

## ニッセイ インターネットアンケート ～「スポーツの日」について～

日本生命保険相互会社(社長:清水博)は、「ずっともっとサービス」のサンクスマイルメニューの一つとして、ホームページ(<https://www.nissay.co.jp>)内の「ご契約者さま専用サービス」にて、「スポーツの日」に関するアンケート調査を実施しました。

### 《アンケート概要》

- 実施期間：2024年9月1日(日)～9月18日(水)
- 実施方法：インターネットアンケート(「ずっともっとサービス」のサンクスマイルメニュー)
- 回答者数：12,203名(男性：5,861名、女性：6,071名、その他・無回答：271名)

＜年代別回答者数＞

[名]

年代							合計
	～20代	30代	40代	50代	60代	70代～	
男性	296	665	970	1,848	1,408	674	5,861
女性	457	869	1,046	1,791	1,283	625	6,071
合計	753	1,534	2,016	3,639	2,691	1,299	
割合	6.2%	12.6%	16.5%	29.8%	22.1%	10.6%	

### 《アンケート結果のポイント》

#### ポイント①

質問 1～6

#### 【学生時代のスポーツ実施状況について】

- 若年層になる程、「スポーツをしていた」と回答した方が多かった。男性は「野球・ソフトボール」、女性は「テニス・ソフトテニス」が最多であった。
- 「もし学生時代に戻れるなら、どんなスポーツをしてみたいか」という質問に対して、男性は「ゴルフ」、女性は「ダンス・チアダンス」が上位にランクインする結果となった。
- 「ゴルフ」を選択した理由は、「興味があった」、「現在そのスポーツをしている」が上位を占めた。

#### 【現在のスポーツ実施状況について】

- 約4人に1人が、「現在スポーツをしている」と回答した。
- スポーツをする理由として、「健康維持」のためと回答した方が約6割を占めた。

#### ポイント②

質問 7～10

#### 【スポーツ観戦について】

- 観戦したいスポーツは、約6割が「野球」、約3割が「サッカー」と回答した。
- 「野球」「サッカー」の次に60代以下では「バレーボール」、60・70代以上では「マラソン・駅伝」と回答する方も多かった。
- いずれの年代も「TV中継」でスポーツ観戦する方が大多数である一方、特に50代以下では「動画配信サービス」という回答も2割近くにのぼった。

#### 【一番好きなスポーツ選手について】

- 4割を超える方が、「大谷翔平」選手と回答した。
- 主な理由は、「活躍している」「努力家」「礼儀正しい」などが挙げられた。

#### ポイント③

質問 11～12

#### 【パリ五輪について】

- 最も印象に残ったスポーツは、全体で「柔道」が最多であった。20代以下では「バレーボール」、60代以上では「体操」と回答する方が多かった。
- パリ五輪をきっかけに応援するようになったスポーツは、「フェンシング」と回答した方が最多であった。

**【学生時代・現在のスポーツ実施状況について】**

- 若年層になる程、学生時代に「スポーツをしていた」と回答した方が多かった。
- 学生時代にしていたスポーツについて、男性は「野球・ソフトボール」、女性は「テニス・ソフトテニス」と回答した方が最も多かった。
- もし学生時代に戻れるなら、男性は「ゴルフ」、女性は「ダンス・チアダンス」をしてみたかったという回答が上位にランクインした。
- 約4人に1人が、「現在スポーツをしている」と回答した。

**質問1 学生時代、スポーツをしていましたか？ (回答者数：11,307名)**

内容	割合	(%)							
		男性	女性	~20代	30代	40代	50代	60代	70代~
はい	64.7	71.8	58.2	76.1	73.4	69.7	66.8	57.6	49.2

若年層になる程、「はい」と回答した方が多かった

**質問2 <質問1で「はい」と回答した方への質問>  
学生時代、どんなスポーツをしていましたか？ (回答者数：8,170名)**

<男性> (%)			<女性> (%)		
順位	種目	割合	順位	種目	割合
1	野球・ソフトボール	25.5	1	テニス・ソフトテニス	25.1
2	テニス・ソフトテニス	15.0	2	バレーボール	19.2
3	サッカー	14.1	3	バスケットボール	15.7
4	バスケットボール	10.6	4	卓球	10.0
5	卓球	9.8	5	バドミントン	9.8
6	陸上競技	9.2	6	水泳・水球	9.6
18	ゴルフ	1.6	12	ダンス・チアダンス	3.2

男性は「野球・ソフトボール」、女性は「テニス・ソフトテニス」と回答した方が最も多かった

**質問3 もし学生時代に戻れるなら、どんなスポーツをしてみたいですか？ (回答者数：11,026名)**

<男性> (%)			<女性> (%)		
順位	種目	割合	順位	種目	割合
1	野球・ソフトボール	18.3	1	ダンス・チアダンス	14.4
2	サッカー	9.0	2	テニス・ソフトテニス	12.5
3	ゴルフ	9.0	3	バドミントン	9.6
4	テニス・ソフトテニス	7.0	4	弓道	8.6
5	登山	6.8	5	バレーボール	6.7

男性は「ゴルフ」、女性は「ダンス・チアダンス」をしてみたかったと回答した方が、上位にランクインした

**質問4 <質問3で回答した方への質問>  
そのスポーツを選んだ理由は何ですか？ (回答者数：11,026名)**

<全体> (%)			<ゴルフを選択された方> (%)		
順位	理由	割合	順位	理由	割合
1	興味があった	38.4	1	興味があった	26.9
2	憧れていた	9.4	2	現在そのスポーツをしている	25.2
3	手軽に始められそう	8.9	3	当時はそのスポーツをできる環境がなかった	15.2
4	当時はそのスポーツをできる環境がなかった	5.8	4	やらずに後悔した	5.5
5	自分の能力や体力を最も生かせそう	5.7	5	手軽に始められそう	5.3
6	現在そのスポーツをしている	5.3	6	プロになれば稼げそう、収入が高そう	5.1
7	やらずに後悔した	5.1	7	憧れていた	4.6
8	最近人気が出てきた	2.4	8	自分の能力や体力を最も生かせそう	2.2
9	知人がそのスポーツをしていた	2.3	9	知人がそのスポーツをしていた	1.9
10	プロになれば稼げそう、収入が高そう	0.9	10	最近人気が出てきた	0.9

<ダンス・チアダンスを選択された方> (%)

順位	理由	割合
1	興味があった	35.6
2	憧れていた	18.6
3	当時はそのスポーツをできる環境がなかった	13.4
4	最近人気が出てきた	8.4
5	手軽に始められそう	7.6
6	やらずに後悔した	4.4
7	現在そのスポーツをしている	2.7
8	自分の能力や体力を最も生かせそう	2.3
9	知人がそのスポーツをしていた	0.9
10	プロになれば稼げそう、収入が高そう	0.5

ゴルフをしてみたかった理由では「現在そのスポーツをしている」と回答した方が多く、ダンス・チアダンスをしてみたかった理由では「憧れていた・当時はそのスポーツをできる環境がなかった」という回答が多かった

質問 5 現在、何かスポーツをしていますか？ (回答者数：11,459名)

内容	割合	年代					
		~20代	30代	40代	50代	60代	70代~
はい	25.5	23.6	21.7	22.1	25.3	29.2	29.1

年代が上がる程、「はい」と回答した方が多かった

質問 6 <質問 5 で「はい」と回答した方への質問>

スポーツをしている理由は何ですか？ (回答者数：3,356名)

<現在スポーツをしている理由> (%)

順位	理由	割合
1	健康維持	62.2
2	体を鍛える・トレーニング	30.4
3	ストレス発散	25.6

約 6 割の方が「健康維持」を理由にスポーツしていると回答した

<ニッセイ基礎研究所生活研究部 准主任研究員 小口 裕のコメント>



全体的に、スポーツは単なる娯楽に留まらず、健康維持、社会的交流、自己実現を促進する手段となっていることが伺える結果となりました。

振り返れば、2011年スポーツ基本法が施行され、青少年によるスポーツの機会がより身近になりましたが、「学生時代にスポーツをしていた」と回答した割合が若年層で高かった背景には、このような政策の成果が着実に現れつつあるとも言えるでしょう。

また、男性では「もし学生時代に戻れるならやってみたいスポーツ」としてゴルフが上位にランクインしています。ゴルフは年齢を問わず楽しめるスポーツであり、社交やビジネスの交流の場という一面と共に、特に中高年層において健康維持と社会的交流を両立できる手段として再び注目されている可能性があります。

一方で、女性では「ダンス」「チアダンス」がやってみたいスポーツとして1位に選ばれています。これにはさまざまな背景が考えられますが、ダンスやチアダンスは一般的に、自己表現や協調性、リーダーシップが求められるスポーツでもあり、その様な特性が、現代の社会において女性に「憧れ」として受け入れられる1つの要因になっている、とも考えられます。

【スポーツ観戦・一番好きなスポーツ選手について】

- 観戦したいスポーツは、約 6 割が「野球」、約 3 割が「サッカー」と回答した。「野球」「サッカー」の次に 60 代以下では「バレーボール」、60・70 代以上では「マラソン・駅伝」と回答する方も多かった。
- いずれの年代も「TV中継」でスポーツ観戦する方が大多数である一方、特に 50 代以下では「動画配信サービス」という回答も 2 割近くにのぼった。
- 一番好きなスポーツ選手は、約 5 割が「大谷翔平」選手と回答した。主な理由は、「活躍している」「努力家」「礼儀正しい」などが挙げられた。

質問 7 どのスポーツを観戦するのが好きですか？（回答者数：7,878名）

(%)

順位	種目	年代別	年代別					
			～20代	30代	40代	50代	60代	70代～
1	野球	59.4	53.1	54.3	54.8	61.9	61.2	63.8
2	サッカー	33.5	26.5	34.3	37.4	35.4	33.1	26.0
3	バレーボール	22.4	30.3	22.0	23.8	22.9	21.3	17.8
4	マラソン・駅伝	16.3	6.3	9.3	13.0	17.9	21.1	19.0
5	バスケットボール	15.2	18.5	18.6	19.0	16.1	12.3	8.4

「野球」「サッカー」の次に、60 代以下の幅広い世代で「バレーボール」の回答が多く、60 代以上では「マラソン・駅伝」と回答する方が多かった

質問 8 どのように観戦しますか？（回答者数：7,784名）

(%)

順位	観戦方法	年代別	年代別					
			～20代	30代	40代	50代	60代	70代～
1	TV中継	85.9	75.9	79.1	79.9	87.4	90.4	93.0
2	現地で直接観戦	32.5	36.6	37.7	37.5	36.9	28.3	14.9
3	動画配信サービス	15.2	19.9	22.8	16.8	16.3	12.8	4.7
4	インターネット配信	10.9	12.8	14.8	14.1	11.0	10.0	3.2

いずれの年代でも「TV中継」の回答が多い一方、特に 50 代以下で「動画配信サービス」と回答した方が 2 割近くにのぼった

質問 9 今、一番好きな現役スポーツ選手は誰ですか？（回答者数：9,286名）

質問 10 <質問 9 に回答した方へ>

その選手が好きなの理由は何ですか？（回答者数：4,750名）

<好きな選手上位10名> (%)

順位	選手	割合
1	大谷翔平（野球）	44.9
2	石川祐希（バレーボール）	5.7
3	高橋藍（バレーボール）	3.2
4	井上尚弥（ボクシング）	3.2
5	北口榛花（やり投げ）	2.8
6	早田ひな（卓球）	2.5
7	三笥薫（サッカー）	2.4
8	池江璃花子（水泳）	2.1
9	羽生結弦（フィギュアスケート）	1.9
10	阿部一二三（柔道）	1.8

<大谷選手を好きな理由> (%)

順位	選手	割合
1	活躍している・成績を残している	70.8
2	努力家な姿	29.3
3	礼儀正しさ	28.0
4	メンタルの強さ	18.4
5	ポジティブさ	15.3
6	プレースタイル	10.5
7	コメント・発言	9.4
8	その他	2.5
9	地元が同じ	0.8

4 割を超える方が「大谷翔平」選手と回答し、主な理由として、「活躍している」「努力家な姿」「礼儀正しさ」が挙げられた

また、バレーボールの 2 選手が 2・3 位と上位にランクインした

＜ニッセイ基礎研究所生活研究部 准主任研究員 小口 裕のコメント＞

例年通り、野球とサッカーが人気スポーツの上位を占めましたが、注目したいのはバレーボールが3位にランクインしている点です。バレーボールは、学校教育の現場でも体育の授業や部活動で広く取り入れられており、もともと親しまれやすいスポーツともいえますが、特に2024年パリ五輪での男子バレーボール日本代表の活躍が注目され、国際大会での露出が増えたことも人気を後押しした可能性があるでしょう。また、バレーボールの試合はスピーディーで得点が多く、サーブやスパイクの瞬間的な動きやチームの連携プレーなど観戦者にとってエキサイティングな印象を与えている点が、特に若年層にとって魅力的に映っているとも考えられます。

また、スポーツ観戦のスタイルにも変化が見られ、「動画配信サービス」を利用して観戦する人が全体で15%、特に20～30代では2割に達している点も注目です。スマートフォンを使って手軽にスポーツを観戦できる環境が整ってきたことや、各種動画配信サービスのストリーミングライブ配信やオンデマンド視聴の普及が、視聴習慣の変化を促進している可能性があります。

大谷翔平選手の人気は、単にメジャーリーガーとしての国外での活躍だけでなく、努力や謙虚さ、礼儀正しさといった人間性が評価されている点も大きく、現代社会における「アスリート像の一つの理想」として捉えられている、という側面もあるのではないのでしょうか。

【パリ五輪について】

○最も印象に残ったスポーツは、全体で「柔道」が最多であった。20代以下では「バレーボール」、60代以上では「体操」と回答する方が多かった。

○パリ五輪をきっかけに応援するようになったスポーツは、「フェンシング」と回答した方が最多であった。

質問 11 パリ五輪で最も印象に残ったスポーツは何ですか？ (回答者数：10,213名)

(%)

順位	内容	割合								
			男性	女性	～20代	30代	40代	50代	60代	70代～
1	柔道	17.6	22.4	13.1	15.1	19.4	17.6	18.3	17.9	14.3
2	体操	13.9	11.0	16.9	8.6	10.4	10.5	12.1	18.6	21.0
3	バレーボール	9.7	6.0	13.4	18.4	9.3	9.2	9.8	8.2	9.0
4	卓球	7.8	7.9	7.8	6.2	6.7	7.7	8.1	7.6	10.0
5	フェンシング	7.4	8.6	6.2	4.0	5.9	6.1	7.9	9.4	7.4

全体では「柔道」が最多であったが、20代以下では「バレーボール」、60代以上では「体操」と回答した方が多かった

質問 12 パリ五輪をきっかけに応援するようになったスポーツは何ですか？ (回答者数：8,945名)

(%)

順位	種目	割合
1	フェンシング	12.8
2	柔道	9.9
3	バレーボール	9.1
4	卓球	8.9
5	体操	8.8
6	スケートボード	8.5
7	ブレイクダンス (ブレイキン)	6.3
8	バスケットボール	5.1
9	陸上競技	4.7
10	馬術	4.5

「フェンシング」と回答した方が多かった

2020年東京五輪からの「スケートボード」や今大会からの「ブレイクダンス (ブレイキン)」など、比較的新しく追加された種目を応援するようになった方も多かった

<ニッセイ基礎研究所生活研究部 准主任研究員 小口 裕のコメント>

パリ五輪で最も印象に残ったスポーツとして「柔道」がトップとなりました。柔道はもともと日本選手が金メダルを獲得することが期待されていた競技でしたが、特に阿部一二三選手や阿部詩選手などの有名選手が話題を集め、アスリート自身のひたむきな努力や成長のストーリーに焦点が当たることで、さらに注目度が高まった面があるのではないのでしょうか。

また、60代以上の世代で「体操」の印象が高めです。同じくパリ五輪において、橋本大輝選手を中心とした日本体操チームが、不調やミスに直面しながらも団体戦において金メダルを獲得した「逆境からの復活」のストーリーが記憶に新しいところですが、こうしたチームワークや絆の強調は、特にシニア層にはポジティブに受容されやすい傾向にあるとも言えるでしょう。

最後に、パリ五輪をきっかけに応援するようになったスポーツとして「フェンシング」がトップとなり、スケートボードやブレイクダンスといった新種目も注目されています。特にスケートボードでは、14歳の吉沢恋選手や15歳の赤間凜音選手など、10代の若手選手の躍動が話題となりました。パリ五輪期間中も多くのSNSで競技や優勝シーンが拡散されていましたが、これらの競技は、もともと若者文化やストリートカルチャーと深く結びついており、デジタルメディアでの情報拡散が話題性に大きく貢献しやすいスポーツと言えるのかもしれない。

以 上

2024-1862G, 広報部