | 2.33 |
| | 女性50代 | 7 | 42.9 | 14.3 | 42.9 | 3 | 47.00 | 1 | 24.00 | 3 | 2.33 |
| | 女性60代 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 100.00 | 1 | 2.00 | 2 | 2.00 |
| | 女性70代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 180.00 | – | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 41 | 46.3 | 4.9 | 48.8 | 19 | 110.16 | 2 | 2.50 | 20 | 2.20 |
| | 東京都区部 | 23 | 52.2 | 4.3 | 43.5 | 12 | 138.83 | 1 | 3.00 | 10 | 2.00 |
| | 政令指定都市 | 18 | 38.9 | 5.6 | 55.6 | 7 | 61.00 | 1 | 2.00 | 10 | 2.40 |
| | 大都市 | 42 | 38.1 | 26.2 | 35.7 | 16 | 87.25 | 11 | 10.64 | 15 | 1.60 |
| | 小都市 | 24 | 54.2 | 16.7 | 29.2 | 13 | 51.38 | 4 | 3.25 | 7 | 2.14 |
| | 町村 | 8 | 50.0 | 37.5 | 12.5 | 4 | 10.50 | 3 | 1.67 | 1 | 1.00 |
| 居住地域 | 北海道 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 168.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 東北 | 9 | 55.6 | 22.2 | 22.2 | 5 | 43.80 | 2 | 2.00 | 2 | 2.00 |
| | 北関東 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 3.00 | 1 | 7.00 |
| | 首都圏 | 53 | 43.4 | 9.4 | 47.2 | 23 | 104.61 | 5 | 6.80 | 25 | 1.64 |
| | 北陸 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.50 | – | – | – | – |
| | 東山 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 50.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| | 東海 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 91.50 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 近畿二府一県 | 16 | 31.3 | 31.3 | 37.5 | 5 | 19.00 | 5 | 10.40 | 6 | 1.83 |
| | その他近畿圏 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 50.50 | 1 | 30.00 | – | – |
| | 中国 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 48.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 四国 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| | 九州・沖縄 | 17 | 47.1 | 29.4 | 23.5 | 8 | 94.63 | 5 | 2.80 | 4 | 3.75 |
| 職業 | 自営業主 | 16 | 50.0 | 31.3 | 18.8 | 8 | 17.63 | 5 | 9.40 | 3 | 3.33 |
| | 家族従業者 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 4.00 |
| | 雇用者 | 76 | 43.4 | 15.8 | 40.8 | 33 | 93.39 | 12 | 7.00 | 31 | 1.74 |
| | （小計）就労者 | 94 | 43.6 | 18.1 | 38.3 | 41 | 78.61 | 17 | 7.71 | 36 | 2.00 |
| | 主婦・主夫 | 7 | 42.9 | – | 57.1 | 3 | 74.67 | – | – | 4 | 1.75 |
| | 学生 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 2.00 | 1 | 3.00 | 2 | 2.00 |
| | 無職 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | 3 | 188.33 | 2 | 3.00 | – | – |
| | その他 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 90.00 | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 2.50 | – | – | 1 | 1.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| | 高校 | 21 | 42.9 | 33.3 | 23.8 | 9 | 58.44 | 7 | 8.14 | 5 | 2.00 |
| | 短大・高専 | 10 | 60.0 | 30.0 | 10.0 | 6 | 61.50 | 3 | 9.00 | 1 | 3.00 |
| | 専門学校 | 13 | 61.5 | 15.4 | 23.1 | 8 | 37.88 | 2 | 4.50 | 3 | 2.00 |
| | 大学 | 60 | 41.7 | 10.0 | 48.3 | 25 | 100.20 | 6 | 6.83 | 29 | 2.00 |
| | 大学院 | 6 | 33.3 | 16.7 | 50.0 | 2 | 65.00 | 1 | 3.00 | 3 | 1.67 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 183.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| | 100万円未満 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 100～200万円未満 | 4 | – | 25.0 | 75.0 | – | – | 1 | 11.00 | 3 | 3.67 |
| | 200～300万円未満 | 13 | 53.8 | 23.1 | 23.1 | 7 | 81.86 | 3 | 8.67 | 3 | 1.67 |
| | 300～400万円未満 | 9 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 4 | 20.75 | 2 | 2.00 | 3 | 2.00 |
| | 400～500万円未満 | 8 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 3 | 2.33 | 2 | 2.00 | 3 | 1.33 |
| | 500～600万円未満 | 9 | 33.3 | 11.1 | 55.6 | 3 | 63.00 | 1 | 8.00 | 5 | 1.60 |
| | 600～700万円未満 | 6 | 33.3 | – | 66.7 | 2 | 49.00 | – | – | 4 | 3.50 |
| | 700～800万円未満 | 11 | 27.3 | 36.4 | 36.4 | 3 | 42.67 | 4 | 12.25 | 4 | 1.25 |
| | 800～1000万円未満 | 16 | 68.8 | – | 31.3 | 11 | 133.64 | – | – | 5 | 2.00 |
| | 1000～1200万円未満 | 8 | 37.5 | 12.5 | 50.0 | 3 | 117.67 | 1 | 3.00 | 4 | 1.25 |
| | 1200万円以上 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 4.00 | 2 | 4.50 | 1 | 2.00 |
| | わからない | 6 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 2 | 3.50 | 2 | 2.50 | 2 | 1.50 |
| | 答えたくない | 14 | 64.3 | 7.1 | 28.6 | 9 | 141.78 | 1 | 20.00 | 4 | 2.00 |
| 未既婚 | 既婚者 | 53 | 47.2 | 20.8 | 32.1 | 25 | 94.80 | 11 | 6.82 | 17 | 1.88 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 57 | 40.4 | 15.8 | 43.9 | 23 | 47.65 | 9 | 7.22 | 25 | 1.92 |
| | 答えたくない | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 183.25 | – | – | 1 | 4.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 30 | 40.0 | 6.7 | 53.3 | 12 | 67.08 | 2 | 2.50 | 16 | 2.06 |
| | 夫婦のみ・子なし | 28 | 46.4 | 21.4 | 32.1 | 13 | 105.15 | 6 | 7.83 | 9 | 1.67 |
| | 夫婦・子あり | 21 | 52.4 | 14.3 | 33.3 | 11 | 77.55 | 3 | 3.67 | 7 | 2.29 |
| | 親と同居（未婚） | 13 | 46.2 | 23.1 | 30.8 | 6 | 40.33 | 3 | 15.00 | 4 | 1.75 |
| | 2世帯以上同居 | 6 | 33.3 | 16.7 | 50.0 | 2 | 78.00 | 1 | 14.00 | 3 | 1.67 |
| | その他 | 12 | 33.3 | 41.7 | 25.0 | 4 | 10.75 | 5 | 3.60 | 3 | 1.33 |
| | 答えたくない | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 183.25 | – | – | 1 | 4.00 |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 65 | 47.7 | 15.4 | 36.9 | 31 | 111.35 | 10 | 6.80 | 24 | 2.33 |
| | 週に1～2日 | 35 | 37.1 | 22.9 | 40.0 | 13 | 50.31 | 8 | 6.38 | 14 | 1.57 |
| | （小計）週に1日以上計 | 100 | 44.0 | 18.0 | 38.0 | 44 | 93.32 | 18 | 6.61 | 38 | 2.05 |
| | （小計）週1日未満 | 9 | 55.6 | 11.1 | 33.3 | 5 | 18.00 | 1 | 1.00 | 3 | 1.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 1.00 | 1 | 20.00 | 2 | 1.50 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 115 | 45.2 | 17.4 | 37.4 | 52 | 80.75 | 20 | 7.00 | 43 | 1.95 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽い汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 46 | 45.7 | 17.4 | 37.0 | 21 | 155.19 | 8 | 8.25 | 17 | 2.35 |
| | 週に2日 | 15 | 46.7 | 6.7 | 46.7 | 7 | 37.57 | 1 | 2.00 | 7 | 1.86 |
| | （小計）週に2日以上計 | 61 | 45.9 | 14.8 | 39.3 | 28 | 125.79 | 9 | 7.56 | 24 | 2.21 |
| | （小計）週2日未満 | 36 | 38.9 | 22.2 | 38.9 | 14 | 25.50 | 8 | 2.38 | 14 | 1.64 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 10 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 6 | 31.67 | 2 | 11.50 | 2 | 1.50 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 107 | 44.9 | 17.8 | 37.4 | 48 | 84.77 | 19 | 5.79 | 40 | 1.98 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 8 | 50.0 | 12.5 | 37.5 | 4 | 32.50 | 1 | 30.00 | 3 | 1.67 |
| ※2 する～・みる～・ささえる～Ⅱ週1回～以上） | する・みる・ささえる | 35 | 45.7 | 25.7 | 28.6 | 16 | 59.44 | 9 | 6.44 | 10 | 2.60 |
| | する・みる | 41 | 39.0 | 17.1 | 43.9 | 16 | 101.31 | 7 | 7.43 | 18 | 1.89 |
| | する・ささえる | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 2.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| | するのみ | 21 | 52.4 | 9.5 | 38.1 | 11 | 139.27 | 2 | 4.50 | 8 | 2.00 |
| | みる・ささえる | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 1.50 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | みるのみ | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 17.33 | 1 | 20.00 | – | – |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 7 | 42.9 | – | 57.1 | 3 | 12.67 | – | – | 4 | 1.25 |

Q14-42. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾃﾆｽﾎﾞｰ

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 9 | 44.4 | 33.3 | 22.2 | 4 | 2.00 | 3 | 1.67 | 2 | 2.50 |
| 男性 | 5 | 20.0 | 40.0 | 40.0 | 1 | 1.00 | 2 | 2.00 | 2 | 2.50 |
| 女性 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 2.33 | 1 | 1.00 | – | – |
| 10代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 20代 | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 5.00 | 2 | 1.50 | 1 | 1.00 |
| 30代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 40代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 50代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 4.00 |
| 60代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.00 | – | – | – | – |
| 70代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 男性10代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 男性20代 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 男性30代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 男性40代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 男性50代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 4.00 |
| 男性60代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 男性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性10代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性20代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 5.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 女性30代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性40代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性50代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性60代 | – | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 女性70代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 東京23区・政令指定都市 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 2.00 | 1 | 4.00 |
| 東京都区部 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 2.00 | 1 | 4.00 |
| 政令指定都市 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 大都市 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 1.00 | 2 | 1.50 | – | – |
| 小都市 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 町村 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| 北海道 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 東北 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 北関東 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 首都圏 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 2.00 | 1 | 4.00 |
| 北陸 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 東山 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 東海 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 近畿二府一県 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | 1 | 1.00 | 2 | 1.50 | – | – |
| その他近畿圏 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 中国 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| 四国 | 1 | 100.0 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 九州・沖縄 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 自営業主 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 雇用者 | 3 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 1 | 2.00 | 2 | 2.50 |
| （小計）就労者 | 3 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 1 | 2.00 | 2 | 2.50 |
| 主婦・主夫 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 2.33 | – | – | – | – |
| 学生 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 無職 | 1 | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| その他 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 高校 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| 短大・高専 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 専門学校 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 5.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 大学 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 1.00 | – | – | 2 | 2.50 |
| 大学院 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 収入なし | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 100万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 100～200万円未満 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 3.00 | – | – | – | – |
| 200～300万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 300～400万円未満 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 400～500万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 500～600万円未満 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 600～700万円未満 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 700～800万円未満 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 1.00 | 1 | 4.00 |
| 800～1000万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 1000～1200万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 1200万円以上 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 既婚者 | 3 | 2.33 | 1 | 1.00 | 1 | 4.00 | – | – | – | – |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 1.00 | 2 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 一人暮らし | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 夫婦のみ・子なし | 2 | 3.00 | – | – | 1 | 4.00 | – | – | – | – |
| 夫婦・子あり | 1 | 1.00 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 親と同居（未婚） | – | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| 2世帯以上同居 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| その他 | – | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 週に3日以上 | – | – | 3 | 1.67 | – | – | – | – | – | – |
| 週に1～2日 | 3 | 1.00 | – | – | 2 | 2.50 | – | – | – | – |
| （小計）週に1日以上計 | 3 | 1.00 | 3 | 1.67 | 2 | 2.50 | – | – | – | – |
| （小計）週1日未満 | 1 | 5.00 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 4 | 2.00 | 3 | 1.67 | 2 | 2.50 | – | – | – | – |
| この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 週に3日以上 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 週に2日 | – | – | 1 | 2.00 | 1 | 4.00 | – | – | – | – |
| （小計）週に2日以上計 | – | – | 1 | 2.00 | 1 | 4.00 | – | – | – | – |
| （小計）週2日未満 | 3 | 2.33 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 1 | 1.00 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 4 | 2.00 | 2 | 2.00 | 2 | 2.50 | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – | – | – |
| する・みる・ささえる | – | – | 3 | 1.67 | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| する・みる | 2 | 1.00 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| する・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| するのみ | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 4.00 | – | – | – | – |
| みる・ささえる | 1 | 5.00 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| みるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| しない・みない・ささえない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-43. この1年間に実施した日数（年・月・週）/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

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年/平均（日） | 全体 | 月/平均（日） | 全体 | 週/平均（日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 1125 | 68.8 | 20.8 | 10.4 | 774 | 9.09 | 234 | 2.24 | 117 | 1.83 |
| 性別 | 男性 | 718 | 67.5 | 21.9 | 10.6 | 485 | 9.73 | 157 | 2.16 | 76 | 1.99 |
| | 女性 | 404 | 71.0 | 19.1 | 9.9 | 287 | 8.06 | 77 | 2.39 | 40 | 1.53 |
| 年代 | 10代 | 13 | 69.2 | 23.1 | 7.7 | 9 | 9.22 | 3 | 1.33 | 1 | 1.00 |
| | 20代 | 157 | 69.4 | 20.4 | 10.2 | 109 | 4.61 | 32 | 2.19 | 16 | 2.50 |
| | 30代 | 133 | 69.2 | 21.1 | 9.8 | 92 | 4.57 | 28 | 1.71 | 13 | 1.31 |
| | 40代 | 206 | 68.4 | 20.4 | 11.2 | 141 | 5.82 | 42 | 2.43 | 23 | 1.78 |
| | 50代 | 241 | 68.0 | 21.2 | 10.8 | 164 | 8.10 | 51 | 2.04 | 26 | 2.15 |
| | 60代 | 176 | 69.3 | 19.3 | 11.4 | 122 | 14.70 | 34 | 2.29 | 20 | 1.65 |
| | 70代 | 199 | 68.8 | 22.1 | 9.0 | 137 | 15.26 | 44 | 2.66 | 18 | 1.44 |
| 性年代 | 男性10代 | 8 | 75.0 | 12.5 | 12.5 | 6 | 5.00 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 男性20代 | 95 | 65.3 | 20.0 | 14.7 | 62 | 5.24 | 19 | 2.32 | 14 | 2.71 |
| | 男性30代 | 87 | 63.2 | 25.3 | 11.5 | 55 | 4.04 | 22 | 1.68 | 10 | 1.40 |
| | 男性40代 | 125 | 64.0 | 24.0 | 12.0 | 80 | 6.58 | 30 | 1.97 | 15 | 1.87 |
| | 男性50代 | 159 | 66.7 | 20.8 | 12.6 | 106 | 9.44 | 33 | 2.24 | 20 | 2.25 |
| | 男性60代 | 122 | 70.5 | 19.7 | 9.8 | 86 | 15.01 | 24 | 2.08 | 12 | 1.58 |
| | 男性70代 | 122 | 73.8 | 23.0 | 3.3 | 90 | 14.70 | 28 | 2.61 | 4 | 1.50 |
| | 女性10代 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | 3 | 17.67 | 2 | 1.00 | – | – |
| | 女性20代 | 62 | 75.8 | 21.0 | 3.2 | 47 | 3.77 | 13 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| | 女性30代 | 46 | 80.4 | 13.0 | 6.5 | 37 | 5.35 | 6 | 1.83 | 3 | 1.00 |
| | 女性40代 | 80 | 75.0 | 15.0 | 10.0 | 60 | 4.87 | 12 | 3.58 | 8 | 1.63 |
| | 女性50代 | 81 | 70.4 | 22.2 | 7.4 | 57 | 5.68 | 18 | 1.67 | 6 | 1.83 |
| | 女性60代 | 54 | 66.7 | 18.5 | 14.8 | 36 | 13.97 | 10 | 2.80 | 8 | 1.75 |
| | 女性70代 | 76 | 61.8 | 21.1 | 17.1 | 47 | 16.32 | 16 | 2.75 | 13 | 1.38 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 296 | 72.0 | 19.3 | 8.8 | 213 | 6.46 | 57 | 2.07 | 26 | 1.42 |
| | 東京都区部 | 107 | 75.7 | 15.0 | 9.3 | 81 | 5.54 | 16 | 1.56 | 10 | 1.00 |
| | 政令指定都市 | 189 | 69.8 | 21.7 | 8.5 | 132 | 7.03 | 41 | 2.27 | 16 | 1.69 |
| | 大都市 | 449 | 69.7 | 19.6 | 10.7 | 313 | 10.06 | 88 | 2.56 | 48 | 1.85 |
| | 小都市 | 298 | 64.8 | 23.2 | 12.1 | 193 | 10.18 | 69 | 2.04 | 36 | 2.08 |
| | 町村 | 82 | 67.1 | 24.4 | 8.5 | 55 | 9.96 | 20 | 1.95 | 7 | 1.86 |
| 居住地域 | 北海道 | 35 | 82.9 | 14.3 | 2.9 | 29 | 10.31 | 5 | 2.00 | 1 | 2.00 |
| | 東北 | 65 | 63.1 | 21.5 | 15.4 | 41 | 7.90 | 14 | 1.93 | 10 | 2.00 |
| | 北関東 | 77 | 71.4 | 15.6 | 13.0 | 55 | 16.55 | 12 | 1.67 | 10 | 1.80 |
| | 首都圏 | 352 | 74.1 | 17.3 | 8.5 | 261 | 6.87 | 61 | 2.62 | 30 | 1.37 |
| | 北陸 | 50 | 66.0 | 26.0 | 8.0 | 33 | 6.33 | 13 | 1.54 | 4 | 3.25 |
| | 東山 | 65 | 60.0 | 27.7 | 12.3 | 39 | 17.85 | 18 | 1.72 | 8 | 2.50 |
| | 東海 | 110 | 68.2 | 16.4 | 15.5 | 75 | 6.55 | 18 | 2.11 | 17 | 1.41 |
| | 近畿二府一県 | 137 | 59.1 | 27.0 | 13.9 | 81 | 8.37 | 37 | 2.05 | 19 | 2.26 |
| | その他近畿圏 | 29 | 75.9 | 17.2 | 6.9 | 22 | 11.36 | 5 | 1.80 | 2 | 4.00 |
| | 中国 | 70 | 68.6 | 25.7 | 5.7 | 48 | 6.52 | 18 | 1.78 | 4 | 1.50 |
| | 四国 | 25 | 56.0 | 28.0 | 16.0 | 14 | 5.14 | 7 | 2.71 | 4 | 2.00 |
| | 九州・沖縄 | 110 | 69.1 | 23.6 | 7.3 | 76 | 13.22 | 26 | 3.12 | 8 | 1.38 |
| 職業 | 自営業主 | 105 | 64.8 | 19.0 | 16.2 | 68 | 10.44 | 20 | 1.55 | 17 | 2.29 |
| | 家族従業者 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 雇用者 | 710 | 69.3 | 22.1 | 9.6 | 485 | 7.00 | 157 | 1.98 | 69 | 1.97 |
| | （小計）就労者 | 818 | 67.7 | 21.8 | 10.5 | 554 | 7.41 | 178 | 1.93 | 86 | 2.02 |
| | 主婦・主夫 | 86 | 72.1 | 16.3 | 11.6 | 62 | 6.40 | 14 | 2.36 | 10 | 1.30 |
| | 学生 | 29 | 75.9 | 13.8 | 10.3 | 22 | 6.68 | 4 | 2.75 | 3 | 2.00 |
| | 無職 | 161 | 70.2 | 21.1 | 8.7 | 113 | 16.15 | 34 | 3.12 | 14 | 1.14 |
| | その他 | 17 | 82.4 | 11.8 | 5.9 | 14 | 11.57 | 2 | 1.50 | 1 | 2.00 |
| | 答えたくない | 14 | 64.3 | 14.3 | 21.4 | 9 | 44.56 | 2 | 13.50 | 3 | 1.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 15.67 | 1 | 6.00 | 1 | 1.00 |
| | 高校 | 204 | 64.7 | 22.5 | 12.7 | 132 | 11.55 | 46 | 2.28 | 26 | 1.88 |
| | 短大・高専 | 97 | 74.2 | 14.4 | 11.3 | 72 | 5.18 | 14 | 3.57 | 11 | 1.18 |
| | 専門学校 | 96 | 68.8 | 17.7 | 13.5 | 66 | 7.56 | 17 | 1.65 | 13 | 2.23 |
| | 大学 | 628 | 69.6 | 21.2 | 9.2 | 437 | 9.34 | 133 | 2.14 | 58 | 1.86 |
| | 大学院 | 86 | 67.4 | 25.6 | 7.0 | 58 | 6.34 | 22 | 2.09 | 6 | 1.00 |
| | その他 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 7.00 |
| | 答えたくない | 8 | 75.0 | 12.5 | 12.5 | 6 | 24.17 | 1 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 12 | 66.7 | – | 33.3 | 8 | 9.75 | – | – | 4 | 1.00 |
| | 100万円未満 | 21 | 81.0 | 4.8 | 14.3 | 17 | 24.94 | 1 | 10.00 | 3 | 1.00 |
| | 100～200万円未満 | 38 | 57.9 | 28.9 | 13.2 | 22 | 11.14 | 11 | 2.18 | 5 | 1.00 |
| | 200～300万円未満 | 90 | 70.0 | 20.0 | 10.0 | 63 | 13.43 | 18 | 3.67 | 9 | 1.22 |
| | 300～400万円未満 | 114 | 64.0 | 25.4 | 10.5 | 73 | 5.78 | 29 | 1.97 | 12 | 2.33 |
| | 400～500万円未満 | 129 | 66.7 | 21.7 | 11.6 | 86 | 7.51 | 28 | 2.04 | 15 | 2.07 |
| | 500～600万円未満 | 119 | 73.9 | 15.1 | 10.9 | 88 | 8.11 | 18 | 1.72 | 13 | 2.23 |
| | 600～700万円未満 | 84 | 59.5 | 27.4 | 13.1 | 50 | 8.20 | 23 | 1.87 | 11 | 1.55 |
| | 700～800万円未満 | 77 | 71.4 | 22.1 | 6.5 | 55 | 6.04 | 17 | 1.59 | 5 | 1.80 |
| | 800～1000万円未満 | 106 | 70.8 | 22.6 | 6.6 | 75 | 6.23 | 24 | 2.13 | 7 | 2.57 |
| | 1000～1200万円未満 | 58 | 69.0 | 25.9 | 5.2 | 40 | 16.13 | 15 | 2.00 | 3 | 1.00 |
| | 1200万円以上 | 95 | 73.7 | 20.0 | 6.3 | 70 | 6.96 | 15 | 1.95 | 6 | 1.17 |
| | わからない | 53 | 67.9 | 15.1 | 17.0 | 36 | 5.61 | 8 | 2.38 | 9 | 1.89 |
| | 答えたくない | 129 | 70.5 | 17.8 | 11.6 | 91 | 12.32 | 23 | 3.09 | 15 | 2.13 |
| 未既婚 | 既婚者 | 668 | 70.4 | 21.6 | 8.1 | 470 | 8.84 | 144 | 2.14 | 54 | 1.57 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 443 | 66.8 | 19.9 | 13.3 | 296 | 9.59 | 88 | 2.39 | 50 | 2.10 |
| | 答えたくない | 14 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 8 | 5.50 | 2 | 2.50 | 4 | 1.25 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 268 | 66.8 | 19.4 | 13.8 | 179 | 11.93 | 52 | 2.52 | 37 | 2.19 |
| | 夫婦のみ・子なし | 364 | 69.0 | 22.5 | 8.5 | 251 | 8.90 | 82 | 2.33 | 31 | 1.55 |
| | 夫婦・子あり | 252 | 73.4 | 20.6 | 6.0 | 185 | 6.92 | 52 | 2.02 | 15 | 1.53 |
| | 親と同居（未婚） | 87 | 70.1 | 16.1 | 13.8 | 61 | 5.54 | 14 | 2.43 | 12 | 1.83 |
| | 2世帯以上同居 | 47 | 68.1 | 19.1 | 12.8 | 32 | 6.00 | 9 | 1.33 | 6 | 3.00 |
| | その他 | 93 | 82.4 | 24.7 | 12.9 | 58 | 7.71 | 23 | 1.98 | 12 | 1.42 |
| | 答えたくない | 14 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 8 | 5.50 | 2 | 2.50 | 4 | 1.25 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 473 | 66.4 | 20.9 | 12.7 | 314 | 12.75 | 99 | 2.39 | 60 | 2.10 |
| | 週に1～2日 | 371 | 68.5 | 21.8 | 9.7 | 254 | 7.62 | 81 | 2.14 | 36 | 1.64 |
| | （小計）週に1日以上計 | 844 | 67.3 | 21.3 | 11.4 | 568 | 10.55 | 180 | 2.28 | 96 | 1.93 |
| | （小計）週1日未満 | 248 | 73.8 | 18.5 | 7.7 | 183 | 4.65 | 46 | 1.74 | 19 | 1.42 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 33 | 69.7 | 24.2 | 6.1 | 23 | 7.00 | 8 | 4.13 | 2 | 1.00 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 1125 | 68.8 | 20.8 | 10.4 | 774 | 9.09 | 234 | 2.24 | 117 | 1.83 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 続けている頻度 | 軽い汗をかく運動 週に3日以上 | 295 | 64.1 | 21.0 | 14.9 | 189 | 16.84 | 62 | 2.58 | 44 | 2.25 |
| | 軽い汗をかく運動 週に2日 | 171 | 74.3 | 15.2 | 10.5 | 127 | 9.76 | 26 | 2.00 | 18 | 1.78 |
| | 軽い汗をかく運動（小計）週に2日以上計 | 466 | 67.8 | 18.9 | 13.3 | 316 | 13.99 | 88 | 2.41 | 62 | 2.11 |
| | 軽い汗をかく運動（小計）週2日未満 | 495 | 67.3 | 24.0 | 8.7 | 333 | 6.41 | 119 | 2.08 | 43 | 1.49 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 76 | 76.3 | 18.4 | 5.3 | 58 | 4.71 | 14 | 3.21 | 4 | 1.75 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 1037 | 68.2 | 21.3 | 10.5 | 707 | 9.66 | 221 | 2.29 | 109 | 1.85 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 88 | 76.1 | 14.8 | 9.1 | 67 | 3.12 | 13 | 1.31 | 8 | 1.50 |
| ※2 する～Ⅰ・する～Ⅱ・ささえる～以上回～週1 | する・みる・ささえる | 126 | 64.3 | 23.8 | 11.9 | 81 | 6.16 | 30 | 2.33 | 15 | 1.33 |
| | する・みる | 553 | 70.2 | 19.9 | 9.9 | 388 | 10.89 | 110 | 2.52 | 55 | 1.91 |
| | する・ささえる | 11 | 45.5 | 45.5 | 9.1 | 5 | 7.00 | 5 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | するのみ | 154 | 61.0 | 22.7 | 16.2 | 94 | 13.11 | 38 | 1.51 | 25 | 2.38 |
| | みる・ささえる | 19 | 73.7 | 26.3 | – | 14 | 5.57 | 5 | 2.00 | – | – |
| | みるのみ | 189 | 77.8 | 16.9 | 5.3 | 147 | 4.99 | 32 | 1.75 | 10 | 1.40 |
| | ささえるのみ | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 5.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | しない・みない・ささえない | 71 | 62.0 | 23.9 | 14.1 | 44 | 5.30 | 17 | 2.76 | 10 | 1.40 |

Q14-44. この1年間に実施した日数（年・月・週）/フリークライミング・ボルダリング・リードクライミング・スピードクライミング等

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年/平均（日） | 全体 | 月/平均（日） | 全体 | 週/平均（日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 67 | 50.7 | 25.4 | 23.9 | 34 | 11.94 | 17 | 1.71 | 16 | 2.13 |
| 男性 | 42 | 50.0 | 23.8 | 26.2 | 21 | 10.76 | 10 | 1.60 | 11 | 1.91 |
| 女性 | 24 | 54.2 | 29.2 | 16.7 | 13 | 13.85 | 7 | 1.86 | 4 | 2.50 |
| 10代 | 4 | 25.0 | – | 75.0 | 1 | 5.00 | – | – | 3 | 3.33 |
| 20代 | 29 | 51.7 | 24.1 | 24.1 | 15 | 11.13 | 7 | 1.57 | 7 | 2.00 |
| 30代 | 10 | 60.0 | 30.0 | 10.0 | 6 | 23.50 | 3 | 2.33 | 1 | 1.00 |
| 40代 | 16 | 62.5 | 37.5 | – | 10 | 9.00 | 6 | 1.33 | – | – |
| 50代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.50 | – | – | – | – |
| 60代 | 3 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 1 | 3.00 | 2 | 2.00 |
| 70代 | 3 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 3 | 1.67 |
| 男性10代 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 5.00 | – | – | 1 | 3.00 |
| 男性20代 | 18 | 50.0 | 22.2 | 27.8 | 9 | 6.11 | 4 | 1.75 | 5 | 2.00 |
| 男性30代 | 8 | 75.0 | 12.5 | 12.5 | 6 | 23.50 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 男性40代 | 9 | 44.4 | 55.6 | – | 4 | 6.00 | 5 | 1.40 | – | – |
| 男性50代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 男性60代 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 2.00 |
| 男性70代 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.50 |
| 女性10代 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 3.50 |
| 女性20代 | 10 | 60.0 | 30.0 | 10.0 | 6 | 18.67 | 3 | 1.33 | 1 | 1.00 |
| 女性30代 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | 2.50 | – | – |
| 女性40代 | 7 | 85.7 | 14.3 | – | 6 | 11.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 女性50代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| 女性60代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 3.00 | – | – |
| 女性70代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 2.00 |
| 東京23区・政令指定都市 | 17 | 64.7 | 23.5 | 11.8 | 11 | 26.45 | 4 | 1.25 | 2 | 1.50 |
| 東京都区部 | 7 | 42.9 | 42.9 | 14.3 | 3 | 2.00 | 3 | 1.33 | 1 | 1.00 |
| 政令指定都市 | 10 | 80.0 | 10.0 | 10.0 | 8 | 35.63 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 |
| 大都市 | 32 | 50.0 | 28.1 | 21.9 | 16 | 6.00 | 9 | 2.00 | 7 | 2.29 |
| 小都市 | 15 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 6 | 3.00 | 3 | 1.67 | 6 | 2.33 |
| 町村 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 北海道 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| 東北 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 28.00 | – | – | – | – |
| 北関東 | 6 | 16.7 | 33.3 | 50.0 | 1 | 5.00 | 2 | 1.50 | 3 | 2.00 |
| 首都圏 | 24 | 54.2 | 20.8 | 25.0 | 13 | 4.31 | 5 | 1.20 | 6 | 1.50 |
| 北陸 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 3.00 | 1 | 6.00 |
| 東山 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| 東海 | 9 | 33.3 | 55.6 | 11.1 | 3 | 75.00 | 5 | 2.20 | 1 | 1.00 |
| 近畿二府一県 | 10 | 70.0 | 10.0 | 20.0 | 7 | 9.43 | 1 | 2.00 | 2 | 2.50 |
| その他近畿圏 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 中国 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 3.00 |
| 四国 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 1.67 | 1 | 1.00 | – | – |
| 九州・沖縄 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 4.00 | 2 | 1.50 | 1 | 1.00 |
| 自営業主 | 6 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 4 | 8.50 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 家族従業者 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| 雇用者 | 50 | 46.0 | 32.0 | 22.0 | 23 | 15.00 | 16 | 1.75 | 11 | 2.27 |
| （小計）就労者 | 57 | 49.1 | 29.8 | 21.1 | 28 | 13.71 | 17 | 1.71 | 12 | 2.17 |
| 主婦・主夫 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 学生 | 5 | 60.0 | – | 40.0 | 3 | 5.33 | – | – | 2 | 2.00 |
| 無職 | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 2.50 | – | – | 2 | 2.00 |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 中学校 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| 高校 | 9 | 55.6 | 22.2 | 22.2 | 5 | 16.00 | 2 | 2.50 | 2 | 2.00 |
| 短大・高専 | 6 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 2 | 16.50 | 2 | 1.50 | 2 | 4.00 |
| 専門学校 | 7 | 42.9 | 28.6 | 28.6 | 3 | 3.00 | 2 | 1.50 | 2 | 3.00 |
| 大学 | 35 | 57.1 | 25.7 | 17.1 | 20 | 12.40 | 9 | 1.67 | 6 | 1.67 |
| 大学院 | 9 | 33.3 | 22.2 | 44.4 | 3 | 11.33 | 2 | 1.50 | 4 | 1.50 |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 収入なし | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| 100万円未満 | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 3.50 | – | – | – | – |
| 100～200万円未満 | 3 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 3 | 2.67 |
| 200～300万円未満 | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 4.00 | 2 | 1.50 | 1 | 2.00 |
| 300～400万円未満 | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 4.50 | – | – | 1 | 1.00 |
| 400～500万円未満 | 8 | 37.5 | 37.5 | 25.0 | 3 | 1.33 | 3 | 1.33 | 2 | 1.00 |
| 500～600万円未満 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 18.00 | 2 | 2.00 | 1 | 3.00 |
| 600～700万円未満 | 4 | 25.0 | – | 75.0 | 1 | 1.00 | – | – | 3 | 2.33 |
| 700～800万円未満 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 28.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 800～1000万円未満 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 11.50 | 1 | 3.00 | – | – |
| 1000～1200万円未満 | 12 | 66.7 | 25.0 | 8.3 | 8 | 18.25 | 3 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 1200万円以上 | 8 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 4 | 26.25 | 2 | 3.00 | 2 | 1.00 |
| わからない | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 3.00 | 1 | 2.00 |
| 答えたくない | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 2.00 | 2 | 1.00 | 1 | 6.00 |
| 既婚者 | 29 | 55.2 | 27.6 | 17.2 | 16 | 12.38 | 8 | 1.63 | 5 | 1.60 |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 36 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 18 | 11.56 | 9 | 1.78 | 9 | 2.00 |
| 答えたくない | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 4.00 |
| 一人暮らし | 22 | 50.0 | 31.8 | 18.2 | 11 | 7.27 | 7 | 1.86 | 4 | 1.75 |
| 夫婦のみ・子なし | 13 | 53.8 | 23.1 | 23.1 | 7 | 8.57 | 3 | 1.67 | 3 | 2.00 |
| 夫婦・子あり | 12 | 58.3 | 33.3 | 8.3 | 7 | 16.14 | 4 | 1.25 | 1 | 1.00 |
| 親と同居（未婚） | 8 | 62.5 | – | 37.5 | 5 | 23.60 | – | – | 3 | 1.67 |
| 2世帯以上同居 | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 20.00 | 2 | 2.50 | 1 | 1.00 |
| その他 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 5.00 | 1 | 1.00 | 2 | 3.00 |
| 答えたくない | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 4.00 |
| 週に3日以上 | 32 | 43.8 | 15.6 | 40.6 | 14 | 15.86 | 5 | 1.80 | 13 | 2.00 |
| 週に1～2日 | 20 | 50.0 | 40.0 | 10.0 | 10 | 14.30 | 8 | 1.63 | 2 | 1.50 |
| （小計）週に1日以上計 | 52 | 46.2 | 25.0 | 28.8 | 24 | 15.21 | 13 | 1.69 | 15 | 1.93 |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 11 | 63.6 | 36.4 | – | 7 | 4.86 | 4 | 1.75 | – | – |
| （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 67 | 50.7 | 25.4 | 23.9 | 34 | 11.94 | 17 | 1.71 | 16 | 2.13 |
| この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽い汗をかく運動 週に3日以上 | 15 | 40.0 | 13.3 | 46.7 | 6 | 27.33 | 2 | 2.50 | 7 | 1.57 |
| 軽い汗をかく運動 週に2日 | 9 | 22.2 | 33.3 | 44.4 | 2 | 50.50 | 3 | 1.00 | 4 | 3.00 |
| 軽い汗をかく運動（小計）週に2日以上計 | 24 | 33.3 | 20.8 | 45.8 | 8 | 33.13 | 5 | 1.60 | 11 | 2.09 |
| 軽い汗をかく運動（小計）週2日未満 | 29 | 51.7 | 34.5 | 13.8 | 15 | 7.47 | 10 | 1.80 | 4 | 1.50 |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 8 | 62.5 | 25.0 | 12.5 | 5 | 2.60 | 2 | 1.50 | 1 | 5.00 |
| （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 28 | 53.6 | 27.6 | 18.8 | 13 | 13.93 | 17 | 1.71 | 16 | 2.13 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 6 | 100.0 | – | – | 6 | 2.67 | – | – | – | – |
| する・みる・ささえる | 22 | 50.0 | 22.7 | 27.3 | 11 | 5.45 | 5 | 1.80 | 6 | 2.17 |
| する・みる | 23 | 43.5 | 21.7 | 34.8 | 10 | 24.70 | 5 | 2.00 | 8 | 1.75 |
| する・ささえる | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| するのみ | 6 | 33.3 | 50.0 | 16.7 | 2 | 26.50 | 3 | 1.00 | 1 | 2.00 |
| みる・ささえる | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 3.00 | – | – |
| みるのみ | 9 | 66.7 | 22.2 | 11.1 | 6 | 5.00 | 2 | 1.00 | 1 | 5.00 |
| ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| しない・みない・ささえない | 5 | 80.0 | 20.0 | – | 4 | 2.75 | 1 | 2.00 | – | – |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-45. この1年間に実施した日数（年・月・週）/キャンプ・オートキャンプ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（日） | 全体 | 月／平均（日） | 全体 | 週／平均（日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 436 | 76.1 | 15.4 | 8.5 | 332 | 5.42 | 67 | 2.39 | 37 | 1.68 |
| 性別 | 男性 | 308 | 74.7 | 16.6 | 8.8 | 230 | 5.43 | 51 | 2.59 | 27 | 1.78 |
| | 女性 | 128 | 79.7 | 12.5 | 7.8 | 102 | 5.39 | 16 | 1.75 | 10 | 1.40 |
| 年代 | 10代 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 1.33 | – | – | 1 | 5.00 |
| | 20代 | 60 | 71.7 | 20.0 | 8.3 | 43 | 5.74 | 12 | 4.75 | 5 | 1.80 |
| | 30代 | 68 | 73.5 | 19.1 | 7.4 | 50 | 4.50 | 13 | 1.69 | 5 | 1.80 |
| | 40代 | 107 | 77.6 | 11.2 | 11.2 | 83 | 6.22 | 12 | 1.75 | 12 | 1.08 |
| | 50代 | 87 | 79.3 | 12.6 | 8.0 | 69 | 4.72 | 11 | 1.64 | 7 | 2.00 |
| | 60代 | 65 | 69.2 | 24.6 | 6.2 | 45 | 5.71 | 16 | 2.25 | 4 | 2.00 |
| | 70代 | 45 | 86.7 | 6.7 | 6.7 | 39 | 5.77 | 3 | 2.00 | 3 | 1.33 |
| 性年代 | 男性10代 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 5.00 |
| | 男性20代 | 40 | 65.0 | 27.5 | 7.5 | 26 | 7.73 | 11 | 5.00 | 3 | 2.33 |
| | 男性30代 | 41 | 63.4 | 24.4 | 12.2 | 26 | 4.42 | 10 | 1.80 | 5 | 1.80 |
| | 男性40代 | 70 | 75.7 | 11.4 | 12.9 | 53 | 5.28 | 8 | 1.38 | 9 | 1.11 |
| | 男性50代 | 69 | 79.7 | 11.6 | 8.7 | 55 | 5.07 | 8 | 1.75 | 6 | 2.17 |
| | 男性60代 | 48 | 72.9 | 22.9 | 4.2 | 35 | 4.86 | 11 | 2.55 | 2 | 1.50 |
| | 男性70代 | 38 | 89.5 | 7.9 | 2.6 | 34 | 6.00 | 3 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 女性10代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.50 | – | – | – | – |
| | 女性20代 | 20 | 85.0 | 5.0 | 10.0 | 17 | 2.71 | 1 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| | 女性30代 | 27 | 88.9 | 11.1 | – | 24 | 4.58 | 3 | 1.33 | – | – |
| | 女性40代 | 37 | 81.1 | 10.8 | 8.1 | 30 | 7.87 | 4 | 2.50 | 3 | 1.00 |
| | 女性50代 | 18 | 77.8 | 16.7 | 5.6 | 14 | 3.36 | 3 | 1.33 | 1 | 1.00 |
| | 女性60代 | 17 | 58.8 | 29.4 | 11.8 | 10 | 8.70 | 5 | 1.60 | 2 | 2.50 |
| | 女性70代 | 7 | 71.4 | – | 28.6 | 5 | 4.20 | – | – | 2 | 1.50 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 103 | 77.7 | 15.5 | 6.8 | 80 | 4.99 | 16 | 1.63 | 7 | 2.71 |
| | 東京都区部 | 28 | 82.1 | 17.9 | – | 23 | 7.70 | 5 | 1.00 | – | – |
| | 政令指定都市 | 75 | 76.0 | 14.7 | 9.3 | 57 | 3.89 | 11 | 1.91 | 7 | 2.71 |
| | 大都市 | 176 | 76.7 | 15.9 | 7.4 | 135 | 5.47 | 28 | 2.32 | 13 | 1.31 |
| | 小都市 | 121 | 74.4 | 16.5 | 9.1 | 90 | 5.79 | 20 | 3.00 | 11 | 1.82 |
| | 町村 | 36 | 75.0 | 8.3 | 16.7 | 27 | 5.22 | 3 | 3.00 | 6 | 1.00 |
| 居住地域 | 北海道 | 31 | 77.4 | 16.1 | 6.5 | 24 | 7.42 | 5 | 2.00 | 2 | 3.00 |
| | 東北 | 28 | 64.3 | 25.0 | 10.7 | 18 | 4.67 | 7 | 2.14 | 3 | 1.67 |
| | 北関東 | 26 | 84.6 | 11.5 | 3.8 | 22 | 6.91 | 3 | 1.67 | 1 | 2.00 |
| | 首都圏 | 113 | 77.0 | 14.2 | 8.8 | 87 | 5.72 | 16 | 2.44 | 10 | 1.80 |
| | 北陸 | 17 | 70.6 | 29.4 | – | 12 | 4.33 | 5 | 1.60 | – | – |
| | 東山 | 18 | 72.2 | 16.7 | 11.1 | 13 | 3.00 | 3 | 3.00 | 2 | 1.00 |
| | 東海 | 54 | 83.3 | 5.6 | 11.1 | 45 | 5.82 | 3 | 1.67 | 6 | 1.83 |
| | 近畿二府一県 | 56 | 73.2 | 16.1 | 10.7 | 41 | 5.41 | 9 | 4.33 | 6 | 1.17 |
| | その他近畿圏 | 11 | 81.8 | 18.2 | – | 9 | 4.56 | 2 | 1.50 | – | – |
| | 中国 | 23 | 78.3 | 13.0 | 8.7 | 18 | 6.67 | 3 | 1.33 | 2 | 1.00 |
| | 四国 | 9 | 66.7 | 11.1 | 22.2 | 6 | 6.00 | 1 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| | 九州・沖縄 | 50 | 74.0 | 20.0 | 6.0 | 37 | 3.14 | 10 | 2.20 | 3 | 2.33 |
| 職業 | 自営業主 | 46 | 67.4 | 19.6 | 13.0 | 31 | 6.68 | 9 | 5.00 | 6 | 2.50 |
| | 家族従業者 | 5 | 80.0 | 20.0 | – | 4 | 4.00 | 1 | 10.00 | – | – |
| | 雇用者 | 299 | 76.9 | 14.4 | 8.7 | 230 | 4.61 | 43 | 1.65 | 26 | 1.38 |
| | （小計）就労者 | 350 | 75.7 | 15.1 | 9.1 | 265 | 4.85 | 53 | 2.38 | 32 | 1.59 |
| | 主婦・主夫 | 29 | 79.3 | 10.3 | 10.3 | 23 | 5.48 | 3 | 3.00 | 3 | 2.33 |
| | 学生 | 11 | 81.8 | 9.1 | 9.1 | 9 | 12.67 | 1 | 8.00 | 1 | 1.00 |
| | 無職 | 42 | 78.6 | 21.4 | – | 33 | 7.82 | 9 | 1.56 | – | – |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 9.00 | 1 | 3.00 | 1 | 3.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 6 | 66.7 | 33.3 | – | 4 | 3.00 | 2 | 1.00 | – | – |
| | 高校 | 88 | 78.4 | 14.8 | 6.8 | 69 | 6.19 | 13 | 2.92 | 6 | 1.17 |
| | 短大・高専 | 36 | 80.6 | 8.3 | 11.1 | 29 | 9.07 | 3 | 2.33 | 4 | 2.00 |
| | 専門学校 | 55 | 70.9 | 16.4 | 12.7 | 39 | 4.31 | 9 | 1.44 | 7 | 1.86 |
| | 大学 | 230 | 76.1 | 16.1 | 7.8 | 175 | 5.03 | 37 | 2.54 | 18 | 1.78 |
| | 大学院 | 20 | 75.0 | 15.0 | 10.0 | 15 | 3.20 | 3 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 10.00 | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | 7 | 71.4 | 28.6 | – | 5 | 2.60 | 2 | 4.50 | – | – |
| | 100～200万円未満 | 7 | 85.7 | – | 14.3 | 6 | 14.00 | – | – | 1 | 5.00 |
| | 200～300万円未満 | 33 | 72.7 | 21.2 | 6.1 | 24 | 6.42 | 7 | 4.86 | 2 | 1.50 |
| | 300～400万円未満 | 32 | 75.0 | 15.6 | 9.4 | 24 | 3.13 | 5 | 1.80 | 3 | 1.67 |
| | 400～500万円未満 | 41 | 68.3 | 19.5 | 12.2 | 28 | 4.18 | 8 | 1.88 | 5 | 1.60 |
| | 500～600万円未満 | 36 | 75.0 | 16.7 | 8.3 | 27 | 6.63 | 6 | 1.50 | 3 | 1.00 |
| | 600～700万円未満 | 45 | 77.8 | 13.3 | 8.9 | 35 | 7.43 | 6 | 1.17 | 4 | 1.00 |
| | 700～800万円未満 | 31 | 83.9 | 9.7 | 6.5 | 26 | 5.50 | 3 | 4.00 | 2 | 1.00 |
| | 800～1000万円未満 | 50 | 78.0 | 12.0 | 10.0 | 39 | 5.44 | 6 | 1.67 | 5 | 2.40 |
| | 1000～1200万円未満 | 28 | 82.1 | 17.9 | – | 23 | 5.78 | 5 | 1.40 | – | – |
| | 1200万円以上 | 54 | 77.8 | 13.0 | 9.3 | 42 | 3.90 | 7 | 1.86 | 5 | 1.80 |
| | わからない | 35 | 65.7 | 20.0 | 14.3 | 23 | 5.52 | 7 | 2.86 | 5 | 1.80 |
| | 答えたくない | 33 | 78.8 | 15.2 | 6.1 | 26 | 3.81 | 5 | 3.00 | 2 | 1.00 |
| 未既婚 | 既婚者 | 297 | 77.1 | 16.2 | 6.7 | 229 | 4.39 | 48 | 1.90 | 20 | 1.50 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 138 | 73.9 | 13.8 | 12.3 | 102 | 7.75 | 19 | 3.63 | 17 | 1.88 |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | – | 3.00 | – | – | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 61 | 75.4 | 11.5 | 13.1 | 46 | 8.13 | 7 | 3.29 | 8 | 2.38 |
| | 夫婦のみ・子なし | 113 | 77.0 | 18.6 | 4.4 | 87 | 5.03 | 21 | 2.14 | 5 | 2.00 |
| | 夫婦・子あり | 152 | 77.0 | 13.8 | 9.2 | 117 | 4.09 | 21 | 1.52 | 14 | 1.36 |
| | 親と同居（未婚） | 37 | 75.7 | 13.5 | 10.8 | 28 | 9.29 | 5 | 6.00 | 4 | 1.00 |
| | 2世帯以上同居 | 35 | 71.4 | 17.1 | 11.4 | 25 | 3.60 | 6 | 2.17 | 4 | 2.00 |
| | その他 | 37 | 75.7 | 18.9 | 5.4 | 28 | 5.64 | 7 | 2.43 | 2 | 1.00 |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 143 | 74.8 | 16.1 | 9.1 | 107 | 5.79 | 23 | 2.09 | 13 | 2.00 |
| | 週に1～2日 | 146 | 76.7 | 15.1 | 8.2 | 112 | 5.46 | 22 | 2.05 | 12 | 1.83 |
| | （小計）週に1日以上計 | 289 | 75.8 | 15.6 | 8.7 | 219 | 5.62 | 45 | 2.07 | 25 | 1.92 |
| | （小計）週1日未満 | 126 | 78.6 | 14.3 | 7.1 | 99 | 4.74 | 18 | 3.00 | 9 | 1.22 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 21 | 66.7 | 19.0 | 14.3 | 14 | 7.14 | 4 | 3.25 | 3 | 1.00 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 436 | 76.1 | 15.4 | 8.5 | 332 | 5.42 | 67 | 2.39 | 37 | 1.68 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上継続する頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 64 | 79.7 | 10.9 | 9.4 | 51 | 7.39 | 7 | 1.71 | 6 | 1.00 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 64 | 70.3 | 25.0 | 4.7 | 45 | 7.00 | 16 | 2.38 | 3 | 2.67 |
| | （小計）週に2日以上計 | 128 | 75.0 | 18.0 | 7.0 | 96 | 7.21 | 23 | 2.17 | 9 | 1.56 |
| | （小計）週2日未満 | 207 | 77.8 | 15.0 | 7.2 | 161 | 5.32 | 31 | 2.45 | 15 | 2.00 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 45 | 68.9 | 15.6 | 15.6 | 31 | 4.56 | 7 | 2.71 | 7 | 1.57 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 380 | 75.8 | 16.1 | 8.2 | 288 | 5.87 | 61 | 2.38 | 31 | 1.77 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 56 | 78.6 | 10.7 | 10.7 | 44 | 2.48 | 6 | 2.50 | 6 | 1.17 |
| ※2 する・みる・ささえる回～Ⅱ以上～Ⅰ週ささ | する・みる・ささえる | 77 | 63.6 | 26.0 | 10.4 | 49 | 7.41 | 20 | 2.40 | 8 | 2.88 |
| | する・みる | 165 | 81.8 | 10.3 | 7.9 | 135 | 4.72 | 17 | 1.82 | 13 | 1.38 |
| | する・ささえる | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 3.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| | するのみ | 45 | 75.6 | 15.6 | 8.9 | 34 | 6.71 | 7 | 1.71 | 4 | 1.75 |
| | みる・ささえる | 19 | 68.4 | 26.3 | 5.3 | 13 | 10.77 | 5 | 6.20 | 1 | 1.00 |
| | みるのみ | 96 | 79.2 | 12.5 | 8.3 | 76 | 3.72 | 12 | 1.67 | 8 | 1.25 |
| | ささえるのみ | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 31 | 74.2 | 16.1 | 9.7 | 23 | 6.30 | 5 | 3.20 | 3 | 1.00 |

Q14-46. この1年間に実施した日数（年・月・週）/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 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（日） | 全体 | 月／平均（日） | 全体 | 週／平均（日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 577 | 62.2 | 28.2 | 9.5 | 359 | 7.13 | 163 | 2.12 | 55 | 1.91 |
| 性別 | 男性 | 325 | 61.2 | 27.7 | 11.1 | 199 | 8.30 | 90 | 1.96 | 36 | 2.00 |
| | 女性 | 251 | 63.7 | 28.7 | 7.6 | 160 | 5.68 | 72 | 2.35 | 19 | 1.74 |
| 年代 | 10代 | 8 | 62.5 | 25.0 | 12.5 | 5 | 2.80 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 20代 | 30 | 73.3 | 20.0 | 6.7 | 22 | 4.64 | 6 | 1.33 | 2 | 6.00 |
| | 30代 | 40 | 65.0 | 30.0 | 5.0 | 26 | 3.73 | 12 | 1.33 | 2 | 1.00 |
| | 40代 | 65 | 64.6 | 27.7 | 7.7 | 42 | 6.88 | 18 | 1.78 | 5 | 2.20 |
| | 50代 | 121 | 63.6 | 23.1 | 13.2 | 77 | 5.22 | 28 | 1.54 | 16 | 1.81 |
| | 60代 | 132 | 62.1 | 30.3 | 7.6 | 82 | 6.50 | 40 | 2.28 | 10 | 1.70 |
| | 70代 | 181 | 58.0 | 31.5 | 10.5 | 105 | 10.70 | 57 | 2.70 | 19 | 1.74 |
| 性年代 | 男性10代 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 4.50 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 男性20代 | 16 | 75.0 | 18.8 | 6.3 | 12 | 4.25 | 3 | 1.67 | 1 | 5.00 |
| | 男性30代 | 23 | 56.5 | 34.8 | 8.7 | 13 | 3.85 | 8 | 1.13 | 2 | 1.00 |
| | 男性40代 | 31 | 58.1 | 29.0 | 12.9 | 18 | 5.67 | 9 | 1.56 | 4 | 2.50 |
| | 男性50代 | 71 | 60.6 | 26.8 | 12.7 | 43 | 5.56 | 19 | 1.63 | 9 | 2.00 |
| | 男性60代 | 76 | 63.2 | 28.9 | 7.9 | 48 | 7.31 | 22 | 1.59 | 6 | 2.00 |
| | 男性70代 | 105 | 60.0 | 27.6 | 12.4 | 63 | 13.49 | 29 | 2.83 | 13 | 1.85 |
| | 女性10代 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | 3 | 1.67 | 2 | 1.00 | – | – |
| | 女性20代 | 14 | 71.4 | 21.4 | 7.1 | 10 | 5.10 | 3 | 1.00 | 1 | 7.00 |
| | 女性30代 | 17 | 76.5 | 23.5 | – | 13 | 3.62 | 4 | 1.75 | – | – |
| | 女性40代 | 34 | 70.6 | 26.5 | 2.9 | 24 | 7.79 | 9 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 女性50代 | 49 | 69.4 | 16.3 | 14.3 | 34 | 4.79 | 8 | 1.38 | 7 | 1.57 |
| | 女性60代 | 56 | 60.7 | 32.1 | 7.1 | 34 | 5.35 | 18 | 3.11 | 4 | 1.25 |
| | 女性70代 | 76 | 55.3 | 36.8 | 7.9 | 42 | 6.52 | 28 | 2.57 | 6 | 1.50 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 153 | 64.1 | 27.5 | 8.5 | 98 | 5.27 | 42 | 3.02 | 13 | 1.85 |
| | 東京都区部 | 45 | 64.4 | 31.1 | 4.4 | 29 | 4.21 | 14 | 1.71 | 2 | 1.50 |
| | 政令指定都市 | 108 | 63.9 | 25.9 | 10.2 | 69 | 5.71 | 28 | 3.68 | 11 | 1.91 |
| | 大都市 | 232 | 63.8 | 28.0 | 8.2 | 148 | 7.82 | 65 | 1.78 | 19 | 2.47 |
| | 小都市 | 154 | 59.7 | 28.6 | 11.7 | 92 | 8.07 | 44 | 1.75 | 18 | 1.28 |
| | 町村 | 38 | 55.3 | 31.6 | 13.2 | 21 | 6.90 | 12 | 2.17 | 5 | 2.20 |
| 居住地域 | 北海道 | 7 | 85.7 | 14.3 | – | 6 | 10.83 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 東北 | 28 | 46.4 | 42.9 | 10.7 | 13 | 4.77 | 12 | 1.83 | 3 | 2.33 |
| | 北関東 | 49 | 57.1 | 34.7 | 8.2 | 28 | 6.89 | 17 | 1.59 | 4 | 1.75 |
| | 首都圏 | 185 | 70.3 | 24.3 | 5.4 | 130 | 6.77 | 45 | 1.78 | 10 | 1.50 |
| | 北陸 | 13 | 69.2 | 15.4 | 15.4 | 9 | 6.33 | 2 | 2.50 | 2 | 2.50 |
| | 東山 | 27 | 59.3 | 25.9 | 14.8 | 16 | 8.69 | 7 | 1.29 | 4 | 2.50 |
| | 東海 | 64 | 73.4 | 14.1 | 12.5 | 47 | 5.02 | 9 | 3.89 | 8 | 1.00 |
| | 近畿二府一県 | 121 | 52.9 | 36.4 | 10.7 | 64 | 9.45 | 44 | 2.09 | 13 | 2.23 |
| | その他近畿圏 | 21 | 57.1 | 33.3 | 9.5 | 12 | 7.92 | 7 | 1.43 | 2 | 1.00 |
| | 中国 | 24 | 58.3 | 29.2 | 12.5 | 14 | 6.86 | 7 | 2.00 | 3 | 1.00 |
| | 四国 | 11 | 90.9 | – | 9.1 | 10 | 9.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 九州・沖縄 | 27 | 37.0 | 44.4 | 18.5 | 10 | 4.30 | 12 | 4.25 | 5 | 3.60 |
| 職業 | 自営業主 | 50 | 58.0 | 34.0 | 8.0 | 29 | 11.41 | 17 | 1.35 | 4 | 1.00 |
| | 家族従業者 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 10.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 雇用者 | 294 | 65.3 | 26.2 | 8.5 | 192 | 5.63 | 77 | 1.64 | 25 | 2.24 |
| | （小計）就労者 | 346 | 64.2 | 27.5 | 8.4 | 222 | 6.40 | 95 | 1.59 | 29 | 2.07 |
| | 主婦・主夫 | 92 | 58.7 | 34.8 | 6.5 | 54 | 6.13 | 32 | 2.78 | 6 | 2.00 |
| | 学生 | 12 | 75.0 | 16.7 | 8.3 | 9 | 2.56 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 無職 | 115 | 59.1 | 27.8 | 13.0 | 68 | 11.21 | 32 | 3.16 | 15 | 1.40 |
| | その他 | 9 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 4 | 4.00 | 2 | 1.50 | 3 | 1.67 |
| | 答えたくない | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 4.00 | – | – | 1 | 6.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 2.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 高校 | 113 | 63.7 | 23.9 | 12.4 | 72 | 9.50 | 27 | 2.15 | 14 | 1.29 |
| | 短大・高専 | 59 | 72.4 | 17.2 | 10.3 | 42 | 6.43 | 10 | 2.20 | 6 | 1.33 |
| | 専門学校 | 42 | 64.3 | 19.0 | 16.7 | 27 | 4.56 | 8 | 1.63 | 7 | 2.00 |
| | 大学 | 306 | 58.8 | 33.3 | 7.8 | 180 | 7.07 | 102 | 1.80 | 24 | 2.50 |
| | 大学院 | 52 | 67.3 | 28.8 | 3.8 | 35 | 5.86 | 15 | 4.53 | 2 | 1.00 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 3.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 7 | 57.1 | – | 42.9 | 4 | 9.00 | – | – | 3 | 1.67 |
| | 100万円未満 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 4.33 | 1 | 3.00 | – | – |
| | 100～200万円未満 | 33 | 60.6 | 27.3 | 12.1 | 20 | 7.25 | 9 | 1.89 | 4 | 1.00 |
| | 200～300万円未満 | 55 | 58.2 | 27.3 | 14.5 | 32 | 5.72 | 15 | 1.67 | 8 | 1.38 |
| | 300～400万円未満 | 59 | 49.2 | 35.6 | 15.3 | 29 | 14.07 | 21 | 3.43 | 9 | 2.78 |
| | 400～500万円未満 | 67 | 73.1 | 23.9 | 3.0 | 49 | 6.22 | 16 | 1.69 | 2 | 1.00 |
| | 500～600万円未満 | 49 | 61.2 | 30.6 | 8.2 | 30 | 9.80 | 15 | 1.27 | 4 | 3.00 |
| | 600～700万円未満 | 33 | 69.7 | 21.2 | 9.1 | 23 | 7.35 | 7 | 1.86 | 3 | 3.00 |
| | 700～800万円未満 | 36 | 58.3 | 33.3 | 8.3 | 21 | 7.95 | 12 | 2.00 | 3 | 1.00 |
| | 800～1000万円未満 | 49 | 51.0 | 38.8 | 10.2 | 25 | 6.44 | 19 | 1.63 | 5 | 1.00 |
| | 1000～1200万円未満 | 32 | 65.6 | 28.1 | 6.3 | 21 | 5.81 | 9 | 1.44 | 2 | 2.00 |
| | 1200万円以上 | 45 | 66.7 | 31.1 | 2.2 | 30 | 6.73 | 14 | 3.36 | 1 | 1.00 |
| | わからない | 44 | 63.6 | 25.0 | 11.4 | 28 | 5.04 | 11 | 2.64 | 5 | 2.20 |
| | 答えたくない | 64 | 68.8 | 21.9 | 9.4 | 44 | 4.89 | 14 | 1.86 | 6 | 2.17 |
| 未既婚 | 既婚者 | 387 | 61.0 | 31.5 | 7.5 | 236 | 7.62 | 122 | 2.04 | 29 | 1.69 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 183 | 64.5 | 21.3 | 14.2 | 118 | 6.26 | 39 | 2.31 | 26 | 2.15 |
| | 答えたくない | 7 | 71.4 | 28.6 | – | 5 | 4.80 | 2 | 3.50 | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 113 | 66.4 | 19.5 | 14.2 | 75 | 6.43 | 22 | 1.86 | 16 | 2.13 |
| | 夫婦のみ・子なし | 240 | 57.1 | 34.2 | 8.8 | 137 | 8.69 | 82 | 2.24 | 21 | 1.90 |
| | 夫婦・子あり | 120 | 68.3 | 25.8 | 5.8 | 82 | 5.83 | 31 | 1.65 | 7 | 1.14 |
| | 親と同居（未婚） | 35 | 62.9 | 25.7 | 11.4 | 22 | 6.45 | 9 | 1.22 | 4 | 4.00 |
| | 2世帯以上同居 | 22 | 68.2 | 27.3 | 4.5 | 15 | 7.67 | 6 | 1.50 | 1 | 1.00 |
| | その他 | 40 | 57.5 | 27.5 | 15.0 | 23 | 5.65 | 11 | 3.91 | 6 | 1.00 |
| | 答えたくない | 7 | 71.4 | 28.6 | – | 5 | 4.80 | 2 | 3.50 | – | – |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 286 | 56.6 | 31.1 | 12.2 | 162 | 7.28 | 89 | 2.00 | 35 | 1.74 |
| | 週に1～2日 | 175 | 61.7 | 32.0 | 6.3 | 108 | 8.49 | 56 | 2.14 | 11 | 1.55 |
| | （小計）週に1日以上計 | 461 | 58.6 | 31.5 | 10.0 | 270 | 7.76 | 145 | 2.06 | 46 | 1.70 |
| | （小計）週1日未満 | 106 | 77.4 | 14.2 | 8.5 | 82 | 4.94 | 15 | 1.73 | 9 | 3.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 10 | 70.0 | 30.0 | – | 7 | 8.57 | 3 | 7.33 | – | – |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 577 | 62.2 | 28.2 | 9.5 | 359 | 7.13 | 163 | 2.12 | 55 | 1.91 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上継続する頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 180 | 56.7 | 32.2 | 11.1 | 102 | 8.04 | 58 | 2.26 | 20 | 1.70 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 87 | 60.9 | 32.2 | 6.9 | 53 | 9.25 | 28 | 2.46 | 6 | 1.50 |
| | （小計）週に2日以上計 | 267 | 58.1 | 32.2 | 9.7 | 155 | 8.45 | 86 | 2.33 | 26 | 1.65 |
| | （小計）週2日未満 | 247 | 61.9 | 28.3 | 9.7 | 153 | 6.64 | 70 | 1.66 | 24 | 1.92 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 23 | 73.9 | 17.4 | 8.7 | 17 | 5.00 | 4 | 6.25 | 2 | 4.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 537 | 60.5 | 29.8 | 9.7 | 325 | 7.42 | 160 | 2.13 | 52 | 1.87 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 40 | 85.0 | 7.5 | 7.5 | 34 | 4.41 | 3 | 1.67 | 3 | 2.67 |
| ※2 する・みる・ささえる回～Ⅱ以上～Ⅰ週ささ | する・みる・ささえる | 48 | 60.4 | 29.2 | 10.4 | 29 | 10.79 | 14 | 1.64 | 5 | 1.80 |
| | する・みる | 339 | 59.6 | 31.0 | 9.4 | 202 | 6.98 | 105 | 2.12 | 32 | 1.75 |
| | する・ささえる | 5 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 5.00 | 1 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| | するのみ | 69 | 53.6 | 36.2 | 10.1 | 37 | 9.81 | 25 | 2.04 | 7 | 1.57 |
| | みる・ささえる | 11 | 54.5 | 27.3 | 18.2 | 8 | 20.00 | 3 | 2.00 | 2 | 5.00 |
| | みるのみ | 82 | 79.3 | 14.6 | 6.1 | 65 | 4.08 | 12 | 3.17 | 5 | 2.20 |
| | ささえるのみ | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 22 | 77.3 | 13.6 | 9.1 | 17 | 4.41 | 3 | 1.33 | 2 | 3.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-47. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾎﾞｰﾄ・漕艇・ｶﾇｰ・ｶﾔｯｸ・ﾗﾌﾃｨﾝｸﾞ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 57 | 78.9 | 5.3 | 15.8 | 45 | 4.82 | 3 | 5.67 | 9 | 1.78 |
| 性別 | 男性 | 28 | 82.1 | 7.1 | 10.7 | 23 | 7.09 | 2 | 3.50 | 3 | 1.67 |
| | 女性 | 29 | 75.9 | 3.4 | 20.7 | 22 | 2.45 | 1 | 10.00 | 6 | 1.83 |
| 年代 | 10代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 20代 | 13 | 76.9 | 7.7 | 15.4 | 10 | 1.60 | 1 | 10.00 | 2 | 2.00 |
| | 30代 | 6 | 83.3 | – | 16.7 | 5 | 5.40 | – | – | 1 | 5.00 |
| | 40代 | 8 | 75.0 | – | 25.0 | 6 | 2.33 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 50代 | 18 | 83.3 | – | 16.7 | 15 | 4.47 | – | – | 3 | 1.33 |
| | 60代 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 8.00 | 2 | 3.50 | 1 | 1.00 |
| | 70代 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 13.60 | – | – | – | – |
| 性年代 | 男性10代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 男性20代 | 5 | 60.0 | – | 40.0 | 3 | 1.67 | – | – | 2 | 2.00 |
| | 男性30代 | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 6.25 | – | – | – | – |
| | 男性40代 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 3.00 | – | – | – | – |
| | 男性50代 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 6.80 | – | – | – | – |
| | 男性60代 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 8.00 | 2 | 3.50 | 1 | 1.00 |
| | 男性70代 | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 16.25 | – | – | – | – |
| | 女性10代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性20代 | 8 | 87.5 | 12.5 | – | 7 | 1.57 | 1 | 10.00 | – | – |
| | 女性30代 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 2.00 | – | – | 1 | 5.00 |
| | 女性40代 | 5 | 60.0 | – | 40.0 | 3 | 1.67 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 女性50代 | 13 | 76.9 | – | 23.1 | 10 | 3.30 | – | – | 3 | 1.33 |
| | 女性60代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性70代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9 | 88.9 | – | 11.1 | 8 | 3.75 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 東京都区部 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 政令指定都市 | 7 | 85.7 | – | 14.3 | 6 | 4.67 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 大都市 | 22 | 77.3 | 9.1 | 13.6 | 17 | 4.12 | 2 | 7.50 | 3 | 1.33 |
| | 小都市 | 17 | 82.4 | – | 17.6 | 14 | 6.14 | – | – | 3 | 3.00 |
| | 町村 | 9 | 66.7 | 11.1 | 22.2 | 6 | 5.17 | 1 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| 居住地域 | 北海道 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 3.00 | – | – | – | – |
| | 東北 | 5 | 20.0 | 20.0 | 60.0 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | 3 | 2.00 |
| | 北関東 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 3.50 | 1 | 5.00 | – | – |
| | 首都圏 | 15 | 86.7 | – | 13.3 | 13 | 3.85 | – | – | 2 | 3.00 |
| | 北陸 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| | 東山 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 2.50 | – | – | – | – |
| | 東海 | 10 | 80.0 | – | 20.0 | 8 | 4.38 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 近畿二府一県 | 5 | 80.0 | 20.0 | – | 4 | 3.00 | 1 | 10.00 | – | – |
| | その他近畿圏 | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 16.00 | – | – | – | – |
| | 中国 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 四国 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| | 九州・沖縄 | 6 | 83.3 | – | 16.7 | 5 | 6.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 職業 | 自営業主 | 6 | 100.0 | – | – | 6 | 9.83 | – | – | – | – |
| | 家族従業者 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 32 | 75.0 | 3.1 | 21.9 | 24 | 4.00 | 1 | 10.00 | 7 | 1.14 |
| | （小計）就労者 | 39 | 79.5 | 2.6 | 17.9 | 31 | 5.06 | 1 | 10.00 | 7 | 1.14 |
| | 主婦・主夫 | 7 | 100.0 | – | – | 7 | 1.86 | – | – | – | – |
| | 学生 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 1.33 | – | – | – | – |
| | 無職 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 15.00 | 2 | 3.50 | – | – |
| | その他 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 5.00 |
| | 答えたくない | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 12.00 | – | – | 1 | 3.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 高校 | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 3.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 短大・高専 | 8 | 75.0 | 12.5 | 12.5 | 6 | 4.17 | 1 | 10.00 | 1 | 1.00 |
| | 専門学校 | 8 | 87.5 | – | 12.5 | 7 | 1.71 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 大学 | 31 | 77.4 | 6.5 | 16.1 | 24 | 3.96 | 2 | 3.50 | 5 | 2.40 |
| | 大学院 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 23.67 | – | – | – | – |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 11.50 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 100万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 100～200万円未満 | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 6.25 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 200～300万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 300～400万円未満 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 11.00 | – | – | – | – |
| | 400～500万円未満 | 9 | 66.7 | – | 33.3 | 6 | 2.33 | – | – | 3 | 1.67 |
| | 500～600万円未満 | 7 | 42.9 | 28.6 | 28.6 | 3 | 1.33 | 2 | 7.50 | 2 | 3.00 |
| | 600～700万円未満 | 6 | 100.0 | – | – | 6 | 10.33 | – | – | – | – |
| | 700～800万円未満 | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 7.50 | – | – | 2 | 1.50 |
| | 800～1000万円未満 | 7 | 100.0 | – | – | 7 | 2.14 | – | – | – | – |
| | 1000～1200万円未満 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 1200万円以上 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 1.80 | – | – | – | – |
| | わからない | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 2.50 | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.50 | – | – | – | – |
| 未既婚 | 既婚者 | 27 | 81.5 | – | 18.5 | 22 | 4.59 | – | – | 5 | 2.00 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 29 | 75.9 | 10.3 | 13.8 | 22 | 5.18 | 3 | 5.67 | 4 | 1.50 |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 18 | 72.2 | 11.1 | 16.7 | 13 | 7.08 | 2 | 6.00 | 3 | 1.67 |
| | 夫婦のみ・子なし | 15 | 73.3 | – | 26.7 | 11 | 2.91 | – | – | 4 | 2.25 |
| | 夫婦・子あり | 12 | 91.7 | – | 8.3 | 11 | 6.27 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 親と同居（未婚） | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 1.33 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 2世帯以上同居 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | その他 | 7 | 85.7 | 14.3 | – | 6 | 3.00 | 1 | 5.00 | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| ※1 軽い汗をかく運動を1年以上継続した頻度 | 週に3日以上 | 15 | 86.7 | – | 13.3 | 13 | 5.00 | – | – | 2 | 3.00 |
| | 週に1～2日 | 17 | 76.5 | 5.9 | 17.6 | 13 | 3.38 | 1 | 10.00 | 3 | 1.67 |
| | （小計）週に1日以上計 | 32 | 81.3 | 3.1 | 15.6 | 26 | 4.19 | 1 | 10.00 | 5 | 2.20 |
| | （小計）週1日未満 | 23 | 78.3 | 8.7 | 13.0 | 18 | 3.06 | 2 | 3.50 | 3 | 1.33 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 57 | 78.9 | 5.3 | 15.8 | 45 | 4.82 | 3 | 5.67 | 9 | 1.78 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※2 「する」・「みる」・「ささえる」活動（週1回～以上） | 週に3日以上 | 9 | 77.8 | – | 22.2 | 7 | 7.29 | – | – | 2 | 3.00 |
| | 週に2日 | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 3.67 | 1 | 10.00 | 1 | 1.00 |
| | （小計）週に2日以上計 | 14 | 71.4 | 7.1 | 21.4 | 10 | 6.20 | 1 | 10.00 | 3 | 2.33 |
| | （小計）週2日未満 | 31 | 80.6 | 3.2 | 16.1 | 25 | 5.40 | 1 | 2.00 | 5 | 1.60 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 47 | 76.6 | 4.3 | 19.1 | 36 | 5.50 | 2 | 6.00 | 9 | 1.78 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 10 | 90.0 | 10.0 | – | 9 | 2.11 | 1 | 5.00 | – | – |
| | する・みる・ささえる | 8 | 62.5 | 12.5 | 25.0 | 5 | 7.00 | 1 | 10.00 | 2 | 2.00 |
| | する・みる | 19 | 89.5 | – | 10.5 | 17 | 6.71 | – | – | 2 | 3.00 |
| | する・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 3.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | みる・ささえる | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 1.33 | 1 | 5.00 | 1 | 2.00 |
| | みるのみ | 14 | 85.7 | – | 14.3 | 12 | 3.50 | – | – | 2 | 1.00 |
| | ささえるのみ | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 2.50 | – | – | 1 | 1.00 |

Q14-48. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾖｯﾄ・水上ｽｷｰ・ｳｪｲｸﾎﾞｰﾄﾞ・水上ﾊﾞｲｸ・ｼﾞｪｯﾄｽｷｰ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 45 | 64.4 | 24.4 | 11.1 | 29 | 8.62 | 11 | 3.36 | 5 | 1.40 |
| 性別 | 男性 | 33 | 57.6 | 30.3 | 12.1 | 19 | 12.05 | 10 | 3.50 | 4 | 1.50 |
| | 女性 | 12 | 83.3 | 8.3 | 8.3 | 10 | 2.10 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 年代 | 10代 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 1.00 | 1 | 5.00 | 1 | 1.00 |
| | 20代 | 9 | 44.4 | 44.4 | 11.1 | 4 | 27.00 | 4 | 4.00 | 1 | 3.00 |
| | 30代 | 6 | 100.0 | – | – | 6 | 2.17 | – | – | – | – |
| | 40代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 10.00 | – | – | – | – |
| | 50代 | 9 | 77.8 | 22.2 | – | 7 | 2.71 | 2 | 3.50 | – | – |
| | 60代 | 8 | 50.0 | 37.5 | 12.5 | 4 | 17.50 | 3 | 2.67 | 1 | 1.00 |
| | 70代 | 7 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 4 | 4.50 | 1 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| 性年代 | 男性10代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 5.00 | – | – |
| | 男性20代 | 8 | 50.0 | 37.5 | 12.5 | 4 | 27.00 | 3 | 4.67 | 1 | 3.00 |
| | 男性30代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 3.00 | – | – | – | – |
| | 男性40代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 10.00 | – | – | – | – |
| | 男性50代 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 3.00 | 2 | 3.50 | – | – |
| | 男性60代 | 8 | 50.0 | 37.5 | 12.5 | 4 | 17.50 | 3 | 2.67 | 1 | 1.00 |
| | 男性70代 | 7 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 4 | 4.50 | 1 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| | 女性10代 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 女性20代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| | 女性30代 | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 1.75 | – | – | – | – |
| | 女性40代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性50代 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 2.60 | – | – | – | – |
| | 女性60代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 8 | 50.0 | 37.5 | 12.5 | 4 | 1.00 | 3 | 2.67 | 1 | 1.00 |
| | 東京都区部 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 政令指定都市 | 7 | 57.1 | 42.9 | – | 4 | 1.00 | 3 | 2.67 | – | – |
| | 大都市 | 19 | 63.2 | 26.3 | 10.5 | 12 | 8.17 | 5 | 3.80 | 2 | 2.00 |
| | 小都市 | 11 | 63.6 | 18.2 | 18.2 | 7 | 16.86 | 2 | 1.50 | 2 | 1.00 |
| | 町村 | 7 | 85.7 | 14.3 | – | 6 | 5.00 | 1 | 7.00 | – | – |
| 居住地域 | 北海道 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 4.00 | – | – | – | – |
| | 東北 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 北関東 | 5 | 80.0 | 20.0 | – | 4 | 19.00 | 1 | 7.00 | – | – |
| | 首都圏 | 11 | 27.3 | 36.4 | 36.4 | 3 | 2.33 | 4 | 3.25 | 4 | 1.50 |
| | 北陸 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| | 東山 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| | 東海 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 3.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 近畿二府一県 | 8 | 62.5 | 37.5 | – | 5 | 4.40 | 3 | 3.00 | – | – |
| | その他近畿圏 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 1.33 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 中国 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 5.50 | – | – | – | – |
| | 四国 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| | 九州・沖縄 | 5 | 80.0 | 20.0 | – | 4 | 26.25 | 1 | 5.00 | – | – |
| 職業 | 自営業主 | 9 | 33.3 | 55.6 | 11.1 | 3 | 17.67 | 5 | 2.60 | 1 | 3.00 |
| | 家族従業者 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 25 | 76.0 | 16.0 | 8.0 | 19 | 4.26 | 4 | 4.25 | 2 | 1.00 |
| | （小計）就労者 | 35 | 65.7 | 25.7 | 8.6 | 23 | 5.87 | 9 | 3.33 | 3 | 1.67 |
| | 主婦・主夫 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 学生 | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 50.50 | 2 | 3.50 | 1 | 1.00 |
| | 無職 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 4.33 | – | – | 1 | 1.00 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 高校 | 13 | 76.9 | 15.4 | 7.7 | 10 | 8.90 | 2 | 3.00 | 1 | 3.00 |
| | 短大・高専 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 1.50 | 2 | 6.00 | – | – |
| | 専門学校 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | 3 | 3.00 | 2 | 2.00 | – | – |
| | 大学 | 20 | 60.0 | 25.0 | 15.0 | 12 | 11.58 | 5 | 3.00 | 3 | 1.00 |
| | 大学院 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 5.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 50.50 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 100～200万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 200～300万円未満 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 300～400万円未満 | 5 | 80.0 | 20.0 | – | 4 | 3.25 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 400～500万円未満 | 7 | 57.1 | 42.9 | – | 4 | 2.50 | 3 | 2.67 | – | – |
| | 500～600万円未満 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 19.33 | 2 | 6.00 | 1 | 3.00 |
| | 600～700万円未満 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 700～800万円未満 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 3.50 | 1 | 5.00 | 1 | 1.00 |
| | 800～1000万円未満 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 6.33 | – | – | – | – |
| | 1000～1200万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 1200万円以上 | 6 | 83.3 | 16.7 | – | 5 | 3.60 | 1 | 3.00 | – | – |
| | わからない | 3 | 33.3 | 66.7 | – | 1 | 10.00 | 2 | 1.50 | – | – |
| | 答えたくない | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 5.50 | – | – | 1 | 1.00 |
| 未既婚 | 既婚者 | 30 | 63.3 | 26.7 | 10.0 | 19 | 3.89 | 8 | 2.88 | 3 | 1.00 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 13 | 61.5 | 23.1 | 15.4 | 8 | 20.63 | 3 | 4.67 | 2 | 2.00 |
| | 答えたくない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 5.50 | – | – | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 10 | 70.0 | 20.0 | 10.0 | 7 | 23.43 | 2 | 4.50 | 1 | 1.00 |
| | 夫婦のみ・子なし | 13 | 38.5 | 38.5 | 23.1 | 5 | 4.00 | 5 | 3.00 | 2 | 1.00 |
| | 夫婦・子あり | 14 | 78.6 | 21.4 | – | 11 | 3.82 | 3 | 2.67 | – | – |
| | 親と同居（未婚） | 1 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | – |
| | 2世帯以上同居 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | その他 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 4.00 | 1 | 4.00 | 1 | 3.00 |
| | 答えたくない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 5.50 | – | – | – | – |
| ※1 軽い汗をかく運動を1年以上継続した頻度 | 週に3日以上 | 15 | 53.3 | 26.7 | 20.0 | 8 | 3.88 | 4 | 3.50 | 3 | 1.67 |
| | 週に1～2日 | 22 | 63.6 | 27.3 | 9.1 | 14 | 14.07 | 6 | 3.50 | 2 | 1.00 |
| | （小計）週に1日以上計 | 37 | 59.5 | 27.0 | 13.5 | 22 | 10.36 | 10 | 3.50 | 5 | 1.40 |
| | （小計）週1日未満 | 8 | 83.3 | 16.7 | – | 5 | 4.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.00 | – | – | – | – |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 45 | 64.4 | 24.4 | 11.1 | 29 | 8.62 | 11 | 3.36 | 5 | 1.40 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※2 「する」・「みる」・「ささえる」活動（週1回～以上） | 週に3日以上 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 4.33 | 1 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| | 週に2日 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | （小計）週に2日以上計 | 9 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 4 | 3.50 | 2 | 2.00 | 3 | 1.00 |
| | （小計）週2日未満 | 28 | 64.3 | 28.6 | 7.1 | 18 | 12.50 | 8 | 4.00 | 2 | 2.00 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 1.50 | – | – | – | – |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 41 | 63.4 | 24.4 | 12.2 | 26 | 9.42 | 10 | 3.60 | 5 | 1.40 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 1.67 | 1 | 1.00 | – | – |
| | する・みる・ささえる | 19 | 42.1 | 47.4 | 10.5 | 8 | 22.25 | 9 | 3.78 | 2 | 2.00 |
| | する・みる | 14 | 85.7 | 7.1 | 7.1 | 12 | 3.25 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | する・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 5.50 | – | – | 2 | 1.00 |
| | みる・ささえる | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | みるのみ | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 3.75 | – | – | – | – |
| | ささえるのみ | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 3.00 | – | – | – | – |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-49. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ｽｸｰﾊﾞﾀﾞｲﾋﾞﾝｸﾞ・ｽｷｭﾊﾞﾀﾞｲﾋﾞﾝｸﾞ・ﾌﾘｰﾀﾞｲﾋﾞﾝｸﾞ・ｼｭﾉｰｹﾘﾝｸﾞ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 125 | 80.0 | 8.0 | 12.0 | 100 | 6.05 | 10 | 1.80 | 15 | 1.93 |
| 性別 | 男性 | 59 | 74.6 | 6.8 | 18.6 | 44 | 7.57 | 4 | 1.25 | 11 | 2.27 |
| | 女性 | 65 | 84.6 | 9.2 | 6.2 | 55 | 4.76 | 6 | 2.17 | 4 | 1.00 |
| 年代 | 10代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 2.00 | – | – | – | – |
| | 20代 | 24 | 79.2 | 8.3 | 12.5 | 19 | 7.68 | 2 | 2.00 | 3 | 3.00 |
| | 30代 | 22 | 68.2 | 13.6 | 18.2 | 15 | 4.73 | 3 | 2.67 | 4 | 1.00 |
| | 40代 | 17 | 82.4 | 5.9 | 11.8 | 14 | 3.57 | 1 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| | 50代 | 29 | 82.8 | 3.4 | 13.8 | 24 | 6.75 | 1 | 2.00 | 4 | 2.75 |
| | 60代 | 20 | 85.0 | 10.0 | 5.0 | 17 | 7.47 | 2 | 1.00 | 1 | 2.00 |
| | 70代 | 11 | 81.8 | 9.1 | 9.1 | 9 | 5.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 性年代 | 男性10代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 男性20代 | 14 | 78.6 | 7.1 | 14.3 | 11 | 12.55 | 1 | 1.00 | 2 | 4.00 |
| | 男性30代 | 10 | 70.0 | – | 30.0 | 7 | 1.86 | – | – | 3 | 1.00 |
| | 男性40代 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 6.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 男性50代 | 18 | 72.2 | 5.6 | 22.2 | 13 | 7.62 | 1 | 2.00 | 4 | 2.75 |
| | 男性60代 | 9 | 77.8 | 11.1 | 11.1 | 7 | 7.57 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 |
| | 男性70代 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 4.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 女性10代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 2.00 | – | – | – | – |
| | 女性20代 | 10 | 80.0 | 10.0 | 10.0 | 8 | 1.00 | 1 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| | 女性30代 | 12 | 66.7 | 25.0 | 8.3 | 8 | 7.25 | 3 | 2.67 | 1 | 1.00 |
| | 女性40代 | 13 | 84.6 | 7.7 | 7.7 | 11 | 2.91 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 女性50代 | 10 | 100.0 | – | – | 10 | 5.30 | – | – | – | – |
| | 女性60代 | 11 | 90.9 | 9.1 | – | 10 | 7.40 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 女性70代 | 7 | 85.7 | – | 14.3 | 6 | 5.50 | – | – | 1 | 1.00 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 50 | 88.0 | 4.0 | 8.0 | 44 | 5.43 | 2 | 1.50 | 4 | 1.50 |
| | 東京都区部 | 22 | 86.4 | 9.1 | 4.5 | 19 | 6.21 | 2 | 1.50 | 1 | 1.00 |
| | 政令指定都市 | 28 | 89.3 | – | 10.7 | 25 | 4.84 | – | – | 3 | 1.67 |
| | 大都市 | 41 | 73.2 | 12.2 | 14.6 | 30 | 7.13 | 5 | 1.60 | 6 | 1.67 |
| | 小都市 | 30 | 80.0 | 6.7 | 13.3 | 24 | 4.67 | 2 | 3.00 | 4 | 3.00 |
| | 町村 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 20.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 居住地域 | 北海道 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 15.50 | – | – | – | – |
| | 東北 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 80.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 北関東 | 7 | 71.4 | 14.3 | 14.3 | 5 | 2.60 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 首都圏 | 57 | 87.7 | 7.0 | 5.3 | 50 | 5.96 | 4 | 2.75 | 3 | 1.33 |
| | 北陸 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 3.00 | – | – | 1 | 3.00 |
| | 東山 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 東海 | 13 | 84.6 | 7.7 | 7.7 | 11 | 3.27 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 近畿二府一県 | 14 | 78.6 | 14.3 | 7.1 | 11 | 6.00 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | その他近畿圏 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 中国 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 4.33 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 四国 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| | 九州・沖縄 | 20 | 65.0 | 10.0 | 25.0 | 13 | 4.62 | 2 | 1.00 | 5 | 3.20 |
| 職業 | 自営業主 | 17 | 52.9 | 17.6 | 29.4 | 9 | 13.33 | 3 | 1.67 | 5 | 1.60 |
| | 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 80 | 85.0 | 3.8 | 11.3 | 68 | 5.10 | 3 | 1.67 | 9 | 2.22 |
| | （小計）就労者 | 97 | 79.4 | 6.2 | 14.4 | 77 | 6.06 | 6 | 1.67 | 14 | 2.00 |
| | 主婦・主夫 | 10 | 100.0 | – | – | 10 | 3.20 | – | – | – | – |
| | 学生 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 1.67 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 無職 | 11 | 72.7 | 18.2 | 9.1 | 8 | 8.75 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | その他 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 30.00 | 1 | 5.00 | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 2.50 | – | – | – | – |
| | 高校 | 28 | 64.3 | 7.1 | 28.6 | 18 | 8.39 | 2 | 1.00 | 8 | 2.75 |
| | 短大・高専 | 11 | 72.7 | 18.2 | 9.1 | 8 | 13.88 | 2 | 2.50 | 1 | 1.00 |
| | 専門学校 | 10 | 90.0 | – | 10.0 | 9 | 3.78 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 大学 | 59 | 81.4 | 10.2 | 8.5 | 48 | 4.17 | 6 | 1.83 | 5 | 1.00 |
| | 大学院 | 14 | 100.0 | – | – | 14 | 7.36 | – | – | – | – |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 4.33 | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| | 100～200万円未満 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | 2 | 4.00 |
| | 200～300万円未満 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 10.80 | – | – | – | – |
| | 300～400万円未満 | 7 | 57.1 | 42.9 | – | 4 | 7.25 | 3 | 1.33 | – | – |
| | 400～500万円未満 | 17 | 88.2 | 5.9 | 5.9 | 15 | 3.87 | 1 | 1.00 | 1 | 4.00 |
| | 500～600万円未満 | 11 | 63.6 | – | 36.4 | 7 | 7.71 | – | – | 4 | 1.50 |
| | 600～700万円未満 | 9 | 77.8 | – | 22.2 | 7 | 2.86 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 700～800万円未満 | 15 | 60.0 | 13.3 | 26.7 | 9 | 14.11 | 2 | 2.50 | 4 | 1.50 |
| | 800～1000万円未満 | 10 | 100.0 | – | – | 10 | 9.50 | – | – | – | – |
| | 1000～1200万円未満 | 12 | 83.3 | 16.7 | – | 10 | 2.60 | 2 | 3.00 | – | – |
| | 1200万円以上 | 10 | 90.0 | 10.0 | – | 9 | 5.11 | 1 | 1.00 | – | – |
| | わからない | 6 | 100.0 | – | – | 6 | 2.50 | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 15 | 86.7 | – | 13.3 | 13 | 4.92 | – | – | 2 | 1.50 |
| 未既婚 | 既婚者 | 65 | 80.0 | 7.7 | 12.3 | 52 | 6.37 | 5 | 2.40 | 8 | 1.88 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 57 | 78.9 | 8.8 | 12.3 | 45 | 5.89 | 5 | 1.20 | 7 | 2.00 |
| | 答えたくない | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 3.00 | – | – | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 31 | 74.2 | 9.7 | 16.1 | 23 | 6.26 | 3 | 1.33 | 5 | 2.40 |
| | 夫婦のみ・子なし | 40 | 82.5 | 7.5 | 10.0 | 33 | 8.39 | 3 | 2.67 | 4 | 2.00 |
| | 夫婦・子あり | 21 | 76.2 | 4.8 | 19.0 | 16 | 2.38 | 1 | 3.00 | 4 | 1.75 |
| | 親と同居（未婚） | 13 | 76.9 | 7.7 | 15.4 | 10 | 8.50 | 1 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| | 2世帯以上同居 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 3.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| | その他 | 13 | 92.3 | 7.7 | – | 12 | 3.58 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 答えたくない | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 3.00 | – | – | – | – |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 44 | 84.1 | 2.3 | 13.6 | 37 | 8.08 | 1 | 1.00 | 6 | 2.50 |
| | 週に1～2日 | 37 | 70.3 | 18.9 | 10.8 | 26 | 7.54 | 7 | 2.00 | 4 | 1.50 |
| | （小計）週に1日以上計 | 81 | 77.8 | 9.9 | 12.3 | 63 | 7.86 | 8 | 1.88 | 10 | 2.10 |
| | （小計）週1日未満 | 41 | 87.8 | 2.4 | 9.8 | 36 | 3.03 | 1 | 1.00 | 4 | 1.50 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | 1 | 2.00 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 125 | 80.0 | 8.0 | 12.0 | 100 | 6.05 | 10 | 1.80 | 15 | 1.93 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 26 | 80.8 | 3.8 | 15.4 | 21 | 7.43 | 1 | 1.00 | 4 | 3.25 |
| | 週に2日 | 6 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 4 | 4.25 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | （小計）週に2日以上計 | 32 | 78.1 | 6.3 | 15.6 | 25 | 6.92 | 2 | 1.00 | 5 | 2.80 |
| | （小計）週2日未満 | 58 | 82.8 | 8.6 | 8.6 | 48 | 6.96 | 3 | 2.40 | 5 | 1.40 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 6 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 4 | 3.25 | 1 | 2.00 | 1 | 2.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 96 | 80.2 | 8.3 | 11.5 | 77 | 6.75 | 8 | 2.00 | 11 | 2.09 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 29 | 79.3 | 6.9 | 13.8 | 23 | 3.70 | 2 | 1.00 | 4 | 1.50 |
| ※2 する～Ⅰ～以上～する～Ⅱ～ささ回 | する・みる・ささえる | 16 | 75.0 | 6.3 | 18.8 | 12 | 12.17 | 1 | 1.00 | 3 | 1.00 |
| | する・みる | 50 | 80.0 | 12.0 | 8.0 | 40 | 6.73 | 6 | 1.83 | 4 | 1.75 |
| | する・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | 15 | 73.3 | 6.7 | 20.0 | 11 | 7.27 | 1 | 3.00 | 3 | 3.67 |
| | みる・ささえる | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 10.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | みるのみ | 27 | 96.3 | – | 3.7 | 26 | 2.81 | – | – | 1 | 3.00 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 14 | 71.4 | 7.1 | 21.4 | 10 | 2.70 | 1 | 2.00 | 3 | 1.33 |

Q14-50. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ｻｰﾌｨﾝ・ﾎﾞﾃﾞｨﾎﾞｰﾄﾞ・ﾎﾞｰﾄﾞｾｰﾘﾝｸﾞ・ｳｲﾝﾄﾞｻｰﾌｨﾝ

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 81 | 64.2 | 22.2 | 13.6 | 52 | 28.60 | 18 | 4.33 | 11 | 1.64 |
| 男性 | 59 | 55.9 | 25.4 | 18.6 | 33 | 34.73 | 15 | 4.73 | 11 | 1.64 |
| 女性 | 22 | 86.4 | 13.6 | – | 19 | 17.95 | 3 | 2.33 | – | – |
| 10代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 3.00 | – | – | – | – |
| 20代 | 12 | 66.7 | 25.0 | 8.3 | 8 | 9.88 | 3 | 1.67 | 1 | 1.00 |
| 30代 | 10 | 80.0 | 10.0 | 10.0 | 8 | 27.00 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| 40代 | 28 | 64.3 | 21.4 | 14.3 | 18 | 42.44 | 6 | 3.33 | 4 | 2.00 |
| 50代 | 20 | 45.0 | 35.0 | 20.0 | 9 | 17.56 | 7 | 6.29 | 4 | 1.75 |
| 60代 | 8 | 75.0 | 12.5 | 12.5 | 6 | 27.33 | 1 | 5.00 | 1 | 1.00 |
| 70代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 100.00 | – | – | – | – |
| 男性10代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 男性20代 | 7 | 57.1 | 28.6 | 14.3 | 4 | 15.25 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 男性30代 | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 5.67 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| 男性40代 | 20 | 55.0 | 25.0 | 20.0 | 11 | 62.00 | 5 | 3.80 | 4 | 2.00 |
| 男性50代 | 17 | 41.2 | 35.3 | 23.5 | 7 | 17.29 | 6 | 6.83 | 4 | 1.75 |
| 男性60代 | 8 | 75.0 | 12.5 | 12.5 | 6 | 27.33 | 1 | 5.00 | 1 | 1.00 |
| 男性70代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 100.00 | – | – | – | – |
| 女性10代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| 女性20代 | 5 | 80.0 | 20.0 | – | 4 | 4.50 | 1 | 3.00 | – | – |
| 女性30代 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 39.80 | – | – | – | – |
| 女性40代 | 8 | 87.5 | 12.5 | – | 7 | 11.71 | 1 | 1.00 | – | – |
| 女性50代 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 18.50 | 1 | 3.00 | – | – |
| 女性60代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東京23区・政令指定都市 | 19 | 57.9 | 26.3 | 15.8 | 11 | 24.18 | 5 | 3.80 | 3 | 1.67 |
| 東京都区部 | 9 | 55.6 | 33.3 | 11.1 | 5 | 31.80 | 3 | 3.33 | 1 | 1.00 |
| 政令指定都市 | 10 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 6 | 17.83 | 2 | 4.50 | 2 | 2.00 |
| 大都市 | 25 | 56.0 | 28.0 | 16.0 | 14 | 31.71 | 7 | 6.86 | 4 | 1.50 |
| 小都市 | 30 | 70.0 | 20.0 | 10.0 | 21 | 31.81 | 6 | 1.83 | 3 | 1.33 |
| 町村 | 7 | 85.7 | – | 14.3 | 6 | 18.17 | – | – | 1 | 3.00 |
| 北海道 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 50.00 | – | – | – | – |
| 東北 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 26.50 | – | – | – | – |
| 北関東 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 32.50 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 |
| 首都圏 | 33 | 51.5 | 27.3 | 21.2 | 17 | 35.76 | 9 | 6.44 | 7 | 1.86 |
| 北陸 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東山 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 4.33 | 1 | 1.00 | – | – |
| 東海 | 6 | 100.0 | – | – | 6 | 31.83 | – | – | – | – |
| 近畿二府一県 | 9 | 88.9 | 11.1 | – | 8 | 4.38 | 1 | 1.00 | – | – |
| その他近畿圏 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 36.00 | – | – | – | – |
| 中国 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| 四国 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 10.00 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 九州・沖縄 | 17 | 58.8 | 29.4 | 11.8 | 10 | 42.10 | 5 | 3.20 | 2 | 1.00 |
| 自営業主 | 13 | 76.9 | 15.4 | 7.7 | 10 | 22.10 | 2 | 2.50 | 1 | 3.00 |
| 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 雇用者 | 56 | 58.9 | 26.8 | 14.3 | 33 | 30.48 | 15 | 2.87 | 8 | 1.38 |
| （小計）就労者 | 69 | 62.3 | 24.6 | 13.0 | 43 | 28.53 | 17 | 2.82 | 9 | 1.56 |
| 主婦・主夫 | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 1.25 | – | – | – | – |
| 学生 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 3.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 無職 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 122.00 | 1 | 30.00 | 1 | 3.00 |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| 中学校 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 36.00 | – | – | – | – |
| 高校 | 12 | 91.7 | 8.3 | – | 11 | 25.82 | 1 | 2.00 | – | – |
| 短大・高専 | 6 | 83.3 | 16.7 | – | 5 | 5.40 | 1 | 1.00 | – | – |
| 専門学校 | 15 | 46.7 | 26.7 | 26.7 | 7 | 67.71 | 4 | 4.75 | 4 | 1.75 |
| 大学 | 45 | 60.0 | 26.7 | 13.3 | 27 | 24.63 | 12 | 4.67 | 6 | 1.50 |
| 大学院 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 収入なし | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 100.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 100万円未満 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 30.00 | – | – |
| 100～200万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 200～300万円未満 | 11 | 90.9 | 9.1 | – | 10 | 17.50 | 1 | 2.00 | – | – |
| 300～400万円未満 | 8 | 87.5 | 12.5 | – | 7 | 14.86 | 1 | 1.00 | – | – |
| 400～500万円未満 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 18.33 | 2 | 4.50 | 1 | 1.00 |
| 500～600万円未満 | 6 | 33.3 | 50.0 | 16.7 | 2 | 4.00 | 3 | 1.33 | 1 | 1.00 |
| 600～700万円未満 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 17.00 | 1 | 2.00 | 2 | 1.50 |
| 700～800万円未満 | 8 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 4 | 24.50 | 2 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| 800～1000万円未満 | 6 | 83.3 | 16.7 | – | 5 | 15.20 | 1 | 1.00 | – | – |
| 1000～1200万円未満 | 6 | 66.7 | 33.3 | – | 4 | 55.25 | 2 | 2.50 | – | – |
| 1200万円以上 | 7 | 71.4 | – | 28.6 | 5 | 5.00 | – | – | 2 | 2.50 |
| わからない | 8 | 75.0 | 12.5 | 12.5 | 6 | 95.17 | 1 | 4.00 | 1 | 2.00 |
| 答えたくない | 5 | 20.0 | 60.0 | 20.0 | 1 | 2.00 | 3 | 5.33 | 1 | 3.00 |
| 既婚者 | 49 | 61.2 | 26.5 | 12.2 | 30 | 25.87 | 13 | 2.46 | 6 | 1.67 |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 32 | 68.8 | 15.6 | 15.6 | 22 | 32.32 | 5 | 9.20 | 5 | 1.60 |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 一人暮らし | 19 | 63.2 | 15.8 | 21.1 | 12 | 51.83 | 3 | 11.33 | 4 | 1.75 |
| 夫婦のみ・子なし | 17 | 70.6 | 17.6 | 11.8 | 12 | 30.33 | 3 | 2.33 | 2 | 1.50 |
| 夫婦・子あり | 20 | 53.6 | 35.7 | 10.7 | 15 | 26.53 | 10 | 2.50 | 3 | 2.00 |
| 親と同居（未婚） | 7 | 71.4 | 28.6 | – | 5 | 14.80 | 2 | 6.00 | – | – |
| 2世帯以上同居 | 7 | 85.7 | – | 14.3 | 6 | 3.50 | – | – | 1 | 1.00 |
| その他 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 4.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 週に3日以上 | 29 | 69.0 | 20.7 | 10.3 | 20 | 58.05 | 6 | 3.50 | 3 | 1.67 |
| 週に1～2日 | 32 | 53.1 | 31.3 | 15.6 | 17 | 13.82 | 10 | 5.10 | 5 | 1.80 |
| （小計）週に1日以上計 | 61 | 60.7 | 26.2 | 13.1 | 37 | 37.72 | 16 | 4.50 | 8 | 1.75 |
| （小計）週1日未満 | 17 | 82.4 | 11.8 | 5.9 | 14 | 6.43 | 2 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 1.00 | – | – | 2 | 1.50 |
| （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 81 | 64.2 | 22.2 | 13.6 | 52 | 28.60 | 18 | 4.33 | 11 | 1.64 |
| この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 22 | 72.7 | 13.6 | 13.6 | 16 | 69.81 | 3 | 4.00 | 3 | 1.67 |
| 週に2日 | 8 | 50.0 | 50.0 | – | 4 | 9.75 | 4 | 2.25 | – | – |
| （小計）週に2日以上計 | 30 | 66.7 | 23.3 | 10.0 | 20 | 57.80 | 7 | 3.00 | 3 | 1.67 |
| （小計）週2日未満 | 43 | 60.5 | 25.6 | 14.0 | 26 | 12.35 | 11 | 5.18 | 6 | 1.67 |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 1.75 | – | – | 2 | 1.50 |
| （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 79 | 63.3 | 22.8 | 13.9 | 50 | 29.68 | 18 | 4.33 | 11 | 1.64 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.50 | – | – | – | – |
| する・みる・ささえる | 22 | 63.6 | 27.3 | 9.1 | 14 | 23.43 | 6 | 2.50 | 2 | 1.00 |
| する・みる | 27 | 55.6 | 25.9 | 18.5 | 15 | 41.80 | 7 | 7.29 | 5 | 2.00 |
| する・ささえる | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| するのみ | 8 | 87.5 | 12.5 | – | 7 | 2.14 | 1 | 2.00 | – | – |
| みる・ささえる | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 2.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| みるのみ | 8 | 87.5 | 12.5 | – | 7 | 2.14 | 1 | 2.00 | – | – |
| ささえるのみ | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 24.00 | 1 | 4.00 | – | – |
| しない・みない・ささえない | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 11.50 | – | – | 2 | 1.50 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-51. この1年間に実施した日数（年・月・週）/釣り

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（日） | 全体 | 月／平均（日） | 全体 | 週／平均（日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 594 | 62.6 | 22.2 | 15.2 | 372 | 10.91 | 132 | 2.49 | 90 | 1.57 |
| 性別 | 男性 | 475 | 60.2 | 23.2 | 16.6 | 286 | 12.99 | 110 | 2.65 | 79 | 1.54 |
| | 女性 | 117 | 72.6 | 17.9 | 9.4 | 85 | 4.06 | 21 | 1.76 | 11 | 1.73 |
| 年代 | 10代 | 11 | 63.6 | 27.3 | 9.1 | 7 | 14.57 | 3 | 6.00 | 1 | 1.00 |
| | 20代 | 76 | 69.7 | 18.4 | 11.8 | 53 | 6.81 | 14 | 2.14 | 9 | 2.11 |
| | 30代 | 62 | 61.3 | 19.4 | 19.4 | 38 | 6.61 | 12 | 3.92 | 12 | 1.50 |
| | 40代 | 123 | 55.3 | 27.6 | 17.1 | 68 | 11.29 | 34 | 2.00 | 21 | 1.71 |
| | 50代 | 141 | 66.0 | 22.0 | 12.1 | 93 | 8.73 | 31 | 1.90 | 17 | 1.00 |
| | 60代 | 83 | 60.2 | 21.7 | 18.1 | 50 | 8.60 | 18 | 2.94 | 15 | 2.20 |
| | 70代 | 98 | 64.3 | 20.4 | 15.3 | 63 | 21.21 | 20 | 2.70 | 15 | 1.13 |
| 性年代 | 男性10代 | 6 | 66.7 | 33.3 | – | 4 | 22.25 | 2 | 8.00 | – | – |
| | 男性20代 | 52 | 67.3 | 19.2 | 13.5 | 35 | 8.43 | 10 | 2.20 | 7 | 2.29 |
| | 男性30代 | 44 | 52.3 | 22.7 | 25.0 | 23 | 9.13 | 10 | 4.50 | 11 | 1.36 |
| | 男性40代 | 94 | 51.1 | 27.7 | 21.3 | 48 | 13.94 | 26 | 2.12 | 20 | 1.75 |
| | 男性50代 | 116 | 63.8 | 22.4 | 13.8 | 74 | 9.89 | 26 | 2.08 | 16 | 1.00 |
| | 男性60代 | 72 | 61.1 | 22.2 | 16.7 | 44 | 9.20 | 16 | 2.81 | 12 | 2.17 |
| | 男性70代 | 91 | 63.7 | 22.0 | 14.3 | 58 | 22.66 | 20 | 2.70 | 13 | 1.08 |
| | 女性10代 | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 4.33 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 女性20代 | 23 | 73.9 | 17.4 | 8.7 | 17 | 3.82 | 4 | 2.00 | 2 | 1.50 |
| | 女性30代 | 18 | 83.3 | 11.1 | 5.6 | 15 | 2.73 | 2 | 1.00 | 1 | 3.00 |
| | 女性40代 | 28 | 71.4 | 25.0 | 3.6 | 20 | 4.95 | 7 | 1.71 | 1 | 1.00 |
| | 女性50代 | 25 | 76.0 | 20.0 | 4.0 | 19 | 4.21 | 5 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 女性60代 | 11 | 54.5 | 18.2 | 27.3 | 6 | 4.17 | 2 | 4.00 | 3 | 2.33 |
| | 女性70代 | 7 | 71.4 | – | 28.6 | 5 | 4.40 | – | – | 2 | 1.50 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 116 | 60.3 | 27.6 | 12.1 | 70 | 7.66 | 32 | 1.56 | 14 | 1.71 |
| | 東京都区部 | 25 | 64.0 | 36.0 | – | 16 | 12.63 | 9 | 1.33 | – | – |
| | 政令指定都市 | 91 | 59.3 | 25.3 | 15.4 | 54 | 6.19 | 23 | 1.65 | 14 | 1.71 |
| | 大都市 | 220 | 64.1 | 19.5 | 16.4 | 141 | 12.33 | 43 | 3.26 | 36 | 1.31 |
| | 小都市 | 170 | 59.4 | 24.7 | 15.9 | 101 | 12.50 | 42 | 2.64 | 27 | 1.56 |
| | 町村 | 88 | 68.2 | 17.0 | 14.8 | 60 | 8.72 | 15 | 1.87 | 13 | 2.15 |
| 居住地域 | 北海道 | 25 | 68.0 | 20.0 | 12.0 | 17 | 8.65 | 5 | 7.00 | 3 | 1.00 |
| | 東北 | 40 | 52.5 | 30.0 | 17.5 | 21 | 7.95 | 12 | 2.17 | 7 | 1.14 |
| | 北関東 | 29 | 65.5 | 13.8 | 20.7 | 19 | 10.53 | 4 | 4.00 | 6 | 1.17 |
| | 首都圏 | 111 | 67.6 | 20.7 | 11.7 | 75 | 7.67 | 23 | 1.70 | 13 | 1.46 |
| | 北陸 | 32 | 68.8 | 18.8 | 12.5 | 22 | 29.05 | 6 | 4.83 | 4 | 1.25 |
| | 東山 | 15 | 66.7 | 20.0 | 13.3 | 10 | 7.80 | 3 | 2.67 | 2 | 3.00 |
| | 東海 | 69 | 56.5 | 23.2 | 20.3 | 39 | 12.87 | 16 | 2.00 | 14 | 1.29 |
| | 近畿二府一県 | 96 | 61.5 | 20.8 | 17.7 | 59 | 6.24 | 20 | 2.20 | 17 | 1.88 |
| | その他近畿圏 | 23 | 82.6 | 13.0 | 4.3 | 19 | 7.89 | 3 | 1.67 | 1 | 1.00 |
| | 中国 | 41 | 63.4 | 17.1 | 19.5 | 26 | 12.58 | 7 | 2.00 | 8 | 2.13 |
| | 四国 | 32 | 59.4 | 31.3 | 9.4 | 19 | 10.89 | 10 | 3.30 | 3 | 1.67 |
| | 九州・沖縄 | 81 | 56.8 | 28.4 | 14.8 | 46 | 15.22 | 23 | 2.09 | 12 | 1.67 |
| 職業 | 自営業主 | 58 | 63.8 | 13.8 | 22.4 | 37 | 8.95 | 8 | 4.00 | 13 | 1.77 |
| | 家族従業者 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.50 |
| | 雇用者 | 362 | 64.1 | 23.5 | 12.4 | 232 | 10.11 | 85 | 2.12 | 45 | 1.42 |
| | （小計）就労者 | 422 | 63.7 | 22.0 | 14.2 | 269 | 9.95 | 93 | 2.28 | 60 | 1.50 |
| | 主婦・主夫 | 30 | 66.7 | 20.0 | 13.3 | 20 | 4.05 | 6 | 1.17 | 4 | 3.75 |
| | 学生 | 19 | 57.9 | 31.6 | 10.5 | 11 | 10.00 | 6 | 4.83 | 2 | 1.50 |
| | 無職 | 102 | 60.8 | 23.5 | 15.7 | 62 | 17.85 | 24 | 2.29 | 16 | 1.50 |
| | その他 | 11 | 45.5 | 9.1 | 45.5 | 5 | 14.20 | 1 | 5.00 | 5 | 1.20 |
| | 答えたくない | 10 | 50.0 | 20.0 | 30.0 | 5 | 2.80 | 2 | 10.50 | 3 | 1.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 12 | 50.0 | 8.3 | 41.7 | 6 | 11.00 | 1 | 2.00 | 5 | 2.20 |
| | 高校 | 185 | 63.2 | 20.5 | 16.2 | 117 | 12.92 | 38 | 2.11 | 30 | 1.23 |
| | 短大・高専 | 32 | 56.3 | 31.3 | 12.5 | 18 | 10.61 | 10 | 1.60 | 4 | 3.50 |
| | 専門学校 | 85 | 62.4 | 20.0 | 17.6 | 53 | 8.70 | 17 | 2.41 | 15 | 1.20 |
| | 大学 | 246 | 64.6 | 23.2 | 12.2 | 159 | 9.99 | 57 | 3.00 | 30 | 1.67 |
| | 大学院 | 30 | 53.3 | 26.7 | 20.0 | 16 | 13.81 | 8 | 2.25 | 6 | 1.83 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 6.67 | 1 | 1.00 | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 6 | 83.3 | – | 16.7 | 5 | 7.20 | – | – | 1 | 4.00 |
| | 100万円未満 | 16 | 56.3 | 18.8 | 25.0 | 9 | 12.67 | 3 | 3.00 | 4 | 2.75 |
| | 100～200万円未満 | 26 | 42.3 | 30.8 | 26.9 | 11 | 12.73 | 8 | 3.13 | 7 | 1.71 |
| | 200～300万円未満 | 54 | 64.8 | 14.8 | 20.4 | 35 | 16.60 | 8 | 4.50 | 11 | 1.55 |
| | 300～400万円未満 | 67 | 67.2 | 13.4 | 19.4 | 45 | 13.33 | 9 | 1.22 | 13 | 1.38 |
| | 400～500万円未満 | 63 | 65.1 | 20.6 | 14.3 | 41 | 6.17 | 13 | 2.00 | 9 | 1.33 |
| | 500～600万円未満 | 52 | 53.8 | 32.7 | 13.5 | 28 | 8.64 | 17 | 3.41 | 7 | 1.14 |
| | 600～700万円未満 | 43 | 62.8 | 25.6 | 11.6 | 27 | 16.30 | 11 | 2.36 | 5 | 2.00 |
| | 700～800万円未満 | 38 | 52.6 | 34.2 | 13.2 | 20 | 8.20 | 13 | 1.54 | 5 | 1.40 |
| | 800～1000万円未満 | 47 | 61.7 | 21.3 | 17.0 | 29 | 9.90 | 10 | 1.20 | 8 | 1.25 |
| | 1000～1200万円未満 | 31 | 71.0 | 22.6 | 6.5 | 22 | 8.27 | 7 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| | 1200万円以上 | 40 | 82.5 | 25.0 | 12.5 | 26 | 11.00 | 10 | 4.00 | 5 | 1.80 |
| | わからない | 46 | 69.6 | 15.2 | 15.2 | 32 | 9.72 | 7 | 2.57 | 7 | 2.14 |
| | 答えたくない | 65 | 66.2 | 24.6 | 9.2 | 43 | 10.12 | 16 | 2.13 | 6 | 1.00 |
| 未既婚 | 既婚者 | 372 | 62.4 | 22.6 | 14.8 | 232 | 12.58 | 85 | 2.19 | 55 | 1.51 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 214 | 63.6 | 20.6 | 15.9 | 136 | 8.10 | 44 | 3.16 | 34 | 1.68 |
| | 答えたくない | 8 | 50.0 | 37.5 | 12.5 | 4 | 10.00 | 3 | 1.33 | 1 | 1.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 108 | 60.2 | 25.0 | 14.8 | 65 | 8.74 | 27 | 2.74 | 16 | 1.38 |
| | 夫婦のみ・子なし | 166 | 59.6 | 22.3 | 18.1 | 99 | 13.67 | 37 | 1.84 | 30 | 1.70 |
| | 夫婦・子あり | 160 | 62.5 | 24.4 | 13.1 | 100 | 12.29 | 39 | 2.62 | 21 | 1.24 |
| | 親と同居（未婚） | 59 | 69.5 | 13.6 | 16.9 | 41 | 9.68 | 8 | 4.38 | 10 | 1.90 |
| | 2世帯以上同居 | 43 | 69.8 | 18.6 | 11.6 | 30 | 7.93 | 8 | 3.75 | 5 | 1.40 |
| | その他 | 50 | 66.0 | 20.0 | 14.0 | 33 | 7.12 | 10 | 1.60 | 7 | 2.14 |
| | 答えたくない | 8 | 50.0 | 37.5 | 12.5 | 4 | 10.00 | 3 | 1.33 | 1 | 1.00 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 171 | 57.3 | 24.6 | 18.1 | 98 | 13.07 | 42 | 3.57 | 31 | 1.81 |
| | 週に1～2日 | 180 | 65.6 | 21.7 | 12.8 | 118 | 11.23 | 39 | 1.69 | 23 | 1.87 |
| | （小計）週に1日以上計 | 351 | 61.5 | 23.1 | 15.4 | 216 | 12.06 | 81 | 2.67 | 54 | 1.83 |
| | （小計）週1日未満 | 192 | 64.1 | 20.8 | 15.1 | 123 | 8.93 | 40 | 2.50 | 29 | 1.21 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 51 | 64.7 | 21.6 | 13.7 | 33 | 10.79 | 11 | 1.18 | 7 | 1.00 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 594 | 62.6 | 22.2 | 15.2 | 372 | 10.91 | 132 | 2.49 | 90 | 1.57 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上続く頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 86 | 60.5 | 25.6 | 14.0 | 52 | 15.00 | 22 | 3.14 | 12 | 1.58 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 71 | 50.7 | 31.0 | 18.3 | 36 | 12.36 | 22 | 1.45 | 13 | 1.62 |
| | （小計）週に2日以上計 | 157 | 56.1 | 28.0 | 15.9 | 88 | 13.92 | 44 | 2.30 | 25 | 1.60 |
| | （小計）週2日未満 | 263 | 62.7 | 22.6 | 14.4 | 165 | 8.90 | 60 | 2.60 | 38 | 1.53 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 65 | 66.2 | 16.5 | 15.3 | 58 | 14.33 | 14 | 1.86 | 13 | 1.46 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 505 | 61.6 | 23.4 | 15.0 | 311 | 11.33 | 118 | 2.40 | 76 | 1.54 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 89 | 68.5 | 15.7 | 15.7 | 61 | 8.77 | 14 | 3.29 | 14 | 1.71 |
| ※2 すする・みる・ささえる回～Ⅱ以上～Ⅰ週1さ | する・みる・ささえる | 64 | 48.4 | 35.9 | 15.6 | 31 | 6.39 | 23 | 3.13 | 10 | 2.30 |
| | する・みる | 230 | 63.9 | 21.7 | 14.3 | 147 | 13.50 | 50 | 2.52 | 33 | 1.76 |
| | する・ささえる | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 14.33 | 1 | 4.00 | – | – |
| | するのみ | 53 | 66.0 | 13.2 | 20.8 | 35 | 10.86 | 7 | 2.00 | 11 | 1.64 |
| | みる・ささえる | 22 | 50.0 | 27.3 | 22.7 | 11 | 9.73 | 6 | 2.33 | 5 | 1.40 |
| | みるのみ | 149 | 63.8 | 22.1 | 14.1 | 95 | 10.92 | 33 | 1.88 | 21 | 1.19 |
| | ささえるのみ | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 71 | 69.0 | 16.9 | 14.1 | 49 | 6.27 | 12 | 3.08 | 10 | 1.00 |

Q14-52. この1年間に実施した日数（年・月・週）/スキー

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（日） | 全体 | 月／平均（日） | 全体 | 週／平均（日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 552 | 80.3 | 6.7 | 13.0 | 443 | 7.58 | 37 | 5.78 | 72 | 1.92 |
| 性別 | 男性 | 388 | 80.9 | 5.7 | 13.4 | 314 | 8.07 | 22 | 5.77 | 32 | 2.00 |
| | 女性 | 163 | 79.1 | 8.6 | 12.3 | 129 | 6.40 | 14 | 5.93 | 20 | 1.70 |
| 年代 | 10代 | 15 | 60.0 | 13.3 | 26.7 | 9 | 3.00 | 2 | 2.00 | 4 | 1.50 |
| | 20代 | 69 | 78.3 | 8.7 | 13.0 | 54 | 4.07 | 6 | 4.67 | 9 | 2.22 |
| | 30代 | 40 | 90.0 | 5.0 | 5.0 | 36 | 8.56 | 2 | 3.00 | 2 | 2.00 |
| | 40代 | 92 | 83.7 | 4.3 | 12.0 | 77 | 6.12 | 4 | 11.00 | 11 | 1.55 |
| | 50代 | 142 | 82.4 | 6.3 | 11.3 | 117 | 7.31 | 9 | 9.78 | 16 | 1.50 |
| | 60代 | 105 | 76.2 | 8.6 | 15.2 | 80 | 8.61 | 9 | 2.44 | 16 | 2.00 |
| | 70代 | 89 | 78.7 | 5.6 | 15.7 | 70 | 11.27 | 5 | 4.40 | 14 | 2.50 |
| 性年代 | 男性10代 | 11 | 63.6 | 18.2 | 18.2 | 7 | 2.71 | 2 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| | 男性20代 | 43 | 74.4 | 7.0 | 18.6 | 32 | 5.13 | 3 | 1.00 | 8 | 2.38 |
| | 男性30代 | 28 | 92.9 | 3.6 | 3.6 | 26 | 7.46 | 1 | 5.00 | 1 | 3.00 |
| | 男性40代 | 56 | 85.7 | 3.6 | 10.7 | 48 | 6.79 | 2 | 14.00 | 6 | 1.33 |
| | 男性50代 | 110 | 82.7 | 5.5 | 11.8 | 91 | 7.47 | 6 | 9.17 | 13 | 1.54 |
| | 男性60代 | 79 | 78.5 | 7.6 | 13.9 | 62 | 8.97 | 6 | 3.17 | 11 | 2.09 |
| | 男性70代 | 61 | 78.7 | 3.3 | 18.0 | 48 | 12.38 | 2 | 6.50 | 11 | 2.64 |
| | 女性10代 | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 4.00 | – | – | 2 | 2.00 |
| | 女性20代 | 26 | 84.6 | 11.5 | 3.8 | 22 | 2.55 | 3 | 8.33 | 1 | 1.00 |
| | 女性30代 | 12 | 83.3 | 8.3 | 8.3 | 10 | 11.40 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 女性40代 | 36 | 80.6 | 5.6 | 13.9 | 29 | 5.00 | 2 | 8.00 | 5 | 1.80 |
| | 女性50代 | 32 | 81.3 | 9.4 | 9.4 | 26 | 6.73 | 3 | 11.00 | 3 | 1.33 |
| | 女性60代 | 26 | 69.2 | 11.5 | 19.2 | 18 | 7.39 | 3 | 1.00 | 5 | 1.80 |
| | 女性70代 | 27 | 81.5 | 7.4 | 11.1 | 22 | 8.86 | 2 | 2.50 | 3 | 2.00 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 171 | 80.1 | 5.3 | 14.6 | 137 | 7.07 | 9 | 7.67 | 25 | 1.96 |
| | 東京都区部 | 54 | 79.6 | 3.7 | 16.7 | 43 | 5.67 | 2 | 17.00 | 9 | 1.89 |
| | 政令指定都市 | 117 | 80.3 | 6.0 | 13.7 | 94 | 7.71 | 7 | 5.00 | 16 | 2.00 |
| | 大都市 | 209 | 80.4 | 8.6 | 11.0 | 168 | 7.57 | 18 | 5.00 | 23 | 2.30 |
| | 小都市 | 132 | 81.8 | 5.3 | 12.9 | 108 | 6.45 | 7 | 3.43 | 17 | 1.53 |
| | 町村 | 40 | 75.0 | 7.5 | 17.5 | 30 | 14.03 | 3 | 10.33 | 7 | 1.43 |
| 居住地域 | 北海道 | 63 | 69.8 | 14.3 | 15.9 | 44 | 13.50 | 9 | 4.89 | 10 | 2.30 |
| | 東北 | 49 | 79.6 | 4.1 | 16.3 | 39 | 12.74 | 2 | 14.00 | 8 | 1.38 |
| | 北関東 | 29 | 86.2 | – | 13.8 | 25 | 5.60 | – | – | 4 | 1.25 |
| | 首都圏 | 191 | 81.7 | 5.8 | 12.6 | 156 | 5.81 | 11 | 8.27 | 24 | 1.67 |
| | 北陸 | 33 | 75.8 | 9.1 | 15.2 | 25 | 6.72 | 3 | 3.00 | 5 | 1.20 |
| | 東山 | 26 | 84.6 | 7.7 | 7.7 | 22 | 11.45 | 2 | 1.00 | 2 | 1.50 |
| | 東海 | 49 | 89.6 | 4.2 | 6.3 | 43 | 6.30 | 2 | 3.50 | 3 | 3.67 |
| | 近畿二府一県 | 52 | 76.9 | 9.6 | 13.5 | 40 | 6.25 | 5 | 4.00 | 7 | 3.14 |
| | その他近畿圏 | 14 | 78.6 | 7.1 | 14.3 | 11 | 3.45 | 1 | 1.00 | 2 | 4.00 |
| | 中国 | 25 | 84.0 | 4.0 | 12.0 | 21 | 8.67 | 1 | 2.00 | 3 | 1.67 |
| | 四国 | 7 | 85.7 | – | 14.3 | 6 | 4.83 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 九州・沖縄 | 15 | 73.3 | 6.7 | 20.0 | 11 | 2.82 | 1 | 10.00 | 3 | 1.00 |
| 職業 | 自営業主 | 43 | 79.1 | 7.0 | 14.0 | 34 | 5.50 | 3 | 3.67 | 6 | 1.33 |
| | 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 337 | 83.4 | 5.9 | 10.7 | 281 | 6.26 | 20 | 3.90 | 36 | 1.78 |
| | （小計）就労者 | 380 | 82.9 | 6.1 | 11.1 | 315 | 6.17 | 23 | 3.87 | 42 | 1.71 |
| | 主婦・主夫 | 48 | 79.2 | 10.4 | 10.4 | 38 | 8.74 | 5 | 8.00 | 5 | 1.60 |
| | 学生 | 33 | 63.6 | 12.1 | 24.2 | 21 | 3.81 | 4 | 6.25 | 8 | 2.50 |
| | 無職 | 79 | 78.5 | 3.8 | 17.7 | 62 | 15.39 | 3 | 13.00 | 14 | 2.43 |
| | その他 | 9 | 77.8 | 11.1 | 11.1 | 7 | 6.86 | 1 | 20.00 | 1 | 1.00 |
| | 答えたくない | 3 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 1 | 1.00 | 2 | 1.50 |
| 最終学歴 | 中学校 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 高校 | 89 | 77.5 | 7.9 | 14.6 | 69 | 8.55 | 7 | 5.14 | 13 | 2.23 |
| | 短大・高専 | 59 | 67.2 | 12.1 | 20.7 | 39 | 6.72 | 7 | 4.00 | 12 | 2.17 |
| | 専門学校 | 50 | 84.0 | 6.0 | 10.0 | 42 | 6.52 | 3 | 11.00 | 5 | 1.20 |
| | 大学 | 291 | 81.8 | 5.8 | 12.4 | 238 | 7.29 | 17 | 6.53 | 36 | 1.89 |
| | 大学院 | 58 | 87.9 | 3.4 | 8.6 | 51 | 9.14 | 2 | 2.50 | 5 | 1.60 |
| | その他 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| | 答えたくない | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 10.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 8 | 87.5 | – | 12.5 | 7 | 5.29 | – | – | 1 | 3.00 |
| | 100万円未満 | 19 | 68.4 | 10.5 | 21.1 | 13 | 12.31 | 2 | 15.50 | 4 | 1.50 |
| | 100～200万円未満 | 18 | 77.8 | 5.6 | 16.7 | 14 | 10.29 | 1 | 1.00 | 3 | 3.00 |
| | 200～300万円未満 | 35 | 82.9 | 8.6 | 8.6 | 29 | 5.31 | 3 | 6.33 | 3 | 1.33 |
| | 300～400万円未満 | 52 | 78.8 | 7.7 | 13.5 | 41 | 8.22 | 4 | 4.25 | 7 | 1.43 |
| | 400～500万円未満 | 52 | 80.8 | 5.8 | 13.5 | 42 | 8.57 | 3 | 3.00 | 7 | 2.14 |
| | 500～600万円未満 | 46 | 91.3 | 2.2 | 6.5 | 42 | 7.21 | 1 | 12.00 | 3 | 2.33 |
| | 600～700万円未満 | 31 | 71.0 | 9.7 | 19.4 | 22 | 8.91 | 3 | 9.00 | 6 | 1.17 |
| | 700～800万円未満 | 38 | 76.3 | 7.9 | 15.8 | 29 | 5.45 | 3 | 4.33 | 6 | 2.33 |
| | 800～1000万円未満 | 71 | 85.9 | 9.9 | 4.2 | 61 | 8.31 | 7 | 1.86 | 3 | 1.67 |
| | 1000～1200万円未満 | 32 | 78.1 | 6.3 | 15.6 | 25 | 3.52 | 2 | 1.50 | 5 | 1.80 |
| | 1200万円以上 | 59 | 79.7 | 5.1 | 15.3 | 47 | 5.11 | 3 | 3.33 | 8 | 1.44 |
| | わからない | 38 | 78.9 | 10.5 | 10.5 | 30 | 7.93 | 4 | 14.50 | 4 | 3.25 |
| | 答えたくない | 53 | 77.4 | 1.9 | 20.8 | 41 | 10.66 | 1 | 1.00 | 11 | 2.09 |
| 未既婚 | 既婚者 | 363 | 82.1 | 6.9 | 11.0 | 298 | 7.81 | 25 | 5.36 | 40 | 1.83 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 189 | 76.7 | 6.3 | 16.9 | 145 | 7.12 | 12 | 6.67 | 32 | 2.03 |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 114 | 76.3 | 4.4 | 19.3 | 87 | 8.24 | 5 | 13.40 | 22 | 1.73 |
| | 夫婦のみ・子なし | 172 | 82.0 | 6.4 | 11.6 | 141 | 8.94 | 11 | 3.18 | 20 | 2.35 |
| | 夫婦・子あり | 155 | 84.5 | 7.1 | 8.4 | 131 | 7.11 | 11 | 7.82 | 19 | 1.23 |
| | 親と同居（未婚） | 36 | 75.0 | 8.3 | 16.7 | 27 | 5.11 | 3 | 1.33 | 6 | 3.33 |
| | 2世帯以上同居 | 35 | 68.6 | 17.1 | 14.3 | 24 | 7.33 | 6 | 3.33 | 5 | 1.20 |
| | その他 | 40 | 82.5 | 2.5 | 15.0 | 33 | 4.09 | 1 | 2.00 | 6 | 1.83 |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 224 | 75.4 | 7.6 | 17.0 | 169 | 10.51 | 17 | 5.35 | 38 | 2.16 |
| | 週に1～2日 | 170 | 83.5 | 5.9 | 10.6 | 142 | 6.35 | 10 | 10.20 | 18 | 1.39 |
| | （小計）週に1日以上計 | 394 | 78.9 | 6.9 | 14.2 | 311 | 8.61 | 27 | 7.15 | 56 | 1.91 |
| | （小計）週1日未満 | 144 | 85.4 | 5.6 | 9.0 | 123 | 5.35 | 8 | 1.75 | 13 | 2.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 14 | 64.3 | 14.3 | 21.4 | 9 | 2.56 | 2 | 3.50 | 3 | 1.67 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 552 | 80.3 | 6.7 | 13.0 | 443 | 7.58 | 37 | 5.78 | 72 | 1.92 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続して1年以上続く頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 137 | 75.9 | 5.8 | 18.2 | 104 | 10.90 | 8 | 6.50 | 25 | 2.24 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 82 | 76.8 | 9.8 | 13.4 | 63 | 10.52 | 8 | 9.25 | 11 | 1.18 |
| | （小計）週に2日以上計 | 219 | 76.3 | 7.3 | 16.4 | 167 | 10.76 | 16 | 7.86 | 36 | 1.92 |
| | （小計）週2日未満 | 242 | 83.9 | 5.8 | 10.3 | 203 | 6.41 | 14 | 4.57 | 25 | 1.88 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 31 | 71.0 | 9.7 | 19.4 | 22 | 3.27 | 3 | 3.00 | 6 | 1.67 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 492 | 79.7 | 6.7 | 13.6 | 392 | 8.09 | 33 | 6.03 | 67 | 1.88 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 60 | 85.0 | 6.7 | 8.3 | 51 | 3.69 | 4 | 3.75 | 5 | 2.40 |
| ※2 すする・みる・ささえる回～Ⅱ以上～Ⅰ週1さ | する・みる・ささえる | 68 | 73.5 | 8.8 | 17.6 | 50 | 12.78 | 6 | 7.17 | 12 | 2.25 |
| | する・みる | 254 | 83.1 | 5.9 | 11.0 | 211 | 7.79 | 15 | 7.93 | 28 | 1.86 |
| | する・ささえる | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 3.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| | するのみ | 69 | 71.0 | 8.7 | 20.3 | 49 | 8.00 | 6 | 5.17 | 14 | 1.86 |
| | みる・ささえる | 22 | 86.4 | 4.5 | 9.1 | 19 | 5.68 | 1 | 1.00 | 2 | 2.00 |
| | みるのみ | 102 | 87.3 | 3.9 | 8.8 | 89 | 4.76 | 4 | 1.50 | 9 | 1.89 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 34 | 70.6 | 14.7 | 14.7 | 24 | 6.17 | 5 | 2.80 | 5 | 2.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-53. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ｽﾉｰﾎﾞｰﾄﾞ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 355 | 82.8 | 7.9 | 9.3 | 294 | 7.10 | 28 | 3.29 | 33 | 2.18 |
| 性別 | 男性 | 215 | 79.5 | 9.8 | 10.7 | 171 | 9.06 | 21 | 3.14 | 23 | 1.74 |
| | 女性 | 138 | 88.4 | 4.3 | 7.2 | 122 | 4.39 | 6 | 4.00 | 10 | 3.20 |
| 年代 | 10代 | 11 | 72.7 | 18.2 | 9.1 | 8 | 4.25 | 2 | 3.00 | 1 | 3.00 |
| | 20代 | 117 | 83.8 | 8.5 | 7.7 | 98 | 8.37 | 10 | 1.70 | 9 | 2.44 |
| | 30代 | 70 | 85.7 | 5.7 | 8.6 | 60 | 5.37 | 4 | 4.50 | 6 | 1.67 |
| | 40代 | 76 | 84.2 | 7.9 | 7.9 | 64 | 7.16 | 6 | 1.83 | 6 | 2.33 |
| | 50代 | 64 | 79.7 | 7.8 | 12.5 | 51 | 6.59 | 5 | 7.80 | 8 | 2.50 |
| | 60代 | 14 | 85.7 | 7.1 | 7.1 | 12 | 8.17 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 70代 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 20.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| 性年代 | 男性10代 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 2.33 | 1 | 5.00 | – | – |
| | 男性20代 | 64 | 78.1 | 10.9 | 10.9 | 50 | 13.24 | 7 | 1.86 | 7 | 2.00 |
| | 男性30代 | 41 | 85.4 | 4.9 | 9.8 | 35 | 6.14 | 2 | 1.50 | 4 | 2.00 |
| | 男性40代 | 46 | 80.4 | 10.9 | 8.7 | 37 | 8.38 | 5 | 1.00 | 4 | 1.00 |
| | 男性50代 | 48 | 77.1 | 10.4 | 12.5 | 37 | 7.27 | 5 | 7.80 | 6 | 2.00 |
| | 男性60代 | 11 | 81.8 | 9.1 | 9.1 | 9 | 9.67 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 男性70代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 女性10代 | 7 | 71.4 | 14.3 | 14.3 | 5 | 5.40 | 1 | 1.00 | 1 | 3.00 |
| | 女性20代 | 52 | 92.3 | 3.8 | 3.8 | 48 | 3.29 | 2 | 1.00 | 2 | 4.00 |
| | 女性30代 | 29 | 86.2 | 6.9 | 6.9 | 25 | 4.28 | 2 | 7.50 | 2 | 1.00 |
| | 女性40代 | 29 | 89.7 | 3.4 | 6.9 | 26 | 5.62 | 1 | 6.00 | 2 | 5.00 |
| | 女性50代 | 16 | 87.5 | – | 12.5 | 14 | 4.79 | – | – | 2 | 4.00 |
| | 女性60代 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 3.67 | – | – | – | – |
| | 女性70代 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 20.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 93 | 86.0 | 6.5 | 7.5 | 80 | 8.46 | 6 | 2.17 | 7 | 1.86 |
| | 東京都区部 | 45 | 82.2 | 8.9 | 8.9 | 37 | 4.41 | 4 | 2.50 | 4 | 2.00 |
| | 政令指定都市 | 48 | 89.6 | 4.2 | 6.3 | 43 | 11.95 | 2 | 1.50 | 3 | 1.67 |
| | 大都市 | 129 | 79.1 | 9.3 | 11.6 | 102 | 5.95 | 12 | 3.67 | 15 | 2.27 |
| | 小都市 | 103 | 84.5 | 6.8 | 8.7 | 87 | 7.52 | 7 | 3.43 | 9 | 2.56 |
| | 町村 | 30 | 83.3 | 10.0 | 6.7 | 25 | 6.00 | 3 | 3.67 | 2 | 1.00 |
| 居住地域 | 北海道 | 18 | 83.3 | 11.1 | 5.6 | 15 | 28.53 | 2 | 1.50 | 1 | 1.00 |
| | 東北 | 31 | 90.3 | 6.5 | 3.2 | 28 | 6.18 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 北関東 | 19 | 89.5 | 10.5 | – | 17 | 12.41 | 2 | 2.00 | – | – |
| | 首都圏 | 122 | 82.8 | 8.2 | 9.0 | 101 | 4.74 | 10 | 5.50 | 11 | 2.64 |
| | 北陸 | 23 | 78.3 | 13.0 | 8.7 | 18 | 9.67 | 3 | 2.67 | 2 | 1.00 |
| | 東山 | 24 | 91.7 | 4.2 | 4.2 | 22 | 9.55 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| | 東海 | 38 | 81.6 | 5.3 | 13.2 | 31 | 5.00 | 2 | 4.00 | 5 | 3.00 |
| | 近畿二府一県 | 37 | 67.6 | 13.5 | 18.9 | 25 | 3.80 | 5 | 1.20 | 7 | 2.00 |
| | その他近畿圏 | 11 | 100.0 | – | – | 11 | 4.00 | – | – | – | – |
| | 中国 | 12 | 91.7 | – | 8.3 | 11 | 6.18 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 四国 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 7.33 | – | – | – | – |
| | 九州・沖縄 | 17 | 70.6 | 5.9 | 23.5 | 12 | 2.42 | 1 | 2.00 | 4 | 2.00 |
| 職業 | 自営業主 | 26 | 73.1 | 7.7 | 19.2 | 19 | 12.63 | 2 | 1.50 | 5 | 3.80 |
| | 家族従業者 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 15.00 | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 272 | 85.3 | 7.0 | 7.7 | 232 | 6.49 | 19 | 2.37 | 21 | 1.81 |
| | （小計）就労者 | 300 | 84.3 | 7.0 | 8.7 | 253 | 7.02 | 21 | 2.29 | 26 | 2.19 |
| | 主婦・主夫 | 16 | 81.3 | – | 18.8 | 13 | 6.38 | – | – | 3 | 1.00 |
| | 学生 | 22 | 72.7 | 13.6 | 13.6 | 16 | 2.81 | 3 | 2.33 | 3 | 3.00 |
| | 無職 | 7 | 71.4 | 28.6 | – | 5 | 11.80 | 2 | 16.00 | – | – |
| | その他 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 10.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 答えたくない | 8 | 75.0 | 12.5 | 12.5 | 6 | 19.17 | 1 | 4.00 | 1 | 3.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 8.00 | – | – | – | – |
| | 高校 | 57 | 89.5 | 1.8 | 8.8 | 51 | 7.61 | 1 | 1.00 | 5 | 1.60 |
| | 短大・高専 | 30 | 83.3 | 10.0 | 6.7 | 25 | 4.76 | 3 | 3.33 | 2 | 3.00 |
| | 専門学校 | 41 | 78.0 | 9.8 | 12.2 | 32 | 4.25 | 4 | 2.00 | 5 | 1.80 |
| | 大学 | 197 | 82.2 | 8.6 | 9.1 | 162 | 7.70 | 17 | 3.94 | 18 | 2.56 |
| | 大学院 | 18 | 77.8 | 5.6 | 16.7 | 14 | 3.86 | 1 | 1.00 | 3 | 1.00 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 8 | 75.0 | 25.0 | – | 6 | 18.67 | 2 | 2.50 | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 12.00 | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | 9 | 66.7 | 22.2 | 11.1 | 6 | 1.67 | 2 | 16.00 | 1 | 1.00 |
| | 100～200万円未満 | 6 | 83.3 | – | 16.7 | 5 | 3.40 | – | – | 1 | 7.00 |
| | 200～300万円未満 | 15 | 86.7 | 6.7 | 6.7 | 13 | 12.62 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 300～400万円未満 | 31 | 74.2 | 9.7 | 16.1 | 23 | 8.22 | 3 | 1.33 | 5 | 2.20 |
| | 400～500万円未満 | 40 | 85.0 | 7.5 | 7.5 | 34 | 15.91 | 3 | 1.67 | 3 | 1.33 |
| | 500～600万円未満 | 40 | 77.5 | 12.5 | 10.0 | 31 | 6.10 | 5 | 3.00 | 4 | 2.25 |
| | 600～700万円未満 | 26 | 84.6 | 3.8 | 11.5 | 22 | 6.32 | 1 | 1.00 | 3 | 1.00 |
| | 700～800万円未満 | 31 | 90.3 | – | 9.7 | 28 | 5.29 | – | – | 3 | 4.00 |
| | 800～1000万円未満 | 48 | 89.6 | 6.3 | 4.2 | 43 | 5.21 | 3 | 4.33 | 2 | 1.00 |
| | 1000～1200万円未満 | 29 | 82.8 | 13.8 | 3.4 | 24 | 7.50 | 4 | 1.50 | 1 | 1.00 |
| | 1200万円以上 | 28 | 82.1 | 10.7 | 7.1 | 23 | 4.09 | 3 | 2.33 | 2 | 1.00 |
| | わからない | 25 | 76.0 | 4.0 | 20.0 | 19 | 3.63 | 1 | 4.00 | 5 | 3.40 |
| | 答えたくない | 26 | 84.6 | 7.7 | 7.7 | 22 | 5.09 | 2 | 1.50 | 2 | 1.00 |
| 未既婚 | 既婚者 | 174 | 87.9 | 4.6 | 7.5 | 153 | 5.02 | 8 | 1.88 | 13 | 1.08 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 175 | 77.7 | 10.9 | 11.4 | 136 | 9.61 | 19 | 3.84 | 20 | 2.90 |
| | 答えたくない | 6 | 83.3 | 16.7 | – | 5 | 2.60 | 1 | 4.00 | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 88 | 78.4 | 9.1 | 12.5 | 69 | 14.42 | 8 | 5.50 | 11 | 2.45 |
| | 夫婦のみ・子なし | 58 | 93.1 | 3.4 | 3.4 | 54 | 4.69 | 2 | 1.50 | 2 | 1.00 |
| | 夫婦・子あり | 92 | 90.2 | 5.4 | 4.3 | 83 | 5.05 | 5 | 2.20 | 4 | 1.25 |
| | 親と同居（未婚） | 43 | 72.1 | 16.3 | 11.6 | 31 | 5.13 | 7 | 3.29 | 5 | 3.00 |
| | 2世帯以上同居 | 22 | 63.6 | 9.1 | 27.3 | 14 | 5.07 | 2 | 1.00 | 6 | 1.67 |
| | その他 | 46 | 82.6 | 6.5 | 10.9 | 38 | 4.68 | 3 | 1.67 | 5 | 2.60 |
| | 答えたくない | 6 | 83.3 | 16.7 | – | 5 | 2.60 | 1 | 4.00 | – | – |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 107 | 79.4 | 8.4 | 12.1 | 85 | 10.93 | 9 | 3.00 | 13 | 3.15 |
| | 週に1～2日 | 119 | 82.4 | 9.2 | 8.4 | 98 | 7.11 | 11 | 4.73 | 10 | 1.60 |
| | （小計）週に1日以上計 | 226 | 81.0 | 8.8 | 10.2 | 183 | 8.89 | 20 | 3.95 | 23 | 2.48 |
| | （小計）週1日未満 | 110 | 87.3 | 6.4 | 6.4 | 96 | 4.45 | 7 | 1.57 | 7 | 1.71 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 19 | 78.9 | 5.3 | 15.8 | 15 | 2.33 | 1 | 2.00 | 3 | 1.00 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 355 | 82.8 | 7.9 | 9.3 | 294 | 7.10 | 28 | 3.29 | 33 | 2.18 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 48 | 81.3 | 8.3 | 10.4 | 39 | 16.10 | 4 | 5.00 | 5 | 3.20 |
| | 週に2日 | 39 | 87.2 | 5.1 | 7.7 | 34 | 7.47 | 2 | 3.00 | 3 | 1.00 |
| | （小計）週に2日以上計 | 87 | 83.9 | 6.9 | 9.2 | 73 | 12.06 | 6 | 4.33 | 8 | 2.38 |
| | （小計）週2日未満 | 166 | 81.7 | 9.1 | 9.1 | 152 | 6.26 | 17 | 3.47 | 17 | 2.29 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 33 | 78.8 | 9.1 | 12.1 | 26 | 3.27 | 3 | 1.33 | 4 | 2.50 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 306 | 82.0 | 8.5 | 9.5 | 251 | 7.65 | 26 | 3.42 | 29 | 2.34 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 49 | 87.8 | 4.1 | 8.2 | 43 | 3.93 | 2 | 1.50 | 4 | 1.00 |
| ※2 する・みる・ささえる回～Ⅰ以上～Ⅱ週1ささえる | する・みる・ささえる | 57 | 73.7 | 10.5 | 15.8 | 42 | 5.90 | 6 | 2.33 | 9 | 2.67 |
| | する・みる | 127 | 85.8 | 5.5 | 8.7 | 109 | 10.02 | 7 | 5.71 | 11 | 2.73 |
| | する・ささえる | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 2.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | するのみ | 40 | 77.5 | 17.5 | 5.0 | 31 | 9.16 | 7 | 3.57 | 2 | 1.00 |
| | みる・ささえる | 11 | 54.5 | 27.3 | 18.2 | 6 | 2.33 | 3 | 1.00 | 2 | 3.00 |
| | みるのみ | 78 | 89.7 | 2.6 | 7.7 | 70 | 4.46 | 2 | 1.50 | 6 | 1.17 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 40 | 87.5 | 7.5 | 5.0 | 35 | 3.89 | 3 | 2.33 | 2 | 1.00 |

Q14-54. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ｸﾛｽｶﾝﾄﾘｰｽｷｰ・ｽﾉｰｼｭｰ

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 25 | 68.0 | 12.0 | 20.0 | 17 | 5.41 | 3 | 2.00 | 5 | 2.00 |
| 男性 | 21 | 61.9 | 14.3 | 23.8 | 13 | 6.54 | 3 | 2.00 | 5 | 2.00 |
| 女性 | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 1.75 | – | – | – | – |
| 10代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.50 | – | – | – | – |
| 20代 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 1.50 | 1 | 2.00 | – | – |
| 30代 | 6 | 16.7 | 33.3 | 50.0 | 1 | 1.00 | 2 | 2.00 | 3 | 2.67 |
| 40代 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 10.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| 50代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 2.00 | – | – | – | – |
| 60代 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 2.33 | – | – | – | – |
| 70代 | 6 | 100.0 | – | – | 6 | 10.67 | – | – | – | – |
| 男性10代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| 男性20代 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 1.50 | 1 | 2.00 | – | – |
| 男性30代 | 6 | 16.7 | 33.3 | 50.0 | 1 | 1.00 | 2 | 2.00 | 3 | 2.67 |
| 男性40代 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 10.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| 男性50代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| 男性60代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| 男性70代 | 6 | 100.0 | – | – | 6 | 10.67 | – | – | – | – |
| 女性10代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 女性20代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性30代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性40代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性50代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性60代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 2.50 | – | – | – | – |
| 女性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東京23区・政令指定都市 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 9.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 東京都区部 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 政令指定都市 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 9.00 | – | – | – | – |
| 大都市 | 7 | 71.4 | 14.3 | 14.3 | 5 | 6.60 | 1 | 2.00 | 1 | 6.00 |
| 小都市 | 12 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 8 | 3.63 | 2 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| 町村 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 3.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 北海道 | 5 | 80.0 | 20.0 | – | 4 | 7.25 | 1 | 2.00 | – | – |
| 東北 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 12.50 | – | – | – | – |
| 北関東 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 首都圏 | 5 | 40.0 | – | 60.0 | 2 | 2.00 | – | – | 3 | 2.67 |
| 北陸 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 6.50 | – | – | 1 | 1.00 |
| 東山 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| 東海 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 近畿二府一県 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 4.50 | 1 | 2.00 | – | – |
| その他近畿圏 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 6.00 | – | – | – | – |
| 中国 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 四国 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 九州・沖縄 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| 自営業主 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 3.33 | 2 | 2.00 | 1 | 6.00 |
| 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 雇用者 | 13 | 61.5 | 7.7 | 30.8 | 8 | 3.13 | 1 | 2.00 | 4 | 1.00 |
| （小計）就労者 | 19 | 57.9 | 15.8 | 26.3 | 11 | 3.18 | 3 | 2.00 | 5 | 2.00 |
| 主婦・主夫 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 学生 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| 無職 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 11.00 | – | – | – | – |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 高校 | 6 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 4 | 6.75 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 短大・高専 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 1.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| 専門学校 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 3.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| 大学 | 8 | 75.0 | – | 25.0 | 6 | 3.83 | – | – | 2 | 1.00 |
| 大学院 | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 9.25 | – | – | 2 | 3.50 |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 収入なし | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 100万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 100～200万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 200～300万円未満 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 2.00 | – | – | – | – |
| 300～400万円未満 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 10.50 | 1 | 2.00 | – | – |
| 400～500万円未満 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 5.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| 500～600万円未満 | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 12.50 | – | – | 2 | 1.00 |
| 600～700万円未満 | 5 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 4.00 | 1 | 2.00 | 2 | 3.50 |
| 700～800万円未満 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 2.33 | – | – | 1 | 1.00 |
| 800～1000万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 1000～1200万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 1200万円以上 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 5.00 | – | – | – | – |
| わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 既婚者 | 19 | 68.4 | 15.8 | 15.8 | 13 | 6.62 | 3 | 2.00 | 3 | 2.67 |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 1.50 | – | – | 2 | 1.00 |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 一人暮らし | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 夫婦のみ・子なし | 9 | 66.7 | 11.1 | 22.2 | 6 | 7.17 | 1 | 2.00 | 2 | 3.50 |
| 夫婦・子あり | 7 | 71.4 | 14.3 | 14.3 | 5 | 6.00 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 親と同居（未婚） | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 2世帯以上同居 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 6.50 | – | – | – | – |
| その他 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 1.67 | 1 | 2.00 | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 週に3日以上 | 11 | 63.6 | 27.3 | 9.1 | 7 | 5.86 | 3 | 2.00 | 1 | 6.00 |
| 週に1～2日 | 10 | 80.0 | – | 20.0 | 8 | 4.38 | – | – | 2 | 1.00 |
| （小計）週に1日以上計 | 21 | 71.4 | 14.3 | 14.3 | 15 | 5.07 | 3 | 2.00 | 3 | 2.67 |
| （小計）週1日未満 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 15.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 25 | 68.0 | 12.0 | 20.0 | 17 | 5.41 | 3 | 2.00 | 5 | 2.00 |
| この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続した頻度 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 4.67 | 1 | 2.00 | – | – |
| 週に2日 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 4.67 | – | – | 1 | 1.00 |
| （小計）週に2日以上計 | 8 | 75.0 | 12.5 | 12.5 | 6 | 4.67 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| （小計）週2日未満 | 13 | 61.5 | 15.4 | 23.1 | 8 | 5.75 | 2 | 2.00 | 3 | 2.67 |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 22 | 68.2 | 13.6 | 18.2 | 15 | 5.00 | 3 | 2.00 | 4 | 2.25 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 8.50 | – | – | 1 | 1.00 |
| する・みる・ささえる | 9 | 55.6 | 22.2 | 22.2 | 5 | 1.40 | 2 | 2.00 | 2 | 3.50 |
| する・みる | 8 | 100.0 | – | – | 8 | 7.13 | – | – | – | – |
| する・ささえる | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| するのみ | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 10.00 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| みる・ささえる | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 1.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| みるのみ | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 15.00 | – | – | – | – |
| ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| しない・みない・ささえない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-55. この1年間に実施した日数（年・月・週）/アイススケート・アイスホッケー・カーリング

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 38 | 68.4 | 10.5 | 21.1 | 26 | 3.65 | 4 | 2.50 | 8 | 1.63 |
| 性別 | 男性 | 17 | 64.7 | 17.6 | 17.6 | 11 | 2.36 | 3 | 2.33 | 3 | 1.67 |
| | 女性 | 21 | 71.4 | 4.8 | 23.8 | 15 | 4.60 | 1 | 3.00 | 5 | 1.60 |
| 年代 | 10代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 20代 | 11 | 54.5 | 9.1 | 36.4 | 6 | 2.33 | 1 | 2.00 | 4 | 1.50 |
| | 30代 | 5 | 80.0 | 20.0 | – | 4 | 1.50 | 1 | 3.00 | – | – |
| | 40代 | 7 | 85.7 | – | 14.3 | 6 | 2.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 50代 | 8 | 62.5 | – | 37.5 | 5 | 1.20 | – | – | 3 | 2.00 |
| | 60代 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | 3 | 18.00 | 2 | 2.50 | – | – |
| | 70代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| 性年代 | 男性10代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 男性20代 | 7 | 42.9 | 14.3 | 42.9 | 3 | 3.33 | 1 | 2.00 | 3 | 1.67 |
| | 男性30代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 男性40代 | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 2.50 | – | – | – | – |
| | 男性50代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 男性60代 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 2.00 | 2 | 2.50 | – | – |
| | 男性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性10代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 女性20代 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 1.33 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 女性30代 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 1.67 | 1 | 3.00 | – | – |
| | 女性40代 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 女性50代 | 7 | 57.1 | – | 42.9 | 4 | 1.25 | – | – | 3 | 2.00 |
| | 女性60代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 50.00 | – | – | – | – |
| | 女性70代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 10 | 70.0 | 20.0 | 10.0 | 7 | 1.86 | 2 | 3.00 | 1 | 2.00 |
| | 東京都区部 | 6 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 4 | 2.25 | 1 | 4.00 | 1 | 2.00 |
| | 政令指定都市 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 1.33 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 大都市 | 18 | 72.2 | 11.1 | 16.7 | 13 | 5.15 | 2 | 2.00 | 3 | 2.00 |
| | 小都市 | 9 | 55.6 | – | 44.4 | 5 | 2.80 | – | – | 4 | 1.25 |
| | 町村 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 居住地域 | 北海道 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 2.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 東北 | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 2.00 | 2 | 2.00 | 1 | 4.00 |
| | 北関東 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 1.50 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 首都圏 | 11 | 72.7 | 18.2 | 9.1 | 8 | 1.88 | 2 | 3.00 | 1 | 2.00 |
| | 北陸 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 東山 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 東海 | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 13.25 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 近畿二府一県 | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 1.00 | – | – | 2 | 1.50 |
| | その他近畿圏 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 中国 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 四国 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 九州・沖縄 | 6 | 100.0 | – | – | 6 | 2.50 | – | – | – | – |
| 職業 | 自営業主 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| | 家族従業者 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| | 雇用者 | 29 | 65.5 | 10.3 | 24.1 | 19 | 1.95 | 3 | 2.67 | 7 | 1.57 |
| | （小計）就労者 | 32 | 62.5 | 12.5 | 25.0 | 20 | 1.90 | 4 | 2.50 | 8 | 1.63 |
| | 主婦・主夫 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 25.50 | – | – | – | – |
| | 学生 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 1.33 | – | – | – | – |
| | 無職 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.00 |
| | 高校 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.50 | – | – | – | – |
| | 短大・高専 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 5.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 専門学校 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 3.00 | – | – |
| | 大学 | 25 | 68.0 | 12.0 | 20.0 | 17 | 4.24 | 3 | 2.33 | 5 | 2.00 |
| | 大学院 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 2.00 | – | – | – | – |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 100～200万円未満 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 4.00 | – | – |
| | 200～300万円未満 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 50.00 | – | – | 2 | 1.50 |
| | 300～400万円未満 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 2.00 |
| | 400～500万円未満 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 1.00 | 1 | 3.00 | – | – |
| | 500～600万円未満 | 6 | 66.7 | 33.3 | – | 4 | 1.75 | 2 | 1.50 | – | – |
| | 600～700万円未満 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 2.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 700～800万円未満 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 1.33 | – | – | 1 | 4.00 |
| | 800～1000万円未満 | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 1.75 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 1000～1200万円未満 | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 2.75 | – | – | – | – |
| | 1200万円以上 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | わからない | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 答えたくない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 3.50 | – | – | – | – |
| 未既婚 | 既婚者 | 19 | 84.2 | 10.5 | 5.3 | 16 | 4.75 | 2 | 2.00 | 1 | 4.00 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 18 | 55.6 | 11.1 | 33.3 | 10 | 1.90 | 2 | 3.00 | 6 | 1.33 |
| | 答えたくない | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 7 | 42.9 | 14.3 | 42.9 | 3 | 1.67 | 1 | 4.00 | 3 | 1.33 |
| | 夫婦のみ・子なし | 10 | 80.0 | 10.0 | 10.0 | 8 | 7.50 | 1 | 1.00 | 1 | 4.00 |
| | 夫婦・子あり | 8 | 87.5 | 12.5 | – | 7 | 1.57 | 1 | 3.00 | – | – |
| | 親と同居（未婚） | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 4.50 | 1 | 2.00 | 1 | 2.00 |
| | 2世帯以上同居 | 3 | 100.0 | – | – | 2 | 2.33 | – | – | – | – |
| | その他 | 5 | 60.0 | – | 40.0 | 3 | 1.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 答えたくない | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 14 | 64.3 | 14.3 | 21.4 | 9 | 1.89 | 2 | 2.00 | 3 | 1.33 |
| | 週に1～2日 | 7 | 71.4 | 14.3 | 14.3 | 5 | 2.80 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| | （小計）週に1日以上計 | 21 | 66.7 | 14.3 | 19.0 | 14 | 2.21 | 3 | 2.67 | 4 | 1.25 |
| | （小計）週1日未満 | 17 | 70.6 | 5.9 | 23.5 | 12 | 5.33 | 1 | 2.00 | 4 | 2.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 38 | 68.4 | 10.5 | 21.1 | 26 | 3.65 | 4 | 2.50 | 8 | 1.63 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7 | 42.9 | 28.6 | 28.6 | 3 | 3.00 | 2 | 2.00 | 2 | 1.50 |
| | 週に2日 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 2.00 | – | – | – | – |
| | （小計）週に2日以上計 | 9 | 55.6 | 22.2 | 22.2 | 5 | 2.60 | 2 | 2.00 | 2 | 1.50 |
| | （小計）週2日未満 | 16 | 56.3 | 12.5 | 31.3 | 9 | 7.33 | 2 | 3.00 | 5 | 1.80 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.00 | – | – | – | – |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 27 | 59.3 | 14.8 | 25.9 | 16 | 5.06 | 4 | 2.50 | 7 | 1.71 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 11 | 90.9 | – | 9.1 | 10 | 1.40 | – | – | 1 | 1.00 |
| ※2 する～（する・みる・ささえる）～Ⅱ～週1回～以上） | する・みる・ささえる | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 3.25 | – | – | 2 | 1.50 |
| | する・みる | 13 | 61.5 | 23.1 | 15.4 | 8 | 1.38 | 3 | 2.67 | 2 | 1.50 |
| | する・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 3.50 | – | – | – | – |
| | みる・ささえる | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 17.33 | 1 | 2.00 | 2 | 3.00 |
| | みるのみ | 7 | 71.4 | – | 28.6 | 5 | 1.20 | – | – | 2 | 1.00 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 1.50 | – | – | – | – |

Q14-56. この1年間に実施した日数（年・月・週）/アーチェリー・射撃・クレー射撃

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 30 | 73.3 | 13.3 | 13.3 | 22 | 21.73 | 4 | 3.00 | 4 | 3.00 |
| 男性 | 22 | 63.6 | 18.2 | 18.2 | 14 | 16.50 | 4 | 3.00 | 4 | 3.00 |
| 女性 | 8 | 100.0 | – | – | 8 | 30.88 | – | – | – | – |
| 10代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 20代 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 2.80 | – | – | – | – |
| 30代 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 5.00 |
| 40代 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 17.40 | – | – | – | – |
| 50代 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 5.50 | 1 | 1.00 | 1 | 3.00 |
| 60代 | 9 | 77.8 | 22.2 | – | 7 | 30.14 | 2 | 3.00 | – | – |
| 70代 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 77.00 | 1 | 5.00 | 1 | 3.00 |
| 男性10代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 男性20代 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 4.00 | – | – | – | – |
| 男性30代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 5.00 |
| 男性40代 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 15.00 | – | – | – | – |
| 男性50代 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 5.50 | 1 | 1.00 | 1 | 3.00 |
| 男性60代 | 6 | 66.7 | 33.3 | – | 4 | 2.25 | 2 | 3.00 | – | – |
| 男性70代 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 77.00 | 1 | 5.00 | 1 | 3.00 |
| 女性10代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性20代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.00 | – | – | – | – |
| 女性30代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 女性40代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 21.00 | – | – | – | – |
| 女性50代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性60代 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 67.33 | – | – | – | – |
| 女性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東京23区・政令指定都市 | 6 | 83.3 | – | 16.7 | 5 | 2.80 | – | – | 1 | 5.00 |
| 東京都区部 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 5.50 | – | – | – | – |
| 政令指定都市 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 1.00 | – | – | 1 | 5.00 |
| 大都市 | 10 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 6 | 57.67 | 2 | 3.50 | 2 | 2.00 |
| 小都市 | 9 | 66.7 | 22.2 | 11.1 | 6 | 8.00 | 2 | 2.50 | 1 | 3.00 |
| 町村 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 14.00 | – | – | – | – |
| 北海道 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 東北 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 40.00 | – | – | – | – |
| 北関東 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 首都圏 | 9 | 88.9 | 11.1 | – | 8 | 40.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 北陸 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 東山 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 5.67 | – | – | – | – |
| 東海 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 16.00 | 1 | 4.00 | – | – |
| 近畿二府一県 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 1.00 | – | – | 2 | 4.00 |
| その他近畿圏 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 3.00 |
| 中国 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 4.00 | – | – | – | – |
| 四国 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 50.00 | – | – | – | – |
| 九州・沖縄 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 2.50 | 1 | 5.00 | – | – |
| 自営業主 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 雇用者 | 22 | 81.8 | 9.1 | 9.1 | 18 | 25.89 | 2 | 2.50 | 2 | 4.00 |
| （小計）就労者 | 23 | 82.6 | 8.7 | 8.7 | 19 | 24.79 | 2 | 2.50 | 2 | 4.00 |
| 主婦・主夫 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 学生 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 無職 | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 3.00 | 2 | 3.50 | 1 | 3.00 |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 高校 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | 1 | 10.00 | 2 | 4.50 | – | – |
| 短大・高専 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 専門学校 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 4.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 大学 | 19 | 73.7 | 5.3 | 21.1 | 14 | 27.14 | 1 | 2.00 | 4 | 3.00 |
| 大学院 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 25.00 | – | – | – | – |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 収入なし | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 100万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 100～200万円未満 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 2.00 | – | – | – | – |
| 200～300万円未満 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 6.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| 300～400万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 400～500万円未満 | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 48.25 | – | – | – | – |
| 500～600万円未満 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 1.00 | – | – | 1 | 5.00 |
| 600～700万円未満 | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 150.00 | 2 | 3.00 | 1 | 3.00 |
| 700～800万円未満 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 7.00 | 1 | 4.00 | – | – |
| 800～1000万円未満 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 4.50 | – | – | – | – |
| 1000～1200万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 30.00 | – | – | – | – |
| 1200万円以上 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 3.00 |
| わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 50.00 | – | – | – | – |
| 既婚者 | 19 | 78.9 | 10.5 | 10.5 | 15 | 18.00 | 2 | 4.50 | 2 | 3.00 |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 11 | 63.6 | 18.2 | 18.2 | 7 | 29.71 | 2 | 1.50 | 2 | 3.00 |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 一人暮らし | 9 | 66.7 | 11.1 | 22.2 | 6 | 34.50 | 1 | 2.00 | 2 | 3.00 |
| 夫婦のみ・子なし | 12 | 75.0 | 16.7 | 8.3 | 9 | 23.89 | 2 | 4.50 | 1 | 3.00 |
| 夫婦・子あり | 7 | 85.7 | – | 14.3 | 8 | 9.17 | – | – | 1 | 3.00 |
| 親と同居（未婚） | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 2世帯以上同居 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 50.00 | – | – | – | – |
| 週に3日以上 | 11 | 63.6 | – | 36.4 | 7 | 30.57 | – | – | 4 | 3.00 |
| 週に1～2日 | 12 | 75.0 | 25.0 | – | 9 | 25.00 | 3 | 2.67 | – | – |
| （小計）週に1日以上計 | 23 | 69.6 | 13.0 | 17.4 | 16 | 27.44 | 3 | 2.67 | 4 | 3.00 |
| （小計）週1日未満 | 7 | 85.7 | 14.3 | – | 6 | 6.50 | 1 | 4.00 | – | – |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30 | 73.3 | 13.3 | 13.3 | 22 | 21.73 | 4 | 3.00 | 4 | 3.00 |
| この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 54.00 | – | – | 1 | 3.00 |
| | 8 | 75.0 | 12.5 | 12.5 | 6 | 42.83 | 1 | 5.00 | 1 | 5.00 |
| | 12 | 75.0 | 8.3 | 16.7 | 9 | 46.56 | 1 | 5.00 | 2 | 4.00 |
| | 11 | 54.5 | 27.3 | 18.2 | 8 | 2.17 | 3 | 2.33 | 2 | 2.00 |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.00 | – | – | – | – |
| （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25 | 68.0 | 16.0 | 16.0 | 17 | 25.53 | 4 | 3.00 | 4 | 3.00 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 8.80 | – | – | – | – |
| する・みる・ささえる | 7 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 4 | 15.50 | 1 | 5.00 | 2 | 2.00 |
| する・みる | 11 | 81.8 | 9.1 | 9.1 | 9 | 36.11 | 1 | 2.00 | 1 | 3.00 |
| する・ささえる | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 40.00 | – | – | – | – |
| するのみ | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 6.00 | 1 | 1.00 | 1 | 5.00 |
| みる・ささえる | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.00 | – | – | – | – |
| みるのみ | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 12.00 | 1 | 4.00 | – | – |
| ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| しない・みない・ささえない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-57. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ｸﾞﾗｲﾀﾞｰ・ﾊﾝｸﾞｸﾞﾗｲﾀﾞｰ・ﾊﾟﾗｸﾞﾗｲﾀﾞｰ・ｽｶｲﾀﾞｲﾋﾞﾝｸﾞ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 16 | 68.8 | 25.0 | 6.3 | 11 | 2.55 | 4 | 3.25 | 1 | 1.00 |
| 性別 | 男性 | 7 | 71.4 | 28.6 | – | 5 | 4.00 | 2 | 2.50 | – | – |
| | 女性 | 9 | 66.7 | 22.2 | 11.1 | 6 | 1.33 | 2 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| 年代 | 10代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 20代 | 5 | 100.0 | – | – | 5 | 1.40 | – | – | – | – |
| | 30代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 4.00 | 1 | 3.00 | – | – |
| | 40代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 50代 | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 7.00 | 2 | 4.50 | 1 | 1.00 |
| | 60代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 性年代 | 男性10代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 男性20代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.50 | – | – | – | – |
| | 男性30代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 4.00 | 1 | 3.00 | – | – |
| | 男性40代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 男性50代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 12.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 男性60代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 男性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性10代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 女性20代 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 1.33 | – | – | – | – |
| | 女性30代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性40代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性50代 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 2.00 | 1 | 7.00 | 1 | 1.00 |
| | 女性60代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 女性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 2.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 東京都区部 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| | 政令指定都市 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| | 大都市 | 7 | 71.4 | 14.3 | 14.3 | 5 | 4.00 | 1 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| | 小都市 | 6 | 83.3 | 16.7 | – | 5 | 1.20 | 1 | 7.00 | – | – |
| | 町村 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| 居住地域 | 北海道 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 東北 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 北関東 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 首都圏 | 6 | 83.3 | 16.7 | – | 5 | 4.40 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 北陸 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 東山 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 東海 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 3.00 | – | – |
| | 近畿二府一県 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 7.00 | – | – |
| | その他近畿圏 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 中国 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| | 四国 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 九州・沖縄 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.00 | – | – | – | – |
| 職業 | 自営業主 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 4.00 | 1 | 3.00 | – | – |
| | 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 9 | 77.8 | 11.1 | 11.1 | 7 | 2.86 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | （小計）就労者 | 11 | 72.7 | 18.2 | 9.1 | 8 | 3.00 | 2 | 2.50 | 1 | 1.00 |
| | 主婦・主夫 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.50 | – | – | – | – |
| | 学生 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| | 無職 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 7.00 | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 高校 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 7.00 | – | – |
| | 短大・高専 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 1.33 | – | – | – | – |
| | 専門学校 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| | 大学 | 10 | 70.0 | 20.0 | 10.0 | 7 | 3.29 | 2 | 2.50 | 1 | 1.00 |
| | 大学院 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 100～200万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 200～300万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 300～400万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 400～500万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 500～600万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | 600～700万円未満 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.50 | – | – | – | – |
| | 700～800万円未満 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 12.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 800～1000万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 1000～1200万円未満 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | 2 | 4.00 | 2 | 2.00 | – | – |
| | 1200万円以上 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 2.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| | わからない | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 7.00 | – | – |
| | 答えたくない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.00 | – | – | – | – |
| 未既婚 | 既婚者 | 10 | 80.0 | 30.0 | 10.0 | 6 | 3.50 | 3 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 5 | 80.0 | 20.0 | – | 4 | 1.50 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| | 夫婦のみ・子なし | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 1.25 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 夫婦・子あり | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 6.00 | 2 | 4.50 | – | – |
| | 親と同居（未婚） | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 2世帯以上同居 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 3.00 | – | – |
| | その他 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.50 | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | 3 | 2.33 | 2 | 2.00 | – | – |
| | 週に1～2日 | 8 | 75.0 | 25.0 | – | 6 | 3.17 | 2 | 4.50 | – | – |
| | （小計）週に1日以上計 | 13 | 69.2 | 30.8 | – | 9 | 2.89 | 4 | 3.25 | – | – |
| | （小計）週1日未満 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 1.00 | 1 | – | 1 | 1.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 16 | 68.8 | 25.0 | 6.3 | 11 | 2.55 | 4 | 3.25 | 1 | 1.00 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽い汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| | 週に2日 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.50 | – | – | – | – |
| | （小計）週に2日以上計 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 1.67 | – | – | – | – |
| | （小計）週2日未満 | 12 | 58.3 | 33.3 | 8.3 | 7 | 3.14 | 4 | 3.25 | 1 | 1.00 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 16 | 68.8 | 25.0 | 6.3 | 11 | 2.55 | 4 | 3.25 | 1 | 1.00 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| する・みる・ささえる回～以上～1週Ⅱ | する・みる・ささえる | 8 | 75.0 | 25.0 | – | 6 | 3.67 | 2 | 2.00 | – | – |
| | する・みる | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 1.00 | 1 | 7.00 | – | – |
| | する・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 2.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| | みる・ささえる | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – |
| | みるのみ | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 1.00 | – | – | – | – |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |

Q14-58. この1年間に実施した日数（年・月・週）/乗馬

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 86 | 51.2 | 22.1 | 26.7 | 44 | 12.66 | 19 | 2.37 | 23 | 2.04 |
| 男性 | 25 | 56.0 | 20.0 | 24.0 | 14 | 18.50 | 5 | 2.40 | 6 | 3.00 |
| 女性 | 61 | 49.2 | 23.0 | 27.9 | 30 | 9.93 | 14 | 2.36 | 17 | 1.71 |
| 10代 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 5.00 | 1 | 1.00 | 1 | 5.00 |
| 20代 | 15 | 66.7 | 6.7 | 26.7 | 10 | 2.70 | 1 | 4.00 | 4 | 2.50 |
| 30代 | 11 | 36.4 | 18.2 | 45.5 | 4 | 5.50 | 2 | 1.50 | 5 | 1.60 |
| 40代 | 10 | 50.0 | 40.0 | 10.0 | 5 | 7.40 | 4 | 2.75 | 1 | 2.00 |
| 50代 | 20 | 50.0 | 30.0 | 20.0 | 10 | 6.40 | 6 | 1.83 | 4 | 1.25 |
| 60代 | 15 | 46.7 | 13.3 | 40.0 | 7 | 20.71 | 2 | 1.50 | 6 | 2.50 |
| 70代 | 12 | 58.3 | 25.0 | 16.7 | 7 | 36.71 | 3 | 4.00 | 2 | 1.00 |
| 男性10代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 5.00 |
| 男性20代 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 2.00 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| 男性30代 | 5 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 3.50 | 1 | 2.00 | 2 | 2.50 |
| 男性40代 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 2.50 | 1 | 2.00 | 1 | 2.00 |
| 男性50代 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 14.67 | 1 | 2.00 | – | – |
| 男性60代 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 28.00 | 1 | 2.00 | 1 | 5.00 |
| 男性70代 | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 47.67 | – | – | – | – |
| 女性10代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 5.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 女性20代 | 11 | 72.7 | – | 27.3 | 8 | 2.88 | – | – | 3 | 3.00 |
| 女性30代 | 6 | 33.3 | 16.7 | 50.0 | 2 | 7.50 | 1 | 1.00 | 3 | 1.00 |
| 女性40代 | 6 | 50.0 | 50.0 | – | 3 | 10.67 | 3 | 3.00 | – | – |
| 女性50代 | 16 | 43.8 | 31.3 | 25.0 | 7 | 2.86 | 5 | 1.80 | 4 | 1.25 |
| 女性60代 | 11 | 45.5 | 9.1 | 45.5 | 5 | 17.80 | 1 | 1.00 | 5 | 2.00 |
| 女性70代 | 9 | 44.4 | 33.3 | 22.2 | 4 | 28.50 | 3 | 4.00 | 2 | 1.00 |
| 東京23区・政令指定都市 | 31 | 54.8 | 25.8 | 19.4 | 17 | 4.94 | 8 | 2.38 | 6 | 2.33 |
| 東京都区部 | 14 | 57.1 | 28.6 | 14.3 | 8 | 2.63 | 4 | 2.25 | 2 | 2.50 |
| 政令指定都市 | 17 | 52.9 | 23.5 | 23.5 | 9 | 7.00 | 4 | 2.50 | 4 | 2.25 |
| 大都市 | 28 | 50.0 | 21.4 | 28.6 | 14 | 5.57 | 6 | 2.50 | 8 | 1.13 |
| 小都市 | 22 | 50.0 | 22.7 | 27.3 | 11 | 28.64 | 5 | 2.20 | 6 | 2.50 |
| 町村 | 5 | 40.0 | – | 60.0 | 2 | 40.00 | – | – | 3 | 3.00 |
| 北海道 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 東北 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 26.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 北関東 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 3.50 | – | – | 1 | 5.00 |
| 首都圏 | 38 | 57.9 | 21.1 | 21.1 | 22 | 7.05 | 8 | 3.00 | 8 | 2.13 |
| 北陸 | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 2.00 | 2 | 2.50 | 1 | 1.00 |
| 東山 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 7.00 |
| 東海 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 11.33 | 1 | 1.00 | 2 | 1.50 |
| 近畿二府一県 | 15 | 46.7 | 20.0 | 33.3 | 7 | 9.71 | 3 | 1.67 | 5 | 1.80 |
| その他近畿圏 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 100.00 | – | – | – | – |
| 中国 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 6.50 | – | – | – | – |
| 四国 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 24.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| 九州・沖縄 | 10 | 30.0 | 30.0 | 40.0 | 3 | 34.00 | 3 | 2.00 | 4 | 1.00 |
| 自営業主 | 11 | 36.4 | 18.2 | 45.5 | 4 | 7.75 | 2 | 4.50 | 5 | 2.40 |
| 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 雇用者 | 47 | 44.7 | 27.7 | 27.7 | 21 | 4.71 | 13 | 2.23 | 13 | 1.69 |
| （小計）就労者 | 58 | 43.1 | 25.9 | 31.0 | 25 | 5.20 | 15 | 2.53 | 18 | 1.89 |
| 主婦・主夫 | 10 | 60.0 | 30.0 | 10.0 | 6 | 10.33 | 3 | 2.00 | 1 | 2.00 |
| 学生 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 | 1 | 5.00 |
| 無職 | 10 | 80.0 | – | 20.0 | 8 | 31.13 | – | – | 2 | 2.50 |
| その他 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 100.00 | – | – | – | – |
| 答えたくない | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 7.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 高校 | 12 | 41.7 | 16.7 | 41.7 | 5 | 21.20 | 2 | 2.00 | 5 | 3.00 |
| 短大・高専 | 12 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 6 | 16.33 | 4 | 2.00 | 2 | 1.50 |
| 専門学校 | 12 | 75.0 | 8.3 | 16.7 | 9 | 7.44 | 1 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| 大学 | 37 | 45.9 | 21.6 | 32.4 | 17 | 11.71 | 8 | 2.50 | 12 | 2.08 |
| 大学院 | 11 | 45.5 | 36.4 | 18.2 | 5 | 7.40 | 4 | 2.75 | 2 | 1.00 |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 25.00 | – | – | – | – |
| 収入なし | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 17.00 | – | – | – | – |
| 100万円未満 | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 4.25 | – | – | 1 | 1.00 |
| 100～200万円未満 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 21.67 | – | – | 1 | 1.00 |
| 200～300万円未満 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 41.67 | 1 | 2.00 | 2 | 4.50 |
| 300～400万円未満 | 6 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 4 | 13.00 | 1 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| 400～500万円未満 | 7 | 42.9 | 14.3 | 42.9 | 3 | 6.67 | 1 | 2.00 | 3 | 1.33 |
| 500～600万円未満 | 8 | 50.0 | 12.5 | 37.5 | 4 | 1.75 | 1 | 4.00 | 3 | 4.00 |
| 600～700万円未満 | 7 | 71.4 | 28.6 | – | 5 | 11.60 | 2 | 2.00 | – | – |
| 700～800万円未満 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 3.50 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 800～1000万円未満 | 0 | 66.7 | 33.3 | – | 4 | 11.00 | 2 | 1.00 | – | – |
| 1000～1200万円未満 | 7 | 42.9 | 28.6 | 28.6 | 3 | 2.00 | 2 | 1.50 | 2 | 1.50 |
| 1200万円以上 | 5 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 3.00 | 1 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| わからない | 9 | 22.2 | 33.3 | 44.4 | 2 | 2.50 | 3 | 3.67 | 4 | 2.25 |
| 答えたくない | 10 | 30.0 | 40.0 | 30.0 | 3 | 37.00 | 4 | 2.75 | 3 | 1.33 |
| 既婚者 | 42 | 54.8 | 19.0 | 26.2 | 23 | 12.30 | 8 | 1.88 | 11 | 1.91 |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 42 | 50.0 | 23.8 | 26.2 | 21 | 13.05 | 10 | 2.60 | 11 | 2.27 |
| 答えたくない | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| 一人暮らし | 28 | 53.6 | 25.0 | 21.4 | 15 | 17.60 | 7 | 2.29 | 6 | 2.33 |
| 夫婦のみ・子なし | 27 | 59.3 | 11.1 | 29.6 | 16 | 16.13 | 3 | 2.00 | 8 | 1.75 |
| 夫婦・子あり | 13 | 53.8 | 23.1 | 23.1 | 7 | 3.57 | 3 | 1.67 | 3 | 2.33 |
| 親と同居（未婚） | 8 | 50.0 | – | 50.0 | 4 | 1.75 | – | – | 4 | 2.50 |
| 2世帯以上同居 | 3 | – | 66.7 | 33.3 | – | – | 2 | 4.50 | 1 | 1.00 |
| その他 | 5 | 40.0 | 60.0 | – | 2 | 1.50 | 3 | 1.67 | – | – |
| 答えたくない | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| 週に3日以上 | 38 | 47.4 | 26.3 | 26.3 | 18 | 10.61 | 10 | 2.70 | 10 | 3.20 |
| 週に1～2日 | 23 | 39.1 | 17.4 | 43.5 | 9 | 24.67 | 4 | 2.50 | 10 | 1.20 |
| （小計）週に1日以上計 | 61 | 44.3 | 23.0 | 32.8 | 27 | 15.30 | 14 | 2.64 | 20 | 2.20 |
| （小計）週1日未満 | 19 | 73.7 | 21.1 | 5.3 | 14 | 9.64 | 4 | 1.75 | 1 | 1.00 |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 3.00 | 1 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 86 | 51.2 | 22.1 | 26.7 | 44 | 12.66 | 19 | 2.37 | 23 | 2.04 |
| この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 週に3日以上 | 17 | 47.1 | 17.6 | 35.3 | 8 | 17.63 | 3 | 2.67 | 6 | 4.17 |
| 週に2日 | 11 | 45.5 | 27.3 | 27.3 | 5 | 13.60 | 3 | 2.33 | 3 | 1.33 |
| （小計）週に2日以上計 | 28 | 46.4 | 21.4 | 32.1 | 13 | 16.08 | 6 | 2.50 | 9 | 3.22 |
| （小計）週2日未満 | 37 | 51.4 | 27.0 | 21.6 | 19 | 14.05 | 10 | 2.70 | 6 | 1.50 |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 13 | 46.2 | 7.7 | 46.2 | 6 | 2.50 | 1 | 1.00 | 6 | 1.00 |
| （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 78 | 46.7 | 21.8 | 29.5 | 38 | 12.92 | 17 | 2.53 | 23 | 2.04 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 8 | 75.0 | 25.0 | – | 6 | 11.00 | 2 | 1.00 | – | – |
| する・みる・ささえる | 17 | 41.2 | 23.5 | 35.3 | 7 | 4.14 | 4 | 1.50 | 6 | 3.33 |
| する・みる | 34 | 47.1 | 23.5 | 29.4 | 16 | 23.63 | 8 | 3.00 | 10 | 2.00 |
| する・ささえる | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 4.00 | – | – |
| するのみ | 9 | 44.4 | 11.1 | 44.4 | 4 | 1.50 | 1 | 3.00 | 4 | 1.00 |
| みる・ささえる | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 17.67 | – | – | 1 | 1.00 |
| みるのみ | 13 | 76.9 | 15.4 | 7.7 | 10 | 5.00 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| ささえるのみ | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| しない・みない・ささえない | 7 | 42.9 | 42.9 | 14.3 | 3 | 12.00 | 3 | 2.00 | 1 | 1.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-59. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾚｸﾘｴｰｼｮﾝｽﾎﾟｰﾂ

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 112 | 48.2 | 28.6 | 23.2 | 54 | 10.96 | 32 | 2.91 | 26 | 2.04 |
| 性別 | 男性 | 61 | 49.2 | 26.2 | 24.6 | 30 | 14.43 | 16 | 3.13 | 15 | 2.07 |
| | 女性 | 50 | 48.0 | 30.0 | 22.0 | 24 | 6.63 | 15 | 2.73 | 11 | 2.00 |
| 年代 | 10代 | 9 | 55.6 | – | 44.4 | 5 | 4.80 | – | – | 4 | 1.75 |
| | 20代 | 28 | 57.1 | 28.6 | 14.3 | 16 | 2.75 | 8 | 2.00 | 4 | 2.50 |
| | 30代 | 13 | 46.2 | 23.1 | 30.8 | 6 | 22.00 | 3 | 5.67 | 4 | 1.50 |
| | 40代 | 17 | 52.9 | 41.2 | 5.9 | 9 | 4.78 | 7 | 3.14 | 1 | 5.00 |
| | 50代 | 14 | 50.0 | 35.7 | 14.3 | 7 | 16.71 | 5 | 3.80 | 2 | 2.50 |
| | 60代 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 19.00 | 1 | 2.00 | 2 | 2.00 |
| | 70代 | 25 | 32.0 | 32.0 | 36.0 | 8 | 21.88 | 8 | 2.13 | 9 | 1.78 |
| 性年代 | 男性10代 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 2.00 | – | – | 1 | 3.00 |
| | 男性20代 | 15 | 53.3 | 33.3 | 13.3 | 8 | 3.75 | 5 | 1.80 | 2 | 2.00 |
| | 男性30代 | 11 | 36.4 | 27.3 | 36.4 | 4 | 26.75 | 3 | 5.67 | 4 | 1.50 |
| | 男性40代 | 11 | 63.6 | 27.3 | 9.1 | 7 | 4.29 | 3 | 4.33 | 1 | 5.00 |
| | 男性50代 | 8 | 50.0 | 37.5 | 12.5 | 4 | 27.75 | 3 | 1.67 | 1 | 1.00 |
| | 男性60代 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 28.00 | 1 | 2.00 | 1 | 3.00 |
| | 男性70代 | 9 | 33.3 | 11.1 | 55.6 | 3 | 31.67 | 1 | 4.00 | 5 | 1.80 |
| | 女性10代 | 6 | 50.0 | – | 50.0 | 3 | 6.67 | – | – | 3 | 1.33 |
| | 女性20代 | 13 | 61.5 | 23.1 | 15.4 | 8 | 1.75 | 3 | 2.33 | 2 | 3.00 |
| | 女性30代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 12.50 | – | – | – | – |
| | 女性40代 | 5 | 40.0 | 60.0 | – | 2 | 6.50 | 3 | 2.33 | – | – |
| | 女性50代 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 2.00 | 2 | 7.00 | 1 | 4.00 |
| | 女性60代 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 1.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 女性70代 | 16 | 31.3 | 43.8 | 25.0 | 5 | 16.00 | 7 | 1.86 | 4 | 1.75 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 13 | 69.2 | 7.7 | 23.1 | 9 | 5.78 | 1 | 4.00 | 3 | 1.67 |
| | 東京都区部 | 5 | 60.0 | – | 40.0 | 3 | 5.33 | – | – | 2 | 2.00 |
| | 政令指定都市 | 8 | 75.0 | 12.5 | 12.5 | 6 | 6.00 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| | 大都市 | 58 | 46.6 | 25.9 | 27.6 | 27 | 11.04 | 15 | 3.27 | 16 | 2.13 |
| | 小都市 | 35 | 40.0 | 42.9 | 17.1 | 14 | 10.57 | 15 | 2.53 | 6 | 1.83 |
| | 町村 | 6 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 4 | 23.50 | 1 | 2.00 | 1 | 3.00 |
| 居住地域 | 北海道 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 2.67 | 1 | 1.00 | 2 | 3.00 |
| | 東北 | 12 | 58.3 | 16.7 | 25.0 | 7 | 6.71 | 2 | 2.00 | 3 | 1.00 |
| | 北関東 | 10 | 50.0 | 30.0 | 20.0 | 5 | 10.80 | 3 | 3.33 | 2 | 4.50 |
| | 首都圏 | 20 | 45.0 | 25.0 | 30.0 | 9 | 20.11 | 5 | 2.20 | 6 | 2.00 |
| | 北陸 | 7 | 57.1 | – | 42.9 | 4 | 2.25 | – | – | 3 | 2.33 |
| | 東山 | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 49.00 | 2 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 東海 | 7 | 57.1 | 42.9 | – | 4 | 13.75 | 3 | 2.67 | – | – |
| | 近畿二府一県 | 14 | 50.0 | 35.7 | 14.3 | 7 | 5.86 | 5 | 1.80 | 2 | 1.00 |
| | その他近畿圏 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | 1 | 6.00 | 2 | 2.00 | – | – |
| | 中国 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 3.00 | – | – | – | – |
| | 四国 | 7 | 14.3 | 57.1 | 28.6 | 1 | 5.00 | 4 | 7.75 | 2 | 3.00 |
| | 九州・沖縄 | 20 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 10 | 8.50 | 5 | 2.60 | 5 | 1.40 |
| 職業 | 自営業主 | 14 | 57.1 | 35.7 | 7.1 | 8 | 9.63 | 5 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| | 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 52 | 51.9 | 28.8 | 19.2 | 27 | 9.37 | 15 | 3.27 | 10 | 2.30 |
| | （小計）就労者 | 66 | 53.0 | 30.3 | 16.7 | 35 | 9.43 | 20 | 2.95 | 11 | 2.18 |
| | 主婦・主夫 | 14 | 42.9 | 35.7 | 21.4 | 6 | 9.83 | 5 | 3.40 | 3 | 1.33 |
| | 学生 | 11 | 45.5 | 18.2 | 36.4 | 5 | 4.60 | 2 | 1.00 | 4 | 1.75 |
| | 無職 | 17 | 41.2 | 17.6 | 41.2 | 7 | 25.43 | 3 | 3.00 | 7 | 2.14 |
| | その他 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 2.00 | – | – | 1 | 3.00 |
| | 答えたくない | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | 3.00 | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 2.50 |
| | 高校 | 28 | 46.4 | 39.3 | 14.3 | 13 | 15.69 | 11 | 3.91 | 4 | 1.75 |
| | 短大・高専 | 9 | 44.4 | 44.4 | 11.1 | 4 | 4.50 | 4 | 1.75 | 1 | 1.00 |
| | 専門学校 | 12 | 58.3 | 33.3 | 8.3 | 7 | 18.86 | 4 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| | 大学 | 57 | 47.4 | 22.8 | 29.8 | 27 | 6.81 | 13 | 2.38 | 17 | 2.24 |
| | 大学院 | 4 | 75.0 | – | 25.0 | 3 | 18.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 6.50 | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 100～200万円未満 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 24.33 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 200～300万円未満 | 17 | 35.3 | 35.3 | 29.4 | 6 | 2.83 | 6 | 1.50 | 5 | 2.60 |
| | 300～400万円未満 | 16 | 56.3 | 18.8 | 25.0 | 9 | 18.78 | 3 | 2.67 | 4 | 2.00 |
| | 400～500万円未満 | 17 | 52.9 | 11.8 | 35.3 | 9 | 11.11 | 2 | 3.00 | 6 | 2.67 |
| | 500～600万円未満 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 5.00 | 2 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| | 600～700万円未満 | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 20.00 | 2 | 6.50 | 1 | 2.00 |
| | 700～800万円未満 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 6.50 | 1 | 2.00 | – | – |
| | 800～1000万円未満 | 8 | 37.5 | 37.5 | 25.0 | 3 | 6.00 | 3 | 2.67 | 2 | 2.00 |
| | 1000～1200万円未満 | 9 | 66.7 | 22.2 | 11.1 | 6 | 11.00 | 2 | 1.50 | 1 | 1.00 |
| | 1200万円以上 | 8 | 62.5 | 37.5 | – | 5 | 14.20 | 3 | 2.67 | – | – |
| | わからない | 11 | 27.3 | 27.3 | 45.5 | 3 | 3.67 | 3 | 5.67 | 5 | 1.40 |
| | 答えたくない | 7 | 28.6 | 57.1 | 14.3 | 2 | 3.00 | 4 | 2.75 | 1 | 1.00 |
| 未既婚 | 既婚者 | 52 | 50.0 | 28.8 | 21.2 | 26 | 18.65 | 15 | 3.53 | 11 | 1.91 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 60 | 46.7 | 28.3 | 25.0 | 28 | 3.82 | 17 | 2.35 | 15 | 2.13 |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 27 | 33.3 | 44.4 | 22.2 | 9 | 5.11 | 12 | 2.17 | 6 | 2.67 |
| | 夫婦のみ・子なし | 27 | 48.1 | 33.3 | 18.5 | 12 | 19.15 | 9 | 4.44 | 5 | 1.80 |
| | 夫婦・子あり | 19 | 57.9 | 21.1 | 21.1 | 11 | 17.00 | 4 | 2.50 | 4 | 2.50 |
| | 親と同居（未婚） | 15 | 60.0 | 13.3 | 26.7 | 9 | 3.56 | 2 | 1.00 | 4 | 1.50 |
| | 2世帯以上同居 | 7 | 57.1 | 28.6 | 14.3 | 4 | 1.75 | 2 | 1.50 | 1 | 1.00 |
| | その他 | 17 | 47.1 | 17.6 | 35.3 | 8 | 8.88 | 3 | 4.00 | 6 | 1.83 |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 50 | 54.0 | 24.0 | 22.0 | 27 | 13.59 | 12 | 2.25 | 11 | 2.00 |
| | 週に1～2日 | 41 | 36.6 | 36.6 | 26.8 | 15 | 9.80 | 15 | 3.20 | 11 | 2.27 |
| | （小計）週に1日以上計 | 91 | 46.2 | 29.7 | 24.2 | 42 | 12.24 | 27 | 2.78 | 22 | 2.14 |
| | （小計）週1日未満 | 17 | 64.7 | 17.6 | 17.6 | 11 | 6.82 | 3 | 1.33 | 3 | 1.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 3.00 | 2 | 7.00 | 1 | 3.00 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 112 | 48.2 | 28.6 | 23.2 | 54 | 10.96 | 32 | 2.91 | 26 | 2.04 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 23 | 60.9 | 13.0 | 26.1 | 14 | 14.86 | 3 | 2.67 | 6 | 2.17 |
| | 週に2日 | 17 | 41.2 | 35.3 | 23.5 | 7 | 25.57 | 6 | 3.00 | 4 | 1.75 |
| | （小計）週に2日以上計 | 40 | 52.5 | 22.5 | 25.0 | 21 | 18.43 | 9 | 2.89 | 10 | 2.00 |
| | （小計）週2日未満 | 48 | 41.7 | 33.3 | 25.0 | 20 | 6.40 | 16 | 2.25 | 12 | 2.25 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 9 | 55.6 | 22.2 | 22.2 | 5 | 12.20 | 2 | 7.00 | 2 | 2.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 97 | 47.4 | 27.8 | 24.7 | 46 | 12.52 | 27 | 2.81 | 24 | 2.13 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 15 | 53.3 | 33.3 | 13.3 | 8 | 2.00 | 5 | 3.40 | 2 | 1.00 |
| ※2 する・みる・ささえる回～Ⅱ以上～Ⅰ | する・みる・ささえる | 41 | 51.2 | 24.4 | 24.4 | 21 | 8.10 | 10 | 3.00 | 10 | 2.40 |
| | する・みる | 39 | 38.5 | 38.5 | 23.1 | 15 | 18.67 | 15 | 2.60 | 9 | 2.11 |
| | する・ささえる | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 48.00 | – | – | 2 | 1.50 |
| | するのみ | 8 | 62.5 | 25.0 | 12.5 | 5 | 3.20 | 2 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| | みる・ささえる | 6 | 50.0 | 50.0 | – | 3 | 15.00 | 3 | 2.00 | – | – |
| | みるのみ | 12 | 66.7 | 8.3 | 25.0 | 8 | 4.00 | 1 | 2.00 | 3 | 1.00 |
| | ささえるのみ | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 10.00 | 1 | 3.00 |
| | しない・みない・ささえない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-60. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ﾊﾟﾗｽﾎﾟｰﾂ(障害者ｽﾎﾟｰﾂ) 種目名:[FA]

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 17 | 35.3 | 35.3 | 29.4 | 6 | 10.00 | 6 | 2.67 | 5 | 2.40 |
| 男性 | 10 | 50.0 | 30.0 | 20.0 | 5 | 10.80 | 3 | 4.00 | 2 | 1.00 |
| 女性 | 6 | 16.7 | 50.0 | 33.3 | 1 | 6.00 | 3 | 1.33 | 2 | 2.50 |
| 10代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 20代 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | 1 | 5.00 |
| 30代 | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 21.00 | – | – | 1 | 4.00 |
| 40代 | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 3.50 | 2 | 4.50 | 1 | 1.00 |
| 50代 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | 2.00 | – | – |
| 60代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 10.00 | – | – | – | – |
| 70代 | – | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 1 | 1.00 | 2 | 1.00 |
| 男性10代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 男性20代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| 男性30代 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 21.00 | – | – | – | – |
| 男性40代 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 8.00 | 1 | 1.00 |
| 男性50代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 男性60代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 10.00 | – | – | – | – |
| 男性70代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 女性10代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性20代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性30代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 4.00 |
| 女性40代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 6.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 女性50代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 女性60代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性70代 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 東京23区・政令指定都市 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 40.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| 東京都区部 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 政令指定都市 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 40.00 | – | – | – | – |
| 大都市 | 9 | 22.2 | 33.3 | 44.4 | 2 | 1.00 | 3 | 1.67 | 4 | 1.75 |
| 小都市 | 5 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 2 | 8.00 | 2 | 4.50 | 1 | 5.00 |
| 町村 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| 北海道 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 3.50 | – | – | – | – |
| 東北 | 3 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 1 | 2.00 | 2 | 2.50 |
| 北関東 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 首都圏 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 2.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| 北陸 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東山 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 8.00 | – | – |
| 東海 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| 近畿二府一県 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 40.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| その他近畿圏 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 5.00 |
| 中国 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 10.00 | – | – | – | – |
| 四国 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 九州・沖縄 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 自営業主 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 雇用者 | 12 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 6 | 10.00 | 4 | 3.25 | 2 | 2.50 |
| （小計）就労者 | 12 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 6 | 10.00 | 4 | 3.25 | 2 | 2.50 |
| 主婦・主夫 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | 1.50 | – | – |
| 学生 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 無職 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| その他 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.00 |
| 答えたくない | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 5.00 |
| 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 高校 | 5 | – | 20.0 | 80.0 | – | – | 1 | 2.00 | 4 | 2.75 |
| 短大・高専 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| 専門学校 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 2.00 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 大学 | 6 | 66.7 | 33.3 | – | 4 | 13.00 | 2 | 1.50 | – | – |
| 大学院 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 6.00 | 1 | 8.00 | – | – |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 収入なし | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 100万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 100～200万円未満 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.00 |
| 200～300万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 300～400万円未満 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 | 1 | 4.00 |
| 400～500万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 500～600万円未満 | 3 | – | 100.0 | – | – | – | 3 | 1.67 | – | – |
| 600～700万円未満 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| 700～800万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 10.00 | – | – | – | – |
| 800～1000万円未満 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 6.00 | 1 | 8.00 | – | – |
| 1000～1200万円未満 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 2.00 | – | – |
| 1200万円以上 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 2.00 | – | – | – | – |
| わからない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 20.50 | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 5.00 |
| 既婚者 | 8 | 37.5 | 50.0 | 12.5 | 3 | 6.00 | 4 | 3.00 | 1 | 1.00 |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 8 | 37.5 | 25.0 | 37.5 | 3 | 14.00 | 2 | 2.00 | 3 | 2.00 |
| 答えたくない | – | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 5.00 |
| 一人暮らし | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 1.00 | 1 | 2.00 | 2 | 1.00 |
| 夫婦のみ・子なし | 3 | 33.3 | 66.7 | – | 1 | 10.00 | 2 | 1.00 | – | – |
| 夫婦・子あり | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 4.00 | 1 | 2.00 | 1 | 1.00 |
| 親と同居（未婚） | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 40.00 | 1 | 2.00 | 1 | 4.00 |
| 2世帯以上同居 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| その他 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 8.00 | – | – |
| 答えたくない | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 5.00 |
| 週に3日以上 | 9 | 11.1 | 33.3 | 55.6 | 1 | 6.00 | 3 | 3.67 | 5 | 2.40 |
| 週に1～2日 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | 2 | 21.00 | 2 | 1.50 | – | – |
| （小計）週に1日以上計 | 13 | 23.1 | 38.5 | 38.5 | 3 | 16.00 | 5 | 2.90 | 5 | 2.40 |
| （小計）週1日未満 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 4.00 | 1 | 2.00 | – | – |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 17 | 35.3 | 35.3 | 29.4 | 6 | 10.00 | 6 | 2.67 | 5 | 2.40 |
| この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 週に3日以上 | 5 | 20.0 | 40.0 | 40.0 | 1 | 6.00 | 2 | 5.00 | 2 | 4.50 |
| 週に2日 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| （小計）週に2日以上計 | 5 | 20.0 | 40.0 | 40.0 | 1 | 6.00 | 2 | 5.00 | 2 | 4.50 |
| （小計）週2日未満 | 10 | 40.0 | 40.0 | 20.0 | 4 | 13.25 | 4 | 1.50 | 2 | 1.00 |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 16 | 37.5 | 37.5 | 25.0 | 6 | 10.00 | 6 | 2.67 | 4 | 2.75 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | – | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| する・みる・ささえる | 2 | 4.00 | 3 | 3.67 | 2 | 2.50 | | | | |
| する・みる | – | – | 2 | 1.50 | 2 | 3.00 | | | | |
| する・ささえる | – | – | – | – | – | – | | | | |
| するのみ | 1 | 40.00 | – | – | 1 | 1.00 | | | | |
| みる・ささえる | 1 | 10.00 | – | – | – | – | | | | |
| みるのみ | 2 | 1.00 | 1 | 2.00 | – | – | | | | |
| ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | | | | |
| しない・みない・ささえない | – | – | – | – | – | – | | | | |

Q14-61. この1年間に実施した日数（年・月・週）/ゲーム機等の情報通信機器を利用した運動・ｽﾎﾟｰﾂ(身体を動かすもの)

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 209 | 36.8 | 24.4 | 38.8 | 77 | 51.26 | 51 | 5.02 | 81 | 2.53 |
| 性別 | 男性 | 93 | 38.7 | 19.4 | 41.9 | 36 | 48.86 | 18 | 4.67 | 39 | 2.74 |
| | 女性 | 113 | 35.4 | 28.3 | 36.3 | 40 | 54.45 | 32 | 4.75 | 41 | 2.37 |
| 年代 | 10代 | 9 | 44.4 | 44.4 | 11.1 | 4 | 7.00 | 4 | 2.50 | 1 | 4.00 |
| | 20代 | 58 | 37.9 | 29.3 | 32.8 | 22 | 35.95 | 17 | 3.65 | 19 | 2.05 |
| | 30代 | 52 | 44.2 | 23.1 | 32.7 | 23 | 59.17 | 12 | 5.17 | 17 | 2.76 |
| | 40代 | 53 | 34.0 | 17.0 | 49.1 | 18 | 56.17 | 9 | 5.22 | 26 | 2.58 |
| | 50代 | 20 | 20.0 | 25.0 | 55.0 | 4 | 23.00 | 5 | 11.60 | 11 | 2.45 |
| | 60代 | 10 | 20.0 | 40.0 | 40.0 | 2 | 167.50 | 4 | 4.25 | 4 | 3.25 |
| | 70代 | 7 | 57.1 | – | 42.9 | 4 | 82.25 | – | – | 3 | 2.67 |
| 性年代 | 男性10代 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 2.00 | 1 | 5.00 | 1 | 4.00 |
| | 男性20代 | 28 | 50.0 | 21.4 | 28.6 | 14 | 49.86 | 6 | 2.17 | 8 | 2.50 |
| | 男性30代 | 25 | 40.0 | 28.0 | 32.0 | 10 | 79.10 | 7 | 3.29 | 8 | 2.75 |
| | 男性40代 | 21 | 33.3 | 14.3 | 52.4 | 7 | 25.86 | 3 | 9.00 | 11 | 2.82 |
| | 男性50代 | 13 | 23.1 | 7.7 | 69.2 | 3 | 27.33 | 1 | 16.00 | 9 | 2.56 |
| | 男性60代 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 5.00 | – | – | 2 | 3.50 |
| | 男性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性10代 | 5 | 40.0 | 60.0 | – | 2 | 8.00 | 3 | 1.67 | – | – |
| | 女性20代 | 29 | 27.6 | 34.5 | 37.9 | 8 | 11.63 | 10 | 2.90 | 11 | 1.73 |
| | 女性30代 | 27 | 48.1 | 18.5 | 33.3 | 13 | 43.85 | 5 | 7.80 | 9 | 2.78 |
| | 女性40代 | 31 | 35.5 | 19.4 | 45.2 | 11 | 75.45 | 6 | 3.33 | 14 | 2.50 |
| | 女性50代 | 7 | 14.3 | 57.1 | 28.6 | 1 | 10.00 | 4 | 10.50 | 2 | 2.00 |
| | 女性60代 | 7 | 14.3 | 57.1 | 28.6 | 1 | 330.00 | 4 | 4.25 | 2 | 3.00 |
| | 女性70代 | 7 | 57.1 | – | 42.9 | 4 | 82.25 | – | – | 3 | 2.67 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 64 | 34.4 | 31.3 | 34.4 | 22 | 84.59 | 20 | 7.45 | 22 | 2.36 |
| | 東京都区部 | 27 | 25.9 | 40.7 | 33.3 | 7 | 113.14 | 11 | 7.73 | 9 | 2.00 |
| | 政令指定都市 | 37 | 40.5 | 24.3 | 35.1 | 15 | 71.27 | 9 | 7.11 | 13 | 2.62 |
| | 大都市 | 68 | 35.3 | 29.4 | 35.3 | 24 | 47.71 | 20 | 3.90 | 24 | 2.67 |
| | 小都市 | 65 | 38.5 | 10.8 | 50.8 | 25 | 29.76 | 7 | 2.57 | 33 | 2.64 |
| | 町村 | 12 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 6 | 32.83 | 4 | 2.75 | 2 | 1.00 |
| 居住地域 | 北海道 | 6 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 2 | 4.00 | 4 | 3.75 |
| | 東北 | 21 | 23.8 | 19.0 | 57.1 | 5 | 10.60 | 4 | 1.75 | 12 | 2.83 |
| | 北関東 | 8 | 25.0 | 37.5 | 37.5 | 2 | 50.50 | 3 | 2.33 | 3 | 1.33 |
| | 首都圏 | 65 | 30.8 | 35.4 | 33.8 | 20 | 69.80 | 23 | 5.43 | 22 | 2.14 |
| | 北陸 | 16 | 37.5 | 37.5 | 25.0 | 6 | 24.67 | 6 | 2.33 | 4 | 1.75 |
| | 東山 | 11 | 36.4 | – | 63.6 | 4 | 66.25 | – | – | 7 | 2.14 |
| | 東海 | 20 | 35.0 | 25.0 | 40.0 | 7 | 62.29 | 5 | 11.40 | 8 | 3.38 |
| | 近畿二府一県 | 19 | 47.4 | 21.1 | 31.6 | 9 | 47.11 | 4 | 1.75 | 6 | 1.33 |
| | その他近畿圏 | 6 | 33.3 | 16.7 | 50.0 | 2 | 16.00 | 1 | 2.00 | 3 | 2.67 |
| | 中国 | 15 | 53.3 | 13.3 | 33.3 | 8 | 91.00 | 2 | 4.50 | 5 | 4.60 |
| | 四国 | 5 | 20.0 | – | 80.0 | 1 | 10.00 | – | – | 4 | 3.00 |
| | 九州・沖縄 | 17 | 76.5 | 5.9 | 17.6 | 13 | 27.23 | 1 | 20.00 | 3 | 1.67 |
| 職業 | 自営業主 | 9 | 55.6 | – | 44.4 | 5 | 2.40 | – | – | 4 | 2.25 |
| | 家族従業者 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 50.00 | – | – | 1 | 3.00 |
| | 雇用者 | 133 | 35.3 | 28.6 | 36.1 | 47 | 39.79 | 38 | 5.89 | 48 | 2.58 |
| | （小計）就労者 | 144 | 36.8 | 26.4 | 36.8 | 53 | 36.45 | 38 | 5.89 | 53 | 2.57 |
| | 主婦・主夫 | 16 | 31.3 | 18.8 | 50.0 | 5 | 111.20 | 3 | 1.67 | 8 | 1.88 |
| | 学生 | 16 | 43.8 | 37.5 | 18.8 | 7 | 20.71 | 6 | 2.83 | 3 | 2.33 |
| | 無職 | 24 | 45.8 | 16.7 | 37.5 | 11 | 110.73 | 4 | 2.50 | 9 | 3.56 |
| | その他 | 4 | 25.0 | – | 75.0 | 1 | 96.00 | – | – | 3 | 1.00 |
| | 答えたくない | 5 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 5 | 2.40 |
| 最終学歴 | 中学校 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 4.50 |
| | 高校 | 42 | 35.7 | 26.2 | 38.1 | 15 | 53.80 | 11 | 6.64 | 16 | 2.44 |
| | 短大・高専 | 15 | 20.0 | 33.3 | 46.7 | 3 | 123.00 | 5 | 3.20 | 7 | 2.71 |
| | 専門学校 | 26 | 26.9 | 19.2 | 53.8 | 7 | 5.86 | 5 | 6.20 | 14 | 2.57 |
| | 大学 | 105 | 40.0 | 24.8 | 35.2 | 42 | 61.26 | 26 | 4.96 | 37 | 2.43 |
| | 大学院 | 18 | 55.6 | 16.7 | 27.8 | 10 | 15.70 | 3 | 2.00 | 5 | 2.40 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 6 | 33.3 | 50.0 | 16.7 | 2 | 92.50 | 3 | 2.00 | 1 | 4.00 |
| | 100万円未満 | 10 | 50.0 | 10.0 | 40.0 | 5 | 13.40 | 1 | 4.00 | 4 | 1.50 |
| | 100～200万円未満 | 11 | 9.1 | 36.4 | 54.5 | 1 | 365.00 | 4 | 3.00 | 6 | 2.50 |
| | 200～300万円未満 | 14 | 50.0 | 35.7 | 14.3 | 7 | 4.29 | 5 | 8.20 | 2 | 3.00 |
| | 300～400万円未満 | 18 | 44.4 | 11.1 | 44.4 | 8 | 61.63 | 2 | 2.50 | 8 | 2.50 |
| | 400～500万円未満 | 18 | 33.3 | 11.1 | 55.6 | 6 | 86.00 | 2 | 2.00 | 10 | 2.70 |
| | 500～600万円未満 | 22 | 31.8 | 40.9 | 27.3 | 7 | 13.14 | 9 | 6.56 | 6 | 1.67 |
| | 600～700万円未満 | 16 | 37.5 | 18.8 | 43.8 | 6 | 115.50 | 3 | 7.67 | 7 | 3.00 |
| | 700～800万円未満 | 16 | 43.8 | 18.8 | 37.5 | 7 | 25.14 | 3 | 4.00 | 6 | 2.00 |
| | 800～1000万円未満 | 23 | 26.1 | 21.7 | 52.2 | 6 | 30.67 | 5 | 10.20 | 12 | 2.83 |
| | 1000～1200万円未満 | 14 | 57.1 | 21.4 | 21.4 | 8 | 12.75 | 3 | 2.33 | 3 | 2.67 |
| | 1200万円以上 | 7 | 42.9 | 42.9 | 14.3 | 3 | 81.33 | 3 | 3.67 | 1 | 5.00 |
| | わからない | 23 | 26.1 | 26.1 | 47.8 | 6 | 70.00 | 6 | 2.50 | 11 | 2.45 |
| | 答えたくない | 11 | 45.5 | 18.2 | 36.4 | 5 | 76.00 | 2 | 3.00 | 4 | 2.50 |
| 未既婚 | 既婚者 | 87 | 40.2 | 20.7 | 39.1 | 35 | 42.74 | 18 | 6.89 | 34 | 2.62 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 121 | 33.9 | 27.3 | 38.8 | 41 | 50.88 | 33 | 4.00 | 47 | 2.47 |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 365.00 | – | – | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 48 | 33.3 | 31.3 | 35.4 | 16 | 13.69 | 15 | 3.13 | 17 | 2.18 |
| | 夫婦のみ・子なし | 33 | 36.4 | 18.2 | 45.5 | 12 | 66.67 | 6 | 7.00 | 15 | 2.20 |
| | 夫婦・子あり | 45 | 37.8 | 24.4 | 37.8 | 17 | 22.29 | 11 | 7.09 | 17 | 2.71 |
| | 親と同居（未婚） | 37 | 24.3 | 27.0 | 48.6 | 9 | 97.11 | 10 | 6.30 | 18 | 2.50 |
| | 2世帯以上同居 | 11 | 45.5 | 18.2 | 36.4 | 5 | 63.20 | 2 | 4.50 | 4 | 3.50 |
| | その他 | 34 | 50.0 | 20.6 | 29.4 | 17 | 58.47 | 7 | 2.43 | 10 | 3.00 |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 365.00 | – | – | – | – |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 85 | 32.9 | 23.5 | 43.5 | 28 | 86.07 | 20 | 7.55 | 37 | 3.38 |
| | 週に1～2日 | 63 | 36.5 | 22.2 | 41.3 | 23 | 58.43 | 14 | 3.36 | 26 | 1.50 |
| | （小計）週に1日以上計 | 148 | 34.5 | 23.0 | 42.6 | 51 | 73.61 | 34 | 5.82 | 63 | 2.60 |
| | （小計）週1日未満 | 45 | 44.4 | 33.3 | 22.2 | 20 | 7.95 | 15 | 3.73 | 10 | 1.90 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 16 | 37.5 | 12.5 | 50.0 | 6 | 5.67 | 2 | 1.00 | 8 | 2.75 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 209 | 36.8 | 24.4 | 38.8 | 77 | 51.26 | 51 | 5.02 | 81 | 2.53 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 継続している頻度 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 43 | 34.9 | 18.6 | 46.5 | 15 | 130.73 | 8 | 9.75 | 20 | 3.75 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 18 | 16.7 | 22.2 | 61.1 | 3 | 25.67 | 4 | 6.25 | 11 | 2.36 |
| | （小計）週に2日以上計 | 61 | 29.5 | 19.7 | 50.8 | 18 | 113.22 | 12 | 8.58 | 31 | 3.26 |
| | （小計）週2日未満 | 61 | 37.0 | 27.2 | 35.8 | 30 | 34.60 | 22 | 3.68 | 29 | 1.93 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 28 | 32.1 | 21.4 | 46.4 | 9 | 27.33 | 6 | 3.50 | 13 | 2.38 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 170 | 33.5 | 23.5 | 42.9 | 57 | 58.39 | 40 | 5.13 | 73 | 2.58 |
| | 軽く汗をかく運動を1 年以上継続しなかった・わからない | 39 | 51.3 | 28.2 | 20.5 | 20 | 30.95 | 11 | 4.64 | 8 | 2.13 |
| ※2 すする～Ⅰ回～以上～Ⅱ週1ささ | する・みる・ささえる | 22 | 54.5 | 22.7 | 22.7 | 12 | 34.50 | 5 | 7.80 | 5 | 1.80 |
| | する・みる | 84 | 33.3 | 22.6 | 44.0 | 28 | 83.61 | 19 | 5.26 | 37 | 2.70 |
| | する・ささえる | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 7.00 | – | – |
| | するのみ | 41 | 26.8 | 22.0 | 51.2 | 11 | 90.82 | 9 | 5.78 | 21 | 2.62 |
| | みる・ささえる | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 3.50 | 1 | 4.00 | 1 | 3.00 |
| | みるのみ | 29 | 55.2 | 24.1 | 20.7 | 16 | 6.56 | 7 | 2.57 | 6 | 1.83 |
| | ささえるのみ | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 2.00 | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 26 | 23.1 | 34.6 | 42.3 | 6 | 12.83 | 9 | 4.00 | 11 | 2.45 |

Q14-62. この1年間に実施した日数（年・月・週）/その他1

| | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（～日） | 全体 | 月／平均（～日） | 全体 | 週／平均（～日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 74 | 54.1 | 17.6 | 28.4 | 40 | 90.50 | 13 | 7.54 | 21 | 3.33 |
| 男性 | 42 | 59.5 | 16.7 | 23.8 | 25 | 87.00 | 7 | 8.00 | 10 | 3.20 |
| 女性 | 30 | 46.7 | 20.0 | 33.3 | 14 | 77.14 | 6 | 7.00 | 10 | 3.70 |
| 10代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 120.00 | 1 | 15.00 | – | – |
| 20代 | 6 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 3 | 29.00 | 1 | 2.00 | 2 | 3.50 |
| 30代 | 6 | 83.3 | 16.7 | – | 5 | 85.60 | 1 | 5.00 | – | – |
| 40代 | 15 | 66.7 | 6.7 | 26.7 | 10 | 17.30 | 1 | 6.00 | 4 | 2.00 |
| 50代 | 13 | 46.2 | 23.1 | 30.8 | 6 | 188.33 | 3 | 9.33 | 4 | 3.00 |
| 60代 | 14 | 50.0 | 14.3 | 35.7 | 7 | 80.00 | 2 | 2.00 | 5 | 4.20 |
| 70代 | 10 | 44.4 | 22.2 | 33.3 | 8 | 140.25 | 4 | 9.50 | 6 | 3.67 |
| 男性10代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 15.00 | – | – |
| 男性20代 | 3 | – | 33.3 | 66.7 | – | – | 1 | 2.00 | 2 | 3.50 |
| 男性30代 | 4 | 100.0 | – | – | 4 | 106.75 | – | – | – | – |
| 男性40代 | 11 | 81.8 | – | 18.2 | 9 | 19.00 | – | – | 2 | 1.50 |
| 男性50代 | 7 | 42.9 | 28.6 | 28.6 | 3 | 226.67 | 2 | 1.50 | 2 | 3.00 |
| 男性60代 | 7 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 4 | 42.50 | 1 | 3.00 | 2 | 4.50 |
| 男性70代 | 9 | 55.6 | 22.2 | 22.2 | 5 | 145.40 | 2 | 16.50 | 2 | 3.50 |
| 女性10代 | 1 | 120.00 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 女性20代 | 3 | 29.00 | – | – | 3 | 29.00 | – | – | – | – |
| 女性30代 | 1 | 1.00 | 1 | 5.00 | – | – | – | – | – | – |
| 女性40代 | 1 | 2.00 | 1 | 6.00 | 1 | 4.00 | – | – | – | – |
| 女性50代 | 2 | 42.50 | 1 | 25.00 | 2 | 3.00 | – | – | – | – |
| 女性60代 | 3 | 130.00 | 1 | 1.00 | 3 | 4.00 | – | – | – | – |
| 女性70代 | 3 | 131.67 | 2 | 2.50 | 4 | 3.75 | – | – | – | – |
| 東京23区・政令指定都市 | 9 | 156.78 | 2 | 9.00 | 5 | 2.40 | – | – | – | – |
| 東京都区部 | 4 | 96.50 | – | – | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 政令指定都市 | 5 | 205.00 | 2 | 9.00 | 4 | 2.75 | – | – | – | – |
| 大都市 | 17 | 48.29 | 5 | 13.00 | 7 | 3.14 | – | – | – | – |
| 小都市 | 11 | 80.27 | 3 | 2.00 | 7 | 3.86 | – | – | – | – |
| 町村 | 3 | 168.33 | 3 | 3.00 | 2 | 4.50 | – | – | – | – |
| 北海道 | 1 | 350.00 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 東北 | 4 | 99.25 | 2 | 8.00 | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 北関東 | 2 | 11.50 | – | – | 3 | 2.33 | – | – | – | – |
| 首都圏 | 15 | 96.40 | 5 | 6.80 | 5 | 2.80 | – | – | – | – |
| 北陸 | 2 | 65.00 | 1 | 1.00 | – | – | – | – | – | – |
| 東山 | 1 | 40.00 | – | – | 1 | 5.00 | – | – | – | – |
| 東海 | 3 | 28.67 | 1 | 3.00 | 2 | 2.50 | – | – | – | – |
| 近畿二府一県 | 2 | 73.50 | 1 | 6.00 | 3 | 4.67 | – | – | – | – |
| その他近畿圏 | 1 | 10.00 | 1 | 5.00 | – | – | – | – | – | – |
| 中国 | 2 | 3.50 | 1 | 3.00 | 2 | 3.00 | – | – | – | – |
| 四国 | 2 | 151.00 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 九州・沖縄 | 5 | 136.40 | 1 | 30.00 | 4 | 4.50 | – | – | – | – |
| 自営業主 | 2 | 70.00 | 1 | 30.00 | 2 | 2.50 | – | – | – | – |
| 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 雇用者 | 21 | 60.00 | 5 | 7.20 | 5 | 3.00 | – | – | – | – |
| （小計）就労者 | 23 | 60.87 | 6 | 11.00 | 7 | 2.86 | – | – | – | – |
| 主婦・主夫 | 2 | 177.50 | 4 | 3.00 | 6 | 3.17 | – | – | – | – |
| 学生 | 2 | 62.50 | 2 | 8.50 | – | – | – | – | – | – |
| 無職 | 10 | 158.30 | 1 | 3.00 | 8 | 3.88 | – | – | – | – |
| その他 | 2 | 77.50 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | 1 | 2.00 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 中学校 | 1 | 10.00 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 高校 | 12 | 120.08 | 3 | 11.67 | 9 | 3.78 | – | – | – | – |
| 短大・高専 | 4 | 31.75 | 2 | 3.50 | 1 | 1.00 | – | – | – | – |
| 専門学校 | 8 | 48.88 | – | – | 4 | 2.75 | – | – | – | – |
| 大学 | 14 | 117.57 | 7 | 4.43 | 7 | 3.43 | – | – | – | – |
| 大学院 | 1 | 5.00 | 1 | 25.00 | – | – | – | – | – | – |
| その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 収入なし | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 4.00 |
| 100万円未満 | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 1 | 10.00 | 1 | 15.00 | 2 | 2.50 |
| 100～200万円未満 | 7 | 28.6 | 28.6 | 42.9 | 2 | 125.00 | 2 | 2.00 | 3 | 3.00 |
| 200～300万円未満 | 8 | 37.5 | 12.5 | 50.0 | 3 | 101.67 | 1 | 3.00 | 4 | 4.75 |
| 300～400万円未満 | 9 | 33.3 | 44.4 | 22.2 | 3 | 203.33 | 4 | 3.00 | 2 | 3.50 |
| 400～500万円未満 | 6 | 66.7 | 16.7 | 16.7 | 4 | 130.00 | 1 | 30.00 | 1 | 1.00 |
| 500～600万円未満 | 6 | 83.3 | – | 16.7 | 5 | 27.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| 600～700万円未満 | 4 | 75.0 | 25.0 | – | 3 | 8.00 | 1 | 1.00 | – | – |
| 700～800万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 800～1000万円未満 | 6 | 50.0 | – | 50.0 | 3 | 170.00 | – | – | 3 | 2.33 |
| 1000～1200万円未満 | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 5.67 | 1 | 2.00 | 1 | 3.00 |
| 1200万円以上 | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 96.50 | – | – | 1 | 4.00 |
| わからない | 5 | 60.0 | 40.0 | – | 3 | 47.33 | 2 | 15.50 | – | – |
| 答えたくない | 7 | 71.4 | – | 28.6 | 5 | 116.20 | – | – | 2 | 5.00 |
| 既婚者 | 45 | 51.1 | 24.4 | 24.4 | 23 | 76.74 | 11 | 7.36 | 11 | 3.55 |
| 未婚者（配偶者別居含む） | 28 | 57.1 | 7.1 | 35.7 | 16 | 93.13 | 2 | 8.50 | 10 | 3.10 |
| 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 365.00 | – | – | – | – |
| 一人暮らし | 15 | 46.7 | 13.3 | 40.0 | 7 | 140.71 | 2 | 8.50 | 6 | 2.00 |
| 夫婦のみ・子なし | 29 | 48.3 | 31.0 | 20.7 | 14 | 95.43 | 9 | 8.33 | 6 | 3.67 |
| 夫婦・子あり | 13 | 46.2 | 15.4 | 38.5 | 6 | 37.83 | 2 | 3.00 | 5 | 3.40 |
| 親と同居（未婚） | 5 | 80.0 | – | 20.0 | 4 | 14.25 | – | – | 1 | 5.00 |
| 2世帯以上同居 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 61.00 | – | – | – | – |
| その他 | 9 | 66.7 | – | 33.3 | 6 | 88.00 | – | – | 3 | 4.67 |
| 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 365.00 | – | – | – | – |
| 週に3日以上 | 32 | 50.0 | 21.9 | 28.1 | 16 | 135.31 | 7 | 11.57 | 9 | 3.67 |
| 週に1～2日 | 21 | 52.4 | 14.3 | 33.3 | 11 | 58.45 | 3 | 3.00 | 7 | 3.00 |
| （小計）週に1日以上計 | 53 | 50.9 | 18.9 | 30.2 | 27 | 104.00 | 10 | 9.00 | 16 | 3.38 |
| （小計）週1日未満 | 12 | 75.0 | 16.7 | 8.3 | 9 | 55.56 | 2 | 2.00 | 1 | 4.00 |
| 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 9 | 44.4 | 11.1 | 44.4 | 4 | 78.00 | 1 | 4.00 | 4 | 3.00 |
| （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 74 | 54.1 | 17.6 | 28.4 | 40 | 90.50 | 13 | 7.54 | 21 | 3.33 |
| この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 15 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 9 | 159.22 | 3 | 18.67 | 3 | 3.67 |
| 軽く汗をかく運動を週に2日 | 5 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 202.50 | 1 | 15.00 | 2 | 2.50 |
| （小計）週に2日以上計 | 20 | 55.0 | 20.0 | 25.0 | 11 | 169.55 | 4 | 17.75 | 5 | 3.22 |
| （小計）週2日未満 | 54 | 51.9 | 14.8 | 33.3 | 29 | 93.46 | 9 | 5.56 | 16 | 3.44 |
| 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 15 | 53.3 | 20.0 | 26.7 | 8 | 81.75 | 3 | 4.00 | 4 | 3.00 |
| （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 64 | 54.7 | 17.2 | 28.1 | 35 | 83.69 | 11 | 8.64 | 18 | 2.89 |
| 軽く汗をかく運動を1 年以上継続しなかった・わからない | 10 | 50.0 | 20.0 | 30.0 | 5 | 138.20 | 2 | 1.50 | 3 | 6.00 |
| する・みる・ささえる | 8 | 50.0 | – | 50.0 | 4 | 83.75 | – | – | 4 | 3.25 |
| する・みる | 39 | 53.8 | 23.1 | 23.1 | 21 | 98.48 | 9 | 8.33 | 9 | 3.89 |
| する・ささえる | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| するのみ | 5 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 202.50 | 1 | 15.00 | 2 | 2.50 |
| みる・ささえる | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 66.50 | 1 | 3.00 | – | – |
| みるのみ | 15 | 66.7 | 13.3 | 20.0 | 10 | 67.70 | 2 | 2.50 | 3 | 4.67 |
| ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| しない・みない・ささえない | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 2.00 | – | – | 2 | 1.00 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q14-63. この1年間に実施した日数（年・月・週）/その他2

| | | 全体 | 年 | 月 | 週 | 全体 | 年／平均（日） | 全体 | 月／平均（日） | 全体 | 週／平均（日） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 19 | 47.4 | 21.1 | 31.6 | 9 | 167.89 | 4 | 8.50 | 6 | 2.83 |
| 性別 | 男性 | 7 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 4 | 170.50 | 1 | 1.00 | 2 | 1.50 |
| | 女性 | 12 | 41.7 | 25.0 | 33.3 | 5 | 165.80 | 3 | 11.00 | 4 | 3.50 |
| 年代 | 10代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 10.00 | 1 | 4.00 | – | – |
| | 20代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 30代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 40代 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 113.50 | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 50代 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 180.00 | 1 | 23.00 | 1 | 2.00 |
| | 60代 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 317.50 | 1 | 6.00 | 1 | 5.00 |
| | 70代 | 5 | 60.0 | – | 40.0 | 3 | 153.00 | – | – | 2 | 4.00 |
| 性年代 | 男性10代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 男性20代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 男性30代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 男性40代 | 3 | 66.7 | 33.3 | – | 2 | 113.50 | 1 | 1.00 | – | – |
| | 男性50代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 2.00 |
| | 男性60代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 365.00 | – | – | – | – |
| | 男性70代 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 90.00 | – | – | – | – |
| | 女性10代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 10.00 | 1 | 4.00 | – | – |
| | 女性20代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性30代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 女性40代 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 女性50代 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 180.00 | 1 | 23.00 | – | – |
| | 女性60代 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 270.00 | 1 | 6.00 | 1 | 5.00 |
| | 女性70代 | 4 | 50.0 | – | 50.0 | 2 | 184.50 | – | – | 2 | 4.00 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 5 | 60.0 | 20.0 | 20.0 | 3 | 285.00 | 1 | 4.00 | 1 | 5.00 |
| | 東京都区部 | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 317.50 | – | – | – | – |
| | 政令指定都市 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 220.00 | 1 | 4.00 | 1 | 5.00 |
| | 大都市 | 8 | 50.0 | 12.5 | 37.5 | 4 | 140.50 | 1 | 23.00 | 3 | 3.33 |
| | 小都市 | 6 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 2 | 47.00 | 2 | 3.50 | 2 | 1.00 |
| | 町村 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 居住地域 | 北海道 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 東北 | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 6.00 | 1 | 1.00 |
| | 北関東 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 7.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 首都圏 | 7 | 85.7 | 14.3 | – | 6 | 235.00 | 1 | 4.00 | – | – |
| | 北陸 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 | 1 | 7.00 |
| | 東山 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 東海 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 2.00 |
| | 近畿二府一県 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 90.00 | 1 | 23.00 | – | – |
| | その他近畿圏 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 中国 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 四国 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 九州・沖縄 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 3.00 |
| 職業 | 自営業主 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 220.00 | – | – | 1 | 2.00 |
| | 家族従業者 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – |
| | 雇用者 | 5 | 40.0 | – | 60.0 | 2 | 272.50 | – | – | 3 | 3.00 |
| | （小計）就労者 | 8 | 37.5 | 12.5 | 50.0 | 3 | 255.00 | 1 | 1.00 | 4 | 2.75 |
| | 主婦・主夫 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | 1 | 365.00 | 2 | 14.50 | – | – |
| | 学生 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | 1 | 10.00 | 1 | 4.00 | – | – |
| | 無職 | 6 | 66.7 | – | 33.3 | 4 | 92.75 | – | – | 2 | 3.00 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 高校 | 6 | 50.0 | 33.3 | 16.7 | 3 | 92.33 | 2 | 12.00 | 1 | 7.00 |
| | 短大・高専 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 365.00 | 1 | 6.00 | 1 | 5.00 |
| | 専門学校 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 4.00 | 1 | 4.00 | 1 | 1.00 |
| | 大学 | 7 | 57.1 | – | 42.9 | 4 | 216.25 | – | – | 3 | 1.33 |
| | 大学院 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 100万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 10.00 | – | – | – | – |
| | 100～200万円未満 | 4 | 50.0 | 25.0 | 25.0 | 2 | 5.50 | 1 | 6.00 | 1 | 5.00 |
| | 200～300万円未満 | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | 300～400万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 365.00 | – | – | – | – |
| | 400～500万円未満 | 2 | 50.0 | – | 50.0 | 1 | 270.00 | – | – | 1 | 7.00 |
| | 500～600万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 600～700万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 700～800万円未満 | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 180.00 | – | – | – | – |
| | 800～1000万円未満 | 3 | 33.3 | – | 66.7 | 1 | 220.00 | – | – | 2 | 1.00 |
| | 1000～1200万円未満 | 3 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 1 | 365.00 | 1 | 4.00 | 1 | 2.00 |
| | 1200万円以上 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | わからない | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | 12.00 | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 90.00 | – | – | – | – |
| 未既婚 | 既婚者 | 13 | 53.8 | 15.4 | 30.8 | 7 | 213.86 | 2 | 14.50 | 4 | 3.75 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 6 | 33.3 | 33.3 | 33.3 | 2 | 7.00 | 2 | 2.50 | 2 | 1.00 |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 7.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 夫婦のみ・子なし | 10 | 50.0 | 20.0 | 30.0 | 5 | 219.40 | 2 | 14.50 | 3 | 4.67 |
| | 夫婦・子あり | 3 | 66.7 | – | 33.3 | 2 | 200.00 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 親と同居（未婚） | 2 | – | 50.0 | 50.0 | – | – | 1 | 1.00 | 1 | 1.00 |
| | 2世帯以上同居 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | その他 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 4.00 | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 11 | 54.5 | 27.3 | 18.2 | 6 | 188.17 | 3 | 11.00 | 2 | 6.00 |
| | 週に1～2日 | 6 | 16.7 | 16.7 | 66.7 | 1 | 10.00 | 1 | 1.00 | 4 | 1.25 |
| | （小計）週に1日以上計 | 17 | 41.2 | 23.5 | 35.3 | 7 | 162.71 | 4 | 8.50 | 6 | 2.83 |
| | （小計）週1日未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2 | 100.0 | – | – | 2 | 186.00 | – | – | – | – |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 19 | 47.4 | 21.1 | 31.6 | 9 | 167.89 | 4 | 8.50 | 6 | 2.83 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7 | 57.1 | 14.3 | 28.6 | 4 | 204.75 | 1 | 23.00 | 2 | 6.00 |
| | 週に2日 | 5 | 40.0 | 20.0 | 40.0 | 2 | 50.00 | 1 | 1.00 | 2 | 1.50 |
| | （小計）週に2日以上計 | 12 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 6 | 153.17 | 2 | 12.00 | 4 | 3.75 |
| | （小計）週2日未満 | 2 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 2 | 1.00 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 3 | 100.0 | – | – | 3 | 197.33 | – | – | – | – |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 17 | 52.9 | 11.8 | 35.3 | 9 | 167.89 | 2 | 12.00 | 6 | 2.83 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | 5.00 | – | – |
| ※2 「する」「みる」「ささえる」を週1さ～Ⅱ、週1さ以上回答した者の割合 | する・みる・ささえる | 1 | – | – | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 1.00 |
| | する・みる | 12 | 50.0 | 16.7 | 33.3 | 6 | 174.83 | 2 | 3.50 | 4 | 3.50 |
| | する・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | 4 | 25.0 | 50.0 | 25.0 | 1 | 90.00 | 2 | 13.50 | 1 | 2.00 |
| | みる・ささえる | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | みるのみ | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 7.00 | – | – | – | – |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 1 | 100.0 | – | – | 1 | 365.00 | – | – | – | – |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q15. この１年間に行った「運動・スポーツ」の1日あたりの平均時間（分単位）

| | | ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・駅歩・自ら進んで行う歩行等） | 平均（分） | 階段昇降（2アップ3ダウン階段・エレベーターに乗らず階段を使用する等） | 平均（分） | ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝 | 平均（分） | 陸上競技 | 平均（分） | 自転車競技（トラック・ロード・BMX・マウンテンバイク等） | 平均（分） | サイクリング（自転車利用（自転車や公共交通機関に乗らず自転車で移動する等） | 平均（分） | スケートボード・ローラースケート・インラインスケート・一輪車 | 平均（分） | トレーニング（筋力トレーニング・ミニエルクロスバイアトレーニング・マシーンを使ってのエクササイズ・室内運動器具を使っての運動等） | 平均（分） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 23959 | 45.44 | 8218 | 11.82 | 4020 | 36.76 | 271 | 43.70 | 341 | 70.52 | 3176 | 47.59 | 162 | 33.66 | 4765 | 41.87 |
| 性別 | 男性 | 11951 | 47.40 | 3873 | 12.44 | 3053 | 38.18 | 199 | 42.92 | 275 | 75.23 | 1838 | 55.19 | 118 | 38.08 | 2771 | 44.86 |
| | 女性 | 11833 | 43.49 | 4287 | 11.19 | 942 | 32.28 | 65 | 41.82 | 64 | 48.23 | 1318 | 37.27 | 42 | 21.40 | 1977 | 37.74 |
| 年代 | 10代 | 548 | 40.18 | 271 | 11.58 | 159 | 26.75 | 30 | 59.87 | 18 | 49.72 | 166 | 38.63 | 11 | 34.82 | 105 | 40.40 |
| | 20代 | 3200 | 40.47 | 1279 | 12.70 | 1036 | 30.96 | 113 | 36.70 | 113 | 37.66 | 435 | 34.52 | 70 | 24.67 | 781 | 41.58 |
| | 30代 | 3289 | 40.71 | 1285 | 12.45 | 850 | 35.30 | 60 | 40.77 | 60 | 52.18 | 418 | 37.69 | 29 | 25.07 | 786 | 41.30 |
| | 40代 | 4159 | 45.42 | 1402 | 10.68 | 865 | 38.26 | 33 | 37.97 | 65 | 119.15 | 621 | 49.10 | 32 | 57.78 | 833 | 40.24 |
| | 50代 | 4339 | 47.89 | 1502 | 11.73 | 618 | 43.19 | 20 | 70.75 | 57 | 105.75 | 589 | 53.36 | 11 | 36.55 | 794 | 43.78 |
| | 60代 | 3812 | 49.26 | 1182 | 12.23 | 313 | 46.24 | 10 | 57.20 | 18 | 75.89 | 438 | 57.48 | 6 | 48.33 | 706 | 40.46 |
| | 70代 | 4612 | 47.43 | 1297 | 11.34 | 179 | 40.06 | 5 | 43.00 | 10 | 62.50 | 509 | 52.74 | 3 | 25.00 | 760 | 44.08 |
| 性年代 | 男性10代 | 219 | 40.73 | 101 | 12.26 | 95 | 28.32 | 18 | 66.11 | 11 | 38.64 | 84 | 45.04 | 6 | 50.33 | 57 | 49.60 |
| | 男性20代 | 1564 | 41.56 | 635 | 14.72 | 735 | 31.79 | 87 | 35.89 | 83 | 41.19 | 254 | 36.66 | 53 | 26.91 | 514 | 46.99 |
| | 男性30代 | 1614 | 41.18 | 645 | 13.00 | 671 | 36.50 | 44 | 45.20 | 51 | 54.39 | 240 | 41.43 | 18 | 24.72 | 518 | 44.31 |
| | 男性40代 | 2129 | 46.58 | 678 | 11.39 | 670 | 39.21 | 24 | 35.13 | 58 | 123.62 | 359 | 58.68 | 26 | 63.96 | 558 | 40.95 |
| | 男性50代 | 2197 | 49.57 | 695 | 11.88 | 493 | 44.67 | 14 | 55.00 | 47 | 106.70 | 344 | 63.07 | 10 | 37.20 | 463 | 46.52 |
| | 男性60代 | 1983 | 51.85 | 552 | 11.95 | 243 | 47.86 | 8 | 59.00 | 17 | 76.24 | 260 | 68.26 | 5 | 57.00 | 329 | 41.85 |
| | 男性70代 | 2245 | 51.32 | 567 | 11.71 | 146 | 41.85 | 4 | 38.75 | 8 | 73.75 | 297 | 60.25 | – | – | 332 | 48.82 |
| | 女性10代 | 321 | 39.78 | 167 | 11.16 | 63 | 24.67 | 12 | 50.50 | 5 | 40.00 | 79 | 32.03 | 5 | 16.20 | 48 | 29.48 |
| | 女性20代 | 1592 | 39.51 | 626 | 10.78 | 290 | 29.00 | 23 | 38.48 | 30 | 27.90 | 176 | 31.80 | 17 | 17.71 | 262 | 31.37 |
| | 女性30代 | 1642 | 40.19 | 631 | 11.94 | 173 | 30.47 | 16 | 28.56 | 9 | 39.67 | 172 | 32.87 | 10 | 28.10 | 265 | 35.51 |
| | 女性40代 | 1995 | 44.16 | 715 | 9.97 | 191 | 34.90 | 8 | 47.50 | 7 | 82.14 | 260 | 35.76 | 5 | 25.20 | 272 | 39.00 |
| | 女性50代 | 2108 | 46.05 | 795 | 11.14 | 123 | 37.45 | 4 | 60.00 | 10 | 101.30 | 242 | 39.97 | 1 | 30.00 | 328 | 39.54 |
| | 女性60代 | 1818 | 46.53 | 626 | 12.51 | 69 | 41.19 | 1 | 90.00 | 1 | 70.00 | 177 | 41.92 | 1 | 5.00 | 375 | 39.30 |
| | 女性70代 | 2357 | 43.77 | 727 | 11.04 | 33 | 32.12 | 1 | 60.00 | 2 | 17.50 | 212 | 42.22 | 3 | 25.00 | 427 | 40.40 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 6404 | 47.71 | 2432 | 11.23 | 1068 | 37.54 | 77 | 41.10 | 66 | 73.35 | 968 | 44.14 | 41 | 44.10 | 1363 | 41.70 |
| | 東京都区部 | 2357 | 48.03 | 839 | 10.86 | 435 | 38.16 | 36 | 36.06 | 32 | 72.38 | 356 | 45.13 | 26 | 47.92 | 493 | 43.89 |
| | 政令指定都市 | 4047 | 47.53 | 1593 | 11.43 | 633 | 37.12 | 41 | 45.54 | 34 | 74.26 | 612 | 43.56 | 15 | 37.47 | 870 | 40.46 |
| | 大都市 | 9101 | 46.00 | 3219 | 11.71 | 1594 | 36.78 | 104 | 45.60 | 150 | 70.10 | 1321 | 47.79 | 65 | 33.03 | 1789 | 41.87 |
| | 小都市 | 6535 | 43.40 | 2012 | 12.66 | 1073 | 34.52 | 69 | 43.57 | 104 | 60.19 | 727 | 50.37 | 43 | 26.98 | 1244 | 42.36 |
| | 町村 | 1919 | 42.14 | 555 | 11.96 | 285 | 42.09 | 21 | 44.33 | 21 | 115.71 | 160 | 54.13 | 13 | 26.00 | 369 | 40.90 |
| 居住地域 | 北海道 | 957 | 45.40 | 337 | 11.63 | 161 | 38.83 | 17 | 30.18 | 18 | 41.39 | 128 | 47.88 | 11 | 28.82 | 198 | 40.16 |
| | 東北 | 1526 | 42.62 | 499 | 11.25 | 218 | 32.17 | 13 | 25.85 | 17 | 71.88 | 153 | 40.19 | 11 | 36.27 | 316 | 38.83 |
| | 北関東 | 1242 | 45.24 | 377 | 12.18 | 235 | 36.47 | 14 | 26.21 | 37 | 89.70 | 159 | 52.25 | 8 | 33.63 | 259 | 40.10 |
| | 首都圏 | 7532 | 48.20 | 2784 | 11.91 | 1330 | 37.29 | 93 | 45.68 | 94 | 74.38 | 1098 | 46.95 | 57 | 41.56 | 1516 | 42.88 |
| | 北陸 | 908 | 41.49 | 285 | 11.19 | 165 | 40.41 | 11 | 50.09 | 14 | 61.43 | 105 | 47.63 | 6 | 20.17 | 209 | 40.39 |
| | 東山 | 862 | 42.34 | 263 | 11.13 | 131 | 37.02 | 6 | 40.83 | 10 | 45.50 | 86 | 48.99 | 6 | 42.00 | 164 | 39.86 |
| | 東海 | 2413 | 42.71 | 841 | 11.61 | 421 | 35.91 | 18 | 40.22 | 42 | 58.60 | 309 | 45.74 | 9 | 58.33 | 490 | 43.64 |
| | 近畿ニ府一県 | 3170 | 46.37 | 1108 | 12.21 | 488 | 36.68 | 44 | 52.55 | 52 | 61.27 | 482 | 49.98 | 24 | 22.63 | 610 | 42.78 |
| | その他近畿圏 | 702 | 43.14 | 242 | 12.73 | 94 | 31.22 | 7 | 37.14 | 13 | 45.77 | 83 | 48.42 | 7 | 15.00 | 130 | 39.25 |
| | 中国 | 1295 | 42.79 | 419 | 12.11 | 209 | 33.20 | 12 | 40.58 | 11 | 42.45 | 180 | 48.08 | 8 | 15.63 | 248 | 37.72 |
| | 四国 | 635 | 41.96 | 192 | 11.71 | 94 | 34.51 | 4 | 62.50 | 6 | 218.33 | 107 | 46.26 | 3 | 5.67 | 99 | 42.81 |
| | 九州・沖縄 | 2717 | 45.78 | 871 | 11.54 | 474 | 39.41 | 32 | 48.47 | 27 | 90.15 | 286 | 48.72 | 12 | 34.25 | 526 | 43.27 |
| 職業 | 自営業主 | 1745 | 46.66 | 629 | 13.43 | 330 | 37.10 | 47 | 28.47 | 61 | 78.08 | 298 | 52.21 | 43 | 33.53 | 393 | 39.83 |
| | 家族従業者 | 120 | 44.60 | 36 | 9.92 | 10 | 29.50 | 2 | 35.00 | 4 | 30.00 | 15 | 32.33 | 3 | 51.67 | 37 | 44.19 |
| | 雇用者 | 13106 | 45.08 | 4794 | 12.18 | 2909 | 37.87 | 154 | 46.45 | 219 | 73.40 | 1748 | 47.28 | 87 | 35.15 | 2782 | 42.35 |
| | （小計）就労者 | 14971 | 45.26 | 5459 | 12.31 | 3249 | 37.77 | 203 | 42.18 | 284 | 73.80 | 2061 | 47.88 | 133 | 35.00 | 3212 | 42.06 |
| | 主婦・主夫 | 3307 | 42.96 | 1050 | 10.94 | 120 | 32.65 | 6 | 26.67 | 6 | 25.83 | 331 | 42.19 | 5 | 29.00 | 532 | 40.79 |
| | 学生 | 934 | 39.02 | 453 | 10.46 | 305 | 28.64 | 43 | 55.51 | 22 | 46.55 | 239 | 35.36 | 15 | 33.53 | 215 | 40.58 |
| | 無職 | 3969 | 49.42 | 1068 | 10.49 | 235 | 36.98 | 7 | 42.14 | 17 | 86.24 | 469 | 54.86 | 2 | 20.00 | 681 | 42.78 |
| | その他 | 347 | 49.36 | 90 | 13.12 | 43 | 32.56 | 4 | 66.25 | 3 | 26.00 | 38 | 69.74 | 1 | 40.00 | 62 | 42.82 |
| | 答えたくない | 431 | 44.79 | 98 | 13.45 | 68 | 34.04 | 8 | 21.88 | 9 | 40.56 | 38 | 43.61 | 6 | 11.67 | 63 | 35.22 |
| 最終学歴 | 中学校 | 319 | 48.56 | 98 | 14.26 | 24 | 43.96 | 2 | 35.00 | 5 | 36.00 | 41 | 62.27 | – | – | 47 | 41.23 |
| | 高校 | 5830 | 46.85 | 1803 | 12.17 | 697 | 37.55 | 41 | 38.68 | 68 | 81.63 | 679 | 51.84 | 18 | 31.50 | 1030 | 40.88 |
| | 短大・高専 | 2407 | 45.17 | 798 | 11.67 | 197 | 31.78 | 11 | 45.27 | 17 | 45.00 | 287 | 44.05 | 8 | 27.38 | 399 | 38.44 |
| | 専門学校 | 2545 | 45.69 | 842 | 12.77 | 320 | 40.08 | 19 | 53.58 | 30 | 62.97 | 340 | 46.17 | 20 | 38.10 | 522 | 42.16 |
| | 大学 | 11115 | 44.64 | 4007 | 11.49 | 2368 | 36.79 | 167 | 46.30 | 180 | 67.13 | 1557 | 47.08 | 104 | 33.13 | 2375 | 42.38 |
| | 大学院 | 1438 | 45.56 | 588 | 11.05 | 370 | 35.02 | 26 | 33.08 | 35 | 91.34 | 246 | 43.15 | 9 | 43.11 | 349 | 42.34 |
| | その他 | 11 | 86.27 | 8 | 19.38 | 1 | 20.00 | – | – | – | – | – | – | – | – | 1 | 40.00 |
| | 答えたくない | 294 | 42.13 | 74 | 13.92 | 43 | 31.33 | 5 | 16.00 | 6 | 63.50 | 26 | 43.12 | 3 | 23.67 | 42 | 63.55 |
| 世帯年収 | 収入なし | 363 | 52.40 | 106 | 8.97 | 36 | 37.50 | 3 | 20.00 | 3 | 173.33 | 63 | 65.52 | 1 | 10.00 | 58 | 49.57 |
| | 100万円未満 | 670 | 44.21 | 203 | 10.05 | 85 | 29.25 | 13 | 70.85 | 10 | 63.20 | 107 | 45.69 | 6 | 38.83 | 117 | 42.16 |
| | 100～200万円未満 | 1353 | 46.62 | 410 | 10.84 | 112 | 34.47 | 8 | 58.75 | 12 | 40.00 | 178 | 48.18 | 7 | 40.14 | 233 | 41.70 |
| | 200～300万円未満 | 2190 | 45.92 | 653 | 11.55 | 215 | 34.71 | 15 | 38.20 | 16 | 40.25 | 262 | 48.21 | 12 | 36.67 | 393 | 39.62 |
| | 300～400万円未満 | 2546 | 48.24 | 832 | 11.65 | 334 | 35.51 | 22 | 54.77 | 24 | 38.33 | 316 | 42.53 | 15 | 21.07 | 479 | 40.44 |
| | 400～500万円未満 | 2255 | 44.97 | 771 | 12.92 | 391 | 35.30 | 27 | 29.48 | 39 | 76.15 | 312 | 47.23 | 15 | 22.47 | 460 | 44.18 |
| | 500～600万円未満 | 1883 | 44.22 | 687 | 12.70 | 382 | 37.55 | 28 | 32.82 | 38 | 91.34 | 264 | 52.02 | 20 | 42.75 | 382 | 41.81 |
| | 600～700万円未満 | 1463 | 42.91 | 517 | 11.44 | 331 | 37.76 | 21 | 45.10 | 25 | 60.64 | 212 | 49.62 | 7 | 23.14 | 293 | 42.58 |
| | 700～800万円未満 | 1397 | 46.26 | 532 | 12.50 | 343 | 36.06 | 23 | 53.30 | 29 | 73.79 | 204 | 53.37 | 11 | 42.73 | 328 | 43.01 |
| | 800～1000万円未満 | 1909 | 43.44 | 735 | 11.84 | 471 | 37.46 | 24 | 42.67 | 45 | 68.80 | 262 | 46.93 | 20 | 32.85 | 448 | 41.30 |
| | 1000～1200万円未満 | 1184 | 44.26 | 473 | 12.91 | 327 | 39.96 | 22 | 42.82 | 27 | 47.07 | 194 | 39.80 | 17 | 29.47 | 283 | 42.72 |
| | 1200万円以上 | 1344 | 48.21 | 535 | 10.98 | 381 | 40.11 | 29 | 45.86 | 33 | 100.85 | 196 | 53.02 | 11 | 53.45 | 363 | 41.64 |
| | わからない | 2178 | 43.47 | 791 | 10.98 | 250 | 31.73 | 20 | 51.25 | 15 | 65.33 | 287 | 40.05 | 5 | 25.00 | 393 | 39.31 |
| | 答えたくない | 3224 | 45.49 | 973 | 12.18 | 362 | 38.11 | 16 | 25.38 | 25 | 83.12 | 319 | 49.19 | 15 | 31.87 | 535 | 43.04 |
| 未既婚 | 既婚者 | 13731 | 45.23 | 4460 | 11.51 | 2087 | 39.22 | 130 | 37.72 | 183 | 76.46 | 1664 | 48.96 | 87 | 36.18 | 2500 | 42.05 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 9848 | 45.74 | 3646 | 12.11 | 1875 | 33.92 | 129 | 51.42 | 150 | 64.20 | 1471 | 46.12 | 68 | 32.04 | 2201 | 41.84 |
| | 答えたくない | 380 | 44.94 | 112 | 14.75 | 58 | 39.76 | 12 | 25.67 | 8 | 52.88 | 41 | 44.39 | 7 | 18.00 | 64 | 36.17 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 5204 | 46.46 | 1822 | 11.74 | 1029 | 36.47 | 67 | 55.01 | 85 | 63.54 | 806 | 46.88 | 35 | 32.06 | 1199 | 43.15 |
| | 夫婦のみ・子なし | 7166 | 46.62 | 2235 | 11.68 | 834 | 39.19 | 59 | 35.58 | 90 | 71.74 | 773 | 51.43 | 36 | 25.31 | 1341 | 43.81 |
| | 夫婦・子あり | 5577 | 43.63 | 1900 | 11.02 | 1111 | 39.18 | 52 | 36.13 | 68 | 95.06 | 771 | 45.49 | 39 | 45.03 | 981 | 39.28 |
| | 親と同居（未婚） | 2319 | 45.43 | 870 | 12.58 | 443 | 31.84 | 32 | 51.25 | 41 | 73.66 | 333 | 51.46 | 17 | 32.76 | 493 | 41.36 |
| | ２世帯以上同居 | 981 | 44.01 | 346 | 15.50 | 154 | 36.01 | 19 | 55.26 | 23 | 56.30 | 133 | 46.86 | 13 | 39.38 | 192 | 43.86 |
| | その他 | 2332 | 44.54 | 933 | 11.51 | 391 | 30.85 | 30 | 39.40 | 26 | 37.92 | 319 | 41.78 | 15 | 31.27 | 495 | 39.14 |
| | 答えたくない | 380 | 44.94 | 112 | 14.75 | 58 | 39.76 | 12 | 25.67 | 8 | 52.88 | 41 | 44.39 | 7 | 18.00 | 64 | 36.17 |
| 頻度の運動 | 直近１年の運動 | 週に３日以上 | 9910 | 52.09 | 3852 | 13.33 | 1869 | 39.24 | 163 | 46.98 | 193 | 66.72 | 1588 | 48.60 | 70 | 31.76 | 2669 | 42.70 |
| | | 週に１～２日 | 6705 | 42.95 | 2318 | 11.09 | 1438 | 37.16 | 66 | 41.70 | 81 | 86.84 | 934 | 48.17 | 53 | 43.28 | 1513 | 43.53 |
| | | （小計）週に１日以上計 | 16615 | 48.40 | 6170 | 12.49 | 3307 | 38.34 | 229 | 45.45 | 274 | 72.67 | 2522 | 48.44 | 123 | 36.72 | 4182 | 43.00 |
| | | （小計）週１日未満 | 5252 | 38.54 | 1556 | 9.41 | 566 | 29.22 | 27 | 31.85 | 47 | 68.09 | 499 | 45.92 | 20 | 32.20 | 454 | 33.61 |
| | | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2092 | 39.23 | 492 | 11.04 | 147 | 30.24 | 15 | 38.33 | 20 | 46.75 | 155 | 39.05 | 19 | 15.37 | 129 | 34.43 |
| | | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 23959 | 45.44 | 8218 | 11.82 | 4020 | 36.76 | 271 | 43.70 | 341 | 70.52 | 3176 | 47.59 | 162 | 33.66 | 4765 | 41.87 |
| | | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 継続※1 | 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に３日以上 | 5906 | 57.03 | 2030 | 14.90 | 1229 | 43.89 | 95 | 47.88 | 101 | 83.91 | 820 | 58.61 | 23 | 35.43 | 1792 | 48.46 |
| | | 週に２日 | 2518 | 47.42 | 890 | 13.05 | 675 | 40.55 | 37 | 51.73 | 49 | 83.76 | 406 | 48.16 | 27 | 43.63 | 838 | 47.01 |
| | | （小計）週に２日以上計 | 8424 | 54.16 | 2920 | 14.34 | 1904 | 42.71 | 132 | 48.96 | 150 | 83.86 | 1226 | 55.15 | 50 | 39.86 | 2630 | 48.00 |
| | | （小計）週２日未満 | 8126 | 42.63 | 2896 | 11.45 | 1597 | 32.35 | 110 | 37.86 | 148 | 59.74 | 1191 | 47.28 | 83 | 36.53 | 1398 | 36.78 |
| | | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 3276 | 39.89 | 888 | 10.45 | 261 | 30.03 | 21 | 44.24 | 29 | 48.31 | 319 | 41.41 | 20 | 14.85 | 287 | 35.84 |
| | | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 19826 | 47.07 | 6704 | 12.57 | 3762 | 37.43 | 263 | 43.94 | 327 | 69.79 | 2736 | 50.12 | 153 | 34.78 | 4315 | 43.55 |
| | | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 4133 | 37.59 | 1514 | 8.49 | 258 | 26.91 | 8 | 35.88 | 14 | 87.43 | 440 | 31.83 | 9 | 14.56 | 450 | 25.76 |
| する・みる・ささえる（週１回以上） | する・みる・ささえる | する・みる・ささえる | 1814 | 44.79 | 796 | 16.48 | 751 | 38.04 | 144 | 41.51 | 142 | 44.27 | 400 | 43.45 | 97 | 31.60 | 538 | 45.48 |
| | | する・みる | 10712 | 48.57 | 4039 | 11.43 | 1930 | 38.66 | 67 | 49.21 | 91 | 99.47 | 1605 | 49.78 | 16 | 72.81 | 2587 | 42.62 |
| | | する・ささえる | 143 | 48.04 | 53 | 11.96 | 41 | 36.49 | 2 | 37.50 | 4 | 83.50 | 28 | 45.64 | 1 | 2.00 | 58 | 51.57 |
| | | するのみ | 3946 | 49.62 | 1282 | 13.38 | 585 | 37.79 | 16 | 66.25 | 37 | 114.54 | 489 | 48.30 | 9 | 31.67 | 999 | 42.15 |
| | | みる・ささえる | 462 | 35.48 | 155 | 11.28 | 103 | 25.80 | 18 | 28.33 | 27 | 51.74 | 60 | 34.97 | 14 | 20.50 | 57 | 30.28 |
| | | みるのみ | 4294 | 38.89 | 1302 | 9.70 | 411 | 30.43 | 9 | 26.67 | 20 | 75.75 | 394 | 47.16 | 10 | 40.20 | 346 | 33.75 |
| | | ささえるのみ | 54 | 43.76 | 13 | 9.69 | 6 | 20.00 | 3 | 33.33 | 3 | 8.33 | 4 | 96.25 | 2 | 10.00 | 6 | 35.83 |
| | | しない・みない・ささえない | 2534 | 38.96 | 578 | 9.64 | 193 | 29.52 | 12 | 48.75 | 17 | 70.82 | 196 | 40.32 | 13 | 17.46 | 174 | 34.95 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に１日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q15. この１年間に行った「運動・スポーツ」の1日あたりの平均時間（分単位）

| | | 体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操・太極拳等） | 平均（分） | エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス | 平均（分） | 縄跳び・ダブルダッチ | 平均（分） | 器械体操・新体操・トランポリン | 平均（分） | ダンス（フィットネスダンス・フォーク社交ダンス・ラテンスダンス・民謡リ・フラダンス等） | 平均（分） | チアリーディング・バトントワリング | 平均（分） | 水泳（競泳・水球・飛び込み・アーティスティックスイミング・オープンウォーター等） | 平均（分） | アクアエクササイズ・水中ウォーキング | 平均（分） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 3824 | 16.80 | 2176 | 46.48 | 243 | 14.89 | 83 | 30.90 | 580 | 59.87 | 32 | 35.56 | 1145 | 54.97 | 558 | 46.32 |
| 性別 | 男性 | 1282 | 13.09 | 224 | 35.79 | 105 | 16.30 | 28 | 20.21 | 111 | 50.82 | 20 | 27.65 | 594 | 54.08 | 184 | 48.34 |
| | 女性 | 2510 | 18.80 | 1938 | 47.81 | 136 | 13.91 | 54 | 36.46 | 462 | 62.57 | 12 | 48.75 | 547 | 56.01 | 369 | 45.39 |
| 年代 | 10代 | 51 | 13.16 | 26 | 37.85 | 14 | 8.93 | 6 | 11.00 | 50 | 53.62 | 5 | 60.80 | 29 | 62.48 | 5 | 32.80 |
| | 20代 | 286 | 13.66 | 251 | 38.93 | 51 | 18.39 | 17 | 41.59 | 119 | 51.73 | 14 | 30.29 | 183 | 61.32 | 30 | 34.50 |
| | 30代 | 429 | 12.72 | 302 | 34.53 | 56 | 18.14 | 18 | 27.89 | 48 | 36.35 | 7 | 45.71 | 145 | 51.83 | 46 | 40.28 |
| | 40代 | 562 | 12.77 | 366 | 43.56 | 55 | 11.31 | 19 | 34.16 | 61 | 51.75 | 1 | 15.00 | 219 | 57.16 | 75 | 50.71 |
| | 50代 | 620 | 12.91 | 405 | 48.41 | 32 | 16.22 | 9 | 32.78 | 64 | 69.38 | 4 | 16.25 | 157 | 52.77 | 68 | 48.49 |
| | 60代 | 693 | 15.29 | 380 | 51.34 | 19 | 11.16 | 3 | 18.33 | 70 | 63.27 | 1 | 10.00 | 163 | 54.80 | 97 | 47.54 |
| | 70代 | 1183 | 24.04 | 446 | 55.85 | 16 | 11.69 | 11 | 26.45 | 168 | 72.13 | – | – | 249 | 50.84 | 237 | 46.76 |
| 性年代 | 男性10代 | 15 | 11.87 | 2 | 10.00 | 6 | 10.00 | 2 | 3.00 | 8 | 44.25 | 3 | 20.67 | 17 | 56.82 | 1 | 2.00 |
| | 男性20代 | 89 | 14.92 | 29 | 32.90 | 19 | 13.16 | 6 | 16.17 | 40 | 40.00 | 8 | 13.88 | 123 | 59.23 | 12 | 22.92 |
| | 男性30代 | 146 | 12.26 | 33 | 26.06 | 31 | 23.90 | 6 | 32.50 | 18 | 39.44 | 4 | 75.00 | 91 | 48.65 | 18 | 34.56 |
| | 男性40代 | 188 | 11.45 | 35 | 31.77 | 19 | 11.79 | 5 | 32.00 | 19 | 47.84 | 1 | 15.00 | 121 | 58.69 | 31 | 55.77 |
| | 男性50代 | 196 | 9.09 | 41 | 39.78 | 17 | 15.94 | 5 | 14.00 | 7 | 114.29 | 3 | 18.33 | 86 | 52.55 | 28 | 49.32 |
| | 男性60代 | 243 | 10.15 | 40 | 41.83 | 7 | 9.71 | 1 | 10.00 | 6 | 56.83 | 1 | 10.00 | 77 | 50.61 | 36 | 49.86 |
| | 男性70代 | 405 | 17.48 | 44 | 40.14 | 6 | 16.33 | 3 | 9.33 | 13 | 71.31 | – | – | 79 | 49.73 | 58 | 53.29 |
| | 女性10代 | 36 | 13.69 | 24 | 40.17 | 8 | 8.13 | 4 | 15.00 | 40 | 56.18 | 2 | 121.00 | 12 | 70.50 | 4 | 40.50 |
| | 女性20代 | 186 | 13.47 | 221 | 39.83 | 30 | 22.43 | 10 | 58.00 | 76 | 58.83 | 6 | 52.17 | 59 | 66.20 | 18 | 42.22 |
| | 女性30代 | 282 | 12.93 | 267 | 35.61 | 25 | 11.00 | 12 | 25.58 | 28 | 36.57 | 3 | 6.67 | 52 | 57.65 | 25 | 44.80 |
| | 女性40代 | 366 | 13.51 | 328 | 44.91 | 36 | 11.06 | 14 | 34.93 | 42 | 53.52 | – | – | 98 | 55.26 | 44 | 47.14 |
| | 女性50代 | 416 | 14.79 | 359 | 49.70 | 15 | 16.53 | 4 | 56.25 | 57 | 63.86 | 1 | 10.00 | 71 | 53.04 | 40 | 47.90 |
| | 女性60代 | 448 | 18.11 | 339 | 52.47 | 12 | 12.00 | 2 | 22.50 | 64 | 63.88 | – | – | 86 | 58.55 | 60 | 46.43 |
| | 女性70代 | 776 | 27.49 | 400 | 57.56 | 10 | 8.90 | 8 | 32.88 | 155 | 72.19 | – | – | 169 | 51.31 | 178 | 44.56 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 932 | 17.56 | 609 | 45.89 | 36 | 15.19 | 25 | 37.60 | 147 | 64.12 | 4 | 18.75 | 359 | 55.15 | 152 | 47.26 |
| | 東京都区部 | 288 | 18.28 | 226 | 47.17 | 12 | 12.08 | 9 | 33.89 | 64 | 63.17 | 2 | 6.00 | 157 | 53.92 | 49 | 44.73 |
| | 政令指定都市 | 644 | 17.24 | 383 | 45.14 | 24 | 16.75 | 16 | 39.69 | 83 | 64.84 | 2 | 31.50 | 202 | 56.10 | 103 | 48.46 |
| | 大都市 | 1382 | 16.30 | 794 | 49.15 | 101 | 12.70 | 30 | 33.63 | 234 | 57.06 | 14 | 48.64 | 457 | 54.76 | 211 | 43.59 |
| | 小都市 | 1144 | 16.97 | 600 | 44.39 | 77 | 18.47 | 20 | 19.30 | 152 | 60.15 | 11 | 31.09 | 264 | 55.56 | 145 | 45.99 |
| | 町村 | 366 | 16.24 | 173 | 43.61 | 29 | 12.66 | 8 | 28.75 | 47 | 59.68 | 3 | 13.33 | 65 | 53.05 | 50 | 55.92 |
| 居住地域 | 北海道 | 152 | 14.25 | 85 | 42.99 | 13 | 8.69 | 3 | 33.33 | 22 | 85.55 | – | – | 31 | 54.26 | 14 | 42.50 |
| | 東北 | 296 | 17.72 | 117 | 47.16 | 19 | 10.00 | 10 | 19.30 | 38 | 39.68 | 2 | 5.50 | 62 | 56.82 | 43 | 53.72 |
| | 北関東 | 244 | 15.05 | 143 | 48.60 | 17 | 9.94 | 7 | 12.43 | 28 | 78.39 | 1 | 1.00 | 61 | 51.43 | 34 | 45.47 |
| | 首都圏 | 1012 | 17.98 | 723 | 45.82 | 62 | 17.06 | 20 | 31.05 | 181 | 60.02 | 14 | 32.29 | 435 | 54.20 | 174 | 44.83 |
| | 北陸 | 183 | 14.93 | 82 | 45.72 | 13 | 9.08 | 3 | 27.00 | 28 | 53.25 | 1 | 5.00 | 31 | 57.58 | 27 | 41.52 |
| | 東山 | 144 | 17.08 | 91 | 48.01 | 15 | 32.13 | 1 | 60.00 | 23 | 55.35 | – | – | 42 | 49.79 | 17 | 48.53 |
| | 東海 | 420 | 16.03 | 210 | 43.74 | 23 | 21.26 | 10 | 37.00 | 54 | 58.74 | 2 | 135.00 | 101 | 54.35 | 66 | 51.74 |
| | 近畿二府一県 | 451 | 18.09 | 292 | 48.16 | 26 | 14.77 | 10 | 23.30 | 88 | 54.26 | 6 | 20.50 | 160 | 54.94 | 57 | 42.09 |
| | その他近畿圏 | 121 | 17.40 | 56 | 40.36 | 6 | 10.00 | 2 | 12.50 | 14 | 50.00 | – | – | 37 | 57.05 | 19 | 42.89 |
| | 中国 | 233 | 14.97 | 107 | 45.76 | 16 | 10.13 | 5 | 25.00 | 23 | 71.65 | 1 | 10.00 | 47 | 53.72 | 22 | 43.64 |
| | 四国 | 104 | 16.53 | 47 | 55.94 | 7 | 9.29 | 1 | 120.00 | 19 | 53.47 | 1 | 50.00 | 21 | 48.57 | 19 | 48.16 |
| | 九州・沖縄 | 464 | 16.32 | 223 | 48.19 | 26 | 12.65 | 11 | 50.00 | 82 | 67.76 | 4 | 54.00 | 117 | 61.62 | 66 | 47.65 |
| 職業 | 自営業主 | 257 | 15.16 | 152 | 44.78 | 19 | 20.89 | 11 | 37.27 | 64 | 59.78 | 7 | 54.57 | 81 | 43.47 | 42 | 40.93 |
| | 家族従業者 | 22 | 23.41 | 17 | 45.29 | 4 | 16.25 | 1 | 30.00 | 1 | 45.00 | – | – | 3 | 35.00 | 4 | 41.25 |
| | 雇用者 | 1756 | 12.76 | 1116 | 43.59 | 141 | 15.94 | 42 | 27.40 | 210 | 52.13 | 16 | 41.44 | 636 | 56.09 | 214 | 49.17 |
| | （小計）就労者 | 2035 | 13.18 | 1285 | 43.75 | 164 | 16.52 | 54 | 29.46 | 275 | 53.88 | 23 | 45.43 | 720 | 54.58 | 260 | 47.72 |
| | 主婦・主夫 | 822 | 22.24 | 526 | 52.48 | 33 | 9.79 | 14 | 23.57 | 133 | 66.48 | – | – | 198 | 56.85 | 149 | 42.03 |
| | 学生 | 80 | 13.68 | 45 | 36.13 | 20 | 12.65 | 8 | 38.88 | 73 | 63.68 | 4 | 11.75 | 67 | 68.45 | 6 | 35.33 |
| | 無職 | 778 | 20.68 | 251 | 49.19 | 22 | 12.23 | 4 | 52.50 | 76 | 68.09 | 4 | 9.00 | 137 | 47.93 | 126 | 49.76 |
| | その他 | 71 | 21.92 | 36 | 52.11 | 3 | 18.33 | 1 | 3.00 | 14 | 68.29 | – | – | 13 | 57.31 | 8 | 36.25 |
| | 答えたくない | 38 | 10.82 | 33 | 44.79 | 1 | 10.00 | 2 | 60.00 | 9 | 31.67 | 1 | 10.00 | 10 | 49.00 | 9 | 45.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 38 | 12.45 | 13 | 38.46 | 1 | 60.00 | – | – | 5 | 44.60 | – | – | 6 | 63.33 | 1 | 30.00 |
| | 高校 | 1003 | 18.00 | 437 | 47.16 | 68 | 17.03 | 18 | 25.44 | 119 | 58.39 | 1 | 240.00 | 187 | 55.05 | 128 | 49.27 |
| | 短大・高専 | 504 | 18.76 | 354 | 51.25 | 30 | 10.63 | 8 | 23.13 | 80 | 68.00 | 4 | 14.75 | 123 | 55.15 | 78 | 48.81 |
| | 専門学校 | 442 | 15.69 | 234 | 47.23 | 24 | 12.08 | 13 | 25.62 | 63 | 57.05 | 8 | 17.50 | 85 | 56.45 | 56 | 46.18 |
| | 大学 | 1599 | 16.12 | 1010 | 44.92 | 103 | 15.49 | 38 | 33.39 | 270 | 61.35 | 16 | 42.88 | 638 | 55.35 | 257 | 45.23 |
| | 大学院 | 198 | 13.32 | 98 | 41.85 | 13 | 11.31 | 5 | 58.00 | 35 | 47.94 | 2 | 6.00 | 98 | 50.82 | 30 | 34.53 |
| | その他 | 1 | 3.00 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 1 | 20.00 | 1 | 240.00 |
| | 答えたくない | 39 | 23.44 | 30 | 46.00 | 4 | 12.50 | 1 | 30.00 | 8 | 34.63 | 1 | 1.00 | 7 | 52.86 | 7 | 30.86 |
| 世帯年収 | 収入なし | 49 | 20.82 | 23 | 42.91 | 5 | 8.60 | 2 | 3.00 | 12 | 58.17 | 1 | 10.00 | 14 | 58.93 | 10 | 45.70 |
| | 100万円未満 | 107 | 20.17 | 55 | 50.33 | 7 | 17.14 | 2 | 40.00 | 24 | 53.38 | 2 | 8.00 | 23 | 54.13 | 12 | 54.58 |
| | 100～200万円未満 | 257 | 20.21 | 98 | 44.34 | 13 | 21.85 | 5 | 48.00 | 33 | 67.52 | 1 | 60.00 | 62 | 51.81 | 26 | 45.77 |
| | 200～300万円未満 | 445 | 17.88 | 179 | 51.60 | 9 | 10.89 | 5 | 17.00 | 69 | 64.23 | 3 | 71.67 | 96 | 51.02 | 62 | 51.63 |
| | 300～400万円未満 | 449 | 18.13 | 212 | 46.16 | 25 | 13.84 | 6 | 27.33 | 78 | 57.28 | 3 | 23.33 | 109 | 52.53 | 69 | 48.04 |
| | 400～500万円未満 | 359 | 17.46 | 207 | 47.41 | 22 | 15.73 | 5 | 20.00 | 47 | 51.77 | 4 | 65.00 | 103 | 49.28 | 48 | 45.10 |
| | 500～600万円未満 | 314 | 14.60 | 165 | 44.62 | 29 | 14.83 | 14 | 33.71 | 27 | 61.11 | 2 | 10.00 | 97 | 60.23 | 43 | 40.98 |
| | 600～700万円未満 | 193 | 15.11 | 114 | 41.92 | 18 | 10.28 | 5 | 24.00 | 30 | 57.27 | 2 | 35.00 | 71 | 58.58 | 31 | 49.10 |
| | 700～800万円未満 | 186 | 12.81 | 125 | 41.94 | 18 | 32.94 | 3 | 12.00 | 19 | 42.63 | 1 | 20.00 | 70 | 59.33 | 27 | 39.85 |
| | 800～1000万円未満 | 271 | 13.54 | 182 | 43.12 | 24 | 13.17 | 2 | 120.00 | 37 | 63.22 | 2 | 10.00 | 126 | 55.69 | 37 | 47.05 |
| | 1000～1200万円未満 | 148 | 14.09 | 116 | 46.77 | 10 | 11.00 | 6 | 46.17 | 27 | 49.67 | 2 | 135.00 | 78 | 55.68 | 26 | 40.85 |
| | 1200万円以上 | 159 | 11.67 | 158 | 50.59 | 16 | 10.44 | 9 | 27.00 | 41 | 55.17 | 4 | 12.00 | 102 | 51.85 | 34 | 38.09 |
| | わからない | 379 | 18.38 | 226 | 46.10 | 24 | 14.92 | 10 | 24.60 | 70 | 71.94 | 3 | 14.33 | 69 | 62.45 | 49 | 51.86 |
| | 答えたくない | 508 | 17.81 | 316 | 47.93 | 23 | 9.70 | 9 | 28.44 | 66 | 61.05 | 2 | 8.00 | 125 | 54.78 | 84 | 46.00 |
| 未既婚 | 既婚者 | 2332 | 17.05 | 1248 | 48.31 | 129 | 10.98 | 44 | 26.30 | 294 | 57.83 | 15 | 31.20 | 697 | 54.10 | 391 | 45.72 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 1431 | 16.36 | 890 | 44.14 | 109 | 17.88 | 39 | 36.10 | 280 | 62.40 | 16 | 40.94 | 437 | 56.52 | 160 | 48.09 |
| | 答えたくない | 61 | 17.79 | 38 | 41.37 | 5 | 50.60 | – | – | 6 | 41.83 | 1 | 15.00 | 11 | 48.82 | 7 | 39.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 715 | 17.90 | 453 | 47.31 | 44 | 14.02 | 18 | 31.00 | 140 | 60.00 | 9 | 12.44 | 247 | 53.89 | 95 | 44.49 |
| | 夫婦のみ・子なし | 1307 | 18.85 | 715 | 51.97 | 38 | 11.50 | 18 | 31.06 | 188 | 62.45 | 6 | 17.67 | 351 | 53.44 | 244 | 45.26 |
| | 夫婦・子あり | 852 | 14.48 | 455 | 42.52 | 78 | 10.47 | 19 | 18.47 | 86 | 50.59 | 7 | 13.14 | 313 | 53.91 | 120 | 45.29 |
| | 親と同居（未婚） | 327 | 13.39 | 209 | 38.86 | 24 | 29.08 | 9 | 25.00 | 57 | 61.19 | 5 | 66.60 | 74 | 62.61 | 19 | 56.58 |
| | ２世帯以上同居 | 179 | 18.96 | 95 | 43.52 | 20 | 12.45 | 7 | 28.14 | 29 | 59.69 | 1 | 240.00 | 48 | 64.77 | 26 | 59.81 |
| | その他 | 383 | 14.65 | 211 | 44.47 | 34 | 16.12 | 12 | 56.25 | 74 | 64.38 | 3 | 80.00 | 101 | 56.65 | 47 | 47.62 |
| | 答えたくない | 61 | 17.79 | 38 | 41.37 | 5 | 50.60 | – | – | 6 | 41.83 | 1 | 15.00 | 11 | 48.82 | 7 | 39.00 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に３日以上 | 2102 | 17.51 | 1115 | 47.16 | 105 | 15.17 | 44 | 29.70 | 316 | 61.91 | 16 | 46.06 | 556 | 54.27 | 300 | 44.50 |
| | 週に１～２日 | 1023 | 18.64 | 712 | 47.97 | 69 | 18.38 | 21 | 41.67 | 177 | 61.10 | 6 | 47.50 | 359 | 55.48 | 167 | 46.97 |
| | （小計）週に１日以上計 | 3125 | 17.88 | 1827 | 47.47 | 174 | 16.44 | 65 | 33.57 | 493 | 61.62 | 22 | 46.45 | 915 | 54.74 | 467 | 45.39 |
| | （小計）週１日未満 | 537 | 12.24 | 271 | 42.65 | 51 | 11.53 | 14 | 23.43 | 66 | 54.02 | 6 | 13.33 | 202 | 54.69 | 73 | 53.42 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 162 | 11.10 | 78 | 36.64 | 18 | 9.44 | 4 | 13.75 | 21 | 37.19 | 4 | 9.00 | 28 | 64.43 | 18 | 41.72 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 3824 | 16.80 | 2176 | 46.48 | 243 | 14.89 | 83 | 30.90 | 580 | 59.87 | 32 | 35.56 | 1145 | 54.97 | 558 | 46.32 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に３日以上 | 1017 | 20.77 | 745 | 51.33 | 61 | 15.05 | 25 | 33.64 | 202 | 69.04 | 7 | 17.43 | 379 | 55.34 | 220 | 46.05 |
| | 週に２日 | 462 | 19.64 | 304 | 50.78 | 25 | 16.56 | 8 | 43.13 | 110 | 61.61 | 4 | 69.00 | 170 | 53.18 | 89 | 44.29 |
| | （小計）週に２日以上計 | 1479 | 20.41 | 1049 | 51.17 | 86 | 15.49 | 33 | 35.94 | 312 | 66.42 | 11 | 36.18 | 549 | 54.67 | 309 | 45.55 |
| | （小計）週２日未満 | 1278 | 16.97 | 712 | 45.72 | 87 | 15.40 | 24 | 34.54 | 203 | 55.16 | 14 | 48.14 | 423 | 54.90 | 155 | 47.71 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 363 | 11.56 | 160 | 37.21 | 31 | 13.97 | 16 | 15.94 | 37 | 45.73 | 6 | 10.17 | 78 | 50.76 | 37 | 44.76 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 3120 | 17.98 | 1921 | 47.99 | 204 | 15.22 | 73 | 31.10 | 552 | 60.89 | 31 | 36.55 | 1050 | 54.47 | 501 | 46.16 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 704 | 11.60 | 255 | 35.15 | 39 | 13.18 | 10 | 29.50 | 28 | 39.75 | 1 | 5.00 | 95 | 60.49 | 57 | 47.74 |
| する・みる・ささえる回数 | する・みる・ささえる | 332 | 21.95 | 178 | 45.76 | 43 | 28.33 | 23 | 33.00 | 103 | 45.82 | 18 | 40.39 | 198 | 52.90 | 61 | 36.30 |
| | する・みる | 2164 | 16.77 | 1113 | 47.82 | 90 | 13.71 | 29 | 30.48 | 286 | 65.86 | 2 | 12.50 | 528 | 54.53 | 314 | 45.87 |
| | する・ささえる | 17 | 32.00 | 35 | 48.43 | – | – | – | – | 13 | 42.31 | – | – | 13 | 56.92 | 6 | 31.67 |
| | するのみ | 612 | 19.22 | 501 | 47.26 | 41 | 9.98 | 13 | 41.46 | 91 | 68.96 | 2 | 135.00 | 176 | 57.30 | 86 | 51.02 |
| | みる・ささえる | 52 | 16.17 | 28 | 38.96 | 11 | 15.00 | 3 | 11.67 | 9 | 22.22 | 5 | 16.00 | 31 | 56.03 | 6 | 70.00 |
| | みるのみ | 463 | 11.40 | 187 | 41.45 | 34 | 9.56 | 8 | 25.75 | 46 | 56.30 | 3 | 8.33 | 132 | 58.95 | 61 | 48.16 |
| | ささえるのみ | 5 | 7.60 | 2 | 75.00 | – | – | – | – | 5 | 52.00 | 1 | 10.00 | 2 | 45.00 | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 179 | 12.37 | 132 | 41.08 | 24 | 11.17 | 7 | 20.29 | 27 | 48.00 | 1 | 1.00 | 65 | 49.89 | 24 | 53.88 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に１日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q15. この１年間に行った「運動・スポーツ」の1日あたりの平均時間（分単位）

| | | 野球（硬式・軟式等） | 平均（分） | ソフトボール | 平均（分） | キャッチボール | 平均（分） | テニス・ソフトテニス | 平均（分） | バドミントン | 平均（分） | 卓球（ラージボール含む） | 平均（分） | ゴルフ（コースでのラウンド） | 平均（分） | ゴルフ（練習場・シミュレーションゴルフ） | 平均（分） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 568 | 99.56 | 204 | 93.46 | 289 | 26.75 | 801 | 103.35 | 566 | 73.41 | 513 | 68.09 | 1779 | 262.52 | 1377 | 75.83 |
| 性別 | 男性 | 542 | 101.98 | 176 | 96.19 | 231 | 27.30 | 471 | 107.23 | 237 | 85.19 | 246 | 70.44 | 1541 | 266.06 | 1134 | 75.85 |
| | 女性 | 23 | 48.30 | 28 | 76.29 | 57 | 24.82 | 325 | 98.28 | 326 | 64.32 | 262 | 66.61 | 234 | 239.59 | 241 | 75.61 |
| 年代 | 10代 | 40 | 84.63 | 12 | 65.83 | 27 | 23.52 | 47 | 97.47 | 75 | 63.57 | 47 | 57.51 | 3 | 82.33 | 6 | 67.17 |
| | 20代 | 194 | 92.06 | 54 | 90.61 | 85 | 29.13 | 119 | 92.90 | 136 | 72.00 | 118 | 52.66 | 102 | 223.77 | 117 | 74.09 |
| | 30代 | 125 | 98.08 | 36 | 97.92 | 50 | 23.44 | 98 | 100.03 | 79 | 76.24 | 42 | 59.36 | 152 | 244.76 | 144 | 75.94 |
| | 40代 | 100 | 113.70 | 30 | 114.23 | 60 | 27.65 | 98 | 86.72 | 113 | 67.57 | 60 | 63.25 | 229 | 263.49 | 203 | 81.73 |
| | 50代 | 75 | 110.37 | 36 | 94.53 | 31 | 27.42 | 115 | 104.68 | 60 | 79.17 | 41 | 69.39 | 379 | 267.12 | 317 | 77.73 |
| | 60代 | 16 | 105.00 | 22 | 79.68 | 17 | 19.94 | 136 | 104.86 | 53 | 77.75 | 61 | 71.00 | 431 | 264.73 | 307 | 71.07 |
| | 70代 | 18 | 95.56 | 14 | 91.07 | 19 | 31.58 | 188 | 119.91 | 50 | 89.20 | 144 | 87.14 | 483 | 271.38 | 283 | 75.49 |
| 性年代 | 男性10代 | 38 | 87.47 | 6 | 68.33 | 20 | 24.50 | 22 | 111.82 | 27 | 74.22 | 19 | 53.21 | 3 | 82.33 | 2 | 75.00 |
| | 男性20代 | 186 | 94.24 | 43 | 93.88 | 67 | 30.60 | 77 | 103.16 | 56 | 93.73 | 67 | 59.34 | 80 | 231.06 | 81 | 79.72 |
| | 男性30代 | 119 | 99.58 | 34 | 97.50 | 38 | 24.63 | 64 | 102.23 | 40 | 90.73 | 27 | 71.56 | 125 | 244.94 | 113 | 72.09 |
| | 男性40代 | 95 | 116.95 | 26 | 116.81 | 42 | 26.10 | 65 | 88.75 | 46 | 85.85 | 31 | 71.13 | 195 | 265.07 | 161 | 81.02 |
| | 男性50代 | 73 | 111.34 | 34 | 95.68 | 29 | 28.45 | 60 | 105.03 | 24 | 67.50 | 23 | 71.57 | 329 | 271.54 | 259 | 76.26 |
| | 男性60代 | 16 | 105.00 | 21 | 82.52 | 17 | 19.94 | 75 | 107.80 | 24 | 79.17 | 28 | 65.04 | 380 | 266.16 | 268 | 71.95 |
| | 男性70代 | 15 | 110.00 | 12 | 95.42 | 18 | 31.67 | 108 | 124.10 | 20 | 92.00 | 51 | 92.88 | 429 | 276.19 | 250 | 76.74 |
| | 女性10代 | 2 | 30.50 | 6 | 63.33 | 7 | 20.71 | 25 | 84.84 | 48 | 57.58 | 28 | 60.43 | – | – | 4 | 63.25 |
| | 女性20代 | 7 | 42.86 | 11 | 77.82 | 18 | 23.67 | 39 | 75.87 | 78 | 55.17 | 48 | 45.06 | 21 | 203.81 | 35 | 61.46 |
| | 女性30代 | 5 | 58.00 | 2 | 105.00 | 12 | 19.67 | 34 | 95.88 | 39 | 61.38 | 14 | 39.00 | 26 | 241.77 | 31 | 90.00 |
| | 女性40代 | 4 | 60.00 | 4 | 97.50 | 17 | 32.53 | 33 | 82.73 | 67 | 55.01 | 29 | 54.83 | 33 | 253.06 | 41 | 83.56 |
| | 女性50代 | 2 | 75.00 | 2 | 75.00 | 2 | 12.50 | 54 | 105.11 | 36 | 86.94 | 17 | 67.00 | 50 | 238.00 | 58 | 84.29 |
| | 女性60代 | – | – | 1 | 20.00 | – | – | 61 | 101.25 | 28 | 73.96 | 33 | 76.06 | 51 | 254.04 | 39 | 65.00 |
| | 女性70代 | 3 | 23.33 | 2 | 65.00 | 1 | 30.00 | 79 | 114.18 | 30 | 87.33 | 93 | 83.99 | 53 | 231.91 | 33 | 65.97 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 131 | 94.81 | 37 | 88.78 | 69 | 25.94 | 219 | 97.05 | 118 | 77.70 | 120 | 68.08 | 465 | 255.92 | 386 | 69.32 |
| | 東京都区部 | 50 | 89.58 | 14 | 73.57 | 17 | 26.47 | 69 | 93.43 | 35 | 74.97 | 38 | 66.32 | 170 | 252.49 | 134 | 69.60 |
| | 政令指定都市 | 81 | 98.04 | 23 | 98.04 | 52 | 25.77 | 150 | 98.71 | 83 | 78.86 | 82 | 68.90 | 295 | 257.89 | 252 | 69.17 |
| | 大都市 | 243 | 102.39 | 88 | 100.01 | 117 | 25.53 | 320 | 105.11 | 220 | 69.43 | 200 | 68.63 | 718 | 262.25 | 545 | 77.24 |
| | 小都市 | 146 | 95.31 | 58 | 93.88 | 80 | 27.93 | 198 | 105.09 | 182 | 78.36 | 151 | 70.33 | 460 | 266.43 | 356 | 78.91 |
| | 町村 | 48 | 111.19 | 21 | 73.10 | 23 | 31.30 | 64 | 110.69 | 46 | 61.80 | 42 | 57.48 | 136 | 273.35 | 90 | 83.06 |
| 居住地域 | 北海道 | 24 | 108.13 | – | – | 14 | 25.00 | 25 | 81.40 | 25 | 75.20 | 24 | 61.67 | 62 | 247.39 | 48 | 61.25 |
| | 東北 | 36 | 101.83 | 6 | 65.83 | 27 | 18.44 | 43 | 102.88 | 36 | 77.44 | 40 | 64.65 | 92 | 258.04 | 82 | 86.91 |
| | 北関東 | 17 | 96.18 | 12 | 97.50 | 9 | 16.67 | 53 | 110.47 | 40 | 77.65 | 35 | 78.29 | 127 | 274.13 | 93 | 79.22 |
| | 首都圏 | 174 | 102.98 | 42 | 87.12 | 75 | 28.36 | 234 | 103.04 | 131 | 70.70 | 132 | 68.94 | 500 | 255.26 | 380 | 73.07 |
| | 北陸 | 17 | 68.41 | 10 | 67.00 | 6 | 30.00 | 19 | 80.16 | 30 | 54.67 | 27 | 55.19 | 62 | 266.63 | 41 | 57.63 |
| | 東山 | 22 | 88.18 | 5 | 68.20 | 4 | 9.00 | 25 | 106.00 | 17 | 108.41 | 15 | 65.00 | 71 | 253.97 | 50 | 64.24 |
| | 東海 | 61 | 90.90 | 29 | 95.34 | 53 | 28.66 | 104 | 106.56 | 60 | 82.30 | 78 | 63.51 | 213 | 264.97 | 171 | 77.51 |
| | 近畿二府一県 | 79 | 104.73 | 29 | 107.28 | 36 | 28.22 | 122 | 101.29 | 66 | 62.12 | 56 | 75.46 | 247 | 270.32 | 194 | 80.49 |
| | その他近畿圏 | 15 | 105.33 | 4 | 125.00 | 6 | 43.33 | 28 | 93.57 | 16 | 90.94 | 11 | 76.36 | 63 | 308.25 | 53 | 77.47 |
| | 中国 | 38 | 114.29 | 17 | 74.71 | 20 | 28.95 | 36 | 93.28 | 40 | 63.30 | 24 | 69.63 | 98 | 261.51 | 72 | 67.24 |
| | 四国 | 14 | 85.79 | 6 | 63.33 | 9 | 22.22 | 16 | 117.50 | 17 | 67.47 | 15 | 74.67 | 46 | 228.59 | 32 | 79.56 |
| | 九州・沖縄 | 71 | 94.24 | 44 | 109.20 | 30 | 27.20 | 96 | 113.38 | 88 | 77.93 | 56 | 66.91 | 198 | 263.49 | 161 | 82.49 |
| 職業 | 自営業主 | 40 | 104.25 | 15 | 63.20 | 26 | 23.88 | 45 | 105.02 | 26 | 71.27 | 28 | 46.71 | 165 | 264.88 | 128 | 83.45 |
| | 家族従業者 | 1 | 60.00 | – | – | – | – | 1 | 120.00 | 2 | 25.00 | 1 | 120.00 | 8 | 228.13 | 6 | 67.50 |
| | 雇用者 | 428 | 102.36 | 146 | 103.17 | 180 | 26.67 | 449 | 99.24 | 322 | 75.26 | 232 | 63.80 | 1100 | 259.95 | 904 | 74.70 |
| | （小計）就労者 | 469 | 102.43 | 161 | 99.45 | 206 | 26.32 | 495 | 99.81 | 350 | 74.68 | 261 | 62.18 | 1273 | 260.39 | 1038 | 75.74 |
| | 主婦・主夫 | 4 | 37.50 | 3 | 56.67 | 12 | 17.67 | 99 | 103.64 | 81 | 80.66 | 81 | 77.42 | 72 | 252.74 | 64 | 70.27 |
| | 学生 | 64 | 87.08 | 23 | 63.04 | 45 | 28.18 | 69 | 98.65 | 104 | 65.33 | 64 | 57.39 | 8 | 154.63 | 15 | 64.33 |
| | 無職 | 18 | 90.56 | 9 | 98.33 | 20 | 34.00 | 115 | 120.63 | 37 | 71.41 | 92 | 82.77 | 388 | 269.21 | 239 | 76.90 |
| | その他 | 5 | 85.20 | 4 | 37.50 | 2 | 37.50 | 15 | 113.67 | 6 | 87.50 | 9 | 83.33 | 23 | 281.30 | 12 | 63.33 |
| | 答えたくない | 8 | 91.38 | 4 | 100.00 | 4 | 18.75 | 8 | 91.25 | 8 | 66.38 | 6 | 65.00 | 15 | 346.00 | 9 | 133.33 |
| 最終学歴 | 中学校 | 4 | 105.00 | 2 | 60.00 | – | – | 4 | 60.00 | 10 | 54.50 | 6 | 65.83 | 13 | 351.54 | 4 | 90.00 |
| | 高校 | 136 | 99.85 | 46 | 91.35 | 78 | 25.53 | 141 | 113.13 | 143 | 75.60 | 142 | 70.43 | 369 | 276.60 | 267 | 79.84 |
| | 短大・高専 | 17 | 95.94 | 12 | 105.00 | 16 | 24.44 | 77 | 108.95 | 39 | 78.21 | 50 | 73.80 | 101 | 255.33 | 78 | 94.63 |
| | 専門学校 | 38 | 130.74 | 17 | 97.82 | 23 | 31.96 | 59 | 109.92 | 52 | 66.48 | 39 | 62.95 | 114 | 263.30 | 104 | 79.89 |
| | 大学 | 326 | 96.88 | 105 | 94.01 | 148 | 25.88 | 437 | 99.42 | 274 | 74.78 | 240 | 66.31 | 1064 | 257.94 | 806 | 72.55 |
| | 大学院 | 38 | 92.29 | 22 | 88.64 | 24 | 32.67 | 77 | 99.19 | 42 | 67.38 | 33 | 66.79 | 110 | 251.94 | 107 | 70.69 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 9 | 96.11 | – | – | – | – | 6 | 105.00 | 6 | 60.83 | 3 | 90.00 | 8 | 303.75 | 11 | 91.82 |
| 世帯年収 | 収入なし | 4 | 140.00 | 1 | 180.00 | 2 | 30.00 | 4 | 57.50 | 10 | 86.50 | 6 | 81.67 | 8 | 297.50 | 6 | 80.00 |
| | 100万円未満 | 12 | 72.50 | 8 | 61.88 | 8 | 29.38 | 21 | 105.29 | 14 | 67.57 | 12 | 58.33 | 21 | 235.00 | 15 | 88.00 |
| | 100～200万円未満 | 16 | 75.38 | 3 | 100.00 | 6 | 33.33 | 30 | 101.67 | 13 | 60.77 | 33 | 83.79 | 37 | 236.11 | 32 | 70.69 |
| | 200～300万円未満 | 26 | 89.04 | 10 | 84.20 | 19 | 20.05 | 46 | 107.30 | 37 | 67.62 | 57 | 69.25 | 113 | 255.29 | 81 | 76.00 |
| | 300～400万円未満 | 48 | 94.21 | 12 | 105.00 | 29 | 35.62 | 93 | 115.69 | 63 | 70.16 | 75 | 68.01 | 181 | 259.38 | 125 | 68.54 |
| | 400～500万円未満 | 56 | 91.82 | 25 | 99.00 | 34 | 27.38 | 88 | 115.76 | 61 | 85.16 | 54 | 63.56 | 172 | 265.24 | 138 | 77.16 |
| | 500～600万円未満 | 54 | 92.93 | 19 | 66.11 | 32 | 29.78 | 65 | 112.35 | 51 | 73.47 | 36 | 63.89 | 148 | 253.36 | 113 | 75.42 |
| | 600～700万円未満 | 47 | 97.09 | 14 | 103.93 | 20 | 27.80 | 51 | 104.51 | 40 | 62.58 | 27 | 91.30 | 116 | 253.22 | 95 | 73.59 |
| | 700～800万円未満 | 45 | 127.24 | 22 | 111.95 | 23 | 24.57 | 47 | 92.77 | 44 | 90.66 | 21 | 54.10 | 111 | 291.98 | 91 | 94.62 |
| | 800～1000万円未満 | 90 | 106.87 | 24 | 87.29 | 35 | 24.86 | 66 | 97.55 | 40 | 70.28 | 30 | 68.77 | 186 | 259.80 | 164 | 77.74 |
| | 1000～1200万円未満 | 41 | 117.56 | 14 | 95.00 | 20 | 25.80 | 43 | 97.91 | 26 | 79.81 | 22 | 46.68 | 138 | 257.65 | 109 | 74.52 |
| | 1200万円以上 | 42 | 100.81 | 20 | 104.80 | 19 | 21.32 | 75 | 101.41 | 45 | 59.40 | 32 | 63.03 | 252 | 260.46 | 187 | 70.04 |
| | わからない | 35 | 69.49 | 15 | 73.40 | 24 | 23.17 | 80 | 84.80 | 78 | 68.49 | 61 | 70.51 | 76 | 276.87 | 59 | 75.93 |
| | 答えたくない | 52 | 106.27 | 17 | 101.06 | 18 | 26.11 | 92 | 101.91 | 44 | 83.89 | 47 | 67.77 | 220 | 271.47 | 162 | 76.60 |
| 未既婚 | 既婚者 | 285 | 103.65 | 108 | 97.99 | 152 | 27.05 | 492 | 107.59 | 257 | 73.75 | 257 | 70.64 | 1352 | 266.67 | 990 | 74.64 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 276 | 96.76 | 95 | 87.40 | 132 | 26.78 | 301 | 97.46 | 304 | 72.45 | 250 | 65.80 | 409 | 248.30 | 372 | 78.58 |
| | 答えたくない | 7 | 43.57 | 1 | 180.00 | 5 | 17.00 | 8 | 64.25 | 5 | 114.00 | 6 | 54.17 | 18 | 274.44 | 15 | 86.20 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 137 | 96.86 | 44 | 100.57 | 61 | 26.34 | 146 | 102.45 | 123 | 78.89 | 128 | 68.42 | 260 | 247.38 | 219 | 75.73 |
| | 夫婦のみ・子なし | 96 | 91.45 | 36 | 87.17 | 56 | 28.88 | 268 | 114.12 | 90 | 84.62 | 152 | 79.75 | 754 | 268.94 | 518 | 76.47 |
| | 夫婦・子あり | 167 | 111.85 | 60 | 106.92 | 81 | 25.02 | 194 | 101.63 | 142 | 70.02 | 82 | 55.30 | 484 | 263.26 | 392 | 72.00 |
| | 親と同居（未婚） | 70 | 96.79 | 22 | 83.64 | 23 | 30.00 | 70 | 90.47 | 80 | 70.89 | 56 | 65.50 | 77 | 245.10 | 76 | 69.75 |
| | ２世帯以上同居 | 30 | 97.47 | 10 | 85.60 | 18 | 30.72 | 40 | 104.33 | 39 | 62.97 | 24 | 60.29 | 81 | 271.91 | 71 | 84.79 |
| | その他 | 61 | 95.41 | 31 | 71.35 | 45 | 25.60 | 75 | 86.69 | 87 | 64.24 | 65 | 62.68 | 105 | 254.04 | 86 | 85.86 |
| | 答えたくない | 7 | 43.57 | 1 | 180.00 | 5 | 17.00 | 8 | 64.25 | 5 | 114.00 | 6 | 54.17 | 18 | 274.44 | 15 | 86.20 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に３日以上 | 197 | 92.94 | 66 | 81.32 | 94 | 24.73 | 336 | 112.54 | 191 | 75.37 | 220 | 78.04 | 645 | 259.92 | 499 | 73.17 |
| | 週に１～２日 | 172 | 114.84 | 81 | 110.59 | 91 | 32.08 | 298 | 103.19 | 205 | 80.37 | 159 | 64.04 | 627 | 262.93 | 523 | 75.70 |
| | （小計）週に１日以上計 | 369 | 103.15 | 147 | 97.45 | 185 | 28.35 | 634 | 108.15 | 396 | 77.96 | 379 | 72.16 | 1272 | 261.40 | 1022 | 74.46 |
| | （小計）週１日未満 | 159 | 99.92 | 45 | 80.69 | 89 | 24.10 | 139 | 85.93 | 152 | 63.53 | 113 | 61.04 | 445 | 264.59 | 310 | 79.80 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 40 | 65.10 | 12 | 92.50 | 15 | 22.80 | 28 | 81.07 | 18 | 56.78 | 21 | 32.43 | 62 | 270.68 | 45 | 79.51 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 568 | 99.56 | 204 | 93.46 | 289 | 26.75 | 801 | 103.35 | 566 | 73.41 | 513 | 68.09 | 1779 | 262.52 | 1377 | 75.83 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に３日以上 | 121 | 105.31 | 38 | 93.95 | 46 | 26.91 | 225 | 122.46 | 100 | 84.95 | 133 | 88.29 | 423 | 262.89 | 317 | 75.36 |
| | 週に２日 | 84 | 113.15 | 37 | 92.30 | 31 | 25.71 | 137 | 108.26 | 82 | 80.39 | 74 | 82.47 | 229 | 269.42 | 204 | 72.73 |
| | （小計）週に２日以上計 | 205 | 108.53 | 75 | 93.13 | 77 | 26.43 | 362 | 117.09 | 182 | 82.90 | 207 | 86.21 | 652 | 265.18 | 521 | 74.33 |
| | （小計）週２日未満 | 272 | 99.71 | 100 | 94.39 | 145 | 27.83 | 336 | 94.58 | 268 | 75.88 | 193 | 55.82 | 904 | 260.13 | 693 | 76.81 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 61 | 64.48 | 16 | 99.38 | 26 | 24.31 | 57 | 81.28 | 43 | 58.21 | 52 | 54.79 | 122 | 274.57 | 91 | 79.48 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 538 | 99.08 | 191 | 94.31 | 248 | 27.03 | 755 | 104.37 | 493 | 76.93 | 452 | 69.62 | 1678 | 263.14 | 1305 | 76.01 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 30 | 108.30 | 13 | 80.92 | 41 | 25.07 | 46 | 86.57 | 73 | 49.64 | 61 | 56.75 | 101 | 252.20 | 72 | 72.61 |
| する～みる～ささえる回以上 | する・みる・ささえる | 171 | 104.13 | 61 | 94.67 | 66 | 26.24 | 162 | 115.15 | 96 | 84.82 | 88 | 69.15 | 216 | 247.59 | 176 | 73.10 |
| | する・みる | 186 | 100.89 | 71 | 103.24 | 111 | 28.85 | 391 | 105.31 | 221 | 77.35 | 236 | 71.94 | 969 | 263.31 | 776 | 75.02 |
| | する・ささえる | 2 | 75.00 | – | – | 1 | 60.00 | 12 | 108.33 | 11 | 81.82 | 6 | 145.00 | 5 | 370.00 | 6 | 69.17 |
| | するのみ | 10 | 134.00 | 15 | 81.33 | 7 | 35.71 | 69 | 107.72 | 68 | 69.62 | 49 | 69.71 | 82 | 268.66 | 64 | 71.92 |
| | みる・ささえる | 42 | 80.24 | 10 | 85.50 | 14 | 20.36 | 23 | 86.91 | 20 | 63.45 | 14 | 43.93 | 50 | 259.80 | 30 | 67.83 |
| | みるのみ | 132 | 95.35 | 39 | 80.41 | 78 | 25.51 | 97 | 88.27 | 98 | 61.33 | 86 | 62.36 | 387 | 267.77 | 269 | 80.43 |
| | ささえるのみ | – | – | 1 | 180.00 | 2 | 18.00 | 2 | 55.00 | 2 | 5.50 | – | – | 2 | 210.00 | 1 | 120.00 |
| | しない・みない・ささえない | 25 | 101.40 | 7 | 81.43 | 10 | 17.60 | 45 | 78.73 | 50 | 67.76 | 34 | 47.09 | 68 | 257.16 | 55 | 82.29 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に１日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q15. この１年間に行った「運動・スポーツ」の1日あたりの平均時間（分単位）

| | | グラウンド・ゴルフ・ゲートボール・パークゴルフ・ターゲットバードゴルフ等 | 平均（分） | バレーボール・ビーチバレー・ソフトバレーボール | 平均（分） | バスケットボール・3×3・ボートボール | 平均（分） | ドッジボール | 平均（分） | ハンドボール | 平均（分） | サッカー | 平均（分） | フットサル | 平均（分） | ラグビー・アメリカンフットボール・タグラグビー | 平均（分） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 182 | 101.25 | 381 | 94.98 | 295 | 85.14 | 45 | 33.60 | 36 | 75.31 | 427 | 72.91 | 320 | 82.85 | 31 | 63.29 |
| 性別 | 男性 | 114 | 106.59 | 170 | 95.93 | 224 | 90.33 | 25 | 30.68 | 22 | 72.95 | 387 | 74.22 | 300 | 83.76 | 26 | 71.92 |
| | 女性 | 67 | 93.67 | 211 | 94.21 | 69 | 66.55 | 20 | 37.25 | 14 | 79.00 | 35 | 57.91 | 18 | 71.67 | 4 | 20.50 |
| 年代 | 10代 | 1 | 30.00 | 44 | 78.43 | 40 | 72.50 | 9 | 45.00 | 8 | 117.50 | 37 | 87.70 | 11 | 60.45 | 3 | 45.00 |
| | 20代 | 14 | 80.00 | 101 | 95.13 | 98 | 89.05 | 12 | 35.83 | 15 | 64.00 | 133 | 77.44 | 113 | 84.42 | 12 | 46.83 |
| | 30代 | 12 | 113.17 | 56 | 97.88 | 65 | 90.09 | 9 | 26.89 | 9 | 67.89 | 87 | 65.30 | 99 | 92.28 | 1 | 30.00 |
| | 40代 | 10 | 112.00 | 72 | 90.36 | 58 | 89.90 | 7 | 27.14 | 2 | 65.00 | 97 | 71.99 | 63 | 78.27 | 6 | 63.33 |
| | 50代 | 13 | 91.54 | 39 | 100.38 | 24 | 69.38 | 5 | 19.00 | 1 | 10.00 | 38 | 71.58 | 27 | 70.78 | 5 | 120.00 |
| | 60代 | 17 | 81.76 | 41 | 98.20 | 10 | 75.50 | 1 | 120.00 | 1 | 60.00 | 28 | 60.79 | 6 | 51.67 | 3 | 45.00 |
| | 70代 | 115 | 106.26 | 28 | 114.29 | – | – | 2 | 15.00 | – | – | 7 | 71.43 | 1 | 20.00 | 1 | 120.00 |
| 性年代 | 男性10代 | 1 | 30.00 | 17 | 77.35 | 23 | 82.39 | 3 | 23.33 | 4 | 85.00 | 31 | 89.35 | 9 | 68.33 | 2 | 62.50 |
| | 男性20代 | 9 | 83.33 | 52 | 104.73 | 76 | 97.24 | 7 | 45.00 | 11 | 78.64 | 119 | 78.07 | 105 | 84.96 | 9 | 60.00 |
| | 男性30代 | 8 | 143.38 | 26 | 107.50 | 47 | 89.81 | 4 | 16.75 | 4 | 52.50 | 78 | 67.81 | 94 | 93.63 | 1 | 30.00 |
| | 男性40代 | 8 | 125.00 | 35 | 84.17 | 53 | 93.09 | 5 | 20.00 | 2 | 65.00 | 91 | 73.00 | 60 | 77.52 | 5 | 64.00 |
| | 男性50代 | 7 | 98.57 | 17 | 92.06 | 18 | 67.50 | 4 | 21.25 | – | – | 36 | 73.06 | 26 | 71.19 | 5 | 120.00 |
| | 男性60代 | 11 | 90.00 | 16 | 90.69 | 7 | 82.86 | 1 | 120.00 | 1 | 60.00 | 25 | 64.08 | 5 | 54.00 | 3 | 45.00 |
| | 男性70代 | 70 | 107.77 | 7 | 112.86 | – | – | 1 | 10.00 | – | – | 7 | 71.43 | 1 | 20.00 | 1 | 120.00 |
| | 女性10代 | – | – | 27 | 79.11 | 16 | 50.31 | 6 | 55.83 | 4 | 150.00 | 6 | 79.17 | 2 | 25.00 | 1 | 10.00 |
| | 女性20代 | 5 | 74.00 | 49 | 84.94 | 22 | 60.77 | 5 | 23.00 | 4 | 23.75 | 12 | 72.50 | 7 | 83.57 | 2 | 6.00 |
| | 女性30代 | 3 | 70.00 | 30 | 89.53 | 17 | 90.88 | 5 | 35.00 | 5 | 80.20 | 8 | 41.50 | 4 | 68.75 | – | – |
| | 女性40代 | 2 | 60.00 | 37 | 96.22 | 5 | 56.00 | 2 | 45.00 | – | – | 4 | 40.00 | 3 | 93.33 | 1 | 60.00 |
| | 女性50代 | 6 | 83.33 | 22 | 106.82 | 6 | 75.00 | 1 | 10.00 | 1 | 10.00 | 2 | 45.00 | 1 | 60.00 | – | – |
| | 女性60代 | 6 | 66.67 | 25 | 103.00 | 3 | 58.33 | – | – | – | – | 3 | 33.33 | 1 | 40.00 | – | – |
| | 女性70代 | 45 | 103.91 | 21 | 114.76 | – | – | 1 | 20.00 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 38 | 95.79 | 84 | 94.30 | 72 | 88.82 | 8 | 37.50 | 13 | 63.85 | 103 | 77.72 | 110 | 82.55 | 7 | 50.00 |
| | 東京都区部 | 8 | 74.38 | 33 | 96.82 | 28 | 91.43 | 1 | 5.00 | 4 | 28.75 | 40 | 77.30 | 46 | 88.35 | 3 | 101.67 |
| | 政令指定都市 | 30 | 101.50 | 51 | 92.67 | 44 | 87.16 | 7 | 42.14 | 9 | 79.44 | 63 | 77.98 | 64 | 78.38 | 4 | 11.25 |
| | 大都市 | 64 | 98.23 | 129 | 89.98 | 116 | 79.33 | 19 | 28.42 | 10 | 94.00 | 174 | 69.65 | 117 | 85.89 | 14 | 82.14 |
| | 小都市 | 63 | 110.71 | 127 | 105.06 | 83 | 90.30 | 14 | 27.29 | 13 | 72.38 | 118 | 70.67 | 77 | 80.97 | 6 | 53.33 |
| | 町村 | 17 | 89.76 | 41 | 80.90 | 24 | 84.38 | 4 | 72.50 | – | – | 32 | 83.38 | 16 | 71.75 | 4 | 35.50 |
| 居住地域 | 北海道 | 13 | 101.23 | 12 | 95.00 | 9 | 56.67 | 2 | 7.50 | 1 | 25.00 | 19 | 58.26 | 18 | 76.50 | 1 | 10.00 |
| | 東北 | 19 | 151.58 | 23 | 112.39 | 18 | 63.11 | 2 | 25.00 | 1 | 120.00 | 21 | 68.33 | 15 | 66.33 | 3 | 60.33 |
| | 北関東 | 15 | 93.20 | 19 | 93.26 | 10 | 101.50 | 4 | 15.00 | 4 | 50.00 | 26 | 72.00 | 11 | 69.64 | 2 | 120.00 |
| | 首都圏 | 36 | 113.25 | 84 | 99.49 | 90 | 82.18 | 7 | 50.71 | 11 | 42.36 | 121 | 75.71 | 110 | 84.23 | 10 | 60.70 |
| | 北陸 | 10 | 85.60 | 13 | 81.92 | 12 | 64.17 | 2 | 22.50 | – | – | 18 | 73.33 | 19 | 70.26 | – | – |
| | 東山 | 10 | 101.00 | 16 | 97.50 | 14 | 91.43 | 3 | 14.00 | 3 | 83.33 | 10 | 82.00 | 5 | 84.00 | 1 | 60.00 |
| | 東海 | 8 | 70.75 | 39 | 90.36 | 27 | 100.56 | 3 | 13.33 | 3 | 93.33 | 43 | 79.77 | 38 | 93.03 | 2 | 90.00 |
| | 近畿二府一県 | 19 | 88.16 | 52 | 91.46 | 43 | 98.63 | 8 | 28.75 | 2 | 55.00 | 61 | 72.62 | 45 | 88.56 | 5 | 22.80 |
| | その他近畿圏 | 6 | 105.00 | 10 | 107.10 | 8 | 65.63 | 1 | 30.00 | – | – | 14 | 45.36 | 7 | 74.29 | – | – |
| | 中国 | 15 | 96.67 | 32 | 98.44 | 13 | 68.54 | 3 | 35.00 | 6 | 105.00 | 30 | 75.67 | 16 | 89.25 | – | – |
| | 四国 | 2 | 150.00 | 14 | 95.00 | 11 | 60.45 | 1 | 30.00 | 2 | 120.00 | 14 | 59.00 | 6 | 81.67 | – | – |
| | 九州・沖縄 | 29 | 78.28 | 67 | 87.72 | 40 | 99.33 | 9 | 56.67 | 3 | 130.00 | 50 | 76.50 | 30 | 79.87 | 7 | 81.43 |
| 職業 | 自営業主 | 16 | 79.63 | 19 | 106.32 | 24 | 104.50 | 4 | 55.00 | 3 | 55.00 | 27 | 84.52 | 19 | 83.32 | 2 | 70.00 |
| | 家族従業者 | – | – | 1 | 120.00 | 2 | 72.50 | 1 | 15.00 | 1 | 25.00 | 1 | 120.00 | 2 | 42.50 | – | – |
| | 雇用者 | 53 | 100.74 | 246 | 94.62 | 206 | 86.71 | 32 | 26.00 | 21 | 63.81 | 300 | 71.35 | 257 | 83.30 | 21 | 70.71 |
| | （小計）就労者 | 69 | 95.84 | 266 | 95.55 | 232 | 88.43 | 37 | 28.84 | 25 | 61.20 | 328 | 72.59 | 278 | 83.01 | 23 | 70.65 |
| | 主婦・主夫 | 34 | 101.18 | 33 | 111.36 | 1 | 30.00 | – | – | 2 | 120.00 | 5 | 34.40 | 3 | 40.00 | 1 | 60.00 |
| | 学生 | 2 | 55.00 | 61 | 82.38 | 49 | 81.45 | 6 | 50.83 | 8 | 117.50 | 62 | 74.71 | 30 | 86.53 | 3 | 45.00 |
| | 無職 | 72 | 105.49 | 15 | 102.67 | 6 | 24.17 | 2 | 70.00 | – | – | 13 | 69.62 | 5 | 80.00 | 2 | 65.00 |
| | その他 | 4 | 137.50 | 2 | 120.00 | 3 | 50.33 | – | – | – | – | 9 | 69.89 | 3 | 76.67 | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 120.00 | 4 | 72.50 | 4 | 71.25 | – | – | 1 | 1.00 | 10 | 98.50 | 1 | 90.00 | 2 | 6.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 3 | 110.00 | 3 | 46.67 | 4 | 106.25 | – | – | – | – | 7 | 79.29 | 2 | 40.00 | – | – |
| | 高校 | 65 | 100.95 | 106 | 99.24 | 72 | 72.53 | 9 | 31.89 | 8 | 85.00 | 93 | 79.99 | 58 | 81.91 | 8 | 50.63 |
| | 短大・高専 | 20 | 102.00 | 32 | 100.31 | 8 | 64.38 | 3 | 23.33 | 3 | 11.67 | 13 | 50.23 | 12 | 70.08 | 2 | 62.50 |
| | 専門学校 | 18 | 108.06 | 39 | 92.08 | 40 | 92.90 | 5 | 35.00 | 3 | 50.00 | 28 | 70.04 | 20 | 90.00 | – | – |
| | 大学 | 67 | 101.60 | 174 | 95.08 | 154 | 89.92 | 27 | 34.07 | 18 | 89.22 | 250 | 73.48 | 199 | 84.77 | 18 | 66.11 |
| | 大学院 | 8 | 92.88 | 22 | 82.86 | 17 | 81.88 | 1 | 60.00 | 4 | 60.00 | 33 | 60.36 | 28 | 72.86 | 2 | 120.00 |
| | その他 | – | – | 1 | 120.00 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 1.00 | 4 | 60.00 | – | – | – | – | – | – | 3 | 53.33 | 1 | 130.00 | 1 | 2.00 |
| 世帯年収 | 収入なし | 3 | 100.00 | 4 | 72.50 | 6 | 79.17 | – | – | 1 | 5.00 | 4 | 33.75 | 1 | 60.00 | 1 | 120.00 |
| | 100万円未満 | 1 | 120.00 | 9 | 106.22 | 4 | 71.25 | – | – | 4 | 110.00 | 14 | 73.57 | 9 | 90.00 | – | – |
| | 100～200万円未満 | 13 | 105.85 | 17 | 100.00 | 5 | 82.00 | 2 | 75.00 | – | – | 12 | 61.75 | 5 | 114.00 | – | – |
| | 200～300万円未満 | 28 | 96.07 | 30 | 98.37 | 19 | 75.95 | 4 | 32.50 | 2 | 65.00 | 22 | 61.73 | 9 | 50.56 | 3 | 43.67 |
| | 300～400万円未満 | 31 | 88.87 | 37 | 86.22 | 22 | 74.55 | 6 | 10.83 | 1 | 10.00 | 25 | 73.80 | 24 | 69.71 | – | – |
| | 400～500万円未満 | 21 | 95.43 | 30 | 89.53 | 37 | 105.24 | 6 | 23.33 | 3 | 140.00 | 41 | 69.93 | 33 | 87.88 | 3 | 63.33 |
| | 500～600万円未満 | 12 | 111.75 | 32 | 90.31 | 27 | 71.67 | 3 | 50.00 | 7 | 55.71 | 52 | 68.79 | 47 | 75.96 | 4 | 31.25 |
| | 600～700万円未満 | 8 | 116.63 | 21 | 105.00 | 24 | 70.67 | 2 | 25.00 | 7 | 91.43 | 36 | 73.33 | 35 | 92.57 | 2 | 7.00 |
| | 700～800万円未満 | 9 | 141.11 | 31 | 95.16 | 27 | 95.78 | 5 | 17.40 | 2 | 105.00 | 29 | 75.17 | 27 | 89.00 | 4 | 55.00 |
| | 800～1000万円未満 | 6 | 143.33 | 36 | 97.81 | 38 | 82.50 | 8 | 26.88 | 4 | 43.75 | 56 | 71.43 | 45 | 79.02 | 3 | 81.67 |
| | 1000～1200万円未満 | 8 | 98.50 | 22 | 91.55 | 20 | 105.00 | – | – | 3 | 60.33 | 28 | 67.86 | 21 | 101.90 | 2 | 90.00 |
| | 1200万円以上 | 9 | 68.89 | 18 | 107.28 | 17 | 96.47 | 5 | 73.00 | – | – | 38 | 75.95 | 31 | 76.26 | 2 | 150.00 |
| | わからない | 16 | 106.25 | 60 | 91.35 | 28 | 73.11 | 3 | 50.00 | 2 | 55.00 | 37 | 93.11 | 13 | 68.46 | 2 | 92.50 |
| | 答えたくない | 17 | 98.29 | 34 | 100.65 | 21 | 87.19 | 1 | 10.00 | – | – | 33 | 76.58 | 20 | 94.05 | 5 | 50.40 |
| 未既婚 | 既婚者 | 135 | 103.72 | 189 | 97.93 | 133 | 81.76 | 20 | 28.75 | 14 | 78.29 | 233 | 70.66 | 167 | 81.77 | 16 | 89.69 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 45 | 98.22 | 188 | 91.48 | 159 | 88.92 | 23 | 39.65 | 21 | 72.14 | 190 | 75.88 | 150 | 83.82 | 14 | 37.50 |
| | 答えたくない | 2 | 3.00 | 4 | 120.00 | 3 | 35.00 | 2 | 12.50 | 1 | 100.00 | 4 | 62.50 | 3 | 94.33 | 1 | 2.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 28 | 102.50 | 89 | 98.25 | 78 | 99.50 | 12 | 35.42 | 12 | 75.42 | 85 | 69.22 | 85 | 84.66 | 11 | 36.27 |
| | 夫婦のみ・子なし | 90 | 97.60 | 66 | 97.06 | 37 | 79.43 | 4 | 17.50 | 6 | 51.00 | 61 | 72.49 | 51 | 83.08 | 7 | 96.43 |
| | 夫婦・子あり | 35 | 117.66 | 100 | 94.63 | 88 | 82.67 | 12 | 28.75 | 8 | 98.75 | 145 | 70.66 | 105 | 80.94 | 8 | 80.00 |
| | 親と同居（未婚） | 7 | 67.14 | 33 | 99.24 | 36 | 68.78 | 2 | 8.50 | 4 | 66.25 | 46 | 84.28 | 40 | 78.43 | 2 | 3.00 |
| | ２世帯以上同居 | 6 | 108.33 | 32 | 104.69 | 14 | 83.93 | 4 | 60.00 | – | – | 27 | 66.52 | 13 | 83.46 | – | – |
| | その他 | 14 | 109.29 | 57 | 78.40 | 39 | 86.82 | 9 | 43.33 | 5 | 69.00 | 59 | 78.92 | 23 | 90.22 | 2 | 120.00 |
| | 答えたくない | 2 | 3.00 | 4 | 120.00 | 3 | 35.00 | 2 | 12.50 | 1 | 100.00 | 4 | 62.50 | 3 | 94.33 | 1 | 2.00 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に３日以上 | 93 | 111.46 | 127 | 94.21 | 110 | 91.50 | 18 | 20.83 | 15 | 74.00 | 166 | 71.81 | 103 | 80.80 | 13 | 48.46 |
| | 週に１～２日 | 57 | 92.46 | 149 | 99.37 | 104 | 82.43 | 12 | 33.50 | 15 | 84.40 | 130 | 74.15 | 99 | 81.48 | 11 | 101.82 |
| | （小計）週に１日以上計 | 150 | 104.24 | 276 | 97.00 | 214 | 87.09 | 30 | 25.90 | 30 | 79.20 | 296 | 72.84 | 202 | 81.13 | 24 | 72.92 |
| | （小計）週１日未満 | 29 | 87.97 | 90 | 86.27 | 71 | 78.58 | 11 | 61.36 | 5 | 66.00 | 107 | 73.55 | 102 | 85.91 | 5 | 40.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 3 | 80.33 | 15 | 110.13 | 10 | 90.00 | 4 | 15.00 | 1 | 5.00 | 24 | 70.83 | 16 | 85.00 | 2 | 6.00 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 182 | 101.25 | 381 | 94.98 | 295 | 85.14 | 45 | 33.60 | 36 | 75.31 | 427 | 72.91 | 320 | 82.85 | 31 | 63.29 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に３日以上 | 54 | 108.59 | 74 | 102.26 | 66 | 92.95 | 10 | 22.00 | 8 | 80.63 | 98 | 78.32 | 57 | 82.63 | 6 | 67.33 |
| | 週に２日 | 20 | 122.50 | 70 | 99.73 | 45 | 83.33 | 3 | 43.33 | 4 | 40.00 | 58 | 62.10 | 40 | 78.00 | 4 | 122.50 |
| | （小計）週に２日以上計 | 74 | 112.35 | 144 | 101.03 | 111 | 89.05 | 13 | 26.92 | 12 | 67.08 | 156 | 72.29 | 97 | 80.72 | 10 | 89.40 |
| | （小計）週２日未満 | 78 | 93.18 | 167 | 98.22 | 141 | 84.87 | 20 | 37.10 | 18 | 95.33 | 207 | 75.16 | 179 | 83.26 | 14 | 56.50 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 10 | 85.60 | 34 | 95.26 | 15 | 82.67 | 6 | 16.67 | 1 | 5.00 | 37 | 59.92 | 28 | 89.32 | 4 | 33.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 162 | 101.47 | 345 | 99.10 | 267 | 86.49 | 39 | 30.56 | 31 | 81.48 | 400 | 72.63 | 304 | 83.01 | 28 | 64.89 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 20 | 99.50 | 36 | 55.50 | 28 | 72.32 | 6 | 53.33 | 5 | 37.00 | 27 | 77.00 | 16 | 79.88 | 3 | 48.33 |
| する〜みる〜ささえる回以上 | する・みる・ささえる | 36 | 115.50 | 93 | 100.45 | 83 | 86.52 | 18 | 31.50 | 10 | 73.00 | 144 | 71.83 | 86 | 74.94 | 17 | 63.53 |
| | する・みる | 101 | 100.87 | 132 | 91.85 | 101 | 89.43 | 8 | 16.88 | 17 | 88.88 | 137 | 73.49 | 108 | 86.58 | 6 | 91.67 |
| | する・ささえる | 3 | 90.00 | 4 | 120.00 | 4 | 70.00 | 2 | 12.50 | – | – | 1 | 58.00 | – | – | – | – |
| | するのみ | 10 | 102.00 | 47 | 102.66 | 26 | 82.50 | 2 | 25.00 | 3 | 45.00 | 14 | 78.00 | 8 | 74.13 | 1 | 120.00 |
| | みる・ささえる | 6 | 85.00 | 24 | 94.17 | 17 | 53.24 | 3 | 63.33 | 4 | 36.25 | 35 | 73.14 | 21 | 72.81 | 3 | 25.00 |
| | みるのみ | 21 | 87.67 | 57 | 83.04 | 54 | 90.61 | 6 | 36.67 | 1 | 10.00 | 78 | 74.17 | 75 | 84.37 | 2 | 62.50 |
| | ささえるのみ | – | – | 4 | 77.50 | – | – | 1 | 15.00 | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 5 | 88.20 | 20 | 105.65 | 10 | 68.10 | 5 | 62.00 | 1 | 180.00 | 18 | 68.06 | 22 | 103.00 | 2 | 6.00 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に１日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q15. この１年間に行った「運動・スポーツ」の1日あたりの平均時間（分単位）

| | | グラウンドホッケー・ラクロス | 平均（分） | ボウリング | 平均（分） | ゲートボール | 平均（分） | 柔道 | 平均（分） | 剣道 | 平均（分） | 空手道 | 平均（分） | その他武道（弓道・相撲・合気道・少林寺拳法・なぎなた・銃剣道・居合道等） | 平均（分） | レスリング | 平均（分） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 18 | 62.28 | 505 | 81.22 | 19 | 63.74 | 51 | 67.10 | 100 | 75.27 | 64 | 73.42 | 138 | 99.53 | 20 | 49.95 |
| 性別 | 男性 | 15 | 72.73 | 278 | 83.13 | 9 | 80.56 | 46 | 69.17 | 78 | 75.31 | 51 | 76.59 | 75 | 92.08 | 15 | 49.87 |
| | 女性 | 3 | 10.00 | 222 | 79.25 | 10 | 48.60 | 5 | 48.00 | 21 | 78.67 | 11 | 66.64 | 63 | 108.40 | 5 | 50.20 |
| 年代 | 10代 | 1 | 180.00 | 28 | 100.57 | 2 | 40.00 | 2 | 80.00 | 5 | 78.00 | 6 | 80.83 | 17 | 187.00 | 1 | 120.00 |
| | 20代 | 8 | 41.88 | 95 | 74.01 | 4 | 15.25 | 18 | 71.22 | 17 | 64.29 | 16 | 56.50 | 24 | 72.17 | 5 | 44.20 |
| | 30代 | 5 | 67.00 | 75 | 74.00 | 1 | 30.00 | 15 | 69.40 | 14 | 60.79 | 12 | 57.42 | 9 | 87.78 | 5 | 88.20 |
| | 40代 | – | – | 68 | 67.66 | 1 | 120.00 | 7 | 31.29 | 22 | 88.45 | 10 | 79.10 | 21 | 59.43 | 4 | 25.25 |
| | 50代 | 1 | 90.00 | 52 | 70.08 | 1 | 10.00 | 7 | 85.71 | 18 | 60.33 | 17 | 97.65 | 23 | 101.30 | 3 | 15.33 |
| | 60代 | 1 | 1.00 | 65 | 84.18 | 1 | 100.00 | 2 | 60.00 | 14 | 71.50 | 2 | 70.00 | 18 | 111.67 | 2 | 35.00 |
| | 70代 | 2 | 90.00 | 122 | 97.55 | 9 | 90.00 | – | – | 10 | 116.00 | 1 | 30.00 | 26 | 94.08 | – | – |
| 性年代 | 男性10代 | 1 | 180.00 | 10 | 133.00 | – | – | 2 | 80.00 | 4 | 82.50 | 4 | 82.50 | 7 | 128.57 | 1 | 120.00 |
| | 男性20代 | 6 | 53.33 | 55 | 77.00 | 2 | 27.50 | 14 | 77.29 | 14 | 64.50 | 14 | 56.00 | 13 | 84.46 | 3 | 60.33 |
| | 男性30代 | 4 | 80.00 | 43 | 85.93 | – | – | 15 | 69.40 | 12 | 62.58 | 7 | 58.71 | 6 | 86.67 | 4 | 65.25 |
| | 男性40代 | – | – | 35 | 63.74 | – | – | 6 | 29.83 | 15 | 82.33 | 7 | 83.00 | 13 | 49.85 | 4 | 25.25 |
| | 男性50代 | 1 | 90.00 | 27 | 63.81 | – | – | 7 | 85.71 | 13 | 54.23 | 16 | 101.88 | 14 | 107.86 | 1 | 15.00 |
| | 男性60代 | 1 | 1.00 | 39 | 84.26 | 1 | 100.00 | 2 | 60.00 | 11 | 77.27 | 2 | 70.00 | 11 | 92.73 | 2 | 35.00 |
| | 男性70代 | 2 | 90.00 | 69 | 95.81 | 6 | 95.00 | – | – | 9 | 122.22 | 1 | 30.00 | 11 | 110.00 | – | – |
| | 女性10代 | – | – | 18 | 82.56 | 2 | 40.00 | – | – | 1 | 60.00 | 2 | 77.50 | 10 | 227.90 | – | – |
| | 女性20代 | 2 | 7.50 | 38 | 69.37 | 2 | 3.00 | 4 | 50.00 | 3 | 63.33 | 1 | 90.00 | 11 | 57.64 | 2 | 20.00 |
| | 女性30代 | 1 | 15.00 | 31 | 56.94 | 1 | 30.00 | – | – | 2 | 50.00 | 4 | 62.00 | 3 | 90.00 | 1 | 180.00 |
| | 女性40代 | – | – | 32 | 73.13 | 1 | 120.00 | 1 | 40.00 | 7 | 101.57 | 3 | 70.00 | 8 | 75.00 | – | – |
| | 女性50代 | – | – | 25 | 76.84 | 1 | 10.00 | – | – | 5 | 76.20 | 1 | 30.00 | 9 | 91.11 | 2 | 15.50 |
| | 女性60代 | – | – | 25 | 86.24 | – | – | – | – | 2 | 75.00 | – | – | 7 | 141.43 | – | – |
| | 女性70代 | – | – | 53 | 99.81 | 3 | 80.00 | – | – | 1 | 60.00 | – | – | 15 | 82.40 | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7 | 90.71 | 124 | 79.59 | 1 | 30.00 | 12 | 79.33 | 27 | 70.07 | 14 | 59.43 | 36 | 120.83 | 2 | 5.50 |
| | 東京都区部 | 4 | 65.00 | 29 | 88.48 | 1 | 30.00 | 5 | 92.00 | 12 | 54.33 | 6 | 55.33 | 17 | 88.82 | 1 | 1.00 |
| | 政令指定都市 | 3 | 125.00 | 95 | 76.87 | – | – | 7 | 70.29 | 15 | 82.67 | 8 | 62.50 | 19 | 149.47 | 1 | 10.00 |
| | 大都市 | 3 | 60.00 | 193 | 83.64 | 7 | 38.57 | 15 | 74.13 | 35 | 80.37 | 21 | 66.76 | 60 | 84.15 | 8 | 71.38 |
| | 小都市 | 7 | 30.86 | 150 | 81.81 | 8 | 76.38 | 21 | 60.62 | 32 | 68.50 | 23 | 85.43 | 31 | 96.97 | 5 | 39.40 |
| | 町村 | 1 | 90.00 | 38 | 71.92 | 3 | 100.00 | 3 | 28.33 | 6 | 105.00 | 6 | 83.33 | 11 | 120.91 | 5 | 44.00 |
| 居住地域 | 北海道 | 1 | 90.00 | 17 | 91.18 | – | – | 1 | 60.00 | 4 | 105.00 | 1 | 90.00 | 5 | 126.00 | – | – |
| | 東北 | – | – | 40 | 81.38 | 3 | 55.00 | 6 | 35.33 | 8 | 60.13 | 5 | 28.40 | 6 | 106.33 | 3 | 53.33 |
| | 北関東 | 2 | 10.00 | 23 | 73.22 | – | – | 2 | 45.50 | 9 | 73.33 | 6 | 103.00 | 8 | 115.00 | – | – |
| | 首都圏 | 8 | 65.63 | 120 | 77.46 | 2 | 25.00 | 18 | 83.89 | 23 | 67.26 | 16 | 84.50 | 45 | 95.51 | 9 | 60.78 |
| | 北陸 | – | – | 14 | 75.00 | 2 | 120.00 | 1 | 5.00 | 2 | 60.00 | 3 | 41.67 | 4 | 105.00 | – | – |
| | 東山 | – | – | 25 | 86.00 | – | – | 1 | 60.00 | 7 | 90.43 | – | – | 6 | 98.33 | – | – |
| | 東海 | 2 | 115.00 | 68 | 86.63 | 1 | 1.00 | 4 | 82.50 | 8 | 63.88 | 7 | 61.57 | 15 | 157.60 | 2 | 30.50 |
| | 近畿二府一県 | 1 | 5.00 | 62 | 78.35 | 1 | 10.00 | 8 | 56.75 | 13 | 68.46 | 10 | 67.10 | 16 | 88.19 | 2 | 20.00 |
| | その他近畿圏 | – | – | 16 | 77.88 | 1 | 100.00 | 2 | 90.00 | 3 | 110.00 | 3 | 66.67 | 3 | 81.67 | – | – |
| | 中国 | 2 | 35.00 | 31 | 84.87 | 2 | 60.00 | 3 | 50.00 | 4 | 42.50 | 2 | 75.00 | 2 | 75.00 | – | – |
| | 四国 | 1 | 1.00 | 18 | 85.33 | – | – | 2 | 50.00 | 4 | 171.25 | 1 | 120.00 | 6 | 75.33 | – | – |
| | 九州・沖縄 | 1 | 180.00 | 71 | 82.66 | 7 | 75.00 | 3 | 90.00 | 15 | 72.00 | 10 | 80.00 | 22 | 73.50 | 4 | 47.75 |
| 職業 | 自営業主 | 4 | 34.00 | 32 | 80.16 | 3 | 65.00 | 6 | 50.33 | 10 | 77.20 | 9 | 86.89 | 22 | 82.27 | 1 | 30.00 |
| | 家族従業者 | – | – | 4 | 52.50 | – | – | – | – | – | – | 1 | 60.00 | 2 | 180.00 | – | – |
| | 雇用者 | 10 | 58.50 | 282 | 74.77 | 2 | 3.00 | 39 | 68.97 | 67 | 77.45 | 41 | 69.88 | 59 | 84.46 | 13 | 49.85 |
| | （小計）就労者 | 14 | 51.50 | 318 | 75.03 | 5 | 40.20 | 45 | 66.49 | 77 | 77.42 | 51 | 72.53 | 83 | 86.18 | 14 | 48.43 |
| | 主婦・主夫 | – | – | 55 | 92.09 | 2 | 105.00 | 1 | 60.00 | 4 | 67.50 | 2 | 60.00 | 17 | 94.12 | 2 | 5.50 |
| | 学生 | 1 | 180.00 | 46 | 85.07 | 3 | 30.00 | 4 | 77.50 | 8 | 78.88 | 4 | 75.00 | 21 | 167.48 | 2 | 120.00 |
| | 無職 | 2 | 105.00 | 68 | 94.19 | 9 | 78.89 | – | – | 8 | 53.13 | 4 | 57.50 | 13 | 95.77 | 1 | 10.00 |
| | その他 | – | – | 11 | 124.64 | – | – | – | – | 1 | 120.00 | 2 | 100.00 | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 10.00 | 7 | 57.29 | – | – | 1 | 60.00 | 2 | 60.00 | 1 | 150.00 | 4 | 55.00 | 1 | 60.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | – | – | 10 | 93.10 | – | – | – | – | – | – | 1 | 120.00 | 1 | 60.00 | 1 | 30.00 |
| | 高校 | 1 | 1.00 | 128 | 83.33 | 6 | 93.33 | 12 | 49.75 | 27 | 68.04 | 15 | 77.33 | 30 | 105.20 | 5 | 38.20 |
| | 短大・高専 | 1 | 10.00 | 48 | 94.38 | 2 | 60.00 | 1 | 30.00 | 8 | 61.25 | 7 | 49.29 | 7 | 69.71 | – | – |
| | 専門学校 | 2 | 65.00 | 47 | 81.51 | 4 | 41.25 | 4 | 52.75 | 5 | 150.00 | 14 | 63.64 | 14 | 116.07 | 2 | 5.50 |
| | 大学 | 8 | 73.13 | 237 | 77.46 | 7 | 52.29 | 33 | 77.09 | 53 | 69.60 | 26 | 82.81 | 73 | 101.32 | 12 | 63.92 |
| | 大学院 | 6 | 65.83 | 28 | 64.96 | – | – | 1 | 40.00 | 7 | 108.71 | – | – | 12 | 81.67 | – | – |
| | その他 | – | – | 1 | 360.00 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | 6 | 86.67 | – | – | – | – | – | – | 1 | 30.00 | 1 | 30.00 | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | – | – | 5 | 62.00 | 1 | 10.00 | 1 | 10.00 | – | – | – | – | 2 | 70.00 | – | – |
| | 100万円未満 | 1 | 10.00 | 16 | 81.94 | – | – | – | – | 4 | 100.00 | 2 | 105.00 | 3 | 100.00 | – | – |
| | 100～200万円未満 | 1 | 60.00 | 20 | 75.05 | – | – | 3 | 26.67 | 6 | 58.33 | 2 | 75.00 | 5 | 44.20 | 1 | 60.00 |
| | 200～300万円未満 | – | – | 47 | 90.77 | 5 | 73.00 | 3 | 90.00 | 4 | 90.00 | 1 | 50.00 | 12 | 81.67 | 4 | 27.50 |
| | 300～400万円未満 | 2 | 65.00 | 41 | 88.66 | 5 | 66.20 | 4 | 90.00 | 5 | 45.00 | 4 | 75.00 | 13 | 105.46 | 1 | 1.00 |
| | 400～500万円未満 | 3 | 68.33 | 58 | 79.81 | 1 | 120.00 | 5 | 55.00 | 8 | 68.75 | 6 | 91.83 | 9 | 130.00 | 3 | 8.67 |
| | 500～600万円未満 | – | – | 43 | 73.16 | 2 | 32.50 | 4 | 55.00 | 8 | 72.75 | 6 | 41.83 | 14 | 98.57 | 1 | 30.00 |
| | 600～700万円未満 | 5 | 37.20 | 31 | 82.29 | – | – | 6 | 83.67 | 5 | 42.40 | 6 | 65.17 | 10 | 64.50 | 1 | 120.00 |
| | 700～800万円未満 | 1 | 10.00 | 38 | 90.53 | – | – | 2 | 90.00 | 8 | 118.75 | 7 | 62.86 | 9 | 100.89 | 2 | 25.00 |
| | 800～1000万円未満 | 3 | 83.33 | 41 | 75.37 | – | – | 6 | 43.50 | 14 | 103.57 | 7 | 101.14 | 10 | 72.10 | 1 | 60.00 |
| | 1000～1200万円未満 | – | – | 29 | 55.41 | 2 | 75.00 | 7 | 92.86 | 7 | 51.43 | 7 | 54.29 | 9 | 89.44 | 1 | 120.00 |
| | 1200万円以上 | – | – | 30 | 60.90 | – | – | 3 | 66.67 | 10 | 92.10 | 7 | 79.00 | 7 | 84.57 | 1 | 1.00 |
| | わからない | 2 | 135.00 | 53 | 87.75 | 2 | 35.00 | 1 | 120.00 | 10 | 63.10 | 4 | 82.50 | 14 | 181.21 | 2 | 120.00 |
| | 答えたくない | – | – | 53 | 95.30 | 1 | 100.00 | 6 | 49.00 | 11 | 48.73 | 5 | 77.00 | 21 | 93.57 | 2 | 90.50 |
| 未既婚 | 既婚者 | 10 | 54.60 | 300 | 78.82 | 11 | 69.64 | 30 | 68.33 | 67 | 79.90 | 36 | 77.53 | 65 | 93.05 | 12 | 39.83 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 7 | 75.00 | 197 | 83.54 | 8 | 55.63 | 20 | 67.10 | 32 | 64.19 | 24 | 67.63 | 68 | 105.99 | 7 | 65.86 |
| | 答えたくない | 1 | 50.00 | 8 | 113.75 | – | – | 1 | 30.00 | 1 | 120.00 | 4 | 71.25 | 5 | 96.00 | 1 | 60.00 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 4 | 81.25 | 101 | 82.31 | 4 | 77.50 | 15 | 58.80 | 17 | 71.88 | 11 | 69.27 | 34 | 92.68 | 7 | 65.86 |
| | 夫婦のみ・子なし | 5 | 50.20 | 143 | 85.01 | 8 | 69.38 | 4 | 33.50 | 26 | 59.31 | 12 | 62.67 | 44 | 91.32 | 5 | 60.20 |
| | 夫婦・子あり | 2 | 95.00 | 125 | 71.40 | 2 | 60.50 | 23 | 76.74 | 32 | 90.03 | 16 | 90.00 | 15 | 104.00 | 5 | 33.20 |
| | 親と同居（未婚） | 2 | 95.00 | 35 | 74.57 | 3 | 41.67 | 2 | 90.00 | 4 | 31.25 | 8 | 56.38 | 17 | 103.29 | – | – |
| | ２世帯以上同居 | 2 | 7.50 | 24 | 93.96 | 1 | 90.00 | 3 | 60.33 | 9 | 121.11 | 10 | 78.10 | 9 | 163.44 | – | – |
| | その他 | 2 | 50.00 | 69 | 84.71 | 1 | 10.00 | 3 | 83.33 | 11 | 49.73 | 3 | 76.00 | 14 | 92.79 | 2 | 5.50 |
| | 答えたくない | 1 | 50.00 | 8 | 113.75 | – | – | 1 | 30.00 | 1 | 120.00 | 4 | 71.25 | 5 | 96.00 | 1 | 60.00 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に３日以上 | 8 | 101.88 | 170 | 86.98 | 12 | 71.67 | 23 | 82.83 | 46 | 76.33 | 32 | 63.00 | 68 | 95.71 | 9 | 67.33 |
| | 週に１～２日 | 6 | 26.67 | 175 | 84.73 | 4 | 52.75 | 15 | 58.20 | 30 | 81.73 | 25 | 79.72 | 45 | 119.27 | 2 | 15.50 |
| | （小計）週に１日以上計 | 14 | 69.64 | 345 | 85.84 | 16 | 66.94 | 38 | 73.11 | 76 | 78.46 | 57 | 70.33 | 113 | 105.09 | 11 | 57.91 |
| | （小計）週１日未満 | 3 | 45.33 | 144 | 70.34 | 3 | 46.67 | 8 | 44.25 | 17 | 68.41 | 6 | 90.00 | 20 | 71.00 | 5 | 48.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 1 | 10.00 | 16 | 79.44 | – | – | 5 | 58.00 | 7 | 57.29 | 1 | 150.00 | 5 | 88.00 | 4 | 30.50 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 18 | 62.28 | 505 | 81.22 | 19 | 63.74 | 51 | 67.10 | 100 | 75.27 | 64 | 73.42 | 138 | 99.53 | 20 | 49.95 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に３日以上 | 3 | 130.00 | 87 | 88.46 | 6 | 78.33 | 15 | 83.67 | 29 | 64.34 | 13 | 67.00 | 45 | 95.09 | 8 | 73.88 |
| | 週に２日 | 5 | 53.00 | 74 | 98.18 | 5 | 86.00 | 7 | 90.00 | 13 | 100.38 | 15 | 70.53 | 25 | 100.80 | 2 | 22.50 |
| | （小計）週に２日以上計 | 8 | 81.88 | 161 | 92.93 | 11 | 81.82 | 22 | 85.68 | 42 | 75.50 | 28 | 68.89 | 70 | 97.13 | 10 | 63.60 |
| | （小計）週２日未満 | 7 | 62.29 | 222 | 77.91 | 6 | 30.17 | 17 | 54.35 | 43 | 79.19 | 29 | 78.97 | 48 | 107.31 | 5 | 36.20 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 3 | 10.00 | 41 | 82.49 | 1 | 10.00 | 10 | 57.10 | 9 | 57.89 | 6 | 71.67 | 11 | 100.00 | 4 | 30.50 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 18 | 62.28 | 424 | 84.05 | 18 | 60.61 | 49 | 68.98 | 94 | 75.50 | 63 | 73.79 | 129 | 101.16 | 19 | 49.42 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | – | – | 81 | 66.38 | 1 | 120.00 | 2 | 21.00 | 6 | 71.67 | 1 | 50.00 | 9 | 76.11 | 1 | 60.00 |
| する～みる～ささえる回以上 | する・みる・ささえる | 7 | 39.29 | 64 | 90.08 | 6 | 58.33 | 16 | 82.06 | 36 | 93.67 | 34 | 59.97 | 32 | 102.25 | 8 | 59.63 |
| | する・みる | 6 | 115.00 | 239 | 83.38 | 10 | 72.10 | 11 | 52.27 | 25 | 69.40 | 15 | 80.00 | 50 | 90.38 | 2 | 20.00 |
| | する・ささえる | 1 | 10.00 | 1 | 60.00 | – | – | 4 | 97.50 | 6 | 65.00 | 2 | 120.00 | 7 | 120.00 | 1 | 120.00 |
| | するのみ | – | – | 41 | 94.22 | – | – | 7 | 71.43 | 9 | 51.78 | 6 | 88.33 | 24 | 135.17 | – | – |
| | みる・ささえる | 3 | 48.33 | 22 | 77.95 | 1 | 10.00 | 4 | 26.00 | 5 | 56.00 | 3 | 100.00 | 2 | 35.00 | 4 | 30.00 |
| | みるのみ | – | – | 111 | 70.76 | 2 | 65.00 | 5 | 56.00 | 12 | 71.75 | 3 | 90.00 | 15 | 84.67 | 1 | 60.00 |
| | ささえるのみ | 1 | 1.00 | 1 | 60.00 | – | – | – | – | 1 | 1.00 | – | – | 2 | 65.00 | – | – |
| | しない・みない・ささえない | – | – | 26 | 68.12 | – | – | 4 | 65.00 | 6 | 70.33 | 1 | 120.00 | 6 | 65.00 | 4 | 45.50 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に１日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q15. この１年間に行った「運動・スポーツ」の1日あたりの平均時間（分単位）

| | | ボクシング | 平均（分） | テコンドー | 平均（分） | 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 | 平均（分） | フリークライミング（ボルダリング・リードクライミング・スピードクライミング等） | 平均（分） | キャンプ・オートキャンプ | 平均（分） | ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング | 平均（分） | ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング | 平均（分） | 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 | 平均（分） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 115 | 50.82 | 9 | 31.11 | 1125 | 207.78 | 67 | 83.36 | 436 | 404.93 | 577 | 156.81 | 57 | 104.91 | 45 | 128.47 |
| 性別 | 男性 | 74 | 55.01 | 5 | 35.00 | 718 | 220.36 | 42 | 80.67 | 308 | 405.09 | 325 | 169.41 | 28 | 114.82 | 33 | 138.52 |
| | 女性 | 40 | 44.30 | 4 | 26.25 | 404 | 184.44 | 24 | 89.04 | 128 | 404.55 | 251 | 140.16 | 29 | 95.34 | 12 | 100.83 |
| 年代 | 10代 | 3 | 67.00 | 1 | 30.00 | 13 | 236.77 | 4 | 15.25 | 4 | 150.25 | 8 | 107.50 | 1 | 60.00 | 4 | 65.25 |
| | 20代 | 25 | 40.92 | 4 | 20.00 | 157 | 180.95 | 29 | 76.38 | 60 | 340.43 | 30 | 129.73 | 13 | 77.69 | 9 | 117.67 |
| | 30代 | 34 | 52.29 | – | – | 133 | 157.50 | 10 | 101.90 | 68 | 381.04 | 40 | 112.60 | 6 | 95.00 | 6 | 63.33 |
| | 40代 | 24 | 56.21 | – | – | 206 | 212.88 | 16 | 101.75 | 107 | 419.18 | 65 | 139.45 | 8 | 83.75 | 2 | 240.00 |
| | 50代 | 21 | 53.00 | 1 | 90.00 | 241 | 217.59 | 2 | 1.00 | 87 | 421.85 | 121 | 148.05 | 18 | 128.33 | 9 | 90.00 |
| | 60代 | 7 | 45.71 | 2 | 25.00 | 176 | 217.01 | 3 | 90.00 | 65 | 436.11 | 132 | 157.89 | 6 | 136.67 | 8 | 187.50 |
| | 70代 | 1 | 60.00 | 1 | 30.00 | 199 | 235.33 | 3 | 130.00 | 45 | 438.04 | 181 | 184.54 | 5 | 108.00 | 7 | 184.43 |
| 性年代 | 男性10代 | 2 | 100.00 | 1 | 30.00 | 8 | 237.50 | 2 | 28.50 | 2 | 270.00 | 3 | 157.33 | 1 | 60.00 | 2 | 25.50 |
| | 男性20代 | 21 | 44.05 | 2 | 12.50 | 95 | 192.87 | 18 | 73.89 | 40 | 304.68 | 16 | 131.56 | 5 | 79.00 | 8 | 102.38 |
| | 男性30代 | 17 | 56.59 | – | – | 87 | 161.79 | 8 | 103.75 | 41 | 370.00 | 23 | 136.87 | 4 | 127.50 | 2 | 75.00 |
| | 男性40代 | 17 | 61.71 | – | – | 125 | 224.78 | 9 | 96.67 | 70 | 453.00 | 31 | 172.74 | 3 | 113.33 | 2 | 240.00 |
| | 男性50代 | 14 | 58.93 | 1 | 90.00 | 159 | 233.09 | 1 | 1.00 | 69 | 410.97 | 71 | 145.44 | 5 | 134.00 | 4 | 70.00 |
| | 男性60代 | 3 | 36.67 | 1 | 30.00 | 122 | 230.15 | 2 | 45.00 | 48 | 426.50 | 76 | 172.29 | 6 | 136.67 | 8 | 187.50 |
| | 男性70代 | – | – | – | – | 122 | 251.50 | 2 | 105.00 | 38 | 429.79 | 105 | 195.78 | 4 | 105.00 | 7 | 184.43 |
| | 女性10代 | 1 | 1.00 | – | – | 5 | 235.60 | 2 | 2.00 | 2 | 30.50 | 5 | 77.60 | – | – | 2 | 105.00 |
| | 女性20代 | 4 | 24.50 | 2 | 27.50 | 62 | 162.68 | 10 | 82.50 | 20 | 411.95 | 14 | 127.64 | 8 | 76.88 | 1 | 240.00 |
| | 女性30代 | 16 | 50.94 | – | – | 46 | 149.39 | 2 | 94.50 | 27 | 397.81 | 17 | 79.76 | 2 | 30.00 | 4 | 57.50 |
| | 女性40代 | 7 | 42.86 | – | – | 80 | 193.20 | 7 | 108.29 | 37 | 355.19 | 34 | 109.09 | 5 | 66.00 | – | – |
| | 女性50代 | 7 | 41.14 | – | – | 81 | 185.41 | 1 | 1.00 | 18 | 463.56 | 49 | 149.96 | 13 | 126.15 | 5 | 106.00 |
| | 女性60代 | 4 | 52.50 | 1 | 20.00 | 54 | 187.31 | 1 | 180.00 | 17 | 463.24 | 56 | 138.36 | – | – | – | – |
| | 女性70代 | 1 | 60.00 | 1 | 30.00 | 76 | 207.74 | 1 | 180.00 | 7 | 482.86 | 76 | 169.01 | 1 | 120.00 | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 41 | 52.46 | 2 | 47.50 | 296 | 216.21 | 17 | 107.12 | 103 | 424.86 | 153 | 162.86 | 9 | 93.89 | 8 | 73.75 |
| | 東京都区部 | 23 | 55.57 | 2 | 47.50 | 107 | 210.94 | 7 | 117.14 | 28 | 422.57 | 45 | 142.62 | 2 | 55.00 | 1 | 120.00 |
| | 政令指定都市 | 18 | 48.50 | – | – | 189 | 219.20 | 10 | 100.10 | 75 | 425.72 | 108 | 171.30 | 7 | 105.00 | 7 | 67.14 |
| | 大都市 | 42 | 57.64 | 4 | 26.25 | 449 | 211.33 | 32 | 78.31 | 176 | 404.28 | 232 | 155.31 | 22 | 110.68 | 19 | 131.00 |
| | 小都市 | 24 | 40.29 | 2 | 20.00 | 298 | 195.13 | 15 | 75.47 | 121 | 394.93 | 154 | 154.26 | 17 | 98.82 | 11 | 136.55 |
| | 町村 | 8 | 38.13 | 1 | 40.00 | 82 | 203.89 | 3 | 42.00 | 36 | 384.67 | 38 | 151.89 | 9 | 113.33 | 7 | 171.43 |
| 居住地域 | 北海道 | 3 | 72.67 | 1 | 30.00 | 35 | 215.00 | 1 | 37.00 | 31 | 436.16 | 7 | 82.14 | 2 | 120.00 | 2 | 180.00 |
| | 東北 | 9 | 42.44 | – | – | 65 | 203.77 | 1 | 78.00 | 28 | 373.04 | 28 | 113.93 | 5 | 123.00 | 1 | 1.00 |
| | 北関東 | 3 | 16.67 | – | – | 77 | 209.26 | 6 | 80.00 | 26 | 459.58 | 49 | 150.57 | 3 | 76.67 | 5 | 154.00 |
| | 首都圏 | 53 | 58.00 | 2 | 47.50 | 352 | 218.14 | 24 | 98.83 | 113 | 413.03 | 185 | 164.72 | 15 | 104.00 | 11 | 75.27 |
| | 北陸 | 2 | 10.50 | 1 | 20.00 | 50 | 203.80 | 3 | 67.67 | 17 | 411.59 | 13 | 146.15 | 1 | 10.00 | 1 | 300.00 |
| | 東山 | 2 | 50.00 | 1 | 30.00 | 65 | 213.20 | 1 | 60.00 | 18 | 396.44 | 27 | 170.93 | 2 | 150.00 | 1 | 120.00 |
| | 東海 | 3 | 38.33 | – | – | 110 | 229.84 | 9 | 97.78 | 54 | 403.44 | 64 | 167.28 | 10 | 108.50 | 4 | 132.50 |
| | 近畿二府一県 | 16 | 50.94 | 3 | 21.67 | 137 | 215.67 | 10 | 99.10 | 56 | 391.93 | 121 | 181.23 | 5 | 103.00 | 8 | 136.38 |
| | その他近畿圏 | 3 | 30.00 | – | – | 29 | 205.90 | – | – | 11 | 376.91 | 21 | 147.57 | 4 | 138.75 | 4 | 112.75 |
| | 中国 | 2 | 40.00 | 1 | 40.00 | 70 | 172.90 | 2 | 10.50 | 23 | 366.26 | 24 | 136.67 | 3 | 70.00 | 2 | 100.00 |
| | 四国 | 2 | 25.00 | – | – | 25 | 180.20 | 4 | 40.00 | 9 | 406.67 | 11 | 65.91 | 1 | 240.00 | 1 | 200.00 |
| | 九州・沖縄 | 17 | 49.94 | – | – | 110 | 169.33 | 6 | 50.50 | 50 | 397.32 | 27 | 96.59 | 6 | 70.00 | 5 | 186.00 |
| 職業 | 自営業主 | 16 | 41.94 | – | – | 105 | 198.07 | 6 | 44.67 | 46 | 378.15 | 50 | 193.68 | 6 | 158.33 | 9 | 97.78 |
| | 家族従業者 | 2 | 30.00 | – | – | 3 | 220.00 | 1 | 60.00 | 5 | 640.00 | 2 | 120.00 | 1 | 60.00 | 1 | 60.00 |
| | 雇用者 | 76 | 55.07 | 3 | 38.33 | 710 | 205.87 | 50 | 90.78 | 299 | 410.90 | 294 | 147.24 | 32 | 98.13 | 25 | 119.24 |
| | （小計）就労者 | 94 | 52.30 | 3 | 38.33 | 818 | 204.92 | 57 | 85.39 | 350 | 409.87 | 346 | 153.79 | 39 | 106.41 | 35 | 109.46 |
| | 主婦・主夫 | 7 | 41.86 | 3 | 30.00 | 86 | 209.28 | 1 | 10.00 | 29 | 398.41 | 92 | 146.27 | 7 | 110.00 | – | – |
| | 学生 | 4 | 66.25 | 1 | 30.00 | 29 | 244.28 | 5 | 39.60 | 11 | 280.09 | 12 | 116.67 | 3 | 100.00 | 5 | 160.00 |
| | 無職 | 5 | 31.00 | 1 | 30.00 | 161 | 218.90 | 4 | 127.50 | 42 | 413.14 | 115 | 177.74 | 4 | 111.25 | 4 | 197.50 |
| | その他 | 2 | 25.00 | 1 | 15.00 | 17 | 212.41 | – | – | – | – | 9 | 178.33 | 2 | 45.00 | – | – |
| | 答えたくない | 3 | 55.00 | – | – | 14 | 156.57 | – | – | 4 | 277.50 | 3 | 121.33 | 2 | 112.50 | 1 | 360.00 |
| 最終学歴 | 中学校 | 2 | 12.50 | – | – | 5 | 234.00 | 1 | 5.00 | 6 | 361.67 | 4 | 172.50 | – | – | – | – |
| | 高校 | 21 | 44.67 | 2 | 30.00 | 204 | 211.00 | 9 | 89.67 | 88 | 483.56 | 113 | 155.50 | 6 | 101.67 | 13 | 163.00 |
| | 短大・高専 | 10 | 39.60 | 1 | 20.00 | 97 | 196.80 | 6 | 118.50 | 36 | 379.19 | 58 | 142.64 | 8 | 180.00 | 4 | 40.00 |
| | 専門学校 | 13 | 52.31 | 2 | 27.50 | 96 | 192.92 | 7 | 42.43 | 55 | 351.93 | 42 | 151.83 | 8 | 82.50 | 5 | 58.20 |
| | 大学 | 60 | 57.82 | 3 | 46.67 | 628 | 212.21 | 35 | 76.14 | 230 | 406.56 | 306 | 165.06 | 31 | 84.19 | 20 | 139.05 |
| | 大学院 | 6 | 41.67 | 1 | 5.00 | 86 | 200.83 | 9 | 122.22 | 20 | 247.55 | 52 | 133.42 | 3 | 200.00 | 3 | 143.33 |
| | その他 | – | – | – | – | 1 | 60.00 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 3 | 28.67 | – | – | 8 | 165.88 | – | – | 1 | 360.00 | 2 | 61.00 | 1 | 60.00 | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 2 | 62.50 | – | – | 12 | 277.50 | 1 | 120.00 | 4 | 505.00 | 7 | 114.57 | 3 | 210.00 | – | – |
| | 100万円未満 | 3 | 18.00 | – | – | 21 | 174.33 | 4 | 47.50 | 7 | 78.71 | 4 | 180.00 | – | – | 4 | 187.50 |
| | 100～200万円未満 | 4 | 31.25 | 2 | 30.00 | 38 | 167.47 | 3 | 90.00 | 7 | 511.43 | 33 | 125.30 | 5 | 96.00 | – | – |
| | 200～300万円未満 | 13 | 44.23 | 1 | 30.00 | 90 | 185.06 | 5 | 80.40 | 33 | 363.33 | 55 | 175.27 | – | – | 1 | 1.00 |
| | 300～400万円未満 | 9 | 50.00 | 1 | 20.00 | 114 | 209.75 | 5 | 132.00 | 32 | 355.63 | 59 | 154.32 | 2 | 105.00 | 5 | 110.20 |
| | 400～500万円未満 | 8 | 42.50 | 1 | 30.00 | 129 | 196.38 | 8 | 70.63 | 41 | 408.46 | 67 | 164.36 | 9 | 80.56 | 7 | 175.86 |
| | 500～600万円未満 | 9 | 46.44 | 1 | 30.00 | 119 | 211.50 | 6 | 71.83 | 36 | 428.19 | 49 | 164.53 | 7 | 66.43 | 6 | 109.67 |
| | 600～700万円未満 | 6 | 66.67 | 1 | 5.00 | 84 | 200.76 | 4 | 58.75 | 45 | 381.22 | 33 | 146.00 | 6 | 196.67 | 3 | 40.00 |
| | 700～800万円未満 | 11 | 39.64 | 2 | 52.50 | 77 | 200.53 | 2 | 99.00 | 31 | 373.00 | 36 | 175.00 | 6 | 115.00 | 4 | 97.50 |
| | 800～1000万円未満 | 16 | 55.88 | – | – | 106 | 202.17 | 3 | 100.00 | 50 | 381.16 | 49 | 169.18 | 7 | 85.00 | 3 | 240.00 |
| | 1000～1200万円未満 | 8 | 65.38 | – | – | 58 | 230.17 | 12 | 62.58 | 28 | 463.07 | 32 | 131.59 | 1 | 60.00 | – | – |
| | 1200万円以上 | 6 | 45.17 | – | – | 95 | 252.88 | 8 | 99.88 | 54 | 446.91 | 45 | 149.98 | 5 | 102.00 | 6 | 70.00 |
| | わからない | 6 | 41.33 | – | – | 53 | 199.34 | 2 | 210.00 | 35 | 399.43 | 44 | 145.34 | 4 | 48.75 | 3 | 166.67 |
| | 答えたくない | 14 | 70.36 | – | – | 129 | 214.39 | 4 | 61.00 | 33 | 485.21 | 64 | 159.98 | 2 | 120.00 | 3 | 146.67 |
| 未既婚 | 既婚者 | 53 | 54.06 | 5 | 41.00 | 668 | 213.89 | 29 | 78.03 | 297 | 410.60 | 387 | 161.36 | 27 | 109.26 | 30 | 130.07 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 57 | 50.23 | 4 | 18.75 | 443 | 200.39 | 36 | 85.53 | 138 | 391.33 | 183 | 148.63 | 29 | 102.41 | 13 | 130.62 |
| | 答えたくない | 5 | 23.20 | – | – | 14 | 150.14 | 2 | 121.50 | 1 | 600.00 | 7 | 118.86 | 1 | 60.00 | 2 | 90.50 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 30 | 54.93 | 3 | 15.00 | 268 | 204.02 | 22 | 96.59 | 61 | 397.15 | 113 | 154.62 | 18 | 116.94 | 10 | 161.00 |
| | 夫婦のみ・子なし | 28 | 47.39 | 3 | 53.33 | 364 | 210.04 | 13 | 81.85 | 113 | 415.88 | 240 | 170.90 | 15 | 98.67 | 13 | 154.77 |
| | 夫婦・子あり | 21 | 64.90 | 1 | 30.00 | 252 | 214.61 | 12 | 72.42 | 152 | 392.53 | 120 | 149.36 | 12 | 122.50 | 14 | 109.29 |
| | 親と同居（未婚） | 13 | 59.15 | 1 | 30.00 | 87 | 208.98 | 8 | 59.50 | 37 | 393.35 | 35 | 118.26 | 4 | 47.50 | 1 | 50.00 |
| | ２世帯以上同居 | 6 | 42.50 | – | – | 47 | 244.91 | 4 | 97.50 | 35 | 460.09 | 22 | 150.45 | – | – | 1 | 60.00 |
| | その他 | 12 | 30.50 | 1 | 15.00 | 93 | 180.05 | 6 | 69.67 | 37 | 389.43 | 40 | 144.68 | 7 | 96.43 | 4 | 84.50 |
| | 答えたくない | 5 | 23.20 | – | – | 14 | 150.14 | 2 | 121.50 | 1 | 600.00 | 7 | 118.86 | 1 | 60.00 | 2 | 90.50 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に３日以上 | 65 | 53.55 | 3 | 16.67 | 473 | 211.66 | 32 | 73.72 | 143 | 395.92 | 286 | 162.99 | 15 | 86.33 | 15 | 96.07 |
| | 週に１～２日 | 35 | 49.26 | 5 | 38.00 | 371 | 217.02 | 20 | 99.80 | 146 | 415.87 | 175 | 158.46 | 17 | 116.47 | 22 | 141.82 |
| | （小計）週に１日以上計 | 100 | 52.05 | 8 | 30.00 | 844 | 214.02 | 52 | 83.75 | 289 | 406.00 | 461 | 161.27 | 32 | 102.34 | 37 | 123.27 |
| | （小計）週１日未満 | 9 | 38.11 | 1 | 40.00 | 248 | 190.87 | 11 | 85.36 | 126 | 400.54 | 106 | 132.39 | 23 | 109.78 | 6 | 140.00 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 6 | 49.33 | – | – | 33 | 175.39 | 4 | 72.75 | 21 | 416.57 | 10 | 210.00 | 2 | 90.00 | 2 | 190.00 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 115 | 50.82 | 9 | 31.11 | 1125 | 207.78 | 67 | 83.36 | 436 | 404.93 | 577 | 156.81 | 57 | 104.91 | 45 | 128.47 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に３日以上 | 46 | 59.02 | – | – | 295 | 226.98 | 15 | 87.67 | 64 | 463.47 | 180 | 169.47 | 9 | 95.00 | 6 | 120.33 |
| | 週に２日 | 15 | 61.33 | 2 | 47.50 | 171 | 220.43 | 9 | 114.22 | 64 | 373.81 | 87 | 165.79 | 5 | 66.00 | 3 | 140.00 |
| | （小計）週に２日以上計 | 61 | 59.59 | 2 | 47.50 | 466 | 224.57 | 24 | 97.63 | 128 | 418.64 | 267 | 168.27 | 14 | 84.64 | 9 | 126.89 |
| | （小計）週２日未満 | 36 | 39.11 | 5 | 28.00 | 495 | 205.37 | 29 | 74.34 | 207 | 409.66 | 247 | 154.20 | 31 | 119.35 | 28 | 131.04 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 10 | 44.60 | 1 | 30.00 | 76 | 163.04 | 8 | 82.38 | 45 | 400.78 | 23 | 144.35 | 2 | 90.00 | 4 | 115.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 107 | 51.30 | 8 | 33.13 | 1037 | 210.90 | 61 | 84.56 | 380 | 411.63 | 537 | 160.77 | 47 | 107.77 | 41 | 128.56 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 8 | 44.38 | 1 | 15.00 | 88 | 171.05 | 6 | 71.17 | 56 | 359.46 | 40 | 103.55 | 10 | 91.50 | 4 | 127.50 |
| する〜みる〜ささえる回以上 | する・みる・ささえる | 35 | 51.06 | 4 | 17.50 | 126 | 187.14 | 22 | 59.41 | 77 | 374.14 | 48 | 151.83 | 8 | 83.13 | 19 | 127.89 |
| | する・みる | 41 | 55.85 | 2 | 25.00 | 553 | 216.32 | 23 | 94.35 | 165 | 406.67 | 339 | 165.14 | 19 | 90.00 | 14 | 126.43 |
| | する・ささえる | 3 | 61.67 | – | – | 11 | 219.09 | 1 | 37.00 | 2 | 630.00 | 5 | 30.40 | – | – | – | – |
| | するのみ | 21 | 44.90 | 2 | 60.00 | 154 | 227.35 | 6 | 140.17 | 45 | 448.11 | 69 | 158.32 | 5 | 180.00 | 4 | 90.25 |
| | みる・ささえる | 4 | 30.00 | 1 | 40.00 | 19 | 128.47 | 1 | 180.00 | 19 | 223.16 | 11 | 88.18 | 5 | 47.00 | 1 | 20.00 |
| | みるのみ | 4 | 65.00 | – | – | 189 | 192.89 | 9 | 62.33 | 96 | 437.52 | 82 | 141.66 | 14 | 109.64 | 4 | 220.00 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | 2 | 160.00 | – | – | 1 | 1020.00 | 1 | 180.00 | 1 | 360.00 | 1 | 20.00 |
| | しない・みない・ささえない | 7 | 37.00 | – | – | 71 | 195.85 | 5 | 97.80 | 31 | 385.61 | 22 | 153.05 | 5 | 115.00 | 2 | 150.00 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に１日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q15. この１年間に行った「運動・スポーツ」の1日あたりの平均時間（分単位）

| | | スクーバダイビング・フリーダイビング・スキンダイビング・シュノーケリング | 平均（分） | 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 | 平均（分） | 釣り | 平均（分） | スキー | 平均（分） | スノーボード | 平均（分） | クロスカントリースキー・スノーシュー | 平均（分） | アイススケート・アイスホッケー・カーリング | 平均（分） | アーチェリー・射撃・クレー射撃 | 平均（分） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 125 | 105.50 | 81 | 132.56 | 594 | 231.88 | 552 | 208.56 | 355 | 219.75 | 25 | 93.72 | 38 | 79.16 | 30 | 94.53 |
| 性別 | 男性 | 59 | 103.29 | 59 | 132.32 | 475 | 241.69 | 388 | 214.34 | 215 | 222.26 | 21 | 107.95 | 17 | 97.82 | 22 | 100.27 |
| | 女性 | 65 | 108.20 | 22 | 133.18 | 117 | 190.64 | 163 | 194.22 | 138 | 214.69 | 4 | 19.00 | 21 | 64.05 | 8 | 78.75 |
| 年代 | 10代 | 2 | 65.00 | 2 | 330.00 | 11 | 220.91 | 15 | 233.40 | 11 | 239.09 | 2 | 58.00 | 1 | 120.00 | 1 | 60.00 |
| | 20代 | 24 | 84.83 | 12 | 122.67 | 76 | 185.08 | 69 | 198.49 | 117 | 221.53 | 3 | 120.33 | 11 | 55.09 | 5 | 13.00 |
| | 30代 | 22 | 104.68 | 10 | 96.00 | 62 | 204.08 | 40 | 193.00 | 70 | 219.66 | 6 | 40.17 | 5 | 52.00 | 2 | 150.00 |
| | 40代 | 17 | 105.29 | 28 | 133.93 | 123 | 220.78 | 92 | 214.25 | 76 | 203.99 | 3 | 140.00 | 7 | 117.43 | 5 | 96.00 |
| | 50代 | 29 | 107.48 | 20 | 145.50 | 141 | 253.70 | 142 | 222.09 | 64 | 237.08 | 2 | 125.00 | 8 | 78.75 | 4 | 131.25 |
| | 60代 | 20 | 124.05 | 8 | 108.13 | 83 | 247.93 | 105 | 209.46 | 14 | 227.86 | 3 | 51.67 | 5 | 90.00 | 9 | 88.44 |
| | 70代 | 11 | 120.91 | 1 | 120.00 | 98 | 255.93 | 89 | 190.62 | 3 | 73.67 | 6 | 133.33 | 1 | 120.00 | 4 | 152.50 |
| 性年代 | 男性10代 | － | － | 1 | 480.00 | 6 | 235.00 | 11 | 216.45 | 4 | 250.00 | 1 | 115.00 | － | － | 1 | 60.00 |
| | 男性20代 | 14 | 68.21 | 7 | 118.86 | 52 | 219.38 | 43 | 203.51 | 64 | 230.73 | 3 | 120.33 | 7 | 69.00 | 3 | 6.67 |
| | 男性30代 | 10 | 95.00 | 5 | 78.00 | 44 | 228.16 | 28 | 204.46 | 41 | 220.95 | 6 | 40.17 | 1 | 30.00 | 1 | 240.00 |
| | 男性40代 | 4 | 105.00 | 20 | 132.00 | 94 | 216.77 | 56 | 225.02 | 46 | 199.48 | 3 | 140.00 | 4 | 175.00 | 3 | 110.00 |
| | 男性50代 | 18 | 105.72 | 17 | 145.88 | 116 | 251.22 | 110 | 226.55 | 48 | 236.10 | 1 | 240.00 | 1 | 120.00 | 4 | 131.25 |
| | 男性60代 | 9 | 157.33 | 8 | 108.13 | 72 | 264.03 | 79 | 215.53 | 11 | 213.64 | 1 | 90.00 | 4 | 82.50 | 6 | 70.17 |
| | 男性70代 | 4 | 112.50 | 1 | 120.00 | 91 | 257.32 | 61 | 192.77 | 1 | 100.00 | 6 | 133.33 | － | － | 4 | 152.50 |
| | 女性10代 | 2 | 65.00 | 1 | 180.00 | 5 | 204.00 | 4 | 280.00 | 7 | 232.86 | 1 | 1.00 | 1 | 120.00 | － | － |
| | 女性20代 | 10 | 108.10 | 5 | 128.00 | 23 | 114.26 | 26 | 190.19 | 52 | 208.69 | － | － | 4 | 30.75 | 2 | 22.50 |
| | 女性30代 | 12 | 112.75 | 5 | 114.00 | 18 | 145.22 | 12 | 166.25 | 29 | 217.83 | － | － | 4 | 57.50 | 1 | 60.00 |
| | 女性40代 | 13 | 105.38 | 8 | 138.75 | 28 | 220.71 | 36 | 197.50 | 29 | 207.83 | － | － | 3 | 40.67 | 2 | 75.00 |
| | 女性50代 | 10 | 115.40 | 3 | 143.33 | 25 | 265.20 | 32 | 206.75 | 16 | 240.00 | 1 | 10.00 | 7 | 72.86 | － | － |
| | 女性60代 | 11 | 96.82 | － | － | 11 | 142.55 | 26 | 191.00 | 3 | 280.00 | 2 | 32.50 | 1 | 120.00 | 3 | 125.00 |
| | 女性70代 | 7 | 125.71 | － | － | 7 | 237.86 | 27 | 181.70 | 2 | 60.50 | － | － | 1 | 120.00 | － | － |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 50 | 94.06 | 19 | 148.95 | 116 | 260.71 | 171 | 205.53 | 93 | 218.61 | 4 | 56.50 | 10 | 81.70 | 6 | 107.67 |
| | 東京都区部 | 22 | 82.36 | 9 | 173.33 | 25 | 336.08 | 54 | 175.09 | 45 | 241.20 | 1 | 6.00 | 6 | 107.00 | 2 | 180.00 |
| | 政令指定都市 | 28 | 103.25 | 10 | 127.00 | 91 | 240.00 | 117 | 219.57 | 48 | 197.44 | 3 | 73.33 | 4 | 43.75 | 4 | 71.50 |
| | 大都市 | 41 | 133.37 | 25 | 115.08 | 220 | 225.34 | 209 | 212.28 | 129 | 218.91 | 7 | 49.14 | 18 | 77.94 | 10 | 121.30 |
| | 小都市 | 30 | 85.37 | 30 | 122.67 | 170 | 229.46 | 132 | 205.14 | 103 | 228.08 | 12 | 123.58 | 9 | 80.89 | 9 | 76.89 |
| | 町村 | 4 | 113.75 | 7 | 192.86 | 88 | 214.91 | 40 | 213.35 | 30 | 198.33 | 2 | 145.00 | 1 | 60.00 | 5 | 57.00 |
| 居住地域 | 北海道 | 2 | 35.00 | 1 | 120.00 | 25 | 244.04 | 63 | 161.06 | 18 | 153.33 | 5 | 76.00 | 2 | 60.00 | 1 | 60.00 |
| | 東北 | 2 | 18.50 | 2 | 215.00 | 40 | 219.58 | 49 | 199.02 | 31 | 170.52 | 2 | 210.00 | 5 | 64.00 | 1 | 120.00 |
| | 北関東 | 7 | 47.57 | 4 | 150.00 | 29 | 233.62 | 29 | 245.24 | 19 | 229.00 | － | － | 3 | 80.67 | － | － |
| | 首都圏 | 57 | 115.37 | 33 | 143.33 | 111 | 252.48 | 191 | 207.36 | 122 | 230.65 | 5 | 78.80 | 11 | 85.18 | 9 | 124.44 |
| | 北陸 | 2 | 120.00 | － | － | 32 | 176.84 | 33 | 209.42 | 23 | 190.09 | 3 | 150.00 | 2 | 120.00 | 1 | 120.00 |
| | 東山 | 2 | 105.00 | 4 | 81.25 | 15 | 270.93 | 26 | 211.73 | 24 | 211.92 | 1 | 240.00 | － | － | 3 | 16.00 |
| | 東海 | 13 | 101.85 | 6 | 157.50 | 69 | 214.65 | 48 | 250.58 | 38 | 265.03 | － | － | 5 | 66.20 | 3 | 90.00 |
| | 近畿二府一県 | 14 | 98.21 | 9 | 126.67 | 96 | 217.91 | 52 | 197.48 | 37 | 223.81 | 3 | 20.33 | 4 | 41.25 | 3 | 160.67 |
| | その他近畿圏 | 1 | 90.00 | 1 | 10.00 | 23 | 255.04 | 14 | 281.43 | 11 | 303.64 | 1 | 240.00 | － | － | 2 | 52.50 |
| | 中国 | 4 | 142.50 | 1 | 180.00 | 41 | 247.10 | 25 | 225.16 | 12 | 228.33 | 1 | 10.00 | － | － | 3 | 15.33 |
| | 四国 | 1 | 15.00 | 3 | 104.00 | 32 | 252.44 | 7 | 178.57 | 3 | 193.33 | 2 | 45.00 | － | － | 1 | 180.00 |
| | 九州・沖縄 | 20 | 117.35 | 17 | 114.41 | 81 | 228.69 | 15 | 198.27 | 17 | 176.82 | 2 | 29.00 | 6 | 108.83 | 3 | 95.00 |
| 職業 | 自営業主 | 17 | 133.94 | 13 | 113.00 | 58 | 243.28 | 43 | 198.23 | 26 | 233.73 | 6 | 105.17 | 2 | 22.50 | 1 | 30.00 |
| | 家族従業者 | － | － | － | － | 2 | 150.00 | － | － | 2 | 345.00 | － | － | 1 | 25.00 | － | － |
| | 雇用者 | 80 | 103.58 | 56 | 126.93 | 362 | 223.71 | 337 | 216.59 | 272 | 220.90 | 13 | 95.92 | 29 | 84.72 | 22 | 86.64 |
| | （小計）就労者 | 97 | 108.90 | 69 | 124.30 | 422 | 226.05 | 380 | 214.51 | 300 | 222.84 | 19 | 98.84 | 32 | 78.97 | 23 | 84.17 |
| | 主婦・主夫 | 10 | 130.00 | 4 | 105.00 | 30 | 255.63 | 48 | 177.25 | 16 | 193.31 | － | － | 2 | 90.00 | 1 | 30.00 |
| | 学生 | 4 | 70.00 | 3 | 280.00 | 19 | 172.63 | 33 | 220.67 | 22 | 203.05 | 1 | 115.00 | 3 | 60.33 | 1 | 60.00 |
| | 無職 | 11 | 87.82 | 4 | 180.00 | 102 | 259.66 | 79 | 199.73 | 7 | 257.14 | 5 | 70.00 | 1 | 120.00 | 5 | 162.00 |
| | その他 | 1 | 60.00 | － | － | 11 | 219.09 | 9 | 206.78 | 2 | 120.50 | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 2 | 9.00 | 1 | 180.00 | 10 | 250.00 | 3 | 59.67 | 8 | 195.00 | － | － | － | － | － | － |
| 最終学歴 | 中学校 | 2 | 165.00 | 1 | 10.00 | 12 | 209.50 | 1 | 120.00 | 4 | 195.00 | － | － | 2 | 31.00 | － | － |
| | 高校 | 28 | 141.93 | 12 | 159.17 | 185 | 235.18 | 89 | 204.80 | 57 | 234.46 | 6 | 146.67 | 2 | 75.00 | 3 | 105.00 |
| | 短大・高専 | 11 | 118.82 | 6 | 164.33 | 32 | 200.25 | 58 | 215.76 | 30 | 218.33 | 3 | 42.33 | 3 | 77.67 | 1 | 2.00 |
| | 専門学校 | 10 | 118.00 | 15 | 114.60 | 85 | 262.67 | 50 | 223.08 | 41 | 234.39 | 2 | 120.50 | 1 | 60.00 | 4 | 142.50 |
| | 大学 | 59 | 88.08 | 45 | 130.49 | 246 | 224.41 | 291 | 209.27 | 197 | 214.69 | 8 | 67.75 | 25 | 76.92 | 19 | 85.21 |
| | 大学院 | 14 | 77.07 | 2 | 120.00 | 30 | 199.17 | 58 | 197.22 | 18 | 205.78 | 6 | 92.17 | 5 | 116.00 | 3 | 110.00 |
| | その他 | － | － | － | － | － | － | 1 | 60.00 | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 1 | 120.00 | － | － | 4 | 450.00 | 4 | 177.50 | 8 | 213.75 | － | － | － | － | － | － |
| 世帯年収 | 収入なし | 3 | 110.00 | 2 | 150.00 | 6 | 181.67 | 8 | 255.00 | 1 | 300.00 | － | － | － | － | 1 | 60.00 |
| | 100万円未満 | 1 | 100.00 | 1 | 120.00 | 16 | 197.69 | 19 | 130.37 | 9 | 206.89 | － | － | － | － | － | － |
| | 100～200万円未満 | 4 | 137.50 | 1 | 480.00 | 26 | 254.92 | 18 | 197.56 | 6 | 256.67 | － | － | 2 | 90.00 | 5 | 51.20 |
| | 200～300万円未満 | 5 | 80.20 | 11 | 113.18 | 54 | 221.11 | 35 | 201.60 | 15 | 286.00 | 2 | 102.50 | 3 | 65.00 | 3 | 55.00 |
| | 300～400万円未満 | 7 | 81.14 | 8 | 118.75 | 67 | 232.61 | 52 | 221.17 | 31 | 163.45 | 3 | 79.00 | 1 | 120.00 | － | － |
| | 400～500万円未満 | 17 | 106.35 | 6 | 123.67 | 63 | 205.94 | 52 | 185.17 | 40 | 236.63 | 2 | 150.50 | 4 | 45.00 | 4 | 93.75 |
| | 500～600万円未満 | 11 | 114.09 | 6 | 127.50 | 52 | 234.58 | 46 | 213.72 | 40 | 220.50 | 4 | 94.00 | 6 | 94.17 | 3 | 90.67 |
| | 600～700万円未満 | 9 | 135.56 | 6 | 131.67 | 43 | 196.81 | 31 | 232.87 | 26 | 240.54 | 5 | 82.60 | 2 | 180.00 | 4 | 152.50 |
| | 700～800万円未満 | 15 | 89.20 | 8 | 161.25 | 38 | 227.76 | 38 | 233.16 | 31 | 242.32 | 4 | 100.00 | 4 | 57.50 | 4 | 105.75 |
| | 800～1000万円未満 | 10 | 99.00 | 6 | 120.00 | 47 | 262.40 | 71 | 214.86 | 48 | 224.52 | － | － | 5 | 84.00 | 2 | 105.00 |
| | 1000～1200万円未満 | 12 | 62.00 | 6 | 124.33 | 31 | 221.74 | 32 | 217.94 | 29 | 220.66 | － | － | 4 | 36.00 | 1 | 30.00 |
| | 1200万円以上 | 10 | 88.30 | 7 | 150.00 | 40 | 244.23 | 59 | 205.05 | 28 | 176.71 | 2 | 155.00 | 3 | 40.67 | 2 | 127.50 |
| | わからない | 6 | 80.00 | 8 | 106.13 | 46 | 262.98 | 38 | 222.32 | 25 | 240.92 | － | － | 2 | 61.00 | － | － |
| | 答えたくない | 15 | 168.00 | 5 | 138.00 | 65 | 245.65 | 53 | 192.06 | 26 | 182.88 | 3 | 33.67 | 2 | 185.00 | 1 | 180.00 |
| 未既婚 | 既婚者 | 65 | 98.60 | 49 | 127.55 | 372 | 233.41 | 363 | 208.42 | 174 | 215.93 | 19 | 93.21 | 19 | 96.32 | 19 | 75.05 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 57 | 111.54 | 32 | 140.22 | 214 | 226.90 | 189 | 208.81 | 175 | 224.41 | 6 | 95.33 | 18 | 65.33 | 11 | 128.18 |
| | 答えたくない | 3 | 140.00 | － | － | 8 | 293.75 | － | － | 6 | 195.00 | － | － | 1 | 2.00 | － | － |
| 家族構成 | 一人暮らし | 31 | 114.35 | 19 | 136.42 | 108 | 233.43 | 114 | 193.73 | 88 | 234.36 | 1 | 90.00 | 7 | 94.29 | 9 | 135.00 |
| | 夫婦のみ・子なし | 40 | 93.60 | 17 | 97.65 | 166 | 243.92 | 172 | 207.34 | 58 | 208.72 | 9 | 43.22 | 10 | 90.00 | 12 | 92.33 |
| | 夫婦・子あり | 21 | 114.05 | 28 | 140.36 | 160 | 219.35 | 155 | 209.61 | 92 | 220.80 | 7 | 112.14 | 8 | 85.00 | 7 | 45.43 |
| | 親と同居（未婚） | 13 | 106.15 | 7 | 149.43 | 59 | 221.37 | 36 | 224.75 | 43 | 198.72 | 2 | 33.00 | 4 | 23.75 | 2 | 97.50 |
| | ２世帯以上同居 | 4 | 75.00 | 7 | 129.86 | 43 | 235.93 | 35 | 218.43 | 22 | 210.68 | 2 | 270.00 | 3 | 113.33 | － | － |
| | その他 | 13 | 107.92 | 3 | 200.00 | 50 | 227.66 | 40 | 228.73 | 46 | 230.83 | 4 | 118.25 | 5 | 66.20 | － | － |
| | 答えたくない | 3 | 140.00 | － | － | 8 | 293.75 | － | － | 6 | 195.00 | － | － | 1 | 2.00 | － | － |
| 直近1年の運動頻度 | 週に３日以上 | 44 | 108.36 | 29 | 130.17 | 171 | 247.71 | 224 | 201.19 | 107 | 223.16 | 11 | 75.09 | 14 | 88.71 | 11 | 101.18 |
| | 週に１～２日 | 37 | 97.27 | 32 | 117.25 | 180 | 204.34 | 170 | 210.57 | 119 | 217.26 | 10 | 138.70 | 7 | 106.14 | 12 | 93.50 |
| | （小計）週に１日以上計 | 81 | 103.30 | 61 | 123.39 | 351 | 225.47 | 394 | 205.24 | 226 | 220.05 | 21 | 105.38 | 21 | 94.52 | 23 | 97.17 |
| | （小計）週１日未満 | 41 | 95.59 | 17 | 164.12 | 192 | 241.86 | 144 | 215.94 | 110 | 219.28 | 3 | 40.00 | 17 | 60.18 | 7 | 85.86 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 3 | 300.33 | 3 | 140.00 | 51 | 238.41 | 14 | 225.93 | 19 | 218.89 | 1 | 10.00 | － | － | － | － |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 125 | 105.50 | 81 | 132.56 | 594 | 231.88 | 552 | 208.56 | 355 | 219.75 | 25 | 93.72 | 38 | 79.16 | 30 | 94.53 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に３日以上 | 26 | 125.35 | 22 | 145.91 | 86 | 260.12 | 137 | 202.51 | 48 | 236.04 | 4 | 63.75 | 7 | 113.14 | 4 | 101.25 |
| | 週に２日 | 6 | 106.67 | 8 | 139.38 | 71 | 221.56 | 82 | 221.99 | 39 | 242.69 | 4 | 121.25 | 2 | 195.00 | 8 | 136.63 |
| | （小計）週に２日以上計 | 32 | 121.84 | 30 | 144.17 | 157 | 242.68 | 219 | 209.80 | 87 | 239.02 | 8 | 92.50 | 9 | 131.33 | 12 | 124.83 |
| | （小計）週２日未満 | 58 | 89.21 | 43 | 118.91 | 263 | 229.65 | 242 | 206.29 | 186 | 214.85 | 13 | 108.31 | 16 | 67.06 | 11 | 86.09 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 6 | 235.17 | 6 | 146.50 | 85 | 232.04 | 31 | 218.65 | 33 | 219.36 | 1 | 10.00 | 2 | 30.00 | 2 | 8.00 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 96 | 109.21 | 79 | 130.59 | 505 | 234.10 | 492 | 208.63 | 306 | 222.21 | 22 | 98.09 | 27 | 85.74 | 25 | 98.44 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 29 | 93.21 | 2 | 210.00 | 89 | 219.27 | 60 | 207.93 | 49 | 204.41 | 3 | 61.67 | 11 | 63.00 | 5 | 75.00 |
| する～みる～ささえる回以上 | する・みる・ささえる | 16 | 51.56 | 22 | 106.91 | 64 | 198.33 | 68 | 196.28 | 57 | 185.40 | 9 | 66.44 | 6 | 104.17 | 7 | 84.29 |
| | する・みる | 50 | 104.64 | 27 | 138.33 | 230 | 228.15 | 254 | 206.07 | 127 | 232.20 | 8 | 133.13 | 13 | 80.77 | 11 | 96.36 |
| | する・ささえる | － | － | 1 | 60.00 | 4 | 262.50 | 3 | 201.67 | 2 | 61.00 | 1 | 115.00 | － | － | 1 | 120.00 |
| | するのみ | 15 | 154.00 | 11 | 125.45 | 53 | 243.79 | 69 | 211.16 | 40 | 238.80 | 3 | 145.00 | 2 | 155.00 | 4 | 116.25 |
| | みる・ささえる | 3 | 73.33 | 4 | 162.50 | 22 | 184.09 | 22 | 173.91 | 11 | 253.18 | 3 | 30.00 | 6 | 51.67 | 2 | 15.50 |
| | みるのみ | 27 | 92.19 | 8 | 146.25 | 149 | 258.83 | 102 | 221.56 | 78 | 215.21 | 1 | 40.00 | 7 | 63.00 | 4 | 127.50 |
| | ささえるのみ | － | － | 2 | 210.00 | 1 | 60.00 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | 14 | 150.79 | 6 | 161.67 | 71 | 224.24 | 34 | 230.41 | 40 | 217.73 | － | － | 4 | 68.00 | 1 | 60.00 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に１日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q15. この１年間に行った「運動・スポーツ」の1日あたりの平均時間（分単位）

| | | 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 | 平均（分） | 乗馬 | 平均（分） | レクリエーションスポーツ | 平均（分） | パラスポーツ（障害者スポーツ） | 平均（分） | ゲーム機等の情報通信機器を利用した運動・スポーツ（身体を動かすもの） | 平均（分） | その他１ | 平均（分） | その他２ | 平均（分） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 16 | 102.56 | 86 | 54.16 | 112 | 65.76 | 17 | 73.12 | 209 | 38.35 | 74 | 104.14 | 19 | 64.53 |
| 性別 | 男性 | 7 | 157.14 | 25 | 55.72 | 61 | 61.54 | 10 | 69.20 | 93 | 44.87 | 42 | 141.79 | 7 | 84.43 |
| | 女性 | 9 | 60.11 | 61 | 53.52 | 50 | 66.22 | 6 | 85.17 | 113 | 33.40 | 30 | 57.37 | 12 | 52.92 |
| 年代 | 10代 | 2 | 1.00 | 3 | 46.67 | 9 | 59.22 | – | – | 9 | 25.33 | 2 | 80.00 | 2 | 60.00 |
| | 20代 | 5 | 101.00 | 15 | 57.40 | 28 | 42.00 | 3 | 38.33 | 58 | 33.33 | 6 | 101.67 | 1 | 60.00 |
| | 30代 | 2 | 190.00 | 11 | 61.55 | 13 | 40.38 | 3 | 130.00 | 52 | 39.58 | 6 | 35.83 | – | – |
| | 40代 | 1 | 30.00 | 10 | 46.00 | 17 | 76.47 | 5 | 18.60 | 53 | 41.83 | 15 | 101.53 | 4 | 47.75 |
| | 50代 | 5 | 144.00 | 20 | 55.00 | 14 | 70.00 | 2 | 135.00 | 20 | 44.75 | 13 | 100.23 | 3 | 125.00 |
| | 60代 | 1 | 4.00 | 15 | 50.33 | 6 | 79.17 | 1 | 180.00 | 10 | 40.00 | 14 | 150.79 | 4 | 32.50 |
| | 70代 | – | – | 12 | 55.42 | 25 | 95.04 | 3 | 65.00 | 7 | 40.71 | 18 | 99.11 | 5 | 70.00 |
| 性年代 | 男性10代 | – | – | 1 | 60.00 | 3 | 61.00 | – | – | 3 | 20.00 | 1 | 40.00 | – | – |
| | 男性20代 | 2 | 195.00 | 4 | 45.25 | 15 | 29.73 | 2 | 37.50 | 28 | 35.21 | 3 | 63.33 | 1 | 60.00 |
| | 男性30代 | 2 | 190.00 | 5 | 73.40 | 11 | 43.64 | 2 | 90.00 | 25 | 44.88 | 4 | 41.25 | – | – |
| | 男性40代 | 1 | 30.00 | 4 | 40.00 | 11 | 67.73 | 3 | 20.67 | 21 | 59.05 | 11 | 128.45 | 3 | 33.67 |
| | 男性50代 | 2 | 150.00 | 4 | 66.25 | 8 | 75.00 | 1 | 180.00 | 13 | 49.62 | 7 | 155.14 | 1 | 240.00 |
| | 男性60代 | – | – | 4 | 56.25 | 4 | 81.25 | 1 | 180.00 | 3 | 40.00 | 7 | 229.71 | 1 | 30.00 |
| | 男性70代 | – | – | 3 | 45.00 | 9 | 108.33 | 1 | 15.00 | – | – | 9 | 161.44 | 1 | 160.00 |
| | 女性10代 | 2 | 1.00 | 2 | 40.00 | 6 | 58.33 | – | – | 5 | 26.00 | 1 | 120.00 | 2 | 60.00 |
| | 女性20代 | 3 | 38.33 | 11 | 61.82 | 13 | 56.15 | – | – | 29 | 31.62 | 3 | 140.00 | – | – |
| | 女性30代 | – | – | 6 | 51.67 | 2 | 22.50 | 1 | 210.00 | 27 | 34.67 | 2 | 25.00 | – | – |
| | 女性40代 | – | – | 6 | 50.00 | 5 | 51.00 | 2 | 15.50 | 31 | 31.48 | 3 | 30.00 | 1 | 90.00 |
| | 女性50代 | 3 | 140.00 | 16 | 52.19 | 6 | 63.33 | 1 | 90.00 | 7 | 35.71 | 5 | 41.40 | 2 | 67.50 |
| | 女性60代 | 1 | 4.00 | 11 | 48.18 | 2 | 75.00 | – | – | 7 | 40.00 | 7 | 71.86 | 3 | 33.33 |
| | 女性70代 | – | – | 9 | 58.89 | 16 | 87.56 | 2 | 90.00 | 7 | 40.71 | 9 | 36.78 | 4 | 47.50 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 2 | 150.00 | 31 | 58.55 | 13 | 69.23 | 2 | 75.00 | 64 | 38.81 | 16 | 85.00 | 5 | 28.00 |
| | 東京都区部 | 1 | 200.00 | 14 | 60.00 | 5 | 50.00 | 1 | 90.00 | 27 | 40.19 | 5 | 105.00 | 2 | 25.00 |
| | 政令指定都市 | 1 | 100.00 | 17 | 57.35 | 8 | 81.25 | 1 | 60.00 | 37 | 37.81 | 11 | 75.91 | 3 | 30.00 |
| | 大都市 | 7 | 102.86 | 28 | 55.61 | 58 | 62.40 | 9 | 70.00 | 68 | 33.03 | 29 | 141.00 | 8 | 74.50 |
| | 小都市 | 6 | 103.33 | 22 | 45.91 | 35 | 67.31 | 5 | 68.60 | 65 | 44.06 | 21 | 82.71 | 6 | 81.67 |
| | 町村 | 1 | 1.00 | 5 | 55.20 | 6 | 81.67 | 1 | 120.00 | 12 | 35.17 | 8 | 65.00 | – | – |
| 居住地域 | 北海道 | 1 | 30.00 | 1 | 90.00 | 6 | 62.67 | 2 | 15.50 | 6 | 29.17 | 1 | 25.00 | – | – |
| | 東北 | 1 | 60.00 | 3 | 45.00 | 12 | 59.17 | 3 | 150.00 | 21 | 39.33 | 7 | 173.57 | 2 | 60.00 |
| | 北関東 | – | – | 3 | 30.00 | 10 | 50.50 | 1 | 30.00 | 8 | 37.25 | 5 | 87.60 | 2 | 30.50 |
| | 首都圏 | 6 | 130.00 | 38 | 60.71 | 20 | 73.20 | 2 | 105.00 | 65 | 33.78 | 25 | 68.44 | 7 | 38.57 |
| | 北陸 | – | – | 4 | 37.75 | 7 | 43.57 | – | – | 16 | 31.94 | 3 | 63.33 | 3 | 53.33 |
| | 東山 | 1 | 10.00 | 1 | 160.00 | 5 | 96.00 | 1 | 2.00 | 11 | 21.82 | 2 | 75.00 | – | – |
| | 東海 | 2 | 225.00 | 6 | 57.50 | 7 | 62.86 | 2 | 75.00 | 20 | 64.70 | 6 | 176.17 | 1 | 240.00 |
| | 近畿二府一県 | 2 | 152.00 | 15 | 47.33 | 14 | 43.21 | 2 | 45.00 | 19 | 39.11 | 6 | 93.33 | 2 | 117.50 |
| | その他近畿圏 | – | – | 1 | 90.00 | 3 | 70.00 | 1 | 40.00 | 6 | 33.33 | 2 | 40.00 | – | – |
| | 中国 | 1 | 1.00 | 2 | 32.50 | 1 | 90.00 | 1 | 180.00 | 15 | 50.60 | 5 | 182.00 | – | – |
| | 四国 | – | – | 2 | 45.00 | 7 | 66.43 | – | – | 5 | 31.60 | 2 | 270.00 | – | – |
| | 九州・沖縄 | 2 | 3.00 | 10 | 42.50 | 20 | 85.75 | 2 | 30.00 | 17 | 36.24 | 10 | 83.00 | 2 | 70.00 |
| 職業 | 自営業主 | 2 | 190.00 | 11 | 50.91 | 14 | 57.50 | – | – | 9 | 32.89 | 5 | 111.60 | 2 | 125.00 |
| | 家族従業者 | – | – | – | – | – | – | – | – | 2 | 45.00 | – | – | 1 | 90.00 |
| | 雇用者 | 9 | 99.00 | 47 | 55.04 | 52 | 62.81 | 12 | 76.50 | 133 | 35.94 | 31 | 164.29 | 5 | 56.00 |
| | （小計）就労者 | 11 | 115.55 | 58 | 54.26 | 66 | 61.68 | 12 | 76.50 | 144 | 35.88 | 36 | 156.97 | 8 | 77.50 |
| | 主婦・主夫 | 2 | 32.00 | 10 | 62.50 | 14 | 71.50 | 2 | 105.00 | 16 | 38.13 | 12 | 32.42 | 3 | 45.00 |
| | 学生 | 1 | 1.00 | 4 | 57.50 | 11 | 47.55 | – | – | 16 | 35.06 | 4 | 50.00 | 2 | 60.00 |
| | 無職 | – | – | 10 | 44.50 | 17 | 89.41 | – | – | 24 | 34.00 | 19 | 71.63 | 6 | 58.50 |
| | その他 | – | – | 1 | 90.00 | 2 | 110.00 | 2 | 37.50 | 4 | 28.75 | 2 | 45.00 | – | – |
| | 答えたくない | 2 | 152.50 | 3 | 40.33 | 2 | 15.00 | 1 | 40.00 | 5 | 149.60 | 1 | 15.00 | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | – | – | – | – | 2 | 20.00 | – | – | 2 | 21.00 | 1 | 60.00 | – | – |
| | 高校 | 1 | 300.00 | 12 | 49.25 | 28 | 78.68 | 5 | 74.00 | 42 | 59.05 | 24 | 101.25 | 6 | 71.00 |
| | 短大・高専 | 3 | 24.67 | 12 | 50.83 | 9 | 76.78 | 1 | 120.00 | 15 | 42.00 | 7 | 73.71 | 3 | 36.67 |
| | 専門学校 | 1 | 1.00 | 12 | 50.00 | 12 | 82.92 | 3 | 80.00 | 26 | 35.58 | 12 | 99.75 | 3 | 50.00 |
| | 大学 | 10 | 126.10 | 37 | 60.05 | 57 | 58.70 | 6 | 85.00 | 105 | 32.90 | 28 | 119.75 | 7 | 77.14 |
| | 大学院 | – | – | 11 | 49.55 | 4 | 22.50 | 2 | 1.50 | 18 | 26.39 | 2 | 75.00 | – | – |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 5.00 | 2 | 45.00 | – | – | – | – | 1 | 10.00 | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 1 | 4.00 | 2 | 45.00 | 2 | 60.00 | – | – | 6 | 43.33 | 1 | 90.00 | – | – |
| | 100万円未満 | – | – | 5 | 39.00 | – | – | – | – | 10 | 24.60 | 4 | 43.75 | 1 | 90.00 |
| | 100～200万円未満 | – | – | 4 | 47.50 | 4 | 53.75 | 2 | 37.50 | 11 | 42.27 | 7 | 155.00 | 4 | 27.75 |
| | 200～300万円未満 | – | – | 6 | 56.67 | 17 | 69.12 | – | – | 14 | 45.29 | 8 | 93.50 | 1 | 90.00 |
| | 300～400万円未満 | – | – | 6 | 59.17 | 16 | 95.31 | 3 | 120.00 | 18 | 55.28 | 9 | 37.44 | 1 | 30.00 |
| | 400～500万円未満 | 1 | 30.00 | 7 | 63.14 | 17 | 57.35 | – | – | 18 | 28.61 | 6 | 165.83 | 2 | 30.00 |
| | 500～600万円未満 | 1 | 10.00 | 8 | 67.50 | 6 | 39.33 | 3 | 85.00 | 22 | 39.32 | 6 | 238.00 | – | – |
| | 600～700万円未満 | 2 | 95.00 | 7 | 47.86 | 4 | 27.50 | 1 | 30.00 | 16 | 64.94 | 4 | 81.25 | – | – |
| | 700～800万円未満 | 2 | 80.00 | 4 | 45.00 | 3 | 60.00 | 1 | 180.00 | 16 | 28.25 | 1 | 5.00 | 1 | 60.00 |
| | 800～1000万円未満 | – | – | 6 | 62.50 | 8 | 51.25 | 2 | 1.50 | 23 | 29.70 | 6 | 52.17 | 3 | 53.33 |
| | 1000～1200万円未満 | 3 | 127.00 | 7 | 75.00 | 9 | 67.22 | 1 | 90.00 | 14 | 50.21 | 5 | 98.00 | 3 | 100.00 |
| | 1200万円以上 | 3 | 186.67 | 5 | 44.00 | 8 | 36.38 | 1 | 120.00 | 7 | 36.43 | 5 | 97.00 | – | – |
| | わからない | 1 | 300.00 | 9 | 56.78 | 11 | 71.18 | 2 | 45.00 | 23 | 28.87 | 5 | 128.00 | 2 | 82.50 |
| | 答えたくない | 2 | 3.00 | 10 | 36.00 | 7 | 105.71 | 1 | 40.00 | 11 | 21.82 | 7 | 84.29 | 1 | 160.00 |
| 未既婚 | 既婚者 | 10 | 120.40 | 42 | 53.21 | 52 | 75.62 | 8 | 71.63 | 87 | 43.98 | 45 | 101.62 | 13 | 64.31 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 5 | 86.40 | 42 | 56.50 | 60 | 57.22 | 8 | 78.75 | 121 | 34.46 | 28 | 111.54 | 6 | 65.00 |
| | 答えたくない | 1 | 5.00 | 2 | 25.00 | – | – | 1 | 40.00 | 1 | 20.00 | 1 | 10.00 | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 1 | 100.00 | 28 | 53.82 | 27 | 55.37 | 4 | 37.50 | 48 | 29.56 | 15 | 90.33 | 3 | 70.00 |
| | 夫婦のみ・子なし | 5 | 44.80 | 27 | 49.81 | 27 | 73.96 | 3 | 110.00 | 33 | 29.85 | 29 | 127.00 | 10 | 67.60 |
| | 夫婦・子あり | 4 | 155.00 | 13 | 55.77 | 19 | 73.95 | 4 | 60.25 | 45 | 42.11 | 13 | 57.92 | 3 | 53.33 |
| | 親と同居（未婚） | 2 | 15.50 | 8 | 66.38 | 15 | 38.53 | 3 | 150.00 | 37 | 34.76 | 5 | 258.00 | 2 | 75.00 |
| | ２世帯以上同居 | 1 | 360.00 | 3 | 70.00 | 7 | 81.43 | 1 | 30.00 | 11 | 96.82 | 2 | 67.50 | – | – |
| | その他 | 2 | 150.50 | 5 | 58.00 | 17 | 77.65 | 1 | 2.00 | 34 | 39.59 | 9 | 53.33 | 1 | 30.00 |
| | 答えたくない | 1 | 5.00 | 2 | 25.00 | – | – | 1 | 40.00 | 1 | 20.00 | 1 | 10.00 | – | – |
| 直近1年の運動頻度 | 週に３日以上 | 5 | 94.20 | 38 | 61.24 | 50 | 73.22 | 9 | 53.11 | 85 | 35.32 | 32 | 80.81 | 11 | 48.64 |
| | 週に１～２日 | 8 | 137.63 | 23 | 48.04 | 41 | 57.41 | 4 | 86.25 | 63 | 39.57 | 21 | 119.33 | 6 | 110.00 |
| | （小計）週に１日以上計 | 13 | 120.92 | 61 | 56.26 | 91 | 66.10 | 13 | 63.31 | 148 | 37.13 | 53 | 96.08 | 17 | 70.29 |
| | （小計）週１日未満 | 3 | 23.00 | 19 | 53.95 | 17 | 67.65 | 4 | 105.00 | 45 | 35.71 | 12 | 175.75 | – | – |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | – | – | 6 | 33.50 | 4 | 50.00 | – | – | 16 | 57.13 | 9 | 56.11 | 2 | 15.50 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 16 | 102.56 | 86 | 54.16 | 112 | 65.76 | 17 | 73.12 | 209 | 38.35 | 74 | 104.14 | 19 | 64.53 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に３日以上 | 1 | 60.00 | 17 | 60.88 | 23 | 78.26 | 5 | 68.60 | 43 | 35.49 | 15 | 105.33 | 7 | 43.57 |
| | 週に２日 | 2 | 65.00 | 11 | 53.64 | 17 | 83.18 | – | – | 18 | 42.39 | 12 | 89.58 | 5 | 134.00 |
| | （小計）週に２日以上計 | 3 | 63.33 | 28 | 58.04 | 40 | 80.35 | 5 | 68.60 | 61 | 37.52 | 27 | 98.33 | 12 | 81.25 |
| | （小計）週２日未満 | 12 | 120.50 | 37 | 57.22 | 48 | 53.77 | 10 | 81.00 | 81 | 37.98 | 22 | 171.55 | 2 | 75.00 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 1 | 5.00 | 13 | 43.54 | 9 | 66.67 | 1 | 30.00 | 28 | 51.57 | 15 | 79.20 | 3 | 13.67 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 16 | 102.56 | 78 | 55.23 | 97 | 65.93 | 16 | 73.94 | 170 | 40.05 | 64 | 119.02 | 17 | 68.59 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | – | – | 8 | 43.75 | 15 | 64.67 | 1 | 60.00 | 39 | 30.95 | 10 | 8.90 | 2 | 30.00 |
| する・みる・ささえる＝週１回（以上） | する・みる・ささえる | 8 | 111.50 | 17 | 58.94 | 41 | 52.44 | 7 | 75.43 | 22 | 35.77 | 8 | 145.00 | 1 | 90.00 |
| | する・みる | 3 | 140.00 | 34 | 56.62 | 39 | 75.00 | 4 | 43.75 | 84 | 41.94 | 39 | 84.92 | 12 | 50.00 |
| | する・ささえる | – | – | 1 | 45.00 | 3 | 110.00 | – | – | 1 | 30.00 | 1 | 300.00 | – | – |
| | するのみ | 2 | 130.00 | 9 | 51.11 | 8 | 76.25 | 2 | 60.00 | 41 | 28.17 | 5 | 64.00 | 4 | 126.25 |
| | みる・ささえる | 1 | 60.00 | 4 | 27.75 | 6 | 51.67 | 1 | 180.00 | 4 | 61.25 | 3 | 202.67 | – | – |
| | みるのみ | 2 | 4.50 | 13 | 56.92 | 12 | 74.17 | 3 | 80.00 | 29 | 33.24 | 15 | 128.40 | 1 | 1.00 |
| | ささえるのみ | – | – | 1 | 30.00 | 2 | 30.00 | – | – | 2 | 63.50 | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | – | – | 7 | 49.29 | 1 | 90.00 | – | – | 26 | 45.58 | 3 | 26.67 | 1 | 30.00 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に１日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q16. 実施する際は、「1人で」もしくは「複数人で」行う、どちらが多いですか。

| | | ｳｫｰｷﾝｸﾞ（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩き・自ら進んで行う歩行等） | | | 階段昇降 | | | ﾗﾝﾆﾝｸﾞ(ｼﾞｮｷﾞﾝｸﾞ)・ﾏﾗｿﾝ・駅伝 | | | 陸上競技 | | | 自転車競技（ﾄﾗｯｸ・ﾛｰﾄﾞ・BMX・ﾏｳﾝﾃﾝﾊﾞｲｸ等） | | | ｻｲｸﾘﾝｸﾞ・自ら進んで行う自転車利用 | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い |
| 全体 | | 23962 | 84.6 | 15.4 | 8220 | 94.7 | 5.3 | 4023 | 89.5 | 10.5 | 271 | 59.8 | 40.2 | 341 | 71.6 | 28.4 | 3178 | 90.8 | 9.2 |
| 性別 | 男性 | 11954 | 88.8 | 11.2 | 3875 | 95.5 | 4.5 | 3056 | 91.6 | 8.4 | 199 | 63.3 | 36.7 | 275 | 73.8 | 26.2 | 1840 | 92.3 | 7.7 |
| | 女性 | 11833 | 80.3 | 19.7 | 4287 | 94.1 | 5.9 | 942 | 82.7 | 17.3 | 65 | 44.6 | 55.4 | 64 | 62.5 | 37.5 | 1318 | 88.6 | 11.4 |
| 年代 | 10代 | 548 | 86.7 | 13.3 | 271 | 88.9 | 11.1 | 159 | 78.6 | 21.4 | 30 | 43.3 | 56.7 | 18 | 61.1 | 38.9 | 166 | 91.6 | 8.4 |
| | 20代 | 3200 | 83.6 | 16.4 | 1279 | 92.7 | 7.3 | 1036 | 85.2 | 14.8 | 113 | 53.1 | 46.9 | 113 | 67.3 | 32.7 | 435 | 85.5 | 14.5 |
| | 30代 | 3289 | 81.7 | 18.3 | 1285 | 92.8 | 7.2 | 850 | 88.5 | 11.5 | 60 | 73.3 | 26.7 | 60 | 75.0 | 25.0 | 418 | 88.3 | 11.7 |
| | 40代 | 4162 | 84.7 | 15.3 | 1404 | 95.9 | 4.1 | 867 | 90.9 | 9.1 | 33 | 63.6 | 36.4 | 65 | 67.7 | 32.3 | 622 | 88.7 | 11.3 |
| | 50代 | 4339 | 86.2 | 13.8 | 1502 | 96.1 | 3.9 | 619 | 94.3 | 5.7 | 20 | 75.0 | 25.0 | 57 | 77.2 | 22.8 | 590 | 93.2 | 6.8 |
| | 60代 | 3812 | 86.5 | 13.5 | 1182 | 96.3 | 3.7 | 313 | 95.2 | 4.8 | 10 | 90.0 | 10.0 | 18 | 77.8 | 22.2 | 438 | 94.7 | 5.3 |
| | 70代 | 4612 | 83.9 | 16.1 | 1297 | 95.6 | 4.4 | 179 | 95.5 | 4.5 | 5 | – | 100.0 | 10 | 100.0 | – | 509 | 93.3 | 6.7 |
| 性年代 | 男性10代 | 219 | 91.3 | 8.7 | 101 | 91.1 | 8.9 | 95 | 84.2 | 15.8 | 18 | 50.0 | 50.0 | 11 | 72.7 | 27.3 | 84 | 91.7 | 8.3 |
| | 男性20代 | 1564 | 88.7 | 11.3 | 635 | 92.8 | 7.2 | 735 | 87.1 | 12.9 | 87 | 55.2 | 44.8 | 83 | 67.5 | 32.5 | 254 | 88.2 | 11.8 |
| | 男性30代 | 1614 | 86.9 | 13.1 | 645 | 93.8 | 6.2 | 671 | 89.9 | 10.1 | 44 | 79.5 | 20.5 | 51 | 74.5 | 25.5 | 240 | 90.8 | 9.2 |
| | 男性40代 | 2132 | 89.0 | 11.0 | 680 | 97.1 | 2.9 | 672 | 93.3 | 6.7 | 24 | 66.7 | 33.3 | 58 | 70.7 | 29.3 | 360 | 92.5 | 7.5 |
| | 男性50代 | 2197 | 90.5 | 9.5 | 695 | 96.7 | 3.3 | 494 | 95.7 | 4.3 | 14 | 78.6 | 21.4 | 47 | 83.0 | 17.0 | 345 | 91.6 | 8.4 |
| | 男性60代 | 1983 | 89.8 | 10.2 | 552 | 96.7 | 3.3 | 243 | 96.3 | 3.7 | 8 | 87.5 | 12.5 | 17 | 76.5 | 23.5 | 260 | 96.2 | 3.8 |
| | 男性70代 | 2245 | 87.3 | 12.7 | 567 | 96.8 | 3.2 | 146 | 96.6 | 3.4 | 4 | – | 100.0 | 8 | 100.0 | – | 297 | 94.3 | 5.7 |
| | 女性10代 | 321 | 83.2 | 16.8 | 167 | 87.4 | 12.6 | 63 | 71.4 | 28.6 | 12 | 33.3 | 66.7 | 5 | 40.0 | 60.0 | 79 | 91.1 | 8.9 |
| | 女性20代 | 1592 | 78.5 | 21.5 | 626 | 92.7 | 7.3 | 290 | 80.0 | 20.0 | 23 | 39.1 | 60.9 | 30 | 66.7 | 33.3 | 176 | 81.8 | 18.2 |
| | 女性30代 | 1642 | 76.3 | 23.7 | 631 | 91.8 | 8.2 | 173 | 82.7 | 17.3 | 16 | 56.3 | 43.8 | 9 | 77.8 | 22.2 | 172 | 84.3 | 15.7 |
| | 女性40代 | 1995 | 80.2 | 19.8 | 715 | 94.7 | 5.3 | 191 | 82.2 | 17.8 | 8 | 50.0 | 50.0 | 7 | 42.9 | 57.1 | 260 | 83.5 | 16.5 |
| | 女性50代 | 2108 | 81.8 | 18.2 | 795 | 95.7 | 4.3 | 123 | 88.6 | 11.4 | 4 | 50.0 | 50.0 | 10 | 50.0 | 50.0 | 242 | 95.5 | 4.5 |
| | 女性60代 | 1818 | 82.9 | 17.1 | 626 | 95.8 | 4.2 | 69 | 91.3 | 8.7 | 1 | 100.0 | – | 1 | 100.0 | – | 177 | 92.7 | 7.3 |
| | 女性70代 | 2357 | 80.7 | 19.3 | 727 | 94.8 | 5.2 | 33 | 90.9 | 9.1 | 1 | – | 100.0 | 2 | 100.0 | – | 212 | 92.0 | 8.0 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 6404 | 86.4 | 13.6 | 2432 | 96.1 | 3.9 | 1068 | 90.4 | 9.6 | 77 | 61.0 | 39.0 | 66 | 68.2 | 31.8 | 968 | 90.8 | 9.2 |
| | 東京都区部 | 2357 | 87.1 | 12.9 | 839 | 95.7 | 4.3 | 435 | 89.4 | 10.6 | 36 | 58.3 | 41.7 | 32 | 65.6 | 34.4 | 356 | 86.8 | 13.2 |
| | 政令指定都市 | 4047 | 85.9 | 14.1 | 1593 | 96.4 | 3.6 | 633 | 91.0 | 9.0 | 41 | 63.4 | 36.6 | 34 | 70.6 | 29.4 | 612 | 93.1 | 6.9 |
| | 大都市 | 9103 | 85.5 | 14.5 | 3220 | 94.8 | 5.2 | 1595 | 89.4 | 10.6 | 104 | 61.5 | 38.5 | 150 | 73.3 | 26.7 | 1322 | 91.5 | 8.5 |
| | 小都市 | 6536 | 82.3 | 17.7 | 2013 | 93.1 | 6.9 | 1074 | 88.8 | 11.2 | 69 | 55.1 | 44.9 | 104 | 69.2 | 30.8 | 727 | 90.1 | 9.9 |
| | 町村 | 1919 | 82.0 | 18.0 | 555 | 94.4 | 5.6 | 286 | 89.5 | 10.5 | 21 | 61.9 | 38.1 | 21 | 81.0 | 19.0 | 161 | 87.6 | 12.4 |
| 居住地域 | 北海道 | 957 | 86.1 | 13.9 | 337 | 93.2 | 6.8 | 161 | 87.0 | 13.0 | 17 | 52.9 | 47.1 | 18 | 61.1 | 38.9 | 128 | 94.5 | 5.5 |
| | 東北 | 1526 | 85.6 | 14.4 | 499 | 95.0 | 5.0 | 218 | 89.0 | 11.0 | 13 | 38.5 | 61.5 | 17 | 76.5 | 23.5 | 153 | 91.5 | 8.5 |
| | 北関東 | 1242 | 82.1 | 17.9 | 377 | 91.5 | 8.5 | 235 | 89.4 | 10.6 | 14 | 57.1 | 42.9 | 37 | 73.0 | 27.0 | 159 | 88.7 | 11.3 |
| | 首都圏 | 7532 | 86.0 | 14.0 | 2784 | 95.8 | 4.2 | 1331 | 90.0 | 10.0 | 93 | 62.4 | 37.6 | 94 | 68.1 | 31.9 | 1099 | 89.4 | 10.6 |
| | 北陸 | 908 | 84.4 | 15.6 | 285 | 91.9 | 8.1 | 165 | 86.1 | 13.9 | 11 | 72.7 | 27.3 | 14 | 71.4 | 28.6 | 105 | 95.2 | 4.8 |
| | 東山 | 862 | 79.8 | 20.2 | 263 | 90.9 | 9.1 | 131 | 88.5 | 11.5 | 6 | 66.7 | 33.3 | 10 | 80.0 | 20.0 | 86 | 83.7 | 16.3 |
| | 東海 | 2415 | 82.2 | 17.8 | 842 | 93.7 | 6.3 | 422 | 88.2 | 11.8 | 18 | 55.6 | 44.4 | 42 | 76.2 | 23.8 | 310 | 91.0 | 9.0 |
| | 近畿二府一県 | 3171 | 86.3 | 13.7 | 1109 | 95.2 | 4.8 | 489 | 90.0 | 10.0 | 44 | 61.4 | 38.6 | 52 | 71.2 | 28.8 | 482 | 91.7 | 8.3 |
| | その他近畿圏 | 702 | 83.0 | 17.0 | 242 | 95.9 | 4.1 | 94 | 95.7 | 4.3 | 7 | 42.9 | 57.1 | 13 | 61.5 | 38.5 | 83 | 94.0 | 6.0 |
| | 中国 | 1295 | 82.9 | 17.1 | 419 | 95.2 | 4.8 | 209 | 90.0 | 10.0 | 12 | 41.7 | 58.3 | 11 | 81.8 | 18.2 | 180 | 89.4 | 10.6 |
| | 四国 | 635 | 82.4 | 17.6 | 192 | 95.3 | 4.7 | 94 | 90.4 | 9.6 | 4 | 50.0 | 50.0 | 6 | 66.7 | 33.3 | 107 | 95.3 | 4.7 |
| | 九州・沖縄 | 2717 | 84.2 | 15.8 | 871 | 94.9 | 5.1 | 474 | 89.9 | 10.1 | 32 | 71.9 | 28.1 | 27 | 77.8 | 22.2 | 286 | 92.0 | 8.0 |
| 職業 | 自営業主 | 1745 | 85.7 | 14.3 | 629 | 92.7 | 7.3 | 330 | 88.2 | 11.8 | 47 | 59.6 | 40.4 | 61 | 68.9 | 31.1 | 298 | 87.2 | 12.8 |
| | 家族従業者 | 120 | 77.5 | 22.5 | 36 | 94.4 | 5.6 | 10 | 90.0 | 10.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | 15 | 86.7 | 13.3 |
| | 雇用者 | 13109 | 85.3 | 14.7 | 4796 | 95.8 | 4.2 | 2912 | 90.2 | 9.8 | 154 | 66.9 | 33.1 | 219 | 72.6 | 27.4 | 1750 | 90.0 | 10.0 |
| | （小計）就労者 | 14974 | 85.3 | 14.7 | 5461 | 95.4 | 4.6 | 3252 | 90.0 | 10.0 | 203 | 65.0 | 35.0 | 284 | 71.5 | 28.5 | 2063 | 89.6 | 10.4 |
| | 主婦・主夫 | 3307 | 75.5 | 24.5 | 1050 | 92.3 | 7.7 | 120 | 83.3 | 16.7 | 6 | 66.7 | 33.3 | 6 | 66.7 | 33.3 | 331 | 88.8 | 11.2 |
| | 学生 | 934 | 88.4 | 11.6 | 453 | 92.7 | 7.3 | 305 | 83.6 | 16.4 | 43 | 34.9 | 65.1 | 22 | 54.5 | 45.5 | 239 | 92.1 | 7.9 |
| | 無職 | 3969 | 88.1 | 11.9 | 1068 | 94.7 | 5.3 | 235 | 95.3 | 4.7 | 7 | 28.6 | 71.4 | 17 | 94.1 | 5.9 | 469 | 95.9 | 4.1 |
| | その他 | 347 | 89.3 | 10.7 | 90 | 95.6 | 4.4 | 43 | 88.4 | 11.6 | 4 | 100.0 | – | 3 | 66.7 | 33.3 | 38 | 97.4 | 2.6 |
| | 答えたくない | 431 | 85.8 | 14.2 | 98 | 91.8 | 8.2 | 68 | 83.8 | 16.2 | 8 | 62.5 | 37.5 | 9 | 77.8 | 22.2 | 38 | 94.7 | 5.3 |
| 最終学歴 | 中学校 | 319 | 83.1 | 16.9 | 98 | 94.9 | 5.1 | 24 | 79.2 | 20.8 | 2 | 50.0 | 50.0 | 5 | 80.0 | 20.0 | 41 | 87.8 | 12.2 |
| | 高校 | 5830 | 83.2 | 16.8 | 1803 | 93.9 | 6.1 | 698 | 90.8 | 9.2 | 41 | 65.9 | 34.1 | 68 | 79.4 | 20.6 | 680 | 93.2 | 6.8 |
| | 短大・高専 | 2407 | 81.4 | 18.6 | 798 | 94.7 | 5.3 | 197 | 82.7 | 17.3 | 11 | 72.7 | 27.3 | 17 | 64.7 | 35.3 | 287 | 90.2 | 9.8 |
| | 専門学校 | 2545 | 82.9 | 17.1 | 842 | 94.7 | 5.3 | 320 | 88.4 | 11.6 | 19 | 57.9 | 42.1 | 30 | 63.3 | 36.7 | 340 | 89.1 | 10.9 |
| | 大学 | 11118 | 86.1 | 13.9 | 4009 | 95.1 | 4.9 | 2370 | 90.0 | 10.0 | 167 | 60.5 | 39.5 | 180 | 73.9 | 26.1 | 1558 | 90.4 | 9.6 |
| | 大学院 | 1438 | 87.0 | 13.0 | 588 | 95.6 | 4.4 | 370 | 88.9 | 11.1 | 26 | 46.2 | 53.8 | 35 | 57.1 | 42.9 | 246 | 89.4 | 10.6 |
| | その他 | 11 | 90.9 | 9.1 | 8 | 87.5 | 12.5 | 1 | 100.0 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 294 | 86.1 | 13.9 | 74 | 93.2 | 6.8 | 43 | 88.4 | 11.6 | 5 | 40.0 | 60.0 | 6 | 50.0 | 50.0 | 26 | 96.2 | 3.8 |
| 世帯年収 | 収入なし | 363 | 88.7 | 11.3 | 106 | 91.5 | 8.5 | 36 | 86.1 | 13.9 | 3 | 66.7 | 33.3 | 3 | 100.0 | – | 63 | 100.0 | – |
| | 100万円未満 | 670 | 89.6 | 10.4 | 203 | 95.1 | 4.9 | 85 | 89.4 | 10.6 | 13 | 38.5 | 61.5 | 10 | 70.0 | 30.0 | 107 | 92.5 | 7.5 |
| | 100～200万円未満 | 1353 | 89.0 | 11.0 | 410 | 96.8 | 3.2 | 112 | 92.9 | 7.1 | 8 | 62.5 | 37.5 | 12 | 58.3 | 41.7 | 178 | 96.6 | 3.4 |
| | 200～300万円未満 | 2190 | 87.5 | 12.5 | 653 | 96.3 | 3.7 | 215 | 92.6 | 7.4 | 15 | 53.3 | 46.7 | 16 | 75.0 | 25.0 | 262 | 90.8 | 9.2 |
| | 300～400万円未満 | 2546 | 85.3 | 14.7 | 832 | 95.4 | 4.6 | 334 | 89.5 | 10.5 | 22 | 72.7 | 27.3 | 24 | 66.7 | 33.3 | 316 | 92.1 | 7.9 |
| | 400～500万円未満 | 2255 | 84.2 | 15.8 | 771 | 94.6 | 5.4 | 391 | 91.6 | 8.4 | 27 | 55.6 | 44.4 | 39 | 82.1 | 17.9 | 312 | 90.1 | 9.9 |
| | 500～600万円未満 | 1883 | 83.5 | 16.5 | 687 | 93.0 | 7.0 | 382 | 86.9 | 13.1 | 28 | 75.0 | 25.0 | 38 | 65.8 | 34.2 | 264 | 89.4 | 10.6 |
| | 600～700万円未満 | 1464 | 83.7 | 16.3 | 518 | 94.2 | 5.8 | 332 | 87.7 | 12.3 | 21 | 66.7 | 33.3 | 25 | 88.0 | 12.0 | 212 | 90.6 | 9.4 |
| | 700～800万円未満 | 1398 | 84.2 | 15.8 | 532 | 93.6 | 6.4 | 343 | 88.9 | 11.1 | 23 | 52.2 | 47.8 | 29 | 86.2 | 13.8 | 205 | 86.8 | 13.2 |
| | 800～1000万円未満 | 1910 | 83.3 | 16.7 | 736 | 94.4 | 5.6 | 472 | 89.2 | 10.8 | 24 | 70.8 | 29.2 | 45 | 62.2 | 37.8 | 262 | 90.1 | 9.9 |
| | 1000～1200万円未満 | 1184 | 82.8 | 17.2 | 473 | 96.2 | 3.8 | 328 | 90.2 | 9.8 | 22 | 68.2 | 31.8 | 27 | 59.3 | 40.7 | 195 | 86.2 | 13.8 |
| | 1200万円以上 | 1344 | 83.7 | 16.3 | 535 | 97.2 | 2.8 | 381 | 89.8 | 10.2 | 29 | 44.8 | 55.2 | 33 | 54.5 | 45.5 | 196 | 83.7 | 16.3 |
| | わからない | 2178 | 81.3 | 18.7 | 791 | 92.5 | 7.5 | 250 | 88.0 | 12.0 | 20 | 50.0 | 50.0 | 15 | 93.3 | 6.7 | 287 | 93.0 | 7.0 |
| | 答えたくない | 3224 | 84.2 | 15.8 | 973 | 94.8 | 5.2 | 362 | 90.3 | 9.7 | 16 | 56.3 | 43.8 | 25 | 76.0 | 24.0 | 319 | 94.0 | 6.0 |
| 未既婚 | 既婚者 | 13734 | 79.7 | 20.3 | 4462 | 93.7 | 6.3 | 2089 | 88.3 | 11.7 | 130 | 62.3 | 37.7 | 183 | 69.4 | 30.6 | 1665 | 88.0 | 12.0 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 9848 | 91.2 | 8.8 | 3646 | 96.1 | 3.9 | 1876 | 91.0 | 9.0 | 129 | 55.8 | 44.2 | 150 | 76.0 | 24.0 | 1472 | 94.0 | 6.0 |
| | 答えたくない | 380 | 89.2 | 10.8 | 112 | 94.6 | 5.4 | 58 | 86.2 | 13.8 | 12 | 75.0 | 25.0 | 8 | 37.5 | 62.5 | 41 | 90.2 | 9.8 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 5204 | 94.7 | 5.3 | 1822 | 97.0 | 3.0 | 1029 | 92.5 | 7.5 | 67 | 58.2 | 41.8 | 85 | 76.5 | 23.5 | 806 | 95.0 | 5.0 |
| | 夫婦のみ・子なし | 7166 | 78.9 | 21.1 | 2235 | 93.8 | 6.2 | 834 | 86.9 | 13.1 | 59 | 55.9 | 44.1 | 90 | 70.0 | 30.0 | 773 | 89.8 | 10.2 |
| | 夫婦・子あり | 5579 | 80.4 | 19.6 | 1901 | 93.6 | 6.4 | 1112 | 89.7 | 10.3 | 52 | 73.1 | 26.9 | 68 | 72.1 | 27.9 | 772 | 85.8 | 14.2 |
| | 親と同居（未婚） | 2319 | 89.0 | 11.0 | 870 | 95.9 | 4.1 | 443 | 91.2 | 8.8 | 32 | 62.5 | 37.5 | 41 | 75.6 | 24.4 | 333 | 93.1 | 6.9 |
| | 2世帯以上同居 | 982 | 83.7 | 16.3 | 347 | 94.5 | 5.5 | 155 | 88.4 | 11.6 | 19 | 57.9 | 42.1 | 23 | 65.2 | 34.8 | 133 | 91.7 | 8.3 |
| | その他 | 2332 | 84.7 | 15.3 | 933 | 93.9 | 6.1 | 392 | 85.5 | 14.5 | 30 | 40.0 | 60.0 | 26 | 69.2 | 30.8 | 320 | 91.9 | 8.1 |
| | 答えたくない | 380 | 89.2 | 10.8 | 112 | 94.6 | 5.4 | 58 | 86.2 | 13.8 | 12 | 75.0 | 25.0 | 8 | 37.5 | 62.5 | 41 | 90.2 | 9.8 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 9913 | 86.9 | 13.1 | 3854 | 94.8 | 5.2 | 1872 | 91.3 | 8.7 | 163 | 62.0 | 38.0 | 193 | 73.1 | 26.9 | 1590 | 91.5 | 8.5 |
| | 週に1～2日 | 6705 | 84.7 | 15.3 | 2318 | 95.0 | 5.0 | 1438 | 89.3 | 10.7 | 66 | 59.1 | 40.9 | 81 | 65.4 | 34.6 | 934 | 89.7 | 10.3 |
| | （小計）週に1日以上計 | 16618 | 86.0 | 14.0 | 6172 | 94.9 | 5.1 | 3310 | 90.5 | 9.5 | 229 | 61.1 | 38.9 | 274 | 70.8 | 29.2 | 2524 | 90.8 | 9.2 |
| | （小計）週1日未満 | 5252 | 80.2 | 19.8 | 1556 | 94.3 | 5.7 | 566 | 86.2 | 13.8 | 27 | 51.9 | 48.1 | 47 | 76.6 | 23.4 | 499 | 89.8 | 10.2 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2092 | 84.5 | 15.5 | 492 | 94.7 | 5.3 | 147 | 81.0 | 19.0 | 15 | 53.3 | 46.7 | 20 | 70.0 | 30.0 | 155 | 92.9 | 7.1 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 23962 | 84.6 | 15.4 | 8220 | 94.7 | 5.3 | 4023 | 89.5 | 10.5 | 271 | 59.8 | 40.2 | 341 | 71.6 | 28.4 | 3178 | 90.8 | 9.2 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 継続して1年以上運動している頻度※1 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 5909 | 87.2 | 12.8 | 2032 | 94.9 | 5.1 | 1232 | 93.1 | 6.9 | 95 | 57.9 | 42.1 | 101 | 80.2 | 19.8 | 822 | 93.6 | 6.4 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 2518 | 86.1 | 13.9 | 890 | 94.7 | 5.3 | 675 | 91.3 | 8.7 | 37 | 73.0 | 27.0 | 49 | 63.3 | 36.7 | 406 | 89.9 | 10.1 |
| | （小計）週に2日以上計 | 8427 | 86.9 | 13.1 | 2922 | 94.8 | 5.2 | 1907 | 92.4 | 7.6 | 132 | 62.1 | 37.9 | 150 | 74.7 | 25.3 | 1228 | 92.3 | 7.7 |
| | （小計）週2日未満 | 8126 | 83.9 | 16.1 | 2896 | 94.8 | 5.2 | 1597 | 88.2 | 11.8 | 110 | 59.1 | 40.9 | 148 | 67.6 | 32.4 | 1191 | 89.3 | 10.7 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 3276 | 84.5 | 15.5 | 888 | 94.6 | 5.4 | 261 | 82.4 | 17.6 | 21 | 52.4 | 47.6 | 29 | 75.9 | 24.1 | 319 | 91.8 | 8.2 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 19829 | 85.2 | 14.8 | 6706 | 94.8 | 5.2 | 3765 | 89.9 | 10.1 | 263 | 60.1 | 39.9 | 327 | 71.6 | 28.4 | 2738 | 90.9 | 9.1 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 4133 | 81.4 | 18.6 | 1514 | 94.5 | 5.5 | 258 | 83.3 | 16.7 | 8 | 50.0 | 50.0 | 14 | 71.4 | 28.6 | 440 | 89.8 | 10.2 |
| する～みる・ささえる～回以上～ | する・みる・ささえるⅡ週1 | 1815 | 84.1 | 15.9 | 797 | 87.8 | 12.2 | 752 | 81.8 | 18.2 | 144 | 56.9 | 43.1 | 142 | 62.7 | 37.3 | 400 | 81.8 | 18.3 |
| | する・みる | 10713 | 85.9 | 14.1 | 4039 | 96.0 | 4.0 | 1931 | 93.1 | 6.9 | 67 | 64.2 | 35.8 | 91 | 81.3 | 18.7 | 1607 | 92.7 | 7.3 |
| | する・ささえる | 143 | 83.2 | 16.8 | 53 | 92.5 | 7.5 | 41 | 87.8 | 12.2 | 2 | – | 100.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | 28 | 82.1 | 17.9 |
| | するのみ | 3947 | 87.1 | 12.9 | 1283 | 95.9 | 4.1 | 586 | 93.0 | 7.0 | 16 | 93.8 | 6.3 | 37 | 78.4 | 21.6 | 489 | 92.6 | 7.4 |
| | みる・ささえる | 462 | 82.3 | 17.7 | 155 | 89.7 | 10.3 | 103 | 83.5 | 16.5 | 18 | 44.4 | 55.6 | 27 | 74.1 | 25.9 | 60 | 80.0 | 20.0 |
| | みるのみ | 4294 | 80.9 | 19.1 | 1302 | 94.8 | 5.2 | 411 | 87.6 | 12.4 | 9 | 55.6 | 44.4 | 20 | 80.0 | 20.0 | 394 | 91.4 | 8.6 |
| | ささえるのみ | 54 | 75.9 | 24.1 | 13 | 92.3 | 7.7 | 6 | 50.0 | 50.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 3 | 66.7 | 33.3 | 4 | 100.0 | – |
| | しない・みない・ささえない | 2534 | 82.2 | 17.8 | 578 | 94.8 | 5.2 | 193 | 81.9 | 18.1 | 12 | 66.7 | 33.3 | 17 | 70.6 | 29.4 | 196 | 91.8 | 8.2 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q16. 実施する際は、「1人で」もしくは「複数人で」行う、どちらが多いですか。

| | | スケートボード・ローラースケート・インラインスケート・一輪車 | | | トレーニング | | | 体操 | | | エアロビクス・ヨガ・バレエ・ビラティス | | | 縄跳び・ダブルダッチ | | | 器械体操・新体操・トランポリン | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い |
| 全体 | | 162 | 50.0 | 50.0 | 4767 | 89.2 | 10.8 | 3824 | 70.6 | 29.4 | 2176 | 49.4 | 50.6 | 243 | 79.4 | 20.6 | 83 | 59.0 | 41.0 |
| 性別 | 男性 | 118 | 51.7 | 48.3 | 2773 | 94.2 | 5.8 | 1282 | 68.3 | 31.7 | 224 | 57.6 | 42.4 | 105 | 89.5 | 10.5 | 28 | 71.4 | 28.6 |
| | 女性 | 42 | 45.2 | 54.8 | 1977 | 82.1 | 17.9 | 2510 | 71.7 | 28.3 | 1938 | 48.2 | 51.8 | 136 | 72.1 | 27.9 | 54 | 53.7 | 46.3 |
| 年代 | 10代 | 11 | 36.4 | 63.6 | 105 | 85.7 | 14.3 | 51 | 68.6 | 31.4 | 26 | 42.3 | 57.7 | 14 | 78.6 | 21.4 | 6 | 83.3 | 16.7 |
| | 20代 | 70 | 50.0 | 50.0 | 781 | 88.5 | 11.5 | 286 | 74.5 | 25.5 | 251 | 68.5 | 31.5 | 51 | 82.4 | 17.6 | 17 | 35.3 | 64.7 |
| | 30代 | 29 | 48.3 | 51.7 | 786 | 93.4 | 6.6 | 429 | 73.4 | 26.6 | 302 | 72.5 | 27.5 | 56 | 66.1 | 33.9 | 18 | 66.7 | 33.3 |
| | 40代 | 32 | 43.8 | 56.3 | 834 | 92.8 | 7.2 | 562 | 74.0 | 26.0 | 366 | 66.4 | 33.6 | 55 | 72.7 | 27.3 | 19 | 68.4 | 31.6 |
| | 50代 | 11 | 72.7 | 27.3 | 795 | 93.2 | 6.8 | 620 | 75.2 | 24.8 | 405 | 52.3 | 47.7 | 32 | 90.6 | 9.4 | 9 | 33.3 | 66.7 |
| | 60代 | 6 | 83.3 | 16.7 | 706 | 87.4 | 12.6 | 693 | 73.7 | 26.3 | 380 | 33.7 | 66.3 | 19 | 94.7 | 5.3 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | 70代 | 3 | 33.3 | 66.7 | 760 | 79.3 | 20.7 | 1183 | 62.7 | 37.3 | 446 | 20.0 | 80.0 | 16 | 100.0 | – | 11 | 72.7 | 27.3 |
| 性年代 | 男性10代 | 6 | 50.0 | 50.0 | 57 | 89.5 | 10.5 | 15 | 60.0 | 40.0 | 2 | – | 100.0 | 6 | 100.0 | – | 2 | 100.0 | – |
| | 男性20代 | 53 | 50.9 | 49.1 | 514 | 90.7 | 9.3 | 89 | 68.5 | 31.5 | 29 | 69.0 | 31.0 | 19 | 100.0 | – | 6 | 66.7 | 33.3 |
| | 男性30代 | 18 | 50.0 | 50.0 | 518 | 95.8 | 4.2 | 146 | 71.9 | 28.1 | 33 | 78.8 | 21.2 | 31 | 80.6 | 19.4 | 6 | 66.7 | 33.3 |
| | 男性40代 | 26 | 42.3 | 57.7 | 559 | 95.5 | 4.5 | 188 | 66.0 | 34.0 | 35 | 77.1 | 22.9 | 19 | 84.2 | 15.8 | 5 | 60.0 | 40.0 |
| | 男性50代 | 10 | 70.0 | 30.0 | 464 | 97.0 | 3.0 | 196 | 64.8 | 35.2 | 41 | 65.9 | 34.1 | 17 | 88.2 | 11.8 | 5 | 60.0 | 40.0 |
| | 男性60代 | 5 | 80.0 | 20.0 | 329 | 95.4 | 4.6 | 243 | 70.8 | 29.2 | 40 | 42.5 | 57.5 | 7 | 100.0 | – | 1 | 100.0 | – |
| | 男性70代 | – | – | – | 332 | 90.7 | 9.3 | 405 | 68.4 | 31.6 | 44 | 27.3 | 72.7 | 6 | 100.0 | – | 3 | 100.0 | – |
| | 女性10代 | 5 | 20.0 | 80.0 | 48 | 81.3 | 18.8 | 36 | 72.2 | 27.8 | 24 | 45.8 | 54.2 | 8 | 62.5 | 37.5 | 4 | 75.0 | 25.0 |
| | 女性20代 | 17 | 47.1 | 52.9 | 262 | 84.0 | 16.0 | 186 | 76.9 | 23.1 | 221 | 68.3 | 31.7 | 30 | 73.3 | 26.7 | 10 | 20.0 | 80.0 |
| | 女性30代 | 10 | 40.0 | 60.0 | 265 | 89.1 | 10.9 | 282 | 74.5 | 25.5 | 267 | 71.5 | 28.5 | 25 | 48.0 | 52.0 | 12 | 66.7 | 33.3 |
| | 女性40代 | 5 | 60.0 | 40.0 | 272 | 87.1 | 12.9 | 366 | 78.4 | 21.6 | 328 | 65.2 | 34.8 | 36 | 66.7 | 33.3 | 14 | 71.4 | 28.6 |
| | 女性50代 | 1 | 100.0 | – | 328 | 87.8 | 12.2 | 416 | 80.0 | 20.0 | 359 | 50.4 | 49.6 | 15 | 93.3 | 6.7 | 4 | – | 100.0 |
| | 女性60代 | 1 | 100.0 | – | 375 | 80.5 | 19.5 | 448 | 75.2 | 24.8 | 339 | 32.7 | 67.3 | 12 | 91.7 | 8.3 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 女性70代 | 3 | 33.3 | 66.7 | 427 | 70.5 | 29.5 | 776 | 59.7 | 40.3 | 400 | 18.8 | 81.3 | 10 | 100.0 | – | 8 | 62.5 | 37.5 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 41 | 48.8 | 51.2 | 1363 | 90.9 | 9.1 | 932 | 73.6 | 26.4 | 609 | 50.6 | 49.4 | 36 | 91.7 | 8.3 | 25 | 56.0 | 44.0 |
| | 東京都区部 | 26 | 65.4 | 34.6 | 493 | 91.1 | 8.9 | 288 | 73.3 | 26.7 | 226 | 55.3 | 44.7 | 12 | 91.7 | 8.3 | 9 | 55.6 | 44.4 |
| | 政令指定都市 | 15 | 20.0 | 80.0 | 870 | 90.8 | 9.2 | 644 | 73.8 | 26.2 | 383 | 47.8 | 52.2 | 24 | 91.7 | 8.3 | 16 | 56.3 | 43.8 |
| | 大都市 | 65 | 58.5 | 41.5 | 1790 | 89.2 | 10.8 | 1382 | 69.3 | 30.7 | 794 | 46.5 | 53.5 | 101 | 76.2 | 23.8 | 30 | 53.3 | 46.7 |
| | 小都市 | 43 | 39.5 | 60.5 | 1244 | 87.2 | 12.8 | 1144 | 70.0 | 30.0 | 600 | 51.3 | 48.7 | 77 | 83.1 | 16.9 | 20 | 70.0 | 30.0 |
| | 町村 | 13 | 46.2 | 53.8 | 370 | 89.2 | 10.8 | 366 | 69.1 | 30.9 | 173 | 51.4 | 48.6 | 29 | 65.5 | 34.5 | 8 | 62.5 | 37.5 |
| 居住地域 | 北海道 | 11 | 36.4 | 63.6 | 198 | 91.4 | 8.6 | 152 | 74.3 | 25.7 | 85 | 55.3 | 44.7 | 13 | 76.9 | 23.1 | 3 | – | 100.0 |
| | 東北 | 11 | 54.5 | 45.5 | 316 | 87.0 | 13.0 | 296 | 69.9 | 30.1 | 117 | 43.6 | 56.4 | 19 | 68.4 | 31.6 | 10 | 70.0 | 30.0 |
| | 北関東 | 8 | 50.0 | 50.0 | 259 | 88.0 | 12.0 | 244 | 73.4 | 26.6 | 143 | 46.9 | 53.1 | 17 | 76.5 | 23.5 | 7 | 100.0 | – |
| | 首都圏 | 57 | 52.6 | 47.4 | 1517 | 90.6 | 9.4 | 1012 | 71.5 | 28.5 | 723 | 53.8 | 46.2 | 62 | 88.7 | 11.3 | 20 | 65.0 | 35.0 |
| | 北陸 | 6 | 66.7 | 33.3 | 209 | 88.5 | 11.5 | 183 | 64.5 | 35.5 | 82 | 42.7 | 57.3 | 13 | 69.2 | 30.8 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | 東山 | 6 | 16.7 | 83.3 | 164 | 85.4 | 14.6 | 144 | 64.6 | 35.4 | 91 | 44.0 | 56.0 | 15 | 86.7 | 13.3 | 1 | – | 100.0 |
| | 東海 | 9 | 66.7 | 33.3 | 491 | 87.6 | 12.4 | 420 | 69.8 | 30.2 | 210 | 45.7 | 54.3 | 23 | 78.3 | 21.7 | 10 | 60.0 | 40.0 |
| | 近畿二府一県 | 24 | 45.8 | 54.2 | 610 | 89.3 | 10.7 | 451 | 71.4 | 28.6 | 292 | 49.3 | 50.7 | 26 | 84.6 | 15.4 | 10 | 50.0 | 50.0 |
| | その他近畿圏 | 7 | 42.9 | 57.1 | 130 | 86.9 | 13.1 | 121 | 63.6 | 36.4 | 56 | 55.4 | 44.6 | 6 | 50.0 | 50.0 | 2 | 100.0 | – |
| | 中国 | 8 | 75.0 | 25.0 | 248 | 87.5 | 12.5 | 233 | 67.0 | 33.0 | 107 | 45.8 | 54.2 | 16 | 62.5 | 37.5 | 5 | 80.0 | 20.0 |
| | 四国 | 3 | 33.3 | 66.7 | 99 | 91.9 | 8.1 | 104 | 80.8 | 19.2 | 47 | 44.7 | 55.3 | 7 | 85.7 | 14.3 | 1 | – | 100.0 |
| | 九州・沖縄 | 12 | 41.7 | 58.3 | 526 | 89.5 | 10.5 | 464 | 71.6 | 28.4 | 223 | 46.6 | 53.4 | 26 | 80.8 | 19.2 | 11 | 27.3 | 72.7 |
| 職業 | 自営業主 | 43 | 41.9 | 58.1 | 393 | 91.9 | 8.1 | 257 | 78.6 | 21.4 | 152 | 57.2 | 42.8 | 19 | 73.7 | 26.3 | 11 | 36.4 | 63.6 |
| | 家族従業者 | 3 | – | 100.0 | 37 | 83.8 | 16.2 | 22 | 95.5 | 4.5 | 17 | 58.8 | 41.2 | 4 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 雇用者 | 87 | 56.3 | 43.7 | 2784 | 91.8 | 8.2 | 1756 | 68.9 | 31.1 | 1116 | 58.5 | 41.5 | 141 | 81.6 | 18.4 | 42 | 64.3 | 35.7 |
| | (小計)就労者 | 133 | 50.4 | 49.6 | 3214 | 91.8 | 8.2 | 2035 | 70.4 | 29.6 | 1285 | 58.4 | 41.6 | 164 | 79.9 | 20.1 | 54 | 57.4 | 42.6 |
| | 主婦・主夫 | 5 | 20.0 | 80.0 | 532 | 76.9 | 23.1 | 822 | 70.0 | 30.0 | 526 | 33.3 | 66.7 | 33 | 69.7 | 30.3 | 14 | 78.6 | 21.4 |
| | 学生 | 15 | 46.7 | 53.3 | 215 | 87.0 | 13.0 | 80 | 73.8 | 26.3 | 45 | 51.1 | 48.9 | 20 | 75.0 | 25.0 | 8 | 50.0 | 50.0 |
| | 無職 | 2 | 50.0 | 50.0 | 681 | 88.0 | 12.0 | 778 | 70.6 | 29.4 | 251 | 35.9 | 64.1 | 22 | 90.9 | 9.1 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| | その他 | 1 | 100.0 | – | 62 | 80.6 | 19.4 | 71 | 70.4 | 29.6 | 36 | 33.3 | 66.7 | 3 | 100.0 | – | 1 | 100.0 | – |
| | 答えたくない | 6 | 66.7 | 33.3 | 63 | 88.9 | 11.1 | 38 | 84.2 | 15.8 | 33 | 72.7 | 27.3 | 1 | 100.0 | – | 2 | 50.0 | 50.0 |
| 最終学歴 | 中学校 | – | – | – | 47 | 93.6 | 6.4 | 38 | 65.8 | 34.2 | 13 | 76.9 | 23.1 | 1 | 100.0 | – | – | – | – |
| | 高校 | 18 | 50.0 | 50.0 | 1031 | 86.8 | 13.2 | 1003 | 66.7 | 33.3 | 437 | 41.6 | 58.4 | 68 | 82.4 | 17.6 | 18 | 77.8 | 22.2 |
| | 短大・高専 | 8 | 37.5 | 62.5 | 399 | 86.2 | 13.8 | 504 | 71.6 | 28.4 | 354 | 42.9 | 57.1 | 30 | 76.7 | 23.3 | 8 | 62.5 | 37.5 |
| | 専門学校 | 20 | 45.0 | 55.0 | 522 | 88.3 | 11.7 | 442 | 73.5 | 26.5 | 234 | 52.1 | 47.9 | 24 | 75.0 | 25.0 | 13 | 53.8 | 46.2 |
| | 大学 | 104 | 50.0 | 50.0 | 2376 | 90.4 | 9.6 | 1599 | 71.3 | 28.7 | 1010 | 52.6 | 47.4 | 103 | 80.6 | 19.4 | 38 | 52.6 | 47.4 |
| | 大学院 | 9 | 66.7 | 33.3 | 349 | 90.8 | 9.2 | 198 | 73.7 | 26.3 | 98 | 62.2 | 37.8 | 13 | 69.2 | 30.8 | 5 | 60.0 | 40.0 |
| | その他 | – | – | – | 1 | 100.0 | – | 1 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 3 | 66.7 | 33.3 | 42 | 92.9 | 7.1 | 39 | 82.1 | 17.9 | 30 | 53.3 | 46.7 | 4 | 75.0 | 25.0 | 1 | – | 100.0 |
| 世帯年収 | 収入なし | 1 | 100.0 | – | 58 | 94.8 | 5.2 | 49 | 75.5 | 24.5 | 23 | 60.9 | 39.1 | 5 | 100.0 | – | 2 | 100.0 | – |
| | 100万円未満 | 6 | 16.7 | 83.3 | 117 | 90.6 | 9.4 | 107 | 77.6 | 22.4 | 55 | 50.9 | 49.1 | 7 | 100.0 | – | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 100～200万円未満 | 7 | 71.4 | 28.6 | 233 | 88.0 | 12.0 | 257 | 76.3 | 23.7 | 98 | 45.9 | 54.1 | 13 | 84.6 | 15.4 | 5 | 60.0 | 40.0 |
| | 200～300万円未満 | 12 | 41.7 | 58.3 | 393 | 84.7 | 15.3 | 445 | 69.4 | 30.6 | 179 | 33.5 | 66.5 | 9 | 88.9 | 11.1 | 5 | 40.0 | 60.0 |
| | 300～400万円未満 | 15 | 46.7 | 53.3 | 479 | 86.2 | 13.8 | 449 | 70.4 | 29.6 | 212 | 45.3 | 54.7 | 25 | 64.0 | 36.0 | 6 | 50.0 | 50.0 |
| | 400～500万円未満 | 15 | 40.0 | 60.0 | 460 | 89.6 | 10.4 | 359 | 67.1 | 32.9 | 207 | 47.8 | 52.2 | 22 | 77.3 | 22.7 | 5 | 80.0 | 20.0 |
| | 500～600万円未満 | 20 | 60.0 | 40.0 | 382 | 91.4 | 8.6 | 314 | 69.4 | 30.6 | 165 | 50.3 | 49.7 | 29 | 86.2 | 13.8 | 14 | 71.4 | 28.6 |
| | 600～700万円未満 | 7 | 57.1 | 42.9 | 294 | 91.2 | 8.8 | 193 | 67.4 | 32.6 | 114 | 53.5 | 46.5 | 18 | 66.7 | 33.3 | 5 | 100.0 | – |
| | 700～800万円未満 | 11 | 27.3 | 72.7 | 328 | 91.5 | 8.5 | 186 | 65.1 | 34.9 | 125 | 57.6 | 42.4 | 18 | 83.3 | 16.7 | 3 | 100.0 | – |
| | 800～1000万円未満 | 20 | 55.0 | 45.0 | 448 | 91.3 | 8.7 | 271 | 68.3 | 31.7 | 182 | 55.5 | 44.5 | 24 | 79.2 | 20.8 | 2 | – | 100.0 |
| | 1000～1200万円未満 | 17 | 64.7 | 35.3 | 284 | 90.1 | 9.9 | 148 | 65.5 | 34.5 | 116 | 62.9 | 37.1 | 10 | 70.0 | 30.0 | 6 | 16.7 | 83.3 |
| | 1200万円以上 | 11 | 45.5 | 54.5 | 363 | 90.1 | 9.9 | 159 | 67.3 | 32.7 | 158 | 49.4 | 50.6 | 16 | 87.5 | 12.5 | 9 | 55.6 | 44.4 |
| | わからない | 5 | 40.0 | 60.0 | 393 | 84.7 | 15.3 | 379 | 73.9 | 26.1 | 226 | 46.0 | 54.0 | 24 | 75.0 | 25.0 | 10 | 60.0 | 40.0 |
| | 答えたくない | 15 | 53.3 | 46.7 | 535 | 90.5 | 9.5 | 508 | 74.4 | 25.6 | 316 | 50.6 | 49.4 | 23 | 82.6 | 17.4 | 9 | 44.4 | 55.6 |
| 未既婚 | 既婚者 | 87 | 44.8 | 55.2 | 2501 | 87.0 | 13.0 | 2332 | 66.2 | 33.8 | 1248 | 45.0 | 55.0 | 129 | 74.4 | 25.6 | 44 | 56.8 | 43.2 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 68 | 57.4 | 42.6 | 2202 | 91.5 | 8.5 | 1431 | 77.1 | 22.9 | 890 | 54.8 | 45.2 | 109 | 86.2 | 13.8 | 39 | 61.5 | 38.5 |
| | 答えたくない | 7 | 42.9 | 57.1 | 64 | 92.2 | 7.8 | 61 | 82.0 | 18.0 | 38 | 63.2 | 36.8 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | – | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 35 | 60.0 | 40.0 | 1199 | 91.4 | 8.6 | 715 | 78.0 | 22.0 | 453 | 50.3 | 49.7 | 44 | 95.5 | 4.5 | 18 | 66.7 | 33.3 |
| | 夫婦のみ・子なし | 36 | 44.4 | 55.6 | 1341 | 83.6 | 16.4 | 1307 | 65.7 | 34.3 | 715 | 39.3 | 60.7 | 38 | 97.4 | 2.6 | 18 | 55.6 | 44.4 |
| | 夫婦・子あり | 39 | 48.7 | 51.3 | 981 | 91.8 | 8.2 | 852 | 68.8 | 31.2 | 455 | 54.5 | 45.5 | 78 | 64.1 | 35.9 | 19 | 73.7 | 26.3 |
| | 親と同居(未婚) | 17 | 52.9 | 47.1 | 493 | 94.1 | 5.9 | 327 | 80.4 | 19.6 | 209 | 63.2 | 36.8 | 24 | 83.3 | 16.7 | 9 | 77.8 | 22.2 |
| | 2世帯以上同居 | 13 | 30.8 | 69.2 | 193 | 85.5 | 14.5 | 179 | 58.7 | 41.3 | 95 | 51.6 | 48.4 | 20 | 70.0 | 30.0 | 7 | 28.6 | 71.4 |
| | その他 | 15 | 60.0 | 40.0 | 496 | 89.5 | 10.5 | 383 | 72.3 | 27.7 | 211 | 53.1 | 46.9 | 34 | 79.4 | 20.6 | 12 | 33.3 | 66.7 |
| | 答えたくない | 7 | 42.9 | 57.1 | 64 | 92.2 | 7.8 | 61 | 82.0 | 18.0 | 38 | 63.2 | 36.8 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | – | – |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 70 | 47.1 | 52.9 | 2671 | 88.8 | 11.2 | 2102 | 71.4 | 28.6 | 1115 | 48.4 | 51.6 | 105 | 86.7 | 13.3 | 44 | 63.6 | 36.4 |
| | 週に1～2日 | 53 | 43.4 | 56.6 | 1513 | 89.3 | 10.7 | 1023 | 69.4 | 30.6 | 712 | 46.8 | 53.2 | 69 | 82.6 | 17.4 | 21 | 38.1 | 61.9 |
| | (小計)週に1日以上計 | 123 | 45.5 | 54.5 | 4184 | 89.0 | 11.0 | 3125 | 70.8 | 29.2 | 1827 | 47.8 | 52.2 | 174 | 85.1 | 14.9 | 65 | 55.4 | 44.6 |
| | (小計)週1日未満 | 20 | 75.0 | 25.0 | 454 | 91.4 | 8.6 | 537 | 67.8 | 32.2 | 271 | 54.6 | 45.4 | 51 | 60.8 | 39.2 | 14 | 71.4 | 28.6 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 19 | 52.6 | 47.4 | 129 | 86.8 | 13.2 | 162 | 75.9 | 24.1 | 78 | 67.9 | 32.1 | 18 | 77.8 | 22.2 | 4 | 75.0 | 25.0 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 162 | 50.0 | 50.0 | 4767 | 89.2 | 10.8 | 3824 | 70.6 | 29.4 | 2176 | 49.4 | 50.6 | 243 | 79.4 | 20.6 | 83 | 59.0 | 41.0 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 23 | 43.5 | 56.5 | 1794 | 88.7 | 11.3 | 1017 | 70.3 | 29.7 | 745 | 41.6 | 58.4 | 61 | 91.8 | 8.2 | 25 | 64.0 | 36.0 |
| | 週に2日 | 27 | 48.1 | 51.9 | 838 | 88.3 | 11.7 | 462 | 65.4 | 34.6 | 304 | 43.1 | 56.9 | 25 | 92.0 | 8.0 | 8 | 62.5 | 37.5 |
| | (小計)週に2日以上計 | 50 | 46.0 | 54.0 | 2632 | 88.6 | 11.4 | 1479 | 68.8 | 31.2 | 1049 | 42.0 | 58.0 | 86 | 91.9 | 8.1 | 33 | 63.6 | 36.4 |
| | (小計)週2日未満 | 83 | 51.8 | 48.2 | 1398 | 90.0 | 10.0 | 1278 | 67.8 | 32.2 | 712 | 50.3 | 49.7 | 87 | 79.3 | 20.7 | 24 | 50.0 | 50.0 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 20 | 50.0 | 50.0 | 287 | 89.5 | 10.5 | 363 | 74.1 | 25.9 | 160 | 68.1 | 31.9 | 31 | 64.5 | 35.5 | 16 | 56.3 | 43.8 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 153 | 49.7 | 50.3 | 4317 | 89.1 | 10.9 | 3120 | 69.0 | 31.0 | 1921 | 47.3 | 52.7 | 204 | 82.4 | 17.6 | 73 | 57.5 | 42.5 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 9 | 55.6 | 44.4 | 450 | 89.6 | 10.4 | 704 | 77.4 | 22.6 | 255 | 65.1 | 34.9 | 39 | 64.1 | 35.9 | 10 | 70.0 | 30.0 |
| する～(以上)回～する・みる・ささえる Ⅱ 週1 | する・みる・ささえる | 97 | 46.4 | 53.6 | 539 | 83.1 | 16.9 | 332 | 58.7 | 41.3 | 178 | 46.6 | 53.4 | 43 | 69.8 | 30.2 | 23 | 43.5 | 56.5 |
| | する・みる | 16 | 43.8 | 56.3 | 2588 | 89.3 | 10.7 | 2164 | 70.7 | 29.3 | 1113 | 44.2 | 55.8 | 90 | 88.9 | 11.1 | 29 | 65.5 | 34.5 |
| | する・ささえる | 1 | – | 100.0 | 58 | 84.5 | 15.5 | 17 | 70.6 | 29.4 | 35 | 48.6 | 51.4 | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | 9 | 44.4 | 55.6 | 999 | 91.5 | 8.5 | 612 | 77.3 | 22.7 | 501 | 56.1 | 43.9 | 41 | 92.7 | 7.3 | 13 | 53.8 | 46.2 |
| | みる・ささえる | 14 | 64.3 | 35.7 | 57 | 78.9 | 21.1 | 52 | 63.5 | 36.5 | 28 | 57.1 | 42.9 | 11 | 63.6 | 36.4 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | みるのみ | 10 | 80.0 | 20.0 | 346 | 93.6 | 6.4 | 463 | 68.0 | 32.0 | 187 | 54.0 | 46.0 | 34 | 67.6 | 32.4 | 8 | 62.5 | 37.5 |
| | ささえるのみ | 2 | 50.0 | 50.0 | 6 | 83.3 | 16.7 | 5 | 60.0 | 40.0 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 13 | 53.8 | 46.2 | 174 | 87.9 | 12.1 | 179 | 76.0 | 24.0 | 132 | 63.6 | 36.4 | 24 | 62.5 | 37.5 | 7 | 85.7 | 14.3 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q16. 実施する際は、「1人で」もしくは「複数人で」行う、どちらが多いですか。

| | | ダンス | | | チアリーディング・バトントワリング | | | 水泳 | | | アクアエクササイズ・水中ウォーキング | | | 野球（硬式・軟式等） | | | ソフトボール | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い |
| 全体 | | 580 | 26.9 | 73.1 | 32 | 50.0 | 50.0 | 1145 | 68.5 | 31.5 | 558 | 59.9 | 40.1 | 568 | 7.0 | 93.0 | 204 | 4.9 | 95.1 |
| 性別 | 男性 | 111 | 36.9 | 63.1 | 20 | 45.0 | 55.0 | 594 | 72.4 | 27.6 | 184 | 72.8 | 27.2 | 542 | 6.8 | 93.2 | 176 | 2.8 | 97.2 |
| | 女性 | 462 | 23.6 | 76.4 | 12 | 58.3 | 41.7 | 547 | 64.2 | 35.8 | 369 | 53.1 | 46.9 | 23 | 13.0 | 87.0 | 28 | 17.9 | 82.1 |
| 年代 | 10代 | 50 | 50.0 | 50.0 | 5 | 80.0 | 20.0 | 29 | 34.5 | 65.5 | 5 | 20.0 | 80.0 | 40 | 17.5 | 82.5 | 12 | 8.3 | 91.7 |
| | 20代 | 119 | 42.0 | 58.0 | 14 | 57.1 | 42.9 | 183 | 67.8 | 32.2 | 30 | 63.3 | 36.7 | 194 | 7.7 | 92.3 | 54 | 11.1 | 88.9 |
| | 30代 | 48 | 68.8 | 31.3 | 7 | 28.6 | 71.4 | 145 | 63.4 | 36.6 | 46 | 63.0 | 37.0 | 125 | 8.0 | 92.0 | 36 | 2.8 | 97.2 |
| | 40代 | 61 | 34.4 | 65.6 | 1 | – | 100.0 | 219 | 68.9 | 31.1 | 75 | 66.7 | 33.3 | 100 | 6.0 | 94.0 | 30 | – | 100.0 |
| | 50代 | 64 | 18.8 | 81.3 | 4 | 50.0 | 50.0 | 157 | 77.7 | 22.3 | 68 | 67.6 | 32.4 | 75 | 2.7 | 97.3 | 36 | – | 100.0 |
| | 60代 | 70 | 7.1 | 92.9 | 1 | – | 100.0 | 163 | 76.1 | 23.9 | 97 | 62.9 | 37.1 | 16 | – | 100.0 | 22 | 4.5 | 95.5 |
| | 70代 | 168 | 6.0 | 94.0 | – | – | – | 249 | 64.7 | 35.3 | 237 | 54.0 | 46.0 | 18 | – | 100.0 | 14 | 7.1 | 92.9 |
| 性年代 | 男性10代 | 8 | – | 100.0 | 3 | 100.0 | – | 17 | 41.2 | 58.8 | 1 | – | 100.0 | 38 | 15.8 | 84.2 | 6 | – | 100.0 |
| | 男性20代 | 40 | 47.5 | 52.5 | 8 | 62.5 | 37.5 | 123 | 68.3 | 31.7 | 12 | 58.3 | 41.7 | 186 | 8.1 | 91.9 | 43 | 7.0 | 93.0 |
| | 男性30代 | 18 | 77.8 | 22.2 | 4 | – | 100.0 | 91 | 67.0 | 33.0 | 18 | 61.1 | 38.9 | 119 | 7.6 | 92.4 | 34 | 2.9 | 97.1 |
| | 男性40代 | 19 | 31.6 | 68.4 | 1 | – | 100.0 | 121 | 69.4 | 30.6 | 31 | 74.2 | 25.8 | 95 | 5.3 | 94.7 | 26 | – | 100.0 |
| | 男性50代 | 7 | 14.3 | 85.7 | 3 | 33.3 | 66.7 | 86 | 79.1 | 20.9 | 28 | 57.1 | 42.9 | 73 | 2.7 | 97.3 | 34 | – | 100.0 |
| | 男性60代 | 6 | 16.7 | 83.3 | 1 | – | 100.0 | 77 | 87.0 | 13.0 | 36 | 86.1 | 13.9 | 16 | – | 100.0 | 21 | 4.8 | 95.2 |
| | 男性70代 | 13 | – | 100.0 | – | – | – | 79 | 74.7 | 25.3 | 58 | 79.3 | 20.7 | 15 | – | 100.0 | 12 | – | 100.0 |
| | 女性10代 | 40 | 57.5 | 42.5 | 2 | 50.0 | 50.0 | 12 | 25.0 | 75.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 6 | 16.7 | 83.3 |
| | 女性20代 | 76 | 38.2 | 61.8 | 6 | 50.0 | 50.0 | 59 | 66.1 | 33.9 | 18 | 66.7 | 33.3 | 7 | – | 100.0 | 11 | 27.3 | 72.7 |
| | 女性30代 | 28 | 60.7 | 39.3 | 3 | 66.7 | 33.3 | 52 | 57.7 | 42.3 | 25 | 60.0 | 40.0 | 5 | 20.0 | 80.0 | 2 | – | 100.0 |
| | 女性40代 | 42 | 35.7 | 64.3 | – | – | – | 98 | 68.4 | 31.6 | 44 | 61.4 | 38.6 | 4 | 25.0 | 75.0 | 4 | – | 100.0 |
| | 女性50代 | 57 | 19.3 | 80.7 | 1 | 100.0 | – | 71 | 76.1 | 23.9 | 40 | 75.0 | 25.0 | 2 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 |
| | 女性60代 | 64 | 6.3 | 93.8 | – | – | – | 86 | 66.3 | 33.7 | 60 | 50.0 | 50.0 | – | – | – | 1 | – | 100.0 |
| | 女性70代 | 155 | 6.5 | 93.5 | – | – | – | 169 | 59.8 | 40.2 | 178 | 45.5 | 54.5 | 3 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 147 | 27.2 | 72.8 | 4 | 50.0 | 50.0 | 359 | 71.0 | 29.0 | 152 | 63.2 | 36.8 | 131 | 6.9 | 93.1 | 37 | 8.1 | 91.9 |
| | 東京都区部 | 64 | 39.1 | 60.9 | 2 | 50.0 | 50.0 | 157 | 70.7 | 29.3 | 49 | 69.4 | 30.6 | 50 | 6.0 | 94.0 | 14 | 7.1 | 92.9 |
| | 政令指定都市 | 83 | 18.1 | 81.9 | 2 | 50.0 | 50.0 | 202 | 71.3 | 28.7 | 103 | 60.2 | 39.8 | 81 | 7.4 | 92.6 | 23 | 8.7 | 91.3 |
| | 大都市 | 234 | 29.1 | 70.9 | 14 | 50.0 | 50.0 | 457 | 68.7 | 31.3 | 211 | 61.6 | 38.4 | 243 | 4.9 | 95.1 | 88 | 3.4 | 96.6 |
| | 小都市 | 152 | 21.1 | 78.9 | 11 | 63.6 | 36.4 | 264 | 65.5 | 34.5 | 145 | 55.9 | 44.1 | 146 | 10.3 | 89.7 | 58 | 6.9 | 93.1 |
| | 町村 | 47 | 34.0 | 66.0 | 3 | – | 100.0 | 65 | 64.6 | 35.4 | 50 | 54.0 | 46.0 | 48 | 8.3 | 91.7 | 21 | – | 100.0 |
| 居住地域 | 北海道 | 22 | 27.3 | 72.7 | – | – | – | 31 | 61.3 | 38.7 | 14 | 64.3 | 35.7 | 24 | 4.2 | 95.8 | – | – | – |
| | 東北 | 38 | 39.5 | 60.5 | 2 | 50.0 | 50.0 | 62 | 71.0 | 29.0 | 43 | 46.5 | 53.5 | 36 | 13.9 | 86.1 | 6 | – | 100.0 |
| | 北関東 | 28 | 28.6 | 71.4 | 1 | 100.0 | – | 61 | 82.0 | 18.0 | 34 | 58.8 | 41.2 | 17 | 5.9 | 94.1 | 12 | 16.7 | 83.3 |
| | 首都圏 | 181 | 34.8 | 65.2 | 14 | 50.0 | 50.0 | 435 | 69.0 | 31.0 | 174 | 63.8 | 36.2 | 174 | 6.3 | 93.7 | 42 | 2.4 | 97.6 |
| | 北陸 | 28 | 17.9 | 82.1 | 1 | – | 100.0 | 31 | 67.7 | 32.3 | 27 | 44.4 | 55.6 | 17 | 11.8 | 88.2 | 10 | 10.0 | 90.0 |
| | 東山 | 23 | 17.4 | 82.6 | – | – | – | 42 | 78.6 | 21.4 | 17 | 58.8 | 41.2 | 22 | 13.6 | 86.4 | 5 | – | 100.0 |
| | 東海 | 54 | 25.9 | 74.1 | 2 | 50.0 | 50.0 | 101 | 64.4 | 35.6 | 66 | 63.6 | 36.4 | 61 | 3.3 | 96.7 | 29 | – | 100.0 |
| | 近畿二府一県 | 88 | 19.3 | 80.7 | 6 | 50.0 | 50.0 | 160 | 68.1 | 31.9 | 57 | 70.2 | 29.8 | 79 | 3.8 | 96.2 | 29 | 10.3 | 89.7 |
| | その他近畿圏 | 14 | 35.7 | 64.3 | – | – | – | 37 | 62.2 | 37.8 | 19 | 42.1 | 57.9 | 15 | 6.7 | 93.3 | 4 | – | 100.0 |
| | 中国 | 23 | 21.7 | 78.3 | 1 | – | 100.0 | 47 | 68.1 | 31.9 | 22 | 68.2 | 31.8 | 38 | 5.3 | 94.7 | 17 | 5.9 | 94.1 |
| | 四国 | 19 | 26.3 | 73.7 | 1 | 100.0 | – | 21 | 52.4 | 47.6 | 19 | 63.2 | 36.8 | 14 | 14.3 | 85.7 | 6 | 16.7 | 83.3 |
| | 九州・沖縄 | 62 | 14.5 | 85.5 | 4 | 50.0 | 50.0 | 117 | 65.8 | 34.2 | 66 | 53.0 | 47.0 | 71 | 9.9 | 90.1 | 44 | 2.3 | 97.7 |
| 職業 | 自営業主 | 64 | 29.7 | 70.3 | 7 | 42.9 | 57.1 | 81 | 76.5 | 23.5 | 42 | 69.0 | 31.0 | 40 | 5.0 | 95.0 | 15 | 13.3 | 86.7 |
| | 家族従業者 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 3 | 66.7 | 33.3 | 4 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 | – | – | – |
| | 雇用者 | 210 | 35.7 | 64.3 | 16 | 50.0 | 50.0 | 636 | 72.2 | 27.8 | 214 | 63.6 | 36.4 | 428 | 6.3 | 93.7 | 146 | 2.1 | 97.9 |
| | （小計）就労者 | 275 | 34.2 | 65.8 | 23 | 47.8 | 52.2 | 720 | 72.6 | 27.4 | 260 | 64.2 | 35.8 | 469 | 6.2 | 93.8 | 161 | 3.1 | 96.9 |
| | 主婦・主夫 | 133 | 11.3 | 88.7 | – | – | – | 198 | 59.6 | 40.4 | 149 | 49.0 | 51.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 学生 | 73 | 41.1 | 58.9 | 4 | 50.0 | 50.0 | 67 | 50.7 | 49.3 | 6 | 16.7 | 83.3 | 64 | 10.9 | 89.1 | 23 | 8.7 | 91.3 |
| | 無職 | 76 | 14.5 | 85.5 | 4 | 75.0 | 25.0 | 137 | 67.2 | 32.8 | 126 | 65.9 | 34.1 | 18 | 5.6 | 94.4 | 9 | – | 100.0 |
| | その他 | 14 | 7.1 | 92.9 | – | – | – | 13 | 61.5 | 38.5 | 8 | 50.0 | 50.0 | 5 | 20.0 | 80.0 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| | 答えたくない | 9 | 55.6 | 44.4 | 1 | – | 100.0 | 10 | 90.0 | 10.0 | 9 | 66.7 | 33.3 | 8 | 12.5 | 87.5 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| 最終学歴 | 中学校 | 5 | 60.0 | 40.0 | – | – | – | 6 | 83.3 | 16.7 | 1 | 100.0 | – | 4 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 |
| | 高校 | 119 | 24.4 | 75.6 | 1 | – | 100.0 | 187 | 62.6 | 37.4 | 128 | 59.4 | 40.6 | 136 | 6.6 | 93.4 | 46 | – | 100.0 |
| | 短大・高専 | 80 | 13.8 | 86.3 | 4 | 50.0 | 50.0 | 123 | 62.6 | 37.4 | 78 | 50.0 | 50.0 | 17 | 11.8 | 88.2 | 12 | 8.3 | 91.7 |
| | 専門学校 | 63 | 28.6 | 71.4 | 8 | 75.0 | 25.0 | 85 | 65.9 | 34.1 | 56 | 55.4 | 44.6 | 38 | 2.6 | 97.4 | 17 | – | 100.0 |
| | 大学 | 270 | 28.9 | 71.1 | 16 | 37.5 | 62.5 | 638 | 70.5 | 29.5 | 257 | 61.9 | 38.1 | 326 | 6.7 | 93.3 | 105 | 7.6 | 92.4 |
| | 大学院 | 35 | 37.1 | 62.9 | 2 | 50.0 | 50.0 | 98 | 74.5 | 25.5 | 30 | 80.0 | 20.0 | 38 | 10.5 | 89.5 | 22 | 4.5 | 95.5 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | 1 | 100.0 | – | 1 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 8 | 50.0 | 50.0 | 1 | 100.0 | – | 7 | 71.4 | 28.6 | 7 | 57.1 | 42.9 | 9 | 22.2 | 77.8 | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 12 | 58.3 | 41.7 | 1 | 100.0 | – | 14 | 71.4 | 28.6 | 10 | 70.0 | 30.0 | 4 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 100万円未満 | 24 | 29.2 | 70.8 | 2 | 100.0 | – | 23 | 65.2 | 34.8 | 12 | 66.7 | 33.3 | 12 | 16.7 | 83.3 | 8 | 25.0 | 75.0 |
| | 100～200万円未満 | 33 | 12.1 | 87.9 | 1 | 100.0 | – | 62 | 67.7 | 32.3 | 26 | 73.1 | 26.9 | 16 | 25.0 | 75.0 | 3 | – | 100.0 |
| | 200～300万円未満 | 69 | 26.1 | 73.9 | 3 | 33.3 | 66.7 | 96 | 77.1 | 22.9 | 62 | 53.2 | 46.8 | 26 | 3.8 | 96.2 | 10 | – | 100.0 |
| | 300～400万円未満 | 78 | 28.2 | 71.8 | 3 | 100.0 | – | 109 | 63.3 | 36.7 | 69 | 62.3 | 37.7 | 48 | 4.2 | 95.8 | 12 | 8.3 | 91.7 |
| | 400～500万円未満 | 47 | 29.8 | 70.2 | 4 | – | 100.0 | 103 | 68.0 | 32.0 | 48 | 52.1 | 47.9 | 56 | 7.1 | 92.9 | 25 | 8.0 | 92.0 |
| | 500～600万円未満 | 27 | 33.3 | 66.7 | 2 | 50.0 | 50.0 | 97 | 64.9 | 35.1 | 43 | 55.8 | 44.2 | 54 | 5.6 | 94.4 | 19 | 10.5 | 89.5 |
| | 600～700万円未満 | 30 | 26.7 | 73.3 | 2 | 50.0 | 50.0 | 71 | 67.6 | 32.4 | 31 | 58.1 | 41.9 | 47 | 10.6 | 89.4 | 14 | 14.3 | 85.7 |
| | 700～800万円未満 | 19 | 21.1 | 78.9 | 1 | – | 100.0 | 70 | 74.3 | 25.7 | 27 | 77.8 | 22.2 | 45 | 2.2 | 97.8 | 22 | – | 100.0 |
| | 800～1000万円未満 | 37 | 37.8 | 62.2 | 2 | 100.0 | – | 126 | 65.9 | 34.1 | 37 | 78.4 | 21.6 | 90 | 8.9 | 91.1 | 24 | 4.2 | 95.8 |
| | 1000～1200万円未満 | 27 | 37.0 | 63.0 | 2 | – | 100.0 | 78 | 55.1 | 44.9 | 26 | 57.7 | 42.3 | 41 | – | 100.0 | 14 | – | 100.0 |
| | 1200万円以上 | 41 | 36.6 | 63.4 | 4 | 50.0 | 50.0 | 102 | 74.5 | 25.5 | 34 | 64.7 | 35.3 | 42 | 2.4 | 97.6 | 20 | – | 100.0 |
| | わからない | 70 | 17.1 | 82.9 | 3 | – | 100.0 | 69 | 63.8 | 36.2 | 49 | 51.0 | 49.0 | 35 | 11.4 | 88.6 | 15 | – | 100.0 |
| | 答えたくない | 66 | 18.2 | 81.8 | 2 | 100.0 | – | 125 | 76.0 | 24.0 | 84 | 53.6 | 46.4 | 52 | 9.6 | 90.4 | 17 | – | 100.0 |
| 未既婚 | 既婚者 | 294 | 22.4 | 77.6 | 15 | 46.7 | 53.3 | 697 | 66.3 | 33.7 | 391 | 58.1 | 41.9 | 285 | 6.3 | 93.7 | 108 | 3.7 | 96.3 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 280 | 31.4 | 68.6 | 16 | 50.0 | 50.0 | 437 | 72.1 | 27.9 | 160 | 64.4 | 35.6 | 276 | 7.2 | 92.8 | 95 | 6.3 | 93.7 |
| | 答えたくない | 6 | 33.3 | 66.7 | 1 | 100.0 | – | 11 | 63.6 | 36.4 | 7 | 57.1 | 42.9 | 7 | 28.6 | 71.4 | 1 | – | 100.0 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 140 | 29.3 | 70.7 | 9 | 66.7 | 33.3 | 247 | 76.9 | 23.1 | 95 | 67.4 | 32.6 | 137 | 9.5 | 90.5 | 44 | 11.4 | 88.6 |
| | 夫婦のみ・子なし | 188 | 16.5 | 83.5 | 6 | 50.0 | 50.0 | 351 | 68.4 | 31.6 | 244 | 55.7 | 44.3 | 96 | 9.4 | 90.6 | 36 | 5.6 | 94.4 |
| | 夫婦・子あり | 86 | 36.0 | 64.0 | 7 | 42.9 | 57.1 | 313 | 64.5 | 35.5 | 120 | 60.8 | 39.2 | 167 | 5.4 | 94.6 | 60 | 3.3 | 96.7 |
| | 親と同居（未婚） | 57 | 43.9 | 56.1 | 5 | 40.0 | 60.0 | 74 | 79.7 | 20.3 | 19 | 84.2 | 15.8 | 70 | 7.1 | 92.9 | 22 | 4.5 | 95.5 |
| | 2世帯以上同居 | 29 | 27.6 | 72.4 | 1 | – | 100.0 | 48 | 60.4 | 39.6 | 26 | 61.5 | 38.5 | 30 | 3.3 | 96.7 | 10 | – | 100.0 |
| | その他 | 74 | 24.3 | 75.7 | 3 | 33.3 | 66.7 | 101 | 56.4 | 43.6 | 47 | 53.2 | 46.8 | 61 | 1.6 | 98.4 | 31 | – | 100.0 |
| | 答えたくない | 6 | 33.3 | 66.7 | 1 | 100.0 | – | 11 | 63.6 | 36.4 | 7 | 57.1 | 42.9 | 7 | 28.6 | 71.4 | 1 | – | 100.0 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 316 | 24.4 | 75.6 | 16 | 56.3 | 43.8 | 556 | 68.3 | 31.7 | 300 | 55.0 | 45.0 | 197 | 10.2 | 89.8 | 66 | 9.1 | 90.9 |
| | 週に1～2日 | 177 | 24.9 | 75.1 | 6 | 16.7 | 83.3 | 359 | 72.1 | 27.9 | 167 | 67.1 | 32.9 | 172 | 4.1 | 95.9 | 81 | 2.5 | 97.5 |
| | （小計）週に1日以上計 | 493 | 24.5 | 75.5 | 22 | 45.5 | 54.5 | 915 | 69.8 | 30.2 | 467 | 59.3 | 40.7 | 369 | 7.3 | 92.7 | 147 | 5.4 | 94.6 |
| | （小計）週1日未満 | 66 | 39.4 | 60.6 | 6 | 66.7 | 33.3 | 202 | 62.4 | 37.6 | 73 | 61.6 | 38.4 | 159 | 5.7 | 94.3 | 45 | 2.2 | 97.8 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 21 | 42.9 | 57.1 | 4 | 50.0 | 50.0 | 28 | 67.9 | 32.1 | 18 | 66.7 | 33.3 | 40 | 10.0 | 90.0 | 12 | 8.3 | 91.7 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 580 | 26.9 | 73.1 | 32 | 50.0 | 50.0 | 1145 | 68.5 | 31.5 | 558 | 59.9 | 40.1 | 568 | 7.0 | 93.0 | 204 | 4.9 | 95.1 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 202 | 19.3 | 80.7 | 7 | 57.1 | 42.9 | 379 | 69.9 | 30.1 | 220 | 55.5 | 44.5 | 121 | 7.4 | 92.6 | 38 | 10.5 | 89.5 |
| | 週に2日 | 110 | 21.8 | 78.2 | 4 | 50.0 | 50.0 | 170 | 68.8 | 31.2 | 89 | 59.6 | 40.4 | 84 | 3.6 | 96.4 | 37 | – | 100.0 |
| | （小計）週に2日以上計 | 312 | 20.2 | 79.8 | 11 | 54.5 | 45.5 | 549 | 69.6 | 30.4 | 309 | 56.6 | 43.4 | 205 | 5.9 | 94.1 | 75 | 5.3 | 94.7 |
| | （小計）週2日未満 | 203 | 32.0 | 68.0 | 14 | 42.9 | 57.1 | 423 | 69.5 | 30.5 | 155 | 66.5 | 33.5 | 272 | 7.7 | 92.3 | 100 | 4.0 | 96.0 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 37 | 43.2 | 56.8 | 6 | 50.0 | 50.0 | 78 | 62.8 | 37.2 | 37 | 56.8 | 43.2 | 61 | 9.8 | 90.2 | 16 | 6.3 | 93.8 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 552 | 26.1 | 73.9 | 31 | 48.4 | 51.6 | 1050 | 69.0 | 31.0 | 501 | 59.7 | 40.3 | 538 | 7.2 | 92.8 | 191 | 4.7 | 95.3 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 28 | 42.9 | 57.1 | 1 | 100.0 | – | 95 | 62.1 | 37.9 | 57 | 61.4 | 38.6 | 30 | 3.3 | 96.7 | 13 | 7.7 | 92.3 |
| する・みる・ささえる（週1回以上） | する・みる・ささえる | 103 | 38.8 | 61.2 | 18 | 50.0 | 50.0 | 198 | 60.6 | 39.4 | 61 | 65.6 | 34.4 | 171 | 11.1 | 88.9 | 61 | 6.6 | 93.4 |
| | する・みる | 286 | 17.8 | 82.2 | 2 | 50.0 | 50.0 | 528 | 71.6 | 28.4 | 314 | 57.6 | 42.4 | 186 | 3.8 | 96.2 | 71 | 4.2 | 95.8 |
| | する・ささえる | 13 | 69.2 | 30.8 | – | – | – | 13 | 92.3 | 7.7 | 6 | 50.0 | 50.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | – | – |
| | するのみ | 91 | 23.1 | 76.9 | 2 | – | 100.0 | 176 | 73.3 | 26.7 | 86 | 61.6 | 38.4 | 10 | – | 100.0 | 15 | 6.7 | 93.3 |
| | みる・ささえる | 9 | 44.4 | 55.6 | 5 | 60.0 | 40.0 | 31 | 64.5 | 35.5 | 6 | 50.0 | 50.0 | 42 | 9.5 | 90.5 | 10 | – | 100.0 |
| | みるのみ | 46 | 37.0 | 63.0 | 3 | 66.7 | 33.3 | 132 | 61.4 | 38.6 | 61 | 62.3 | 37.7 | 132 | 6.1 | 93.9 | 39 | 2.6 | 97.4 |
| | ささえるのみ | 5 | 60.0 | 40.0 | 1 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | 1 | – | 100.0 |
| | しない・みない・ささえない | 27 | 40.7 | 59.3 | 1 | 100.0 | – | 65 | 67.7 | 32.3 | 24 | 66.7 | 33.3 | 25 | 4.0 | 96.0 | 7 | 14.3 | 85.7 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に１日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q16. 実施する際は、「1人で」もしくは「複数人で」行う、どちらが多いですか。

| | | キャッチボール | | | テニス・ソフトテニス | | | バドミントン | | | 卓球（ラージボール含む） | | | 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） | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い |
| 全体 | | 289 | 6.2 | 93.8 | 801 | 4.2 | 95.8 | 566 | 3.9 | 96.1 | 513 | 5.1 | 94.9 | 1779 | 3.7 | 96.3 | 1378 | 73.4 | 26.6 |
| 性別 | 男性 | 231 | 4.8 | 95.2 | 471 | 4.9 | 95.1 | 237 | 4.6 | 95.4 | 246 | 7.7 | 92.3 | 1541 | 3.8 | 96.2 | 1135 | 81.1 | 18.9 |
| | 女性 | 57 | 12.3 | 87.7 | 325 | 3.1 | 96.9 | 326 | 3.4 | 96.6 | 262 | 2.7 | 97.3 | 234 | 2.6 | 97.4 | 241 | 36.9 | 63.1 |
| 年代 | 10代 | 27 | 3.7 | 96.3 | 47 | 2.1 | 97.9 | 75 | 6.7 | 93.3 | 47 | 12.8 | 87.2 | 3 | 33.3 | 66.7 | 6 | 50.0 | 50.0 |
| | 20代 | 85 | 4.7 | 95.3 | 119 | 4.2 | 95.8 | 136 | 4.4 | 95.6 | 118 | 9.3 | 90.7 | 102 | 11.8 | 88.2 | 117 | 43.6 | 56.4 |
| | 30代 | 50 | 10.0 | 90.0 | 98 | 7.1 | 92.9 | 79 | 6.3 | 93.7 | 42 | 7.1 | 92.9 | 152 | 2.0 | 98.0 | 144 | 66.0 | 34.0 |
| | 40代 | 60 | 10.0 | 90.0 | 98 | 8.2 | 91.8 | 113 | 5.3 | 94.7 | 60 | 3.3 | 96.7 | 229 | 3.9 | 96.1 | 204 | 72.1 | 27.9 |
| | 50代 | 31 | 3.2 | 96.8 | 115 | 5.2 | 94.8 | 60 | － | 100.0 | 41 | 2.4 | 97.6 | 379 | 3.4 | 96.6 | 317 | 77.3 | 22.7 |
| | 60代 | 17 | 5.9 | 94.1 | 136 | 3.7 | 96.3 | 53 | － | 100.0 | 61 | 3.3 | 96.7 | 431 | 2.8 | 97.2 | 307 | 76.9 | 23.1 |
| | 70代 | 19 | － | 100.0 | 188 | 1.1 | 98.9 | 50 | － | 100.0 | 144 | 0.7 | 99.3 | 483 | 3.3 | 96.7 | 283 | 82.7 | 17.3 |
| 性年代 | 男性10代 | 20 | 5.0 | 95.0 | 22 | 4.5 | 95.5 | 27 | 3.7 | 96.3 | 19 | 15.8 | 84.2 | 3 | 33.3 | 66.7 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 男性20代 | 67 | 4.5 | 95.5 | 77 | 1.3 | 98.7 | 56 | 5.4 | 94.6 | 67 | 14.9 | 85.1 | 80 | 8.8 | 91.3 | 81 | 53.1 | 46.9 |
| | 男性30代 | 38 | 5.3 | 94.7 | 64 | 9.4 | 90.6 | 40 | 7.5 | 92.5 | 27 | 11.1 | 88.9 | 125 | 2.4 | 97.6 | 113 | 77.9 | 22.1 |
| | 男性40代 | 42 | 7.1 | 92.9 | 65 | 9.2 | 90.8 | 46 | 8.7 | 91.3 | 31 | 3.2 | 96.8 | 195 | 4.6 | 95.4 | 162 | 80.2 | 19.8 |
| | 男性50代 | 29 | 3.4 | 96.6 | 60 | 6.7 | 93.3 | 24 | － | 100.0 | 23 | 4.3 | 95.7 | 329 | 3.6 | 96.4 | 259 | 85.3 | 14.7 |
| | 男性60代 | 17 | 5.9 | 94.1 | 75 | 5.3 | 94.7 | 24 | － | 100.0 | 28 | 3.6 | 96.4 | 380 | 3.2 | 96.8 | 268 | 81.7 | 18.3 |
| | 男性70代 | 18 | － | 100.0 | 108 | 0.9 | 99.1 | 20 | － | 100.0 | 51 | － | 100.0 | 429 | 3.5 | 96.5 | 250 | 87.6 | 12.4 |
| | 女性10代 | 7 | － | 100.0 | 25 | － | 100.0 | 48 | 8.3 | 91.7 | 28 | 10.7 | 89.3 | － | － | － | 4 | 50.0 | 50.0 |
| | 女性20代 | 18 | 5.6 | 94.4 | 39 | 7.7 | 92.3 | 78 | 3.8 | 96.2 | 48 | 2.1 | 97.9 | 21 | 23.8 | 76.2 | 35 | 22.9 | 77.1 |
| | 女性30代 | 12 | 25.0 | 75.0 | 34 | 2.9 | 97.1 | 39 | 5.1 | 94.9 | 14 | － | 100.0 | 26 | － | 100.0 | 31 | 22.6 | 77.4 |
| | 女性40代 | 17 | 17.6 | 82.4 | 33 | 6.1 | 93.9 | 67 | 3.0 | 97.0 | 29 | 3.4 | 96.6 | 33 | － | 100.0 | 41 | 39.0 | 61.0 |
| | 女性50代 | 2 | － | 100.0 | 54 | 3.7 | 96.3 | 36 | － | 100.0 | 17 | － | 100.0 | 50 | 2.0 | 98.0 | 58 | 41.4 | 58.6 |
| | 女性60代 | － | － | － | 61 | 1.6 | 98.4 | 28 | － | 100.0 | 33 | 3.0 | 97.0 | 51 | － | 100.0 | 39 | 43.6 | 56.4 |
| | 女性70代 | 1 | － | 100.0 | 79 | 1.3 | 98.7 | 30 | － | 100.0 | 93 | 1.1 | 98.9 | 53 | － | 100.0 | 33 | 45.5 | 54.5 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 69 | 5.8 | 94.2 | 219 | 3.7 | 96.3 | 118 | 3.4 | 96.6 | 120 | 5.8 | 94.2 | 465 | 3.4 | 96.6 | 386 | 70.5 | 29.5 |
| | 東京都区部 | 17 | 11.8 | 88.2 | 69 | 2.9 | 97.1 | 35 | 8.6 | 91.4 | 38 | 7.9 | 92.1 | 170 | 4.1 | 95.9 | 134 | 61.2 | 38.8 |
| | 政令指定都市 | 52 | 3.8 | 96.2 | 150 | 4.0 | 96.0 | 83 | 1.2 | 98.8 | 82 | 4.9 | 95.1 | 295 | 3.1 | 96.9 | 252 | 75.4 | 24.6 |
| | 大都市 | 117 | 6.8 | 93.2 | 320 | 5.0 | 95.0 | 220 | 3.6 | 96.4 | 200 | 3.5 | 96.5 | 718 | 3.6 | 96.4 | 546 | 75.5 | 24.5 |
| | 小都市 | 80 | 6.3 | 93.8 | 198 | 4.0 | 96.0 | 182 | 3.8 | 96.2 | 151 | 4.0 | 96.0 | 460 | 3.9 | 96.1 | 356 | 72.8 | 27.2 |
| | 町村 | 23 | 4.3 | 95.7 | 64 | 3.1 | 96.9 | 46 | 6.5 | 93.5 | 42 | 14.3 | 85.7 | 136 | 4.4 | 95.6 | 90 | 75.6 | 24.4 |
| 居住地域 | 北海道 | 14 | 7.1 | 92.9 | 25 | 4.0 | 96.0 | 25 | － | 100.0 | 24 | － | 100.0 | 62 | 3.2 | 96.8 | 48 | 79.2 | 20.8 |
| | 東北 | 27 | 11.1 | 88.9 | 43 | 4.7 | 95.3 | 36 | 5.6 | 94.4 | 40 | － | 100.0 | 92 | 2.2 | 97.8 | 82 | 76.8 | 23.2 |
| | 北関東 | 9 | 11.1 | 88.9 | 53 | 3.8 | 96.2 | 40 | 5.0 | 95.0 | 35 | 5.7 | 94.3 | 127 | 3.9 | 96.1 | 93 | 78.5 | 21.5 |
| | 首都圏 | 75 | 9.3 | 90.7 | 234 | 4.7 | 95.3 | 131 | 2.3 | 97.7 | 132 | 6.1 | 93.9 | 500 | 3.6 | 96.4 | 380 | 69.5 | 30.5 |
| | 北陸 | 6 | － | 100.0 | 19 | － | 100.0 | 30 | － | 100.0 | 27 | 7.4 | 92.6 | 62 | 3.2 | 96.8 | 41 | 87.8 | 12.2 |
| | 東山 | 4 | － | 100.0 | 25 | 4.0 | 96.0 | 17 | 17.6 | 82.4 | 15 | － | 100.0 | 71 | 1.4 | 98.6 | 50 | 68.0 | 32.0 |
| | 東海 | 53 | 3.8 | 96.2 | 104 | 1.0 | 99.0 | 60 | 1.7 | 98.3 | 78 | 6.4 | 93.6 | 213 | 3.8 | 96.2 | 172 | 69.2 | 30.8 |
| | 近畿二府一県 | 36 | 2.8 | 97.2 | 122 | 5.7 | 94.3 | 66 | 4.5 | 95.5 | 56 | 5.4 | 94.6 | 247 | 4.9 | 95.1 | 194 | 79.4 | 20.6 |
| | その他近畿圏 | 6 | － | 100.0 | 28 | 3.6 | 96.4 | 16 | 6.3 | 93.8 | 11 | 18.2 | 81.8 | 63 | 1.6 | 98.4 | 53 | 73.6 | 26.4 |
| | 中国 | 20 | 10.0 | 90.0 | 36 | 13.9 | 86.1 | 40 | 2.5 | 97.5 | 24 | 4.2 | 95.8 | 98 | 8.2 | 91.8 | 72 | 66.7 | 33.3 |
| | 四国 | 9 | － | 100.0 | 16 | － | 100.0 | 17 | 11.8 | 88.2 | 15 | 6.7 | 93.3 | 46 | 4.3 | 95.7 | 32 | 68.8 | 31.3 |
| | 九州・沖縄 | 30 | 3.3 | 96.7 | 96 | 3.1 | 96.9 | 88 | 4.5 | 95.5 | 56 | 3.6 | 96.4 | 198 | 2.5 | 97.5 | 161 | 75.2 | 24.8 |
| 職業 | 自営業主 | 26 | 19.2 | 80.8 | 45 | 11.1 | 88.9 | 26 | 15.4 | 84.6 | 28 | 17.9 | 82.1 | 165 | 4.8 | 95.2 | 128 | 70.3 | 29.7 |
| | 家族従業者 | － | － | － | 1 | － | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | － | 100.0 | 8 | － | 100.0 | 6 | 50.0 | 50.0 |
| | 雇用者 | 180 | 5.0 | 95.0 | 449 | 5.1 | 94.9 | 322 | 2.2 | 97.8 | 232 | 6.0 | 94.0 | 1100 | 3.6 | 96.4 | 905 | 73.5 | 26.5 |
| | （小計）就労者 | 206 | 6.8 | 93.2 | 495 | 5.7 | 94.3 | 350 | 3.4 | 96.6 | 261 | 7.3 | 92.7 | 1273 | 3.8 | 96.2 | 1039 | 73.0 | 27.0 |
| | 主婦・主夫 | 12 | 8.3 | 91.7 | 99 | 2.0 | 98.0 | 61 | 3.3 | 96.7 | 81 | － | 100.0 | 72 | － | 100.0 | 64 | 43.8 | 56.3 |
| | 学生 | 45 | 4.4 | 95.6 | 69 | － | 100.0 | 104 | 5.8 | 94.2 | 64 | 6.3 | 93.8 | 8 | 12.5 | 87.5 | 15 | 33.3 | 66.7 |
| | 無職 | 20 | － | 100.0 | 115 | 1.7 | 98.3 | 37 | 2.7 | 97.3 | 92 | 2.2 | 97.8 | 388 | 3.6 | 96.4 | 239 | 85.8 | 14.2 |
| | その他 | 2 | － | 100.0 | 15 | 6.7 | 93.3 | 6 | － | 100.0 | 9 | － | 100.0 | 23 | － | 100.0 | 12 | 83.3 | 16.7 |
| | 答えたくない | 4 | 25.0 | 75.0 | 8 | 12.5 | 87.5 | 8 | 12.5 | 87.5 | 6 | 16.7 | 83.3 | 15 | 20.0 | 80.0 | 9 | 55.6 | 44.4 |
| 最終学歴 | 中学校 | － | － | － | 4 | － | 100.0 | 10 | － | 100.0 | 6 | － | 100.0 | 13 | 7.7 | 92.3 | 4 | － | 100.0 |
| | 高校 | 78 | 6.4 | 93.6 | 141 | 5.7 | 94.3 | 143 | 4.2 | 95.8 | 142 | 2.8 | 97.2 | 369 | 4.1 | 95.9 | 267 | 70.4 | 29.6 |
| | 短大・高専 | 16 | 6.3 | 93.8 | 77 | 3.9 | 96.1 | 39 | 5.1 | 94.9 | 50 | 6.0 | 94.0 | 101 | 1.0 | 99.0 | 78 | 59.0 | 41.0 |
| | 専門学校 | 23 | 4.3 | 95.7 | 59 | 3.4 | 96.6 | 52 | 3.8 | 96.2 | 39 | 7.7 | 92.3 | 114 | 4.4 | 95.6 | 104 | 64.4 | 35.6 |
| | 大学 | 148 | 4.7 | 95.3 | 437 | 3.9 | 96.1 | 274 | 2.9 | 97.1 | 240 | 5.8 | 94.2 | 1064 | 3.5 | 96.5 | 807 | 77.6 | 22.4 |
| | 大学院 | 24 | 16.7 | 83.3 | 77 | 5.2 | 94.8 | 42 | 7.1 | 92.9 | 33 | 6.1 | 93.9 | 110 | 5.5 | 94.5 | 107 | 72.9 | 27.1 |
| | その他 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | － | － | － | 6 | － | 100.0 | 6 | 16.7 | 83.3 | 3 | － | 100.0 | 8 | 12.5 | 87.5 | 11 | 54.5 | 45.5 |
| 世帯年収 | 収入なし | 2 | － | 100.0 | 4 | － | 100.0 | 10 | － | 100.0 | 6 | － | 100.0 | 8 | － | 100.0 | 6 | 83.3 | 16.7 |
| | 100万円未満 | 8 | － | 100.0 | 21 | － | 100.0 | 14 | － | 100.0 | 12 | － | 100.0 | 21 | 19.0 | 81.0 | 15 | 60.0 | 40.0 |
| | 100～200万円未満 | 6 | 16.7 | 83.3 | 30 | 6.7 | 93.3 | 13 | 7.7 | 92.3 | 33 | 3.0 | 97.0 | 37 | 8.1 | 91.9 | 32 | 78.1 | 21.9 |
| | 200～300万円未満 | 19 | － | 100.0 | 46 | 6.5 | 93.5 | 37 | 2.7 | 97.3 | 57 | 3.5 | 96.5 | 113 | 8.0 | 92.0 | 81 | 80.2 | 19.8 |
| | 300～400万円未満 | 29 | 6.9 | 93.1 | 93 | 5.4 | 94.6 | 63 | 1.6 | 98.4 | 75 | 9.3 | 90.7 | 181 | 4.4 | 95.6 | 125 | 73.6 | 26.4 |
| | 400～500万円未満 | 34 | 8.8 | 91.2 | 88 | 2.3 | 97.7 | 61 | 4.9 | 95.1 | 54 | 1.9 | 98.1 | 172 | 3.5 | 96.5 | 138 | 75.4 | 24.6 |
| | 500～600万円未満 | 32 | 6.3 | 93.8 | 65 | 9.2 | 90.8 | 51 | － | 100.0 | 36 | 2.8 | 97.2 | 148 | 4.7 | 95.3 | 113 | 65.5 | 34.5 |
| | 600～700万円未満 | 20 | 10.0 | 90.0 | 51 | － | 100.0 | 40 | 10.0 | 90.0 | 27 | 3.7 | 96.3 | 116 | 2.6 | 97.4 | 96 | 69.8 | 30.2 |
| | 700～800万円未満 | 23 | 4.3 | 95.7 | 47 | 6.4 | 93.6 | 44 | 4.5 | 95.5 | 21 | 9.5 | 90.5 | 111 | － | 100.0 | 91 | 74.7 | 25.3 |
| | 800～1000万円未満 | 35 | 2.9 | 97.1 | 66 | 1.5 | 98.5 | 40 | 2.5 | 97.5 | 30 | 3.3 | 96.7 | 186 | 2.2 | 97.8 | 164 | 75.0 | 25.0 |
| | 1000～1200万円未満 | 20 | 5.0 | 95.0 | 43 | 7.0 | 93.0 | 26 | － | 100.0 | 22 | 13.6 | 86.4 | 138 | 2.9 | 97.1 | 109 | 61.5 | 38.5 |
| | 1200万円以上 | 19 | 10.5 | 89.5 | 75 | 5.3 | 94.7 | 45 | 11.1 | 88.9 | 32 | 9.4 | 90.6 | 252 | 3.2 | 96.8 | 187 | 79.7 | 20.3 |
| | わからない | 24 | 4.2 | 95.8 | 80 | 2.5 | 97.5 | 78 | 3.8 | 96.2 | 61 | 6.6 | 93.4 | 76 | 5.3 | 94.7 | 59 | 61.0 | 39.0 |
| | 答えたくない | 18 | 11.1 | 88.9 | 92 | 3.3 | 96.7 | 44 | 2.3 | 97.7 | 47 | － | 100.0 | 220 | 2.7 | 97.3 | 162 | 78.4 | 21.6 |
| 未既婚 | 既婚者 | 152 | 5.9 | 94.1 | 492 | 3.3 | 96.7 | 257 | 3.1 | 96.9 | 257 | 3.9 | 96.1 | 1352 | 2.7 | 97.3 | 991 | 76.7 | 23.3 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 132 | 6.1 | 93.9 | 301 | 5.3 | 94.7 | 304 | 4.6 | 95.4 | 250 | 6.4 | 93.6 | 409 | 6.6 | 93.4 | 372 | 64.5 | 35.5 |
| | 答えたくない | 5 | 20.0 | 80.0 | 8 | 25.0 | 75.0 | 5 | － | 100.0 | 6 | － | 100.0 | 18 | 11.1 | 88.9 | 15 | 73.3 | 26.7 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 61 | 6.6 | 93.4 | 146 | 4.1 | 95.9 | 123 | 4.1 | 95.9 | 128 | 6.3 | 93.8 | 260 | 6.9 | 93.1 | 219 | 65.3 | 34.7 |
| | 夫婦のみ・子なし | 56 | 8.9 | 91.1 | 268 | 1.9 | 98.1 | 90 | 3.3 | 96.7 | 152 | 2.6 | 97.4 | 754 | 3.1 | 96.9 | 518 | 75.3 | 24.7 |
| | 夫婦・子あり | 81 | 3.7 | 96.3 | 194 | 5.2 | 94.8 | 142 | 2.1 | 97.9 | 82 | 6.1 | 93.9 | 484 | 2.7 | 97.3 | 392 | 78.1 | 21.9 |
| | 親と同居（未婚） | 23 | 4.3 | 95.7 | 70 | 10.0 | 90.0 | 80 | 6.3 | 93.8 | 56 | 3.6 | 96.4 | 77 | 6.5 | 93.5 | 76 | 67.1 | 32.9 |
| | 2世帯以上同居 | 18 | 5.6 | 94.4 | 40 | 5.0 | 95.0 | 39 | 5.1 | 94.9 | 24 | 4.2 | 95.8 | 81 | 1.2 | 98.8 | 72 | 75.0 | 25.0 |
| | その他 | 45 | 6.7 | 93.3 | 75 | 2.7 | 97.3 | 87 | 4.6 | 95.4 | 65 | 9.2 | 90.8 | 105 | 3.8 | 96.2 | 86 | 65.1 | 34.9 |
| | 答えたくない | 5 | 20.0 | 80.0 | 8 | 25.0 | 75.0 | 5 | － | 100.0 | 6 | － | 100.0 | 18 | 11.1 | 88.9 | 15 | 73.3 | 26.7 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 94 | 11.7 | 88.3 | 336 | 4.2 | 95.8 | 191 | 4.7 | 95.3 | 220 | 5.9 | 94.1 | 645 | 4.7 | 95.3 | 500 | 76.4 | 23.6 |
| | 週に1～2日 | 91 | 3.3 | 96.7 | 298 | 4.0 | 96.0 | 205 | 2.0 | 98.0 | 159 | 5.7 | 94.3 | 627 | 3.5 | 96.5 | 523 | 76.7 | 23.3 |
| | （小計）週に1日以上計 | 185 | 7.6 | 92.4 | 634 | 4.1 | 95.9 | 396 | 3.3 | 96.7 | 379 | 5.8 | 94.2 | 1272 | 4.1 | 95.9 | 1023 | 76.5 | 23.5 |
| | （小計）週1日未満 | 89 | 2.2 | 97.8 | 139 | 3.6 | 96.4 | 152 | 4.6 | 95.4 | 113 | 1.8 | 98.2 | 445 | 2.7 | 97.3 | 310 | 64.5 | 35.5 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 15 | 13.3 | 86.7 | 28 | 10.7 | 89.3 | 18 | 11.1 | 88.9 | 21 | 9.5 | 90.5 | 62 | 3.2 | 96.8 | 45 | 62.2 | 37.8 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 289 | 6.2 | 93.8 | 801 | 4.2 | 95.8 | 566 | 3.9 | 96.1 | 513 | 5.1 | 94.9 | 1779 | 3.7 | 96.3 | 1378 | 73.4 | 26.6 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 46 | 6.5 | 93.5 | 225 | 1.8 | 98.2 | 100 | 3.0 | 97.0 | 133 | 4.5 | 95.5 | 423 | 3.5 | 96.5 | 318 | 77.7 | 22.3 |
| | 週に2日 | 31 | 6.5 | 93.5 | 137 | 7.3 | 92.7 | 82 | 2.4 | 97.6 | 74 | 5.4 | 94.6 | 229 | 5.2 | 94.8 | 204 | 76.0 | 24.0 |
| | （小計）週に2日以上計 | 77 | 6.5 | 93.5 | 362 | 3.9 | 96.1 | 182 | 2.7 | 97.3 | 207 | 4.8 | 95.2 | 652 | 4.1 | 95.9 | 522 | 77.0 | 23.0 |
| | （小計）週2日未満 | 145 | 6.2 | 93.8 | 336 | 4.2 | 95.8 | 268 | 3.0 | 97.0 | 193 | 6.7 | 93.3 | 904 | 3.3 | 96.7 | 693 | 72.2 | 27.8 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 26 | 7.7 | 92.3 | 57 | 7.0 | 93.0 | 43 | 4.7 | 95.3 | 52 | 3.8 | 96.2 | 122 | 4.9 | 95.1 | 91 | 67.0 | 33.0 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 248 | 6.5 | 93.5 | 755 | 4.2 | 95.8 | 493 | 3.0 | 97.0 | 452 | 5.5 | 94.5 | 1678 | 3.8 | 96.2 | 1306 | 73.7 | 26.3 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 41 | 4.9 | 95.1 | 46 | 4.3 | 95.7 | 73 | 9.6 | 90.4 | 61 | 1.6 | 98.4 | 101 | 3.0 | 97.0 | 72 | 66.7 | 33.3 |
| する～みる～ささえる回～以上～ | する・みる・ささえる週1回以上 | 66 | 12.1 | 87.9 | 162 | 8.0 | 92.0 | 96 | 12.5 | 87.5 | 88 | 18.2 | 81.8 | 216 | 6.9 | 93.1 | 177 | 76.3 | 23.7 |
| | する・みる | 111 | 4.5 | 95.5 | 391 | 2.3 | 97.7 | 221 | － | 100.0 | 236 | 1.7 | 98.3 | 969 | 3.0 | 97.0 | 776 | 77.2 | 22.8 |
| | する・ささえる | 1 | － | 100.0 | 12 | － | 100.0 | 11 | － | 100.0 | 6 | － | 100.0 | 5 | 20.0 | 80.0 | 6 | 50.0 | 50.0 |
| | するのみ | 7 | 14.3 | 85.7 | 69 | 5.8 | 94.2 | 68 | 1.5 | 98.5 | 49 | 4.1 | 95.9 | 82 | 8.5 | 91.5 | 64 | 71.9 | 28.1 |
| | みる・ささえる | 14 | － | 100.0 | 23 | 17.4 | 82.6 | 20 | 10.0 | 90.0 | 14 | － | 100.0 | 50 | 8.0 | 92.0 | 30 | 76.7 | 23.3 |
| | みるのみ | 78 | 2.6 | 97.4 | 97 | 2.1 | 97.9 | 98 | 2.0 | 98.0 | 86 | 2.3 | 97.7 | 387 | 1.6 | 98.4 | 269 | 63.2 | 36.8 |
| | ささえるのみ | 2 | 50.0 | 50.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 2 | － | 100.0 | － | － | － | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | － | 100.0 |
| | しない・みない・ささえない | 10 | 10.0 | 90.0 | 45 | 2.2 | 97.8 | 50 | 10.0 | 90.0 | 34 | 5.9 | 94.1 | 68 | 4.4 | 95.6 | 55 | 63.6 | 36.4 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に１日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q16. 実施する際は、「1人で」もしくは「複数人で」行う、どちらが多いですか。
ｸﾞﾗｳﾝﾄﾞｺﾞﾙﾌ・ﾊﾞｰｸﾞｺﾞﾙﾌ・ﾏﾚｯﾄｺﾞﾙﾌ・ｽﾅｯｸﾞｺﾞﾙﾌ・ﾃﾞｨｽｸｺﾞﾙﾌ・ﾊﾟﾀｰｺﾞﾙﾌ等

| | | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | ﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙ・ﾋﾞｰﾁﾊﾞﾚｰ・ｿﾌﾄﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙ | | | ﾊﾞｽｹｯﾄﾎﾞｰﾙ・3×3・ﾎﾞｰﾄﾎﾞｰﾙ | | | ﾄﾞｯｼﾞﾎﾞｰﾙ | | | ﾊﾝﾄﾞﾎﾞｰﾙ | | | ｻｯｶｰ | | |
| 全体 | | 182 | 5.5 | 94.5 | 381 | 2.9 | 97.1 | 295 | 10.2 | 89.8 | 45 | 17.8 | 82.2 | 36 | 16.7 | 83.3 | 428 | 6.1 | 93.9 |
| 性別 | 男性 | 114 | 7.9 | 92.1 | 170 | 4.7 | 95.3 | 224 | 11.6 | 88.4 | 25 | 20.0 | 80.0 | 22 | 9.1 | 90.9 | 388 | 6.4 | 93.6 |
| | 女性 | 67 | – | 100.0 | 211 | 1.4 | 98.6 | 69 | 5.8 | 94.2 | 20 | 15.0 | 85.0 | 14 | 28.6 | 71.4 | 35 | 2.9 | 97.1 |
| 年代 | 10代 | 1 | – | 100.0 | 44 | 6.8 | 93.2 | 40 | 2.5 | 97.5 | 9 | – | 100.0 | 8 | – | 100.0 | 37 | 2.7 | 97.3 |
| | 20代 | 14 | 21.4 | 78.6 | 101 | 4.0 | 96.0 | 98 | 14.3 | 85.7 | 12 | 16.7 | 83.3 | 15 | 33.3 | 66.7 | 133 | 6.8 | 93.2 |
| | 30代 | 12 | 33.3 | 66.7 | 56 | 1.8 | 98.2 | 65 | 1.5 | 98.5 | 9 | 44.4 | 55.6 | 9 | – | 100.0 | 87 | 8.0 | 92.0 |
| | 40代 | 10 | – | 100.0 | 72 | 2.8 | 97.2 | 58 | 12.1 | 87.9 | 7 | 14.3 | 85.7 | 2 | – | 100.0 | 98 | 6.1 | 93.9 |
| | 50代 | 13 | – | 100.0 | 39 | 2.6 | 97.4 | 24 | 29.2 | 70.8 | 5 | 20.0 | 80.0 | 1 | 100.0 | – | 38 | 2.6 | 97.4 |
| | 60代 | 17 | 5.9 | 94.1 | 41 | – | 100.0 | 10 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 28 | 7.1 | 92.9 |
| | 70代 | 115 | 1.7 | 98.3 | 28 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 7 | – | 100.0 |
| 性年代 | 男性10代 | 1 | – | 100.0 | 17 | 17.6 | 82.4 | 23 | 4.3 | 95.7 | 3 | – | 100.0 | 4 | – | 100.0 | 31 | 3.2 | 96.8 |
| | 男性20代 | 9 | 33.3 | 66.7 | 52 | 3.8 | 96.2 | 76 | 15.8 | 84.2 | 7 | 14.3 | 85.7 | 11 | 18.2 | 81.8 | 119 | 7.6 | 92.4 |
| | 男性30代 | 8 | 37.5 | 62.5 | 26 | 3.8 | 96.2 | 47 | 2.1 | 97.9 | 4 | 50.0 | 50.0 | 4 | – | 100.0 | 78 | 9.0 | 91.0 |
| | 男性40代 | 8 | – | 100.0 | 35 | 2.9 | 97.1 | 53 | 11.3 | 88.7 | 5 | 20.0 | 80.0 | 2 | – | 100.0 | 92 | 6.5 | 93.5 |
| | 男性50代 | 7 | – | 100.0 | 17 | 5.9 | 94.1 | 18 | 33.3 | 66.7 | 4 | 25.0 | 75.0 | – | – | – | 36 | 2.8 | 97.2 |
| | 男性60代 | 11 | 9.1 | 90.9 | 16 | – | 100.0 | 7 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 25 | 4.0 | 96.0 |
| | 男性70代 | 70 | 2.9 | 97.1 | 7 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 7 | – | 100.0 |
| | 女性10代 | – | – | – | 27 | – | 100.0 | 16 | – | 100.0 | 6 | – | 100.0 | 4 | – | 100.0 | 6 | – | 100.0 |
| | 女性20代 | 5 | – | 100.0 | 49 | 4.1 | 95.9 | 22 | 9.1 | 90.9 | 5 | 20.0 | 80.0 | 4 | 75.0 | 25.0 | 12 | – | 100.0 |
| | 女性30代 | 3 | – | 100.0 | 30 | – | 100.0 | 17 | – | 100.0 | 5 | 40.0 | 60.0 | 5 | – | 100.0 | 8 | – | 100.0 |
| | 女性40代 | 2 | – | 100.0 | 37 | 2.7 | 97.3 | 5 | 20.0 | 80.0 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 4 | – | 100.0 |
| | 女性50代 | 6 | – | 100.0 | 22 | – | 100.0 | 6 | 16.7 | 83.3 | 1 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – | 2 | – | 100.0 |
| | 女性60代 | 6 | – | 100.0 | 25 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 女性70代 | 45 | – | 100.0 | 21 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 38 | 5.3 | 94.7 | 84 | 2.4 | 97.6 | 72 | 15.3 | 84.7 | 8 | 12.5 | 87.5 | 13 | 30.8 | 69.2 | 103 | 8.7 | 91.3 |
| | 東京都区部 | 8 | 12.5 | 87.5 | 33 | 6.1 | 93.9 | 28 | 14.3 | 85.7 | 1 | – | 100.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | 40 | 10.0 | 90.0 |
| | 政令指定都市 | 30 | 3.3 | 96.7 | 51 | – | 100.0 | 44 | 15.9 | 84.1 | 7 | 14.3 | 85.7 | 9 | 22.2 | 77.8 | 63 | 7.9 | 92.1 |
| | 大都市 | 64 | 6.3 | 93.8 | 129 | 4.7 | 95.3 | 116 | 6.9 | 93.1 | 19 | 15.8 | 84.2 | 10 | – | 100.0 | 175 | 4.0 | 96.0 |
| | 小都市 | 63 | 3.2 | 96.8 | 127 | 0.8 | 99.2 | 83 | 10.8 | 89.2 | 14 | 14.3 | 85.7 | 13 | 15.4 | 84.6 | 118 | 6.8 | 93.2 |
| | 町村 | 17 | 11.8 | 88.2 | 41 | 4.9 | 95.1 | 24 | 8.3 | 91.7 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | – | – | 32 | 6.3 | 93.8 |
| 居住地域 | 北海道 | 13 | – | 100.0 | 12 | 8.3 | 91.7 | 9 | 11.1 | 88.9 | 2 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – | 19 | 10.5 | 89.5 |
| | 東北 | 19 | – | 100.0 | 23 | 4.3 | 95.7 | 18 | 5.6 | 94.4 | 2 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 21 | 4.8 | 95.2 |
| | 北関東 | 15 | – | 100.0 | 19 | 5.3 | 94.7 | 10 | – | 100.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | 26 | 3.8 | 96.2 |
| | 首都圏 | 36 | 8.3 | 91.7 | 84 | 4.8 | 95.2 | 90 | 12.2 | 87.8 | 7 | – | 100.0 | 11 | 27.3 | 72.7 | 121 | 6.6 | 93.4 |
| | 北陸 | 10 | 10.0 | 90.0 | 13 | – | 100.0 | 12 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 18 | 11.1 | 88.9 |
| | 東山 | 10 | 10.0 | 90.0 | 16 | 6.3 | 93.8 | 14 | 28.6 | 71.4 | 3 | 33.3 | 66.7 | 3 | – | 100.0 | 10 | 10.0 | 90.0 |
| | 東海 | 8 | – | 100.0 | 39 | – | 100.0 | 27 | 11.1 | 88.9 | 3 | 33.3 | 66.7 | 3 | – | 100.0 | 44 | – | 100.0 |
| | 近畿二府一県 | 19 | 5.3 | 94.7 | 52 | 1.9 | 98.1 | 43 | 7.0 | 93.0 | 8 | 12.5 | 87.5 | 2 | – | 100.0 | 61 | 6.6 | 93.4 |
| | その他近畿圏 | 6 | – | 100.0 | 10 | – | 100.0 | 8 | 12.5 | 87.5 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 14 | 21.4 | 78.6 |
| | 中国 | 15 | 6.7 | 93.3 | 32 | – | 100.0 | 13 | – | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 6 | – | 100.0 | 30 | 6.7 | 93.3 |
| | 四国 | 2 | – | 100.0 | 14 | – | 100.0 | 11 | 9.1 | 90.9 | 1 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 14 | – | 100.0 |
| | 九州・沖縄 | 29 | 10.3 | 89.7 | 67 | 3.0 | 97.0 | 40 | 12.5 | 87.5 | 9 | 22.2 | 77.8 | 3 | – | 100.0 | 50 | 4.0 | 96.0 |
| 職業 | 自営業主 | 16 | 25.0 | 75.0 | 19 | 10.5 | 89.5 | 24 | 16.7 | 83.3 | 4 | – | 100.0 | 3 | 66.7 | 33.3 | 27 | 3.7 | 96.3 |
| | 家族従業者 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | 100.0 | – | 1 | 100.0 | – | 1 | – | 100.0 |
| | 雇用者 | 53 | 11.3 | 88.7 | 246 | 2.4 | 97.6 | 206 | 8.7 | 91.3 | 32 | 21.9 | 78.1 | 21 | 14.3 | 85.7 | 301 | 5.3 | 94.7 |
| | (小計)就労者 | 69 | 14.5 | 85.5 | 266 | 3.0 | 97.0 | 232 | 9.9 | 90.1 | 37 | 21.6 | 78.4 | 25 | 24.0 | 76.0 | 329 | 5.2 | 94.8 |
| | 主婦・主夫 | 34 | – | 100.0 | 33 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | – | 100.0 | 5 | – | 100.0 |
| | 学生 | 2 | – | 100.0 | 61 | 4.9 | 95.1 | 49 | 2.0 | 98.0 | 6 | – | 100.0 | 8 | – | 100.0 | 62 | 4.8 | 95.2 |
| | 無職 | 72 | – | 100.0 | 15 | – | 100.0 | 6 | 83.3 | 16.7 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 13 | 15.4 | 84.6 |
| | その他 | 4 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | 9 | 22.2 | 77.8 |
| | 答えたくない | 1 | – | 100.0 | 4 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 10 | 20.0 | 80.0 |
| 最終学歴 | 中学校 | 3 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 | 4 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | 7 | 14.3 | 85.7 |
| | 高校 | 65 | 6.2 | 93.8 | 106 | 3.8 | 96.2 | 72 | 18.1 | 81.9 | 9 | 22.2 | 77.8 | 8 | – | 100.0 | 93 | 5.4 | 94.6 |
| | 短大・高専 | 20 | 5.0 | 95.0 | 32 | – | 100.0 | 8 | 12.5 | 87.5 | 3 | 33.3 | 66.7 | 3 | 66.7 | 33.3 | 13 | 7.7 | 92.3 |
| | 専門学校 | 18 | 5.6 | 94.4 | 39 | 2.6 | 97.4 | 40 | 7.5 | 92.5 | 5 | 20.0 | 80.0 | 3 | 66.7 | 33.3 | 28 | 3.6 | 96.4 |
| | 大学 | 67 | 3.0 | 97.0 | 174 | 3.4 | 96.6 | 154 | 8.4 | 91.6 | 27 | 14.8 | 85.2 | 18 | 11.1 | 88.9 | 251 | 6.4 | 93.6 |
| | 大学院 | 8 | 12.5 | 87.5 | 22 | – | 100.0 | 17 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 4 | – | 100.0 | 33 | 6.1 | 93.9 |
| | その他 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | – | 4 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 3 | – | 100.0 |
| 世帯年収 | 収入なし | 3 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 6 | 16.7 | 83.3 | – | – | – | 1 | 100.0 | – | 4 | – | 100.0 |
| | 100万円未満 | 1 | – | 100.0 | 9 | 11.1 | 88.9 | 4 | – | 100.0 | – | – | – | 4 | – | 100.0 | 14 | 14.3 | 85.7 |
| | 100～200万円未満 | 13 | 7.7 | 92.3 | 17 | 5.9 | 94.1 | 5 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | – | – | 12 | – | 100.0 |
| | 200～300万円未満 | 28 | – | 100.0 | 30 | 3.3 | 96.7 | 19 | 21.1 | 78.9 | 4 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 22 | 4.5 | 95.5 |
| | 300～400万円未満 | 31 | 6.5 | 93.5 | 37 | 2.7 | 97.3 | 22 | 18.2 | 81.8 | 6 | 16.7 | 83.3 | 1 | – | 100.0 | 25 | 8.0 | 92.0 |
| | 400～500万円未満 | 21 | 4.8 | 95.2 | 30 | – | 100.0 | 37 | 5.4 | 94.6 | 6 | 16.7 | 83.3 | 3 | – | 100.0 | 41 | 12.2 | 87.8 |
| | 500～600万円未満 | 12 | 8.3 | 91.7 | 32 | 3.1 | 96.9 | 27 | 18.5 | 81.5 | 3 | – | 100.0 | 7 | 42.9 | 57.1 | 52 | 9.6 | 90.4 |
| | 600～700万円未満 | 8 | 12.5 | 87.5 | 21 | – | 100.0 | 24 | 16.7 | 83.3 | 2 | 50.0 | 50.0 | 7 | – | 100.0 | 36 | 5.6 | 94.4 |
| | 700～800万円未満 | 9 | 22.2 | 77.8 | 31 | 3.2 | 96.8 | 27 | 7.4 | 92.6 | 5 | 40.0 | 60.0 | 2 | – | 100.0 | 30 | 3.3 | 96.7 |
| | 800～1000万円未満 | 6 | 16.7 | 83.3 | 36 | 5.6 | 94.4 | 38 | 2.6 | 97.4 | 8 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 56 | 1.8 | 98.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 8 | – | 100.0 | 22 | – | 100.0 | 20 | 10.0 | 90.0 | – | – | – | 3 | – | 100.0 | 28 | – | 100.0 |
| | 1200万円以上 | 9 | – | 100.0 | 18 | 11.1 | 88.9 | 17 | 11.8 | 88.2 | 5 | 20.0 | 80.0 | – | – | – | 38 | 5.3 | 94.7 |
| | わからない | 16 | – | 100.0 | 60 | – | 100.0 | 28 | 3.6 | 96.4 | 3 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 37 | 5.4 | 94.6 |
| | 答えたくない | 17 | 5.9 | 94.1 | 34 | – | 100.0 | 21 | 9.5 | 90.5 | 1 | 100.0 | – | – | – | – | 33 | 9.1 | 90.9 |
| 未既婚 | 既婚者 | 135 | 3.7 | 96.3 | 189 | 2.1 | 97.9 | 133 | 10.5 | 89.5 | 20 | 15.0 | 85.0 | 14 | 14.3 | 85.7 | 234 | 4.3 | 95.7 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 45 | 6.7 | 93.3 | 188 | 3.7 | 96.3 | 159 | 9.4 | 90.6 | 23 | 17.4 | 82.6 | 21 | 19.0 | 81.0 | 190 | 7.9 | 92.1 |
| | 答えたくない | 2 | 100.0 | – | 4 | – | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 28 | 7.1 | 92.9 | 89 | 4.5 | 95.5 | 78 | 9.0 | 91.0 | 12 | 16.7 | 83.3 | 12 | 16.7 | 83.3 | 85 | 5.9 | 94.1 |
| | 夫婦のみ・子なし | 90 | 4.4 | 95.6 | 66 | 1.5 | 98.5 | 37 | 18.9 | 81.1 | 4 | – | 100.0 | 6 | 16.7 | 83.3 | 61 | 3.3 | 96.7 |
| | 夫婦・子あり | 35 | 2.9 | 97.1 | 100 | 1.0 | 99.0 | 88 | 5.7 | 94.3 | 12 | 16.7 | 83.3 | 8 | 12.5 | 87.5 | 146 | 5.5 | 94.5 |
| | 親と同居(未婚) | 7 | 14.3 | 85.7 | 33 | – | 100.0 | 36 | 13.9 | 86.1 | 2 | 50.0 | 50.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 46 | 10.9 | 89.1 |
| | 2世帯以上同居 | 6 | – | 100.0 | 32 | 9.4 | 90.6 | 14 | 21.4 | 78.6 | 4 | 25.0 | 75.0 | – | – | – | 27 | – | 100.0 |
| | その他 | 14 | – | 100.0 | 57 | 3.5 | 96.5 | 39 | 5.1 | 94.9 | 9 | 11.1 | 88.9 | 5 | 20.0 | 80.0 | 59 | 8.5 | 91.5 |
| | 答えたくない | 2 | 100.0 | – | 4 | – | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 93 | 6.5 | 93.5 | 127 | 2.4 | 97.6 | 110 | 12.7 | 87.3 | 18 | 16.7 | 83.3 | 15 | 20.0 | 80.0 | 167 | 5.4 | 94.6 |
| | 週に1～2日 | 57 | 3.5 | 96.5 | 149 | 1.3 | 98.7 | 104 | 6.7 | 93.3 | 12 | 25.0 | 75.0 | 15 | 6.7 | 93.3 | 130 | 5.4 | 94.6 |
| | (小計)週に1日以上計 | 150 | 5.3 | 94.7 | 276 | 1.8 | 98.2 | 214 | 9.8 | 90.2 | 30 | 20.0 | 80.0 | 30 | 13.3 | 86.7 | 297 | 5.4 | 94.6 |
| | (小計)週1日未満 | 29 | 3.4 | 96.6 | 90 | 6.7 | 93.3 | 71 | 11.3 | 88.7 | 11 | – | 100.0 | 5 | 20.0 | 80.0 | 107 | 5.6 | 94.4 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 3 | 33.3 | 66.7 | 15 | – | 100.0 | 10 | 10.0 | 90.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | 1 | 100.0 | – | 24 | 16.7 | 83.3 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 182 | 5.5 | 94.5 | 381 | 2.9 | 97.1 | 295 | 10.2 | 89.8 | 45 | 17.8 | 82.2 | 36 | 16.7 | 83.3 | 428 | 6.1 | 93.9 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続※1 | 週に3日以上 | 54 | 1.9 | 98.1 | 74 | 1.4 | 98.6 | 66 | 12.1 | 87.9 | 10 | 20.0 | 80.0 | 8 | 12.5 | 87.5 | 99 | 5.1 | 94.9 |
| | 週に2日 | 20 | 10.0 | 90.0 | 70 | – | 100.0 | 45 | 8.9 | 91.1 | 3 | – | 100.0 | 4 | – | 100.0 | 58 | 5.2 | 94.8 |
| | (小計)週に2日以上計 | 74 | 4.1 | 95.9 | 144 | 0.7 | 99.3 | 111 | 10.8 | 89.2 | 13 | 15.4 | 84.6 | 12 | 8.3 | 91.7 | 157 | 5.1 | 94.9 |
| | (小計)週2日未満 | 78 | 5.1 | 94.9 | 167 | 4.8 | 95.2 | 141 | 10.6 | 89.4 | 20 | 20.0 | 80.0 | 18 | 5.6 | 94.4 | 207 | 6.8 | 93.2 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 10 | 20.0 | 80.0 | 34 | – | 100.0 | 15 | 6.7 | 93.3 | 6 | 33.3 | 66.7 | 1 | 100.0 | – | 37 | 10.8 | 89.2 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 162 | 5.6 | 94.4 | 345 | 2.6 | 97.4 | 267 | 10.5 | 89.5 | 39 | 20.5 | 79.5 | 31 | 9.7 | 90.3 | 401 | 6.5 | 93.5 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 20 | 5.0 | 95.0 | 36 | 5.6 | 94.4 | 28 | 7.1 | 92.9 | 6 | – | 100.0 | 5 | 60.0 | 40.0 | 27 | – | 100.0 |
| する～みる～ささえる～週1回～以上～ | する・みる・ささえる | 36 | 22.2 | 77.8 | 93 | 3.2 | 96.8 | 83 | 6.0 | 94.0 | 18 | 16.7 | 83.3 | 10 | 30.0 | 70.0 | 144 | 6.3 | 93.8 |
| | する・みる | 101 | – | 100.0 | 132 | – | 100.0 | 101 | 13.9 | 86.1 | 8 | 12.5 | 87.5 | 17 | – | 100.0 | 138 | 3.6 | 96.4 |
| | する・ささえる | 3 | – | 100.0 | 4 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | – | – | 1 | – | 100.0 |
| | するのみ | 10 | – | 100.0 | 47 | 4.3 | 95.7 | 26 | 3.8 | 96.2 | 2 | 50.0 | 50.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 14 | 14.3 | 85.7 |
| | みる・ささえる | 6 | – | 100.0 | 24 | 12.5 | 87.5 | 17 | 11.8 | 88.2 | 3 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 35 | 5.7 | 94.3 |
| | みるのみ | 21 | 4.8 | 95.2 | 57 | 5.3 | 94.7 | 54 | 11.1 | 88.9 | 6 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – | 78 | 5.1 | 94.9 |
| | ささえるのみ | – | – | – | 4 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 5 | 20.0 | 80.0 | 20 | – | 100.0 | 10 | 10.0 | 90.0 | 5 | 40.0 | 60.0 | 1 | – | 100.0 | 18 | 22.2 | 77.8 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に１日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q16. 実施する際は、「1人で」もしくは「複数人で」行う、どちらが多いですか。

| | | フｯﾄｻﾙ | | | ﾗｸﾞﾋﾞｰ-･ｱﾒﾘｶﾝﾌｯﾄﾎﾞｰﾙ･ﾀｯｸﾞﾗｸﾞﾋﾞｰ | | | ｸﾞﾗｳﾝﾄﾞﾎｯｹｰ-･ﾗｸﾛｽ | | | ﾎﾞｳﾘﾝｸﾞ | | | ｹﾞｰﾄﾎﾞｰﾙ | | | 柔道 | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い |
| 全体 | | 320 | 2.5 | 97.5 | 31 | 12.9 | 87.1 | 18 | 27.8 | 72.2 | 505 | 9.5 | 90.5 | 19 | 5.3 | 94.7 | 51 | 11.8 | 88.2 |
| 性別 | 男性 | 300 | 1.7 | 98.3 | 26 | 7.7 | 92.3 | 15 | 26.7 | 73.3 | 278 | 11.5 | 88.5 | 9 | – | 100.0 | 46 | 13.0 | 87.0 |
| | 女性 | 18 | 11.1 | 88.9 | 4 | 50.0 | 50.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 222 | 6.8 | 93.2 | 10 | 10.0 | 90.0 | 5 | – | 100.0 |
| 年代 | 10代 | 11 | – | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 1 | – | 100.0 | 28 | 3.6 | 96.4 | 2 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 20代 | 113 | 2.7 | 97.3 | 12 | 16.7 | 83.3 | 8 | 37.5 | 62.5 | 95 | 9.5 | 90.5 | 4 | – | 100.0 | 18 | 11.1 | 88.9 |
| | 30代 | 99 | 1.0 | 99.0 | 1 | 100.0 | – | 5 | 40.0 | 60.0 | 75 | 10.7 | 89.3 | 1 | – | 100.0 | 15 | – | 100.0 |
| | 40代 | 63 | 1.6 | 98.4 | 6 | – | 100.0 | – | – | – | 68 | 5.9 | 94.1 | 1 | – | 100.0 | 7 | 28.6 | 71.4 |
| | 50代 | 27 | 11.1 | 88.9 | 5 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 52 | 9.6 | 90.4 | 1 | 100.0 | – | 7 | 14.3 | 85.7 |
| | 60代 | 6 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 65 | 13.8 | 86.2 | 1 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 |
| | 70代 | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 122 | 9.8 | 90.2 | 9 | – | 100.0 | – | – | – |
| 性年代 | 男性10代 | 9 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 10 | 10.0 | 90.0 | – | – | – | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 男性20代 | 105 | 1.0 | 99.0 | 9 | 11.1 | 88.9 | 6 | 50.0 | 50.0 | 55 | 10.9 | 89.1 | 2 | – | 100.0 | 14 | 14.3 | 85.7 |
| | 男性30代 | 94 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – | 4 | 25.0 | 75.0 | 43 | 16.3 | 83.7 | – | – | – | 15 | – | 100.0 |
| | 男性40代 | 60 | 1.7 | 98.3 | 5 | – | 100.0 | – | – | – | 35 | 2.9 | 97.1 | – | – | – | 6 | 33.3 | 66.7 |
| | 男性50代 | 26 | 11.5 | 88.5 | 5 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 27 | 11.1 | 88.9 | – | – | – | 7 | 14.3 | 85.7 |
| | 男性60代 | 5 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 39 | 17.9 | 82.1 | 1 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 |
| | 男性70代 | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 69 | 10.1 | 89.9 | 6 | – | 100.0 | – | – | – |
| | 女性10代 | 2 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – | – | – | – | 18 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | – | – | – |
| | 女性20代 | 7 | 14.3 | 85.7 | 2 | 50.0 | 50.0 | 2 | – | 100.0 | 38 | 5.3 | 94.7 | 2 | – | 100.0 | 4 | – | 100.0 |
| | 女性30代 | 4 | 25.0 | 75.0 | – | – | – | 1 | 100.0 | – | 31 | 3.2 | 96.8 | 1 | – | 100.0 | – | – | – |
| | 女性40代 | 3 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 32 | 9.4 | 90.6 | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 女性50代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | 25 | 8.0 | 92.0 | 1 | 100.0 | – | – | – | – |
| | 女性60代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | 25 | 8.0 | 92.0 | – | – | – | – | – | – |
| | 女性70代 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 53 | 9.4 | 90.6 | 3 | – | 100.0 | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 110 | – | 100.0 | 7 | 14.3 | 85.7 | 7 | 42.9 | 57.1 | 124 | 8.1 | 91.9 | 1 | – | 100.0 | 12 | 25.0 | 75.0 |
| | 東京都区部 | 46 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | 29 | 3.4 | 96.6 | 1 | – | 100.0 | 5 | 40.0 | 60.0 |
| | 政令指定都市 | 64 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 95 | 9.5 | 90.5 | – | – | – | 7 | 14.3 | 85.7 |
| | 大都市 | 117 | 5.1 | 94.9 | 14 | 7.1 | 92.9 | 3 | – | 100.0 | 193 | 7.3 | 92.7 | 7 | 14.3 | 85.7 | 15 | 13.3 | 86.7 |
| | 小都市 | 77 | – | 100.0 | 6 | 33.3 | 66.7 | 7 | 28.6 | 71.4 | 150 | 12.0 | 88.0 | 8 | – | 100.0 | 21 | 4.8 | 95.2 |
| | 町村 | 16 | 12.5 | 87.5 | 4 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 38 | 15.8 | 84.2 | 3 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 |
| 居住地域 | 北海道 | 18 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 17 | 11.8 | 88.2 | – | – | – | 1 | – | 100.0 |
| | 東北 | 15 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 | – | – | – | 40 | 10.0 | 90.0 | 3 | – | 100.0 | 6 | 33.3 | 66.7 |
| | 北関東 | 11 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 23 | 17.4 | 82.6 | – | – | – | 2 | – | 100.0 |
| | 首都圏 | 110 | 1.8 | 98.2 | 10 | – | 100.0 | 8 | 37.5 | 62.5 | 120 | 6.7 | 93.3 | 2 | – | 100.0 | 18 | 16.7 | 83.3 |
| | 北陸 | 19 | 15.8 | 84.2 | – | – | – | – | – | – | 14 | 7.1 | 92.9 | 2 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 東山 | 5 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 25 | 16.0 | 84.0 | – | – | – | 1 | – | 100.0 |
| | 東海 | 38 | 2.6 | 97.4 | 2 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 68 | 13.2 | 86.8 | 1 | – | 100.0 | 4 | – | 100.0 |
| | 近畿二府一県 | 45 | – | 100.0 | 5 | 60.0 | 40.0 | 1 | – | 100.0 | 62 | 6.5 | 93.5 | 1 | – | 100.0 | 8 | 12.5 | 87.5 |
| | その他近畿圏 | 7 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | 16 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 |
| | 中国 | 16 | 6.3 | 93.8 | – | – | – | 2 | 50.0 | 50.0 | 31 | 6.5 | 93.5 | 2 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 |
| | 四国 | 6 | 16.7 | 83.3 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 18 | 11.1 | 88.9 | – | – | – | 2 | – | 100.0 |
| | 九州・沖縄 | 30 | – | 100.0 | 7 | 14.3 | 85.7 | 1 | – | 100.0 | 71 | 11.3 | 88.7 | 7 | 14.3 | 85.7 | 3 | – | 100.0 |
| 職業 | 自営業主 | 19 | 5.3 | 94.7 | 2 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 32 | 9.4 | 90.6 | 3 | – | 100.0 | 6 | – | 100.0 |
| | 家族従業者 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | 4 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 257 | 2.7 | 97.3 | 21 | 9.5 | 90.5 | 10 | 40.0 | 60.0 | 282 | 9.6 | 90.4 | 2 | – | 100.0 | 39 | 12.8 | 87.2 |
| | (小計)就労者 | 278 | 2.9 | 97.1 | 23 | 8.7 | 91.3 | 14 | 35.7 | 64.3 | 318 | 9.4 | 90.6 | 5 | – | 100.0 | 45 | 11.1 | 88.9 |
| | 主婦・主夫 | 3 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 55 | 9.1 | 90.9 | 2 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 学生 | 30 | – | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 1 | – | 100.0 | 46 | 2.2 | 97.8 | 3 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| | 無職 | 5 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 68 | 11.8 | 88.2 | 9 | 11.1 | 88.9 | – | – | – |
| | その他 | 3 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | 11 | 9.1 | 90.9 | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 | 7 | 42.9 | 57.1 | – | – | – | 1 | – | 100.0 |
| 最終学歴 | 中学校 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | 10 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – |
| | 高校 | 58 | 5.2 | 94.8 | 8 | 12.5 | 87.5 | 1 | – | 100.0 | 128 | 10.9 | 89.1 | 6 | – | 100.0 | 12 | 16.7 | 83.3 |
| | 短大・高専 | 12 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – | 48 | 12.5 | 87.5 | 2 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 専門学校 | 20 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | – | 100.0 | 47 | 6.4 | 93.6 | 4 | 25.0 | 75.0 | 4 | – | 100.0 |
| | 大学 | 199 | 2.0 | 98.0 | 18 | 16.7 | 83.3 | 8 | 37.5 | 62.5 | 237 | 7.6 | 92.4 | 7 | – | 100.0 | 33 | 12.1 | 87.9 |
| | 大学院 | 28 | 3.6 | 96.4 | 2 | – | 100.0 | 6 | 16.7 | 83.3 | 28 | 10.7 | 89.3 | – | – | – | 1 | – | 100.0 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 1 | 100.0 | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 6 | 50.0 | 50.0 | – | – | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 5 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – | 1 | 100.0 | – |
| | 100万円未満 | 9 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | 100.0 | – | 16 | 12.5 | 87.5 | – | – | – | – | – | – |
| | 100～200万円未満 | 5 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 20 | 15.0 | 85.0 | – | – | – | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 200～300万円未満 | 9 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 | – | – | – | 47 | 17.0 | 83.0 | 5 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 |
| | 300～400万円未満 | 24 | 8.3 | 91.7 | – | – | – | 2 | 50.0 | 50.0 | 41 | 7.3 | 92.7 | 5 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| | 400～500万円未満 | 33 | – | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 3 | 66.7 | 33.3 | 58 | 8.6 | 91.4 | 1 | – | 100.0 | 5 | – | 100.0 |
| | 500～600万円未満 | 47 | 2.1 | 97.9 | 4 | 25.0 | 75.0 | – | – | – | 43 | 14.0 | 86.0 | 2 | – | 100.0 | 4 | – | 100.0 |
| | 600～700万円未満 | 35 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 5 | – | 100.0 | 31 | 3.2 | 96.8 | – | – | – | 6 | 16.7 | 83.3 |
| | 700～800万円未満 | 27 | 3.7 | 96.3 | 4 | 25.0 | 75.0 | 1 | 100.0 | – | 38 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | – | 100.0 |
| | 800～1000万円未満 | 45 | 4.4 | 95.6 | 3 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 | 41 | 9.8 | 90.2 | – | – | – | 6 | – | 100.0 |
| | 1000～1200万円未満 | 21 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 29 | 6.9 | 93.1 | 2 | – | 100.0 | 7 | – | 100.0 |
| | 1200万円以上 | 31 | 3.2 | 96.8 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 30 | 10.0 | 90.0 | – | – | – | 3 | – | 100.0 |
| | わからない | 13 | 7.7 | 92.3 | 2 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 53 | 5.7 | 94.3 | 2 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 答えたくない | 20 | – | 100.0 | 5 | – | 100.0 | – | – | – | 53 | 15.1 | 84.9 | 1 | – | 100.0 | 6 | 33.3 | 66.7 |
| 未既婚 | 既婚者 | 167 | 1.8 | 98.2 | 16 | 12.5 | 87.5 | 10 | 20.0 | 80.0 | 300 | 9.3 | 90.7 | 11 | – | 100.0 | 30 | 10.0 | 90.0 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 150 | 2.7 | 97.3 | 14 | 14.3 | 85.7 | 7 | 42.9 | 57.1 | 197 | 9.6 | 90.4 | 8 | 12.5 | 87.5 | 20 | 15.0 | 85.0 |
| | 答えたくない | 3 | 33.3 | 66.7 | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 8 | 12.5 | 87.5 | – | – | – | 1 | – | 100.0 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 85 | 2.4 | 97.6 | 11 | 18.2 | 81.8 | 4 | 50.0 | 50.0 | 101 | 9.9 | 90.1 | 4 | 25.0 | 75.0 | 15 | 20.0 | 80.0 |
| | 夫婦のみ・子なし | 51 | 2.0 | 98.0 | 7 | 14.3 | 85.7 | 5 | 20.0 | 80.0 | 143 | 12.6 | 87.4 | 8 | – | 100.0 | 4 | 50.0 | 50.0 |
| | 夫婦・子あり | 105 | 1.9 | 98.1 | 8 | 12.5 | 87.5 | 2 | 50.0 | 50.0 | 125 | 7.2 | 92.8 | 2 | – | 100.0 | 23 | – | 100.0 |
| | 親と同居(未婚) | 40 | 5.0 | 95.0 | 2 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 35 | 2.9 | 97.1 | 3 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 |
| | 2世帯以上同居 | 13 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | – | 100.0 | 24 | 4.2 | 95.8 | 1 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 |
| | その他 | 23 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 69 | 11.6 | 88.4 | 1 | – | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 答えたくない | 3 | 33.3 | 66.7 | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 8 | 12.5 | 87.5 | – | – | – | 1 | – | 100.0 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 103 | – | 100.0 | 13 | 7.7 | 92.3 | 8 | 12.5 | 87.5 | 170 | 9.4 | 90.6 | 12 | – | 100.0 | 23 | 4.3 | 95.7 |
| | 週に1～2日 | 99 | 5.1 | 94.9 | 11 | 18.2 | 81.8 | 6 | 50.0 | 50.0 | 175 | 9.7 | 90.3 | 4 | – | 100.0 | 15 | 6.7 | 93.3 |
| | (小計)週に1日以上計 | 202 | 2.5 | 97.5 | 24 | 12.5 | 87.5 | 14 | 28.6 | 71.4 | 345 | 9.6 | 90.4 | 16 | – | 100.0 | 38 | 5.3 | 94.7 |
| | (小計)週1日未満 | 102 | 2.9 | 97.1 | 5 | – | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 144 | 8.3 | 91.7 | 3 | 33.3 | 66.7 | 8 | 37.5 | 62.5 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 16 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 | 16 | 18.8 | 81.3 | – | – | – | 5 | 20.0 | 80.0 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 320 | 2.5 | 97.5 | 31 | 12.9 | 87.1 | 18 | 27.8 | 72.2 | 505 | 9.5 | 90.5 | 19 | 5.3 | 94.7 | 51 | 11.8 | 88.2 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 57 | – | 100.0 | 6 | 16.7 | 83.3 | 3 | – | 100.0 | 87 | 9.2 | 90.8 | 6 | – | 100.0 | 15 | – | 100.0 |
| | 週に2日 | 40 | 7.5 | 92.5 | 4 | 25.0 | 75.0 | 5 | 40.0 | 60.0 | 74 | 9.5 | 90.5 | 5 | – | 100.0 | 7 | – | 100.0 |
| | (小計)週に2日以上計 | 97 | 3.1 | 96.9 | 10 | 20.0 | 80.0 | 8 | 25.0 | 75.0 | 161 | 9.3 | 90.7 | 11 | – | 100.0 | 22 | – | 100.0 |
| | (小計)週2日未満 | 179 | 2.2 | 97.8 | 14 | 7.1 | 92.9 | 7 | 28.6 | 71.4 | 222 | 11.3 | 88.7 | 6 | 16.7 | 83.3 | 17 | 17.6 | 82.4 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 28 | 3.6 | 96.4 | 4 | 25.0 | 75.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 41 | 7.3 | 92.7 | 1 | – | 100.0 | 10 | 20.0 | 80.0 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 304 | 2.6 | 97.4 | 28 | 14.3 | 85.7 | 18 | 27.8 | 72.2 | 424 | 10.1 | 89.9 | 18 | 5.6 | 94.4 | 49 | 10.2 | 89.8 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 16 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 | – | – | – | 81 | 6.2 | 93.8 | 1 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| する・みる・ささえる～(する・みる・ささえるⅡ週1回～以上) | する・みる・ささえる | 86 | 4.7 | 95.3 | 17 | 17.6 | 82.4 | 7 | 42.9 | 57.1 | 64 | 20.3 | 79.7 | 6 | – | 100.0 | 16 | 6.3 | 93.8 |
| | する・みる | 108 | 0.9 | 99.1 | 6 | – | 100.0 | 6 | – | 100.0 | 239 | 7.5 | 92.5 | 10 | – | 100.0 | 11 | – | 100.0 |
| | する・ささえる | – | – | – | – | – | – | 1 | 100.0 | – | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 4 | – | 100.0 |
| | するのみ | 8 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 41 | 4.9 | 95.1 | – | – | – | 7 | 14.3 | 85.7 |
| | みる・ささえる | 21 | 9.5 | 90.5 | 3 | – | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 22 | 4.5 | 95.5 | 1 | 100.0 | – | 4 | 50.0 | 50.0 |
| | みるのみ | 75 | 1.3 | 98.7 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 111 | 8.1 | 91.9 | 2 | – | 100.0 | 5 | 20.0 | 80.0 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 22 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | – | – | 26 | 19.2 | 80.8 | – | – | – | 4 | 25.0 | 75.0 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q16. 実施する際は、「1人で」もしくは「複数人で」行う、どちらが多いですか。

| | | 剣道 | | | 空手道 | | | その他武道 | | | ﾚｽﾘﾝｸﾞ | | | ﾎﾞｸｼﾝｸﾞ | | | ﾃｺﾝﾄﾞｰ | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い |
| 全体 | | 100 | 15.0 | 85.0 | 64 | 25.0 | 75.0 | 138 | 23.9 | 76.1 | 20 | 20.0 | 80.0 | 115 | 53.0 | 47.0 | 9 | 66.7 | 33.3 |
| 性別 | 男性 | 78 | 11.5 | 88.5 | 51 | 25.5 | 74.5 | 75 | 26.7 | 73.3 | 15 | 6.7 | 93.3 | 74 | 55.4 | 44.6 | 5 | 80.0 | 20.0 |
| | 女性 | 21 | 23.8 | 76.2 | 11 | 27.3 | 72.7 | 63 | 20.6 | 79.4 | 5 | 60.0 | 40.0 | 40 | 47.5 | 52.5 | 4 | 50.0 | 50.0 |
| 年代 | 10代 | 5 | － | 100.0 | 6 | 33.3 | 66.7 | 17 | 11.8 | 88.2 | 1 | － | 100.0 | 3 | 66.7 | 33.3 | 1 | 100.0 | － |
| | 20代 | 17 | 11.8 | 88.2 | 16 | 37.5 | 62.5 | 24 | 33.3 | 66.7 | 5 | 20.0 | 80.0 | 25 | 48.0 | 52.0 | 4 | 50.0 | 50.0 |
| | 30代 | 14 | 7.1 | 92.9 | 12 | 25.0 | 75.0 | 9 | 22.2 | 77.8 | 5 | 20.0 | 80.0 | 34 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| | 40代 | 22 | 18.2 | 81.8 | 10 | 10.0 | 90.0 | 21 | 42.9 | 57.1 | 4 | － | 100.0 | 24 | 62.5 | 37.5 | － | － | － |
| | 50代 | 18 | 16.7 | 83.3 | 17 | 17.6 | 82.4 | 23 | 17.4 | 82.6 | 3 | 66.7 | 33.3 | 21 | 61.9 | 38.1 | 1 | － | 100.0 |
| | 60代 | 14 | 28.6 | 71.4 | 2 | － | 100.0 | 18 | 27.8 | 72.2 | 2 | － | 100.0 | 7 | 28.6 | 71.4 | 2 | 100.0 | － |
| | 70代 | 10 | 10.0 | 90.0 | 1 | 100.0 | － | 26 | 11.5 | 88.5 | － | － | － | 1 | － | 100.0 | 1 | 100.0 | － |
| 性年代 | 男性10代 | 4 | － | 100.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | 7 | 28.6 | 71.4 | 1 | － | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | 100.0 | － |
| | 男性20代 | 14 | 7.1 | 92.9 | 14 | 35.7 | 64.3 | 13 | 30.8 | 69.2 | 3 | － | 100.0 | 21 | 47.6 | 52.4 | 2 | 100.0 | － |
| | 男性30代 | 12 | 8.3 | 91.7 | 7 | 28.6 | 71.4 | 6 | 33.3 | 66.7 | 4 | 25.0 | 75.0 | 17 | 47.1 | 52.9 | － | － | － |
| | 男性40代 | 15 | 20.0 | 80.0 | 7 | 14.3 | 85.7 | 13 | 38.5 | 61.5 | 4 | － | 100.0 | 17 | 70.6 | 29.4 | － | － | － |
| | 男性50代 | 13 | 7.7 | 92.3 | 16 | 12.5 | 87.5 | 14 | 14.3 | 85.7 | 1 | － | 100.0 | 14 | 64.3 | 35.7 | 1 | － | 100.0 |
| | 男性60代 | 11 | 18.2 | 81.8 | 2 | － | 100.0 | 11 | 27.3 | 72.7 | 2 | － | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 1 | 100.0 | － |
| | 男性70代 | 9 | 11.1 | 88.9 | 1 | 100.0 | － | 11 | 18.2 | 81.8 | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 女性10代 | 1 | － | 100.0 | 2 | － | 100.0 | 10 | － | 100.0 | － | － | － | 1 | 100.0 | － | － | － | － |
| | 女性20代 | 3 | 33.3 | 66.7 | 1 | 100.0 | － | 11 | 36.4 | 63.6 | 2 | 50.0 | 50.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | 2 | － | 100.0 |
| | 女性30代 | 2 | － | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 3 | － | 100.0 | 1 | － | 100.0 | 16 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| | 女性40代 | 7 | 14.3 | 85.7 | 3 | － | 100.0 | 8 | 50.0 | 50.0 | － | － | － | 7 | 42.9 | 57.1 | － | － | － |
| | 女性50代 | 5 | 40.0 | 60.0 | 1 | 100.0 | － | 9 | 22.2 | 77.8 | 2 | 100.0 | － | 7 | 57.1 | 42.9 | － | － | － |
| | 女性60代 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | － | － | 7 | 28.6 | 71.4 | － | － | － | 4 | 25.0 | 75.0 | 1 | 100.0 | － |
| | 女性70代 | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 15 | 6.7 | 93.3 | － | － | － | 1 | － | 100.0 | 1 | 100.0 | － |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 27 | 14.8 | 85.2 | 14 | 21.4 | 78.6 | 36 | 25.0 | 75.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 41 | 51.2 | 48.8 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 東京都区部 | 12 | 16.7 | 83.3 | 6 | 33.3 | 66.7 | 17 | 17.6 | 82.4 | 1 | － | 100.0 | 23 | 56.5 | 43.5 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 政令指定都市 | 15 | 13.3 | 86.7 | 8 | 12.5 | 87.5 | 19 | 31.6 | 68.4 | 1 | 100.0 | － | 18 | 44.4 | 55.6 | － | － | － |
| | 大都市 | 35 | 17.1 | 82.9 | 21 | 28.6 | 71.4 | 60 | 25.0 | 75.0 | 8 | 25.0 | 75.0 | 42 | 61.9 | 38.1 | 4 | 75.0 | 25.0 |
| | 小都市 | 32 | 15.6 | 84.4 | 23 | 17.4 | 82.6 | 31 | 19.4 | 80.6 | 5 | 20.0 | 80.0 | 24 | 41.7 | 58.3 | 2 | 100.0 | － |
| | 町村 | 6 | － | 100.0 | 6 | 50.0 | 50.0 | 11 | 27.3 | 72.7 | 5 | － | 100.0 | 8 | 50.0 | 50.0 | 1 | － | 100.0 |
| 居住地域 | 北海道 | 4 | － | 100.0 | 1 | － | 100.0 | 5 | 20.0 | 80.0 | － | － | － | 3 | 66.7 | 33.3 | 1 | 100.0 | － |
| | 東北 | 8 | － | 100.0 | 5 | 40.0 | 60.0 | 6 | 16.7 | 83.3 | 3 | 33.3 | 66.7 | 9 | 33.3 | 66.7 | － | － | － |
| | 北関東 | 9 | 11.1 | 88.9 | 6 | 33.3 | 66.7 | 8 | 62.5 | 37.5 | － | － | － | 3 | 33.3 | 66.7 | － | － | － |
| | 首都圏 | 23 | 17.4 | 82.6 | 16 | 25.0 | 75.0 | 45 | 22.2 | 77.8 | 9 | 11.1 | 88.9 | 53 | 52.8 | 47.2 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 北陸 | 2 | － | 100.0 | 3 | － | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | － | － | － | 2 | 100.0 | － | 1 | 100.0 | － |
| | 東山 | 7 | 14.3 | 85.7 | － | － | － | 6 | － | 100.0 | － | － | － | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | 100.0 | － |
| | 東海 | 8 | 12.5 | 87.5 | 7 | 14.3 | 85.7 | 15 | 13.3 | 86.7 | 2 | 50.0 | 50.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | － | － | － |
| | 近畿二府一県 | 13 | 30.8 | 69.2 | 10 | 20.0 | 80.0 | 16 | 31.3 | 68.8 | 2 | 50.0 | 50.0 | 16 | 50.0 | 50.0 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | その他近畿圏 | 3 | － | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 3 | 33.3 | 66.7 | － | － | － | 3 | 66.7 | 33.3 | － | － | － |
| | 中国 | 4 | 50.0 | 50.0 | 2 | － | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | － | － | 2 | － | 100.0 | 1 | － | 100.0 |
| | 四国 | 4 | 25.0 | 75.0 | 1 | － | 100.0 | 6 | 33.3 | 66.7 | － | － | － | 2 | 100.0 | － | － | － | － |
| | 九州・沖縄 | 15 | 6.7 | 93.3 | 10 | 40.0 | 60.0 | 22 | 18.2 | 81.8 | 4 | － | 100.0 | 17 | 64.7 | 35.3 | － | － | － |
| 職業 | 自営業主 | 10 | 10.0 | 90.0 | 9 | 22.2 | 77.8 | 22 | 36.4 | 63.6 | 1 | － | 100.0 | 16 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| | 家族従業者 | － | － | － | 1 | 100.0 | － | 2 | － | 100.0 | － | － | － | 2 | － | 100.0 | － | － | － |
| | 雇用者 | 67 | 17.9 | 82.1 | 41 | 22.0 | 78.0 | 59 | 25.4 | 74.6 | 13 | 15.4 | 84.6 | 76 | 52.6 | 47.4 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | (小計)就労者 | 77 | 16.9 | 83.1 | 51 | 23.5 | 76.5 | 83 | 27.7 | 72.3 | 14 | 14.3 | 85.7 | 94 | 51.1 | 48.9 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | 主婦・主夫 | 4 | － | 100.0 | 2 | － | 100.0 | 17 | 5.9 | 94.1 | 2 | 100.0 | － | 7 | 42.9 | 57.1 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | 学生 | 8 | － | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 21 | 14.3 | 85.7 | 2 | － | 100.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | 1 | 100.0 | － |
| | 無職 | 8 | 25.0 | 75.0 | 4 | 75.0 | 25.0 | 13 | 38.5 | 61.5 | 1 | － | 100.0 | 5 | 80.0 | 20.0 | 1 | 100.0 | － |
| | その他 | 1 | － | 100.0 | 2 | － | 100.0 | － | － | － | － | － | － | 2 | 100.0 | － | 1 | － | 100.0 |
| | 答えたくない | 2 | － | 100.0 | 1 | － | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 1 | － | 100.0 | 3 | 66.7 | 33.3 | － | － | － |
| 最終学歴 | 中学校 | － | － | － | 1 | 100.0 | － | 1 | － | 100.0 | 1 | － | 100.0 | 2 | 100.0 | － | － | － | － |
| | 高校 | 27 | 18.5 | 81.5 | 15 | 13.3 | 86.7 | 30 | 13.3 | 86.7 | 5 | － | 100.0 | 21 | 57.1 | 42.9 | 2 | 100.0 | － |
| | 短大・高専 | 8 | 37.5 | 62.5 | 7 | 57.1 | 42.9 | 7 | 14.3 | 85.7 | － | － | － | 10 | 60.0 | 40.0 | 1 | 100.0 | － |
| | 専門学校 | 5 | － | 100.0 | 14 | 7.1 | 92.9 | 14 | 50.0 | 50.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 13 | 23.1 | 76.9 | 2 | － | 100.0 |
| | 大学 | 53 | 13.2 | 86.8 | 26 | 30.8 | 69.2 | 73 | 20.5 | 79.5 | 12 | 25.0 | 75.0 | 60 | 51.7 | 48.3 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | 大学院 | 7 | － | 100.0 | － | － | － | 12 | 41.7 | 58.3 | － | － | － | 6 | 66.7 | 33.3 | 1 | 100.0 | － |
| | その他 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | － | － | － | 1 | － | 100.0 | 1 | 100.0 | － | － | － | － | 3 | 100.0 | － | － | － | － |
| 世帯年収 | 収入なし | － | － | － | － | － | － | 2 | 50.0 | 50.0 | － | － | － | 2 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| | 100万円未満 | 4 | － | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | － | － | － | 3 | 100.0 | － | － | － | － |
| | 100～200万円未満 | 6 | 16.7 | 83.3 | 2 | 100.0 | － | 5 | 60.0 | 40.0 | 1 | － | 100.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 200～300万円未満 | 4 | － | 100.0 | 1 | － | 100.0 | 12 | 33.3 | 66.7 | 4 | － | 100.0 | 13 | 46.2 | 53.8 | 1 | 100.0 | － |
| | 300～400万円未満 | 5 | 40.0 | 60.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 13 | 23.1 | 76.9 | 1 | 100.0 | － | 9 | 44.4 | 55.6 | 1 | 100.0 | － |
| | 400～500万円未満 | 8 | 37.5 | 62.5 | 6 | － | 100.0 | 9 | － | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 8 | 50.0 | 50.0 | 1 | 100.0 | － |
| | 500～600万円未満 | 8 | 12.5 | 87.5 | 6 | 16.7 | 83.3 | 14 | 28.6 | 71.4 | 1 | － | 100.0 | 9 | 44.4 | 55.6 | 1 | 100.0 | － |
| | 600～700万円未満 | 5 | 20.0 | 80.0 | 6 | 16.7 | 83.3 | 10 | 30.0 | 70.0 | 1 | － | 100.0 | 6 | 16.7 | 83.3 | 1 | 100.0 | － |
| | 700～800万円未満 | 8 | － | 100.0 | 7 | 14.3 | 85.7 | 9 | 22.2 | 77.8 | 2 | 50.0 | 50.0 | 11 | 63.6 | 36.4 | 2 | － | 100.0 |
| | 800～1000万円未満 | 14 | 7.1 | 92.9 | 7 | 42.9 | 57.1 | 10 | 40.0 | 60.0 | 1 | － | 100.0 | 16 | 68.8 | 31.3 | － | － | － |
| | 1000～1200万円未満 | 7 | － | 100.0 | 7 | 28.6 | 71.4 | 9 | 22.2 | 77.8 | 1 | － | 100.0 | 8 | 62.5 | 37.5 | － | － | － |
| | 1200万円以上 | 10 | 10.0 | 90.0 | 7 | 42.9 | 57.1 | 7 | － | 100.0 | 1 | － | 100.0 | 6 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| | わからない | 10 | 20.0 | 80.0 | 4 | － | 100.0 | 14 | 7.1 | 92.9 | 2 | － | 100.0 | 6 | 16.7 | 83.3 | － | － | － |
| | 答えたくない | 11 | 27.3 | 72.7 | 5 | 20.0 | 80.0 | 21 | 23.8 | 76.2 | 2 | 50.0 | 50.0 | 14 | 64.3 | 35.7 | － | － | － |
| 未既婚 | 既婚者 | 67 | 9.0 | 91.0 | 36 | 22.2 | 77.8 | 65 | 15.4 | 84.6 | 12 | 33.3 | 66.7 | 53 | 50.9 | 49.1 | 5 | 40.0 | 60.0 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 32 | 28.1 | 71.9 | 24 | 33.3 | 66.7 | 68 | 32.4 | 67.6 | 7 | － | 100.0 | 57 | 50.9 | 49.1 | 4 | 100.0 | － |
| | 答えたくない | 1 | － | 100.0 | 4 | － | 100.0 | 5 | 20.0 | 80.0 | 1 | － | 100.0 | 5 | 100.0 | － | － | － | － |
| 家族構成 | 一人暮らし | 17 | 23.5 | 76.5 | 11 | 36.4 | 63.6 | 34 | 35.3 | 64.7 | 7 | － | 100.0 | 30 | 53.3 | 46.7 | 3 | 100.0 | － |
| | 夫婦のみ・子なし | 26 | 11.5 | 88.5 | 12 | 33.3 | 66.7 | 44 | 18.2 | 81.8 | 5 | 40.0 | 60.0 | 28 | 42.9 | 57.1 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 夫婦・子あり | 32 | 9.4 | 90.6 | 16 | 6.3 | 93.8 | 15 | 13.3 | 86.7 | 5 | 20.0 | 80.0 | 21 | 57.1 | 42.9 | 1 | 100.0 | － |
| | 親と同居(未婚) | 4 | 50.0 | 50.0 | 8 | 25.0 | 75.0 | 17 | 41.2 | 58.8 | － | － | － | 13 | 46.2 | 53.8 | 1 | 100.0 | － |
| | 2世帯以上同居 | 9 | － | 100.0 | 10 | 20.0 | 80.0 | 9 | － | 100.0 | － | － | － | 6 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| | その他 | 11 | 27.3 | 72.7 | 3 | 100.0 | － | 14 | 21.4 | 78.6 | 2 | 50.0 | 50.0 | 12 | 58.3 | 41.7 | 1 | － | 100.0 |
| | 答えたくない | 1 | － | 100.0 | 4 | － | 100.0 | 5 | 20.0 | 80.0 | 1 | － | 100.0 | 5 | 100.0 | － | － | － | － |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 46 | 21.7 | 78.3 | 32 | 28.1 | 71.9 | 68 | 25.0 | 75.0 | 9 | 22.2 | 77.8 | 65 | 60.0 | 40.0 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | 週に1～2日 | 30 | 6.7 | 93.3 | 25 | 28.0 | 72.0 | 45 | 17.8 | 82.2 | 2 | 50.0 | 50.0 | 35 | 48.6 | 51.4 | 5 | 80.0 | 20.0 |
| | (小計)週に1日以上計 | 76 | 15.8 | 84.2 | 57 | 28.1 | 71.9 | 113 | 22.1 | 77.9 | 11 | 27.3 | 72.7 | 100 | 56.0 | 44.0 | 8 | 75.0 | 25.0 |
| | (小計)週1日未満 | 17 | 11.8 | 88.2 | 6 | － | 100.0 | 20 | 30.0 | 70.0 | 5 | 20.0 | 80.0 | 9 | 33.3 | 66.7 | 1 | － | 100.0 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 7 | 14.3 | 85.7 | 1 | － | 100.0 | 5 | 40.0 | 60.0 | 4 | － | 100.0 | 6 | 33.3 | 66.7 | － | － | － |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 100 | 15.0 | 85.0 | 64 | 25.0 | 75.0 | 138 | 23.9 | 76.1 | 20 | 20.0 | 80.0 | 115 | 53.0 | 47.0 | 9 | 66.7 | 33.3 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 29 | 20.7 | 79.3 | 13 | 38.5 | 61.5 | 45 | 24.4 | 75.6 | 8 | 25.0 | 75.0 | 46 | 67.4 | 32.6 | － | － | － |
| | 週に2日 | 13 | 15.4 | 84.6 | 15 | 20.0 | 80.0 | 25 | 16.0 | 84.0 | 2 | － | 100.0 | 15 | 26.7 | 73.3 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | (小計)週に2日以上計 | 42 | 19.0 | 81.0 | 28 | 28.6 | 71.4 | 70 | 21.4 | 78.6 | 10 | 20.0 | 80.0 | 61 | 57.4 | 42.6 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | (小計)週2日未満 | 43 | 14.0 | 86.0 | 29 | 24.1 | 75.9 | 48 | 33.3 | 66.7 | 5 | 40.0 | 60.0 | 36 | 58.3 | 41.7 | 5 | 80.0 | 20.0 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 9 | 11.1 | 88.9 | 6 | 16.7 | 83.3 | 11 | 18.2 | 81.8 | 4 | － | 100.0 | 10 | 30.0 | 70.0 | 1 | 100.0 | － |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 94 | 16.0 | 84.0 | 63 | 25.4 | 74.6 | 129 | 25.6 | 74.4 | 19 | 21.1 | 78.9 | 107 | 55.1 | 44.9 | 8 | 75.0 | 25.0 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 6 | － | 100.0 | 1 | － | 100.0 | 9 | － | 100.0 | 1 | － | 100.0 | 8 | 25.0 | 75.0 | 1 | － | 100.0 |
| する・みる・ささえる～回以上～ | する・みる・ささえる | 36 | 13.9 | 86.1 | 34 | 32.4 | 67.6 | 32 | 15.6 | 84.4 | 8 | 37.5 | 62.5 | 35 | 57.1 | 42.9 | 4 | 75.0 | 25.0 |
| | する・みる | 25 | 12.0 | 88.0 | 15 | 26.7 | 73.3 | 50 | 18.0 | 82.0 | 2 | － | 100.0 | 41 | 51.2 | 48.8 | 2 | 100.0 | － |
| | する・ささえる | 6 | － | 100.0 | 2 | － | 100.0 | 7 | 28.6 | 71.4 | 1 | － | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | － | － | － |
| | するのみ | 9 | 44.4 | 55.6 | 6 | 16.7 | 83.3 | 24 | 37.5 | 62.5 | － | － | － | 21 | 66.7 | 33.3 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | みる・ささえる | 5 | 20.0 | 80.0 | 3 | － | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 1 | － | 100.0 |
| | みるのみ | 12 | 16.7 | 83.3 | 3 | － | 100.0 | 15 | 33.3 | 66.7 | 1 | － | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | － | － | － |
| | ささえるのみ | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 2 | － | 100.0 | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | 6 | － | 100.0 | 1 | － | 100.0 | 6 | 33.3 | 66.7 | 4 | － | 100.0 | 7 | 42.9 | 57.1 | － | － | － |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q16. 実施する際は、「1人で」もしくは「複数人で」行う、どちらが多いですか。

| | | 登山・ﾄﾚｯｷﾝｸﾞ・ﾄﾚｲﾙﾗﾝﾆﾝｸﾞ・ﾛｯｸｸﾗｲﾐﾝｸﾞ | | | ﾌﾘｰｸﾗｲﾐﾝｸﾞ | | | ｷｬﾝﾌﾟ・ｵｰﾄｷｬﾝﾌﾟ | | | ﾊｲｷﾝｸﾞ・ﾜﾝﾀﾞｰﾌｫｰｹﾞﾙ・ｵﾘｴﾝﾃｰﾘﾝｸﾞ | | | ﾎﾞｰﾄ・潜艇・ｶﾇｰ・ｶﾔｯｸ・ﾗﾌﾃｨﾝｸﾞ | | | ﾖｯﾄ・水上ｽｷｰ・ｳｪｲｸﾎﾞｰﾄﾞ・水上ﾊﾞｲｸ・ｼﾞｪｯﾄｽｷｰ | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い |
| 全体 | | 1127 | 35.0 | 65.0 | 67 | 34.3 | 65.7 | 437 | 23.6 | 76.4 | 577 | 28.6 | 71.4 | 57 | 19.3 | 80.7 | 45 | 26.7 | 73.3 |
| 性別 | 男性 | 720 | 46.4 | 53.6 | 42 | 33.3 | 66.7 | 309 | 30.4 | 69.6 | 325 | 39.4 | 60.6 | 28 | 25.0 | 75.0 | 33 | 33.3 | 66.7 |
| | 女性 | 404 | 14.9 | 85.1 | 24 | 33.3 | 66.7 | 128 | 7.0 | 93.0 | 251 | 14.3 | 85.7 | 29 | 13.8 | 86.2 | 12 | 8.3 | 91.7 |
| 年代 | 10代 | 13 | 7.7 | 92.3 | 4 | 50.0 | 50.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 8 | 25.0 | 75.0 | 1 | – | 100.0 | 4 | 50.0 | 50.0 |
| | 20代 | 157 | 23.6 | 76.4 | 29 | 37.9 | 62.1 | 60 | 26.7 | 73.3 | 30 | 26.7 | 73.3 | 13 | 7.7 | 92.3 | 9 | 44.4 | 55.6 |
| | 30代 | 133 | 31.6 | 68.4 | 10 | 40.0 | 60.0 | 68 | 19.1 | 80.9 | 40 | 37.5 | 62.5 | 6 | 33.3 | 66.7 | 6 | – | 100.0 |
| | 40代 | 207 | 40.6 | 59.4 | 16 | 18.8 | 81.3 | 107 | 18.7 | 81.3 | 65 | 33.8 | 66.2 | 8 | 12.5 | 87.5 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 50代 | 242 | 43.4 | 56.6 | 2 | 100.0 | – | 88 | 27.3 | 72.7 | 121 | 30.6 | 69.4 | 18 | 22.2 | 77.8 | 9 | 22.2 | 77.8 |
| | 60代 | 176 | 36.4 | 63.6 | 3 | 33.3 | 66.7 | 65 | 27.7 | 72.3 | 132 | 25.0 | 75.0 | 6 | 33.3 | 66.7 | 8 | 12.5 | 87.5 |
| | 70代 | 199 | 30.7 | 69.3 | 3 | – | 100.0 | 45 | 24.4 | 75.6 | 181 | 26.5 | 73.5 | 5 | 20.0 | 80.0 | 7 | 28.6 | 71.4 |
| 性年代 | 男性10代 | 8 | 12.5 | 87.5 | 2 | 50.0 | 50.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 1 | – | 100.0 | 2 | 100.0 | – |
| | 男性20代 | 95 | 29.5 | 70.5 | 18 | 38.9 | 61.1 | 40 | 35.0 | 65.0 | 16 | 31.3 | 68.8 | 5 | 20.0 | 80.0 | 8 | 50.0 | 50.0 |
| | 男性30代 | 87 | 43.7 | 56.3 | 8 | 37.5 | 62.5 | 41 | 29.3 | 70.7 | 23 | 43.5 | 56.5 | 4 | 25.0 | 75.0 | 2 | – | 100.0 |
| | 男性40代 | 126 | 53.2 | 46.8 | 9 | 11.1 | 88.9 | 70 | 22.9 | 77.1 | 31 | 41.9 | 58.1 | 3 | 33.3 | 66.7 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 男性50代 | 160 | 56.9 | 43.1 | 1 | 100.0 | – | 70 | 34.3 | 65.7 | 71 | 42.3 | 57.7 | 5 | 20.0 | 80.0 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| | 男性60代 | 122 | 45.1 | 54.9 | 2 | 50.0 | 50.0 | 48 | 33.3 | 66.7 | 76 | 38.2 | 61.8 | 6 | 33.3 | 66.7 | 8 | 12.5 | 87.5 |
| | 男性70代 | 122 | 44.3 | 55.7 | 2 | – | 100.0 | 38 | 28.9 | 71.1 | 105 | 38.1 | 61.9 | 4 | 25.0 | 75.0 | 7 | 28.6 | 71.4 |
| | 女性10代 | 5 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 2 | – | 100.0 | 5 | 20.0 | 80.0 | – | – | – | 2 | – | 100.0 |
| | 女性20代 | 62 | 14.5 | 85.5 | 10 | 30.0 | 70.0 | 20 | 10.0 | 90.0 | 14 | 21.4 | 78.6 | 8 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 女性30代 | 46 | 8.7 | 91.3 | 2 | 50.0 | 50.0 | 27 | 3.7 | 96.3 | 17 | 29.4 | 70.6 | 2 | 50.0 | 50.0 | 4 | – | 100.0 |
| | 女性40代 | 80 | 21.3 | 78.8 | 7 | 28.6 | 71.4 | 37 | 10.8 | 89.2 | 34 | 26.5 | 73.5 | 5 | – | 100.0 | – | – | – |
| | 女性50代 | 81 | 17.3 | 82.7 | 1 | 100.0 | – | 18 | – | 100.0 | 49 | 12.2 | 87.8 | 13 | 23.1 | 76.9 | 5 | 20.0 | 80.0 |
| | 女性60代 | 54 | 16.7 | 83.3 | 1 | – | 100.0 | 17 | 11.8 | 88.2 | 56 | 7.1 | 92.9 | – | – | – | – | – | – |
| | 女性70代 | 76 | 9.2 | 90.8 | 1 | – | 100.0 | 7 | – | 100.0 | 76 | 10.5 | 89.5 | 1 | – | 100.0 | – | – | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 296 | 36.1 | 63.9 | 17 | 29.4 | 70.6 | 103 | 22.3 | 77.7 | 153 | 32.0 | 68.0 | 9 | 11.1 | 88.9 | 8 | – | 100.0 |
| | 東京都区部 | 107 | 34.6 | 65.4 | 7 | 14.3 | 85.7 | 28 | 17.9 | 82.1 | 45 | 31.1 | 68.9 | 2 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 政令指定都市 | 189 | 37.0 | 63.0 | 10 | 40.0 | 60.0 | 75 | 24.0 | 76.0 | 108 | 32.4 | 67.6 | 7 | 14.3 | 85.7 | 7 | – | 100.0 |
| | 大都市 | 450 | 34.4 | 65.6 | 32 | 34.4 | 65.6 | 176 | 22.7 | 77.3 | 232 | 28.4 | 71.6 | 22 | 18.2 | 81.8 | 19 | 26.3 | 73.7 |
| | 小都市 | 298 | 32.2 | 67.8 | 15 | 33.3 | 66.7 | 121 | 24.8 | 75.2 | 154 | 26.0 | 74.0 | 17 | 23.5 | 76.5 | 11 | 54.5 | 45.5 |
| | 町村 | 83 | 43.4 | 56.6 | 3 | 66.7 | 33.3 | 37 | 27.0 | 73.0 | 38 | 26.3 | 73.7 | 9 | 22.2 | 77.8 | 7 | 14.3 | 85.7 |
| 居住地域 | 北海道 | 35 | 37.1 | 62.9 | 1 | – | 100.0 | 31 | 22.6 | 77.4 | 7 | 14.3 | 85.7 | 2 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 |
| | 東北 | 65 | 40.0 | 60.0 | 1 | 100.0 | – | 28 | 42.9 | 57.1 | 28 | 25.0 | 75.0 | 5 | 40.0 | 60.0 | 1 | 100.0 | – |
| | 北関東 | 77 | 36.4 | 63.6 | 6 | 50.0 | 50.0 | 26 | 26.9 | 73.1 | 49 | 18.4 | 81.6 | 3 | 33.3 | 66.7 | 5 | 40.0 | 60.0 |
| | 首都圏 | 353 | 34.6 | 65.4 | 24 | 25.0 | 75.0 | 114 | 18.4 | 81.6 | 185 | 28.6 | 71.4 | 15 | 13.3 | 86.7 | 11 | 27.3 | 72.7 |
| | 北陸 | 50 | 36.0 | 64.0 | 3 | – | 100.0 | 17 | 11.8 | 88.2 | 13 | 30.8 | 69.2 | 1 | 100.0 | – | 1 | – | 100.0 |
| | 東山 | 65 | 40.0 | 60.0 | 1 | – | 100.0 | 18 | 33.3 | 66.7 | 27 | 18.5 | 81.5 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 東海 | 111 | 25.2 | 74.8 | 9 | 44.4 | 55.6 | 54 | 20.4 | 79.6 | 64 | 39.1 | 60.9 | 10 | 10.0 | 90.0 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| | 近畿二府一県 | 137 | 31.4 | 68.6 | 10 | 40.0 | 60.0 | 56 | 19.6 | 80.4 | 121 | 29.8 | 70.2 | 5 | – | 100.0 | 8 | 25.0 | 75.0 |
| | その他近畿圏 | 29 | 51.7 | 48.3 | – | – | – | 11 | 36.4 | 63.6 | 21 | 23.8 | 76.2 | 4 | 25.0 | 75.0 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| | 中国 | 70 | 34.3 | 65.7 | 2 | 100.0 | – | 23 | 21.7 | 78.3 | 24 | 16.7 | 83.3 | 3 | – | 100.0 | 2 | 100.0 | – |
| | 四国 | 25 | 36.0 | 64.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | 9 | 33.3 | 66.7 | 11 | 18.2 | 81.8 | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 九州・沖縄 | 110 | 38.2 | 61.8 | 6 | 16.7 | 83.3 | 50 | 28.0 | 72.0 | 27 | 51.9 | 48.1 | 6 | 33.3 | 66.7 | 5 | – | 100.0 |
| 職業 | 自営業主 | 105 | 44.8 | 55.2 | 6 | 33.3 | 66.7 | 46 | 30.4 | 69.6 | 50 | 34.0 | 66.0 | 6 | 16.7 | 83.3 | 9 | 33.3 | 66.7 |
| | 家族従業者 | 3 | 33.3 | 66.7 | 1 | – | 100.0 | 5 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 雇用者 | 712 | 36.8 | 63.2 | 50 | 30.0 | 70.0 | 300 | 23.0 | 77.0 | 294 | 31.6 | 68.4 | 32 | 12.5 | 87.5 | 25 | 28.0 | 72.0 |
| | (小計)就労者 | 820 | 37.8 | 62.2 | 57 | 29.8 | 70.2 | 351 | 23.6 | 76.4 | 346 | 31.8 | 68.2 | 39 | 12.8 | 87.2 | 35 | 28.6 | 71.4 |
| | 主婦・主夫 | 86 | 9.3 | 90.7 | 1 | 100.0 | – | 29 | 6.9 | 93.1 | 92 | 8.7 | 91.3 | 7 | – | 100.0 | – | – | – |
| | 学生 | 29 | 17.2 | 82.8 | 5 | 60.0 | 40.0 | 11 | 18.2 | 81.8 | 12 | 25.0 | 75.0 | 3 | – | 100.0 | 5 | 20.0 | 80.0 |
| | 無職 | 161 | 37.3 | 62.7 | 4 | 50.0 | 50.0 | 42 | 33.3 | 66.7 | 115 | 36.5 | 63.5 | 4 | 75.0 | 25.0 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| | その他 | 17 | 29.4 | 70.6 | – | – | – | – | – | – | 9 | 11.1 | 88.9 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | – | – |
| | 答えたくない | 14 | 42.9 | 57.1 | – | – | – | 4 | 50.0 | 50.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 2 | 100.0 | – | 1 | – | 100.0 |
| 最終学歴 | 中学校 | 5 | 40.0 | 60.0 | 1 | – | 100.0 | 6 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | – | – | – | – | – | – |
| | 高校 | 205 | 34.6 | 65.4 | 9 | 22.2 | 77.8 | 89 | 30.3 | 69.7 | 113 | 33.6 | 66.4 | 6 | – | 100.0 | 13 | 15.4 | 84.6 |
| | 短大・高専 | 97 | 25.8 | 74.2 | 6 | 16.7 | 83.3 | 36 | 8.3 | 91.7 | 58 | 13.8 | 86.2 | 8 | 12.5 | 87.5 | 4 | 75.0 | 25.0 |
| | 専門学校 | 96 | 31.3 | 68.8 | 7 | 42.9 | 57.1 | 55 | 23.6 | 76.4 | 42 | 28.6 | 71.4 | 8 | 25.0 | 75.0 | 5 | 20.0 | 80.0 |
| | 大学 | 629 | 35.8 | 64.2 | 35 | 40.0 | 60.0 | 230 | 23.9 | 76.1 | 306 | 29.1 | 70.9 | 31 | 25.8 | 74.2 | 20 | 30.0 | 70.0 |
| | 大学院 | 86 | 43.0 | 57.0 | 9 | 33.3 | 66.7 | 20 | 25.0 | 75.0 | 52 | 32.7 | 67.3 | 3 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 |
| | その他 | 1 | 100.0 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 8 | 37.5 | 62.5 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 12 | 25.0 | 75.0 | 1 | 100.0 | – | 4 | 50.0 | 50.0 | 7 | 42.9 | 57.1 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | – | – |
| | 100万円未満 | 21 | 52.4 | 47.6 | 4 | 50.0 | 50.0 | 7 | 28.6 | 71.4 | 4 | 25.0 | 75.0 | – | – | – | 4 | – | 100.0 |
| | 100～200万円未満 | 38 | 44.7 | 55.3 | 3 | 66.7 | 33.3 | 7 | 14.3 | 85.7 | 33 | 39.4 | 60.6 | 5 | 40.0 | 60.0 | – | – | – |
| | 200～300万円未満 | 90 | 38.9 | 61.1 | 5 | – | 100.0 | 33 | 33.3 | 66.7 | 55 | 30.9 | 69.1 | – | – | – | 1 | 100.0 | – |
| | 300～400万円未満 | 114 | 36.0 | 64.0 | 5 | 20.0 | 80.0 | 32 | 31.3 | 68.8 | 59 | 32.2 | 67.8 | 2 | 50.0 | 50.0 | 5 | 60.0 | 40.0 |
| | 400～500万円未満 | 129 | 32.6 | 67.4 | 8 | 12.5 | 87.5 | 41 | 29.3 | 70.7 | 67 | 29.9 | 70.1 | 9 | 11.1 | 88.9 | 7 | 14.3 | 85.7 |
| | 500～600万円未満 | 119 | 36.1 | 63.9 | 6 | 16.7 | 83.3 | 36 | 33.3 | 66.7 | 49 | 28.6 | 71.4 | 7 | 28.6 | 71.4 | 6 | 33.3 | 66.7 |
| | 600～700万円未満 | 84 | 38.1 | 61.9 | 4 | 75.0 | 25.0 | 45 | 26.7 | 73.3 | 33 | 27.3 | 72.7 | 6 | 16.7 | 83.3 | 3 | – | 100.0 |
| | 700～800万円未満 | 78 | 44.9 | 55.1 | 2 | 50.0 | 50.0 | 31 | 16.1 | 83.9 | 36 | 27.8 | 72.2 | 6 | 16.7 | 83.3 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| | 800～1000万円未満 | 106 | 29.2 | 70.8 | 3 | – | 100.0 | 50 | 18.0 | 82.0 | 49 | 30.6 | 69.4 | 7 | 14.3 | 85.7 | 3 | – | 100.0 |
| | 1000～1200万円未満 | 59 | 28.8 | 71.2 | 12 | 66.7 | 33.3 | 29 | 20.7 | 79.3 | 32 | 28.1 | 71.9 | 1 | – | 100.0 | – | – | – |
| | 1200万円以上 | 95 | 34.7 | 65.3 | 8 | 25.0 | 75.0 | 54 | 18.5 | 81.5 | 45 | 33.3 | 66.7 | 5 | – | 100.0 | 6 | 16.7 | 83.3 |
| | わからない | 53 | 17.0 | 83.0 | 2 | – | 100.0 | 35 | 8.6 | 91.4 | 44 | 20.5 | 79.5 | 4 | 25.0 | 75.0 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 答えたくない | 129 | 34.9 | 65.1 | 4 | 25.0 | 75.0 | 33 | 24.2 | 75.8 | 64 | 17.2 | 82.8 | 2 | – | 100.0 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| 未既婚 | 既婚者 | 669 | 30.6 | 69.4 | 29 | 41.4 | 58.6 | 297 | 20.5 | 79.5 | 387 | 21.7 | 78.3 | 27 | 14.8 | 85.2 | 30 | 23.3 | 76.7 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 444 | 42.1 | 57.9 | 36 | 30.6 | 69.4 | 139 | 29.5 | 70.5 | 183 | 44.3 | 55.7 | 29 | 24.1 | 75.9 | 13 | 23.1 | 76.9 |
| | 答えたくない | 14 | 14.3 | 85.7 | 2 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – | 7 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 2 | 100.0 | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 268 | 45.5 | 54.5 | 22 | 13.6 | 86.4 | 61 | 36.1 | 63.9 | 113 | 45.1 | 54.9 | 18 | 27.8 | 72.2 | 10 | 20.0 | 80.0 |
| | 夫婦のみ・子なし | 364 | 25.5 | 74.5 | 13 | 38.5 | 61.5 | 113 | 26.5 | 73.5 | 240 | 18.3 | 81.7 | 15 | 26.7 | 73.3 | 13 | 46.2 | 53.8 |
| | 夫婦・子あり | 253 | 37.9 | 62.1 | 12 | 58.3 | 41.7 | 152 | 14.5 | 85.5 | 120 | 25.0 | 75.0 | 12 | – | 100.0 | 14 | 7.1 | 92.9 |
| | 親と同居(未婚) | 87 | 50.6 | 49.4 | 8 | 75.0 | 25.0 | 37 | 29.7 | 70.3 | 35 | 48.6 | 51.4 | 4 | 25.0 | 75.0 | 1 | 100.0 | – |
| | 2世帯以上同居 | 47 | 25.5 | 74.5 | 4 | – | 100.0 | 35 | 22.9 | 77.1 | 22 | 31.8 | 68.2 | – | – | – | 1 | – | 100.0 |
| | その他 | 94 | 26.6 | 73.4 | 6 | 33.3 | 66.7 | 38 | 23.7 | 76.3 | 40 | 40.0 | 60.0 | 7 | 14.3 | 85.7 | 4 | – | 100.0 |
| | 答えたくない | 14 | 14.3 | 85.7 | 2 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – | 7 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 2 | 100.0 | – |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 475 | 37.1 | 62.9 | 32 | 37.5 | 62.5 | 144 | 27.1 | 72.9 | 286 | 26.2 | 73.8 | 15 | 33.3 | 66.7 | 15 | 53.3 | 46.7 |
| | 週に1～2日 | 371 | 36.4 | 63.6 | 20 | 30.0 | 70.0 | 146 | 19.9 | 80.1 | 175 | 32.6 | 67.4 | 17 | 17.6 | 82.4 | 22 | 13.6 | 86.4 |
| | (小計)週に1日以上計 | 846 | 36.8 | 63.2 | 52 | 34.6 | 65.4 | 290 | 23.4 | 76.6 | 461 | 28.6 | 71.4 | 32 | 25.0 | 75.0 | 37 | 29.7 | 70.3 |
| | (小計)週1日未満 | 248 | 27.4 | 72.6 | 11 | 27.3 | 72.7 | 126 | 20.6 | 79.4 | 106 | 28.3 | 71.7 | 23 | 13.0 | 87.0 | 6 | – | 100.0 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 33 | 45.5 | 54.5 | 4 | 50.0 | 50.0 | 21 | 42.9 | 57.1 | 10 | 30.0 | 70.0 | 2 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 1127 | 35.0 | 65.0 | 67 | 34.3 | 65.7 | 437 | 23.6 | 76.4 | 577 | 28.6 | 71.4 | 57 | 19.3 | 80.7 | 45 | 26.7 | 73.3 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 297 | 38.0 | 62.0 | 15 | 33.3 | 66.7 | 65 | 18.5 | 81.5 | 180 | 27.2 | 72.8 | 9 | 44.4 | 55.6 | 6 | 83.3 | 16.7 |
| | 週に2日 | 171 | 39.2 | 60.8 | 9 | 44.4 | 55.6 | 64 | 29.7 | 70.3 | 87 | 24.1 | 75.9 | 5 | 20.0 | 80.0 | 3 | – | 100.0 |
| | (小計)週に2日以上計 | 468 | 38.5 | 61.5 | 24 | 37.5 | 62.5 | 129 | 24.0 | 76.0 | 267 | 26.2 | 73.8 | 14 | 35.7 | 64.3 | 9 | 55.6 | 44.4 |
| | (小計)週2日未満 | 495 | 33.5 | 66.5 | 29 | 37.9 | 62.1 | 207 | 25.1 | 74.9 | 247 | 33.6 | 66.4 | 31 | 16.1 | 83.9 | 28 | 21.4 | 78.6 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 76 | 38.2 | 61.8 | 8 | 37.5 | 62.5 | 45 | 31.1 | 68.9 | 23 | 17.4 | 82.6 | 2 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 1039 | 36.1 | 63.9 | 61 | 37.7 | 62.3 | 381 | 25.5 | 74.5 | 537 | 29.2 | 70.8 | 47 | 21.3 | 78.7 | 41 | 29.3 | 70.7 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 88 | 21.6 | 78.4 | 6 | – | 100.0 | 56 | 10.7 | 89.3 | 40 | 20.0 | 80.0 | 10 | 10.0 | 90.0 | 4 | – | 100.0 |
| する～みる～ささえる～回～以上～ | する・みる・ささえる週1回以上 | 126 | 29.4 | 70.6 | 22 | 40.9 | 59.1 | 77 | 22.1 | 77.9 | 48 | 35.4 | 64.6 | 8 | 25.0 | 75.0 | 19 | 47.4 | 52.6 |
| | する・みる | 555 | 35.5 | 64.5 | 23 | 30.4 | 69.6 | 166 | 25.3 | 74.7 | 339 | 26.8 | 73.2 | 19 | 31.6 | 68.4 | 14 | – | 100.0 |
| | する・ささえる | 11 | 54.5 | 45.5 | 1 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 5 | 40.0 | 60.0 | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | 154 | 46.1 | 53.9 | 6 | 33.3 | 66.7 | 45 | 17.8 | 82.2 | 69 | 31.9 | 68.1 | 5 | – | 100.0 | 4 | 50.0 | 50.0 |
| | みる・ささえる | 19 | 26.3 | 73.7 | 1 | – | 100.0 | 19 | 10.5 | 89.5 | 11 | 36.4 | 63.6 | 5 | 40.0 | 60.0 | 1 | 100.0 | – |
| | みるのみ | 189 | 27.0 | 73.0 | 9 | 33.3 | 66.7 | 96 | 20.8 | 79.2 | 82 | 29.3 | 70.7 | 14 | 7.1 | 92.9 | 4 | – | 100.0 |
| | ささえるのみ | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | しない・みない・ささえない | 71 | 38.0 | 62.0 | 5 | 40.0 | 60.0 | 31 | 41.9 | 58.1 | 22 | 18.2 | 81.8 | 5 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q16. 実施する際は、「1人で」もしくは「複数人で」行う、どちらが多いですか。

| | | スｸｰﾊﾞﾀﾞｲﾋﾞﾝｸﾞ・ｽｷﾝﾀﾞｲﾋﾞﾝｸﾞ・ﾌﾘｰﾀﾞｲﾋﾞﾝｸﾞ・ｼｭﾉｰｹﾘﾝｸﾞ | | | ｻｰﾌｨﾝ・ﾎﾞﾃﾞｨﾎﾞｰﾄﾞ・ﾎﾞｰﾄﾞｾｰﾘﾝｸﾞ・ｳｲﾝﾄﾞｻｰﾌｨﾝ | | | 釣り | | | ｽｷｰ | | | ｽﾉｰﾎﾞｰﾄﾞ | | | ｸﾛｽｶﾝﾄﾘｰｽｷｰ・ｽﾉｰｼｭｰ | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い |
| 全体 | | 125 | 16.8 | 83.2 | 81 | 56.8 | 43.2 | 594 | 43.4 | 56.6 | 552 | 25.9 | 74.1 | 356 | 19.7 | 80.3 | 25 | 56.0 | 44.0 |
| 性別 | 男性 | 59 | 22.0 | 78.0 | 59 | 64.4 | 35.6 | 475 | 52.0 | 48.0 | 388 | 32.7 | 67.3 | 216 | 25.5 | 74.5 | 21 | 61.9 | 38.1 |
| | 女性 | 65 | 12.3 | 87.7 | 22 | 36.4 | 63.6 | 117 | 9.4 | 90.6 | 163 | 9.8 | 90.2 | 138 | 10.9 | 89.1 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| 年代 | 10代 | 2 | － | 100.0 | 2 | － | 100.0 | 11 | 27.3 | 72.7 | 15 | 13.3 | 86.7 | 11 | 9.1 | 90.9 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 20代 | 24 | 20.8 | 79.2 | 12 | 41.7 | 58.3 | 76 | 28.9 | 71.1 | 69 | 14.5 | 85.5 | 117 | 8.5 | 91.5 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 30代 | 22 | 9.1 | 90.9 | 10 | 20.0 | 80.0 | 62 | 37.1 | 62.9 | 40 | 15.0 | 85.0 | 70 | 15.7 | 84.3 | 6 | 50.0 | 50.0 |
| | 40代 | 17 | 23.5 | 76.5 | 28 | 67.9 | 32.1 | 123 | 48.0 | 52.0 | 92 | 19.6 | 80.4 | 77 | 28.6 | 71.4 | 3 | 100.0 | － |
| | 50代 | 29 | 17.2 | 82.8 | 20 | 65.0 | 35.0 | 141 | 42.6 | 57.4 | 142 | 29.6 | 70.4 | 64 | 31.3 | 68.8 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 60代 | 20 | 20.0 | 80.0 | 8 | 87.5 | 12.5 | 83 | 55.4 | 44.6 | 105 | 32.4 | 67.6 | 14 | 28.6 | 71.4 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 70代 | 11 | 9.1 | 90.9 | 1 | － | 100.0 | 98 | 45.9 | 54.1 | 89 | 34.8 | 65.2 | 3 | 66.7 | 33.3 | 6 | 66.7 | 33.3 |
| 性年代 | 男性10代 | － | － | － | 1 | － | 100.0 | 6 | 50.0 | 50.0 | 11 | 9.1 | 90.9 | 4 | － | 100.0 | 1 | 100.0 | － |
| | 男性20代 | 14 | 28.6 | 71.4 | 7 | 42.9 | 57.1 | 52 | 34.6 | 65.4 | 43 | 18.6 | 81.4 | 64 | 9.4 | 90.6 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 男性30代 | 10 | 10.0 | 90.0 | 5 | 20.0 | 80.0 | 44 | 50.0 | 50.0 | 28 | 21.4 | 78.6 | 41 | 19.5 | 80.5 | 6 | 50.0 | 50.0 |
| | 男性40代 | 4 | 25.0 | 75.0 | 20 | 80.0 | 20.0 | 94 | 60.6 | 39.4 | 56 | 25.0 | 75.0 | 47 | 38.3 | 61.7 | 3 | 100.0 | － |
| | 男性50代 | 18 | 22.2 | 77.8 | 17 | 64.7 | 35.3 | 116 | 50.0 | 50.0 | 110 | 36.4 | 63.6 | 48 | 39.6 | 60.4 | 1 | － | 100.0 |
| | 男性60代 | 9 | 22.2 | 77.8 | 8 | 87.5 | 12.5 | 72 | 62.5 | 37.5 | 79 | 39.2 | 60.8 | 11 | 27.3 | 72.7 | 1 | 100.0 | － |
| | 男性70代 | 4 | 25.0 | 75.0 | 1 | － | 100.0 | 91 | 48.4 | 51.6 | 61 | 44.3 | 55.7 | 1 | 100.0 | － | 6 | 66.7 | 33.3 |
| | 女性10代 | 2 | － | 100.0 | 1 | － | 100.0 | 5 | － | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 7 | 14.3 | 85.7 | 1 | － | 100.0 |
| | 女性20代 | 10 | 10.0 | 90.0 | 5 | 40.0 | 60.0 | 23 | 17.4 | 82.6 | 26 | 7.7 | 92.3 | 52 | 7.7 | 92.3 | － | － | － |
| | 女性30代 | 12 | 8.3 | 91.7 | 5 | 20.0 | 80.0 | 18 | 5.6 | 94.4 | 12 | － | 100.0 | 29 | 10.3 | 89.7 | － | － | － |
| | 女性40代 | 13 | 23.1 | 76.9 | 8 | 37.5 | 62.5 | 28 | 7.1 | 92.9 | 36 | 11.1 | 88.9 | 29 | 13.8 | 86.2 | － | － | － |
| | 女性50代 | 10 | 10.0 | 90.0 | 3 | 66.7 | 33.3 | 25 | 8.0 | 92.0 | 32 | 6.3 | 93.8 | 16 | 6.3 | 93.8 | 1 | 100.0 | － |
| | 女性60代 | 11 | 18.2 | 81.8 | － | － | － | 11 | 9.1 | 90.9 | 26 | 11.5 | 88.5 | 3 | 33.3 | 66.7 | 2 | － | 100.0 |
| | 女性70代 | 7 | － | 100.0 | － | － | － | 7 | 14.3 | 85.7 | 27 | 14.8 | 85.2 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 50 | 12.0 | 88.0 | 19 | 68.4 | 31.6 | 116 | 34.5 | 65.5 | 171 | 24.6 | 75.4 | 93 | 15.1 | 84.9 | 4 | 75.0 | 25.0 |
| | 東京都区部 | 22 | 13.6 | 86.4 | 9 | 77.8 | 22.2 | 25 | 40.0 | 60.0 | 54 | 20.4 | 79.6 | 45 | 22.2 | 77.8 | 1 | － | 100.0 |
| | 政令指定都市 | 28 | 10.7 | 89.3 | 10 | 60.0 | 40.0 | 91 | 33.0 | 67.0 | 117 | 26.5 | 73.5 | 48 | 8.3 | 91.7 | 3 | 100.0 | － |
| | 大都市 | 41 | 24.4 | 75.6 | 25 | 52.0 | 48.0 | 220 | 44.1 | 55.9 | 209 | 27.8 | 72.2 | 130 | 16.9 | 83.1 | 7 | 57.1 | 42.9 |
| | 小都市 | 30 | 13.3 | 86.7 | 30 | 53.3 | 46.7 | 170 | 45.9 | 54.1 | 132 | 23.5 | 76.5 | 103 | 22.3 | 77.7 | 12 | 58.3 | 41.7 |
| | 町村 | 4 | 25.0 | 75.0 | 7 | 57.1 | 42.9 | 88 | 48.9 | 51.1 | 40 | 30.0 | 70.0 | 30 | 36.7 | 63.3 | 2 | － | 100.0 |
| 居住地域 | 北海道 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | － | 100.0 | 25 | 36.0 | 64.0 | 63 | 39.7 | 60.3 | 18 | 33.3 | 66.7 | 5 | 100.0 | － |
| | 東北 | 2 | 50.0 | 50.0 | 2 | － | 100.0 | 40 | 55.0 | 45.0 | 49 | 46.9 | 53.1 | 31 | 12.9 | 87.1 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 北関東 | 7 | 14.3 | 85.7 | 4 | 100.0 | － | 29 | 51.7 | 48.3 | 29 | 13.8 | 86.2 | 19 | 26.3 | 73.7 | － | － | － |
| | 首都圏 | 57 | 14.0 | 86.0 | 33 | 63.6 | 36.4 | 111 | 38.7 | 61.3 | 191 | 17.8 | 82.2 | 122 | 17.2 | 82.8 | 5 | 20.0 | 80.0 |
| | 北陸 | 2 | － | 100.0 | － | － | － | 32 | 46.9 | 53.1 | 33 | 42.4 | 57.6 | 23 | 30.4 | 69.6 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | 東山 | 2 | 50.0 | 50.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 15 | 53.3 | 46.7 | 26 | 46.2 | 53.8 | 24 | 29.2 | 70.8 | 1 | － | 100.0 |
| | 東海 | 13 | 23.1 | 76.9 | 6 | 50.0 | 50.0 | 69 | 40.6 | 59.4 | 48 | 16.7 | 83.3 | 39 | 20.5 | 79.5 | － | － | － |
| | 近畿二府一県 | 14 | 21.4 | 78.6 | 9 | 44.4 | 55.6 | 96 | 38.5 | 61.5 | 52 | 17.3 | 82.7 | 37 | 10.8 | 89.2 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | その他近畿圏 | 1 | － | 100.0 | 1 | 100.0 | － | 23 | 43.5 | 56.5 | 14 | 7.1 | 92.9 | 11 | － | 100.0 | 1 | 100.0 | － |
| | 中国 | 4 | － | 100.0 | 1 | 100.0 | － | 41 | 51.2 | 48.8 | 25 | 28.0 | 72.0 | 12 | 16.7 | 83.3 | 1 | 100.0 | － |
| | 四国 | 1 | － | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 32 | 43.8 | 56.3 | 7 | 14.3 | 85.7 | 3 | 66.7 | 33.3 | 2 | 100.0 | － |
| | 九州・沖縄 | 20 | 15.0 | 85.0 | 17 | 58.8 | 41.2 | 81 | 44.4 | 55.6 | 15 | 33.3 | 66.7 | 17 | 23.5 | 76.5 | 2 | － | 100.0 |
| 職業 | 自営業主 | 17 | 17.6 | 82.4 | 13 | 53.8 | 46.2 | 58 | 41.4 | 58.6 | 43 | 32.6 | 67.4 | 26 | 26.9 | 73.1 | 6 | 50.0 | 50.0 |
| | 家族従業者 | － | － | － | － | － | － | 2 | － | 100.0 | － | － | － | 2 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| | 雇用者 | 80 | 17.5 | 82.5 | 56 | 58.9 | 41.1 | 362 | 43.9 | 56.1 | 337 | 23.7 | 76.3 | 273 | 19.4 | 80.6 | 13 | 46.2 | 53.8 |
| | （小計）就労者 | 97 | 17.5 | 82.5 | 69 | 58.0 | 42.0 | 422 | 43.4 | 56.6 | 380 | 24.7 | 75.3 | 301 | 20.3 | 79.7 | 19 | 47.4 | 52.6 |
| | 主婦・主夫 | 10 | 10.0 | 90.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 30 | 16.7 | 83.3 | 48 | 10.4 | 89.6 | 16 | 12.5 | 87.5 | － | － | － |
| | 学生 | 4 | － | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 19 | 26.3 | 73.7 | 33 | 18.2 | 81.8 | 22 | 9.1 | 90.9 | 1 | 100.0 | － |
| | 無職 | 11 | 18.2 | 81.8 | 4 | 75.0 | 25.0 | 102 | 53.9 | 46.1 | 79 | 41.8 | 58.2 | 7 | 42.9 | 57.1 | 5 | 80.0 | 20.0 |
| | その他 | 1 | － | 100.0 | － | － | － | 11 | 45.5 | 54.5 | 9 | 33.3 | 66.7 | 2 | － | 100.0 | － | － | － |
| | 答えたくない | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | 100.0 | － | 10 | 50.0 | 50.0 | 3 | 66.7 | 33.3 | 8 | 25.0 | 75.0 | － | － | － |
| 最終学歴 | 中学校 | 2 | － | 100.0 | 1 | 100.0 | － | 12 | 41.7 | 58.3 | 1 | － | 100.0 | 4 | － | 100.0 | － | － | － |
| | 高校 | 28 | 21.4 | 78.6 | 12 | 58.3 | 41.7 | 185 | 46.5 | 53.5 | 89 | 29.2 | 70.8 | 57 | 21.1 | 78.9 | 6 | 83.3 | 16.7 |
| | 短大・高専 | 11 | 9.1 | 90.9 | 6 | 50.0 | 50.0 | 32 | 37.5 | 62.5 | 58 | 24.1 | 75.9 | 30 | 20.0 | 80.0 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | 専門学校 | 10 | 20.0 | 80.0 | 15 | 53.3 | 46.7 | 85 | 40.0 | 60.0 | 50 | 20.0 | 80.0 | 41 | 19.5 | 80.5 | 2 | － | 100.0 |
| | 大学 | 59 | 15.3 | 84.7 | 45 | 57.8 | 42.2 | 246 | 43.9 | 56.1 | 291 | 26.5 | 73.5 | 198 | 20.7 | 79.3 | 8 | 37.5 | 62.5 |
| | 大学院 | 14 | 14.3 | 85.7 | 2 | 50.0 | 50.0 | 30 | 40.0 | 60.0 | 58 | 22.4 | 77.6 | 18 | 5.6 | 94.4 | 6 | 66.7 | 33.3 |
| | その他 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 1 | － | 100.0 | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | － | － | － | － | 4 | 25.0 | 75.0 | 4 | 75.0 | 25.0 | 8 | 25.0 | 75.0 | － | － | － |
| 世帯年収 | 収入なし | 3 | － | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 6 | 66.7 | 33.3 | 8 | 12.5 | 87.5 | 1 | － | 100.0 | － | － | － |
| | 100万円未満 | 1 | － | 100.0 | 1 | 100.0 | － | 16 | 75.0 | 25.0 | 19 | 31.6 | 68.4 | 9 | 33.3 | 66.7 | － | － | － |
| | 100～200万円未満 | 4 | 25.0 | 75.0 | 1 | － | 100.0 | 26 | 57.7 | 42.3 | 18 | 33.3 | 66.7 | 6 | 16.7 | 83.3 | － | － | － |
| | 200～300万円未満 | 5 | 40.0 | 60.0 | 11 | 27.3 | 72.7 | 54 | 51.9 | 48.1 | 35 | 40.0 | 60.0 | 15 | 46.7 | 53.3 | 2 | 100.0 | － |
| | 300～400万円未満 | 7 | 14.3 | 85.7 | 8 | 50.0 | 50.0 | 67 | 40.3 | 59.7 | 52 | 30.8 | 69.2 | 31 | 35.5 | 64.5 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | 400～500万円未満 | 17 | 17.6 | 82.4 | 6 | 33.3 | 66.7 | 63 | 34.9 | 65.1 | 52 | 21.2 | 78.8 | 40 | 7.5 | 92.5 | 2 | － | 100.0 |
| | 500～600万円未満 | 11 | 9.1 | 90.9 | 6 | 83.3 | 16.7 | 52 | 51.9 | 48.1 | 46 | 23.9 | 76.1 | 40 | 20.0 | 80.0 | 4 | 75.0 | 25.0 |
| | 600～700万円未満 | 9 | － | 100.0 | 6 | 83.3 | 16.7 | 43 | 41.9 | 58.1 | 31 | 29.0 | 71.0 | 26 | 19.2 | 80.8 | 5 | 80.0 | 20.0 |
| | 700～800万円未満 | 15 | 20.0 | 80.0 | 8 | 75.0 | 25.0 | 38 | 50.0 | 50.0 | 38 | 28.9 | 71.1 | 32 | 25.0 | 75.0 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| | 800～1000万円未満 | 10 | 30.0 | 70.0 | 6 | 66.7 | 33.3 | 47 | 44.7 | 55.3 | 71 | 22.5 | 77.5 | 48 | 16.7 | 83.3 | － | － | － |
| | 1000～1200万円未満 | 12 | 33.3 | 66.7 | 6 | 83.3 | 16.7 | 31 | 22.6 | 77.4 | 32 | 18.8 | 81.3 | 29 | 6.9 | 93.1 | － | － | － |
| | 1200万円以上 | 10 | 10.0 | 90.0 | 7 | 28.6 | 71.4 | 40 | 37.5 | 62.5 | 59 | 18.6 | 81.4 | 28 | 17.9 | 82.1 | 2 | － | 100.0 |
| | わからない | 6 | － | 100.0 | 8 | 62.5 | 37.5 | 46 | 39.1 | 60.9 | 38 | 15.8 | 84.2 | 25 | 20.0 | 80.0 | － | － | － |
| | 答えたくない | 15 | 13.3 | 86.7 | 5 | 60.0 | 40.0 | 65 | 38.5 | 61.5 | 53 | 35.8 | 64.2 | 26 | 15.4 | 84.6 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| 未既婚 | 既婚者 | 65 | 15.4 | 84.6 | 49 | 61.2 | 38.8 | 372 | 41.7 | 58.3 | 363 | 22.9 | 77.1 | 175 | 17.7 | 82.3 | 19 | 57.9 | 42.1 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 57 | 17.5 | 82.5 | 32 | 50.0 | 50.0 | 214 | 47.7 | 52.3 | 189 | 31.7 | 68.3 | 175 | 21.7 | 78.3 | 6 | 50.0 | 50.0 |
| | 答えたくない | 3 | 33.3 | 66.7 | － | － | － | 8 | 12.5 | 87.5 | － | － | － | 6 | 16.7 | 83.3 | － | － | － |
| 家族構成 | 一人暮らし | 31 | 19.4 | 80.6 | 19 | 52.6 | 47.4 | 108 | 54.6 | 45.4 | 114 | 36.0 | 64.0 | 88 | 22.7 | 77.3 | 1 | 100.0 | － |
| | 夫婦のみ・子なし | 40 | 17.5 | 82.5 | 17 | 70.6 | 29.4 | 166 | 41.0 | 59.0 | 172 | 25.0 | 75.0 | 58 | 13.8 | 86.2 | 9 | 66.7 | 33.3 |
| | 夫婦・子あり | 21 | 9.5 | 90.5 | 28 | 57.1 | 42.9 | 160 | 46.9 | 53.1 | 155 | 20.0 | 80.0 | 93 | 20.4 | 79.6 | 7 | 57.1 | 42.9 |
| | 親と同居（未婚） | 13 | 7.7 | 92.3 | 7 | 57.1 | 42.9 | 59 | 50.8 | 49.2 | 36 | 27.8 | 72.2 | 43 | 32.6 | 67.4 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 2世帯以上同居 | 4 | 25.0 | 75.0 | 7 | 28.6 | 71.4 | 43 | 25.6 | 74.4 | 35 | 20.0 | 80.0 | 22 | 9.1 | 90.9 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | その他 | 13 | 23.1 | 76.9 | 3 | 66.7 | 33.3 | 50 | 28.0 | 72.0 | 40 | 27.5 | 72.5 | 46 | 13.0 | 87.0 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| | 答えたくない | 3 | 33.3 | 66.7 | － | － | － | 8 | 12.5 | 87.5 | － | － | － | 6 | 16.7 | 83.3 | － | － | － |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 44 | 15.9 | 84.1 | 29 | 69.0 | 31.0 | 171 | 43.3 | 56.7 | 224 | 27.7 | 72.3 | 108 | 19.4 | 80.6 | 11 | 54.5 | 45.5 |
| | 週に1～2日 | 37 | 18.9 | 81.1 | 32 | 53.1 | 46.9 | 180 | 45.6 | 54.4 | 170 | 25.9 | 74.1 | 119 | 22.7 | 77.3 | 10 | 50.0 | 50.0 |
| | （小計）週に1日以上計 | 81 | 17.3 | 82.7 | 61 | 60.7 | 39.3 | 351 | 44.4 | 55.6 | 394 | 26.9 | 73.1 | 227 | 21.1 | 78.9 | 21 | 52.4 | 47.6 |
| | （小計）週1日未満 | 41 | 17.1 | 82.9 | 17 | 35.3 | 64.7 | 192 | 40.6 | 59.4 | 144 | 22.9 | 77.1 | 110 | 15.5 | 84.5 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 3 | － | 100.0 | 3 | 100.0 | － | 51 | 47.1 | 52.9 | 14 | 28.6 | 71.4 | 19 | 26.3 | 73.7 | 1 | 100.0 | － |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 125 | 16.8 | 83.2 | 81 | 56.8 | 43.2 | 594 | 43.4 | 56.6 | 552 | 25.9 | 74.1 | 356 | 19.7 | 80.3 | 25 | 56.0 | 44.0 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続※1 | 週に3日以上 | 26 | 15.4 | 84.6 | 22 | 68.2 | 31.8 | 86 | 46.5 | 53.5 | 137 | 27.7 | 72.3 | 49 | 20.4 | 79.6 | 4 | 75.0 | 25.0 |
| | 週に2日 | 6 | 16.7 | 83.3 | 8 | 62.5 | 37.5 | 71 | 43.7 | 56.3 | 82 | 30.5 | 69.5 | 39 | 25.6 | 74.4 | 4 | 75.0 | 25.0 |
| | （小計）週に2日以上計 | 32 | 15.6 | 84.4 | 30 | 66.7 | 33.3 | 157 | 45.2 | 54.8 | 219 | 28.8 | 71.2 | 88 | 22.7 | 77.3 | 8 | 75.0 | 25.0 |
| | （小計）週2日未満 | 58 | 20.7 | 79.3 | 43 | 53.5 | 46.5 | 263 | 45.6 | 54.4 | 242 | 25.2 | 74.8 | 186 | 20.4 | 79.6 | 13 | 30.8 | 69.2 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 6 | － | 100.0 | 6 | 50.0 | 50.0 | 85 | 45.9 | 54.1 | 31 | 22.6 | 77.4 | 33 | 18.2 | 81.8 | 1 | 100.0 | － |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 96 | 17.7 | 82.3 | 79 | 58.2 | 41.8 | 505 | 45.5 | 54.5 | 492 | 26.6 | 73.4 | 307 | 20.8 | 79.2 | 22 | 50.0 | 50.0 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 29 | 13.8 | 86.2 | 2 | － | 100.0 | 89 | 31.5 | 68.5 | 60 | 20.0 | 80.0 | 49 | 12.2 | 87.8 | 3 | 100.0 | － |
| する・みる・ささえる（いずれか1回～以上／週1～） | する・みる・ささえる | 16 | 25.0 | 75.0 | 22 | 50.0 | 50.0 | 64 | 46.9 | 53.1 | 68 | 25.0 | 75.0 | 57 | 24.6 | 75.4 | 9 | 44.4 | 55.6 |
| | する・みる | 50 | 20.0 | 80.0 | 27 | 74.1 | 25.9 | 230 | 45.2 | 54.8 | 254 | 25.2 | 74.8 | 128 | 20.3 | 79.7 | 8 | 37.5 | 62.5 |
| | する・ささえる | － | － | － | 1 | 100.0 | － | 4 | － | 100.0 | 3 | － | 100.0 | 2 | 100.0 | － | 1 | 100.0 | － |
| | するのみ | 15 | － | 100.0 | 11 | 45.5 | 54.5 | 53 | 41.5 | 58.5 | 69 | 36.2 | 63.8 | 40 | 15.0 | 85.0 | 3 | 100.0 | － |
| | みる・ささえる | 3 | 33.3 | 66.7 | 4 | 25.0 | 75.0 | 22 | 36.4 | 63.6 | 22 | 18.2 | 81.8 | 11 | 9.1 | 90.9 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | みるのみ | 27 | 18.5 | 81.5 | 8 | 25.0 | 75.0 | 149 | 40.3 | 59.7 | 102 | 21.6 | 78.4 | 78 | 14.1 | 85.9 | 1 | 100.0 | － |
| | ささえるのみ | － | － | － | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | 100.0 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | 14 | 7.1 | 92.9 | 6 | 83.3 | 16.7 | 71 | 46.5 | 53.5 | 34 | 32.4 | 67.6 | 40 | 25.0 | 75.0 | － | － | － |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に１日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q16. 実施する際は、「1人で」もしくは「複数人で」行う、どちらが多いですか。

| | | 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・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 | | | 乗馬 | | | レクリエーションスポーツ | | | パラスポーツ(障害者スポーツ) | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い |
| 全体 | | 38 | 23.7 | 76.3 | 30 | 40.0 | 60.0 | 16 | 43.8 | 56.3 | 86 | 51.2 | 48.8 | 112 | 21.4 | 78.6 | 17 | 11.8 | 88.2 |
| 性別 | 男性 | 17 | 17.6 | 82.4 | 22 | 45.5 | 54.5 | 7 | 57.1 | 42.9 | 25 | 48.0 | 52.0 | 61 | 29.5 | 70.5 | 10 | 10.0 | 90.0 |
| | 女性 | 21 | 28.6 | 71.4 | 8 | 25.0 | 75.0 | 9 | 33.3 | 66.7 | 61 | 52.5 | 47.5 | 50 | 12.0 | 88.0 | 6 | – | 100.0 |
| 年代 | 10代 | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 2 | 100.0 | – | 3 | 33.3 | 66.7 | 9 | 11.1 | 88.9 | – | – | – |
| | 20代 | 11 | 18.2 | 81.8 | 5 | 20.0 | 80.0 | 5 | 40.0 | 60.0 | 15 | 40.0 | 60.0 | 28 | 35.7 | 64.3 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 30代 | 5 | 20.0 | 80.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 11 | 45.5 | 54.5 | 13 | 30.8 | 69.2 | 3 | – | 100.0 |
| | 40代 | 7 | 14.3 | 85.7 | 5 | 40.0 | 60.0 | 1 | – | 100.0 | 10 | 60.0 | 40.0 | 17 | 41.2 | 58.8 | 5 | – | 100.0 |
| | 50代 | 8 | 37.5 | 62.5 | 4 | 100.0 | – | 5 | 40.0 | 60.0 | 20 | 55.0 | 45.0 | 14 | 14.3 | 85.7 | 2 | – | 100.0 |
| | 60代 | 5 | 40.0 | 60.0 | 9 | 33.3 | 66.7 | 1 | – | 100.0 | 15 | 60.0 | 40.0 | 6 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 70代 | 1 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | – | – | – | 12 | 50.0 | 50.0 | 25 | – | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| 性年代 | 男性10代 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | – | – |
| | 男性20代 | 7 | 14.3 | 85.7 | 3 | 33.3 | 66.7 | 2 | 50.0 | 50.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 15 | 46.7 | 53.3 | 2 | – | 100.0 |
| | 男性30代 | 1 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – | 2 | 50.0 | 50.0 | 5 | 60.0 | 40.0 | 11 | 36.4 | 63.6 | 2 | – | 100.0 |
| | 男性40代 | 4 | 25.0 | 75.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 1 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 11 | 45.5 | 54.5 | 3 | – | 100.0 |
| | 男性50代 | 1 | – | 100.0 | 4 | 100.0 | – | 2 | 100.0 | – | 4 | 50.0 | 50.0 | 8 | 12.5 | 87.5 | 1 | – | 100.0 |
| | 男性60代 | 4 | 25.0 | 75.0 | 6 | 33.3 | 66.7 | – | – | – | 4 | 75.0 | 25.0 | 4 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 男性70代 | – | – | – | 4 | 25.0 | 75.0 | – | – | – | 3 | 66.7 | 33.3 | 9 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – |
| | 女性10代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | 100.0 | – | 2 | 50.0 | 50.0 | 6 | – | 100.0 | – | – | – |
| | 女性20代 | 4 | 25.0 | 75.0 | 2 | – | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 11 | 45.5 | 54.5 | 13 | 23.1 | 76.9 | – | – | – |
| | 女性30代 | 4 | 25.0 | 75.0 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 6 | 33.3 | 66.7 | 2 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 女性40代 | 3 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | – | – | 6 | 83.3 | 16.7 | 5 | 40.0 | 60.0 | 2 | – | 100.0 |
| | 女性50代 | 7 | 42.9 | 57.1 | – | – | – | 3 | – | 100.0 | 16 | 56.3 | 43.8 | 6 | 16.7 | 83.3 | 1 | – | 100.0 |
| | 女性60代 | 1 | 100.0 | – | 3 | 33.3 | 66.7 | 1 | – | 100.0 | 11 | 54.5 | 45.5 | 2 | – | 100.0 | – | – | – |
| | 女性70代 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | 9 | 44.4 | 55.6 | 16 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 10 | 20.0 | 80.0 | 6 | 83.3 | 16.7 | 2 | 50.0 | 50.0 | 31 | 45.2 | 54.8 | 13 | 30.8 | 69.2 | 2 | – | 100.0 |
| | 東京都区部 | 6 | 16.7 | 83.3 | 2 | 100.0 | – | 1 | 100.0 | – | 14 | 35.7 | 64.3 | 5 | 20.0 | 80.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 政令指定都市 | 4 | 25.0 | 75.0 | 4 | 75.0 | 25.0 | 1 | – | 100.0 | 17 | 52.9 | 47.1 | 8 | 37.5 | 62.5 | 1 | – | 100.0 |
| | 大都市 | 18 | 27.8 | 72.2 | 10 | 20.0 | 80.0 | 7 | 28.6 | 71.4 | 28 | 50.0 | 50.0 | 58 | 24.1 | 75.9 | 9 | 11.1 | 88.9 |
| | 小都市 | 9 | 22.2 | 77.8 | 9 | 44.4 | 55.6 | 6 | 50.0 | 50.0 | 22 | 54.5 | 45.5 | 35 | 17.1 | 82.9 | 5 | 20.0 | 80.0 |
| | 町村 | 1 | – | 100.0 | 5 | 20.0 | 80.0 | 1 | 100.0 | – | 5 | 80.0 | 20.0 | 6 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| 居住地域 | 北海道 | 2 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – | 6 | 33.3 | 66.7 | 2 | – | 100.0 |
| | 東北 | 5 | 20.0 | 80.0 | 1 | 100.0 | – | 1 | – | 100.0 | 3 | 66.7 | 33.3 | 12 | 25.0 | 75.0 | 3 | – | 100.0 |
| | 北関東 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | – | – | – | – | – | 3 | 33.3 | 66.7 | 10 | 10.0 | 90.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 首都圏 | 11 | 27.3 | 72.7 | 9 | 66.7 | 33.3 | 6 | 50.0 | 50.0 | 38 | 47.4 | 52.6 | 20 | 25.0 | 75.0 | 2 | – | 100.0 |
| | 北陸 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 4 | 75.0 | 25.0 | 7 | 28.6 | 71.4 | – | – | – |
| | 東山 | – | – | – | 3 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – | 1 | 100.0 | – | 5 | 20.0 | 80.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 東海 | 5 | 40.0 | 60.0 | 3 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 6 | 66.7 | 33.3 | 7 | 14.3 | 85.7 | 2 | – | 100.0 |
| | 近畿二府一県 | 4 | 25.0 | 75.0 | 3 | 66.7 | 33.3 | 2 | – | 100.0 | 15 | 46.7 | 53.3 | 14 | 35.7 | 64.3 | 2 | – | 100.0 |
| | その他近畿圏 | – | – | – | 2 | 50.0 | 50.0 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – |
| | 中国 | – | – | – | 3 | 66.7 | 33.3 | 1 | 100.0 | – | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 四国 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 2 | – | 100.0 | 7 | 14.3 | 85.7 | – | – | – |
| | 九州・沖縄 | 6 | – | 100.0 | 3 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 10 | 60.0 | 40.0 | 20 | 15.0 | 85.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| 職業 | 自営業主 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 11 | 63.6 | 36.4 | 14 | 28.6 | 71.4 | – | – | – |
| | 家族従業者 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 29 | 24.1 | 75.9 | 22 | 54.5 | 45.5 | 9 | 55.6 | 44.4 | 47 | 46.8 | 53.2 | 52 | 28.8 | 71.2 | 12 | – | 100.0 |
| | (小計)就労者 | 32 | 25.0 | 75.0 | 23 | 52.2 | 47.8 | 11 | 54.5 | 45.5 | 58 | 50.0 | 50.0 | 66 | 28.8 | 71.2 | 12 | – | 100.0 |
| | 主婦・主夫 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 10 | 70.0 | 30.0 | 14 | 7.1 | 92.9 | 2 | – | 100.0 |
| | 学生 | 3 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 1 | 100.0 | – | 4 | 25.0 | 75.0 | 11 | 9.1 | 90.9 | – | – | – |
| | 無職 | 1 | – | 100.0 | 5 | – | 100.0 | – | – | – | 10 | 60.0 | 40.0 | 17 | 11.8 | 88.2 | – | – | – |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | 2 | – | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | 100.0 | – |
| 最終学歴 | 中学校 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 2 | – | 100.0 | – | – | – |
| | 高校 | 2 | – | 100.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | 1 | – | 100.0 | 12 | 41.7 | 58.3 | 28 | 14.3 | 85.7 | 5 | 40.0 | 60.0 |
| | 短大・高専 | 3 | 33.3 | 66.7 | 1 | 100.0 | – | 3 | 33.3 | 66.7 | 12 | 58.3 | 41.7 | 9 | 22.2 | 77.8 | 1 | – | 100.0 |
| | 専門学校 | 1 | – | 100.0 | 4 | 75.0 | 25.0 | 1 | 100.0 | – | 12 | 58.3 | 41.7 | 12 | 25.0 | 75.0 | 3 | – | 100.0 |
| | 大学 | 25 | 24.0 | 76.0 | 19 | 31.6 | 68.4 | 10 | 50.0 | 50.0 | 37 | 43.2 | 56.8 | 57 | 22.8 | 77.2 | 6 | – | 100.0 |
| | 大学院 | 5 | 20.0 | 80.0 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | – | – | 11 | 72.7 | 27.3 | 4 | 50.0 | 50.0 | 2 | – | 100.0 |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | – | – | – | – | – |
| 世帯年収 | 収入なし | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | – | – | – |
| | 100万円未満 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 5 | 40.0 | 60.0 | – | – | – | – | – | – |
| | 100～200万円未満 | 2 | 50.0 | 50.0 | 5 | 20.0 | 80.0 | – | – | – | 4 | 75.0 | 25.0 | 4 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 200～300万円未満 | 3 | 33.3 | 66.7 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | – | – | 6 | 50.0 | 50.0 | 17 | 17.6 | 82.4 | – | – | – |
| | 300～400万円未満 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | – | – | – | 6 | 33.3 | 66.7 | 16 | 25.0 | 75.0 | 3 | – | 100.0 |
| | 400～500万円未満 | 4 | 50.0 | 50.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 | 7 | 57.1 | 42.9 | 17 | 11.8 | 88.2 | – | – | – |
| | 500～600万円未満 | 6 | – | 100.0 | 3 | 100.0 | – | 1 | 100.0 | – | 8 | 37.5 | 62.5 | 6 | 50.0 | 50.0 | 3 | – | 100.0 |
| | 600～700万円未満 | 2 | 50.0 | 50.0 | 4 | 75.0 | 25.0 | 2 | – | 100.0 | 7 | 42.9 | 57.1 | 4 | 25.0 | 75.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 700～800万円未満 | 4 | 25.0 | 75.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 3 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 |
| | 800～1000万円未満 | 5 | 40.0 | 60.0 | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 6 | 83.3 | 16.7 | 8 | 25.0 | 75.0 | 2 | – | 100.0 |
| | 1000～1200万円未満 | 4 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 3 | 66.7 | 33.3 | 7 | 14.3 | 85.7 | 9 | 22.2 | 77.8 | 1 | – | 100.0 |
| | 1200万円以上 | 3 | 33.3 | 66.7 | 2 | – | 100.0 | 3 | 66.7 | 33.3 | 5 | 80.0 | 20.0 | 8 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 |
| | わからない | 2 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 9 | 33.3 | 66.7 | 11 | 9.1 | 90.9 | 2 | – | 100.0 |
| | 答えたくない | 2 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 10 | 90.0 | 10.0 | 7 | 14.3 | 85.7 | 1 | 100.0 | – |
| 未既婚 | 既婚者 | 19 | 26.3 | 73.7 | 19 | 31.6 | 68.4 | 10 | 40.0 | 60.0 | 42 | 50.0 | 50.0 | 52 | 17.3 | 82.7 | 8 | – | 100.0 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 18 | 22.2 | 77.8 | 11 | 54.5 | 45.5 | 5 | 60.0 | 40.0 | 42 | 50.0 | 50.0 | 60 | 25.0 | 75.0 | 8 | 12.5 | 87.5 |
| | 答えたくない | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 2 | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 100.0 | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 7 | 28.6 | 71.4 | 9 | 55.6 | 44.4 | 1 | – | 100.0 | 28 | 53.6 | 46.4 | 27 | 29.6 | 70.4 | 4 | 25.0 | 75.0 |
| | 夫婦のみ・子なし | 10 | 40.0 | 60.0 | 12 | 25.0 | 75.0 | 5 | 20.0 | 80.0 | 27 | 55.6 | 44.4 | 27 | 14.8 | 85.2 | 3 | – | 100.0 |
| | 夫婦・子あり | 8 | 12.5 | 87.5 | 7 | 42.9 | 57.1 | 4 | 50.0 | 50.0 | 13 | 38.5 | 61.5 | 19 | 15.8 | 84.2 | 4 | – | 100.0 |
| | 親と同居(未婚) | 4 | – | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 8 | 37.5 | 62.5 | 15 | 26.7 | 73.3 | 3 | – | 100.0 |
| | 2世帯以上同居 | 3 | 33.3 | 66.7 | – | – | – | 1 | 100.0 | – | 3 | 33.3 | 66.7 | 7 | 42.9 | 57.1 | 1 | – | 100.0 |
| | その他 | 5 | 20.0 | 80.0 | – | – | – | 2 | 100.0 | – | 5 | 60.0 | 40.0 | 17 | 11.8 | 88.2 | 1 | – | 100.0 |
| | 答えたくない | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 2 | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 100.0 | – |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 14 | 21.4 | 78.6 | 11 | 54.5 | 45.5 | 5 | 40.0 | 60.0 | 38 | 55.3 | 44.7 | 50 | 28.0 | 72.0 | 9 | 22.2 | 77.8 |
| | 週に1～2日 | 7 | 42.9 | 57.1 | 12 | 33.3 | 66.7 | 8 | 62.5 | 37.5 | 23 | 65.2 | 34.8 | 41 | 17.1 | 82.9 | 4 | – | 100.0 |
| | (小計)週に1日以上計 | 21 | 28.6 | 71.4 | 23 | 43.5 | 56.5 | 13 | 53.8 | 46.2 | 61 | 59.0 | 41.0 | 91 | 23.1 | 76.9 | 13 | 15.4 | 84.6 |
| | (小計)週1日未満 | 17 | 17.6 | 82.4 | 7 | 28.6 | 71.4 | 3 | – | 100.0 | 19 | 26.3 | 73.7 | 17 | 5.9 | 94.1 | 4 | – | 100.0 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 6 | 50.0 | 50.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | – | – | – |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 38 | 23.7 | 76.3 | 30 | 40.0 | 60.0 | 16 | 43.8 | 56.3 | 86 | 51.2 | 48.8 | 112 | 21.4 | 78.6 | 17 | 11.8 | 88.2 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 継続して1年以上運動している頻度※1 | 軽く汗をかく運動を週に3日以上 | 7 | 14.3 | 85.7 | 4 | 75.0 | 25.0 | 1 | – | 100.0 | 17 | 70.6 | 29.4 | 23 | 17.4 | 82.6 | 5 | 20.0 | 80.0 |
| | 軽く汗をかく運動を週に2日 | 2 | – | 100.0 | 8 | 37.5 | 62.5 | 2 | – | 100.0 | 11 | 72.7 | 27.3 | 17 | 23.5 | 76.5 | – | – | – |
| | (小計)軽く汗をかく運動を週に2日以上計 | 9 | 11.1 | 88.9 | 12 | 50.0 | 50.0 | 3 | – | 100.0 | 28 | 71.4 | 28.6 | 40 | 20.0 | 80.0 | 5 | 20.0 | 80.0 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を週2日未満 | 16 | 37.5 | 62.5 | 11 | 27.3 | 72.7 | 12 | 58.3 | 41.7 | 37 | 37.8 | 62.2 | 48 | 22.9 | 77.1 | 10 | 10.0 | 90.0 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 2 | 50.0 | 50.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 | 13 | 46.2 | 53.8 | 9 | 22.2 | 77.8 | 1 | – | 100.0 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 27 | 29.6 | 70.4 | 25 | 40.0 | 60.0 | 16 | 43.8 | 56.3 | 78 | 51.3 | 48.7 | 97 | 21.6 | 78.4 | 16 | 12.5 | 87.5 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 11 | 9.1 | 90.9 | 5 | 40.0 | 60.0 | – | – | – | 8 | 50.0 | 50.0 | 15 | 20.0 | 80.0 | 1 | – | 100.0 |
| する・みる・ささえる～回～以上～ | する・みる・ささえる～週1回～以上～ | 6 | 50.0 | 50.0 | 7 | 28.6 | 71.4 | 8 | 75.0 | 25.0 | 17 | 64.7 | 35.3 | 41 | 36.6 | 63.4 | 7 | – | 100.0 |
| | する・みる | 13 | 23.1 | 76.9 | 11 | 36.4 | 63.6 | 3 | – | 100.0 | 34 | 52.9 | 47.1 | 39 | 12.8 | 87.2 | 4 | 50.0 | 50.0 |
| | する・ささえる | – | – | – | 1 | 100.0 | – | – | – | – | 1 | 100.0 | – | 3 | – | 100.0 | – | – | – |
| | するのみ | 2 | – | 100.0 | 4 | 75.0 | 25.0 | 2 | 50.0 | 50.0 | 9 | 66.7 | 33.3 | 8 | 12.5 | 87.5 | 2 | – | 100.0 |
| | みる・ささえる | 6 | 16.7 | 83.3 | 2 | 50.0 | 50.0 | 1 | – | 100.0 | 4 | 25.0 | 75.0 | 6 | 33.3 | 66.7 | 1 | – | 100.0 |
| | みるのみ | 7 | 28.6 | 71.4 | 4 | 25.0 | 75.0 | 2 | – | 100.0 | 13 | 23.1 | 76.9 | 12 | 8.3 | 91.7 | 3 | – | 100.0 |
| | ささえるのみ | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 1 | – | 100.0 | 2 | – | 100.0 | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 4 | – | 100.0 | 1 | – | 100.0 | – | – | – | 7 | 57.1 | 42.9 | 1 | – | 100.0 | – | – | – |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2　「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2　「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2　「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q16. 実施する際は、「1人で」もしくは「複数人で」行う、どちらが多いですか。
ｹﾞｰﾑ機等の情報通信機器を利用した運動･ｽﾎﾟｰﾂ

| | | 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | その他１ 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い | その他２ 全体 | 1人で行う方が多い | 複数人で行う方が多い |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 209 | 83.3 | 16.7 | 74 | 56.8 | 43.2 | 19 | 47.4 | 52.6 |
| 性別 | 男性 | 93 | 88.2 | 11.8 | 42 | 52.4 | 47.6 | 7 | 42.9 | 57.1 |
| | 女性 | 113 | 79.6 | 20.4 | 30 | 60.0 | 40.0 | 12 | 50.0 | 50.0 |
| 年代 | 10代 | 9 | 88.9 | 11.1 | 2 | － | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 20代 | 58 | 84.5 | 15.5 | 6 | 16.7 | 83.3 | 1 | － | 100.0 |
| | 30代 | 52 | 86.5 | 13.5 | 6 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| | 40代 | 53 | 83.0 | 17.0 | 15 | 53.3 | 46.7 | 4 | 50.0 | 50.0 |
| | 50代 | 20 | 80.0 | 20.0 | 13 | 84.6 | 15.4 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 60代 | 10 | 90.0 | 10.0 | 14 | 57.1 | 42.9 | 4 | 75.0 | 25.0 |
| | 70代 | 7 | 42.9 | 57.1 | 18 | 61.1 | 38.9 | 5 | 40.0 | 60.0 |
| 性年代 | 男性10代 | 3 | 100.0 | － | 1 | － | 100.0 | － | － | － |
| | 男性20代 | 28 | 89.3 | 10.7 | 3 | － | 100.0 | 1 | － | 100.0 |
| | 男性30代 | 25 | 84.0 | 16.0 | 4 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| | 男性40代 | 21 | 90.5 | 9.5 | 11 | 45.5 | 54.5 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | 男性50代 | 13 | 92.3 | 7.7 | 7 | 85.7 | 14.3 | 1 | － | 100.0 |
| | 男性60代 | 3 | 66.7 | 33.3 | 7 | 42.9 | 57.1 | 1 | 100.0 | － |
| | 男性70代 | － | － | － | 9 | 66.7 | 33.3 | 1 | － | 100.0 |
| | 女性10代 | 5 | 80.0 | 20.0 | 1 | － | 100.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 女性20代 | 29 | 79.3 | 20.7 | 3 | 33.3 | 66.7 | － | － | － |
| | 女性30代 | 27 | 88.9 | 11.1 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| | 女性40代 | 31 | 80.6 | 19.4 | 3 | 66.7 | 33.3 | 1 | － | 100.0 |
| | 女性50代 | 7 | 57.1 | 42.9 | 5 | 80.0 | 20.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 女性60代 | 7 | 100.0 | － | 7 | 71.4 | 28.6 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | 女性70代 | 7 | 42.9 | 57.1 | 9 | 55.6 | 44.4 | 4 | 50.0 | 50.0 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 64 | 89.1 | 10.9 | 16 | 62.5 | 37.5 | 5 | 80.0 | 20.0 |
| | 東京都区部 | 27 | 85.2 | 14.8 | 5 | 60.0 | 40.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 政令指定都市 | 37 | 91.9 | 8.1 | 11 | 63.6 | 36.4 | 3 | 100.0 | － |
| | 大都市 | 68 | 76.5 | 23.5 | 29 | 51.7 | 48.3 | 8 | 50.0 | 50.0 |
| | 小都市 | 65 | 87.7 | 12.3 | 21 | 47.6 | 52.4 | 6 | 16.7 | 83.3 |
| | 町村 | 12 | 66.7 | 33.3 | 8 | 87.5 | 12.5 | － | － | － |
| 居住地域 | 北海道 | 6 | 100.0 | － | 1 | 100.0 | － | － | － | － |
| | 東北 | 21 | 71.4 | 28.6 | 7 | 42.9 | 57.1 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 北関東 | 8 | 100.0 | － | 5 | 40.0 | 60.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 首都圏 | 65 | 86.2 | 13.8 | 25 | 44.0 | 56.0 | 7 | 57.1 | 42.9 |
| | 北陸 | 16 | 81.3 | 18.8 | 3 | 33.3 | 66.7 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 東山 | 11 | 90.9 | 9.1 | 2 | 100.0 | － | － | － | － |
| | 東海 | 20 | 80.0 | 20.0 | 6 | 66.7 | 33.3 | 1 | － | 100.0 |
| | 近畿二府一県 | 19 | 68.4 | 31.6 | 6 | 83.3 | 16.7 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | その他近畿圏 | 6 | 66.7 | 33.3 | 2 | 100.0 | － | － | － | － |
| | 中国 | 15 | 93.3 | 6.7 | 5 | 60.0 | 40.0 | － | － | － |
| | 四国 | 5 | 100.0 | － | 2 | － | 100.0 | － | － | － |
| | 九州・沖縄 | 17 | 82.4 | 17.6 | 10 | 80.0 | 20.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| 職業 | 自営業主 | 9 | 55.6 | 44.4 | 5 | 60.0 | 40.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 家族従業者 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | － | － | 1 | － | 100.0 |
| | 雇用者 | 133 | 83.5 | 16.5 | 31 | 48.4 | 51.6 | 5 | 40.0 | 60.0 |
| | (小計)就労者 | 144 | 81.3 | 18.8 | 36 | 50.0 | 50.0 | 8 | 37.5 | 62.5 |
| | 主婦・主夫 | 16 | 81.3 | 18.8 | 12 | 50.0 | 50.0 | 3 | 100.0 | － |
| | 学生 | 16 | 87.5 | 12.5 | 4 | 25.0 | 75.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 無職 | 24 | 91.7 | 8.3 | 19 | 73.7 | 26.3 | 6 | 33.3 | 66.7 |
| | その他 | 4 | 100.0 | － | 2 | 100.0 | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 5 | 80.0 | 20.0 | 1 | 100.0 | － | － | － | － |
| 最終学歴 | 中学校 | 2 | 100.0 | － | 1 | 100.0 | － | － | － | － |
| | 高校 | 42 | 81.0 | 19.0 | 24 | 70.8 | 29.2 | 6 | 50.0 | 50.0 |
| | 短大・高専 | 15 | 86.7 | 13.3 | 7 | 42.9 | 57.1 | 3 | 100.0 | － |
| | 専門学校 | 26 | 92.3 | 7.7 | 12 | 58.3 | 41.7 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 大学 | 105 | 81.9 | 18.1 | 28 | 46.4 | 53.6 | 7 | 28.6 | 71.4 |
| | 大学院 | 18 | 77.8 | 22.2 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| | その他 | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | － | － | － | － | － | － | － |
| 世帯年収 | 収入なし | 6 | 83.3 | 16.7 | 1 | 100.0 | － | － | － | － |
| | 100万円未満 | 10 | 90.0 | 10.0 | 4 | 75.0 | 25.0 | 1 | － | 100.0 |
| | 100～200万円未満 | 11 | 90.9 | 9.1 | 7 | 42.9 | 57.1 | 4 | 75.0 | 25.0 |
| | 200～300万円未満 | 14 | 85.7 | 14.3 | 8 | 62.5 | 37.5 | 1 | － | 100.0 |
| | 300～400万円未満 | 18 | 83.3 | 16.7 | 9 | 77.8 | 22.2 | 1 | 100.0 | － |
| | 400～500万円未満 | 18 | 83.3 | 16.7 | 6 | 50.0 | 50.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 500～600万円未満 | 22 | 81.8 | 18.2 | 6 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| | 600～700万円未満 | 16 | 87.5 | 12.5 | 4 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| | 700～800万円未満 | 16 | 75.0 | 25.0 | 1 | 100.0 | － | 1 | － | 100.0 |
| | 800～1000万円未満 | 23 | 82.6 | 17.4 | 6 | 66.7 | 33.3 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 1000～1200万円未満 | 14 | 78.6 | 21.4 | 5 | － | 100.0 | 3 | 66.7 | 33.3 |
| | 1200万円以上 | 7 | 71.4 | 28.6 | 5 | 40.0 | 60.0 | － | － | － |
| | わからない | 23 | 91.3 | 8.7 | 5 | 40.0 | 60.0 | 2 | 50.0 | 50.0 |
| | 答えたくない | 11 | 72.7 | 27.3 | 7 | 85.7 | 14.3 | 1 | － | 100.0 |
| 未既婚 | 既婚者 | 87 | 74.7 | 25.3 | 45 | 57.8 | 42.2 | 13 | 61.5 | 38.5 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 121 | 89.3 | 10.7 | 28 | 53.6 | 46.4 | 6 | 16.7 | 83.3 |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | － | 1 | 100.0 | － | － | － | － |
| 家族構成 | 一人暮らし | 48 | 89.6 | 10.4 | 15 | 53.3 | 46.7 | 3 | － | 100.0 |
| | 夫婦のみ・子なし | 33 | 84.8 | 15.2 | 29 | 55.2 | 44.8 | 10 | 70.0 | 30.0 |
| | 夫婦・子あり | 45 | 71.1 | 28.9 | 13 | 53.8 | 46.2 | 3 | 33.3 | 66.7 |
| | 親と同居(未婚) | 37 | 89.2 | 10.8 | 5 | 80.0 | 20.0 | 2 | － | 100.0 |
| | 2世帯以上同居 | 11 | 63.6 | 36.4 | 2 | 50.0 | 50.0 | － | － | － |
| | その他 | 34 | 88.2 | 11.8 | 9 | 55.6 | 44.4 | 1 | 100.0 | － |
| | 答えたくない | 1 | 100.0 | － | 1 | 100.0 | － | － | － | － |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 85 | 84.7 | 15.3 | 32 | 65.6 | 34.4 | 11 | 63.6 | 36.4 |
| | 週に1～2日 | 63 | 82.5 | 17.5 | 21 | 42.9 | 57.1 | 6 | － | 100.0 |
| | (小計)週に1日以上計 | 148 | 83.8 | 16.2 | 53 | 56.6 | 43.4 | 17 | 41.2 | 58.8 |
| | (小計)週1日未満 | 45 | 86.7 | 13.3 | 12 | 33.3 | 66.7 | － | － | － |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 16 | 68.8 | 31.3 | 9 | 88.9 | 11.1 | 2 | 100.0 | － |
| | (小計)この1 年間に運動・スポーツを行った | 209 | 83.3 | 16.7 | 74 | 56.8 | 43.2 | 19 | 47.4 | 52.6 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 43 | 86.0 | 14.0 | 15 | 53.3 | 46.7 | 7 | 57.1 | 42.9 |
| | 週に2日 | 18 | 88.9 | 11.1 | 12 | 58.3 | 41.7 | 5 | － | 100.0 |
| | (小計)週に2日以上計 | 61 | 86.9 | 13.1 | 27 | 55.6 | 44.4 | 12 | 33.3 | 66.7 |
| | (小計)週2日未満 | 81 | 85.2 | 14.8 | 22 | 36.4 | 63.6 | 2 | － | 100.0 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 28 | 71.4 | 28.6 | 15 | 73.3 | 26.7 | 3 | 100.0 | － |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 170 | 83.5 | 16.5 | 64 | 53.1 | 46.9 | 17 | 41.2 | 58.8 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 39 | 82.1 | 17.9 | 10 | 80.0 | 20.0 | 2 | 100.0 | － |
| する～みる～ささえる回以上～ | する・みる・ささえる | 22 | 59.1 | 40.9 | 8 | 50.0 | 50.0 | 1 | － | 100.0 |
| | する・みる | 84 | 86.9 | 13.1 | 39 | 61.5 | 38.5 | 12 | 41.7 | 58.3 |
| | する・ささえる | 1 | 100.0 | － | 1 | － | 100.0 | － | － | － |
| | するのみ | 41 | 90.2 | 9.8 | 5 | 40.0 | 60.0 | 4 | 50.0 | 50.0 |
| | みる・ささえる | 4 | 25.0 | 75.0 | 3 | 66.7 | 33.3 | － | － | － |
| | みるのみ | 29 | 86.2 | 13.8 | 15 | 46.7 | 53.3 | 1 | 100.0 | － |
| | ささえるのみ | 2 | 100.0 | － | － | － | － | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | 26 | 84.6 | 15.4 | 3 | 100.0 | － | 1 | 100.0 | － |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に１日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q17. この1年間に、以下の運動・スポーツをどこで実施しましたか。

| | | 全体 | 公共体育・スポーツ施設 | 学校体育施設 | フィットネスクラブ・ジム等の民間商業インドア施設 | レジャープール、スキー場、ゴルフ場等の民間商業アウトドア施設 | 自宅または自宅敷地内 | 職場または職場敷地内 | 公園 | 公民館 | 空き地 | 道路 | 山岳・森林・海・湖・川等の自然環境 | その他 | わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 17.4 | 5.0 | 15.8 | 12.2 | 37.3 | 17.7 | 26.1 | 3.4 | 3.1 | 52.3 | 17.1 | 6.8 | 4.3 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 20.6 | 6.4 | 14.3 | 16.8 | 31.7 | 19.4 | 27.6 | 2.6 | 3.8 | 53.1 | 19.3 | 5.1 | 4.3 |
| | 女性 | 14503 | 14.1 | 3.6 | 17.5 | 7.5 | 43.2 | 15.8 | 24.4 | 4.3 | 2.3 | 51.6 | 14.8 | 8.6 | 4.1 |
| 年代 | 10代 | 719 | 28.1 | 33.8 | 15.3 | 14.9 | 40.1 | 22.0 | 29.6 | 8.2 | 6.7 | 52.9 | 17.9 | 7.2 | 7.5 |
| | 20代 | 4118 | 24.6 | 9.7 | 21.4 | 16.0 | 37.1 | 23.8 | 26.1 | 3.6 | 5.3 | 46.0 | 16.0 | 4.2 | 7.8 |
| | 30代 | 4166 | 18.1 | 6.6 | 16.5 | 10.9 | 39.9 | 22.3 | 26.1 | 2.4 | 3.1 | 48.3 | 14.5 | 4.7 | 6.6 |
| | 40代 | 5272 | 16.2 | 4.4 | 13.6 | 10.8 | 36.8 | 20.7 | 23.7 | 2.1 | 2.5 | 51.0 | 16.0 | 6.4 | 5.1 |
| | 50代 | 5555 | 13.0 | 2.8 | 12.9 | 11.4 | 34.8 | 20.6 | 22.6 | 1.8 | 2.1 | 54.2 | 17.8 | 8.0 | 3.4 |
| | 60代 | 4758 | 14.4 | 2.4 | 15.7 | 12.5 | 36.9 | 15.6 | 25.6 | 2.4 | 2.1 | 55.5 | 18.5 | 7.3 | 2.3 |
| | 70代 | 5588 | 18.5 | 1.8 | 16.5 | 12.1 | 38.2 | 5.2 | 31.7 | 6.9 | 3.3 | 56.5 | 19.0 | 8.8 | 1.3 |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | 32.7 | 37.1 | 19.9 | 18.7 | 31.5 | 21.2 | 32.4 | 8.1 | 7.8 | 49.5 | 18.4 | 5.9 | 5.6 |
| | 男性20代 | 2154 | 33.4 | 13.3 | 24.2 | 18.9 | 32.8 | 25.4 | 28.1 | 4.9 | 7.0 | 44.6 | 18.0 | 2.6 | 7.3 |
| | 男性30代 | 2173 | 24.5 | 8.8 | 18.4 | 14.9 | 33.2 | 24.2 | 26.5 | 2.9 | 3.7 | 47.1 | 16.0 | 2.8 | 6.9 |
| | 男性40代 | 2799 | 19.5 | 5.7 | 13.3 | 13.0 | 31.6 | 21.7 | 24.3 | 1.9 | 3.1 | 51.9 | 16.9 | 4.8 | 5.3 |
| | 男性50代 | 2928 | 14.8 | 3.8 | 10.8 | 16.0 | 27.7 | 21.9 | 23.3 | 1.4 | 2.6 | 54.8 | 20.1 | 5.9 | 3.6 |
| | 男性60代 | 2436 | 15.0 | 2.8 | 10.9 | 18.7 | 32.7 | 18.1 | 27.7 | 0.8 | 2.3 | 58.0 | 21.1 | 5.9 | 2.6 |
| | 男性70代 | 2635 | 18.3 | 1.7 | 10.5 | 19.4 | 33.5 | 6.5 | 36.0 | 3.3 | 4.1 | 60.2 | 23.4 | 7.5 | 1.1 |
| | 女性10代 | 387 | 24.8 | 32.0 | 11.6 | 12.1 | 46.8 | 23.0 | 27.4 | 8.5 | 5.9 | 55.8 | 18.1 | 8.3 | 9.0 |
| | 女性20代 | 1904 | 14.8 | 5.6 | 18.6 | 12.8 | 42.1 | 22.1 | 23.8 | 2.3 | 3.5 | 48.1 | 13.9 | 5.7 | 8.1 |
| | 女性30代 | 1954 | 11.1 | 4.1 | 14.7 | 6.6 | 47.4 | 20.1 | 25.6 | 1.8 | 2.5 | 49.7 | 12.8 | 7.0 | 5.9 |
| | 女性40代 | 2426 | 12.4 | 2.8 | 14.0 | 8.3 | 42.6 | 19.7 | 23.1 | 2.3 | 1.6 | 50.2 | 15.1 | 8.4 | 4.8 |
| | 女性50代 | 2589 | 11.1 | 1.8 | 15.3 | 6.3 | 42.9 | 19.2 | 21.8 | 2.4 | 1.4 | 53.7 | 15.3 | 10.2 | 3.0 |
| | 女性60代 | 2307 | 13.6 | 2.0 | 20.8 | 5.9 | 41.6 | 12.9 | 23.3 | 4.1 | 1.8 | 52.7 | 15.7 | 8.8 | 2.0 |
| | 女性70代 | 2936 | 18.7 | 1.8 | 21.9 | 5.6 | 42.5 | 4.1 | 27.8 | 10.2 | 2.6 | 53.2 | 15.1 | 9.9 | 1.5 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 17.0 | 4.5 | 17.9 | 12.2 | 36.3 | 18.8 | 26.9 | 2.4 | 2.5 | 57.9 | 16.3 | 7.9 | 4.2 |
| | 東京都区部 | 2849 | 18.3 | 5.1 | 20.2 | 12.3 | 34.2 | 17.9 | 27.4 | 2.0 | 2.6 | 56.1 | 14.9 | 7.5 | 5.3 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 16.2 | 4.1 | 16.6 | 12.1 | 37.5 | 19.3 | 26.7 | 2.6 | 2.5 | 58.9 | 17.2 | 8.1 | 3.6 |
| | 大都市 | 11432 | 17.8 | 5.4 | 16.6 | 13.0 | 36.2 | 18.2 | 27.2 | 3.9 | 3.0 | 52.4 | 17.2 | 6.9 | 4.2 |
| | 小都市 | 8410 | 17.4 | 5.2 | 14.1 | 11.6 | 38.4 | 16.6 | 24.6 | 3.6 | 3.5 | 49.3 | 17.4 | 6.0 | 4.5 |
| | 町村 | 2540 | 17.4 | 4.5 | 11.5 | 11.0 | 40.9 | 15.9 | 23.0 | 3.5 | 3.7 | 44.9 | 18.4 | 5.1 | 4.1 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 18.1 | 5.1 | 12.4 | 12.5 | 40.2 | 16.2 | 27.7 | 3.3 | 2.3 | 51.9 | 13.7 | 6.9 | 3.7 |
| | 東北 | 1954 | 18.9 | 5.2 | 15.0 | 13.2 | 39.3 | 15.9 | 24.6 | 4.1 | 3.6 | 51.3 | 15.3 | 6.7 | 3.2 |
| | 北関東 | 1633 | 19.8 | 6.0 | 14.6 | 13.5 | 38.5 | 16.3 | 28.2 | 4.5 | 4.2 | 48.6 | 18.2 | 6.6 | 3.3 |
| | 首都圏 | 9248 | 16.6 | 4.6 | 18.1 | 11.7 | 35.5 | 18.0 | 26.4 | 2.7 | 2.8 | 55.5 | 16.9 | 7.6 | 5.0 |
| | 北陸 | 1190 | 19.7 | 4.7 | 13.9 | 11.9 | 38.9 | 17.1 | 22.9 | 3.8 | 2.3 | 48.9 | 18.1 | 4.6 | 3.4 |
| | 東山 | 1101 | 16.3 | 5.2 | 16.3 | 14.7 | 37.3 | 16.4 | 23.6 | 3.9 | 2.8 | 46.9 | 18.3 | 6.3 | 4.8 |
| | 東海 | 3097 | 18.0 | 4.4 | 15.6 | 14.1 | 36.9 | 18.7 | 26.9 | 3.2 | 2.8 | 50.9 | 16.9 | 6.5 | 4.0 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 15.6 | 5.0 | 16.8 | 12.1 | 36.0 | 18.8 | 27.7 | 3.2 | 3.3 | 52.2 | 17.1 | 6.7 | 5.1 |
| | その他近畿圏 | 882 | 15.9 | 5.0 | 14.4 | 13.3 | 38.9 | 17.5 | 23.8 | 4.4 | 3.3 | 49.8 | 18.5 | 5.9 | 4.6 |
| | 中国 | 1648 | 15.8 | 5.7 | 14.1 | 10.5 | 38.3 | 17.7 | 22.0 | 3.4 | 3.6 | 53.2 | 17.2 | 7.0 | 3.8 |
| | 四国 | 822 | 16.4 | 5.2 | 11.8 | 10.5 | 35.5 | 16.9 | 20.8 | 3.3 | 2.8 | 48.8 | 19.3 | 5.1 | 4.0 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 20.0 | 5.9 | 13.7 | 11.2 | 39.9 | 17.6 | 27.3 | 4.1 | 3.4 | 51.4 | 18.0 | 6.3 | 3.2 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 19.8 | 7.1 | 17.5 | 14.7 | 37.2 | 13.3 | 25.7 | 3.6 | 4.6 | 48.2 | 22.4 | 6.6 | 4.2 |
| | 家族従業者 | 162 | 11.7 | 6.8 | 21.0 | 17.9 | 47.5 | 8.6 | 24.1 | 3.1 | 4.3 | 48.8 | 15.4 | 8.6 | 1.9 |
| | 雇用者 | 16696 | 17.8 | 5.0 | 16.5 | 13.6 | 35.0 | 26.6 | 24.5 | 2.4 | 2.9 | 51.0 | 17.1 | 5.9 | 4.3 |
| | (小計)就労者 | 19221 | 18.0 | 5.2 | 16.7 | 13.8 | 35.4 | 24.8 | 24.6 | 2.5 | 3.1 | 50.6 | 17.8 | 6.0 | 4.3 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | 16.0 | 2.0 | 17.2 | 6.2 | 43.9 | 2.2 | 27.0 | 6.1 | 2.4 | 53.9 | 14.0 | 9.2 | 3.2 |
| | 学生 | 1183 | 28.2 | 28.2 | 16.5 | 14.2 | 38.5 | 21.9 | 29.1 | 5.7 | 5.6 | 54.7 | 17.6 | 7.1 | 6.3 |
| | 無職 | 4709 | 14.1 | 1.3 | 11.6 | 11.5 | 39.2 | 2.2 | 30.3 | 3.8 | 2.9 | 59.4 | 17.5 | 7.9 | 2.8 |
| | その他 | 435 | 18.2 | 2.5 | 14.7 | 9.9 | 41.8 | 12.4 | 30.1 | 4.8 | 3.4 | 51.0 | 20.5 | 9.9 | 2.8 |
| | 答えたくない | 571 | 13.7 | 3.5 | 12.3 | 5.8 | 30.6 | 10.9 | 22.9 | 3.2 | 3.7 | 33.6 | 12.1 | 1.8 | 20.5 |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | 10.4 | 3.8 | 6.3 | 9.3 | 34.8 | 14.6 | 23.5 | 2.5 | 3.0 | 52.5 | 12.6 | 7.8 | 6.3 |
| | 高校 | 7401 | 15.1 | 4.2 | 12.3 | 10.1 | 37.5 | 15.1 | 26.0 | 3.6 | 3.1 | 52.0 | 15.7 | 7.2 | 4.1 |
| | 短大・高専 | 3019 | 15.5 | 3.1 | 17.6 | 9.2 | 41.8 | 14.4 | 24.4 | 4.7 | 2.5 | 50.7 | 15.5 | 8.3 | 3.4 |
| | 専門学校 | 3278 | 15.5 | 4.4 | 13.7 | 9.9 | 39.5 | 16.4 | 24.4 | 3.4 | 2.6 | 50.1 | 16.5 | 7.3 | 4.5 |
| | 大学 | 13894 | 19.4 | 6.0 | 17.8 | 14.7 | 36.0 | 19.4 | 27.0 | 3.1 | 3.2 | 53.4 | 18.3 | 6.3 | 4.0 |
| | 大学院 | 1777 | 21.3 | 6.2 | 19.4 | 13.6 | 36.3 | 25.0 | 26.1 | 2.6 | 3.8 | 55.2 | 20.1 | 5.2 | 4.4 |
| | その他 | 14 | 14.3 | 7.1 | － | 7.1 | 42.9 | 14.3 | 7.1 | － | － | 50.0 | 14.3 | 7.1 | 14.3 |
| | 答えたくない | 397 | 14.1 | 2.5 | 10.3 | 6.0 | 32.5 | 10.3 | 23.9 | 3.0 | 1.8 | 35.0 | 11.1 | 4.8 | 18.4 |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | 12.8 | 4.9 | 9.1 | 4.6 | 39.3 | 5.1 | 22.7 | 3.1 | 2.9 | 56.5 | 13.7 | 6.6 | 5.5 |
| | 100万円未満 | 853 | 14.9 | 7.4 | 12.4 | 8.9 | 38.6 | 10.1 | 23.1 | 2.6 | 3.2 | 53.8 | 14.9 | 5.3 | 5.0 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | 13.7 | 3.2 | 12.5 | 6.7 | 41.0 | 11.9 | 25.6 | 4.4 | 3.5 | 55.0 | 14.7 | 7.8 | 3.2 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | 16.5 | 3.3 | 13.7 | 9.6 | 38.3 | 14.5 | 28.9 | 4.5 | 3.1 | 52.0 | 17.4 | 6.9 | 3.1 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | 16.9 | 4.3 | 14.7 | 11.7 | 37.3 | 15.2 | 26.9 | 4.3 | 3.5 | 53.4 | 17.8 | 6.7 | 3.0 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 19.4 | 5.1 | 17.6 | 13.5 | 35.1 | 18.0 | 27.4 | 3.6 | 3.3 | 50.0 | 18.2 | 7.2 | 3.6 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 19.0 | 5.8 | 16.7 | 14.1 | 37.9 | 21.0 | 27.2 | 3.5 | 3.1 | 51.5 | 19.0 | 6.1 | 3.5 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | 20.5 | 5.5 | 14.9 | 13.9 | 36.0 | 21.6 | 25.7 | 2.6 | 2.8 | 52.5 | 18.4 | 6.5 | 3.6 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 19.7 | 7.2 | 17.9 | 14.5 | 36.5 | 23.0 | 27.6 | 2.8 | 3.4 | 52.6 | 18.1 | 6.1 | 3.0 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 20.6 | 6.2 | 17.6 | 16.2 | 36.4 | 23.3 | 26.4 | 3.3 | 3.0 | 53.3 | 17.1 | 6.5 | 2.6 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | 20.9 | 6.6 | 19.5 | 16.9 | 37.3 | 25.6 | 27.7 | 3.2 | 3.9 | 53.6 | 19.5 | 5.9 | 3.4 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 21.1 | 6.1 | 24.9 | 21.7 | 33.8 | 24.6 | 27.1 | 2.7 | 4.0 | 53.2 | 21.8 | 6.6 | 3.7 |
| | わからない | 2736 | 14.9 | 6.1 | 13.9 | 8.0 | 40.5 | 15.0 | 22.5 | 3.1 | 2.1 | 52.8 | 13.8 | 8.0 | 6.7 |
| | 答えたくない | 3969 | 13.1 | 2.7 | 13.8 | 9.0 | 36.3 | 13.4 | 23.7 | 2.8 | 2.3 | 49.8 | 14.7 | 6.8 | 7.9 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 18.4 | 4.4 | 15.7 | 13.7 | 36.6 | 16.3 | 27.7 | 3.6 | 3.0 | 52.2 | 18.1 | 6.9 | 3.3 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 12423 | 16.3 | 6.0 | 16.1 | 10.4 | 38.3 | 19.8 | 24.0 | 3.2 | 3.1 | 53.0 | 15.9 | 6.7 | 5.0 |
| | 答えたくない | 530 | 12.3 | 3.0 | 14.2 | 7.0 | 35.1 | 14.7 | 20.0 | 2.8 | 3.2 | 40.4 | 13.0 | 4.7 | 17.0 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 16.4 | 5.3 | 17.5 | 10.2 | 35.4 | 19.5 | 23.7 | 3.2 | 2.8 | 54.6 | 16.5 | 6.4 | 4.8 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 18.4 | 3.4 | 17.3 | 13.4 | 36.3 | 13.5 | 28.9 | 4.2 | 2.9 | 52.7 | 18.9 | 7.3 | 3.0 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 18.0 | 5.2 | 13.6 | 13.5 | 36.6 | 19.4 | 26.3 | 2.7 | 2.9 | 51.7 | 16.8 | 6.5 | 3.9 |
| | 親と同居(未婚) | 2941 | 15.8 | 5.5 | 13.8 | 9.8 | 39.3 | 19.3 | 23.4 | 2.5 | 3.4 | 50.6 | 15.2 | 6.3 | 5.9 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | 21.9 | 8.1 | 16.9 | 14.8 | 40.3 | 19.8 | 26.0 | 3.8 | 4.2 | 48.8 | 18.6 | 6.4 | 3.2 |
| | その他 | 2916 | 15.8 | 7.5 | 15.2 | 12.4 | 42.8 | 20.2 | 26.1 | 3.7 | 3.7 | 52.8 | 15.9 | 7.4 | 4.6 |
| | 答えたくない | 530 | 12.3 | 3.0 | 14.2 | 7.0 | 35.1 | 14.7 | 20.0 | 2.8 | 3.2 | 40.4 | 13.0 | 4.7 | 17.0 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 19.0 | 5.7 | 19.7 | 11.6 | 43.9 | 20.1 | 28.0 | 4.2 | 3.8 | 56.2 | 18.8 | 7.4 | 2.3 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 20.6 | 5.8 | 19.9 | 14.6 | 36.0 | 17.2 | 27.0 | 3.9 | 2.7 | 53.5 | 17.7 | 6.9 | 2.6 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 19.6 | 5.7 | 19.8 | 12.8 | 40.7 | 18.9 | 27.6 | 4.1 | 3.3 | 55.1 | 18.3 | 7.2 | 2.4 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 14.6 | 3.7 | 8.2 | 13.4 | 31.0 | 15.2 | 24.2 | 2.1 | 2.6 | 49.1 | 16.5 | 6.6 | 4.0 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 7.2 | 2.7 | 4.7 | 4.5 | 26.7 | 14.6 | 18.9 | 1.5 | 2.2 | 38.4 | 8.9 | 3.9 | 19.8 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 17.4 | 5.0 | 15.8 | 12.2 | 37.3 | 17.7 | 26.1 | 3.4 | 3.1 | 52.3 | 17.1 | 6.8 | 4.3 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 18.8 | 4.7 | 22.1 | 10.3 | 39.3 | 16.5 | 28.1 | 3.8 | 3.0 | 54.9 | 18.8 | 6.2 | 2.1 |
| | 週に2日 | 3316 | 25.1 | 8.3 | 26.3 | 15.0 | 36.8 | 16.8 | 27.4 | 4.7 | 3.8 | 51.6 | 19.9 | 6.7 | 2.1 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 20.8 | 5.8 | 23.4 | 11.7 | 38.6 | 16.6 | 27.9 | 4.0 | 3.2 | 53.8 | 19.1 | 6.4 | 2.1 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 21.8 | 6.5 | 16.1 | 17.5 | 36.6 | 19.5 | 28.6 | 4.2 | 3.8 | 52.6 | 19.8 | 6.6 | 2.9 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 9.6 | 3.0 | 6.7 | 6.4 | 31.5 | 16.2 | 21.2 | 1.9 | 2.5 | 43.4 | 11.0 | 5.5 | 14.6 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 19.4 | 5.6 | 17.7 | 13.2 | 36.6 | 17.7 | 27.1 | 3.8 | 3.4 | 51.6 | 18.1 | 6.3 | 4.5 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 7.8 | 2.1 | 6.6 | 7.3 | 40.4 | 17.6 | 21.0 | 1.6 | 1.7 | 55.5 | 12.4 | 9.0 | 3.3 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 47.6 | 24.7 | 32.7 | 27.6 | 36.9 | 25.5 | 29.4 | 9.7 | 9.6 | 41.7 | 23.9 | 5.6 | 0.9 |
| | する・みる | 12942 | 17.4 | 3.0 | 18.2 | 12.7 | 42.0 | 18.3 | 28.9 | 3.6 | 2.6 | 59.5 | 19.3 | 8.2 | 1.9 |
| | する・ささえる | 212 | 31.1 | 12.7 | 27.8 | 8.0 | 36.3 | 21.2 | 24.5 | 7.1 | 4.2 | 26.9 | 16.0 | 4.2 | 5.2 |
| | するのみ | 4963 | 10.3 | 2.5 | 16.6 | 5.5 | 39.2 | 17.0 | 23.3 | 2.1 | 1.8 | 51.9 | 13.1 | 5.6 | 4.5 |
| | みる・ささえる | 642 | 34.0 | 16.4 | 19.3 | 23.8 | 34.9 | 22.6 | 29.4 | 7.0 | 8.9 | 40.5 | 19.5 | 3.9 | 3.7 |
| | みるのみ | 5497 | 13.0 | 2.8 | 7.0 | 12.7 | 31.3 | 15.8 | 24.3 | 1.8 | 2.3 | 51.0 | 15.9 | 6.9 | 4.6 |
| | ささえるのみ | 89 | 15.7 | 6.7 | 9.0 | 7.9 | 13.5 | 10.1 | 19.1 | 2.2 | 1.1 | 30.3 | 15.7 | 1.1 | 16.9 |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 7.5 | 2.0 | 5.3 | 5.5 | 26.7 | 12.3 | 18.9 | 1.1 | 1.6 | 39.4 | 11.0 | 4.6 | 15.4 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q18-1. [直近1年運動実施者]「現在」および「これから先の6か月間」の運動・スポーツとの関わりについて教えてください。なお、ここでいう「定期的」とは週2日以上実施することを指します。

| | | 全体 | 定期的に運動・スポーツをしており、6ヶ月以上継続している | 定期的に運動・スポーツをしているが、始めてから6ヶ月以内である | 運動・スポーツが、定期的ではない |
|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 19427 | 27.8 | 7.8 | 64.3 |
| 性別 | 男性 | 9608 | 32.0 | 8.1 | 60.0 |
| | 女性 | 9650 | 23.9 | 7.6 | 68.5 |
| 年代 | 10代 | 485 | 21.6 | 13.8 | 64.5 |
| | 20代 | 3042 | 24.2 | 14.9 | 60.9 |
| | 30代 | 3015 | 21.8 | 9.5 | 68.8 |
| | 40代 | 3656 | 24.6 | 7.4 | 67.9 |
| | 50代 | 3717 | 27.4 | 5.8 | 66.7 |
| | 60代 | 2783 | 31.8 | 4.8 | 63.4 |
| | 70代 | 2729 | 40.5 | 3.4 | 56.1 |
| 性年代 | 男性10代 | 182 | 26.9 | 15.9 | 57.1 |
| | 男性20代 | 1478 | 32.0 | 17.3 | 50.7 |
| | 男性30代 | 1415 | 26.7 | 10.8 | 62.5 |
| | 男性40代 | 1835 | 29.5 | 7.6 | 62.8 |
| | 男性50代 | 1932 | 31.6 | 5.4 | 62.9 |
| | 男性60代 | 1450 | 33.6 | 4.0 | 62.4 |
| | 男性70代 | 1316 | 40.6 | 2.6 | 56.8 |
| | 女性10代 | 295 | 18.3 | 12.2 | 69.5 |
| | 女性20代 | 1513 | 17.1 | 12.7 | 70.2 |
| | 女性30代 | 1569 | 17.5 | 8.3 | 74.1 |
| | 女性40代 | 1784 | 19.8 | 7.1 | 73.0 |
| | 女性50代 | 1756 | 22.9 | 6.3 | 70.8 |
| | 女性60代 | 1327 | 29.9 | 5.7 | 64.4 |
| | 女性70代 | 1406 | 40.5 | 4.3 | 55.3 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 4943 | 29.7 | 7.3 | 63.0 |
| | 東京都区部 | 1821 | 29.4 | 7.8 | 62.8 |
| | 政令指定都市 | 3122 | 29.8 | 7.0 | 63.2 |
| | 大都市 | 7189 | 28.8 | 7.8 | 63.4 |
| | 小都市 | 5610 | 26.2 | 8.3 | 65.5 |
| | 町村 | 1685 | 23.7 | 8.0 | 68.3 |
| 居住地域 | 北海道 | 786 | 29.3 | 4.8 | 65.9 |
| | 東北 | 1261 | 26.0 | 8.4 | 65.6 |
| | 北関東 | 1037 | 28.5 | 9.9 | 61.5 |
| | 首都圏 | 5961 | 28.3 | 8.0 | 63.7 |
| | 北陸 | 811 | 26.6 | 7.2 | 66.2 |
| | 東山 | 747 | 29.0 | 6.8 | 64.1 |
| | 東海 | 2019 | 27.2 | 7.4 | 65.4 |
| | 近畿二府一県 | 2527 | 28.7 | 7.5 | 63.8 |
| | その他近畿圏 | 557 | 25.3 | 8.6 | 66.1 |
| | 中国 | 1050 | 29.8 | 6.1 | 64.1 |
| | 四国 | 515 | 28.7 | 7.2 | 64.1 |
| | 九州・沖縄 | 2156 | 25.9 | 9.4 | 64.7 |
| 職業 | 自営業主 | 1439 | 30.9 | 10.1 | 58.9 |
| | 家族従業者 | 110 | 24.5 | 10.9 | 64.5 |
| | 雇用者 | 11448 | 27.0 | 8.2 | 64.8 |
| | (小計)就労者 | 12997 | 27.4 | 8.5 | 64.1 |
| | 主婦・主夫 | 2371 | 28.4 | 5.7 | 65.9 |
| | 学生 | 818 | 22.5 | 13.3 | 64.2 |
| | 無職 | 2565 | 32.7 | 4.4 | 62.9 |
| | その他 | 254 | 32.7 | 7.1 | 60.2 |
| | 答えたくない | 422 | 15.2 | 10.9 | 73.9 |
| 最終学歴 | 中学校 | 264 | 22.0 | 5.3 | 72.7 |
| | 高校 | 4686 | 26.4 | 6.8 | 66.8 |
| | 短大・高専 | 1937 | 26.3 | 8.2 | 65.5 |
| | 専門学校 | 2222 | 26.2 | 7.4 | 66.4 |
| | 大学 | 8887 | 29.6 | 8.5 | 62.0 |
| | 大学院 | 1137 | 30.6 | 8.3 | 61.1 |
| | その他 | 9 | 11.1 | 22.2 | 66.7 |
| | 答えたくない | 285 | 15.8 | 6.3 | 77.9 |
| 世帯年収 | 収入なし | 291 | 20.6 | 5.8 | 73.5 |
| | 100万円未満 | 513 | 26.1 | 8.6 | 65.3 |
| | 100～200万円未満 | 1032 | 26.1 | 7.8 | 66.2 |
| | 200～300万円未満 | 1687 | 29.5 | 7.5 | 63.0 |
| | 300～400万円未満 | 1899 | 28.3 | 7.6 | 64.0 |
| | 400～500万円未満 | 1867 | 28.8 | 9.0 | 62.2 |
| | 500～600万円未満 | 1588 | 28.1 | 9.1 | 62.8 |
| | 600～700万円未満 | 1277 | 27.6 | 8.7 | 63.7 |
| | 700～800万円未満 | 1181 | 28.5 | 8.7 | 62.7 |
| | 800～1000万円未満 | 1588 | 28.9 | 8.3 | 62.8 |
| | 1000～1200万円未満 | 999 | 31.3 | 7.8 | 60.9 |
| | 1200万円以上 | 1078 | 33.7 | 7.4 | 58.9 |
| | わからない | 1906 | 24.4 | 6.6 | 69.0 |
| | 答えたくない | 2521 | 25.2 | 6.7 | 68.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 10803 | 28.7 | 7.1 | 64.2 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 8246 | 27.0 | 8.7 | 64.3 |
| | 答えたくない | 378 | 20.9 | 11.1 | 68.0 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 4183 | 28.2 | 8.5 | 63.3 |
| | 夫婦のみ・子なし | 5147 | 31.8 | 7.0 | 61.2 |
| | 夫婦・子あり | 4837 | 25.2 | 7.3 | 67.6 |
| | 親と同居(未婚) | 2044 | 26.4 | 9.1 | 64.6 |
| | 2世帯以上同居 | 851 | 29.4 | 7.8 | 62.9 |
| | その他 | 1987 | 25.4 | 8.2 | 66.4 |
| | 答えたくない | 378 | 20.9 | 11.1 | 68.0 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 3713 | 55.2 | 10.0 | 34.9 |
| | 週に1～2日 | 6267 | 37.7 | 9.9 | 52.4 |
| | (小計)週に1日以上計 | 9980 | 44.2 | 9.9 | 45.9 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 10.0 | 5.8 | 84.3 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 12.2 | 5.4 | 82.5 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 19427 | 27.8 | 7.8 | 64.3 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | - | - | - | - |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | - | - | - | - |
| | 週に2日 | - | - | - | - |
| | (小計)週に2日以上計 | - | - | - | - |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 36.2 | 9.0 | 54.9 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 17.4 | 6.6 | 76.0 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 14314 | 30.9 | 8.3 | 60.8 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 19.3 | 6.6 | 74.1 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 1167 | 50.6 | 23.1 | 26.3 |
| | する・みる | 6259 | 46.3 | 7.5 | 46.2 |
| | する・ささえる | 72 | 44.4 | 27.8 | 27.8 |
| | するのみ | 2482 | 35.8 | 9.3 | 54.9 |
| | みる・ささえる | 642 | 21.2 | 19.6 | 59.2 |
| | みるのみ | 5497 | 10.7 | 4.4 | 84.9 |
| | ささえるのみ | 89 | 11.2 | 25.8 | 62.9 |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 8.2 | 4.5 | 87.3 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q18-2.［直近1年非運動実施者］運動・スポーツについて、実施状況と今後の予定について教えてください。

| | | 全体 | 現在運動・スポーツはしていないが、6ヶ月以内に始めようと思っている | 現在運動・スポーツはしておらず、今後もするつもりはない |
|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 8696 | 18.4 | 81.6 |
| 性別 | 男性 | 3611 | 16.8 | 83.2 |
| | 女性 | 4970 | 19.7 | 80.3 |
| 年代 | 10代 | 87 | 17.2 | 82.8 |
| | 20代 | 859 | 15.3 | 84.7 |
| | 30代 | 1187 | 16.5 | 83.5 |
| | 40代 | 1664 | 20.9 | 79.1 |
| | 50代 | 2020 | 20.2 | 79.8 |
| | 60代 | 1531 | 18.5 | 81.5 |
| | 70代 | 1348 | 15.9 | 84.1 |
| 性年代 | 男性10代 | 34 | 5.9 | 94.1 |
| | 男性20代 | 361 | 12.7 | 87.3 |
| | 男性30代 | 497 | 14.5 | 85.5 |
| | 男性40代 | 668 | 18.6 | 81.4 |
| | 男性50代 | 855 | 19.5 | 80.5 |
| | 男性60代 | 638 | 16.5 | 83.5 |
| | 男性70代 | 558 | 16.1 | 83.9 |
| | 女性10代 | 47 | 27.7 | 72.3 |
| | 女性20代 | 479 | 17.7 | 82.3 |
| | 女性30代 | 669 | 17.9 | 82.1 |
| | 女性40代 | 971 | 22.7 | 77.3 |
| | 女性50代 | 1145 | 20.8 | 79.2 |
| | 女性60代 | 879 | 20.0 | 80.0 |
| | 女性70代 | 780 | 16.0 | 84.0 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 1960 | 18.1 | 81.9 |
| | 東京都区部 | 622 | 17.5 | 82.5 |
| | 政令指定都市 | 1338 | 18.3 | 81.7 |
| | 大都市 | 2754 | 18.1 | 81.9 |
| | 小都市 | 2959 | 18.9 | 81.1 |
| | 町村 | 1023 | 18.3 | 81.7 |
| 居住地域 | 北海道 | 400 | 16.8 | 83.3 |
| | 東北 | 687 | 20.4 | 79.6 |
| | 北関東 | 448 | 19.2 | 80.8 |
| | 首都圏 | 2362 | 17.9 | 82.1 |
| | 北陸 | 374 | 19.0 | 81.0 |
| | 東山 | 369 | 20.6 | 79.4 |
| | 東海 | 886 | 17.4 | 82.6 |
| | 近畿二府一県 | 1192 | 15.9 | 84.1 |
| | その他近畿圏 | 243 | 18.9 | 81.1 |
| | 中国 | 522 | 16.1 | 83.9 |
| | 四国 | 297 | 14.5 | 85.5 |
| | 九州・沖縄 | 916 | 23.9 | 76.1 |
| 職業 | 自営業主 | 653 | 17.3 | 82.7 |
| | 家族従業者 | 42 | 28.6 | 71.4 |
| | 雇用者 | 4534 | 20.2 | 79.8 |
| | (小計)就労者 | 5229 | 19.9 | 80.1 |
| | 主婦・主夫 | 1336 | 18.7 | 81.3 |
| | 学生 | 142 | 14.8 | 85.2 |
| | 無職 | 1542 | 14.2 | 85.8 |
| | その他 | 121 | 20.7 | 79.3 |
| | 答えたくない | 326 | 12.9 | 87.1 |
| 最終学歴 | 中学校 | 249 | 8.8 | 91.2 |
| | 高校 | 3108 | 16.9 | 83.1 |
| | 短大・高専 | 946 | 21.0 | 79.0 |
| | 専門学校 | 1122 | 20.9 | 79.1 |
| | 大学 | 2779 | 19.4 | 80.6 |
| | 大学院 | 276 | 17.8 | 82.2 |
| | その他 | 2 | － | 100.0 |
| | 答えたくない | 214 | 13.6 | 86.4 |
| 世帯年収 | 収入なし | 241 | 14.5 | 85.5 |
| | 100万円未満 | 319 | 14.1 | 85.9 |
| | 100～200万円未満 | 652 | 13.8 | 86.2 |
| | 200～300万円未満 | 821 | 17.3 | 82.7 |
| | 300～400万円未満 | 856 | 18.0 | 82.0 |
| | 400～500万円未満 | 722 | 18.8 | 81.2 |
| | 500～600万円未満 | 601 | 21.1 | 78.9 |
| | 600～700万円未満 | 451 | 22.8 | 77.2 |
| | 700～800万円未満 | 438 | 18.7 | 81.3 |
| | 800～1000万円未満 | 464 | 23.5 | 76.5 |
| | 1000～1200万円未満 | 252 | 23.0 | 77.0 |
| | 1200万円以上 | 264 | 25.4 | 74.6 |
| | わからない | 1088 | 17.6 | 82.4 |
| | 答えたくない | 1527 | 16.9 | 83.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 4413 | 20.3 | 79.7 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 4021 | 16.4 | 83.6 |
| | 答えたくない | 262 | 15.6 | 84.4 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 1943 | 15.8 | 84.2 |
| | 夫婦のみ・子なし | 2069 | 19.9 | 80.1 |
| | 夫婦・子あり | 1979 | 20.6 | 79.4 |
| | 親と同居(未婚) | 1074 | 16.4 | 83.6 |
| | 2世帯以上同居 | 386 | 17.4 | 82.6 |
| | その他 | 983 | 19.0 | 81.0 |
| | 答えたくない | 262 | 15.6 | 84.4 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | － | － | － |
| | 週に1～2日 | － | － | － |
| | (小計)週に1日以上計 | － | － | － |
| | (小計)週1日未満 | － | － | － |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | － | － | － |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | － | － | － |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 8696 | 18.4 | 81.6 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | － | － | － |
| | 週に2日 | － | － | － |
| | (小計)週に2日以上計 | － | － | － |
| | (小計)週2日未満 | － | － | － |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | － | － | － |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | － | － | － |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 8696 | 18.4 | 81.6 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | － | － | － |
| | する・みる | － | － | － |
| | する・ささえる | － | － | － |
| | するのみ | － | － | － |
| | みる・ささえる | 96 | 42.7 | 57.3 |
| | みるのみ | 4028 | 22.3 | 77.7 |
| | ささえるのみ | 24 | 12.5 | 87.5 |
| | しない・みない・ささえない | 4548 | 14.4 | 85.6 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q18. 運動・スポーツについて、実施状況と今後の予定

| | | 全体 | 実施時期6ヶ月以上 | 実施時期6ヶ月未満 | 不定期実施 | 非実施・意向あり | 非実施・意向なし |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 38872 | 41.6 | 3.9 | 32.1 | 4.1 | 18.3 |
| 性別 | 男性 | 19057 | 46.8 | 4.1 | 30.2 | 3.2 | 15.8 |
| | 女性 | 19473 | 36.8 | 3.8 | 33.9 | 5.0 | 20.5 |
| 年代 | 10代 | 806 | 42.1 | 8.3 | 38.8 | 1.9 | 8.9 |
| | 20代 | 4977 | 36.4 | 9.1 | 37.2 | 2.6 | 14.6 |
| | 30代 | 5353 | 33.8 | 5.3 | 38.7 | 3.7 | 18.5 |
| | 40代 | 6936 | 36.3 | 3.9 | 35.8 | 5.0 | 19.0 |
| | 50代 | 7575 | 37.7 | 2.9 | 32.8 | 5.4 | 21.3 |
| | 60代 | 6289 | 45.5 | 2.1 | 28.0 | 4.5 | 19.8 |
| | 70代 | 6936 | 57.2 | 1.4 | 22.1 | 3.1 | 16.3 |
| 性年代 | 男性10代 | 355 | 53.0 | 8.2 | 29.3 | 0.6 | 9.0 |
| | 男性20代 | 2515 | 45.7 | 10.1 | 29.8 | 1.8 | 12.5 |
| | 男性30代 | 2670 | 42.5 | 5.7 | 33.1 | 2.7 | 15.9 |
| | 男性40代 | 3467 | 43.4 | 4.0 | 33.3 | 3.6 | 15.7 |
| | 男性50代 | 3783 | 42.5 | 2.8 | 32.1 | 4.4 | 18.2 |
| | 男性60代 | 3074 | 47.9 | 1.9 | 29.4 | 3.4 | 17.3 |
| | 男性70代 | 3193 | 58.0 | 1.1 | 23.4 | 2.8 | 14.7 |
| | 女性10代 | 434 | 33.6 | 8.3 | 47.2 | 3.0 | 7.8 |
| | 女性20代 | 2383 | 27.3 | 8.1 | 44.6 | 3.6 | 16.5 |
| | 女性30代 | 2623 | 25.2 | 5.0 | 44.3 | 4.6 | 20.9 |
| | 女性40代 | 3397 | 29.3 | 3.7 | 38.4 | 6.5 | 22.1 |
| | 女性50代 | 3734 | 33.1 | 2.9 | 33.3 | 6.4 | 24.3 |
| | 女性60代 | 3186 | 43.2 | 2.4 | 26.8 | 5.5 | 22.1 |
| | 女性70代 | 3716 | 56.5 | 1.6 | 20.9 | 3.4 | 17.6 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9754 | 44.3 | 3.7 | 31.9 | 3.6 | 16.5 |
| | 東京都区部 | 3471 | 45.1 | 4.1 | 32.9 | 3.1 | 14.8 |
| | 政令指定都市 | 6283 | 43.8 | 3.5 | 31.4 | 3.9 | 17.4 |
| | 大都市 | 14186 | 44.5 | 4.0 | 32.1 | 3.5 | 15.9 |
| | 小都市 | 11369 | 37.6 | 4.1 | 32.3 | 4.9 | 21.1 |
| | 町村 | 3563 | 35.2 | 3.8 | 32.3 | 5.2 | 23.5 |
| 居住地域 | 北海道 | 1615 | 40.8 | 2.4 | 32.1 | 4.1 | 20.6 |
| | 東北 | 2641 | 38.7 | 4.0 | 31.3 | 5.3 | 20.7 |
| | 北関東 | 2081 | 42.9 | 4.9 | 30.7 | 4.1 | 17.4 |
| | 首都圏 | 11610 | 42.8 | 4.1 | 32.7 | 3.6 | 16.7 |
| | 北陸 | 1564 | 38.0 | 3.7 | 34.3 | 4.5 | 19.4 |
| | 東山 | 1470 | 38.8 | 3.5 | 32.6 | 5.2 | 19.9 |
| | 東海 | 3983 | 40.8 | 3.7 | 33.2 | 3.9 | 18.4 |
| | 近畿二府一県 | 5155 | 41.9 | 3.7 | 31.3 | 3.7 | 19.5 |
| | その他近畿圏 | 1125 | 41.4 | 4.3 | 32.7 | 4.1 | 17.5 |
| | 中国 | 2170 | 42.0 | 2.9 | 31.0 | 3.9 | 20.2 |
| | 四国 | 1119 | 40.7 | 3.3 | 29.5 | 3.8 | 22.7 |
| | 九州・沖縄 | 4339 | 42.1 | 4.7 | 32.2 | 5.0 | 16.1 |
| 職業 | 自営業主 | 3016 | 45.4 | 4.8 | 28.1 | 3.7 | 17.9 |
| | 家族従業者 | 204 | 38.7 | 5.9 | 34.8 | 5.9 | 14.7 |
| | 雇用者 | 21230 | 39.3 | 4.4 | 34.9 | 4.3 | 17.0 |
| | (小計)就労者 | 24450 | 40.0 | 4.5 | 34.1 | 4.3 | 17.1 |
| | 主婦・主夫 | 5393 | 43.8 | 2.5 | 29.0 | 4.6 | 20.1 |
| | 学生 | 1325 | 41.4 | 8.2 | 39.6 | 1.6 | 9.1 |
| | 無職 | 6251 | 47.7 | 1.8 | 25.8 | 3.5 | 21.2 |
| | その他 | 556 | 47.5 | 3.2 | 27.5 | 4.5 | 17.3 |
| | 答えたくない | 897 | 23.7 | 5.1 | 34.8 | 4.7 | 31.7 |
| 最終学歴 | 中学校 | 645 | 29.5 | 2.2 | 29.8 | 3.4 | 35.2 |
| | 高校 | 10509 | 37.6 | 3.0 | 29.8 | 5.0 | 24.6 |
| | 短大・高専 | 3965 | 40.2 | 4.0 | 32.0 | 5.0 | 18.8 |
| | 専門学校 | 4400 | 37.2 | 3.8 | 33.5 | 5.3 | 20.2 |
| | 大学 | 16673 | 45.8 | 4.5 | 33.0 | 3.2 | 13.4 |
| | 大学院 | 2053 | 48.1 | 4.6 | 33.9 | 2.4 | 11.1 |
| | その他 | 16 | 37.5 | 12.5 | 37.5 | – | 12.5 |
| | 答えたくない | 611 | 25.7 | 2.9 | 36.3 | 4.7 | 30.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 694 | 32.0 | 2.4 | 30.8 | 5.0 | 29.7 |
| | 100万円未満 | 1172 | 40.4 | 3.8 | 28.6 | 3.8 | 23.4 |
| | 100～200万円未満 | 2321 | 39.0 | 3.4 | 29.4 | 3.9 | 24.2 |
| | 200～300万円未満 | 3528 | 43.0 | 3.6 | 30.1 | 4.0 | 19.2 |
| | 300～400万円未満 | 4013 | 44.8 | 3.6 | 30.3 | 3.8 | 17.5 |
| | 400～500万円未満 | 3621 | 43.3 | 4.6 | 32.1 | 3.8 | 16.2 |
| | 500～600万円未満 | 2997 | 41.8 | 4.8 | 33.3 | 4.2 | 15.8 |
| | 600～700万円未満 | 2333 | 41.1 | 4.8 | 34.8 | 4.4 | 14.9 |
| | 700～800万円未満 | 2232 | 42.6 | 4.6 | 33.2 | 3.7 | 15.9 |
| | 800～1000万円未満 | 2883 | 44.7 | 4.6 | 34.6 | 3.8 | 12.3 |
| | 1000～1200万円未満 | 1768 | 46.9 | 4.4 | 34.4 | 3.3 | 11.0 |
| | 1200万円以上 | 1990 | 50.8 | 4.0 | 31.9 | 3.4 | 9.9 |
| | わからない | 3824 | 33.9 | 3.3 | 34.4 | 5.0 | 23.4 |
| | 答えたくない | 5496 | 37.9 | 3.1 | 31.2 | 4.7 | 23.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 21636 | 44.0 | 3.5 | 32.1 | 4.1 | 16.3 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16444 | 39.0 | 4.3 | 32.2 | 4.0 | 20.4 |
| | 答えたくない | 792 | 29.2 | 5.3 | 32.4 | 5.2 | 27.9 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8500 | 41.8 | 4.2 | 31.2 | 3.6 | 19.2 |
| | 夫婦のみ・子なし | 10944 | 49.0 | 3.3 | 28.8 | 3.8 | 15.1 |
| | 夫婦・子あり | 9053 | 38.2 | 3.9 | 36.1 | 4.5 | 17.4 |
| | 親と同居(未婚) | 4015 | 35.8 | 4.6 | 32.9 | 4.4 | 22.4 |
| | 2世帯以上同居 | 1669 | 40.9 | 4.0 | 32.1 | 4.0 | 19.1 |
| | その他 | 3899 | 36.8 | 4.2 | 33.8 | 4.8 | 20.4 |
| | 答えたくない | 792 | 29.2 | 5.3 | 32.4 | 5.2 | 27.9 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 86.4 | 3.0 | 10.6 | – | – |
| | 週に1～2日 | 8522 | 54.2 | 7.3 | 38.6 | – | – |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 73.1 | 4.8 | 22.1 | – | – |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 10.0 | 5.8 | 84.3 | – | – |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 12.2 | 5.4 | 82.5 | – | – |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 53.5 | 5.0 | 41.4 | – | – |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 8696 | – | – | – | 18.4 | 81.6 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 100.0 | – | – | – | – |
| | 週に2日 | 3316 | 100.0 | – | – | – | – |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 100.0 | – | – | – | – |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 36.2 | 9.0 | 54.9 | – | – |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 17.4 | 6.6 | 76.0 | – | – |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 60.5 | 4.7 | 34.7 | – | – |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 13809 | 7.1 | 2.4 | 27.4 | 11.6 | 51.4 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 77.9 | 10.3 | 11.8 | – | – |
| | する・みる | 12942 | 74.0 | 3.6 | 22.4 | – | – |
| | する・ささえる | 212 | 81.1 | 9.4 | 9.4 | – | – |
| | するのみ | 4963 | 67.9 | 4.7 | 27.4 | – | – |
| | みる・ささえる | 738 | 18.4 | 17.1 | 51.5 | 5.6 | 7.5 |
| | みるのみ | 9525 | 6.2 | 2.5 | 49.0 | 9.4 | 32.9 |
| | ささえるのみ | 113 | 8.8 | 20.4 | 49.6 | 2.7 | 18.6 |
| | しない・みない・ささえない | 7767 | 3.4 | 1.9 | 36.2 | 8.5 | 50.1 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q19.あなたはこれから先、運動・スポーツをどのくらいの頻度で実施したいと思いますか。

| | | 全体 | 週に5日以上（年251日～） | 週に3日以上（年151日～250日） | 週に2日以上（年101日～150日） | 週に1日以上（年51日～100日） | 月に1～3日（年12日～50日） | 3か月に1～2日（年4日～11日） | 年に1～3日 | 実施したくない | わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 17.5 | 17.5 | 14.2 | 14.1 | 6.5 | 1.8 | 2.3 | 12.6 | 13.5 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 18.9 | 17.3 | 14.8 | 14.8 | 6.9 | 2.1 | 2.4 | 11.0 | 11.8 |
| | 女性 | 20041 | 16.3 | 17.9 | 13.8 | 13.5 | 6.1 | 1.5 | 2.2 | 14.0 | 14.7 |
| 年代 | 10代 | 857 | 12.5 | 21.5 | 16.9 | 12.7 | 7.7 | 3.2 | 1.8 | 10.9 | 13.0 |
| | 20代 | 5227 | 11.0 | 15.5 | 16.1 | 16.3 | 8.4 | 3.1 | 2.7 | 13.2 | 13.7 |
| | 30代 | 5594 | 12.4 | 14.7 | 13.3 | 16.8 | 7.9 | 2.4 | 3.3 | 14.6 | 14.8 |
| | 40代 | 7193 | 14.8 | 14.7 | 13.9 | 15.6 | 7.5 | 1.8 | 2.8 | 13.6 | 15.3 |
| | 50代 | 7752 | 16.3 | 15.5 | 14.0 | 14.8 | 6.9 | 1.8 | 2.3 | 13.4 | 15.1 |
| | 60代 | 6376 | 21.9 | 19.2 | 13.7 | 12.7 | 4.9 | 1.4 | 1.8 | 11.5 | 13.0 |
| | 70代 | 7001 | 27.3 | 24.6 | 14.1 | 9.4 | 3.7 | 0.8 | 1.0 | 10.0 | 9.2 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 15.2 | 25.4 | 17.1 | 10.4 | 7.5 | 2.7 | 1.1 | 9.9 | 10.7 |
| | 男性20代 | 2626 | 12.8 | 17.3 | 17.6 | 16.8 | 8.8 | 2.8 | 2.5 | 10.1 | 11.4 |
| | 男性30代 | 2786 | 14.0 | 14.8 | 14.9 | 17.3 | 7.8 | 2.7 | 3.3 | 12.6 | 12.4 |
| | 男性40代 | 3587 | 16.1 | 14.6 | 15.2 | 16.5 | 8.1 | 2.0 | 3.1 | 11.9 | 12.6 |
| | 男性50代 | 3858 | 17.5 | 14.7 | 13.9 | 16.0 | 7.2 | 2.2 | 2.4 | 11.5 | 14.7 |
| | 男性60代 | 3112 | 23.5 | 18.1 | 13.7 | 13.2 | 5.4 | 1.8 | 2.1 | 10.8 | 11.5 |
| | 男性70代 | 3213 | 29.2 | 24.1 | 13.9 | 9.4 | 4.2 | 1.2 | 1.0 | 9.2 | 7.7 |
| | 女性10代 | 464 | 10.6 | 18.8 | 16.8 | 14.7 | 8.0 | 3.7 | 2.2 | 10.8 | 14.7 |
| | 女性20代 | 2504 | 9.3 | 13.8 | 15.1 | 16.0 | 8.2 | 3.2 | 2.9 | 16.3 | 15.1 |
| | 女性30代 | 2732 | 10.7 | 14.8 | 11.9 | 16.3 | 8.1 | 2.1 | 3.3 | 16.4 | 16.5 |
| | 女性40代 | 3522 | 13.6 | 15.0 | 12.8 | 14.7 | 7.1 | 1.6 | 2.6 | 15.2 | 17.3 |
| | 女性50代 | 3828 | 15.0 | 16.5 | 14.2 | 13.6 | 6.7 | 1.3 | 2.2 | 15.2 | 15.3 |
| | 女性60代 | 3231 | 20.5 | 20.3 | 13.9 | 12.2 | 4.3 | 1.0 | 1.5 | 12.1 | 14.2 |
| | 女性70代 | 3760 | 25.8 | 25.0 | 14.3 | 9.3 | 3.2 | 0.5 | 1.0 | 10.5 | 10.4 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 18.2 | 18.4 | 15.2 | 14.5 | 6.7 | 1.7 | 1.8 | 12.2 | 11.2 |
| | 東京都区部 | 3552 | 17.1 | 18.3 | 15.3 | 14.5 | 7.7 | 1.9 | 1.8 | 11.9 | 11.5 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 18.8 | 18.5 | 15.1 | 14.5 | 6.1 | 1.7 | 1.8 | 12.4 | 11.0 |
| | 大都市 | 14521 | 19.1 | 18.2 | 14.6 | 14.5 | 6.1 | 1.9 | 2.2 | 11.3 | 12.1 |
| | 小都市 | 11741 | 15.4 | 16.9 | 13.7 | 13.7 | 6.8 | 1.8 | 2.4 | 13.7 | 15.5 |
| | 町村 | 3777 | 16.3 | 14.6 | 11.8 | 12.5 | 6.2 | 1.7 | 3.2 | 15.3 | 18.3 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 16.0 | 17.1 | 15.3 | 12.9 | 6.9 | 1.6 | 1.7 | 13.2 | 15.3 |
| | 東北 | 2718 | 16.9 | 17.5 | 13.9 | 13.9 | 6.9 | 2.0 | 2.1 | 13.0 | 13.9 |
| | 北関東 | 2146 | 18.6 | 17.4 | 14.1 | 14.4 | 6.4 | 1.8 | 2.1 | 11.9 | 13.3 |
| | 首都圏 | 11930 | 17.2 | 17.5 | 14.7 | 14.6 | 6.8 | 1.8 | 2.0 | 12.7 | 12.7 |
| | 北陸 | 1604 | 15.5 | 17.2 | 14.8 | 14.2 | 6.4 | 2.6 | 2.7 | 12.2 | 14.5 |
| | 東山 | 1509 | 17.4 | 16.7 | 13.7 | 13.7 | 7.1 | 2.3 | 3.0 | 12.1 | 14.0 |
| | 東海 | 4067 | 17.0 | 18.1 | 14.0 | 14.8 | 6.6 | 1.9 | 2.5 | 12.1 | 12.9 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 17.8 | 16.5 | 13.8 | 14.0 | 6.3 | 1.7 | 2.1 | 13.5 | 14.4 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 17.9 | 19.7 | 12.8 | 13.8 | 6.6 | 2.2 | 2.6 | 12.2 | 12.2 |
| | 中国 | 2239 | 18.2 | 17.8 | 13.3 | 12.6 | 6.0 | 1.5 | 2.9 | 14.0 | 13.8 |
| | 四国 | 1164 | 18.9 | 16.3 | 13.1 | 12.0 | 5.2 | 2.1 | 2.1 | 15.3 | 14.9 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 18.9 | 18.8 | 14.5 | 14.0 | 5.7 | 1.6 | 2.4 | 10.8 | 13.3 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 20.1 | 16.0 | 14.3 | 14.2 | 6.6 | 2.3 | 2.8 | 11.9 | 11.9 |
| | 家族従業者 | 207 | 16.4 | 16.9 | 17.9 | 12.1 | 6.3 | 2.4 | 4.3 | 11.1 | 12.6 |
| | 雇用者 | 21731 | 14.6 | 16.3 | 15.1 | 16.9 | 7.9 | 2.2 | 2.6 | 11.8 | 12.7 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 15.3 | 16.2 | 15.0 | 16.5 | 7.8 | 2.2 | 2.6 | 11.8 | 12.6 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 20.7 | 21.1 | 13.4 | 11.0 | 4.5 | 1.1 | 1.5 | 12.9 | 13.9 |
| | 学生 | 1383 | 13.2 | 21.8 | 18.0 | 14.2 | 7.7 | 2.6 | 2.5 | 9.0 | 10.9 |
| | 無職 | 6355 | 25.8 | 19.8 | 12.1 | 8.7 | 3.7 | 1.0 | 1.5 | 15.0 | 12.5 |
| | その他 | 568 | 22.7 | 24.1 | 13.0 | 9.9 | 4.9 | 1.2 | 1.1 | 10.2 | 12.9 |
| | 答えたくない | 1163 | 7.5 | 8.5 | 8.8 | 8.3 | 2.8 | 1.3 | 2.1 | 21.3 | 39.5 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 15.3 | 13.2 | 11.1 | 7.4 | 4.3 | 1.3 | 2.4 | 25.1 | 19.9 |
| | 高校 | 10826 | 17.0 | 16.7 | 12.3 | 12.2 | 5.8 | 1.7 | 2.2 | 16.1 | 16.0 |
| | 短大・高専 | 4045 | 17.9 | 18.2 | 14.8 | 14.2 | 6.1 | 1.7 | 2.2 | 11.1 | 13.7 |
| | 専門学校 | 4546 | 14.9 | 16.2 | 13.5 | 14.6 | 6.7 | 1.8 | 2.7 | 13.5 | 16.2 |
| | 大学 | 17018 | 18.5 | 18.8 | 15.7 | 15.5 | 6.9 | 2.1 | 2.2 | 10.2 | 10.2 |
| | 大学院 | 2087 | 21.0 | 18.2 | 16.4 | 16.4 | 8.1 | 1.6 | 2.5 | 8.0 | 7.7 |
| | その他 | 18 | 16.7 | 22.2 | 11.1 | － | 5.6 | － | 5.6 | 16.7 | 22.2 |
| | 答えたくない | 786 | 8.8 | 9.3 | 5.2 | 6.7 | 3.6 | 1.3 | 1.5 | 21.2 | 42.4 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 18.6 | 10.9 | 11.2 | 9.3 | 3.3 | 1.1 | 2.2 | 24.6 | 18.9 |
| | 100万円未満 | 1209 | 19.5 | 18.5 | 12.3 | 9.4 | 5.6 | 1.6 | 3.1 | 17.8 | 12.1 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 18.6 | 17.5 | 12.4 | 12.1 | 6.0 | 2.0 | 2.3 | 16.1 | 13.0 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 20.8 | 19.4 | 13.7 | 12.0 | 6.2 | 1.9 | 2.5 | 13.1 | 10.4 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 19.8 | 19.2 | 14.4 | 13.6 | 6.4 | 1.7 | 2.3 | 12.7 | 9.9 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 17.5 | 17.6 | 15.7 | 15.8 | 7.5 | 2.3 | 2.7 | 11.6 | 9.1 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 17.1 | 17.9 | 15.4 | 16.6 | 7.3 | 2.3 | 3.3 | 11.4 | 8.7 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 15.1 | 17.4 | 15.0 | 19.3 | 7.7 | 2.5 | 2.4 | 11.7 | 8.8 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 16.3 | 17.9 | 14.9 | 16.8 | 8.9 | 2.5 | 2.6 | 10.9 | 9.2 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 17.9 | 17.5 | 15.8 | 19.6 | 8.4 | 2.1 | 2.6 | 9.1 | 7.1 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 17.6 | 18.4 | 18.1 | 16.9 | 8.6 | 1.9 | 2.6 | 8.3 | 7.6 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 19.7 | 19.4 | 18.2 | 15.7 | 8.5 | 1.8 | 2.1 | 8.4 | 6.2 |
| | わからない | 4002 | 13.6 | 16.6 | 13.2 | 10.8 | 4.7 | 1.3 | 1.5 | 14.4 | 23.8 |
| | 答えたくない | 5872 | 16.2 | 15.4 | 11.1 | 10.5 | 4.0 | 1.0 | 1.1 | 13.8 | 26.8 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 18.8 | 18.9 | 14.7 | 14.7 | 6.6 | 1.8 | 2.1 | 10.4 | 12.0 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 16.3 | 16.2 | 13.9 | 13.6 | 6.5 | 1.9 | 2.4 | 15.1 | 14.2 |
| | 答えたくない | 975 | 9.5 | 10.4 | 8.4 | 9.8 | 3.6 | 2.2 | 1.9 | 18.4 | 35.8 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 17.5 | 16.7 | 14.1 | 13.6 | 6.4 | 2.0 | 2.3 | 14.7 | 12.6 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 21.6 | 20.9 | 14.6 | 13.3 | 5.4 | 1.5 | 1.6 | 9.9 | 11.3 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 15.4 | 16.9 | 14.8 | 16.4 | 7.9 | 2.2 | 2.9 | 11.1 | 12.5 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 14.2 | 14.2 | 13.7 | 14.2 | 6.3 | 1.8 | 2.6 | 16.7 | 16.3 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 17.8 | 16.6 | 15.0 | 13.4 | 6.8 | 1.5 | 2.0 | 12.6 | 14.3 |
| | その他 | 3988 | 16.3 | 17.2 | 13.5 | 13.1 | 7.0 | 1.6 | 2.4 | 13.8 | 15.0 |
| | 答えたくない | 975 | 9.5 | 10.4 | 8.4 | 9.8 | 3.6 | 2.2 | 1.9 | 18.4 | 35.8 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 49.7 | 32.8 | 7.1 | 3.7 | 1.6 | 0.6 | 0.4 | 1.1 | 3.1 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 4.8 | 23.0 | 36.8 | 23.8 | 4.2 | 0.8 | 0.6 | 1.4 | 4.6 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 31.2 | 28.7 | 19.3 | 11.9 | 2.7 | 0.7 | 0.5 | 1.2 | 3.7 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 2.5 | 7.3 | 13.4 | 26.9 | 20.2 | 6.0 | 6.2 | 6.7 | 10.8 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 7.9 | 9.4 | 8.8 | 10.9 | 6.2 | 2.5 | 3.3 | 11.3 | 39.7 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 22.7 | 22.2 | 17.0 | 15.3 | 7.0 | 2.0 | 2.0 | 3.4 | 8.4 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 1.6 | 3.2 | 5.6 | 10.5 | 4.9 | 1.2 | 3.0 | 41.1 | 29.0 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 59.5 | 31.4 | 3.6 | 1.5 | 0.8 | 0.4 | 0.2 | 0.5 | 2.2 |
| | 週に2日 | 3316 | 14.7 | 38.8 | 37.9 | 4.6 | 1.1 | 0.3 | 0.2 | 0.6 | 1.8 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 45.6 | 33.7 | 14.2 | 2.4 | 0.9 | 0.4 | 0.2 | 0.5 | 2.1 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 8.1 | 16.4 | 23.8 | 27.6 | 11.8 | 2.7 | 2.4 | 2.2 | 5.1 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 10.5 | 13.1 | 11.1 | 13.1 | 7.1 | 2.7 | 3.2 | 8.4 | 30.8 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 24.6 | 23.3 | 17.6 | 14.4 | 6.3 | 1.7 | 1.6 | 2.5 | 8.0 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 5.7 | 7.9 | 8.5 | 13.5 | 6.7 | 2.0 | 3.4 | 29.6 | 22.7 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 24.5 | 28.6 | 23.4 | 14.7 | 4.1 | 2.0 | 0.7 | 0.7 | 1.3 |
| | する・みる | 12942 | 32.5 | 29.7 | 19.8 | 11.7 | 2.3 | 0.4 | 0.4 | 0.7 | 2.6 |
| | する・ささえる | 212 | 32.1 | 27.8 | 14.2 | 12.3 | 5.7 | 2.8 | 1.4 | 1.9 | 1.9 |
| | するのみ | 4963 | 31.5 | 26.4 | 16.0 | 11.1 | 2.8 | 0.6 | 0.6 | 3.0 | 8.0 |
| | みる・ささえる | 758 | 4.5 | 9.2 | 17.2 | 26.8 | 17.2 | 5.8 | 4.0 | 4.2 | 11.2 |
| | みるのみ | 9793 | 2.7 | 6.2 | 10.7 | 20.4 | 13.1 | 3.4 | 4.5 | 17.8 | 21.2 |
| | ささえるのみ | 118 | 1.7 | 6.8 | 11.0 | 26.3 | 11.9 | 9.3 | 6.8 | 11.9 | 14.4 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 2.7 | 4.4 | 5.8 | 10.8 | 7.0 | 2.4 | 3.7 | 34.8 | 28.4 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q20-1. 運動・スポーツ全般の実施意向について、あなたはどの程度あてはまるかお答えください。「楽しむために、運動・スポーツを行う」

| | | 全体 | よくあてはまる | ややあてはまる | あまりあてはまらない | 全くあてはまらない |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 21.3 | 37.0 | 22.7 | 19.0 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 24.7 | 37.5 | 21.1 | 16.7 |
| | 女性 | 20041 | 18.1 | 36.6 | 24.3 | 20.9 |
| 年代 | 10代 | 857 | 39.2 | 32.0 | 14.8 | 14.0 |
| | 20代 | 5227 | 28.2 | 35.5 | 19.0 | 17.3 |
| | 30代 | 5594 | 22.0 | 36.3 | 22.0 | 19.7 |
| | 40代 | 7193 | 20.0 | 36.1 | 22.2 | 21.7 |
| | 50代 | 7752 | 19.1 | 35.7 | 23.4 | 21.8 |
| | 60代 | 6376 | 18.8 | 37.5 | 25.6 | 18.1 |
| | 70代 | 7001 | 19.4 | 40.9 | 24.3 | 15.4 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 42.2 | 32.9 | 12.3 | 12.6 |
| | 男性20代 | 2626 | 35.3 | 35.4 | 15.8 | 13.6 |
| | 男性30代 | 2786 | 26.4 | 37.1 | 20.1 | 16.4 |
| | 男性40代 | 3587 | 23.6 | 37.0 | 20.3 | 19.2 |
| | 男性50代 | 3858 | 22.3 | 36.3 | 22.3 | 19.1 |
| | 男性60代 | 3112 | 20.6 | 37.9 | 24.1 | 17.4 |
| | 男性70代 | 3213 | 20.7 | 41.8 | 23.6 | 13.9 |
| | 女性10代 | 464 | 37.1 | 31.7 | 16.8 | 14.4 |
| | 女性20代 | 2504 | 21.3 | 35.9 | 22.4 | 20.4 |
| | 女性30代 | 2732 | 17.7 | 35.9 | 23.6 | 22.8 |
| | 女性40代 | 3522 | 16.5 | 35.5 | 24.2 | 23.8 |
| | 女性50代 | 3828 | 16.0 | 35.2 | 24.5 | 24.3 |
| | 女性60代 | 3231 | 17.3 | 37.1 | 26.8 | 18.8 |
| | 女性70代 | 3760 | 18.4 | 40.2 | 24.9 | 16.5 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 21.9 | 37.9 | 22.1 | 18.1 |
| | 東京都区部 | 3552 | 24.3 | 37.0 | 20.7 | 18.0 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 20.6 | 38.4 | 22.9 | 18.1 |
| | 大都市 | 14521 | 22.5 | 37.9 | 22.2 | 17.3 |
| | 小都市 | 11741 | 19.9 | 35.8 | 23.6 | 20.7 |
| | 町村 | 3777 | 19.3 | 34.0 | 23.9 | 22.8 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 20.4 | 32.5 | 26.7 | 20.4 |
| | 東北 | 2718 | 20.7 | 35.4 | 23.9 | 20.1 |
| | 北関東 | 2146 | 24.6 | 35.4 | 21.3 | 18.7 |
| | 首都圏 | 11930 | 22.7 | 37.0 | 21.5 | 18.8 |
| | 北陸 | 1604 | 20.5 | 35.6 | 24.3 | 19.6 |
| | 東山 | 1509 | 19.5 | 37.0 | 24.7 | 18.8 |
| | 東海 | 4067 | 19.7 | 39.1 | 22.9 | 18.2 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 20.6 | 37.0 | 23.1 | 19.3 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 18.5 | 42.1 | 21.6 | 17.8 |
| | 中国 | 2239 | 19.7 | 37.6 | 23.3 | 19.4 |
| | 四国 | 1164 | 18.1 | 36.2 | 23.6 | 22.1 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 22.0 | 37.2 | 22.5 | 18.2 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 25.0 | 33.5 | 22.7 | 18.7 |
| | 家族従業者 | 207 | 21.7 | 35.7 | 26.6 | 15.9 |
| | 雇用者 | 21731 | 22.6 | 38.3 | 21.7 | 17.4 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 22.9 | 37.7 | 21.9 | 17.6 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 17.0 | 37.2 | 25.8 | 20.1 |
| | 学生 | 1383 | 37.9 | 35.4 | 14.7 | 12.1 |
| | 無職 | 6355 | 16.6 | 36.0 | 24.7 | 22.8 |
| | その他 | 568 | 22.5 | 40.1 | 20.1 | 17.3 |
| | 答えたくない | 1163 | 13.8 | 25.9 | 27.0 | 33.4 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 14.4 | 27.4 | 24.8 | 33.4 |
| | 高校 | 10826 | 17.8 | 34.5 | 24.5 | 23.2 |
| | 短大・高専 | 4045 | 18.6 | 37.8 | 24.8 | 18.8 |
| | 専門学校 | 4546 | 19.2 | 36.0 | 24.0 | 20.9 |
| | 大学 | 17018 | 24.8 | 39.2 | 21.0 | 15.0 |
| | 大学院 | 2087 | 25.8 | 39.5 | 19.7 | 14.9 |
| | その他 | 18 | 33.3 | 33.3 | 11.1 | 22.2 |
| | 答えたくない | 786 | 14.5 | 24.2 | 24.8 | 36.5 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 17.1 | 28.0 | 22.2 | 32.7 |
| | 100万円未満 | 1209 | 20.8 | 29.9 | 25.1 | 24.2 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 15.4 | 34.6 | 25.2 | 24.7 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 17.7 | 38.2 | 24.2 | 20.0 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 20.7 | 37.4 | 23.6 | 18.3 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 22.9 | 37.5 | 22.9 | 16.7 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 22.2 | 39.1 | 22.4 | 16.3 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 23.8 | 40.1 | 20.8 | 15.3 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 25.2 | 37.8 | 20.4 | 16.6 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 27.4 | 38.8 | 20.1 | 13.7 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 28.3 | 40.8 | 17.4 | 13.5 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 32.2 | 37.9 | 16.2 | 13.6 |
| | わからない | 4002 | 17.1 | 35.5 | 25.1 | 22.3 |
| | 答えたくない | 5872 | 16.8 | 34.9 | 25.2 | 23.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 22.2 | 39.5 | 22.2 | 16.1 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 20.5 | 34.2 | 23.2 | 22.0 |
| | 答えたくない | 975 | 13.9 | 26.9 | 26.1 | 33.1 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 21.3 | 34.8 | 22.6 | 21.2 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 21.2 | 39.7 | 22.9 | 16.2 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 23.2 | 39.3 | 21.3 | 16.1 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 18.2 | 33.6 | 24.6 | 23.5 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 23.1 | 36.9 | 21.2 | 18.8 |
| | その他 | 3988 | 21.1 | 34.2 | 23.8 | 20.9 |
| | 答えたくない | 975 | 13.9 | 26.9 | 26.1 | 33.1 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 31.6 | 40.7 | 19.5 | 8.2 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 26.4 | 43.7 | 21.3 | 8.6 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 29.5 | 41.9 | 20.2 | 8.4 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 20.3 | 41.5 | 24.0 | 14.2 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 12.5 | 30.5 | 31.4 | 25.7 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 25.9 | 40.8 | 22.1 | 11.2 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 7.1 | 25.0 | 24.9 | 43.0 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 35.1 | 40.5 | 17.7 | 6.7 |
| | 週に2日 | 3316 | 33.3 | 44.4 | 16.9 | 5.4 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 34.5 | 41.7 | 17.4 | 6.3 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 27.4 | 44.7 | 20.0 | 7.9 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 14.6 | 34.6 | 29.7 | 21.0 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 28.4 | 41.8 | 20.5 | 9.3 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 9.4 | 28.8 | 26.5 | 35.3 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 52.3 | 35.3 | 10.0 | 2.4 |
| | する・みる | 12942 | 27.7 | 44.8 | 20.7 | 6.8 |
| | する・ささえる | 212 | 42.5 | 38.2 | 14.2 | 5.2 |
| | するのみ | 4963 | 21.4 | 38.1 | 24.6 | 15.9 |
| | みる・ささえる | 758 | 31.4 | 41.3 | 19.0 | 8.3 |
| | みるのみ | 9793 | 15.2 | 37.4 | 25.2 | 22.3 |
| | ささえるのみ | 118 | 26.3 | 22.0 | 28.0 | 23.7 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 7.6 | 24.3 | 26.3 | 41.8 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q20-2. 運動・スポーツ全般の実施意向について、あなたはどの程度あてはまるかお答えください。「勝利や記録、スキル向上のために、運動・スポーツを行う」

| | | 全体 | よくあてはまる | ややあてはまる | あまりあてはまらない | 全くあてはまらない |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 6.2 | 15.9 | 31.9 | 46.1 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 8.1 | 19.4 | 33.0 | 39.5 |
| | 女性 | 20041 | 4.3 | 12.6 | 30.8 | 52.3 |
| 年代 | 10代 | 857 | 17.4 | 26.5 | 27.5 | 28.6 |
| | 20代 | 5227 | 12.3 | 23.6 | 30.2 | 33.9 |
| | 30代 | 5594 | 7.5 | 19.4 | 33.3 | 39.8 |
| | 40代 | 7193 | 6.5 | 16.4 | 31.5 | 45.5 |
| | 50代 | 7752 | 4.7 | 13.7 | 32.0 | 49.5 |
| | 60代 | 6376 | 3.4 | 12.1 | 33.3 | 51.1 |
| | 70代 | 7001 | 2.8 | 11.6 | 31.3 | 54.3 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 20.9 | 31.8 | 25.7 | 21.7 |
| | 男性20代 | 2626 | 17.0 | 28.1 | 29.3 | 25.6 |
| | 男性30代 | 2786 | 9.5 | 24.7 | 35.0 | 30.8 |
| | 男性40代 | 3587 | 8.9 | 20.1 | 32.7 | 38.2 |
| | 男性50代 | 3858 | 6.1 | 16.7 | 33.9 | 43.3 |
| | 男性60代 | 3112 | 4.2 | 14.6 | 33.9 | 47.3 |
| | 男性70代 | 3213 | 3.3 | 13.4 | 33.5 | 49.8 |
| | 女性10代 | 464 | 14.7 | 22.2 | 29.5 | 33.6 |
| | 女性20代 | 2504 | 7.6 | 19.2 | 31.1 | 42.1 |
| | 女性30代 | 2732 | 5.6 | 14.1 | 31.6 | 48.7 |
| | 女性40代 | 3522 | 4.2 | 12.7 | 30.4 | 52.7 |
| | 女性50代 | 3828 | 3.4 | 10.8 | 30.2 | 55.6 |
| | 女性60代 | 3231 | 2.7 | 9.7 | 32.7 | 54.9 |
| | 女性70代 | 3760 | 2.4 | 10.1 | 29.5 | 58.0 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 6.1 | 15.4 | 31.3 | 47.2 |
| | 東京都区部 | 3552 | 7.8 | 17.1 | 30.4 | 44.7 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 5.1 | 14.4 | 31.8 | 48.7 |
| | 大都市 | 14521 | 7.0 | 16.7 | 31.8 | 44.4 |
| | 小都市 | 11741 | 5.4 | 15.6 | 32.3 | 46.7 |
| | 町村 | 3777 | 5.5 | 15.1 | 32.2 | 47.2 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 6.1 | 14.3 | 31.1 | 48.6 |
| | 東北 | 2718 | 5.7 | 15.2 | 32.7 | 46.3 |
| | 北関東 | 2146 | 6.2 | 16.0 | 31.8 | 45.9 |
| | 首都圏 | 11930 | 6.5 | 16.5 | 30.7 | 46.3 |
| | 北陸 | 1604 | 6.4 | 15.0 | 32.1 | 46.4 |
| | 東山 | 1509 | 5.1 | 15.0 | 32.2 | 47.6 |
| | 東海 | 4067 | 5.4 | 16.6 | 32.7 | 45.2 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 6.3 | 16.5 | 32.2 | 45.0 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 4.7 | 17.8 | 32.8 | 44.8 |
| | 中国 | 2239 | 5.0 | 15.8 | 32.9 | 46.4 |
| | 四国 | 1164 | 4.7 | 15.0 | 32.6 | 47.6 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 7.5 | 14.6 | 32.3 | 45.6 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 8.0 | 18.7 | 32.1 | 41.2 |
| | 家族従業者 | 207 | 5.8 | 11.6 | 34.3 | 48.3 |
| | 雇用者 | 21731 | 6.9 | 17.6 | 33.2 | 42.3 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 7.0 | 17.7 | 33.0 | 42.2 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 3.3 | 10.8 | 30.1 | 55.8 |
| | 学生 | 1383 | 15.5 | 26.4 | 31.2 | 26.9 |
| | 無職 | 6355 | 3.1 | 10.7 | 29.2 | 56.9 |
| | その他 | 568 | 6.0 | 16.7 | 29.6 | 47.7 |
| | 答えたくない | 1163 | 6.3 | 17.4 | 31.5 | 44.9 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 4.9 | 11.6 | 28.8 | 54.7 |
| | 高校 | 10826 | 4.9 | 13.5 | 31.3 | 50.2 |
| | 短大・高専 | 4045 | 4.4 | 13.8 | 31.7 | 50.0 |
| | 専門学校 | 4546 | 6.1 | 15.3 | 31.2 | 47.4 |
| | 大学 | 17018 | 7.2 | 17.9 | 32.6 | 42.2 |
| | 大学院 | 2087 | 7.9 | 19.2 | 32.0 | 40.9 |
| | その他 | 18 | 22.2 | 5.6 | 33.3 | 38.9 |
| | 答えたくない | 786 | 5.7 | 15.4 | 29.3 | 49.6 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 5.7 | 11.3 | 27.9 | 55.1 |
| | 100万円未満 | 1209 | 7.3 | 14.2 | 29.6 | 48.9 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 4.3 | 12.2 | 28.7 | 54.8 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 4.3 | 13.2 | 31.3 | 51.1 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 5.4 | 15.0 | 32.0 | 47.6 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 6.9 | 16.0 | 32.5 | 44.6 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 6.7 | 18.2 | 33.4 | 41.8 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 6.9 | 20.5 | 31.2 | 41.4 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 7.5 | 18.7 | 32.2 | 41.7 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 7.9 | 19.7 | 33.1 | 39.3 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 9.2 | 19.1 | 31.0 | 40.6 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 10.1 | 20.5 | 30.0 | 39.4 |
| | わからない | 4002 | 4.8 | 13.5 | 33.2 | 48.6 |
| | 答えたくない | 5872 | 4.6 | 13.7 | 32.7 | 48.9 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 5.8 | 16.2 | 32.9 | 45.0 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 6.7 | 15.6 | 30.5 | 47.3 |
| | 答えたくない | 975 | 5.2 | 15.4 | 31.4 | 48.0 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 6.9 | 15.9 | 30.3 | 46.9 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 5.1 | 15.3 | 32.1 | 47.6 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 6.7 | 17.3 | 33.6 | 42.4 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 6.4 | 15.8 | 31.3 | 46.5 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 6.5 | 17.6 | 32.3 | 43.5 |
| | その他 | 3988 | 6.1 | 14.0 | 31.1 | 48.8 |
| | 答えたくない | 975 | 5.2 | 15.4 | 31.4 | 48.0 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 10.6 | 19.5 | 31.8 | 38.1 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 7.4 | 20.5 | 33.7 | 38.4 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 9.3 | 19.9 | 32.5 | 38.2 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 4.2 | 15.7 | 34.8 | 45.4 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 4.5 | 15.0 | 34.9 | 45.6 |
| | (小計)この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 7.7 | 18.5 | 33.3 | 40.5 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 1.3 | 7.9 | 27.6 | 63.1 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 13.2 | 20.8 | 31.1 | 34.9 |
| | 週に2日 | 3316 | 10.3 | 24.7 | 33.0 | 32.0 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 12.3 | 22.0 | 31.7 | 34.0 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 6.8 | 21.2 | 35.9 | 36.1 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 4.9 | 14.7 | 34.7 | 45.7 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 8.9 | 20.5 | 33.9 | 36.8 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 1.6 | 8.3 | 28.5 | 61.6 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 23.8 | 37.5 | 26.4 | 12.3 |
| | する・みる | 12942 | 6.9 | 17.7 | 35.1 | 40.4 |
| | する・ささえる | 212 | 20.3 | 34.9 | 27.8 | 17.0 |
| | するのみ | 4963 | 7.7 | 15.8 | 29.4 | 47.1 |
| | みる・ささえる | 758 | 11.6 | 29.8 | 35.5 | 23.1 |
| | みるのみ | 9793 | 2.5 | 11.9 | 32.3 | 53.3 |
| | ささえるのみ | 118 | 15.3 | 17.8 | 30.5 | 36.4 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 2.1 | 9.7 | 29.5 | 58.8 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q20-3. 運動・スポーツ全般の実施意向について、あなたはどの程度あてはまるかお答えください。「健康の維持増進のために、運動・スポーツを行う」

| | | 全体 | よくあてはまる | ややあてはまる | あまりあてはまらない | 全くあてはまらない |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 40.4 | 37.5 | 11.0 | 11.1 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 39.7 | 37.8 | 11.9 | 10.6 |
| | 女性 | 20041 | 41.5 | 37.2 | 10.0 | 11.3 |
| 年代 | 10代 | 857 | 42.8 | 33.8 | 12.6 | 10.7 |
| | 20代 | 5227 | 37.4 | 36.7 | 13.6 | 12.3 |
| | 30代 | 5594 | 36.9 | 37.0 | 13.9 | 12.2 |
| | 40代 | 7193 | 37.6 | 37.9 | 11.6 | 12.9 |
| | 50代 | 7752 | 38.0 | 38.4 | 11.2 | 12.4 |
| | 60代 | 6376 | 42.6 | 38.3 | 9.2 | 9.8 |
| | 70代 | 7001 | 48.5 | 36.7 | 7.4 | 7.3 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 42.2 | 32.9 | 12.3 | 12.6 |
| | 男性20代 | 2626 | 38.7 | 36.2 | 14.6 | 10.5 |
| | 男性30代 | 2786 | 35.2 | 37.8 | 15.8 | 11.2 |
| | 男性40代 | 3587 | 37.7 | 37.9 | 12.2 | 12.1 |
| | 男性50代 | 3858 | 35.8 | 39.8 | 12.1 | 12.3 |
| | 男性60代 | 3112 | 42.1 | 38.2 | 9.9 | 9.9 |
| | 男性70代 | 3213 | 48.4 | 37.0 | 7.8 | 6.8 |
| | 女性10代 | 464 | 44.2 | 33.8 | 13.1 | 8.8 |
| | 女性20代 | 2504 | 36.7 | 37.3 | 12.5 | 13.5 |
| | 女性30代 | 2732 | 38.9 | 36.6 | 11.7 | 12.8 |
| | 女性40代 | 3522 | 38.0 | 37.9 | 10.8 | 13.2 |
| | 女性50代 | 3828 | 40.4 | 37.0 | 10.4 | 12.2 |
| | 女性60代 | 3231 | 43.4 | 38.5 | 8.4 | 9.7 |
| | 女性70代 | 3760 | 48.8 | 36.5 | 7.0 | 7.7 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 43.3 | 37.3 | 9.5 | 9.9 |
| | 東京都区部 | 3552 | 43.4 | 36.8 | 9.4 | 10.4 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 43.3 | 37.6 | 9.5 | 9.6 |
| | 大都市 | 14521 | 42.0 | 37.7 | 10.6 | 9.7 |
| | 小都市 | 11741 | 37.3 | 37.8 | 12.5 | 12.4 |
| | 町村 | 3777 | 36.0 | 36.2 | 12.1 | 15.7 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 39.4 | 37.5 | 10.4 | 12.7 |
| | 東北 | 2718 | 40.3 | 36.7 | 11.9 | 11.1 |
| | 北関東 | 2146 | 42.0 | 35.6 | 11.1 | 11.3 |
| | 首都圏 | 11930 | 41.7 | 37.0 | 10.4 | 10.8 |
| | 北陸 | 1604 | 37.2 | 41.0 | 11.4 | 10.3 |
| | 東山 | 1509 | 38.7 | 38.0 | 11.9 | 11.4 |
| | 東海 | 4067 | 38.7 | 39.0 | 11.1 | 11.3 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 38.4 | 38.0 | 11.7 | 11.8 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 38.3 | 39.2 | 11.8 | 10.7 |
| | 中国 | 2239 | 39.0 | 39.6 | 10.2 | 11.2 |
| | 四国 | 1164 | 38.1 | 36.1 | 13.0 | 12.9 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 44.0 | 35.4 | 10.7 | 9.9 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 39.0 | 34.9 | 14.4 | 11.7 |
| | 家族従業者 | 207 | 44.4 | 37.7 | 7.7 | 10.1 |
| | 雇用者 | 21731 | 39.2 | 39.3 | 11.3 | 10.2 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 39.2 | 38.8 | 11.6 | 10.3 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 44.3 | 37.0 | 8.8 | 9.9 |
| | 学生 | 1383 | 45.8 | 33.6 | 12.6 | 8.0 |
| | 無職 | 6355 | 43.4 | 35.8 | 8.3 | 12.6 |
| | その他 | 568 | 47.7 | 33.1 | 10.6 | 8.6 |
| | 答えたくない | 1163 | 20.2 | 27.8 | 22.4 | 29.7 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 28.3 | 36.2 | 13.9 | 21.5 |
| | 高校 | 10826 | 36.9 | 37.1 | 11.8 | 14.1 |
| | 短大・高専 | 4045 | 42.4 | 38.2 | 9.3 | 10.1 |
| | 専門学校 | 4546 | 38.2 | 37.6 | 12.1 | 12.1 |
| | 大学 | 17018 | 43.4 | 37.9 | 10.4 | 8.3 |
| | 大学院 | 2087 | 46.2 | 37.9 | 8.8 | 7.2 |
| | その他 | 18 | 44.4 | 27.8 | 5.6 | 22.2 |
| | 答えたくない | 786 | 19.7 | 28.6 | 19.8 | 31.8 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 31.3 | 32.7 | 14.1 | 21.9 |
| | 100万円未満 | 1209 | 38.7 | 32.4 | 13.1 | 15.8 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 35.7 | 39.5 | 10.7 | 14.1 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 42.1 | 37.1 | 9.8 | 11.0 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 42.6 | 36.1 | 11.0 | 10.3 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 42.9 | 37.4 | 10.3 | 9.4 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 42.1 | 38.6 | 11.1 | 8.3 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 41.9 | 38.0 | 10.8 | 9.3 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 41.4 | 38.4 | 10.7 | 9.5 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 44.8 | 38.6 | 10.1 | 6.5 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 44.6 | 40.0 | 8.3 | 7.1 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 49.3 | 34.6 | 7.9 | 8.2 |
| | わからない | 4002 | 35.3 | 38.9 | 12.4 | 13.3 |
| | 答えたくない | 5872 | 34.6 | 37.0 | 13.2 | 15.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 42.7 | 38.1 | 10.3 | 8.9 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 38.3 | 37.0 | 11.6 | 13.1 |
| | 答えたくない | 975 | 24.4 | 30.8 | 18.9 | 25.9 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 39.1 | 36.5 | 11.7 | 12.7 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 44.6 | 37.7 | 9.4 | 8.4 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 40.9 | 38.6 | 11.0 | 9.5 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 34.8 | 38.2 | 12.3 | 14.7 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 39.7 | 37.8 | 11.7 | 10.8 |
| | その他 | 3988 | 40.4 | 37.1 | 10.7 | 11.7 |
| | 答えたくない | 975 | 24.4 | 30.8 | 18.9 | 25.9 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 61.1 | 31.6 | 5.3 | 2.0 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 50.6 | 41.4 | 5.7 | 2.3 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 56.8 | 35.6 | 5.5 | 2.1 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 34.6 | 48.6 | 11.7 | 5.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 22.9 | 39.9 | 20.3 | 16.9 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 48.8 | 38.9 | 8.2 | 4.1 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 14.4 | 33.0 | 19.8 | 32.7 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 64.9 | 29.2 | 4.3 | 1.6 |
| | 週に2日 | 3316 | 57.1 | 36.5 | 4.9 | 1.4 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 62.5 | 31.4 | 4.5 | 1.6 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 45.7 | 43.0 | 8.4 | 2.9 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 29.6 | 41.7 | 16.6 | 12.1 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 50.3 | 37.8 | 8.1 | 3.8 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 23.7 | 36.9 | 16.0 | 23.4 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 50.1 | 34.0 | 12.9 | 3.0 |
| | する・みる | 12942 | 60.3 | 35.2 | 3.4 | 1.2 |
| | する・ささえる | 212 | 53.8 | 31.1 | 12.3 | 2.8 |
| | するのみ | 4963 | 51.3 | 37.8 | 6.8 | 4.1 |
| | みる・ささえる | 758 | 33.4 | 43.3 | 18.6 | 4.7 |
| | みるのみ | 9793 | 27.7 | 45.7 | 13.8 | 12.8 |
| | ささえるのみ | 118 | 29.7 | 32.2 | 24.6 | 13.6 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 16.1 | 32.1 | 20.4 | 31.3 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q21. この1年間に初めて実施したまたは久しぶり(概ね5年以上未実施だったもの)に再開した運動・スポーツ(MA)

| | | 全体 | ウォーキング(散歩・ぶらぶら歩き・一駅進んで行う歩行等) | 階段昇降(2アップ3ダウン階段を使用する等) | グラウンド・マラソン・駅伝 | 陸上競技 | 自転車競技(トラック・ロード・BMX・マウンテンバイク等) | サイクリング(自転車利用(自ら進んで行う自転車や公共交通機関に乗らず移動する等)、自転車で) | スケート・ボード・ローラースケート・インライン・一輪車 | トレーニング(筋力トレーニング・マットレス運動(ヨガ・ピラティス・エアロビクス・ダンス・室内運動器具を使ってする運動等)) | 体操(ラジオ体操・美容体操・太極拳・職場体操等) | エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス | 縄跳び・ダブルダッチ | 器械体操・新体操・トランポリン | ダンス(ブレイキン(ブレイクダンス)・ジャズダンス・ジャズダンス・フォークダンス・社交ダンス・民謡踊り・フラダンス等) | チアリーディング・バトントワリング | 水泳(競泳・水球・飛び込みスイミング・アクアティクスフィットネス・オープンウォーター等) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 25.6 | 3.5 | 3.9 | 0.3 | 0.4 | 1.8 | 0.2 | 4.0 | 2.7 | 2.0 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 1.3 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 24.3 | 3.2 | 5.4 | 0.5 | 0.6 | 2.2 | 0.3 | 4.2 | 1.4 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 1.3 |
| | 女性 | 14503 | 26.9 | 3.8 | 2.2 | 0.2 | 0.2 | 1.4 | 0.1 | 3.7 | 4.0 | 3.6 | 0.4 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 1.2 |
| 年代 | 10代 | 719 | 15.9 | 3.6 | 5.0 | 1.8 | 0.8 | 2.8 | 0.3 | 4.3 | 2.6 | 1.4 | 1.1 | 0.1 | 2.8 | 0.1 | 1.8 |
| | 20代 | 4118 | 26.4 | 5.0 | 8.7 | 1.1 | 1.1 | 2.3 | 0.9 | 5.9 | 1.9 | 2.6 | 0.8 | 0.3 | 0.9 | 0.1 | 2.2 |
| | 30代 | 4166 | 25.7 | 4.6 | 6.7 | 0.6 | 0.6 | 2.3 | 0.2 | 5.3 | 2.5 | 2.4 | 0.5 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 1.5 |
| | 40代 | 5272 | 28.5 | 3.4 | 4.9 | 0.2 | 0.4 | 1.9 | 0.3 | 3.9 | 2.6 | 2.1 | 0.5 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 1.5 |
| | 50代 | 5555 | 27.7 | 3.5 | 2.8 | 0.1 | 0.3 | 1.8 | 0.1 | 3.7 | 2.3 | 2.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | 0.8 |
| | 60代 | 4758 | 24.8 | 2.6 | 1.3 | 0.1 | 0.1 | 1.6 | 0.1 | 3.4 | 2.8 | 1.7 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 1.0 |
| | 70代 | 5588 | 22.1 | 2.3 | 0.4 | － | 0.1 | 1.2 | 0.0 | 2.3 | 3.6 | 1.2 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | － | 0.8 |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | 13.7 | 4.4 | 6.9 | 2.5 | 1.2 | 3.4 | 0.3 | 4.4 | 1.2 | 0.6 | 0.9 | － | 1.2 | 0.3 | 1.9 |
| | 男性20代 | 2154 | 23.6 | 4.9 | 11.2 | 1.7 | 1.6 | 2.6 | 1.2 | 7.1 | 1.4 | 0.7 | 0.7 | 0.4 | 1.0 | 0.2 | 2.6 |
| | 男性30代 | 2173 | 22.3 | 4.4 | 9.2 | 1.0 | 1.0 | 2.7 | 0.4 | 5.9 | 1.3 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 1.7 |
| | 男性40代 | 2799 | 27.4 | 3.0 | 6.6 | 0.3 | 0.6 | 2.1 | 0.4 | 4.6 | 1.3 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 1.4 |
| | 男性50代 | 2928 | 26.2 | 2.9 | 4.1 | 0.1 | 0.4 | 2.4 | 0.1 | 3.4 | 0.9 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.8 |
| | 男性60代 | 2436 | 24.3 | 2.4 | 1.7 | 0.1 | 0.1 | 2.0 | 0.2 | 2.8 | 1.3 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 1.0 |
| | 男性70代 | 2635 | 22.4 | 2.0 | 0.8 | － | 0.2 | 1.3 | － | 2.0 | 2.4 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | － | 0.8 |
| | 女性10代 | 387 | 17.8 | 3.1 | 3.4 | 1.3 | 0.3 | 2.3 | 0.3 | 4.4 | 3.9 | 2.1 | 1.3 | 0.3 | 3.9 | － | 1.8 |
| | 女性20代 | 1904 | 29.5 | 5.1 | 5.9 | 0.4 | 0.6 | 1.8 | 0.6 | 4.5 | 2.4 | 4.8 | 0.8 | 0.3 | 0.9 | 0.1 | 1.8 |
| | 女性30代 | 1954 | 29.3 | 4.9 | 4.0 | 0.3 | 0.3 | 1.8 | 0.1 | 4.7 | 3.9 | 4.5 | 0.6 | 0.2 | 0.6 | － | 1.3 |
| | 女性40代 | 2426 | 29.4 | 3.8 | 2.7 | 0.2 | 0.1 | 1.7 | 0.1 | 3.3 | 4.1 | 3.9 | 0.7 | 0.2 | 0.5 | － | 1.6 |
| | 女性50代 | 2589 | 29.3 | 4.3 | 1.2 | 0.0 | 0.0 | 1.1 | 0.0 | 4.0 | 3.9 | 4.0 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | － | 0.8 |
| | 女性60代 | 2307 | 25.4 | 2.9 | 0.9 | － | － | 1.3 | 0.0 | 4.0 | 4.4 | 2.9 | 0.2 | － | 0.4 | － | 1.0 |
| | 女性70代 | 2936 | 21.8 | 2.5 | 0.2 | － | 0.0 | 1.0 | 0.0 | 2.5 | 4.7 | 2.2 | 0.0 | － | 0.8 | － | 0.9 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 22.9 | 3.5 | 3.8 | 0.4 | 0.3 | 1.6 | 0.3 | 4.0 | 2.2 | 2.3 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 1.6 |
| | 東京都区部 | 2849 | 24.7 | 3.1 | 5.0 | 0.5 | 0.3 | 1.7 | 0.6 | 4.5 | 1.7 | 2.6 | 0.4 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 2.0 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 21.9 | 3.7 | 3.1 | 0.3 | 0.3 | 1.6 | 0.1 | 3.8 | 2.4 | 2.1 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | － | 1.3 |
| | 大都市 | 11432 | 25.8 | 3.7 | 4.2 | 0.4 | 0.5 | 2.0 | 0.3 | 3.8 | 2.5 | 1.7 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 1.3 |
| | 小都市 | 8410 | 27.0 | 3.2 | 3.7 | 0.3 | 0.4 | 1.8 | 0.2 | 4.0 | 3.0 | 2.0 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 1.0 |
| | 町村 | 2540 | 28.7 | 3.4 | 3.5 | 0.2 | 0.3 | 1.6 | － | 4.4 | 3.6 | 1.7 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | － | 0.9 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 26.4 | 3.9 | 3.5 | 0.5 | 0.7 | 1.6 | 0.5 | 3.3 | 2.4 | 1.3 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | － | 1.3 |
| | 東北 | 1954 | 26.6 | 3.9 | 3.3 | 0.5 | 0.3 | 1.3 | 0.3 | 4.2 | 3.7 | 1.4 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 0.8 |
| | 北関東 | 1633 | 24.2 | 2.3 | 4.0 | 0.2 | 0.8 | 2.1 | 0.2 | 3.8 | 2.8 | 1.9 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | － | 0.9 |
| | 首都圏 | 9248 | 24.2 | 3.4 | 4.0 | 0.4 | 0.3 | 1.8 | 0.3 | 3.9 | 2.1 | 2.2 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 1.6 |
| | 北陸 | 1190 | 26.1 | 3.5 | 4.5 | 0.2 | 0.5 | 1.2 | 0.1 | 3.9 | 3.3 | 1.3 | 0.7 | － | 0.8 | － | 0.8 |
| | 東山 | 1101 | 25.3 | 2.9 | 3.5 | 0.2 | 0.5 | 2.5 | 0.2 | 4.3 | 3.0 | 2.0 | 0.6 | 0.1 | 0.5 | － | 0.9 |
| | 東海 | 3097 | 25.3 | 3.4 | 3.9 | 0.2 | 0.5 | 1.7 | 0.1 | 4.4 | 3.1 | 1.7 | 0.3 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 1.2 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 26.2 | 3.8 | 3.9 | 0.5 | 0.5 | 2.1 | 0.2 | 3.5 | 2.0 | 2.4 | 0.3 | 0.2 | 0.7 | 0.1 | 1.4 |
| | その他近畿圏 | 882 | 27.0 | 4.2 | 2.6 | 0.5 | 0.5 | 2.3 | 0.2 | 3.4 | 2.0 | 1.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | － | 1.4 |
| | 中国 | 1648 | 26.0 | 3.0 | 3.8 | 0.3 | 0.3 | 1.5 | 0.1 | 4.4 | 2.9 | 1.8 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | － | 0.7 |
| | 四国 | 822 | 27.6 | 2.9 | 2.9 | － | 0.2 | 2.2 | － | 3.3 | 3.0 | 1.5 | 0.2 | － | 0.4 | 0.1 | 1.3 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 27.7 | 3.9 | 4.3 | 0.4 | 0.4 | 1.8 | 0.3 | 4.5 | 3.6 | 2.2 | 0.4 | 0.3 | 0.5 | 0.1 | 1.2 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 25.9 | 5.2 | 4.2 | 0.8 | 1.3 | 2.6 | 1.0 | 4.7 | 2.5 | 1.6 | 0.7 | 0.3 | 0.8 | 0.1 | 1.1 |
| | 家族従業者 | 162 | 29.6 | 1.2 | 3.1 | 1.2 | 0.6 | 4.3 | 1.2 | 4.9 | 3.1 | 3.1 | 0.6 | 1.2 | － | 0.6 | － |
| | 雇用者 | 16696 | 26.0 | 3.7 | 5.2 | 0.3 | 0.4 | 2.0 | 0.2 | 4.3 | 2.4 | 2.2 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 1.4 |
| | (小計)就労者 | 19221 | 26.0 | 3.9 | 5.1 | 0.4 | 0.5 | 2.1 | 0.3 | 4.3 | 2.4 | 2.2 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 1.4 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | 25.4 | 2.6 | 1.0 | 0.0 | 0.1 | 1.1 | 0.0 | 3.0 | 4.0 | 2.7 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | － | 1.2 |
| | 学生 | 1183 | 18.2 | 4.1 | 7.4 | 1.7 | 0.6 | 2.1 | 0.4 | 5.6 | 1.8 | 1.3 | 0.9 | 0.3 | 1.9 | 0.2 | 2.3 |
| | 無職 | 4709 | 24.8 | 2.7 | 0.7 | 0.0 | 0.1 | 1.3 | － | 3.0 | 2.9 | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.7 |
| | その他 | 435 | 28.5 | 3.0 | 2.1 | 1.1 | 0.2 | 1.6 | 0.2 | 3.2 | 3.9 | 2.5 | 0.5 | 0.2 | 1.4 | － | 0.7 |
| | 答えたくない | 571 | 34.3 | 2.3 | 3.5 | 0.2 | 0.5 | 1.4 | 0.2 | 2.3 | 1.2 | 1.9 | － | 0.4 | 0.4 | － | 0.5 |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | 32.8 | 3.3 | 2.8 | 0.3 | 0.3 | 2.0 | － | 5.8 | 1.3 | 1.3 | 0.5 | － | 0.3 | － | 0.8 |
| | 高校 | 7401 | 27.8 | 3.4 | 2.6 | 0.2 | 0.2 | 1.8 | 0.1 | 3.4 | 3.1 | 1.5 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | － | 0.7 |
| | 短大・高専 | 3019 | 27.6 | 3.6 | 2.4 | 0.3 | 0.2 | 1.9 | 0.1 | 3.9 | 3.5 | 3.2 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 1.1 |
| | 専門学校 | 3278 | 29.3 | 3.9 | 3.1 | 0.4 | 0.3 | 2.1 | 0.3 | 4.5 | 3.5 | 2.0 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 0.9 |
| | 大学 | 13894 | 23.5 | 3.4 | 4.9 | 0.5 | 0.5 | 1.8 | 0.4 | 4.0 | 2.2 | 1.9 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 1.6 |
| | 大学院 | 1777 | 21.2 | 3.5 | 5.5 | 0.5 | 0.7 | 1.6 | 0.3 | 4.9 | 2.2 | 1.9 | 0.5 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 2.4 |
| | その他 | 14 | 21.4 | 21.4 | － | － | － | － | － | － | 7.1 | － | － | － | － | － | 7.1 |
| | 答えたくない | 397 | 26.4 | 2.3 | 2.8 | － | 0.5 | 1.5 | － | 3.0 | 2.3 | 2.0 | － | － | 0.3 | － | 0.8 |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | 28.7 | 3.3 | 1.8 | 0.7 | － | 2.9 | － | 3.3 | 2.9 | 1.1 | 0.4 | 0.2 | 0.7 | － | 0.9 |
| | 100万円未満 | 853 | 30.5 | 2.9 | 3.2 | 1.1 | 0.2 | 2.3 | － | 3.9 | 2.1 | 2.2 | 0.1 | 0.1 | 1.1 | 0.1 | 0.7 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | 30.1 | 4.0 | 2.4 | 0.1 | 0.4 | 1.7 | 0.2 | 4.1 | 3.4 | 1.6 | 0.5 | 0.2 | 0.4 | － | 1.1 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | 27.4 | 2.4 | 2.1 | 0.3 | 0.2 | 1.9 | 0.2 | 3.5 | 3.7 | 1.7 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 1.1 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | 26.0 | 3.9 | 3.2 | 0.4 | 0.3 | 1.6 | 0.1 | 3.7 | 2.8 | 1.6 | 0.3 | 0.1 | 0.8 | 0.0 | 1.2 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 24.9 | 3.3 | 4.4 | 0.3 | 0.4 | 2.1 | 0.2 | 4.6 | 2.7 | 2.3 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | － | 1.0 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 25.2 | 4.0 | 4.6 | 0.3 | 0.6 | 2.5 | 0.5 | 3.7 | 2.6 | 1.7 | 0.7 | 0.2 | 0.4 | － | 1.5 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | 26.5 | 3.4 | 5.2 | 0.4 | 0.6 | 1.6 | 0.1 | 3.8 | 3.0 | 1.6 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 1.0 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 24.5 | 4.6 | 6.5 | 0.6 | 0.3 | 2.0 | 0.4 | 4.7 | 2.1 | 2.2 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 1.7 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 22.9 | 3.3 | 5.6 | 0.2 | 0.7 | 2.0 | 0.4 | 5.0 | 2.2 | 2.6 | 0.4 | 0.0 | 0.4 | － | 1.5 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | 22.9 | 3.8 | 6.7 | 0.7 | 0.7 | 2.5 | 0.5 | 4.7 | 2.2 | 2.4 | 0.4 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 1.8 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 20.0 | 3.7 | 5.2 | 0.6 | 0.7 | 1.5 | 0.5 | 4.5 | 1.3 | 1.9 | 0.7 | 0.3 | 0.7 | 0.1 | 2.0 |
| | わからない | 2736 | 23.1 | 3.3 | 2.2 | 0.3 | 0.1 | 1.3 | 0.1 | 3.2 | 2.9 | 1.8 | 0.3 | 0.1 | 0.7 | 0.0 | 1.0 |
| | 答えたくない | 3969 | 28.5 | 3.1 | 2.5 | 0.0 | 0.3 | 1.3 | 0.1 | 3.2 | 2.5 | 2.2 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | － | 1.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 25.8 | 3.3 | 3.6 | 0.3 | 0.4 | 1.7 | 0.2 | 3.6 | 2.6 | 1.9 | 0.3 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 1.2 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 12423 | 25.3 | 3.7 | 4.3 | 0.5 | 0.4 | 2.0 | 0.2 | 4.5 | 2.6 | 2.1 | 0.4 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.3 |
| | 答えたくない | 530 | 26.8 | 3.4 | 4.2 | 0.4 | 0.4 | 2.3 | 0.2 | 3.6 | 3.2 | 1.7 | 0.4 | － | 0.4 | － | 0.4 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 25.6 | 3.5 | 4.8 | 0.4 | 0.4 | 2.2 | 0.3 | 4.7 | 2.2 | 2.2 | 0.3 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.2 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 24.3 | 2.9 | 2.6 | 0.2 | 0.4 | 1.5 | 0.2 | 3.4 | 2.6 | 1.8 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 1.2 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 27.6 | 3.8 | 4.9 | 0.3 | 0.3 | 1.8 | 0.2 | 3.7 | 2.7 | 2.1 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 1.4 |
| | 親と同居(未婚) | 2941 | 26.2 | 3.2 | 3.8 | 0.5 | 0.4 | 1.9 | 0.2 | 4.0 | 3.0 | 2.0 | 0.5 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 1.2 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | 24.9 | 4.3 | 3.1 | 0.5 | 0.9 | 2.6 | 0.5 | 3.9 | 3.7 | 1.4 | 0.7 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 1.4 |
| | その他 | 2916 | 24.0 | 4.3 | 3.6 | 0.6 | 0.4 | 1.7 | 0.2 | 4.5 | 3.0 | 1.8 | 0.4 | 0.2 | 0.7 | － | 1.3 |
| | 答えたくない | 530 | 26.8 | 3.4 | 4.2 | 0.4 | 0.4 | 2.3 | 0.2 | 3.6 | 3.2 | 1.7 | 0.4 | － | 0.4 | － | 0.4 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 22.5 | 3.8 | 4.1 | 0.5 | 0.5 | 2.0 | 0.4 | 4.6 | 3.1 | 1.9 | 0.4 | 0.2 | 0.6 | 0.1 | 1.3 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 24.2 | 3.2 | 5.1 | 0.3 | 0.4 | 1.8 | 0.2 | 5.1 | 2.6 | 2.6 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 1.5 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 23.2 | 3.5 | 4.5 | 0.4 | 0.5 | 1.9 | 0.3 | 4.8 | 2.9 | 2.2 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 1.4 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 29.3 | 3.2 | 2.8 | 0.2 | 0.3 | 1.6 | 0.1 | 2.3 | 2.1 | 1.6 | 0.3 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 1.2 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 35.3 | 3.8 | 1.8 | 0.2 | 0.2 | 1.3 | 0.1 | 1.6 | 2.1 | 1.0 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | － | 0.3 |
| | (小計)この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 25.6 | 3.5 | 3.9 | 0.3 | 0.4 | 1.8 | 0.2 | 4.0 | 2.7 | 2.0 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 1.3 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 22.1 | 2.8 | 3.8 | 0.4 | 0.5 | 1.4 | 0.2 | 4.4 | 2.1 | 1.7 | 0.4 | 0.2 | 0.6 | 0.1 | 1.2 |
| | 週に2日 | 3316 | 19.7 | 3.0 | 5.7 | 0.5 | 0.2 | 1.7 | 0.4 | 5.7 | 2.4 | 2.3 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 1.4 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 21.4 | 2.9 | 4.4 | 0.5 | 0.4 | 1.5 | 0.3 | 4.8 | 2.2 | 1.9 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 1.3 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 24.8 | 3.8 | 4.9 | 0.4 | 0.7 | 2.2 | 0.4 | 3.9 | 2.4 | 2.2 | 0.4 | 0.1 | 0.6 | 0.0 | 1.7 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 33.4 | 3.6 | 2.3 | 0.2 | 0.1 | 1.8 | 0.0 | 2.5 | 2.6 | 1.4 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | － | 0.7 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 24.7 | 3.4 | 4.3 | 0.4 | 0.5 | 1.8 | 0.3 | 4.1 | 2.3 | 1.9 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.0 | 1.3 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 29.9 | 4.0 | 2.0 | 0.0 | 0.1 | 1.8 | 0.0 | 3.4 | 4.2 | 2.1 | 0.4 | 0.0 | 0.3 | － | 0.9 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 24.9 | 8.2 | 11.1 | 2.7 | 2.6 | 4.4 | 2.1 | 5.9 | 3.3 | 2.4 | 1.1 | 0.7 | 1.4 | 0.4 | 3.8 |
| | する・みる | 12942 | 20.9 | 2.9 | 3.4 | 0.1 | 0.1 | 1.6 | 0.0 | 4.2 | 3.0 | 1.8 | 0.3 | 0.1 | 0.4 | 0.0 | 1.0 |
| | する・ささえる | 212 | 25.5 | 2.4 | 7.5 | － | 0.5 | 3.8 | － | 10.4 | 1.4 | 3.3 | 0.5 | － | 1.9 | － | 2.8 |
| | するのみ | 4963 | 28.0 | 2.7 | 3.6 | 0.1 | 0.2 | 1.5 | 0.0 | 5.3 | 2.5 | 3.0 | 0.3 | 0.1 | 0.4 | － | 1.0 |
| | みる・ささえる | 642 | 30.2 | 5.3 | 6.9 | 1.4 | 2.2 | 2.8 | 0.9 | 3.0 | 2.5 | 2.3 | 0.8 | 0.5 | 1.2 | 0.2 | 1.9 |
| | みるのみ | 5497 | 29.9 | 3.1 | 2.3 | 0.1 | 0.1 | 1.4 | 0.0 | 1.9 | 2.2 | 1.3 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | － | 0.9 |
| | ささえるのみ | 89 | 31.5 | 2.2 | 3.4 | 1.1 | 2.2 | 2.2 | － | 3.4 | 1.1 | － | － | － | 3.4 | － | 1.1 |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 32.8 | 3.4 | 2.0 | 0.1 | 0.1 | 1.5 | 0.0 | 2.3 | 2.0 | 1.5 | 0.4 | 0.0 | 0.3 | － | 1.0 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q21. この1年間に初めて実施したまたは久しぶり(概ね5年以上未実施だったもの)に再開した運動・スポーツ(MA)

| | | 全体 | アクアエクササイズ・水中ウォーキング | 野球（硬式・軟式等） | ソフトボール | キャッチボール | テニス・ソフトテニス | バドミントン | 卓球（ラージボール含む） | 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） | グラウンドゴルフ・パークゴルフ・マレットゴルフ・デルフィスク・スナッグゴルフ・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・3×3・ボートボール | ドッジボール | ハンドボール | サッカー | フットサル |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.6 | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 0.7 | 0.7 | 0.6 | 1.0 | 0.7 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.3 | 1.2 | 0.4 | 0.4 | 0.9 | 0.6 | 0.6 | 1.7 | 1.1 | 0.2 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.6 |
| | 女性 | 14503 | 0.8 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.8 | 0.6 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 |
| 年代 | 10代 | 719 | 0.1 | 1.5 | 0.7 | 0.6 | 1.5 | 3.1 | 2.4 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 2.2 | 1.3 | 0.6 | 0.6 | 1.4 | 0.6 |
| | 20代 | 4118 | 0.4 | 1.9 | 0.6 | 0.6 | 1.5 | 1.3 | 1.4 | 0.7 | 0.9 | 0.3 | 0.9 | 1.1 | 0.2 | 0.2 | 1.2 | 0.9 |
| | 30代 | 4166 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.4 | 0.9 | 0.9 | 0.5 | 1.0 | 0.9 | 0.2 | 0.6 | 0.7 | 0.3 | 0.1 | 0.8 | 0.9 |
| | 40代 | 5272 | 0.5 | 0.6 | 0.3 | 0.4 | 0.6 | 0.9 | 0.5 | 0.8 | 0.7 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.3 |
| | 50代 | 5555 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | 1.5 | 0.9 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 60代 | 4758 | 0.8 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.3 | 0.4 | 1.4 | 0.7 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| | 70代 | 5588 | 0.8 | － | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.6 | 0.8 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | － | 0.0 | － | 0.0 | － |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | － | 3.1 | 0.3 | 0.9 | 0.9 | 3.4 | 1.2 | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 0.9 | 0.3 | － | 0.3 | 2.2 | 0.9 |
| | 男性20代 | 2154 | 0.2 | 3.3 | 1.0 | 0.8 | 2.0 | 0.9 | 1.7 | 1.1 | 1.1 | 0.3 | 1.0 | 1.6 | 0.3 | 0.3 | 2.1 | 1.6 |
| | 男性30代 | 2173 | 0.4 | 1.9 | 0.9 | 0.6 | 1.0 | 0.8 | 0.6 | 1.5 | 1.4 | 0.1 | 0.6 | 1.1 | 0.3 | 0.1 | 1.4 | 1.5 |
| | 男性40代 | 2799 | 0.3 | 1.1 | 0.4 | 0.5 | 0.8 | 0.5 | 0.6 | 1.3 | 0.9 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 0.7 | 0.6 |
| | 男性50代 | 2928 | 0.2 | 0.7 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.2 | 2.4 | 1.2 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.3 |
| | 男性60代 | 2436 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 0.3 | 2.5 | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.1 |
| | 男性70代 | 2635 | 0.3 | － | 0.1 | 0.2 | 0.6 | 0.1 | 0.5 | 1.4 | 1.0 | 0.4 | － | － | 0.1 | － | 0.0 | － |
| | 女性10代 | 387 | 0.3 | 0.3 | 1.0 | 0.3 | 2.1 | 2.8 | 3.4 | － | 0.3 | － | 3.4 | 2.1 | 1.0 | 0.8 | 0.8 | 0.3 |
| | 女性20代 | 1904 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 0.9 | 1.7 | 1.1 | 0.3 | 0.7 | 0.3 | 0.9 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.1 |
| | 女性30代 | 1954 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.8 | 1.0 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.2 |
| | 女性40代 | 2426 | 0.9 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 1.4 | 0.5 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | － | 0.0 | 0.0 |
| | 女性50代 | 2589 | 0.8 | － | － | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.7 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | － | 0.0 | 0.0 | － |
| | 女性60代 | 2307 | 1.0 | － | － | － | 0.8 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 0.3 | － | 0.1 | 0.1 | － | － | － | 0.0 |
| | 女性70代 | 2936 | 1.2 | － | － | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | － | － | － | － | － |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 0.7 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | 0.7 | 0.4 | 0.7 | 1.2 | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 |
| | 東京都区部 | 2849 | 0.6 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.8 | 0.4 | 0.7 | 1.2 | 0.9 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | － | 0.1 | 0.4 | 0.5 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 0.7 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.7 | 0.4 | 0.7 | 1.2 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.4 |
| | 大都市 | 11432 | 0.5 | 0.8 | 0.3 | 0.3 | 0.8 | 0.8 | 0.6 | 1.0 | 0.7 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.4 |
| | 小都市 | 8410 | 0.5 | 0.7 | 0.3 | 0.2 | 0.7 | 0.7 | 0.5 | 0.9 | 0.6 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.3 |
| | 町村 | 2540 | 0.9 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.8 | 1.1 | 0.6 | 0.7 | 0.4 | 0.3 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.3 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 0.5 | 0.7 | － | 0.4 | 0.5 | 0.9 | 0.5 | 0.9 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | － | － | 0.6 | 0.3 |
| | 東北 | 1954 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | 0.3 | 0.8 | 0.9 | 0.7 | 0.9 | 0.7 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | － | 0.4 | 0.3 |
| | 北関東 | 1633 | 0.6 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 1.0 | 0.9 | 0.5 | 1.1 | 0.6 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.2 |
| | 首都圏 | 9248 | 0.7 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 0.7 | 0.5 | 0.6 | 0.9 | 0.7 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 |
| | 北陸 | 1190 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.7 | 1.0 | 1.1 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | － | 0.4 | 0.7 |
| | 東山 | 1101 | 0.4 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.6 | 0.3 | 0.9 | 0.5 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | － | 0.5 | 0.2 |
| | 東海 | 3097 | 0.8 | 0.7 | 0.4 | 0.5 | 0.8 | 0.8 | 0.9 | 1.3 | 0.9 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 0.4 | 0.6 | 0.5 | 0.3 | 0.9 | 0.7 | 0.6 | 1.1 | 0.8 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 0.5 | 0.4 |
| | その他近畿圏 | 882 | 0.3 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 0.8 | 0.8 | 0.1 | 1.1 | 0.7 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | － | 0.9 | 0.6 |
| | 中国 | 1648 | 0.4 | 0.7 | 0.3 | 0.3 | 0.7 | 0.5 | 0.3 | 1.2 | 0.8 | 0.1 | 0.7 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.3 |
| | 四国 | 822 | 0.7 | 0.9 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.6 | 0.4 | 0.7 | － | 0.2 | 0.6 | － | 0.1 | 0.2 | 0.1 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 0.7 | 0.5 | 0.4 | 0.4 | 0.8 | 0.9 | 0.7 | 1.2 | 1.0 | 0.3 | 0.8 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.2 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 0.7 | 0.9 | 0.5 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.9 | 1.1 | 0.7 | 0.3 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.3 |
| | 家族従業者 | 162 | 0.6 | 0.6 | － | － | － | 0.6 | 0.6 | 0.6 | － | － | － | 0.6 | 0.6 | － | 0.6 | 1.2 |
| | 雇用者 | 16696 | 0.5 | 0.9 | 0.3 | 0.4 | 0.9 | 0.8 | 0.6 | 1.2 | 0.9 | 0.1 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.5 |
| | (小計)就労者 | 19221 | 0.5 | 0.9 | 0.3 | 0.4 | 0.9 | 0.7 | 0.6 | 1.2 | 0.9 | 0.1 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.5 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | 1.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | － | － | 0.0 |
| | 学生 | 1183 | 0.3 | 1.4 | 0.8 | 0.6 | 1.4 | 2.9 | 1.7 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 1.8 | 1.1 | 0.3 | 0.4 | 1.5 | 0.8 |
| | 無職 | 4709 | 0.5 | － | 0.0 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.5 | 1.1 | 0.7 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | － | － | 0.1 | 0.0 |
| | その他 | 435 | 0.9 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 1.1 | 0.5 | － | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.7 | － |
| | 答えたくない | 571 | 0.5 | 0.2 | 0.4 | － | 0.5 | 0.7 | 0.5 | 0.9 | 0.4 | － | 0.2 | 0.4 | － | － | 0.7 | － |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | － | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.8 | 0.3 | 0.5 | 0.3 | 0.3 | － | 0.3 | 0.5 | － |
| | 高校 | 7401 | 0.5 | 0.6 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.6 | 0.6 | 0.8 | 0.5 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.4 | 0.2 |
| | 短大・高専 | 3019 | 0.8 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.8 | 0.6 | 0.5 | 0.8 | 0.6 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.1 |
| | 専門学校 | 3278 | 0.5 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.7 | 0.9 | 0.5 | 0.7 | 0.6 | 0.2 | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.2 |
| | 大学 | 13894 | 0.6 | 0.8 | 0.4 | 0.3 | 0.8 | 0.7 | 0.6 | 1.3 | 0.9 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.5 |
| | 大学院 | 1777 | 0.6 | 0.9 | 0.3 | 0.4 | 1.2 | 0.9 | 1.0 | 1.4 | 1.3 | 0.2 | 0.6 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.6 | 0.3 |
| | その他 | 14 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 7.1 | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 397 | － | 0.3 | － | － | 0.8 | 0.3 | － | 0.3 | 0.8 | － | 0.3 | － | － | － | 0.5 | 0.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | 0.2 | 0.2 | － | 0.2 | 0.2 | 0.9 | 0.7 | 0.7 | 0.2 | － | 0.7 | 0.2 | － | 0.2 | 0.2 | － |
| | 100万円未満 | 853 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.9 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | － | 0.2 | 0.8 | 0.4 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | 0.4 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.6 | 0.8 | 0.7 | 0.4 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.1 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.7 | 0.8 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | － | 0.1 | 0.2 | 0.0 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | 0.7 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 0.6 | 0.7 | 1.0 | 0.6 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | － | 0.2 | 0.3 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 0.6 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 1.1 | 0.9 | 0.6 | 0.9 | 0.6 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | － | 0.5 | 0.2 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 0.8 | 1.2 | 0.3 | 0.3 | 1.2 | 0.8 | 0.6 | 0.8 | 0.8 | 0.2 | 0.5 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.6 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | 0.6 | 1.2 | 0.3 | 0.4 | 1.0 | 0.4 | 0.5 | 1.6 | 1.2 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.7 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 0.6 | 0.6 | 0.4 | 0.7 | 0.5 | 0.9 | 0.6 | 1.1 | 0.6 | 0.2 | 0.7 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.6 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 0.5 | 1.2 | 0.6 | 0.2 | 0.8 | 0.6 | 0.4 | 1.4 | 1.4 | 0.0 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.5 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | 0.7 | 0.9 | 0.4 | 0.5 | 1.3 | 0.8 | 1.0 | 2.2 | 1.6 | 0.3 | 0.5 | 0.7 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.5 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 0.5 | 1.0 | 0.3 | 0.4 | 0.7 | 0.9 | 0.7 | 2.4 | 1.3 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 1.1 | 0.9 |
| | わからない | 2736 | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.6 | 1.2 | 0.7 | 0.4 | 0.6 | 0.0 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 答えたくない | 3969 | 0.5 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | 0.9 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.7 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | 0.7 | 0.5 | 0.5 | 1.3 | 0.9 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.4 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 12423 | 0.4 | 0.7 | 0.4 | 0.3 | 0.8 | 0.9 | 0.8 | 0.6 | 0.6 | 0.1 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.3 |
| | 答えたくない | 530 | 0.6 | － | － | － | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | － | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.6 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 0.7 | 0.7 | 0.8 | 0.7 | 0.6 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.7 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | 0.6 | 1.3 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.7 | 0.9 | 0.4 | 0.4 | 0.8 | 0.7 | 0.4 | 1.3 | 1.1 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.5 |
| | 親と同居(未婚) | 2941 | 0.2 | 0.9 | 0.4 | 0.2 | 0.7 | 1.0 | 0.7 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.2 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | 1.2 | 0.5 | 0.4 | 0.8 | 1.2 | 1.6 | 0.9 | 1.2 | 0.5 | 0.2 | 1.2 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.5 |
| | その他 | 2916 | 0.4 | 0.7 | 0.4 | 0.3 | 0.9 | 1.0 | 0.7 | 0.9 | 0.8 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.3 |
| | 答えたくない | 530 | 0.6 | － | － | － | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | － | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.6 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.6 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | 0.6 | 0.5 | 0.7 | 0.7 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.7 | 0.6 | 0.4 | 0.3 | 1.0 | 0.8 | 0.6 | 1.1 | 0.8 | 0.1 | 0.5 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.4 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 0.6 | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 0.8 | 0.7 | 0.7 | 0.8 | 0.7 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.3 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 0.5 | 0.8 | 0.3 | 0.4 | 0.8 | 0.9 | 0.5 | 1.6 | 0.9 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 0.5 | 0.6 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 1.0 | 0.5 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.6 | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 0.7 | 0.7 | 0.6 | 1.0 | 0.7 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.7 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.6 | 0.6 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.7 | 0.9 | 0.4 | 0.2 | 1.0 | 0.8 | 0.8 | 0.8 | 0.9 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.5 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 0.7 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.7 | 0.5 | 0.7 | 0.7 | 0.7 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 0.6 | 1.0 | 0.4 | 0.5 | 1.1 | 0.9 | 0.7 | 1.7 | 1.1 | 0.2 | 0.5 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.6 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.5 | 0.9 | 0.4 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.6 | 0.7 | 0.3 | 0.3 | 0.8 | 0.7 | 0.6 | 1.1 | 0.8 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 1.0 | 2.8 | 1.3 | 0.7 | 2.1 | 1.6 | 1.8 | 1.7 | 1.4 | 0.7 | 1.3 | 1.2 | 0.6 | 0.4 | 2.2 | 1.4 |
| | する・みる | 12942 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.6 | 0.6 | 0.6 | 0.9 | 0.8 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.2 |
| | する・ささえる | 212 | 0.5 | － | － | － | 1.9 | 2.4 | 1.4 | － | － | － | 0.9 | 0.5 | － | － | 0.5 | － |
| | するのみ | 4963 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | － | 0.0 | 0.1 |
| | みる・ささえる | 642 | 0.8 | 2.8 | 0.9 | 0.9 | 1.9 | 1.7 | 1.2 | 3.0 | 1.6 | 0.6 | 2.0 | 1.7 | 0.5 | 0.5 | 1.9 | 2.0 |
| | みるのみ | 5497 | 0.5 | 0.7 | 0.2 | 0.3 | 0.6 | 0.6 | 0.5 | 1.6 | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.4 |
| | ささえるのみ | 89 | － | － | － | 1.1 | 2.2 | － | － | 1.1 | 1.1 | － | 1.1 | － | 1.1 | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.7 | 0.4 | 0.8 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.3 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q21. この1年間に初めて実施したまたは久しぶり(概ね5年以上未実施だったもの)に再開した運動・スポーツ(MA)

| | | 全体 | 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 | ボウリング | ゲートボール | 柔道 | 剣道 | 空手道 | その他武道(弓道・相撲・合気道・少林寺拳法・なぎなた・銃剣道・居合道等) | レスリング | ボクシング | テコンドー | 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 | フリークライミング(ボルダリング・リードクライミング・スピードクライミング等) | 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.6 | 0.4 | 0.1 |
| | 女性 | 14503 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.8 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.1 |
| 年代 | 10代 | 719 | 0.1 | – | 1.1 | 0.3 | 0.3 | 0.6 | 0.4 | 0.6 | – | 0.3 | 0.1 | 1.0 | 0.1 | 0.8 | 0.8 | – |
| | 20代 | 4118 | 0.1 | 0.0 | 0.8 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.0 | 0.4 | 0.0 | 1.4 | 0.3 | 0.7 | 0.3 | 0.3 |
| | 30代 | 4166 | – | 0.0 | 0.9 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.4 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 0.1 |
| | 40代 | 5272 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | – | 0.9 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.2 |
| | 50代 | 5555 | – | – | 0.4 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 1.1 | – | 0.4 | 0.3 | 0.1 |
| | 60代 | 4758 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.3 | 0.3 | 0.0 |
| | 70代 | 5588 | – | 0.0 | 0.5 | 0.0 | – | 0.0 | – | 0.0 | – | – | – | 0.5 | – | 0.2 | 0.5 | 0.0 |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | – | – | 0.9 | – | 0.3 | 1.2 | 0.6 | 0.6 | – | 0.6 | 0.3 | 0.9 | – | 1.2 | 0.6 | – |
| | 男性20代 | 2154 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 1.5 | 0.5 | 0.9 | 0.4 | 0.3 |
| | 男性30代 | 2173 | – | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.7 | 0.3 | 0.6 | 0.5 | 0.2 |
| | 男性40代 | 2799 | 0.0 | 0.0 | 0.8 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | – | 0.9 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | 0.2 |
| | 男性50代 | 2928 | – | – | 0.5 | – | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | – | 0.2 | – | 1.4 | – | 0.6 | 0.3 | 0.1 |
| | 男性60代 | 2436 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.7 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.0 |
| | 男性70代 | 2635 | – | 0.0 | 0.8 | 0.0 | – | 0.1 | – | – | – | – | – | 0.6 | – | 0.3 | 0.6 | – |
| | 女性10代 | 387 | 0.3 | – | 1.3 | 0.5 | 0.3 | – | 0.3 | 0.5 | – | – | – | 1.0 | 0.3 | 0.5 | 1.0 | – |
| | 女性20代 | 1904 | – | – | 0.9 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | – | 0.2 | – | 1.4 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.3 |
| | 女性30代 | 1954 | – | 0.1 | 0.7 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.3 | – | 1.1 | 0.1 | 0.6 | 0.3 | 0.1 |
| | 女性40代 | 2426 | – | – | 0.6 | – | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | – | 0.2 | – | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.1 |
| | 女性50代 | 2589 | – | – | 0.3 | – | – | – | 0.0 | 0.2 | – | 0.1 | – | 0.7 | – | 0.1 | 0.3 | 0.1 |
| | 女性60代 | 2307 | – | – | 0.4 | – | – | – | – | – | – | 0.0 | – | 0.5 | – | 0.0 | 0.3 | – |
| | 女性70代 | 2936 | – | – | 0.3 | – | – | – | – | 0.0 | – | – | – | 0.3 | – | 0.1 | 0.5 | 0.1 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 |
| | 東京都区部 | 2849 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | – | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 1.2 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.1 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | – | 1.0 | 0.0 | 0.4 | 0.4 | 0.0 |
| | 大都市 | 11432 | 0.1 | 0.0 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.1 |
| | 小都市 | 8410 | – | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.2 | – | 0.9 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.1 |
| | 町村 | 2540 | – | – | 0.5 | 0.0 | 0.0 | – | – | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 0.8 | – | 0.3 | 0.4 | 0.1 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 0.1 | – | 0.6 | – | – | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.1 | – | 0.7 | 0.1 | 0.6 | 0.2 | 0.1 |
| | 東北 | 1954 | 0.1 | – | 0.6 | 0.1 | – | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.8 | – | 0.3 | 0.4 | 0.1 |
| | 北関東 | 1633 | – | – | 0.4 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.2 | – | 1.2 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.2 |
| | 首都圏 | 9248 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 |
| | 北陸 | 1190 | – | – | 0.3 | – | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.9 | 0.1 | – | 0.2 | 0.1 |
| | 東山 | 1101 | – | – | 1.1 | – | – | 0.3 | – | 0.1 | – | 0.3 | – | 1.4 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 0.1 |
| | 東海 | 3097 | – | – | 0.6 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.1 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 1.0 | 0.1 | 0.5 | 0.7 | 0.1 |
| | その他近畿圏 | 882 | – | – | 0.6 | – | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | – | – | 0.6 | – | 0.1 | 0.7 | – |
| | 中国 | 1648 | – | 0.1 | 0.8 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.7 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | – |
| | 四国 | 822 | – | – | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.5 | – | 0.4 | 0.1 | – |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 1.1 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 0.2 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 1.0 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 0.1 |
| | 家族従業者 | 162 | – | – | 1.2 | – | – | 0.6 | – | – | – | 0.6 | – | – | – | – | – | – |
| | 雇用者 | 16696 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.2 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.1 |
| | (小計)就労者 | 19221 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.1 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.1 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | – | – | 0.5 | – | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | 0.0 | – | 0.5 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 0.1 |
| | 学生 | 1183 | 0.1 | – | 1.0 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 1.2 | – | 0.6 | 0.6 | 0.1 |
| | 無職 | 4709 | – | – | 0.4 | – | – | 0.1 | – | – | – | 0.0 | – | 0.6 | – | 0.3 | 0.3 | 0.0 |
| | その他 | 435 | – | 0.2 | 1.1 | – | – | – | – | – | – | – | – | 0.5 | – | 0.2 | 0.2 | 0.2 |
| | 答えたくない | 571 | – | – | 0.2 | – | – | 0.2 | 0.2 | 0.2 | – | 0.4 | – | 0.7 | – | – | 0.2 | – |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | – | – | 0.8 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 0.3 | – | – |
| | 高校 | 7401 | 0.0 | – | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 0.6 | – | 0.3 | 0.3 | 0.0 |
| | 短大・高専 | 3019 | – | 0.1 | 0.4 | – | – | 0.1 | 0.1 | 0.0 | – | 0.1 | – | 0.6 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.1 |
| | 専門学校 | 3278 | – | – | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.9 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 |
| | 大学 | 13894 | 0.1 | 0.0 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.2 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.1 |
| | 大学院 | 1777 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | – | 1.1 | 0.3 | 0.7 | 0.3 | 0.3 |
| | その他 | 14 | – | – | 7.1 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 397 | – | – | 0.5 | – | – | – | – | – | – | 0.3 | – | 0.3 | – | – | 0.3 | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | – | – | 0.9 | – | – | 0.2 | – | – | – | – | – | 1.3 | – | 0.4 | 0.2 | 0.2 |
| | 100万円未満 | 853 | – | 0.1 | 0.9 | – | – | 0.2 | 0.1 | – | – | 0.1 | – | 0.7 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | – |
| | 100～200万円未満 | 1669 | – | 0.1 | 0.4 | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.1 | – | 0.2 | – | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.5 | – |
| | 200～300万円未満 | 2707 | 0.0 | – | 0.6 | 0.0 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.2 | – | 0.6 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | – |
| | 300～400万円未満 | 3157 | – | – | 0.6 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.2 | – | 1.0 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.1 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | – | 0.1 | – | 1.3 | 0.1 | 0.5 | 0.6 | 0.2 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 0.0 | – | 0.7 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 1.3 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.3 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | – | – | 0.4 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | – | 1.4 | 0.1 | 0.4 | 0.3 | 0.2 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 0.1 | – | 1.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | – | 0.1 | – | 1.1 | 0.1 | 0.7 | 0.2 | 0.1 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | – | – | 0.6 | – | – | 0.2 | 0.2 | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.9 | 0.0 | 0.6 | 0.4 | 0.1 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | 0.1 | 0.1 | 0.9 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 1.3 | 0.3 | 0.8 | 0.7 | 0.1 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 0.1 | – | 0.9 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | – | 0.2 | 0.1 | 1.4 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | 0.2 |
| | わからない | 2736 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.4 | 0.1 |
| | 答えたくない | 3969 | – | – | 0.4 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.0 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.9 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 12423 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 |
| | 答えたくない | 530 | – | – | 0.2 | – | – | – | 0.4 | – | – | – | – | 0.2 | – | – | 0.2 | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | – | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | – | 1.2 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.2 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.9 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.1 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.9 | 0.1 | 0.6 | 0.4 | 0.1 |
| | 親と同居(未婚) | 2941 | 0.0 | 0.0 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.1 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | 0.1 | – | 1.1 | – | 0.3 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | – | 0.7 | 0.2 | 1.1 | 0.3 | 0.8 | 0.5 | – |
| | その他 | 2916 | – | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | – | 0.2 | – | 0.2 | – | 1.2 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 |
| | 答えたくない | 530 | – | – | 0.2 | – | – | – | 0.4 | – | – | – | – | 0.2 | – | – | 0.2 | – |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.1 | 0.2 | 0.4 | 0.5 | 0.1 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | – | 0.8 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 1.1 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.2 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | – | – | 0.2 | – | – | 0.1 | – | 0.0 | – | 0.1 | – | 0.3 | – | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| | (小計)この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.9 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.1 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | – | 0.2 | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.7 | 0.5 | 0.1 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.9 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 0.0 | 0.0 | 0.8 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.3 | 0.1 | 0.5 | 0.5 | 0.1 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | – | – | 0.3 | – | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.5 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.1 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | – | – | 0.6 | – | – | 0.0 | – | 0.0 | – | 0.1 | – | 0.5 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.1 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 0.3 | 0.1 | 1.5 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 0.5 | 0.1 | 0.9 | 0.2 | 2.1 | 0.6 | 1.5 | 1.0 | 0.3 |
| | する・みる | 12942 | 0.0 | 0.0 | 0.6 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.9 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.1 |
| | する・ささえる | 212 | – | – | 0.5 | – | 0.5 | 1.4 | 0.5 | – | – | – | – | 2.4 | – | 0.9 | 2.4 | – |
| | するのみ | 4963 | – | – | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | – | 0.1 | – | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.1 |
| | みる・ささえる | 642 | 0.2 | 0.5 | 1.1 | 0.3 | 0.2 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | – | 1.2 | 0.2 | 1.4 | 0.5 | 0.8 |
| | みるのみ | 5497 | – | – | 0.7 | – | – | 0.0 | 0.0 | 0.1 | – | – | – | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.1 |
| | ささえるのみ | 89 | – | – | 1.1 | – | – | – | – | 1.1 | – | – | – | 2.2 | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | – | – | 0.2 | – | – | 0.1 | – | 0.1 | 0.0 | 0.1 | – | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.1 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q21. この1年間に初めて実施したまたは久しぶり(概ね5年以上未実施だったもの)に再開した運動・スポーツ(MA)

| | | 全体 | 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・シュノーケリング | サーフィン・ボディボード・ボーセーリング・ウインドサーフィン | 釣り | スキー | スノーボード | 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 | アーチェリー・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 | 乗馬 | レクリエーションスポーツ | パラスポーツ(障害者スポーツ) | ゲーム機等の情報通信機器を利用した運動・スポーツ(身体を動かすもの) | その他 | あてはまるものはない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30176 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 53.7 |
| 性別 | 男性 | 15446 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.8 | 0.7 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 54.4 |
| | 女性 | 14503 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.5 | 53.1 |
| 年代 | 10代 | 719 | － | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.7 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | － | 0.1 | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 49.8 |
| | 20代 | 4118 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 0.9 | 0.9 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.0 | 0.4 | 0.3 | 42.0 |
| | 30代 | 4166 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 | － | 0.4 | 0.4 | 48.8 |
| | 40代 | 5272 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.8 | 0.6 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 50.1 |
| | 50代 | 5555 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.3 | 53.5 |
| | 60代 | 4758 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.0 | 0.4 | 59.1 |
| | 70代 | 5588 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.4 | 65.7 |
| 性年代 | 男性10代 | 321 | － | － | － | 0.6 | 1.6 | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | － | 0.3 | 0.9 | － | 0.6 | 0.3 | 52.3 |
| | 男性20代 | 2154 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 1.0 | 1.1 | 1.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.0 | 0.4 | 0.2 | 41.7 |
| | 男性30代 | 2173 | 0.1 | 0.4 | 0.1 | 0.6 | 0.4 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.3 | － | 0.4 | 0.3 | 49.8 |
| | 男性40代 | 2799 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 1.0 | 0.6 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | 0.1 | 0.3 | 50.8 |
| | 男性50代 | 2928 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 1.1 | 0.9 | 0.4 | 0.0 | － | 0.0 | － | 0.1 | 0.2 | － | 0.1 | 0.2 | 54.3 |
| | 男性60代 | 2436 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.2 | 60.6 |
| | 男性70代 | 2635 | 0.0 | 0.1 | － | 0.4 | 0.5 | － | 0.1 | － | 0.0 | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 66.9 |
| | 女性10代 | 387 | － | 0.5 | 0.5 | 0.3 | － | 0.8 | － | － | 0.3 | － | － | 1.0 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 47.0 |
| | 女性20代 | 1904 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.7 | 0.7 | 1.2 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | － | 0.5 | 0.3 | 42.0 |
| | 女性30代 | 1954 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.4 | 0.5 | 47.6 |
| | 女性40代 | 2426 | － | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.7 | 0.2 | － | 0.0 | － | － | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 49.5 |
| | 女性50代 | 2589 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | － | 0.2 | － | 0.1 | 0.2 | 0.1 | － | 0.2 | 0.3 | 52.5 |
| | 女性60代 | 2307 | － | 0.1 | － | 0.2 | 0.3 | 0.0 | － | － | 0.0 | － | 0.1 | － | － | 0.1 | 0.5 | 57.5 |
| | 女性70代 | 2936 | － | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | － | － | － | － | 0.0 | 0.0 | 0.2 | － | 0.2 | 0.6 | 64.6 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7794 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.3 | 57.0 |
| | 東京都区部 | 2849 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.6 | 0.6 | 0.4 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | － | 0.3 | 0.4 | 54.2 |
| | 政令指定都市 | 4945 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 58.6 |
| | 大都市 | 11432 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 53.7 |
| | 小都市 | 8410 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 52.1 |
| | 町村 | 2540 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.7 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | － | － | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.6 | 49.4 |
| 居住地域 | 北海道 | 1215 | 0.1 | 0.2 | － | 0.4 | 1.2 | 0.8 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.1 | 0.5 | 0.2 | 55.6 |
| | 東北 | 1954 | － | 0.1 | － | 0.6 | 0.5 | 0.4 | － | 0.1 | － | － | － | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 53.0 |
| | 北関東 | 1633 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 | － | 0.2 | 0.2 | 54.3 |
| | 首都圏 | 9248 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.6 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 55.6 |
| | 北陸 | 1190 | － | － | － | 0.7 | 0.8 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.3 | 0.3 | － | 0.5 | 0.5 | 53.4 |
| | 東山 | 1101 | － | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.6 | 0.6 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 | － | 0.4 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 53.9 |
| | 東海 | 3097 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.2 | 0.5 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.4 | 52.2 |
| | 近畿二府一県 | 3963 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | － | 0.2 | 0.4 | 53.8 |
| | その他近畿圏 | 882 | 0.1 | － | － | 0.3 | 0.6 | 0.1 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.2 | 55.0 |
| | 中国 | 1648 | － | 0.1 | － | 0.7 | 0.7 | 0.2 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.1 | 53.6 |
| | 四国 | 822 | － | － | 0.1 | 0.5 | 0.2 | － | － | － | － | － | 0.2 | 0.1 | － | 0.4 | 0.2 | 53.0 |
| | 九州・沖縄 | 3423 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.9 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 49.6 |
| 職業 | 自営業主 | 2363 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.8 | 0.7 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | － | 0.2 | 0.1 | 51.1 |
| | 家族従業者 | 162 | － | － | － | 0.6 | － | － | － | 0.6 | － | － | － | － | － | 1.2 | 0.6 | 50.6 |
| | 雇用者 | 16696 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.6 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.3 | 50.8 |
| | (小計)就労者 | 19221 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.7 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.3 | 50.9 |
| | 主婦・主夫 | 4057 | － | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | － | 0.0 | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | 0.2 | 0.5 | 59.0 |
| | 学生 | 1183 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.5 | 1.4 | 1.0 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.8 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 49.4 |
| | 無職 | 4709 | 0.0 | 0.1 | － | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.0 | － | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.5 | 62.7 |
| | その他 | 435 | － | － | 0.2 | 0.7 | 0.5 | 0.2 | － | － | － | － | － | － | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 54.5 |
| | 答えたくない | 571 | 0.2 | 0.2 | － | 0.5 | 0.5 | 0.5 | － | － | － | 0.2 | 0.2 | 0.2 | － | 0.2 | 1.1 | 48.5 |
| 最終学歴 | 中学校 | 396 | － | － | － | 1.5 | － | 0.3 | － | 0.3 | 0.3 | － | － | 0.3 | － | － | 0.5 | 49.7 |
| | 高校 | 7401 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.5 | 53.8 |
| | 短大・高専 | 3019 | － | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | － | 0.2 | 0.5 | 52.9 |
| | 専門学校 | 3278 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | － | － | 0.0 | 0.1 | － | 0.2 | 0.4 | 50.6 |
| | 大学 | 13894 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.7 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.2 | 54.3 |
| | 大学院 | 1777 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.5 | 1.1 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 55.9 |
| | その他 | 14 | － | － | － | － | 7.1 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 50.0 |
| | 答えたくない | 397 | － | 0.3 | － | 0.3 | 0.3 | 0.8 | － | － | － | － | － | － | － | 0.3 | 0.5 | 57.9 |
| 世帯年収 | 収入なし | 453 | － | 0.7 | － | 0.9 | 0.9 | － | － | － | 0.2 | 0.2 | 0.2 | － | － | 0.4 | 0.7 | 54.5 |
| | 100万円未満 | 853 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.9 | 0.6 | － | － | － | － | 0.2 | － | － | 0.4 | 0.7 | 47.7 |
| | 100～200万円未満 | 1669 | － | 0.2 | － | 0.2 | 0.3 | 0.2 | － | － | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 52.1 |
| | 200～300万円未満 | 2707 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | － | － | 0.1 | 0.4 | － | 0.2 | 0.4 | 55.4 |
| | 300～400万円未満 | 3157 | － | 0.1 | 0.3 | 0.7 | 0.4 | 0.2 | － | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | － | 0.3 | 0.2 | 54.7 |
| | 400～500万円未満 | 2899 | 0.1 | 0.2 | － | 0.8 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | － | 0.2 | － | 0.2 | 0.3 | 51.6 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.3 | 0.5 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | － | 0.3 | 0.3 | 50.8 |
| | 600～700万円未満 | 1882 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | － | 0.4 | 0.2 | 51.2 |
| | 700～800万円未満 | 1794 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.6 | 0.7 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.2 | 50.8 |
| | 800～1000万円未満 | 2419 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.6 | 0.8 | 0.5 | － | 0.1 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.3 | 0.2 | 53.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1516 | 0.1 | 0.5 | 0.3 | 0.9 | 0.9 | 0.9 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 51.8 |
| | 1200万円以上 | 1726 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 1.3 | 1.5 | 0.4 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 56.1 |
| | わからない | 2736 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | － | 0.2 | 0.5 | 58.4 |
| | 答えたくない | 3969 | － | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | 0.0 | － | － | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.5 | 56.5 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17223 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 54.1 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 12423 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.6 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.4 | 0.4 | 53.2 |
| | 答えたくない | 530 | － | 0.2 | － | 0.4 | － | － | － | － | － | － | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.6 | 54.7 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6557 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.5 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.3 | 0.0 | 0.3 | 0.3 | 52.6 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8875 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.4 | 58.0 |
| | 夫婦・子あり | 7074 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.7 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 49.8 |
| | 親と同居(未婚) | 2941 | － | 0.1 | 0.2 | 0.8 | 0.4 | 0.3 | － | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | － | 0.5 | 0.2 | 54.0 |
| | 2世帯以上同居 | 1283 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.7 | 1.2 | 0.7 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 0.6 | 50.4 |
| | その他 | 2916 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.7 | 0.7 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | － | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 54.0 |
| | 答えたくない | 530 | － | 0.2 | － | 0.4 | － | － | － | － | － | － | 0.2 | － | － | 0.2 | 0.6 | 54.7 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 57.6 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.6 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | － | 0.3 | 0.4 | 52.4 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.4 | 55.5 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 0.0 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.6 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 49.9 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | － | － | － | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.5 | 49.8 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 53.7 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 7433 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 60.7 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.6 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | － | 0.2 | 0.5 | 56.7 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.5 | 0.6 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 59.5 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.7 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.3 | 0.3 | 50.6 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.6 | 0.4 | 0.2 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.3 | 0.4 | 49.6 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.6 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.0 | 0.2 | 0.3 | 54.3 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 5113 | 0.0 | 0.3 | 0.0 | 0.6 | 0.3 | 0.4 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | － | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.4 | 51.2 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 2612 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 1.6 | 1.5 | 1.0 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.9 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 35.8 |
| | する・みる | 12942 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 60.4 |
| | する・ささえる | 212 | － | － | 0.5 | － | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | － | － | 0.5 | － | － | 0.5 | 0.5 | 40.1 |
| | するのみ | 4963 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | － | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | － | 0.2 | 0.5 | 53.8 |
| | みる・ささえる | 642 | 0.2 | 0.5 | 0.6 | 1.4 | 1.2 | 0.8 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 34.3 |
| | みるのみ | 5497 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 0.8 | 0.5 | 0.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | － | 0.2 | 0.3 | 51.6 |
| | ささえるのみ | 89 | － | － | 1.1 | 1.1 | － | － | － | － | － | － | － | 2.2 | － | 1.1 | － | 33.7 |
| | しない・みない・ささえない | 3219 | － | 0.1 | 0.0 | 0.7 | 0.3 | 0.4 | － | 0.1 | 0.0 | － | 0.1 | － | － | 0.3 | 0.3 | 50.5 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q22. 前問で回答した運動・スポーツを初めて実施した(または再開した)きっかけ(MA)

| | | 全体 | 家族に誘われた | 友人・知人・同僚に誘われた | 家族に奨められた | 友人・知人・同僚に奨められた | 医師に奨められた | 所属する団体（会社等）に奨められた | TVや新聞、インターネット等で奨めていた | 現地やTV等でその運動・スポーツを観た | 前問で回答した運動・スポーツに係るボランティアを行った | その他 | 特に理由はない | わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 13958 | 12.1 | 13.9 | 7.3 | 6.1 | 9.2 | 3.0 | 7.2 | 3.2 | 1.0 | 6.8 | 41.6 | 3.1 |
| 性別 | 男性 | 7047 | 11.4 | 16.1 | 8.1 | 7.3 | 10.4 | 4.1 | 6.7 | 3.7 | 1.3 | 5.2 | 41.1 | 3.0 |
| | 女性 | 6807 | 12.9 | 11.8 | 6.4 | 4.9 | 7.9 | 1.7 | 7.7 | 2.7 | 0.7 | 8.6 | 42.0 | 3.0 |
| 年代 | 10代 | 361 | 13.3 | 27.7 | 9.7 | 11.1 | 2.8 | 6.4 | 6.4 | 5.0 | 1.4 | 6.4 | 28.5 | 3.3 |
| | 20代 | 2388 | 13.5 | 23.4 | 9.3 | 10.5 | 7.3 | 6.0 | 9.3 | 5.2 | 1.9 | 5.2 | 30.7 | 3.9 |
| | 30代 | 2134 | 14.7 | 16.4 | 8.0 | 7.8 | 5.8 | 3.8 | 6.9 | 3.7 | 1.4 | 6.2 | 40.3 | 3.7 |
| | 40代 | 2630 | 14.2 | 11.5 | 5.6 | 4.6 | 7.4 | 2.8 | 6.3 | 2.9 | 1.3 | 6.5 | 44.1 | 4.1 |
| | 50代 | 2585 | 10.4 | 9.7 | 5.9 | 4.6 | 10.4 | 1.7 | 6.6 | 1.8 | 0.5 | 7.6 | 46.4 | 2.9 |
| | 60代 | 1944 | 8.5 | 8.4 | 5.9 | 3.5 | 10.8 | 1.4 | 6.8 | 2.3 | 0.4 | 8.0 | 49.9 | 2.2 |
| | 70代 | 1916 | 10.5 | 11.6 | 8.9 | 4.6 | 15.7 | 1.1 | 7.3 | 3.1 | 0.8 | 8.1 | 40.9 | 0.9 |
| 性年代 | 男性10代 | 153 | 11.8 | 30.7 | 11.1 | 15.7 | 4.6 | 9.8 | 9.8 | 7.2 | 1.3 | 5.2 | 20.9 | 3.3 |
| | 男性20代 | 1256 | 13.3 | 27.9 | 11.5 | 13.8 | 8.4 | 8.6 | 10.0 | 6.7 | 2.6 | 3.6 | 26.8 | 3.6 |
| | 男性30代 | 1091 | 13.7 | 21.4 | 9.2 | 9.5 | 7.5 | 5.0 | 7.6 | 4.6 | 1.9 | 3.2 | 38.0 | 3.1 |
| | 男性40代 | 1378 | 12.8 | 13.2 | 6.0 | 5.3 | 8.3 | 3.9 | 5.9 | 3.1 | 1.5 | 5.4 | 43.9 | 4.1 |
| | 男性50代 | 1337 | 8.8 | 11.7 | 5.7 | 5.5 | 10.8 | 2.3 | 5.2 | 2.2 | 0.4 | 5.6 | 47.9 | 3.0 |
| | 男性60代 | 959 | 8.0 | 8.3 | 7.0 | 3.3 | 11.7 | 2.1 | 4.5 | 1.8 | 0.5 | 5.6 | 53.2 | 2.8 |
| | 男性70代 | 873 | 11.3 | 9.5 | 10.0 | 4.0 | 19.1 | 1.0 | 6.0 | 2.7 | 0.9 | 8.2 | 41.4 | 0.7 |
| | 女性10代 | 205 | 14.6 | 25.9 | 8.8 | 7.8 | 1.5 | 3.9 | 3.9 | 3.4 | 1.5 | 7.3 | 33.2 | 3.4 |
| | 女性20代 | 1104 | 13.9 | 18.7 | 6.9 | 6.8 | 6.2 | 3.1 | 8.6 | 3.6 | 1.1 | 7.1 | 34.8 | 4.1 |
| | 女性30代 | 1024 | 15.8 | 11.1 | 6.7 | 6.1 | 3.9 | 2.4 | 6.2 | 2.7 | 0.8 | 9.5 | 42.7 | 4.2 |
| | 女性40代 | 1224 | 15.9 | 9.4 | 5.2 | 3.8 | 6.4 | 1.5 | 6.5 | 2.6 | 1.1 | 7.8 | 44.4 | 3.9 |
| | 女性50代 | 1230 | 12.0 | 7.6 | 6.2 | 3.7 | 9.9 | 1.0 | 8.1 | 1.3 | 0.5 | 9.7 | 44.6 | 2.8 |
| | 女性60代 | 981 | 8.9 | 8.6 | 4.8 | 3.7 | 9.9 | 0.8 | 9.1 | 2.9 | 0.2 | 10.2 | 46.9 | 1.5 |
| | 女性70代 | 1039 | 9.8 | 13.4 | 8.0 | 5.1 | 12.8 | 1.3 | 8.3 | 3.3 | 0.7 | 8.0 | 40.5 | 1.1 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 3353 | 10.7 | 14.3 | 6.9 | 6.4 | 9.2 | 3.0 | 8.6 | 3.3 | 1.2 | 7.5 | 42.1 | 3.2 |
| | 東京都区部 | 1304 | 10.0 | 15.1 | 8.1 | 7.1 | 8.4 | 3.1 | 9.0 | 3.6 | 1.2 | 6.5 | 42.6 | 3.8 |
| | 政令指定都市 | 2049 | 11.1 | 13.9 | 6.1 | 6.1 | 9.7 | 2.9 | 8.3 | 3.2 | 1.1 | 8.2 | 41.7 | 2.7 |
| | 大都市 | 5290 | 12.3 | 14.4 | 7.4 | 6.2 | 9.0 | 3.3 | 7.1 | 3.6 | 1.0 | 6.4 | 41.8 | 2.8 |
| | 小都市 | 4031 | 12.9 | 12.9 | 7.8 | 6.2 | 9.7 | 2.7 | 6.8 | 3.0 | 0.9 | 6.7 | 40.3 | 3.5 |
| | 町村 | 1284 | 13.0 | 14.2 | 6.1 | 4.8 | 8.2 | 2.3 | 4.9 | 2.0 | 1.4 | 7.3 | 44.2 | 2.7 |
| 居住地域 | 北海道 | 539 | 12.6 | 12.4 | 7.6 | 6.3 | 8.5 | 2.2 | 6.5 | 3.2 | 0.4 | 8.7 | 41.9 | 3.5 |
| | 東北 | 919 | 12.0 | 13.3 | 7.0 | 7.2 | 10.6 | 2.8 | 6.6 | 2.8 | 0.9 | 7.0 | 40.9 | 2.6 |
| | 北関東 | 746 | 12.5 | 13.7 | 7.8 | 5.2 | 10.7 | 3.2 | 8.8 | 2.7 | 1.3 | 7.1 | 37.7 | 4.2 |
| | 首都圏 | 4110 | 11.4 | 13.5 | 7.5 | 5.7 | 8.9 | 3.0 | 8.1 | 3.8 | 1.1 | 6.8 | 42.2 | 3.6 |
| | 北陸 | 554 | 11.9 | 14.8 | 6.5 | 5.4 | 8.5 | 3.6 | 5.6 | 3.6 | 1.1 | 6.5 | 40.6 | 4.0 |
| | 東山 | 508 | 12.6 | 15.6 | 8.7 | 8.3 | 10.0 | 2.8 | 6.1 | 2.4 | 0.8 | 8.7 | 36.2 | 4.1 |
| | 東海 | 1479 | 12.2 | 15.1 | 6.8 | 5.8 | 9.3 | 3.5 | 7.0 | 2.9 | 1.3 | 7.4 | 40.6 | 2.8 |
| | 近畿二府一県 | 1830 | 11.7 | 13.8 | 7.2 | 6.8 | 8.5 | 2.7 | 5.7 | 3.2 | 1.3 | 5.7 | 44.6 | 2.6 |
| | その他近畿圏 | 397 | 12.8 | 12.1 | 8.1 | 7.1 | 7.6 | 4.0 | 7.6 | 3.5 | 0.5 | 6.0 | 45.1 | 2.3 |
| | 中国 | 764 | 13.1 | 15.1 | 6.8 | 5.0 | 9.4 | 3.8 | 8.4 | 3.4 | 0.7 | 6.4 | 39.4 | 2.6 |
| | 四国 | 386 | 11.4 | 10.9 | 8.0 | 6.7 | 9.8 | 2.1 | 6.5 | 2.1 | 1.3 | 5.7 | 44.8 | 3.1 |
| | 九州・沖縄 | 1726 | 13.4 | 14.9 | 6.8 | 6.1 | 9.4 | 2.5 | 6.6 | 2.6 | 0.9 | 7.1 | 41.4 | 1.9 |
| 職業 | 自営業主 | 1156 | 12.6 | 15.1 | 8.7 | 8.7 | 11.9 | 4.2 | 8.6 | 4.8 | 2.5 | 4.8 | 37.5 | 2.2 |
| | 家族従業者 | 80 | 12.5 | 11.3 | 12.5 | 6.3 | 12.5 | 6.3 | 11.3 | 1.3 | 2.5 | 7.5 | 37.5 | – |
| | 雇用者 | 8211 | 12.5 | 15.0 | 6.8 | 6.5 | 7.5 | 3.7 | 7.1 | 3.5 | 1.1 | 6.2 | 41.7 | 3.3 |
| | (小計)就労者 | 9447 | 12.5 | 15.0 | 7.1 | 6.8 | 8.1 | 3.7 | 7.4 | 3.6 | 1.3 | 6.1 | 41.1 | 3.2 |
| | 主婦・主夫 | 1664 | 14.5 | 9.8 | 8.4 | 3.5 | 11.7 | 0.9 | 7.6 | 2.0 | 0.5 | 7.6 | 41.8 | 2.1 |
| | 学生 | 599 | 12.7 | 29.9 | 8.5 | 11.4 | 3.8 | 4.3 | 6.8 | 4.8 | 1.0 | 6.2 | 31.2 | 2.3 |
| | 無職 | 1756 | 8.3 | 8.0 | 7.3 | 3.8 | 14.9 | 0.9 | 5.7 | 1.5 | 0.3 | 10.0 | 47.1 | 1.9 |
| | その他 | 198 | 10.1 | 8.6 | 7.6 | 5.1 | 9.1 | 0.5 | 9.1 | 5.1 | 0.5 | 15.2 | 42.9 | 3.0 |
| | 答えたくない | 294 | 10.2 | 10.2 | 4.1 | 4.1 | 7.8 | 1.7 | 6.1 | 1.7 | 1.4 | 4.1 | 45.6 | 14.3 |
| 最終学歴 | 中学校 | 199 | 7.5 | 7.0 | 3.5 | 3.0 | 13.1 | 3.5 | 5.5 | 1.0 | 1.0 | 8.5 | 52.8 | 2.5 |
| | 高校 | 3417 | 10.7 | 12.3 | 6.5 | 4.7 | 10.5 | 1.8 | 6.1 | 2.4 | 0.8 | 7.6 | 44.9 | 3.0 |
| | 短大・高専 | 1421 | 13.3 | 11.0 | 7.3 | 3.9 | 7.7 | 2.3 | 7.6 | 3.3 | 0.7 | 7.4 | 44.1 | 2.7 |
| | 専門学校 | 1619 | 12.7 | 12.8 | 6.4 | 5.4 | 9.1 | 2.7 | 6.3 | 2.5 | 1.2 | 6.7 | 43.5 | 3.1 |
| | 大学 | 6345 | 12.8 | 15.9 | 7.6 | 7.6 | 8.8 | 3.6 | 7.9 | 3.8 | 1.2 | 6.4 | 39.1 | 3.0 |
| | 大学院 | 783 | 11.4 | 16.6 | 10.3 | 7.0 | 8.3 | 5.0 | 8.4 | 4.0 | 1.4 | 7.3 | 35.5 | 3.1 |
| | その他 | 7 | 14.3 | – | – | – | 14.3 | – | – | – | – | – | 71.4 | – |
| | 答えたくない | 167 | 9.0 | 6.0 | 8.4 | 5.4 | 7.8 | 3.6 | 1.8 | 1.2 | 0.6 | 2.4 | 48.5 | 13.2 |
| 世帯年収 | 収入なし | 206 | 9.7 | 12.1 | 3.4 | 4.4 | 9.7 | 1.0 | 2.9 | 1.5 | – | 8.7 | 51.9 | 2.4 |
| | 100万円未満 | 446 | 8.7 | 13.2 | 5.4 | 6.1 | 6.3 | 2.0 | 7.2 | 3.1 | 0.4 | 7.0 | 48.0 | 3.1 |
| | 100～200万円未満 | 800 | 6.3 | 11.6 | 6.0 | 4.5 | 11.9 | 2.9 | 7.6 | 3.1 | 1.0 | 9.0 | 44.9 | 2.6 |
| | 200～300万円未満 | 1208 | 9.2 | 12.3 | 7.0 | 5.2 | 10.7 | 2.5 | 7.9 | 3.5 | 0.7 | 9.0 | 43.6 | 2.1 |
| | 300～400万円未満 | 1430 | 11.4 | 13.8 | 6.7 | 7.6 | 10.5 | 2.9 | 8.5 | 3.6 | 0.9 | 7.1 | 40.2 | 2.3 |
| | 400～500万円未満 | 1404 | 11.8 | 15.7 | 7.3 | 6.9 | 9.5 | 3.1 | 6.8 | 3.6 | 1.8 | 7.0 | 39.1 | 2.3 |
| | 500～600万円未満 | 1178 | 12.6 | 17.2 | 8.5 | 7.4 | 8.0 | 3.2 | 7.3 | 4.2 | 1.0 | 6.4 | 39.7 | 2.0 |
| | 600～700万円未満 | 919 | 15.1 | 15.5 | 8.3 | 6.2 | 9.0 | 4.5 | 8.3 | 2.7 | 1.4 | 6.1 | 37.1 | 3.3 |
| | 700～800万円未満 | 883 | 14.9 | 16.1 | 8.5 | 6.9 | 7.9 | 2.7 | 8.0 | 3.9 | 1.0 | 6.3 | 38.3 | 1.9 |
| | 800～1000万円未満 | 1132 | 15.7 | 15.7 | 8.7 | 6.6 | 9.4 | 4.9 | 8.0 | 3.1 | 1.1 | 6.4 | 36.2 | 2.1 |
| | 1000～1200万円未満 | 730 | 16.6 | 18.4 | 8.9 | 8.6 | 10.0 | 5.3 | 9.2 | 4.8 | 2.2 | 4.7 | 33.2 | 3.2 |
| | 1200万円以上 | 757 | 18.9 | 18.4 | 10.0 | 8.7 | 7.8 | 4.2 | 8.3 | 3.6 | 1.3 | 5.4 | 33.8 | 2.4 |
| | わからない | 1138 | 9.9 | 11.7 | 5.4 | 3.8 | 7.3 | 1.8 | 4.4 | 2.1 | 0.7 | 7.6 | 47.4 | 4.9 |
| | 答えたくない | 1727 | 9.8 | 7.6 | 5.9 | 3.5 | 9.0 | 1.0 | 4.8 | 1.7 | 0.5 | 6.1 | 51.4 | 6.2 |
| 未既婚 | 既婚者 | 7898 | 16.1 | 12.4 | 9.1 | 5.7 | 10.0 | 2.9 | 6.9 | 3.1 | 1.1 | 6.3 | 39.4 | 2.6 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 5820 | 7.0 | 16.2 | 5.0 | 6.7 | 8.2 | 3.2 | 7.6 | 3.3 | 1.0 | 7.7 | 44.3 | 3.4 |
| | 答えたくない | 240 | 5.0 | 8.8 | 3.8 | 5.8 | 7.9 | 1.7 | 4.6 | 2.5 | 1.3 | 4.2 | 52.9 | 10.8 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 3109 | 4.4 | 15.2 | 3.7 | 6.8 | 7.6 | 3.1 | 7.4 | 3.5 | 1.0 | 7.9 | 47.3 | 3.4 |
| | 夫婦のみ・子なし | 3730 | 15.3 | 12.5 | 8.9 | 5.4 | 10.4 | 2.4 | 6.9 | 2.9 | 0.9 | 6.9 | 39.8 | 2.2 |
| | 夫婦・子あり | 3548 | 16.7 | 12.1 | 9.1 | 5.8 | 9.0 | 3.2 | 7.1 | 3.0 | 1.0 | 5.9 | 39.5 | 2.9 |
| | 親と同居(未婚) | 1352 | 9.5 | 15.8 | 6.2 | 7.0 | 10.3 | 3.0 | 8.1 | 2.8 | 0.7 | 7.0 | 41.5 | 3.8 |
| | 2世帯以上同居 | 637 | 17.6 | 16.6 | 9.7 | 7.1 | 11.5 | 4.1 | 6.9 | 4.1 | 2.7 | 8.0 | 33.3 | 3.8 |
| | その他 | 1342 | 10.6 | 17.5 | 6.9 | 6.0 | 7.9 | 3.3 | 7.1 | 3.9 | 1.2 | 6.5 | 41.6 | 2.7 |
| | 答えたくない | 240 | 5.0 | 8.8 | 3.8 | 5.8 | 7.9 | 1.7 | 4.6 | 2.5 | 1.3 | 4.2 | 52.9 | 10.8 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 5172 | 11.1 | 13.7 | 8.1 | 7.2 | 10.8 | 3.5 | 8.7 | 4.5 | 1.3 | 8.1 | 39.6 | 2.2 |
| | 週に1～2日 | 4054 | 12.8 | 15.7 | 7.7 | 6.9 | 10.1 | 3.3 | 8.2 | 3.0 | 1.2 | 6.7 | 38.5 | 2.4 |
| | (小計)週に1日以上計 | 9226 | 11.8 | 14.6 | 8.0 | 7.1 | 10.5 | 3.4 | 8.5 | 3.8 | 1.3 | 7.5 | 39.1 | 2.3 |
| | (小計)週1日未満 | 3432 | 14.0 | 15.2 | 6.4 | 4.5 | 6.7 | 2.4 | 4.8 | 2.1 | 0.6 | 6.1 | 44.1 | 2.3 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 1300 | 9.1 | 6.2 | 4.8 | 3.7 | 6.4 | 1.5 | 4.0 | 1.4 | 0.5 | 4.2 | 53.2 | 10.5 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 13958 | 12.1 | 13.9 | 7.3 | 6.1 | 9.2 | 3.0 | 7.2 | 3.2 | 1.0 | 6.8 | 41.6 | 3.1 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 2918 | 9.9 | 12.6 | 6.8 | 6.0 | 10.1 | 2.6 | 7.3 | 3.8 | 1.0 | 7.4 | 42.7 | 2.6 |
| | 週に2日 | 1435 | 13.9 | 18.7 | 8.6 | 8.8 | 10.9 | 4.2 | 10.8 | 4.7 | 2.2 | 6.0 | 34.1 | 2.4 |
| | (小計)週に2日以上計 | 4353 | 11.2 | 14.6 | 7.4 | 6.9 | 10.4 | 3.1 | 8.5 | 4.1 | 1.4 | 6.9 | 39.9 | 2.6 |
| | (小計)週2日未満 | 5065 | 13.6 | 17.7 | 8.3 | 7.7 | 9.5 | 3.9 | 7.9 | 3.8 | 1.4 | 6.1 | 36.7 | 2.3 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 2047 | 10.4 | 8.1 | 5.4 | 3.7 | 7.1 | 1.9 | 4.6 | 1.5 | 0.5 | 5.5 | 50.3 | 8.2 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 11465 | 12.1 | 14.8 | 7.4 | 6.7 | 9.4 | 3.3 | 7.5 | 3.5 | 1.2 | 6.3 | 40.3 | 3.4 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 2493 | 12.0 | 10.1 | 6.5 | 3.4 | 8.1 | 1.7 | 5.5 | 1.7 | 0.2 | 9.4 | 47.7 | 1.4 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 1677 | 20.0 | 27.6 | 17.4 | 17.5 | 13.8 | 10.9 | 14.3 | 10.4 | 4.7 | 3.3 | 14.4 | 0.8 |
| | する・みる | 5130 | 10.9 | 13.4 | 6.5 | 5.4 | 10.9 | 1.8 | 8.2 | 2.9 | 0.5 | 8.7 | 40.3 | 1.7 |
| | する・ささえる | 127 | 9.4 | 10.2 | 7.9 | 11.8 | 7.1 | 4.7 | 6.3 | 4.7 | 2.4 | 10.2 | 33.9 | 3.1 |
| | するのみ | 2292 | 8.0 | 7.8 | 4.4 | 2.8 | 7.2 | 1.4 | 4.9 | 1.0 | 0.4 | 7.8 | 54.9 | 4.7 |
| | みる・ささえる | 422 | 20.9 | 22.0 | 11.8 | 14.7 | 11.4 | 8.1 | 12.3 | 7.6 | 2.6 | 2.4 | 20.4 | 2.1 |
| | みるのみ | 2658 | 13.0 | 13.8 | 6.2 | 3.5 | 7.6 | 1.8 | 4.4 | 1.6 | 0.3 | 6.7 | 45.3 | 2.9 |
| | ささえるのみ | 59 | 15.3 | 20.3 | 10.2 | 11.9 | 3.4 | 5.1 | 8.5 | 3.4 | 5.1 | 3.4 | 20.3 | 3.4 |
| | しない・みない・ささえない | 1593 | 9.9 | 8.3 | 3.8 | 2.6 | 3.8 | 1.1 | 2.7 | 0.9 | 0.4 | 4.7 | 56.6 | 8.1 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q23. あなたは1年前と比べて運動・スポーツを実施する頻度は増えましたか、減りましたか。

| | | 全体 | 増えた | あまり変わらない・変わらない | 減った | わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 38872 | 13.9 | 60.8 | 18.5 | 6.8 |
| 性別 | 男性 | 19057 | 13.8 | 62.3 | 17.7 | 6.2 |
| | 女性 | 19473 | 14.2 | 59.6 | 19.2 | 7.1 |
| 年代 | 10代 | 806 | 20.8 | 39.2 | 31.9 | 8.1 |
| | 20代 | 4977 | 20.8 | 51.1 | 19.2 | 8.8 |
| | 30代 | 5353 | 17.0 | 54.5 | 19.6 | 8.8 |
| | 40代 | 6936 | 14.0 | 59.9 | 18.5 | 7.6 |
| | 50代 | 7575 | 12.3 | 63.8 | 16.2 | 7.7 |
| | 60代 | 6289 | 12.1 | 65.5 | 17.0 | 5.4 |
| | 70代 | 6936 | 9.2 | 68.3 | 19.2 | 3.2 |
| 性年代 | 男性10代 | 355 | 25.9 | 38.6 | 27.9 | 7.6 |
| | 男性20代 | 2515 | 22.8 | 53.7 | 15.7 | 7.8 |
| | 男性30代 | 2670 | 17.3 | 58.1 | 17.2 | 7.5 |
| | 男性40代 | 3467 | 14.0 | 62.1 | 17.6 | 6.3 |
| | 男性50代 | 3783 | 11.5 | 64.7 | 16.7 | 7.2 |
| | 男性60代 | 3074 | 10.8 | 66.2 | 17.7 | 5.4 |
| | 男性70代 | 3193 | 7.6 | 69.1 | 19.9 | 3.4 |
| | 女性10代 | 434 | 17.3 | 40.3 | 35.0 | 7.4 |
| | 女性20代 | 2383 | 19.0 | 48.9 | 22.7 | 9.4 |
| | 女性30代 | 2623 | 16.8 | 51.5 | 22.0 | 9.7 |
| | 女性40代 | 3397 | 14.1 | 58.1 | 19.4 | 8.4 |
| | 女性50代 | 3734 | 13.2 | 63.1 | 15.8 | 8.0 |
| | 女性60代 | 3186 | 13.5 | 64.9 | 16.2 | 5.4 |
| | 女性70代 | 3716 | 10.7 | 67.7 | 18.7 | 3.0 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9754 | 14.3 | 63.5 | 16.8 | 5.4 |
| | 東京都区部 | 3471 | 15.1 | 61.6 | 17.2 | 6.2 |
| | 政令指定都市 | 6283 | 13.9 | 64.5 | 16.6 | 5.0 |
| | 大都市 | 14186 | 14.6 | 61.2 | 18.3 | 5.9 |
| | 小都市 | 11369 | 13.4 | 59.1 | 19.5 | 8.0 |
| | 町村 | 3563 | 12.1 | 57.2 | 20.4 | 10.4 |
| 居住地域 | 北海道 | 1615 | 12.2 | 61.4 | 19.9 | 6.5 |
| | 東北 | 2641 | 13.5 | 60.0 | 20.0 | 6.6 |
| | 北関東 | 2081 | 14.2 | 59.6 | 19.6 | 6.6 |
| | 首都圏 | 11610 | 14.1 | 61.7 | 17.7 | 6.5 |
| | 北陸 | 1564 | 13.1 | 60.3 | 20.1 | 6.5 |
| | 東山 | 1470 | 12.9 | 60.0 | 18.4 | 8.6 |
| | 東海 | 3983 | 13.9 | 60.9 | 18.1 | 7.1 |
| | 近畿二府一県 | 5155 | 13.9 | 61.6 | 17.4 | 7.2 |
| | その他近畿圏 | 1125 | 13.1 | 58.7 | 19.7 | 8.5 |
| | 中国 | 2170 | 13.0 | 61.4 | 19.2 | 6.3 |
| | 四国 | 1119 | 12.6 | 60.8 | 18.7 | 8.0 |
| | 九州・沖縄 | 4339 | 16.2 | 58.6 | 18.9 | 6.3 |
| 職業 | 自営業主 | 3016 | 14.5 | 61.2 | 18.0 | 6.3 |
| | 家族従業者 | 204 | 16.7 | 57.8 | 20.6 | 4.9 |
| | 雇用者 | 21230 | 15.1 | 60.4 | 17.7 | 6.8 |
| | (小計)就労者 | 24450 | 15.1 | 60.5 | 17.7 | 6.7 |
| | 主婦・主夫 | 5393 | 12.6 | 63.5 | 18.5 | 5.4 |
| | 学生 | 1325 | 21.6 | 45.5 | 26.3 | 6.6 |
| | 無職 | 6251 | 9.9 | 65.3 | 19.4 | 5.4 |
| | その他 | 556 | 13.7 | 61.2 | 20.5 | 4.7 |
| | 答えたくない | 897 | 8.5 | 44.1 | 19.1 | 28.3 |
| 最終学歴 | 中学校 | 645 | 11.9 | 60.5 | 18.3 | 9.3 |
| | 高校 | 10509 | 11.6 | 61.7 | 19.0 | 7.6 |
| | 短大・高専 | 3965 | 13.9 | 62.2 | 17.7 | 6.2 |
| | 専門学校 | 4400 | 13.3 | 59.6 | 19.2 | 7.9 |
| | 大学 | 16673 | 15.4 | 60.8 | 18.3 | 5.4 |
| | 大学院 | 2053 | 17.2 | 62.2 | 15.9 | 4.7 |
| | その他 | 16 | 12.5 | 56.3 | 25.0 | 6.3 |
| | 答えたくない | 611 | 9.0 | 39.3 | 20.3 | 31.4 |
| 世帯年収 | 収入なし | 694 | 11.5 | 55.3 | 21.3 | 11.8 |
| | 100万円未満 | 1172 | 14.1 | 55.4 | 23.0 | 7.5 |
| | 100～200万円未満 | 2321 | 11.2 | 63.1 | 20.2 | 5.5 |
| | 200～300万円未満 | 3528 | 11.9 | 63.3 | 19.2 | 5.6 |
| | 300～400万円未満 | 4013 | 13.3 | 63.4 | 17.5 | 5.8 |
| | 400～500万円未満 | 3621 | 15.8 | 60.1 | 18.8 | 5.4 |
| | 500～600万円未満 | 2997 | 15.0 | 61.5 | 18.5 | 5.0 |
| | 600～700万円未満 | 2333 | 16.8 | 59.5 | 18.2 | 5.6 |
| | 700～800万円未満 | 2232 | 14.5 | 61.3 | 18.8 | 5.4 |
| | 800～1000万円未満 | 2883 | 18.0 | 59.9 | 18.1 | 4.0 |
| | 1000～1200万円未満 | 1768 | 19.7 | 58.9 | 17.2 | 4.2 |
| | 1200万円以上 | 1990 | 18.3 | 62.8 | 14.7 | 4.2 |
| | わからない | 3824 | 11.4 | 59.0 | 19.4 | 10.1 |
| | 答えたくない | 5496 | 10.2 | 60.1 | 17.6 | 12.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 21636 | 13.9 | 61.9 | 18.5 | 5.8 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16444 | 14.3 | 60.0 | 18.4 | 7.3 |
| | 答えたくない | 792 | 9.5 | 46.3 | 19.2 | 25.0 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8500 | 14.4 | 60.0 | 18.6 | 7.0 |
| | 夫婦のみ・子なし | 10944 | 13.1 | 64.1 | 17.8 | 5.0 |
| | 夫婦・子あり | 9053 | 14.8 | 59.2 | 19.2 | 6.7 |
| | 親と同居(未婚) | 4015 | 12.9 | 60.5 | 18.2 | 8.4 |
| | 2世帯以上同居 | 1669 | 16.4 | 57.6 | 18.4 | 7.5 |
| | その他 | 3899 | 14.0 | 61.2 | 18.6 | 6.2 |
| | 答えたくない | 792 | 9.5 | 46.3 | 19.2 | 25.0 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 23.2 | 65.1 | 9.8 | 1.9 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 19.9 | 59.7 | 18.3 | 2.0 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 21.9 | 62.9 | 13.3 | 1.9 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 10.1 | 54.4 | 31.7 | 3.8 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 7.5 | 50.8 | 23.7 | 17.9 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 18.0 | 59.9 | 18.4 | 3.7 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 8696 | - | 63.7 | 18.8 | 17.5 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 22.2 | 68.9 | 7.2 | 1.6 |
| | 週に2日 | 3316 | 24.6 | 62.0 | 12.2 | 1.2 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 23.0 | 66.8 | 8.7 | 1.5 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 16.9 | 58.1 | 22.7 | 2.4 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 11.6 | 51.0 | 23.6 | 13.8 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 18.6 | 60.7 | 16.8 | 3.9 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 13809 | 5.5 | 61.0 | 21.4 | 12.1 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 30.8 | 55.2 | 12.2 | 1.8 |
| | する・みる | 12942 | 20.8 | 64.3 | 13.7 | 1.2 |
| | する・ささえる | 212 | 31.1 | 50.9 | 15.1 | 2.8 |
| | するのみ | 4963 | 19.6 | 63.8 | 12.8 | 3.8 |
| | みる・ささえる | 738 | 13.4 | 50.4 | 28.0 | 8.1 |
| | みるのみ | 9525 | 5.2 | 60.2 | 26.4 | 8.1 |
| | ささえるのみ | 113 | 11.5 | 52.2 | 27.4 | 8.8 |
| | しない・みない・ささえない | 7767 | 3.5 | 57.0 | 21.4 | 18.1 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q24. 1年前と比べて運動・スポーツを実施する頻度が増えた理由は何ですか。(MA)

| | | 全体 | 仕事が忙しくなくなったから | 家事が忙しくなくなったから | 育児が忙しくなくなったから | 介護が忙しくなくなったから | 健康になったから | 体力に自信がついたから | 場所や施設ができたから | 仲間ができたから | 指導者がいるようになったから | お金に余裕ができたから | 運動・スポーツが好きになったから | テレワーク等により時間に余裕ができたから | その他 | 特に理由はない | わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 5421 | 16.3 | 4.4 | 4.4 | 2.1 | 13.2 | 15.6 | 9.1 | 10.2 | 2.8 | 4.3 | 11.2 | 3.7 | 15.2 | 22.2 | 1.7 |
| 性別 | 男性 | 2621 | 18.7 | 3.9 | 4.4 | 2.2 | 14.0 | 16.9 | 9.4 | 11.1 | 2.4 | 5.0 | 12.9 | 4.4 | 12.0 | 21.8 | 1.7 |
| | 女性 | 2766 | 14.1 | 4.8 | 4.4 | 1.9 | 12.4 | 14.3 | 8.8 | 9.5 | 3.3 | 3.7 | 9.5 | 3.0 | 18.2 | 22.7 | 1.6 |
| 年代 | 10代 | 168 | 9.5 | 4.2 | 3.0 | 3.0 | 11.9 | 12.5 | 16.7 | 16.1 | 6.5 | 6.0 | 16.1 | 3.0 | 10.7 | 21.4 | 0.6 |
| | 20代 | 1035 | 18.4 | 4.5 | 4.9 | 3.3 | 12.7 | 13.9 | 12.5 | 13.0 | 3.3 | 8.5 | 16.6 | 4.9 | 13.5 | 18.1 | 2.0 |
| | 30代 | 910 | 18.2 | 3.5 | 6.8 | 1.4 | 11.0 | 14.6 | 7.1 | 8.8 | 2.9 | 3.8 | 10.3 | 4.8 | 14.9 | 21.2 | 3.0 |
| | 40代 | 972 | 15.6 | 3.7 | 6.4 | 1.6 | 11.6 | 15.4 | 6.7 | 9.2 | 2.5 | 3.6 | 11.9 | 3.5 | 15.3 | 23.8 | 1.9 |
| | 50代 | 935 | 14.5 | 5.5 | 4.9 | 1.4 | 13.0 | 15.9 | 7.3 | 6.4 | 1.7 | 3.4 | 8.6 | 4.4 | 17.2 | 24.8 | 1.3 |
| | 60代 | 760 | 19.1 | 4.7 | 1.6 | 2.5 | 14.1 | 15.7 | 7.8 | 8.3 | 1.6 | 2.4 | 7.2 | 2.5 | 16.3 | 24.2 | 1.1 |
| | 70代 | 641 | 12.2 | 4.7 | 0.3 | 1.9 | 19.3 | 19.8 | 12.2 | 15.6 | 4.5 | 2.3 | 10.0 | 0.9 | 14.7 | 22.3 | 0.6 |
| 性年代 | 男性10代 | 92 | 6.5 | 7.6 | 3.3 | 5.4 | 14.1 | 19.6 | 16.3 | 20.7 | 3.3 | 7.6 | 20.7 | 3.3 | 12.0 | 17.4 | 1.1 |
| | 男性20代 | 573 | 18.3 | 5.8 | 6.1 | 5.2 | 14.0 | 16.6 | 14.3 | 15.2 | 4.5 | 8.9 | 18.3 | 4.4 | 8.7 | 16.6 | 2.3 |
| | 男性30代 | 461 | 20.8 | 5.0 | 9.3 | 1.5 | 11.7 | 15.6 | 8.0 | 8.7 | 3.0 | 5.2 | 11.3 | 5.2 | 11.1 | 20.0 | 3.0 |
| | 男性40代 | 487 | 18.3 | 3.1 | 4.1 | 1.6 | 12.7 | 18.5 | 7.2 | 9.9 | 1.8 | 3.9 | 12.7 | 4.3 | 10.5 | 26.7 | 1.4 |
| | 男性50代 | 434 | 18.0 | 3.2 | 2.8 | − | 12.7 | 17.1 | 7.1 | 7.6 | 0.9 | 3.2 | 9.4 | 6.5 | 15.7 | 24.4 | 1.4 |
| | 男性60代 | 331 | 24.8 | 1.2 | 0.6 | 1.2 | 15.1 | 13.0 | 6.3 | 8.2 | 0.9 | 2.1 | 7.9 | 4.2 | 14.5 | 24.2 | 0.6 |
| | 男性70代 | 243 | 14.0 | 2.5 | − | 1.2 | 21.8 | 21.0 | 10.3 | 15.2 | 1.2 | 3.3 | 14.0 | − | 14.4 | 21.8 | 0.8 |
| | 女性10代 | 75 | 13.3 | − | 2.7 | − | 9.3 | 4.0 | 17.3 | 10.7 | 10.7 | 4.0 | 10.7 | 2.7 | 9.3 | 25.3 | − |
| | 女性20代 | 453 | 18.8 | 3.1 | 3.3 | 0.9 | 11.0 | 10.8 | 10.4 | 10.4 | 1.8 | 8.2 | 14.3 | 5.5 | 19.9 | 19.4 | 1.8 |
| | 女性30代 | 441 | 15.6 | 1.8 | 4.1 | 1.4 | 9.8 | 13.4 | 6.1 | 9.1 | 2.7 | 2.5 | 9.3 | 4.5 | 19.0 | 22.4 | 2.9 |
| | 女性40代 | 479 | 12.9 | 4.4 | 8.6 | 1.5 | 10.2 | 12.3 | 6.3 | 8.6 | 3.1 | 3.3 | 11.1 | 2.7 | 20.3 | 21.1 | 2.1 |
| | 女性50代 | 493 | 11.6 | 7.1 | 6.9 | 2.4 | 13.2 | 14.8 | 7.5 | 5.5 | 2.4 | 3.7 | 7.5 | 2.6 | 18.7 | 25.6 | 1.2 |
| | 女性60代 | 429 | 14.7 | 7.5 | 2.3 | 3.5 | 13.3 | 17.7 | 8.9 | 8.4 | 2.1 | 2.6 | 6.8 | 1.2 | 17.7 | 24.2 | 1.4 |
| | 女性70代 | 396 | 11.1 | 6.1 | 0.5 | 2.3 | 17.9 | 19.2 | 13.1 | 15.9 | 6.6 | 1.8 | 7.6 | 1.5 | 14.6 | 22.7 | 0.5 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 1395 | 16.8 | 4.1 | 3.9 | 1.6 | 12.3 | 15.5 | 9.5 | 10.0 | 2.7 | 4.6 | 10.8 | 5.4 | 15.8 | 21.5 | 0.9 |
| | 東京都区部 | 523 | 16.6 | 5.2 | 4.8 | 1.9 | 13.0 | 18.0 | 11.9 | 10.3 | 3.4 | 5.5 | 12.8 | 5.7 | 14.0 | 18.7 | 0.8 |
| | 政令指定都市 | 872 | 16.9 | 3.4 | 3.3 | 1.5 | 11.8 | 14.0 | 8.1 | 9.7 | 2.3 | 4.0 | 9.6 | 5.3 | 16.9 | 23.2 | 1.0 |
| | 大都市 | 2075 | 16.9 | 4.1 | 4.8 | 2.1 | 13.9 | 16.9 | 9.0 | 9.7 | 2.6 | 4.2 | 12.2 | 3.6 | 14.5 | 21.9 | 1.5 |
| | 小都市 | 1520 | 14.5 | 5.0 | 4.4 | 2.2 | 12.9 | 13.4 | 8.6 | 11.1 | 3.2 | 4.3 | 10.5 | 2.8 | 15.7 | 23.2 | 2.6 |
| | 町村 | 431 | 17.9 | 4.9 | 4.4 | 2.8 | 14.2 | 16.9 | 9.5 | 10.4 | 2.8 | 3.9 | 10.4 | 1.9 | 14.4 | 23.0 | 1.9 |
| 居住地域 | 北海道 | 197 | 19.8 | 2.5 | 5.1 | 1.0 | 13.2 | 17.8 | 6.6 | 4.1 | 4.6 | 2.5 | 10.2 | 3.0 | 15.2 | 25.9 | 1.5 |
| | 東北 | 356 | 16.6 | 3.9 | 3.7 | 2.0 | 13.8 | 16.9 | 7.0 | 11.2 | 2.8 | 3.9 | 13.2 | 2.5 | 12.4 | 25.0 | 1.4 |
| | 北関東 | 296 | 16.6 | 5.4 | 5.4 | 3.4 | 10.8 | 13.2 | 10.5 | 10.8 | 2.0 | 3.4 | 8.8 | 3.0 | 13.5 | 24.0 | 3.7 |
| | 首都圏 | 1638 | 16.5 | 4.6 | 4.5 | 2.3 | 11.9 | 15.2 | 10.1 | 10.0 | 3.1 | 4.6 | 11.5 | 5.6 | 15.4 | 21.7 | 1.2 |
| | 北陸 | 205 | 14.6 | 4.4 | 6.8 | 0.5 | 15.1 | 21.5 | 7.8 | 8.8 | 2.9 | 1.0 | 14.1 | 2.0 | 14.6 | 21.5 | 1.5 |
| | 東山 | 190 | 17.4 | 3.7 | 4.2 | 3.2 | 18.4 | 16.3 | 12.1 | 13.2 | 5.3 | 6.3 | 10.0 | 3.7 | 14.7 | 21.1 | 0.5 |
| | 東海 | 552 | 15.6 | 4.2 | 5.3 | 2.7 | 13.4 | 14.1 | 8.5 | 11.2 | 3.6 | 4.3 | 12.0 | 2.4 | 15.9 | 22.3 | 1.3 |
| | 近畿二府一県 | 714 | 17.2 | 3.5 | 3.2 | 1.7 | 12.9 | 16.1 | 7.4 | 9.7 | 2.0 | 3.9 | 11.5 | 4.1 | 13.4 | 22.7 | 1.7 |
| | その他近畿圏 | 147 | 16.3 | 7.5 | 2.0 | 2.7 | 13.6 | 16.3 | 10.9 | 6.8 | 0.7 | 4.8 | 14.3 | 2.0 | 20.4 | 23.8 | 1.4 |
| | 中国 | 283 | 14.8 | 4.9 | 4.9 | 2.1 | 16.6 | 15.5 | 8.5 | 10.6 | 1.4 | 6.0 | 7.1 | 2.1 | 17.3 | 19.4 | 2.1 |
| | 四国 | 141 | 15.6 | 4.3 | 5.7 | 0.7 | 15.6 | 16.3 | 10.6 | 8.5 | 4.3 | 3.5 | 12.8 | 1.4 | 8.5 | 19.9 | 4.3 |
| | 九州・沖縄 | 702 | 15.1 | 4.8 | 4.0 | 1.6 | 13.4 | 14.4 | 9.1 | 12.1 | 2.3 | 4.7 | 10.3 | 2.8 | 17.4 | 21.8 | 2.1 |
| 職業 | 自営業主 | 437 | 19.0 | 6.9 | 8.5 | 5.9 | 15.3 | 18.5 | 8.9 | 12.8 | 5.3 | 5.3 | 10.1 | 3.9 | 9.8 | 19.0 | 1.8 |
| | 家族従業者 | 34 | 11.8 | 2.9 | 8.8 | 11.8 | 20.6 | 26.5 | 8.8 | 11.8 | 2.9 | 8.8 | 14.7 | 2.9 | 14.7 | 17.6 | − |
| | 雇用者 | 3213 | 17.6 | 3.9 | 5.0 | 1.5 | 12.2 | 14.5 | 9.0 | 9.2 | 2.5 | 4.9 | 12.1 | 4.9 | 15.1 | 21.4 | 1.7 |
| | (小計)就労者 | 3684 | 17.7 | 4.2 | 5.4 | 2.1 | 12.6 | 15.1 | 9.0 | 9.6 | 2.8 | 5.0 | 11.9 | 4.8 | 14.5 | 21.1 | 1.7 |
| | 主婦・主夫 | 682 | 10.9 | 7.3 | 4.7 | 1.8 | 12.9 | 16.1 | 8.1 | 10.6 | 3.4 | 2.1 | 8.1 | 0.7 | 17.4 | 24.8 | 1.5 |
| | 学生 | 286 | 10.8 | 3.8 | 1.7 | 1.4 | 10.5 | 13.3 | 17.5 | 17.1 | 3.5 | 7.3 | 15.4 | 4.2 | 14.7 | 22.0 | 1.0 |
| | 無職 | 617 | 15.4 | 2.8 | 0.2 | 2.9 | 18.2 | 18.6 | 7.6 | 10.2 | 1.9 | 1.3 | 8.4 | 1.0 | 17.0 | 25.8 | 1.1 |
| | その他 | 76 | 18.4 | 2.6 | − | − | 14.5 | 15.8 | 7.9 | 13.2 | 2.6 | 7.9 | 14.5 | − | 23.7 | 30.3 | − |
| | 答えたくない | 76 | 21.1 | 3.9 | 2.6 | 1.3 | 13.2 | 17.1 | 5.3 | 7.9 | 1.3 | − | 11.8 | 1.3 | 6.6 | 19.7 | 11.8 |
| 最終学歴 | 中学校 | 77 | 7.8 | 6.5 | 3.9 | 1.3 | 15.6 | 16.9 | 7.8 | 13.0 | 1.3 | 1.3 | 10.4 | − | 11.7 | 29.9 | 1.3 |
| | 高校 | 1224 | 12.7 | 4.3 | 3.3 | 1.8 | 14.8 | 17.9 | 8.3 | 10.5 | 2.5 | 3.4 | 9.1 | 2.3 | 14.8 | 25.2 | 2.0 |
| | 短大・高専 | 552 | 15.8 | 4.9 | 4.9 | 1.3 | 11.4 | 13.6 | 8.3 | 8.0 | 3.6 | 2.7 | 8.7 | 2.2 | 16.8 | 25.9 | 1.4 |
| | 専門学校 | 585 | 16.8 | 5.3 | 5.1 | 2.2 | 13.0 | 15.0 | 6.7 | 10.6 | 2.9 | 4.6 | 9.2 | 3.1 | 14.5 | 24.1 | 2.6 |
| | 大学 | 2572 | 17.6 | 4.2 | 4.9 | 2.3 | 12.6 | 15.0 | 10.4 | 10.8 | 3.0 | 5.3 | 13.3 | 4.4 | 15.3 | 19.9 | 1.2 |
| | 大学院 | 354 | 21.5 | 4.0 | 3.4 | 2.3 | 15.0 | 14.4 | 8.8 | 7.9 | 1.7 | 2.8 | 11.6 | 7.3 | 16.4 | 16.4 | 2.3 |
| | その他 | 2 | 50.0 | − | − | − | − | 50.0 | − | − | − | − | − | − | − | 50.0 | − |
| | 答えたくない | 55 | 10.9 | 1.8 | 5.5 | 5.5 | 12.7 | 18.2 | 1.8 | 5.5 | − | 1.8 | 7.3 | 5.5 | 5.5 | 32.7 | 9.1 |
| 世帯年収 | 収入なし | 80 | 15.0 | 2.5 | 2.5 | 3.8 | 15.0 | 20.0 | 10.0 | 6.3 | 1.3 | 3.8 | 7.5 | − | 21.3 | 22.5 | − |
| | 100万円未満 | 165 | 17.0 | 3.0 | 2.4 | 1.2 | 13.9 | 14.5 | 7.9 | 9.1 | 1.8 | 1.8 | 11.5 | 3.6 | 15.8 | 21.2 | 1.8 |
| | 100～200万円未満 | 260 | 12.7 | 3.1 | 0.8 | 2.7 | 20.8 | 21.9 | 7.7 | 9.6 | 2.7 | 2.3 | 9.2 | 1.2 | 18.1 | 23.5 | 0.8 |
| | 200～300万円未満 | 421 | 15.2 | 5.9 | 2.4 | 3.3 | 17.1 | 16.6 | 11.2 | 9.3 | 4.0 | 4.8 | 11.2 | 1.4 | 17.8 | 18.5 | 0.7 |
| | 300～400万円未満 | 532 | 18.8 | 4.3 | 2.8 | 2.4 | 12.4 | 17.7 | 8.5 | 11.5 | 2.8 | 4.7 | 10.5 | 3.4 | 14.7 | 22.9 | 1.9 |
| | 400～500万円未満 | 571 | 18.2 | 2.8 | 3.7 | 1.8 | 14.0 | 15.4 | 9.5 | 10.7 | 3.7 | 5.3 | 10.7 | 3.3 | 13.3 | 20.0 | 2.3 |
| | 500～600万円未満 | 450 | 18.4 | 3.3 | 6.7 | 0.7 | 12.7 | 15.6 | 7.3 | 8.9 | 2.4 | 5.1 | 12.0 | 3.3 | 14.4 | 22.0 | 1.3 |
| | 600～700万円未満 | 391 | 18.2 | 5.1 | 5.6 | 2.0 | 12.5 | 14.1 | 10.0 | 10.5 | 2.6 | 4.1 | 11.3 | 4.1 | 16.1 | 19.9 | 1.3 |
| | 700～800万円未満 | 323 | 15.8 | 4.6 | 5.9 | 2.8 | 13.9 | 18.3 | 9.9 | 12.1 | 2.2 | 5.3 | 13.9 | 4.3 | 12.7 | 20.1 | 0.6 |
| | 800～1000万円未満 | 520 | 15.6 | 5.4 | 8.1 | 1.5 | 11.9 | 12.9 | 10.6 | 11.0 | 2.7 | 4.4 | 13.5 | 5.0 | 16.3 | 18.7 | 1.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 348 | 20.7 | 6.0 | 5.2 | 1.7 | 13.5 | 17.2 | 10.3 | 13.2 | 5.2 | 5.7 | 12.1 | 6.9 | 16.7 | 14.9 | 1.1 |
| | 1200万円以上 | 365 | 17.3 | 6.8 | 6.3 | 2.5 | 9.6 | 14.2 | 10.7 | 10.7 | 3.0 | 6.6 | 12.1 | 7.1 | 16.2 | 23.3 | 1.1 |
| | わからない | 437 | 10.8 | 2.7 | 2.5 | 1.6 | 10.5 | 12.1 | 8.7 | 9.8 | 1.4 | 3.0 | 9.2 | 2.5 | 14.4 | 30.2 | 3.4 |
| | 答えたくない | 558 | 13.3 | 4.3 | 3.8 | 2.3 | 12.4 | 14.0 | 5.9 | 7.7 | 2.0 | 1.8 | 10.0 | 2.9 | 12.4 | 30.5 | 3.2 |
| 未既婚 | 既婚者 | 2999 | 16.8 | 5.7 | 6.4 | 1.9 | 12.5 | 15.0 | 8.5 | 10.6 | 2.7 | 3.5 | 10.1 | 3.8 | 15.1 | 21.9 | 1.5 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 2347 | 15.6 | 2.8 | 1.9 | 2.3 | 14.2 | 16.2 | 9.9 | 9.8 | 3.0 | 5.4 | 12.7 | 3.6 | 15.4 | 22.4 | 1.7 |
| | 答えたくない | 75 | 20.0 | 4.0 | 2.7 | 4.0 | 9.3 | 14.7 | 4.0 | 5.3 | − | 1.3 | 12.0 | 4.0 | 10.7 | 30.7 | 8.0 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 1228 | 15.6 | 2.4 | 1.5 | 2.9 | 14.1 | 16.1 | 9.8 | 9.3 | 3.7 | 4.3 | 12.9 | 3.5 | 16.4 | 21.4 | 1.4 |
| | 夫婦のみ・子なし | 1438 | 16.9 | 4.7 | 3.1 | 1.7 | 13.6 | 15.3 | 9.4 | 10.8 | 2.8 | 3.4 | 9.9 | 3.1 | 14.8 | 22.6 | 1.8 |
| | 夫婦・子あり | 1343 | 16.5 | 6.2 | 9.7 | 1.7 | 10.7 | 14.3 | 7.4 | 9.8 | 2.0 | 3.2 | 10.1 | 4.2 | 15.9 | 21.3 | 1.3 |
| | 親と同居(未婚) | 517 | 17.4 | 2.9 | 1.9 | 1.4 | 12.2 | 16.4 | 11.6 | 8.5 | 1.7 | 5.2 | 12.8 | 4.3 | 13.2 | 22.6 | 2.9 |
| | 2世帯以上同居 | 274 | 16.1 | 8.0 | 8.0 | 2.6 | 19.3 | 20.1 | 10.9 | 16.4 | 6.6 | 11.3 | 14.2 | 4.4 | 15.0 | 19.3 | 0.7 |
| | その他 | 546 | 14.3 | 3.5 | 2.4 | 2.4 | 14.8 | 15.0 | 8.1 | 10.8 | 2.2 | 5.3 | 10.3 | 3.7 | 14.1 | 25.5 | 1.3 |
| | 答えたくない | 75 | 20.0 | 4.0 | 2.7 | 4.0 | 9.3 | 14.7 | 4.0 | 5.3 | − | 1.3 | 12.0 | 4.0 | 10.7 | 30.7 | 8.0 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 2835 | 17.3 | 4.8 | 4.7 | 2.8 | 15.2 | 19.6 | 8.9 | 9.0 | 3.2 | 4.6 | 13.5 | 4.1 | 15.1 | 20.2 | 1.7 |
| | 週に1～2日 | 1700 | 16.1 | 4.2 | 4.2 | 1.8 | 12.7 | 12.8 | 10.6 | 12.0 | 2.9 | 4.4 | 10.0 | 3.9 | 13.9 | 22.9 | 0.9 |
| | (小計)週に1日以上計 | 4535 | 16.8 | 4.6 | 4.5 | 2.4 | 14.3 | 17.0 | 9.6 | 10.1 | 3.1 | 4.5 | 12.2 | 4.1 | 14.6 | 21.2 | 1.4 |
| | (小計)週1日未満 | 692 | 14.7 | 3.8 | 4.6 | 0.3 | 7.1 | 7.7 | 7.7 | 12.3 | 1.3 | 3.5 | 6.4 | 2.2 | 18.8 | 25.1 | 1.7 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 194 | 8.8 | 2.6 | 2.6 | 0.5 | 10.8 | 8.8 | 2.6 | 5.7 | 1.0 | 2.1 | 5.7 | 0.5 | 14.4 | 36.1 | 7.7 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 5421 | 16.3 | 4.4 | 4.4 | 2.1 | 13.2 | 15.6 | 9.1 | 10.2 | 2.8 | 4.3 | 11.2 | 3.7 | 15.2 | 22.2 | 1.7 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 1653 | 17.6 | 4.5 | 3.8 | 2.2 | 15.2 | 21.5 | 8.4 | 8.3 | 2.8 | 4.8 | 15.6 | 3.9 | 12.6 | 21.0 | 1.8 |
| | 週に2日 | 815 | 19.4 | 5.4 | 4.8 | 3.2 | 14.2 | 18.5 | 13.3 | 13.9 | 3.9 | 4.9 | 15.2 | 5.8 | 11.5 | 18.3 | 0.5 |
| | (小計)週に2日以上計 | 2468 | 18.2 | 4.8 | 4.1 | 2.5 | 14.9 | 20.5 | 10.0 | 10.1 | 3.2 | 4.8 | 15.5 | 4.5 | 12.2 | 20.1 | 1.3 |
| | (小計)週2日未満 | 1730 | 16.8 | 4.7 | 5.7 | 2.0 | 12.7 | 13.6 | 10.1 | 12.4 | 3.3 | 5.0 | 9.2 | 3.4 | 13.8 | 20.5 | 1.3 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 469 | 11.3 | 3.2 | 2.1 | 0.6 | 11.3 | 9.6 | 4.3 | 6.2 | 1.5 | 1.9 | 6.4 | 1.7 | 16.2 | 31.8 | 6.2 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 4667 | 17.0 | 4.6 | 4.5 | 2.1 | 13.7 | 16.9 | 9.4 | 10.6 | 3.0 | 4.6 | 12.3 | 3.8 | 13.2 | 21.4 | 1.8 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 754 | 12.1 | 3.2 | 4.0 | 1.6 | 10.3 | 7.4 | 6.8 | 8.1 | 1.3 | 2.4 | 4.8 | 3.1 | 27.3 | 27.3 | 0.8 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 804 | 22.9 | 8.5 | 11.6 | 7.7 | 19.5 | 25.0 | 14.8 | 18.7 | 8.1 | 9.7 | 17.8 | 5.8 | 7.2 | 7.2 | 0.6 |
| | する・みる | 2690 | 15.8 | 4.0 | 2.9 | 1.1 | 13.6 | 15.6 | 8.5 | 9.4 | 2.0 | 3.5 | 11.5 | 3.8 | 16.7 | 23.1 | 1.1 |
| | する・ささえる | 66 | 18.2 | 4.5 | 9.1 | − | 12.1 | 16.7 | 10.6 | 9.1 | 4.5 | 3.0 | 19.7 | 3.0 | 19.7 | 12.1 | 3.0 |
| | するのみ | 975 | 14.7 | 3.0 | 2.8 | 1.8 | 12.0 | 14.5 | 8.1 | 5.1 | 1.9 | 3.2 | 9.0 | 3.4 | 14.8 | 28.2 | 2.9 |
| | みる・ささえる | 99 | 26.3 | 6.1 | 5.1 | − | 9.1 | 10.1 | 10.1 | 18.2 | 3.0 | 5.1 | 13.1 | 4.0 | 15.2 | 8.1 | 2.0 |
| | みるのみ | 499 | 12.2 | 3.2 | 4.4 | 0.4 | 7.8 | 8.0 | 7.2 | 11.0 | 1.0 | 2.8 | 5.0 | 1.6 | 20.4 | 28.1 | 1.8 |
| | ささえるのみ | 13 | 23.1 | − | − | 7.7 | 15.4 | 23.1 | − | − | − | − | − | − | 7.7 | 23.1 | 7.7 |
| | しない・みない・ささえない | 275 | 10.5 | 3.3 | 3.6 | − | 7.3 | 6.2 | 4.4 | 8.4 | 1.1 | 3.3 | 6.2 | 1.5 | 14.5 | 33.8 | 5.5 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q25. 1年前と比べて運動・スポーツを実施する頻度が減ったまたはこれ以上増やせない(増やさない)理由は何ですか。(MA)

| | | 全体 | 仕事が忙しいから | 家事が忙しいから | 育児が忙しいから | 介護が忙しいから | 病気やけがをしているから | 体力が衰えたから | 場所や施設がないから | 仲間がいないから | 指導者がいないから | お金に余裕がないから | 運動・スポーツが嫌いだから | 面倒くさいから | 運動・スポーツ以上に大切なことがあるから | 生活や仕事で体を動かしているから | 十分に実施しているから | その他 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30803 | 26.5 | 12.4 | 6.2 | 2.1 | 6.6 | 15.2 | 4.4 | 3.9 | 0.9 | 8.0 | 7.6 | 22.8 | 4.1 | 7.2 | 5.1 | 2.4 |
| 性別 | 男性 | 15250 | 30.9 | 8.4 | 4.7 | 1.7 | 5.9 | 15.3 | 4.2 | 4.2 | 0.9 | 7.4 | 4.4 | 19.7 | 4.0 | 5.9 | 5.9 | 2.0 |
| | 女性 | 15334 | 22.0 | 16.4 | 7.6 | 2.5 | 7.3 | 15.1 | 4.6 | 3.7 | 0.9 | 8.6 | 10.8 | 26.0 | 4.3 | 8.6 | 4.3 | 2.7 |
| 年代 | 10代 | 573 | 21.3 | 4.7 | 2.1 | 1.4 | 2.4 | 9.8 | 13.1 | 8.9 | 2.4 | 8.2 | 9.6 | 30.2 | 12.0 | 6.1 | 4.2 | 6.6 |
| | 20代 | 3503 | 39.0 | 12.1 | 8.4 | 1.6 | 3.9 | 7.1 | 6.9 | 7.2 | 2.0 | 10.5 | 9.9 | 28.2 | 6.4 | 5.3 | 2.6 | 1.5 |
| | 30代 | 3970 | 39.4 | 23.1 | 22.4 | 0.9 | 4.1 | 8.7 | 5.6 | 4.6 | 0.9 | 9.2 | 9.1 | 26.8 | 4.1 | 4.4 | 2.6 | 1.7 |
| | 40代 | 5438 | 38.7 | 19.0 | 10.6 | 1.7 | 5.2 | 12.7 | 4.7 | 3.7 | 0.9 | 10.4 | 8.7 | 28.7 | 4.0 | 6.1 | 3.1 | 2.0 |
| | 50代 | 6058 | 31.2 | 12.3 | 1.7 | 3.1 | 6.9 | 14.2 | 3.7 | 3.0 | 0.7 | 9.2 | 8.1 | 25.3 | 4.0 | 7.7 | 4.2 | 1.8 |
| | 60代 | 5188 | 16.4 | 7.4 | 0.3 | 3.2 | 8.7 | 18.5 | 3.2 | 2.8 | 0.5 | 6.9 | 6.8 | 18.9 | 3.3 | 8.5 | 6.3 | 3.1 |
| | 70代 | 6073 | 4.2 | 4.9 | 0.2 | 1.7 | 9.6 | 24.9 | 2.8 | 3.2 | 0.5 | 3.4 | 4.4 | 12.2 | 3.0 | 9.8 | 9.9 | 3.3 |
| 性年代 | 男性10代 | 236 | 22.0 | 5.1 | 3.0 | 1.7 | 1.7 | 8.9 | 10.2 | 8.9 | 1.3 | 9.3 | 5.9 | 22.9 | 8.1 | 5.5 | 7.2 | 6.4 |
| | 男性20代 | 1747 | 43.6 | 11.4 | 5.9 | 2.2 | 4.1 | 7.3 | 6.6 | 7.3 | 2.3 | 10.4 | 6.1 | 22.8 | 6.8 | 5.6 | 3.7 | 1.1 |
| | 男性30代 | 2009 | 44.3 | 17.6 | 16.0 | 1.3 | 3.4 | 8.0 | 5.0 | 5.4 | 0.9 | 8.0 | 5.5 | 22.4 | 4.0 | 4.4 | 4.0 | 0.9 |
| | 男性40代 | 2762 | 44.8 | 12.6 | 8.3 | 2.0 | 4.7 | 11.8 | 4.6 | 3.9 | 1.0 | 9.2 | 5.2 | 23.1 | 3.7 | 5.2 | 4.3 | 1.6 |
| | 男性50代 | 3076 | 37.6 | 7.1 | 1.7 | 2.0 | 6.0 | 13.9 | 3.7 | 2.9 | 0.8 | 8.5 | 4.5 | 21.7 | 4.3 | 5.6 | 4.7 | 1.3 |
| | 男性60代 | 2578 | 18.7 | 3.8 | 0.3 | 1.9 | 7.9 | 19.8 | 3.2 | 3.2 | 0.5 | 6.2 | 3.6 | 17.6 | 2.8 | 6.9 | 7.0 | 2.7 |
| | 男性70代 | 2842 | 4.7 | 1.8 | 0.1 | 0.8 | 8.7 | 26.6 | 2.5 | 3.4 | 0.3 | 3.0 | 2.1 | 11.8 | 2.9 | 7.1 | 10.5 | 3.6 |
| | 女性10代 | 327 | 20.2 | 4.6 | 1.5 | 1.2 | 2.8 | 10.4 | 15.6 | 9.2 | 3.4 | 7.6 | 12.5 | 36.1 | 15.3 | 6.4 | 1.8 | 7.0 |
| | 女性20代 | 1707 | 34.5 | 12.9 | 11.1 | 0.9 | 3.7 | 6.9 | 7.1 | 7.3 | 1.6 | 10.7 | 13.9 | 33.7 | 6.0 | 5.2 | 1.6 | 1.8 |
| | 女性30代 | 1928 | 34.4 | 28.9 | 29.0 | 0.5 | 4.6 | 9.5 | 6.2 | 3.8 | 0.9 | 10.5 | 12.7 | 31.3 | 4.0 | 4.4 | 1.3 | 2.4 |
| | 女性40代 | 2632 | 32.2 | 25.6 | 12.9 | 1.4 | 5.8 | 13.7 | 4.9 | 3.4 | 0.7 | 11.5 | 12.4 | 34.7 | 4.4 | 7.1 | 2.0 | 2.3 |
| | 女性50代 | 2944 | 24.6 | 17.7 | 1.7 | 4.1 | 7.8 | 14.5 | 3.6 | 2.9 | 0.7 | 10.0 | 11.8 | 29.1 | 3.7 | 10.1 | 3.6 | 2.3 |
| | 女性60代 | 2586 | 14.2 | 10.9 | 0.3 | 4.6 | 9.4 | 17.1 | 3.3 | 2.5 | 0.6 | 7.5 | 9.9 | 20.1 | 3.8 | 10.0 | 5.7 | 3.5 |
| | 女性70代 | 3210 | 3.8 | 7.6 | 0.3 | 2.5 | 10.4 | 23.6 | 3.1 | 2.9 | 0.7 | 3.9 | 6.4 | 12.6 | 3.1 | 12.1 | 9.4 | 3.1 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7832 | 27.2 | 11.4 | 5.3 | 1.9 | 6.5 | 14.6 | 4.5 | 3.5 | 0.8 | 8.0 | 8.0 | 22.6 | 4.6 | 7.2 | 5.4 | 2.6 |
| | 東京都区部 | 2734 | 28.9 | 10.6 | 5.6 | 1.9 | 6.3 | 12.8 | 4.8 | 3.5 | 0.9 | 7.4 | 7.9 | 22.7 | 4.8 | 6.2 | 4.9 | 2.8 |
| | 政令指定都市 | 5098 | 26.2 | 11.8 | 5.2 | 1.9 | 6.6 | 15.6 | 4.3 | 3.6 | 0.8 | 8.3 | 8.1 | 22.6 | 4.5 | 7.7 | 5.6 | 2.6 |
| | 大都市 | 11271 | 26.1 | 11.8 | 6.3 | 2.1 | 6.4 | 15.5 | 4.1 | 3.8 | 0.9 | 7.5 | 7.1 | 22.3 | 4.1 | 7.1 | 5.8 | 2.4 |
| | 小都市 | 8937 | 26.4 | 13.8 | 6.8 | 2.2 | 6.9 | 15.3 | 4.8 | 4.3 | 0.9 | 8.8 | 8.1 | 23.9 | 3.8 | 7.2 | 4.5 | 2.2 |
| | 町村 | 2763 | 26.0 | 13.7 | 5.8 | 2.4 | 7.1 | 15.3 | 4.3 | 3.8 | 0.8 | 7.7 | 6.9 | 22.3 | 3.8 | 8.2 | 3.7 | 2.3 |
| 居住地域 | 北海道 | 1313 | 24.8 | 10.1 | 5.2 | 1.8 | 8.4 | 18.1 | 4.3 | 3.7 | 1.2 | 8.1 | 7.5 | 24.1 | 4.3 | 7.5 | 4.3 | 2.1 |
| | 東北 | 2111 | 23.9 | 12.2 | 5.3 | 2.4 | 7.5 | 14.3 | 4.7 | 4.1 | 1.1 | 8.0 | 7.9 | 22.3 | 4.7 | 7.6 | 5.1 | 3.2 |
| | 北関東 | 1648 | 26.0 | 12.8 | 6.4 | 2.3 | 7.4 | 14.9 | 5.5 | 4.2 | 0.7 | 8.9 | 6.8 | 22.3 | 4.4 | 7.7 | 6.2 | 2.7 |
| | 首都圏 | 9217 | 27.7 | 11.9 | 6.0 | 1.9 | 6.4 | 14.1 | 4.4 | 3.5 | 0.9 | 8.2 | 8.0 | 23.6 | 4.7 | 7.1 | 5.4 | 2.5 |
| | 北陸 | 1258 | 26.5 | 12.6 | 5.9 | 2.2 | 7.4 | 16.6 | 5.2 | 3.2 | 0.7 | 9.7 | 7.9 | 24.5 | 4.0 | 9.0 | 4.5 | 3.0 |
| | 東山 | 1153 | 27.1 | 13.4 | 6.2 | 2.3 | 8.0 | 17.3 | 4.5 | 4.8 | 0.8 | 8.6 | 7.0 | 21.2 | 4.8 | 7.0 | 4.9 | 2.5 |
| | 東海 | 3147 | 27.2 | 12.6 | 6.9 | 1.7 | 5.5 | 16.1 | 4.3 | 4.5 | 0.9 | 7.9 | 7.3 | 22.9 | 3.7 | 7.5 | 5.1 | 2.0 |
| | 近畿二府一県 | 4071 | 25.9 | 12.8 | 6.1 | 2.1 | 5.9 | 14.4 | 4.2 | 3.6 | 0.9 | 7.4 | 8.1 | 22.2 | 3.8 | 6.0 | 4.9 | 1.7 |
| | その他近畿圏 | 882 | 24.0 | 12.9 | 5.9 | 2.4 | 5.2 | 16.0 | 4.2 | 3.2 | 0.7 | 6.9 | 5.8 | 21.0 | 3.2 | 6.0 | 5.4 | 2.4 |
| | 中国 | 1750 | 26.5 | 13.7 | 6.1 | 2.5 | 5.8 | 14.7 | 4.1 | 4.1 | 0.9 | 7.1 | 7.1 | 24.4 | 3.4 | 8.1 | 4.9 | 2.7 |
| | 四国 | 889 | 22.3 | 10.5 | 6.0 | 1.7 | 7.3 | 17.4 | 4.6 | 5.1 | 0.4 | 6.9 | 8.2 | 23.3 | 2.4 | 8.5 | 5.7 | 1.8 |
| | 九州・沖縄 | 3364 | 27.1 | 13.5 | 7.0 | 2.6 | 7.4 | 15.9 | 3.9 | 4.4 | 1.0 | 8.2 | 7.3 | 21.1 | 3.7 | 7.4 | 4.7 | 2.2 |
| 職業 | 自営業主 | 2389 | 31.6 | 10.6 | 4.3 | 3.0 | 8.3 | 16.1 | 4.0 | 4.2 | 1.3 | 7.2 | 5.7 | 19.5 | 4.1 | 7.2 | 4.9 | 2.0 |
| | 家族従業者 | 160 | 24.4 | 22.5 | 5.6 | 5.6 | 9.4 | 16.9 | 6.9 | 4.4 | 1.3 | 13.8 | 11.9 | 29.4 | 1.3 | 10.6 | 3.1 | 2.5 |
| | 雇用者 | 16567 | 40.7 | 15.3 | 8.6 | 1.7 | 4.1 | 12.5 | 4.6 | 4.0 | 0.8 | 9.2 | 7.6 | 25.0 | 4.2 | 7.8 | 3.8 | 1.7 |
| | (小計)就労者 | 19116 | 39.5 | 14.8 | 8.0 | 1.9 | 4.6 | 13.0 | 4.6 | 4.0 | 0.9 | 9.0 | 7.4 | 24.3 | 4.2 | 7.7 | 3.9 | 1.7 |
| | 主婦・主夫 | 4419 | 2.5 | 14.6 | 6.9 | 3.2 | 9.2 | 19.1 | 3.7 | 3.0 | 0.6 | 5.3 | 8.8 | 19.7 | 3.3 | 8.4 | 6.7 | 2.7 |
| | 学生 | 951 | 21.3 | 5.9 | 0.9 | 1.1 | 2.5 | 7.8 | 11.9 | 9.7 | 2.4 | 10.8 | 11.8 | 33.6 | 13.4 | 5.9 | 4.2 | 5.2 |
| | 無職 | 5296 | 1.2 | 3.7 | 0.3 | 2.1 | 12.1 | 21.4 | 3.2 | 3.4 | 0.8 | 6.5 | 7.0 | 19.0 | 3.1 | 4.9 | 8.6 | 3.7 |
| | その他 | 454 | 17.6 | 8.6 | 2.0 | 2.9 | 10.4 | 21.6 | 5.3 | 4.2 | 0.4 | 6.4 | 6.8 | 17.8 | 4.0 | 11.2 | 6.8 | 6.2 |
| | 答えたくない | 567 | 26.8 | 12.7 | 4.8 | 1.4 | 6.7 | 8.8 | 3.2 | 2.8 | 0.7 | 8.1 | 4.8 | 18.3 | 2.1 | 3.7 | 1.2 | 1.4 |
| 最終学歴 | 中学校 | 508 | 20.1 | 10.2 | 3.7 | 1.6 | 10.6 | 18.7 | 5.7 | 4.5 | 0.8 | 12.6 | 12.8 | 26.8 | 3.0 | 9.8 | 3.5 | 2.8 |
| | 高校 | 8485 | 20.5 | 10.4 | 3.6 | 2.0 | 7.9 | 17.2 | 4.0 | 3.8 | 0.7 | 8.5 | 8.4 | 22.8 | 3.3 | 8.5 | 4.5 | 2.5 |
| | 短大・高専 | 3166 | 20.4 | 15.2 | 5.5 | 3.3 | 7.4 | 16.3 | 4.4 | 3.7 | 0.9 | 7.7 | 9.0 | 22.8 | 3.8 | 9.1 | 5.5 | 2.6 |
| | 専門学校 | 3467 | 29.1 | 14.9 | 7.9 | 2.5 | 7.2 | 14.7 | 4.1 | 3.6 | 1.1 | 9.3 | 7.5 | 24.0 | 3.7 | 8.0 | 3.7 | 2.4 |
| | 大学 | 13197 | 30.0 | 12.5 | 7.3 | 1.8 | 5.6 | 14.1 | 4.7 | 4.2 | 0.9 | 7.5 | 6.9 | 22.6 | 4.7 | 6.2 | 5.6 | 2.3 |
| | 大学院 | 1603 | 39.2 | 13.3 | 9.0 | 1.9 | 4.6 | 11.7 | 5.1 | 3.6 | 1.3 | 6.1 | 6.2 | 22.1 | 5.4 | 4.5 | 7.0 | 2.0 |
| | その他 | 13 | 30.8 | 7.7 | － | － | － | 7.7 | － | － | － | 7.7 | － | 15.4 | 7.7 | － | － | 15.4 |
| | 答えたくない | 364 | 17.9 | 8.8 | 5.8 | 2.2 | 5.2 | 11.8 | 1.9 | 1.1 | 0.8 | 7.7 | 5.5 | 19.8 | 2.7 | 3.6 | 3.3 | 2.2 |
| 世帯年収 | 収入なし | 532 | 4.7 | 6.0 | 1.1 | 1.7 | 11.8 | 14.7 | 5.5 | 5.3 | 1.7 | 12.4 | 9.0 | 24.8 | 4.1 | 3.9 | 5.6 | 2.4 |
| | 100万円未満 | 919 | 10.1 | 7.0 | 1.7 | 2.3 | 10.2 | 15.9 | 5.1 | 6.0 | 1.4 | 11.1 | 7.8 | 25.2 | 3.3 | 6.0 | 4.5 | 3.5 |
| | 100～200万円未満 | 1933 | 14.0 | 7.8 | 2.4 | 3.1 | 10.1 | 21.4 | 4.2 | 4.3 | 1.0 | 12.5 | 9.7 | 24.3 | 3.6 | 9.1 | 5.3 | 3.3 |
| | 200～300万円未満 | 2911 | 19.2 | 8.2 | 2.3 | 2.5 | 8.8 | 21.1 | 4.6 | 3.7 | 0.9 | 10.1 | 8.1 | 21.8 | 3.4 | 9.4 | 6.1 | 2.6 |
| | 300～400万円未満 | 3248 | 22.9 | 9.4 | 3.0 | 2.1 | 6.9 | 18.5 | 4.2 | 3.4 | 0.8 | 8.0 | 8.4 | 22.5 | 3.9 | 8.2 | 6.4 | 2.4 |
| | 400～500万円未満 | 2856 | 28.7 | 12.5 | 5.5 | 2.4 | 6.9 | 15.5 | 4.8 | 5.0 | 1.1 | 8.6 | 7.9 | 23.8 | 4.1 | 8.4 | 5.5 | 1.9 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 32.9 | 14.4 | 8.6 | 2.0 | 5.9 | 13.5 | 4.6 | 4.7 | 1.0 | 8.1 | 7.6 | 23.2 | 4.6 | 7.3 | 4.3 | 2.0 |
| | 600～700万円未満 | 1812 | 37.9 | 18.2 | 10.9 | 1.2 | 5.0 | 14.3 | 4.4 | 3.9 | 0.7 | 8.4 | 6.7 | 22.1 | 4.5 | 7.1 | 4.7 | 2.5 |
| | 700～800万円未満 | 1788 | 37.7 | 18.7 | 12.6 | 1.8 | 4.9 | 13.1 | 4.4 | 4.1 | 0.8 | 7.9 | 6.4 | 22.7 | 4.4 | 6.7 | 4.5 | 2.2 |
| | 800～1000万円未満 | 2249 | 39.7 | 18.0 | 12.4 | 2.1 | 4.3 | 12.4 | 4.0 | 3.6 | 0.9 | 6.9 | 6.5 | 24.5 | 4.8 | 6.8 | 4.6 | 2.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1346 | 39.7 | 18.0 | 11.4 | 1.6 | 4.4 | 11.5 | 5.1 | 3.7 | 1.3 | 6.6 | 6.8 | 25.3 | 4.6 | 6.5 | 4.8 | 1.8 |
| | 1200万円以上 | 1542 | 40.7 | 15.6 | 10.4 | 1.6 | 3.2 | 10.2 | 4.2 | 3.9 | 0.8 | 3.4 | 5.4 | 21.3 | 5.0 | 4.4 | 6.6 | 1.9 |
| | わからない | 2999 | 19.8 | 10.3 | 3.6 | 1.9 | 7.0 | 12.6 | 4.9 | 3.4 | 0.5 | 7.1 | 9.1 | 24.3 | 4.7 | 6.9 | 4.1 | 2.8 |
| | 答えたくない | 4272 | 19.8 | 11.1 | 4.3 | 2.2 | 6.5 | 14.0 | 3.7 | 2.9 | 0.7 | 6.1 | 6.8 | 19.7 | 3.4 | 6.3 | 4.6 | 2.2 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17389 | 25.8 | 16.1 | 9.9 | 2.2 | 6.6 | 16.2 | 3.7 | 3.4 | 0.7 | 6.7 | 5.9 | 19.8 | 3.5 | 7.4 | 5.7 | 2.3 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 12895 | 27.6 | 7.7 | 1.3 | 2.0 | 6.7 | 14.0 | 5.4 | 4.7 | 1.1 | 9.8 | 10.0 | 27.1 | 5.0 | 7.1 | 4.4 | 2.5 |
| | 答えたくない | 519 | 21.0 | 7.9 | 1.9 | 2.3 | 5.2 | 10.6 | 3.3 | 2.9 | 1.0 | 8.9 | 6.0 | 19.5 | 3.7 | 5.6 | 3.3 | 2.3 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6679 | 26.7 | 5.4 | 0.4 | 1.0 | 6.6 | 14.1 | 5.0 | 4.7 | 1.2 | 9.0 | 8.5 | 25.1 | 4.3 | 6.7 | 5.2 | 2.4 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8962 | 18.3 | 8.6 | 1.0 | 1.9 | 7.7 | 18.0 | 3.6 | 3.2 | 0.6 | 5.4 | 6.0 | 18.5 | 3.7 | 7.7 | 7.4 | 2.7 |
| | 夫婦・子あり | 7103 | 34.7 | 25.1 | 21.8 | 1.7 | 4.9 | 13.4 | 3.6 | 3.5 | 0.8 | 8.0 | 6.0 | 21.6 | 3.1 | 6.5 | 3.9 | 1.8 |
| | 親と同居(未婚) | 3159 | 29.2 | 7.9 | 0.5 | 3.9 | 6.3 | 12.9 | 5.0 | 4.5 | 1.0 | 10.4 | 11.5 | 29.6 | 5.3 | 6.4 | 3.7 | 2.4 |
| | 2世帯以上同居 | 1269 | 31.1 | 18.2 | 8.1 | 3.9 | 6.5 | 17.8 | 5.8 | 4.6 | 0.9 | 9.1 | 7.2 | 21.7 | 3.2 | 8.8 | 4.1 | 2.6 |
| | その他 | 3112 | 26.6 | 12.5 | 3.4 | 3.4 | 8.2 | 15.5 | 6.4 | 4.4 | 1.1 | 10.5 | 10.4 | 27.4 | 6.4 | 9.4 | 3.4 | 2.7 |
| | 答えたくない | 519 | 21.0 | 7.9 | 1.9 | 2.3 | 5.2 | 10.6 | 3.3 | 2.9 | 1.0 | 8.9 | 6.0 | 19.5 | 3.7 | 5.6 | 3.3 | 2.3 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 9146 | 19.2 | 10.2 | 3.9 | 2.1 | 5.2 | 14.3 | 3.5 | 2.4 | 0.9 | 4.9 | 3.5 | 11.6 | 3.6 | 7.0 | 14.8 | 2.7 |
| | 週に1～2日 | 6650 | 33.0 | 13.0 | 6.0 | 2.2 | 6.6 | 17.3 | 5.5 | 4.2 | 0.8 | 7.1 | 5.0 | 20.7 | 4.7 | 7.4 | 2.8 | 3.1 |
| | (小計)週に1日以上計 | 15796 | 25.0 | 11.3 | 4.8 | 2.2 | 5.8 | 15.5 | 4.4 | 3.2 | 0.9 | 5.8 | 4.1 | 15.4 | 4.1 | 7.2 | 9.7 | 2.8 |
| | (小計)週1日未満 | 5901 | 36.0 | 16.1 | 10.1 | 2.2 | 6.5 | 16.9 | 5.5 | 6.2 | 1.2 | 10.8 | 9.0 | 34.2 | 5.6 | 7.4 | 0.3 | 2.7 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 1933 | 28.9 | 12.5 | 6.8 | 1.6 | 5.2 | 12.2 | 3.5 | 3.2 | 0.9 | 6.9 | 6.4 | 20.7 | 2.4 | 6.1 | 0.8 | 1.2 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 23630 | 28.1 | 12.6 | 6.3 | 2.1 | 5.9 | 15.6 | 4.6 | 3.9 | 0.9 | 7.2 | 5.5 | 20.5 | 4.3 | 7.1 | 6.6 | 2.7 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 7173 | 21.1 | 11.8 | 5.8 | 2.0 | 8.9 | 13.8 | 3.9 | 3.8 | 0.7 | 10.8 | 14.5 | 30.4 | 3.4 | 7.6 | 0.1 | 1.4 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 5658 | 15.2 | 7.3 | 2.5 | 1.6 | 4.2 | 12.6 | 2.2 | 1.7 | 0.7 | 3.6 | 2.3 | 6.5 | 2.8 | 5.4 | 20.7 | 2.6 |
| | 週に2日 | 2460 | 26.3 | 9.7 | 3.9 | 2.3 | 5.5 | 14.4 | 4.4 | 2.4 | 0.8 | 5.9 | 2.2 | 9.8 | 4.0 | 6.6 | 8.4 | 2.8 |
| | (小計)週に2日以上計 | 8118 | 18.6 | 8.0 | 2.9 | 1.8 | 4.6 | 13.1 | 2.9 | 1.9 | 0.7 | 4.3 | 2.3 | 7.5 | 3.2 | 5.8 | 17.0 | 2.7 |
| | (小計)週2日未満 | 8278 | 38.0 | 15.7 | 7.8 | 2.7 | 6.2 | 17.8 | 6.0 | 5.4 | 1.1 | 8.6 | 5.4 | 24.3 | 5.5 | 7.8 | 1.4 | 2.8 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 3028 | 29.2 | 13.3 | 6.9 | 1.8 | 6.3 | 14.3 | 4.1 | 4.0 | 1.0 | 8.0 | 6.3 | 23.2 | 2.6 | 6.6 | 1.0 | 2.1 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 19424 | 28.5 | 12.1 | 5.6 | 2.2 | 5.6 | 15.3 | 4.4 | 3.7 | 0.9 | 6.7 | 4.2 | 17.1 | 4.1 | 6.8 | 7.8 | 2.6 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 11379 | 23.0 | 12.9 | 7.1 | 2.0 | 8.4 | 15.0 | 4.4 | 4.2 | 0.8 | 10.2 | 13.4 | 32.6 | 4.2 | 8.0 | 0.5 | 2.0 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 1761 | 34.2 | 15.5 | 10.8 | 5.9 | 7.3 | 16.0 | 9.7 | 7.6 | 3.7 | 8.4 | 5.4 | 11.3 | 6.6 | 6.6 | 8.9 | 2.3 |
| | する・みる | 10094 | 22.7 | 10.3 | 3.6 | 1.8 | 5.7 | 17.2 | 3.9 | 2.9 | 0.5 | 5.4 | 3.1 | 15.5 | 3.8 | 7.7 | 10.7 | 3.0 |
| | する・ささえる | 140 | 27.9 | 12.1 | 5.0 | 2.1 | 8.6 | 11.4 | 5.7 | 7.1 | 1.4 | 7.9 | 5.7 | 9.3 | 7.1 | 4.3 | 7.9 | 2.1 |
| | するのみ | 3801 | 26.8 | 12.1 | 5.3 | 1.4 | 5.3 | 11.1 | 3.1 | 1.7 | 0.5 | 5.5 | 6.1 | 17.4 | 3.7 | 6.1 | 7.5 | 2.8 |
| | みる・ささえる | 579 | 45.4 | 24.0 | 15.7 | 3.6 | 9.0 | 16.8 | 7.1 | 7.9 | 3.8 | 14.3 | 5.9 | 21.6 | 6.2 | 7.9 | 1.2 | 2.6 |
| | みるのみ | 8250 | 28.3 | 13.0 | 6.7 | 2.6 | 8.6 | 17.6 | 4.8 | 5.5 | 0.9 | 10.4 | 9.5 | 31.7 | 4.4 | 8.4 | 0.2 | 2.2 |
| | ささえるのみ | 90 | 43.3 | 21.1 | 18.9 | 1.1 | 10.0 | 14.4 | 7.8 | 6.7 | 4.4 | 8.9 | 11.1 | 22.2 | 2.2 | 4.4 | 2.2 | － |
| | しない・みない・ささえない | 6088 | 25.7 | 13.3 | 7.9 | 1.2 | 5.8 | 10.8 | 3.6 | 3.3 | 0.6 | 9.9 | 14.4 | 30.2 | 3.7 | 5.8 | 0.2 | 1.4 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q25. 1年前と比べて運動・スポーツを実施する頻度が減ったまたはこれ以上増やせない(増やさない)理由は何ですか。(MA)（続き）

| | | 全体 | 特に理由はない | わからない |
|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 30803 | 23.7 | 1.6 |
| 性別 | 男性 | 15250 | 25.4 | 1.7 |
| | 女性 | 15334 | 22.0 | 1.5 |
| 年代 | 10代 | 573 | 16.2 | 2.4 |
| | 20代 | 3503 | 16.4 | 3.0 |
| | 30代 | 3970 | 17.2 | 1.7 |
| | 40代 | 5438 | 17.9 | 1.8 |
| | 50代 | 6058 | 23.2 | 1.7 |
| | 60代 | 5188 | 29.3 | 1.0 |
| | 70代 | 6073 | 33.7 | 1.1 |
| 性年代 | 男性10代 | 236 | 17.8 | 2.5 |
| | 男性20代 | 1747 | 17.1 | 2.4 |
| | 男性30代 | 2009 | 20.8 | 2.0 |
| | 男性40代 | 2762 | 19.0 | 2.1 |
| | 男性50代 | 3076 | 24.6 | 1.7 |
| | 男性60代 | 2578 | 30.9 | 1.2 |
| | 男性70代 | 2842 | 36.2 | 1.1 |
| | 女性10代 | 327 | 15.0 | 2.1 |
| | 女性20代 | 1707 | 15.6 | 3.4 |
| | 女性30代 | 1928 | 13.5 | 1.3 |
| | 女性40代 | 2632 | 16.8 | 1.4 |
| | 女性50代 | 2944 | 21.6 | 1.6 |
| | 女性60代 | 2586 | 27.6 | 0.9 |
| | 女性70代 | 3210 | 31.3 | 1.1 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 7832 | 24.2 | 1.4 |
| | 東京都区部 | 2734 | 24.0 | 1.7 |
| | 政令指定都市 | 5098 | 24.3 | 1.2 |
| | 大都市 | 11271 | 23.6 | 1.7 |
| | 小都市 | 8937 | 22.9 | 1.7 |
| | 町村 | 2763 | 24.8 | 2.1 |
| 居住地域 | 北海道 | 1313 | 24.1 | 1.1 |
| | 東北 | 2111 | 23.6 | 1.7 |
| | 北関東 | 1648 | 23.3 | 1.0 |
| | 首都圏 | 9217 | 23.0 | 1.7 |
| | 北陸 | 1258 | 21.4 | 1.4 |
| | 東山 | 1153 | 22.7 | 1.2 |
| | 東海 | 3147 | 23.8 | 1.7 |
| | 近畿二府一県 | 4071 | 25.4 | 1.7 |
| | その他近畿圏 | 882 | 24.6 | 2.2 |
| | 中国 | 1750 | 23.4 | 1.5 |
| | 四国 | 889 | 23.6 | 2.2 |
| | 九州・沖縄 | 3364 | 24.6 | 1.7 |
| 職業 | 自営業主 | 2389 | 22.9 | 1.4 |
| | 家族従業者 | 160 | 19.4 | 1.9 |
| | 雇用者 | 16567 | 19.3 | 1.5 |
| | (小計)就労者 | 19116 | 19.7 | 1.5 |
| | 主婦・主夫 | 4419 | 28.2 | 1.3 |
| | 学生 | 951 | 17.2 | 2.3 |
| | 無職 | 5296 | 34.6 | 1.6 |
| | その他 | 454 | 23.6 | 2.4 |
| | 答えたくない | 567 | 30.5 | 6.9 |
| 最終学歴 | 中学校 | 508 | 25.0 | 2.2 |
| | 高校 | 8485 | 26.4 | 1.6 |
| | 短大・高専 | 3166 | 24.0 | 1.6 |
| | 専門学校 | 3467 | 23.1 | 1.6 |
| | 大学 | 13197 | 22.2 | 1.5 |
| | 大学院 | 1603 | 19.7 | 1.5 |
| | その他 | 13 | 38.5 | 7.7 |
| | 答えたくない | 364 | 30.8 | 6.0 |
| 世帯年収 | 収入なし | 532 | 30.8 | 1.9 |
| | 100万円未満 | 919 | 28.1 | 2.0 |
| | 100～200万円未満 | 1933 | 25.5 | 1.0 |
| | 200～300万円未満 | 2911 | 23.8 | 1.0 |
| | 300～400万円未満 | 3248 | 23.6 | 1.1 |
| | 400～500万円未満 | 2856 | 20.8 | 1.0 |
| | 500～600万円未満 | 2396 | 20.8 | 1.2 |
| | 600～700万円未満 | 1812 | 18.8 | 1.4 |
| | 700～800万円未満 | 1788 | 18.1 | 1.4 |
| | 800～1000万円未満 | 2249 | 17.1 | 1.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1346 | 19.0 | 1.4 |
| | 1200万円以上 | 1542 | 20.1 | 1.4 |
| | わからない | 2999 | 28.0 | 2.7 |
| | 答えたくない | 4272 | 32.2 | 3.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 17389 | 23.9 | 1.4 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 12895 | 23.1 | 1.7 |
| | 答えたくない | 519 | 30.8 | 6.7 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 6679 | 25.0 | 1.7 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8962 | 27.6 | 1.4 |
| | 夫婦・子あり | 7103 | 19.4 | 1.4 |
| | 親と同居(未婚) | 3159 | 21.4 | 2.0 |
| | 2世帯以上同居 | 1269 | 22.4 | 1.3 |
| | その他 | 3112 | 20.9 | 1.6 |
| | 答えたくない | 519 | 30.8 | 6.7 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 9146 | 28.2 | 1.8 |
| | 週に1～2日 | 6650 | 19.5 | 1.4 |
| | (小計)週に1日以上計 | 15796 | 24.5 | 1.6 |
| | (小計)週1日未満 | 5901 | 14.5 | 0.8 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 1933 | 27.6 | 5.3 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 23630 | 22.3 | 1.7 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 7173 | 28.2 | 1.3 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 5658 | 32.0 | 2.2 |
| | 週に2日 | 2460 | 27.1 | 1.7 |
| | (小計)週に2日以上計 | 8118 | 30.5 | 2.0 |
| | (小計)週2日未満 | 8278 | 15.7 | 1.0 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 3028 | 24.4 | 4.3 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 19424 | 23.2 | 1.9 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 11379 | 24.4 | 1.1 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 1761 | 10.7 | 1.1 |
| | する・みる | 10094 | 25.6 | 1.5 |
| | する・ささえる | 140 | 24.3 | 1.4 |
| | するのみ | 3801 | 28.1 | 2.4 |
| | みる・ささえる | 579 | 10.5 | 0.2 |
| | みるのみ | 8250 | 21.0 | 1.1 |
| | ささえるのみ | 90 | 5.6 | - |
| | しない・みない・ささえない | 6088 | 26.6 | 2.5 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q26. 今後あなたが始めてみたい運動やスポーツ（MA）

| | | 全体 | ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅・自宅から進んで行う歩行等） | 階段昇降（2アップ3ダウン階段・エレベーターに乗らず階段を使用する等） | ランニング（ジョギング・マラソン・駅伝等） | 陸上競技 | 自転車競技（トラック・ロード・BMX・マウンテンバイク等） | サイクリング（自転車利用（自ら進んで行う自転車や公共交通機関に乗らず移動する等）・自転車で） | スケート・ボード・ローラースケート・一輪車 | トレーニング（筋力トレーニング・マシントレーニング・マットレーニング・室内運動器具を使ってする運動等） | 体操（ラジオ体操・美容体操・太極拳・職場体操等） | エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス | 縄跳び・ダブルダッチ | 器械体操・新体操・トランポリン | ダンス（ブレイキン（ブレイクダンス）・ジャズダンス・フォークダンス・社交ダンス・民謡踊り・フラダンス等） | チアリーディング・バトントワリング | 水泳（競泳・水球・飛び込みスイミング・アーティスティックスイミング等） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 31.5 | 9.9 | 8.8 | 1.1 | 1.8 | 6.9 | 1.1 | 9.6 | 7.4 | 8.2 | 2.0 | 0.8 | 3.1 | 0.3 | 6.2 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 28.3 | 8.2 | 11.1 | 1.6 | 2.8 | 8.7 | 1.3 | 10.3 | 4.2 | 2.4 | 1.5 | 0.6 | 1.6 | 0.2 | 6.5 |
| | 女性 | 20041 | 34.8 | 11.6 | 6.7 | 0.6 | 0.8 | 5.3 | 0.8 | 9.0 | 10.5 | 14.0 | 2.4 | 1.0 | 4.7 | 0.4 | 6.0 |
| 年代 | 10代 | 857 | 19.8 | 7.8 | 16.1 | 4.2 | 5.3 | 7.5 | 4.9 | 11.4 | 6.3 | 9.2 | 4.1 | 1.9 | 8.9 | 1.5 | 9.5 |
| | 20代 | 5227 | 25.1 | 9.3 | 14.4 | 2.9 | 4.0 | 8.1 | 3.0 | 11.5 | 5.4 | 8.8 | 2.7 | 1.6 | 4.0 | 0.8 | 7.9 |
| | 30代 | 5594 | 28.5 | 9.4 | 13.4 | 2.0 | 2.8 | 7.2 | 1.5 | 11.5 | 5.8 | 10.2 | 2.1 | 1.3 | 3.5 | 0.5 | 7.3 |
| | 40代 | 7193 | 32.5 | 9.3 | 11.6 | 1.1 | 2.1 | 7.6 | 1.2 | 10.2 | 6.6 | 9.8 | 2.5 | 0.9 | 3.0 | 0.2 | 6.7 |
| | 50代 | 7752 | 33.9 | 10.3 | 7.6 | 0.6 | 1.1 | 7.1 | 0.6 | 9.9 | 7.3 | 8.9 | 1.9 | 0.5 | 2.6 | 0.1 | 6.0 |
| | 60代 | 6376 | 34.0 | 10.5 | 4.8 | 0.2 | 0.7 | 6.6 | 0.1 | 8.8 | 8.5 | 7.4 | 1.4 | 0.3 | 2.5 | 0.1 | 5.1 |
| | 70代 | 7001 | 34.1 | 10.8 | 2.5 | 0.1 | 0.3 | 5.2 | 0.1 | 6.4 | 10.1 | 4.7 | 1.4 | 0.2 | 2.7 | 0.0 | 4.3 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 15.2 | 7.0 | 15.2 | 4.8 | 8.0 | 7.5 | 5.1 | 8.6 | 3.7 | 2.4 | 2.7 | 2.1 | 4.0 | 1.3 | 8.3 |
| | 男性20代 | 2626 | 21.6 | 8.8 | 16.8 | 4.3 | 5.8 | 10.4 | 3.8 | 13.5 | 3.9 | 2.5 | 2.2 | 1.3 | 3.0 | 0.6 | 8.1 |
| | 男性30代 | 2786 | 22.7 | 7.4 | 15.5 | 3.2 | 4.3 | 8.7 | 2.2 | 11.6 | 2.3 | 2.6 | 1.3 | 0.9 | 2.3 | 0.3 | 7.3 |
| | 男性40代 | 3587 | 27.5 | 7.1 | 13.9 | 1.4 | 3.6 | 9.1 | 1.4 | 10.8 | 3.0 | 2.7 | 2.1 | 0.5 | 1.7 | 0.1 | 6.7 |
| | 男性50代 | 3858 | 29.9 | 7.8 | 10.1 | 1.0 | 1.7 | 8.2 | 0.7 | 10.2 | 3.7 | 2.6 | 1.4 | 0.5 | 1.1 | 0.1 | 6.5 |
| | 男性60代 | 3112 | 32.6 | 9.2 | 6.8 | 0.4 | 1.1 | 9.2 | 0.2 | 9.6 | 5.3 | 2.5 | 1.1 | 0.2 | 0.8 | 0.1 | 6.0 |
| | 男性70代 | 3213 | 34.9 | 9.5 | 4.1 | 0.1 | 0.5 | 7.0 | 0.1 | 7.2 | 6.8 | 1.6 | 1.1 | 0.2 | 0.7 | － | 4.4 |
| | 女性10代 | 464 | 24.1 | 8.6 | 17.0 | 3.7 | 3.2 | 7.3 | 5.0 | 14.0 | 8.4 | 14.7 | 5.2 | 1.7 | 12.7 | 1.5 | 10.3 |
| | 女性20代 | 2504 | 29.3 | 9.9 | 12.2 | 1.6 | 2.2 | 6.0 | 2.4 | 9.6 | 7.1 | 15.7 | 3.2 | 1.9 | 5.3 | 1.1 | 7.8 |
| | 女性30代 | 2732 | 34.4 | 11.5 | 11.4 | 0.9 | 1.2 | 5.7 | 0.8 | 11.6 | 9.3 | 18.2 | 2.8 | 1.7 | 4.8 | 0.7 | 7.5 |
| | 女性40代 | 3522 | 37.7 | 11.6 | 9.3 | 0.7 | 0.7 | 6.2 | 1.0 | 9.7 | 10.3 | 17.1 | 2.9 | 1.3 | 4.5 | 0.3 | 6.9 |
| | 女性50代 | 3828 | 38.0 | 12.8 | 5.2 | 0.3 | 0.6 | 6.1 | 0.5 | 9.6 | 10.8 | 15.3 | 2.4 | 0.6 | 4.0 | 0.2 | 5.5 |
| | 女性60代 | 3231 | 35.5 | 11.8 | 2.8 | 0.1 | 0.3 | 4.3 | 0.1 | 8.2 | 11.6 | 12.0 | 1.7 | 0.5 | 4.1 | 0.2 | 4.4 |
| | 女性70代 | 3760 | 33.5 | 12.0 | 1.1 | 0.1 | 0.1 | 3.7 | 0.1 | 5.7 | 12.9 | 7.4 | 1.7 | 0.2 | 4.5 | 0.1 | 4.2 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 29.7 | 10.4 | 9.1 | 1.1 | 1.7 | 7.1 | 1.1 | 10.7 | 7.1 | 9.1 | 1.7 | 0.7 | 3.3 | 0.4 | 7.3 |
| | 東京都区部 | 3552 | 29.5 | 9.9 | 10.1 | 1.2 | 2.0 | 6.7 | 1.4 | 11.6 | 6.3 | 9.2 | 1.8 | 0.8 | 4.3 | 0.7 | 8.4 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 29.8 | 10.6 | 8.6 | 1.1 | 1.5 | 7.3 | 0.9 | 10.1 | 7.6 | 9.0 | 1.7 | 0.7 | 2.7 | 0.2 | 6.7 |
| | 大都市 | 14521 | 32.0 | 10.7 | 9.4 | 1.4 | 1.9 | 7.7 | 1.1 | 9.8 | 7.5 | 8.2 | 1.9 | 0.9 | 3.2 | 0.3 | 6.4 |
| | 小都市 | 11741 | 31.8 | 8.8 | 8.3 | 0.9 | 1.7 | 6.5 | 1.0 | 9.0 | 7.4 | 7.9 | 2.2 | 0.7 | 3.0 | 0.2 | 5.6 |
| | 町村 | 3777 | 33.3 | 9.4 | 7.8 | 0.8 | 1.5 | 5.0 | 1.0 | 8.1 | 7.4 | 7.3 | 2.2 | 0.7 | 2.8 | 0.2 | 4.4 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 31.7 | 10.4 | 6.8 | 1.0 | 1.6 | 6.2 | 1.0 | 9.9 | 8.3 | 7.9 | 1.3 | 0.7 | 2.7 | 0.1 | 5.4 |
| | 東北 | 2718 | 32.2 | 10.6 | 8.4 | 1.1 | 2.2 | 6.0 | 1.2 | 9.9 | 8.4 | 7.7 | 2.5 | 1.1 | 3.3 | 0.3 | 6.4 |
| | 北関東 | 2146 | 31.9 | 10.1 | 9.6 | 1.0 | 2.3 | 8.1 | 1.5 | 9.4 | 7.0 | 7.7 | 2.0 | 1.1 | 3.0 | 0.4 | 5.6 |
| | 首都圏 | 11930 | 30.1 | 9.9 | 9.6 | 1.3 | 1.8 | 7.3 | 1.2 | 10.5 | 7.0 | 9.0 | 2.0 | 0.8 | 3.4 | 0.4 | 7.2 |
| | 北陸 | 1604 | 32.7 | 10.5 | 9.2 | 0.6 | 1.4 | 5.9 | 0.8 | 8.9 | 7.7 | 8.5 | 1.8 | 0.4 | 2.7 | 0.2 | 5.3 |
| | 東山 | 1509 | 29.9 | 8.8 | 8.9 | 0.7 | 2.2 | 6.9 | 1.3 | 8.6 | 7.0 | 8.5 | 2.5 | 0.5 | 2.7 | 0.3 | 5.4 |
| | 東海 | 4067 | 31.0 | 9.6 | 8.4 | 1.1 | 1.7 | 7.0 | 1.2 | 8.8 | 7.2 | 7.9 | 1.7 | 0.9 | 2.8 | 0.2 | 6.0 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 31.1 | 9.4 | 8.1 | 1.1 | 1.7 | 6.6 | 0.9 | 9.7 | 6.9 | 8.2 | 1.5 | 0.5 | 3.1 | 0.3 | 6.2 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 33.8 | 10.3 | 8.9 | 1.3 | 1.6 | 7.7 | 0.3 | 10.0 | 8.4 | 8.0 | 3.7 | 0.9 | 3.3 | 0.3 | 6.5 |
| | 中国 | 2239 | 33.5 | 9.7 | 8.3 | 1.3 | 1.9 | 7.1 | 1.0 | 7.7 | 7.5 | 6.8 | 2.0 | 0.7 | 2.1 | 0.3 | 4.9 |
| | 四国 | 1164 | 32.1 | 8.2 | 7.8 | 0.9 | 1.6 | 7.0 | 1.1 | 7.6 | 6.7 | 6.4 | 1.9 | 0.5 | 2.3 | － | 5.2 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 33.9 | 10.8 | 9.3 | 1.2 | 1.6 | 6.8 | 1.0 | 10.0 | 8.2 | 8.6 | 2.4 | 0.9 | 3.7 | 0.2 | 5.7 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 30.2 | 9.0 | 10.2 | 2.7 | 3.5 | 8.8 | 2.1 | 11.1 | 6.1 | 6.0 | 2.3 | 0.7 | 3.3 | 0.4 | 6.4 |
| | 家族従業者 | 207 | 37.2 | 10.1 | 11.1 | 1.0 | 3.4 | 7.7 | 2.4 | 10.6 | 14.0 | 12.1 | 4.8 | 0.5 | 5.8 | 0.5 | 4.8 |
| | 雇用者 | 21731 | 31.2 | 9.8 | 11.1 | 1.3 | 2.1 | 7.6 | 1.2 | 11.0 | 6.5 | 9.1 | 2.0 | 0.9 | 3.1 | 0.3 | 7.1 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 31.1 | 9.7 | 11.0 | 1.4 | 2.3 | 7.8 | 1.3 | 11.0 | 6.6 | 8.7 | 2.1 | 0.8 | 3.2 | 0.3 | 7.0 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 36.5 | 12.2 | 3.8 | 0.2 | 0.5 | 4.8 | 0.5 | 7.1 | 11.2 | 11.1 | 1.9 | 0.5 | 3.7 | 0.1 | 4.3 |
| | 学生 | 1383 | 22.1 | 9.0 | 16.5 | 3.7 | 4.7 | 9.3 | 4.0 | 12.2 | 5.9 | 8.9 | 4.1 | 2.2 | 6.6 | 1.2 | 10.6 |
| | 無職 | 6355 | 32.1 | 9.7 | 4.1 | 0.2 | 0.5 | 5.8 | 0.2 | 7.1 | 8.2 | 4.4 | 1.4 | 0.5 | 2.1 | 0.1 | 4.3 |
| | その他 | 568 | 35.4 | 12.3 | 6.7 | 1.1 | 1.8 | 7.9 | 1.1 | 9.0 | 10.6 | 8.3 | 3.3 | 1.6 | 3.2 | 0.7 | 6.7 |
| | 答えたくない | 1163 | 22.0 | 4.9 | 3.8 | 0.6 | 0.6 | 2.2 | 0.8 | 3.6 | 2.6 | 4.5 | 1.0 | 0.3 | 1.2 | 0.3 | 2.3 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 31.5 | 7.3 | 6.1 | 0.7 | 1.6 | 5.6 | 0.9 | 9.3 | 5.6 | 4.5 | 1.5 | 1.3 | 2.8 | 0.4 | 4.6 |
| | 高校 | 10826 | 32.5 | 9.6 | 6.6 | 0.7 | 1.2 | 5.8 | 0.7 | 8.0 | 7.1 | 6.6 | 1.8 | 0.7 | 2.6 | 0.2 | 4.6 |
| | 短大・高専 | 4045 | 37.2 | 12.6 | 6.2 | 0.5 | 1.0 | 5.4 | 0.9 | 8.5 | 9.9 | 12.3 | 2.1 | 0.6 | 3.9 | 0.3 | 5.9 |
| | 専門学校 | 4546 | 33.3 | 9.8 | 7.8 | 1.1 | 1.7 | 6.6 | 0.9 | 9.8 | 8.1 | 9.6 | 2.2 | 0.8 | 3.7 | 0.3 | 5.5 |
| | 大学 | 17018 | 30.2 | 10.0 | 11.1 | 1.5 | 2.3 | 8.1 | 1.4 | 10.9 | 7.2 | 8.4 | 2.1 | 0.9 | 3.2 | 0.4 | 7.5 |
| | 大学院 | 2087 | 26.4 | 8.8 | 12.4 | 2.2 | 2.5 | 9.3 | 1.8 | 11.8 | 5.7 | 7.1 | 1.7 | 0.9 | 3.3 | 0.3 | 8.5 |
| | その他 | 18 | 16.7 | 11.1 | 5.6 | 5.6 | － | 5.6 | 5.6 | 11.1 | 5.6 | － | 5.6 | － | － | － | 5.6 |
| | 答えたくない | 786 | 19.2 | 4.5 | 3.6 | 0.6 | 1.1 | 2.7 | 0.5 | 4.6 | 3.9 | 4.6 | 1.4 | 0.5 | 1.3 | 0.3 | 2.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 29.5 | 8.3 | 5.9 | 0.3 | 1.5 | 6.7 | 1.1 | 6.4 | 6.4 | 5.6 | 1.9 | 1.2 | 2.9 | 0.4 | 4.6 |
| | 100万円未満 | 1209 | 30.9 | 8.7 | 6.4 | 1.7 | 1.9 | 5.7 | 1.1 | 7.9 | 7.8 | 6.4 | 2.5 | 1.0 | 3.1 | 0.2 | 5.7 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 33.5 | 10.1 | 6.3 | 0.7 | 1.3 | 5.6 | 0.8 | 7.8 | 8.8 | 7.1 | 2.2 | 0.5 | 3.6 | 0.4 | 5.3 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 33.4 | 10.2 | 6.4 | 0.9 | 1.6 | 6.5 | 0.9 | 9.5 | 9.3 | 7.8 | 2.0 | 0.8 | 3.4 | 0.3 | 5.1 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 32.9 | 10.4 | 7.7 | 1.1 | 1.9 | 7.3 | 0.8 | 8.5 | 7.9 | 7.9 | 2.0 | 0.8 | 3.0 | 0.4 | 5.5 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 32.3 | 10.2 | 10.4 | 1.3 | 2.4 | 8.2 | 1.6 | 10.5 | 7.2 | 8.4 | 1.7 | 0.9 | 3.4 | 0.3 | 6.6 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 31.0 | 10.6 | 11.1 | 1.5 | 2.6 | 8.0 | 1.9 | 11.2 | 7.7 | 8.6 | 2.1 | 0.6 | 3.0 | 0.3 | 6.5 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 32.4 | 10.8 | 12.3 | 1.6 | 2.5 | 8.0 | 1.1 | 11.2 | 7.0 | 9.6 | 2.1 | 0.8 | 3.0 | 0.2 | 6.7 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 31.5 | 10.7 | 12.6 | 1.5 | 2.0 | 8.5 | 1.3 | 12.0 | 6.1 | 8.0 | 2.1 | 0.9 | 3.0 | 0.3 | 8.7 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 30.9 | 10.2 | 11.5 | 1.6 | 2.3 | 8.7 | 1.4 | 11.8 | 6.9 | 9.3 | 2.3 | 0.9 | 3.4 | 0.1 | 9.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 31.1 | 9.6 | 13.9 | 2.1 | 2.3 | 8.5 | 1.8 | 12.0 | 6.5 | 10.3 | 2.6 | 1.2 | 3.6 | 0.5 | 9.1 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 29.0 | 10.4 | 13.2 | 1.5 | 2.6 | 8.5 | 1.8 | 12.7 | 6.8 | 9.5 | 2.2 | 1.0 | 3.4 | 0.6 | 8.7 |
| | わからない | 4002 | 30.8 | 9.9 | 6.6 | 0.6 | 0.8 | 5.5 | 0.7 | 8.6 | 7.9 | 9.2 | 2.2 | 0.9 | 3.5 | 0.3 | 4.8 |
| | 答えたくない | 5872 | 30.0 | 8.5 | 5.2 | 0.5 | 0.8 | 4.5 | 0.3 | 6.9 | 6.3 | 7.0 | 1.3 | 0.4 | 2.3 | 0.2 | 4.3 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 33.6 | 10.2 | 8.6 | 1.0 | 1.6 | 7.0 | 0.9 | 9.4 | 7.7 | 8.5 | 1.9 | 0.6 | 2.8 | 0.2 | 6.1 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 29.3 | 9.8 | 9.4 | 1.3 | 2.1 | 7.1 | 1.4 | 10.1 | 7.0 | 8.2 | 2.2 | 1.0 | 3.6 | 0.4 | 6.5 |
| | 答えたくない | 975 | 21.0 | 5.2 | 4.9 | 1.0 | 1.2 | 3.8 | 0.8 | 6.2 | 5.1 | 4.9 | 1.2 | 0.4 | 1.8 | 0.3 | 3.3 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 28.0 | 9.3 | 8.7 | 1.2 | 1.9 | 6.8 | 1.3 | 9.6 | 6.6 | 7.4 | 1.8 | 0.8 | 3.4 | 0.4 | 6.3 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 33.7 | 10.5 | 6.3 | 0.8 | 1.2 | 6.4 | 0.7 | 9.0 | 8.3 | 8.0 | 1.5 | 0.6 | 2.7 | 0.2 | 5.5 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 33.5 | 9.9 | 11.2 | 1.1 | 1.9 | 7.4 | 1.0 | 10.0 | 6.9 | 9.3 | 2.2 | 0.7 | 3.0 | 0.2 | 6.8 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 29.6 | 10.2 | 10.0 | 1.2 | 2.7 | 7.4 | 1.7 | 10.2 | 7.0 | 7.9 | 2.1 | 1.0 | 3.3 | 0.5 | 6.2 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 31.6 | 9.9 | 11.0 | 1.8 | 2.4 | 8.7 | 1.4 | 10.3 | 8.0 | 8.1 | 3.2 | 0.8 | 3.7 | 0.4 | 6.5 |
| | その他 | 3988 | 32.6 | 10.5 | 9.3 | 1.7 | 1.6 | 7.2 | 1.3 | 10.8 | 8.1 | 9.7 | 2.8 | 1.3 | 4.0 | 0.5 | 7.1 |
| | 答えたくない | 975 | 21.0 | 5.2 | 4.9 | 1.0 | 1.2 | 3.8 | 0.8 | 6.2 | 5.1 | 4.9 | 1.2 | 0.4 | 1.8 | 0.3 | 3.3 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 29.1 | 11.7 | 10.5 | 1.8 | 2.6 | 9.2 | 1.8 | 11.6 | 8.9 | 9.4 | 2.6 | 1.1 | 4.4 | 0.5 | 7.4 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 33.3 | 12.0 | 12.2 | 1.3 | 2.5 | 9.2 | 1.2 | 13.3 | 8.7 | 10.8 | 2.6 | 0.9 | 3.9 | 0.3 | 8.7 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 30.8 | 11.8 | 11.2 | 1.6 | 2.6 | 9.2 | 1.6 | 12.3 | 8.8 | 10.0 | 2.6 | 1.0 | 4.2 | 0.4 | 8.0 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 40.6 | 12.7 | 11.5 | 1.2 | 1.6 | 8.7 | 1.1 | 11.2 | 8.8 | 10.6 | 2.3 | 0.9 | 3.7 | 0.3 | 7.7 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 34.3 | 7.8 | 5.8 | 1.0 | 1.1 | 3.5 | 0.6 | 5.7 | 5.1 | 4.6 | 1.4 | 0.5 | 1.8 | 0.3 | 3.4 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 33.3 | 11.7 | 10.8 | 1.4 | 2.2 | 8.6 | 1.4 | 11.5 | 8.5 | 9.7 | 2.4 | 1.0 | 3.9 | 0.4 | 7.5 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 25.9 | 4.6 | 2.9 | 0.1 | 0.3 | 2.0 | 0.2 | 3.9 | 3.9 | 3.9 | 0.7 | 0.2 | 0.9 | 0.1 | 2.2 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 7433 | 27.4 | 9.9 | 9.1 | 1.6 | 2.4 | 8.3 | 1.6 | 10.2 | 7.2 | 7.8 | 2.3 | 0.8 | 3.8 | 0.4 | 7.0 |
| | 週に2日 | 3316 | 27.0 | 10.0 | 12.0 | 2.0 | 3.0 | 9.1 | 1.7 | 12.9 | 7.7 | 10.0 | 2.4 | 1.1 | 4.6 | 0.3 | 8.9 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 27.3 | 9.9 | 10.0 | 1.7 | 2.6 | 8.5 | 1.6 | 11.0 | 7.3 | 8.5 | 2.4 | 0.9 | 4.1 | 0.4 | 7.6 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 33.9 | 12.7 | 13.7 | 1.7 | 2.8 | 10.4 | 1.8 | 13.2 | 9.0 | 10.4 | 2.6 | 1.1 | 4.4 | 0.5 | 8.9 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 35.5 | 9.4 | 7.1 | 0.9 | 1.2 | 5.1 | 0.6 | 7.8 | 6.7 | 6.8 | 1.8 | 0.9 | 2.3 | 0.3 | 4.5 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 31.3 | 11.0 | 11.0 | 1.6 | 2.5 | 8.7 | 1.5 | 11.4 | 7.9 | 9.0 | 2.4 | 1.0 | 3.9 | 0.4 | 7.6 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 31.8 | 8.2 | 5.2 | 0.3 | 0.6 | 3.9 | 0.3 | 6.7 | 6.5 | 7.0 | 1.4 | 0.4 | 1.8 | 0.1 | 3.8 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 2612 | 25.0 | 13.6 | 18.7 | 7.4 | 10.5 | 16.3 | 7.5 | 16.6 | 9.2 | 9.2 | 3.6 | 2.8 | 7.3 | 1.8 | 11.7 |
| | する・みる | 12942 | 31.8 | 12.6 | 10.9 | 0.8 | 1.6 | 9.1 | 0.7 | 12.7 | 9.7 | 10.2 | 2.6 | 0.7 | 3.7 | 0.1 | 8.3 |
| | する・ささえる | 212 | 18.9 | 7.1 | 11.8 | 2.8 | 4.7 | 9.0 | 3.8 | 11.3 | 5.7 | 8.5 | 0.9 | 1.9 | 7.5 | 1.4 | 5.2 |
| | するのみ | 4963 | 31.6 | 9.1 | 7.8 | 0.5 | 1.1 | 5.5 | 0.6 | 9.0 | 6.4 | 9.8 | 2.0 | 1.0 | 3.6 | 0.3 | 5.3 |
| | みる・ささえる | 758 | 35.8 | 13.2 | 17.8 | 5.0 | 7.8 | 11.2 | 4.9 | 12.5 | 8.8 | 10.4 | 3.2 | 1.6 | 4.4 | 1.5 | 10.4 |
| | みるのみ | 9793 | 38.4 | 10.0 | 7.7 | 0.6 | 0.8 | 5.9 | 0.4 | 8.6 | 7.4 | 7.7 | 1.7 | 0.5 | 2.4 | 0.2 | 5.3 |
| | ささえるのみ | 118 | 39.8 | 8.5 | 10.2 | 2.5 | 5.1 | 8.5 | 3.4 | 14.4 | 5.9 | 10.2 | 4.2 | 1.7 | 4.2 | 0.8 | 5.1 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 24.9 | 5.0 | 3.8 | 0.3 | 0.4 | 2.4 | 0.3 | 4.1 | 3.7 | 4.5 | 0.9 | 0.4 | 1.4 | 0.1 | 2.6 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q26. 今後あなたが始めてみたい運動やスポーツ（MA）

| | | 全体 | アクアエクササイズ・水中ウォーキング | 野球（硬式・軟式等） | ソフトボール | キャッチボール | テニス・ソフトテニス | バドミントン | 卓球（ラージボール含む） | 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） | グラウンドゴルフ・パークゴルフ・マレットゴルフ・デルフィスク・スナッグゴルフ・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・3×3・ボートボール | ドッジボール | ハンドボール | サッカー | フットサル |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 4.2 | 1.5 | 0.6 | 1.0 | 2.3 | 2.1 | 1.8 | 2.3 | 2.0 | 0.7 | 0.9 | 0.9 | 0.3 | 0.2 | 1.0 | 0.9 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 2.8 | 2.8 | 1.0 | 1.6 | 2.5 | 1.6 | 1.8 | 3.6 | 2.9 | 0.8 | 0.9 | 1.3 | 0.4 | 0.4 | 1.8 | 1.6 |
| | 女性 | 20041 | 5.6 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 2.2 | 2.5 | 1.8 | 1.2 | 1.2 | 0.5 | 1.0 | 0.6 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.2 |
| 年代 | 10代 | 857 | 2.2 | 3.2 | 1.4 | 2.7 | 3.4 | 6.2 | 2.7 | 1.5 | 2.0 | 0.5 | 3.5 | 2.6 | 1.3 | 0.8 | 3.2 | 1.1 |
| | 20代 | 5227 | 2.7 | 3.4 | 1.2 | 2.0 | 3.5 | 3.9 | 2.3 | 2.6 | 2.6 | 0.7 | 2.2 | 2.1 | 1.0 | 0.7 | 2.6 | 1.9 |
| | 30代 | 5594 | 3.2 | 2.4 | 0.9 | 1.3 | 3.0 | 2.9 | 1.3 | 1.9 | 1.7 | 0.4 | 1.5 | 1.6 | 0.4 | 0.3 | 1.6 | 1.7 |
| | 40代 | 7193 | 3.7 | 1.4 | 0.7 | 1.1 | 2.2 | 2.3 | 1.4 | 2.2 | 2.2 | 0.5 | 0.9 | 1.3 | 0.3 | 0.3 | 1.2 | 1.3 |
| | 50代 | 7752 | 4.0 | 1.4 | 0.5 | 0.7 | 2.1 | 1.2 | 1.4 | 2.5 | 1.9 | 0.6 | 0.6 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.6 | 0.5 |
| | 60代 | 6376 | 5.5 | 0.6 | 0.4 | 0.6 | 2.3 | 1.3 | 2.1 | 2.6 | 2.0 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.3 | 0.2 |
| | 70代 | 7001 | 5.7 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 1.1 | 1.1 | 2.4 | 2.4 | 1.8 | 1.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | 0.1 | 0.1 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 2.1 | 5.3 | 1.3 | 3.5 | 1.9 | 4.0 | 2.7 | 2.7 | 2.9 | 0.3 | 3.2 | 2.9 | 1.3 | 1.3 | 5.3 | 1.3 |
| | 男性20代 | 2626 | 2.2 | 6.1 | 1.8 | 3.2 | 4.2 | 3.2 | 2.3 | 3.4 | 3.6 | 1.0 | 2.2 | 2.6 | 1.2 | 1.0 | 4.3 | 3.3 |
| | 男性30代 | 2786 | 1.7 | 4.3 | 1.5 | 2.0 | 3.5 | 2.1 | 1.4 | 2.7 | 2.4 | 0.6 | 1.1 | 1.9 | 0.5 | 0.4 | 2.9 | 3.0 |
| | 男性40代 | 3587 | 2.2 | 2.6 | 1.1 | 1.5 | 2.1 | 1.8 | 1.5 | 3.1 | 2.9 | 0.6 | 0.7 | 1.9 | 0.4 | 0.4 | 2.1 | 2.4 |
| | 男性50代 | 3858 | 2.5 | 2.4 | 0.9 | 1.2 | 1.8 | 0.9 | 1.4 | 3.6 | 2.4 | 0.6 | 0.4 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 1.0 | 0.9 |
| | 男性60代 | 3112 | 3.7 | 1.1 | 0.8 | 1.2 | 2.3 | 0.9 | 1.9 | 4.5 | 3.3 | 0.8 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.5 | 0.4 |
| | 男性70代 | 3213 | 4.3 | 0.6 | 0.5 | 1.0 | 1.6 | 1.2 | 2.4 | 4.2 | 3.1 | 1.5 | 0.2 | 0.2 | 0.0 | – | 0.2 | 0.2 |
| | 女性10代 | 464 | 2.4 | 1.5 | 1.5 | 2.2 | 4.5 | 8.2 | 2.8 | 0.6 | 1.3 | 0.6 | 3.9 | 2.2 | 1.3 | 0.4 | 1.3 | 0.6 |
| | 女性20代 | 2504 | 3.3 | 0.7 | 0.6 | 1.0 | 2.9 | 4.8 | 2.4 | 1.8 | 1.6 | 0.6 | 2.2 | 1.6 | 0.8 | 0.4 | 0.8 | 0.6 |
| | 女性30代 | 2732 | 4.8 | 0.6 | 0.3 | 0.7 | 2.6 | 3.8 | 1.2 | 1.1 | 1.1 | 0.3 | 1.8 | 1.4 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.4 |
| | 女性40代 | 3522 | 5.3 | 0.2 | 0.3 | 0.6 | 2.4 | 2.8 | 1.2 | 1.3 | 1.6 | 0.4 | 1.2 | 0.6 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.1 |
| | 女性50代 | 3828 | 5.6 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 2.4 | 1.5 | 1.4 | 1.4 | 1.5 | 0.6 | 0.7 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.0 |
| | 女性60代 | 3231 | 7.3 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 2.2 | 1.6 | 2.3 | 0.7 | 0.8 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| | 女性70代 | 3760 | 6.8 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 1.1 | 2.3 | 0.9 | 0.6 | 0.8 | 0.2 | 0.0 | 0.1 | 0.1 | 0.0 | – |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 4.6 | 1.5 | 0.5 | 0.9 | 2.4 | 1.8 | 1.8 | 2.5 | 2.2 | 0.5 | 0.8 | 0.9 | 0.4 | 0.2 | 1.0 | 1.0 |
| | 東京都区部 | 3552 | 4.7 | 1.5 | 0.3 | 1.0 | 2.6 | 1.7 | 1.9 | 2.7 | 2.3 | 0.5 | 1.0 | 1.0 | 0.5 | 0.3 | 1.2 | 1.0 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 4.5 | 1.6 | 0.6 | 0.9 | 2.3 | 1.8 | 1.7 | 2.4 | 2.1 | 0.5 | 0.7 | 0.8 | 0.3 | 0.2 | 1.0 | 1.0 |
| | 大都市 | 14521 | 4.5 | 1.8 | 0.9 | 1.2 | 2.5 | 2.2 | 2.0 | 2.5 | 2.2 | 0.8 | 0.9 | 1.1 | 0.4 | 0.4 | 1.2 | 1.0 |
| | 小都市 | 11741 | 3.8 | 1.3 | 0.5 | 0.9 | 2.1 | 2.2 | 1.6 | 2.1 | 1.9 | 0.7 | 1.0 | 0.8 | 0.3 | 0.1 | 0.9 | 0.7 |
| | 町村 | 3777 | 3.2 | 1.3 | 0.6 | 1.0 | 2.2 | 2.4 | 1.8 | 1.8 | 1.5 | 0.5 | 1.5 | 0.9 | 0.4 | 0.2 | 0.8 | 0.7 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 3.8 | 1.4 | 0.4 | 0.9 | 1.3 | 1.6 | 1.5 | 2.5 | 2.0 | 0.8 | 0.6 | 0.7 | 0.1 | 0.1 | 0.8 | 0.7 |
| | 東北 | 2718 | 4.2 | 1.7 | 0.4 | 1.1 | 2.3 | 2.5 | 2.0 | 1.8 | 1.5 | 1.1 | 1.0 | 1.1 | 0.6 | 0.3 | 1.1 | 1.1 |
| | 北関東 | 2146 | 5.0 | 1.5 | 0.6 | 1.2 | 2.7 | 2.3 | 2.0 | 2.7 | 2.2 | 0.8 | 0.9 | 0.9 | 0.2 | 0.4 | 0.8 | 0.8 |
| | 首都圏 | 11930 | 4.5 | 1.6 | 0.5 | 1.0 | 2.5 | 1.9 | 1.8 | 2.5 | 2.1 | 0.6 | 0.9 | 1.0 | 0.4 | 0.3 | 1.1 | 0.9 |
| | 北陸 | 1604 | 4.3 | 1.1 | 0.5 | 0.6 | 1.9 | 2.3 | 1.3 | 2.3 | 1.7 | 0.4 | 0.6 | 0.6 | 0.1 | – | 1.2 | 1.1 |
| | 東山 | 1509 | 3.5 | 1.4 | 0.7 | 1.4 | 2.2 | 1.8 | 1.9 | 1.9 | 1.7 | 0.6 | 0.9 | 1.1 | 0.3 | 0.2 | 1.0 | 0.7 |
| | 東海 | 4067 | 4.1 | 1.6 | 0.7 | 1.2 | 2.2 | 2.1 | 1.8 | 2.3 | 1.7 | 0.6 | 1.1 | 0.8 | 0.3 | 0.3 | 1.1 | 1.0 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 3.5 | 1.5 | 0.8 | 0.7 | 2.5 | 1.8 | 1.5 | 2.6 | 2.2 | 0.5 | 1.0 | 0.8 | 0.2 | 0.2 | 0.9 | 0.9 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 4.5 | 1.4 | 1.2 | 0.9 | 2.2 | 2.6 | 2.4 | 1.6 | 2.3 | 1.0 | 0.7 | 0.8 | 0.5 | 0.2 | 1.0 | 0.4 |
| | 中国 | 2239 | 3.7 | 1.7 | 0.8 | 1.2 | 2.3 | 1.9 | 1.5 | 1.8 | 1.9 | 0.6 | 0.8 | 0.9 | 0.3 | 0.3 | 0.7 | 0.5 |
| | 四国 | 1164 | 3.0 | 1.0 | 0.5 | 0.6 | 2.3 | 2.1 | 1.9 | 1.5 | 1.4 | 0.2 | 0.7 | 0.6 | 0.4 | – | 0.5 | 0.4 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 4.5 | 1.7 | 0.8 | 1.2 | 2.2 | 2.9 | 2.2 | 2.6 | 2.7 | 0.8 | 1.3 | 1.2 | 0.4 | 0.2 | 1.2 | 0.9 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 3.6 | 1.7 | 0.9 | 1.3 | 2.2 | 1.6 | 1.9 | 2.8 | 2.3 | 1.0 | 0.6 | 0.9 | 0.6 | 0.4 | 1.4 | 0.8 |
| | 家族従業者 | 207 | 6.3 | 1.4 | 1.0 | 1.0 | 3.9 | 3.4 | 1.9 | 2.9 | 3.4 | 0.5 | 2.4 | 1.0 | 0.5 | – | 1.4 | 1.0 |
| | 雇用者 | 21731 | 3.9 | 2.0 | 0.8 | 1.2 | 2.7 | 2.4 | 1.7 | 2.7 | 2.4 | 0.6 | 1.1 | 1.2 | 0.4 | 0.3 | 1.2 | 1.2 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 3.9 | 2.0 | 0.8 | 1.2 | 2.7 | 2.3 | 1.7 | 2.7 | 2.4 | 0.6 | 1.1 | 1.2 | 0.4 | 0.3 | 1.3 | 1.2 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 6.0 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 1.5 | 1.4 | 1.8 | 0.8 | 0.8 | 0.6 | 0.4 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.0 |
| | 学生 | 1383 | 2.0 | 3.8 | 1.5 | 2.8 | 4.0 | 5.9 | 3.4 | 2.7 | 3.1 | 0.6 | 3.1 | 2.6 | 1.3 | 1.2 | 3.8 | 2.2 |
| | 無職 | 6355 | 4.5 | 0.6 | 0.2 | 0.6 | 1.4 | 1.2 | 1.9 | 2.4 | 1.9 | 0.9 | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 |
| | その他 | 568 | 5.5 | 1.4 | 1.2 | 1.9 | 3.3 | 3.9 | 3.9 | 4.0 | 2.1 | 1.4 | 1.6 | 1.9 | 1.2 | 0.7 | 1.1 | 1.1 |
| | 答えたくない | 1163 | 1.5 | 0.8 | 0.6 | 0.4 | 1.1 | 0.9 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.3 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 3.6 | 1.5 | 0.3 | 0.9 | 0.9 | 1.5 | 0.9 | 1.6 | 1.0 | 0.1 | 0.6 | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 0.9 | 0.4 |
| | 高校 | 10826 | 3.8 | 1.3 | 0.5 | 1.0 | 1.6 | 1.9 | 1.7 | 1.9 | 1.7 | 0.7 | 0.8 | 0.7 | 0.2 | 0.1 | 0.8 | 0.6 |
| | 短大・高専 | 4045 | 5.8 | 0.6 | 0.3 | 0.6 | 2.1 | 1.9 | 1.7 | 1.7 | 1.6 | 0.6 | 1.0 | 0.6 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.5 |
| | 専門学校 | 4546 | 4.5 | 1.0 | 0.5 | 0.6 | 2.3 | 2.1 | 1.5 | 1.6 | 1.5 | 0.5 | 0.7 | 1.0 | 0.4 | 0.1 | 0.7 | 0.6 |
| | 大学 | 17018 | 4.0 | 2.0 | 0.8 | 1.3 | 2.8 | 2.4 | 2.1 | 3.0 | 2.5 | 0.7 | 1.1 | 1.2 | 0.4 | 0.4 | 1.3 | 1.2 |
| | 大学院 | 2087 | 4.0 | 2.1 | 0.9 | 1.4 | 4.1 | 2.0 | 2.0 | 3.2 | 2.7 | 0.5 | 0.8 | 1.3 | 0.2 | 0.2 | 2.0 | 1.7 |
| | その他 | 18 | 5.6 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 5.6 | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | 786 | 2.2 | 0.4 | 0.1 | 0.5 | 1.0 | 1.0 | 0.3 | 0.8 | 1.0 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | – | – | 0.6 | 0.6 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 4.1 | 0.8 | 0.3 | 0.5 | 1.6 | 1.8 | 2.0 | 1.4 | 1.5 | 0.4 | 0.8 | 0.7 | 0.4 | 0.1 | 0.7 | 0.3 |
| | 100万円未満 | 1209 | 3.3 | 1.0 | 0.7 | 0.5 | 2.6 | 1.8 | 1.1 | 1.6 | 1.1 | 0.7 | 1.1 | 0.7 | 0.7 | 0.4 | 1.0 | 0.7 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 4.1 | 1.0 | 0.4 | 0.8 | 1.8 | 1.6 | 2.4 | 1.3 | 1.4 | 0.6 | 0.6 | 0.8 | 0.3 | 0.2 | 1.0 | 0.8 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 4.6 | 1.0 | 0.6 | 1.0 | 1.5 | 1.9 | 2.0 | 1.7 | 1.3 | 0.9 | 0.5 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.3 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 4.6 | 1.3 | 0.5 | 1.0 | 2.2 | 2.2 | 2.0 | 2.4 | 2.0 | 0.7 | 0.8 | 0.8 | 0.4 | 0.1 | 1.0 | 0.8 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 4.7 | 2.1 | 0.9 | 1.3 | 2.5 | 2.8 | 2.2 | 2.1 | 1.9 | 0.7 | 1.0 | 1.2 | 0.4 | 0.1 | 1.2 | 1.1 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 4.5 | 2.0 | 0.8 | 0.9 | 2.3 | 1.9 | 2.0 | 2.5 | 2.3 | 0.7 | 1.0 | 1.0 | 0.2 | 0.3 | 1.1 | 0.8 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 3.6 | 2.3 | 1.0 | 1.7 | 2.9 | 2.1 | 1.9 | 2.7 | 2.8 | 0.5 | 1.3 | 1.1 | 0.4 | 0.3 | 1.3 | 1.3 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 3.7 | 2.1 | 0.9 | 1.4 | 3.0 | 2.3 | 1.9 | 3.4 | 2.7 | 0.5 | 1.7 | 1.2 | 0.2 | 0.3 | 1.2 | 1.3 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 4.2 | 2.3 | 0.7 | 1.2 | 3.3 | 2.3 | 1.6 | 3.2 | 2.6 | 0.5 | 1.4 | 1.4 | 0.3 | 0.1 | 1.4 | 1.7 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 4.5 | 3.0 | 1.2 | 1.2 | 3.9 | 3.1 | 1.6 | 4.5 | 3.5 | 1.5 | 1.2 | 2.2 | 0.9 | 0.8 | 1.7 | 1.8 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 4.9 | 1.8 | 0.7 | 1.5 | 2.8 | 1.7 | 1.7 | 4.1 | 3.2 | 0.6 | 1.0 | 0.7 | 0.4 | 0.5 | 1.8 | 1.2 |
| | わからない | 4002 | 3.9 | 1.0 | 0.4 | 0.9 | 1.8 | 2.4 | 1.6 | 1.7 | 1.5 | 0.6 | 1.1 | 1.1 | 0.3 | 0.1 | 1.1 | 0.7 |
| | 答えたくない | 5872 | 3.5 | 0.8 | 0.3 | 0.6 | 1.7 | 1.5 | 1.4 | 1.7 | 1.6 | 0.5 | 0.6 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.4 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 4.6 | 1.3 | 0.6 | 1.0 | 2.3 | 1.9 | 1.8 | 2.7 | 2.3 | 0.8 | 0.9 | 0.8 | 0.2 | 0.2 | 0.9 | 0.8 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 3.8 | 1.9 | 0.7 | 1.1 | 2.4 | 2.4 | 1.9 | 1.9 | 1.8 | 0.5 | 1.0 | 1.1 | 0.5 | 0.3 | 1.3 | 1.0 |
| | 答えたくない | 975 | 2.6 | 0.6 | 0.5 | 0.5 | 1.2 | 1.2 | 0.7 | 0.6 | 0.7 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | – | 0.6 | 0.4 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 3.6 | 1.8 | 0.6 | 1.0 | 2.3 | 2.0 | 1.7 | 2.1 | 1.8 | 0.5 | 0.9 | 1.2 | 0.4 | 0.3 | 1.2 | 1.0 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 4.9 | 1.0 | 0.5 | 0.9 | 2.0 | 1.6 | 2.0 | 2.8 | 2.2 | 0.9 | 0.7 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.4 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 4.0 | 1.6 | 0.6 | 1.2 | 2.5 | 2.2 | 1.6 | 2.6 | 2.3 | 0.6 | 1.1 | 1.2 | 0.2 | 0.2 | 1.2 | 1.2 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 3.4 | 2.1 | 0.7 | 1.0 | 2.2 | 2.3 | 2.0 | 1.5 | 1.5 | 0.6 | 0.8 | 0.8 | 0.5 | 0.3 | 1.2 | 1.0 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 5.2 | 1.3 | 1.3 | 1.5 | 3.2 | 3.1 | 2.0 | 2.6 | 2.5 | 0.9 | 1.3 | 1.3 | 0.7 | 0.6 | 1.3 | 1.0 |
| | その他 | 3988 | 4.7 | 2.1 | 0.7 | 1.1 | 2.9 | 3.1 | 2.2 | 2.2 | 2.1 | 0.5 | 1.4 | 1.3 | 0.7 | 0.3 | 1.6 | 1.1 |
| | 答えたくない | 975 | 2.6 | 0.6 | 0.5 | 0.5 | 1.2 | 1.2 | 0.7 | 0.6 | 0.7 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | – | 0.6 | 0.4 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 5.5 | 1.7 | 0.9 | 1.2 | 2.5 | 2.1 | 2.2 | 2.4 | 2.2 | 1.0 | 1.0 | 1.0 | 0.5 | 0.4 | 1.3 | 1.0 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 5.3 | 1.9 | 0.7 | 1.3 | 3.0 | 2.7 | 2.3 | 3.6 | 3.0 | 1.0 | 1.1 | 1.2 | 0.4 | 0.3 | 1.2 | 1.2 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 5.4 | 1.8 | 0.8 | 1.3 | 2.7 | 2.3 | 2.3 | 2.9 | 2.5 | 1.0 | 1.1 | 1.1 | 0.5 | 0.4 | 1.3 | 1.1 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 4.2 | 2.1 | 0.8 | 1.6 | 3.1 | 3.1 | 2.1 | 3.6 | 2.9 | 0.6 | 1.5 | 1.5 | 0.4 | 0.2 | 1.4 | 1.4 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 2.9 | 1.2 | 0.5 | 0.5 | 1.4 | 1.5 | 1.4 | 1.4 | 1.0 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.5 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 4.9 | 1.8 | 0.8 | 1.3 | 2.7 | 2.4 | 2.1 | 2.9 | 2.5 | 0.8 | 1.1 | 1.1 | 0.4 | 0.3 | 1.2 | 1.1 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 1.8 | 0.7 | 0.2 | 0.3 | 1.3 | 1.1 | 0.8 | 0.6 | 0.6 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.1 | 0.4 | 0.3 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 7433 | 5.3 | 1.6 | 0.8 | 1.0 | 2.6 | 2.0 | 2.1 | 2.4 | 2.1 | 0.9 | 0.8 | 0.9 | 0.4 | 0.3 | 1.1 | 0.9 |
| | 週に2日 | 3316 | 6.1 | 1.8 | 0.8 | 1.1 | 2.6 | 2.2 | 2.3 | 3.6 | 3.0 | 1.2 | 1.4 | 1.3 | 0.7 | 0.4 | 1.7 | 1.1 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 5.5 | 1.7 | 0.8 | 1.0 | 2.6 | 2.0 | 2.2 | 2.8 | 2.4 | 1.0 | 1.0 | 1.0 | 0.5 | 0.3 | 1.3 | 0.9 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 5.0 | 2.7 | 1.0 | 1.9 | 3.3 | 2.9 | 2.5 | 4.0 | 3.5 | 0.9 | 1.2 | 1.4 | 0.5 | 0.4 | 1.6 | 1.6 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 3.7 | 1.3 | 0.5 | 0.6 | 1.7 | 1.8 | 1.4 | 1.7 | 1.4 | 0.5 | 0.8 | 0.6 | 0.2 | 0.2 | 0.8 | 0.5 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 5.0 | 2.0 | 0.8 | 1.3 | 2.7 | 2.3 | 2.2 | 3.1 | 2.7 | 0.9 | 1.1 | 1.1 | 0.4 | 0.3 | 1.3 | 1.2 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 2.7 | 0.7 | 0.3 | 0.6 | 1.6 | 1.7 | 1.2 | 1.1 | 1.0 | 0.3 | 0.7 | 0.6 | 0.2 | 0.1 | 0.5 | 0.4 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 2612 | 6.4 | 4.8 | 2.8 | 3.5 | 4.8 | 3.9 | 3.8 | 5.5 | 5.0 | 2.8 | 2.8 | 2.8 | 1.7 | 1.9 | 3.6 | 3.3 |
| | する・みる | 12942 | 6.0 | 1.8 | 0.6 | 1.2 | 2.6 | 2.3 | 2.5 | 3.3 | 2.8 | 0.9 | 0.9 | 1.0 | 0.3 | 0.1 | 1.1 | 1.0 |
| | する・ささえる | 212 | 3.3 | 1.4 | 0.5 | 1.9 | 3.3 | 1.4 | 0.9 | 0.9 | 0.9 | 0.9 | 1.4 | 1.9 | 0.5 | – | 0.5 | – |
| | するのみ | 4963 | 3.4 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 1.7 | 1.6 | 1.1 | 0.7 | 0.6 | 0.2 | 0.7 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 0.4 | 0.2 |
| | みる・ささえる | 758 | 4.9 | 6.3 | 3.2 | 3.4 | 4.5 | 4.4 | 3.0 | 4.2 | 3.8 | 2.0 | 2.4 | 3.2 | 1.5 | 0.8 | 3.6 | 3.7 |
| | みるのみ | 9793 | 3.9 | 1.7 | 0.6 | 1.1 | 2.5 | 2.4 | 1.8 | 2.6 | 2.3 | 0.5 | 1.1 | 1.1 | 0.2 | 0.1 | 1.1 | 1.0 |
| | ささえるのみ | 118 | 3.4 | 1.7 | 1.7 | 0.8 | 3.4 | 3.4 | 0.8 | – | – | – | 1.7 | 0.8 | 0.8 | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 1.4 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 1.0 | 1.0 | 0.6 | 0.6 | 0.4 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q26. 今後あなたが始めてみたい運動やスポーツ（MA）

| | | 全体 | 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 | ボウリング | ゲートボール | 柔道 | 剣道 | 空手道 | その他武道（弓道・相撲・合気道・少林寺拳法・なぎなた・銃剣道・居合道等） | レスリング | ボクシング | テコンドー | 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 | フリークライミング（ボルダリング・リードクライミング・スピードクライミング等） | 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 0.2 | 0.1 | 1.8 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 1.5 | 0.2 | 1.2 | 0.3 | 4.5 | 1.0 | 3.2 | 2.9 | 0.8 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 0.4 | 0.2 | 2.2 | 0.3 | 0.6 | 0.6 | 0.7 | 1.6 | 0.4 | 1.5 | 0.3 | 5.4 | 1.4 | 4.3 | 2.9 | 1.0 |
| | 女性 | 20041 | 0.1 | 0.1 | 1.5 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 1.4 | 0.1 | 0.8 | 0.2 | 3.7 | 0.6 | 2.2 | 2.9 | 0.6 |
| 年代 | 10代 | 857 | 0.1 | 0.1 | 3.0 | － | 1.9 | 1.9 | 1.4 | 2.9 | 0.5 | 2.5 | 1.1 | 5.6 | 1.9 | 5.6 | 1.8 | 1.8 |
| | 20代 | 5227 | 0.5 | 0.4 | 2.0 | 0.2 | 0.9 | 0.9 | 0.9 | 1.8 | 0.6 | 2.3 | 0.5 | 5.3 | 1.9 | 3.9 | 1.9 | 1.3 |
| | 30代 | 5594 | 0.3 | 0.3 | 1.4 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.8 | 1.6 | 0.3 | 1.6 | 0.4 | 5.2 | 1.4 | 3.7 | 2.3 | 0.9 |
| | 40代 | 7193 | 0.2 | 0.1 | 1.8 | 0.2 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 2.0 | 0.3 | 1.5 | 0.4 | 5.7 | 1.3 | 3.7 | 2.8 | 1.0 |
| | 50代 | 7752 | 0.2 | 0.1 | 1.5 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.6 | 1.6 | 0.1 | 1.0 | 0.2 | 4.9 | 0.9 | 3.5 | 3.4 | 0.9 |
| | 60代 | 6376 | 0.1 | 0.0 | 2.0 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 1.2 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 3.6 | 0.4 | 2.9 | 3.4 | 0.6 |
| | 70代 | 7001 | 0.0 | 0.0 | 2.1 | 0.4 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.7 | 0.0 | 0.2 | 0.0 | 2.3 | 0.3 | 1.4 | 3.3 | 0.2 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 0.3 | 0.3 | 3.5 | － | 2.7 | 2.4 | 1.6 | 4.0 | 0.8 | 3.2 | 1.3 | 5.6 | 2.4 | 7.8 | 2.4 | 2.9 |
| | 男性20代 | 2626 | 0.8 | 0.5 | 2.6 | 0.3 | 1.3 | 1.0 | 1.0 | 1.8 | 0.8 | 3.1 | 0.5 | 6.6 | 2.3 | 4.7 | 2.1 | 1.4 |
| | 男性30代 | 2786 | 0.6 | 0.4 | 1.8 | 0.3 | 0.7 | 0.7 | 0.9 | 1.6 | 0.5 | 2.1 | 0.5 | 5.6 | 2.0 | 4.3 | 1.9 | 1.0 |
| | 男性40代 | 3587 | 0.4 | 0.2 | 2.2 | 0.3 | 0.9 | 0.8 | 0.8 | 2.3 | 0.6 | 2.1 | 0.5 | 7.1 | 1.8 | 5.0 | 2.8 | 1.3 |
| | 男性50代 | 3858 | 0.4 | 0.1 | 1.8 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 0.8 | 1.6 | 0.2 | 1.2 | 0.3 | 5.7 | 1.2 | 4.7 | 3.3 | 1.0 |
| | 男性60代 | 3112 | 0.1 | 0.1 | 2.0 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.5 | 1.2 | 0.2 | 0.7 | 0.1 | 4.6 | 0.7 | 4.4 | 3.5 | 0.8 |
| | 男性70代 | 3213 | 0.0 | 0.1 | 2.6 | 0.4 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.9 | － | 0.2 | － | 2.7 | 0.3 | 2.0 | 3.4 | 0.3 |
| | 女性10代 | 464 | － | － | 2.6 | － | 1.3 | 1.5 | 1.3 | 2.2 | 0.2 | 1.9 | 0.9 | 5.8 | 1.5 | 4.1 | 1.3 | 0.9 |
| | 女性20代 | 2504 | 0.2 | 0.3 | 1.4 | 0.2 | 0.5 | 0.7 | 0.8 | 1.8 | 0.4 | 1.6 | 0.6 | 4.1 | 1.5 | 3.2 | 1.6 | 1.1 |
| | 女性30代 | 2732 | 0.1 | 0.1 | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.8 | 1.8 | 0.1 | 1.2 | 0.3 | 4.8 | 0.7 | 3.1 | 2.7 | 0.8 |
| | 女性40代 | 3522 | 0.1 | 0.0 | 1.4 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 0.5 | 1.8 | 0.1 | 0.9 | 0.2 | 4.5 | 0.8 | 2.5 | 2.8 | 0.7 |
| | 女性50代 | 3828 | － | 0.1 | 1.3 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 1.7 | 0.1 | 0.8 | 0.2 | 4.1 | 0.6 | 2.2 | 3.6 | 0.8 |
| | 女性60代 | 3231 | 0.1 | － | 2.0 | 0.2 | － | 0.2 | 0.1 | 1.1 | － | 0.3 | 0.1 | 2.7 | 0.2 | 1.6 | 3.4 | 0.4 |
| | 女性70代 | 3760 | 0.0 | － | 1.7 | 0.4 | 0.0 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.0 | 0.3 | 0.1 | 1.9 | 0.2 | 0.9 | 3.1 | 0.2 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 0.2 | 0.2 | 1.7 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 1.6 | 0.2 | 1.2 | 0.3 | 4.9 | 1.1 | 2.9 | 3.2 | 0.9 |
| | 東京都区部 | 3552 | 0.3 | 0.2 | 1.5 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.6 | 1.9 | 0.3 | 1.5 | 0.2 | 4.9 | 1.0 | 2.6 | 2.8 | 0.9 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 0.2 | 0.1 | 1.8 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 1.4 | 0.1 | 1.1 | 0.3 | 4.8 | 1.2 | 3.1 | 3.4 | 0.8 |
| | 大都市 | 14521 | 0.3 | 0.2 | 2.0 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 1.5 | 0.3 | 1.3 | 0.3 | 4.6 | 1.1 | 3.5 | 3.1 | 0.9 |
| | 小都市 | 11741 | 0.1 | 0.1 | 1.8 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 1.5 | 0.2 | 0.9 | 0.2 | 4.2 | 0.8 | 3.2 | 2.5 | 0.7 |
| | 町村 | 3777 | 0.1 | 0.2 | 1.8 | 0.3 | 0.5 | 0.4 | 0.6 | 1.6 | 0.2 | 1.3 | 0.3 | 4.2 | 1.0 | 2.8 | 2.5 | 0.8 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 0.4 | － | 1.9 | 0.2 | 0.3 | 0.6 | 0.3 | 1.3 | 0.2 | 1.5 | 0.4 | 3.5 | 1.1 | 3.3 | 1.7 | 0.6 |
| | 東北 | 2718 | 0.3 | 0.1 | 2.1 | 0.3 | 0.7 | 0.6 | 0.6 | 1.7 | 0.6 | 1.2 | 0.3 | 4.7 | 0.8 | 3.1 | 2.8 | 0.9 |
| | 北関東 | 2146 | 0.2 | 0.1 | 2.0 | 0.2 | 0.4 | 0.6 | 0.7 | 2.1 | 0.4 | 0.9 | 0.4 | 5.3 | 1.4 | 3.8 | 3.8 | 1.0 |
| | 首都圏 | 11930 | 0.3 | 0.2 | 1.8 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 1.8 | 0.3 | 1.3 | 0.3 | 4.9 | 1.0 | 3.3 | 3.3 | 1.0 |
| | 北陸 | 1604 | 0.1 | 0.2 | 1.5 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | － | 0.8 | 0.2 | 4.3 | 1.2 | 2.9 | 2.7 | 0.4 |
| | 東山 | 1509 | 0.1 | 0.1 | 1.7 | 0.3 | 0.1 | 0.3 | 0.7 | 1.5 | 0.2 | 0.7 | 0.2 | 4.2 | 1.5 | 2.6 | 2.7 | 0.9 |
| | 東海 | 4067 | 0.1 | 0.1 | 1.8 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 0.6 | 1.5 | 0.1 | 1.1 | 0.4 | 3.9 | 1.0 | 3.7 | 2.6 | 0.7 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 0.1 | 0.1 | 1.6 | 0.2 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 1.2 | 0.2 | 1.1 | 0.2 | 3.9 | 0.9 | 2.7 | 2.9 | 0.8 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 0.1 | 0.1 | 2.0 | 0.4 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 1.4 | 0.1 | 0.9 | 0.2 | 4.7 | 0.9 | 3.4 | 3.0 | 0.8 |
| | 中国 | 2239 | 0.2 | 0.1 | 1.7 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 0.7 | 0.2 | 0.8 | 0.2 | 3.8 | 0.5 | 3.3 | 2.5 | 0.5 |
| | 四国 | 1164 | 0.2 | 0.2 | 1.8 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.5 | 1.4 | 0.3 | 0.9 | 0.3 | 3.4 | 0.7 | 3.0 | 2.8 | 0.9 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 0.3 | 0.2 | 2.3 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.8 | 1.6 | 0.2 | 1.5 | 0.4 | 5.3 | 1.0 | 3.2 | 2.5 | 0.7 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 0.3 | 0.4 | 2.3 | 0.4 | 0.7 | 0.7 | 1.0 | 2.1 | 0.5 | 1.9 | 0.5 | 5.2 | 1.6 | 3.7 | 2.8 | 1.3 |
| | 家族従業者 | 207 | 1.0 | － | 3.4 | － | 1.0 | 1.4 | 1.0 | 2.9 | 1.4 | 1.0 | 1.0 | 5.3 | 1.0 | 2.9 | 2.4 | 0.5 |
| | 雇用者 | 21731 | 0.3 | 0.2 | 1.8 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | 1.6 | 0.3 | 1.4 | 0.3 | 5.4 | 1.2 | 3.9 | 3.1 | 1.0 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 0.3 | 0.2 | 1.9 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | 1.7 | 0.3 | 1.4 | 0.4 | 5.4 | 1.3 | 3.9 | 3.1 | 1.0 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 0.0 | 0.0 | 1.4 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 1.0 | 0.0 | 0.4 | 0.1 | 2.4 | 0.2 | 1.7 | 2.7 | 0.4 |
| | 学生 | 1383 | 0.4 | 0.2 | 2.8 | 0.1 | 1.5 | 1.5 | 1.3 | 3.3 | 0.2 | 2.4 | 0.6 | 7.4 | 2.2 | 5.1 | 2.2 | 1.3 |
| | 無職 | 6355 | 0.1 | 0.0 | 1.8 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 1.1 | 0.0 | 0.5 | 0.1 | 2.7 | 0.4 | 2.1 | 2.8 | 0.4 |
| | その他 | 568 | 0.7 | 0.5 | 4.2 | 0.9 | 0.7 | 0.5 | 1.2 | 1.9 | 0.9 | 1.8 | 0.7 | 4.0 | 1.1 | 3.3 | 4.0 | 1.2 |
| | 答えたくない | 1163 | － | － | 0.5 | － | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.8 | 0.3 | 0.8 | － | 1.7 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 0.1 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | － | － | 2.1 | 0.1 | 0.7 | 0.7 | 0.3 | 1.9 | 0.1 | 1.8 | 0.1 | 2.5 | 0.4 | 2.5 | 1.3 | 0.7 |
| | 高校 | 10826 | 0.1 | 0.1 | 2.0 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.5 | 1.2 | 0.2 | 1.1 | 0.2 | 3.2 | 0.7 | 2.7 | 2.2 | 0.5 |
| | 短大・高専 | 4045 | 0.1 | 0.1 | 1.5 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.4 | 1.2 | 0.1 | 0.7 | 0.2 | 3.9 | 0.6 | 2.6 | 3.0 | 0.6 |
| | 専門学校 | 4546 | 0.1 | 0.0 | 1.7 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 1.6 | 0.2 | 1.2 | 0.3 | 4.3 | 0.9 | 3.4 | 2.5 | 1.0 |
| | 大学 | 17018 | 0.3 | 0.2 | 1.9 | 0.3 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 1.7 | 0.3 | 1.3 | 0.4 | 5.5 | 1.3 | 3.7 | 3.3 | 1.0 |
| | 大学院 | 2087 | 0.5 | 0.3 | 1.7 | 0.2 | 0.4 | 0.9 | 1.0 | 2.0 | 0.3 | 1.5 | 0.4 | 6.1 | 1.8 | 4.2 | 4.5 | 1.2 |
| | その他 | 18 | － | － | 5.6 | － | － | － | － | 5.6 | － | － | － | － | － | 5.6 | － | － |
| | 答えたくない | 786 | － | － | 0.8 | 0.4 | 0.5 | 0.1 | 0.5 | 0.6 | 0.3 | 0.4 | 0.1 | 1.7 | 0.4 | 0.9 | 1.5 | 0.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 0.1 | 0.1 | 1.5 | 0.5 | 0.4 | 0.1 | 0.4 | 2.0 | － | 0.7 | 0.3 | 3.7 | 1.1 | 2.9 | 1.0 | 0.7 |
| | 100万円未満 | 1209 | 0.1 | 0.2 | 1.2 | 0.2 | 0.9 | 0.9 | 0.9 | 1.7 | 0.3 | 1.2 | 0.4 | 3.4 | 0.8 | 3.1 | 3.1 | 0.7 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 0.1 | 0.2 | 2.1 | 0.3 | 0.3 | 0.6 | 0.4 | 1.6 | 0.3 | 1.1 | 0.2 | 3.0 | 0.8 | 1.9 | 2.9 | 0.4 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 0.2 | 0.1 | 2.1 | 0.3 | 0.3 | 0.6 | 0.5 | 1.7 | 0.3 | 0.9 | 0.4 | 4.0 | 0.9 | 2.9 | 3.2 | 0.8 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 0.2 | 0.1 | 2.0 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.7 | 1.5 | 0.1 | 0.8 | 0.2 | 3.8 | 0.9 | 2.8 | 2.7 | 0.7 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 0.1 | 0.2 | 2.2 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 1.2 | 0.2 | 1.1 | 0.2 | 5.1 | 1.2 | 3.5 | 2.8 | 0.7 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 0.3 | 0.2 | 2.1 | 0.2 | 0.4 | 0.5 | 0.5 | 1.7 | 0.4 | 1.6 | 0.4 | 5.6 | 1.2 | 3.9 | 2.9 | 0.9 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 0.2 | 0.0 | 2.1 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 0.6 | 1.3 | 0.3 | 1.3 | 0.3 | 4.8 | 0.8 | 3.7 | 2.9 | 1.0 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 0.5 | 0.1 | 1.9 | 0.3 | 0.7 | 0.4 | 1.2 | 1.6 | 0.5 | 1.6 | 0.4 | 5.7 | 1.4 | 4.2 | 3.9 | 1.3 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 0.2 | 0.1 | 2.0 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.8 | 2.0 | 0.1 | 1.8 | 0.3 | 6.1 | 1.4 | 4.3 | 3.2 | 1.1 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 0.7 | 0.5 | 1.9 | 0.3 | 0.8 | 0.8 | 0.8 | 1.9 | 0.4 | 2.0 | 0.7 | 6.8 | 1.4 | 4.9 | 3.8 | 1.3 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 0.3 | 0.2 | 1.6 | 0.2 | 0.8 | 0.8 | 0.5 | 1.5 | 0.4 | 1.7 | 0.2 | 6.8 | 1.4 | 4.3 | 4.3 | 1.3 |
| | わからない | 4002 | 0.1 | 0.1 | 1.8 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.6 | 1.6 | 0.1 | 0.9 | 0.3 | 3.2 | 0.7 | 2.4 | 2.2 | 0.7 |
| | 答えたくない | 5872 | 0.1 | 0.1 | 1.1 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 1.1 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 3.1 | 0.6 | 2.2 | 2.2 | 0.5 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 0.2 | 0.1 | 1.8 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 1.3 | 0.2 | 0.9 | 0.2 | 4.4 | 0.8 | 3.3 | 3.1 | 0.8 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 0.2 | 0.2 | 1.9 | 0.3 | 0.6 | 0.6 | 0.7 | 1.8 | 0.3 | 1.5 | 0.4 | 4.7 | 1.3 | 3.1 | 2.6 | 0.9 |
| | 答えたくない | 975 | 0.2 | － | 1.5 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.6 | 0.8 | 0.3 | 0.6 | 0.3 | 2.1 | 0.3 | 1.3 | 1.6 | 0.2 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 0.3 | 0.1 | 1.5 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 1.6 | 0.4 | 1.3 | 0.4 | 4.7 | 1.3 | 3.1 | 2.5 | 0.7 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 0.1 | 0.1 | 2.0 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.4 | 1.3 | 0.1 | 0.7 | 0.2 | 4.0 | 0.6 | 2.6 | 3.2 | 0.6 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 0.2 | 0.1 | 1.6 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 1.3 | 0.2 | 1.0 | 0.2 | 4.9 | 1.0 | 3.9 | 3.0 | 0.8 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 0.3 | 0.2 | 2.0 | 0.2 | 0.7 | 0.6 | 0.9 | 2.2 | 0.3 | 1.5 | 0.5 | 4.7 | 1.2 | 2.8 | 2.6 | 1.2 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 0.4 | 0.3 | 2.3 | 0.4 | 0.8 | 1.0 | 0.9 | 1.9 | 0.3 | 2.2 | 0.3 | 5.9 | 1.3 | 5.6 | 3.6 | 1.6 |
| | その他 | 3988 | 0.2 | 0.2 | 2.5 | 0.4 | 0.5 | 0.7 | 0.7 | 1.8 | 0.2 | 1.6 | 0.3 | 4.3 | 1.2 | 3.2 | 2.7 | 1.0 |
| | 答えたくない | 975 | 0.2 | － | 1.5 | 0.1 | 0.4 | 0.2 | 0.6 | 0.8 | 0.3 | 0.6 | 0.3 | 2.1 | 0.3 | 1.3 | 1.6 | 0.2 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.4 | 0.3 | 2.2 | 0.4 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.9 | 0.4 | 1.7 | 0.5 | 6.0 | 1.4 | 3.9 | 3.9 | 1.1 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.3 | 0.2 | 2.5 | 0.2 | 0.5 | 0.7 | 0.7 | 2.3 | 0.3 | 1.5 | 0.3 | 6.3 | 1.2 | 4.2 | 3.8 | 1.2 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.3 | 0.2 | 2.3 | 0.3 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 2.1 | 0.4 | 1.6 | 0.4 | 6.1 | 1.3 | 4.0 | 3.9 | 1.2 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 0.2 | 0.1 | 2.3 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.7 | 1.4 | 0.2 | 1.3 | 0.2 | 5.6 | 1.1 | 4.5 | 3.6 | 0.9 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | － | － | 0.9 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.6 | 0.0 | 0.7 | 0.2 | 2.0 | 0.7 | 1.7 | 1.1 | 0.2 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.3 | 0.2 | 2.2 | 0.3 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 1.8 | 0.3 | 1.5 | 0.4 | 5.6 | 1.2 | 3.9 | 3.6 | 1.0 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 0.0 | 0.0 | 0.7 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.9 | 0.3 | 0.9 | 0.7 | 0.2 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.3 | 0.2 | 2.0 | 0.3 | 0.7 | 0.6 | 0.9 | 1.8 | 0.4 | 1.7 | 0.4 | 5.8 | 1.4 | 3.7 | 3.7 | 1.0 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.5 | 0.3 | 2.5 | 0.4 | 0.7 | 1.1 | 1.0 | 2.3 | 0.6 | 1.6 | 0.5 | 6.7 | 1.5 | 4.4 | 4.1 | 1.6 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.4 | 0.2 | 2.2 | 0.4 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 2.0 | 0.5 | 1.7 | 0.4 | 6.0 | 1.4 | 3.9 | 3.8 | 1.2 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.3 | 0.3 | 2.7 | 0.3 | 0.4 | 0.6 | 0.8 | 2.0 | 0.3 | 1.7 | 0.4 | 6.8 | 1.4 | 4.8 | 4.4 | 1.3 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.0 | 0.1 | 1.5 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 1.0 | 0.1 | 1.0 | 0.2 | 3.0 | 0.8 | 2.4 | 1.7 | 0.4 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.3 | 0.2 | 2.3 | 0.3 | 0.5 | 0.6 | 0.8 | 1.8 | 0.3 | 1.6 | 0.4 | 5.8 | 1.3 | 4.0 | 3.7 | 1.1 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 0.1 | 0.0 | 1.1 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 1.0 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 2.2 | 0.4 | 1.8 | 1.4 | 0.4 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 1.5 | 1.2 | 4.1 | 0.8 | 1.5 | 2.2 | 2.0 | 3.0 | 1.4 | 3.7 | 1.6 | 8.1 | 3.8 | 6.3 | 4.1 | 2.6 |
| | する・みる | 12942 | 0.2 | 0.1 | 2.5 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | 2.0 | 0.3 | 1.4 | 0.2 | 6.6 | 1.0 | 4.3 | 4.4 | 1.0 |
| | する・ささえる | 212 | 0.9 | － | 0.9 | 0.5 | 0.5 | 0.9 | 1.9 | 2.4 | － | 1.9 | － | 7.1 | 1.4 | 3.3 | 3.8 | 0.9 |
| | するのみ | 4963 | 0.1 | 0.1 | 1.0 | 0.1 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 1.8 | 0.1 | 1.1 | 0.3 | 3.8 | 0.9 | 2.3 | 2.4 | 0.8 |
| | みる・ささえる | 758 | 0.4 | 0.7 | 3.7 | 0.9 | 1.1 | 1.3 | 2.0 | 1.5 | 1.1 | 2.6 | 1.3 | 6.1 | 2.5 | 4.5 | 3.6 | 1.6 |
| | みるのみ | 9793 | 0.1 | 0.1 | 1.8 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 1.0 | 0.1 | 0.9 | 0.1 | 3.7 | 0.7 | 3.2 | 2.5 | 0.6 |
| | ささえるのみ | 118 | 2.5 | － | 0.8 | － | 0.8 | 0.8 | 0.8 | 0.8 | － | － | － | － | － | 3.4 | 0.8 | 0.8 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | － | － | 0.5 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.2 | 0.8 | 0.0 | 0.3 | 0.1 | 1.4 | 0.3 | 1.1 | 0.9 | 0.2 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q26. 今後あなたが始めてみたい運動やスポーツ（MA）

| | | 全体 | 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・シュノーケリング | サーフィン・ボディボード・ボーディング・ウインドサーフィン | 釣り | スキー | スノーボード | 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 | アーチェリー・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 | 乗馬 | レクリエーションスポーツ | パラスポーツ（障害者スポーツ） | ゲーム機等の情報通信機器を利用した運動・スポーツ（身体を動かすもの） | その他 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 0.5 | 1.0 | 0.8 | 2.4 | 2.3 | 1.7 | 0.4 | 0.5 | 1.2 | 0.6 | 1.9 | 0.8 | 0.1 | 0.9 | 0.1 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 0.7 | 1.0 | 1.0 | 3.6 | 2.7 | 2.0 | 0.5 | 0.4 | 1.3 | 0.7 | 1.5 | 0.9 | 0.0 | 0.9 | 0.1 |
| | 女性 | 20041 | 0.3 | 0.9 | 0.6 | 1.3 | 1.8 | 1.5 | 0.2 | 0.6 | 1.0 | 0.4 | 2.2 | 0.8 | 0.1 | 0.9 | 0.1 |
| 年代 | 10代 | 857 | 1.3 | 1.1 | 1.9 | 3.9 | 7.2 | 7.5 | 0.1 | 1.5 | 4.3 | 0.9 | 3.4 | 1.9 | 0.1 | 2.8 | 0.2 |
| | 20代 | 5227 | 1.2 | 1.4 | 1.3 | 2.5 | 3.5 | 4.1 | 0.6 | 1.0 | 1.8 | 1.1 | 2.4 | 1.4 | 0.0 | 1.5 | 0.1 |
| | 30代 | 5594 | 0.5 | 1.2 | 1.1 | 2.2 | 1.9 | 2.6 | 0.5 | 0.7 | 1.1 | 0.6 | 2.5 | 0.9 | 0.1 | 1.4 | 0.2 |
| | 40代 | 7193 | 0.6 | 1.0 | 1.2 | 2.4 | 2.0 | 2.2 | 0.5 | 0.5 | 1.3 | 0.7 | 1.9 | 0.7 | 0.1 | 1.2 | 0.1 |
| | 50代 | 7752 | 0.5 | 1.1 | 0.8 | 2.7 | 2.0 | 0.9 | 0.3 | 0.4 | 1.0 | 0.5 | 1.9 | 0.8 | 0.1 | 0.5 | 0.1 |
| | 60代 | 6376 | 0.3 | 0.8 | 0.4 | 2.3 | 2.3 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | 1.1 | 0.5 | 1.5 | 0.6 | 0.0 | 0.4 | 0.1 |
| | 70代 | 7001 | 0.2 | 0.5 | 0.1 | 2.2 | 1.6 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.1 | 1.1 | 0.5 | 0.1 | 0.2 | 0.2 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 1.6 | 1.6 | 2.9 | 6.1 | 6.7 | 7.2 | 0.3 | 1.1 | 4.8 | 1.9 | 2.4 | 1.1 | − | 3.2 | 0.5 |
| | 男性20代 | 2626 | 1.5 | 1.5 | 1.6 | 3.3 | 3.5 | 4.2 | 0.8 | 0.7 | 1.9 | 1.4 | 2.2 | 1.9 | − | 1.8 | 0.0 |
| | 男性30代 | 2786 | 0.7 | 1.1 | 1.1 | 2.8 | 1.9 | 2.5 | 0.9 | 0.5 | 1.1 | 0.8 | 2.0 | 1.1 | − | 1.0 | 0.1 |
| | 男性40代 | 3587 | 0.8 | 1.0 | 1.4 | 3.4 | 2.3 | 2.7 | 0.7 | 0.5 | 1.4 | 0.8 | 1.6 | 0.8 | 0.1 | 1.3 | 0.1 |
| | 男性50代 | 3858 | 0.6 | 1.1 | 1.0 | 4.1 | 2.7 | 1.2 | 0.4 | 0.4 | 1.2 | 0.7 | 1.2 | 0.8 | 0.0 | 0.4 | 0.1 |
| | 男性60代 | 3112 | 0.5 | 1.1 | 0.7 | 3.7 | 3.3 | 0.8 | 0.3 | 0.3 | 1.3 | 0.6 | 1.4 | 0.5 | − | 0.4 | 0.2 |
| | 男性70代 | 3213 | 0.4 | 0.4 | 0.2 | 3.9 | 2.2 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.9 | 0.2 | 1.0 | 0.3 | 0.1 | 0.2 | 0.2 |
| | 女性10代 | 464 | 1.1 | 0.6 | 1.1 | 1.9 | 7.5 | 8.0 | − | 1.9 | 4.1 | 0.2 | 4.3 | 2.6 | 0.2 | 2.6 | − |
| | 女性20代 | 2504 | 0.8 | 1.2 | 1.0 | 1.7 | 3.5 | 3.9 | 0.5 | 1.3 | 1.7 | 0.8 | 2.6 | 1.0 | 0.1 | 1.3 | 0.1 |
| | 女性30代 | 2732 | 0.4 | 1.2 | 1.1 | 1.6 | 1.8 | 2.6 | 0.2 | 0.8 | 1.1 | 0.5 | 3.0 | 0.7 | 0.1 | 1.9 | 0.2 |
| | 女性40代 | 3522 | 0.4 | 1.1 | 1.0 | 1.4 | 1.7 | 1.6 | 0.2 | 0.5 | 1.1 | 0.7 | 2.3 | 0.5 | 0.1 | 1.1 | 0.0 |
| | 女性50代 | 3828 | 0.4 | 1.1 | 0.7 | 1.3 | 1.3 | 0.7 | 0.1 | 0.5 | 0.8 | 0.3 | 2.6 | 0.8 | 0.2 | 0.6 | 0.2 |
| | 女性60代 | 3231 | 0.1 | 0.6 | 0.2 | 0.9 | 1.3 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.9 | 0.4 | 1.5 | 0.6 | 0.1 | 0.4 | 0.1 |
| | 女性70代 | 3760 | 0.1 | 0.5 | 0.1 | 0.8 | 1.0 | 0.1 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 1.2 | 0.7 | 0.1 | 0.2 | 0.3 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 0.5 | 1.0 | 0.8 | 2.0 | 2.3 | 1.7 | 0.3 | 0.5 | 1.4 | 0.6 | 2.2 | 0.8 | 0.1 | 1.0 | 0.2 |
| | 東京都区部 | 3552 | 0.6 | 1.0 | 1.1 | 1.8 | 2.4 | 1.7 | 0.4 | 0.5 | 1.4 | 0.8 | 2.5 | 1.0 | 0.1 | 1.1 | 0.1 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 0.5 | 1.0 | 0.7 | 2.1 | 2.3 | 1.7 | 0.3 | 0.5 | 1.4 | 0.5 | 2.1 | 0.7 | 0.0 | 1.0 | 0.2 |
| | 大都市 | 14521 | 0.6 | 1.0 | 0.9 | 2.7 | 2.4 | 2.0 | 0.5 | 0.5 | 1.1 | 0.6 | 1.8 | 0.9 | 0.1 | 0.9 | 0.2 |
| | 小都市 | 11741 | 0.5 | 0.9 | 0.8 | 2.4 | 2.1 | 1.6 | 0.2 | 0.4 | 1.2 | 0.5 | 1.7 | 0.8 | 0.1 | 0.8 | 0.1 |
| | 町村 | 3777 | 0.5 | 0.9 | 0.6 | 2.5 | 2.2 | 1.4 | 0.5 | 0.6 | 1.1 | 0.6 | 1.7 | 0.6 | 0.1 | 0.8 | 0.2 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 2.2 | 2.3 | 1.4 | 0.5 | 0.6 | 1.3 | 0.2 | 1.6 | 0.4 | 0.1 | 0.7 | 0.2 |
| | 東北 | 2718 | 0.5 | 1.0 | 0.6 | 2.6 | 3.1 | 1.7 | 0.4 | 0.8 | 1.3 | 0.3 | 1.7 | 1.5 | 0.1 | 1.0 | 0.2 |
| | 北関東 | 2146 | 0.7 | 0.9 | 1.2 | 2.8 | 3.3 | 2.1 | 0.9 | 0.5 | 1.2 | 0.8 | 2.1 | 1.0 | 0.0 | 1.1 | 0.1 |
| | 首都圏 | 11930 | 0.6 | 1.0 | 0.9 | 2.0 | 2.5 | 1.8 | 0.3 | 0.5 | 1.3 | 0.7 | 2.1 | 0.7 | 0.1 | 0.9 | 0.2 |
| | 北陸 | 1604 | 0.3 | 0.7 | 0.5 | 2.8 | 2.6 | 2.1 | 0.1 | 0.2 | 0.8 | 0.4 | 1.6 | 1.0 | − | 1.2 | 0.2 |
| | 東山 | 1509 | 0.5 | 0.8 | 1.0 | 2.3 | 2.4 | 1.6 | 0.9 | 0.4 | 1.1 | 0.5 | 1.7 | 0.9 | 0.1 | 1.0 | 0.1 |
| | 東海 | 4067 | 0.6 | 1.1 | 0.8 | 2.2 | 2.0 | 1.9 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.6 | 1.7 | 0.9 | 0.0 | 0.8 | 0.0 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 0.5 | 1.0 | 1.0 | 2.6 | 2.0 | 1.8 | 0.3 | 0.3 | 1.0 | 0.5 | 1.7 | 0.6 | 0.1 | 0.8 | 0.2 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 0.7 | 0.9 | 0.3 | 3.2 | 1.7 | 1.4 | 0.3 | 0.6 | 1.0 | 0.6 | 2.2 | 0.5 | 0.1 | 0.9 | 0.1 |
| | 中国 | 2239 | 0.4 | 1.2 | 0.6 | 2.8 | 1.7 | 1.6 | 0.1 | 0.3 | 0.9 | 0.4 | 1.5 | 0.9 | 0.0 | 0.8 | 0.1 |
| | 四国 | 1164 | 0.2 | 0.7 | 0.7 | 2.7 | 1.1 | 0.9 | 0.2 | 0.3 | 1.1 | 0.6 | 1.5 | 0.4 | − | 0.9 | 0.2 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 0.6 | 0.9 | 1.0 | 2.9 | 1.9 | 1.8 | 0.3 | 0.8 | 1.3 | 0.7 | 2.0 | 0.8 | 0.1 | 0.9 | 0.1 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 0.9 | 1.8 | 1.6 | 3.6 | 2.5 | 1.7 | 0.8 | 0.6 | 1.7 | 1.0 | 2.5 | 1.2 | 0.0 | 0.7 | 0.2 |
| | 家族従業者 | 207 | 2.4 | 0.5 | 0.5 | 2.9 | 2.4 | 1.4 | 0.5 | 1.9 | 1.4 | 0.5 | 2.9 | 2.4 | − | 0.5 | 0.5 |
| | 雇用者 | 21731 | 0.6 | 1.1 | 0.9 | 2.6 | 2.5 | 2.0 | 0.4 | 0.5 | 1.2 | 0.7 | 2.0 | 0.9 | 0.1 | 1.0 | 0.1 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 0.6 | 1.2 | 1.0 | 2.7 | 2.5 | 2.0 | 0.5 | 0.6 | 1.3 | 0.7 | 2.0 | 0.9 | 0.1 | 0.9 | 0.1 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 0.1 | 0.5 | 0.4 | 1.0 | 1.1 | 0.7 | 0.2 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 1.3 | 0.5 | 0.0 | 0.6 | 0.2 |
| | 学生 | 1383 | 1.3 | 1.2 | 1.7 | 4.2 | 7.1 | 7.2 | 0.2 | 1.4 | 3.3 | 1.5 | 3.6 | 1.3 | 0.1 | 2.7 | 0.1 |
| | 無職 | 6355 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 2.5 | 1.7 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | 0.8 | 0.2 | 1.5 | 0.6 | 0.1 | 0.6 | 0.1 |
| | その他 | 568 | 1.1 | 2.1 | 1.1 | 3.0 | 3.0 | 1.8 | 0.7 | 1.2 | 1.6 | 1.1 | 2.1 | 1.2 | 0.4 | 1.1 | 0.5 |
| | 答えたくない | 1163 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 1.1 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.2 | 0.8 | 0.2 | − | 0.3 | − |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 0.4 | 0.7 | 1.0 | 3.1 | 1.0 | 1.5 | 0.1 | 0.4 | 2.1 | 0.7 | 1.9 | 0.9 | − | 0.9 | − |
| | 高校 | 10826 | 0.5 | 0.7 | 0.7 | 2.7 | 1.7 | 1.4 | 0.2 | 0.4 | 1.0 | 0.4 | 1.4 | 0.6 | 0.1 | 0.7 | 0.2 |
| | 短大・高専 | 4045 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 1.7 | 1.7 | 1.3 | 0.2 | 0.3 | 0.8 | 0.5 | 1.6 | 1.0 | 0.1 | 0.7 | 0.1 |
| | 専門学校 | 4546 | 0.4 | 0.9 | 0.8 | 2.3 | 2.1 | 1.8 | 0.3 | 0.5 | 1.4 | 0.4 | 2.0 | 0.5 | 0.1 | 1.0 | 0.1 |
| | 大学 | 17018 | 0.6 | 1.1 | 0.9 | 2.5 | 2.9 | 2.1 | 0.5 | 0.6 | 1.3 | 0.7 | 2.2 | 1.0 | 0.0 | 1.0 | 0.2 |
| | 大学院 | 2087 | 0.6 | 1.4 | 1.5 | 3.0 | 3.4 | 2.1 | 1.0 | 0.7 | 1.2 | 0.9 | 2.4 | 1.0 | 0.0 | 1.2 | 0.1 |
| | その他 | 18 | − | − | − | − | − | 5.6 | − | − | − | − | − | − | − | − | − |
| | 答えたくない | 786 | − | − | 0.3 | 0.5 | 0.4 | 0.5 | 0.8 | 0.4 | 0.8 | 0.3 | 0.6 | 0.4 | − | 0.4 | − |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 0.4 | 1.5 | 0.7 | 1.4 | 1.6 | 1.6 | 0.4 | 1.1 | 0.8 | 1.2 | 2.2 | 1.0 | 0.1 | 1.2 | − |
| | 100万円未満 | 1209 | 0.9 | 1.5 | 1.1 | 2.4 | 2.4 | 2.2 | 0.5 | 0.6 | 1.5 | 0.9 | 1.4 | 0.5 | 0.2 | 1.4 | 0.1 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 0.5 | 0.6 | 0.5 | 2.4 | 1.9 | 0.8 | 0.5 | 0.6 | 1.3 | 0.5 | 1.7 | 0.8 | 0.0 | 0.9 | 0.1 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 0.4 | 0.7 | 0.7 | 2.8 | 1.8 | 1.1 | 0.2 | 0.4 | 1.2 | 0.6 | 1.8 | 0.8 | 0.1 | 1.0 | 0.2 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 0.5 | 0.6 | 0.8 | 2.4 | 2.3 | 1.5 | 0.3 | 0.3 | 1.4 | 0.6 | 2.0 | 0.9 | 0.1 | 1.0 | 0.2 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 0.5 | 0.9 | 0.8 | 2.6 | 2.4 | 2.2 | 0.2 | 0.6 | 1.2 | 0.4 | 1.7 | 0.7 | 0.1 | 0.9 | 0.1 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 0.7 | 1.2 | 0.9 | 3.0 | 2.8 | 2.4 | 0.5 | 0.4 | 1.3 | 0.4 | 1.7 | 0.9 | − | 1.2 | 0.1 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 0.6 | 1.1 | 1.0 | 2.6 | 2.2 | 2.1 | 0.5 | 0.7 | 0.9 | 0.5 | 2.0 | 1.0 | 0.0 | 0.8 | 0.3 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 0.9 | 1.3 | 1.3 | 2.9 | 2.5 | 2.7 | 0.7 | 0.5 | 1.1 | 0.7 | 1.9 | 1.1 | − | 1.1 | 0.1 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 0.6 | 1.3 | 1.0 | 2.3 | 2.7 | 1.9 | 0.4 | 0.4 | 1.2 | 0.7 | 2.2 | 0.9 | 0.1 | 0.8 | 0.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 0.4 | 1.0 | 1.3 | 3.5 | 3.2 | 2.2 | 0.5 | 0.7 | 1.4 | 1.1 | 2.1 | 1.3 | 0.1 | 1.0 | − |
| | 1200万円以上 | 2023 | 0.9 | 1.9 | 1.2 | 3.1 | 3.7 | 2.1 | 0.8 | 0.7 | 1.0 | 0.7 | 2.6 | 1.2 | − | 0.5 | 0.1 |
| | わからない | 4002 | 0.4 | 0.8 | 0.8 | 1.7 | 2.2 | 1.9 | 0.1 | 0.5 | 1.3 | 0.5 | 2.3 | 0.7 | 0.1 | 1.0 | 0.0 |
| | 答えたくない | 5872 | 0.3 | 0.7 | 0.5 | 1.7 | 1.5 | 0.9 | 0.3 | 0.4 | 0.8 | 0.4 | 1.3 | 0.4 | 0.0 | 0.4 | 0.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 0.5 | 1.0 | 0.8 | 2.6 | 2.2 | 1.4 | 0.3 | 0.4 | 0.9 | 0.5 | 1.6 | 0.7 | 0.0 | 0.6 | 0.2 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 0.7 | 1.0 | 0.9 | 2.3 | 2.5 | 2.2 | 0.4 | 0.6 | 1.5 | 0.7 | 2.3 | 1.0 | 0.1 | 1.3 | 0.1 |
| | 答えたくない | 975 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 1.2 | 1.4 | 0.8 | 0.4 | 0.6 | 0.9 | 0.3 | 1.3 | 0.4 | − | 0.5 | − |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 0.5 | 1.0 | 0.9 | 2.1 | 2.4 | 2.1 | 0.4 | 0.6 | 1.4 | 0.7 | 2.1 | 0.9 | 0.1 | 1.1 | 0.1 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 0.4 | 0.9 | 0.6 | 2.4 | 1.8 | 0.9 | 0.2 | 0.4 | 0.9 | 0.5 | 1.7 | 0.8 | 0.1 | 0.5 | 0.2 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 0.4 | 1.0 | 0.8 | 2.6 | 2.5 | 2.0 | 0.4 | 0.4 | 0.9 | 0.5 | 1.3 | 0.6 | 0.0 | 0.7 | 0.1 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 0.7 | 0.9 | 0.9 | 2.2 | 2.2 | 2.2 | 0.4 | 0.7 | 1.3 | 0.6 | 2.4 | 1.1 | 0.1 | 1.4 | 0.1 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 0.8 | 1.1 | 1.7 | 4.2 | 3.7 | 2.6 | 0.6 | 0.8 | 1.7 | 0.7 | 2.7 | 0.9 | 0.1 | 1.3 | 0.3 |
| | その他 | 3988 | 0.9 | 1.1 | 1.1 | 2.6 | 2.6 | 2.1 | 0.4 | 0.6 | 2.0 | 0.8 | 2.4 | 1.0 | 0.2 | 1.4 | 0.2 |
| | 答えたくない | 975 | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 1.2 | 1.4 | 0.8 | 0.4 | 0.6 | 0.9 | 0.3 | 1.3 | 0.4 | − | 0.5 | − |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.8 | 1.4 | 1.1 | 2.8 | 2.9 | 2.1 | 0.6 | 0.7 | 1.5 | 0.8 | 2.3 | 1.2 | 0.1 | 0.9 | 0.2 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.6 | 1.1 | 1.1 | 3.1 | 2.9 | 2.3 | 0.4 | 0.5 | 1.4 | 0.7 | 2.5 | 1.0 | 0.0 | 1.1 | 0.1 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.7 | 1.3 | 1.1 | 2.9 | 2.9 | 2.2 | 0.6 | 0.6 | 1.5 | 0.8 | 2.4 | 1.1 | 0.1 | 1.0 | 0.2 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 0.7 | 1.2 | 1.0 | 3.4 | 3.0 | 2.4 | 0.4 | 0.7 | 1.4 | 0.7 | 2.3 | 0.8 | 0.1 | 1.4 | 0.2 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 1.5 | 0.8 | 0.8 | 0.2 | 0.3 | 0.8 | 0.2 | 1.0 | 0.6 | 0.0 | 0.5 | 0.1 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.7 | 1.2 | 1.0 | 2.9 | 2.7 | 2.1 | 0.5 | 0.6 | 1.4 | 0.7 | 2.2 | 1.0 | 0.1 | 1.0 | 0.2 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 0.1 | 0.3 | 0.2 | 1.0 | 0.8 | 0.6 | 0.0 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 0.8 | 0.2 | 0.0 | 0.4 | 0.1 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.7 | 1.3 | 1.0 | 2.5 | 2.6 | 1.8 | 0.5 | 0.6 | 1.5 | 0.6 | 2.2 | 1.0 | 0.1 | 0.7 | 0.2 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.9 | 1.4 | 1.4 | 3.3 | 3.0 | 2.3 | 0.8 | 0.7 | 1.7 | 1.1 | 2.6 | 1.4 | − | 0.8 | 0.1 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.8 | 1.3 | 1.2 | 2.8 | 2.8 | 1.9 | 0.6 | 0.6 | 1.6 | 0.8 | 2.3 | 1.1 | 0.1 | 0.8 | 0.1 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.8 | 1.3 | 1.2 | 3.6 | 3.3 | 2.7 | 0.6 | 0.6 | 1.5 | 0.8 | 2.5 | 1.2 | 0.1 | 1.2 | 0.2 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.3 | 0.6 | 0.6 | 2.0 | 1.4 | 1.2 | 0.2 | 0.5 | 0.9 | 0.3 | 1.4 | 0.6 | 0.0 | 0.8 | 0.1 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.7 | 1.2 | 1.1 | 3.0 | 2.8 | 2.1 | 0.5 | 0.6 | 1.4 | 0.7 | 2.3 | 1.1 | 0.1 | 1.0 | 0.2 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 1.5 | 1.5 | 1.1 | 0.1 | 0.4 | 0.8 | 0.3 | 1.2 | 0.3 | 0.0 | 0.8 | 0.1 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 2.6 | 2.9 | 3.1 | 4.7 | 5.1 | 4.7 | 1.9 | 1.8 | 2.6 | 2.3 | 4.0 | 3.8 | 0.2 | 1.3 | 0.2 |
| | する・みる | 12942 | 0.5 | 1.2 | 0.8 | 3.2 | 3.1 | 2.0 | 0.4 | 0.4 | 1.4 | 0.6 | 2.3 | 0.8 | 0.1 | 0.9 | 0.2 |
| | する・ささえる | 212 | − | 0.9 | 0.9 | 1.4 | 2.8 | 1.9 | 0.9 | − | 1.9 | 0.5 | 2.4 | 0.9 | − | 1.9 | − |
| | するのみ | 4963 | 0.3 | 0.8 | 0.7 | 1.2 | 1.3 | 1.3 | 0.3 | 0.4 | 1.1 | 0.5 | 1.8 | 0.5 | 0.0 | 1.1 | 0.1 |
| | みる・ささえる | 758 | 2.0 | 2.1 | 2.0 | 5.0 | 4.1 | 4.0 | 1.3 | 1.7 | 1.6 | 1.8 | 4.0 | 3.0 | 0.1 | 1.1 | − |
| | みるのみ | 9793 | 0.4 | 0.8 | 0.6 | 2.6 | 2.1 | 1.5 | 0.2 | 0.5 | 1.0 | 0.3 | 1.7 | 0.6 | 0.1 | 0.8 | 0.2 |
| | ささえるのみ | 118 | 1.7 | 0.8 | 0.8 | − | 0.8 | 0.8 | − | − | 1.7 | 0.8 | 2.5 | 1.7 | − | 0.8 | − |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.9 | 0.8 | 0.7 | 0.1 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 0.8 | 0.2 | 0.0 | 0.7 | 0.0 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q26. 今後あなたが始めてみたい運動やスポーツ（MA）

| | | 全体 | 今後始めてみたい運動やスポーツはない | わからない |
|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 29.9 | 9.4 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 30.3 | 9.6 |
| | 女性 | 20041 | 29.4 | 8.9 |
| 年代 | 10代 | 857 | 19.7 | 10.5 |
| | 20代 | 5227 | 24.3 | 11.7 |
| | 30代 | 5594 | 27.0 | 12.5 |
| | 40代 | 7193 | 27.3 | 11.1 |
| | 50代 | 7752 | 29.4 | 9.2 |
| | 60代 | 6376 | 32.1 | 7.6 |
| | 70代 | 7001 | 38.7 | 4.9 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 21.4 | 9.9 |
| | 男性20代 | 2626 | 23.0 | 11.0 |
| | 男性30代 | 2786 | 28.1 | 13.0 |
| | 男性40代 | 3587 | 28.5 | 11.9 |
| | 男性50代 | 3858 | 30.5 | 10.3 |
| | 男性60代 | 3112 | 32.8 | 7.3 |
| | 男性70代 | 3213 | 38.4 | 4.5 |
| | 女性10代 | 464 | 18.1 | 10.3 |
| | 女性20代 | 2504 | 25.3 | 11.9 |
| | 女性30代 | 2732 | 25.8 | 11.6 |
| | 女性40代 | 3522 | 25.9 | 10.1 |
| | 女性50代 | 3828 | 28.4 | 8.1 |
| | 女性60代 | 3231 | 31.4 | 7.8 |
| | 女性70代 | 3760 | 39.0 | 5.1 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 31.4 | 8.6 |
| | 東京都区部 | 3552 | 29.8 | 10.0 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 32.3 | 7.8 |
| | 大都市 | 14521 | 28.7 | 8.6 |
| | 小都市 | 11741 | 30.0 | 10.0 |
| | 町村 | 3777 | 30.0 | 12.6 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 30.3 | 10.1 |
| | 東北 | 2718 | 30.3 | 8.8 |
| | 北関東 | 2146 | 28.3 | 10.1 |
| | 首都圏 | 11930 | 30.2 | 9.5 |
| | 北陸 | 1604 | 28.6 | 10.3 |
| | 東山 | 1509 | 30.9 | 10.0 |
| | 東海 | 4067 | 31.5 | 9.0 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 31.0 | 9.3 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 27.6 | 8.4 |
| | 中国 | 2239 | 28.9 | 9.0 |
| | 四国 | 1164 | 31.4 | 9.9 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 27.3 | 9.0 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 27.6 | 8.2 |
| | 家族従業者 | 207 | 22.2 | 4.3 |
| | 雇用者 | 21731 | 27.1 | 9.5 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 27.2 | 9.3 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 34.1 | 7.6 |
| | 学生 | 1383 | 20.2 | 9.8 |
| | 無職 | 6355 | 39.2 | 7.1 |
| | その他 | 568 | 27.8 | 7.2 |
| | 答えたくない | 1163 | 29.8 | 31.9 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 37.2 | 11.0 |
| | 高校 | 10826 | 33.5 | 9.6 |
| | 短大・高専 | 4045 | 28.0 | 8.2 |
| | 専門学校 | 4546 | 28.7 | 9.7 |
| | 大学 | 17018 | 28.0 | 8.5 |
| | 大学院 | 2087 | 28.3 | 7.9 |
| | その他 | 18 | 33.3 | 22.2 |
| | 答えたくない | 786 | 33.3 | 31.0 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 39.3 | 12.9 |
| | 100万円未満 | 1209 | 31.9 | 9.3 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 34.1 | 7.2 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 32.2 | 7.1 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 30.1 | 7.7 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 28.8 | 7.2 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 27.4 | 6.8 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 26.3 | 7.7 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 27.2 | 7.0 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 25.9 | 6.8 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 24.9 | 6.6 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 27.1 | 7.1 |
| | わからない | 4002 | 32.6 | 13.1 |
| | 答えたくない | 5872 | 32.0 | 17.0 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 28.9 | 8.4 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 31.1 | 9.6 |
| | 答えたくない | 975 | 30.4 | 28.1 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 31.6 | 9.9 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 31.2 | 7.2 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 26.3 | 9.8 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 31.4 | 10.5 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 30.1 | 9.3 |
| | その他 | 3988 | 29.0 | 7.7 |
| | 答えたくない | 975 | 30.4 | 28.1 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 27.6 | 5.7 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 22.0 | 6.2 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 25.3 | 5.9 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 20.4 | 6.6 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 24.8 | 21.6 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 24.2 | 7.4 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 47.4 | 15.4 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 30.5 | 6.1 |
| | 週に2日 | 3316 | 25.4 | 5.7 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 28.9 | 6.0 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 19.7 | 6.2 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 23.4 | 17.3 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 24.2 | 7.9 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 39.3 | 11.8 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 12.1 | 2.6 |
| | する・みる | 12942 | 25.4 | 5.4 |
| | する・ささえる | 212 | 21.7 | 5.7 |
| | するのみ | 4963 | 32.2 | 9.1 |
| | みる・ささえる | 758 | 10.0 | 5.8 |
| | みるのみ | 9793 | 28.7 | 9.1 |
| | ささえるのみ | 118 | 13.6 | 9.3 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 44.2 | 18.3 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q27. ご自身が実施する運動・スポーツのために1年間にかけている費用

| | | 全体 | 0円（まったくお金はかけていない） | 1～2,000円未満 | 2,000円～5,000円未満 | 5,000円～10,000円未満 | 10,000円～15,000円未満 | 15,000円～20,000円未満 | 20,000円～30,000円未満 | 30,000円以上 | 平均（円） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 55.9 | 4.6 | 3.9 | 6.4 | 7.6 | 0.9 | 3.0 | 17.9 | 30902.23 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 47.2 | 5.5 | 4.2 | 7.1 | 9.6 | 0.9 | 3.9 | 21.7 | 40620.96 |
| | 女性 | 20041 | 64.0 | 3.7 | 3.6 | 5.6 | 5.7 | 0.8 | 2.2 | 14.4 | 21906.06 |
| 年代 | 10代 | 857 | 57.1 | 8.9 | 4.0 | 4.6 | 7.6 | 0.5 | 3.3 | 14.2 | 19808.02 |
| | 20代 | 5227 | 52.6 | 8.1 | 6.5 | 8.2 | 7.6 | 1.0 | 2.8 | 13.2 | 17074.44 |
| | 30代 | 5594 | 58.7 | 6.1 | 4.7 | 7.5 | 6.8 | 0.9 | 2.9 | 12.4 | 18329.25 |
| | 40代 | 7193 | 59.3 | 4.5 | 4.1 | 6.6 | 7.6 | 0.7 | 3.0 | 14.3 | 21136.98 |
| | 50代 | 7752 | 59.5 | 3.5 | 2.9 | 5.4 | 7.9 | 0.7 | 3.0 | 17.0 | 31310.15 |
| | 60代 | 6376 | 54.7 | 3.1 | 2.6 | 5.7 | 7.4 | 0.7 | 3.2 | 22.7 | 45991.31 |
| | 70代 | 7001 | 49.4 | 2.9 | 3.2 | 5.7 | 8.1 | 1.3 | 3.1 | 26.4 | 48469.75 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 43.6 | 11.5 | 4.8 | 4.8 | 9.4 | 1.1 | 4.3 | 20.6 | 25011.22 |
| | 男性20代 | 2626 | 41.6 | 8.9 | 7.7 | 10.0 | 9.6 | 1.0 | 3.8 | 17.4 | 23117.44 |
| | 男性30代 | 2786 | 47.8 | 6.9 | 5.7 | 9.1 | 9.3 | 1.1 | 4.3 | 15.9 | 22747.73 |
| | 男性40代 | 3587 | 49.9 | 5.4 | 4.5 | 7.3 | 9.9 | 0.8 | 4.0 | 18.1 | 25739.32 |
| | 男性50代 | 3858 | 50.4 | 4.4 | 2.9 | 5.9 | 10.0 | 0.8 | 4.0 | 21.8 | 43876.30 |
| | 男性60代 | 3112 | 47.1 | 3.9 | 2.5 | 5.8 | 9.5 | 0.5 | 4.0 | 26.6 | 61796.93 |
| | 男性70代 | 3213 | 44.7 | 3.5 | 2.8 | 6.1 | 9.1 | 1.2 | 3.4 | 29.3 | 64436.37 |
| | 女性10代 | 464 | 66.8 | 6.9 | 3.4 | 4.5 | 6.5 | － | 2.6 | 9.3 | 16142.85 |
| | 女性20代 | 2504 | 63.9 | 7.0 | 5.4 | 6.5 | 5.5 | 0.9 | 1.9 | 9.1 | 11212.67 |
| | 女性30代 | 2732 | 69.4 | 5.4 | 3.8 | 5.9 | 4.4 | 0.7 | 1.5 | 9.0 | 14079.07 |
| | 女性40代 | 3522 | 68.5 | 3.5 | 3.8 | 5.8 | 5.3 | 0.5 | 2.0 | 10.5 | 16793.59 |
| | 女性50代 | 3828 | 68.4 | 2.6 | 2.9 | 5.0 | 5.8 | 0.7 | 2.1 | 12.5 | 19164.43 |
| | 女性60代 | 3231 | 61.7 | 2.2 | 2.7 | 5.7 | 5.4 | 0.8 | 2.4 | 19.1 | 31188.01 |
| | 女性70代 | 3760 | 53.3 | 2.4 | 3.5 | 5.3 | 7.3 | 1.4 | 2.7 | 24.1 | 35029.69 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 53.7 | 4.3 | 3.5 | 6.0 | 7.8 | 1.0 | 3.0 | 20.8 | 38870.27 |
| | 東京都区部 | 3552 | 51.3 | 4.8 | 3.7 | 6.5 | 7.4 | 1.2 | 3.3 | 21.8 | 44964.21 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 55.0 | 4.0 | 3.3 | 5.8 | 8.0 | 0.8 | 2.8 | 20.3 | 35492.89 |
| | 大都市 | 14521 | 52.7 | 4.7 | 4.2 | 6.6 | 8.2 | 0.9 | 3.4 | 19.4 | 33775.41 |
| | 小都市 | 11741 | 59.5 | 4.6 | 4.0 | 6.2 | 7.2 | 0.8 | 2.7 | 15.0 | 23605.79 |
| | 町村 | 3777 | 62.3 | 4.9 | 3.5 | 6.7 | 6.1 | 0.6 | 2.5 | 13.3 | 21523.47 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 60.1 | 4.1 | 3.5 | 6.9 | 6.5 | 0.7 | 2.2 | 16.1 | 24584.45 |
| | 東北 | 2718 | 58.9 | 4.0 | 3.8 | 6.6 | 6.6 | 0.7 | 2.8 | 16.4 | 28097.13 |
| | 北関東 | 2146 | 52.6 | 4.9 | 4.1 | 6.5 | 8.5 | 0.9 | 3.6 | 18.9 | 35012.45 |
| | 首都圏 | 11930 | 54.0 | 4.5 | 3.9 | 6.5 | 7.8 | 1.0 | 2.9 | 19.3 | 37002.65 |
| | 北陸 | 1604 | 55.8 | 5.2 | 3.6 | 6.9 | 8.4 | 0.6 | 3.0 | 16.5 | 24935.97 |
| | 東山 | 1509 | 56.5 | 5.4 | 3.2 | 6.6 | 7.9 | 0.3 | 3.2 | 16.8 | 25768.98 |
| | 東海 | 4067 | 54.5 | 5.0 | 4.0 | 6.1 | 7.9 | 0.8 | 3.2 | 18.3 | 30884.21 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 56.8 | 4.6 | 3.8 | 5.4 | 7.5 | 0.7 | 2.7 | 18.6 | 31166.68 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 57.2 | 4.7 | 4.7 | 6.1 | 7.6 | 0.9 | 2.4 | 16.4 | 32280.33 |
| | 中国 | 2239 | 58.5 | 4.5 | 4.0 | 5.8 | 6.7 | 1.1 | 3.3 | 16.0 | 24801.83 |
| | 四国 | 1164 | 60.1 | 4.6 | 3.4 | 7.9 | 5.1 | 1.5 | 3.0 | 14.6 | 25047.63 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 56.1 | 4.3 | 4.0 | 6.4 | 8.1 | 0.9 | 3.4 | 16.7 | 24509.95 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 48.8 | 7.4 | 4.6 | 6.5 | 8.5 | 0.6 | 3.4 | 20.2 | 43698.59 |
| | 家族従業者 | 207 | 58.9 | 6.3 | 2.9 | 6.8 | 4.8 | 0.5 | 2.4 | 17.4 | 37826.85 |
| | 雇用者 | 21731 | 53.5 | 4.7 | 4.2 | 7.0 | 8.2 | 0.9 | 3.3 | 18.2 | 29181.14 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 52.9 | 5.1 | 4.2 | 7.0 | 8.2 | 0.8 | 3.3 | 18.4 | 31045.00 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 62.5 | 3.0 | 3.3 | 5.2 | 6.1 | 1.0 | 2.3 | 16.6 | 24586.78 |
| | 学生 | 1383 | 54.5 | 7.3 | 5.6 | 5.5 | 8.1 | 0.7 | 3.6 | 14.7 | 19412.29 |
| | 無職 | 6355 | 59.5 | 3.0 | 2.5 | 5.2 | 6.9 | 0.8 | 2.7 | 19.4 | 40846.94 |
| | その他 | 568 | 54.8 | 4.6 | 4.2 | 7.4 | 7.4 | 1.2 | 1.9 | 18.5 | 34903.68 |
| | 答えたくない | 1163 | 69.5 | 7.4 | 4.1 | 5.4 | 5.0 | 0.6 | 1.1 | 6.9 | 15081.01 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 75.1 | 4.3 | 3.0 | 3.3 | 4.9 | 0.3 | 1.3 | 7.9 | 13319.41 |
| | 高校 | 10826 | 63.8 | 3.7 | 3.1 | 5.5 | 6.4 | 0.7 | 2.5 | 14.2 | 21147.58 |
| | 短大・高専 | 4045 | 59.0 | 3.7 | 3.5 | 6.0 | 7.6 | 0.8 | 2.2 | 17.2 | 27772.36 |
| | 専門学校 | 4546 | 61.5 | 4.3 | 3.8 | 6.3 | 6.9 | 0.9 | 2.5 | 13.8 | 20153.18 |
| | 大学 | 17018 | 48.8 | 5.3 | 4.2 | 6.9 | 8.5 | 1.0 | 3.5 | 21.7 | 40430.40 |
| | 大学院 | 2087 | 42.5 | 5.2 | 5.6 | 8.2 | 9.9 | 1.0 | 4.8 | 22.7 | 43270.79 |
| | その他 | 18 | 55.6 | 16.7 | － | 5.6 | 5.6 | － | 5.6 | 11.1 | 9944.44 |
| | 答えたくない | 786 | 68.2 | 7.9 | 4.2 | 5.2 | 4.7 | 0.1 | 2.2 | 7.5 | 19952.98 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 74.6 | 4.6 | 3.3 | 3.4 | 5.0 | 0.8 | 1.1 | 7.2 | 14546.67 |
| | 100万円未満 | 1209 | 62.1 | 7.4 | 4.0 | 5.2 | 6.9 | 0.6 | 1.7 | 12.2 | 22542.53 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 64.5 | 4.2 | 3.9 | 6.2 | 6.4 | 0.7 | 1.9 | 12.1 | 15902.10 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 57.2 | 5.3 | 4.2 | 6.6 | 7.3 | 0.9 | 2.8 | 15.8 | 26264.04 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 54.4 | 4.6 | 4.0 | 7.0 | 7.6 | 0.8 | 3.1 | 18.3 | 29737.06 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 51.2 | 4.8 | 4.6 | 7.1 | 9.0 | 1.1 | 3.1 | 19.2 | 32856.57 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 52.4 | 4.6 | 4.6 | 6.8 | 8.0 | 1.1 | 3.0 | 19.5 | 31665.87 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 50.1 | 5.4 | 4.9 | 8.1 | 8.8 | 0.5 | 3.5 | 18.6 | 27594.78 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 48.3 | 5.1 | 4.6 | 7.6 | 9.2 | 1.0 | 4.0 | 20.3 | 31826.67 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 46.4 | 4.3 | 4.2 | 7.6 | 9.0 | 1.0 | 4.1 | 23.4 | 38411.11 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 42.6 | 4.8 | 4.1 | 7.7 | 9.9 | 0.6 | 4.7 | 25.6 | 46232.83 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 37.8 | 4.9 | 3.2 | 6.6 | 8.8 | 1.2 | 4.9 | 32.5 | 86057.49 |
| | わからない | 4002 | 68.7 | 3.1 | 2.6 | 4.6 | 5.8 | 0.9 | 2.0 | 12.3 | 18592.73 |
| | 答えたくない | 5872 | 65.1 | 4.1 | 2.9 | 4.6 | 5.9 | 0.7 | 2.3 | 14.4 | 24700.67 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 52.0 | 4.4 | 3.8 | 6.6 | 8.2 | 1.0 | 3.2 | 20.7 | 37162.45 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 60.3 | 4.6 | 4.0 | 6.0 | 7.0 | 0.8 | 2.8 | 14.7 | 23847.09 |
| | 答えたくない | 975 | 65.9 | 9.2 | 3.5 | 5.9 | 4.7 | 0.4 | 1.1 | 9.1 | 11364.77 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 56.1 | 4.9 | 4.0 | 6.4 | 7.8 | 0.9 | 2.9 | 16.8 | 29111.82 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 50.0 | 4.2 | 3.6 | 6.4 | 8.2 | 0.9 | 3.2 | 23.5 | 44350.30 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 54.7 | 4.6 | 4.1 | 7.0 | 8.2 | 1.0 | 3.2 | 17.2 | 27234.85 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 64.3 | 4.7 | 4.3 | 5.8 | 6.3 | 0.6 | 2.5 | 11.5 | 17356.50 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 54.1 | 3.7 | 4.0 | 6.5 | 7.7 | 1.0 | 3.4 | 19.6 | 34637.21 |
| | その他 | 3988 | 64.0 | 4.1 | 3.4 | 5.2 | 6.0 | 0.4 | 2.8 | 14.0 | 23005.36 |
| | 答えたくない | 975 | 65.9 | 9.2 | 3.5 | 5.9 | 4.7 | 0.4 | 1.1 | 9.1 | 11364.77 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 39.3 | 4.9 | 4.4 | 8.2 | 10.2 | 1.2 | 3.9 | 27.9 | 49590.96 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 34.8 | 5.2 | 5.0 | 8.6 | 10.8 | 1.5 | 5.1 | 29.0 | 51505.81 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 37.4 | 5.0 | 4.7 | 8.4 | 10.5 | 1.3 | 4.4 | 28.4 | 50378.18 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 49.2 | 6.9 | 6.1 | 8.4 | 9.5 | 0.6 | 3.5 | 15.7 | 22856.12 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 66.1 | 8.7 | 4.1 | 6.4 | 6.5 | 0.8 | 1.7 | 5.6 | 9416.80 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 42.6 | 5.8 | 5.0 | 8.2 | 9.9 | 1.1 | 3.9 | 23.5 | 40607.65 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 96.7 | 1.0 | 0.5 | 0.7 | 0.5 | 0.0 | 0.1 | 0.5 | 1090.48 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 35.3 | 4.5 | 4.2 | 7.6 | 10.5 | 1.4 | 4.0 | 32.5 | 60021.16 |
| | 週に2日 | 3316 | 26.1 | 4.6 | 4.9 | 9.0 | 11.2 | 1.9 | 5.2 | 37.2 | 66132.05 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 32.5 | 4.5 | 4.4 | 8.0 | 10.7 | 1.5 | 4.4 | 33.9 | 61906.33 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 33.7 | 6.7 | 6.1 | 9.9 | 11.5 | 1.1 | 5.0 | 26.0 | 43348.20 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 61.9 | 7.9 | 4.2 | 6.6 | 8.1 | 0.8 | 2.0 | 8.5 | 14138.02 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 37.7 | 6.0 | 5.1 | 8.6 | 10.6 | 1.2 | 4.3 | 26.6 | 46576.75 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 86.3 | 2.3 | 1.9 | 2.6 | 2.6 | 0.2 | 0.9 | 3.3 | 4601.74 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 11.9 | 11.8 | 7.8 | 11.4 | 12.6 | 1.6 | 6.7 | 36.3 | 68941.86 |
| | する・みる | 12942 | 36.4 | 3.8 | 4.2 | 8.3 | 10.9 | 1.4 | 4.6 | 30.3 | 54006.73 |
| | する・ささえる | 212 | 19.8 | 8.0 | 5.7 | 14.2 | 10.4 | 1.4 | 5.7 | 34.9 | 61174.09 |
| | するのみ | 4963 | 54.3 | 4.4 | 4.2 | 6.5 | 8.1 | 1.1 | 2.6 | 18.9 | 30684.92 |
| | みる・ささえる | 758 | 34.0 | 12.0 | 8.4 | 11.9 | 12.3 | 0.9 | 5.3 | 15.2 | 26962.31 |
| | みるのみ | 9793 | 71.2 | 3.7 | 3.4 | 4.6 | 5.6 | 0.4 | 1.8 | 9.2 | 13479.97 |
| | ささえるのみ | 118 | 51.7 | 14.4 | 7.6 | 13.6 | 6.8 | 0.8 | 0.8 | 4.2 | 6982.46 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 84.7 | 3.9 | 2.0 | 2.9 | 2.6 | 0.2 | 0.9 | 2.9 | 4479.10 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q28. ご自身が直接スポーツを観戦するために1年間にかけている費用

| | | 全体 | 0円（まったくお金はかけていない） | 1～2,000円未満 | 2,000円～5,000円未満 | 5,000円～10,000円未満 | 10,000円～15,000円未満 | 15,000円～20,000円未満 | 20,000円～30,000円未満 | 30,000円以上 | 平均（円） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 73.4 | 2.2 | 2.7 | 5.1 | 6.2 | 0.6 | 2.7 | 7.0 | 8747.76 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 66.2 | 2.7 | 3.3 | 6.0 | 7.7 | 0.7 | 3.6 | 9.6 | 11127.58 |
| | 女性 | 20041 | 80.3 | 1.7 | 2.1 | 4.3 | 4.8 | 0.4 | 1.8 | 4.5 | 6182.95 |
| 年代 | 10代 | 857 | 68.8 | 4.9 | 3.6 | 5.5 | 7.2 | 0.6 | 2.1 | 7.2 | 10009.77 |
| | 20代 | 5227 | 64.7 | 4.1 | 4.7 | 7.8 | 6.8 | 0.7 | 3.3 | 7.9 | 9562.51 |
| | 30代 | 5594 | 73.0 | 2.9 | 2.9 | 5.3 | 5.9 | 0.7 | 2.6 | 6.6 | 8682.74 |
| | 40代 | 7193 | 74.0 | 1.9 | 2.9 | 5.1 | 6.2 | 0.5 | 2.5 | 6.8 | 8359.46 |
| | 50代 | 7752 | 73.5 | 1.8 | 2.1 | 5.1 | 6.4 | 0.6 | 2.9 | 7.8 | 10644.71 |
| | 60代 | 6376 | 75.1 | 1.3 | 1.9 | 4.2 | 6.6 | 0.4 | 3.1 | 7.5 | 9046.60 |
| | 70代 | 7001 | 78.5 | 1.6 | 2.2 | 3.9 | 5.5 | 0.6 | 2.2 | 5.6 | 6063.28 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 57.5 | 6.4 | 4.5 | 7.8 | 8.8 | 0.5 | 2.7 | 11.8 | 15524.60 |
| | 男性20代 | 2626 | 55.0 | 5.0 | 5.9 | 9.3 | 8.2 | 0.8 | 4.8 | 11.0 | 13300.82 |
| | 男性30代 | 2786 | 64.8 | 3.7 | 3.8 | 6.7 | 7.1 | 0.9 | 3.6 | 9.3 | 10838.13 |
| | 男性40代 | 3587 | 67.7 | 2.3 | 3.2 | 5.8 | 7.7 | 0.6 | 3.5 | 9.1 | 10369.70 |
| | 男性50代 | 3858 | 67.1 | 2.1 | 2.4 | 5.7 | 7.7 | 0.7 | 3.7 | 10.7 | 12119.66 |
| | 男性60代 | 3112 | 68.2 | 1.7 | 2.3 | 4.7 | 8.7 | 0.5 | 3.8 | 10.0 | 12558.76 |
| | 男性70代 | 3213 | 73.2 | 1.7 | 2.8 | 4.5 | 6.8 | 0.8 | 2.8 | 7.4 | 7359.22 |
| | 女性10代 | 464 | 76.9 | 3.9 | 3.0 | 3.7 | 6.3 | 0.6 | 1.7 | 3.9 | 5959.42 |
| | 女性20代 | 2504 | 74.6 | 3.1 | 3.5 | 6.5 | 5.3 | 0.6 | 1.7 | 4.7 | 5758.65 |
| | 女性30代 | 2732 | 81.0 | 2.2 | 2.2 | 3.8 | 4.7 | 0.5 | 1.6 | 4.0 | 4463.30 |
| | 女性40代 | 3522 | 80.3 | 1.4 | 2.6 | 4.5 | 4.8 | 0.4 | 1.5 | 4.5 | 6266.01 |
| | 女性50代 | 3828 | 80.0 | 1.4 | 1.8 | 4.3 | 5.1 | 0.5 | 2.1 | 4.8 | 9219.42 |
| | 女性60代 | 3231 | 81.7 | 0.8 | 1.5 | 3.6 | 4.5 | 0.3 | 2.4 | 5.1 | 5719.04 |
| | 女性70代 | 3760 | 82.9 | 1.4 | 1.7 | 3.4 | 4.4 | 0.4 | 1.7 | 4.1 | 4972.04 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 71.1 | 1.8 | 2.7 | 5.1 | 6.7 | 0.6 | 3.1 | 8.8 | 10795.70 |
| | 東京都区部 | 3552 | 70.3 | 2.0 | 3.0 | 4.1 | 7.5 | 0.8 | 3.1 | 9.2 | 12335.43 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 71.5 | 1.7 | 2.5 | 5.6 | 6.3 | 0.5 | 3.2 | 8.6 | 9942.35 |
| | 大都市 | 14521 | 70.9 | 2.1 | 2.9 | 5.8 | 6.9 | 0.6 | 3.2 | 7.6 | 9144.13 |
| | 小都市 | 11741 | 76.7 | 2.6 | 2.7 | 4.6 | 5.5 | 0.5 | 2.0 | 5.5 | 7634.31 |
| | 町村 | 3777 | 78.8 | 2.5 | 2.0 | 4.7 | 4.6 | 0.4 | 2.0 | 4.9 | 5284.09 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 70.3 | 1.7 | 3.1 | 5.2 | 7.1 | 0.8 | 3.7 | 8.3 | 8036.10 |
| | 東北 | 2718 | 74.4 | 2.4 | 2.9 | 4.9 | 5.1 | 0.5 | 3.0 | 6.8 | 10238.30 |
| | 北関東 | 2146 | 76.7 | 2.3 | 2.3 | 4.9 | 5.2 | 0.7 | 2.2 | 5.6 | 11418.36 |
| | 首都圏 | 11930 | 72.7 | 1.9 | 2.6 | 4.9 | 6.7 | 0.6 | 2.9 | 7.6 | 9184.12 |
| | 北陸 | 1604 | 77.7 | 2.1 | 2.9 | 4.6 | 4.9 | 0.4 | 1.8 | 5.5 | 6050.52 |
| | 東山 | 1509 | 76.8 | 2.6 | 3.0 | 4.5 | 5.0 | 0.1 | 2.2 | 5.9 | 5693.30 |
| | 東海 | 4067 | 73.3 | 2.5 | 2.9 | 5.0 | 5.9 | 0.6 | 2.7 | 7.2 | 7984.61 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 73.4 | 2.6 | 2.5 | 5.5 | 6.6 | 0.5 | 2.5 | 6.3 | 8182.39 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 74.2 | 2.8 | 3.4 | 4.9 | 6.2 | 0.7 | 2.7 | 5.1 | 10332.88 |
| | 中国 | 2239 | 69.9 | 2.0 | 2.9 | 5.7 | 6.8 | 0.6 | 2.7 | 9.4 | 10901.90 |
| | 四国 | 1164 | 78.5 | 2.1 | 2.7 | 4.0 | 4.8 | 0.7 | 2.1 | 5.1 | 7157.00 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 71.7 | 2.3 | 2.8 | 6.1 | 6.7 | 0.6 | 2.7 | 7.1 | 7951.06 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 68.6 | 4.5 | 3.4 | 5.1 | 6.4 | 0.6 | 2.9 | 8.4 | 12399.89 |
| | 家族従業者 | 207 | 78.3 | 1.9 | 1.9 | 5.8 | 3.9 | 1.0 | 1.9 | 5.3 | 5587.00 |
| | 雇用者 | 21731 | 69.9 | 2.0 | 3.0 | 5.9 | 7.1 | 0.7 | 3.2 | 8.3 | 9827.80 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 69.8 | 2.3 | 3.0 | 5.8 | 7.0 | 0.7 | 3.2 | 8.3 | 10110.28 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 82.2 | 1.4 | 1.7 | 3.9 | 4.6 | 0.5 | 1.5 | 4.2 | 4748.75 |
| | 学生 | 1383 | 67.0 | 3.3 | 4.2 | 6.7 | 7.2 | 0.6 | 2.9 | 8.2 | 9896.08 |
| | 無職 | 6355 | 80.8 | 1.7 | 2.0 | 3.3 | 4.6 | 0.4 | 2.2 | 5.1 | 6250.99 |
| | その他 | 568 | 75.9 | 2.1 | 2.6 | 3.9 | 6.3 | 0.4 | 2.3 | 6.5 | 18465.70 |
| | 答えたくない | 1163 | 74.6 | 5.8 | 3.2 | 5.6 | 6.0 | 0.2 | 1.4 | 3.2 | 5879.75 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 85.3 | 3.0 | 2.1 | 2.7 | 2.5 | 0.1 | 1.6 | 2.7 | 11885.31 |
| | 高校 | 10826 | 79.6 | 1.8 | 2.3 | 4.2 | 4.8 | 0.4 | 1.7 | 5.2 | 5663.21 |
| | 短大・高専 | 4045 | 76.7 | 2.1 | 2.4 | 4.7 | 5.6 | 0.5 | 2.4 | 5.5 | 6380.63 |
| | 専門学校 | 4546 | 77.1 | 2.0 | 2.4 | 5.0 | 5.2 | 0.5 | 2.5 | 5.1 | 7514.11 |
| | 大学 | 17018 | 67.8 | 2.2 | 3.1 | 5.9 | 7.8 | 0.8 | 3.4 | 9.0 | 11317.39 |
| | 大学院 | 2087 | 66.5 | 2.8 | 3.6 | 6.4 | 6.4 | 0.6 | 3.7 | 10.0 | 10996.48 |
| | その他 | 18 | 77.8 | － | － | － | 5.6 | － | 5.6 | 11.1 | 10000.00 |
| | 答えたくない | 786 | 77.5 | 6.7 | 2.3 | 3.9 | 3.4 | 0.4 | 2.0 | 3.7 | 6223.87 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 85.6 | 3.4 | 1.0 | 2.2 | 3.5 | 0.1 | 1.0 | 3.3 | 4951.99 |
| | 100万円未満 | 1209 | 78.5 | 4.3 | 3.1 | 4.5 | 4.0 | 0.1 | 1.4 | 4.2 | 6355.09 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 81.3 | 2.4 | 3.0 | 3.4 | 4.0 | 0.6 | 1.7 | 3.6 | 3696.41 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 77.8 | 2.1 | 3.0 | 4.8 | 5.1 | 0.6 | 1.9 | 4.8 | 6399.00 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 74.7 | 2.3 | 3.1 | 5.2 | 5.9 | 0.6 | 2.1 | 6.1 | 6986.15 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 71.3 | 2.5 | 3.0 | 5.5 | 6.3 | 0.5 | 3.2 | 7.5 | 10359.27 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 68.7 | 2.2 | 3.2 | 5.6 | 8.1 | 0.6 | 2.9 | 8.8 | 10168.77 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 69.0 | 2.4 | 3.2 | 6.1 | 8.2 | 0.8 | 3.7 | 6.7 | 7528.31 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 67.5 | 2.3 | 2.9 | 6.7 | 7.6 | 0.7 | 3.6 | 8.6 | 10413.52 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 64.9 | 2.0 | 2.8 | 6.9 | 8.5 | 0.8 | 3.7 | 10.4 | 11507.39 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 62.4 | 2.1 | 3.2 | 7.1 | 8.2 | 0.7 | 4.0 | 12.3 | 13488.24 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 59.9 | 2.2 | 2.2 | 5.6 | 8.5 | 0.9 | 5.0 | 15.7 | 22589.07 |
| | わからない | 4002 | 81.1 | 1.4 | 2.0 | 4.3 | 4.6 | 0.4 | 1.8 | 4.3 | 4933.15 |
| | 答えたくない | 5872 | 78.8 | 2.0 | 2.1 | 3.9 | 5.1 | 0.4 | 2.3 | 5.4 | 7527.37 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 71.1 | 2.0 | 2.7 | 5.7 | 7.0 | 0.7 | 3.0 | 7.8 | 9599.12 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 76.3 | 2.2 | 2.8 | 4.4 | 5.3 | 0.5 | 2.4 | 6.1 | 7784.26 |
| | 答えたくない | 975 | 75.2 | 5.9 | 2.6 | 4.5 | 4.6 | 0.1 | 2.5 | 4.6 | 6160.72 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 75.1 | 2.4 | 2.9 | 4.6 | 5.6 | 0.5 | 2.4 | 6.5 | 8921.74 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 71.8 | 2.1 | 2.6 | 5.1 | 6.8 | 0.6 | 3.0 | 7.9 | 10362.29 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 70.3 | 1.9 | 2.7 | 6.4 | 7.3 | 0.7 | 3.1 | 7.6 | 8544.34 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 76.5 | 2.5 | 3.2 | 4.5 | 4.9 | 0.4 | 2.2 | 5.7 | 6896.26 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 72.3 | 2.0 | 2.3 | 6.1 | 6.3 | 0.6 | 2.7 | 7.6 | 9483.90 |
| | その他 | 3988 | 78.2 | 1.8 | 2.3 | 3.8 | 5.3 | 0.5 | 2.3 | 5.8 | 6563.94 |
| | 答えたくない | 975 | 75.2 | 5.9 | 2.6 | 4.5 | 4.6 | 0.1 | 2.5 | 4.6 | 6160.72 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 69.8 | 2.3 | 2.9 | 5.4 | 6.8 | 0.7 | 3.4 | 8.7 | 10663.95 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 66.6 | 1.7 | 2.9 | 6.7 | 8.2 | 0.7 | 4.0 | 9.2 | 10061.35 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 68.5 | 2.1 | 2.9 | 5.9 | 7.4 | 0.7 | 3.6 | 8.9 | 10416.21 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 70.2 | 2.1 | 3.5 | 6.0 | 7.3 | 0.8 | 2.7 | 7.4 | 9061.57 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 76.4 | 4.1 | 3.3 | 5.2 | 5.1 | 0.3 | 1.6 | 4.2 | 5392.53 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 69.6 | 2.3 | 3.0 | 5.9 | 7.2 | 0.7 | 3.2 | 8.1 | 9676.97 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 85.1 | 2.1 | 1.7 | 2.9 | 3.3 | 0.2 | 1.1 | 3.6 | 5893.55 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 70.6 | 2.1 | 2.7 | 4.7 | 6.8 | 0.7 | 3.3 | 9.0 | 11435.41 |
| | 週に2日 | 3316 | 62.7 | 2.0 | 2.9 | 7.5 | 9.2 | 0.7 | 4.3 | 10.7 | 11726.15 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 68.2 | 2.1 | 2.8 | 5.6 | 7.5 | 0.7 | 3.6 | 9.5 | 11525.10 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 63.4 | 2.4 | 3.7 | 7.2 | 8.7 | 0.9 | 4.0 | 9.8 | 10758.09 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 76.0 | 3.4 | 2.9 | 4.9 | 5.8 | 0.4 | 1.9 | 4.7 | 7484.58 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 67.5 | 2.4 | 3.2 | 6.1 | 7.7 | 0.7 | 3.5 | 8.8 | 10556.89 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 83.2 | 1.9 | 2.0 | 3.5 | 3.7 | 0.3 | 1.4 | 4.0 | 5712.19 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 30.6 | 7.4 | 7.8 | 13.1 | 13.0 | 1.4 | 7.3 | 19.3 | 23994.58 |
| | する・みる | 12942 | 66.0 | 1.3 | 2.7 | 6.2 | 8.7 | 0.9 | 4.2 | 10.0 | 11420.30 |
| | する・ささえる | 212 | 77.8 | 5.2 | 5.2 | 6.6 | 2.4 | － | 0.5 | 2.4 | 2685.52 |
| | するのみ | 4963 | 94.7 | 1.1 | 0.6 | 1.3 | 1.4 | 0.0 | 0.2 | 0.6 | 981.86 |
| | みる・ささえる | 758 | 32.8 | 7.3 | 9.0 | 15.0 | 13.9 | 2.0 | 4.9 | 15.2 | 29411.44 |
| | みるのみ | 9793 | 70.4 | 1.8 | 3.1 | 5.4 | 7.4 | 0.6 | 2.9 | 8.3 | 10443.46 |
| | ささえるのみ | 118 | 61.0 | 11.9 | 5.9 | 11.0 | 6.8 | － | 0.8 | 2.5 | 7812.19 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 92.3 | 2.4 | 1.3 | 2.0 | 1.4 | 0.0 | 0.2 | 0.4 | 988.63 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q29-1. あなたは、この1年間にどんなスポーツを観戦しましたか。/直接現地で(MA)

| | | 全体 | プロ野球（NPB、メジャーリーグ含む） | 高校野球 | その他野球、ソフトボール | サッカー日本代表 | Jリーグ（J1、J2、J3） | 海外サッカー | その他サッカー | フットサル | 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） | アメリカンフットボール（NFL等含む） | バレーボール（日本代表含む）（Vリーグ、 | バスケットボール（Bリーグ、NBA含む） | 大相撲 | テニス | バドミントン | ゴルフ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 12.5 | 3.2 | 1.7 | 1.5 | 4.8 | 0.7 | 0.8 | 0.6 | 1.4 | 0.4 | 1.3 | 2.1 | 1.3 | 0.7 | 0.5 | 1.3 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 15.9 | 4.8 | 2.3 | 2.0 | 6.6 | 1.1 | 1.1 | 0.7 | 2.0 | 0.5 | 1.3 | 2.5 | 1.5 | 0.9 | 0.7 | 2.0 |
| | 女性 | 20041 | 9.2 | 1.7 | 1.1 | 1.0 | 3.0 | 0.4 | 0.6 | 0.4 | 0.8 | 0.2 | 1.3 | 1.8 | 1.1 | 0.5 | 0.3 | 0.6 |
| 年代 | 10代 | 857 | 17.7 | 6.0 | 3.7 | 3.0 | 6.5 | 2.1 | 1.9 | 2.0 | 2.1 | 1.3 | 3.2 | 3.4 | 1.9 | 1.6 | 1.8 | 1.3 |
| | 20代 | 5227 | 20.7 | 5.9 | 3.6 | 3.5 | 7.8 | 2.2 | 1.6 | 1.4 | 1.8 | 0.8 | 2.2 | 3.0 | 1.2 | 1.0 | 1.1 | 1.1 |
| | 30代 | 5594 | 14.1 | 3.3 | 2.1 | 2.1 | 5.8 | 0.9 | 0.9 | 0.5 | 1.0 | 0.3 | 1.1 | 2.8 | 0.8 | 0.5 | 0.5 | 0.6 |
| | 40代 | 7193 | 11.5 | 3.0 | 1.5 | 1.4 | 5.4 | 0.6 | 1.0 | 0.6 | 1.2 | 0.3 | 1.4 | 2.4 | 0.9 | 0.7 | 0.4 | 0.9 |
| | 50代 | 7752 | 11.9 | 3.0 | 1.4 | 1.1 | 4.2 | 0.5 | 0.6 | 0.3 | 1.5 | 0.4 | 1.2 | 2.1 | 1.1 | 0.7 | 0.4 | 1.3 |
| | 60代 | 6376 | 10.1 | 2.3 | 0.9 | 0.6 | 3.7 | 0.3 | 0.6 | 0.3 | 1.6 | 0.3 | 1.1 | 1.7 | 1.4 | 0.6 | 0.3 | 1.9 |
| | 70代 | 7001 | 8.0 | 2.2 | 1.1 | 0.5 | 2.4 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 1.2 | 0.2 | 0.7 | 1.0 | 2.1 | 0.6 | 0.3 | 1.6 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 25.1 | 7.8 | 4.5 | 3.7 | 8.6 | 2.4 | 2.9 | 2.1 | 2.9 | 1.1 | 4.0 | 4.3 | 2.7 | 2.7 | 2.1 | 1.3 |
| | 男性20代 | 2626 | 26.8 | 8.5 | 4.9 | 5.1 | 10.8 | 3.2 | 2.1 | 1.9 | 2.6 | 1.1 | 2.1 | 3.4 | 1.6 | 1.2 | 1.5 | 1.4 |
| | 男性30代 | 2786 | 18.8 | 5.0 | 3.0 | 2.9 | 8.4 | 1.5 | 1.3 | 0.9 | 1.3 | 0.5 | 0.9 | 3.1 | 1.1 | 0.6 | 0.8 | 1.0 |
| | 男性40代 | 3587 | 14.5 | 4.3 | 2.0 | 1.7 | 7.2 | 0.8 | 1.1 | 0.7 | 1.5 | 0.4 | 1.4 | 2.7 | 1.0 | 0.8 | 0.5 | 1.3 |
| | 男性50代 | 3858 | 15.0 | 4.2 | 1.8 | 1.3 | 5.6 | 0.7 | 0.9 | 0.5 | 2.1 | 0.6 | 1.1 | 2.5 | 1.2 | 0.9 | 0.5 | 2.0 |
| | 男性60代 | 3112 | 12.7 | 3.6 | 1.2 | 0.8 | 5.0 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | 2.3 | 0.3 | 1.2 | 2.0 | 1.7 | 0.7 | 0.3 | 3.2 |
| | 男性70代 | 3213 | 9.5 | 3.6 | 1.6 | 0.5 | 3.2 | 0.2 | 0.7 | 0.3 | 1.9 | 0.2 | 0.7 | 1.0 | 2.3 | 0.7 | 0.4 | 2.8 |
| | 女性10代 | 464 | 12.5 | 4.7 | 3.2 | 2.6 | 5.2 | 1.9 | 1.1 | 1.9 | 1.5 | 1.5 | 2.6 | 2.8 | 1.1 | 0.9 | 1.5 | 1.3 |
| | 女性20代 | 2504 | 14.7 | 3.2 | 2.2 | 1.7 | 4.9 | 1.2 | 1.2 | 0.8 | 1.1 | 0.5 | 2.2 | 2.7 | 0.7 | 0.8 | 0.6 | 0.7 |
| | 女性30代 | 2732 | 9.5 | 1.5 | 1.1 | 1.2 | 3.2 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.7 | 0.0 | 1.2 | 2.5 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.3 |
| | 女性40代 | 3522 | 8.6 | 1.8 | 1.1 | 1.1 | 3.5 | 0.5 | 0.8 | 0.5 | 0.8 | 0.3 | 1.3 | 2.0 | 0.8 | 0.5 | 0.3 | 0.4 |
| | 女性50代 | 3828 | 9.0 | 1.8 | 0.9 | 0.9 | 2.7 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.9 | 0.2 | 1.4 | 1.8 | 1.0 | 0.6 | 0.2 | 0.6 |
| | 女性60代 | 3231 | 7.8 | 1.1 | 0.6 | 0.5 | 2.5 | 0.2 | 0.6 | 0.4 | 0.9 | 0.3 | 1.1 | 1.4 | 1.2 | 0.5 | 0.2 | 0.6 |
| | 女性70代 | 3760 | 6.8 | 1.1 | 0.7 | 0.5 | 1.7 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 0.7 | 1.0 | 2.0 | 0.4 | 0.2 | 0.6 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 15.7 | 2.7 | 1.6 | 1.5 | 5.8 | 0.7 | 0.8 | 0.5 | 1.7 | 0.3 | 1.3 | 2.2 | 1.4 | 0.8 | 0.4 | 1.1 |
| | 東京都区部 | 3552 | 14.5 | 2.2 | 2.0 | 2.1 | 5.3 | 1.0 | 1.1 | 0.7 | 2.2 | 0.5 | 1.5 | 2.1 | 2.0 | 1.2 | 0.6 | 1.2 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 16.4 | 3.0 | 1.4 | 1.2 | 6.1 | 0.5 | 0.6 | 0.4 | 1.4 | 0.2 | 1.1 | 2.2 | 1.1 | 0.6 | 0.3 | 1.1 |
| | 大都市 | 14521 | 13.8 | 3.9 | 1.8 | 1.7 | 5.2 | 0.8 | 0.9 | 0.6 | 1.6 | 0.5 | 1.4 | 2.5 | 1.3 | 0.8 | 0.5 | 1.4 |
| | 小都市 | 11741 | 9.2 | 2.9 | 1.6 | 1.3 | 4.0 | 0.7 | 0.8 | 0.5 | 1.0 | 0.3 | 1.1 | 1.8 | 1.1 | 0.5 | 0.5 | 1.1 |
| | 町村 | 3777 | 8.9 | 2.9 | 1.9 | 0.9 | 2.7 | 0.7 | 0.9 | 0.7 | 0.9 | 0.6 | 1.3 | 1.9 | 1.2 | 0.6 | 0.6 | 1.4 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 19.5 | 3.2 | 1.4 | 0.7 | 3.8 | 0.7 | 0.8 | 0.7 | 0.8 | 0.4 | 1.4 | 2.4 | 1.1 | 0.5 | 0.5 | 1.4 |
| | 東北 | 2718 | 12.8 | 3.9 | 1.6 | 1.4 | 4.7 | 0.6 | 0.8 | 0.8 | 1.1 | 0.4 | 1.5 | 3.1 | 1.5 | 0.6 | 0.4 | 1.1 |
| | 北関東 | 2146 | 6.9 | 3.1 | 1.8 | 1.2 | 5.1 | 0.7 | 0.8 | 0.6 | 1.2 | 0.5 | 1.2 | 2.8 | 1.2 | 0.9 | 0.6 | 2.1 |
| | 首都圏 | 11930 | 12.8 | 2.7 | 1.8 | 1.9 | 4.9 | 0.8 | 0.9 | 0.5 | 2.0 | 0.4 | 1.2 | 2.1 | 1.5 | 0.8 | 0.4 | 1.1 |
| | 北陸 | 1604 | 6.1 | 3.3 | 1.6 | 1.0 | 5.5 | 0.7 | 0.7 | 0.5 | 0.6 | 0.4 | 0.7 | 2.2 | 1.7 | 0.5 | 0.6 | 1.5 |
| | 東山 | 1509 | 8.5 | 3.8 | 1.9 | 1.3 | 3.7 | 1.0 | 1.0 | 0.6 | 0.9 | 0.4 | 1.3 | 1.5 | 1.5 | 0.9 | 0.7 | 1.3 |
| | 東海 | 4067 | 11.0 | 3.2 | 1.6 | 1.7 | 5.1 | 0.6 | 0.9 | 0.5 | 1.3 | 0.2 | 1.3 | 2.0 | 1.4 | 0.4 | 0.3 | 1.0 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 13.4 | 4.1 | 1.6 | 1.5 | 4.2 | 0.7 | 0.8 | 0.6 | 1.5 | 0.4 | 1.4 | 1.4 | 1.1 | 0.7 | 0.3 | 1.4 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 10.9 | 4.4 | 1.6 | 0.9 | 2.4 | 0.4 | 0.6 | 0.4 | 1.1 | 0.5 | 1.2 | 2.6 | 1.4 | 0.3 | 0.5 | 1.2 |
| | 中国 | 2239 | 19.2 | 3.1 | 1.8 | 1.2 | 7.2 | 0.6 | 0.7 | 0.5 | 0.5 | 0.3 | 1.9 | 2.0 | 0.8 | 0.6 | 0.4 | 1.0 |
| | 四国 | 1164 | 7.3 | 3.3 | 1.8 | 1.2 | 4.3 | 0.5 | 0.7 | 0.4 | 0.9 | 0.3 | 1.1 | 1.6 | 0.7 | 0.8 | 0.4 | 0.9 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 13.6 | 2.7 | 1.9 | 1.2 | 4.5 | 0.7 | 1.0 | 0.5 | 1.3 | 0.5 | 1.2 | 2.8 | 1.2 | 0.8 | 0.9 | 1.4 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 15.0 | 4.7 | 3.0 | 2.5 | 5.4 | 1.6 | 1.7 | 1.2 | 2.0 | 0.9 | 1.4 | 2.2 | 1.8 | 1.0 | 1.1 | 1.9 |
| | 家族従業者 | 207 | 8.7 | 2.4 | 2.9 | 1.4 | 4.3 | 1.0 | 1.0 | 1.0 | 1.0 | 0.5 | 1.4 | 1.9 | 2.4 | 0.5 | 0.5 | 1.4 |
| | 雇用者 | 21731 | 14.8 | 3.7 | 1.9 | 1.7 | 5.9 | 0.8 | 0.9 | 0.6 | 1.6 | 0.4 | 1.4 | 2.7 | 1.2 | 0.7 | 0.5 | 1.3 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 14.8 | 3.8 | 2.1 | 1.8 | 5.8 | 0.9 | 1.0 | 0.7 | 1.6 | 0.4 | 1.4 | 2.6 | 1.3 | 0.8 | 0.6 | 1.4 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 7.7 | 1.4 | 0.8 | 0.7 | 2.4 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 0.7 | 0.1 | 0.9 | 1.1 | 1.2 | 0.5 | 0.3 | 0.7 |
| | 学生 | 1383 | 19.2 | 6.5 | 3.3 | 3.2 | 7.8 | 2.1 | 1.7 | 1.4 | 1.7 | 1.1 | 2.7 | 3.5 | 1.2 | 1.2 | 1.3 | 0.9 |
| | 無職 | 6355 | 7.0 | 2.0 | 0.8 | 0.4 | 2.4 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 1.1 | 0.2 | 0.7 | 1.0 | 1.4 | 0.5 | 0.2 | 1.4 |
| | その他 | 568 | 7.9 | 2.1 | 1.6 | 0.7 | 3.9 | 0.4 | 0.9 | 0.7 | 0.9 | 0.4 | 1.6 | 1.8 | 1.6 | 0.5 | 0.7 | 1.1 |
| | 答えたくない | 1163 | 8.7 | 3.1 | 1.7 | 1.7 | 2.8 | 1.2 | 0.8 | 0.8 | 0.9 | 0.4 | 1.2 | 1.5 | 0.9 | 0.5 | 0.5 | 0.8 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 4.7 | 1.5 | 0.4 | 0.3 | 1.0 | － | 0.3 | － | 0.3 | 0.3 | 0.6 | 0.6 | 0.6 | 0.1 | 0.1 | 0.6 |
| | 高校 | 10826 | 8.6 | 2.7 | 1.3 | 0.9 | 3.0 | 0.4 | 0.7 | 0.4 | 0.8 | 0.3 | 1.0 | 1.5 | 1.1 | 0.4 | 0.4 | 1.0 |
| | 短大・高専 | 4045 | 10.0 | 2.5 | 1.4 | 1.2 | 3.7 | 0.7 | 0.8 | 0.6 | 1.1 | 0.3 | 1.3 | 1.9 | 1.3 | 0.9 | 0.6 | 1.1 |
| | 専門学校 | 4546 | 10.1 | 2.5 | 1.6 | 1.3 | 3.3 | 0.5 | 0.7 | 0.6 | 0.7 | 0.3 | 1.4 | 1.7 | 0.9 | 0.5 | 0.4 | 0.8 |
| | 大学 | 17018 | 16.2 | 3.9 | 2.0 | 1.9 | 6.6 | 1.0 | 0.9 | 0.7 | 2.0 | 0.4 | 1.4 | 2.7 | 1.5 | 0.8 | 0.5 | 1.6 |
| | 大学院 | 2087 | 16.2 | 3.8 | 2.3 | 2.1 | 6.7 | 1.3 | 1.5 | 0.8 | 1.9 | 0.8 | 1.3 | 3.0 | 1.5 | 1.3 | 0.4 | 1.2 |
| | その他 | 18 | 5.6 | － | － | － | 5.6 | － | － | － | 5.6 | － | － | 5.6 | － | － | － | － |
| | 答えたくない | 786 | 7.0 | 2.4 | 1.8 | 1.0 | 2.3 | 0.8 | 0.8 | 0.4 | 0.9 | 0.5 | 1.1 | 1.1 | 1.1 | 0.8 | 0.5 | 0.9 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 6.5 | 1.9 | 1.0 | 1.4 | 2.0 | 0.8 | 0.8 | 0.7 | 1.1 | 0.4 | 0.8 | 1.6 | 1.4 | 0.1 | 0.5 | 0.4 |
| | 100万円未満 | 1209 | 8.5 | 2.1 | 1.2 | 1.2 | 3.3 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 0.4 | 0.2 | 0.8 | 1.1 | 1.0 | 0.7 | 0.3 | 0.6 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 7.7 | 1.8 | 1.3 | 1.1 | 2.7 | 0.6 | 0.8 | 0.4 | 0.9 | 0.3 | 1.3 | 1.3 | 1.1 | 0.6 | 0.3 | 0.7 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 8.7 | 2.4 | 1.4 | 1.0 | 3.1 | 0.5 | 0.8 | 0.4 | 1.0 | 0.3 | 1.2 | 1.6 | 0.9 | 0.4 | 0.3 | 0.9 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 11.8 | 3.1 | 1.6 | 1.0 | 3.9 | 0.7 | 0.8 | 0.6 | 1.0 | 0.2 | 1.0 | 1.8 | 1.5 | 0.6 | 0.5 | 1.2 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 14.1 | 3.4 | 1.9 | 1.6 | 5.2 | 1.0 | 0.8 | 0.6 | 1.4 | 0.5 | 1.4 | 2.3 | 1.5 | 0.7 | 0.8 | 1.4 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 14.8 | 4.6 | 2.0 | 2.0 | 6.4 | 1.1 | 1.0 | 0.9 | 1.2 | 0.4 | 1.5 | 2.6 | 1.2 | 0.7 | 0.8 | 1.3 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 15.8 | 4.1 | 2.1 | 1.6 | 6.1 | 0.6 | 1.1 | 0.6 | 1.4 | 0.5 | 1.3 | 2.5 | 1.3 | 0.7 | 0.5 | 1.4 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 15.3 | 4.3 | 2.3 | 1.9 | 6.5 | 0.9 | 1.2 | 0.6 | 1.6 | 0.4 | 1.6 | 3.2 | 1.2 | 0.9 | 0.6 | 1.1 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 18.0 | 4.8 | 2.3 | 2.6 | 7.4 | 1.1 | 1.2 | 0.6 | 1.8 | 0.5 | 1.6 | 3.1 | 1.5 | 1.1 | 0.4 | 1.6 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 19.8 | 5.5 | 2.5 | 2.4 | 8.5 | 1.2 | 1.0 | 0.7 | 3.1 | 0.6 | 1.8 | 3.7 | 1.5 | 0.8 | 0.6 | 2.6 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 20.7 | 5.0 | 3.3 | 2.9 | 8.5 | 1.5 | 1.5 | 1.3 | 4.0 | 1.0 | 2.3 | 3.5 | 2.5 | 1.8 | 0.9 | 3.0 |
| | わからない | 4002 | 8.7 | 2.2 | 0.9 | 0.7 | 3.1 | 0.3 | 0.6 | 0.1 | 0.6 | 0.1 | 0.9 | 1.4 | 0.8 | 0.3 | 0.1 | 0.6 |
| | 答えたくない | 5872 | 8.9 | 1.7 | 1.2 | 0.8 | 3.0 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 1.2 | 0.4 | 0.9 | 1.6 | 1.2 | 0.6 | 0.4 | 1.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 13.3 | 3.5 | 1.8 | 1.4 | 5.2 | 0.7 | 0.9 | 0.5 | 1.6 | 0.4 | 1.2 | 2.4 | 1.5 | 0.8 | 0.5 | 1.6 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 11.6 | 2.9 | 1.6 | 1.5 | 4.3 | 0.8 | 0.8 | 0.6 | 1.1 | 0.4 | 1.3 | 1.9 | 1.1 | 0.6 | 0.5 | 0.8 |
| | 答えたくない | 975 | 8.6 | 2.7 | 1.3 | 1.8 | 3.4 | 1.1 | 0.9 | 0.6 | 1.1 | 0.5 | 1.3 | 1.2 | 1.3 | 0.8 | 0.6 | 0.9 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 12.0 | 2.8 | 1.5 | 1.5 | 4.1 | 0.8 | 0.8 | 0.5 | 1.1 | 0.3 | 1.3 | 2.0 | 1.0 | 0.5 | 0.4 | 0.7 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 13.1 | 3.1 | 1.6 | 1.3 | 4.4 | 0.6 | 0.7 | 0.4 | 1.7 | 0.3 | 1.1 | 2.0 | 1.8 | 0.8 | 0.4 | 1.7 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 13.6 | 3.8 | 1.9 | 1.4 | 6.1 | 0.6 | 1.0 | 0.6 | 1.5 | 0.4 | 1.3 | 2.8 | 1.0 | 0.7 | 0.5 | 1.3 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 11.7 | 3.0 | 1.8 | 1.8 | 4.3 | 0.9 | 0.7 | 0.7 | 1.0 | 0.5 | 1.5 | 2.0 | 1.1 | 0.8 | 0.6 | 1.0 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 13.4 | 4.3 | 2.7 | 1.7 | 5.5 | 0.8 | 1.0 | 0.7 | 1.3 | 0.6 | 1.4 | 2.2 | 1.5 | 1.3 | 0.7 | 1.6 |
| | その他 | 3988 | 10.6 | 2.8 | 1.7 | 1.5 | 4.6 | 1.0 | 0.9 | 0.6 | 1.1 | 0.5 | 1.2 | 1.8 | 1.4 | 0.6 | 0.6 | 1.2 |
| | 答えたくない | 975 | 8.6 | 2.7 | 1.3 | 1.8 | 3.4 | 1.1 | 0.9 | 0.6 | 1.1 | 0.5 | 1.3 | 1.2 | 1.3 | 0.8 | 0.6 | 0.9 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 15.2 | 4.4 | 2.4 | 1.9 | 5.7 | 1.0 | 1.2 | 0.8 | 1.9 | 0.6 | 1.6 | 2.7 | 1.8 | 1.0 | 0.8 | 1.7 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 15.8 | 4.3 | 2.4 | 2.2 | 6.6 | 1.0 | 1.0 | 0.7 | 2.0 | 0.4 | 1.8 | 3.1 | 1.8 | 1.0 | 0.6 | 1.9 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 15.5 | 4.4 | 2.4 | 2.0 | 6.1 | 1.0 | 1.1 | 0.8 | 1.9 | 0.5 | 1.7 | 2.8 | 1.8 | 1.0 | 0.7 | 1.8 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 14.3 | 3.2 | 1.5 | 1.4 | 5.5 | 0.6 | 0.8 | 0.5 | 1.2 | 0.3 | 1.2 | 2.1 | 1.0 | 0.5 | 0.4 | 1.3 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 9.4 | 2.3 | 1.4 | 1.0 | 3.0 | 0.7 | 0.5 | 0.3 | 0.7 | 0.3 | 0.8 | 1.7 | 0.7 | 0.4 | 0.3 | 0.7 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 14.7 | 3.9 | 2.1 | 1.8 | 5.7 | 0.9 | 1.0 | 0.7 | 1.7 | 0.4 | 1.5 | 2.6 | 1.5 | 0.8 | 0.6 | 1.6 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 5.7 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 1.9 | 0.3 | 0.4 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 0.6 | 0.8 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.2 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 14.7 | 4.4 | 2.0 | 1.7 | 5.3 | 0.8 | 0.9 | 0.6 | 1.7 | 0.5 | 1.4 | 2.5 | 1.7 | 1.1 | 0.6 | 1.7 |
| | 週に2日 | 3316 | 17.8 | 4.6 | 2.8 | 2.4 | 6.9 | 1.0 | 1.4 | 1.0 | 2.2 | 0.5 | 2.4 | 3.5 | 2.0 | 0.9 | 0.8 | 2.3 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 15.7 | 4.5 | 2.2 | 1.9 | 5.8 | 0.8 | 1.1 | 0.7 | 1.8 | 0.5 | 1.7 | 2.8 | 1.8 | 1.1 | 0.6 | 1.9 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 18.0 | 4.9 | 2.7 | 2.3 | 7.3 | 1.3 | 1.2 | 0.9 | 2.2 | 0.5 | 1.7 | 3.1 | 1.9 | 1.0 | 0.8 | 2.1 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 10.4 | 2.5 | 1.6 | 1.3 | 3.6 | 0.7 | 0.7 | 0.4 | 0.9 | 0.4 | 1.0 | 1.6 | 0.8 | 0.4 | 0.5 | 0.8 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 15.7 | 4.3 | 2.3 | 2.0 | 6.1 | 1.0 | 1.1 | 0.8 | 1.8 | 0.5 | 1.6 | 2.7 | 1.7 | 0.9 | 0.7 | 1.8 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 7.0 | 1.4 | 0.7 | 0.6 | 2.6 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 0.7 | 0.2 | 0.7 | 1.2 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.3 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 37.6 | 15.7 | 11.7 | 8.4 | 16.8 | 5.6 | 5.0 | 4.2 | 6.0 | 2.2 | 5.9 | 8.1 | 5.1 | 4.1 | 3.6 | 5.7 |
| | する・みる | 12942 | 17.2 | 3.8 | 1.5 | 1.5 | 6.4 | 0.5 | 0.8 | 0.4 | 1.9 | 0.4 | 1.5 | 2.9 | 1.9 | 0.8 | 0.4 | 1.7 |
| | する・ささえる | 212 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | するのみ | 4963 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | みる・ささえる | 758 | 31.7 | 15.2 | 7.9 | 7.3 | 13.5 | 4.9 | 4.4 | 4.5 | 4.7 | 2.1 | 3.8 | 7.5 | 3.0 | 3.3 | 2.4 | 4.0 |
| | みるのみ | 9793 | 15.7 | 2.8 | 1.3 | 1.2 | 5.5 | 0.5 | 0.8 | 0.3 | 1.2 | 0.3 | 1.3 | 2.2 | 1.1 | 0.4 | 0.4 | 1.0 |
| | ささえるのみ | 118 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q29-1. あなたは、この１年間にどんなスポーツを観戦しましたか。／直接現地で（MA）（続き）

| | | 全体 | 体操・新体操 | 水泳（競泳・水球・飛び込みアーティスティックスイミング・オープンウォータースイミング等） | マラソン、駅伝 | 陸上競技 | 武道（剣道・柔道・空手等）、ボクシング、レスリング | 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 | ヨット、ボート、カヌー、サーフィン等マリンスポーツ（競艇を除く） | スキー（アルペン、フリースタイル、ジャンプ、クロスカントリー他）、スノーボード | フィギュアスケート、スピードスケート、アイスホッケー | パラスポーツ（障害者スポーツ） | その他 | 見なかった |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 0.4 | 0.5 | 1.5 | 1.0 | 0.9 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | 0.4 | 0.4 | 76.0 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 0.5 | 0.6 | 1.8 | 1.3 | 1.2 | 0.7 | 0.7 | 0.7 | 0.7 | 0.6 | 0.5 | 70.5 |
| | 女性 | 20041 | 0.3 | 0.3 | 1.3 | 0.8 | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.7 | 0.3 | 0.4 | 81.2 |
| 年代 | 10代 | 857 | 1.5 | 2.5 | 3.5 | 2.5 | 3.3 | 2.2 | 2.3 | 1.4 | 2.3 | 1.8 | 0.4 | 66.9 |
| | 20代 | 5227 | 0.8 | 0.9 | 1.9 | 1.6 | 1.4 | 0.9 | 1.3 | 1.0 | 1.4 | 0.9 | 0.4 | 65.1 |
| | 30代 | 5594 | 0.4 | 0.4 | 1.3 | 0.9 | 0.8 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.4 | 74.2 |
| | 40代 | 7193 | 0.4 | 0.6 | 1.5 | 1.1 | 1.0 | 0.4 | 0.4 | 0.5 | 0.5 | 0.4 | 0.5 | 76.3 |
| | 50代 | 7752 | 0.2 | 0.3 | 1.3 | 0.9 | 0.9 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | 0.8 | 0.3 | 0.6 | 76.7 |
| | 60代 | 6376 | 0.2 | 0.3 | 1.5 | 1.0 | 0.6 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 79.5 |
| | 70代 | 7001 | 0.2 | 0.3 | 1.6 | 0.6 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.6 | 0.2 | 0.3 | 82.5 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 1.3 | 3.7 | 3.5 | 2.4 | 4.0 | 3.2 | 2.9 | 1.6 | 2.4 | 1.9 | 0.3 | 56.1 |
| | 男性20代 | 2626 | 1.0 | 1.3 | 2.3 | 2.1 | 2.1 | 1.3 | 1.9 | 1.4 | 1.7 | 1.2 | 0.4 | 57.3 |
| | 男性30代 | 2786 | 0.6 | 0.6 | 1.6 | 1.2 | 1.0 | 0.7 | 0.6 | 0.9 | 0.7 | 0.6 | 0.4 | 67.2 |
| | 男性40代 | 3587 | 0.5 | 0.7 | 1.9 | 1.3 | 1.2 | 0.7 | 0.6 | 0.6 | 0.5 | 0.6 | 0.5 | 71.4 |
| | 男性50代 | 3858 | 0.3 | 0.4 | 1.5 | 1.2 | 1.2 | 0.6 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 0.4 | 0.7 | 71.9 |
| | 男性60代 | 3112 | 0.2 | 0.4 | 1.8 | 1.2 | 0.8 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.6 | 74.4 |
| | 男性70代 | 3213 | 0.3 | 0.3 | 1.8 | 0.7 | 0.7 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 79.4 |
| | 女性10代 | 464 | 1.7 | 1.5 | 3.7 | 2.6 | 2.8 | 1.3 | 1.9 | 1.3 | 2.4 | 1.7 | 0.4 | 74.4 |
| | 女性20代 | 2504 | 0.5 | 0.6 | 1.5 | 1.0 | 0.7 | 0.6 | 0.6 | 0.6 | 1.0 | 0.7 | 0.4 | 72.7 |
| | 女性30代 | 2732 | 0.1 | 0.1 | 1.0 | 0.6 | 0.5 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 81.0 |
| | 女性40代 | 3522 | 0.2 | 0.4 | 1.2 | 0.9 | 0.7 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 0.5 | 81.2 |
| | 女性50代 | 3828 | 0.2 | 0.3 | 1.1 | 0.7 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 1.0 | 0.2 | 0.5 | 81.4 |
| | 女性60代 | 3231 | 0.2 | 0.2 | 1.1 | 0.8 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.2 | 84.4 |
| | 女性70代 | 3760 | 0.2 | 0.2 | 1.4 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.8 | 0.1 | 0.3 | 85.1 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 0.3 | 0.3 | 1.9 | 1.1 | 0.8 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | 0.6 | 0.4 | 0.5 | 72.8 |
| | 東京都区部 | 3552 | 0.5 | 0.5 | 2.2 | 1.5 | 1.3 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 0.9 | 0.5 | 0.5 | 72.9 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 0.1 | 0.2 | 1.7 | 0.9 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.4 | 72.8 |
| | 大都市 | 14521 | 0.4 | 0.6 | 1.7 | 1.1 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 0.8 | 0.5 | 0.4 | 73.7 |
| | 小都市 | 11741 | 0.3 | 0.5 | 1.1 | 0.9 | 0.7 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 79.7 |
| | 町村 | 3777 | 0.6 | 0.5 | 1.3 | 1.0 | 1.0 | 0.8 | 0.8 | 0.6 | 1.0 | 0.5 | 0.7 | 82.0 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 0.2 | 0.3 | 0.9 | 0.5 | 0.7 | 0.3 | 0.5 | 0.7 | 1.0 | 0.7 | 0.4 | 71.6 |
| | 東北 | 2718 | 0.6 | 0.6 | 1.7 | 0.8 | 0.8 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 0.6 | 0.4 | 75.8 |
| | 北関東 | 2146 | 0.5 | 0.8 | 1.6 | 1.2 | 0.9 | 0.8 | 0.6 | 0.6 | 1.0 | 0.6 | 0.5 | 79.4 |
| | 首都圏 | 11930 | 0.4 | 0.4 | 2.0 | 1.3 | 1.0 | 0.5 | 0.4 | 0.5 | 0.8 | 0.5 | 0.5 | 75.0 |
| | 北陸 | 1604 | 0.4 | 0.6 | 1.5 | 1.3 | 0.8 | 0.4 | 0.2 | 0.6 | 0.6 | 0.4 | 0.4 | 80.9 |
| | 東山 | 1509 | 0.4 | 0.7 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 0.8 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 0.5 | 0.5 | 80.1 |
| | 東海 | 4067 | 0.2 | 0.3 | 1.1 | 0.7 | 0.8 | 0.5 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 0.3 | 0.3 | 76.9 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 0.4 | 0.5 | 1.1 | 0.9 | 0.8 | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | 0.4 | 76.9 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 0.4 | 0.3 | 0.9 | 1.0 | 0.3 | 0.2 | 1.1 | 0.3 | 0.9 | 0.3 | 0.4 | 78.1 |
| | 中国 | 2239 | 0.4 | 0.4 | 1.9 | 1.3 | 0.9 | 0.4 | 0.4 | 0.6 | 0.6 | 0.3 | 0.4 | 70.1 |
| | 四国 | 1164 | 0.3 | 0.3 | 1.1 | 1.2 | 0.7 | 0.5 | 0.3 | 0.5 | 0.4 | 0.3 | 0.8 | 82.0 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 0.4 | 0.6 | 1.7 | 1.0 | 1.0 | 0.6 | 0.7 | 0.5 | 0.6 | 0.4 | 0.4 | 74.8 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 1.0 | 1.2 | 1.8 | 1.5 | 1.8 | 1.2 | 1.4 | 1.4 | 1.3 | 0.9 | 0.5 | 72.4 |
| | 家族従業者 | 207 | 0.5 | 1.4 | 2.4 | 1.0 | 1.9 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 1.9 | 1.9 | 0.5 | 79.7 |
| | 雇用者 | 21731 | 0.3 | 0.5 | 1.6 | 1.1 | 0.9 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | 0.4 | 0.5 | 71.9 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 0.4 | 0.6 | 1.7 | 1.2 | 1.0 | 0.6 | 0.6 | 0.6 | 0.8 | 0.5 | 0.5 | 72.1 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 0.2 | 0.2 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.7 | 0.2 | 0.3 | 84.4 |
| | 学生 | 1383 | 0.9 | 1.6 | 2.9 | 2.7 | 2.4 | 1.6 | 1.6 | 1.2 | 1.7 | 1.3 | 0.4 | 65.3 |
| | 無職 | 6355 | 0.3 | 0.2 | 1.4 | 0.6 | 0.5 | 0.3 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.4 | 84.7 |
| | その他 | 568 | 0.2 | 0.7 | 1.4 | 1.4 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 82.2 |
| | 答えたくない | 1163 | 0.4 | 0.5 | 0.9 | 0.8 | 1.0 | 0.5 | 0.3 | 0.4 | 0.7 | 0.4 | 0.3 | 83.8 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 0.4 | 0.3 | 0.7 | 0.4 | 0.7 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.6 | 89.3 |
| | 高校 | 10826 | 0.3 | 0.4 | 1.0 | 0.7 | 0.7 | 0.5 | 0.4 | 0.5 | 0.5 | 0.3 | 0.5 | 82.4 |
| | 短大・高専 | 4045 | 0.3 | 0.5 | 1.6 | 0.9 | 0.9 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.8 | 0.6 | 0.2 | 79.0 |
| | 専門学校 | 4546 | 0.3 | 0.5 | 1.2 | 0.9 | 1.1 | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 0.7 | 0.4 | 0.3 | 80.1 |
| | 大学 | 17018 | 0.4 | 0.5 | 2.0 | 1.3 | 0.9 | 0.5 | 0.6 | 0.6 | 0.8 | 0.5 | 0.5 | 70.0 |
| | 大学院 | 2087 | 0.4 | 0.7 | 1.6 | 1.5 | 0.9 | 0.6 | 0.6 | 0.4 | 1.1 | 0.4 | 0.5 | 68.9 |
| | その他 | 18 | － | － | 5.6 | 11.1 | － | － | － | － | － | － | － | 83.3 |
| | 答えたくない | 786 | 0.6 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.1 | 0.9 | 0.6 | 0.6 | 1.0 | 0.6 | 0.1 | 86.6 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 0.5 | 0.3 | 1.2 | 1.0 | 1.4 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | 1.0 | 0.4 | 0.1 | 87.1 |
| | 100万円未満 | 1209 | 0.4 | 0.7 | 1.4 | 0.8 | 0.7 | 0.5 | 0.6 | 0.6 | 0.5 | 0.2 | 0.5 | 83.4 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 0.4 | 0.5 | 1.2 | 1.0 | 0.6 | 0.6 | 0.3 | 0.5 | 0.8 | 0.3 | 0.6 | 84.2 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 0.4 | 0.3 | 1.3 | 0.9 | 0.8 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.6 | 0.6 | 0.4 | 81.9 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 0.5 | 0.4 | 1.4 | 1.1 | 0.8 | 0.4 | 0.4 | 0.6 | 0.7 | 0.4 | 0.4 | 77.6 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 0.4 | 0.5 | 1.5 | 1.0 | 0.9 | 0.7 | 0.6 | 0.5 | 0.9 | 0.4 | 0.3 | 74.3 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 0.4 | 0.6 | 1.5 | 1.0 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.8 | 0.6 | 0.5 | 0.7 | 71.9 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 0.5 | 0.5 | 1.9 | 1.3 | 1.2 | 0.5 | 0.5 | 0.6 | 0.8 | 0.4 | 0.3 | 70.4 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 0.5 | 0.5 | 1.9 | 0.9 | 1.1 | 0.6 | 0.7 | 0.5 | 0.7 | 0.4 | 0.7 | 69.2 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 0.3 | 0.8 | 2.2 | 1.3 | 1.3 | 0.7 | 0.7 | 0.6 | 0.9 | 0.5 | 0.6 | 66.3 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 0.4 | 1.1 | 2.6 | 1.7 | 1.2 | 1.0 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.4 | 0.5 | 63.3 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 0.6 | 0.6 | 3.1 | 2.1 | 1.6 | 1.2 | 1.2 | 0.8 | 1.5 | 1.1 | 0.3 | 62.1 |
| | わからない | 4002 | 0.1 | 0.3 | 0.7 | 0.6 | 0.5 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 0.2 | 0.3 | 82.7 |
| | 答えたくない | 5872 | 0.3 | 0.3 | 1.1 | 0.7 | 0.5 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 0.4 | 0.4 | 82.2 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 0.4 | 0.5 | 1.7 | 1.0 | 0.9 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | 0.4 | 0.4 | 73.8 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 0.4 | 0.5 | 1.4 | 1.0 | 0.9 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | 0.4 | 0.5 | 78.5 |
| | 答えたくない | 975 | 0.6 | 0.5 | 0.9 | 1.0 | 1.8 | 0.7 | 0.7 | 0.7 | 1.2 | 0.7 | 0.3 | 83.1 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 0.3 | 0.4 | 1.4 | 1.1 | 0.8 | 0.4 | 0.4 | 0.5 | 0.8 | 0.4 | 0.5 | 78.0 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 0.3 | 0.3 | 1.4 | 0.9 | 0.7 | 0.5 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.4 | 0.4 | 75.1 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 0.3 | 0.5 | 1.9 | 1.1 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.7 | 0.4 | 0.5 | 72.3 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 0.4 | 0.5 | 1.4 | 0.9 | 0.9 | 0.6 | 0.7 | 0.6 | 0.7 | 0.5 | 0.5 | 78.6 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 0.5 | 1.0 | 2.1 | 1.4 | 1.2 | 0.9 | 0.9 | 0.8 | 0.6 | 0.5 | 0.5 | 74.7 |
| | その他 | 3988 | 0.5 | 0.7 | 1.4 | 1.1 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.8 | 0.6 | 0.4 | 79.2 |
| | 答えたくない | 975 | 0.6 | 0.5 | 0.9 | 1.0 | 1.8 | 0.7 | 0.7 | 0.7 | 1.2 | 0.7 | 0.3 | 83.1 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 0.6 | 0.8 | 2.4 | 1.5 | 1.2 | 0.8 | 0.8 | 0.8 | 1.0 | 0.6 | 0.6 | 70.6 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 0.4 | 0.5 | 2.3 | 1.4 | 1.1 | 0.6 | 0.6 | 0.6 | 0.7 | 0.4 | 0.5 | 68.3 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 0.5 | 0.7 | 2.4 | 1.4 | 1.2 | 0.7 | 0.7 | 0.7 | 0.9 | 0.5 | 0.5 | 69.7 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 0.2 | 0.3 | 1.2 | 1.0 | 0.8 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.6 | 0.4 | 0.4 | 73.0 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 0.3 | 0.3 | 0.6 | 0.6 | 0.8 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.8 | 0.6 | 0.3 | 82.5 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 0.4 | 0.6 | 1.9 | 1.3 | 1.0 | 0.6 | 0.6 | 0.6 | 0.8 | 0.5 | 0.5 | 71.5 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 89.8 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 0.4 | 0.6 | 2.4 | 1.5 | 1.1 | 0.6 | 0.5 | 0.6 | 0.8 | 0.5 | 0.6 | 71.2 |
| | 週に2日 | 3316 | 0.7 | 0.6 | 2.7 | 1.8 | 1.4 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.1 | 0.5 | 0.5 | 65.4 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 0.5 | 0.6 | 2.5 | 1.6 | 1.2 | 0.6 | 0.6 | 0.7 | 0.9 | 0.5 | 0.6 | 69.4 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 0.6 | 0.7 | 2.2 | 1.3 | 1.2 | 0.9 | 0.9 | 0.8 | 1.0 | 0.7 | 0.5 | 65.9 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 0.3 | 0.4 | 0.8 | 0.7 | 0.9 | 0.4 | 0.4 | 0.4 | 0.8 | 0.5 | 0.5 | 80.4 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 0.5 | 0.6 | 2.1 | 1.4 | 1.1 | 0.7 | 0.7 | 0.7 | 0.9 | 0.6 | 0.5 | 69.7 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 0.2 | 0.2 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.2 | 0.2 | 0.2 | 0.4 | 0.2 | 0.3 | 86.6 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 2.8 | 3.6 | 6.4 | 4.7 | 5.2 | 3.5 | 4.0 | 4.1 | 3.8 | 2.8 | 0.9 | 24.6 |
| | する・みる | 12942 | 0.3 | 0.4 | 2.5 | 1.3 | 0.8 | 0.4 | 0.3 | 0.3 | 0.7 | 0.3 | 0.7 | 66.6 |
| | する・ささえる | 212 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 100.0 |
| | するのみ | 4963 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 100.0 |
| | みる・ささえる | 758 | 2.8 | 2.2 | 3.8 | 3.8 | 5.3 | 3.0 | 3.0 | 2.5 | 4.1 | 4.1 | 1.2 | 26.3 |
| | みるのみ | 9793 | 0.2 | 0.4 | 1.0 | 0.9 | 0.7 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.7 | 0.4 | 0.5 | 71.9 |
| | ささえるのみ | 118 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 100.0 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 100.0 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q29-2. あなたは、この1年間にどんなスポーツを観戦しましたか。/テレビやインターネットで(MA)

| | | 全体 | プロ野球（NPB、メジャーリーグ含む） | 高校野球 | その他野球、ソフトボール | サッカー日本代表 | Jリーグ（J1、J2、J3） | 海外サッカー | その他サッカー | フットサル | 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） | アメリカンフットボール（NFL等含む） | バレーボール（Vリーグ、日本代表含む） | バスケットボール（Bリーグ、NBA含む） | 大相撲 | テニス | バドミントン | ゴルフ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 47.4 | 32.5 | 8.9 | 27.2 | 13.2 | 9.1 | 4.2 | 2.9 | 9.5 | 4.3 | 21.1 | 12.2 | 20.9 | 8.6 | 6.4 | 12.9 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 56.1 | 38.1 | 12.2 | 36.0 | 19.0 | 14.1 | 6.0 | 4.1 | 13.7 | 6.4 | 19.7 | 14.0 | 25.9 | 10.2 | 7.6 | 18.6 |
| | 女性 | 20041 | 39.3 | 27.3 | 5.8 | 18.9 | 7.7 | 4.2 | 2.4 | 1.8 | 5.5 | 2.3 | 22.7 | 10.6 | 16.2 | 7.1 | 5.2 | 7.6 |
| 年代 | 10代 | 857 | 30.7 | 30.8 | 11.0 | 23.1 | 12.0 | 11.8 | 6.3 | 6.0 | 7.5 | 6.7 | 19.1 | 13.5 | 11.1 | 8.1 | 8.6 | 7.6 |
| | 20代 | 5227 | 32.9 | 24.0 | 8.1 | 18.3 | 11.1 | 10.0 | 4.4 | 3.5 | 4.9 | 3.3 | 15.0 | 9.6 | 7.3 | 5.1 | 4.0 | 4.7 |
| | 30代 | 5594 | 34.5 | 23.9 | 8.0 | 20.0 | 11.7 | 8.4 | 3.8 | 2.7 | 5.3 | 3.1 | 13.7 | 9.3 | 9.3 | 5.3 | 3.4 | 6.1 |
| | 40代 | 7193 | 40.7 | 28.5 | 8.0 | 25.1 | 12.3 | 9.5 | 4.0 | 2.8 | 6.7 | 3.3 | 16.2 | 11.4 | 14.1 | 5.7 | 4.4 | 8.6 |
| | 50代 | 7752 | 49.1 | 34.4 | 8.9 | 28.6 | 13.1 | 8.8 | 4.2 | 3.1 | 10.5 | 4.8 | 21.9 | 12.3 | 20.1 | 8.8 | 6.1 | 12.8 |
| | 60代 | 6376 | 58.1 | 37.3 | 9.4 | 32.9 | 14.8 | 8.7 | 4.0 | 2.8 | 13.6 | 5.4 | 27.9 | 14.5 | 29.3 | 10.9 | 8.0 | 19.2 |
| | 70代 | 7001 | 65.8 | 43.7 | 10.4 | 35.5 | 16.0 | 8.9 | 4.3 | 2.5 | 14.6 | 5.3 | 30.1 | 15.2 | 41.8 | 14.6 | 11.0 | 24.1 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 39.0 | 38.2 | 15.0 | 31.0 | 18.2 | 18.4 | 8.3 | 7.8 | 9.6 | 8.6 | 19.8 | 17.1 | 14.7 | 9.6 | 11.0 | 9.9 |
| | 男性20代 | 2626 | 40.6 | 29.3 | 11.7 | 24.9 | 16.3 | 15.7 | 6.4 | 5.0 | 6.6 | 4.7 | 13.3 | 12.0 | 9.9 | 7.0 | 5.3 | 6.5 |
| | 男性30代 | 2786 | 42.9 | 28.8 | 11.1 | 26.9 | 17.2 | 13.4 | 5.6 | 3.7 | 7.6 | 4.3 | 11.6 | 10.7 | 12.3 | 7.1 | 4.3 | 8.7 |
| | 男性40代 | 3587 | 49.1 | 33.4 | 11.0 | 34.3 | 18.3 | 15.0 | 5.7 | 3.7 | 8.9 | 4.3 | 15.0 | 13.5 | 18.1 | 7.1 | 5.3 | 12.5 |
| | 男性50代 | 3858 | 57.8 | 39.5 | 12.0 | 37.6 | 18.4 | 13.7 | 6.1 | 4.3 | 15.0 | 7.1 | 20.4 | 14.1 | 25.0 | 10.3 | 7.6 | 18.9 |
| | 男性60代 | 3112 | 68.3 | 44.4 | 13.3 | 44.0 | 21.2 | 13.6 | 6.0 | 4.1 | 21.2 | 8.9 | 27.6 | 16.7 | 37.1 | 12.9 | 10.2 | 28.4 |
| | 男性70代 | 3213 | 76.5 | 50.9 | 13.9 | 45.4 | 22.4 | 12.7 | 6.1 | 3.4 | 21.9 | 8.2 | 28.6 | 16.0 | 51.3 | 16.1 | 12.2 | 34.9 |
| | 女性10代 | 464 | 24.6 | 25.4 | 8.0 | 17.5 | 7.3 | 6.7 | 4.7 | 4.5 | 5.8 | 5.2 | 19.2 | 11.0 | 8.0 | 6.9 | 6.9 | 5.8 |
| | 女性20代 | 2504 | 25.6 | 19.0 | 4.6 | 11.7 | 6.0 | 4.3 | 2.4 | 1.9 | 3.1 | 1.9 | 17.1 | 7.1 | 4.7 | 3.2 | 2.7 | 2.8 |
| | 女性30代 | 2732 | 26.5 | 19.4 | 4.9 | 13.3 | 6.2 | 3.4 | 2.1 | 1.6 | 3.0 | 1.8 | 16.0 | 7.9 | 6.3 | 3.4 | 2.6 | 3.7 |
| | 女性40代 | 3522 | 32.6 | 23.6 | 5.1 | 15.9 | 6.2 | 3.9 | 2.3 | 1.7 | 4.6 | 2.1 | 17.5 | 9.3 | 10.3 | 4.2 | 3.6 | 4.7 |
| | 女性50代 | 3828 | 40.6 | 29.2 | 5.8 | 19.6 | 7.8 | 3.8 | 2.2 | 1.9 | 6.1 | 2.5 | 23.4 | 10.4 | 15.3 | 7.3 | 4.5 | 6.8 |
| | 女性60代 | 3231 | 48.6 | 30.6 | 5.7 | 22.4 | 8.5 | 4.1 | 2.1 | 1.5 | 6.4 | 2.1 | 28.3 | 12.3 | 21.9 | 9.0 | 5.8 | 10.5 |
| | 女性70代 | 3760 | 56.6 | 37.6 | 7.5 | 27.0 | 10.6 | 5.5 | 2.8 | 1.7 | 8.3 | 2.8 | 31.4 | 14.4 | 33.7 | 13.3 | 10.0 | 14.8 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 48.8 | 32.3 | 8.5 | 28.5 | 13.9 | 9.5 | 3.7 | 2.4 | 10.4 | 4.3 | 19.7 | 11.6 | 20.5 | 8.8 | 6.1 | 12.4 |
| | 東京都区部 | 3552 | 43.9 | 28.0 | 8.3 | 27.2 | 11.0 | 10.4 | 4.1 | 2.9 | 10.8 | 5.0 | 17.9 | 11.1 | 18.0 | 8.6 | 6.1 | 11.0 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 51.6 | 34.6 | 8.7 | 29.3 | 15.5 | 9.0 | 3.5 | 2.2 | 10.2 | 3.9 | 20.6 | 11.8 | 21.9 | 8.8 | 6.2 | 13.1 |
| | 大都市 | 14521 | 50.7 | 34.7 | 9.8 | 29.7 | 14.6 | 10.2 | 4.7 | 3.3 | 10.5 | 4.9 | 22.2 | 13.5 | 22.9 | 9.6 | 7.1 | 14.5 |
| | 小都市 | 11741 | 44.0 | 31.0 | 8.1 | 24.3 | 11.7 | 8.0 | 4.1 | 2.9 | 8.2 | 3.8 | 21.0 | 11.3 | 19.2 | 7.4 | 5.9 | 11.9 |
| | 町村 | 3777 | 41.8 | 29.5 | 9.0 | 23.0 | 11.0 | 6.8 | 3.9 | 3.0 | 7.5 | 3.6 | 21.5 | 12.0 | 19.6 | 8.0 | 5.8 | 11.4 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 54.6 | 32.2 | 10.6 | 27.2 | 13.3 | 8.5 | 4.4 | 3.4 | 8.5 | 4.1 | 21.5 | 13.5 | 21.2 | 8.0 | 6.9 | 13.9 |
| | 東北 | 2718 | 49.4 | 36.5 | 10.1 | 29.1 | 15.1 | 8.4 | 4.2 | 2.9 | 9.8 | 4.0 | 23.4 | 13.6 | 24.0 | 8.3 | 7.1 | 12.5 |
| | 北関東 | 2146 | 43.8 | 33.6 | 9.0 | 28.4 | 14.2 | 9.8 | 5.1 | 3.6 | 9.4 | 4.6 | 22.0 | 15.0 | 22.7 | 10.0 | 8.0 | 16.2 |
| | 首都圏 | 11930 | 44.5 | 28.8 | 8.2 | 27.5 | 12.0 | 9.6 | 3.9 | 2.8 | 10.0 | 4.4 | 18.5 | 11.6 | 19.3 | 8.5 | 6.0 | 12.1 |
| | 北陸 | 1604 | 48.0 | 33.8 | 9.5 | 27.7 | 15.8 | 9.9 | 5.1 | 3.5 | 9.7 | 5.3 | 23.7 | 14.2 | 27.3 | 8.9 | 7.0 | 12.8 |
| | 東山 | 1509 | 45.7 | 34.5 | 8.7 | 28.6 | 13.3 | 9.3 | 3.4 | 2.5 | 8.2 | 3.8 | 22.6 | 10.9 | 24.1 | 7.8 | 5.8 | 13.0 |
| | 東海 | 4067 | 46.6 | 32.1 | 9.0 | 28.2 | 14.7 | 9.2 | 4.9 | 3.4 | 8.9 | 4.1 | 21.3 | 12.1 | 20.9 | 8.8 | 5.8 | 14.0 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 47.9 | 32.1 | 8.0 | 23.4 | 10.2 | 8.0 | 3.5 | 2.3 | 9.5 | 4.2 | 19.6 | 9.0 | 18.1 | 8.0 | 5.2 | 12.0 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 51.1 | 39.6 | 10.7 | 25.0 | 10.3 | 8.2 | 4.4 | 3.1 | 10.3 | 5.0 | 22.8 | 10.5 | 22.3 | 8.5 | 6.2 | 14.7 |
| | 中国 | 2239 | 51.6 | 35.9 | 9.9 | 28.0 | 19.3 | 9.2 | 4.0 | 2.4 | 7.8 | 3.6 | 23.0 | 13.4 | 21.5 | 8.1 | 6.8 | 13.0 |
| | 四国 | 1164 | 45.3 | 32.9 | 9.4 | 25.7 | 12.1 | 7.1 | 3.9 | 2.3 | 8.5 | 3.9 | 21.0 | 10.9 | 19.2 | 7.5 | 5.6 | 12.5 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 51.0 | 35.8 | 9.4 | 28.3 | 14.2 | 9.4 | 4.6 | 3.4 | 10.3 | 4.6 | 25.3 | 15.2 | 22.1 | 9.6 | 7.7 | 13.4 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 49.0 | 32.7 | 10.6 | 29.7 | 14.5 | 12.3 | 5.5 | 4.0 | 11.1 | 6.1 | 19.4 | 12.8 | 23.6 | 10.5 | 7.1 | 15.4 |
| | 家族従業者 | 207 | 44.9 | 30.9 | 6.8 | 22.2 | 10.1 | 6.3 | 3.9 | 3.9 | 8.7 | 3.9 | 25.6 | 14.5 | 20.3 | 10.6 | 7.7 | 12.6 |
| | 雇用者 | 21731 | 46.1 | 32.5 | 9.3 | 27.4 | 13.7 | 9.8 | 4.3 | 3.1 | 9.3 | 4.3 | 20.3 | 12.5 | 17.3 | 7.7 | 5.5 | 11.7 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 46.4 | 32.5 | 9.4 | 27.6 | 13.8 | 10.1 | 4.5 | 3.3 | 9.5 | 4.5 | 20.3 | 12.5 | 18.1 | 8.1 | 5.8 | 12.1 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 48.6 | 32.2 | 6.0 | 23.4 | 9.7 | 4.5 | 2.2 | 1.5 | 6.6 | 2.3 | 25.1 | 11.5 | 23.6 | 9.0 | 6.5 | 11.0 |
| | 学生 | 1383 | 34.3 | 29.9 | 10.7 | 23.6 | 13.2 | 12.9 | 6.4 | 4.9 | 7.1 | 5.6 | 19.1 | 13.1 | 10.7 | 7.2 | 7.7 | 6.9 |
| | 無職 | 6355 | 57.2 | 36.4 | 9.6 | 32.1 | 15.0 | 8.7 | 4.2 | 2.3 | 13.5 | 5.0 | 23.2 | 12.5 | 33.5 | 11.1 | 8.6 | 20.3 |
| | その他 | 568 | 52.3 | 35.9 | 10.2 | 29.6 | 16.0 | 10.2 | 6.2 | 3.3 | 12.1 | 4.9 | 25.9 | 13.4 | 27.1 | 11.1 | 8.8 | 16.4 |
| | 答えたくない | 1163 | 22.2 | 15.3 | 5.8 | 12.5 | 7.1 | 6.0 | 3.6 | 2.8 | 3.7 | 3.4 | 10.6 | 6.0 | 8.1 | 4.4 | 3.8 | 4.6 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 35.5 | 22.6 | 7.0 | 18.5 | 8.9 | 7.4 | 3.9 | 3.0 | 6.1 | 4.0 | 16.0 | 9.3 | 17.1 | 5.9 | 5.0 | 10.4 |
| | 高校 | 10826 | 46.8 | 32.2 | 9.0 | 25.2 | 11.8 | 7.4 | 4.0 | 3.0 | 7.8 | 3.8 | 23.1 | 12.5 | 21.3 | 8.3 | 7.0 | 13.2 |
| | 短大・高専 | 4045 | 45.3 | 31.8 | 7.3 | 23.8 | 10.0 | 5.5 | 3.0 | 2.3 | 7.2 | 3.0 | 24.7 | 11.2 | 20.1 | 8.7 | 5.8 | 10.9 |
| | 専門学校 | 4546 | 41.5 | 28.7 | 7.8 | 23.6 | 10.9 | 7.5 | 4.0 | 2.9 | 7.3 | 3.8 | 20.9 | 11.2 | 16.8 | 7.1 | 5.4 | 10.3 |
| | 大学 | 17018 | 51.2 | 34.9 | 9.7 | 31.1 | 15.8 | 11.3 | 4.6 | 3.0 | 11.9 | 5.0 | 20.4 | 12.9 | 22.7 | 9.1 | 6.5 | 14.6 |
| | 大学院 | 2087 | 49.5 | 33.8 | 9.6 | 29.0 | 15.2 | 12.3 | 4.6 | 3.0 | 11.6 | 5.8 | 16.3 | 12.2 | 20.6 | 10.5 | 6.3 | 11.4 |
| | その他 | 18 | 44.4 | 38.9 | 16.7 | 33.3 | 16.7 | 11.1 | 16.7 | 11.1 | 16.7 | 11.1 | 27.8 | 27.8 | 22.2 | 16.7 | 16.7 | 22.2 |
| | 答えたくない | 786 | 24.0 | 15.6 | 5.7 | 10.4 | 6.4 | 4.8 | 3.1 | 2.0 | 3.7 | 2.8 | 10.8 | 6.1 | 8.9 | 4.5 | 3.6 | 5.9 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 36.1 | 22.6 | 8.2 | 21.0 | 10.9 | 8.4 | 3.8 | 3.7 | 7.6 | 4.2 | 16.5 | 9.1 | 15.2 | 7.2 | 6.5 | 8.4 |
| | 100万円未満 | 1209 | 37.1 | 24.0 | 7.3 | 19.2 | 10.2 | 8.0 | 4.1 | 3.2 | 6.8 | 3.6 | 15.8 | 8.9 | 17.1 | 7.5 | 5.6 | 9.3 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 44.4 | 28.9 | 7.7 | 22.7 | 10.5 | 6.0 | 3.2 | 2.3 | 7.1 | 3.4 | 19.9 | 9.7 | 21.3 | 8.2 | 6.3 | 10.2 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 49.2 | 31.6 | 8.7 | 26.1 | 13.1 | 8.3 | 3.9 | 3.1 | 9.1 | 4.1 | 21.4 | 12.0 | 24.6 | 9.2 | 7.5 | 13.7 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 51.6 | 35.4 | 9.2 | 29.0 | 13.5 | 8.2 | 4.4 | 2.8 | 10.3 | 4.6 | 22.3 | 13.0 | 26.4 | 9.5 | 7.5 | 15.2 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 49.6 | 32.8 | 8.8 | 27.4 | 13.5 | 9.3 | 3.7 | 2.6 | 9.5 | 4.1 | 21.1 | 11.7 | 21.7 | 8.5 | 6.4 | 14.1 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 49.6 | 35.5 | 10.4 | 28.9 | 14.4 | 9.7 | 4.8 | 3.2 | 10.6 | 4.9 | 21.5 | 13.1 | 21.5 | 9.9 | 6.6 | 13.7 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 49.2 | 35.5 | 11.0 | 30.3 | 15.5 | 10.1 | 4.7 | 3.2 | 9.9 | 4.4 | 22.5 | 13.5 | 19.6 | 9.0 | 6.1 | 13.0 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 49.9 | 36.3 | 11.3 | 32.6 | 16.7 | 12.0 | 6.2 | 3.6 | 11.0 | 5.2 | 22.3 | 13.9 | 19.6 | 9.2 | 7.5 | 13.1 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 52.3 | 37.3 | 9.8 | 32.2 | 16.3 | 11.9 | 5.0 | 3.2 | 10.6 | 4.4 | 22.4 | 14.9 | 19.7 | 8.8 | 6.1 | 13.8 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 52.6 | 36.8 | 10.1 | 33.0 | 17.1 | 12.9 | 5.0 | 3.9 | 11.5 | 5.3 | 24.6 | 14.8 | 19.8 | 9.2 | 7.0 | 14.8 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 52.3 | 39.0 | 11.5 | 35.2 | 17.4 | 14.3 | 5.6 | 4.4 | 15.0 | 7.2 | 23.1 | 14.9 | 23.1 | 11.3 | 7.2 | 18.6 |
| | わからない | 4002 | 40.7 | 27.5 | 6.5 | 21.0 | 9.2 | 6.1 | 2.8 | 1.8 | 6.6 | 2.9 | 20.5 | 10.7 | 16.5 | 6.2 | 4.8 | 8.9 |
| | 答えたくない | 5872 | 42.9 | 28.7 | 7.3 | 23.7 | 10.8 | 7.4 | 3.5 | 2.5 | 8.7 | 3.9 | 19.4 | 10.7 | 19.5 | 7.4 | 5.2 | 11.9 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 53.4 | 37.2 | 9.8 | 31.5 | 14.9 | 9.4 | 4.5 | 3.0 | 11.5 | 4.8 | 24.1 | 13.6 | 25.0 | 9.6 | 7.1 | 16.0 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 40.8 | 27.3 | 8.0 | 22.4 | 11.4 | 8.9 | 3.9 | 2.8 | 7.2 | 3.8 | 17.8 | 10.7 | 16.2 | 7.5 | 5.5 | 9.4 |
| | 答えたくない | 975 | 26.8 | 17.2 | 5.6 | 11.9 | 7.2 | 5.5 | 3.3 | 2.5 | 4.6 | 2.8 | 11.5 | 7.2 | 9.4 | 4.7 | 3.3 | 5.9 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 40.3 | 26.5 | 7.4 | 22.5 | 10.8 | 9.1 | 3.8 | 2.7 | 7.4 | 3.7 | 16.6 | 10.1 | 15.0 | 7.4 | 5.3 | 9.6 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 57.1 | 37.7 | 9.7 | 31.8 | 14.5 | 8.9 | 4.2 | 2.9 | 12.2 | 5.0 | 25.3 | 13.5 | 29.6 | 10.9 | 7.8 | 18.4 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 48.5 | 36.0 | 9.5 | 30.9 | 15.1 | 9.8 | 4.6 | 3.2 | 10.4 | 4.4 | 22.4 | 13.4 | 19.0 | 8.0 | 6.2 | 12.8 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 42.0 | 28.0 | 8.5 | 22.5 | 12.5 | 8.9 | 3.9 | 2.7 | 7.1 | 3.6 | 16.1 | 10.6 | 17.9 | 6.9 | 5.4 | 8.8 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 48.1 | 34.7 | 9.7 | 29.1 | 14.2 | 8.8 | 5.2 | 3.8 | 10.5 | 5.4 | 24.8 | 14.2 | 22.4 | 9.9 | 7.1 | 14.1 |
| | その他 | 3988 | 43.6 | 30.9 | 9.5 | 23.9 | 12.6 | 8.9 | 4.1 | 3.0 | 7.7 | 4.3 | 22.6 | 12.7 | 19.0 | 8.4 | 6.4 | 10.7 |
| | 答えたくない | 975 | 26.8 | 17.2 | 5.6 | 11.9 | 7.2 | 5.5 | 3.3 | 2.5 | 4.6 | 2.8 | 11.5 | 7.2 | 9.4 | 4.7 | 3.3 | 5.9 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 54.7 | 37.8 | 10.9 | 32.5 | 16.2 | 11.2 | 5.1 | 3.4 | 12.3 | 5.5 | 25.0 | 15.0 | 27.1 | 11.2 | 8.1 | 16.5 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 54.3 | 38.6 | 10.2 | 33.2 | 16.6 | 11.8 | 5.1 | 3.3 | 11.9 | 5.1 | 25.0 | 15.0 | 23.9 | 11.1 | 7.9 | 16.6 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 54.5 | 38.1 | 10.6 | 32.8 | 16.4 | 11.5 | 5.1 | 3.3 | 12.1 | 5.3 | 25.0 | 15.0 | 25.8 | 11.2 | 8.0 | 16.5 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 50.1 | 35.2 | 9.7 | 29.6 | 14.0 | 9.2 | 3.9 | 2.9 | 9.1 | 4.0 | 22.4 | 12.7 | 19.9 | 7.9 | 6.0 | 13.4 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 36.0 | 23.5 | 6.4 | 17.5 | 8.6 | 6.0 | 3.1 | 2.4 | 6.2 | 3.0 | 14.9 | 8.6 | 13.8 | 4.6 | 3.9 | 7.4 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 51.9 | 36.2 | 10.0 | 30.7 | 15.2 | 10.5 | 4.6 | 3.2 | 10.9 | 4.8 | 23.5 | 13.9 | 23.4 | 9.9 | 7.2 | 15.0 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 33.5 | 21.3 | 5.5 | 16.3 | 7.3 | 4.7 | 2.8 | 2.2 | 5.2 | 2.8 | 13.8 | 7.0 | 13.2 | 4.6 | 3.9 | 6.5 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 7433 | 56.2 | 37.6 | 10.8 | 32.5 | 16.3 | 11.2 | 5.1 | 3.2 | 12.5 | 5.6 | 23.9 | 14.9 | 27.7 | 11.7 | 8.5 | 17.5 |
| | 週に2日 | 3316 | 56.4 | 39.1 | 11.7 | 33.7 | 17.1 | 12.5 | 5.9 | 4.2 | 12.7 | 6.4 | 27.1 | 17.0 | 26.5 | 13.2 | 9.8 | 17.9 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 56.3 | 38.1 | 11.1 | 32.9 | 16.5 | 11.6 | 5.3 | 3.5 | 12.6 | 5.8 | 24.8 | 15.5 | 27.3 | 12.1 | 8.9 | 17.6 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 54.7 | 40.0 | 11.6 | 34.6 | 18.0 | 13.0 | 5.4 | 3.8 | 12.3 | 5.3 | 24.9 | 15.2 | 24.2 | 11.0 | 7.9 | 17.4 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 39.4 | 26.7 | 7.1 | 20.7 | 10.1 | 6.8 | 3.4 | 2.6 | 7.1 | 3.3 | 17.8 | 9.9 | 16.1 | 5.4 | 4.5 | 8.7 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 52.9 | 37.0 | 10.6 | 31.6 | 16.1 | 11.4 | 5.0 | 3.5 | 11.6 | 5.2 | 23.7 | 14.5 | 24.3 | 10.6 | 7.8 | 16.1 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 38.2 | 25.0 | 6.0 | 19.8 | 8.5 | 5.2 | 2.8 | 2.0 | 6.1 | 2.9 | 16.8 | 8.4 | 15.3 | 5.2 | 4.0 | 7.6 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 2612 | 60.6 | 48.5 | 23.0 | 43.8 | 29.6 | 23.8 | 13.7 | 10.7 | 19.1 | 12.1 | 29.9 | 23.7 | 28.0 | 18.6 | 14.4 | 22.3 |
| | する・みる | 12942 | 75.1 | 51.3 | 12.3 | 43.7 | 20.3 | 13.5 | 5.4 | 3.2 | 15.6 | 6.1 | 34.0 | 19.2 | 35.6 | 14.2 | 9.9 | 22.0 |
| | する・ささえる | 212 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | するのみ | 4963 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | みる・ささえる | 758 | 58.6 | 46.2 | 19.9 | 38.5 | 26.1 | 17.8 | 12.5 | 10.8 | 18.3 | 10.3 | 30.1 | 24.0 | 24.5 | 17.2 | 12.9 | 18.3 |
| | みるのみ | 9793 | 73.7 | 48.6 | 12.4 | 38.7 | 17.4 | 11.4 | 5.4 | 4.0 | 11.8 | 5.6 | 31.2 | 16.3 | 28.9 | 10.0 | 8.1 | 16.4 |
| | ささえるのみ | 118 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q29-2. あなたは、この1年間にどんなスポーツを観戦しましたか。/テレビやインターネットで(MA)(続き)

| | | 全体 | 体操・新体操 | 水泳（競泳・水球・飛び込み・アーティスティックスイミング・オープンウォーター等） | マラソン、駅伝 | 陸上競技 | 武道（剣道・柔道・空手等）、ボクシング、レスリング | 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 | ヨット、ボート、カヌー、サーフィン等マリンスポーツ（競艇を除く） | スキー（アルペン、フリースタイル、ジャンプ、クロスカントリー他）、スノーボード | フィギュアスケート、スピードスケート、アイスホッケー | パラスポーツ（障害者スポーツ） | その他 | 見なかった |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 7.2 | 8.8 | 25.6 | 19.7 | 8.3 | 4.0 | 3.0 | 6.0 | 15.4 | 4.2 | 0.8 | 35.7 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 7.4 | 9.1 | 27.7 | 21.6 | 11.8 | 5.4 | 3.9 | 7.6 | 12.2 | 4.8 | 1.0 | 28.1 |
| | 女性 | 20041 | 7.1 | 8.5 | 23.7 | 18.0 | 4.9 | 2.7 | 2.0 | 4.5 | 18.8 | 3.6 | 0.7 | 42.6 |
| 年代 | 10代 | 857 | 6.0 | 9.0 | 16.2 | 14.1 | 7.9 | 6.2 | 5.0 | 7.0 | 10.2 | 5.4 | 0.7 | 43.9 |
| | 20代 | 5227 | 3.7 | 5.1 | 12.3 | 11.1 | 3.5 | 3.2 | 2.9 | 3.3 | 6.2 | 2.9 | 0.4 | 44.9 |
| | 30代 | 5594 | 3.5 | 5.0 | 13.3 | 12.3 | 4.9 | 3.1 | 2.3 | 3.4 | 6.2 | 2.8 | 0.7 | 47.7 |
| | 40代 | 7193 | 4.4 | 6.6 | 17.8 | 15.5 | 6.7 | 3.3 | 2.6 | 4.3 | 8.9 | 3.1 | 1.0 | 42.7 |
| | 50代 | 7752 | 6.7 | 8.2 | 25.6 | 19.4 | 9.4 | 4.6 | 3.4 | 6.2 | 14.8 | 4.1 | 1.0 | 35.0 |
| | 60代 | 6376 | 9.6 | 10.3 | 35.3 | 25.9 | 11.1 | 4.3 | 3.1 | 7.3 | 22.0 | 4.8 | 1.0 | 27.1 |
| | 70代 | 7001 | 14.5 | 15.9 | 45.3 | 31.5 | 12.5 | 4.9 | 3.1 | 10.6 | 31.7 | 6.7 | 0.9 | 19.8 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 7.0 | 10.2 | 15.8 | 17.9 | 9.9 | 7.5 | 5.9 | 9.6 | 9.9 | 5.9 | 1.3 | 32.9 |
| | 男性20代 | 2626 | 4.4 | 6.1 | 14.1 | 12.7 | 5.0 | 4.4 | 3.7 | 4.3 | 5.8 | 3.7 | 0.5 | 36.1 |
| | 男性30代 | 2786 | 4.1 | 5.6 | 14.5 | 13.2 | 6.2 | 4.3 | 2.9 | 4.5 | 5.4 | 3.8 | 0.7 | 38.1 |
| | 男性40代 | 3587 | 4.9 | 6.8 | 19.3 | 17.1 | 9.7 | 4.3 | 3.3 | 5.4 | 7.2 | 3.6 | 1.1 | 34.6 |
| | 男性50代 | 3858 | 7.7 | 9.0 | 27.6 | 21.2 | 13.3 | 6.1 | 4.6 | 8.3 | 11.5 | 4.9 | 1.1 | 28.5 |
| | 男性60代 | 3112 | 9.7 | 10.9 | 38.7 | 28.8 | 16.7 | 6.1 | 4.3 | 9.9 | 17.6 | 5.6 | 1.3 | 19.6 |
| | 男性70代 | 3213 | 13.1 | 15.3 | 50.7 | 35.0 | 18.2 | 6.3 | 4.4 | 12.4 | 24.6 | 6.8 | 1.0 | 13.1 |
| | 女性10代 | 464 | 5.0 | 8.0 | 17.0 | 11.4 | 6.5 | 5.2 | 4.5 | 5.2 | 10.6 | 5.2 | 0.2 | 51.1 |
| | 女性20代 | 2504 | 2.9 | 4.2 | 10.7 | 9.6 | 2.1 | 1.9 | 2.0 | 2.3 | 6.9 | 2.2 | 0.3 | 53.0 |
| | 女性30代 | 2732 | 2.9 | 4.4 | 12.4 | 11.6 | 3.5 | 1.9 | 1.6 | 2.2 | 7.0 | 1.8 | 0.7 | 57.0 |
| | 女性40代 | 3522 | 4.1 | 6.5 | 16.5 | 14.0 | 3.7 | 2.2 | 1.9 | 3.2 | 10.8 | 2.5 | 0.9 | 50.6 |
| | 女性50代 | 3828 | 5.6 | 7.4 | 23.7 | 17.7 | 5.4 | 3.0 | 2.1 | 4.1 | 18.2 | 3.3 | 0.8 | 41.5 |
| | 女性60代 | 3231 | 9.5 | 9.8 | 32.3 | 23.2 | 5.8 | 2.6 | 1.9 | 4.9 | 26.3 | 4.1 | 0.7 | 34.1 |
| | 女性70代 | 3760 | 15.6 | 16.3 | 40.8 | 28.7 | 7.6 | 3.8 | 2.1 | 9.0 | 37.7 | 6.6 | 0.8 | 25.4 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 7.0 | 8.7 | 27.1 | 20.1 | 8.0 | 3.7 | 2.5 | 5.8 | 15.9 | 3.7 | 0.7 | 34.1 |
| | 東京都区部 | 3552 | 6.8 | 8.5 | 24.9 | 18.6 | 8.0 | 4.1 | 2.9 | 5.9 | 13.8 | 3.7 | 0.6 | 37.8 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 7.1 | 8.9 | 28.3 | 21.0 | 7.9 | 3.4 | 2.3 | 5.8 | 17.1 | 3.7 | 0.8 | 32.0 |
| | 大都市 | 14521 | 8.0 | 9.5 | 27.0 | 21.1 | 9.1 | 4.3 | 3.2 | 6.5 | 16.2 | 4.6 | 0.9 | 32.2 |
| | 小都市 | 11741 | 6.7 | 8.1 | 23.5 | 18.3 | 7.7 | 3.9 | 3.0 | 5.6 | 14.5 | 4.0 | 0.8 | 39.1 |
| | 町村 | 3777 | 6.8 | 8.1 | 22.3 | 17.4 | 8.2 | 4.2 | 3.0 | 6.3 | 14.0 | 4.5 | 0.9 | 43.2 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 7.5 | 8.8 | 23.6 | 19.3 | 9.1 | 3.4 | 2.9 | 8.8 | 16.8 | 4.6 | 1.1 | 31.9 |
| | 東北 | 2718 | 8.3 | 9.1 | 28.1 | 21.0 | 8.9 | 4.0 | 2.8 | 7.7 | 17.1 | 4.4 | 1.2 | 35.2 |
| | 北関東 | 2146 | 7.8 | 9.5 | 27.8 | 21.2 | 9.1 | 5.1 | 3.7 | 7.3 | 17.3 | 4.8 | 1.0 | 35.7 |
| | 首都圏 | 11930 | 6.7 | 8.2 | 25.8 | 18.8 | 7.9 | 3.9 | 2.8 | 5.9 | 14.3 | 3.9 | 0.8 | 37.4 |
| | 北陸 | 1604 | 8.1 | 9.0 | 26.7 | 22.3 | 9.0 | 4.7 | 3.9 | 7.5 | 17.0 | 4.7 | 1.1 | 35.0 |
| | 東山 | 1509 | 6.8 | 8.1 | 25.6 | 18.4 | 7.5 | 3.3 | 2.6 | 5.8 | 14.8 | 3.4 | 0.7 | 37.2 |
| | 東海 | 4067 | 7.0 | 8.9 | 25.7 | 20.1 | 7.9 | 4.1 | 3.0 | 5.6 | 15.7 | 3.9 | 1.0 | 35.8 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 6.6 | 8.6 | 21.3 | 18.2 | 7.3 | 3.3 | 2.5 | 4.7 | 14.3 | 3.7 | 0.6 | 37.0 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 8.4 | 10.0 | 23.7 | 19.7 | 8.6 | 4.5 | 2.8 | 6.5 | 16.7 | 4.5 | 0.6 | 34.4 |
| | 中国 | 2239 | 7.1 | 7.8 | 27.1 | 20.1 | 7.5 | 3.8 | 2.8 | 4.8 | 15.9 | 3.8 | 0.8 | 32.5 |
| | 四国 | 1164 | 6.8 | 7.5 | 24.2 | 17.4 | 8.2 | 3.7 | 2.3 | 4.9 | 14.3 | 4.4 | 0.5 | 38.3 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 8.4 | 10.4 | 27.5 | 21.7 | 10.3 | 4.8 | 3.7 | 6.0 | 16.5 | 5.4 | 0.7 | 32.6 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 8.4 | 10.2 | 24.2 | 21.1 | 11.8 | 6.0 | 4.1 | 7.8 | 15.3 | 5.6 | 0.7 | 31.7 |
| | 家族従業者 | 207 | 7.2 | 9.2 | 23.2 | 21.7 | 8.7 | 3.4 | 3.4 | 6.3 | 18.8 | 5.8 | 0.5 | 35.3 |
| | 雇用者 | 21731 | 5.9 | 7.6 | 22.8 | 17.7 | 7.6 | 3.9 | 3.0 | 5.4 | 12.0 | 3.8 | 0.8 | 36.4 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 6.2 | 7.9 | 23.0 | 18.2 | 8.1 | 4.2 | 3.1 | 5.7 | 12.4 | 4.0 | 0.8 | 35.8 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 9.7 | 10.7 | 30.2 | 22.4 | 6.1 | 2.7 | 1.8 | 5.6 | 24.4 | 3.7 | 0.7 | 34.9 |
| | 学生 | 1383 | 5.6 | 8.5 | 17.6 | 15.2 | 6.7 | 5.2 | 4.6 | 5.6 | 9.7 | 4.6 | 0.6 | 40.9 |
| | 無職 | 6355 | 9.9 | 11.0 | 36.0 | 25.9 | 11.5 | 4.3 | 2.9 | 8.1 | 21.7 | 5.0 | 1.2 | 29.8 |
| | その他 | 568 | 10.9 | 13.0 | 31.3 | 22.4 | 13.2 | 6.0 | 4.9 | 10.6 | 23.9 | 8.1 | 1.4 | 32.0 |
| | 答えたくない | 1163 | 4.0 | 4.3 | 8.6 | 8.5 | 4.2 | 2.7 | 2.5 | 2.5 | 5.6 | 2.8 | 0.4 | 66.6 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 5.0 | 7.6 | 17.5 | 13.6 | 7.6 | 3.1 | 2.5 | 5.0 | 10.4 | 3.9 | 0.7 | 51.3 |
| | 高校 | 10826 | 7.8 | 9.0 | 25.1 | 19.4 | 8.8 | 4.5 | 3.2 | 6.4 | 16.4 | 4.8 | 0.9 | 38.0 |
| | 短大・高専 | 4045 | 8.3 | 9.7 | 28.0 | 20.9 | 6.6 | 3.0 | 2.2 | 5.6 | 20.8 | 3.9 | 0.7 | 35.6 |
| | 専門学校 | 4546 | 6.3 | 8.2 | 21.4 | 17.2 | 7.9 | 3.8 | 3.0 | 5.7 | 14.2 | 4.1 | 0.8 | 41.3 |
| | 大学 | 17018 | 7.2 | 8.8 | 27.4 | 21.0 | 8.7 | 4.0 | 3.0 | 6.2 | 14.7 | 4.0 | 0.8 | 31.3 |
| | 大学院 | 2087 | 7.0 | 8.6 | 25.9 | 19.6 | 8.4 | 4.6 | 3.3 | 6.0 | 13.2 | 4.0 | 0.9 | 31.6 |
| | その他 | 18 | 11.1 | 16.7 | 22.2 | 16.7 | 22.2 | 16.7 | 16.7 | 16.7 | 16.7 | 11.1 | 5.6 | 44.4 |
| | 答えたくない | 786 | 4.1 | 4.6 | 10.3 | 9.2 | 4.1 | 2.4 | 1.8 | 3.2 | 7.3 | 2.3 | 0.6 | 67.0 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 6.7 | 6.7 | 18.2 | 16.3 | 6.8 | 3.5 | 3.3 | 5.6 | 12.0 | 3.8 | 0.5 | 49.3 |
| | 100万円未満 | 1209 | 5.6 | 7.6 | 18.8 | 15.5 | 7.5 | 4.5 | 3.5 | 5.2 | 12.6 | 3.8 | 0.9 | 47.1 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 7.7 | 8.3 | 24.9 | 19.5 | 7.2 | 3.3 | 2.1 | 5.0 | 17.1 | 4.0 | 1.0 | 37.8 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 8.7 | 10.6 | 27.5 | 20.2 | 9.1 | 4.2 | 3.0 | 7.1 | 19.3 | 4.6 | 1.1 | 35.0 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 9.2 | 10.3 | 29.5 | 22.5 | 9.0 | 4.5 | 3.1 | 7.7 | 19.4 | 5.0 | 0.6 | 32.2 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 6.8 | 8.2 | 25.5 | 18.2 | 8.1 | 3.7 | 2.8 | 5.5 | 14.8 | 3.9 | 0.6 | 33.6 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 7.1 | 8.8 | 25.7 | 19.8 | 8.7 | 4.1 | 3.2 | 6.5 | 14.5 | 3.8 | 0.9 | 31.9 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 7.1 | 8.8 | 26.0 | 21.0 | 8.7 | 4.3 | 3.4 | 6.4 | 13.9 | 4.4 | 0.8 | 31.8 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 7.2 | 9.0 | 25.4 | 20.6 | 9.2 | 5.1 | 3.9 | 7.2 | 13.7 | 4.5 | 0.6 | 31.2 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 6.6 | 9.4 | 26.7 | 20.8 | 9.5 | 4.0 | 3.2 | 6.1 | 14.0 | 4.4 | 0.9 | 29.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 6.9 | 9.7 | 28.5 | 21.7 | 9.2 | 4.9 | 3.6 | 6.3 | 12.8 | 4.8 | 1.1 | 27.4 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 7.7 | 10.1 | 30.1 | 22.4 | 10.6 | 5.3 | 3.9 | 6.9 | 14.9 | 4.5 | 0.3 | 27.5 |
| | わからない | 4002 | 6.3 | 7.3 | 22.4 | 17.8 | 6.1 | 3.1 | 2.2 | 4.6 | 14.8 | 3.5 | 1.0 | 43.9 |
| | 答えたくない | 5872 | 6.5 | 7.4 | 23.2 | 17.8 | 7.4 | 3.3 | 2.3 | 5.1 | 14.8 | 3.7 | 0.9 | 43.5 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 8.2 | 9.8 | 30.4 | 22.8 | 9.4 | 4.2 | 3.1 | 7.0 | 17.4 | 4.5 | 0.8 | 29.8 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 6.2 | 7.6 | 20.1 | 16.1 | 7.1 | 3.9 | 2.9 | 5.0 | 13.3 | 3.8 | 1.0 | 42.0 |
| | 答えたくない | 975 | 3.8 | 4.1 | 11.5 | 10.1 | 4.3 | 2.8 | 1.5 | 2.8 | 8.1 | 3.0 | 0.2 | 60.7 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 6.1 | 7.2 | 19.9 | 15.6 | 6.9 | 3.7 | 2.8 | 5.0 | 12.9 | 3.5 | 0.9 | 42.6 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 9.6 | 10.7 | 34.1 | 24.9 | 9.8 | 4.2 | 3.1 | 7.7 | 20.9 | 4.8 | 0.8 | 26.4 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 6.4 | 8.6 | 25.5 | 20.2 | 8.6 | 4.1 | 2.9 | 5.9 | 12.9 | 4.1 | 0.7 | 34.2 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 5.9 | 7.5 | 19.0 | 15.5 | 7.4 | 4.0 | 3.1 | 4.6 | 12.4 | 3.8 | 1.0 | 41.8 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 8.1 | 9.5 | 27.3 | 20.5 | 10.5 | 4.9 | 3.8 | 6.7 | 16.3 | 5.1 | 0.6 | 34.8 |
| | その他 | 3988 | 6.9 | 9.3 | 23.6 | 19.1 | 7.7 | 4.1 | 3.1 | 5.9 | 16.2 | 4.3 | 0.9 | 38.4 |
| | 答えたくない | 975 | 3.8 | 4.1 | 11.5 | 10.1 | 4.3 | 2.8 | 1.5 | 2.8 | 8.1 | 3.0 | 0.2 | 60.7 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 9.9 | 12.2 | 33.0 | 25.0 | 10.9 | 5.5 | 3.8 | 7.9 | 20.2 | 5.7 | 0.9 | 26.3 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 8.5 | 10.1 | 30.4 | 22.6 | 9.8 | 4.9 | 3.3 | 7.3 | 18.3 | 4.8 | 1.0 | 25.6 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 9.3 | 11.3 | 31.9 | 24.0 | 10.5 | 5.2 | 3.6 | 7.7 | 19.4 | 5.3 | 0.9 | 26.0 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 6.0 | 8.0 | 25.1 | 19.7 | 7.7 | 3.3 | 2.6 | 5.6 | 14.1 | 3.6 | 0.9 | 30.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 4.4 | 5.0 | 14.7 | 12.2 | 5.5 | 2.6 | 2.0 | 3.4 | 9.2 | 2.6 | 0.6 | 52.2 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 8.1 | 10.0 | 28.9 | 22.0 | 9.4 | 4.6 | 3.3 | 6.8 | 17.4 | 4.7 | 0.9 | 29.2 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 4.5 | 4.9 | 15.3 | 12.4 | 5.0 | 2.3 | 2.1 | 3.6 | 9.5 | 2.6 | 0.6 | 55.8 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 10.1 | 12.6 | 33.9 | 25.1 | 11.5 | 5.6 | 3.6 | 8.0 | 20.1 | 5.8 | 1.0 | 26.5 |
| | 週に2日 | 3316 | 10.3 | 12.2 | 32.7 | 24.9 | 11.4 | 6.4 | 4.8 | 8.7 | 20.9 | 5.9 | 0.8 | 22.6 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 10.2 | 12.5 | 33.5 | 25.0 | 11.5 | 5.9 | 4.0 | 8.2 | 20.4 | 5.8 | 0.9 | 25.3 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 8.5 | 10.2 | 29.8 | 22.7 | 10.0 | 5.0 | 3.7 | 7.8 | 17.4 | 5.1 | 0.9 | 24.1 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 5.1 | 6.3 | 17.9 | 14.9 | 6.2 | 3.0 | 2.2 | 4.1 | 11.6 | 3.0 | 0.7 | 45.5 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 8.7 | 10.5 | 29.4 | 22.4 | 10.0 | 5.1 | 3.6 | 7.4 | 17.7 | 5.1 | 0.9 | 28.1 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 4.9 | 5.8 | 19.0 | 15.0 | 5.5 | 2.3 | 1.9 | 3.8 | 11.5 | 2.7 | 0.7 | 48.6 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 14.2 | 18.0 | 34.3 | 27.9 | 16.8 | 11.7 | 9.8 | 14.1 | 21.6 | 11.8 | 1.0 | 1.2 |
| | する・みる | 12942 | 12.0 | 14.5 | 44.2 | 32.9 | 13.4 | 6.0 | 3.8 | 9.5 | 26.8 | 6.1 | 1.3 | 1.5 |
| | する・ささえる | 212 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 100.0 |
| | するのみ | 4963 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 100.0 |
| | みる・ささえる | 758 | 12.0 | 16.2 | 30.3 | 25.9 | 13.9 | 8.7 | 9.1 | 13.3 | 19.1 | 10.3 | 1.5 | 1.7 |
| | みるのみ | 9793 | 8.9 | 10.6 | 34.5 | 27.4 | 10.7 | 4.6 | 3.7 | 7.4 | 20.4 | 5.0 | 1.3 | 1.7 |
| | ささえるのみ | 118 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 100.0 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 100.0 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q30. あなたがスポーツを観戦したのはどのような理由からですか。(MA)

| | | 全体 | そのスポーツが好きだから | そのスポーツを実施しているから | 以前そのスポーツを実施していたので | 応援しているチームがあるから | 応援している選手がいるから | 暇つぶしのため | ストレス発散のため | 友人や家族に誘われたから | 家族・友人が出場していたから | チケットがあったので | なんとなく・たまたま | その他 | わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 26105 | 63.0 | 7.9 | 8.9 | 25.0 | 19.9 | 15.2 | 5.1 | 9.0 | 2.2 | 3.5 | 16.0 | 0.7 | 3.1 |
| 性別 | 男性 | 14222 | 68.2 | 10.5 | 12.2 | 27.1 | 18.0 | 17.4 | 6.0 | 5.5 | 2.1 | 3.6 | 13.1 | 0.5 | 3.4 |
| | 女性 | 11724 | 57.0 | 4.7 | 4.9 | 22.6 | 22.3 | 12.5 | 3.9 | 13.2 | 2.4 | 3.5 | 19.6 | 1.0 | 2.7 |
| 年代 | 10代 | 486 | 56.4 | 14.4 | 10.3 | 24.7 | 18.5 | 20.6 | 7.4 | 13.8 | 3.7 | 2.5 | 14.0 | 0.8 | 2.5 |
| | 20代 | 2980 | 55.7 | 11.1 | 11.5 | 26.3 | 19.9 | 17.1 | 8.5 | 15.6 | 4.4 | 4.4 | 10.7 | 0.4 | 4.1 |
| | 30代 | 2999 | 59.1 | 9.3 | 10.2 | 24.6 | 17.6 | 18.0 | 6.6 | 12.5 | 2.7 | 4.2 | 13.5 | 0.8 | 3.8 |
| | 40代 | 4216 | 63.0 | 8.6 | 8.5 | 22.9 | 16.9 | 15.9 | 5.2 | 9.0 | 3.1 | 4.4 | 16.8 | 0.9 | 2.3 |
| | 50代 | 5093 | 65.4 | 6.4 | 7.6 | 25.0 | 18.4 | 13.7 | 4.5 | 8.6 | 1.9 | 3.4 | 17.6 | 0.6 | 2.4 |
| | 60代 | 4685 | 66.5 | 6.7 | 8.1 | 25.1 | 20.5 | 13.1 | 4.1 | 6.4 | 0.9 | 3.2 | 17.1 | 0.8 | 3.2 |
| | 70代 | 5646 | 64.7 | 6.6 | 8.8 | 26.1 | 24.4 | 14.7 | 3.7 | 5.7 | 1.5 | 2.7 | 17.6 | 0.9 | 3.4 |
| 性年代 | 男性10代 | 253 | 63.6 | 18.2 | 15.4 | 26.9 | 18.6 | 20.9 | 8.3 | 9.1 | 4.7 | 3.2 | 12.6 | 0.4 | 2.0 |
| | 男性20代 | 1724 | 60.8 | 14.8 | 15.5 | 30.2 | 19.4 | 18.7 | 9.9 | 11.0 | 5.0 | 4.6 | 8.6 | 0.1 | 4.5 |
| | 男性30代 | 1751 | 63.8 | 12.4 | 13.1 | 26.7 | 16.0 | 18.2 | 7.9 | 7.7 | 3.0 | 3.9 | 10.2 | 0.6 | 4.4 |
| | 男性40代 | 2390 | 68.2 | 11.7 | 11.0 | 24.3 | 15.8 | 18.5 | 6.1 | 4.6 | 2.0 | 4.4 | 13.8 | 0.6 | 2.6 |
| | 男性50代 | 2783 | 70.9 | 8.4 | 10.3 | 26.9 | 16.2 | 15.6 | 5.4 | 5.0 | 1.7 | 3.2 | 14.5 | 0.6 | 2.7 |
| | 男性60代 | 2521 | 71.6 | 8.7 | 11.5 | 26.6 | 17.8 | 16.7 | 4.3 | 3.5 | 0.8 | 3.3 | 14.5 | 0.6 | 3.4 |
| | 男性70代 | 2800 | 70.3 | 8.8 | 13.0 | 28.6 | 22.1 | 17.5 | 4.5 | 3.6 | 1.0 | 2.7 | 14.5 | 0.7 | 3.4 |
| | 女性10代 | 230 | 48.3 | 10.0 | 4.8 | 22.2 | 18.3 | 20.4 | 6.5 | 19.1 | 2.6 | 1.7 | 15.2 | 1.3 | 3.0 |
| | 女性20代 | 1227 | 49.0 | 5.9 | 6.0 | 21.1 | 20.9 | 14.8 | 6.5 | 22.2 | 3.5 | 4.1 | 13.5 | 0.8 | 3.5 |
| | 女性30代 | 1225 | 52.7 | 4.9 | 6.0 | 21.8 | 19.8 | 17.5 | 4.7 | 19.3 | 2.2 | 4.5 | 18.1 | 1.1 | 2.8 |
| | 女性40代 | 1793 | 56.2 | 4.5 | 5.4 | 21.0 | 18.3 | 12.6 | 3.8 | 14.9 | 4.5 | 4.3 | 20.7 | 1.2 | 1.7 |
| | 女性50代 | 2275 | 58.9 | 4.1 | 4.4 | 22.5 | 21.2 | 11.5 | 3.4 | 13.0 | 2.2 | 3.6 | 21.4 | 0.7 | 1.8 |
| | 女性60代 | 2149 | 60.6 | 4.3 | 4.3 | 23.5 | 23.7 | 8.8 | 3.8 | 9.8 | 1.0 | 2.9 | 20.2 | 1.1 | 2.9 |
| | 女性70代 | 2825 | 59.2 | 4.4 | 4.6 | 23.9 | 26.9 | 12.0 | 2.9 | 7.7 | 1.9 | 2.7 | 20.6 | 1.1 | 3.5 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 6678 | 65.2 | 7.6 | 9.0 | 27.7 | 20.6 | 14.1 | 5.0 | 10.3 | 1.9 | 4.4 | 15.4 | 0.7 | 2.5 |
| | 東京都区部 | 2255 | 63.4 | 8.6 | 9.6 | 23.0 | 20.7 | 13.7 | 5.2 | 10.9 | 2.4 | 4.0 | 14.9 | 1.2 | 3.1 |
| | 政令指定都市 | 4423 | 66.1 | 7.1 | 8.7 | 30.1 | 20.6 | 14.3 | 4.9 | 10.0 | 1.7 | 4.5 | 15.7 | 0.5 | 2.3 |
| | 大都市 | 10004 | 63.6 | 8.6 | 9.1 | 25.5 | 19.6 | 16.0 | 5.2 | 8.7 | 2.2 | 3.6 | 15.4 | 0.7 | 2.9 |
| | 小都市 | 7248 | 60.7 | 7.2 | 8.6 | 23.0 | 19.8 | 15.0 | 5.1 | 8.5 | 2.5 | 3.1 | 17.1 | 0.8 | 3.4 |
| | 町村 | 2175 | 62.0 | 7.6 | 8.5 | 20.9 | 19.7 | 15.4 | 4.9 | 7.8 | 2.4 | 2.4 | 17.4 | 0.8 | 4.5 |
| 居住地域 | 北海道 | 1156 | 63.7 | 7.7 | 7.2 | 31.5 | 21.0 | 13.7 | 4.6 | 8.1 | 1.9 | 4.2 | 12.5 | 0.4 | 3.5 |
| | 東北 | 1778 | 62.5 | 6.8 | 9.0 | 24.9 | 22.1 | 15.4 | 4.9 | 8.8 | 2.9 | 4.0 | 17.3 | 0.7 | 2.8 |
| | 北関東 | 1393 | 62.6 | 7.8 | 10.1 | 20.4 | 19.2 | 16.5 | 4.5 | 9.6 | 2.2 | 2.2 | 17.6 | 1.0 | 2.9 |
| | 首都圏 | 7602 | 63.4 | 8.3 | 9.3 | 23.0 | 20.1 | 15.2 | 5.3 | 9.7 | 2.0 | 3.9 | 16.2 | 0.9 | 3.0 |
| | 北陸 | 1051 | 61.2 | 7.0 | 7.5 | 21.8 | 21.9 | 15.9 | 4.9 | 7.9 | 2.4 | 2.1 | 16.5 | 0.3 | 4.2 |
| | 東山 | 962 | 60.2 | 7.9 | 8.7 | 22.9 | 19.9 | 16.4 | 5.4 | 8.1 | 2.9 | 2.9 | 18.5 | 1.2 | 3.3 |
| | 東海 | 2654 | 62.4 | 7.4 | 9.2 | 23.5 | 18.9 | 15.8 | 4.6 | 9.0 | 2.2 | 4.4 | 17.0 | 0.5 | 2.9 |
| | 近畿二府一県 | 3399 | 63.9 | 8.2 | 8.7 | 27.0 | 18.8 | 14.2 | 5.4 | 8.1 | 2.4 | 2.9 | 14.9 | 0.6 | 3.0 |
| | その他近畿圏 | 769 | 63.6 | 7.8 | 8.8 | 29.5 | 18.5 | 15.0 | 5.2 | 8.5 | 2.6 | 4.0 | 14.2 | 1.0 | 3.0 |
| | 中国 | 1541 | 64.8 | 8.4 | 9.1 | 33.2 | 19.7 | 14.9 | 5.4 | 10.0 | 2.3 | 4.2 | 14.7 | 0.3 | 2.2 |
| | 四国 | 722 | 59.7 | 6.0 | 9.4 | 22.4 | 20.9 | 16.1 | 5.1 | 6.2 | 2.4 | 2.5 | 17.0 | 0.6 | 4.2 |
| | 九州・沖縄 | 3078 | 63.5 | 8.1 | 8.2 | 25.8 | 19.7 | 14.8 | 5.0 | 9.1 | 2.1 | 3.3 | 16.0 | 0.8 | 3.4 |
| 職業 | 自営業主 | 2134 | 61.1 | 9.1 | 12.3 | 24.3 | 20.3 | 15.7 | 6.0 | 7.7 | 3.3 | 3.6 | 14.8 | 0.5 | 2.9 |
| | 家族従業者 | 136 | 55.9 | 8.8 | 8.1 | 19.1 | 20.6 | 10.3 | 5.1 | 14.0 | 0.7 | 1.5 | 22.1 | 2.2 | 1.5 |
| | 雇用者 | 14092 | 64.8 | 8.7 | 9.4 | 25.1 | 18.2 | 15.2 | 5.5 | 9.4 | 2.5 | 3.9 | 14.7 | 0.7 | 2.6 |
| | (小計)就労者 | 16362 | 64.2 | 8.8 | 9.8 | 24.9 | 18.5 | 15.2 | 5.6 | 9.2 | 2.6 | 3.9 | 14.8 | 0.7 | 2.6 |
| | 主婦・主夫 | 3620 | 58.0 | 4.4 | 4.0 | 23.5 | 24.6 | 11.1 | 3.4 | 11.9 | 1.8 | 3.3 | 19.6 | 0.9 | 2.7 |
| | 学生 | 836 | 59.7 | 15.3 | 11.0 | 28.0 | 18.8 | 19.9 | 6.6 | 18.2 | 4.2 | 4.1 | 13.3 | 0.6 | 3.0 |
| | 無職 | 4492 | 64.7 | 6.1 | 9.2 | 26.1 | 21.5 | 18.4 | 4.2 | 4.5 | 0.9 | 2.6 | 18.4 | 0.9 | 3.6 |
| | その他 | 390 | 64.4 | 9.5 | 12.6 | 29.5 | 25.4 | 12.1 | 6.9 | 7.4 | 3.1 | 2.8 | 16.7 | 1.8 | 3.8 |
| | 答えたくない | 405 | 47.7 | 5.4 | 6.2 | 18.3 | 13.8 | 9.6 | 6.2 | 4.7 | 2.0 | 2.5 | 13.3 | − | 18.5 |
| 最終学歴 | 中学校 | 332 | 60.5 | 4.2 | 7.5 | 23.5 | 24.4 | 17.8 | 4.5 | 5.4 | 1.5 | 1.8 | 17.5 | 1.2 | 3.0 |
| | 高校 | 6801 | 62.8 | 7.1 | 8.4 | 23.9 | 21.0 | 15.5 | 4.6 | 6.4 | 1.7 | 2.6 | 17.4 | 0.8 | 3.5 |
| | 短大・高専 | 2644 | 58.4 | 5.4 | 5.5 | 24.1 | 23.2 | 11.5 | 4.2 | 10.5 | 2.0 | 3.8 | 18.6 | 0.9 | 3.4 |
| | 専門学校 | 2708 | 60.5 | 5.9 | 7.1 | 22.4 | 19.1 | 14.3 | 4.2 | 10.4 | 2.2 | 3.5 | 17.6 | 0.8 | 3.4 |
| | 大学 | 11888 | 65.1 | 9.3 | 10.2 | 26.6 | 19.2 | 15.6 | 5.8 | 10.0 | 2.5 | 4.0 | 14.4 | 0.6 | 2.6 |
| | 大学院 | 1458 | 64.6 | 9.0 | 10.8 | 25.3 | 15.3 | 17.4 | 5.1 | 9.0 | 2.9 | 4.3 | 16.0 | 0.7 | 2.2 |
| | その他 | 10 | 70.0 | 10.0 | 20.0 | 20.0 | 20.0 | 30.0 | − | − | − | 10.0 | 10.0 | − | − |
| | 答えたくない | 264 | 44.7 | 4.5 | 4.5 | 16.7 | 18.6 | 15.2 | 4.9 | 4.9 | 3.4 | 3.8 | 14.0 | 0.8 | 13.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 378 | 57.1 | 5.3 | 4.2 | 15.9 | 15.1 | 18.5 | 3.4 | 7.1 | 1.3 | 2.1 | 20.1 | 0.3 | 3.7 |
| | 100万円未満 | 646 | 57.6 | 8.4 | 7.7 | 20.7 | 17.2 | 15.8 | 5.7 | 6.8 | 2.3 | 1.2 | 19.0 | 0.9 | 4.6 |
| | 100～200万円未満 | 1486 | 60.8 | 4.6 | 7.2 | 22.2 | 22.4 | 16.8 | 4.7 | 6.7 | 1.4 | 2.8 | 18.4 | 0.9 | 2.8 |
| | 200～300万円未満 | 2365 | 60.8 | 7.1 | 8.3 | 24.5 | 21.4 | 14.3 | 4.8 | 6.9 | 2.1 | 2.8 | 17.5 | 0.9 | 3.3 |
| | 300～400万円未満 | 2815 | 63.1 | 7.4 | 9.1 | 26.1 | 21.6 | 15.1 | 4.6 | 8.1 | 1.6 | 3.1 | 16.4 | 0.8 | 3.1 |
| | 400～500万円未満 | 2487 | 63.3 | 8.2 | 9.7 | 26.2 | 20.3 | 16.5 | 5.7 | 8.1 | 2.4 | 3.7 | 14.8 | 0.6 | 2.9 |
| | 500～600万円未満 | 2112 | 65.3 | 7.7 | 9.7 | 25.8 | 19.9 | 16.6 | 5.5 | 10.0 | 2.9 | 3.6 | 13.8 | 0.9 | 2.1 |
| | 600～700万円未満 | 1645 | 66.3 | 9.0 | 9.2 | 26.0 | 18.1 | 16.0 | 6.6 | 10.5 | 2.9 | 3.8 | 12.3 | 0.7 | 2.0 |
| | 700～800万円未満 | 1593 | 65.1 | 10.4 | 10.5 | 26.9 | 20.8 | 15.1 | 5.5 | 10.7 | 3.4 | 4.3 | 14.0 | 0.9 | 2.1 |
| | 800～1000万円未満 | 2111 | 65.3 | 10.4 | 11.5 | 27.5 | 19.4 | 16.6 | 5.4 | 11.0 | 2.5 | 4.3 | 13.6 | 0.9 | 1.6 |
| | 1000～1200万円未満 | 1321 | 65.6 | 10.7 | 9.8 | 28.1 | 19.8 | 16.0 | 6.6 | 11.4 | 3.6 | 5.1 | 14.5 | 0.3 | 1.5 |
| | 1200万円以上 | 1485 | 70.4 | 12.5 | 11.1 | 26.1 | 18.2 | 14.9 | 6.3 | 11.0 | 3.0 | 6.4 | 12.2 | 0.8 | 1.8 |
| | わからない | 2287 | 58.5 | 5.6 | 7.0 | 23.1 | 17.9 | 13.7 | 3.4 | 11.2 | 1.7 | 2.7 | 22.3 | 0.7 | 3.4 |
| | 答えたくない | 3374 | 60.5 | 5.5 | 7.1 | 22.8 | 20.2 | 12.4 | 4.3 | 6.6 | 1.2 | 3.0 | 17.4 | 0.6 | 6.3 |
| 未既婚 | 既婚者 | 15717 | 64.6 | 8.3 | 9.0 | 25.5 | 20.2 | 14.1 | 4.9 | 9.3 | 2.3 | 3.9 | 14.8 | 0.8 | 2.6 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 9999 | 61.2 | 7.3 | 8.9 | 24.4 | 19.6 | 17.0 | 5.5 | 8.6 | 2.0 | 3.0 | 18.0 | 0.7 | 3.4 |
| | 答えたくない | 389 | 49.4 | 4.9 | 5.4 | 19.8 | 17.2 | 12.3 | 5.1 | 8.0 | 3.1 | 3.6 | 17.2 | − | 12.3 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 5130 | 62.9 | 7.6 | 9.4 | 22.7 | 18.5 | 16.2 | 4.9 | 7.2 | 2.0 | 2.7 | 17.2 | 0.7 | 3.5 |
| | 夫婦のみ・子なし | 8293 | 63.9 | 7.7 | 8.5 | 25.9 | 21.2 | 14.0 | 4.6 | 8.6 | 1.7 | 3.7 | 15.0 | 0.8 | 2.9 |
| | 夫婦・子あり | 6208 | 65.0 | 8.9 | 9.6 | 24.9 | 18.5 | 14.2 | 5.0 | 10.0 | 3.1 | 4.1 | 14.4 | 0.7 | 2.3 |
| | 親と同居(未婚) | 2446 | 59.4 | 6.6 | 7.8 | 26.0 | 20.1 | 18.0 | 6.3 | 8.3 | 1.7 | 3.0 | 18.7 | 0.8 | 3.4 |
| | 2世帯以上同居 | 1137 | 63.0 | 10.1 | 8.9 | 26.1 | 20.6 | 15.6 | 6.8 | 10.0 | 3.2 | 4.0 | 16.9 | 1.0 | 3.5 |
| | その他 | 2502 | 61.2 | 7.3 | 8.8 | 26.2 | 21.8 | 16.8 | 5.5 | 11.8 | 2.4 | 3.8 | 17.9 | 0.7 | 2.9 |
| | 答えたくない | 389 | 49.4 | 4.9 | 5.4 | 19.8 | 17.2 | 12.3 | 5.1 | 8.0 | 3.1 | 3.6 | 17.2 | − | 12.3 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 9109 | 66.3 | 10.3 | 10.5 | 27.0 | 21.3 | 15.1 | 5.9 | 9.7 | 2.8 | 4.0 | 14.4 | 0.7 | 2.3 |
| | 週に1～2日 | 6445 | 66.4 | 11.0 | 9.4 | 26.7 | 20.7 | 16.1 | 6.0 | 9.8 | 2.5 | 3.8 | 14.2 | 0.8 | 1.8 |
| | (小計)週に1日以上計 | 15554 | 66.3 | 10.6 | 10.0 | 26.9 | 21.1 | 15.5 | 5.9 | 9.7 | 2.7 | 3.9 | 14.3 | 0.7 | 2.1 |
| | (小計)週1日未満 | 4867 | 61.6 | 6.0 | 8.9 | 23.8 | 18.1 | 17.1 | 5.3 | 10.2 | 2.1 | 4.0 | 18.2 | 0.7 | 2.0 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 1272 | 57.1 | 3.9 | 6.1 | 18.8 | 15.6 | 12.6 | 4.1 | 7.8 | 1.7 | 2.2 | 16.3 | 0.7 | 8.0 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 21693 | 64.7 | 9.2 | 9.5 | 25.7 | 20.1 | 15.7 | 5.7 | 9.7 | 2.5 | 3.8 | 15.3 | 0.7 | 2.4 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 4412 | 54.7 | 1.5 | 5.8 | 21.4 | 19.0 | 12.7 | 2.4 | 5.3 | 1.0 | 2.1 | 19.8 | 0.8 | 6.5 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 5530 | 68.5 | 11.1 | 9.6 | 26.5 | 20.7 | 13.9 | 5.6 | 8.2 | 2.4 | 3.8 | 13.6 | 0.6 | 2.5 |
| | 週に2日 | 2598 | 68.1 | 13.9 | 11.4 | 27.4 | 21.7 | 15.1 | 6.3 | 8.7 | 3.1 | 3.7 | 12.6 | 0.9 | 2.2 |
| | (小計)週に2日以上計 | 8128 | 68.3 | 12.0 | 10.2 | 26.8 | 21.0 | 14.3 | 5.9 | 8.3 | 2.6 | 3.8 | 13.3 | 0.7 | 2.4 |
| | (小計)週2日未満 | 7897 | 66.0 | 10.4 | 10.5 | 26.6 | 20.1 | 16.7 | 6.8 | 10.8 | 2.9 | 4.4 | 14.1 | 0.6 | 1.7 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 2261 | 57.3 | 4.4 | 6.5 | 21.3 | 16.8 | 14.3 | 4.2 | 9.0 | 1.8 | 2.7 | 17.6 | 1.2 | 5.9 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 18286 | 66.0 | 10.4 | 9.9 | 26.1 | 20.1 | 15.3 | 6.1 | 9.5 | 2.6 | 3.9 | 14.2 | 0.7 | 2.5 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 7819 | 56.2 | 2.0 | 6.6 | 22.5 | 19.6 | 14.9 | 2.9 | 7.8 | 1.3 | 2.7 | 20.5 | 0.9 | 4.4 |
| スポーツ※2参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 58.7 | 23.2 | 16.6 | 29.5 | 23.7 | 16.4 | 12.7 | 13.5 | 9.2 | 6.9 | 7.2 | 0.7 | 0.7 |
| | する・みる | 12942 | 67.9 | 8.1 | 8.7 | 26.4 | 20.5 | 15.3 | 4.5 | 9.0 | 1.3 | 3.3 | 15.7 | 0.8 | 2.3 |
| | する・ささえる | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − |
| | するのみ | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − |
| | みる・ささえる | 758 | 54.1 | 12.4 | 13.1 | 24.0 | 17.7 | 15.3 | 10.7 | 12.9 | 9.4 | 7.4 | 10.0 | 1.1 | 2.0 |
| | みるのみ | 9793 | 58.5 | 3.2 | 6.8 | 22.1 | 18.2 | 14.7 | 3.4 | 7.5 | 1.0 | 2.7 | 19.3 | 0.7 | 4.8 |
| | ささえるのみ | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − |
| | しない・みない・ささえない | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − | − |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q31. あなたは、この1年間に「スポーツチームや選手」（日本代表、プロ、実業団、子どもが所属しているチームや自身の出身チーム等の身近なものも含む）をどの程度応援しましたか。

| | | 全体 | 試合等での直接観戦やグッズの購入、寄付等、積極的に応援活動を行った | テレビやインターネット等での観戦等、直接的ではないが応援活動を行った | 1，2のような応援活動は行っていないが、とても応援していた | 1，2のような応援活動は行っていないし、少しだけ応援していた | その他 | この1年間に応援したチームや選手はなかった |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 8.4 | 22.3 | 6.7 | 11.2 | 0.1 | 51.4 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 10.0 | 26.7 | 7.4 | 11.7 | 0.1 | 44.1 |
| | 女性 | 20041 | 6.8 | 18.2 | 6.1 | 10.7 | 0.1 | 58.1 |
| 年代 | 10代 | 857 | 13.0 | 18.2 | 7.7 | 8.3 | － | 52.9 |
| | 20代 | 5227 | 13.6 | 18.4 | 6.3 | 7.7 | 0.1 | 54.0 |
| | 30代 | 5594 | 9.4 | 17.9 | 4.7 | 8.2 | － | 59.8 |
| | 40代 | 7193 | 9.3 | 20.1 | 4.6 | 9.0 | 0.0 | 56.9 |
| | 50代 | 7752 | 8.7 | 22.3 | 5.8 | 11.1 | 0.1 | 52.0 |
| | 60代 | 6376 | 6.2 | 25.7 | 7.5 | 14.6 | 0.1 | 46.0 |
| | 70代 | 7001 | 3.7 | 28.2 | 11.0 | 15.7 | 0.1 | 41.3 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 17.4 | 23.8 | 11.5 | 8.8 | － | 38.5 |
| | 男性20代 | 2626 | 17.4 | 23.2 | 7.4 | 7.5 | 0.0 | 44.4 |
| | 男性30代 | 2786 | 11.9 | 23.1 | 6.1 | 8.0 | － | 50.9 |
| | 男性40代 | 3587 | 10.8 | 25.1 | 5.6 | 9.3 | 0.1 | 49.1 |
| | 男性50代 | 3858 | 9.7 | 26.6 | 6.5 | 11.5 | 0.1 | 45.7 |
| | 男性60代 | 3112 | 7.3 | 28.8 | 8.5 | 16.3 | 0.1 | 39.1 |
| | 男性70代 | 3213 | 3.8 | 33.1 | 10.2 | 17.1 | 0.1 | 35.8 |
| | 女性10代 | 464 | 9.9 | 14.4 | 5.0 | 7.5 | － | 63.1 |
| | 女性20代 | 2504 | 9.9 | 13.8 | 5.2 | 7.9 | 0.1 | 63.1 |
| | 女性30代 | 2732 | 6.9 | 12.9 | 3.3 | 8.6 | － | 68.3 |
| | 女性40代 | 3522 | 7.9 | 15.3 | 3.7 | 8.7 | － | 64.5 |
| | 女性50代 | 3828 | 7.9 | 18.1 | 5.1 | 10.7 | 0.1 | 58.1 |
| | 女性60代 | 3231 | 5.1 | 22.9 | 6.6 | 13.1 | 0.1 | 52.3 |
| | 女性70代 | 3760 | 3.6 | 24.2 | 11.7 | 14.5 | 0.2 | 45.9 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 10.3 | 23.4 | 6.1 | 10.5 | 0.1 | 49.7 |
| | 東京都区部 | 3552 | 9.7 | 20.8 | 6.4 | 9.4 | 0.1 | 53.6 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 10.7 | 24.8 | 6.0 | 11.1 | 0.0 | 47.5 |
| | 大都市 | 14521 | 9.0 | 24.1 | 7.5 | 11.6 | 0.1 | 47.7 |
| | 小都市 | 11741 | 6.7 | 20.3 | 6.5 | 11.3 | 0.1 | 55.1 |
| | 町村 | 3777 | 5.7 | 18.6 | 6.0 | 10.9 | 0.1 | 58.8 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 10.3 | 25.7 | 9.1 | 11.3 | － | 43.6 |
| | 東北 | 2718 | 8.6 | 22.1 | 6.9 | 11.7 | 0.1 | 50.6 |
| | 北関東 | 2146 | 6.3 | 20.4 | 7.2 | 11.7 | 0.0 | 54.3 |
| | 首都圏 | 11930 | 8.5 | 21.4 | 6.1 | 10.3 | 0.0 | 53.7 |
| | 北陸 | 1604 | 6.0 | 21.3 | 6.7 | 12.7 | 0.1 | 53.2 |
| | 東山 | 1509 | 6.2 | 20.0 | 6.7 | 12.3 | 0.1 | 54.6 |
| | 東海 | 4067 | 7.4 | 21.5 | 6.3 | 12.8 | 0.0 | 52.0 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 8.8 | 22.7 | 6.8 | 10.4 | 0.1 | 51.1 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 9.1 | 22.2 | 7.0 | 11.5 | 0.1 | 50.2 |
| | 中国 | 2239 | 11.7 | 24.1 | 6.8 | 11.6 | 0.1 | 45.6 |
| | 四国 | 1164 | 6.1 | 20.8 | 6.8 | 11.3 | － | 55.1 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 8.9 | 25.3 | 7.3 | 11.0 | 0.0 | 47.6 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 7.6 | 24.8 | 8.4 | 11.1 | 0.1 | 48.0 |
| | 家族従業者 | 207 | 7.2 | 20.8 | 7.2 | 10.6 | － | 54.1 |
| | 雇用者 | 21731 | 10.6 | 21.6 | 6.2 | 10.5 | 0.1 | 51.0 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 10.2 | 22.0 | 6.5 | 10.6 | 0.1 | 50.7 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 5.1 | 22.6 | 7.6 | 12.1 | 0.0 | 52.6 |
| | 学生 | 1383 | 14.5 | 19.5 | 6.9 | 9.5 | － | 49.6 |
| | 無職 | 6355 | 3.7 | 25.7 | 7.2 | 13.9 | 0.1 | 49.5 |
| | その他 | 568 | 5.3 | 25.2 | 9.5 | 13.6 | 0.2 | 46.3 |
| | 答えたくない | 1163 | 4.3 | 9.7 | 3.3 | 5.3 | － | 77.4 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 3.6 | 19.1 | 4.2 | 9.1 | － | 64.1 |
| | 高校 | 10826 | 5.9 | 21.0 | 7.1 | 11.4 | 0.1 | 54.5 |
| | 短大・高専 | 4045 | 7.1 | 21.6 | 7.8 | 10.9 | 0.0 | 52.6 |
| | 専門学校 | 4546 | 7.4 | 19.4 | 6.5 | 9.9 | 0.0 | 56.8 |
| | 大学 | 17018 | 10.5 | 24.6 | 6.6 | 11.7 | 0.1 | 46.5 |
| | 大学院 | 2087 | 11.2 | 23.4 | 6.9 | 11.8 | － | 46.8 |
| | その他 | 18 | 11.1 | 16.7 | － | 16.7 | － | 55.6 |
| | 答えたくない | 786 | 4.6 | 9.2 | 2.8 | 5.1 | － | 78.4 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 3.9 | 16.7 | 4.2 | 9.7 | 0.1 | 65.3 |
| | 100万円未満 | 1209 | 5.2 | 17.7 | 6.0 | 10.8 | 0.2 | 60.2 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 4.9 | 20.7 | 7.2 | 11.7 | 0.2 | 55.3 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 5.2 | 22.7 | 7.9 | 12.2 | 0.1 | 51.9 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 7.2 | 23.6 | 7.5 | 13.4 | 0.1 | 48.2 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 8.7 | 23.4 | 7.4 | 11.4 | － | 49.0 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 9.7 | 24.6 | 7.6 | 11.3 | － | 46.8 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 10.5 | 24.8 | 6.9 | 12.0 | 0.0 | 45.8 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 11.0 | 25.3 | 6.8 | 11.8 | 0.2 | 44.9 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 13.0 | 25.4 | 6.7 | 10.5 | － | 44.4 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 13.4 | 25.9 | 7.3 | 9.9 | － | 43.4 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 14.3 | 24.9 | 6.7 | 11.4 | － | 42.7 |
| | わからない | 4002 | 6.3 | 18.3 | 4.9 | 9.8 | 0.0 | 60.5 |
| | 答えたくない | 5872 | 6.4 | 18.4 | 5.8 | 9.7 | 0.1 | 59.6 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 8.7 | 24.9 | 7.6 | 12.4 | 0.0 | 46.4 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 8.1 | 19.5 | 5.7 | 9.9 | 0.1 | 56.7 |
| | 答えたくない | 975 | 5.0 | 10.6 | 5.4 | 6.7 | 0.3 | 72.0 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 8.2 | 18.8 | 5.8 | 9.8 | 0.1 | 57.3 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 7.7 | 26.2 | 8.4 | 12.8 | 0.0 | 44.8 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 9.8 | 23.4 | 6.5 | 11.6 | 0.0 | 48.6 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 8.3 | 20.6 | 4.7 | 9.9 | 0.0 | 56.6 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 9.5 | 21.0 | 7.2 | 12.0 | 0.2 | 50.1 |
| | その他 | 3988 | 7.7 | 21.6 | 6.7 | 10.5 | 0.1 | 53.5 |
| | 答えたくない | 975 | 5.0 | 10.6 | 5.4 | 6.7 | 0.3 | 72.0 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 9.8 | 27.5 | 8.4 | 12.5 | 0.1 | 41.7 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 10.8 | 27.7 | 8.3 | 12.5 | 0.1 | 40.6 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 10.2 | 27.6 | 8.3 | 12.5 | 0.1 | 41.2 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 9.8 | 23.0 | 6.6 | 13.4 | 0.0 | 47.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 6.3 | 14.5 | 5.4 | 8.0 | 0.1 | 65.7 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 9.8 | 25.4 | 7.7 | 12.3 | 0.1 | 44.7 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 3.9 | 12.6 | 3.8 | 7.5 | 0.1 | 72.1 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 9.7 | 26.8 | 8.7 | 12.3 | 0.1 | 42.5 |
| | 週に2日 | 3316 | 11.6 | 29.8 | 9.3 | 11.6 | 0.1 | 37.5 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 10.3 | 27.7 | 8.9 | 12.1 | 0.1 | 40.9 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 11.7 | 28.1 | 8.2 | 13.0 | 0.0 | 39.0 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 6.7 | 17.2 | 5.6 | 10.0 | 0.1 | 60.4 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 10.3 | 26.2 | 8.1 | 12.1 | 0.1 | 43.3 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 5.1 | 15.7 | 4.5 | 9.5 | 0.1 | 65.1 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 26.1 | 40.0 | 14.4 | 10.1 | 0.0 | 9.4 |
| | する・みる | 12942 | 11.0 | 34.8 | 10.0 | 16.5 | 0.1 | 27.6 |
| | する・ささえる | 212 | 3.8 | 12.7 | 6.6 | 8.5 | － | 68.4 |
| | するのみ | 4963 | 0.2 | 3.0 | 0.9 | 3.5 | 0.1 | 92.3 |
| | みる・ささえる | 758 | 25.3 | 31.5 | 14.1 | 14.8 | 0.3 | 14.0 |
| | みるのみ | 9793 | 10.3 | 28.6 | 8.2 | 16.0 | 0.1 | 36.9 |
| | ささえるのみ | 118 | 9.3 | 9.3 | 8.5 | 13.6 | － | 59.3 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 0.2 | 1.6 | 0.5 | 2.0 | 0.0 | 95.6 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q32. あなたがこの1年間に行った「運動・スポーツをささえる活動」があれば全部あげてください。(MA)

| | | 全体 | 運動・スポーツの指導（コーチ） | トレーナー | スポーツの審判 | スポーツクラブ・団体の運営や世話 | スポーツ施設の管理の手伝い | 大会・イベントの運営や世話 | 自身やお子様が所属するボランティア団体やクラブでの補助的な活動 | スポーツ団体・選手への寄付・クラウドファンディング等への参加（スポーツインベントなどのチャリティー活動含む） | その他 | 行っていない | わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 2.7 | 1.0 | 1.6 | 1.8 | 1.3 | 2.3 | 1.9 | 1.1 | 0.2 | 81.1 | 9.7 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 4.0 | 1.4 | 2.6 | 2.6 | 1.9 | 3.1 | 2.1 | 1.4 | 0.2 | 78.2 | 9.4 |
| | 女性 | 20041 | 1.5 | 0.7 | 0.6 | 1.0 | 0.7 | 1.5 | 1.8 | 0.8 | 0.2 | 84.2 | 9.5 |
| 年代 | 10代 | 857 | 5.5 | 2.8 | 4.8 | 4.3 | 4.9 | 6.2 | 2.5 | 1.9 | 0.2 | 66.5 | 12.5 |
| | 20代 | 5227 | 5.0 | 2.4 | 2.9 | 3.8 | 3.4 | 4.2 | 3.4 | 2.0 | 0.2 | 69.4 | 13.7 |
| | 30代 | 5594 | 3.5 | 1.6 | 2.3 | 2.2 | 1.8 | 2.4 | 2.3 | 1.1 | 0.3 | 75.7 | 12.6 |
| | 40代 | 7193 | 3.1 | 1.0 | 1.7 | 1.6 | 1.2 | 2.5 | 3.3 | 0.8 | 0.3 | 78.5 | 11.0 |
| | 50代 | 7752 | 1.9 | 0.6 | 0.9 | 1.4 | 0.7 | 1.6 | 1.7 | 1.1 | 0.2 | 84.4 | 8.6 |
| | 60代 | 6376 | 1.8 | 0.5 | 1.1 | 1.0 | 0.5 | 1.7 | 0.8 | 0.8 | 0.3 | 87.2 | 7.2 |
| | 70代 | 7001 | 1.5 | 0.3 | 0.6 | 1.2 | 0.5 | 1.3 | 0.4 | 0.8 | 0.2 | 89.4 | 6.0 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 8.6 | 4.3 | 7.0 | 6.4 | 6.1 | 7.0 | 1.6 | 1.9 | 0.5 | 61.2 | 11.5 |
| | 男性20代 | 2626 | 8.0 | 3.7 | 4.8 | 5.4 | 4.7 | 6.0 | 4.0 | 2.8 | 0.2 | 63.1 | 13.2 |
| | 男性30代 | 2786 | 5.8 | 2.4 | 4.0 | 3.5 | 2.9 | 3.2 | 2.7 | 1.5 | 0.4 | 71.2 | 12.0 |
| | 男性40代 | 3587 | 4.4 | 1.3 | 2.8 | 2.2 | 1.5 | 3.4 | 3.0 | 1.0 | 0.2 | 75.9 | 11.0 |
| | 男性50代 | 3858 | 2.6 | 0.6 | 1.6 | 1.8 | 1.1 | 2.0 | 1.6 | 1.5 | 0.2 | 83.0 | 8.1 |
| | 男性60代 | 3112 | 2.2 | 0.4 | 1.6 | 1.5 | 0.8 | 2.5 | 1.0 | 0.9 | 0.4 | 84.7 | 8.0 |
| | 男性70代 | 3213 | 1.7 | 0.3 | 0.8 | 1.6 | 0.7 | 1.7 | 0.5 | 0.8 | 0.2 | 89.4 | 5.1 |
| | 女性10代 | 464 | 3.2 | 1.7 | 3.2 | 2.8 | 4.1 | 5.8 | 3.2 | 1.9 | – | 70.5 | 12.7 |
| | 女性20代 | 2504 | 2.1 | 0.9 | 1.0 | 2.2 | 2.1 | 2.4 | 2.8 | 1.1 | 0.2 | 76.4 | 13.4 |
| | 女性30代 | 2732 | 1.3 | 0.8 | 0.6 | 1.0 | 0.7 | 1.6 | 1.9 | 0.7 | 0.2 | 80.6 | 12.9 |
| | 女性40代 | 3522 | 1.6 | 0.8 | 0.6 | 1.0 | 0.8 | 1.6 | 3.7 | 0.5 | 0.3 | 81.5 | 10.5 |
| | 女性50代 | 3828 | 1.1 | 0.5 | 0.3 | 0.9 | 0.3 | 1.2 | 1.6 | 0.7 | 0.3 | 86.1 | 8.8 |
| | 女性60代 | 3231 | 1.3 | 0.6 | 0.6 | 0.5 | 0.2 | 0.8 | 0.5 | 0.7 | 0.2 | 89.8 | 6.3 |
| | 女性70代 | 3760 | 1.3 | 0.3 | 0.4 | 0.7 | 0.3 | 1.0 | 0.3 | 0.7 | 0.2 | 89.4 | 6.6 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 2.4 | 1.1 | 1.4 | 1.6 | 1.1 | 1.9 | 1.8 | 1.1 | 0.2 | 83.5 | 8.2 |
| | 東京都区部 | 3552 | 2.7 | 1.4 | 1.8 | 2.2 | 1.1 | 2.4 | 2.0 | 0.9 | 0.1 | 80.9 | 9.8 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 2.2 | 0.9 | 1.2 | 1.4 | 1.1 | 1.6 | 1.7 | 1.2 | 0.2 | 85.0 | 7.3 |
| | 大都市 | 14521 | 3.1 | 1.2 | 1.9 | 1.9 | 1.6 | 2.6 | 2.0 | 1.1 | 0.2 | 80.3 | 9.6 |
| | 小都市 | 11741 | 2.6 | 0.9 | 1.5 | 1.9 | 1.2 | 2.3 | 1.9 | 1.1 | 0.3 | 80.4 | 10.2 |
| | 町村 | 3777 | 2.6 | 1.0 | 1.2 | 1.6 | 1.1 | 1.9 | 1.8 | 0.8 | 0.2 | 79.9 | 12.1 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 2.6 | 1.0 | 1.2 | 1.1 | 1.1 | 1.6 | 1.4 | 1.0 | 0.4 | 82.1 | 9.6 |
| | 東北 | 2718 | 3.2 | 0.9 | 1.9 | 2.0 | 1.3 | 3.0 | 2.2 | 1.4 | 0.3 | 79.8 | 9.1 |
| | 北関東 | 2146 | 2.7 | 1.1 | 1.6 | 2.1 | 1.7 | 3.2 | 2.3 | 1.2 | 0.4 | 78.8 | 10.1 |
| | 首都圏 | 11930 | 2.5 | 1.2 | 1.5 | 1.8 | 1.3 | 2.0 | 1.8 | 1.0 | 0.2 | 81.7 | 9.6 |
| | 北陸 | 1604 | 2.8 | 0.6 | 1.4 | 2.9 | 1.2 | 1.8 | 1.5 | 0.9 | 0.1 | 81.5 | 9.0 |
| | 東山 | 1509 | 3.2 | 0.8 | 1.5 | 2.3 | 1.7 | 2.8 | 2.7 | 1.1 | 0.2 | 80.6 | 9.6 |
| | 東海 | 4067 | 2.3 | 1.0 | 1.4 | 1.8 | 1.4 | 2.1 | 1.5 | 1.0 | 0.2 | 82.9 | 8.8 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 2.8 | 1.1 | 1.5 | 1.6 | 1.4 | 2.0 | 1.9 | 0.8 | 0.2 | 81.0 | 10.2 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 2.5 | 1.2 | 1.6 | 0.9 | 0.9 | 1.9 | 1.9 | 0.7 | 0.1 | 81.9 | 9.7 |
| | 中国 | 2239 | 2.5 | 0.8 | 1.6 | 1.6 | 1.1 | 2.1 | 2.3 | 1.4 | 0.2 | 80.6 | 9.9 |
| | 四国 | 1164 | 2.7 | 0.7 | 2.1 | 1.8 | 1.3 | 2.8 | 2.1 | 1.3 | 0.6 | 81.5 | 8.8 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 3.3 | 1.0 | 1.8 | 2.0 | 1.3 | 2.7 | 2.0 | 1.2 | 0.2 | 79.4 | 10.6 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 4.5 | 2.4 | 3.5 | 3.9 | 3.3 | 3.5 | 2.4 | 2.0 | 0.2 | 74.6 | 8.8 |
| | 家族従業者 | 207 | 1.9 | 2.4 | 1.4 | 2.4 | 2.9 | 3.4 | 3.4 | 2.9 | – | 79.7 | 7.2 |
| | 雇用者 | 21731 | 3.2 | 1.1 | 1.8 | 2.1 | 1.3 | 2.6 | 2.5 | 1.2 | 0.2 | 79.5 | 9.8 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 3.4 | 1.3 | 2.0 | 2.3 | 1.6 | 2.7 | 2.5 | 1.3 | 0.2 | 78.9 | 9.7 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 1.3 | 0.5 | 0.4 | 0.6 | 0.4 | 0.9 | 1.1 | 0.6 | 0.2 | 87.9 | 7.8 |
| | 学生 | 1383 | 6.0 | 2.6 | 3.8 | 4.0 | 4.6 | 6.7 | 2.5 | 1.8 | 0.3 | 69.3 | 11.2 |
| | 無職 | 6355 | 1.1 | 0.2 | 0.5 | 0.7 | 0.3 | 1.1 | 0.5 | 0.6 | 0.3 | 89.7 | 6.5 |
| | その他 | 568 | 1.4 | 1.1 | 0.7 | 1.9 | 1.2 | 1.6 | 1.6 | 1.8 | – | 83.8 | 9.3 |
| | 答えたくない | 1163 | 1.5 | 0.6 | 0.6 | 0.8 | 0.9 | 0.8 | 1.0 | 0.3 | 0.1 | 60.9 | 33.9 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 2.2 | 0.4 | 0.6 | 0.9 | – | 0.6 | 0.4 | 0.7 | – | 85.6 | 9.6 |
| | 高校 | 10826 | 2.0 | 0.7 | 1.1 | 1.0 | 0.8 | 1.5 | 1.2 | 0.6 | 0.2 | 84.3 | 9.4 |
| | 短大・高専 | 4045 | 1.6 | 0.7 | 1.0 | 1.5 | 0.7 | 1.5 | 1.8 | 0.9 | 0.2 | 83.2 | 9.5 |
| | 専門学校 | 4546 | 2.2 | 1.0 | 1.5 | 1.2 | 0.9 | 1.6 | 2.2 | 0.7 | 0.2 | 81.2 | 10.6 |
| | 大学 | 17018 | 3.6 | 1.2 | 2.1 | 2.5 | 1.9 | 3.1 | 2.3 | 1.4 | 0.3 | 79.3 | 8.9 |
| | 大学院 | 2087 | 3.6 | 2.2 | 2.0 | 2.7 | 2.2 | 3.5 | 2.8 | 1.6 | 0.3 | 79.5 | 7.4 |
| | その他 | 18 | – | – | – | – | – | 5.6 | – | – | – | 77.8 | 16.7 |
| | 答えたくない | 786 | 1.0 | 0.6 | 0.6 | 1.0 | 0.4 | 0.9 | 1.4 | 0.6 | 0.3 | 63.2 | 31.4 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 1.2 | 1.0 | 0.5 | 0.4 | 0.5 | 1.8 | 0.4 | 0.5 | – | 84.4 | 11.2 |
| | 100万円未満 | 1209 | 2.6 | 1.2 | 1.5 | 1.2 | 0.9 | 2.3 | 1.2 | 0.8 | 0.3 | 81.6 | 9.3 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 1.9 | 0.8 | 1.1 | 1.4 | 0.8 | 1.4 | 0.7 | 0.6 | 0.4 | 86.9 | 7.2 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 2.3 | 0.6 | 1.2 | 1.4 | 1.1 | 1.8 | 1.1 | 0.9 | 0.2 | 85.0 | 7.7 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 2.7 | 1.0 | 1.1 | 1.9 | 1.3 | 2.0 | 1.4 | 1.0 | 0.2 | 83.4 | 7.9 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 2.8 | 1.3 | 1.9 | 2.7 | 1.7 | 2.5 | 2.4 | 1.1 | 0.2 | 81.1 | 8.2 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 3.3 | 1.4 | 2.3 | 2.5 | 1.6 | 2.6 | 2.8 | 1.6 | 0.1 | 81.4 | 6.9 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 4.0 | 1.5 | 2.7 | 2.1 | 1.5 | 3.1 | 2.8 | 0.9 | 0.3 | 78.9 | 8.5 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 3.6 | 1.7 | 1.9 | 2.5 | 2.2 | 3.5 | 3.4 | 1.4 | 0.2 | 78.6 | 7.4 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 4.3 | 1.2 | 2.3 | 2.3 | 1.5 | 3.0 | 3.5 | 1.8 | 0.3 | 77.4 | 8.6 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 4.7 | 2.0 | 3.5 | 3.2 | 2.5 | 4.1 | 4.3 | 1.9 | 0.2 | 76.2 | 8.6 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 4.4 | 1.6 | 2.5 | 3.1 | 2.5 | 3.9 | 3.3 | 2.5 | 0.3 | 77.3 | 7.4 |
| | わからない | 4002 | 1.4 | 0.5 | 0.7 | 0.8 | 0.8 | 1.5 | 0.9 | 0.4 | 0.2 | 83.6 | 11.5 |
| | 答えたくない | 5872 | 1.3 | 0.4 | 0.5 | 0.8 | 0.5 | 1.0 | 0.7 | 0.5 | 0.2 | 78.8 | 17.0 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 2.9 | 1.0 | 1.7 | 2.1 | 1.3 | 2.4 | 2.5 | 1.1 | 0.2 | 81.1 | 8.8 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 2.5 | 1.1 | 1.4 | 1.6 | 1.3 | 2.2 | 1.2 | 1.0 | 0.3 | 82.1 | 9.5 |
| | 答えたくない | 975 | 1.2 | 0.5 | 0.8 | 0.7 | 0.6 | 1.0 | 1.2 | 0.9 | 0.1 | 63.5 | 30.8 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 2.6 | 1.3 | 1.3 | 1.6 | 1.2 | 2.0 | 1.1 | 0.9 | 0.3 | 82.2 | 9.5 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 2.6 | 0.9 | 1.3 | 1.8 | 1.1 | 2.0 | 1.0 | 1.0 | 0.2 | 83.9 | 8.1 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 3.2 | 1.0 | 2.1 | 2.3 | 1.5 | 2.6 | 4.0 | 1.1 | 0.2 | 78.4 | 9.7 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 2.4 | 0.9 | 1.4 | 1.6 | 1.6 | 2.2 | 1.1 | 1.1 | 0.4 | 81.3 | 10.1 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 4.2 | 1.1 | 2.9 | 2.8 | 2.0 | 3.7 | 4.2 | 2.0 | 0.2 | 76.9 | 9.6 |
| | その他 | 3988 | 2.3 | 1.1 | 1.4 | 1.4 | 1.3 | 2.3 | 1.6 | 1.2 | 0.2 | 83.1 | 8.7 |
| | 答えたくない | 975 | 1.2 | 0.5 | 0.8 | 0.7 | 0.6 | 1.0 | 1.2 | 0.9 | 0.1 | 63.5 | 30.8 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 4.9 | 1.9 | 2.6 | 3.1 | 2.2 | 3.4 | 2.4 | 1.6 | 0.3 | 78.3 | 7.5 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 3.4 | 1.2 | 2.5 | 2.5 | 1.7 | 3.3 | 2.6 | 1.5 | 0.3 | 78.8 | 8.4 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 4.3 | 1.6 | 2.6 | 2.9 | 2.0 | 3.4 | 2.5 | 1.6 | 0.3 | 78.5 | 7.9 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 2.0 | 0.7 | 1.1 | 1.2 | 1.1 | 2.3 | 2.7 | 0.9 | 0.2 | 83.3 | 8.2 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 1.4 | 0.8 | 0.7 | 1.1 | 0.7 | 1.0 | 1.1 | 0.5 | 0.1 | 69.4 | 24.9 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 3.5 | 1.3 | 2.1 | 2.3 | 1.7 | 2.9 | 2.4 | 1.3 | 0.3 | 78.8 | 9.4 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 0.3 | 0.1 | 0.0 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.5 | 0.2 | 0.1 | 88.1 | 10.4 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 5.2 | 1.7 | 2.2 | 2.7 | 2.0 | 3.5 | 2.0 | 1.4 | 0.4 | 78.8 | 7.7 |
| | 週に2日 | 3316 | 5.7 | 2.0 | 4.0 | 4.4 | 2.8 | 3.8 | 3.2 | 1.9 | 0.3 | 74.4 | 8.2 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 5.3 | 1.8 | 2.8 | 3.2 | 2.2 | 3.6 | 2.4 | 1.5 | 0.3 | 77.4 | 7.8 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 3.7 | 1.6 | 2.6 | 2.8 | 2.1 | 3.8 | 3.3 | 1.8 | 0.3 | 77.4 | 8.4 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 1.7 | 0.7 | 0.9 | 1.2 | 0.7 | 1.2 | 1.4 | 0.6 | 0.1 | 72.2 | 21.4 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 4.1 | 1.5 | 2.4 | 2.7 | 1.9 | 3.3 | 2.6 | 1.5 | 0.3 | 76.6 | 10.3 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 0.5 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.6 | 0.8 | 0.4 | 0.2 | 88.7 | 8.6 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 30.7 | 11.5 | 19.4 | 21.4 | 15.1 | 25.0 | 18.6 | 12.0 | 2.0 | – | – |
| | する・みる | 12942 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 92.3 | 7.7 |
| | する・ささえる | 212 | 40.6 | 15.6 | 12.7 | 16.5 | 9.4 | 22.6 | 14.2 | 6.1 | 6.1 | – | – |
| | するのみ | 4963 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 87.2 | 12.8 |
| | みる・ささえる | 758 | 23.1 | 8.8 | 11.7 | 15.4 | 13.1 | 23.7 | 29.9 | 12.1 | 2.9 | – | – |
| | みるのみ | 9793 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 91.1 | 8.9 |
| | ささえるのみ | 118 | 24.6 | 8.5 | 4.2 | 14.4 | 8.5 | 22.0 | 23.7 | 6.8 | 3.4 | – | – |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 84.2 | 15.8 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q33. あなたがこの1年間に行った「運動・スポーツをささえる活動」は、どの程度行いましたか。

| | | 全体 | 日常的・定期的に行った | 不定期に行った | わからない |
|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 3700 | 40.0 | 51.4 | 8.6 |
| 性別 | 男性 | 2410 | 41.3 | 51.0 | 7.7 |
| | 女性 | 1263 | 38.0 | 52.1 | 9.9 |
| 年代 | 10代 | 180 | 35.6 | 56.1 | 8.3 |
| | 20代 | 887 | 43.6 | 47.0 | 9.4 |
| | 30代 | 652 | 43.1 | 47.2 | 9.7 |
| | 40代 | 756 | 39.8 | 52.4 | 7.8 |
| | 50代 | 543 | 34.4 | 57.8 | 7.7 |
| | 60代 | 355 | 35.8 | 53.5 | 10.7 |
| | 70代 | 327 | 41.0 | 53.8 | 5.2 |
| 性年代 | 男性10代 | 102 | 37.3 | 55.9 | 6.9 |
| | 男性20代 | 624 | 45.7 | 45.2 | 9.1 |
| | 男性30代 | 468 | 46.2 | 45.1 | 8.8 |
| | 男性40代 | 468 | 41.2 | 51.3 | 7.5 |
| | 男性50代 | 342 | 31.9 | 61.7 | 6.4 |
| | 男性60代 | 227 | 34.8 | 57.3 | 7.9 |
| | 男性70代 | 179 | 41.9 | 55.3 | 2.8 |
| | 女性10代 | 78 | 33.3 | 56.4 | 10.3 |
| | 女性20代 | 255 | 39.6 | 51.4 | 9.0 |
| | 女性30代 | 179 | 35.8 | 53.1 | 11.2 |
| | 女性40代 | 280 | 38.2 | 53.6 | 8.2 |
| | 女性50代 | 198 | 38.9 | 51.5 | 9.6 |
| | 女性60代 | 126 | 37.3 | 46.8 | 15.9 |
| | 女性70代 | 147 | 39.5 | 52.4 | 8.2 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 827 | 43.5 | 49.7 | 6.8 |
| | 東京都区部 | 332 | 44.0 | 48.8 | 7.2 |
| | 政令指定都市 | 495 | 43.2 | 50.3 | 6.5 |
| | 大都市 | 1468 | 40.1 | 52.2 | 7.8 |
| | 小都市 | 1102 | 37.7 | 52.1 | 10.3 |
| | 町村 | 303 | 38.9 | 49.8 | 11.2 |
| 居住地域 | 北海道 | 138 | 43.5 | 47.1 | 9.4 |
| | 東北 | 303 | 35.3 | 56.1 | 8.6 |
| | 北関東 | 237 | 40.1 | 50.6 | 9.3 |
| | 首都圏 | 1045 | 41.5 | 50.0 | 8.5 |
| | 北陸 | 152 | 41.4 | 50.0 | 8.6 |
| | 東山 | 147 | 43.5 | 48.3 | 8.2 |
| | 東海 | 341 | 39.3 | 49.6 | 11.1 |
| | 近畿二府一県 | 470 | 38.9 | 53.6 | 7.4 |
| | その他近畿圏 | 97 | 29.9 | 64.9 | 5.2 |
| | 中国 | 212 | 36.8 | 57.5 | 5.7 |
| | 四国 | 113 | 43.4 | 46.9 | 9.7 |
| | 九州・沖縄 | 445 | 41.6 | 49.2 | 9.2 |
| 職業 | 自営業主 | 514 | 42.8 | 49.4 | 7.8 |
| | 家族従業者 | 27 | 48.1 | 44.4 | 7.4 |
| | 雇用者 | 2307 | 40.7 | 51.2 | 8.1 |
| | (小計)就労者 | 2848 | 41.2 | 50.8 | 8.0 |
| | 主婦・主夫 | 237 | 38.8 | 51.9 | 9.3 |
| | 学生 | 270 | 37.0 | 53.0 | 10.0 |
| | 無職 | 245 | 35.9 | 56.7 | 7.3 |
| | その他 | 39 | 38.5 | 56.4 | 5.1 |
| | 答えたくない | 61 | 23.0 | 44.3 | 32.8 |
| 最終学歴 | 中学校 | 32 | 37.5 | 53.1 | 9.4 |
| | 高校 | 683 | 37.9 | 50.2 | 11.9 |
| | 短大・高専 | 294 | 40.8 | 48.0 | 11.2 |
| | 専門学校 | 374 | 37.2 | 54.5 | 8.3 |
| | 大学 | 2002 | 41.3 | 51.8 | 6.9 |
| | 大学院 | 272 | 39.7 | 52.6 | 7.7 |
| | その他 | 1 | − | − | 100.0 |
| | 答えたくない | 42 | 40.5 | 38.1 | 21.4 |
| 世帯年収 | 収入なし | 33 | 21.2 | 63.6 | 15.2 |
| | 100万円未満 | 109 | 28.4 | 61.5 | 10.1 |
| | 100～200万円未満 | 141 | 42.6 | 48.2 | 9.2 |
| | 200～300万円未満 | 261 | 36.4 | 51.7 | 11.9 |
| | 300～400万円未満 | 359 | 37.3 | 53.5 | 9.2 |
| | 400～500万円未満 | 394 | 40.6 | 50.8 | 8.6 |
| | 500～600万円未満 | 357 | 42.6 | 47.6 | 9.8 |
| | 600～700万円未満 | 300 | 39.7 | 54.0 | 6.3 |
| | 700～800万円未満 | 318 | 39.6 | 54.1 | 6.3 |
| | 800～1000万円未満 | 410 | 41.2 | 49.5 | 9.3 |
| | 1000～1200万円未満 | 272 | 46.0 | 50.7 | 3.3 |
| | 1200万円以上 | 310 | 43.5 | 51.3 | 5.2 |
| | わからない | 194 | 36.1 | 53.6 | 10.3 |
| | 答えたくない | 242 | 40.5 | 45.9 | 13.6 |
| 未既婚 | 既婚者 | 2232 | 41.8 | 50.4 | 7.8 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 1412 | 37.5 | 53.1 | 9.3 |
| | 答えたくない | 56 | 30.4 | 50.0 | 19.6 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 721 | 36.3 | 53.1 | 10.5 |
| | 夫婦のみ・子なし | 895 | 41.8 | 48.9 | 9.3 |
| | 夫婦・子あり | 1111 | 42.4 | 50.9 | 6.8 |
| | 親と同居(未婚) | 359 | 35.7 | 54.9 | 9.5 |
| | 2世帯以上同居 | 232 | 42.7 | 50.4 | 6.9 |
| | その他 | 326 | 39.9 | 53.4 | 6.7 |
| | 答えたくない | 56 | 30.4 | 50.0 | 19.6 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 1728 | 47.7 | 45.1 | 7.1 |
| | 週に1～2日 | 1096 | 38.4 | 55.1 | 6.5 |
| | (小計)週に1日以上計 | 2824 | 44.1 | 49.0 | 6.9 |
| | (小計)週1日未満 | 582 | 29.0 | 60.8 | 10.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 149 | 20.8 | 57.7 | 21.5 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 3555 | 40.7 | 51.3 | 8.0 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 145 | 24.1 | 53.8 | 22.1 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 1007 | 49.6 | 44.3 | 6.2 |
| | 週に2日 | 578 | 46.0 | 46.4 | 7.6 |
| | (小計)週に2日以上計 | 1585 | 48.3 | 45.0 | 6.7 |
| | (小計)週2日未満 | 1459 | 36.0 | 56.5 | 7.5 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 258 | 30.6 | 50.4 | 19.0 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 3302 | 41.5 | 50.5 | 8.0 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 398 | 28.1 | 58.5 | 13.3 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 44.6 | 49.7 | 5.7 |
| | する・みる | − | − | − | − |
| | する・ささえる | 212 | 37.7 | 40.6 | 21.7 |
| | するのみ | − | − | − | − |
| | みる・ささえる | 758 | 27.3 | 60.2 | 12.5 |
| | みるのみ | − | − | − | − |
| | ささえるのみ | 118 | 23.7 | 52.5 | 23.7 |
| | しない・みない・ささえない | − | − | − | − |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q34. どんなきっかけや動機づけ(モチベーション)があれば、運動・スポーツをささえる活動を行ったり続けたりすると思いますか。(MA)

| | | 全体 | 好きなスポーツの普及・支援 | 地域での居場所、役割、生きがい | 出会い・交流の場 | 指導・大会運営スキルの取得・活用 | 社会貢献 | 顕彰や表彰 | その大会・クラブ等への家族・友人の参加 | 実費程度の報酬 | 特に動機づけは必要ない | その他 | どんなきっかけや動機づけがあっても、しない・できない | わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 14.9 | 9.8 | 9.9 | 2.2 | 5.4 | 1.1 | 7.3 | 5.1 | 13.7 | 0.8 | 26.3 | 26.7 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 18.6 | 11.5 | 12.3 | 3.1 | 6.9 | 1.7 | 6.6 | 5.8 | 13.8 | 0.8 | 23.1 | 25.1 |
| | 女性 | 20041 | 11.5 | 8.3 | 7.7 | 1.3 | 3.9 | 0.6 | 8.0 | 4.4 | 13.8 | 0.9 | 29.4 | 27.9 |
| 年代 | 10代 | 857 | 23.2 | 14.1 | 17.6 | 5.6 | 7.8 | 3.7 | 10.7 | 10.5 | 10.0 | 0.4 | 19.5 | 21.1 |
| | 20代 | 5227 | 17.7 | 11.9 | 14.5 | 4.7 | 6.8 | 3.2 | 8.4 | 8.4 | 8.8 | 0.7 | 26.1 | 22.9 |
| | 30代 | 5594 | 14.8 | 10.7 | 10.1 | 3.2 | 4.9 | 1.6 | 7.0 | 6.8 | 11.6 | 1.1 | 28.3 | 25.0 |
| | 40代 | 7193 | 16.2 | 9.6 | 10.5 | 2.0 | 4.8 | 1.1 | 7.8 | 6.0 | 12.9 | 1.0 | 25.5 | 26.4 |
| | 50代 | 7752 | 14.6 | 9.1 | 8.3 | 1.5 | 5.2 | 0.6 | 7.1 | 4.5 | 14.9 | 1.0 | 24.6 | 28.8 |
| | 60代 | 6376 | 13.5 | 9.3 | 8.5 | 1.0 | 5.6 | 0.4 | 6.3 | 3.2 | 16.0 | 0.7 | 25.7 | 29.5 |
| | 70代 | 7001 | 12.3 | 8.6 | 7.9 | 1.1 | 5.0 | 0.2 | 6.9 | 1.9 | 17.1 | 0.6 | 28.7 | 27.2 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 28.1 | 18.2 | 20.9 | 9.6 | 10.7 | 5.6 | 12.0 | 9.9 | 8.8 | 0.5 | 15.5 | 19.8 |
| | 男性20代 | 2626 | 23.3 | 15.2 | 17.6 | 6.5 | 8.8 | 4.5 | 7.7 | 10.1 | 8.3 | 0.6 | 21.1 | 20.1 |
| | 男性30代 | 2786 | 18.2 | 12.5 | 12.0 | 4.8 | 6.7 | 2.3 | 6.4 | 7.5 | 11.2 | 0.5 | 25.7 | 23.1 |
| | 男性40代 | 3587 | 20.4 | 10.7 | 13.0 | 2.6 | 6.2 | 1.6 | 6.7 | 6.7 | 13.1 | 0.9 | 22.1 | 25.2 |
| | 男性50代 | 3858 | 17.5 | 10.5 | 10.9 | 2.0 | 6.1 | 1.0 | 6.6 | 4.7 | 15.2 | 0.9 | 22.2 | 27.5 |
| | 男性60代 | 3112 | 16.7 | 10.6 | 10.6 | 1.5 | 7.5 | 0.5 | 5.4 | 4.1 | 16.2 | 0.8 | 23.3 | 27.6 |
| | 男性70代 | 3213 | 14.9 | 9.5 | 9.7 | 1.4 | 6.1 | 0.3 | 6.3 | 2.1 | 18.1 | 0.7 | 25.2 | 26.3 |
| | 女性10代 | 464 | 19.6 | 11.4 | 15.5 | 2.4 | 5.8 | 2.2 | 10.1 | 11.0 | 11.2 | 0.2 | 22.0 | 21.6 |
| | 女性20代 | 2504 | 12.1 | 8.6 | 11.6 | 2.9 | 5.0 | 2.0 | 9.3 | 6.9 | 9.5 | 0.7 | 31.4 | 24.9 |
| | 女性30代 | 2732 | 11.6 | 8.9 | 8.4 | 1.7 | 3.1 | 0.8 | 7.5 | 6.1 | 12.2 | 1.6 | 30.9 | 26.5 |
| | 女性40代 | 3522 | 12.2 | 8.5 | 8.2 | 1.4 | 3.3 | 0.6 | 9.0 | 5.4 | 13.0 | 1.1 | 29.0 | 27.1 |
| | 女性50代 | 3828 | 11.8 | 7.7 | 5.8 | 1.0 | 4.2 | 0.2 | 7.8 | 4.4 | 14.7 | 1.0 | 27.0 | 29.7 |
| | 女性60代 | 3231 | 10.6 | 8.1 | 6.6 | 0.6 | 3.7 | 0.2 | 7.2 | 2.3 | 15.9 | 0.6 | 28.0 | 30.9 |
| | 女性70代 | 3760 | 10.0 | 7.9 | 6.3 | 0.8 | 4.1 | 0.2 | 7.4 | 1.8 | 16.1 | 0.6 | 31.6 | 28.0 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 15.7 | 9.8 | 10.3 | 2.0 | 6.2 | 1.1 | 7.8 | 5.8 | 14.5 | 0.9 | 26.6 | 24.5 |
| | 東京都区部 | 3552 | 15.9 | 9.7 | 11.0 | 2.1 | 6.6 | 1.3 | 7.7 | 5.9 | 13.2 | 0.8 | 26.0 | 25.8 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 15.6 | 9.9 | 9.9 | 1.9 | 6.0 | 1.0 | 7.8 | 5.8 | 15.2 | 1.0 | 27.0 | 23.7 |
| | 大都市 | 14521 | 16.2 | 10.5 | 10.9 | 2.5 | 5.9 | 1.4 | 7.4 | 5.5 | 13.5 | 0.8 | 24.8 | 26.2 |
| | 小都市 | 11741 | 13.6 | 9.4 | 9.0 | 2.0 | 4.5 | 0.9 | 7.1 | 4.4 | 13.6 | 0.8 | 27.1 | 28.2 |
| | 町村 | 3777 | 12.3 | 8.6 | 8.0 | 2.1 | 3.9 | 1.0 | 6.1 | 3.6 | 13.3 | 0.8 | 28.4 | 30.2 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 15.3 | 9.0 | 7.3 | 1.9 | 4.1 | 1.0 | 5.2 | 4.4 | 14.6 | 1.0 | 26.4 | 28.6 |
| | 東北 | 2718 | 15.1 | 10.9 | 9.9 | 2.5 | 5.0 | 1.0 | 7.8 | 4.9 | 14.6 | 0.8 | 25.6 | 26.8 |
| | 北関東 | 2146 | 14.7 | 10.2 | 9.9 | 2.7 | 5.4 | 1.4 | 7.6 | 5.1 | 12.9 | 1.3 | 25.8 | 27.5 |
| | 首都圏 | 11930 | 14.5 | 9.4 | 10.2 | 2.1 | 6.1 | 1.3 | 7.2 | 5.7 | 13.1 | 0.9 | 27.3 | 26.3 |
| | 北陸 | 1604 | 14.7 | 9.9 | 9.7 | 2.2 | 4.1 | 1.1 | 7.4 | 4.1 | 15.6 | 0.7 | 26.1 | 25.6 |
| | 東山 | 1509 | 14.0 | 9.5 | 8.9 | 1.9 | 5.4 | 1.0 | 7.3 | 4.4 | 12.7 | 0.6 | 27.5 | 27.0 |
| | 東海 | 4067 | 14.3 | 10.1 | 9.6 | 2.5 | 5.4 | 1.2 | 7.0 | 5.6 | 13.8 | 0.8 | 27.0 | 26.0 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 14.6 | 9.3 | 10.2 | 2.3 | 4.8 | 1.3 | 7.2 | 4.8 | 13.4 | 0.6 | 26.3 | 27.7 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 17.1 | 11.3 | 11.3 | 2.4 | 5.2 | 1.3 | 7.8 | 5.3 | 14.2 | 0.8 | 23.7 | 26.4 |
| | 中国 | 2239 | 15.6 | 10.2 | 10.0 | 1.7 | 5.8 | 0.9 | 7.3 | 4.6 | 14.7 | 0.9 | 25.8 | 25.6 |
| | 四国 | 1164 | 12.8 | 7.6 | 8.2 | 1.7 | 4.6 | 0.9 | 6.4 | 3.4 | 14.2 | 1.1 | 28.2 | 27.9 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 17.1 | 10.9 | 10.8 | 2.1 | 5.4 | 0.8 | 8.2 | 4.7 | 14.5 | 0.6 | 23.3 | 26.8 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 15.7 | 10.8 | 11.0 | 4.0 | 7.1 | 1.8 | 6.6 | 5.3 | 14.3 | 1.2 | 23.5 | 24.6 |
| | 家族従業者 | 207 | 15.0 | 10.6 | 6.3 | 3.9 | 4.3 | 1.4 | 11.6 | 5.8 | 14.5 | 1.9 | 23.7 | 24.6 |
| | 雇用者 | 21731 | 17.4 | 10.8 | 11.3 | 2.5 | 5.9 | 1.4 | 8.0 | 6.0 | 13.4 | 0.8 | 24.1 | 25.3 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 17.2 | 10.8 | 11.2 | 2.7 | 6.0 | 1.4 | 7.8 | 5.9 | 13.5 | 0.8 | 24.0 | 25.2 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 9.6 | 7.5 | 5.7 | 0.8 | 3.5 | 0.2 | 7.6 | 2.9 | 15.6 | 0.6 | 30.1 | 29.2 |
| | 学生 | 1383 | 24.2 | 15.2 | 19.8 | 5.1 | 8.8 | 3.9 | 11.5 | 12.0 | 9.5 | 0.9 | 18.3 | 19.7 |
| | 無職 | 6355 | 10.7 | 8.1 | 7.7 | 0.9 | 4.4 | 0.3 | 5.1 | 2.9 | 14.9 | 1.0 | 32.9 | 27.6 |
| | その他 | 568 | 13.4 | 8.3 | 9.2 | 1.8 | 5.5 | 1.1 | 6.3 | 3.9 | 19.7 | 2.6 | 24.8 | 26.6 |
| | 答えたくない | 1163 | 5.0 | 3.3 | 2.8 | 0.9 | 1.8 | 0.6 | 1.6 | 1.2 | 6.2 | 0.1 | 30.9 | 51.4 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 8.6 | 4.6 | 6.2 | 0.6 | 2.7 | 0.7 | 3.7 | 2.4 | 13.6 | 0.4 | 38.9 | 27.9 |
| | 高校 | 10826 | 11.9 | 7.4 | 7.4 | 1.6 | 3.8 | 0.6 | 5.7 | 3.2 | 14.9 | 0.7 | 30.5 | 29.0 |
| | 短大・高専 | 4045 | 12.6 | 8.9 | 8.6 | 1.7 | 4.0 | 0.7 | 7.8 | 3.9 | 14.2 | 0.6 | 26.1 | 29.5 |
| | 専門学校 | 4546 | 13.0 | 7.7 | 8.6 | 1.5 | 4.2 | 0.9 | 6.8 | 4.2 | 13.5 | 1.1 | 27.1 | 29.7 |
| | 大学 | 17018 | 18.2 | 12.2 | 12.3 | 2.8 | 7.0 | 1.6 | 8.4 | 6.7 | 13.4 | 0.9 | 22.9 | 23.5 |
| | 大学院 | 2087 | 18.9 | 13.5 | 12.7 | 3.6 | 7.4 | 1.7 | 9.8 | 8.1 | 13.4 | 1.1 | 23.4 | 19.0 |
| | その他 | 18 | 22.2 | 11.1 | 5.6 | − | − | 5.6 | 11.1 | − | 5.6 | 11.1 | 27.8 | 27.8 |
| | 答えたくない | 786 | 4.3 | 3.3 | 2.9 | 0.6 | 2.5 | 0.4 | 1.3 | 0.9 | 5.3 | 0.4 | 32.4 | 51.8 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 6.8 | 5.9 | 6.5 | 1.0 | 3.0 | 0.5 | 3.5 | 3.4 | 14.0 | 1.1 | 35.4 | 31.0 |
| | 100万円未満 | 1209 | 10.8 | 7.6 | 9.3 | 1.6 | 4.5 | 0.6 | 4.8 | 4.6 | 11.2 | 1.5 | 34.7 | 25.4 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 10.6 | 7.2 | 7.8 | 1.6 | 4.5 | 0.6 | 4.9 | 4.4 | 15.4 | 1.2 | 33.0 | 24.9 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 13.1 | 9.0 | 9.1 | 1.7 | 4.2 | 0.9 | 6.2 | 4.1 | 15.5 | 0.8 | 29.6 | 25.2 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 15.3 | 9.7 | 10.7 | 2.1 | 5.4 | 1.0 | 7.3 | 5.1 | 14.3 | 0.7 | 27.3 | 23.9 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 16.7 | 11.1 | 12.1 | 2.7 | 6.0 | 1.6 | 8.3 | 5.6 | 13.6 | 0.7 | 24.4 | 23.7 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 18.3 | 12.4 | 12.1 | 3.0 | 6.7 | 1.6 | 8.6 | 5.8 | 13.5 | 1.0 | 24.8 | 21.1 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 18.5 | 11.5 | 11.2 | 3.0 | 6.7 | 1.5 | 7.9 | 5.8 | 13.8 | 0.7 | 23.7 | 23.1 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 19.4 | 12.6 | 12.1 | 2.9 | 6.6 | 1.7 | 10.4 | 5.9 | 13.8 | 1.1 | 24.3 | 19.9 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 20.6 | 13.4 | 12.4 | 3.1 | 7.7 | 1.5 | 10.3 | 6.9 | 15.2 | 0.9 | 21.5 | 19.8 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 21.6 | 14.1 | 13.8 | 4.1 | 7.2 | 2.1 | 11.0 | 7.9 | 12.8 | 1.0 | 21.3 | 19.9 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 21.1 | 13.9 | 12.9 | 3.5 | 9.1 | 2.1 | 11.3 | 7.4 | 14.6 | 1.0 | 20.1 | 19.7 |
| | わからない | 4002 | 10.3 | 7.2 | 7.6 | 1.1 | 3.1 | 0.6 | 5.5 | 3.9 | 12.8 | 0.7 | 27.4 | 36.0 |
| | 答えたくない | 5872 | 9.4 | 5.8 | 5.5 | 1.0 | 3.3 | 0.4 | 4.4 | 3.2 | 12.2 | 0.5 | 26.8 | 40.7 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 16.0 | 10.6 | 9.5 | 2.2 | 5.8 | 1.0 | 8.4 | 4.6 | 14.7 | 0.8 | 23.7 | 26.6 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 14.1 | 9.2 | 10.7 | 2.1 | 5.1 | 1.4 | 6.1 | 5.9 | 12.9 | 1.0 | 29.6 | 25.5 |
| | 答えたくない | 975 | 5.9 | 3.7 | 4.8 | 1.7 | 2.3 | 0.6 | 2.4 | 2.1 | 6.4 | 0.5 | 26.8 | 51.3 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 13.8 | 8.8 | 11.1 | 2.0 | 5.0 | 1.2 | 5.9 | 5.3 | 13.1 | 1.1 | 29.2 | 25.9 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 14.8 | 9.8 | 8.9 | 2.0 | 5.6 | 0.8 | 7.3 | 3.9 | 15.6 | 0.7 | 24.7 | 27.2 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 17.1 | 11.4 | 10.2 | 2.4 | 5.6 | 1.1 | 9.7 | 5.3 | 13.6 | 0.8 | 22.7 | 25.9 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 14.3 | 9.2 | 10.8 | 2.2 | 5.0 | 1.3 | 4.8 | 6.9 | 12.2 | 0.8 | 30.9 | 24.7 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 18.0 | 12.0 | 10.6 | 3.5 | 7.3 | 2.6 | 10.4 | 5.7 | 12.2 | 0.9 | 25.2 | 25.6 |
| | その他 | 3988 | 14.3 | 9.7 | 9.7 | 2.0 | 5.1 | 1.3 | 7.0 | 6.0 | 14.3 | 0.9 | 28.2 | 25.6 |
| | 答えたくない | 975 | 5.9 | 3.7 | 4.8 | 1.7 | 2.3 | 0.6 | 2.4 | 2.1 | 6.4 | 0.5 | 26.8 | 51.3 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 19.7 | 13.7 | 12.8 | 3.4 | 7.9 | 1.8 | 9.1 | 6.2 | 15.6 | 1.0 | 19.9 | 22.5 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 20.8 | 13.2 | 13.6 | 3.2 | 7.6 | 1.5 | 9.6 | 6.6 | 14.3 | 0.9 | 18.2 | 22.8 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 20.1 | 13.5 | 13.1 | 3.3 | 7.8 | 1.7 | 9.3 | 6.4 | 15.0 | 1.0 | 19.2 | 22.6 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 16.3 | 10.6 | 11.9 | 2.0 | 5.2 | 1.2 | 9.5 | 6.5 | 15.7 | 0.9 | 22.7 | 22.6 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 7.0 | 3.3 | 4.1 | 1.0 | 2.2 | 0.4 | 2.7 | 1.7 | 9.6 | 0.3 | 26.9 | 48.0 |
| | (小計)この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 18.1 | 12.0 | 12.1 | 2.8 | 6.7 | 1.4 | 8.8 | 6.0 | 14.7 | 0.9 | 20.7 | 24.8 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 5.1 | 3.2 | 3.4 | 0.3 | 1.2 | 0.2 | 2.6 | 2.2 | 10.8 | 0.6 | 43.5 | 32.7 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 19.7 | 12.7 | 11.6 | 3.2 | 7.7 | 1.6 | 8.1 | 5.5 | 15.9 | 0.8 | 20.6 | 23.9 |
| | 週に2日 | 3316 | 22.5 | 14.9 | 14.0 | 4.4 | 9.1 | 1.9 | 9.4 | 6.1 | 14.3 | 0.6 | 16.2 | 23.1 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 20.6 | 13.4 | 12.4 | 3.6 | 8.1 | 1.7 | 8.5 | 5.7 | 15.4 | 0.8 | 19.2 | 23.6 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 21.7 | 14.5 | 14.9 | 3.4 | 7.9 | 1.9 | 10.2 | 7.2 | 14.5 | 0.8 | 17.3 | 20.4 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 8.9 | 5.0 | 5.9 | 1.1 | 2.9 | 0.6 | 4.6 | 3.1 | 11.7 | 0.6 | 24.4 | 43.0 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 19.2 | 12.5 | 12.4 | 3.1 | 7.2 | 1.6 | 8.6 | 5.9 | 14.4 | 0.8 | 19.3 | 25.4 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 7.8 | 5.4 | 5.8 | 0.6 | 2.4 | 0.3 | 5.1 | 3.7 | 12.6 | 0.9 | 38.0 | 28.9 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 46.3 | 31.9 | 26.5 | 16.0 | 20.6 | 7.8 | 17.9 | 11.1 | 6.7 | 1.3 | 0.3 | 3.0 |
| | する・みる | 12942 | 20.3 | 13.0 | 12.9 | 1.6 | 7.4 | 0.9 | 9.5 | 6.3 | 16.8 | 0.8 | 17.3 | 23.4 |
| | する・ささえる | 212 | 27.4 | 18.9 | 17.0 | 9.0 | 8.5 | 3.3 | 15.1 | 9.9 | 20.8 | 1.4 | 1.4 | 10.8 |
| | するのみ | 4963 | 5.5 | 5.0 | 6.5 | 0.7 | 2.1 | 0.4 | 4.2 | 3.8 | 14.7 | 1.1 | 34.8 | 31.4 |
| | みる・ささえる | 758 | 36.7 | 23.7 | 19.1 | 10.3 | 12.5 | 6.1 | 20.2 | 8.6 | 10.3 | 1.2 | 0.9 | 7.9 |
| | みるのみ | 9793 | 13.5 | 7.7 | 8.4 | 0.8 | 3.6 | 0.5 | 6.6 | 4.3 | 15.8 | 0.8 | 25.6 | 29.4 |
| | ささえるのみ | 118 | 21.2 | 11.0 | 14.4 | 7.6 | 12.7 | 3.4 | 15.3 | 10.2 | 17.8 | 3.4 | 3.4 | 11.9 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 2.0 | 2.1 | 3.1 | 0.3 | 0.8 | 0.2 | 1.9 | 2.5 | 8.6 | 0.5 | 46.6 | 35.4 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q35. 運動・スポーツが個人や社会にもたらす効果についてあてはまると思うものはどれですか？（MA）

| | | 全体 | 健康・体力の保持増進 | 精神的な充足感 | 青少年の健全な発育 | 克己心（自分の欲望を抑える力）、自制心 | 思考力や判断力の発達 | 夢と感動 | リーダーシップ、コミュニケーション能力 | リラックス、癒し、爽快感 | 達成感の獲得 | 生産性の向上、仕事・学業の能率アップ | 経済の活性化 | 人と人との交流 | 地域の一体感や活力 | 国際相互理解の促進 | 我が国の国際的地位の向上 | 長寿社会の実現 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 62.7 | 34.4 | 15.6 | 9.3 | 14.5 | 13.0 | 11.4 | 22.0 | 21.3 | 7.4 | 12.1 | 30.4 | 13.4 | 6.1 | 3.8 | 12.6 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 60.9 | 32.7 | 15.4 | 9.9 | 14.6 | 12.0 | 11.8 | 19.5 | 19.6 | 7.1 | 12.7 | 28.6 | 14.1 | 5.7 | 4.1 | 12.2 |
| | 女性 | 20041 | 65.1 | 36.3 | 16.0 | 8.8 | 14.5 | 14.0 | 11.1 | 24.7 | 23.2 | 7.7 | 11.7 | 32.5 | 12.8 | 6.4 | 3.5 | 13.1 |
| 年代 | 10代 | 857 | 57.2 | 35.9 | 19.5 | 12.8 | 17.3 | 16.6 | 17.5 | 21.2 | 20.8 | 10.2 | 12.7 | 29.8 | 15.9 | 7.7 | 4.4 | 17.2 |
| | 20代 | 5227 | 51.7 | 31.1 | 15.9 | 11.6 | 15.2 | 12.7 | 13.9 | 18.5 | 18.8 | 10.1 | 10.9 | 23.9 | 11.4 | 5.5 | 5.0 | 11.8 |
| | 30代 | 5594 | 57.5 | 33.7 | 15.2 | 10.7 | 14.9 | 11.1 | 12.6 | 19.8 | 19.9 | 9.0 | 10.2 | 23.5 | 9.9 | 4.8 | 3.3 | 10.3 |
| | 40代 | 7193 | 61.8 | 34.9 | 15.9 | 10.3 | 15.6 | 11.4 | 11.6 | 22.3 | 22.3 | 8.7 | 10.9 | 26.6 | 11.6 | 4.8 | 2.9 | 11.1 |
| | 50代 | 7752 | 63.8 | 32.8 | 12.9 | 8.0 | 12.9 | 11.7 | 10.5 | 21.2 | 20.2 | 6.8 | 12.7 | 28.7 | 11.9 | 5.0 | 3.3 | 10.8 |
| | 60代 | 6376 | 67.8 | 35.4 | 15.0 | 7.2 | 12.8 | 13.6 | 9.4 | 23.0 | 21.5 | 5.5 | 13.6 | 34.9 | 15.2 | 6.9 | 3.7 | 13.7 |
| | 70代 | 7001 | 71.1 | 37.5 | 18.6 | 8.3 | 15.4 | 16.7 | 10.2 | 26.3 | 24.5 | 5.0 | 13.8 | 42.7 | 19.2 | 9.1 | 4.8 | 17.1 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 52.7 | 35.3 | 23.0 | 15.5 | 22.2 | 18.4 | 20.9 | 20.6 | 20.3 | 11.0 | 19.3 | 27.8 | 20.6 | 10.2 | 7.2 | 17.9 |
| | 男性20代 | 2626 | 51.8 | 31.7 | 18.4 | 13.4 | 17.6 | 13.9 | 15.2 | 18.0 | 18.7 | 11.2 | 13.6 | 23.9 | 12.8 | 6.8 | 6.5 | 12.4 |
| | 男性30代 | 2786 | 53.3 | 30.9 | 14.9 | 11.5 | 15.3 | 10.6 | 13.0 | 16.8 | 17.3 | 8.1 | 11.6 | 21.5 | 10.3 | 5.1 | 4.3 | 9.8 |
| | 男性40代 | 3587 | 59.7 | 33.6 | 15.3 | 10.6 | 15.8 | 10.7 | 11.7 | 18.9 | 19.9 | 8.3 | 12.3 | 25.3 | 12.4 | 4.7 | 3.2 | 10.8 |
| | 男性50代 | 3858 | 60.7 | 30.4 | 12.7 | 8.3 | 12.2 | 10.8 | 10.8 | 18.1 | 18.5 | 6.3 | 12.4 | 26.8 | 11.9 | 4.1 | 3.3 | 10.1 |
| | 男性60代 | 3112 | 66.5 | 34.2 | 14.7 | 7.6 | 13.0 | 12.6 | 9.9 | 20.7 | 20.4 | 5.1 | 13.5 | 32.8 | 16.5 | 6.2 | 3.9 | 12.9 |
| | 男性70代 | 3213 | 71.8 | 35.0 | 16.4 | 8.3 | 13.7 | 13.4 | 9.9 | 23.9 | 22.5 | 3.9 | 12.2 | 40.4 | 19.7 | 7.4 | 3.9 | 17.0 |
| | 女性10代 | 464 | 61.4 | 37.3 | 16.8 | 11.0 | 13.8 | 15.7 | 15.1 | 22.2 | 21.8 | 9.9 | 8.0 | 31.5 | 12.5 | 5.6 | 2.4 | 16.6 |
| | 女性20代 | 2504 | 52.8 | 31.1 | 13.6 | 10.0 | 13.1 | 11.8 | 12.9 | 19.5 | 19.4 | 9.0 | 8.4 | 24.3 | 10.2 | 4.3 | 3.5 | 11.3 |
| | 女性30代 | 2732 | 62.2 | 36.7 | 15.7 | 9.9 | 14.6 | 11.7 | 12.4 | 23.0 | 22.5 | 10.0 | 8.8 | 25.8 | 9.5 | 4.5 | 2.2 | 10.9 |
| | 女性40代 | 3522 | 64.5 | 36.6 | 16.7 | 10.1 | 15.5 | 12.2 | 11.7 | 26.0 | 25.0 | 9.1 | 9.6 | 28.3 | 11.0 | 5.0 | 2.7 | 11.4 |
| | 女性50代 | 3828 | 67.4 | 35.3 | 13.2 | 7.8 | 13.7 | 12.6 | 10.2 | 24.3 | 22.1 | 7.3 | 13.0 | 30.7 | 11.9 | 5.7 | 3.2 | 11.7 |
| | 女性60代 | 3231 | 69.3 | 36.7 | 15.4 | 6.8 | 12.7 | 14.7 | 8.9 | 25.3 | 22.8 | 5.9 | 13.9 | 37.2 | 14.0 | 7.5 | 3.6 | 14.5 |
| | 女性70代 | 3760 | 70.7 | 39.5 | 20.5 | 8.4 | 16.9 | 19.5 | 10.5 | 28.5 | 26.3 | 5.8 | 15.2 | 44.7 | 18.7 | 10.6 | 5.7 | 17.2 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 65.5 | 37.2 | 16.9 | 10.9 | 15.6 | 14.1 | 12.1 | 24.5 | 23.2 | 8.7 | 13.7 | 31.3 | 14.2 | 7.4 | 4.4 | 13.5 |
| | 東京都区部 | 3552 | 62.2 | 35.9 | 16.3 | 11.5 | 15.2 | 13.4 | 11.9 | 23.3 | 21.3 | 8.5 | 12.5 | 27.9 | 12.0 | 7.6 | 4.5 | 12.9 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 67.3 | 37.9 | 17.3 | 10.5 | 15.9 | 14.5 | 12.2 | 25.2 | 24.2 | 8.8 | 14.4 | 33.2 | 15.4 | 7.3 | 4.3 | 13.8 |
| | 大都市 | 14521 | 64.3 | 35.6 | 16.0 | 9.2 | 14.8 | 13.1 | 11.9 | 22.7 | 22.1 | 7.6 | 12.8 | 31.1 | 14.1 | 6.3 | 3.9 | 13.5 |
| | 小都市 | 11741 | 60.4 | 31.8 | 14.7 | 8.5 | 13.4 | 12.1 | 10.5 | 20.3 | 19.6 | 6.5 | 10.7 | 29.4 | 12.2 | 5.1 | 3.3 | 11.5 |
| | 町村 | 3777 | 56.9 | 30.0 | 13.7 | 7.9 | 13.8 | 12.0 | 9.7 | 18.3 | 19.0 | 6.2 | 9.6 | 28.5 | 12.0 | 4.6 | 3.3 | 10.2 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 60.8 | 33.0 | 16.8 | 8.2 | 13.8 | 14.4 | 9.5 | 20.4 | 19.4 | 6.2 | 12.5 | 29.6 | 13.7 | 6.1 | 3.2 | 10.4 |
| | 東北 | 2718 | 62.3 | 34.7 | 15.9 | 8.9 | 14.5 | 13.4 | 10.9 | 20.1 | 21.5 | 6.8 | 12.6 | 31.1 | 15.5 | 5.7 | 4.0 | 12.7 |
| | 北関東 | 2146 | 63.1 | 34.8 | 16.1 | 9.6 | 15.5 | 14.4 | 12.3 | 23.3 | 22.3 | 7.8 | 13.3 | 33.3 | 13.5 | 5.6 | 3.1 | 13.8 |
| | 首都圏 | 11930 | 62.5 | 35.1 | 15.1 | 9.6 | 14.6 | 12.7 | 11.3 | 22.7 | 21.4 | 8.1 | 11.9 | 28.2 | 12.5 | 6.6 | 4.3 | 12.4 |
| | 北陸 | 1604 | 64.5 | 34.3 | 14.3 | 8.1 | 14.0 | 11.9 | 10.0 | 20.7 | 21.9 | 6.7 | 11.3 | 31.4 | 13.2 | 5.5 | 3.6 | 12.7 |
| | 東山 | 1509 | 61.4 | 31.7 | 15.7 | 7.6 | 12.5 | 12.1 | 9.3 | 21.1 | 20.7 | 5.4 | 10.3 | 30.0 | 12.2 | 4.7 | 2.7 | 12.6 |
| | 東海 | 4067 | 63.7 | 34.1 | 15.9 | 10.3 | 14.6 | 11.8 | 11.3 | 22.1 | 21.0 | 7.9 | 12.1 | 29.7 | 12.9 | 6.3 | 3.9 | 12.5 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 60.6 | 32.6 | 13.9 | 8.6 | 13.8 | 12.0 | 10.8 | 20.9 | 20.0 | 6.9 | 10.3 | 29.1 | 11.4 | 5.7 | 3.5 | 11.6 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 61.9 | 34.9 | 16.9 | 10.6 | 14.0 | 14.3 | 11.6 | 23.3 | 23.3 | 8.1 | 11.7 | 33.3 | 15.1 | 5.9 | 3.8 | 13.5 |
| | 中国 | 2239 | 64.6 | 34.0 | 16.5 | 7.9 | 14.3 | 13.3 | 12.7 | 21.1 | 22.2 | 6.7 | 14.2 | 32.9 | 16.0 | 5.5 | 3.7 | 13.4 |
| | 四国 | 1164 | 61.3 | 32.3 | 14.9 | 8.8 | 15.3 | 12.4 | 11.5 | 22.0 | 21.4 | 6.3 | 11.0 | 30.2 | 14.3 | 4.8 | 3.5 | 14.0 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 65.6 | 36.4 | 17.8 | 10.1 | 15.6 | 14.7 | 13.0 | 23.4 | 22.1 | 7.8 | 14.0 | 35.1 | 15.5 | 6.7 | 3.8 | 13.7 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 57.7 | 32.1 | 15.7 | 10.9 | 15.3 | 13.6 | 11.2 | 20.7 | 19.4 | 8.3 | 12.0 | 27.3 | 13.3 | 5.5 | 4.2 | 11.9 |
| | 家族従業者 | 207 | 71.0 | 41.5 | 23.2 | 9.7 | 23.2 | 17.9 | 18.8 | 29.0 | 24.6 | 7.2 | 18.8 | 37.2 | 15.9 | 7.7 | 3.4 | 14.5 |
| | 雇用者 | 21731 | 63.1 | 34.7 | 15.4 | 9.8 | 14.6 | 12.4 | 12.3 | 21.7 | 21.2 | 8.2 | 12.3 | 29.1 | 12.7 | 5.5 | 3.6 | 11.8 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 62.5 | 34.4 | 15.5 | 10.0 | 14.8 | 12.6 | 12.2 | 21.7 | 21.0 | 8.2 | 12.3 | 28.9 | 12.8 | 5.5 | 3.7 | 11.8 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 67.7 | 36.0 | 16.6 | 7.3 | 14.2 | 14.8 | 9.1 | 24.1 | 23.4 | 5.7 | 12.2 | 34.8 | 13.4 | 6.9 | 3.8 | 13.4 |
| | 学生 | 1383 | 62.2 | 38.7 | 22.6 | 13.5 | 18.9 | 16.1 | 18.4 | 23.7 | 24.3 | 13.0 | 13.7 | 33.9 | 18.4 | 7.7 | 5.5 | 19.3 |
| | 無職 | 6355 | 66.0 | 34.8 | 15.6 | 8.2 | 13.9 | 13.4 | 9.8 | 23.3 | 22.3 | 5.2 | 12.4 | 34.8 | 16.2 | 7.6 | 4.1 | 14.9 |
| | その他 | 568 | 68.0 | 42.4 | 17.6 | 11.6 | 16.7 | 16.0 | 12.0 | 27.3 | 27.3 | 8.5 | 13.7 | 38.0 | 15.7 | 10.7 | 6.2 | 18.7 |
| | 答えたくない | 1163 | 24.9 | 13.4 | 4.4 | 2.7 | 6.0 | 4.0 | 3.8 | 8.3 | 6.1 | 3.1 | 3.5 | 10.2 | 3.7 | 2.1 | 0.9 | 3.1 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 53.7 | 26.7 | 13.6 | 7.4 | 12.3 | 12.3 | 9.9 | 15.9 | 15.9 | 5.3 | 10.8 | 24.0 | 10.8 | 4.7 | 3.4 | 9.1 |
| | 高校 | 10826 | 60.5 | 30.3 | 14.0 | 7.2 | 13.0 | 12.5 | 9.4 | 19.5 | 19.4 | 5.9 | 11.0 | 29.7 | 12.3 | 5.1 | 3.3 | 11.3 |
| | 短大・高専 | 4045 | 66.1 | 35.8 | 15.6 | 7.1 | 14.6 | 13.8 | 10.9 | 23.7 | 22.3 | 6.5 | 12.4 | 33.7 | 13.3 | 6.4 | 3.4 | 12.4 |
| | 専門学校 | 4546 | 61.5 | 33.5 | 13.7 | 7.3 | 13.9 | 12.7 | 10.4 | 21.8 | 20.9 | 6.9 | 11.2 | 29.8 | 12.1 | 5.4 | 3.3 | 10.4 |
| | 大学 | 17018 | 65.4 | 37.6 | 17.5 | 11.5 | 15.8 | 13.6 | 13.1 | 23.9 | 23.0 | 8.6 | 13.2 | 31.5 | 14.8 | 6.8 | 4.4 | 14.0 |
| | 大学院 | 2087 | 66.0 | 37.8 | 17.8 | 13.0 | 16.8 | 12.8 | 13.7 | 24.0 | 23.3 | 10.6 | 14.0 | 30.1 | 14.3 | 8.1 | 4.7 | 17.1 |
| | その他 | 18 | 61.1 | 27.8 | 11.1 | 22.2 | 22.2 | 27.8 | 16.7 | 27.8 | 33.3 | 5.6 | 27.8 | 44.4 | 22.2 | 11.1 | 11.1 | 22.2 |
| | 答えたくない | 786 | 26.2 | 14.2 | 5.1 | 3.3 | 5.0 | 4.2 | 3.6 | 8.4 | 7.5 | 3.6 | 5.1 | 9.5 | 4.6 | 2.0 | 1.4 | 4.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 49.1 | 26.7 | 11.4 | 7.1 | 11.6 | 9.7 | 8.0 | 15.8 | 16.9 | 6.3 | 7.9 | 23.3 | 10.3 | 4.1 | 2.3 | 10.1 |
| | 100万円未満 | 1209 | 55.3 | 31.4 | 12.3 | 8.0 | 13.3 | 10.9 | 9.0 | 18.0 | 17.8 | 6.2 | 10.2 | 24.5 | 11.0 | 6.4 | 4.4 | 10.8 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 62.6 | 32.3 | 13.6 | 8.2 | 14.0 | 13.5 | 8.8 | 22.0 | 20.6 | 5.9 | 11.5 | 31.6 | 12.7 | 6.3 | 3.9 | 12.4 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 65.5 | 35.0 | 15.2 | 8.5 | 13.7 | 13.4 | 10.2 | 23.3 | 23.0 | 6.1 | 12.4 | 33.4 | 14.8 | 6.0 | 3.8 | 13.3 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 66.0 | 36.9 | 16.6 | 9.0 | 15.2 | 13.4 | 11.4 | 24.0 | 21.6 | 7.4 | 12.2 | 33.3 | 15.0 | 7.0 | 4.6 | 14.9 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 65.5 | 35.3 | 16.1 | 9.3 | 15.0 | 13.5 | 11.1 | 21.8 | 21.5 | 6.9 | 12.7 | 32.2 | 14.5 | 6.1 | 3.6 | 13.1 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 67.1 | 36.3 | 17.3 | 10.9 | 15.7 | 13.0 | 12.9 | 22.2 | 22.4 | 7.9 | 14.4 | 32.5 | 14.4 | 5.9 | 3.9 | 12.5 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 64.6 | 34.4 | 16.6 | 10.6 | 16.0 | 13.2 | 12.8 | 22.3 | 22.9 | 8.5 | 11.9 | 31.5 | 13.9 | 6.7 | 4.2 | 14.1 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 64.9 | 37.2 | 17.3 | 10.6 | 16.4 | 14.2 | 13.9 | 23.3 | 22.9 | 9.1 | 14.0 | 32.0 | 13.8 | 6.2 | 3.6 | 12.4 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 68.1 | 41.3 | 20.0 | 12.4 | 17.4 | 15.4 | 15.6 | 25.2 | 24.9 | 10.5 | 13.1 | 33.0 | 15.6 | 6.0 | 4.4 | 13.3 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 68.0 | 39.6 | 19.8 | 12.5 | 17.6 | 16.1 | 16.2 | 24.0 | 24.4 | 10.2 | 15.7 | 35.3 | 16.9 | 7.5 | 5.5 | 13.3 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 66.1 | 38.3 | 19.0 | 13.0 | 16.4 | 14.0 | 15.4 | 26.1 | 24.4 | 10.1 | 15.4 | 31.8 | 15.4 | 7.3 | 5.4 | 16.1 |
| | わからない | 4002 | 58.6 | 30.9 | 13.6 | 7.7 | 13.0 | 12.3 | 9.1 | 20.4 | 19.8 | 6.4 | 10.2 | 26.9 | 11.4 | 5.5 | 2.8 | 11.1 |
| | 答えたくない | 5872 | 53.9 | 27.8 | 11.8 | 6.2 | 10.8 | 10.1 | 8.3 | 18.3 | 17.0 | 5.4 | 9.5 | 24.3 | 9.5 | 4.9 | 2.6 | 9.9 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 65.6 | 35.4 | 16.9 | 9.1 | 14.7 | 13.9 | 11.6 | 22.7 | 22.2 | 6.9 | 12.6 | 33.1 | 14.7 | 6.3 | 3.7 | 13.0 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 60.7 | 33.9 | 14.4 | 9.8 | 14.5 | 12.1 | 11.3 | 21.6 | 20.8 | 8.2 | 11.9 | 27.8 | 12.1 | 5.9 | 4.0 | 12.5 |
| | 答えたくない | 975 | 33.6 | 18.3 | 7.6 | 4.8 | 9.1 | 7.7 | 6.1 | 13.5 | 10.1 | 5.1 | 5.7 | 14.7 | 5.9 | 3.5 | 1.6 | 6.5 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 59.3 | 32.7 | 13.6 | 9.1 | 14.0 | 11.7 | 10.8 | 21.0 | 19.5 | 7.6 | 11.7 | 27.4 | 11.7 | 5.8 | 4.1 | 11.9 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 66.7 | 35.8 | 16.0 | 8.5 | 14.1 | 14.0 | 10.2 | 23.6 | 22.3 | 6.2 | 12.9 | 34.9 | 15.4 | 7.0 | 3.9 | 14.1 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 64.2 | 35.1 | 18.0 | 9.8 | 15.4 | 13.8 | 13.2 | 21.9 | 22.1 | 7.8 | 12.1 | 30.8 | 13.7 | 5.7 | 3.4 | 11.5 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 59.5 | 33.0 | 13.7 | 9.8 | 14.1 | 11.1 | 10.7 | 20.8 | 20.7 | 8.4 | 11.4 | 24.8 | 11.0 | 5.0 | 3.6 | 12.6 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 64.3 | 35.2 | 18.8 | 9.9 | 16.2 | 14.4 | 13.1 | 20.9 | 23.7 | 8.0 | 13.3 | 34.8 | 15.4 | 6.2 | 5.0 | 14.0 |
| | その他 | 3988 | 65.5 | 37.1 | 16.1 | 10.8 | 15.5 | 13.5 | 12.6 | 23.8 | 23.4 | 8.6 | 12.8 | 31.6 | 14.0 | 6.6 | 4.0 | 13.6 |
| | 答えたくない | 975 | 33.6 | 18.3 | 7.6 | 4.8 | 9.1 | 7.7 | 6.1 | 13.5 | 10.1 | 5.1 | 5.7 | 14.7 | 5.9 | 3.5 | 1.6 | 6.5 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 74.3 | 44.0 | 19.7 | 13.3 | 19.1 | 16.8 | 14.3 | 28.5 | 27.8 | 9.9 | 15.5 | 37.2 | 17.5 | 8.7 | 5.1 | 17.6 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 73.5 | 42.5 | 19.0 | 11.2 | 17.8 | 15.0 | 14.1 | 27.9 | 25.3 | 8.9 | 14.9 | 37.1 | 16.5 | 7.1 | 4.6 | 14.9 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 73.9 | 43.4 | 19.4 | 12.4 | 18.5 | 16.1 | 14.2 | 28.2 | 26.8 | 9.5 | 15.2 | 37.2 | 17.1 | 8.0 | 4.9 | 16.5 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 69.6 | 37.6 | 18.1 | 9.9 | 16.1 | 13.7 | 13.6 | 24.4 | 23.8 | 8.4 | 12.9 | 34.2 | 14.6 | 6.2 | 3.9 | 13.7 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 41.3 | 17.4 | 7.2 | 3.7 | 7.2 | 7.4 | 5.2 | 11.8 | 9.4 | 3.9 | 5.7 | 15.0 | 6.9 | 2.6 | 2.0 | 5.8 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 70.2 | 39.8 | 18.1 | 11.1 | 17.0 | 14.8 | 13.3 | 26.0 | 24.6 | 8.7 | 13.9 | 34.6 | 15.7 | 7.1 | 4.4 | 15.0 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 40.0 | 17.5 | 8.2 | 3.7 | 6.7 | 7.4 | 5.4 | 9.9 | 11.3 | 3.2 | 6.7 | 17.6 | 6.4 | 2.8 | 2.0 | 5.4 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 ※1 | 週に3日以上 | 7433 | 74.6 | 43.5 | 17.9 | 12.3 | 18.6 | 16.1 | 13.3 | 28.1 | 26.7 | 9.3 | 14.3 | 36.0 | 16.1 | 7.8 | 4.6 | 17.4 |
| | 週に2日 | 3316 | 72.9 | 41.9 | 20.0 | 12.7 | 18.2 | 15.8 | 14.1 | 28.4 | 26.6 | 9.3 | 16.2 | 38.3 | 17.8 | 8.4 | 5.3 | 16.2 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 74.1 | 43.0 | 18.6 | 12.4 | 18.5 | 16.0 | 13.5 | 28.2 | 26.7 | 9.3 | 14.9 | 36.7 | 16.7 | 8.0 | 4.8 | 17.0 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 71.5 | 41.9 | 19.4 | 11.9 | 18.1 | 15.7 | 14.5 | 27.6 | 25.0 | 9.3 | 15.1 | 36.7 | 16.8 | 7.4 | 4.8 | 14.9 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 51.0 | 24.4 | 10.9 | 5.7 | 10.0 | 9.0 | 7.8 | 15.7 | 14.0 | 5.2 | 8.6 | 21.0 | 9.3 | 3.9 | 2.5 | 8.6 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 69.3 | 39.5 | 17.7 | 11.1 | 17.0 | 14.7 | 13.0 | 25.9 | 23.9 | 8.7 | 13.9 | 34.2 | 15.5 | 7.1 | 4.4 | 14.8 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 51.8 | 25.7 | 12.2 | 6.2 | 10.3 | 10.0 | 8.6 | 15.5 | 17.0 | 5.3 | 9.1 | 24.1 | 9.8 | 4.4 | 2.8 | 9.0 |
| スポーツ参画状況 ※2 | する・みる・ささえる | 2612 | 59.2 | 41.5 | 28.1 | 21.3 | 25.2 | 22.6 | 24.4 | 25.2 | 25.8 | 10.4 | 15.5 | 40.6 | 23.1 | 11.1 | 8.3 | 16.3 |
| | する・みる | 12942 | 80.6 | 47.9 | 21.1 | 12.5 | 19.9 | 18.6 | 14.9 | 31.4 | 30.5 | 10.0 | 18.5 | 42.6 | 19.7 | 9.3 | 5.4 | 18.4 |
| | する・ささえる | 212 | 63.7 | 40.1 | 16.5 | 13.7 | 21.7 | 13.2 | 9.9 | 24.1 | 23.1 | 11.8 | 9.0 | 33.0 | 11.8 | 4.2 | 4.7 | 10.8 |
| | するのみ | 4963 | 64.9 | 32.7 | 10.4 | 7.4 | 11.3 | 6.1 | 7.1 | 21.6 | 17.8 | 7.6 | 6.8 | 21.4 | 7.3 | 3.2 | 1.7 | 12.0 |
| | みる・ささえる | 758 | 53.3 | 33.4 | 28.8 | 15.6 | 24.0 | 20.2 | 19.0 | 20.8 | 23.1 | 7.8 | 15.0 | 31.8 | 19.4 | 6.9 | 5.8 | 10.9 |
| | みるのみ | 9793 | 64.2 | 32.7 | 15.4 | 7.5 | 13.6 | 14.4 | 11.5 | 20.1 | 21.1 | 6.6 | 13.2 | 32.8 | 13.8 | 6.1 | 3.9 | 11.0 |
| | ささえるのみ | 118 | 46.6 | 22.9 | 17.8 | 5.9 | 12.7 | 14.4 | 13.6 | 15.3 | 7.6 | 5.9 | 2.5 | 17.8 | 7.6 | 4.2 | 0.8 | 5.1 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 35.1 | 14.7 | 5.6 | 3.2 | 4.9 | 3.2 | 3.7 | 9.5 | 8.5 | 3.3 | 3.4 | 11.5 | 3.5 | 1.3 | 0.9 | 5.3 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q35. 運動・スポーツが個人や社会にもたらす効果についてあてはまると思うものはどれですか？（MA）（続き）

| | | 全体 | 共生社会の実現 | 他者を尊重し協同する精神 | フェアプレイ精神（公正さと規律を尊ぶ態度）の醸成 | 豊かな人間性 | その他 | どれも当たらない | わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 6.1 | 17.1 | 20.4 | 18.1 | 0.2 | 12.0 | 13.0 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 5.8 | 16.8 | 20.3 | 17.1 | 0.2 | 12.1 | 13.1 |
| | 女性 | 20041 | 6.5 | 17.6 | 20.6 | 19.3 | 0.1 | 11.6 | 12.5 |
| 年代 | 10代 | 857 | 9.6 | 20.8 | 24.9 | 19.7 | － | 11.0 | 14.5 |
| | 20代 | 5227 | 5.8 | 14.1 | 16.4 | 13.0 | 0.2 | 14.9 | 14.2 |
| | 30代 | 5594 | 4.4 | 13.4 | 15.8 | 13.4 | 0.2 | 16.0 | 13.9 |
| | 40代 | 7193 | 4.9 | 16.1 | 17.9 | 15.2 | 0.2 | 12.9 | 14.1 |
| | 50代 | 7752 | 5.0 | 16.6 | 19.4 | 16.2 | 0.1 | 11.9 | 13.6 |
| | 60代 | 6376 | 6.2 | 18.8 | 22.9 | 21.1 | 0.2 | 9.9 | 12.4 |
| | 70代 | 7001 | 9.6 | 21.9 | 27.8 | 28.0 | 0.2 | 7.6 | 9.9 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 13.1 | 23.0 | 26.5 | 23.3 | － | 11.2 | 13.1 |
| | 男性20代 | 2626 | 6.3 | 15.0 | 17.7 | 13.6 | 0.2 | 12.5 | 12.9 |
| | 男性30代 | 2786 | 4.6 | 13.1 | 15.6 | 12.2 | 0.3 | 15.5 | 14.2 |
| | 男性40代 | 3587 | 4.9 | 16.0 | 18.2 | 14.7 | 0.3 | 13.2 | 14.4 |
| | 男性50代 | 3858 | 4.5 | 15.9 | 18.5 | 15.1 | 0.1 | 12.9 | 14.5 |
| | 男性60代 | 3112 | 5.6 | 18.1 | 23.1 | 19.9 | 0.3 | 10.7 | 12.7 |
| | 男性70代 | 3213 | 8.2 | 21.3 | 27.8 | 26.1 | 0.2 | 8.1 | 9.7 |
| | 女性10代 | 464 | 7.1 | 19.4 | 24.1 | 17.5 | － | 10.3 | 15.1 |
| | 女性20代 | 2504 | 5.4 | 13.5 | 15.3 | 12.6 | 0.1 | 17.2 | 14.5 |
| | 女性30代 | 2732 | 4.2 | 13.9 | 16.2 | 14.8 | 0.1 | 16.4 | 13.1 |
| | 女性40代 | 3522 | 5.1 | 16.3 | 17.8 | 16.0 | 0.1 | 12.2 | 13.4 |
| | 女性50代 | 3828 | 5.4 | 17.4 | 20.4 | 17.6 | － | 10.7 | 12.4 |
| | 女性60代 | 3231 | 6.8 | 19.6 | 22.8 | 22.3 | 0.2 | 9.0 | 12.0 |
| | 女性70代 | 3760 | 10.8 | 22.4 | 28.0 | 29.6 | 0.1 | 7.2 | 9.9 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 6.8 | 17.9 | 22.2 | 18.9 | 0.2 | 11.3 | 11.5 |
| | 東京都区部 | 3552 | 6.3 | 16.4 | 20.3 | 17.5 | 0.2 | 12.7 | 12.3 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 7.1 | 18.8 | 23.2 | 19.6 | 0.1 | 10.5 | 11.1 |
| | 大都市 | 14521 | 6.4 | 17.8 | 20.7 | 18.9 | 0.2 | 10.8 | 12.0 |
| | 小都市 | 11741 | 5.5 | 16.0 | 19.4 | 17.1 | 0.1 | 13.0 | 14.1 |
| | 町村 | 3777 | 4.8 | 15.9 | 17.4 | 16.7 | 0.1 | 14.7 | 17.1 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 5.9 | 16.1 | 20.2 | 17.0 | 0.1 | 12.4 | 14.4 |
| | 東北 | 2718 | 6.8 | 18.7 | 21.9 | 19.1 | 0.1 | 12.0 | 11.9 |
| | 北関東 | 2146 | 6.3 | 17.0 | 21.1 | 19.5 | 0.1 | 10.7 | 13.7 |
| | 首都圏 | 11930 | 6.1 | 16.6 | 19.7 | 17.1 | 0.2 | 12.9 | 12.6 |
| | 北陸 | 1604 | 5.0 | 16.0 | 20.1 | 17.8 | 0.2 | 10.5 | 12.7 |
| | 東山 | 1509 | 6.0 | 16.6 | 19.4 | 17.6 | 0.1 | 11.8 | 14.2 |
| | 東海 | 4067 | 5.8 | 16.6 | 19.8 | 17.6 | 0.1 | 11.3 | 13.2 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 5.5 | 15.6 | 18.7 | 16.5 | 0.1 | 13.2 | 13.1 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 7.9 | 19.1 | 20.3 | 20.9 | 0.3 | 11.8 | 13.3 |
| | 中国 | 2239 | 5.9 | 18.3 | 21.7 | 20.5 | － | 10.6 | 13.3 |
| | 四国 | 1164 | 5.9 | 16.6 | 21.1 | 18.0 | 0.1 | 12.3 | 14.3 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 6.8 | 19.7 | 23.1 | 21.1 | 0.2 | 10.0 | 12.5 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 6.4 | 16.1 | 19.0 | 17.2 | 0.2 | 12.1 | 12.4 |
| | 家族従業者 | 207 | 9.7 | 26.1 | 24.2 | 21.3 | － | 6.8 | 6.8 |
| | 雇用者 | 21731 | 5.4 | 16.9 | 19.4 | 16.6 | 0.1 | 11.9 | 12.3 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 5.6 | 16.9 | 19.4 | 16.8 | 0.1 | 11.8 | 12.3 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 6.7 | 17.4 | 21.7 | 21.6 | 0.1 | 9.9 | 12.1 |
| | 学生 | 1383 | 9.8 | 22.4 | 25.8 | 20.8 | 0.1 | 9.2 | 12.4 |
| | 無職 | 6355 | 7.2 | 18.4 | 24.4 | 21.4 | 0.2 | 11.8 | 12.5 |
| | その他 | 568 | 10.0 | 21.0 | 23.9 | 25.7 | 0.4 | 11.1 | 10.6 |
| | 答えたくない | 1163 | 2.1 | 5.2 | 5.8 | 7.1 | 0.1 | 28.6 | 36.7 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 4.6 | 13.8 | 18.1 | 15.0 | 0.3 | 21.4 | 16.5 |
| | 高校 | 10826 | 5.1 | 15.7 | 19.0 | 17.3 | 0.1 | 13.6 | 15.0 |
| | 短大・高専 | 4045 | 5.8 | 17.2 | 20.7 | 20.5 | 0.2 | 10.1 | 11.8 |
| | 専門学校 | 4546 | 4.7 | 16.0 | 18.3 | 17.2 | 0.2 | 12.5 | 15.0 |
| | 大学 | 17018 | 7.3 | 18.7 | 22.3 | 19.1 | 0.1 | 10.1 | 10.7 |
| | 大学院 | 2087 | 7.6 | 18.6 | 21.5 | 18.0 | 0.3 | 10.6 | 9.4 |
| | その他 | 18 | 11.1 | 27.8 | 27.8 | 16.7 | － | 22.2 | 5.6 |
| | 答えたくない | 786 | 1.7 | 6.5 | 6.7 | 6.2 | 0.1 | 28.9 | 35.6 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 2.7 | 12.0 | 14.8 | 12.7 | 0.3 | 20.3 | 18.6 |
| | 100万円未満 | 1209 | 5.6 | 12.7 | 16.9 | 14.6 | 0.2 | 17.5 | 15.2 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 6.2 | 16.5 | 20.9 | 18.7 | 0.3 | 13.2 | 11.3 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 6.7 | 17.2 | 20.9 | 20.1 | 0.1 | 11.5 | 10.8 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 6.9 | 18.5 | 22.0 | 19.5 | 0.1 | 10.5 | 10.6 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 6.2 | 16.7 | 20.6 | 18.7 | 0.1 | 10.5 | 10.0 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 6.5 | 18.3 | 22.4 | 18.6 | 0.2 | 10.3 | 8.4 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 5.8 | 18.2 | 21.7 | 17.9 | 0.1 | 11.2 | 10.7 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 6.5 | 19.5 | 21.8 | 20.0 | 0.2 | 12.3 | 9.4 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 6.8 | 19.7 | 23.4 | 20.0 | 0.1 | 8.8 | 8.5 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 6.4 | 21.3 | 24.5 | 20.4 | 0.1 | 8.7 | 8.5 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 7.8 | 20.8 | 22.9 | 20.7 | 0.3 | 10.5 | 8.2 |
| | わからない | 4002 | 5.2 | 15.3 | 18.1 | 15.4 | 0.2 | 12.4 | 20.0 |
| | 答えたくない | 5872 | 5.0 | 13.4 | 15.7 | 15.4 | 0.1 | 15.2 | 22.5 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 6.3 | 18.3 | 21.9 | 20.3 | 0.1 | 10.0 | 11.8 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 6.0 | 15.9 | 18.9 | 15.9 | 0.2 | 14.0 | 13.4 |
| | 答えたくない | 975 | 3.2 | 9.1 | 10.4 | 9.6 | 0.1 | 22.4 | 32.8 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 5.8 | 15.5 | 18.3 | 15.7 | 0.2 | 14.5 | 13.2 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 6.8 | 18.8 | 22.7 | 21.5 | 0.2 | 9.3 | 11.4 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 5.7 | 17.6 | 21.0 | 18.6 | 0.1 | 10.8 | 12.2 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 5.4 | 14.7 | 17.3 | 13.5 | 0.1 | 14.8 | 14.4 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 7.9 | 19.7 | 23.3 | 20.7 | 0.1 | 11.3 | 13.0 |
| | その他 | 3988 | 6.5 | 17.9 | 21.3 | 18.8 | 0.2 | 11.3 | 12.3 |
| | 答えたくない | 975 | 3.2 | 9.1 | 10.4 | 9.6 | 0.1 | 22.4 | 32.8 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 8.4 | 22.4 | 25.9 | 24.2 | 0.1 | 4.9 | 7.2 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 7.5 | 20.9 | 25.0 | 21.4 | 0.2 | 4.8 | 7.6 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 8.1 | 21.7 | 25.5 | 23.1 | 0.2 | 4.9 | 7.4 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 6.3 | 18.7 | 21.8 | 19.4 | 0.2 | 8.1 | 8.7 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 2.9 | 7.8 | 9.3 | 9.6 | 0.0 | 17.1 | 29.9 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 7.2 | 19.9 | 23.3 | 21.1 | 0.2 | 6.7 | 9.6 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 2.6 | 8.6 | 11.4 | 9.1 | 0.1 | 28.2 | 23.3 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 8.2 | 21.4 | 24.3 | 23.9 | 0.1 | 5.2 | 8.1 |
| | 週に2日 | 3316 | 8.7 | 22.1 | 25.8 | 22.2 | 0.2 | 4.0 | 7.3 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 8.3 | 21.6 | 24.8 | 23.4 | 0.1 | 4.9 | 7.8 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 7.6 | 20.7 | 24.9 | 22.1 | 0.2 | 5.5 | 7.1 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 3.9 | 12.1 | 13.9 | 12.8 | 0.1 | 13.0 | 23.9 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 7.3 | 19.7 | 23.1 | 21.2 | 0.1 | 6.4 | 10.1 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 4.1 | 12.7 | 15.9 | 13.1 | 0.2 | 21.2 | 17.8 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 10.8 | 27.0 | 30.9 | 25.0 | 0.1 | 0.6 | 1.6 |
| | する・みる | 12942 | 8.9 | 25.2 | 30.1 | 27.0 | 0.2 | 3.1 | 5.5 |
| | する・ささえる | 212 | 6.6 | 16.0 | 17.9 | 18.4 | － | 3.3 | 8.0 |
| | するのみ | 4963 | 4.5 | 10.1 | 11.1 | 12.1 | 0.2 | 11.8 | 15.1 |
| | みる・ささえる | 758 | 7.7 | 25.1 | 25.1 | 21.4 | 0.3 | 1.6 | 6.1 |
| | みるのみ | 9793 | 5.7 | 17.4 | 21.7 | 18.7 | 0.1 | 9.8 | 13.6 |
| | ささえるのみ | 118 | 3.4 | 6.8 | 10.2 | 10.2 | 0.8 | 3.4 | 14.4 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 1.8 | 5.0 | 6.2 | 5.5 | 0.2 | 32.5 | 26.3 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、“直接現地で”または“テレビやインターネットで”のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q36. あなたにとって運動・スポーツは大切なものですか？

| | | 全体 | 大切 | まあ大切 | あまり大切ではない | 大切ではない |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 26.7 | 47.2 | 18.4 | 7.8 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 31.2 | 46.0 | 15.7 | 7.0 |
| | 女性 | 20041 | 22.4 | 48.4 | 20.8 | 8.3 |
| 年代 | 10代 | 857 | 36.1 | 41.5 | 15.1 | 7.4 |
| | 20代 | 5227 | 30.7 | 43.1 | 17.0 | 9.3 |
| | 30代 | 5594 | 25.9 | 44.0 | 19.6 | 10.5 |
| | 40代 | 7193 | 24.5 | 46.7 | 19.8 | 9.0 |
| | 50代 | 7752 | 22.9 | 47.8 | 20.8 | 8.5 |
| | 60代 | 6376 | 25.7 | 49.3 | 18.8 | 6.2 |
| | 70代 | 7001 | 30.3 | 51.2 | 14.5 | 4.0 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 43.3 | 38.8 | 11.2 | 6.7 |
| | 男性20代 | 2626 | 38.1 | 40.8 | 14.0 | 7.2 |
| | 男性30代 | 2786 | 30.7 | 43.3 | 16.3 | 9.8 |
| | 男性40代 | 3587 | 30.2 | 45.2 | 16.4 | 8.3 |
| | 男性50代 | 3858 | 26.6 | 46.9 | 18.6 | 7.8 |
| | 男性60代 | 3112 | 29.1 | 48.6 | 16.7 | 5.6 |
| | 男性70代 | 3213 | 33.3 | 51.0 | 12.2 | 3.5 |
| | 女性10代 | 464 | 31.3 | 44.6 | 17.5 | 6.7 |
| | 女性20代 | 2504 | 23.6 | 45.8 | 19.7 | 10.9 |
| | 女性30代 | 2732 | 21.4 | 45.2 | 22.8 | 10.6 |
| | 女性40代 | 3522 | 18.8 | 48.3 | 23.2 | 9.7 |
| | 女性50代 | 3828 | 19.4 | 48.6 | 22.9 | 9.2 |
| | 女性60代 | 3231 | 22.5 | 50.1 | 20.7 | 6.6 |
| | 女性70代 | 3760 | 27.9 | 51.3 | 16.3 | 4.5 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 27.5 | 47.1 | 17.9 | 7.5 |
| | 東京都区部 | 3552 | 28.1 | 46.1 | 17.6 | 8.2 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 27.2 | 47.6 | 18.1 | 7.1 |
| | 大都市 | 14521 | 27.8 | 48.0 | 17.5 | 6.6 |
| | 小都市 | 11741 | 25.3 | 46.6 | 19.5 | 8.6 |
| | 町村 | 3777 | 24.1 | 45.6 | 19.6 | 10.6 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 25.1 | 47.9 | 18.5 | 8.5 |
| | 東北 | 2718 | 25.7 | 46.5 | 19.7 | 8.1 |
| | 北関東 | 2146 | 26.2 | 47.8 | 18.1 | 7.9 |
| | 首都圏 | 11930 | 26.3 | 47.0 | 18.7 | 7.9 |
| | 北陸 | 1604 | 24.2 | 48.9 | 19.8 | 7.0 |
| | 東山 | 1509 | 26.9 | 48.0 | 16.6 | 8.5 |
| | 東海 | 4067 | 26.0 | 47.8 | 18.6 | 7.7 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 26.4 | 47.1 | 18.6 | 7.9 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 28.0 | 46.8 | 18.4 | 6.8 |
| | 中国 | 2239 | 29.2 | 45.5 | 18.0 | 7.3 |
| | 四国 | 1164 | 24.3 | 46.3 | 20.2 | 9.2 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 29.5 | 47.2 | 16.3 | 7.0 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 28.6 | 45.4 | 19.0 | 7.0 |
| | 家族従業者 | 207 | 27.1 | 46.9 | 21.3 | 4.8 |
| | 雇用者 | 21731 | 27.6 | 47.0 | 18.0 | 7.4 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 27.7 | 46.8 | 18.2 | 7.3 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 22.6 | 51.1 | 19.7 | 6.6 |
| | 学生 | 1383 | 38.4 | 41.9 | 13.2 | 6.4 |
| | 無職 | 6355 | 25.1 | 47.6 | 18.6 | 8.7 |
| | その他 | 568 | 31.3 | 49.6 | 12.9 | 6.2 |
| | 答えたくない | 1163 | 15.6 | 37.5 | 25.5 | 21.5 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 19.3 | 44.1 | 22.8 | 13.8 |
| | 高校 | 10826 | 23.5 | 46.6 | 20.9 | 9.0 |
| | 短大・高専 | 4045 | 23.9 | 50.8 | 18.6 | 6.7 |
| | 専門学校 | 4546 | 22.9 | 49.2 | 19.6 | 8.3 |
| | 大学 | 17018 | 30.8 | 46.8 | 16.2 | 6.2 |
| | 大学院 | 2087 | 30.4 | 46.5 | 16.4 | 6.7 |
| | その他 | 18 | 27.8 | 38.9 | 11.1 | 22.2 |
| | 答えたくない | 786 | 11.8 | 36.6 | 26.3 | 25.2 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 21.2 | 41.0 | 21.6 | 16.2 |
| | 100万円未満 | 1209 | 24.5 | 44.4 | 19.5 | 11.6 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 21.2 | 47.2 | 21.9 | 9.6 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 24.6 | 48.7 | 18.6 | 8.1 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 26.5 | 48.3 | 18.3 | 6.9 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 28.7 | 47.4 | 17.1 | 6.9 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 28.8 | 47.5 | 17.2 | 6.5 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 28.3 | 49.8 | 15.6 | 6.3 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 31.4 | 45.5 | 16.4 | 6.7 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 33.6 | 45.8 | 15.6 | 5.0 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 34.5 | 45.7 | 14.8 | 4.9 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 36.0 | 45.4 | 13.0 | 5.6 |
| | わからない | 4002 | 21.7 | 47.4 | 22.3 | 8.6 |
| | 答えたくない | 5872 | 20.7 | 47.5 | 21.3 | 10.4 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 28.7 | 49.0 | 16.8 | 5.6 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 24.6 | 45.1 | 20.3 | 10.0 |
| | 答えたくない | 975 | 16.6 | 40.5 | 23.4 | 19.5 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 26.0 | 44.4 | 19.5 | 10.0 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 28.9 | 49.5 | 16.3 | 5.2 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 28.6 | 48.3 | 17.2 | 5.9 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 21.5 | 45.7 | 21.6 | 11.1 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 28.4 | 46.6 | 18.1 | 6.9 |
| | その他 | 3988 | 24.2 | 47.3 | 20.1 | 8.4 |
| | 答えたくない | 975 | 16.6 | 40.5 | 23.4 | 19.5 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 42.3 | 47.7 | 8.0 | 2.0 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 33.5 | 54.2 | 10.1 | 2.2 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 38.7 | 50.4 | 8.9 | 2.1 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 21.5 | 54.1 | 19.9 | 4.4 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 15.9 | 50.6 | 23.3 | 10.2 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 32.8 | 51.2 | 12.6 | 3.3 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 7.7 | 34.6 | 36.2 | 21.5 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 47.7 | 44.6 | 5.9 | 1.7 |
| | 週に2日 | 3316 | 41.4 | 51.4 | 6.0 | 1.2 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 45.8 | 46.7 | 6.0 | 1.6 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 32.5 | 53.5 | 11.5 | 2.4 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 18.3 | 52.8 | 21.4 | 7.5 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 35.9 | 50.5 | 10.7 | 2.9 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 11.1 | 41.6 | 31.3 | 16.0 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 56.6 | 35.7 | 6.8 | 0.9 |
| | する・みる | 12942 | 40.0 | 52.7 | 6.4 | 0.9 |
| | する・ささえる | 212 | 46.2 | 45.3 | 6.1 | 2.4 |
| | するのみ | 4963 | 25.4 | 52.3 | 16.5 | 5.8 |
| | みる・ささえる | 758 | 40.2 | 44.6 | 12.5 | 2.6 |
| | みるのみ | 9793 | 17.9 | 52.5 | 23.9 | 5.7 |
| | ささえるのみ | 118 | 14.4 | 48.3 | 28.8 | 8.5 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 6.6 | 33.5 | 35.5 | 24.3 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q37. あなたは運動・スポーツを実施することが好きですか。

| | | 全体 | 好き | やや好き | やや嫌い | 嫌い |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 22.2 | 39.0 | 24.4 | 14.4 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 28.5 | 42.0 | 20.2 | 9.3 |
| | 女性 | 20041 | 16.3 | 36.2 | 28.3 | 19.1 |
| 年代 | 10代 | 857 | 32.2 | 30.1 | 22.8 | 14.9 |
| | 20代 | 5227 | 25.8 | 37.4 | 22.5 | 14.3 |
| | 30代 | 5594 | 22.3 | 38.6 | 23.4 | 15.7 |
| | 40代 | 7193 | 20.7 | 37.3 | 25.2 | 16.7 |
| | 50代 | 7752 | 19.5 | 37.3 | 27.1 | 16.2 |
| | 60代 | 6376 | 21.4 | 40.5 | 24.7 | 13.3 |
| | 70代 | 7001 | 23.6 | 44.0 | 22.5 | 9.9 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 40.1 | 31.0 | 19.3 | 9.6 |
| | 男性20代 | 2626 | 34.0 | 39.6 | 17.6 | 8.8 |
| | 男性30代 | 2786 | 28.8 | 42.5 | 18.7 | 10.1 |
| | 男性40代 | 3587 | 28.0 | 41.1 | 20.2 | 10.6 |
| | 男性50代 | 3858 | 25.2 | 40.7 | 23.3 | 10.8 |
| | 男性60代 | 3112 | 26.4 | 44.0 | 20.7 | 8.8 |
| | 男性70代 | 3213 | 28.8 | 45.5 | 19.3 | 6.3 |
| | 女性10代 | 464 | 26.5 | 29.3 | 25.6 | 18.5 |
| | 女性20代 | 2504 | 17.9 | 35.0 | 27.6 | 19.6 |
| | 女性30代 | 2732 | 16.1 | 35.2 | 27.7 | 21.1 |
| | 女性40代 | 3522 | 13.5 | 33.4 | 30.4 | 22.7 |
| | 女性50代 | 3828 | 13.8 | 33.9 | 30.7 | 21.6 |
| | 女性60代 | 3231 | 16.7 | 37.3 | 28.4 | 17.6 |
| | 女性70代 | 3760 | 19.2 | 42.7 | 25.2 | 12.9 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 22.9 | 39.1 | 23.8 | 14.2 |
| | 東京都区部 | 3552 | 24.3 | 38.3 | 23.9 | 13.5 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 22.2 | 39.5 | 23.7 | 14.6 |
| | 大都市 | 14521 | 23.6 | 40.1 | 23.5 | 12.8 |
| | 小都市 | 11741 | 20.6 | 38.4 | 25.2 | 15.8 |
| | 町村 | 3777 | 20.1 | 36.6 | 26.5 | 16.7 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 21.4 | 36.0 | 26.5 | 16.1 |
| | 東北 | 2718 | 20.8 | 39.6 | 25.3 | 14.4 |
| | 北関東 | 2146 | 23.8 | 41.2 | 21.9 | 13.1 |
| | 首都圏 | 11930 | 22.4 | 39.4 | 24.0 | 14.2 |
| | 北陸 | 1604 | 19.6 | 38.7 | 25.8 | 15.8 |
| | 東山 | 1509 | 22.1 | 38.4 | 24.8 | 14.6 |
| | 東海 | 4067 | 21.1 | 40.0 | 24.1 | 14.8 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 21.9 | 38.8 | 24.4 | 15.0 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 22.8 | 39.7 | 25.1 | 12.4 |
| | 中国 | 2239 | 23.4 | 38.3 | 23.9 | 14.4 |
| | 四国 | 1164 | 20.1 | 37.9 | 26.2 | 15.8 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 24.6 | 38.0 | 24.0 | 13.4 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 25.6 | 39.6 | 23.1 | 11.8 |
| | 家族従業者 | 207 | 17.9 | 39.6 | 26.1 | 16.4 |
| | 雇用者 | 21731 | 24.1 | 39.5 | 23.2 | 13.2 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 24.2 | 39.6 | 23.2 | 13.0 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 16.0 | 38.0 | 28.4 | 17.7 |
| | 学生 | 1383 | 32.2 | 32.7 | 22.3 | 12.9 |
| | 無職 | 6355 | 19.0 | 39.5 | 25.4 | 16.1 |
| | その他 | 568 | 25.4 | 41.7 | 21.3 | 11.6 |
| | 答えたくない | 1163 | 13.0 | 36.2 | 28.3 | 22.5 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 14.1 | 32.6 | 28.9 | 24.3 |
| | 高校 | 10826 | 18.7 | 37.1 | 26.4 | 17.8 |
| | 短大・高専 | 4045 | 17.9 | 39.9 | 26.8 | 15.4 |
| | 専門学校 | 4546 | 18.9 | 38.7 | 27.1 | 15.3 |
| | 大学 | 17018 | 26.6 | 40.4 | 21.5 | 11.4 |
| | 大学院 | 2087 | 27.2 | 40.9 | 22.2 | 9.7 |
| | その他 | 18 | 33.3 | 33.3 | 11.1 | 22.2 |
| | 答えたくない | 786 | 10.8 | 32.4 | 30.4 | 26.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 16.1 | 30.5 | 31.6 | 21.9 |
| | 100万円未満 | 1209 | 17.5 | 35.8 | 26.3 | 20.4 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 14.9 | 38.5 | 28.1 | 18.5 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 19.3 | 39.7 | 25.8 | 15.3 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 21.8 | 39.9 | 25.0 | 13.3 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 24.2 | 39.8 | 22.7 | 13.3 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 25.0 | 40.9 | 22.1 | 12.1 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 25.3 | 41.7 | 21.3 | 11.7 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 26.6 | 39.6 | 22.6 | 11.2 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 29.7 | 39.2 | 20.7 | 10.4 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 31.8 | 38.9 | 19.1 | 10.2 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 33.8 | 39.9 | 17.5 | 8.8 |
| | わからない | 4002 | 16.3 | 37.2 | 27.9 | 18.6 |
| | 答えたくない | 5872 | 16.9 | 38.0 | 27.7 | 17.4 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 24.5 | 41.1 | 22.9 | 11.5 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 19.7 | 36.5 | 26.0 | 17.7 |
| | 答えたくない | 975 | 13.8 | 34.5 | 28.9 | 22.8 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 21.2 | 37.5 | 25.5 | 15.8 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 24.0 | 41.5 | 23.0 | 11.4 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 25.3 | 40.3 | 22.7 | 11.8 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 17.0 | 35.8 | 27.1 | 20.2 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 23.0 | 39.9 | 22.6 | 14.4 |
| | その他 | 3988 | 19.5 | 36.5 | 26.2 | 17.8 |
| | 答えたくない | 975 | 13.8 | 34.5 | 28.9 | 22.8 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 35.4 | 43.1 | 15.9 | 5.5 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 28.9 | 45.4 | 19.3 | 6.3 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 32.8 | 44.1 | 17.3 | 5.8 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 18.3 | 41.8 | 27.5 | 12.4 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 11.9 | 41.2 | 29.2 | 17.6 |
| | (小計)この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 27.7 | 43.3 | 20.7 | 8.3 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 5.5 | 25.8 | 35.7 | 33.0 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 41.0 | 42.6 | 12.5 | 3.8 |
| | 週に2日 | 3316 | 37.5 | 46.5 | 12.6 | 3.3 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 39.9 | 43.8 | 12.6 | 3.7 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 28.2 | 45.7 | 20.0 | 6.0 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 14.2 | 42.1 | 28.4 | 15.3 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 31.0 | 44.3 | 18.2 | 6.5 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 7.6 | 30.2 | 34.7 | 27.6 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 53.6 | 33.8 | 10.0 | 2.6 |
| | する・みる | 12942 | 33.9 | 46.6 | 15.6 | 3.9 |
| | する・ささえる | 212 | 41.0 | 41.5 | 14.6 | 2.8 |
| | するのみ | 4963 | 18.5 | 43.0 | 25.8 | 12.8 |
| | みる・ささえる | 758 | 33.4 | 41.8 | 18.2 | 6.6 |
| | みるのみ | 9793 | 14.2 | 39.7 | 30.6 | 15.4 |
| | ささえるのみ | 118 | 12.7 | 40.7 | 33.9 | 12.7 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 5.1 | 25.8 | 34.5 | 34.6 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q38. 運動・スポーツが嫌いな理由は何ですか。(MA)

| | | 全体 | 疲れるから | 苦手だから | 格好悪いから | 人に見られたくないから | けがをする恐れがあるから | 汗をかくから | 体や衣服が汚れるから | 実施する意味・価値を感じないから | お金がかかるから | 時間を取られるから | 青少年期に所属した運動部活動・民間クラブの影響 | 学校の体育等の影響 | その他 | 特に理由はない | わからない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 15498 | 45.7 | 43.3 | 2.3 | 7.8 | 7.8 | 13.8 | 4.8 | 4.0 | 10.8 | 17.0 | 1.7 | 5.6 | 2.5 | 17.5 | 3.9 |
| 性別 | 男性 | 5769 | 44.9 | 30.8 | 2.2 | 6.6 | 8.3 | 14.0 | 5.3 | 4.9 | 10.9 | 18.3 | 2.1 | 4.8 | 2.5 | 22.3 | 4.9 |
| | 女性 | 9507 | 46.5 | 51.2 | 2.3 | 8.5 | 7.6 | 13.7 | 4.4 | 3.4 | 10.7 | 16.1 | 1.4 | 6.1 | 2.5 | 14.4 | 2.9 |
| 年代 | 10代 | 323 | 53.6 | 46.7 | 5.9 | 16.1 | 10.8 | 18.3 | 8.7 | 6.5 | 5.0 | 16.1 | 2.8 | 12.1 | 0.3 | 11.5 | 8.0 |
| | 20代 | 1923 | 51.7 | 41.5 | 5.8 | 12.8 | 8.5 | 19.3 | 8.5 | 6.3 | 11.6 | 18.1 | 3.1 | 8.8 | 1.0 | 13.3 | 6.3 |
| | 30代 | 2186 | 53.9 | 44.4 | 3.5 | 11.6 | 7.4 | 17.1 | 7.5 | 4.8 | 12.0 | 20.2 | 2.6 | 7.3 | 1.3 | 14.5 | 5.2 |
| | 40代 | 3017 | 55.8 | 43.2 | 2.0 | 8.7 | 6.4 | 15.8 | 5.4 | 3.5 | 12.6 | 21.3 | 1.8 | 5.7 | 2.0 | 13.1 | 3.9 |
| | 50代 | 3355 | 47.5 | 42.4 | 1.4 | 6.7 | 7.6 | 13.0 | 3.9 | 3.4 | 12.5 | 17.1 | 1.3 | 4.5 | 2.1 | 16.9 | 3.5 |
| | 60代 | 2427 | 35.8 | 44.1 | 0.8 | 4.1 | 8.1 | 11.3 | 2.6 | 3.4 | 9.8 | 14.2 | 1.0 | 4.2 | 4.0 | 21.5 | 2.3 |
| | 70代 | 2267 | 26.0 | 44.1 | 0.7 | 3.3 | 8.9 | 6.3 | 1.1 | 3.2 | 5.8 | 9.9 | 0.6 | 3.6 | 4.5 | 27.1 | 2.1 |
| 性年代 | 男性10代 | 108 | 39.8 | 35.2 | 6.5 | 14.8 | 11.1 | 13.0 | 3.7 | 9.3 | 4.6 | 14.8 | 0.9 | 7.4 | － | 18.5 | 7.4 |
| | 男性20代 | 693 | 46.2 | 31.5 | 5.8 | 9.8 | 9.2 | 20.2 | 10.1 | 7.8 | 13.4 | 20.8 | 3.9 | 7.5 | 0.7 | 15.6 | 8.7 |
| | 男性30代 | 802 | 49.1 | 31.4 | 3.0 | 8.5 | 9.6 | 17.0 | 8.0 | 5.2 | 11.3 | 20.9 | 3.5 | 6.5 | 1.4 | 20.8 | 6.7 |
| | 男性40代 | 1106 | 53.7 | 28.4 | 2.0 | 7.1 | 7.9 | 17.5 | 6.0 | 4.0 | 12.7 | 22.9 | 2.3 | 5.5 | 2.6 | 17.5 | 5.3 |
| | 男性50代 | 1316 | 48.8 | 30.0 | 1.4 | 6.5 | 7.7 | 13.2 | 4.9 | 4.7 | 12.2 | 19.1 | 1.7 | 4.2 | 2.1 | 21.0 | 4.6 |
| | 男性60代 | 919 | 38.8 | 30.3 | 1.0 | 3.9 | 6.6 | 11.1 | 2.7 | 3.4 | 9.6 | 14.3 | 1.3 | 3.2 | 3.9 | 27.1 | 3.0 |
| | 男性70代 | 825 | 29.0 | 33.9 | 1.1 | 3.6 | 9.5 | 5.6 | 1.3 | 4.6 | 6.1 | 11.4 | 0.6 | 2.4 | 4.1 | 33.0 | 1.9 |
| | 女性10代 | 205 | 61.5 | 52.7 | 5.4 | 17.6 | 9.3 | 21.0 | 10.7 | 4.4 | 4.4 | 16.6 | 3.9 | 13.7 | 0.5 | 7.8 | 7.3 |
| | 女性20代 | 1181 | 55.2 | 47.8 | 6.0 | 14.4 | 8.2 | 19.1 | 7.6 | 5.3 | 10.5 | 16.7 | 2.6 | 9.7 | 1.2 | 11.9 | 4.3 |
| | 女性30代 | 1332 | 57.8 | 52.6 | 4.0 | 13.4 | 6.4 | 17.3 | 7.4 | 4.5 | 12.4 | 19.7 | 2.0 | 7.8 | 1.3 | 10.7 | 3.8 |
| | 女性40代 | 1868 | 57.4 | 52.4 | 2.0 | 9.7 | 5.6 | 14.9 | 4.9 | 3.2 | 12.5 | 20.4 | 1.5 | 5.7 | 1.7 | 10.2 | 2.9 |
| | 女性50代 | 2002 | 47.0 | 50.6 | 1.3 | 6.9 | 7.6 | 12.9 | 3.2 | 2.4 | 12.7 | 15.6 | 0.9 | 4.7 | 2.2 | 14.0 | 2.6 |
| | 女性60代 | 1487 | 34.2 | 53.0 | 0.7 | 4.2 | 9.1 | 11.6 | 2.6 | 3.4 | 9.9 | 14.1 | 0.8 | 4.8 | 4.0 | 17.9 | 1.8 |
| | 女性70代 | 1432 | 24.4 | 50.1 | 0.4 | 3.1 | 8.7 | 6.7 | 1.0 | 2.4 | 5.7 | 9.1 | 0.5 | 4.2 | 4.7 | 23.5 | 2.2 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 3783 | 48.3 | 44.4 | 2.1 | 7.5 | 8.2 | 15.5 | 5.3 | 4.2 | 11.0 | 16.9 | 1.6 | 5.9 | 2.7 | 15.5 | 3.0 |
| | 東京都区部 | 1329 | 48.8 | 39.8 | 2.7 | 7.6 | 7.1 | 14.2 | 5.4 | 4.4 | 11.3 | 16.3 | 2.2 | 6.2 | 2.4 | 16.2 | 4.0 |
| | 政令指定都市 | 2454 | 48.0 | 46.9 | 1.8 | 7.4 | 8.8 | 16.2 | 5.2 | 4.2 | 10.8 | 17.2 | 1.2 | 5.8 | 2.8 | 15.1 | 2.5 |
| | 大都市 | 5264 | 45.3 | 43.2 | 2.4 | 7.2 | 8.1 | 13.9 | 4.9 | 3.9 | 10.7 | 16.6 | 2.0 | 6.1 | 2.7 | 17.5 | 3.6 |
| | 小都市 | 4819 | 45.4 | 43.4 | 2.3 | 8.6 | 7.3 | 13.1 | 4.6 | 4.0 | 11.4 | 17.6 | 1.4 | 5.4 | 2.2 | 18.2 | 3.7 |
| | 町村 | 1632 | 41.9 | 40.7 | 2.1 | 8.2 | 7.5 | 11.5 | 3.7 | 3.9 | 8.9 | 16.5 | 1.4 | 4.3 | 2.1 | 19.8 | 7.0 |
| 居住地域 | 北海道 | 710 | 47.6 | 42.7 | 2.0 | 8.2 | 9.3 | 13.7 | 4.2 | 3.5 | 10.7 | 17.9 | 1.3 | 5.4 | 1.3 | 16.8 | 3.8 |
| | 東北 | 1078 | 44.2 | 41.1 | 1.6 | 7.9 | 8.4 | 11.9 | 4.4 | 4.0 | 10.4 | 17.6 | 1.2 | 5.6 | 2.9 | 20.4 | 3.1 |
| | 北関東 | 752 | 47.6 | 40.3 | 3.7 | 10.2 | 7.7 | 13.3 | 6.3 | 4.8 | 12.1 | 20.2 | 1.5 | 5.9 | 2.8 | 18.2 | 3.6 |
| | 首都圏 | 4562 | 47.4 | 41.9 | 2.5 | 7.6 | 7.9 | 14.5 | 5.5 | 4.4 | 10.7 | 17.0 | 2.0 | 6.0 | 2.7 | 16.8 | 3.7 |
| | 北陸 | 668 | 45.4 | 43.4 | 1.9 | 9.1 | 9.3 | 12.9 | 4.9 | 4.3 | 10.2 | 18.1 | 2.2 | 7.2 | 3.6 | 18.0 | 3.7 |
| | 東山 | 595 | 42.5 | 43.7 | 2.4 | 9.1 | 5.4 | 12.3 | 2.9 | 3.4 | 10.3 | 16.5 | 1.5 | 6.1 | 2.7 | 17.1 | 4.9 |
| | 東海 | 1583 | 46.9 | 45.3 | 2.3 | 6.9 | 7.6 | 12.9 | 4.3 | 3.2 | 11.4 | 16.2 | 1.3 | 5.1 | 2.1 | 16.1 | 3.9 |
| | 近畿二府一県 | 2095 | 44.5 | 44.2 | 2.1 | 7.4 | 7.3 | 15.6 | 4.7 | 3.7 | 11.3 | 16.7 | 1.6 | 4.4 | 2.4 | 17.9 | 4.0 |
| | その他近畿圏 | 435 | 42.3 | 44.1 | 2.5 | 5.1 | 7.1 | 11.3 | 4.6 | 4.4 | 11.5 | 16.6 | 2.8 | 6.0 | 1.6 | 18.9 | 4.6 |
| | 中国 | 857 | 44.2 | 46.3 | 2.0 | 9.2 | 7.6 | 12.7 | 3.9 | 4.1 | 10.9 | 16.5 | 1.3 | 6.0 | 2.2 | 17.6 | 3.4 |
| | 四国 | 489 | 46.8 | 44.4 | 1.4 | 7.2 | 8.2 | 12.3 | 3.7 | 4.7 | 9.0 | 15.1 | 2.0 | 4.7 | 2.0 | 17.2 | 4.7 |
| | 九州・沖縄 | 1674 | 43.2 | 45.0 | 2.1 | 7.9 | 7.9 | 14.5 | 4.6 | 3.9 | 10.1 | 16.2 | 1.4 | 6.0 | 2.2 | 17.7 | 4.4 |
| 職業 | 自営業主 | 1077 | 43.5 | 34.1 | 2.6 | 7.0 | 10.4 | 14.7 | 5.3 | 5.3 | 11.3 | 19.5 | 2.3 | 5.6 | 2.3 | 18.0 | 3.2 |
| | 家族従業者 | 88 | 48.9 | 40.9 | 3.4 | 9.1 | 14.8 | 14.8 | 8.0 | 5.7 | 15.9 | 19.3 | 2.3 | 10.2 | 1.1 | 11.4 | 3.4 |
| | 雇用者 | 7898 | 51.4 | 43.3 | 2.5 | 8.3 | 6.8 | 14.6 | 5.2 | 4.3 | 11.8 | 19.8 | 1.8 | 5.5 | 1.9 | 14.7 | 3.5 |
| | (小計)就労者 | 9063 | 50.4 | 42.1 | 2.5 | 8.1 | 7.3 | 14.6 | 5.3 | 4.4 | 11.8 | 19.8 | 1.9 | 5.5 | 1.9 | 15.0 | 3.5 |
| | 主婦・主夫 | 2534 | 38.3 | 50.9 | 1.5 | 6.6 | 7.1 | 11.6 | 2.7 | 2.6 | 8.5 | 13.0 | 1.0 | 4.8 | 2.6 | 18.0 | 1.9 |
| | 学生 | 486 | 54.3 | 49.2 | 7.6 | 16.0 | 11.1 | 21.4 | 9.5 | 6.6 | 8.4 | 18.9 | 2.5 | 13.0 | 0.2 | 11.3 | 6.0 |
| | 無職 | 2637 | 40.0 | 43.2 | 1.6 | 7.1 | 10.1 | 13.0 | 4.0 | 4.0 | 10.7 | 12.6 | 1.3 | 5.8 | 4.4 | 23.1 | 3.1 |
| | その他 | 187 | 42.2 | 51.9 | 3.2 | 8.6 | 10.2 | 13.4 | 7.5 | 5.3 | 12.8 | 14.4 | 1.6 | 7.5 | 8.0 | 18.2 | 1.6 |
| | 答えたくない | 591 | 24.5 | 21.8 | 0.7 | 4.9 | 4.2 | 6.9 | 4.2 | 1.5 | 6.9 | 9.1 | 1.5 | 3.2 | 1.2 | 32.1 | 20.8 |
| 最終学歴 | 中学校 | 359 | 51.8 | 37.9 | 0.8 | 8.9 | 8.6 | 16.4 | 5.0 | 5.3 | 15.6 | 18.1 | 2.5 | 6.1 | 3.6 | 22.6 | 2.5 |
| | 高校 | 4782 | 43.3 | 43.1 | 1.8 | 7.5 | 8.7 | 12.8 | 4.1 | 3.6 | 11.4 | 16.0 | 1.3 | 4.4 | 2.8 | 19.6 | 3.6 |
| | 短大・高専 | 1707 | 43.9 | 50.6 | 1.9 | 6.2 | 6.4 | 12.6 | 3.7 | 4.0 | 10.5 | 16.1 | 0.8 | 4.8 | 2.2 | 15.3 | 3.2 |
| | 専門学校 | 1928 | 47.7 | 42.9 | 2.1 | 8.6 | 6.7 | 14.4 | 5.3 | 3.4 | 12.0 | 18.4 | 1.4 | 4.2 | 2.3 | 16.9 | 3.1 |
| | 大学 | 5604 | 48.6 | 43.9 | 3.0 | 8.3 | 8.0 | 14.8 | 5.4 | 4.4 | 10.2 | 17.7 | 2.2 | 7.2 | 2.1 | 15.5 | 3.5 |
| | 大学院 | 666 | 48.5 | 39.0 | 2.0 | 8.4 | 8.9 | 15.9 | 6.3 | 5.4 | 9.5 | 19.8 | 2.6 | 8.4 | 3.3 | 15.3 | 2.6 |
| | その他 | 6 | 50.0 | 50.0 | － | 16.7 | 16.7 | 16.7 | － | 16.7 | 33.3 | 33.3 | － | 16.7 | 16.7 | 16.7 | － |
| | 答えたくない | 446 | 24.2 | 23.1 | 1.6 | 6.7 | 4.7 | 7.6 | 2.9 | 2.9 | 5.4 | 10.1 | 1.3 | 4.3 | 1.8 | 29.6 | 20.9 |
| 世帯年収 | 収入なし | 393 | 40.5 | 32.3 | 0.5 | 5.3 | 8.7 | 15.3 | 4.1 | 4.1 | 14.2 | 14.0 | 0.8 | 4.8 | 3.6 | 24.2 | 8.1 |
| | 100万円未満 | 565 | 43.0 | 42.3 | 1.8 | 8.7 | 9.9 | 12.9 | 5.7 | 5.1 | 13.3 | 13.6 | 1.8 | 6.2 | 2.5 | 18.9 | 3.7 |
| | 100～200万円未満 | 1100 | 41.5 | 47.8 | 1.6 | 9.1 | 8.6 | 12.9 | 4.3 | 5.5 | 14.0 | 15.4 | 1.9 | 5.5 | 4.6 | 17.5 | 2.8 |
| | 200～300万円未満 | 1475 | 42.5 | 47.7 | 2.0 | 7.7 | 9.1 | 13.6 | 4.7 | 3.8 | 13.3 | 16.1 | 1.5 | 5.1 | 3.3 | 17.9 | 2.0 |
| | 300～400万円未満 | 1571 | 46.7 | 45.3 | 2.8 | 8.0 | 7.3 | 14.4 | 3.9 | 3.9 | 11.1 | 17.3 | 1.9 | 6.7 | 2.5 | 15.3 | 2.9 |
| | 400～500万円未満 | 1329 | 48.6 | 47.0 | 2.6 | 8.8 | 7.2 | 15.0 | 5.3 | 4.7 | 11.8 | 20.3 | 2.3 | 5.7 | 2.2 | 12.7 | 3.4 |
| | 500～600万円未満 | 1042 | 48.4 | 44.5 | 2.7 | 7.7 | 7.8 | 13.1 | 5.7 | 4.3 | 11.8 | 20.5 | 1.6 | 6.3 | 2.3 | 14.2 | 1.6 |
| | 600～700万円未満 | 784 | 48.6 | 44.4 | 2.8 | 8.0 | 8.9 | 16.1 | 4.3 | 3.4 | 10.2 | 17.6 | 1.1 | 5.1 | 2.3 | 13.8 | 3.4 |
| | 700～800万円未満 | 769 | 52.8 | 45.9 | 2.5 | 7.9 | 7.3 | 14.2 | 4.0 | 3.5 | 10.8 | 17.6 | 1.3 | 6.5 | 1.3 | 13.1 | 3.3 |
| | 800～1000万円未満 | 909 | 52.7 | 43.7 | 3.1 | 8.5 | 7.0 | 16.0 | 5.8 | 3.9 | 10.6 | 20.5 | 2.3 | 5.0 | 1.0 | 14.9 | 1.8 |
| | 1000～1200万円未満 | 523 | 54.5 | 42.8 | 3.8 | 8.6 | 9.4 | 15.9 | 7.1 | 5.7 | 10.7 | 20.8 | 2.9 | 8.6 | 2.5 | 11.7 | 2.1 |
| | 1200万円以上 | 532 | 50.9 | 38.5 | 3.6 | 6.2 | 7.0 | 17.1 | 5.5 | 3.2 | 5.6 | 18.8 | 2.6 | 5.1 | 2.1 | 13.3 | 2.6 |
| | わからない | 1861 | 47.2 | 44.1 | 2.1 | 9.0 | 7.6 | 13.9 | 4.5 | 3.7 | 10.2 | 16.3 | 1.5 | 5.9 | 2.5 | 18.7 | 4.6 |
| | 答えたくない | 2645 | 38.3 | 36.6 | 1.4 | 6.1 | 6.9 | 10.8 | 4.3 | 3.3 | 7.6 | 13.7 | 1.0 | 4.5 | 2.0 | 25.2 | 7.6 |
| 未既婚 | 既婚者 | 7596 | 43.7 | 43.9 | 2.0 | 6.6 | 7.0 | 11.6 | 3.8 | 3.2 | 9.5 | 15.7 | 1.4 | 4.4 | 2.3 | 18.1 | 3.1 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 7398 | 48.9 | 44.1 | 2.6 | 9.2 | 8.7 | 16.4 | 5.9 | 4.9 | 12.5 | 18.7 | 1.9 | 7.0 | 2.7 | 16.0 | 3.6 |
| | 答えたくない | 504 | 28.8 | 22.4 | 1.2 | 5.4 | 6.5 | 8.9 | 3.4 | 2.6 | 5.2 | 9.5 | 2.0 | 3.8 | 1.4 | 29.2 | 19.6 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 3612 | 44.4 | 40.1 | 2.0 | 7.1 | 8.3 | 15.3 | 5.3 | 4.8 | 11.9 | 16.8 | 1.7 | 5.5 | 3.2 | 18.4 | 4.2 |
| | 夫婦のみ・子なし | 3837 | 39.9 | 44.1 | 1.5 | 5.3 | 7.7 | 11.2 | 3.5 | 2.8 | 7.9 | 13.0 | 1.4 | 4.8 | 2.7 | 20.0 | 2.6 |
| | 夫婦・子あり | 3198 | 48.3 | 43.8 | 2.4 | 7.8 | 6.4 | 11.2 | 3.7 | 3.5 | 10.9 | 18.0 | 1.4 | 4.1 | 1.8 | 16.2 | 3.5 |
| | 親と同居(未婚) | 1955 | 52.7 | 46.1 | 3.0 | 11.7 | 8.8 | 17.6 | 7.1 | 5.1 | 12.5 | 20.6 | 1.9 | 8.0 | 2.0 | 14.4 | 3.2 |
| | 2世帯以上同居 | 637 | 47.4 | 45.1 | 3.8 | 12.1 | 7.4 | 15.9 | 5.0 | 5.2 | 12.6 | 20.3 | 1.6 | 5.7 | 2.4 | 16.0 | 4.4 |
| | その他 | 1755 | 52.8 | 49.7 | 3.2 | 9.8 | 9.0 | 17.5 | 6.1 | 4.8 | 13.7 | 20.9 | 2.1 | 8.3 | 2.7 | 12.9 | 2.8 |
| | 答えたくない | 504 | 28.8 | 22.4 | 1.2 | 5.4 | 6.5 | 8.9 | 3.4 | 2.6 | 5.2 | 9.5 | 2.0 | 3.8 | 1.4 | 29.2 | 19.6 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 2613 | 47.7 | 48.6 | 3.0 | 9.1 | 8.7 | 16.6 | 6.1 | 3.9 | 10.0 | 18.1 | 2.4 | 6.7 | 2.3 | 11.0 | 1.8 |
| | 週に1～2日 | 2187 | 50.3 | 52.1 | 3.1 | 10.0 | 9.8 | 16.2 | 5.7 | 3.3 | 10.5 | 17.8 | 2.1 | 7.3 | 3.0 | 9.1 | 2.1 |
| | (小計)週に1日以上計 | 4800 | 48.9 | 50.2 | 3.0 | 9.5 | 9.2 | 16.5 | 5.9 | 3.6 | 10.2 | 18.0 | 2.3 | 7.0 | 2.6 | 10.1 | 1.9 |
| | (小計)週1日未満 | 2733 | 54.0 | 48.4 | 3.3 | 10.2 | 8.6 | 16.7 | 5.6 | 3.8 | 12.2 | 21.4 | 2.4 | 7.6 | 2.2 | 9.7 | 1.5 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 1215 | 41.3 | 36.3 | 1.8 | 7.7 | 6.4 | 12.1 | 4.7 | 2.8 | 9.0 | 12.3 | 0.9 | 3.7 | 1.6 | 19.8 | 9.3 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 8748 | 49.4 | 47.7 | 2.9 | 9.5 | 8.6 | 15.9 | 5.7 | 3.6 | 10.7 | 18.3 | 2.1 | 6.7 | 2.4 | 11.3 | 2.8 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 6750 | 40.9 | 37.6 | 1.4 | 5.7 | 6.8 | 11.0 | 3.6 | 4.6 | 10.9 | 15.3 | 1.1 | 4.2 | 2.5 | 25.4 | 5.2 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 1217 | 44.9 | 45.0 | 2.9 | 8.1 | 6.9 | 16.4 | 5.9 | 3.4 | 9.2 | 16.6 | 2.5 | 5.5 | 2.5 | 12.6 | 2.7 |
| | 週に2日 | 529 | 45.6 | 47.8 | 2.1 | 8.3 | 10.8 | 16.1 | 4.5 | 3.4 | 10.6 | 14.6 | 2.1 | 5.9 | 1.7 | 10.0 | 2.5 |
| | (小計)週に2日以上計 | 1746 | 45.1 | 45.9 | 2.6 | 8.1 | 8.1 | 16.3 | 5.5 | 3.4 | 9.6 | 16.0 | 2.3 | 5.6 | 2.3 | 11.8 | 2.6 |
| | (小計)週2日未満 | 2673 | 50.7 | 48.8 | 4.0 | 10.6 | 9.8 | 16.6 | 6.1 | 4.2 | 11.4 | 19.8 | 2.4 | 7.1 | 2.8 | 8.8 | 1.9 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 1776 | 44.3 | 41.0 | 2.1 | 8.3 | 7.1 | 13.1 | 4.5 | 2.8 | 9.1 | 13.9 | 1.7 | 5.3 | 1.9 | 16.7 | 7.2 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 6195 | 47.3 | 45.7 | 3.1 | 9.2 | 8.5 | 15.5 | 5.5 | 3.6 | 10.2 | 17.0 | 2.2 | 6.2 | 2.4 | 11.9 | 3.6 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 9303 | 44.6 | 41.7 | 1.7 | 6.9 | 7.3 | 12.6 | 4.3 | 4.3 | 11.1 | 16.9 | 1.3 | 5.3 | 2.5 | 21.2 | 4.0 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 329 | 29.5 | 30.4 | 11.2 | 22.8 | 18.2 | 22.5 | 13.1 | 9.4 | 14.0 | 17.0 | 6.7 | 7.6 | 0.3 | 4.3 | 1.8 |
| | する・みる | 2520 | 49.5 | 54.4 | 2.1 | 8.2 | 9.4 | 15.4 | 4.3 | 2.3 | 10.1 | 16.5 | 1.5 | 6.7 | 2.7 | 9.9 | 1.2 |
| | する・ささえる | 37 | 43.2 | 40.5 | 18.9 | 21.6 | 13.5 | 21.6 | 13.5 | 5.4 | 8.1 | 27.0 | 8.1 | 10.8 | 8.1 | 2.7 | － |
| | するのみ | 1914 | 51.5 | 48.2 | 2.5 | 8.7 | 7.3 | 16.7 | 6.7 | 4.3 | 9.8 | 20.0 | 2.4 | 7.2 | 2.8 | 11.5 | 3.0 |
| | みる・ささえる | 188 | 44.1 | 40.4 | 10.1 | 13.8 | 15.4 | 20.7 | 13.8 | 9.6 | 19.1 | 26.1 | 6.9 | 8.5 | 1.6 | 2.1 | 2.7 |
| | みるのみ | 4510 | 47.9 | 46.4 | 1.9 | 8.0 | 9.1 | 13.3 | 3.9 | 3.6 | 12.4 | 17.0 | 1.3 | 5.5 | 2.9 | 15.7 | 1.9 |
| | ささえるのみ | 55 | 38.2 | 29.1 | 5.5 | 10.9 | 5.5 | 16.4 | 9.1 | 12.7 | 14.5 | 23.6 | 1.8 | 9.1 | 5.5 | 3.6 | 3.6 |
| | しない・みない・ささえない | 5945 | 41.6 | 35.6 | 1.6 | 6.1 | 5.5 | 11.7 | 4.1 | 4.4 | 9.7 | 15.7 | 1.2 | 4.5 | 1.9 | 25.3 | 6.9 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q39. あなたは日常生活の中で、どの程度充実感を感じていますか。「十分充実感を感じている」を10点、「ほとんど(全く)充実感を感じていない」を0点とすると、何点くらいになると思いますか。

| | | 全体 | 10点 十分充実感を感じている | 9点 | 8点 | 7点 | 6点 | 5点 | 4点 | 3点 | 2点 | 1点 | 0点 ほとんど(全く)充実感を感じていない | 平均 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 7.2 | 6.3 | 18.2 | 19.5 | 12.9 | 17.4 | 4.7 | 5.2 | 2.7 | 1.7 | 4.2 | 6.16 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 7.4 | 6.1 | 18.1 | 19.8 | 13.0 | 17.4 | 4.4 | 5.1 | 2.8 | 1.7 | 4.2 | 6.18 |
| | 女性 | 20041 | 6.9 | 6.5 | 18.5 | 19.3 | 12.8 | 17.4 | 5.0 | 5.2 | 2.6 | 1.7 | 4.1 | 6.17 |
| 年代 | 10代 | 857 | 14.9 | 9.2 | 17.3 | 19.0 | 12.8 | 12.5 | 5.6 | 3.5 | 0.7 | 0.6 | 3.9 | 6.78 |
| | 20代 | 5227 | 10.5 | 9.2 | 18.7 | 21.1 | 13.0 | 13.0 | 4.5 | 3.4 | 1.8 | 1.5 | 3.2 | 6.63 |
| | 30代 | 5594 | 7.5 | 6.4 | 16.3 | 19.6 | 13.7 | 16.6 | 5.3 | 5.0 | 2.8 | 1.7 | 5.0 | 6.09 |
| | 40代 | 7193 | 6.9 | 4.7 | 14.3 | 18.0 | 13.4 | 17.7 | 5.7 | 6.6 | 3.8 | 2.6 | 6.3 | 5.73 |
| | 50代 | 7752 | 6.1 | 4.9 | 15.8 | 17.7 | 12.3 | 20.4 | 4.9 | 6.5 | 3.5 | 2.2 | 5.9 | 5.78 |
| | 60代 | 6376 | 5.8 | 5.6 | 19.3 | 19.7 | 13.2 | 19.8 | 4.2 | 5.3 | 2.5 | 1.6 | 3.0 | 6.18 |
| | 70代 | 7001 | 6.3 | 7.4 | 25.1 | 21.7 | 11.9 | 16.3 | 3.7 | 3.7 | 1.5 | 0.7 | 1.6 | 6.65 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 17.9 | 11.2 | 19.5 | 21.1 | 9.1 | 9.4 | 4.0 | 1.9 | 0.8 | 0.8 | 4.3 | 7.10 |
| | 男性20代 | 2626 | 12.6 | 10.4 | 20.4 | 21.1 | 11.5 | 11.7 | 3.5 | 3.0 | 1.4 | 1.4 | 2.8 | 6.86 |
| | 男性30代 | 2786 | 8.8 | 6.5 | 16.6 | 19.0 | 13.5 | 16.0 | 5.2 | 4.8 | 3.4 | 1.6 | 4.7 | 6.16 |
| | 男性40代 | 3587 | 7.1 | 5.1 | 14.8 | 17.8 | 13.4 | 17.0 | 5.6 | 6.9 | 3.7 | 2.6 | 6.0 | 5.79 |
| | 男性50代 | 3858 | 5.3 | 4.3 | 15.2 | 18.5 | 12.4 | 21.4 | 4.3 | 6.3 | 3.5 | 2.4 | 6.3 | 5.71 |
| | 男性60代 | 3112 | 5.8 | 4.7 | 18.3 | 21.0 | 14.1 | 19.5 | 4.2 | 5.4 | 2.8 | 1.5 | 2.8 | 6.16 |
| | 男性70代 | 3213 | 5.4 | 6.3 | 24.2 | 21.8 | 13.1 | 17.8 | 3.5 | 3.9 | 1.6 | 0.7 | 1.6 | 6.55 |
| | 女性10代 | 464 | 12.7 | 8.0 | 15.9 | 18.1 | 15.5 | 14.7 | 6.7 | 4.7 | 0.6 | 0.4 | 2.6 | 6.62 |
| | 女性20代 | 2504 | 8.4 | 8.1 | 17.6 | 21.1 | 14.7 | 14.2 | 5.4 | 4.0 | 2.2 | 1.4 | 3.0 | 6.43 |
| | 女性30代 | 2732 | 6.1 | 6.5 | 16.2 | 20.4 | 14.1 | 17.0 | 5.6 | 5.1 | 2.2 | 1.8 | 5.2 | 6.05 |
| | 女性40代 | 3522 | 6.6 | 4.3 | 13.9 | 18.0 | 13.5 | 18.4 | 5.8 | 6.5 | 3.9 | 2.6 | 6.5 | 5.68 |
| | 女性50代 | 3828 | 7.0 | 5.5 | 16.5 | 16.8 | 11.9 | 19.4 | 5.4 | 6.6 | 3.4 | 2.1 | 5.4 | 5.88 |
| | 女性60代 | 3231 | 5.9 | 6.5 | 20.4 | 18.5 | 12.2 | 20.1 | 4.2 | 5.2 | 2.3 | 1.6 | 3.2 | 6.22 |
| | 女性70代 | 3760 | 6.9 | 8.4 | 26.0 | 21.6 | 10.9 | 14.9 | 3.8 | 3.6 | 1.4 | 0.8 | 1.7 | 6.74 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 7.1 | 6.6 | 19.3 | 19.9 | 12.8 | 16.9 | 4.3 | 5.0 | 2.7 | 1.7 | 3.8 | 6.25 |
| | 東京都区部 | 3552 | 8.2 | 6.8 | 20.2 | 19.7 | 12.8 | 16.4 | 4.1 | 4.4 | 2.1 | 1.7 | 3.6 | 6.37 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 6.5 | 6.5 | 18.8 | 20.1 | 12.8 | 17.1 | 4.3 | 5.3 | 2.9 | 1.7 | 3.9 | 6.18 |
| | 大都市 | 14521 | 7.6 | 6.9 | 19.3 | 19.8 | 12.9 | 16.6 | 4.6 | 4.7 | 2.4 | 1.6 | 3.6 | 6.30 |
| | 小都市 | 11741 | 6.7 | 5.7 | 16.7 | 18.9 | 13.4 | 18.4 | 5.2 | 5.6 | 2.9 | 1.8 | 4.7 | 6.02 |
| | 町村 | 3777 | 7.5 | 5.0 | 15.6 | 18.8 | 11.6 | 19.2 | 4.9 | 6.1 | 2.9 | 2.0 | 6.4 | 5.88 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 8.5 | 7.0 | 16.7 | 18.9 | 12.9 | 17.7 | 4.3 | 4.2 | 2.9 | 1.6 | 5.2 | 6.17 |
| | 東北 | 2718 | 7.1 | 5.4 | 16.0 | 18.5 | 13.5 | 18.9 | 5.5 | 5.6 | 2.9 | 1.8 | 4.6 | 6.00 |
| | 北関東 | 2146 | 7.3 | 5.7 | 19.1 | 20.5 | 11.8 | 18.6 | 4.4 | 4.6 | 2.4 | 1.5 | 4.2 | 6.21 |
| | 首都圏 | 11930 | 7.5 | 6.3 | 18.7 | 19.4 | 13.0 | 17.1 | 4.4 | 5.0 | 2.5 | 1.6 | 4.3 | 6.21 |
| | 北陸 | 1604 | 5.9 | 6.0 | 16.8 | 20.9 | 13.4 | 18.3 | 4.2 | 5.5 | 3.5 | 1.7 | 3.7 | 6.08 |
| | 東山 | 1509 | 6.0 | 6.4 | 17.8 | 17.1 | 14.2 | 18.7 | 6.0 | 4.6 | 3.4 | 1.8 | 4.0 | 6.05 |
| | 東海 | 4067 | 6.2 | 6.6 | 18.4 | 19.8 | 11.9 | 17.9 | 4.4 | 5.9 | 2.7 | 1.9 | 4.1 | 6.12 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 7.4 | 6.4 | 17.9 | 19.9 | 13.5 | 17.1 | 4.7 | 4.9 | 2.5 | 1.7 | 3.9 | 6.21 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 8.0 | 6.6 | 18.4 | 19.9 | 12.6 | 16.9 | 5.2 | 5.4 | 2.8 | 1.5 | 2.6 | 6.31 |
| | 中国 | 2239 | 6.0 | 6.3 | 18.6 | 20.1 | 14.0 | 16.1 | 4.9 | 5.4 | 2.5 | 1.9 | 4.3 | 6.13 |
| | 四国 | 1164 | 6.4 | 5.5 | 18.3 | 18.8 | 11.8 | 20.0 | 5.6 | 4.8 | 2.5 | 1.7 | 4.6 | 6.05 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 7.9 | 6.6 | 18.8 | 19.2 | 12.1 | 16.0 | 5.0 | 5.5 | 2.6 | 1.9 | 4.5 | 6.19 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 9.3 | 7.8 | 19.0 | 18.3 | 11.9 | 16.0 | 3.6 | 5.0 | 3.0 | 2.0 | 4.0 | 6.32 |
| | 家族従業者 | 207 | 9.2 | 6.3 | 12.6 | 19.8 | 12.1 | 16.4 | 5.8 | 4.3 | 3.4 | 3.9 | 6.3 | 5.89 |
| | 雇用者 | 21731 | 6.8 | 6.2 | 17.6 | 20.3 | 13.8 | 17.4 | 5.0 | 5.2 | 2.5 | 1.6 | 3.6 | 6.18 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 7.1 | 6.4 | 17.7 | 20.0 | 13.5 | 17.2 | 4.9 | 5.2 | 2.6 | 1.7 | 3.7 | 6.20 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 7.1 | 7.1 | 21.3 | 20.3 | 12.0 | 16.8 | 4.4 | 4.5 | 2.3 | 1.3 | 2.9 | 6.41 |
| | 学生 | 1383 | 13.7 | 9.5 | 20.4 | 20.0 | 12.5 | 10.9 | 5.0 | 3.5 | 1.3 | 0.7 | 2.5 | 6.89 |
| | 無職 | 6355 | 5.6 | 5.0 | 18.1 | 17.5 | 11.4 | 18.9 | 4.6 | 6.3 | 3.6 | 2.3 | 6.9 | 5.77 |
| | その他 | 568 | 10.2 | 6.5 | 18.1 | 16.7 | 12.0 | 18.3 | 4.2 | 4.6 | 2.6 | 2.1 | 4.6 | 6.24 |
| | 答えたくない | 1163 | 9.2 | 2.9 | 11.7 | 15.8 | 11.3 | 24.6 | 4.6 | 4.3 | 2.4 | 2.6 | 10.5 | 5.53 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 7.3 | 3.7 | 11.0 | 11.7 | 9.5 | 23.3 | 5.6 | 9.1 | 4.5 | 3.3 | 11.1 | 5.11 |
| | 高校 | 10826 | 6.9 | 5.1 | 15.8 | 17.6 | 11.6 | 20.1 | 5.4 | 6.2 | 3.2 | 2.4 | 5.8 | 5.83 |
| | 短大・高専 | 4045 | 6.8 | 6.1 | 20.0 | 19.9 | 12.6 | 17.3 | 4.7 | 4.8 | 2.6 | 1.4 | 3.8 | 6.25 |
| | 専門学校 | 4546 | 7.3 | 5.3 | 15.7 | 18.4 | 13.1 | 19.8 | 5.1 | 5.9 | 2.6 | 2.2 | 4.6 | 5.98 |
| | 大学 | 17018 | 7.2 | 7.3 | 20.2 | 21.3 | 13.8 | 15.1 | 4.3 | 4.4 | 2.3 | 1.2 | 2.8 | 6.44 |
| | 大学院 | 2087 | 8.6 | 8.3 | 21.7 | 19.8 | 12.9 | 14.0 | 4.3 | 4.2 | 2.2 | 1.1 | 2.8 | 6.57 |
| | その他 | 18 | 11.1 | − | 11.1 | 16.7 | 5.6 | 22.2 | − | − | 11.1 | − | 22.2 | 4.83 |
| | 答えたくない | 786 | 8.7 | 3.1 | 9.4 | 16.2 | 12.6 | 23.3 | 4.1 | 5.1 | 2.2 | 3.6 | 12.0 | 5.34 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 9.5 | 3.9 | 9.0 | 13.9 | 8.4 | 18.8 | 4.8 | 6.3 | 4.2 | 3.7 | 17.6 | 4.94 |
| | 100万円未満 | 1209 | 8.1 | 4.2 | 15.0 | 16.3 | 10.4 | 19.4 | 3.8 | 7.1 | 4.0 | 3.5 | 8.3 | 5.60 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 6.1 | 4.8 | 14.9 | 16.7 | 11.5 | 19.4 | 6.6 | 7.3 | 3.6 | 2.2 | 6.9 | 5.64 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 5.5 | 6.2 | 17.6 | 19.1 | 12.0 | 16.8 | 5.3 | 6.6 | 3.6 | 2.1 | 5.1 | 5.92 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 6.5 | 6.5 | 17.5 | 20.0 | 13.7 | 17.5 | 4.8 | 5.6 | 2.8 | 1.6 | 3.5 | 6.16 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 7.1 | 7.0 | 19.9 | 19.8 | 13.2 | 16.1 | 4.6 | 5.0 | 2.5 | 1.5 | 3.1 | 6.32 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 7.0 | 7.1 | 18.8 | 21.4 | 13.8 | 15.9 | 4.9 | 4.5 | 2.6 | 1.5 | 2.5 | 6.36 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 6.9 | 7.4 | 19.2 | 21.2 | 14.0 | 16.8 | 4.7 | 4.4 | 2.1 | 1.0 | 2.4 | 6.42 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 7.7 | 6.7 | 19.4 | 21.3 | 14.7 | 15.8 | 4.5 | 4.2 | 2.2 | 1.1 | 2.5 | 6.45 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 8.5 | 7.9 | 21.0 | 20.6 | 12.9 | 14.7 | 3.8 | 5.3 | 2.0 | 1.4 | 2.0 | 6.55 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 9.8 | 9.0 | 22.4 | 23.6 | 12.7 | 11.0 | 3.4 | 3.4 | 1.6 | 1.5 | 1.6 | 6.83 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 11.2 | 9.2 | 25.2 | 20.0 | 13.0 | 11.2 | 3.0 | 3.1 | 1.4 | 0.7 | 2.1 | 6.94 |
| | わからない | 4002 | 6.1 | 4.7 | 16.3 | 18.0 | 13.0 | 20.9 | 5.6 | 4.9 | 3.0 | 2.4 | 4.9 | 5.89 |
| | 答えたくない | 5872 | 6.7 | 4.4 | 16.1 | 18.3 | 12.5 | 22.1 | 4.7 | 5.0 | 2.6 | 1.7 | 5.9 | 5.90 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 7.1 | 7.0 | 20.8 | 21.3 | 13.5 | 16.6 | 4.1 | 4.1 | 1.9 | 1.2 | 2.4 | 6.47 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 7.3 | 5.5 | 15.2 | 17.3 | 12.2 | 18.3 | 5.6 | 6.5 | 3.6 | 2.4 | 6.2 | 5.81 |
| | 答えたくない | 975 | 8.5 | 3.9 | 11.1 | 15.2 | 11.7 | 22.4 | 4.1 | 6.3 | 2.7 | 2.4 | 11.9 | 5.40 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 7.4 | 6.0 | 16.3 | 18.4 | 12.1 | 17.6 | 4.9 | 6.1 | 3.0 | 2.1 | 6.0 | 5.94 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 7.1 | 7.7 | 22.0 | 21.0 | 12.8 | 16.7 | 3.8 | 3.8 | 1.8 | 1.1 | 2.2 | 6.55 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 7.1 | 6.4 | 19.7 | 21.9 | 14.2 | 16.3 | 4.4 | 4.2 | 2.0 | 1.4 | 2.4 | 6.42 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 6.6 | 4.4 | 12.4 | 15.7 | 12.7 | 19.7 | 6.3 | 7.1 | 4.9 | 3.0 | 7.2 | 5.49 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 8.4 | 4.9 | 17.9 | 19.1 | 13.0 | 17.6 | 5.4 | 5.4 | 2.7 | 1.7 | 3.8 | 6.17 |
| | その他 | 3988 | 7.1 | 5.7 | 16.1 | 17.2 | 12.2 | 18.1 | 5.7 | 6.9 | 3.4 | 2.2 | 5.4 | 5.88 |
| | 答えたくない | 975 | 8.5 | 3.9 | 11.1 | 15.2 | 11.7 | 22.4 | 4.1 | 6.3 | 2.7 | 2.4 | 11.9 | 5.40 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 11.6 | 9.9 | 24.2 | 20.7 | 11.4 | 12.5 | 2.9 | 3.2 | 1.3 | 0.7 | 1.6 | 6.99 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 6.3 | 6.7 | 21.5 | 23.2 | 14.0 | 14.9 | 4.4 | 4.2 | 2.1 | 0.9 | 1.9 | 6.51 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 9.4 | 8.6 | 23.1 | 21.7 | 12.4 | 13.5 | 3.5 | 3.7 | 1.6 | 0.8 | 1.7 | 6.79 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 4.8 | 5.0 | 16.5 | 20.6 | 14.8 | 17.1 | 6.3 | 6.3 | 3.6 | 2.0 | 3.1 | 5.97 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 5.3 | 3.7 | 12.5 | 16.9 | 15.1 | 24.4 | 5.6 | 5.9 | 2.5 | 2.5 | 5.6 | 5.65 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 8.0 | 7.3 | 20.7 | 21.0 | 13.2 | 15.3 | 4.3 | 4.4 | 2.1 | 1.2 | 2.3 | 6.51 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 4.7 | 3.1 | 10.5 | 14.8 | 11.9 | 24.1 | 6.0 | 7.4 | 4.3 | 3.3 | 10.1 | 5.11 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 13.8 | 10.5 | 25.6 | 20.8 | 10.1 | 11.9 | 2.2 | 2.5 | 1.0 | 0.5 | 1.3 | 7.21 |
| | 週に2日 | 3316 | 8.8 | 8.8 | 25.2 | 22.7 | 13.0 | 12.3 | 3.4 | 2.5 | 1.1 | 0.6 | 1.4 | 6.92 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 12.2 | 10.0 | 25.4 | 21.4 | 11.0 | 12.0 | 2.5 | 2.5 | 1.0 | 0.5 | 1.3 | 7.12 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 6.2 | 6.9 | 20.9 | 22.6 | 14.5 | 15.0 | 4.4 | 4.2 | 2.3 | 1.2 | 1.9 | 6.47 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 5.7 | 4.1 | 13.7 | 17.6 | 14.9 | 21.8 | 6.2 | 6.4 | 2.8 | 2.2 | 4.7 | 5.77 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 8.7 | 7.8 | 21.7 | 21.3 | 13.1 | 14.8 | 3.9 | 3.8 | 1.8 | 1.1 | 2.1 | 6.63 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 4.6 | 3.8 | 12.3 | 16.5 | 12.6 | 21.8 | 6.1 | 7.4 | 4.1 | 2.8 | 7.9 | 5.37 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 18.7 | 15.8 | 27.8 | 18.6 | 8.3 | 5.7 | 2.1 | 1.9 | 0.4 | 0.3 | 0.5 | 7.75 |
| | する・みる | 12942 | 7.6 | 7.6 | 23.6 | 23.2 | 13.2 | 13.8 | 3.8 | 3.6 | 1.6 | 0.8 | 1.3 | 6.74 |
| | する・ささえる | 212 | 17.9 | 14.6 | 24.1 | 18.9 | 11.8 | 8.0 | 1.4 | 0.5 | 0.9 | 0.9 | 0.9 | 7.56 |
| | するのみ | 4963 | 8.8 | 7.1 | 19.3 | 19.6 | 12.6 | 17.1 | 3.7 | 4.9 | 2.4 | 1.1 | 3.5 | 6.40 |
| | みる・ささえる | 758 | 10.6 | 9.0 | 21.1 | 23.1 | 13.5 | 10.8 | 3.7 | 4.0 | 2.5 | 0.5 | 1.3 | 6.84 |
| | みるのみ | 9793 | 4.1 | 4.1 | 14.0 | 18.3 | 14.2 | 21.0 | 6.3 | 6.9 | 3.9 | 2.7 | 4.4 | 5.65 |
| | ささえるのみ | 118 | 5.9 | 8.5 | 21.2 | 25.4 | 12.7 | 9.3 | 3.4 | 5.1 | 2.5 | 1.7 | 4.2 | 6.42 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 5.1 | 3.0 | 10.8 | 15.1 | 12.4 | 23.5 | 6.0 | 6.9 | 3.8 | 3.0 | 10.4 | 5.17 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q40. あなたは現在、どの程度幸せですか。「とても幸せ」を 10 点、「とても不幸せ」を 0点とすると、何点くらいになると思いますか。

| | | 全体 | 10点 とても幸せ | 9点 | 8点 | 7点 | 6点 | 5点 | 4点 | 3点 | 2点 | 1点 | 0点 とても不幸せ | 平均 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 9.1 | 9.1 | 19.7 | 17.9 | 12.4 | 16.4 | 4.3 | 4.5 | 2.5 | 1.5 | 2.6 | 6.49 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 8.2 | 8.2 | 19.3 | 18.6 | 13.0 | 16.9 | 4.2 | 4.5 | 2.5 | 1.6 | 2.9 | 6.41 |
| | 女性 | 20041 | 10.0 | 9.9 | 20.1 | 17.2 | 11.8 | 15.9 | 4.5 | 4.4 | 2.5 | 1.4 | 2.2 | 6.59 |
| 年代 | 10代 | 857 | 15.8 | 9.6 | 16.9 | 17.5 | 14.1 | 13.1 | 5.0 | 3.5 | 0.7 | 0.8 | 3.0 | 6.84 |
| | 20代 | 5227 | 12.0 | 9.9 | 18.4 | 19.0 | 13.6 | 13.6 | 4.6 | 3.4 | 2.2 | 1.3 | 2.0 | 6.73 |
| | 30代 | 5594 | 9.7 | 8.5 | 16.4 | 17.7 | 14.1 | 16.4 | 5.3 | 4.4 | 2.9 | 1.5 | 3.2 | 6.37 |
| | 40代 | 7193 | 8.7 | 6.1 | 15.6 | 17.0 | 13.0 | 18.2 | 5.5 | 6.1 | 3.5 | 2.3 | 3.9 | 6.05 |
| | 50代 | 7752 | 7.8 | 7.8 | 17.2 | 16.9 | 12.2 | 18.8 | 4.8 | 5.1 | 3.5 | 2.2 | 3.7 | 6.15 |
| | 60代 | 6376 | 8.1 | 9.1 | 22.1 | 18.1 | 12.2 | 17.1 | 3.6 | 4.8 | 1.9 | 1.1 | 1.9 | 6.59 |
| | 70代 | 7001 | 8.6 | 13.3 | 28.1 | 19.1 | 9.5 | 14.1 | 2.4 | 2.7 | 1.1 | 0.5 | 0.6 | 7.12 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 17.9 | 12.0 | 20.1 | 17.4 | 13.6 | 8.6 | 4.0 | 1.9 | － | 1.6 | 2.9 | 7.17 |
| | 男性20代 | 2626 | 12.1 | 10.7 | 20.1 | 19.3 | 12.1 | 13.1 | 3.7 | 3.4 | 2.1 | 1.3 | 2.0 | 6.83 |
| | 男性30代 | 2786 | 8.4 | 7.9 | 15.9 | 18.0 | 14.8 | 16.7 | 5.6 | 4.2 | 3.4 | 1.6 | 3.6 | 6.24 |
| | 男性40代 | 3587 | 8.1 | 5.7 | 15.5 | 17.7 | 13.5 | 18.3 | 5.1 | 6.0 | 3.4 | 2.4 | 4.3 | 6.00 |
| | 男性50代 | 3858 | 6.2 | 6.6 | 15.9 | 17.7 | 13.4 | 19.7 | 4.7 | 5.4 | 3.6 | 2.5 | 4.4 | 5.96 |
| | 男性60代 | 3112 | 7.3 | 8.1 | 21.4 | 19.5 | 13.0 | 17.3 | 3.6 | 5.0 | 1.8 | 1.0 | 2.2 | 6.52 |
| | 男性70代 | 3213 | 7.3 | 11.0 | 28.1 | 20.1 | 10.8 | 15.6 | 2.4 | 2.8 | 0.9 | 0.4 | 0.7 | 7.00 |
| | 女性10代 | 464 | 14.0 | 7.8 | 15.1 | 17.9 | 15.1 | 15.5 | 5.8 | 5.0 | 1.3 | 0.2 | 2.4 | 6.65 |
| | 女性20代 | 2504 | 12.1 | 9.2 | 17.0 | 18.6 | 15.2 | 13.8 | 5.4 | 3.5 | 2.3 | 1.3 | 1.6 | 6.68 |
| | 女性30代 | 2732 | 11.1 | 9.1 | 17.1 | 17.6 | 13.2 | 16.0 | 5.0 | 4.4 | 2.4 | 1.4 | 2.7 | 6.52 |
| | 女性40代 | 3522 | 9.3 | 6.5 | 15.9 | 16.4 | 12.5 | 17.8 | 5.8 | 6.3 | 3.7 | 2.2 | 3.6 | 6.10 |
| | 女性50代 | 3828 | 9.4 | 9.1 | 18.6 | 16.0 | 11.0 | 17.9 | 4.9 | 4.8 | 3.4 | 2.0 | 3.0 | 6.34 |
| | 女性60代 | 3231 | 8.9 | 10.1 | 22.9 | 16.8 | 11.5 | 16.8 | 3.6 | 4.6 | 1.9 | 1.2 | 1.6 | 6.67 |
| | 女性70代 | 3760 | 9.6 | 15.2 | 28.2 | 18.3 | 8.5 | 12.7 | 2.3 | 2.7 | 1.3 | 0.5 | 0.6 | 7.23 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 8.9 | 9.6 | 20.3 | 18.3 | 12.6 | 15.8 | 3.7 | 4.3 | 2.5 | 1.4 | 2.6 | 6.55 |
| | 東京都区部 | 3552 | 9.9 | 9.7 | 20.5 | 17.5 | 12.7 | 16.2 | 3.5 | 4.0 | 2.3 | 1.5 | 2.4 | 6.61 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 8.4 | 9.5 | 20.3 | 18.7 | 12.6 | 15.5 | 3.8 | 4.5 | 2.6 | 1.4 | 2.7 | 6.51 |
| | 大都市 | 14521 | 9.8 | 9.5 | 20.8 | 18.1 | 12.1 | 15.6 | 4.2 | 4.1 | 2.2 | 1.4 | 2.3 | 6.61 |
| | 小都市 | 11741 | 8.4 | 8.5 | 18.5 | 17.7 | 12.7 | 17.3 | 5.0 | 4.9 | 2.9 | 1.6 | 2.6 | 6.36 |
| | 町村 | 3777 | 9.4 | 8.0 | 17.2 | 16.7 | 11.7 | 18.9 | 4.6 | 5.0 | 2.5 | 2.0 | 4.0 | 6.26 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 11.1 | 8.8 | 19.8 | 17.4 | 11.2 | 16.7 | 4.0 | 3.7 | 2.7 | 1.3 | 3.4 | 6.54 |
| | 東北 | 2718 | 8.5 | 7.2 | 18.2 | 17.7 | 14.0 | 17.3 | 4.6 | 5.5 | 2.5 | 1.6 | 2.9 | 6.31 |
| | 北関東 | 2146 | 9.6 | 8.4 | 19.6 | 18.8 | 10.9 | 17.5 | 4.3 | 4.8 | 2.4 | 1.4 | 2.3 | 6.50 |
| | 首都圏 | 11930 | 9.1 | 9.2 | 19.6 | 17.9 | 12.5 | 16.4 | 4.2 | 4.6 | 2.4 | 1.6 | 2.5 | 6.50 |
| | 北陸 | 1604 | 7.4 | 9.3 | 20.0 | 17.6 | 13.2 | 16.3 | 4.2 | 4.6 | 3.3 | 1.5 | 2.6 | 6.40 |
| | 東山 | 1509 | 8.3 | 8.5 | 19.2 | 17.7 | 12.0 | 18.4 | 5.3 | 4.0 | 2.6 | 1.5 | 2.4 | 6.41 |
| | 東海 | 4067 | 8.2 | 9.6 | 20.1 | 17.6 | 12.6 | 16.0 | 4.4 | 4.7 | 2.7 | 1.4 | 2.7 | 6.47 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 9.7 | 8.8 | 19.3 | 18.4 | 12.5 | 16.4 | 4.5 | 4.2 | 2.3 | 1.4 | 2.5 | 6.53 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 9.7 | 11.4 | 19.4 | 17.1 | 13.6 | 15.7 | 3.6 | 4.4 | 2.2 | 1.1 | 1.7 | 6.68 |
| | 中国 | 2239 | 8.3 | 9.9 | 20.4 | 17.9 | 12.5 | 15.8 | 4.7 | 4.1 | 2.0 | 1.7 | 2.8 | 6.51 |
| | 四国 | 1164 | 8.5 | 6.7 | 21.7 | 17.4 | 11.5 | 18.5 | 4.0 | 4.4 | 2.8 | 1.7 | 2.7 | 6.39 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 10.0 | 9.9 | 20.0 | 17.7 | 11.6 | 15.3 | 4.2 | 3.9 | 2.8 | 1.7 | 2.8 | 6.55 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 10.9 | 9.4 | 20.5 | 16.9 | 11.1 | 16.1 | 4.1 | 4.2 | 2.6 | 1.7 | 2.6 | 6.59 |
| | 家族従業者 | 207 | 12.1 | 6.8 | 19.3 | 18.4 | 12.6 | 12.6 | 3.9 | 4.3 | 2.9 | 2.9 | 4.3 | 6.40 |
| | 雇用者 | 21731 | 8.4 | 8.5 | 18.7 | 18.7 | 13.6 | 16.6 | 4.8 | 4.5 | 2.5 | 1.5 | 2.1 | 6.45 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 8.8 | 8.6 | 18.9 | 18.5 | 13.3 | 16.5 | 4.7 | 4.4 | 2.5 | 1.5 | 2.2 | 6.47 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 11.0 | 12.5 | 23.5 | 17.6 | 10.2 | 14.3 | 3.2 | 3.4 | 2.0 | 0.9 | 1.3 | 6.95 |
| | 学生 | 1383 | 15.5 | 10.8 | 18.0 | 18.9 | 13.7 | 11.5 | 4.6 | 3.5 | 1.0 | 0.8 | 1.7 | 7.00 |
| | 無職 | 6355 | 7.1 | 8.4 | 20.9 | 16.4 | 10.4 | 17.2 | 3.9 | 5.7 | 3.0 | 2.2 | 4.7 | 6.19 |
| | その他 | 568 | 11.6 | 8.8 | 19.9 | 17.3 | 9.5 | 17.8 | 3.2 | 4.6 | 2.8 | 1.1 | 3.5 | 6.54 |
| | 答えたくない | 1163 | 10.1 | 4.7 | 12.7 | 13.8 | 13.2 | 25.6 | 3.4 | 4.0 | 3.5 | 2.3 | 6.4 | 5.85 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 9.1 | 4.7 | 12.8 | 12.2 | 8.5 | 21.7 | 8.0 | 7.6 | 4.5 | 3.1 | 8.0 | 5.46 |
| | 高校 | 10826 | 9.0 | 8.0 | 17.5 | 16.1 | 11.4 | 19.1 | 4.8 | 5.5 | 2.8 | 2.2 | 3.4 | 6.23 |
| | 短大・高専 | 4045 | 9.5 | 10.1 | 21.2 | 18.9 | 11.1 | 15.5 | 3.8 | 3.7 | 2.9 | 1.0 | 2.1 | 6.66 |
| | 専門学校 | 4546 | 9.5 | 7.8 | 17.9 | 16.8 | 13.1 | 17.9 | 5.3 | 4.8 | 2.7 | 1.5 | 2.8 | 6.36 |
| | 大学 | 17018 | 9.0 | 10.0 | 21.6 | 19.2 | 13.1 | 14.4 | 3.8 | 3.8 | 2.2 | 1.1 | 1.8 | 6.70 |
| | 大学院 | 2087 | 9.4 | 11.5 | 21.2 | 19.4 | 13.1 | 12.9 | 3.6 | 4.2 | 1.6 | 1.0 | 2.3 | 6.76 |
| | その他 | 18 | 5.6 | 11.1 | 5.6 | 16.7 | 11.1 | 11.1 | 5.6 | 5.6 | 5.6 | 5.6 | 16.7 | 4.94 |
| | 答えたくない | 786 | 8.7 | 3.7 | 11.1 | 15.8 | 13.4 | 26.1 | 4.6 | 4.1 | 3.2 | 2.4 | 7.1 | 5.69 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 11.4 | 5.0 | 11.7 | 12.1 | 8.0 | 19.9 | 3.0 | 7.3 | 4.4 | 4.4 | 12.8 | 5.33 |
| | 100万円未満 | 1209 | 9.0 | 6.0 | 15.4 | 16.5 | 9.9 | 18.6 | 5.4 | 6.1 | 4.1 | 2.6 | 6.2 | 5.87 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 6.7 | 7.0 | 16.5 | 16.1 | 12.1 | 18.5 | 5.6 | 6.7 | 4.2 | 2.2 | 4.4 | 5.93 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 7.5 | 8.6 | 19.2 | 17.0 | 11.3 | 17.1 | 4.6 | 6.1 | 3.2 | 2.0 | 3.5 | 6.23 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 8.2 | 9.0 | 19.8 | 18.0 | 12.9 | 16.0 | 5.3 | 4.5 | 2.8 | 1.6 | 2.0 | 6.46 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 8.5 | 9.5 | 21.1 | 18.7 | 12.9 | 15.2 | 4.1 | 4.3 | 2.4 | 1.3 | 2.0 | 6.59 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 8.9 | 10.0 | 20.2 | 19.8 | 13.0 | 14.6 | 4.4 | 4.5 | 1.8 | 1.3 | 1.5 | 6.66 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 9.3 | 11.3 | 19.8 | 19.3 | 13.5 | 14.9 | 4.1 | 3.5 | 1.9 | 1.2 | 1.2 | 6.76 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 10.6 | 9.1 | 20.8 | 19.6 | 13.2 | 15.1 | 4.1 | 3.4 | 1.7 | 0.9 | 1.5 | 6.77 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 10.9 | 11.5 | 22.8 | 18.1 | 12.6 | 13.1 | 3.5 | 3.7 | 1.8 | 0.9 | 1.1 | 6.92 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 12.7 | 11.4 | 23.5 | 20.5 | 11.9 | 10.1 | 2.6 | 2.6 | 2.0 | 1.2 | 1.4 | 7.07 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 14.1 | 12.9 | 25.2 | 18.3 | 12.1 | 9.5 | 2.8 | 2.6 | 1.0 | 0.5 | 1.1 | 7.28 |
| | わからない | 4002 | 7.6 | 7.6 | 17.8 | 17.2 | 12.1 | 20.0 | 5.3 | 4.9 | 2.8 | 1.9 | 2.7 | 6.24 |
| | 答えたくない | 5872 | 8.7 | 7.5 | 17.9 | 16.7 | 12.7 | 21.2 | 4.2 | 4.1 | 2.4 | 1.4 | 3.3 | 6.31 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 10.1 | 11.1 | 23.2 | 19.4 | 11.9 | 14.4 | 3.3 | 3.0 | 1.6 | 0.8 | 1.2 | 6.92 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 7.8 | 6.6 | 15.4 | 16.1 | 12.9 | 18.8 | 5.6 | 6.3 | 3.7 | 2.4 | 4.3 | 5.97 |
| | 答えたくない | 975 | 9.5 | 4.8 | 11.9 | 13.9 | 13.8 | 23.2 | 6.1 | 5.3 | 2.4 | 1.9 | 7.1 | 5.77 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 7.8 | 7.2 | 16.9 | 16.4 | 13.2 | 18.1 | 4.9 | 5.9 | 3.3 | 2.2 | 4.1 | 6.08 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 10.2 | 12.2 | 24.5 | 19.0 | 11.3 | 14.0 | 2.7 | 3.0 | 1.5 | 0.6 | 1.1 | 7.01 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 10.0 | 10.1 | 22.0 | 20.0 | 12.9 | 14.6 | 3.7 | 2.9 | 1.7 | 0.9 | 1.1 | 6.85 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 6.7 | 5.1 | 12.3 | 14.9 | 13.4 | 21.1 | 6.9 | 6.7 | 4.6 | 2.8 | 5.5 | 5.61 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 10.0 | 8.3 | 19.4 | 19.0 | 11.5 | 15.9 | 5.5 | 4.2 | 2.6 | 1.6 | 2.0 | 6.53 |
| | その他 | 3988 | 9.1 | 7.7 | 16.1 | 16.8 | 11.6 | 17.7 | 5.7 | 6.6 | 3.2 | 2.4 | 3.1 | 6.16 |
| | 答えたくない | 975 | 9.5 | 4.8 | 11.9 | 13.9 | 13.8 | 23.2 | 6.1 | 5.3 | 2.4 | 1.9 | 7.1 | 5.77 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 13.1 | 12.5 | 24.1 | 18.5 | 10.9 | 11.3 | 2.8 | 3.1 | 1.5 | 0.8 | 1.4 | 7.12 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 8.6 | 10.2 | 23.0 | 20.4 | 12.7 | 13.1 | 4.0 | 3.7 | 2.1 | 1.0 | 1.3 | 6.78 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 11.2 | 11.6 | 23.6 | 19.3 | 11.6 | 12.0 | 3.3 | 3.3 | 1.8 | 0.9 | 1.4 | 6.98 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 7.8 | 8.5 | 19.2 | 18.8 | 13.7 | 15.7 | 5.4 | 4.4 | 2.8 | 1.5 | 2.1 | 6.43 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 7.2 | 5.4 | 14.8 | 16.0 | 15.1 | 25.2 | 4.7 | 4.6 | 2.3 | 1.7 | 2.9 | 6.07 |
| | (小計)この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 10.1 | 10.3 | 21.9 | 18.9 | 12.4 | 14.0 | 3.9 | 3.7 | 2.0 | 1.1 | 1.7 | 6.78 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 6.0 | 5.2 | 12.8 | 14.8 | 12.4 | 23.9 | 5.7 | 6.8 | 3.9 | 2.8 | 5.6 | 5.61 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 15.0 | 13.2 | 24.9 | 18.0 | 9.9 | 11.0 | 2.2 | 2.6 | 1.3 | 0.6 | 1.4 | 7.27 |
| | 週に2日 | 3316 | 10.5 | 11.6 | 24.7 | 20.4 | 12.3 | 11.1 | 3.2 | 2.7 | 1.6 | 0.8 | 1.1 | 7.03 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 13.6 | 12.7 | 24.8 | 18.7 | 10.6 | 11.1 | 2.5 | 2.7 | 1.4 | 0.7 | 1.3 | 7.20 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 8.6 | 10.2 | 22.3 | 20.3 | 13.2 | 13.3 | 4.1 | 3.5 | 2.1 | 1.2 | 1.3 | 6.76 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 7.4 | 6.7 | 15.6 | 16.5 | 14.8 | 22.4 | 5.2 | 4.6 | 2.7 | 1.4 | 2.7 | 6.17 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 10.6 | 10.7 | 22.3 | 19.0 | 12.4 | 13.8 | 3.6 | 3.3 | 1.9 | 1.0 | 1.5 | 6.85 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 6.7 | 6.4 | 15.2 | 16.0 | 12.4 | 20.9 | 5.6 | 6.4 | 3.6 | 2.4 | 4.4 | 5.88 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 18.2 | 16.5 | 26.7 | 19.0 | 8.6 | 5.4 | 2.2 | 1.6 | 0.8 | 0.5 | 0.5 | 7.72 |
| | する・みる | 12942 | 10.2 | 11.5 | 24.7 | 20.0 | 11.8 | 11.8 | 3.3 | 3.3 | 1.7 | 0.8 | 1.0 | 7.00 |
| | する・ささえる | 212 | 18.9 | 13.7 | 25.5 | 16.5 | 9.4 | 9.9 | 2.4 | 1.9 | 0.9 | 0.5 | 0.5 | 7.55 |
| | するのみ | 4963 | 10.1 | 9.0 | 19.3 | 17.7 | 12.8 | 16.2 | 3.9 | 4.5 | 2.5 | 1.3 | 2.8 | 6.52 |
| | みる・ささえる | 758 | 11.7 | 12.1 | 23.9 | 18.2 | 13.3 | 11.9 | 2.0 | 3.7 | 1.3 | 0.9 | 0.9 | 7.07 |
| | みるのみ | 9793 | 6.5 | 7.3 | 17.5 | 17.6 | 13.3 | 19.3 | 5.3 | 5.5 | 3.2 | 2.1 | 2.5 | 6.16 |
| | ささえるのみ | 118 | 11.0 | 9.3 | 16.1 | 25.4 | 18.6 | 5.9 | 1.7 | 4.2 | 2.5 | 1.7 | 3.4 | 6.69 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 6.7 | 4.8 | 12.2 | 14.8 | 13.0 | 24.4 | 6.0 | 6.1 | 3.6 | 2.4 | 6.0 | 5.64 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q41. あなたは、これまで過去一度でも車いすテニスやボッチャ等のパラスポーツ（障害者スポーツ）を体験したことがありますか。

| | | 全体 | 体験したことがある | 体験したことはないが、やってみたいと思う | 体験したことがなく、やってみたいと思わない |
|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 6.2 | 20.4 | 73.4 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 6.5 | 20.4 | 73.1 |
| | 女性 | 20041 | 5.9 | 20.5 | 73.7 |
| 年代 | 10代 | 857 | 23.3 | 29.3 | 47.4 |
| | 20代 | 5227 | 11.7 | 28.4 | 60.0 |
| | 30代 | 5594 | 7.5 | 22.6 | 69.9 |
| | 40代 | 7193 | 5.3 | 21.8 | 72.9 |
| | 50代 | 7752 | 4.1 | 19.6 | 76.2 |
| | 60代 | 6376 | 3.9 | 15.9 | 80.2 |
| | 70代 | 7001 | 4.1 | 15.3 | 80.6 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 24.6 | 33.4 | 42.0 |
| | 男性20代 | 2626 | 13.8 | 30.2 | 56.0 |
| | 男性30代 | 2786 | 8.4 | 23.8 | 67.7 |
| | 男性40代 | 3587 | 5.5 | 22.3 | 72.2 |
| | 男性50代 | 3858 | 3.9 | 18.6 | 77.5 |
| | 男性60代 | 3112 | 3.8 | 14.7 | 81.5 |
| | 男性70代 | 3213 | 3.3 | 13.6 | 83.1 |
| | 女性10代 | 464 | 22.0 | 26.9 | 51.1 |
| | 女性20代 | 2504 | 9.7 | 26.6 | 63.7 |
| | 女性30代 | 2732 | 6.4 | 21.6 | 71.9 |
| | 女性40代 | 3522 | 5.1 | 21.3 | 73.6 |
| | 女性50代 | 3828 | 4.4 | 20.7 | 74.9 |
| | 女性60代 | 3231 | 3.9 | 17.1 | 79.0 |
| | 女性70代 | 3760 | 4.7 | 16.8 | 78.5 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 6.4 | 20.0 | 73.6 |
| | 東京都区部 | 3552 | 7.0 | 21.7 | 71.3 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 6.1 | 19.1 | 74.8 |
| | 大都市 | 14521 | 6.5 | 21.1 | 72.4 |
| | 小都市 | 11741 | 5.6 | 20.5 | 73.9 |
| | 町村 | 3777 | 6.0 | 18.6 | 75.4 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 4.9 | 18.9 | 76.3 |
| | 東北 | 2718 | 6.3 | 21.3 | 72.5 |
| | 北関東 | 2146 | 6.1 | 20.3 | 73.6 |
| | 首都圏 | 11930 | 6.2 | 20.7 | 73.1 |
| | 北陸 | 1604 | 5.9 | 20.6 | 73.6 |
| | 東山 | 1509 | 6.7 | 19.6 | 73.7 |
| | 東海 | 4067 | 6.8 | 19.5 | 73.6 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 6.0 | 19.5 | 74.6 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 6.5 | 21.6 | 72.0 |
| | 中国 | 2239 | 5.5 | 19.6 | 74.9 |
| | 四国 | 1164 | 5.6 | 18.1 | 76.3 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 6.4 | 22.7 | 71.0 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 6.3 | 23.4 | 70.3 |
| | 家族従業者 | 207 | 6.8 | 27.1 | 66.2 |
| | 雇用者 | 21731 | 6.5 | 22.4 | 71.1 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 6.5 | 22.6 | 71.0 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 3.9 | 17.8 | 78.3 |
| | 学生 | 1383 | 22.3 | 30.3 | 47.4 |
| | 無職 | 6355 | 3.4 | 12.9 | 83.7 |
| | その他 | 568 | 6.9 | 22.2 | 71.0 |
| | 答えたくない | 1163 | 5.3 | 15.7 | 78.9 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 4.3 | 14.2 | 81.5 |
| | 高校 | 10826 | 4.0 | 16.8 | 79.2 |
| | 短大・高専 | 4045 | 4.9 | 20.8 | 74.3 |
| | 専門学校 | 4546 | 5.1 | 21.9 | 72.9 |
| | 大学 | 17018 | 8.0 | 22.3 | 69.7 |
| | 大学院 | 2087 | 8.8 | 24.1 | 67.0 |
| | その他 | 18 | 16.7 | 11.1 | 72.2 |
| | 答えたくない | 786 | 3.4 | 14.5 | 82.1 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 4.9 | 14.8 | 80.3 |
| | 100万円未満 | 1209 | 6.5 | 20.0 | 73.5 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 3.9 | 17.8 | 78.3 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 4.8 | 20.2 | 75.0 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 5.5 | 21.2 | 73.4 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 6.4 | 21.2 | 72.4 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 7.2 | 22.0 | 70.9 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 6.5 | 23.9 | 69.6 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 7.9 | 24.3 | 67.8 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 8.2 | 23.3 | 68.5 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 10.9 | 23.7 | 65.5 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 8.7 | 24.3 | 67.0 |
| | わからない | 4002 | 6.0 | 18.4 | 75.7 |
| | 答えたくない | 5872 | 3.8 | 15.4 | 80.8 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 6.0 | 20.7 | 73.3 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 6.4 | 20.3 | 73.3 |
| | 答えたくない | 975 | 5.8 | 16.8 | 77.3 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 6.1 | 19.4 | 74.5 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 5.0 | 19.0 | 76.0 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 7.0 | 22.6 | 70.4 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 5.8 | 20.9 | 73.3 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 7.4 | 22.6 | 70.0 |
| | その他 | 3988 | 7.3 | 21.0 | 71.7 |
| | 答えたくない | 975 | 5.8 | 16.8 | 77.3 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 8.3 | 24.5 | 67.2 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 7.7 | 25.2 | 67.1 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 8.1 | 24.8 | 67.2 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 6.4 | 23.1 | 70.5 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 4.1 | 17.4 | 78.5 |
| | （小計）この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 7.3 | 23.8 | 68.9 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 2.5 | 10.2 | 87.3 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 7.5 | 23.7 | 68.8 |
| | 週に2日 | 3316 | 9.0 | 26.4 | 64.7 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 7.9 | 24.6 | 67.5 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 8.5 | 27.8 | 63.8 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 5.0 | 18.2 | 76.8 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 7.7 | 24.8 | 67.5 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 3.6 | 13.0 | 83.4 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 24.0 | 43.9 | 32.1 |
| | する・みる | 12942 | 6.0 | 24.7 | 69.3 |
| | する・ささえる | 212 | 15.6 | 31.1 | 53.3 |
| | するのみ | 4963 | 4.8 | 14.7 | 80.5 |
| | みる・ささえる | 758 | 15.4 | 42.7 | 41.8 |
| | みるのみ | 9793 | 4.1 | 18.2 | 77.7 |
| | ささえるのみ | 118 | 14.4 | 38.1 | 47.5 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 2.9 | 10.3 | 86.7 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q42. この1年間で、障害のある人とない人でともに運動・スポーツを実施しましたか。

| | | 全体 | 実施した | 実施していないが、やってみたいと思う | 実施しておらず、やってみたいと思わない |
|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 2.8 | 22.1 | 75.1 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 3.5 | 21.9 | 74.6 |
| | 女性 | 20041 | 2.1 | 22.3 | 75.6 |
| 年代 | 10代 | 857 | 8.8 | 33.3 | 58.0 |
| | 20代 | 5227 | 4.9 | 28.8 | 66.3 |
| | 30代 | 5594 | 3.3 | 22.8 | 73.9 |
| | 40代 | 7193 | 3.0 | 22.3 | 74.7 |
| | 50代 | 7752 | 2.1 | 22.3 | 75.6 |
| | 60代 | 6376 | 1.7 | 18.0 | 80.3 |
| | 70代 | 7001 | 1.6 | 18.3 | 80.0 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 10.4 | 36.4 | 53.2 |
| | 男性20代 | 2626 | 7.0 | 30.6 | 62.3 |
| | 男性30代 | 2786 | 4.2 | 23.7 | 72.1 |
| | 男性40代 | 3587 | 3.5 | 23.0 | 73.5 |
| | 男性50代 | 3858 | 2.4 | 20.6 | 77.0 |
| | 男性60代 | 3112 | 2.1 | 17.4 | 80.5 |
| | 男性70代 | 3213 | 1.7 | 16.2 | 82.1 |
| | 女性10代 | 464 | 7.5 | 31.7 | 60.8 |
| | 女性20代 | 2504 | 2.8 | 27.2 | 70.0 |
| | 女性30代 | 2732 | 2.3 | 21.9 | 75.7 |
| | 女性40代 | 3522 | 2.5 | 21.7 | 75.8 |
| | 女性50代 | 3828 | 1.8 | 24.0 | 74.2 |
| | 女性60代 | 3231 | 1.4 | 18.5 | 80.1 |
| | 女性70代 | 3760 | 1.5 | 20.1 | 78.4 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 2.8 | 21.7 | 75.4 |
| | 東京都区部 | 3552 | 3.5 | 22.5 | 74.0 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 2.4 | 21.3 | 76.2 |
| | 大都市 | 14521 | 3.1 | 22.4 | 74.5 |
| | 小都市 | 11741 | 2.4 | 22.3 | 75.3 |
| | 町村 | 3777 | 2.7 | 21.0 | 76.3 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 2.8 | 20.4 | 76.8 |
| | 東北 | 2718 | 2.9 | 23.5 | 73.5 |
| | 北関東 | 2146 | 3.1 | 21.1 | 75.8 |
| | 首都圏 | 11930 | 2.7 | 22.1 | 75.2 |
| | 北陸 | 1604 | 3.0 | 20.8 | 76.2 |
| | 東山 | 1509 | 2.3 | 21.5 | 76.2 |
| | 東海 | 4067 | 2.7 | 21.2 | 76.1 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 2.6 | 21.5 | 75.9 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 2.4 | 24.4 | 73.2 |
| | 中国 | 2239 | 2.3 | 21.4 | 76.2 |
| | 四国 | 1164 | 3.8 | 18.6 | 77.7 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 3.3 | 24.9 | 71.8 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 5.0 | 23.8 | 71.2 |
| | 家族従業者 | 207 | 4.8 | 25.6 | 69.6 |
| | 雇用者 | 21731 | 3.1 | 23.8 | 73.1 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 3.3 | 23.8 | 72.9 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 1.3 | 19.3 | 79.4 |
| | 学生 | 1383 | 6.6 | 35.1 | 58.3 |
| | 無職 | 6355 | 1.4 | 15.1 | 83.5 |
| | その他 | 568 | 1.8 | 27.3 | 71.0 |
| | 答えたくない | 1163 | 1.7 | 17.5 | 80.7 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 1.8 | 15.7 | 82.5 |
| | 高校 | 10826 | 1.7 | 18.4 | 79.9 |
| | 短大・高専 | 4045 | 2.1 | 22.6 | 75.3 |
| | 専門学校 | 4546 | 2.1 | 21.6 | 76.3 |
| | 大学 | 17018 | 3.8 | 24.4 | 71.9 |
| | 大学院 | 2087 | 4.1 | 26.7 | 69.1 |
| | その他 | 18 | 11.1 | 16.7 | 72.2 |
| | 答えたくない | 786 | 1.7 | 15.0 | 83.3 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 1.5 | 17.1 | 81.4 |
| | 100万円未満 | 1209 | 2.2 | 21.7 | 76.2 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 1.7 | 18.1 | 80.2 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 2.1 | 21.7 | 76.2 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 3.2 | 22.2 | 74.6 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 3.3 | 23.1 | 73.6 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 3.8 | 24.3 | 71.9 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 2.6 | 25.3 | 72.1 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 3.6 | 25.8 | 70.6 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 3.9 | 25.9 | 70.2 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 5.3 | 25.9 | 68.8 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 4.9 | 25.6 | 69.6 |
| | わからない | 4002 | 1.8 | 20.0 | 78.1 |
| | 答えたくない | 5872 | 1.2 | 17.0 | 81.7 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 2.8 | 22.8 | 74.4 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 2.7 | 21.4 | 75.8 |
| | 答えたくない | 975 | 2.8 | 17.0 | 80.2 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 2.5 | 20.9 | 76.6 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 2.5 | 21.2 | 76.3 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 3.1 | 24.5 | 72.4 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 2.6 | 21.2 | 76.2 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 4.3 | 23.9 | 71.8 |
| | その他 | 3988 | 3.3 | 22.7 | 74.0 |
| | 答えたくない | 975 | 2.8 | 17.0 | 80.2 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 4.7 | 27.3 | 68.0 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 3.5 | 27.8 | 68.7 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 4.2 | 27.5 | 68.3 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 2.3 | 24.6 | 73.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 1.4 | 16.5 | 82.2 |
| | (小計)この1 年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 3.5 | 25.9 | 70.6 |
| | この1 年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 0.5 | 10.3 | 89.2 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 4.6 | 26.7 | 68.7 |
| | 週に2日 | 3316 | 5.0 | 31.0 | 64.0 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 4.7 | 28.0 | 67.3 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 4.0 | 29.8 | 66.2 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 1.7 | 18.6 | 79.7 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 3.9 | 27.2 | 68.8 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 0.9 | 13.4 | 85.7 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 18.5 | 48.6 | 32.9 |
| | する・みる | 12942 | 2.3 | 27.6 | 70.1 |
| | する・ささえる | 212 | 9.9 | 34.9 | 55.2 |
| | するのみ | 4963 | 1.4 | 15.8 | 82.8 |
| | みる・ささえる | 758 | 10.0 | 47.5 | 42.5 |
| | みるのみ | 9793 | 1.0 | 19.2 | 79.7 |
| | ささえるのみ | 118 | 8.5 | 30.5 | 61.0 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 0.7 | 9.8 | 89.5 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q43.「デフリンピック」の認知状況について、あてはまるものをお選びください。

| | | 全体 | 東京2025デフリンピック開催が決まる前からデフリンピックを知っていた | 東京2025デフリンピック開催決定をきっかけにデフリンピックを知った（報道、イベント等） | このアンケートで「デフリンピック」のことを初めて知った |
|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 16.1 | 26.8 | 57.1 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 17.1 | 27.5 | 55.5 |
| | 女性 | 20041 | 15.3 | 26.4 | 58.3 |
| 年代 | 10代 | 857 | 22.8 | 23.7 | 53.6 |
| | 20代 | 5227 | 20.6 | 21.3 | 58.0 |
| | 30代 | 5594 | 16.4 | 19.9 | 63.7 |
| | 40代 | 7193 | 14.0 | 21.9 | 64.0 |
| | 50代 | 7752 | 14.5 | 24.5 | 61.0 |
| | 60代 | 6376 | 15.5 | 31.5 | 52.9 |
| | 70代 | 7001 | 16.1 | 40.3 | 43.6 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 23.5 | 25.9 | 50.5 |
| | 男性20代 | 2626 | 23.1 | 23.0 | 53.9 |
| | 男性30代 | 2786 | 17.9 | 21.0 | 61.1 |
| | 男性40代 | 3587 | 14.8 | 22.4 | 62.8 |
| | 男性50代 | 3858 | 14.5 | 24.5 | 61.0 |
| | 男性60代 | 3112 | 16.2 | 32.4 | 51.4 |
| | 男性70代 | 3213 | 17.1 | 41.3 | 41.6 |
| | 女性10代 | 464 | 22.0 | 22.4 | 55.6 |
| | 女性20代 | 2504 | 18.6 | 19.6 | 61.8 |
| | 女性30代 | 2732 | 15.0 | 19.2 | 65.7 |
| | 女性40代 | 3522 | 13.4 | 21.5 | 65.1 |
| | 女性50代 | 3828 | 14.5 | 24.5 | 61.1 |
| | 女性60代 | 3231 | 15.0 | 30.6 | 54.3 |
| | 女性70代 | 3760 | 15.3 | 39.5 | 45.2 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 19.4 | 30.1 | 50.5 |
| | 東京都区部 | 3552 | 22.6 | 33.9 | 43.5 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 17.7 | 28.0 | 54.4 |
| | 大都市 | 14521 | 16.5 | 27.6 | 55.9 |
| | 小都市 | 11741 | 14.1 | 24.6 | 61.2 |
| | 町村 | 3777 | 11.8 | 22.3 | 65.9 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 14.0 | 25.2 | 60.8 |
| | 東北 | 2718 | 17.8 | 31.1 | 51.0 |
| | 北関東 | 2146 | 15.0 | 29.5 | 55.5 |
| | 首都圏 | 11930 | 19.5 | 31.2 | 49.3 |
| | 北陸 | 1604 | 13.0 | 25.8 | 61.2 |
| | 東山 | 1509 | 14.7 | 25.6 | 59.6 |
| | 東海 | 4067 | 13.1 | 24.7 | 62.2 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 14.5 | 20.7 | 64.8 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 16.0 | 20.5 | 63.4 |
| | 中国 | 2239 | 14.2 | 27.0 | 58.8 |
| | 四国 | 1164 | 14.7 | 25.0 | 60.3 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 14.9 | 23.9 | 61.1 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 20.0 | 25.5 | 54.4 |
| | 家族従業者 | 207 | 15.9 | 28.5 | 55.6 |
| | 雇用者 | 21731 | 16.4 | 24.9 | 58.7 |
| | （小計）就労者 | 25028 | 16.9 | 25.0 | 58.1 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 14.5 | 31.2 | 54.3 |
| | 学生 | 1383 | 24.3 | 23.6 | 52.1 |
| | 無職 | 6355 | 14.2 | 33.4 | 52.4 |
| | その他 | 568 | 15.5 | 29.8 | 54.8 |
| | 答えたくない | 1163 | 8.5 | 11.9 | 79.6 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 7.9 | 17.1 | 75.1 |
| | 高校 | 10826 | 11.6 | 24.1 | 64.3 |
| | 短大・高専 | 4045 | 14.3 | 28.7 | 57.0 |
| | 専門学校 | 4546 | 12.9 | 24.1 | 63.0 |
| | 大学 | 17018 | 19.9 | 29.5 | 50.6 |
| | 大学院 | 2087 | 24.2 | 29.7 | 46.1 |
| | その他 | 18 | 22.2 | 22.2 | 55.6 |
| | 答えたくない | 786 | 8.8 | 14.0 | 77.2 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 10.1 | 18.0 | 72.0 |
| | 100万円未満 | 1209 | 13.6 | 23.2 | 63.3 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 13.7 | 27.5 | 58.9 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 14.0 | 29.9 | 56.1 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 16.0 | 30.3 | 53.7 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 16.4 | 28.2 | 55.4 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 16.0 | 27.1 | 56.9 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 18.0 | 26.5 | 55.5 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 18.6 | 27.9 | 53.5 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 18.7 | 25.8 | 55.5 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 23.0 | 27.4 | 49.6 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 24.1 | 29.0 | 46.9 |
| | わからない | 4002 | 13.8 | 23.8 | 62.3 |
| | 答えたくない | 5872 | 13.2 | 24.6 | 62.3 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 16.5 | 29.1 | 54.4 |
| | 未婚者（配偶者別居含む） | 16917 | 15.9 | 24.3 | 59.7 |
| | 答えたくない | 975 | 9.9 | 18.3 | 71.8 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 15.3 | 24.4 | 60.3 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 16.6 | 31.9 | 51.4 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 16.1 | 26.3 | 57.6 |
| | 親と同居（未婚） | 4140 | 16.9 | 24.4 | 58.7 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 17.3 | 24.1 | 58.5 |
| | その他 | 3988 | 16.6 | 24.9 | 58.5 |
| | 答えたくない | 975 | 9.9 | 18.3 | 71.8 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 21.7 | 32.3 | 46.0 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 18.4 | 31.3 | 50.4 |
| | （小計）週に1日以上計 | 20729 | 20.3 | 31.9 | 47.8 |
| | （小計）週1日未満 | 6855 | 15.6 | 26.9 | 57.5 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 10.5 | 18.1 | 71.3 |
| | （小計）この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 18.4 | 29.6 | 52.0 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 9.1 | 18.4 | 72.5 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 20.8 | 32.2 | 47.0 |
| | 週に2日 | 3316 | 21.8 | 33.1 | 45.0 |
| | （小計）週に2日以上計 | 10749 | 21.1 | 32.5 | 46.4 |
| | （小計）週2日未満 | 10255 | 19.5 | 30.8 | 49.7 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 12.4 | 21.1 | 66.4 |
| | （小計）軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 19.0 | 30.0 | 51.0 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 11.2 | 21.6 | 67.2 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 39.8 | 34.8 | 25.4 |
| | する・みる | 12942 | 19.2 | 35.6 | 45.2 |
| | する・ささえる | 212 | 21.7 | 26.9 | 51.4 |
| | するのみ | 4963 | 12.8 | 20.9 | 66.3 |
| | みる・ささえる | 758 | 28.9 | 32.2 | 38.9 |
| | みるのみ | 9793 | 14.1 | 28.3 | 57.6 |
| | ささえるのみ | 118 | 11.9 | 31.4 | 56.8 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 7.1 | 12.5 | 80.4 |

※1　1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q44. 国内で開催される(された)東京2025デフリンピックを通じて、どういった意識の変化がありましたか。(MA)

| | | 全体 | 聴覚障害のある方のスポーツ、パラスポーツを含めスポーツ～障害者スポーツへの関心が高まった | 聴覚障害への理解が深まった | 障害者の住みやすい社会についての関心が高まった | その他 | 特に変化はない |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 17176 | 21.2 | 23.7 | 20.5 | 0.2 | 49.7 |
| 性別 | 男性 | 8705 | 20.3 | 24.7 | 19.8 | 0.1 | 50.4 |
| | 女性 | 8355 | 22.2 | 22.8 | 21.3 | 0.2 | 48.8 |
| 年代 | 10代 | 398 | 26.6 | 29.4 | 20.9 | - | 43.0 |
| | 20代 | 2193 | 24.7 | 26.4 | 18.6 | 0.1 | 47.1 |
| | 30代 | 2032 | 21.9 | 21.3 | 15.5 | 0.1 | 56.0 |
| | 40代 | 2586 | 21.3 | 21.7 | 16.6 | 0.1 | 54.3 |
| | 50代 | 3021 | 20.3 | 21.7 | 18.4 | 0.2 | 52.5 |
| | 60代 | 3000 | 17.6 | 22.8 | 20.6 | 0.2 | 51.4 |
| | 70代 | 3946 | 21.5 | 26.3 | 28.2 | 0.2 | 42.3 |
| 性年代 | 男性10代 | 185 | 27.6 | 33.0 | 25.4 | - | 37.8 |
| | 男性20代 | 1210 | 26.5 | 29.4 | 20.7 | 0.2 | 42.9 |
| | 男性30代 | 1083 | 20.2 | 22.6 | 15.3 | - | 55.5 |
| | 男性40代 | 1335 | 20.6 | 25.2 | 17.5 | 0.1 | 53.3 |
| | 男性50代 | 1505 | 18.6 | 22.9 | 18.3 | 0.1 | 53.4 |
| | 男性60代 | 1512 | 16.3 | 22.3 | 18.7 | 0.3 | 53.8 |
| | 男性70代 | 1875 | 19.8 | 25.0 | 24.9 | 0.1 | 46.3 |
| | 女性10代 | 206 | 25.7 | 26.2 | 17.5 | - | 46.6 |
| | 女性20代 | 957 | 22.7 | 22.9 | 15.9 | 0.1 | 52.1 |
| | 女性30代 | 936 | 23.8 | 19.9 | 15.7 | 0.2 | 56.3 |
| | 女性40代 | 1228 | 22.2 | 18.3 | 15.8 | 0.2 | 54.7 |
| | 女性50代 | 1491 | 22.1 | 20.6 | 18.5 | 0.2 | 51.5 |
| | 女性60代 | 1476 | 19.1 | 23.6 | 22.4 | 0.1 | 48.8 |
| | 女性70代 | 2061 | 23.2 | 27.5 | 31.1 | 0.2 | 38.5 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 4933 | 21.2 | 22.3 | 19.1 | 0.2 | 52.9 |
| | 東京都区部 | 2008 | 21.7 | 21.4 | 18.2 | 0.2 | 53.8 |
| | 政令指定都市 | 2925 | 20.9 | 22.9 | 19.7 | 0.1 | 52.3 |
| | 大都市 | 6404 | 22.6 | 25.1 | 20.9 | 0.2 | 47.5 |
| | 小都市 | 4552 | 19.4 | 23.7 | 20.9 | 0.1 | 49.6 |
| | 町村 | 1287 | 19.9 | 22.0 | 22.3 | 0.1 | 49.0 |
| 居住地域 | 北海道 | 654 | 19.4 | 24.2 | 19.6 | 0.2 | 50.9 |
| | 東北 | 1331 | 22.5 | 23.7 | 21.3 | 0.1 | 48.3 |
| | 北関東 | 954 | 20.6 | 25.2 | 22.7 | - | 46.1 |
| | 首都圏 | 6047 | 20.7 | 21.3 | 18.7 | 0.1 | 53.5 |
| | 北陸 | 622 | 18.2 | 26.0 | 20.3 | 0.3 | 51.0 |
| | 東山 | 609 | 20.2 | 25.1 | 23.2 | 0.2 | 45.8 |
| | 東海 | 1537 | 21.1 | 25.0 | 20.1 | 0.1 | 49.1 |
| | 近畿二府一県 | 1876 | 19.9 | 24.0 | 19.5 | 0.2 | 50.1 |
| | その他近畿圏 | 424 | 21.0 | 24.1 | 21.2 | 0.5 | 47.6 |
| | 中国 | 923 | 24.3 | 25.9 | 21.5 | 0.2 | 45.4 |
| | 四国 | 462 | 18.8 | 24.5 | 21.9 | 0.2 | 49.8 |
| | 九州・沖縄 | 1737 | 24.6 | 26.6 | 24.8 | 0.2 | 43.1 |
| 職業 | 自営業主 | 1408 | 23.8 | 27.5 | 22.7 | 0.1 | 41.9 |
| | 家族従業者 | 92 | 37.0 | 30.4 | 21.7 | - | 34.8 |
| | 雇用者 | 8982 | 21.4 | 23.4 | 18.3 | 0.1 | 51.6 |
| | (小計)就労者 | 10482 | 21.8 | 24.0 | 18.9 | 0.1 | 50.1 |
| | 主婦・主夫 | 2515 | 21.4 | 25.7 | 24.3 | 0.2 | 44.9 |
| | 学生 | 663 | 24.6 | 26.8 | 19.2 | 0.3 | 47.4 |
| | 無職 | 3022 | 18.2 | 21.0 | 22.6 | 0.2 | 52.7 |
| | その他 | 257 | 24.1 | 26.8 | 25.3 | 0.4 | 40.1 |
| | 答えたくない | 237 | 14.3 | 11.0 | 21.1 | - | 62.4 |
| 最終学歴 | 中学校 | 168 | 18.5 | 25.6 | 18.5 | - | 55.4 |
| | 高校 | 3863 | 19.2 | 23.5 | 22.1 | 0.1 | 49.8 |
| | 短大・高専 | 1740 | 21.7 | 24.3 | 22.8 | 0.1 | 47.8 |
| | 専門学校 | 1684 | 20.8 | 22.2 | 19.4 | 0.2 | 50.0 |
| | 大学 | 8409 | 22.3 | 24.1 | 19.9 | 0.2 | 49.1 |
| | 大学院 | 1125 | 20.9 | 24.0 | 18.0 | - | 53.0 |
| | その他 | 8 | 25.0 | 25.0 | 25.0 | - | 75.0 |
| | 答えたくない | 179 | 10.6 | 12.8 | 16.2 | - | 67.6 |
| 世帯年収 | 収入なし | 206 | 18.0 | 18.4 | 19.9 | 0.5 | 58.3 |
| | 100万円未満 | 444 | 20.3 | 20.0 | 19.6 | 0.2 | 52.3 |
| | 100～200万円未満 | 972 | 18.9 | 23.6 | 25.2 | 0.6 | 49.3 |
| | 200～300万円未満 | 1580 | 19.8 | 25.3 | 23.4 | 0.1 | 46.8 |
| | 300～400万円未満 | 1897 | 21.5 | 26.2 | 23.8 | 0.2 | 45.0 |
| | 400～500万円未満 | 1646 | 21.1 | 25.5 | 20.6 | 0.2 | 47.6 |
| | 500～600万円未満 | 1316 | 21.9 | 24.2 | 21.4 | 0.2 | 46.7 |
| | 600～700万円未満 | 1058 | 22.9 | 26.7 | 19.5 | - | 47.0 |
| | 700～800万円未満 | 1059 | 23.2 | 26.3 | 21.2 | - | 46.5 |
| | 800～1000万円未満 | 1300 | 23.4 | 25.7 | 19.1 | - | 48.3 |
| | 1000～1200万円未満 | 900 | 27.0 | 26.3 | 18.8 | 0.1 | 46.9 |
| | 1200万円以上 | 1075 | 24.7 | 27.7 | 18.0 | 0.2 | 48.1 |
| | わからない | 1508 | 19.5 | 17.4 | 17.0 | 0.1 | 58.6 |
| | 答えたくない | 2215 | 16.8 | 17.6 | 18.4 | 0.0 | 57.7 |
| 未既婚 | 既婚者 | 10091 | 22.2 | 25.6 | 21.9 | 0.1 | 45.9 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 6810 | 19.9 | 21.2 | 18.4 | 0.2 | 55.0 |
| | 答えたくない | 275 | 13.5 | 16.4 | 19.6 | - | 60.7 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 3475 | 18.5 | 20.3 | 18.3 | 0.3 | 55.7 |
| | 夫婦のみ・子なし | 5415 | 21.4 | 25.8 | 23.0 | 0.1 | 45.7 |
| | 夫婦・子あり | 3934 | 22.7 | 24.6 | 19.9 | 0.1 | 46.8 |
| | 親と同居(未婚) | 1709 | 20.2 | 21.5 | 16.7 | 0.1 | 56.9 |
| | 2世帯以上同居 | 713 | 25.8 | 26.9 | 25.5 | - | 44.3 |
| | その他 | 1655 | 22.7 | 23.8 | 20.4 | 0.2 | 50.4 |
| | 答えたくない | 275 | 13.5 | 16.4 | 19.6 | - | 60.7 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 6589 | 24.9 | 27.2 | 23.3 | 0.2 | 42.6 |
| | 週に1～2日 | 4231 | 24.3 | 27.0 | 21.4 | 0.2 | 44.0 |
| | (小計)週に1日以上計 | 10820 | 24.7 | 27.1 | 22.6 | 0.2 | 43.1 |
| | (小計)週1日未満 | 2913 | 19.7 | 23.1 | 20.2 | 0.1 | 51.5 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 743 | 10.9 | 14.7 | 16.0 | 0.1 | 64.3 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 14476 | 23.0 | 25.7 | 21.8 | 0.2 | 45.9 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 2700 | 11.4 | 13.0 | 13.7 | 0.1 | 70.3 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 3942 | 24.8 | 27.1 | 24.3 | 0.2 | 42.3 |
| | 週に2日 | 1823 | 26.4 | 28.0 | 23.1 | 0.2 | 40.8 |
| | (小計)週に2日以上計 | 5765 | 25.3 | 27.4 | 23.9 | 0.2 | 41.8 |
| | (小計)週2日未満 | 5157 | 24.5 | 29.1 | 22.4 | 0.1 | 42.1 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 1362 | 14.3 | 16.4 | 17.7 | 0.2 | 59.7 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 12284 | 23.8 | 26.9 | 22.6 | 0.2 | 43.9 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 4892 | 14.6 | 15.7 | 15.2 | 0.1 | 64.3 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 1949 | 38.2 | 42.5 | 28.4 | 0.1 | 19.1 |
| | する・みる | 7094 | 24.1 | 26.0 | 23.1 | 0.2 | 43.9 |
| | する・ささえる | 103 | 15.5 | 24.3 | 16.5 | - | 46.6 |
| | するのみ | 1674 | 11.8 | 14.3 | 14.0 | 0.2 | 67.3 |
| | みる・ささえる | 463 | 29.4 | 37.6 | 29.6 | - | 23.5 |
| | みるのみ | 4155 | 16.8 | 18.9 | 18.1 | 0.1 | 58.3 |
| | ささえるのみ | 51 | 19.6 | 25.5 | 15.7 | - | 49.0 |
| | しない・みない・ささえない | 1687 | 6.9 | 9.5 | 10.4 | 0.1 | 78.2 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q45. あなたがこの1年間に運動・スポーツを実施する環境に変化はありましたか。(MA)

| | | 全体 | 屋外で運動やスポーツを実施する事が多くなった | 自宅等の屋内で運動やスポーツを実施することが多くなった | オンラインを介した運動やスポーツを実施することが多くなった | 単独で行うよりも複数人で運動やスポーツをする機会が多くなった | 複数人で行うよりも単独で運動やスポーツをする機会が多くなった | 新たな運動やスポーツを行うようになった | 運動やスポーツを意識的に行うようになった | スポーツ施設での活動機会が増えた | クラブ活動や部活動の活動機会が増えた | それまで実施していた運動やスポーツを実施することが少なくなった | その他 | 特に変化は感じられなかった |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 40000 | 5.3 | 5.1 | 2.4 | 2.8 | 2.3 | 2.6 | 4.4 | 2.4 | 0.9 | 2.9 | 0.2 | 79.0 |
| 性別 | 男性 | 19556 | 6.7 | 5.2 | 3.0 | 3.3 | 3.0 | 2.8 | 4.5 | 2.5 | 1.1 | 2.9 | 0.3 | 77.0 |
| | 女性 | 20041 | 4.0 | 5.2 | 1.9 | 2.2 | 1.7 | 2.4 | 4.3 | 2.3 | 0.7 | 2.7 | 0.2 | 80.9 |
| 年代 | 10代 | 857 | 12.6 | 9.0 | 5.0 | 7.0 | 7.6 | 4.6 | 6.9 | 4.1 | 4.2 | 7.5 | 0.4 | 56.8 |
| | 20代 | 5227 | 8.6 | 7.7 | 5.8 | 5.8 | 4.8 | 5.4 | 6.7 | 4.4 | 2.5 | 3.2 | 0.1 | 65.8 |
| | 30代 | 5594 | 6.7 | 6.0 | 3.3 | 3.2 | 3.0 | 3.0 | 4.8 | 2.5 | 1.2 | 2.6 | 0.1 | 76.3 |
| | 40代 | 7193 | 5.7 | 4.9 | 2.1 | 2.7 | 2.0 | 2.5 | 3.7 | 2.2 | 0.9 | 2.5 | 0.1 | 80.2 |
| | 50代 | 7752 | 4.4 | 4.3 | 2.0 | 1.7 | 1.6 | 2.0 | 3.6 | 1.8 | 0.4 | 2.5 | 0.3 | 82.8 |
| | 60代 | 6376 | 3.5 | 3.8 | 1.2 | 1.5 | 1.2 | 1.7 | 3.6 | 1.9 | 0.3 | 2.4 | 0.3 | 84.8 |
| | 70代 | 7001 | 3.2 | 4.4 | 0.8 | 2.0 | 1.4 | 1.5 | 4.5 | 2.0 | 0.2 | 3.6 | 0.5 | 83.2 |
| 性年代 | 男性10代 | 374 | 14.7 | 11.5 | 7.0 | 8.8 | 10.7 | 7.0 | 8.6 | 5.9 | 4.0 | 6.1 | 0.3 | 50.8 |
| | 男性20代 | 2626 | 11.5 | 9.1 | 8.0 | 7.2 | 6.5 | 6.5 | 7.7 | 5.3 | 2.9 | 3.3 | 0.1 | 59.9 |
| | 男性30代 | 2786 | 8.2 | 6.0 | 4.5 | 4.2 | 4.3 | 3.8 | 5.3 | 2.8 | 1.4 | 2.3 | 0.1 | 73.2 |
| | 男性40代 | 3587 | 7.3 | 4.8 | 2.8 | 3.4 | 2.4 | 2.8 | 3.8 | 2.3 | 0.9 | 2.7 | 0.1 | 77.5 |
| | 男性50代 | 3858 | 5.3 | 4.1 | 2.0 | 2.1 | 1.8 | 1.9 | 3.6 | 1.7 | 0.6 | 2.7 | 0.2 | 81.7 |
| | 男性60代 | 3112 | 4.6 | 3.3 | 1.0 | 1.3 | 1.5 | 1.6 | 3.4 | 1.8 | 0.4 | 2.6 | 0.4 | 84.3 |
| | 男性70代 | 3213 | 3.9 | 3.9 | 0.5 | 2.0 | 1.5 | 0.9 | 3.8 | 1.7 | 0.2 | 3.6 | 0.6 | 84.3 |
| | 女性10代 | 464 | 11.2 | 7.1 | 3.4 | 5.8 | 5.2 | 2.8 | 5.8 | 2.8 | 4.5 | 8.4 | 0.4 | 60.8 |
| | 女性20代 | 2504 | 5.9 | 6.4 | 3.8 | 4.4 | 3.1 | 4.4 | 5.8 | 3.6 | 2.0 | 2.9 | 0.1 | 71.7 |
| | 女性30代 | 2732 | 5.2 | 6.2 | 2.1 | 2.2 | 1.6 | 2.3 | 4.4 | 2.2 | 0.9 | 2.9 | 0.1 | 79.4 |
| | 女性40代 | 3522 | 4.2 | 5.2 | 1.4 | 2.0 | 1.5 | 2.2 | 3.5 | 2.1 | 1.0 | 2.2 | 0.1 | 82.9 |
| | 女性50代 | 3828 | 3.4 | 4.5 | 2.0 | 1.2 | 1.4 | 2.1 | 3.5 | 1.9 | 0.3 | 2.2 | 0.3 | 83.8 |
| | 女性60代 | 3231 | 2.6 | 4.2 | 1.4 | 1.6 | 0.9 | 1.8 | 3.8 | 2.1 | 0.1 | 2.1 | 0.3 | 85.2 |
| | 女性70代 | 3760 | 2.6 | 4.8 | 1.1 | 2.0 | 1.4 | 2.0 | 5.1 | 2.3 | 0.1 | 3.5 | 0.4 | 82.2 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 9961 | 5.3 | 4.9 | 2.4 | 2.6 | 2.4 | 2.3 | 4.5 | 2.4 | 0.8 | 2.6 | 0.2 | 80.0 |
| | 東京都区部 | 3552 | 6.0 | 5.2 | 3.1 | 3.0 | 2.4 | 2.8 | 5.2 | 3.0 | 1.1 | 2.5 | 0.3 | 77.9 |
| | 政令指定都市 | 6409 | 4.9 | 4.8 | 2.1 | 2.3 | 2.4 | 2.1 | 4.1 | 2.1 | 0.5 | 2.7 | 0.2 | 81.1 |
| | 大都市 | 14521 | 5.8 | 5.6 | 2.6 | 3.1 | 2.6 | 2.9 | 4.7 | 2.7 | 1.0 | 2.9 | 0.3 | 77.3 |
| | 小都市 | 11741 | 5.0 | 4.8 | 2.4 | 2.6 | 2.0 | 2.6 | 4.3 | 2.4 | 0.9 | 2.9 | 0.2 | 79.6 |
| | 町村 | 3777 | 4.7 | 5.0 | 1.8 | 2.4 | 1.9 | 2.0 | 3.5 | 1.3 | 1.0 | 3.0 | 0.2 | 81.2 |
| 居住地域 | 北海道 | 1668 | 4.8 | 5.5 | 2.3 | 2.2 | 2.3 | 2.3 | 3.4 | 1.6 | 0.7 | 2.2 | 0.4 | 81.5 |
| | 東北 | 2718 | 5.4 | 5.2 | 2.6 | 2.8 | 2.2 | 2.6 | 4.7 | 2.2 | 1.1 | 3.2 | 0.3 | 78.4 |
| | 北関東 | 2146 | 6.1 | 5.0 | 2.2 | 2.6 | 3.1 | 3.3 | 5.0 | 2.6 | 1.1 | 3.1 | 0.3 | 77.2 |
| | 首都圏 | 11930 | 5.3 | 4.7 | 2.6 | 2.9 | 2.4 | 2.6 | 4.5 | 2.7 | 1.0 | 2.7 | 0.3 | 79.5 |
| | 北陸 | 1604 | 5.5 | 5.3 | 2.1 | 2.4 | 2.1 | 2.7 | 4.4 | 2.5 | 0.8 | 3.6 | 0.4 | 78.6 |
| | 東山 | 1509 | 5.2 | 6.4 | 2.3 | 3.0 | 1.7 | 2.4 | 3.8 | 2.4 | 0.7 | 2.8 | 0.3 | 78.9 |
| | 東海 | 4067 | 5.4 | 5.5 | 2.0 | 3.1 | 2.1 | 2.5 | 4.5 | 2.5 | 0.8 | 3.0 | 0.1 | 78.5 |
| | 近畿二府一県 | 5324 | 5.0 | 4.6 | 2.6 | 2.7 | 2.3 | 2.6 | 4.2 | 2.3 | 0.8 | 2.8 | 0.2 | 79.5 |
| | その他近畿圏 | 1160 | 4.7 | 5.6 | 2.4 | 2.3 | 2.3 | 2.5 | 5.0 | 2.8 | 1.3 | 3.1 | 0.3 | 78.4 |
| | 中国 | 2239 | 5.1 | 5.2 | 2.1 | 2.4 | 2.7 | 2.2 | 3.6 | 2.0 | 0.6 | 2.6 | 0.3 | 79.9 |
| | 四国 | 1164 | 3.9 | 5.0 | 2.4 | 2.4 | 1.3 | 2.7 | 5.1 | 1.9 | 0.5 | 2.3 | 0.3 | 82.0 |
| | 九州・沖縄 | 4471 | 6.2 | 6.1 | 2.5 | 2.9 | 2.3 | 2.6 | 4.3 | 2.2 | 1.0 | 3.2 | 0.2 | 77.2 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 5.7 | 6.0 | 4.5 | 4.1 | 3.6 | 4.0 | 4.9 | 2.5 | 1.2 | 2.6 | 0.4 | 73.9 |
| | 家族従業者 | 207 | 4.8 | 6.8 | 3.4 | 2.4 | 3.9 | 1.9 | 3.4 | 1.9 | 1.9 | 4.3 | − | 79.7 |
| | 雇用者 | 21731 | 6.2 | 5.5 | 2.8 | 2.9 | 2.5 | 2.8 | 4.7 | 2.7 | 1.0 | 2.6 | 0.1 | 77.7 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 6.1 | 5.5 | 3.0 | 3.1 | 2.6 | 3.0 | 4.7 | 2.6 | 1.1 | 2.6 | 0.2 | 77.3 |
| | 主婦・主夫 | 5503 | 2.9 | 4.9 | 1.3 | 1.8 | 1.2 | 1.8 | 4.3 | 1.8 | 0.4 | 2.9 | 0.3 | 83.0 |
| | 学生 | 1383 | 12.9 | 9.0 | 5.1 | 7.4 | 6.3 | 5.1 | 5.9 | 5.1 | 3.8 | 6.9 | 0.3 | 58.1 |
| | 無職 | 6355 | 3.3 | 3.7 | 0.8 | 1.6 | 1.2 | 1.5 | 3.4 | 1.5 | 0.2 | 3.1 | 0.5 | 85.3 |
| | その他 | 568 | 5.1 | 5.3 | 1.4 | 2.1 | 2.5 | 2.5 | 5.3 | 3.7 | 0.2 | 3.3 | 0.4 | 79.2 |
| | 答えたくない | 1163 | 2.7 | 1.2 | 1.0 | 1.3 | 1.6 | 1.1 | 1.7 | 1.4 | 1.0 | 2.0 | − | 88.6 |
| 最終学歴 | 中学校 | 674 | 3.1 | 3.7 | 1.0 | 1.2 | 1.3 | 1.0 | 2.5 | 1.5 | 0.7 | 1.8 | 0.1 | 86.5 |
| | 高校 | 10826 | 4.3 | 4.1 | 1.2 | 1.7 | 1.6 | 1.8 | 3.2 | 1.4 | 0.5 | 2.6 | 0.3 | 84.0 |
| | 短大・高専 | 4045 | 4.2 | 4.6 | 1.9 | 2.2 | 1.9 | 2.3 | 4.5 | 2.3 | 0.8 | 2.7 | 0.2 | 80.6 |
| | 専門学校 | 4546 | 4.3 | 4.9 | 2.2 | 2.5 | 2.0 | 2.0 | 4.0 | 2.0 | 0.7 | 2.6 | 0.2 | 81.3 |
| | 大学 | 17018 | 6.5 | 6.0 | 3.3 | 3.6 | 2.9 | 3.4 | 5.3 | 3.0 | 1.2 | 3.2 | 0.3 | 74.9 |
| | 大学院 | 2087 | 7.7 | 6.3 | 3.7 | 3.9 | 3.3 | 3.4 | 5.5 | 4.3 | 1.3 | 2.6 | 0.1 | 72.9 |
| | その他 | 18 | − | 5.6 | − | 5.6 | − | − | − | 11.1 | 5.6 | 16.7 | − | 61.1 |
| | 答えたくない | 786 | 1.8 | 2.3 | 0.9 | 0.5 | 1.7 | 0.8 | 2.0 | 1.8 | 0.6 | 3.1 | 0.1 | 89.2 |
| 世帯年収 | 収入なし | 735 | 3.8 | 4.1 | 1.4 | 2.0 | 1.6 | 1.9 | 2.7 | 1.1 | 0.8 | 2.2 | 0.4 | 84.2 |
| | 100万円未満 | 1209 | 5.2 | 5.0 | 2.0 | 2.2 | 2.7 | 3.2 | 4.3 | 2.8 | 1.2 | 4.0 | 0.4 | 78.0 |
| | 100～200万円未満 | 2363 | 4.3 | 4.5 | 1.6 | 1.9 | 1.8 | 1.9 | 3.6 | 2.2 | 0.6 | 2.5 | 0.4 | 82.4 |
| | 200～300万円未満 | 3595 | 4.5 | 4.3 | 1.8 | 2.3 | 2.5 | 2.7 | 4.6 | 1.9 | 0.8 | 3.1 | 0.3 | 80.6 |
| | 300～400万円未満 | 4098 | 5.3 | 5.8 | 2.5 | 3.2 | 2.6 | 2.3 | 4.8 | 2.4 | 1.0 | 3.5 | 0.2 | 77.5 |
| | 400～500万円未満 | 3691 | 6.2 | 5.4 | 2.8 | 4.0 | 2.3 | 3.4 | 4.8 | 3.2 | 1.0 | 2.8 | 0.2 | 75.9 |
| | 500～600万円未満 | 3052 | 6.1 | 5.7 | 3.2 | 3.6 | 2.7 | 3.0 | 5.4 | 2.6 | 1.1 | 2.8 | 0.1 | 75.5 |
| | 600～700万円未満 | 2375 | 6.7 | 6.4 | 3.6 | 3.8 | 2.7 | 2.8 | 5.5 | 2.6 | 0.8 | 3.0 | 0.2 | 73.7 |
| | 700～800万円未満 | 2276 | 6.9 | 6.7 | 3.6 | 3.3 | 3.4 | 3.3 | 5.6 | 2.6 | 1.1 | 2.9 | 0.2 | 74.2 |
| | 800～1000万円未満 | 2923 | 8.2 | 6.6 | 3.6 | 3.6 | 3.3 | 3.5 | 5.8 | 3.3 | 1.1 | 3.1 | 0.4 | 72.9 |
| | 1000～1200万円未満 | 1786 | 7.8 | 7.7 | 4.5 | 4.4 | 3.1 | 4.1 | 6.3 | 3.5 | 1.6 | 3.4 | 0.2 | 72.2 |
| | 1200万円以上 | 2023 | 7.7 | 6.4 | 4.4 | 3.4 | 2.7 | 3.8 | 5.3 | 3.7 | 1.4 | 3.0 | 0.2 | 72.8 |
| | わからない | 4002 | 3.4 | 3.9 | 0.8 | 1.6 | 1.4 | 1.6 | 2.7 | 1.8 | 0.7 | 2.5 | 0.2 | 85.7 |
| | 答えたくない | 5872 | 2.7 | 2.9 | 0.9 | 1.1 | 1.2 | 1.2 | 2.5 | 1.4 | 0.4 | 2.2 | 0.2 | 88.0 |
| 未既婚 | 既婚者 | 22108 | 5.2 | 5.3 | 2.5 | 2.8 | 2.2 | 2.5 | 4.5 | 2.3 | 0.8 | 2.8 | 0.3 | 78.8 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 16917 | 5.6 | 5.1 | 2.4 | 2.7 | 2.5 | 2.8 | 4.3 | 2.5 | 0.9 | 2.9 | 0.2 | 78.9 |
| | 答えたくない | 975 | 3.2 | 2.5 | 1.3 | 1.3 | 2.4 | 1.0 | 3.5 | 2.2 | 1.8 | 2.5 | 0.1 | 85.7 |
| 家族構成 | 一人暮らし | 8749 | 5.4 | 4.8 | 2.5 | 2.7 | 2.5 | 2.9 | 4.3 | 2.6 | 1.0 | 2.9 | 0.3 | 78.6 |
| | 夫婦のみ・子なし | 11147 | 4.6 | 4.9 | 2.2 | 2.6 | 1.9 | 2.2 | 4.5 | 2.3 | 0.6 | 3.0 | 0.3 | 79.8 |
| | 夫婦・子あり | 9282 | 5.9 | 5.6 | 2.7 | 3.1 | 2.5 | 2.7 | 4.5 | 2.4 | 1.0 | 2.7 | 0.2 | 77.8 |
| | 親と同居(未婚) | 4140 | 5.5 | 5.1 | 2.4 | 2.6 | 2.5 | 2.8 | 3.9 | 2.2 | 0.8 | 2.6 | 0.1 | 80.0 |
| | 2世帯以上同居 | 1719 | 7.0 | 6.3 | 2.9 | 3.4 | 2.6 | 3.3 | 5.2 | 2.8 | 1.6 | 2.9 | 0.2 | 76.7 |
| | その他 | 3988 | 5.5 | 5.5 | 2.5 | 2.6 | 2.4 | 2.6 | 4.4 | 2.5 | 0.9 | 3.2 | 0.3 | 79.3 |
| | 答えたくない | 975 | 3.2 | 2.5 | 1.3 | 1.3 | 2.4 | 1.0 | 3.5 | 2.2 | 1.8 | 2.5 | 0.1 | 85.7 |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 12207 | 9.1 | 8.5 | 3.9 | 4.0 | 3.5 | 4.0 | 7.1 | 3.7 | 1.3 | 2.3 | 0.3 | 70.0 |
| | 週に1～2日 | 8522 | 7.8 | 7.9 | 3.4 | 4.3 | 3.4 | 3.8 | 7.1 | 3.8 | 1.2 | 3.8 | 0.4 | 69.2 |
| | (小計)週に1日以上計 | 20729 | 8.6 | 8.3 | 3.7 | 4.1 | 3.4 | 3.9 | 7.1 | 3.8 | 1.3 | 2.9 | 0.4 | 69.6 |
| | (小計)週1日未満 | 6855 | 4.2 | 4.0 | 2.1 | 2.7 | 2.1 | 2.4 | 3.0 | 1.8 | 0.8 | 5.1 | 0.2 | 79.2 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 2592 | 1.9 | 1.6 | 1.2 | 1.0 | 1.4 | 1.0 | 1.9 | 0.9 | 0.6 | 2.0 | 0.1 | 88.9 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 30176 | 7.0 | 6.7 | 3.1 | 3.5 | 3.0 | 3.3 | 5.7 | 3.1 | 1.1 | 3.3 | 0.3 | 73.5 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 9824 | 0.2 | 0.3 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 1.5 | 0.1 | 96.2 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 7433 | 9.1 | 7.2 | 3.2 | 3.4 | 3.0 | 3.3 | 6.9 | 3.6 | 1.3 | 1.7 | 0.3 | 72.4 |
| | 週に2日 | 3316 | 9.9 | 9.1 | 4.2 | 6.2 | 3.7 | 5.1 | 9.2 | 5.3 | 1.3 | 2.7 | 0.3 | 65.2 |
| | (小計)週に2日以上計 | 10749 | 9.4 | 7.8 | 3.5 | 4.2 | 3.2 | 3.8 | 7.6 | 4.1 | 1.3 | 2.0 | 0.3 | 70.2 |
| | (小計)週2日未満 | 10255 | 7.5 | 7.6 | 4.0 | 4.4 | 3.8 | 4.1 | 6.3 | 3.4 | 1.4 | 4.7 | 0.3 | 68.4 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 4059 | 3.5 | 3.5 | 1.6 | 1.3 | 1.7 | 1.4 | 2.8 | 1.3 | 0.6 | 2.5 | 0.2 | 84.6 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 25063 | 7.6 | 7.0 | 3.4 | 3.8 | 3.2 | 3.5 | 6.3 | 3.4 | 1.2 | 3.2 | 0.3 | 71.8 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 14937 | 1.5 | 2.0 | 0.7 | 0.9 | 0.8 | 1.0 | 1.3 | 0.8 | 0.4 | 2.3 | 0.2 | 91.2 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2612 | 18.4 | 16.3 | 16.0 | 15.2 | 11.6 | 12.7 | 14.6 | 9.3 | 5.9 | 3.5 | 0.2 | 31.7 |
| | する・みる | 12942 | 8.1 | 8.0 | 2.0 | 3.0 | 2.7 | 2.9 | 6.9 | 3.1 | 0.5 | 3.1 | 0.4 | 72.6 |
| | する・ささえる | 212 | 13.2 | 13.7 | 5.7 | 6.1 | 5.7 | 6.6 | 9.0 | 7.5 | 6.1 | 1.9 | 0.9 | 50.0 |
| | するのみ | 4963 | 4.3 | 4.6 | 1.3 | 1.2 | 1.2 | 1.7 | 3.5 | 2.3 | 0.5 | 2.1 | 0.3 | 82.9 |
| | みる・ささえる | 758 | 10.3 | 11.2 | 10.8 | 12.0 | 9.9 | 7.7 | 8.7 | 7.4 | 5.1 | 6.3 | − | 42.7 |
| | みるのみ | 9793 | 2.2 | 1.9 | 0.9 | 1.1 | 0.9 | 1.3 | 1.5 | 0.8 | 0.3 | 3.7 | 0.2 | 88.4 |
| | ささえるのみ | 118 | 8.5 | 5.9 | 7.6 | 4.2 | 5.9 | 5.9 | 8.5 | 5.1 | 4.2 | 5.9 | 0.8 | 51.7 |
| | しない・みない・ささえない | 8602 | 0.6 | 0.8 | 0.3 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.8 | 0.6 | 0.3 | 1.5 | 0.1 | 94.6 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q46. 勤務先における「運動・スポーツを活用した取組」について、あてはまるものをすべてお答えください。(MA)

| | | 全体 | ガン・体操やラジオ体操、ビラティスレッスン等）の実施 | 職場・動務時間中のラジオ体操やストレッチ、ラジオ体操等）の実施 | 職場・動務時間外のラジオ体操やストレッチ、ラジオ体操等）の実施 | 運動・スポーツ関係のイベントやウォーキング、運動会、チーム対抗戦等）の実施 | 体力測定や運動機能チェックの実施 | クラブ・サークル活動の実施 | スポーツ用品やアイテム等の提供 | 職場における運動器具やジム・運動室等の設置 | イベントやプログラムによる競争や目標達成の結果に応じた賞品提供等（平均歩数のグループ競争等） | 金銭補助（職場外のスポーツジムの法人契約・優待利用やイベント参加費等の補助） | 運動に関する専門家による職場での運動指導 | 制度的支援（運動を目的とした定時退社や休暇・休憩等の制度整備） | スポーツチームや選手等を活用した事業活動、広告宣伝（伝統スポーツ・ネーミングライツ等） | その他 | 何もしていない | わからない | 無回答 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 25028 | 4.5 | 4.9 | 4.1 | 4.1 | 4.0 | 2.0 | 2.0 | 2.4 | 2.3 | 1.3 | 0.9 | 1.5 | 0.3 | 64.5 | 14.2 | 0.1 |
| 性別 | 男性 | 14108 | 5.0 | 5.8 | 5.2 | 4.9 | 5.0 | 2.7 | 2.4 | 3.0 | 2.7 | 1.5 | 1.0 | 1.7 | 0.3 | 61.5 | 13.9 | 0.2 |
| | 女性 | 10734 | 4.0 | 3.9 | 2.8 | 3.1 | 2.6 | 1.1 | 1.5 | 1.8 | 1.8 | 1.0 | 0.7 | 1.2 | 0.2 | 68.6 | 14.3 | 0.1 |
| 年代 | 10代 | 94 | 5.3 | 5.3 | 7.4 | 10.6 | 6.4 | 5.3 | 7.4 | 5.3 | 4.3 | 3.2 | 4.3 | 2.1 | – | 44.7 | 11.7 | 1.1 |
| | 20代 | 3824 | 6.7 | 8.8 | 6.6 | 5.8 | 6.6 | 4.3 | 4.2 | 5.0 | 4.2 | 2.9 | 2.2 | 2.2 | 0.1 | 49.7 | 15.6 | 0.1 |
| | 30代 | 4493 | 5.7 | 6.1 | 5.3 | 4.4 | 4.7 | 2.9 | 2.6 | 2.8 | 3.0 | 1.6 | 1.2 | 1.4 | 0.2 | 59.7 | 15.4 | 0.0 |
| | 40代 | 5782 | 4.4 | 5.0 | 3.6 | 3.7 | 3.8 | 1.6 | 1.6 | 2.2 | 2.0 | 1.0 | 0.7 | 1.4 | 0.2 | 65.4 | 15.0 | 0.1 |
| | 50代 | 5935 | 3.6 | 3.7 | 3.5 | 3.8 | 3.3 | 1.3 | 1.3 | 1.8 | 1.7 | 0.7 | 0.4 | 1.3 | 0.3 | 68.5 | 13.7 | 0.1 |
| | 60代 | 3472 | 3.4 | 2.5 | 2.9 | 3.1 | 2.6 | 0.5 | 0.9 | 1.2 | 1.4 | 0.7 | 0.4 | 1.5 | 0.3 | 73.5 | 12.2 | 0.1 |
| | 70代 | 1428 | 2.1 | 2.0 | 1.6 | 3.6 | 1.6 | 0.7 | 0.6 | 0.6 | 0.7 | 0.6 | 0.6 | 0.6 | 0.5 | 78.4 | 10.3 | 0.4 |
| 性年代 | 男性10代 | 50 | 4.0 | 4.0 | 6.0 | 12.0 | 8.0 | 8.0 | 6.0 | 8.0 | 2.0 | 4.0 | 2.0 | 2.0 | – | 40.0 | 14.0 | – |
| | 男性20代 | 1981 | 8.2 | 11.0 | 8.6 | 6.9 | 8.5 | 5.9 | 5.2 | 6.6 | 4.8 | 3.5 | 2.2 | 2.5 | 0.1 | 44.6 | 13.9 | 0.2 |
| | 男性30代 | 2463 | 6.7 | 7.1 | 6.5 | 5.8 | 6.1 | 4.3 | 3.5 | 3.3 | 3.5 | 2.1 | 1.3 | 1.3 | 0.4 | 54.8 | 15.3 | 0.1 |
| | 男性40代 | 3222 | 4.5 | 5.8 | 4.7 | 4.5 | 4.7 | 2.0 | 2.0 | 2.8 | 2.5 | 1.1 | 0.9 | 1.8 | 0.3 | 61.7 | 15.2 | 0.2 |
| | 男性50代 | 3409 | 4.0 | 4.3 | 4.5 | 4.6 | 4.3 | 1.8 | 1.6 | 2.1 | 1.9 | 0.7 | 0.4 | 1.7 | 0.3 | 65.5 | 13.6 | 0.2 |
| | 男性60代 | 2089 | 3.8 | 3.0 | 3.5 | 3.5 | 3.6 | 0.7 | 1.0 | 1.4 | 1.9 | 0.8 | 0.6 | 2.0 | 0.3 | 71.4 | 12.0 | 0.2 |
| | 男性70代 | 894 | 1.8 | 2.6 | 1.9 | 3.6 | 1.3 | 0.9 | 0.8 | 0.9 | 0.8 | 0.9 | 0.7 | 0.6 | 0.3 | 78.5 | 10.3 | 0.2 |
| | 女性10代 | 43 | 7.0 | 7.0 | 9.3 | 9.3 | 4.7 | 2.3 | 9.3 | 2.3 | 7.0 | 2.3 | 7.0 | 2.3 | – | 48.8 | 9.3 | 2.3 |
| | 女性20代 | 1796 | 5.2 | 6.5 | 4.4 | 4.7 | 4.5 | 2.5 | 3.1 | 3.5 | 3.5 | 2.3 | 2.1 | 1.9 | 0.2 | 55.4 | 17.0 | 0.1 |
| | 女性30代 | 1991 | 4.5 | 5.0 | 3.7 | 2.6 | 3.1 | 1.4 | 1.5 | 2.2 | 2.4 | 1.0 | 1.0 | 1.6 | 0.1 | 65.7 | 15.3 | – |
| | 女性40代 | 2509 | 4.3 | 3.9 | 2.3 | 2.6 | 2.7 | 0.9 | 1.2 | 1.5 | 1.3 | 0.9 | 0.2 | 0.8 | 0.1 | 70.3 | 14.5 | – |
| | 女性50代 | 2490 | 3.1 | 2.9 | 2.2 | 2.7 | 1.8 | 0.7 | 1.0 | 1.4 | 1.4 | 0.7 | 0.3 | 0.8 | 0.2 | 72.7 | 13.5 | 0.0 |
| | 女性60代 | 1372 | 2.8 | 1.7 | 1.8 | 2.6 | 1.2 | 0.1 | 0.8 | 0.7 | 0.8 | 0.6 | 0.2 | 0.8 | 0.4 | 76.6 | 12.3 | 0.1 |
| | 女性70代 | 533 | 2.6 | 0.9 | 1.1 | 3.8 | 2.1 | 0.4 | 0.4 | 0.2 | 0.6 | – | 0.4 | 0.8 | 0.8 | 78.0 | 10.3 | 0.6 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 6427 | 4.4 | 5.0 | 4.4 | 4.1 | 4.2 | 1.7 | 2.1 | 2.3 | 2.4 | 1.3 | 1.1 | 1.9 | 0.2 | 65.8 | 13.2 | 0.1 |
| | 東京都区部 | 2468 | 3.9 | 5.2 | 5.0 | 4.5 | 4.9 | 1.9 | 2.7 | 3.0 | 2.9 | 1.7 | 1.5 | 2.0 | 0.2 | 63.9 | 13.6 | 0.1 |
| | 政令指定都市 | 3959 | 4.6 | 4.8 | 4.1 | 3.9 | 3.8 | 1.6 | 1.8 | 1.9 | 2.1 | 1.0 | 0.9 | 1.8 | 0.3 | 67.0 | 12.9 | 0.0 |
| | 大都市 | 8996 | 5.0 | 5.6 | 4.5 | 4.6 | 4.5 | 2.3 | 2.2 | 2.9 | 2.6 | 1.4 | 1.0 | 1.7 | 0.2 | 62.1 | 14.3 | 0.1 |
| | 小都市 | 7337 | 4.2 | 4.3 | 3.7 | 3.8 | 3.5 | 2.0 | 1.8 | 2.3 | 2.0 | 1.2 | 0.8 | 1.2 | 0.3 | 65.6 | 14.3 | 0.1 |
| | 町村 | 2268 | 4.5 | 4.0 | 3.0 | 3.1 | 2.7 | 1.5 | 1.1 | 1.5 | 1.4 | 1.0 | 0.4 | 0.7 | 0.3 | 66.5 | 16.2 | 0.2 |
| 居住地域 | 北海道 | 979 | 4.2 | 4.8 | 3.5 | 2.8 | 3.0 | 1.4 | 1.3 | 2.0 | 1.5 | 0.9 | 0.7 | 0.7 | 0.1 | 67.0 | 14.5 | 0.2 |
| | 東北 | 1617 | 4.1 | 3.2 | 3.7 | 3.7 | 2.8 | 1.8 | 1.6 | 2.1 | 2.4 | 1.4 | 0.6 | 1.5 | 0.5 | 65.4 | 14.5 | 0.2 |
| | 北関東 | 1312 | 3.7 | 5.3 | 4.6 | 4.9 | 3.9 | 2.4 | 2.1 | 3.0 | 2.6 | 1.1 | 0.6 | 1.6 | 0.2 | 61.9 | 15.1 | – |
| | 首都圏 | 7740 | 4.4 | 5.1 | 4.6 | 3.9 | 4.4 | 1.9 | 2.2 | 2.5 | 2.6 | 1.3 | 1.1 | 1.7 | 0.3 | 64.0 | 14.4 | 0.1 |
| | 北陸 | 1015 | 4.9 | 4.1 | 4.3 | 4.7 | 3.7 | 2.0 | 1.6 | 1.7 | 2.1 | 1.4 | 1.1 | 1.7 | 0.3 | 63.8 | 13.6 | – |
| | 東山 | 944 | 4.1 | 5.1 | 3.1 | 4.2 | 3.4 | 2.3 | 2.2 | 3.2 | 2.0 | 1.8 | 0.5 | 1.1 | 0.3 | 65.1 | 14.7 | 0.2 |
| | 東海 | 2598 | 4.6 | 5.9 | 4.3 | 4.1 | 4.9 | 2.4 | 1.9 | 2.9 | 2.6 | 1.8 | 1.0 | 1.7 | 0.3 | 63.2 | 13.8 | 0.0 |
| | 近畿二府一県 | 3291 | 4.2 | 4.8 | 3.7 | 5.0 | 4.0 | 1.9 | 1.8 | 2.2 | 2.1 | 1.1 | 0.8 | 1.3 | 0.2 | 65.0 | 14.0 | 0.1 |
| | その他近畿圏 | 712 | 5.3 | 3.9 | 4.6 | 4.9 | 3.7 | 2.2 | 1.3 | 2.2 | 2.0 | 0.4 | 0.4 | 1.8 | 0.1 | 65.4 | 13.8 | 0.1 |
| | 中国 | 1374 | 5.5 | 4.9 | 3.9 | 3.7 | 3.6 | 1.7 | 2.5 | 2.3 | 1.9 | 1.2 | 0.9 | 1.0 | 0.1 | 65.6 | 14.3 | 0.2 |
| | 四国 | 692 | 4.5 | 4.3 | 3.6 | 3.3 | 3.0 | 1.4 | 1.9 | 1.7 | 1.7 | 0.6 | 1.3 | 1.4 | 0.1 | 67.6 | 13.3 | 0.1 |
| | 九州・沖縄 | 2754 | 5.5 | 5.3 | 4.0 | 3.8 | 3.7 | 1.9 | 2.2 | 2.5 | 1.9 | 1.1 | 0.8 | 1.2 | 0.2 | 64.6 | 13.7 | 0.2 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 3.5 | 4.3 | 3.6 | 4.2 | 3.3 | 2.7 | 2.4 | 2.3 | 1.7 | 1.6 | 0.9 | 0.7 | 0.2 | 68.7 | 11.2 | 0.0 |
| | 家族従業者 | 207 | 2.9 | 4.3 | 1.0 | 3.4 | 1.0 | 2.4 | 1.4 | 3.9 | 2.9 | 1.4 | 1.0 | 1.0 | – | 75.8 | 9.7 | – |
| | 雇用者 | 21731 | 4.7 | 5.0 | 4.2 | 4.1 | 4.1 | 1.9 | 1.9 | 2.4 | 2.4 | 1.2 | 0.9 | 1.6 | 0.3 | 63.8 | 14.6 | 0.1 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 4.5 | 4.9 | 4.1 | 4.1 | 4.0 | 2.0 | 2.0 | 2.4 | 2.3 | 1.3 | 0.9 | 1.5 | 0.3 | 64.5 | 14.2 | 0.1 |
| | 主婦・主夫 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 学生 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 無職 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | その他 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| | 答えたくない | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| 最終学歴 | 中学校 | 333 | 5.4 | 2.1 | 2.7 | 1.8 | 1.2 | 0.6 | 1.2 | 1.2 | – | 0.9 | – | 0.9 | – | 73.0 | 13.2 | 0.3 |
| | 高校 | 5967 | 3.8 | 3.1 | 2.4 | 3.1 | 2.3 | 1.2 | 1.1 | 1.6 | 1.0 | 0.7 | 0.5 | 0.9 | 0.3 | 69.4 | 15.8 | 0.2 |
| | 短大・高専 | 2146 | 3.8 | 3.6 | 2.7 | 3.6 | 2.8 | 1.6 | 1.4 | 1.7 | 2.0 | 1.0 | 0.7 | 1.2 | 0.1 | 68.6 | 13.7 | 0.1 |
| | 専門学校 | 3147 | 3.9 | 3.8 | 2.8 | 3.1 | 2.1 | 1.7 | 1.4 | 1.7 | 1.3 | 0.9 | 0.6 | 0.8 | 0.3 | 67.4 | 16.0 | 0.0 |
| | 大学 | 11599 | 5.1 | 6.2 | 5.4 | 4.9 | 5.2 | 2.4 | 2.5 | 2.9 | 3.1 | 1.5 | 1.2 | 1.9 | 0.3 | 61.3 | 13.1 | 0.1 |
| | 大学院 | 1612 | 5.5 | 7.3 | 6.3 | 5.6 | 7.4 | 3.2 | 3.4 | 4.8 | 4.1 | 2.2 | 1.3 | 2.2 | 0.2 | 58.1 | 10.9 | 0.2 |
| | その他 | 9 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 66.7 | 33.3 | – |
| | 答えたくない | 215 | 2.3 | 3.3 | 2.8 | 2.3 | 0.9 | 1.4 | 2.3 | 1.4 | 2.8 | 2.8 | 2.8 | 0.9 | – | 51.2 | 31.6 | – |
| 世帯年収 | 収入なし | 30 | 3.3 | 3.3 | – | 3.3 | 6.7 | 3.3 | 3.3 | 3.3 | 3.3 | 3.3 | 3.3 | – | – | 50.0 | 30.0 | – |
| | 100万円未満 | 415 | 3.1 | 3.4 | 2.7 | 2.2 | 1.7 | 1.7 | 2.2 | 1.2 | 1.4 | 1.0 | 1.0 | 0.7 | 0.2 | 70.4 | 14.7 | 0.2 |
| | 100～200万円未満 | 1054 | 2.8 | 2.6 | 3.4 | 2.9 | 2.1 | 0.9 | 1.5 | 1.5 | 1.4 | 0.7 | 0.6 | 0.6 | 0.2 | 72.5 | 13.6 | 0.1 |
| | 200～300万円未満 | 1909 | 4.3 | 3.7 | 2.3 | 3.2 | 2.3 | 1.9 | 1.7 | 1.8 | 1.4 | 0.9 | 1.1 | 1.4 | 0.2 | 69.0 | 13.3 | 0.1 |
| | 300～400万円未満 | 2436 | 5.2 | 4.6 | 3.7 | 3.9 | 3.3 | 2.1 | 2.1 | 2.1 | 2.1 | 1.5 | 1.0 | 1.5 | 0.5 | 66.7 | 12.2 | – |
| | 400～500万円未満 | 2586 | 4.3 | 5.2 | 4.3 | 3.6 | 4.1 | 1.9 | 1.5 | 2.1 | 1.9 | 1.5 | 0.7 | 0.9 | 0.3 | 65.9 | 12.6 | 0.1 |
| | 500～600万円未満 | 2328 | 6.0 | 5.8 | 4.4 | 4.8 | 4.4 | 2.7 | 2.4 | 3.6 | 2.7 | 1.5 | 1.2 | 1.4 | 0.4 | 64.8 | 10.4 | 0.1 |
| | 600～700万円未満 | 1896 | 5.1 | 6.3 | 4.4 | 5.1 | 4.3 | 2.1 | 2.1 | 2.1 | 2.3 | 1.3 | 0.9 | 1.3 | 0.2 | 63.2 | 12.7 | 0.2 |
| | 700～800万円未満 | 1825 | 6.2 | 6.7 | 6.5 | 5.8 | 5.0 | 2.7 | 2.8 | 3.2 | 2.9 | 1.5 | 1.1 | 1.8 | 0.2 | 61.3 | 11.4 | 0.1 |
| | 800～1000万円未満 | 2427 | 5.2 | 6.4 | 6.2 | 6.2 | 5.9 | 2.3 | 2.6 | 3.4 | 3.5 | 1.4 | 1.1 | 2.0 | 0.2 | 61.1 | 11.0 | 0.1 |
| | 1000～1200万円未満 | 1507 | 4.8 | 7.4 | 6.4 | 5.7 | 7.2 | 2.9 | 3.0 | 4.6 | 3.8 | 1.7 | 1.5 | 3.0 | 0.1 | 58.1 | 11.6 | – |
| | 1200万円以上 | 1701 | 5.9 | 6.8 | 6.2 | 5.9 | 6.8 | 2.8 | 3.5 | 4.5 | 4.3 | 2.1 | 1.1 | 3.1 | 0.4 | 59.1 | 10.2 | 0.4 |
| | わからない | 1887 | 2.5 | 2.9 | 1.8 | 1.6 | 1.6 | 0.8 | 0.5 | 1.0 | 1.4 | 0.8 | 0.5 | 0.9 | 0.2 | 68.8 | 20.9 | 0.2 |
| | 答えたくない | 3027 | 2.5 | 2.1 | 1.7 | 1.9 | 2.0 | 0.8 | 0.8 | 0.7 | 0.7 | 0.5 | 0.3 | 0.8 | 0.2 | 64.0 | 24.9 | 0.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 13481 | 4.8 | 5.2 | 4.7 | 4.5 | 4.4 | 2.1 | 2.2 | 2.6 | 2.4 | 1.3 | 0.9 | 1.6 | 0.3 | 63.4 | 13.6 | 0.1 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 11116 | 4.3 | 4.7 | 3.6 | 3.7 | 3.5 | 1.9 | 1.8 | 2.3 | 2.1 | 1.2 | 0.9 | 1.4 | 0.2 | 66.2 | 14.2 | 0.1 |
| | 答えたくない | 431 | 2.3 | 1.9 | 1.4 | 2.3 | 1.9 | 1.2 | 0.7 | 1.6 | 2.3 | 1.6 | 1.4 | 0.7 | 0.2 | 55.9 | 29.0 | – |
| 家族構成 | 一人暮らし | 5877 | 4.5 | 4.8 | 3.7 | 4.0 | 3.7 | 1.9 | 1.9 | 2.7 | 2.3 | 1.3 | 1.0 | 1.7 | 0.3 | 64.9 | 13.8 | 0.1 |
| | 夫婦のみ・子なし | 5671 | 4.1 | 4.6 | 4.1 | 4.0 | 3.7 | 1.8 | 2.1 | 2.2 | 2.3 | 1.2 | 0.9 | 1.6 | 0.4 | 65.6 | 13.3 | 0.1 |
| | 夫婦・子あり | 6685 | 5.3 | 5.8 | 5.1 | 4.9 | 4.9 | 2.2 | 2.3 | 2.9 | 2.5 | 1.3 | 0.9 | 1.6 | 0.2 | 61.6 | 13.9 | 0.1 |
| | 親と同居(未婚) | 2824 | 3.6 | 4.9 | 3.6 | 3.1 | 3.3 | 1.8 | 1.5 | 1.8 | 1.7 | 1.0 | 0.6 | 1.0 | 0.1 | 67.5 | 15.1 | 0.1 |
| | 2世帯以上同居 | 1166 | 6.1 | 5.1 | 4.9 | 5.5 | 5.0 | 2.9 | 2.8 | 3.1 | 2.7 | 2.1 | 1.5 | 1.7 | 0.1 | 61.1 | 15.2 | 0.1 |
| | その他 | 2374 | 4.6 | 4.4 | 3.3 | 3.2 | 3.4 | 1.8 | 1.5 | 1.8 | 2.2 | 1.1 | 0.8 | 1.2 | 0.2 | 68.6 | 13.6 | 0.1 |
| | 答えたくない | 431 | 2.3 | 1.9 | 1.4 | 2.3 | 1.9 | 1.2 | 0.7 | 1.6 | 2.3 | 1.6 | 1.4 | 0.7 | 0.2 | 55.9 | 29.0 | – |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 6997 | 7.8 | 8.0 | 6.7 | 6.4 | 5.6 | 3.1 | 3.5 | 3.6 | 3.1 | 2.1 | 1.5 | 2.0 | 0.4 | 57.5 | 11.5 | 0.1 |
| | 週に1～2日 | 5691 | 5.4 | 7.1 | 5.2 | 5.9 | 5.4 | 2.5 | 2.3 | 3.4 | 3.4 | 1.5 | 1.1 | 1.8 | 0.3 | 59.9 | 11.4 | 0.2 |
| | (小計)週に1日以上計 | 12688 | 6.7 | 7.6 | 6.0 | 6.2 | 5.5 | 2.9 | 3.0 | 3.5 | 3.2 | 1.8 | 1.3 | 1.9 | 0.3 | 58.6 | 11.5 | 0.1 |
| | (小計)週1日未満 | 4912 | 4.2 | 4.5 | 3.9 | 3.7 | 4.3 | 1.7 | 1.7 | 2.5 | 2.3 | 1.1 | 0.7 | 1.7 | 0.1 | 66.8 | 12.0 | 0.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 1621 | 2.2 | 1.2 | 1.9 | 1.4 | 1.8 | 1.2 | 1.1 | 1.0 | 0.9 | 0.8 | 0.7 | 0.7 | 0.3 | 54.0 | 33.9 | 0.1 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 19221 | 5.7 | 6.3 | 5.1 | 5.2 | 4.9 | 2.4 | 2.5 | 3.0 | 2.8 | 1.5 | 1.1 | 1.8 | 0.3 | 60.3 | 13.5 | 0.1 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 5807 | 0.8 | 0.5 | 0.8 | 0.7 | 0.9 | 0.5 | 0.4 | 0.4 | 0.6 | 0.3 | 0.2 | 0.6 | 0.2 | 78.3 | 16.4 | 0.1 |
| ※1 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度 | 週に3日以上 | 4084 | 7.2 | 7.6 | 5.8 | 5.8 | 5.1 | 2.6 | 2.6 | 3.1 | 2.6 | 2.0 | 1.2 | 1.8 | 0.3 | 58.7 | 12.5 | 0.2 |
| | 週に2日 | 2140 | 6.4 | 8.6 | 7.0 | 7.2 | 7.1 | 3.6 | 4.2 | 3.9 | 3.6 | 2.1 | 1.4 | 1.8 | 0.4 | 54.2 | 11.4 | 0.3 |
| | (小計)週に2日以上計 | 6224 | 6.9 | 8.0 | 6.2 | 6.3 | 5.8 | 2.9 | 3.1 | 3.4 | 2.9 | 2.0 | 1.3 | 1.8 | 0.3 | 57.1 | 12.1 | 0.2 |
| | (小計)週2日未満 | 7315 | 6.1 | 7.3 | 6.1 | 6.4 | 5.7 | 3.0 | 3.0 | 3.8 | 3.4 | 1.7 | 1.3 | 2.0 | 0.3 | 58.6 | 11.1 | 0.1 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 2521 | 3.1 | 2.0 | 2.1 | 1.9 | 2.3 | 1.2 | 1.1 | 1.4 | 1.4 | 1.1 | 0.6 | 1.0 | 0.4 | 56.2 | 29.6 | 0.1 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 16060 | 5.9 | 6.7 | 5.5 | 5.6 | 5.2 | 2.7 | 2.7 | 3.3 | 2.9 | 1.7 | 1.2 | 1.8 | 0.3 | 57.7 | 14.4 | 0.1 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 8968 | 2.1 | 1.7 | 1.7 | 1.4 | 1.8 | 0.7 | 0.6 | 1.0 | 1.2 | 0.5 | 0.3 | 1.0 | 0.2 | 76.7 | 13.7 | 0.1 |
| ※2 スポーツ参画状況 | する・みる・ささえる | 2008 | 13.6 | 18.3 | 17.7 | 15.5 | 15.4 | 11.3 | 9.8 | 11.0 | 8.4 | 6.7 | 4.2 | 3.9 | 0.2 | 23.1 | 5.2 | 0.1 |
| | する・みる | 7424 | 5.9 | 6.3 | 4.4 | 5.0 | 4.2 | 1.4 | 1.7 | 2.3 | 2.3 | 1.0 | 0.8 | 1.7 | 0.4 | 64.7 | 10.9 | 0.1 |
| | する・ささえる | 151 | 13.9 | 9.9 | 8.6 | 9.9 | 4.0 | 2.6 | 6.6 | 7.3 | 4.6 | 2.6 | 3.3 | 2.6 | 0.7 | 40.4 | 11.9 | – |
| | するのみ | 3105 | 3.8 | 3.7 | 2.3 | 2.8 | 2.3 | 0.9 | 1.3 | 1.4 | 1.8 | 0.6 | 0.6 | 1.0 | 0.2 | 67.9 | 16.7 | 0.2 |
| | みる・ささえる | 600 | 10.2 | 11.7 | 10.3 | 11.7 | 11.2 | 8.7 | 6.0 | 8.5 | 7.2 | 5.2 | 3.8 | 2.7 | 0.2 | 33.3 | 6.7 | 0.2 |
| | みるのみ | 6330 | 2.4 | 2.4 | 2.5 | 1.9 | 2.7 | 0.8 | 0.8 | 1.2 | 1.4 | 0.5 | 0.2 | 1.2 | 0.2 | 72.4 | 14.9 | 0.1 |
| | ささえるのみ | 89 | 10.1 | 4.5 | 10.1 | 7.9 | 7.9 | 6.7 | 9.0 | 6.7 | 4.5 | 2.2 | 3.4 | 2.2 | – | 36.0 | 11.2 | – |
| | しない・みない・ささえない | 5321 | 1.2 | 0.9 | 0.7 | 0.9 | 0.9 | 0.5 | 0.6 | 0.5 | 0.6 | 0.3 | 0.3 | 0.6 | 0.1 | 73.1 | 20.6 | 0.1 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

Q47. 勤務先で今後始めてほしい「運動・スポーツを活用した取組」について、あてはまるものをすべてお答えください。(MA)

| | | 全体 | 職場でのラジオ体操・ストレッチ・ボールゲーム等の実施 | 職場での動務時間中のラジオ体操・ストレッチ・ボールゲーム等の実施 | 職場での動務時間外のラジオ体操・ストレッチ・ボールゲーム等の実施 | 運動・スポーツ関係のイベントやウォーキング・ランニングなどを活用したチーム対抗戦等の実施 | 体力測定や運動機能チェックの実施 | クラブ・サークル活動の実施 | スポーツ用品やアイテム等の提供 | 職場における運動器具やジム・運動室等の設置 | イベントやプログラムによる競争や目標達成の結果に応じた賞品提供等(一律平均歩数のグループ競争等) | 金銭補助(職場外のスポーツジムの法人契約・優待利用やイベント参加費等の補助) | 運動に関する専門家による職場での運動指導 | 制度的支援(運動を目的とした定時退社日や休暇・休憩等の制度整備) | スポーツチームや選手等を活用した事業活動、広告宣伝(スポンサー・ネーミングライツ等) | その他 | 今後始めてほしい取組は特にない | わからない | 無回答 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | | 25028 | 8.5 | 5.4 | 4.5 | 8.0 | 4.6 | 4.4 | 6.1 | 3.0 | 8.4 | 2.7 | 4.1 | 1.7 | 0.2 | 52.7 | 15.1 | 0.1 |
| 性別 | 男性 | 14108 | 7.1 | 5.5 | 5.3 | 8.2 | 5.5 | 5.3 | 6.4 | 3.4 | 8.1 | 2.8 | 4.2 | 2.1 | 0.2 | 52.1 | 14.7 | 0.2 |
| | 女性 | 10734 | 10.4 | 5.3 | 3.5 | 7.8 | 3.4 | 3.2 | 5.7 | 2.6 | 8.8 | 2.5 | 3.9 | 1.3 | 0.2 | 53.7 | 15.4 | 0.1 |
| 年代 | 10代 | 94 | 11.7 | － | 14.9 | 13.8 | 9.6 | 10.6 | 11.7 | 6.4 | 10.6 | 4.3 | 6.4 | 2.1 | － | 34.0 | 8.5 | 1.1 |
| | 20代 | 3824 | 12.7 | 7.7 | 7.3 | 8.1 | 7.9 | 7.2 | 9.2 | 6.0 | 11.7 | 3.7 | 5.9 | 2.4 | 0.0 | 42.2 | 12.8 | 0.1 |
| | 30代 | 4493 | 10.1 | 6.5 | 5.6 | 8.1 | 5.3 | 5.5 | 7.4 | 4.1 | 10.3 | 2.9 | 5.0 | 1.7 | 0.1 | 49.8 | 14.5 | 0.0 |
| | 40代 | 5782 | 8.8 | 5.8 | 4.2 | 7.7 | 4.4 | 4.8 | 6.1 | 2.7 | 8.6 | 2.6 | 4.2 | 1.8 | 0.2 | 52.1 | 15.8 | 0.1 |
| | 50代 | 5935 | 7.0 | 4.7 | 3.7 | 7.7 | 3.6 | 3.2 | 4.8 | 2.0 | 7.3 | 2.2 | 3.1 | 1.6 | 0.2 | 55.9 | 16.0 | 0.1 |
| | 60代 | 3472 | 5.5 | 3.3 | 2.5 | 8.0 | 2.9 | 2.5 | 4.4 | 1.2 | 5.7 | 2.4 | 3.1 | 1.4 | 0.2 | 59.8 | 15.9 | 0.1 |
| | 70代 | 1428 | 3.9 | 2.4 | 2.6 | 9.3 | 2.1 | 1.7 | 2.7 | 0.8 | 3.4 | 2.6 | 2.3 | 1.2 | 0.5 | 63.9 | 15.4 | 0.4 |
| 性年代 | 男性10代 | 50 | 8.0 | － | 18.0 | 20.0 | 12.0 | 12.0 | 10.0 | 12.0 | 10.0 | 4.0 | 6.0 | 2.0 | － | 30.0 | 8.0 | － |
| | 男性20代 | 1981 | 13.4 | 8.6 | 9.6 | 9.4 | 9.7 | 9.2 | 10.4 | 7.1 | 11.8 | 4.3 | 6.3 | 3.1 | 0.1 | 38.3 | 11.4 | 0.2 |
| | 男性30代 | 2463 | 7.8 | 6.7 | 6.2 | 8.3 | 6.4 | 6.5 | 7.8 | 4.8 | 10.0 | 3.2 | 5.0 | 1.9 | 0.1 | 47.7 | 14.9 | 0.1 |
| | 男性40代 | 3222 | 6.7 | 5.9 | 4.8 | 7.7 | 5.6 | 6.0 | 6.5 | 3.1 | 8.3 | 2.6 | 4.2 | 2.2 | 0.2 | 51.4 | 15.6 | 0.2 |
| | 男性50代 | 3409 | 5.5 | 4.5 | 4.5 | 7.5 | 4.3 | 3.9 | 4.9 | 2.2 | 6.7 | 2.3 | 3.5 | 2.1 | 0.2 | 56.1 | 15.9 | 0.2 |
| | 男性60代 | 2089 | 4.8 | 3.6 | 3.0 | 8.3 | 3.5 | 3.0 | 4.6 | 1.3 | 5.8 | 2.5 | 3.4 | 1.9 | 0.0 | 59.8 | 14.9 | 0.2 |
| | 男性70代 | 894 | 3.2 | 2.6 | 3.0 | 9.3 | 1.8 | 1.9 | 2.3 | 0.8 | 4.1 | 2.3 | 2.3 | 1.1 | 0.4 | 65.0 | 14.0 | 0.2 |
| | 女性10代 | 43 | 16.3 | － | 11.6 | 7.0 | 7.0 | 9.3 | 14.0 | － | 11.6 | 4.7 | 7.0 | 2.3 | － | 37.2 | 9.3 | 2.3 |
| | 女性20代 | 1796 | 12.1 | 6.8 | 5.1 | 6.7 | 5.9 | 5.1 | 8.1 | 4.9 | 11.6 | 3.0 | 5.5 | 1.7 | － | 46.6 | 14.0 | 0.1 |
| | 女性30代 | 1991 | 13.0 | 6.4 | 4.8 | 7.8 | 4.0 | 4.3 | 6.9 | 3.3 | 10.7 | 2.6 | 5.0 | 1.5 | 0.1 | 52.4 | 13.9 | － |
| | 女性40代 | 2509 | 11.5 | 5.7 | 3.5 | 7.9 | 2.8 | 3.2 | 5.7 | 2.3 | 9.0 | 2.7 | 4.2 | 1.3 | 0.1 | 52.9 | 15.7 | － |
| | 女性50代 | 2490 | 9.0 | 5.1 | 2.7 | 8.0 | 2.6 | 2.2 | 4.6 | 1.8 | 8.0 | 2.0 | 2.5 | 1.0 | 0.2 | 55.7 | 15.9 | 0.0 |
| | 女性60代 | 1372 | 6.5 | 2.9 | 1.8 | 7.7 | 1.9 | 1.9 | 4.0 | 1.0 | 5.6 | 2.3 | 2.7 | 0.7 | 0.4 | 59.8 | 17.2 | 0.1 |
| | 女性70代 | 533 | 4.9 | 2.1 | 1.9 | 9.4 | 2.6 | 1.3 | 3.2 | 0.9 | 2.3 | 3.0 | 2.3 | 1.3 | 0.6 | 62.1 | 17.8 | 0.6 |
| 都市規模 | 東京23区・政令指定都市 | 6427 | 8.7 | 5.6 | 4.7 | 8.4 | 4.5 | 4.3 | 6.4 | 3.3 | 9.8 | 2.5 | 4.8 | 1.9 | 0.2 | 54.2 | 13.3 | 0.1 |
| | 東京都区部 | 2468 | 9.2 | 5.3 | 5.2 | 8.3 | 5.0 | 4.8 | 7.5 | 3.7 | 9.9 | 2.6 | 4.8 | 1.7 | 0.1 | 52.5 | 14.0 | 0.1 |
| | 政令指定都市 | 3959 | 8.3 | 5.8 | 4.4 | 8.4 | 4.1 | 4.0 | 5.7 | 3.0 | 9.7 | 2.4 | 4.7 | 2.0 | 0.2 | 55.3 | 12.9 | 0.0 |
| | 大都市 | 8996 | 8.9 | 5.5 | 5.0 | 8.4 | 5.1 | 5.0 | 6.3 | 3.4 | 9.2 | 3.3 | 4.4 | 1.9 | 0.1 | 50.6 | 14.7 | 0.1 |
| | 小都市 | 7337 | 7.9 | 5.5 | 4.0 | 7.6 | 4.5 | 4.1 | 5.7 | 2.6 | 6.9 | 2.5 | 3.5 | 1.6 | 0.2 | 53.3 | 16.1 | 0.1 |
| | 町村 | 2268 | 8.0 | 4.1 | 3.9 | 6.3 | 3.1 | 3.5 | 5.6 | 1.9 | 5.6 | 1.7 | 2.7 | 1.1 | － | 55.2 | 18.5 | 0.2 |
| 居住地域 | 北海道 | 979 | 7.2 | 5.4 | 3.6 | 7.0 | 4.2 | 3.4 | 4.3 | 2.6 | 6.1 | 1.6 | 3.3 | 1.7 | 0.1 | 54.5 | 16.8 | 0.2 |
| | 東北 | 1617 | 7.4 | 4.2 | 4.0 | 7.5 | 4.3 | 4.0 | 5.8 | 2.4 | 7.7 | 2.6 | 4.0 | 1.9 | 0.2 | 52.8 | 16.3 | 0.2 |
| | 北関東 | 1312 | 8.5 | 4.7 | 5.6 | 8.6 | 4.5 | 4.5 | 6.9 | 2.5 | 8.2 | 2.9 | 3.5 | 1.3 | 0.3 | 51.1 | 15.5 | － |
| | 首都圏 | 7740 | 8.7 | 5.4 | 4.8 | 7.9 | 4.7 | 4.5 | 6.3 | 3.4 | 9.2 | 2.9 | 4.5 | 1.8 | 0.1 | 53.3 | 14.5 | 0.1 |
| | 北陸 | 1015 | 8.5 | 5.6 | 4.4 | 8.4 | 3.7 | 4.2 | 6.5 | 2.4 | 8.3 | 3.1 | 3.6 | 1.6 | 0.4 | 51.1 | 15.4 | － |
| | 東山 | 944 | 8.8 | 6.1 | 3.7 | 7.9 | 4.1 | 5.6 | 5.9 | 2.8 | 7.3 | 1.8 | 3.8 | 1.7 | 0.1 | 53.8 | 16.2 | 0.2 |
| | 東海 | 2598 | 8.4 | 5.4 | 4.5 | 8.3 | 4.0 | 4.9 | 5.6 | 3.4 | 8.4 | 2.7 | 4.7 | 1.5 | 0.2 | 52.7 | 14.2 | 0.0 |
| | 近畿二府一県 | 3291 | 8.1 | 5.7 | 4.8 | 8.1 | 5.1 | 4.0 | 5.6 | 3.0 | 7.6 | 2.6 | 3.8 | 1.9 | 0.1 | 53.5 | 15.2 | 0.1 |
| | その他近畿圏 | 712 | 7.9 | 5.8 | 4.2 | 8.0 | 5.1 | 4.4 | 5.6 | 2.7 | 11.1 | 3.5 | 3.2 | 1.7 | － | 52.0 | 14.7 | 0.1 |
| | 中国 | 1374 | 9.0 | 4.4 | 5.1 | 7.8 | 4.6 | 3.6 | 5.0 | 2.5 | 8.1 | 2.7 | 3.8 | 1.6 | 0.3 | 52.3 | 15.5 | 0.2 |
| | 四国 | 692 | 6.1 | 4.9 | 2.7 | 5.6 | 4.5 | 4.5 | 5.9 | 3.2 | 7.1 | 1.6 | 3.3 | 1.3 | 0.1 | 57.1 | 15.2 | 0.1 |
| | 九州・沖縄 | 2754 | 9.7 | 6.4 | 4.3 | 8.6 | 4.8 | 4.8 | 7.6 | 2.8 | 8.4 | 2.8 | 4.0 | 1.9 | 0.1 | 50.2 | 15.4 | 0.2 |
| 職業 | 自営業主 | 3090 | 4.6 | 3.5 | 4.2 | 7.0 | 4.4 | 3.6 | 3.5 | 3.0 | 4.3 | 2.5 | 2.4 | 1.5 | 0.3 | 58.8 | 15.3 | 0.0 |
| | 家族従業者 | 207 | 4.8 | 3.4 | 3.4 | 4.8 | 1.9 | 1.4 | 3.4 | 5.3 | 4.8 | 3.4 | 2.9 | 0.5 | － | 61.8 | 17.9 | － |
| | 雇用者 | 21731 | 9.0 | 5.7 | 4.6 | 8.2 | 4.6 | 4.6 | 6.5 | 3.0 | 9.0 | 2.7 | 4.3 | 1.8 | 0.1 | 51.8 | 15.0 | 0.1 |
| | (小計)就労者 | 25028 | 8.5 | 5.4 | 4.5 | 8.0 | 4.6 | 4.4 | 6.1 | 3.0 | 8.4 | 2.7 | 4.1 | 1.7 | 0.2 | 52.7 | 15.1 | 0.1 |
| | 主婦・主夫 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 学生 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 無職 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | その他 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| | 答えたくない | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － |
| 最終学歴 | 中学校 | 333 | 3.9 | 2.1 | 1.8 | 4.2 | 3.0 | 2.4 | 3.3 | 1.5 | 6.0 | 2.1 | 1.8 | 0.3 | － | 61.9 | 18.6 | 0.3 |
| | 高校 | 5967 | 6.2 | 3.8 | 2.8 | 7.0 | 2.8 | 3.4 | 4.5 | 1.8 | 5.2 | 1.4 | 2.6 | 1.2 | 0.1 | 58.3 | 17.9 | 0.2 |
| | 短大・高専 | 2146 | 9.5 | 4.8 | 4.0 | 7.4 | 3.6 | 2.7 | 5.2 | 2.3 | 8.3 | 2.3 | 2.8 | 1.2 | 0.3 | 54.0 | 15.6 | 0.1 |
| | 専門学校 | 3147 | 7.1 | 4.4 | 3.1 | 6.6 | 3.1 | 3.2 | 5.5 | 2.3 | 6.5 | 2.4 | 3.0 | 1.5 | 0.3 | 55.6 | 17.3 | 0.0 |
| | 大学 | 11599 | 9.8 | 6.6 | 5.9 | 9.0 | 5.9 | 5.5 | 7.1 | 3.9 | 10.3 | 3.4 | 5.2 | 2.3 | 0.1 | 48.9 | 13.3 | 0.1 |
| | 大学院 | 1612 | 9.7 | 6.5 | 5.9 | 9.4 | 5.9 | 5.7 | 7.8 | 3.8 | 10.5 | 3.8 | 5.7 | 1.7 | 0.1 | 51.9 | 9.1 | 0.2 |
| | その他 | 9 | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | － | 66.7 | 33.3 | － |
| | 答えたくない | 215 | 4.7 | 4.2 | 1.9 | 3.7 | 2.8 | 3.3 | 4.2 | 3.3 | 7.9 | 0.9 | 3.7 | 1.9 | － | 41.4 | 36.3 | － |
| 世帯年収 | 収入なし | 30 | 6.7 | 6.7 | 3.3 | 13.3 | 10.0 | 3.3 | 3.3 | 6.7 | 6.7 | 6.7 | 3.3 | 6.7 | － | 46.7 | 30.0 | － |
| | 100万円未満 | 415 | 5.3 | 3.4 | 2.7 | 4.1 | 1.9 | 2.7 | 2.7 | 1.9 | 3.4 | 1.7 | 2.7 | 0.5 | 0.2 | 60.0 | 18.3 | 0.2 |
| | 100～200万円未満 | 1054 | 5.6 | 3.7 | 3.2 | 7.0 | 3.7 | 2.9 | 4.6 | 2.2 | 5.2 | 2.3 | 2.9 | 1.4 | 0.3 | 60.8 | 15.2 | 0.1 |
| | 200～300万円未満 | 1909 | 8.4 | 4.5 | 3.8 | 7.8 | 3.9 | 3.0 | 5.0 | 2.5 | 7.0 | 2.6 | 3.5 | 1.6 | 0.1 | 56.9 | 13.5 | 0.1 |
| | 300～400万円未満 | 2436 | 8.3 | 5.2 | 4.8 | 7.6 | 4.1 | 3.9 | 6.4 | 3.4 | 7.3 | 2.1 | 3.4 | 1.5 | 0.2 | 55.4 | 12.4 | － |
| | 400～500万円未満 | 2586 | 9.0 | 5.6 | 4.3 | 7.5 | 4.4 | 4.8 | 6.5 | 3.1 | 8.9 | 2.9 | 4.4 | 1.5 | 0.2 | 52.9 | 13.3 | 0.1 |
| | 500～600万円未満 | 2328 | 9.4 | 6.4 | 5.3 | 9.1 | 5.8 | 5.9 | 6.8 | 3.9 | 10.3 | 3.2 | 4.8 | 2.1 | 0.2 | 51.5 | 10.7 | 0.1 |
| | 600～700万円未満 | 1896 | 9.1 | 6.4 | 5.4 | 9.2 | 5.6 | 5.4 | 7.1 | 3.1 | 9.4 | 2.5 | 4.2 | 2.0 | 0.2 | 51.3 | 12.6 | 0.2 |
| | 700～800万円未満 | 1825 | 10.2 | 6.7 | 6.9 | 10.0 | 6.5 | 6.0 | 7.1 | 3.6 | 11.3 | 3.2 | 4.9 | 2.5 | 0.2 | 48.9 | 11.5 | 0.1 |
| | 800～1000万円未満 | 2427 | 10.4 | 6.3 | 6.3 | 10.1 | 6.2 | 5.7 | 7.2 | 3.5 | 10.2 | 3.4 | 5.5 | 2.6 | 0.1 | 49.9 | 11.2 | 0.1 |
| | 1000～1200万円未満 | 1507 | 9.9 | 8.0 | 6.4 | 9.8 | 6.8 | 5.2 | 8.5 | 4.6 | 11.3 | 3.7 | 6.0 | 1.8 | 0.1 | 47.3 | 11.3 | － |
| | 1200万円以上 | 1701 | 10.6 | 7.8 | 5.2 | 10.6 | 5.0 | 6.1 | 7.6 | 4.4 | 10.6 | 4.3 | 6.2 | 2.4 | 0.2 | 48.5 | 10.7 | 0.4 |
| | わからない | 1887 | 6.6 | 3.1 | 1.9 | 5.3 | 2.3 | 2.5 | 4.4 | 1.5 | 6.5 | 1.8 | 2.4 | 1.0 | 0.1 | 55.7 | 23.7 | 0.2 |
| | 答えたくない | 3027 | 5.1 | 2.8 | 2.0 | 4.6 | 2.1 | 2.2 | 3.6 | 1.2 | 4.5 | 1.3 | 1.7 | 1.0 | 0.1 | 53.7 | 28.5 | 0.1 |
| 未既婚 | 既婚者 | 13481 | 8.9 | 5.8 | 5.0 | 9.0 | 4.9 | 4.7 | 6.2 | 3.2 | 8.6 | 2.8 | 4.1 | 1.8 | 0.1 | 50.4 | 15.3 | 0.1 |
| | 未婚者(配偶者別居含む) | 11116 | 8.0 | 5.0 | 4.1 | 6.9 | 4.3 | 4.2 | 6.0 | 2.8 | 8.2 | 2.6 | 4.1 | 1.7 | 0.2 | 55.8 | 14.2 | 0.1 |
| | 答えたくない | 431 | 5.6 | 3.0 | 1.6 | 4.2 | 1.9 | 2.6 | 3.7 | 2.6 | 5.8 | 1.4 | 1.6 | 1.4 | － | 46.6 | 31.8 | － |
| 家族構成 | 一人暮らし | 5877 | 7.5 | 4.7 | 4.2 | 6.6 | 4.3 | 3.8 | 5.8 | 2.9 | 8.2 | 2.5 | 4.0 | 1.5 | 0.2 | 55.4 | 14.0 | 0.1 |
| | 夫婦のみ・子なし | 5671 | 8.0 | 5.3 | 4.5 | 8.4 | 4.1 | 3.9 | 5.8 | 2.8 | 7.5 | 2.8 | 4.1 | 1.8 | 0.2 | 53.4 | 15.1 | 0.1 |
| | 夫婦・子あり | 6685 | 9.7 | 6.3 | 5.4 | 9.3 | 5.4 | 5.4 | 6.6 | 3.4 | 9.5 | 2.9 | 4.2 | 1.8 | 0.1 | 48.3 | 15.0 | 0.1 |
| | 親と同居(未婚) | 2824 | 7.9 | 5.6 | 3.6 | 6.4 | 4.1 | 4.6 | 6.3 | 2.8 | 6.9 | 2.4 | 4.0 | 1.9 | 0.1 | 56.9 | 14.3 | 0.1 |
| | 2世帯以上同居 | 1166 | 9.5 | 6.3 | 5.2 | 11.4 | 6.7 | 5.8 | 6.2 | 4.5 | 9.6 | 3.1 | 4.5 | 1.8 | － | 47.6 | 17.6 | 0.1 |
| | その他 | 2374 | 9.0 | 4.8 | 4.0 | 7.7 | 4.1 | 3.8 | 6.3 | 2.2 | 9.2 | 3.0 | 4.0 | 1.8 | 0.2 | 55.6 | 14.9 | 0.1 |
| | 答えたくない | 431 | 5.6 | 3.0 | 1.6 | 4.2 | 1.9 | 2.6 | 3.7 | 2.6 | 5.8 | 1.4 | 1.6 | 1.4 | － | 46.6 | 31.8 | － |
| 直近1年の運動頻度 | 週に3日以上 | 6997 | 11.2 | 7.7 | 6.9 | 11.1 | 6.2 | 6.4 | 8.5 | 4.5 | 10.6 | 4.1 | 5.2 | 2.4 | 0.2 | 46.6 | 11.6 | 0.1 |
| | 週に1～2日 | 5691 | 10.4 | 7.6 | 6.0 | 10.5 | 6.3 | 6.0 | 8.3 | 3.6 | 11.7 | 3.1 | 6.0 | 2.3 | 0.2 | 45.0 | 12.1 | 0.2 |
| | (小計)週に1日以上計 | 12688 | 10.8 | 7.7 | 6.5 | 10.8 | 6.2 | 6.2 | 8.4 | 4.1 | 11.1 | 3.7 | 5.6 | 2.3 | 0.2 | 45.9 | 11.8 | 0.1 |
| | (小計)週1日未満 | 4912 | 10.0 | 5.5 | 4.7 | 8.4 | 5.2 | 4.7 | 6.4 | 3.2 | 9.8 | 2.9 | 4.3 | 2.1 | 0.1 | 52.2 | 12.1 | 0.1 |
| | 運動・スポーツはしたが頻度はわからない | 1621 | 4.1 | 2.4 | 1.5 | 3.5 | 2.3 | 1.7 | 2.7 | 2.0 | 3.3 | 1.2 | 1.2 | 0.8 | 0.2 | 48.3 | 34.6 | 0.1 |
| | (小計)この1年間に運動・スポーツを行った | 19221 | 10.0 | 6.7 | 5.6 | 9.6 | 5.6 | 5.5 | 7.4 | 3.7 | 10.1 | 3.3 | 4.9 | 2.1 | 0.2 | 47.7 | 13.8 | 0.1 |
| | この1年間に運動・スポーツはしなかった・わからない | 5807 | 3.2 | 1.3 | 1.0 | 2.7 | 1.0 | 1.0 | 1.8 | 0.8 | 2.7 | 0.9 | 1.3 | 0.4 | 0.1 | 69.4 | 19.3 | 0.1 |
| 軽く汗をかく運動を1年以上継続している頻度※1 | 週に3日以上 | 4084 | 10.2 | 6.7 | 6.3 | 9.9 | 5.5 | 5.8 | 7.2 | 3.6 | 9.7 | 3.7 | 4.8 | 2.4 | 0.2 | 48.1 | 13.2 | 0.2 |
| | 週に2日 | 2140 | 11.5 | 8.9 | 7.8 | 11.4 | 8.2 | 6.8 | 9.4 | 4.6 | 10.9 | 3.9 | 5.6 | 2.6 | 0.0 | 42.4 | 12.0 | 0.3 |
| | (小計)週に2日以上計 | 6224 | 10.7 | 7.5 | 6.8 | 10.4 | 6.4 | 6.2 | 8.0 | 4.0 | 10.1 | 3.8 | 5.1 | 2.5 | 0.1 | 46.2 | 12.8 | 0.2 |
| | (小計)週2日未満 | 7315 | 10.8 | 8.2 | 6.6 | 11.3 | 6.9 | 6.8 | 8.8 | 4.5 | 12.1 | 3.8 | 6.0 | 2.7 | 0.2 | 43.9 | 11.1 | 0.1 |
| | 運動・スポーツを継続して行ったが頻度はわからない | 2521 | 6.0 | 3.4 | 2.3 | 4.5 | 2.7 | 2.8 | 3.4 | 1.9 | 4.7 | 1.5 | 2.2 | 0.8 | 0.2 | 48.4 | 30.0 | 0.1 |
| | (小計)軽く汗をかく運動を1年以上継続して行った | 16060 | 10.0 | 7.2 | 6.0 | 9.9 | 6.1 | 5.9 | 7.6 | 3.9 | 10.2 | 3.4 | 5.0 | 2.3 | 0.2 | 45.5 | 14.7 | 0.1 |
| | 軽く汗をかく運動を1年以上継続しなかった・わからない | 8968 | 5.7 | 2.3 | 1.9 | 4.6 | 1.9 | 1.7 | 3.3 | 1.4 | 5.1 | 1.3 | 2.3 | 0.7 | 0.1 | 65.8 | 15.8 | 0.1 |
| スポーツ参画状況※2 | する・みる・ささえる | 2008 | 16.1 | 16.1 | 17.6 | 17.9 | 16.3 | 14.2 | 16.1 | 12.9 | 16.8 | 7.6 | 9.2 | 5.3 | 0.3 | 16.8 | 5.1 | 0.1 |
| | する・みる | 7424 | 10.7 | 7.0 | 5.1 | 11.2 | 5.0 | 5.6 | 7.8 | 2.5 | 11.5 | 3.4 | 5.5 | 2.2 | 0.2 | 48.2 | 11.8 | 0.1 |
| | する・ささえる | 151 | 11.9 | 9.3 | 8.6 | 11.9 | 10.6 | 11.3 | 7.9 | 4.6 | 11.3 | 5.3 | 7.3 | 4.0 | － | 31.8 | 13.9 | － |
| | するのみ | 3105 | 7.8 | 3.6 | 2.5 | 5.3 | 2.5 | 2.4 | 4.9 | 2.0 | 6.3 | 1.7 | 3.3 | 0.7 | 0.1 | 59.9 | 16.3 | 0.2 |
| | みる・ささえる | 600 | 15.0 | 13.7 | 13.3 | 14.0 | 12.0 | 12.0 | 11.2 | 8.2 | 14.0 | 6.5 | 6.3 | 5.7 | － | 23.7 | 6.2 | 0.2 |
| | みるのみ | 6330 | 7.3 | 3.6 | 2.8 | 6.5 | 3.4 | 2.9 | 4.7 | 2.0 | 7.0 | 2.0 | 3.2 | 1.3 | 0.1 | 57.9 | 16.5 | 0.1 |
| | ささえるのみ | 89 | 11.2 | 4.5 | 7.9 | 7.9 | 7.9 | 10.1 | 5.6 | 5.6 | 10.1 | 4.5 | 5.6 | 2.2 | 1.1 | 38.2 | 11.2 | － |
| | しない・みない・ささえない | 5321 | 3.4 | 1.4 | 1.0 | 2.3 | 1.1 | 1.0 | 1.7 | 1.0 | 2.9 | 0.8 | 1.2 | 0.4 | 0.1 | 66.5 | 22.3 | 0.1 |

※1 1日30分以上の軽く汗をかく運動を、1年以上継続した頻度
※2 「する」の割合は、「この1年間に運動やスポーツを実施した日数」で週に1日以上と回答した者の割合
※2 「みる」の割合は、"直接現地で"または"テレビやインターネットで"のいずれかを観戦した者の割合
※2 「ささえる」の割合は、「運動・スポーツをささえる活動」で「行っていない」と「わからない」を除いた割合

＜お　願　い＞

本報告書の内容を利用される際は、出典を記載してください。

出典の記載例は以下のとおりです。

【出典記載例】

スポーツ庁（2026）令和７年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」，https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/chousa04/sports/1415963_00015.htm（令和○年○月○日時点）.

※なお、内容を編集・加工等して利用する場合は、上記出典とは別に、編集・加工等を行ったことを記載してください。


健康スポーツ課長　　中村　宇一
同　　課長補佐　　薄葉　拓樹
同　　専 門 職　　中山　正剛
同　　係　　員　　福島　有一