

平成 20 年度

新潟県スポーツ実態調査 報告書

(上越市・妙高市・糸魚川市)

新潟県体育指導委員協議会

協力：新潟医療福祉大学
健康科学部 西原研究室

調査期間：2008年12月1日～12月31日

調査対象：新潟県上越市・糸魚川市・妙高市全域【特定地域調査】

調査方法：アンケート調査

1) 種別：住民調査

2) 回答者の選び方：標本調査

上越市・糸魚川市・妙高市におけるランダムサンプリング

3) 実施方法：訪問面談

4) 継続性：横断面調査

回収率：1) 調査対象者数：対象住民（上越市、糸魚川市、妙高市、各650人、計1950人

2) 有効回答数：1716（88.0%）

はじめに

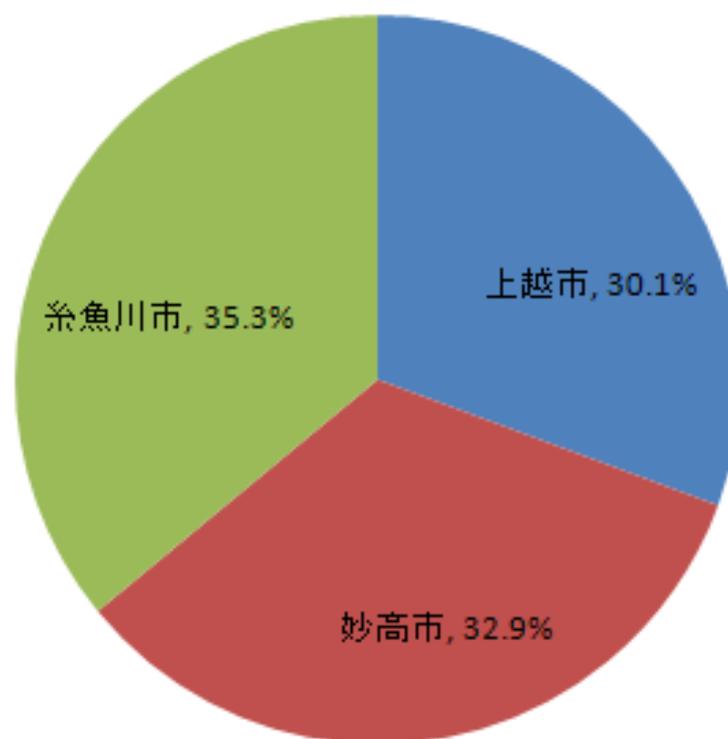
文部科学省は、中央教育審議会スポーツ・青少年分科会の意見を踏まえ、2000年9月に文部大臣告示として「スポーツ振興基本計画」を策定した。本計画は、高齢化の急激な進展や、生活が便利になること等による体を動かす機会の減少が予想される21世紀の社会において、生涯にわたりスポーツに親しむことができる豊かな「スポーツライフ」を送ることに意義を見出している。そのため、スポーツ環境の充実により、現代社会における国民が抱える問題の中でも特に、体力の向上、精神的なストレスの発散、生活習慣病の予防など、心身の両面にわたる健康の保持増進をねらいとしている。以上のねらいによって本計画では、「子どもの体力の向上」「生涯スポーツ社会に向けた地域スポーツ環境の整備」「国際競技力の向上」の3本柱が掲げられている。行政にとっての具体的な政策としては、特に2つ目の柱である「生涯スポーツ社会に向けた地域スポーツ環境の整備」があげられる。ここでは、「A. 政策目標達成のため必要不可欠である施策」として、総合型地域スポーツクラブの全国展開（2010年までに、全国の各市区町村において少なくともひとつは総合型地域スポーツクラブを育成して、将来的には中学校区程度の地域に定着させる）が掲げられている。また、「B. このための側面的施策」としては、「スポーツ指導者の養成・確保・活用」「スポーツ施設の充実」「地域における的確なスポーツ情報の提供」「住民のニーズに即応した地域スポーツの推進」をあげており、自治体における具体的な取り組みを希求している。

一方、厚生労働省では、我が国における高齢化の進展や疾病構造の変化、国民の健康の増進の重要性の増大から、健康づくりや疾病予防を積極的に推進するための環境整備を要請している。平成12年3月31日に事務次官通知等により、国民健康づくり運動として「健康日本21」が開始された。また、平成13年11月29日に政府・与党社会保障改革協議会において、「医療制度改革大綱」が策定され、その中で「健

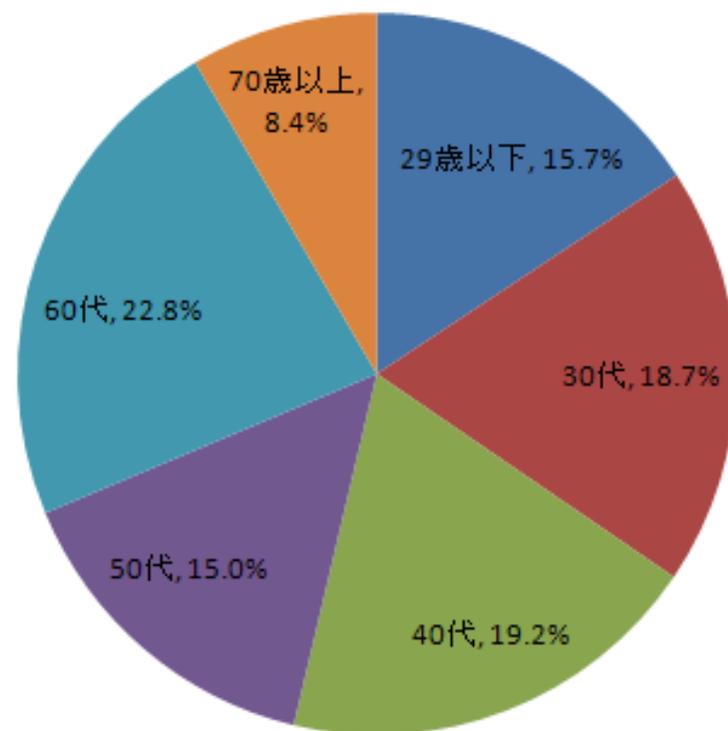
康寿命の延伸・生活の質の向上を実現するため、健康づくりや疾病予防を積極的に推進する。そのため、早急に法的基盤を含め環境整備を進める。」との指摘がなされた。これを受けて政府としては、「健康日本21」を中核とする国民の健康づくり・疾病予防をさらに積極的に推進するため、医療制度改革の一環として平成14年3月1日の通常国会に健康増進法案を提出し、衆議院、参議院の可決を経て、同8月2日公布された。この基本方針は、一次予防の重視である。人口の高齢化の進展に伴い、疾病の治療や介護に係る社会的負担が過大となることが予想されているので、従来の疾病対策の中心であった健診による早期発見又は治療にとどまることなく、健康を増進し、疾病の発病を予防する「一次予防」に一層の重点を置いた対策を推進している。その中で、健康づくり支援のための環境整備が掲げられ、行政機関をはじめ、医療保険者、保健医療機関、教育関係機関、マスメディア、企業、ボランティア団体等の健康に関わる様々な関係者がそれぞれの特性を生かしつつ連携することにより、個人が健康づくりに取り組むための環境を整備し、個人の健康づくりを総合的に支援することを謳っている。またこの中では、食生活、栄養、禁煙、身体活動や運動に関して具体的な数値目標を掲げていることが特長である。

以上のような潮流と国の政策に基づき、新潟県においてもスポーツや運動を促進するための具体的な基盤整備やスポーツ振興策が求められている。本調査は、このようなスポーツや運動を促進するための具体的な基盤整備やスポーツ振興策を推し進めていくための一助としての資料を得ることを目的としている。

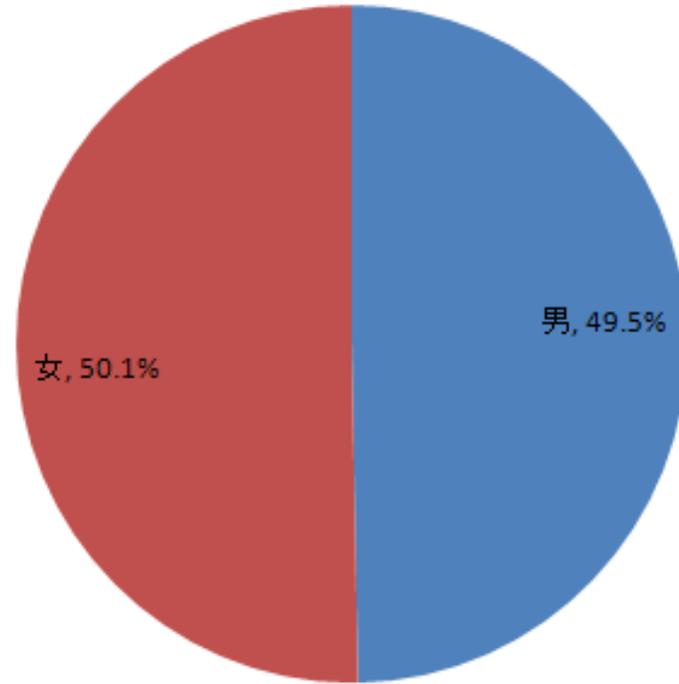
属性別割合



地域別割合



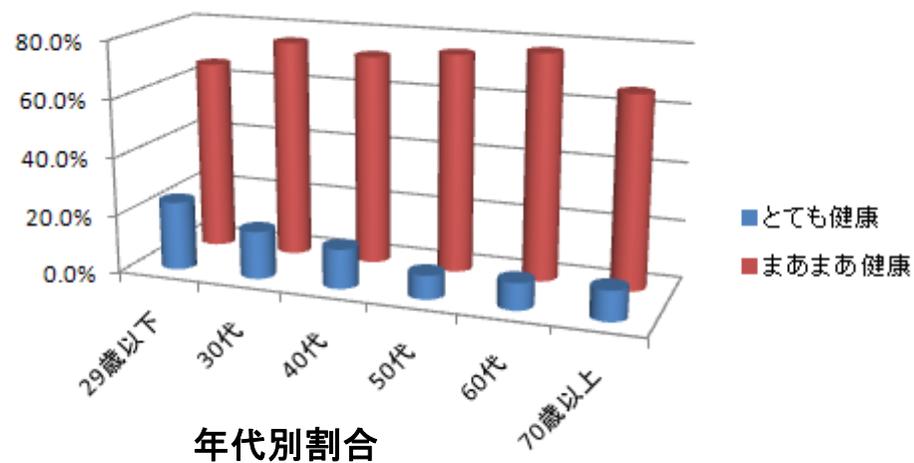
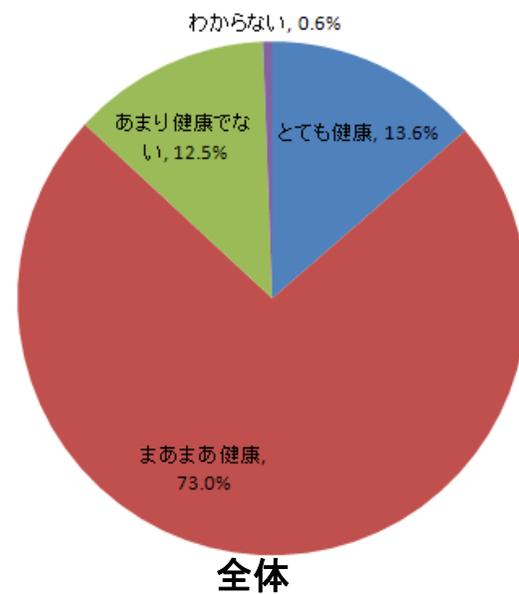
年代別属性



性別属性

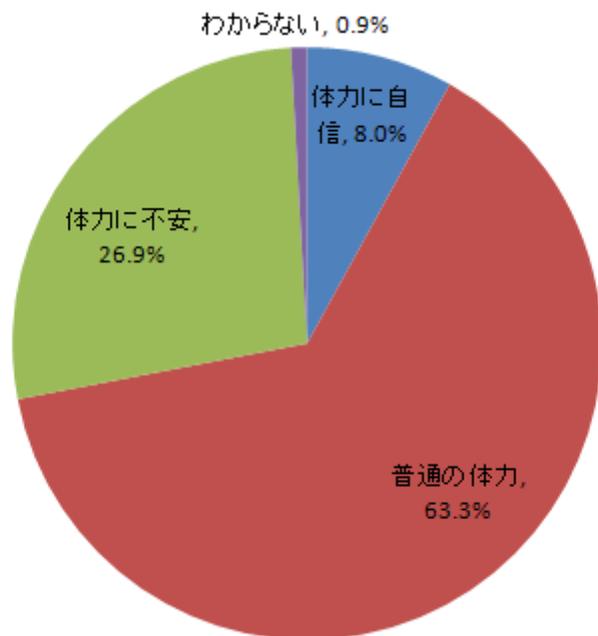
本報告書では、以下、「問い」ごとに回答者の割合をサンプル全データで表わす。ただし、統計的に顕著な差のある「問い」のみ、属性別に表わすこととする。

問1 自分の健康観



各地域や職業別での大きな違いはなく、約86%の人々が「とても健康」と「まあまあ健康」という健康観を持っている。ただし、年齢別による若干の違いがあり、29歳以下は、「とても健康」の占める割合が大きいのに比して50歳代では、「とても健康」と感じている人々が少ない傾向にある。

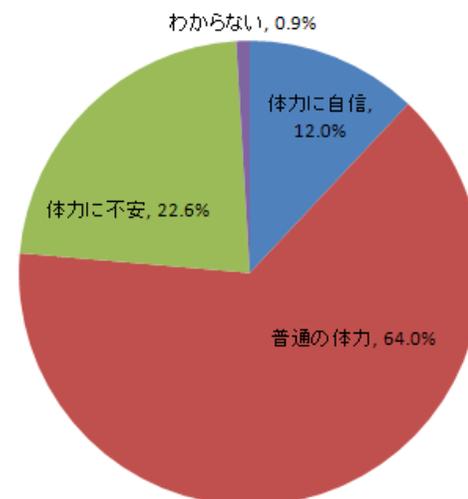
問2 自分の体力観



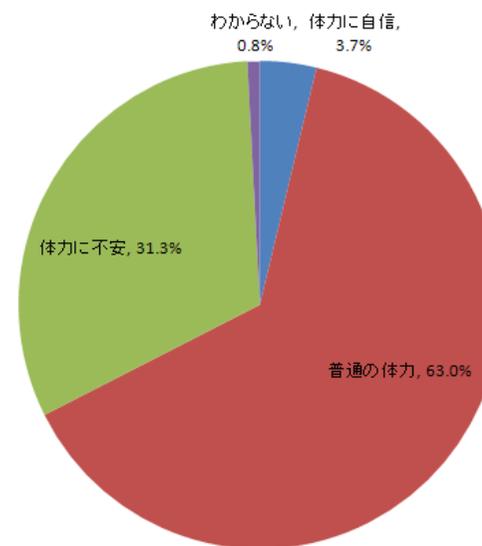
全体

全体として約 70%が、体力に自信があるあるいは年齢に応じた普通の体力であると実感している。

男性と女性では大きな体力観の違いがあり、男性に比して女性は、「体力がある」という割合が極めて低い。一方、「体力に不安」では、女性が男性に比して約 10 ポイント高い。女性の体力への不安が顕著となっている。

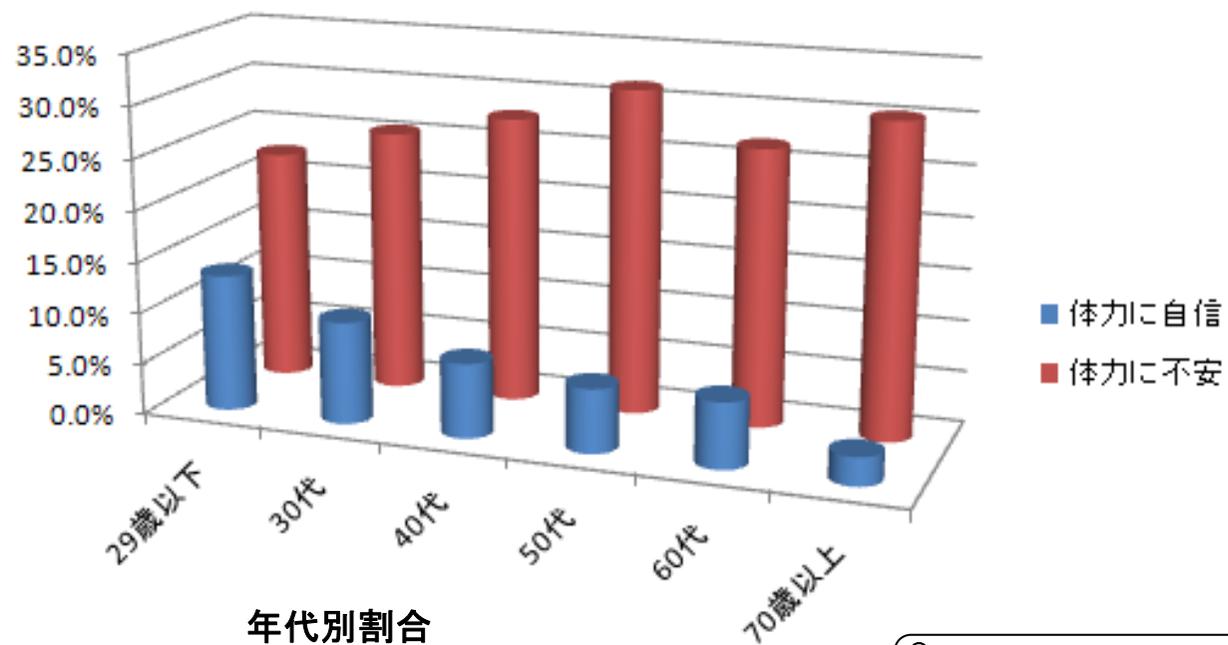


男性



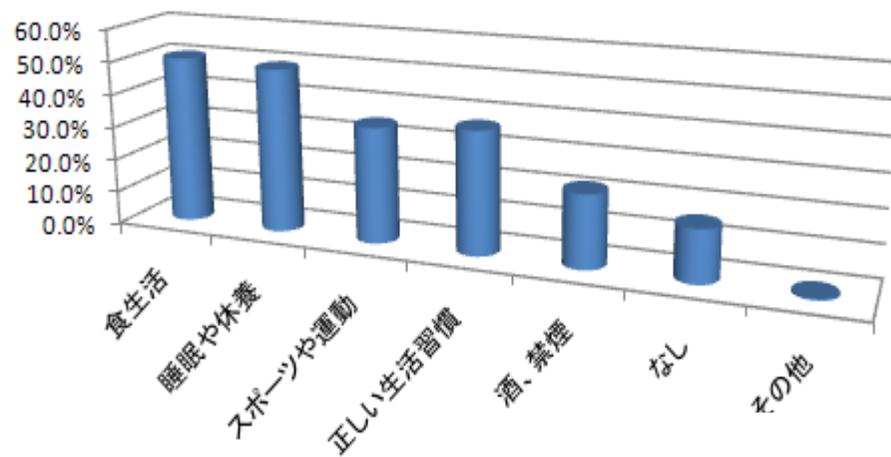
女性

問2 自分の体力観



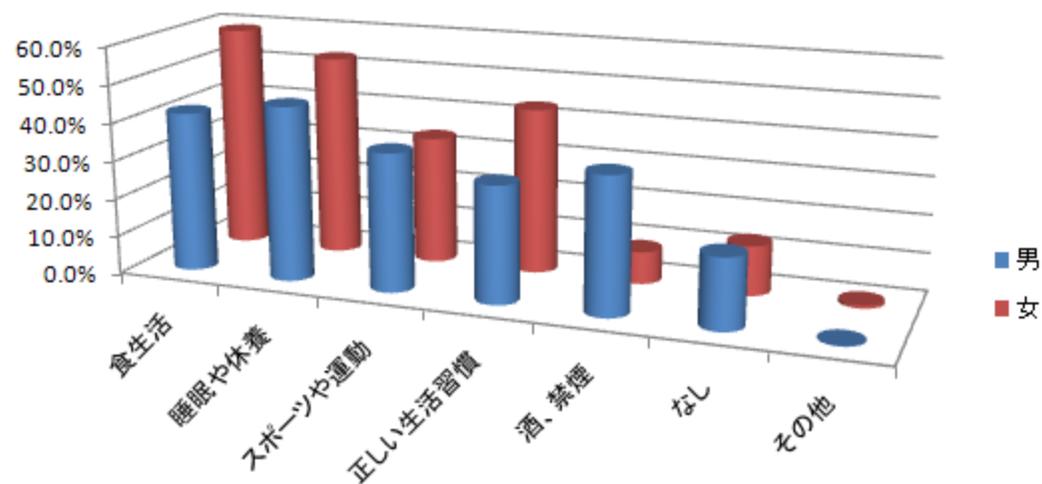
年齢が上がるにしたがい、体力に自信のある人の割合が少なくなるのは当然であるが、50歳代が60歳代よりも体力に自信がない傾向にある。同時に体力への不安が50歳代で最も多い。先の健康観でも50歳代の健康観が低い傾向にあり、50歳代の健康や体力への不安が若干大きい傾向にあるといえる。

問3 健康のために努力していること



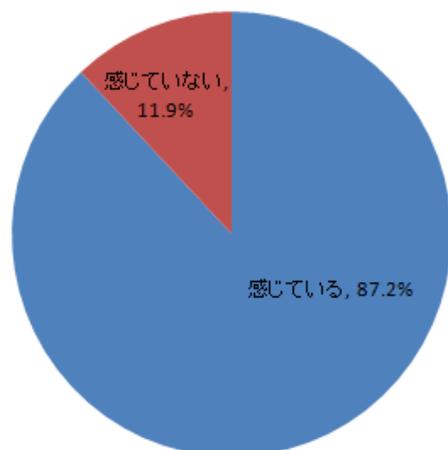
女性は、食生活、睡眠、正しい生活習慣といった日常の生活での管理によって健康を維持する傾向にあるが、男性は、それに加えてスポーツや運動、あるいは酒・禁煙による健康の維持の比率も高い。

全体

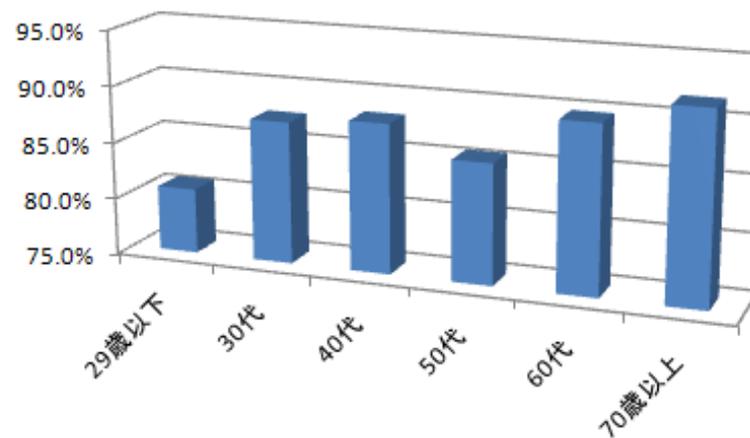


男女別割合

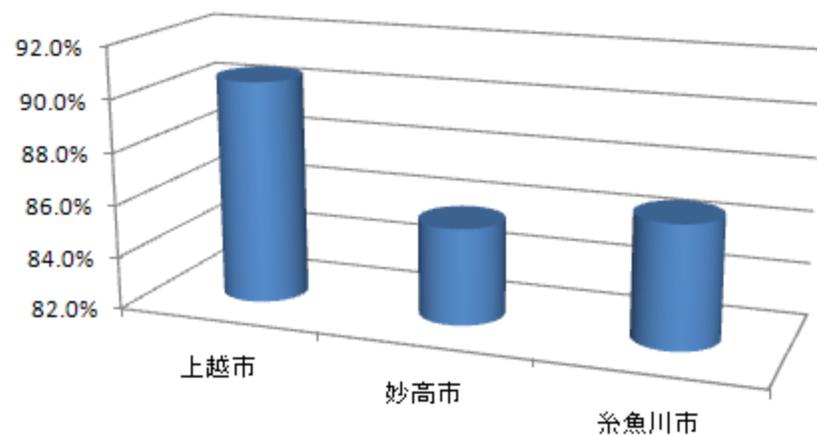
問4 生きがいに関して



全体



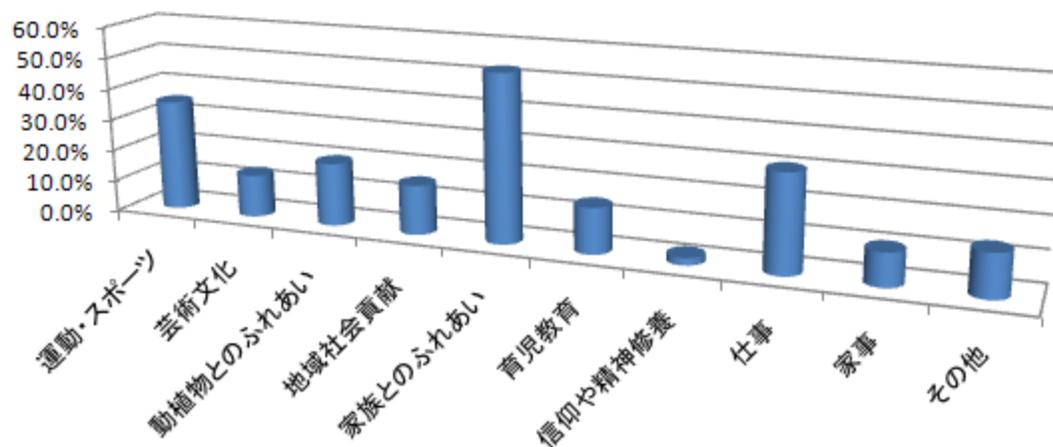
年代別「生きがいを感じている」割合



地域別「生きがいを感じている」割合

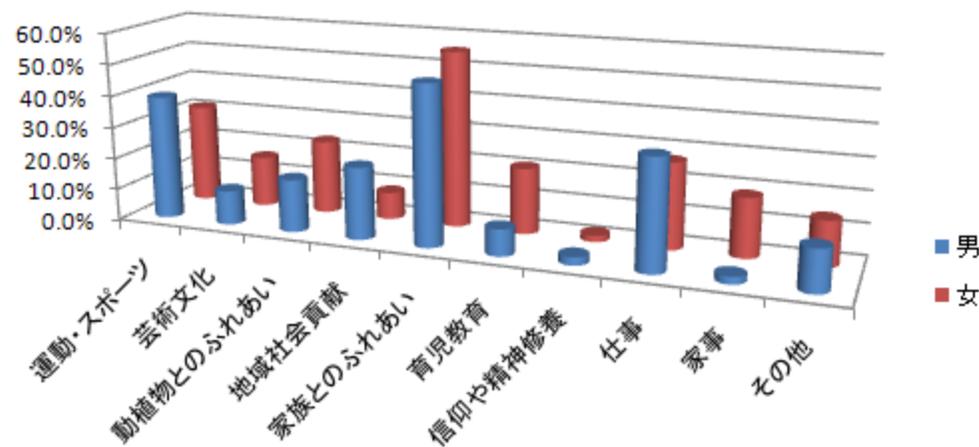
年を重ねるごとに、生きがいのある生活を送っているが、ここでも50歳代で低い傾向にある。健康観や体力観と同じ傾向である。また、地域別でも大きな違いがあり、上越市に比して、妙高市での生きがいが低い傾向にある。

問4-2 何に生きがいを感じるか



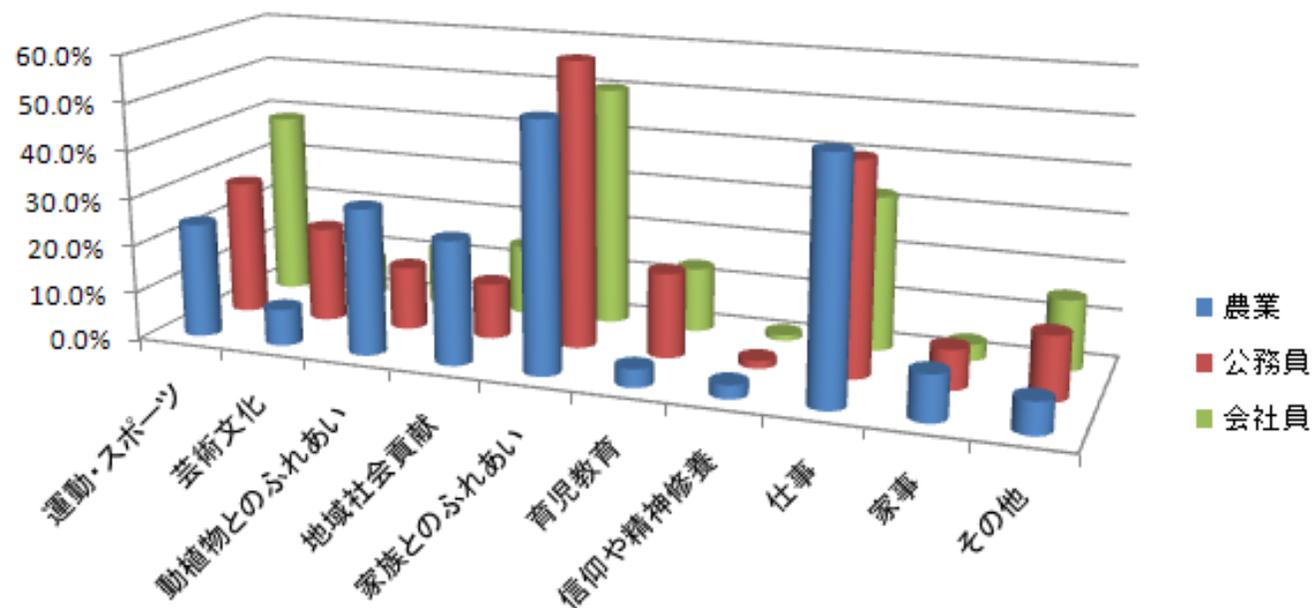
全体

男女によって生きがいに違う傾向がある。男性は、「運動・スポーツ」「仕事」といった外に向けた活動に生きがいを感じているが、女性は「家族とのふれあい」「育児」「家事」といった家庭内での活動に生きがいを感じる傾向にある。また、地域の社会貢献には男性が活動の生きがいを感じる傾向にある。



男女別割合

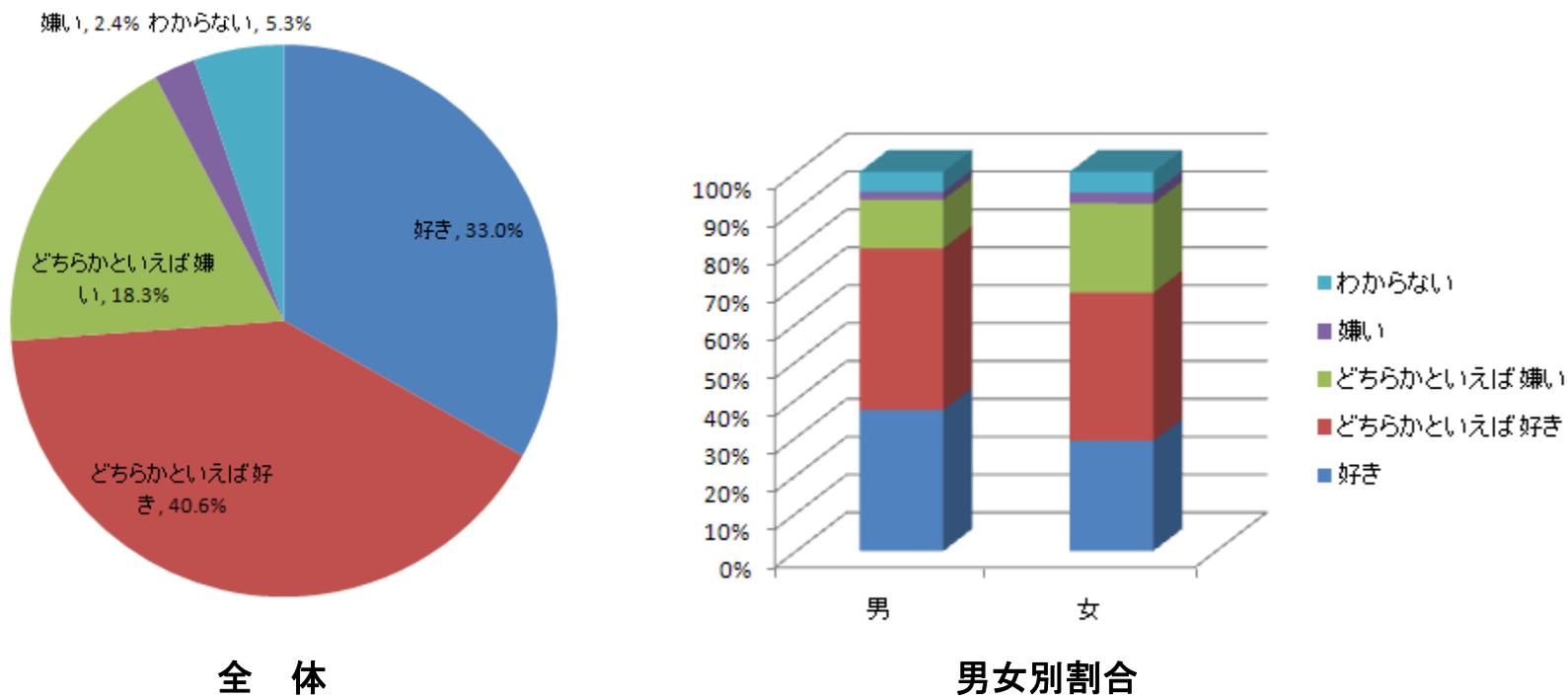
問4-2 何に生きがいを感じるか



職業別割合

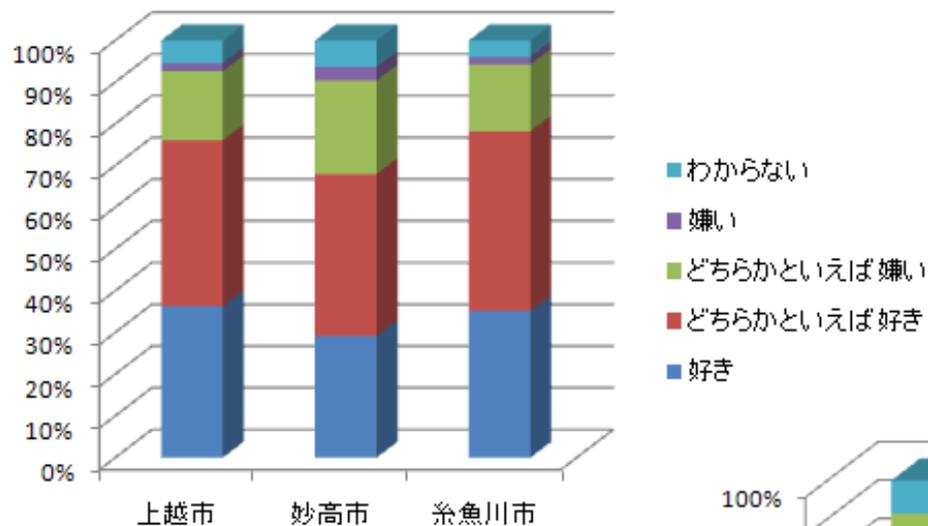
運動・スポーツ活動に生きがいを感じる人の割合が、「会社員」「公務員」「農業」の順番となっており。「公務員」「農業」が全体割合を大きく下回っている。逆に仕事に生きがいを感じる人の割合は「農業」「公務員」「会社員」の順番となっている。仕事中心から運動やスポーツによる生きがい作りを目指す際、農業と公務員の意識の改革が必要である。また、農業従事者は「地域社会貢献」の割合が多く、地域とのつながりが密接であることがうかがえる。

問5 運動・スポーツへの好感度



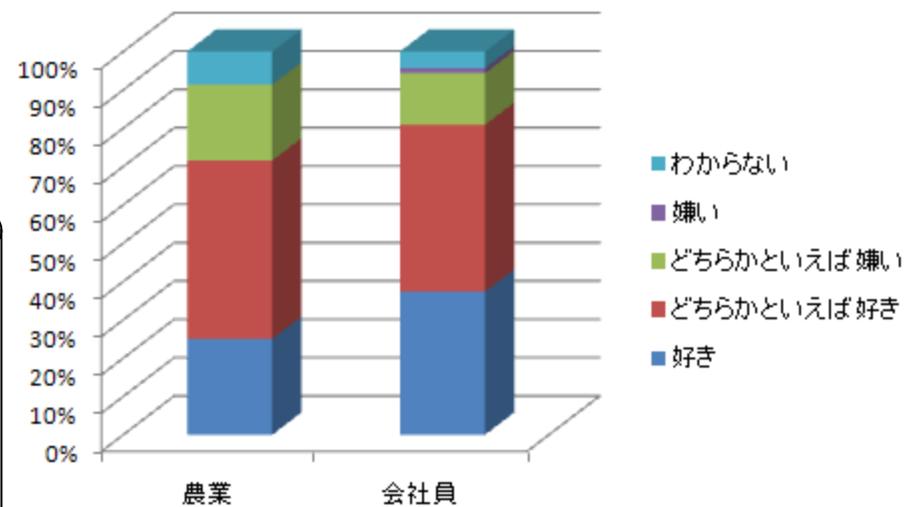
スポーツや運動への好感度は、男女で違いがみられた。男性は「好き」「どちらかといえば好き」で約 80%を占めるのに対し、女性は約 70%であり、10 ポイントも低い。また、どちらかといえば嫌いの割合が、男性に比して女性が 10 ポイント以上高い。全国的（特に都市部）では、近年エアロビクスやウォーキングといった健康志向プログラムの普及に依り、女性のスポーツや運動への印象が良い傾向にある。本地域でも女性のスポーツや運動への良い印象を高める事業やプログラムの企画開発が必要である。

問5 運動・スポーツへの好感度



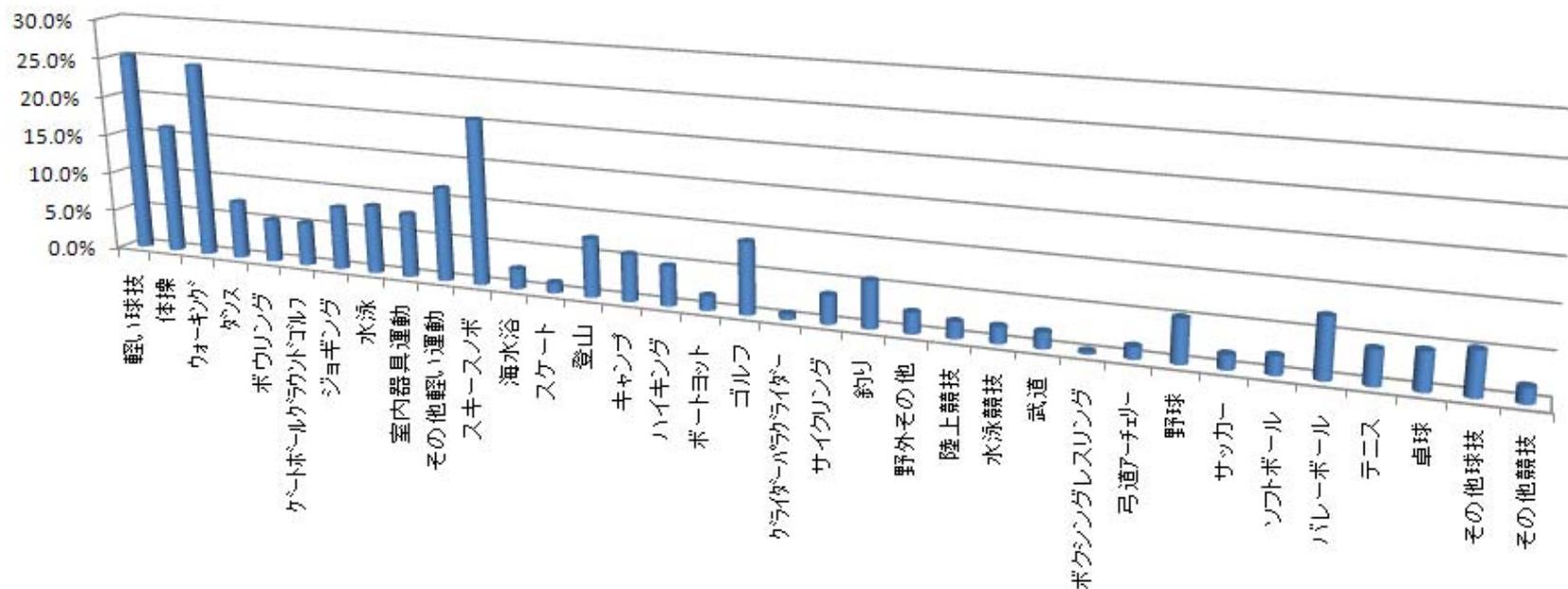
地域別割合

地域別では、妙高市が他の地域に比して、スポーツや運動を好きと感じている割合が低い。また、職業別では、農業がスポーツや運動を好きと感じている割合が低く、会社員で高い傾向にある。これは先のスポーツや運動を生きがいとしている割合と同じ傾向といえる。



職業別割合

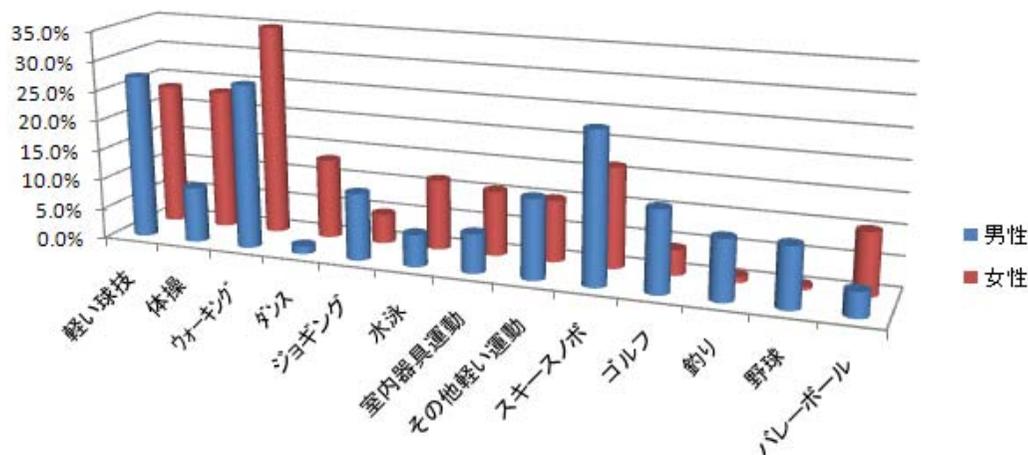
問6 行なっているスポーツ種目



軽い球技	体操	ウォーキング	ダンス	ボウリング	ケットボール ラケットゴルフ	ジョギング	水泳	室内器具運動	その他軽い 運動	スキースノ ボ	海水浴	スケート	登山	キャンプ	ハイキング	ボートヨット	ゴルフ
25.2%	16.3%	24.6%	7.3%	5.4%	5.4%	7.9%	8.6%	8.0%	11.7%	20.6%	2.5%	1.3%	7.3%	5.8%	4.9%	1.8%	8.9%

クライム・パラ クライム	サイクリング	釣り	野外その他	陸上競技	水泳競技	武道	ボクシングレ スリング	弓道アーチェ リー	野球	サッカー	ソフトボール	バレーボ ール	テニス	卓球	その他球技	その他競技
0.7%	3.5%	5.8%	2.6%	2.0%	2.0%	2.0%	0.3%	1.5%	5.2%	1.7%	2.2%	7.2%	4.1%	4.5%	5.2%	1.9%

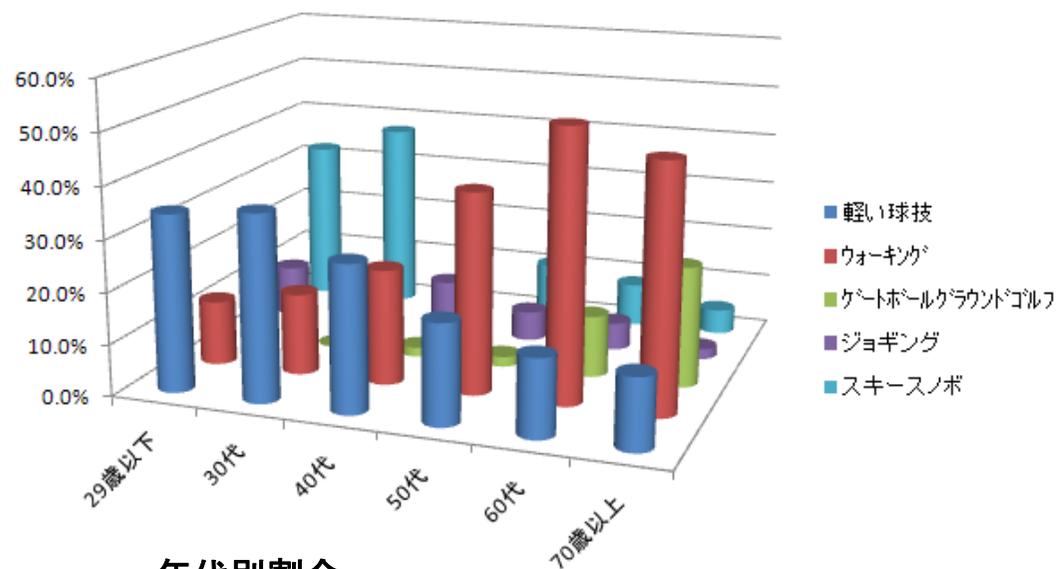
問6 行なっているスポーツ種目



男女別割合

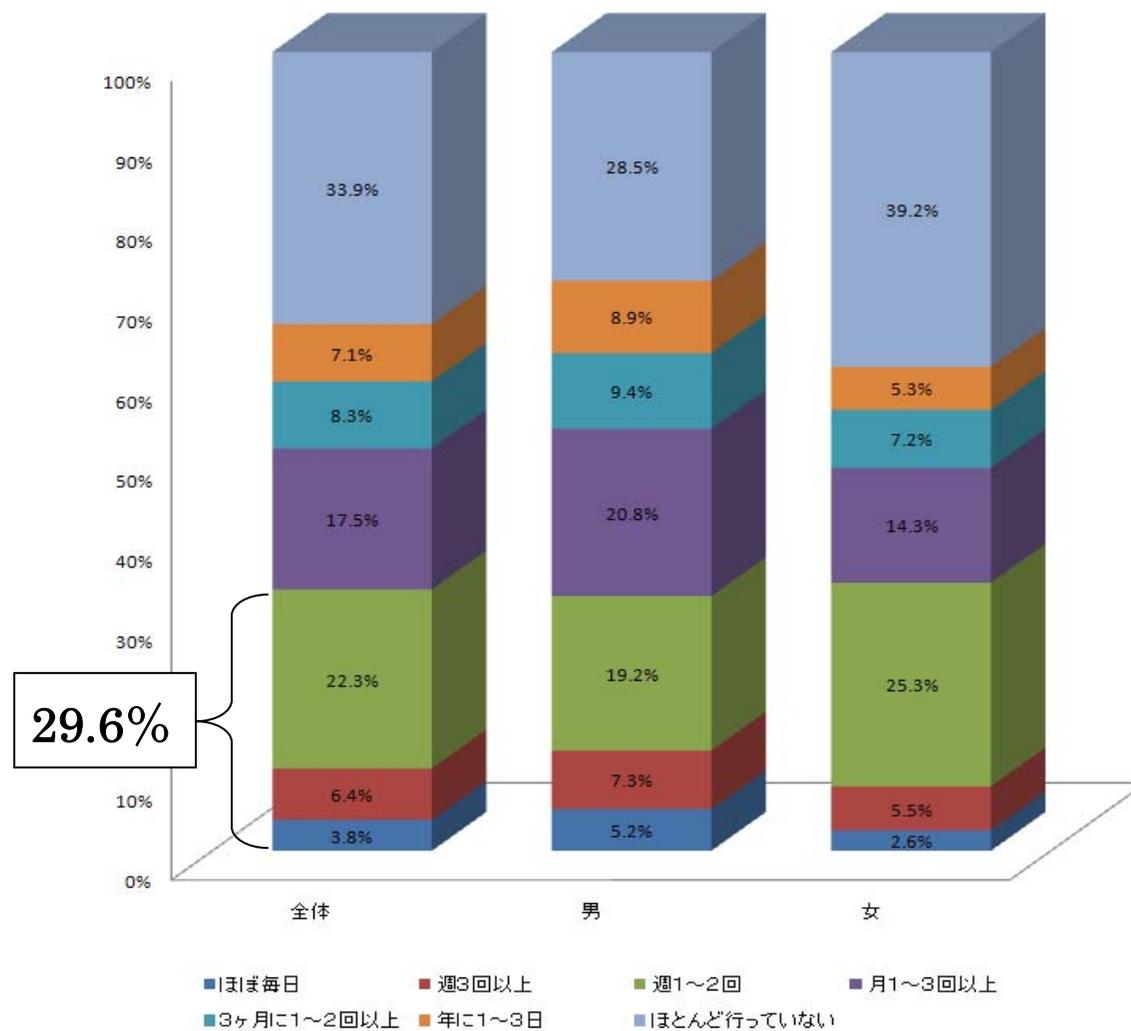
男性、女性で行なっているスポーツや運動に違いがある。男性は、ジョギング、スキー・スノーボード、ゴルフ、釣り、野球が多い傾向にあり、女性は、体操（エアロビクス）、ウォーキング、ダンス、水泳、バレーボールの割合が多い。

年代別では、球技が年齢を重ねるごとに少なくなる一方、ウォーキングの実施率は、年齢とともに増加している。また、ゲートボール・グラウンドゴルフは、60歳代、70歳以上に集中している。スキー・スノーボードは、20歳代よりも30歳代に多い。



年代別割合

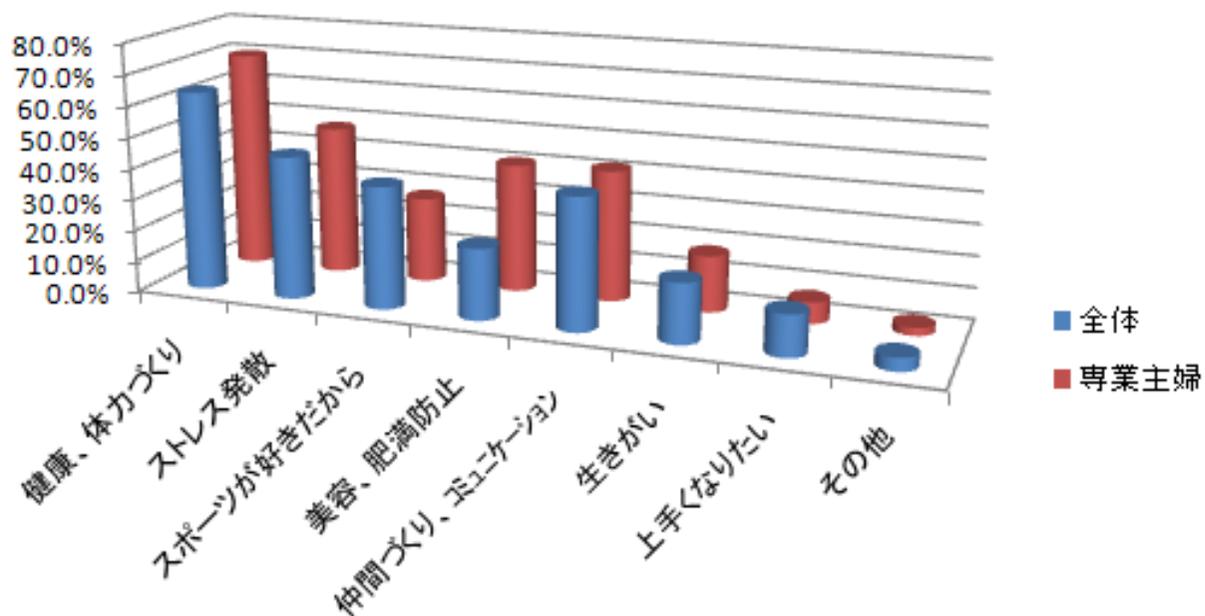
問7 運動やスポーツを行なう頻度



全体として、週1回以上スポーツや運動を行なっている人の割合が、**29.6%**であり、全国平均を下回っている。男女別では、男性のほぼ毎日と週3回以上の合計が女性を上回っているが、週1~2回は女性が多く、女性が計画的に運動やスポーツを行なっていることがうかがえる。また、女性のほとんど行なっていない割合が多いことも特徴としてあげられる。

全体と男女別割合

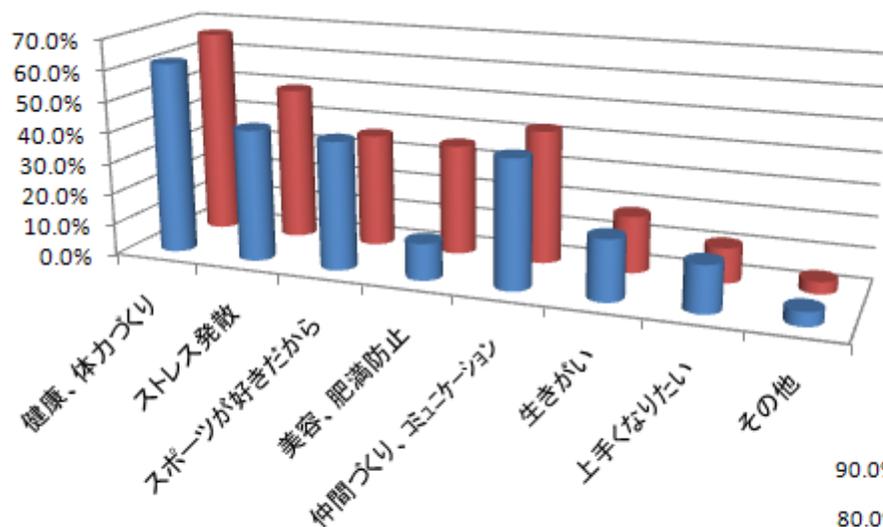
問8 運動やスポーツを行なう理由



全体と専業主婦の割合

全体として、健康、体力づくりやストレス発散、仲間づくり（コミュニケーション）が上位を占めている。しかしながら、専業主婦のみ、他の属性と比して美容・肥満防止が多い傾向にあり、また健康、体力づくりやストレス発散の割合も他の属性に比して多い傾向にある。

問8 運動やスポーツを行なう理由

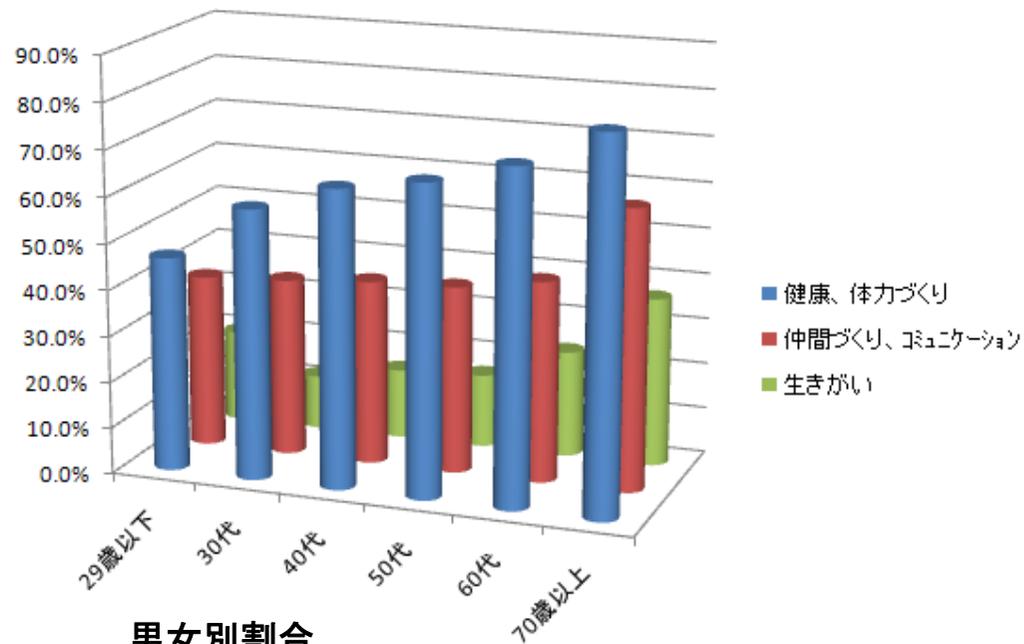


男女別割合

■ 男
■ 女

男女別でも、専業主婦同様、女性は健康・体力づくり、ストレスの発散、美容・肥満防止といった健康志向の目的であるのに対し、男性は、スポーツが好き、上手になりたいといった志向もあり、スポーツそのものの文化的な特性を楽しむ傾向にある。

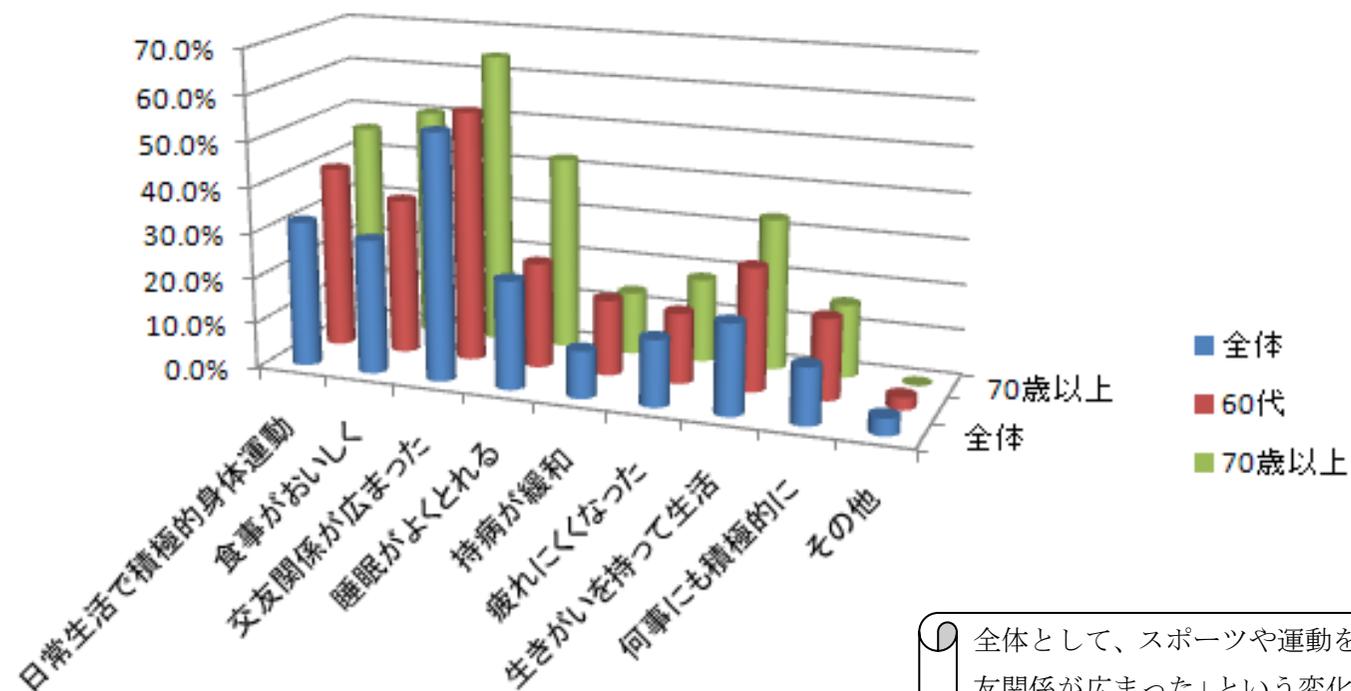
年齢が進むにしたがい、健康・体力づくりや、仲間づくり（コミュニケーション）を目的とする傾向がある。ただし、生きがいについては、29歳以下で高いが、30歳代、40歳代、50歳代といった働き盛りの世代で、スポーツや運動を生きがいとしていない傾向がある。



男女別割合

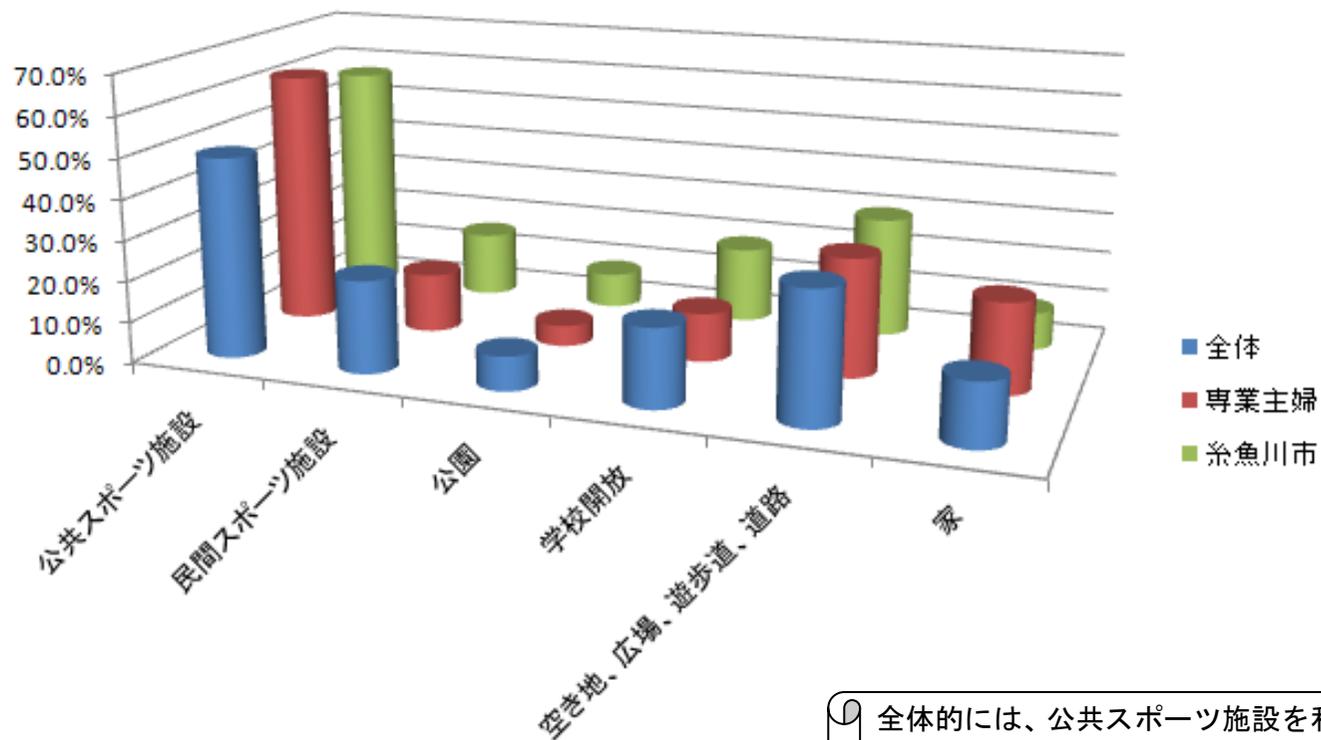
■ 健康、体づくり
■ 仲間づくり、コミュニケーション
■ 生きがい

問9 運動やスポーツでどう生活が変化したか



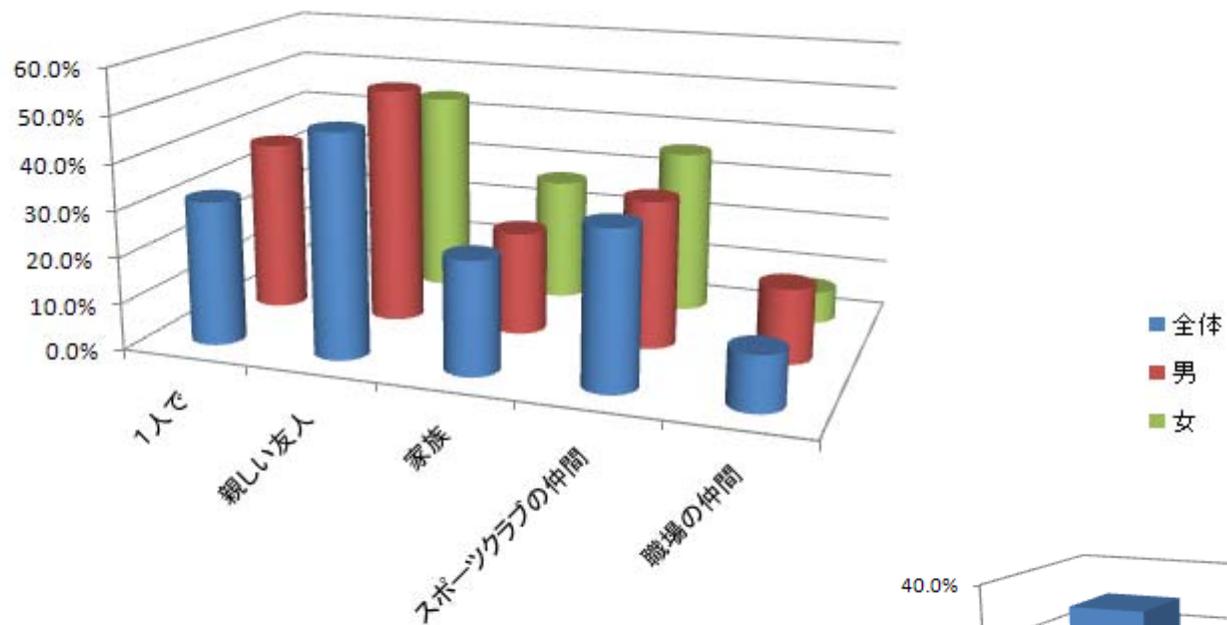
全体として、スポーツや運動を行なうことで「交友関係が広まった」という変化が最も多い。また、全属性の中で、60歳代、70歳代の人々が運動やスポーツによる生活の変化として、全項目にわたって高いポイントを示している。高齢者が運動やスポーツによって生活が良い方向に大きく変化することがうかがえる。

問 10 運動やスポーツを行なう場所



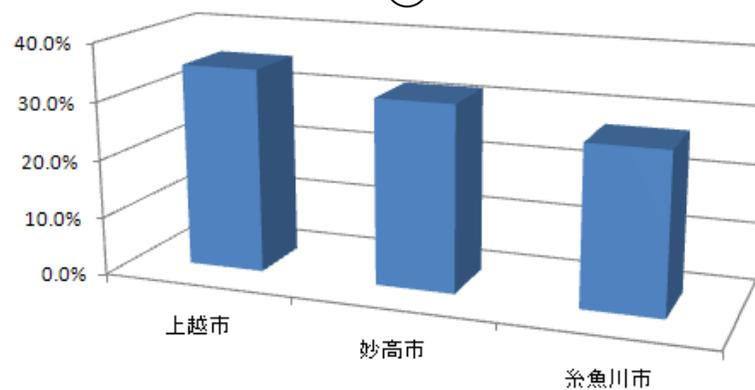
全体的には、公共スポーツ施設を利用する人がほぼ半数である。また、空地・広場・遊歩道・道路は、ウォーキングやジョギングを行なう人々であることが予想される。また、専業主婦と糸魚川市の住民は、公共スポーツ施設を利用する割合が高く、民間スポーツ施設を利用する割合が低い傾向にある。

問 11 運動やスポーツを行なう仲間



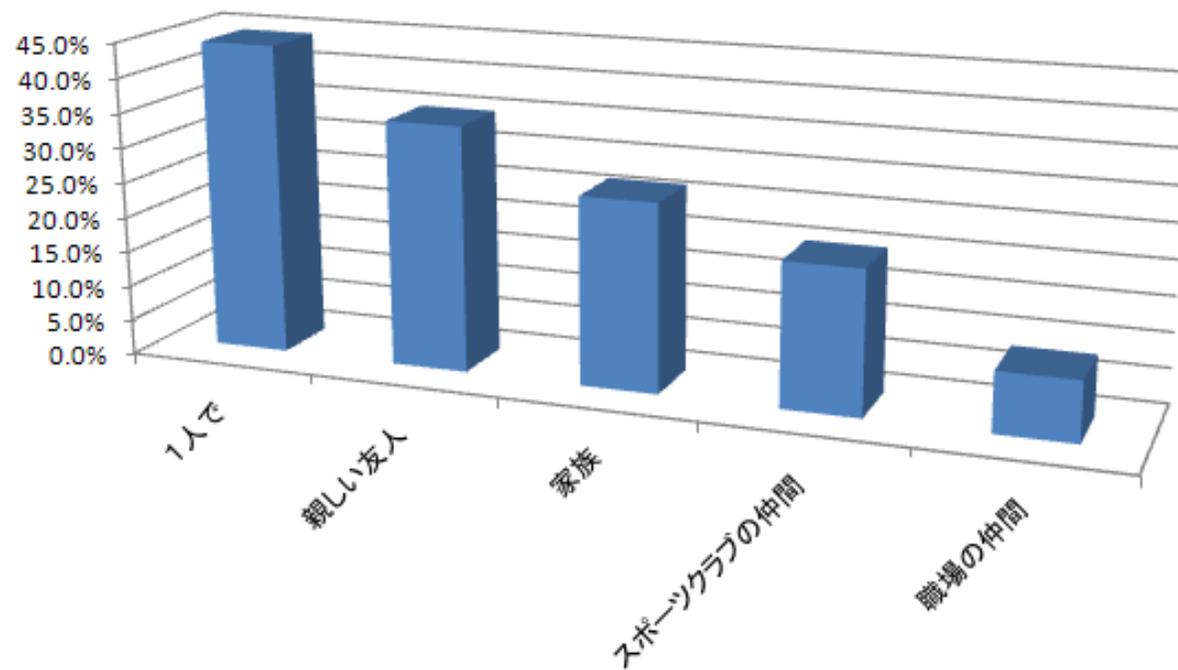
全体と男女別割合

全体的に親しい仲間やスポーツクラブの仲間で行なう割合が多い。ただし、男性と上越市の人々は、「一人で行なう」傾向が若干みられる。スポーツや運動の継続性には、仲間が不可欠である。男性は職場の仲間で行なう傾向もあるが、できれば職場を離れたところでの仲間との関わりによって運動やスポーツが行なわれることが望ましい。



地域別「一人で行なう」割合

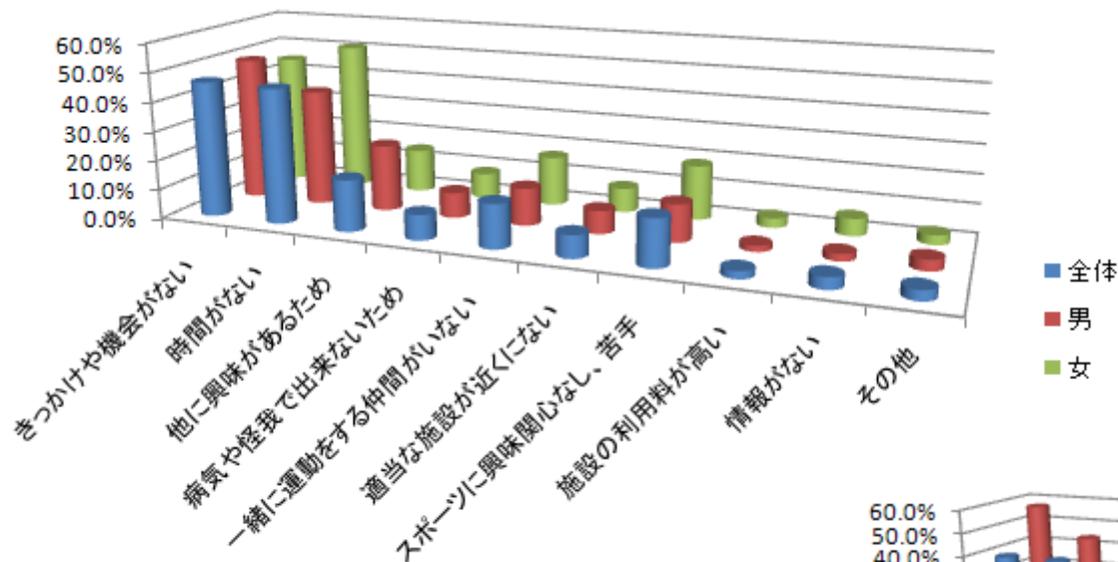
問 11 運動やスポーツを行なう仲間



全体

ここでは、特に性別や年代別、地区別の違いは見られなかった。全体的に一人で運動やスポーツを行なう人の割合が多い傾向にあるが、今後は運動やスポーツの継続性を考えた場合、友人や仲間と運動やスポーツを行うことが必要である。

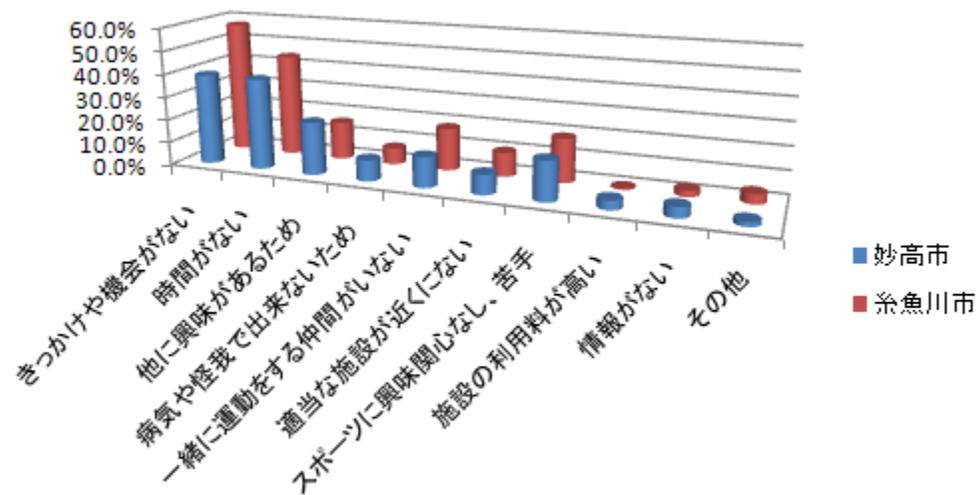
問 12 運動やスポーツを行なわない理由



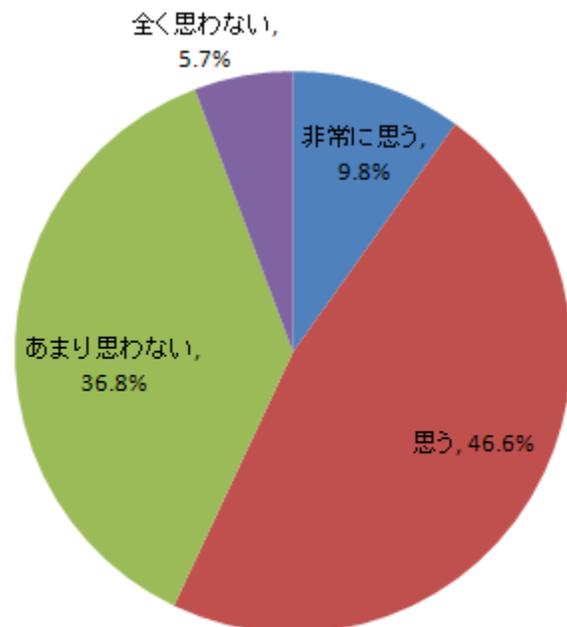
全体的に「きっかけがない」「時間がない」という割合が多い。男女別では、女性の「時間がない」という割合が多い傾向にある。また、「スポーツに興味がない、苦手」という割合も女性に多い。男性は、「スポーツ以外への興味」が多い傾向にある。

全体と男女別割合

地域別で大きな差があり、糸魚川市は「きっかけや機会がない」「一緒に運動をする仲間がいない」といった要因の割合が非常に高く、逆に妙高市は「きっかけや機会がない」「一緒に運動をする仲間がいない」の項目の割合が全体平均より低い傾向にある。糸魚川市でのスポーツや運動のきっかけづくりや仲間づくりのための政策が必要である。

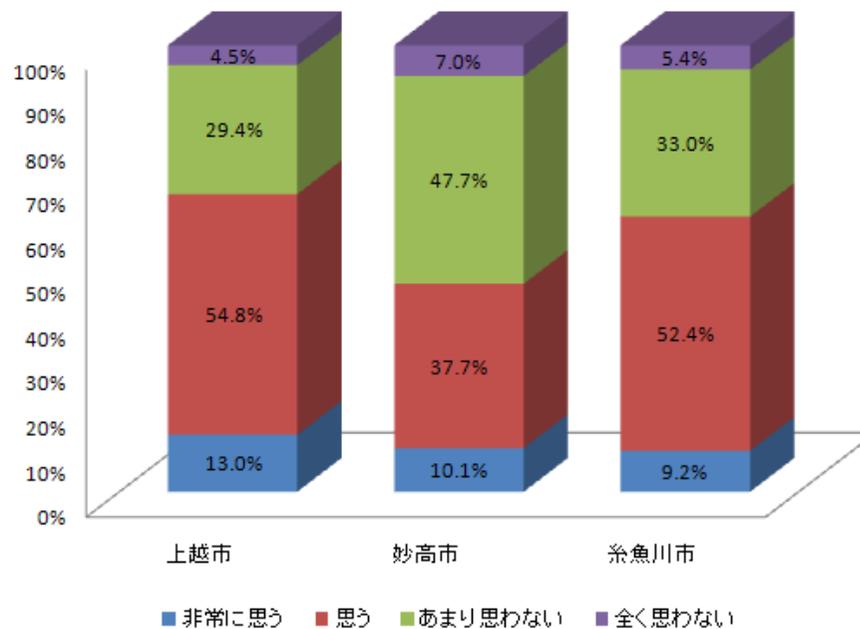


問 13 今後、運動やスポーツを行なうか（行わない人対象）

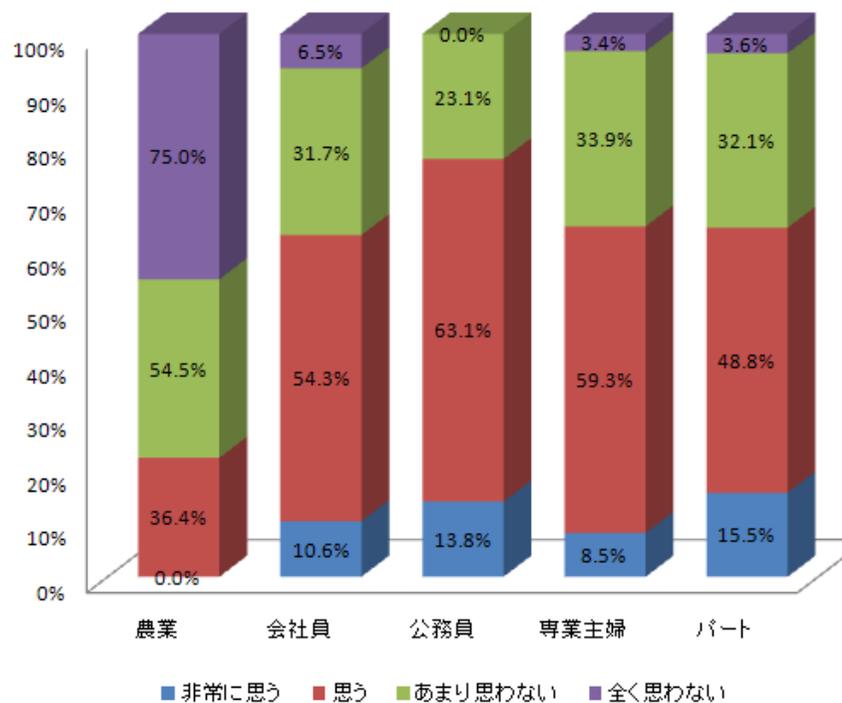


全 体

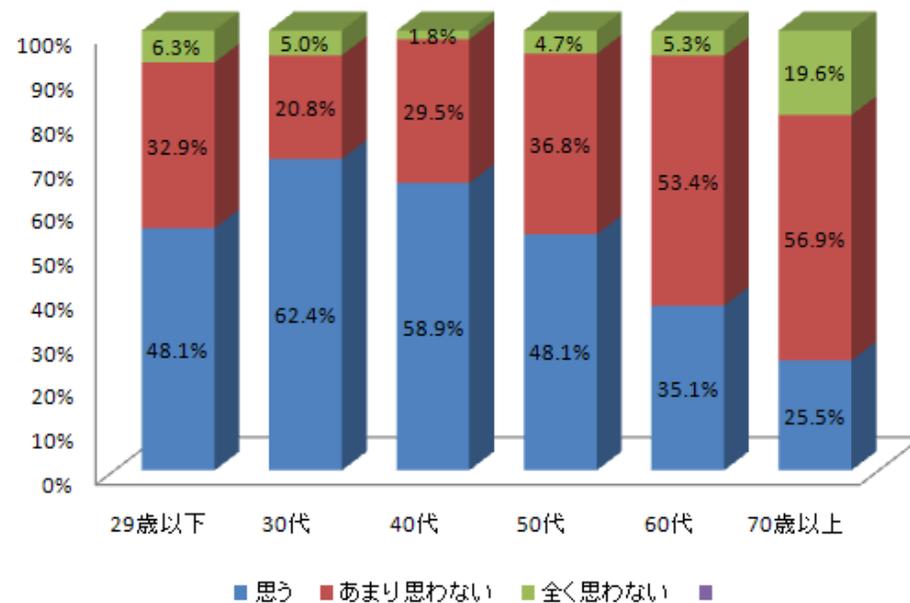
現在、運動やスポーツを行っていない人の中でも、半数以上の人々が今後運動やスポーツを行いたいと思っている。



地域別では、上越市の人々が今後運動やスポーツを行いたいと非常に思っている割合が多く、また、「非常に思う」と「思う」の合計では、糸魚川市も高い傾向にある。しかしながら、妙高市は「あまり思わない」「全く思わない」の割合が高く、今後妙高市における運動やスポーツを行なわない人の動機付けを高めることが必要となる。

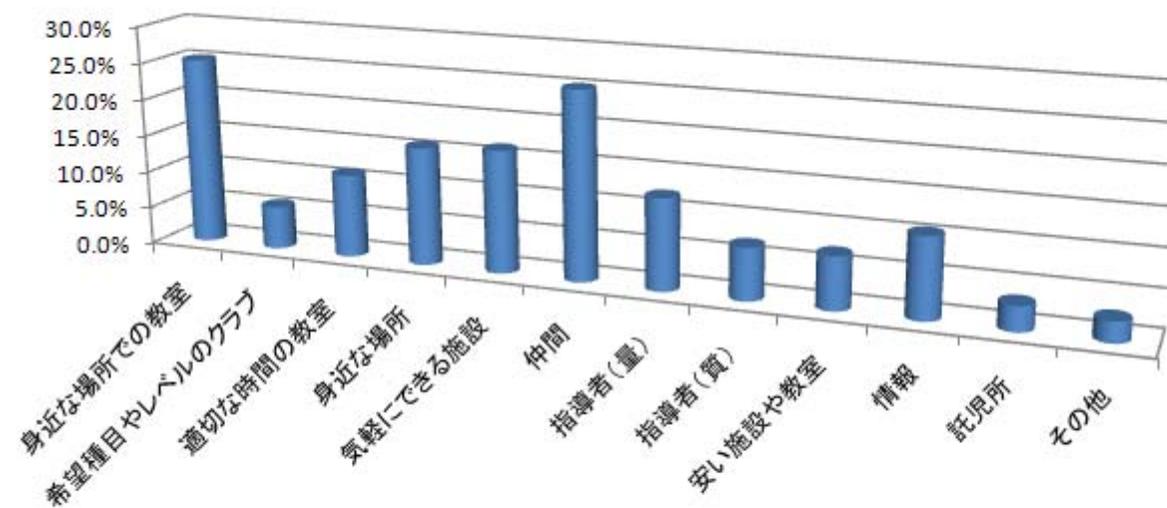


職業別では、農業に携わる人々が、今後運動やスポーツを行おうと思っていない傾向が顕著である。一方、公務員やパートは今後運動やスポーツを行いたいと思っている。農業に携わる人々は、日々の仕事の中での身体活動により、運動やスポーツの必要性を感じていないと考えられる。



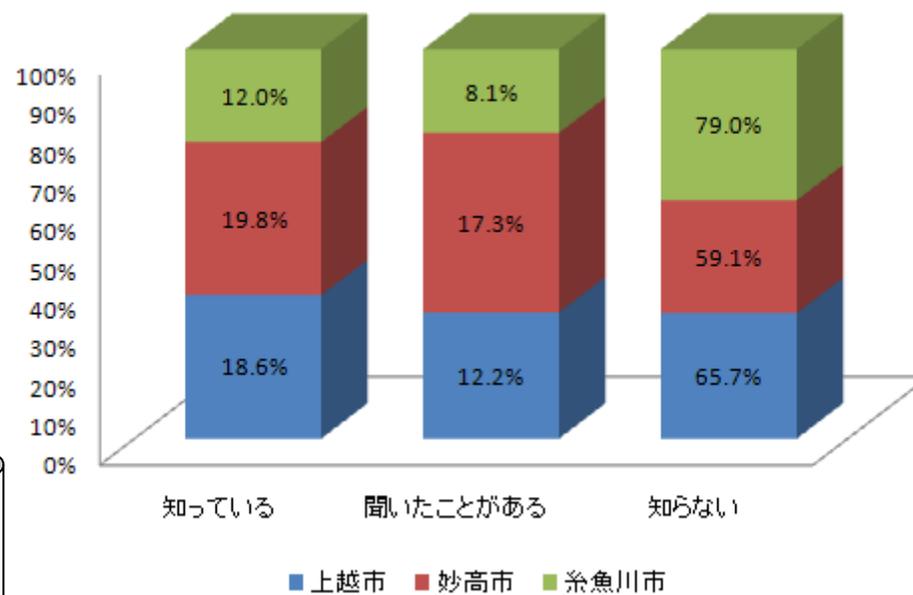
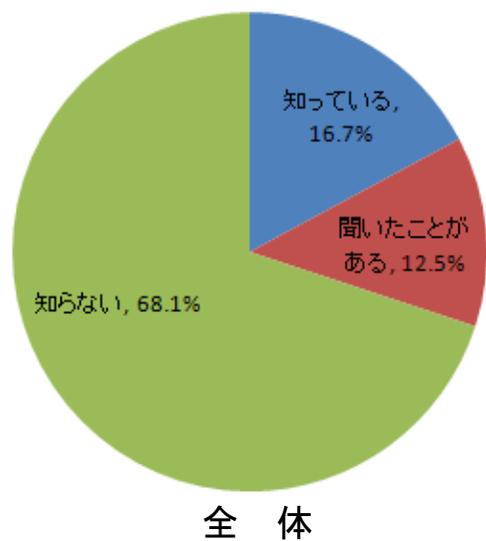
年代別でも、それぞれの年代で差があり、年齢が進むにしたがい、運動やスポーツを行おうという気持ちが薄まることが明らかである。特に70歳代では、急激に運動やスポーツを行なう気持ちにならない傾向があり、高齢者に対応した軽度の運動プログラムの啓蒙が望まれる。

問 14 どんな環境を整えば運動やスポーツがしやすくなるか

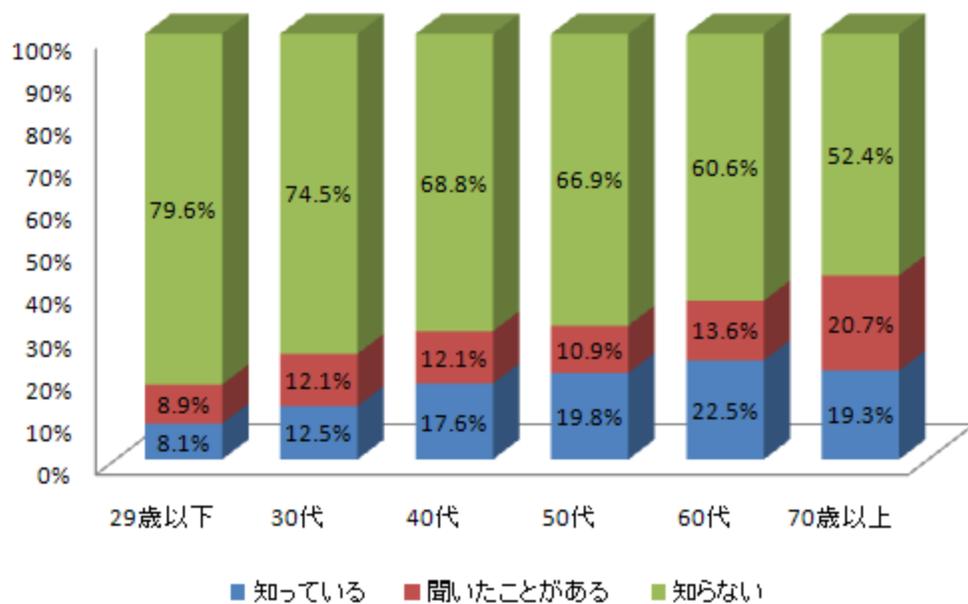
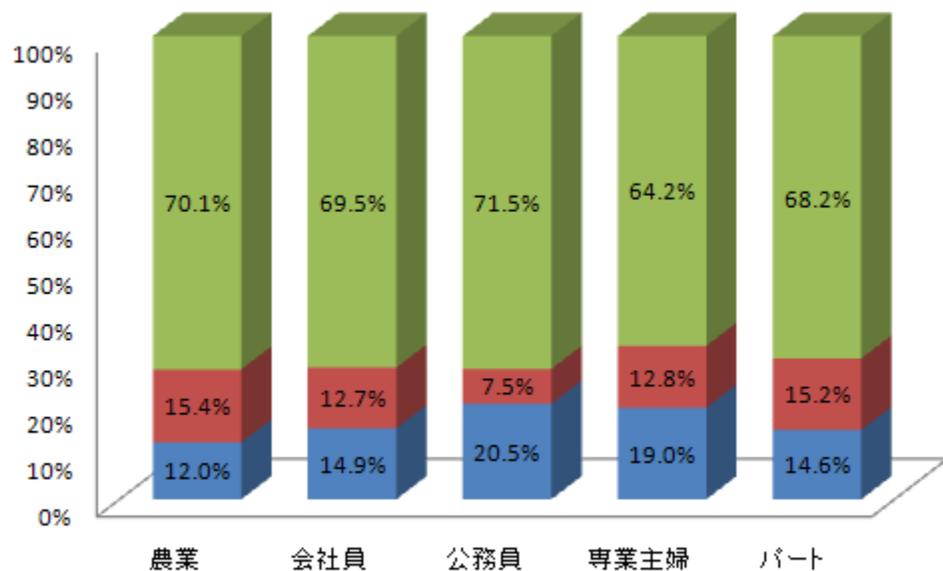


属性ごとでの大きな傾向の差は無く、全体的に、身近に行なえる教室の開催や気軽に行なえる施設、一緒に行なう仲間が上位を占めている。

問 15 総合型地域スポーツクラブの知名度

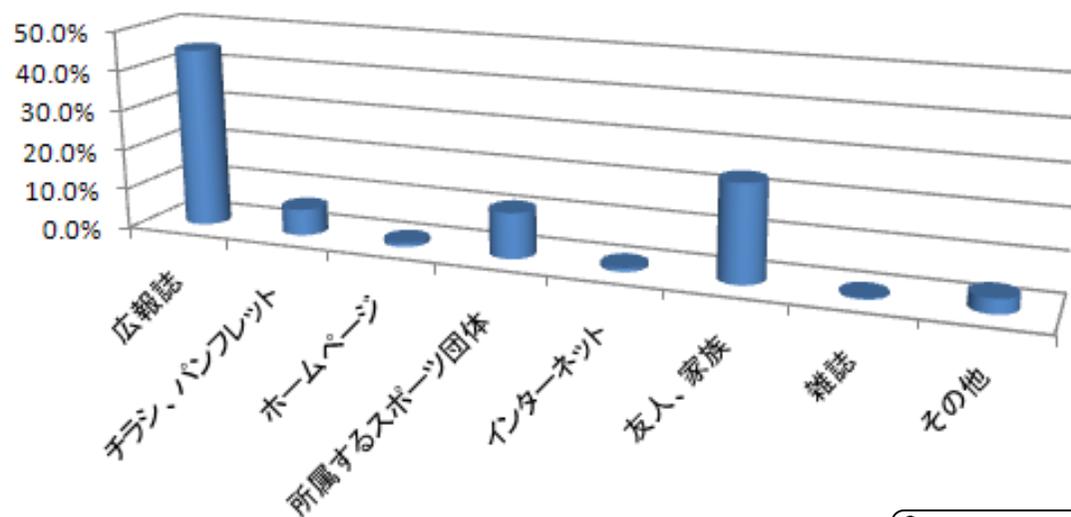


糸魚川市における知名度が低い。上越市と妙高市は総合型クラブが既にあるため、糸魚川市に比して高い傾向にあるが、住民の2割弱しか知らないため、今後知名度を高めしていく必要がある。



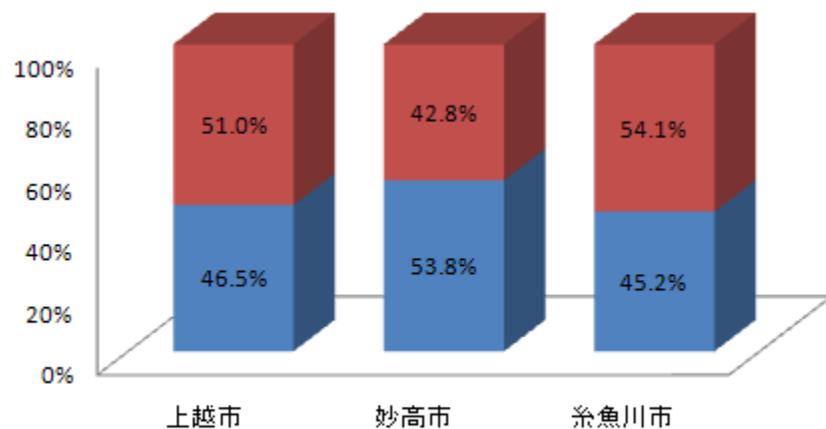
農業、パート、会社員といった職業別属性での知名度が低い傾向にある。また、20歳代、30歳代といった若い年齢層で知名度が低い傾向にある。若い世代への知名度や理解を高めることが今後の総合型クラブを発展させていくために重要であることから、若い世代への働きかけを積極的に行なう必要がある。

問 15 総合型クラブをなにで知るか

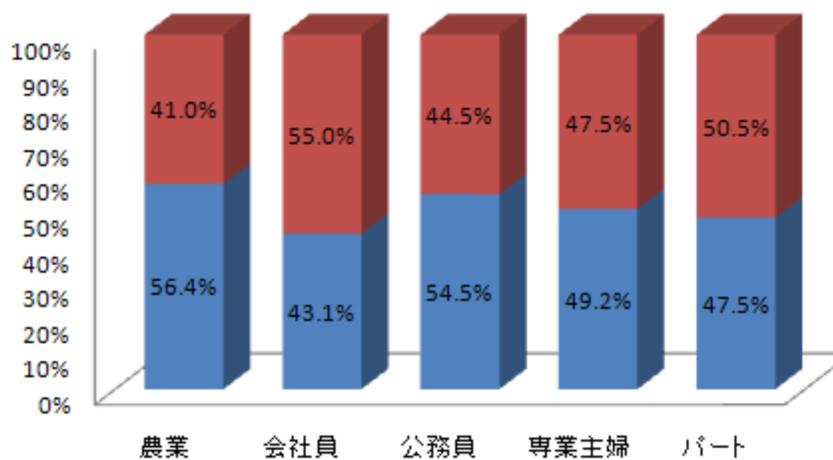


どの属性でもほぼ同じ傾向であるが、市や地域の広報誌が最も多く、ついで友人等からの口コミによる。これは全国的な傾向であり、本地域で特徴的な傾向はうかがえない。今後、広報誌での総合型クラブの啓蒙を積極的に行なうことが、有効である。

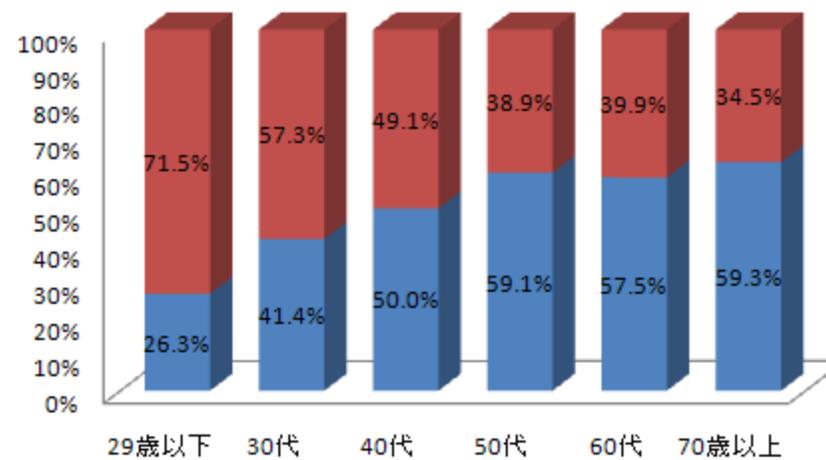
問 16 体育指導委員の活動の知名度



■ 知っている ■ 知らない



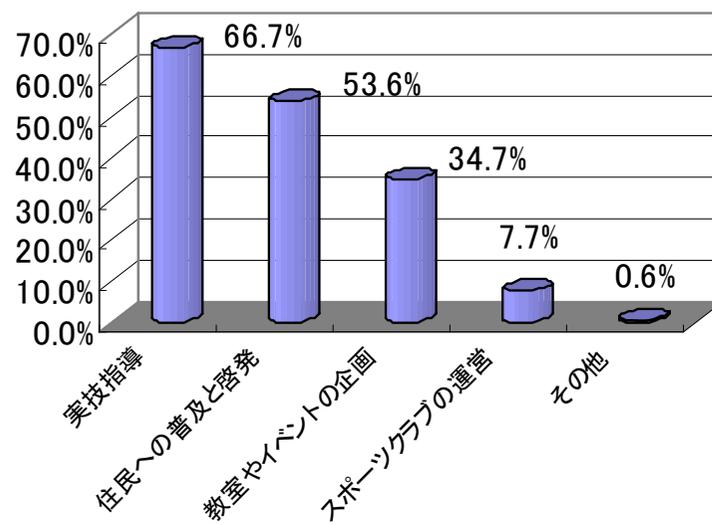
■ 知っている ■ 知らない



■ 知っている ■ 知らない

体育指導委員の活動は、妙高市で多く知られているが、上越市と糸魚川市では低い傾向にある。職業別では会社員の知名度が低い。年齢別では若い世代になるにしたがい、知名度が低くなるが、特に29歳以下で知名度が著しく低い傾向にある。

問 16-2 体育指導員の活動内容



各属性別での大きな違いは見られないが、全体として、実技指導と住民への啓蒙が活動の中心であると考えられている。

問 17 スポーツ振興への要望（自由記述）

※多い意見を抜粋

- 1) 子供から高齢者まで気軽に利用できる施設や教室がほしい
 - ・子ども、親子、世代間交流のできる施設や教室
- 2) 高齢者が参加できるプログラムや教室の充実
 - ・高齢者の腰痛、ひざ痛などに対応した運動療法
- 3) お金をかけず、身近に使いやすい施設
- 4) もっと多くの情報を流してほしい
- 5) 中心部だけでなく、郊外の人でも利用できる環境
- 6) 競技者だけでなく、広く住民が気軽に活用できる施設
- 7) 初心者が参加できる教室やプログラム
- 8) 体育指導委員の活動強化

まとめ（総括）

上越市・妙高市・糸魚川市の住民への運動・スポーツに関する調査から、全国的な傾向や一般論とも比較して、概ね以下の傾向にまとめられる。

1. 健康や体力への不安は全体的に低く、自らの健康や体力に自信を持っている人が多い傾向にある。
2. 昨今、若年層の体力への不安が増加傾向にあるが、本該当地域は20歳代や30歳代で体力に自信のある傾向にある。ただし、女性が健康や体力に不安を抱いている傾向があることが本地域の特徴といえる。
3. 本該当地域では、50歳代が健康への不安や体力の無さを感じている傾向にある。また、50歳代は生きがいを感じていない傾向にある。仕事中心の生活で、趣味、運動やスポーツを行なう機会が少なく、ストレスをかかえ、健康や体力に不安を抱いていることがうかがえる。
4. 全体として、週1回以上スポーツや運動を行なっている人の割合が、29.6%であり、全国平均を下回っている。また、女性の運動やスポーツをほとんど行っていない割合が多いことも特徴としてあげられる。1.の考察における女性の健康や体力への不安を勘案すると、本地域では女性の運動やスポーツの喚起を促す手立てが必要といえる。
5. 地域別の特性として、上越市と妙高市に比して糸魚川市における住民の運動やスポーツに関する関心が低い傾向にある。また、一人で運動やスポーツに親しんでいる割合が多く、運動やスポーツのきっかけや機会、仲間作りを促す手立てへの要望が多い傾向にある。また、総合型地域スポーツクラブと体育指導委員の活動の理解が低い傾向にあるため、今後糸魚川市の積極的な運動・スポーツに関する積極的な政策と啓蒙活動を期待する。
6. 職業別の特性として、農業従事者は、運動やスポーツへの興味関心が低い傾向にある。ただし、総合型クラブや体育指導委員の活動、地域での活動についての関心や理解は高い。農業従事者は日々、仕事の中で身体活動が多いことから、運動やスポーツを意図的に行なうことには関心が無いが、地域に密着した生活をしていることがわかる。
7. スポーツ教室やスポーツイベント、クラブの活動についての情報は、圧倒的に市報などの公共的な広報誌に依存している。一方で、口コミによる情報伝達も多いことから、運動やスポーツの啓蒙にこういった情報ツールを上手く利用していくことが望まれる。
8. 身近な場所や気軽に参加できるプログラム、仲間が、運動やスポーツを行っていない人のきっかけや動機になっていることから、今後こうした手立てを具体的に打っていくことで、運動やスポーツの参加者を増やすことにつながると考えられる。