

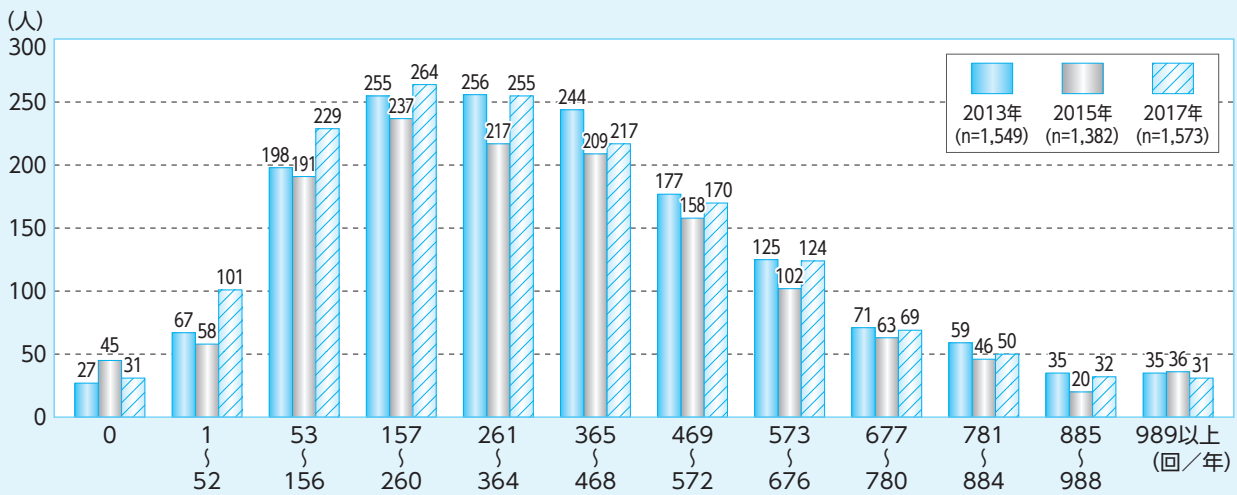
1

運動・スポーツ実施状況

1-1 運動・スポーツ実施状況

わが国の子ども・青少年は、どれくらいの頻度で運動やスポーツを行っているのか。図1-1には4～11歳、図1-2に12～21歳における年間の運動・スポーツ実施頻度分布の年次推移を示した。本調査では、過去1年間に「よく

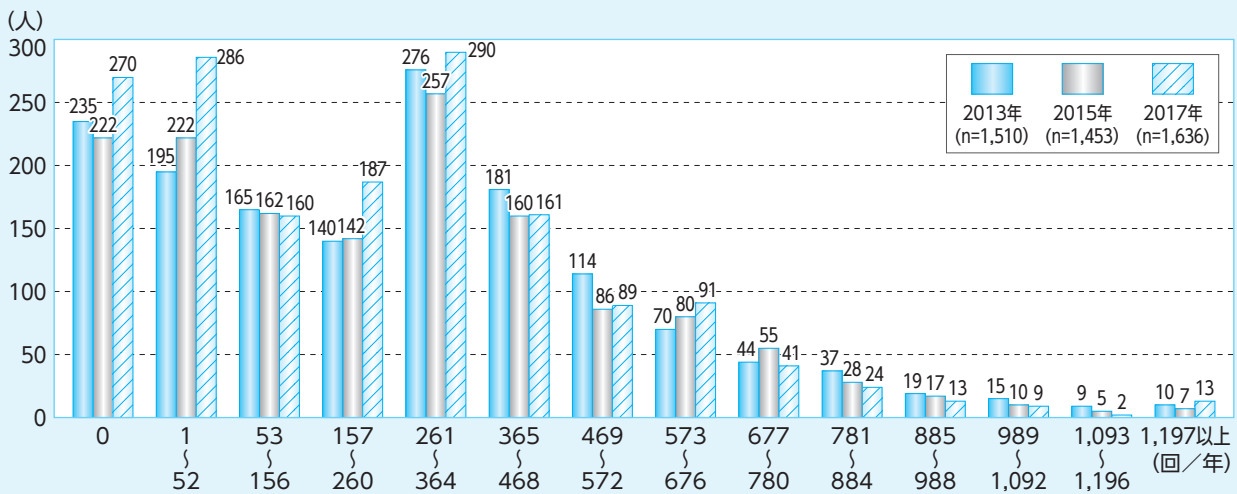
行った」運動・スポーツ、運動あそびについて、最大5種目までの回答を得ている。それぞれの種目で実施した回数をすべて足し合わせ、年間の運動・スポーツ実施頻度を算出している。



【図1-1】 運動・スポーツ実施頻度分布の年次推移(4～11歳)

注) 2013年・2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」より10歳・11歳のデータを追加して算出

資料: 笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2017



【図1-2】 運動・スポーツ実施頻度分布の年次推移(12～21歳)

注) 2013年・2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の12～19歳を分析対象とした

資料: 笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2017

なお、本調査における運動・スポーツの範囲は、幼稚園や保育園、学校の授業が終わった後の活動や自由あそび、学校の部活動・サークルや休み時間の活動は含めるが、授業や行事の運動会・マラソン大会などの活動は含めない。

図1-1に示す4～11歳をみると、今回の調査では2015年と同様に年間260回をピークとする分布となった。年間989回を超える者は31人であり、運動・スポーツをまったく行わない者と同数であった。図1-2の12～21歳では

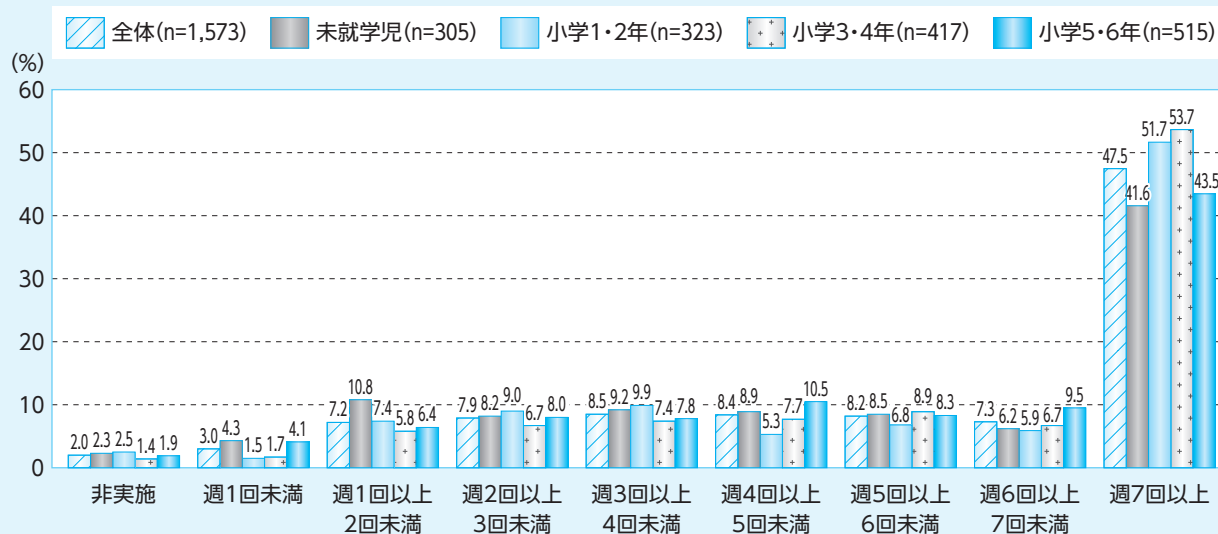
1年間にまったく運動・スポーツを行っていない者は270人であり、全体の16.5%であった。非実施者を除く分布をみると、週1回に相当する年間52回と週7回に相当する年間364回の2つの山がある分布となった。

また、表1-1の運動・スポーツ実施頻度分類に基づき、4～11歳と12～21歳の1週間あたりの運動・スポーツ実施頻度を図1-3と図1-4に示した。4～11歳をみると、全体では「週7回以上」が47.5%と最も多く、他の実施頻度と比べて突出している（図1-3）。就学状況別にも

【表1-1】 運動・スポーツ実施頻度分類

分類	基準
1	非実施 (0回/年)
2	週1回未満 (1～51回/年)
3	週1回以上2回未満 (52～103回/年)
4	週2回以上3回未満 (104～155回/年)
5	週3回以上4回未満 (156～207回/年)
6	週4回以上5回未満 (208～259回/年)
7	週5回以上6回未満 (260～311回/年)
8	週6回以上7回未満 (312～363回/年)
9	週7回以上 (364回以上/年)

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2017、
「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2017



【図1-3】 運動・スポーツ実施頻度 (4～11歳:全体・就学状況別)

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2017

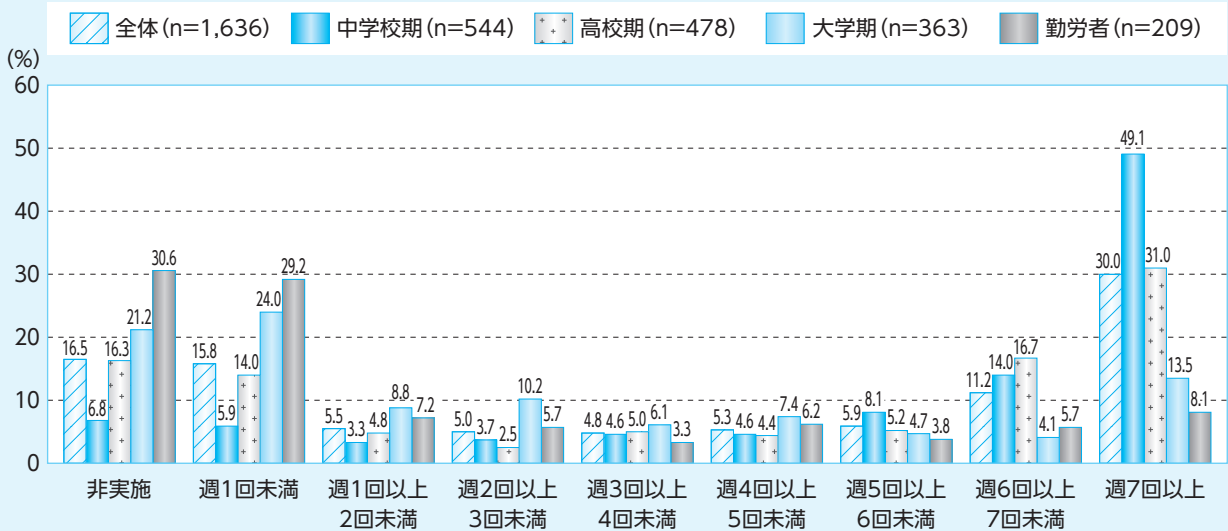
「週7回以上」が最も多く、未就学児41.6%、小学1・2年51.7%、小学3・4年53.7%、小学5・6年43.5%であった。小学校低中学年では半数が、未就学児と小学校高学年では4割が毎日運動・スポーツ、運動あそびを行っている。

図1-4の12～21歳をみると、全体では非実施から週7回以上が描く分布はU字型となる。全体の3割が週7回以上運動・スポーツを実施しているが、一方で「非実施」16.5%、「週1回未満」15.8%であり、青少年においては運動・スポーツ実施状況が二極化している実態が改めて確認できる。学校期別にみると「週7回以上」は中学校期49.1%、高校期31.0%、大学期13.5%、勤労者8.1%と学校期が進むにつれて高頻度な実施者の割合は減少する。一方で「非実施」は中学校期6.8%、高校期16.3%、大学期21.2%、勤労者30.6%であり、過去1年間にまったく運動・スポーツをしなかった者の割合は学校期が進むにつれて増加する。

4～11歳と12～21歳における頻度分類別の運動・スポーツ実施種目数を図1-5と図1-6に示した。4～11歳では、非実施者を除く動向をみると、過去1年間に運動・

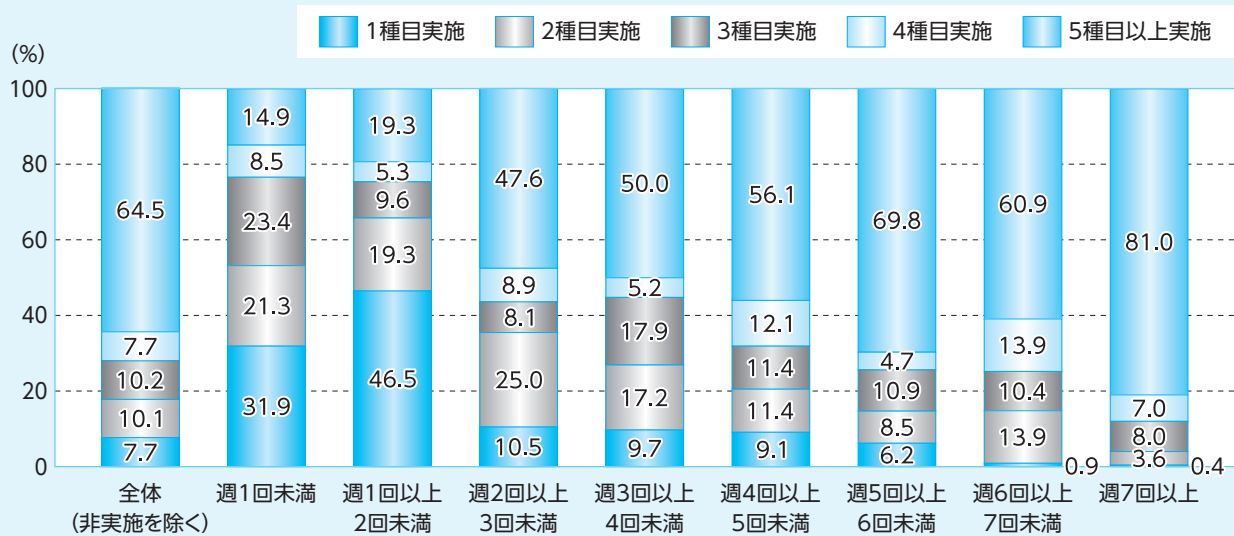
スポーツを行った子どもの64.5%が5種目以上の運動・スポーツを行っている(図1-5)。また、実施頻度が高くなるにつれて5種目以上の占める割合も高くなる。「週7回以上」では5種目以上が8割を占め、さまざまな運動・スポーツに触れて積極的に活動している風景を想像できよう。

図1-6の12～21歳では、5種目以上を実施した者は全体の42.8%であり、1種目のみの実施にとどまる者は23.2%であった。頻度分類別にみると「週7回以上」では68.0%が5種目以上実施しており、高頻度で運動・スポーツを実施している青少年は、複数の種目を実施している。「週7回以上」以外の頻度分類をみると、「週1回未満」から「週3回以上4回未満」までは、実施頻度が高くなるにつれて5種目以上実施の割合が増加しているが、「週3回以上4回未満」から「週6回以上7回未満」にかけては減少している。反対に、単一種目の実施者の割合は「週1回未満」から「週3回以上4回未満」までは減少、「週3回以上4回未満」から「週6回以上7回未満」では増加している。



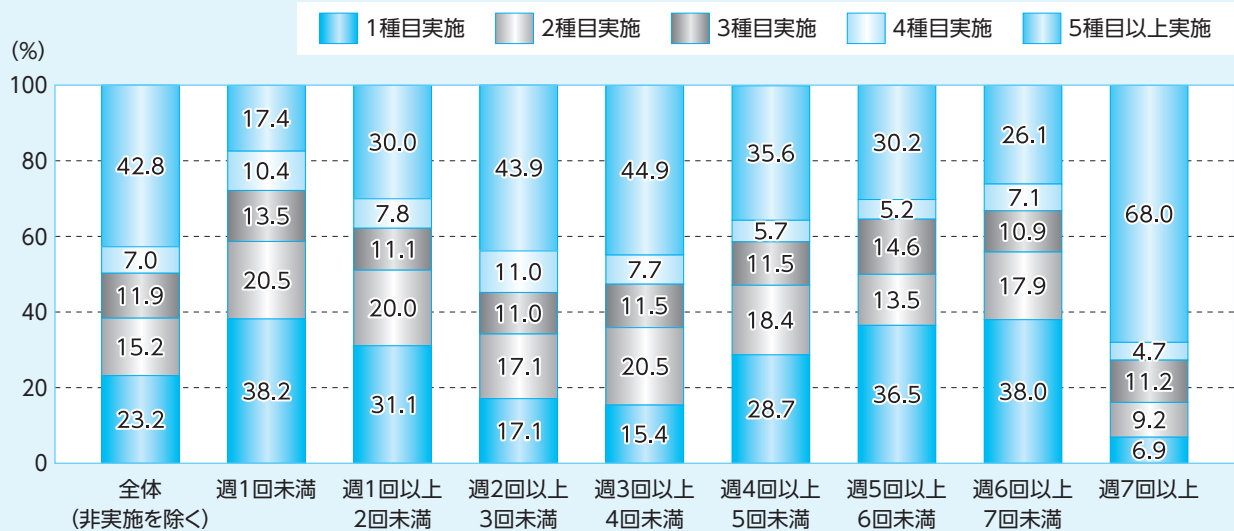
【図1-4】 運動・スポーツ実施頻度(12～21歳:全体・学校期別)

資料: 笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2017



【図1-5】 運動・スポーツ実施種目数(4~11歳:頻度分類別)

資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2017



【図1-6】 運動・スポーツ実施種目数(12~21歳:頻度分類別)

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017

1-2 運動・スポーツ実施頻度群

4～11歳では、子どもの運動・スポーツ実施状況を把握するため、表1-2の基準に基づき、非実施群、低頻度群、中頻度群、高頻度群の4つのグループに分類した。

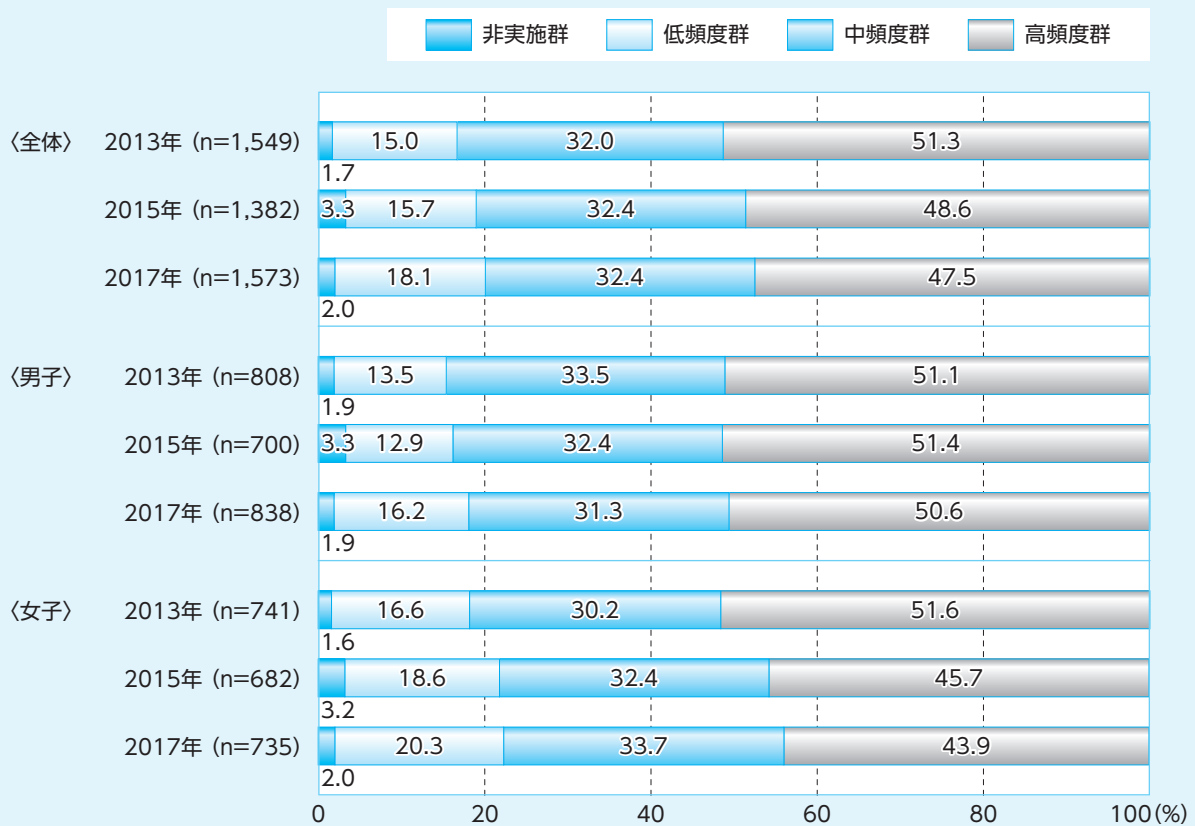
図1-7に運動・スポーツ実施頻度群の年次推移を示し

た。2017年調査の全体をみると、高頻度群が47.5%と最も多く、次いで中頻度群32.4%、低頻度群18.1%、非実施群2.0%であった。2013年調査からの推移をみると、わずかに高頻度群が減少し、低頻度群の割合が増加

【表1-2】 運動・スポーツ実施頻度群

実施頻度群	基準
非実施群	非実施 (0回/年)
低頻度群	年1回以上週3回未満 (1～155回/年)
中頻度群	週3回以上週7回未満 (156～363回/年)
高頻度群	週7回以上 (364回以上/年)

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2017



【図1-7】 運動・スポーツ実施頻度群の年次推移(4～11歳:全体・性別)

注) 2013年・2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」より10歳・11歳のデータを追加して算出

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2017

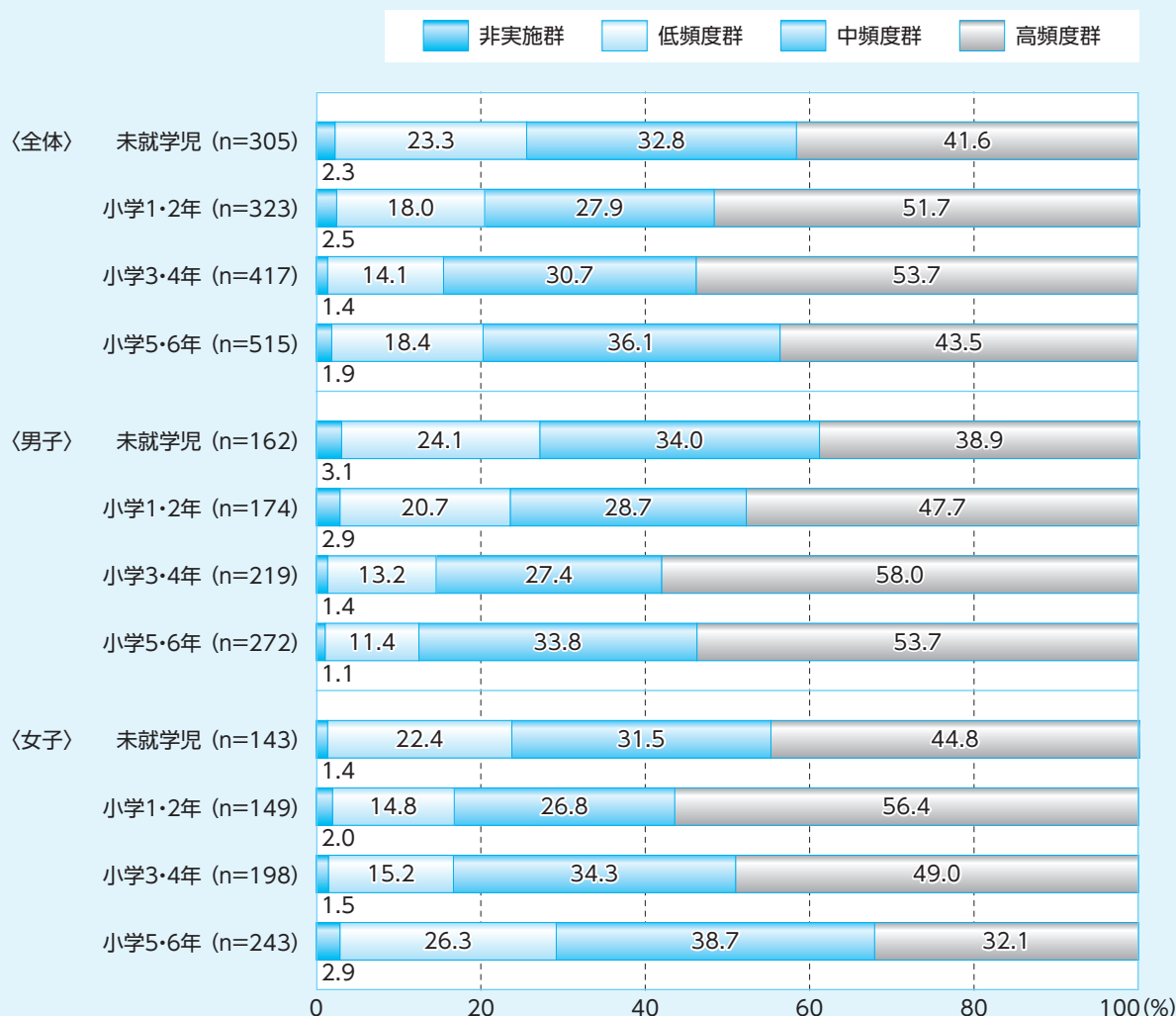
している。

性別にみると、高頻度群は男子50.6%、女子43.9%であり、男子が女子を6.7ポイント上回る。低頻度群と中頻度群は男子よりも女子の割合が高い。2013年調査からの推移をみると、男子は高頻度群に大きな変化はみられず、非実施と中頻度群の割合が減り、低頻度群が増えている。一方、女子は高頻度群が減少し、低頻度群と中頻度群の割合が増え、全体的な実施頻度の減少がみられる。

図1-8には、就学状況別に運動・スポーツ実施頻度群の割合を示した。高頻度群は未就学児41.6%、小学1・2

年51.7%、小学3・4年53.7%、小学5・6年43.5%と、未就学児から小学3・4年にかけては学年が上がるにつれてその割合は増加するが、小学5・6年になると減少する。

次に、性別・就学状況別にみると、高頻度群は男子では未就学児38.9%、小学1・2年47.7%、小学3・4年58.0%、小学5・6年53.7%であり、小学3・4年がピークとなる。一方、女子では未就学児44.8%、小学1・2年56.4%、小学3・4年49.0%、小学5・6年32.1%と、小学1・2年の割合が最も高い。高頻度群の割合がピークとなる時期が男女で異なる。



【図1-8】 運動・スポーツ実施頻度群(4~11歳:就学状況別・性別×就学状況別)

資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2017

1-3 運動・スポーツ実施レベル

12～21歳では、青少年の運動・スポーツ実施状況をより詳細に把握するため、実施頻度、実施時間、運動強度の観点から分析した。表1-3の基準に基づき、運動・スポーツの実施状況をレベル0からレベル4までの5段階に分類している。第1段階で実施頻度（回数）を4つに分類する。この1年間にまったく運動・スポーツを行わなかった「レベル0」、週1回未満（年間1～51回）を「レベル1」、週1回以上5回未満（年間52～259回）を「レベル2」、週5回以上（年間260回以上）を「レベル3」とした。第2段階では「レベル3」の運動・スポーツ内容を精査し、実施時間「120分」以上かつ運動強度「ややきつい」以上を満たした水準を「レベル4」とした。

図1-9に運動・スポーツ実施レベルの年次推移を示した。はじめに、2017年調査の全体をみると、運動・スポーツ実施レベルの割合は「レベル0」16.5%、「レベル1」15.8%、「レベル2」20.6%、「レベル3」19.7%、「レベル4」27.3%であった。2013年調査からの推移をみると、高頻度・高強度の「レベル4」が減少し、非実施の「レベル0」、年1回以上、週1回未満の「レベル1」の割合が徐々に増えている。

性別にみると、男子では週5回以上、1回120分以上、運動強度「ややきつい」以上である「レベル4」が33.8%で最も高く、次いで「レベル3」20.9%、「レベル2」19.5%、「レベル1」13.6%、「レベル0」12.2%の順であった。しかし、年次推移をみると、2013年から連続して「レベル0」「レベル1」の割合が増えている。女子では「レベル2」

が21.8%で最も高く、続いて「レベル0」21.2%、「レベル4」20.3%、「レベル3」18.5%、「レベル1」18.2%の順であった。女子はレベルの割合に差が少なく、いずれも20%前後である。年次推移をみると「レベル4」の割合の減少が続いている。

今回の調査で、男子では「レベル3」と「レベル4」の割合を合わせると54.7%となり、半数が週5回以上運動・スポーツを行っているが、女子では38.8%に留まり、女子よりも男子の方が高頻度・高強度の運動・スポーツを行っている者が多い。また「レベル0」と「レベル1」を合わせた割合をみると、男子は25.8%、女子は39.4%となる。女子は「レベル3」「レベル4」の高頻度・高強度の実施者と「レベル0」「レベル1」の非実施者または低頻度の実施者の割合が同程度であり、女子の運動・スポーツ実施が二極化している現状を確認できる。

図1-10に示す学校期別の運動・スポーツ実施レベルをみると「レベル0」は中学校期6.8%、高校期16.3%、大学期21.2%、勤労者30.6%と学校期が進むにつれて割合は増加する。この傾向は「レベル1」に関しても同様であるが、「レベル1」の方がより増加率が高い。一方「レベル3」では、中学校期32.4%、高校期13.4%、大学期12.9%、勤労者12.9%と学校期が進むにつれて割合が減少している。「レベル4」は、中学校期38.8%、高校期39.5%、大学期9.4%、勤労者4.8%と、運動・スポーツの機会が学校での運動部活動が中心となる中学校期、高校期の割合が突出している。

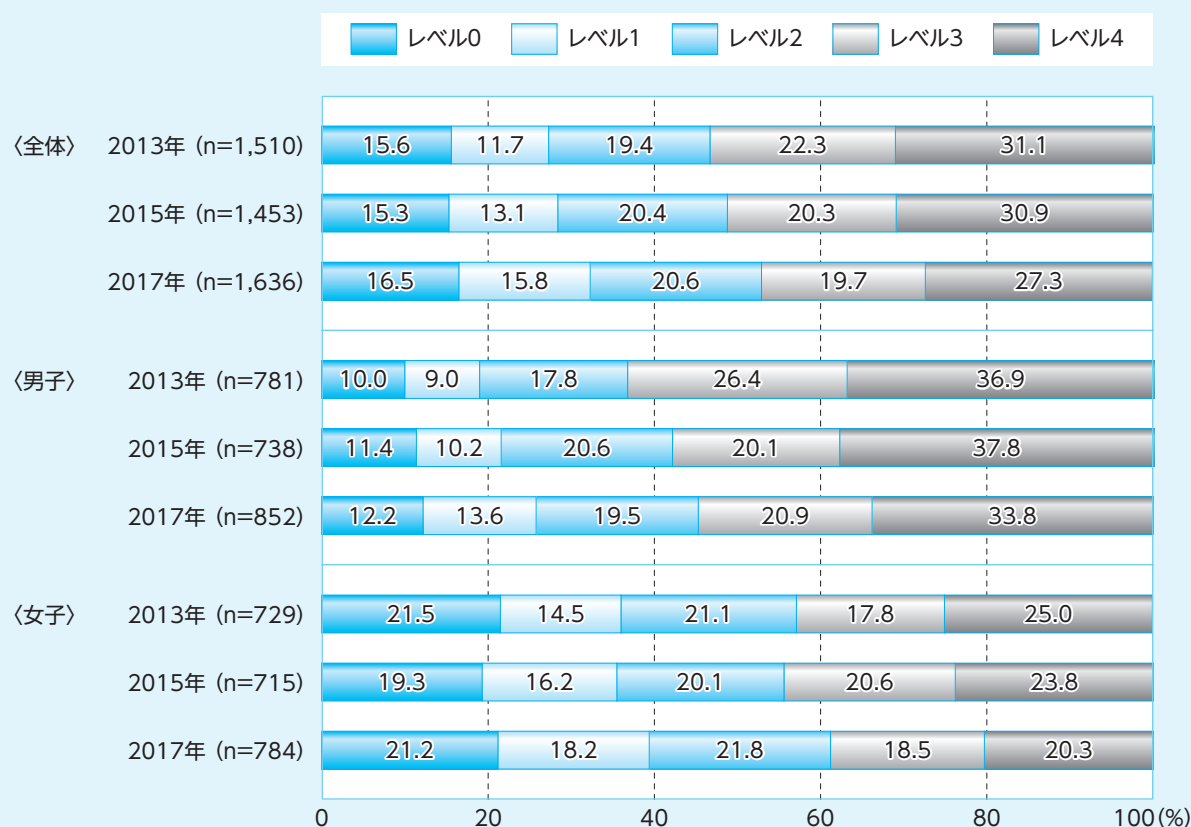
【表1-3】 運動・スポーツ実施レベル

実施レベル	基準
レベル0	過去1年間にまったく運動・スポーツをしなかった（0回／年）
レベル1	年1回以上、週1回未満（1～51回／年）
レベル2	週1回以上週5回未満（52～259回／年）
レベル3	週5回以上（260回以上／年）
レベル4	週5回以上、1回120分以上、運動強度「ややきつい」以上

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2017

性別・学校期別にみると「レベル0」は男子では、中学校期6.0%、高校期9.2%、大学期15.7%、勤労者26.5%であった。女子では中学校期7.8%、高校期23.4%、大学期26.5%、勤労者35.9%であり、男女ともに学校期が進むにつれて非実施者の割合は増加する。一方「レベル4」に注目すると、男子では中学校期43.2%、高校期49.8%、大学期15.2%、勤労者8.5%であり、女子では中学校期33.3%、高校期29.3%、大学期3.8%、勤労者0%であった。男女とも中学校期は「レベル4」「レベル3」「レベル2」の順に多く、「レベル4」や「レベル3」の高頻度・

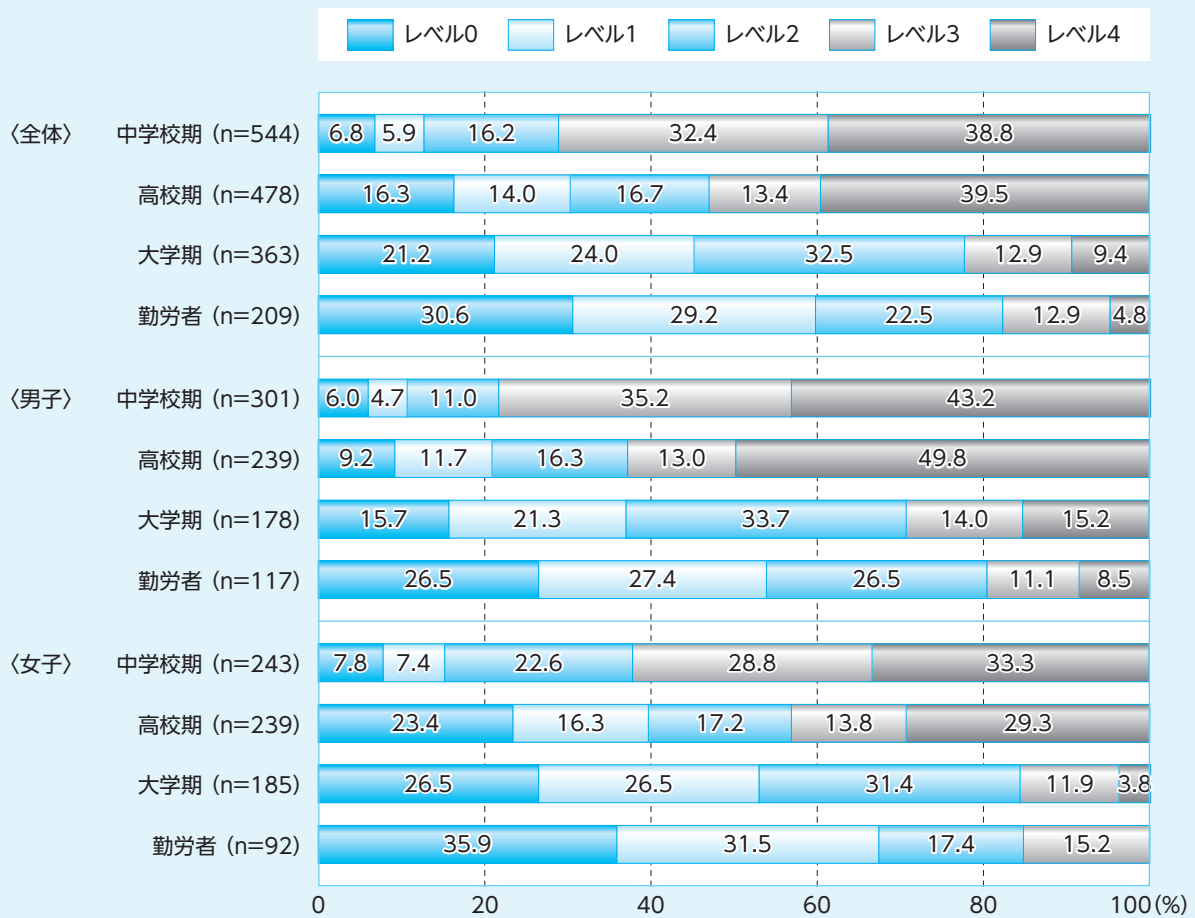
高強度の運動・スポーツ実施者の割合が高い。これは運動部活動への加入が強く関連していると考えられる。同様に高校期も「レベル4」や「レベル3」の割合が高いものの、中学校期と比べると「レベル0」「レベル1」「レベル2」の割合が増える。また「レベル4」の高強度での運動・スポーツ実施者は男子では高校期がピークとなるが、女子は中学校期をピークとして学校期が進むにつれて減少する。男子は高校卒業、女子は中学卒業が運動・スポーツ実施・非実施のひとつのターニングポイントになっていると推察される。



【図1-9】 運動・スポーツ実施レベルの年次推移(12~21歳:全体・性別)

注) 2013年・2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の12~19歳を分析対象とした

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017



【図1-10】 運動・スポーツ実施レベル(12~21歳:学校期別・性別×学校期別)

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017

1-4 過去1年間に1回以上行った運動・スポーツ種目

表1-4に過去1年間に1回以上行った運動・スポーツ種目の実施率上位20種目を示した。併せて、2016年1月1日現在の住民基本台帳に基づき、推計人口を算出している。

4~11歳では、1位に「おにごっこ」64.9%、2位には「自転車あそび」「ぶらんこ」がともに48.3%と、いわゆる運動あそびが上位を占めた。スポーツ系の種目では、4位「水泳(スイミング)」47.4%、10位「サッカー」33.2%、11位「バドミントン」21.3%、15位「卓球」16.3%、16位「バスケットボール」16.1%となった。

12~21歳では、1位は「ジョギング・ランニング」24.6%であり、次いで「バスケットボール」23.0%、「サッカー」

22.5%、「バドミントン」20.7%、「筋力トレーニング」20.3%と、スポーツ系やエクササイズ系の種目が続く。

表1-5と表1-6に、性別にみる過去1年間に1回以上行った運動・スポーツ種目および推計人口について、2013年から3回分の調査結果を示した。

今回の2017年調査では、表1-5上段に示す4~11歳男子では「おにごっこ」が63.2%で1位となり、次いで「サッカー」51.6%、「自転車あそび」49.4%、「水泳(スイミング)」48.9%、「ドッジボール」47.9%と続く。2015年調査と比較して順位に大きな入れ替わりはみられない。

また、下段に示す12~21歳男子では1位が「サッカー」35.2%となり、次いで「バスケットボール」27.1%、「ジョ

ギンギョ・ランニング」25.2%、「野球」24.2%、「卓球」23.4%であった。2013年調査や2015年調査と比べると全体的に種目ごとの実施率が低くなっているが、種目の順位に大きな入れ替わりはみられない。

表1-6上段に示す4～11歳女子では、男子同様に「おにごっこ」が66.8%で1位となり、次いで「ぶらんこ」55.8%、「なわとび(長なわとびを含む)」51.7%、「自転車あそび」47.1%、「かくれんぼ」46.5%であった。「水泳(スイミング)」「バドミントン」を除き、運動あそびが上位を占め、2015年調査と比較して順位に大きな入れ替わりはみられない。

また、下段に示す12～21歳女子では「バドミントン」25.6%、「ジョギング・ランニング」24.0%、「ウォーキング」23.6%、「バレーボール」21.7%、「おにごっこ」21.0%の順となった。2013年調査から「バドミントン」が連続して1位である。2013年調査と2015年調査で2位の「バレーボール」は今回4位に順位を下げ、2位「ジョギング・ランニング」、3位「ウォーキング」となり、エクササイズ系の種目の実施率が上昇している。

表1-7では、未就学児から勤労者まで、性別・就学状況および学校期別にみる上位5種目の実施率を示した。男子では、未就学児から小学3・4年までは、いずれの学年でも1位は「おにごっこ」(未就学児59.3%、小学1・2年67.2%、小学3・4年67.1%)、小学5・6年では「ドッジボール」(64.7%)であった。

次いで、未就学児と小学1・2年では「自転車あそび」(未就学児58.6%、小学1・2年55.2%)、小学3・4年では「ドッジボール」(57.5%)となり、小学5・6年では「おにごっこ」「サッカー」(60.7%)が同率で2位であった。

中学校期と高校期では「サッカー」(中学校期48.5%、高校期36.8%)が最も高く、大学期は「ジョギング・ランニング」(27.5%)、勤労者は「サッカー」「ジョギング・ランニング」(17.1%)が同率で最も高かった。次いで中学校期は「卓球」(36.5%)、高校期「ジョギング・ランニング」「バスケットボール」(24.7%)、大学期「サッカー」(23.6%)、勤労者「筋力トレーニング」(15.4%)であった。なお、小学生以上ではいずれの学年でも5位以内に「サッカー」がランクインしていた。

【表1-4】過去1年間に1回以上行った運動・スポーツ種目および推計人口(複数回答)

4～11歳 (n=1,573)				12～21歳 (n=1,636)			
順位	実施種目	実施率(%)	推計人口(万人)	順位	実施種目	実施率(%)	推計人口(万人)
1	おにごっこ	64.9	560.1	1	ジョギング・ランニング	24.6	290.2
2	自転車あそび	48.3	416.8	2	バスケットボール	23.0	271.3
	ぶらんこ	48.3	416.8	3	サッカー	22.5	265.4
4	水泳(スイミング)	47.4	409.1	4	バドミントン	20.7	244.2
5	なわとび(長なわとびを含む)	44.7	385.8	5	筋力トレーニング	20.3	239.5
6	ドッジボール	42.6	367.6	6	おにごっこ	18.7	220.6
7	かくれんぼ	42.3	365.1	7	卓球	18.5	218.2
8	鉄棒	40.7	351.3	8	ウォーキング	17.7	208.8
9	かけっこ	33.5	289.1	9	バレーボール	17.4	205.3
10	サッカー	33.2	286.5	10	なわとび(長なわとびを含む)	15.0	176.9
11	バドミントン	21.3	183.8	11	ドッジボール	14.8	174.6
12	キャッチボール	19.6	169.2	12	水泳(スイミング)	14.2	167.5
13	海水浴	19.3	166.6	13	野球	13.8	162.8
14	体操(軽い体操・ラジオ体操など)	18.1	156.2	14	ボウリング	13.4	158.1
15	卓球	16.3	140.7	15	キャッチボール	13.2	155.7
16	バスケットボール	16.1	138.9	16	ぶらんこ	11.2	132.1
17	キックボード	14.9	128.6	17	体操(軽い体操・ラジオ体操など)	10.4	122.7
	木登り	14.9	128.6	18	サイクリング	9.2	108.5
19	釣り	14.7	126.9	19	かけっこ	8.9	105.0
20	サイクリング	14.3	123.4		ソフトテニス(軟式)	8.9	105.0

注) 推計人口:4～11歳の人口8,630,257人、12～21歳の人口11,796,310人に実施率を乗じて算出

資料: 笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2017、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2017

未就学児から小学生年代においては、運動あそび系の種目が上位を占めるが、中学生以上になると、スポーツ系の種目が中心となる。

女子では、未就学児は「ぶらんこ」が64.3%と最も多く、小学生と中学生はいずれも「おにごっこ」(小学1・2年70.5%、小学3・4年73.7%、小学5・6年63.4%、中学

校期41.6%)が1位であった。高校期は「バドミントン」(26.8%)、大学期と勤労者は「ウォーキング」(大学期27.0%、勤労者27.2%)であった。次いで、未就学児では「おにごっこ」(59.4%)、小学1・2年では「ぶらんこ」(61.1%)、小学3・4年では「なわとび(長なわとびを含む)」(55.1%)、小学5・6年では「水泳(スイミング)」

【表1-5】過去1年間に1回以上行った運動・スポーツ種目および推計人口(男子:複数回答)

4~11歳 男子											
2013年 (n=808)				2015年 (n=700)				2017年 (n=838)			
順位	実施種目	実施率 (%)	推計人口 (万人)	順位	実施種目	実施率 (%)	推計人口 (万人)	順位	実施種目	実施率 (%)	推計人口 (万人)
1	おにごっこ	66.5	303.9	1	おにごっこ	65.7	295.0	1	おにごっこ	63.2	279.6
2	サッカー	61.0	278.7	2	サッカー	58.4	262.3	2	サッカー	51.6	228.3
3	水泳(スイミング)	55.7	254.5	3	自転車あそび	52.0	233.5	3	自転車あそび	49.4	218.6
4	自転車あそび	52.4	239.4	4	水泳(スイミング)	48.3	216.9	4	水泳(スイミング)	48.9	216.4
5	ぶらんこ	49.5	226.2	5	ドッジボール	47.3	212.4	5	ドッジボール	47.9	211.9
6	ドッジボール	47.2	215.7	6	かくれんぼ	45.0	202.1	6	ぶらんこ	41.6	184.1
7	かくれんぼ	45.9	209.7	7	ぶらんこ	44.9	201.6	7	かくれんぼ	38.5	170.3
8	なわとび(長なわとびを含む)	43.4	198.3	8	なわとび(長なわとびを含む)	41.3	185.5	7	なわとび(長なわとびを含む)	38.5	170.3
9	鉄棒	40.6	185.5	9	鉄棒	37.7	169.3	9	鉄棒	36.2	160.2
10	かけっこ	39.9	182.3	10	かけっこ	36.6	164.4	10	かけっこ	33.4	147.8

12~21歳 男子											
2013年 (n=781)				2015年 (n=738)				2017年 (n=852)			
順位	実施種目	実施率 (%)	推計人口 (万人)	順位	実施種目	実施率 (%)	推計人口 (万人)	順位	実施種目	実施率 (%)	推計人口 (万人)
1	サッカー	43.5	213.2	1	サッカー	43.8	214.6	1	サッカー	35.2	213.0
2	バスケットボール	31.4	153.9	2	バスケットボール	33.7	165.1	2	バスケットボール	27.1	164.0
3	ジョギング・ランニング	31.1	152.4	3	ジョギング・ランニング	27.9	136.7	3	ジョギング・ランニング	25.2	152.5
4	野球	30.3	148.5	4	野球	27.5	134.7	4	野球	24.2	146.5
5	筋力トレーニング	26.6	130.4	5	筋力トレーニング	25.1	123.0	5	卓球	23.4	141.6
6	キャッチボール	23.0	112.7	6	キャッチボール	23.8	116.6	6	筋力トレーニング	21.5	130.1
7	水泳(スイミング)	21.9	107.3	7	卓球	23.2	113.7	7	おにごっこ	16.5	99.9
7	卓球	21.9	107.3	8	水泳(スイミング)	20.9	102.4	8	キャッチボール	16.3	98.6
9	おにごっこ	21.4	104.9	9	おにごっこ	20.2	99.0	8	ボウリング	16.3	98.6
10	ボウリング	19.5	95.6	10	バドミントン	20.1	98.5	10	バドミントン	16.2	98.0

注1) 4~11歳:2013年・2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」より10歳・11歳のデータを追加して算出

注2) 12~21歳:2013年・2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の12~19歳を分析対象とした

注3) 推計人口の算出方法:住民基本台帳より推計した年齢ごとの人口に実施率を乗じて算出

年齢区分別の人口(男子)は、4~11歳では2013年4,569,209人、2015年4,490,695人、2017年4,424,577人

12~21歳では2013年4,901,424人(12~19歳)、2015年4,898,930人(12~19歳)、2017年6,051,967人

資料:笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2017、「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017

(51.9%)が2位に入っている。中学校期では「バドミントン」(36.2%)、高校期と大学期、勤労者ではいずれも「ジョギング・ランニング」(高校期23.0%、大学期24.3%、勤労者16.3%)が2位となった。

男子では、中学校期から「サッカー」「卓球」「バスケットボール」といったスポーツ系の種目が上位を占めるよう

になるが、女子は未就学児から中学校期まで「おにごっこ」「なわとび(長なわとびを含む)」といった運動あそび系の種目が上位にランクインしており、高校期以降は「ジョギング・ランニング」や「ウォーキング」「筋力トレーニング」といったエクササイズ系の種目が中心となる。

【表1-6】過去1年間に1回以上行った運動・スポーツ種目および推計人口(女子:複数回答)

4~11歳 女子											
2013年 (n=741)				2015年 (n=682)				2017年 (n=735)			
順位	実施種目	実施率 (%)	推計人口 (万人)	順位	実施種目	実施率 (%)	推計人口 (万人)	順位	実施種目	実施率 (%)	推計人口 (万人)
1	おにごっこ	71.9	312.6	1	おにごっこ	69.2	295.7	1	おにごっこ	66.8	280.9
2	ぶらんこ	61.7	268.3	2	ぶらんこ	61.3	261.9	2	ぶらんこ	55.8	234.7
3	自転車あそび	56.8	247.0	3	なわとび(長なわとびを含む)	55.7	238.0	3	なわとび(長なわとびを含む)	51.7	217.4
4	なわとび(長なわとびを含む)	56.4	245.2	4	自転車あそび	54.0	230.7	4	自転車あそび	47.1	198.1
5	かくれんぼ	54.1	235.2	5	鉄棒	53.2	227.3	5	かくれんぼ	46.5	195.6
6	鉄棒	52.9	230.0	6	かくれんぼ	50.1	214.1	6	鉄棒	45.9	193.0
7	水泳(スイミング)	49.7	216.1	7	水泳(スイミング)	45.9	196.1	7	水泳(スイミング)	45.6	191.8
8	ドッジボール	42.4	184.3	8	かけっこ	41.9	179.0	8	ドッジボール	36.6	153.9
9	かけっこ	42.0	182.6	9	ドッジボール	41.3	176.5	9	かけっこ	33.6	141.3
10	一輪車	30.5	132.6	10	バドミントン	25.1	107.3	10	バドミントン	24.9	104.7

12~21歳 女子											
2013年 (n=729)				2015年 (n=715)				2017年 (n=784)			
順位	実施種目	実施率 (%)	推計人口 (万人)	順位	実施種目	実施率 (%)	推計人口 (万人)	順位	実施種目	実施率 (%)	推計人口 (万人)
1	バドミントン	24.0	112.3	1	バドミントン	24.9	116.2	1	バドミントン	25.6	147.1
2	バレーボール	22.8	106.6	2	バレーボール	22.8	106.4	2	ジョギング・ランニング	24.0	137.9
3	ジョギング・ランニング	22.4	104.8	3	ジョギング・ランニング	22.4	104.5	3	ウォーキング	23.6	135.6
4	おにごっこ	18.9	88.4	4	おにごっこ	20.7	96.6	4	バレーボール	21.7	124.7
5	ウォーキング	18.5	86.5	5	バスケットボール	20.1	93.8	5	おにごっこ	21.0	120.6
6	バスケットボール	18.5	86.5	6	なわとび(長なわとびを含む)	20.0	93.3	6	なわとび(長なわとびを含む)	19.1	109.7
7	なわとび(長なわとびを含む)	17.8	83.3	7	ウォーキング	19.0	88.6	7	筋力トレーニング	19.0	109.1
8	筋力トレーニング	17.4	81.4	8	ぶらんこ	17.6	82.1	8	バスケットボール	18.6	106.8
9	ぶらんこ	14.1	65.9	9	筋力トレーニング	16.5	77.0	9	ぶらんこ	14.2	81.6
10	水泳(スイミング)	13.2	61.7	10	ドッジボール	16.4	76.5	10	水泳(スイミング)	14.0	80.4
	体操(軽い体操・ラジオ体操など)	13.2	61.7								

注1) 4~11歳:2013年・2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」より10歳・11歳のデータを追加して算出

注2) 12~21歳:2013年・2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の12~19歳を分析対象とした

注3) 推計人口の算出方法:住民基本台帳より推計した年齢ごとの人口に実施率を乗じて算出

年齢区分別の人口(女子)は、4~11歳では2013年4,347,765人、2015年4,273,138人、2017年4,205,680人

12~21歳では2013年4,677,302人(12~19歳)、2015年4,665,117人(12~19歳)、2017年5,744,343人

資料:笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2017、「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017

【表1-7】 過去1年間に1回以上行った運動・スポーツ種目(性別×就学状況および学校期別:複数回答)

男子											
未就学児 (n=162)			小学1・2年 (n=174)			小学3・4年 (n=219)			小学5・6年 (n=272)		
順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)
1	おにごっこ	59.3	1	おにごっこ	67.2	1	おにごっこ	67.1	1	ドッジボール	64.7
2	自転車あそび	58.6	2	自転車あそび	55.2	2	ドッジボール	57.5	2	おにごっこ	60.7
3	ぶらんこ	54.3	3	水泳(スイミング)	49.4	3	サッカー	54.3		サッカー	60.7
4	かくれんぼ	46.3	4	サッカー	47.1	4	水泳(スイミング)	52.1	4	水泳(スイミング)	53.3
5	かけっこ	43.2	5	ドッジボール	46.6	5	自転車あそび	48.4	5	なわとび(長なわとびを含む)	42.3
中学校期 (n=301)			高校期 (n=239)			大学期 (n=178)			勤労者 (n=117)		
順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)
1	サッカー	48.5	1	サッカー	36.8	1	ジョギング・ランニング	27.5	1	サッカー	17.1
2	卓球	36.5	2	ジョギング・ランニング	24.7	2	サッカー	23.6		ジョギング・ランニング	17.1
3	バスケットボール	36.2		バスケットボール	24.7	3	筋力トレーニング	23.0	3	筋力トレーニング	15.4
4	おにごっこ	34.9	4	筋力トレーニング	22.6		バスケットボール	23.0	4	ボウリング	14.5
5	ドッジボール	31.6		卓球	22.6	5	野球	22.5		野球	14.5
		野球	31.6								
女子											
未就学児 (n=143)			小学1・2年 (n=149)			小学3・4年 (n=198)			小学5・6年 (n=243)		
順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)
1	ぶらんこ	64.3	1	おにごっこ	70.5	1	おにごっこ	73.7	1	おにごっこ	63.4
2	おにごっこ	59.4	2	ぶらんこ	61.1	2	なわとび(長なわとびを含む)	55.1	2	水泳(スイミング)	51.9
3	かくれんぼ	51.0	3	なわとび(長なわとびを含む)	59.1	3	ぶらんこ	52.5	3	なわとび(長なわとびを含む)	51.0
4	自転車あそび	50.3	4	鉄棒	53.7	4	鉄棒	50.0	4	ドッジボール	50.6
5	鉄棒	42.0	5	かくれんぼ	53.0	5	自転車あそび	49.0	5	ぶらんこ	49.8
				自転車あそび	53.0						
中学校期 (n=243)			高校期 (n=239)			大学期 (n=185)			勤労者 (n=92)		
順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)
1	おにごっこ	41.6	1	バドミントン	26.8	1	ウォーキング	27.0	1	ウォーキング	27.2
2	バドミントン	36.2	2	ジョギング・ランニング	23.0	2	ジョギング・ランニング	24.3	2	ジョギング・ランニング	16.3
3	なわとび(長なわとびを含む)	33.3	3	ウォーキング	19.7	3	バレーボール	22.7	3	ボウリング	14.1
4	バレーボール	30.0		バレーボール	19.7	4	バドミントン	18.4	4	バドミントン	13.0
5	ジョギング・ランニング	29.6	5	筋力トレーニング	18.0	5	筋力トレーニング	17.3	5	海水浴	12.0
								筋力トレーニング		12.0	

資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2017、「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017

1-5 過去1年間によく行った運動・スポーツ種目

表1-8では過去1年間に「よく行った」(実施回数の多い)運動・スポーツの上位20種目を示した。不定期に実施される種目が除外されるので、子ども・青少年の日常的な運動・スポーツへの参加状況の実態をあらわす指標となる。

4~11歳では、「おにごっこ」が47.3%で最も高く、次いで「水泳(スイミング)」(34.2%)、「自転車あそび」「ドッジボール」(30.4%)が実施率30%以上であった。続いて、実施率20%以上は「ぶらんこ」(25.4%)、「サッカー」(24.3%)、「なわとび(長なわとびを含む)」(22.2%)の3種目であった。

12~21歳では「バスケットボール」が21.9%で1位となり、次いで「ジョギング・ランニング」(20.7%)、「サッカー」(20.4%)が実施率20%以上で3位までにランクインし、「バドミントン」(18.7%)が4位、「筋力トレーニング」(18.2%)が5位であった。

表1-9と表1-10には、性別にみる過去1年間に「よく行った」運動・スポーツの上位10種目を示した。2013年調査と2015年調査の結果も併記している。今回の2017年調査では、表1-9の上段に示す4~11歳の男子は「おにごっこ」が45.0%で1位であり、「サッカー」が40.5%で2位、「水泳(スイミング)」35.5%が3位、「ドッジボール」

【表1-8】過去1年間に「よく行った」運動・スポーツ種目(複数回答)

4~11歳 (n=1,542)			12~21歳 (n=1,366)		
順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
1	おにごっこ	47.3	1	バスケットボール	21.9
2	水泳(スイミング)	34.2	2	ジョギング・ランニング	20.7
3	自転車あそび	30.4	3	サッカー	20.4
	ドッジボール	30.4	4	バドミントン	18.7
5	ぶらんこ	25.4	5	筋力トレーニング	18.2
6	サッカー	24.3	6	バレーボール	15.6
7	なわとび(長なわとびを含む)	22.2	7	卓球	14.4
8	かくれんぼ	16.6	8	野球	13.7
9	鉄棒	16.2	9	おにごっこ	13.3
10	かけっこ	13.7	10	ウォーキング	12.8
11	バドミントン	9.5	11	水泳(スイミング)	10.6
12	野球	9.1	12	ドッジボール	10.0
13	バスケットボール	8.9	13	ボウリング	9.1
14	キャッチボール	8.0	14	ソフトテニス(軟式)	8.5
15	卓球	5.4	15	なわとび(長なわとびを含む)	7.8
16	体操(軽い体操・ラジオ体操など)	5.3	16	キャッチボール	7.5
17	キックボード	5.2	17	サイクリング	6.4
18	一輪車	4.2	18	テニス(硬式)	6.2
19	バレーボール	3.8	19	陸上競技	5.0
20	ヒップホップダンス	3.5	20	スキー	4.9
	陸上競技	3.5		体操(軽い体操・ラジオ体操など)	4.9

注) 「よく行った」運動・スポーツ種目:過去1年間に行った運動・スポーツのうち、実施回数の多い種目

資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2017、「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017

(34.5%)、「自転車あそび」(30.7%)と続いた。過去調査と比較して大幅な順位の入替わりはみられないが、前回調査で10位圏外であった「野球」が再びランクインしている。

下段に示す12～21歳男子では「サッカー」が32.6%で1位となり、「バスケットボール」が24.3%で2位、「野球」

23.7%が3位、「ジョギング・ランニング」(18.7%)が4位、「筋力トレーニング」(18.6%)が5位と続く。2013年調査から連続して「サッカー」「バスケットボール」「野球」の実施率が高く、常に上位となっている。

表1-10に示す2017年調査の4～11歳女子をみると、男子同様に「おにごっこ」が49.9%で1位であった。次い

【表1-9】 過去1年間に「よく行った」運動・スポーツ種目の年次推移(男子:複数回答)

4～11歳 男子								
2013年 (n=793)			2015年 (n=677)			2017年 (n=822)		
順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
1	サッカー	51.3	1	おにごっこ	49.6	1	おにごっこ	45.0
2	おにごっこ	47.3	2	サッカー	48.7	2	サッカー	40.5
3	水泳(スイミング)	40.5	3	ドッジボール	35.7	3	水泳(スイミング)	35.5
4	ドッジボール	35.1	4	水泳(スイミング)	34.7	4	ドッジボール	34.5
5	自転車あそび	29.1	5	自転車あそび	32.2	5	自転車あそび	30.7
6	ぶらんこ	19.9	6	ぶらんこ	17.1	6	ぶらんこ	16.8
7	かけっこ	15.3	7	かけっこ	17.0	7	野球	16.2
8	かくれんぼ	14.9	8	かくれんぼ	16.5	8	なわとび(長なわとびを含む)	15.6
9	なわとび(長なわとびを含む)	14.8	9	なわとび(長なわとびを含む)	15.7	9	かけっこ	12.9
10	野球	13.2	10	キャッチボール	14.0	10	かくれんぼ	12.0

12～21歳 男子								
2013年 (n=703)			2015年 (n=654)			2017年 (n=748)		
順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
1	サッカー	41.4	1	サッカー	40.4	1	サッカー	32.6
2	野球	26.7	2	バスケットボール	28.0	2	バスケットボール	24.3
3	バスケットボール	26.2	3	野球	22.9	3	野球	23.7
4	ジョギング・ランニング	23.9	4	ジョギング・ランニング	18.8	4	ジョギング・ランニング	18.7
5	筋力トレーニング	19.2	5	筋力トレーニング	17.4	5	筋力トレーニング	18.6
6	卓球	14.2	6	卓球	16.4	6	卓球	17.8
7	水泳(スイミング)	13.1	7	バドミントン	13.9	7	バドミントン	12.6
8	おにごっこ	12.7	8	水泳(スイミング)	12.7	8	おにごっこ	11.6
9	バドミントン	12.2	9	ドッジボール	11.5	9	水泳(スイミング)	10.3
10	キャッチボール	11.8		おにごっこ	11.0		ボウリング	10.3
			10	キャッチボール	11.0			
				ボウリング	11.0			

注1) 「よく行った」運動・スポーツ種目:過去1年間に行った運動・スポーツのうち、実施回数の多い種目

注2) 4～11歳:2013年・2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」より10歳・11歳のデータを追加して算出

注3) 12～21歳:2013年・2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の12～19歳を分析対象とした

資料: 笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2017、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2017

で「おらんこ」35.3%、「水泳(スイミング)」32.8%、「自転車あそび」30.0%、「なわとび(長なわとびを含む)」29.7%と続く。過去の調査と比較すると、前回5位の「水泳」が3位に順位を上げている。また、前回10位の「一輪車」に替わって「バドミントン」がランクインしている。

下段に示す12～21歳では「バドミントン」が26.2%で

1位となり、次いで「ジョギング・ランニング」23.1%、「バレーボール」22.2%、「ウォーキング」19.7%、「バスケットボール」18.9%であった。過去の調査と比較すると、「ジョギング・ランニング」「ウォーキング」「筋力トレーニング」といったエクササイズ系の実施率が特に上昇している。

【表1-10】過去1年間に「よく行った」運動・スポーツ種目の年次推移(女子:複数回答)

4～11歳 女子								
2013年 (n=729)			2015年 (n=660)			2017年 (n=720)		
順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
1	おにごっこ	52.3	1	おにごっこ	51.5	1	おにごっこ	49.9
2	なわとび(長なわとびを含む)	35.8	2	ぶらんこ	36.8	2	ぶらんこ	35.3
3	自転車あそび	34.7	3	自転車あそび	34.7	3	水泳(スイミング)	32.8
4	ぶらんこ	34.6	4	なわとび(長なわとびを含む)	33.5	4	自転車あそび	30.0
5	水泳(スイミング)	32.9	5	水泳(スイミング)	31.1	5	なわとび(長なわとびを含む)	29.7
6	鉄棒	27.3	6	ドッジボール	26.4	6	ドッジボール	25.7
7	ドッジボール	25.1	7	鉄棒	25.3	7	鉄棒	22.2
8	かくれんぼ	23.9	8	かくれんぼ	18.2	8	かくれんぼ	21.8
9	かけっこ	17.3	9	かけっこ	18.0	9	かけっこ	14.6
10	一輪車	17.0	10	一輪車	11.4	10	バドミントン	13.1

12～21歳 女子								
2013年 (n=572)			2015年 (n=577)			2017年 (n=618)		
順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
1	バドミントン	24.3	1	バドミントン	24.4	1	バドミントン	26.2
2	バレーボール	23.6	2	バレーボール	22.5	2	ジョギング・ランニング	23.1
3	ジョギング・ランニング	20.8	3	バスケットボール	20.3	3	バレーボール	22.2
4	バスケットボール	18.9	4	ジョギング・ランニング	20.1	4	ウォーキング	19.7
5	筋力トレーニング	17.3	5	おにごっこ	15.8	5	バスケットボール	18.9
6	おにごっこ	15.7	6	ウォーキング	14.9	6	筋力トレーニング	17.6
7	ウォーキング	15.4		筋力トレーニング	14.9	7	おにごっこ	15.2
8	なわとび(長なわとびを含む)	14.5	8	なわとび(長なわとびを含む)	13.2	8	ドッジボール	11.7
9	水泳(スイミング)	12.2	9	ドッジボール	13.0	9	なわとび(長なわとびを含む)	11.3
10	ソフトテニス(軟式)	11.9	10	卓球	12.8	10	水泳(スイミング)	11.0

注1) 「よく行った」運動・スポーツ種目:過去1年間に行った運動・スポーツのうち、実施回数の多い種目

注2) 4～11歳:2013年・2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」より10歳・11歳のデータを追加して算出

注3) 12～21歳:2013年・2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の12～19歳を分析対象とした

資料: 笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2017、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2017

表1-11と表1-12には、性別・就学状況および学校期別にみる過去1年間に「よく行った」運動・スポーツの上位5種目の年次推移を示した。表1-11に示す男子の2017年調査の結果をみると、未就学児では「自転車あそび」(48.4%)、小学1・2年と小学3・4年では「おにごっこ」(小学1・2年49.7%、小学3・4年50.5%)が1位であった。小学5・6年以上では「サッカー」の実施率が最も高い。

未就学児から小学校3・4年までは、運動あそび系の種目が上位を占めるが、「サッカー」は小学1・2年からすでにランクインしている。小学校の高学年になると「サッカー」以外のスポーツ系の種目も上位に入り、小学5・6年では「野球」、中学校期は「バスケットボール」「卓球」がランクインする。また、高校期以降では「筋力トレーニング」「ジョギング・ランニング」といったエクササイズ系の種目が加わる。勤労者では「ボウリング」が上位にみられる。これらの傾向は2013年と2015年調査でも同様の結果であった。

続いて、表1-12に示した女子の2017年調査の結果をみると、未就学児は「ぶらんこ」(56.0%)、小学校期は「おにごっこ」(小学1・2年53.4%、小学3・4年57.4%、小学5・6年44.1%)が1位であった。未就学児では、「ぶらんこ」をはじめ、「おにごっこ」「自転車あそび」「かくれんぼ」「鉄棒」といった運動あそび系の種目が上位を占め、

小学1・2年で「水泳(スイミング)」、小学3・4年で「ドッジボール」、小学5・6年で「バドミントン」がランクインする。

中学校期と高校期では「バドミントン」(中学校期29.9%、高校期30.1%)、大学期と勤労者では「ウォーキング」(大学期28.7%、勤労者39.0%)の実施率が最も高い。「ジョギング・ランニング」は中学校期以上のいずれの学校期でも上位にランクインしている。また、過去の調査と比較すると大学期と勤労者で「ウォーキング」の実施率が上昇している。

男子では小学校の低学年から運動あそび系の種目とともに、「サッカー」をはじめスポーツ系の種目が上位にランクインする。その後、中学・高校・大学期までスポーツ系の種目が中心となり、上位を占める。一方、女子では小学5・6年まで「おにごっこ」「ぶらんこ」「なわとび(長なわとびを含む)」といった運動あそび系の種目が中心であり、スポーツ系の種目は「水泳(スイミング)」のみが5位以内に入っている。中学校期になってはじめて「バドミントン」「バレーボール」「バスケットボール」といったその他のスポーツ系の種目が実施率で上位にあがる。また、女子の中学校期では「ジョギング・ランニング」の実施率も高くなり、大学期以降になると「ウォーキング」や「筋力トレーニング」も加わりエクササイズ系の種目が中心となっている。

COMMENTS

- 遊びの中で体を動かす楽しさを知るのが子どもにとって一番いいかと思いますが、近所で遊び相手をみつけることも大変になり、子どもが興味をもったスイミングクラブに入れました。いろんなスポーツを体験させ、その中で好きなものが見つかりたいなと思います。(11歳女子の母親)
- 強化と普及という2つの側面からスポーツ環境を捉えることがあるが、生涯スポーツ(社会体育)という視点がこれから大切になると思う。(15歳女子の父親)
- 障害児に対するスポーツの場が少ない気がします。対応できるコーチや先生が身近にいないので、活動の場が住まいから少し離れてしまう。療育だけでなく、スポーツの観点からも障害児のための政策をお願いしたいです。(5歳女子の母親)
- 大人がかかわらなくても、子どもたちだけでのびのびと運動できる環境がまったくないことが、大きな問題だと思う。(17歳男子の父親)
- 子どもが入っているスポーツ少年団やクラブは、運営のほとんどがボランティアで成り立っている。月謝が高くなると続けられないのも現実ではあるが。近くの中学校は部活の種類も少なく、生徒数の減少や学校の合併など、先の心配も多い。(10歳男子の母親)
- どんなに楽しくても、指導者の相性次第で良くも悪くもなると思います。その学年に合わせた目標やスポーツの楽しさを教えてほしいです。勝利はうれしいですが、勝利だけがすべてではないと思います。(11歳男子の母親)

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2017、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2017

【表1-11】男子の過去1年間に「よく行った」運動・スポーツ種目の年次推移(就学状況および学校期別:複数回答)

学校期		男 子								
未就学児	2013年 (n=171)			2015年 (n=145)			2017年 (n=157)			
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	
	1	おにごっこ	48.0	1	自転車あそび	46.2	1	自転車あそび	48.4	
	2	自転車あそび	44.4	2	おにごっこ	44.8	2	おにごっこ	42.0	
	3	ぶらんこ	37.4	3	かくれんぼ	35.9	3	ぶらんこ	37.6	
	4	サッカー	35.7	4	サッカー	35.9	4	水泳(スイミング)	31.8	
5	水泳(スイミング)	30.4	5	ぶらんこ	34.5	5	かくれんぼ	25.5		
小学1・2年	2013年 (n=217)			2015年 (n=196)			2017年 (n=169)			
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	
	1	おにごっこ	48.8	1	おにごっこ	57.1	1	おにごっこ	49.7	
	2	サッカー	48.8	2	サッカー	46.9	2	水泳(スイミング)	39.6	
	3	水泳(スイミング)	46.1	3	水泳(スイミング)	43.9	3	自転車あそび	38.5	
	4	ドッジボール	33.6	4	自転車あそび	36.7	4	サッカー	35.5	
5	自転車あそび	32.7	5	ドッジボール	35.2	5	ドッジボール	29.0		
小学3・4年	2013年 (n=221)			2015年 (n=211)			2017年 (n=216)			
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	
	1	サッカー	58.4	1	サッカー	50.7	1	おにごっこ	50.5	
	2	ドッジボール	49.8	2	おにごっこ	49.3	2	サッカー	43.5	
	3	おにごっこ	48.0	3	ドッジボール	46.4	3	ドッジボール	42.1	
	4	水泳(スイミング)	44.3	4	水泳(スイミング)	39.8	4	水泳(スイミング)	41.2	
5	自転車あそび	27.1	5	自転車あそび	28.0	5	自転車あそび	29.2		
小学5・6年	2013年 (n=216)			2015年 (n=155)			2017年 (n=269)			
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	
	1	サッカー	61.6	1	サッカー	62.6	1	サッカー	51.3	
	2	ドッジボール	45.8	2	ドッジボール	48.4	2	ドッジボール	50.6	
	3	おにごっこ	43.1	3	おにごっこ	42.6	3	おにごっこ	40.1	
	4	水泳(スイミング)	34.3	4	バスケットボール	29.0	4	水泳(スイミング)	31.2	
5	野球	23.6	5	野球	25.2	5	野球	23.4		
中学校期	2013年 (n=299)			2015年 (n=263)			2017年 (n=283)			
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	
	1	サッカー	45.2	1	サッカー	41.4	1	サッカー	39.9	
	2	野球	30.4	2	バスケットボール	24.7	2	バスケットボール	30.4	
	3	バスケットボール	26.4	3	野球	24.0	3	野球	28.3	
	4	ジョギング・ランニング	23.1	4	卓球	17.9	4	卓球	25.8	
5	おにごっこ	19.1	5	おにごっこ	17.1	5	おにごっこ	24.0		
				5	ジョギング・ランニング	17.1				
					水泳(スイミング)	17.1				
高校期	2013年 (n=252)			2015年 (n=243)			2017年 (n=217)			
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	
	1	サッカー	39.7	1	サッカー	40.3	1	サッカー	34.1	
	2	バスケットボール	27.8	2	バスケットボール	32.1	2	バスケットボール	23.0	
	3	ジョギング・ランニング	26.6	3	筋力トレーニング	21.8	3	筋力トレーニング	20.3	
	4	筋力トレーニング	25.4	4	ジョギング・ランニング	21.0	4	ジョギング・ランニング	19.4	
5	野球	25.4	5	野球	21.0	5	野球	18.9		
大学期	2013年 (n=65)			2015年 (n=80)			2017年 (n=150)			
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	
	1	サッカー	27.7	1	サッカー	32.5	1	サッカー	24.7	
	2	バスケットボール	24.6	2	筋力トレーニング	25.0	1	野球	24.7	
	3	バドミントン	24.6	3	ジョギング・ランニング	25.0	3	筋力トレーニング	23.3	
	4	ジョギング・ランニング	23.1	4	ボウリング	23.8	4	バスケットボール	22.0	
5	筋力トレーニング	21.5	5	フットサル	21.3	5	ジョギング・ランニング	20.7		
勤労者	2013年 (n=37)			2015年 (n=27)			2017年 (n=86)			
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	
	1	サッカー	29.7	1	サッカー	29.6	1	サッカー	22.1	
	2	バスケットボール	29.7	2	バスケットボール	25.9	2	筋力トレーニング	19.8	
	3	野球	29.7	3	ボウリング	25.9	2	ボウリング	19.8	
	4	ボウリング	27.0	4	野球	25.9	3	野球	19.8	
5	ジョギング・ランニング	24.3	5	釣り	22.2	5	ジョギング・ランニング	18.6		

注1) 「よく行った」運動・スポーツ種目:過去1年間に行った運動・スポーツのうち、実施回数の多い種目

注2) 大学期・勤労者:2013年・2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の19歳までを分析対象とした

資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2017、「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017

【表1-12】 女子の過去1年間に「よく行った」運動・スポーツ種目の年次推移(就学状況および学校期別:複数回答)

学校期									
女 子									
未就学児	2013年 (n=150)			2015年 (n=130)			2017年 (n=141)		
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
	1	ぶらんこ	58.0	1	ぶらんこ	56.2	1	ぶらんこ	56.0
	2	おにごっこ	54.7	2	おにごっこ	51.5	2	おにごっこ	46.1
	3	自転車あそび	48.0	3	自転車あそび	46.2	3	自転車あそび	42.6
4	鉄棒	38.0	4	かけっこ	30.8	4	かくれんぼ	37.6	
	5	かくれんぼ	36.7	5	鉄棒	30.8	5	鉄棒	29.8
小学1・2年	2013年 (n=180)			2015年 (n=168)			2017年 (n=146)		
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
	1	おにごっこ	50.6	1	おにごっこ	45.2	1	おにごっこ	53.4
	2	なわとび(長なわとびを含む)	40.0	2	ぶらんこ	42.3	2	ぶらんこ	41.8
	3	自転車あそび	39.4	3	なわとび(長なわとびを含む)	39.3	3	なわとび(長なわとびを含む)	41.1
4	鉄棒	36.1	4	自転車あそび	36.9	4	自転車あそび	35.6	
	5	水泳(スイミング)	35.0	5	水泳(スイミング)	34.5	5	水泳(スイミング)	32.9
小学3・4年	2013年 (n=248)			2015年 (n=233)			2017年 (n=195)		
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
	1	おにごっこ	50.0	1	おにごっこ	51.9	1	おにごっこ	57.4
	2	水泳(スイミング)	39.5	2	ドッジボール	36.9	2	水泳(スイミング)	33.8
	3	なわとび(長なわとびを含む)	35.1	3	水泳(スイミング)	33.5	2	ドッジボール	33.8
4	ドッジボール	33.9	4	自転車あそび	32.6	3	なわとび(長なわとびを含む)	33.8	
	5	自転車あそび	29.0	5	なわとび(長なわとびを含む)	30.9	5	自転車あそび	28.2
							ぶらんこ	28.2	
小学5・6年	2013年 (n=168)			2015年 (n=147)			2017年 (n=236)		
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
	1	おにごっこ	54.2	1	おにごっこ	55.1	1	おにごっこ	44.1
	2	ドッジボール	38.7	2	なわとび(長なわとびを含む)	34.0	2	ドッジボール	35.2
	3	なわとび(長なわとびを含む)	32.7	3	ドッジボール	32.7	3	水泳(スイミング)	33.5
4	水泳(スイミング)	28.0	4	水泳(スイミング)	29.9	4	ぶらんこ	24.2	
	5	ぶらんこ	25.6	5	バドミントン	24.5	5	なわとび(長なわとびを含む)	22.5
					ぶらんこ	24.5		バドミントン	22.5
中学校期	2013年 (n=241)			2015年 (n=219)			2017年 (n=224)		
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
	1	バレーボール	24.9	1	おにごっこ	26.9	1	バドミントン	29.9
	2	おにごっこ	23.7	2	バレーボール	24.2	2	おにごっこ	27.2
	3	バドミントン	22.8	3	バドミントン	23.3	3	バレーボール	23.7
4	なわとび(長なわとびを含む)	21.2	4	バスケットボール	21.5	4	ジョギング・ランニング	22.8	
	5	バスケットボール	19.1	5	ジョギング・ランニング	21.0	5	バスケットボール	22.3
高校期	2013年 (n=208)			2015年 (n=201)			2017年 (n=183)		
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
	1	ジョギング・ランニング	28.4	1	バドミントン	26.4	1	バドミントン	30.1
	2	バドミントン	25.5	2	ジョギング・ランニング	25.4	2	ジョギング・ランニング	24.0
		バレーボール	25.5	3	バレーボール	21.9	3	バレーボール	22.4
4	筋力トレーニング	20.7	4	バスケットボール	18.4	4	バスケットボール	20.8	
	5	バスケットボール	17.8	5	ウォーキング	17.9	5	筋力トレーニング	20.2
大学期	2013年 (n=80)			2015年 (n=100)			2017年 (n=136)		
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
	1	ウォーキング	33.8	1	バドミントン	28.0	1	ウォーキング	28.7
	2	バドミントン	26.3	2	バレーボール	25.0	2	ジョギング・ランニング	27.2
	3	バスケットボール	21.3	3	ウォーキング	23.0	3	バレーボール	26.5
4	ボウリング	20.0	4	バスケットボール	23.0	4	バドミントン	20.6	
	5	ジョギング・ランニング	18.8	5	ジョギング・ランニング	13.0	5	筋力トレーニング	19.1
勤労者	2013年 (n=19)			2015年 (n=28)			2017年 (n=59)		
	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)	順位	実施種目	実施率(%)
	1	ボウリング	36.8	1	ボウリング	28.6	1	ウォーキング	39.0
	2	ウォーキング	31.6		ウォーキング	17.9	2	ボウリング	20.3
		ソフトテニス(軟式)	21.1		ジョギング・ランニング	17.9	3	ジョギング・ランニング	18.6
3	バスケットボール	21.1	2	バスケットボール	17.9	4	筋力トレーニング	15.3	
	バドミントン	21.1		バドミントン	17.9		バスケットボール	15.3	
				バレーボール	17.9		バドミントン	15.3	

注1) 「よく行った」運動・スポーツ種目:過去1年間にに行った運動・スポーツのうち、実施回数の多い種目

注2) 大学期・勤労者:2013年・2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の19歳までを分析対象とした

資料:笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2017、「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017

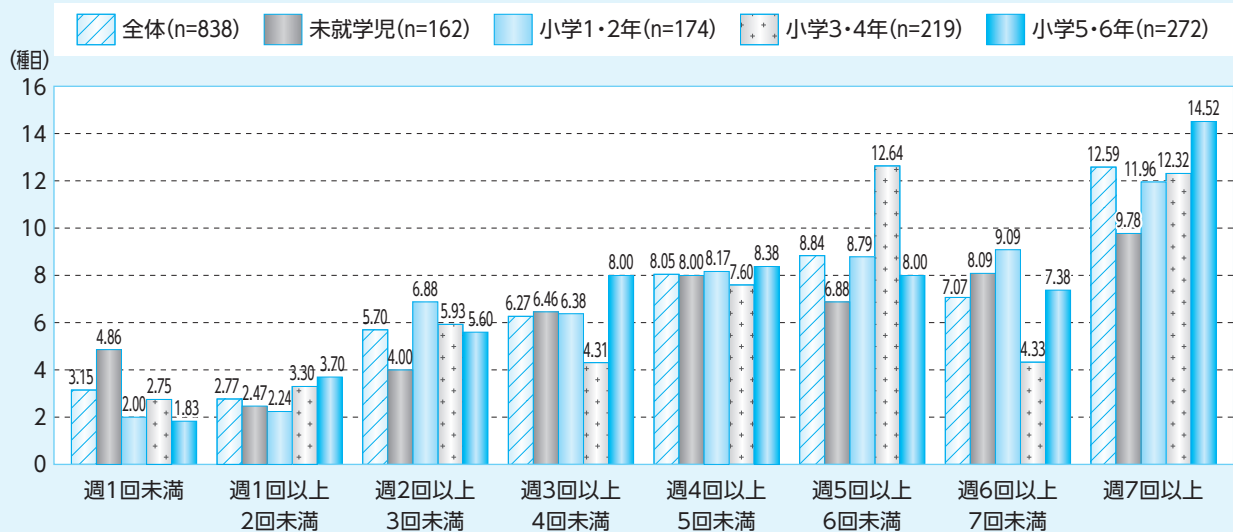
1-6 1年間に実施した運動・スポーツ種目数

図1-11と図1-12には、4~11歳男女の過去1年間に実施した運動・スポーツ種目数の平均値を頻度分類別・就学状況別に示した。

図1-11の4~11歳男子の全体をみると、週1回未満では平均3.15種目であるのに対して、週7回以上では平均

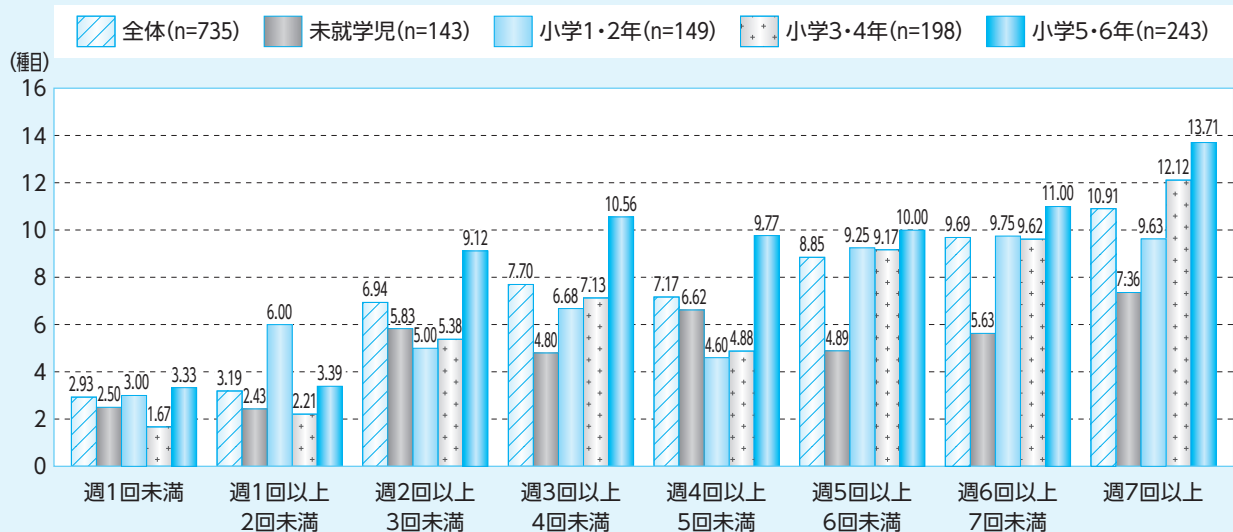
12.59種目と、実施頻度が高くなるにつれて実施種目数も増加する傾向がみられる。特に「週6回以上7回未満」(7.07種目)から「週7回以上」(12.59種目)にかけて実施種目数に大きな差がみられる。

続いて、4~11歳男子を就学状況別にみると、未就学



【図1-11】4~11歳の運動・スポーツ実施種目数(頻度分類別×就学状況別:男子)

資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2017



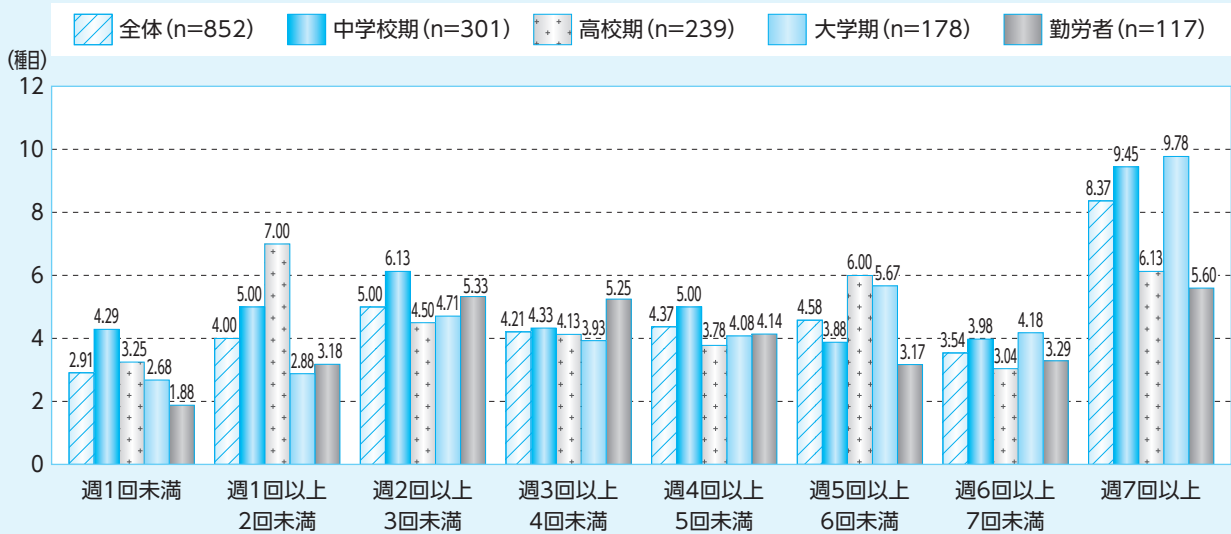
【図1-12】4~11歳の運動・スポーツ実施種目数(頻度分類別×就学状況別:女子)

資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2017

児と小学1・2年では、「週7回以上」がそれぞれ9.78種目と11.96種目で種目数が多い。小学3・4年では「週5回以上6回未満」の12.64種目と「週7回以上」の12.32種目がほぼ同程度で他の頻度分類よりも種目数が多い。小学5・6年は「週7回以上」が14.52種目で他の頻度分類や他の学年と比べても実施種目数が突出している。

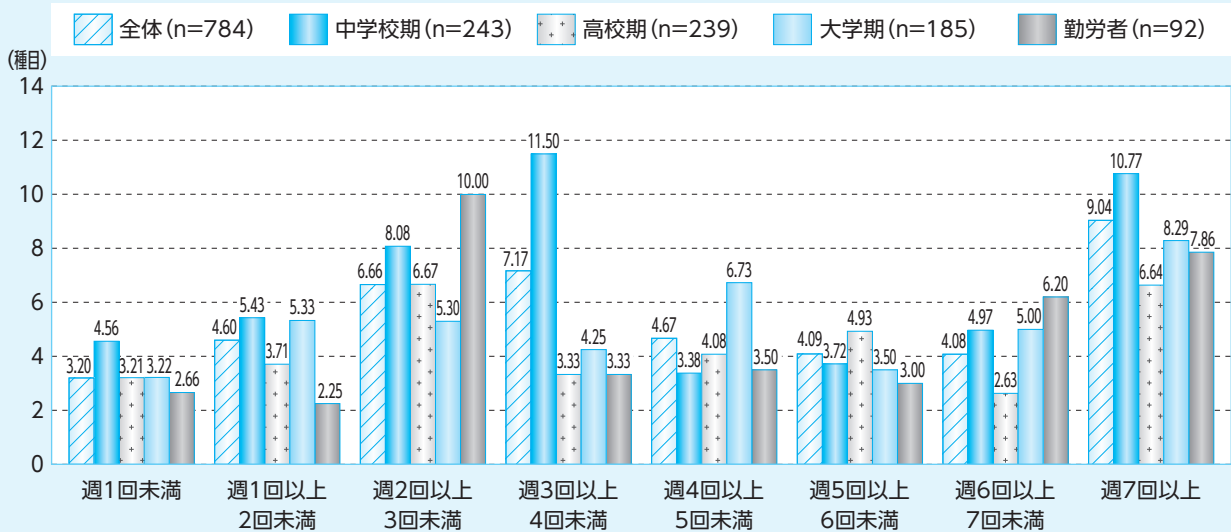
図1-12に示す4~11歳女子の全体をみると、週1回未満の2.93種目に対して、週7回以上では10.91種目となり、男子と同様に実施頻度が高くなるにつれて実施種目数も増加する傾向がみられる。

4~11歳女子を就学状況別にみると、未就学児は「週7回以上」が7.36種目で最も多い。小学1・2年では「週6回以上7回未満」9.75種目と「週7回以上」9.63種目



【図1-13】12~21歳の運動・スポーツ実施種目数(頻度分類別×学校期別:男子)

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017



【図1-14】12~21歳の運動・スポーツ実施種目数(頻度分類別×学校期別:女子)

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017

がほぼ同程度で種目数が多い。小学3・4年と小学5・6年では、「週7回以上」がそれぞれ12.12種目、13.71種目で種目数が最も多くなっている。男子は小学5・6年の「週7回以上実施者」を除き学年と頻度分類による違いはそれほど大きくみられないが、女子の小学5・6年では、他の学年と比べていずれの頻度分類でも種目数が多い。

図1-13と図1-14には、12~21歳男女の過去1年間に実施した運動・スポーツ種目数の平均値を頻度分類別・学校期別に示した。

図1-13の12~21歳男子の全体では、「週7回以上」が最も多く、平均8.37種目が行われている。

12~21歳男子の実施種目数の状況を学校期別にみると、中学校期、大学期、勤労者において「週7回以上」が最も多く、中学校期9.45種目、大学期9.78種目、勤労者5.60種目であった。高校期では「週1回以上2回未満」が7.00種目で最も多い。

図1-14に示す12~21歳女子の全体では、「週7回以上」が最も多く、平均9.04種目が行われているが、次いで「週3回以上4回未満」が7.17種目となっている。

12~21歳女子の実施種目数の状況を学校期別にみると、中学校期では「週3回以上4回未満」が11.50種目で最も多く、次に「週7回以上」が10.77種目と続く。高校期と勤労者は「週2回以上3回未満」が最も多く、高校期6.67種目、勤労者10.00種目であった。大学期は「週7回以上」が8.29種目で最も多い。

4~11歳の男女(図1-11、図1-12)や12~21歳の男子(図1-13)では、「週7回以上」を頂点とした山型を描いていたが、12~21歳の女子では「週7回以上」だけではなく、「週2回以上3回未満」「週3回以上4回未満」付近にも頂点があり、実施頻度と種目数の関係に特徴がみられる。

1-7 4歳から21歳にみる過去1年間によく行った運動・スポーツ種目

子どもから青少年にかけての運動・スポーツ実施状況の動向をより詳細に把握するために4歳から21歳までの年齢別の分析を行った。

表1-13と表1-14には、4~21歳の男女の過去1年間に「よく行った」運動・スポーツの上位10種目を示した。

表1-13の男子では、4~5歳までは「自転車あそび」「おにごっこ」などの運動あそびが中心となっている。この年代におけるスポーツ系の種目としては「サッカー」「水泳(スイミング)」がランクインしている。さらに6歳からは「野球」、9歳からは「バスケットボール」、10歳では「バドミントン」「卓球」が加わる。なお、「サッカー」は4歳から21歳までのすべての年齢で10位以内に入っており、特に11~19歳では1位となった。18歳以降は「ジョギング・ランニング」や「筋力トレーニング」の実施率が高くなり、20歳と21歳では、「筋力トレーニング」が1位になっている。

表1-14の女子では、4~5歳までは「ぶらんこ」、6~12歳では「おにごっこ」が1位であり、運動あそびの実施率が高く、上位を占めている。14歳から17歳までは「バドミントン」、19歳以降は「ウォーキング」の実施率が最も高く1位になっている。女子においては、男子の「サッカー」のようにいずれの年齢でも幅広く実施されているスポーツ系の種目はみられない。10代の女子では「バドミントン」「バスケットボール」「バレーボール」が学校の運動部活動としても人気の種目であるが、9歳以前でこれらスポーツ系の種目はほとんど上位に入っていない。男子は幼少期から運動あそびとともにスポーツ系の種目に親しみ継続して行っている状況がわかるが、女子においてはそのような傾向はみられず、中学校での運動部活動がスポーツ実施の大きな契機となっていると推察される。

【表1-13】年齢別にみた過去1年間に「よく行った」運動・スポーツ種目(4~21歳男子:複数回答)

男 子										
順位	4歳 (n=73)		5歳 (n=73)		6歳 (n=84)		7歳 (n=81)		8歳 (n=104)	
	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)
1	自転車あそび	43.8	自転車あそび	50.7	おにごっこ	53.6	おにごっこ	44.4	おにごっこ	53.8
2	おにごっこ	42.5	おにごっこ	41.1	自転車あそび	48.8	水泳(スイミング)	43.2	サッカー	51.0
3	ぶらんこ	34.2	ぶらんこ	41.1	サッカー	41.7	自転車あそび	37.0	ドッジボール	41.3
4	水泳(スイミング)	31.5	水泳(スイミング)	32.9	水泳(スイミング)	33.3	ドッジボール	33.3	水泳(スイミング)	34.6
5	かくれんぼ	26.0	鉄棒	27.4	ぶらんこ	26.2	サッカー	29.6	自転車あそび	29.8
6	かけっこ	23.3	サッカー	26.0	かけっこ	22.6	なわとび(長なわとびを含む)	23.5	キャッチボール	16.3
7	サッカー	16.4	かくれんぼ	24.7	なわとび(長なわとびを含む)	21.4	かけっこ	18.5	野球	16.3
8	体操(軽い体操・ラジオ体操など)	13.7	かけっこ	24.7	かくれんぼ	20.2	鉄棒	14.8	かくれんぼ	13.5
	鉄棒	13.7	なわとび(長なわとびを含む)	23.3	ドッジボール	20.2	ぶらんこ	13.6	鉄棒	12.5
10	なわとび(長なわとびを含む)	11.0	フィールドアスレチック	12.3	野球	15.5	かくれんぼ	12.3	かけっこ	11.5
							野球	12.3		

順位	9歳 (n=106)		10歳 (n=108)		11歳 (n=193)		12歳 (n=68)		13歳 (n=103)	
	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)
1	おにごっこ	50.0	ドッジボール	46.3	サッカー	54.4	サッカー	44.1	サッカー	40.8
2	水泳(スイミング)	46.2	サッカー	39.8	ドッジボール	49.7	バスケットボール	29.4	野球	31.1
3	ドッジボール	45.3	おにごっこ	38.9	おにごっこ	39.9	おにごっこ	27.9	バスケットボール	29.1
4	サッカー	39.6	水泳(スイミング)	37.0	水泳(スイミング)	29.5	野球	27.9	おにごっこ	25.2
5	自転車あそび	31.1	自転車あそび	19.4	バスケットボール	25.9	卓球	26.5	ドッジボール	23.3
6	なわとび(長なわとびを含む)	13.2	野球	19.4	野球	25.9	ドッジボール	23.5	卓球	22.3
	野球	13.2	バスケットボール	17.6	自転車あそび	14.0	水泳(スイミング)	22.1	ジョギング・ランニング	18.4
8	キャッチボール	12.3	なわとび(長なわとびを含む)	13.9	なわとび(長なわとびを含む)	14.0	筋力トレーニング	13.2	筋力トレーニング	14.6
9	鉄棒	11.3	ぶらんこ	13.0	キャッチボール	13.5	ソフトテニス(軟式)	13.2	水泳(スイミング)	14.6
	バスケットボール	11.3	卓球	11.1	卓球	10.4	自転車あそび	11.8	ソフトテニス(軟式)	12.6
			バドミントン	11.1			ジョギング・ランニング	11.8		
							スキー	11.8		

順位	14歳 (n=89)		15歳 (n=79)		16歳 (n=75)		17歳 (n=68)		18歳 (n=75)	
	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)
1	サッカー	34.8	サッカー	36.7	サッカー	28.0	サッカー	38.2	サッカー	34.7
2	バスケットボール	30.3	バスケットボール	34.2	筋力トレーニング	26.7	筋力トレーニング	19.1	野球	30.7
3	卓球	28.1	バドミントン	21.5	バスケットボール	26.7	卓球	19.1	ジョギング・ランニング	21.3
4	野球	24.7	卓球	20.3	ジョギング・ランニング	22.7	バスケットボール	17.6	筋力トレーニング	16.0
5	おにごっこ	22.5	野球	20.3	野球	22.7	野球	16.2	卓球	16.0
6	ジョギング・ランニング	19.1	ジョギング・ランニング	17.7	バレーボール	17.3	ジョギング・ランニング	14.7	バスケットボール	16.0
7	筋力トレーニング	16.9	キャッチボール	13.9	ソフトテニス(軟式)	13.3	バレーボール	14.7	フットサル	16.0
8	バレーボール	14.6	筋力トレーニング	13.9	バドミントン	13.3	スキー	13.2	バドミントン	14.7
9	水泳(スイミング)	13.5	おにごっこ	11.4	卓球	12.0	バドミントン	11.8	ボウリング	14.7
	ソフトテニス(軟式)	13.5	バレーボール	11.4	テニス(硬式)	9.3	キャッチボール	10.3	サイクリング	12.0

順位	19歳 (n=53)		20歳 (n=52)		21歳 (n=86)	
	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)
1	サッカー	24.5	筋力トレーニング	25.0	筋力トレーニング	24.4
2	ジョギング・ランニング	22.6	ジョギング・ランニング	19.2	サッカー	19.8
3	バスケットボール	20.8	野球	19.2	ジョギング・ランニング	19.8
4	筋力トレーニング	18.9	サッカー	17.3	野球	19.8
	野球	18.9	ボウリング	17.3	バスケットボール	18.6
6	サイクリング	17.0	釣り	15.4	ボウリング	18.6
8	バドミントン	17.0	卓球	13.5	ウォーキング	12.8
9	ウォーキング	15.1	バスケットボール	13.5	スノーボード	10.5
9	水泳(スイミング)	13.2	ウォーキング	11.5	テニス(硬式)	10.5
	スノーボード	13.2	水泳(スイミング)	11.5	フットサル	10.5
	ボウリング	13.2				

注) 「よく行った」運動・スポーツ種目:過去1年間に行った運動・スポーツのうち、実施回数が多い種目

資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2017、「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017

【表1-14】年齢別にみた過去1年間に「よく行った」運動・スポーツ種目(4~21歳女子:複数回答)

女 子										
順位	4歳 (n=54)		5歳 (n=71)		6歳 (n=71)		7歳 (n=78)		8歳 (n=88)	
	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)
1	ぶらんこ	61.1	ぶらんこ	54.9	おにごっこ	59.2	おにごっこ	50.0	おにごっこ	58.0
2	おにごっこ	51.9	自転車あそび	45.1	ぶらんこ	50.7	なわとび(長なわとびを含む)	48.7	なわとび(長なわとびを含む)	40.9
3	かくれんぼ	38.9	かくれんぼ	42.3	自転車あそび	45.1	ぶらんこ	35.9	水泳(スイミング)	34.1
	鉄棒	38.9	おにごっこ	38.0	鉄棒	33.8	水泳(スイミング)	33.3	ドッジボール	33.0
5	自転車あそび	37.0	水泳(スイミング)	29.6	なわとび(長なわとびを含む)	32.4	自転車あそび	32.1	自転車あそび	29.5
6	水泳(スイミング)	27.8	なわとび(長なわとびを含む)	28.2	かくれんぼ	29.6	ドッジボール	25.6	ぶらんこ	29.5
7	かけっこ	20.4	かけっこ	25.4	水泳(スイミング)	29.6	かくれんぼ	23.1	鉄棒	26.1
8	なわとび(長なわとびを含む)	14.8	鉄棒	22.5	かけっこ	23.9	かけっこ	21.8	かくれんぼ	21.6
9	体操(軽い体操・ラジオ体操など)	11.1	体操(軽い体操・ラジオ体操など)	12.7	ドッジボール	11.3	鉄棒	17.9	かけっこ	18.2
10	うんてい	5.6	フィールドアスレチック	7.0	キックボード	7.0	一輪車	11.5	一輪車	14.8
	サッカー	5.6			サッカー	7.0				
	そり	5.6			バレエ	7.0				
	フィールドアスレチック	5.6								
	リトミック	5.6								

順位	9歳 (n=93)		10歳 (n=110)		11歳 (n=155)		12歳 (n=73)		13歳 (n=58)	
	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)
1	おにごっこ	59.1	おにごっこ	50.0	おにごっこ	40.0	おにごっこ	34.2	ジョギング・ランニング	34.5
2	水泳(スイミング)	38.7	ドッジボール	41.8	水泳(スイミング)	34.2	ドッジボール	27.4	バドミントン	34.5
3	ドッジボール	33.3	ぶらんこ	32.7	ドッジボール	30.3	バドミントン	24.7	おにごっこ	27.6
4	なわとび(長なわとびを含む)	30.1	水泳(スイミング)	30.9	バドミントン	23.2	バレーボール	24.7	バスケットボール	25.9
5	鉄棒	29.0	自転車あそび	27.3	自転車あそび	20.6	バスケットボール	20.5	筋力トレーニング	20.7
	ぶらんこ	29.0	なわとび(長なわとびを含む)	26.4	なわとび(長なわとびを含む)	20.6	水泳(スイミング)	19.2	バレーボール	17.2
7	自転車あそび	20.4	バドミントン	22.7	ぶらんこ	18.7	ソフトテニス(軟式)	19.2	ドッジボール	15.5
8	一輪車	14.0	かくれんぼ	16.4	バレーボール	14.2	なわとび(長なわとびを含む)	17.8	自転車あそび	13.8
	かくれんぼ	14.0	鉄棒	13.6	鉄棒	12.9	卓球	15.1	なわとび(長なわとびを含む)	13.8
	バドミントン	14.0	バスケットボール	11.8	バスケットボール	12.3	筋力トレーニング	11.0	ぶらんこ	13.8
						体操(軽い体操・ラジオ体操など)	11.0			
						ぶらんこ	11.0			

順位	14歳 (n=76)		15歳 (n=70)		16歳 (n=57)		17歳 (n=58)		18歳 (n=56)	
	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)
1	バドミントン	31.6	バドミントン	32.9	バドミントン	29.8	バドミントン	29.3	バレーボール	26.8
2	ジョギング・ランニング	26.3	バレーボール	27.1	筋力トレーニング	28.1	ウォーキング	25.9	ジョギング・ランニング	23.2
	バレーボール	26.3	ジョギング・ランニング	24.3	ジョギング・ランニング	24.6	ジョギング・ランニング	25.9	バスケットボール	19.6
4	おにごっこ	23.7	ウォーキング	21.4	バスケットボール	24.6	バレーボール	22.4	バドミントン	19.6
5	バスケットボール	21.1	バスケットボール	21.4	バレーボール	21.1	筋力トレーニング	20.7	ウォーキング	17.9
6	ソフトテニス(軟式)	17.1	筋力トレーニング	17.1	なわとび(長なわとびを含む)	14.0	バスケットボール	17.2	ドッジボール	16.1
7	水泳(スイミング)	15.8	なわとび(長なわとびを含む)	17.1	ウォーキング	12.3	卓球	15.5	水泳(スイミング)	10.7
8	筋力トレーニング	13.2	おにごっこ	14.3	おにごっこ	12.3	ボウリング	13.8	筋力トレーニング	8.9
	卓球	13.2	卓球	11.4	水泳(スイミング)	12.3	ドッジボール	12.1	なわとび(長なわとびを含む)	8.9
10	ウォーキング	11.8	水泳(スイミング)	10.0	ソフトテニス(軟式)	10.5	おにごっこ	10.3	おにごっこ	7.1
			ドッジボール	10.0			水泳(スイミング)	10.3	卓球	7.1
			陸上競技	10.0					ボウリング	7.1

順位	19歳 (n=49)		20歳 (n=57)		21歳 (n=64)	
	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)	実施種目	実施率(%)
1	ウォーキング	32.7	ウォーキング	24.6	ウォーキング	42.2
2	ジョギング・ランニング	24.5	ジョギング・ランニング	21.1	筋力トレーニング	25.0
	バドミントン	24.5	筋力トレーニング	17.5	ジョギング・ランニング	21.9
4	バレーボール	20.4	バスケットボール	17.5	バドミントン	20.3
5	筋力トレーニング	16.3	バレーボール	17.5	ボウリング	20.3
6	テニス(硬式)	12.2	バドミントン	12.3	体操(軽い体操・ラジオ体操など)	15.6
	なわとび(長なわとびを含む)	12.2	ボウリング	12.3	バレーボール	15.6
8	キャッチボール	10.2	海水浴	10.5	海水浴	12.5
	スノーボード	10.2	サイクリング	10.5	卓球	10.9
	ドッジボール	10.2	水泳(スイミング)	10.5	バスケットボール	10.9
			スキー	10.5		
			スノーボード	10.5		
		ヒップホップダンス	10.5			

注) 「よく行った」運動・スポーツ種目:過去1年間に行った運動・スポーツのうち、実施回数の多い種目

資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2017、「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017