

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  
(2020 年 6 月調査)

# 目 次

1. <u>調査の概要</u> -----	2
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-----	3
2) 新型コロナウイルスの影響により実施できなくなった種目・新たに始めた種目-----	7
3) 新型コロナウイルスの影響による生活の変化-----	9
4) 新型コロナウイルスの影響によるスポーツ環境の変化-----	10
5) 新型コロナウイルスの影響下で取り組んでいる運動に関する情報の入手の有無と入手先-----	11
6) スポーツ観戦状況-----	12
7) 新型コロナウイルスによるスポーツ観戦への影響-----	14
8) 今後運動・スポーツを実施する際に気を付けたいこと-----	15
9) 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-----	15
10) 東京 2020 オリンピック・パラリンピック大会への期待-----	16
3. <u>まとめと今後の取り組み</u> -----	17
4. <u>調査票(単純集計結果)</u> -----	20

## 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の機会が奪われている。また、感染封じ込めのための人と人との接触を減らす取り組みを通じて、多くの国民の身体活動量・運動量が大きく減少することが危惧されている。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する。

### 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 5,000 人(5,000 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

2020 年 6 月 3 日～6 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を受けている運動・スポーツの実施状況
- 3) 新型コロナウイルスの影響による生活の変化
- 4) 新型コロナウイルスの影響によるスポーツ環境の変化
- 5) 新型コロナウイルスの影響下で、取り組んでいる運動に関する情報の入手の有無と入手先
- 6) 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)
- 7) 新型コロナウイルスによるスポーツ観戦への影響
- 8) 座位時間、日常の活動
- 9) 新型コロナウイルスによる心身の状態への影響
- 10) 今後運動・スポーツを実施する際に気を付けたいこと
- 11) 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
- 12) 東京 2020 オリンピック・パラリンピック大会への期待

### 6) 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

## 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・スポーツの実施状況

図表1に2019年2月～2020年1月、2020年2～5月に行われた運動・スポーツの種目別実施率を示した。2019年2月～2020年1月は「ウォーキング」27.6%が1位、以下「散歩(ぶらぶら歩き)」19.5%、「筋力トレーニング」12.6%、「ジョギング・ランニング」7.3%、「体操(軽い体操、ラジオ体操など)」6.1%と続く。

2020年2～5月は、「ウォーキング」27.1%が1位、以下「散歩(ぶらぶら歩き)」18.4%、「筋力トレーニング」11.4%、「ジョギング・ランニング」6.4%、「体操(軽い体操、ラジオ体操など)」5.9%と続く。実施率の高い上位5種目は両期間において同様の結果であったが、実施率はどの種目も減少していた。

上位20種目について、実施率の減少が最も大きいのは、「水泳」の2.7ポイント減(4.2%→1.5%)で、次いで「ゴルフ(コース)」「ボウリング」「海水浴」が2.5ポイント減であった。「海水浴」など季節によって実施率が変化する種目を除くと、主に施設を利用して行う種目の実施率減少が確認された。

図表1 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2～5月 (n=5,000)		
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	27.1
2	散歩(ぶらぶら歩き)	19.5	2	散歩(ぶらぶら歩き)	18.4
3	筋力トレーニング	12.6	3	筋力トレーニング	11.4
4	ジョギング・ランニング	7.3	4	ジョギング・ランニング	6.4
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)	5.9
6	ゴルフ(コース)	5.5	6	サイクリング	4.0
7	サイクリング	5.3	7	ゴルフ(コース)	3.0
8	ゴルフ(練習場)	4.5	8	ゴルフ(練習場)	2.7
9	水泳	4.2	9	ヨガ	2.5
10	ヨガ	3.9	10	キャッチボール	2.1
11	ボウリング	3.6	11	なわとび	1.8
12	釣り	3.4	12	釣り	1.6
	ハイキング	3.4	13	エアロビックダンス	1.5
14	海水浴	3.0		水泳	1.5
15	登山	2.9		アクアエクササイズ(水中歩行・運動など)	1.3
16	キャッチボール	2.8	15	ハイキング	1.3
17	卓球	2.4		バドミントン	1.3
18	バドミントン	2.3	18	サッカー	1.2
19	キャンプ	2.2		テニス(硬式テニス)	1.2
20	テニス(硬式テニス)	2.1	20	スキー	1.1
	アクアエクササイズ(水中歩行・運動など)	2.1		ボウリング	1.1
	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	49.9

図表 2 には性別の運動・スポーツ実施率を示した。男女ともに両期間での 1 位は「ウォーキング」、2 位「散歩(ぶらぶら歩き)」、3 位「筋力トレーニング」であった。4 位以降は男女で違いがみられ、男性の 4 位は両期間とも「ジョギング・ランニング」であり、5 位は 2019 年 2 月～2020 年 1 月は「ゴルフ(コース)」9.0%、2020 年 2～5 月は「サイクリング」5.2%であった。女性は両期間で 4 位「体操(軽い体操、ラジオ体操など)」、5 位「ヨガ」と続く。2020 年 2 月以降に実施率が減少した種目を性別で見ると、男性は「ゴルフ(コース)」の 3.9 ポイント減(9.0%→5.1%)が最も多く、次いで「ゴルフ(練習場)」の 2.8 ポイント減であった。女性は「水泳」の 2.8 ポイント減が最も多く、次いで「ヨガ」の 2.4 ポイント減であった。スポーツ施設を利用して行う種目の実施率減少がみられる。

図表 2 性別の運動・スポーツ実施率

男 性 (n=2,471)					
2019年2月～2020年1月			2020年2～5月		
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	29.3	1	ウォーキング	29.1
2	散歩(ぶらぶら歩き)	18.7	2	散歩(ぶらぶら歩き)	17.8
3	筋力トレーニング	15.3	3	筋力トレーニング	14.3
4	ジョギング・ランニング	9.8	4	ジョギング・ランニング	8.8
5	ゴルフ(コース)	9.0	5	サイクリング	5.2
6	ゴルフ(練習場)	7.2	6	ゴルフ(コース)	5.1
7	サイクリング	7.0	7	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	4.5
8	釣り	4.9	8	ゴルフ(練習場)	4.4
9	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	4.7	9	キャッチボール	3.2
10	キャッチボール	4.2	10	釣り	2.5

女 性 (n=2,529)					
2019年2月～2020年1月			2020年2～5月		
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	25.9	1	ウォーキング	25.2
2	散歩(ぶらぶら歩き)	20.2	2	散歩(ぶらぶら歩き)	19.0
3	筋力トレーニング	10.0	3	筋力トレーニング	8.6
4	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	7.4	4	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	7.4
5	ヨガ	6.8	5	ヨガ	4.4
6	ジョギング・ランニング	4.9	6	ジョギング・ランニング	4.1
7	水泳	4.3	7	サイクリング	2.8
8	サイクリング	3.6	8	なわとび	2.3
9	ハイキング	3.0	9	エアロビックダンス	2.0
	ボウリング	3.0	10	水泳	1.5

図表 3 には各期間に行われた種目別運動・スポーツ実施率を年代別に示した。各年代、両期間で「ウォーキング」の実施率が最も高く、18～59 歳は 20%台、60 歳代は 30%台、70 歳代は 40%台と中高齢者の「ウォーキング」実施率は高い傾向がみられた。2 位 3 位の種目をみると、18～69 歳までは「散歩(ぶらぶら歩き)」「筋力トレーニング」であり、70 歳代では 2 位「散歩(ぶらぶら歩き)」、3 位「体操(軽い体操、ラジオ体操など)」であった。各年代の実施率上位 4 種目の実施期間による差はあまり大きくないが、「サッカー」「ゴルフ(コース)」「ゴルフ(練習場)」「ボウリング」「水泳」などの施設を利用して実施する種目は、どの年代においても 2019 年 2 月～2020 年 1 月の実施率と比べて 2020 年 2～5 月の実施率は減少している。

図表 3 年代別の運動・スポーツ実施率

18～29 歳 (n=766)						30 歳代 (n=811)					
2019年2月～2020年1月			2020年2～5月			2019年2月～2020年1月			2020年2～5月		
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 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)
1	ウォーキング	20.4	1	ウォーキング	20.1	1	ウォーキング	21.3	1	ウォーキング	21.9
2	散歩(ぶらぶら歩き)	17.1	2	筋力トレーニング	17.9	2	散歩(ぶらぶら歩き)	17.1	2	散歩(ぶらぶら歩き)	16.3
3	筋力トレーニング	16.6	3	散歩(ぶらぶら歩き)	15.9	3	筋力トレーニング	14.5	3	筋力トレーニング	14.2
4	ジョギング・ランニング	11.0	4	ジョギング・ランニング	10.2	4	ジョギング・ランニング	10.7	4	ジョギング・ランニング	9.5
5	サイクリング	6.7	5	サイクリング	4.2	5	サイクリング	5.7	5	サイクリング	4.1
6	サッカー	5.6	6	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	3.8	6	釣り	3.9	6	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	3.7
7	ボウリング	5.6	7	キャッチボール	3.4	7	ヨーガ	3.8	7	なわとび	2.3
8	キャッチボール	4.8	8	サッカー	3.4	8	水泳	3.7	8	ヨーガ	2.2
9	海水浴	4.7	9	アイススケート	3.3	9	ゴルフ(コース)	3.6	9	キャッチボール	2.1
10	バドミントン	4.6	10	なわとび	2.7	10	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	3.3	10	釣り	1.8

40 歳代 (n=958)						50 歳代 (n=804)					
2019年2月～2020年1月			2020年2～5月			2019年2月～2020年1月			2020年2～5月		
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 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)
1	ウォーキング	20.7	1	ウォーキング	20.6	1	ウォーキング	25.2	1	ウォーキング	25.7
2	散歩(ぶらぶら歩き)	15.9	2	散歩(ぶらぶら歩き)	14.4	2	散歩(ぶらぶら歩き)	16.3	2	散歩(ぶらぶら歩き)	16.0
3	筋力トレーニング	11.7	3	筋力トレーニング	10.3	3	筋力トレーニング	10.8	3	筋力トレーニング	9.2
4	ジョギング・ランニング	7.8	4	ジョギング・ランニング	6.9	4	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	5.6	4	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	6.3
5	サイクリング	5.4	5	サイクリング	4.4	5	ジョギング・ランニング	5.2	5	ジョギング・ランニング	4.9
6	ゴルフ(コース)	5.0	6	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	3.9	6	ヨーガ	4.7	6	サイクリング	3.7
7	水泳	5.0	7	なわとび	3.1	7	ゴルフ(コース)	4.5	7	ヨーガ	3.5
8	ボウリング	4.7	8	ゴルフ(コース)	2.9	8	サイクリング	4.1	8	ゴルフ(コース)	2.0
9	ゴルフ(練習場)	4.4	9	キャッチボール	2.6	9	ゴルフ(練習場)	3.9	9	ゴルフ(練習場)	2.0
10	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	4.3	10	ヨーガ	2.4	10	登山	3.4	10	キャッチボール	1.6
	釣り	4.3								ハイキング	1.6

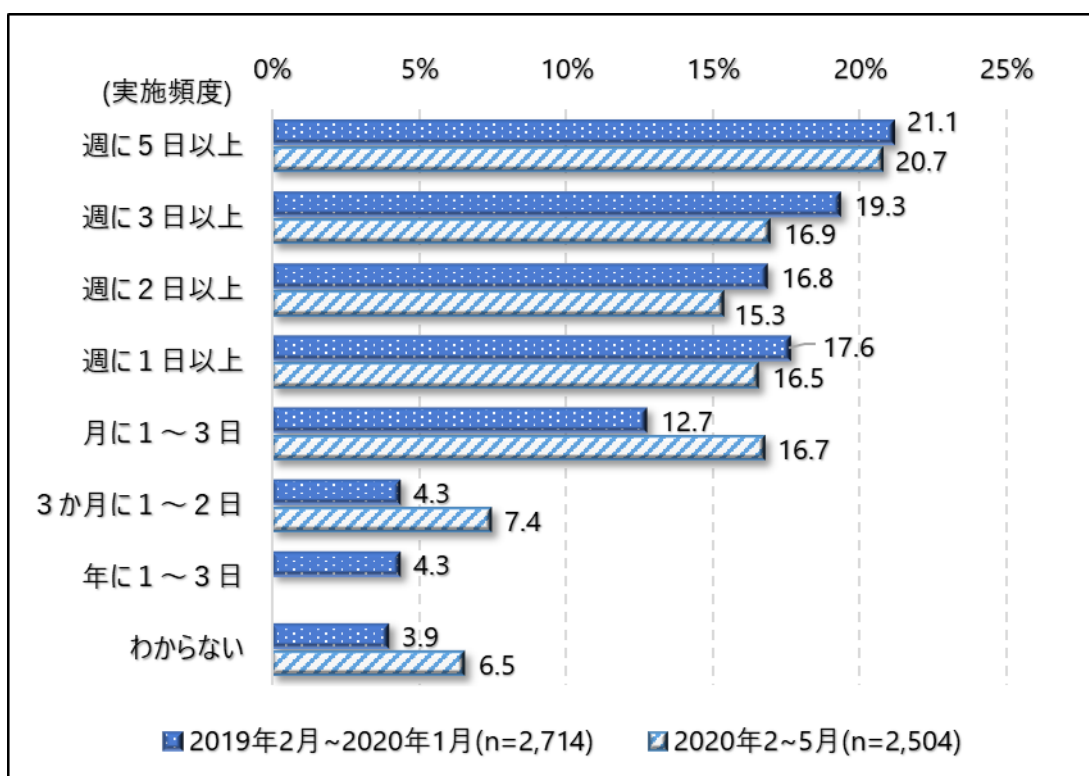
60 歳代 (n=937)						70 歳代 (n=724)					
2019年2月～2020年1月			2020年2～5月			2019年2月～2020年1月			2020年2～5月		
順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)
1	ウォーキング	34.7	1	ウォーキング	33.4	1	ウォーキング	44.6	1	ウォーキング	42.5
2	散歩(ぶらぶら歩き)	22.2	2	散歩(ぶらぶら歩き)	21.2	2	散歩(ぶらぶら歩き)	29.3	2	散歩(ぶらぶら歩き)	27.9
3	筋力トレーニング	11.3	3	筋力トレーニング	8.4	3	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	13.4	3	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	12.6
4	ゴルフ(コース)	7.9	4	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	6.3	4	筋力トレーニング	11.0	4	筋力トレーニング	9.1
5	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	6.9	5	ゴルフ(コース)	4.7	5	ゴルフ(コース)	9.1	5	ゴルフ(コース)	5.5
6	ゴルフ(練習場)	5.9	6	ゴルフ(練習場)	4.7	6	ゴルフ(練習場)	6.8	6	ゴルフ(練習場)	3.7
7	ジョギング・ランニング	5.8	7	ジョギング・ランニング	4.4	7	水泳	5.9	7	サイクリング	3.3
8	ハイキング	5.7	8	サイクリング	3.9	8	ヨーガ	4.8	8	ヨーガ	2.9
9	サイクリング	5.2	9	ハイキング	2.5	9	サイクリング	4.6	9	ジョギング・ランニング	2.6
10	水泳	4.7	10	ヨーガ	2.5	10	ハイキング	4.3	10	水泳	2.5

## ② 運動・スポーツの実施頻度

図表4には2019年2月～2020年1月と2020年2～5月の期間に運動・スポーツを実施した平均の日数を示した。両期間とも「週に5日以上」実施している人の割合が最も高かった(21.1%、20.7%)。2019年2月～2020年1月の実施頻度は、「週に3日以上」19.3%、「週に2日以上」16.8%、「週に1日以上」17.6%であり、いずれも2020年2～5月と比較すると高い結果となった。一方、2020年2～5月の実施頻度は、「月に1～3日」16.7%、「3か月に1～2日」7.4%であり2019年2月～2020年1月よりも高い。

週に5日以上運動・スポーツを実施している層は新型コロナウイルス影響下においても、あまり変化は見られなかったが、週に1～3日程度運動・スポーツを実施している人は、新型コロナウイルスの影響により運動・スポーツの実施が妨げられて頻度が減少した可能性がある。

図表4 2019年2月～2020年1月と2020年2～5月の運動・スポーツ実施頻度



## 2) 新型コロナウイルスの影響により実施できなくなった種目・新たに始めた種目

### ① 実施できなくなった種目

図表5には2019年2月以降に実施していた運動・スポーツの中で、新型コロナウイルス感染拡大の影響で実施できなくなった種目を示した。何らかの種目が実施できなくなった人は56.0%で、運動・スポーツを実施していた人の過半数を占めた。2020年5月までの間に実施できなくなった割合が最も高い種目は「水泳」の77.8%で、以下「野球」(71.9%)、「テニス(硬式テニス)」(70.4%)、「エアロビックダンス」(69.7%)、「ボウリング」(67.9%)などの順であった。一方で「体操(軽い体操、ラジオ体操など)」9.8%、「なわとび」10.0%、「散歩(ぶらぶら歩き)」12.8%と、自宅や自宅周辺で実施できる種目のできなくなった割合は低い傾向がみられた。

できなくなった上位10種目は、主に民間スポーツ施設や公共スポーツ施設で行われる運動・スポーツで占められており、ウイルス感染拡大による施設休業の影響がうかがえる。

図表5 新型コロナウイルスの影響で実施できなくなった種目

		全 体 (n=2,807)			
順位	種 目	割合 (%)	順位	種 目	割合 (%)
1	水泳	77.8	16	ゴルフ(練習場)	49.8
2	野球	71.9	17	バドミントン	46.2
3	テニス(硬式テニス)	70.4	18	アイススケート	45.5
4	エアロビックダンス	69.7	19	釣り	43.8
5	ボウリング	67.9	20	スキー	43.0
6	バスケットボール	63.6	21	スノーボード	32.3
7	バレーボール	63.2	22	海水浴	32.1
8	アクアエクササイズ(水中歩行・運動など)	61.7	23	キャッチボール	26.4
9	卓球	59.4	24	筋力トレーニング	25.9
10	ゴルフ(コース)	58.1	25	ジョギング・ランニング	22.5
11	登山	56.8	26	ウォーキング	18.6
12	ヨガ	56.1	27	サイクリング	17.1
13	サッカー	54.3	28	散歩(ぶらぶら歩き)	12.8
14	ハイキング	51.7	29	なわとび	10.0
15	キャンプ	50.8	30	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	9.8

注1)2019年2月以降に実施していた種目のうち、新型コロナウイルス感染拡大の影響で実施できなくなったと回答した者の割合

注2)2019年2月～2020年1月の1年間で実施率が高かった上位30種目から抽出



## ② 新たに始めた種目

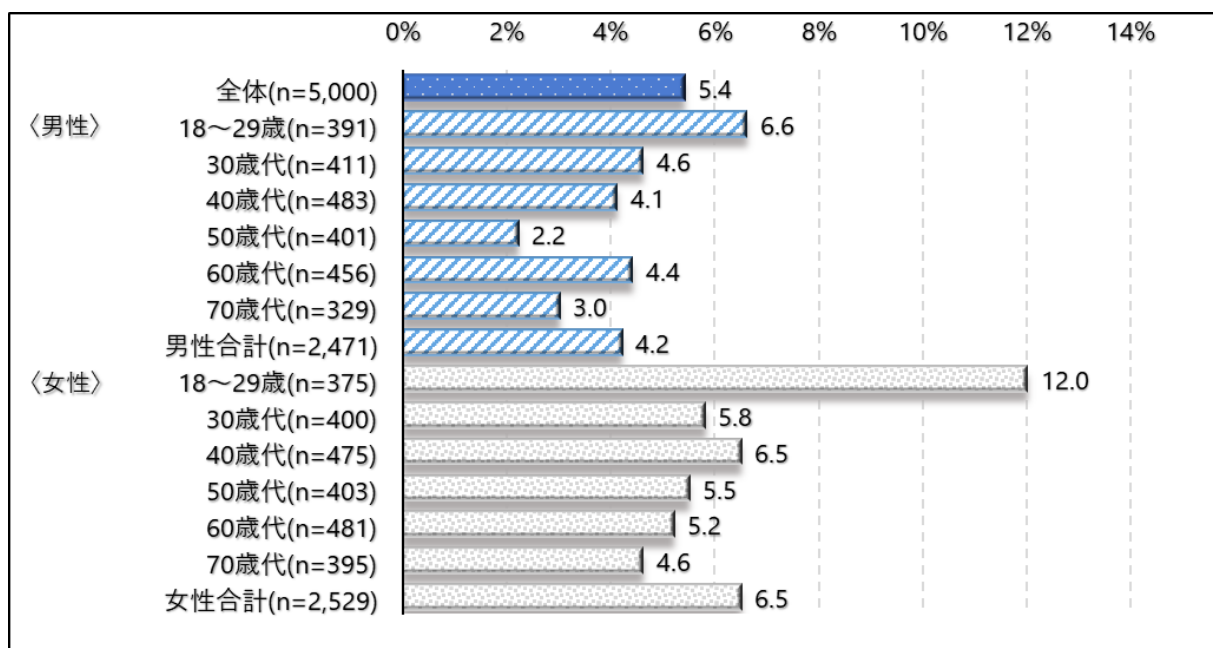
図表 6 に新型コロナウイルスの感染拡大の影響を受け 2020 年 2～5 月の間に新たに始めた種目を示した。「ウォーキング」が 22.3%と最も高く、次いで「筋力トレーニング」12.2%、「散歩(ぶらぶら歩き)」9.4%、「体操(軽い体操、ラジオ体操など)」8.9%、「なわとび」7.6%と続く。新たに始めた割合の高い種目は、自宅や自宅周辺でできる運動・スポーツが中心であった。

何らかの種目を新たに始めた人は全体の 5.4%であり、性年代別にみると、18～29 歳女性が 12.0%と最も高い(図表 7)。以下、18～29 歳男性 6.6%、40 歳代女性 6.5%と続く。性別にみると、何らかの種目を新たに始めた人は男性(4.2%)よりも女性(6.5%)に多く、男女ともに若い世代の割合が最も高い。

図表 6 新型コロナウイルスの影響で新たに実施した種目

		全 体 (n=395)			
順位	種 目	割合 (%)	順位	種 目	割合 (%)
1	ウォーキング	22.3	6	ジョギング・ランニング	5.6
2	筋力トレーニング	12.2	7	サイクリング	1.8
3	散歩(ぶらぶら歩き)	9.4	8	アクアエクササイズ(水中歩行・運動など)	1.5
4	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	8.9	10	エアロビックダンス	1.5
5	なわとび	7.6		バドミントン	1.3

図表 7 何らかの種目を新たに始めた人(性・年代別)



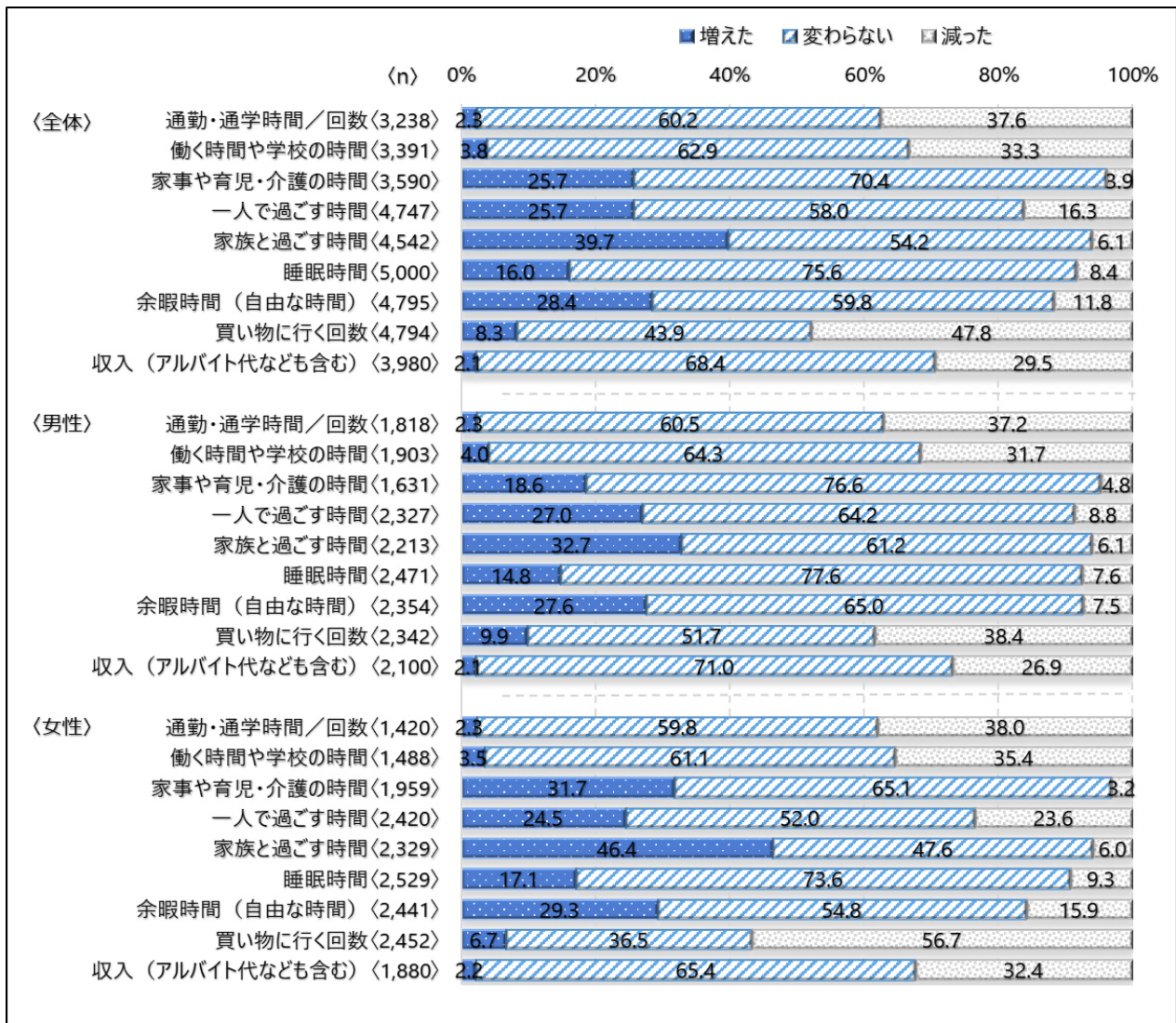
注)2020 年 2～5 月の間に新しく始めた種目が 1 つ以上ある人

### 3) 新型コロナウイルスの影響による生活の変化

図表 8 に新型コロナウイルスの影響による生活の変化を全体、性別で示した。全体をみると、増えた項目は「家族と過ごす時間」の 39.7%が最も高く、次いで「余暇時間(自由な時間)」(28.4%)、「家事や育児・介護の時間」「一人で過ごす時間」(25.7%)であった。減った項目は、「買い物に行く回数」が 47.8%と最も高く、次いで「通勤・通学時間/回数」(37.6%)、「働く時間や学校の時間」(33.3%)であった。新型コロナウイルスの影響によりテレワークやオンライン授業の導入が進み、これまで通勤や通学、仕事や学業に充てられていた時間の一部が、家族と過ごす時間や余暇時間に代わったと考えられる。

性別にみると、「家族と過ごす時間」が増えた男性は 32.7%、女性は 46.4%と 13.7 ポイント女性のほうが高い。「余暇時間」が減ったと回答した男性は 7.5%、女性は 15.9%と 8.4 ポイントの差がある。さらに「家事や育児・介護の時間」が増えたと回答した人は、男性 18.6%に対し女性 31.7%と 13.1 ポイント高く、男性よりも女性への家事や育児などの負担は増えていると推察できる。また、「一人で過ごす時間」が減ったと回答した人は男性 8.8%に対し、女性 23.6%と 14.8 ポイントの差がみられ、新型コロナウイルスの影響による生活の変化は、男性よりも女性に多い傾向が読み取れる。

図表 8 新型コロナウイルスの影響による生活の変化

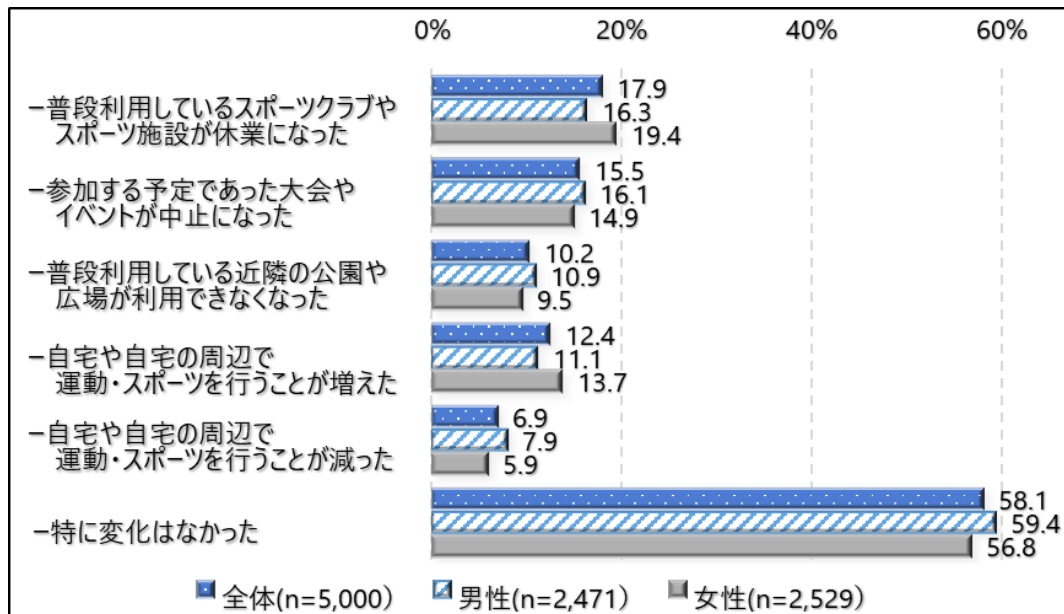


注)各選択肢において「ない/していない」を除いて集計

#### 4) 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・スポーツの環境をみると、「特に変化がなかった」が全体の 58.1%で最も高い。変化した環境で 1 番多い回答は「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になった」の 17.9%であった。また「自宅や自宅の周辺で運動・スポーツを行うこと」は増えた人(12.4%)が減った人(6.9%)を上回っている。スポーツクラブやスポーツ施設が休業となった影響もあり、自宅やその周辺で運動・スポーツを実施する人が増えたと考えられる。

図表 9 新型コロナウイルスの影響により変化した運動・スポーツの環境



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・スポーツの環境を年代別にみると、「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になった」は 50 歳代 16.2%、60 歳代 20.0%、70 歳代 26.2% と高齢層ほど割合が高い(図表 10)。40 歳代以下ではスポーツクラブや施設の休業よりも「参加予定の大会やイベントが中止となった」と回答した割合のほうが高く、18~29 歳 19.5%、30 歳代 16.0%、40 歳代 18.4%であった。また各年代とも自宅やその周辺での運動・スポーツ実施は「減った」と回答した人よりも「増えた」と回答した人が多い。さらに「特に変化はなかった」と回答した人は、50 歳代(66.0%)が最も多く、この世代をピークにここから高齢層、もしくは若年層になるに従って回答した割合は下がる。

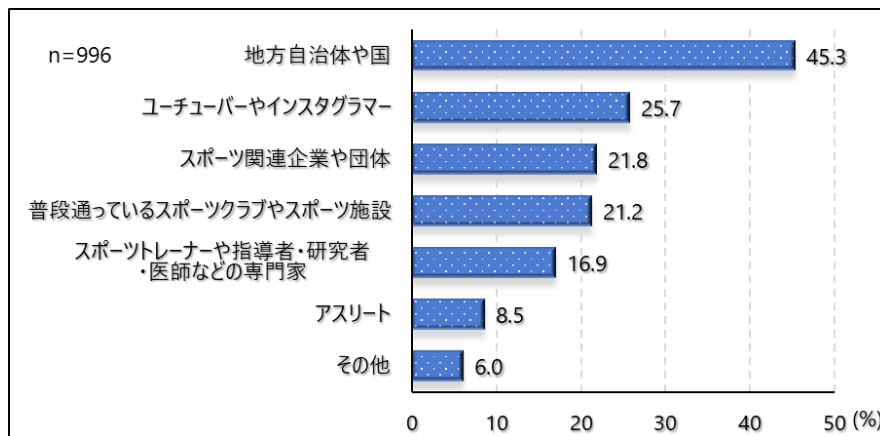
図表 10 新型コロナウイルスの影響により変化した運動・スポーツの環境(年代別) (%)

	18~29歳 (n=766)	30歳代 (n=811)	40歳代 (n=958)	50歳代 (n=804)	60歳代 (n=937)	70歳代 (n=724)
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になった	14.4	14.9	16.4	16.2	20.0	26.2
普段利用している近隣の公園や広場が利用できなくなった	12.0	14.2	9.6	7.8	8.0	9.9
参加する予定であった大会やイベントが中止になった	19.5	16.0	18.4	11.8	12.9	14.2
自宅や自宅の周辺で運動・スポーツを行うことが増えた	16.8	15.8	11.5	9.7	11.5	9.3
自宅や自宅の周辺で運動・スポーツを行うことが減った	6.4	6.7	6.6	6.3	7.0	8.6
その他	0.1	0.2	0.1	0.7	1.2	1.7
特に変化はなかった	54.7	55.7	60.2	66.0	57.8	53.0

## 5) 新型コロナウイルスの影響下で取り組んでいる運動に関する情報の入手の有無と入手先

図表 11 に運動・スポーツを行う上で、やり方や効果についての情報を入手している人の割合を示した。全体の19.9%は情報を入手していると回答している。また、情報を入手している人に対して入手先をたずねたところ、「地方自治体や国」の45.3%が最も高く、「ユーチューバーやインスタグラマー」25.7%、「スポーツ関連企業や団体」21.8%と続く。性別、年代別にみると、「地方自治体や国」は男性50.2%、女性40.8%、「スポーツ関連企業や団体」は男性29.8%、女性14.4%と男性が女性よりも10ポイント以上高い割合を示している(図表12)。一方、「ユーチューバーやインスタグラマー」は男性19.7%、女性31.2%と11.5ポイント女性の方が高い。特に18~29歳女性は68.8%と突出した割合を示している。男性の中でも18~29歳は「ユーチューバーやインスタグラマー」と回答した割合が29.4%と最も高く、新型コロナウイルスの感染が広がる中で、他の世代に比べて若い世代はユーチューバーやインスタグラマーから情報を得ながら運動・スポーツを実施している人が多い様子がうかがえる。

図表 11 情報の入手先



図表 12 情報の入手先(性・年代別)

(%)

	n数	地方自治体や国	スポーツ関連企業や団体	普段通っているスポーツクラブやスポーツ施設	アスリート	スポーツトレーナーや指導者・研究者・医師などの専門家	ユーチューバーやインスタグラマー	その他
		割合 (%)	割合 (%)	割合 (%)	割合 (%)	割合 (%)	割合 (%)	割合 (%)
男性	18~29歳	41.2	34.1	21.2	20.0	17.6	29.4	2.4
	30歳代	48.8	32.9	17.1	14.6	22.0	26.8	2.4
	40歳代	40.0	33.8	26.3	11.3	20.0	15.0	6.3
	50歳代	48.4	28.1	14.1	9.4	18.8	21.9	4.7
	60歳代	59.0	25.3	19.3	6.0	20.5	13.3	10.8
	70歳代	63.4	24.4	15.9	4.9	14.6	12.2	4.9
	合計	476	50.2	29.8	19.1	11.1	18.9	19.7
女性	18~29歳	19.5	10.4	6.5	10.4	10.4	68.8	1.3
	30歳代	38.0	18.3	22.5	14.1	14.1	33.8	1.4
	40歳代	44.9	21.8	23.1	5.1	19.2	34.6	5.1
	50歳代	42.1	6.6	22.4	5.3	18.4	22.4	6.6
	60歳代	38.7	13.2	22.6	3.8	16.0	20.8	12.3
	70歳代	55.4	16.1	35.7	1.8	12.5	17.0	9.8
	合計	520	40.8	14.4	23.1	6.2	15.0	31.2



## 6) スポーツ観戦状況

### ① 直接スポーツ観戦

図表 13 には、2019 年 2 月～2020 年 1 月までの期間に競技場やグラウンド等で直接スポーツを観戦した人の割合上位 5 種目を示した。この期間に何かしらのスポーツを直接観戦した人の割合は 19.5%であり、種目ごとに見ると「プロ野球(NPB)」10.3%が最も高く、「Jリーグ(J1、J2、J3)」3.6%、「高校野球」3.0%などと続く。性別にみると男女ともに 1 位は「プロ野球(NPB)」であり、男性(13.2%)は女性(7.4%)よりも 5.8 ポイント高い。男性の 2 位以下は「Jリーグ(J1、J2、J3)」5.0%、「高校野球」4.3%、「ラグビー」3.3%、「マラソン・駅伝」3.0%と続く。女性の 2 位以下は「フィギュアスケート」2.7%、「Jリーグ(J1、J2、J3)」2.3%、「マラソン・駅伝」2.2%、「高校野球」「大相撲」1.7%と続く。

年代別にみると、全年代の 1 位は「プロ野球(NPB)」であり、観戦率は 18～29 歳の 12.9%が最も高く、以下、40 歳代 10.9%、60 歳代 9.9%、30 歳代 9.4%、50 歳代 9.3%、70 歳代 9.1%と続く。2 位以下は 18～49 歳までは「Jリーグ(J1、J2、J3)」と「高校野球」が 2、3 位を占めているが、50 歳代は 2 位「ラグビー」、3 位「高校野球」、60・70 歳代は 2 位「マラソン・駅伝」、3 位「大相撲」であった。

図表 13 種目別直接スポーツ観戦率(性別・年代別)

全体 (n=5,000)			男性 (n=2,471)			女性 (n=2,529)		
順位	観戦種目	観戦率 (%)	順位	観戦種目	観戦率 (%)	順位	観戦種目	観戦率 (%)
1	プロ野球(NPB)	10.3	1	プロ野球(NPB)	13.2	1	プロ野球(NPB)	7.4
2	Jリーグ(J1、J2、J3)	3.6	2	Jリーグ(J1、J2、J3)	5.0	2	フィギュアスケート	2.7
3	高校野球	3.0	3	高校野球	4.3	3	Jリーグ(J1、J2、J3)	2.3
4	マラソン・駅伝	2.6	4	ラグビー	3.3	4	マラソン・駅伝	2.2
5	ラグビー	2.4	5	マラソン・駅伝	3.0	5	高校野球	1.7
	この期間にスポーツ観戦はしていない	80.5		この期間にスポーツ観戦はしていない	76.3		大相撲	1.7
							この期間にスポーツ観戦はしていない	84.7

18～29 歳 (n=766)			30 歳代 (n=811)			40 歳代 (n=958)		
順位	観戦種目	観戦率 (%)	順位	観戦種目	観戦率 (%)	順位	観戦種目	観戦率 (%)
1	プロ野球(NPB)	12.9	1	プロ野球(NPB)	9.4	1	プロ野球(NPB)	10.9
2	高校野球	4.4	2	Jリーグ(J1、J2、J3)	6.0	2	Jリーグ(J1、J2、J3)	3.5
3	Jリーグ(J1、J2、J3)	4.2	3	高校野球	2.8	3	高校野球	2.7
4	アマチュア野球(大学、社会人など)	2.2	4	サッカー日本代表試合(五輪代表含む)	2.3	4	ラグビー	2.7
5	メジャーリーグ(アメリカ大リーグ)	2.1	5	マラソン・駅伝	2.1	5	フィギュアスケート	2.4
	この期間にスポーツ観戦はしていない	77.4		この期間にスポーツ観戦はしていない	80.4		この期間にスポーツ観戦はしていない	79.9

50 歳代 (n=804)			60 歳代 (n=937)			70 歳代 (n=724)		
順位	観戦種目	観戦率 (%)	順位	観戦種目	観戦率 (%)	順位	観戦種目	観戦率 (%)
1	プロ野球(NPB)	9.3	1	プロ野球(NPB)	9.9	1	プロ野球(NPB)	9.1
2	ラグビー	2.6	2	マラソン・駅伝	3.6	2	マラソン・駅伝	4.7
3	高校野球	2.4	3	大相撲	3.3	3	大相撲	4.6
4	Jリーグ(J1、J2、J3)	2.2	4	Jリーグ(J1、J2、J3)	3.2	4	フィギュアスケート	3.9
5	マラソン・駅伝	1.7	5	ラグビー	3.1	5	高校野球	2.8
	フィギュアスケート	1.7		この期間にスポーツ観戦はしていない	81.1		プロゴルフ	2.8
	この期間にスポーツ観戦はしていない	82.0					この期間にスポーツ観戦はしていない	82.5

## ②テレビやインターネットによるスポーツ観戦

図表 14 には 2019 年 2 月～2020 年 1 月と 2020 年 2～5 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。2019 年 2 月～2020 年 1 月までの間の全体の観戦率は 41.6% (100-「この期間にスポーツ観戦はしていない」58.4%)、男性 48.0%、女性 35.3%であり 12.7 ポイント男性のほうが高い。年代別にみると、70 歳代の観戦率が 57.5%と最も高く、60 歳代 47.0%、40 歳代 38.3%と続く。

2020 年 2～5 月をみると、全体の観戦率は 16.3%であり 2019 年 1 月～2020 年 2 月より 25.3 ポイント低い(41.6%→16.3%)。性別にみると男性 21.8%女性 11.0%であり、両期間の差は男性 26.2 ポイント、女性 24.3 ポイントであった。年代別の観戦率は、70 歳代が 19.2%ともっと高く、以下 18～29 歳 17.4%、30 歳代 17.0%と続く。両期間の観戦率で最も差が大きかった年代は 70 歳代の 38.3 ポイントであり、最も小さかった年代は 18～29 歳の 16.5 ポイントであった。2～5 月に大会や試合を行わない種目もあり観戦率に一定の差は出てしまうものの、新型コロナウイルスの影響によりプロスポーツの開幕延期や大会の中止などの影響もあったと考えられる。

種目別観戦率をみると、2019 年 2 月～2020 年 1 月の全体では「プロ野球(NPB)」21.3%が最も高く、以下「高校野球」16.8%、「マラソン・駅伝」16.7%、「大相撲」15.2%、「フィギュアスケート」13.6%と続く。性別にみると男性の1位は「プロ野球(NPB)」28.4%、2 位「高校野球」20.9%、女性の1位は「フィギュアスケート」17.2%、2 位「プロ野球(NPB)」14.4%であった。年代別にみると、18 歳から 69 歳までは「プロ野球(NPB)」が 1 位で、70 歳代は「大相撲」が 1 位であった。

2020 年 2～5 月では「大相撲」の観戦率が 5.0%と最も高かった。以下「プロ野球(NPB)」4.6%、「マラソン・駅伝」2.3%、「フィギュアスケート」2.0%と続く。2019 年 2 月～2020 年 1 月の観戦率との差が最も大きかった種目は「プロ野球(NPB)」16.7 ポイントであり、次いで「高校野球」15.8 ポイントであった。プロ野球の開幕延期や選抜高等学校野球大会中止の影響がみられる。性別にみると男女ともに「大相撲」が 1 位(6.9%、3.2%)であり、男性の 2 位は「プロ野球(NPB)」6.8%、女性の 2 位は「フィギュアスケート」2.9%であった。年代別にみると、18～39 歳と 50 歳代の 1 位は「プロ野球(NPB)」、40 歳代と 60 歳代以上では「大相撲」が 1 位であった。各年代で人気のある「プロ野球(NPB)」の両期間の観戦率の差をみると、18～29 歳の 8.9 ポイントが最も小さく、70 歳代の 29.0 ポイントが最も大きかった。若い世代はインターネットを利用して 3 月に行われていたプロ野球のオープン戦などを観戦したと考えられるが、70 歳代の観戦スタイルはテレビが中心と考えられるため、開幕延期の影響を受け大きな差が出たと推察される。

図表 14 テレビやインターネットで観戦した種目(全体・性別・年代別)

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(%)	
		2019年2月 2020年1月	2020年 2～5月			2019年2月 2020年1月	2020年 2～5月			2019年2月 2020年1月	2020年 2～5月
1	プロ野球 (N P B)	21.3	4.6	1	プロ野球 (N P B)	28.4	6.8	1	フィギュアスケート	17.2	2.9
2	高校野球	16.8	1.0	2	高校野球	20.9	1.4	2	プロ野球 (N P B)	14.4	2.5
3	マラソン・駅伝	16.7	2.3	3	大相撲	19.5	6.9	3	マラソン・駅伝	14.4	1.5
4	大相撲	15.2	5.0	4	マラソン・駅伝	19.0	3.2	4	高校野球	12.9	0.7
5	フィギュアスケート	13.6	2.0	5	ラグビー	16.6	1.8	5	大相撲	11.1	3.2
	この期間にスポーツ観戦はしていない	58.4	83.7		この期間にスポーツ観戦はしていない	52.0	78.2		この期間にスポーツ観戦はしていない	64.7	89.0

18～29 歳			30 歳代			40 歳代					
順位	種 目	観戦率(%)		順位	種 目	観戦率(%)		順位	種 目	観戦率(%)	
		2019年2月 2020年1月	2020年 2～5月			2019年2月 2020年1月	2020年 2～5月			2019年2月 2020年1月	2020年 2～5月
1	プロ野球 (N P B)	15.7	6.8	1	プロ野球 (N P B)	16.8	6.0	1	プロ野球 (N P B)	21.0	3.7
2	高校野球	10.2	1.3	2	高校野球	11.6	2.2	2	高校野球	15.1	0.8
3	サッカー-日本代表試合(五輪代表含む)	7.7	1.4	3	サッカー-日本代表試合(五輪代表含む)	9.1	1.2	3	マラソン・駅伝	12.9	2.8
4	マラソン・駅伝	7.2	0.9	4	マラソン・駅伝	9.1	2.0	4	ラグビー	12.1	1.8
5	Jリーグ (J 1、J 2、J 3)	7.0	2.3	5	Jリーグ (J 1、J 2、J 3)	8.9	3.5	5	大相撲	11.8	4.3
	この期間にスポーツ観戦はしていない	66.1	82.6		この期間にスポーツ観戦はしていない	64.1	83.0		この期間にスポーツ観戦はしていない	61.7	84.1

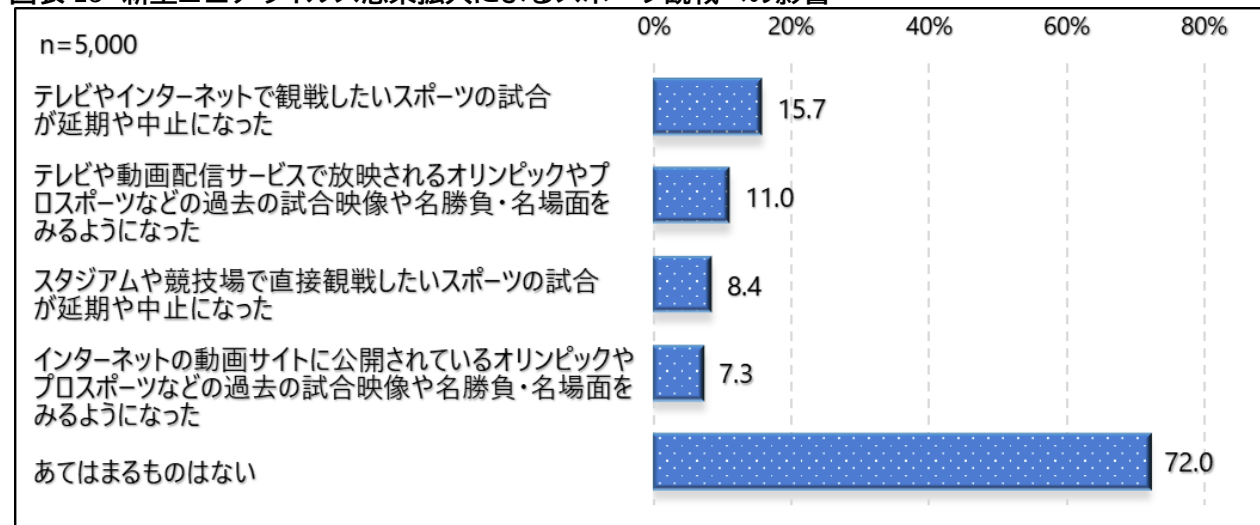
  

50 歳代			60 歳代			70 歳代					
順位	種 目	観戦率(%)		順位	種 目	観戦率(%)		順位	種 目	観戦率(%)	
		2019年2月 2020年1月	2020年 2～5月			2019年2月 2020年1月	2020年 2～5月			2019年2月 2020年1月	2020年 2～5月
1	プロ野球 (N P B)	18.9	4.7	1	プロ野球 (N P B)	23.5	3.3	1	大相撲	35.2	11.3
2	マラソン・駅伝	15.9	1.1	2	マラソン・駅伝	22.6	2.8	2	マラソン・駅伝	33.3	4.4
3	高校野球	15.7	0.5	3	大相撲	20.7	6.3	3	プロ野球 (N P B)	32.5	3.5
4	フィギュアスケート	14.8	1.9	4	高校野球	19.6	0.4	4	高校野球	29.6	1.0
5	ラグビー	13.9	1.2	5	フィギュアスケート	19.3	3.1	5	フィギュアスケート	24.9	2.8
	この期間にスポーツ観戦はしていない	62.1	86.8		この期間にスポーツ観戦はしていない	53.0	84.3		この期間にスポーツ観戦はしていない	42.5	80.8

## 7) 新型コロナウイルスによるスポーツ観戦への影響

図表 15 に新型コロナウイルスの感染拡大によるスポーツ観戦への影響を示した。具体的な影響は、「テレビやインターネットで観戦したいスポーツの試合が延期や中止となった」(15.7%)が最も多く、「テレビや動画配信サービスで放映されるオリンピックやプロスポーツなどの過去の試合映像や名勝負・名場面をみるようになった」(11.0%)、「スタジアムや競技場で直接観戦したいスポーツの試合が延期や中止になった」(8.4%)と続いている。

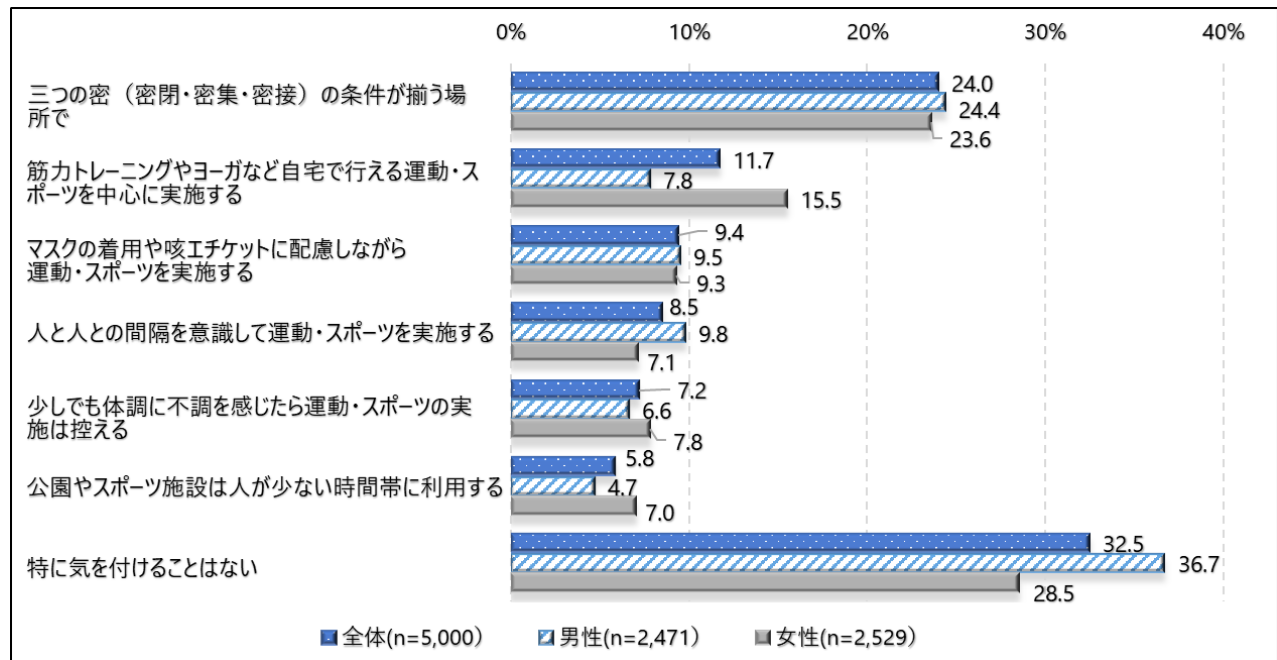
図表 15 新型コロナウイルス感染拡大によるスポーツ観戦への影響



## 8) 今後運動・スポーツを実施する際に気を付けたいこと

今後運動・スポーツを実施する際に最も気を付けたいことを図表 16 に示した。全体のうち 67.5% (100 - 「特に気を付けることはない」32.5%) が気を付けたいことがあると考えている。気を付けたい内容として最も多かった回答は、「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」(24.0%)であった。また「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」は男性(7.8%)に対して女性(15.5%)の割合が高い。今後は三つの密(密閉・密集・密接)になりにくい、自宅やその周辺でできる運動・スポーツのニーズが高まると推測される。

図表 16 今後運動・スポーツを実施する際に、最も気を付けたいこと

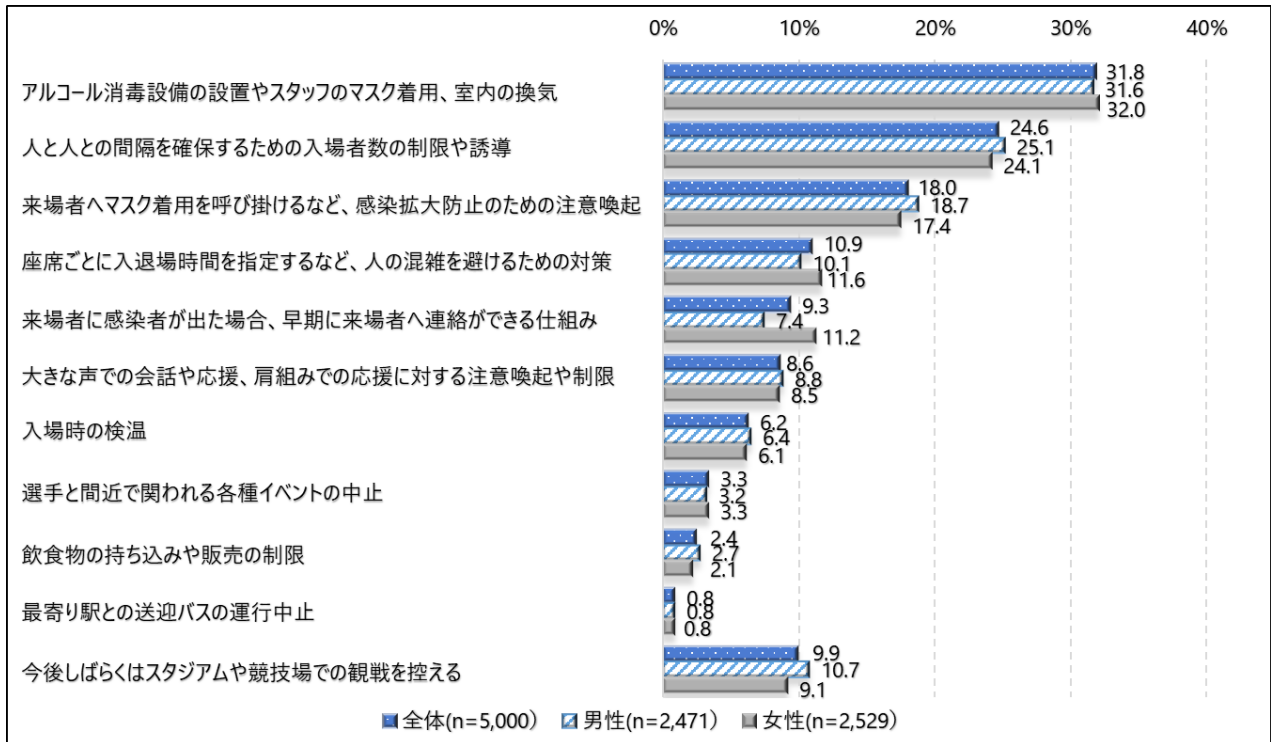


## 9) スポーツ観戦再開に向けてイベント主催者に期待する対策

今後スタジアムや競技場に足を運んでのスポーツ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 17 に示した。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 31.8%で、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」(24.6%)、「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」(18.0%)と続く。新型コロナウイルスへの感染対策を講じた上での観戦再開を期待する人がいる一方、「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 9.9%と、一定数は観戦再開に慎重な姿勢を示している。年代別にみると、今後しばらくは観戦を控えると回答した 40 歳以上の割合はいずれも約 11%であるのに対し、18~29 歳は 6.3%、30 歳代は 8.6%と、若い世代ほど観戦を控えると回答した人の割合は低い(図表 18)。2020 年 1 月までの直接観戦率は 20 歳代以下と 30 歳代で高くなっており、年代による観戦率の差が、観戦再開への意識の違いに影響していると推察される。



図表 17 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



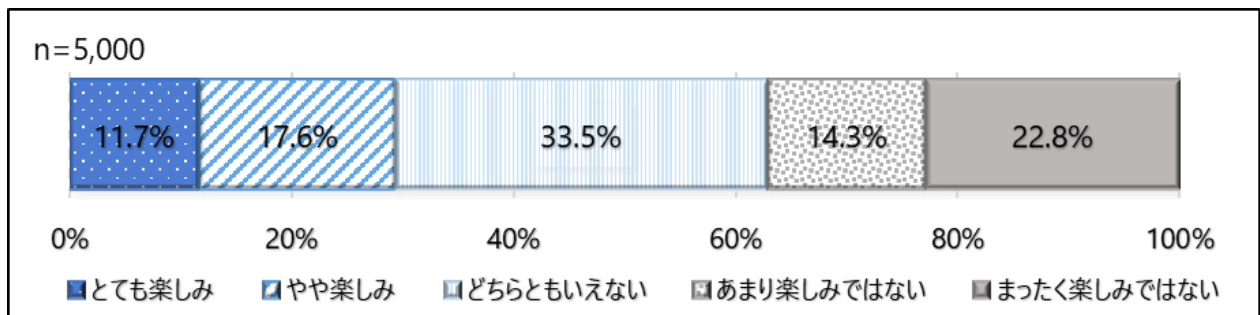
図表 18 今後しばらくは直接観戦を控えると回答した割合(年代別) (%)

	全体 (n=5,000)	18~29歳 (n=766)	30歳代 (n=811)	40歳代 (n=958)	50歳代 (n=804)	60歳代 (n=937)	70歳代 (n=724)
今後しばらくはスタジアムや競技場での観戦を控える	9.9	6.3	8.6	11.0	10.9	11.0	11.2

## 10) 東京 2020 オリンピック・パラリンピック大会への期待

図表 19 に、2021 年に延期された東京 2020 オリンピック・パラリンピックについてどう思うかを示した。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 29.3%で、楽しみでないと回答した人(「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 37.1%、どちらともいえないと回答した人は 33.5%であった。新型コロナウイルスの影響を受け開催が 1 年間延期され、今後、期待感がどう変化するか注目していきたい。

図表 19 東京 2020 オリンピック・パラリンピックへの期待



### 3. まとめと今後の取り組み

#### 1) 主な調査結果

2020年1月に厚生労働省が新型コロナウイルス感染者をわが国で最初に確認して以降、急速に感染が拡大し、2020年4月には政府による緊急事態宣言発令に伴う外出の自粛要請やさまざまな施設、店舗への休業要請などが出され、人々の日常生活に大きな変化をもたらした。スポーツ環境においてもスポーツイベントやスポーツ教室などの中止や延期が相次ぎ、人々のスポーツ活動の機会は失われていった。また、感染拡大を防止するための「新しい生活様式」における行動変容が求められ、多くの国民の身体活動量・運動量が大きく減少することが危惧されている。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。

#### ① 実施できなくなった種目は1位「水泳」77.8%、2位「野球」71.9%、3位「テニス(硬式テニス)」70.4%

2019年2月以降に実施していた運動・スポーツの中で、新型コロナウイルス感染拡大の影響で何らかの種目が実施できなくなった人は56.0%で、運動・スポーツを実施していた人の過半数を占めた。2020年5月までの間に実施できなくなった割合が最も高い種目は「水泳」の77.8%で、以下「野球」71.9%、「テニス(硬式テニス)」70.4%、「エアロビックダンス」69.7%、「ボウリング」67.9%などの順であった(図表5)。一方で「体操(軽い体操、ラジオ体操など)」9.8%、「なわとび」10.0%、「散歩(ぶらぶら歩き)」12.8%と、自宅や自宅周辺で実施できる種目のできなくなった割合は低い傾向がみられた。

実施できなくなった上位10種目は、主に民間スポーツ施設や公共スポーツ施設で行われる運動・スポーツで占められており、ウイルス感染拡大による施設休業の影響がうかがえる。緊急事態宣言解除後は徐々にスポーツ施設も再開しているものの、感染拡大防止策として利用人数の制限や人と人との接触を避けるため間隔を空けての利用など、これまで通り利用できる状態までは戻っていない。今後しばらくはこの状態が続くと考えられ、自宅や自宅周辺で行える種目を取り入れながら、身体活動量・運動量の維持が求められる。

#### ② 最も変化したスポーツ環境は「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」17.9%

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・スポーツの環境をみると、「特に変化がなかった」が全体の58.1%で最も高い。変化した環境で1番多い回答は「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になった」の17.9%であった。また「自宅や自宅の周辺で運動・スポーツを行うこと」は増えた人(12.4%)が減った人(6.9%)を上回っている。スポーツクラブやスポーツ施設が休業となった影響もあり、自宅やその周辺で運動・スポーツを実施する人が増えたと考えられる。

新型コロナウイルスの影響でできなくなった種目との関連をみると、実施できなくなった種目が「水泳」と回答した人の78.2%は普段利用している施設が休業になったと回答している(図表20)。その他のできなくなった上位種目で施設が休業になったと回答した割合は、「野球」53.6%、「テニス(硬式テニス)」68.4%、「エアロビックダンス」86.8%、「ボウリング」43.4%であった。全体では「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になった」は17.9%にとどまるが、種目によってはスポーツ施設の休業は人々の運動・スポーツ実施にとって大きな影響力があることが読み取れる。

図表 20 できなくなった種目(上位 5 種目)ごとのスポーツクラブやスポーツ施設の休業率 (%)

	水泳 (n=165)	野球 (n=69)	テニス (硬式テニス) (n=76)	エアロビック ダンス (n=76)	ボウリング (n=129)
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になった	78.2	53.6	68.4	86.8	43.4

③ 今後運動・スポーツを実施する際に最も気を付けたいことは三つの密(密閉・密集・密接)を避けた運動・スポーツの実施(24.0%)

今後運動・スポーツを実施する際に気を付けたいことがあると回答した人は、全体の 67.5%であった。気を付けたい内容として最も多かった回答は、「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」24.0%。また「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」は男性(7.8%)に対して女性(15.5%)の割合が高い。今後は三つの密(密閉・密集・密接)になりにくい、自宅やその周辺でできる運動・スポーツのニーズが高まると推測される。一方で夏や冬は屋外での運動・スポーツが難しい場合もあり、また自宅のできる種目には限界がある。スポーツ庁はスポーツ施設における感染拡大予防ガイドラインを作成し、自治体や民間スポーツ施設も同ガイドラインを参考にしながら独自のガイドラインや対策を講じている。With コロナ社会のなかで、周辺のスポーツ施設がどのような対策を講じているか確認した上で、実施場所を柔軟に選択していくことも継続的に運動・スポーツを実施する上では重要になってくるであろう。

④ 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」31.8%、「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」24.6%、「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」18.0%。

今後スタジアムや競技場に足を運んでのスポーツ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たずねたところ、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 31.8%で、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」24.6%、「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」18.0%と続く。新型コロナウイルスへの感染対策を講じた上での観戦再開を期待する人がいる一方、「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 9.9%と一定数は観戦再開に慎重な姿勢を示している。プロ野球(NPB)およびJリーグは7月10日から、観客数を最大 5,000 人として直接観戦が可能となった。声を出しての応援の禁止など例年とは違う様子が続いているが、ファンコミュニティを活かしたりリモート観戦など新たな観戦形態も生まれ、これまでにないチームの収益源になる可能性がある。誰もが感染リスクを抑えながら試合を楽しむ試みに今後も注目していきたい。

2) スポーツ活動の現状と今後の取り組み

2020 年 5 月 25 日に緊急事態宣言が全国で解除され、人々のスポーツ活動は政府が示す「新しい生活様式」に沿いながら再開されている。開幕が延期されていたプロ野球や Jリーグも開幕し、7 月以降は人数を制

限しながら観客を入れて試合が行われている。また、国民体育大会や全国高等学校野球選手権大会などのアマチュアスポーツ大会の多くは新型コロナウイルスの影響を受け延期や中止を余儀なくされたものの、各団体により地方限定での代替大会などが開催されている。さらに、スポーツ庁や(公財)日本スポーツ協会、(独)日本スポーツ振興センターは新型コロナウイルスの影響下におけるスポーツ活動やスポーツイベント再開に向けたガイドラインを公開し、感染拡大に留意しつつさまざまなスポーツ活動を再開するための指針を示した。プロ野球では、新たな観戦スタイルとして、VR 空間内のバーチャル VIP ルームでスポーツ観戦ができるサービスなどを取り入れた球団もあり、With コロナ社会における新しい取り組みもみられる。緊急事態宣言解除後に個人や各団体がスポーツ活動再開に向けて尽力した結果、人々のスポーツ活動は新しい形を取り入れながら戻りつつある。

しかしながら、いまだに新型コロナウイルスの感染は拡大しており収束の目途は立っていない。今後しばらくは感染拡大防止に取り組みながらスポーツ活動を行う必要があるだろう。笹川スポーツ財団では、今後も本調査を複数回にわたり行い、新型コロナウイルスによる運動・スポーツへの影響や「新しい生活様式」における運動・スポーツの現状を把握し、With コロナ社会において、人々が「する」「みる」「ささえる」スポーツを実践するために有益な情報を発信していきたい。

#### 4. 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=5,000)

1 男性 2,471(49.4)      2 女性 2,529(50.6)

SC2 あなたの年齢をお知らせください。(n=5,000)

平均 49.32 歳

SC3 あなたの住まいの(都道府県)をお知らせください。(n=5,000)

北海道	217(4.3)	滋賀県	51(1.0)
青森県	52(1.0)	京都府	109(2.2)
岩手県	46(0.9)	大阪府	347(6.9)
宮城県	123(2.5)	兵庫県	237(4.7)
秋田県	46(0.9)	奈良県	49(1.0)
山形県	39(0.8)	和歌山県	24(0.5)
福島県	61(1.2)	鳥取県	26(0.5)
茨城県	63(1.3)	島根県	14(0.3)
栃木県	43(0.9)	岡山県	60(1.2)
群馬県	41(0.8)	広島県	120(2.4)
埼玉県	289(5.8)	山口県	47(0.9)
千葉県	245(4.9)	徳島県	37(0.7)
東京都	686(13.7)	香川県	35(0.7)
神奈川県	366(7.3)	愛媛県	53(1.1)
新潟県	83(1.7)	高知県	25(0.5)
富山県	54(1.1)	福岡県	229(4.6)
石川県	50(1.0)	佐賀県	29(0.6)
福井県	30(0.6)	長崎県	46(0.9)
山梨県	39(0.8)	熊本県	73(1.5)
長野県	83(1.7)	大分県	29(0.6)
岐阜県	61(1.2)	宮崎県	39(0.8)
静岡県	115(2.3)	鹿児島県	56(1.1)
愛知県	304(6.1)	沖縄県	48(1.0)
三重県	81(1.6)		

SC4 あなたは結婚していらっしゃいますか。(n=5,000)

1 未婚 1,674(33.5)      2 既婚(離別・死別含む) 3,326(66.5)

SC5 あなたにはお子さまがいらっしゃいますか。(n=5,000)

1 同居している子どもがいる 1,588(31.8)  
 2 同居はしていないが子どもがいる 1,087(21.7)  
 3 子どもはいない 2,325(46.5)

SC6 あなたの職業をお知らせください。(n=5,000)

会社勤務（一般社員）	1,280(25.6)	農林漁業	22(0.4)
会社勤務（管理職）	240(4.8)	専門職（弁護士・税理士等・医療関連）	124(2.5)
会社経営（経営者・役員）	91(1.8)	パート・アルバイト	625(12.5)
公務員・教職員・非営利団体職員	251(5.0)	専業主婦・主夫	873(17.5)
派遣社員・契約社員	239(4.8)	学生	148(3.0)
自営業（商工サービス）	172(3.4)	無職	784(15.7)
SOHO	40(0.8)	その他の職業	111(2.2)

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=5,000)

エネルギー・素材・産業機械	149(3.0)	情報・通信	249(5.0)
食品	173(3.5)	流通・小売業	344(6.9)
飲料・嗜好品	40(0.8)	金融・保険	230(4.6)
薬品・医療用品	66(1.3)	交通・レジャー	117(2.3)
化粧品・トイレタリー・サニタリー	42(0.8)	外食・各種サービス	259(5.2)
ファッション・アクセサリ	53(1.1)	官公庁・団体	313(6.3)
精密機械・事務用品	76(1.5)	教育・医療サービス・宗教	617(12.3)
家電・AV機器	86(1.7)	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	209(4.2)	市場調査	0(0.0)
家庭用品	13(0.3)	その他	724(14.5)
趣味・スポーツ用品	21(0.4)	この中にあてはまるものはない	1,801(36.0)
不動産・住宅設備	165(3.3)		

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=5,000)

～199万円	376(7.5)	800～899万円	181(3.6)
200～299万円	438(8.8)	900～999万円	186(3.7)
300～399万円	582(11.6)	1,000～1,499万円	329(6.6)
400～499万円	473(9.5)	1,500～1,999万円	64(1.3)
500～599万円	437(8.7)	2,000万円～	48(1.0)
600～699万円	306(6.1)	収入なし	26(0.5)
700～799万円	303(6.1)	わからない・答えられない	1,251(25.0)

Q1 あなたは、下記の期間に運動・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。(n=5,000)

(それぞれいくつでも)

	2019年2月 ～ 2020年1月	2020年 2～5月		2019年2月 ～ 2020年1月	2020年 2～5月
(ア行) アイススケート	89(1.8)	48(1.0)	(タ行) 太極拳	20(0.4)	17(0.3)
アクアエクササイズ(水中歩行・運動など)	103(2.1)	63(1.3)	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	303(6.1)	297(5.9)
ウォーキング	1,378(27.6)	1,357(27.1)	卓球	118(2.4)	52(1.0)
エアロビックダンス	92(1.8)	73(1.5)	つな引き	20(0.4)	8(0.2)
(カ行) 海水浴	152(3.0)	25(0.5)	釣り	168(3.4)	82(1.6)
カヌー	30(0.6)	23(0.5)	テニス(硬式テニス)	106(2.1)	59(1.2)
空手	30(0.6)	19(0.4)	登山	146(2.9)	51(1.0)
キャッチボール	142(2.8)	106(2.1)	(ナ行) なわとび	94(1.9)	90(1.8)
キャンプ	108(2.2)	45(0.9)	(ハ行) ハイキング	168(3.4)	66(1.3)
筋力トレーニング	630(12.6)	570(11.4)	バスケットボール	49(1.0)	25(0.5)
グラウンドゴルフ	40(0.8)	26(0.5)	バドミントン	115(2.3)	63(1.3)
ゲートボール	22(0.4)	16(0.3)	バレーボール	51(1.0)	27(0.5)
剣道	31(0.6)	20(0.4)	ハンドボール	14(0.3)	9(0.2)
ゴルフ(コース)	277(5.5)	151(3.0)	パークゴルフ	20(0.4)	11(0.2)
ゴルフ(練習場)	223(4.5)	133(2.7)	ピラティス	43(0.9)	28(0.6)
(サ行) サイクリング	264(5.3)	198(4.0)	フットサル	43(0.9)	23(0.5)
サッカー	94(1.9)	58(1.2)	フライングディスク(frisbee)	15(0.3)	12(0.2)
サーフィン	22(0.4)	17(0.3)	フラダンス	29(0.6)	18(0.4)
散歩(ぶらぶら歩き)	973(19.5)	922(18.4)	ボウリング	179(3.6)	57(1.1)
柔道	20(0.4)	12(0.2)	ボクシング	21(0.4)	15(0.3)
乗馬	21(0.4)	16(0.3)	ボルダリング	26(0.5)	13(0.3)
ジョギング・ランニング	364(7.3)	320(6.4)	ボート・漕艇	15(0.3)	7(0.1)
水泳	208(4.2)	75(1.5)	(ヤ行) 野球	93(1.9)	43(0.9)
社交ダンス	21(0.4)	15(0.3)	ヨーガ	196(3.9)	127(2.5)
スキー	91(1.8)	56(1.1)	(ラ行) 陸上競技	25(0.5)	19(0.4)
スクーバダイビング	24(0.5)	15(0.3)	ロードレース(駅伝・マラソンなど)	35(0.7)	23(0.5)
スノーボード	58(1.2)	28(0.6)	その他( )	64(1.3)	41(0.8)
ソフトテニス(軟式テニス)	32(0.6)	17(0.3)	その他( )	6(0.1)	4(0.1)
ソフトバレー	28(0.6)	20(0.4)	その他( )	1(0.0)	1(0.0)
ソフトボール	38(0.8)	21(0.4)	運動・スポーツは行わなかった	2,286(45.7)	2,496(49.9)



Q2 Q1で回答した種目のうち、スポーツクラブやスポーツ施設の休業、感染拡大の防止など新型コロナウイルスの影響を受け2020年2月～5月の間に実施しなくなった、またはできなくなった種目をお答えください。(いくつでも)  
(n=2,807)

(ア行)	アイススケート	45(1.6)	(タ行)	太極拳	13(0.5)
	アクアエクササイズ(水中歩行・運動など)	74(2.6)		体操(軽い体操、ラジオ体操など)	34(1.2)
	ウォーキング	281(10.0)		卓球	79(2.8)
	エアロビックダンス	76(2.7)		つな引き	5(0.2)
(カ行)	海水浴	51(1.8)		釣り	78(2.8)
	カヌー	16(0.6)		テニス(硬式テニス)	76(2.7)
	空手	18(0.6)		登山	84(3.0)
	キャッチボール	43(1.5)	(ナ行)	なわとび	13(0.5)
	キャンプ	60(2.1)	(ハ行)	ハイキング	92(3.3)
	筋力トレーニング	181(6.4)		バスケットボール	35(1.2)
	グラウンドゴルフ	28(1.0)		バドミントン	60(2.1)
	ゲートボール	12(0.4)		バレーボール	36(1.3)
	剣道	17(0.6)		ハンドボール	7(0.2)
	ゴルフ(コース)	169(6.0)		パークゴルフ	11(0.4)
	ゴルフ(練習場)	116(4.1)		ピラティス	36(1.3)
(サ行)	サイクリング	48(1.7)		フットサル	34(1.2)
	サッカー	57(2.0)		フライングディスク(frisbee)	7(0.2)
	サーフィン	13(0.5)		フラダンス	21(0.7)
	散歩(ぶらぶら歩き)	132(4.7)		ボウリング	129(4.6)
	柔道	10(0.4)		ボクシング	13(0.5)
	乗馬	15(0.5)		ボルダリング	20(0.7)
	ジョギング・ランニング	90(3.2)		ボート・漕艇	7(0.2)
	水泳	165(5.9)	(ヤ行)	野球	69(2.5)
	社交ダンス	17(0.6)		ヨーガ	115(4.1)
	スキー	43(1.5)	(ラ行)	陸上競技	11(0.4)
	スクーバダイビング	14(0.5)		ロードレース(駅伝・マラソンなど)	23(0.8)
	スノーボード	20(0.7)		その他( )	37(1.3)
	ソフトテニス(軟式テニス)	20(0.7)		その他( )	1(0.0)
	ソフトバレー	18(0.6)		その他( )	0(0.0)
	ソフトボール	27(1.0)		あてはまるものはない	1,234(44.0)



Q3 Q1で回答した種目のうち、新型コロナウイルスの感染拡大の影響を受けて、2020年2~5月の期間に新たに始めた、実施してみた運動・スポーツ種目すべてにチェックを入れてください。(いくつでも) (n=395)

(ア行)	アイススケート	4(1.0)	(タ行)	太極拳	1(0.3)
	アクアエクササイズ(水中歩行・運動など)	6(1.5)		体操(軽い体操、ラジオ体操など)	35(8.9)
	ウォーキング	88(22.3)		卓球	3(0.8)
	エアロビックダンス	6(1.5)		つな引き	0(0.0)
(カ行)	海水浴	1(0.3)		釣り	2(0.5)
	カヌー	2(0.5)		テニス(硬式テニス)	0(0.0)
	空手	0(0.0)		登山	1(0.3)
	キャッチボール	4(1.0)	(ナ行)	なわとび	30(7.6)
	キャンプ	2(0.5)	(ハ行)	ハイキング	0(0.0)
	筋力トレーニング	48(12.2)		バスケットボール	1(0.3)
	グラウンドゴルフ	3(0.8)		バドミントン	5(1.3)
	ゲートボール	1(0.3)		バレーボール	0(0.0)
	剣道	0(0.0)		ハンドボール	0(0.0)
	ゴルフ(コース)	1(0.3)		パークゴルフ	0(0.0)
	ゴルフ(練習場)	1(0.3)		ピラティス	1(0.3)
(サ行)	サイクリング	7(1.8)		フットサル	0(0.0)
	サッカー	4(1.0)		フライングディスク(フリスビー)	2(0.5)
	サーフィン	1(0.3)		フラダンス	0(0.0)
	散歩(ぶらぶら歩き)	37(9.4)		ボウリング	2(0.5)
	柔道	0(0.0)		ボクシング	1(0.3)
	乗馬	0(0.0)		ボルダリング	0(0.0)
	ジョギング・ランニング	22(5.6)		ボート・漕艇	0(0.0)
	水泳	0(0.0)	(ヤ行)	野球	0(0.0)
	社交ダンス	0(0.0)		ヨーガ	4(1.0)
	スキー	0(0.0)	(ラ行)	陸上競技	2(0.5)
	スクーバダイビング	1(0.3)		ロードレース(駅伝・マラソンなど)	0(0.0)
	スノーボード	1(0.3)		その他( )	7(1.8)
	ソフトテニス(軟式テニス)	0(0.0)		その他( )	0(0.0)
	ソフトバレー	1(0.3)		その他( )	0(0.0)
	ソフトボール	0(0.0)		あてはまるものはない	127(32.2)

Q4 下記の期間に、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)

	2019年2月～2020年1月 (n=2,714)	2020年2～5月 (n=2,504)
週に5日以上	573(21.1)	519(20.7)
週に3日以上	525(19.3)	423(16.9)
週に2日以上	455(16.8)	384(15.3)
週に1日以上	479(17.6)	413(16.5)
月に1～3日	345(12.7)	417(16.7)
3か月に1～2日	116(4.3)	185(7.4)
年に1～3日	116(4.3)	
わからない	105(3.9)	163(6.5)

Q5 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=5,000)

	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	74(1.5)	1,948(39.0)	1,216(24.3)	1,762(35.2)
働く時間や学校の時間	128(2.6)	2,133(42.7)	1,130(22.6)	1,609(32.2)
家事や育児・介護の時間	924(18.5)	2,526(50.5)	140(2.8)	1,410(28.2)
一人で過ごす時間	1,221(24.4)	2,752(55.0)	774(15.5)	253(5.1)
家族と過ごす時間	1,803(36.1)	2,464(49.3)	275(5.5)	458(9.2)
睡眠時間	799(16.0)	3,779(75.6)	422(8.4)	
余暇時間(自由な時間)	1,364(27.3)	2,866(57.3)	565(11.3)	205(4.1)
買い物に行く回数	397(7.9)	2,106(42.1)	2,291(45.8)	206(4.1)
収入(アルバイト代なども含む)	85(1.7)	2,722(54.4)	1,173(23.5)	1,020(20.4)

Q6 新型コロナウイルスの影響により、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=5,000)

- |                                 |             |
|---------------------------------|-------------|
| 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になった | 895(17.9)   |
| 2 普段利用している近隣の公園や広場が利用できなくなった    | 509(10.2)   |
| 3 参加する予定であった大会やイベントが中止になった      | 774(15.5)   |
| 4 自宅や自宅の周辺で運動・スポーツを行うことが増えた     | 620(12.4)   |
| 5 自宅や自宅の周辺で運動・スポーツを行うことが減った     | 345(6.9)    |
| 6 その他( )                        | 33(0.7)     |
| 7 特に変化はなかった                     | 2,905(58.1) |

Q7 あなたは、新型コロナウイルスの感染が拡大する中で運動・スポーツを行うために、具体的なやり方や効果についての情報を入手していますか。(n=5,000)

- |           |            |
|-----------|------------|
| 1 入手している  | 996(19.9)  |
| 2 入手していない | 4004(80.1) |

Q8 Q7で回答した「入手している」情報とは誰が発信している情報ですか。(いくつでも) (n=996)

1 地方自治体や国	451(45.3)
2 スポーツ関連企業や団体	217(21.8)
3 普段通っているスポーツクラブやスポーツ施設	211(21.2)
4 アスリート	85(8.5)
5 スポーツトレーナーや指導者・研究者・医師・などの専門家	168(16.9)
6 ユーチューバーやインスタグラマー	256(25.7)
7 その他 ( )	60(6.0)

Q9 あなたが、以下に示した期間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=5,000)

種目	直接観戦	テレビやインターネットでの観戦	
	2019年2月 ～2020年1月	2019年2月 ～2020年1月	2020年2～5月
プロ野球 (NPB)	513(10.3)	1,064(21.3)	230(4.6)
メジャーリーグ (アメリカ大リーグ)	61(1.2)	368(7.4)	42(0.8)
高校野球	149(3.0)	841(16.8)	51(1.0)
アマチュア野球 (大学、社会人など)	58(1.2)	118(2.4)	21(0.4)
Jリーグ (J1、J2、J3)	181(3.6)	466(9.3)	98(2.0)
海外プロサッカー (欧州、南米など)	47(0.9)	224(4.5)	74(1.5)
サッカー日本代表試合 (五輪代表含む)	67(1.3)	554(11.1)	42(0.8)
サッカー日本女子代表試合 (なでしこジャパン)	35(0.7)	259(5.2)	19(0.4)
サッカー (高校、大学、JFL など)	39(0.8)	180(3.6)	24(0.5)
プロバスケットボール (Bリーグ)	41(0.8)	115(2.3)	20(0.4)
海外プロバスケットボール (NBA など)	16(0.3)	96(1.9)	19(0.4)
バスケットボール (高校、大学、WJBL など)	22(0.4)	59(1.2)	14(0.3)
バレーボール日本代表試合 (龍神 NIPPON)	31(0.6)	190(3.8)	20(0.4)
バレーボール日本女子代表試合 (火の鳥 NIPPON)	28(0.6)	214(4.3)	18(0.4)
バレーボール (高校、大学、Vリーグなど)	23(0.5)	83(1.7)	14(0.3)
大相撲	115(2.3)	762(15.2)	252(5.0)
マラソン・駅伝	131(2.6)	834(16.7)	117(2.3)
ラグビー	120(2.4)	666(13.3)	60(1.2)
プロテニス	61(1.2)	432(8.6)	42(0.8)
プロゴルフ	74(1.5)	410(8.2)	58(1.2)
フィギュアスケート	98(2.0)	680(13.6)	101(2.0)
格闘技 (ボクシング、総合格闘技など)	55(1.1)	267(5.3)	59(1.2)
F1やNASCARなど自動車レース	36(0.7)	111(2.2)	27(0.5)
その他 ( )	15(0.3)	31(0.6)	11(0.2)

この期間にスポーツ観戦はしていない	4,026(80.5)	2,921(58.4)	4,185(83.7)
-------------------	-------------	-------------	-------------

Q10 新型コロナウイルスの感染拡大により、あなたのスポーツ観戦は影響を受けていますか。以下の項目から当てはまるものを選んでください。(いくつでも)

また、主な種目を1つ回答欄にご記入ください。(n=5,000)

- 1 スタジアムや競技場で直接観戦したいスポーツの試合が延期や中止になった 418(8.4)  
(種目: )
- 2 テレビやインターネットで観戦したいスポーツの試合が延期や中止になった 784(15.7)  
(種目: )
- 3 テレビや動画配信サービスで放映されるオリンピックやプロスポーツなどの過去の試合映像や名勝負・名場面をみるようになった 549(11.0)
- 4 インターネットの動画サイトに公開されているオリンピックやプロスポーツなどの過去の試合映像や名勝負・名場面をみるようになった 365(7.3)
- 5 1~4にあてはまるものはない 3,598(72.0)

Q11 あなたは、過去1か月の平日に、どのくらいの時間、座ったり、寝転んだりして過ごしますか。

たとえば、学校の授業や職場・自宅で机に向かう、座ったり寝転んだりしながらテレビをみる

友人とのおしゃべり・読書などの時間は含めます。※ただし、睡眠時間は含めないでください。(n=5,000)

一日の合計(平日) およそ( 6 )時間( 5 )分

Q12 あなたは、過去1か月の日常の生活で、どのくらい身体を動かしていますか。

以下のa), b)の活動内容について、平日の1日あたりの平均的な活動時間をお答えください。(それぞれひとつずつ) (n=5,000)

	活動の内容	していない	1~14分	15~29分	30~44分	45~59分	60分以上
a) 移動手段	1.通勤・通学時の徒歩	3,390(67.8)	856(17.1)	465(9.3)	161(3.2)	63(1.3)	65(1.3)
	2.通勤・通学時の自転車	4,363(87.3)	342(6.8)	179(3.6)	69(1.4)	25(0.5)	22(0.4)
	3.買い物時の徒歩	1,796(35.9)	1,676(33.5)	894(17.9)	362(7.2)	108(2.2)	164(3.3)
	4.買い物時の自転車	3,642(72.8)	775(15.5)	391(7.8)	113(2.3)	29(0.6)	50(1.0)
	5.仕事時の歩行	2,639(52.8)	722(14.4)	567(11.3)	305(6.1)	132(2.6)	635(12.7)
b) 家での活動	6.掃除や洗濯	1,206(24.1)	1,449(29.0)	1,059(21.2)	578(11.6)	260(5.2)	448(9.0)
	7.子どもとの遊び	4,165(83.3)	252(5.0)	216(4.3)	133(2.7)	61(1.2)	173(3.5)
	8.家族の介護・介助	4,594(91.9)	133(2.7)	104(2.1)	57(1.1)	24(0.5)	88(1.8)
	9.庭での作業	3,378(67.6)	553(11.1)	452(9.0)	249(5.0)	91(1.8)	277(5.5)

Q 1 3 あなたが新型コロナウイルスの影響で感じる、心身の状態について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=5,000)

1	家で過ごす時間が増えイライラしたりストレスを感じたりすることが増えた	983(19.7)
2	家で過ごす時間が増え幸せを感じるが増えた	570(11.4)
3	仕事へのストレスが増えた	605(12.1)
4	仕事へのストレスが減った	415(8.3)
5	気分が落ち込むが増えた	737(14.7)
6	前向きな気持ちになるが増えた	139(2.8)
7	何をしても楽しくないと感じるが増えた	520(10.4)
8	物事への興味がわかなくなった	426(8.5)
9	食欲が増進した	530(10.6)
10	食欲が減退した	188(3.8)
11	疲れを感じやすくなった	925(18.5)
12	疲れを感じにくくなった	99(2.0)
13	ぐっすり眠れるようになった	197(3.9)
14	寝つきが悪い、ぐっすり眠れない日が増えた	655(13.1)
15	体重が増加した	1,157(23.1)
16	体重が減少した	155(3.1)
17	腰痛や肩こりになった・ひどくなった	707(14.1)
18	腰痛や肩こりが良くなった・軽くなった	70(1.4)
19	頭痛がするようになった・ひどくなった	274(5.5)
20	頭痛が良くなった・軽くなった	36(0.7)
21	あてはまるものはない	1,799(36.0)

Q 1 4 あなたが今後運動・スポーツを実施する際に、最も気を付けたいと思うことは何ですか。(n=5,000)

1	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	1,200(24.0)
2	人と人との間隔を意識して運動・スポーツを実施する	423(8.5)
3	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	469(9.4)
4	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	360(7.2)
5	公園やスポーツ施設は人が少ない時間帯に利用する	292(5.8)
6	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	586(11.7)
7	その他( )	43(0.9)
8	特に気を付けることはない	1,627(32.5)

Q 1 5 今後スタジアムや競技場に足を運んでのスポーツ観戦を再開するために、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=5,000)

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	1,591(31.8)
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	901(18.0)
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	1,229(24.6)
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	544(10.9)
5	選手と間近で関われる各種イベントの中止	164(3.3)
6	飲食物の持ち込みや販売の制限	118(2.4)
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	432(8.6)
8	最寄り駅との送迎バスの運行中止	40(0.8)
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	467(9.3)
10	入場時の検温	312(6.2)
11	その他 ( )	11(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	495(9.9)
13	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	2,135(42.7)

Q 1 6 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=5,000)

1	とても楽しみ	587(11.7)
2	やや楽しみ	881(17.6)
3	どちらともいえない	1,677(33.5)
4	あまり楽しみではない	714(14.3)
5	まったく楽しみではない	1,141(22.8)

---

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(2020年6月調査) 報告書

2020年8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。