

要約

本調査では、全国の市区町村に居住する満18歳以上の男女を対象に、割当法を用いて3,000サンプルを抽出し、2018年7月6日から2018年8月10日に訪問留置法による質問紙調査を行った。

主な調査結果は、以下の通りである。

1 運動・スポーツ実施状況

年1回以上の運動・スポーツ実施率74.0%、週1回以上57.9%、
アクティブ・スポーツ人口20.7% (p.82【図1-1】)

- 2016年と比較して、年1回以上実施率は1.6ポイント、週1回以上実施率は1.9ポイント上昇した。
- アクティブ・スポーツ人口（週2回以上、実施時間1回30分以上、運動強度「ややきつい以上」をすべて満たす運動・スポーツ実施者）は2012年の最高値を更新した。

過去1年間に最も行われた運動・スポーツは「散歩（ぶらぶら歩き）」 (p.88【表1-2】)

- 1位「散歩（ぶらぶら歩き）」の実施率は30.9%であり、推計人口は3,276万人であった。2位「ウォーキング」25.4%（2,693万人）、3位「体操（軽い体操、ラジオ体操など）」19.6%（2,078万人）、4位「筋力トレーニング」15.2%（1,611万人）、5位「ボウリング」9.9%（1,050万人）であった。

2 スポーツ施設

実施場所・利用施設は「道路」が1位 (p.98【表2-1】、p.101【表2-4】)

- 過去1年間に「よく行った」（実施頻度の高い）運動・スポーツの実施場所・利用施設は1位「道路」50.3%、2位「自宅（庭・室内等）」23.9%、3位「体育館」20.0%であった。
- 「道路」で行われた種目は「散歩（ぶらぶら歩き）」43.5%が最も高く、「ウォーキング」33.6%が続く。

3 スポーツクラブ・同好会・チーム

スポーツクラブ加入率18.5%、加入率の男女差は縮小 (p.102【図3-1】、p.105【図3-5】)

- クラブ加入率は18.5%で、調査を開始した1992年19.7%と同水準だが、1992年に8.6ポイントあった男女差が3.0ポイントまで縮小した。
- 加入しているクラブの形態は「地域住民が中心のクラブ」が34.7%と最も高く、「友人・知人が中心のクラブ」25.9%、「民間の会員制クラブ」20.4%と続く。

4 スポーツ観戦

直接スポーツ観戦率31.8%、「プロ野球（NPB）」が1位 (p.108【図4-1】、p.110【表4-1】)

- 直接スポーツ観戦率（過去1年間にスタジアムや体育館等で直接スポーツを観戦した者の割合）は31.8%であり、2016年から1.1ポイント減少した。
- 観戦種目の1位は「プロ野球（NPB）」13.7%、2位「高校野球」5.8%、3位「Jリーグ（J1、J2、J3）」5.5%であった。

テレビスポーツ観戦率89.9%、「サッカー日本代表試合（五輪代表含む）」が1位 (p.112【図4-4】、p.114【表4-5】)

- テレビスポーツ観戦率（過去1年間にテレビによるスポーツ観戦をした者の割合）は89.9%であった。
- 男性は「サッカー日本代表試合（五輪代表含む）」67.3%、女性は「フィギュアスケート」63.2%の観戦率が高い。

5 好きなスポーツ選手

羽生結弦選手（フィギュアスケート）が1位 (p.116【表5-1】)

- 全体では1位「羽生結弦」10.6%、2位「大谷翔平」7.7%、3位「イチロー」7.2%であった。
- 男性1位は2002年から連続で「イチロー」10.6%、女性は2位以下に大差をつけて「羽生結弦」18.7%が1位であった。

6 スポーツボランティア

スポーツボランティア実施率6.7%、地域における「大会・イベントの運営や世話」が中心 (p.118【図6-1】、p.119【表6-1】)

- 実施内容は『地域のスポーツイベント』における「大会・イベントの運営や世話」35.8%が最も高く、『日常的な活動』の「団体・クラブの運営や世話」31.8%、「スポーツの指導」26.4%が続く。
- 男性は『日常的な活動』の「スポーツの指導」34.4%、女性は『地域のスポーツイベント』の「大会・イベントの運営や世話」43.0%が最も高い。

スポーツボランティア実施希望率14.7%、「地域のスポーツイベントの運営や世話」を希望 (p.120【図6-4】、p.121【表6-2】)

- 希望するスポーツボランティア内容は男女とも「地域のスポーツイベントの運営や世話」が最も高く、男性45.1%、女性56.3%であった。次いで男性は「日常的なスポーツの指導」31.3%、女性は「日常的な団体・クラブの運営や世話」32.8%であった。

7 体力の主観的評価・体格指数・生活習慣

自身の体力評価は「優れている」8.6%、「普通」51.9%、「劣っている」39.4% (p.122【図7-1】)

- 体力を『優れている』（「たいへん優れている」または「どちらかというと優れている」）と感じている者は男性11.1%、女性6.3%であった。
- 『劣っている』（「どちらかというと劣っている」または「たいへん劣っている」）と感じている者は男性32.9%、女性45.9%と、女性は男性よりも主観的な体力評価が低い。

要約

本調査では、全国の市区町村に居住する満18歳以上の男女を対象に、割当法を用いて3,000サンプルを抽出し、2018年7月6日から2018年8月10日に訪問留置法による質問紙調査を行った。

主な調査結果は、以下の通りである。

1 運動・スポーツ実施状況

年1回以上の運動・スポーツ実施率74.0%、週1回以上57.9%、
アクティブ・スポーツ人口20.7% (p.82【図1-1】)

- 2016年と比較して、年1回以上実施率は1.6ポイント、週1回以上実施率は1.9ポイント上昇した。
- アクティブ・スポーツ人口（週2回以上、実施時間1回30分以上、運動強度「ややきつい以上」をすべて満たす運動・スポーツ実施者）は2012年の最高値を更新した。

過去1年間に最も行われた運動・スポーツは「散歩（ぶらぶら歩き）」 (p.88【表1-2】)

- 1位「散歩（ぶらぶら歩き）」の実施率は30.9%であり、推計人口は3,277万人であった。2位「ウォーキング」25.4%（2,694万人）、3位「体操（軽い体操、ラジオ体操など）」19.6%（2,079万人）、4位「筋力トレーニング」15.2%（1,612万人）、5位「ボウリング」9.9%（1,050万人）であった。

2 スポーツ施設

実施場所・利用施設は「道路」が1位 (p.98【表2-1】、p.101【表2-4】)

- 過去1年間に「よく行った」（実施頻度の高い）運動・スポーツの実施場所・利用施設は1位「道路」50.3%、2位「自宅（庭・室内等）」23.9%、3位「体育館」20.0%であった。
- 「道路」で行われた種目は「散歩（ぶらぶら歩き）」43.5%が最も高く、「ウォーキング」33.6%が続く。

3 スポーツクラブ・同好会・チーム

スポーツクラブ加入率18.5%、加入率の男女差は縮小 (p.102【図3-1】、p.105【図3-5】)

- クラブ加入率は18.5%で、調査を開始した1992年19.7%と同水準だが、1992年に8.6ポイントあった男女差が3.0ポイントまで縮小した。
- 加入しているクラブの形態は「地域住民が中心のクラブ」が34.7%と最も高く、「友人・知人が中心のクラブ」25.9%、「民間の会員制クラブ」20.4%と続く。

4 スポーツ観戦

直接スポーツ観戦率31.8%、「プロ野球（NPB）」が1位 (p.108【図4-1】、p.110【表4-1】)

- 直接スポーツ観戦率（過去1年間にスタジアムや体育館等で直接スポーツを観戦した者の割合）は31.8%であり、2016年から1.1ポイント減少した。
- 観戦種目の1位は「プロ野球（NPB）」13.7%、2位「高校野球」5.8%、3位「Jリーグ（J1、J2、J3）」5.5%であった。

テレビスポーツ観戦率89.9%、「サッカー日本代表試合（五輪代表含む）」が1位 (p.112【図4-4】、p.114【表4-5】)

- テレビスポーツ観戦率（過去1年間にテレビによるスポーツ観戦をした者の割合）は89.9%であった。
- 男性は「サッカー日本代表試合（五輪代表含む）」67.3%、女性は「フィギュアスケート」63.2%の観戦率が高い。

5 好きなスポーツ選手

羽生結弦選手（フィギュアスケート）が1位 (p.116【表5-1】)

- 全体では1位「羽生結弦」10.6%、2位「大谷翔平」7.7%、3位「イチロー」7.2%であった。
- 男性1位は2002年から連続で「イチロー」10.6%、女性は2位以下に大差をつけて「羽生結弦」18.7%が1位であった。

6 スポーツボランティア

スポーツボランティア実施率6.7%、地域における「大会・イベントの運営や世話」が中心 (p.118【図6-1】、p.119【表6-1】)

- 実施内容は『地域のスポーツイベント』における「大会・イベントの運営や世話」35.8%が最も高く、『日常的な活動』の「団体・クラブの運営や世話」31.8%、「スポーツの指導」26.4%が続く。
- 男性は『日常的な活動』の「スポーツの指導」34.4%、女性は『地域のスポーツイベント』の「大会・イベントの運営や世話」43.0%が最も高い。

スポーツボランティア実施希望率14.7%、「地域のスポーツイベントの運営や世話」を希望 (p.120【図6-4】、p.121【表6-2】)

- 希望するスポーツボランティア内容は男女とも「地域のスポーツイベントの運営や世話」が最も高く、男性45.1%、女性56.3%であった。次いで男性は「日常的なスポーツの指導」31.3%、女性は「日常的な団体・クラブの運営や世話」32.8%であった。

7 体力の主観的評価・体格指数・生活習慣

自身の体力評価は「優れている」8.6%、「普通」51.9%、「劣っている」39.4% (p.122【図7-1】)

- 体力を『優れている』（「たいへん優れている」または「どちらかというと優れている」）と感じている者は男性11.1%、女性6.3%であった。
- 『劣っている』（「どちらかというと劣っている」または「たいへん劣っている」）と感じている者は男性32.9%、女性45.9%と、女性は男性よりも主観的な体力評価が低い。