

「スポーツ」に関するアンケート調査結果について

日本生命保険相互会社（社長：筒井義信）は、「ずっともっとサービス」のサンクスマイルメニューのひとつとして、ホームページ（<http://www.nissay.co.jp>）内の「ご契約者さま専用サービス」にて、「スポーツ」に関するアンケート調査を実施いたしました。

来月は「介護」に関するアンケート調査結果を発表いたしますので、ご期待ください。

《調査概要》

- 調査期間：平成25年9月1日（日）～9月25日（水）
- 実施方法：インターネット（PC・携帯電話モバイルサイト）による回答
- 調査対象：「ずっともっとサービス」のサンクスマイルメニューアンケートへの訪問者
- 回答数：11,485名（男性：6,559名、女性：4,926名）

＜年代別回答数＞

(名, %)

年代	～20代	30代	40代	50代	60代	70代～	合計
人数	875	2,332	3,705	2,867	1,296	410	11,485
占率	7.6	20.3	32.3	25.0	11.3	3.6	100.0

※10～80代の方からご回答いただきました。

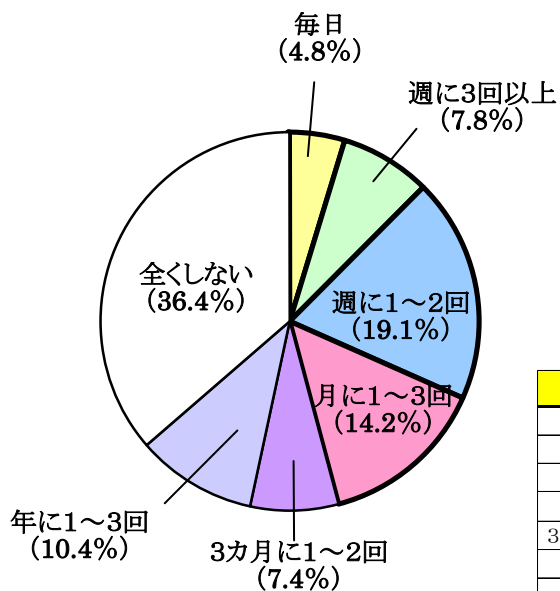
- 質問1：スポーツする頻度について
 - ◆ スポーツする頻度はどれくらいですか？
 - ◆ 昨年よりスポーツする頻度は増えましたか？
 - ◆ スポーツする頻度を今後どうしたいですか？
- 質問2：取り組んでいるスポーツについて
 - ◆ この1年で取り組んでいるスポーツは何ですか？
 - ◆ そのスポーツに取り組んでいる理由は？
 - ◆ (スポーツしていない方へ)スポーツしていない理由は？
 - ◆ 今後取り組みたいスポーツは何ですか？その理由は？
- 質問3：スポーツにかかる費用について
 - ◆ スポーツにかかる費用はどれくらいですか？（月額）
 - ◆ 昨年より金額は増えましたか？
 - ◆ 今後、金額はどうする予定ですか？
- 質問4：スポーツ観戦が好きですか？それともするのが好きですか？
- 質問5：憧れのスポーツ選手は誰ですか？

■質問1 スポーツする頻度について

◆スポーツする頻度はどれくらいですか？（回答者数：11,485名）

- 全体では、「全く運動をしない」という人が一番多い結果となった（36.4%）。
- 月に1回以上は運動するという人は、全体の半数程度（45.9%）を占め、年代別では、年代が上になる程その占率は上昇傾向となった。
- 男女別に見ると、男性の方が女性より運動する頻度が高いという結果となった。

<スポーツする頻度>



<男女別・年代別 内訳>

	男性		女性	
	人数	占率	人数	占率
毎日	341	5.2	210	4.3
週に3回以上	510	7.8	386	7.8
週に1~2回	1,323	20.2	867	17.6
月に1~3回	1,118	17.0	512	10.4
3カ月に1~2回	574	8.8	274	5.6
年に1~3回	697	10.6	492	10.0
全くしない	1,996	30.4	2,185	44.4
合計	6,559	100.0	4,926	100.0

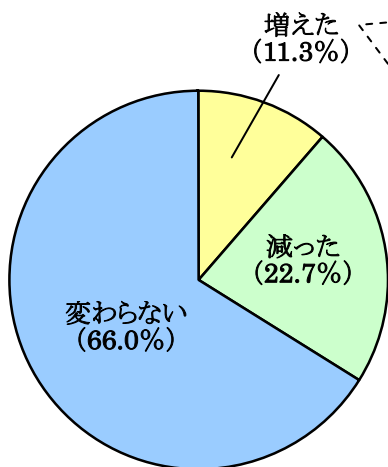
(%)

	全年代	~20代	30代	40代	50代	60代	70代~
毎日	4.8	3.8	2.6	3.1	5.1	11.0	13.7
週に3回以上	7.8	5.5	5.7	6.8	7.7	14.3	14.6
週に1~2回	19.1	16.9	15.7	18.2	21.1	23.9	21.5
月に1~3回	14.2	18.9	16.0	14.5	13.0	10.8	10.5
3カ月に1~2回	7.4	9.1	9.6	7.8	6.6	4.2	2.9
年に1~3回	10.4	11.4	12.3	12.3	9.6	4.8	2.0
全くしない	36.4	34.4	38.1	37.5	36.9	31.0	34.9
合計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

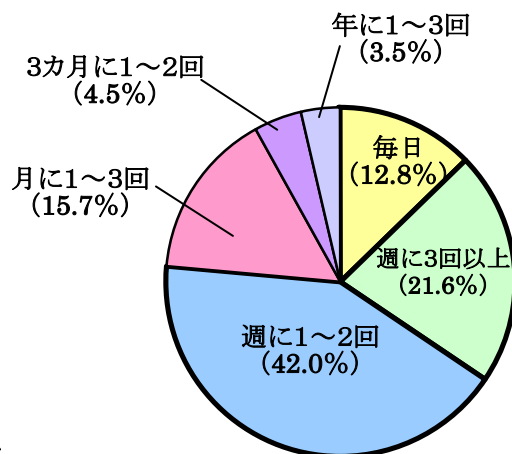
◆昨年よりスポーツする頻度は増えましたか？（回答者数：11,470名）

- 昨年とスポーツする頻度は「変わらない」人が一番多かった（66.0%）。
- 「増えた」人のスポーツ頻度を見ると、週1回以上運動している人が7割を超えており、運動することに積極的な人が、より一層運動する回数を増やしている。
- 「増やした」理由は、「健康のため」が67.9%と一番多かった。男女別に見ると、女性の方が男性より「美容や体型維持・改善」の意識が高くなっている。

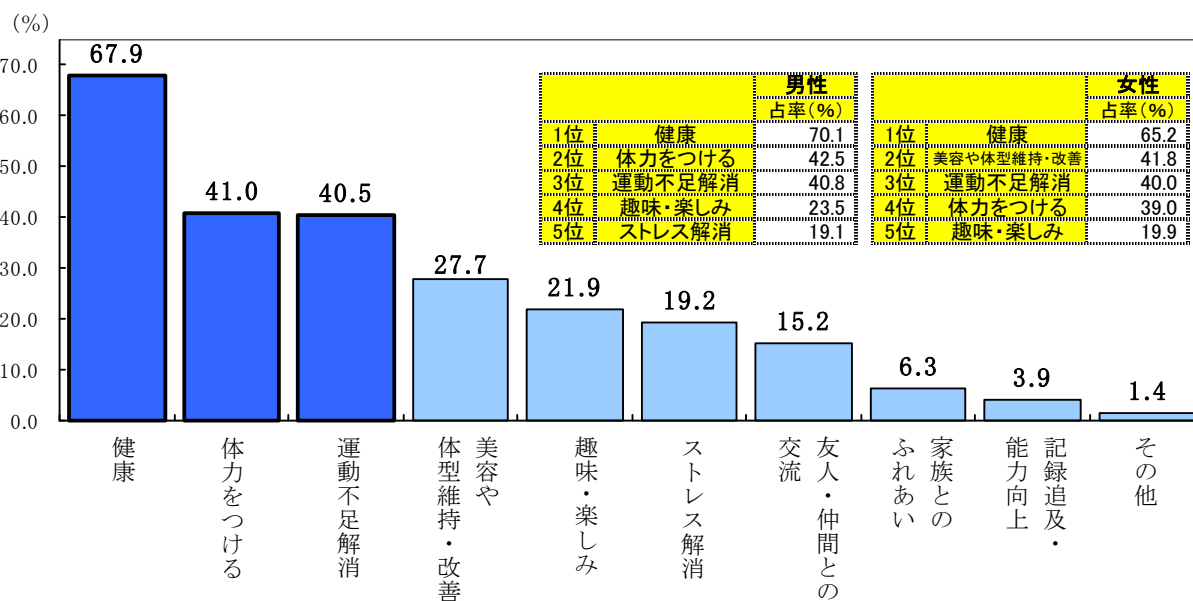
<スポーツ頻度の変化>



<「増えた」人のスポーツ頻度>



＜スポーツする頻度を増やした理由＞（複数回答可）（回答者数：1,304名）

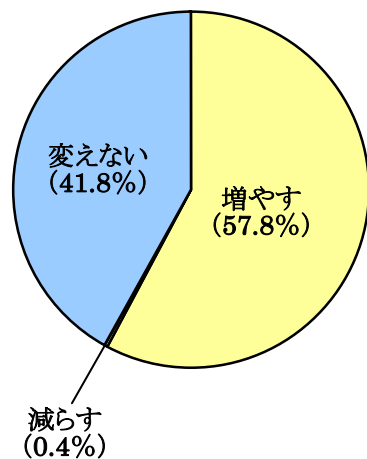


◆スポーツする頻度を今後どうしたいですか？（回答者数：11,485名）

- 今後はスポーツする頻度を「増やす」という人が半数を超えた（57.8%）。
- 今年スポーツする頻度が「減った」人（22.7%（P2参照））の中でみると、今後は「増やす」を選択した人が81.3%となり、運動量を減らしたままではなく、元に戻していきたいと考えている人が多い様子がうかがえた。

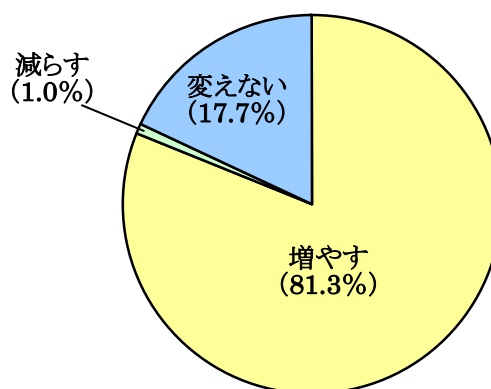
＜今後のスポーツする頻度＞

（対象：回答者全員）



＜今後のスポーツする頻度＞

（対象：今年スポーツする頻度が「減った」人）



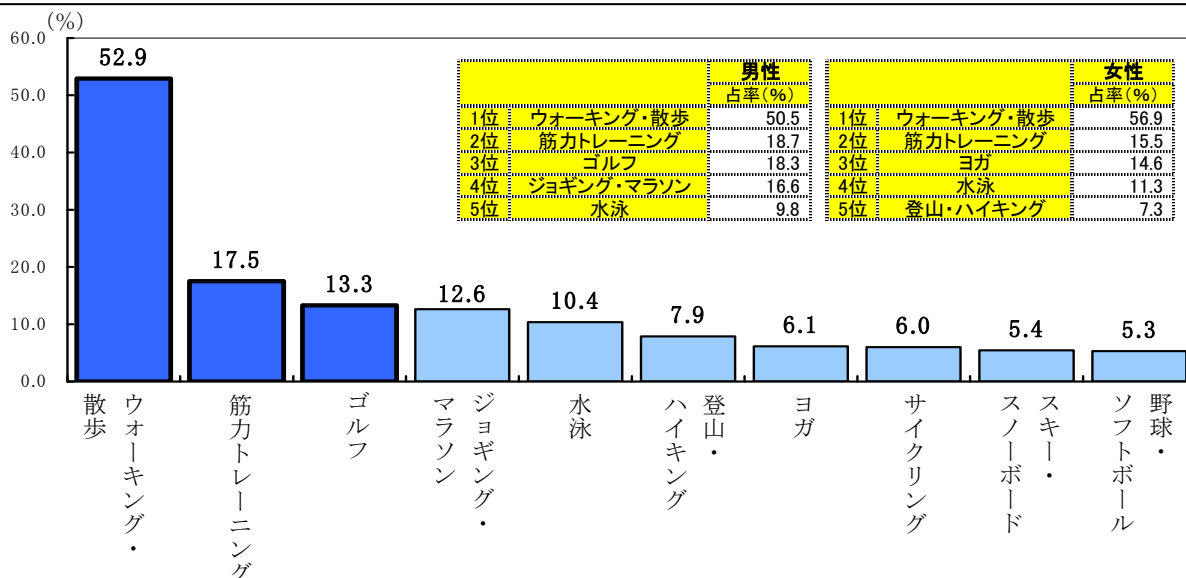
＜ニッセイ基礎研究所 久我尚子 研究員のコメント＞

- 全く運動しない方は、特に働き盛り・子育て真っ只中の30～40代で多くなっていますから、とにかく忙しくて運動をする時間がないということなのでしょう。
- 男性の方が女性より運動をしています。近年、日本では食生活・生活習慣の変化から、BMI 2.5以上の肥満に該当する方が、男性ではすべての年代で増えている。一方、女性では横ばい、あるいは減少している。これは、男性の方が『メタボ』解消のために運動をする必要性を感じる度合いが強いことが影響しているのではないのでしょうか。

■質問2 取り組んでいるスポーツについて

◆この1年で取り組んでいるスポーツは何ですか？（複数回答可）（回答者数：7,304名）

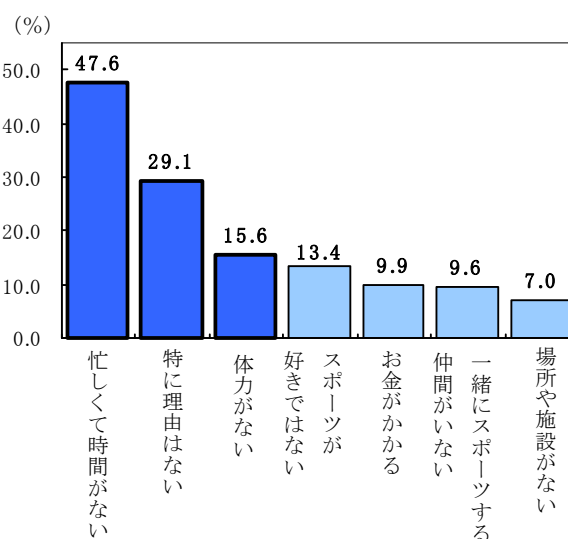
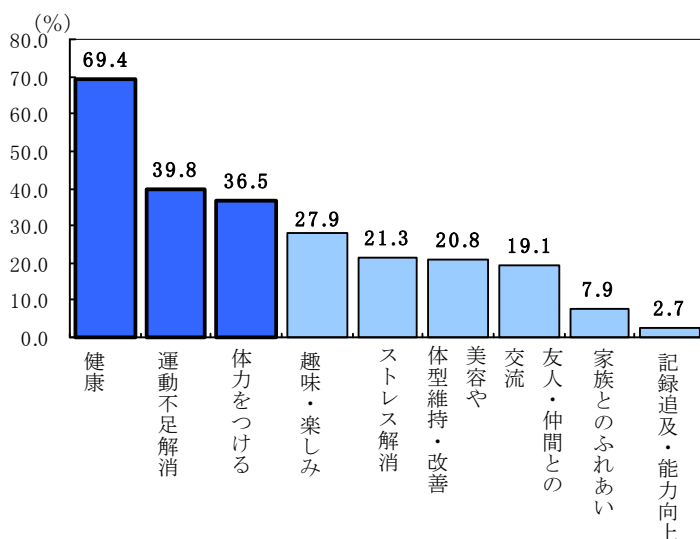
- 「ウォーキング・散歩」が52.9%と半数を超え、「筋力トレーニング」（17.5%）、ゴルフ（13.3%）と続いた。
- 男女別に見ると、男性は「ゴルフ」や「ジョギング・マラソン」が上位になり、女性は「ヨガ」や「登山・ハイキング」が上位に入った。



◆そのスポーツに取り組んでいる理由は？（複数回答可）（回答者数：4,584名）

◆（スポーツしていない方へ）スポーツしていない理由は？（複数回答可）（回答者数：3,619名）

- スポーツに取り組む理由のトップは「健康」（69.4%）となり、次に「運動不足解消」（39.8%）で、健康志向の高さを表す結果となった。
- スポーツしない理由のトップは「忙しくて時間がない」（47.6%）となった。



<ニッセイ基礎研究所 久我尚子 研究員のコメント>

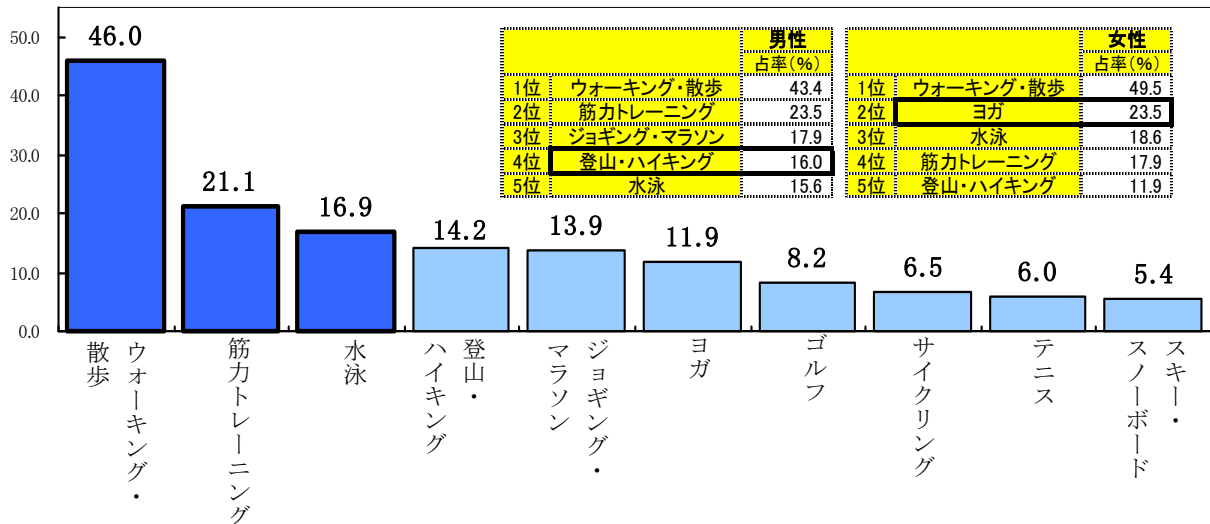
- 男性で多い「ジョギング・マラソン」は最近のマラソンブームの影響がうかがえます。女性で多い「ヨガ」は、2005年頃からブームが起きていますが、女性特有の症状や食生活の改善にもつながるため、今後もヨガ人口は増えていくのではないのでしょうか。また、女性で多い「登山・ハイキング」は、最近のいわゆる『山ガール』の影響がうかがえます。富士山が世界遺産に登録されたため、今後は男女とも登山人口が増えていくのではないのでしょうか。

◆今後取り組みたいスポーツは何ですか？その理由は？（複数回答可）（回答者数：10,621名）

- 「ウォーキング・散歩」（46.0%）が一番の取り組みたいものとなり、次いで「筋力トレーニング」、「水泳」が続いた。
- 「登山・ハイキング」・「ヨガ」が、取り組んでいるスポーツの割合（P4参照）より2倍近くの結果となった。
- 「ゴルフ」・「野球・ソフトボール」は今後取り組みたいスポーツでは割合が減少し、10位以下の結果となった。

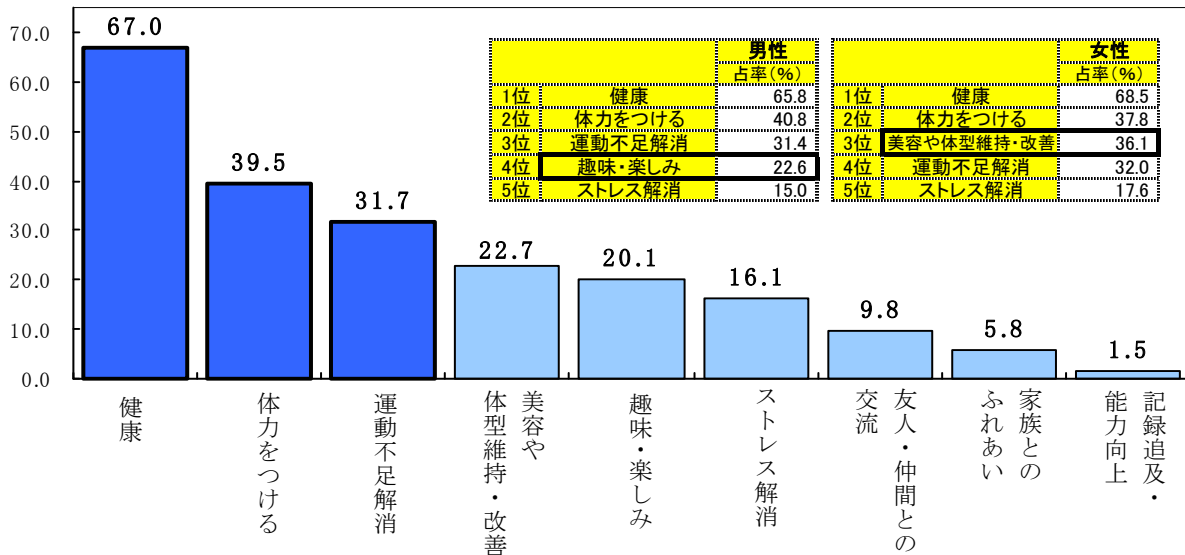
<今後取り組みたいスポーツ>

(%)



<今後そのスポーツに取り組みたい理由>

(%)



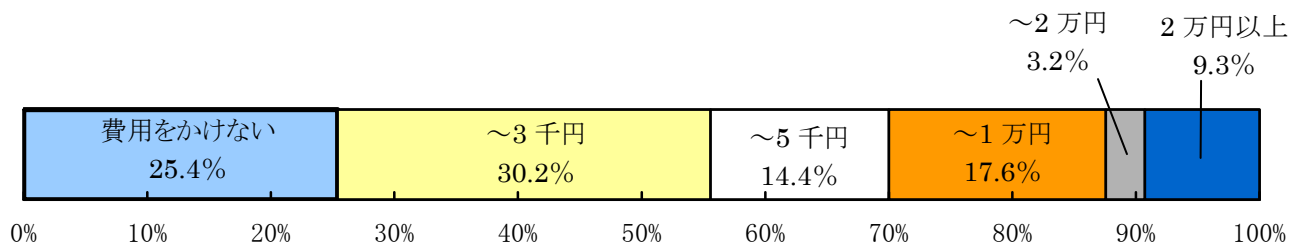
<ニッセイ基礎研究所 久我尚子 研究員のコメント>

- 男性で目立つ「登山・ハイキング」は富士山の世界遺産登録の影響のほか、最近では、平地をジョギングするだけでなく山野を走る『トレイル・ランニング』人口が増えている影響もあるかもしれません。
- 女性では昔から男性より「美容や体型維持・改善」意識が強いですが、最近では『美魔女』などといわれるように特に40～50代の女性の美容意識が高まっていることが特徴的です。40～50代の女性ではBMI 25以上の肥満の割合は減少し、逆に18.5以下のやせの割合が増えていますので、若い頃と同じ体型を維持したいと意識が強まっている様子がうかがえます。

■質問3 (スポーツしている方へ) スポーツにかかる費用について

◆スポーツにかかる費用はどれくらいですか？(月額) (回答者数：6,703名)

○ 「3千円以下」の人が一番多く(30.2%)、次は「費用をかけない」(25.4%)という結果になり、お金をかけずに楽しみたいという人が多いようだ。

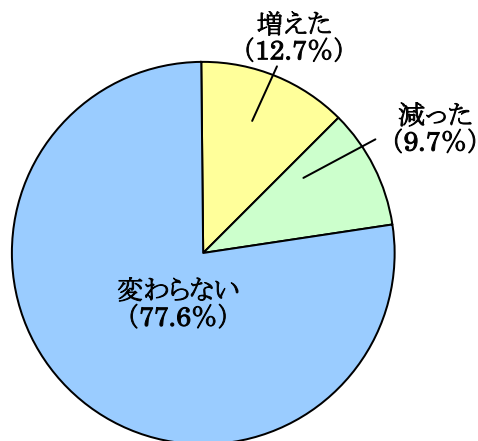


◆昨年より金額は増えましたか？(回答者数：6,621名)

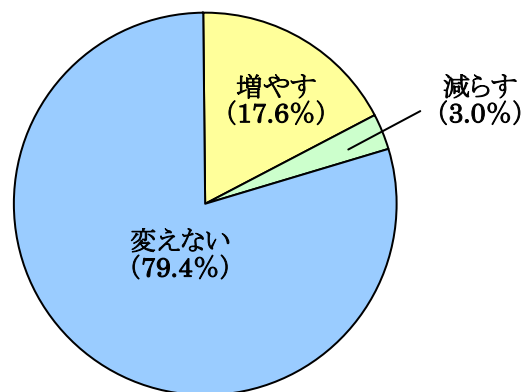
◆今後、金額はどうする予定ですか？(回答者数：7,022名)

○ スポーツにかかる費用は昨年に比べて「変わらない」という人が圧倒的に多い。
 ○ 今後については、費用を「増やす」という人が多く(17.6%)、「減らす」という人を大きく上回った。

<昨年より金額が増えたか>



<今後のスポーツにかかる金額>

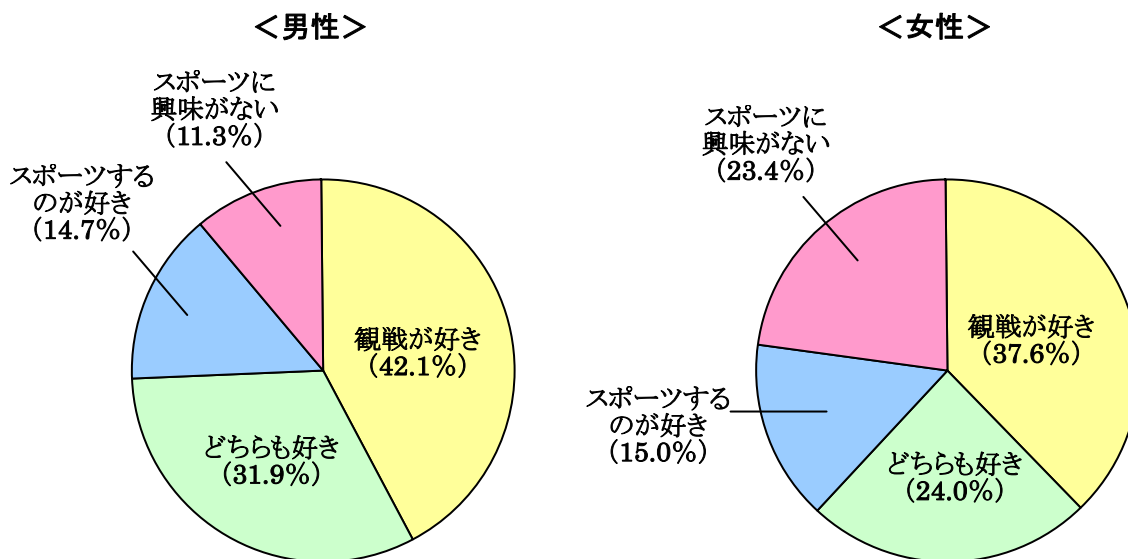


<ニッセイ基礎研究所 久我尚子 研究員のコメント>

○ リーマンショック以降の景気低迷で「お金をかけずに楽しむ」「お金をかけずに生活する」という意識が恒常的に存在しているようです。ウォーキングや筋トレはお金をかけずにできますし、最近人気のマラソンや登山も一度ウェアやグッズをそろえればお金をかけずに楽しめます。
 一方で最近、アベノミクスで景気が上向き、消費意欲が活性化しはじめている傾向が、今後のスポーツ費用を増やす割合が比較的多いところにもあらわれています。
 また、2020年オリンピック・パラリンピックの国内開催が決定され、スポーツ熱の高まりが予想されますので、今後、スポーツに割く費用は増えていくのではないのでしょうか。

■質問4 スポーツ観戦が好きですか？それともするのが好きですか？（回答者数：11,485名）

- 男性は自身がスポーツするだけでなく、観戦も好きな人が多く、スポーツへの関心が高い。
- 一方、女性は「スポーツ自体に興味がない」との回答が2割を超えており、スポーツ離れが進んでいる。



■質問5 憧れのスポーツ選手は誰ですか？（回答者数：5,649名）

- 今シーズン日米通算4,000本安打を達成した「イチローさん」が、回答者の2割以上から支持され第1位に輝いた。第2位の「長嶋茂雄さん」、第3位の「浅田真央さん」を大きく引き離れた。

順位	氏名	回答者数	占率
1位	イチローさん	1,278名	22.6%
2位	長嶋茂雄さん	178名	3.2%
3位	浅田真央さん	141名	2.5%
4位	田中将大さん	116名	2.1%
5位	クルム伊達公子さん	101名	1.8%
6位	王貞治さん	89名	1.6%
7位	松井秀喜さん	86名	1.5%
8位	本田圭佑さん	68名	1.2%
9位	三浦知良さん	64名	1.1%
10位	ダルビッシュ有さん	61名	1.1%

以上

H25-836G, 広報室