

平成 21 年度

新潟県スポーツ実態調査
報告書
(新潟地区)

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：2009年11月～2010月2日

調査対象：新潟県新潟市全域【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

新潟市におけるランダムサンプリング

3) 実施方法：郵送

4) 継続性：横断面調査

回収率： 1) 調査対象者数：1800名

2) 有効回答数（有効回答率）：1342名（74.6%）

はじめに

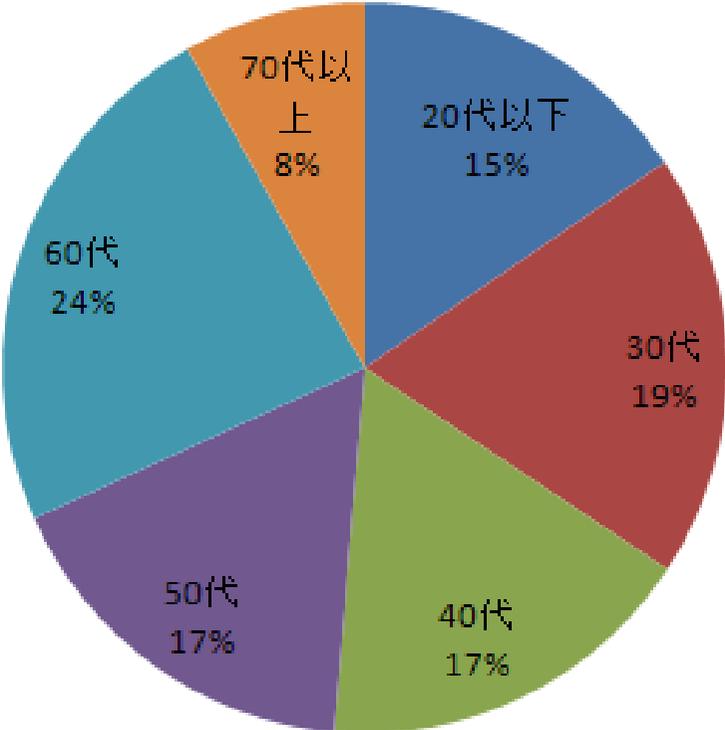
文部科学省は、中央教育審議会スポーツ・青少年分科会の意見を踏まえ、2000年9月に文部大臣告示として「スポーツ振興基本計画」を策定した。本計画は、高齢化の急激な進展や、生活が便利になること等による体を動かす機会の減少が予想される21世紀の社会において、生涯にわたりスポーツに親しむことができる豊かな「スポーツライフ」を送ることに意義を見出している。そのため、スポーツ環境の充実により、現代社会における国民が抱える問題の中でも特に、体力の向上、精神的なストレスの発散、生活習慣病の予防など、心身の両面にわたる健康の保持増進をねらいとしている。以上のねらいによって本計画では、「子どもの体力の向上」「生涯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

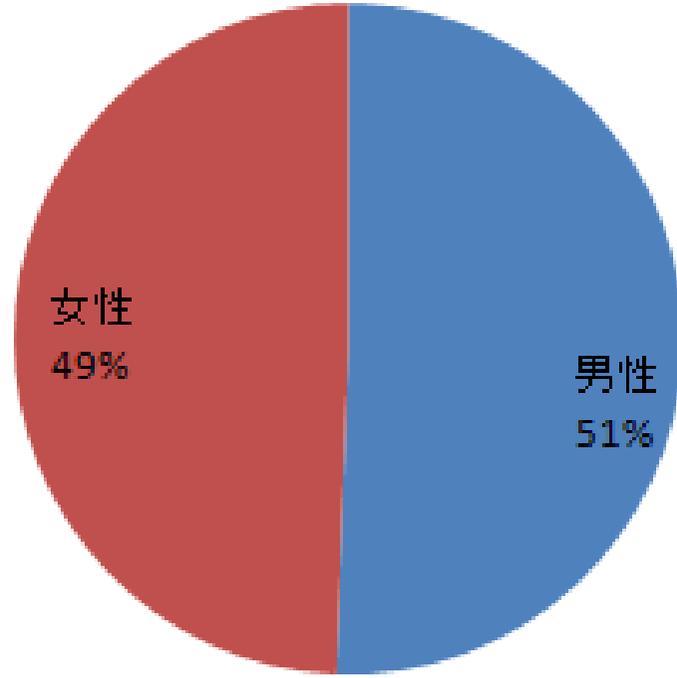
康寿命の延伸・生活の質の向上を実現するため、健康づくりや疾病予防を積極的に推進する。そのため、早急に法的基盤を含め環境整備を進める。」との指摘がなされた。これを受けて政府としては、「健康日本21」を中核とする国民の健康づくり・疾病予防をさらに積極的に推進するため、医療制度改革の一環として平成14年3月1日の通常国会に健康増進法案を提出し、衆議院、参議院の可決を経て、同8月2日公布された。この基本方針は、一次予防の重視である。人口の高齢化の進展に伴い、疾病の治療や介護に係る社会的負担が過大となることが予想されているので、従来の疾病対策の中心であった健診による早期発見又は治療にとどまることなく、健康を増進し、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



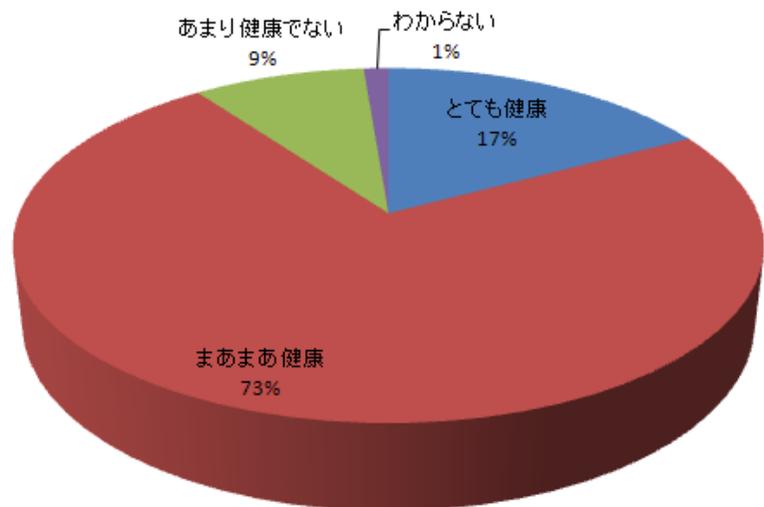
年代別属性



性別属性

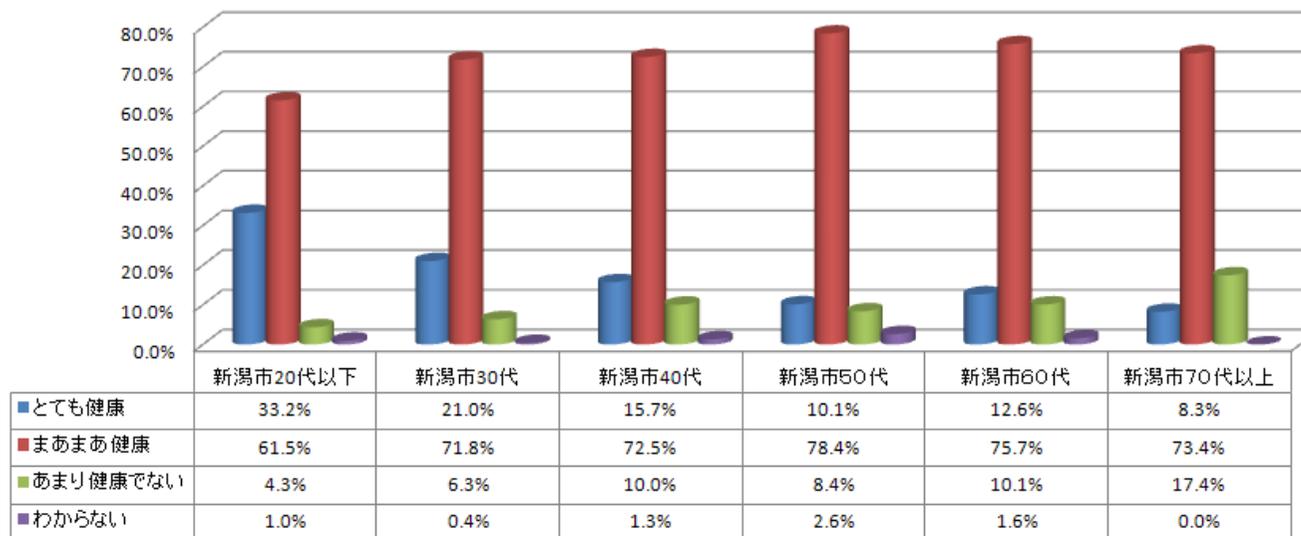
本報告書では、以下、「問い」ごとに回答者の割合をサンプル全データで表わす。ただし、顕著な差のある「問い」のみ、属性別に表わすこととする。

問1 自分の健康観

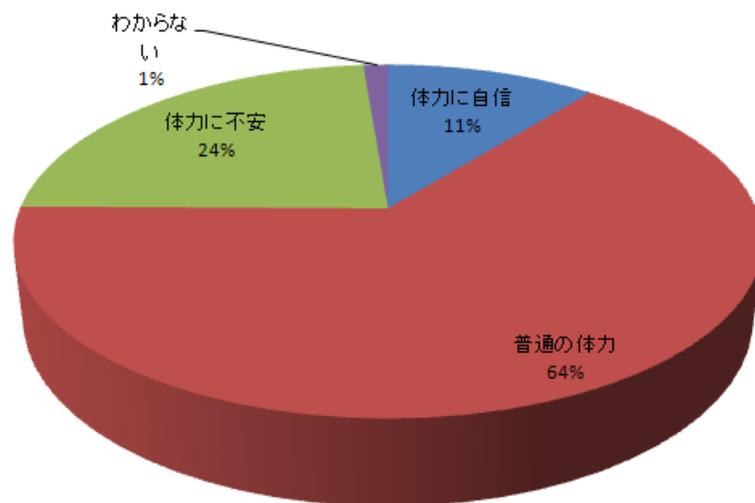


「とても健康」と「まあまあ健康」と感じている人が9割に及ぶ。ただし、年齢別による違いがあり、年代順で健康への自信が減る傾向にあるが、特に50代で「とても健康」と回答する割合が少ない。逆に60代で回復する傾向にあり、働き盛りでの健康への不安をうかがうことができる。

全 体

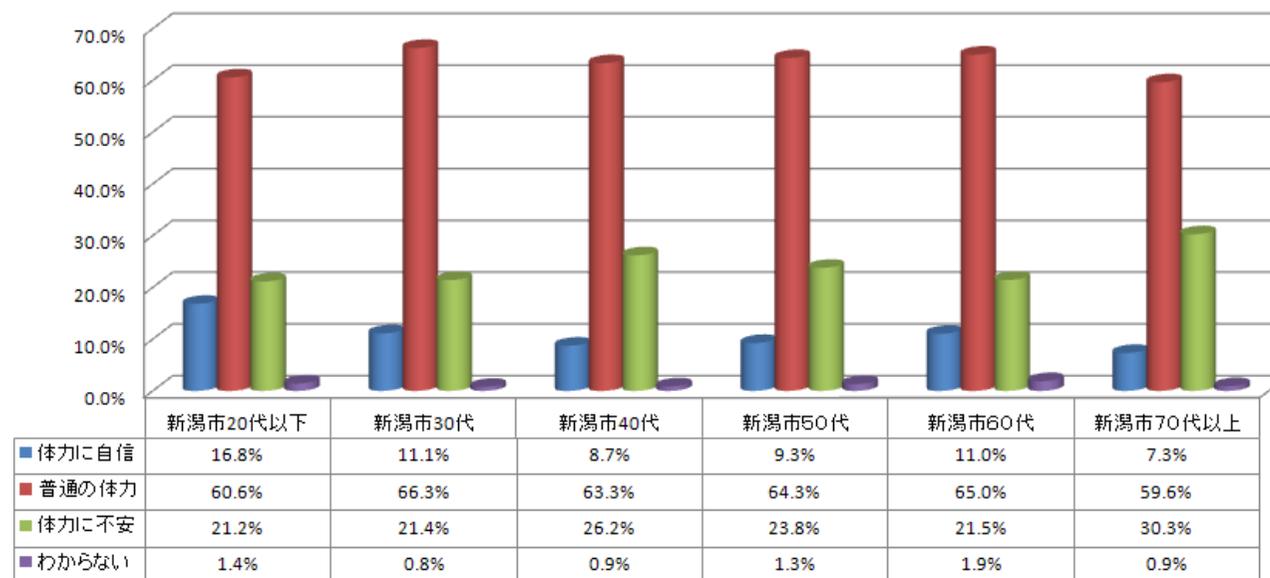


問2 自分の体力観

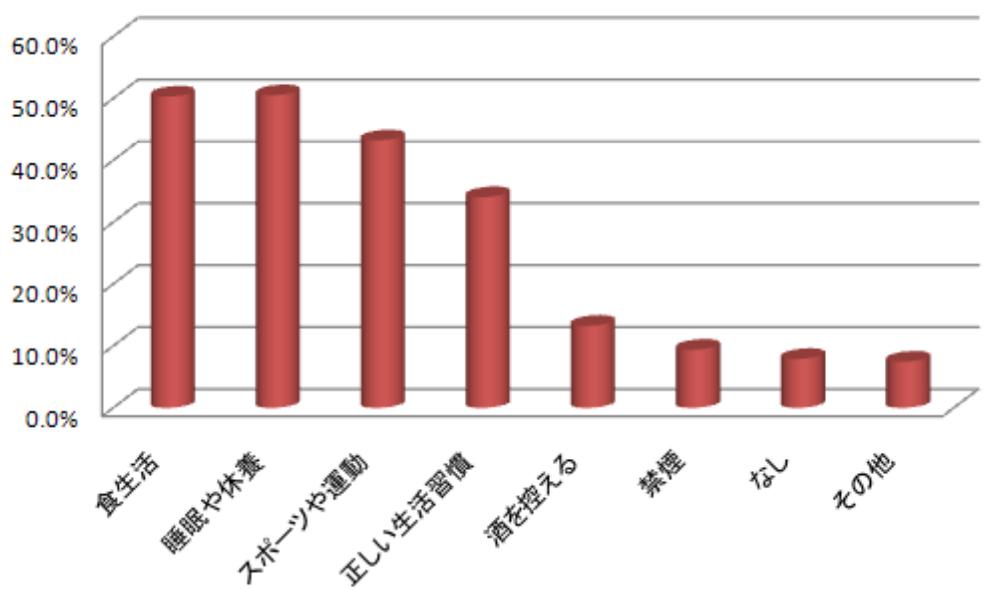


全 体

健康観では9割が健康と認識しているにもかかわらず、体力については、体力に自信がある、もしくは普通の体力と認識している人が75%にとどまっておらず、体力に不安を抱えている人が24%に及ぶ。防衛体力のみならず、行動体力を高める必要がある。年代別では、健康観同様、40代、50代で体力への自信のなさがうかがえる。働きながらも健康や体力を支える環境整備が望まれる。

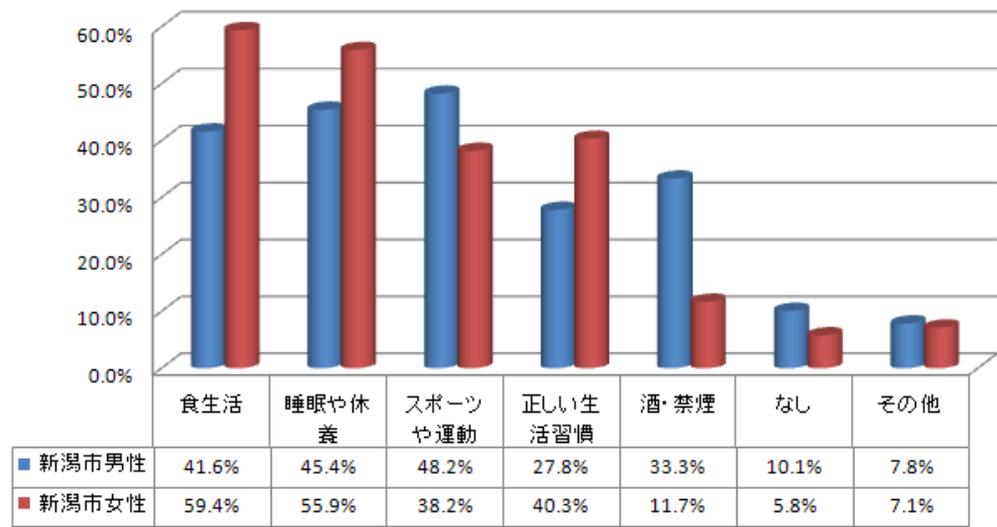


問3 健康のために努力していること

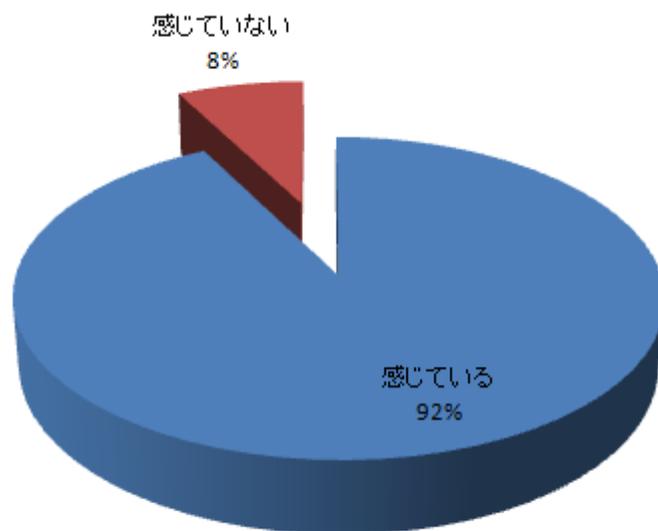


食生活，睡眠や休養といった日常生活の認識レベルで努力出来ることを意識している点で評価できる。酒を控える，禁煙の割合が低いのは，飲酒，喫煙の該当者が少ないことに起因すると考えられる。この項目では男女で顕著な差があり，男性は「スポーツや運動」で健康を保とうとしているのに比して，女性は「食生活」「睡眠や休養」「生活習慣」といった日常的な生活に気を配り，健康に配慮している傾向にある。

全体



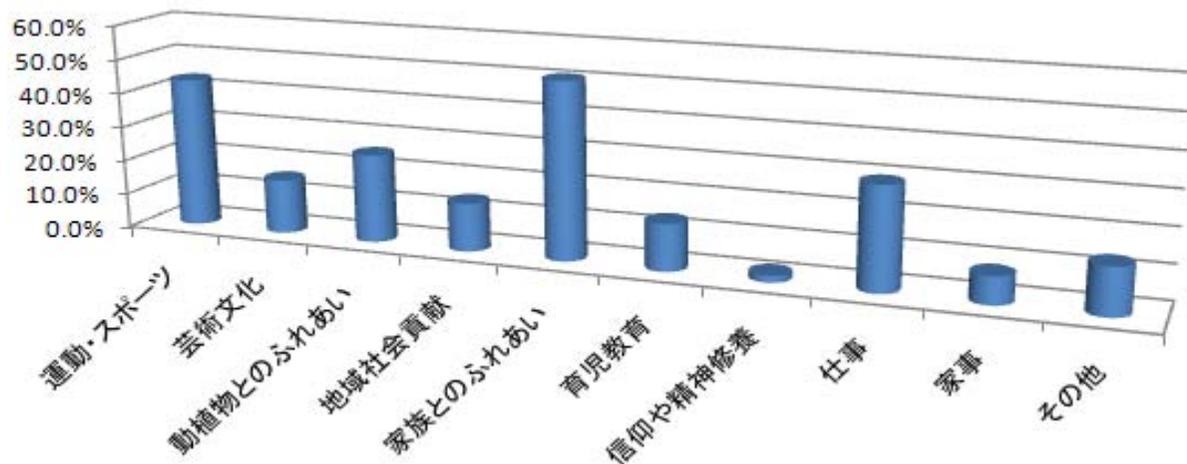
問4 生きがいに関して



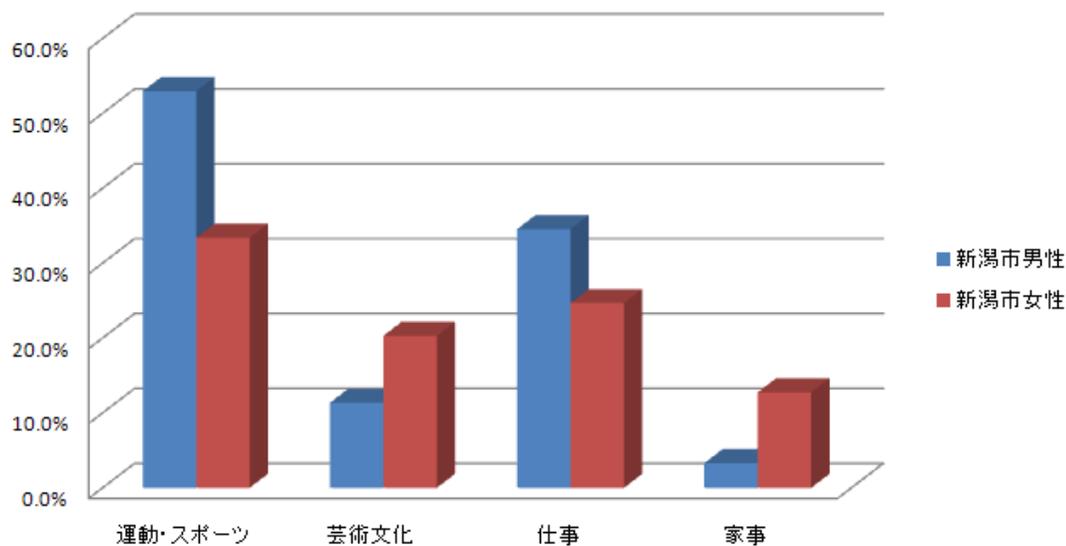
全 体

年代別、性別で特に顕著な差がなく、概ね9割の人が生きがいを感じている。

問4-2 何に生きがいを感じるか

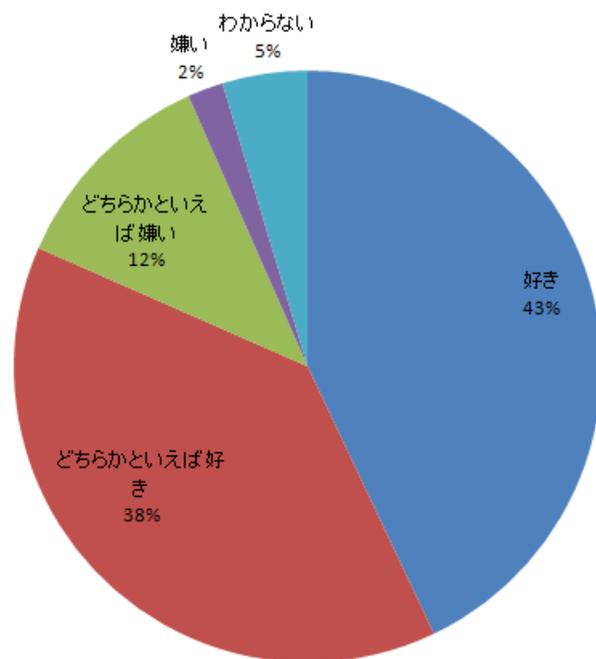


全体

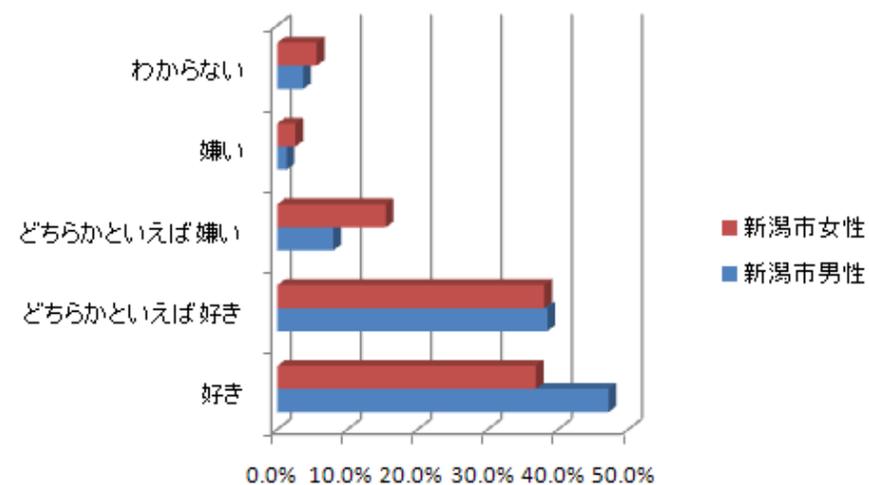


家族とのふれあい、仕事といった日常生活に生きがいを求めている傾向にある。また、運動・スポーツに生きがいを求めている割合が高い。ここでは特に男女による傾向の違いが顕著であり、男性は運動やスポーツ、仕事を生きがいにしているのに比して、女性は、芸術文化や家事を生きがいにしている傾向にある。

問5 運動・スポーツへの好感度

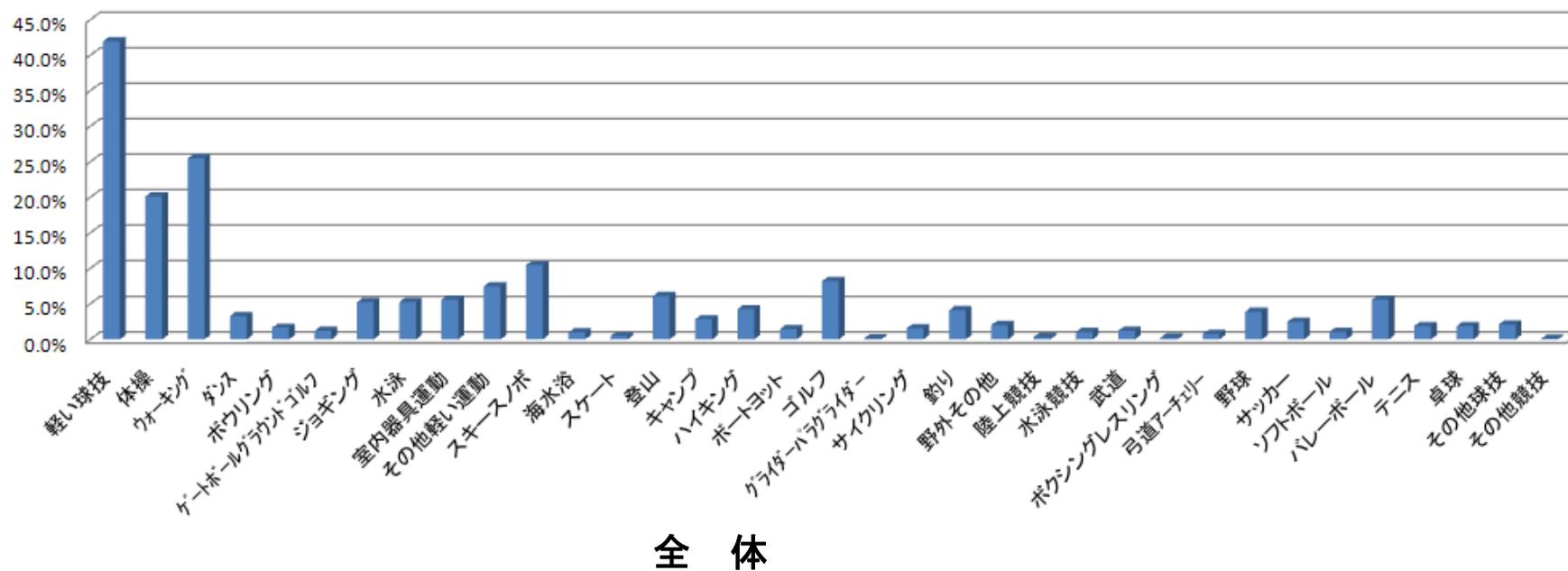


全 体

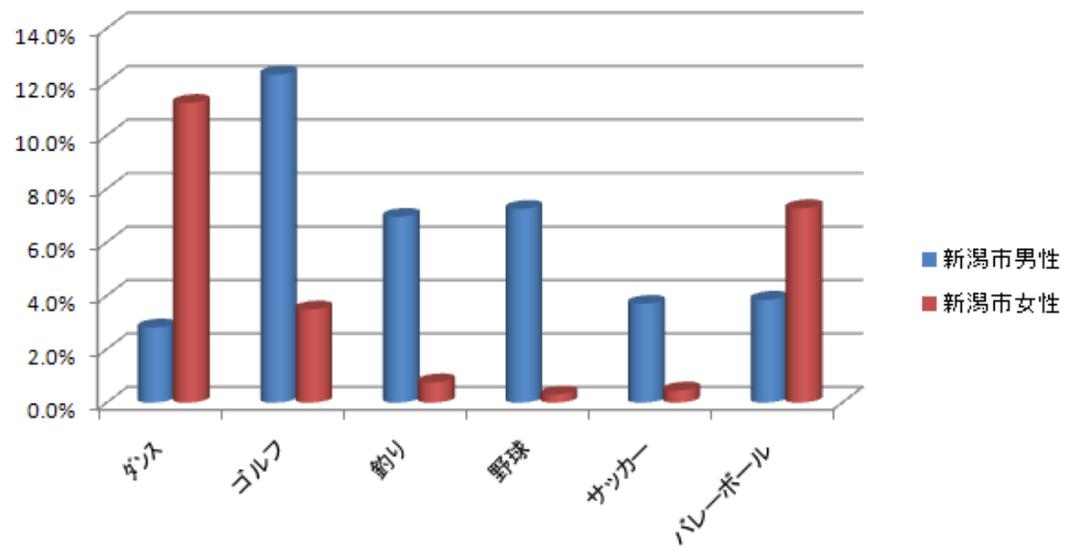


好きとどちらかといえば好きで80%を超えていることは高く評価できる。学校体育や地域スポーツの日本のスポーツ政策の結果が表れている。ただし、男女で違いが出ており、男性は好きと回答する割合が多いのに比して、女性はどちらかといえば嫌いの割合が多い。女性のスポーツや運動への好感度を高めることが望まれる。

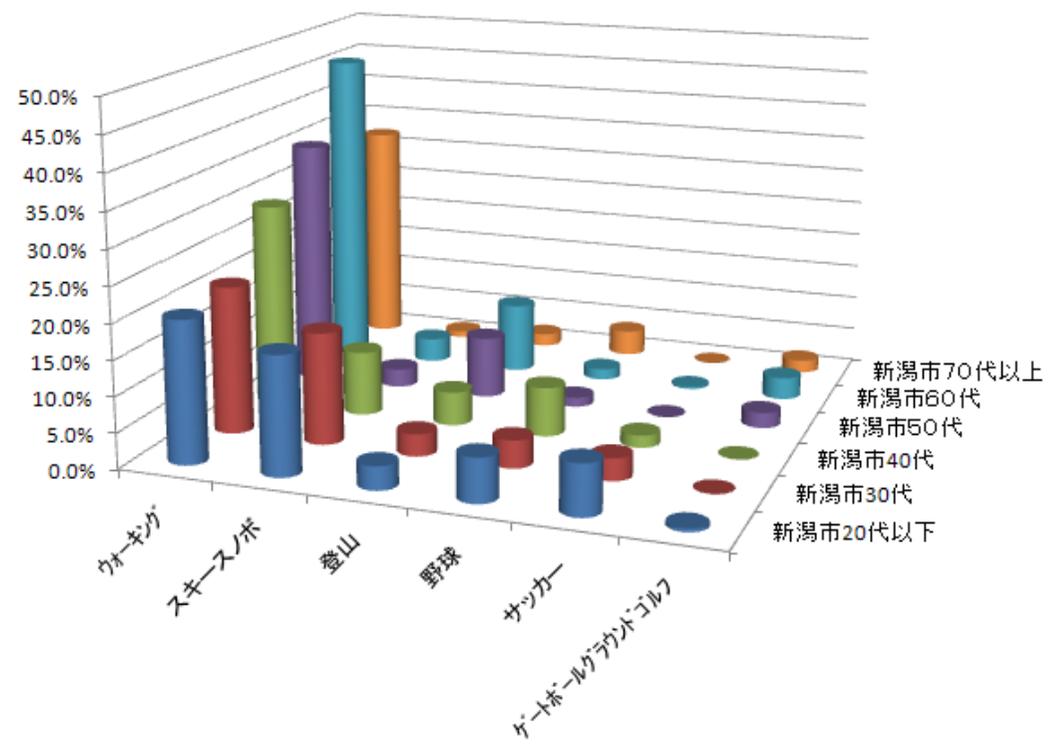
問6 行なっているスポーツ種目



軽い球技，ウォーキング，体操といった手軽に道具や施設設備を用いないでできる運動の実施率が高い。

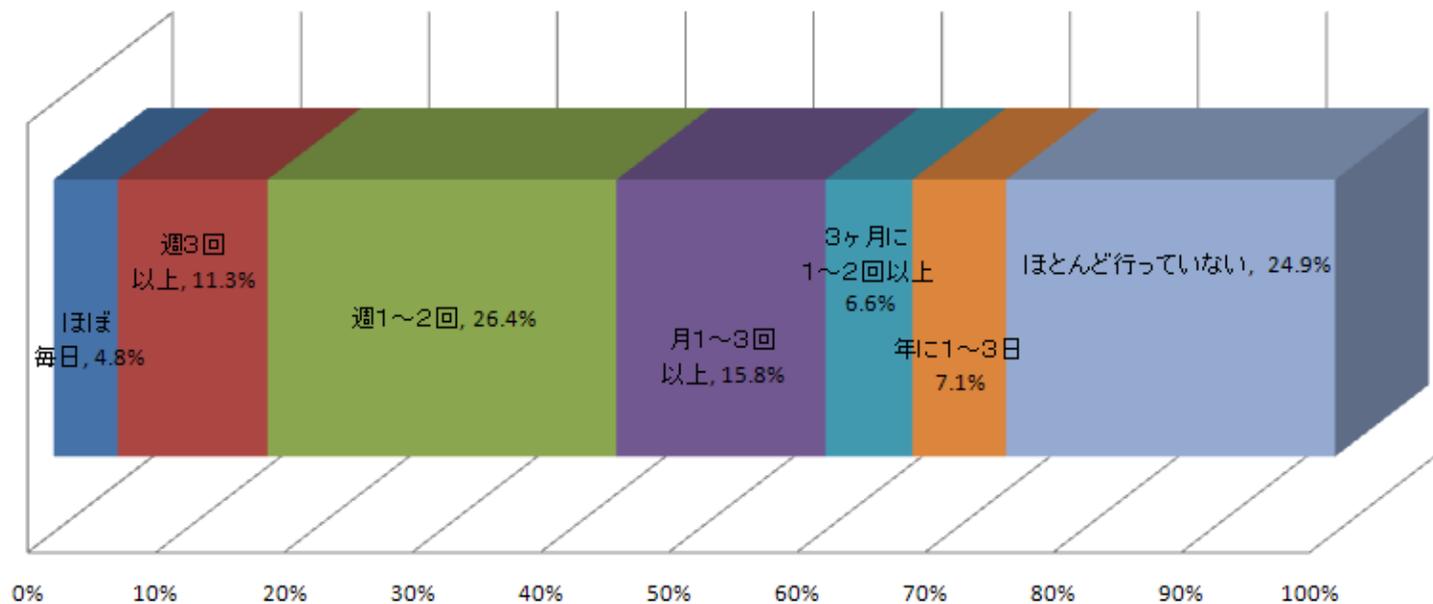


男女で差のある種目のみ取り上げているが、ゴルフ、釣り、野球、サッカーは男性の実施率が高く、女性はダンス、バレーボールの実施率が高い傾向にある。



年代別で差のある種目のみ取り上げているが、ウォーキング、登山、ゲートボールは高い世代で実施されており、スキー、スノーボード、野球、サッカーは若い世代に親しまれている。

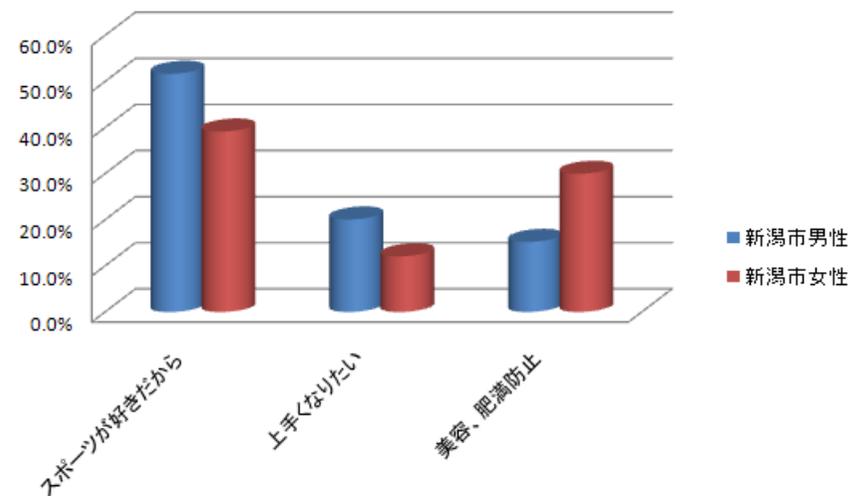
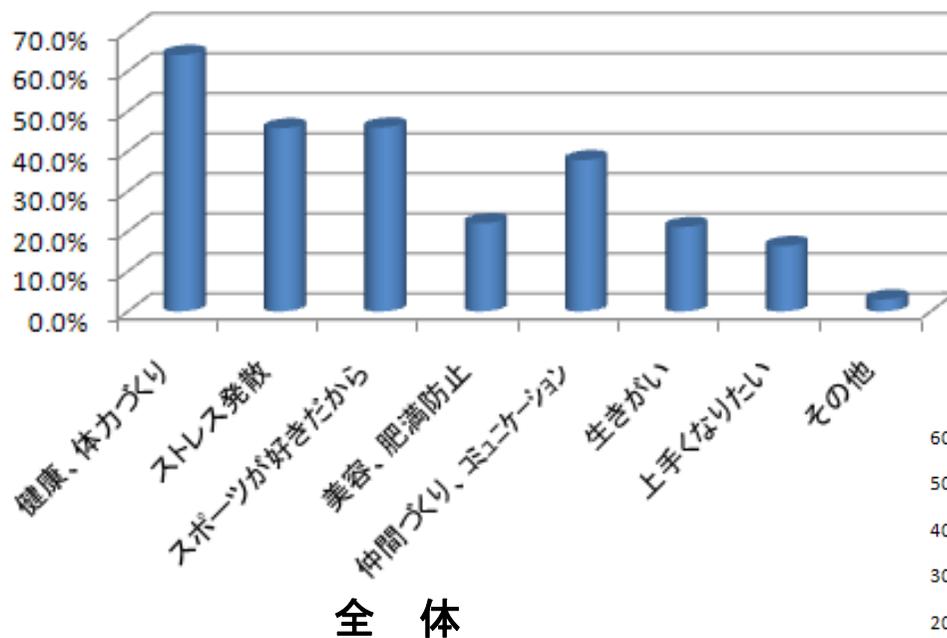
問7 運動やスポーツを行なう頻度



全 体

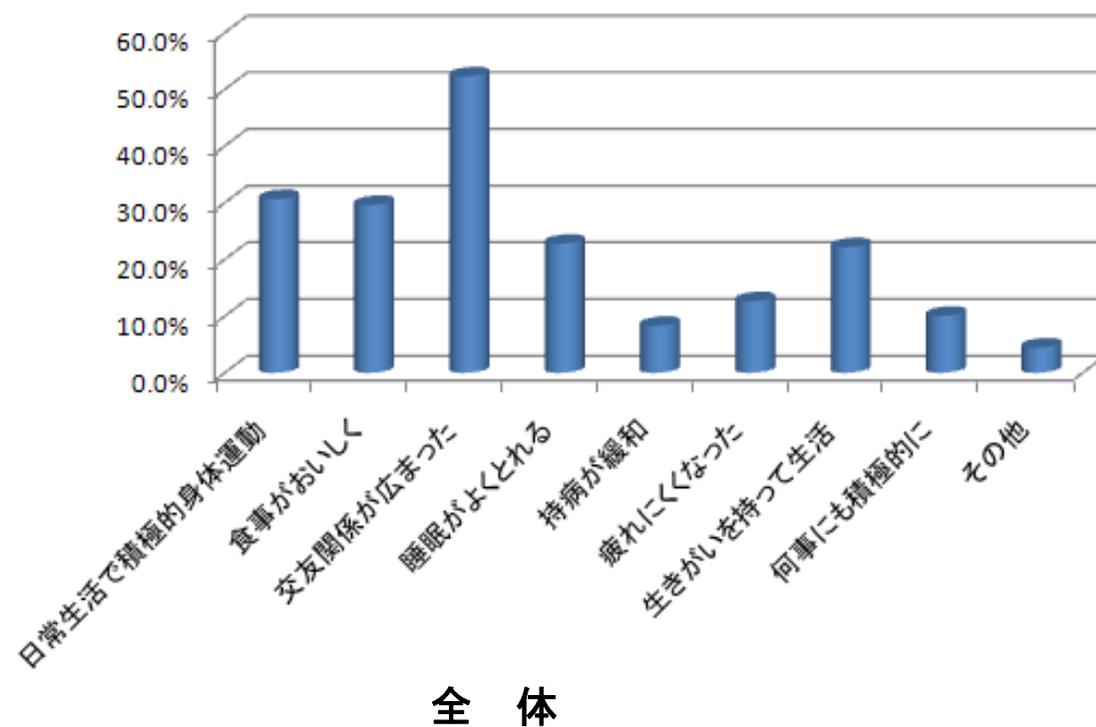
全体として、週1回以上スポーツや運動を行なっている人の割合が、42.5%であり、全国平均より高い傾向にある。一方、ほとんど行なっていない人の割合が、24.9%に及んでいることが気付きである。年に1~3回という人も含め、ほとんど運動を行なっていない人の割合が、新潟市民の3割を超えている。日常的な身体運動の機会を作る施策が必要である。

問8 運動やスポーツを行なう理由



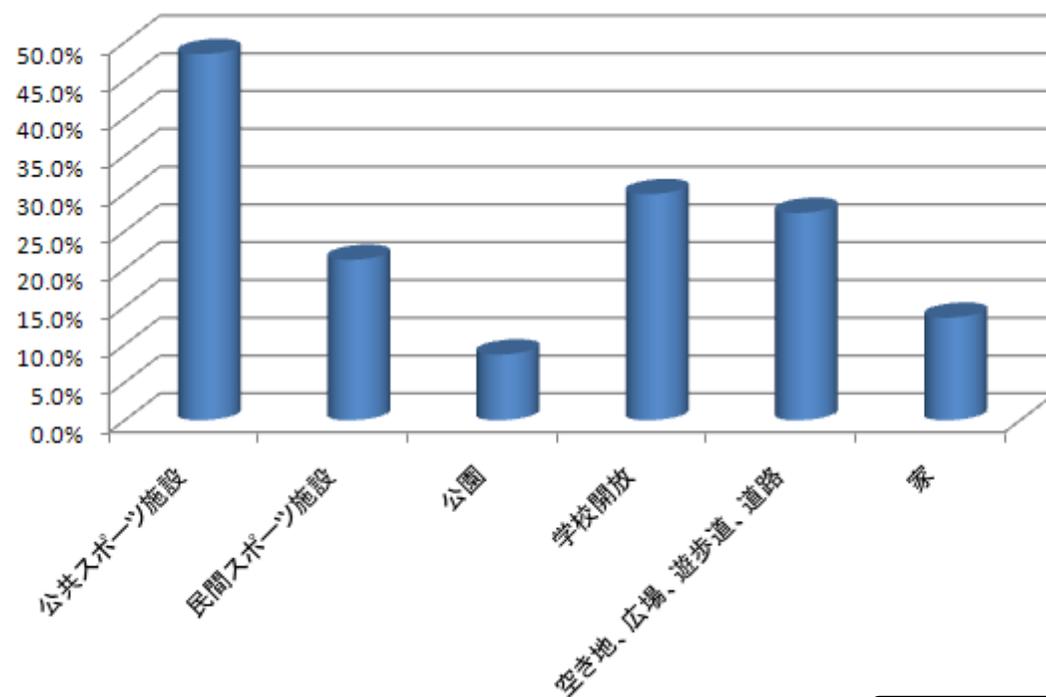
全体として、健康、体カづくりやストレス発散、仲間づくり（コミュニケーション）、スポーツが好きといった間接的な目的が上位を占めている。上手になりたいといったスポーツの本質的な特性が少ない傾向にある。ただし男女で傾向に違いがあり、男性はスポーツが好き、上手になりたいといったスポーツの本質的な特性に触れているのに比して、女性は手段としてスポーツをとらえる傾向にある。

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」という身体の直接的な変化ではなく、間接的な変化が最も多い。

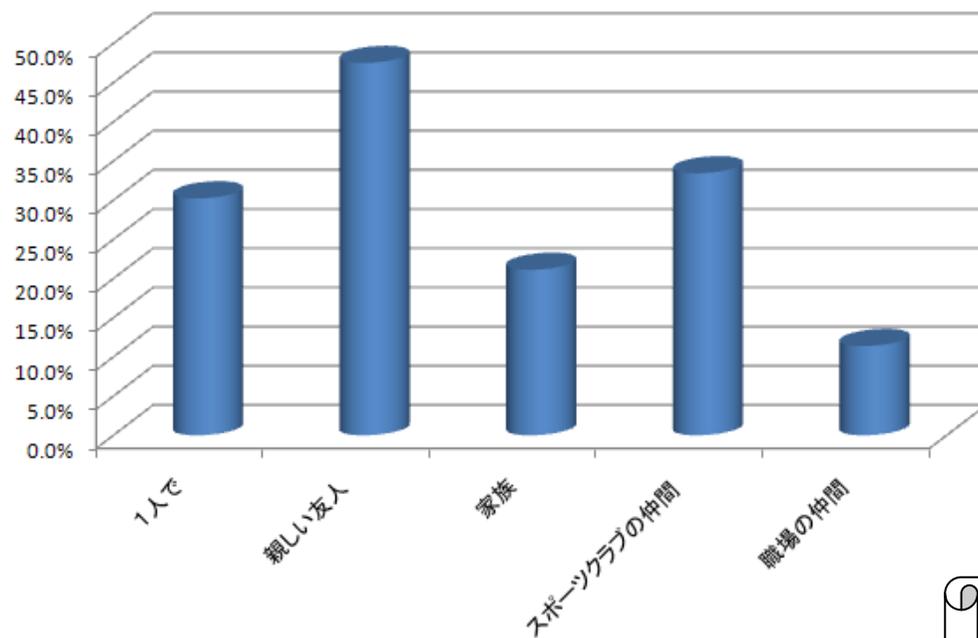
問 10 運動やスポーツを行なう場所



全 体

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。

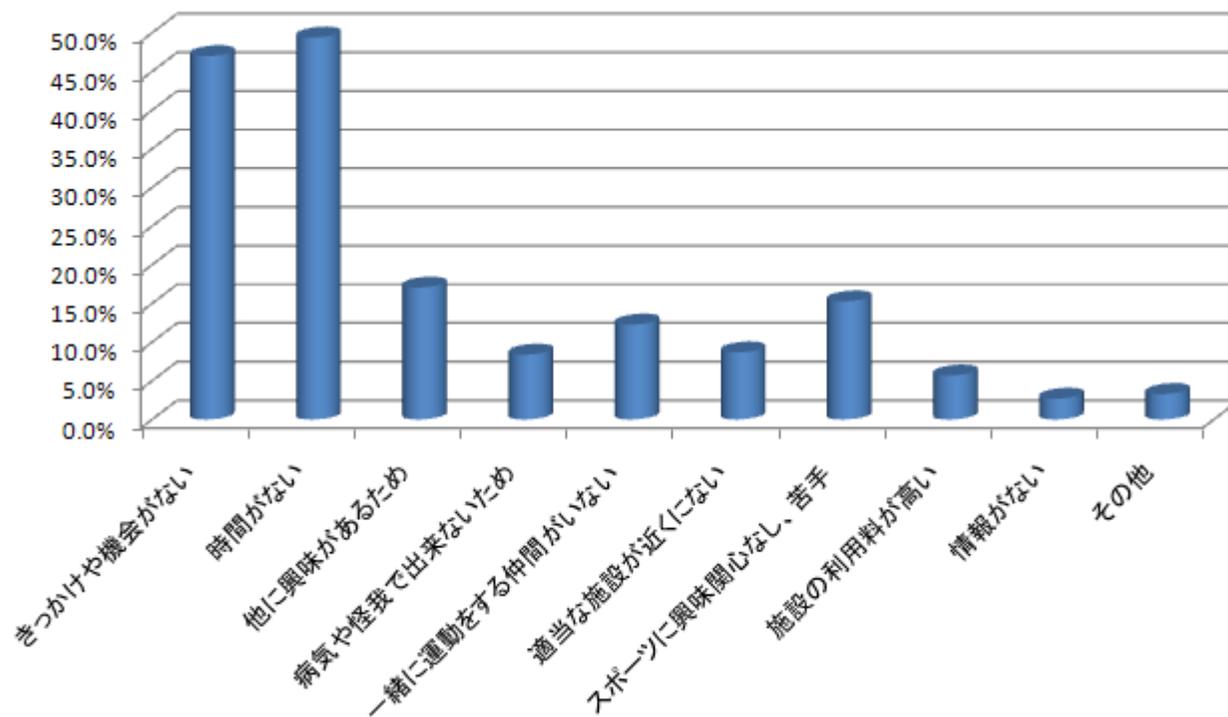
問 11 運動やスポーツを行なう仲間



全 体

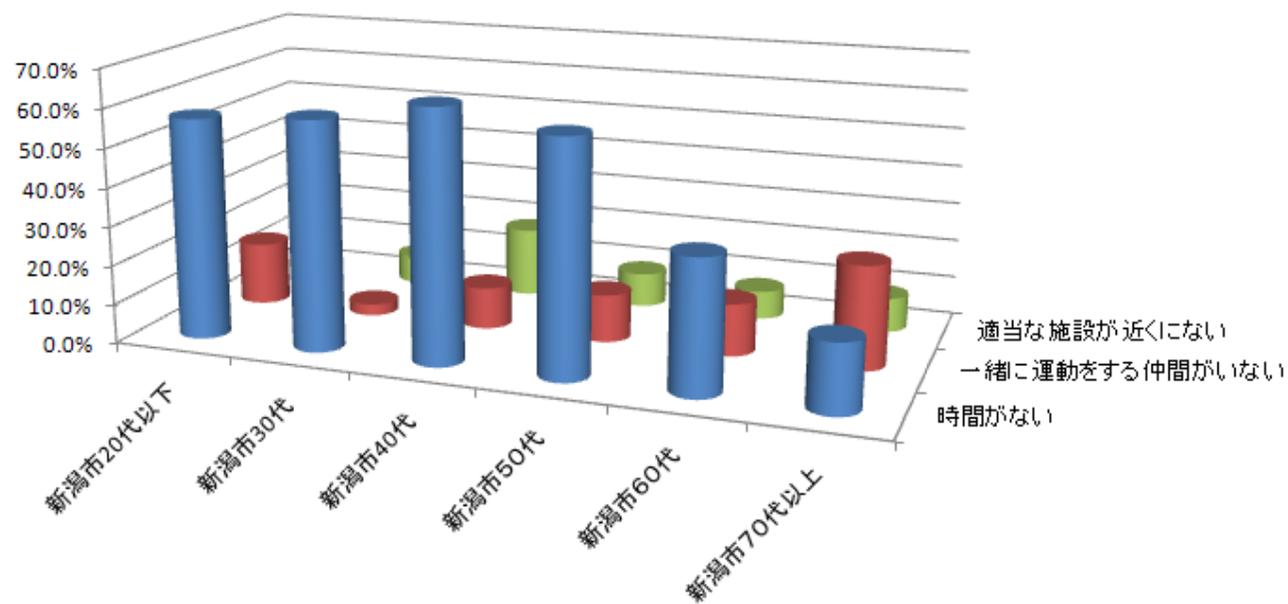
全体的に親しい仲間やスポーツクラブの仲間で行なう割合が多い。スポーツや運動の継続性には、仲間が不可欠である。職場を離れたところでの仲間との関わりによって運動やスポーツが行なわれることは望ましい。

問 12 運動やスポーツを行なわない理由



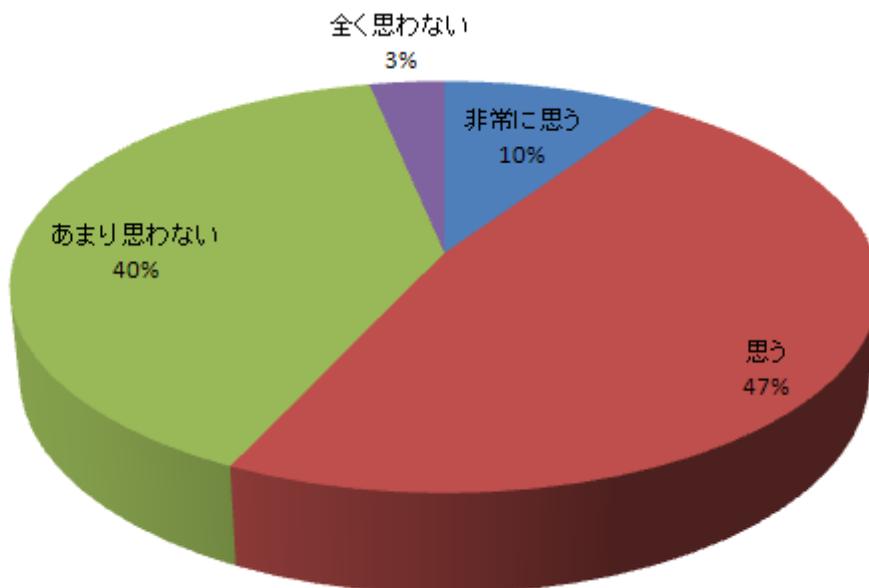
全 体

全体的に「きっかけがない」「時間がない」という割合が多い。仕事や家事といった日常生活の中にかにスポーツや運動を取り込んでいくかの検討が必要である。



特に年代別でスポーツや運動を行なわない抵抗条件に違いがみられる。働き盛りの40代、50代で時間がない、あるいは施設が身近にないといった理由が挙げられている。勤務先から近い場所でのスポーツ環境を整えることが必要である。また、70歳以上の人で一緒に行なう仲間がいないことがあげられる。コミュニティでの仲間での運動やスポーツを行なうきっかけが必要である。

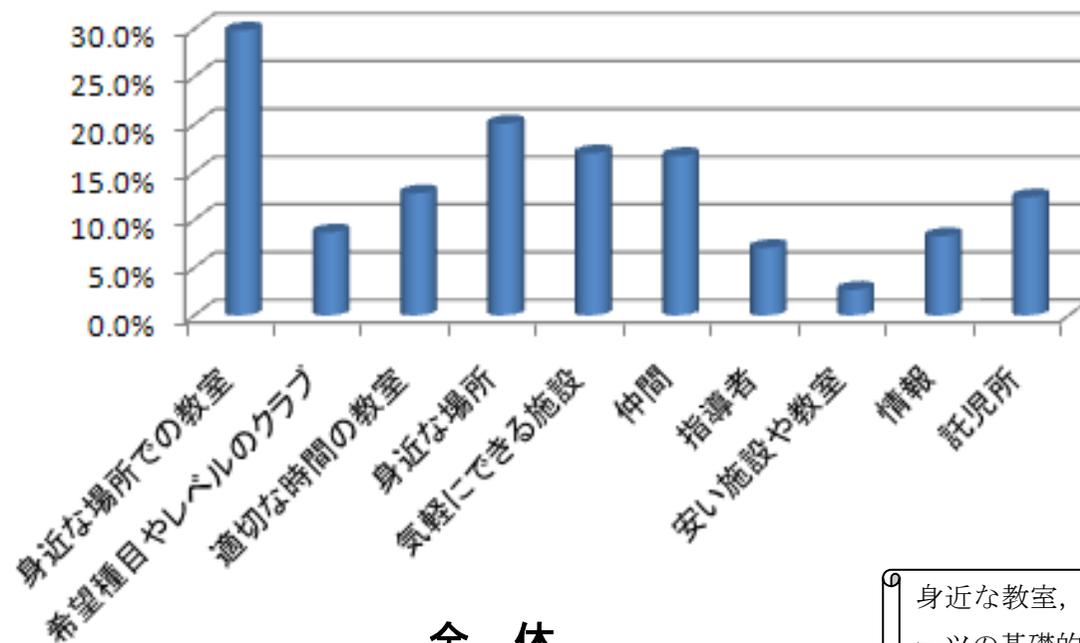
問 13 今後、運動やスポーツを行なうか（行わない人対象）



全 体

現在、運動やスポーツを行な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ことから、日常的に気軽に運動行動に向かうことができる政策や手立てによって、多くの人々がスポーツや運動に取り組める可能性を示唆している。

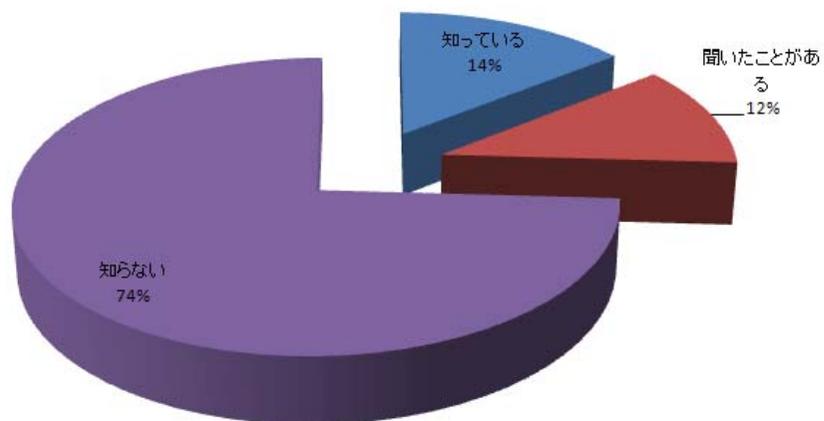
問 14 どんな環境を整えば運動やスポーツがしやすくなるか



全 体

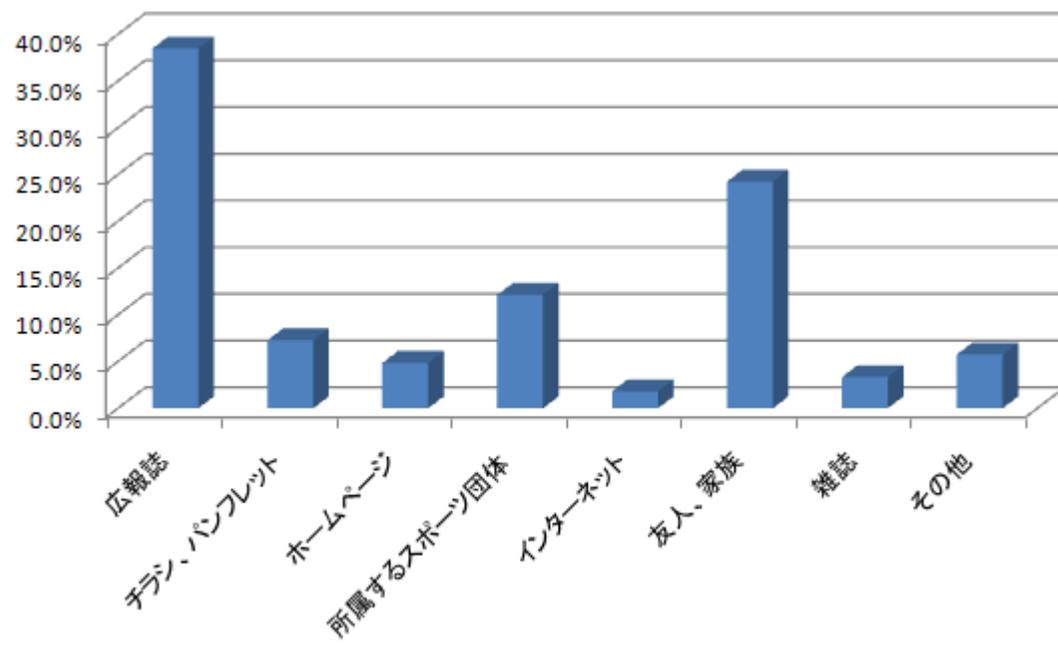
身近な教室，身近な場所，仲間といったスポーツの基礎的条件である「三間（さんま）」上位にあるが，キーワードは「身近」である。やはり，生活に密着した身近な環境条件を整える必要がある。

問 15 総合型地域スポーツクラブの知名度



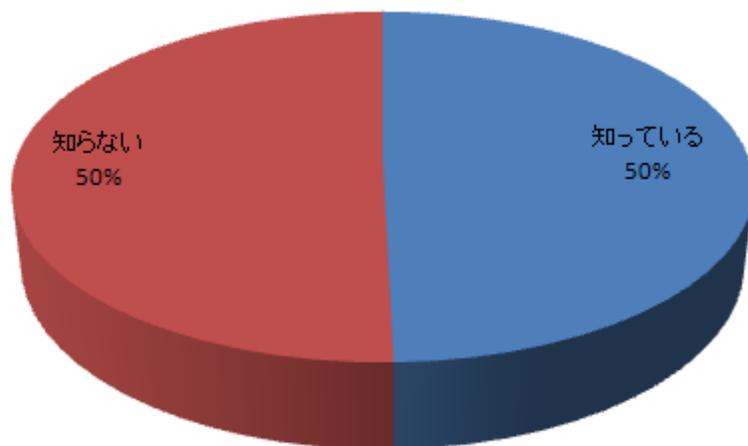
「知っている」「聞いたことがある」の合計がわずか26%にとどまっている。これは、市民への認知が充分でないことを示しており、各総合型地域スポーツクラブの広報活動というよりは、行政セクターによるマターであることから広報活動を可及的かつ重点的に行なう必要がある。

問 15 総合型クラブをなにで知るか



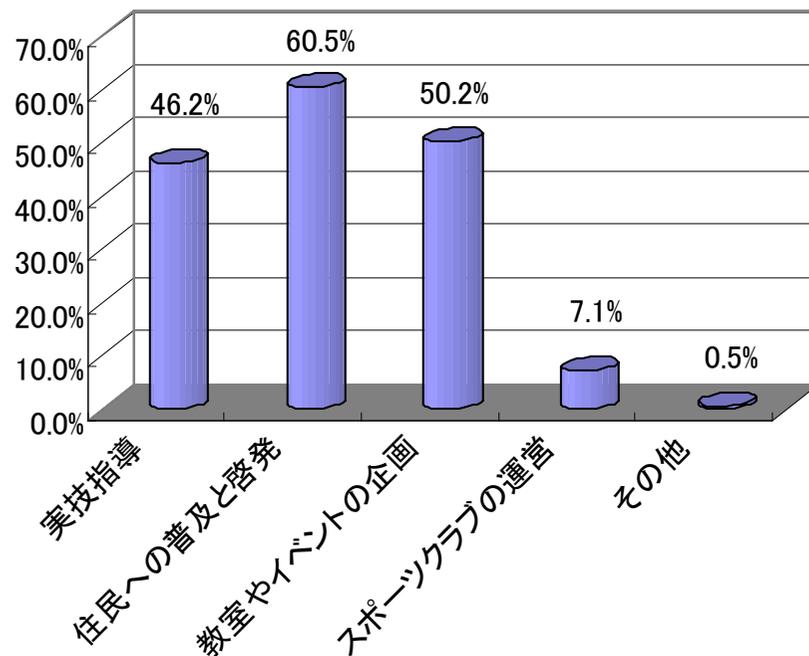
市や地域の広報誌が最も多く、ついで友人等からの口コミによる。これは全国的な傾向であり、本地域で特徴的な傾向はうかがえない。今後、行政が積極的に広報誌での総合型クラブの啓蒙を行なうことが必要である。

問 16 体育指導委員の活動の知名度



体育指導委員の活動は、長い歴史があり、住民主体の地域に根付いた活動であるにもかかわらず、半分の市民しか理解していないことが残念である。これも市民への認知を行政が主体的に行なうことが必要である。

問 16-2 体育指導員の活動内容



全体として、「住民への普及啓発」「教室やイベントの企画」「実技指導」といったほぼ体育指導委員の活動を正確にとらえていると考えられる。今後は総合ガが地域スポーツクラブへのかかわりなども期待されていることから、スポーツクラブの運営の割合が多くなることが望まれる。

問17 スポーツ振興への要望（自由記述）

※多い意見を抜粋（多い順）

- 1) 公共スポーツ施設（学校開放含む）の柔軟な運営及びサービスの改善
 - ・ 利用時間
 - ・ 予約方法（受付の対応の悪さ）
 - ・ 誰でも活用できる開かれた施設
- 2) 屋内スポーツ施設の充実
- 3) 子どもが安心して活用できる施設の充実
- 4) ウォーキング、ジョギングができる遊歩道の充実
- 5) 中心部だけでなく、郊外の人でも利用できる環境

まとめ（総括）

新潟市の住民への運動・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、自らの健康に自信を持っている人が多い傾向にある。
ただし、体力に自信がある割合は、健康への自信に比して少なく、積極的な行動体力にはいたっていない住民もいる。また、働き盛りの40代、50代において、健康や体力への自信のなさをうかがうことができる。仕事と健康のバランスを保つための政策を整えることが必要である。
2. 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、42.5%であり、全国平均よりも高い傾向にある。
3. 男性と女性でスポーツや運動に取り組む目的に違いがみられる。男性はスポーツ本来の持つ楽しさや特性に触れているのに比して、女性は、手段としてスポーツや運動をとらえている。また、女性にスポーツや運動への好感が低い傾向がある。今後、女性を対象としたスポーツや運動の普及や啓もうが必要である。
4. 運動やスポーツに積極的に関わらない（運動行動にいたらない）住民には、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が有効である。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、今後行政の積極的な運動・スポーツに関する政策と啓蒙活動が必要である。
5. スポーツ教室やスポーツ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。
6. 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。