

# 運動・スポーツに関するアンケート調査結果報告書【概要版】

令和6年4月 鎌倉市

## I. 調査の概要

本調査は、鎌倉市スポーツ振興基本計画の改定にあたり、市民の運動・スポーツの実施状況や今後のスポーツの振興のあり方などに対する市民の意見等を把握することを目的に実施したものです。

### (1) 調査対象

令和5年11月1日現在、鎌倉市在住の18歳以上の市民2000人（無作為抽出）

### (2) アンケート期間

令和6年1月25日～2月8日

### (3) 調査方法

- ・郵送にて調査票を配布（依頼文面にWEB上のアンケート回答フォームのURL、二次元バーコード等を記載）
- ・回答は調査票への記入・郵送回答、WEB回答フォームによる回答を併用

### (4) 回答状況

配布	回収			回収率
	回収数	うち 郵送回答	うち WEB回答	
配布数				
2,000	815	591	224	40.8%

## II. 主な調査結果

### 【運動・スポーツの実施状況について】

- この1年間に運動やスポーツを行ったことがあると回答した人は69.3%で、さらに1日30分以上の運動・スポーツを週1日以上やっている人の割合は47.4%となっています。前回の調査（平成26年度）で1日30分以上の運動・スポーツを週1日以上やっている人の割合は46.4%であり微増にとどまっています。
- この1年間に行った運動・スポーツの上位5種目は次のとおりです。

ウォーキング・散歩（ペットの散歩を含む）	50.7%
ストレッチ・筋力トレーニング・ヨガなど	32.8%
自転車・サイクリング	12.8%
アウトドアスポーツ	11.4%
ジョギング・ランニング	10.9%

- 運動・スポーツを行った理由は、「健康・体力づくり」が最も多く、次いで「楽しみ・気晴らし・気分転換」、「運動不足の解消」と続いています。健康づくりや気分転換、運動不足の解消など心身の健康のためにスポーツ・運動を行っている人が多く見られます。
- 運動・スポーツを一緒に行う人についての問いでは、自分ひとりで行っている人が63.7%と最も高くなっています。
- 運動・スポーツを行った場所は、「野外（山、川、海、街路など）」が最も高く、次いで「民間スポーツ施設」、「自宅」となっています。
- この1年間に運動やスポーツを行わなかったと回答した人（29.7%）について、その理由を尋ねたところ、「仕事・家事が忙しいから」が42.6%と最も高くなっています。特に30歳代では93.1%の方が「仕事・家事が忙しいから」と回答しています。  
年齢層が上がるにつれ、「病気・ケガ」「体力・健康」を理由に運動・スポーツをやらない傾向が高くなっています。
- 今後行ってみたい運動・スポーツの上位5種目は次のとおりです。

ストレッチ・筋力トレーニング・ヨガなど	22.3%
ウォーキング・散歩（ペットの散歩を含む）	17.4%
水泳・水中運動	12.9%
アウトドアスポーツ	11.0%
マリンスポーツ	7.5%

## 【スポーツとの関わり方について】

- 鎌倉市主催のスポーツイベントなどへの参加状況については、「参加したことがある」が18.9%、「参加したことがない」が80.0%となっています。参加したことがある人は前回調査の26.4%に比べて減少していますが、新型コロナウイルス感染症の拡大を受け、一定の間、イベントなどの開催が行われていなかったことなどがその背景にあると考えられます。
- 過去にスポーツ利用をしたことがある施設については、「こもれび山崎温水プール」が27.1%で最も高くなっており、次いで「鎌倉海浜公園水泳プール」が18.3%、「鎌倉体育館」が15.2%と続いています。なお、「利用したことがない」という回答も3分の1（36.7%）を超えています。
- 新型コロナウイルス感染症の影響を受けて運動・スポーツ習慣の変化があった人は34.6%、変化がなかった人は61.6%となっています。変化があったと回答した人の半数（50.0%）が、コロナ感染症の5類感染移行後も、運動・スポーツ習慣がコロナ前の状況には戻っていないと回答しています。
- スポーツボランティア活動を行ったことがある人は11.8%、8割以上の方が「ない」と回答して

います。

○スポーツボランティア活動に参加する上での動機づけについては、「好きなスポーツの普及・支援」、「社会貢献・地域貢献」、「出会い・交流の場」などの回答が多くなっています。

### 【「みる」スポーツについて】

○スポーツ観戦（試合・競技会・練習など。テレビでの観戦は除く。）の頻度について尋ねたところ、「ほとんど観戦しない人」が57.1%、次いで「年に数日程度」という人が20.4%となっています。よく観戦されているスポーツは、「野球」、「サッカー」と回答した人が非常に多く見られます。

### 【パラスポーツについて】

- パラスポーツへの関わりについては90%以上の人が「関わったことがない」と回答しています。パラスポーツを支援する活動を行ったことがある人は1.6%と、極めて低い回答状況になっています。
- 東京2020パラリンピック等をきっかけに、パラスポーツに対する関心の変化があったかを尋ねたところ、50.9%の人が特に変化はないと答えています。一方、30%以上の人がパラスポーツに対する理解が深まったと回答しています。
- パラスポーツや障がいのある人の運動・スポーツの普及・振興のために必要なことについては、「スポーツ施設のバリアフリー化の推進」、「障がいのある人も参加できる事業の実施」、「パラスポーツの観戦や体験会などの実施」が上位にあげられています。

### 【子どもの運動・スポーツについて】

○子どもの運動・スポーツ環境に求めることを尋ねたところ、「安全に運動・スポーツが行える環境」をあげる人が最も多く、これに次いで「子どものやる気や能力を引き出す育成環境」、「子どもの社会性・協調性の醸成」、「子どもの体力・技術力の向上」などが上位になっています。

### 【鎌倉市におけるスポーツの推進について】

- 鎌倉市のスポーツ情報の入手先については、「広報かまくら」が45.6%と最も高く、次いで「町内会・自治会の回覧や掲示板」、「新聞・タウン誌等」と続いています。一方で、3分の1以上の人が「入手していない」と答えています。
- スポーツ情報を入手した人に対して、その活用方法を尋ねたところ、60%以上の人が「特に活用していない」と回答しています。活用したと答えた人の中では、「スポーツ施設の利用」、「スポーツ教室への参加」の回答が多くなっています。
- 知りたいスポーツ情報は、「スポーツ施設の利用案内」、「健康や体力づくりに関する情報」、「スポーツ教室の情報」が上位になっています。
- 身近にあればいいと思う運動・スポーツの場は、「器具運動（ウエイト・マシーントレーニング・ランニングマシンなど）」、「屋内球技（バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球など）」、「屋内スポーツ（武道・格闘技、ダンス、体操など）」が上位になっています。
- 鎌倉市のスポーツの推進のために市が力を入れるべき取り組みについて尋ねたところ、「市のスポ

ーツ施設・設備の充実」をあげる人が最も多く、これに次いで「スポーツ教室・イベントの開催」、「高齢者のスポーツ活動の推進」、「子どものスポーツ活動の推進」、「スポーツによる健康づくり」が上位にあげられています。

○スポーツ振興に期待する効果については、「地域コミュニティの醸成・活性化」が最も多く、次いで「高齢者の生きがいつくり」、「地域の健康水準の向上」、「子どもの体力づくり」が上位になっています。