

調査結果の要約

住民基本台帳より、18歳以上79歳以下の芦屋市民3,000人を標本(系統抽出法)にし、郵送及び電子回答による意識調査を実施した(令和4年10月)。有効回収数は1,054票、有効回収率は35.1%であった。

1. 週1回以上の「定期実施者」について、全体で55.6%(男性53.4%、女性56.9%)であり、前回調査(H29)の64.3%、前々回調査(H24)の62.0%より減少しているが、R3の全国平均(56.4%)と比較すると同程度の値である。これは、第3期スポーツ基本計画(スポーツ庁、2022)が目指す70%の数字を14ポイントほど下回る値である。週3日以上「定期実施者」は全体で23.2%(男性21.1%、女性24.7%)であり、前回調査(H29)の31.7%、前々回(H24)の29.0%より減少している。「未実施者(年間ゼロ)」は全体で14.0%(男性11.2%、女性15.8%)であり、前回調査(H29)の8.2%より増加している。年齢層別にみると、「週に1日以上」行っている人の割合は、18~39歳が45.2%、40~59歳が48.0%、60歳以上が63.8%と年齢層があがる程が高くなっている。
2. この1年間に行った運動・スポーツ種目について、1位「散歩・ウォーキング」(70.6%)、2位「ラジオ体操」(19.6%)、3位「ストレッチング」(16.0%)の順であり、基礎的なトレーニングが大半を占めている。性別で見ると、男性においては、1位「散歩・ウォーキング」(65.1%)、2位「ゴルフ(コース)」(27.8%)、3位「ゴルフ(練習場)」(24.7%)となっており、女性においては、1位「散歩・ウォーキング」(73.6%)、2位「ラジオ体操」(23.0%)、3位「ヨガ」(19.7%)となっている。
3. スポーツ実施者の活動時間帯について、「平日・午前中」が39.3%、次いで「平日・昼間」が31.6%となっている。性別で見ると、男性の最も多い項目は「休日・午前中」(38.3%)、次いで「休日・昼間」(38.0%)、「平日・午前中」(32.6%)である。一方、女性の最も多い項目は「平日・午前中」(43.4%)、次いで「平日・昼間」(33.4%)、「平日・夕方」(26.9%)となっている。前回調査(H29)と同様に、男性は休日に運動する傾向があり、女性は平日に運動する傾向がみられる。
4. 運動・スポーツの実施理由について、「健康増進・維持」が58.6%、「運動不足解消」が53.8%、「楽しみ・気晴らし」が53.6%である。性別で見ると、男性では「楽しみ・気晴らし」が最も多く、女性では「健康増進・維持」が最も多い。
5. この1年間における運動やスポーツを実施した方法について、「個人で自由に」が

71.9%、「家族と」が28.0%、「民間のスポーツクラブ（会員制フィットネスクラブなど）」が17.6%である。性別でみると、男女ともに「個人で自由に」「家族と」が上位を占めるが、これに次いで、男性では「地域の友人と自由に」（13.8%）、「民間のスポーツクラブ（会員制フィットネスクラブなど）」（13.8%）が続き、女性では「民間のスポーツクラブ（会員制フィットネスクラブなど）」（19.5%）、「地域の友人と自由に」（12.6%）が続いている。

6. 運動・スポーツの実施の阻害要因について、「仕事や家事が忙しい」が35.4%、「面倒くさいから」が20.1%、「年を取ったから」が18.1%である。性別にみると、男女ともに「仕事や家事が忙しい」が最も多いが、2番目に多い項目は男性が「面倒くさいから」、女性が「年を取ったから」となっている（「特に理由はない」は除く）。
7. これから始めてみたい運動・スポーツ種目について、1位「散歩・ウォーキング」（24.2%）、2位「ヨガ」（21.8%）、3位「水泳」（15.0%）の順であり、個人で行える種目が大半を占めている。性別で見ると、男性に多いのは「散歩・ウォーキング」（24.5%）、「登山」（16.6%）、「サイクリング」（14.4%）であり、女性に多いのは「ヨガ」（30.9%）、「散歩・ウォーキング」（24.2%）、「水泳」（15.5%）である。
8. 自身の健康状態の自己評価について、「健康である」と「どちらかといえば健康である」を合わせると90.5%であった。年齢層別では「健康である」と答えた人の割合は年齢層があがるにつれて低下し、「健康でない」「どちらかといえば健康でない」と答えた人は、いずれも年齢層があがるにつれて高くなるなど、高齢になるほど健康に不安を抱える傾向にあることが示されている。
9. 体力の自己評価について、最も多い回答は「どちらかといえば体力に自信がある」（51.0%）であった。「体力に自信がある」は全体で9.1%となっており、男性で13.0%、女性で6.9%となっている。「どちらかといえば体力に不安がある」と「体力に不安がある」を合わせると、全体で39.8%、男性で31.1%、女性で44.8%となっており、男性よりも女性の方が体力に不安を抱えている傾向がみられる。
10. 運動不足の自己評価について、「大いに感じる」は30.9%、「ある程度感じる」は48.1%、「あまり感じない」は14.4%、「ほとんど（全く）感じない」は6.6%となっている。年齢層別でみると、「大いに感じる」では40～59歳が40.1%と最も高く、「ほとんどである（全く）感じない」では60歳以上が7.8%と最も高い割合となっている。

11. 子どもの運動不足とその理由について、「ゲームをしたり、スマホをさわる時間が長くなり外に出なくなった」が 70.2%、「塾や習い事が忙しいため時間がない」が 52.0%、「新型コロナウイルス感染症対策による影響」が 41.6%と続く。性別で見ると、「塾や習い事が忙しいため時間がない」（男性 45.3%、女性 55.8%）のほか、「社会環境の変化に伴い、外が危険である」（男性 28.5%、女性 41.7%）「新型コロナウイルス感染症対策による影響」（男性 35.2%、女性 45.4%）においては、女性が男性に比べて高い割合となっており、女性の方が外出の危険性に対してより強く警戒していることが示されている。
12. 1年間におけるスポーツ行事への参加について、「参加した」が全体で 12.4%（男性 13.2%、女性 12.0%）となっている。参加したスポーツ行事については、「参加型イベント」が 67.2%と最も高く、次いで「スポーツ教室」28.4%、「体力測定会」13.8%となっている。
13. 今後参加したい地域スポーツ行事について、「参加型イベント」が 55.0%と最も多く、「スポーツ教室」36.5%、「体力測定会」31.5%と続く。
14. スポーツクラブや同好会の加入状況について、「加入している」は全体で 21.3%（男性 22.3%、女性 20.5%）であり、前回調査(H29)の 28.3%より減少している。年齢層別で見ると、「加入している」と答えた 60 歳以上が 25.3%、18~39 歳が 23.6%、40~59 歳が 15.7%と中年層の参加率がやや低くなっている。
15. スポーツクラブや同好会に加入している人の内訳について、「民間のスポーツクラブ（会員制フィットネスクラブなど）」（59.2%）、「地域のスポーツクラブ・サークル・同好会」（31.3%）に加入している人が多くみられる。一方、学校（9.5%）や職場（5.0%）のスポーツクラブ・サークル・同好会への参加率は男女ともに低くなっている。
16. 今後加入してみたいと思うスポーツクラブ・同好会について、「地域のスポーツクラブ・サークル・同好会」が 53.3%と最も多く、次いで「民間のスポーツクラブ（会員制フィットネスクラブなど）」が 50.7%である。一方、学校（3.2%）や職場（3.2%）のスポーツクラブ・サークル・同好会へ加入したいという回答は男女ともに低くなっている。
17. 「スポーツクラブ 21」への加入状況について、「加入している」は全体で 3.3%（男性 2.1%、女性 3.7%）となっており、前回調査(H29)の全体 1.3%と比べると微増し

ている。「知らない」は全体で74.0%（男性79.9%、女性70.7%）である。

18. この1年間に運動・スポーツを行った施設の利用状況について、「道路」(36.2%)、「自宅または自宅敷地内」(31.4%)、「山岳・森林・海・湖・川等の自然環境」(29.8%)の順となっている。性別で見ると、男性は「公園」、「山岳・森林・海・湖・川等の自然環境」、「民間商業アウトドア施設(レジャープール、スキー場、ゴルフ場など)」と屋外施設の割合が他に比べて高く、女性は「自宅または自宅敷地内」、「民間商業インドア施設(会員制フィットネスクラブなど)」と屋内施設の割合が他に比べて高い。
19. スポーツ施設整備に関する要望について、「公共スポーツ施設の充実」が58.6%、次いで「自然を利用した施設の整備」が53.1%、「公園施設の充実」が41.0%である。
20. 運動・スポーツ情報のニーズについて、「イベント情報」が49.7%、「施設情報」が47.3%、「新しいスポーツや気軽にできるスポーツなどの情報」が40.7%、「教室情報」が40.2%である。性別で見ると、女性は「教室情報」「新しいスポーツや気軽にできるスポーツなどの情報」「体力づくり情報」の割合が他に比べて高くなっており、男性は「競技会情報」の割合が他に比べて高くなっている。
21. 運動・スポーツの情報源について、「広報あしや」が62.5%、「友人・知人」が35.1%、「施設のポスター・チラシ」が30.1%である。前回調査(H29)と比較すると、「広報あしや」、「テレビ・ラジオ」が増加する一方、「新聞・雑誌」が減少している。
22. 過去1年間に現地やメディアで観戦したことのあるスポーツの割合について、1位「プロ野球」(60.9%)、2位「プロサッカー」(34.3%)、3位「大相撲」(31.0%)、4位「ゴルフ」(27.2%)、5位に「テニス」(22.4%)の順となっている。観戦した理由については、「そのスポーツが好きだから」が67.9%と最も高く、「応援している選手がいるから」が28.0%、「なんとなく・たまたま」が21.5%となっている。
23. 過去1年間に何らかのスポーツに関わるボランティア活動について、「おこなった」と回答した人は全体で4.1%、「おこなっていない」と回答した人は全体で95.9%である。前回調査(H29)の「ある」は全体で6.2%であり、2.1ポイント減少している。具体的なスポーツ・ボランティア活動の内容として最も多かった項目が「運動・スポーツの指導」(39.0%)である。これに「大会・イベントの運営や世話」(34.1%)、「スポーツクラブ・サークル・同好会の運営や世話」(26.8%)、「スポーツクラブ・サークル・同好会での補助的な活動」(26.8%)が続く。

24. スポーツに関するボランティア活動のきっかけについて、「好きなスポーツの普及・支援」が 39.1%、次いで「地域での居場所、役割、生きがい」が 34.0%、「出会い・交流の場」が 33.7%となっている。
25. 障がい者スポーツへの関与について、「テレビやラジオ、新聞などで見たり、聞いたことがある」が 93.1%と最も多い。一方、「観戦したり、または参加したことがある」は 8.8%、「指導や介助、スポーツ大会スタッフなどに関わっている、または関わったことがある」は 2.1%となっており、障がい者スポーツへの関与の大部分は間接的なものとなっていることがわかる。
26. 今後障がい者スポーツを支援するボランティア活動をおこないたいかについて、「おこないたい」は 20.9%となっており、前回調査(H29)の「ぜひおこないたい」「できればおこないたい」の合算値 11.2%からは増加している。「おこないたい」と回答した人のおこないたいボランティア活動の内容では、「スポーツ大会・イベントの運営や世話」(75.5%)、「スポーツ団体・クラブの運営や世話」(31.8%)、「運動・スポーツの指導」(10.9%)と続いており、前回調査と同様の傾向がみられる。
27. 今後の障がい者スポーツの普及・推進のために必要だと思う項目について、「施設及び用具の整備」が 62.6%であり、「情報提供の充実」47.1%、「指導者を増やす」43.9%、「必要経費の補助」41.8%が続く。