

SRC 自主調査の調査結果について

スポーツの実施状況に関する調査

趣旨

- 我が国では、平成24年に、スポーツに関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るための指針として「スポーツ基本計画」が策定され、令和4年には、第3期スポーツ基本計画が策定されました。第3期スポーツ基本計画では、スポーツ参画人口を拡大させるため、成人の週1回以上のスポーツ実施率を70%にすることが目標のひとつとして掲げられ、現在、この目標達成に向けた普及啓発や環境整備が各地域で行われております。
- そこで株式会社サーベイリサーチセンターは、過去のスポーツ実施経験や競技が、現在のスポーツ実施状況や今後のスポーツ実施意向についてどのような影響を与えているかを考察するために、インターネットパネルを用いて自主調査を実施しました。

調査結果のポイント

①過去のスポーツ実施経験と現在のスポーツ実施状況

(過去)

- ✓ 過去(学生時代)に「何らかのスポーツを実施していた」のは**78.9%**。
- ✓ **実施していた**スポーツの上位6位は、**2人以上で実施する競技**(主に球技)。

(現在)

- ✓ 現在、「何らかのスポーツを実施している」のは61.5%。
- ✓ 競技別で見ると、**実施している**スポーツの上位5位はいずれも**ひとりで実施可能な個人競技**。
- ✓ スポーツを実施したきっかけについて、回答割合が最も高かったのは、「運動不足を解消するため」で43.9%、「健康維持のため」が43.2%。

②今後のスポーツ実施意向

- ✓ 今後、「何らかのスポーツを実施したい」と回答したのは**59.8%**。
- ✓ 今後**実施してみたい**スポーツの上位5位は、いずれも**ひとりで実施可能な個人競技**。
- ✓ 今後スポーツを実施したくても、やらない・もしくはやれない理由としては、「**仕事や家事が忙しいから**」46.2%、「**お金がかかるから**」24.2%、「**年をとったから**」22.3%といった個人的な事情による阻害要因と考えられる回答が多い一方で、「**近隣でできる場所や施設がないから**」20.1%という外部の環境を阻害要因とする回答も多く挙げられた。

③過去に実施していた競技別に見られる現在の傾向

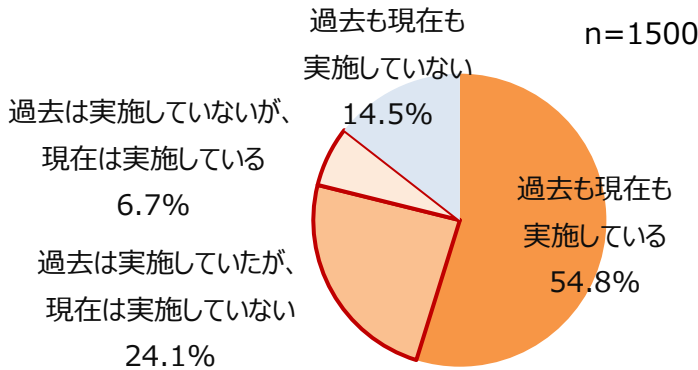
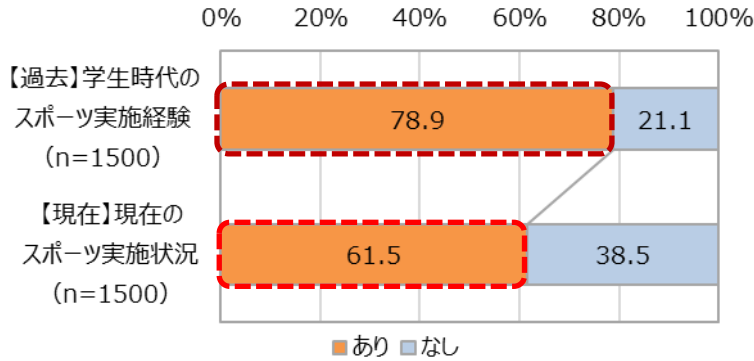
- ✓ 学生時代に実施していた競技を現在も**継続して実施している**と回答した上位3位は、「**トレーニング**」51.8%、「**ジョギング・マラソン・駅伝**」40.4%、「**ゴルフ**」36.0%と、ひとりでも実施可能な競技が上位を占めた。
- ✓ 逆に、学生時代に実施していた競技別に、現在、スポーツ自体を実施していないと回答した上位3位は、「**武道**」31.3%、「**バスケットボール**」28.9%、「**バドミントン**」27.4%と、相手がいなければ実施できない競技の回答割合が高くなった。

調査概要

調査方法	インターネット調査パネルによるWEB調査
調査対象者	1都3県(東京都・神奈川県・千葉県・埼玉県)在住 20-79歳 男女
サンプルサイズ	1,500件
調査実施期間	2023年1月26日(木)~2023年1月29日(日)

1. 過去のスポーツ実施経験と現在のスポーツ実施状況

- 過去(学生時代)に「何らかのスポーツを実施していた」が78.9%に対し、現在「何らかのスポーツを実施している」のは61.5%。
- 過去と現在の実施状況を比較したところ、「過去は実施していたが、現在は実施していない」が24.1%、「過去は実施していないが、現在は実施している」が6.7%。



- 過去(学生時代)に実施していた競技は、いずれの時期においても、上位10位以内にチームスポーツが4競技以上入っており、球技(野球、テニス等)が6競技、上位10位内に入る結果となった。
- 現在実施している競技は、上位5位までひとりで実施可能な個人競技が占め、上位10位以内に入ったチームスポーツは2競技のみとなり、学生時代と比較すると、チームスポーツよりも個人競技を実施する割合が高くなっており、球技の実施率も下がる結果となった。

※本調査では、2人以上でチームを組まないと実施できない競技を「チームスポーツ」と定義

※過去の実施状況については、学校の部活や習い事(民間のスクール、スポーツ少年団、クラブチーム等)として最も実施していたスポーツとした

……「チームスポーツ」を対象とした競技

小学生	中学生	高校生	大学生 (専門学校生、短大・高専生、 大学生、大学院生)	現在
n=1500	n=1500	n=1444	n=1130	n=1500
野球(軟式・硬式) 9.3%	テニス 9.3%	テニス 6.9%	テニス 6.5%	トレーニング ※3 11.9%
サッカー 6.0%	バスケットボール 8.5%	サッカー 5.1%	スキー・スノーボード 6.3%	ジョギング・マラソン・駅伝 8.6%
バスケットボール 5.3%	野球(軟式・硬式) 7.5%	バスケットボール 4.2%	サッカー 4.2%	エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス 5.7%
バレーボール・ビーチバレー 4.8%	バレーボール・ビーチバレー 7.1%	野球(軟式・硬式) 3.8%	野球(軟式・硬式) 3.4%	ゴルフ 5.3%
卓球 3.9%	卓球 6.3%	バレーボール・ビーチバレー 3.6%	トレーニング ※3 2.5%	登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング 2.8%
水泳競技 ※1 3.8%	サッカー 6.3%	陸上競技 3.1%	バレーボール・ビーチバレー 2.1%	テニス 2.7%
陸上競技 3.3%	陸上競技 4.9%	バドミントン 3.0%	バドミントン 2.0%	サッカー 2.0%
バドミントン 2.9%	武道 ※2 3.4%	卓球 2.6%	フットサル 1.8%	野球(軟式・硬式) 1.7%
ドッジボール 2.7%	バドミントン 3.3%	武道 ※2 2.6%	バスケットボール 1.8%	バドミントン 1.7%
	ソフトボール 2.3%	スキー・スノーボード 2.4%	ダンス ※4 1.8%	卓球 1.5%
				水泳競技 ※1 1.5%

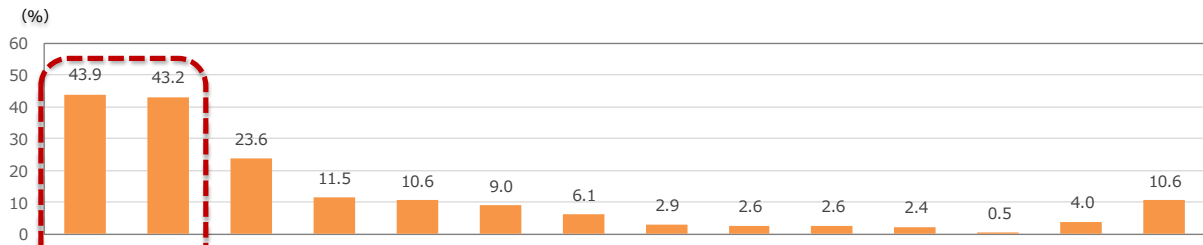
※1 水泳競技は競泳・飛び込み等の個人競技 ※2 武道は空手・柔道・合気道・剣道・少林寺拳法・相撲・レスリング・ボクシング等

※3 トレーニングは筋力トレーニング・トレッドミル(ランニングマシン)・室内運動器具を使ってする運動等 ※4 ダンスはフォークダンス・ジャズダンス・社交ダンス・民謡踊り・フラダンス等

- 現在実施しているスポーツを始めたきっかけについて尋ねたところ、「運動不足を解消するため」43.9%、「健康維持のため」43.2%と、自身の体調管理のためにスポーツを実施しているという割合が高かった。
- 特に、トレーニング、ジョギング・マラソン・駅伝などの個人競技は、比較的、上記の回答割合が高かった。
- ゴルフ、サッカー、野球、バドミントンは、体調管理を目的として実施しているという回答が比較的低く、「友人・知人・同僚に誘われた」、「家族に誘われた」という回答が比較的高かった。

※全体の上位10位の競技を抽出してクロス集計を行った。
 ※nが少ない競技は参考値とされたい。

Q 現在実施しているスポーツを始めたきっかけ(MA)



	n	運動不足を解消するため	健康維持のため	友人・知人・同僚に誘われた	昔からやっているから	家族に誘われた	近隣に使いやすい施設があるから	家族に勧められた	所属する団体(会社等)に勧められた	医師に勧められた	TVや新聞、インターネット等で勧めていた	現地やTV等でそのスポーツを観た	そのスポーツを行った	その他	特に理由はない・なんとなく
全体	922	43.9	43.2	23.6	11.5	10.6	9.0	6.1	2.9	2.6	2.6	2.4	0.5	4.0	10.6
トレーニング ※1	179	59.2	64.8	6.7	4.5	4.5	14.5	2.2	0.0	5.6	1.7	0.6	0.0	3.9	12.8
ジョギング・マラソン・駅伝	129	58.9	66.7	7.8	10.1	9.3	4.7	4.7	0.8	1.6	1.6	0.8	0.0	2.3	10.9
エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	86	58.1	58.1	15.1	11.6	5.8	20.9	1.2	0.0	2.3	9.3	5.8	0.0	3.5	8.1
ゴルフ	80	21.3	17.5	63.8	7.5	15.0	2.5	2.5	11.3	1.3	0.0	3.8	0.0	1.3	8.8
登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング	42	38.1	31.0	26.2	9.5	9.5	2.4	4.8	4.8	0.0	0.0	4.8	0.0	7.1	19.0
テニス	40	30.0	27.5	32.5	30.0	7.5	15.0	10.0	2.5	0.0	7.5	2.5	2.5	2.5	7.5
サッカー	30	3.3	10.0	50.0	6.7	36.7	6.7	10.0	3.3	3.3	3.3	6.7	6.7	0.0	6.7
野球(軟式・硬式)	26	15.4	7.7	61.5	15.4	26.9	7.7	34.6	7.7	3.8	15.4	11.5	7.7	0.0	15.4
バドミントン	26	42.3	19.2	30.8	11.5	46.2	7.7	19.2	0.0	0.0	0.0	3.8	0.0	0.0	0.0
卓球	23	26.1	30.4	34.8	26.1	4.3	17.4	4.3	4.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	13.0
水泳競技 ※2	23	47.8	30.4	21.7	13.0	8.7	13.0	13.0	0.0	4.3	0.0	0.0	0.0	8.7	13.0

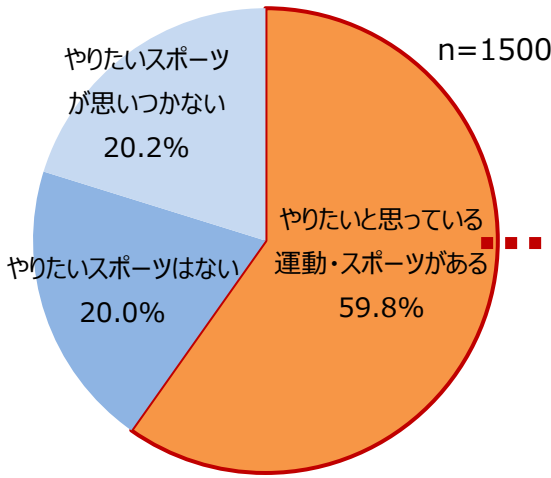
■ 全体の値より20%以上上回る値

※1 トレーニングは筋力トレーニング・トレッドミル(ランニングマシン)・室内運動器具を使ってする運動等を含む
 ※2 水泳競技は競泳・飛び込み等の個人競技

2. 今後のスポーツ実施意向

- 今後「やりたいと思っている運動・スポーツがある」59.8%と、半数以上は実施意向があった。
- 今後実施してみたいスポーツを尋ねたところ、上位5位は、いずれもひとりで実施可能な個人競技であった。
- 今後スポーツを実施したくても、やらない・もしくはやれない理由としては、「仕事や家事が忙しいから」46.2%、「お金がかかるから」24.2%、「年をとったから」22.3%といった個人的な事情による阻害要因と考えられる回答が多い一方で、「近隣でできる場所や施設がないから」20.1%という外部の環境を阻害要因とする回答も多く挙げられた。
- 競技別に見ると、スキー・スノーボードは「近隣でできる場所や施設がないから」(38.0%)が平均を大きく上回っている。

Q 今後やりたいと思っているスポーツがあるか(SA)



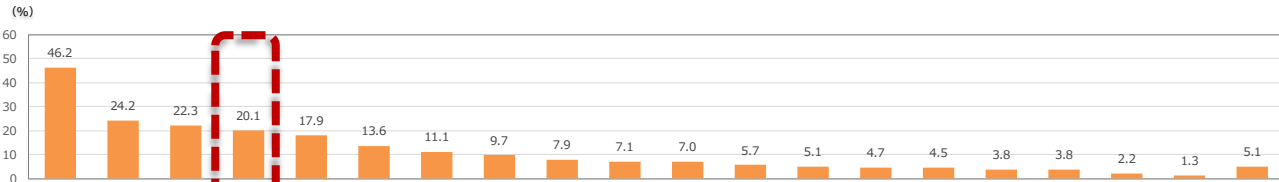
具体的な競技 (上位10位以内)

競技	%
トレーニング	15.1
エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	9.3
ゴルフ	8.5
登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング	7.0
ジョギング・マラソン・駅伝	6.8
スキー・スノーボード	5.6
テニス	5.2
野球 (軟式・硬式)	4.1
卓球	3.7
ダンス	3.2

※網掛けは、ひとりでもできる競技

Q 今後やりたいと思っているスポーツがあるが、そのスポーツをやらない・やれない理由(MA)

- ※ 全体の上位10位の競技を抽出してクロス集計を行った。
- ※ nが少ない競技は参考値とされたい。



	n	仕事や家事が忙しいから	お金がかかるから	年をとったから	近隣でできる場所や施設がないから	疲れるから	子どもに手がかかるから	ことごとくスポーツ以外に大切なことがあるから	気の合う仲間がいないから	怪我をする恐れがあるから	道具をそろえることが面倒だから	病気や怪我をしているから	が限定されているから	近隣でできる場所や施設がないから	近隣でできる場所や施設がないから	近隣でできる場所や施設がないから	近隣でできる場所や施設がないから	指導者がいないから	競技を実施するための人数が集まらないから	対戦相手が見つからないから	他人に見られたいところから	汗や土で体や衣服が汚れるから	その他
全体	897	46.2	24.2	22.3	20.1	17.9	13.6	11.1	9.7	7.9	7.1	7.0	5.7	5.1	5.1	4.7	4.5	3.8	3.8	2.2	1.3	5.1	
トレーニング ※2	135	44.4	32.6	19.3	11.9	20.7	11.9	8.9	3.7	5.2	6.7	7.4	3.0	5.2	3.7	0.0	0.7	1.5	3.7	1.5	7.4		
エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	83	44.6	34.9	16.9	19.3	14.5	16.9	10.8	4.8	3.6	4.8	4.8	6.0	3.6	3.6	7.2	0.0	0.0	4.8	0.0	9.6		
ゴルフ	76	40.8	44.7	26.3	19.7	7.9	10.5	10.5	11.8	2.6	11.8	10.5	5.3	7.9	3.9	9.2	7.9	2.6	1.3	1.3			
登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング	63	42.9	19.0	25.4	19.0	20.6	14.3	9.5	17.5	15.9	6.3	9.5	1.6	1.6	3.2	6.3	0.0	3.2	0.0	0.0	3.2		
ジョギング・マラソン・駅伝	61	42.6	8.2	26.2	8.2	24.6	11.5	11.5	16.4	4.9	9.8	6.6	1.6	4.9	1.6	1.6	1.6	3.3	0.0	1.6	3.3		
スキー・スノーボード	50	56.0	42.0	24.0	38.0	16.0	24.0	4.0	8.0	6.0	20.0	6.0	6.0	2.0	2.0	6.0	2.0	0.0	2.0	0.0	2.0	4.0	
テニス	47	59.6	17.0	23.4	10.6	23.4	12.8	14.9	12.8	2.1	8.5	6.4	10.6	8.5	14.9	0.0	10.6	8.5	0.0	2.1	4.3		
野球 (軟式・硬式)	37	48.6	8.1	18.9	8.1	8.1	18.9	10.8	8.1	10.8	0.0	10.8	2.7	2.7	2.7	0.0	5.4	8.1	0.0	0.0	8.1		
卓球	33	36.4	3.0	18.2	24.2	21.2	6.1	30.3	12.1	0.0	3.0	3.0	3.0	6.1	3.0	12.1	3.0	9.1	0.0	0.0	3.0		
ダンス ※3	29	51.7	44.8	17.2	27.6	13.8	13.8	10.3	0.0	6.9	10.3	6.9	6.9	0.0	0.0	0.0	3.4	0.0	10.3	0.0	6.9		

全体の色より5%以上上回る値 (オレンジ色) 全体の色より10%以上上回る値 (黄色)

※1 近隣でできる場所や施設でスポーツを行う際の手続き方法がわからないもしくは、複雑・面倒だから団体登録が必要、予約方法が複雑・面倒等を含む

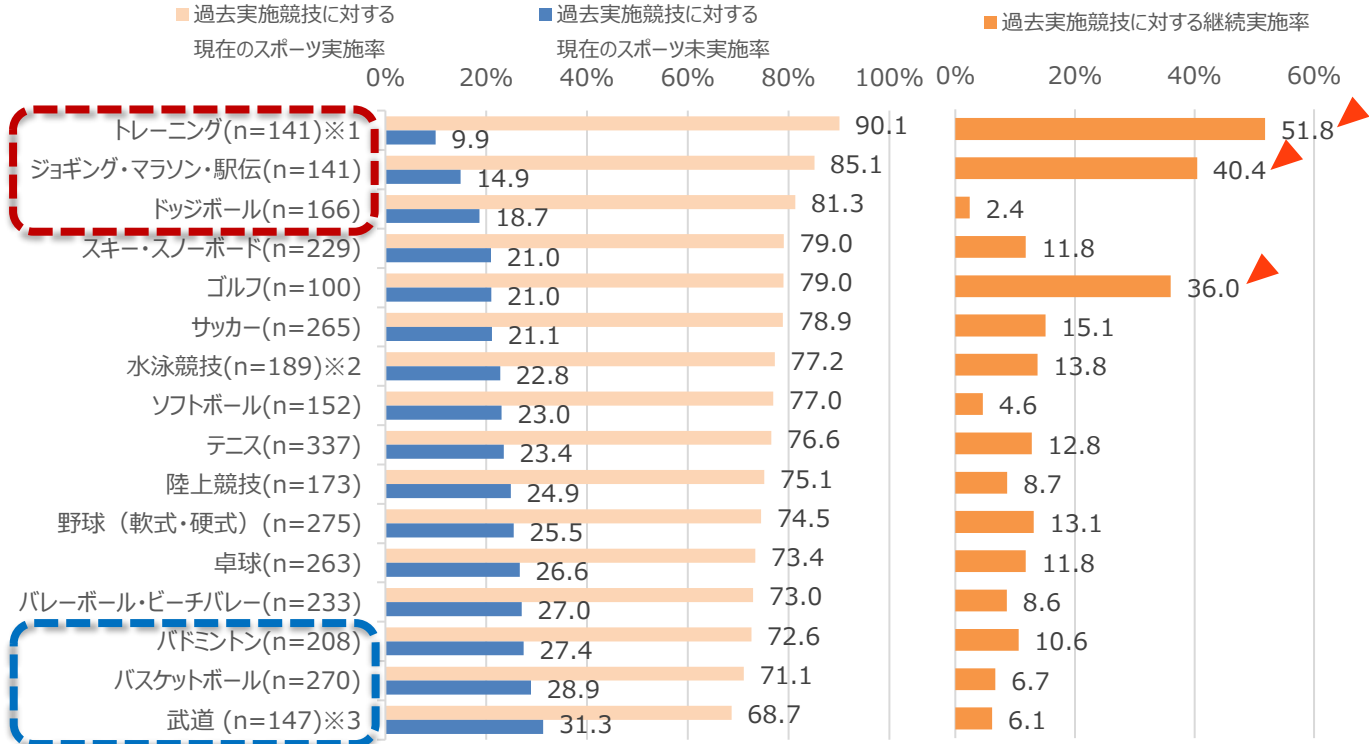
※2 トレーニングは筋力トレーニング・トレッドミル (ランニングマシーン) ・室内運動器具を使ってする運動等を含む

※3 ダンスはフォークダンス・ジャズダンス・社交ダンス・民謡踊り・フラダンス等を含む

3. 過去に実施していた競技別に見られる現在の傾向

- 過去(学生時代)に実施していた競技別に、現在、何らかのスポーツ競技を実施していると回答した上位3位は、「トレーニング」、「ジョギング・マラソン・駅伝」、「ドッジボール」と続く一方、「武道」、「バスケットボール」、「バドミントン」は未実施が3割前後と高い。
- また、過去に実施していた競技を現在も継続して実施していると回答した上位3位は、「トレーニング」51.8%、「ジョギング・マラソン・駅伝」40.4%、「ゴルフ」36.0%と、ひとりでも実施可能な競技が上位を占めた。

※100サンプル以上の回答があった競技を抽出してクロス集計を行った。

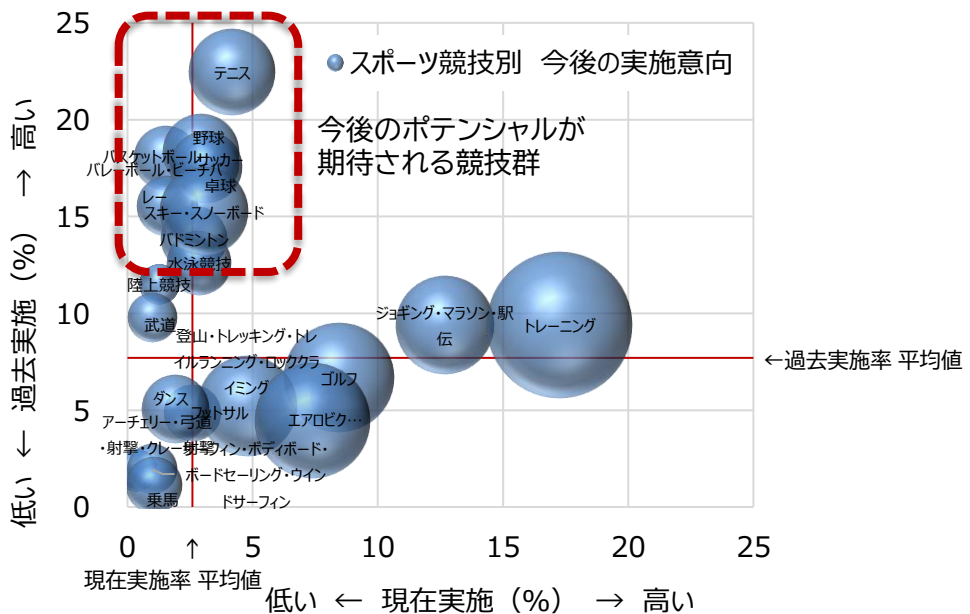


※1 トレーニングは筋カトレーニング・トレッドミル(ランニングマシン)・室内運動器具を使ってする運動等

※2 水泳は競泳・飛び込み等の個人競技

※3 武道は空手・柔道・合気道・剣道・少林寺拳法・相撲・レスリング・ボクシング等

- 過去の実施率は高いが、現在の実施率は低く、かつ、今後の実施意向が高い競技であるテニス・野球・バスケットボール・サッカー・卓球等の球技は、伸びしろのある、ポテンシャルを持ったスポーツといえる。
- 学生時代と比較すると、球技の実施率は下がる傾向にあるため、これらの競技の実施率を上げるためには、球技の実施を妨げている阻害要因を探ることで、今後の全体のスポーツ実施率向上にも寄与できるのではないかと考えられる。



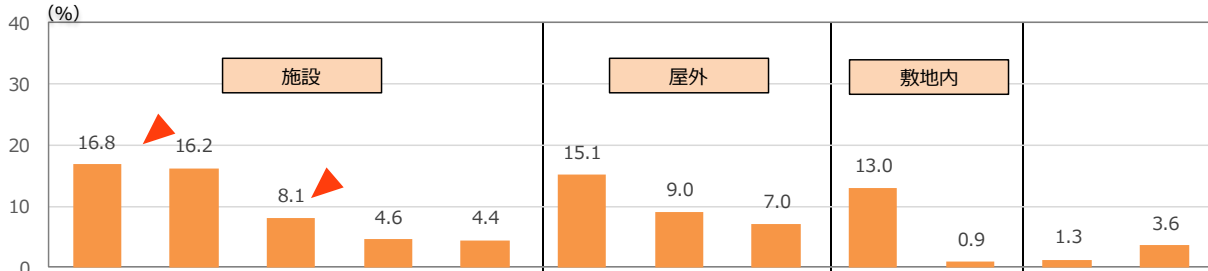
4. その他の調査結果

- 現在実施しているスポーツについては、約4分の1が民間施設を利用していた。
- トレーニング、エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティスは、民間施設の利用も多い一方で、「自宅または自宅敷地内」を利用しているもそれぞれ39.1%と34.9%と高い回答割合となった。

※全体の上位10位の競技を抽出してクロス集計を行った。

※nが少ない競技は参考値とされたい。

Q 現在実施しているスポーツを実施した主な場所(SA)



	n	民間商業インドア施設 ※1	公共体育・スポーツ施設 ※2	民間商業アウトドア施設 ※3	学校の体育施設 ※4	競技専用施設 ※5	道路	公園・広場	山岳・森林・海・湖・川等の自然環境	自宅または自宅敷地内	職場または職場敷地内	その他	わからない
全体	922	16.8	16.2	8.1	4.6	4.4	15.1	9.0	7.0	13.0	0.9	1.3	3.6
トレーニング ※6	179	39.1	14.5	0.0	1.1	0.0	1.7	2.2	0.0	39.1	0.0	1.7	0.6
ジョギング・マラソン・駅伝	129	3.1	4.7	0.0	0.8	0.0	60.5	20.2	2.3	4.7	1.6	0.0	2.3
エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	86	41.9	17.4	0.0	1.2	3.5	0.0	0.0	0.0	34.9	0.0	1.2	0.0
ゴルフ	80	2.5	6.3	72.5	0.0	6.3	0.0	1.3	3.8	0.0	0.0	2.5	5.0
登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング	42	4.8	0.0	0.0	0.0	2.4	2.4	2.4	83.3	2.4	0.0	2.4	0.0
テニス	40	5.0	55.0	10.0	12.5	7.5	0.0	5.0	2.5	0.0	0.0	0.0	2.5
サッカー	30	10.0	20.0	10.0	10.0	23.3	3.3	10.0	0.0	0.0	3.3	0.0	10.0
野球（軟式・硬式）	26	7.7	23.1	3.8	11.5	15.4	0.0	23.1	3.8	0.0	0.0	0.0	11.5
バドミントン	26	0.0	26.9	0.0	19.2	0.0	0.0	42.3	0.0	3.8	3.8	0.0	3.8
卓球	23	17.4	56.5	0.0	13.0	0.0	0.0	4.3	0.0	0.0	4.3	0.0	4.3
水泳競技 ※7	23	30.4	47.8	0.0	0.0	4.3	0.0	4.3	4.3	0.0	0.0	0.0	8.7

※1 民間商業インドア施設はフィットネスクラブ、ジム等を含む

※2 公共体育・スポーツ施設は体育館、スポーツセンター、地区センター、公民館等を含む

※3 民間商業アウトドア施設はスキー場、ゴルフ場等を含む

※4 学校の体育施設は小学校・中学校・高校・専門学校・大学を含む

※5 競技専用施設はサッカー場、フットサル場等を含む

※6 トレーニングは筋力トレーニング・トレッドミル（ランニングマシン）・室内運動器具を使ってする運動等を含む

※7 水泳競技は競泳・飛び込み等の個人競技

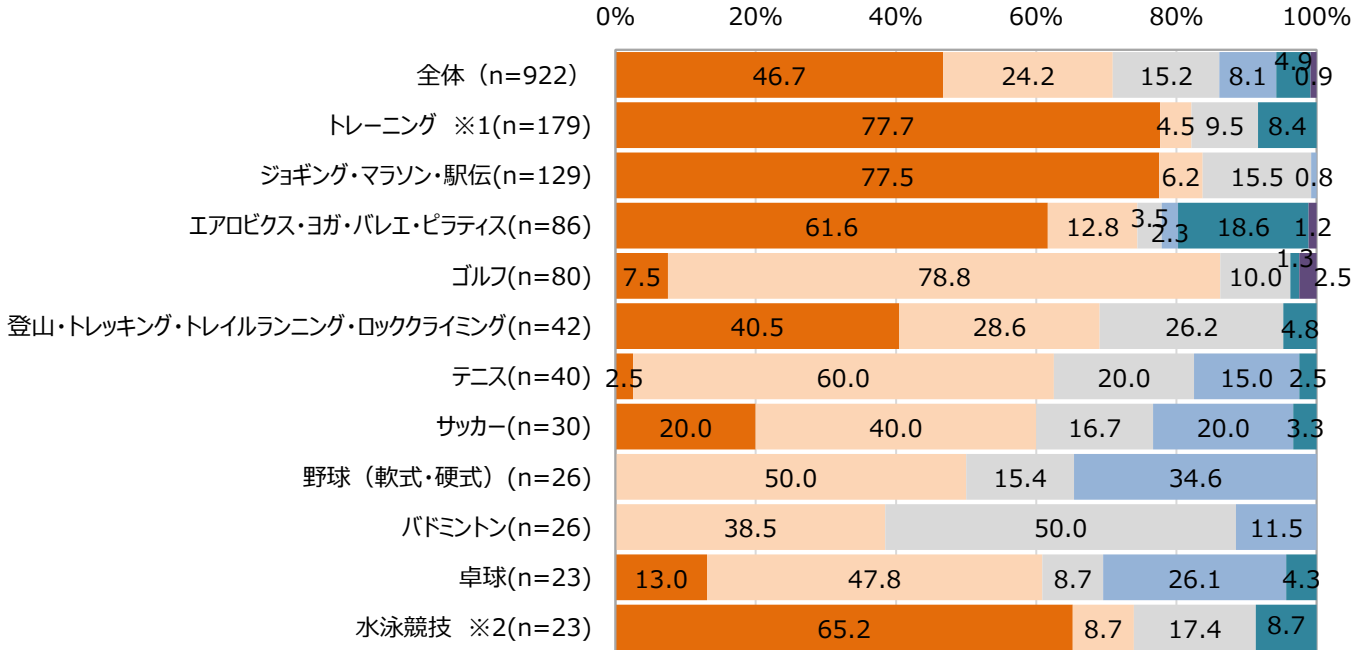
- 現在実施しているスポーツについては、ひとりで行っているという回答が46.7%と最も高かった。
- 「運動・スポーツをすることが好きである ※1」と回答した男性は59.6%、女性は40.8%という結果となり、全体としては50.2%が運動・スポーツをすることに対して好意的であった。年代別に見ると、男女ともに、20代が最も高い回答割合となった。
- 一方、「運動・スポーツをすることを好きではない ※2」という回答については、男性は22.1%、女性は43.9%と、こちらは逆に女性の方が高い割合を占める結果となり、年代別では、男性の40・60代、女性の50代が最も回答割合が高かった。

※1……基本的に運動・スポーツをすることは非常に好きである+基本的に運動・スポーツをすることはまあ好きである 計

※2……基本的に運動・スポーツをすることが全く好きではない+基本的に運動・スポーツをすることはあまり好きではない 計

※サンプルサイズの関係から、全体の上位10位の競技を抽出してクロス集計を行った。

Q 現在実施しているスポーツを最も一緒に実施したのは誰か(SA)

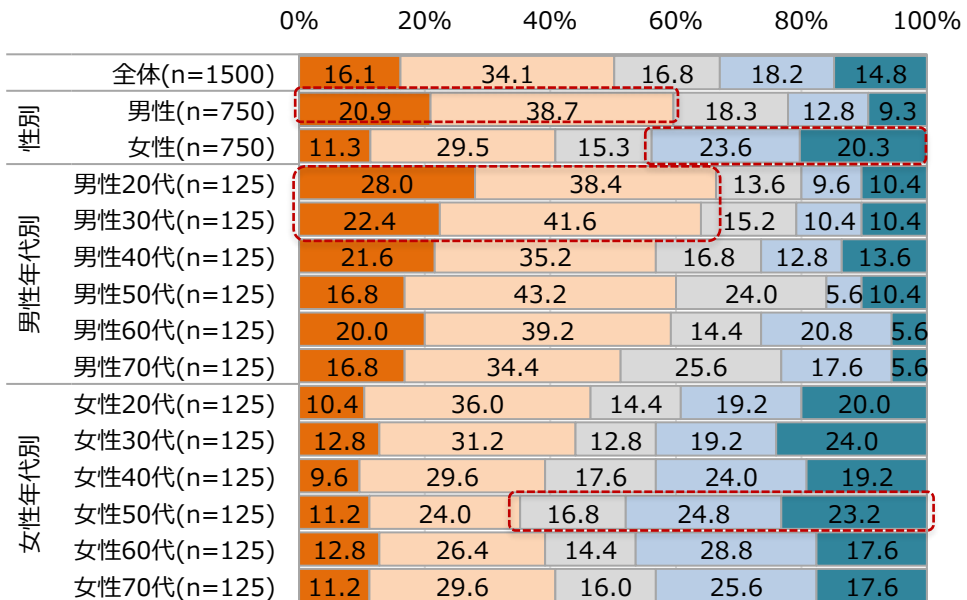


■ 1人 ■ 友人・同僚 ■ 家族 ■ 所属チーム・団体のメンバー ■ スポーツクラブ・ジムのメンバー ■ その他

※1 トレーニングは筋力トレーニング・トレッドミル(ランニングマシン)・室内運動器具を使ってする運動等を含む

※2 水泳競技は競泳・飛び込み等の個人競技

Q 自身がスポーツをすることについてどう思うか(SA)



■ 基本的、運動・スポーツをすることは非常に好きである ■ 基本的、運動・スポーツをすることはまあ好きである ■ どちらともいえない ■ 基本的、運動・スポーツをすることはあまり好きではない ■ 基本的、運動・スポーツをすることがまったく好きではない

■ サベイリサーチセンター 会社概要

● 会社名	株式会社サベイリサーチセンター
● 所在地	東京都荒川区西日暮里2丁目40番10号
● 設立	1975(昭和50)年2月
● 資本金	6,000万円
● 年商	106億円(2022年度)
● 代表者	代表取締役 藤澤 士朗、長尾 健、石川 俊之
● 社員数	社員:317名 契約スタッフ:484名(2023年3月1日現在)
● 事業所	東京(本社)、札幌、盛岡、仙台、北陸、静岡、名古屋、大阪、岡山、広島、高松、福岡、熊本、那覇
● 主要事業	世論調査・行政計画策定支援、都市・交通計画調査、マーケティング・リサーチ
● 所属団体	公益財団法人 日本世論調査協会 一般社団法人 日本マーケティング・リサーチ協会(JMRA) 日本災害情報学会 一般社団法人 交通工学研究会 他
● その他	ISO9001認証取得(2000年6月) プライバシーマーク付与認定(2000年12月) ISO20252認証取得(2010年10月) ISO27001認証取得(2015年11月)※ ※認証区分及び認証範囲: ・MR部及びGMR部が実施するインターネットリサーチサービスの企画及び提供 ・全国ネットワーク部及び沖縄事務所が実施する世論・市場調査サービスの企画及び提供

■ 本件に関するお問い合わせ先

株式会社サベイリサーチセンター <https://www.surece.co.jp/>

- 広報担当:品質部 松下 正人 E-mail:src_support@surece.co.jp
TEL:03-3802-6779 FAX:03-3802-6729
- 調査担当:営業推進部 石川 E-mail:ishi_ma@surece.co.jp
TEL:03-3802-6727 FAX:03-3802-7321
- 調査結果の引用にあたっては、調査主体名として「株式会社サベイリサーチセンター(東京都)」を必ず明記して利用してください。
- 調査結果の無断転載・複製を禁じます。
- 本紙に記載している情報は、発表日時点のものです。