



九州居住者の  
スポーツに関する調査  
報告書

2011.10.18

---

■ 調査概要 .....	3
■ 調査結果	
1. 一年内のスポーツ経験 .....	5
2. スポーツを行う頻度 .....	6
3. スポーツを始めたきっかけ .....	7
4. 今後行ってみたいスポーツ .....	8
5. スポーツジムの利用状況 .....	9
■ 調査票 .....	10

- 調査目的 : スポーツに関する実態と意識について把握する
- 調査対象者 : 20歳以上の男女
- 調査エリア : 九州全域(福岡県・佐賀県・長崎県・熊本県・大分県・宮崎県・鹿児島県)
- 調査方法 : Web調査「ヒアコン」
- 調査期間 : 2011年9月10日～12日
- サンプル数 : 500ss
- 調査機関 : ヒアコン

— 調查結果 —

---

# 1. 一年内のスポーツ経験

- この一年に行ったスポーツは、「ウォーキング」が最も多く全体の41.6%で他のスポーツ種目よりも非常にスコアが高く、年齢が高くなるほど「ウォーキング」を行う率も高くなっている。  
性別にしてみると、「ウォーキング」「ランニング」は男性が女性を上回り、「ヨガ・ストレッチ」は女性の方が男性よりもスコアが高い。
- また、一年内にスポーツや運動を行わなかった人も12.6%存在し、その理由としては「スポーツや運動が好きではないから」「忙しくて時間がとれないから」等が主な理由としてあげられている。

Q. あなたがこの一年の間に行ったスポーツや運動を、以下の中からあてはまるもの全てをお選びください。【MA】

図1. 一年に行ったスポーツ

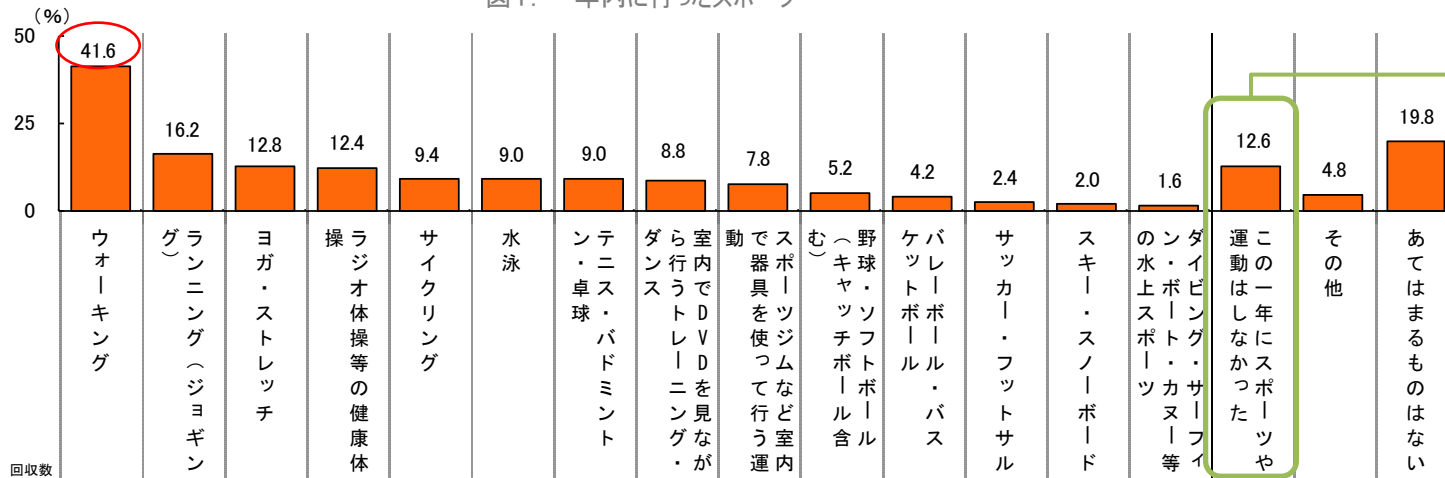
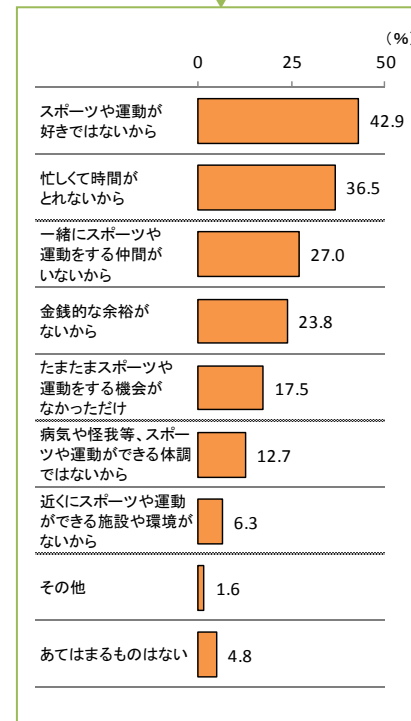


図2. 一年内にスポーツを行わなかった理由 (N=63)



回収数		ウォーキング	ランニング (ジョギング)	ヨガ・ストレッチ	ラジオ体操等の健康体操	サイクリング	水泳	テニス・卓球・バドミントン	ダンス	室内でDVDを見ながら運動する	スポーツジムなど室内運動器具を使う	野球・サッカー・テニス・ゴルフ・バスケ	パトロール・バスケットボール	サッカー・フットサル	スキー・スノーボード	登山・ハイキング・サイクリング・スキー・スノーボード	その他のスポーツ	あてはまるものはない	
全体	500	41.6	16.2	12.8	12.4	9.4	9.0	9.0	8.8	7.8	5.2	4.2	2.4	2.0	1.6	12.6	4.8	19.8	
性別	男性	250	47.6	24.4	7.6	12.8	12.8	10.8	10.4	4.0	8.4	8.8	6.4	4.4	3.6	2.8	9.6	5.6	18.4
	女性	250	35.6	8.0	18.0	12.0	6.0	7.2	7.6	13.6	7.2	1.6	2.0	0.4	0.4	0.4	15.6	4.0	21.2
年代別	20代	100	25.0	19.0	12.0	5.0	8.0	5.0	13.0	6.0	4.0	7.0	6.0	6.0	3.0	1.0	19.0	2.0	27.0
	30代	100	36.0	19.0	19.0	7.0	9.0	11.0	9.0	16.0	8.0	7.0	8.0	5.0	2.0	4.0	12.0	5.0	18.0
	40代	100	42.0	17.0	10.0	13.0	10.0	12.0	8.0	15.0	10.0	6.0	3.0	1.0	3.0	1.0	13.0	3.0	15.0
	50代	100	50.0	12.0	14.0	16.0	10.0	12.0	4.0	6.0	8.0	5.0	3.0	0.0	2.0	1.0	9.0	10.0	19.0
	60代以上	100	55.0	14.0	9.0	21.0	10.0	5.0	11.0	1.0	9.0	1.0	1.0	0.0	0.0	1.0	10.0	4.0	20.0

※数値は回収数を100とした%

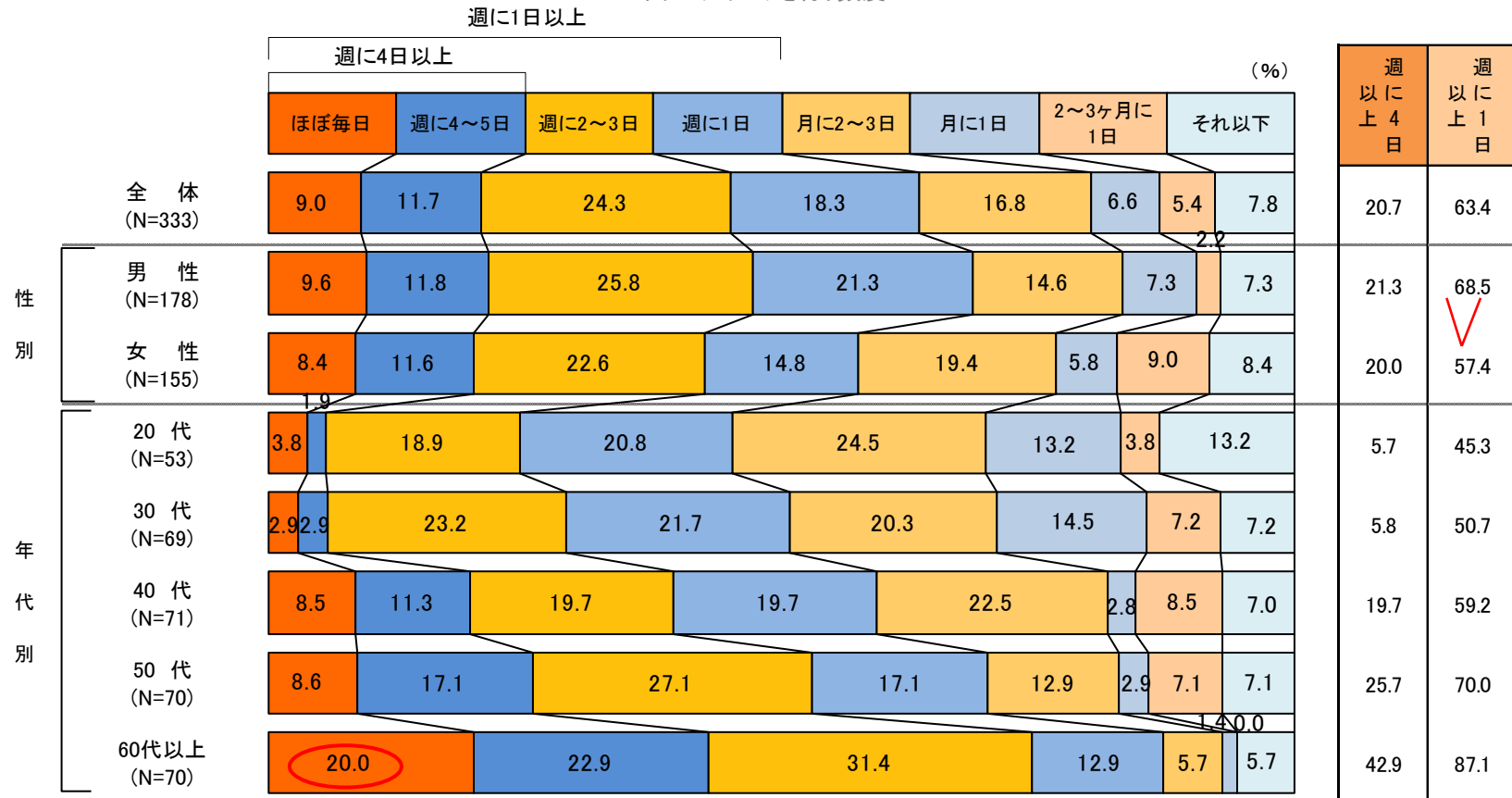
※数値は一年内にスポーツを行わなかった人を100とした%

## 2. スポーツを行う頻度

- 週に4日以上スポーツを行う人は全体の20.7%、週に1日以上は全体の63.4%。
- 性別では、週に4日以上頻度でスポーツを行う率は男女間で大きな差はみられないが、週に1日以上では男性が女性を1割近く上回った。
- 年齢別では年齢が高くなるほどスポーツを行う頻度も高くなり、60代以上では「ほぼ毎日」スポーツを行う人が2割にのぼる。

Q. あなたはこの一年の間、どのくらいの頻度でスポーツや運動をしていましたか。【SA】

図3. スポーツを行う頻度



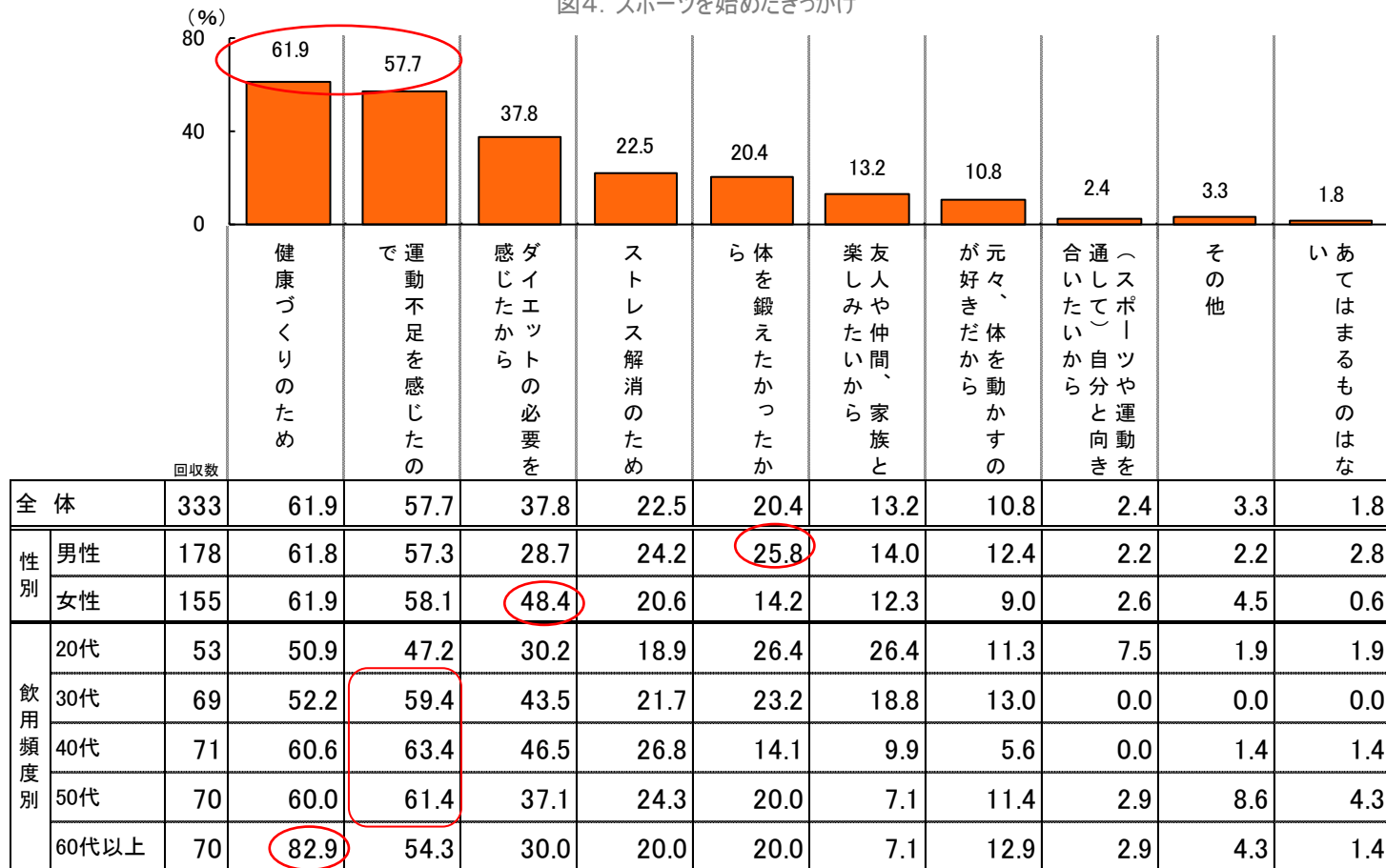
※数値は一年以内にスポーツを行っている人を100とした%

### 3. スポーツを始めたきっかけ

■スポーツを始めたきっかけとしては、「健康づくりのため」「運動不足を感じたので」と回答した人が多く、「健康づくりのため」では60代以上が82.9%。「運動不足を感じたので」は30代～50代に多く、いずれも6割前後である。  
 「ダイエットの必要を感じた」人は女性が男性を大きく上回り、「体を鍛えたかった」人は男性の方が女性よりも多い。

Q. あなたがスポーツや運動を始めたきっかけを、以下の中からあてはまるもの全てをお選びください。【MA】

図4. スポーツを始めたきっかけ



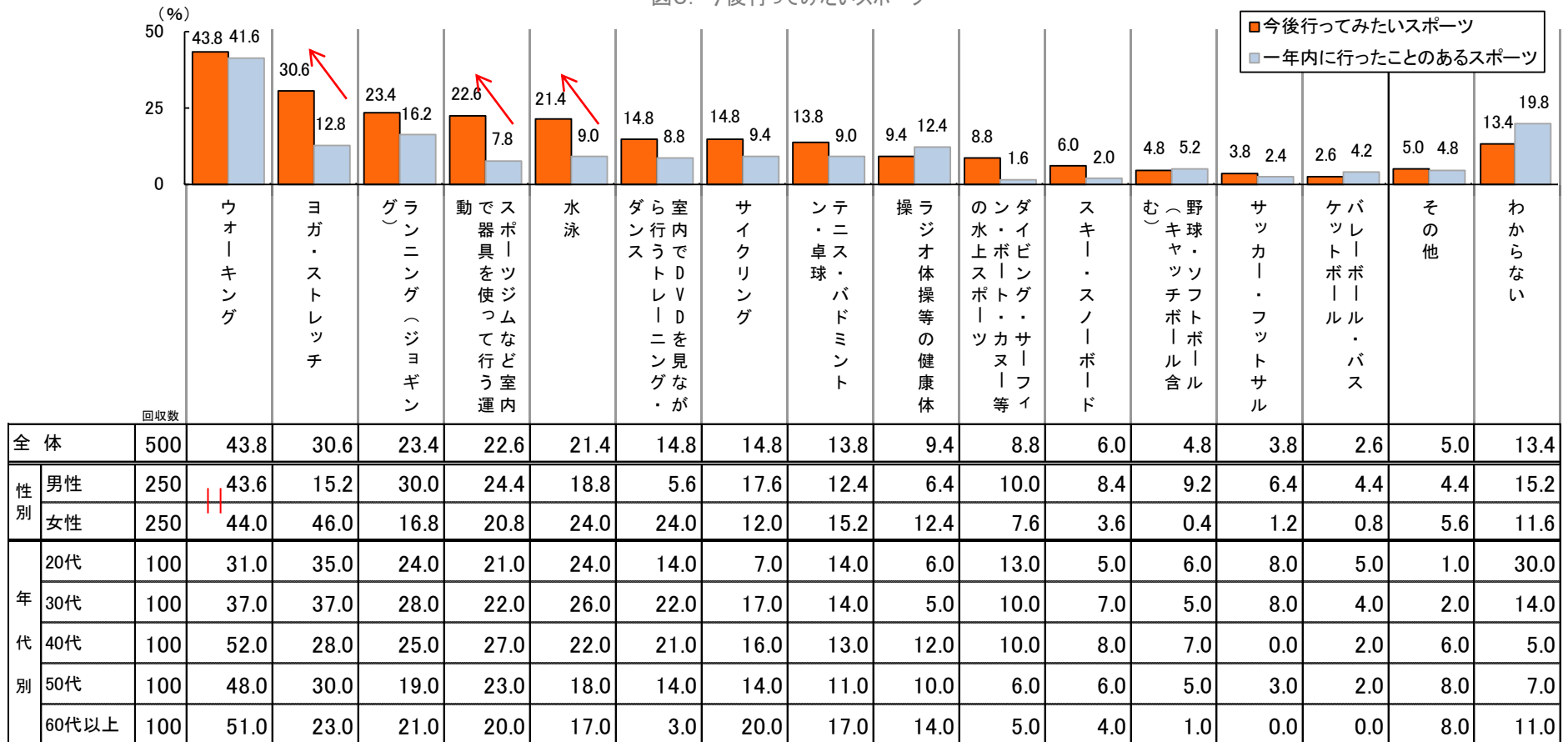
※数値は一年内にスポーツを行っている人を100とした%

## 4. 今後行ってみたいスポーツ

■「ウォーキング」を今後行ってみたいと回答する人が全体の43.8%。一年以内に「ウォーキング」の経験がある率では男性が女性を上回っていたが(P.5)、今後「ウォーキング」を行ってみたい率では女性も男性と同程度のスコアとなっている。  
 実際に一年以内に行った経験がある率よりも今後行ってみたい率が高い種目としては、「ヨガ・ストレッチ」(12.8%→30.6%)、「スポーツジムなど室内での器具運動」(7.8%→22.6%)、「水泳」(9.0%→21.4%)で大きな上昇がみられた。

Q. あなたが今後やってみたいスポーツや運動を、以下の中からあてはまるもの全てをお選びください。現在すでに行っているスポーツや運動は、今後も引き続きやってみたいかどうかお答えください。【MA】

図5. 今後行ってみたいスポーツ



※数値は回収数を100とした%

# 5. スポーツジムの利用状況

■スポーツジムに現在通っている率は全体の4.6%にとどまり、利用経験がある人も3割以下ではあるが、今後のスポーツジムの利用意向ではスポーツジムに通ってみたい率が4割を超えた。  
 その中でも30代のスポーツジムの利用意向は51.6%と他の年代よりも強い興味を示している。

Q. あなたは、スポーツジムに通ったことがありますか。【SA】

図6. スポーツジムの利用経験度

性別	年代別	スポーツジムの利用経験あり (%)			スポーツジムの利用経験あり (%)
		現在通っている	以前は通っていたが、今は通っていない	一度も通ったことはない	
全体 (N=500)		4.6	24.2	71.2	28.8
男性 (N=250)		4.8	22.8	72.4	27.6
女性 (N=250)		4.4	25.6	70.0	30.0
	20代 (N=100)	3.0	13.0	84.0	16.0
	30代 (N=100)	4.0	33.0	63.0	37.0
	40代 (N=100)	5.0	27.0	68.0	32.0
	50代 (N=100)	5.0	30.0	65.0	35.0
	60代以上 (N=100)	6.0	18.0	76.0	24.0

Q. あなたは今後、スポーツジムに通ってみたいと思われませんか。現在スポーツジムに通われている方は、今後も引き続き通ってみたいかどうかお答えください。【SA】

図7. 今後のスポーツジムの利用意向

性別	年代別	通ってみたい計 (%)					通ってみたい計 (%)	通ってみたいとは思わない計 (%)
		通ってみたい	やや通ってみたい	どちらともいえない	あまり通ってみたいとは思わない	通ってみたいとは思わない		
全体 (N=500)		14.6	28.0	19.6	18.6	19.2	42.6	37.8
男性 (N=250)		16.0	25.2	20.0	18.0	20.8	41.2	38.8
女性 (N=250)		13.2	30.8	19.2	19.2	17.6	44.0	36.8
	20代 (N=100)	15.0	31.0	15.0	18.0	21.0	46.0	39.0
	30代 (N=100)	14.0	37.0	19.0	18.0	12.0	51.0	30.0
	40代 (N=100)	17.0	27.0	21.0	19.0	16.0	44.0	35.0
	50代 (N=100)	13.0	21.0	26.0	21.0	19.0	34.0	40.0
	60代以上 (N=100)	14.0	24.0	17.0	17.0	28.0	38.0	45.0

※数値は回収数を100とした%

調査票

---

## 暮らしに関する調査

1 あなたがこの一年の間に行ったスポーツや運動を、以下の中からあてはまるものを全てをお選びください。【MA】(全員)

- 1 ランニング(ジョギング)
- 2 ウォーキング
- 3 水泳
- 4 スポーツジムなど室内で器具を使って行う運動
- 5 ラジオ体操等の健康体操
- 6 室内でDVDを見ながら行うトレーニング・ダンス
- 7 ヨガ・ストレッチ
- 8 サッカー・フットサル
- 9 野球・ソフトボール(キャッチボール含む)
- 10 テニス・バドミントン・卓球
- 11 バレーボール・バスケットボール
- 12 ダイビング・サーフィン・ボート・カヌー等の水上スポーツ
- 13 スキー・スノーボード
- 14 サイクリング
- 15 この一年にスポーツや運動はしなかった
- 16 その他( )
- 17 あてはまるものはない

2 あなたはこの一年の間、どのくらいの頻度でスポーツや運動をしていましたか。【SA】(一年間にスポーツをしていた人のみ: Q1=1~14)

- 1 ほぼ毎日
- 2 週に4~5日
- 3 週に2~3日
- 4 週に1日
- 5 月に2~3日
- 6 月に1日
- 7 2~3ヶ月に1日
- 8 それ以下

3 あなたがスポーツや運動を始めたきっかけを、以下の中からあてはまるものを全てをお選びください。【MA】(一年間にスポーツをしていた人のみ: Q1=1~14)

- 1 健康づくりのため
- 2 運動不足を感じたので
- 3 体を鍛えたかったから
- 4 ストレス解消のため
- 5 ダイエットの必要を感じたから
- 6 元々、体を動かすのが好きだから
- 7 友人や仲間、家族と楽しみたいから
- 8 (スポーツや運動を通して)自分と向き合いたいから
- 9 その他( )
- 10 あてはまるものはない

4 あなたがこの一年の間にスポーツや運動を行っていない理由を、以下の中からあてはまるものを全てをお選びください。【MA】(一年間にスポーツをしていない人のみ: Q1=15)

- 1 スポーツや運動が好きではないから
- 2 忙しくて時間がとれないから
- 3 一緒にスポーツや運動をする仲間がいらないから
- 4 病気や怪我等、スポーツや運動ができる体調ではないから
- 5 金銭的な余裕がないから
- 6 近くにスポーツや運動ができる施設や環境がないから
- 7 たまたまスポーツや運動をする機会がなかっただけ
- 8 その他( )

5 あなたが今後やってみたいスポーツや運動を、以下の中からあてはまるものを全てをお選びください。現在すでに行っているスポーツや運動は、今後も引き続きやってみたいかどうかお答えください。【MA】(全員)

- 1 ランニング(ジョギング)
- 2 ウォーキング
- 3 水泳
- 4 スポーツジムなど室内で器具を使って行う運動
- 5 ラジオ体操等の健康体操
- 6 室内でDVDを見ながら行うトレーニング・ダンス
- 7 ヨガ・ストレッチ
- 8 サッカー・フットサル
- 9 野球・ソフトボール(キャッチボール含む)
- 10 テニス・バドミントン・卓球
- 11 バレーボール・バスケットボール
- 12 ダイビング・サーフィン・ボート・カヌー等の水上スポーツ
- 13 スキー・スノーボード
- 14 サイクリング
- 15 この一年にスポーツや運動はしなかった
- 16 その他( )
- 17 あてはまるものはない

6 あなたは、スポーツジムに通ったことがありますか。【SA】(全員)

- 1 現在通っている
- 2 以前は通っていたが、今は通っていない
- 3 一度も通ったことはない

7 あなたは今後、スポーツジムに通ってみたいと思われませんか。現在スポーツジムに通われている方は、今後も引き続き通ってみたいかどうかお答えください。【SA】(全員)

- 1 通ってみたい
- 2 やや通ってみたい
- 3 どちらともいえない・わからない
- 4 あまり通ってみたいとは思わない
- 5 通ってみたいとは思わない

スポーツに関する調査

－ 報告書 －

2011.10.18

ヒアコン