

## 令和6年度「酒田市のスポーツの推進に関する市民アンケート調査」の概要

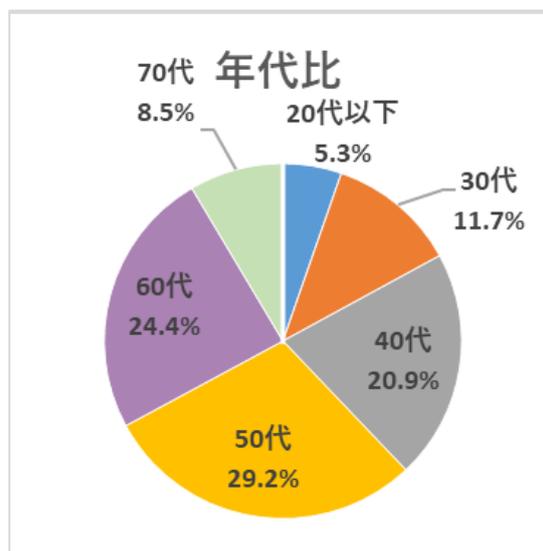
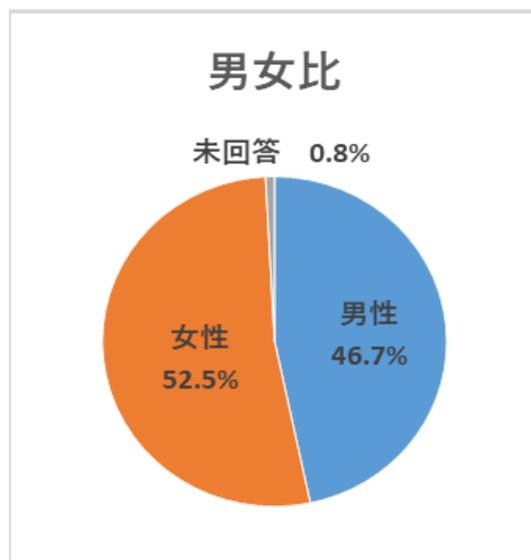
### ○目的

酒田市スポーツ推進計画の策定からおおよそ6年が経過した。計画に掲げた施策について現時点での進捗状況を把握し、評価指標や数値目標に照らしながら検証・評価を行い、今後の施策展開へ繋げるために実施。

### ○調査要領

- (1)調査地域：酒田市
- (2)調査対象：満18歳以上の市民
- (3)調査方法：オンラインのみ（市広報、公式ラインにて周知）
- (4)回収数：716件
- (5)調査実施期間：令和7年1月30日（木）～2月28日（金）

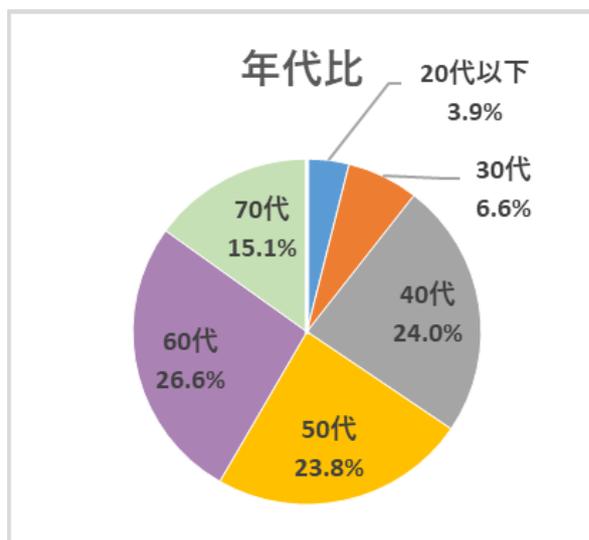
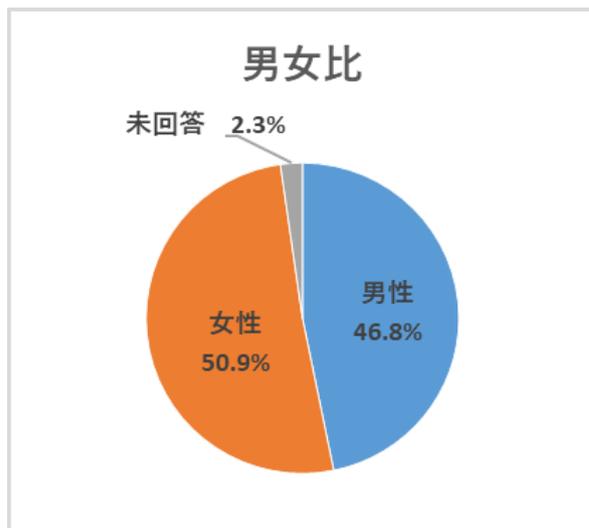
○標本の属性		件数	%
全体		716	100.0
性別	男性	334	46.7
	女性	376	52.5
	未回答	6	0.8
年代	20代以下	38	5.3
	30代	84	11.7
	40代	150	20.9
	50代	208	29.2
	60代	175	24.4
	70代	61	8.5
	未回答	0	0.0
	性年代	男性20代以下	12
男性30代		31	4.3
男性40代		57	8.0
男性50代		96	13.4
男性60代		95	13.3
男性70代		43	6.0
女性20代以下		25	3.5
女性30代		53	7.4
女性40代		93	13.0
女性50代		109	15.2
女性60代		78	10.9
女性70代		18	2.5
未回答		6	0.8



◆参考（令和5年度調査要領）

- (1)調査地域：酒田市
- (2)調査対象：満18歳以上の市民
- (3)調査方法：オンラインのみ（市広報、公式ラインにて周知）
- (4)回収数：797件
- (5)調査実施期間：令和6年2月16日（金）～3月1日（金）

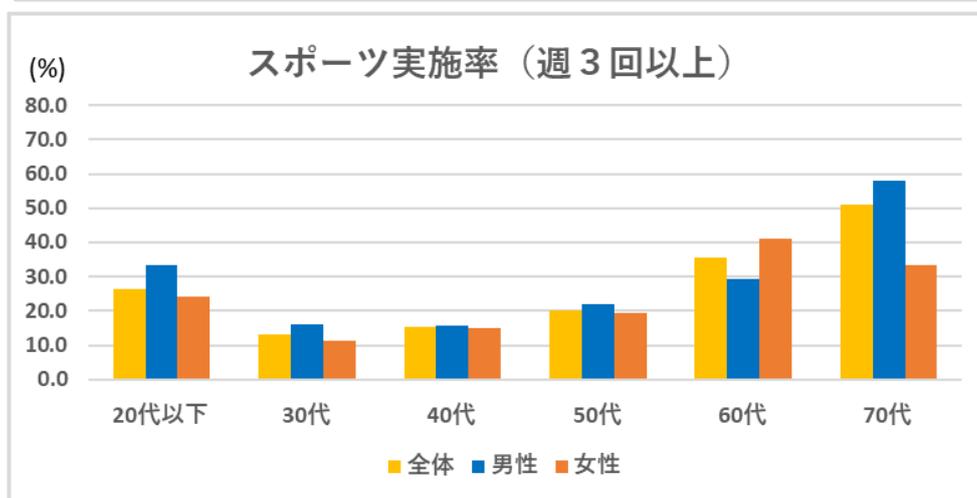
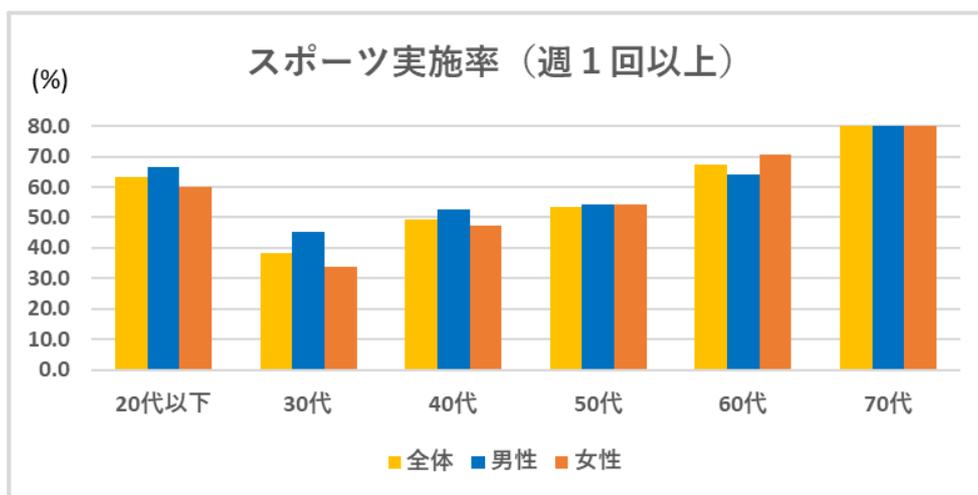
○標本の属性		件数	%
全体		797	100.0
性別	男性	373	46.8
	女性	406	50.9
	未回答	18	2.3
年代	20代以下	31	3.9
	30代	53	6.6
	40代	191	24.0
	50代	190	23.8
	60代	212	26.6
	70代	120	15.1
	未回答	0	0.0
性・年代	男性20代以下	13	1.6
	男性30代	23	2.9
	男性40代	64	8.0
	男性50代	85	10.7
	男性60代	109	13.7
	男性70代	79	9.9
	女性20代以下	17	2.1
	女性30代	29	3.6
	女性40代	119	14.9
	女性50代	99	12.4
	女性60代	101	12.7
	女性70代	41	5.1
	未回答	18	2.4



## ○スポーツ実施率について

- ・週1回以上のスポーツ実施率は 57.4% (前年度 57.8%) [0.4 ポイント減]。30代女性の割合が約3割で全ての年代の中で一番低い。70代女性の割合が9割弱で全ての年代の中で一番高い。
- ・週3回以上のスポーツ実施率は 25.0% (前年度 29.2%) [4.2 ポイント減]。週1回以上のスポーツ実施率と同じく、30代女性の割合が約1割で全ての年代の中で一番低い。
- ・全体的に男性よりも女性のスポーツ実施率が低くなっている。

年代別スポーツ実施率 週1回以上 (%)					年代別スポーツ実施率 週3回以上 (%)				
n=716	全体	男性	女性	性別不明	n=716	全体	男性	女性	性別不明
20代以下	63.2	66.7	60.0	100.0	20代以下	26.3	33.3	24.0	0.0
30代	38.1	45.2	34.0	0.0	30代	13.1	16.1	11.3	0.0
40代	49.3	52.6	47.3	0.0	40代	15.3	15.8	15.1	0.0
50代	53.4	54.2	54.1	0.0	50代	20.2	21.9	19.3	0.0
60代	67.4	64.2	70.5	0.0	60代	35.4	29.5	41.0	100.0
70代	85.2	83.7	88.9	0.0	70代	50.8	58.1	33.3	0.0
全年代平均	<b>57.4</b>	60.2	55.1	50.0	全年代平均	<b>25.0</b>	27.5	22.6	33.3
令和5年度平均	57.8	66.2	51.5	27.8	令和5年度平均	29.2	35.9	23.9	11.1



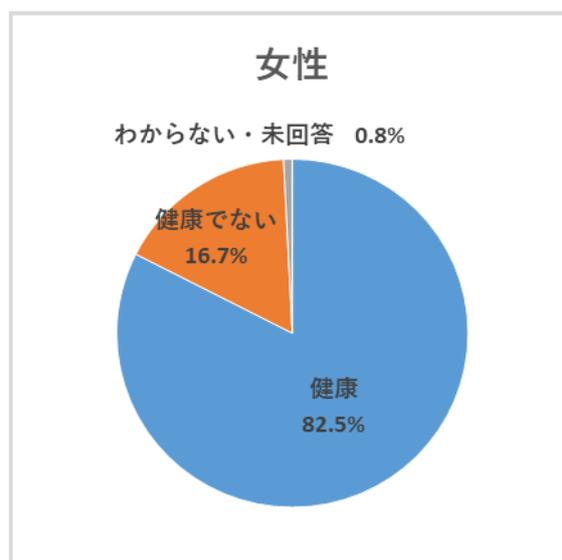
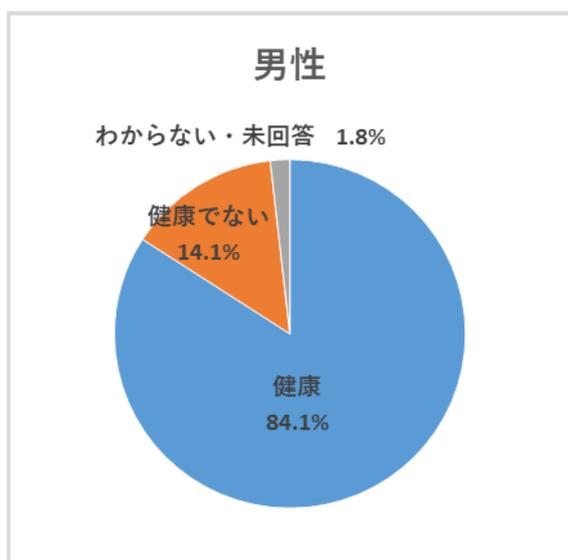
## ○健康について

- ・自身を「健康」（「①」 + 「②」）とする割合は 83.3%（前年度 81.9%）[1.4 ポイント増]。
- ・自身を「健康でない」（「③」 + 「④」）とする割合は 15.5%（前年度 17.5%）[2.0 ポイント減]。

あなたは、このところ健康だと思いますか。（年齢不明または性別不明は除く）

(%)

n=710		健康 ①	どちらかといえば 健康②	①+②	どちらかといえば 健康ではない③	健康でない ④	③+④	わからない 未回答⑤
性別	男性	33.8	50.3	84.1	11.7	2.4	14.1	1.8
	女性	27.7	54.8	82.5	12.2	4.5	16.7	0.8
男性	男性20代以下	50.0	33.3	83.3	8.4	8.3	16.7	0.0
	男性30代	19.4	41.9	61.3	35.5	3.2	38.7	0.0
	男性40代	22.8	59.6	82.4	10.5	1.8	12.3	5.3
	男性50代	42.7	43.8	86.5	9.4	2.1	11.5	2.1
	男性60代	32.6	55.8	88.4	9.5	2.1	11.6	0.0
	男性70代	37.2	51.2	88.4	7.0	2.3	9.3	2.3
女性	女性20代以下	36.0	44.0	80.0	12.0	8.0	20.0	0.0
	女性30代	34.0	49.1	83.1	15.1	1.9	17.0	0.0
	女性40代	25.8	53.8	79.6	12.9	7.5	20.4	0.0
	女性50代	24.8	62.4	87.2	10.1	1.8	11.9	0.9
	女性60代	25.6	55.1	80.7	11.6	5.1	16.7	2.6
	女性70代	33.3	44.4	77.7	16.7	5.6	22.3	0.0
全体		30.6	52.7	83.3	12.0	3.5	15.5	1.2
令和5年度		33.0	48.9	81.9	12.6	4.9	17.5	0.6



## ○運動不足について

- ・運動不足を「感じる」（「①」＋「②」）とする割合は 81.9%（前年度 74.1%）[7.8 ポイント増]。女性の割合の方が高く、男女ともに 30 代が最も高い。
- ・運動不足を「感じない」（「③」＋「④」）とする割合は 17.7%（前年度 23.6%）[5.9 ポイント減]。
- ・直近 1 年の運動頻度が低くなるにつれて、運動不足を「大いに感じる」とする割合が高くなっている。

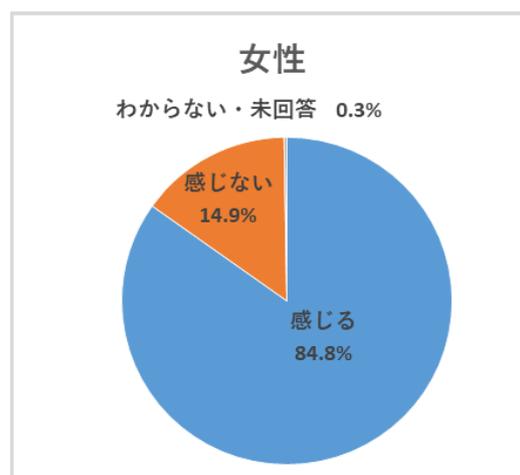
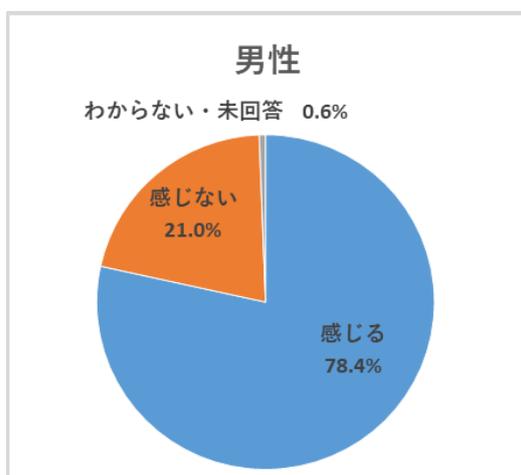
あなたは、普段、運動不足を感じますか。（年齢不明または性別不明は除く）

(%)

n=710		大いに感じる①	ある程度感じる②	①+②	あまり感じない③	ほとんど感じない④	③+④	わからない未回答⑤
性別	男性	35.6	42.8	78.4	13.5	7.5	21.0	0.6
	女性	47.6	37.2	84.8	9.8	5.1	14.9	0.3
男性年代	男性20代以下	25.0	33.3	58.3	25.0	8.3	33.3	8.4
	男性30代	35.5	51.6	87.1	9.7	3.2	12.9	0.0
	男性40代	45.6	31.6	77.2	10.5	10.5	21.0	1.8
	男性50代	40.6	35.4	76.0	17.7	6.3	24.0	0.0
	男性60代	28.4	55.8	84.2	8.4	7.4	15.8	0.0
	男性70代	30.2	41.9	72.1	18.6	9.3	27.9	0.0
女性年代	女性20代以下	36.0	40.0	76.0	8.0	16.0	24.0	0.0
	女性30代	62.3	32.0	94.3	5.7	0.0	5.7	0.0
	女性40代	63.4	23.7	87.1	8.6	4.3	12.9	0.0
	女性50代	52.3	34.9	87.2	6.4	6.4	12.8	0.0
	女性60代	23.1	55.1	78.2	16.7	3.8	20.5	1.3
	女性70代	16.7	55.5	72.2	22.2	5.6	27.8	0.0
全体		42.0	39.9	81.9	11.5	6.2	17.7	0.4
令和5年度		36.6	37.5	74.1	15.4	8.2	23.6	2.3

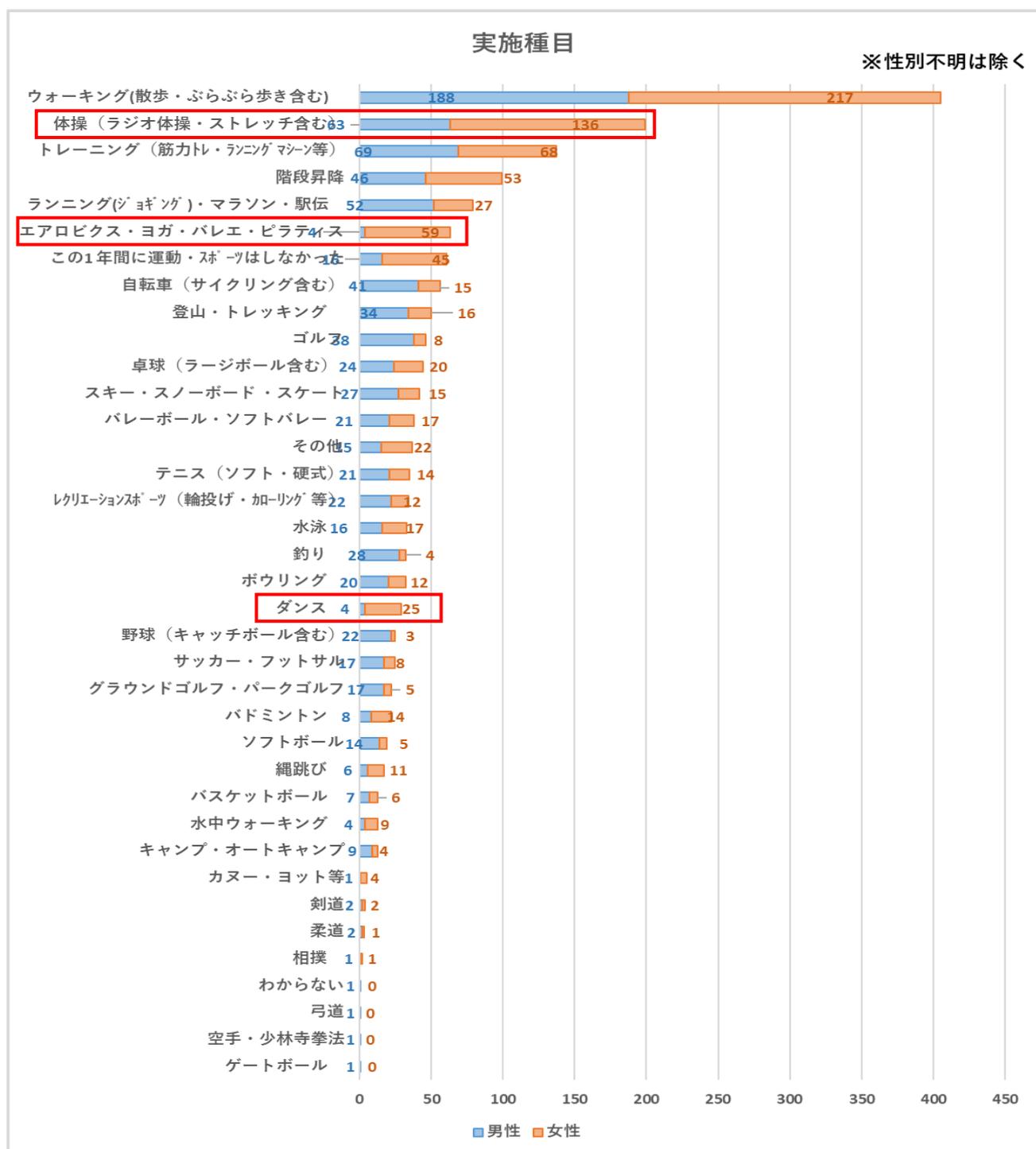
(%)

n=634		大いに感じる①	ある程度感じる②	①+②	あまり感じない③	ほとんど感じない④	③+④	わからない未回答⑤
直近1年の運動頻度	週5回以上	11.1	47.6	58.7	27.0	12.7	39.7	1.6
	週3回以上	20.7	42.2	62.9	17.2	19.0	36.2	0.9
	週2回以上	31.3	47.0	78.3	16.5	5.2	21.7	0.0
	週1回以上	35.9	49.6	85.5	11.1	3.4	14.5	0.0
	月に1~3回	57.3	38.7	96.0	3.2	0.8	4.0	0.0
	3か月に1~2回	68.0	28.0	96.0	4.0	0.0	4.0	0.0
	年に1~3回	65.3	24.5	89.8	10.2	0.0	10.2	0.0



○この1年間に実施した種目について

- ・「ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き含む）」が最も多く、「体操（ラジオ体操・ストレッチ含む）」「トレーニング（筋力トレ・ランニングマシン等）」と続いている。
- ・男性に比べて女性の実施割合が高い種目は「体操（ラジオ体操・ストレッチ含む）」「エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス」「ダンス」となっている。
- ・実施人数の多い運動の特徴としては、運動する場所が限定されない（自宅でも実施可能）、道具不要、一人でも実施可能という点が挙げられる。反対に、実施人数の少ない運動の特徴としては、特定の場所（コート）が必要、道具が必要、人数が必要なチームスポーツという点が挙げられる。
- ・その他記載：太極拳、モルック、キックボクシング、アクアビクス、バウンドテニス等。

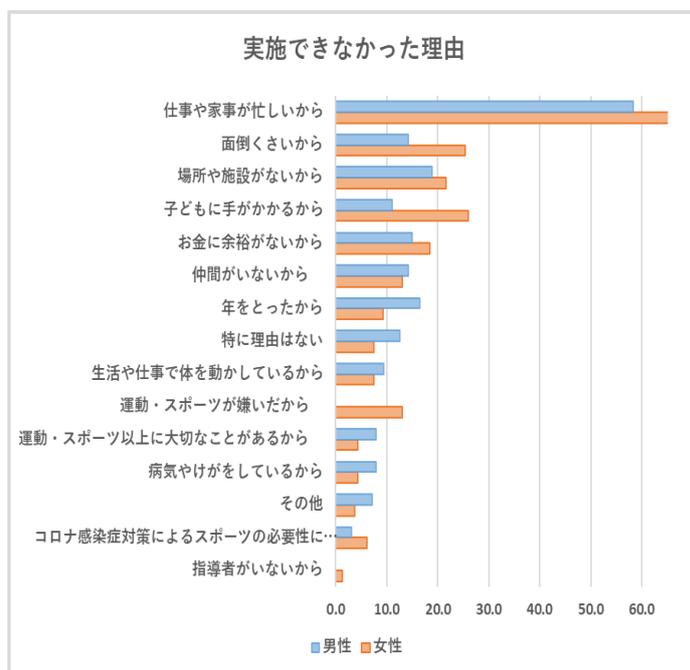


### ○この1年間で週に1日以上運動・スポーツを実施できなかった理由について

- ・「仕事や家事で忙しいから」が6割以上と最も多く、「面倒くさいから」「場所や施設がない」と続いている。
- ・その他記載：天候が悪い、持病等。

運動やスポーツを実施できなかった理由（複数回答） (%)

n=289	全体	男性	女性
仕事や家事が忙しいから	63.7	58.3	67.9
面倒くさいから	20.4	14.2	25.3
場所や施設がないから	20.4	18.9	21.6
子どもに手がかかるから	19.4	11.0	25.9
お金に余裕がないから	17.0	15.0	18.5
仲間がいないから	13.5	14.2	13.0
年をとったから	12.5	16.5	9.3
特に理由はない	9.7	12.6	7.4
生活や仕事で体を動かしているから	8.3	9.4	7.4
運動・スポーツが嫌いだから	7.3	0.0	13.0
運動・スポーツ以上に大切なことがあるから	5.9	7.9	4.3
病气やけがをしているから	5.9	7.9	4.3
その他	5.2	7.1	3.7
コロナ感染症対策によるスポーツの必要性に対する意識の変化	4.8	3.1	6.2
指導者がいないから	0.7	0.0	1.2

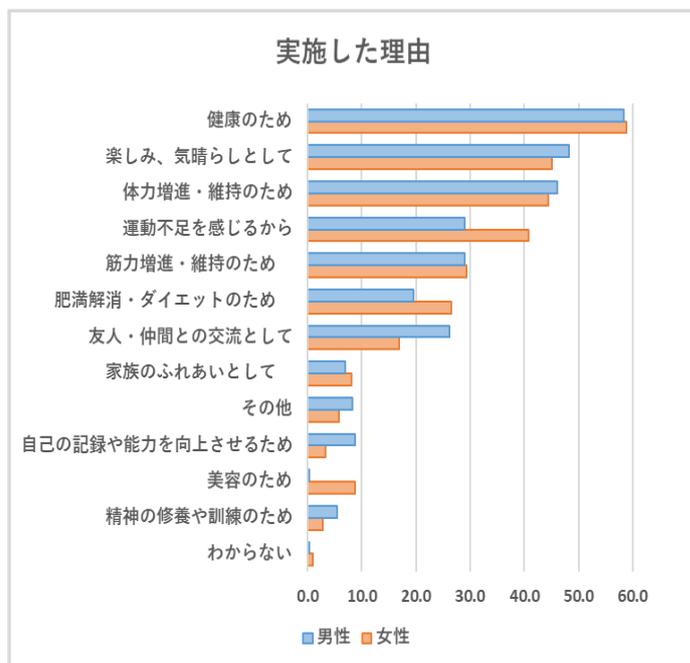


### ○この1年間で運動・スポーツを実施した理由について

- ・「健康のため」が最も多く、「楽しみ、気晴らしとして」「体力増進・維持のため」と続いている。
- ・その他記載：ペットの散歩、マラソン大会に参加した、ウォーキングイベントに参加した等。

運動やスポーツを実施した理由（複数回答） (%)

n=648	全体	男性	女性
健康のため	58.6	58.4	58.9
楽しみ、気晴らしとして	46.6	48.3	45.0
体力増進・維持のため	45.2	46.1	44.4
運動不足を感じるから	35.0	29.0	40.8
筋力増進・維持のため	29.2	29.0	29.3
肥満解消・ダイエットのため	23.1	19.6	26.6
友人・仲間との交流として	21.5	26.2	16.9
家族のふれあいとして	7.6	6.9	8.2
その他	6.9	8.2	5.7
自己の記録や能力を向上させるため	6.0	8.8	3.3
美容のため	4.6	0.3	8.8
精神の修養や訓練のため	4.0	5.4	2.7
わからない	0.6	0.3	0.9

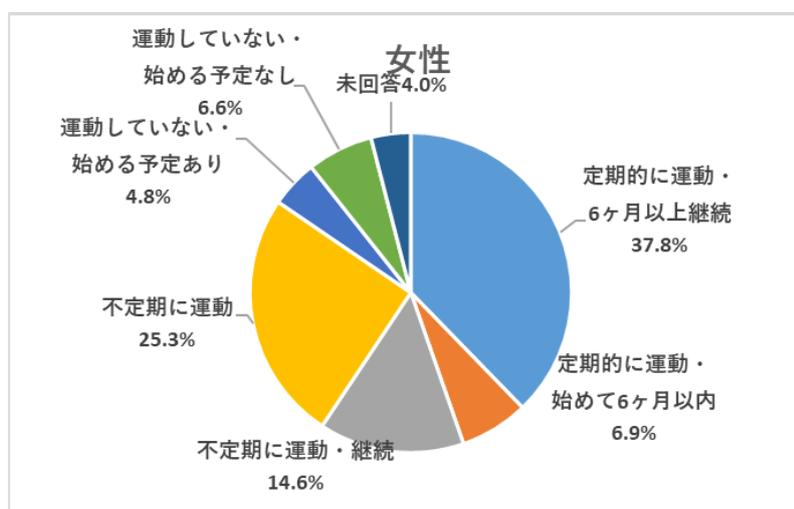
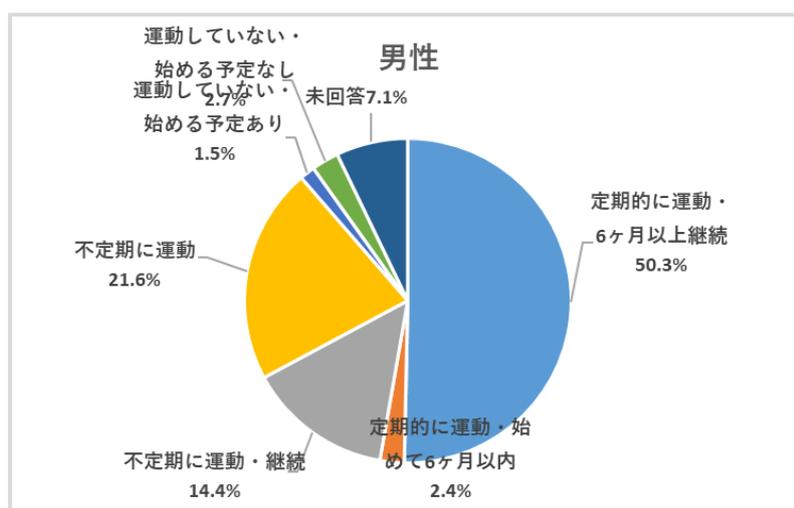


### ○運動・スポーツの実施状況と今後の予定について

- ・不定期実施を含め、運動・スポーツを実施している割合（関心層）は 86.5%。男性の割合の方が高く、特に「定期的に運動・スポーツを実施しており、6ヶ月以上継続している」割合に男女差が見られた。
- ・「現在運動・スポーツはしておらず今後もするつもりはない」と答えた割合（無関心層）は 4.8%（前年度 3.7%）[1.1 ポイント増]。
- ・無関心層の割合は女性の方が高い。

運動・スポーツについて、実施状況と今後の予定について教えてください。（性別不明は除く） (%)

n=710	全体	男性	女性
定期的に運動・スポーツを実施しており、6ヶ月以上継続している	43.7	50.3	37.8
定期的に運動・スポーツを実施しているが、初めてから6ヶ月以内である	4.8	2.4	6.9
定期的ではないが、ある特定の時期に継続して実施した	14.5	14.4	14.6
不定期で実施した	23.5	21.6	25.3
現在運動・スポーツを実施していないが、6ヶ月以内に始めようと思っている	3.2	1.5	4.8
現在運動・スポーツを実施しておらず、今後もするつもりもない	4.8	2.7	6.6
未回答	5.5	7.1	4.0



### ○運動・スポーツの大切さについて

- ・運動・スポーツを「大切」「まあ大切」（「①」＋「②」）と答えた割合は90.6%（前年度92.0%）[1.4ポイント減]。女性の割合の方が若干低くなっている。
- ・「あまり大切ではない」「大切ではない」（「③」＋「④」）と答えた割合は7.2%（前年度6.3%）[0.9ポイント増]。
- ・運動・スポーツは大切と答えた人の方がスポーツ実施率が高い傾向にある。

あなたにとって運動・スポーツは大切なものですか。（年齢不明または性別不明は除く）

(%)

n=710		大切 ①	まあ大切 ②	①+②	あまり大切 ではない③	大切では ない④	③+④	わからない 未回答⑤
全体		59.3	31.3	90.6	5.2	2.0	7.2	2.2
性別	男性	67.1	26.6	93.7	4.5	0.9	5.4	0.9
	女性	52.4	35.4	87.8	5.9	2.9	8.8	3.6
男性年代	男性20代以下	83.3	16.7	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	男性30代	51.6	41.9	93.5	3.3	3.2	6.5	0.0
	男性40代	56.1	31.6	87.7	8.8	1.7	10.5	1.8
	男性50代	75.0	18.8	93.8	4.2	1.0	5.2	1.0
	男性60代	58.9	35.8	94.7	4.2	0.0	4.2	1.1
	男性70代	88.4	9.3	97.7	2.3	0.0	2.3	0.0
女性年代	女性20代以下	52.0	36.0	88.0	8.0	0.0	8.0	4.0
	女性30代	41.5	45.3	86.8	3.8	3.7	7.5	5.7
	女性40代	47.3	34.4	81.7	10.8	6.4	17.2	1.1
	女性50代	53.2	37.6	90.8	3.7	0.9	4.6	4.6
	女性60代	61.5	27.0	88.5	5.1	2.6	7.7	3.8
	女性70代	66.7	33.3	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
スポーツ実施率	週1回以上	73.2	22.9		2.2	0.7		1.0
	週3回以上	77.1	20.7		1.1	0.6		0.5

