

子ども・青少年のスポーツライフに関する調査報告書

# 子ども・青少年のスポーツライフ・データ2025 (速報)

## 【本レポートの趣旨】

本レポートでは、「子ども・青少年のスポーツライフ・データ」2025の主な調査結果を速報値として紹介いたします。あくまで速報値のため、確定数値および詳細につきましては、2026年3月発刊予定の報告書をご参照ください。

ローデータ（SPSS・Excel形式）も同時期より使用申請を承ります。データの活用に向けて、最新の動向を確認する資料として本レポートをご利用ください。

調査名	4～11歳のスポーツライフに関する調査	12～21歳のスポーツライフに関する調査
目的	放課後や休日における子どもの運動・スポーツ実施状況を把握する	
母集団	全国の市区町村に在住する4～11歳の男女	全国の市区町村に在住する12～21歳の男女
標本数	2,400人	3,000人
地点数	市部207地点、町村部18地点、計225地点	
抽出方法	層化二段無作為抽出法	
調査方法	訪問留置法による質問紙調査（個別聴取法併用）	訪問留置法による質問紙調査
有効回収数(率)	1,320（55.0％）	1,438（47.9％）
調査内容	過去1年間の運動・スポーツ実施種目、実施頻度・時間・強度、習いごと、運動・スポーツの好き嫌い、学校で（休み時間・放課後）の過ごし方、運動有能感、保護者の運動・スポーツ実施状況、生活習慣など	過去1年間の運動・スポーツ実施種目、実施頻度・時間・強度、スポーツクラブ・運動部の活動状況、運動・スポーツをした理由、しなかった理由、スポーツ観戦、スポーツボランティア、メディア利用時間、生活習慣など
調査時期	2025年6月28日～7月23日	
運動・スポーツの範囲	学校の部活動・サークルや休み時間の活動は含めるが、幼稚園・保育園・学校の授業や行事の運動会・マラソン大会などは含めない	

**報告書テーマ：周辺環境が子ども・青少年のスポーツライフに与える影響  
ー地域・学校・家庭でささえる子ども・青少年のスポーツライフー**

**ポイント①：【調査結果の経年変化】**

運動・スポーツ実施種目、スポーツ観戦率、スポーツボランティア実施率、  
好きなスポーツ選手、身体活動量 などの変化

**ポイント②：【子ども・青少年の地域・学校・家庭での運動・スポーツ・運動あそび】**

子どものスポーツクラブ・運動部の加入率、体育の好き嫌い、  
家族の運動・スポーツ・運動あそびの推奨状況

# 1. 運動・スポーツ・運動あそび 種目別実施率(4～11歳)

■ おにごっこやぶらんこなど運動あそび種目の実施率が減少。

表1 過去1年間に1回以上行った運動・スポーツ種目（複数回答）

4～11歳								
2021年(n=1,496)			2023年(n=1,350)			2025年(n=1,320)		
順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
1	おにごっこ	72.3	1	おにごっこ	72.7	1	おにごっこ	67.0
2	ぶらんこ	55.5	2	ぶらんこ	56.3	2	ぶらんこ	50.1
3	なわとび(長なわとびを含む)	55.0	3	なわとび(長なわとびを含む)	53.6	3	なわとび(長なわとびを含む)	49.5
4	自転車あそび	51.8	4	自転車あそび	51.5	4	ドッジボール	47.1
5	かくれんぼ	49.9	5	かくれんぼ	49.5	5	水泳(スイミング)	45.5
6	鉄棒	47.5	6	鉄棒	46.5	6	自転車あそび	45.4
7	ドッジボール	44.3	7	ドッジボール	46.4	7	かくれんぼ	43.5
8	かけっこ	41.6	8	水泳(スイミング)	45.7	8	鉄棒	42.8
9	水泳(スイミング)	37.2	9	かけっこ	42.1	9	かけっこ	39.3
10	サッカー	33.8	10	サッカー	37.8	10	サッカー	33.8

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2025

# 1. 運動・スポーツ・運動あそび 種目別実施率(12～21歳)

■ 順位に変動はあるものの、各種目の実施率は横ばい。

表2 過去1年間に1回以上行った運動・スポーツ種目（複数回答）

12～21歳								
2021年(n=1,663)			2023年(n=1,495)			2025年(n=1,438)		
順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
1	ジョギング・ランニング	25.2	1	ウォーキング	20.0	1	ウォーキング	19.1
2	ウォーキング	20.6	2	ジョギング・ランニング	19.3	2	バドミントン	18.5
3	バドミントン	20.4	3	バスケットボール	19.1	3	バスケットボール	18.2
4	サッカー	20.3		バドミントン	19.1	4	ジョギング・ランニング	16.9
5	筋力トレーニング	19.7	5	サッカー	17.5	5	バレーボール	16.6
6	バレーボール	18.2	6	筋力トレーニング	16.9	6	サッカー	15.9
7	バスケットボール	17.4	7	バレーボール	16.1	7	筋力トレーニング	15.3
8	おにごっこ	16.0	8	卓球	14.1	8	卓球	14.7
9	卓球	14.4	9	おにごっこ	12.7	9	おにごっこ	13.3
	なわとび(長なわとびを含む)	14.4	10	野球	11.8	10	ぶらんこ	11.2

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2025

## 2. 直接スポーツ観戦率

■ **直接観戦率**（アリーナ・スタジアム等での直接スポーツ観戦）は男女ともにコロナ禍の2021年から増加傾向。

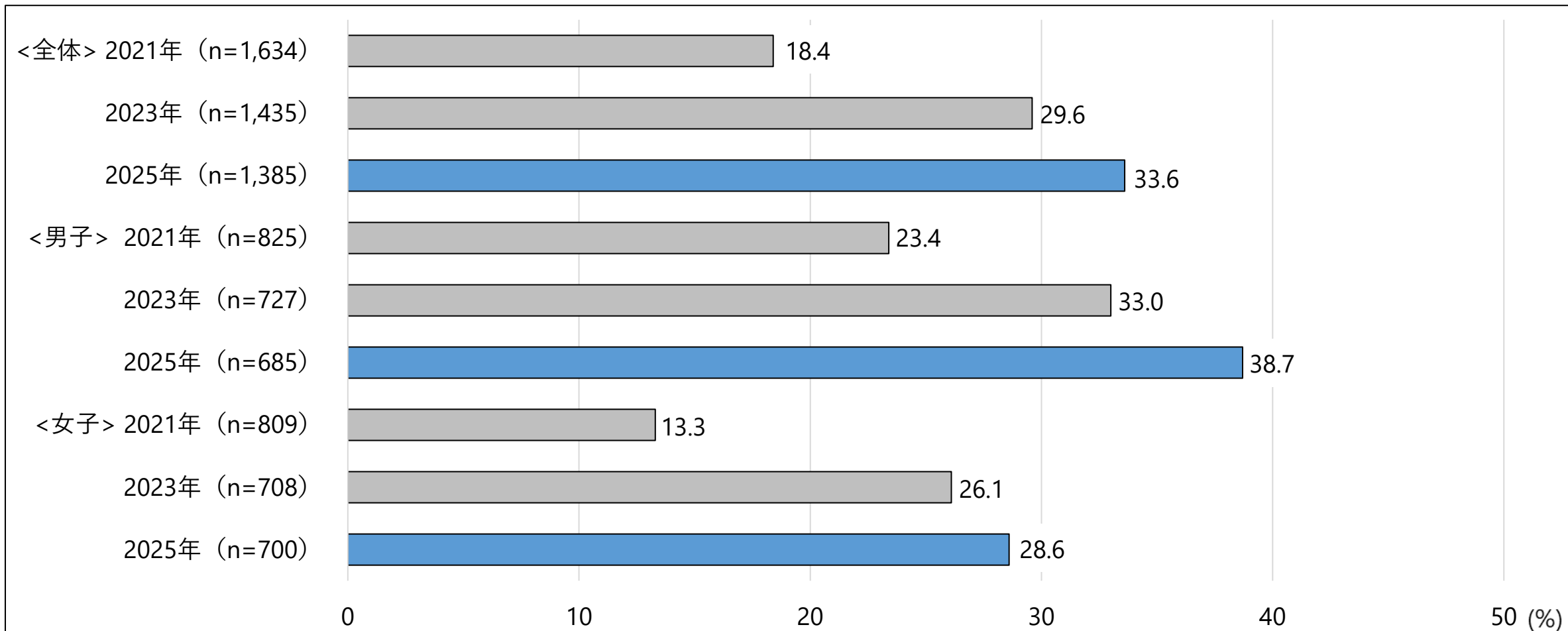


図1 12～21歳の直接スポーツ観戦率の年次推移（全体・性別）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2025

### 3. スポーツボランティア実施率

■ スポーツボランティア実施率は2021年から2.1ポイント増加するも、2019年以前の水準には戻らず。

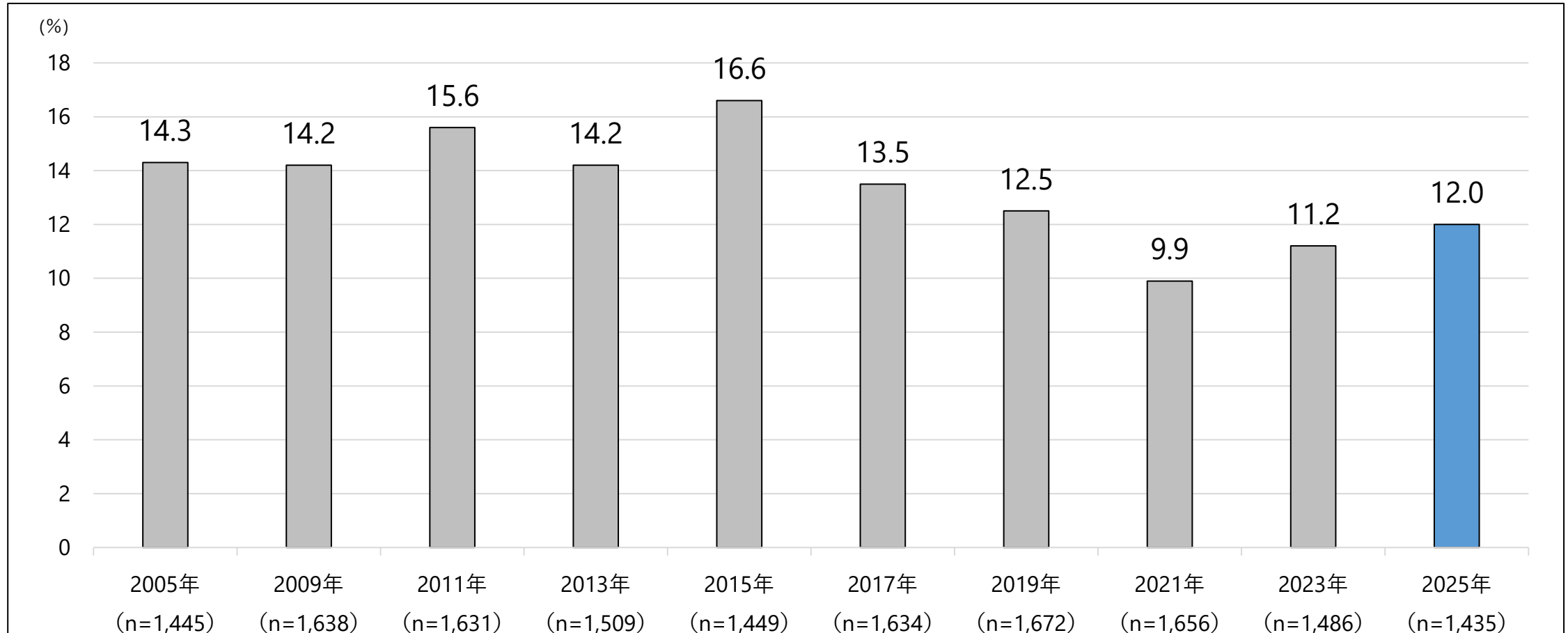


図2 12～21歳のスポーツボランティア実施率の年次推移

注) 2005年～2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の12～19歳を分析対象とした。

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2025



# 4. 好きなスポーツ選手

■ 大谷翔平が2019年以降4回連続1位。石川真佑、周東佑京、西田有志、早田ひな が初の上位ランクイン。

表3 12～21歳の好きなスポーツ選手の年次推移

2021年（n=839）			2023年（n=705）			2025年（n=688）		
順位	選手名	%	順位	選手名	%	順位	選手名	%
1	大谷 翔平(野球)	13.0	1	大谷 翔平(野球)	22.3	1	大谷 翔平(野球)	19.9
2	羽生 結弦(フィギュアスケート)	3.6	2	三笥 薫(サッカー)	3.1	2	石川 祐希(バレーボール)	4.5
3	大坂 なおみ(テニス)	3.2	3	リオネル メッシ(サッカー)	2.7	3	高橋 藍(バレーボール)	3.2
4	錦織 圭(テニス)	2.7	4	石川 祐希(バレーボール)	2.3	4	河村 勇輝(バスケットボール)	2.8
5	桃田 賢斗(バドミントン)	2.6	5	羽生 結弦(フィギュアスケート)	2.0	5	三笥 薫(サッカー)	1.7
6	池江 璃花子(水泳)	2.0	6	八村 塁(バスケットボール)	1.7		リオネル メッシ(サッカー)	1.7
	坂本 勇人(野球)	2.0	7	桃田 賢斗(バドミントン)	1.6	7	久保 建英(サッカー)	1.3
8	八村 塁(バスケットボール)	1.9	8	高橋 藍(バレーボール)	1.4		ステフィン カリー(バスケットボール)	1.3
9	石川 祐希(バレーボール)	1.8	9	イチロー(野球)	1.3	9	石川 真佑(バレーボール)	1.2
10	リオネル メッシ(サッカー)	1.7	10	河村 勇輝(バスケットボール)	1.1		坂本 勇人(野球)	1.2
				丹羽 孝希(卓球)	1.1		周東 佑京(野球)	1.2
				ステフィン カリー(バスケットボール)	1.1		西田 有志(バレーボール)	1.2
				ラーズ ニートバー(野球)	1.1		早田 ひな(卓球)	1.2

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2025

■ 詳細はホームページでも公開されています。

[https://www.ssf.or.jp/thinktank/sports\\_life/data/favorite\\_athlete\\_youth.html](https://www.ssf.or.jp/thinktank/sports_life/data/favorite_athlete_youth.html)



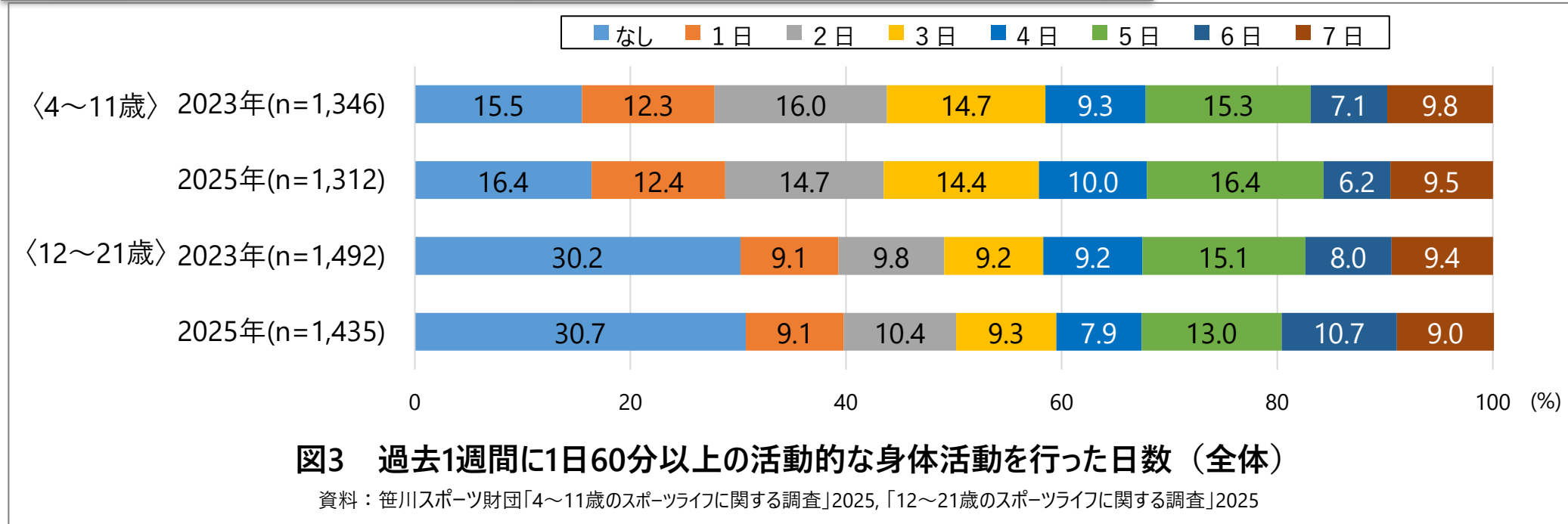
■ 子ども・青少年の身体活動量を把握するためにHBSCの項目を使用。2023年から大きな変化はみられず。

問6 さいきん か かん 最近7日間のあなたの身体活動についておたずねします。

ここでいう身体活動とは、しんたいいかつどう 心臓がドキドキしたり息切れしたりするようなすべての活動のことで、スポーツ スポーツや友だちと遊ぶこと、がっこう 学校に徒歩や自転車じてんしゃ で通うことも入ります。例えばランニング、はやあ 速歩き、ローラースケート、じてんしゃ 自転車、ダンス、すいえい 水泳、サッカー、バスケットボールなどがあります。

あなたは、さいきん か かん 最近の7日間に、1日あたり少なくとも合計 60 分間の身体活動をした日は何日ありましたか。(○は1つ)

1	1 日	2	2 日	3	3 日	4	4 日	5	5 日	6	6 日	7	7 日	8	なし
---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	----



## 6. 子どものスポーツクラブ・運動部の加入率(4～11歳)

■ 4～11歳のスポーツクラブ・運動部への加入率は2015年から横ばい。

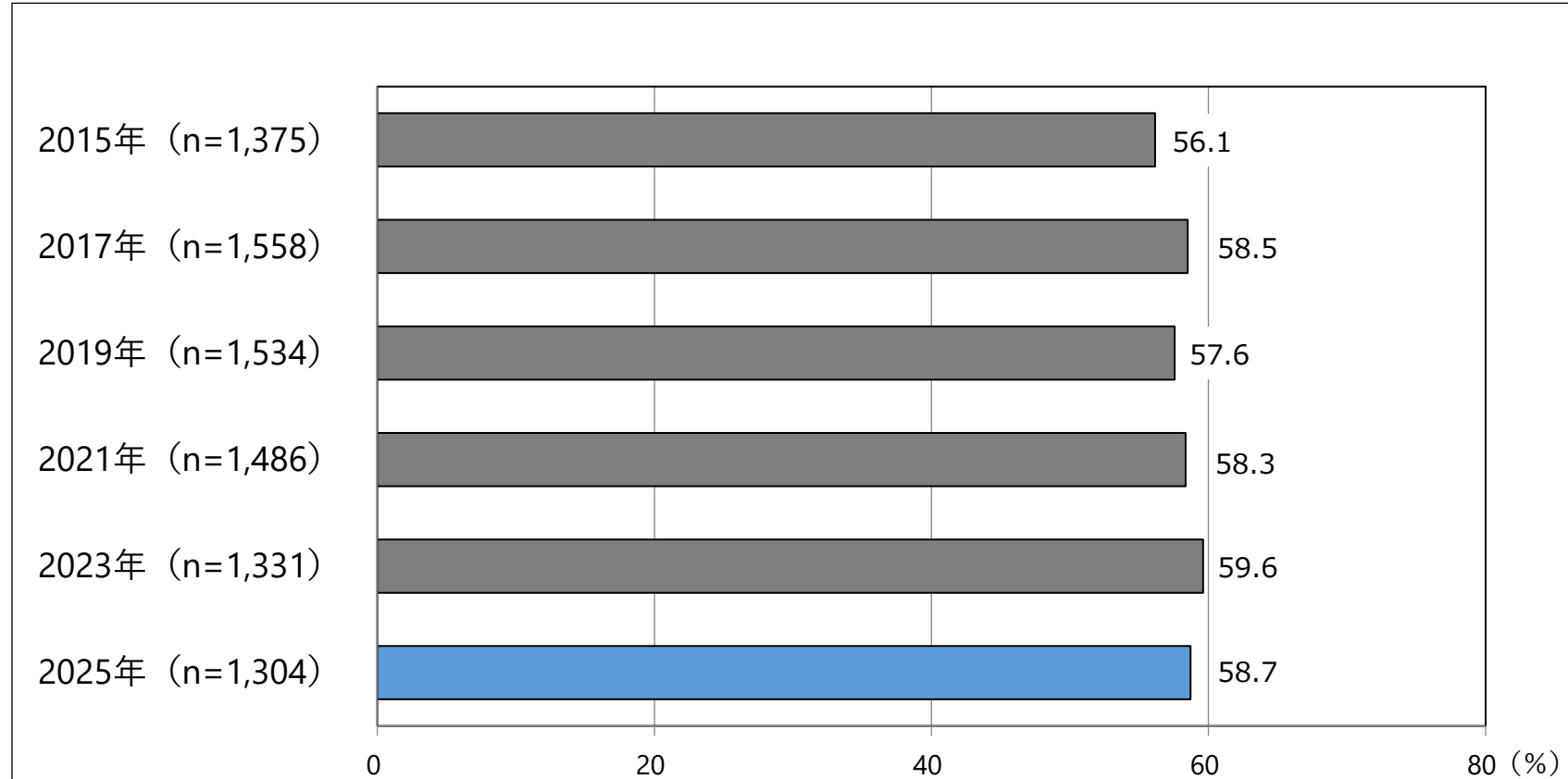


図4 4～11歳のスポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移

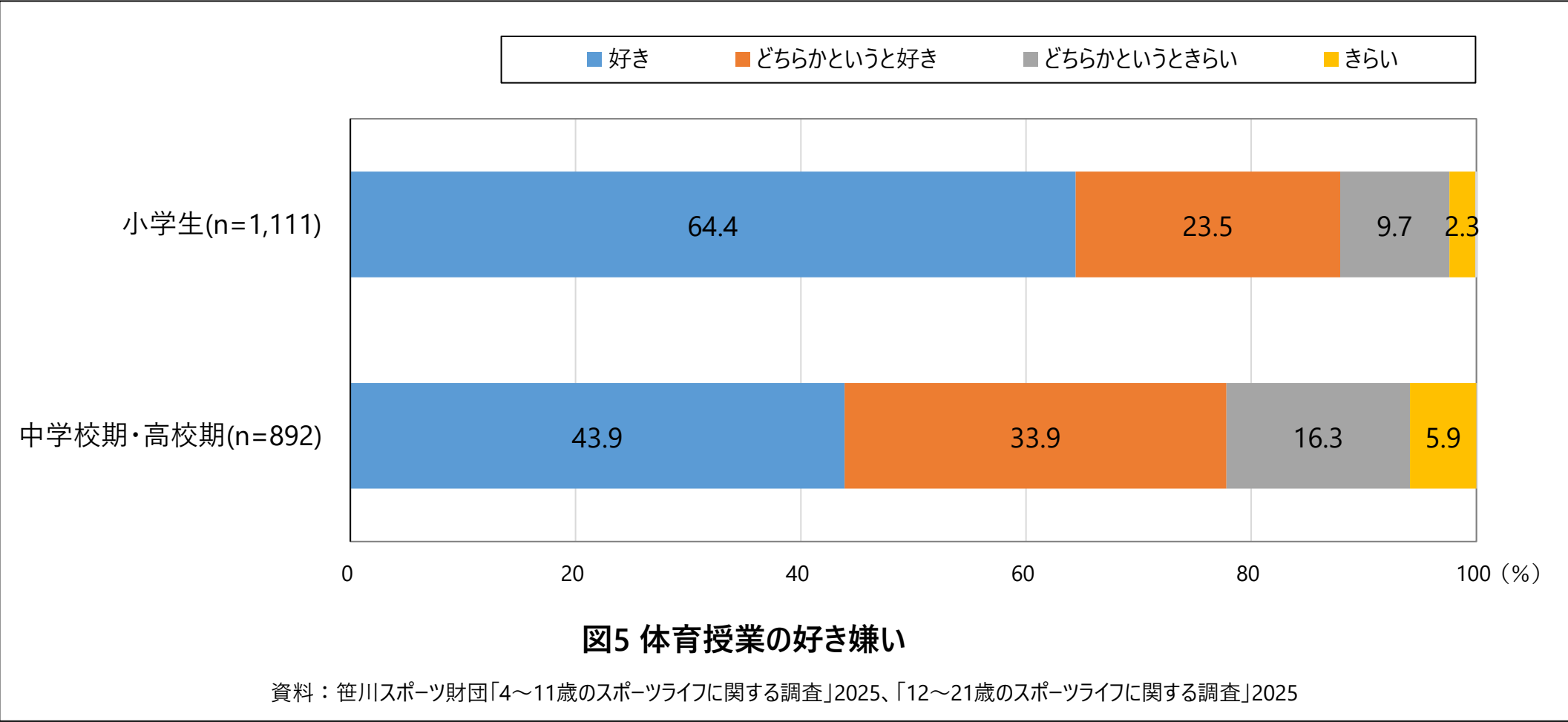
注1) 学校のクラブ活動や運動部活動、民間のスポーツクラブ（スイミングクラブや体操クラブなど）、地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など）を含む。

注2) 2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」より10歳・11歳のデータを追加して算出。

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2025

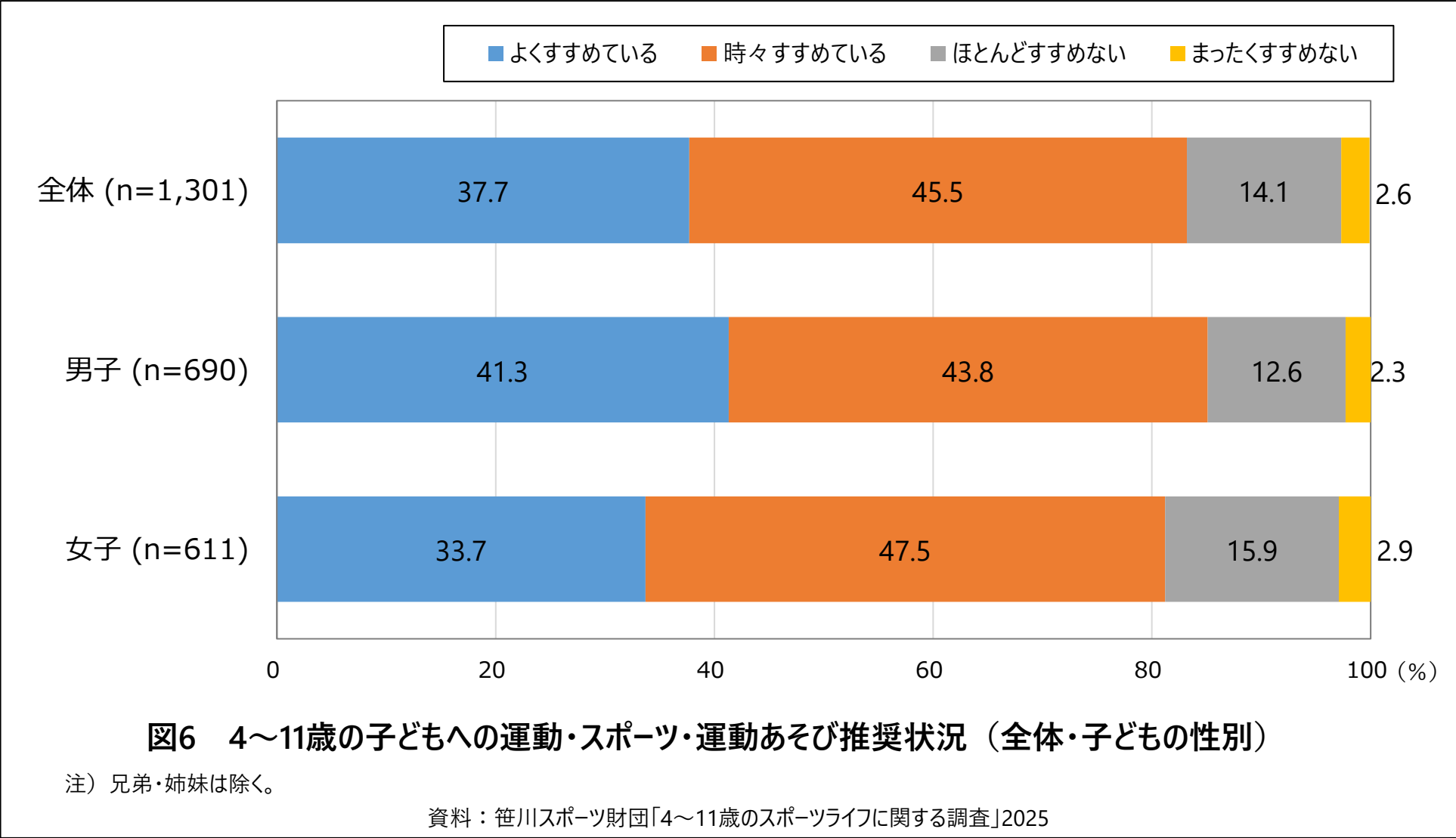
# 7. 体育の好き嫌い(小学生・中学校期・高校期)

■ 「好き」+「どちらかという好き」の割合は小学生は約9割、中学校期・高校期は約8割。



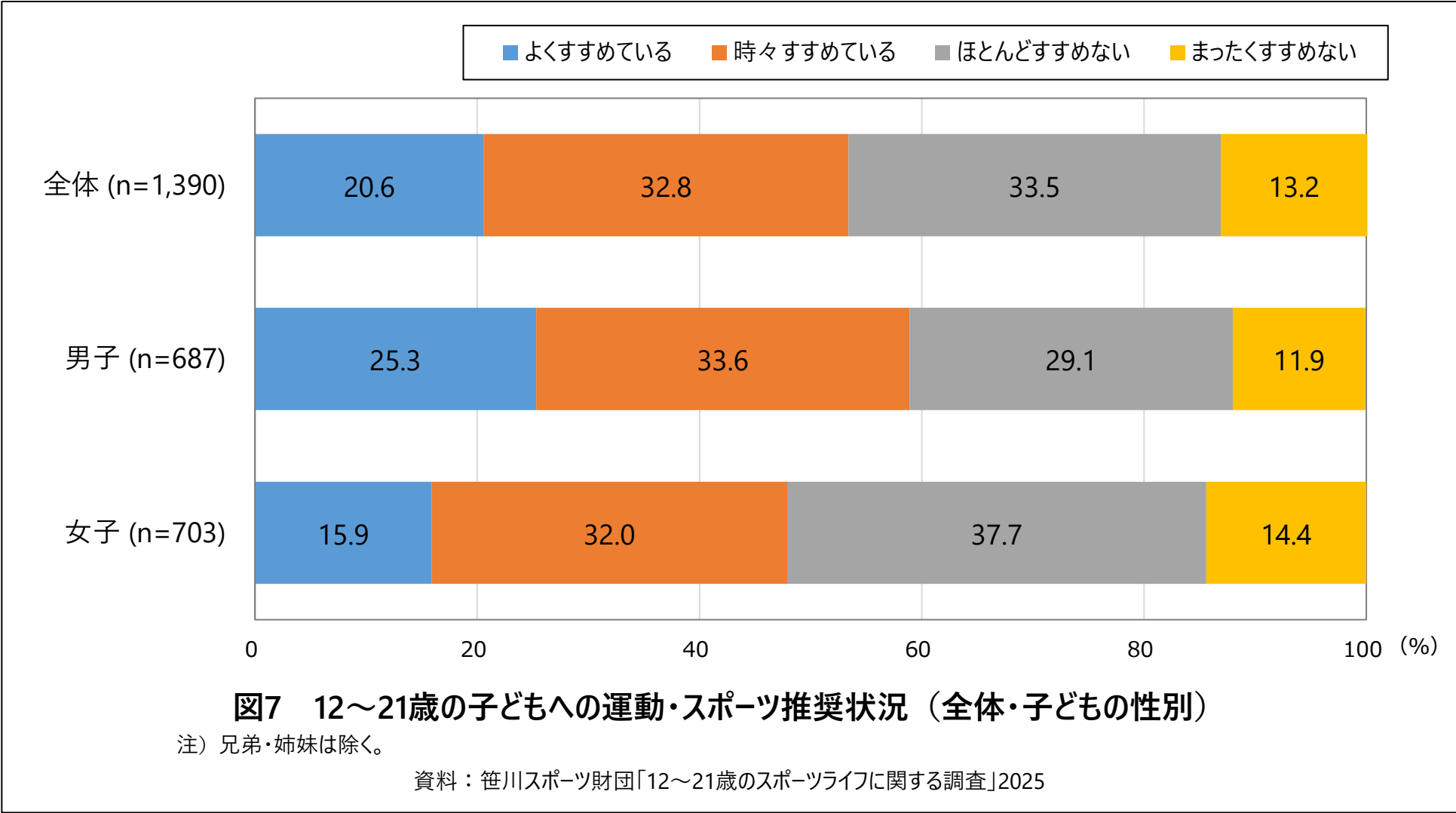
# 8. 子どもへの運動・スポーツ・運動あそび推奨状況(4~11歳)

■ 保護者が運動・スポーツ・運動あそびを「よくすすめている」+「時々すすめている」は男子85.1%、女子は81.2%。



# 8. 子どもへの運動・スポーツ推奨状況(12〜21歳)

■ 12〜21歳の保護者で「よくすすめている」+「時々すすめている」は全体の5割強。4〜11歳より約3割少ない。



これまでの内容に加えて、ポイント①・②で以下の分析を予定しています

## ポイント①：【調査結果の経年変化】

運動・スポーツ実施頻度、実施場所、通園・通学・通勤方法、メディア利用時間 等

実施頻度がどのように変化したのか、メディア利用時間や生活習慣などの変化も含めて検討します

## ポイント②：【子ども・青少年の地域・学校・家庭での運動・スポーツ・運動あそび】

運動部活動の活動状況、学校の授業外時間の過ごし方、家族との運動・スポーツ・運動あそび実施状況 等

変革の過渡期にある運動部活動、これまで全国規模での調査が十分に行われていない休み時間など授業外でのからだを動かすあそびの実態や、家庭での実施状況を整理します

子ども・青少年のスポーツライフをさまざまな視点から分析します



## 「子ども・青少年のスポーツライフ・データ2025」報告書 <2026年3月発刊予定>

### 【テーマ】周辺環境が子ども・青少年のスポーツライフに与える影響

- ・巻頭調査テーマ「地域・学校・家庭でささえる子ども・青少年のスポーツライフ」
- ・トピック（予定）「子どもの運動有能感と学校・家庭・地域での運動・スポーツの取り組みとの関連」  
「子ども・青少年の身体活動と保護者のサポート行動およびリスク許容度との関連」  
「運動・スポーツを実施する相手の変化からみる子どもの運動・スポーツ環境」
- ・ローデータ（SPSS・Excel形式）も同時期に公開予定

### ◆スポーツライフ・データの最新情報はこちら◆

[https://www.ssf.or.jp/thinktank/sports\\_life/index.html](https://www.ssf.or.jp/thinktank/sports_life/index.html)



調査・データ

【データ】直接スポーツ観戦1位はプロ野球。ネット観戦は1位格闘技

view more



調査・データ

【データ】ゴルフ人口は912万人・男性732万人・女性159万人

view more



調査・データ

【青少年の好きなスポーツ選手】1位大谷翔平 2位石川祐希 3位...

view more



調査・データ

【データ】年1回以上のウォーキング実施率45.0%・4,611万人

view more

最新号発刊のお知らせを受け取る



メルマガ登録