

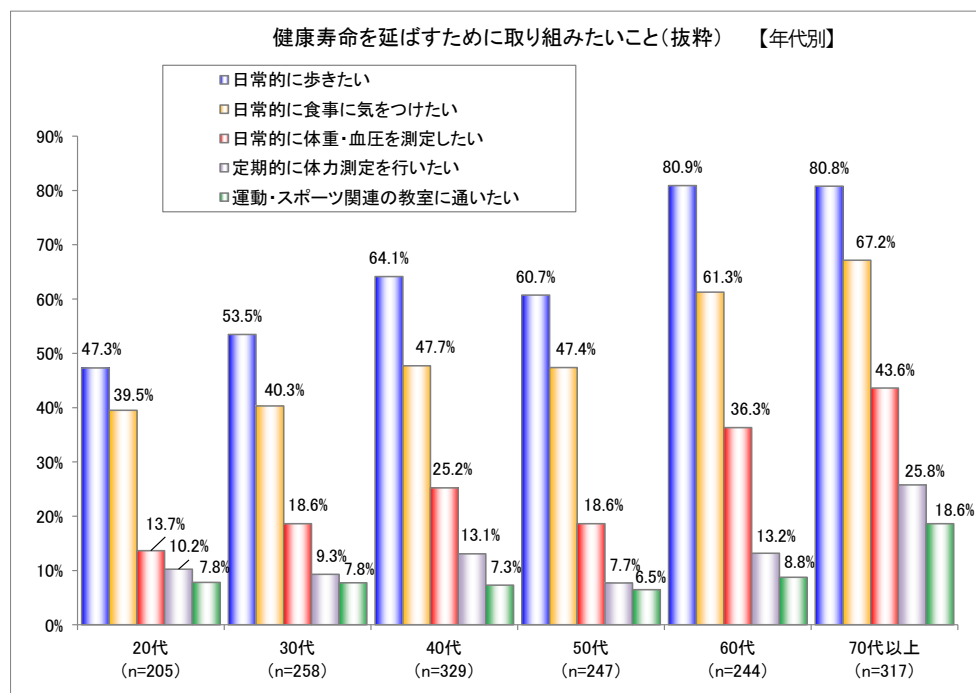
9. 健康寿命を延ばすためには

日常的に「歩く」「食事に気をつける」

健康寿命を延ばすために取り組みたいことは、「日常的に歩きたい」と「日常的に食事に気をつけたい」との回答が過半数を超えた。

性別で比較すると、男女ともに「日常的に歩きたい」が高かったものの、男性よりも女性の方が、「日常的に食事に気をつけたい」の割合が非常に高く、食事への意識が高かった。また、「運動・スポーツ関連の教室に通いたい」の割合も高かった。

右図のとおり、年代で比較すると、60代・70代以上は、「日常的に体重・血圧を測定したい」の割合が比較的高く、また、70代以上は、「定期的に体力測定を行いたい」の割合がどの年代よりも高かった。



III おわりに

今回の調査では、新たに「医療費」や「健康寿命」に関する質問事項を追加し、運動・スポーツと医療費との関係や健康との関係を分析した。

医療費と運動・スポーツとの関係について、20代は実施頻度が上がると、「0円」の割合が高くなるなど、一部に傾向は見られた。しかし、運動・スポーツを行っていない人は、医療費への意識・関心が低いためか、医療費が「不明」の割合が高く、医療費との直接の関係性を導き出すことはできなかった。今後も引き続き関係性を調査し、分析を行いたい。

健康と運動・スポーツとの関係についてだが、運動・スポーツを行っている人は、行っていない人の2倍近くが、健康だと「感じている」状況であった。運動・スポーツを行うこと＝健康につながる、と直接は言い切れないものの、健康への感じ方と、運動・スポーツには関係性が見えた。

また、健康寿命の延伸に向けては、「日常的に歩く・食事に気をつける」という意識はどの年代においても高く、多くの方が必要な取り組みだと感じていることが分かった。また一方で、「健康寿命」を延ばすための取り組みに、「特に関心がない」とする方も多く、運動・スポーツを行っていない方の過半数近くが、「特に関心がない」とした。この方々に、自身の健康について関心を持っていただき、健康寿命の延伸に向けて取り組んでいただけるようにする必要がある。

最後に、今後、スポーツ・運動を市民が継続的に実施していくためには、市民のニーズをしっかりと調査・分析した事業を展開する必要がある。いつまでもスポーツが楽しめる明るく豊かな社会が実現されるよう、スポーツに関わる方々にはこの調査結果を参考にさせていただきたい。

IV 報告書について

報告書は、A4判・124ページからなり、性別、年代別、前回調査比較など、多角的に分析しています。報告書(PDF)、単純集計表(属性等含む)(Excel)は、横浜市体育協会ホームページにて公開しております。スポーツ・運動の普及振興のためにぜひ報告書等をご活用くださるようお願い申し上げます。※なお、報告書は横浜市市民情報センターでの閲覧も可能です。詳細は下記連絡先、またはホームページをご覧ください。

公益財団法人 横浜市体育協会

〒231-0015 横浜市中区尾上町6-81 ニッセイ横浜尾上町ビル内

電話/045-640-0016(経営企画部) FAX/045-640-0021(代表)

http://www2.yzpc.or.jp/ysa/



公益財団法人横浜市体育協会は、横浜市民の体育・スポーツを振興し、もって横浜市民の健全な心身の発達と明るく豊かな市民生活の形成に寄与することを目的に活動している団体です。各種目の市民大会・マスターズ大会の開催、子どもの体力向上事業・高齢者の介護予防事業の開催、市内スポーツ施設の運営・教室事業の開催など、幅広くスポーツ振興事業を実施しています。

平成28年度 横浜市民スポーツ意識調査報告書 概要版

本調査は、横浜市民の成人の方を対象に、スポーツに関する実施状況やご意見・ご要望等をお聞きし、今後のスポーツ振興に役立てることを目的として、平成19年度から毎年実施しているものです。

この概要版は、報告書の内容から主なものを抜粋してまとめたものです。

I 調査概要

- 1 目的 横浜市民のスポーツに対するニーズや行動・意識を調査し、スポーツ振興事業の現状と課題を考察する
- 2 対象者 横浜市内に居住する満20歳以上の調査機関(株式会社クロス・マーケティング)の登録者(モニタ)の男女個人1,600人
- 3 対象者抽出方法 性別、年齢、居住区の構成比率を基に有意抽出方法(割当て法)により抽出
- 4 調査方法 インターネットによるアンケート調査
- 5 調査期間 配信日:平成28年10月12日 回収締切日:平成28年10月18日
- 6 回収状況 有効回答数:1,600件

II 結果概要

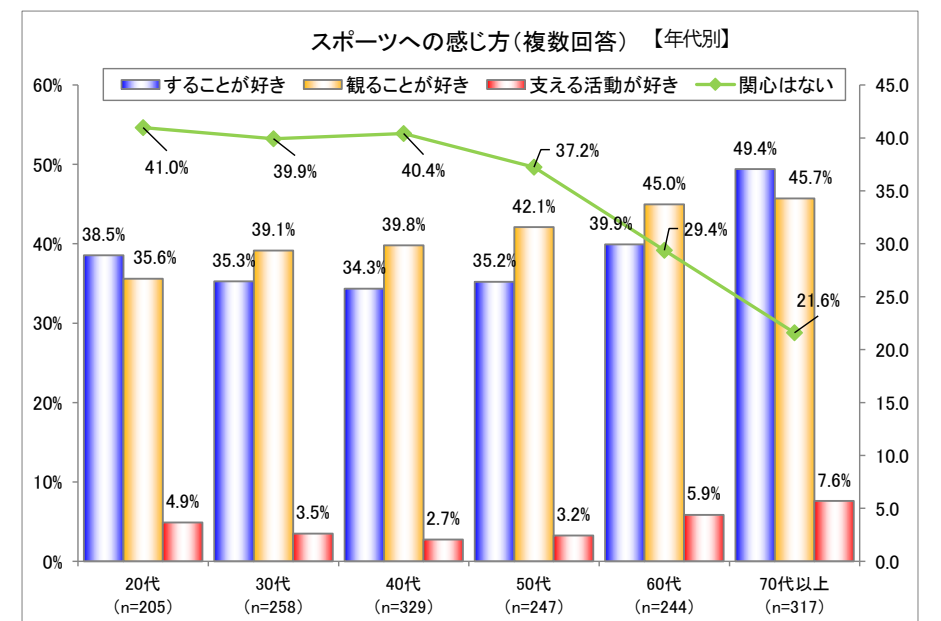
1. 運動・スポーツに対する感じ方

「すること」よりも「観ること」が好き

運動・スポーツは、「すること」よりも「観ること」が好きな割合が若干高く、「関心はない」とする割合が約3割を占めた。

性別で比較すると、男性は、女性よりも「すること」も「観ること」も好きな割合が高く、結果として、スポーツへの「関心」は、女性より男性のほうが高い結果となった。

右図のとおり、年代で比較すると、20代と70代以上は、「観ること」よりも「すること」が好きな割合が高かったが、それ以外の年代では、「観ること」の方が好きな割合が高かった。また、20代～50代では、「関心はない」とする割合が約4割にも達した。



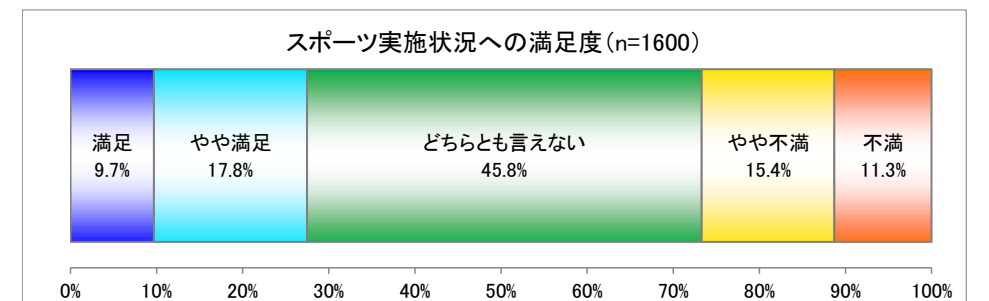
2. 運動・スポーツの実施状況への満足度

若年層で高まる「不満足傾向」

右図のとおり、「満足」と「やや満足」を足した「満足傾向」と、「やや不満」と「不満」を足した「不満足傾向」は、どちらも約3割でほぼ同じ割合となった。

性別で比較すると、男女ともに、「満足傾向」、「不満足傾向」とともに3割程度で変わらないものの、男性の方が、「不満足傾向」が高く、女性の方が「満足傾向」が高かった。

年代で比較すると、70代以上は、「満足傾向」の割合が全年代の中で一番高く、「不満足傾向」の割合は全年代の中で一番低かった。「満足傾向」がとても高い状況と言える。一方で、20代～50代は満足傾向よりも、不満足傾向が上回る結果となった。中でも、30代と40代は、70代と比較すると「満足傾向」が約1/2、「不満足傾向」が約2倍となっており、「不満足傾向」が極めて高い状況と言える。



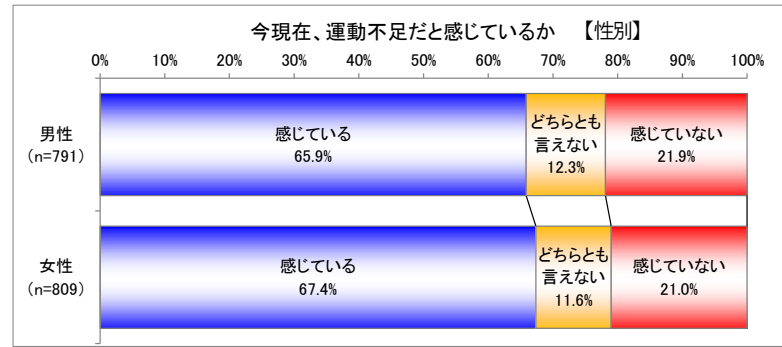
3. 運動不足に対する意識

女性の方が「運動不足を感じている」割合が若干高い

運動不足については、「感じている」が約7割、「感じていない」が約2割程度となった。

右図のとおり、性別で比較すると、男女ともに、運動不足を「感じている」割合が約7割で変わらないものの、男性よりも、女性の方が運動不足を「感じている」割合が若干高かった。

年代で比較すると、どの年代も運動不足だと「感じている」割合が高く、多くの年代で約7割に達した。しかし、60代と70代以上は、運動不足だと「感じている」割合が、他の年代に比べて低く、6割弱に留まっており、運動不足だと「感じていない」割合も3割程度に達していた。



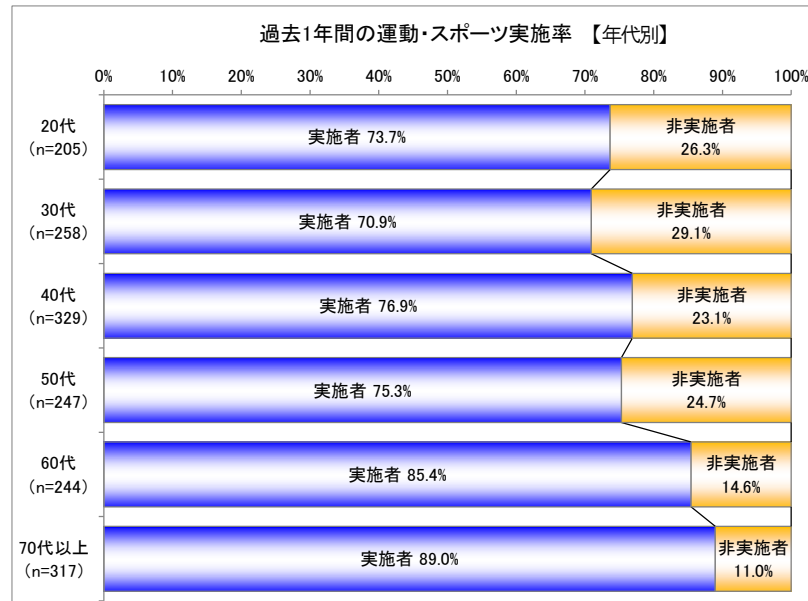
4. 運動・スポーツの実施率

現役世代との間にある「実施率の壁」

過去1年間の運動・スポーツの実施者は79.0%、非実施者は21.0%となった。27年度と比較すると、運動・スポーツの実施者は0.6ポイントの微増となった。調査開始(19年度)以降、実施率は75.0%から80.0%前後で推移している状況である。

性別で比較すると、男性の実施率は81.2%、女性の実施率は76.8%となった。男性の方が4.4ポイント高くなっており、運動・スポーツの実施率は、男性の方が女性よりも比較的高い傾向にある。

右図のとおり、年代で比較すると、70代以上の実施率は全年代の中で一番高く、30代の実施率は全年代の中で一番低くなった。20代~50代と60代以上との間には、10ポイント以上の差があり、現役世代とそれ以上の世代との間に実施率の壁ができています。



5. 運動・スポーツの実施頻度

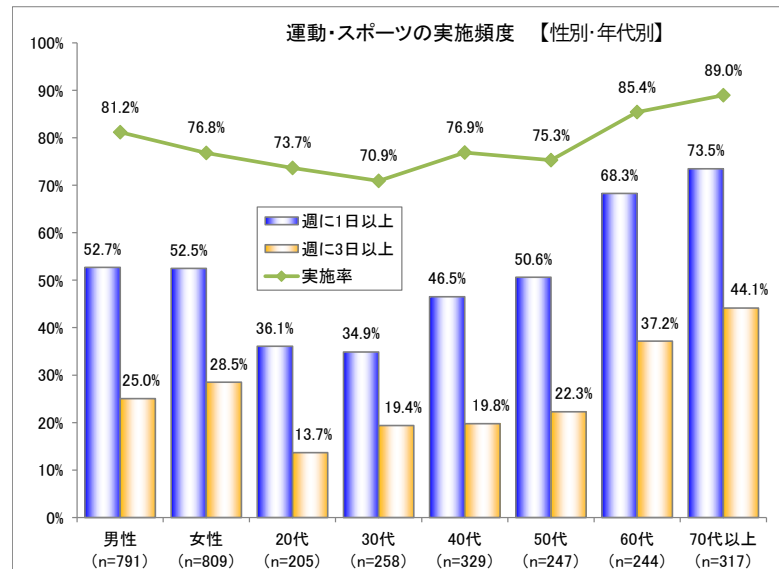
「若い世代」で伸び悩む実施頻度

「週に1日以上」は52.6% (27年度結果+3.3ポイントの微増)、「週に3日以上」は26.8% (27年度結果+3.4ポイントの微増)となっており、実施頻度が若干上がったものの、国及び横浜市が掲げる計画目標には及ばなかった(週1回以上の実施率では12.4ポイント、週3回以上の実施率では3.2ポイントの未達)。

右図のとおり、性別で比較すると、男性の方が運動・スポーツの実施率は高いものの、週に3日以上の実施率は低く、男性よりも女性の方が比較的实施頻度が高かった。

また、年代で比較すると、60代と70代以上は、実施率も実施頻度も高かったが、20代や30代は、実施率も実施頻度も低い状態であった。特に20代は、週に3日以上の実施率が13.7%となっており、最も実施頻度が低かった。

国のスポーツ基本計画および横浜市のスポーツ推進計画では、「成人の週1回以上のスポーツ実施率が3人に2人(65%程度)、週3回以上のスポーツ実施率が3人に1人(30%程度)となること」を目標としている。



6. 運動・スポーツの会場での観戦率

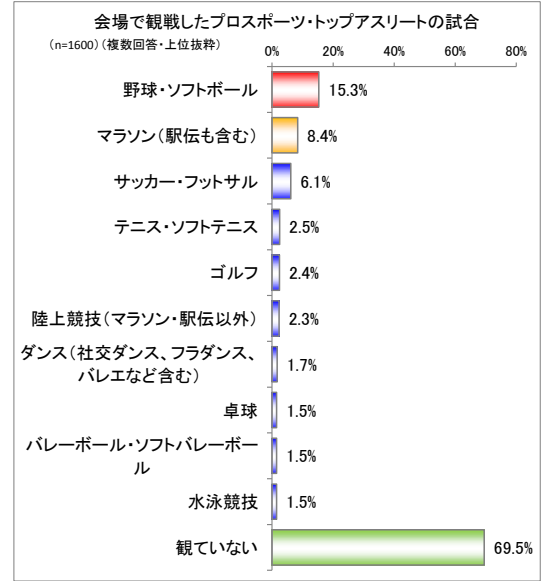
「野球」が不動の1位、「サッカー」が3位へ陥落

右図のとおり、観戦した種目は、「野球・ソフトボール」(15.3%)、「マラソン(駅伝も含む)」(8.4%)と続く。「サッカー・フットサル」(6.1%)が2位から陥落した。「観ていない」が69.5%となったため、過去1年間のプロスポーツやトップアスリート大会の会場観戦率は、30.5%となり、前回調査(27年度)から4.6ポイント減少した。

性別で比較すると、男性は34.0%、女性は27.0%となり、男性の方が比較的観戦率が高かった。

年代で比較すると、30代は観戦率が全世代の中で一番高かったものの、その他の年代も3割程度となり、年代による差はあまり見られなかった。

横浜市のスポーツ推進計画では、「トップアスリートが参加するスポーツ大会やプロスポーツを間近で観戦した市民の割合を50%以上となること」を目標としているが、目標には19.5ポイントの未達となっている。

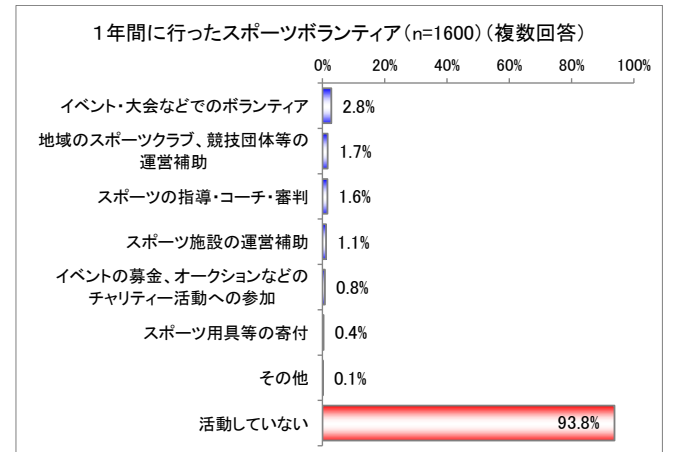


7. 運動・スポーツのボランティア活動への参加率

まだまだ低い「スポーツボランティアへの参加率」

右図のとおり、参加したボランティアは、「イベント・大会などでのボランティア」(2.8%)、「地域のスポーツクラブ、競技団体等の運営補助」(1.7%)と続く。「活動していない」が93.8%となったため、過去1年間の運動・スポーツに関するボランティア活動参加率は6.2%となり、前回調査(27年度)から0.2ポイントの微増となった。

横浜市のスポーツ推進計画では、「スポーツボランティアを行ったことがある市民の割合を10%以上となること」を目標としている。28年度は、調査結果が伸びたものの、目標には3.8ポイントの未達となっている。



8. 子どもの頃の運動・スポーツと回答者のお子さんが行っている運動・スポーツ

「時代とともに変化」する運動・スポーツ実施種目

右図のとおり、回答者自身が子どもの頃に行っていた運動・スポーツは、「野球・ソフトボール」、「水泳」、「キャッチボールなどの軽い球技」が多く、7割近くが運動・スポーツを行っていた。年代によって実施種目が異なったものの、「野球・ソフトボール」と「水泳」は、どの年代でも上位に入っていた。

一方、回答者のお子さんが学校の授業以外で行っている運動・スポーツは、「水泳」、「テニス・ソフトテニス」、「サッカー・フットサル」が多かった。しかしながら、運動・スポーツの実施率は6割弱に留まり、実施率が低い結果となった。また、ボールを投げる競技の実施率が大幅に落ちており、このことが、遠投能力の低下につながっている要因の一つとも考えられる。

