

### 第3期計画目標値

### 成人各世代の週1回以上のスポーツや運動の実施率 65%以上

第3期守山市スポーツ推進計画策定の基礎データである「守山市すこやかまちづくり行動戦略に関する市民アンケート調査」と第4期策定の基礎データとなる「守山市のスポーツに関する市民意識調査」の比較

#### 守山市すこやかまちづくり行動戦略に関する市民アンケート調査

R2実施アンケート

対象:15歳以上の市民2,000人(無作為抽出)

回答数:773

設問:過去1年間の中でどの程度、運動やスポーツ(30分以上、身体を動かす運動)を行っていますか。

スポーツ・運動実施率 (週1回以上)	20歳以上
	54.6%

年齢層	対象人数	週1回以上	割合
20~29歳	48人	28人	58.3%
30~39歳	73人	39人	53.4%
40~49歳	138人	68人	49.2%
50~59歳	108人	52人	48.1%
60~69歳	142人	92人	64.7%
70~79歳	143人	109人	76.2%
80歳以上	71人	34人	47.8%

本調査において、10代(15歳~19歳)を含む全体の週1回以上の運動実施率は59.9%

#### 守山市のスポーツに関する市民意識調査

R8実施アンケート

対象:18歳以上の市民2,000人(無作為抽出)

回答数:789

設問:過去1年間で運動やスポーツをどの程度実施されましたか。

スポーツ・運動実施率 (週1回以上)	全体
	44.5%

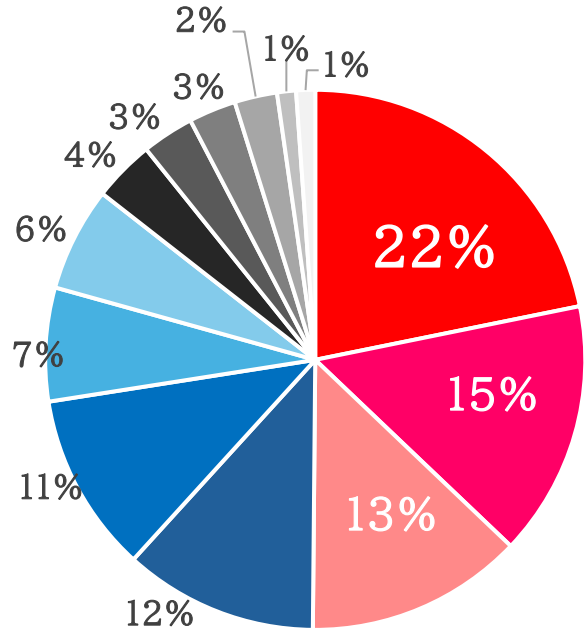
年齢層	対象人数	週1回以上	割合	低下率
18~29歳	53人	23人	43.4%	▲25.6%
30~39歳	84人	24人	28.6%	▲46.4%
40~49歳	98人	39人	39.8%	▲19.1%
50~59歳	100人	34人	34.0%	▲29.3%
60~69歳	141人	66人	46.8%	▲27.7%
70~79歳	165人	89人	53.9%	▲29.3%
80歳以上	147人	76人	51.7%	8.2%

働き盛り世代・子育て世代では運動習慣が全体的に低く、特に30代で大きく低下している。また、70代においても実施率の下げ幅が大きい。

比較

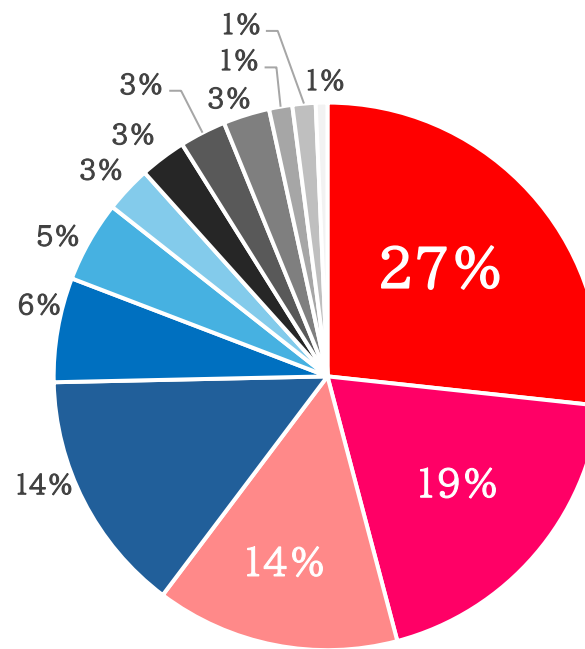
# 運動やスポーツをあまり行っていない最も大きな理由(運動・スポーツ実施頻度:週1回未満回答者対象)

全世代



- 生活や仕事で体を動かしているから
- 特に理由はない
- 仕事や家事が忙しいから
- 年をとったから
- 面倒くさいから
- 病気やけがをしているから
- 子どもに手がかかるから
- お金に余裕がないから
- 場所や施設がないから
- 運動・スポーツが嫌いだから
- 仲間がいないから
- 運動・スポーツ以上に大切なことがあるから
- わからない

30代~50代



- 生活や仕事で体を動かしているから
- 仕事や家事が忙しいから
- 面倒くさいから
- 子どもに手がかかるから
- 特に理由はない
- お金に余裕がないから
- 病気やけがをしているから
- 場所や施設がないから
- 運動・スポーツが嫌いだから
- 仲間がいないから
- わからない
- 運動・スポーツ以上に大切なことがあるから
- 年をとったから

週1回未満しか運動・スポーツを行わない回答者の内、「運動やスポーツをあまり行っていない最も大きな理由は何ですか」との設問に対して「生活や仕事で体を動かしているから」と回答している者を日常的に身体を動かしているため、実質的に運動しているとみなして集計すると、その割合は**69.4%**となる。