

## レジャー白書短信 第12号



## スポーツに積極的に参加する 60、70 代

### ～スポーツ参加者と不参加者の属性・参加・希望傾向～

公益財団法人 日本生産性本部

公益財団法人日本生産性本部 余暇創研は、このほど、スポーツ参加者と不参加者の余暇実態に関する分析結果をレジャー白書短信第12号としてまとめた。近年、五輪やワールドカップなどスポーツイベントが注目され、国としてスポーツ立国を目指す取り組みが進んでいる。レジャー白書でも、スポーツ部門で参加率の上昇がみられる年が続いた。そこで、本短信ではスポーツをしている人としていない人の違いは何か、スポーツ以外の余暇活動への参加実態に違いはあるのか、また、スポーツをしていない人がやってみたいと考えているスポーツは何かなどを明らかにしたものである。

#### 1. 健康や時間・支出のゆとり度、年齢でスポーツ参加に差 (p.2)

年間に1回以上何らかのスポーツをした人の割合(スポーツ参加率)は60.8%となった。健康状態が良好で余暇時間・支出にゆとりがある場合にスポーツ参加率は高い。年代別では10代が最高で次いで70代、60代の順となった。地域別では北陸のスポーツ参加率が高かった。

#### 2. スポーツ参加者はスポーツ以外にも積極的 (p.4)

趣味・操作、娯楽、観光・行楽などスポーツ以外の余暇活動への参加率は全種目ともスポーツ参加者のほうが不参加者より高かった。「海水浴」の参加率は3倍以上の差となった。

#### 3. スポーツ不参加者もジョギング、水泳で潜在需要 (p.6)

スポーツ不参加者が将来やってみたいと考えるスポーツで回答が多かったのは「ジョギング、マラソン」「水泳(プールでの)」「トレーニング」などだった。潜在需要としてはスポーツ参加者を上回る種目もあった。

#### 4. 2種目のスポーツへの参加実態 (p.8)

フットサル参加者の3人に2人はサッカーにも参加し、サッカー参加者の45%は「キャッチボール、野球」にも参加。ゴルフ(コース)参加者の8割はゴルフ(練習場)にも通う。

&lt;余暇活動調査の仕様&gt;

■調査方法：インターネット調査

■調査対象：全国15歳～79歳男女

■有効回収数：3,328(人)

■調査時期：2017年1月

**スポーツ参加率**：スポーツを1年間に1回以上おこなった人(回答者)の割合。ここで「スポーツ」とはレジャー白書のスポーツ部門28種目(「ジョギング、マラソン」「体操(器具を使わないもの)」「トレーニング」「エアロビクス、ジャズダンス」「卓球」「バドミントン」「キャッチボール、野球」「ソフトボール」「サイクリング、サイクルスポーツ」「アイススケート」「ボウリング」「サッカー」「バレーボール」「バスケットボール」「水泳(プールでの)」「柔道、剣道、空手などの武道」「ゲートボール」「ゴルフ(コース)」「ゴルフ(練習場)」「テニス」「乗馬」「スキー」「スノーボード」「釣り」「スキューバダイビング、スキューバダイビング」「サーフィン、ウインドサーフィン」「ヨット、モーターボート」「ハンググライダー、パラグライダーなど」)に、趣味・創作部門の「おどり(日舞など)」「洋舞、社交ダンス」、観光・行楽部門の「登山」「フィールドアスレチック」、その他部門の「フットサル」「パークゴルフ・グラウンドゴルフなどの簡易ゴルフ」「カヌー、ラフティング」を加えた計35種目を指す。「ウォーキング」「ヨガ、ピラティス」は含んでいない。

【お問合せ先】 公益財団法人日本生産性本部 余暇創研 (担当) 志村

Tel : 03-3511-4011 / Mail : yoka@jpc-net.jp

## 1. 健康、余暇環境、性・年代、地域別スポーツ参加率

### 健康や時間・支出のゆとり度、年齢でスポーツ参加に差

年間に1回以上何らかのスポーツをしたことがある人の割合（以下「スポーツ参加率」）は60.8%となった。このスポーツ参加率について、健康状態や余暇時間、余暇支出の増減との関係、性・年代別状況、地域別状況についてみてみよう。

#### 健康や時間、支出とスポーツ参加

図表1は健康状態の良否、余暇時間の増減、余暇支出の増減別にスポーツ参加率を示したものである。健康状態について「健康」と答えた人のスポーツ参加率は68.1%となり、全体より高い参加率を示したのに対し、「あまり健康ではない」場合は52.6%、「健康ではない」場合は35.2%にとどまった。

「余暇時間が増えた」と答えた人のスポーツ参加率は70.0%だったのに対し、「余暇時間が減った」と答えた人のスポーツ参加率は57.7%と全体平均を下回った。「余暇支出が増えた」とする人のスポーツ参加率は69.9%だったのに対し、「余暇支出が減った」とする人のスポーツ参加率は58.4%となった。

健康状態が良好で、余暇時間や余暇支出に余裕がある場合にスポーツ参加率が高いことがわかった。

#### 性・年代別スポーツ参加率

図表2は、性・年代別にスポーツ参加率を示したものである。男女別にみると、男性は

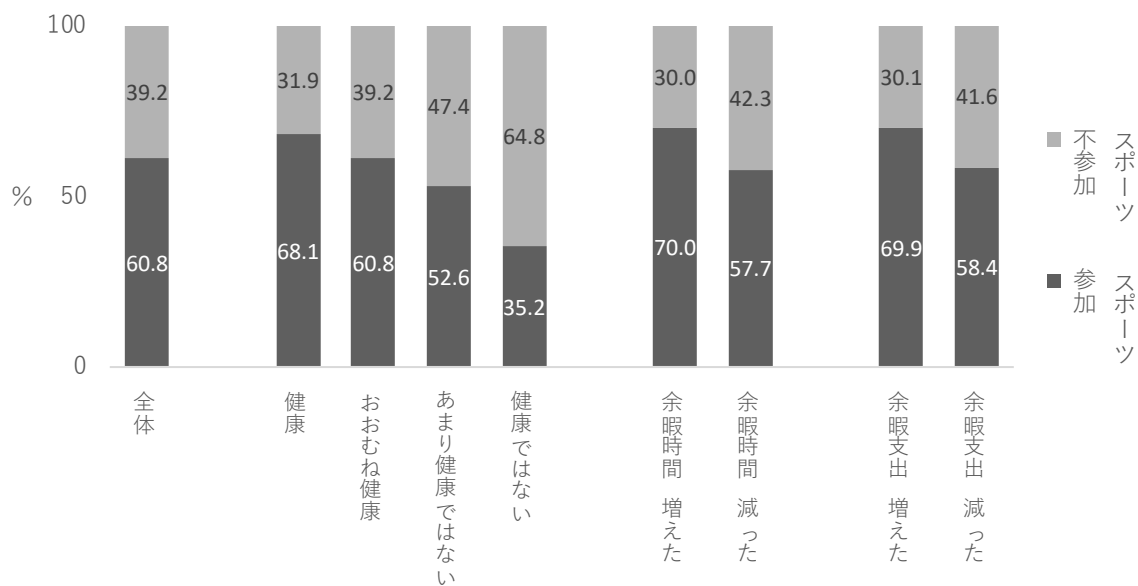
65.8%、女性は55.8%となっており、男性のほうが10ポイント高かった。性・年代別にみると、男女とも最もスポーツ参加率が高いのが10代で、次いで70代、60代の順となっている。10代から20代にかけて大きなギャップがあり、男女とも20ポイント以上の落ち込みとなっている。最も低かったのは、男性では50代、女性では40代で、中年層でスポーツ参加率の落ち込みがみられた。年代ごとに男女で比較すると、最も男女差が開いていたのが40代で、20.9ポイントの差があり、次いで30代も14.7ポイントの差があった。

10代と60代以上のスポーツ参加率は比較的高いものの、20代から中年層にかけてスポーツ参加率の落ち込みがみられ、とくに女性40代は最低となっている。

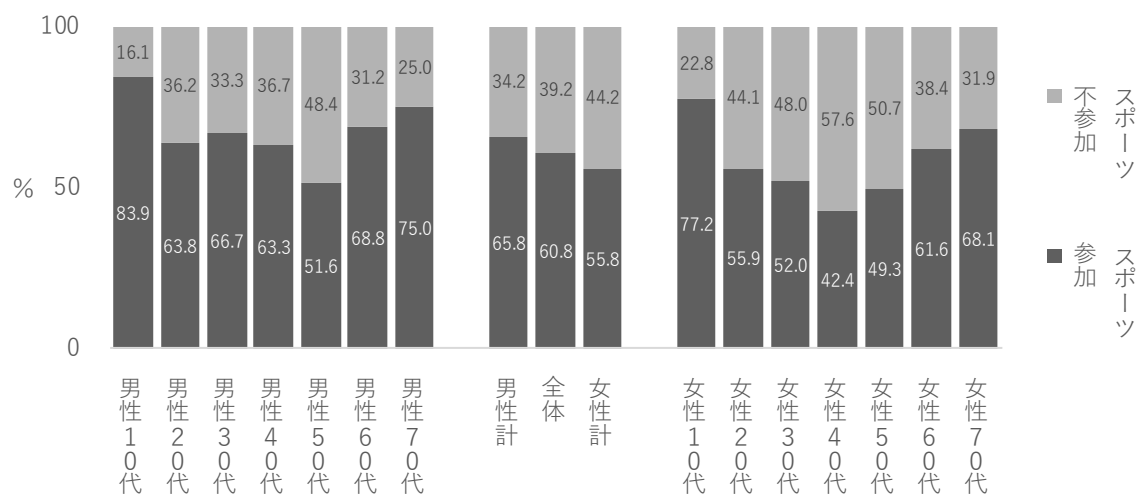
#### 地域別スポーツ参加率

図表3は全国を24の地域に分け、スポーツ参加率が高かった10地域を示したものである。最も高かったのは北陸（富山、石川、福井）で、次いで南東北（宮城、福島）、長崎・佐賀・熊本、大分・宮崎・鹿児島などとなっている。沖縄、福岡も上位10地域の中に入っており、九州・沖縄が目立っている。東京や大阪、神奈川は上位には入らなかった。図表では示していないが、都道府県別では福井が最も高かった。

図表 1 健康状態、余暇時間、余暇支出とスポーツ参加



図表 2 性・年代別スポーツ参加



図表 3 地域別スポーツ参加率上位 10 地域

順位	地域	回答数	スポーツ参加 (%)	スポーツ不参加 (%)
1	北陸	88	67.0	33.0
2	南東北	99	66.7	33.3
3	長崎・佐賀・熊本	96	65.6	34.4
4	大分・宮崎・鹿児島	98	65.3	34.7
5	岐阜	60	65.0	35.0
6	沖縄	31	64.5	35.5
7	中国	191	63.9	36.1
8	愛知	198	63.6	36.4
	福岡	132	63.6	36.4
10	静岡	82	63.4	36.6

(注 1) 全国を北海道、北東北（青森、秋田、岩手、山形）、南東北（宮城、福島）、北関東（群馬、茨城、栃木）、東京、千葉、埼玉、神奈川、北陸（富山、石川、福井）、長野・山梨、新潟、静岡、愛知、岐阜、滋賀・京都、三重・奈良・和歌山、大阪、兵庫、中国（鳥取、島根、岡山、広島、山口）、四国（徳島、香川、愛媛、高知）、福岡、長崎・佐賀・熊本、大分・宮崎・鹿児島、沖縄の 24 地域に分け、スポーツ参加率の上位 10 地域を示した。

## 2. スポーツ参加者と不参加者のスポーツ以外の余暇活動への参加実態

### スポーツ参加者はスポーツ以外にも積極的

スポーツをやっている人とやっていない人では、スポーツ以外の種目の参加傾向に違いはあるのだろうか。図表4で、スポーツ参加者とスポーツ不参加者のスポーツ関連種目以外の種目の参加率を調べ、それぞれ上位20種目を示した。またスポーツ参加者の参加率とスポーツ不参加者の参加率との比の上位種目と下位種目を図表5に示した。

#### スポーツ以外の種目への参加率

スポーツ参加者で最も参加率が高かったのは「国内観光旅行（避暑、避寒、温泉など）」で59.6%、次いで「外食（日常的なものは除く）」の46.6%、「ドライブ」の45.5%となった。スポーツ不参加者で最も参加率が高かったのも「国内観光旅行（避暑、避寒、温泉など）」で42.8%、次いで「読書（仕事、勉強などを除く娯楽としての）」の32.1%、「外食（日常的なものは除く）」の31.3%の順だった。

首位はいずれも「国内観光旅行（避暑、避寒、温泉など）」だったが、2位以下は順位が異なるものが多い。スポーツ参加者のほうが順位が高かったのは「外食（日常的なものは除く）」「ドライブ」「映画（テレビは除く）」「ウォーキング」「動物園、植物園、水族館、博物館」「温浴施設（健康ランド、クアハウス、スーパー銭湯等）」「カラオケ」「バーベキュー」「遊園地」などだった。

逆にスポーツ不参加者のほうが順位が高かったのは「読書（仕事、勉強などを除く娯楽としての）」「ウィンドウショッピング（見て歩き

など娯楽としての）」「音楽鑑賞（配信、CD、レコード、テープ、FMなど）」「園芸、庭いじり」「ビデオの鑑賞（レンタルを含む）」「宝くじ」「音楽会、コンサートなど」「SNS、ツイッターなどのデジタルコミュニケーション」だった。

図表に掲載していない21位以下を含めて参加率は全種目ともスポーツ参加者のほうがスポーツ不参加者より高かった。図表1でみたとおり、健康で、時間面・支出面でのゆとりがあるとスポーツ参加率が高くなるが、スポーツ以外の種目にも同じことが言える。

#### スポーツ参加者と不参加者の参加率の比

スポーツ参加者と不参加者で参加率の比が大きかったのは図表5にみるとおり「海水浴」「ヨガ、ピラティス」「将棋」「ボランティア活動」などでスポーツ参加者の参加率が不参加者の約3倍となっている。「音楽鑑賞（配信、CD、レコード、テープ、FMなど）」「読書（仕事、勉強などを除く娯楽としての）」「ソーシャルゲームなどのオンラインゲーム」「SNS、ツイッターなどのデジタルコミュニケーション」は、両者の比は大きくなかった。

スポーツ参加者は自然や社会に積極的にかかわる活動により多く参加し、一人で屋内でもできる鑑賞型レジャーやデジタル・オンライン型のレジャーでは、スポーツ不参加者もスポーツ参加者ほどではないが、ある程度参加していることがわかった。

図表 4 スポーツ参加者と不参加者のスポーツ以外の参加率上位 20 種目

スポーツ参加者（回答者数2,022）

スポーツ不参加者（回答者数1,306名）

順位	種目	参加率 (%)	順位比較	順位	種目	参加率 (%)
1	国内観光旅行（避暑、避寒、温泉など）	59.6	→	1	国内観光旅行（避暑、避寒、温泉など）	42.8
2	外食（日常的なものは除く）	46.6	↘	2	読書（仕事、勉強などを除く娯楽としての）	32.1
3	ドライブ	45.5	↘	3	外食（日常的なものは除く）	31.3
4	読書（仕事、勉強などを除く娯楽としての）	42.6	↗	4	音楽鑑賞（配信、CD、レコード、テープ、FMなど）	27.8
5	映画（テレビは除く）	41.4	↘	5	ドライブ	27.6
6	複合ショッピングセンター、アウトレットモール	38.8	→	6	映画（テレビは除く）	26.0
7	ウォーキング	38.5	↘	6	複合ショッピングセンター、アウトレットモール	26.0
8	動物園、植物園、水族館、博物館	36.8	↘	8	宝くじ	22.1
9	温浴施設（健康ランド、クアハウス、スーパー銭湯等）	35.7	↘	9	動物園、植物園、水族館、博物館	21.7
10	カラオケ	35.1	↘	10	ウィンドウショッピング（見て歩きなど娯楽としての）	21.6
11	ウィンドウショッピング（見て歩きなど娯楽としての）	32.8	↗	11	ビデオの鑑賞（レンタルを含む）	19.6
12	音楽鑑賞（配信、CD、レコード、テープ、FMなど）	32.2	↗	12	園芸、庭いじり	19.5
13	園芸、庭いじり	30.9	↗	13	SNS、ツイッターなどのデジタルコミュニケーション	19.2
14	ビデオの鑑賞（レンタルを含む）	29.9	↗	14	音楽会、コンサートなど	17.5
15	宝くじ	28.5	↗	15	カラオケ	16.9
16	トランプ、オセロ、カルタ、花札など	27.6	↘	16	ウォーキング	16.5
17	音楽会、コンサートなど	25.1	↗	17	ペット（遊ぶ・世話する）	15.9
18	バーベキュー	25.0	↘	18	帰省旅行	14.9
19	SNS、ツイッターなどのデジタルコミュニケーション	24.9	↗	19	温浴施設（健康ランド、クアハウス、スーパー銭湯等）	14.2
20	遊園地	24.2	↘	20	テレビゲーム（家庭での）	13.7

（注 1） 同率の場合は枠線を外して示す。

図表 5 スポーツ参加者と不参加者のスポーツ以外の参加率の比の上位 7 種目・下位 7 種目

種目	スポーツ参加者の参加率 (%) (A)	スポーツ不参加者の参加率 (%) (B)	(A) / (B)
海水浴	10.0	3.1	3.2
ヨガ、ピラティス	8.9	2.9	3.1
将棋	7.2	2.4	3.0
ボランティア活動	11.3	3.8	3.0
日曜大工	15.9	5.4	2.9
ピクニック、ハイキング、野外散歩	22.4	7.8	2.9
スポーツ観戦（テレビは除く）	17.7	6.5	2.7
～			
宝くじ	28.5	22.1	1.3
サッカーくじ（toto）	7.2	5.7	1.3
ペット（遊ぶ・世話する）	20.3	15.9	1.3
SNS、ツイッターなどのデジタルコミュニケーション	24.9	19.2	1.3
ソーシャルゲームなどのオンラインゲーム	13.9	10.5	1.3
読書（仕事、勉強などを除く娯楽としての）	42.6	32.1	1.3
音楽鑑賞（配信、CD、レコード、テープ、FMなど）	32.2	27.8	1.2

（注 1） 全体の参加率が 3%未満の種目を除く。

### 3. スポーツ参加者と不参加者のスポーツ関連希望率と潜在需要

## スポーツ不参加者もジョギング、水泳で潜在需要

スポーツをやらない人は将来スポーツをやってみたいという希望を持っているのだろうか。またそれはどのような種目だろうか。

図表6は、スポーツ参加者と不参加者のスポーツ関連種目の希望率上位20種目である。「希望率」は「将来やってみたい、あるいは今後も続けたいとする人の割合」であり、スポーツ不参加者にとっては「将来やってみたい人の割合」である。

#### 全般的に希望率も低い不参加者

スポーツ参加者の希望率首位は「ジョギング、マラソン」が28.0%で、次いで「体操（器具を使わないもの）」の26.3%、「トレーニング」の24.4%の順となっている。スポーツ不参加者の希望率首位は同じく「ジョギング、マラソン」だったが、希望率は8.0%で、スポーツ参加者の希望率と大きく差がついた。2位は「水泳（プールでの）」で7.4%、3位は「トレーニング」の6.3%で全体的にスポーツ参加者に比べて希望率の低さが目立つ。

順位を比較すると、スポーツ参加者のほうが順位が高いのは「体操（器具を使わないもの）」「サイクリング、サイクルスポーツ」「テニス」「ゴルフ（コース）」「ゴルフ（練習場）」などだった。スポーツ不参加者のほうが順位が高いのは「水泳（プールでの）」「ボウリング」「バドミントン」「スキー」「フィールドアスレチック」などだった。

図表7は、スポーツ参加者と不参加者のスポーツ関連種目に関する潜在需要（希望はある

がまだ参加していない需要の大きさ。希望率から参加率を差し引いた値で示す）の上位種目を示したものである。スポーツ不参加者の場合は参加率がゼロなので、希望率が潜在需要と等しい。

スポーツ参加者の潜在需要では、「登山」「フィールドアスレチック」「カヌー、ラフティング」といった種目が上位に並び、自然のなかでおこなうアウトドア種目が目立っている。スポーツ不参加者の潜在需要上位種目は図6の希望率と同じだが、「ジョギング、マラソン」「水泳（プールでの）」「トレーニング」などが並ぶ。

#### ジョギング、水泳に潜在需要

普段スポーツをしている人にとっても、海や山や雪、空（「ハンググライダー、パラグライダー」）にかかわるアウトドア種目は、天候に左右されたり、準備・移動に時間がとられたりするため、希望はあるが実現できていない人が多いと考えられる。

普段スポーツをしない人も「登山」「スキー」などのアウトドアスポーツは潜在需要（=希望率）の順位は高い。それだけでなく「ジョギング、マラソン」「水泳（プールでの）」「トレーニング」「体操（器具を使わないもの）」などの潜在需要は普段スポーツをする人を上回っている。これらは比較的参加しやすい種目であり、スポーツをしていない人にスポーツを始めてもらうきっかけづくりになるのではないだろうか。

図表 6 スポーツ参加者と不参加者の希望率上位 20 種目

スポーツ参加者 (回答者数2,022)			スポーツ不参加者 (回答者数1,306名)			
順位	種目	希望率 (%)	順位比較	順位	種目	希望率 (%)
1	ジョギング、マラソン	28.0	→	1	ジョギング、マラソン	8.0
2	体操 (器具を使わないもの)	26.3	↘	2	水泳 (プールでの)	7.4
3	トレーニング	24.4	→	3	トレーニング	6.3
4	水泳 (プールでの)	20.2	↗	4	体操 (器具を使わないもの)	6.0
5	登山	19.3	→	5	登山	5.3
6	釣り	13.7	→	6	釣り	3.4
7	サイクリング、サイクルスポーツ	13.0	↘	7	ボウリング	3.1
8	ボウリング	11.7	↗		バドミントン	3.1
9	テニス	11.3	↘	9	スキー	2.8
10	ゴルフ (コース)	10.9	↘		スノーボード	2.8
11	バドミントン	10.6	↗	11	テニス	2.7
12	卓球	10.1	→		卓球	2.5
13	スキー	9.8	↗	12	フィールドアスレチック	2.5
14	ゴルフ (練習場)	9.3	↘		乗馬	2.5
15	エアロビクス、ジャズダンス	8.7	↘	15	スキndaイビング、スキューバダイビング	2.4
16	フィールドアスレチック	8.0	↗	16	サイクリング、サイクルスポーツ	2.3
17	スノーボード	7.8	↗	17	ゴルフ (練習場)	2.1
18	スキndaイビング、スキューバダイビング	7.3	↗	18	エアロビクス、ジャズダンス	2.0
19	キャッチボール、野球	7.0	↘		カヌー、ラフティング	2.0
20	カヌー、ラフティング	6.9	↗	20	ゴルフ (コース)	1.8
	パークゴルフ・グラウンドゴルフなどの簡易ゴルフ	6.9	↘			

(注 1) 同率の場合は枠線を外して示す。

図表 7 スポーツ参加者と不参加者のスポーツ関連潜在需要上位 10 種目

順位	種目	スポーツ参加者の潜在需要	順位比較	順位	種目	スポーツ不参加者の潜在需要
1	登山	8.7	↘	1	ジョギング、マラソン	8.0
2	フィールドアスレチック	5.9	↘	2	水泳 (プールでの)	7.4
3	カヌー、ラフティング	5.7	↘	3	トレーニング	6.3
4	スキndaイビング、スキューバダイビング	5.0	↘	4	体操 (器具を使わないもの)	6.0
5	乗馬	4.6	↘	5	登山	5.3
6	スキー	4.4	↘	6	釣り	3.4
7	パークゴルフ・グラウンドゴルフなどの簡易ゴルフ	4.3	↘	7	バドミントン	3.1
8	ハングライダー、パラグライダーなど	4.0	↘		ボウリング	3.1
9	スノーボード	3.7	↘	9	スキー	2.8
10	水泳 (プールでの)	3.6	↗		スノーボード	2.8

(注 1) 同率の場合は枠線を外して示す。

(注 2) 潜在需要は希望率から参加率を差し引いた値で示す。

#### 4. 2 種目のスポーツへの参加実態

### サッカー参加者の 45%は野球にも参加

レジャー白書短信第 11 号で、スキーとスノーボードの両方に参加している割合を発表したが、サッカーとフットサルのような関連競技同士、サッカーと野球のように異種の競技に参加している人はどのくらいいるのだろうか。図表 8 は、その組合せの一部を示したものである。サッカーの参加率は 4.8%、フットサルの参加率は 1.5%だが、両方参加している割合は 1.1%となっている。フットサル参加者の 3 人に 2 人はサッカーにも参加している。

「キャッチボール、野球」と「サッカー」の両方に参加しているのは、2.2%で、サッカー参加者の 45.8%は「キャッチボール、野球」にも参加している。「キャッチボール、野球」参加者のなかでは、「ゴルフ（コース）」の参加者より「サッカー」参加者のほうが多い。

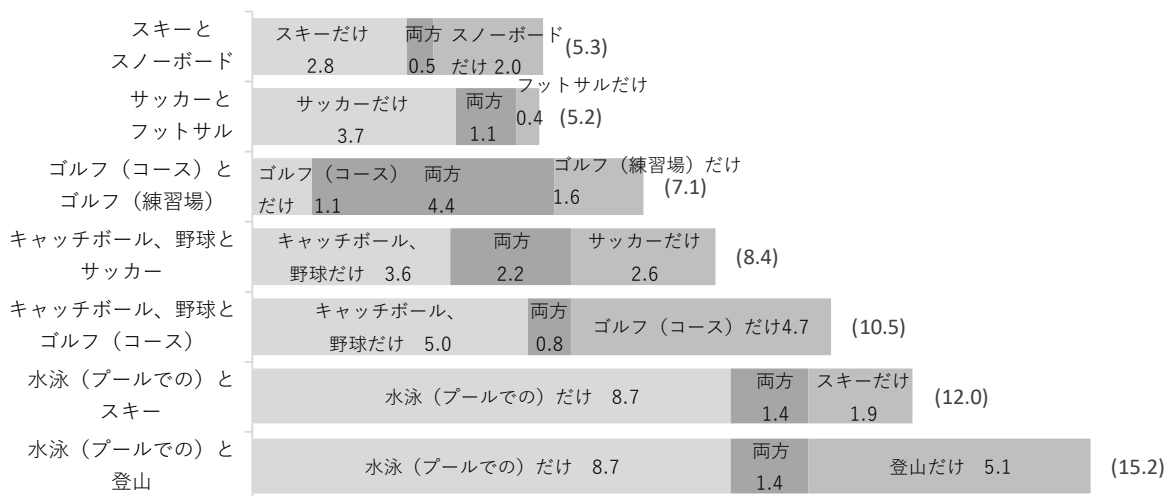
「ゴルフ（コース）」と「ゴルフ（練習場）」

についてみると、「ゴルフ（コース）」の参加率は 5.5%、「ゴルフ（練習場）」の参加率は 6.0%だが、両方参加する割合は 4.4%となっている。そのため、コースと練習場の重複を考慮した正味の参加率は 7.1%となる。

「水泳（プールでの）」の参加率は 10.1%だが、「スキー」にも参加しているのは 1.4%にとどまっている。

野球の投手と打者の「二刀流」を日・米のプロの世界で挑戦する大谷選手が注目されている。平昌五輪ではスキーとスノーボードの両方で金メダルをとった選手がいた。冬のスポーツと夏のスポーツ、陸のスポーツと水のスポーツなど、レジャースポーツでも複数の種目に参加することはスポーツのいろいろな面を楽しむことにつながり、スポーツライフをより豊かなものにするのではないだろうか。

図表 8 2 種目のスポーツへの参加率 (%)



(注 1) カッコ内は 1 種目だけの参加率と両方参加の参加率を合計した正味の参加率