

令和4年度 スポーツ・運動に関する
市民アンケート 分析結果
[速報版]

調査の概要

市民アンケート調査の調査時期は2022年7月、調査用紙の配布は郵送によって行い、回収は返信用封筒を用いての郵送法と、オンラインとの併用で行った。配布部数は3,142部、回収数は1,205部であった。

回答者の属性

回答者の属性については、男性516名・42.8%、女性671名・55.7%であった。年齢で最も多かったのは70歳代で20.2%、次いで50歳代の17.3%であった。

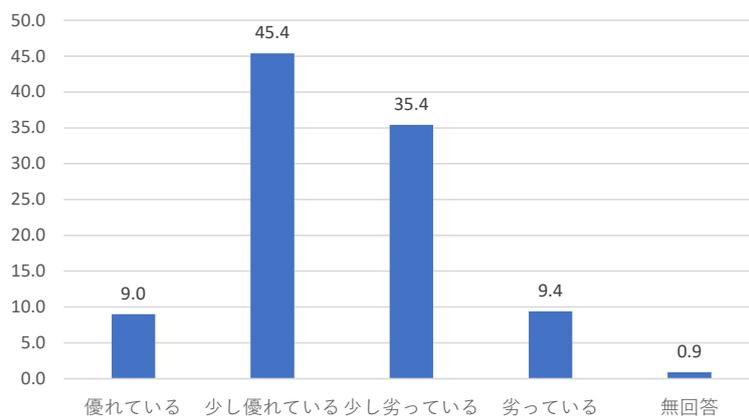
	回答数	%
【性別】		
男性	516	42.8
女性	671	55.7
回答しない	9	0.7
無回答	9	0.7
	1,205	100
【年代】 平均年齢56.22歳		
10代	21	1.7
20代	88	7.3
30代	139	11.5
40代	197	16.3
50代	208	17.3
60代	168	13.9
70代	243	20.2
80代	108	9.0
90代	14	1.2
無回答	19	1.6
	1,205	100

■健康レベルや体力、スポーツ・運動の実施状況について

現在の健康レベルや体力について質問を行ったところ、健康レベルは54.4%が「優れている」「少し優れている」と回答し、体力は49.5%が「優れている」「少し優れている」と回答していることから、比較的健康・体力レベルは良好であると考えているサンプルである。その一方で、運動不足については47.6%が「ある程度感じる」と回答しており、「大いに感じる」をあわせると74.0%が運動不足を感じていることが示された。実際の運動・スポーツ実施頻度を尋ねると、週に一日程度以上実施している人は47.6%で、スポーツ庁による全国平均56.4%をやや下回る結果となった。また、スポーツを「行わなかった」と回答した人が30.1%で、スポーツ庁による全国平均18.0%を大きく上回っている。阻害要因や、種目などを検討し、スポーツを行わない者の比率を下げ、実施率を高めることが課題と言える。

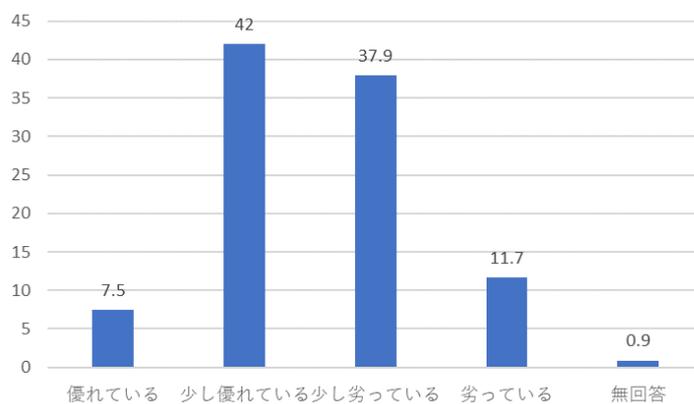
問1 あなたの健康状態を同じ年齢の同性の人と比較した場合、どのように感じますか。(1つに○)

項目	回答数	%
優れている	108	9.0
少し優れている	547	45.4
少し劣っている	426	35.4
劣っている	113	9.4
無回答	11	0.9
	1,205	100



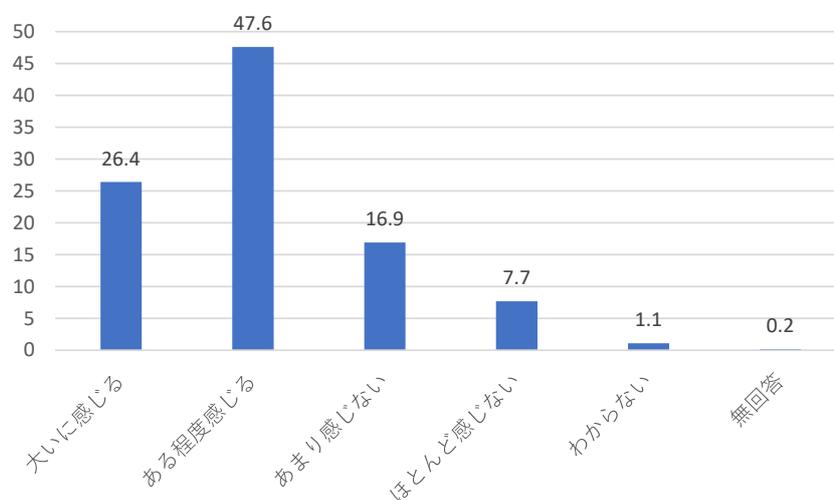
問2 あなたの体力を同じ年齢の同性の人と比較した場合、どのように感じますか。(1つに○)

項目	回答数	%
優れている	90	7.5
少し優れている	506	42.0
少し劣っている	457	37.9
劣っている	141	11.7
無回答	11	0.9
	1,205	100



問3 あなたは普段、運動不足を感じますか（1つに○）

項目	回答数	%
大いに感じる	318	26.4
ある程度感じる	574	47.6
あまり感じない	204	16.9
ほとんど感じない	93	7.7
わからない	13	1.1
無回答	3	0.2
	1,205	100



問4 あなたは、この1年間においてどの程度の頻度でスポーツ・運動を行いましたか。（1つに○）

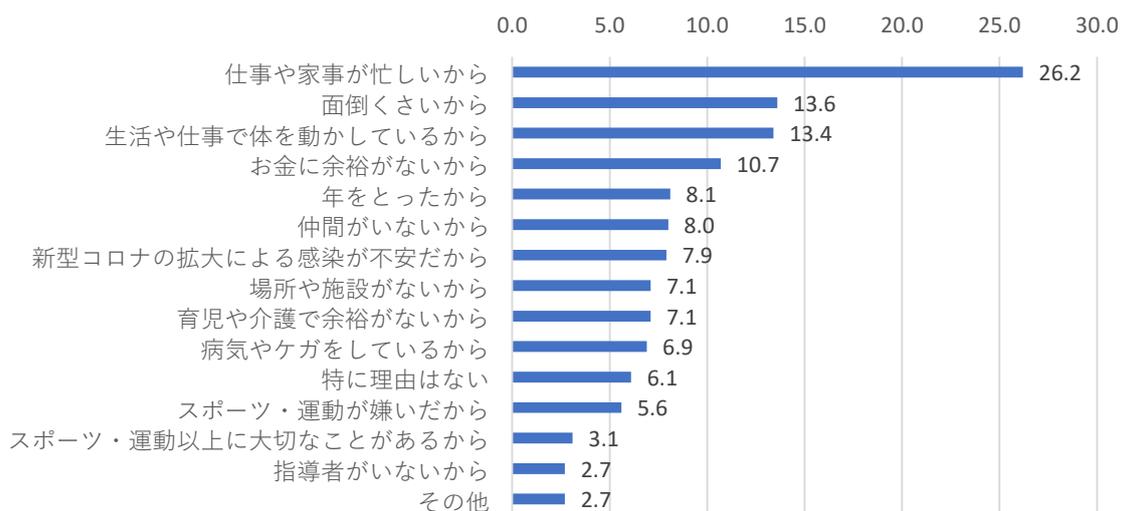
項目	回答数	%
週に4日以上	162	13.4
週に3日程度	114	9.5
週に2日程度	142	11.8
週に1日程度	155	12.9
月に1～3日程度	128	10.6
3か月に1～2日程度	61	5.1
年に1～3日程度	67	5.6
行わなかった	363	30.1
無回答	13	1.1
	1,205	100



問5 問4で「週に1日以上頻度でスポーツ・運動を実施しなかった」を選択した方におたずねします。
 あなたが、週に1日以上頻度でスポーツ・運動を実施しなかった理由は何ですか。
 (あてはまるものすべてに○)

(n = 1,205)

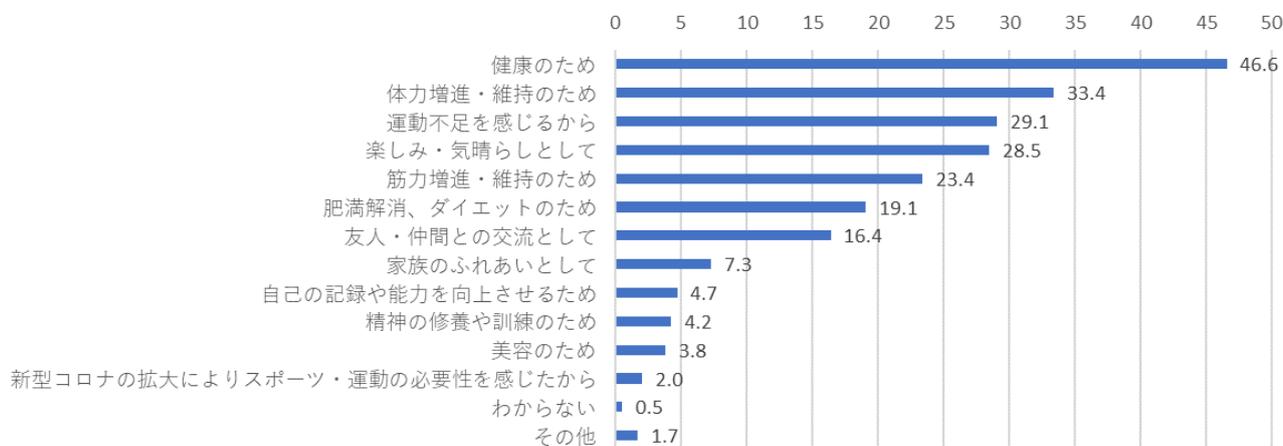
項目	回答数	%
仕事や家事が忙しいから	316	26.2
面倒くさいから	164	13.6
生活や仕事で体を動かしているから	162	13.4
お金に余裕がないから	129	10.7
年をとったから	98	8.1
仲間がいないから	97	8.0
新型コロナの拡大による感染が不安だから	95	7.9
場所や施設がないから	86	7.1
育児や介護で余裕がないから	85	7.1
病気やケガをしているから	83	6.9
特に理由はない	74	6.1
スポーツ・運動が嫌いだから	67	5.6
スポーツ・運動以上に大切なことがあるから	37	3.1
指導者がいないから	32	2.7
その他	33	2.7



問6 問4で「この1年間に1日以上、スポーツ・運動を実施した」を選択した方におたずねします。
 スポーツ・運動を実施したのはどのような目的からですか。(あてはまるものすべてに○)

(n = 1,205)

項目	回答数	%
健康のため	561	46.6
体力増進・維持のため	403	33.4
運動不足を感じるから	351	29.1
楽しみ・気晴らしとして	344	28.5
筋力増進・維持のため	282	23.4
肥満解消、ダイエットのため	230	19.1
友人・仲間との交流として	198	16.4
家族のふれあいとして	88	7.3
自己の記録や能力を向上させるため	57	4.7
精神の修養や訓練のため	51	4.2
美容のため	46	3.8
新型コロナの拡大によりスポーツ・運動の必要性を感じたから	24	2.0
わからない	6	0.5
その他	21	1.7



問7 問4で「この1年間に1日以上、スポーツ・運動を実施した」を選択した方におたずねします。
 あなたが、この1年間に行ったスポーツ・運動は何ですか。(あてはまるもの5つまで○)

(n = 1,205)

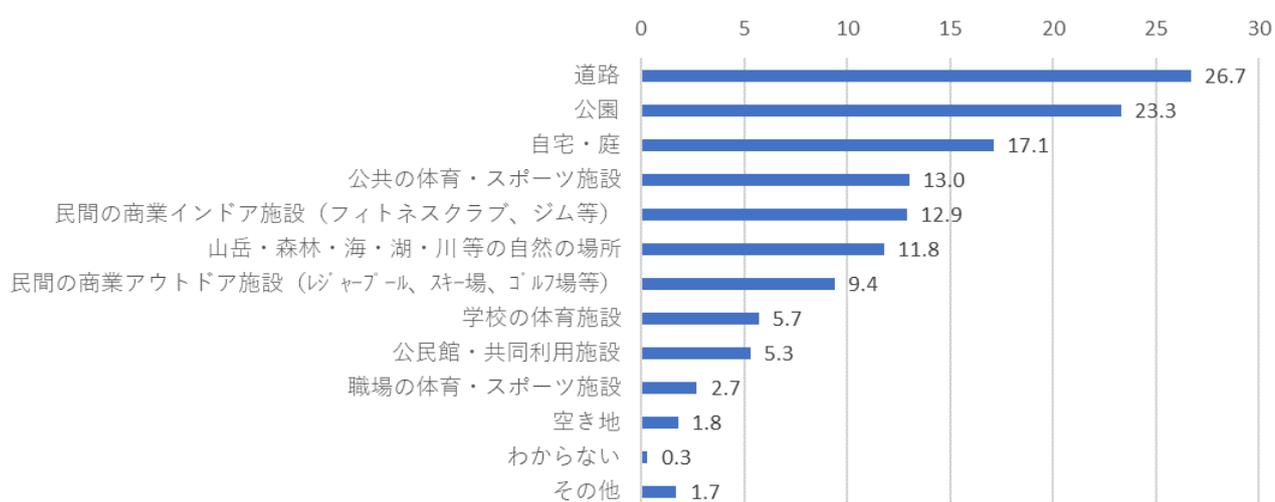
	項目	回答数	%
1	散歩、ウォーキング	553	45.9
2	体操（ラジオ体操等）	213	17.7
3	ジョギング、ランニング	170	14.1
4	サイクリング	108	9.0
5	ゴルフ（コース、練習場）	87	7.2
6	太極拳、ヨガ	70	5.8
7	ハイキング	53	4.4
8	テニス、ソフトテニス	49	4.1
9	卓球（ラージボール卓球）	44	3.7
9	マシントレーニング	44	3.7
11	釣り	38	3.2
12	水泳	37	3.1
12	登山	37	3.1
14	バドミントン	27	2.2
14	なわとび	27	2.2
16	野球	25	2.1
16	キャンプ	25	2.1
16	サッカー、フットサル	25	2.1
19	水中歩行、水中運動	22	1.8
19	ボウリング	22	1.8

注) 上位20位

問8 問4で「この1年間に1日以上、スポーツ・運動を実施した」を選択した方におたずねします。
 あなたは、この1年間においてどこでスポーツ・運動を行いましたか。
 (あてはまるものすべてに○)

(n = 1,205)

項目	回答数	%
道路	322	26.7
公園	281	23.3
自宅・庭	206	17.1
公共の体育・スポーツ施設	157	13.0
民間の商業インドア施設 (フィットネスクラブ、ジム等)	156	12.9
山岳・森林・海・湖・川等の自然の場所	142	11.8
民間の商業アウトドア施設 (レジャーボール、スキー場、ゴルフ場等)	113	9.4
学校の体育施設	69	5.7
公民館・共同利用施設	64	5.3
職場の体育・スポーツ施設	32	2.7
空き地	22	1.8
わからない	4	0.3
その他	21	1.7



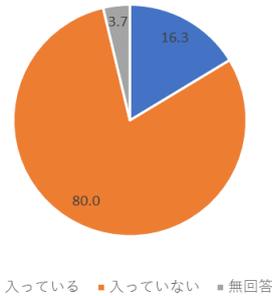
■スポーツクラブについて

兵庫県は、スポーツクラブ21の制度を有しており、総合型地域スポーツクラブの設置率100%である。これは、兵庫県のスポーツ推進を考える上での大きなアドバンテージであると言える。このような環境を考える上での資料としてスポーツクラブに関する質問を行った。その結果、クラブに入っている人は16.3%であり、最も多く入っているのは民間のスポーツクラブやフィットネスクラブで、地域のスポーツクラブやチームに入っているのは、63名・5.2%であった。今後スポーツを行いたいかについての問には、37.4%が「行いたい」と回答しており、「機会があれば行いたい」を合わせると、74.7%がスポーツ・運動を行いたいと考えている。

スポーツクラブ21については、「現在加入している」と回答した人が2.4%であるのに対して、「知らない」と回答した人が59.7%であった。未加入の理由や、どのようなクラブなら加入したいかといった要望を吟味して、地域スポーツクラブをどのように活用してスポーツを推進していくかについての検討が必要である。

問9 あなたは現在、スポーツクラブやチーム、同好会に入っていますか。(1つに○)

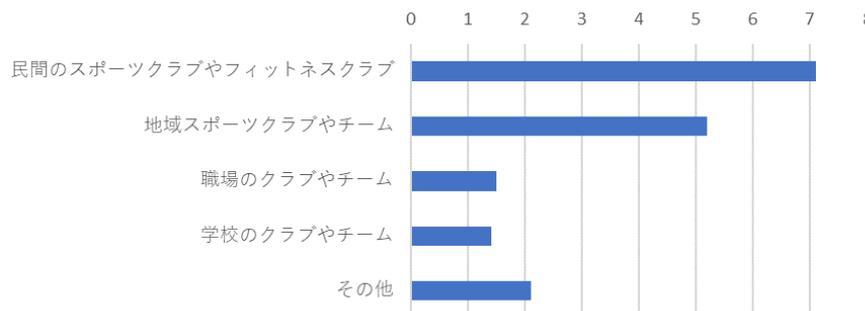
項目	回答数	%
入っている	196	16.3
入っていない	964	80.0
無回答	45	3.7
	1,205	100



問10 問9で「入っている」を選択した方におたずねします。あなたが入っているクラブやチーム、同好会はどのようなものですか。(あてはまるものすべてに○)

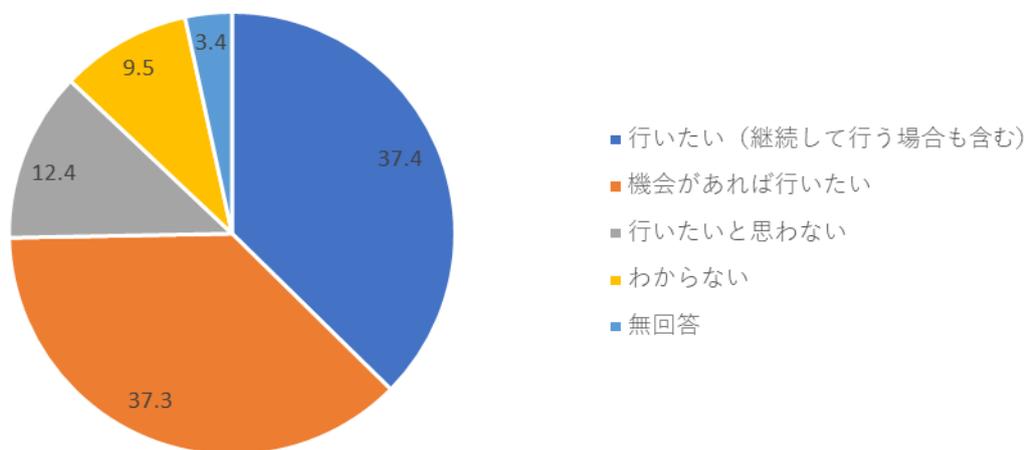
(n = 1,205)

項目	回答数	%
民間のスポーツクラブやフィットネスクラブ	85	7.1
地域スポーツクラブやチーム	63	5.2
職場のクラブやチーム	18	1.5
学校のクラブやチーム	17	1.4
その他	25	2.1



問11 あなたは、今後スポーツ・運動を行いたいと考えていますか。(1つに○)

項目	回答数	%
行いたい（継続して行う場合も含む）	451	37.4
機会があれば行いたい	449	37.3
行いたいと思わない	149	12.4
わからない	115	9.5
無回答	41	3.4
	1,205	100



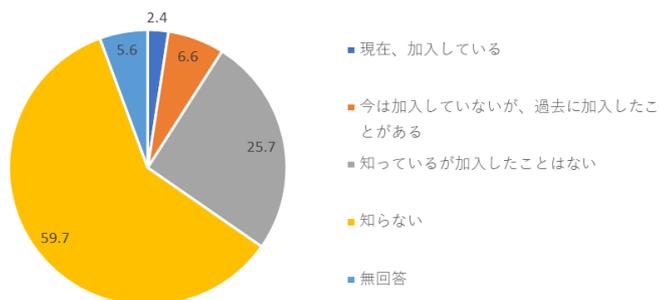
問12 問11で「今後スポーツ・運動を行いたい・機会があれば行いたい」を選択した方におたずねします。あなたが、今後行ってみたいスポーツ・運動は何ですか。(あてはまるもの5つまで○)

	項目	回答数	%
1	散歩、ウォーキング	360	29.9
2	水泳	200	16.6
3	体操（ラジオ体操等）	156	12.9
4	太極拳、ヨガ	138	11.5
5	テニス、ソフトテニス	119	9.9
6	ゴルフ（コース、練習場）	102	8.5
7	登山	89	7.4
8	サイクリング	87	7.2
9	ジョギング、ランニング	86	7.1
10	ハイキング	85	7.1
11	卓球（ラージボール卓球）	75	6.2
11	キャンプ	75	6.2
13	バドミントン	74	6.1
14	水中歩行、水中運動	69	5.7
14	マシントレーニング	69	5.7
16	ボウリング	63	5.2
17	スキー、スノーボード	51	4.2
18	ダンス（ジャズダンス、社交ダンス）	47	3.9
18	釣り	47	3.9
20	野球	45	3.7
20	エアロビクス	45	3.7

注) 上位20位

問13 各小学校区に設立されているスポーツクラブ21についておたずねします。次の選択肢のうち、あてはまるもの1つに○をつけてください。

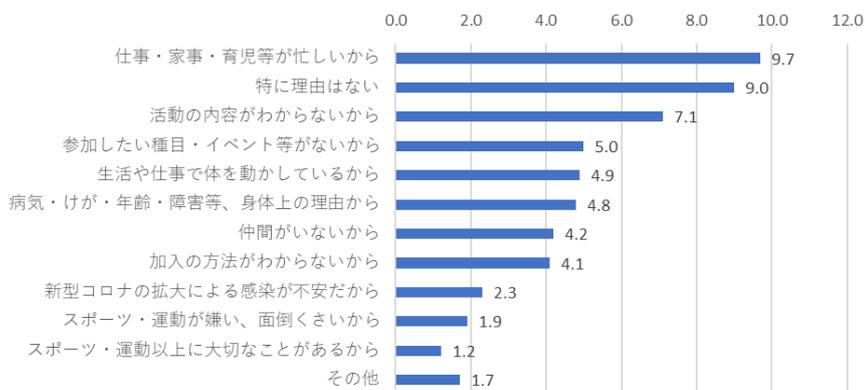
項目	回答数	%
現在、加入している	29	2.4
今は加入していないが、過去に加入したことがある	80	6.6
知っているが加入したことはない	310	25.7
知らない	719	59.7
無回答	67	5.6
	1,205	100



問14 問13で「スポーツクラブ21を知っているが、現在またはこれまでに加入していない」を選択した方におたずねします。あなたが現在、またはこれまでにスポーツクラブ21に加入していない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

(n = 1,205)

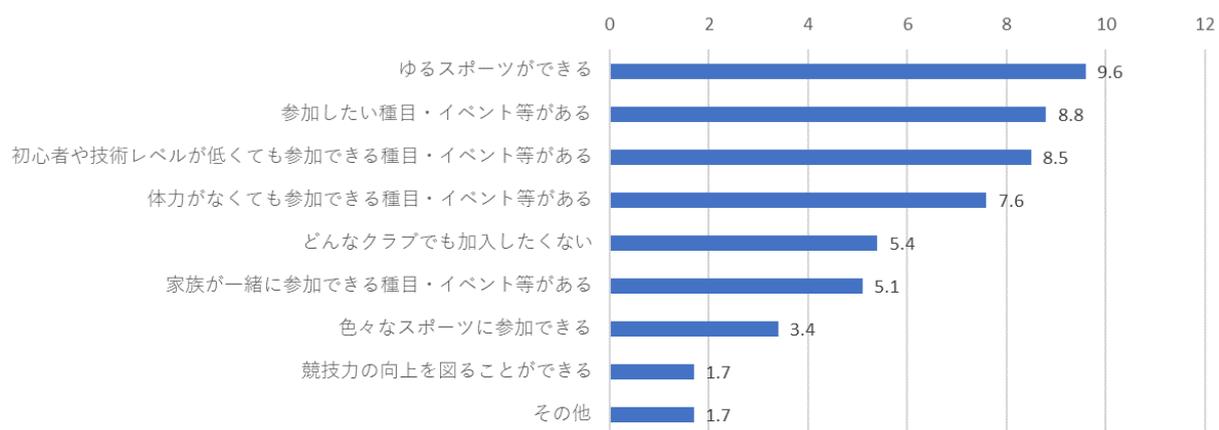
項目	回答数	%
仕事・家事・育児等が忙しいから	117	9.7
特に理由はない	108	9.0
活動の内容がわからないから	86	7.1
参加したい種目・イベント等がないから	60	5.0
生活や仕事で体を動かしているから	59	4.9
病気・けが・年齢・障害等、身体上の理由から	58	4.8
仲間がいないから	51	4.2
加入の方法がわからないから	50	4.1
新型コロナの拡大による感染が不安だから	28	2.3
スポーツ・運動が嫌い、面倒くさいから	23	1.9
スポーツ・運動以上に大切なことがあるから	14	1.2
その他	21	1.7



問15 問13で「スポーツクラブ21を知っているが、現在またはこれまでに加入していない」を選択した方におたずねします。あなたは、スポーツクラブ21においてどのような活動が行われていれば加入したいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

(n = 1,205)

項目	回答数	%
ゆるスポーツができる	116	9.6
参加したい種目・イベント等がある	106	8.8
初心者や技術レベルが低くても参加できる種目・イベント等がある	102	8.5
体力がなくても参加できる種目・イベント等がある	91	7.6
どんなクラブでも加入したくない	65	5.4
家族と一緒に参加できる種目・イベント等がある	61	5.1
色々なスポーツに参加できる	41	3.4
競技力の向上を図ることができる	21	1.7
その他	21	1.7

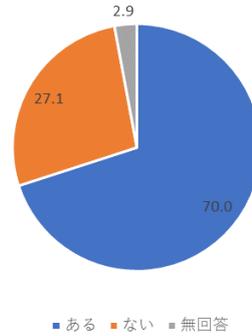


■スポーツ観戦について

スポーツ観戦については、70%の人が観戦経験ありと回答しており、その中でもテレビ中継が65.0%で最も多い結果となった。

問16 あなたは、この1年間にスポーツの試合や大会（プロスポーツを含む）を観戦・観覧したことがありますか。（会場のほか、TV、インターネット、ラジオ等によるものを含む）（1つに○）

項目	回答数	%
ある	843	70.0
ない	327	27.1
無回答	35	2.9
	1,205	100

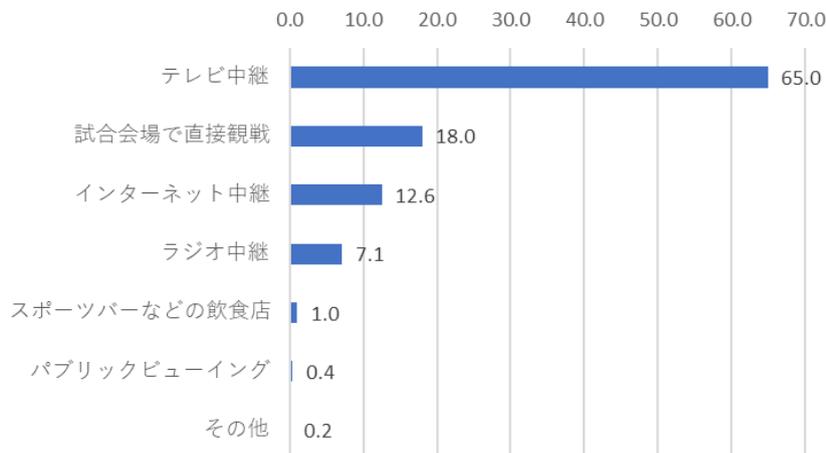


問17 問16で「この1年間にスポーツの試合や大会（プロスポーツを含む）を観戦・観覧したことがある」を選択した方におたずねします。

あなたがスポーツを観戦した方法は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

(n = 1,205)

項目	回答数	%
テレビ中継	783	65.0
試合会場で直接観戦	217	18.0
インターネット中継	152	12.6
ラジオ中継	86	7.1
スポーツバーなどの飲食店	12	1.0
パブリックビューイング	5	0.4
その他	2	0.2

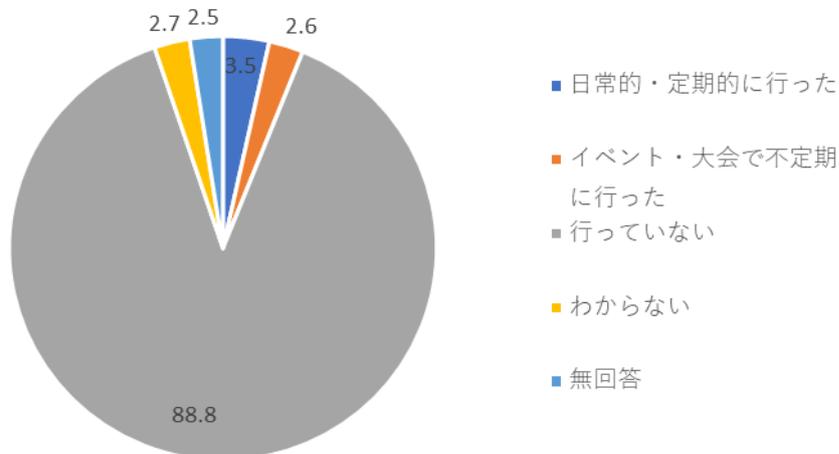


■運動・スポーツの支援状況（ささえるスポーツ）について

次に、スポーツの支援状況について質問を行った結果、88.8%はスポーツのボランティア活動などを行っていないことが示された。行っている人の中では、「指導や組織の運営」、「子どもさんが所属するクラブでの補助的な活動」が多く見られた。今後については、「出会いや交流の場」22.9%、「好きなスポーツの普及・支援」22.5%など、きっかけがあれば参加する可能性があるという回答していることから、今後スポーツボランティアの推進についても検討が必要である。

問18 あなたはこの1年間に、スポーツの指導やスポーツ大会の運営、スポーツクラブの手伝いなど、スポーツ・運動に関するボランティア活動を行いましたか。（1つに○）

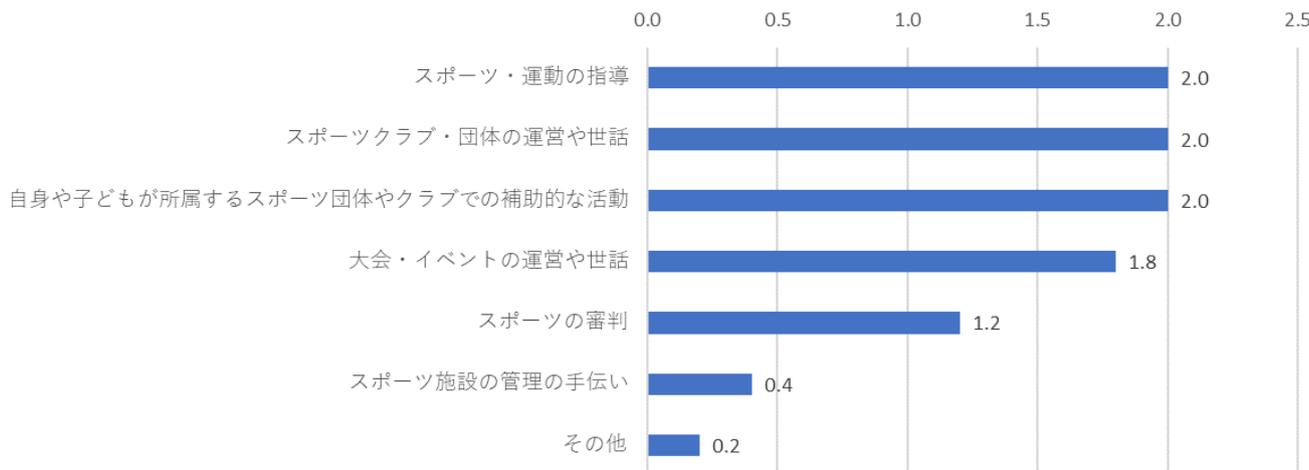
項目	回答数	%
日常的・定期的に行った	42	3.5
イベント・大会で不定期に行った	31	2.6
行っていない	1,070	88.8
わからない	32	2.7
無回答	30	2.5
	1,205	100



問19 問18で「この1年間にボランティアを行ったことがある」を選択した方におたずねします。あなたが活動されたスポーツ・運動に関するボランティア活動は、具体的にどのような内容ですか。
(あてはまるものすべてに○)

(n = 1,205)

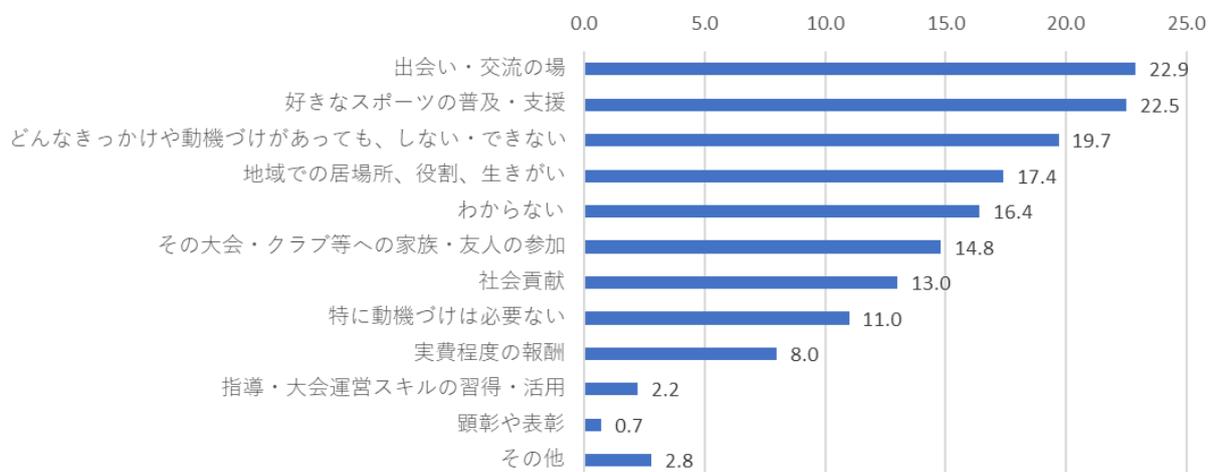
項目	回答数	%
スポーツ・運動の指導	24	2.0
スポーツクラブ・団体の運営や世話	24	2.0
自身や子どもが所属するスポーツ団体やクラブでの補助的な活動	24	2.0
大会・イベントの運営や世話	22	1.8
スポーツの審判	14	1.2
スポーツ施設の管理の手伝い	5	0.4
その他	3	0.2



問20 あなたは、どのようなきっかけや動機づけ（モチベーション）があれば、スポーツ・運動に関するボランティア活動を行いたいと思いますか。（あてはまるものすべてに○）

(n = 1,205)

項目	回答数	%
出会い・交流の場	276	22.9
好きなスポーツの普及・支援	271	22.5
どんなきっかけや動機づけがあっても、しない・できない	237	19.7
地域での居場所、役割、生きがい	210	17.4
わからない	198	16.4
その大会・クラブ等への家族・友人の参加	178	14.8
社会貢献	157	13.0
特に動機づけは必要ない	133	11.0
実費程度の報酬	97	8.0
指導・大会運営スキルの習得・活用	27	2.2
顕彰や表彰	9	0.7
その他	34	2.8



■スポーツに関する全般について

問2 1 あなたは、以下の伊丹市内のスポーツ・運動関連の施設について知っていますか。
(あてはまるものすべてに○)

(n = 1,205)

項目	回答数	%
伊丹スポーツセンター	1080	89.6
緑ヶ丘プール	874	72.5
緑ヶ丘体育館・緑ヶ丘武道館	725	60.2
ローラースケート場	707	58.7
スワンホール（体育館・トレーニングルーム）	524	43.5
瑞ヶ池・昆陽池各トリムランニングコース	498	41.3
県立西猪名公園	483	40.1
ラストホール（フィットネスルーム）	459	38.1
伊丹緑地（ウォーキングコース）	355	29.5
市立野球場	302	25.1
稲野公園運動施設	290	24.1
たんたん小道（ウォーキングコース）	283	23.5
猪名川テニスコート	230	19.1
アイ愛センター（プール・フィットネスルーム・屋外訓練場）	200	16.6
猪名川第1～4運動広場	186	15.4
相撲場	113	9.4
堀池運動広場	99	8.2
古池運動広場	63	5.2
知っているものはない	58	4.8
荒牧運動広場	47	3.9
神津第1・2運動広場	47	3.9

問2 2 あなたは、以下の伊丹市内のスポーツ・運動関連の施設について利用したことがありますか。
 (あてはまるものすべてに○)

(n = 1,205)

項目	回答数	%
伊丹スポーツセンター	637	52.9
緑ヶ丘プール	473	39.3
瑞ヶ池・昆陽池各トリムランニングコース	310	25.7
県立西猪名公園	257	21.3
緑ヶ丘体育館・緑ヶ丘武道館	239	19.8
利用したものはなし	238	19.8
伊丹緑地（ウォーキングコース）	213	17.7
たんたん小道（ウォーキングコース）	207	17.2
ローラースケート場	196	16.3
スワンホール（体育館・トレーニングルーム）	153	12.7
稲野公園運動施設	132	11.0
ラストホール（フィットネスルーム）	122	10.1
市立野球場	74	6.1
猪名川第1～4運動広場	65	5.4
アイ愛センター（プール・フィットネスルーム・屋外訓練場）	42	3.5
猪名川テニスコート	39	3.2
古池運動広場	28	2.3
堀池運動広場	27	2.2
相撲場	15	1.2
神津第1・2運動広場	13	1.1
荒牧運動広場	6	0.5

問23 あなたは、伊丹市立のスポーツ・運動関連の施設について希望することがありますか。
(あてはまるものすべてに○)

(n = 1,205)

項目	回答数	%
スポーツ施設の充実	336	27.9
自然と触れ合うことのできる施設設備	329	27.3
希望することはない	288	23.9
自転車専用レーン・サイクリングロードの整備	189	15.7
空き地の開放	156	12.9
公共スポーツ施設の増改築	145	12.0
芝生（天然・人工）のグラウンド等の整備	139	11.5
温水シャワーの整備	132	11.0
交流スペース（飲食可）の整備	128	10.6
スポーツ活動と文化活動の両方が行える施設の充実	121	10.0
企業スポーツ施設の開放	115	9.5
託児施設の整備	69	5.7
その他	68	5.6

問24 あなたは、この1年間に伊丹市や各種スポーツ団体、スポーツクラブ21などが開催するスポーツイベントに参加したことがありますか。(あてはまるものすべてに○)

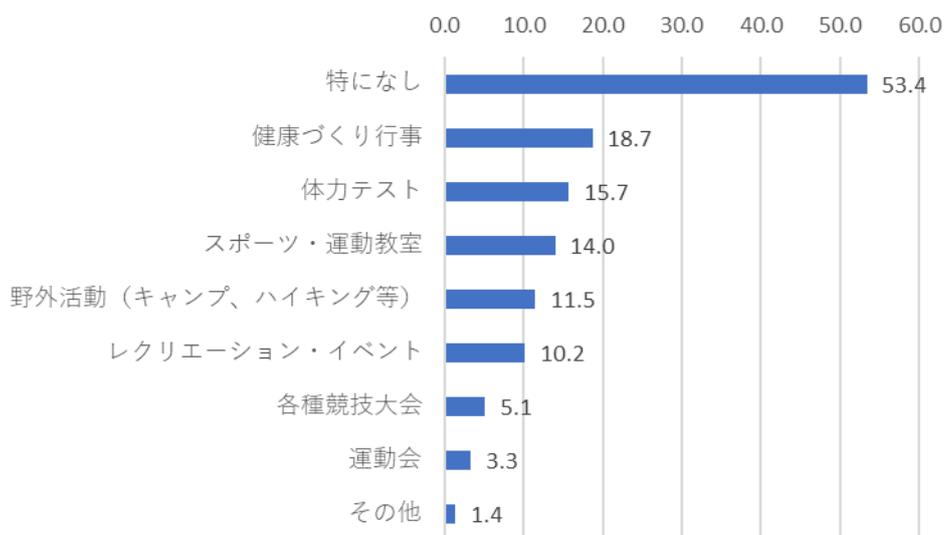
(n = 1,205)

項目	回答数	%
特になし	1042	86.5
各種競技大会	31	2.6
スポーツ・運動教室	30	2.5
健康づくり行事	27	2.2
体力テスト	26	2.2
レクリエーション・イベント	22	1.8
運動会	15	1.2
野外活動（キャンプ、ハイキング等）	8	0.7
その他	4	0.3

問25 あなたは今後、伊丹市や各種スポーツ団体、スポーツクラブ21などが開催するスポーツイベントに参加したいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

(n = 1,205)

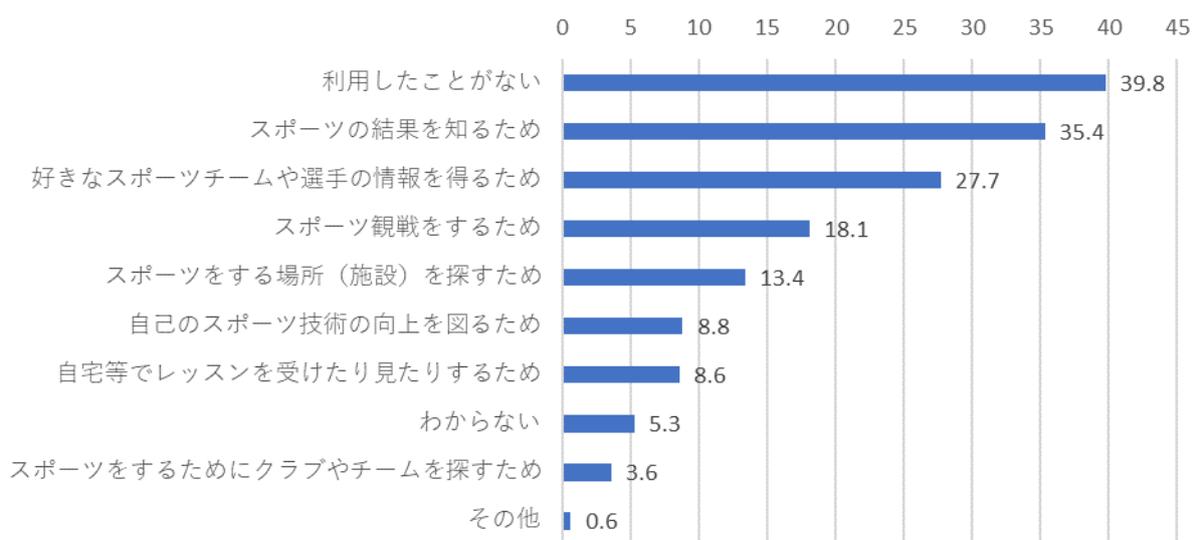
項目	回答数	%
特になし	643	53.4
健康づくり行事	225	18.7
体力テスト	189	15.7
スポーツ・運動教室	169	14.0
野外活動（キャンプ、ハイキング等）	138	11.5
レクリエーション・イベント	123	10.2
各種競技大会	62	5.1
運動会	40	3.3
その他	17	1.4



問2 6 あなたは、スポーツ・運動に関連する情報を得るためにインターネット・SNS を利用したことがありますか。(あてはまるものすべてに○)

(n = 1,205)

項目	回答数	%
利用したことがない	479	39.8
スポーツの結果を知るため	427	35.4
好きなスポーツチームや選手の情報を得るため	334	27.7
スポーツ観戦をするため	218	18.1
スポーツをする場所（施設）を探すため	161	13.4
自己のスポーツ技術の向上を図るため	106	8.8
自宅等でレッスンを受けたり見たりするため	104	8.6
わからない	64	5.3
スポーツをするためにクラブやチームを探すため	43	3.6
その他	7	0.6



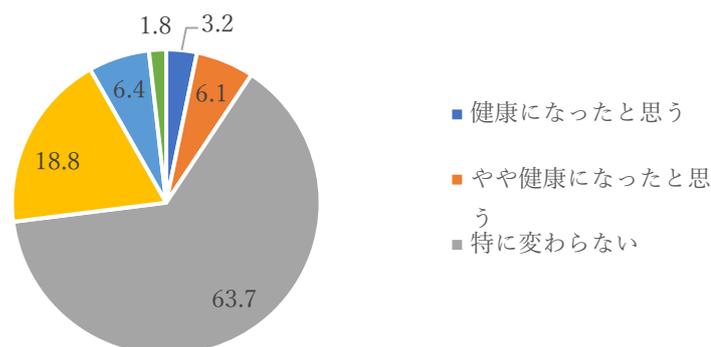
■新型コロナウイルス感染拡大との関連について

新型コロナウイルス感染拡大との関連について質問を行ったところ、健康状態については、「特に変わらない」と回答した人が63.7%で最も多かった。一方で、健康意識については「特に変わらない」が45.6%で最も多い者の、「やや高まった」との回答も36.7%あり、健康意識の高まりも確認できた。また、ストレスについては「特に変わらない」が39.1%で最も多いものの、「ストレスがやや増えた」の回答も36.3%見られており、コロナ禍でのストレスが一定程度見られている現状が示された。コロナ禍でのスポーツについては、「特に変化がなかった」が59.8%で最も多いものの、定期的に行うスポーツ・運動については、「やめたまたは中断している」(12.6%)が「新たに始めた」(3.7%)を上回っている。さらに、自宅や自宅の周辺でスポーツ・運動を行うことについては「増えた」(12.9%)が「減った」(10.7%)をわずかに上回っており、定期的な運動にはネガティブな影響をもたらし、自宅の周辺での運動実施が増えているという結果となった。

問27 あなたは、新型コロナウイルス感染症拡大の前後で、以下の①、②、③それぞれの内容についてどの程度変化がありましたか。

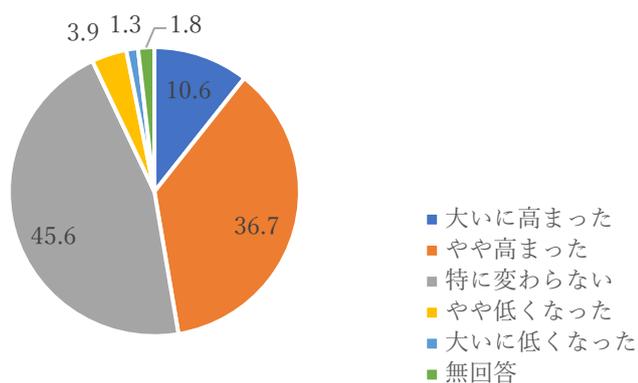
①健康状態について（1つに○）

項目	回答数	%
健康になったと思う	39	3.2
やや健康になったと思う	73	6.1
特に変わらない	767	63.7
やや不健康になったと思う	227	18.8
不健康になったと思う	77	6.4
無回答	22	1.8
	1,205	100



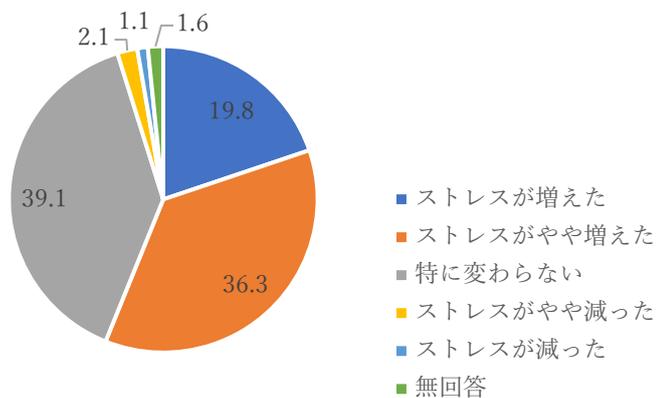
②健康意識について（1つに○）

項目	回答数	%
大いに高まった	128	10.6
やや高まった	442	36.7
特に変わらない	550	45.6
やや低くなった	47	3.9
大いに低くなった	16	1.3
無回答	22	1.8
	1,205	100



③生活で感じるストレスについて（1つに○）

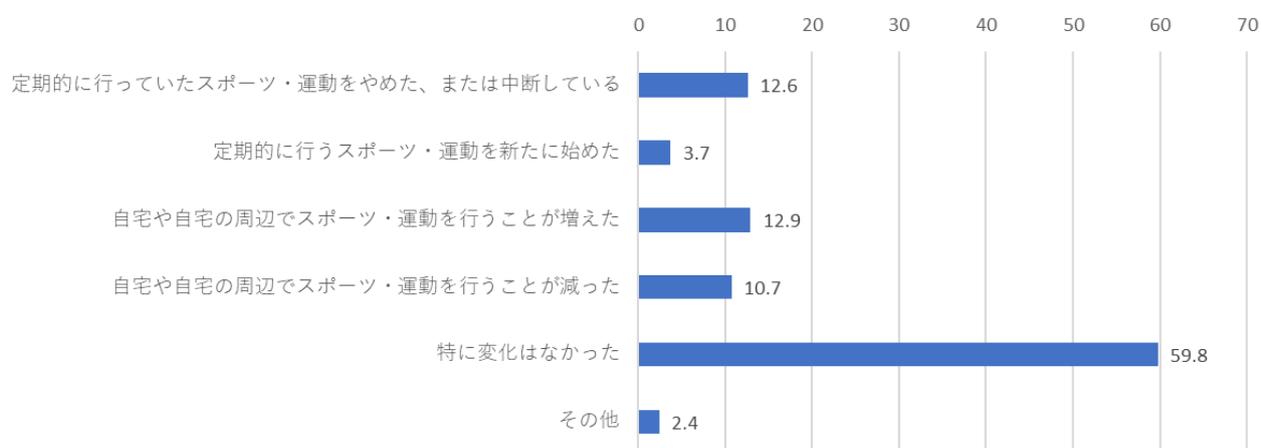
項目	回答数	%
ストレスが増えた	239	19.8
ストレスがやや増えた	438	36.3
特に変わらない	471	39.1
ストレスがやや減った	25	2.1
ストレスが減った	13	1.1
無回答	19	1.6
	1,205	100



問28 あなたのスポーツ・運動実施状況について、新型コロナウイルス感染拡大の影響により変化はありましたか。(あてはまるものすべてに○)

(n = 1,205)

項目	回答数	%
定期的に行っていたスポーツ・運動をやめた、または中断している	152	12.6
定期的に行うスポーツ・運動を新たに始めた	44	3.7
自宅や自宅の周辺でスポーツ・運動を行うことが増えた	155	12.9
自宅や自宅の周辺でスポーツ・運動を行うことが減った	129	10.7
特に変化はなかった	721	59.8
その他	29	2.4



■クロス集計表

次に、性別などの属性を中心にクロス集計を行った。健康状態や体力について概ね男女で同様の傾向を示している。阻害要因について、性別の比較では、女性の方が全体的に阻害要因と感じている比率が高い傾向が示された。年代別阻害要因の比較では、最も値が高いところが強調されているが、「生活や仕事で身体を動かしている」「お金の余裕がない」「スポーツ・運動以外に大切なことがある」「指導者がいない」と言った項目で70歳代、80歳代の比率が高いが、そのほかは40歳代、50歳代の比率が高い結果となった。クラブ加入については、性別ではあまり差が見られなかったが、年代では50歳代以上で年代が上がる毎にクラブ加入率が高くなる傾向が示された。

性別×問1（健康状態）

	優れている		少し優れている		少し劣っている		劣っている		無回答	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%
男性	55	10.7	228	44.2	178	34.5	54	10.5	1	0.2
女性	51	7.6	311	46.3	244	36.4	56	8.3	9	1.3

性別×問2（体力）

	優れている		少し優れている		少し劣っている		劣っている		無回答	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%
男性	50	9.7	227	44.0	187	36.2	51	9.9	1	0.2
女性	38	5.7	272	40.5	267	39.8	85	12.7	9	1.3

性別×問3（運動不足）

	大に感じる		ある程度感じる		あまり感じない		ほとんど感じない		わからない		無回答	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%
男性	120	23.3	244	47.3	95	18.4	51	9.9	6	1.2	0	0.0
女性	195	29.1	319	47.5	107	15.9	42	6.3	6	0.9	2	0.3

性別×問4（スポーツ実施頻度）

	週に4日以上		週に3日程度		週に2日程度		週に1日程度		月に1～年に1日		行わなかった		無回答	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%
男性	76	14.7	55	10.7	60	11.6	65	12.6	123	23.8	134	26.0	3	0.6
女性	83	12.4	58	8.6	79	11.8	86	12.8	131	19.5	226	33.7	8	1.2

年齢×問4（スポーツ実施頻度）

年齢×問4（スポーツ実施頻度）

	週に4日以上		週に3日程度		週に2日程度		週に1日程度		月に1～年に1日		行わなかった		無回答	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%
20代以下	20	18.3	10	9.2	10	9.2	11	10.1	38	34.9	20	18.3	0	0.0
30代	4	2.9	12	8.6	11	7.9	20	14.4	44	31.7	48	34.5	0	0.0
40代	15	7.6	12	6.1	21	10.7	25	12.7	62	31.5	62	31.5	0	0.0
50代	20	9.6	18	8.7	26	12.5	29	13.9	52	25.0	62	29.8	1	0.5
60代	26	15.5	30	17.9	21	12.5	16	9.5	23	13.7	52	31.0	0	0.0
70代以上	74	20.3	31	8.5	50	13.7	49	13.4	36	9.9	116	31.8	9	2.5

性別×問5（阻害要因）

項目	男性	%	女性	%
仕事や家事が忙しいから	126	40.1	188	59.9
面倒くさいから	64	39.5	98	60.5
生活や仕事で体を動かしているから	65	40.9	94	59.1
お金の余裕がないから	46	36.2	81	63.8
年をとったから	49	51.0	47	49.0
仲間がいないから	47	49.0	49	51.0
新型コロナの拡大による感染が不安だから	27	29.0	66	71.0
場所や施設がないから	45	53.6	39	46.4
育児や介護で余裕がないから	26	31.0	58	69.0
病気やケガをしているから	35	42.2	48	57.8
特に理由はない	36	49.3	37	50.7
スポーツ・運動が嫌いだから	20	29.9	47	70.1
スポーツ・運動以上に大切なことがあるから	18	48.6	19	51.4
指導者がいないから	15	46.9	17	53.1

項目	男性	%	女性	%
仕事や家事が忙しいから	126	20.4	188	21.2
面倒くさいから	64	10.3	98	11.0
生活や仕事で体を動かしているから	65	10.5	94	10.6
お金の余裕がないから	46	7.4	81	9.1
年をとったから	49	7.9	47	5.3
仲間がいないから	47	7.6	49	5.5
新型コロナの拡大による感染が不安だから	27	4.4	66	7.4
場所や施設がないから	45	7.3	39	4.4
育児や介護で余裕がないから	26	4.2	58	6.5
病気やケガをしているから	35	5.7	48	5.4
特に理由はない	36	5.8	37	4.2
スポーツ・運動が嫌いだから	20	3.2	47	5.3
スポーツ・運動以上に大切なことがあるから	18	2.9	19	2.1
指導者がいないから	15	2.4	17	1.9
	619	100	888	100

年代×問5（阻害要因）

項目	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代
1 仕事や家事が忙しいから	0.0%	10.8%	21.3%	28.3%	21.3%	9.8%	6.7%	1.9%
2 面倒くさいから	0.0%	10.7%	40.5%	31.0%	10.7%	2.4%	2.4%	2.4%
3 生活や仕事で体を動かしているから	0.0%	1.2%	1.2%	8.4%	12.0%	20.5%	31.3%	25.3%
4 お金の余裕がないから	0.0%	2.1%	2.1%	12.6%	10.5%	11.6%	29.5%	31.6%
5 年をとったから	0.0%	12.9%	7.1%	24.7%	25.9%	10.6%	11.8%	7.1%
6 仲間がいないから	0.0%	12.6%	18.9%	24.2%	13.7%	9.5%	15.8%	5.3%
7 新型コロナの拡大による感染が不安だから	0.0%	6.3%	0.0%	28.1%	31.3%	6.3%	15.6%	12.5%
8 場所や施設がないから	0.8%	9.4%	15.0%	32.3%	18.1%	15.0%	7.1%	2.4%
9 育児や介護で余裕がないから	4.5%	10.4%	20.9%	28.4%	13.4%	6.0%	11.9%	4.5%
10 病気やケガをしているから	1.9%	10.5%	18.5%	26.5%	21.0%	11.1%	8.0%	2.5%
11 特に理由はない	2.7%	16.2%	10.8%	13.5%	32.4%	8.1%	16.2%	0.0%
12 スポーツ・運動が嫌いだから	0.6%	6.8%	8.1%	16.8%	26.1%	18.0%	18.0%	5.6%
13 スポーツ・運動以上に大切なことがあるから	0.0%	4.3%	12.0%	20.7%	21.7%	14.1%	21.7%	5.4%
14 指導者がいないから	0.0%	5.5%	5.5%	15.1%	19.2%	15.1%	21.9%	17.8%

性別×問9（クラブ加入）

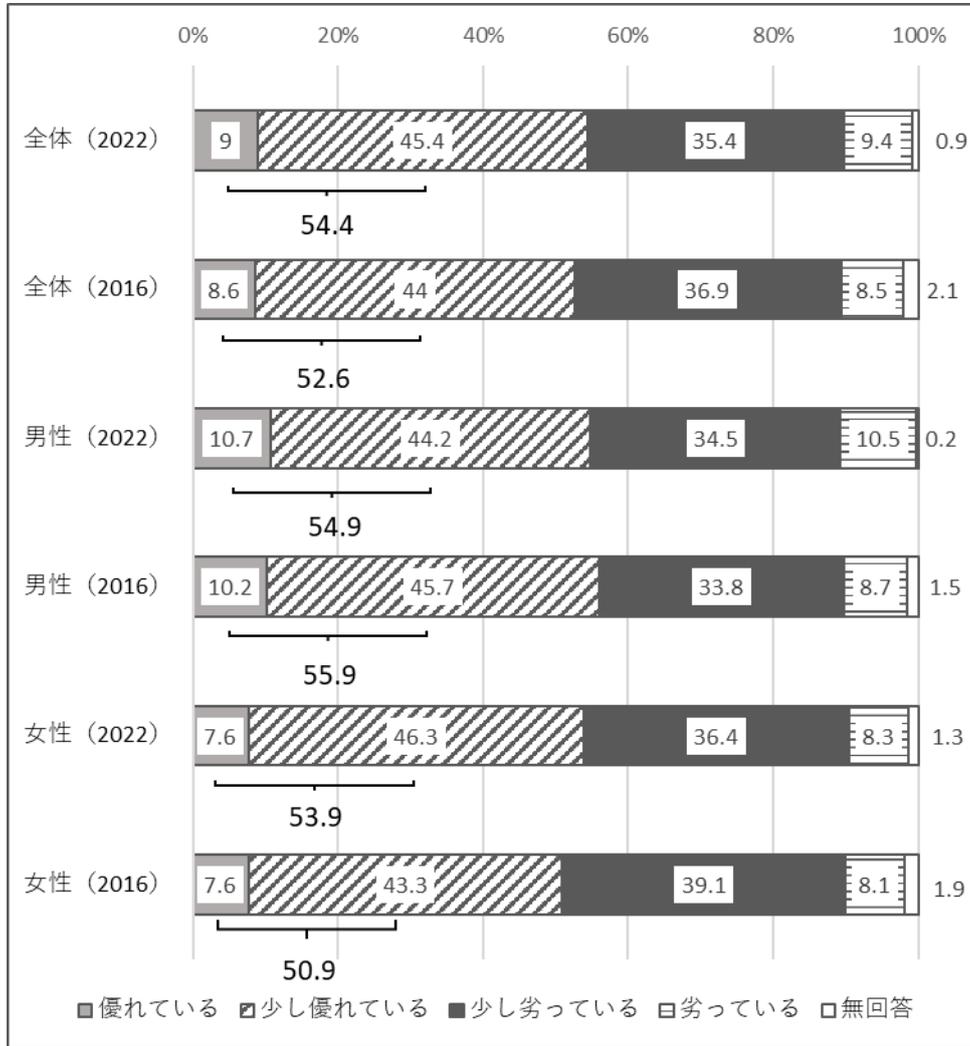
	入っている		入っていない		無回答	
	回答数	%	回答数	%	回答数	%
男性	84	16.3	411	79.7	21	4.1
女性	110	16.4	540	80.5	21	3.1

年代×問9（クラブ加入）

	入っている		入っていない	
	人数	%	人数	%
10代	8	38.1	13	61.9
20代	13	14.8	75	85.2
30代	13	9.4	125	90.6
40代	15	7.7	179	92.3
50代	30	14.8	173	85.2
60代	28	17.4	133	82.6
70代	62	27.7	162	72.3
80代以上	25	20.9	92	79.1

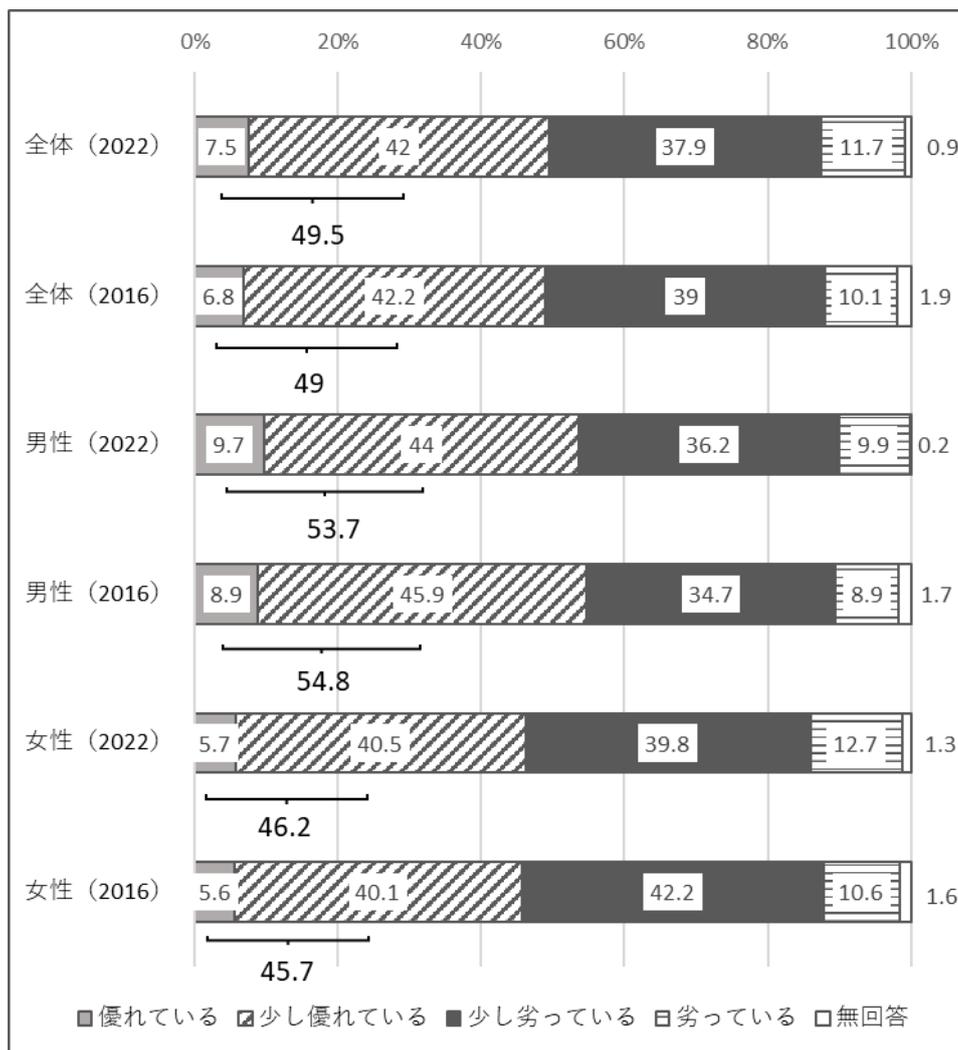
■ 2016年との比較

問1 あなたの健康状態を同じ年齢の同性の人と比較した場合、どのように感じますか。



全体の「優れている」「少し優れている」について、2022年の54.4%を2016年の52.6%と比較すると、1.8ポイント高くなっており、同じ年齢の同性より健康状態が優れていると感じている人が増えている結果となった。しかし、男性に焦点を合わせると、「優れている」「少し優れている」と回答した人が2022年は54.9%で、2016年の55.9%より1ポイント低い結果となった。

問2 あなたの体力を同じ年齢の同性の人と比較した場合、どのように感じますか。



全体の「優れている」「少し優れている」について、2022年の49.5%を2016年の49%と比較すると、0.5ポイント高くなっており、同じ年齢の同性より体力が優れていると感じている人がわずかに増えている結果となった。しかし、男性に焦点を合わせると、「優れている」「少し優れている」と回答した人が2022年は53.7%で、2016年の54.8%より1.1ポイント低い結果となった。

問4 あなたは、この1年間においてどの程度の頻度でスポーツ・運動を行いましたか。

	2022年 (%)	2016年 (%)	差
週に4日以上	13.4	13.1	0.3
週に3日程度	9.5	10.6	△1.1
週に2日程度	11.8	12.3	△0.5
週に1日程度	12.9	13.1	△0.2
月に1～3日程度	10.6	11.8	△1.2
3か月に1～2日程度	5.1	6.3	△1.2
年に1～3日程度	5.6	6.2	△0.6
行わなかった	30.1	24.1	6.0
無回答	1.1	2.4	△1.3

	2022年 (%)	2016年 (%)	差
週に1日以上	47.6	49.1	△1.5

週に1日程度以上実施している人は、2022年は47.6%で、2016年の49.1%と比較すると1.5ポイント低い結果となった。しかし、週に4日以上スポーツ・運動を行った人について見ると、2022年は13.4%で、2016年の13.1%と比較すると、わずかではあるが向上している結果となった。

また、1年間全くスポーツ・運動を行わなかった人について見ると、2022年は30.1%で、2016年の24.1%と比較すると6ポイント増えており、この比較においても、実施率が低下していることが示された。

問4 あなたは、この1年間においてどの程度の頻度でスポーツ・運動を行いましたか。
⇒実施率を性別、年代で比較

上段：2022年値 (%)
下段：2016年比

	週 に 4 日 以 上	週 に 3 日 程 度	週 に 2 日 程 度	週 に 1 日 程 度	月 に 1 日 〜 年 に 1 日	行 わ な か っ た	無 回 答
男性	14.7	10.7	11.6	12.6	23.8	26.0	0.6
	△ 0.6	△ 0.4	△ 0.6	△ 2.3	△ 1.2	6.0	△ 1.1
女性	12.4	8.6	11.8	12.8	19.5	33.7	1.2
	1.1	△ 1.9	△ 0.9	0.3	△ 4.8	7.4	△ 1.2

18～29歳	18.3	9.2	9.2	10.1	34.9	18.3	0
	5.6	3.6	△ 4.3	△ 8.2	△ 2.3	5.6	0.0
30～39歳	2.9	8.6	7.9	14.4	31.7	34.5	0.0
	△ 3.0	3.2	△ 2.1	△ 0.1	△ 9.1	11.9	△ 0.9
40～49歳	7.6	6.1	10.7	12.7	31.5	31.5	0.0
	0.4	0.5	△ 1.1	△ 1.0	△ 2.4	4.4	△ 0.6
50～59歳	9.6	8.7	12.5	13.9	25.0	29.8	0.5
	△ 0.2	0.7	1.4	△ 0.8	△ 0.8	0.5	△ 0.8
60～69歳	15.5	17.9	12.5	9.5	13.7	31.0	0
	△ 0.6	1.8	△ 5.3	△ 4.0	0.5	9.3	△ 1.6
70歳以上	20.3	8.5	13.7	13.4	9.9	31.8	2.5
	△ 1.6	△ 9.4	2.2	4.5	△ 0.4	8.7	△ 3.8

2016年に比べて実施率が上昇した選択肢

スポーツ・運動の実施頻度について2016年と比較すると、「行わなかった」と回答した人が、性別や年代に関わらず増加している。特に30～39歳の「行わなかった」について見ると、2016年に比べて11.9ポイントも増加しており、他の年代に比べてスポーツ・運動を行わなかった人が多くなっている結果となった。

問7 あなたが、この1年間に行ったスポーツ・運動は何ですか。

順位		差	この一年間に行ったスポーツ	実施率(%) 2022年
2022年	2016年			
1	1	→	散歩、ウォーキング	45.9
2	2	→	体操（ラジオ体操等）	17.7
3	3	→	ジョギング、ランニング	14.1
4	4	→	サイクリング	9
5	6	↑	ゴルフ（コース、練習場）	7.2
6	9	↑	太極拳、ヨガ	5.8
7	5	↓	ハイキング	4.4
8	12	↑	テニス、ソフトテニス	4.1
9	13	↑	卓球（ラージボール卓球）	3.7
9	10	↑	マシントレーニング	3.7
11	18	↑	釣り	3.2
12	8	↓	水泳	3.1
12	11	↓	登山	3.1
14	15	↑	バドミントン	2.2
14	17	↑	なわとび	2.2
16	19	↑	野球	2.1
16	23	↑	キャンプ	2.1
16	16	→	サッカー、フットサル	2.1
19	14	↓	水中歩行、水中運動	1.8
19	7	↓	ボウリング	1.8

この1年間に行ったスポーツ・運動の種目について、順位で比較すると、散歩・ウォーキング、体操（ラジオ体操）、ジョギング・ランニング、サイクリングの上位4種目は変化がなく、2016年から変わらず人気のある種目であることがわかった。2016年より人気が高まっている種目は、ゴルフ（コース、練習場）、太極拳・ヨガ、テニス・ソフトテニス、卓球、マシントレーニングなどであった。

問12 あなたが、今後行ってみたいスポーツ・運動は何ですか。

順位		差	今後行ってみたいスポーツ	実施率(%) 2022年
2022年	2016年			
1	1	→	散歩、ウォーキング	29.9
2	2	→	水泳	16.6
3	9	↑	体操（ラジオ体操等）	12.9
4	3	↓	太極拳、ヨガ	11.5
5	4	↓	テニス、ソフトテニス	9.9
6	11	↑	ゴルフ（コース、練習場）	8.5
7	10	↑	登山	7.4
8	8	→	サイクリング	7.2
9	5	↓	ジョギング、ランニング	7.1
10	6	↓	ハイキング	7.1
11	12	↑	卓球（ラージボール卓球）	6.2
11	17	↑	キャンプ	6.2
13	14	↑	バドミントン	6.1
14	7	↓	水中歩行、水中運動	5.7
14	15	↑	マシントレーニング	5.7
16	18	↑	ボウリング	5.2
17	22	↑	スキー、スノーボード	4.2
18	20	↑	ダンス（ジャズダンス、社交ダンス等）	3.9
18	13	↓	釣り	3.9
20	27	↑	野球	3.7
20	23	↑	エアロビクス	3.7

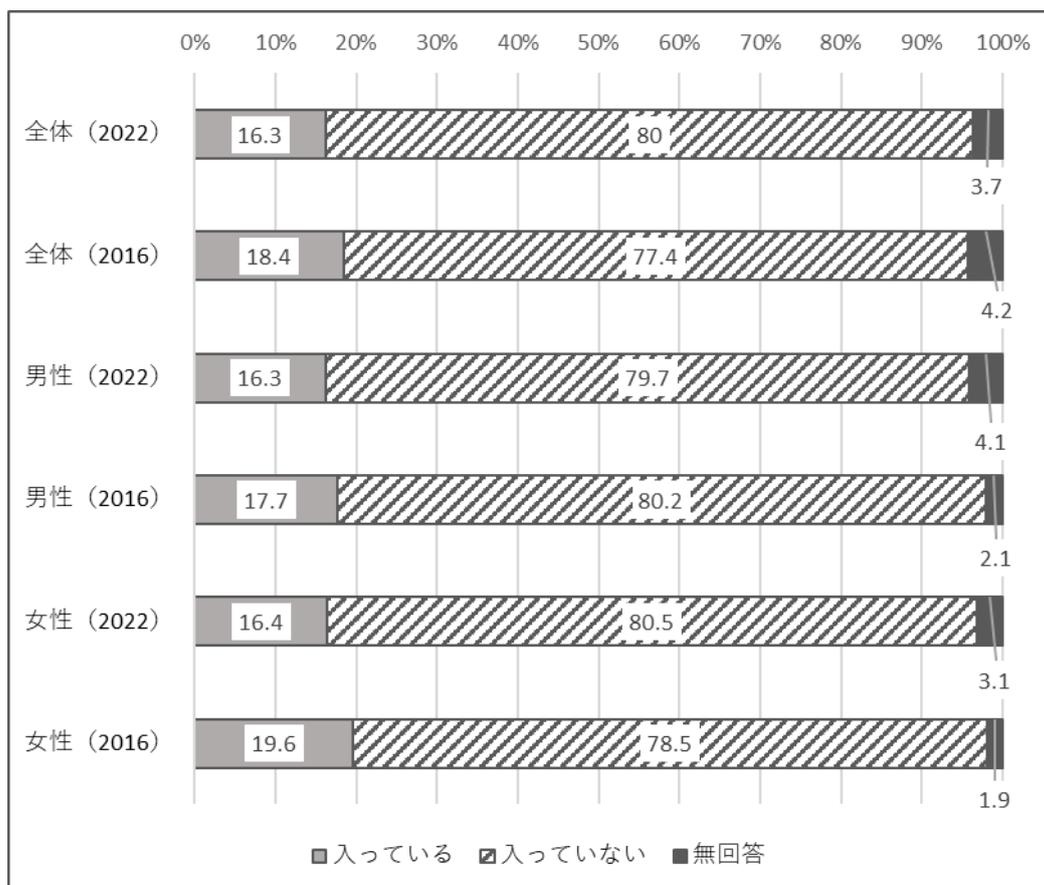
今後行いたいスポーツ・運動の種目について、順位で比較すると、散歩・ウォーキング、水泳は、変わらず人気のある種目であることがわかった。大きく変化のある種目として、体操（ラジオ体操等）が9位から3位に上昇、ゴルフ（コース、練習場）が11位から6位に上昇、登山が10位から7位に上昇しており、この3種目は2016年に比べて大きく人気が高まっている。

問23 あなたは、伊丹市立のスポーツ・運動関連の施設について希望することがありますか。

順位		差	運動・スポーツ施設に対する要望	実施率(%) 2022年
22年	16年			
1	1	→	スポーツ施設の充実	27.9
2	2	→	自然と触れ合うことのできる施設設備	27.3
3	3	→	希望することはない（無回答）	23.9
4	4	→	自転車専用レーン・サイクリングロードの整備	15.7
5	7	↑	空き地の開放	12.9
6	5	↓	公共スポーツ施設の増改築	12
7	9	↑	芝生（天然・人工）のグラウンド等の整備	11.5
8	11	↑	温水シャワーの整備	11
9	8	↓	交流スペース（飲食可）の整備	10.6
10	6	↓	スポーツ活動と文化活動の両方が行える施設の充実	10
11	10	↓	企業スポーツ施設の開放	9.5
12	12	→	託児施設の整備	5.7

スポーツ・運動施設に対する要望について、「スポーツ施設の充実」、「自然と触れ合うことのできる施設整備」、「自転車専用レーン・サイクリングロードの整備」の上位は変化がなく、2016年と変わらず高い要望が示された。

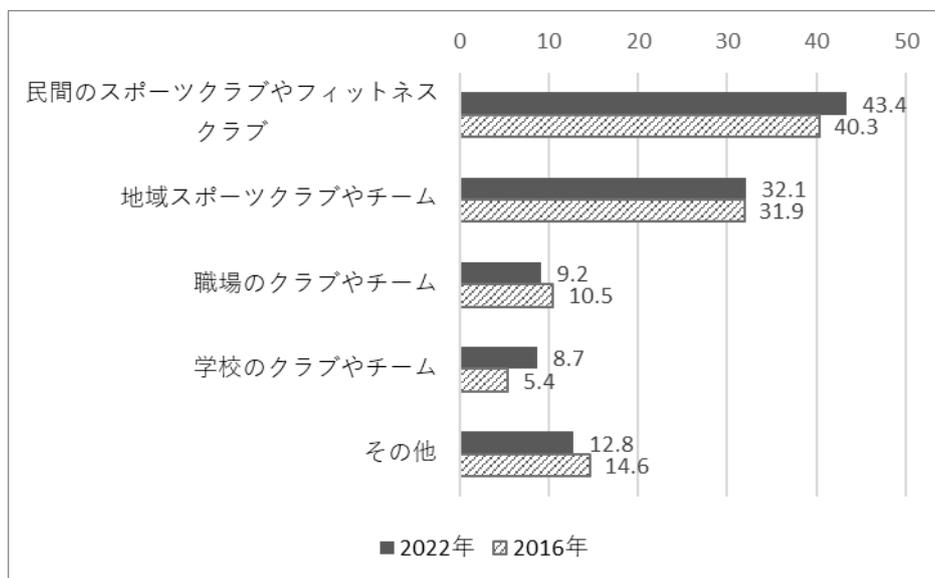
問9 あなたは現在、スポーツクラブやチーム、同好会に入っていますか。



全体の「入っている」について、2022年の16.3%を2016年の18.4%と比較すると、2.1ポイント下がっており、2016年に比べてスポーツクラブに所属している人が減少している結果となった。

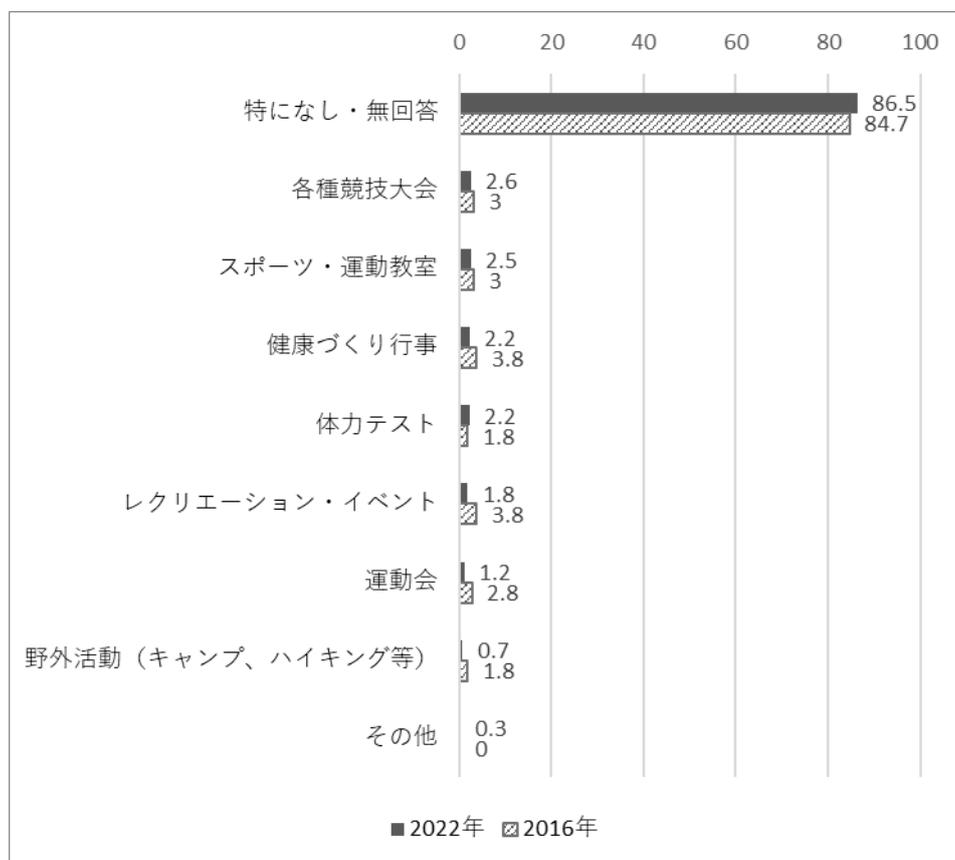
問10 あなたが入っているクラブやチーム、同好会はどのようなものですか。

2022年(n=196) 2016年(n=295)



2022年について、2016年と比較をすると、「民間のスポーツクラブやフィットネスクラブ」、「地域のスポーツクラブ」、「学校のクラブやチーム」に所属している人が増加し、「職場のクラブやチーム」に所属している人が減少している結果となった。

問2 4 あなたは、この1年間に伊丹市や各種スポーツ団体、スポーツクラブ21などが開催するスポーツイベントに参加したことがありますか。



「特になし」について、2022年の86.5%を2016年の84.7%と比較すると1.8ポイント増加しており、スポーツイベントへの参加が減少していることが示された。また、その他の項目も、2016年に比べると参加している割合が減少しているものが多く、各スポーツイベントの参加についても、減少している結果となった。