

2023年度 スポーツ実施率・アクティブライフ調査 実施結果報告書

(第3版)

神戸商工会議所
神戸スポーツ産業懇話会



調査概要

- 目 的：**神戸市内の事業所における経営者/従業員の「スポーツ実施率向上」を目的に各種事業を計画する際の基礎資料を得るため
- 期 間：**2023年11月20日（月）～12月8日（金）
- 対 象：**神戸スポーツ産業懇話会メンバー企業103社・団体と議員企業の経営者・従業員、神戸商工会議所職員など神戸市内在勤者
- 方 法：**クラウド型アンケート作成ツール「Questant」を活用した簡易的なWEB調査(全15問)
※項目については別添「調査票」を参照
- 回 答 数：**450件



属性

		N	%
性別	男性	316	70.2
	女性	128	28.5
	その他	6	1.3
年齢	10代	0	0
	20代	57	12.7
	30代	76	16.9
	40代	99	22
	50代	157	34.9
	60代	57	12.7
	70代	2	0.4
	80代	0	0
	90代	2	0.4
職位	経営者	5	1.1
	経営幹部	16	3.6
	管理職	114	25.3
	一般社員	284	63.1
	その他	31	6.9
全体		450	100



運動・スポーツ実施日数

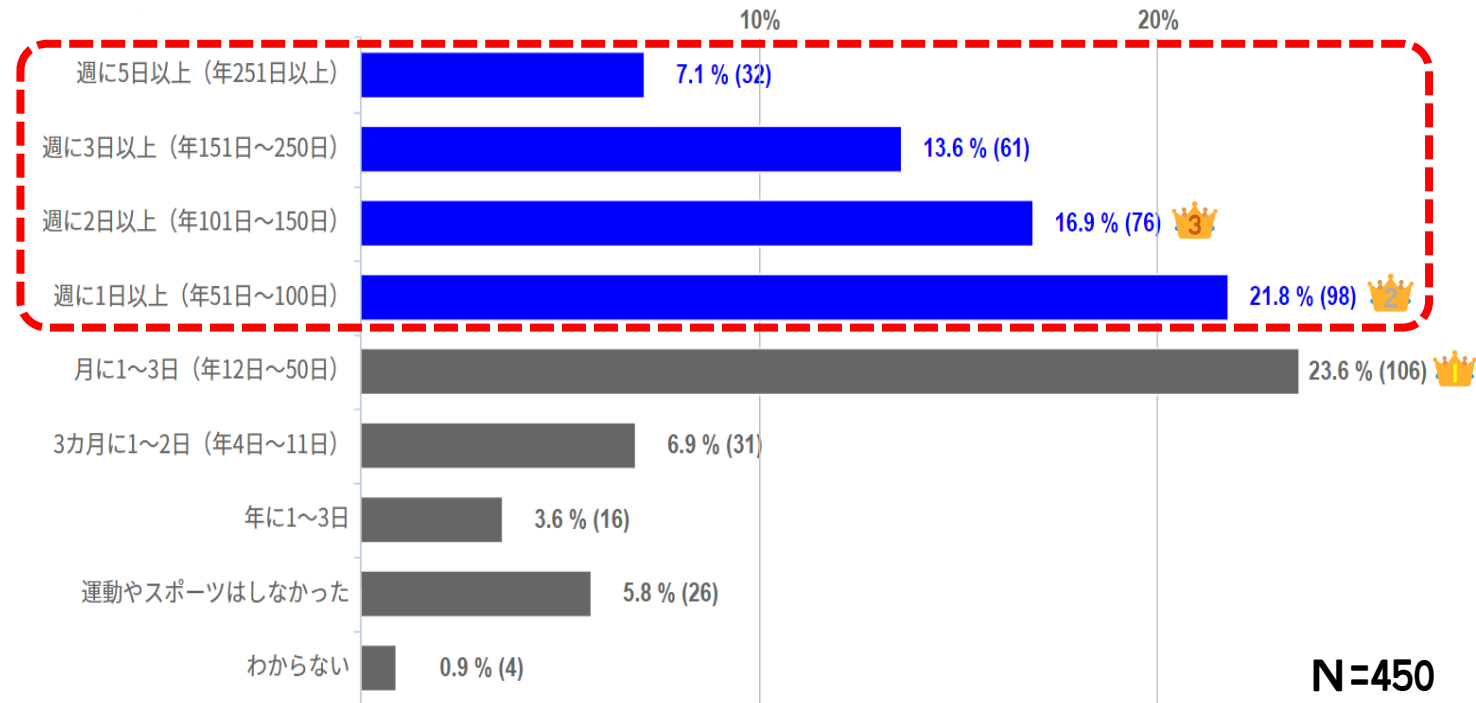
Q1. この1年間で、運動やスポーツを実施した日数を全て合わせると、何日程度になりますか？
(該当するもの1つ)



週1日以上は59.3%に微増

※2018年度から6年連続で増加

【参考】 **2018年度41.8%**
2019年度44.6%
2020年度49.8%
2021年度50.6%
2022年度58.4%



N=450



運動・スポーツ実施時間

Q2. この1週間に、運動やスポーツを実施した時間は、
合計してどのくらいになりますか？
(該当するもの1つ)



N=450



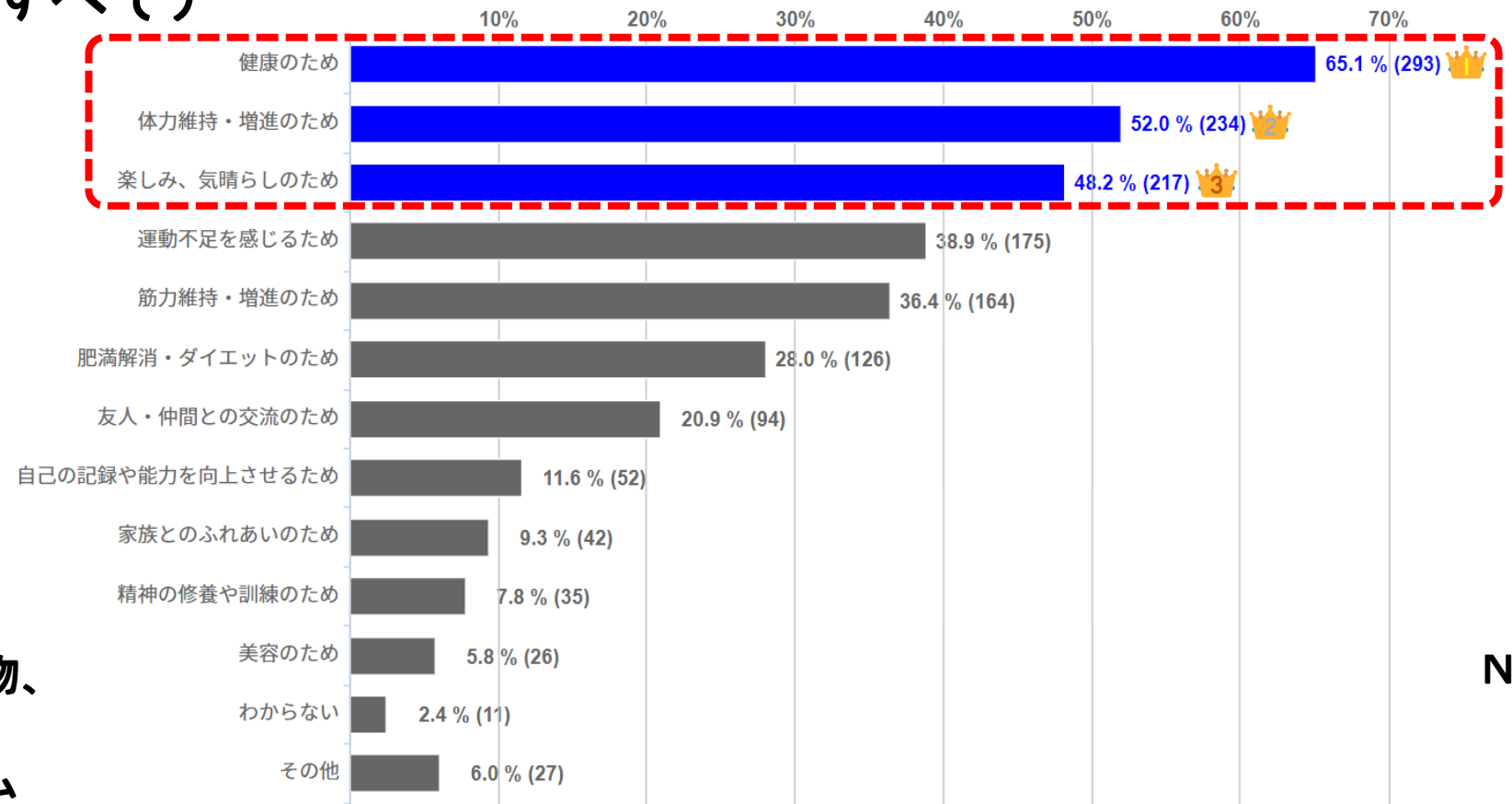
運動・スポーツ実施理由

Q3. この1年間に、運動やスポーツを実施したのは、
どのような理由からですか？
(該当するものすべて)



1位と2位が増加
※昨年度比

【参考】「その他回答」
自転車通勤、業務関係、
部活、イベント、買い物、
犬の散歩、脳の活性化、
ブロックチェーンゲーム



N=450



運動・スポーツ実施場所

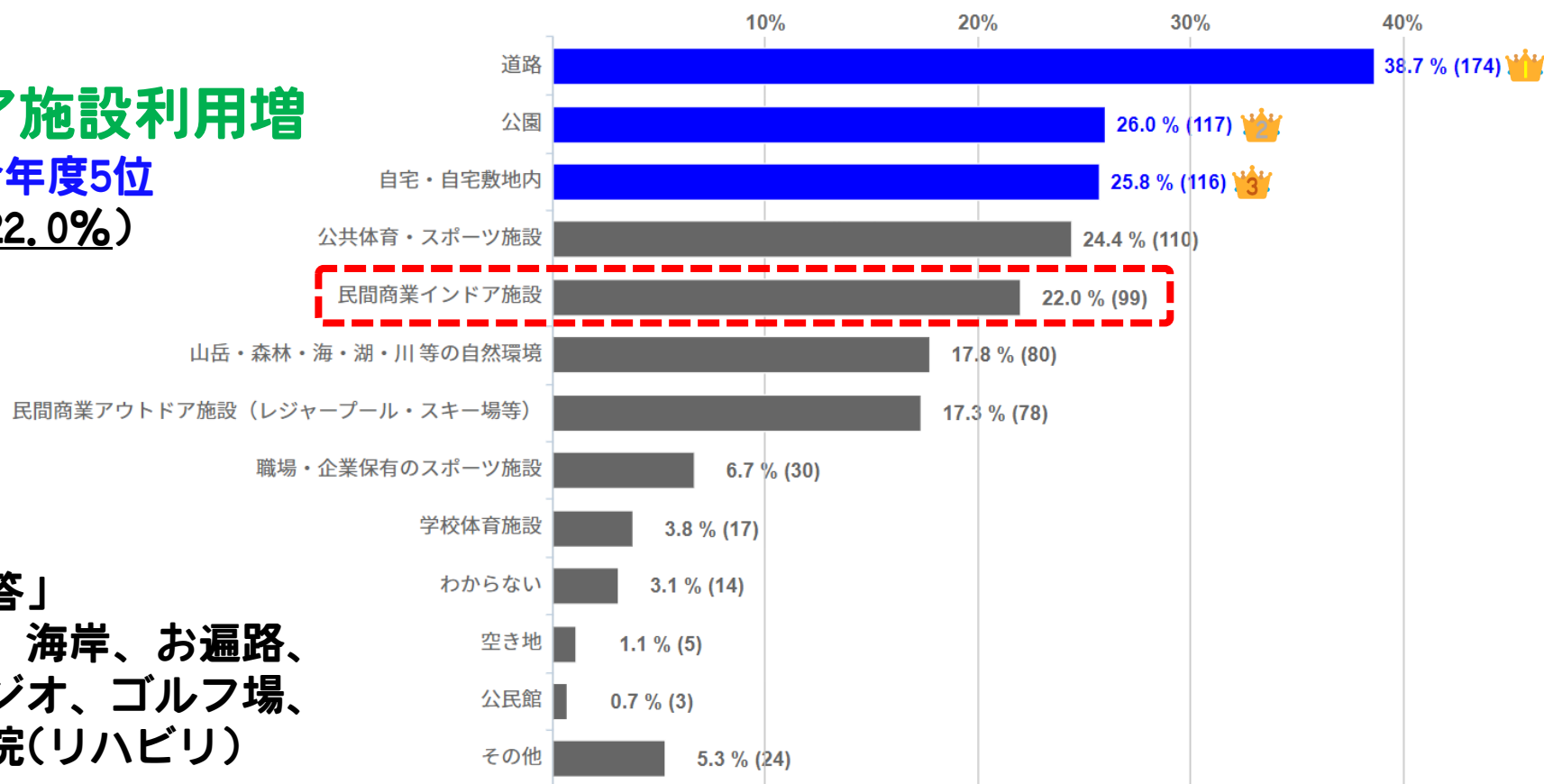
Q4. この1年間に、どこで運動やスポーツを実施しましたか？
(該当するものすべて)

💡 民間インドア施設利用増

※昨年度7位→今年度5位
(14.5%) (22.0%)

【参考】「その他回答」

ランニングコース、海岸、お遍路、
ジム、ダンススタジオ、ゴルフ場、
フットサル場、病院(リハビリ)



N=450

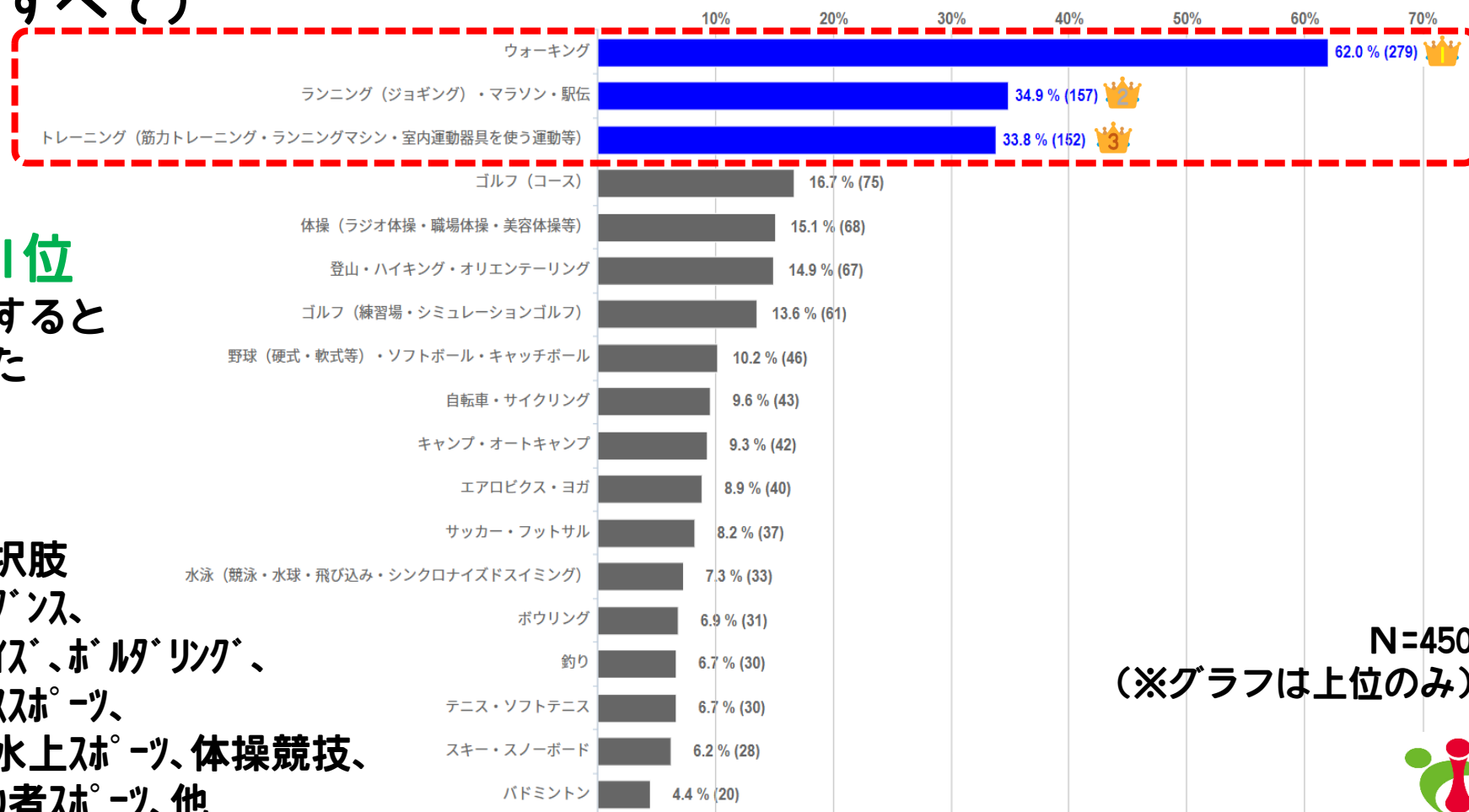


実施種目

Q5. この1年間に、実施した運動やスポーツがあれば、選択してください。
(該当するものすべて)

💡 **ウォーキングが1位**
※昨年度調査と比較すると
2位と3位が逆転した

【参考】回答数下位の選択肢
バレーボール、バスケットボール、ダンス、
卓球、ボクシング、アクアエクササイズ、ボウリング、
陸上競技、ダイビング、アイススポーツ、
レクリエーションスポーツ、サーフィン、水上スポーツ、体操競技、
柔道、乗馬、スケート、障がい者スポーツ、他



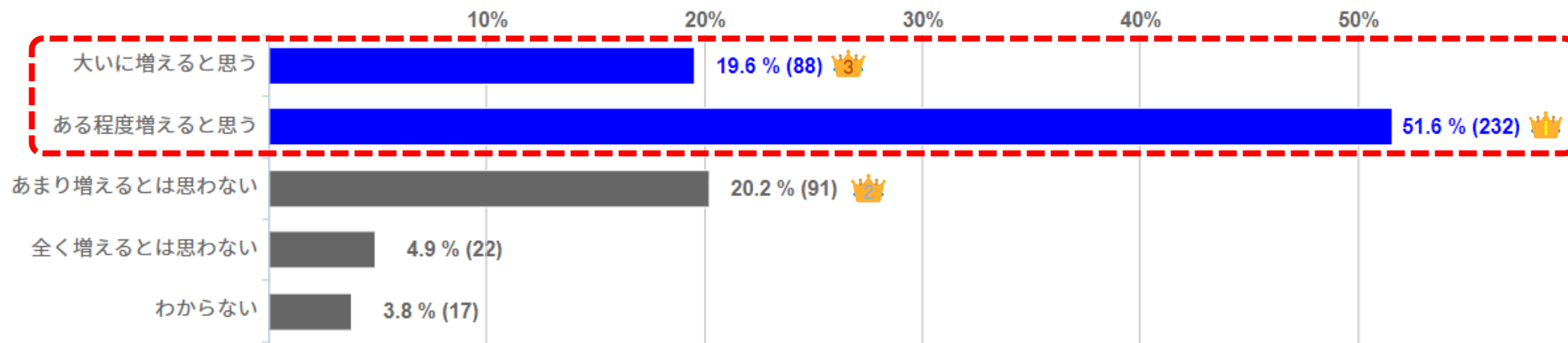
N=450
(※グラフは上位のみ)



職場の取り組みが与える影響

Q6. あなたの職場で運動・スポーツを習慣化する取り組み[※]があれば、
今より運動・スポーツを実施する頻度は増えると思いますか？
(該当するもの1つ)

[※ 階段利用や自転車通勤の奨励、職場運動会の実施、職場内へのストレッチスペースの設置、
体操・ストレッチ時間の設定、椅子の代わりにバランスボールを利用、等]



💡 **取り組みがあれば「増えると思う」…71.1%**

※大いに増えると思う+ある程度増えると思う

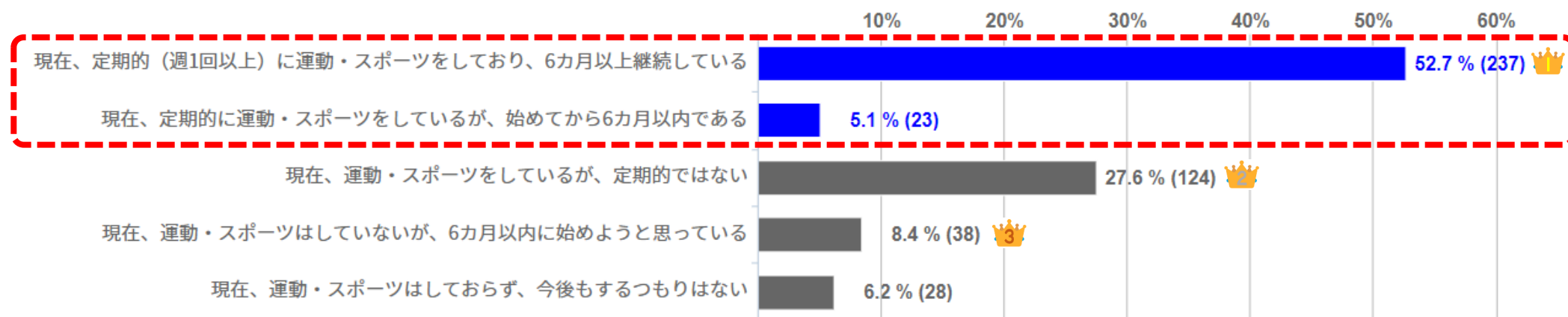
昨年度より7.7%上昇

N=450



運動・スポーツ実施状況（プラン）

Q7. 運動やスポーツについて、現在の実施状況と今後の予定について教えてください。
（該当するもの1つ）



💡 **定期的な運動・スポーツ実施率…57.8%**
※昨年度と同率

N=450



運動・スポーツ促進要因

Q8. あなたにとって、運動やスポーツを実施する上での
促進要因は何ですか？
(該当するものすべて)

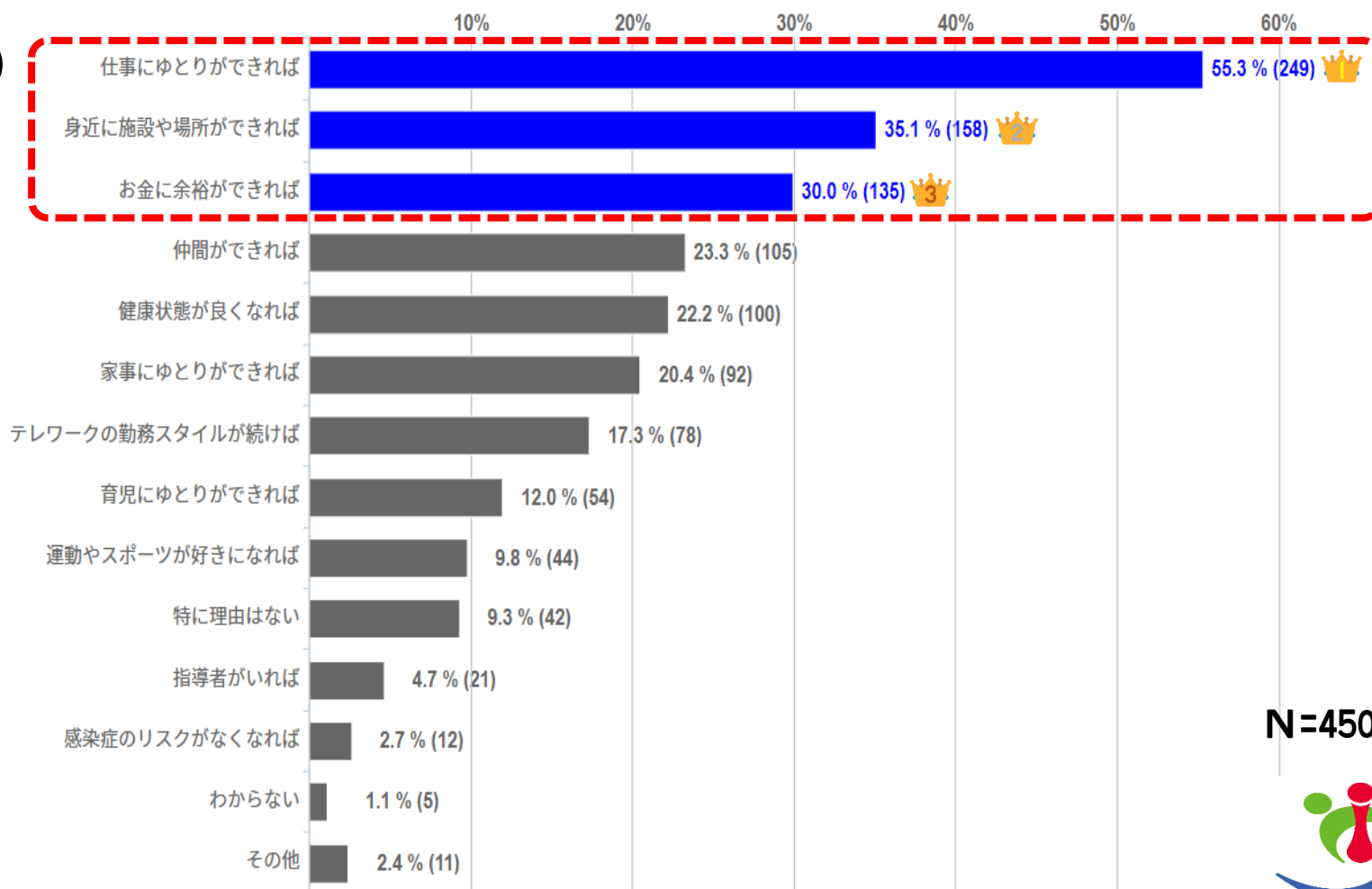


仕事のゆとりが1位

※昨年度調査と比較すると
2位と3位が逆転した
アリーナ等新施設への
期待感が伺える

【参考】「その他回答」

スポーツチームへの所属、
精神面、自己鍛錬、目標、効果、
老後対策、仕事との相乗効果、
ゲーム報酬、インセンティブ



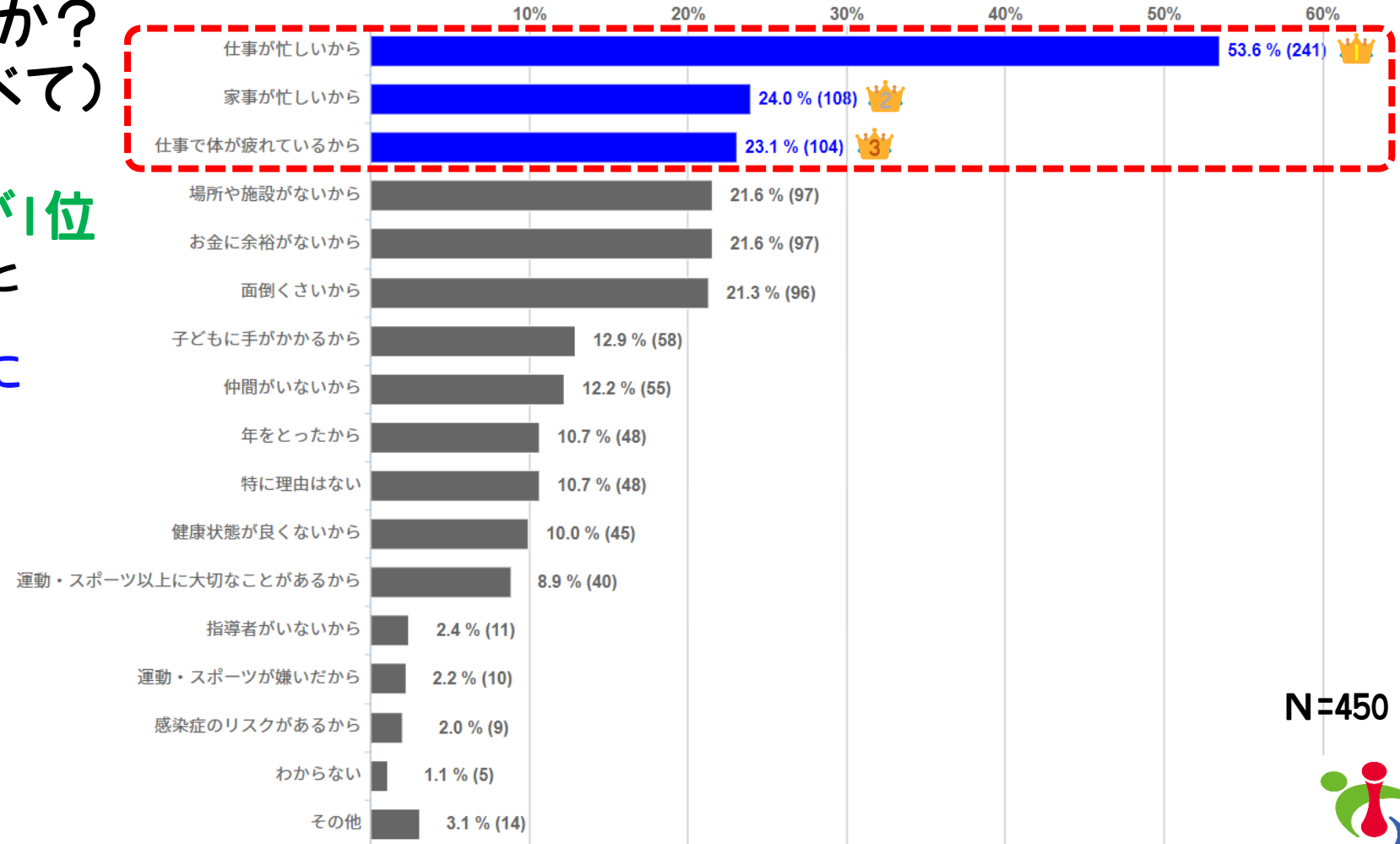
N=450



運動・スポーツ阻害要因

Q9. あなたにとって、運動やスポーツを実施する上での
阻害要因は何ですか？
(該当するものすべて)

💡 **仕事が忙しいからが1位**
※昨年度調査と比較すると
1位が7.2%上昇
アフターコロナが鮮明に



【参考】「その他回答」
家族の介護、妊娠、
ペットとの同居、
通勤時間の長さ、気候、
怪我のリスク、精神状態

N=450



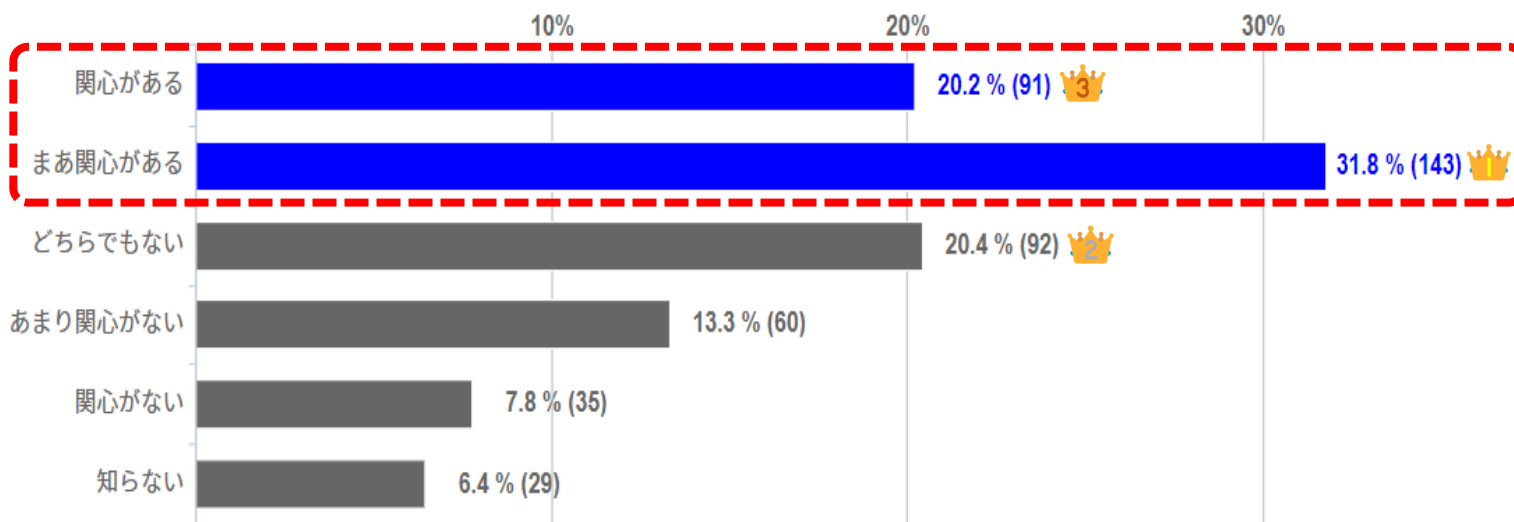
神戸2024世界パラ陸上競技選手権大会への関心度

Q10. 2024年5月に開催予定の「神戸2024世界パラ陸上競技選手権大会」に
どの程度関心がありますか？
(該当するもの1つ)



「関心あり」が大幅増

※関心がある+まあ関心がある
の合計が**52.0%**
(昨年度調査では29.7%)

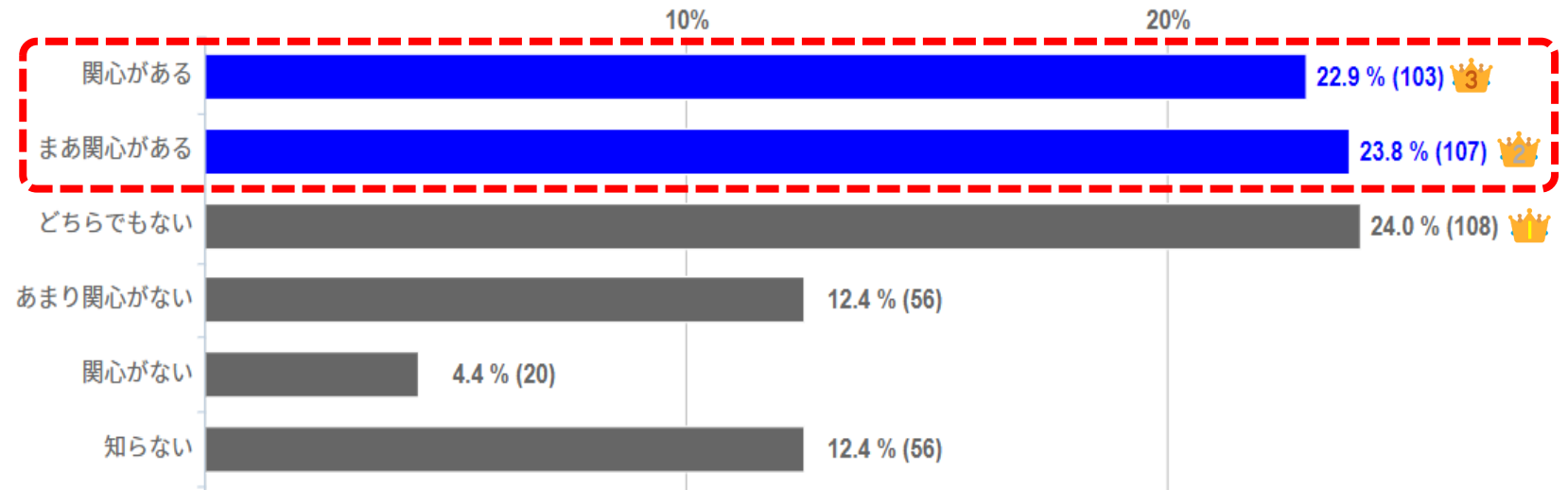


N=450



神戸アリーナへの関心度

Q11. 2025年春に開業予定の「神戸アリーナ(仮称)」に
どの程度関心がありますか??
(該当するもの1つ)



認知度は約80%超

※「知らない」と回答は
全体の12.4%のみ
「関心あり」も40%超

(関心がある+まあ関心がある)

N=450



まとめ

- ・ 週1日以上のスポーツ実施率は59.3%と昨年度より微増（6年連続）
- ・ ACTIVE(週150分以上)な人は25.1%と全体の1/4 ※昨年度は28.9%
- ・ 健康/体力維持/気晴らしの上位3位は昨年度と変わらず
- ・ スポーツ実施場所としてインドア施設が増加の傾向
- ・ 実施種目はウォーキングとランニングの1位2位をはじめ屋外が依然多い
- ・ 職場の取り組みが運動習慣に与える影響は昨年度より7.7%上昇
- ・ 定期的(継続的)なスポーツの実施率は昨年度から横ばい
- ・ 促進要因として施設の整備など「周辺環境」が2位に浮上
- ・ 阻害要因1位「仕事が忙しいから」が7.2%上昇しアフターコロナが鮮明に
- ・ 世界パラ陸上への関心が昨年度調査から約2倍と大幅増
- ・ 神戸アリーナへの認知度は87.6%、「関心あり」も46.7%

