

11. 運動やスポーツについて（問29～問31）

問29 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。（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。）

【あてはまるものを1つ】

（n=2,525）

（1）全体的傾向

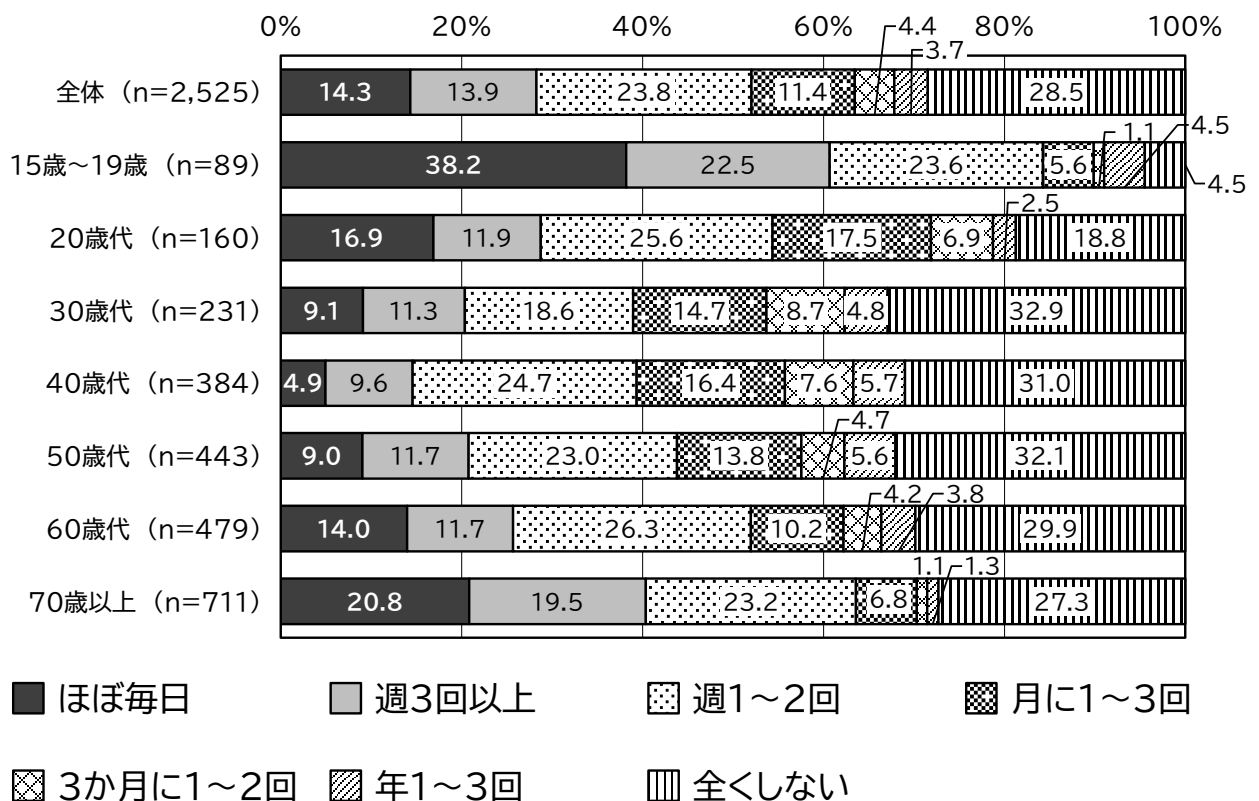
「全くしない」と回答した人の割合が 28.5%と最も高く、次いで「週1～2回」が 23.8%となっている。

なお、「ほぼ毎日」「週3回以上」「週1～2回」を合わせた、週1回以上のスポーツをしている人の割合は 52.0%となっている。

（2）年代別にみた特性

60歳代と70歳以上では、「ほぼ毎日」「週3回以上」「週1～2回」を合わせた週1回以上のスポーツをしている人の割合はそれぞれ52.0%、63.5%と5割を超えている。

なお、30歳代と40歳代では、週1回以上のスポーツをしている人の割合はそれぞれ 39.0%、39.2%と4割を下回っている。



<問 29で「ほぼ毎日」「週3回以上」「週1～2回」「月に1～3回」「3か月に1～2回」「年に1～3回」と回答した方にお聞きします>

問30 よく行っているスポーツは何ですか。

【あてはまるものを3つまで】(n=1,794)

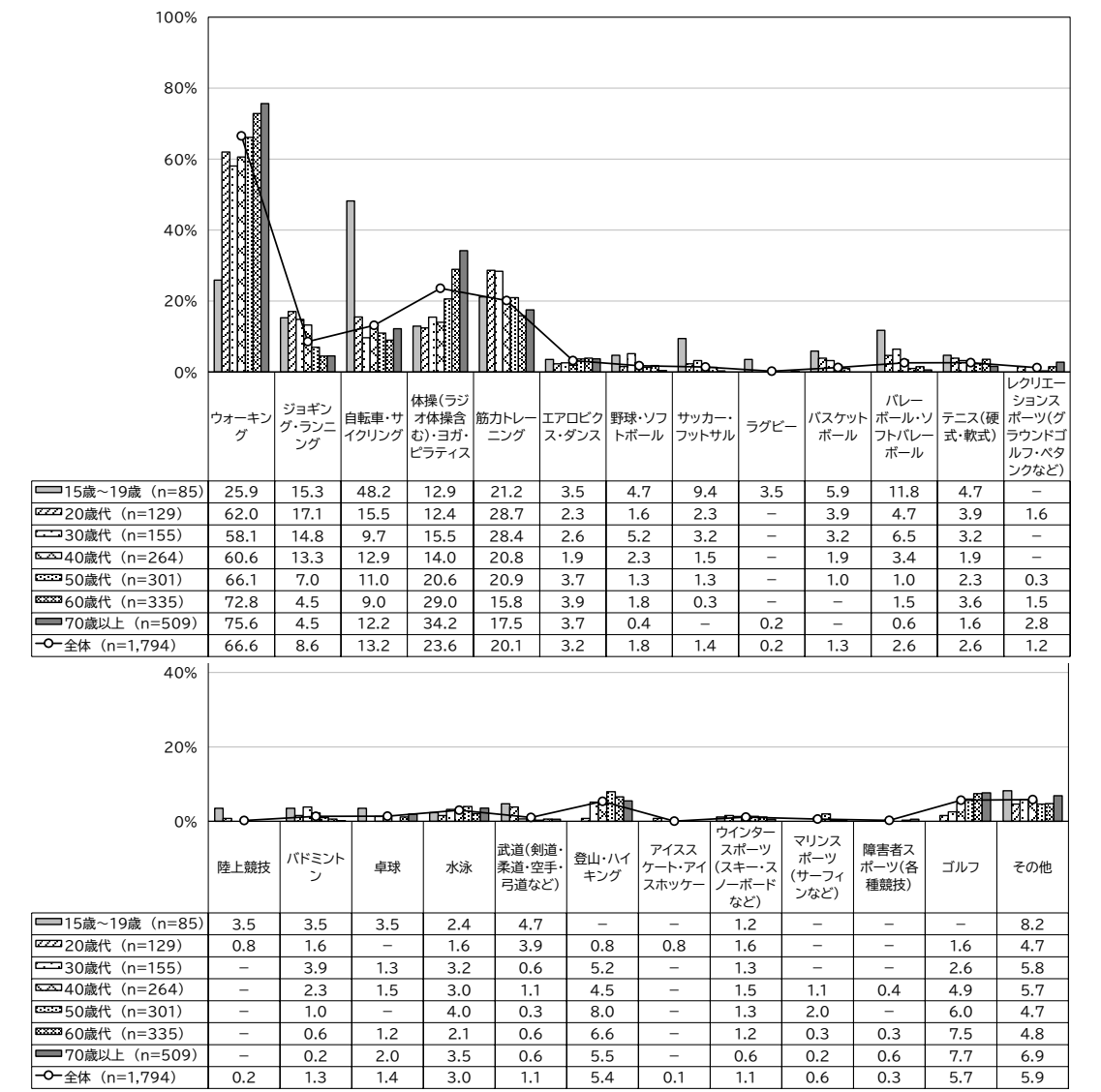
(1) 全体的傾向

「ウォーキング」と回答した人の割合が 66.6%と最も高くなっている。次いで「体操(ラジオ体操含む)・ヨガ・ピラティス」が 23.6%、「筋力トレーニング」が 20.1%となっている。

(2) 年代別にみた特性

15 歳～19 歳では、「自転車・サイクリング」と回答した人の割合が 48.2%と最も高くなっている。20 歳代以上では、「ウォーキング」が 58.1～75.6%と最も高くなっている。

なお、15 歳～19 歳から 50 歳代では「筋力トレーニング」と回答した人の割合が 20.8～28.7%、50 歳代から 70 歳以上では、「体操・ヨガ・ピラティス」と回答した人の割合が 20.6～34.2%とそれぞれ 2 割を上回っている。



問31 豊橋市のスポーツ環境に満足していますか。

【あてはまるものを1つ】

(n=2,378)

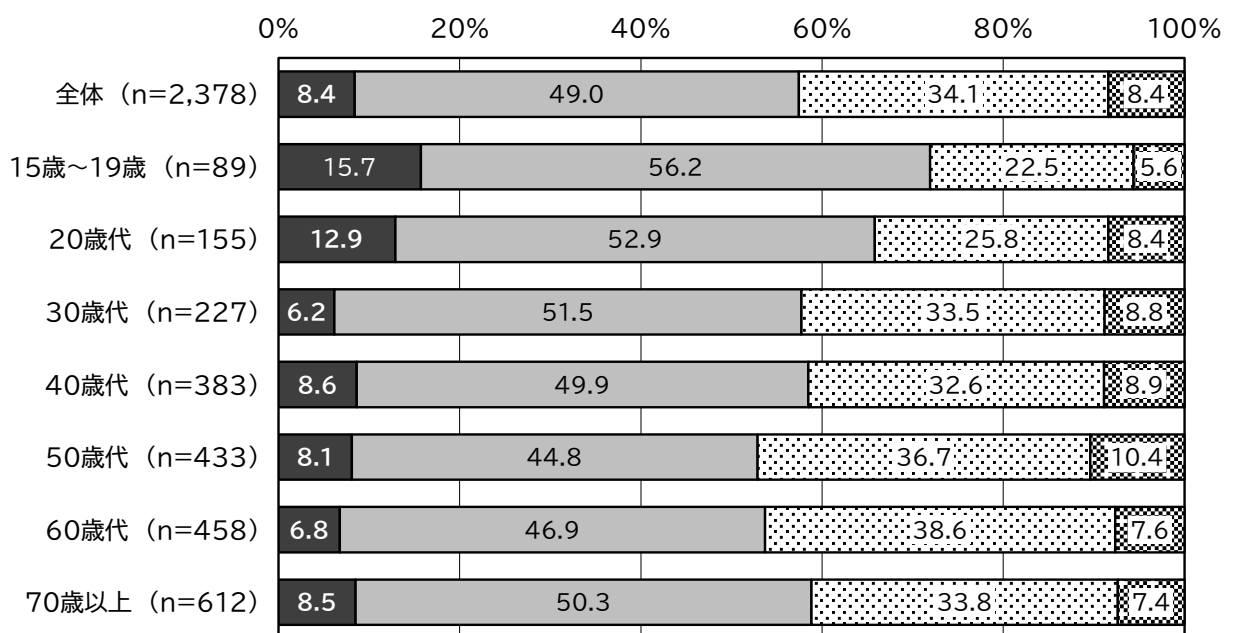
(1) 全体的傾向

「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 57.4%と 5 割を超えており、特に、「どちらかといえば満足」が 49.0%と最も高くなっている。

(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、52.9～71.9%と 5 割を超えて高くなっている。特に、15 歳～19 歳で 71.9%と他の年代と比べて高くなっている。

なお、30 歳代以上では、「どちらかといえば不満」と回答した人の割合が 32.6～38.6%と3割を超えている。



■ 満足 ■ どちらかといえば満足 ▨ どちらかといえば不満 ▩ 不満