

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。

子ども・青少年のスポーツライフ・データ2025 調査概要

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
－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－**

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

■ 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		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。

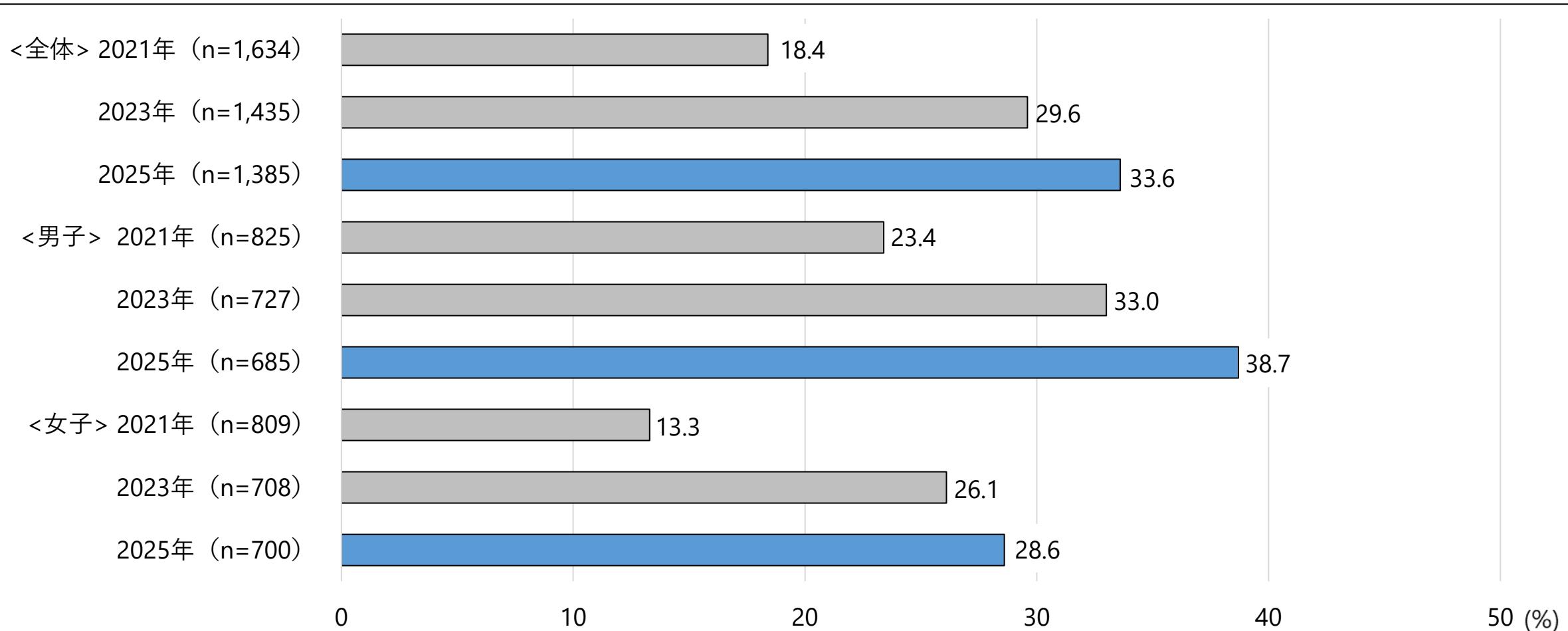
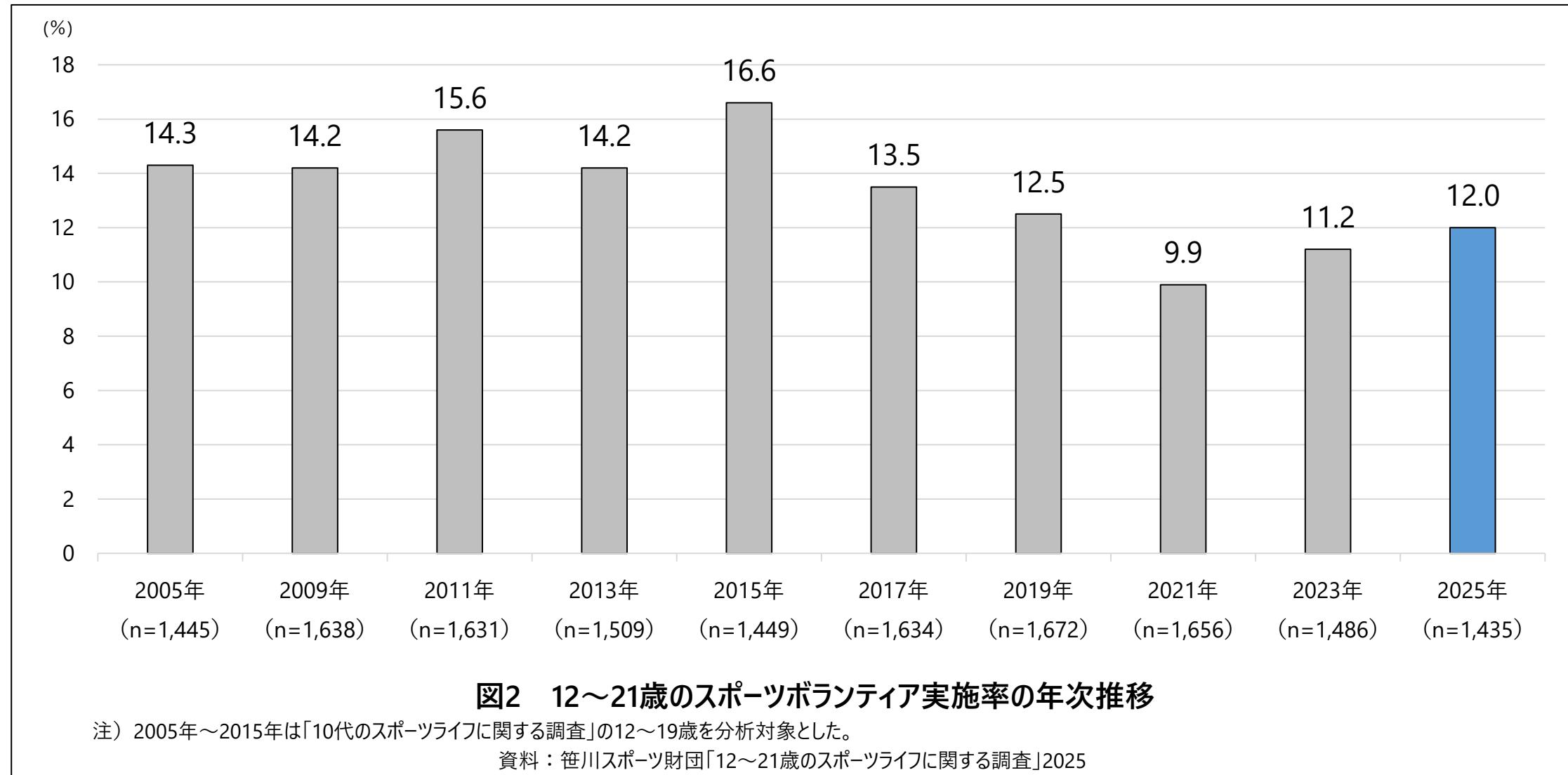


図1 12～21歳の直接スポーツ観戦率の年次推移（全体・性別）

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。



■ 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	三苫 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	三苫 薫(サッカー)	1.7	
6	池江 璃花子(水泳)	2.0	6	八村 墨(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 墨(バスケットボール)	1.9	8	高橋 藍(バレーボール)	1.4		ステ芬 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	
				ステ芬 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 ヌートバー(野球)	1.1		早田 ひな(卓球)	1.2	

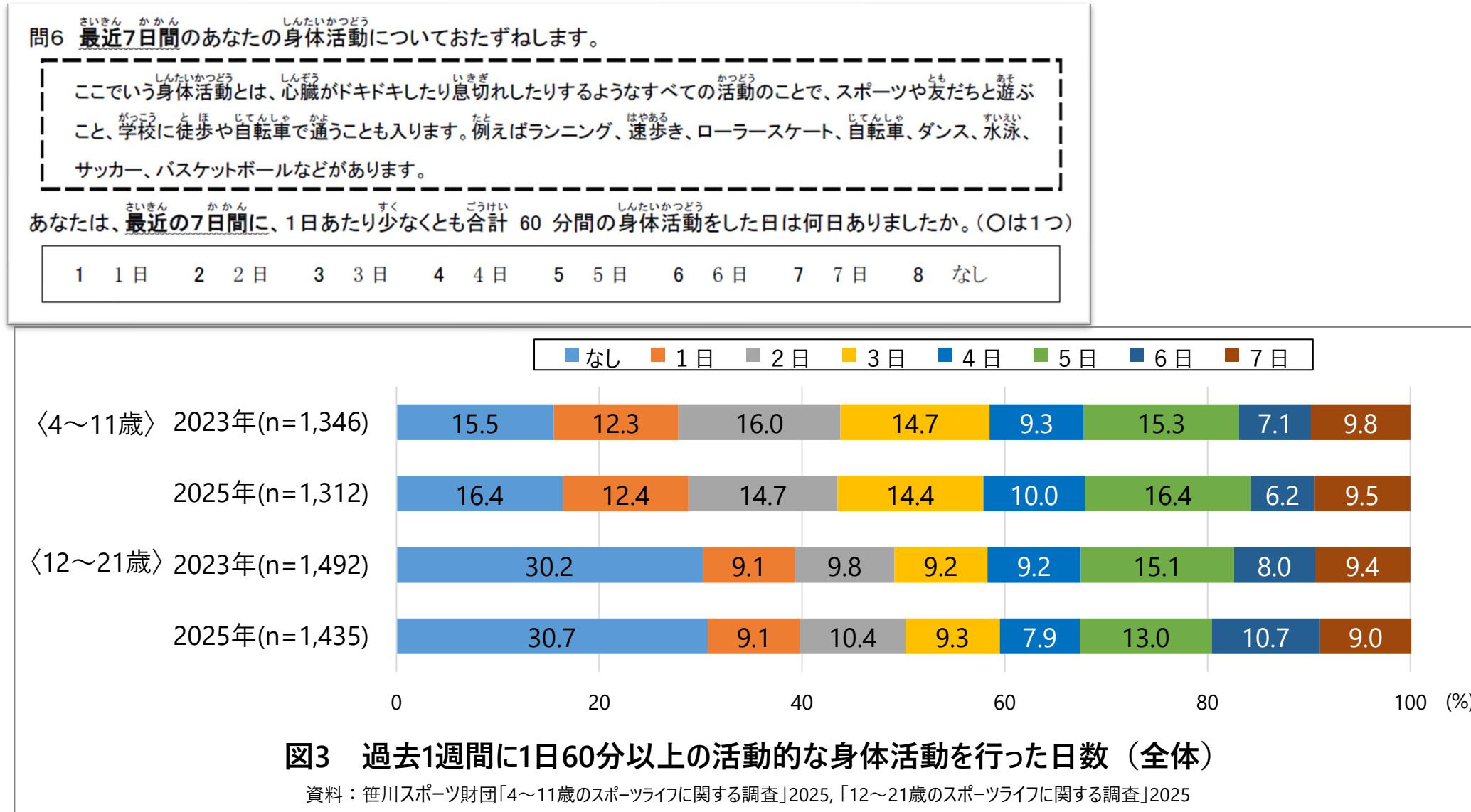
資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2025

■ 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

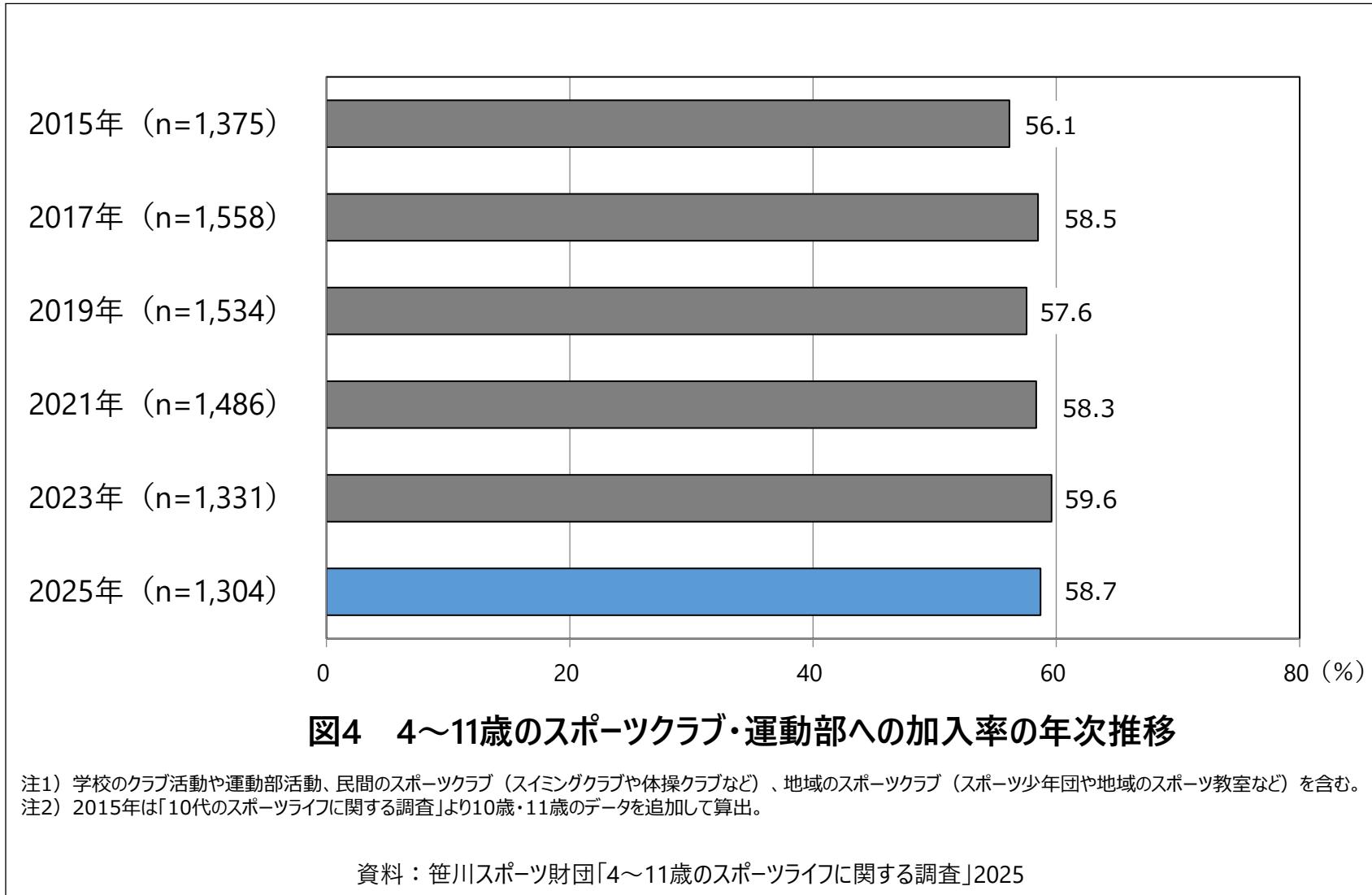
5. 身体活動量(WHO Health Behaviour in School-aged Children: HBSC)

■ 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。



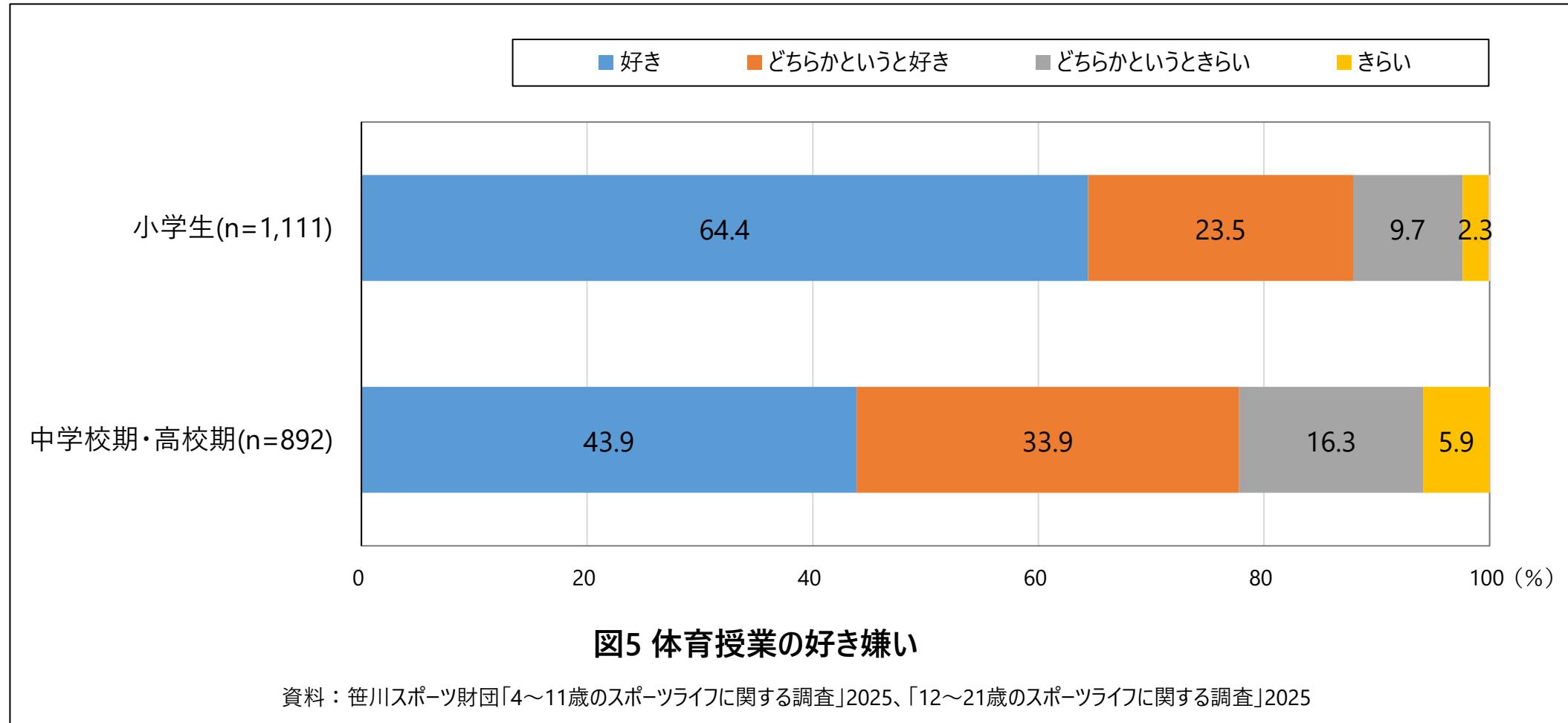
6. 子どものスポーツクラブ・運動部の加入率(4~11歳)

■ 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。



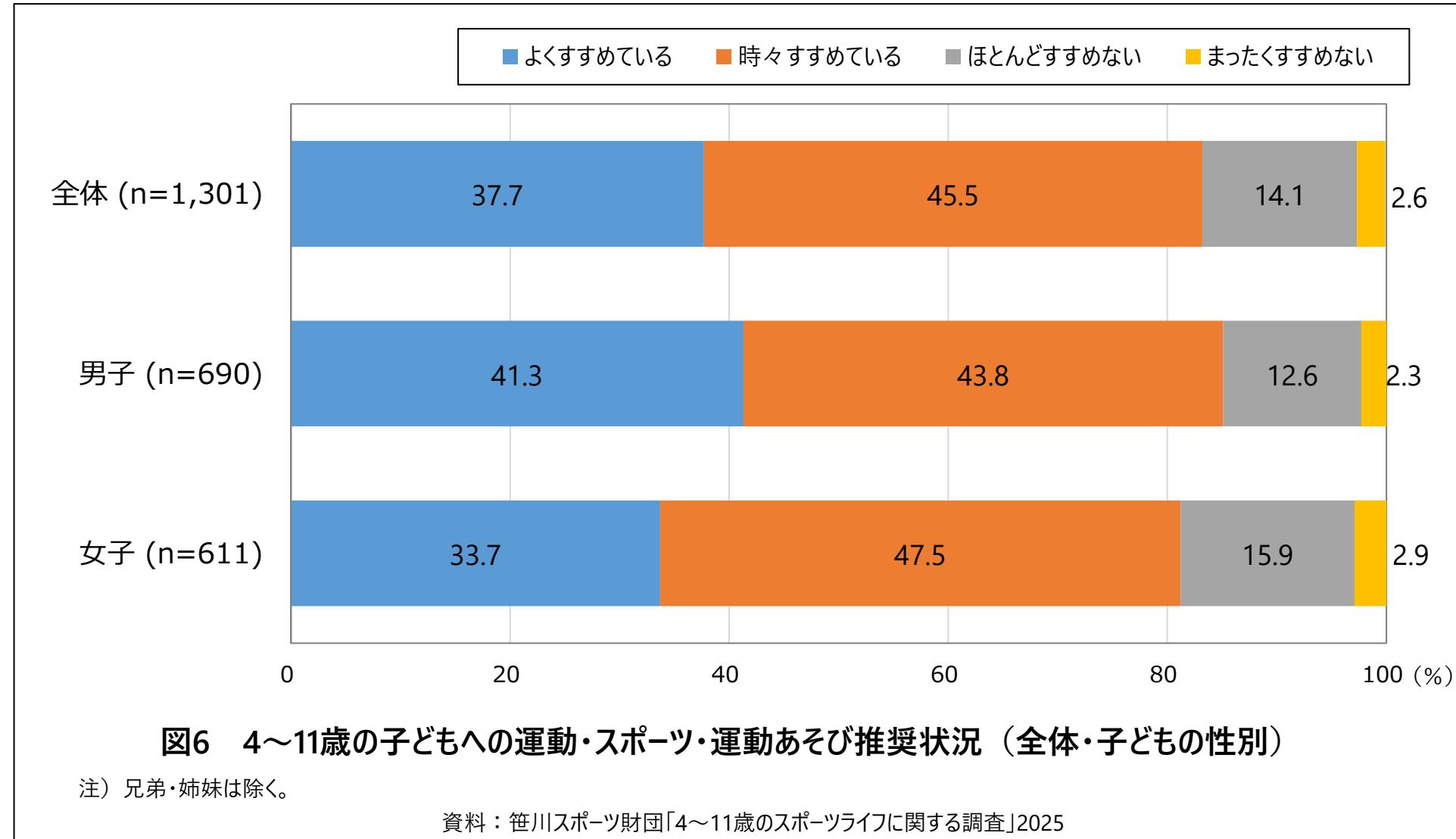
7. 体育の好き嫌い(小学生・中学校期・高校期)

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



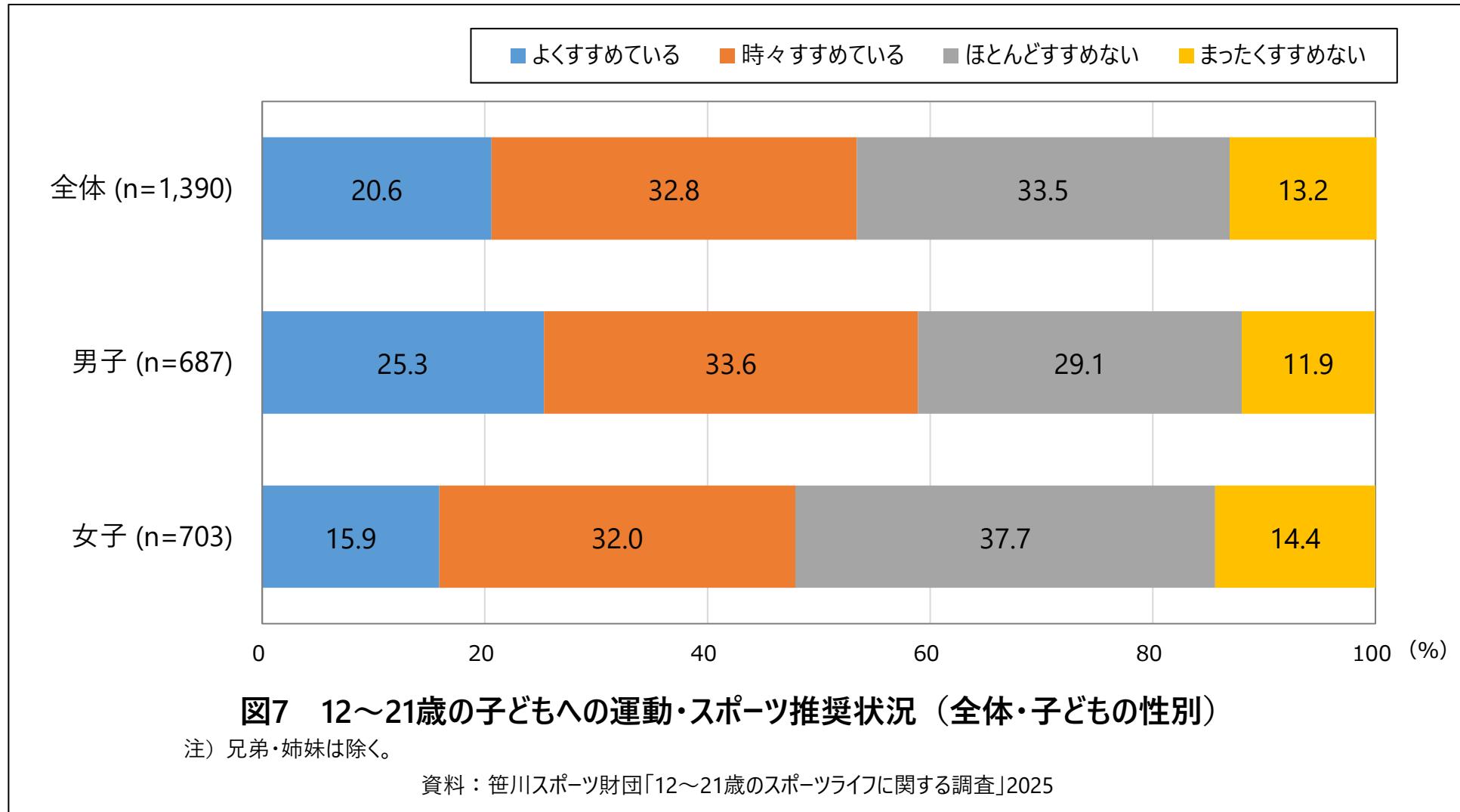
8. 子どもへの運動・スポーツ・運動あそび推奨状況(4~11歳)

■ 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



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

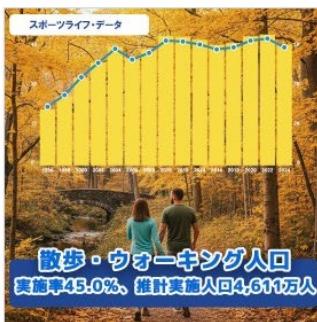
[view more](#)



調査・データ

【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