

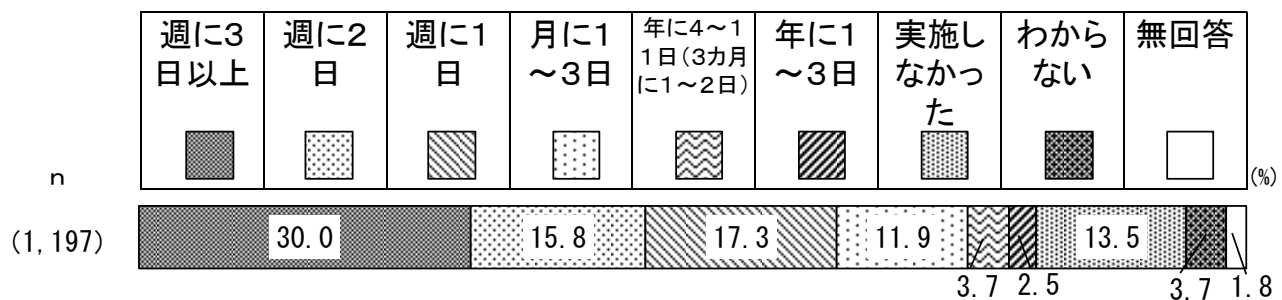
7 スポーツ・運動の実施状況について

(1) 1年間に実施したスポーツ・運動の日数

問 13 (すべての方に) この1年間に実施したスポーツ・運動の日数は何日ですか。

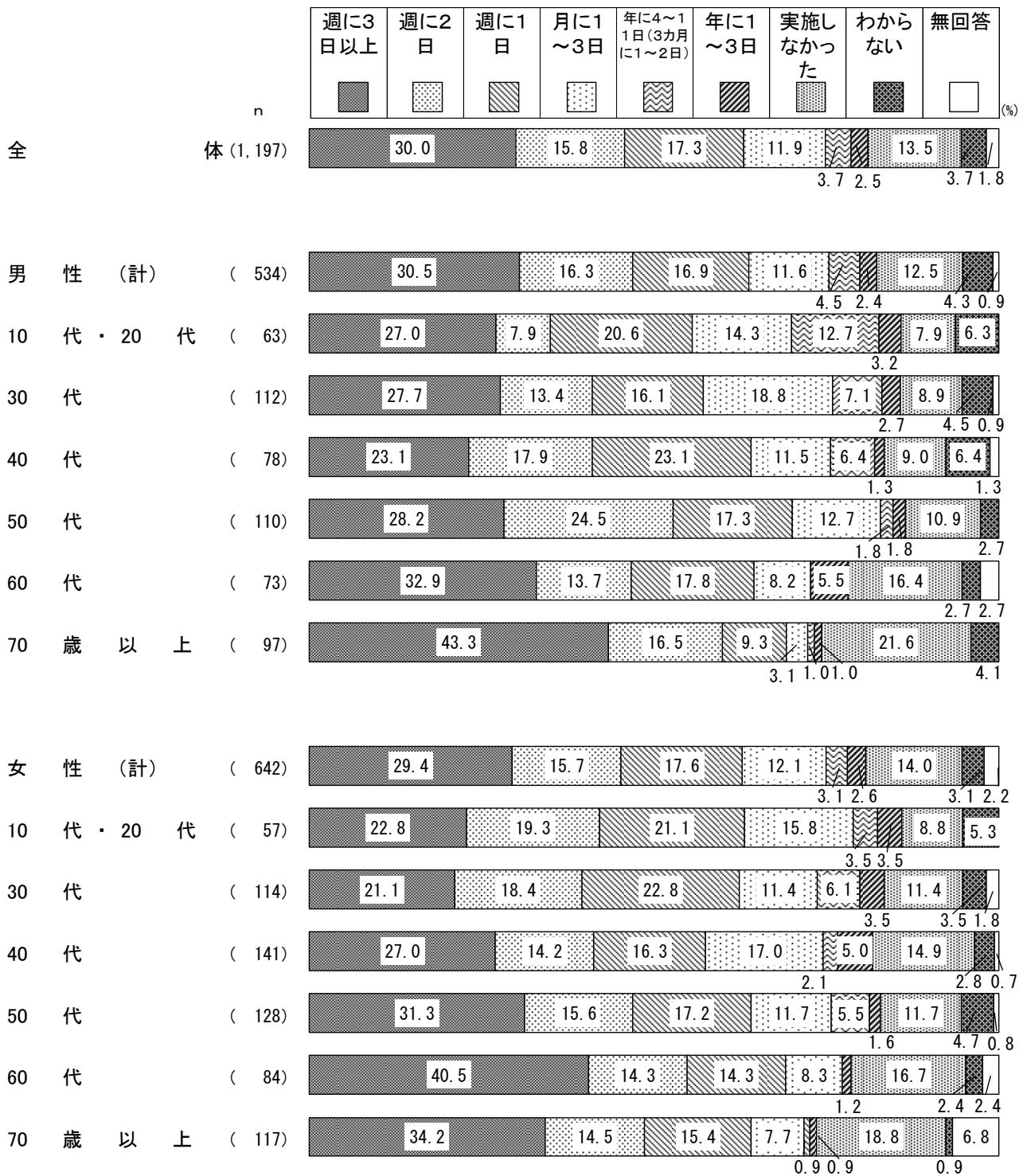
(○は1つ)

【 1年間に実施したスポーツ・運動の日数 (全体)】



全体でみると、「週に3日以上」が30.0%で最も高く、次いで、「週に1日」(17.3%)、「週に2日」(15.8%)となっている。一方、「実施しなかった」は13.5%となっている。

【1年間に実施したスポーツ・運動の日数（性／年代別）】



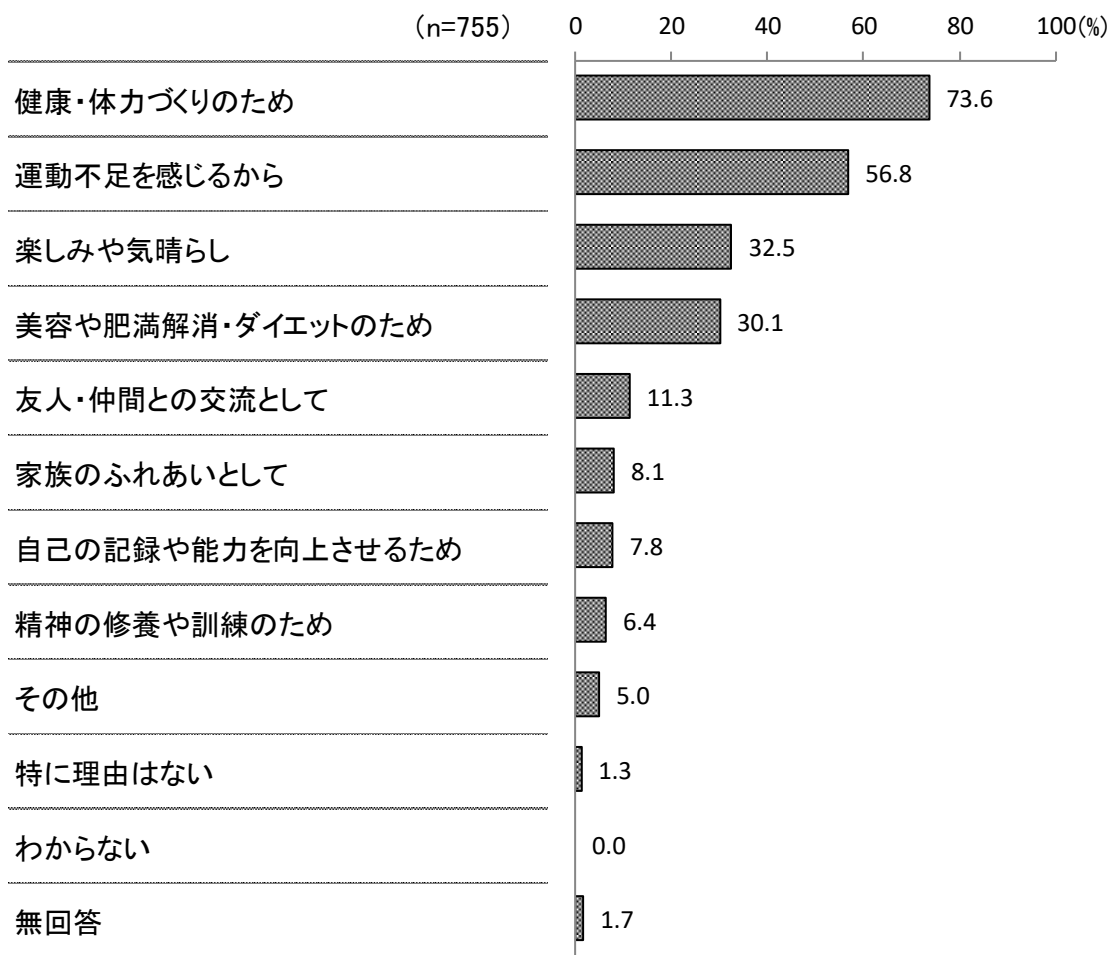
性別にみると、男性と女性で大きな違いはみられない。

性／年代別にみると、「週に3日以上」は、男性70歳以上(43.3%)で最も高くなっている。

(2) スポーツ・運動を週に1日以上実施した理由

問 13-1 (問 13 で 1～3 と答えた方に) 週に 1 日以上実施した理由は何ですか。
(○はいくつでも)

【スポーツ・運動を週に1日以上実施した理由(全体)】



全体でみると、「健康・体力づくりのため」が 73.6%で最も高く、次いで「運動不足を感じるから」(56.8%)、「楽しみや気晴らし」(32.5%)、「美容や肥満解消・ダイエットのため」(30.1%)、「友人・仲間との交流として」(11.3%)の順となっている。

【スポーツ・運動を週に1日以上実施した理由（性／年代別）】

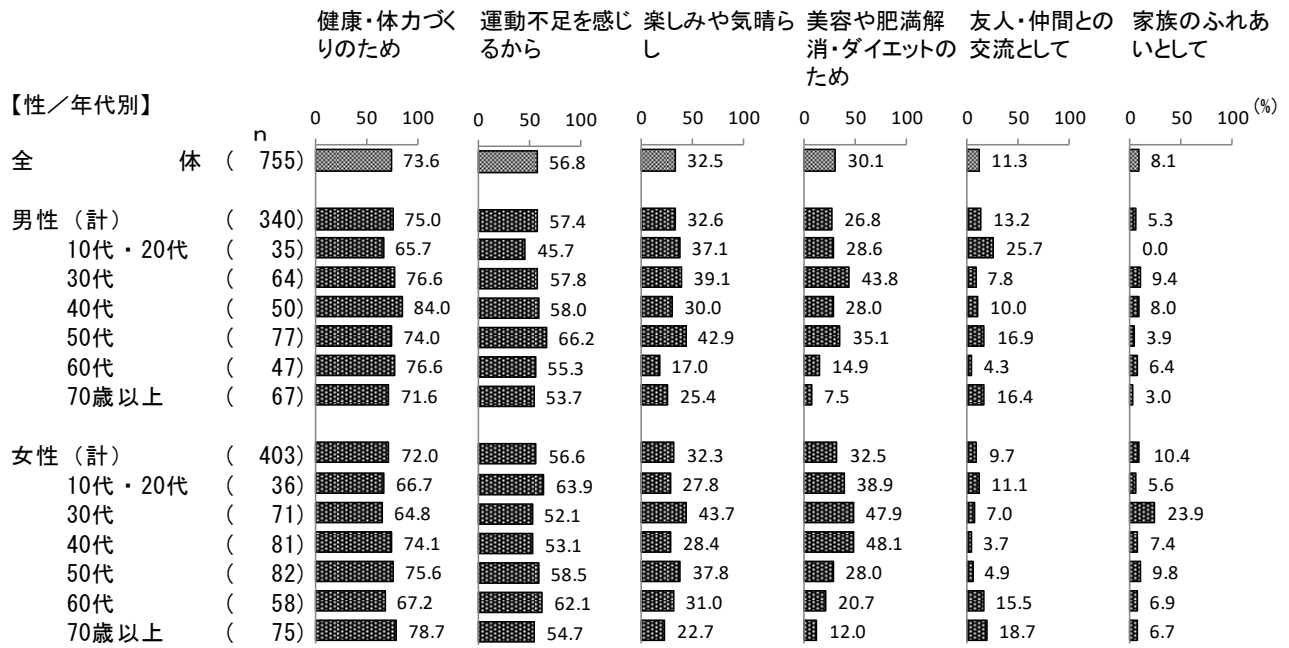
(%)

項目 属性 n	健康・体力づくりのため	運動不足を感じるから	楽しみや気晴らし	美容や肥満解消・ダイエットのため	友人・仲間との交流として	家族のふれあいとして	自己の記録や能力を向上させるため	精神の修養や訓練のため	その他	特に理由はない	わからない	無回答
全 体 (755)	73.6	56.8	32.5	30.1	11.3	8.1	7.8	6.4	5.0	1.3	-	1.7
【性／年代別】												
男 性 (計) (340)	75.0	57.4	32.6	26.8	13.2	5.3	11.5	6.2	5.6	0.9	-	1.5
10 代・20 代 (35)	65.7	45.7	37.1	28.6	25.7	-	14.3	8.6	5.7	5.7	-	-
30 代 (64)	76.6	57.8	39.1	43.8	7.8	9.4	12.5	7.8	4.7	-	-	-
40 代 (50)	84.0	58.0	30.0	28.0	10.0	8.0	10.0	2.0	4.0	-	-	-
50 代 (77)	74.0	66.2	42.9	35.1	16.9	3.9	14.3	6.5	6.5	-	-	1.3
60 代 (47)	76.6	55.3	17.0	14.9	4.3	6.4	6.4	4.3	4.3	-	-	2.1
70 歳 以 上 (67)	71.6	53.7	25.4	7.5	16.4	3.0	10.4	7.5	7.5	1.5	-	4.5
女 性 (計) (403)	72.0	56.6	32.3	32.5	9.7	10.4	4.7	6.5	4.7	1.7	-	2.0
10 代・20 代 (36)	66.7	63.9	27.8	38.9	11.1	5.6	8.3	8.3	8.3	5.6	-	-
30 代 (71)	64.8	52.1	43.7	47.9	7.0	23.9	4.2	11.3	8.5	1.4	-	1.4
40 代 (81)	74.1	53.1	28.4	48.1	3.7	7.4	6.2	11.1	2.5	3.7	-	-
50 代 (82)	75.6	58.5	37.8	28.0	4.9	9.8	2.4	3.7	3.7	-	-	1.2
60 代 (58)	67.2	62.1	31.0	20.7	15.5	6.9	5.2	-	5.2	1.7	-	5.2
70 歳 以 上 (75)	78.7	54.7	22.7	12.0	18.7	6.7	4.0	4.0	2.7	-	-	4.0

性別にみると、「美容や肥満解消・ダイエットのため」（男性 26.8%、女性 32.5%）で 5.7 ポイント、「家族のふれあいとして」（男性 5.3%、女性 10.4%）で 5.1 ポイント男性より女性のほうが高くなっている。また、「自己の記録や能力を向上させるため」（男性 11.5%、女性 4.7%）で 6.8 ポイント女性より男性のほうが高くなっている。

性／年代別にみると、「健康・体力づくりのため」は男性 40 代（84.0%）で最も高くなっている。また、「美容や肥満解消・ダイエットのため」は女性 40 代（48.1%）で最も高くなっている。

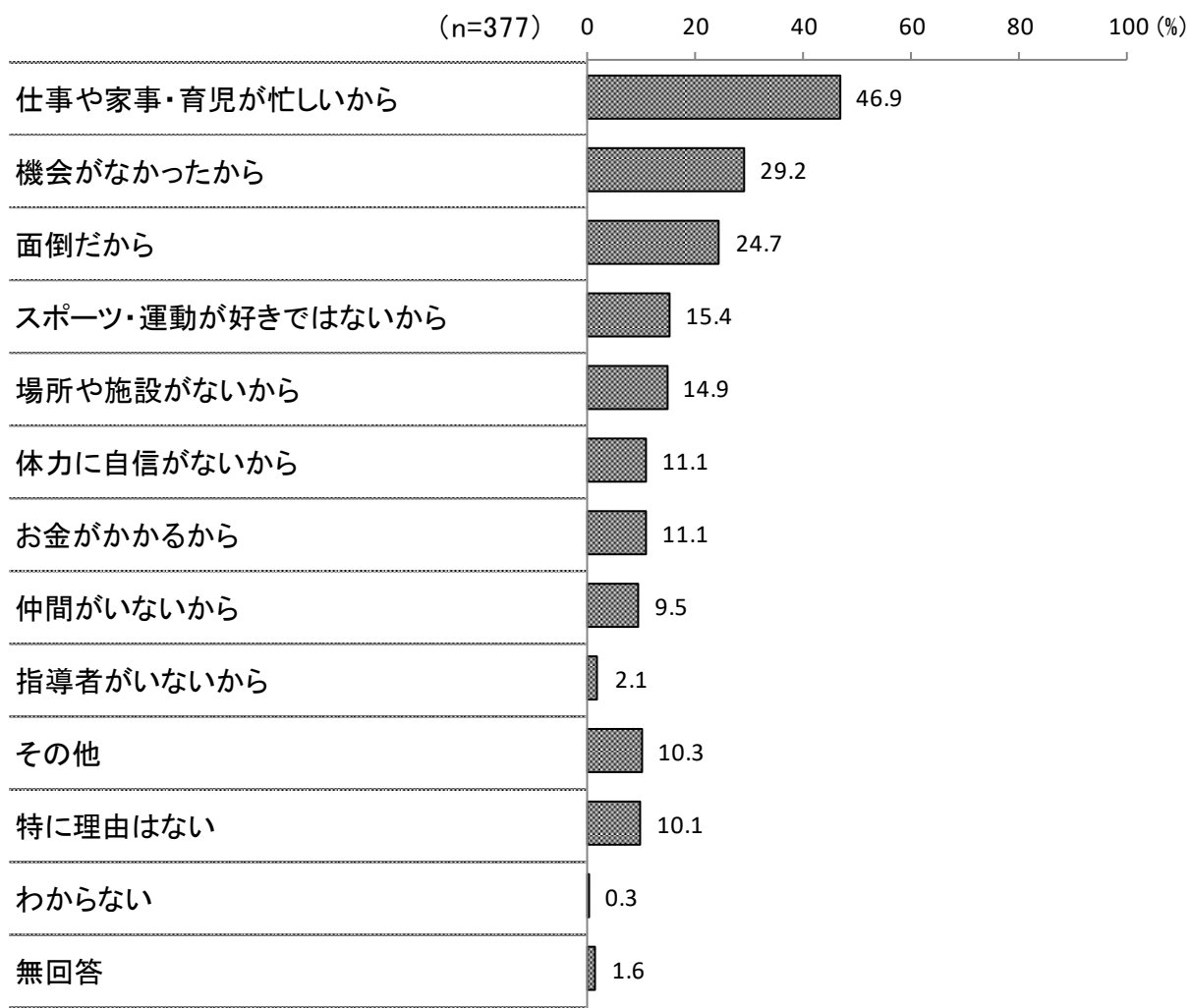
【スポーツ・運動を週に1日以上実施した理由（性／年代別）－上位6項目】



(3) スポーツ・運動を週に1日未満、または実施しなかった理由

問 13-2 (問 13 で 4～7 と答えた方に) 週に 1 日未満、または実施しなかった理由は何ですか。(〇はいくつでも)

【スポーツ・運動を週に1日未満、または実施しなかった理由(全体)】



全体でみると、「仕事や家事・育児が忙しいから」が 46.9%で最も高く、次いで「機会がなかったから」(29.2%)、「面倒だから」(24.7%)、「スポーツ・運動が好きではないから」(15.4%)、「場所や施設がないから」(14.9%)の順となっている。

【スポーツ・運動を週に1日未満、または実施しなかった理由（性／年代別）】

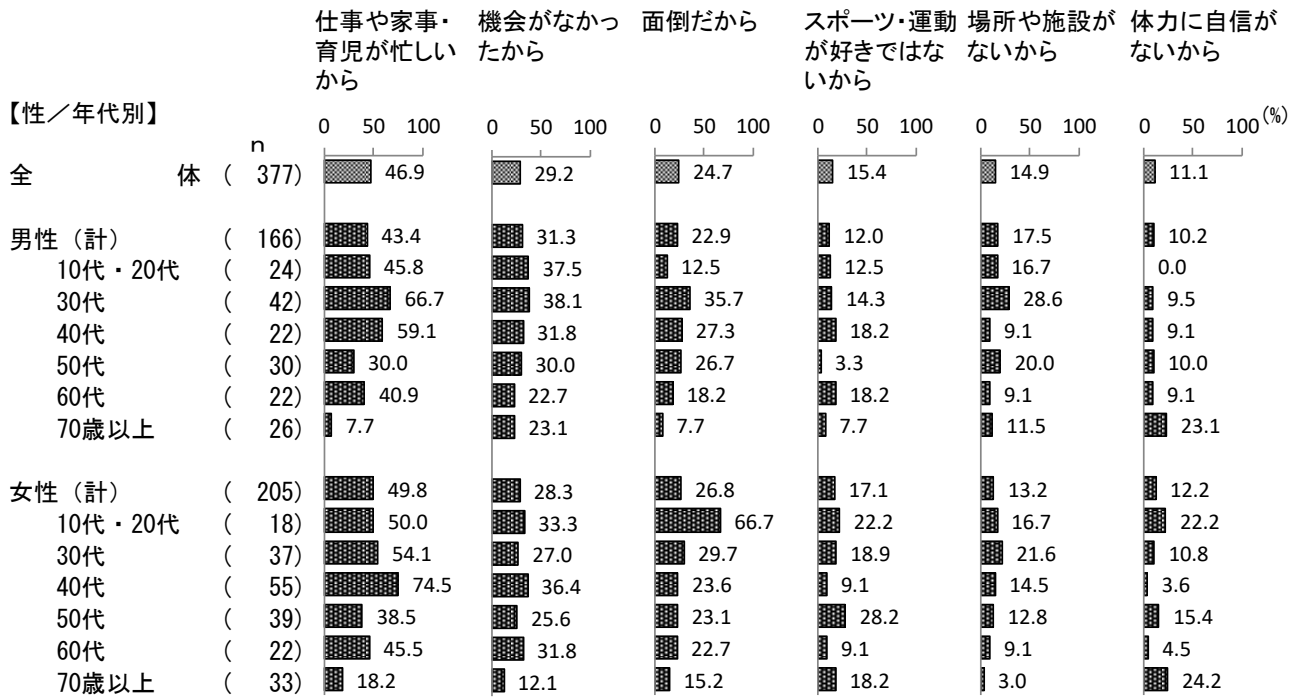
(%)

属性 項目 n	仕事や家事・育児が忙しいから	機会がなかったから	面倒だから	スポーツ・運動が好きではないから	場所や施設がないから	体力に自信がないから	お金がかかるから	仲間がいないから	指導者がいないから	その他	特に理由はない	わからない	無回答
全 体 (377)	46.9	29.2	24.7	15.4	14.9	11.1	11.1	9.5	2.1	10.3	10.1	0.3	1.6
【性／年代別】													
男 性 (計) (166)	43.4	31.3	22.9	12.0	17.5	10.2	9.0	12.0	2.4	9.0	10.2	0.6	0.6
10 代 ・ 20 代 (24)	45.8	37.5	12.5	12.5	16.7	-	-	20.8	-	4.2	8.3	-	-
30 代 (42)	66.7	38.1	35.7	14.3	28.6	9.5	16.7	9.5	4.8	7.1	-	-	-
40 代 (22)	59.1	31.8	27.3	18.2	9.1	9.1	13.6	18.2	-	13.6	-	-	-
50 代 (30)	30.0	30.0	26.7	3.3	20.0	10.0	13.3	10.0	3.3	10.0	13.3	-	-
60 代 (22)	40.9	22.7	18.2	18.2	9.1	9.1	4.5	9.1	4.5	13.6	22.7	-	-
70 歳 以 上 (26)	7.7	23.1	7.7	7.7	11.5	23.1	-	7.7	-	7.7	23.1	3.8	3.8
女 性 (計) (205)	49.8	28.3	26.8	17.1	13.2	12.2	13.2	7.8	2.0	11.2	9.8	-	2.4
10 代 ・ 20 代 (18)	50.0	33.3	66.7	22.2	16.7	22.2	22.2	16.7	-	-	5.6	-	-
30 代 (37)	54.1	27.0	29.7	18.9	21.6	10.8	18.9	10.8	8.1	5.4	2.7	-	-
40 代 (55)	74.5	36.4	23.6	9.1	14.5	3.6	14.5	7.3	-	12.7	3.6	-	-
50 代 (39)	38.5	25.6	23.1	28.2	12.8	15.4	7.7	5.1	2.6	20.5	12.8	-	-
60 代 (22)	45.5	31.8	22.7	9.1	9.1	4.5	18.2	9.1	-	9.1	13.6	-	4.5
70 歳 以 上 (33)	18.2	12.1	15.2	18.2	3.0	24.2	3.0	3.0	-	12.1	24.2	-	12.1

性別にみると、「仕事や家事・育児が忙しいから」（男性 43.4%、女性 49.8%）で 6.4 ポイント、男性より女性のほうが高くなっている。

性／年代別にみると、「仕事や家事・育児が忙しいから」は女性 40 代（74.5%）で最も高く、次いで男性 30 代（66.7%）となっている。

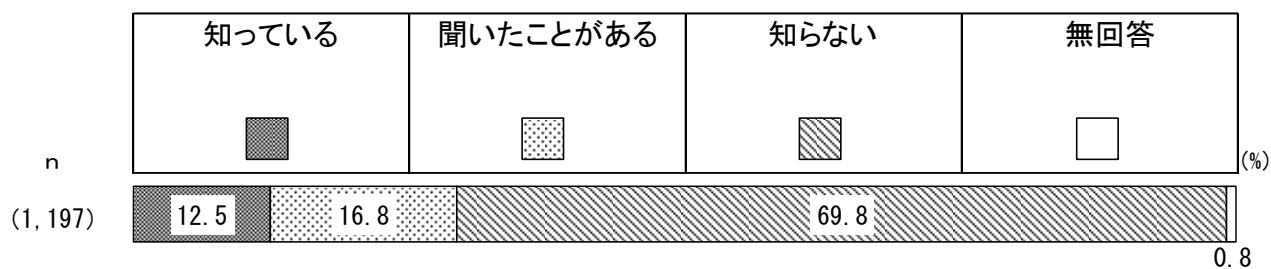
【スポーツ・運動を週に1日未満、または実施しなかった理由（性／年代別）－上位6項目】



(4) 地域スポーツクラブの認知度

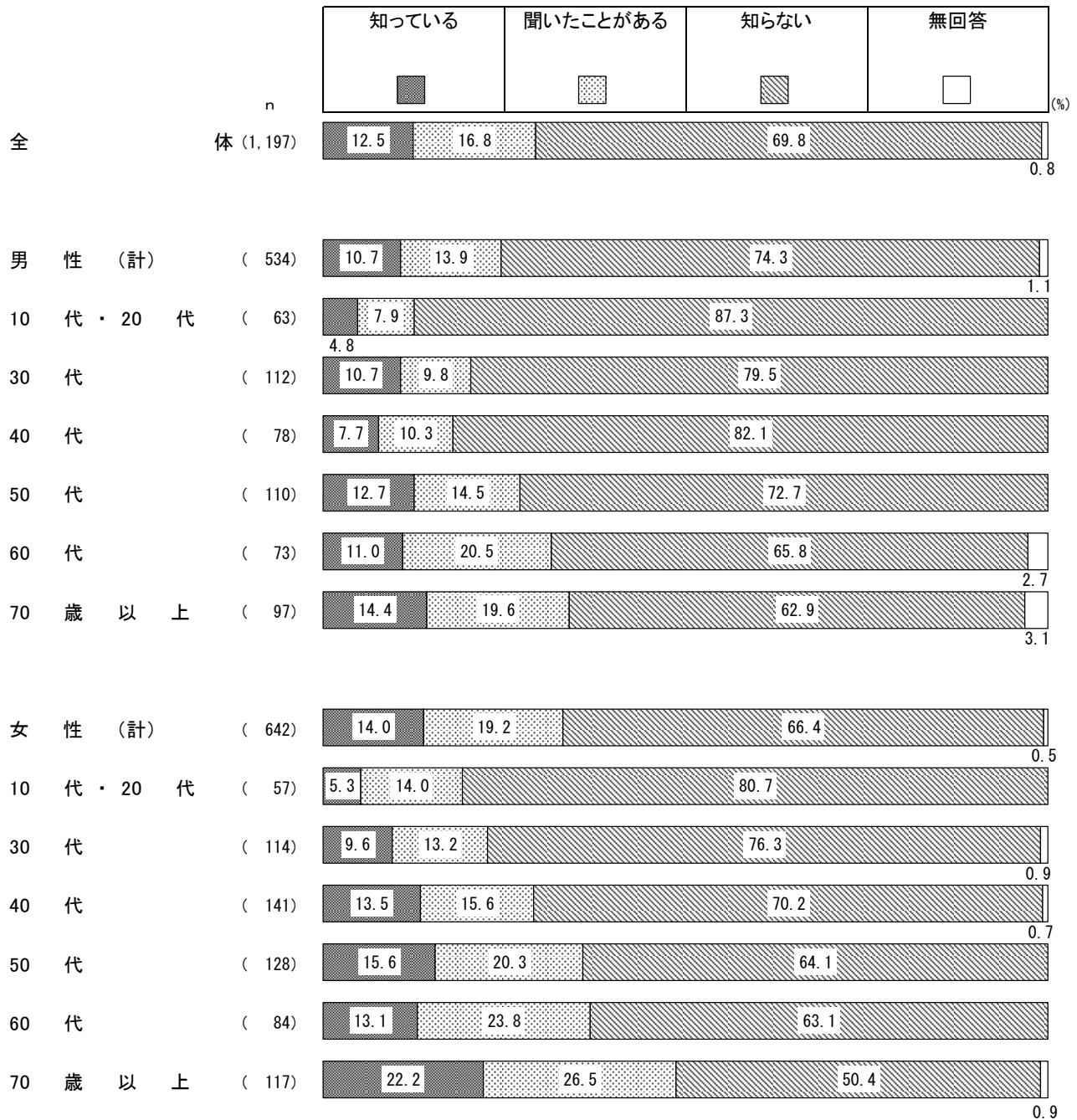
問 14 (すべての方に) 品川区にある4つの地域スポーツクラブ(スポクラ・しながわ、荏原B地域スポーツクラブ、地域クラブ ebara A、大井八潮地域スポーツクラブ T O Y S)を知っていますか。(○は1つ)

【地域スポーツクラブの認知度(全体)】



全体でみると、「知っている」が12.5%、「聞いたことがある」が16.8%となっている。一方、「知らない」は69.8%となっている。

【地域スポーツクラブの認知度（性／年代別）】



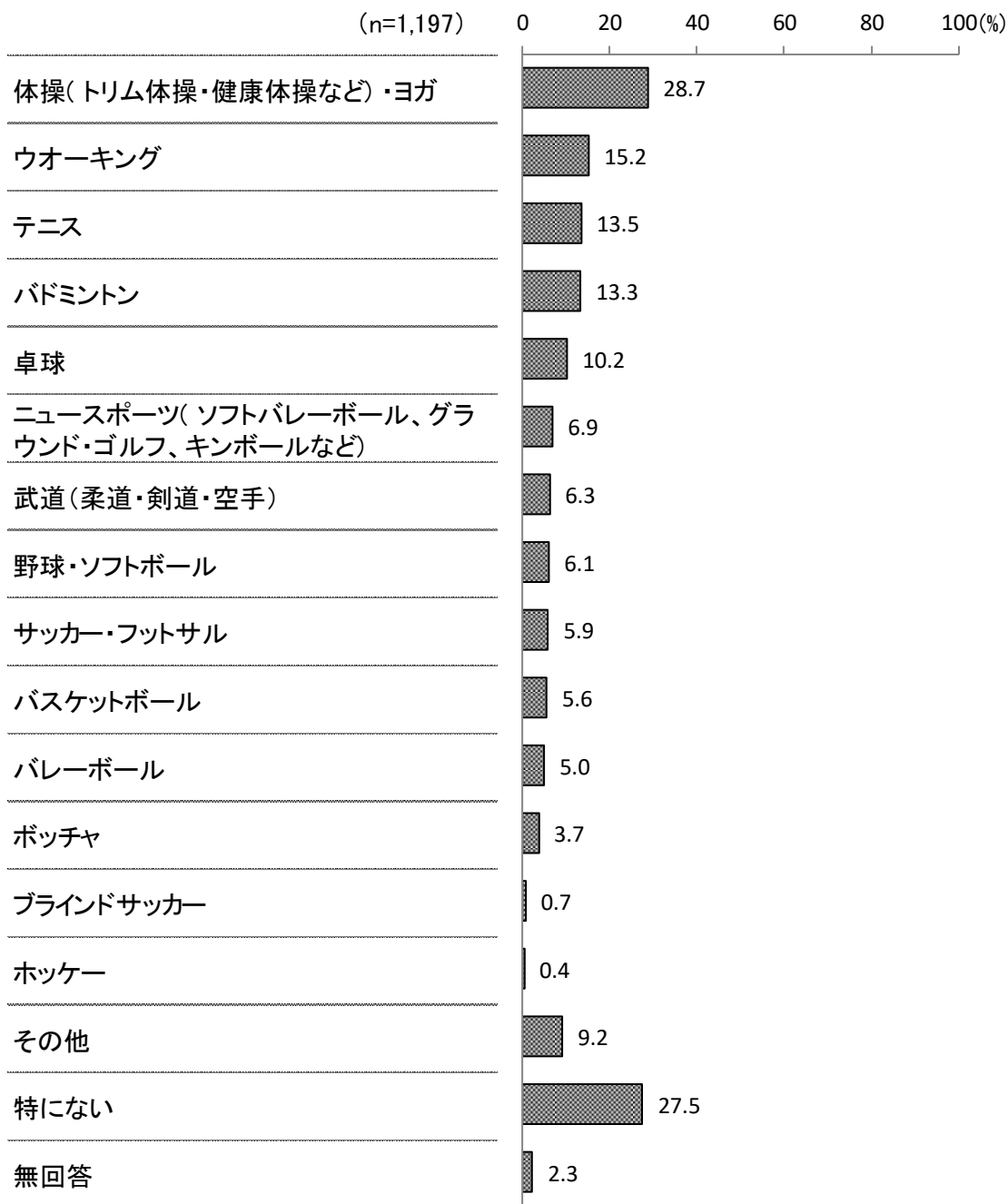
性別にみると、「知らない」（男性 74.3%、女性 66.4%）で 7.9 ポイント、女性より男性のほうが高くなっている。

性／年代別にみると、「知っている」は女性 70 歳以上で 22.2%と最も高くなっている。

(5) 地域スポーツクラブで参加したい種目

問 15 (すべての方に) 地域スポーツクラブでは各種スポーツ教室を実施しています。
あなたはどんな種目があれば参加したいですか。(〇はいくつでも)

【地域スポーツクラブで参加したい種目 (全体)】



全体でみると、「体操(トリム体操・健康体操など)・ヨガ」が 28.7%で最も高く、次いで「ウォーキング」(15.2%)、「テニス」(13.5%)、「バドミントン」(13.3%)、「卓球」(10.2%)の順となっている。

【地域スポーツクラブで参加したい種目（性／年代別）】

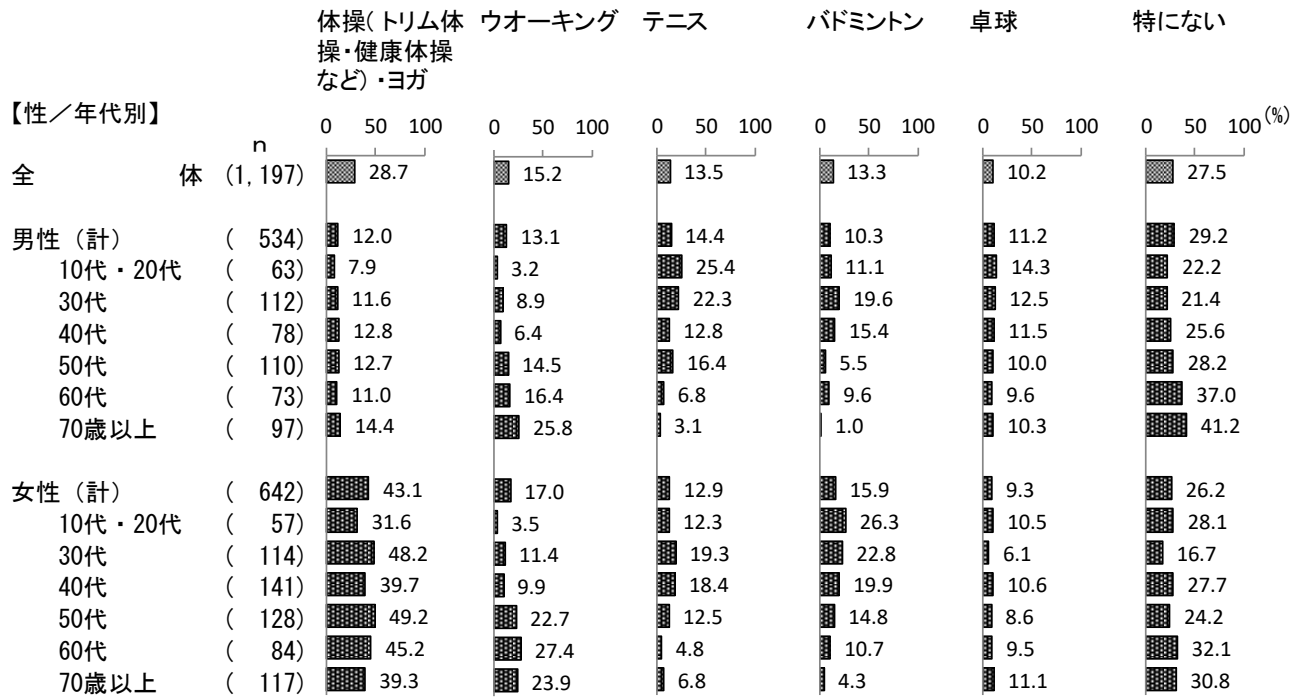
(%)

属性 \ 項目		体操（トリム体操・健康体操など）・ヨガ	ウォーキング	テニス	バドミントン	卓球	ニュースポーツ（ソフトバレーボール、グラウンド・ゴルフ、キンボールなど）	武道（柔道・剣道・空手）	野球・ソフトボール	サッカー・フットサル	バスケットボール	バレーボール	ポッチャ	ブラインドサッカー	ホッケー	その他	特にない	無回答
全 体	(1,197)	28.7	15.2	13.5	13.3	10.2	6.9	6.3	6.1	5.9	5.6	5.0	3.7	0.7	0.4	9.2	27.5	2.3
【性／年代別】																		
男 性（計）（534）		12.0	13.1	14.4	10.3	11.2	8.6	7.1	11.8	10.7	7.7	2.8	3.4	0.9	0.6	10.9	29.2	2.6
10代・20代（63）		7.9	3.2	25.4	11.1	14.3	3.2	9.5	20.6	20.6	14.3	9.5	－	1.6	1.6	6.3	22.2	3.2
30代（112）		11.6	8.9	22.3	19.6	12.5	9.8	8.9	17.0	23.2	14.3	3.6	6.3	3.6	1.8	12.5	21.4	－
40代（78）		12.8	6.4	12.8	15.4	11.5	11.5	9.0	11.5	11.5	12.8	1.3	2.6	－	－	12.8	25.6	2.6
50代（110）		12.7	14.5	16.4	5.5	10.0	13.6	8.2	9.1	6.4	5.5	1.8	2.7	－	－	13.6	28.2	0.9
60代（73）		11.0	16.4	6.8	9.6	9.6	5.5	5.5	11.0	1.4	－	2.7	1.4	－	－	16.4	37.0	2.7
70歳以上（97）		14.4	25.8	3.1	1.0	10.3	5.2	2.1	4.1	1.0	－	－	5.2	－	－	3.1	41.2	6.2
女 性（計）（642）		43.1	17.0	12.9	15.9	9.3	5.8	5.5	1.4	2.0	4.0	6.7	3.9	0.5	0.3	7.6	26.2	1.7
10代・20代（57）		31.6	3.5	12.3	26.3	10.5	7.0	10.5	－	3.5	12.3	10.5	5.3	－	－	10.5	28.1	－
30代（114）		48.2	11.4	19.3	22.8	6.1	2.6	7.9	1.8	6.1	7.9	10.5	6.1	0.9	－	8.8	16.7	0.9
40代（141）		39.7	9.9	18.4	19.9	10.6	6.4	9.2	2.1	2.1	3.5	9.9	2.8	0.7	0.7	9.9	27.7	0.7
50代（128）		49.2	22.7	12.5	14.8	8.6	8.6	3.9	2.3	0.8	2.3	7.0	2.3	－	0.8	8.6	24.2	－
60代（84）		45.2	27.4	4.8	10.7	9.5	4.8	－	－	－	1.2	－	2.4	1.2	－	3.6	32.1	－
70歳以上（117）		39.3	23.9	6.8	4.3	11.1	5.1	1.7	0.9	－	0.9	1.7	5.1	－	－	4.3	30.8	7.7

性別にみると、「体操」（男性 12.0%、女性 43.1%）で 31.1 ポイント、男性より女性のほうが高くなっている。

性／年代別にみると、「体操」は女性 50 代（49.2%）で最も高く、女性 30 代（48.2%）、女性 60 代（45.2%）となっている。また、「サッカー・フットサル」は男性 30 代が 23.2%と他の年代より高くなっている。

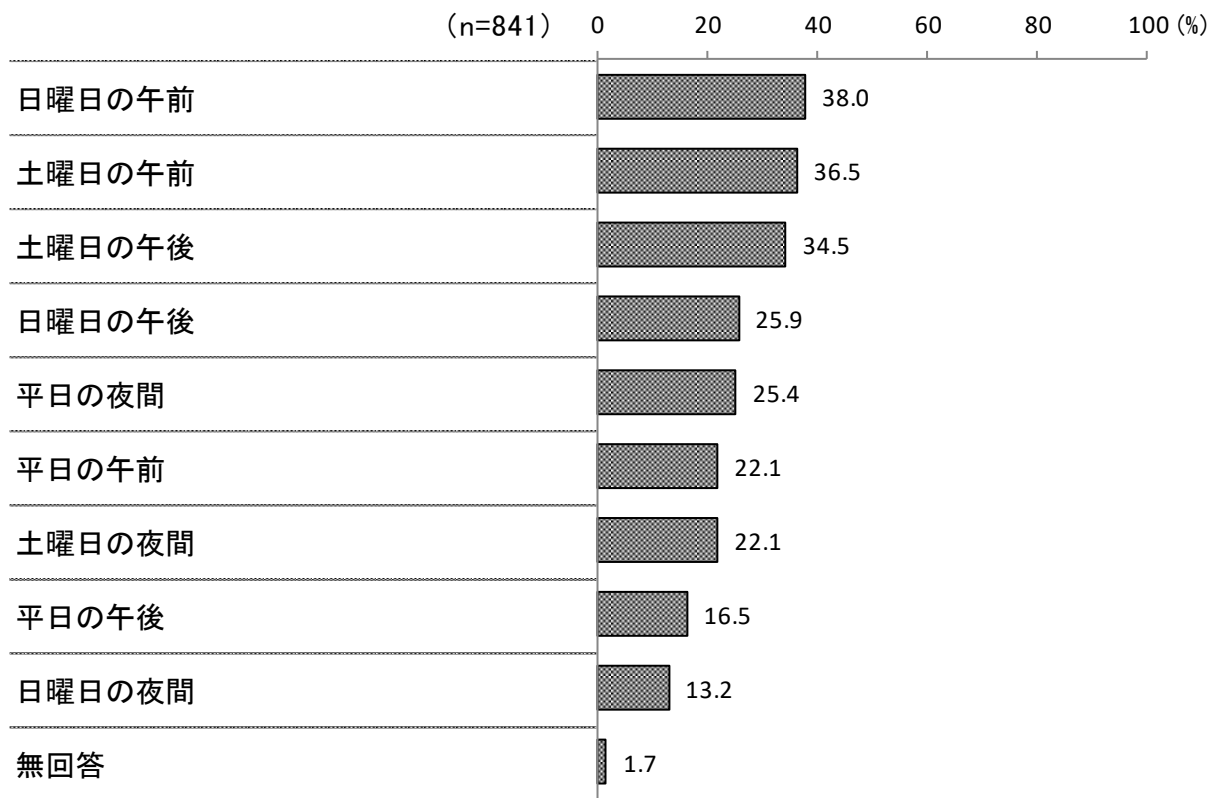
【地域スポーツクラブで参加したい種目（性／年代別）－上位5項目＋「特にない」】



(6) スポーツ教室に参加しやすい時間帯

問 15－1 (問 15 で 1～15 と答えた方に) それらがいつ実施されれば参加しやすいですか。(〇はいくつでも)

【スポーツ教室に参加しやすい時間帯(全体)】



全体でみると、「日曜日の午前」が 38.0% で最も高く、次いで「土曜日の午前」(36.5%)、「土曜日の午後」(34.5%)、「日曜日の午後」(25.9%)、「平日の夜間」(25.4%) の順となっている。

【スポーツ教室に参加しやすい時間帯（性／年代別）】

(%)

項目 属性 n	日曜日の午前	土曜日の午前	土曜日の午後	日曜日の午後	平日の夜間	平日の午前	土曜日の夜間	平日の午後	日曜日の夜間	無回答
全 体 (841)	38.0	36.5	34.5	25.9	25.4	22.1	22.1	16.5	13.2	1.7
【性／年代別】										
男 性 (計) (364)	47.0	42.9	40.9	31.3	26.9	12.4	27.2	13.7	16.2	1.4
10 代 ・ 20 代 (47)	44.7	38.3	48.9	36.2	44.7	4.3	36.2	—	21.3	2.1
30 代 (88)	62.5	60.2	56.8	46.6	37.5	5.7	35.2	5.7	27.3	—
40 代 (56)	46.4	46.4	44.6	41.1	25.0	12.5	41.1	8.9	25.0	1.8
50 代 (78)	60.3	51.3	39.7	24.4	23.1	7.7	26.9	9.0	11.5	—
60 代 (44)	31.8	31.8	22.7	20.5	18.2	13.6	9.1	18.2	2.3	2.3
70 歳 以 上 (51)	15.7	9.8	19.6	9.8	7.8	37.3	5.9	49.0	2.0	3.9
女 性 (計) (463)	30.9	31.7	30.0	22.2	24.4	30.0	18.1	18.6	11.0	1.9
10 代 ・ 20 代 (41)	41.5	41.5	41.5	41.5	41.5	4.9	29.3	7.3	19.5	2.4
30 代 (94)	45.7	45.7	40.4	31.9	27.7	19.1	31.9	11.7	21.3	1.1
40 代 (101)	32.7	30.7	28.7	20.8	25.7	30.7	23.8	11.9	10.9	—
50 代 (97)	34.0	32.0	28.9	18.6	33.0	27.8	14.4	18.6	10.3	1.0
60 代 (57)	15.8	24.6	26.3	17.5	17.5	35.1	7.0	26.3	3.5	3.5
70 歳 以 上 (72)	9.7	13.9	16.7	9.7	2.8	56.9	—	37.5	—	5.6

性別にみると、「日曜日の午前」（男性 47.0%、女性 30.9%）で 16.1 ポイント、女性より男性のほうが高くなっている。一方、「平日の午前」（男性 12.4%、女性 30.0%）で 17.6 ポイント、男性より女性のほうが高くなっている。

性／年代別にみると、「日曜日の午前」は男性 30 代（62.5%）・50 代（60.3%）で高くなっている。

【スポーツ教室に参加しやすい時間帯（性／年代別）－上位6項目】

