

2024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

神戸商工会議所
神戸スポーツ産業懇話会



調査概要

- 目的：**神戸市内における働く世代の「スポーツ実施率向上」のための各種事業を企画する際の基礎となるデータ収集
- 期間：**2024年10月21日（月）～11月8日（金）
- 対象：**神戸スポーツ産業懇話会メンバー企業107社/団体、役員議員企業、兵庫県/神戸市職員ほか、神戸市内就業者
- 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16問)
※項目については別添「調査票」を参照
※「Q.12」と「Q.13」については企業情報のため非公表
- 回答数：**600件

調査メンバー：山口泰雄(神戸大学名誉教授)、伊藤克広(兵庫県立大学国際商経学部教授)、山口志郎(流通科学大学人間社会学部教授)
[神戸商工会議所事務局]
平井克幸(産業部長)、竹下竜介(産業部次長)、宮崎哲(産業部)



属性

		N	%
性別 (Q. 15)	男性	426	71.0
	女性	171	28.5
	その他	3	0.5
年齢 (Q. 16)	10代	1	0.2
	20代	71	11.8
	30代	107	17.8
	40代	126	21.0
	50代	192	32.0
	60代	92	15.3
	70代	8	1.3
	80代	3	0.6
	90代	0	0
職位 (Q. 14)	経営者	28	4.6
	経営幹部	25	4.2
	管理職	171	28.5
	一般社員	349	58.2
	その他	27	4.5
全体		600	100.0



運動・スポーツ実施日数

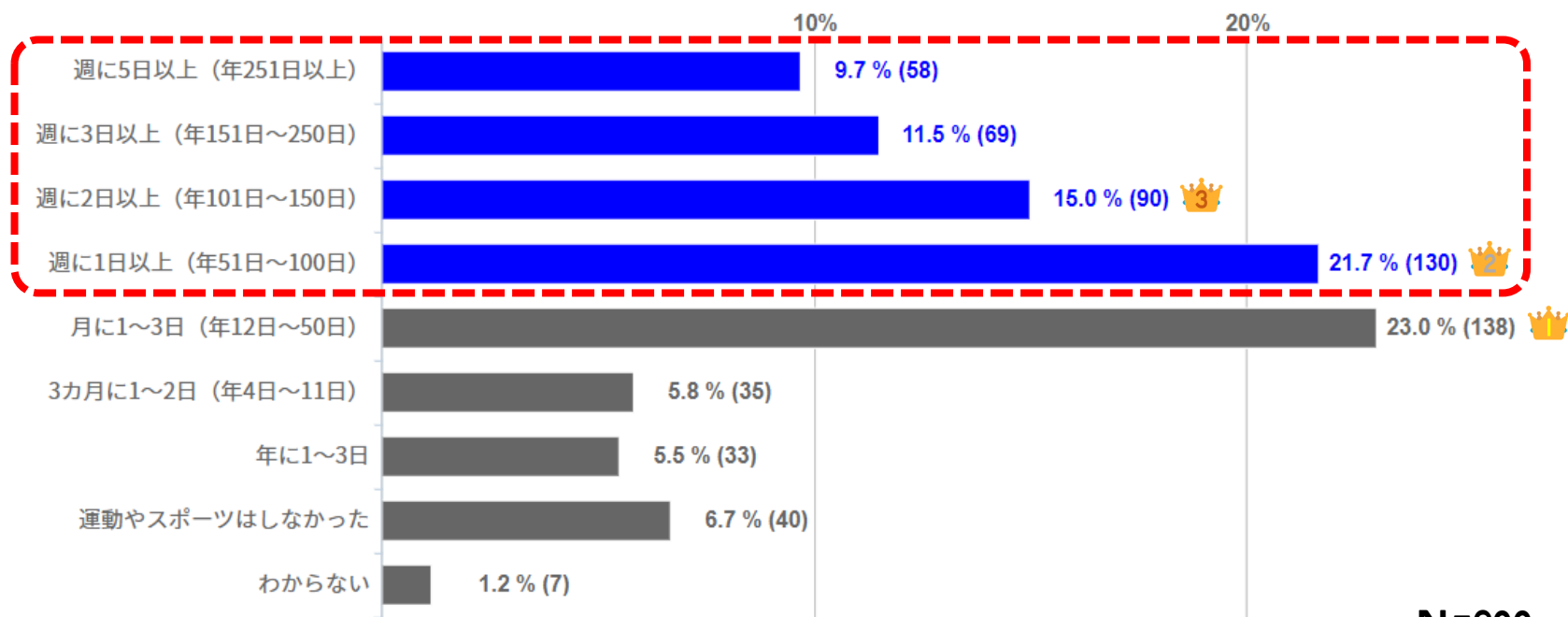
Q1. この1年間で、運動やスポーツを実施した日数を全て合わせると、何日程度になりますか？
(該当するもの1つ)



**週1日以上実施は
57.8%に微減**

※調査開始以来**初の減少**。
男性63.6%/女性43.8%
と**男女で有意差**。

【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%
2023年度59.3%

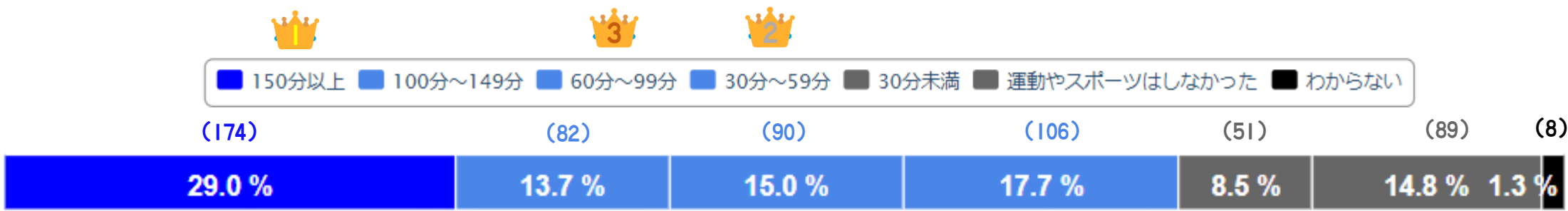


N=600



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）



ACTIVE（活発）
※週に150分以上
29.0%

FAIRLY ACTIVE（やや活発）
※週に30分～149分
46.4%

INACTIVE（運動不足）
※週に30分未満
23.3%

N=600

💡 **ACTIVE(週150分以上)が
29.0%で過去最高**
※昨年度の25.1%から
3.9%の伸び。

【参考】

	ACTIVE	FAIRLY ACTIVE	INACTIVE
2018年度	19.5%	39.0%	41.5%
2019年度	21.9%	38.2%	39.9%
2020年度	23.6%	39.4%	35.9%
2021年度	24.9%	39.5%	34.3%
2022年度	28.9%	40.8%	30.3%
2023年度	25.1%	48.7%	25.1%



運動・スポーツ実施理由

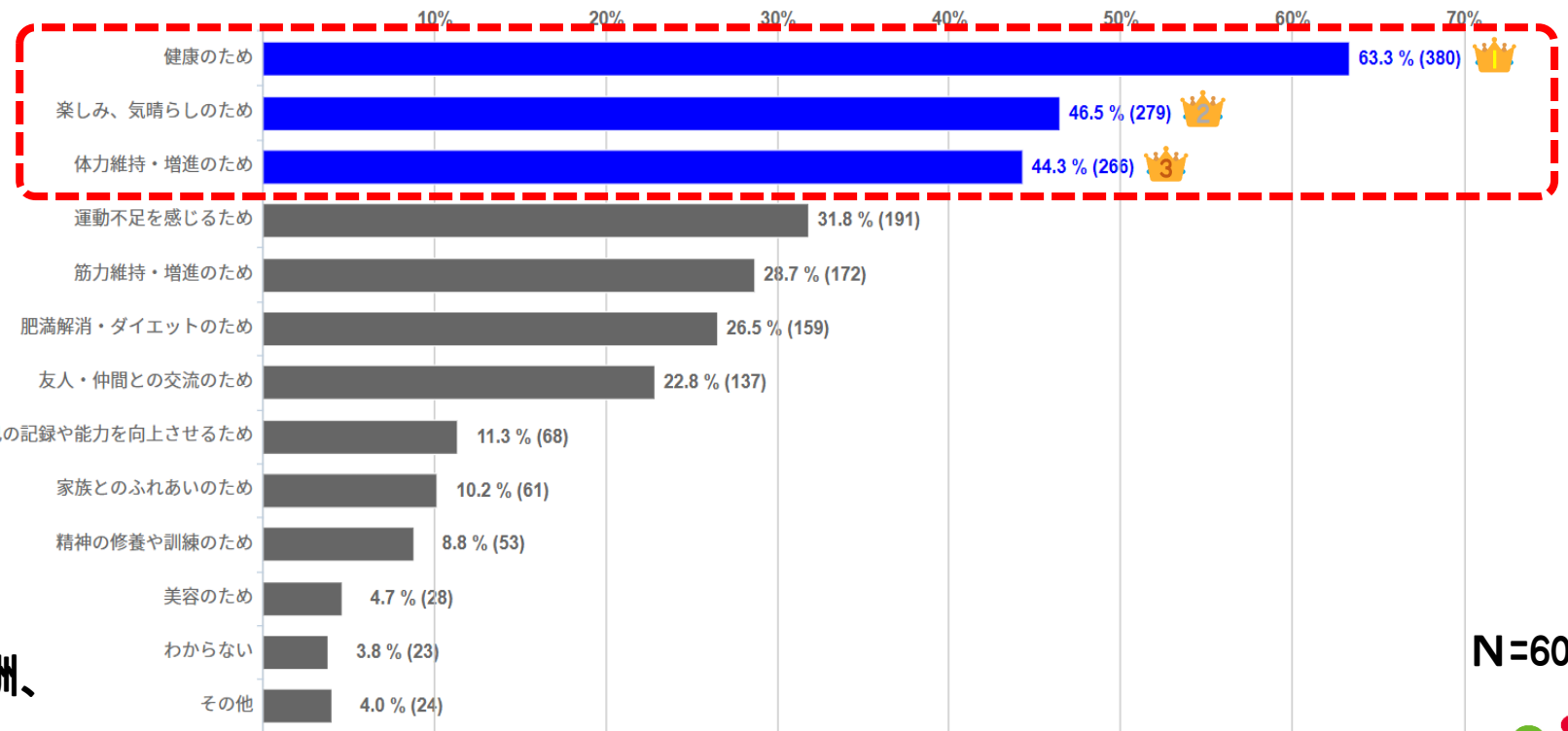
Q3. この1年間に、運動やスポーツを実施したのは、
どのような理由からですか？
(該当するものすべて)



**1位「健康のため」
は変わらず**

※2位「楽しみ、気晴らし
のため」と3位「体力
維持・増進のため」が
昨年比で逆転。

【参考】「その他回答」
業務、小学生の指導、
移動、社会人サッカー、
マラソン練習、アプリ報酬、
運動をしていない



N=600



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)

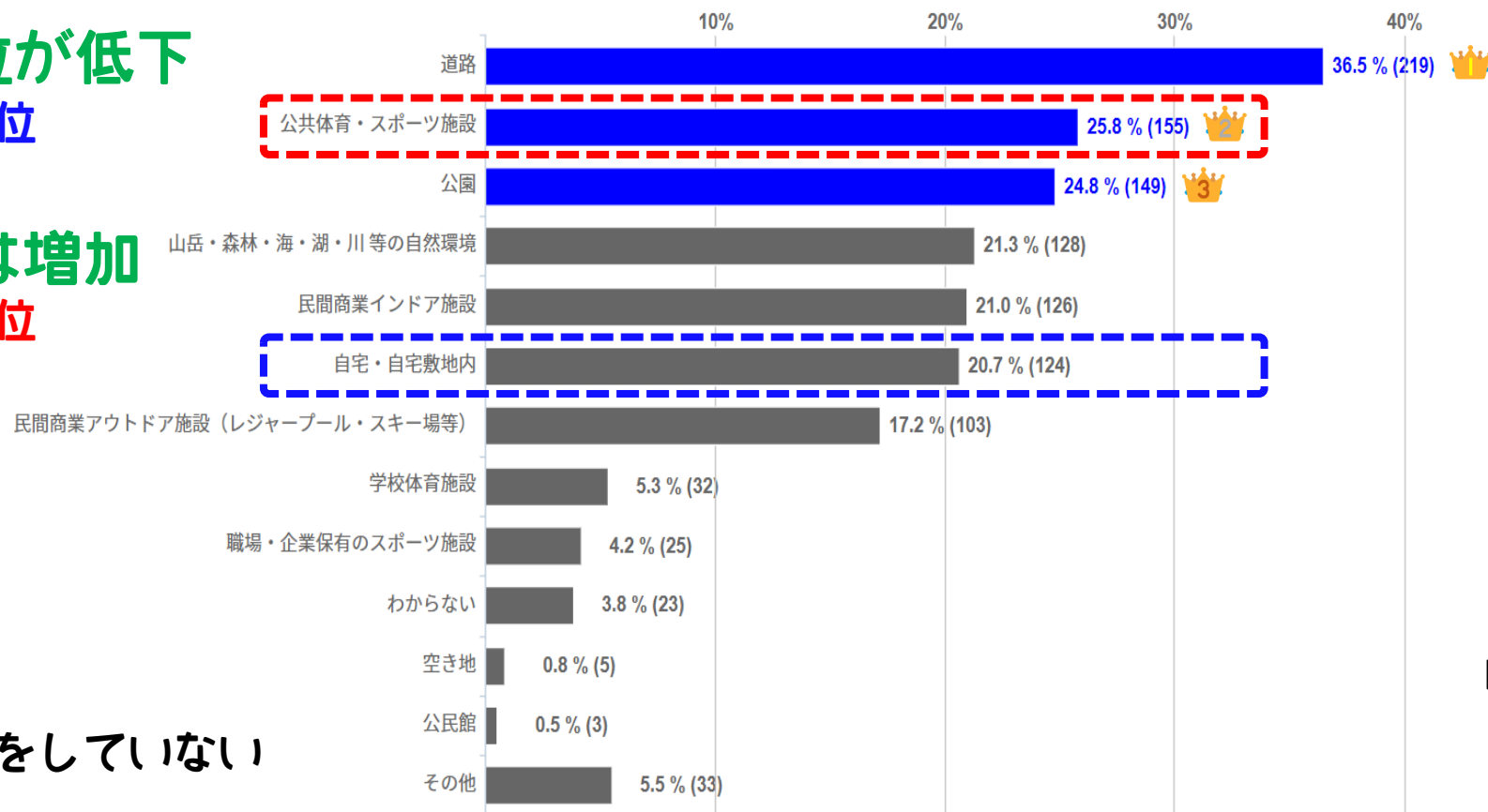


自宅敷地内の順位が低下

※昨年度3位→今年度6位

公共施設の利用は増加

※昨年度4位→今年度2位



【参考】「その他回答」

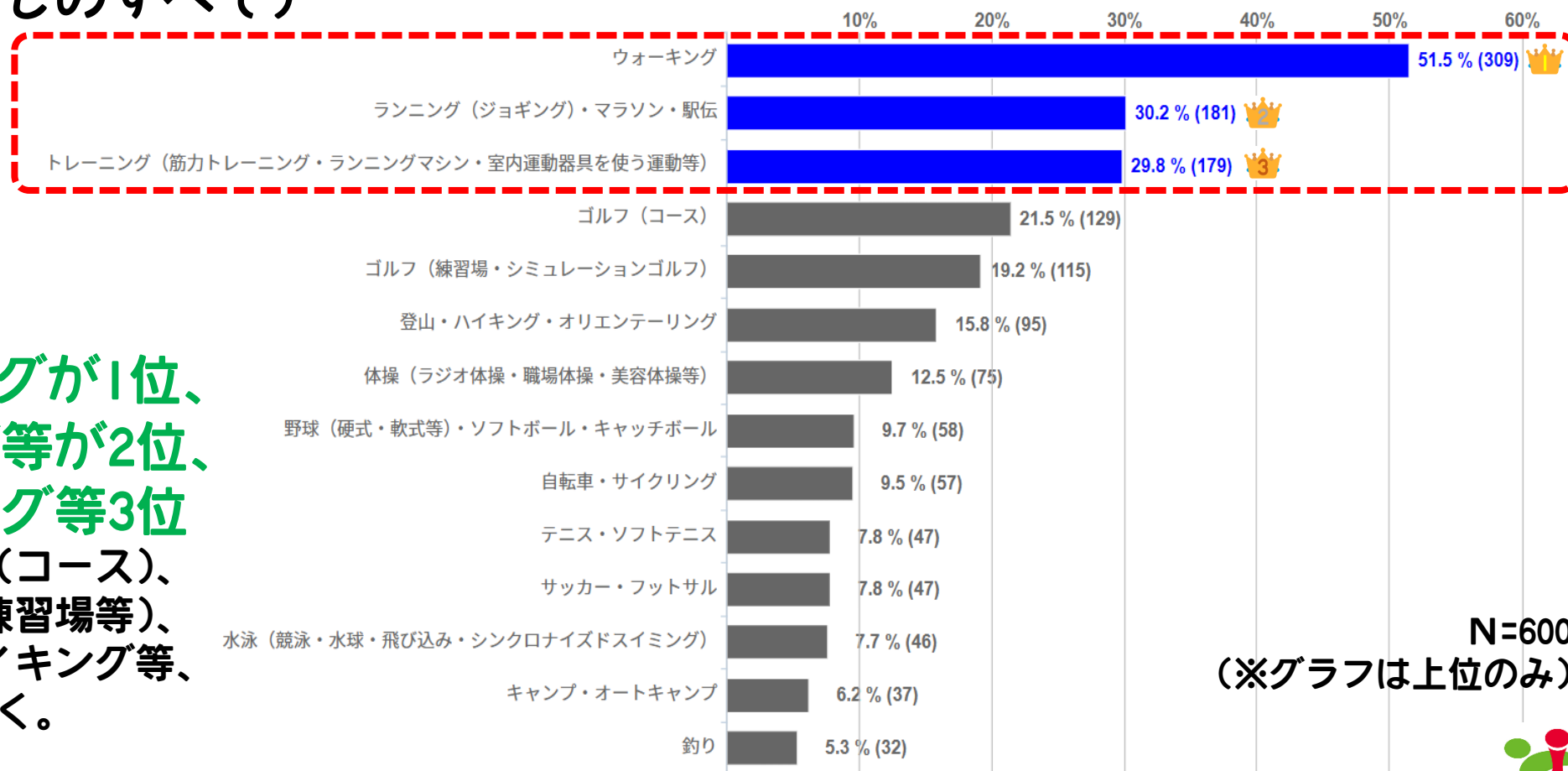
寺、階段、職場、運動をしていない

N=600



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、
ランニング等が2位、
トレーニング等3位**
※4位はゴルフ(コース)、
5位ゴルフ(練習場等)、
6位登山・ハイキング等、
7位体操と続く。

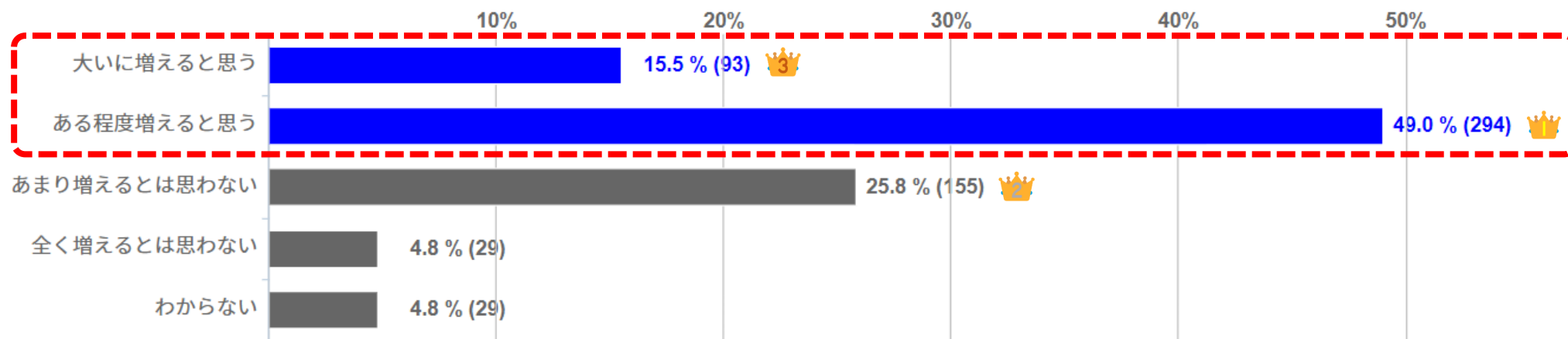
N=600
(※グラフは上位のみ)



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」…64.5%**

※大いに増えると思う+ある程度増えると思う

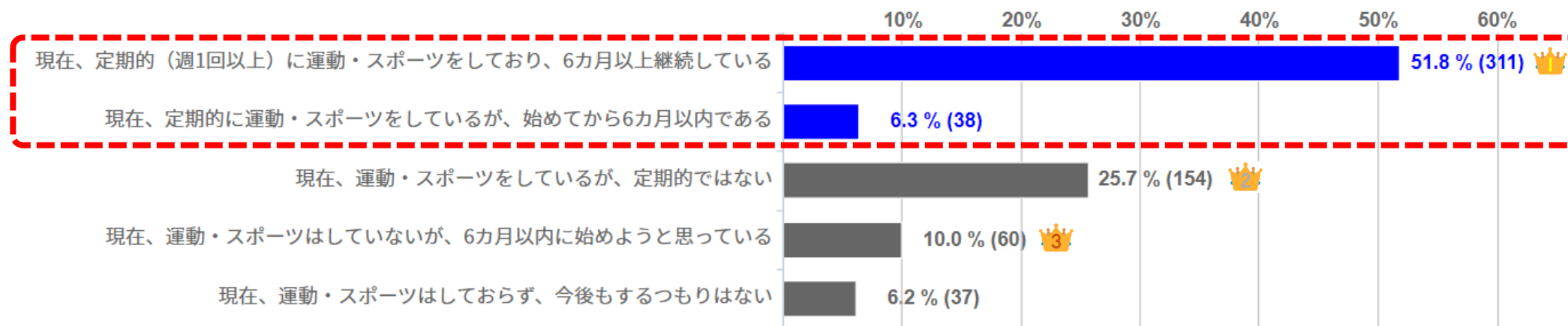
昨年度より**6.6%減少**、一方で「増えるとは思わない」が**5.6%増加**。

N=600



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…58.1%**

※各項目とも昨年度とほぼ同率。

運動習慣がない層の意識変革は難しいことが推測される。

N=600

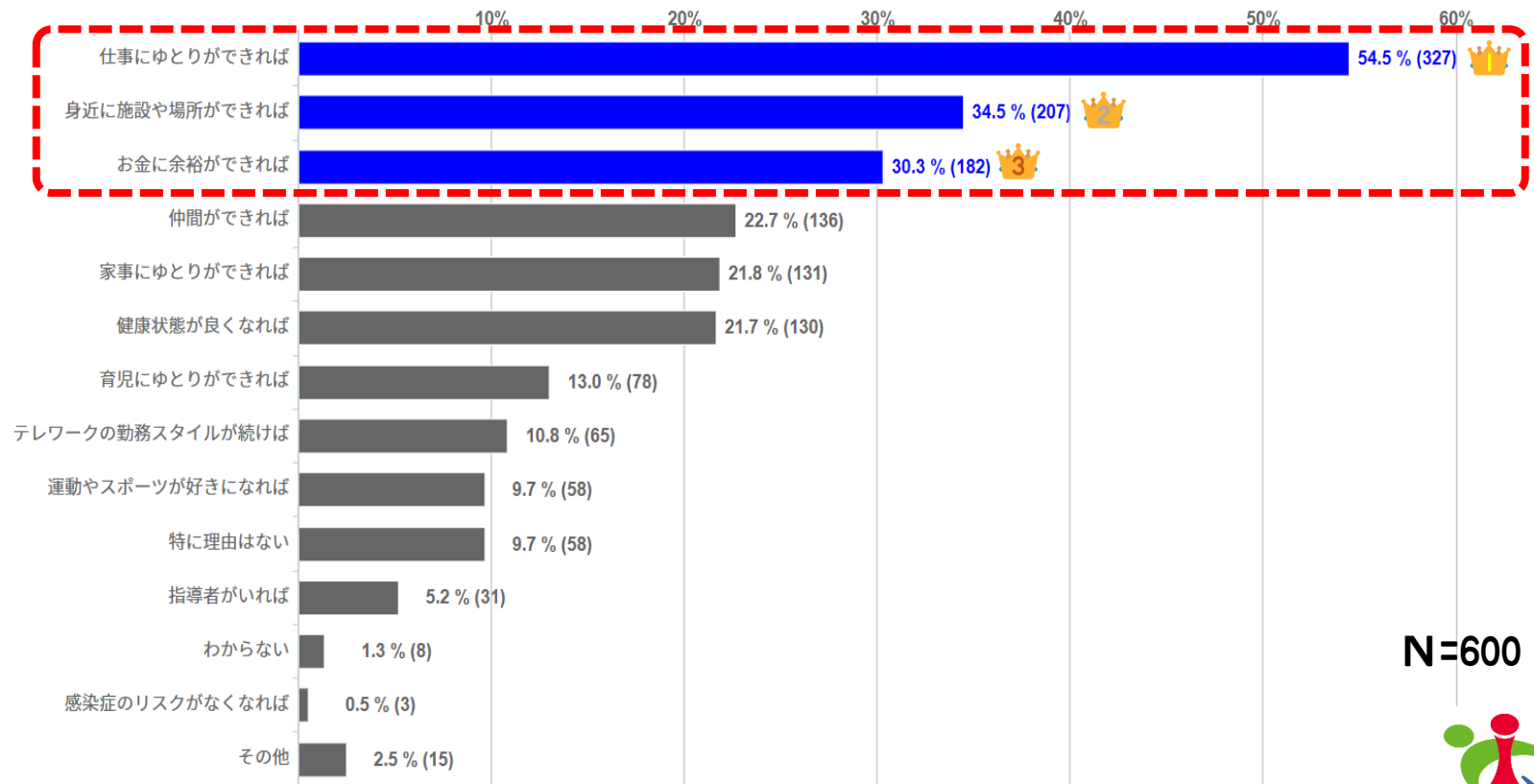


運動・スポーツ促進要因

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、
身近な施設・場所2位、
お金の余裕が3位と、
仕事・環境・経済要因
が上位



【参考】「その他回答」
天候、暑さの軽減、他

N=600



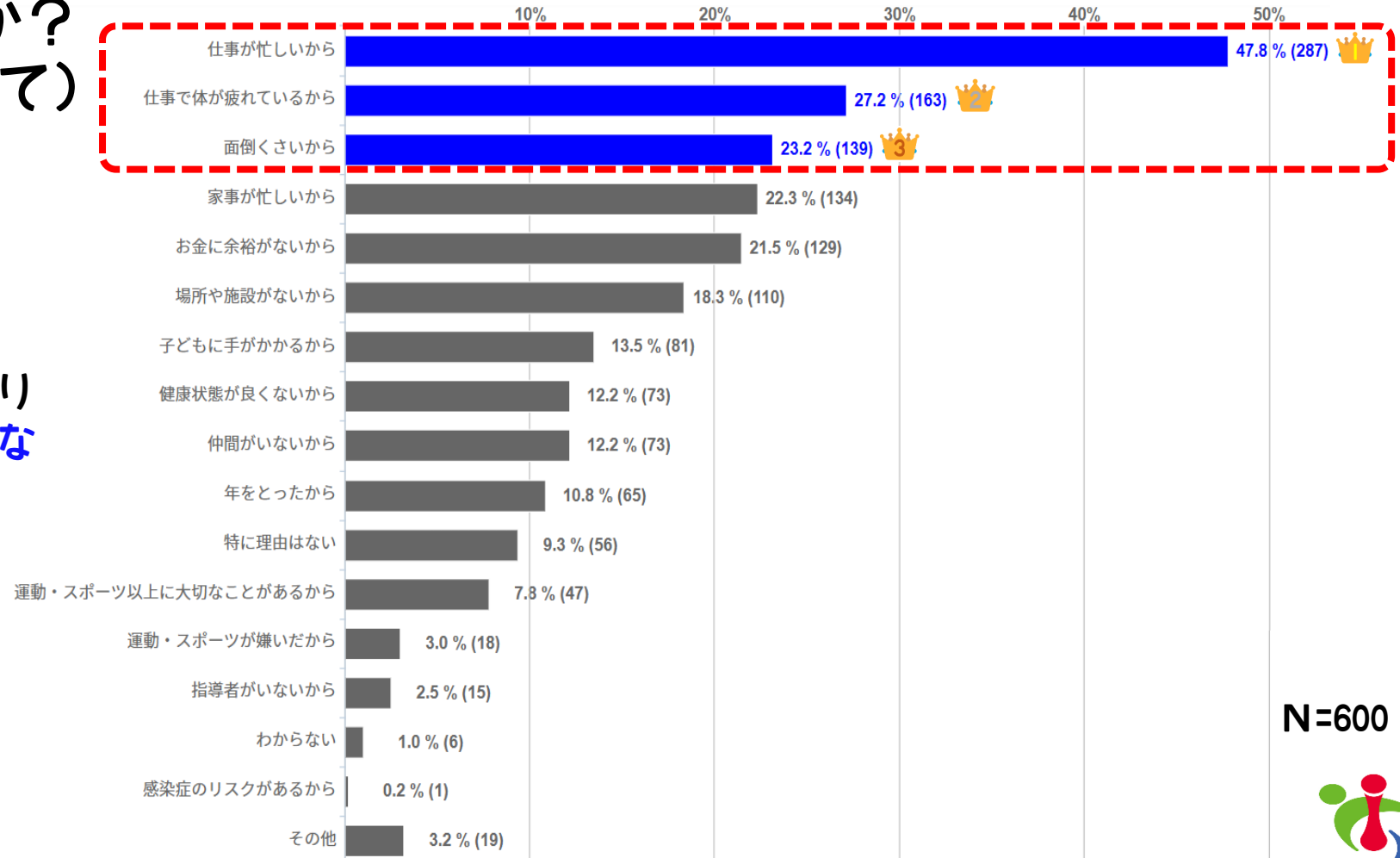
運動・スポーツ阻害要因

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)



1位は前年度同様に
「仕事が忙しいから」

※2位「仕事で体が疲れて
いるから」も増加しており
以前にも増して**仕事**が主な
阻害要因となっている。



【参考】「その他回答」
家族の介護、気候、
公園及び施設の時間制限

N=600



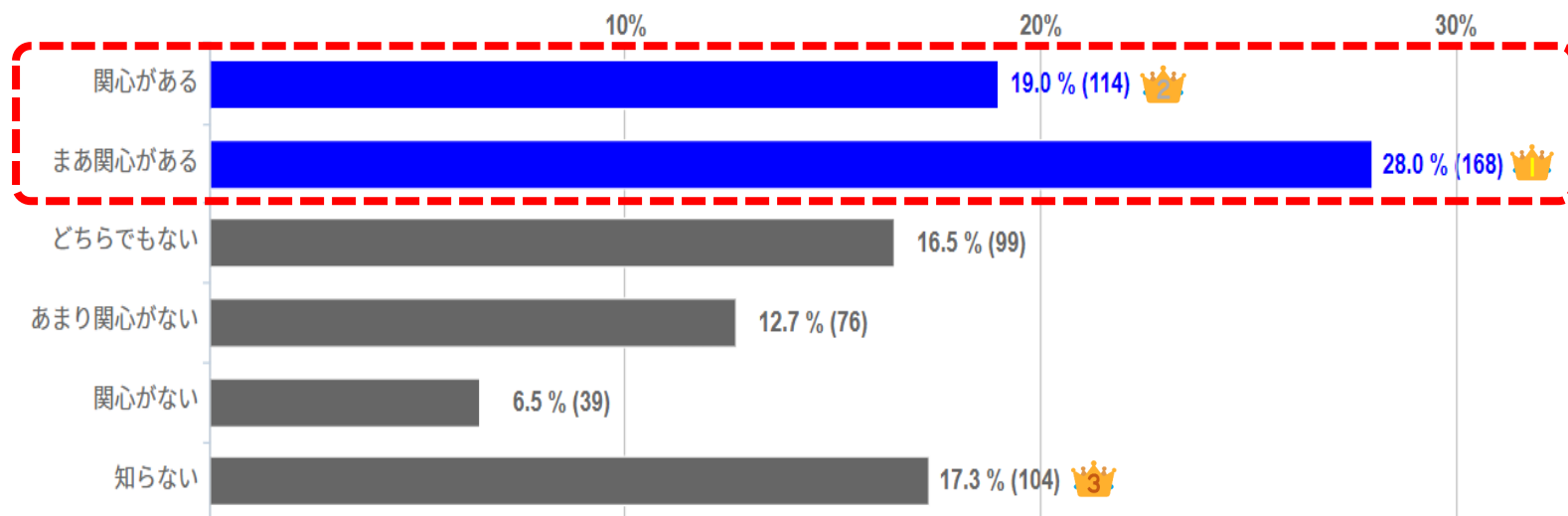
新アリーナへの関心度

Q10. 2025年春に開業予定の「GLION ARENA KOBE（旧仮称：神戸アリーナ）」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」が約半数

※関心がある+まあ関心がある
の合計が**47.0%**。
一方、**3位は「知らない」**。
今後もスポーツの成長産業
化を推進していく中で、
スタジアム・アリーナ改革
の訴求が重要。



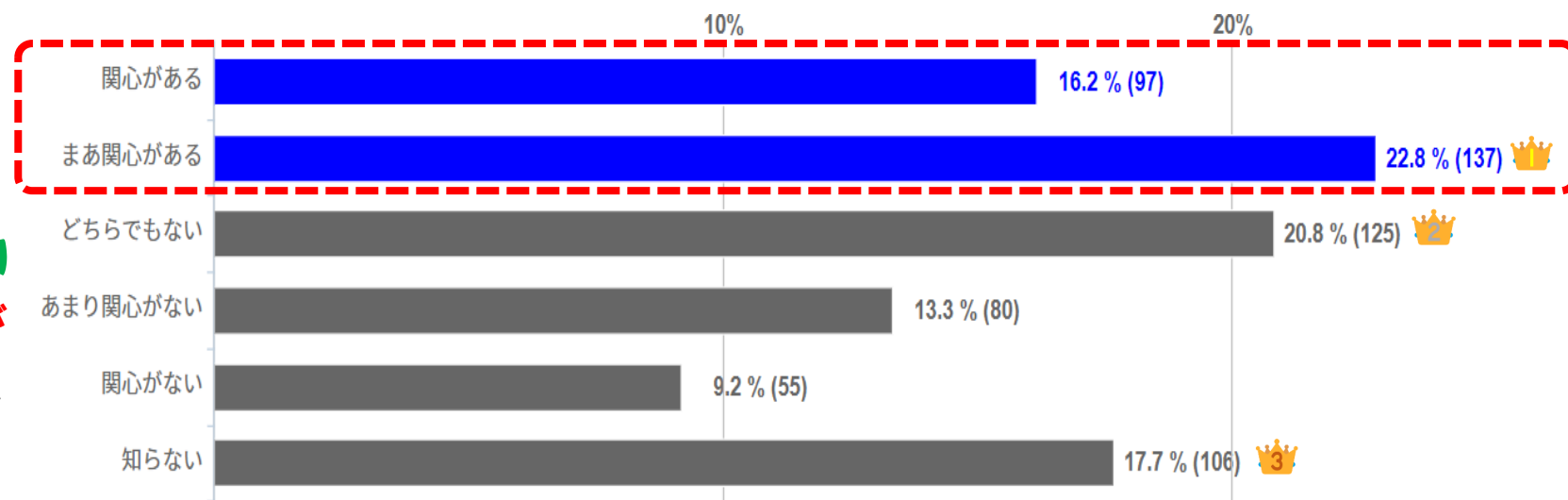
N=600



運動部活動の地域移行への関心度

Q11. 神戸市では、学校部活動について2026年度より生徒が地域の方々とともに活動する「神戸の地域クラブ活動」への完全移行を目指していますが、どの程度関心がありますか？
(該当するもの1つ)

💡 **関心度はまだ低い！**
※**関心がある+まあ関心がある**の合計が**39.0%**も、
あまり関心がない+
関心がない+
知らない
合計も**40.2%**とほぼ同じ。



N=600



まとめ

- ・ 週1日以上のスポーツ実施率は58.3%と調査開始7年目で初の前年比減
- ・ ACTIVE(週150分以上)な人は29.0%で過去最高(昨年度25.1%)
- ・ 実施理由の上位3位(健康/気晴らし/体力維持)は昨年度と変わらず
- ・ 運動の実施場所がコロナ禍に伸びをみせた自宅敷地内から外へとシフト
- ・ 実施種目はウォーキング1位、ランニングとトレーニングがほぼ同率2位
- ・ 職場の取り組みが運動習慣に与える影響は昨年度から一転し6.6%低下
- ・ 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拡充や経済的事情の改善が求められている
- ・ 阻害要因に「仕事の忙しさ、疲れ、面倒くさい」の回答が増加
- ・ 新アリーナへの関心ありが47.0%と高いが、知らないとの回答も17.3%
- ・ 部活動の地域移行は関心ありと関心なし/知らないがほぼ同率

