

## 2 スポーツ施設

## 2-1 運動・スポーツの実施場所・利用施設

表2-1に過去1年間に「よく行った」(実施頻度の高い)運動・スポーツ種目の実施場所・利用施設を示した。全体では「道路」が50.3%と最も利用率が高い。次いで、「自宅(庭・室内等)」23.9%、「体育館」20.0%、「公園」16.9%、「海・海岸」11.9%となった。1位の「道路」は、2位の「自宅(庭・室内等)」の2倍以上の利用率となっているが、これは「散歩(ぶらぶら歩き)」や「ウォーキング」といった実施率の高い種目が実施されているためである。

性別にみると、男女ともに「道路」の利用率が最も高く、男性46.5%、女性54.3%であった。2位以下は、男性が「ゴルフ場(コース)」18.5%、「自宅(庭・室内等)」18.4%、「海・海岸」16.4%、「体育館」16.3%と続く。女性は「自宅(庭・室内等)」29.6%、「体育館」23.8%、「公園」18.0%、「トレーニングルーム」12.0%となった。

男女で比較すると、「ゴルフ場(コース)」(男性18.5%、女性1.9%)や「海・海岸」(男性16.4%、女性7.3%)は男性の利用率が高く、「道路」(男性46.5%、女性54.3%)や「自宅(庭・室内等)」(男性18.4%、女性29.6%)は女性の利用率が高い。

【表2-1】 運動・スポーツの実施場所・利用施設(全体・性別:複数回答)

全 体 (n=2,219)			男 性 (n=1,136)			女 性 (n=1,083)		
順位	実施場所・利用施設	利用率 (%)	順位	実施場所・利用施設	利用率 (%)	順位	実施場所・利用施設	利用率 (%)
1	道路	50.3	1	道路	46.5	1	道路	54.3
2	自宅(庭・室内等)	23.9	2	ゴルフ場(コース)	18.5	2	自宅(庭・室内等)	29.6
3	体育館	20.0	3	自宅(庭・室内等)	18.4	3	体育館	23.8
4	公園	16.9	4	海・海岸	16.4	4	公園	18.0
5	海・海岸	11.9	5	体育館	16.3	5	トレーニングルーム	12.0
6	ボウリング場	10.5	6	公園	15.8	6	ボウリング場	9.9
7	ゴルフ場(コース)	10.4	7	グラウンド	15.1	7	高原・山	9.0
8	高原・山	10.1	8	ゴルフ場(練習場)	13.7	8	屋内プール	7.8
9	グラウンド	10.0	9	高原・山	11.1	9	海・海岸	7.3
10	トレーニングルーム	9.6	10	ボウリング場	11.0	10	河川敷	5.9
11	ゴルフ場(練習場)	7.8	11	野球場・ソフトボール場	9.2	11	グラウンド	4.7
12	屋内プール	7.4	12	トレーニングルーム	7.3	12	テニスコート	4.2
13	河川敷	6.4	13	スキー場	7.1	13	スキー場	3.8
14	スキー場	5.5	14	屋内プール	7.0		ダンススタジオ	3.8
	野球場・ソフトボール場	5.5	15	河川敷	6.8	15	コミュニティセンター・公民館	3.1
16	テニスコート	3.7	16	職場・勤務先	3.4	16	職場・勤務先	3.0
17	職場・勤務先	3.2	17	テニスコート	3.2	17	ゴルフ場(コース)	1.9
18	ダンススタジオ	2.2	18	屋外プール	2.4	18	ゴルフ場(練習場)	1.7
19	コミュニティセンター・公民館	1.7	19	陸上競技場	2.2		野球場・ソフトボール場	1.7
20	屋外プール	1.6	20	武道場	1.8	20	陸上競技場	1.0
	陸上競技場	1.6						

注) 過去1年間に「よく行った」運動・スポーツの上位5種目のうち、同一人物が異なる種目で同じ施設を利用していた場合、施設数は1として計上。

資料: 笹川スポーツ財団「スポーツライフに関する調査」2018

表2-2には、年代別にみた運動・スポーツの実施場所・利用施設を示した。18・19歳は「体育館」の利用率が41.4%と最も高く、次いで「グラウンド」「道路」が同率で34.5%、「ボウリング場」29.3%、「自宅（庭・室内等）」22.4%と続く。20歳代は1位の「道路」39.3%に次いで、「体育館」30.0%、「ボウリング場」22.5%、「自宅（庭・室内等）」18.0%、「トレーニングルーム」16.1%と続く。30歳代から50歳代までは、1位「道路」（30歳代48.6%、40歳代42.5%、50歳代54.1%）で、2位が「自宅（庭・室内等）」（30歳代28.6%、40歳代24.7%、50歳代

22.6%）、3位に「体育館」（30歳代21.4%、40歳代19.2%、50歳代15.6%）の順であった。60歳代と70歳以上は、1位「道路」（60歳代58.8%、70歳以上59.9%）、2位「自宅（庭・室内等）」（60歳代24.0%、70歳以上23.9%）、3位に「公園」（60歳代18.2%、70歳以上17.4%）と続く。

20歳代から70歳以上までの各年代において「道路」の利用率が最も高いが、特に50歳代以降では50%を超えるとともに、年代が上がるにつれて利用率が高くなっている。

【表2-2】 運動・スポーツの実施場所・利用施設（年代別：複数回答）

18・19歳 (n=58)			20歳代 (n=267)			30歳代 (n=360)			40歳代 (n=454)		
順位	実施場所・利用施設	利用率 (%)	順位	実施場所・利用施設	利用率 (%)	順位	実施場所・利用施設	利用率 (%)	順位	実施場所・利用施設	利用率 (%)
1	体育館	41.4	1	道路	39.3	1	道路	48.6	1	道路	42.5
2	グラウンド	34.5	2	体育館	30.0	2	自宅(庭・室内等)	28.6	2	自宅(庭・室内等)	24.7
	道路	34.5	3	ボウリング場	22.5	3	体育館	21.4	3	体育館	19.2
4	ボウリング場	29.3	4	自宅(庭・室内等)	18.0	4	海・海岸	18.9	4	公園	18.9
5	自宅(庭・室内等)	22.4	5	トレーニングルーム	16.1		公園	18.9	5	海・海岸	17.2
6	テニスコート	12.1	6	グラウンド	15.7	6	グラウンド	13.1	6	ボウリング場	13.9
7	海・海岸	10.3	7	海・海岸	13.5	7	ボウリング場	10.6	7	ゴルフ場(コース)	13.4
	河川敷	8.6	8	公園	13.1	8	高原・山	9.2	8	高原・山	12.6
8	スキー場	8.6	9	屋内プール	9.4	9	トレーニングルーム	8.1	9	グラウンド	11.7
	公園	6.9	10	野球場・ソフトボール場	9.0	10	屋内プール	7.8	10	スキー場	9.3

50歳代 (n=340)			60歳代 (n=413)			70歳以上 (n=327)		
順位	実施場所・利用施設	利用率 (%)	順位	実施場所・利用施設	利用率 (%)	順位	実施場所・利用施設	利用率 (%)
1	道路	54.1	1	道路	58.8	1	道路	59.9
2	自宅(庭・室内等)	22.6	2	自宅(庭・室内等)	24.0	2	自宅(庭・室内等)	23.9
3	体育館	15.6	3	公園	18.2	3	公園	17.4
4	公園	14.4	4	体育館	16.9	4	体育館	15.9
5	ゴルフ場(コース)	12.9	5	高原・山	12.8	5	ゴルフ場(コース)	11.9
	トレーニングルーム	12.9	6	ゴルフ場(コース)	12.6	6	グラウンド	8.3
7	海・海岸	11.5	7	トレーニングルーム	10.4	7	河川敷	7.6
8	高原・山	11.2	8	ゴルフ場(練習場)	9.7	8	高原・山	7.3
9	ゴルフ場(練習場)	10.0	9	河川敷	7.5	9	ゴルフ場(練習場)	7.0
10	屋内プール	8.8	10	屋内プール	7.0	10	屋内プール	6.1
							トレーニングルーム	6.1

注) 過去1年間に「よく行った」運動・スポーツの上位5種目のうち、同一人物が異なる種目で同じ施設を利用していた場合、施設数は1として計上。

資料：笹川スポーツ財団「スポーツライフに関する調査」2018

表2-3は、運動・スポーツ実施レベル別にみた実施場所・利用施設である。「レベル1」は、1位の「道路」30.7%に次いで、「体育館」19.2%、「海・海岸」17.8%、「ボウリング場」15.2%と続く。また、「公園」14.4%、「高原・山」10.3%、「スキー場」7.9%といったレジャー系の種目に関連する場所や施設もみられる。「レベル2」は、「道路」56.6%が最も高く、次いで「自宅（庭・室内等）」53.5%、「公園」18.9%、「体育館」16.8%、「職場・勤務先」12.2%となる。特に「自宅（庭・室内等）」の割合は他のレベルよりも突出して高い。「レベル3」は「道路」69.5%で最も高く、次いで「自宅（庭・室内等）」25.8%、「公園」19.9%、「体育館」15.7%、「高原・山」11.9%

であった。「レベル4」は「道路」55.8%、「自宅（庭・室内等）」26.3%、「体育館」26.0%、「トレーニングルーム」17.1%、「公園」16.5%の順であった。

すべてのレベルで「道路」の利用率が最も高く、「レベル2」以上の定期的な運動・スポーツ実施者は、「自宅（庭・室内等）」や「公園」を含め、身近な場所で運動・スポーツを実施している。

また、アクティブ・スポーツ人口である高頻度・高強度実施者の「レベル4」は、他のレベルと比較して「体育館」「トレーニングルーム」「屋内プール」といったスポーツ施設の利用率が高い特徴がみられる。

【表2-3】 運動・スポーツの実施場所・利用施設（レベル別：複数回答）

レベル1 (n=785)		
順位	実施場所・利用施設	利用率 (%)
1	道路	30.7
2	体育館	19.2
3	海・海岸	17.8
4	ボウリング場	15.2
5	公園	14.4
6	ゴルフ場(コース)	14.1
7	グラウンド	12.2
8	高原・山	10.3
9	自宅(庭・室内等)	9.9
10	ゴルフ場(練習場)	9.3
11	スキー場	7.9
11	野球場・ソフトボール場	7.9
13	屋内プール	6.2
14	トレーニングルーム	5.9
15	河川敷	4.7

レベル2 (n=286)		
順位	実施場所・利用施設	利用率 (%)
1	道路	56.6
2	自宅(庭・室内等)	53.5
3	公園	18.9
4	体育館	16.8
5	職場・勤務先	12.2
6	ボウリング場	9.8
7	海・海岸	8.7
8	屋内プール	8.4
9	グラウンド	6.6
10	スキー場	6.3
10	トレーニングルーム	6.3
12	高原・山	5.9
13	河川敷	5.6
14	ゴルフ場(コース)	5.2
15	野球場・ソフトボール場	3.5

レベル3 (n=528)		
順位	実施場所・利用施設	利用率 (%)
1	道路	69.5
2	自宅(庭・室内等)	25.8
3	公園	19.9
4	体育館	15.7
5	高原・山	11.9
6	ゴルフ場(コース)	9.7
7	海・海岸	8.3
7	河川敷	8.3
9	トレーニングルーム	8.1
10	ゴルフ場(練習場)	7.2
11	ボウリング場	6.6
12	グラウンド	5.9
13	屋内プール	4.9
14	野球場・ソフトボール場	3.6
15	スキー場	3.2

レベル4 (n=620)		
順位	実施場所・利用施設	利用率 (%)
1	道路	55.8
2	自宅(庭・室内等)	26.3
3	体育館	26.0
4	トレーニングルーム	17.1
5	公園	16.5
6	グラウンド	12.3
7	屋内プール	10.5
8	高原・山	10.2
9	海・海岸	9.0
10	ゴルフ場(コース)	8.7
10	ゴルフ場(練習場)	8.7
12	ボウリング場	8.1
13	河川敷	7.1
14	テニスコート	6.3
15	野球場・ソフトボール場	5.0

注) 過去1年間に「よく行った」運動・スポーツの上位5種目のうち、同一人物が異なる種目で同じ施設を利用していた場合、施設数は1として計上。

資料：笹川スポーツ財団「スポーツライフに関する調査」2018

## 2-2 実施場所・利用施設別にみた運動・スポーツ種目

表2-4には、利用率の上位にあげられた「道路」「自宅(庭・室内等)」「体育館」「公園」の4施設を取り上げ、そこで行われる運動・スポーツの上位5種目をまとめた。

「道路」をみると、「散歩(ぶらぶら歩き)」が43.5%で最も高く、次いで「ウォーキング」33.6%、「ジョギング・ランニング」10.0%、「サイクリング」7.6%、「ロードレース(駅伝・マラソンなど)」1.5%であった。

「自宅(庭・室内等)」は、「体操(軽い体操、ラジオ体操など)」が42.6%で最も高く、次いで「筋力トレーニング」31.3%、「なわとび」8.0%、「ヨーガ」5.3%、「キャッチボー

ル」3.9%であった。

「体育館」での実施種目は、「卓球」15.3%が最も高く、次いで「バドミントン」12.7%、「バレーボール」12.2%、「体操(軽い体操・ラジオ体操など)」9.7%、「バスケットボール」7.8%と続く。

「公園」をみると、「散歩(ぶらぶら歩き)」が27.6%で最も高く、次いで「ウォーキング」18.0%、「体操(軽い体操、ラジオ体操など)」9.9%、「キャッチボール」8.1%、「ジョギング・ランニング」7.4%であった。

年1回以上および週1回以上の運動・スポーツ実施率の上位2種目である「散歩(ぶらぶら歩き)」「ウォーキング」の実施場所・利用施設は、「道路」や「公園」が中心となっている。

【表2-4】 実施場所・利用施設別にみた運動・スポーツ種目(複数回答)

道路 (n=1,465)			自宅(庭・室内等) (n=646)		
順位	種目	実施率(%)	順位	種目	実施率(%)
1	散歩(ぶらぶら歩き)	43.5	1	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	42.6
2	ウォーキング	33.6	2	筋力トレーニング	31.3
3	ジョギング・ランニング	10.0	3	なわとび	8.0
4	サイクリング	7.6	4	ヨーガ	5.3
5	ロードレース(駅伝・マラソンなど)	1.5	5	キャッチボール	3.9

  

体育館 (n=576)			公園 (n=445)		
順位	種目	実施率(%)	順位	種目	実施率(%)
1	卓球	15.3	1	散歩(ぶらぶら歩き)	27.6
2	バドミントン	12.7	2	ウォーキング	18.0
3	バレーボール	12.2	3	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	9.9
4	体操(軽い体操、ラジオ体操など)	9.7	4	キャッチボール	8.1
5	バスケットボール	7.8	5	ジョギング・ランニング	7.4

資料：笹川スポーツ財団「スポーツライフに関する調査」2018

## COMMENTS

■手軽にスポーツ設備を利用できればうれしいですが、身近な施設は常に予約でいっぱいなので利用しにくいです。

(58歳 女性 商工サービス業)

■中・高校時代、近所にミニバスケができる広場があった。そこに行くと自然と友人ができ、楽しかった。いまは運動がしたくなったらコートを取り、代金を支払う、これがあたり前になっている。自然と人が集まり小さい子から大人まで一緒になってスポーツができる場所が欲しいです。

(31歳 男性 技能的・労務的職業)

資料：笹川スポーツ財団「スポーツライフに関する調査」2018