

## スポーツに関するアンケート 結果

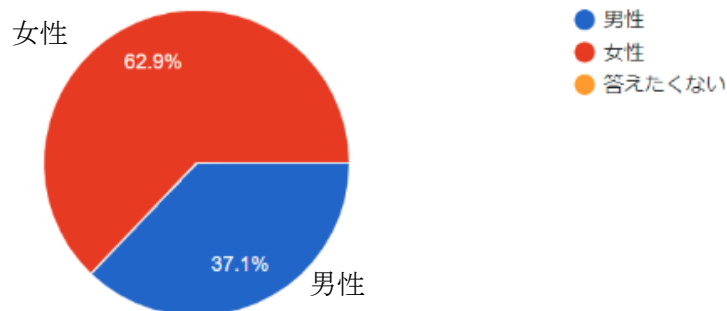
○実施期間；令和3年2月15日～令和3年3月15日

○回答総数；132件

○質問1 性別について

性別

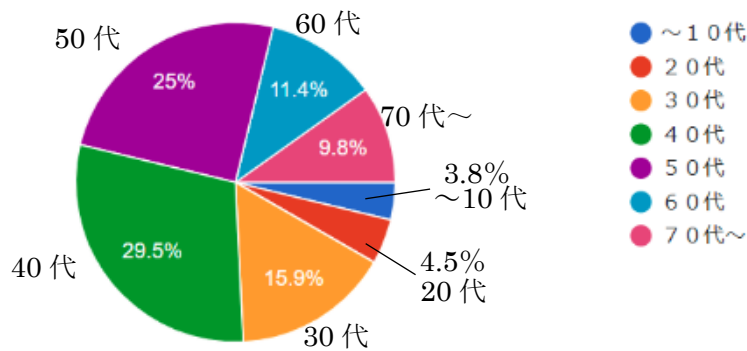
132件の回答



○質問2 年代について

年代

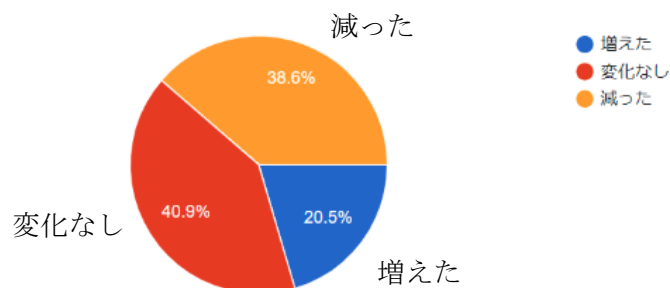
132件の回答



○質問3 新型コロナウイルスが流行する前と後のスポーツをする時間（機会）の変化について

新型コロナウイルスが流行する前と後で、スポーツをする時間(機会)に変化がありましたか？

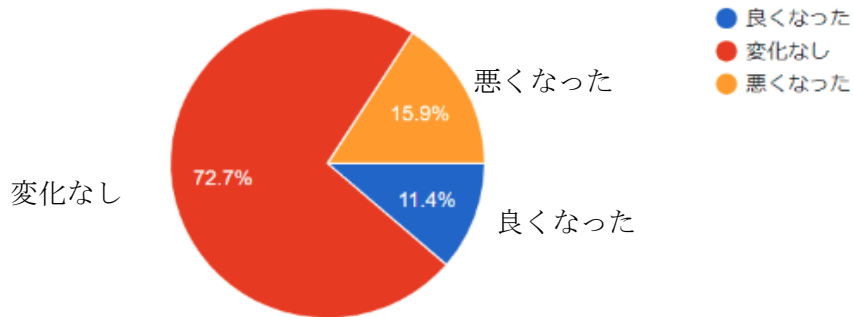
132件の回答



○質問4 新型コロナウイルスが流行する前と後の体調の変化について

新型コロナウイルスが流行する前と後で、体調に変化がありましたか？

132件の回答



●「悪くなった」と回答された方の具体的な症状

体重増加 11人	肩こり 4人
気分が沈みがち 3人	運動不足による体力低下 2人

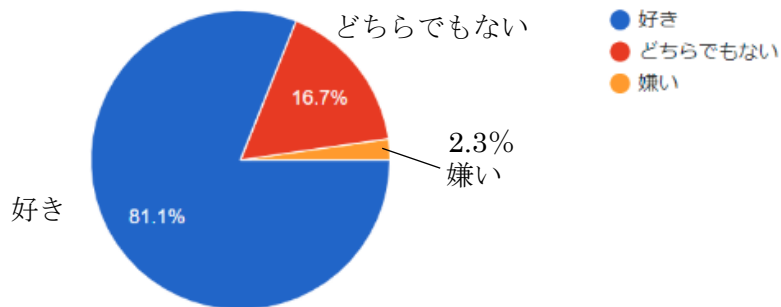
以下1人

腰痛・身体の動きが悪くなった・疲れやすくなった・足腰が弱くなった・人と会う機会が減って辛く感じる・心筋症を患った

○質問5 スポーツについて

スポーツは好きですか？

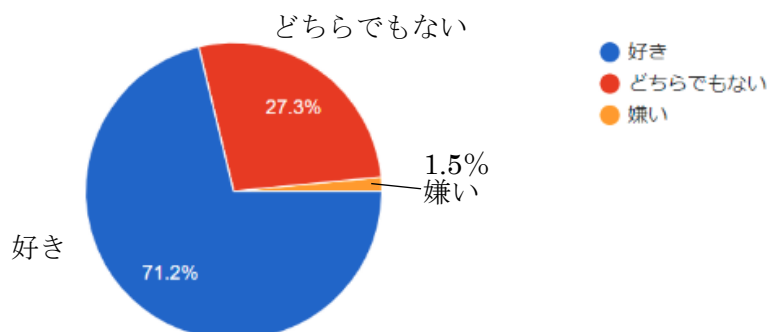
132件の回答



○質問6 スポーツをしている場面を見ること（観戦）について

スポーツをしている場面を見ること(観戦)は好きですか？

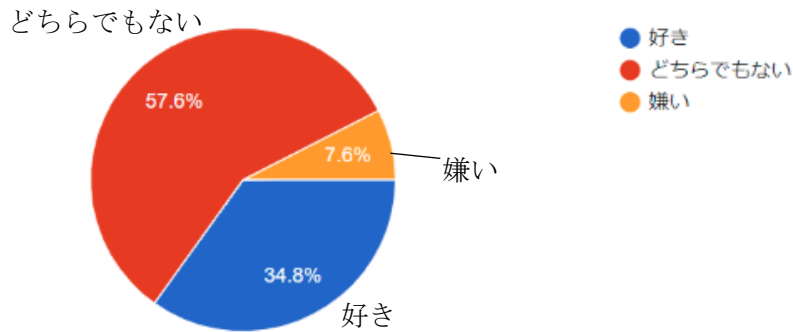
132件の回答



○質問7 スポーツをする人のお手伝いやボランティアについて

スポーツをする人のお手伝いやボランティアは好きですか？

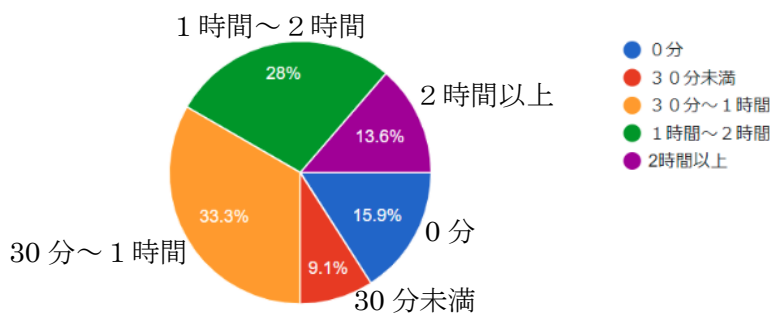
132 件の回答



○質問8 スポーツをする1回あたりの平均時間について

スポーツをする1回あたりの平均時間はどれくらいですか？(していない場合は「0分」を選択)

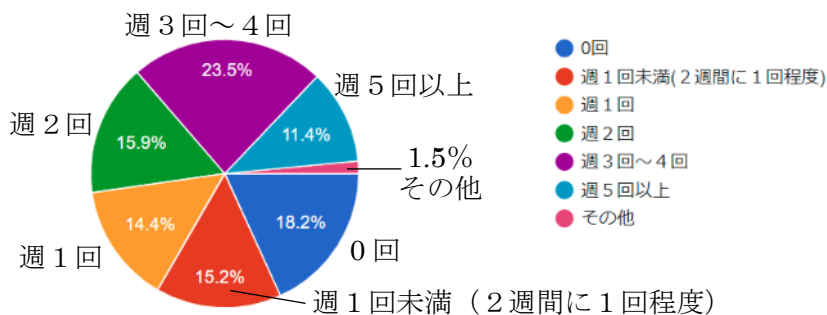
132 件の回答



○質問9 スポーツをする頻度について

スポーツをする頻度はどれくらいですか？(していない場合は「0回」を選択)

132 件の回答



○質問10 あなたにとってスポーツとは？

健康維持 23人	ストレス発散 15人	気分転換 9人
リフレッシュ 8人	生活の一部 6人	生きがい 5人
健康 5人	娯楽 4人	楽しみ 5人
ストレス解消 3人	体力維持 4人	健康増進 3人
しんどい 2人	観戦するもの 2人	現状維持 2人
健康は繋がるみち 2人	体調管理 2人	趣味 2人
健康改善 2人	健康を維持する為の最低条件の一つ 2人	

以下1人

QOLを維持するために必須な活動・ウォーキング・ゴルフ・サッカー・ジョギング・家族の絆を深める活動・親子の時間・仲間との交流に不可欠なもの・つかれる・ボディメイク・ライフワーク・家庭が円満になる・一定のルールに則って体を動かすゲーム・家族のコミュニケーションの一つ・過去の自分を超越ること・楽しくもあり、時には、面倒なもの・体力作り・楽しみながら心身を鍛えるもの・観戦して楽しむもの・子供とのふれあいの機会・コミュニケーションツール・健康の源・元気でいれる事・老化対策・健康管理・元気になること・元気のもと・元気の源・山歩き・子供になることができる時間・子供達が頑張っているハンドボールを応援する事・自分と向き合う時間・自分の人生を創ってくれた大切な出会い・集中とリセット・心と体をイキイキさせてくれるパワーの源・心身が健康で不自由なく生活できるためにするもの・心身のリフレッシュ・心身の健康づくり・心身の健康維持・向上に欠かせない・身体と心のリフレッシュ・身体の一部 コロナで今までしてた事が、週1になり困ってます・人との交流の場、新しい人との出会い・人と一緒にすることが楽しい・生きがい（体使って疲れて食べて寝る）デスクワークなので尚更そう思います・生きがい健康づくり★健康寿命を伸ばす事が医療費削減に繋がる・生涯スポーツ・生活していくうえで、必要なもの・息抜き・コミュニケーションの一つ・体と心の健康にかかせないもの・体を動かすこと。気持ちをリフレッシュすること・体重管理になくってはならないもの・リラクゼーション・体力向上による体調維持管理・知らず知らず力が入ります・日々の活動・日常・コミュニケーション拡大・やりがい・発散・毎日の楽しみ、人とのふれあいが増え・友達とコミュニケーションを取る手段の一つ・遊び程度でちょうどいいかな

●所属競技団体について（所属があれば）

カローリングクラブ 3人・ソフトバレー 2人・京都田辺山友会 2人

以下1人

健康体操・サッカー・バレーボール・沖縄県ハンドボール協会・京田辺クラブ(卓球)京田辺走ろう会・賀茂川パートナーズ・京都マスターズ陸上・山友会テニス部・長岡京仲谷テニス同好会・日本3B体操協会・日本バレーボール協会・日本マスターズ陸上連合複数のプライベートクラブ