

3 スポーツクラブ・運動部

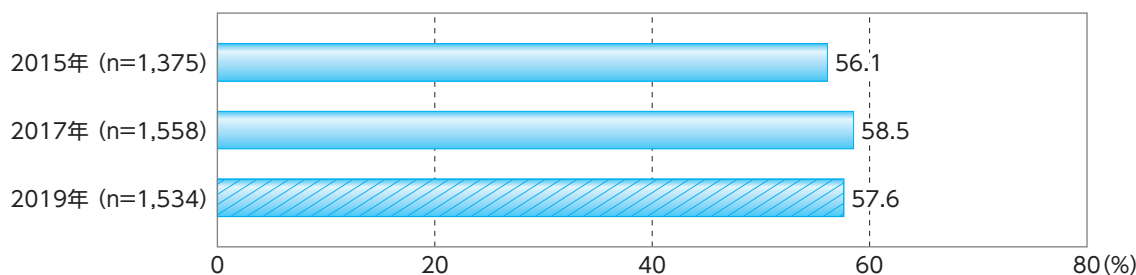
3-1 スポーツクラブ・運動部への加入率

学校の運動部やサークル、民間のスポーツクラブ（スイミングクラブや体操クラブなど）、地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など）への加入状況を複数回答でたずね、加入率を算出した。

図3-1に示した4～11歳のスポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移をみると、2019年は57.6%で

あり、前回調査の2017年から0.9ポイント減少した。

図3-2の12～21歳では、2019年の加入率は48.5%であり、2017年から0.7ポイントの減少となった。調査を開始した2001年以降、4～5割の間での推移が続いている。なお、2013年調査までは、今回の調査で用いた設問方式とは異なり、クラブの加入状況を「入っている」「前

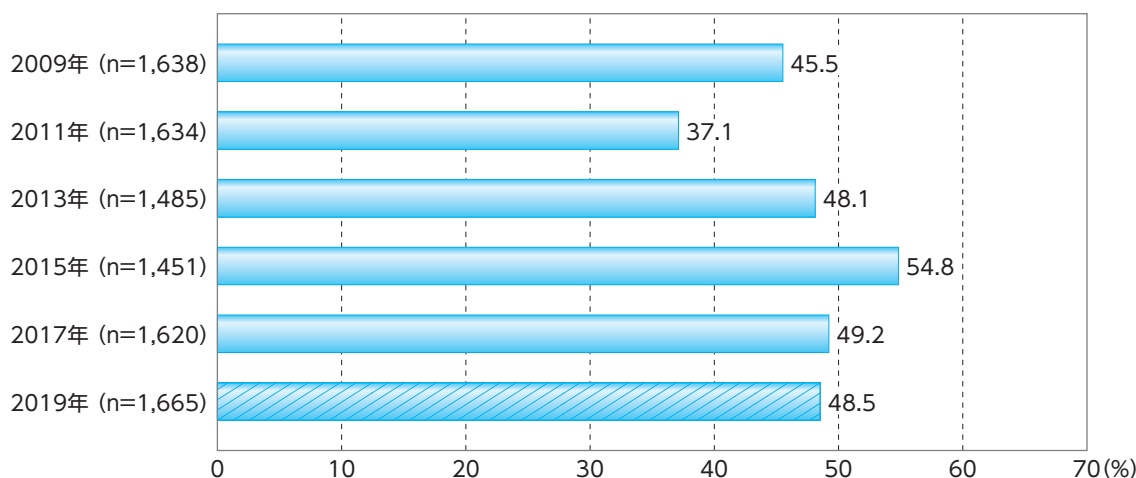


【図3-1】スポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移（4～11歳）

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

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

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2019



【図3-2】スポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移（12～21歳）

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

注2) 2009年～2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の12～19歳を分析対象とした

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019

に入っていたが、今は入っていない」「これまでにいったことはない」の3つの選択肢で回答を求め、加入率を算出している。また、2011年は他の調査年と比べて加入率が

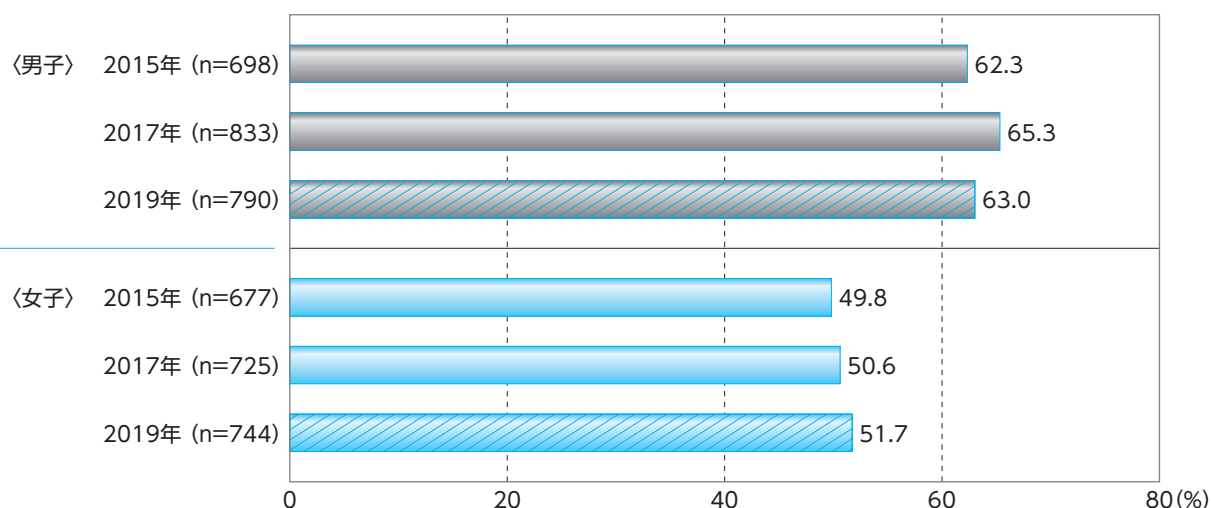
低くなっている点については、東日本大震災の影響を考慮し、調査を9月から10月にかけて実施したため、夏休み後の運動部の引退などが影響したと思われる。

3-2 性別にみるスポーツクラブ・運動部への加入率

図3-3、図3-4に性別にみた4～11歳と12～21歳のスポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移を示した。

図3-3に示す4～11歳の加入率は、2019年は男子63.0%、女子51.7%であり、男子が女子を11.3ポイント上回っている。2017年と比較すると、男子ではやや減少し、女子では増加の傾向を示している。

図3-4に示す12～21歳の加入率は、2019年は男子57.4%、女子38.7%であり、男子が女子を18.7ポイント上回る。2017年と比較すると、女子は1.5ポイントの減少となった。2009年以降、男子は5～6割、女子は4割程度の加入率であり、また男子の加入率が女子に比べて高い傾向は過去10年間変わらない。

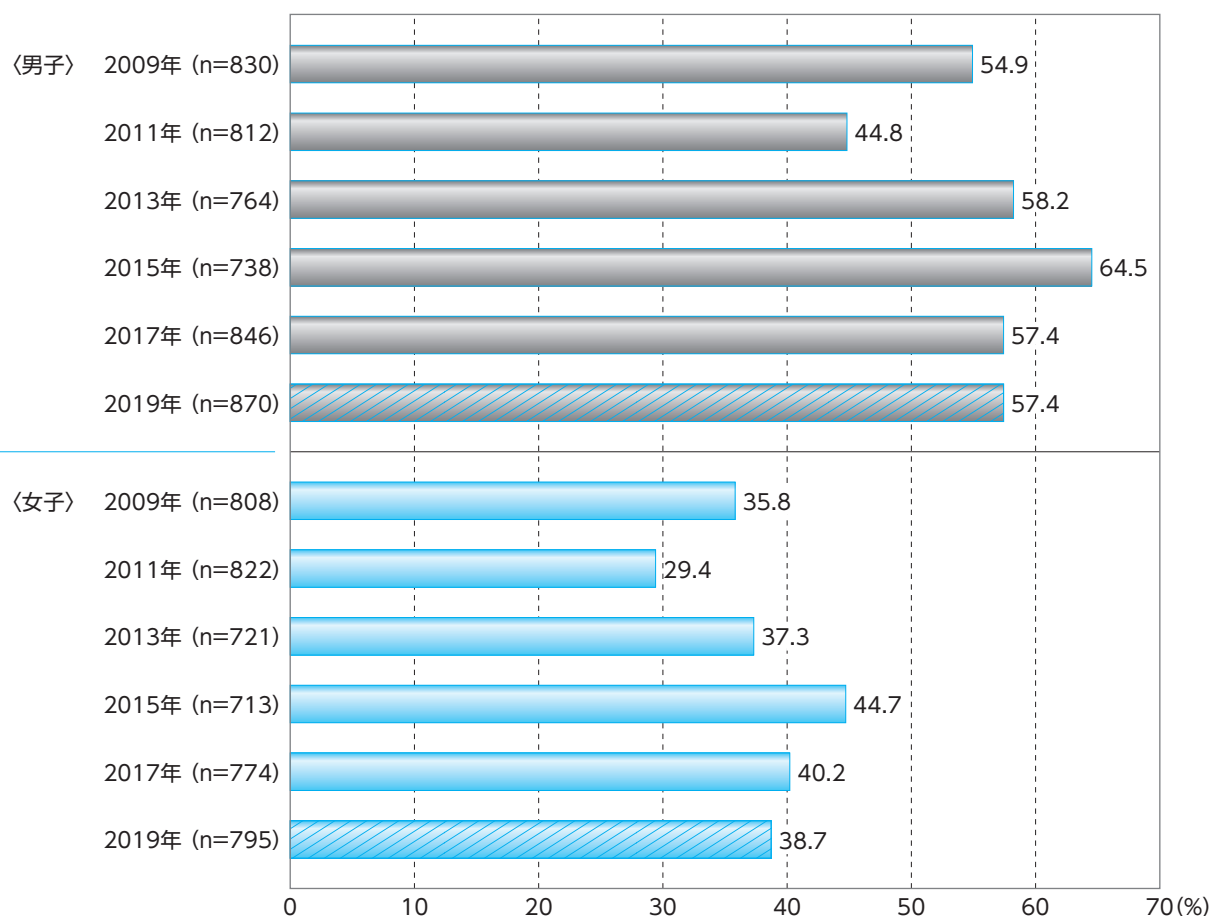


【図3-3】スポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移(4～11歳:性別)

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

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

資料: 笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2019



【図3-4】スポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移(12～21歳:性別)

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

注2) 2009年～2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の12～19歳を分析対象とした

資料: 笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019

3-3 性別・就学状況/学校期別にみるスポーツクラブ・運動部への加入率

表3-1に性別・就学状況および学校期別にみたスポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移を示した。なお、未就学児から小学校3・4年のクラブ加入状況に関するデータは2015年調査から収集し始めたため、2009～2013年は小学5・6年から勤労者の加入率のみとなる。

2019年は、男子では未就学児から中学校期にかけて学年が上がるにつれて加入率は増加し、高校期以降から減少し始めるが、女子では小学3・4年の61.9%をピーク

に小学5・6年から勤労者にかけて減少する。2017年の加入率は男女とも高校期がピークであり、2019年も男子は同様の傾向を示したが、女子は小学校中学年の年代の加入率が最も高かった。

未就学児では男子は4割、女子は3割程度であるが、中学校期では男子の8割、女子の6割程度がスポーツクラブ・運動部に加入している。高校期になると、男女ともに加入率は20ポイントほど減少し、大学期、勤労者では

さらに加入率は低くなる。

また、男女の加入率の差は中学校期が最も大きく、男子が女子を23.3ポイント上回る。小学生以下をみると、未就学児では5.1ポイントであるのに対して、小学1・2年

では10.1ポイント、小学3・4年では10ポイント、小学5・6年では17.8ポイントと、学年が上がるにつれて男女差は拡大し、いずれも男子が女子を上回る。

【表3-1】スポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移(性別×就学状況および学校期別)

性別	2009年		2011年		2013年		2015年		2017年		2019年	
	学校期	%	学校期	%	学校期	%	学校期	%	学校期	%	学校期	%
男子	—	—	—	—	—	—	未就学児 (n=151)	33.1	未就学児 (n=160)	41.3	未就学児 (n=170)	38.8
	—	—	—	—	—	—	小学1・2年 (n=202)	61.9	小学1・2年 (n=174)	60.3	小学1・2年 (n=163)	58.3
	—	—	—	—	—	—	小学3・4年 (n=218)	72.5	小学3・4年 (n=218)	72.9	小学3・4年 (n=217)	71.9
	小学5・6年 (n=195)	79.5	小学5・6年 (n=192)	64.1	小学5・6年 (n=216)	72.2	小学5・6年 (n=157)	81.5	小学5・6年 (n=270)	77.4	小学5・6年 (n=235)	76.6
	中学校期 (n=322)	73.9	中学校期 (n=292)	57.2	中学校期 (n=305)	77.0	中学校期 (n=281)	82.9	中学校期 (n=298)	81.2	中学校期 (n=308)	82.1
	高校期 (n=309)	46.9	高校期 (n=315)	41.6	高校期 (n=273)	54.9	高校期 (n=274)	60.2	高校期 (n=239)	64.9	高校期 (n=262)	60.3
	大学期 (n=99)	43.4	大学期 (n=117)	30.8	大学期 (n=86)	37.2	大学期 (n=93)	43.0	大学期 (n=176)	39.8	大学期 (n=172)	41.9
	勤労者 (n=51)	17.6	勤労者 (n=45)	17.8	勤労者 (n=50)	10.0	勤労者 (n=40)	22.5	勤労者 (n=116)	15.5	勤労者 (n=105)	13.3
女子	—	—	—	—	—	—	未就学児 (n=136)	32.4	未就学児 (n=139)	38.8	未就学児 (n=163)	33.7
	—	—	—	—	—	—	小学1・2年 (n=176)	47.7	小学1・2年 (n=148)	44.6	小学1・2年 (n=164)	48.2
	—	—	—	—	—	—	小学3・4年 (n=230)	55.2	小学3・4年 (n=194)	55.7	小学3・4年 (n=189)	61.9
	小学5・6年 (n=215)	55.3	小学5・6年 (n=180)	46.1	小学5・6年 (n=171)	48.0	小学5・6年 (n=154)	62.3	小学5・6年 (n=242)	56.6	小学5・6年 (n=226)	58.8
	中学校期 (n=303)	48.8	中学校期 (n=299)	37.8	中学校期 (n=271)	46.5	中学校期 (n=233)	64.4	中学校期 (n=239)	63.6	中学校期 (n=257)	58.8
	高校期 (n=291)	25.8	高校期 (n=320)	25.6	高校期 (n=276)	37.3	高校期 (n=259)	41.7	高校期 (n=237)	40.1	高校期 (n=247)	40.9
	大学期 (n=124)	33.1	大学期 (n=118)	25.4	大学期 (n=112)	23.2	大学期 (n=134)	29.1	大学期 (n=184)	29.9	大学期 (n=190)	24.7
	勤労者 (n=39)	7.7	勤労者 (n=38)	10.5	勤労者 (n=34)	2.9	勤労者 (n=49)	12.2	勤労者 (n=90)	8.9	勤労者 (n=87)	8.0

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

注2) 大学期・勤労者:2009年~2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の19歳までを分析対象とした

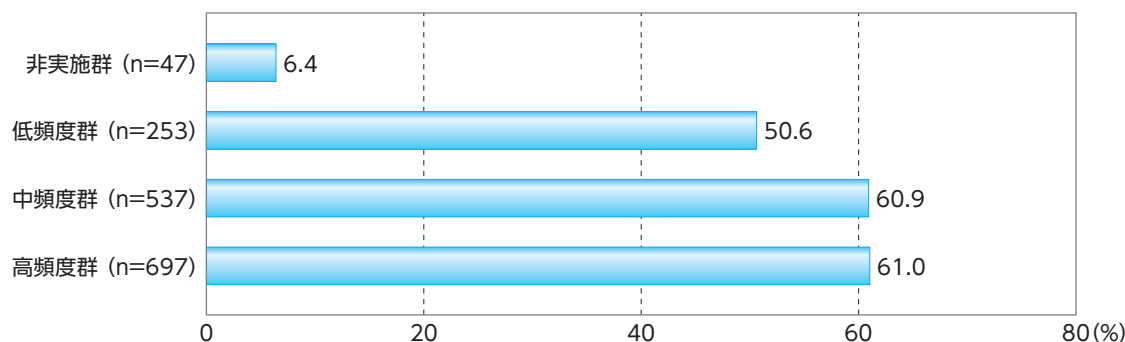
資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2019、「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2019

3-4 運動・スポーツ実施状況別にみるスポーツクラブ・運動部への加入率

図3-5、図3-6に運動・スポーツ実施状況別にみた4～11歳と12～21歳のスポーツクラブ・運動部への加入率を示した。図3-5に示す4～11歳の加入率は、非実施群6.4%、低頻度群50.6%、中頻度群60.9%、高頻度群61.0%であり、運動・スポーツをよく行っている者ほどクラブへの加入率が高い。

図3-6の12～21歳では「レベル0」0.8%、「レベル1」16.3%、「レベル2」48.7%、「レベル3」69.1%、「レベル

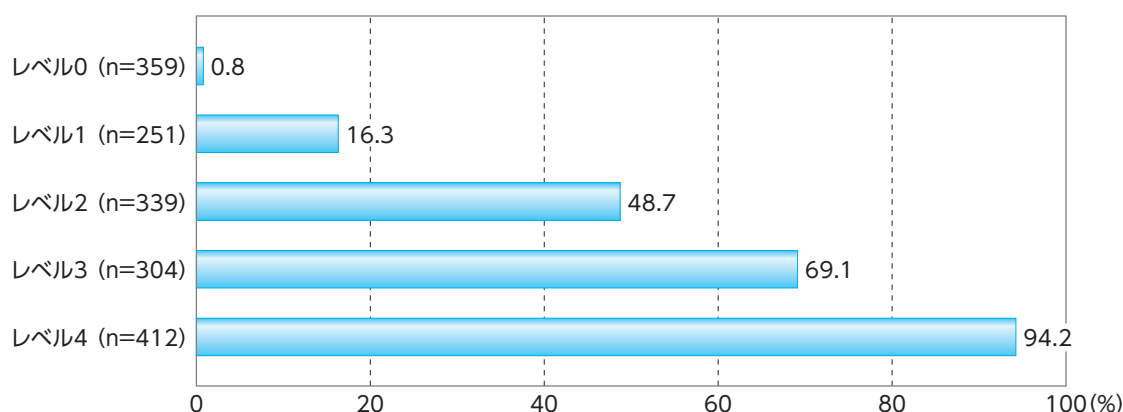
4」94.2%であり、レベルが上がるにつれて加入率は高くなる。週5回以上の運動・スポーツ実施者となる「レベル3」では加入者は7割、週5回以上・1回120分以上・運動強度が「ややきつい」以上の3つの条件を満たす高水準のスポーツ実施者であるレベル4では、加入者は9割以上を占めており、中学生から大学生年代の青少年にとってスポーツクラブや運動部は主な運動・スポーツの場となっている。



【図3-5】スポーツクラブ・運動部への加入率(4～11歳:頻度群別)

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

資料: 笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2019



【図3-6】スポーツクラブ・運動部への加入率(12～21歳:レベル別)

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

資料: 笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019

3-5 4～11歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類

表3-2に4～11歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類を性別・就学状況別に示した。全体では「民間のスポーツクラブ（スイミングクラブや体操クラブなど）」（以下、民間のスポーツクラブ）が37.8%と最も多く、次いで「地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や地域のスポーツ教室、道場など）」（以下、地域のスポーツクラブ）17.3%、「学校のクラブ活動・運動部活動」（以下、学校のクラブ・運動部）は12.2%であった。

性別にみると、男女ともに「民間のスポーツクラブ」が最も多く、男子40.0%、女子35.5%であり、次いで「地域のスポーツクラブ」が男子22.7%、女子11.7%であった。

就学状況別にみると「民間のスポーツクラブ」は、小学1・2年が44.6%と最も多く、次いで小学3・4年42.1%、小学5・6年34.7%、未就学児30.3%の順であった。「地域のスポーツクラブ」は、未就学児は3.3%、小学1・2年は11.6%、小学3・4年は24.9%、小学5・6年は25.2%と学年が上がるにつれて加入率は高くなる。

未就学児・小学校低学年では民間のスポーツクラブが主な加入先となるが、小学校中学年になると地域のスポーツクラブや学校のクラブ・運動部での活動も加わる。

【表3-2】 4～11歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類（全体・性別・就学状況別：複数回答）

（%）

スポーツクラブ・運動部	全体 (n=1,534)	男子 (n=790)	女子 (n=744)	未就学児 (n=333)	小学1・2年 (n=327)	小学3・4年 (n=406)	小学5・6年 (n=461)
学校のクラブ活動・運動部活動	12.2	13.5	10.8	2.4	1.8	13.1	26.0
民間のスポーツクラブ (スイミングクラブや体操クラブなど)	37.8	40.0	35.5	30.3	44.6	42.1	34.7
地域のスポーツクラブ (スポーツ少年団や地域のスポーツ教室、道場など)	17.3	22.7	11.7	3.3	11.6	24.9	25.2
その他	1.4	0.9	2.0	1.8	0.9	1.5	1.5
運動部・クラブなどに入っていない	42.4	37.0	48.3	63.7	46.8	32.8	32.1

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2019

COMMENTS

- 職業柄、子どもとの時間をつくるのが難しい。親が積極的に運動に取り組まなければ子どもができないと分かっているものの、現状ではその時間を取れていないことに少し悩んでいる。（8歳女子の父親）
- アスレチックや川遊びなど、身体を動かす遊びができるところへ連れて行くようにしていました。（18歳男子の母親）
- 子ども本人の参加したいスポーツイベントなどには積極的に参加するようにしている。スポーツの習いごとでしか会えない友だちをつくれるように、保護者同志で連絡先を交換している。（10歳女子の母親）
- 平日は仕事で子どもと一緒にいる時間がないので、休みの日にできる限りサッカーなどの運動を一緒にしている。（9歳男子の父親）

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2019、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019

3-6 12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類

図3-7に12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類を性別に示した。全体では「学校の運動部活動」が37.3%と最も多く、次いで「地域のスポーツクラブ」5.9%、「学校のスポーツサークル」「民間のスポーツクラブ」が同率で4.8%であった。

性別にみると「学校の運動部活動」は男子44.7%、女子29.2%であり、男子が女子を15.5ポイント上回る。同様に「地域のスポーツクラブ」も男子7.8%、女子3.9%と男子が女子を上回っており、3.9ポイントの男女差がみられた。

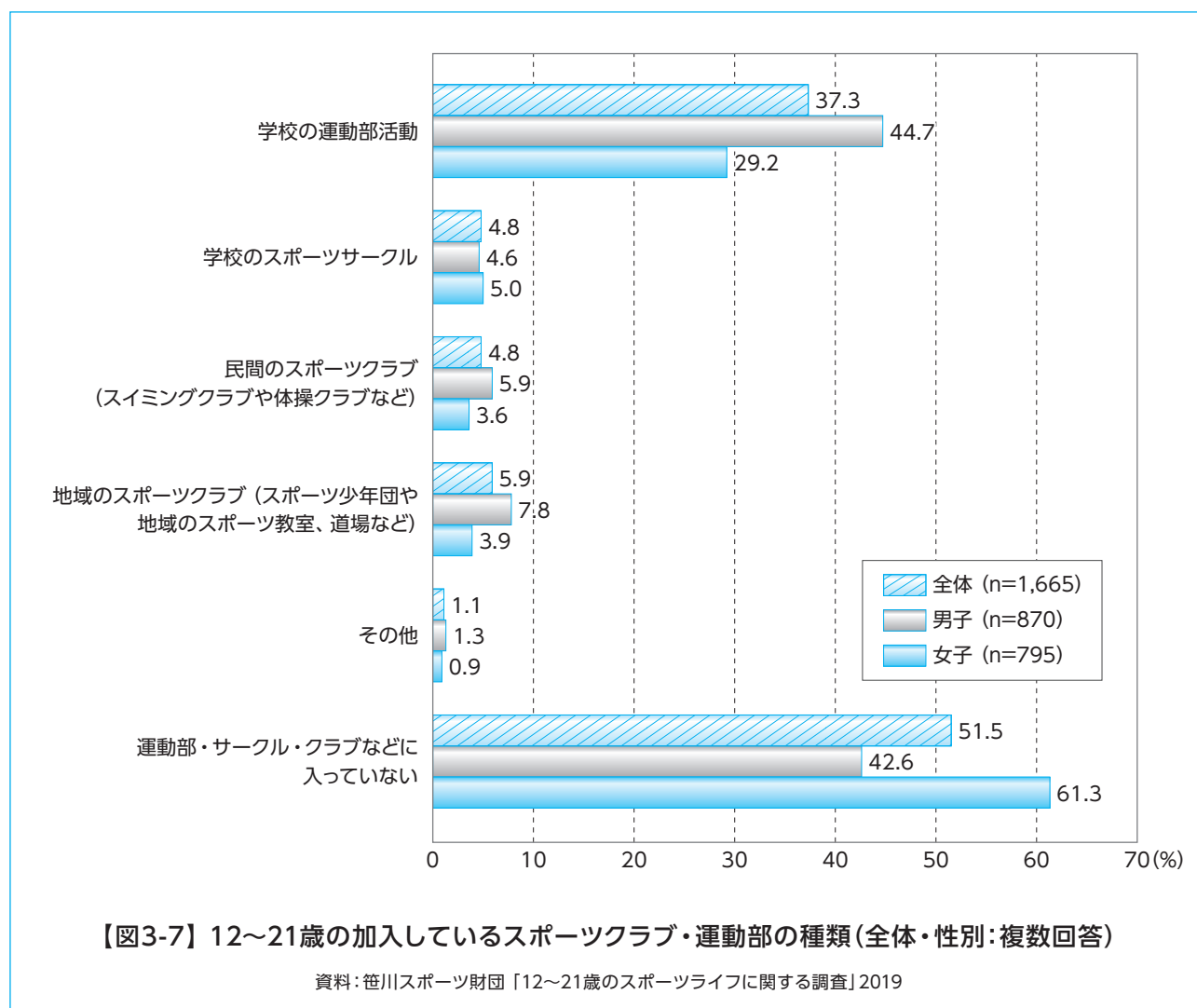


表3-3に示す性別・学校期別にみると、中学校期・高校期では「学校の運動部活動」が男女ともに最も多い。中学校期では男子71.1%、女子50.6%、高校期では男子54.2%、女子36.0%であり、地域や民間のスポーツクラブでの実施率は低い。大学期では、男女ともに「学校

のスポーツサークル」が最も多く、男子18.6%、女子16.3%、次いで「学校の運動部活動」であり男子15.7%、女子6.3%であった。

中学校期から大学期にかけてはスポーツクラブ活動の中心は学校となる。

【表3-3】 12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類(性別×学校期別:複数回答)

(%)

スポーツクラブ・運動部	男 子				女 子			
	中学校期 (n=308)	高校期 (n=262)	大学期 (n=172)	勤労者 (n=105)	中学校期 (n=257)	高校期 (n=247)	大学期 (n=190)	勤労者 (n=87)
学校の運動部活動	71.1	54.2	15.7	0.0	50.6	36.0	6.3	0.0
学校のスポーツサークル	1.6	1.1	18.6	0.0	2.3	0.8	16.3	1.1
民間のスポーツクラブ (スイミングクラブや体操クラブなど)	9.4	5.3	2.3	3.8	6.6	3.2	0.5	2.3
地域のスポーツクラブ (スポーツ少年団や地域のスポーツ教室、道場など)	13.0	3.4	5.8	7.6	6.2	3.6	2.1	2.3
その他	1.6	0.0	2.3	1.9	0.4	0.4	1.1	3.4
運動部・サークル・クラブなどに入っていない	17.9	39.7	58.1	86.7	41.2	59.1	75.3	92.0

資料: 笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019

3-7 12～21歳の性別・実施レベル別にみる加入しているスポーツクラブ・運動部の種類

表3-4に12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類を性別・運動・スポーツ実施レベル別に示した。「学校の運動部活動」は、男女ともレベルが上がるほど

加入率が高く、レベル4では男子86.1%、女子89.2%であった。高水準なスポーツ実施者の多くが学校の運動部活動に加入している。

【表3-4】 12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類(性別×レベル別:複数回答)

(%)

スポーツクラブ・運動部	男 子				女 子			
	レベル1 (n=121)	レベル2 (n=173)	レベル3 (n=168)	レベル4 (n=273)	レベル1 (n=130)	レベル2 (n=166)	レベル3 (n=136)	レベル4 (n=139)
学校の運動部活動	5.0	21.4	66.1	86.1	3.1	24.1	46.3	89.2
学校のスポーツサークル	5.8	9.8	6.0	2.2	6.9	9.6	6.6	2.9
民間のスポーツクラブ (スイミングクラブや体操クラブなど)	3.3	8.1	6.0	8.4	0.8	6.6	4.4	7.9
地域のスポーツクラブ (スポーツ少年団や地域のスポーツ教室、道場など)	3.3	10.4	13.1	8.8	2.3	6.6	5.1	7.2
その他	2.5	2.9	1.2	0.4	0.0	3.6	0.7	0.0
運動部・サークル・クラブなどに入っていない	80.2	49.7	21.4	6.2	86.9	53.0	42.6	5.0

資料: 笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019

3-8 12～21歳のスポーツクラブ・運動部に加入しなかった理由

表3-5に12～21歳のスポーツクラブ・運動部に加入しなかった理由を全体・性別・性別・学校期別に示した。

全体では「勉強やアルバイトなど他にやりたいことがあったから・勉強や就活が忙しいから」が28.5%と最も多く、次いで「やりたい運動・スポーツがないから」28.4%、「自由な時間が欲しかったから」25.8%であった。

性別にみると、男子は「自由な時間が欲しかったから」が28.2%と最も多く、次いで「勉強やアルバイトなど他にやりたいことがあったから・勉強や就活が忙しいから」26.4%、「やりたい運動・スポーツがないから」23.9%であった。

女子は「文化系の部活・サークル・クラブに入りたかったから」が最も多く34.0%であり、「やりたい運動・スポーツがないから」31.7%、「勉強やアルバイトなど他にやりたいことがあったから・勉強や就活が忙しいから」が30.0%と続いた。

男子は自由な時間、女子は文化系の活動への希望と、

男女で回答の違いがみられ「文化系の部活・サークル・クラブに入りたかったから」は女子が男子を20.2ポイント、「やりたい運動・スポーツがないから」は7.8ポイント上回る。

また、性別・学校期別（中学校期・高校期）にみると、中学校期では男子は「やりたい運動・スポーツがないから」29.4%が最も多く、次いで「自由な時間が欲しかったから」27.5%となり、女子では「文化系の部活・サークル・クラブに入りたかったから」63.7%が最も多く、「やりたい運動・スポーツがないから」37.3%が続いた。

高校期では男子は「文化系の部活・サークル・クラブに入りたかったから」「自由な時間が欲しかったから」が同率で最も多く、24.5%であった。女子では「文化系の部活・サークル・クラブに入りたかったから」47.9%と最も多く、次いで「やりたい運動・スポーツがないから」28.8%であり、中学生女子と同様の理由が上位を占めている。

【表3-5】スポーツクラブ・運動部に加入しなかった理由（12～21歳、全体・性別・性別×学校期別：複数回答）
(%)

	全体 (n=825)	男子 (n=348)	女子 (n=477)	中学校期		高校期	
				男子 (n=51)	女子 (n=102)	男子 (n=102)	女子 (n=146)
文化系の部活・サークル・クラブに入りたかったから	25.5	13.8	34.0	13.7	63.7	24.5	47.9
やりたい運動・スポーツがないから	28.4	23.9	31.7	29.4	37.3	19.6	28.8
勉強やアルバイトなど他にやりたいことがあったから、勉強や就活が忙しいから	28.5	26.4	30.0	11.8	12.7	21.6	26.0
自由な時間が欲しかったから	25.8	28.2	24.1	27.5	17.6	24.5	26.7
休みが少ないから	14.5	15.2	14.0	9.8	15.7	13.7	15.1
練習が厳しいと思ったから	8.2	8.3	8.2	17.6	17.6	9.8	10.3
競技レベルが合っていなかったから	5.8	7.2	4.8	7.8	8.8	8.8	5.5
先輩後輩の上下関係が厳しいと思ったから	4.4	4.0	4.6	7.8	9.8	3.9	6.2
仲の良い友達がいなかったから	4.0	3.7	4.2	3.9	5.9	3.9	4.1

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019

3-9 12～21歳の入ってみたいと思う理想の運動部活動

表3-6に12～21歳の入ってみたいと思う理想の運動部活動を全体・性別・性別・学校期別に示した。全体では「身体を動かすことを楽しむ」が47.7%と最も多く、次いで「自分の決めたペースで活動できる」35.6%、「学業や他の活動と両立できる」33.0%であった。

性別にみると、男女ともに「身体を動かすことを楽しむ」が最も多く、男子46.1%、女子49.4%であった。次いで、男子では「自分の決めたペースで活動できる」32.9%、「専門の指導が受けられる」29.3%、女子では「学業や他の活動と両立できる」41.6%、「自分の決めたペースで活動できる」38.5%であった。運動・スポーツを楽しみたい、自分のペースで活動したいといったニーズは男女共通である。

男女差が大きい回答として「勝ち負けにこだわる」(男子20.7%、女子10.0%)は、男子が女子を10.7ポイント、「ひとつの種目を専門的にこなう」(男子14.4%、女子

9.6%)、「競技力の向上を目指す」(男子24.7%、女子20.0%)は男子が女子を5ポイント程度上回り、勝敗や単一種目、競技力向上への意識は男子のほうが高い。

一方で「学業や他の活動と両立できる」(男子25.1%、女子41.6%)は女子が男子を16.5ポイント、「運動・スポーツ以外の文化活動もする」(男子5.9%、女子11.9%)は女子が男子を6ポイント上回り、男子よりも女子のほうがスポーツだけではなく様々な活動も行いたいという希望を持っている。

また、性別・学校期別(中学校期・高校期)にみると、中学校期では男女ともに「身体を動かすことを楽しむ」が最も多く、男子51.5%、女子51.2%であった。次いで、男子は「専門の指導が受けられる」31.9%、「自分の決めたペースで活動できる」30.6%と続いたが、女子は「自分の決めたペースで活動できる」41.9%、「学業や他の活動と両立できる」41.1%の順であった。

【表3-6】入ってみたいと思う理想の運動部活動(12～21歳、全体・性別・性別×学校期別:複数回答)

(%)

	全体 (n=1,668)	男子 (n=869)	女子 (n=799)	中学校期		高校期	
				男子 (n=307)	女子 (n=258)	男子 (n=259)	女子 (n=248)
身体を動かすことを楽しむ	47.7	46.1	49.4	51.5	51.2	42.5	49.2
自分の決めたペースで活動できる	35.6	32.9	38.5	30.6	41.9	35.1	37.9
学業や他の活動と両立できる	33.0	25.1	41.6	23.1	41.1	28.2	43.5
専門の指導が受けられる	28.5	29.3	27.7	31.9	29.5	29.0	29.4
競技力の向上を目指す	22.5	24.7	20.0	28.7	23.6	22.4	22.6
勝ち負けにこだわらない	20.5	19.7	21.4	23.1	23.3	17.0	22.2
全員が試合に出られる	19.2	20.4	18.0	28.3	26.4	16.6	15.7
生徒同士が相談しながら運営する	18.5	16.5	20.8	18.2	26.0	17.4	20.6
勝ち負けにこだわる	15.6	20.7	10.0	23.5	10.1	20.1	12.5
ひとつの種目を専門的にこなう	12.1	14.4	9.6	17.3	9.3	12.7	11.3
複数の種目ができる	10.6	11.0	10.0	12.7	17.1	11.6	7.3
ほぼ毎日活動する	9.5	11.2	7.8	16.3	9.3	9.3	11.3
運動・スポーツ以外の文化活動もする	8.8	5.9	11.9	6.2	17.4	6.2	10.1
他の運動部とかけもちができる	7.1	7.7	6.5	10.4	8.9	5.8	5.6
特になし	14.3	14.2	14.5	10.7	8.9	13.9	13.3

資料: 笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019

高校期では、男女ともに「身体を動かすことを楽しむ」が最も多く、男子42.5%、女子49.2%であった。次いで、男子は「自分の決めたペースで活動できる」35.1%、「専門の指導が受けられる」29.0%と続き、女子は「学業や

他の活動と両立できる」43.5%、「自分の決めたペースで活動できる」37.9%が続いた。

中学生・高校生ともに、身体を動かすことを楽しみたい、自分のペースで活動したいというニーズが高い。

3-10 中学校期・高校期の所属している学校運動部活動の種目

12～21歳の「学校の運動部活動に加入している」と回答した者を対象に、運動部活動の活動状況についてたずねた。表3-7に所属している運動部活動の種目の年次推移を学校期別（中学校期・高校期）に示した。

2019年をみると中学校期では「ソフトテニス（軟式）」14.9%が最も多く、次いで「バスケットボール」13.2%、

「陸上競技」12.4%、「サッカー」10.6%、「野球」10.1%であった。

高校期では2019年は「サッカー」「バスケットボール」「野球」が同率で最も多く12.1%、次いで「バドミントン」8.7%、「テニス（硬式）」7.8%と続いた。

【表3-7】 所属している運動部活動の種目の年次推移（学校期別）

中学校期					
2017年 (n=353)			2019年 (n=348)		
順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)
1	ソフトテニス(軟式)	14.7	1	ソフトテニス(軟式)	14.9
2	バスケットボール	14.4	2	バスケットボール	13.2
3	サッカー	12.7	3	陸上競技	12.4
4	野球	11.9	4	サッカー	10.6
5	卓球	9.9	5	野球	10.1
	バレーボール	9.9			

高校期					
2017年 (n=229)			2019年 (n=231)		
順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)
1	バドミントン	11.4	1	サッカー	12.1
2	バスケットボール	10.5		バスケットボール	12.1
3	バレーボール	10.0		野球	12.1
	野球	10.0	4	バドミントン	8.7
5	サッカー	9.6	5	テニス(硬式)	7.8

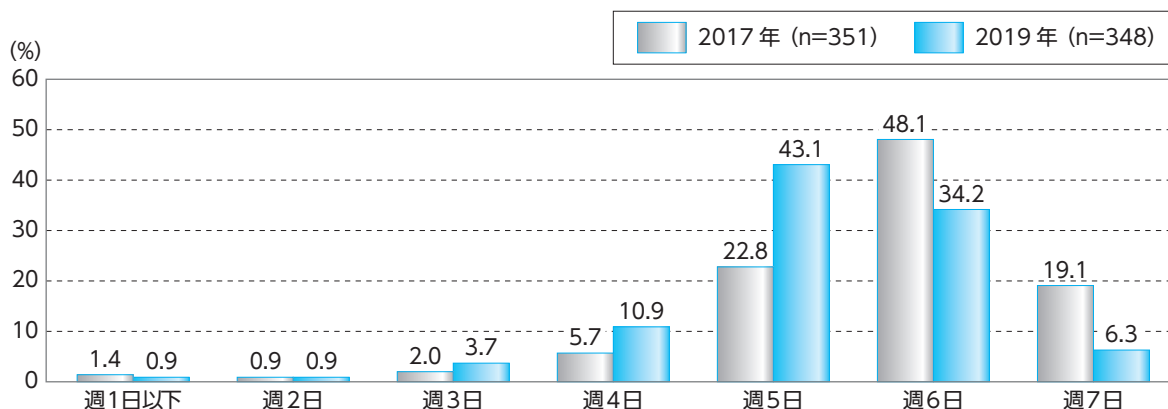
資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019

3-11 学校運動部活動の週あたりの活動日数

図3-8に中学生における運動部活動の週あたりの活動日数の年次推移を示した。2019年をみると「週5日」が最も多く43.1%、次いで「週6日」34.2%、「週7日」6.3%であった。前回調査の2017年では「週6日」48.1%がピークであったが、2019年では13.9ポイント減少した。逆に「週5日」は2017年の22.8%から20.3ポイント増加し、また「週7日」は2017年19.1%から12.8ポイント減少している。中学生では、2年前と比べて運動部活動の活

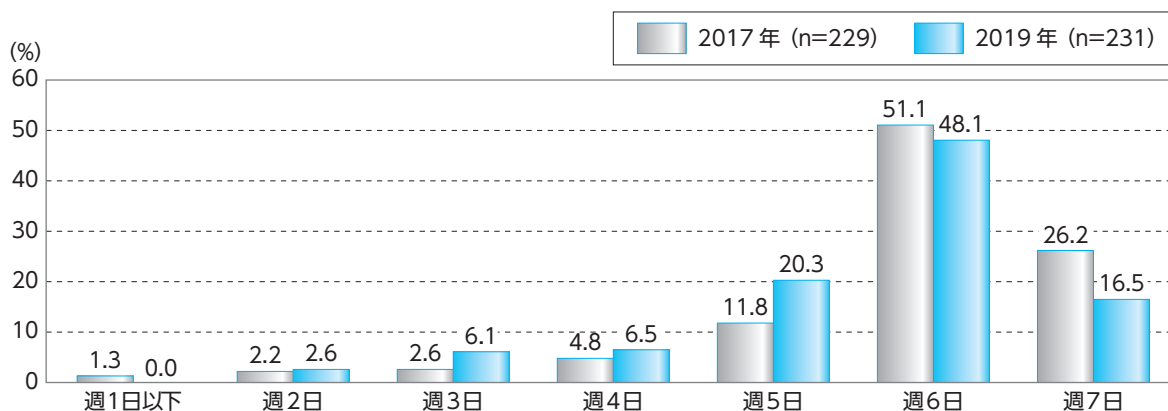
動日数は減少傾向にある。

図3-9に示す高校生の活動日数は、2019年では「週6日」48.1%が最も多く、次いで「週5日」20.3%、「週7日」16.5%であった。「週6日」をピークとする活動状況は2017年と同様であったが、2019年では3ポイントの減少に加え「週7日」も9.7ポイント減少している。逆に「週5日」は8.5ポイント増加しており、高校生の活動日数も減少傾向を示している。



【図3-8】運動部活動の週あたりの活動日数の年次推移(中学校期)

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019



【図3-9】運動部活動の週あたりの活動日数の年次推移(高校期)

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019

3-12 中学校期における運動部活動の1日あたりの活動時間

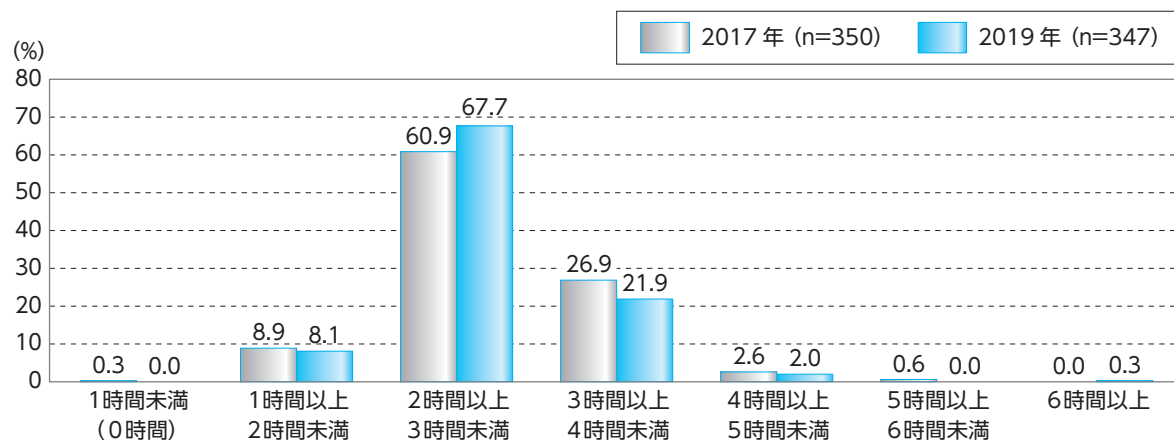
図3-10、図3-11に中学生における運動部活動の1日あたりの活動時間（平日・土日）の年次推移を示した。

図3-10に示す平日の活動時間は、2019年は「2時間以上3時間未満」が67.7%と最も多く、次いで「3時間以上4時間未満」21.9%であった。「2時間以上3時間未満」は2017年60.9%から6.8ポイント増加し、「3時間以上4時間未満」は2017年26.9%から5ポイント減少した。

図3-11に示した土日では、2019年は「3時間以上4

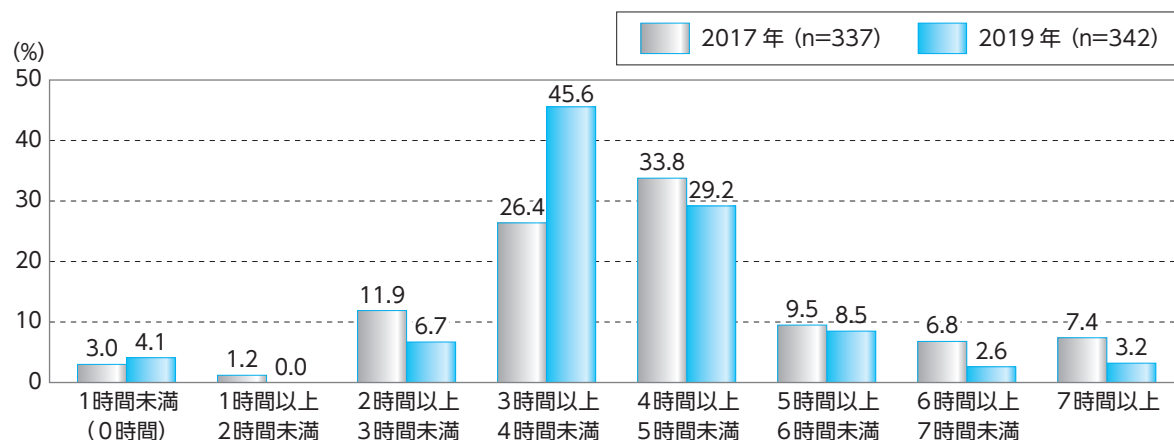
時間未満」45.6%が最も多く、次いで「4時間以上5時間未満」29.2%であった。平日の活動時間は2時間から4時間程度が多いのに比べて、土日の活動時間は2時間から7時間以上まで分布している。

2017年と比較すると、4時間以上活動している中学生は減少傾向にあり、一方で「3時間以上4時間未満」は2017年26.4%から19.2ポイント増加した。



【図3-10】運動部活動の1日あたりの活動時間の年次推移：平日（中学校期）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019



【図3-11】運動部活動の1日あたりの活動時間の年次推移：土日（中学校期）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019

3-13 高校期における運動部活動の1日あたりの活動時間

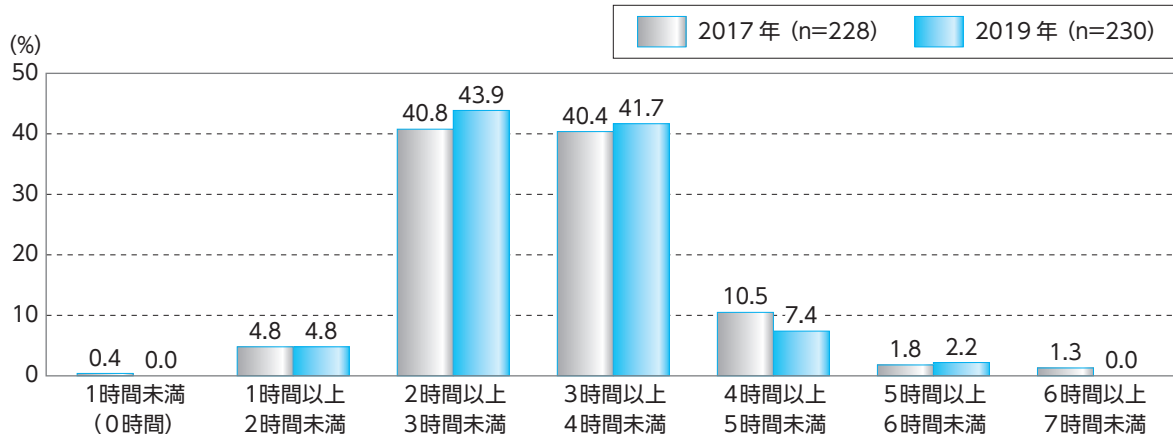
図3-12、図3-13に高校生における運動部活動の1日あたりの活動時間（平日・土日）の年次推移を示した。

図3-12に示す平日の活動時間は、2019年は「2時間以上3時間未満」が43.9%と最も多く、次いで「3時間以上4時間未満」41.7%であった。

2017年と比較すると「4時間以上5時間未満」は減少し、「2時間以上3時間未満」「3時間以上4時間未満」ともに増加したが、高校生の平日の活動時間は過去2年間では変化はみられない。

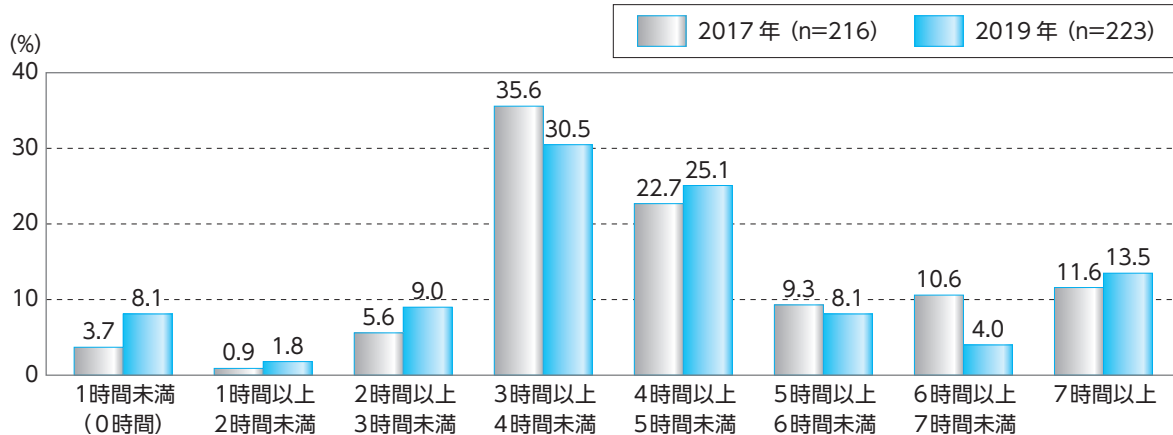
図3-13に示した土日では、2019年は「3時間以上4時間未満」が30.5%と最も多く、次いで「4時間以上5時間未満」25.1%、「7時間以上」13.5%であった。「3時間以上4時間未満」は2017年35.6%から5.1ポイント減少したが、「4時間以上5時間未満」「7時間以上」は2ポイント程度増加している。

長時間の運動部活動は中学校期に比べて高校期に多くみられる状況は過去2年間で変わらないが、土日に6時間以上の活動を行っている高校生は、2017年22.2%から2019年は17.5%と4.7ポイント減少した。



【図3-12】運動部活動の1日あたりの活動時間の年次推移：平日（高校期）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019



【図3-13】運動部活動の1日あたりの活動時間の年次推移：土日（高校期）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019

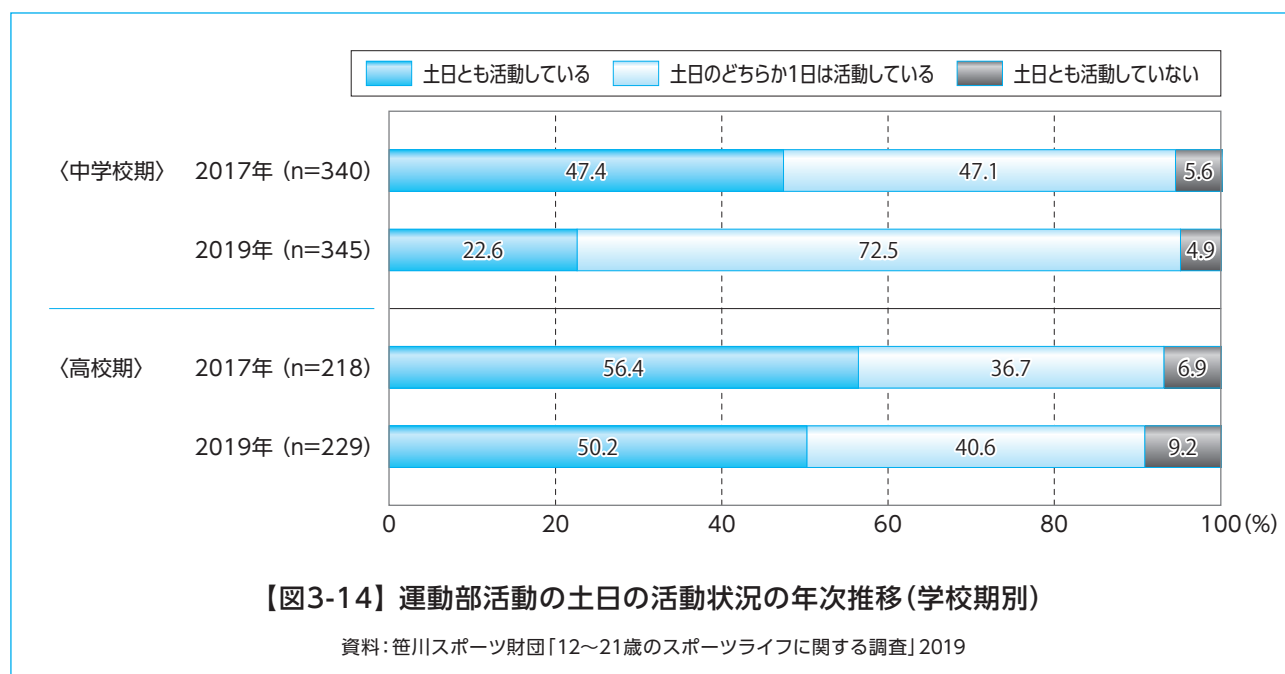
3-14 運動部活動の土日の活動状況

図3-14に運動部活動の土日の活動状況の年次推移を学校期別に示した。2019年をみると、中学校期では「土日のどちらか1日は活動している」が72.5%と最も多く、次いで「土日とも活動している」22.6%であった。2017年は「土日とも活動している」が半数近くを占めていたが、2年間で約25ポイント減少し、2割程度となった。

高校期では、2019年は「土日とも活動している」が50.2%と最も多く、次いで「土日のどちらか1日は活動している」40.6%であった。2017年から「土日とも活動し

ている」は6.2ポイント減少し、活動が土日のどちらか1日である者は増加傾向にあるが、高校生の半数は土日の両日とも活動をしている。

スポーツ庁は2018年に「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」を策定し、学期中は週あたり2日以上以上の休養日を設ける（平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日は少なくとも1日以上を休養日とする）としている。特に、中学校においてガイドラインに沿った活動を行う学校が増えている状況が確認できる。



COMMENTS

- 息子の高校の部活動の指導者は、とても厳しいものの、一人ひとりの心を理解し精神面をとてサポートしてくださっています。保護者同士のトラブルを避けたいという理由で、送迎などすべて指導者が請け負って下さり、大会のみの見学ですが、シングルの家庭にとってはとてもありがたいことです。息子はとても心が大きく成長しており、嬉しく思います。ぜん息のため体力づくりで初めた柔道も10年目となり、周りのサポートのおかげだと感じます。小さい頃から大会では負けてばかりですが、コツコツ続ける息子を責め立てず、見守り続けています。(16歳男子の母親)
- 運動部活動ガイドラインの規制により、部活動の時間以外で練習をしないと勝ち進めない状況になり、親の負担が増えた。(14歳男子の母親)

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2019、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2019