

令和 3 年度

県民の健康・スポーツに関する意識調査報告書
【概要版】

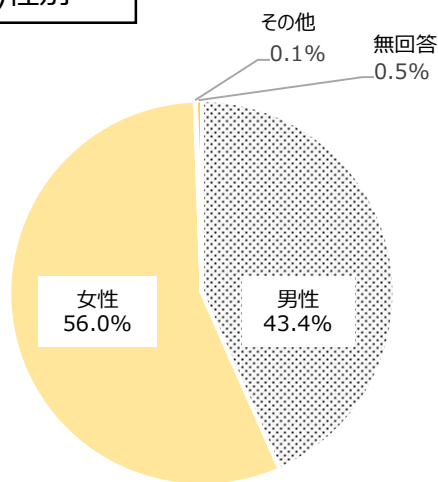
高知県

1.調査概要

調査目的	県民の健康・スポーツの意識や実態を把握するとともに、過去の同調査と比較し、今後のスポーツ施策等の基礎資料を得る
調査地域	高知県全域
標本数	設定標本数3,000サンプル（有効回収標本数1,556サンプル）
調査対象者	県内全域から18歳以上の県民3,000人を抽出
調査方法	郵送により調査票を送付し、郵送又はオンラインにより回収
調査期間	令和3年9月27日（月）～10月15日（金）
調査結果について	図表については、「その他」、「無回答」「上位のみの回答」等、省略しているため、回答によっては、数値の合計が100%にならない場合がある

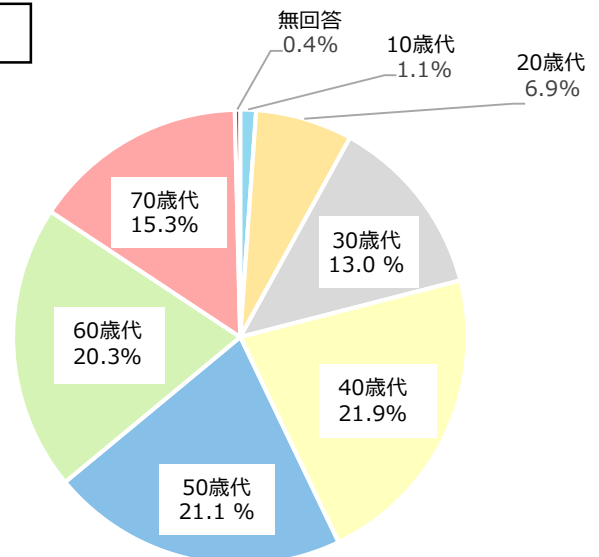
2.回答者属性

(1)性別



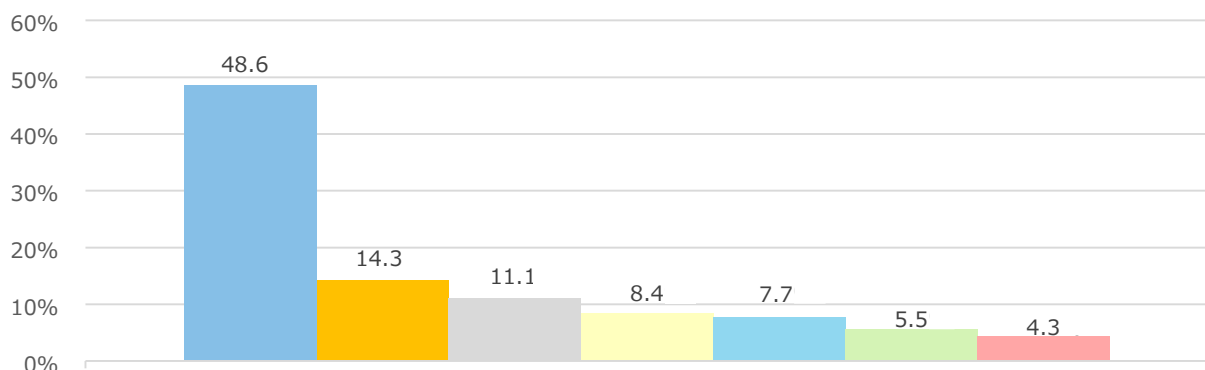
● 男性 ● 女性 ● その他 ● 無回答

(2)年代別



● 10歳代 ● 20歳代 ● 30歳代 ● 40歳代
● 50歳代 ● 60歳代 ● 70歳代以上 ● 無回答

(3)地区別



■ 高知市 ■ 高岡地区 ■ 幡多地区 ■ 香美香南地区 ■ 土長南国地区 ■ 安芸地区 ■ 吾川地区

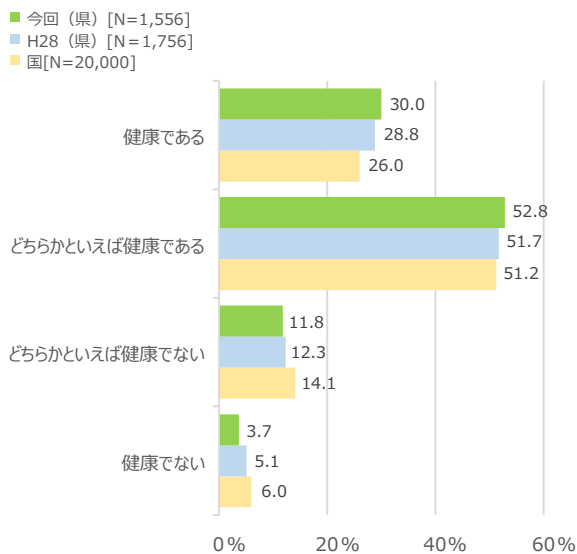
3.調査結果

健康・体力観について

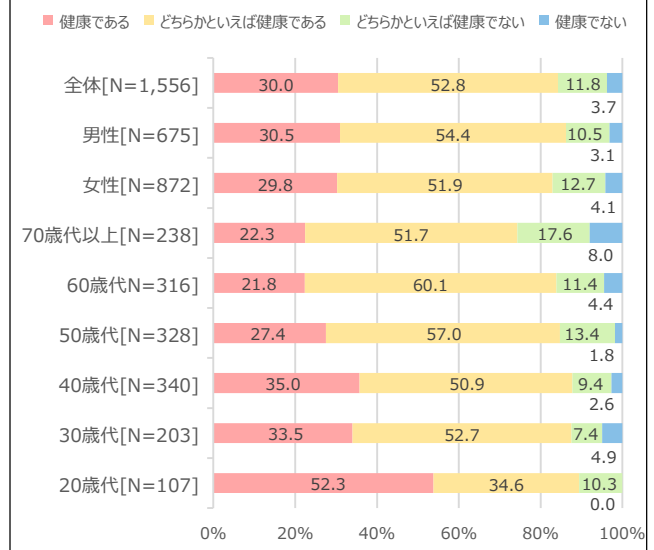
■自身の健康観（問4/単一回答）

- 自身の健康観については、「どちらかといえば健康である」の割合が最も高く、**H28調査との大きな差は見られない。**
- 国調査との比較では〈健康である計（「健康である」+「どちらかといえば健康である」）〉は**本県が5.6ポイント高い。**
- 年代別に見ると、〈健康である計〉は、**年代が上がるにつれ低下の傾向**にある。

自身の健康観（国・H28比較）



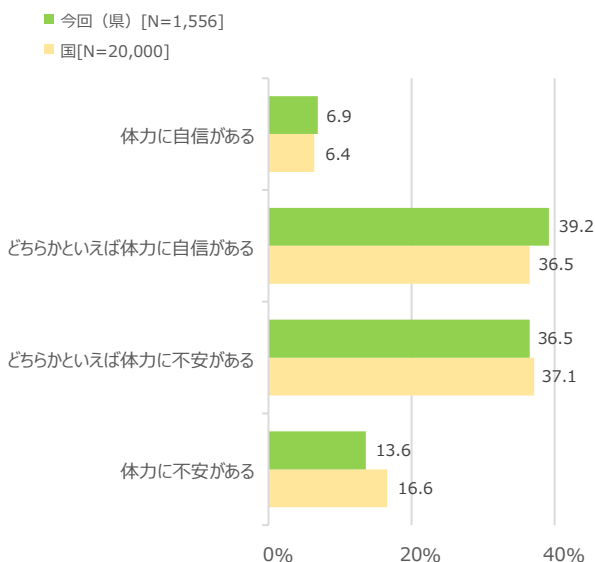
自身の健康観（性別・年代別）



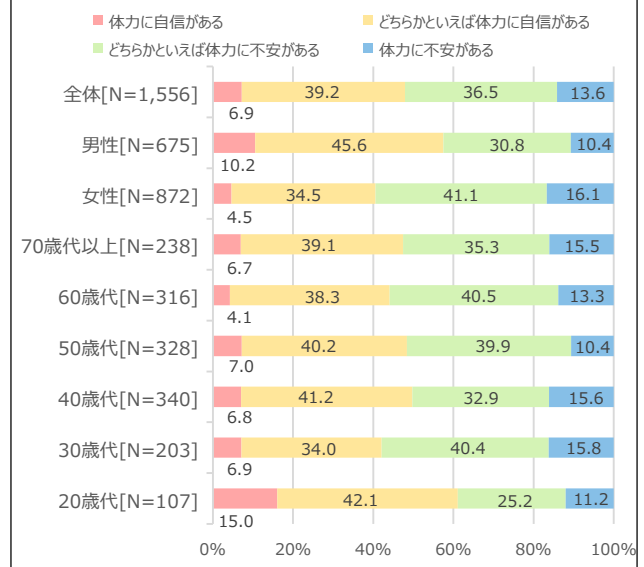
■自身の体力観（問5/単一回答）

- 自身の体力観については「どちらかといえば体力に自信がある」の割合が最も高く、**H28調査との大きな差は見られない。**
- 国調査との比較では〈体力に自信がある計（「体力に自信がある」+「どちらかといえば体力に自信がある」）〉は**本県が3.2ポイント高い。**
- 年代別に見ると、〈体力に自信がある計〉は、20歳代が最も高く、40歳代、50歳代と続くが、**30歳代が一番低い。**

自身の体力観（国比較）



自身の体力観（性別・年代別）

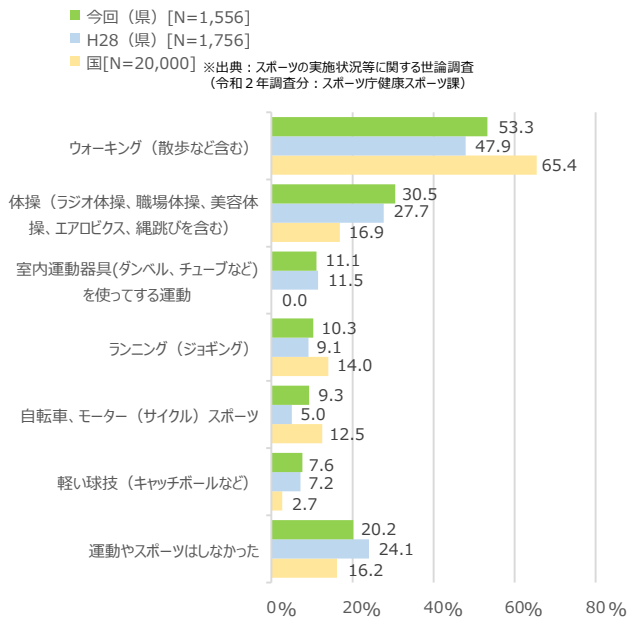


●運動・スポーツの実施状況について

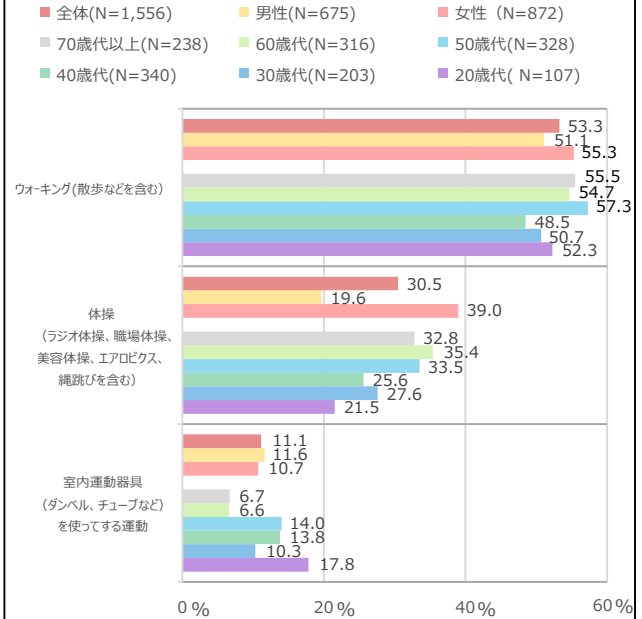
■1年間に行った運動・スポーツ種目（問6/複数回答）

- 1年間に行った運動・スポーツ種目については、「ウォーキング」が最も高く、「**運動やスポーツをしなかった**」はH28調査から3.9ポイント減少しているが、**全体の約2割**となっている。
- **H28調査及び国調査でも傾向は同じ**で、「ウォーキング」が最も高い。

1年間に行った運動・スポーツ種目（国・H28比較）



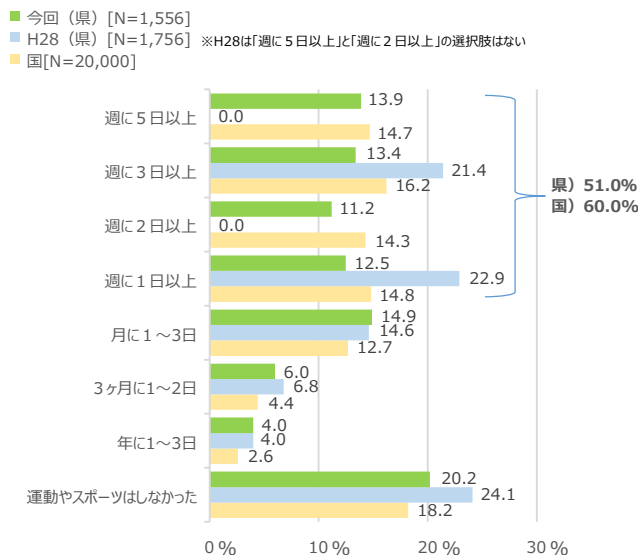
1年間に行った運動・スポーツ種目（性別・年代別：上位3つ）



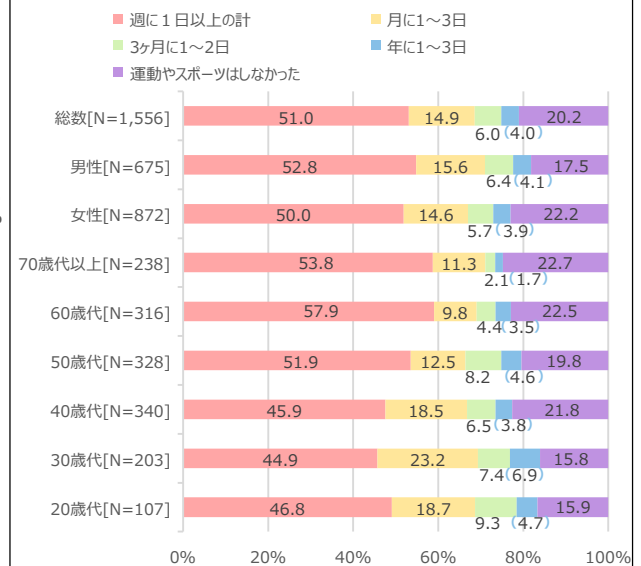
■1年間に行った運動・スポーツの日数（問7/単一回答）

- 1年間に行った運動・スポーツの日数については、**週に1回以上運動やスポーツを行った割合は51.0%**であり、男性の割合が女性よりもやや高い。
- **国調査との比較**では、**本県は9.0ポイント低い**。
- H28調査から20歳代のスポーツ実施率が大幅に増加している。

実施した日数（国・H28比較）



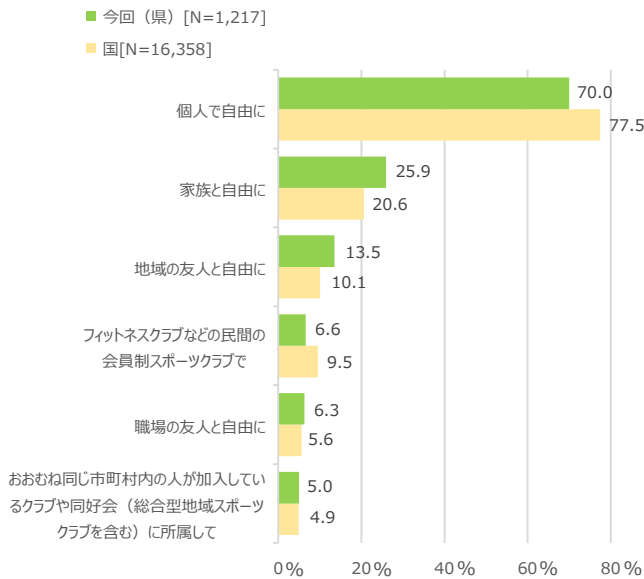
実施した日数（性別・年代別）



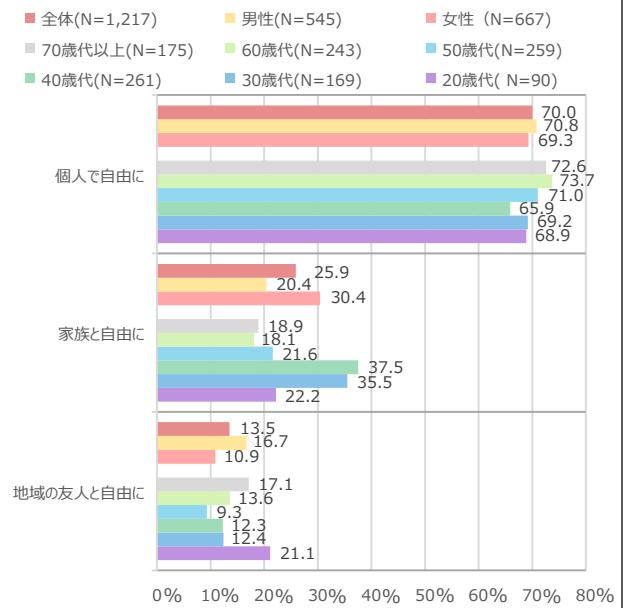
■ 運動・スポーツをどのような形で実施したか（問10/複数回答）

- 運動・スポーツをどのような形で実施したかは、「**個人で自由に**」が最も高く、次いで「**家族と自由に**」、「**地域の友人と自由に**」の順になっている。
- **国調査、性別、年代別でも、傾向は同じ。**

運動・スポーツをどのような形で実施したか
(国比較: 上位6つ)



運動・スポーツをどのような形で実施したか
(性別・年代別: 上位3つ)

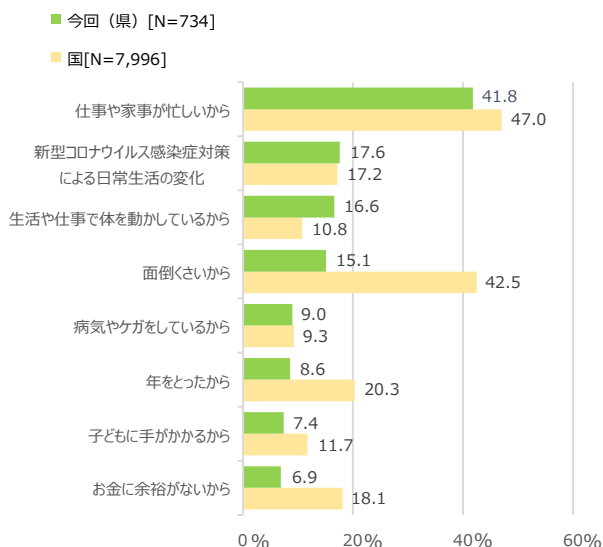


● 運動・スポーツの実施状況の変化とその要因について

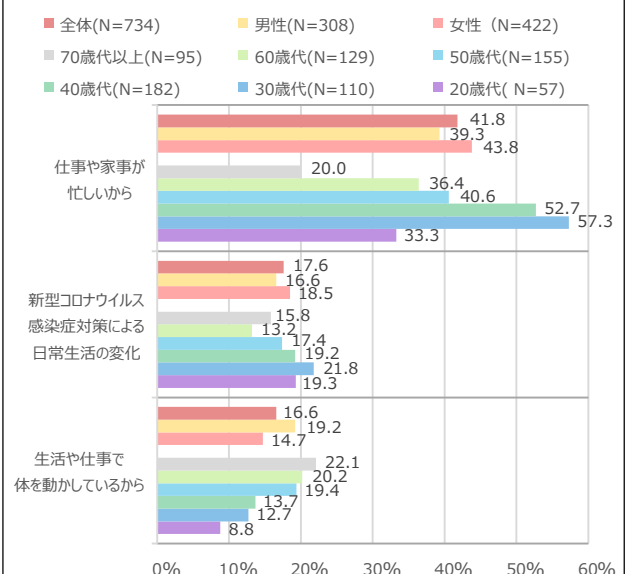
■ 週に1回以上運動・スポーツをしなかった理由（問13/複数回答）

- 週に1回以上運動・スポーツをしなかった理由については、「**仕事や家事が忙しいから**」が最も高く、国調査も同様。
- 「**新型コロナウイルス感染症対策による日常生活の変化**」が**17.6%**あり、運動やスポーツの実施において新型コロナウイルス感染症の影響がみられる。

週に1回以上実施しなかった理由（国比較: 上位8つ）

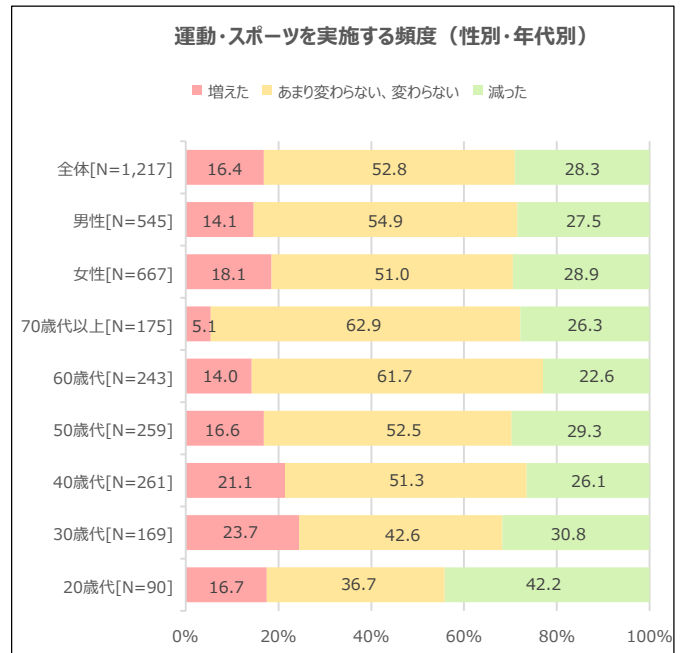
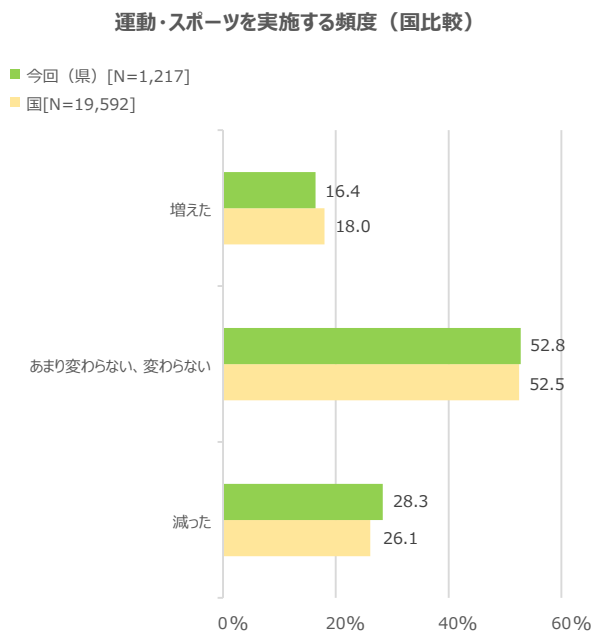


週に1回以上実施しなかった理由（性別・年代別: 上位3つ）



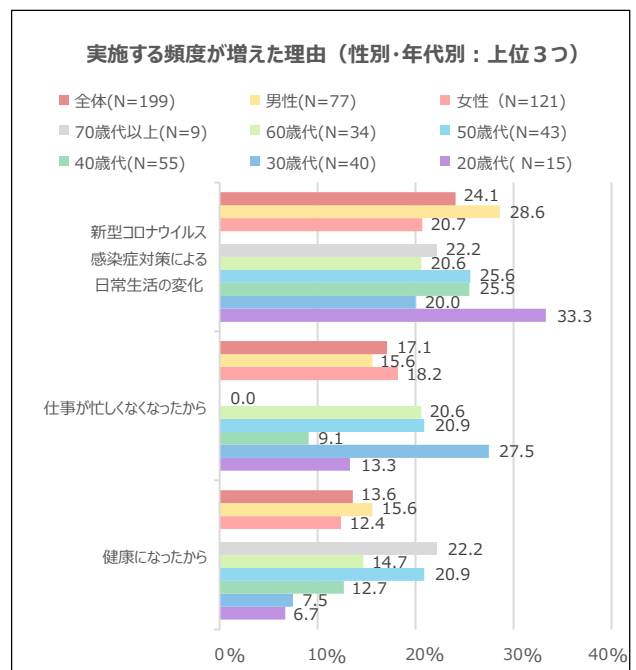
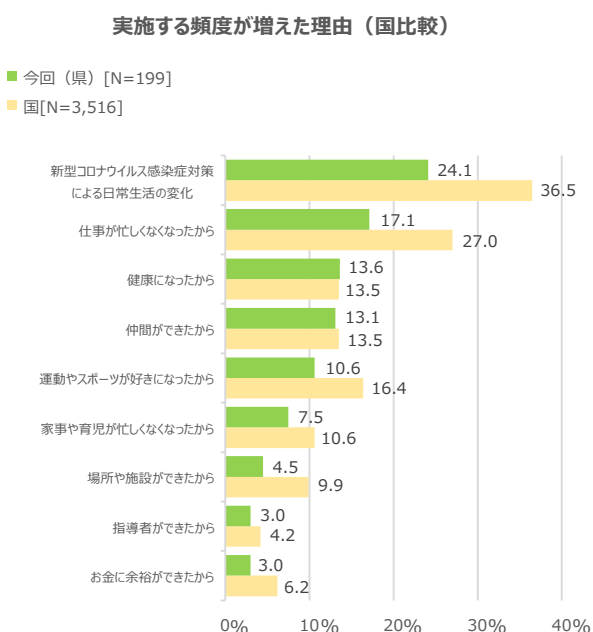
■ 運動・スポーツを実施する頻度（問16/単一回答）

- 運動・スポーツを実施する頻度については、「あまり変わらない、変わらない」が最も高く、「減った」が「増えた」よりも多くなっている。
- 年代別に見ると、20歳代は他の年代と比較して「減った」割合が高い。



■ 運動・スポーツを実施する頻度が増えた理由（問17/複数回答）

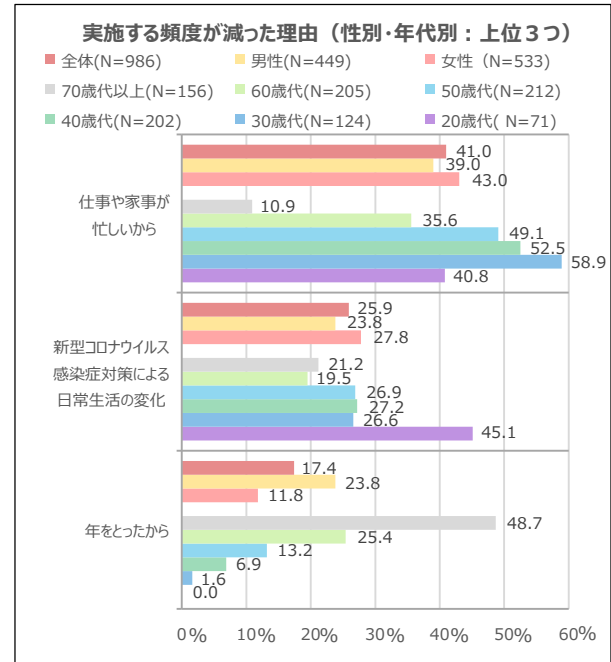
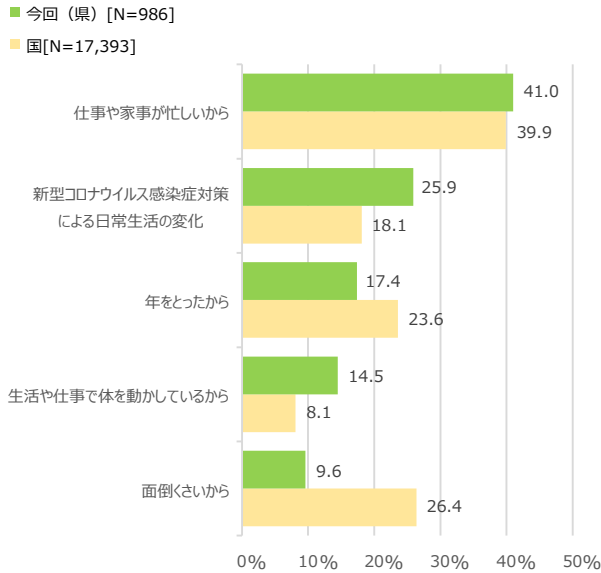
- 運動・スポーツを実施する頻度が増えた理由については、「新型コロナウイルス感染症対策による日常生活の変化」が最も高く、次いで「仕事が忙しくなくなったから」、「健康になったから」の順になっている。
- 国調査に比べると、本県では、「新型コロナウイルス感染症対策による日常生活の変化」、「仕事が忙しくなくなったから」の割合は低くなっている。



■ 運動・スポーツを実施する頻度が減った理由（問18/複数回答）

- 運動・スポーツを実施する頻度が減った理由については、「**仕事や家事が忙しいから**」が最も高く、次いで「**新型コロナウイルス感染症対策による日常生活の変化**」、「**年をとったから**」の順になっている。

実施する頻度が減った理由（国比較：上位5つ）

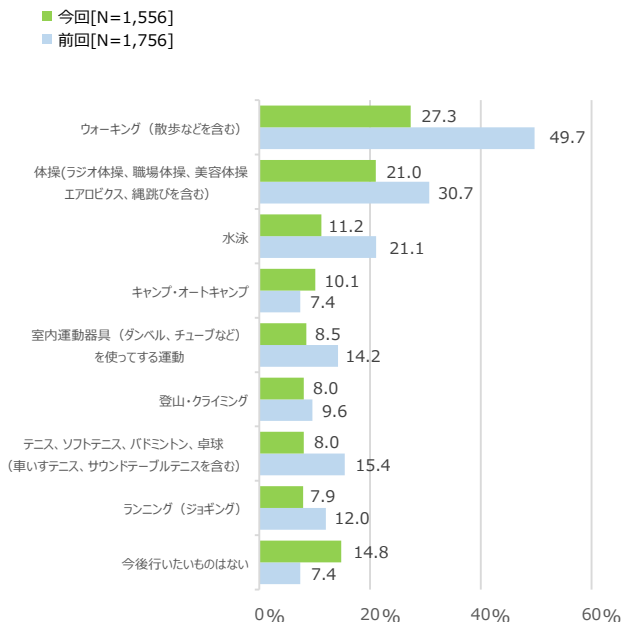


● 今後のスポーツの実施意向について

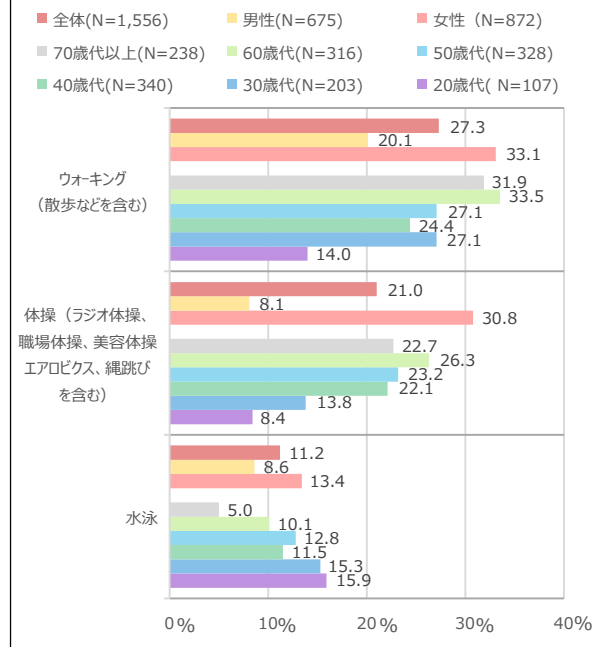
■ 新たに始めたい運動・スポーツ種目（問21/複数回答）

- 新たに始めたい運動・スポーツについては、「**ウォーキング（散歩などを含む）**」が最も高く、次いで「**体操（ラジオ体操、職場体操、美容体操、エアロビクス、縄跳びを含む）**」、「**水泳**」の順になっている。
- 男性、女性ともに「ウォーキング」（男性20.1%、女性33.1%）が最も高く、次に男性は「キャンプ、オートキャンプ」、女性は「体操」、「水泳」となっている。
- 「ウォーキング」や「体操」など気軽にできる運動・スポーツの割合が高いが、**多様な運動・スポーツへの関心が見られる。**

新たに始めたい種目（H28比較：上位8つ）



新たに始めたい種目（性別・年代別：上位3つ）

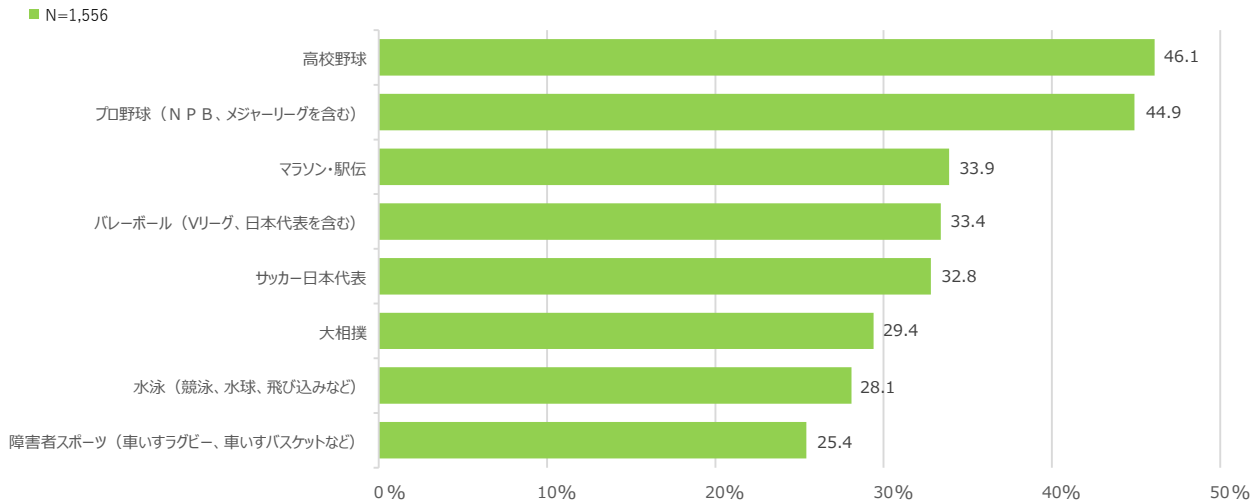


●スポーツ観戦について

■この1年間に観戦した運動・スポーツ（問23/複数回答）

- 1年間に会場やテレビ・インターネットで観戦した運動・スポーツは「高校野球」が最も高く、ほぼ同率で「プロ野球（NPB、メジャーリーグを含む）」となっている。次いで「マラソン、駅伝」、「バレーボール」、「サッカー日本代表」、「大相撲」の順になっている。

1年間に観戦した運動・スポーツ競技（上位8つ）

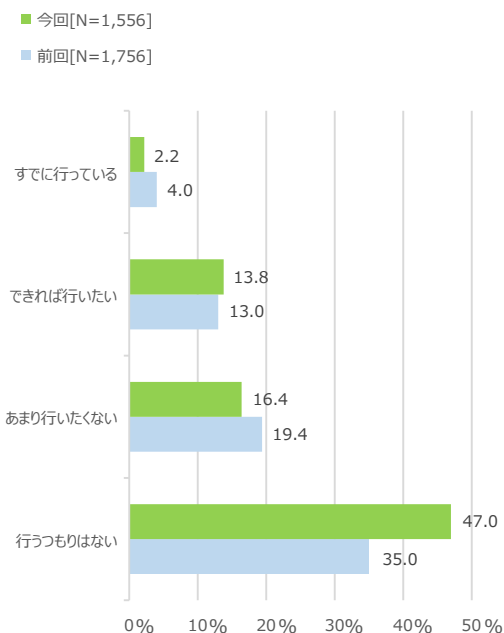


●スポーツに関するボランティア活動について

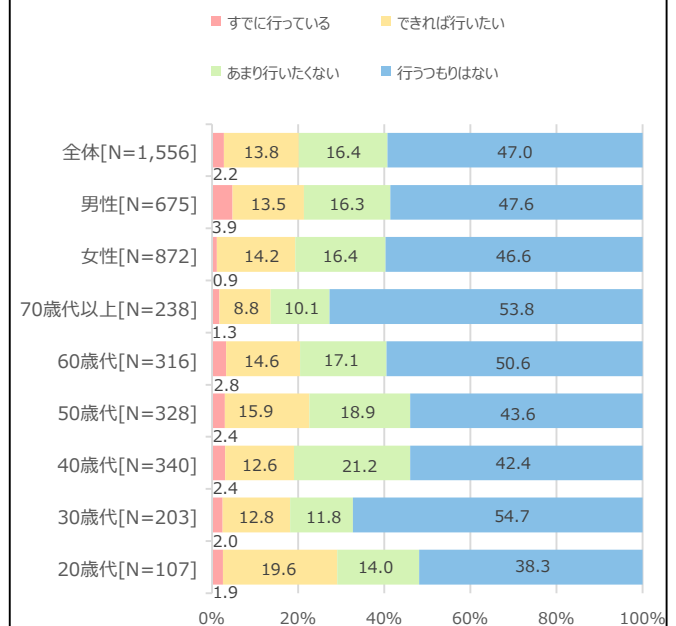
■スポーツに関するボランティア活動について（問24/単一回答）

- スポーツに関するボランティア活動については、「**行っている**」、「**できれば行いたい**」は**16%**と低い。
- 「**行うつもりはない**」の割合がH28調査から**増加**している。

ボランティア活動について（H28比較）



ボランティア活動について（性別・年代別）

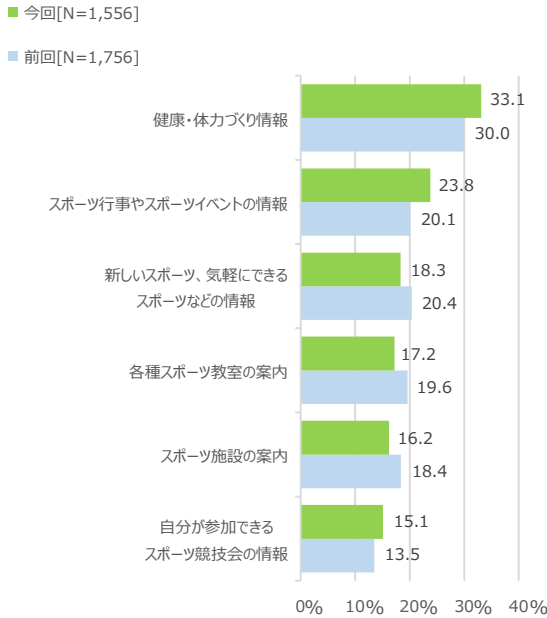


●スポーツ情報・デジタル化について

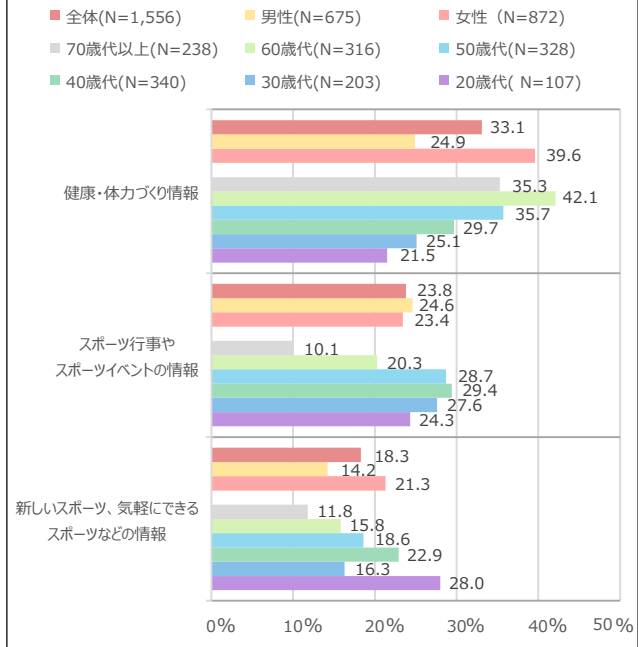
■運動やスポーツに関する情報のニーズ（問27/複数回答）

- 運動やスポーツに関する情報のニーズについては、「**健康・体カづくり情報**」が最も高く、次いで「**スポーツ行事やスポーツイベントの情報**」、「**新しいスポーツ、気軽にできるスポーツなどの情報**」の順になっている。
- 年代があがるごとに、「健康・体カづくり情報」の割合が高くなっている。

運動やスポーツに関する情報のニーズ（H28比較：上位6つ）



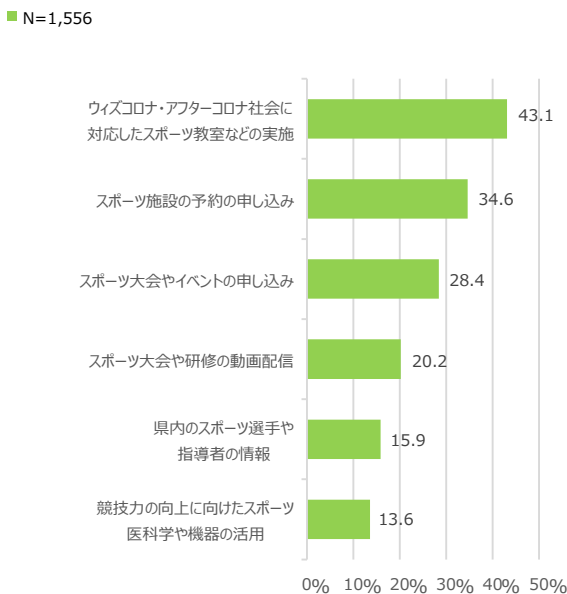
運動やスポーツに関する情報のニーズ（性別・年代別：上位3つ）



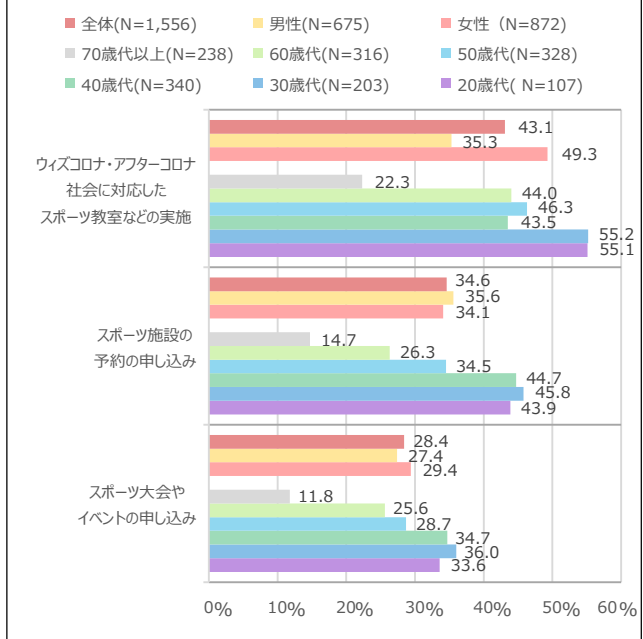
■デジタル化したら良いと思うスポーツの取り組み（問28/複数回答）

- デジタル化したら良いと思うスポーツの取り組みについては、「**ウイズコロナ・アフターコロナ社会に対応したスポーツ教室などの実施**」が最も高く、次いで「**スポーツ施設の予約の申し込み**」、「**スポーツ大会やイベントの申し込み**」の順になっている。

デジタル化したら良いと思うスポーツの取り組み



デジタル化したら良いと思うスポーツの取り組み（性別・年代別：上位3つ）

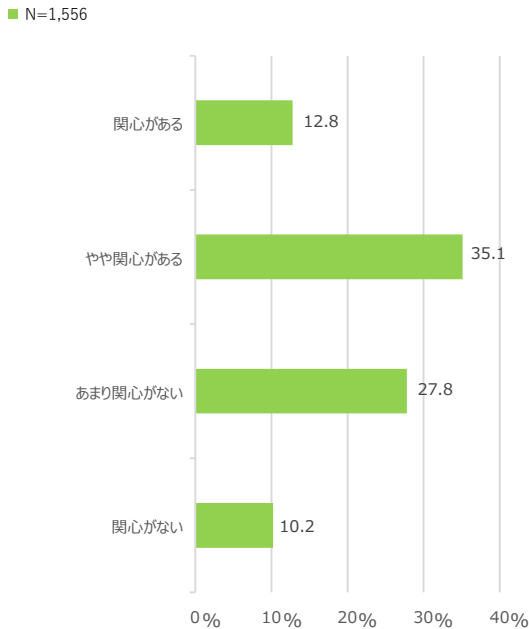


● 障害者スポーツについて

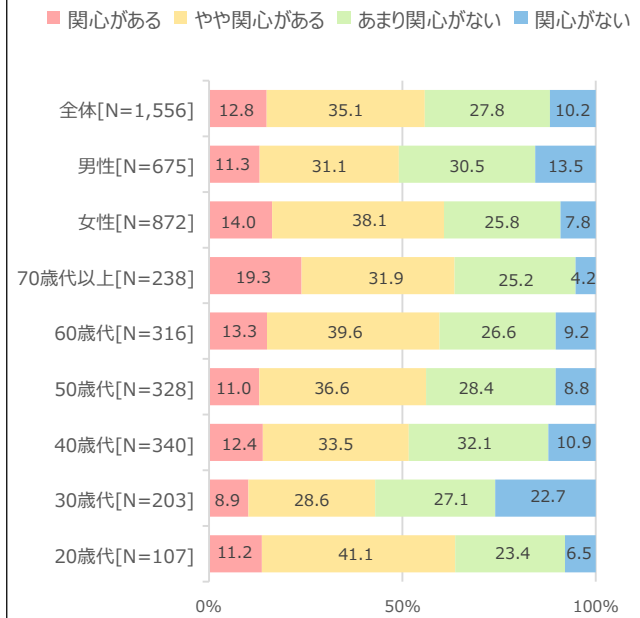
■ 障害者スポーツへの関心（問33/単一回答）

- 障害者スポーツへの関心については、「**やや関心がある**」が**最も高く**、次いで「あまり関心がない」、「関心がある」の順になっている。
- <関心がある計（「関心がある」+「やや関心がある」）>は、**47.9%**
<関心がない計（「あまり関心がない」+「関心がない」）>は、**38.0%**となっている。

障害者スポーツへの関心



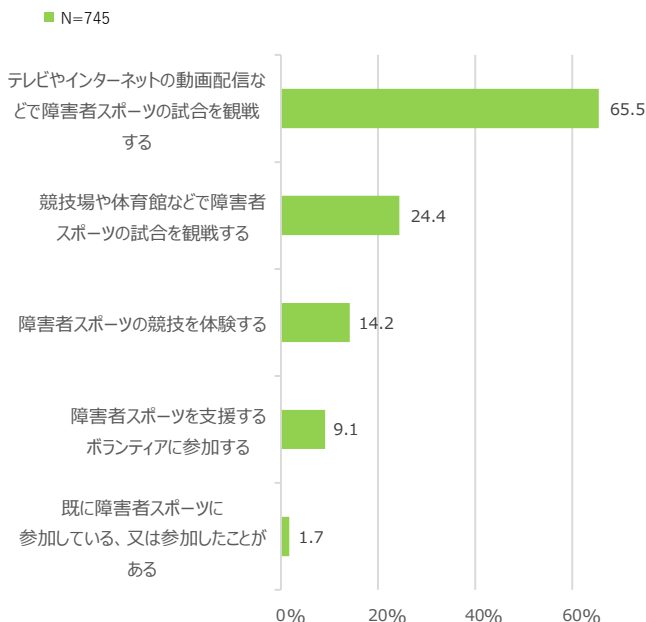
障害者スポーツへの関心（性別・年代別）



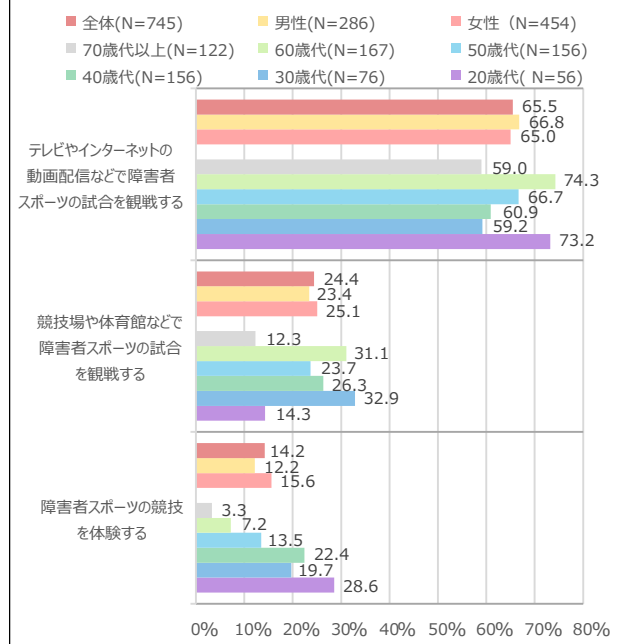
■ 障害者スポーツに関することでもしてみたいこと（問34/複数回答）

- 障害者スポーツに関することでもしてみたいことについては、「**テレビやインターネットの動画配信など障害者スポーツの試合を観戦すること**」が**最も高く**、次いで「競技場や体育館などで障害者スポーツの試合を観戦する」、「障害者スポーツの競技を体験する」の順になっている。

障害者スポーツに関することでもしてみたいこと（上位5つ）



障害者スポーツに関することでもしてみたいこと（性別・年代別：上位3つ）

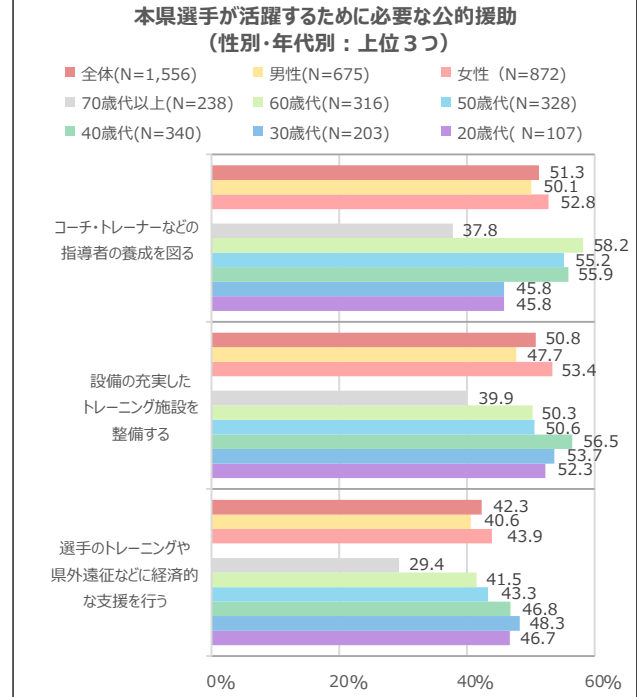
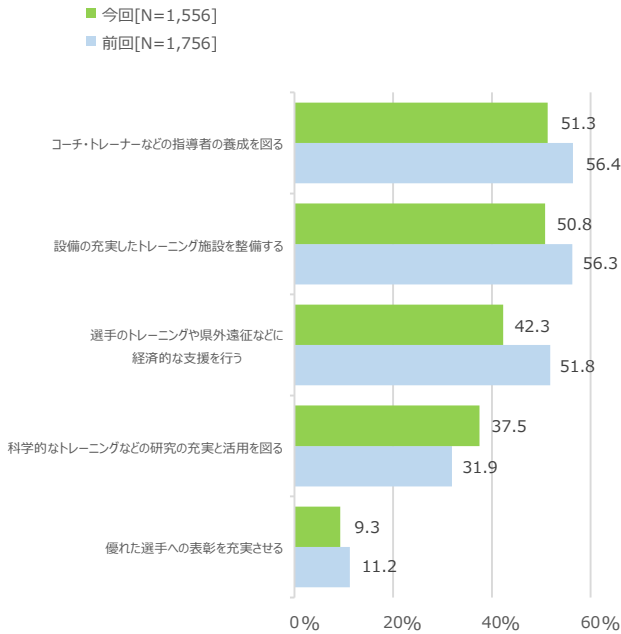


● 競技力の向上について

■ 本県選手が全国大会で活躍するための公的援助の必要性（問42/複数回答）

- 本県選手が全国大会で活躍するために必要な公的援助は、「**コーチ・トレーナーなどの指導者の養成を図る**」が**最も高く**、次いで「**設備の充実したトレーニング施設を整備する**」「**選手のトレーニングや県外遠征などに経済的な支援を行う**」の順になっている。
- **H28調査と比較すると、「科学的トレーニングの充実と活用」の割合が高くなっている。**

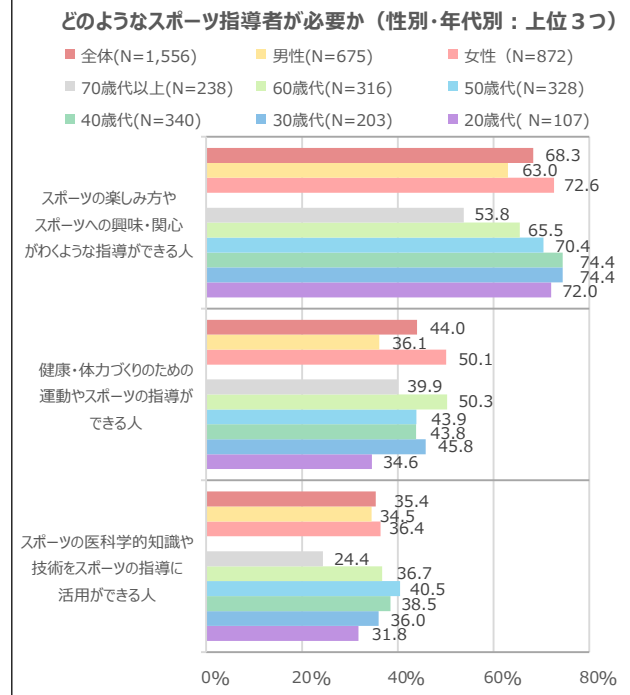
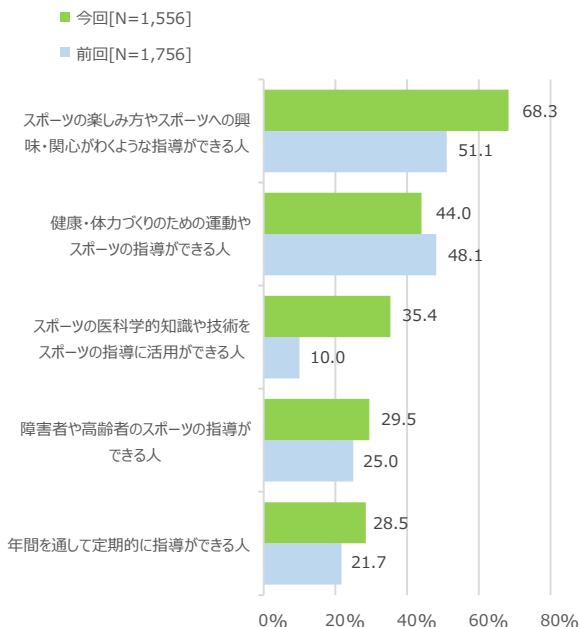
本県選手が活躍するために必要な公的援助（H28比較：上位5つ）



■ どのようなスポーツ指導者が必要か（問43/複数回答）

- どのようなスポーツ指導者が必要かについては、「**スポーツの楽しみ方やスポーツへの興味・関心がわくような指導ができる人**」が**最も高く**、次いで「**健康・体力づくりのための運動やスポーツの指導ができる人**」「**スポーツの医科学的知識や技術をスポーツの指導に活用ができる人**」の順になっている。
- **H28調査と比較して、「スポーツの医科学的知識や技術をスポーツの指導に活用ができる人」の割合が大幅に増加している。**

どのようなスポーツ指導者が必要か（H28比較：上位5つ）

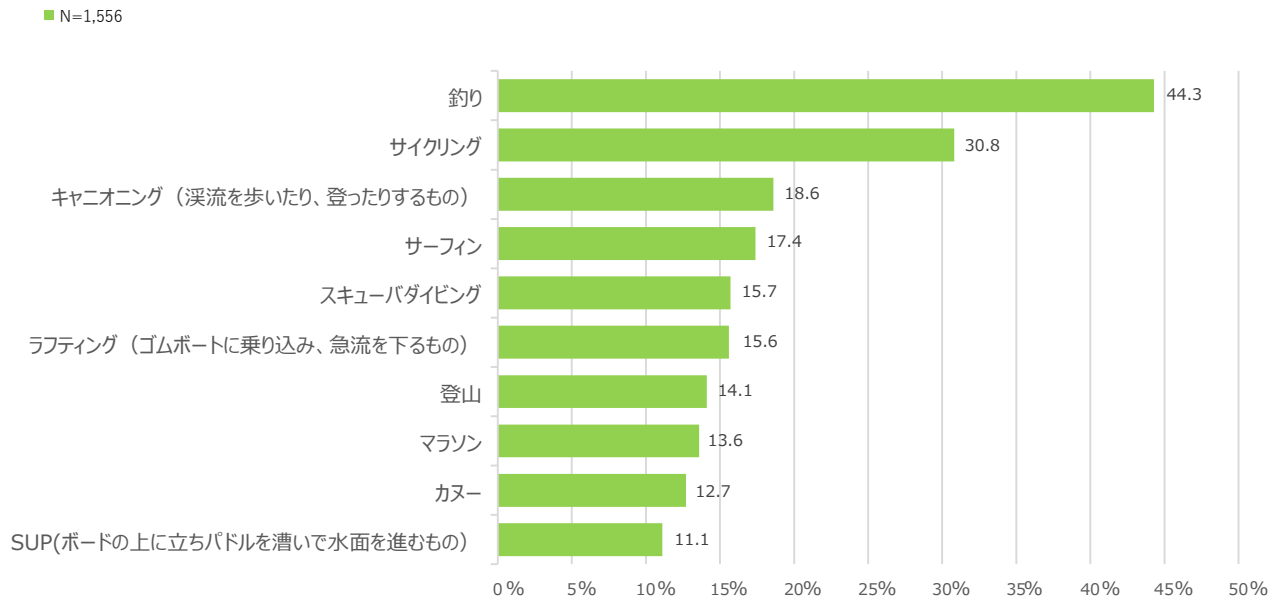


●スポーツツーリズムについて

■本県の魅力を生かした種目（問46/複数回答）

- 本県の魅力を生かした種目については、「釣り」が最も高く、次いで「サイクリング」、「キャニオニング」、「サーフィン」となっており、**多様な種目に関心がある**ことが見て取れる。

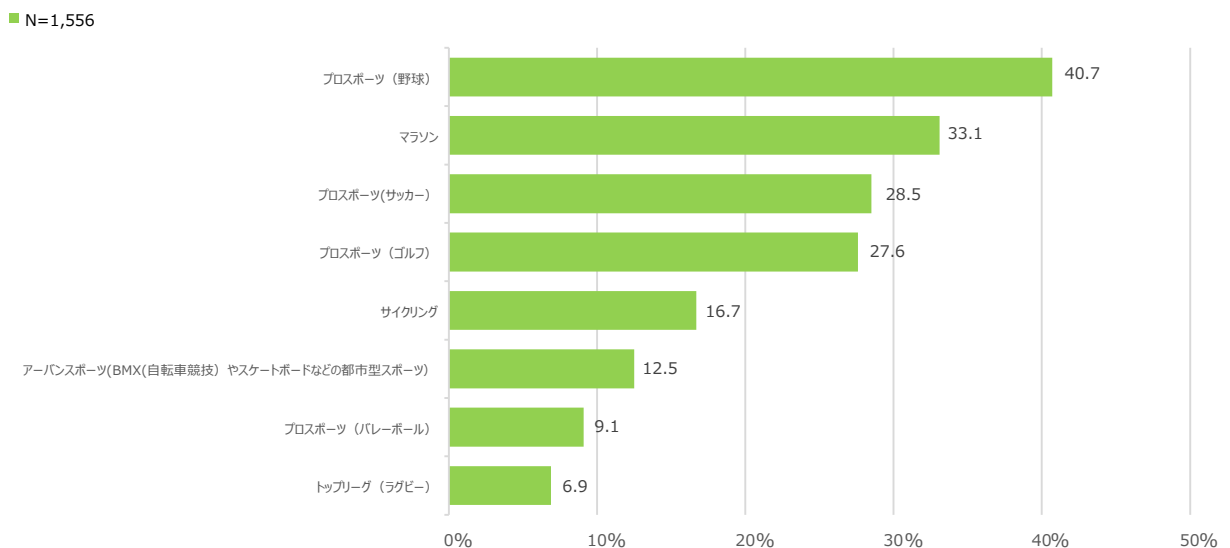
本県の魅力を生かした種目（上位10）



■県外からの誘客につながるスポーツイベント（問47/複数回答）

- 県外からの誘客につながるスポーツイベントについては、「プロスポーツ（野球）」が最も高く、「マラソン」、「プロスポーツ（サッカー）」、「プロスポーツ（ゴルフ）」の順になっている。

県外からの誘客につながるスポーツイベント（上位8つ）

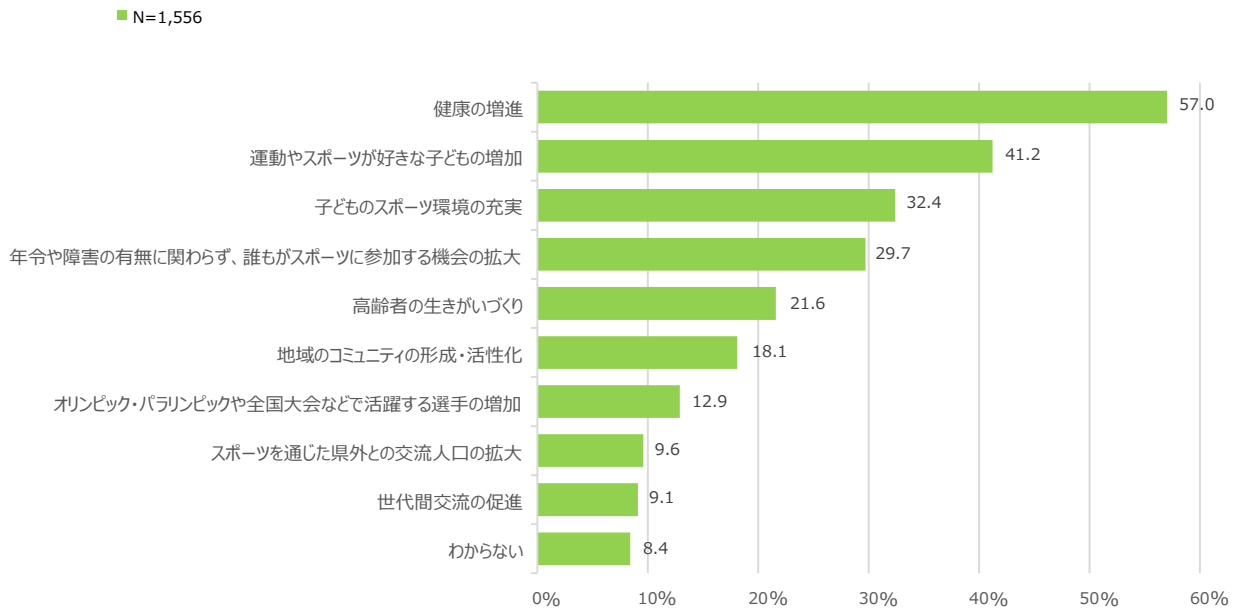


●地域のスポーツ振興について

■地域のスポーツ振興に期待する効果（問48/複数回答）

- 地域のスポーツ振興に期待する効果については、「健康の増進」が最も高く、次に「運動やスポーツが好きな子どもの増加」、「子どものスポーツ環境の充実」となっており、**健康や子どものスポーツに関することへの期待が高い。**
- 年代別に見ると、全ての年代で「健康の増進」が最も高く、次に20～60歳代は「運動やスポーツが好きな子どもの増加」、70歳代以上は「年令や障害の有無に関わらず、誰もがスポーツに参加する機会の拡大」となっている。

地域のスポーツ振興に期待する効果（上位10）

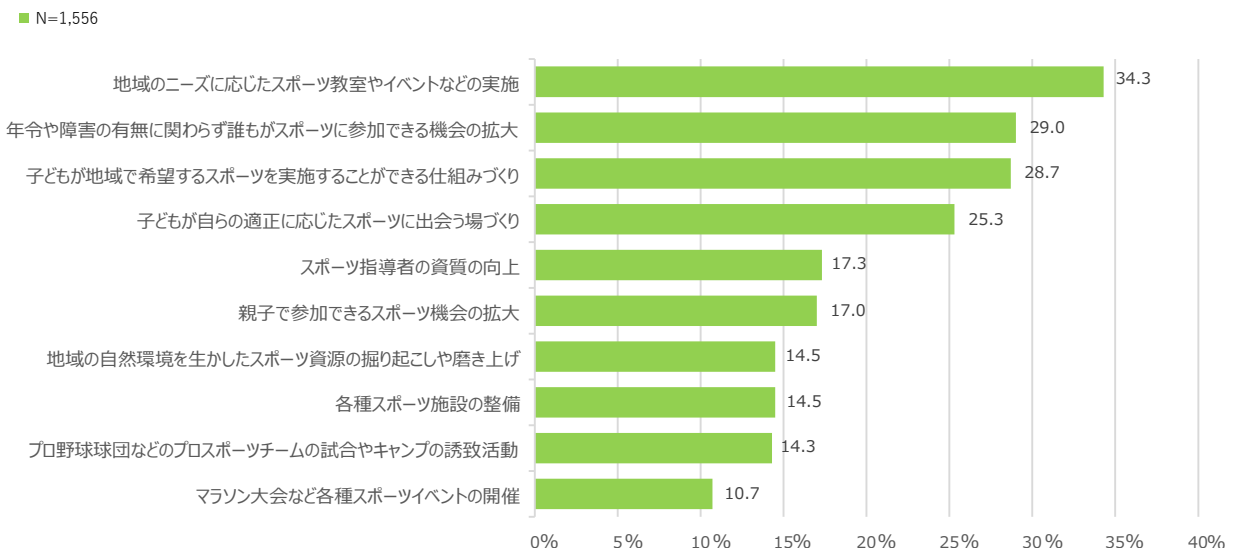


●県・市町村の取り組みについて

■県・市町村の取り組みへの要望（問49/複数回答）

- 県・市町村の取り組みへの要望については、「**地域のニーズに応じたスポーツ教室やイベントなどの実施**」が最も高く、次いで「年令や障害の有無に関わらず誰もがスポーツに参加できる機会の拡大」、「子どもが地域で希望するスポーツを実施することができる仕組みづくり」、「子どもが自らの適性に応じたスポーツに出会う場づくり」の順になっている。

県・市町村の取り組みへの要望（上位10）

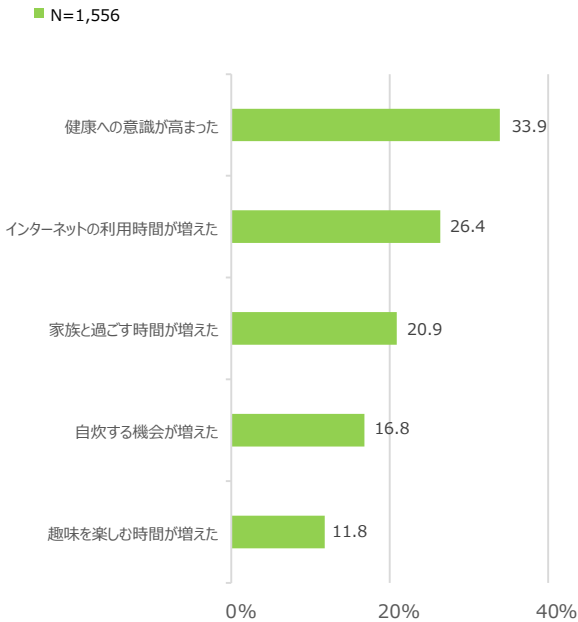


●新型コロナウイルス感染症の影響について

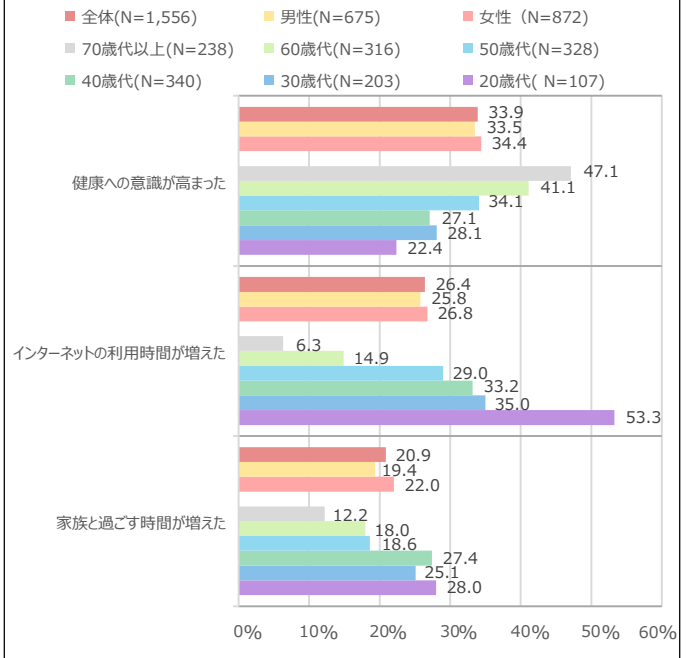
■新型コロナウイルス感染症の影響による日常生活環境の変化（問50/複数回答）

- 新型コロナウイルス感染症の影響による日常生活環境の変化については、「健康への意識が高まった」が最も高く、次いで「インターネットの利用時間が増えた」、「家族と過ごす時間が増えた」の順になっている。

新型コロナウイルス感染症の影響による日常生活環境の変化（上位5つ）



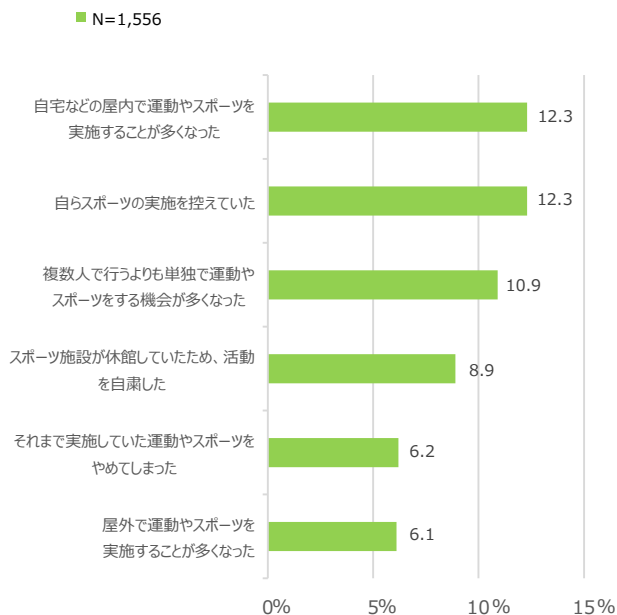
新型コロナウイルス感染症の影響による日常生活環境の変化（性別・年代別：上位5つ）



■新型コロナウイルス感染症の影響による運動・スポーツの実施環境の変化（問51/複数回答）

- 新型コロナウイルス感染症の影響による運動・スポーツの実施環境の変化については、「自宅などの屋内で運動やスポーツを実施することが多くなった」、「自らスポーツの実施を控えていた」が同率で最も高く、次いで「複数人で行うよりも単独で運動やスポーツをする機会が多くなった」、「スポーツ施設が休館していたため、活動を自粛した」の順になっている。
- 「自宅などの屋内でスポーツを実施することが多くなった」割合は、男性よりも女性が高い。

新型コロナウイルス感染症の影響による運動・スポーツの実施環境の変化（上位6つ）



新型コロナウイルス感染症の影響による運動・スポーツの実施環境の変化（性別・年代別：上位3つ）

