

4 スポーツ活動・運動習慣について

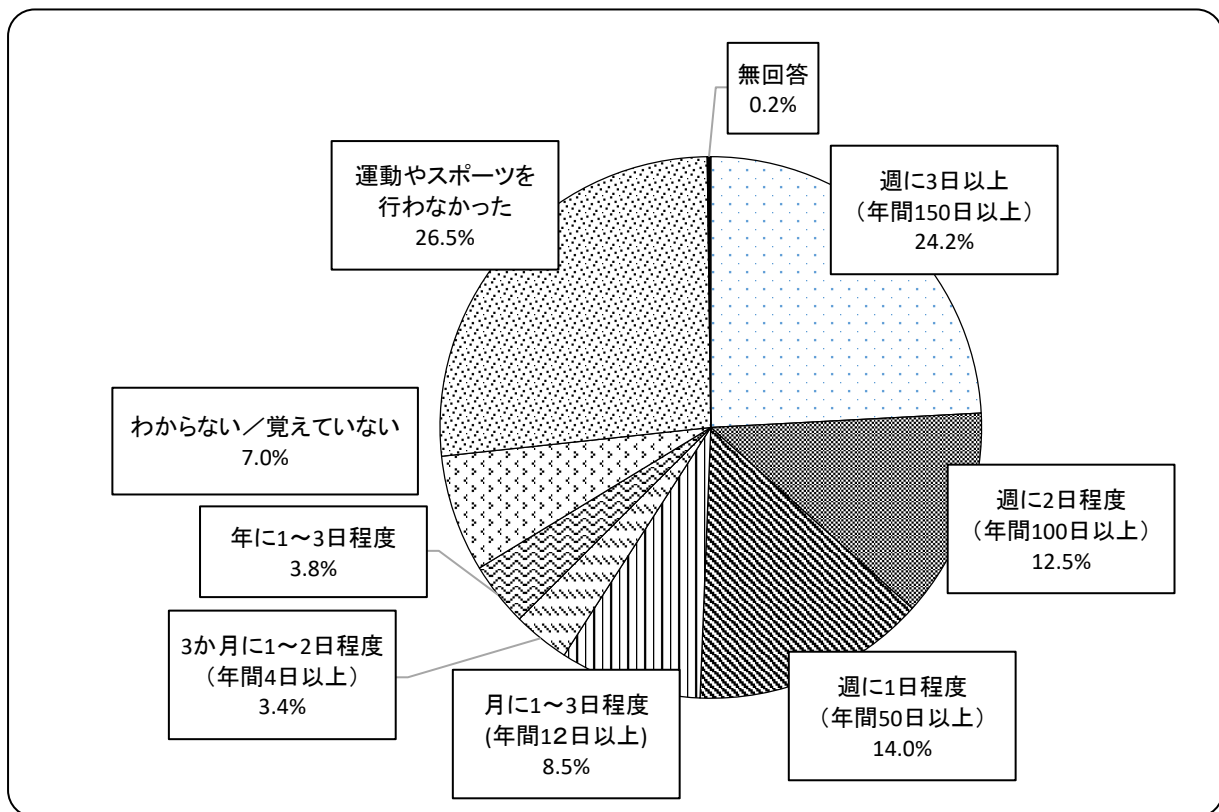
(1) 運動やスポーツの活動状況について

《実施頻度について》

問 69. コロナ禍前の直近 1 年間（平成 31 年 4 月 1 日～令和 2 年 3 月 31 日）で運動やスポーツを、どのくらいの頻度で行いましたか。 【選択は 1 つ】

項目 1～3 の運動やスポーツを週に 1 日以上行っていると回答された方の割合の合計が 50.7%であり、中でも「週に 3 日以上（年間 150 日以上）」（24.2%）が最も高かった。一方で一年間「運動やスポーツを行わなかった」人は 26.5%という結果であった。

	選択項目（N=472）	回答数	構成比
1	週に 3 日以上（年間 150 日以上）	114	24.2%
2	週に 2 日程度（年間 100 日以上）	59	12.5%
3	週に 1 日程度（年間 50 日以上）	66	14.0%
4	月に 1～3 日程度（年間 12 日以上）	40	8.5%
5	3 か月に 1～2 日程度（年間 4 日以上）	16	3.4%
6	年に 1～3 日程度	18	3.8%
7	わからない／覚えていない	33	7.0%
8	運動やスポーツを行わなかった	125	26.5%
	無回答	1	0.2%
	計（回答総数）	472	100.0%



《実施時間》

問 70. 問 69 で 1～6 のいずれかを回答された方に伺います。

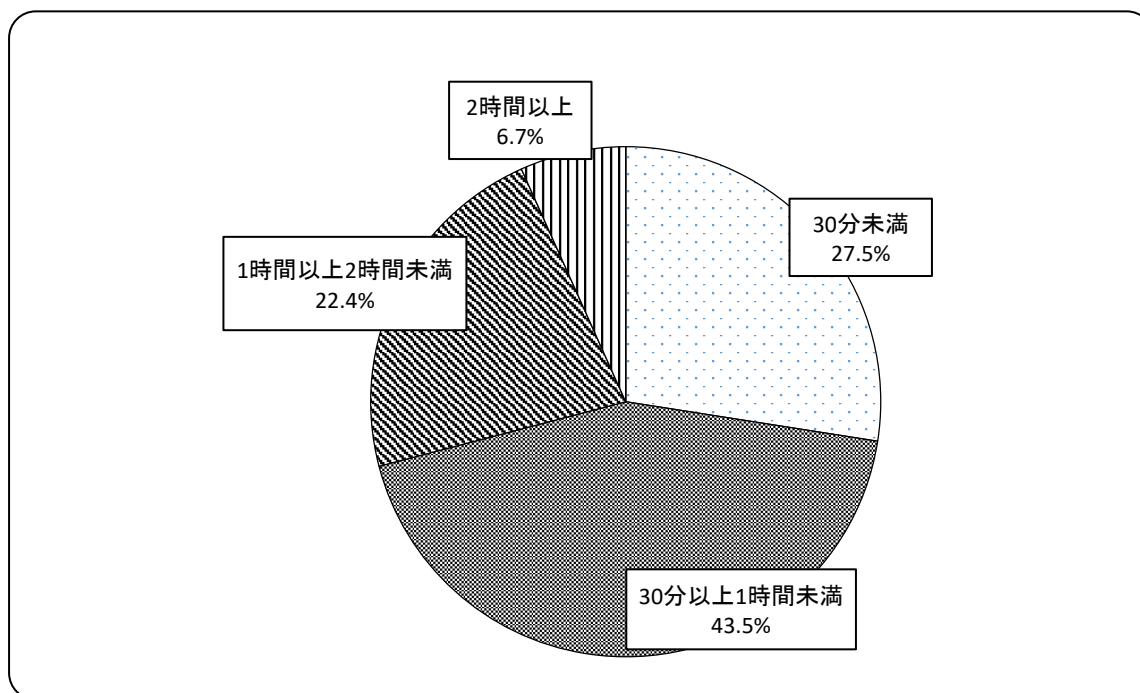
1 日あたりの運動やスポーツを行う総合計時間は、平均するとどのくらいですか。

(例：朝 20 分、夕方 15 分の場合は合計 35 分であるため、2 を選択)

【選択は 1 つ】

1 日あたりの運動やスポーツを行う時間は「30 分以上 1 時間未満」が 43.5%と最も割合が高く、次いで「30 分未満」(27.5%)、「1 時間以上 2 時間未満」(22.4%)という結果であった。

	選択項目 (N=313)	回答数	構成比
1	30 分未満	86	27.5%
2	30 分以上 1 時間未満	136	43.5%
3	1 時間以上 2 時間未満	70	22.4%
4	2 時間以上	21	6.7%
	計 (回答総数)	313	100.0%



《実施曜日》

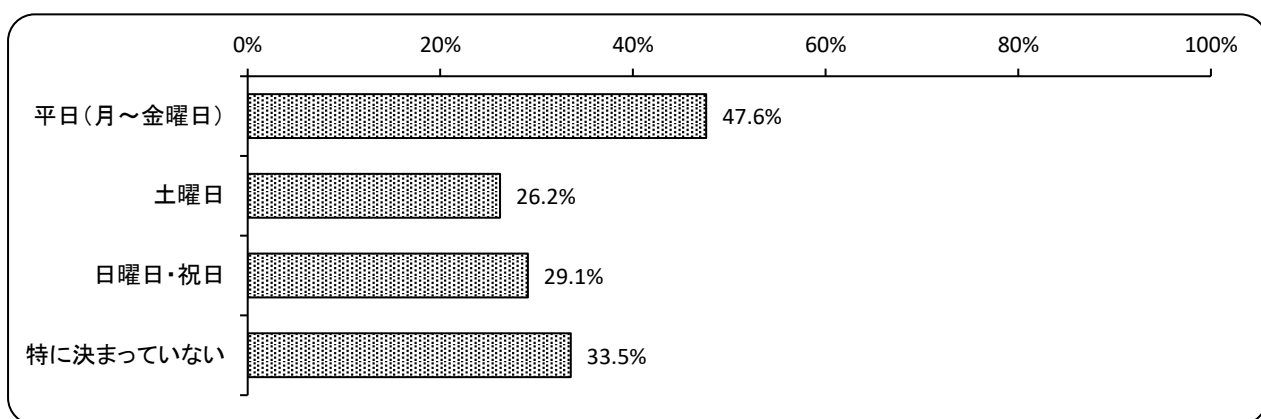
問 71. 問 69 で 1～6 のいずれかを回答された方に伺います。

主にいつ運動やスポーツを行いますか。

【複数回答可：いくつでも】

「平日（月～金曜日）」に運動やスポーツを実施している方は 47.6%と最も割合が高くなっており、次いで「日曜日・祝日」（29.1%）、「土曜日」（26.2%）、運動やスポーツをいつ実施するか「特に決まっていない」方は 33.5%であった。

	選択項目（N=313）	回答数	構成比
1	平日（月～金曜日）	149	47.6%
2	土曜日	82	26.2%
3	日曜日・祝日	91	29.1%
4	特に決まっていない	105	33.5%
	計（回答総数）	427	136.4%



《実施時間帯》

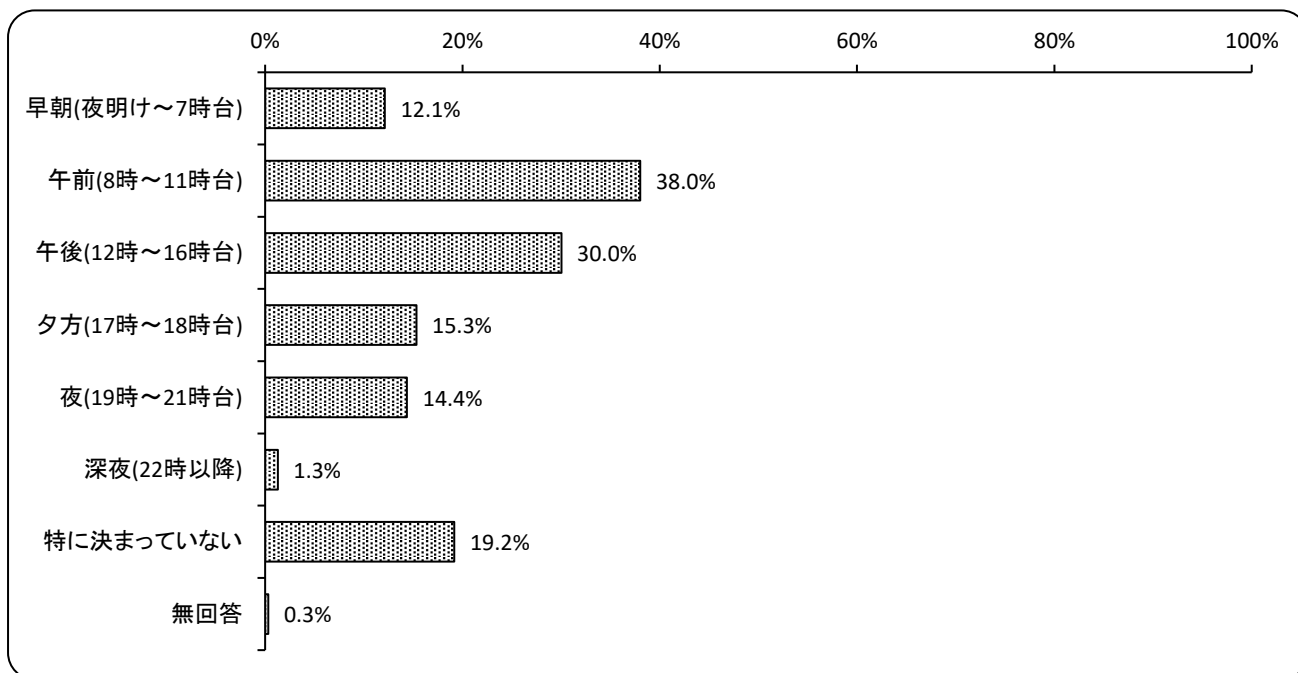
問 72. 問 69 で 1～6 のいずれかを回答された方に伺います。

主に運動やスポーツを行う時間帯はいつですか。

【複数回答可：いくつでも】

運動やスポーツを実施する時間は「午前（8時～11時台）」が 38.0%と最も割合が高く、次いで「午後（12時～16時台）」（30.0%）であった。

	選択項目（N=313）	回答数	構成比
1	早朝(夜明け～7時台)	38	12.1%
2	午前(8時～11時台)	119	38.0%
3	午後(12時～16時台)	94	30.0%
4	夕方(17時～18時台)	48	15.3%
5	夜(19時～21時台)	45	14.4%
6	深夜(22時以降)	4	1.3%
7	特に決まっていない	60	19.2%
	無回答	1	0.3%
	計（回答総数）	409	130.7%



《実施場所》

問 73. 問 69 で 1～6 のいずれかを回答された方に伺います。主にどこの施設で運動やスポーツを行いますか。

※山や海、川等は 13 その他にご記入ください。

【複数回答可：いくつでも】

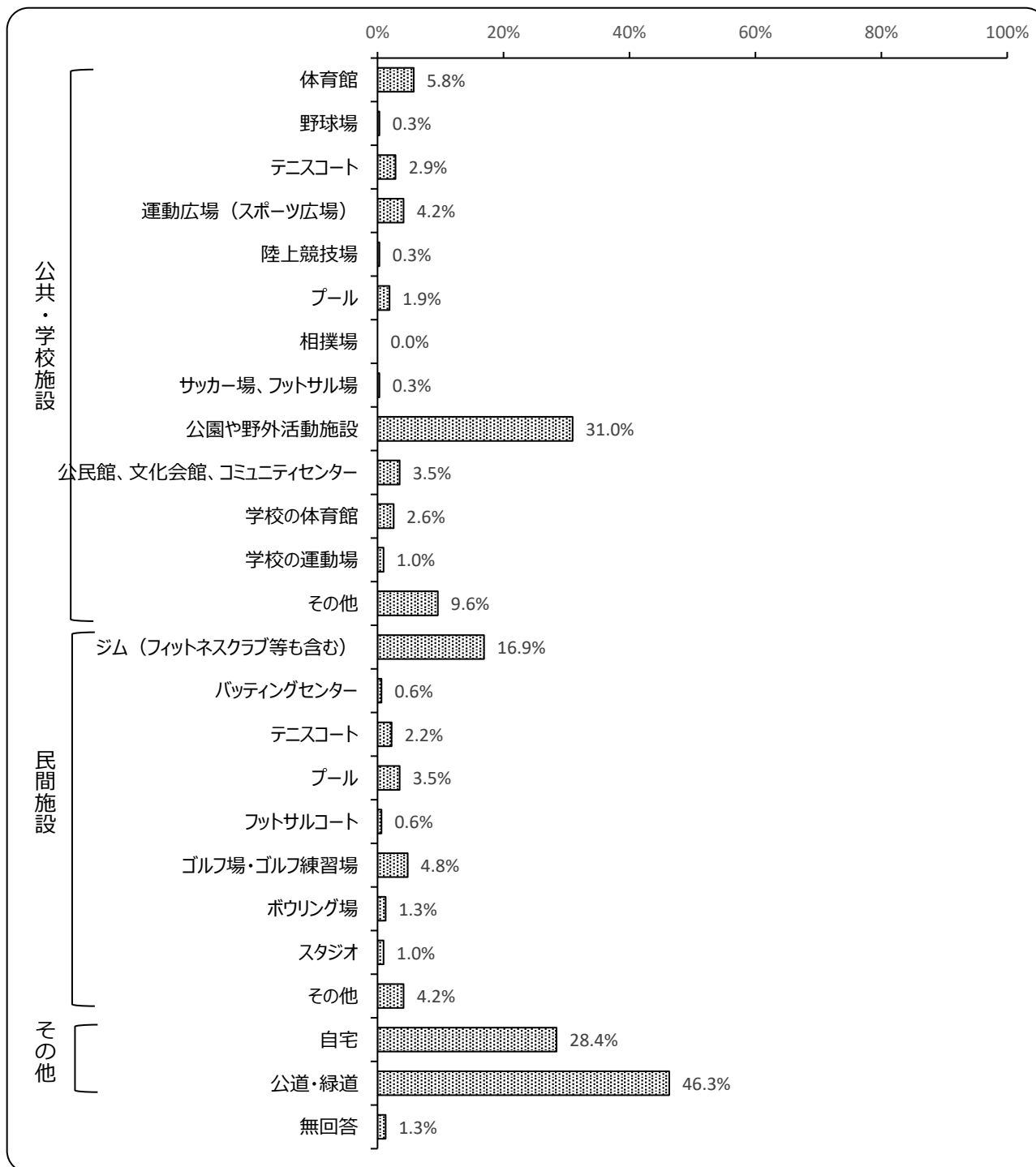
運動やスポーツを実施する場所は「公道・緑道」(46.3%)が最も割合が高く、次いで「公園や野外活動施設」(31.0%)、「自宅」(28.4%)となっており、運動やスポーツを身近な屋外や自宅で実施している傾向にある。次いで「ジム（フィットネスクラブ等も含む）」(16.9%)であった。

	選択項目 (N=313)	回答数	構成比
公共施設・学校施設			
1	体育館	18	5.8%
2	野球場	1	0.3%
3	テニスコート	9	2.9%
4	運動広場 (スポーツ広場)	13	4.2%
5	陸上競技場	1	0.3%
6	プール	6	1.9%
7	相撲場	0	0.0%
8	サッカー場、フットサル場	1	0.3%
9	公園や野外活動施設	97	31.0%
10	公民館、文化会館、コミュニティセンター	11	3.5%
11	学校の体育館	8	2.6%
12	学校の運動場	3	1.0%
13	その他	30	9.6%
民間施設			
14	ジム (フィットネスクラブ等も含む)	53	16.9%
15	バッティングセンター	2	0.6%
16	テニスコート	7	2.2%
17	プール	11	3.5%
18	フットサルコート	2	0.6%
19	ゴルフ場・ゴルフ練習場	15	4.8%
20	ボウリング場	4	1.3%
21	スタジオ	3	1.0%
22	その他	13	4.2%
その他			
23	自宅	89	28.4%
24	公道・緑道	145	46.3%
	無回答	4	1.3%
	計 (回答総数)	546	174.4%

[22 民間施設その他]

【主な回答】

- 通所リハビリテーションやデイサービス
- 商業施設
- ホットヨガスタジオ



《スポーツを始めたきっかけについて》

問 74. 問 69 で 1～6 のいずれかを回答された方に伺います。

過去も含み、運動やスポーツを始めたきっかけは何ですか。

【複数回答可：いくつでも】

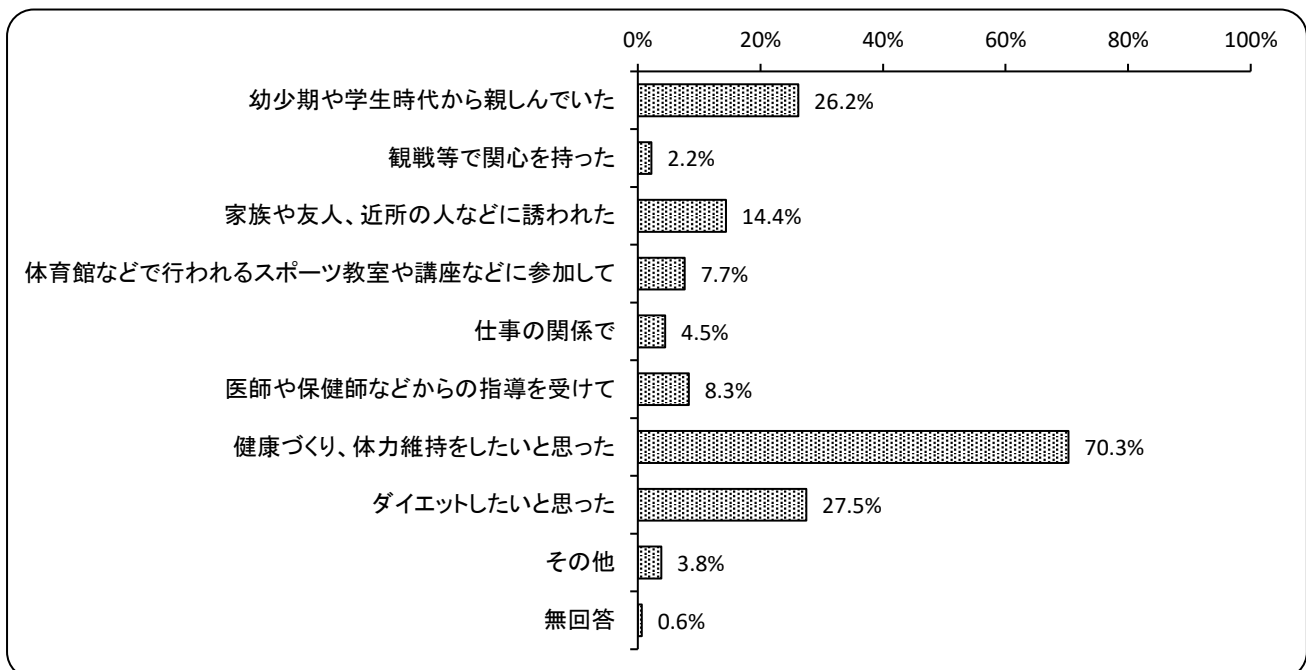
運動やスポーツを始めたきっかけとして、「健康づくり、体力を維持したいと思った」(70.3%)の割合が最も高く、次いで「ダイエットしたいと思ったから」(27.5%)と、健康増進を目的に運動やスポーツを始める傾向が見て取れた。

	選択項目 (N=313)	回答数	構成比
1	幼少期や学生時代から親しんでいた	82	26.2%
2	観戦等で関心を持った	7	2.2%
3	家族や友人、近所の人などに誘われた	45	14.4%
4	体育館などで行われるスポーツ教室や講座などに参加して	24	7.7%
5	仕事の関係で	14	4.5%
6	医師や保健師などからの指導を受けて	26	8.3%
7	健康づくり、体力維持をしたいと思った	220	70.3%
8	ダイエットしたいと思った	86	27.5%
9	その他	12	3.8%
	無回答	2	0.6%
	計 (回答総数)	518	165.5%

[9 その他]

【主な回答】

- ストレス発散、心身ともにリフレッシュするため



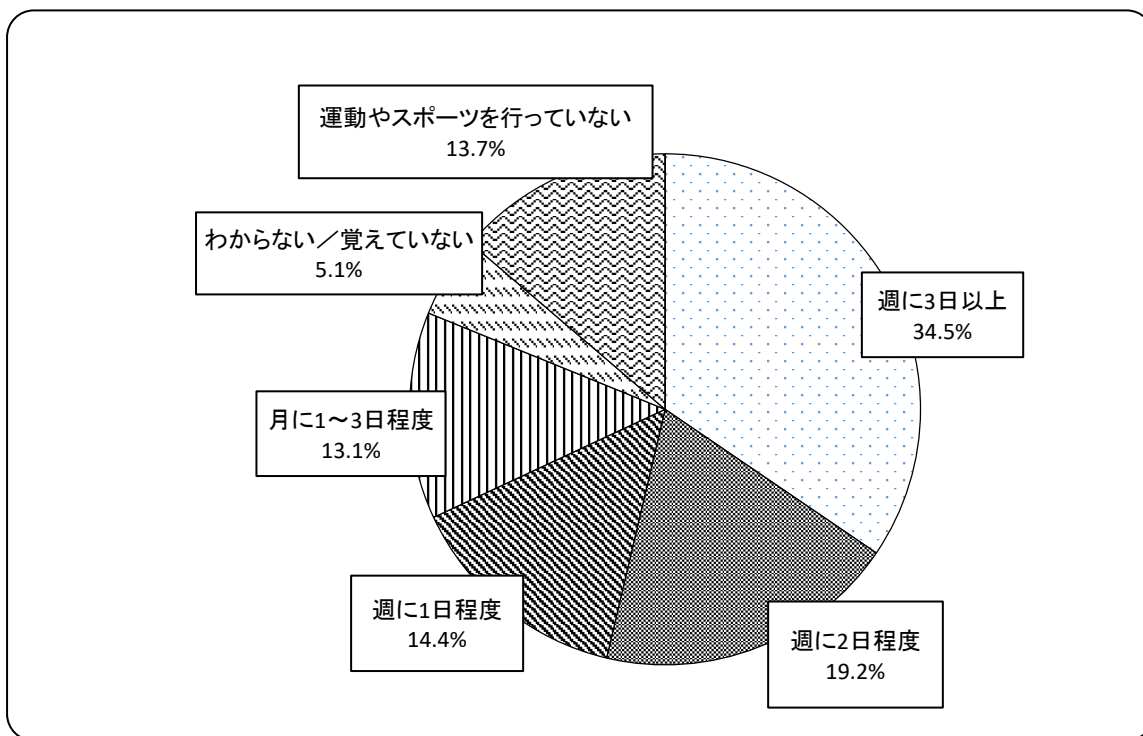
《コロナ禍における運動やスポーツの頻度》

問 75. 問 69 で 1～6 のいずれかを回答された方に伺います。

コロナ禍における新しい生活様式となった現在において、運動やスポーツをどのくらいの頻度で行っていますか。 【選択は1つ】

コロナ禍前に運動やスポーツを実施していた方のうち、コロナ禍において「運動やスポーツを行っていない」方の割合は 13.7%と、コロナ禍における運動機会の減少がみられる。コロナ禍における新しい生活様式に即した運動習慣の定着に取り組む必要がある。

	選択項目 (N=313)	回答数	構成比
1	週に3日以上	108	34.5%
2	週に2日程度	60	19.2%
3	週に1日程度	45	14.4%
4	月に1～3日程度	41	13.1%
5	わからない／覚えていない	16	5.1%
6	運動やスポーツを行っていない	43	13.7%
	計 (回答総数)	313	100.0%



《頻度減少の理由》

問 76. コロナ禍前の直近 1 年間の運動・スポーツを行う頻度（問 69）に比べて現在の運動・スポーツを行う頻度（問 75）が減少した方に伺います。頻度が減少した理由は何ですか。

※頻度が変わらない、もしくは増加した方は、回答せずに次の設問へお進みください。

【複数回答可：いくつでも】

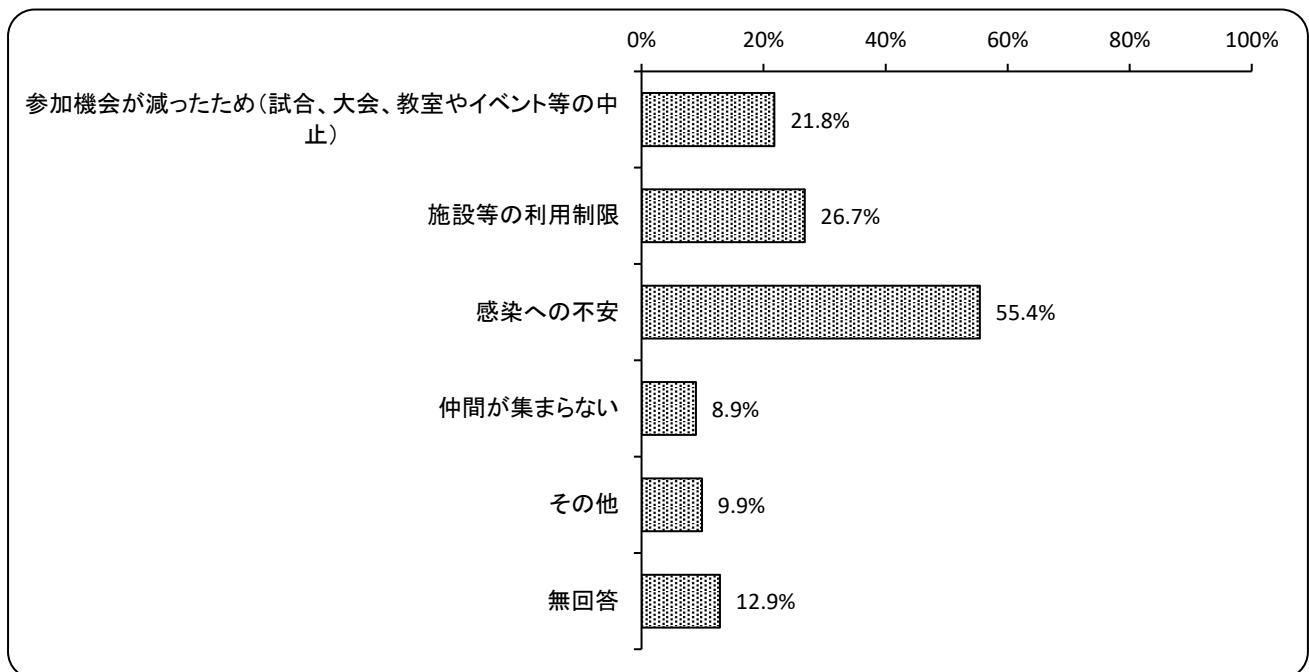
運動やスポーツの実施頻度が減少した理由は、「感染への不安」(55.4%)が最も割合が高く、次いで「施設等の利用制限」(26.7%)、「参加機会が減ったため(試合、大会、教室やイベント等の中止)」(21.8%)と、運動やスポーツを行う場所や機会によるものと考えられる。

	選択項目 (N=101)	回答数	構成比
1	参加機会が減ったため(試合、大会、教室やイベント等の中止)	22	21.8%
2	施設等の利用制限	27	26.7%
3	感染への不安	56	55.4%
4	仲間が集まらない	9	8.9%
5	その他	10	9.9%
	無回答	13	12.9%
	計(回答総数)	137	135.6%

[5 その他]

【主な回答】

- 外出自粛により、外出する機会が減ったため
- 時間がなかなか取れないため



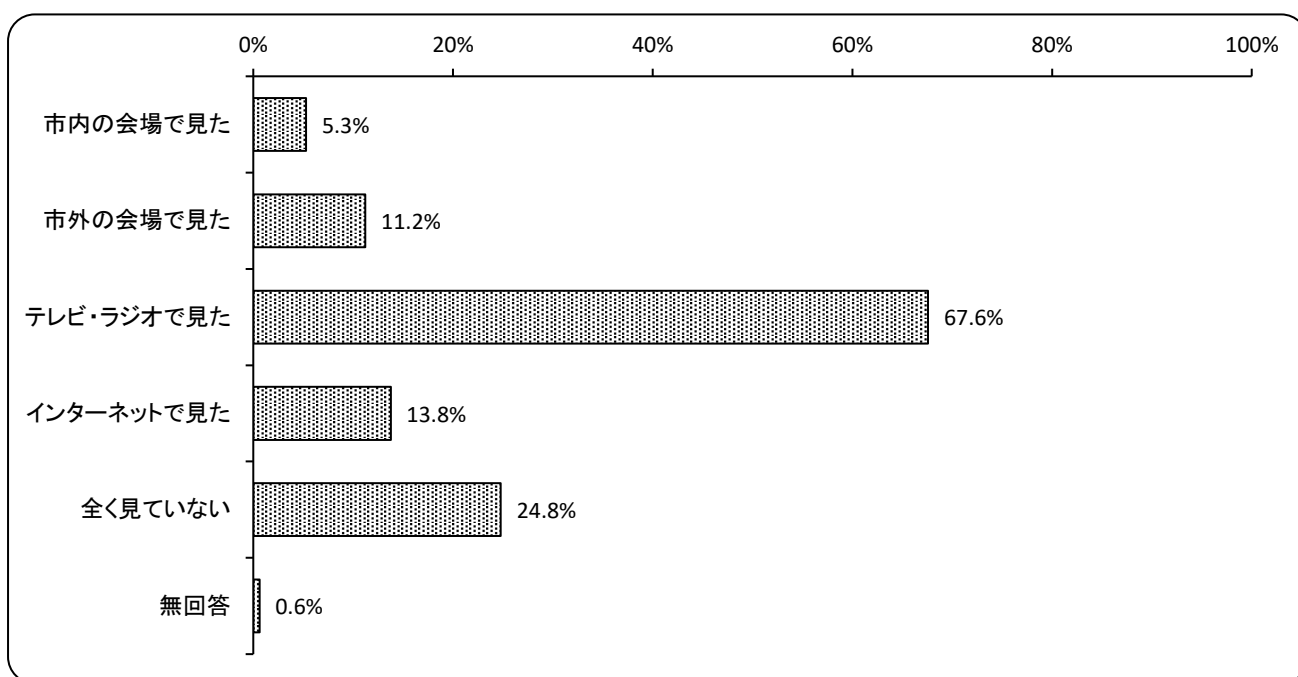
(2) 「みる」スポーツへの関心について

《スポーツ観戦について》

問 77. コロナ禍前の直近1年間（平成31年4月1日～令和2年3月31日）で何らかの形で運動やスポーツを見ましたか（プロ・アマ問わない）。 **【複数選択可：いくつでも】**

会場で直接スポーツを観戦した方（1,2と回答された方）の割合の合計は16.5%であった。「テレビ・ラジオで見た」、「インターネットで見た」方の割合の合計は81.4%と非常に高い結果となった。

	選択項目（N=472）	回答数	構成比
1	市内の会場で見た	25	5.3%
2	市外の会場で見た	53	11.2%
3	テレビ・ラジオで見た	319	67.6%
4	インターネットで見た	65	13.8%
5	全く見ていない	117	24.8%
	無回答	3	0.6%
	計（回答総数）	582	123.3%



《堺ゆかりのトップレベルチーム》

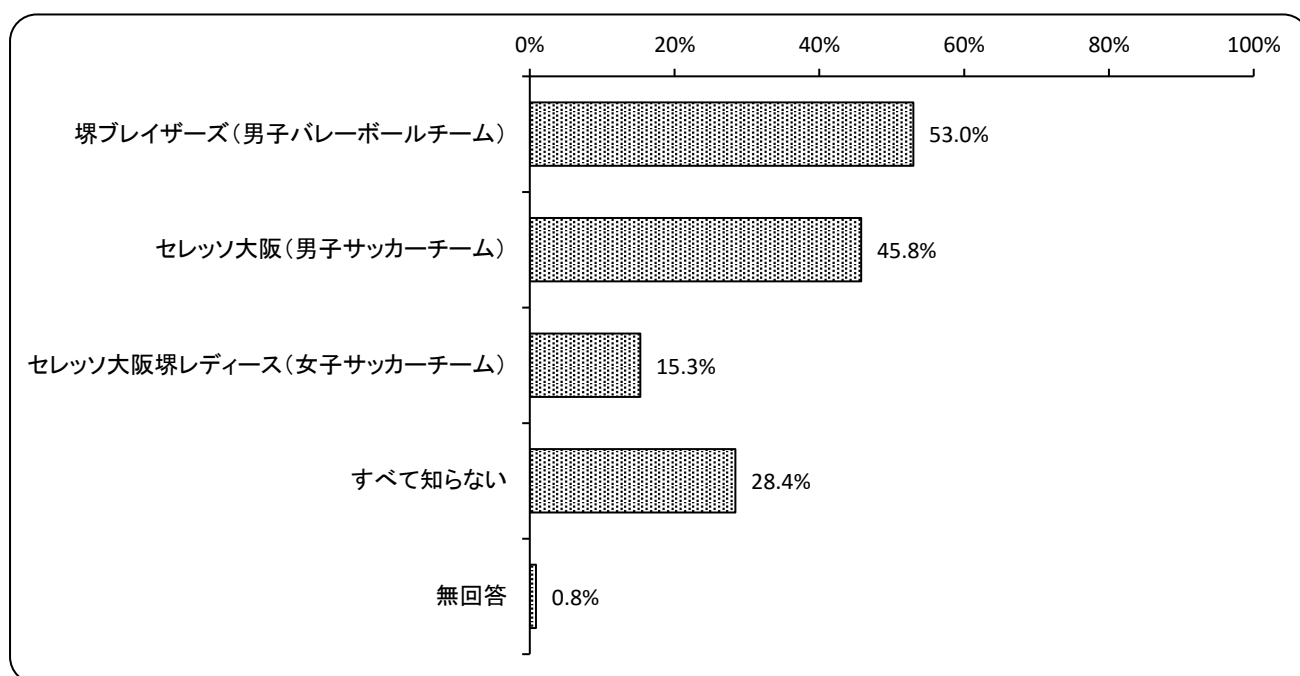
問 78. 堺ブレイザーズ（男子バレーボール）や、セレッソ大阪（男子サッカー）、セレッソ大阪堺レディース（女子サッカー）は、堺市と連携協定等を結び、ホームタウンとして活動していますが、この中で堺市がホームタウンであることを知っているチームをすべてお答えください。

【複数選択可：いくつでも】

「堺ブレイザーズ（男子バレーボールチーム）」（53.0%）、「セレッソ大阪（男子サッカーチーム）」（45.8%）が比較的認知度が高く、「セレッソ大阪堺レディース（女子サッカーチーム）」は 15.3%と最も低かった。

セレッソ大阪堺レディースが J-GREEN 堺でホームゲームを行っていることなど、本市をホームタウンとして活動していることを更に広報していく必要がある。

	選択項目 (N=472)	回答数	構成比
1	堺ブレイザーズ（男子バレーボールチーム）	250	53.0%
2	セレッソ大阪（男子サッカーチーム）	216	45.8%
3	セレッソ大阪堺レディース（女子サッカーチーム）	72	15.3%
4	すべて知らない	134	28.4%
	無回答	4	0.8%
	計（回答総数）	676	143.2%



(3) スポーツに関する情報について

《情報の取得経路》

問 79. 運動やスポーツに関する情報をどこから得ていますか。

【複数選択可：いくつでも】

「広報さかいや行政のチラシ・パンフレット」(50.4%)が最も高い割合であることから、本市で発信する情報については紙媒体での周知も必要であることが見て取れる。

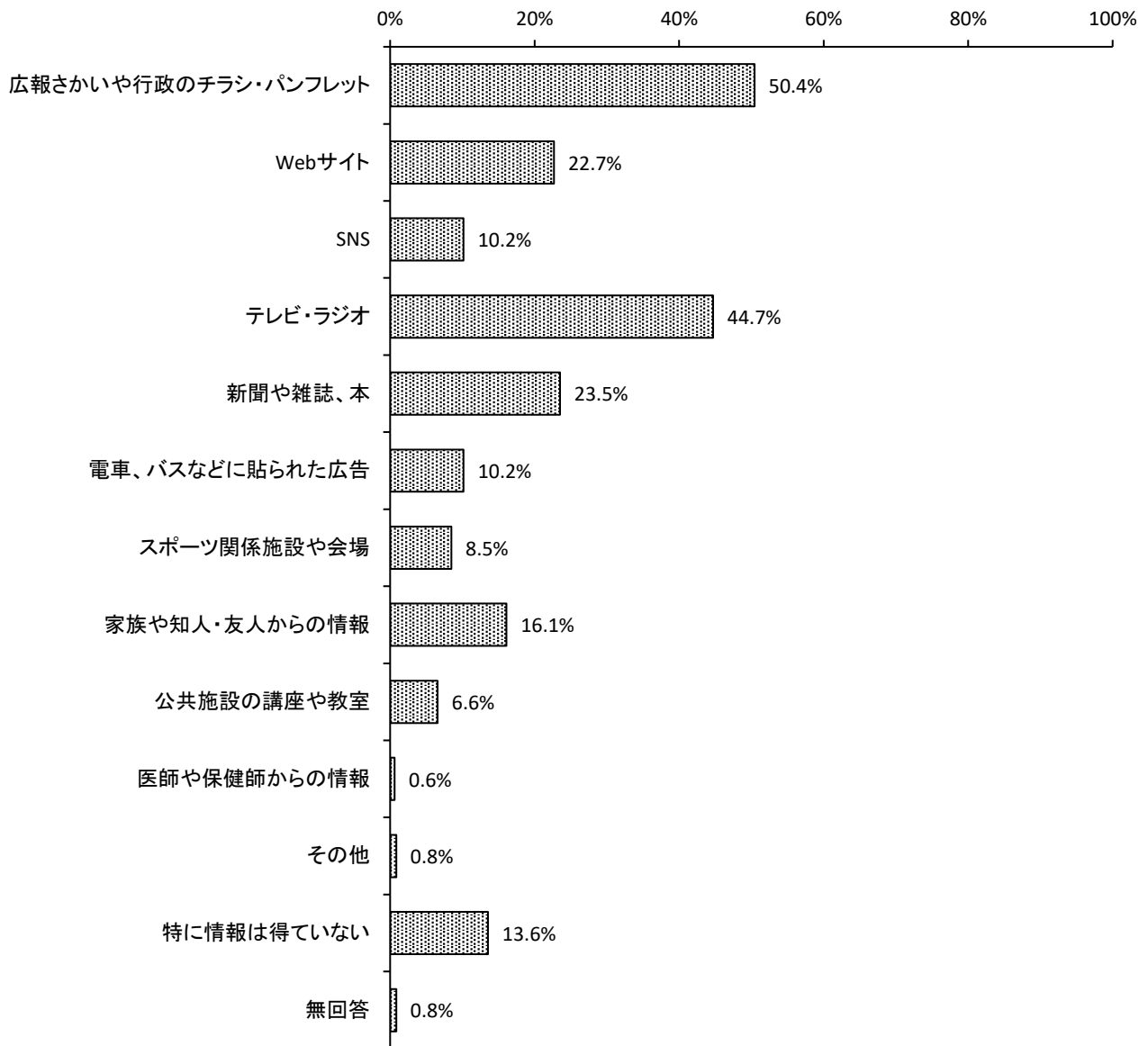
次いで、「テレビ・ラジオ」(44.7%)、「新聞や雑誌、本」(23.5%)、「Web サイト」(22.7%)と続いており、様々な媒体を使っての情報発信について検討していく必要がある。

	選択項目 (N=472)	回答数	構成比
1	広報さかいや行政のチラシ・パンフレット	238	50.4%
2	Web サイト	107	22.7%
3	SNS	48	10.2%
4	テレビ・ラジオ	211	44.7%
5	新聞や雑誌、本	111	23.5%
6	電車、バスなどに貼られた広告	48	10.2%
7	スポーツ関係施設や会場	40	8.5%
8	家族や知人・友人からの情報	76	16.1%
9	公共施設の講座や教室	31	6.6%
10	医師や保健師からの情報	3	0.6%
11	その他	4	0.8%
12	特に情報は得ていない	64	13.6%
	無回答	4	0.8%
	計 (回答総数)	985	208.7%

[11 その他]

【主な回答】

- マンションの掲示板



《希望する情報について》

問 80. 今後、運動やスポーツに関するどのような情報を得たいと思いますか。

【複数選択可：いくつでも】

「無理なく気軽に行える運動・スポーツの方法及び情報」(38.3%)、「運動やスポーツに関する教室やイベントなどの開催情報」(37.3%)、「市内で観戦可能なスポーツ大会の情報」(31.8%)、「市内のスポーツ施設の利用案内」(30.9%)の割合が高いことから、意欲のある方に適切な情報の提供が求められている。

	選択項目 (N=472)	回答数	構成比
1	運動やスポーツに関する教室やイベントなどの開催情報	176	37.3%
2	市内で観戦可能なスポーツ大会の情報	150	31.8%
3	市内のスポーツ施設の利用案内	146	30.9%
4	市内で活動するスポーツ団体等の情報	63	13.3%
5	スポーツボランティア(※)の募集案内	26	5.5%
6	無理なく気軽に行える運動・スポーツの方法及び情報	181	38.3%
7	競技力向上のためのトレーニング方法や指導方法	41	8.7%
8	その他	9	1.9%
9	特に得たい情報はない	133	28.2%
	無回答	4	0.8%
	計(回答総数)	929	196.8%

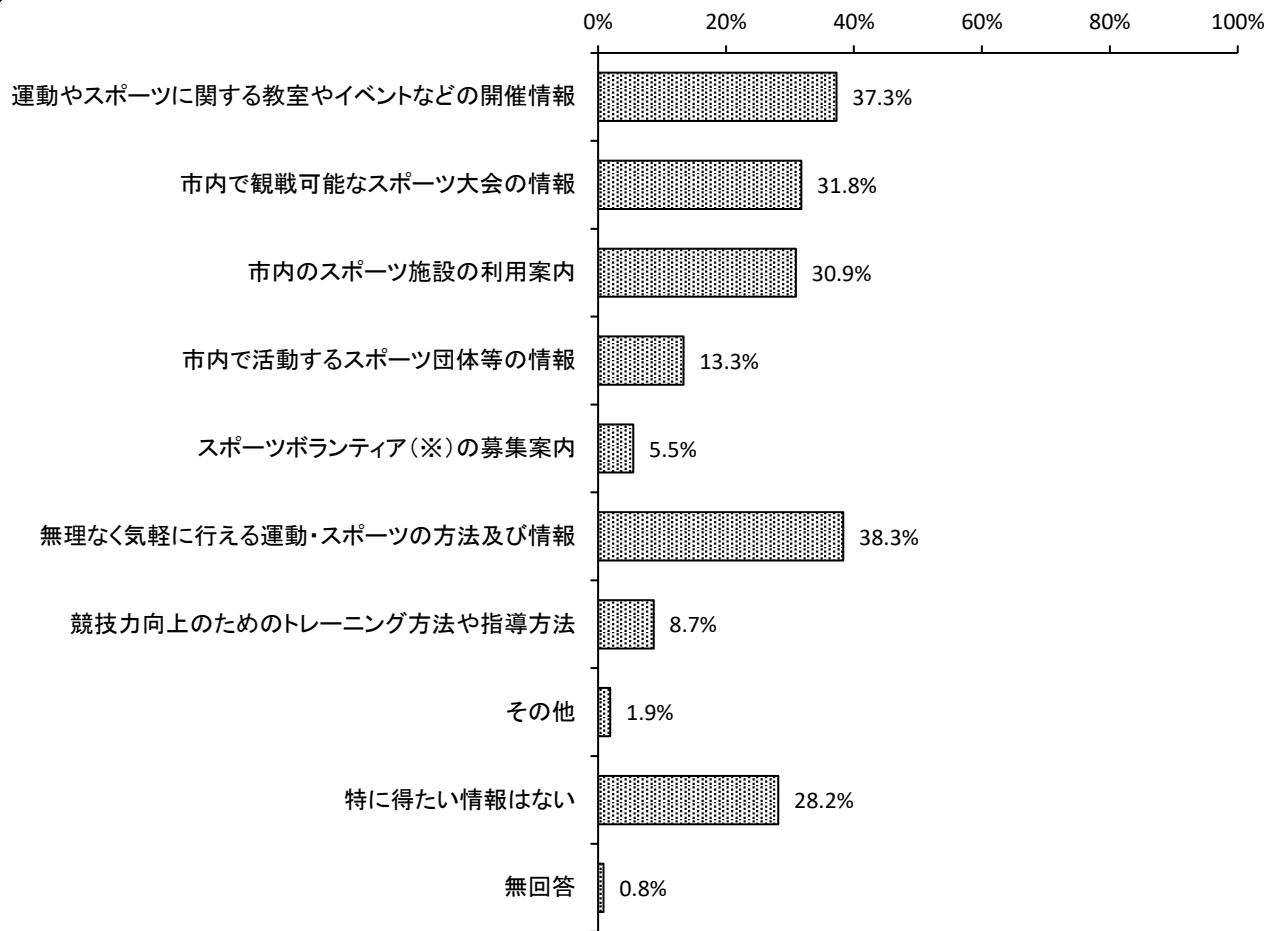
※スポーツボランティア

報酬を目的としないで、自分の持っている技術や時間などを使って、地域社会や個人団体のスポーツ推進のために行う活動ととらえています。主な活動内容としては、スポーツの指導、スポーツの審判、団体やクラブの運営や補助、大会やイベントの運営や補助、スポーツ施設の管理の補助等多岐にわたります。

[8 その他]

【主な回答】

- 身体の一部に支障がある場合でも可能な運動方法について
- くら寿司スタジアム堺で開催されるゲームについて
- テレビ等で見ることのできないマイナースポーツの試合日程などの情報
- オンラインで市長できるコンテンツの情報
- ウォーキングコース、ランニングコース



(4) スポーツボランティアについて

《スポーツボランティア活動について》

問 81. あなたは、スポーツボランティアとして活動したことがありますか。また、してみたいと思いますか。 【選択は1つ】

「スポーツボランティアとして過去5年以内に活動したことがある」(2.3%)、「スポーツボランティアとして活動中」(0.8%)など、スポーツボランティアとして活動したことがある人の割合は比較的低い。

また、「特に活動したいと思わない」と回答された方(59.7%)が過半数を占めており、スポーツを支えることへの関心も低い結果となった。

スポーツボランティアに関心を持ってもらうため、ボランティアスポーツ団体との連携や活動機会の提供を通じて、スポーツボランティア活動の関心向上を図っていく必要がある。

	選択項目 (N=472)	回答数	構成比
1	スポーツボランティアとして活動中	4	0.8%
2	スポーツボランティアとして過去5年以内に活動したことがある	11	2.3%
3	活動したことはないが、機会があればスポーツボランティアとして活動してみたい	58	12.3%
4	関心はあるが、今のところスポーツボランティアとして活動する気はない	113	23.9%
5	特に活動したいと思わない	282	59.7%
	無回答	4	0.8%
	計 (回答総数)	472	100.0%

