

令和2年度 スポーツの実施状況等に関する世論調査 抜粋

令和3年2月25日

～成人の週1日以上スポーツ実施率は 59.9%（令和元年度 53.6%）～

このたび、令和2年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」を実施し、調査結果の概要を別紙のとおり取りまとめましたのでお知らせします。

スポーツ庁においては、この調査結果も踏まえて、ライフステージに応じたスポーツ活動の推進とその環境整備を行い、成人のスポーツ実施率を週1日以上が65%程度、週3日以上が30%程度となることを目指してまいります。

1.スポーツ実施率

- 成人の週1日以上スポーツ実施率は59.9%（前年度 53.6%）〔6.3ポイント増〕
- 全ての年代層で前年度を上回っている。特に女性は20代～40代、男性は20代～30代の各層で10ポイント程度向上
- スポーツ実施の頻度が増えた回答者にその理由を尋ねたところ、「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」の順
- 運動不足を感じると回答した割合は79.6%（前年度78.7%）〔0.9ポイント増〕
- 成人の週3日以上スポーツ実施率は30.9%（前年度27.0%）〔3.9ポイント増〕
- 「現在運動・スポーツはしておらず今後もするつもりはない」と答えた「無関心層」が13.2%（前年度15.2%）〔2.0ポイント減〕

2.スポーツ実施状況における環境変化

- スポーツを実施する環境変化について、「特に変化は感じられなかった」が全体の約6割を占めているが、特に、女性20代において「自宅等の屋内でスポーツや運動を実施することが多くなった」が約2割と、他の層を大きく上回っている。

3.「みる」「ささえる」スポーツ

- スポーツの現地観戦（直接現地で見）割合は、全体で21.1%（前年度27.4%）〔6.3ポイント減〕
- スポーツに関するボランティアに参加した割合は9.7%（前年度11.0%）〔1.3ポイント減〕

4.スポーツの価値について

- 運動・スポーツについて「大切」「まあ大切」としている者の割合は74.9%（前年度：71.8%）〔3.1ポイント増〕
- スポーツがもたらす効果としては、「健康・体力の保持増進」を感じている者が77.0%と最も高く、「人と人との交流」「精神的な充足感」と続いており、いずれも、スポーツ実施頻度が 高い層ほど強く感じている。

5.今後の対応について

今回の調査結果を踏まえて、

- 1 ビジネスパーソン、女性、高齢者といったターゲットに応じたスポーツ活動推進のための「Sport in Life プロジェクト」の着実な実施
- 2 インターネットの活用等、「新しい生活様式」に対応した、自宅等の屋内でも気軽にできるスポーツや運動の推進
- 3 コロナ禍で高まった健康志向を活かし、関係省庁、団体と連携したスポーツ活動の充実等に取り組んでいく。

※ 調査方法について

本調査は昭和54年度から概ね3年ごとに実施してきた「体力・スポーツに関する世論調査」

（参考）成人のスポーツ実施率の推移

