

## 10. 運動やスポーツについて（問25～問27）

問25 この1年間、どのくらいの頻度でスポーツをしていますか。（n=2,231）

※競技スポーツやレクリエーションスポーツに加え、ウォーキングなど健康維持のための軽い運動も含まれます。

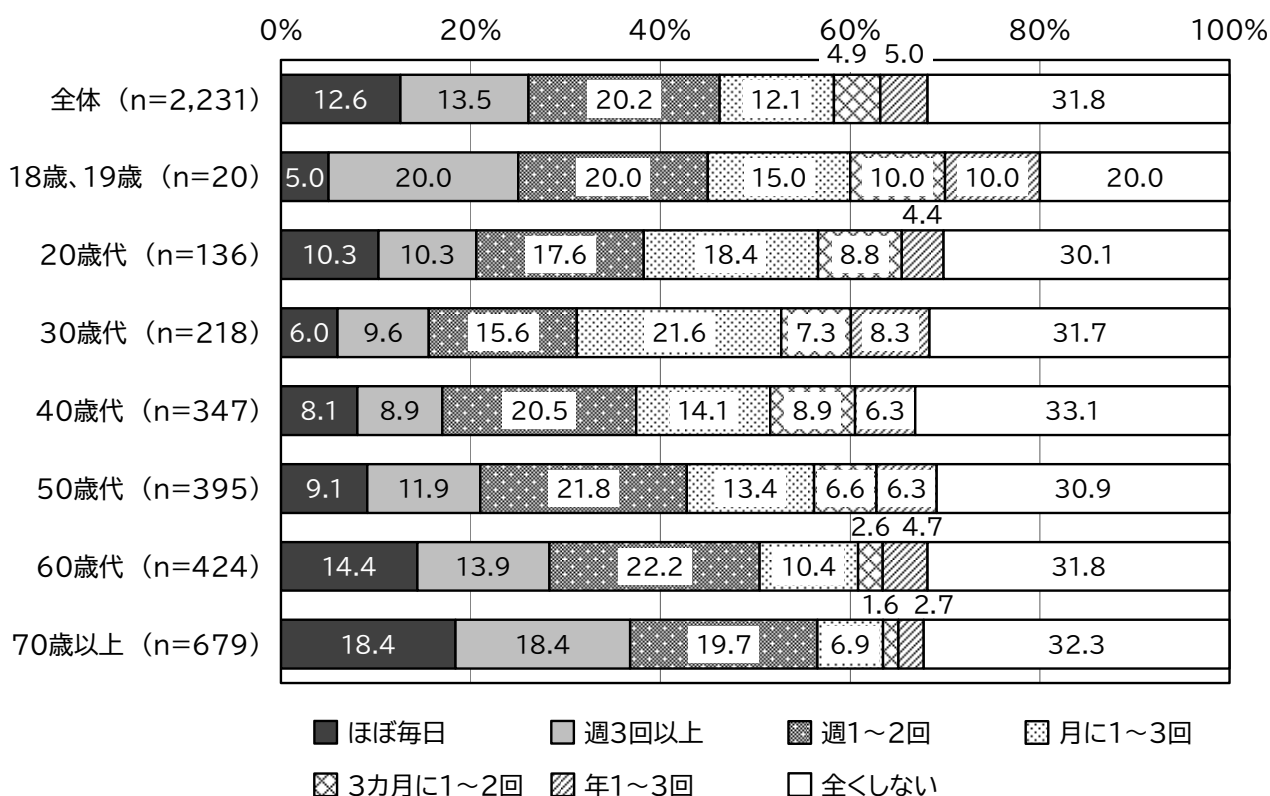
### （1）全体的傾向

「ほぼ毎日」、「週3回以上」、「週1～2回」と週1回以上スポーツをしていると回答した人の割合が46.3%となっている。一方で、「全くしない」と回答した人の割合が31.8%となっている。

### （2）年代別にみた特性

60歳代以上は「ほぼ毎日」、「週3回以上」、「週1～2回」と週1回以上スポーツをしていると回答した人の割合が5割を超えている。

一方、30歳代は「ほぼ毎日」、「週3回以上」、「週1～2回」と週1回以上スポーツをしていると回答した人の割合が31.2%と他の世代と比べ低くなっている。



<問25で「ほぼ毎日」「週3回以上」「週1～2回」「月に1～3回」「3カ月に1～2回」「年1～3回」と答えた方にお聞きします。>

問26 よく行っているスポーツは何ですか。(複数回答：n=1,511)

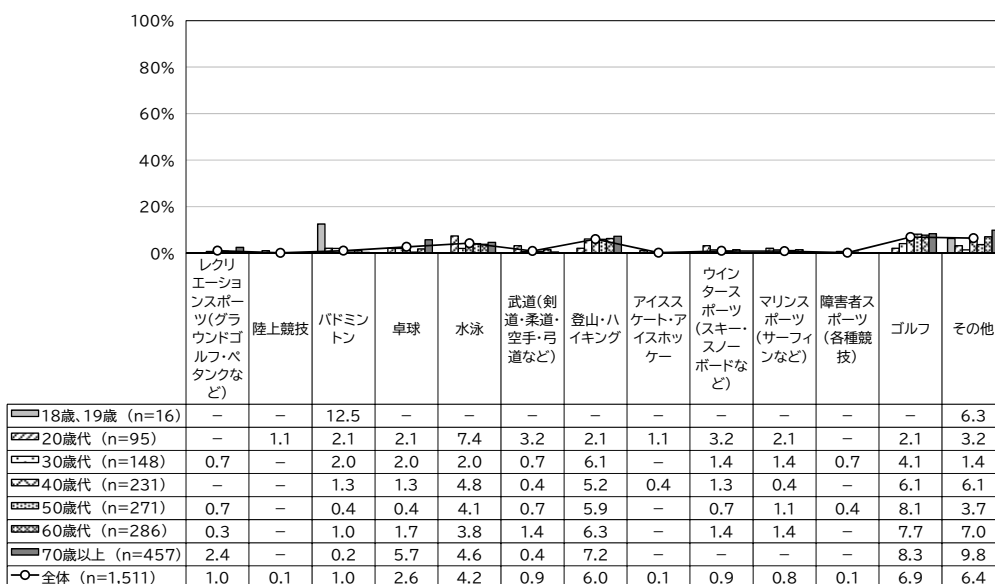
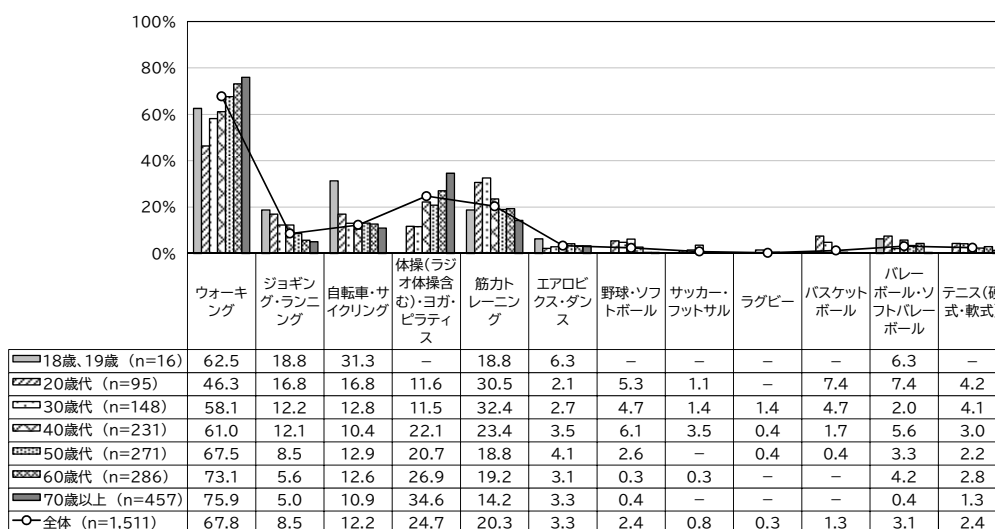
(1) 全体的傾向

「ウォーキング」と回答した人の割合が67.8%と最も高く、次いで「体操(ラジオ体操含む)・ヨガ・ピラティス」(24.7%)、「筋力トレーニング」(20.3%)、「自転車・サイクリング」(12.2%)、「ジョギング・ランニング」(8.5%)と続いている。

(2) 年代別にみた特性

すべての年代で「ウォーキング」と回答した人の割合が最も高くなっており、40歳代以上は61.0%～75.9%と6割を超えている。

また、18歳、19歳は「自転車・サイクリング」(31.3%)、20歳代は「筋力トレーニング」(30.5%)、60歳代は「体操(ラジオ体操含む)・ヨガ・ピラティス」の割合が高くなっている。



問 2 7 豊橋市のスポーツ環境に満足していますか。(n=2,083)

スポーツ環境とは、スポーツをすることだけでなく、スポーツ観戦や応援、指導やボランティアなど、スポーツを「する」「みる」「ささえる」環境のことをいいます。

(1) 全体的傾向

「満足」、「どちらかといえば満足」と回答した人を合わせた割合が 55.5%となっている。特に「どちらかといえば満足」と回答した人の割合が最も高く、47.7%となっている。

(2) 年代別にみた特性

すべての年代で「満足」、「どちらかといえば満足」と回答した人を合わせた割合が 51.0%~60.0%と 5 割を超えている。

また、18 歳、19 歳は「不満」と回答した人の割合が 20.0%と他の年代と比べ高くなっている。

