

一般用アンケート

前回アンケート結果

問7 問6で、1とお答えの方にお聞きします。過去1年間、どのくらいの頻度で運動・スポーツを行っていますか？

週に3日以上(年151日以上)	1	31%	26%
週に1～2日(年51日～150日程度)	2	36%	36%
月に1～3日(年12日～50日程度)	3	19%	19%
3ヶ月に1～2日(年4日～11日程度)	4	8%	9%
年に1～3日程度	5	3%	6%
覚えていない	6	1%	3%

問9 あなたが運動・スポーツをする主な場所はどこですか？

公共スポーツ施設	1	21%	27%
民間スポーツ施設	2	21%	24%
学校施設	3	4%	8%
企業所有施設	4	3%	4%
公園・広場	5	21%	22%
自宅	6	13%	6%
その他	7	16%	8%

問10 あなたが運動・スポーツに費やす1回あたりの時間はどれくらいですか？

30分未満	1	9%	6%
30分～1時間未満	2	28%	22%
1～2時間未満	3	40%	51%
2～4時間未満	4	18%	17%
その他	5	4%	4%

問11 あなたは運動・スポーツを誰とおこないましたか？(複数選択可)

ひとり	1	53%	36%
家族	2	21%	14%
近所の人	3	4%	3%
職場の同僚	4	7%	3%
友人・知人	5	30%	26%
学校や職場のクラブ等	6	3%	4%
地域のクラブ等	7	18%	12%
その他	8	3%	2%

問15 問14のおこなっていない理由が解消されたら、定期的に何かスポーツをやってみたいと思いますか？

やってみたいと思う	1	32%	前回なし
どちらかというをやってみたい	2	32%	
どちらかというやりたくない	3	18%	
やりたくない	4	10%	
やってみたいが、恥ずかしさがある	5	3%	
その他	6	3%	

問16 運動・スポーツをおこなっていない方が、運動・スポーツを始めるためには何が必要だと思えますか？

簡単に出来る運動・スポーツの情報	1	38%	前回なし
年齢・体調に応じた運動・スポーツの情報	2	43%	
一緒に運動・スポーツを始める仲間	3	23%	
運動・スポーツを始める気持ち	4	39%	
家族や周りの方の、運動・スポーツへの共感	5	9%	
「いまさら」や「はずかしさ」の気持ちの克服	6	11%	
その他	7	6%	

問18 あなたが、過去1年間に運動・スポーツをするためにどのような施設を利用しましたか？
また、民間の施設と回答された方は具体的な種目を()内に記入してください。

市内の公共スポーツ施設	1	14%	22%
市外の公共スポーツ施設	2	4%	5%
市内の民間施設	3	8%	9%
市外の民間施設	4	8%	6%
利用していない	5	65%	46%

問25 問22で2とお答えの方にお聞きします。 加入していない理由は何ですか？ (複数選択可)

団体やクラブを知らない	1	36%	24%
活動する種目の団体、クラブがない	2	8%	5%
規則に縛られるのが嫌い	3	21%	14%
人付き合いや役の受持ちが嫌い	4	23%	11%
会費が高い	5	13%	6%
運動やスポーツをしない	6	22%	19%
その他	7	16%	16%

問35 スポーツを推進するために今後市はどのようなことに力を入れればよいと思いますか？ (複数選択可)

選択した答えの具体的な要望・希望があればご記入ください。

各種スポーツ行事・大会・教室の開催	1	16%	13%
地域のクラブやサークルの育成	2	14%	12%
スポーツ指導者の養成	3	10%	7%
スポーツに関する広報活動	4	23%	13%
学校体育施設の開放	5	15%	11%
野外スポーツ活動施設の整備	6	16%	7%
屋外を除く各種スポーツ施設の整備	7	13%	9%
スポーツを通じた交流の振興	8	8%	5%
スポーツに関する科学研究の促進	9	3%	1%
スポーツボランティアの支援	10	7%	3%
年齢層にあったスポーツの普及	11	41%	28%
健康・体力相談の体制整備	12	17%	11%
特になし	13	21%	10%
その他	14	1%	6%

問42 あなたは普段運動不足を感じますか？

大いに感じる	1	32%	36%
ある程度感じる	2	44%	41%
あまり感じない	3	18%	16%
ほとんど感じない	4	5%	5%

問44 問43で、1と答えた方にお聞きします。 どのような健康法を実施していますか？ (複数選択可)

食事の内容に気を配る	1	57%	43%
食事のとり方に気を配る	2	31%	21%
タバコや酒を控える	3	17%	9%
運動をおこなう	4	50%	32%
マッサージや入浴でリラックスする	5	28%	19%
ストレスをためないようにする	6	34%	22%
十分な睡眠をとる	7	45%	31%
定期的に健康診断を受けている	8	50%	25%
その他	9	9%	6%

問45 職場でのお昼休み等で、運動やスポーツをおこなっていますか？おこなっている場合は、何をおこなっているか教えてください。

はい	1	2%
いいえ	2	82%

前回なし

おこなっていること 例) キャッチボール

ウオーキング	7	30%
体操	7	30%
ストレッチ	2	9%
筋トレ	2	9%
ランニング	2	9%

前回なし

問48 スポーツ(全般)について「大阪体育大学」に教えてもらいたいことはありますか？

クラブ活動での練習方法や指導方法等	1	4%
個人的に行う専門的なトレーニング方法等	2	10%
個人的に楽しめる日常の運動方法等	3	32%
家の中でも行えるトレーニング等	4	45%
ストレッチや体の回復に役立つ方法等	5	49%
健康的なダイエット方法等	6	30%
その他	7	7%

前回なし

問49 新型コロナウイルス感染症による緊急事態宣言時の、あなたのスポーツの活動量はどの程度変わりましたか？

感染予防に配慮しながら、運動・スポーツを行っているのであまり変化がない。	1	16%
個人での運動・スポーツ活動が増えた	2	5%
運動・スポーツ活動は少し減っている	3	12%
運動・スポーツ活動が出来なくなった	4	6%
あまり運動・スポーツ活動をしていなかったので変わらない	5	45%
わからない	6	10%
その他	7	2%

前回なし

問50 新型コロナウイルス感染症の予防等の影響で、新たに始めた運動、スポーツがあれば記入してください。

ウオーキング	1	22%	2%	マスク等対策して
家で簡単なトレーニング、YouTubeをみてストレッチなど	2	9%	5%	対策として
ヨガ	3	8%	1%	対策なし
ゴルフ	4	5%	2%	自宅で
ランニング	5	4%	0%	その他
筋トレ	6	4%		

前回なし

スポーツ推進計画目標値

目指そう値 企画課
スポーツ基本計画(国)

2016年	2022年	2027年目標
32%	45%	65%
	44.7	60%
		70% (2026)