

令和2年度
スポーツの実施状況等に関するアンケート調査
【鶴岡市調査】

結果報告書

令和3年3月
鶴岡市教育委員会スポーツ課

目次

I. 調査の概要	2
II. 調査結果	
1. 回答者の属性	
(1) 性別	3
(2) 地域別	3
(3) 年代別	3
2. 健康・体力・運動不足への認識	
(1) 現在の健康状態	4
(2) 体力の自信の有無	4
(3) 運動不足を感じるか	5
(4) スポーツへの関心の有無	5
3. 運動・スポーツの実施状況	
(1) この1年間に行った運動・スポーツの種目	6
(2) この1年間に運動・スポーツを行った日数	7
・成人の週1日以上の実施率	7
・成人の週3日以上の実施率	7
(3) この1年間に行った運動・スポーツの実施頻度への満足感	8
(4) この1年間に運動・スポーツを行った理由	8
(5) この1年間に運動・スポーツを行わなかった理由	9
4. 運動・スポーツに関するご意見等	10～12
III. 調査票	13～16

調査の概要

1. 調査目的 市民の運動・スポーツに関する実施状況等を把握し今後の施策の参考とする。
2. 調査項目
 - (1) 記入者のことについて
 - 問1 性別
 - 問2 年齢（年代）
 - 問3 居住地域
 - (2) 健康・体力等に対する意識について
 - 問4 現在の健康状態
 - 問5 体力の自信の有無
 - 問6 運動不足を感じるか
 - 問7 運動・スポーツへの関心の有無
 - (3) 運動・スポーツの実施状況等について
 - 問8 この1年間に行った運動・スポーツの種目
 - 問9 この1年間に行った運動・スポーツの日数（実施頻度）
 - 問10 この1年間の運動・スポーツの実施頻度に対する満足度
 - 問11 この1年間に運動・スポーツを行った理由
 - 問12 この1年間に運動・スポーツをしなかった理由
 - (4) 運動・スポーツに関するご意見等
3. 調査対象
 - (1) 母集団： 満18歳～79歳（令和2年4月1日現在）の鶴岡市民
 - (2) 標本数： 1,000
 - (3) 抽出方法： 無作為抽出法
4. 調査期間 令和3年1月15日（金）～2月21日（日）
5. 調査方法 郵送調査法
6. 調査主体 鶴岡市教育委員会スポーツ課
7. 回収結果 有効回収数 457人（回収率45.7%）

調査結果

■調査結果の表示方法

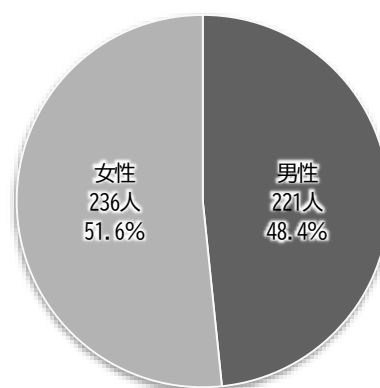
(N)は質問に対する有効回答者数で、100%が何人の回答に相当するかを示す比率算出の基数です。結果数値(%)は、表章単位未満を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合があります。データ比較のために使用した調査結果は次のとおりです。

- ・「スポーツライフに関する調査」鶴岡市教育委員会（平成24年実施・前々回調査）
- ・「運動・スポーツに関するアンケート調査」鶴岡市教育委員会（平成30年実施・前回調査）

1. 回答者の属性

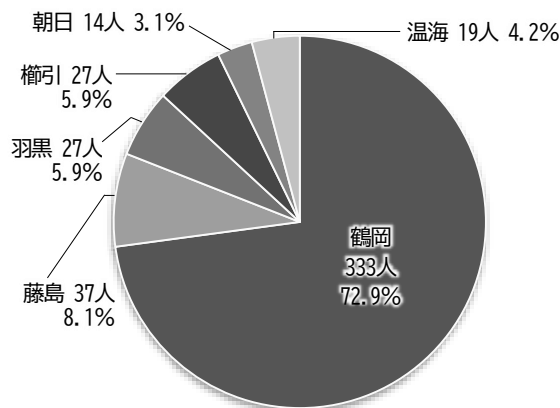
(1) 性別

性別	人数(人)	割合(%)
男性	221	48.4
女性	236	51.6
合計	457	



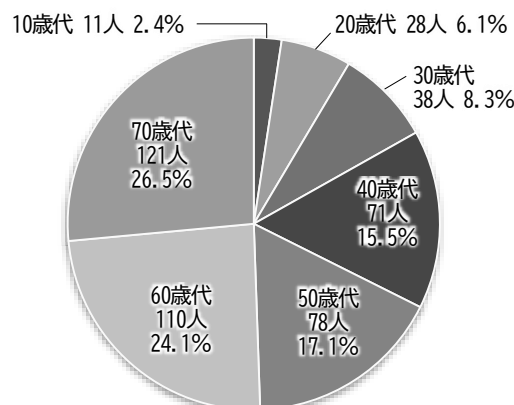
(2) 地域別

地域	人数(人)	割合(%)
鶴岡	333	72.9
藤島	37	8.1
羽黒	27	5.9
櫛引	27	5.9
朝日	14	3.1
温海	19	4.2
合計	457	



(3) 年代別

年代	人数(人)	割合(%)
10歳代	11	2.4
20歳代	28	6.1
30歳代	38	8.3
40歳代	71	15.5
50歳代	78	17.1
60歳代	110	24.1
70歳代	121	26.5
合計	457	

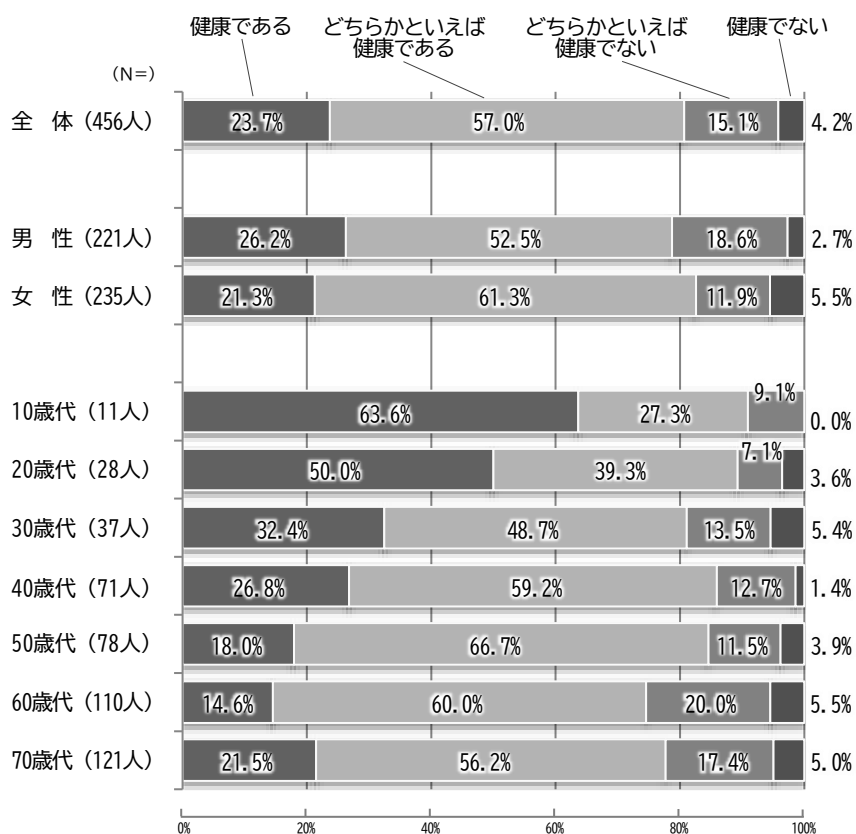


2. 健康・体力・運動不足への認識

(1) 現在の健康状態

このところ健康だと思うかを聞いたところ、「健康である」、「どちらかといえば健康である」とする人の割合は、全体で80.7%となり、市前回調査と比較すると4.4ポイント減少しました。

男女別に見ても大きな差異はなく、年代別に見ても各年代とも、自らを健康であると認識している人の割合は高い傾向にあります。

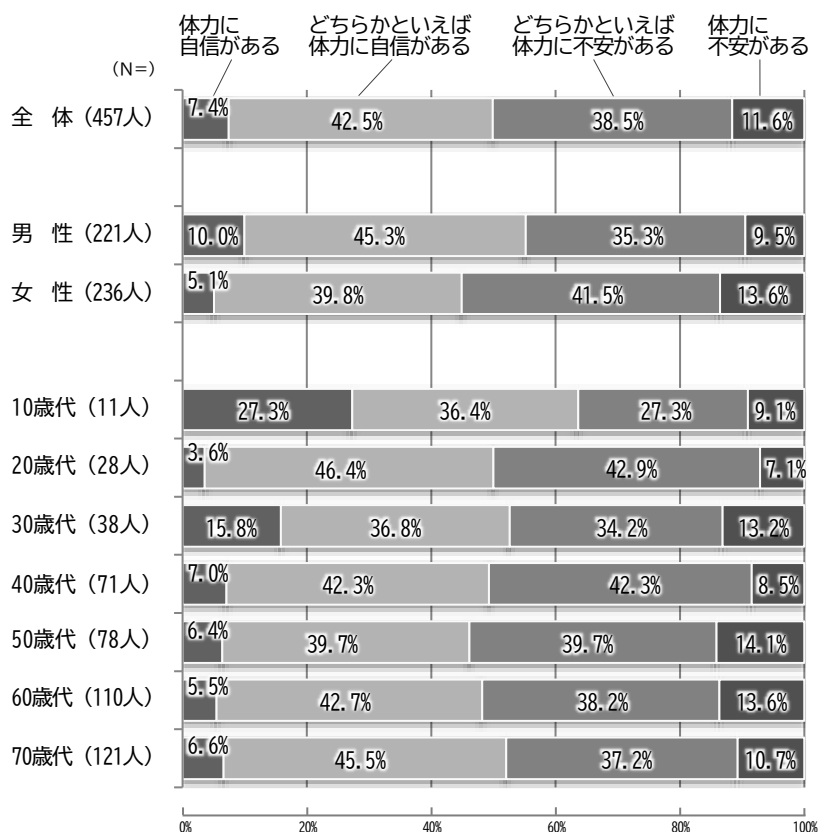


(2) 体力の自信の有無

自分の体力についてどのように感じているかを聞いたところ、「体力に自信がある」、「どちらかといえば体力に自信がある」とする人の割合は、全体で49.9%となり、市前回調査と比較すると8.4ポイント減少しました。

男女別に見ると、全体と比較すると男性では「自信がある」とする人の割合、女性では「不安がある」とする人の割合が、それぞれ高くなっています。

年代別に見ると、「自信がある」とする人の割合は、10歳代の63.7%を最高に、各年代とも50%前後となっています。

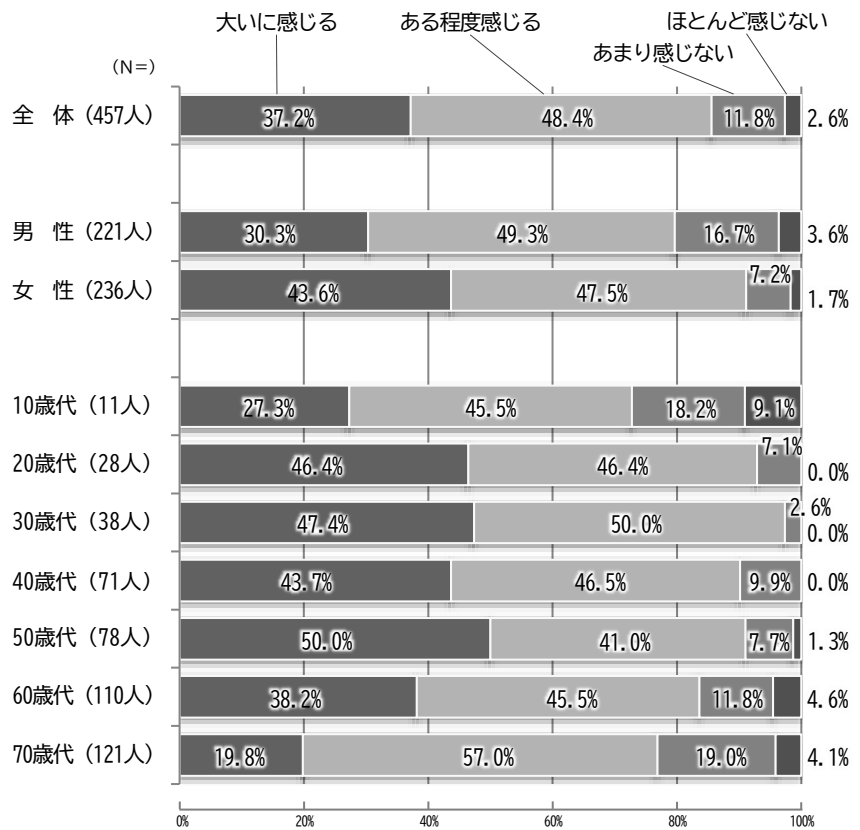


(3) 運動不足を感じるか

普段、運動不足を感じるかを聞いたところ、「大いに感じる」、「ある程度感じる」とする人の割合は、全体で85.6%となり、市前回調査と比較すると10.1ポイント増加しました。

男女別に見ると、運動不足を「感じる」とする人の割合は、女性が男性より高くなっています。

年代別に見ると、20歳代から50歳代で、運動不足を「感じる」とする人の割合が高い傾向にあります。

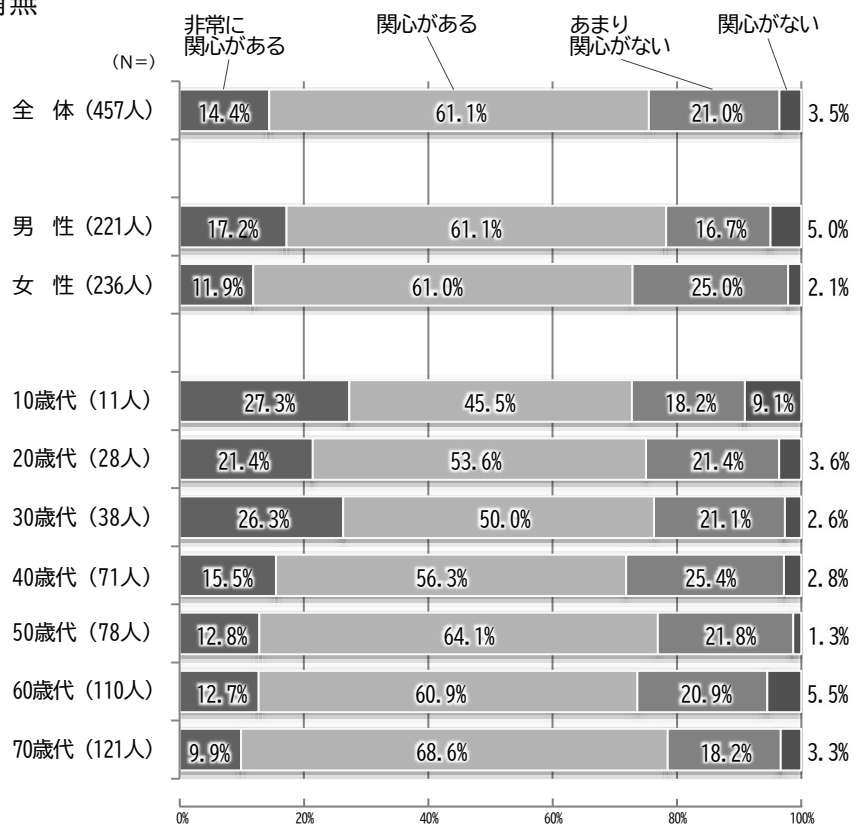


(4) スポーツへの関心の有無

運動・スポーツに関心があるかを聞いたところ、「非常に関心がある」、「関心がある」とする人の割合は、全体で75.5%となり、市前回調査と比較すると1.4ポイント増加しました。

男女別に見ると、運動・スポーツに「関心がある」とする人の割合は、男性が女性より高くなっています。

年代別に見ると、運動・スポーツに「関心がある」とする人の割合は、各年代で大きな差異はなく、その内、「非常に関心がある」とする人の割合は、10歳代から30歳代で高い傾向にあります。



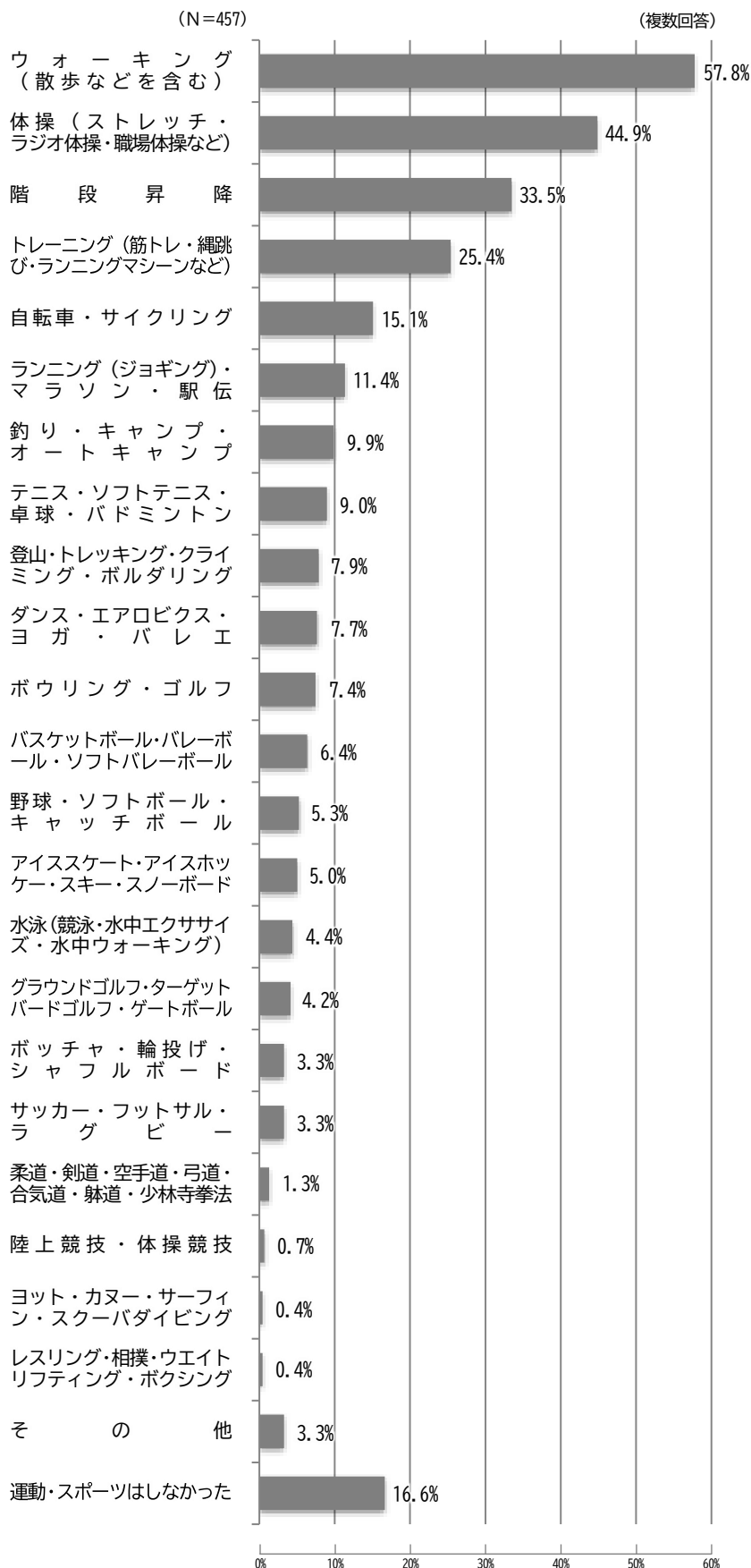
3. 運動・スポーツの実施状況

(1) この1年間に行った運動・スポーツの種目

この1年間に行った運動やスポーツを聞いたところ、運動やスポーツについて何らかの選択肢を挙げた人（「運動やスポーツを行った」とする人）の割合は、全体で83.4%となり、市前回調査と比較すると1.0ポイント減少しました。

この1年間に行った運動・スポーツの種目については、「ウォーキング(散歩などを含む)」を挙げた人の割合が57.8%と最も高く、次いで「体操(ストレッチ・ラジオ体操・職場体操など)」が44.9%、「階段昇降」が33.5%、「トレーニング(筋トレ・縄跳び・ランニングマシンなど)」が25.4%の順となりました(複数回答上位4項目)。

割合の最も高かった「ウォーキング(散歩などを含む)」については、市前回調査(50.5%)と比較すると7.3ポイント増加し、前々回調査(42.0%)と比較すると15.8ポイント増加しました。

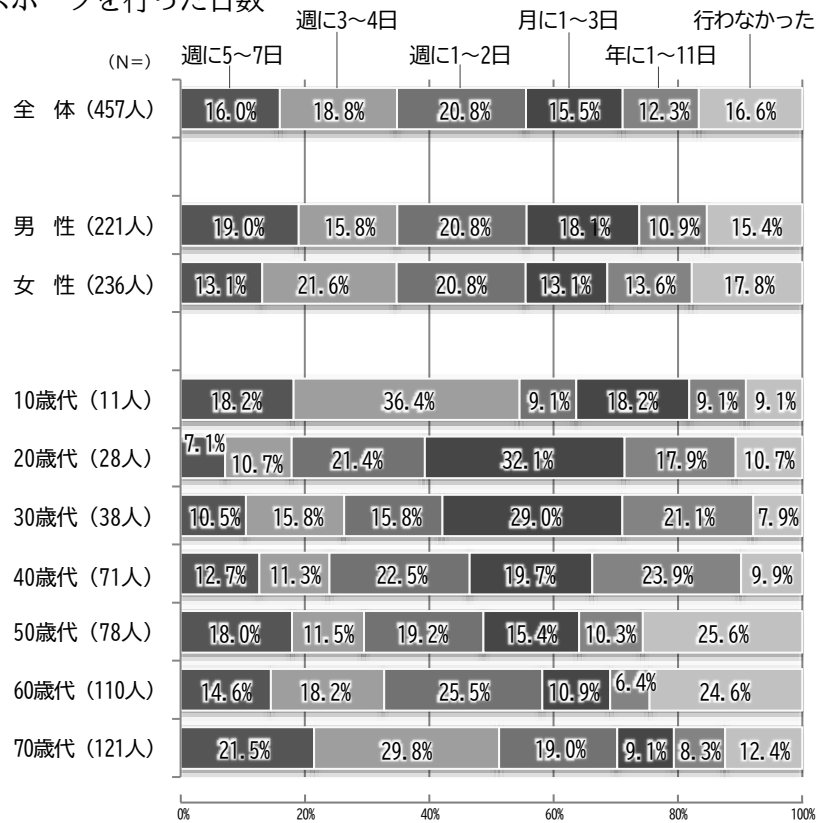


(2) この1年間に運動・スポーツを行った日数

この1年間に運動・スポーツをどのくらいの頻度で行ったかを聞いたところ、「週に1日以上」とした人の割合は、全体で55.6%となり、市前回調査との比較で増減はありませんでした。

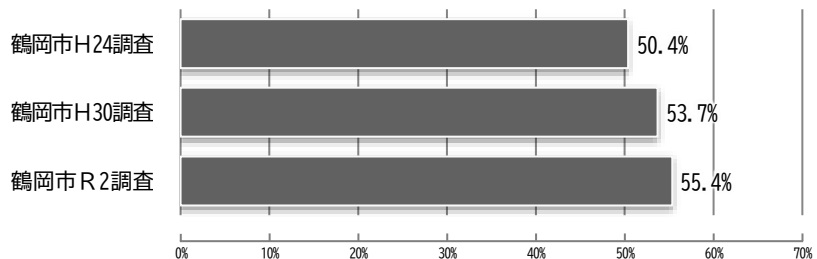
「週に3日以上」とした人の割合は、全体で34.8%となり、市前回調査と比較すると9.8ポイント増加しました。

年齢別に見ると、「週に1日以上」とした人の割合は、20歳代を底に、30歳代以降、徐々に上昇しています。



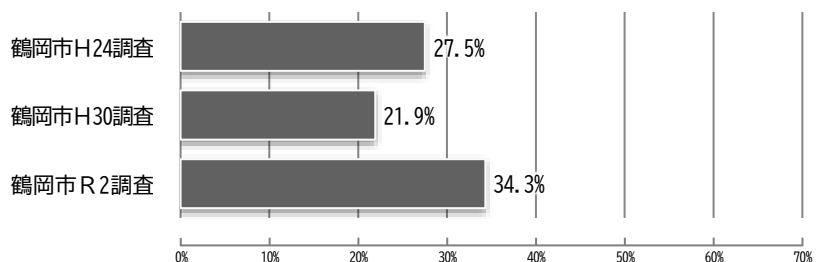
【成人の週1日以上の運動実施率】

上記の年齢別集計から10歳代を除いた「成人の週1日以上の運動実施率」は、55.4%となり、市前回調査と比較すると1.7ポイント増加しました。



【成人の週3日以上運動実施率】

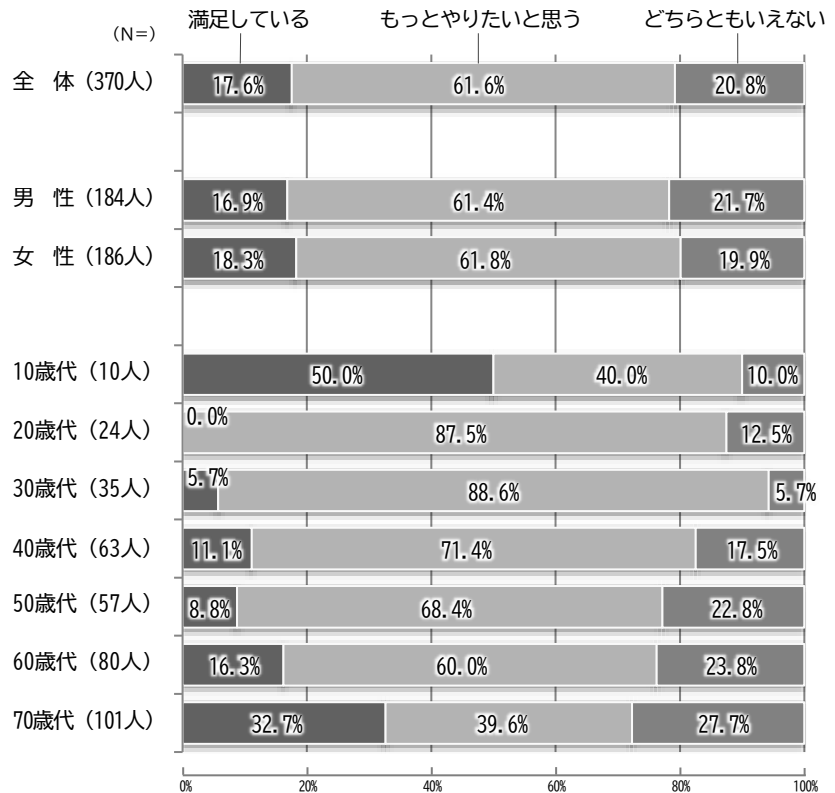
同じく、「成人の週3日以上運動実施率」は、34.3%となり、市前回調査と比較すると12.4ポイント増加しました。



(3) この1年間に行った運動・スポーツの実施頻度への満足感

この1年間の運動・スポーツの実施頻度に満足しているかを聞いたところ、「もっとやりたいと思う」とする人の割合が、全体で61.6%と最も高く、「満足している」とする人の割合17.6%を大きく上回っています。

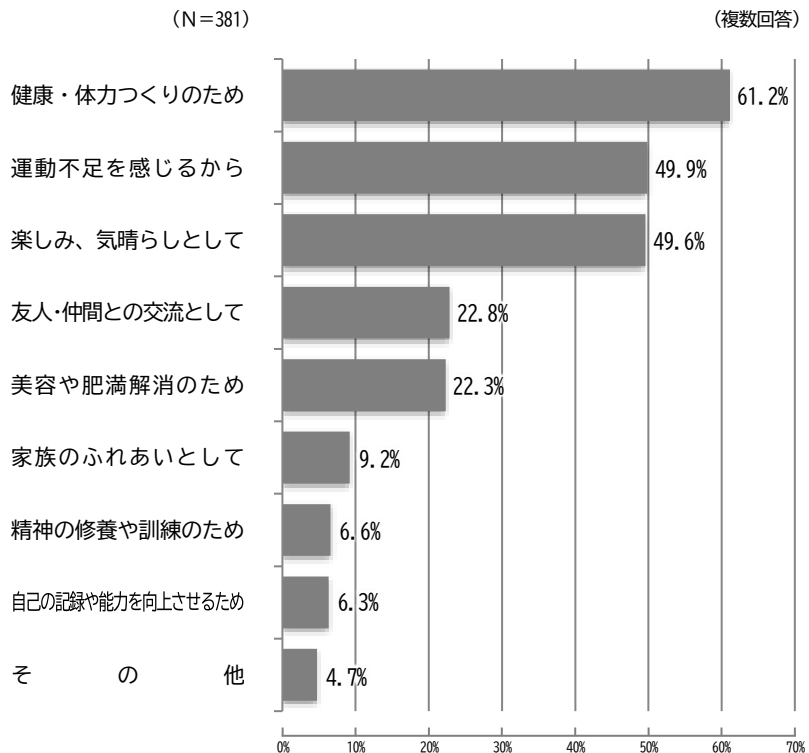
男女別に見ると、大きな差異はなく、年代別に見ると、「もっとやりたいと思う」とする人の割合は、30歳代が最も高く、次いで20歳代、40歳代、50歳代の順に高くなっています。



(4) この1年間に運動・スポーツを行った理由

この1年間に運動・スポーツを行ったとする人に、その理由を聞いたところ、「健康・体力づくりのため」が61.2%と最も高く、次いで「運動不足を感じるから」が49.9%、「楽しみ、気晴らしとして」が49.6%、「友人・仲間との交流として」が22.8%の順となりました(複数回答上位4項目)。

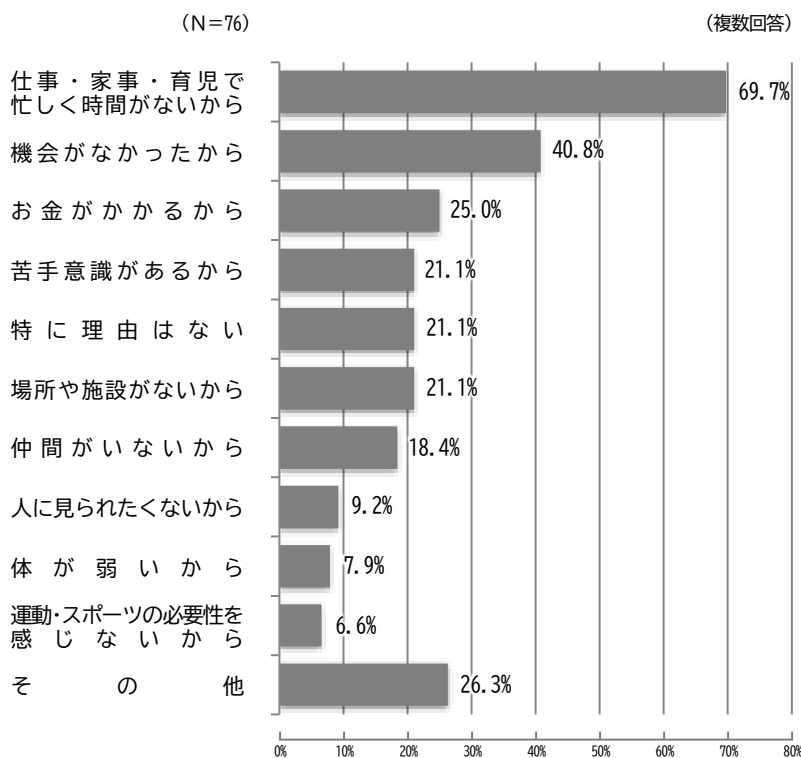
「その他」には、「リハビリのため」、「部活動の指導のため」、「犬の散歩のため」、「会社の行事として(ラジオ体操)」などがありました。



(5) この1年間に運動・スポーツを行わなかった理由

この1年間に運動・スポーツを行わなかったとする人に、その理由を聞いたところ、「仕事・家事・育児で忙しく時間がないから」が69.7%と最も高く、次いで「機会がなかったから」が40.8%、「お金がかかるから」が25.0%、「苦手意識があるから」、「特に理由はない」、「場所や施設がないから」、「仲間がないから」が21.1%の順となりました（複数回答上位4項目）。

「その他」には、「身体障害のため」、「持病があるため」、「けが・病気の療養中のため」、「気持ちはあるがやる気が湧かないため」、「疲れが残り生活に支障が出るため」などがありました。



4. 運動・スポーツに関するご意見等（自由記入）

■生涯スポーツについて

- ・現在水泳教室に通っていますが、年齢が高くなると辞めていく人が多く残念に思っています。年齢が高くなってもやれる運動、体操教室があればうれしく思います。
- ・100才まで生きても体質は多様と思う。小さい時から多様な健康づくり・保持を学習し高齢期に備えたらいいと思う。また、最終は寝たきりになるので、介護期のサービスを最高度の制度にすれば理想的と思う。（保健、運動、介護の一元化）
- ・市民の健康促進、医療費削減の為に、無料かなるべく負担にならない金額でスポーツイベントを年間通して実施していただけたらいいと思います。特に平日。
- ・コロナの為に、集まってする体操等に出かけにくく自分なりの運動になった。特に冬は、百歳体操等テレビに映してできる物があればよかった。
- ・月4回のストレッチは1回¥100、月4~5回のシルバーバレーボールは1回¥100と、こんなに安く体力保持できる場所はありません。財布にもやさしくありがたいと思っています。
- ・車の免許がないので、今まで通り市バスの送迎をお願いします。
- ・歳を感じるようになり、道具を使用するスポーツに危険を感じるようになったためウォーキングを長時間しています。時間のない方にスポーツは容易ではないと思います。
- ・若い人がもっと運動しやすい環境、行事を開いてほしいです。
- ・楽しみにしていた里山歩きがコロナにより中止、残念でした。次は開催されることを期待します。毎年のように参加しています。教育委員会スポーツ課の方々に感謝しています。
- ・私の勤める会社の社長（76才）が週一曜日に体操に行っています。（にこふる？）仲間もできてイキイキしているのを見て、とても良いなあと思っています。単発の企画ではなく週単位で開催される若い人向けの同じようなものがあればなと思います。
- ・ラジオ体操を市民が関心を持って認識していくよう取り組み、ラジオ体操を市民皆の健康づくりとしてはいかがでしょうか。市役所でも1日1回マイクで発声して鶴岡はラジオ体操の市であることを声高くされてはいかがでしょう。
- ・健康の保持増進に欠かせない運動の大切さをアピールし、より楽しく気軽にスポーツ施設を利用できるように工夫する。退職後の方や時間に余裕のある人を募って運動公園の庭木の手入れや草とり、ゴミひろい等をする活動も良いと思います。
- ・ジムや施設でお金を使って運動する事がスポーツではない事をもっと知ってもらう事が大切。
- ・スポーツのイベントがあれば行きたい。あったのかもしれないが情報がなかった。
- ・近郊の山の登山/トレッキング道の整備と状況の発信を願いたく。
- ・緊急無線を使って毎日市全体でラジオ体操して市全体の体力アップを図ってはいかがでしょう。朝は皆さん忙しいでしょうから昼間時間を利用して。
- ・小さい子を預けてスポーツできたらイイナと思います。子どもが小さいとなかなかできずです。
- ・地域におけるスポーツ・レクリエーション活動について、全市の一体的なコミュニティスポーツの振興とスポーツに親しむ機会の増につなげるため、旧町村地域の組織実態を検証し、各地域体協組織を自治組織も含めた組織への改編を誘導することも一つの方策ではないか。

■施設について

- ・気軽に利用できる施設や場所がほしい。
- ・小真木原にウォーキングに行きます。いつも公園が整備されていてありがたいです。
- ・もっと運動したいと思いますが、車の運転ができないので、歩きか自転車で行ける範囲に運動する場所がないのが残念です。
- ・気軽に自由にスポーツができる施設、公共場所があったらいいと思う。近くに運動できるような小公園はあるが、個人で使うにはどのようにしたら使うことができるのかわからない。小真木のスポーツ施設など、個人で自由に使える時間などは？
- ・気軽に行けるグラウンド、体育館があれば利用したいが、鶴岡は気軽と呼べる施設がない。
- ・夜間開いている施設があると大いに助かる。例えば、20時~22時（23時）

- ・公的施設の有効利用として、家族単位で体育館等を使えるようもっと広報して欲しい。(1時間こんな風に使えますよとか、いくらですよとか) バドミントンやサッカー、フリスビー、紙飛行機、キャッチボール、風や天気に関わらず楽しめたらいいな。
- ・スポーツセンターはあるが、各種大会で使用していたり、使用すると地元なのにお金がかかったりと、合併してから気軽に利用できなくなったので、自然と遠のきました。空いているときは地元民無料とかできないでしょうか。特に卓球がやりたいです。
- ・気軽に家族で行けるような室内運動施設がほしい。
- ・スポーツジムにかかる金額が高い。年会費ではなく回数券のような行きたい頻度で買えて安い仕組みがあればいい。公共施設で安いところがほしい。コロナ対策としても大浴場ではなく個別シャワー室がほしい。外観にお金はかけずに中身重視の建物を。コロナがあるのでアプリで今の使用状況が分かるなどITも駆使してほしい。
- ・春から秋までは一日5千~1万歩を目指しウォーキングをしていましたが、雪道転倒骨折を経験した事から、冬は歩けず運動不足となっている。小真木のトレーニングルームを利用したこともありますが、ランニングマシーンは混んでいたこともあり行きづらくなっている。冬期間は体育館の中を何周も歩いたら運動不足解消になると思いますが現在使用可能ですか。
- ・南銀座にある本町二丁目広場?のような、大人用のトレーニング・健康器具がある公園の情報を知りたいのですが、市のホームページではGoogleの公園マップしか見つけられませんでした。緑地なのか遊具があるのか等の情報をわかるようにしてもらいたいです。別のページに掲載があったらすみません。
- ・ジムに1年間ちょっと籍をおきましたが、自分の思ったよりたまにしか行けず結果も出ないので段々足が遠のき結局やめてしまいました。近場にあればもうちょっと体を動かす事を考える事が出来ると思います。
- ・フォークダンスをやっていますが、100名位の人数で講習等を安い料金で利用できる会場があればと思います。(学校体育館以外)
- ・コロナ感染が気になってジムの利用やプール使用に抵抗がある。
- ・コロナの為、上手く施設を使えなかった。
- ・体育施設を利用していますが、多くの機器が故障しており、使用できる機器が少ないため十分使えない状況にあります。順番待ちして使っています。一日も早く修理をお願いします。
- ・サッカーの室内球技場を作って欲しい。(人工芝でサッカー専用)
- ・町中にバスケ、テニス、フットボールができる環境(コート)がほしい。
- ・他市町のような整備されているパークゴルフ場。
- ・三中学区内に体育館施設(防災機能併設)の建設整備を望みます。(例:旧二小跡地等)
- ・屋内体育施設の改築できれば増設。低料金での利用。お願いします。
- ・サッカー専用スタジアムの構想ありますか。
- ・冬場に体を動かせる場所をふやしてほしい。
- ・湯野浜、由良、三瀬海岸へ通年型の温水シャワーの設置を希望します。
- ・旧町村地域の体育施設は、地域の生涯スポーツの拠点です。体育施設の指定管理について、市体協よりも地域住民が主体となって運営する組織の方が、地域に密着した施設の運営とコミュニティスポーツの振興につながると思いませんか。コミセンの指定管理者で地域事情に精通する広域コミュニティ組織や、自主財源が脆弱で補助金頼りの各地域の総合型スポーツクラブは考えられませんか。現在建設中の屋内多目的運動施設についても、市体協の指定管理ありきではなく、立地環境や施設の整備目的に照らし十分検討いただきたいと思います。既存施設も含め是非再考してはいかがでしょうか。

■自身の運動について

- ・磯釣りが好きで自分の体調に合わせて行っています。
- ・体力の衰えを感じており、適した運動が思いつかない。
- ・腰痛を発症し足に筋肉痛を起こす事が多く、運動しようとは思いますが思うように出来ていない。
- ・スポーツ課には水泳や里山歩きでお世話になっていたが、4年前の体の手術以来全くできなく

- なっている。今はウォーキングのみ、何とか健康を維持している。
- ・私は80才になります。今の健康を維持できればと思っております。
 - ・以前やっていたスキーをまたやりたいが、コロナの影響で不可能かも。
 - ・機会があればしたいのですが、体がなまけてしまったので動くのがおっくうでしていません。
 - ・スポーツではないがガーデニングと野菜づくりをしているので、4~9月では天気の良い日は外で2~3時間は体を動かしていることになる。好きでやっていることなのでスポーツとは言えないと思うが、まあ満足している。冬期になると体を動かすことが少なくなる。
 - ・目が不自由な為、近所の散歩程度しかできず、ひきこもり状態です。自由に歩けない、見えない分、音（耳）でスポーツを感じています。
 - ・生涯スポーツを心がけてがんばりたいと思います。
 - ・やってみたいと思いますが、年のこともあり一歩ふみ出せずに時間が過ぎてしまいます。
 - ・運動不足を感じるが、なかなか一人だと続かないものです。ウォーキングをしていますが、冬とか寒い日などはおっくうになります。
 - ・主人（80代）と二人でブドウ、果樹の仕事をとくに4月~12月まで朝早くから夕方6時30分頃まで仕事で、時間がない冬になるとゆっくりして運動に出ていくのが。
 - ・何か定期的にやりたいと思っている。これまで誘われても忙しいからと断ってきたが、これからは積極的に参加して行きたい。老化を防ぐためにも。
 - ・休日と介護が重なる日が多く中々自由な休日が作れない。やりくりは考えているのですが。
 - ・特にありません。以前の様に動きたいですね。ご苦労様です。
 - ・ワークライフバランスが難しい。ゆったり運動等やろうかな？と思える生活（仕事）が理想。

■その他

- ・コロナ禍ですが、もっと気軽にスポーツにとりくめる世の中になってほしいです。
- ・鶴岡市からオリンピック選手を育てましょう。
- ・サイクリング道の、春先の枯枝・落葉、秋の田畑刈入れ時の泥などの始末清掃のお願い。（気持ちよく安全に走行できるように）
- ・バスケ男子B2リーグ、ワイバンズ公式戦鶴岡で試合の予定はないか。
- ・このアンケートには関係ないですが、近年子供のスポ少関係でストレスを感じている親も少なくありません。スポーツは好きだけどその親の付き合いで子供にも影響しているように思います。コロナ禍の中でのスポ少や部活のあり方、他校との試合など制限など市で決めて頂きたいです。強い学校、子供の親は試合などやりたいと思います。その試合に強制的に参加させられるのも正直きついです。が、コーチや強い親に言えない状況もどこのチームもあると思います。職場や学校などで大人数での接触や対策をしているのに、学校が関わらないスポ少はかなりゆるいと思います。
- ・市民歌を誰もが歌えるよう普及する（金峯山に内川の～）。身近に金峯山がある。小学生、市民の必須行事になるよう促進事業とし「休みは皆で金峯山へ」を合言葉に環境を整備する。
- ・地区運動会は部落ごとのチームだと家庭数も少なくなっていて、とても大変なので辞めてほしい。「自分が出られないとか走れない」と言う人が多く消極的です。
- ・仕事なのはわかりますが、コロナで大変な今、アンケートの郵送代や無駄な除雪費を削減して医療や飲食関係で困っている方々にお金を使ってください。
- ・いまなぜ、スポーツなの？
- ・事務事業の点検評価について、PDCAサイクルによる点検評価が大変重要だと思います。目標やそれを達成するためのアクションプランの設定は、PDCAサイクルを回す際のスタート地点になるもので、定量的な指標を積極的に用いるなどして、誰が見てもわかりやすい内容にすることが重要であるといわれています。山形県の事務事業点検評価手法を参考にされるなど、より良い事務事業点検評価につながるようお願いいたします。

スポーツの実施状況等に関するアンケート調査票

【鶴岡市調査】

日頃から市民の皆さんには、市政の運営に多大なご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

このたび、本市では、皆さんの運動・スポーツに関する実施状況などを把握し、今後のスポーツ施策の参考とするため、本調査を実施することといたしました。

この調査票は、住民基本台帳から無作為に抽出した18歳以上（令和2年4月1日現在の満年齢）の鶴岡市民1,000人にお送りしています。

回答いただいた内容は、すべて統計的に処理しますので、個人が特定されることはありません。また、本調査の目的以外で利用することはありません。

お忙しいところ誠に恐れ入りますが、本調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

令和3年1月

鶴岡市教育委員会 教育長 布川 敦

【ご記入にあたってのお願い】

- ◆ 封筒の宛名となっている方、ご本人がご回答ください。
- ◆ 回答は、説明をよくお読みになり、当てはまる項目の番号を○で囲んでください。
- ◆ 「その他」を選んだ場合は、（ ）の中もご記入ください。
- ◆ 回答に迷う場合は、できるだけ近いものを選んでご記入ください。
- ◆ ご記入いただいた調査票は、同封の返信用封筒（切手は不要です）に入れて、

令和3年2月21日（日）まで郵便ポストへ投函してください。

— 質問にある「運動・スポーツ」とは・・・ —

いわゆる競技スポーツのことだけではなく、散歩や体操、レクリエーション、レジャーや趣味など、体を動かすことを伴う活動であれば、幅広く「運動・スポーツ」としてお考えください。

《本調査に関するお問い合わせは》

鶴岡市教育委員会スポーツ課

〒997-0825 鶴岡市小真木原町2番1号
電話 0235 - 25 - 8131 ファクス 0235 - 25 - 8134
E-mail : sports@city.tsuruoka.yamagata.jp
担当：齋藤

■次に、運動・スポーツの実施状況などについて伺います。

問8 あなたがこの1年間に行った運動・スポーツのすべてに○を付けてください。
(○はいくつでも)

1. ウォーキング (散歩などを含む)
2. ランニング (ジョギング)・マラソン・駅伝
3. 体操 (ストレッチ・ラジオ体操・職場体操など)
4. トレーニング (筋トレ・縄跳び・ランニングマシーンなど)
5. 階段昇降 (なるべく階段を使うようにしたなど)
6. 自転車・サイクリング
7. ダンス・エアロビクス・ヨガ・バレエ
8. グラウンドゴルフ・ターゲットバードゴルフ・ゲートボール
9. ボッチャ・輪投げ・シャフルボード
10. ボウリング・ゴルフ
11. 釣り・キャンプ・オートキャンプ
12. 陸上競技・体操競技
13. バスケットボール・バレーボール・ソフトバレーボール
14. 野球・ソフトボール・キャッチボール
15. サッカー・フットサル・ラグビー
16. テニス・ソフトテニス・卓球・バドミントン
17. 登山・トレッキング・クライミング・ボルダリング
18. アーチェリー・クレー射撃
19. 柔道・剣道・空手道・弓道・合気道・躰道・少林寺拳法
20. レスリング・相撲・ウエイトリフティング・ボクシング
21. 水泳 (競泳・水中エクササイズ・水中ウォーキング)
22. ヨット・カヌー・サーフィン・スクーバダイビング
23. アイススケート・アイスホッケー・スキー・スノーボード
24. その他 ()
25. この1年間に運動・スポーツを全くしなかった → 問12へお進みください。

令和2年度
スポーツの実施状況等に関するアンケート調査
【鶴岡市調査】
結果報告書

鶴岡市教育委員会スポーツ課
〒997-0825 山形県鶴岡市小真木原町2番1号
TEL:0235-25-8131 FAX:0235-25-8134
Mail:sports@city.tsuruoka.yamagata.jp