

# 丸亀市健康増進計画・スポーツ振興ビジョン にかかるとアンケート調査 結果報告書 (概要版)

## 1 調査の概要

### (1) 調査の目的

市民一人ひとりが健康づくりについて考え、家庭や地域において共に支え合うことのできる「健康なまちづくり」に取り組み、スポーツを通じた健康づくり・福祉の増進や、活力に満ちた地域社会の実現を目指すため策定した「第2次丸亀市健康増進計画」、「第3次丸亀市スポーツ振興ビジョン」の評価・見直しを行い、新たな計画を策定する基礎資料として調査を実施しました。

### (2) 調査の対象と実施方法

- 調査対象：丸亀市在住の20歳以上の方から5,000名を無作為抽出
- 調査期間：令和7年10月11日(土)～令和7年10月27日(月)
- 調査方法：郵送配布・回収
- 配布・回収：

配布数	回収数	回収率
5,000 票	2,546 票	50.9%

### (3) 報告書のみかた

- この調査の分析結果を読む際の留意点は以下のとおりです。
- 調査結果の図表は、原則として回答者の構成比(百分率)で表現しています。
  - 図表中の「n」は、「Number of case」の略で、その設問に回答すべき対象者数を示しています。一部の人に回答を求めている設問などがあるため、nの値は設問によって異なります。
  - 百分率による集計では、回答者数(該当質問においては該当者数)を100%として算出しています。本文及び図中の数字に関しては、全て小数第2位を四捨五入し、小数第1位までを表記します。このため、全ての割合の合計が100%にならないことがあります。また、複数回答の設問では、全ての割合の合計が100%を超えることがあります。
  - 図表中の「0.0」は四捨五入の結果又は回答者が皆無であることを表します。また、一部図表においては「0.0」の表記を省略しているものがあります。

## 2 前回調査から改善された施策と強み

### (1) 運動・スポーツの効果への深い理解と健康意識の広まり

令和7年度調査（問55）において、運動・スポーツが身体や心にもたらす効果を「知っている」は80.7%と、令和2年度調査（問61）の77.6%から3.1ポイント上昇しており、これまでの健康教育や周知活動が着実に市民の知識として蓄積されていることがうかがえます。運動・スポーツが単なる趣味ではなく、健康維持に不可欠な手段であるという共通認識が市民の8割以上に広がっていることは、市の施策を支える強みです。この高い意識を実際の「行動」へとつなげるための土壌が整っており、今後の運動習慣定着に向けた強力な後押しとなることが期待されます。

### (2) 着実に進む市民の定期的な運動・スポーツ習慣の定着

令和7年度調査（問43）において、1日合計30分以上の運動・スポーツを週1～2回以上行っているかで「はい」は35.3%と、令和2年度調査（問50）の30.8%と比較して、4.5ポイントの上昇となっています。運動・スポーツを習慣化する市民が増加していることは、生活習慣病予防に向けた市の取組が具体的な成果として表れ始めている証拠であり、大きな強みといえます。今後もこの前向きな傾向を維持しつつ、さらに幅広い世代や運動をしていない層へ活動を広げていくことで、地域全体の健康増進を加速させることが可能となります。

### (3) 運動・スポーツ継続者による高い活動維持能力

令和7年度調査（問44）において、現在運動・スポーツを行っている方のうち、その活動が「1年以上続いている」は84.1%と、令和2年度調査（問51）の83.1%と比較しても高水準を維持しています。一度運動・スポーツを始めた市民がそれを自分なりの楽しみや日課として習慣化し、長く続けられていることは市の強みです。継続を支える施設環境や身近な活動の場が機能していることの表れでもあり、今後はこの「続けられる環境」を維持しつつ、新規参加者をいかに呼び込むかが鍵となります。

### (4) 市民の期待にこたえる運動・スポーツ環境への満足度向上

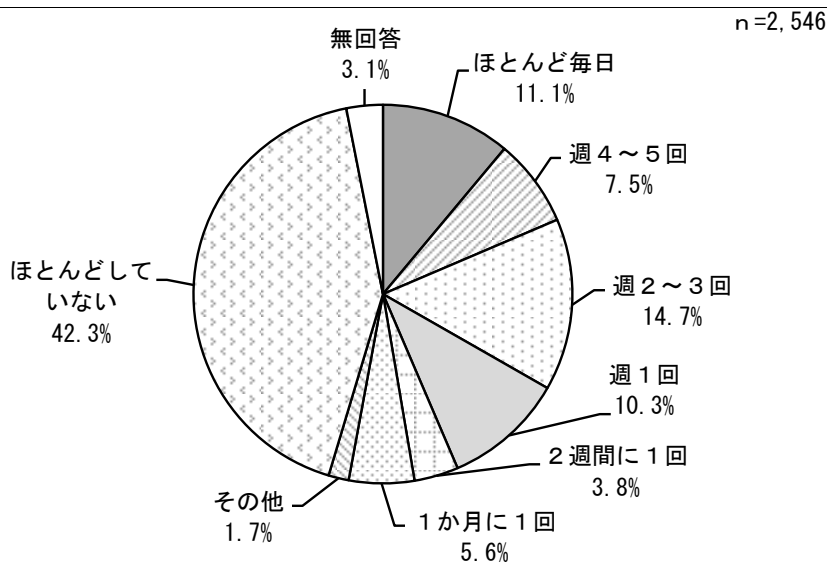
令和7年度調査（問50）において、現在行っている運動・スポーツの状況に「満足している」と「どちらかといえば満足している」を合計した『満足している（計）』は73.6%と、令和2年度調査（問57）の70.5%から3.1ポイント上昇しています。公共施設の管理や多種多様なスポーツ教室の提供といった市の環境整備が、市民のニーズに着実にこたえている強みが示されており、今後も満足感を持って活動できるよう、利用者の声を反映した運営の継続が期待されます。

### 3 アンケート結果からみえるスポーツ振興に関する課題

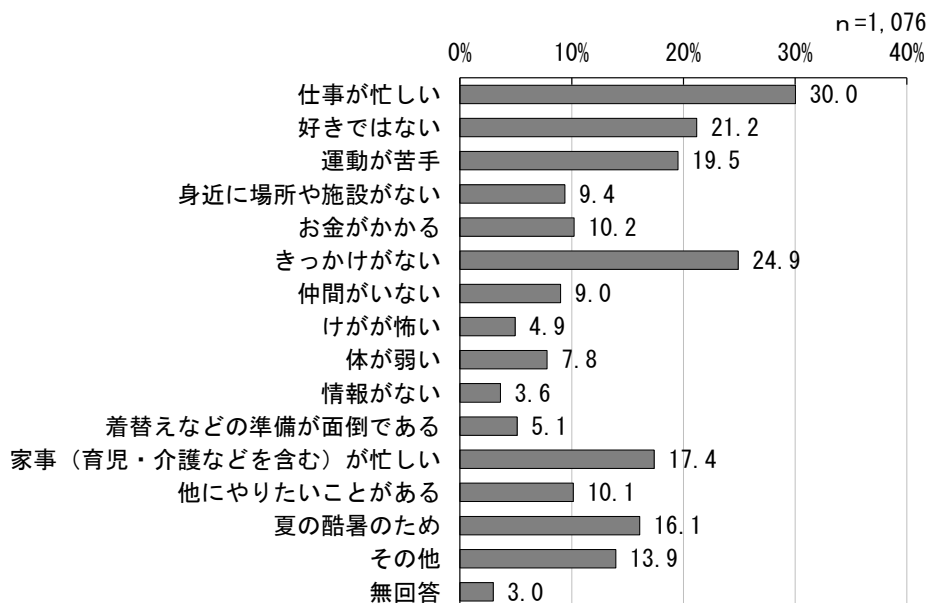
#### (1) 運動・スポーツ習慣の定着と多忙な世代への継続的な支援

令和7年度調査（問46）では、運動・スポーツを「ほとんどしていない」が42.3%と、令和2年度調査（問53）の41.6%から横ばいであり、市民の約4割が運動・スポーツから遠ざかっている状況が続いています。また、令和7年度調査（問54）によると、運動・スポーツをしていない理由は「仕事が忙しい」が30.0%で最も高く、令和2年度調査（問60）の31.4%と同様に働き盛り世代の「時間の確保」が大きな壁となっています。今後は、忙しい日常の中でも短時間で手軽に取り組める運動・スポーツの提案や、ライフスタイルに合わせたきめ細やかな情報提供を行い、運動・スポーツを始めるきっかけづくりを最優先で進める必要があります。

問46 この1年間で考えるとどれくらいの頻度で運動・スポーツをしていますか（○は1つ）



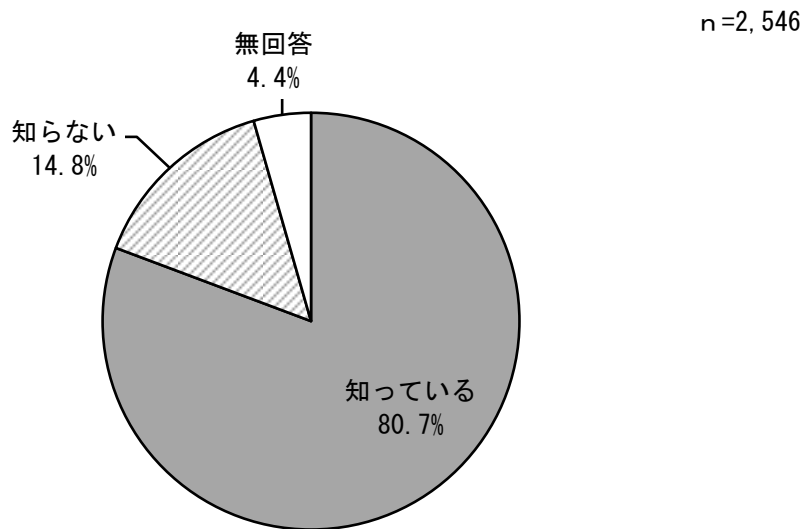
問54 運動・スポーツをしていない理由はなんですか（○は3つまで）



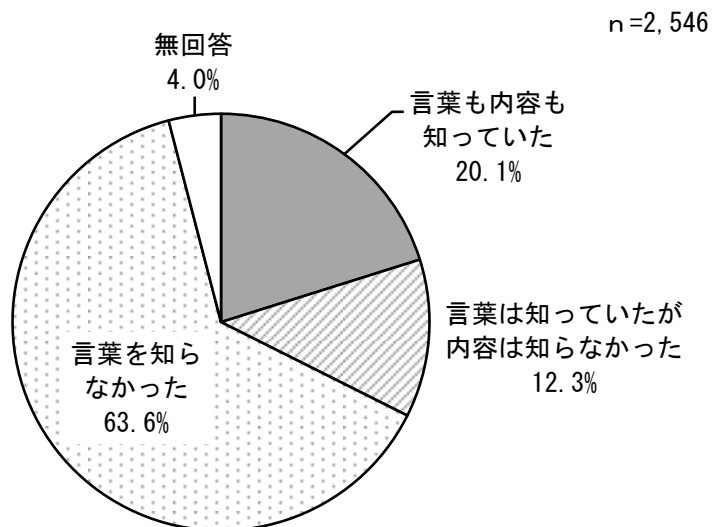
## (2) ロコモティブシンドロームの認知向上と介護予防の実践

令和7年度調査（問57）では、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）について「言葉を知らなかった」は63.6%と、令和2年度調査（問63）の63.6%から横ばいで、認知が進んでいない状況です。一方で、令和7年度調査（問55）では運動・スポーツが心身にもたらす効果を「知っている」が80.7%と、令和2年度調査（問61）の77.6%に続き、運動・スポーツを行うことの価値は理解されていますが、老化リスクやその予防にはつながっていないことがうかがえます。今後は、運動が「将来の寝たきり予防」に直結することを具体的に啓発し、言葉の周知とともに実践的なトレーニング方法を広める方向性が求められます。

問55 運動・スポーツが身体や心にもたらす効果について知っていますか（○は1つ）



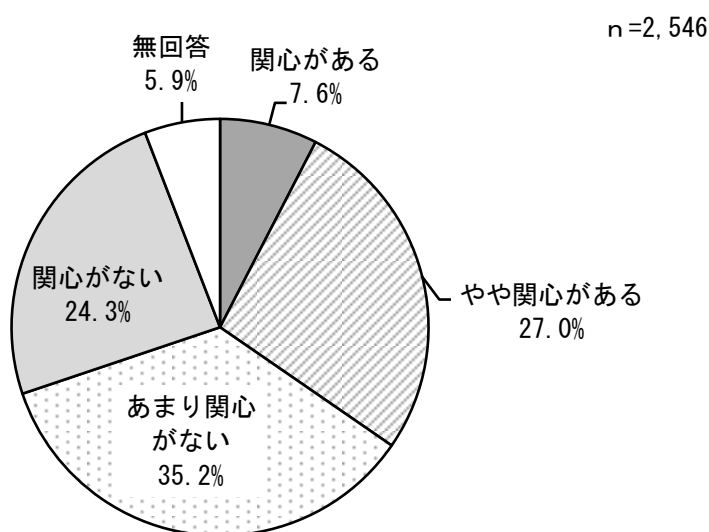
問57 ロコモティブシンドローム（運動器症候群）を知っていましたか（○は1つ）



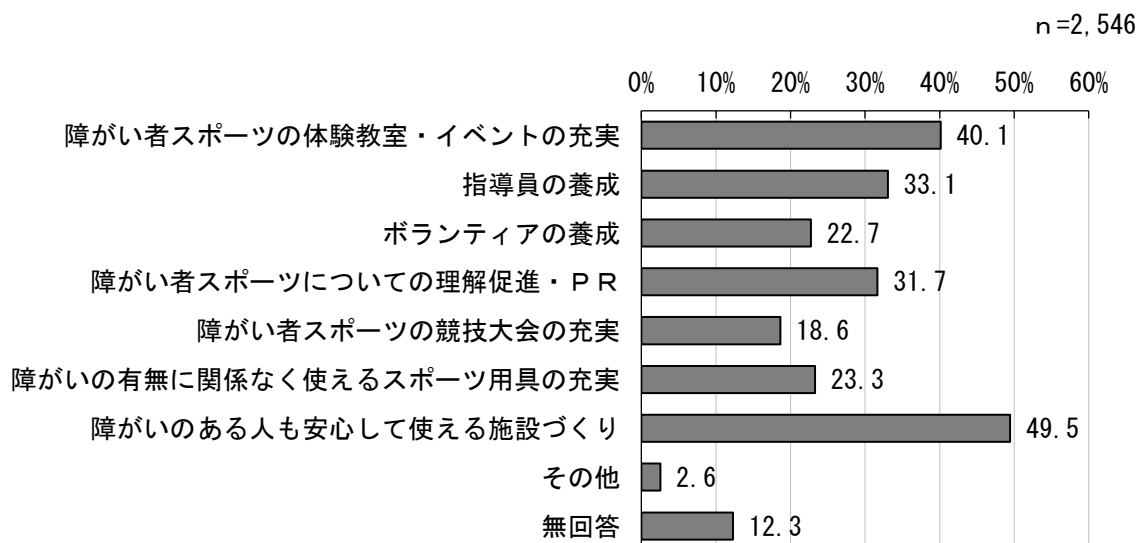
### (3) 障がい者スポーツへの関心醸成と安全な施設環境の整備

令和7年度調査（問64）において、障がい者スポーツに「関心がない」（24.3%）と「あまり関心がない」（35.2%）を合わせた『関心がない（計）』は59.5%と、令和2年度調査（問70）の60.2%から横ばいで、市民の関心はまだ低いことがうかがえます。また、令和7年度調査（問65）では障がいのある人の運動・スポーツ実施環境に関する要望について、「障がいのある人も安心して使える施設づくり」が49.5%で最も高くなっています（令和2年度調査（問71）では選択肢になし）。今後は、障がいの有無にかかわらず誰もが使いやすい施設のユニバーサルデザイン化をハード面で進めるとともに、体験イベント等を通じた理解促進・PRを強化し、誰もが一緒にスポーツを楽しむ共生社会の実現に向けた環境づくりを進めていくことが求められます。

問64 障がい者スポーツに関心がありますか（○は1つ）



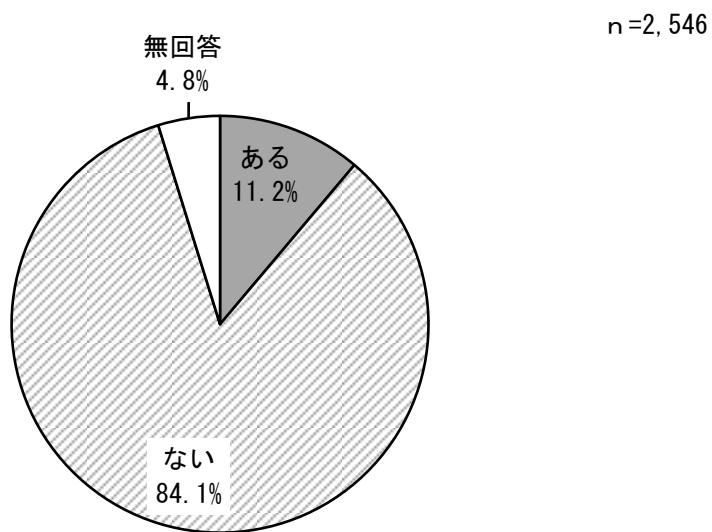
問65 丸亀市において、障がいのある人でも運動・スポーツを実施しやすい環境をつくるためにはどのような取り組みが必要だと思いますか（あてはまるものすべてに○）



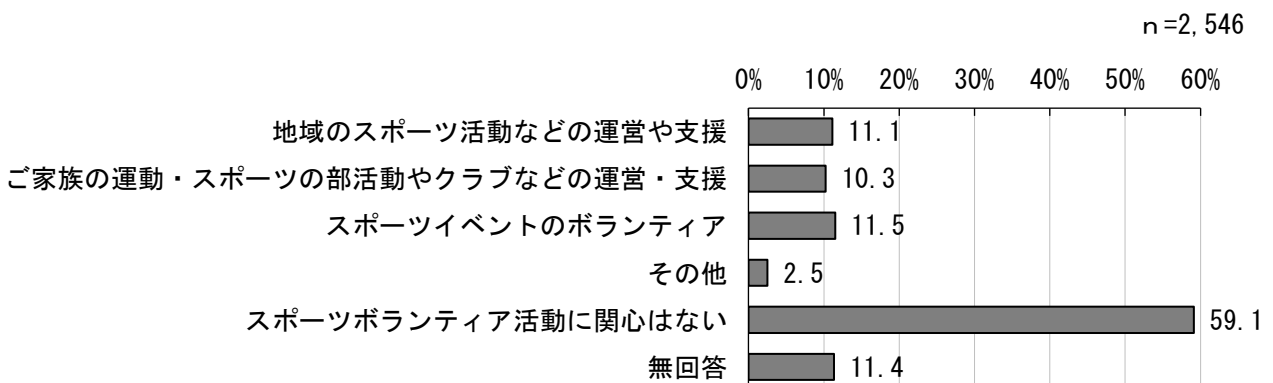
#### (4) 運動・スポーツボランティアへの意欲喚起と「支える」土壌の育成

令和7年度調査（問58）において、運動・スポーツボランティア活動の経験が「ない」は84.1%と、令和2年度調査（問64）の86.9%から大きな改善は見られず、参加が広がっていません。さらに、令和7年度調査（問59）では「スポーツボランティア活動に関心はない」が59.1%と、令和2年度調査（問65）の60.0%から横ばいであり、運動・スポーツボランティア活動への関心の低さが課題です。ボランティアを身近に感じてもらうため、好きな運動・スポーツの普及を支える楽しさや社会貢献の意義を伝え、活動が自身の生きがいにもつながるような「支える」スポーツの魅力を発信していく取組を進めていくことが求められます。

問58 運動・スポーツに関するボランティア活動を行ったことがありますか（○は1つ）



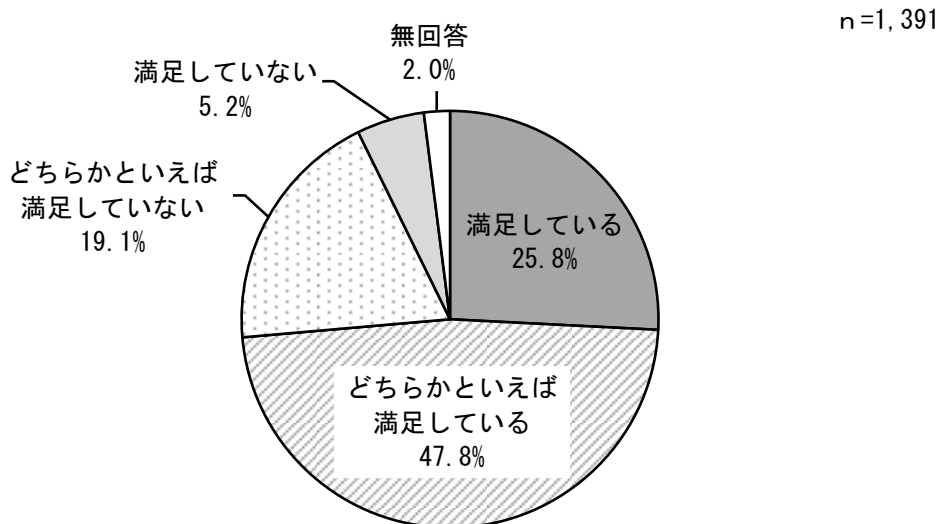
問59 次のボランティア活動のうち、関心があるものはどれですか（あてはまるものすべてに○）



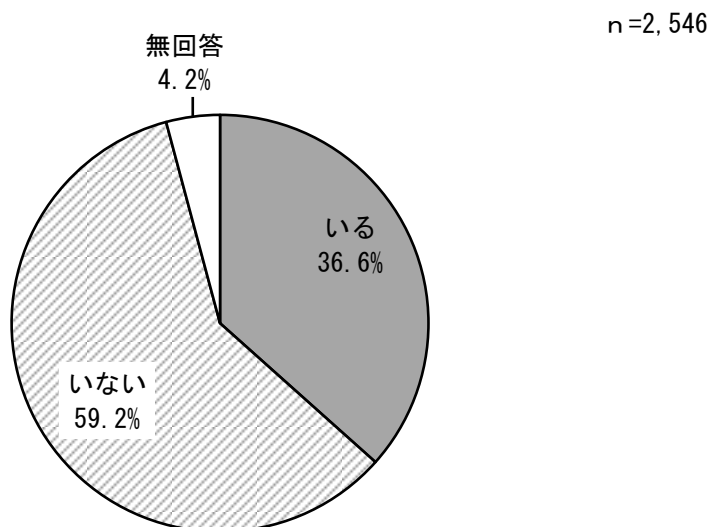
## (5) 活動満足度の更なる向上と運動仲間の不在解消

令和7年度調査（問50）において、現在行っている運動・スポーツの状況に「満足している」と「どちらかといえば満足している」を合計した『満足している（計）』は73.6%と、令和2年度調査（問57）の70.5%から3.1ポイント上昇していますが、令和7年度調査（問56）では一緒に活動する仲間が「いない」が59.2%と半数を超えており、令和2年度調査（問62）の63.5%と同様、単独で活動する人が多い傾向が見られます。仲間がいることは継続の大きな動機付けとなるため、今後は、個人での活動を尊重しつつも、SNSを活用した緩やかなつながりや、趣味の合う仲間と出会うコミュニティの場の再構築などを進めていき、運動やスポーツを行うことへの満足度を更に高めていくことが求められます。

問50 現在行っている運動・スポーツの状況に満足していますか（○は1つ）



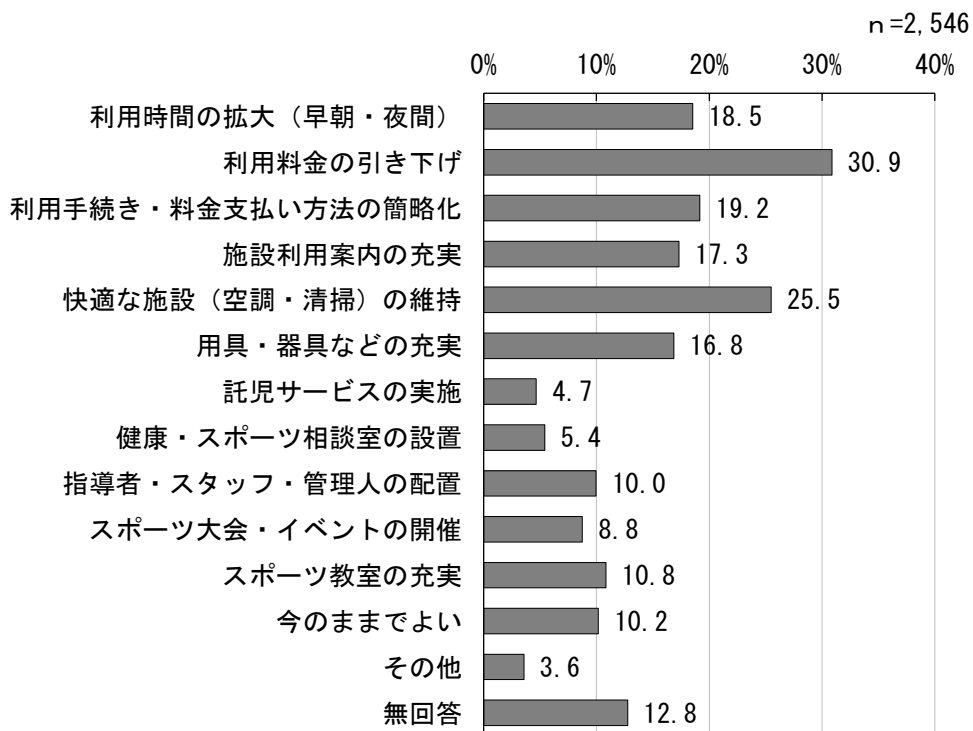
問56 一緒に運動・スポーツをする仲間がいますか（○は1つ）



## (6) 公共スポーツ施設の利便性向上とコスト負担の軽減

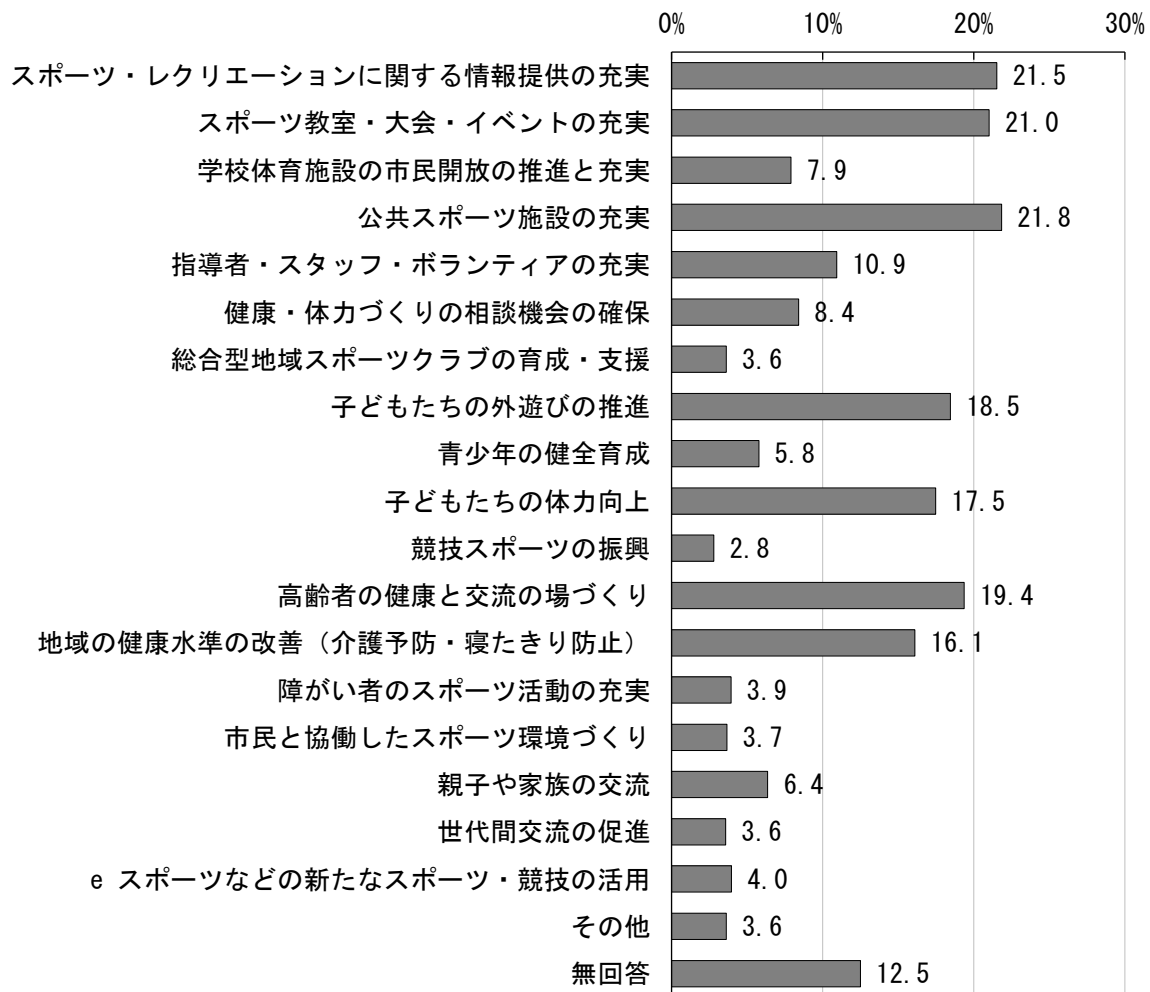
令和7年度調査（問67）において、スポーツ振興で今後力を入れてほしい点として「公共スポーツ施設の充実」が21.8%で最も高く、令和2年度調査（問73）の16.5%から5.3ポイント上昇しています。また、令和7年度調査（問66）では公共スポーツ施設の管理・運営に対し「利用料金の引き下げ」が30.9%となっており、令和2年度調査（問72）の27.8%から3.1ポイント上昇しています。施設そのものの使いやすさや利用コスト面の要望へのニーズが見られ、今後は、老朽化した施設の改修やニーズに合わせた器具の導入などを計画的に進めるとともに、時代の変化に即した利便性の高い施設運営を目指す必要があります。

問66 公共スポーツ施設の管理・運営について何を望みますか（○は3つまで）



問 67 スポーツ振興について今後どのような点に力を入れて欲しいと思いますか  
 (〇は3つまで)

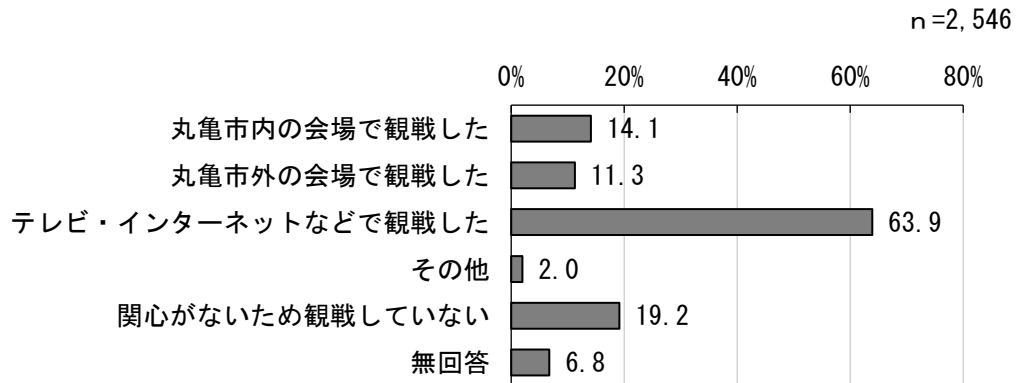
n=2,546



## (7) インターネットを活用した視聴体験と多様な情報提供の強化

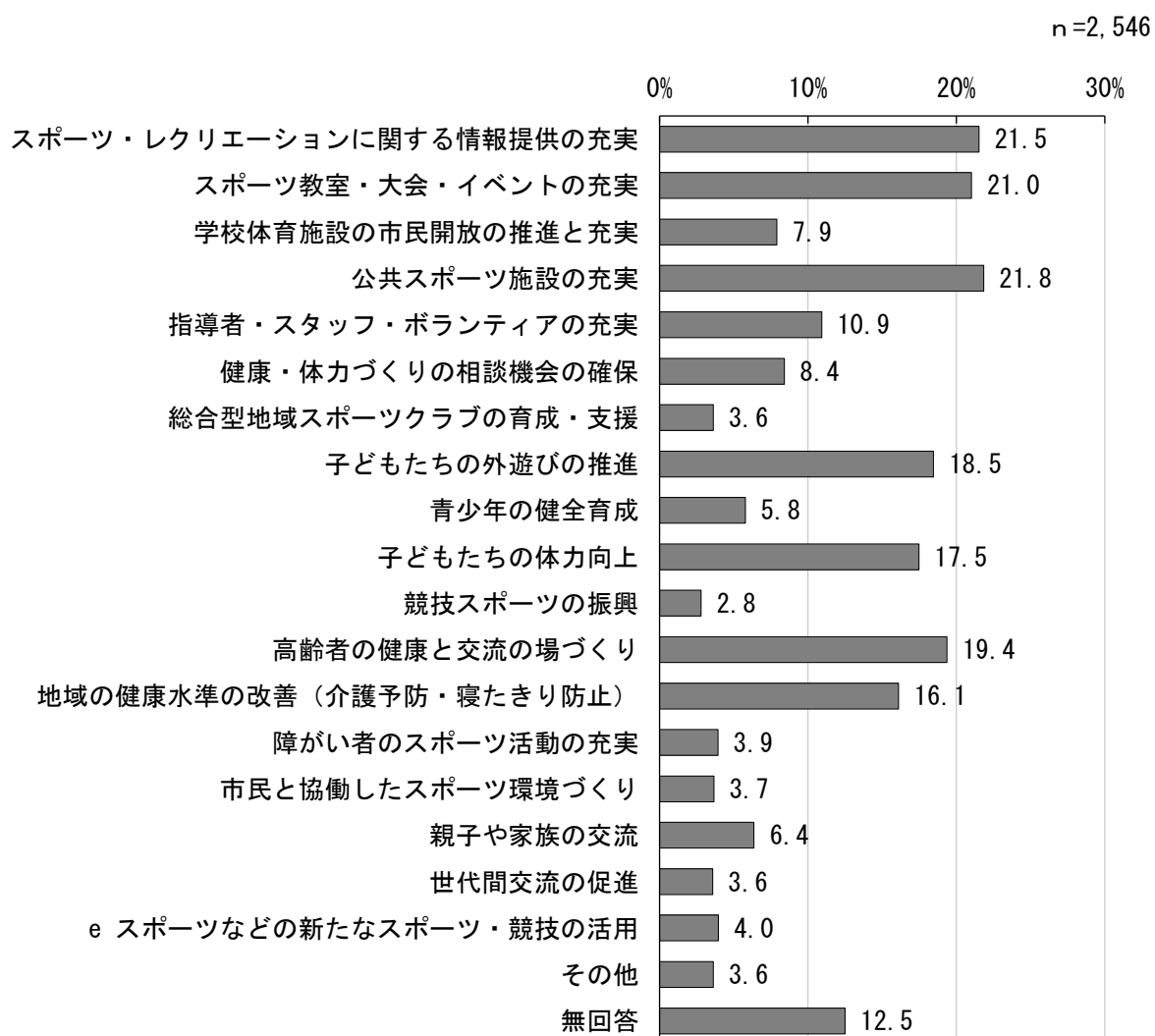
令和7年度調査（問62）では、スポーツ観戦の経験状況として「テレビ・インターネットなどで観戦した」が63.9%となっており、令和2年度調査（問68）の55.4%から8.5ポイント上昇しており、スポーツ観戦のデジタル化が少しずつ進んでいることがうかがえます。また、令和7年度調査（問67）では、今後のスポーツ振興で重視する点として「スポーツ・レクリエーションに関する情報提供の充実」が21.5%と、令和2年度調査の20.3%と同様、約2割と高くなっており、今後は、紙媒体だけでなくSNSや動画サイトを活用した施設情報やイベント案内の発信、個人のレベルに合った運動メニューの提供など、市民が本当に必要とする多様な情報を迅速かつ分かりやすく発信し続けることができる体制を整備していくことが求められます。

問62 この1年間でスポーツを何らかの形で観戦する機会がありましたか  
(あてはまるものすべてに○)



【再掲】

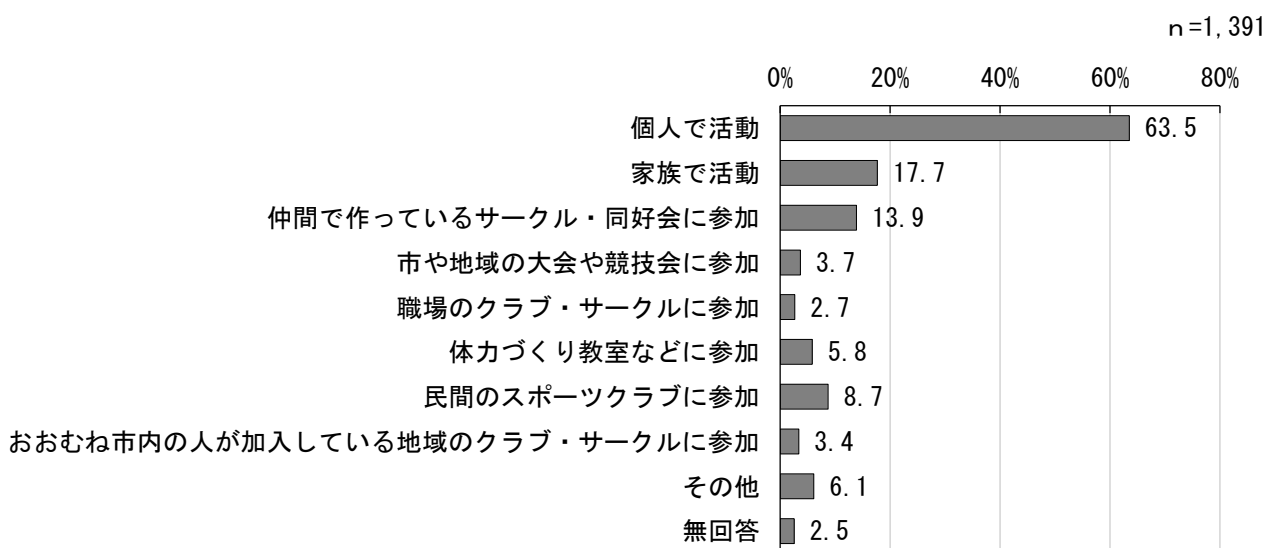
問 67 スポーツ振興について今後どのような点に力を入れて欲しいと思いますか  
 (〇は3つまで)



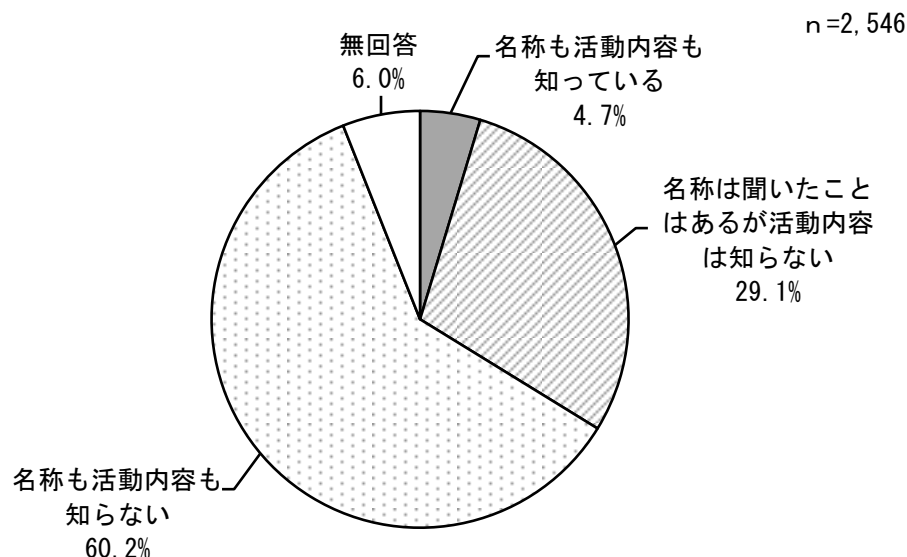
## (8) 地域スポーツを支えるリーダーの役割周知と身近な活動推進

令和7年度調査（問68）において、スポーツ推進委員について「名称も活動内容も知らない」は60.2%と、令和2年度調査（問74）の66.6%からは低下し、改善傾向が見られるものの、依然として認知度は十分とはいえません。一方で、令和7年度調査（問49）では運動・スポーツの実施方法として「個人で活動」が63.5%と、令和2年度調査（問56）の66.0%から引き続き6割以上を占めており、地域組織との接点が薄くなっています。このため、地域のスポーツを調整・推進する委員の役割を広く周知し、個人で運動・スポーツを楽しむ市民が委員の活動を通じて地域と緩やかにつながれるような接点づくりを強化し、地域全体で運動・スポーツを盛り上げる体制を浸透させていくことが求められます。

問49 どのようにして運動・スポーツを行っていますか（○は3つまで）



問68 丸亀市は市民スポーツの推進を図るため「スポーツ推進委員」とともに各種活動に取り組んでいますが、スポーツ推進委員の名称や活動内容をご存知ですか（○は1つ）



## 4 自由意見から見えるスポーツ振興に関する課題

### (1) 地域格差の是正とアクセスの向上

丸亀市のスポーツ施設は特定のエリアに集中しており、周辺地域からはアクセスが不便であるという意見が多く見られます。また、公共交通機関の利便性の低さや駐車場の不足が、高齢者や子どもが施設を利用する際の障壁となっています。全市民が平等にスポーツを楽しめる環境を整えるため、コミュニティバスの増便や駐車場の拡充といったアクセス面の改善に向けた検討を進めるとともに、各地域にある既存の公園やコミュニティセンターへの健康遊具の設置など、身近な場所での施設整備を並行して進めていくことが求められています。

### (2) 屋外運動環境の安全性と維持管理の徹底

土器川河川敷や公園などの屋外環境において、雑草の放置やトイレの不衛生さ、街灯の不足といった維持管理に関する課題が指摘されています。これらは安全性の低下や、特に夜間におけるウォーキング・ジョギングの意欲を削ぐ要因となっています。市民が安心して屋外で身体を動かせるよう、除草作業の頻度向上や照明・防犯カメラの設置、トイレの改修といった環境整備を計画的に実施し、女性や子ども、高齢者も不安なく利用できる安全・清潔なスポーツ環境を確保していくことが必要です。

### (3) 情報発信の強化と格差の解消

市が提供するスポーツ教室やイベントの情報が、必要とする市民に十分に届いていないという「情報の格差」が顕著です。特に初心者や個人で参加したい層からは、どこで何が行われているか分からず、既存の団体や経験者以外にはハードルが高いと感じられています。SNSやアプリ等のデジタル媒体を活用した積極的な発信に加え、広報紙等で分かりやすく一覧化を行うなど、スポーツに馴染みの薄い層や若者へ向けた周知を徹底することで、誰もが自分に合った活動に気軽にアクセスできる仕組みを構築していくことが求められています。

### (4) 施設設備の近代化と酷暑対策

夏の酷暑による熱中症リスクが高まる中、体育館へのエアコン設置や、天候にかかわらず利用できる屋内施設の充実、特に屋内プールの新設を望む声が多く寄せられています。既存施設においても設備の老朽化やトレーニング機器の古さが課題となっており、利用者のモチベーション低下を招いています。市民の健康を安全に守り、通年での運動習慣を定着させるためには、エアコンの設置を含む施設の近代化や、リハビリや歩行訓練にも適した屋内水泳施設の検討など、快適かつ安全な屋内運動環境の整備を進めていくことが必要です。