

2020 年度  
調査報告書

新型コロナウイルスによる運動・スポーツ  
への影響に関する全国調査  
(2021 年 2 月調査)



# 目 次

1. <u>調査の概要</u> .....	3
2. <u>主な調査結果</u>	
1) 運動・スポーツ実施状況と実施頻度 .....	5
2) 運動・スポーツを実施する際に気を付けていること .....	9
3) 新型コロナウイルスの影響によるスポーツ環境の変化 .....	11
4) スポーツ観戦状況 .....	12
5) スタジアムにおける感染対策への評価とイベント主催者に期待する対策 .....	15
6) テレワーク、時差出勤等の利用状況と運動・スポーツ実施の関係 .....	17
7) 東京 2020 オリンピック・パラリンピックへの期待 .....	20
3. <u>まとめ</u> .....	23
1) 多様な種目実施が、運動・スポーツ習慣の定着や継続には有効 .....	25
2) 新型コロナウイルスの運動・スポーツへの影響は種目により異なる .....	27
3) 新たな観戦形態の創出が直接観戦再開のきっかけとなる可能性 .....	29
4) ポストコロナを見据えた国民の豊かなスポーツライフのために .....	31
4. <u>その他の調査結果</u> .....	33
5. <u>調査票(単純集計結果)</u> .....	43

## 1. 調査の概要

### 1) 調査の目的

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、人々のスポーツ活動環境は「新しい生活様式」に合わせて変化を強いられてきた。その中で、人々の健康意識の向上や新しい観戦方法の確立などスポーツへの期待は高まりつつある。こうした環境下で、国民の身体活動・運動の実施状況やスポーツ観戦等のニーズがどのように変化しているのかを調査した。

調査は、新型コロナウイルスの感染状況の変化が、運動・スポーツ実施やスポーツ観戦にどのような影響を及ぼすのかを把握するため、2020年6月、10月および2021年2月の3回、4ヵ月ごとに実施した。本報告書では、2021年2月の調査の結果を過去2回の結果と比較し、新型コロナウイルス感染拡大前と拡大後における人々のスポーツライフの動向を示している。なお、以下の2)～7)において、特に説明のないものは、3回目の調査について記載している。

### 2) 調査対象

全国の市区町村に在住する18～79歳までの男女5,005人(5,005サンプルが地区ごとの性別・年代別人口構成比率に近似するよう割当)

### 3) 調査方法

- 1) 調査手法: インターネット調査
- 2) 調査委託機関: 株式会社クロス・マーケティング

### 4) 調査時期

2021年2月2日～2月5日

### 5) 主な調査項目

基本属性\_居住地、性別、年齢、職業、世帯年収、配偶者・子どもの有無、配偶者との家事・育児分担等

- 1) 運動・スポーツ実施状況、実施頻度
- 2) 新型コロナウイルスの影響による生活の変化
- 3) 新型コロナウイルスの影響によるスポーツ環境の変化
- 4) スポーツ観戦状況(直接スポーツ観戦、テレビやインターネットによるスポーツ観戦)
- 5) 直接スポーツ観戦実施者からみた各種対策への評価
- 6) スポーツ観戦再開に向けて、イベント主催者に期待する対策
- 7) 運動・スポーツの実施時に気を付けていること
- 8) 新型コロナウイルスによる心身の状態への影響
- 9) 東京2020オリンピック・パラリンピックへの期待とその理由、望ましい開催形式
- 10) 身の回りにおける新型コロナウイルス感染状況
- 11) テレワーク、時差出勤等の実施頻度と運動・スポーツへの影響
- 12) 自転車の利用状況と目的別の利用頻度の変化
- 13) 身体を動かすことの好き嫌い

6) 過去 2 回の調査結果との比較:運動・スポーツ実施やスポーツ観戦等の対象期間

3 回の調査で明らかにした、運動・スポーツ実施状況、実施頻度およびスポーツ観戦状況の対象期間は以下のとおりである。

①2020 年 6 月調査:

- ・2019 年 2 月～2020 年 1 月(新型コロナウイルス感染拡大前の 1 年間)
- ・2020 年 2 月～5 月 (調査時点の過去 4 ヶ月間)

②2020 年 10 月調査:

- ・2020 年 6 月～9 月(調査時点の過去 4 ヶ月間)

③2021 年 2 月調査:

- ・2020 年 2 月～2021 年 1 月(新型コロナウイルス感染拡大状況下の過去 1 年間)
- ・2020 年 10 月～2021 年 1 月(調査時点の過去 4 ヶ月間)

7) 調査の実務担当者

笹川スポーツ財団	スポーツ政策研究所	政策オフィサー	鈴木 貴大
	//		清水 恵美
	//	シニア政策ディレクター	澁谷 茂樹

## 2. 主な調査結果

### 1) 運動・スポーツ実施状況と実施頻度

#### ①運動・スポーツ実施状況

国内において新型コロナウイルスの感染が拡大した2020年2月からの1年間の種目別運動・スポーツ実施状況について、感染拡大前の1年間(2019年2月～2020年1月、2020年6月に調査)と比較した。(図表1)。全体の実施状況をみると「運動・スポーツを行っていない」は2019年2月～2020年1月45.7%、2020年2月～2021年1月49.6%と非実施者の割合の増加、つまり運動・スポーツ実施率の減少が確認できる。2020年2月～2021年1月の種目別実施率をみると、「ウォーキング」27.4%が1位、以下、「散歩(ぶらぶら歩き)」15.8%、「筋力トレーニング」11.1%、「ジョギング・ランニング」6.5%、「体操(軽い体操、ラジオ体操など)」4.9%と続く。実施率上位5種目は2019年2月～2020年1月の結果と同様であったが、実施率は「ウォーキング」を除く種目で減少していた。

種目ごとの変化をみると、「散歩(ぶらぶら歩き)」3.7ポイント減(19.5%→15.8%)と減少幅が最も大きく、以下、「サイクリング」(5.3%→3.7%)と「ボウリング」(3.6%→2.0%)1.6ポイント減、「筋力トレーニング」(12.6%→11.1%)と「水泳」(4.2%→2.7%)1.5ポイント減と続く。「ウォーキング」は27.6%から27.4%とほとんど変化はみられず、新型コロナウイルスの影響を受け実施しなくなった人がいる一方で、身体活動量維持のために新たに始めた人も一定数いると推察される。感染拡大前後で実施率はほとんどの種目で減少しており、2020年4月の緊急事態宣言の発令に伴うスポーツ施設の休業や外出自粛要請、その後の感染者数の増加、2度目の一部地域における緊急事態宣言の発令など新型コロナウイルスは人々のスポーツ実施に大きな影響をおよぼしたと考えられる。

図表1 新型コロナウイルス感染拡大前後における種目別運動・スポーツ実施率

2019年2月～2020年1月 (n=5,000)			2020年2月～2021年1月 (n=5,005)		
順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
1	ウォーキング	27.6	1	ウォーキング	27.4
2	散歩(ぶらぶら歩き)	19.5	2	散歩(ぶらぶら歩き)	15.8
3	筋力トレーニング	12.6	3	筋力トレーニング	11.1
4	ジョギング・ランニング	7.3	4	ジョギング・ランニング	6.5
5	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	6.1	5	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	4.9
6	ゴルフ(コース)	5.5	6	ゴルフ(コース)	4.7
7	サイクリング	5.3	7	ゴルフ(練習場)	4.2
8	ゴルフ(練習場)	4.5	8	サイクリング	3.7
9	水泳	4.2	9	ヨーガ	3.0
10	ヨーガ	3.9	10	水泳	2.7
11	ボウリング	3.6	11	登山	2.5
12	釣り	3.4	12	釣り	2.3
	ハイキング	3.4	12	ハイキング	2.3
14	海水浴	3.0	14	ボウリング	2.0
15	登山	2.9		なわとび	2.0
16	キャッチボール	2.8	16	アクアエクササイズ(水中歩行・運動など)	1.7
17	卓球	2.4		アイススケート	1.6
18	バドミントン	2.3	17	テニス(硬式テニス)	1.6
19	キャンプ	2.2		キャッチボール	1.6
20	テニス(硬式テニス)	2.1		キャンプ	1.6
	アクアエクササイズ(水中歩行・運動など)	2.1			
	運動・スポーツは行っていない	45.7		運動・スポーツは行っていない	49.6

今回の調査で明らかにした過去4ヵ月(2020年10月～2021年1月)の種目別運動・スポーツ実施状況について、2020年6月、10月に実施した過去調査(2020年2～5月、2020年6～9月の実施状況)の結果と比較した(図表2)。全体の実施状況をみると「運動・スポーツを行っていない」は2～5月(49.9%)から6～9月(55.2%)にかけて増加し、運動・スポーツ実施率は減少した。2020年10月～2021年1月は52.6%と6～9月より割合は減少したものの、半数以上は運動・スポーツを行っていない。

種目ごとの実施率をみると、「ウォーキング」(2～5月27.1%→6～9月23.1%→10月～1月25.2%)や「散歩(ぶらぶら歩き)」(18.4%→12.2%→14.2%)、「筋力トレーニング」(11.4%→9.7%→10.0%)など自宅や自宅周辺で比較的気軽に行える種目は2～5月の実施率と比べ、6～9月、10月～1月は減少している。一方、「ゴルフ(コース)」(3.0%→3.5%→3.6%)や「ゴルフ(練習場)」(2.7%→3.2%→3.4%)、「水泳」(1.5%→2.2%→1.7%)など、スポーツクラブや施設を利用して行う種目の実施率は2～5月と比較して増加から横ばいの傾向がみられる。2020年4月に発令された緊急事態宣言の影響によるスポーツクラブや施設の休業やその後の再開が人々の運動・スポーツ実施に影響を与えたと推察できる。

図表2 種目別運動・スポーツ実施率の推移 (%)

順位	実施種目	2020年		
		2～5月 n 5,000	6～9月 5,000	20年10月 ～21年1月 5,005
1	ウォーキング	27.1	→ 23.1	→ 25.2
2	散歩(ぶらぶら歩き)	18.4	→ 12.2	→ 14.2
3	筋力トレーニング	11.4	→ 9.7	→ 10.0
4	ジョギング・ランニング	6.4	→ 5.5	→ 5.4
5	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	5.9	→ 4.0	→ 4.6
6	ゴルフ(コース)	3.0	→ 3.5	→ 3.6
7	ゴルフ(練習場)	2.7	→ 3.2	→ 3.4
8	サイクリング	4.0	→ 3.3	→ 2.8
9	ヨガ	2.5	→ 2.6	→ 2.5
10	水泳	1.5	→ 2.2	→ 1.7
11	登山	1.0	→ 1.8	→ 1.6
12	釣り	1.6	→ 1.8	→ 1.5
13	ハイキング	1.3	→ 1.4	→ 1.4
14	テニス(硬式テニス)	1.2	→ 1.4	→ 1.3
	なわとび	1.8	→ 1.1	→ 1.3
16	アイススケート	1.0	→ 0.8	→ 1.2
	アクアエクササイズ(水中歩行・運動など)	1.3	→ 1.2	→ 1.2
18	キャッチボール	2.1	→ 1.3	→ 1.1
19	エアロビックダンス	1.5	→ 1.1	→ 0.9
	卓球	1.0	→ 0.8	→ 0.9
	ボウリング	1.1	→ 0.9	→ 0.9
	野球	0.9	→ 0.9	→ 0.9
運動・スポーツは行っていない		49.9	→ 55.2	→ 52.6

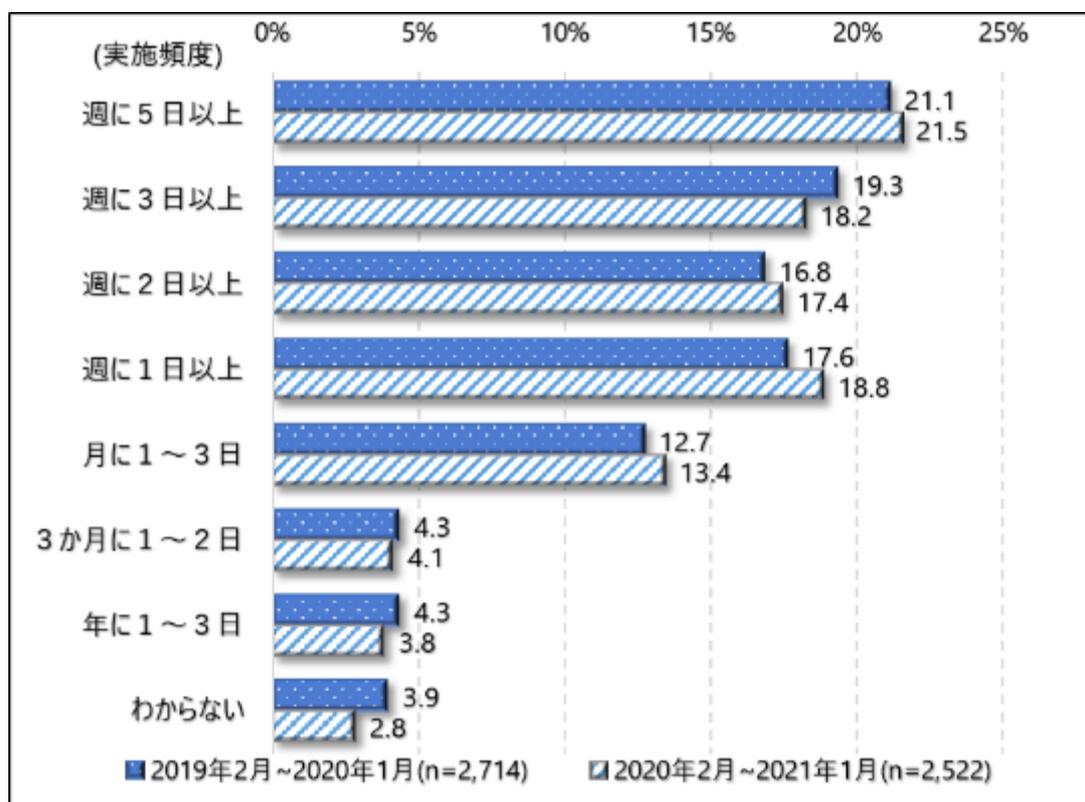
【参考】P.33(性別)、P.34(年代別)図表掲載

## ②運動・スポーツ実施頻度

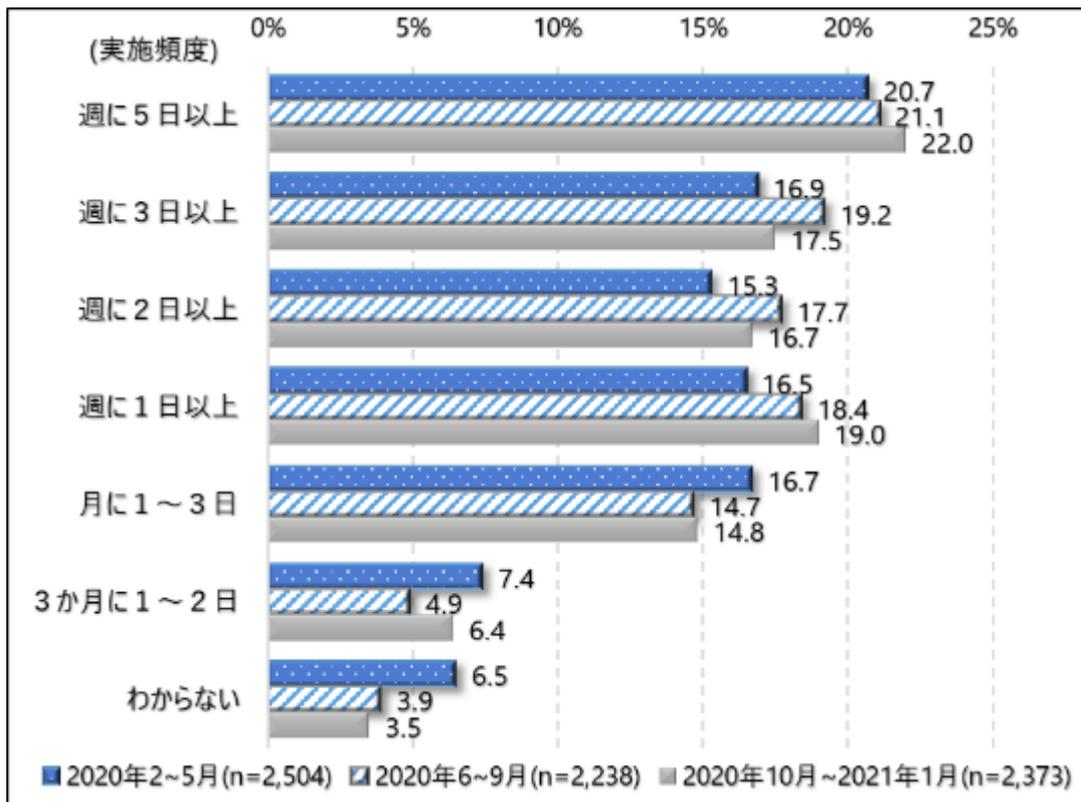
図表3に新型コロナウイルス感染拡大前である2019年2月～2020年1月の1年間と、感染拡大後の2020年2月～2021年1月の1年間に運動・スポーツを実施した平均日数を示した。両期間において「週に5日以上」(21.1%、21.5%)が最も高い割合を示した。その他頻度の両期間の差は、「週に1日以上」の1.2ポイント差(17.6%、18.8%)が最も大きく、1年間単位で比較すると、運動・スポーツ実施者の実施頻度に大きな差はみられなかった。

図表4には2020年10月～2021年1月の期間に運動・スポーツを実施した平均日数を示し、6月調査(2020年2～5月)、10月調査(2020年6～9月)の結果と比較した。10月～1月の実施頻度は「週に5日以上」22.0%が最も高く、「週に3日以上」17.5%、「週に2日以上」16.7%、「週に1日以上」19.0%であった。「週に5日以上」(20.7%→21.1%→22.0%)「週に1日以上」(16.5%→18.4%→19.0%)は過去2回の調査よりも高い割合を示し、「週に3日以上」(16.9%→19.2%→17.5%)「週に2日以上」(15.3%→17.7%→16.7%)は2020年6～9月より低い割合を示した。

図表3 運動・スポーツ実施頻度(新型コロナウイルス拡大前後1年間の比較)



図表 4 運動・スポーツ実施頻度の推移



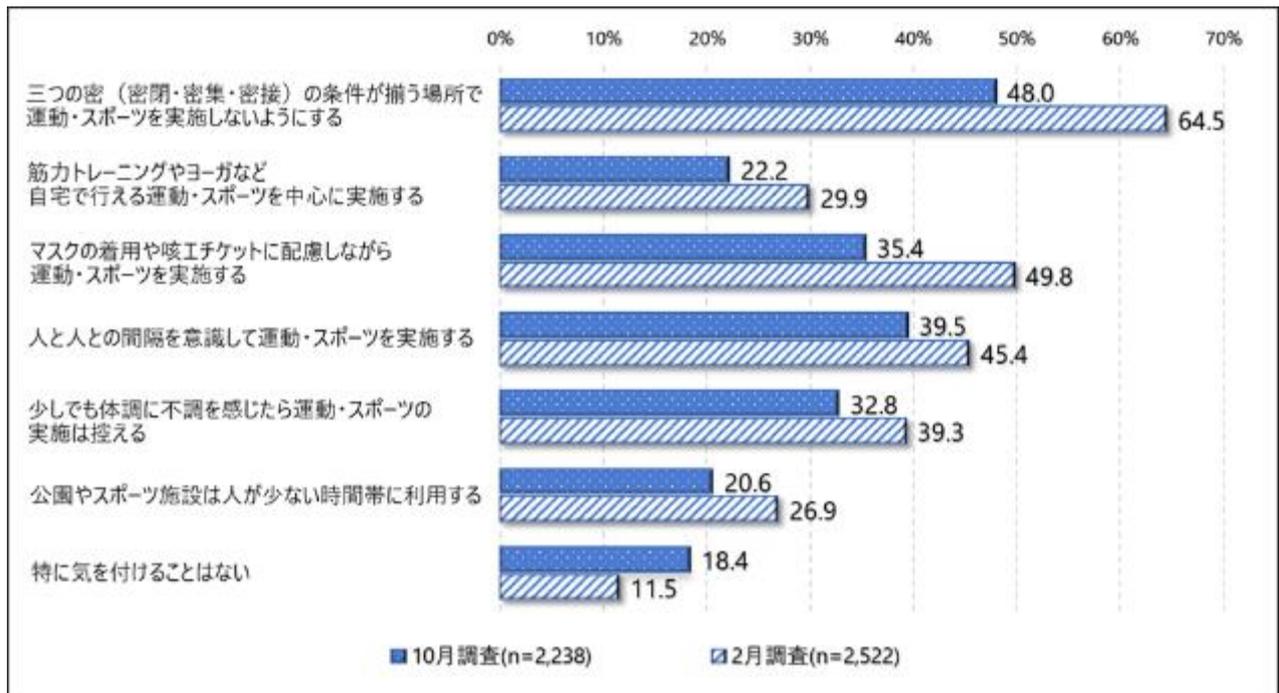
## 2) 運動・スポーツを実施する際に気を付けていること

図表 5 には 2020 年 10 月～2021 年 1 月に、何らかの運動・スポーツを実施した人に、実施する際に気を付けていることをたずねた結果を示した。推移をみるため、10 月調査(2020 年 6～9 月)の結果も合わせて記載している。2 月調査では、「三つの密(密閉・密集・密接)の条件が揃う場所で運動・スポーツを実施しないようにする」64.5%が最も高く、「マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら運動・スポーツを実施する」49.8%、「人と人との間隔を意識して運動・スポーツを実施する」45.4%と続く。

10 月調査と比較すると、「特に気を付けることはない」以外のすべての項目で割合が増加した。両調査とも最多で選択された「三つの密(密閉・密集・密接)の条件が揃う場所で運動・スポーツを実施しないようにする」は、16.5 ポイント増(48.0%→64.5%)であったほか、「マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら運動・スポーツを実施する」は 14.4 ポイント増(35.4%→49.8%)であった。

また図表 6 では、運動・スポーツを実施する際に気を付けていることについて、性別の結果を示した。「特に気を付けることはない」は、男性 9.7 ポイント減(22.3%→12.6%)、女性 3.4 ポイント減(13.6%→10.2%)であった。男女で実施種目が異なることも考慮する必要はあるものの、両期間とも女性のほうが感染に気を付けながら運動・スポーツを実施している。また 10 月調査から 2 月調査にかけて、男性は何も気を付けない人が減少し、女性はより多くの対策をしながら運動・スポーツ実施をしている。2020 年末から感染が再拡大し、2021 年 1 月には政府から再び一部地域に対し緊急事態宣言が発令され、三密の環境やマスクの着用など感染リスクに関するさまざまなシミュレーションも発表された。このような状況が重なったことで、これまで以上にさまざまな対策をとりながら運動・スポーツを実施したいという意識が表れたと推察される。

図表 5 運動・スポーツをする際に気を付けていること(10 月調査との比較)



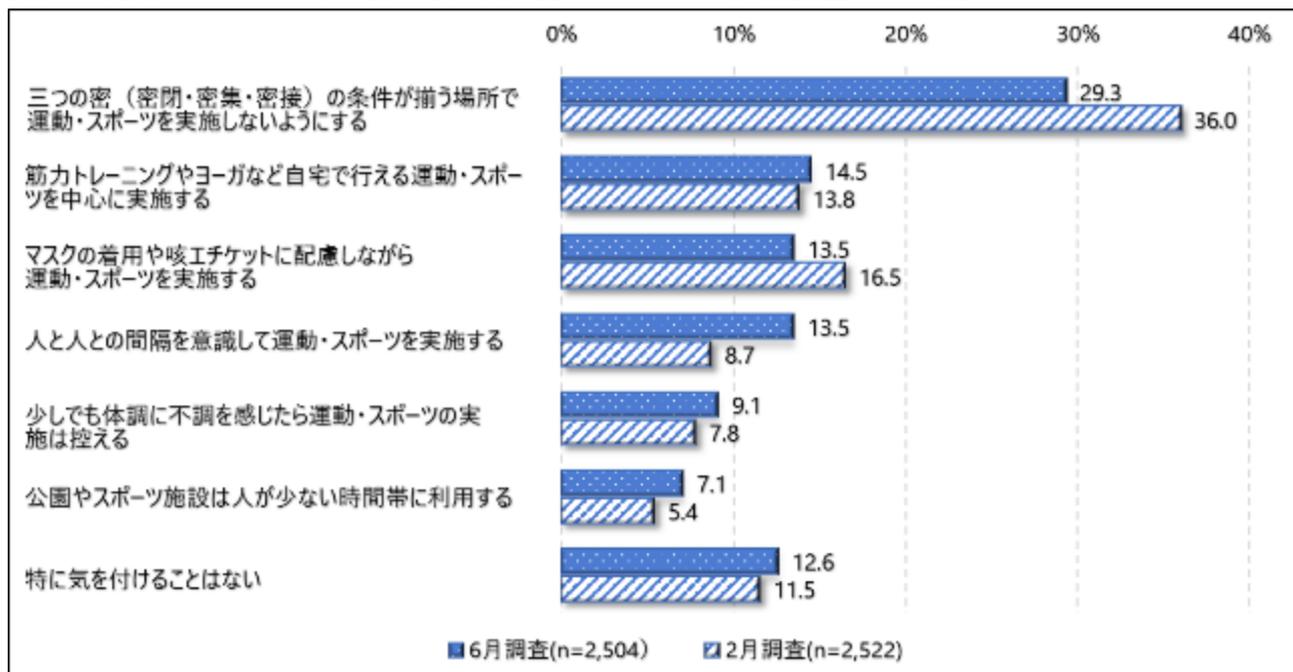
図表6 運動・スポーツをする際に気を付けていること(10月調査との比較・性別)

(%)

	男性		女性	
	10月調査 (n=1,238)	2月調査 (n=1,378)	10月調査 (n=1,000)	2月調査 (n=1,144)
三つの密（密閉・密集・密接）の条件が揃う場所で運動・スポーツを実施しないようにする	44.6	64.4	52.3	64.5
筋力トレーニングやヨガなど自宅で行える運動・スポーツを中心に実施する	17.5	25.4	27.9	35.4
マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら運動・スポーツを実施する	31.3	44.7	40.6	56.0
人と人との間隔を意識して運動・スポーツを実施する	37.8	44.3	41.5	46.7
少しでも体調に不調を感じたら運動・スポーツの実施は控える	28.3	35.1	38.4	44.2
公園やスポーツ施設は人が少ない時間帯に利用する	19.4	24.8	22.0	29.5
特に気を付けていることはない	22.3	12.6	13.6	10.2

また、図表7に示した、最も気を付けていることを6月調査の結果と比較すると、「三つの密(密閉・密集・密接)の条件が揃う場所で運動・スポーツを実施しないようにする」が6.7ポイント増加(29.3%→36.0%)し、最も差がみられた。次いで「マスクの着用や咳エチケットに配慮しながら運動・スポーツを実施する」3.0ポイント増加(13.5%→16.5%)であった。一方「人と人との間隔を意識して運動・スポーツを実施する」は4.8ポイント減少(13.5%→8.7%)するなど、新型コロナウイルス感染リスクの高い場面の周知により、人々が運動・スポーツを実施する際に最も気を付ける内容にも変化が確認された。

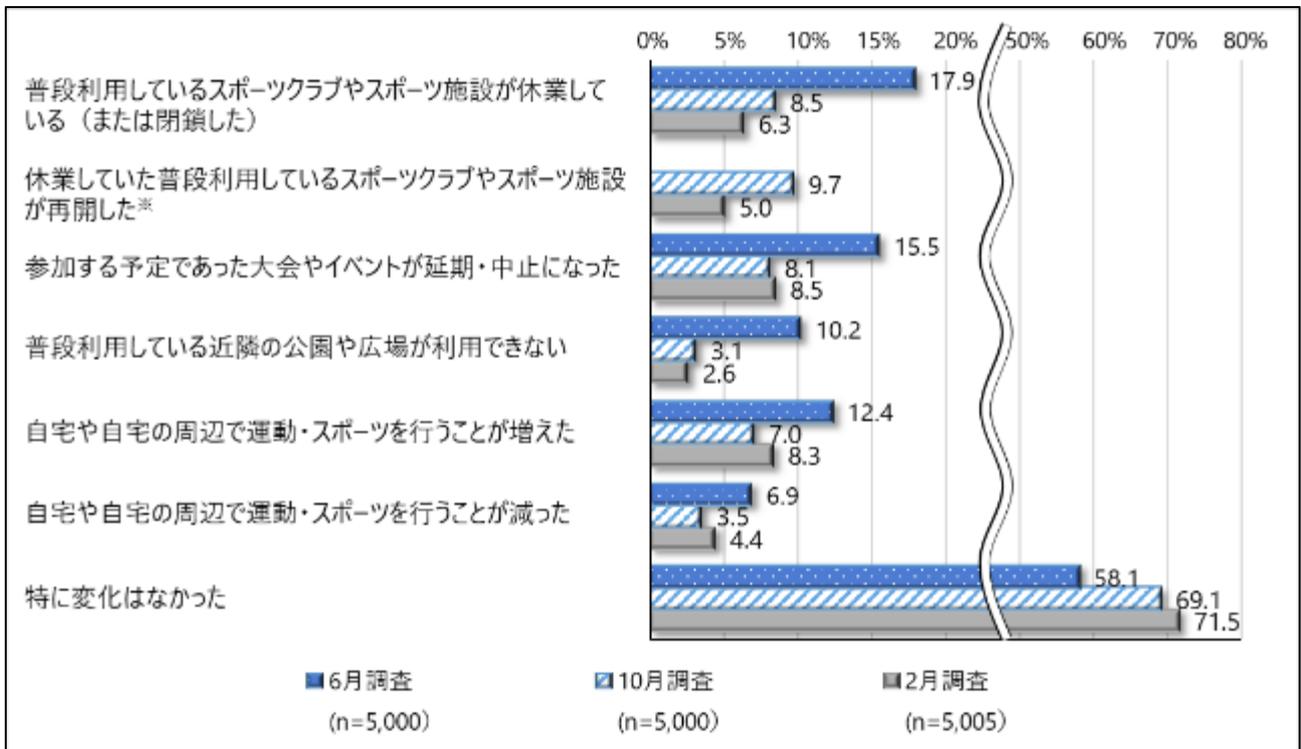
図表7 運動・スポーツをする際に最も気を付けていること(6月調査との比較)



### 3) 新型コロナウイルスの影響によるスポーツ環境の変化

新型コロナウイルス感染拡大の影響により変化した運動・スポーツの環境について、6月、10月調査の結果とあわせて図表8に示した。10月調査において高い割合を示した「休業していた普段利用しているスポーツクラブやスポーツ施設が再開した」は4.7ポイント減(9.7%→5.0%)、「普段利用しているスポーツクラブやスポーツ施設が休業している(または閉鎖した)」は6月調査の結果から11.6ポイント減少しており(6月調査17.9%→10月調査8.5%→2月調査6.3%)、スポーツクラブやスポーツ施設など運動・スポーツ実施施設に関する環境の変化は小さくなっている。「参加する予定であった大会やイベントが延期・中止になった」は6月調査(15.5%)からは減少したものの、10月調査(8.1%)から2月調査(8.5%)にかけて変化はみられず、引き続き新型コロナウイルスの影響を受けていると推察できる。「特に変化はなかった」は6月調査から13.4ポイント増加しており(58.1%→69.1%→71.5%)、国内における新型コロナウイルスの感染拡大は続いているものの、運動・スポーツ実施環境においては、施設運営者や個人による感染症対策により、感染拡大が続く中でも運動・スポーツを実施できる環境が整えられてきたと考えられる。

図表8 新型コロナウイルスの影響により変化した運動・スポーツ環境(6月、10月調査との比較)



※10月、2月調査でのみ聴取した項目

#### 4) スポーツ観戦状況

##### ① 直接スポーツ観戦

図表 9 には、新型コロナウイルス感染拡大以降の 1 年間(2020 年 2 月～2021 年 1 月)に競技場やグラウンド等で直接スポーツ観戦した人の上位 5 種目を示した。比較のため、新型コロナウイルス感染拡大前である 2019 年 2 月～2020 年 1 月の結果も記載した。何らかの種目を直接観戦した人の割合は 2019 年 2 月～2020 年 1 月が 19.5%(100-「この期間にスポーツ観戦はしていない」80.5%)、2020 年 2 月～2021 年 1 月が 10.9%と 8.6 ポイント減少している。2020 年 2 月～2021 年 1 月は、「プロ野球(NPB)」5.1%が 1 位、以下「Jリーグ(J1、J2、J3)」2.3%、「マラソン・駅伝」1.4%と続く。上位 5 種目は 2019 年 2 月～2020 年 1 月の結果と同様だが、その割合はいずれも減少している。

種目ごとの変化をみると、感染拡大前後で最も観戦率の高い「プロ野球(NPB)」が 5.2 ポイント減(10.3%→5.1%)と感染拡大以前の約半分になっており、以下「高校野球」1.7 ポイント減(3.0%→1.3%)、「Jリーグ(J1、J2、J3)」1.3 ポイント減(3.6%→2.3%)と続く。

性別にみると、男女ともに両期間の 1 位は「プロ野球(NPB)」であり、男性(13.2%、6.7%)、女性(7.4%、3.4%)であった。男性の 2 位以下は、両期間とも「Jリーグ(J1、J2、J3)」(5.0%、3.0%)、「高校野球」(4.3%、1.5%)と続く。女性の 2 位以下は 2019 年 2 月～2020 年 1 月では「フィギュアスケート」2.7%、「Jリーグ(J1、J2、J3)」2.3%、2020 年 2 月～2021 年 1 月では「Jリーグ(J1、J2、J3)」1.6%、「マラソン・駅伝」1.5%と続く。新型コロナウイルス感染拡大以降、マラソン・駅伝や高校野球は中止となった試合や大会が多く、またプロ野球(NPB)、Jリーグ(J1、J2、J3)、大相撲においても 2020 年 6 月以降再開したものの、例年より全体の開催日数が少なく、また 1 試合あたりの観客数の制限も観戦率に影響していると考えられる。

図表 9 新型コロナウイルス感染拡大前後の種目別直接スポーツ観戦率(全体・性別)

順位	全 体			男 性			女 性				
	種 目	観戦率(%)		種 目	観戦率(%)		種 目	観戦率(%)			
		19年2月 20年1月	20年2月 21年1月		19年2月 20年1月	20年2月 21年1月		19年2月 20年1月	20年2月 21年1月		
1	プロ野球 (NPB)	10.3	5.1	1	プロ野球 (NPB)	13.2	6.7	1	プロ野球 (NPB)	7.4	3.4
2	Jリーグ (J1、J2、J3)	3.6	2.3	2	Jリーグ (J1、J2、J3)	5.0	3.0	2	Jリーグ (J1、J2、J3)	2.3	1.6
3	マラソン・駅伝	2.6	1.4	3	高校野球	4.3	1.5	3	マラソン・駅伝	2.2	1.5
4	大相撲	2.3	1.3	4	大相撲	2.9	1.4	4	フィギュアスケート	2.7	1.3
	高校野球	3.0	1.3	5	マラソン・駅伝	3.0	1.3	5	高校野球	1.7	1.1
	この期間にスポーツ観戦はしていない	80.5	89.1		この期間にスポーツ観戦はしていない	76.3	86.7		この期間にスポーツ観戦はしていない	84.7	91.5

注)2019 年 2 月～2020 年 1 月:n=5,000(男性 2,471、女性 2,529)

2020 年 2 月～2021 年 1 月:n=5,005(男性 2,471、女性 2,534)

##### 【参考】P.35(年代別)図表掲載

また 2020 年 10 月～2021 年 1 月の過去 4 ヶ月間に直接観戦した上位 5 種目について図表 10 に示した。比較のため、2020 年 6～9 月の結果も合わせて記載している。10 月～1 月は「プロ野球(NPB)」3.6%が 1 位、以下「Jリーグ(J1、J2、J3)」1.6%、「マラソン・駅伝」1.2%と続く。

性別にみると 2020 年 10 月～1 月について、男女とも 1 位は「プロ野球(NPB)」であり、男性 4.9%、女性 2.2%であった。男性の 2 位以下は、「Jリーグ(J1、J2、J3)」2.2%、「大相撲」「マラソン・駅伝」1.1%と続く。女性は「マラソン・駅伝」1.3%、「Jリーグ(J1、J2、J3)」1.6%、「フィギュアスケート」「大相撲」1.0%と続く。上位 5 種目

については両期間とも男性の観戦率のほうが高いが、2020年6～9月から2020年10月～2021年1月にかけての上位種目において、女性は観戦率が微増する種目が多く、男性は微減する種目が多かった。「マラソン・駅伝」「フィギュアスケート」以外は両期間とも試合が開催されていた種目であることを考えると、女性は一定期間様子を見たのちに観戦を再開した可能性がうかがえる。

図表 10 新型コロナウイルス感染拡大以降の種目別直接スポーツ観戦率の変遷(全体・性別)

順位	全 体		順位	男 性		順位	女 性				
	観戦率(%)			観戦率(%)			観戦率(%)				
	20年 6～9月	20年10月 ～21年1月		20年 6～9月	20年10月 ～21年1月		20年 6～9月	20年10月 ～21年1月			
1	プロ野球 (NPB)	4.0	3.6	1	プロ野球 (NPB)	5.2	4.9	1	プロ野球 (NPB)	2.9	2.2
2	Jリーグ (J1, J2, J3)	1.5	1.6	2	Jリーグ (J1, J2, J3)	2.5	2.2	2	マラソン・駅伝	0.2	1.3
3	マラソン・駅伝	0.3	1.2	3	大相撲	1.2	1.1		Jリーグ (J1, J2, J3)	0.6	1.0
4	大相撲	1.0	1.1	4	マラソン・駅伝	0.3	1.1	3	フィギュアスケート	0.3	1.0
5	高校野球	1.0	0.8	5	高校野球	0.9	0.8		大相撲	0.8	1.0
	この期間にスポーツ観戦はしていない	91.0	91.5		この期間にスポーツ観戦はしていない	88.7	89.2		この期間にスポーツ観戦はしていない	93.3	93.7

注)2020年6月～9月:n=5,000(男性2,471、女性2,529)

2020年10月～2021年1月:n=5,005(男性2,471、女性2,534)

## ② テレビやインターネットによるスポーツ観戦

図表 11 には新型コロナウイルス感染拡大後の2020年2月～2021年1月のテレビやインターネットでの種目別観戦率を示した。比較のため感染拡大前の2019年2月～2020年1月の結果も合わせて記載している。全体の観戦率は、2019年2月～2020年1月41.6%(100-「この期間にスポーツ観戦はしていない」58.4%)、2020年2月～2021年1月44.8%と3.2ポイント増加した。2020年2月～2021年1月の種目別観戦率をみると「プロ野球(NPB)」23.7%が最も高く、「マラソン・駅伝」18.6%、「大相撲」15.1%と続く。上位5種目は2019年2月～2020年1月と同様であったが、「プロ野球(NPB)」2.4ポイント増(21.3%→23.7%)、「マラソン・駅伝」1.9ポイント増(16.7%→18.6%)であった一方、フィギュアスケート1.6ポイント減(13.6%→12.0%)、高校野球7.0ポイント減(16.8%→9.8%)であった。高校野球やフィギュアスケートでは、新型コロナウイルスの影響で中止となった大会があったため、テレビ放映の減少が要因と考えられる。

新型コロナウイルス拡大前後の観戦率の変化を性別にみると、男性(48.0%〔100-「この期間にスポーツ観戦していない」52.0%〕→52.0%)、女性(35.3%→37.8%)といずれも感染拡大以降のほうが高い観戦率であった。種目別にみると、男性は両期間とも「プロ野球(NPB)」(28.4%、32.1%)が最も高く、2019年2月～2020年1月では「高校野球」20.9%、「大相撲」19.5%と続き、2020年2月～2021年1月では「マラソン・駅伝」21.0%、「大相撲」18.7%と続く。女性は、両期間とも「フィギュアスケート」(17.2%、16.5%)が最も高く、2位以降は、2019年2月～2020年1月では「マラソン・駅伝」「プロ野球(NPB)」14.4%、2020年2月～2021年1月では「マラソン・駅伝」16.3%、「プロ野球(NPB)」15.4%と続く。直接観戦率が新型コロナウイルス感染拡大前後で減少した一方で、テレビやインターネットでの観戦率は全体的に増加し、特に「プロ野球(NPB)」や「マラソン・駅伝」では男女ともに観戦率が増加した。在宅の時間が増加したことに加え、プロ野球(NPB)においてはリモート観戦など新たな試みが生まれた。こうした状況での観戦は今後しばらく続くと考えられるため、新しい観戦のかたちに期待したい。

図表 11 新型コロナウイルス感染拡大前後のテレビやインターネットで観戦した種目(全体・性別)

全 体				男 性				女 性			
順位	種 目	観戦率(%)		順位	種 目	観戦率(%)		順位	種 目	観戦率(%)	
		19年2月 20年1月	20年2月 21年1月			19年2月 20年1月	20年2月 21年1月			19年2月 20年1月	20年2月 21年1月
1	プロ野球 (NPB)	21.3	23.7	1	プロ野球 (NPB)	28.4	32.1	1	フィギュアスケート	17.2	16.5
2	マラソン・駅伝	16.7	18.6	2	マラソン・駅伝	19.0	21.0	2	マラソン・駅伝	14.4	16.3
3	大相撲	15.2	15.1	3	大相撲	19.5	18.7	3	プロ野球 (NPB)	14.4	15.4
4	フィギュアスケート	13.6	12.0	4	高校野球	20.9	12.5	4	大相撲	11.1	11.5
5	高校野球	16.8	9.8	5	Jリーグ (J1, J2, J3)	13.4	11.9	5	高校野球	12.9	7.1
	この期間にスポーツ観戦はしていない	58.4	55.2		この期間にスポーツ観戦はしていない	52.0	48.0		この期間にスポーツ観戦はしていない	64.7	62.2

注)2019年2月～2020年1月:n=5,000(男性2,471、女性2,529)

2020年2月～2021年1月:n=5,005(男性2,471、女性2,534)

【参考】P.36(年代別)図表掲載

また、新型コロナウイルス感染拡大以降の推移をみるため、2月調査(2020年10月～2021年1月)の上位5種目について、6月調査(2020年2～5月)、10月調査(2020年6～9月)の割合をあわせて図表12に示した。全体の観戦率は、6月調査16.3%(100-「この期間にスポーツ観戦はしていない」83.7%)、10月調査39.9%、2月調査41.9%と期間を追うごとに増加した。各期間の1位をみると、6月調査は「大相撲」(5.0%)、10月調査および2月調査は「プロ野球(NPB)」(24.7%、18.4%)であった。6月調査は1回目の緊急事態宣言が発令された期間も含まれており、多くの試合や大会が中止となったため観戦率は低いが、10月調査、2月調査の結果では、プロ・アマチュア問わず徐々に試合が再開され、さらに「マラソン・駅伝」「フィギュアスケート」などシーズン種目の試合も行われるようになるなど、試合の開催と連動して観戦率の増加が確認された。また直接観戦の上位種目と比較すると、「Jリーグ(J1, J2, J3)」が上位になく、「フィギュアスケート」が上位に入る結果だった。

性別にみると、観戦率は10月調査から2月調査にかけて男性(49.0%→49.0%)は横ばいだが、女性(31.0%→34.9%)は3.9ポイント増加した。「フィギュアスケート」(2.8%→14.5%)や「マラソン・駅伝」(2.6%→14.8%)の観戦率増加が影響したと考えられる。また女性の1位が直接観戦では「プロ野球(NPB)」だったが、テレビやインターネット観戦では「マラソン・駅伝」であった。

図表 12 期間ごとの種目別テレビやインターネットで観戦した種目(全体・性別)

全 体(n=5,000)				男 性(n=2,471)				女 性(n=2,529)						
順位	種 目	観戦率(%)			順位	種 目	観戦率(%)			順位	種 目	観戦率(%)		
		20年 2～5月	20年 6～9月	20年10月 21年1月			20年 2～5月	20年 6～9月	20年10月 21年1月			20年 2～5月	20年 6～9月	20年10月 21年1月
1	プロ野球 (NPB)	4.6	24.7	18.4	1	プロ野球 (NPB)	6.8	33.4	25.6	1	マラソン・駅伝	1.5	2.6	14.8
2	マラソン・駅伝	2.3	2.7	17.2	2	マラソン・駅伝	3.2	10.1	19.7	2	フィギュアスケート	2.9	2.8	14.5
3	大相撲	5.0	14.6	13.9	3	大相撲	6.9	17.8	17.2	3	プロ野球 (NPB)	2.5	16.2	11.3
4	フィギュアスケート	2.0	2.1	10.5	4	高校野球	1.4	10.5	5.4	4	大相撲	3.2	11.5	10.8
5	高校野球	1.0	8.2	4.0	5	Jリーグ (J1, J2, J3)	3.0	9.8	10.1	5	高校野球	0.7	5.9	2.7
	この期間にスポーツ観戦はしていない	83.7	60.1	58.1		この期間にスポーツ観戦はしていない	78.2	51.0	51.0		この期間にスポーツ観戦はしていない	89.0	69.0	65.1

注)2020年2月～5月、6～9月:n=5,000(男性2,471、女性2,529)

2020年10月～2021年1月:n=5,005(男性2,471、女性2,534)

## 5) スタジアムにおける感染対策への評価とイベント主催者に期待する対策

2020年10月～2021年1月の期間にスタジアムや競技場に足を運んで観戦したと回答した人を対象に、会場で実施されていた感染対策が「十分だと感じた」人の割合を図表13に示した。全体では「アルコール消毒設備の設置やスタッフのマスク着用、室内の換気」が74.7%と最も高く、「入場時の検温」69.7%、「座席ごとに入退場時間を指定するなど、人の混雑を避けるための対策」「大きな声での会話や応援、肩組みでの応援に対する注意喚起や制限」66.8%と続く。

性別にみると、男女とも「アルコール消毒設備の設置やスタッフのマスク着用、室内の換気」(72.8%、77.9%)が最も高く、男性は「入場時の検温」68.6%、「座席ごとに入退場時間を指定するなど、人の混雑を避けるための対策」66.0%と続く。女性の2位以下は「入場時の検温」が71.7%、「大きな声での会話や応援、肩組みでの応援に対する注意喚起や制限」69.9%と続く。男女で最も差が大きい項目は、「来場者に感染者が出た場合、早期に来場者へ連絡ができる仕組み」で男性60.7%、女性49.6%で11.1ポイント差であった。

図表13 スタジアムや競技場における感染対策への評価 (%)

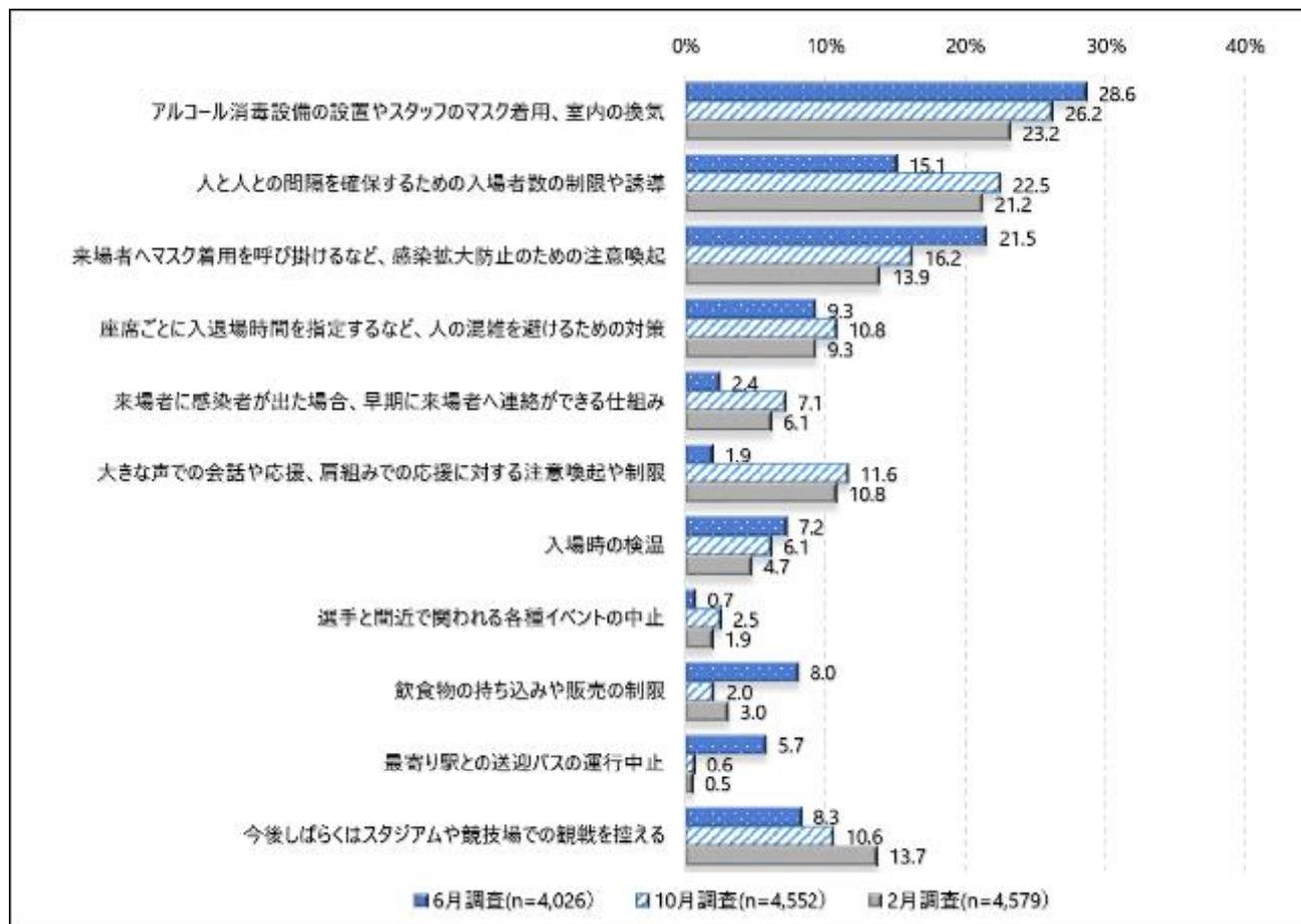
	全体 (n=304)	男性 (n=191)	女性 (n=113)
アルコール消毒設備の設置やスタッフのマスク着用、室内の換気	74.7	72.8	77.9
来場者へマスク着用を呼び掛けるなど、感染拡大防止のための注意喚起	65.5	63.4	69.0
人と人との間隔を確保するための入場者数の制限や誘導	59.2	57.1	62.8
座席ごとに入退場時間を指定するなど、人の混雑を避けるための対策	66.8	66.0	68.1
選手と間近で関われる各種イベントの中止	62.5	64.4	59.3
飲食物の持ち込みや販売の制限	61.8	62.3	61.1
大きな声での会話や応援、肩組みでの応援に対する注意喚起や制限	66.8	64.9	69.9
最寄り駅との送迎バスの運行中止	50.0	50.8	48.7
来場者に感染者が出た場合、早期に来場者へ連絡ができる仕組み	56.6	60.7	49.6
入場時の検温	69.7	68.6	71.7

注)感染対策を行っていたと回答した人のうち、「十分だと感じた」人の割合。

また、2020年10月～2021年1月の期間にスタジアムや競技場に足を運んで観戦していない人が、今後直接観戦を再開するために、イベント主催者に期待する対策を図表14に示した。なお、図表では比較のため6月調査(2019年2月～2020年1月)および10月調査(2020年6～9月)の結果もあわせて記載している(6月調査は、2019年2月～2020年1月に直接観戦をしていないと回答した人を対象)。結果を比較する際には、6月調査は新型コロナウイルスの影響がない時期であるため、日常的に観戦をしていない層が対象であり、10月調査と2月調査ではこの層に加えて新型コロナウイルスへの不安から観戦を控えている層も対象となっている点に留意する必要がある。2月調査では、期待する割合が最も高い対策は「アルコール消毒設備の設置やスタッフのマスク着用、室内の換気」の23.2%であり、以下「人と人との間隔を確保するための入場者数の制限や誘導」21.2%、「来場者へマスク着用を呼び掛けるなど、感染拡大防止のための注意喚起」13.9%と続く。3期間の推移をみると、スポーツ以外の場でも積極的に呼びかけられていた「アルコール消毒設備の設置やスタッフのマスク着用、室内の換気」(28.6%→26.2%→23.2%)、「来場者へマスク着用を呼

び掛けるなど、感染拡大防止のための注意喚起」(21.5%→16.2%→13.9%)の割合は徐々に減少し、「人と人との間隔を確保するための入場者数の制限や誘導」(15.1%→22.5%→21.2%)、「大きな声での会話や応援、肩組みでの応援に対する注意喚起や制限」(1.9%→11.6%→10.8%)など、大人数が集まるイベントやスポーツだからこそ必要な対策は10月調査以降増加し維持している。また、「今後しばらくはスタジアムや競技場での観戦を控える」と回答した人は6月調査8.3%、10月調査10.6%、2月調査13.7%と期間を追うごとに観戦に対して慎重な層の割合が増加している。

図表 14 スポーツ観戦再開に向けてイベント主催者に期待する対策



注)対象者はそれぞれ以下の期間に直接観戦をしていないと回答した人

6月調査:2019年2月~2020年1月

10月調査:2020年2~5月

2月調査:2020年10月~2021年1月

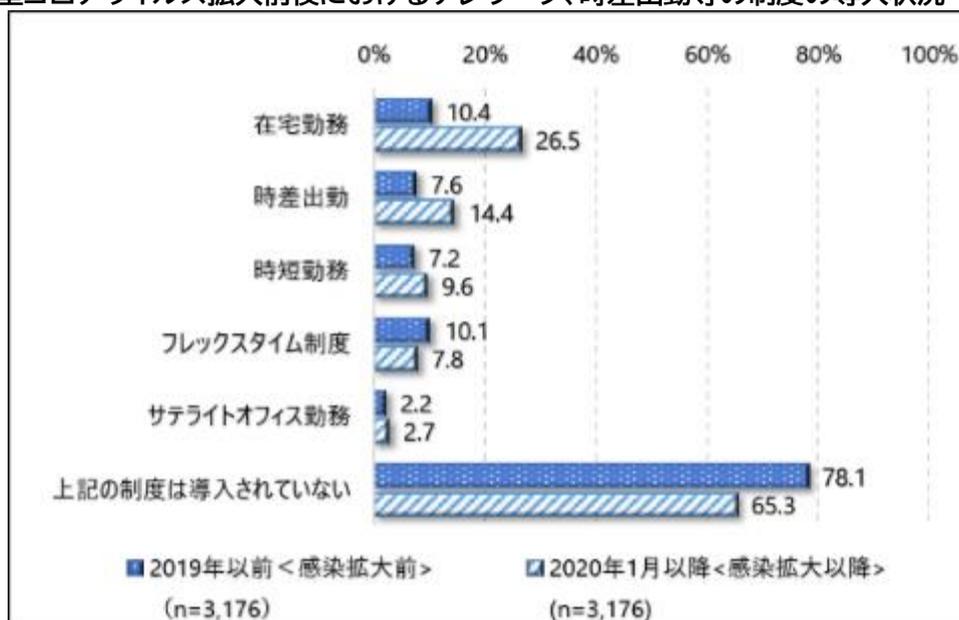
【参考】P.37(2月調査の全体・性別)図表掲載

## 6) テレワーク、時差出勤等の利用状況と運動・スポーツ実施の関係

新型コロナウイルス感染拡大以降、政府から企業などに対して在宅勤務や時差出勤等、勤務体系の見直しと呼びかけられた。そこで、テレワーク、時差出勤等の利用は運動・スポーツ実施に影響を与えているかを確認したい。なお、聴取の対象は有職者のみとした。

まず、図表 15 に 2019 年以前(感染拡大前)と 2020 年 1 月以降(感染拡大以降)の、回答者の職場における制度の導入状況を示した。回答者の職場において、在宅勤務、時差出勤などの制度が少なくとも1つ以上導入されていた割合は、2019 年以前 21.9%(100-「上記の制度は導入されていない」78.1%)、2020 年 1 月以降 34.7%と、新型コロナウイルス感染拡大以降 12.8 ポイント増加した。期間ごとに導入されている制度の上位をみると、両期間とも「在宅勤務」(10.4%、26.5%)が最も高く、2019 年以前の 2 位以下は、「フレックスタイム制度」10.1%、「時差出勤」7.6%、2020 年 1 月以降は、「時差出勤」14.4%、「時短勤務」9.6%と続く。両期間で比較すると、「在宅勤務」の増加が 16.1 ポイント(10.4%→26.5%)と最も大きかった。

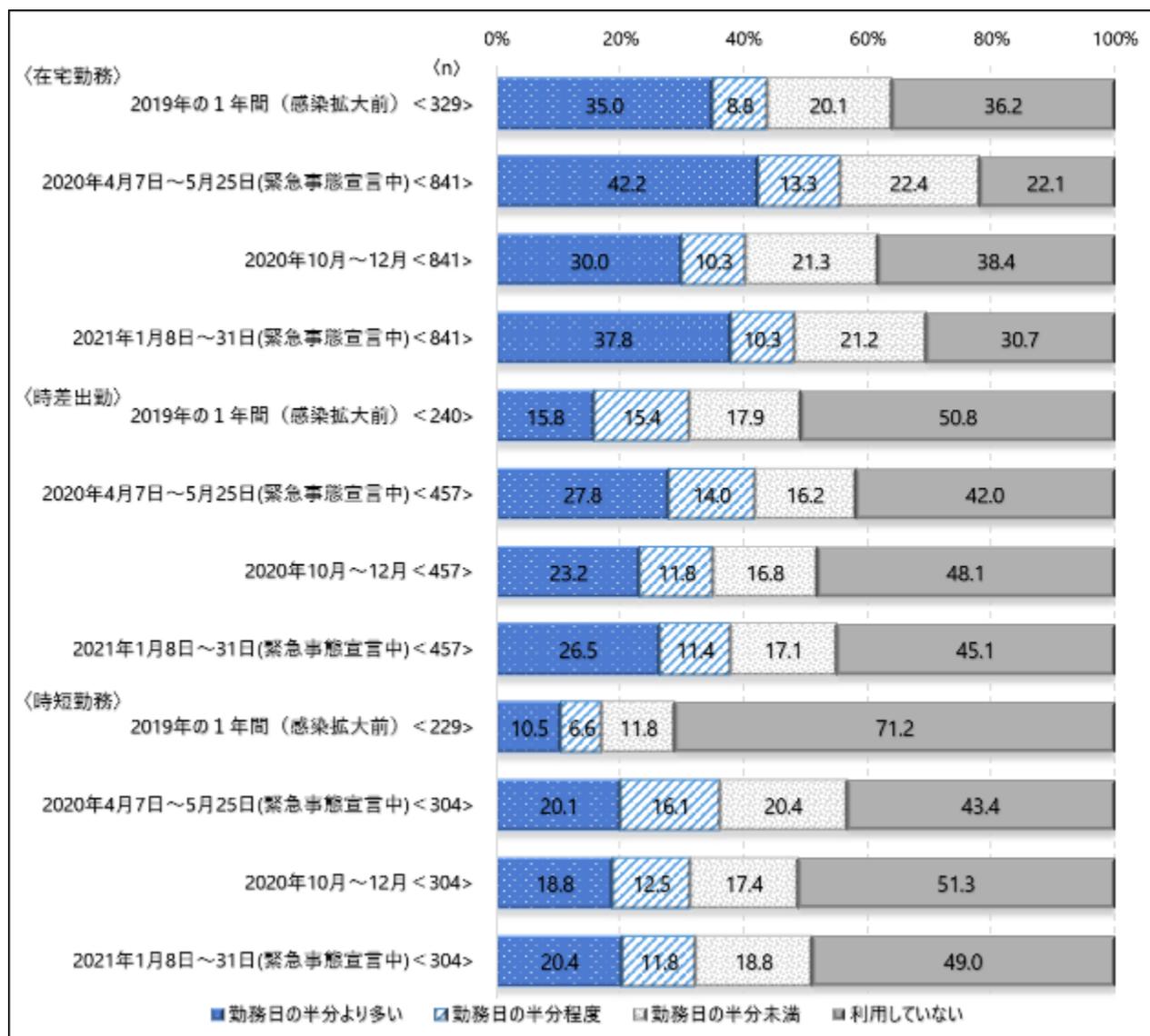
図表 15 新型コロナウイルス拡大前後におけるテレワーク、時差出勤等の制度の導入状況



【参考】P.38(職種別)図表掲載

また 2019 年の 1 年間(感染拡大前)、2020 年 4 月 7 日～5 月 25 日(緊急事態宣言中)、2020 年 10 月～12 月、2021 年 1 月 8 日～31 日(緊急事態宣言中)の 4 期間それぞれにおける「在宅勤務」「時差出勤」「時短勤務」の利用状況を図表 16 に示した。すべての期間において「在宅勤務」(63.9%→77.9%→61.6%→69.3%)の利用率(勤務日の半分より多い+勤務日の半分程度+勤務日の半分未満の合計)が最も高い。以下、「時差出勤」(49.1%→58.0%→51.8%→55.0%)、「時短勤務」(28.9%→56.6%→48.7%→51.0%)と続く。すべての制度の利用率は、2020 年 4～5 月の緊急事態宣言中のほうが、2021 年 1 月の緊急事態宣言中より高く、感染拡大前後で利用が最も増えた制度は「時短勤務」の 27.7 ポイント増(28.9%→56.6%)であった。また、2020 年 10～12 月には、在宅勤務は感染拡大前の水準をやや下回る利用率(63.9%>61.6%)であったが、時差出勤(49.1%<51.8%)と時短勤務(28.9%<48.7%)は、感染拡大以前の水準より高い利用率を維持していた。また、東京都とその他の地域で在宅勤務の利用状況をみると、東京都は 1 度目の緊急事態宣言解除以降も高い利用率で、2 度目の緊急事態宣言時も 1 度目の宣言時と同程度の利用率であった(P.40 参照)。

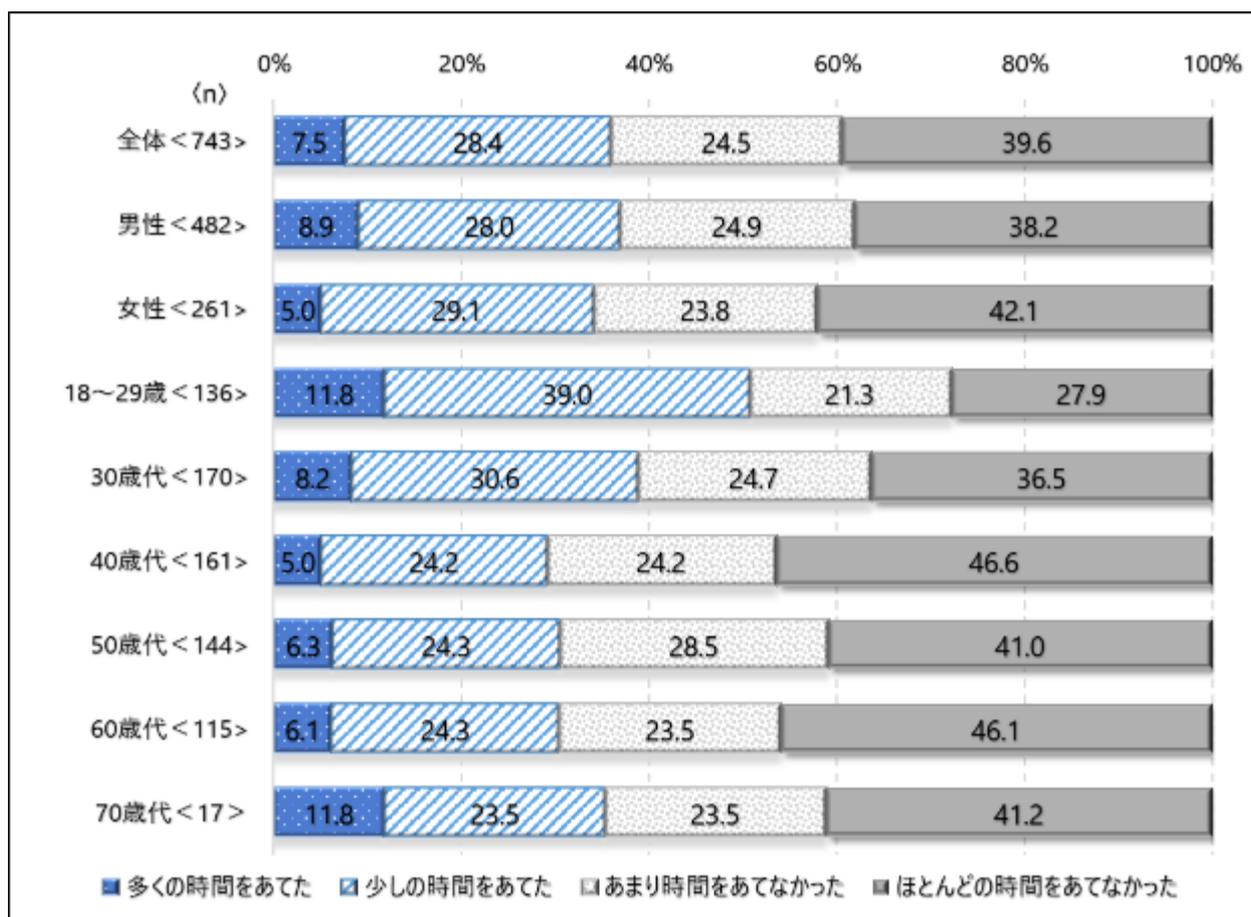
図表 16 新型コロナウイルス感染拡大前後のテレワーク、時差出勤等の利用頻度



【参考】P.39(全体・性別・年代別の各期間における利用率)、  
P.40(東京都とその他の地域における在宅勤務利用率)図表掲載

さらに2020年4月以降、制度を利用した人を対象に、以前は通勤や勤務に使っていた時間を、運動・スポーツ実施にあてたかをたずね、「自由に使える時間はできなかった」と回答した人を除いた結果を図表17に示した。全体では、35.9%（「多くの時間をあてた」7.5%＋「少しの時間をあてた」28.4%）が運動・スポーツ実施に時間をあてていた。性別にみると、男性36.9%、女性34.1%と男性のほうが2.8ポイント高い。年代別にみると18～29歳が50.8%と最も高く、次いで30歳代38.8%と、若年層ほどテレワーク、時差出勤等で生じた時間を運動・スポーツ実施にあてている様子が見て取れる。若年層の運動・スポーツ実施率向上は新型コロナウイルス感染拡大状況下に留まらず、日本における大きな課題であるが、平時におけるテレワーク、時差出勤等の推進は1つの施策となる可能性がある。

図表 17 テレワーク、時差出勤等利用により生まれた時間のうち運動スポーツ実施にあてた割合



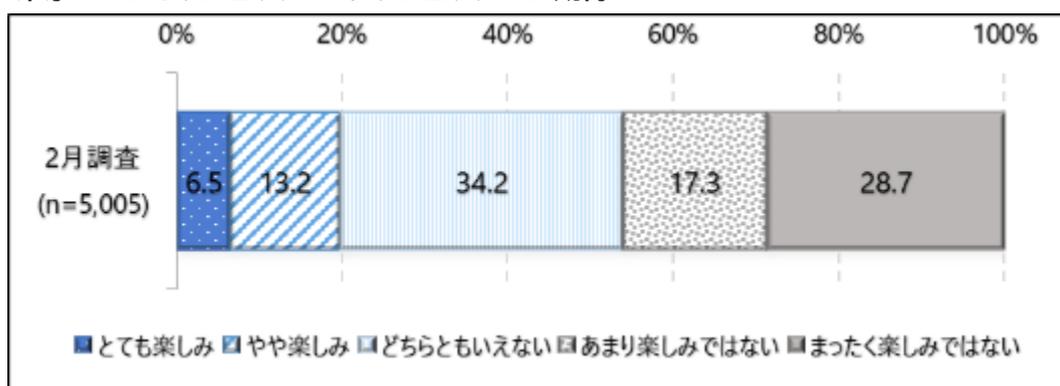
注)「自由に使える時間はできなかった」と回答した人を除いた結果

【参考】P.40(制度別)図表掲載

## 7) 東京 2020 オリンピック・パラリンピックへの期待

図表 18 に、2021 年に延期された東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会への期待を示した。楽しみと回答した人(「とても楽しみ」と「やや楽しみ」の合計)は 19.7%で、楽しみでない(「あまり楽しみではない」と「まったく楽しみではない」の合計)は 46.0%、どちらともいえないと回答した人は 34.2%であった。また、それぞれの選択肢を回答した理由について、上位 5 つを図表 19 に示した。「とても楽しみ」「やや楽しみ」と回答した人の最も多かった理由は、「オリンピック・パラリンピックが好き」(61.8%、39.4%)であった。一方、「あまり楽しみではない」と回答した人は、「新型コロナウイルスの感染拡大が不安」44.1%、「まったく楽しみではない」と回答した人は、「オリンピック・パラリンピックより優先すべきことがある」55.2%が最も高い割合を示した。

図表 18 東京 2020 オリンピック・パラリンピックへの期待



【参考】P.37(6月調査・10月調査・2月調査の推移)図表掲載

図表 19 東京 2020 オリンピック・パラリンピックへの期待に関する主な理由

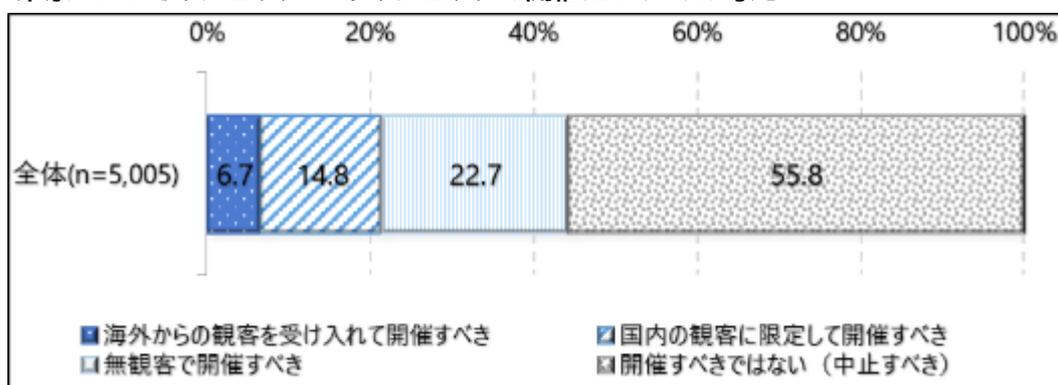
順位	とても楽しみ(n=325)	回答率 (%)	順位	やや楽しみ(n=663)	回答率 (%)	順位	どちらともいえない(n=1,713)	回答率 (%)
1	オリンピック・パラリンピックが好き	61.8	1	オリンピック・パラリンピックが好き	39.4	1	新型コロナウイルスの感染拡大が不安	29.8
2	観たい競技がある	34.8	2	スポーツが好き	30.0	2	開催中止の可能性がある	28.6
3	自国(日本)開催	32.0	3	観たい競技がある	29.6	3	オリンピック・パラリンピックより優先すべきことがある	24.1
4	スポーツが好き	29.8	4	自国(日本)開催	24.1	4	スポーツが好き	10.1
5	日本や世界に元気と感動を与えてくれる	16.0	5	日本人選手の活躍を期待している	19.9	5	観たい競技がある	8.8

順位	あまり楽しみではない(n=868)	回答率 (%)	順位	まったく楽しみではない(n=1,436)	回答率 (%)
1	新型コロナウイルスの感染拡大が不安	44.1	1	オリンピック・パラリンピックより優先すべきことがある	55.2
2	オリンピック・パラリンピックより優先すべきことがある	35.7	2	オリンピック・パラリンピックに興味がない	31.7
3	開催中止の可能性がある	32.0	3	新型コロナウイルスの感染拡大が不安	29.1
4	オリンピック・パラリンピックに興味がない	19.0	4	開催経費が高額	20.7
5	開催経費が高額	18.8	5	スポーツに興味がない	14.1

図表 20 には開催についての考えを示した。何らかの方法で開催すべきと回答した人は、44.2%（100-「開催すべきではない（中止すべき）」55.8%）であった。開催方式については「無観客で開催すべき」が 22.7%で最も高く、「国内の観客に限定して開催すべき」は 14.8%であった。半数程度が何らかの方法で開催すべきと回答する一方、観客については有観客とすべき 21.5%（「海外からの観客を受け入れて開催すべき」6.7%+「国内の観客に限定して開催すべき」14.8%）、無観客とすべき 22.7%と、意見が二分する結果となった。

図表 20 東京 2020 オリンピック・パラリンピックの開催についての考え



【参考】P.38(性別・年代別)図表掲載



### 3. まとめ

2月実施の本調査を含め、6月調査、10月調査では、過去4ヵ月間(合計で感染拡大以降の1年間)を対象に、新型コロナウイルスの感染拡大が人々の運動・スポーツ活動に及ぼす影響について調べた。それぞれの対象期間中の、新型コロナウイルスとスポーツに関するトピックを図表21に示した。

図表21 2020年2月～2021年1月における新型コロナウイルスとスポーツに関するトピック

期間	新型コロナウイルスに関するトピック	スポーツに関するトピック	
2020年 2～5月 (6月調査)	2月	<ul style="list-style-type: none"> <li>クルーズ船乗客の感染が判明、2週間の船内隔離措置 (2/5)</li> <li>全国の小中学校、高校、特別支援学校への一斉休校の要請 同時に部活動も休止 (2/28)、→新学期で解除</li> <li>北海道が独自の緊急事態宣言を発令(2/28)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>東京マラソン2020 (3/1開催) が、一般ランナーの参加中止を発表 (2/17)</li> <li>名古屋ウイメンズマラソン2020 (3/8開催) が、一般ランナーの参加中止および代替措置としてのオンラインマラソン開催を発表 (2/20)</li> <li>Jリーグ (2/21より開幕) の試合延期を決定 (2/25)</li> </ul>
	3月	<ul style="list-style-type: none"> <li>1日の感染者数が100人を超える (3/28)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>大相撲三月場所、無観客で開催を決定 (3/1)</li> <li>プロ野球の開幕 (3/20予定) の延期を決定 (3/9)</li> <li>第92回選抜高校野球大会の中止を決定 (3/11)</li> <li>東京2020大会の延期を決定 (3/24)</li> <li>Bリーグ2019-2020シーズンについて無観客や延期対応を経て、中止を決定 (3/27)</li> </ul>
	4月	<ul style="list-style-type: none"> <li>多くの大学においてオンライン授業の導入 (4月～)</li> <li>東京、大阪等の7都府県に緊急事態宣言を発令 (4/7)、 全国に拡大 (4/17)</li> <li>国内の感染者が累計1万人を超える (4/19)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>公共スポーツ施設の休業 (4/11～)</li> </ul>
	5月	<ul style="list-style-type: none"> <li>「新しい生活様式」の実践例の公表 (5/4)</li> <li>緊急事態宣言の全面解除 (5/25)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>大相撲五月場所、中止を決定 (5/7)</li> <li>第102回全国高等学校野球選手権大会の中止を決定 (5/20)</li> </ul>
2020年 6～9月 (10月調査)	7月	<ul style="list-style-type: none"> <li>感染が再拡大し、1日の感染者数が1,000人を超える (7/30)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>プロ野球とJリーグが入場人数を制限して有観客試合を再開 (7/10)</li> <li>大相撲七月場所、観客を2,500人に制限して開催 (7/19) →九月場所も同様</li> </ul>
	8月	<ul style="list-style-type: none"> <li>国内の感染者が累計5万人を超える (8/12)</li> </ul>	
	9月		<ul style="list-style-type: none"> <li>プロ野球とJリーグが入場人数の制限 (5,000人以内) を緩和し、 収容人数の50%に (9/19)</li> </ul>
2020年10月 ～ 2021年1月 (2月調査)	10月	<ul style="list-style-type: none"> <li>国内の感染者が累計10万人を超える (10/31)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bリーグ2020-2021シーズンが入場人数を5,000人以内もしくは 収容人数の50%としたうえで開幕 (10/2)</li> </ul>
	11月		<ul style="list-style-type: none"> <li>大相撲十一月場所、観客数の制限 (2,500人以内) を緩和し、 5,000人にして開催 (11/8) →初場所も同様</li> </ul>
	12月	<ul style="list-style-type: none"> <li>国内の感染者が累計20万人を超える (12/22)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全日本フィギュアスケート選手権が収容人数の半分を上限とする 有観客で開催 (12/24-27)</li> </ul>
	1月	<ul style="list-style-type: none"> <li>感染が更に拡大し、1日の感染者数が7,000人を超える (1/8)</li> <li>東京、神奈川等の1都3県に緊急事態宣言を発令 (1/8)</li> <li>大阪、愛知、福岡等の2府5県にも緊急事態宣言を発令 (1/13)</li> <li>国内の感染者が累計30万人を超える (1/14)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>東京箱根間往復大学駅伝競走が無観客で開催 (1/2-3)</li> <li>イベントへ開催を入場人数の制限 (5,000人以内)、 屋内では収容人数の50%以下に (1/8)</li> <li>トッパリーグの開幕延期を決定 (1/14)、開幕日は1/16→2/20に変更</li> </ul>

2020年2～5月は新型コロナウイルス感染拡大期であり、未知のウイルスへの不安と警戒感から小中高校と特別支援学校の一斉休校や1度目の緊急事態宣言発令もあり、人々の生活は変化を余儀なくされた。スポーツに目を向けても、東京オリンピック・パラリンピック2020の延期をはじめ、プロ野球開幕延期やJリーグの試合延期、東京マラソンの一般ランナーの参加中止など、運動・スポーツ実施や観戦に大きな影響を与えた。

その後の2020年6～9月は緊急事態宣言が解除され、さまざまな対策を講じながら人々の活動が再開した時期である。スポーツでは各種ガイドラインが制定され、直接観戦においては無観客での試合開催から人数

制限を設けての有観客試合の開催と徐々に緩和がみられた。また観戦時には声を出しての応援禁止やリモート観戦の実施など、例年とは異なる観戦スタイルが各種目で生まれた。運動・スポーツ実施においても、休業していたスポーツ施設の再開やオンラインを活用したエクササイズや大会開催など、実施環境に変化がみられた時期であった。一方、感染状況は7月以降に第2波が訪れ、7月30日には1日の感染者数が全国で1,000人を初めて突破した。その後8月上旬に1日あたりの感染者数のピークを迎え、9月下旬にかけて減少していった。

2020年10月に入ると、再び感染者数は増加し、第2波を大きく上回る第3波となり、年明けの2021年1月には1日の感染者数が7,000人を超えた。こうした状況を受け、1月8日から、2度目の緊急事態宣言が一部都府県に順次発令された。スポーツ観戦についてみると、1度目の緊急事態宣言時には一律で大会や試合が中止・延期となったが、この時期は多くの種目で無観客や人数制限での有観客試合が開催された。しかし学生のスポーツについては、緊急事態宣言期間中はさまざまな種目の大会が中止となった。運動・スポーツ実施をはじめとした、人々の行動も1度目の緊急事態宣言下においては一律の自粛ムードがあったものの、今回は感染対策を講じながら日常生活を継続する傾向がみられた。

こうした状況下において、4ヵ月ごとに実施した3回の調査で明らかとなったのは以下のとおりである。

#### 【運動・スポーツ実施】

感染拡大前後の1年間を比較すると、運動・スポーツ実施率は減少した。4ヵ月ごとにみると、2020年2～5月から6～9月にかけて減少した後、2020年10月～2021年1月にやや増加した(図表1, 2参照)

#### 【スポーツ観戦】

感染拡大前後の1年間を比較すると、スタジアムや競技場における直接観戦率は大きく減少した。4ヵ月ごとにみると、2020年6～9月から2020年10月～2021年1月にかけて観戦率は横ばいであった(図表9, 10参照)

2020年6月、10月および2021年2月の3回にわたり、5,000人(第3回の2021年2月調査のみ5,005人)を対象に実施された調査において、6割を超える3,281人がすべての調査に回答した。このうち、調査でたずねたすべての期間(2019年2月～2020年1月、2020年2～5月、6～9月、10月～2021年1月)において何らかの運動・スポーツを実施した人は1,035人で、回答者の31.5%であった。一方、すべての期間において運動・スポーツを実施しなかった人は1,160人と回答者の35.4%となっている。この3,281サンプルの分析を通じて、新型コロナウイルス影響下の1年間における国民の運動・スポーツ実施やスポーツ観戦の動向を把握することとした。

## 1) 多様な種目実施が、運動・スポーツ習慣の定着や継続には有効

今回、分析の対象となる 3,281 人の運動・スポーツ実施率をみると、新型コロナウイルス感染拡大以降の実施率上位 5 種目はいずれの調査でも「ウォーキング」「散歩(ぶらぶら歩き)」「筋力トレーニング」「ジョギング・ランニング」「体操(軽い体操、ラジオ体操など)」である。これらは、1 人で、スポーツ施設を利用しなくても気軽に行えるエクササイズ(=運動)であり、どの期間においても、運動・スポーツ実施者の約 8 割がこの 5 種目のいずれか 1 種目以上を実施していることから、人々の日常的な運動・スポーツのベースであると考えられる。これらの種目を「エクササイズ系上位 5 種目」と定義し、これを元に運動・スポーツ実施者を以下の 3 グループに分類し、新型コロナウイルス感染拡大状況下における運動・スポーツ実施者の動態の詳細な把握を試みた。

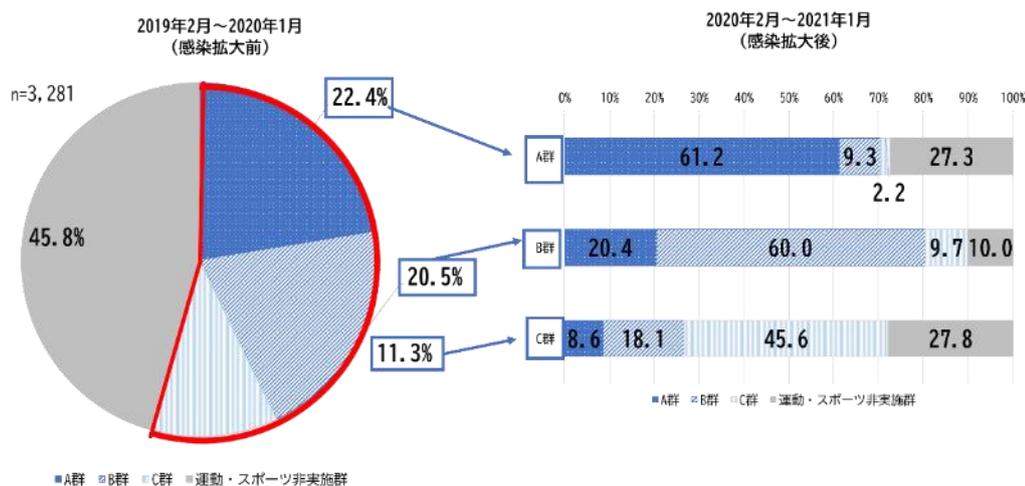
A 群:エクササイズ系上位 5 種目のうちいずれか 1 つ以上を実施し、その他の種目を実施していない

B 群:エクササイズ系上位 5 種目およびそれ以外の種目をそれぞれ 1 つ以上実施

C 群:エクササイズ系上位 5 種目を実施しておらず、それ以外の種目を 1 つ以上実施

新型コロナウイルス感染拡大前後の実施種目群の変化を図表 22 に示した。新型コロナウイルス感染拡大前(2019 年 2 月～2020 年 1 月)の運動・スポーツ実施率は 54.2%(全体-運動・スポーツ非実施 45.8%)であり、各群の割合は A 群 22.4%、B 群 20.5%、C 群 11.3%であった。さらに感染拡大後(2020 年 2 月～2021 年 1 月)の運動・スポーツ実施率は感染拡大前 A 群 72.7%、B 群 90.0%、C 群 72.2%という結果で、エクササイズを含む多様な種目を実施している B 群において、運動・スポーツの継続実施率が高かった。日常化しやすいエクササイズ種目に加えて、その他の種目を行うことが、運動・スポーツ習慣の継続に効果的であることが示唆される。一方、感染拡大前の B 群から拡大後に A 群に移行した 20.4%には、新型コロナウイルスの影響で、エクササイズ系上位 5 種目以外の種目を実施しなくなった層が一定数含まれると考えられる。

図表 22 新型コロナウイルス感染拡大前後の実施種目群の変化



注)各群についてはそれぞれ以下のとおり

A 群:エクササイズ系上位 5 種目のうちいずれか 1 つ以上を実施し、その他の種目を実施していない

B 群:エクササイズ系上位 5 種目およびそれ以外の種目をそれぞれ 1 つ以上実施

C 群:エクササイズ系上位 5 種目を実施しておらず、それ以外の種目を 1 つ以上実施

続いて図表 23 に、18～39 歳、40～59 歳、60～79 歳の各年代の新型コロナウイルス感染拡大前後の実施種目群の変化を示した。18～39 歳では、感染拡大前後で継続して B 群だった割合が 53.2%と全体の 60.0%を大きく下回るとともに、感染拡大前の B 群から A 群に移行した割合も 25.4%と高くなっている。一方で、感染拡大前の A 群から B 群に移行した割合は 12.1%で他の年代と比べて大きい。60～79 歳では、感染拡大前後で継続して A 群、継続して B 群の割合がそれぞれ 68.0%、62.0%と他の年代と比べて大きい。また、感染拡大前の A～C 各群から運動・スポーツ非実施群に移行した割合は、他の年代と比べて小さい。このように、年代別の結果をみると、18～39 歳は上の年代と比べて実施種目の変動が大きく、運動・スポーツの実施状況に新型コロナウイルスの感染拡大がより強く影響した可能性がある。

図表 23 新型コロナウイルス感染拡大前後の実施種目群の変化(年代別)

18～39歳	感染拡大前 (2019年2月～2020年1月)			40～59歳	感染拡大前 (2019年2月～2020年1月)			
	A群 (n=132)	B群 (n=126)	C群 (n=101)		A群 (n=241)	B群 (n=225)	C群 (n=147)	
感染拡大後 (2020年2月～2021年1月)	A群	52.3%	25.4%	7.9%	A群	56.0%	16.9%	6.1%
	B群	12.1%	53.2%	15.8%	B群	11.2%	60.9%	15.6%
	C群	3.8%	10.3%	42.6%	C群	2.9%	12.0%	46.9%
	運動・スポーツ 非実施群	31.8%	<u>11.1%</u>	33.7%	運動・スポーツ 非実施群	29.9%	<u>10.2%</u>	31.3%

60～79歳	感染拡大前 (2019年2月～2020年1月)			
	A群 (n=362)	B群 (n=321)	C群 (n=123)	
感染拡大後 (2020年2月～2021年1月)	A群	68.0%	20.9%	12.2%
	B群	6.9%	62.0%	22.8%
	C群	1.1%	7.8%	46.3%
	運動・スポーツ 非実施群	24.0%	<u>9.3%</u>	18.7%

上記で多様な種目の実施が運動・スポーツの継続に有効である可能性について言及した。そこで、すべての期間で継続して何らかの運動・スポーツを実施した「継続実施群」とそれ以外の実施者(つまり、運動・スポーツを実施しなかった期間が少なくとも1期=4ヵ月以上ある「いずれかの期間で非実施群」)に分けて、感染拡大前(2019年2月～2020年1月)および感染拡大後(2020年2～5月、2020年6～9月、2020年10月～2021年1月の3期間それぞれ)の1人あたりの平均実施種目数を算出した。

①継続実施群

19年2月～20年1月:3.1種目→2～5月:2.4種目→6～9月2.4種目→10～1月:2.3種目

②いずれかの期間で非実施群

19年2月～20年1月:2.0種目/2～5月:1.6種目/6～9月1.4種目/10～1月:1.5種目

このように、運動・スポーツの継続実施者において、実施種目数が多いことが確認された。

以上より、実施種目数の観点からも単一種目ではなく、多様な種目への取り組みが、新型コロナウイルス影響下に限らず、今後さまざまな環境の変化に遭遇しても継続的に運動・スポーツを実施するために重要な要素であることが示された。今後国や地方自治体には、健康の保持・増進のための運動・スポーツの定期的、継続的実施の視点に加えて、仲間との交流、余暇活動の楽しみなど、豊かなスポーツライフに着目した複数種目の実施を促す施策を期待したい。

## 2) 新型コロナウイルスの運動・スポーツへの影響は種目により異なる

6月調査、10月調査において、新型コロナウイルスの影響による運動スポーツ実施状況の変化を報告してきたが、ここではエクササイズ系種目の実施率上位である「ウォーキング」「筋力トレーニング」と専用の施設を利用して行う種目の実施率上位である「ゴルフ(コース・練習場いずれか実施)」「水泳」に絞り、それぞれの期間における実施者の推移から新型コロナウイルスが種目別の実施状況に与えた影響を検討する。

まず、2019年2月～2020年1月の1年間と2020年2～5月、6～9月、10月～2021年1月の各期間における4種目の実施者数を示した上で、それをすべての期間継続して何らかの運動・スポーツを実施した「継続実施群」とそれ以外「いずれかの期間で非実施群」に分けて図表24に示した。

各期間の人数の増減をみると、「ウォーキング」の継続実施群の実施者数は635人→646人→622人→609人と若干の減少傾向がみられる。一方、いずれかの期間で非実施群では299人→263人→160人→267人となっており、2～5月から6～9月にかけて実施者数が103人減少した後、10～1月にかけて107人増加している。「筋力トレーニング」も似た傾向があるが、6～9月、10～1月の「ウォーキング」のような減少→増加の大きな動きはみられない。この期間の新型コロナウイルスの感染拡大状況や人々の動向を勘案すると、「ウォーキング」の2～5月から6～9月にかけての実施者数の減少は、感染拡大による実施控えよりも、夏の暑さという季節の影響と考えるのが妥当である。

専用のスポーツ施設で行われる「ゴルフ(コース・練習場)」と「水泳」の推移をみると、継続実施群、いずれかの期間で非実施群どちらも2019年2月～2020年1月から2～5月にかけて、実施者数が減少しており、特にいずれかの期間で非実施群の減少幅が大きい。その後、2～5月から6～9月にかけて、実施者数が増えていることから、2～5月にみられる減少は、2020年4～5月にかけて発令された緊急事態宣言によるスポーツクラブや公共施設等の休業が影響していると考えられる。

4種目の実施者の動向についての分析から、実施率が高い種目は、年間を通して継続して運動・スポーツを行う人が多く実施しているが、4ヵ月単位でみると実施、非実施の入れ替わりも一定数あり、施設を利用せずに実施できる種目に関しては、新型コロナウイルス感染拡大の影響をさほど受けていないことが示唆された。しかし、新型コロナウイルスの影響で運動・スポーツを一時的に控える人や、コロナウイルスをきっかけにスポーツから離れてしまった人は確実に存在する。ウイルスの影響が長期化することで、スポーツ人口が減少するリスクは今後も高まることが危惧される。

図表 24 種目別運動・スポーツ実施者数

種目	運動・スポーツ実施者			
	2019年2月～ 2020年1月 (n=1,778)	2020年 2～5月 (n=1,620)	2020年 6～9月 (n=1,470)	2020年10月 ～2021年1月 (n=1,582)
ウォーキング	934	909	782	876
筋力トレーニング	393	349	313	307
ゴルフ（コース・練習場）	218	136	164	165
水泳	130	41	70	62



種目	継続実施群 (n=1,035)				いずれかの期間で非実施群			
	2019年2月～ 2020年1月	2020年 2～5月	2020年 6～9月	2020年10月 ～2021年1月	2019年2月～ 2020年1月 (n=743)	2020年 2～5月 (n=585)	2020年 6～9月 (n=435)	2020年10月 ～2021年1月 (n=547)
ウォーキング	635	646	622	609	299	263	160	267
筋力トレーニング	286	262	247	236	107	87	66	71
ゴルフ（コース・練習場）	164	120	143	136	54	16	21	29
水泳	92	33	57	49	38	8	13	13

注)「ゴルフ(コース・練習場)」:コースまたは練習場でいずれかまたは両方実施した人

### 3) 新たな観戦形態の創出が直接観戦再開のきっかけとなる可能性

3回の調査すべてに回答した3,281人のうち、新型コロナウイルス感染拡大前の2019年2月～2020年1月に競技場やグラウンド等で直接スポーツ観戦をした人は、621人(18.9%)であった。この621人の2020年6～9月と10月～2021年1月の直接観戦状況を確認した。2020年6～9月は観戦154人(24.8%)、非観戦467人(75.2%)、10月～2021年1月は観戦126人(20.3%)、非観戦495人(79.7%)と両期間とも直接観戦者は非観戦者の1/3以下であった。より詳細な分析のため、感染拡大以降の直接観戦状況別に以下のように分類した。

- ①継続観戦群:感染拡大以降も直接観戦を継続(n=75)
- ②断続観戦群:2020年6～9月、10月～2021年1月のいずれかのみ観戦実施(n=130)
- ③観戦中止群:感染拡大以降は直接観戦をやめた(n=416)

各群の属性をみると、継続観戦群は男性が7割以上、年代別では18～40歳代が約7割を占める。観戦中止群は男性がやや多く、年代別では50～70歳代が約6割を占める。断続観戦群は性別では男性:女性が6:3程度で、年代別では40～60歳代で約6割となっている。

各群の新型コロナウイルス感染拡大前後の直接観戦およびテレビやインターネット観戦の種目数を図表26に示した。新型コロナウイルス感染拡大前は継続観戦群2.2種目と断続観戦群2.3種目が同程度で、観戦中止群1.8種目という結果であった。感染拡大以降は、継続観戦群、断続観戦群共に1.4～1.6種目とほとんど差はみられなかった。同様にテレビやインターネット観戦の種目数を算出すると、新型コロナウイルス感染拡大前は観戦中止群4.4種目が最も多く、断続観戦群4.2種目、継続観戦群3.0種目と続く。感染拡大以降は、2期間とも観戦中止群(2.6種目→3.0種目)が最も多く、断続観戦群(2.4種目→2.8種目)、継続観戦群(2.1種目→2.3種目)と続く。しかしテレビやインターネットでの観戦率をみると継続観戦群(96.0%→98.7%→96.0%)、断続観戦群(93.1%→83.1%→78.5%)、観戦中止群(88.0%→67.3%→67.5%)であった。継続観戦群は少ない種目を直接観戦中心にテレビやインターネット観戦も織り交ぜながら楽しんでおり、断続観戦群や観戦中止群はテレビ・インターネット観戦を中心にさまざまな種目の観戦をしている様子がうかがえる。また断続観戦群の内訳をみると、直接観戦をしていない時期のほうがテレビやインターネットでの観戦種目数は多い傾向が見られた。

観戦中止群における、観戦再開に向けて主催者に期待する対策のうち、「今後しばらくはスタジアムや競技場での観戦を控える」は22.1%(10月調査)→29.3%(2月調査)、全体は11.1%(10月調査)→14.6%(2月調査)であった。また「今後もスタジアムや競技場でのスポーツ観戦をするつもりはない」は15.4%(10月調査)→18.8%(2月調査)で、全体は51.6%(10月調査)→51.6%(2月調査)という結果であった。観戦中止群の中には、直接観戦を再開したいと考えているものの現状は控えている人々が一定数いることがうかがえる。

上記の分析から、新型コロナウイルス感染への不安が直接観戦再開に影響していると推察できる。ウイルス感染の完全な収束までは、まだ時間がかかると見込まれることから、スポーツ観戦機会を提供するプロリーグや競技団体には、会場にいなくとも試合の臨場感や高揚感を味わうことができる観戦形態であるリモート観戦やオンライン観戦の充実が求められる。新たなテクノロジーの導入により、ウイルス感染への不安から直接観戦に慎重な層に直接観戦の疑似体験を提供できれば、観戦の楽しさを思い出すきっかけにもなる。重要なことは接点を持ち続けることであり、多様な観戦機会の提供が、感染収束後、人々が競技場やスタジアムに戻ることに繋がると考える。

図表 26 新型コロナウイルス感染拡大前後の観戦種目数の変化

直接観戦	感染拡大前 (2019年2月～2020年1月)	2020年 6～9月	2020年10月 ～2021年1月
継続観戦群	2.2	1.5	1.6
断続観戦群	2.3	1.4	1.5
観戦中止群	1.8	-	-

テレビ・ インターネット観戦	感染拡大前 (2019年2月～2020年1月)	2020年 6～9月	2020年10月 ～2021年1月
継続観戦群	3.0	2.1	2.3
断続観戦群	4.2	2.4	2.8
観戦中止群	4.4	2.6	3.0

#### 4) ポストコロナを見据えた国民の豊かなスポーツライフのために

2020年6月から2021年2月にかけて3回の調査を実施し、国内における新型コロナウイルス感染拡大前後の各1年間と、感染拡大後の4ヵ月ごとの人々の運動・スポーツ実施状況やスポーツ観戦状況について明らかにした。新型コロナウイルスは、感染が広がり始めた2020年前半において、公共スポーツ施設や民間スポーツクラブの休業、プロスポーツの開幕延期、無観客試合など、人々のスポーツライフに大きな影響を与えた。その後、ウイルス感染を過度に恐れず、適切な感染対策をとりながら、運動・スポーツを継続している、あるいは復帰した人が多いことが、4ヵ月ごとの調査結果から読み取れる。しかしながら、感染拡大前後の1年間の比較にみられる運動・スポーツ実施率の減少(図表1:「運動・スポーツは行っていない」45.7%→49.6%)は、新型コロナウイルスをきっかけに、運動・スポーツをやめてしまった人が一定数いることを示唆している。感染拡大初期に指摘されたリスクは、人々の外出を強く制限した。このため、自宅付近での散歩やウォーキングなど、リスクの低い運動さえ控えてしまい、これをきっかけに運動習慣が失われた人が一定数いることが推測される。「散歩(ぶらぶら歩き)」や「サイクリング」の実施率の減少は、この推論を裏付ける一例である。ワクチン接種によって国民が集団免疫を獲得し、かつての日常生活を取り戻すまでにはまだ時間がかかる見込みである。度重なる感染の拡大やこれに伴う行動制限の措置は、国民の運動・スポーツ実施の阻害要因になりうる。自宅やその周辺で筋力トレーニング、体操やウォーキングを続けているが、地域の公共施設で仲間と実施してきた団体競技からは離れてしまった、という人が増えれば、身体活動量は維持される一方で、スポーツライフの豊かさが失われることになる。地方自治体のスポーツ行政やスポーツ団体関係者には、新型コロナウイルスで運動・スポーツ習慣が途切れてしまった人の「復帰」を手助けするため、感染対策の徹底、体力が落ちてしまった人向けの筋力・心肺機能回復プログラムの提供、復帰のモチベーションとなる仲間からの声かけなど、積極的な取り組みが求められている。

一方、新しい生活様式に合わせて、運動・スポーツ実施や観戦環境、個人の意識も変化し、コロナ下だからこそその新しい実施、観戦方法も増加している。

個人での運動・スポーツ実施においては、YouTubeなどの動画配信サービスやインスタグラムなどSNSを通して配信される筋力トレーニングやヨガの動画を見ながら体を動かすことや、「リングフィット アドベンチャー」(任天堂株式会社)など専用の機材を使用し、体を動かしながら行うゲームへの注目が高まっている。最近では専用の機材を必要とせず、スマートフォンがあれば取り組める「FITRIS(フィットリス)」(エクササイズの動きとゲーム操作を連動させたブロック崩しゲーム)をFunLife株式会社がリリースするなど、より手軽に「身体活動×ゲーム」を体験できるアプリなども登場している。このようなゲームやアプリでは、オフラインで個人的に楽しんだり、オンライン上で友人と協力・対戦したりと、個人の志向やレベルに合わせて取り組むことができる。

スポーツ大会においても変化がみられる。名古屋ウィメンズマラソンは、2020年大会からスマートフォンアプリを活用したオンラインマラソンを導入した。また、ツール・ド・フランスさいたまクリテリウムでは、大会関連イベントとして、オンラインの100km自転車走を開催するなど、時間や空間を制約の小さい新たなスポーツ大会の参加方法が確立されつつある。子育て世代など、現地での参加が難しい参加者にとっては気軽に参加できるきっかけとなり、大会側もエントリー数の増加を見込めるなど、双方にとってメリットの大きい運営方法と考えられる。今後も現地での開催に加えオンライン開催を行う大会は増加するのではないだろうか。

このように、コロナ下における人々の運動・スポーツ実施方法は、これまでのような現地での実施に加え、VR(バーチャルリアリティ)やオンライン空間を活用し場所を選ばず実施するなど、多様化が進むことが期待され

る。国際オリンピック委員会は、2025年までのオリンピックムーブメントの新たなロードマップとなる「オリンピック・アジェンダ 2020+5」を2021年3月の総会で採択した。アジェンダには、身体運動を伴いながらオンラインで競う「バーチャル(仮想)スポーツ」のオリンピック種目への採用を検討していくことが盛り込まれており、バーチャルスポーツの発展が今後加速することが予想される。

本調査結果から実施種目の多様性と継続的な実施は豊かなスポーツライフを送るため重要な要素であると指摘してきたが、新型コロナウイルスの影響により場所や時間、仲間の制約を受け実施できなくなった種目や実施控えをした人も多いだろう。さまざま技術革新が起こる未来において豊かなスポーツライフを送るためには、健康のための運動・スポーツ実施も重要ではあるが、スポーツの本質は楽しむことであり、楽しみながら取り組むことを念頭に「身体活動×ゲーム」といったバーチャルスポーツのような新たな実施方法を取り入れながら、多様な種目の実施と継続的に取り組めるような工夫が必要になるのではないだろうか。またスポーツ観戦に目を向けても、今後は直接観戦とテレビ・インターネット観戦の2者択一でなく、最新のテクノロジーを積極的に取り入れたさまざまな観戦機会の開発が求められる。こうした新たな観戦形態が、新型コロナウイルスに関係なく、これまで仕事や家事・育児で観戦を諦めていた人々の観戦の契機となり、より豊かなスポーツライフを送るためのきっかけとなることを期待したい。

#### 4. その他の調査結果

##### 1) 【本文 P.6 関連】種目別運動・スポーツ実施率の推移(性別)

		男性 (n=2,471)			
順位	実施種目	2020年 2~5月		2020年 6~9月	2020年10月 ~21年1月
1	ウォーキング	29.1	→	25.8	→ 27.9
2	散歩 (ぶらぶら歩き)	17.8	→	12.2	→ 15.1
3	筋力トレーニング	14.3	→	12.5	→ 12.3
4	ジョギング・ランニング	8.8	→	7.9	→ 7.7
5	ゴルフ (コース)	5.1	→	5.8	→ 6.1
6	ゴルフ (練習場)	4.4	→	5.3	→ 5.8
7	サイクリング	5.2	→	4.5	→ 4.3
8	体操 (軽い体操、ラジオ体操など)	4.5	→	2.4	→ 3.4
9	釣り	1.3	→	3.0	→ 2.5
10	登山	3.3	→	2.3	→ 1.9
運動・スポーツは行っていない		45.6	→	49.9	→ 46.9

		女性 (n=2,529)			
順位	実施種目	2020年 2~5月		2020年 6~9月	2020年10月 ~21年1月
1	ウォーキング	25.2	→	20.4	→ 22.6
2	散歩 (ぶらぶら歩き)	19.0	→	12.1	→ 13.3
3	筋力トレーニング	8.6	→	7.0	→ 7.7
4	体操 (軽い体操、ラジオ体操など)	7.4	→	5.5	→ 5.7
5	ヨガ	4.4	→	4.7	→ 4.5
6	ジョギング・ランニング	4.1	→	3.1	→ 3.2
7	水泳	1.5	→	1.9	→ 1.7
8	アクアエクササイズ (水中歩行・運動など)	1.0	→	1.2	→ 1.4
	エアロビックダンス	2.0	→	1.6	→ 1.4
	サイクリング	2.8	→	2.2	→ 1.4
	なわとび	2.3	→	1.5	→ 1.4
運動・スポーツは行っていない		54.1	→	60.5	→ 58.1

注)2020年10月~2021年1月:女性(n=2,534)

2) 【本文 P.6 関連】種目別運動・スポーツ実施率の推移(年代別)

18～29 歳 (n=766)					30 歳代 (n=811)				
順位	実施種目	2020年 2～5月	2020年 6～9月	2020年10月 ～21年1月	順位	実施種目	2020年 2～5月	2020年 6～9月	2020年10月 ～21年1月
1	ウォーキング	20.1	→ 18.3	→ 16.8	1	ウォーキング	21.9	→ 18.4	→ 20.7
2	筋力トレーニング	17.9	→ 14.0	→ 14.5	2	筋力トレーニング	14.2	→ 11.2	→ 10.5
3	散歩(ぶらぶら歩き)	15.9	→ 11.0	→ 12.3	3	散歩(ぶらぶら歩き)	16.3	→ 9.4	→ 10.0
4	ジョギング・ランニング	10.2	→ 8.4	→ 8.0	4	ジョギング・ランニング	9.5	→ 7.2	→ 6.8
5	アイススケート	3.3	→ 3.3	→ 3.9	5	サイクリング	4.1	→ 3.6	→ 3.0
6	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	3.8	→ 2.2	→ 3.7	6	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	3.7	→ 2.1	→ 2.2
7	サイクリング	4.2	→ 2.5	→ 3.0		ゴルフ(練習場)	1.6	→ 2.7	→ 2.1
8	アクアエクササイズ(水中歩行・運動など)	2.3	→ 2.2	→ 2.5	7	登山	0.9	→ 2.1	→ 2.1
9	ゴルフ(練習場)	1.4	→ 1.6	→ 2.3		ヨガ	2.2	→ 1.4	→ 2.1
10	ゴルフ(コース)	1.7	→ 1.7	→ 2.1	10	ゴルフ(コース)	1.2	→ 2.7	→ 2.0
	運動・スポーツは行っていない	49.2	→ 54.8	→ 55.4		運動・スポーツは行っていない	53.1	→ 58.1	→ 58.2

40 歳代 (n=958)					50 歳代 (n=804)				
順位	実施種目	2020年 2～5月	2020年 6～9月	2020年10月 ～21年1月	順位	実施種目	2020年 2～5月	2020年 6～9月	2020年10月 ～21年1月
1	ウォーキング	20.6	→ 18.0	→ 19.3	1	ウォーキング	25.7	→ 22.0	→ 24.0
2	散歩(ぶらぶら歩き)	14.4	→ 8.9	→ 11.6	2	散歩(ぶらぶら歩き)	16.0	→ 10.9	→ 13.9
3	筋力トレーニング	10.3	→ 8.9	→ 9.8	3	筋力トレーニング	9.2	→ 9.2	→ 8.2
4	ジョギング・ランニング	6.9	→ 6.5	→ 6.5	4	ジョギング・ランニング	4.9	→ 4.7	→ 4.5
5	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	3.9	→ 2.4	→ 3.4	5	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	6.3	→ 3.5	→ 4.2
6	ゴルフ(練習場)	2.3	→ 2.1	→ 3.3		ゴルフ(コース)	2.0	→ 2.5	→ 3.2
7	ゴルフ(コース)	2.9	→ 2.1	→ 3.0	6	ゴルフ(練習場)	2.0	→ 2.6	→ 3.2
8	ヨガ	2.4	→ 3.2	→ 2.9	8	ヨガ	3.5	→ 2.9	→ 3.0
9	サイクリング	4.4	→ 3.4	→ 2.7	9	サイクリング	3.7	→ 3.6	→ 2.7
10	釣り	2.1	→ 3.4	→ 2.5	10	登山	1.0	→ 2.0	→ 2.0
	運動・スポーツは行っていない	55.9	→ 61.8	→ 56.6		運動・スポーツは行っていない	55.5	→ 60.0	→ 57.1

60 歳代 (n=937)					70 歳代 (n=724)				
順位	実施種目	2020年 2～5月	2020年 6～9月	2020年10月 ～21年1月	順位	実施種目	2020年 2～5月	2020年 6～9月	2020年10月 ～21年1月
1	ウォーキング	33.4	→ 28.5	→ 31.3	1	ウォーキング	42.5	→ 34.5	→ 40.5
2	散歩(ぶらぶら歩き)	21.2	→ 13.4	→ 15.5	2	散歩(ぶらぶら歩き)	27.9	→ 20.6	→ 22.8
3	筋力トレーニング	8.4	→ 6.9	→ 7.7	3	筋力トレーニング	9.1	→ 9.0	→ 9.6
4	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	6.3	→ 5.3	→ 5.4	4	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	12.6	→ 8.8	→ 8.9
5	ゴルフ(練習場)	4.7	→ 5.0	→ 5.0	5	ゴルフ(コース)	5.5	→ 7.2	→ 7.0
6	ゴルフ(コース)	4.7	→ 5.3	→ 4.7	6	ゴルフ(練習場)	3.7	→ 5.1	→ 4.3
7	ジョギング・ランニング	4.4	→ 3.7	→ 4.2	7	水泳	2.5	→ 3.6	→ 3.0
8	サイクリング	3.9	→ 3.5	→ 2.8	8	サイクリング	3.3	→ 3.2	→ 2.7
9	ヨガ	2.5	→ 2.7	→ 2.5	9	ヨガ	2.9	→ 3.9	→ 2.6
10	登山	1.7	→ 1.9	→ 2.2		ジョギング・ランニング	2.6	→ 2.3	→ 2.5
	ハイキング	2.5	→ 2.3	→ 2.2	10	ハイキング	1.9	→ 1.7	→ 2.5
	運動・スポーツは行っていない	46.7	→ 51.5	→ 48.5		運動・スポーツは行っていない	37.0	→ 43.4	→ 38.5

注)2020年10月～2021年1月:70歳代(n=729)

3) 【本文 P.12 関連】種目別直接スポーツ観戦率(年代別)

18～29 歳(n=766)				30 歳代(n=811)			
順位	種目	観戦率(%)		順位	種目	観戦率(%)	
		20年2月 21年1月	20年10月 21年1月			20年2月 21年1月	20年10月 21年1月
1	プロ野球 (NPB)	8.9	6.9	1	プロ野球 (NPB)	6.5	5.2
2	Jリーグ (J1、J2、J3)	4.2	3.4	2	Jリーグ (J1、J2、J3)	2.7	1.6
3	高校野球	3.0	2.0	3	マラソン・駅伝	1.5	1.1
4	メジャーリーグ (アメリカ大リーグ)	2.0	1.6	4	高校野球	1.1	0.6
5	サッカー-日本代表試合 (五輪代表含む)	1.7	1.2	4	海外プロサッカー (欧州、南米など)	1.1	0.9
	この期間にスポーツ観戦はしていない	83.6	85.6		この期間にスポーツ観戦はしていない	88.7	90.9

40 歳代(n=958)				50 歳代(n=804)			
順位	種目	観戦率(%)		順位	種目	観戦率(%)	
		20年2月 21年1月	20年10月 21年1月			20年2月 21年1月	20年10月 21年1月
1	プロ野球 (NPB)	4.8	3.4	1	プロ野球 (NPB)	4.5	2.5
2	Jリーグ (J1、J2、J3)	3.1	1.8	2	Jリーグ (J1、J2、J3)	1.9	1.4
3	サッカー-日本代表試合 (五輪代表含む)	1.3	0.8	3	高校野球	0.9	0.4
	マラソン・駅伝	1.3	1.0	3	大相撲	0.9	0.7
5	高校野球	1.0	0.5	5	フィギュアスケート	0.7	0.6
	この期間にスポーツ観戦はしていない	89.0	91.9	5	格闘技 (ボクシング、総合格闘技など)	0.7	0.7
					この期間にスポーツ観戦はしていない	89.7	92.8

60 歳代(n=937)				70 歳代(n=729)			
順位	種目	観戦率(%)		順位	種目	観戦率(%)	
		20年2月 21年1月	20年10月 21年1月			20年2月 21年1月	20年10月 21年1月
1	プロ野球 (NPB)	3.1	2.0	1	プロ野球 (NPB)	2.9	1.5
2	マラソン・駅伝	2.6	2.3	2	大相撲	2.6	2.5
3	フィギュアスケート	1.6	1.4	3	マラソン・駅伝	1.5	1.4
4	大相撲	1.5	1.2	4	高校野球	1.2	0.8
5	プロゴルフ	1.2	1.0	5	Jリーグ (J1、J2、J3)	1.0	0.7
	この期間にスポーツ観戦はしていない	91.4	93.2		この期間にスポーツ観戦はしていない	92.2	94.2

4) 【本文 P.14 関連】種目別テレビやインターネットでの観戦率(年代別)

18～29 歳(n=766)			
順位	種 目	観戦率(%)	
		20年2月 21年1月	20年10月 21年1月
1	プロ野球 (NPB)	20.0	16.6
2	マラソン・駅伝	8.1	7.4
3	Jリーグ (J1、J2、J3)	7.6	7.0
4	高校野球	7.4	3.7
5	大相撲	5.6	4.8
	この期間にスポーツ観戦はしていない	63.1	65.8

30 歳 代(n=811)			
順位	種 目	観戦率(%)	
		20年2月 21年1月	20年10月 21年1月
1	プロ野球 (NPB)	21.9	18.4
2	マラソン・駅伝	10.9	10.5
3	Jリーグ (J1、J2、J3)	9.4	7.9
4	大相撲	7.2	6.5
5	サッカー-日本代表試合 (五輪代表含む)	6.0	4.1
	この期間にスポーツ観戦はしていない	64.2	66.5

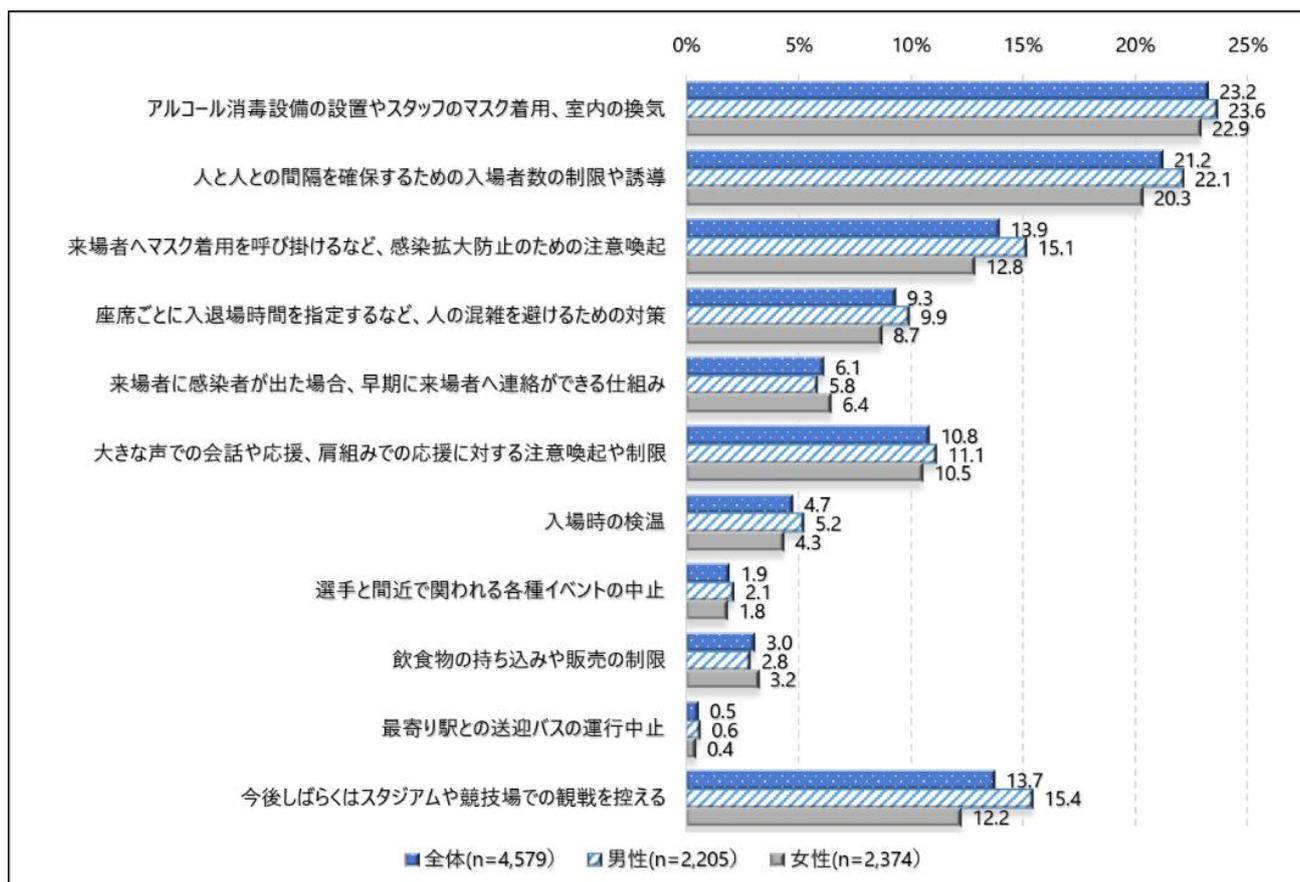
40 歳 代(n=958)			
順位	種 目	観戦率(%)	
		20年2月 21年1月	20年10月 21年1月
1	プロ野球 (NPB)	22.3	17.7
2	マラソン・駅伝	12.1	11.2
3	大相撲	10.3	9.0
4	高校野球	9.5	3.5
5	フィギュアスケート	8.6	7.3
	この期間にスポーツ観戦はしていない	62.1	65.1

50 歳 代(n=804)			
順位	種 目	観戦率(%)	
		20年2月 21年1月	20年10月 21年1月
1	プロ野球 (NPB)	22.9	17.8
2	マラソン・駅伝	17.8	16.5
3	フィギュアスケート	12.2	11.1
4	大相撲	10.6	10.0
5	高校野球	10.3	3.2
	この期間にスポーツ観戦はしていない	56.3	59.6

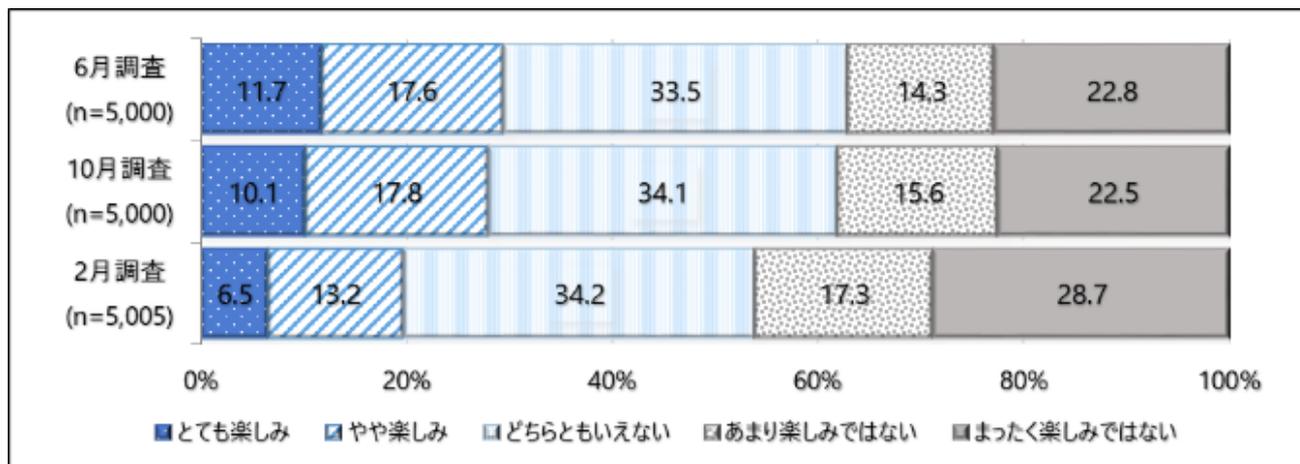
60 歳 代(n=937)			
順位	種 目	観戦率(%)	
		20年2月 21年1月	20年10月 21年1月
1	マラソン・駅伝	28.5	26.0
2	プロ野球 (NPB)	24.0	16.8
3	大相撲	20.8	19.2
4	フィギュアスケート	20.1	17.4
5	高校野球	10.4	5.2
	プロゴルフ	10.4	8.6
	この期間にスポーツ観戦はしていない	46.9	50.3

70 歳 代(n=729)			
順位	種 目	観戦率(%)	
		20年2月 21年1月	20年10月 21年1月
1	大相撲	37.6	35.8
2	マラソン・駅伝	34.8	32.4
3	プロ野球 (NPB)	31.7	23.7
4	フィギュアスケート	24.0	21.7
5	高校野球	15.9	5.3
	この期間にスポーツ観戦はしていない	37.2	40.1

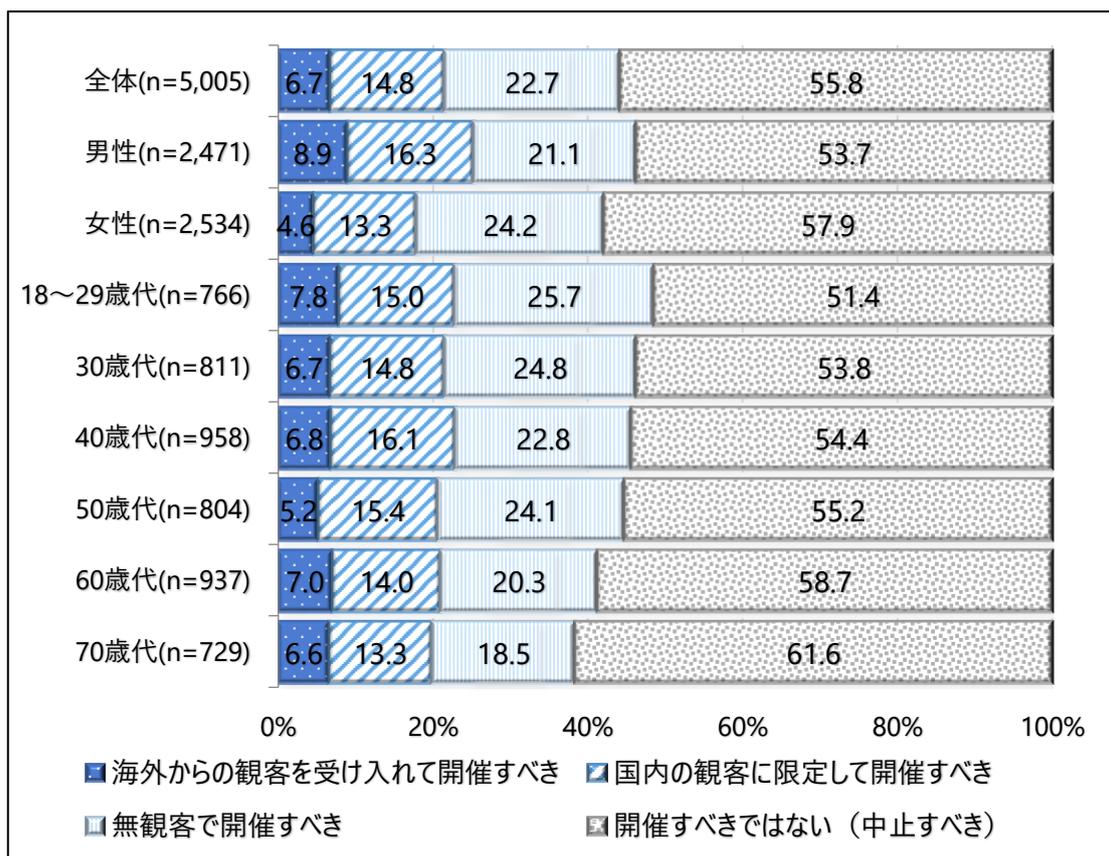
5) 【本文 P.16 関連】スポーツ観戦再開に向けてイベント主催者に期待する対策



6) 【本文 P.20 関連】東京 2020 オリンピック・パラリンピックへの期待



7) 【本文 P.21 関連】東京 2020 オリンピック・パラリンピックの開催についての考え



8) 【本文 P.17 関連】2020年1月以降の働き方に関する制度導入状況(職種別)

在宅勤務(n=841)		時差出勤(n=457)		時短勤務(n=304)	
	%		%		%
会社勤務 (一般社員)	47.0	会社勤務 (一般社員)	49.9	会社勤務 (一般社員)	43.8
会社勤務 (管理職)	14.7	会社勤務 (管理職)	17.3	パート・アルバイト	14.5
公務員・教職員・非営利団体職員	10.6	公務員・教職員・非営利団体職員	12.9	会社勤務 (管理職)	14.1
派遣社員・契約社員	9.4	派遣社員・契約社員	9.6	派遣社員・契約社員	9.9
パート・アルバイト	5.8	パート・アルバイト	4.4	公務員・教職員・非営利団体職員	7.9
自営業 (商工サービス)	4.3	会社経営 (経営者・役員)	3.3	会社経営 (経営者・役員)	3.3
S O H O	3.0	自営業 (商工サービス)	1.1	自営業 (商工サービス)	3.0
会社経営 (経営者・役員)	2.7	専門職 (弁護士・税理士等・医療関連)	0.7	その他の職業	1.6
その他の職業	1.7	S O H O	0.4	S O H O	1.0
専門職 (弁護士・税理士等・医療関連)	0.8	その他の職業	0.4	専門職 (弁護士・税理士等・医療関連)	1.0
農林漁業	0.0	農林漁業	0.0	農林漁業	0.0

フレックスタイム制度(n=249)		サテライトオフィス勤務(n=86)		上記の制度は導入されていない(n=2,073)	
	%		%		%
会社勤務 (一般社員)	58.6	会社勤務 (一般社員)	44.2	会社勤務 (一般社員)	35.9
会社勤務 (管理職)	16.1	会社勤務 (管理職)	29.1	パート・アルバイト	26.2
派遣社員・契約社員	9.2	公務員・教職員・非営利団体職員	10.5	派遣社員・契約社員	6.9
会社経営 (経営者・役員)	5.6	派遣社員・契約社員	9.3	自営業 (商工サービス)	6.4
公務員・教職員・非営利団体職員	5.2	会社経営 (経営者・役員)	1.2	公務員・教職員・非営利団体職員	6.3
パート・アルバイト	1.6	自営業 (商工サービス)	1.2	専門職 (弁護士・税理士等・医療関連)	5.1
専門職 (弁護士・税理士等・医療関連)	1.2	S O H O	1.2	会社勤務 (管理職)	4.8
自営業 (商工サービス)	0.8	専門職 (弁護士・税理士等・医療関:	1.2	その他の職業	4.0
S O H O	0.8	パート・アルバイト	1.2	会社経営 (経営者・役員)	2.6
その他の職業	0.8	その他の職業	1.2	S O H O	0.9
農林漁業	0.0	農林漁業	0.0	農林漁業	0.8

9) 【本文 P.18 関連】各期間におけるテレワークや時差出勤等の利用率(全体・性別・年代別)

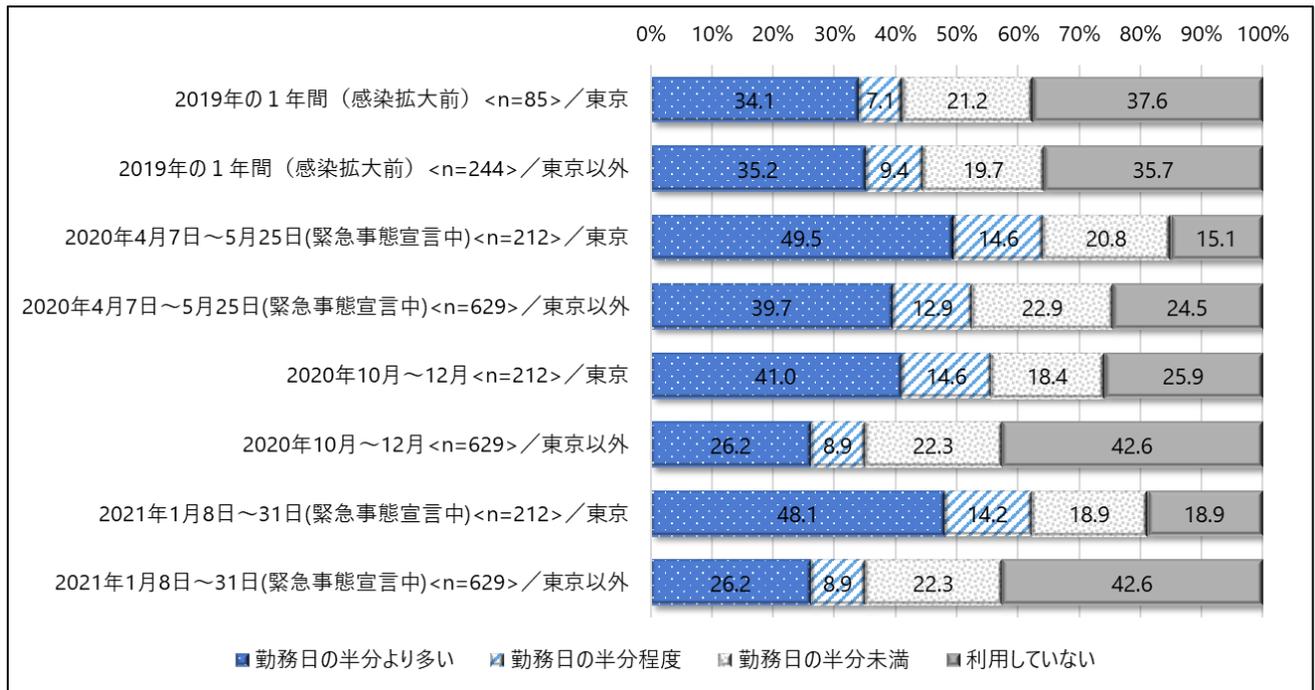
在宅勤務		全体 (n=329)	男性 (n=240)	女性 (n=89)	18～29歳 (n=49)	30歳代 (n=78)	40歳代 (n=66)	50歳代 (n=74)	60歳代 (n=51)	70歳代 (n=11)
	2019年の1年間（感染拡大前）	63.9	65.9	58.4	63.3	74.4	62.1	59.5	55.0	72.7
		全体 (n=841)	男性 (n=574)	女性 (n=267)	18～29歳 (n=127)	30歳代 (n=180)	40歳代 (n=203)	50歳代 (n=177)	60歳代 (n=136)	70歳代 (n=18)
	2020年4月7日～5月25日 (緊急事態宣言中)	77.9	77.5	78.6	80.2	82.1	76.9	75.6	72.1	94.4
	2020年10月～12月	61.6	62.2	60.4	59.8	70.0	60.6	57.0	55.9	88.9
	2021年1月8日～31日 (緊急事態宣言中)	69.3	70.4	67.0	73.3	76.6	68.0	63.8	61.0	99.9

時差出勤		全体 (n=240)	男性 (n=181)	女性 (n=59)	18～29歳 (n=46)	30歳代 (n=50)	40歳代 (n=47)	50歳代 (n=54)	60歳代 (n=37)	70歳代 (n=6)
	2019年の1年間（感染拡大前）	49.1	46.4	57.5	63.1	60.0	34.1	53.7	27.0	66.6
		全体 (n=457)	男性 (n=308)	女性 (n=149)	18～29歳 (n=64)	30歳代 (n=96)	40歳代 (n=113)	50歳代 (n=106)	60歳代 (n=71)	70歳代 (n=7)
	2020年4月7日～5月25日 (緊急事態宣言中)	58.0	56.8	60.4	62.5	61.4	50.5	56.6	62.0	71.5
	2020年10月～12月	51.8	51.2	52.9	61.0	55.2	42.5	51.8	52.1	71.5
	2021年1月8日～31日 (緊急事態宣言中)	55.0	53.9	57.1	59.4	59.4	45.1	55.6	57.8	71.5

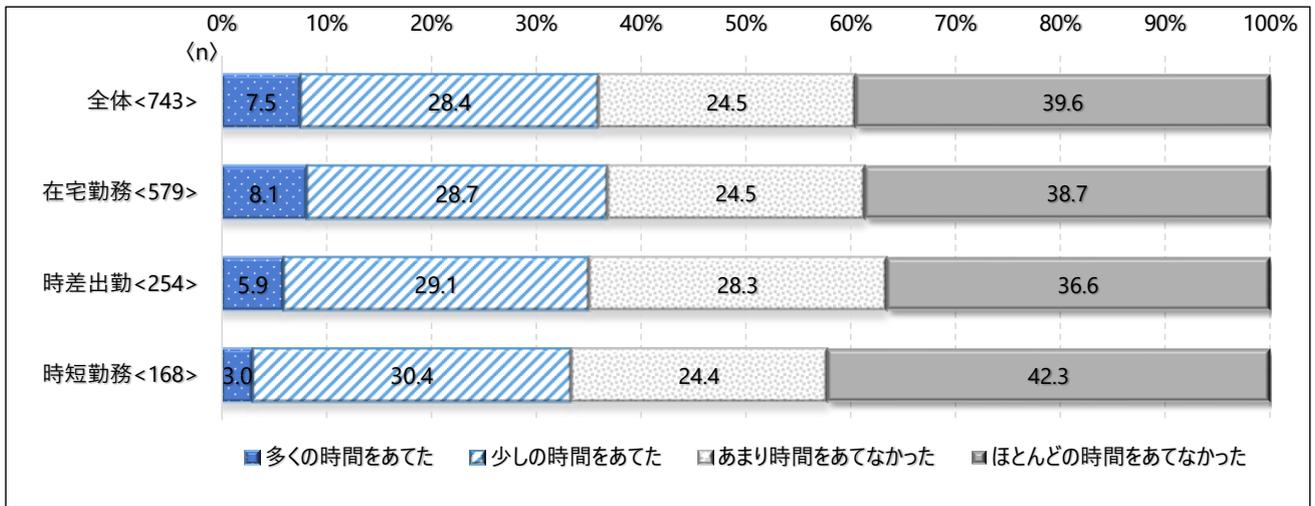
時短勤務		全体 (n=229)	男性 (n=134)	女性 (n=95)	18～29歳 (n=42)	30歳代 (n=52)	40歳代 (n=53)	50歳代 (n=46)	60歳代 (n=32)	70歳代 (n=4)
	2019年の1年間（感染拡大前）	28.9	29.9	27.4	38.1	32.7	20.7	26.0	25.0	50.0
		全体 (n=304)	男性 (n=179)	女性 (n=125)	18～29歳 (n=50)	30歳代 (n=61)	40歳代 (n=68)	50歳代 (n=62)	60歳代 (n=54)	70歳代 (n=9)
	2020年4月7日～5月25日 (緊急事態宣言中)	56.6	53.6	60.8	54.0	57.3	57.3	50.1	63.0	66.6
	2020年10月～12月	48.7	44.7	54.4	56.0	42.7	45.5	43.6	55.5	66.6
	2021年1月8日～31日 (緊急事態宣言中)	51.0	47.0	56.8	58.0	47.5	47.1	46.7	55.6	66.6

注)勤務場所に関わらず、表示されている期間内の働く日数＝勤務日として、利用した人(選択肢:「勤務日の半分より多い」～「勤務日の半分未満」)ベースで算出。

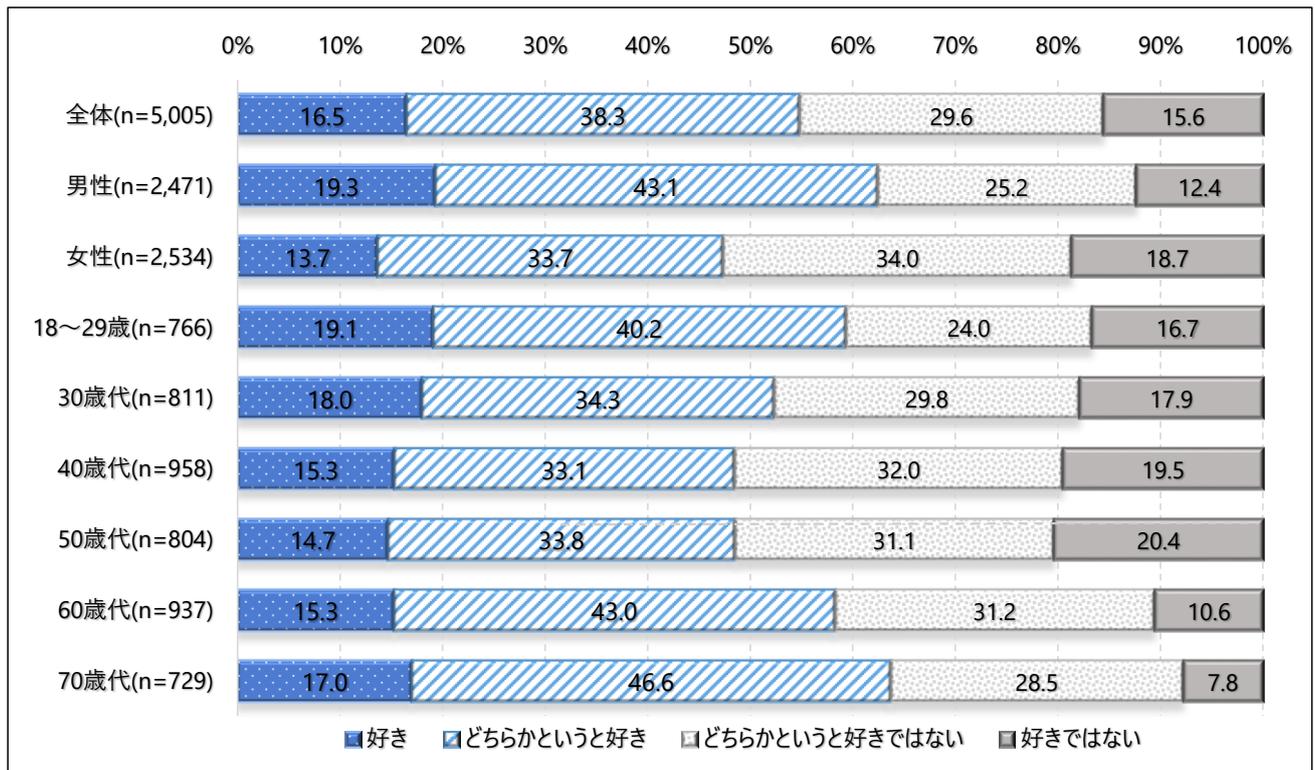
10) 【本文 P.18 関連】東京とそれ以外の地域における在宅勤務の利用状況



11) 【本文 P.19 関連】テレワーク利用により生まれた時間のうち運動スポーツ実施にあてた割合



12) 身体を動かすことが好きか





## 5. 調査票(単純集計結果)

SC1 あなたの性別をお知らせください。(n=5,005)

1 男性 2,471(49.4)      2 女性 2,534(50.6)

SC2 あなたの年齢をお知らせください。(n=5,005)

平均 49.41 歳

SC3 あなたのお住まい(都道府県)をお知らせください。(n=5,005)

北海道	217(4.3)	滋賀県	56(1.1)
青森県	53(1.1)	京都府	104(2.1)
岩手県	44(0.9)	大阪府	347(6.9)
宮城県	126(2.5)	兵庫県	237(4.7)
秋田県	39(0.8)	奈良県	55(1.1)
山形県	44(0.9)	和歌山県	18(0.4)
福島県	61(1.2)	鳥取県	24(0.5)
茨城県	64(1.3)	島根県	17(0.3)
栃木県	40(0.8)	岡山県	64(1.3)
群馬県	44(0.9)	広島県	112(2.2)
埼玉県	289(5.8)	山口県	50(1.0)
千葉県	241(4.8)	徳島県	37(0.7)
東京都	676(13.5)	香川県	42(0.8)
神奈川県	379(7.6)	愛媛県	48(1.0)
新潟県	86(1.7)	高知県	23(0.5)
富山県	54(1.1)	福岡県	217(4.3)
石川県	50(1.0)	佐賀県	25(0.5)
福井県	27(0.5)	長崎県	57(1.1)
山梨県	36(0.7)	熊本県	72(1.4)
長野県	82(1.6)	大分県	34(0.7)
岐阜県	65(1.3)	宮崎県	41(0.8)
静岡県	113(2.3)	鹿児島県	58(1.2)
愛知県	310(6.2)	沖縄県	50(1.0)
三重県	77(1.5)		

SC4 あなたは結婚していらっしゃいますか。(n=5,005)

1 未婚 1,701(34.0)      2 既婚 2,846(56.9)      3 離別死別 458(9.2)

SC5 あなたにはお子さまがいらっしゃいますか。(n=5,005)

1 同居している子どもがいる 1,562(31.2)

2 同居はしていないが子どもがいる 1,083(21.6)

3 子どもはいない 2,360(47.2)

## 子どもがいると回答した方への質問

SQ5 一番下のお子様の年齢を教えてください。お子様がひとりの方は、お子様の学齢を教えてください。(n=2,645)

1 未就学	385(14.6)
2 小学生(1,2年生)	106(4.0)
3 小学生(3,4年生)	83(3.1)
4 小学生(5,6年生)	98(3.7)
5 中学生	115(4.3)
6 高校生	137(5.2)
7 大学・大学院・短大・専門学校・進学予備校などの学生	169(6.4)
8 社会人	1,552(58.7)

SC6 あなたの職業をお知らせください。(n=5,005)

会社勤務（一般社員）	1,257(25.1)	農林漁業	17(0.3)
会社勤務（管理職）	245(4.9)	専門職（弁護士・税理士等・医療関連）	117(2.3)
会社経営（経営者・役員）	89(1.8)	パート・アルバイト	639(12.8)
公務員・教職員・非営利団体職員	248(5.0)	専業主婦・主夫	889(17.8)
派遣社員・契約社員	240(4.8)	学生	155(3.1)
自営業（商工サービス）	175(3.5)	無職	785(15.7)
SOHO	46(0.9)	その他の職業	103(2.1)

## 既婚者への質問

SQ6-1 あなたとあなたの配偶者の働き方を教えてください。(n=2,846)

1 夫婦共働き（パート・アルバイトを含む）	1,176(41.3)
2 夫・妻のどちらかが働いている	1,079(37.9)
3 夫・妻どちらも働いていない（定年退職も含む）	581(20.4)
4 その他（ ）	10(0.4)

SQ6-2 下記の期間において、あなたとあなたの配偶者の家事、育児・子育て分担状況についていちばん近いと思うものをそれぞれお答えください。(それぞれひとつずつ)

	2019年の1年間		2020年の1年間	
	家事 (n=2,846)	育児・ 子育て (n=836)	家事 (n=2,846)	育児・ 子育て (n=836)
妻がほぼすべて担っている	1,592(55.9)	318(38.0)	1,515(53.2)	314(37.6)
どちらかといえば妻が多く担っているが、夫も一部担っている	885(31.1)	359(42.9)	925(32.5)	365(43.7)
夫と妻で平等に分担している	243(8.5)	96(11.5)	275(9.7)	109(13.0)
どちらかといえば夫が多く担っているが、妻も一部担っている	50(1.8)	11(1.3)	54(1.9)	17(2.0)
夫がほぼ全て担っている	37(1.3)	9(1.1)	41(1.4)	7(0.8)
夫婦以外(親、親族等)が主に担っている	23(0.8)	2(0.2)	22(0.8)	6(0.7)
その他( )	16(0.6)	1(0.1)	14(0.5)	1(0.1)
この期間は育児・子育てをしていない		40(4.8)		17(2.0)

SC7 あなたご自身やあなたのご家族に、次のところにお勤めの方はいらっしゃいますか。あてはまるものを全てお知らせください。(いくつでも)(n=5,005)

エネルギー・素材・産業機械	167(3.3)	情報・通信	266(5.3)
食品	182(3.6)	流通・小売業	427(8.5)
飲料・嗜好品	48(1.0)	金融・保険	236(4.7)
薬品・医療用品	64(1.3)	交通・レジャー	132(2.6)
化粧品・トイレットリー・サニタリー	38(0.8)	外食・各種サービス	265(5.3)
ファッション・アクセサリー	53(1.1)	官公庁・団体	313(6.3)
精密機械・事務用品	71(1.4)	教育・医療サービス・宗教	621(12.4)
家電・AV機器	103(2.1)	新聞・雑誌・テレビ・ラジオ・広告等マスコミ関係	0(0.0)
自動車・輸送機器	201(4.0)	市場調査	0(0.0)
家庭用品	12(0.2)	その他	772(15.4)
趣味・スポーツ用品	15(0.3)	この中にあてはまるものはない	1,719(34.3)
不動産・住宅設備	169(3.4)		

SC8 失礼ですが、あなたのお宅の世帯年収は大体どの位ですか。(n=5,005)

～199万円	399(8.0)	800～899万円	181(3.6)
200～299万円	445(8.9)	900～999万円	169(3.4)
300～399万円	576(11.5)	1,000～1,499万円	334(6.7)
400～499万円	478(9.6)	1,500～1,999万円	56(1.1)
500～599万円	434(8.7)	2,000万円～	39(0.8)
600～699万円	323(6.5)	収入なし	42(0.8)
700～799万円	291(5.8)	わからない・答えられない	1,238(24.7)

Q1 あなたは、2020年2月～2021年1月(過去1年間)と2020年10月～2021年1月(直近4か月)に運動・スポーツ(学校の授業は除きますが、学校や職場でのクラブ活動は含む)を行いましたか。下の種目一覧のあてはまる種目すべてにチェックをしてください。

あてはまる種目名がない場合は「その他」に具体的にご記入ください。

一度も行わなかった人は、「運動・スポーツは行わなかった」にチェックをしてください。

(それぞれいくつでも) (n=5,005)

	2020年2月 ～ 2021年1月 過去1年間	2020年10月 ～ 2021年1月 直近4か月		2020年2月 ～ 2021年1月 過去1年間	2020年10月 ～ 2021年1月 直近4か月
(ア行) アイススケート	82(1.6)	59(1.2)	(タ行) 太極拳	25(0.5)	21(0.4)
アクアエクササイズ(水中歩行・運動など)	83(1.7)	62(1.2)	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	244(4.9)	229(4.6)
ウォーキング	1,371(27.4)	1,263(25.2)	卓球	72(1.4)	45(0.9)
エアロビックダンス	62(1.2)	44(0.9)	つな引き	3(0.1)	1(0.0)
(カ行) 海水浴	72(1.4)	20(0.4)	釣り	114(2.3)	74(1.5)
カヌー	22(0.4)	12(0.2)	テニス(硬式テニス)	81(1.6)	64(1.3)
空手	27(0.5)	19(0.4)	登山	124(2.5)	79(1.6)
キャッチボール	79(1.6)	53(1.1)	(ナ行) なわとび	98(2.0)	63(1.3)
キャンプ	79(1.6)	42(0.8)	(ハ行) ハイキング	113(2.3)	72(1.4)
筋力トレーニング	558(11.1)	498(10.0)	バスケットボール	28(0.6)	22(0.4)
グラウンドゴルフ	36(0.7)	18(0.4)	バドミントン	56(1.1)	32(0.6)
ゲートボール	10(0.2)	8(0.2)	バレーボール	35(0.7)	22(0.4)
剣道	20(0.4)	16(0.3)	ハンドボール	8(0.2)	4(0.1)
ゴルフ(コース)	236(4.7)	182(3.6)	パークゴルフ	16(0.3)	11(0.2)
ゴルフ(練習場)	212(4.2)	171(3.4)	ピラティス	38(0.8)	26(0.5)
(サ行) サイクリング	187(3.7)	141(2.8)	フットサル	30(0.6)	23(0.5)
サッカー	68(1.4)	41(0.8)	フライングディスク(frisbee)	7(0.1)	4(0.1)
サーフィン	23(0.5)	15(0.3)	フラダンス	18(0.4)	13(0.3)
散歩(ぶらぶら歩き)	789(15.8)	709(14.2)	ボウリング	99(2.0)	47(0.9)
柔道	9(0.2)	6(0.1)	ボクシング	12(0.2)	9(0.2)
乗馬	19(0.4)	8(0.2)	ボルダリング	15(0.3)	6(0.1)
ジョギング・ランニング	324(6.5)	271(5.4)	ボート・漕艇	5(0.1)	2(0.0)
水泳	133(2.7)	86(1.7)	(ヤ行) 野球	66(1.3)	44(0.9)
社交ダンス	14(0.3)	10(0.2)	ヨーガ	151(3.0)	124(2.5)
スキー	65(1.3)	33(0.7)	(ラ行) 陸上競技	11(0.2)	8(0.2)
スクーバダイビング	19(0.4)	7(0.1)	ロードレース(駅伝・マラソンなど)	22(0.4)	13(0.3)
スノーボード	43(0.9)	24(0.5)	その他( )	58(1.2)	50(1.0)
ソフトテニス(軟式テニス)	22(0.4)	14(0.3)	その他( )	4(0.1)	4(0.1)
ソフトバレー	15(0.3)	10(0.2)	その他( )	0(0.0)	0(0.0)
ソフトボール	15(0.3)	8(0.2)	運動・スポーツは行わなかった／	2,483	2,632
			新たに始めた・実施した種目はない	(49.6)	(52.6)

Q2 2020年2月～2021年1月(過去1年間)と2020年10月～2021年1月(直近4か月)に、あなたが運動・スポーツを実施した日数を平均すると、何日くらいになりますか。それぞれの期間の中から1つだけお答えください。(それぞれひとつずつ)

	2020年2月～2021年1月 (過去1年間) (n=2,522)	2020年10月～2021年1月 (直近4か月) (n=2,373)
週に5日以上	541(21.5)	521(22.0)
週に3日以上	460(18.2)	416(17.5)
週に2日以上	438(17.4)	396(16.7)
週に1日以上	473(18.8)	452(19.0)
月に1～3日	339(13.4)	351(14.8)
3か月に1～2日	104(4.1)	153(6.4)
年に1～3日	97(3.8)	
わからない	70(2.8)	84(3.5)

Q3 新型コロナウイルスの影響で、以下に示すあなたの生活に変化はありましたか。(それぞれひとつずつ) (n=5,005)

	増えた	変わらない	減った	ない/していない
通勤・通学時間/回数	78(1.6)	2,485(49.7)	832(16.6)	1,610(32.2)
働く時間や学校の時間	153(3.1)	2,644(52.8)	703(14.0)	1,505(30.1)
家事や育児・介護の時間	619(12.4)	3,063(61.2)	120(2.4)	1,203(24.0)
一人で過ごす時間	1,073(21.4)	3,189(63.7)	547(10.9)	196(3.9)
家族と過ごす時間	1,289(25.8)	3,017(60.3)	313(6.3)	386(7.7)
睡眠時間	581(11.6)	4,029(80.5)	395(7.9)	
余暇時間(自由な時間)	980(19.6)	3,452(69.0)	431(8.6)	142(2.8)
買い物に行く回数	344(6.9)	2,656(53.1)	1,839(36.7)	166(3.3)
収入(アルバイト代なども含む)	111(2.2)	3,009(60.1)	1,051(21.0)	834(16.7)

Q4 新型コロナウイルスの影響により、2020年10月～2021年1月の間にあなたの運動・スポーツ環境にどのような変化がありましたか。あてはまるものすべてにチェックをしてください。(いくつでも) (n=5,005)

- 1 普段利用しているスポーツクラブやスポーツ施設が休業している(または閉鎖した) 316(6.3)
- 2 休業していた普段利用しているスポーツクラブやスポーツ施設が再開した 252(5.0)
- 3 利用を予定していたスキー場やスケート場、キャンプ場、川、山などのアウトドアレジャー施設が休業した(または閉鎖した) 115(2.3)
- 4 普段利用している近隣の公園や広場が利用できない 129(2.6)
- 5 普段利用している近隣の公園や広場が利用できるようになった 72(1.4)
- 6 参加する予定であった大会やイベントが延期・中止になった 425(8.5)
- 7 開催が延期されていた・新たに開催されたスポーツ大会やイベントに参加した 44(0.9)
- 8 所属するスポーツチームやサークル・同好会の活動が休止している 150(3.0)
- 9 所属するスポーツチームやサークル・同好会の活動が再開した 59(1.2)
- 10 自宅や自宅の周辺で運動・スポーツを行うことが増えた 416(8.3)
- 11 自宅や自宅の周辺で運動・スポーツを行うことが減った 218(4.4)
- 12 その他( ) 18(0.4)
- 13 特に変化はなかった 3,579(71.5)

Q5 あなたが、2020年2月～2021年1月（過去1年間）と2020年10月～2021年1月（直近4か月）に観戦したスポーツ種目は何ですか。競技場やグラウンドなどでの直接観戦と、テレビやインターネットでの観戦それぞれについて、あてはまるスポーツ種目すべてにチェックをしてください。観戦したことがない場合は「この期間にスポーツ観戦はしていない」にチェックをしてください。（それぞれいくつでも）（n=5,005）

種目	直接観戦		テレビやインターネットでの観戦	
	2020年2月～ 2021年1月 過去1年間	2020年10月 ～2021年1月 直近4か月	2020年2月～ 2021年1月 過去1年間	2020年10月 ～2021年1月 直近4か月
プロ野球(NPB)	253(5.1)	178(3.6)	1,185(23.7)	919(18.4)
メジャーリーグ(アメリカ大リーグ)	42(0.8)	30(0.6)	269(5.4)	192(3.8)
高校野球	66(1.3)	39(0.8)	490(9.8)	202(4.0)
アマチュア野球(大学、社会人など)	31(0.6)	19(0.4)	61(1.2)	42(0.8)
Jリーグ(J1、J2、J3)	116(2.3)	80(1.6)	391(7.8)	326(6.5)
海外プロサッカー(欧州、南米など)	28(0.6)	20(0.4)	156(3.1)	130(2.6)
サッカー日本代表試合(五輪代表含む)	41(0.8)	28(0.6)	306(6.1)	185(3.7)
サッカー日本女子代表試合(なでしこジャパン)	16(0.3)	9(0.2)	87(1.7)	57(1.1)
サッカー(高校、大学、JFLなど)	23(0.5)	15(0.3)	203(4.1)	174(3.5)
プロバスケットボール(Bリーグ)	20(0.4)	9(0.2)	67(1.3)	59(1.2)
海外プロバスケットボール(NBAなど)	7(0.1)	4(0.1)	46(0.9)	38(0.8)
バスケットボール(高校、大学、WJBLなど)	11(0.2)	5(0.1)	54(1.1)	50(1.0)
バレーボール日本代表試合(龍神 NIPPON)	5(0.1)	3(0.1)	54(1.1)	33(0.7)
バレーボール日本女子代表試合(火の鳥 NIPPON)	9(0.2)	5(0.1)	66(1.3)	41(0.8)
バレーボール(高校、大学、Vリーグなど)	13(0.3)	10(0.2)	77(1.5)	67(1.3)
大相撲	63(1.3)	53(1.1)	754(15.1)	697(13.9)
マラソン・駅伝	69(1.4)	59(1.2)	930(18.6)	862(17.2)
ラグビー	30(0.6)	17(0.3)	239(4.8)	184(3.7)
プロテニス	17(0.3)	11(0.2)	231(4.6)	148(3.0)
プロゴルフ	32(0.6)	23(0.5)	307(6.1)	255(5.1)
フィギュアスケート	39(0.8)	29(0.6)	600(12.0)	526(10.5)
格闘技(ボクシング、総合格闘技など)	27(0.5)	21(0.4)	269(5.4)	245(4.9)
F1やNASCARなど自動車レース	18(0.4)	17(0.3)	81(1.6)	61(1.2)
その他( )	6(0.1)	4(0.1)	27(0.5)	21(0.4)
この期間にスポーツ観戦はしていない	4,461(89.1)	4,579(91.5)	2,762(55.2)	2,909(58.1)

**Q5で直接観戦 2020年10月～2021年1月の期間で1つ以上観戦したと回答した人への設問**

Q6 スタジアムや競技場に足を運んでスポーツ観戦をした時、会場で実施されていた感染症対策について、十分だと感じましたか。実施されていなかった、またはその会場に該当しない項目は「該当なし」にチェックをしてください。(それぞれひとつずつ) (n=426)

	十分だと感じた	不十分だと感じた	該当なし
アルコール消毒設備の設置やスタッフのマスク着用、室内の換気	227(53.3)	89(20.9)	110(25.8)
来場者へマスク着用を呼び掛けるなど、感染拡大防止のための注意喚起	199(46.7)	113(26.5)	114(26.8)
人と人との間隔を確保するための入場者数の制限や誘導	180(42.3)	121(28.4)	125(29.3)
座席ごとに入退場時間を指定するなど、人の混雑を避けるための対策	203(47.7)	109(25.6)	114(26.8)
選手と間近で関われる各種イベントの中止	190(44.6)	105(24.6)	131(30.8)
飲食物の持ち込みや販売の制限	188(44.1)	107(25.1)	131(30.8)
大きな声での会話や応援、肩組みでの応援に対する注意喚起や制限	203(47.7)	107(25.1)	116(27.2)
最寄り駅との送迎バスの運行中止	152(35.7)	117(27.5)	157(36.9)
来場者に感染者が出た場合、早期に来場者へ連絡ができる仕組み	172(40.4)	112(26.3)	142(33.3)
入場時の検温	212(49.8)	103(24.2)	111(26.1)

**Q5で直接観戦 2020年10月～2021年1月の期間で「この期間にスポーツ観戦していない」と回答した人への設問**

Q7 今後スタジアムや競技場に足を運んでスポーツ観戦をする(再開する)ために、イベント主催者に期待する対策は何ですか。3つまで選んでください。(3つまで) (n=4,579)

1 アルコール消毒設備の設置やスタッフのマスク着用、室内の換気	1,063(23.2)
2 来場者へマスク着用を呼び掛けるなど、感染拡大防止のための注意喚起	638(13.9)
3 人と人との間隔を確保するための入場者数の制限や誘導	970(21.2)
4 座席ごとに入退場時間を指定するなど、人の混雑を避けるための対策	425(9.3)
5 選手と間近で関われる各種イベントの中止	89(1.9)
6 飲食物の持ち込みや販売の制限	137(3.0)
7 大きな声での会話や応援、肩組みでの応援に対する注意喚起や制限	493(10.8)
8 最寄り駅との送迎バスの運行中止	23(0.5)
9 来場者に感染者が出た場合、早期に来場者へ連絡ができる仕組み	280(6.1)
10 入場時の検温	217(4.7)
11 その他 ( )	9(0.2)
12 今後しばらくはスタジアムや競技場での観戦を控える	629(13.7)
13 今後もスタジアムや競技場でのスポーツ観戦をするつもりはない	2,337(51.0)



Q10 2021年に延期された、東京2020オリンピック・パラリンピックについてどう思いますか。(n=5,005)

- |               |             |
|---------------|-------------|
| 1 とても楽しみ      | 325(6.5)    |
| 2 やや楽しみ       | 663(13.2)   |
| 3 どちらともいえない   | 1,713(34.2) |
| 4 あまり楽しみではない  | 868(17.3)   |
| 5 まったく楽しみではない | 1,436(28.7) |

Q11 Q10(東京2020オリンピック・パラリンピックについて)で回答した理由を教えてください。あてはまるものにチェックをしてください。3つまで選んでください(3つまで)(n=5,005)

- |                               |             |
|-------------------------------|-------------|
| 1 オリンピック・パラリンピックが好き           | 603(12.0)   |
| 2 オリンピック・パラリンピックに興味がない        | 795(15.9)   |
| 3 スポーツが好き                     | 503(10.0)   |
| 4 スポーツに興味がない                  | 456(9.1)    |
| 5 観たい競技がある                    | 498(10.0)   |
| 6 観たい競技がない                    | 161(3.2)    |
| 7 チケットを持っている                  | 83(1.7)     |
| 8 チケットを持っていない                 | 270(5.4)    |
| 9 自国(日本)開催                    | 422(8.4)    |
| 10 開催中止の可能性がある                | 988(19.7)   |
| 11 日本や世界に元気と感動を与えてくれる         | 182(3.6)    |
| 12 新型コロナウイルスの感染拡大が不安          | 1,375(27.5) |
| 13 トップアスリートのプレーを直接観戦できる       | 55(1.1)     |
| 14 日本人選手の活躍を期待している            | 322(6.4)    |
| 15 経済効果が期待される                 | 197(3.9)    |
| 16 開催経費が高額                    | 612(12.2)   |
| 17 オリンピック・パラリンピックより優先すべきことがある | 1,529(30.5) |
| 18 その他(具体的に: )                | 87(1.7)     |

Q12 東京2020オリンピック・パラリンピックの開催について、どのように考えますか。(n=5,005)

- |                      |             |
|----------------------|-------------|
| 1 海外からの観客を受け入れて開催すべき | 335(6.7)    |
| 2 国内の観客に限定して開催すべき    | 741(14.8)   |
| 3 無観客で開催すべき          | 1,135(22.7) |
| 4 開催すべきではない(中止すべき)   | 2,794(55.8) |

Q13 あなたの身の回りに、新型コロナウイルスに感染している人や過去に感染したことがある人はいますか。(いくつでも)(n=5,005)

- |                                       |             |
|---------------------------------------|-------------|
| 1 自分自身・同居家族や同居していない親族                 | 118(2.4)    |
| 2 職場や学校、余暇活動での仲間や知人                   | 285(5.7)    |
| 3 近隣住民や同じ施設(高齢者施設や寮、入院中の病院など)で生活している人 | 110(2.2)    |
| 4 その他(上記以外)の知人・友人                     | 141(2.8)    |
| 5 近隣の施設や店舗の職員・従業員、関係者および利用者           | 220(4.4)    |
| 6 身の回りに感染者はいない                        | 3,921(78.3) |
| 7 答えたくない                              | 342(6.8)    |

**専業主婦・主夫、無職、学生以外の方に表示**

Q14 あなた自身の利用の有無に関わらず、あなたの職場で2019年以前、2020年1月以降に導入された制度(育児や介護によるものは除く)をそれぞれお答えください(新型コロナウイルスの影響を受け一時的・試験的に導入された場合も含む)。あてはまるものすべてにチェックをしてください。(いくつでも)

	2019年以前 (感染拡大前) (n=3,176)	2020年1月以降 (n=3,176)
在宅勤務	329(10.4)	841(26.5)
時差出勤	240(7.6)	457(14.4)
時短勤務	229(7.2)	304(9.6)
フレックスタイム制度	320(10.1)	249(7.8)
サテライトオフィス勤務	69(2.2)	86(2.7)
上記の制度は導入されていない(排他)	2,481(78.1)	2,073(65.3)

**Q14 選択肢1~3の中から選択した制度のみ表示。また選択した期間のみ表示**

Q15 Q14で回答した在宅勤務について、下記期間の利用頻度を平均するとそれぞれどのくらいですか。勤務場所に関わらず、表示されている期間内の働く日数=勤務日として、それぞれの期間の中からひとつずつチェックをしてください。(それぞれひとつずつ)

		n	勤務日の 半分より多い	勤務日の 半分程度	勤務日の 半分未満	利用 していない
在宅 勤務	2019年の1年間(感染拡大前)	329	115(35.0)	29(8.8)	66(20.1)	119(36.2)
	2020年4月7日~5月25日(緊急事態宣言中)	841	355(42.2)	112(13.3)	188(22.4)	186(22.1)
	2020年10月~12月	841	252(30.0)	87(10.3)	179(21.3)	323(38.4)
	2021年1月8日~31日(緊急事態宣言中)	841	318(37.8)	87(10.3)	178(21.2)	258(30.7)
時 差 出 勤	2019年の1年間(感染拡大前)	240	38(15.8)	37(15.4)	43(17.9)	122(50.8)
	2020年4月7日~5月25日(緊急事態宣言中)	457	127(27.8)	64(14.0)	74(16.2)	192(42.0)
	2020年10月~12月	457	106(23.2)	54(11.8)	77(16.8)	220(48.1)
	2021年1月8日~31日(緊急事態宣言中)	457	121(26.5)	52(11.4)	78(17.1)	206(45.1)
時 短 勤 務	2019年の1年間(感染拡大前)	229	24(10.5)	15(6.6)	27(11.8)	163(71.2)
	2020年4月7日~5月25日(緊急事態宣言中)	304	61(20.1)	49(16.1)	62(20.4)	132(43.4)
	2020年10月~12月	304	57(18.8)	38(12.5)	53(17.4)	156(51.3)
	2021年1月8日~31日(緊急事態宣言中)	304	62(20.4)	36(11.8)	57(18.8)	149(49.0)

**Q15で2020年4月7日以降に何らかの制度を利用した人のみ表示**

Q16 2020年4月以降、あなたは職場の制度や取り組みの利用により、以前は通勤や勤務に使っていた時間を、運動・スポーツ実施にあてましたか。(n=867)

- |                   |           |
|-------------------|-----------|
| 1 多くの時間をあてた       | 56(6.5)   |
| 2 少しの時間をあてた       | 211(24.3) |
| 3 あまり時間をあてなかった    | 182(21.0) |
| 4 ほとんどの時間をあてなかった  | 294(33.9) |
| 5 自由に使える時間はできなかった | 124(14.3) |

Q 17 あなたは、2020年の1年間に自転車に乗りましたか。あてはまるものすべてにチェックしてください。(いくつでも) (n=5,005)

- |                     |             |
|---------------------|-------------|
| 1 自分や家族が所有する自転車に乗った | 1,951(39.0) |
| 2 友人・知人が所有する自転車に乗った | 99(2.0)     |
| 3 シェアサイクルの自転車に乗った   | 69(1.4)     |
| 4 レンタサイクルの自転車に乗った   | 57(1.1)     |
| 5 自転車に乗らなかった        | 2,895(57.8) |

**Q 17で1~4を選択した人に表示**

Q 18 新型コロナウイルス感染拡大前と比べて、あなたの自転車の利用回数(頻度)に変化はありましたか。利用の目的別に、あてはまるものにチェックしてください。(それぞれひとつずつ) (n=2,110)

	増えた	変わらない	減った	感染拡大以前からしていない
近隣での買い物や用事のため	322(15.3)	1,413(67.0)	258(12.2)	117(5.5)
通勤や通学のため	111(5.3)	859(40.7)	190(9.0)	950(45.0)
健康・運動不足解消のため	168(8.0)	939(44.5)	218(10.3)	785(37.2)
サイクリングを楽しむため	112(5.3)	698(33.1)	191(9.1)	1,109(52.6)
サイクルイベントやロードレースへの参加	42(2.0)	511(24.2)	91(4.3)	1,466(69.5)

Q 19 あなたは身体を動かすことが好きですか。(n=5,005)

- |                 |             |
|-----------------|-------------|
| 1 好き            | 824(16.5)   |
| 2 どちらかというとき     | 1,918(38.3) |
| 3 どちらかというときではない | 1,483(29.6) |
| 4 好きではない        | 780(15.6)   |

---

新型コロナウイルスによる運動・スポーツへの影響に関する全国調査(2021年2月調査) 報告書

2021年3月発行

発行者 公益財団法人 笹川スポーツ財団

〒107-0052 東京都港区赤坂 1-2-2 日本財団ビル 3F

TEL 03-6229-5300 FAX 03-6229-5340

E-mail [info@ssf.or.jp](mailto:info@ssf.or.jp) URL <http://www.ssf.or.jp/>

---

無断転載、複製および転載を禁止します。引用の際は本書が出典であることを明記してください。

本事業は、ポートルースの交付金による日本財団の助成金を受けて実施しました。