

**丸亀市スポーツ振興ビジョン  
にかかゝるアンケート調査  
【報告書】**

**令和3年3月**

**丸 亀 市**

# 目次

I	調査の概要.....	1
1	調査の目的.....	2
2	調査概要.....	2
3	回収結果.....	2
4	報告書の見方.....	2
II	調査結果.....	3
1	あなた自身のことについて.....	4
2	運動・スポーツについて.....	9
3	自由記述.....	44
III	結果の分析.....	50
1	運動やスポーツの現状について.....	51
2	健康と運動の関わりについて.....	57
IV	資料編.....	63



# I 調査の概要

---

# 1 調査の目的

本調査は、「第2次丸亀市スポーツ振興ビジョン」改訂にあたり、丸亀市のスポーツをより一層推進していくための基礎資料として、市民のスポーツ活動に関する考えを把握することを目的に実施しました。

# 2 調査概要

- 調査対象者：丸亀市在住の方から 5,000 名を無作為抽出
- 調査期間：令和2年10月9日（金）～令和2年10月30日（金）
- 調査方法：郵送による配布・回収（督促状配布あり）

# 3 回収結果

調査票の配布と回収については、以下のとおりとなっています。

調査対象者数（配布数）		有効回収数	有効回収率
全対象者	5,000 件	2,206 件	44.1%

# 4 報告書の見方

- このアンケート調査は「健康増進計画」と「スポーツ振興ビジョン」改訂の基礎資料とするためのアンケートです。そのため、本報告書にはスポーツ振興ビジョン改訂に関する設問についての結果・分析を記載しています。
- 回答結果の割合「%」は有効サンプル数に対して、それぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものです。そのため、単数回答（複数の選択肢から1つの選択肢を選ぶ方式）であっても合計値が100.0%にならない場合があります。このことは、本報告書内の分析文、グラフ、表においても反映しています。
- 複数回答（複数の選択肢から2つ以上の選択肢を選ぶ方式）の設問の場合、回答は選択肢ごとの有効回答数に対して、それぞれの割合を示しています。そのため、合計が100.0%を超える場合があります。
- 図表中において「不明・無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別が困難なものです。
- 図表中の「N（number of case）」は、集計対象者総数（あるいは回答者限定設問の限定条件に該当する人）を表しています。
- 本文中の設問の選択肢について、長い文は簡略化している場合があります。

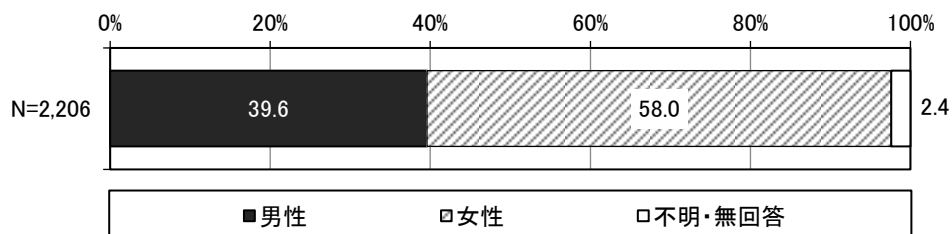
## Ⅱ 調査結果

---

# 1 あなた自身のことについて

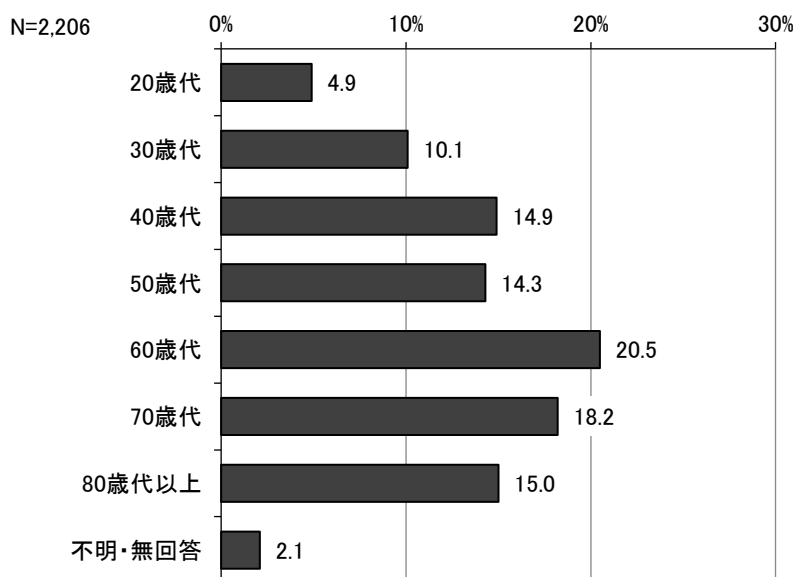
## (1) 性別〈〇は1つ〉〔問1〕

性別についてみると、「男性」が39.6%、「女性」が58.0%となっています。



## (2) 年齢（令和2年10月1日現在）〈数量回答〉〔問2〕

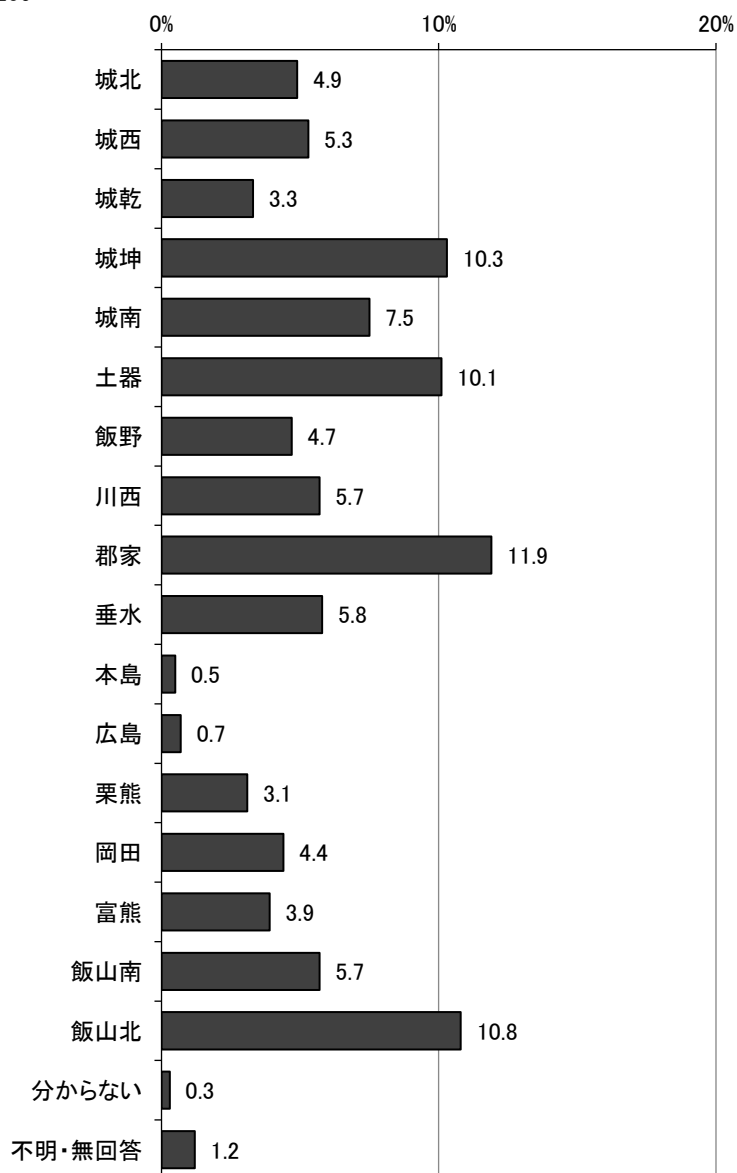
年齢についてみると、「60歳代」が20.5%と最も高く、次いで「70歳代」が18.2%、「80歳代以上」が15.0%となっています。



### (3) お住まいの地区コミュニティ〈〇は1つ〉〔問3〕

お住まいの地区コミュニティについてみると、「郡家」が11.9%と最も高く、次いで「飯山北」が10.8%、「城坤」が10.3%となっています。

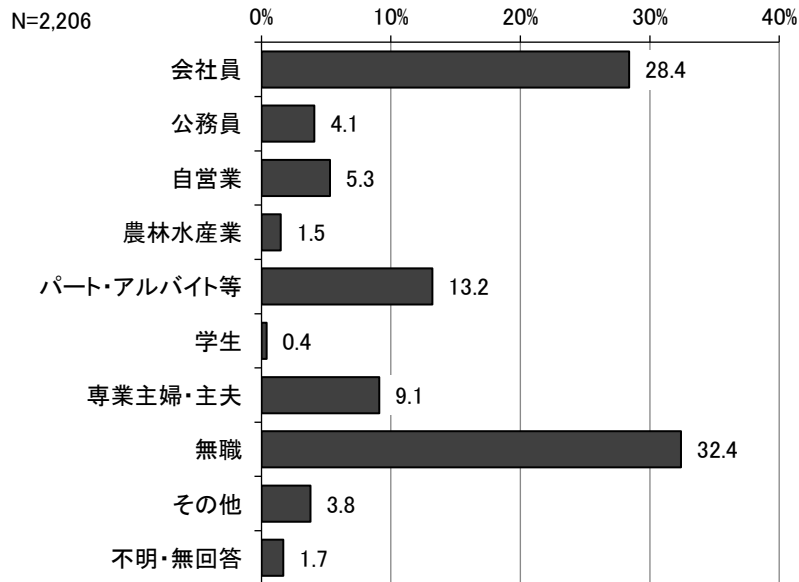
N=2,206





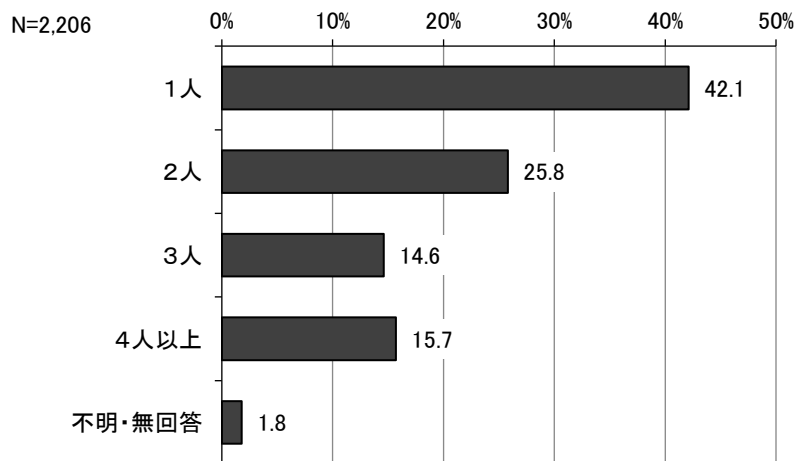
#### (4) 職業〈〇は1つ〉〔問4〕

職業についてみると、「無職」が32.4%と最も高く、次いで「会社員」が28.4%、「パート・アルバイト等」が13.2%となっています。



#### (5) あなたを含めた一緒に住んでいるご家族の人数〈〇は1つ〉〔問5〕

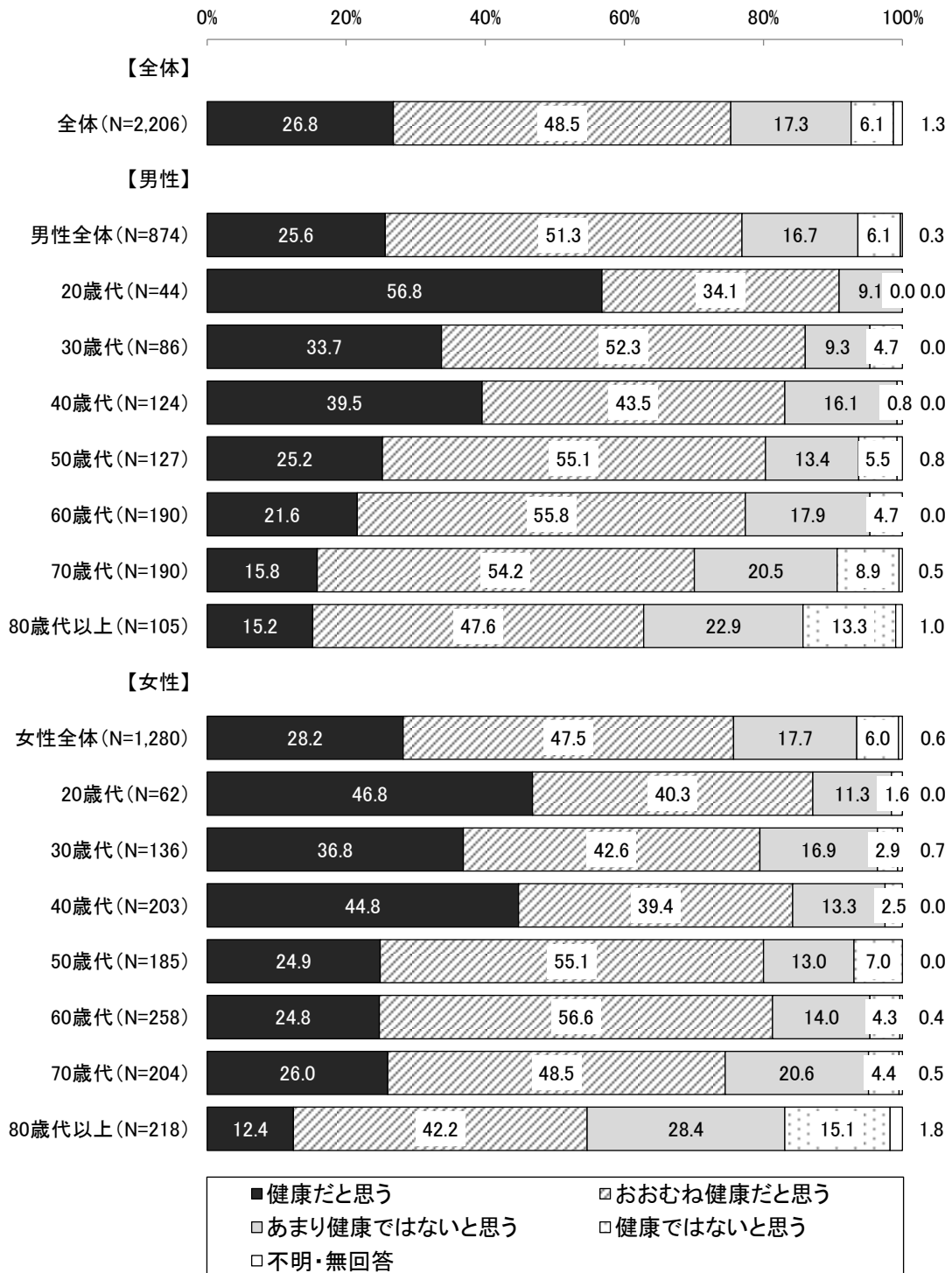
一緒に住んでいるご家族についてみると、「1人」が42.1%と最も高く、次いで「2人」が25.8%、「4人以上」が15.7%となっています。



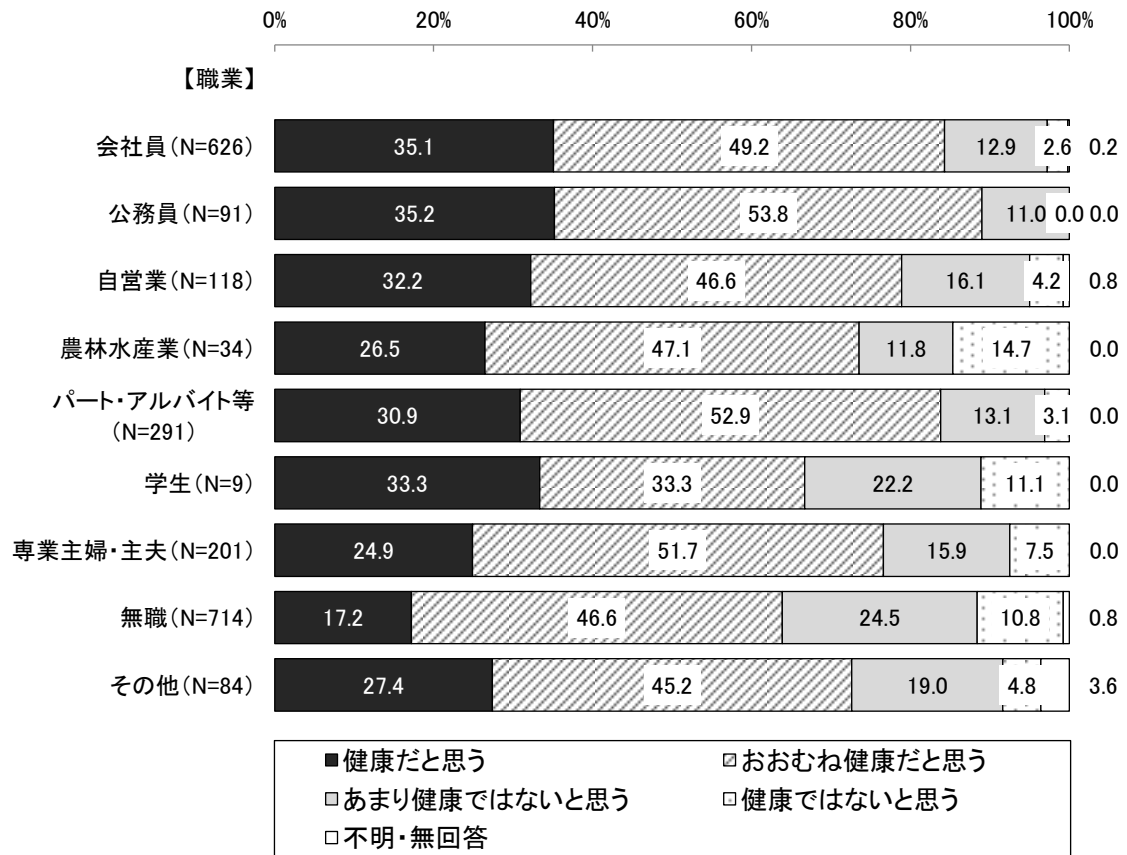
## (6) 過去1年間の健康状態〈〇は1つ〉〔問6〕

過去1年間の健康状態についてみると、全体では、「おおむね健康だと思う」が48.5%と最も高く、次いで「健康だと思う」が26.8%、「あまり健康ではないと思う」が17.3%となっています。

「健康だと思う」について、性別・年代別にみると、男女ともに年齢が高くなる程、割合が低くなる傾向にあります。



職業別の結果

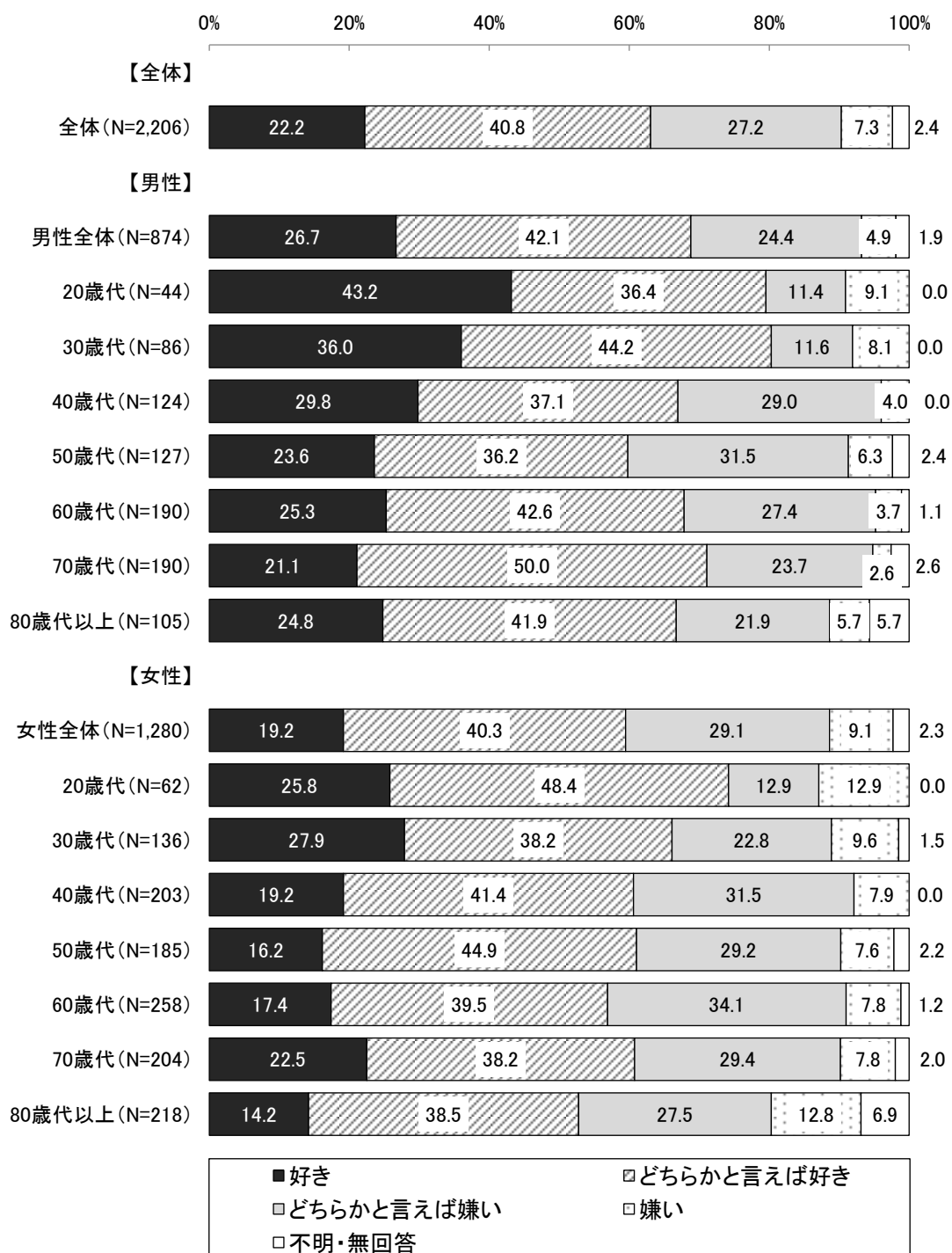


## 2 運動・スポーツについて

### (7) 運動・スポーツなど身体を動かすことが好きですか〈〇は1つ〉〔問47〕

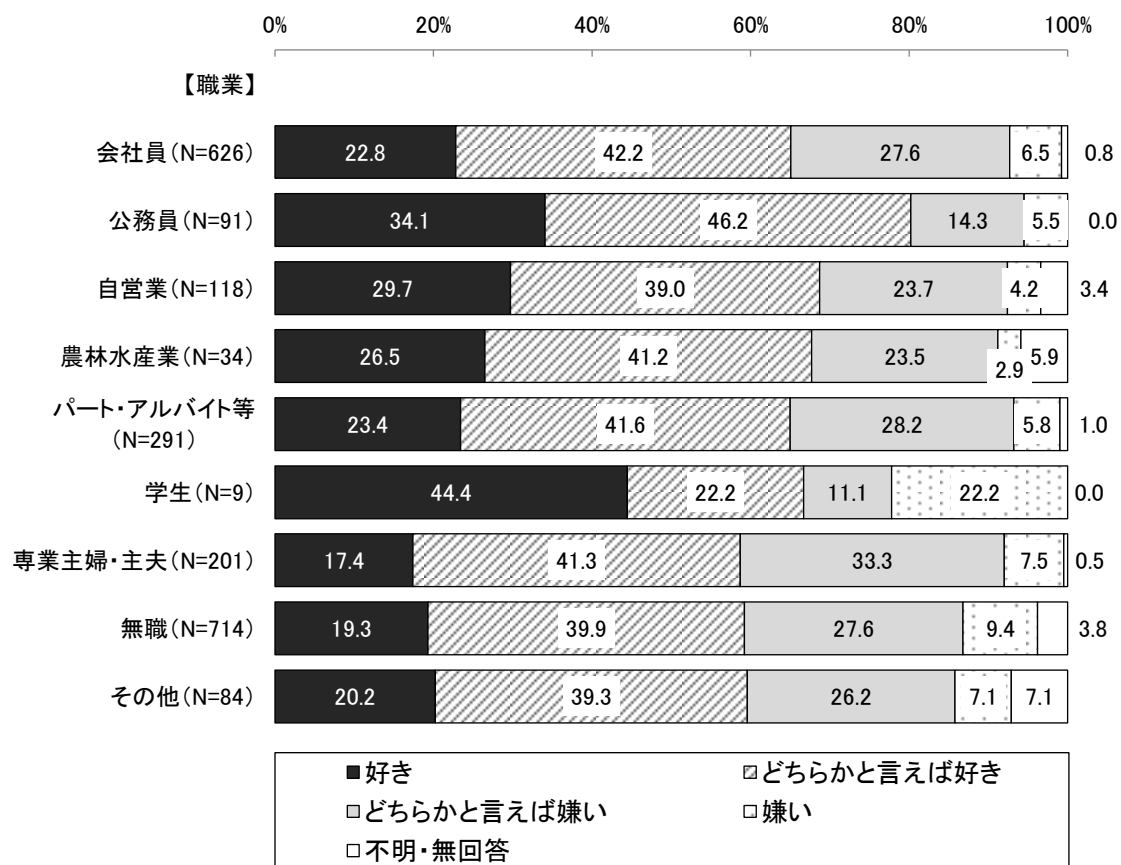
身体を動かすことが好きかについてみると、全体では、「どちらかと言えば好き」が40.8%と最も高く、次いで「どちらかと言えば嫌い」が27.2%、「好き」が22.2%となっています。

「好き」において、性別・年齢別にみると、男性では『20歳代』、女性では『30歳代』が最も高くなっています。



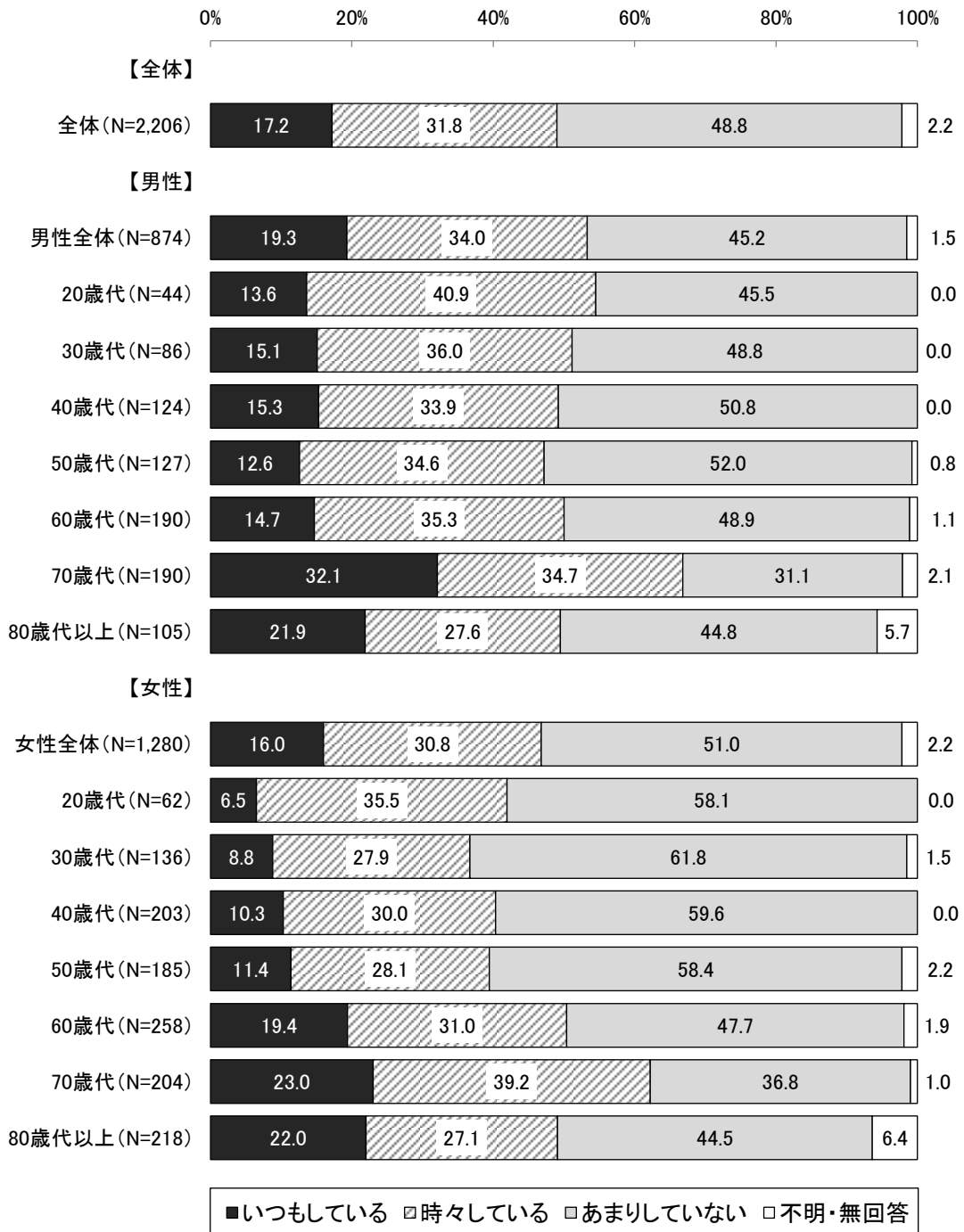
「好き」において、職業別にみると、『学生』が44.4%と最も高く、次いで『公務員』が34.1%、『自営業』が29.7%となっています。

職業別の結果

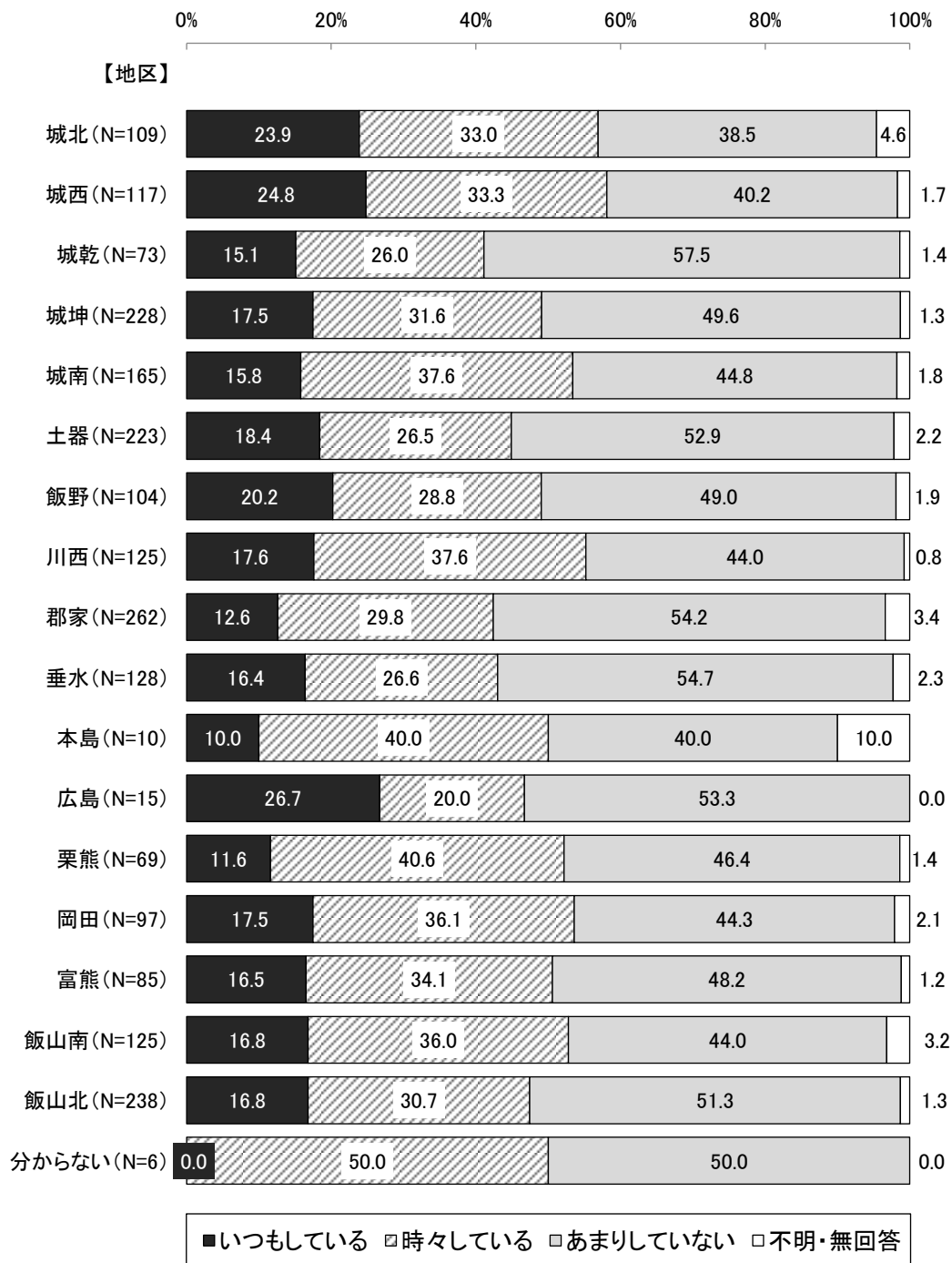


**(8) 日頃から日常生活の中で健康の維持・増進のために意識的に身体を動かすなどの運動・スポーツをしていますか〈〇は1つ〉〔問48〕**

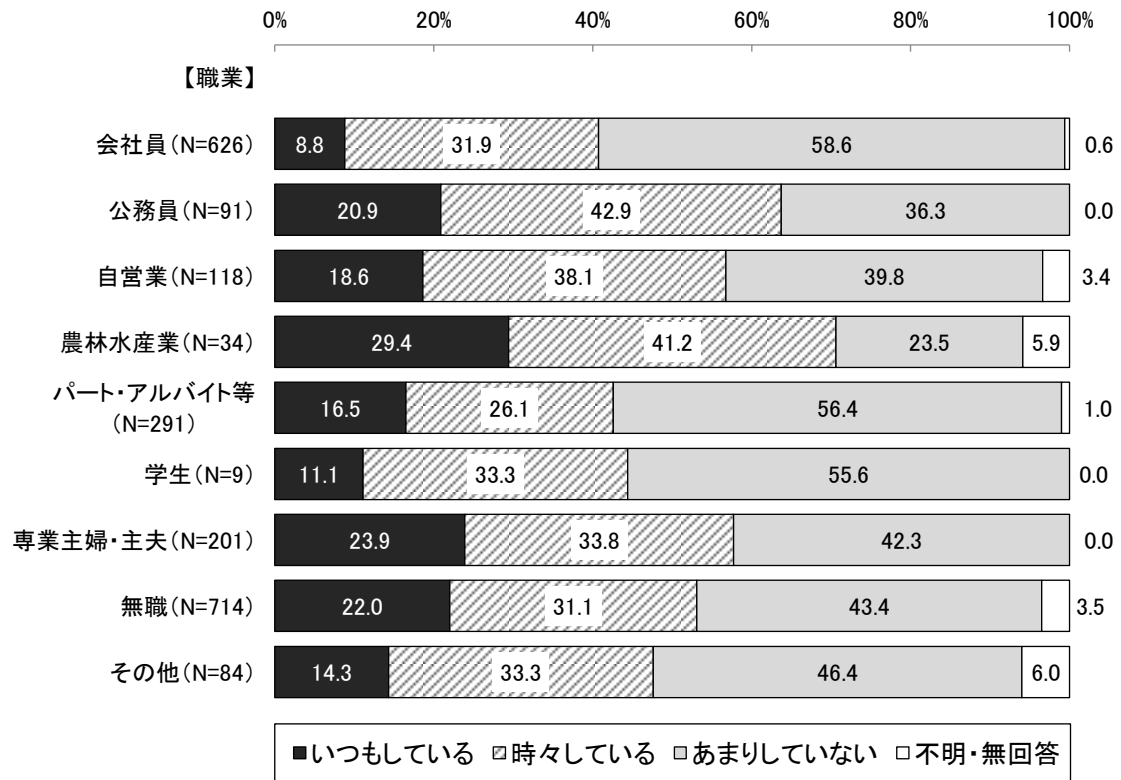
日頃から日常生活の中で運動・スポーツをしているかについてみると、全体では、「あまりしていない」が48.8%と最も高く、次いで「時々している」が31.8%、「いつもしている」が17.2%となっています。



地区別の結果



職業別の結果

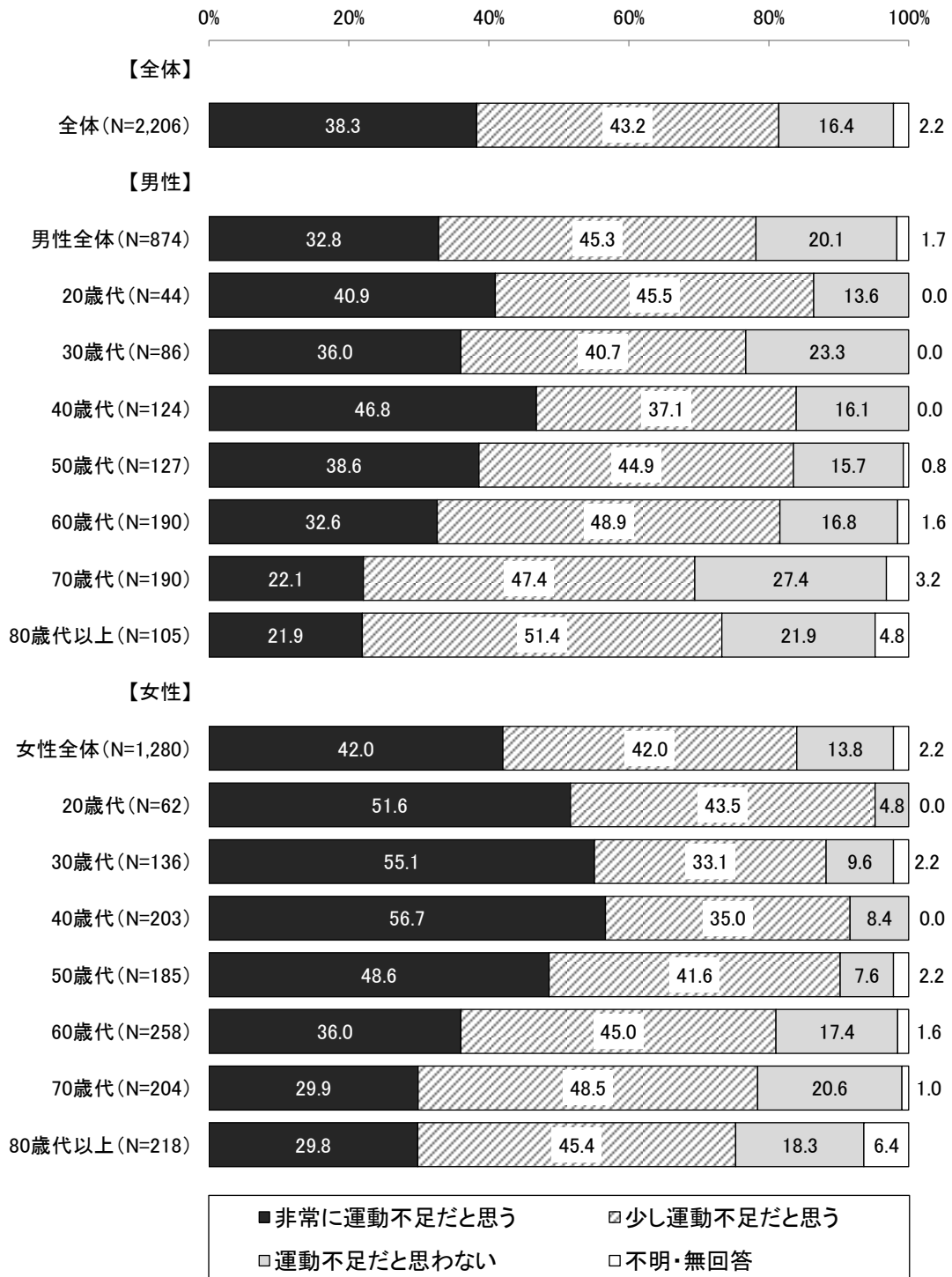




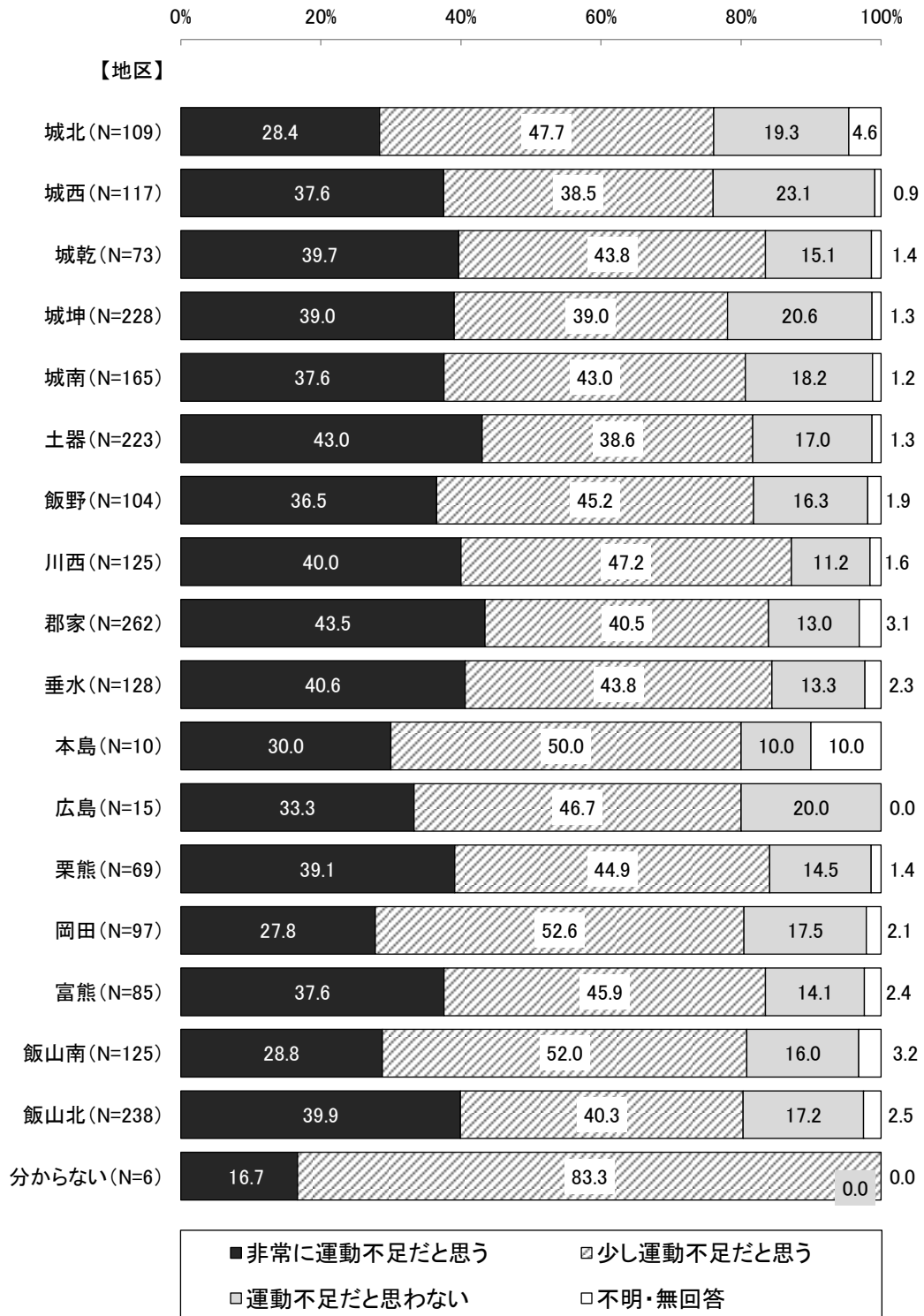
**(9) 運動不足だと思いますか〈〇は1つ〉〔問49〕**

運動不足だと思うかについてみると、全体では、「少し運動不足だと思う」が43.2%と最も高く、次いで「非常に運動不足だと思う」が38.3%、「運動不足だと思わない」が16.4%となっています。

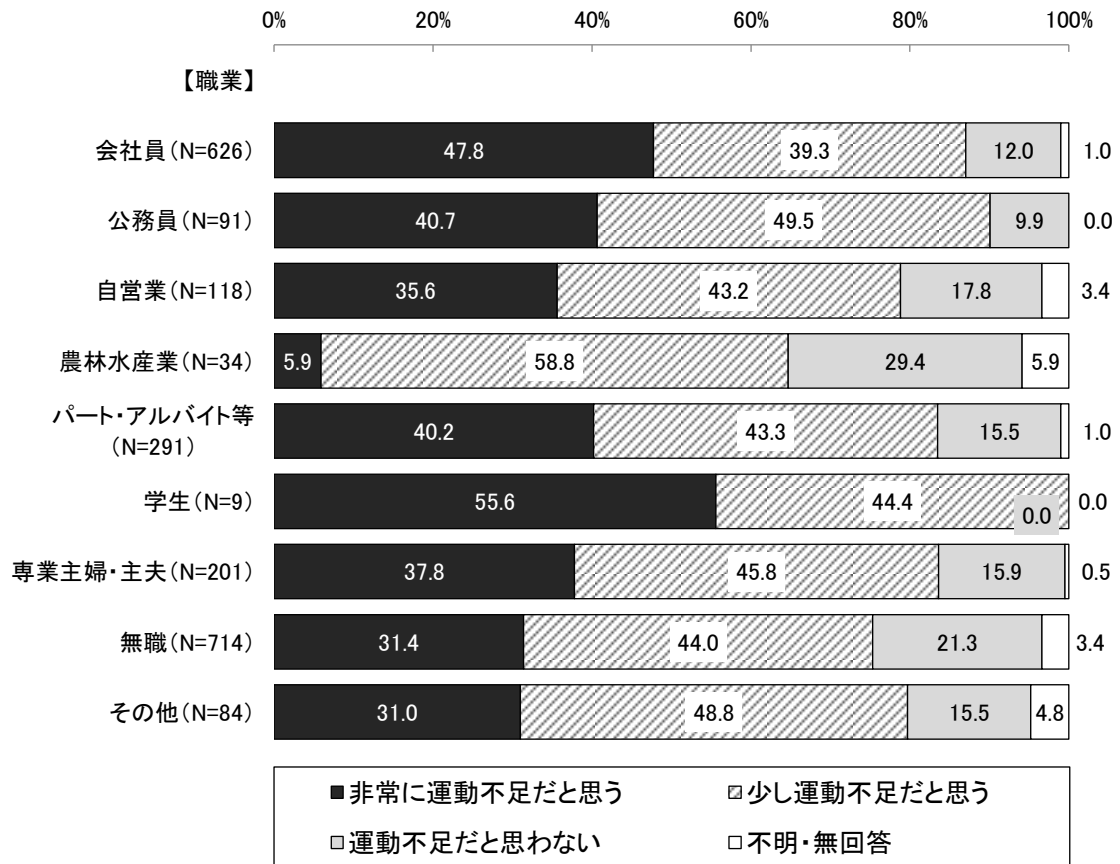
「非常に運動不足だと思う」において、性別・年齢別にみると、男女とも『40歳代』が最も高くなっています。



地区別の結果



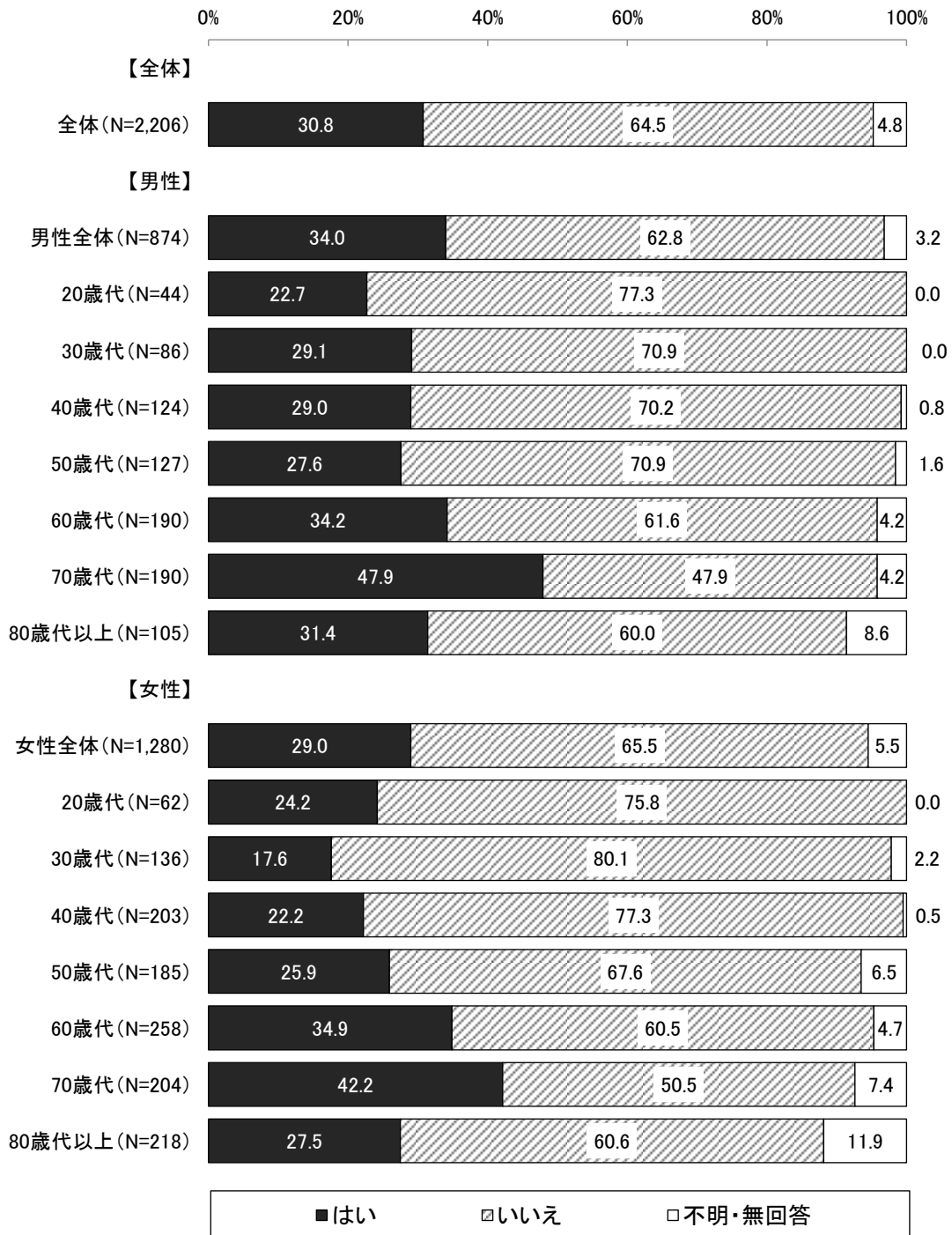
職業別の結果



**(10) 1日合計30分以上の運動・スポーツを週1～2回以上行っていますか**  
**〈〇は1つ〉 [問50]**

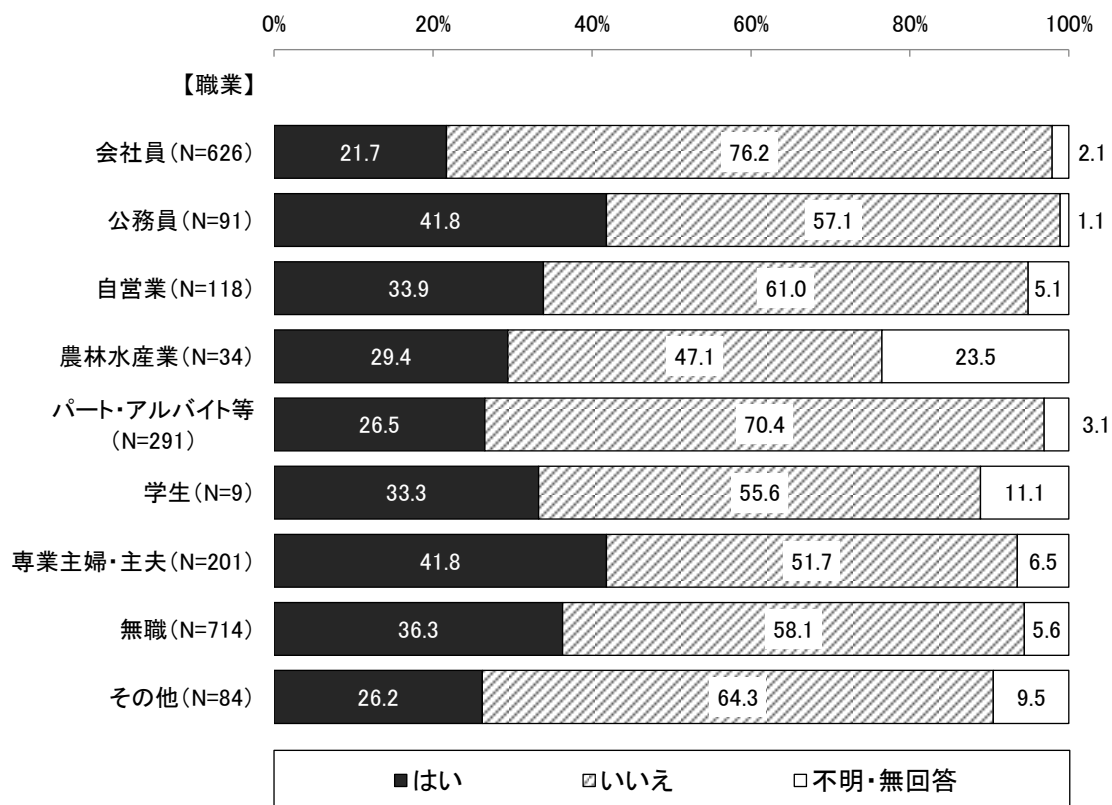
1日合計30分以上の運動・スポーツを週1～2回以上行っているかについてみると、全体では、「はい」が30.8%、「いいえ」が64.5%となっています。

「はい」において、性別・年齢別にみると、男女とも『70歳代』が最も高くなっています。



「はい」において、職業別にみると、『公務員』『専業主婦・主夫』が41.8%と最も高く、次いで『無職』が36.3%、『自営業』が33.9%となっています。

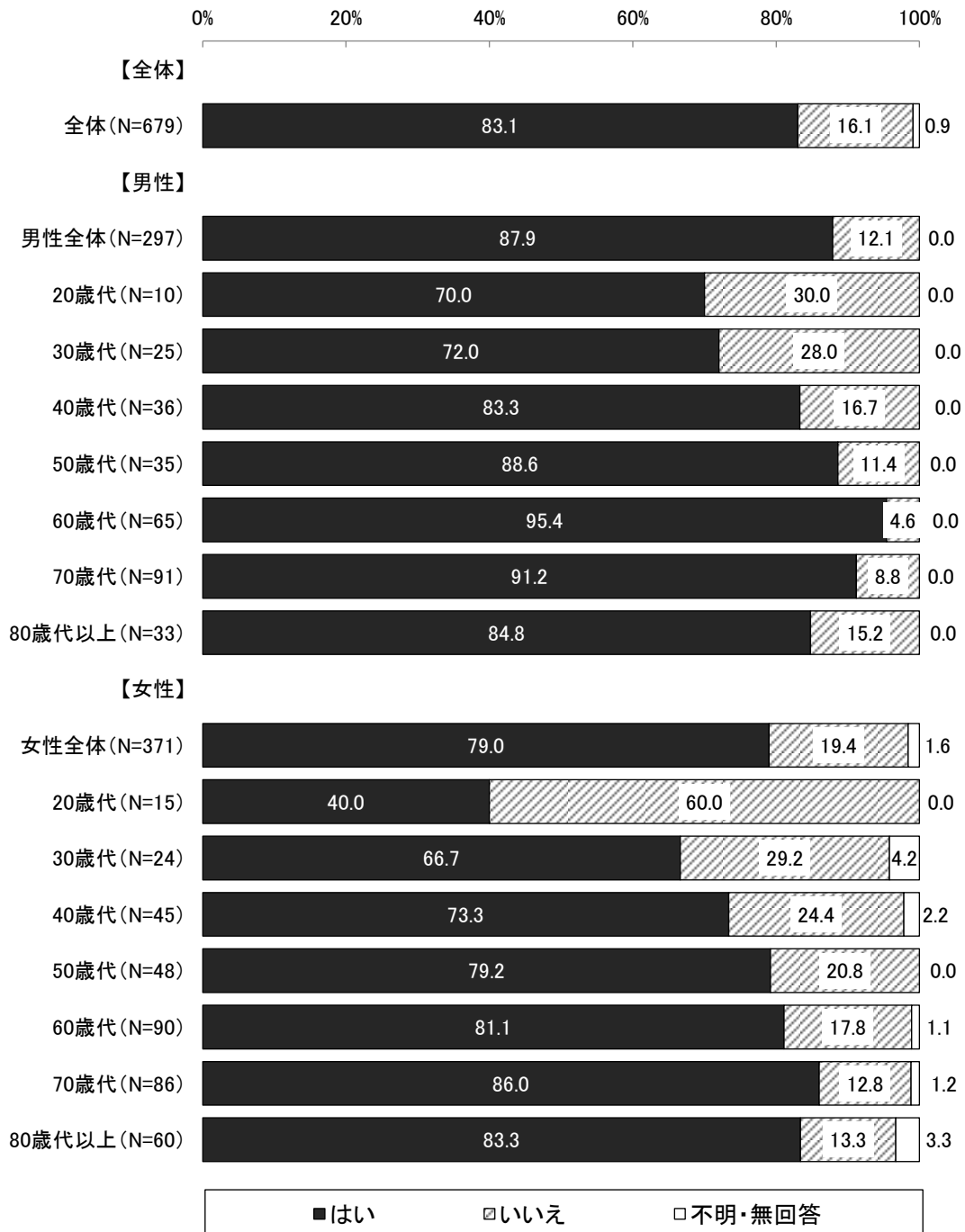
職業別の結果



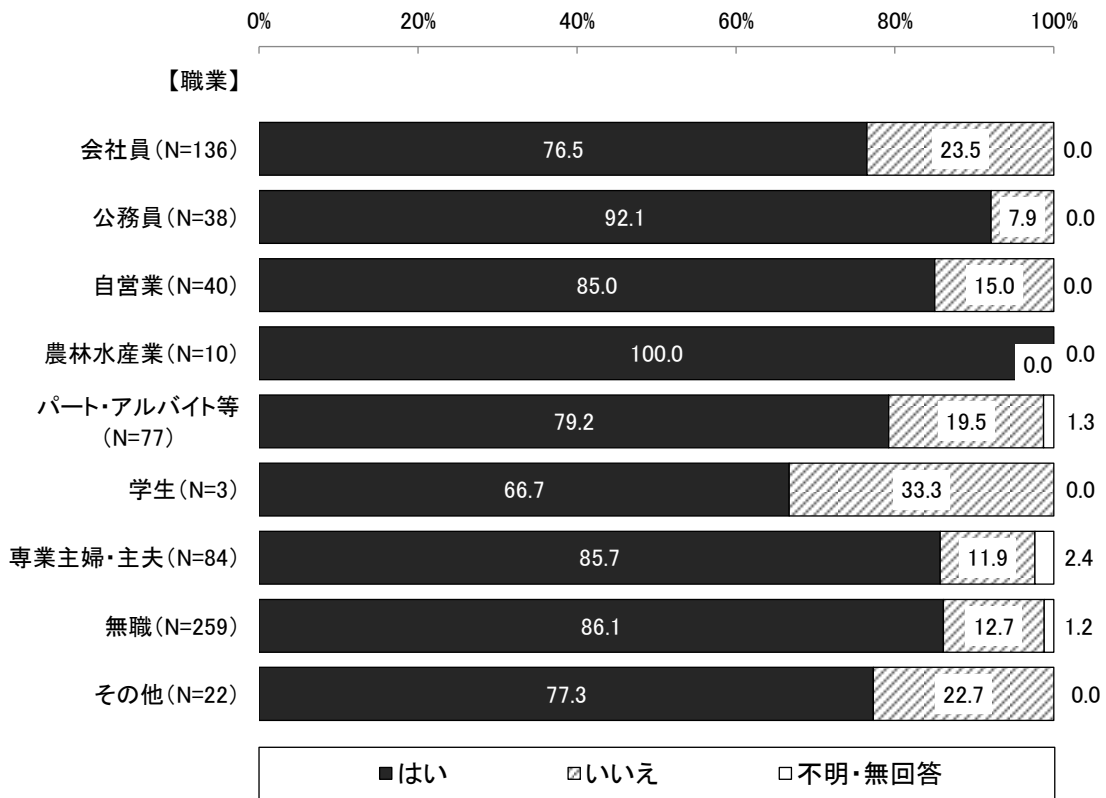
問 50 で「はい」を選ばれた方

(11) 運動・スポーツは1年以上続いていますか〈〇は1つ〉〔問 51〕

運動・スポーツは1年以上続いているかについてみると、全体では、「はい」が83.1%、「いいえ」が16.1%となっています。

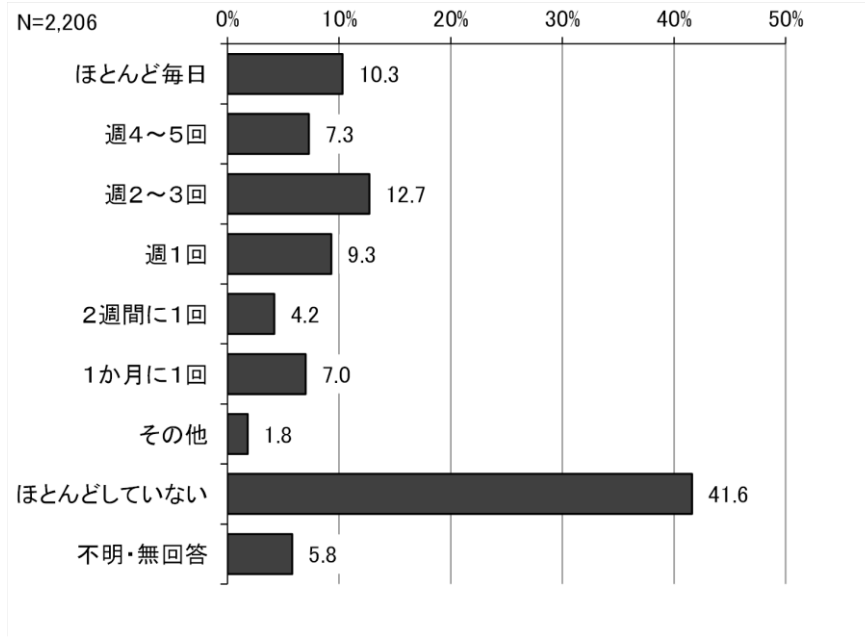


職業別の結果



**(12) この1年間で考えるとどれくらいの割合で運動・スポーツをしていますか  
〈〇は1つ〉 [問 53]**

この1年間でどれくらいの割合で運動・スポーツをしているかについてみると、「ほとんどしていない」が41.6%と最も高く、次いで「週2～3回」が12.7%、「ほとんど毎日」が10.3%となっています。

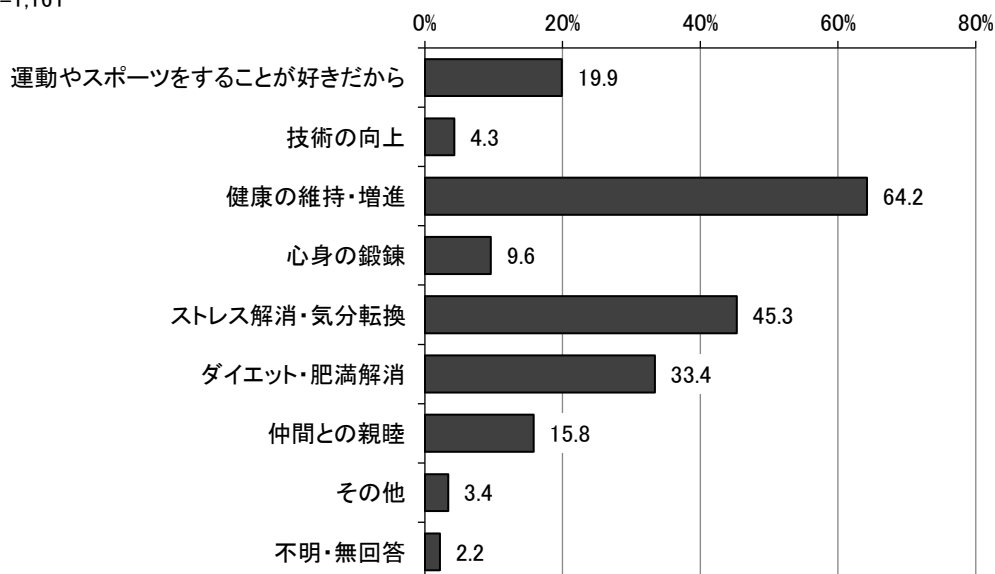


**問 53 で「ほとんどしていない」以外を選ばれた方**

**(13) 運動・スポーツをする目的は何ですか 〈あてはまるもの3つまで〇〉 [問 54]**

運動・スポーツをする目的についてみると、「健康の維持・増進」が64.2%と最も高く、次いで「ストレス解消・気分転換」が45.3%、「ダイエット・肥満解消」が33.4%となっています。

N=1,161





性別・年齢別にみると、男性では、『50歳代以上』で「健康の維持・増進」が最も高く、女性では『20歳代』『30歳代』で「ダイエット・肥満解消」、『40歳代以上』で「健康の維持・増進」が最も高くなっています。

### 男性×年齢別の結果

上段:度数 下段:%	問54.運動・スポーツをする目的は何ですか※問53「ほとんどしていない」以外									
	合計	運動やスポーツをすることが好きだから	技術の向上	健康の維持・増進	心身の鍛錬	ストレス解消・気分転換	ダイエット・肥満解消	仲間との親睦	その他	不明・無回答
全体	499 100.0	123 24.6	38 7.6	307 <b>61.5</b>	60 12.0	207 41.5	155 31.1	70 14.0	14 2.8	8 1.6
20歳代	31 100.0	15 <b>48.4</b>	3 9.7	12 38.7	5 16.1	14 45.2	9 29.0	7 22.6	2 6.5	-
30歳代	45 100.0	20 44.4	5 11.1	15 33.3	7 15.6	18 40.0	22 <b>48.9</b>	8 17.8	2 4.4	-
40歳代	69 100.0	22 31.9	6 8.7	30 43.5	4 5.8	31 <b>44.9</b>	25 36.2	8 11.6	2 2.9	1 1.4
50歳代	68 100.0	18 26.5	6 8.8	46 <b>67.6</b>	10 14.7	29 42.6	23 33.8	10 14.7	1 1.5	1 1.5
60歳代	102 100.0	21 20.6	10 9.8	66 <b>64.7</b>	11 10.8	45 44.1	29 28.4	13 12.7	2 2.0	1 1.0
70歳代	122 100.0	19 15.6	6 4.9	97 <b>79.5</b>	13 10.7	48 39.3	35 28.7	17 13.9	1 0.8	-
80歳代以上	60 100.0	7 11.7	1 1.7	41 <b>68.3</b>	10 16.7	22 36.7	11 18.3	6 10.0	4 6.7	5 8.3

### 女性×年齢別の結果

上段:度数 下段:%	問54.運動・スポーツをする目的は何ですか※問53「ほとんどしていない」以外									
	合計	運動やスポーツをすることが好きだから	技術の向上	健康の維持・増進	心身の鍛錬	ストレス解消・気分転換	ダイエット・肥満解消	仲間との親睦	その他	不明・無回答
全体	638 100.0	103 16.1	11 1.7	424 <b>66.5</b>	48 7.5	307 48.1	229 35.9	108 16.9	25 3.9	15 2.4
20歳代	31 100.0	3 9.7	-	15 48.4	1 3.2	16 51.6	19 <b>61.3</b>	-	1 3.2	-
30歳代	68 100.0	16 23.5	1 1.5	27 39.7	4 5.9	39 57.4	40 <b>58.8</b>	8 11.8	5 7.4	1 1.5
40歳代	100 100.0	20 20.0	3 3.0	53 <b>53.0</b>	4 4.0	48 48.0	42 42.0	13 13.0	6 6.0	1 1.0
50歳代	77 100.0	13 16.9	1 1.3	53 <b>68.8</b>	8 10.4	46 59.7	37 48.1	9 11.7	1 1.3	-
60歳代	141 100.0	25 17.7	3 2.1	106 <b>75.2</b>	9 6.4	67 47.5	41 29.1	23 16.3	3 2.1	2 1.4
70歳代	122 100.0	18 14.8	2 1.6	96 <b>78.7</b>	12 9.8	54 44.3	39 32.0	25 20.5	2 1.6	6 4.9
80歳代以上	94 100.0	7 7.4	1 1.1	72 <b>76.6</b>	10 10.6	35 37.2	11 11.7	30 31.9	6 6.4	4 4.3

※表中の色分けについて

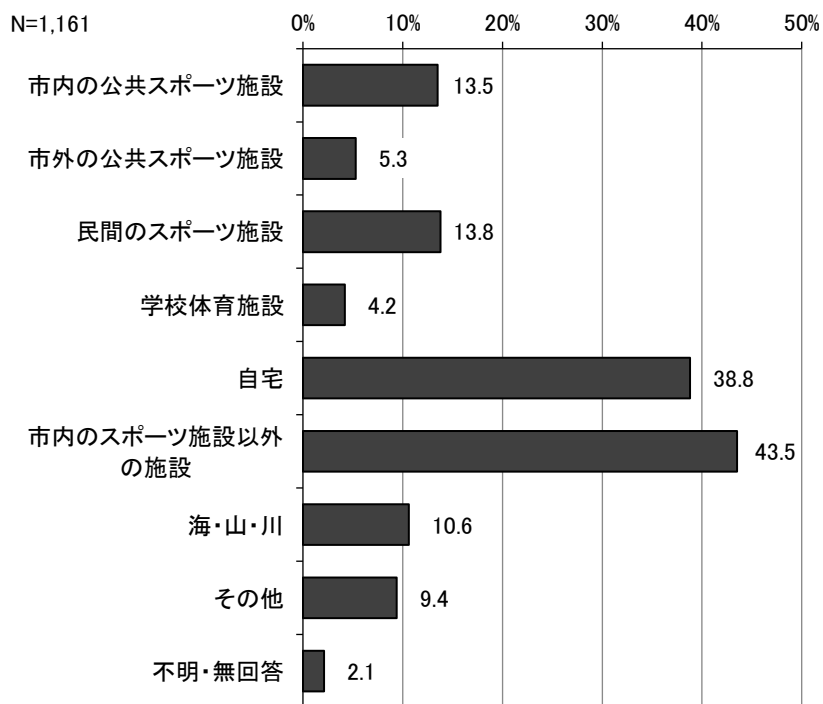
1位	太字
2位	

問 53 で「ほとんどしていない」以外を選ばれた方

(14) 主にどこで運動・スポーツを行っていますか〈あてはまるもの3つまで〇〉

〔問 55〕

主にどこで運動・スポーツを行っているかについてみると、「市内のスポーツ施設以外の施設(公園や、ジョギング等で道路・歩道を使用する場合も含む)」が43.5%と最も高く、次いで「自宅」が38.8%、「民間のスポーツ施設」が13.8%となっています。

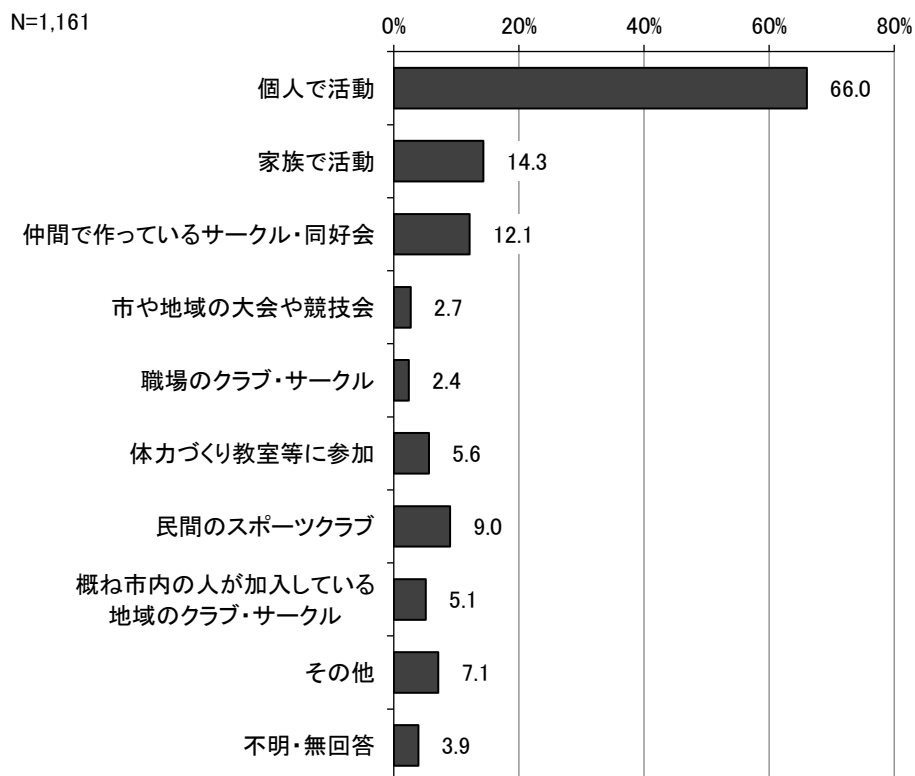


問 53 で「ほとんどしていない」以外を選ばれた方

(15)どのようにして運動・スポーツを行っていますか〈あてはまるもの3つまで〇〉

〔問 56〕

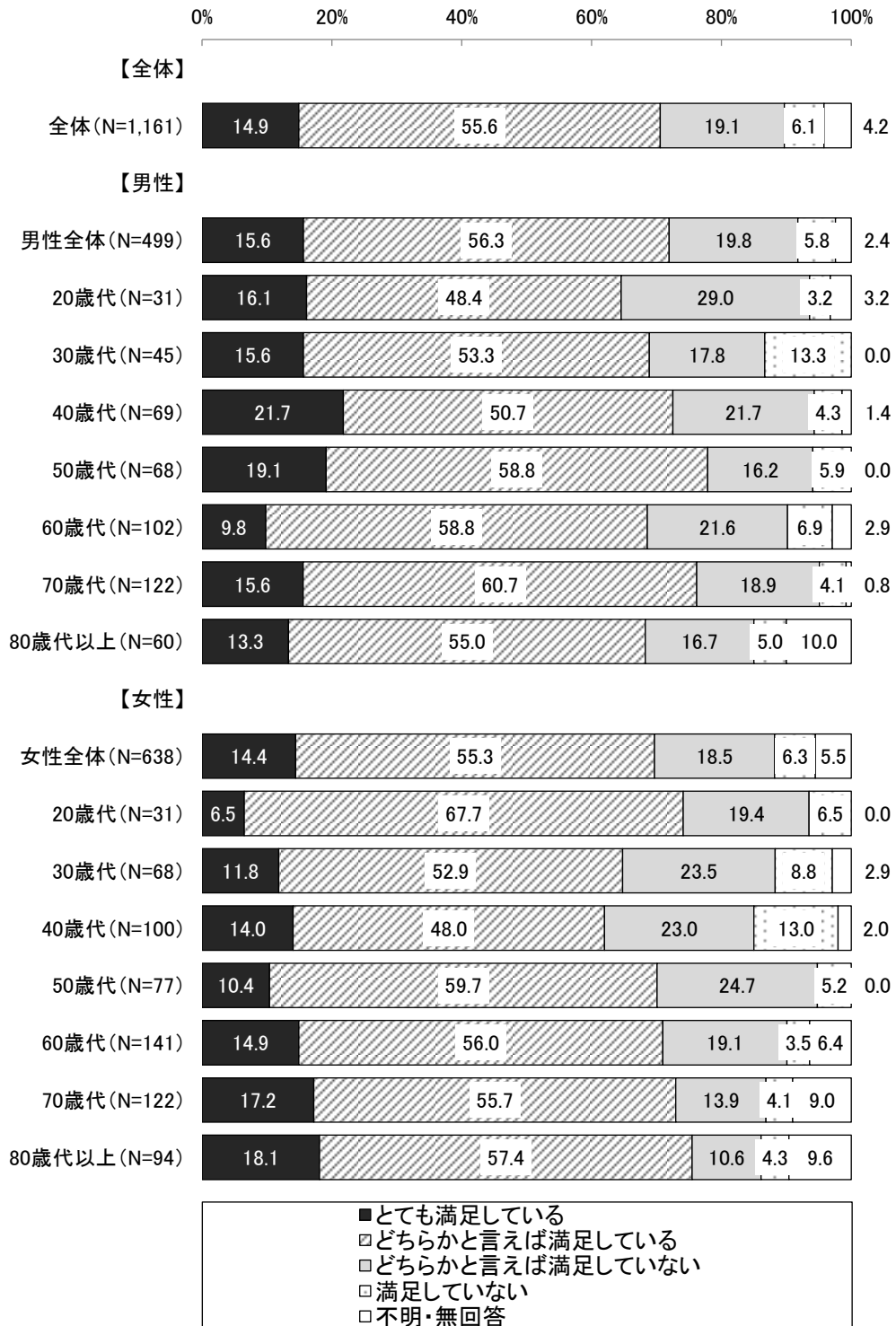
どのようにして運動・スポーツを行っているかについてみると、「個人で活動」が66.0%と最も高く、次いで「家族で活動」が14.3%、「仲間で作っているサークル・同好会」が12.1%となっています。



問 53 で「ほとんどしていない」以外を選ばれた方

**(16) 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〈〇は1つ〉** [問 57]

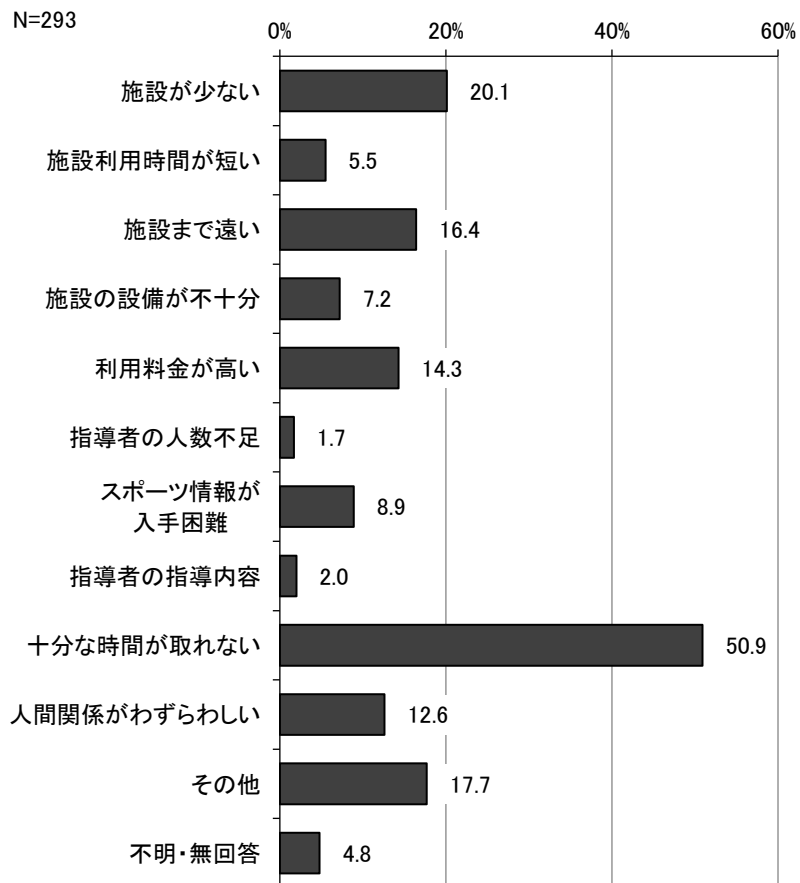
現在行っている運動・スポーツの状況の満足度についてみると、全体では、「どちらかと言えば満足している」が 55.6%と最も高く、次いで「どちらかと言えば満足していない」が 19.1%、「とても満足している」が 14.9%となっています。



問 57 で「どちらかと言えば満足していない」「満足していない」を選ばれた方

**(17) 満足していない理由は何ですか〈あてはまるもの3つまで〇〉**〔問 58〕

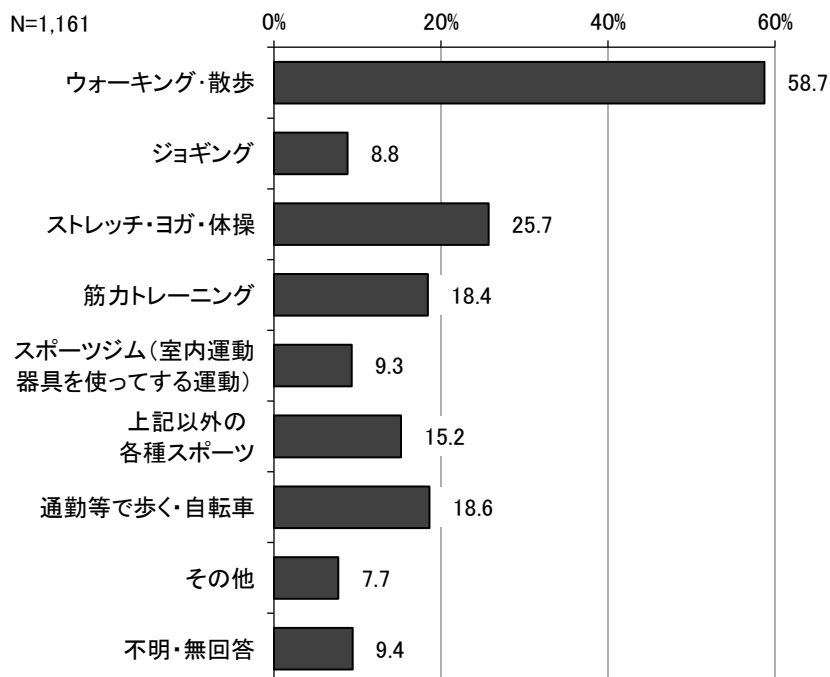
満足していない理由についてみると、「十分な時間が取れない」が50.9%と最も高く、次いで「施設が少ない」が20.1%、「その他」が17.7%となっています。



問 53 で「ほとんどしていない」以外を選ばれた方

(18)【A】現在行っている運動・スポーツ〈あてはまるものすべてに○〉 [問 59A]

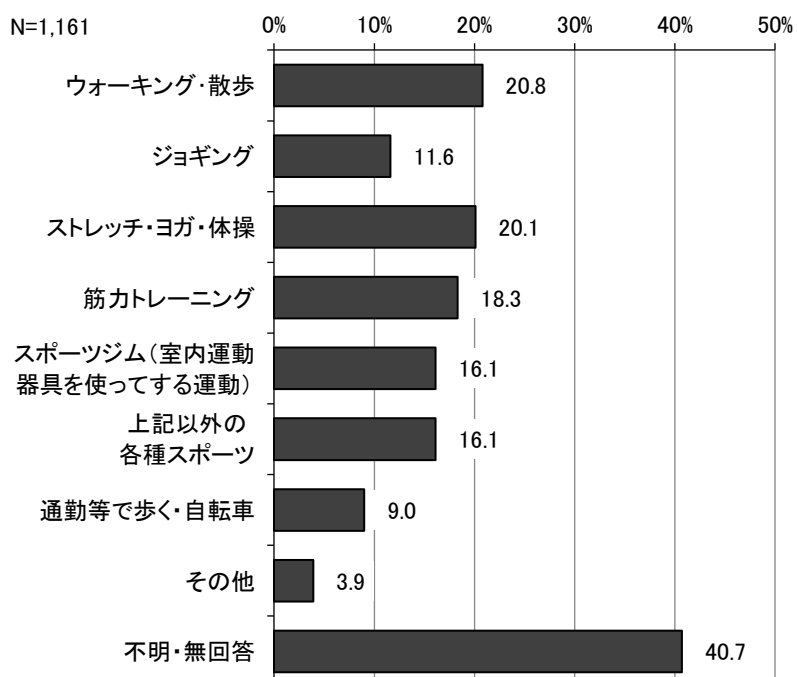
現在行っている運動・スポーツについてみると、「ウォーキング・散歩」が58.7%と最も高く、次いで「ストレッチ・ヨガ・体操」が25.7%、「通勤等で歩く・自転車」が18.6%となっています。



問 53 で「ほとんどしていない」以外を選ばれた方

(19)【B】今後行いたい運動・スポーツ〈あてはまるものすべてに○〉 [問 59B]

今後行いたい運動・スポーツについてみると、「ウォーキング・散歩」が20.8%と最も高く、次いで「ストレッチ・ヨガ・体操」が20.1%、「筋カトレーニング」が18.3%となっています。



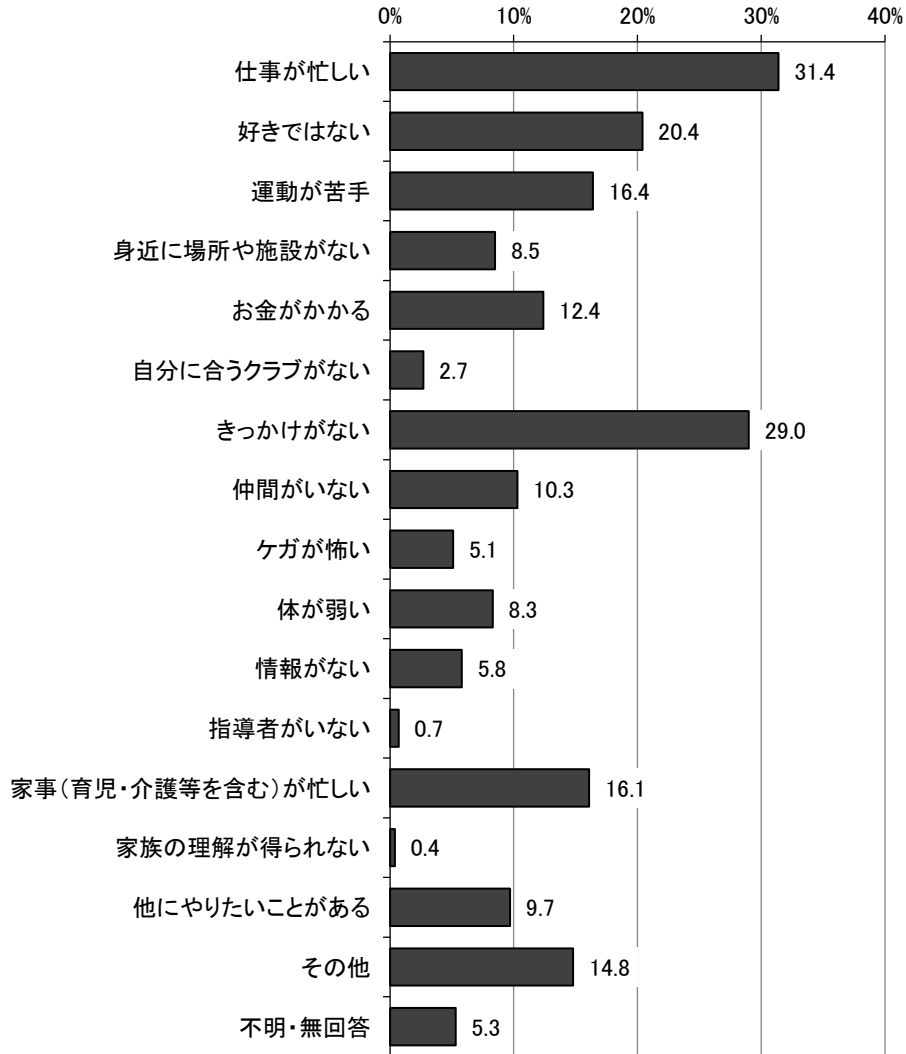
問 53 で「ほとんどしていない」を選ばれた方

(20) 運動・スポーツをしていない理由は何ですか〈あてはまるもの3つまで〇〉

〔問 60〕

運動・スポーツをしていない理由についてみると、全体では、「仕事が忙しい」が31.4%と最も高く、次いで「きっかけがない」が29.0%、「好きではない」が20.4%となっています。

N=918



性別・年齢別にみると、男性では、『20歳代』～『50歳代』で「仕事が忙しい」、『60歳代』で「きっかけがない」、『70歳代』で「好きではない」、『80歳代以上』で「その他」が最も高くなっています。

男性×年齢別の結果

上段:度数 下段:%	問60.運動・スポーツをしていない理由は何ですか※問53「8.ほとんどしていない」選択								
	合計	仕事が忙しい	好きではない	運動が苦手	身近に場所や施設がない	お金がかか る	自分に合う クラブがない	きっかけが ない	仲間がない
全体	332 100.0	120 <b>36.1</b>	72 21.7	46 13.9	33 9.9	35 10.5	11 3.3	114 34.3	52 15.7
20歳代	11 100.0	6 <b>54.5</b>	6 <b>54.5</b>	5 45.5	1 9.1	1 9.1	-	6 <b>54.5</b>	2 18.2
30歳代	40 100.0	26 <b>65.0</b>	8 20.0	4 10.0	5 12.5	7 17.5	-	14 35.0	5 12.5
40歳代	53 100.0	28 <b>52.8</b>	6 11.3	6 11.3	5 9.4	8 15.1	3 5.7	23 43.4	6 11.3
50歳代	56 100.0	25 <b>44.6</b>	16 28.6	9 16.1	5 8.9	5 8.9	2 3.6	20 35.7	10 17.9
60歳代	80 100.0	25 31.3	14 17.5	8 10.0	10 12.5	9 11.3	3 3.8	35 <b>43.8</b>	19 23.8
70歳代	54 100.0	9 16.7	17 <b>31.5</b>	8 14.8	5 9.3	5 9.3	2 3.7	14 25.9	8 14.8
80歳代以上	34 100.0	1 2.9	5 14.7	6 17.6	2 5.9	-	1 2.9	2 5.9	2 5.9

上段:度数 下段:%	問60.運動・スポーツをしていない理由は何ですか※問53「8.ほとんどしていない」選択								
	ケガが怖い	体が弱い	情報がない	指導者がい ない	家事(育 児・介護等 を含む)が 忙しい	家族の理解 が得られな い	他にやりたい ことがある	その他	不明・無回 答
全体	16 4.8	29 8.7	26 7.8	3 0.9	12 3.6	3 0.9	35 10.5	45 13.6	19 5.7
20歳代	-	-	2 18.2	-	-	-	3 27.3	-	-
30歳代	1 2.5	-	2 5.0	-	2 5.0	2 5.0	4 10.0	1 2.5	4 10.0
40歳代	2 3.8	1 1.9	2 3.8	1 1.9	4 7.5	-	5 9.4	2 3.8	4 7.5
50歳代	3 5.4	4 7.1	2 3.6	2 3.6	3 5.4	-	4 7.1	5 8.9	2 3.6
60歳代	3 3.8	7 8.8	9 11.3	-	-	-	10 12.5	9 11.3	4 5.0
70歳代	4 7.4	10 18.5	8 14.8	-	1 1.9	-	7 13.0	10 18.5	2 3.7
80歳代以上	3 8.8	7 20.6	1 2.9	-	2 5.9	1 2.9	1 2.9	17 <b>50.0</b>	1 2.9

※表中の色分けについて

1位	太字
2位	



性別・年齢別にみると、女性では、『20歳代』『40歳代』『50歳代』で「仕事が忙しい」、『30歳代』で「家事（育児・介護等を含む）が忙しい」、『60歳代』で「きっかけがない」、『70歳代』で「好きではない」「その他」、『80歳代以上』で「その他」が最も高くなっています。

女性×年齢別の結果

上段:度数 下段:%	問60.運動・スポーツをしていない理由は何ですか※問53「8.ほとんどしていない」選択								
	合計	仕事が忙しい	好きではない	運動が苦手	身近に場所や施設がない	お金がかか る	自分に合う クラブがない	きっかけが ない	仲間がない
全体	566 100.0	165 <b>29.2</b>	111 19.6	103 18.2	43 7.6	76 13.4	13 2.3	147 26.0	41 7.2
20歳代	31 100.0	13 <b>41.9</b>	4 12.9	3 9.7	5 16.1	5 16.1	-	11 35.5	1 3.2
30歳代	65 100.0	27 41.5	14 21.5	11 16.9	8 12.3	17 26.2	1 1.5	18 27.7	5 7.7
40歳代	102 100.0	47 <b>46.1</b>	20 19.6	15 14.7	7 6.9	18 17.6	3 2.9	33 32.4	6 5.9
50歳代	101 100.0	46 <b>45.5</b>	21 20.8	17 16.8	5 5.0	18 17.8	1 1.0	29 28.7	9 8.9
60歳代	104 100.0	22 21.2	21 20.2	28 <b>26.9</b>	12 11.5	16 15.4	4 3.8	37 <b>35.6</b>	9 8.7
70歳代	63 100.0	5 7.9	14 <b>22.2</b>	12 19.0	2 3.2	1 1.6	3 4.8	13 20.6	5 7.9
80歳代以上	94 100.0	3 3.2	16 17.0	16 17.0	2 2.1	1 1.1	1 1.1	5 5.3	4 4.3

上段:度数 下段:%	問60.運動・スポーツをしていない理由は何ですか※問53「8.ほとんどしていない」選択								
	ケガが怖い	体が弱い	情報がない	指導者がい ない	家事(育 児・介護等 を含む)が 忙しい	家族の理解 が得られな い	他にやりたい ことがある	その他	不明・無回 答
全体	30 5.3	44 7.8	27 4.8	3 0.5	134 23.7	1 0.2	53 9.4	87 15.4	28 4.9
20歳代	-	1 3.2	3 9.7	-	12 <b>38.7</b>	-	2 6.5	4 12.9	3 9.7
30歳代	1 1.5	2 3.1	2 3.1	-	36 <b>55.4</b>	-	5 7.7	2 3.1	2 3.1
40歳代	3 2.9	1 1.0	2 2.0	-	38 <b>37.3</b>	-	8 7.8	3 2.9	4 3.9
50歳代	5 5.0	7 6.9	6 5.9	1 1.0	14 13.9	1 1.0	12 11.9	13 12.9	4 4.0
60歳代	4 3.8	9 8.7	9 8.7	1 1.0	19 18.3	-	10 9.6	11 10.6	4 3.8
70歳代	3 4.8	5 7.9	4 6.3	-	8 12.7	-	11 17.5	14 <b>22.2</b>	4 6.3
80歳代以上	14 14.9	19 20.2	1 1.1	1 1.1	4 4.3	-	3 3.2	40 <b>42.6</b>	7 7.4

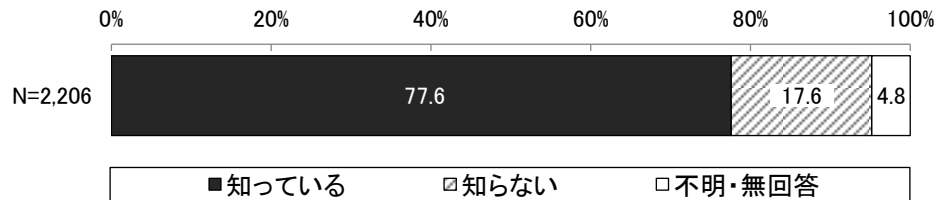
※表中の色分けについて

1位	太字
2位	

**(21) 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〈〇は1つ〉**

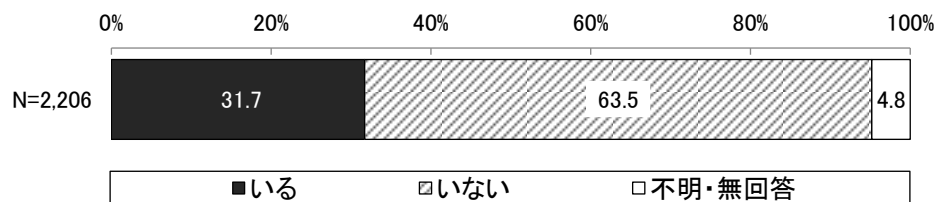
【問 61】

運動・スポーツが身体や心にもたらす効果を知っているかについてみると、「知っている」が77.6%、「知らない」が17.6%となっています。



**(22) 一緒に運動・スポーツする仲間がいますか〈〇は1つ〉** [問 62]

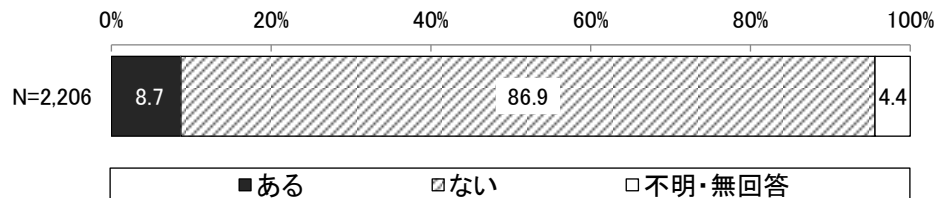
一緒に運動・スポーツする仲間がいるかについてみると、「いる」が31.7%、「いない」が63.5%となっています。



**(23) 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**

〈〇は1つ〉 [問 64]

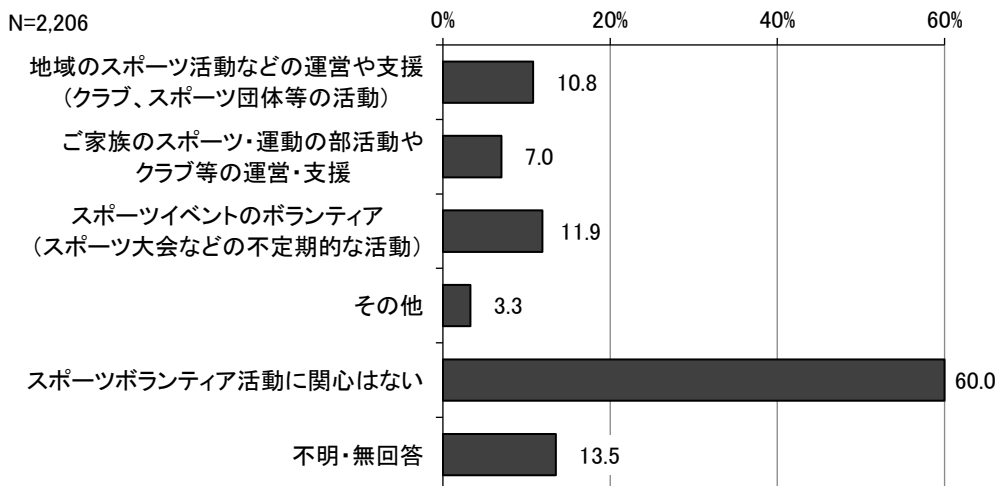
運動・スポーツに関するボランティア活動を行ったことがあるかについてみると、「ある」が8.7%、「ない」が86.9%となっています。



**(24) 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○〉 [問 65]

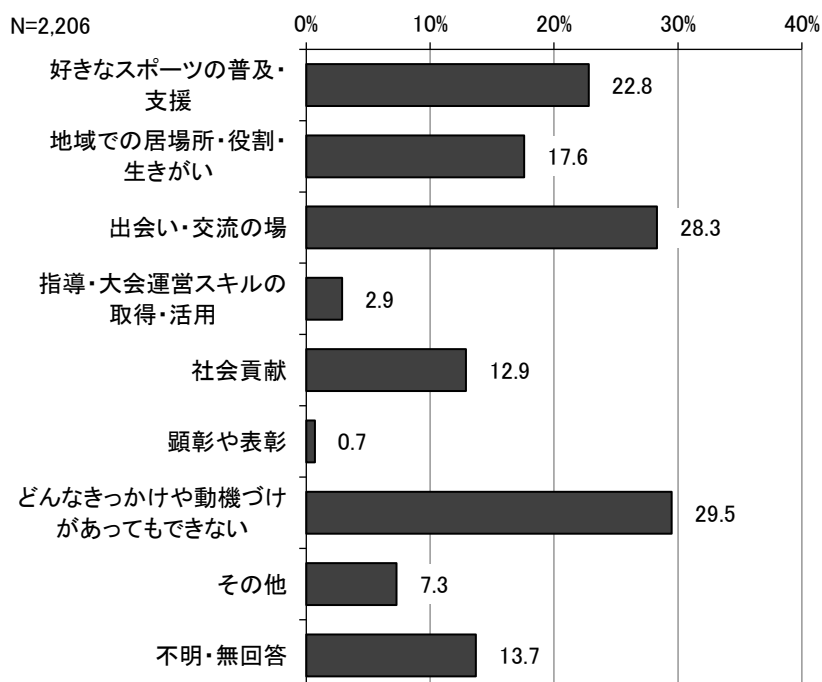
次のボランティア活動のうち、関心があるものについてみると、「スポーツボランティア活動に関心はない」が60.0%と最も高く、次いで「スポーツイベントのボランティア（スポーツ大会などの不定期的な活動）」が11.9%、「地域のスポーツ活動などの運営や支援（クラブ、スポーツ団体等の活動）」が10.8%となっています。



**(25) どんなきっかけや動機付けがあれば、運動・スポーツに関するボランティア活動を行ったり続けたりできると思いますか**

〈あてはまるもの3つまで○〉 [問 66]

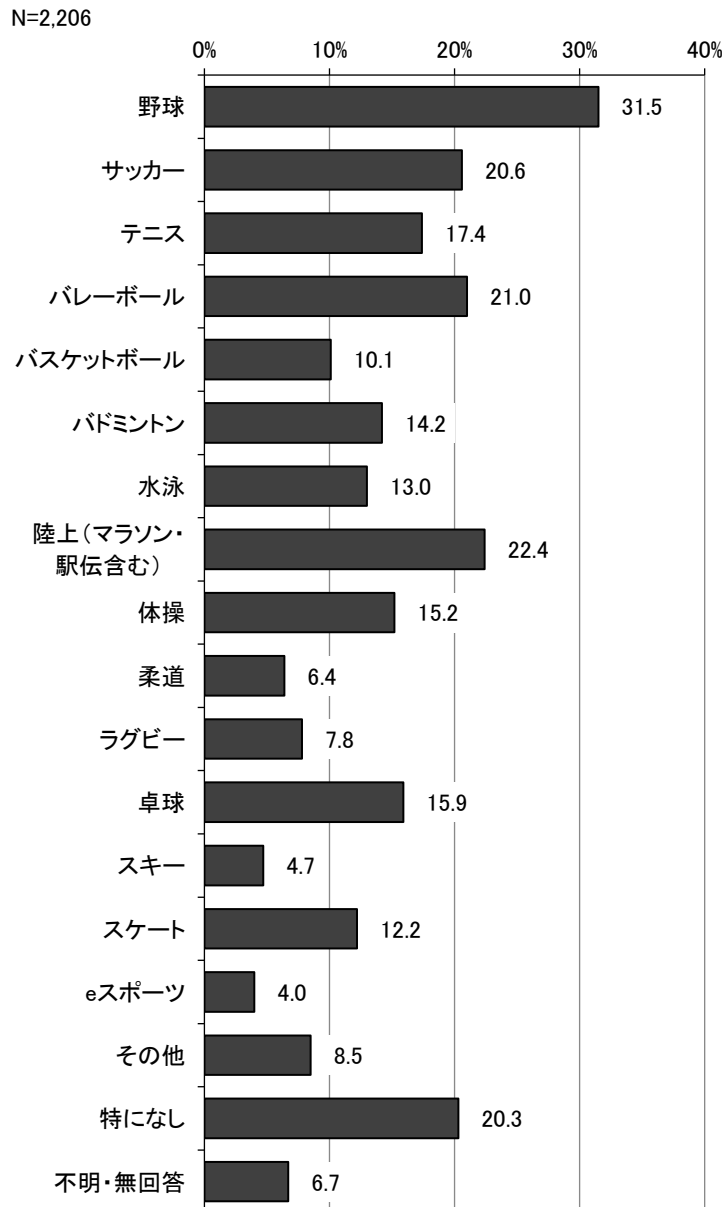
運動・スポーツに関するボランティア活動を行ったり続けたりするきっかけや動機についてみると、「どんなきっかけや動機づけがあってもできない」が29.5%と最も高く、次いで「出会い・交流の場」が28.3%、「好きなスポーツの普及・支援」が22.8%となっています。



(26) どのようなスポーツ種目の観戦に興味がありますか

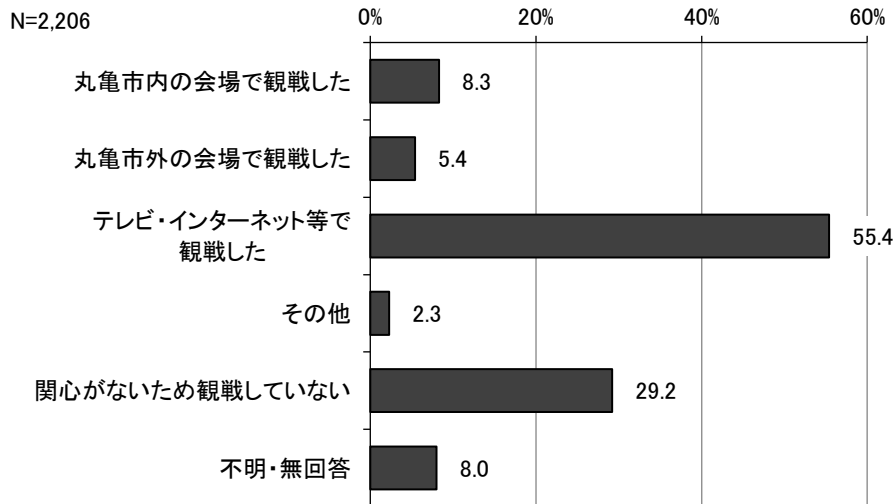
〈あてはまるものすべてに○〉 [問 67]

興味のあるスポーツ種目の観戦についてみると、「野球」が31.5%と最も高く、次いで「陸上(マラソン・駅伝含む)」が22.4%、「バレーボール」が21.0%となっています。



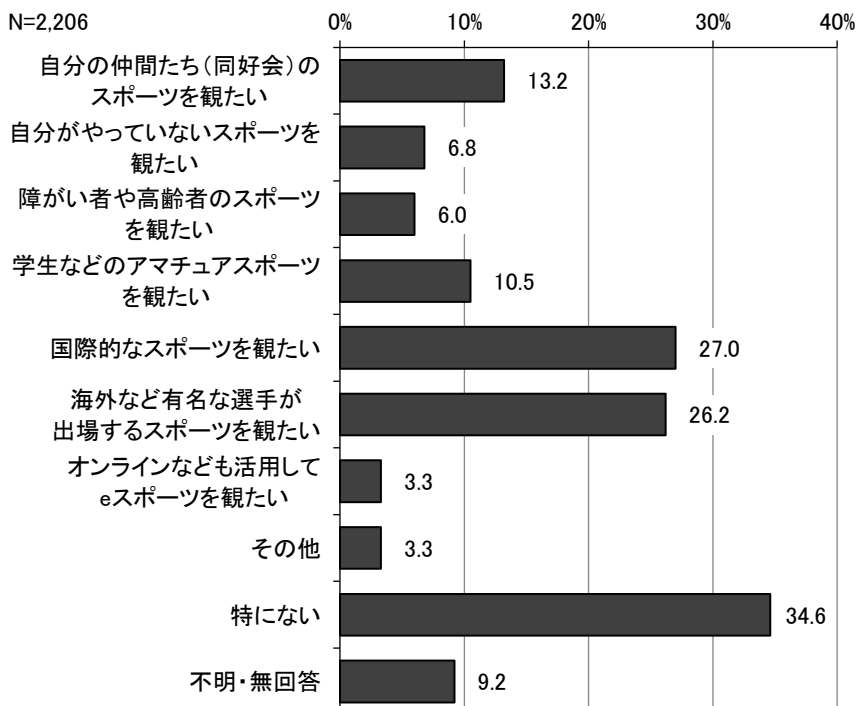
**(27) この1年間でスポーツを何らかの形で観戦する機会がありましたか  
〈あてはまるものすべてに○〉 [問 68]**

この1年間でスポーツを観戦する機会があったかについてみると、「テレビ・インターネット等で観戦した」が55.4%と最も高く、次いで「関心がないため観戦していない」が29.2%、「丸亀市内の会場で観戦した」が8.3%となっています。



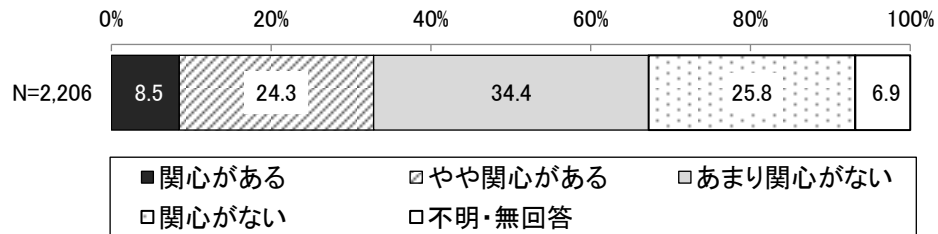
**(28) 直接試合会場で観戦をする際、どんなスポーツを観戦したいですか  
〈あてはまるものすべてに○〉 [問 69]**

直接試合会場で観戦をする際、どんなスポーツを観戦したいかについてみると、「特にない」が34.6%と最も高く、次いで「国際的なスポーツを観たい」が27.0%、「海外など有名な選手が出場するスポーツを観たい」が26.2%となっています。



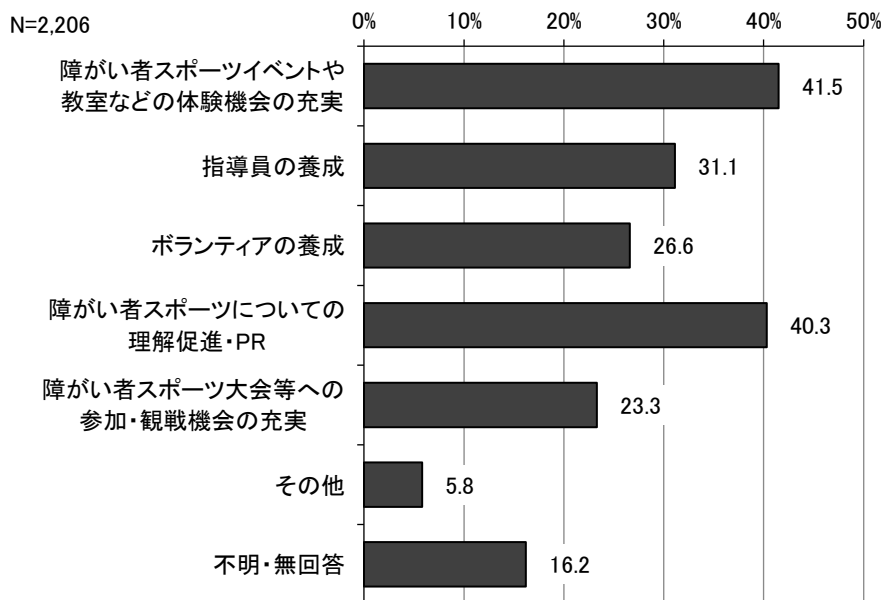
**(29) 障がい者スポーツに関心がありますか〈〇は1つ〉〔問70〕**

障がい者スポーツへの関心についてみると、「あまり関心がない」が34.4%と最も高く、次いで「関心がない」が25.8%、「やや関心がある」が24.3%となっています。



**(30) 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〇〉〔問71〕**

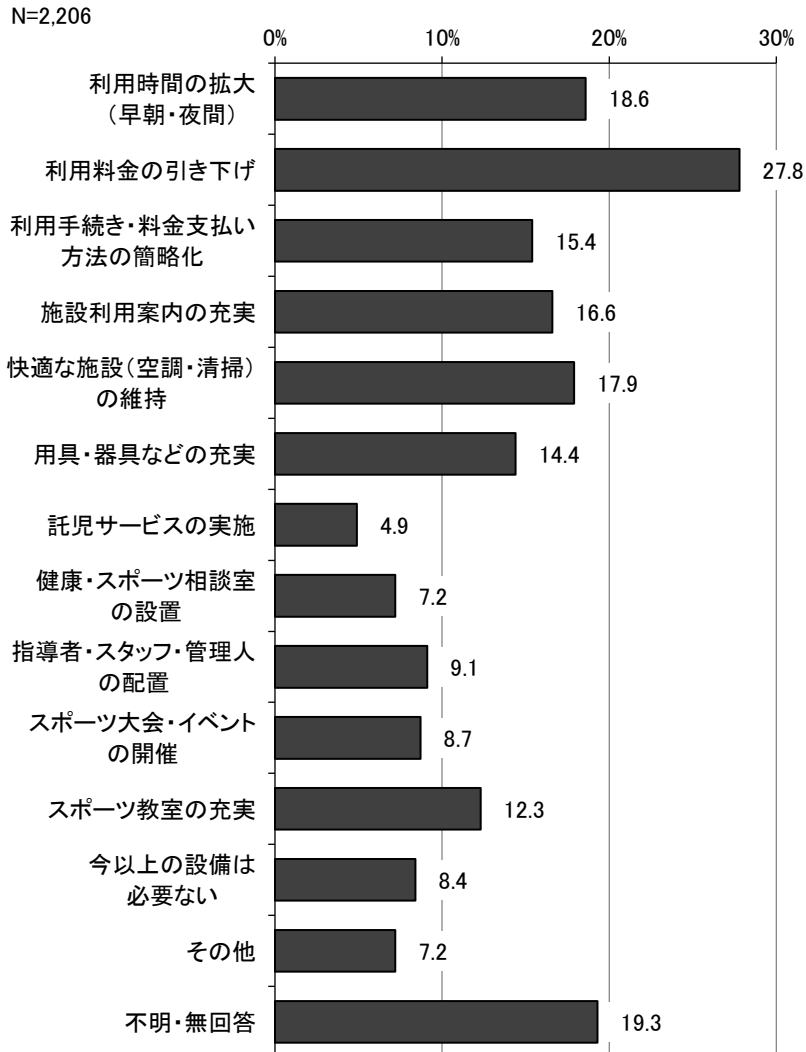
丸亀市において、障がいのある人でも運動・スポーツを実施しやすい環境をつくるために必要な取り組みについてみると、「障がい者スポーツイベントや教室などの体験機会の充実」が41.5%と最も高く、次いで「障がい者スポーツについての理解促進・PR」が40.3%、「指導員の養成」が31.1%となっています。



### (31) 公共スポーツ施設の管理・運営について何を望みますか

〈あてはまるもの3つまで〇〉〔問 72〕

公共スポーツ施設の管理・運営への要望についてみると、「利用料金の引き下げ」が27.8%と最も高く、次いで「利用時間の拡大（早朝・夜間）」が18.6%、「快適な施設（空調・清掃）の維持」が17.9%となっています。



男性×年齢別の結果

上段:度数 下段:%	問72.公共スポーツ施設の管理・運営について何を望みますか							
	合計	利用時間の 拡大(早 朝・夜間)	利用料金の 引き下げ	利用手続 き・料金支 払い方法の 簡略化	施設利用案 内の充実	快適な施設 (空調・清 掃)の維持	用具・器具 などの充実	託児サービ スの実施
全体	874 100.0	188 21.5	245 <b>28.0</b>	157 18.0	147 16.8	139 15.9	154 17.6	23 2.6
20歳代	44 100.0	20 <b>45.5</b>	18 40.9	15 34.1	7 15.9	12 27.3	12 27.3	1 2.3
30歳代	86 100.0	33 38.4	37 <b>43.0</b>	19 22.1	11 12.8	15 17.4	26 30.2	8 9.3
40歳代	124 100.0	44 35.5	53 <b>42.7</b>	32 25.8	23 18.5	26 21.0	26 21.0	5 4.0
50歳代	127 100.0	33 26.0	43 <b>33.9</b>	30 23.6	18 14.2	20 15.7	21 16.5	1 0.8
60歳代	190 100.0	27 14.2	42 22.1	33 17.4	45 <b>23.7</b>	34 17.9	27 14.2	3 1.6
70歳代	190 100.0	19 10.0	34 <b>17.9</b>	16 8.4	31 16.3	27 14.2	28 14.7	3 1.6
80歳代以上	105 100.0	11 10.5	15 <b>14.3</b>	10 9.5	12 11.4	5 4.8	14 13.3	2 1.9

上段:度数 下段:%	問72.公共スポーツ施設の管理・運営について何を望みますか						
	健康・ス ポーツ相談 室の設置	指導者・ス タッフ・管理 人の配置	スポーツ大 会・イベント の開催	スポーツ教 室の充実	今以上の設 備は必要な い	その他	不明・無回 答
全体	62 7.1	83 9.5	102 11.7	83 9.5	96 11.0	55 6.3	144 16.5
20歳代	3 6.8	2 4.5	7 15.9	1 2.3	4 9.1	-	1 2.3
30歳代	2 2.3	7 8.1	7 8.1	7 8.1	5 5.8	-	10 11.6
40歳代	4 3.2	9 7.3	13 10.5	10 8.1	13 10.5	4 3.2	6 4.8
50歳代	9 7.1	22 17.3	20 15.7	14 11.0	16 12.6	3 2.4	9 7.1
60歳代	17 8.9	19 10.0	24 12.6	20 10.5	19 10.0	17 8.9	33 17.4
70歳代	16 8.4	15 7.9	18 9.5	24 12.6	27 14.2	23 12.1	44 23.2
80歳代以上	10 9.5	9 8.6	12 11.4	7 6.7	11 10.5	7 6.7	38 36.2

※表中の色分けについて（不明・無回答を除く）

1位	太字
2位	



女性×年齢別の結果

上段:度数 下段:%	問72.公共スポーツ施設の管理・運営について何を望みますか							
	合計	利用時間の 拡大(早 朝・夜間)	利用料金の 引き下げ	利用手続 き・料金支 払い方法の 簡略化	施設利用案 内の充実	快適な施設 (空調・清 掃)の維持	用具・器具 などの充実	託児サービ スの実施
全体	1,280 100.0	217 17.0	357 <b>27.9</b>	172 13.4	212 16.6	251 19.6	160 12.5	84 6.6
20歳代	62 100.0	14 22.6	23 <b>37.1</b>	12 19.4	15 24.2	15 24.2	8 12.9	6 9.7
30歳代	136 100.0	42 30.9	62 <b>45.6</b>	31 22.8	19 14.0	30 22.1	17 12.5	34 25.0
40歳代	203 100.0	53 26.1	80 <b>39.4</b>	34 16.7	27 13.3	51 25.1	33 16.3	8 3.9
50歳代	185 100.0	44 23.8	71 <b>38.4</b>	33 17.8	36 19.5	44 23.8	29 15.7	8 4.3
60歳代	258 100.0	39 15.1	62 <b>24.0</b>	37 14.3	47 18.2	56 21.7	35 13.6	8 3.1
70歳代	204 100.0	11 5.4	27 13.2	16 7.8	44 <b>21.6</b>	34 16.7	23 11.3	9 4.4
80歳代以上	218 100.0	10 4.6	26 11.9	8 3.7	23 10.6	19 8.7	15 6.9	11 5.0

上段:度数 下段:%	問72.公共スポーツ施設の管理・運営について何を望みますか						
	健康・ス ポーツ相談 室の設置	指導者・ス タッフ・管理 人の配置	スポーツ大 会・イベント の開催	スポーツ教 室の充実	今以上の設 備は必要な い	その他	不明・無回 答
全体	93 7.3	112 8.8	85 6.6	184 14.4	88 6.9	99 7.7	261 20.4
20歳代	2 3.2	-	6 9.7	8 12.9	7 11.3	3 4.8	6 9.7
30歳代	1 0.7	9 6.6	7 5.1	24 17.6	6 4.4	10 7.4	7 5.1
40歳代	12 5.9	16 7.9	17 8.4	36 17.7	18 8.9	6 3.0	25 12.3
50歳代	14 7.6	20 10.8	19 10.3	31 16.8	11 5.9	13 7.0	18 9.7
60歳代	31 12.0	26 10.1	17 6.6	49 19.0	9 3.5	22 8.5	48 18.6
70歳代	17 8.3	24 11.8	12 5.9	23 11.3	13 6.4	17 8.3	60 29.4
80歳代以上	15 6.9	14 6.4	7 3.2	12 5.5	24 11.0	27 12.4	92 42.2

※表中の色分けについて（不明・無回答を除く）

1位	太字
2位	

職業別の結果

上段:度数 下段:%	問72.公共スポーツ施設の管理・運営について何を望みますか							
	合計	利用時間の 拡大(早 朝・夜間)	利用料金の 引き下げ	利用手続 き・料金支 払い方法の 簡略化	施設利用案 内の充実	快適な施設 (空調・清 掃)の維持	用具・器具 などの充実	託児サービ スの実施
会社員	626 100.0	204 32.6	238 <b>38.0</b>	140 22.4	111 17.7	129 20.6	109 17.4	34 5.4
公務員	91 100.0	25 27.5	31 <b>34.1</b>	24 26.4	13 14.3	24 26.4	19 20.9	4 4.4
自営業	118 100.0	28 23.7	31 <b>26.3</b>	17 14.4	18 15.3	12 10.2	9 7.6	10 8.5
農林水産業	34 100.0	5 14.7	7 <b>20.6</b>	3 8.8	5 14.7	4 11.8	5 14.7	2 5.9
パート・ アルバイト等	291 100.0	53 18.2	96 <b>33.0</b>	39 13.4	51 17.5	63 21.6	46 15.8	18 6.2
学生	9 100.0	3 33.3	6 <b>66.7</b>	3 33.3	-	1 11.1	2 22.2	-
専業主婦・ 主夫	201 100.0	20 10.0	55 <b>27.4</b>	26 12.9	42 20.9	49 24.4	25 12.4	13 6.5
無職	714 100.0	61 8.5	121 <b>16.9</b>	69 9.7	107 15.0	95 13.3	85 11.9	19 2.7
その他	84 100.0	9 10.7	20 <b>23.8</b>	10 11.9	12 14.3	16 19.0	15 17.9	6 7.1

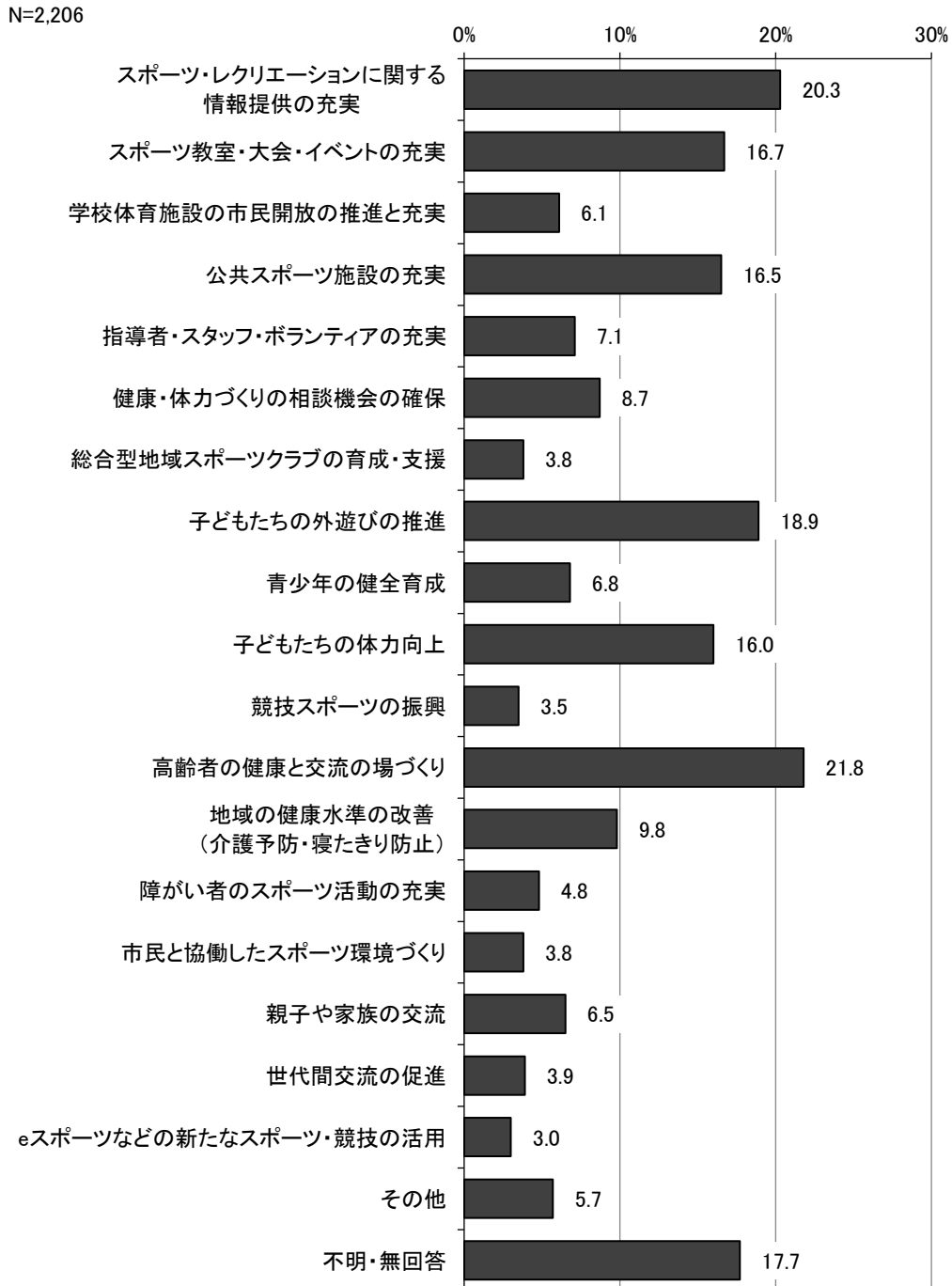
上段:度数 下段:%	問72.公共スポーツ施設の管理・運営について何を望みますか						
	健康・ス ポーツ相談 室の設置	指導者・ス タッフ・管理 人の配置	スポーツ大 会・イベント の開催	スポーツ教 室の充実	今以上の設 備は必要な い	その他	不明・無回 答
会社員	30 4.8	56 8.9	67 10.7	71 11.3	57 9.1	23 3.7	54 8.6
公務員	4 4.4	15 16.5	9 9.9	13 14.3	5 5.5	3 3.3	4 4.4
自営業	6 5.1	13 11.0	14 11.9	11 9.3	14 11.9	7 5.9	26 22.0
農林水産業	2 5.9	3 8.8	7 <b>20.6</b>	3 8.8	2 5.9	1 2.9	10 29.4
パート・ アルバイト等	30 10.3	25 8.6	26 8.9	53 18.2	19 6.5	18 6.2	49 16.8
学生	1 11.1	1 11.1	-	1 11.1	1 11.1	1 11.1	-
専業主婦・ 主夫	15 7.5	16 8.0	13 6.5	38 18.9	14 7.0	11 5.5	34 16.9
無職	64 9.0	61 8.5	46 6.4	69 9.7	62 8.7	80 11.2	217 30.4
その他	6 7.1	9 10.7	9 10.7	9 10.7	8 9.5	11 13.1	18 21.4

※表中の色分けについて（不明・無回答を除く）

1位	太字
2位	

**(32) 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  
〈あてはまるもの3つまで○〉〔問 73〕**

今後スポーツ振興について力を入れて欲しいことについてみると、「高齢者の健康と交流の場づくり」が21.8%と最も高く、次いで「スポーツ・レクリエーションに関する情報提供の充実」が20.3%、「子どもたちの外遊びの推進」が18.9%となっています。



男性×年齢別の結果

上段:度数 下段:%	問73.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										
	合計	スポーツ・レクリエーションに関する情報提供の充実	スポーツ教室・大会・イベントの充実	学校体育施設の市民開放の推進と充実	公共スポーツ施設の充実	指導者・スタッフ・ボランティアの充実	健康・体力づくりの相談機会の確保	総合型地域スポーツクラブの育成・支援	子どもたちの外遊びの推進	青少年の健全育成	子どもたちの体力向上
全体	874 100.0	208 <b>23.8</b>	167 19.1	58 6.6	151 17.3	67 7.7	75 8.6	41 4.7	139 15.9	67 7.7	113 12.9
20歳代	44 100.0	12 <b>27.3</b>	8 18.2	4 9.1	10 22.7	3 6.8	2 4.5	- -	10 22.7	4 9.1	8 18.2
30歳代	86 100.0	25 <b>29.1</b>	24 27.9	5 5.8	19 22.1	6 7.0	6 7.0	5 5.8	13 15.1	7 8.1	17 19.8
40歳代	124 100.0	39 <b>31.5</b>	28 22.6	20 16.1	32 25.8	9 7.3	6 4.8	11 8.9	29 23.4	6 4.8	21 16.9
50歳代	127 100.0	22 17.3	27 <b>21.3</b>	8 6.3	25 19.7	11 8.7	11 8.7	10 7.9	24 18.9	17 13.4	20 15.7
60歳代	190 100.0	56 <b>29.5</b>	39 20.5	12 6.3	33 17.4	21 11.1	20 10.5	9 4.7	30 15.8	15 7.9	15 7.9
70歳代	190 100.0	37 19.5	25 13.2	6 3.2	22 11.6	12 6.3	17 8.9	4 2.1	22 11.6	14 7.4	23 12.1
80歳代以上	105 100.0	15 14.3	14 13.3	3 2.9	10 9.5	3 2.9	12 11.4	2 1.9	8 7.6	4 3.8	7 6.7

上段:度数 下段:%	問73.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									
	競技スポーツの振興	高齢者の健康と交流の場づくり	地域の健康水準の改善(介護予防・寝たきり防止)	障がい者のスポーツ活動の充実	市民と協働したスポーツ環境づくり	親子や家族の交流	世代間交流の促進	eスポーツなどの新たなスポーツ・競技の活用	その他	不明・無回答
全体	57 6.5	161 18.4	57 6.5	40 4.6	34 3.9	49 5.6	32 3.7	38 4.3	53 6.1	146 16.7
20歳代	5 11.4	- -	1 2.3	1 2.3	3 6.8	5 11.4	4 9.1	8 18.2	1 2.3	2 4.5
30歳代	8 9.3	1 1.2	2 2.3	4 4.7	2 2.3	11 12.8	4 4.7	10 11.6	1 1.2	13 15.1
40歳代	16 12.9	6 4.8	6 4.8	7 5.6	2 1.6	12 9.7	1 0.8	12 9.7	6 4.8	9 7.3
50歳代	12 9.4	16 12.6	10 7.9	9 7.1	9 7.1	9 7.1	8 6.3	3 2.4	6 4.7	12 9.4
60歳代	10 5.3	46 24.2	19 10.0	7 3.7	8 4.2	5 2.6	4 2.1	3 1.6	15 7.9	28 14.7
70歳代	4 2.1	53 27.9	10 5.3	6 3.2	9 4.7	5 2.6	5 2.6	1 0.5	17 8.9	49 25.8
80歳代以上	1 1.0	38 36.2	9 8.6	6 5.7	1 1.0	2 1.9	6 5.7	1 1.0	6 5.7	31 29.5

※表中の色分けについて（不明・無回答を除く）

1位	太字
2位	

女性×年齢別の結果

上段:度数 下段:%	問73.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										
	合計	スポーツ・レクリエーションに関する情報提供の充実	スポーツ教室・大会・イベントの充実	学校体育施設の市民開放の推進と充実	公共スポーツ施設の充実	指導者・スタッフ・ボランティアの充実	健康・体力づくりの相談機会の確保	総合型地域スポーツクラブの育成・支援	子どもたちの外遊びの推進	青少年の健全育成	子どもたちの体力向上
全体	1,280 100.0	232 18.1	195 15.2	73 5.7	207 16.2	86 6.7	111 8.7	42 3.3	268 20.9	79 6.2	234 18.3
20歳代	62 100.0	15 24.2	16 <b>25.8</b>	4 6.5	10 16.1	1 1.6	4 6.5	1 1.6	16 <b>25.8</b>	5 8.1	15 24.2
30歳代	136 100.0	23 16.9	30 22.1	13 9.6	28 20.6	7 5.1	7 5.1	5 3.7	60 <b>44.1</b>	2 1.5	49 36.0
40歳代	203 100.0	35 17.2	57 <b>28.1</b>	21 10.3	36 17.7	14 6.9	12 5.9	10 4.9	55 27.1	13 6.4	52 25.6
50歳代	185 100.0	55 <b>29.7</b>	36 19.5	9 4.9	45 24.3	26 14.1	20 10.8	11 5.9	26 14.1	10 5.4	24 13.0
60歳代	258 100.0	56 21.7	34 13.2	18 7.0	49 19.0	8 3.1	26 10.1	3 1.2	55 21.3	18 7.0	46 17.8
70歳代	204 100.0	33 16.2	9 4.4	5 2.5	26 12.7	15 7.4	24 11.8	6 2.9	29 14.2	18 8.8	19 9.3
80歳代以上	218 100.0	12 5.5	9 4.1	1 0.5	12 5.5	13 6.0	17 7.8	6 2.8	27 12.4	13 6.0	28 12.8

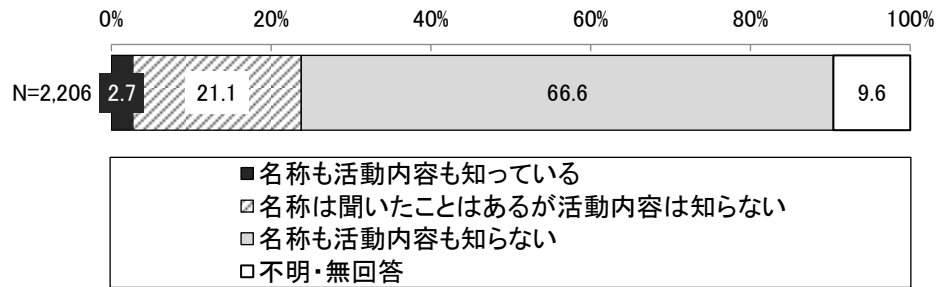
上段:度数 下段:%	問73.スポーツ振興について今後どのような点に力を入れて欲しいと思いますか									
	競技スポーツの振興	高齢者の健康と交流の場づくり	地域の健康水準の改善(介護予防・寝たきり防止)	障がい者のスポーツ活動の充実	市民と協働したスポーツ環境づくり	親子や家族の交流	世代間交流の促進	eスポーツなどの新たなスポーツ・競技の活用	その他	不明・無回答
全体	20 1.6	307 <b>24.0</b>	157 12.3	62 4.8	46 3.6	93 7.3	51 4.0	29 2.3	70 5.5	226 17.7
20歳代	2 3.2	1 1.6	1 1.6	1 1.6	2 3.2	8 12.9	3 4.8	2 3.2	3 4.8	9 14.5
30歳代	3 2.2	6 4.4	7 5.1	2 1.5	1 0.7	32 23.5	2 1.5	6 4.4	6 4.4	8 5.9
40歳代	5 2.5	26 12.8	17 8.4	14 6.9	8 3.9	25 12.3	10 4.9	15 7.4	7 3.4	17 8.4
50歳代	6 3.2	42 22.7	30 16.2	17 9.2	8 4.3	5 2.7	9 4.9	4 2.2	6 3.2	19 10.3
60歳代	2 0.8	83 <b>32.2</b>	29 11.2	13 5.0	16 6.2	9 3.5	9 3.5	-	17 6.6	40 15.5
70歳代	-	78 <b>38.2</b>	36 17.6	5 2.5	7 3.4	6 2.9	7 3.4	1 0.5	9 4.4	54 26.5
80歳代以上	2 0.9	71 <b>32.6</b>	36 16.5	10 4.6	3 1.4	6 2.8	11 5.0	1 0.5	21 9.6	75 34.4

※表中の色分けについて（不明・無回答を除く）

1位	太字
2位	

**(33) 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。スポーツ推進委員の名称や活動内容をご存知ですか**  
**〈〇は1つ〉〔問74〕**

スポーツ推進委員の名称や活動内容の認知度についてみると、「名称も活動内容も知らない」が66.6%と最も高く、次いで「名称は聞いたことはあるが活動内容は知らない」が21.1%、「名称も活動内容も知っている」が2.7%となっています。



### 3 自由記述

(34) あなたの健康を守るためや、地域のスポーツを推進するために丸亀市に要望されることはありますか。またその他ご意見等ありましたら、お聞かせください  
 〈記述回答〉〔問 75〕

■施設・設備の充実・設置について
・各町にコミュニティーセンターがあるように、スポーツセンター（小型）なるものがあった方がいいのではないかなと思う。既存のコミュニティーセンターにこの機能をもたせる。
・テニスコート使用について 管理人がいなくても使用可能な方法を考えていただきたい。インターネットで予約して振込が便利。
・丸亀市営競技場の整備をお願いしたい。
・安価で通えるスポーツ施設を作ってほしい。できれば7時から 24 時まで利用できるジム、プール。
・丸亀市にはあまり公共スポーツ施設がないような気がします。利用時間も短い。誰でも簡単に行ける所・時間等利用しやすい施設を作ってほしいです。
・スポーツジムのような施設が単発で利用できればいいのになと思う。（スポーツジムは年会費等が必要である。少ない回数でも利用した時に利用できれば嬉しい。）
・スポーツが手軽にでき、トレーニングなどもできる市の施設がほしいです。
・夜間でも安全に走れるような自転車専用のサイクルロードがあればいい。ナイター等の安全面、歩いている人がいない専用の場所があること。
・高齢になっても運動は続けたいと思います。近くに手頃な料金で利用できるお風呂ありのスポーツ施設があればよいと思います。車で移動できる間は、少し遠くても大丈夫ですが、車を乗らなくなると続けることが難しいのではと思います。
・体育館の用具の充実。
・気軽に利用できるスポーツ施設が増えたらよいと思う。利用時間の延長等。
・近くに地域毎のスポーツ施設があれば。
・公共スポーツ施設の充実。お願いします。
・市街地、居住地に近いところにテニスコートをたくさん作ってほしい。
・限られた地域だけでなく、地域全体として近くでスポーツをできる場所も考えてほしいと思います。
・ホッケー会場（サッカーなどと共有できるなど）を作ってください。
・仕事が不規則なので毎週〇時といった定期的なものには参加が難しい。気が向いた時にフラッといつでも立ち寄ることのできる場所（マシーン）がほしい。
・もっと身近にスポーツをして体力をつけるような場所があるとよい。

<b>■利用料金について</b>
・スポーツジム等の料金補助
・スポーツをするための用具などを買う割引券などを市民全員に配るとよいと思う。
・料金を無料にしてほしい。
・スポーツ施設の利用料をもう少し安くしてほしい。サークル等を活性化してほしい。
・市の施設（特にスポーツ施設）を（土）（日）（祝祭日）以外の日を無料開放してほしい。 又は 60 歳以上に無料開放してほしい。
・丸亀競技場無料使用をお願いします。
・コミュニティ使用時の冷暖房費。無料でいいのではないですか。

<b>■広報・情報周知・発信について</b>
・スポーツ推進の活動の様子、イベントの様子等、ユーチューブで配信してみても。
・健康寿命を延ばすためや地域スポーツ推進を図るにはやはり興味を持ってもらうこと、情報をより近くで配信することが必要だと思います。
・情報発信。イベントの充実。きっかけづくり（挑戦したことないスポーツにチャレンジできる機会）
・一般市民によくわかるように活動内容を広報してください。
・運動、スポーツを行う施設の位置、場所、時間、該当者等、利用したい時の情報がわからない。役所での内容説明等、事務局の告知もほしい。活動費等、金銭面の内容も不明。
・動きたい、参加したい気持ちがあっても情報がわからない、知らない人もいると思うので、まず PR に力をいれてほしい。
・複数回の機会や広くいろんな人が参加できるスポーツの推進を制度的に作り上げていってほしいです。
・市体育協会のホームページの「今月の元気発信」（スポ少等の紹介）について、随時更新してほしいです。
・家族でできるスポーツや、スポーツ施設をたくさん知りたい。
・市内スポーツ施設や公共施設で利用可能な施設についての情報発信をお願いします。
・イベントが少ないのと広報活動をもっとしていくべきです。離島を活かしたイベントなら環境が変わるので、リフレッシュにもなると思います。
・仕事や家事が忙しくて、なかなか地域のスポーツ活動やイベントに参加しにくい状況なので、子どもと一緒に参加できたり、日程を早めにお知らせ頂けると参加しやすくなると思います。
・まだまだ知らない言葉や活動があるので、チラシや公共放送等で一般の人にもよくわかるような形で、知る機会があると助かります。
・まずは、現在の各取り組みを市内に広く情報提供し、主体的に市民個人が参加を選択できるように、気軽に参加できるようにして下さい。



• 安く気軽に参加できるスポーツ教室があればとても嬉しいです。どのようなイベントや現在、もし既に教室とかが存在しているのであれば、自分は全く知らなかったの、知ることができれば参加したいという人も多いのではないのでしょうか。運動もしたい、地域の人と交流したいと思っても、どういう機会があるのかわからずにいます。

• 「障害のある子どもたち」の運動向上の場が少ないし、知らないことが多い。情報提供や教室の充実（推進）をお願いしたいです。公共のスポーツ（運動）施設を利用しようとしても時間が合わない。（特に午前中）子育て中のため預けている午前中に運動ができるとよいのですが。料金も安く抑えてほしいです。情報も教室の数も少なくても（遠方だったり）行きたくても行けない。

#### ■コロナに関して

• コロナウイルス感染下のため地域スポーツ推進のためにはかなり困難な状況だと思います。自宅でも行えるような取組みを行うことが少しでも健康水準の向上を図れるようにすればいいのではないのでしょうか。

• 教室できちんとコロナ対策をしてほしい。

#### ■スポーツイベント・催し・教室について

• サッカー等公式の大会（試合）を丸亀でやってほしい。プロのスポーツ選手をもっと子どもたちにも身近に感じられる機会が増えると活気が出てくるのではないのでしょうか。

• 健常者が利用できるスポーツ施設はたくさんあります。ただ、利用できる時間が短いのが残念です。仕事をしている人も利用できるように土・日・祭日も平日と同じ時間で利用したい。障害者のスポーツ教室はどこでしていますか。情報が少なすぎだと思います。コミュニティのイベントはとてもよい内容が多いが、平日がほとんど参加したくてもできない。土・日・祭日も参加できるプログラムを作ってほしい。

• 以前レクザムボールパークで市民がランニングできるイベントをされていましたが復活していただけたらうれしいです。

• 地域ごとに自由参加で、申込み不要のイベントを実施してほしい。

• 香川丸亀国際ハーフマラソンの他にも市内で参加できるマラソン大会がほしいと思う。

• 市民が気軽に参加できる卓球教室やバドミントン教室など親子でできたらいいと思う。

• 気軽に誰でも参加できるスポーツイベントがあればよいと思います。コミュニティでの運動会が年に1回ありますが、自治会単位での参加ですので、いつも同じメンバー。丸亀市民なら誰でも参加できるイベントがあれば、若い人も参加できるかと思います。

• 野球、サッカー、ラグビー等のプロスポーツの試合をどんどん誘致してほしい。

• 中高生等も多く参加できるイベントが欲しい。もっと今の時代に沿ったダンス、eスポーツ等、イベントの活動もほしい。

<ul style="list-style-type: none"> <li>• 忙しい会社員、1人でも参加しやすい仕組み、子育て中の母親はなかなか仕事と家庭の両立で精一杯です。子どもと一緒に参加でき、別のクラスで子どもも母親もそれぞれ別々にスポーツができればいいです。子どもは同年代の仲間と、親も親同士です。子どもと一緒にだったら気になって真剣になれます。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• もっとスポーツを気軽にできる施設やイベントを企画したり、住民が参加できる機会を増やしてほしいと思います。例えば、無料体験会などを定期的に行ったら、年齢問わずスポーツをする人が増えるのではないかと考えます。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 経験したことがあるスポーツなら楽しく活動できるし参加しやすいと思うので、多種多様なイベント（教室）を用意してほしい。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• スポーツは苦手ですが、簡単に楽しく体が動かせる場所、友人がいなくても気軽に参加できる場所があれば参加しやすい。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 地域のスポーツにはとても関心があり、是非参加してみたいと思いますが、やはりスポーツをする手始めに、中堅者等と一緒にだったりすると初心者なので気落ちしてしまい、段々とスポーツに参加する事が億劫になってしまうと思います。段階を見据えて初心者コース、中堅者コースのように分けていただければ参加しやすいと思います。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 学校行事にもあるように年に1回ぐらい地域地区対抗の大人の運動会があれば楽しいし、是非参加したいです。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• コミュニティ単位でのスポーツ教室の充実。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 市の費用で、4から5人グループで週1程度ジムトレーニングを受けたい。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 全市民（半）強制参加型の楽しいイベントを作ってみる。自由意志の結果全員が参加できればよい。イベントに魅力や話題性があれば。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 女子サッカー推進とあるが、試合がもっとあってもよいのではないかと。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• せっかく競技場があるので女子サッカーリーグの試合が見たいです。プロ野球も見たいです。</li> </ul>

<p><b>■子どものスポーツ振興について</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 小さい子どもも親と一緒に参加できるようなスポーツ（内容）をもっと増やして頂きたいです。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 子どもたちが放課後に少年団ではなく、身体を健康的に動かすことが目的のスポーツで、しっかり体を動かすことができる機会があればいい。地区ごとに曜日や区切ったり、運動場や体育館を6時くらいまで使えればいい。イメージは、アメリカの地域スポーツクラブ。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• これからの日本を背負っていく子どもたち（特に未就学児）にスポーツを通じてやればできるという体験を数多くさせて、困難に立ち向かう精神を培えるような事業を行ってほしい。</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• スポーツ少年団の拡充・支援など幼少期からスポーツに親しめるよう環境を整えてほしいと思います。（指導者等の育成も重要。）</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 子どもたちがいろいろなスポーツに取り組めるようにスポーツ少年団を充実させてほしいです。県や市からオリンピック選手が出るといいと思います。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 中学生の部活動などが地域スポーツになり、専門の指導者が指導してくれるようになればいい。学校現場は疲弊しているし、子どもたちも専門的な指導を受けられたほうが将来的にも伸びていくのではないかな。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ゲーム感覚（スマホを用いるような）で取り組めるイベントで子どもたちの興味を持たせながらのスポーツ。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 小中学生の優秀なスポーツ選手への助成制度。小中学生に対する各種スポーツ指導者の育成。各種スポーツ教室の充実</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 小学生であれば、校区内にこだわり過ぎないスポーツクラブ活動の推進。小、中共にシーズンごとに陸上、水泳、球技大会など学校対抗の競技会の開催をすることで自分が入っているクラブ以外の種目参加できるのではないかな。高校生、大学生の企画による市民スポーツ教室の開催、市や大人が考えていること、感じていることと違った考え方も見えてくると思う。以上のような取り組みを、子どもの未来のために活動することが、10年後20年後のスポーツ振興に繋がるのではないかなと思います</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 子どものスポーツ、外遊びを推進する。親の参加なしにスポーツができる場所がほしい。共働きの家庭では参加できないことが多い。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 子どもたちに、努力、喜び、悔しさ等、たくさんの経験をしてほしいので、スポーツの大会をもっと増やしてほしい。</li> </ul>

<p><b>■高齢者のスポーツ振興について</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 高齢者用の室内でのスポーツがあれば参加したい。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 高齢になると日々スポーツと縁遠くなる。時に他の人との関わりを持つ機会があればと思う。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 高齢者でも続けられるスポーツやコミュニティの開示と告知。（年金でも不安にならない程度がよいですが）日本の伝統やなつかしさを感じるスポーツや武道、仕事をしていて何も始められなかった人達が定年で始められる優しいスポーツを推進してほしい。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• もう少し小さな狭い範囲、自治体等で顔見知りの中で定期的に軽い運動を実施した方が参加しやすいのでは（高齢者）。スポーツしながら脳を動かすことにより認知症防止に繋がることから（コグニサイズ）体と頭の健康に繋げていってはどうかな。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 気軽に参加できるスポーツイベントを開いてほしいです。なかなかそういった機会がないので、年齢の高い人に向けたスポーツなどを紹介してほしいです。</li> </ul>

<b>■障がいのある方について</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・知的障害のある人が、公共スポーツ施設だけでなく民間の施設も利用（何か特別な処理で）できれば、（安くなるとか）。</li> <li>・元気で運動好きな人は自分でどんどんチャレンジしていけると思うので、運動が苦手な人や障害をもつ方や高齢の人に運動する機会をたくさん作ってあげて体を動かすことで体だけでなく心も楽しく健康になれる場を作ってあげて、みんなが一緒に元気に過せるといいです。</li> </ul>

<b>■行政への要望・意見</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツをしている、楽しんでいる方の要望に沿ったことを推進してほしい。</li> <li>・静岡のサッカー、能代のバスケのような何かに特化した強化をし、地域文化にまで浸透させる取組みで活性化してはどうか。（地方の田舎都市はスポーツでも特色を出して、人の注目を集めるべきと思う。）</li> <li>・各町のふれあいセンターを窓口として町民がスポーツができる場所、グラウンド等がないと地域スポーツは発展もせず、市民スポーツは向上しない。</li> <li>・子どものスポーツチーム、部活で全国大会に出場する場合、遠征費や荷物運搬費の補助がほしい。</li> <li>・小中学校の体育館を夜間利用するためのハードルを下げてほしい。1回のみ利用も可など。</li> </ul>

<b>■その他</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・将来プロとして生きてゆく人たち、例えば、野球、サッカー、相撲、ボクシング、ゴルフ、体育教師などの候補者を支援して、育てて送り出してくれる丸亀市であってほしい。また、プロになれない、選手になれない結果の人たちも一度はプロに選手に挑戦させてほしい。愛好者レベルの人たちも出番、居場所があればうれしいと思う。</li> <li>・歩きやすい場所が多いこと、またその他スポーツ等においてもより身近なものにすることが重要なのかなと感じています。スポーツ等の施設を充実させる以上に「これなら私でもできる」と思わせてくれる物があるといいのではと思います。</li> <li>・①勝敗を競って楽しむグループ。②健康と人々とのつながりの目的で楽しむグループ。と分けて考えていく方がよいかと思います。</li> <li>・スポーツに合った指導員（専門）の必要性。</li> <li>・ダンス（ヒップホップ）をスポーツとして推してほしい。</li> <li>・ゴルフにも取り組んでほしい。</li> <li>・高齢者、成人、小児等、対象者に合わせた場所と種目の選定。</li> <li>・自転車の貸し出しが（観光地、店等にあればいいなと思った。）加盟店のみで乗り降りできたら便利。</li> </ul>

## Ⅲ 結果の分析

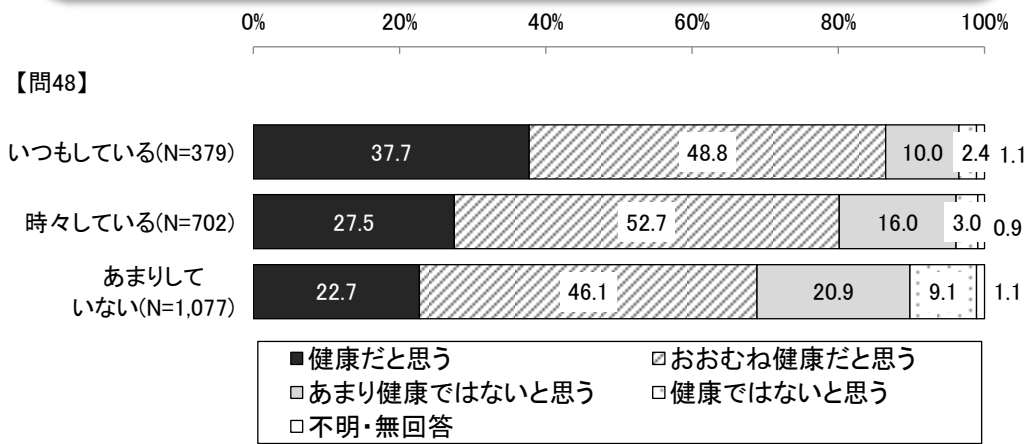
---

# 1 運動やスポーツの現状について

## ■運動やスポーツの実施状況と健康状態について（問 48×問 6）

日頃の運動やスポーツの実施状況で、『いつもしている』を選んだ方では、「健康だと思う」が37.7%と他の回答者よりも高くなっています。一方、『あまりしていない』を選んだ方では「あまり健康ではないと思う」と「健康ではないと思う」の合算値が30.0%と他の回答者よりも高くなっています。

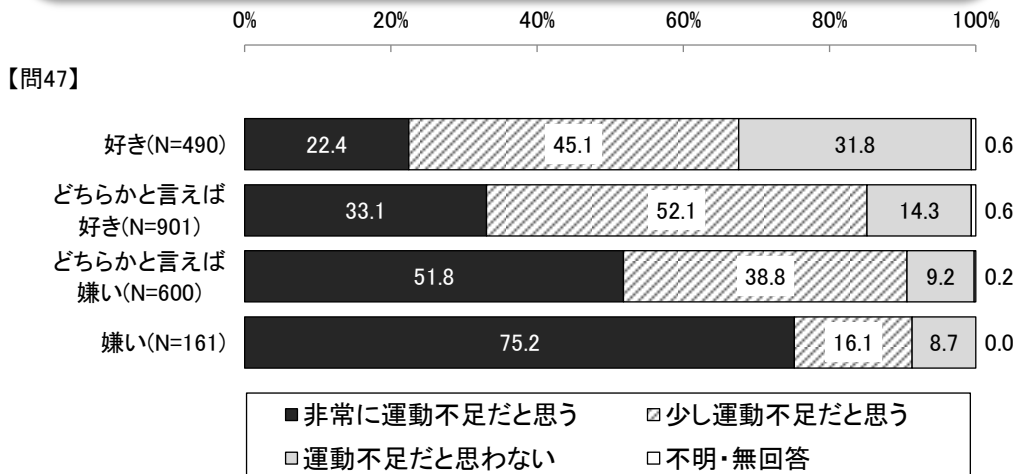
問 48「日頃から日常生活の中で健康の維持・増進のために意識的に身体を動かすなどの運動・スポーツをしていますか」×問 6「過去1年間の健康状態」



## ■運動やスポーツへの意識について（問 47×問 49）

身体を動かすことが、『嫌い』を選んだ方では、「非常に運動不足だと思う」が75.2%と他の回答者よりも高くなっています。一方、『好き』を選んだ方では「運動不足だと思わない」が31.8%と他の回答者よりも高くなっています。

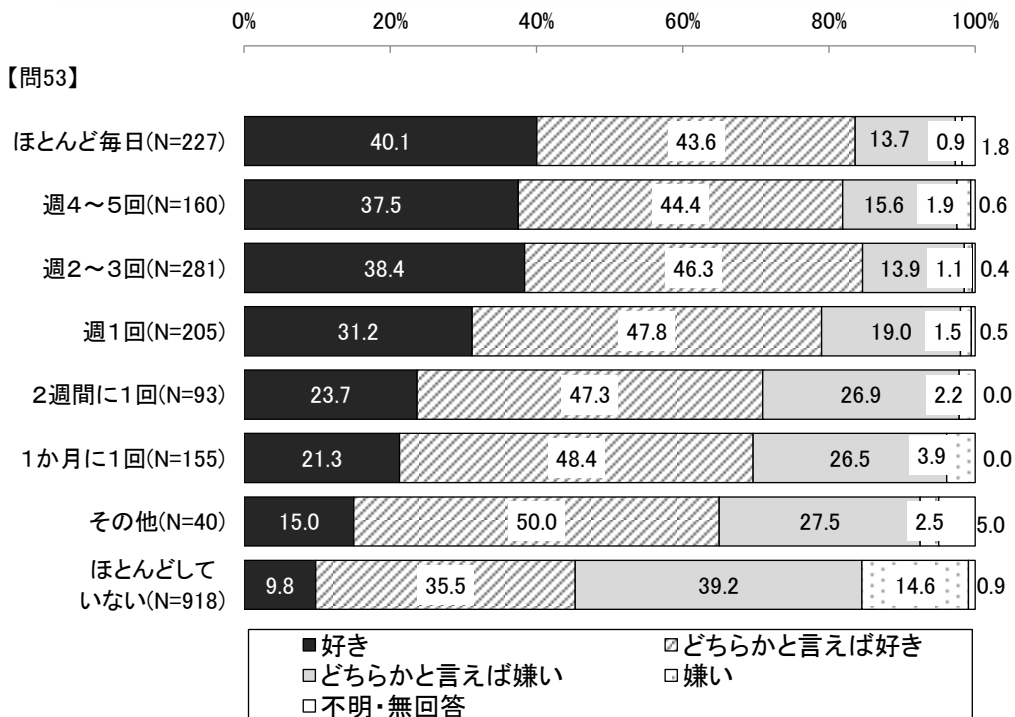
問 47「運動・スポーツなど身体を動かすことが好きですか」×問 49「運動不足だと思いませんか」



## ■運動やスポーツの実施状況と意識について（問 53×問 47）

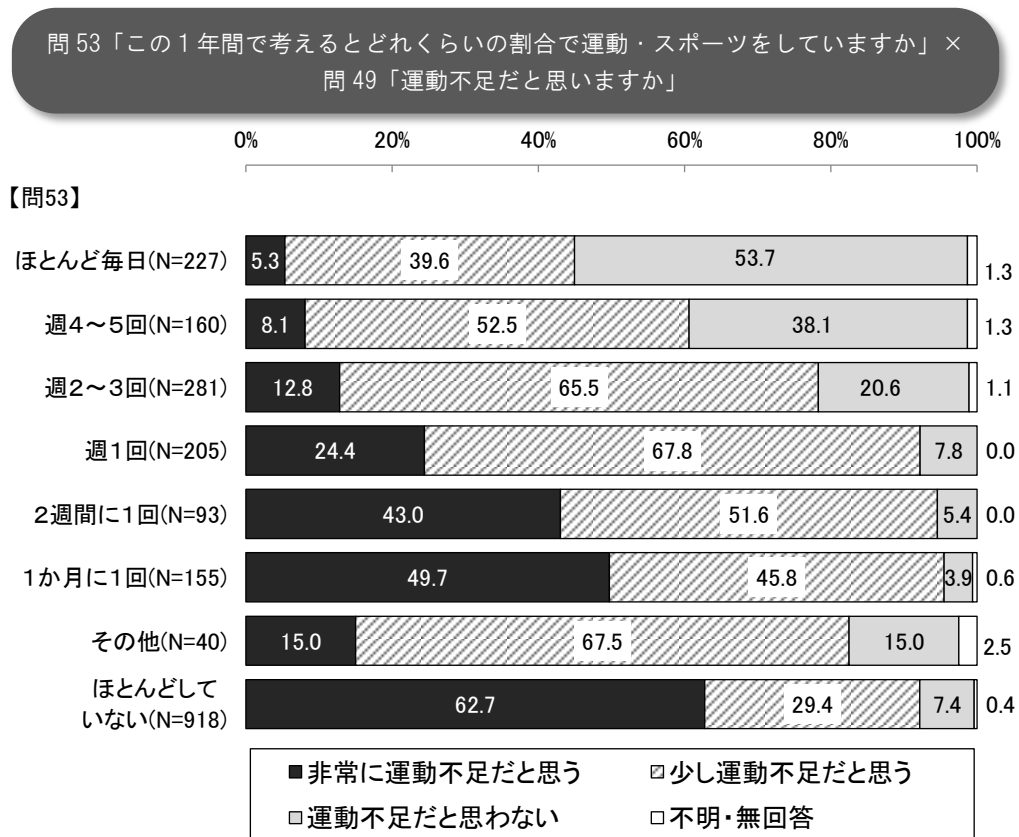
1年間の運動・スポーツの実施状況で、『ほとんど毎日』を選んだ方では、「好き」が40.1%と他の回答者よりも高くなっており、活動頻度が高い方ほど「好き」の割合が高くなっています。一方、活動頻度が低い方ほど「嫌い」の割合が高い傾向となっています。

問 53 「この1年間で考えるとどれくらいの割合で運動・スポーツをしていますか」 ×  
問 47 「運動・スポーツなど身体を動かすことが好きですか」



## ■運動やスポーツの実施状況と運動不足について（問 53×問 49）

1年間の運動・スポーツの実施状況で、『ほとんど毎日』を選んだ方では、「運動不足だと思わない」が53.7%と他の回答者よりも高くなっており、活動頻度が高い方ほど「運動不足だと思わない」の割合が高くなっています。一方、活動頻度が低い方ほど「非常に運動不足だと思う」の割合が高く『ほとんどしていない』を選んだ方では62.7%となっています。





## ■活動形態と運動やスポーツの実施状況について（問 56×問 53）

運動やスポーツの実施状況について、活動形態別にみると『家族で活動』『職場のクラブ・サークル』では、「1か月に1回」が最も高く、その他の活動形態では「週2～3回」が最も高くなっています。

問 56 「どのようにして運動・スポーツを行っていますか」 ×  
問 53 「この1年間で考えるとどれくらいの割合で運動・スポーツをしていますか」

上段:度数 下段:%	問53.この1年間で考えるとどれくらいの割合で運動・スポーツをしていますか									
	合計	ほとんど毎日	週4～5回	週2～3回	週1回	2週間に1回	1か月に1回	その他	ほとんどしていない	不明・無回答
個人で活動	766 100.0	169 22.1	112 14.6	186 <b>24.3</b>	125 16.3	65 8.5	95 12.4	14 1.8	-	-
家族で活動	166 100.0	28 16.9	16 9.6	32 19.3	28 16.9	19 11.4	42 <b>25.3</b>	1 0.6	-	-
仲間で作っているサークル・同好会	141 100.0	18 12.8	17 12.1	41 <b>29.1</b>	32 22.7	12 8.5	17 12.1	4 2.8	-	-
市や地域の大会や競技会	31 100.0	8 25.8	-	12 <b>38.7</b>	5 16.1	2 6.5	3 9.7	1 3.2	-	-
職場のクラブ・サークル	28 100.0	3 10.7	2 7.1	6 21.4	4 14.3	2 7.1	10 <b>35.7</b>	1 3.6	-	-
体力づくり教室等に参加	65 100.0	12 18.5	8 12.3	28 <b>43.1</b>	13 20.0	-	4 6.2	-	-	-
民間のスポーツクラブ	105 100.0	11 10.5	24 22.9	37 <b>35.2</b>	23 21.9	6 5.7	4 3.8	-	-	-
概ね市内の人が加入している地域のクラブ・サークル	59 100.0	9 15.3	8 13.6	23 <b>39.0</b>	13 22.0	1 1.7	3 5.1	2 3.4	-	-
その他	82 100.0	20 24.4	12 14.6	18 22.0	7 8.5	4 4.9	8 9.8	13 15.9	-	-

## ■運動やスポーツの満足度と実施状況について（問 57×問 53）

運動やスポーツの実施状況について、満足度別にみると『とても満足している』では「ほとんど毎日」、『どちらかと言えば満足している』では「週2～3回」、『どちらかと言えば満足していない』『満足していない』では「1か月に1回」が最も高くなっています。

問 57 「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」 ×  
問 53 「この1年間で考えるとどれくらいの割合で運動・スポーツをしていますか」

上段:度数 下段:%	問53.この1年間で考えるとどれくらいの割合で運動・スポーツをしていますか									
	合計	ほとんど毎日	週4～5回	週2～3回	週1回	2週間に1回	1か月に1回	その他	ほとんどしていない	不明・無回答
とても満足している	173 100.0	64 <b>37.0</b>	31 17.9	40 23.1	23 13.3	5 2.9	9 5.2	1 0.6	-	-
どちらかと言えば満足している	646 100.0	129 20.0	102 15.8	174 <b>26.9</b>	115 17.8	47 7.3	67 10.4	12 1.9	-	-
どちらかと言えば満足していない	222 100.0	20 9.0	20 9.0	49 22.1	43 19.4	26 11.7	53 <b>23.9</b>	11 5.0	-	-
満足していない	71 100.0	6 8.5	2 2.8	13 18.3	16 22.5	11 15.5	19 <b>26.8</b>	4 5.6	-	-

※表中の色分けについて

1位	太字
2位	

## ■運動やスポーツの活動形態と満足度について（問 56×問 57）

運動やスポーツの満足度について、活動形態別にみるといずれの活動形態も「どちらかと言えば満足している」が最も高くなっています。

問 56 「どのようにして運動・スポーツを行っていますか」 ×  
問 57 「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」

上段:度数 下段:%	問57.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					
	合計	とても満足している	どちらかと言えば満足している	どちらかと言えば満足していない	満足していない	不明・無回答
個人で活動	766 100.0	91 11.9	444 <b>58.0</b>	164 21.4	56 7.3	11 1.4
家族で活動	166 100.0	14 8.4	90 <b>54.2</b>	46 27.7	8 4.8	8 4.8
仲間で作っているサークル・同好会	141 100.0	30 21.3	92 <b>65.2</b>	16 11.3	1 0.7	2 1.4
市や地域の大会や競技会	31 100.0	11 35.5	15 <b>48.4</b>	3 9.7	-	2 6.5
職場のクラブ・サークル	28 100.0	5 17.9	15 <b>53.6</b>	7 25.0	1 3.6	-
体力づくり教室等に参加	65 100.0	18 27.7	34 <b>52.3</b>	12 18.5	-	1 1.5
民間のスポーツクラブ	105 100.0	34 32.4	54 <b>51.4</b>	13 12.4	4 3.8	-
概ね市内の人が加入している地域のクラブ・サークル	59 100.0	14 23.7	36 <b>61.0</b>	8 13.6	-	1 1.7
その他	82 100.0	15 18.3	39 <b>47.6</b>	18 22.0	5 6.1	5 6.1

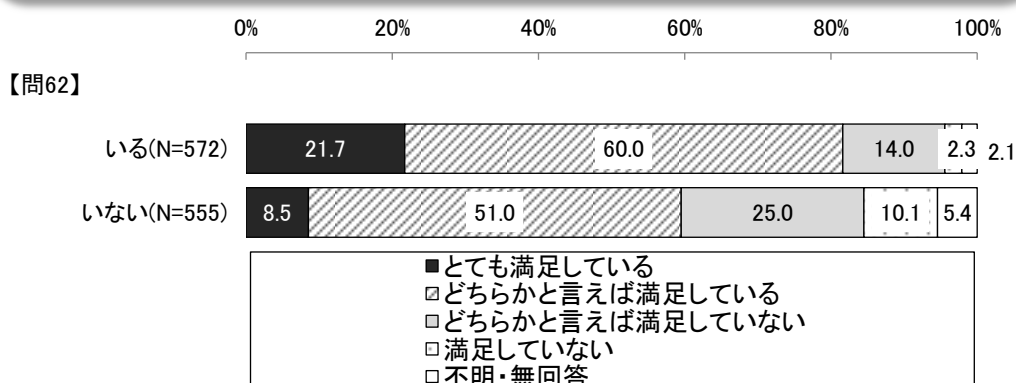
※表中の色分けについて

1位	太字
2位	

## ■運動やスポーツの満足度と活動仲間について（問 62×問 57）

運動やスポーツの満足度について、活動仲間が『いる』を選んだ方では、「とても満足している」が21.7%と『いない』を選んだ方より高くなっています。

問 62 「一緒に運動・スポーツする仲間がいますか」 ×  
問 57 「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」



## ■運動やスポーツの活動場所と満足度について（問 57×問 55）

運動やスポーツの満足度について、活動場所別にみるといずれの場所も「どちらかと言えば満足している」が最も高くなっています。

問 57 「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」 ×

問 55 「主にどこで運動・スポーツを行っていますか」

上段:度数 下段:%	問57.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					
	合計	とても満足 している	どちらかと 言えば満足 している	どちらかと 言えば満足 していない	満足してい ない	不明・無回 答
市内の公共スポーツ施設	157 100.0	30 19.1	95 <b>60.5</b>	22 14.0	4 2.5	6 3.8
市外の公共スポーツ施設	62 100.0	7 11.3	43 <b>69.4</b>	5 8.1	4 6.5	3 4.8
民間のスポーツ施設	160 100.0	45 28.1	87 <b>54.4</b>	21 13.1	6 3.8	1 0.6
学校体育施設	49 100.0	16 32.7	27 <b>55.1</b>	5 10.2	- -	1 2.0
自宅	450 100.0	51 11.3	239 <b>53.1</b>	111 24.7	35 7.8	14 3.1
市内のスポーツ施設以外の施設(公園や、ジョギング 等で道路・歩道を使用する場合も含む)	505 100.0	53 10.5	296 <b>58.6</b>	124 24.6	24 4.8	8 1.6
海・山・川	123 100.0	19 15.4	74 <b>60.2</b>	22 17.9	7 5.7	1 0.8
その他	109 100.0	18 16.5	63 <b>57.8</b>	15 13.8	8 7.3	5 4.6

※表中の色分けについて

1位	太字
2位	

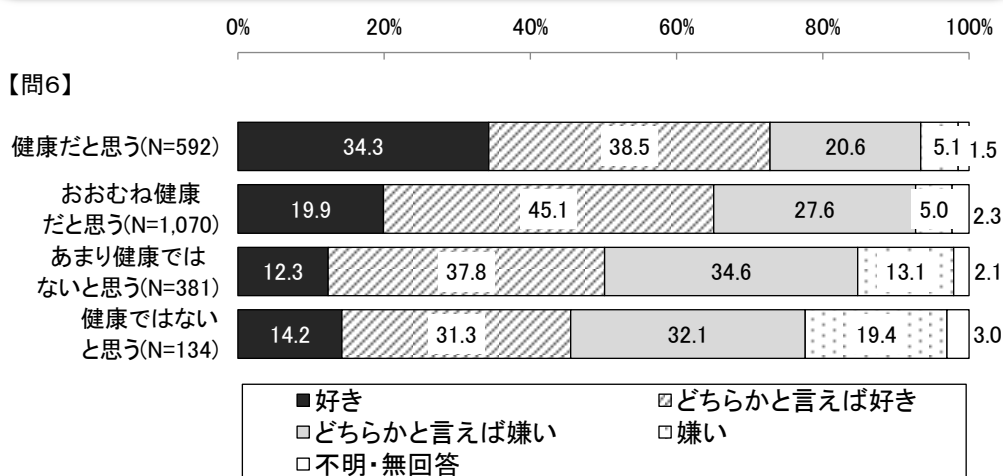
## 2 健康と運動の関わりについて

### ■健康状態と運動やスポーツへの意識について（問6×問47、問49）

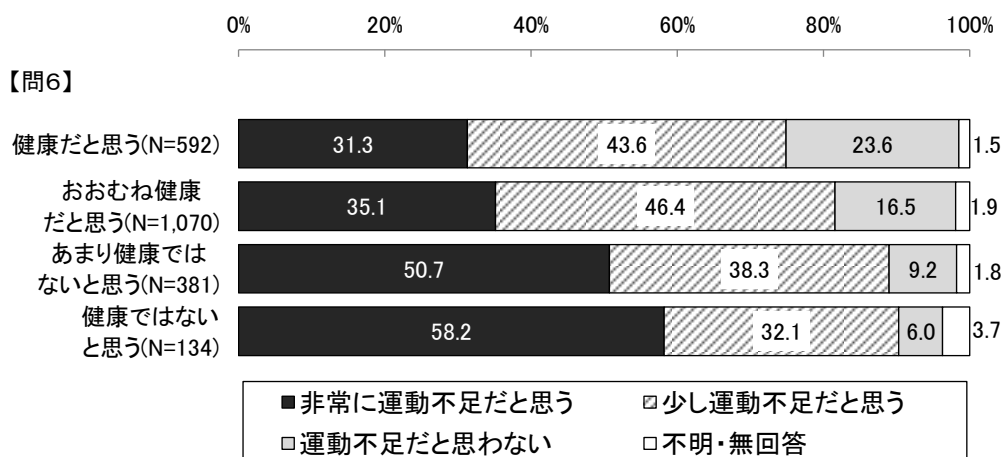
健康状態で『健康だと思う』を選んだ方ほど、運動・スポーツなど身体を動かすことが「好き」の割合が高い傾向にあります。

運動不足だと思うかどうかについても、『健康だと思う』と答えた方ほど、「運動不足だと思わない」の割合が高くなっています。

問6「過去1年間の健康状態について」×  
問47「運動・スポーツなど身体を動かすことが好きですか」



問6「過去1年間の健康状態について」×問49「運動不足だと思いますか」



## 健康づくりの意識と運動やスポーツの実施状況について（問 11×問 53）

健康づくりの意識について、運動やスポーツの実施状況別にみると、『十分意識している』を選んだ方では運動・スポーツを「ほとんど毎日」している割合が他の回答者よりも高くなっています。

問 11 「自分の健康をよりよくすることを普段から意識していますか」 ×  
問 53 「この 1 年間で考えるとどれくらいの割合で運動・スポーツをしていますか」

上段:度数 下段:%	問53.この1年間で考えるとどれくらいの割合で運動・スポーツをしていますか									
	合計	ほとんど毎日	週4~5回	週2~3回	週1回	2週間に1回	1か月に1回	その他	ほとんどしていない	不明・無回答
十分意識している	658 100.0	144 21.9	83 12.6	118 17.9	59 9.0	19 2.9	23 3.5	16 2.4	151 22.9	45 6.8
時々意識している	1170 100.0	72 6.2	72 6.2	148 12.6	126 10.8	65 5.6	114 9.7	22 1.9	504 43.1	47 4.0
あまり意識していない	345 100.0	10 2.9	3 0.9	14 4.1	18 5.2	9 2.6	16 4.6	2 0.6	248 71.9	25 7.2

※表中の色分けについて

1位	太字
2位	

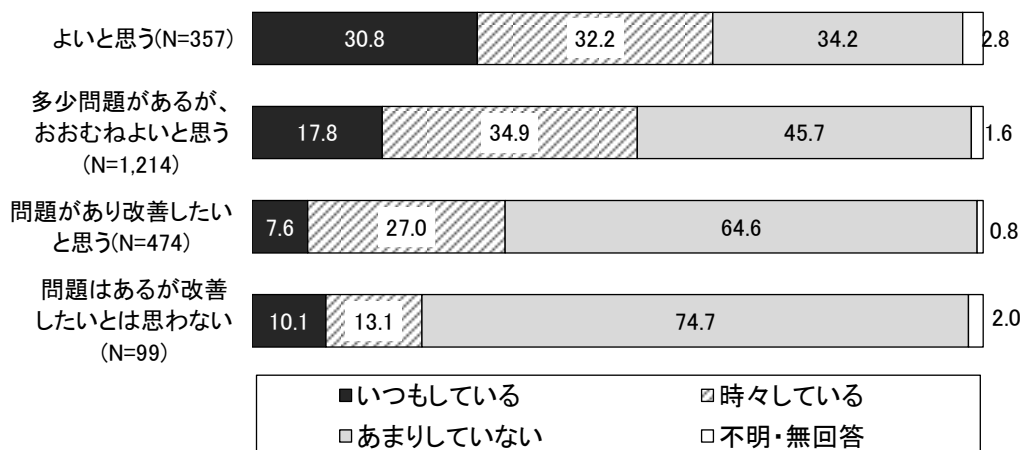
## 食生活と運動意識について（問 20×問 48）

食生活について『よいと思う』を選んだ方では、日頃から運動・スポーツを「いつもしている」割合が他の回答者よりも高くなっています。

問 20 「自分の食生活をどう思いますか」 ×  
問 48 「日頃から日常生活の中で健康の維持・増進のために意識的に身体を動かすなどの運動・スポーツをしていますか」

0% 20% 40% 60% 80% 100%

【問20】



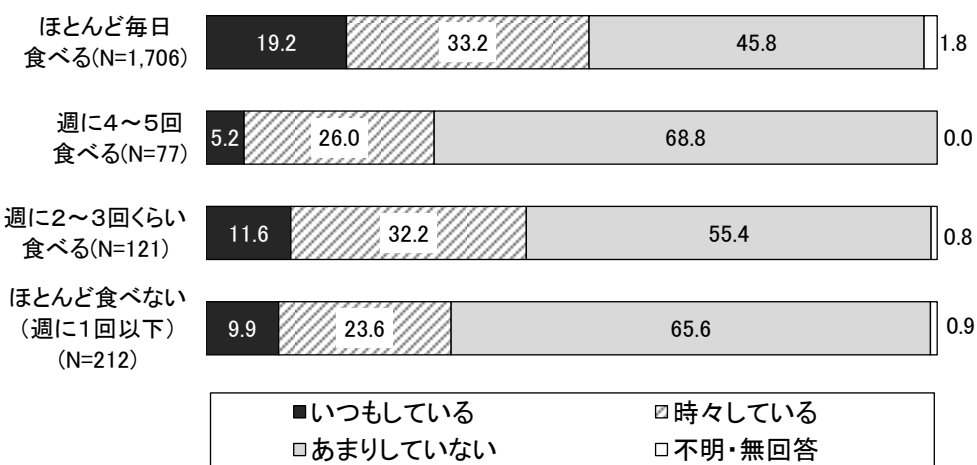
## ■朝食と運動意識について（問 26×問 48）

朝食を『ほとんど毎日食べる』を選んだ方では、日頃から運動・スポーツを「いつもしている」割合が他の回答者よりも高くなっています。

問 26 「朝食を食べていますか」 ×  
 問 48 「日頃から日常生活の中で健康の維持・増進のために意識的に身体を動かすなどの運動・スポーツをしていますか」

0% 20% 40% 60% 80% 100%

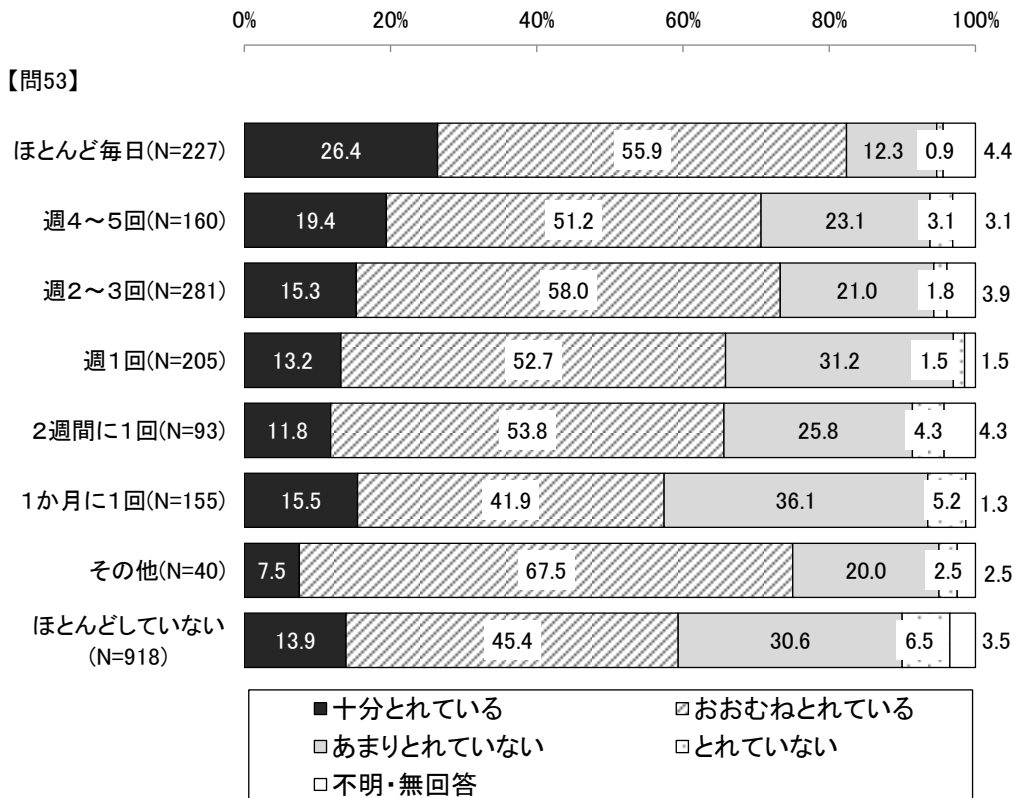
### 【問26】



## ■睡眠と運動実施頻度について（問 53×問 36）

運動やスポーツを『ほとんど毎日』している方では、普段の睡眠で疲れが「十分とれている」の割合が他の回答者よりも高くなっています。

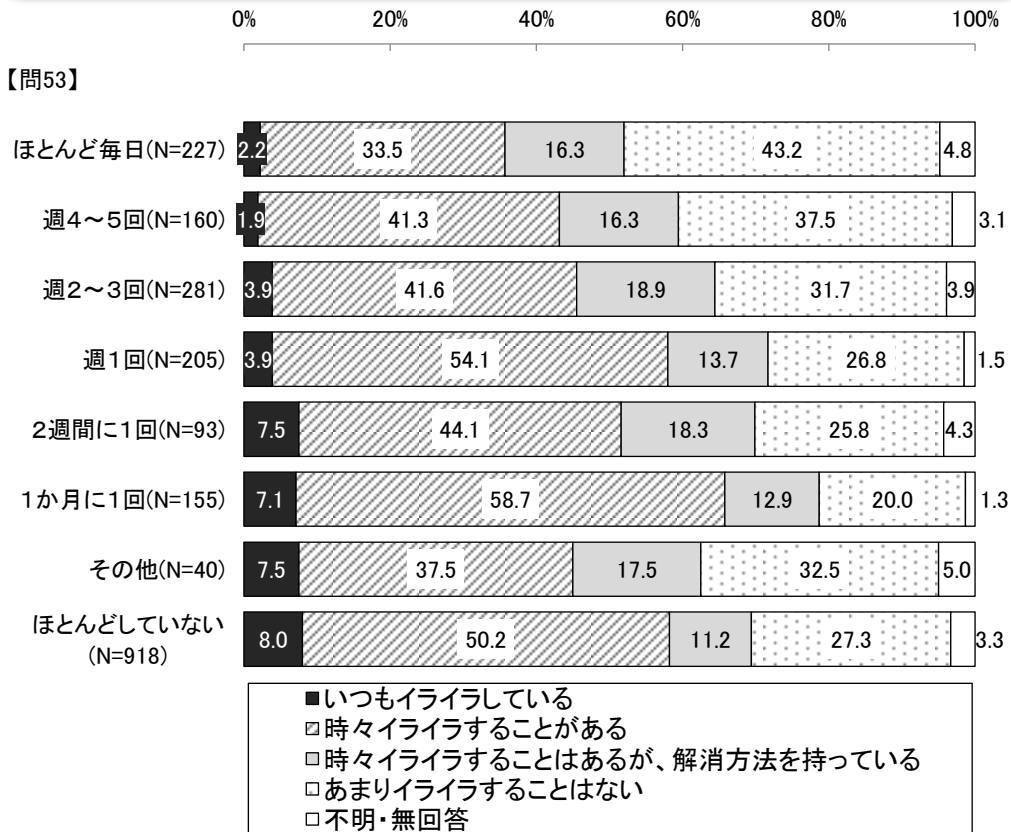
問 53 「この1年間で考えるとどれくらいの割合で運動・スポーツをしていますか」 ×  
問 36 「普段の睡眠で疲れがとれていますか」



## ■イライラと運動実施頻度について（問 53×問 37）

運動やスポーツを『ほとんど毎日』している方では、普段「あまりイライラすることはない」の割合が他の回答者よりも高くなっています。

問 53 「この1年間で考えるとどれくらいの割合で運動・スポーツをしていますか」 ×  
問 37 「普段、イライラとしていますか」

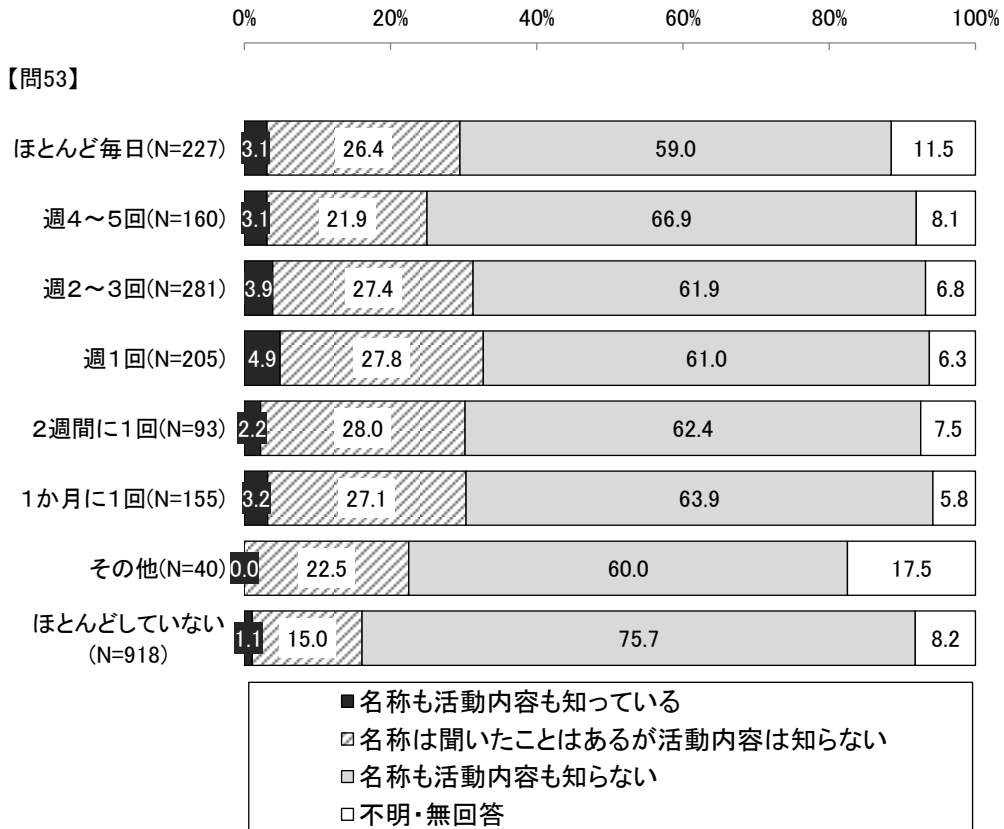




## ■運動やスポーツの実施頻度とスポーツ推進委員の認知度について（問 53×問 74）

運動やスポーツの実施頻度を問わず、スポーツ推進委員の認知度について「名称も活動内容も知らない」が最も高くなっています。

問 53 「この1年間で考えるとどれくらいの割合で運動・スポーツをしていますか」 ×  
問 74 「スポーツ推進委員の名称や活動内容をご存知ですか」



## IV 資料編

---

## 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 ご協力をお願い

市民の皆さまには、日頃から丸亀市の保健事業・スポーツ振興事業にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

丸亀市では、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「健康のまちづくり」に取り組むとともに、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、平成29年3月に「第2次丸亀市健康増進計画」、「第2次丸亀市スポーツ振興ビジョン」を策定しています。

このたび、更なる健康増進・スポーツ振興を進めていくため計画の評価・見直しを行うこととなりました。

この調査は、丸亀市にお住まいの方から無作為に抽出した5,000名を対象にご意見をいただくが、計画策定の基礎資料とするために実施するものです。

この調査に関しましては、統計・計画以外の目的に使用することはありません。個人情報保護法の規定にもとづくプライバシーの保護に万全を期しておりますので、趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

また、新型コロナウイルス感染症対策として、外出自粛期間がありましたが、本アンケート調査については、外出自粛以前の生活状況を基準として回答してください。

令和2年10月  
丸亀市長 梶 正治

### ご記入にあたってのお願い

- この調査票には、**お名前・ご住所を記入しないでください。**
- 調査票には、宛名の本人がお答えください。本人の記入が難しい場合は、家族の方などが本人の立場で、意思を反映してご記入をお願いします。
- お答えは、あてはまる回答の番号に○を付けてください。また、記入欄については、その内容をご記入ください。
- ご記入いただきました調査票は、三つ折りにして同封の返信用封筒（切手は不要です）に入れて、**10月30日（金）まで**に、ポストに投函してください。
- ご回答いただく上でご不明な点等、調査に関するお問い合わせがございましたら、末尾の「お問い合わせ先」までお願いします。

丸亀市健康増進計画「健やか まるがめ21」  
マスコットキャラクター元亀（げんき）くん



## 1. あなた自身のことについて

問1 あなたの性別は（○は1つ）

1. 男性  2. 女性

※男女の考え方や取り組みなどを比較するために性別をおたずねしますが、記入は任意です。

問2 あなたの年齢は（令和2年10月1日現在）

歳

問3 あなたのお住まいの地区コミュニティはどこですか（○は1つ）

- |       |        |           |
|-------|--------|-----------|
| 1. 城北 | 7. 飯野  | 13. 栗熊    |
| 2. 城西 | 8. 川西  | 14. 岡田    |
| 3. 城乾 | 9. 郡家  | 15. 富熊    |
| 4. 城坤 | 10. 垂水 | 16. 飯山南   |
| 5. 城南 | 11. 本島 | 17. 飯山北   |
| 6. 土器 | 12. 広島 | 18. 分からない |

※コミュニティ名が分からない場合は郵便番号を記載してください ↓

-

問4 あなたの職業は何ですか（○は1つ）

- |               |                                |
|---------------|--------------------------------|
| 1. 会社員        | 6. 学生                          |
| 2. 公務員        | 7. 専業主婦・主夫                     |
| 3. 自営業        | 8. 無職                          |
| 4. 農林水産業      | 9. その他（ <input type="text"/> ） |
| 5. パート・アルバイト等 |                                |

問5 一緒に住んでいるご家族はあなたを含めて何人ですか（○は1つ）

1. 1人  2. 2人  3. 3人  4. 4人以上

問6 過去1年間のあなたの健康状態についてどう思いますか（○は1つ）

- |               |                 |
|---------------|-----------------|
| 1. 健康だと思う     | 3. あまり健康ではないと思う |
| 2. おおむね健康だと思う | 4. 健康ではないと思う    |



問 19 以下の言葉について知っていますか (①、②それぞれ○は1つ)

①COPD (慢性閉塞性肺疾患)	1. 言葉も内容も知っている 2. 言葉は知っているが内容は知らない 3. 言葉を知らない
②HbA1c (ヘモグロビンエー ワンシー)	1. 言葉も内容も知っている 2. 言葉は知っているが内容は知らない 3. 言葉を知らない

**【COPD (慢性閉塞性肺疾患)】**

長期の喫煙によってもたらされる肺の炎症性疾患で、せき、たん、息切れの症状が見られ、ゆっくりと呼吸障害が進行します。

**【HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー)】**

糖尿病を診断する指標のひとつで、1~2か月前の血液中のブドウ糖の状態(血糖値)をあらわします。数値が高いほど、糖尿病が疑われます。

### 3. 食生活について

問 20 自分の食生活をどう思いますか (○は1つ)

1. よいと思う	3. 問題があり改善したいと思う
2. 多少問題があるが、おおむねよいと思う	4. 問題はあるが改善したいとは思わない

問 21 食生活の問題点はどのようなものですか (あてはまるものすべてに○)

1. 食事のバランスが悪い	5. 市販の惣菜、弁当、外食が多い
2. 欠食がある	6. 食事の時間が不規則
3. 間食が多い	7. その他( )
4. 食べすぎてしまう	8. なし

問 22 1日に1回以上誰か(家族、友人、知人など)と一緒に食事をすることがあります。ある場合はどのくらいの頻度で一緒に食事をしますか (○は1つ)

1. ほとんど毎日一緒に食べる	3. 週に1~2回くらい一緒に食べる
2. 2日に1回くらい一緒に食べる	4. ほとんどない

問 23 食事で、主食、主菜、副菜の3種類をそろえて食べるようにしていますか (○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

【主食】：ごはん、パン、うどんなど

【副菜】：野菜、きのこ、いも、海藻料理など

【主菜】：肉、魚、卵、大豆料理など



問 24 1日に何皿副菜(野菜たっぷりの汁、おひたし、サラダなど)を食べますか (○は1つ)

1. 5皿以上食べる	3. 1~2皿食べる
2. 3~4皿食べる	4. ほとんど食べない

問 25 旬の野菜を食べるようにしていますか (○は1つ)

1. している	3. していない
2. 時々している	

問 26 朝食を食べていますか (○は1つ)

1. ほとんど毎日食べる	3. 週に2~3回くらい食べる
2. 週に4~5回食べる	4. ほとんど食べない(週に1回以下)

問 27 朝食で副菜(野菜たっぷりの汁、おひたし、サラダなど)として野菜を食べますか (○は1つ)

1. ほとんど毎日食べる	3. 週に2~3回くらい食べる
2. 週に4~5回食べる	4. ほとんど食べない(週に1回以下)

問 28 ご自分を朝食いだと思えますか (○は1つ)

1. 朝食いだと思う	3. 朝食いではないと思う
2. どちらともいえない	

問 29 週に何日くらいお酒やビールやワインなどのアルコール類を飲みますか (○は1つ)

1. 毎日	6. やめた(1年以上やめている)
2. 週5~6日	7. ほとんど飲まない(飲めない)
3. 週3~4日	
4. 週1~2日	
5. 月に1~3日	

(問 29 で 1 から 5 のいずれかを回答した方にお聞きします)

問 30 お酒を飲む日は1日あたり、日本酒に換算すると、どれくらいの量を飲みますか (○は1つ)

1. 1合(180ml)未滿	4. 3~4合(720ml)未滿
2. 1~2合(360ml)未滿	5. 4~5合(900ml)未滿
3. 2~3合(540ml)未滿	6. 5合(900ml)以上

【参考】日本酒1合を換算すると・・・

ビール・発泡酒・チューハイ：500ml 缶1本

ウイスキー：60ml (ダブル1杯程度)

焼酎：150ml (コップ半分程度)

ワイン：240ml (グラス2杯程度)

## 問31 「食育」について知っていますか（○は1つ）

- |                     |            |
|---------------------|------------|
| 1. 言葉も内容も知っている      | 3. 言葉を知らない |
| 2. 言葉は知っているが内容は知らない |            |

【食育】 「食」をめぐるさまざまな問題の解決をめざした取り組みのことです。さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活が実践できる人間を育てることとして、食育の推進が求められています。



## 問32 「食育」に関心がありますか（○は1つ）

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1. 関心がある         | 3. どちらかといえば関心がない |
| 2. どちらかといえば関心がある | 4. 関心がない         |

## 4. 歯と口腔の健康について

## 問33 普段、歯をみがいていますか（○は1つ）

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. 1日3回以上みがく | 4. みがかない日もある |
| 2. 1日2回みがく   | 5. みがかない     |
| 3. 1日1回みがく   |              |

## 問34 定期的に歯科健診を受けていますか（○は1つ）

- |                |               |
|----------------|---------------|
| 1. 数か月に一度受けている | 3. 数年に一度受けている |
| 2. 1年に一度受けている  | 4. 受けていない     |

## 問35 かかりつけ歯科医院がありますか（○は1つ）

- |       |       |
|-------|-------|
| 1. ある | 2. ない |
|-------|-------|

## 5. 生きがい・休養について

## 問36 普段の睡眠で疲れがとれていますか（○は1つ）

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. 十分とれている   | 3. あまりとれていない |
| 2. おおむねとれている | 4. とれていない    |

## 問37 普段、イライラしていますか（○は1つ）

- |                              |                   |
|------------------------------|-------------------|
| 1. いつもイライラしている               | 4. あまりイライラすることはない |
| 2. 時々イライラすることがある             |                   |
| 3. 時々イライラすることはあるが、解消方法を持っている |                   |

## 問38 この1か月間にストレスを感じたことがありますか（○は1つ）

- |            |             |
|------------|-------------|
| 1. ほぼ毎日感じる | 3. あまり感じない  |
| 2. 時々感じる   | 4. ほとんど感じない |

## 問39 ストレスを感じたときの対処法（解消方法）を持っていますか（○は1つ）

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

## 問40 悩みがある時に相談する人や場所がありますか（○は1つ）

- |                           |
|---------------------------|
| 1. 相談する人や場所がある            |
| 2. 相談する人や場所はあるが、相談したことがない |
| 3. 相談する人や場所はない            |

## 問41 生きがいを持っていますか（○は1つ）

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

## 問42 ゲートキーパーを知っていますか（○は1つ）

- |                     |            |
|---------------------|------------|
| 1. 言葉も内容も知っている      | 3. 言葉を知らない |
| 2. 言葉は知っているが内容は知らない |            |

## 【ゲートキーパー】

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。

## 6. 地域・環境について

## 問43 会や組織（ボランティアのグループ、市民運動・消費者運動、スポーツ関係のグループやクラブ、趣味の会など）に参加していますか（○は1つ）

- |                   |            |
|-------------------|------------|
| 1. 1つの会または組織に参加   | 3. 参加していない |
| 2. 2つ以上の会または組織に参加 |            |

## 問44 普段、隣近所の人とつきあいがありますか（○は1つ）

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. 日頃お互いの家を行き来するつきあい | 4. 顔は知っているが話したことはない |
| 2. 時々、外で立ち話をする程度     | 5. ほとんど顔も知らない       |
| 3. 顔をあわせればあいさつをする程度  | 6. その他（ ）           |

問 45 自分と地域のつながりが強いほうだと思いますか (○は1つ)

1. 思う	3. あまり思わない
2. 時々思う	4. 全く思わない

問 46 丸亀市が行っている以下の取り組みを知っていますか (①、②それぞれ○は1つ)

①「毎月10日は健幸の日」	1. 言葉も内容も知っている 2. 言葉は知っているが内容は知らない 3. 言葉を知らない
②「健幸10か条」	1. 言葉も内容も知っている 2. 言葉は知っているが内容は知らない 3. 言葉を知らない

けんこう  
毎月10日は **健幸の日**

丸亀市では、  
みなさんの健康づくりに取り組む  
「きっかけ」となるよう、  
健幸の日を設定しています

健幸10か条 ……10か条続けて健康10(寿)命を延ばそう!

1 (い) つもよりのんびりする日  
～体を休めてリフレッシュ  
してみましょう～

2 (二) コチンStopの日  
～今日はたばこを  
忘れてみましょう～

3 食3つの器で食べる日  
～バランスよく食べましょう～

4 (事) 故から身を守る日  
～交通ルールを守りましょう～  
～感染症から身を守りましょう～

5 (ご) はんを楽しむ日  
～だれかと一緒に会話をしながら  
食事をしましょう～

6 (無) 理なく体を動かす日  
～自分のできる範囲で  
体を動かしましょう～

7 (仲) 良くつながる日  
～地域や人とのつながりを  
大切にしましょう～

8 (歯) みがきを忘れない日  
～いつもより念入りに、  
忘れず歯みがきを～

9 (休) 肝日をとる日  
～楽しいお酒も  
休肝日を忘れずに～

10 (受) 診する日  
～健康診断で自分の体を  
チェックしましょう～

## 7. 運動・スポーツについて

問 47 運動・スポーツなど身体を動かすことが好きですか (○は1つ)

1. 好き	3. どちらかと言えば嫌い
2. どちらかと言えば好き	4. 嫌い

問 48 日頃から日常生活の中で健康の維持・増進のために意識的に身体を動かすなどの運動・スポーツをしていますか (○は1つ)

1. いつもしている	3. あまりしていない
2. 時々している	

問 49 運動不足だと思いますか (○は1つ)

1. 非常に運動不足だと思う	3. 運動不足だと思わない
2. 少し運動不足だと思う	

問 50 1日合計30分以上の運動・スポーツを週1～2回以上行っていますか (○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

(問50で1と回答した方にお聞きします)

問 51 運動・スポーツは1年以上続いていますか (○は1つ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問 52 1日に合計何分歩いていますか。または、何歩歩いていますか (数字を記入)  
※生活の中(家事・仕事など)での移動時間も含まれます

1日に ( ) 分 または1日に ( ) 歩

※10分歩いた場合=約1,000歩=約600～700m  
例) 1日に買い物10分+駐車場までの移動5分=合計15分歩く

問 53 この1年間で考えるとどれくらいの割合で運動・スポーツをしていますか (○は1つ)

1. ほとんど毎日	5. 2週間に1回
2. 週4～5回	6. 1か月に1回
3. 週2～3回	7. その他 ( )
4. 週1回	8. ほとんどしていない

問53で8と回答した方は問60へ進んでください。

## 問 54 運動・スポーツをする目的は何ですか (○は3つまで)

- |                       |                |
|-----------------------|----------------|
| 1. 運動やスポーツをすることが好きだから | 5. ストレス解消・気分転換 |
| 2. 技術の向上              | 6. ダイエット・肥満解消  |
| 3. 健康の維持・増進           | 7. 仲間との親睦      |
| 4. 心身の鍛錬              | 8. その他 ( )     |

## 問 55 主にどこで運動・スポーツを行っていますか (○は3つまで)

- |                |   |
|----------------|---|
| 1. 市内の公共スポーツ施設 | 6. 市内のスポーツ施設以外の施設<br>(公園や、ジョギング等で道路・歩道<br>を使用する場合も含む) |
| 2. 市外の公共スポーツ施設 |   |
| 3. 民間のスポーツ施設   |   |
| 4. 学校体育施設      | 7. 海・山・川  |
| 5. 自宅          | 8. その他 ( )  |

## 問 56 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)

- |                     |                                 |
|---------------------|---------------------------------|
| 1. 個人で活動            | 6. 体力づくり教室等に参加                  |
| 2. 家族で活動            | 7. 民間のスポーツクラブ                   |
| 3. 仲間で作っているサークル・同好会 | 8. 概ね市内の人が加入している地域の<br>クラブ・サークル |
| 4. 市や地域の大会や競技会      | 9. その他 ( )                      |
| 5. 職場のクラブ・サークル      |                                 |

## 問 57 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)

- |                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| 1. とても満足している      | 3. どちらかと言えば満足していない |
| 2. どちらかと言えば満足している | 4. 満足していない         |

(問 57 で 3、4 と回答した方にお聞きします)

## 問 58 満足していない理由は何ですか (○は3つまで)

- |              |                 |
|--------------|-----------------|
| 1. 施設が少ない    | 7. スポーツ情報が入手困難  |
| 2. 施設利用時間が短い | 8. 指導者の指導内容     |
| 3. 施設まで遠い    | 9. 十分な時間が取れない   |
| 4. 施設の設定が不十分 | 10. 人間関係がわずらわしい |
| 5. 利用料金が高い   | 11. その他 ( )     |
| 6. 指導者の人数不足  |                 |

## 問 59 日頃行っている運動・スポーツは何ですか、また今後行いたい運動・スポーツは何ですか (【A】 【B】それぞれ、あてはまるものすべてに○)

	【A】 現在行っている 運動・スポーツ	【B】 今後行いたい 運動・スポーツ
1. ウォーキング・散歩	1	2
2. ジョギング	1	2
3. ストレッチ・ヨガ・体操	1	2
4. 筋力トレーニング	1	2
5. スポーツジム (室内運動器具を使ってする 運動)	1	2
6. 上記以外の各種スポーツ (バドミントン・ 卓球・バレーボール・テニス・水泳など)	1	2
7. 通勤等で歩く・自転車	1	2
8. その他 ( )	1	2

(問 53 で 8 と回答した方にお聞きします)

## 問 60 運動・スポーツをしていない理由は何ですか (○は3つまで)

- |                |             |                             |
|----------------|-------------|-----------------------------|
| 1. 仕事が忙しい      | 7. きっかけがない  | 13. 家事 (育児・介護等を含<br>む) が忙しい |
| 2. 好きではない      | 8. 仲間がいない   | 14. 家族の理解が得られない             |
| 3. 運動が苦手       | 9. ケガが怖い    | 15. 他にやりたいことがある             |
| 4. 身近に場所や施設がない | 10. 体が弱い    | 16. その他                     |
| 5. お金がかかる      | 11. 情報が無い   |                             |
| 6. 自分に合うクラブがない | 12. 指導者がいない | ( )                         |

## 問 61 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)

- |          |         |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

## 問 62 一緒に運動・スポーツする仲間がいますか (○は1つ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. いる | 2. いない |
|-------|--------|

## 問 63 ロコモティブシンドローム (運動器症候群) を知っていますか (○は1つ)

- |                     |            |
|---------------------|------------|
| 1. 言葉も内容も知っている      | 3. 言葉を知らない |
| 2. 言葉は知っているが内容は知らない |            |

【ロコモティブシンドローム (運動器症候群)】

骨、関節、筋肉などが衰えて1人で立ったり歩いたりすることが困難になること、あるいはそうなる可能性が高い状態のことで、略して「ロコモ」と呼ばれています。







**丸亀市スポーツ振興ビジョンにかかる  
アンケート調査【報告書】**

令和3年3月 策定

発行：丸亀市 市民生活部 スポーツ推進課

〒763-0053

丸亀市金倉町 924 番地 1（丸亀市民体育館）

電話：0877-24-1392 FAX:0877-24-1309