

トピック
A年齢・学校期別にみる子ども・青少年の
運動・スポーツ実施状況の全体像とトレンド

笹川スポーツ財団 スポーツ政策研究所 研究員 藤岡 成美

2017年、スポーツ庁はスポーツ基本計画を改訂し、スポーツ参画人口の拡大に向けた施策の一つに子どものスポーツ機会の充実を掲げた。子ども・青少年の運動・スポーツに関する実態に基づき、関係者が一体となって取り組みを推進していく必要がある。

それでは、近年の子ども・青少年の運動・スポーツ実施状況はどうなっているのだろうか。国が行う「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」「体力・運動能力調査」は、子どもの体力低下や運動・スポーツをする子どもとしない子どもの二極化を明らかにした。また、笹川スポーツ財団（SSF）が過去に実施した「10代のスポーツライフに関する調査2015」では、学校期の進行や就職に伴う運動・スポーツ実施の非連続性を指摘した。この結果は、運動・スポーツ実施の環境を考える際に、子ども・青少年期を一つのライフステージとして捉える重要性を示唆している。つまり、運動・スポーツ実施はどのように子ども・青少年期から壮年期、そして老年期へと続いていくのかという視点で全体像を概観した上で、子ども・青少年期にフォーカスした近年のトレンド把握が重要となるのではないだろうか。

そこで本稿では、加齢とともに運動・スポーツ実施状況はどう変化するか、さらに近年の子ども・青少年の運動・スポーツ実施状況はどのように推移しているのか、以上の2点に焦点をあて、詳細な実態把握を試みた。

A-1

加齢に伴う運動・スポーツ実施状況の変化

はじめに、本稿で使用したデータについて述べる。SSFは「4～9歳のスポーツライフに関する調査」を2009年から4回実施した後に2017年には「4～11歳のスポーツライフに関する調査」（以下、両調査を「子ども調査」と表記する）を、また「10代のスポーツライフに関する調査」を2001年から6回実施した後に2017年には「12～21歳のスポーツライフに関する調査」（以下、両調査を「青少年調査」と表記する）を実施している。本稿では2009年以降の子ども・青少年調査のデータを用いた。

年齢とともに運動・スポーツ実施状況がどのように変化するかを把握するため、各年齢における週1回以上の運動・スポーツ実施率を図A-1に示した。グラフ上では年齢5区間の移動平均をプロットしており、例えば8歳

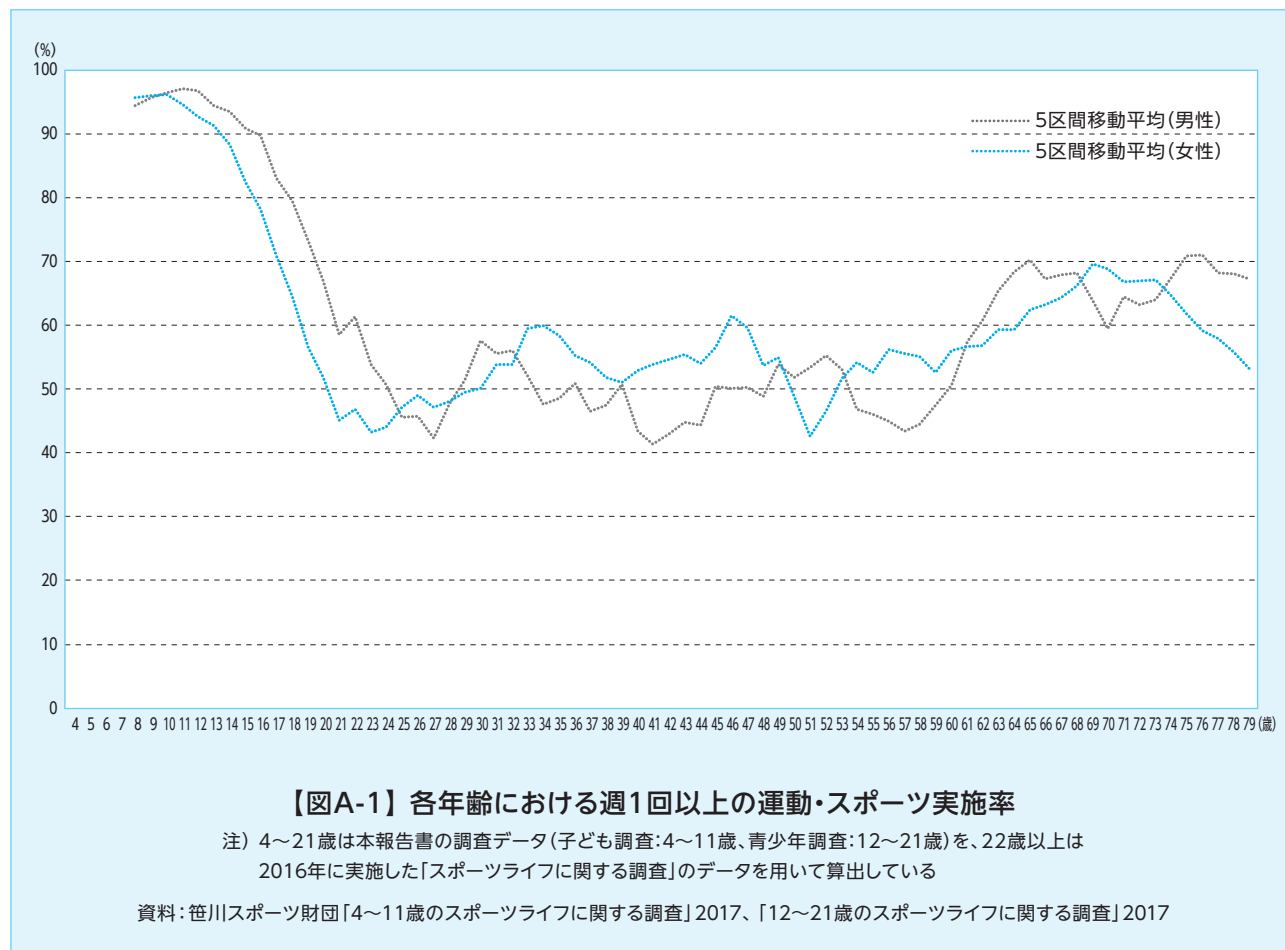
時点の数値には、8歳を基点とした4～8歳までの5区間（4・5・6・7・8歳）における週1回以上の運動・スポーツ実施率の平均値を示している。

なお、4～21歳は2017年の子ども調査と青少年調査を、22歳以上は2016年に実施したSSF「スポーツライフに関する調査」を用いて算出している。そのため、2つの調査時期が異なる点には注意が必要である。また、同一人物に対して行った追跡調査ではないため、厳密には一個人の加齢に伴う運動・スポーツ実施状況の変化を追う結果ではないものの、現時点での全体像を概観できる。

上記の点に留意しながら結果を読み解くと、20歳代前半までは女子よりも男子の運動・スポーツ実施率が高いまま、男女ともに同じような傾向で実施率は年齢とともに

減少する。その後は、男女ともに増減を繰り返しながら推移するが、たびたび男女の実施率が逆転している様子がわかる。20～50歳代で増減を繰り返した後、男女ともに60歳代以降で上昇がみられる。

20歳代後半以降とそれ以前の実施率の動きを対比すると、子ども・青少年の運動・スポーツ実施状況は、男子の方が女子よりも実施率は高いが、いずれも年齢とともに減少するという点が特徴的であるといえるだろう。



A-2

学校期別の運動・スポーツ実施状況の年次推移

図A-2～図A-7は、近年の子ども・青少年の運動・スポーツ実施率の推移を、2009年を起点に性・学校期別に示している。

分析に使用したデータは2009～2017年の子ども調査ならびに青少年調査である。ただし、①2009年と2011年の子ども調査は「過去1年間によく行った運動・スポーツ種目」の上位3種目、2013年以降は上位5種目を分析対象としている点、②2015年までは小学校期が年齢によって子ども調査と青少年調査に分割されていたが

2017年は子ども調査のみで把握する点、③2015年までの青少年調査は対象年齢が19歳以下だったが2017年は21歳以下に変更したためにサンプリングが異なっている点には注意が必要である。

これらの点を考慮しながら学校期別に結果をみると、以下の点に特徴がある。

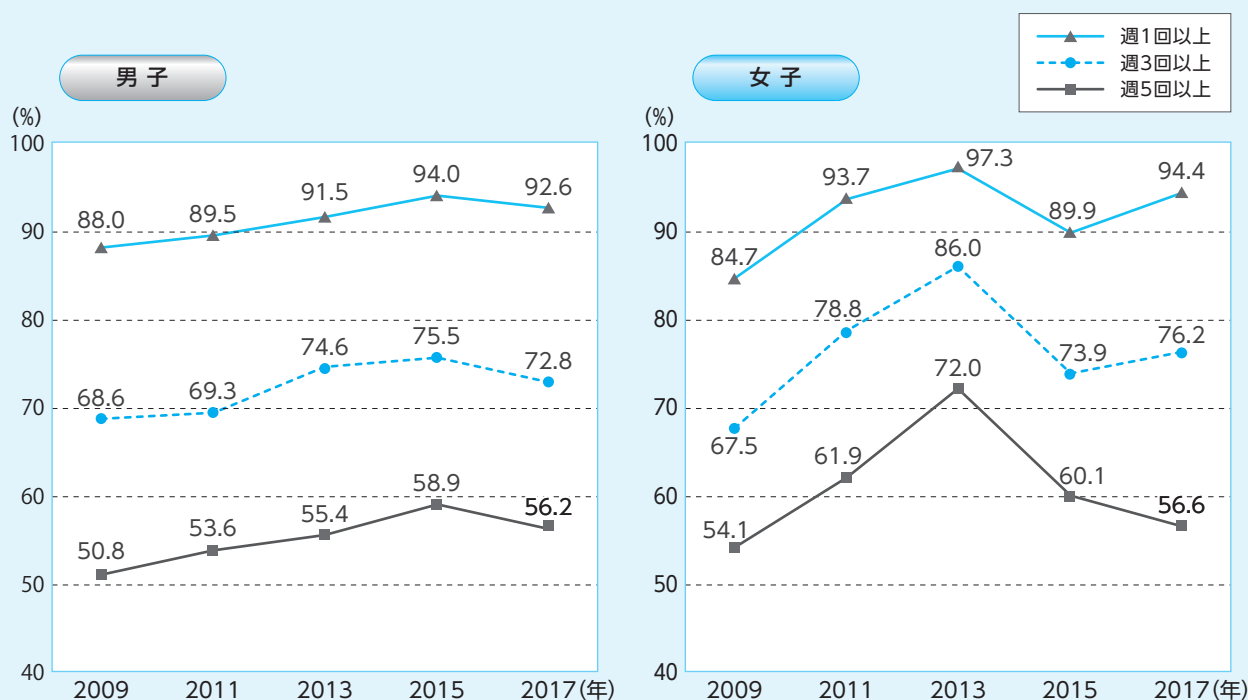
- **未就学児**：2009年と2017年を比較すると、男子は全体的に5ポイント前後の微増である一方で、女子は週1回以上が9.7ポイント、週3回以上が

8.7ポイント増加している(図A-2)。

- ▶ **小学生**：男女ともに週3回以上と週5回以上の実施率が増加しているが、男子よりも女子の増加が顕著である(図A-3)。2009年から2017年にかけて、週3回以上は男子が6.6ポイントに対して女子が12.9ポイント、週5回以上は男子が12.1ポイントに対して女子が16.9ポイント増加しており、小学生女子の高頻度群の増加が目立つ。
- ▶ **中学生・高校生**：中学生は、男子は週1回以上が微減、一方で女子は週1回以上が増加といった傾向がみられる(図A-4)。高校生は男女ともに横ばいであるが、男女で比較すると各実施頻度で20ポイント前後の差があり、男女差が大きい学校期にあたる(図A-5)。中学生・高校生を概観すると、多少の増減はあるが全体的には横ばいという状況であり、先述の小学生のような実施率の大きな変化はみられない。
- ▶ **大学生**：男子はW字を描くように増減を繰り返し

ているが、2009年と2017年を比較すると週1回以上の5.8ポイント減少を除けば横ばい状態となる(図A-6)。一方で女子は2009年から2013年にかけて減少し、2015年には微増したが2017年には維持または再度減少といった傾向にあり、いずれの実施頻度も2009年から2017年にかけて10ポイント程度減少している。

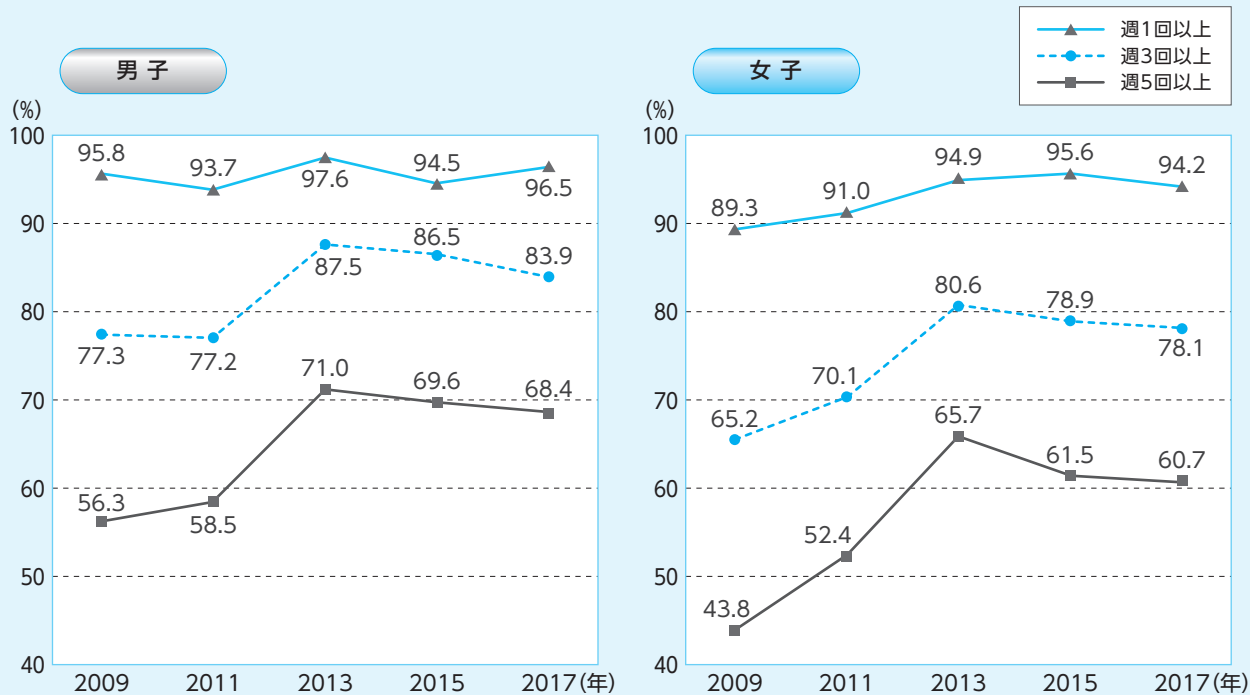
- ▶ **勤労者**：男子は、週1回以上では2009年から2011年にかけて19.3ポイント減少した後に2013年には14.4ポイント増加、週3回以上では2011年から2013年にかけて14.6ポイント増加した後に2015年には12.1ポイント減少、週5回以上では2013年から2015年にかけて13.1ポイント減少など、いずれの実施頻度をみても10ポイント以上の大きな増減がある(図A-7)。女子はいずれの実施頻度も2009年から2011年にかけて大幅に減少しているがその後は増加しており、2017年の実施率は2009年の数値には及ばないが持ち直している。



【図A-2】運動・スポーツ実施率の推移(未就学児)

注) 2009～2011年までの子ども調査は「よく行った運動・スポーツ」の最大3種目まで、2013年以降は最大5種目までの回答を分析対象としている

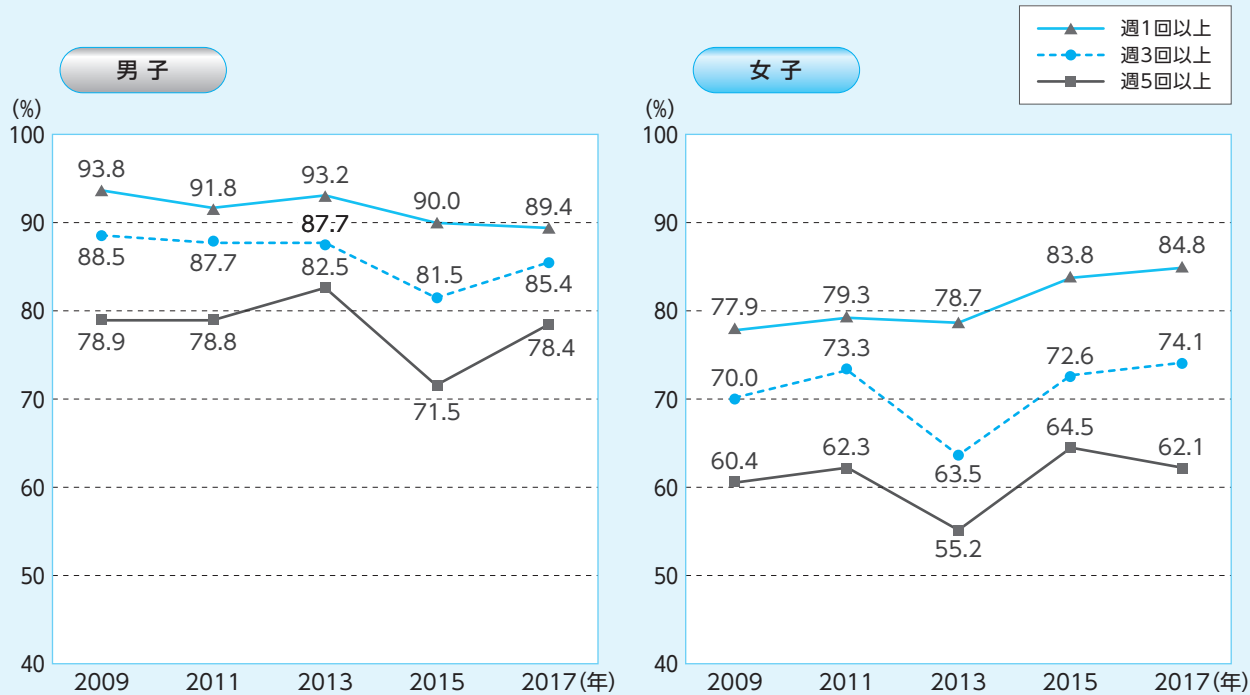
資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2017



【図A-3】運動・スポーツ実施率の推移(小学生)

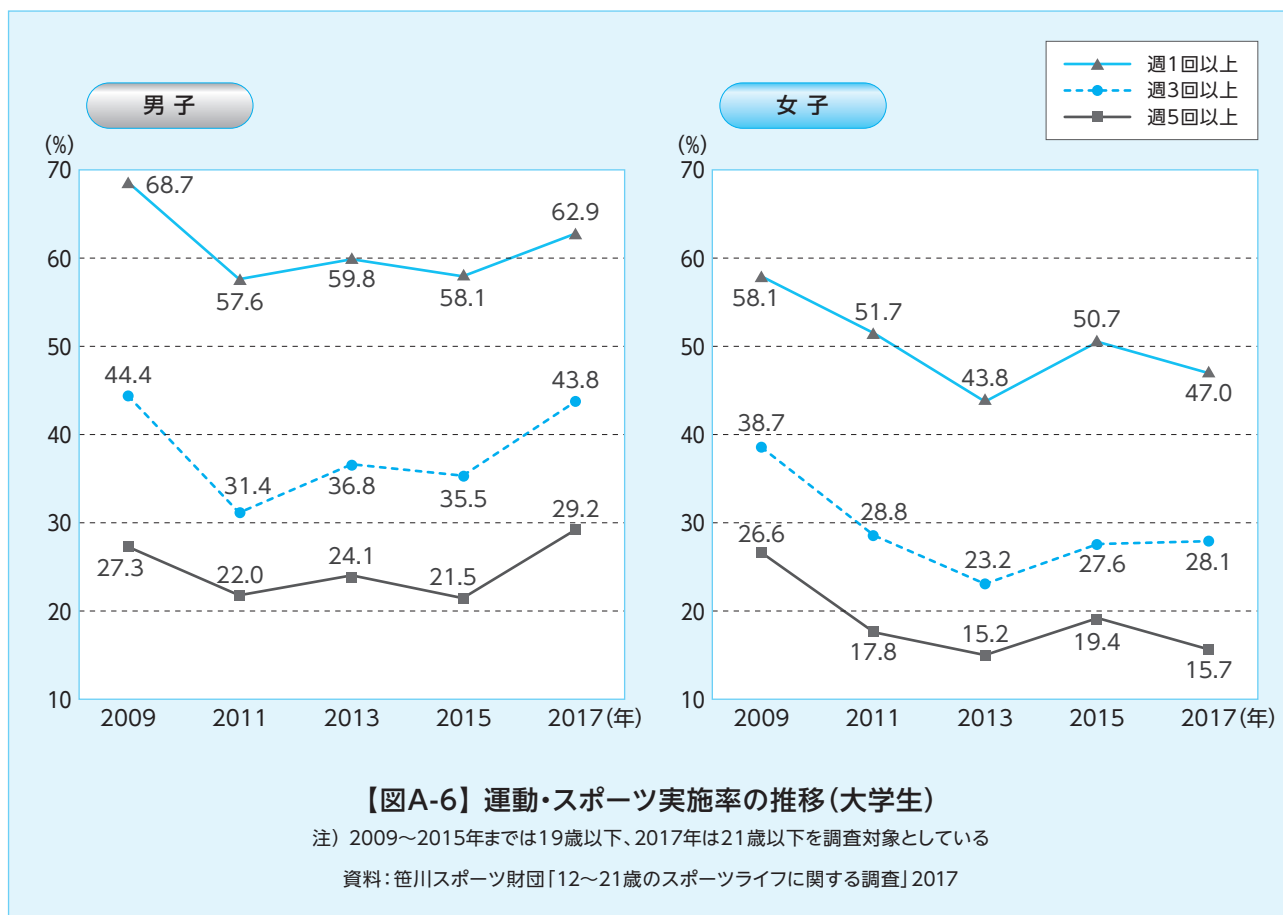
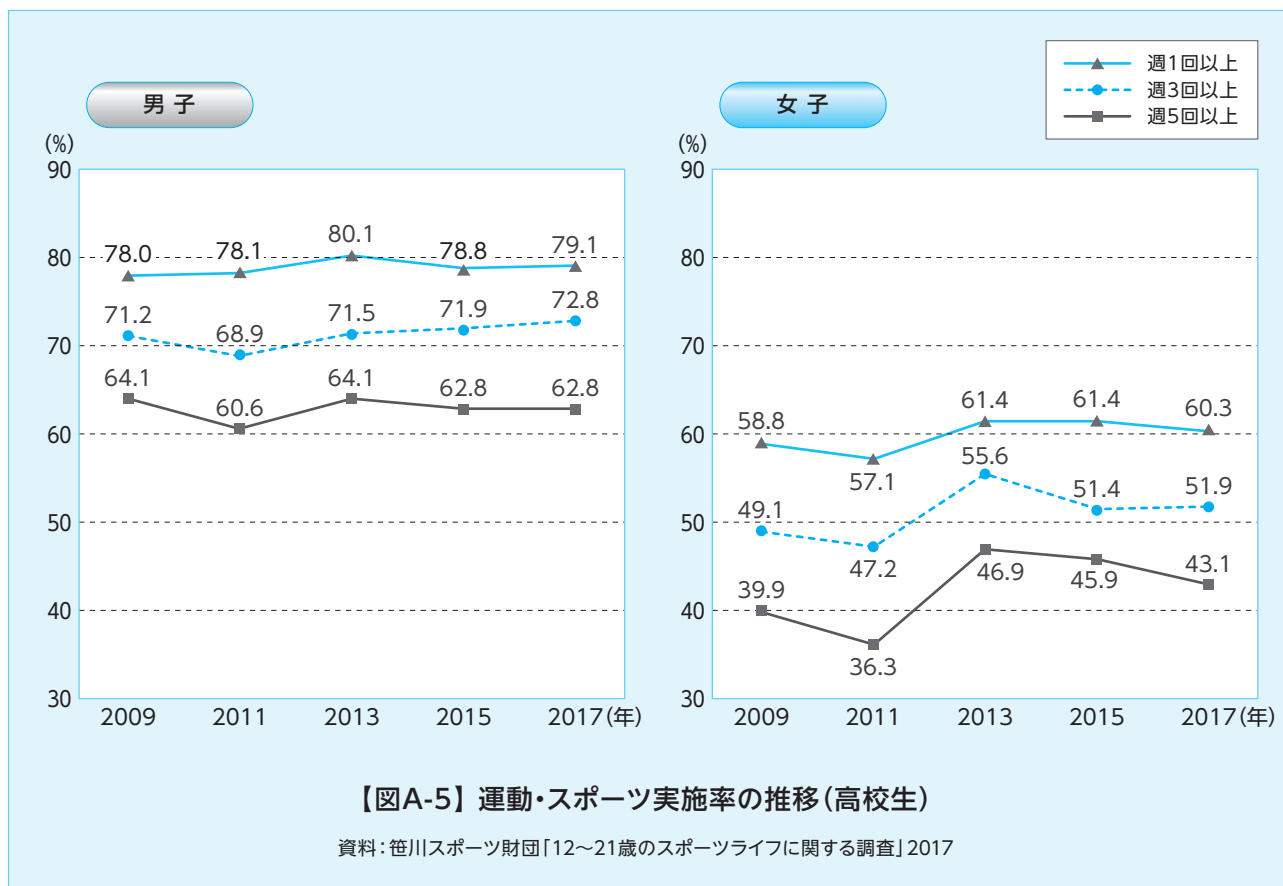
注1) 2009～2015年までは子ども・青少年の2調査分のデータを合算し、2017年は子どもの1調査分のデータからそれぞれ数値を算出している
 注2) 2009～2011年までの子ども調査は「よく行った運動・スポーツ」の最大3種目まで、2013年以降は最大5種目までの回答を分析対象としている

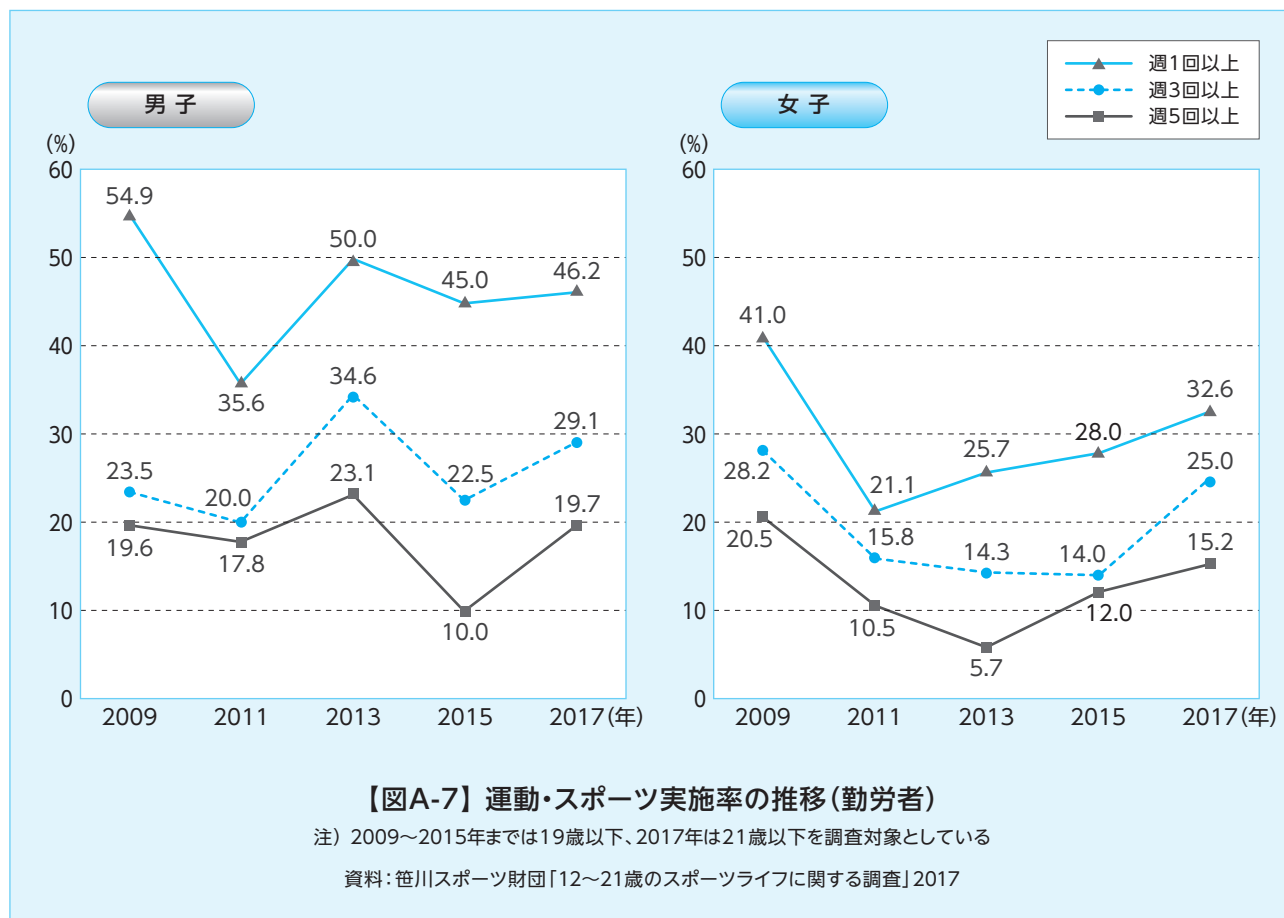
資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2017、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2017



【図A-4】運動・スポーツ実施率の推移(中学生)

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





A-3

さいごに

本稿では、加齢に伴う運動・スポーツ実施状況の変化の全体像を把握し、さらに子ども・青少年の運動・スポーツ実施状況の時系列推移を学校期別に確認した。

週1回以上の運動・スポーツ実施率は小学校高学年前後をピークに20歳代前半まで低下し、その後は男女ともに増減を繰り返す。子ども・青少年期における運動・スポーツに接する機会の多さを再確認でき、成人以降の実施につなげるためにもこの時期の運動・スポーツ実施の機会や環境確保が重要であるといえよう。

また、近年の子ども・青少年の運動・スポーツ実施状況の特徴として、小学生の実施率増加のうち特に女子の

高頻度群が顕著であり、中学生と高校生はほぼ変化なく横ばいであった。小学生の実施率増加傾向は、冒頭でも示した近年の子ども・青少年の体力低下や運動・スポーツ実施の二極化に対して国が施策を講じてきた結果と示唆される。

しかし、第2期スポーツ基本計画は始まったばかりであり、スポーツ参画人口の拡大に向けて、計画の見直し時期である2022年まで引き続き政策立案や施策展開が求められる。今後も子ども・青少年の運動・スポーツ実施状況やそのトレンドを注視していく必要があるだろう。

<参考文献>

- 笹川スポーツ財団 (2015) 青少年のスポーツライフ・データ2015 -10代のスポーツライフに関する調査報告書-
- 笹川スポーツ財団 (2016) スポーツライフ・データ2016 -スポーツライフに関する調査報告書-
- スポーツ庁 (2017) スポーツ基本計画
- スポーツ庁 (2016) 平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書
- スポーツ庁 (2016) 平成28年度体力・運動能力調査報告書