

調査結果の要約

1. 週1回以上の「定期的実施者」は62.0%であり、前回調査（H19）の52.3%、前々回調査（H13）の56.0%より増加している。男性においては前々回（53.0%）から前回（53.8%）にかけてやや増加し、今回にかけても61.6%と大きく増加した。女性においては前々回（58.0%）から前回（51.3%）にかけて減少していたが、今回は61.5%となっており、こちらも大きく増加した。全国調査（H21）では45.3%、兵庫県県民スポーツ意識調査（H23）では54.5%となっており、芦屋市民のスポーツ実施率が高いことがわかる。前回調査と比較すると、男女とも壮年層の定期的実施者が大幅に増加した。
2. 実施種目は、1位「散歩・ウォーキング」（64.1%）となっており、前回の55.0%よりさらに増加している。続いて、2位「ストレッチング」（28.5%）、3位「体操」（26.2%）、4位「ジョキング・ランニング」（13.5%）、5位「水泳」（12.7%）の順であり、“個人で気軽に行える運動”が特徴であると言える。実施希望種目は、1位「水泳」（26.8%）、2位「ヨガ」（26.0%）、3位「散歩・ウォーキング」（23.5%）、4位「ストレッチング」（23.0%）、5位「ハイキング」（21.4%）、6位「ジョキング・ランニング」（19.7%）、7位「サイクリング」（17.5%）、8位「登山」（16.7%）、9位「テニス」（15.7%）、10位は「体操」（15.1%）となっており、“個人で気軽に行える運動”に加え、『アウトドアスポーツ』も上位に入っている。特に、男性では「ジョキング・ランニング」と「サイクリング」の増加が顕著である。女性では「ストレッチング」と「体操」の伸びが大きい。
3. 運動・スポーツの実施時間としては、男性では「休日の午前」、女性では「平日の午前」が大幅に増加している。実施仲間は、「1人で」が大幅に増加し、「家族と」と「友人と」も増加しているが、「サークルやクラブの人と」が減少している。
4. 運動・スポーツ実施の阻害要因は、『時間的要因』と『経済的要因』が上位を占めているが、男性においては「勤務時間が長い」、「休暇がない」などといった『時間的要因』が占める割合が多い。女性においては、「家事が忙しい」、「子どもがいる」、「運動が苦手である」などといった性役割による阻害要因と、運動に対する苦手意識が影響していることがうかがえる。
5. 健康状態・体力の自己評価において、健康状態にある程度自信を持っている人（「大いに健康」と「まあ健康」）は84.0%であった。前回調査よりも男性では0.7ポイント、女性では0.9ポイント減少した。体力にある程度自信を持っている人（「自信が

ある」と「普通である」)は70.7%であり、前回調査より2.2ポイント減少した。

6. 健康・体力へ配慮においては、「常に注意を払っている」「時々払っている」人の合計が85.9%となっており、9割弱の人が健康・体力への配慮に注意を払っている。
また、健康・体力に関する自覚症状については、1位「体力の衰え」(63.2%)、2位「運動不足」(49.8%)、3位「精神的な疲労やストレス」(43.1%)となっており、「体力の衰え」、「肉体的な疲労」は前回、前々回と比べ増加している。一方、「運動不足」を感じる人が前々回、前回、今回と調査を重ねるたびに減っている。また、「食生活に気をつける」人が7割を超え、「睡眠や休養をよくとる」人が6割に上ることから、健康で活動的な生活を送っている人も増えていることがわかる。
7. 子どもの運動不足の理由は、1位「テレビを見る時間やゲームをする時間等が多く、外で遊ばなくなった」(77.4%)が前回(51.6%)、前々回(50.7%)と比べ、大幅に増加していることが注目される。続いて、2位「勉強・塾などに忙しくて時間がない」(58.9%)、3位「社会環境の変化(交通事故、犯罪等)に伴い、外は危険である」(44.4%)となっている。
8. 市教育委員会や市体育協会、スポーツクラブ21(コミスク)などが催すスポーツ行事への参加は、「参加した」が全体8.8%、男性9.4%、女性8.5%となっている。一方、不参加の人(「参加しなかった」と「知らなかった」)は87.9%になっており、参加率としては低いものになっている。
9. 今後参加したい地域スポーツ行事に関しては、前回と比べやや減少しているものの、1位「レクリエーション・イベント」(26.6%)、2位「体力テスト」(24.0%)となっているが、一方で、3位の「参加したくない」(21.3%)が前回と比べ6.6ポイント増加している。参加したいスポーツ教室は、1位「ヨガ」(24.6%)、2位「ストレッチング」(22.8%)である。これらは特に女性の人気が高い種目となっている。3位「テニス」(19.9%)、4位「水泳」(17.5%)、5位「ゴルフ(練習場)」と続き、「水泳」と「ゴルフ(練習場)」は男性の人気が高い種目となっている。
10. スポーツクラブや同好会への加入状況は、「加入している」が全体で27.3%、男性28.7%、女性23.9%となっており、男性の割合がやや高い。また、男性においては中年層の「過去に加入していたが、今は加入していない」の割合が高い。女性においては、年代が上がるにつれて「加入している」の割合が高くなっている。
今後加入したいスポーツクラブや同好会は、前回、前々回と比べて、「民間スポーツクラブ(フィットネスクラブ)や会員制のクラブ」が大幅に増加しており、特に

女性の民間クラブ志向が強い。また、「スポーツクラブ 21・コミスクや同好会」に加入したい人も男女とも増加している。

11. 市民が整備してほしいと考えている運動・スポーツ施設の種目は、1位「散歩・ウォーキング」(25.3%)、2位「水泳」(18.1%)、3位「ヨガ」(16.8%)、4位「サイクリング」(15.2%)、5位「ゴルフ場(練習場)」(13.7%)となっている。男性においては「サイクリング」、「ジョキング・ランニング」、「釣り」を行える屋外施設がほしいと回答した人が女性よりも多く、女性においては「ヨガ」、「ストレッチング」、「ダンス」を行える屋内施設がほしいと回答した人が男性よりも多い。つまり、男性は『アウトドアスポーツ』を行える自然、道路の整備を求めており、女性は『スタジオプログラム』を行える身近な屋内施設を求めていることが示唆される。
12. 公共スポーツ施設への要望としては、1位「予約なしで参加できるプログラムがほしい」(47.4%)、2位「利用料金を安くしてほしい」(40.7%)、3位「施設の利用手続きを簡単にしてほしい」(34.6%)、4位「利用者の駐車料金を安くしてほしい」(30.4%)、5位「中・高齢者用のプログラムがほしい」(26.3%)となっている。前回、前々回と比較すると、「中・高齢者用のプログラムがほしい」、「クラブハウスやくつろぐ場がほしい」といった項目が今回はやや減少している。
13. 運動・スポーツ情報のニーズは、1位の「スポーツ施設の案内」(44.7%)が前回、前々回と比べて大幅に増加していることから、身近な場所で運動・スポーツを行いたいと感じている人が増えていけると言える。続いて、2位「各種スポーツ教室の案内」(41.4%)、3位「健康・体力づくり情報」(36.8%)、4位「新しいスポーツ、気軽にできる運動・スポーツなどの情報」(34.3%)、5位「スポーツ行事やスポーツイベントの情報」(28.1%)となっている。これらの情報は主に「広報あしや」、「新聞・雑誌」、「知人や近所の友人」等から得ている。
14. 過去1年間にテレビの視聴等を除き、直接スポーツの試合を観戦したことのある人は44.3%となっている。男性においては50.1%、女性においては38.8%となっており、男性の方が直接スポーツ観戦をしたことのある人が多い。
15. 過去1年間のスポーツ・ボランティア経験は「ある」と回答した人は全体で7.9%、男性10.1%、女性6.4%となっており、9割強の人がない。スポーツ・ボランティアの内訳としては、1位「【地域のスポーツイベント】大会・イベントの運営や世話」(56.9%)、2位「【日常的な活動】団体・クラブの運営や世話」(46.6%)、3位「【日常的な活動】スポーツの指導」(31.0%)となっている。男性においてはスポーツの

審判を行っている人が多く、女性においては地域のスポーツイベントの運営や世話を
行っている人が多い。

16. 国際大会への関心については、「非常に関心がある」が全体で 37.4%、男性 43.3%、女性 33.5%、「やや関心がある」が全体 48.8%、男性 44.2%、女性 52.0%となっており、芦屋市民のスポーツの国際大会への関心は高い。また、国際大会をわが国で開催することに関しては、「好ましい」が全体 49.3%、男性 55.2%、女性 45.4%、「どちらかと言えば好ましい」が全体 34.4%、男性 30.6%、女性 37.0%となっており、8割強の人が我が国での国際大会の開催について好ましいと考えている。
17. 障がい者スポーツへの関与は、1位「テレビやラジオ、新聞などで、間接的に見たり、聞いたことがある」(84.1%)、2位「全く知らない」(10.2%)、3位「直接観戦したり、または参加したことがある」(4.7%)となっており、8割強の人が間接的な関与となっている。
18. 障がい者スポーツを支援するボランティア活動への希望は、「ぜひ行いたい」、「できれば行いたい」と積極的な意見を合わせると、全体で 14.8%、男性 15.4%、女性 14.2%となっている。「ぜひ行いたい」、「できれば行いたい」と回答した人の内訳は、1位「スポーツ大会・イベントの運営や手伝い」(82.9%)、2位「スポーツ団体・クラブの運営や手伝い」(37.4%)、3位「スポーツの指導や助言」(9.8%)の順である。
19. 障がい者スポーツの普及・推進に関する意見としては、1位は「身近なスポーツ施設のバリアフリー化を進め、利用しやすくする」(54.3%)、2位「障がい者の優先スポーツ施設の整備と一般公共体育施設に障がい者スポーツ用具を整備する」(10.1%)、3位「障がい者スポーツ教室・大会を開催する」(8.3%)、4位「障がい者スポーツのサークルを育成する」(6.9%)、5位「指導者を増やす」(5.2%)の順である。
20. スポーツ振興に関する要望としては、1位「地域で、身近に利用できるスポーツ施設を整備する」(60.6%)、2位「スポーツの情報サービスを充実する」(31.0%)、3位「各種のスポーツ教室やイベントを開催する」(30.6%)、4位「野外のスポーツ・レクリエーション施設を整備する」(23.6%)、5位「学校の施設開放を進める」(19.6%)となっている。
性別で比較すると、男性においては「野外のスポーツ・レクリエーション施設を整備する」が女性より多くなっており、女性においては「地域で、身近に利用できるスポーツ施設を整備する」が男性よりも多くなっている。