

2-3 性別・就学状況/学校期別にみる運動・スポーツ施設の利用状況

表2-4には2023年調査における男子の就学状況および学校期別にみる運動・スポーツ施設の利用率を示した。

未就学児では「公園」の64.4%が最も高いが、小学生になると「園庭・校庭・学校のグラウンド」が最も高くなる。就学を機に運動・スポーツ活動の場が学校施設へと移行している実態が確認できる。中学校期では「園

庭・校庭・学校のグラウンド」、高校期では「学校の体育館」、大学期では「園庭・校庭・学校のグラウンド」、勤労者では「自宅や友人・知人などの家の周り」の利用率が最も高かった。中学校期および高校期では「学校の体育館」が小学校期よりも上位に入り、運動・スポーツ活動の場として学校施設がより多く利用されている。大学期・勤労者では高校期までに比べて多数が利用す

【表2-4】男子の運動・スポーツ施設の利用率（就学状況および学校期別：複数回答）

男子											
未就学児 (n=118)			小学1・2年 (n=161)		小学3・4年 (n=181)		小学5・6年 (n=215)				
順位	施設の種類	利用率 (%)	順位	施設の種類	利用率 (%)	順位	施設の種類	利用率 (%)	順位	施設の種類	利用率 (%)
1	公園	64.4	1	園庭・校庭・学校のグラウンド	55.9	1	園庭・校庭・学校のグラウンド	58.6	1	園庭・校庭・学校のグラウンド	63.3
2	自宅や友人・知人などの家の周り	31.4	2	公園	48.4	2	公園	37.0	2	公園	40.5
3	園庭・校庭・学校のグラウンド	24.6	3	自宅や友人・知人などの家の周り	23.0	3	自宅や友人・知人などの家の周り	20.4	3	自宅や友人・知人などの家の周り	21.9
4	自宅や友人・知人などの家	20.3	4	スポーツクラブ(フィットネスクラブ・少年団を含む)、トレーニングセンター・ジム	16.8	4	スイミングスクール(スイミングクラブ)	19.9	3	幼稚園・保育園・学校の体育館	21.9
5	スイミングスクール(スイミングクラブ)	17.8	5	幼稚園・保育園・学校	16.8	5	幼稚園・保育園・学校の体育館	17.7	5	幼稚園・保育園・学校	13.0
6	幼稚園・保育園・学校	17.8	6	スイミングスクール(スイミングクラブ)	15.5	6	幼稚園・保育園・学校	13.3	6	スイミングスクール(スイミングクラブ)	12.1
7	自宅や友人・知人などの家の庭	15.3	7	幼稚園・保育園・学校の体育館	13.0	7	自宅や友人・知人などの家	12.2	7	自宅や友人・知人などの家	11.6
8	自宅や友人・知人などの家の中	11.9	8	自宅や友人・知人などの家	10.6	8	スポーツクラブ(フィットネスクラブ・少年団を含む)、トレーニングセンター・ジム	12.2	8	体育館	8.4
9	道路	10.2	9	自宅や友人・知人などの家の庭	9.9	9	プール	10.5	9	スポーツクラブ(フィットネスクラブ・少年団を含む)、トレーニングセンター・ジム	7.9
10	スポーツクラブ(フィットネスクラブ・少年団を含む)、トレーニングセンター・ジム	5.9	10	児童館・児童センター・学童	8.1	10	自宅や友人・知人などの家の庭	8.8	10	海・海岸・港	6.0
	体育館	5.9		プール	8.1						

中学校期 (n=218)		高校期 (n=186)		大学期 (n=149)		勤労者 (n=67)		
順位	施設の種類	利用率 (%)	順位	施設の種類	利用率 (%)	順位	施設の種類	利用率 (%)
1	園庭・校庭・学校のグラウンド	45.0	1	学校の体育館	38.7	1	園庭・校庭・学校のグラウンド	21.5
2	学校の体育館	30.7	2	園庭・校庭・学校のグラウンド	34.4	2	公園	20.8
3	公園	26.6	3	公園	18.8	3	学校の体育館	18.8
4	自宅や友人・知人などの家の周り	12.4	4	体育館	14.5	4	自宅や友人・知人などの家	18.1
5	学校	11.9	5	道路	10.8	5	体育館	16.1
6	体育館	11.9	6	学校	9.7	6	自宅や友人・知人などの家の周り	15.4
7	道路	10.6	7	自宅や友人・知人などの家の周り	9.7	7	スキー場	14.1
8	自宅や友人・知人などの家	8.3	8	自宅や友人・知人などの家	8.6	8	ボウリング場	12.1
9	グラウンド・運動場	6.9	9	ボウリング場	7.5	9	道路	10.1
10	海・海岸・港	6.4	10	学校の武道場	4.8	10	学校	8.7
							園庭・校庭・学校のグラウンド	6.0
							学校の体育館	6.0
							山・高原・林	6.0

注) 利用率：過去1年間に「よく行った」運動・スポーツの上位5種目のうち、異なる種目でも同じ施設を利用した場合は1回とカウントし、重複分は含まない実利用者数をサンプルサイズ(n)で除して算出。

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

る施設はみられず、1位の施設の利用率も20%程度であり、「ボウリング場」や「スキー場」といった民間のさまざまな施設を利用している様子が見えてくる。

表2-5に示した女子では、未就学児と小学1・2年は「公園」が73.8%、52.4%と最も高い。小学生になると「園庭・校庭・学校のグラウンド」が上位にあがり、男子と同様に就学を機に運動・スポーツ活動の場は学校施設へと移行している。

中学校期と高校期では「学校の体育館」が41.5%、

37.9%で最も高く、小学生の利用率から大幅に増加している。一方で、学校のグラウンドの利用率は小学校期に比べて低く、中学校期・高校期の運動部活動が体育館とグラウンドに分かれて実施される点も影響していると考えられる。大学期と勤労者では「自宅や友人・知人などの家の周り」が1位であった。また男子と同様に民間施設の利用率が高く、「スキー場」は大学期の2位、「ボウリング場」は勤労者の3位と、上位にあがった。

【表2-5】女子の運動・スポーツ施設の利用率（就学状況および学校期別：複数回答）

女子											
未就学児 (n=107)			小学1・2年 (n=168)		小学3・4年 (n=163)		小学5・6年 (n=187)				
順位	施設の種類	利用率 (%)	順位	施設の種類	利用率 (%)	順位	施設の種類	利用率 (%)	順位	施設の種類	利用率 (%)
1	公園	73.8	1	公園	52.4	1	園庭・校庭・学校のグラウンド	59.5	1	園庭・校庭・学校のグラウンド	55.1
2	自宅や友人・知人などの家の周り	23.4	2	園庭・校庭・学校のグラウンド	46.4	2	公園	33.1	2	公園	36.9
3	自宅や友人・知人などの家	22.4	3	自宅や友人・知人などの家の周り	28.6	3	自宅や友人・知人などの家の周り	26.4	3	自宅や友人・知人などの家の周り	26.2
4	幼稚園・保育園・学校	22.4	4	スイミングスクール(スイミングクラブ)	21.4	4	スイミングスクール(スイミングクラブ)	20.2	4	幼稚園・保育園・学校の体育館	23.5
5	園庭・校庭・学校のグラウンド	15.9	5	幼稚園・保育園・学校	16.7	5	幼稚園・保育園・学校	16.6	5	自宅や友人・知人などの家	18.2
6	自宅や友人・知人などの家の中	15.0	6	自宅や友人・知人などの家	14.9	6	自宅や友人・知人などの家	16.0	6	幼稚園・保育園・学校	14.4
7	自宅や友人・知人などの家の庭	12.1	7	自宅や友人・知人などの家の庭	10.7	7	幼稚園・保育園・学校の体育館	15.3	7	自宅や友人・知人などの家の庭	12.3
8	スイミングスクール(スイミングクラブ)	9.3	8	スポーツクラブ(フィットネスクラブ・少年団を含む)、トレーニングセンター・ジム	10.1	8	自宅や友人・知人などの家の庭	12.9	8	体育館	10.7
9	プール	7.5	9	幼稚園・保育園・学校の体育館	8.9	9	体育館	12.3	9	スイミングスクール(スイミングクラブ)	9.6
10	体育館	6.5	10	プール	8.3	10	ダンス教室・ダンスクラブ・ダンススタジオ	6.7	10	道路	7.0

中学校期 (n=193)		高校期 (n=169)		大学期 (n=140)		勤労者 (n=50)		
順位	施設の種類	利用率 (%)	順位	施設の種類	利用率 (%)	順位	施設の種類	利用率 (%)
1	学校の体育館	41.5	1	学校の体育館	37.9	1	自宅や友人・知人などの家の周り	25.7
2	園庭・校庭・学校のグラウンド	28.0	2	自宅や友人・知人などの家の周り	21.9	2	スキー場	19.3
3	公園	25.4	3	園庭・校庭・学校のグラウンド	18.9	3	学校の体育館	18.6
4	自宅や友人・知人などの家の周り	22.3	4	公園	18.3	4	自宅や友人・知人などの家	17.9
5	自宅や友人・知人などの家	14.0	5	自宅や友人・知人などの家	16.0	5	公園	15.7
6	道路	11.9	6	学校	14.2	6	道路	13.6
7	学校	8.8	7	道路	13.6	7	ボウリング場	11.4
8	自宅や友人・知人などの家の庭	8.8	8	体育館	11.8	8	学校	10.0
9	体育館	7.8	9	自宅や友人・知人などの家の庭	11.2	9	体育館	9.3
10	学校のテニスコート	7.3	10	海・海岸・港	6.5	10	園庭・校庭・学校のグラウンド	7.1
							公民館・コミュニティセンター・福祉会館	8.0
							ゴルフ場・ゴルフ練習場	8.0

注) 利用率：過去1年間に「よく行った」運動・スポーツの上位5種目のうち、異なる種目でも同じ施設を利用した場合は1回とカウントし、重複分は含まない実利用者数をサンプルサイズ(n)で除して算出。

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

## 2-4 頻度群別にみる運動・スポーツ施設の利用状況

表2-6に4～11歳の運動・スポーツ施設の利用率を運動・スポーツ実施頻度群別に示した。

低頻度群と中頻度群では「公園」が42.4%、48.1%と最も高く、次いで「園庭・校庭・学校のグラウンド」25.2%、47.4%であった。高頻度群では「園庭・校庭・学校のグラウンド」63.6%が最も高く、次いで「公園」46.0%であった。「園庭・校庭・学校のグラウンド」は、運動・スポーツの実施頻度が高くなるにつれて利用率も高くなり、差も大きかった。一方、「公園」の利用率は実施頻度群による差はほとんどみられなかった。また、い

ずれの頻度群でも3位には「自宅や友人・知人などの家の周り」が、低頻度群と中頻度群では4位に「スイミングスクール（スイミングクラブ）」が続いた。

低頻度群や中頻度群では「海・海岸・港」や「キャンプ場」、「山・高原・林」といったアウトドア施設も上位15位以内に入った。「スポーツクラブ（フィットネスクラブ・少年団を含む）、トレーニングセンター・ジム」は低頻度群では4.0%だが、中頻度群では9.4%、高頻度群では10.1%と利用率が低頻度群の2倍ほどであり、10位以内にランクインした。

【表2-6】4～11歳の運動・スポーツ施設の利用率（頻度群別：複数回答）

低頻度群 (n=250)			中頻度群 (n=468)			高頻度群 (n=585)		
順位	施設の種類	利用率 (%)	順位	施設の種類	利用率 (%)	順位	施設の種類	利用率 (%)
1	公園	42.4	1	公園	48.1	1	園庭・校庭・学校のグラウンド	63.6
2	園庭・校庭・学校のグラウンド	25.2	2	園庭・校庭・学校のグラウンド	47.4	2	公園	46.0
3	自宅や友人・知人などの家の周り	20.0	3	自宅や友人・知人などの家の周り	25.9	3	自宅や友人・知人などの家の周り	26.0
4	スイミングスクール（スイミングクラブ）	17.2	4	スイミングスクール（スイミングクラブ）	17.7	4	幼稚園・保育園・学校の体育館	17.3
5	自宅や友人・知人などの家	16.0	5	幼稚園・保育園・学校	16.9	5	自宅や友人・知人などの家	16.9
6	幼稚園・保育園・学校	13.2	6	幼稚園・保育園・学校の体育館	13.5	6	幼稚園・保育園・学校	16.4
7	自宅や友人・知人などの家の庭	10.8	7	自宅や友人・知人などの家	12.4	7	スイミングスクール（スイミングクラブ）	13.5
8	幼稚園・保育園・学校の体育館	8.8	8	スポーツクラブ（フィットネスクラブ・少年団を含む）、トレーニングセンター・ジム	9.4	8	自宅や友人・知人などの家の庭	11.1
9	体育館	6.4	9	自宅や友人・知人などの家の庭	9.2	9	スポーツクラブ（フィットネスクラブ・少年団を含む）、トレーニングセンター・ジム	10.1
	道路	6.4	10	体育館	8.8	10	体育館	8.0
	プール	6.4	11	プール	8.3	11	自宅や友人・知人などの家の中	6.0
12	海・海岸・港	6.0	12	道路	7.3	12	道路	5.0
13	自宅や友人・知人などの家の中	5.2	13	海・海岸・港	5.1	13	プール	4.6
14	スポーツクラブ（フィットネスクラブ・少年団を含む）、トレーニングセンター・ジム	4.0	14	キャンプ場	3.6	14	児童館・児童センター・学童	4.3
	山・高原・林	4.0	14	公民館・コミュニティセンター・福祉会館	3.6	15	グラウンド・運動場	4.1

注) 利用率：過去1年間に「よく行った」運動・スポーツの上位5種目のうち、異なる種目でも同じ施設を利用した場合は1回とカウントし、重複分は含まない実利用者数をサンプルサイズ (n) で除して算出。

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023

## 2-5 レベル別にみる運動・スポーツ施設の利用状況

表2-7には12～21歳の運動・スポーツ施設の利用率を運動・スポーツ実施レベル別に示した。

「レベル1」では「公園」が24.3%、「レベル2」と「レベル3」では「学校の体育館」が25.9%、33.1%、「レベル4」では「園庭・校庭・学校のグラウンド」が45.1%と最も利用率が高かった。

「園庭・校庭・学校のグラウンド」の利用率は「レベ

ル1」7.5%、「レベル2」16.3%、「レベル3」29.4%、「レベル4」45.1%と実施レベルが上がるにつれて増加する。また、「学校の体育館」も同様に「レベル1」10.0%、「レベル2」25.9%、「レベル3」33.1%、「レベル4」44.7%と実施レベルが高いほど利用率も高く、運動・スポーツを高水準で実施している青少年ほど学校施設を多く利用する実態が確認できる。

【表2-7】12～21歳の運動・スポーツ施設の利用率（レベル別：複数回答）

レベル1 (n=239)			レベル2 (n=332)		
順位	施設の種類	利用率 (%)	順位	施設の種類	利用率 (%)
1	公園	24.3	1	学校の体育館	25.9
2	自宅や友人・知人などの家の周り	20.1	2	自宅や友人・知人などの家の周り	18.4
3	ボウリング場	17.6	3	園庭・校庭・学校のグラウンド	16.3
4	スキー場	13.8	4	公園	16.0
5	体育館	13.4		自宅や友人・知人などの家	16.0
6	学校の体育館	10.0	6	体育館	12.7
7	海・海岸・港	7.9	7	道路	9.0
8	園庭・校庭・学校のグラウンド	7.5	8	スキー場	8.7
9	自宅や友人・知人などの家	5.4	9	学校	8.1
10	学校	4.6	10	ボウリング場	5.4

レベル3 (n=320)			レベル4 (n=293)		
順位	施設の種類	利用率 (%)	順位	施設の種類	利用率 (%)
1	学校の体育館	33.1	1	園庭・校庭・学校のグラウンド	45.1
2	園庭・校庭・学校のグラウンド	29.4	2	学校の体育館	44.7
3	公園	26.6	3	公園	17.7
4	自宅や友人・知人などの家の周り	24.4	4	自宅や友人・知人などの家の周り	11.3
5	自宅や友人・知人などの家	21.9	5	体育館	10.6
6	道路	19.1	6	道路	10.2
7	学校	15.0	7	自宅や友人・知人などの家	9.9
8	体育館	12.2	8	学校	7.5
9	自宅や友人・知人などの家の庭	8.8	9	スキー場	5.8
10	ボウリング場	7.2	10	ボウリング場	5.1

注) 利用率：過去1年間に「よく行った」運動・スポーツの上位5種目のうち、異なる種目でも同じ施設を利用した場合は1回とカウントし、重複分は含まない実利用者数をサンプルサイズ (n) で除して算出。

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

2-6 運動・スポーツ施設別にみる実施種目

表2-8に4~11歳の運動・スポーツ施設の利用率の上位である「園庭・校庭・学校のグラウンド」「公園」「自宅や友人・知人などの家の周り」「幼稚園・保育園・学校」「自宅や友人・知人などの家」において実施されている種目を、上位5種目まで性別・就学状況別に示した。

未就学児から小学1・2年までは、いずれの施設・場所でも、おにごっこ、かくれんぼ、ぶらんこといった運動あそび系種目が中心であるが、小学3・4年から男子を中心にサッカーや野球といったスポーツ系種目が上位にみられるようになる。さらに小学5・6年ではバスケットボールやバドミントン、卓球など上位にあがるスポーツ系

種目が増加する。「自宅や友人・知人などの家」ではかくれんぼ、トランポリン、なわとびなどが行われ、小学1・2年以上になると筋力トレーニングも実施されていた。

性別にみると、男子では未就学児から小学5・6年にかけて「園庭・校庭・学校のグラウンド」「公園」「幼稚園・保育園・学校」などさまざまな施設・場所でサッカーが実施されているが、女子では男子のサッカーのように多くの就学状況、施設・場所で実施されているスポーツ系種目はなかった。

表2-9に12~21歳の運動・スポーツ施設の利用率の上位である「学校の体育館」「園庭・校庭・学校のグラ

ウンド」「公園」「自宅や友人・知人などの家の周り」「自宅や友人・知人などの家」において実施されている種目を、上位5種目まで性別・学校期別に示した。

中学校期以上になると、男女ともに学校施設や公園を中心にスポーツ系種目の実施が増加する。「学校の体育館」では、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球などが行われており、いずれの学校期においても男女ともに上位5種目の多くをスポーツ系種目が占めた。

「園庭・校庭・学校のグラウンド」は、サッカー、野球、陸上競技などスポーツ系種目が多く実施されているが、中学校期ではおにごっこ、ドッジボールなどの運動あそび系種目も上位にみられた。

「公園」ではいずれの学校期においても、ほかの施設と比べて運動あそび系種目が多くみられる点の特徴である。一方「自宅や友人・知人などの家の周り」では、いずれの学校期においても男女ともにウォーキングやジョギング・ランニングが上位にあがった。「自宅や友人・知人などの家」では、いずれの学校期でも男女ともに筋力トレーニングが1位となった。また、女子ではヒップホップダンスも上位にあがる点の特徴である。

「学校の体育館」や「園庭・校庭・学校のグラウンド」といった学校施設ではスポーツ系種目、家の周辺や家中といった身近な場所ではエクササイズ系種目を中心に行われている実態が確認できる。

【表2-8】4~11歳の運動・スポーツ施設別にみた実施種目(性別×就学状況別:複数回答)

Table with 5 main sections: 未就学児, 小学1・2年, 小学3・4年, 小学5・6年. Each section has a grid of facilities and activities with counts for boys and girls.

はスポーツ系種目

資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2023

Table with 5 main sections: 未就学児, 小学1・2年, 小学3・4年, 小学5・6年. Each section has a grid of facilities and activities with counts for boys and girls.

【表2-9】12～21歳の運動・スポーツ施設別にみた実施種目（性別×学校期別：複数回答）

中学校期												
順位	学校の体育館		園庭・校庭・学校のグラウンド		公園		自宅や友人・知人などの家の周り		自宅や友人・知人などの家		(人)	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子		
1	バスケットボール 30	バレーボール 25	サッカー 48	おにごっこ 14	おにごっこ 16	おにごっこ 19	ウォーキング 9	ウォーキング 14	筋力トレーニング 9	筋力トレーニング 7		
2	卓球 14	バスケットボール 22	野球 23	陸上競技 11	サッカー 12	ぶらんこ 14	ジョギング・ランニング 7	バドミントン 14	なわとび(長なわとびを含む) 3	体操(軽い体操・ラジオ体操など) 5	5	
	バレーボール 14	バドミントン 14	ドッジボール 17	ソフトテニス(軟式) 10	キャッチボール 8	バドミントン 8	バドミントン 7	なわとび(長なわとびを含む) 11	おにごっこ 1	ヒップホップダンス 5	5	
4	ドッジボール 9	卓球 9	おにごっこ 11	ドッジボール 6	ぶらんこ 8	キャッチボール 5	自転車あそび 5	かくれんぼ 7	かくれんぼ 1	卓球 4	4	
5	バドミントン 6	ドッジボール 7	バスケットボール 10	ジョギング・ランニング 5	野球 7	ドッジボール 5	キャッチボール 2	キャッチボール 5	サッカー 1	バドミントン 4	1	
											陸上競技 10	ソフトボール 5

高校期												
順位	学校の体育館		園庭・校庭・学校のグラウンド		公園		自宅や友人・知人などの家の周り		自宅や友人・知人などの家		(人)	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子		
1	バスケットボール 31	バドミントン 24	サッカー 34	ソフトボール 8	サッカー 9	バドミントン 8	ジョギング・ランニング 10	ウォーキング 18	筋力トレーニング 14	筋力トレーニング 13		
2	バレーボール 18	バレーボール 22	野球 17	陸上競技 5	バスケットボール 9	ぶらんこ 7	ウォーキング 4	ジョギング・ランニング 9	体操(軽い体操・ラジオ体操など) 1	体操(軽い体操・ラジオ体操など) 10	10	
3	バドミントン 14	バスケットボール 15	陸上競技 8	サッカー 3	野球 8	おにごっこ 5	卓球 2	バドミントン 5	トランポリン 1	なわとび(長なわとびを含む) 3	3	
4	筋力トレーニング 7	卓球 8	ジョギング・ランニング 7	ジョギング・ランニング 3	おにごっこ 6	鉄棒 4	バドミントン 2	サイクリング 2	なわとび(長なわとびを含む) 1	かくれんぼ 2	2	
5	卓球 6	おにごっこ 5	ソフトボール 5	なわとび(長なわとびを含む) 3	キャッチボール 5	サッカー 3	サイクリング 1	なわとび(長なわとびを含む) 2	野球 1	エアロビックダンス 1	1	
											筋力トレーニング 5	野球 3

大学期														
順位	学校の体育館		園庭・校庭・学校のグラウンド		公園		自宅や友人・知人などの家の周り		自宅や友人・知人などの家		(人)			
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子				
1	バレーボール 10	バドミントン 11	サッカー 12	サッカー 3	サッカー 12	ぶらんこ 9	ジョギング・ランニング 13	ウォーキング 25	筋力トレーニング 24	筋力トレーニング 18				
2	バスケットボール 9	バスケットボール 8	野球 7	ソフトボール 2	キャッチボール 4	ウォーキング 5	ウォーキング 11	ジョギング・ランニング 10	体操(軽い体操・ラジオ体操など) 2	体操(軽い体操・ラジオ体操など) 9	9			
3	卓球 6	ドッジボール 4	ラグビー 4	おにごっこ 1	ウォーキング 3	おにごっこ 3	サイクリング 3	なわとび(長なわとびを含む) 3	サッカー 1	ヒップホップダンス 3	3			
4	バドミントン 3	バレーボール 3	フットサル 3	かくれんぼ 3	スケートボード(スケボ) 3	ジョギング・ランニング 3	バドミントン 1	おにごっこ 1	ジョギング・ランニング 1	なわとび(長なわとびを含む) 1	1			
5	フットサル 2	卓球 2	陸上競技 2	キャッチボール 3	バスケットボール 1	バドミントン 3	野球 1	サイクリング 1	卓球 1	卓球 1	1			
											ヒップホップダンス 2	テニス(硬式) 1	野球 3	散歩 1
												バレーボール 1		スケートボード(スケボ) 1
												フットサル 1		鉄棒 1
												ライイングディスク(frisbee) 1		バドミントン 1

■ はスポーツ系種目

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 3 スポーツクラブ・運動部

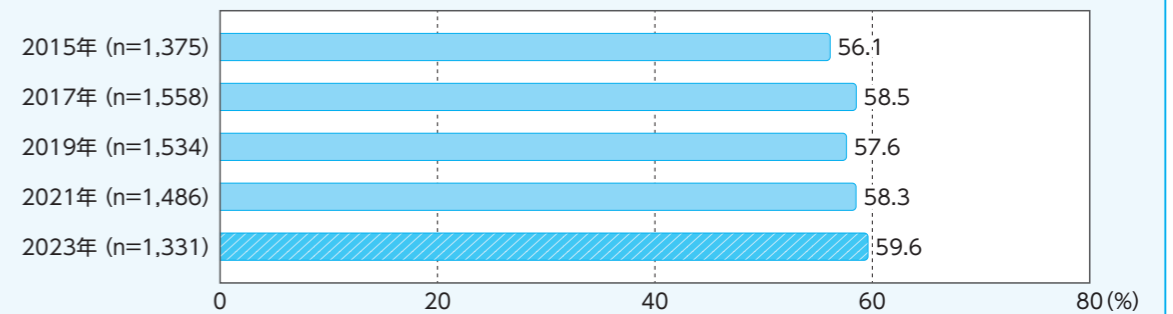
#### 3-1 スポーツクラブ・運動部への加入率

学校の運動部やサークル、民間のスポーツクラブ（スイミングクラブや体操クラブなど）、地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など）への加入状況を複数回答でたずね、加入率を算出した。

図3-1に示した4～11歳のスポーツクラブ・運動部へ

の加入率の年次推移をみると、2023年は59.6%であった。2021年の58.3%から1.3ポイント増加し、2015年以降では最も高い。

図3-2の12～21歳では、2023年の加入率は44.1%であり、2021年と同水準であった。調査を開始した

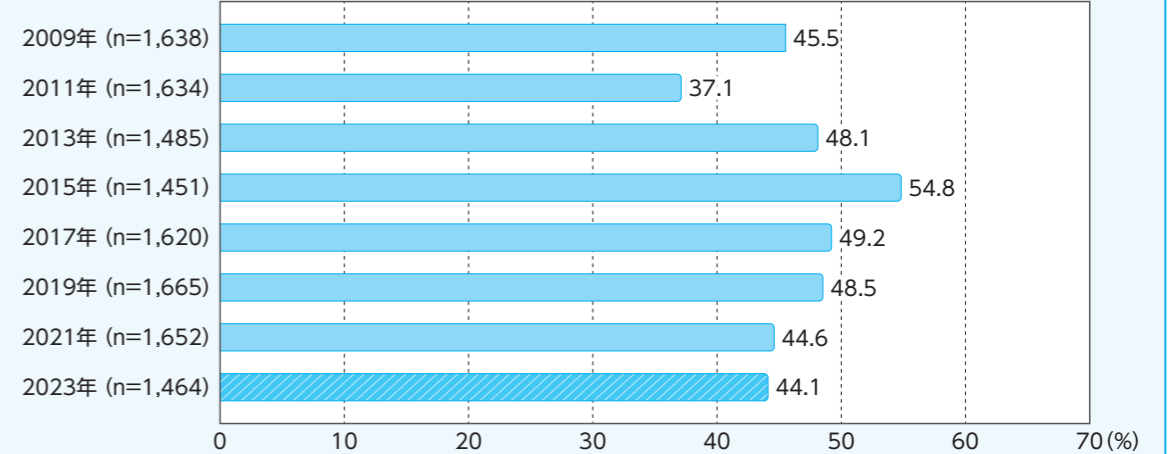


【図3-1】4～11歳のスポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移

注1) 学校のクラブ活動や運動部活動、民間のスポーツクラブ（スイミングクラブや体操クラブなど）、地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など）を含む。

注2) 2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」より10歳・11歳のデータを追加して算出。

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023



【図3-2】12～21歳のスポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移

注1) 学校の運動部活動やスポーツサークル、民間のスポーツクラブ（スイミングクラブや体操クラブなど）、地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など）を含む。

注2) 2009年～2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の12～19歳を分析対象とした。

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

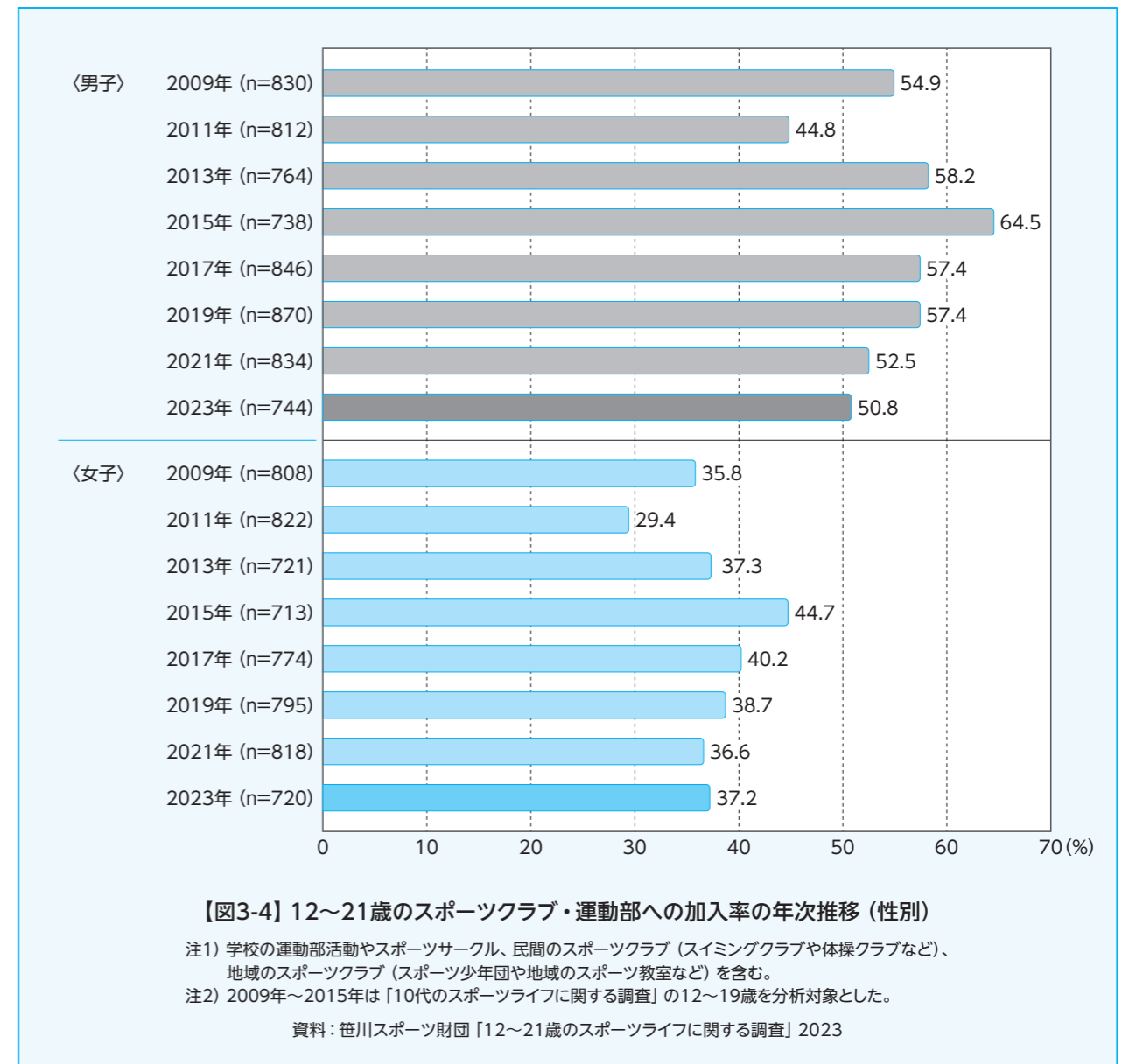
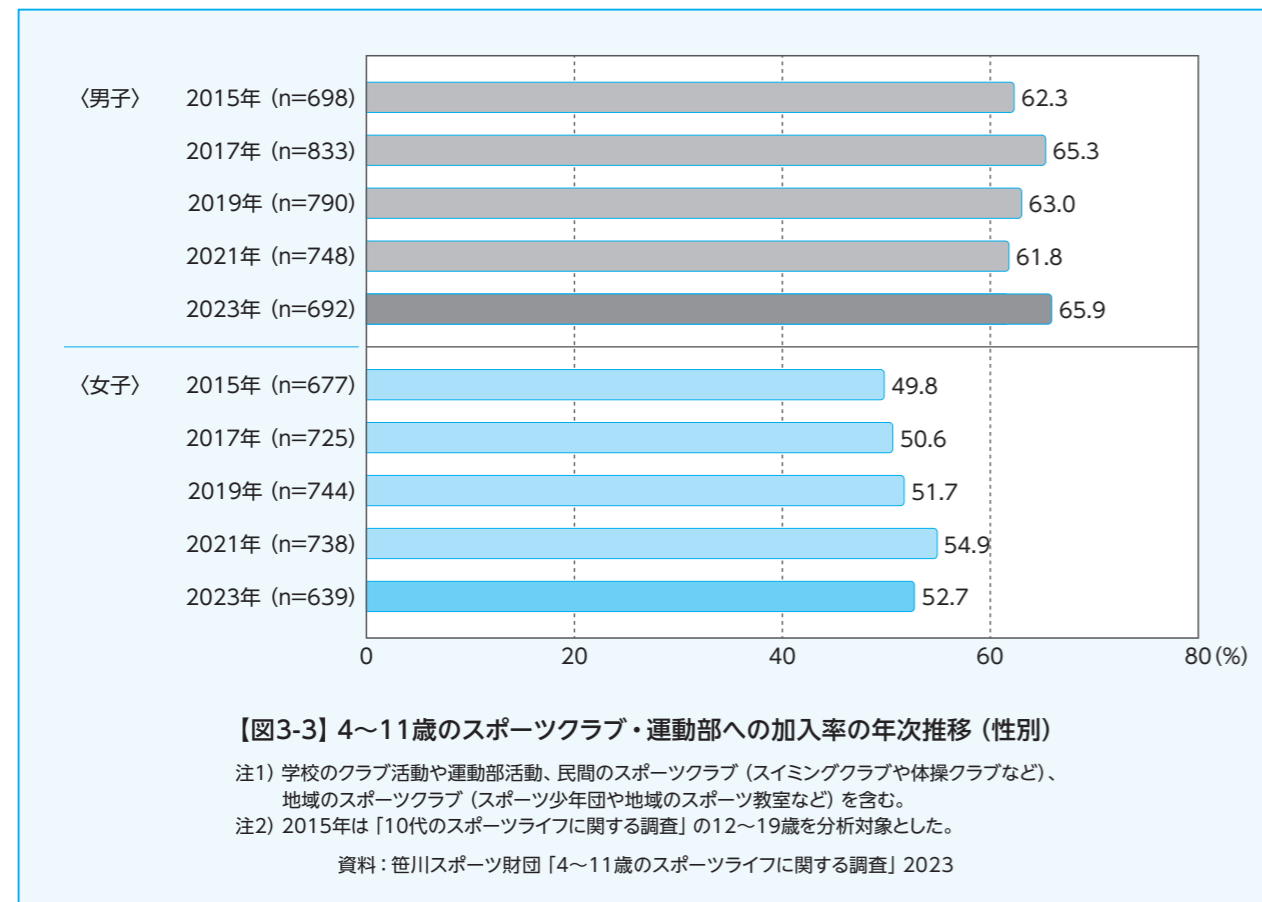
2001年以降、4~5割の間で推移が続いている。なお、2013年調査までは、今回の調査で用いた設問方式とは異なり、クラブの加入状況を「入っている」「前に入っていたが、今は入っていない」「これまでにいったことはなく、今は入っていない」「これまでにいったことはない」の3つの選択肢で回答を求め、加入率を算出している。また、2011年の加入率が他の調査年と比べて

低くなっている点については、東日本大震災の影響を考慮し、調査を9月から10月にかけて実施したため、夏休み後の運動部の引退などが影響したと思われる。同じ設問方式でたずねている2015年以降の推移をみると、2023年の44.1%は過去5回の調査の中で最も低い値となった。

### 3-2 性別にみるスポーツクラブ・運動部への加入率

図3-3には4~11歳のスポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移を性別に示した。2023年は男子65.9%、女子52.7%であり、男子が女子を13.2ポイント上回っている。男子の加入率は2015年以降60%台で推移し、2023年調査では2021年から4.1ポイント増え、過去5回の調査で最も高い値となった。女子は2015年から2021年にかけて加入率が増加傾向にあったが、2023年は2.2ポイント減少した。4~11歳の加入率は2015年以降すべての調査年で男子が女子を上回り、2021年を除いて10ポイント以上の差がみられる。

図3-4には12~21歳の加入率の年次推移を性別に示した。2023年は男子50.8%、女子37.2%であり、男子が女子を13.6ポイント上回る。男子の年次推移をみると、2015年の64.5%をピークに減少傾向であり、2023年調査では2011年を除き過去最低の加入率となった。女子は2021年から大きな変化はみられなかったものの、2015年以降は減少傾向である。男子の加入率は5~6割、女子は4割前後で推移しており、過去14年間男子の加入率が女子を上回っている。



### COMMENTS

- 4月に中学校に進学しましたが、小学生時代に続けていたバレーボール部がなく続けることができませんでした。クラブチーム、学校の部活動双方にメリット・デメリットがあると思いますが、子どもたちがやりたいスポーツを続けられる環境となることを願います。(12歳女子の母親)
- 近隣の施設で合同説明会などがあるとスポーツに興味湧いたり、入団・入部のきっかけになったりするのではないのでしょうか。コロナ禍もあり、子どもがスポーツ団体や活動自体を知らないことが問題だと思います。(12歳女子の父親)
- 部活やスポーツクラブに所属していない子どもでも定期的に参加できる運動系のサークルがあればいいと思います。時々楽しむ程度があると、時間的・経済的に部活やスポーツクラブへ所属することが難しい子どもでも身体を動かしたり技術を学んだりできると思います。(13歳男子の母親)

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 3-3 性別・就学状況/学校期別にみるスポーツクラブ・運動部への加入率

表3-1に性別・就学状況および学校期別にみたスポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移を示した。なお、未就学児から小学3・4年のクラブ加入状況に関するデータは2015年調査から収集し始めたため、2009～2013年は小学5・6年から勤労者の加入率のみとなる。

2023年の男子では、未就学児から中学校期にかけて加入率は学年進行に伴い増加する。中学校期の加入率が最も高くなり、高校期から勤労者にかけて減少する。女子では小学3・4年の60.7%が最も高く、男女で加入率のピークに違いがみられる。未就学児の加入率は男子43.1%、女子37.7%であるが、中学校期になると男子81.0%、女子58.7%がスポーツクラブ・運動部に加入している。高校期になると、男女ともに中学校期から

加入率が20ポイント前後減少し、大学期、勤労者ではさらに加入率は低くなる。また、いずれの学校期でも男子が女子の加入率を上回る。特に小学5・6年は22.2ポイント、中学校期は22.3ポイント、それぞれ男子が女子より高く、男女差が顕著に現れる。

2015年からの推移をみると、加入率は男子では一貫して中学校期がピークであり、80%台で推移している。高校期は2017年の64.9%をピークに減少傾向である。大学期は調査年による増減はあるが、2015年の43.0%から12.1ポイント減少し、2023年は30.9%であった。女子では2015年から2017年にかけて中学校期の加入率がピークだったものの、その後は減少し、2019年以降は小学3・4年の加入率がピークとなる。

【表3-1】スポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移（性別×就学状況および学校期別）

性別	学校期	2009年		2011年		2013年		2015年		2017年		2019年		2021年		2023年	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
男子	未就学児	-	-	-	-	-	-	151	33.1	160	41.3	170	38.8	159	42.1	123	43.1
	小学1・2年	-	-	-	-	-	-	202	61.9	174	60.3	163	58.3	175	60.0	162	60.5
	小学3・4年	-	-	-	-	-	-	218	72.5	218	72.9	217	71.9	162	70.4	181	74.0
	小学5・6年	195	79.5	192	64.1	216	72.2	157	81.5	270	77.4	235	76.6	249	70.3	223	76.7
	中学校期	322	73.9	292	57.2	305	77.0	281	82.9	298	81.2	308	82.1	250	84.4	231	81.0
	高校期	309	46.9	315	41.6	273	54.9	274	60.2	239	64.9	262	60.3	264	60.2	213	55.9
	大学期	99	43.4	117	30.8	86	37.2	93	43.0	176	39.8	172	41.9	187	27.8	191	30.9
	勤労者	51	17.6	45	17.8	50	10.0	40	22.5	116	15.5	105	13.3	112	12.5	96	13.5
女子	未就学児	-	-	-	-	-	-	136	32.4	139	38.8	163	33.7	148	43.9	114	37.7
	小学1・2年	-	-	-	-	-	-	176	47.7	148	44.6	164	48.2	167	47.3	170	53.5
	小学3・4年	-	-	-	-	-	-	230	55.2	194	55.7	189	61.9	193	62.7	163	60.7
	小学5・6年	215	55.3	180	46.1	171	48.0	154	62.3	242	56.6	226	58.8	228	61.0	191	54.5
	中学校期	303	48.8	299	37.8	271	46.5	233	64.4	239	63.6	257	58.8	253	57.7	223	58.7
	高校期	291	25.8	320	25.6	276	37.3	259	41.7	237	40.1	247	40.9	254	38.6	215	39.5
	大学期	124	33.1	118	25.4	112	23.2	134	29.1	184	29.9	190	24.7	209	23.9	190	24.2
	勤労者	39	7.7	38	10.5	34	2.9	49	12.2	90	8.9	87	8.0	82	6.1	81	7.4

注1) 学校のクラブ活動や運動部活動、スポーツサークル、民間のスポーツクラブ（スイミングクラブや体操クラブなど）、地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など）を含む。

注2) 大学期・勤労者：2009年～2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の19歳までを分析対象とした。

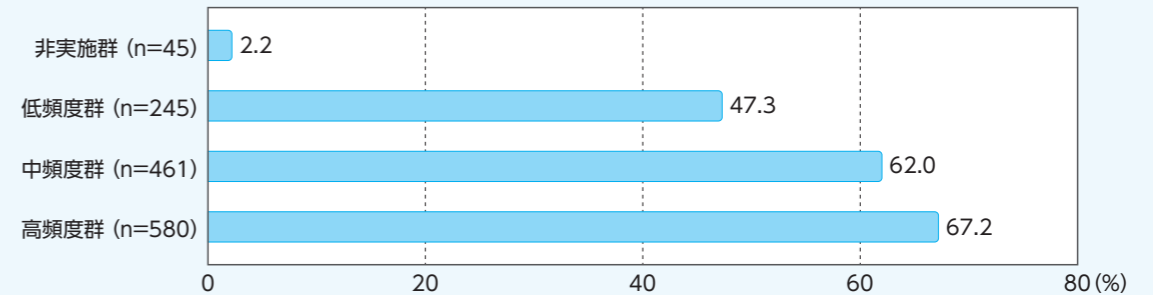
資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 3-4 運動・スポーツ実施状況別にみるスポーツクラブ・運動部への加入率

図3-5に4～11歳の運動・スポーツ実施頻度群別にみたスポーツクラブ・運動部への加入率を示した。非実施群2.2%、低頻度群47.3%、中頻度群62.0%、高頻度群67.2%であり、運動・スポーツをよく行っている者ほどクラブへの加入率は高い。中頻度群と高頻度群では加入率は60%を超え、4～11歳の子どものうち定期的に運動・スポーツ・運動あそびを実施している子どもの多くは、クラブなどに加入している状況がうかがえる。

図3-6に12～21歳の運動・スポーツ実施レベル別にみた加入率を示した。「レベル0」0.3%、「レベル1」

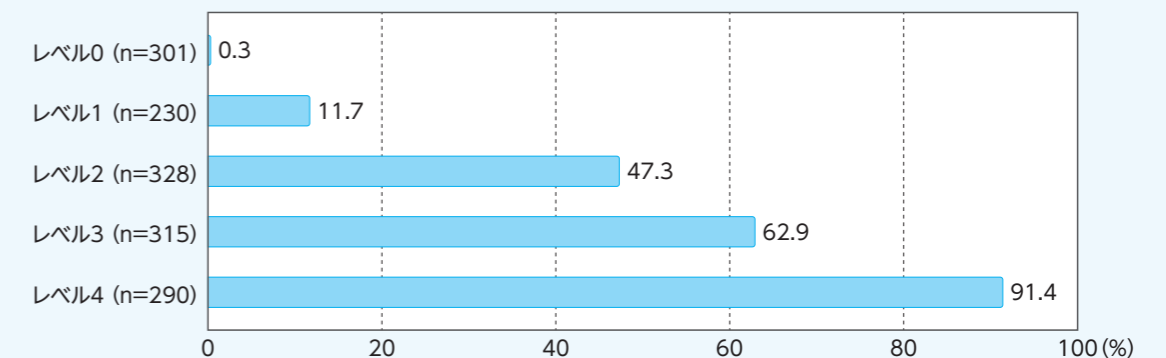
11.7%、「レベル2」47.3%、「レベル3」62.9%、「レベル4」91.4%であり、レベルが上がるにつれて加入率は高くなる。週5回以上の運動・スポーツ実施者となる「レベル3」では、加入率が62.9%、週5回以上・1回120分以上・運動強度が「ややきつい」以上の3つの条件を満たす高水準のスポーツ実施者である「レベル4」では、加入率が91.4%にのぼり、高頻度・高強度で運動・スポーツを実施する中学生から大学生年代の青少年にとって、スポーツクラブや運動部は主な活動の場となっている。



【図3-5】4～11歳のスポーツクラブ・運動部への加入率（頻度群別）

注) 学校のクラブ活動や運動部活動、民間のスポーツクラブ（スイミングクラブや体操クラブなど）、地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など）を含む。

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023



【図3-6】12～21歳のスポーツクラブ・運動部への加入率（レベル別）

注) 学校の運動部活動やスポーツサークル、民間のスポーツクラブ（スイミングクラブや体操クラブなど）、地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など）を含む。

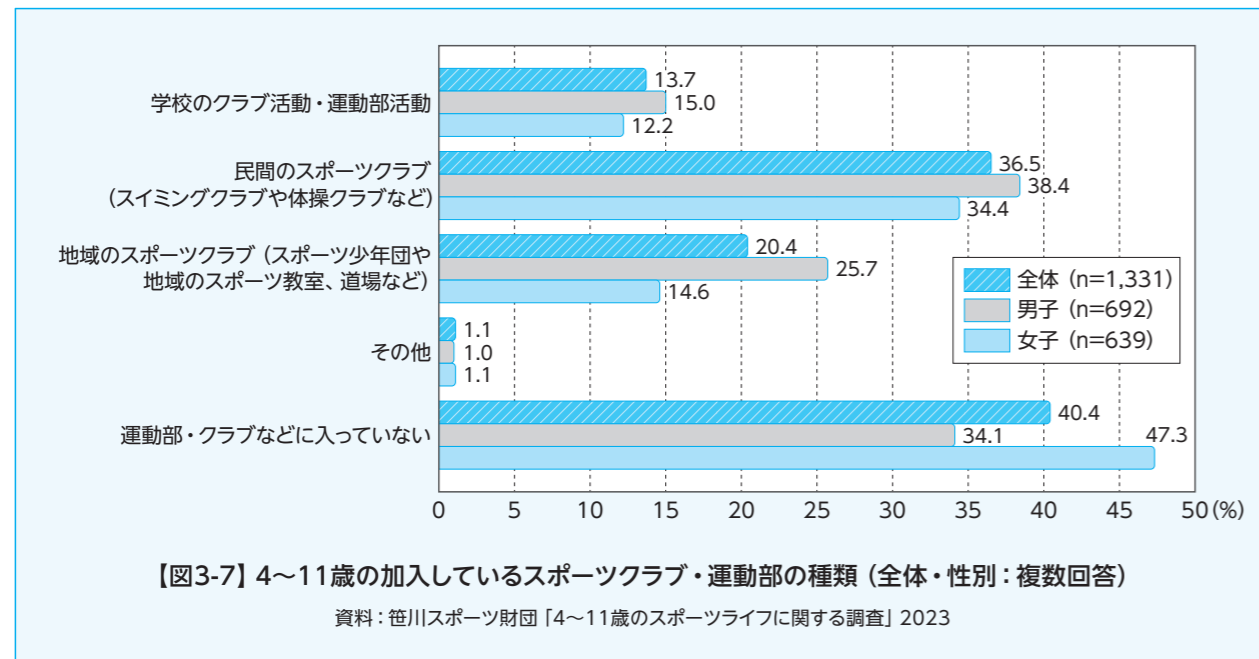
資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 3-5 4～11歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類

図3-7に4～11歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類を性別に示した。全体では「民間のスポーツクラブ（スイミングクラブや体操クラブなど）」（以下、民間のスポーツクラブ）が36.5%と最も高く、次いで「地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や地域のスポーツ教室、道場など）」（以下、地域のスポーツクラブ）20.4%、「学校のクラブ活動・運動部活動」（以下、学校のクラブ・運動部）は13.7%であった。性別にみると、「民間のスポーツクラブ」が男子38.4%、女子34.4%で最も高く、「地域のスポーツクラブ」が男子25.7%、

女子14.6%で続いた。

表3-2に示す性別・就学状況別にみると、未就学児から小学3・4年は男女ともに「民間のスポーツクラブ」が最も高く30～40%台であった。小学5・6年になると男子では「地域のスポーツクラブ」が39.5%、女子では「学校のクラブ・運動部」が24.6%で最も高い。未就学児と小学1・2年では加入率に大きな男女差はみられないが、小学3・4年になると「地域のスポーツクラブ」で男子が女子を10.8ポイント上回り、小学5・6年になるとその差は20.7ポイントに広がる。



【表3-2】 4～11歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類 (性別×就学状況別：複数回答)

スポーツクラブ・運動部	男子				女子			
	未就学児 (n=123)	小学1・2年 (n=162)	小学3・4年 (n=181)	小学5・6年 (n=223)	未就学児 (n=114)	小学1・2年 (n=170)	小学3・4年 (n=163)	小学5・6年 (n=191)
学校のクラブ活動・運動部活動	2.4	3.1	18.8	27.8	7.0	1.2	12.9	24.6
民間のスポーツクラブ (スイミングクラブや体操クラブなど)	33.3	45.7	45.9	30.5	32.5	43.5	39.3	23.6
地域のスポーツクラブ (スポーツ少年団や地域のスポーツ教室、道場など)	5.7	17.9	29.8	39.5	6.1	11.2	19.0	18.8
その他	2.4	0.0	1.1	0.9	0.9	1.2	1.2	1.0
運動部・クラブなどに入っていない	56.9	39.5	26.0	23.3	62.3	46.5	39.3	45.5

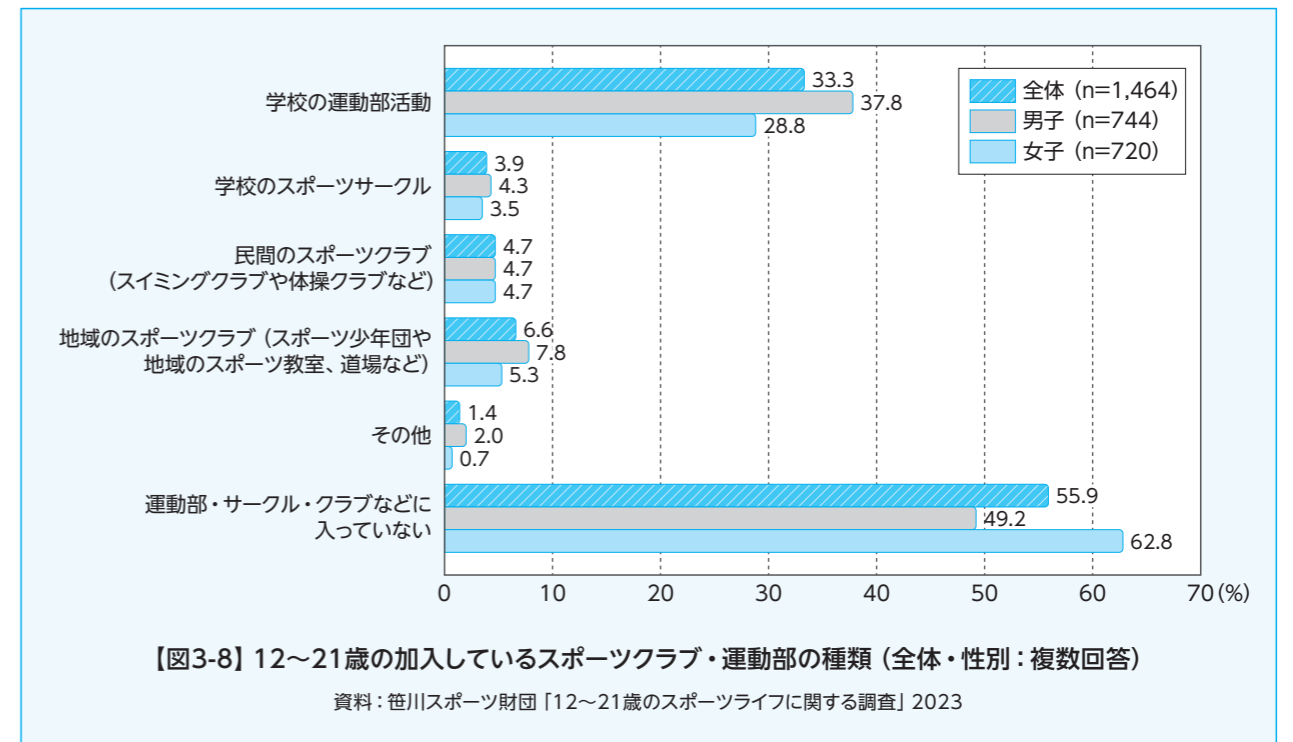
資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 3-6 12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類

図3-8に12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類を性別に示した。全体では「学校の運動部活動」が33.3%と最も高く、次いで「地域のスポーツクラブ」6.6%、「民間のスポーツクラブ」4.7%、「学校のスポーツサークル」3.9%であった。

性別にみると「学校の運動部活動」は男子37.8%、女子28.8%であり、男子が女子を9.0ポイント上回る。「地域のスポーツクラブ」は男子7.8%、女子5.3%、「民間のスポーツクラブ」は男女ともに4.7%と男女差はほとんどみられない。

表3-3には性別・学校期別の加入率を示した。中学校期、高校期では「学校の運動部活動」が男女ともに最も高く、中学校期では男子64.1%、女子49.8%、高校期では男子52.1%、女子34.4%であった。加入率は中学校期で14.3ポイント、高校期で17.7ポイント男子が女子を上回る。大学期では、男女ともに「学校の運動部活動」「学校のスポーツサークル」への加入率が10%を超え、中学校期、高校期と比較すると割合は低い、勤労者を除き12～21歳のスポーツクラブ活動は主に学校で行われている様子が確認できる。



【表3-3】 12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類 (性別×学校期別：複数回答)

スポーツクラブ・運動部	男子				女子			
	中学校期 (n=231)	高校期 (n=213)	大学期 (n=191)	勤労者 (n=96)	中学校期 (n=223)	高校期 (n=215)	大学期 (n=190)	勤労者 (n=81)
学校の運動部活動	64.1	52.1	11.5	0.0	49.8	34.4	11.6	0.0
学校のスポーツサークル	1.7	0.5	14.1	0.0	0.9	0.9	11.1	0.0
民間のスポーツクラブ (スイミングクラブや体操クラブなど)	11.3	1.4	2.6	1.0	9.0	4.2	2.1	1.2
地域のスポーツクラブ (スポーツ少年団や地域のスポーツ教室、道場など)	15.2	4.7	3.1	7.3	9.4	3.7	2.6	4.9
その他	1.3	0.5	2.6	6.3	0.9	0.5	0.5	1.2
運動部・サークル・クラブなどに入っていない	19.0	44.1	69.1	86.5	41.3	60.5	75.8	92.6

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 3-7 運動・スポーツ実施状況別にみる加入しているスポーツクラブ・運動部の種類

表3-4に4～11歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類を性別・運動・スポーツ実施頻度群別に示した。「学校のクラブ・運動部」と「地域のスポーツクラブ」は、男女ともに実施頻度が高くなるにつれ加入率が增加する。一方で「民間のスポーツクラブ」は男女ともに中頻度群の割合が最も高く、男子43.7%、女子37.5%であった。中頻度群以上になるとすべてのスポーツクラブ・運動部で男子が女子の加入率を上回り、なかでも高頻度群の「地域のスポーツクラブ」では男子が女子よりも17.7ポイント高く、男女差が顕著にみられた。

表3-5には12～21歳の加入しているスポーツクラブ・

運動部を性別・運動・スポーツ実施レベル別に示した。

「学校の運動部活動」の「レベル1」は男子3.8%、女子1.6%、「レベル2」は男子29.1%、女子27.6%、「レベル3」は男子53.3%、女子42.6%、「レベル4」は男子79.7%、女子83.9%と男女ともにレベルが上がるにつれ加入率も高くなる。「学校の運動部活動」の加入率は「レベル1」から「レベル3」まで男子が女子を上回るが、「レベル4」では女子が男子よりも高い。「レベル2」以上になると、男女ともに「学校の運動部活動」への加入率が最も高くなり、青少年の運動・スポーツは学校の運動部活動を中心に行われている状況が確認できる。

【表3-4】4～11歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類（性別×頻度群別：複数回答）

スポーツクラブ・運動部	男子			女子		
	低頻度群 (n=114)	中頻度群 (n=229)	高頻度群 (n=326)	低頻度群 (n=131)	中頻度群 (n=232)	高頻度群 (n=254)
学校のクラブ活動・運動部活動	7.9	13.1	19.6	9.2	12.1	15.0
民間のスポーツクラブ (スイミングクラブや体操クラブなど)	36.0	43.7	38.3	34.4	37.5	34.6
地域のスポーツクラブ (スポーツ少年団や地域のスポーツ教室、道場など)	11.4	18.8	37.4	7.6	14.2	19.7
その他	0.0	2.2	0.6	0.8	1.3	1.2
運動部・クラブなどに入っていない	50.0	32.3	25.5	55.0	43.5	42.1

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023

【表3-5】12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類（性別×レベル別：複数回答）

スポーツクラブ・運動部	男子				女子			
	レベル1 (n=106)	レベル2 (n=172)	レベル3 (n=167)	レベル4 (n=172)	レベル1 (n=124)	レベル2 (n=156)	レベル3 (n=148)	レベル4 (n=118)
学校の運動部活動	3.8	29.1	53.3	79.7	1.6	27.6	42.6	83.9
学校のスポーツサークル	8.5	7.6	1.8	4.1	4.8	7.1	4.1	1.7
民間のスポーツクラブ (スイミングクラブや体操クラブなど)	0.0	7.6	7.2	5.8	1.6	3.8	9.5	10.2
地域のスポーツクラブ (スポーツ少年団や地域のスポーツ教室、道場など)	4.7	8.1	10.2	12.8	0.0	7.7	12.2	6.8
その他	1.9	4.7	2.4	0.6	0.8	1.3	0.0	1.7
運動部・サークル・クラブなどに入っていない	84.0	47.1	31.7	9.9	91.9	59.0	43.2	6.8

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 3-8 中学校期・高校期の所属している学校運動部活動の種目

12～21歳の「学校の運動部活動に加入している」と回答した者を対象に、運動部活動の活動状況についてたずねた。表3-6に所属している運動部活動の上位5種目の年次推移を学校期別（中学校期・高校期）に示した。

2023年をみると、中学校期では「ソフトテニス（軟式）」16.7%が最も高く、次いで「バスケットボール」15.9%、「卓球」13.5%、「バレーボール」12.7%、「陸上競技」10.4%であった。年次推移をみると、「ソフトテニス（軟式）」と「バスケットボール」は2021年に順位を落としたものの、2023年にいずれも順位を上げ1位、2位となった。一方「サッカー」は2021年以前では5位圏内にあったが、2023年は8.4%と順位を6位に落

とした。

高校期の2023年をみると、「バスケットボール」16.2%が最も高く、次いで「サッカー」「バドミントン」がともに11.2%、「バレーボール」「野球」がともに7.8%であった。2023年の上位3種目の順位の変遷をみると、「バスケットボール」は2019年の1位から2021年は5位圏外となったが、2023年に再び1位に順位を上げた。「サッカー」は2019年と2021年は1位であったが、2023年は順位を2位に落とした。「バドミントン」は2019年に4位、2021年は1位、2023年は2位であった。過去3回の調査で「サッカー」「バドミントン」「野球」は上位5種目に入り、高校生に人気の高い種目であるといえる。

【表3-6】12～21歳の所属している運動部活動の種目の年次推移（学校期別）

中学校期								
2019年 (n=348)			2021年 (n=308)			2023年 (n=251)		
順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)
1	ソフトテニス（軟式）	14.9	1	卓球	13.0	1	ソフトテニス（軟式）	16.7
2	バスケットボール	13.2	2	サッカー	12.7	2	バスケットボール	15.9
3	陸上競技	12.4	3	バスケットボール	12.3	3	卓球	13.5
4	サッカー	10.6	4	バレーボール	11.7	4	バレーボール	12.7
5	野球	10.1	5	ソフトテニス（軟式）	11.0	5	陸上競技	10.4

高校期								
2019年 (n=231)			2021年 (n=227)			2023年 (n=179)		
順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)
1	サッカー	12.1	1	サッカー	13.2	1	バスケットボール	16.2
	バスケットボール	12.1		バドミントン	13.2		2	サッカー
	野球	12.1		3	バレーボール	7.9	2	バドミントン
4	バドミントン	8.7	4	野球	7.5	4	バレーボール	7.8
5	テニス（硬式）	7.8		陸上競技	7.5		野球	7.8

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023



### 3-9 学校運動部活動の週あたりの活動日数

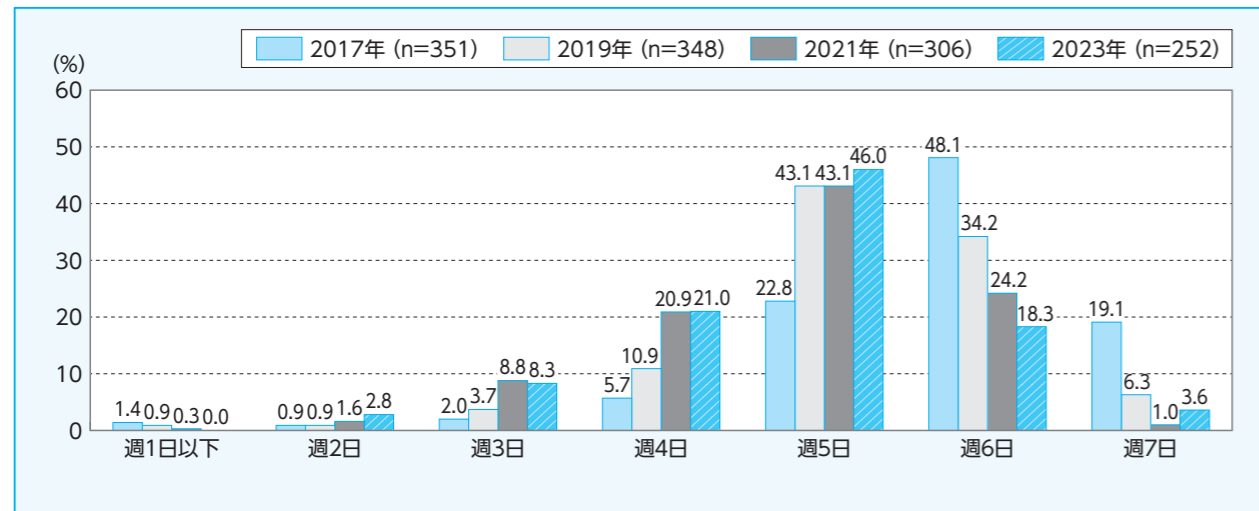
図3-9に中学校期における運動部活動の週あたりの活動日数の年次推移を示した。2023年をみると「週5日」が最も高く46.0%、次いで「週4日」21.0%、「週6日」18.3%、「週3日」8.3%であった。

年次推移をみると「週7日」が2017年の19.1%から15.5ポイント減少し3.6%、「週6日」は2017年48.1%、2019年34.2%、2021年24.2%、2023年18.3%と年々減少している。一方「週4日」「週5日」は継続的に増加しており、中学生の運動部活動の活動日

数は2017年から減少傾向にある。

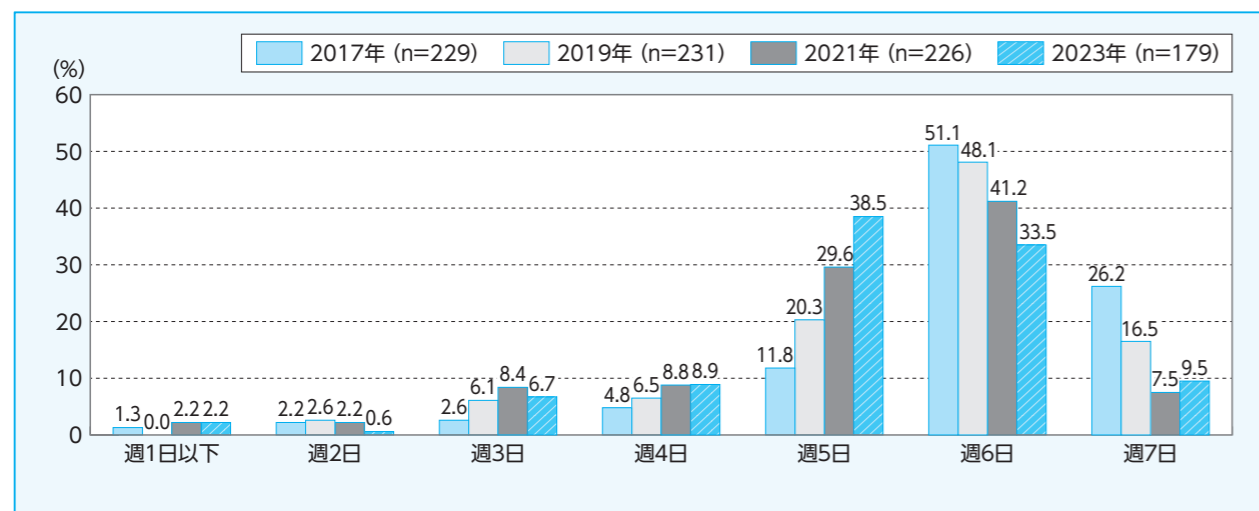
図3-10に示す高校期の活動日数をみると、2023年では「週5日」38.5%が最も高く、次いで「週6日」33.5%、「週7日」9.5%、「週4日」8.9%であった。

年次推移をみると「週6日」は2017年51.1%、2019年48.1%、2021年41.2%、2023年33.5%と年々減少しており、最頻値が「週6日」から「週5日」に変わった。高校生の活動日数も中学生と同様に減少傾向にある。



【図3-9】運動部活動の週あたりの活動日数の年次推移（中学校期）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023



【図3-10】運動部活動の週あたりの活動日数の年次推移（高校期）

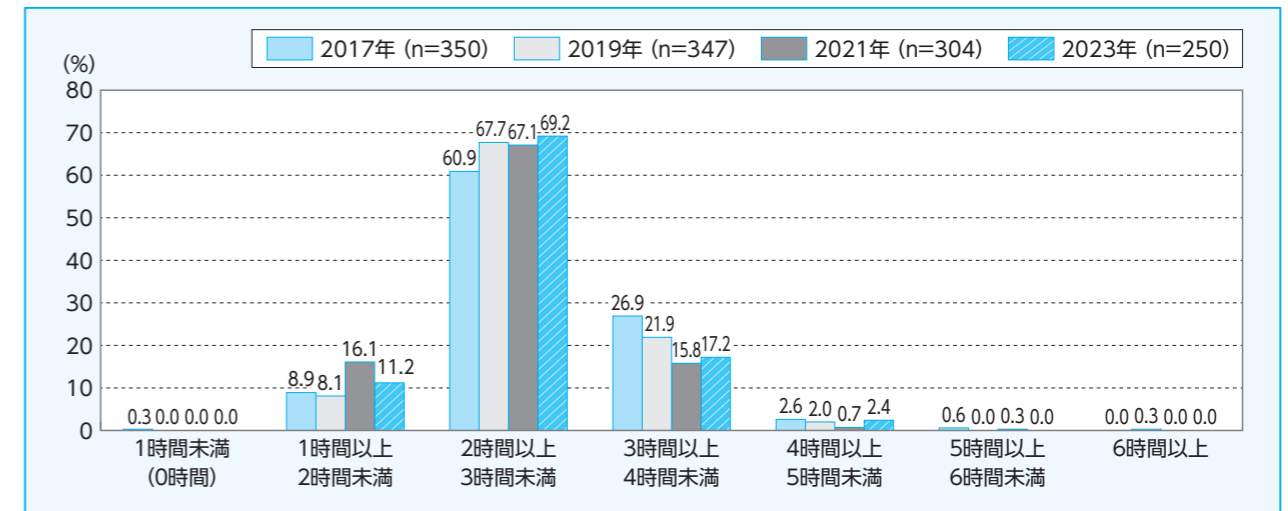
資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 3-10 中学校期における運動部活動の1日あたりの活動時間

図3-11に中学校期における運動部活動の平日1日あたりの活動時間を示した。2023年は「2時間以上3時間未満」が69.2%と最も高く、次いで「3時間以上4時間未満」17.2%、「1時間以上2時間未満」11.2%であった。年次推移をみると、「1時間以上2時間未満」と「2時間以上3時間未満」は2017年から増加した一方、「3時間以上4時間未満」は2017年の26.9%から9.7ポイント減少した。中学生の平日の活動時間は徐々に減少している。

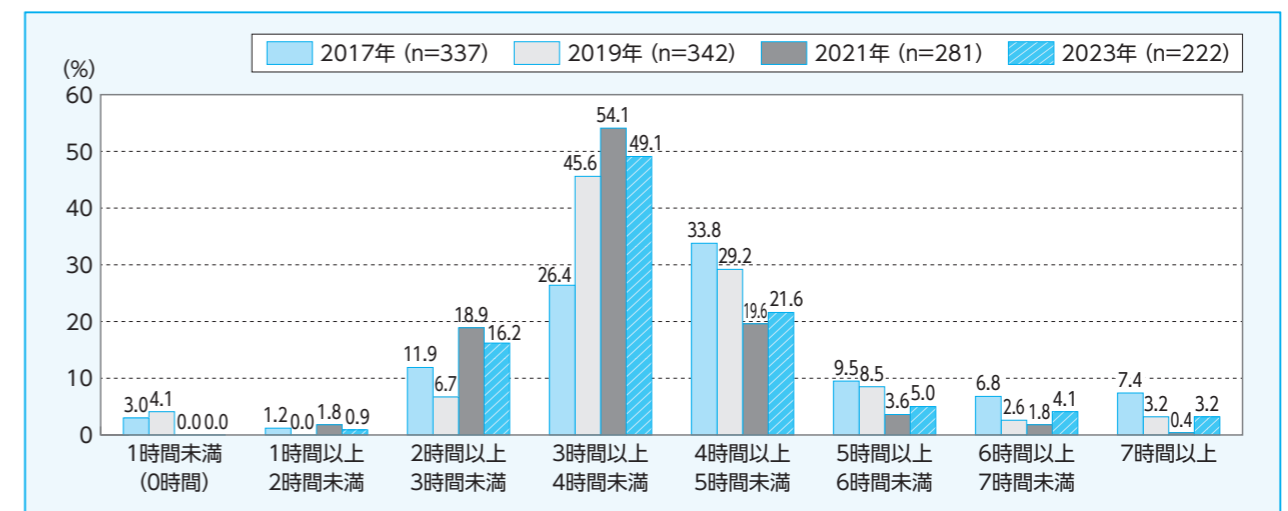
図3-12に示す土日では、2023年は「3時間以上4時間未満」49.1%が最も高く、「4時間以上5時間未満」21.6%、「2時間以上3時間未満」16.2%が続く。年次推移をみると、2017年以降4時間以上の割合は減少傾向を示し、「2時間以上3時間未満」「3時間以上4時間未満」の割合は増加した。特に「3時間以上4時間未満」は2017年の26.4%から22.7ポイント増え49.1%であった。

2021年からの推移に着目すると、4時間以上の割合は増加し、4時間未満は減少している。2023年は新型コロナウイルス感染症拡大の影響による制限が緩和されたため、活動時間が2021年から微増したと考えられる。



【図3-11】運動部活動の1日あたりの活動時間の年次推移：平日（中学校期）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023



【図3-12】運動部活動の1日あたりの活動時間の年次推移：土日（中学校期）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

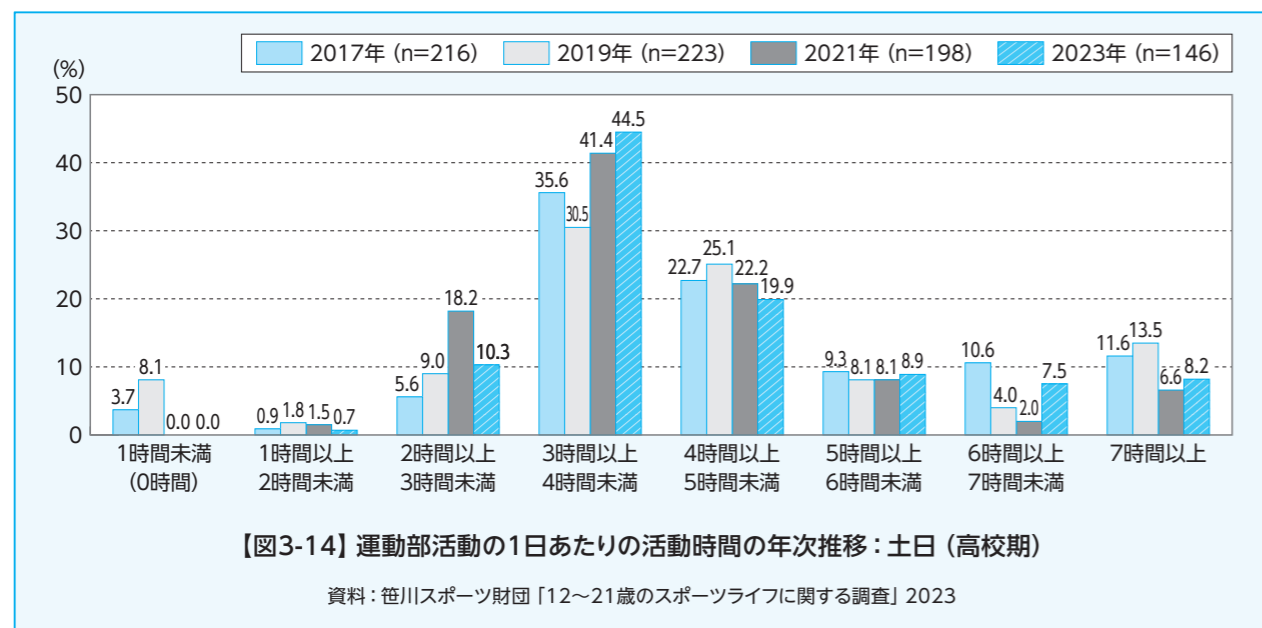
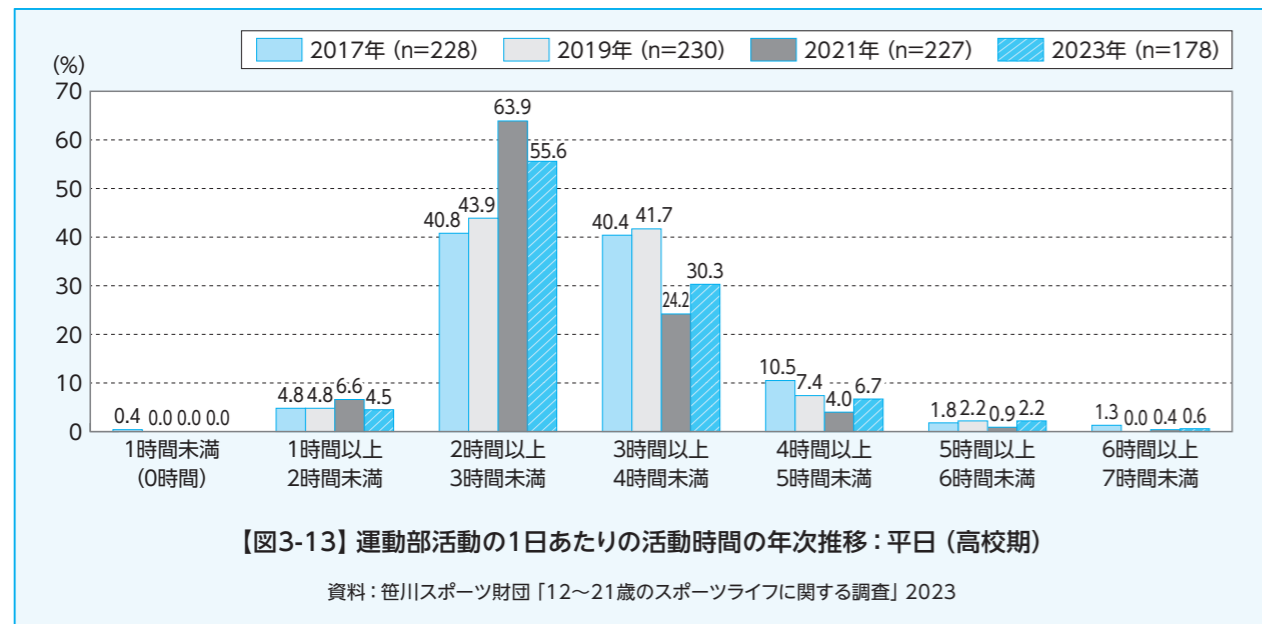
### 3-11 高校期における運動部活動の1日あたりの活動時間

図3-13に高校期における運動部活動の平日1日あたりの活動時間を示した。2023年は「2時間以上3時間未満」が55.6%と最も高く、次いで「3時間以上4時間未満」30.3%であった。年次推移をみると、「2時間以上3時間未満」は2019年43.9%から20.0ポイント増加し2021年は63.9%となったが、2023年には8.3ポイント減少した。一方「3時間以上4時間未満」は、2019年から2021年にかけて17.5ポイント減少したものの、2023年に6.1ポイント上がり30.3%となった。

図3-14に示す土日には、2023年は「3時間以上4時間未満」が44.5%と最も高く、次いで「4時間以上5時間未満」19.9%、「2時間以上3時間未満」10.3%であった。年次推移をみると、「3時間以上4時間未満」は2019年以降増加傾向を示し、「4時間以上5時間未満」は減少している。2021年と比較すると「2時間以上3時間未満」は18.2%から7.9ポイント減少し、「6時間以上7時間未満」は8.6%から7.1ポイント増加し15.7%であった。

長時間の活動が中学校期に比べて高校期に多くみられる状況は2017年から変わらず、コロナ禍が落ち着き2021年に減少した活動時間が増加に転じた。

長時間の活動が中学校期に比べて高校期に多くみられる状況は2017年から変わらず、コロナ禍が落ち着き2021年に減少した活動時間が増加に転じた。



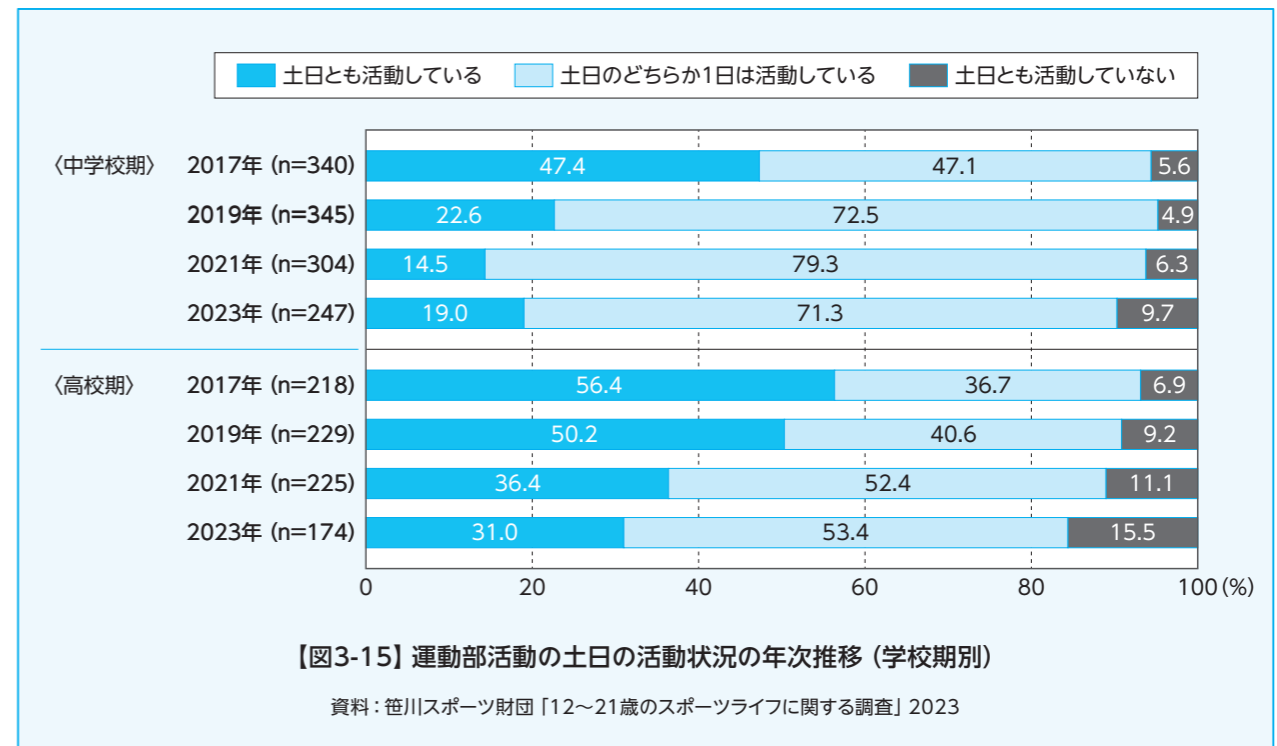
### 3-12 運動部活動の土日の活動状況

図3-15に運動部活動の土日の活動状況の年次推移を学校期別に示した。2023年をみると、中学校期では「土日とも活動している」が19.0%、「土日のどちらか1日は活動している」が71.3%、「土日とも活動していない」が9.7%であった。2019年以降は「土日のどちらか1日は活動している」の割合が最も高いが、2023年は2021年から8.0ポイント減少し、「土日とも活動している」が4.5ポイント、「土日とも活動していない」が3.4ポイント増加した。

高校期では、2023年は「土日とも活動している」が31.0%、「土日のどちらか1日は活動している」が

53.4%、「土日とも活動していない」が15.5%であった。「土日とも活動している」は2017年から減少を続け、「土日のどちらか1日は活動している」と「土日とも活動していない」は増加傾向である。

スポーツ庁は2018年に「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」を策定し、学期中は週あたり2日以上の休養日を設ける（平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日は少なくとも1日以上を休養日とする）としている。高校期においてはガイドラインが作成された後の調査である2019年以降、活動日数の短縮化が進んでいる状況が確認できる。



#### COMMENTS

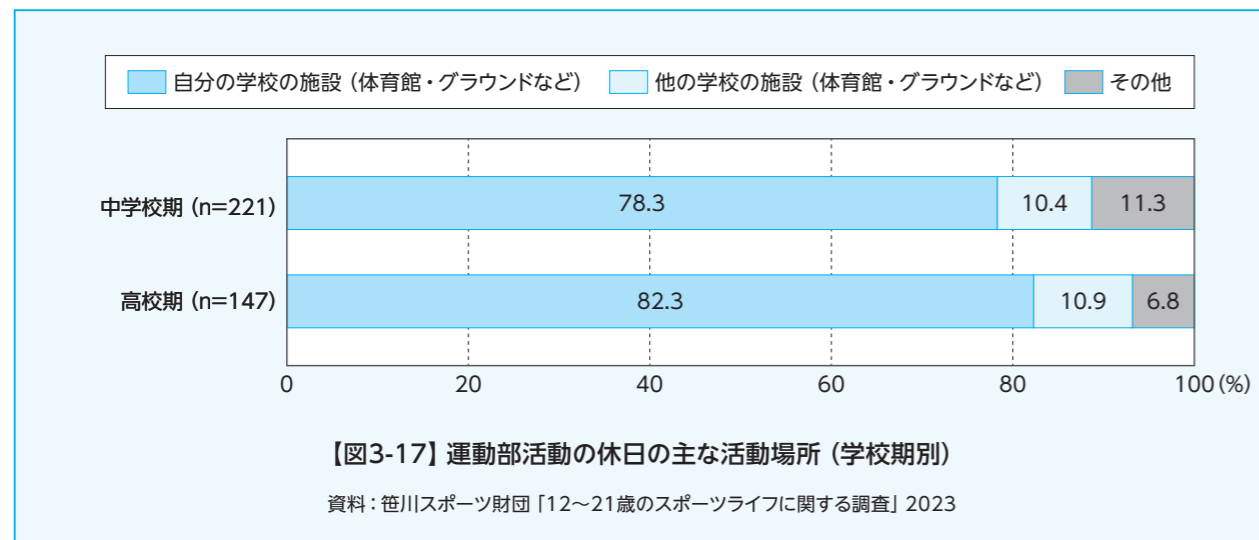
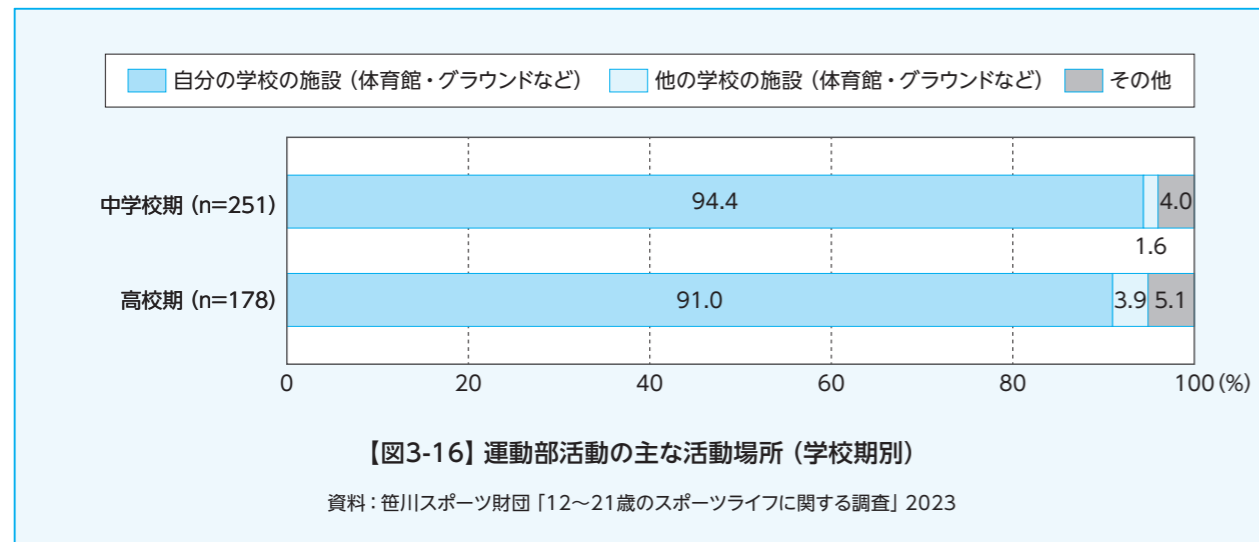
- 中学の運動部はスポーツを楽しむ要素がなく、大会で勝つことのみを目標としていると感じる。そのため小学校では楽しんでいたバスケットボールを続ける気にはなれず、同じ理由で他の運動部にも入らなかった。プロ選手を目指すわけでもないのに、土日まで部活に時間をとられる前提でないと、現在の運動部には入れない。楽しく体を動かし、ゲームを楽しむような運動部が必要だと思う。今の意識で地域に指導の場が移っても、行き過ぎた指導が増えそうで心配。（14歳男子の母親）
- 娘の部活は日曜しか休みがなく余暇の大半は部活でつぶれてしまう。娘にとって部活は、体力作りや友達との交流が目的なので、もう少し部活の日時も少なくして余暇を充実できれば、スポーツと遊び、勉強の両立が出来て良いのと思う。（14歳女子の母親）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 3-13 運動部活動の主な活動場所

図3-16には平日、休日を含めた運動部活動の主な活動場所を学校期別に示した。中学校期、高校期ともに「自分の学校の施設（体育館・グラウンドなど）」が最も高く、中学校期が94.4%、高校期が91.0%であった。「他の学校の施設（体育館・グラウンドなど）」は中学校期1.6%、高校期3.9%であり、中学校期、高校期ともに運動部活動は自身が通う学校の施設で行っている状況が確認できる。「その他」は中学校期4.0%、高校期5.1%であり、テニスコートや陸上競技場、河川敷などがあがった。

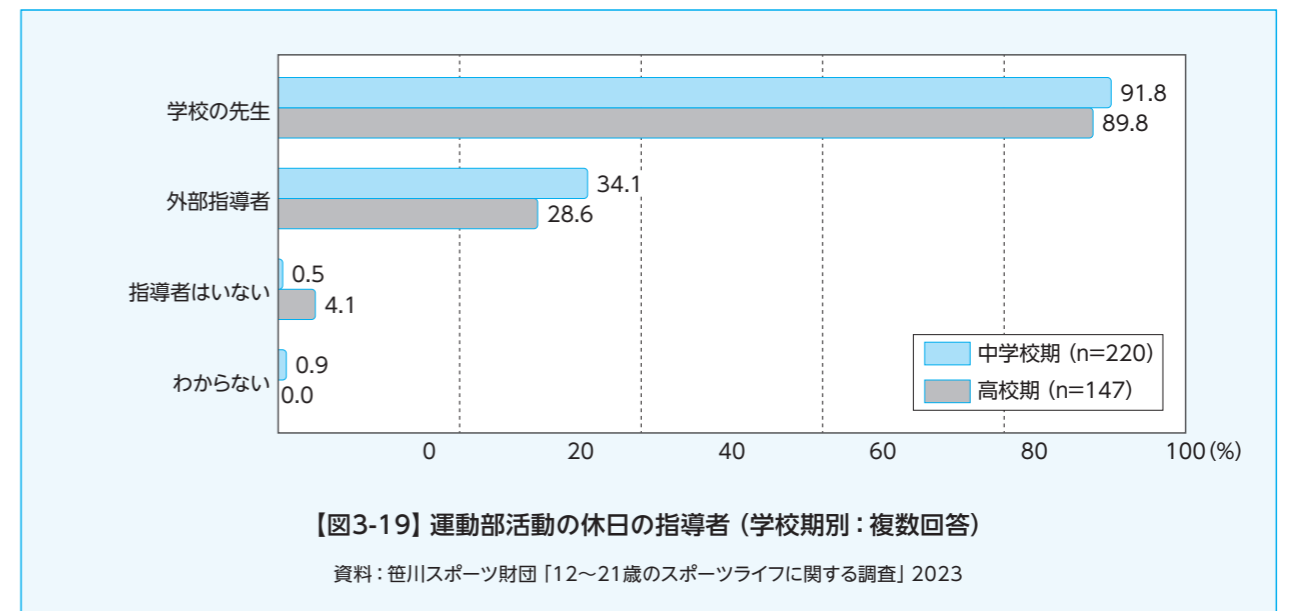
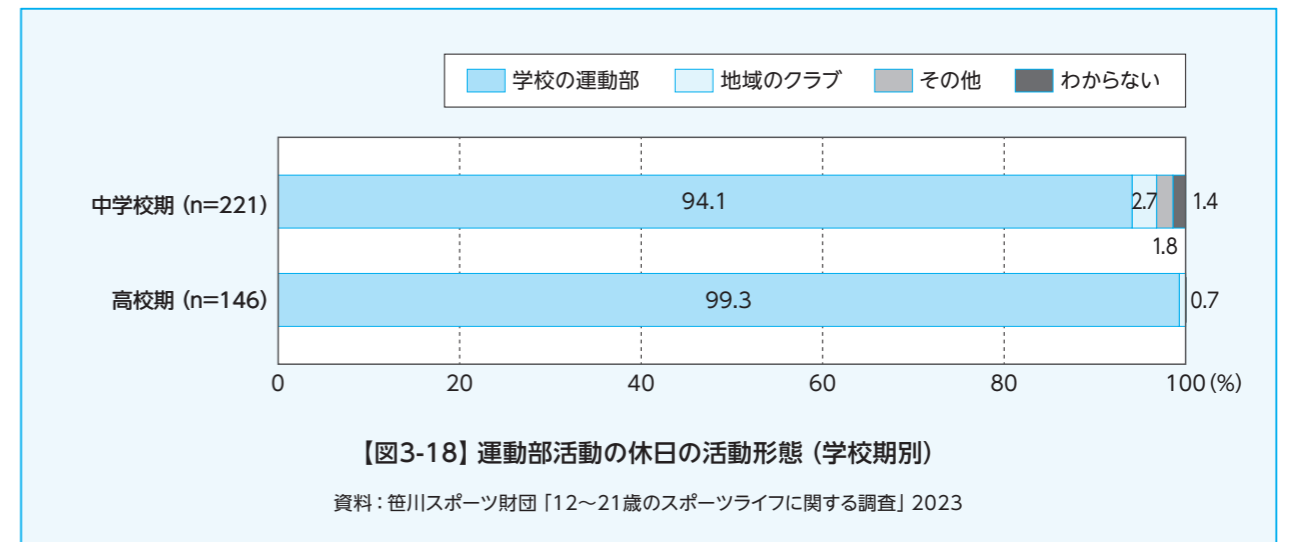
図3-17には運動部活動に所属し、休日に1日以上活動している者の主な活動場所を示した。中学校期、高校期ともに「自分の学校の施設（体育館・グラウンドなど）」が最も高く、中学校期は78.3%、高校期は82.3%であった。「他の学校の施設（体育館・グラウンドなど）」は中学校期10.4%、高校期10.9%であり、「その他」が中学校期11.3%、高校期6.8%であった。「その他」には陸上競技場やテニスコート、体育館、グラウンドなどの施設があがり、休日になると自身が通う学校以外で活動する割合は増加する。



### 3-14 運動部活動の休日の活動形態と指導者

休日の運動部活動の地域移行が段階的に進められる中、先行して取り組む地域もみられる。その実態を把握するために、学校の運動部活動に所属し、休日に1日以上活動している者に対して、運動部活動の休日の活動形態をたずねた。図3-18に示す学校期別にみると、中学校期では「学校の運動部」94.1%、「地域のクラブ」2.7%であった。高校期は「学校の運動部」が99.3%と、中学校期、高校期ともに100%近くが学校の運動部で活動している。

図3-19には運動部活動の休日の指導者を学校期別に示した。中学校期は「学校の先生」が91.8%、「外部指導者」が34.1%であった。高校期は「学校の先生」が89.8%、「外部指導者」が28.6%であった。「学校の先生」の割合は、中学校期、高校期で差はほとんどみられないが、「外部指導者」は中学校期が5.5ポイント高い。一方、「指導者はいない」は高校期が4.1%と中学校期を上回る。



### 3-15 運動部活動に入部した理由

表3-7に今加入している運動部活動に入部した理由を全体、性別・学校期別に示した。全体の入部理由をみると、「その種目が好きだから」が51.5%で最も高く、次いで「うまくなりたかったから」38.0%、「以前からその種目をやっていたから」30.8%であった。

中学校期をみると、「その種目が好きだから」は男子51.7%、女子39.8%と男女ともに最も高く、次いで男子は「うまくなりたかったから」が40.6%、「以前からその種目をやっていたから」が28.7%であった。女子では「うまくなりたかったから」「部の雰囲気よかったから」がともに37.0%、「友人に誘われたから」が26.9%で続く。

性別による差をみると、「部の雰囲気がよかったから」は23.0ポイント、「新しい種目に挑戦したかったから」は12.6ポイント女子が男子を上回る。一方、「その種目が好きだから」は11.9ポイント、「以前からその種目をやっていたから」は11.1ポイント男子が女子よりも高い。

高校期の入部理由をみると、「その種目が好きだから」が男子57.0%、女子60.6%で男女ともに最も高く、次いで男子では「うまくなりたかったから」「以前からその

種目をやっていたから」が38.3%、「選手として活躍したかったから」が31.8%であった。女子では「以前からその種目をやっていたから」が43.7%、「部の雰囲気がよかったから」が36.6%と続く。

性別による差をみると、「選手として活躍したかったから」は17.7ポイント男子が女子を上回る一方、「部の雰囲気がよかったから」は17.0ポイント女子のほうが高い。中学校期、高校期ともに「部の雰囲気がよかったから」は女子が男子を大きく上回るなど、男女で入部理由に違いがみられた。

学校期別に入部理由を比べると、男子では「以前からその種目をやっていたから」は9.6ポイント、「選手として活躍したかったから」は9.4ポイント高校期が中学校期を上回る。女子では「以前からその種目をやっていたから」は26.1ポイント、「その種目が好きだから」は20.8ポイント高校期が中学校期よりも高い。一方、「新しい種目に挑戦したかったから」は中学校期が高校期よりも13.2ポイント高い結果となった。

【表3-7】12～21歳の運動部活動に入部した理由（全体・性別×学校期別：複数回答）

入部理由	全体 (n=429)	男子		女子	
		中学校期 (n=143)	高校期 (n=107)	中学校期 (n=108)	高校期 (n=71)
その種目が好きだから	51.5	51.7	57.0	39.8	60.6
うまくなりたかったから	38.0	40.6	38.3	37.0	33.8
以前からその種目をやっていたから	30.8	28.7	38.3	17.6	43.7
部の雰囲気がよかったから	24.9	14.0	19.6	37.0	36.6
選手として活躍したかったから	21.4	22.4	31.8	14.8	14.1
友人に誘われたから	21.2	22.4	15.9	26.9	18.3
新しい種目に挑戦したかったから	17.5	13.3	17.8	25.9	12.7
他に入りたい部活動がなかったから	15.6	16.1	15.0	18.5	11.3
親や学校の先生にすすめられたから	11.0	10.5	11.2	9.3	14.1
必ず入らなければならなかったから	3.3	2.1	5.6	2.8	2.8
体力・筋肉をつけたかったから	0.5	0.7	0.9	0.0	0.0
その他	1.4	2.1	0.0	1.9	1.4
特に理由はない	2.1	2.8	1.9	1.9	1.4

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 3-16 運動部活動を通じてよかったこと

表3-8に今加入している運動部活動を通じてよかったことを全体、性別・学校期別に示した。全体では「仲の良い友達ができる」が71.7%で最も高く、次いで「技術が上達した」64.9%、「学校生活が充実した」38.6%であった。

中学校期をみると、男女ともに「仲の良い友達ができる」が最も高く、男子71.1%、女子68.5%であり、次いで「技術が上達した」が男子69.0%、女子67.6%であった。男子では「体力に自信がついた」46.5%、「試合で勝てた」42.3%がその後に続く。女子では「家族が応援してくれる」41.7%、「試合で勝てた」38.9%が続く。中学校期の男女差をみると、「体力に自信がついた」の差が最も大きく、男子が女子を14.1ポイント上回るものの、そのほかの項目は5ポイント未満と大きな差はみられなかった。

高校期のよかったことをみると、男女ともに上位3項目は同じであり、「仲の良い友達ができる」が男子76.6%、女子70.0%で最も高く、「技術が上達した」は男子62.6%、女子55.7%、「学校生活が充実した」は男子40.2%、女子47.1%で続く。男女差をみると、「試合で勝てた」は13.2ポイント、「体力に自信がついた」は8.4ポイント男子が女子よりも高い。一方「信頼できる指導者に出会えた」は、女子が男子を8.4ポイント上回る。

学校期別の差をみると、男子では「体力に自信がついた」は11.0ポイント、「家族が応援してくれる」は11.8ポイント中学校期が高校期よりも高い。女子では「試合で勝てた」は17.5ポイント、「技術が上達した」は11.9ポイント、「家族が応援してくれる」は11.7ポイント中学校期のほうが高く、「学校生活が充実した」は13.8ポイント高校期が中学校期を上回る。

【表3-8】12～21歳の運動部活動を通じてよかったこと（全体・性別×学校期別：複数回答）

運動部活動を通じてよかったこと	全体 (n=427)	男子		女子	
		中学校期 (n=142)	高校期 (n=107)	中学校期 (n=108)	高校期 (n=70)
仲の良い友達ができる	71.7	71.1	76.6	68.5	70.0
技術が上達した	64.9	69.0	62.6	67.6	55.7
学校生活が充実した	38.6	37.3	40.2	33.3	47.1
体力に自信がついた	37.0	46.5	35.5	32.4	27.1
試合で勝てた	36.1	42.3	34.6	38.9	21.4
家族が応援してくれる	34.7	38.0	26.2	41.7	30.0
信頼できる指導者に出会えた	23.0	25.4	18.7	21.3	27.1
規則的な生活になった	16.4	14.8	15.9	19.4	15.7
勉強と両立できた	8.4	9.9	5.6	8.3	10.0
良い先輩・後輩に出会えた	0.5	0.0	0.0	0.9	1.4
その他	0.7	0.0	0.0	1.9	1.4
よかったことはない	3.0	3.5	4.7	1.9	1.4

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 3-17 運動部活動を通じてよくなかったこと

表3-9に今加入している運動部活動を通じてよくなかったことを全体、性別・学校期別に示した。全体では「勉強との両立が難しい」が42.0%で最も高く、「自由な時間が少ない」34.1%、「休日が少ない」31.0%が続く。

中学校期をみると、男女ともに「勉強との両立が難しい」が最も高く、男子36.2%、女子45.3%であった。次いで男子では「自由な時間が少ない」29.7%、「疲れやすい」26.8%、女子では「疲れやすい」31.1%、「休日が少ない」30.2%であった。中学校期の男女差をみると、「部員同士の関係がうまくいかない」の差が最も大きく、女子が男子を11.9ポイント上回る。次いで「勉強との両立が難しい」は9.1ポイント、「休日が少ない」は8.5ポイント女子が男子よりも高い結果となった。

高校期のよくなかったことをみると、男女ともに上位

3項目は同じであり、「勉強との両立が難しい」が男子41.9%、女子48.6%で最も高く、「自由な時間が少ない」は男子39.0%、女子44.3%、「休日が少ない」は男子37.1%、女子41.4%が続く。男女差をみると、「部員同士の関係がうまくいかない」に最も差がみられ、女子が男子を9.5ポイント上回る。

学校期別に比較すると、男子では「休日が少ない」は15.4ポイント、「自由な時間が少ない」は9.3ポイント中学校期よりも高校期のほうが高い。女子も同様に「自由な時間が少ない」は16.0ポイント、「休日が少ない」は11.2ポイント高校期が中学校期を上回る。中学校期よりも高校期の運動部活動のほう活動日数は多く、練習時間も長い（pp96-98）休日や自由な時間が確保できないことに対する不満が高まると考えられる。

【表3-9】12～21歳の運動部活動を通じてよくなかったこと（全体・性別×学校期別：複数回答）

運動部活動を通じてよくなかったこと	全体 (n=419)	男子		女子	
		中学校期 (n=138)	高校期 (n=105)	中学校期 (n=106)	高校期 (n=70)
勉強との両立が難しい	42.0	36.2	41.9	45.3	48.6
自由な時間が少ない	34.1	29.7	39.0	28.3	44.3
休日が少ない	31.0	21.7	37.1	30.2	41.4
疲れやすい	29.6	26.8	29.5	31.1	32.9
思うほどうまくならない	13.1	10.9	15.2	11.3	17.1
試合で勝てない	11.7	13.8	12.4	11.3	7.1
部員同士の関係がうまくいかない	8.4	5.1	1.9	17.0	11.4
指導者との関係がうまくいかない	7.2	4.3	8.6	8.5	8.6
家族のサポートが少ない	1.2	1.4	1.9	0.9	0.0
その他	1.2	0.0	2.9	0.9	1.4
よくなかったことはない	24.3	32.6	21.0	21.7	17.1

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

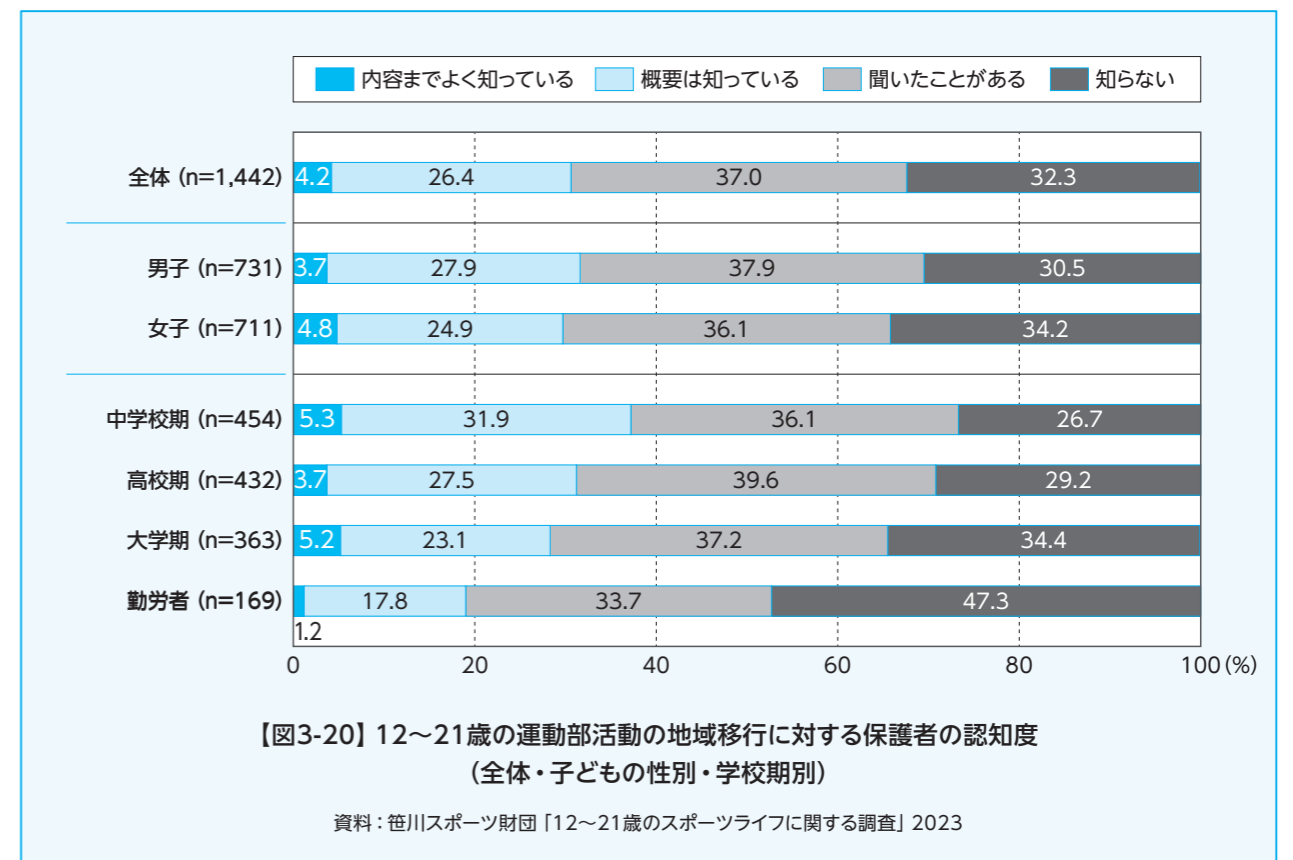
### 3-18 運動部活動の地域移行に対する保護者の認知度

12～21歳の回答者の保護者に対して「あなたは、今後、学校運動部活動を地域のスポーツクラブ等が担うようになることをご存じですか。」とたずね、「内容までよく知っている」「概要は知っている」「聞いたことがある」「知らない」の4段階で回答を求めた。

図3-20に保護者の運動部活動の地域移行に対する認知度を全体・子どもの性別・学校期別に示した。全体では「内容までよく知っている」4.2%、「概要は知っている」26.4%、「聞いたことがある」37.0%、「知らない」32.3%であった。「内容までよく知っている」と「概要は知っている」を合わせると、全体の3割が運動部活動の地域移行について認知していた。子どもの性別にみると、「内容までよく知っている」は男子3.7%、女子4.8%、「概要は知っている」は男子27.9%、女子24.9%であ

り、男女ともに約3割が知っていると回答した。一方で「知らない」は男子30.5%、女子34.2%と女子の割合がわずかに高い。

子どもの学校期別にみると、「内容までよく知っている」は中学校期5.3%、高校期3.7%、大学期5.2%、勤労者1.2%であり、「概要は知っている」は中学校期31.9%、高校期27.5%、大学期23.1%、勤労者17.8%であった。「内容までよく知っている」と「概要は知っている」を合わせた割合は中学校期の37.2%が最も高く、学校期が進むにつれて認知度は低下する。「聞いたことがある」の割合はいずれの学校期においても30%台であるが、「知らない」の割合は学校期が進むにつれて増加し、勤労者では47.3%と約半数が知らないと回答した。



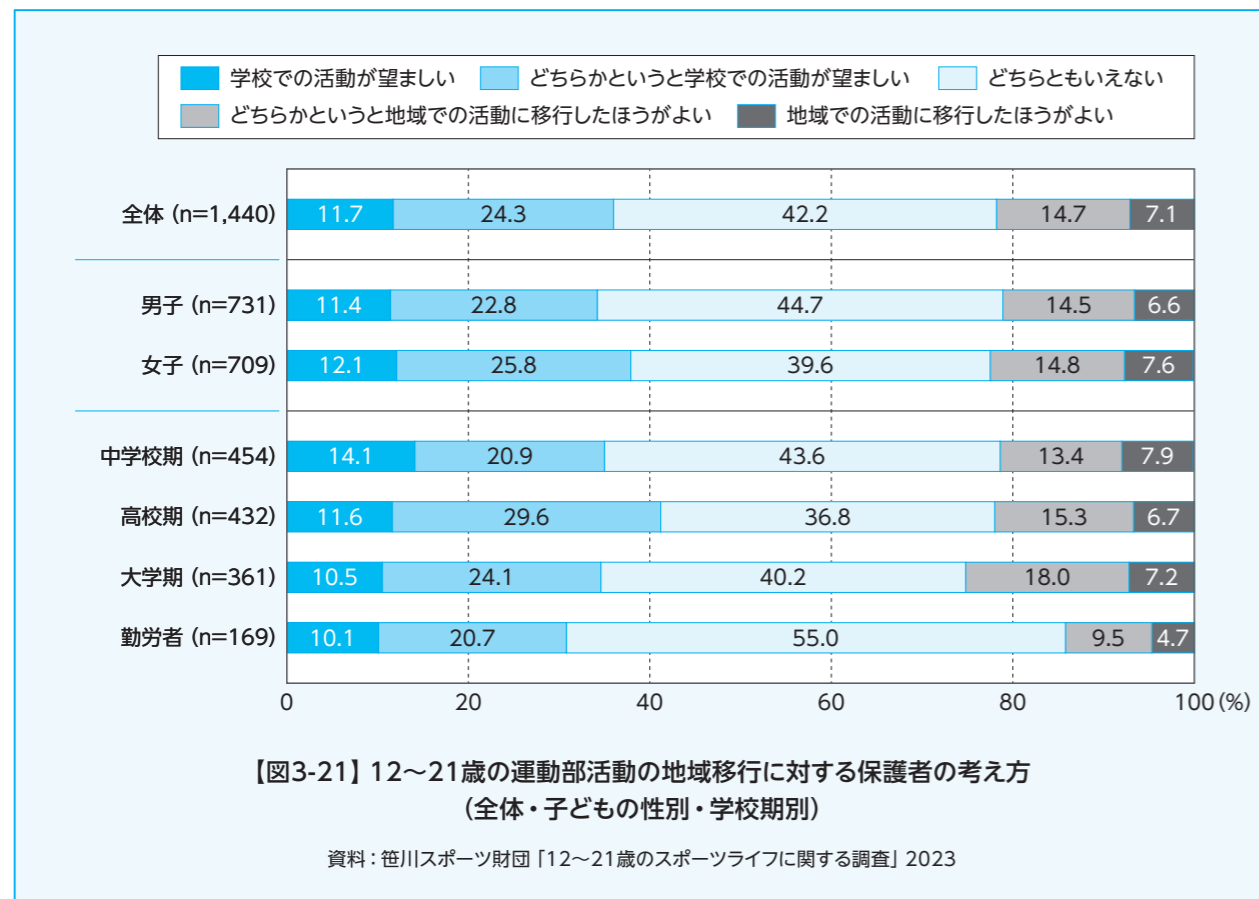
### 3-19 運動部活動の地域移行に対する保護者の考え方

12~21歳の回答者の保護者に対して「休日の学校運動部活動を地域のスポーツクラブ等が担うことについて、あなたのご意見をお聞かせください。」とたずね、「学校での活動が望ましい」「どちらかというと学校での活動が望ましい」「どちらともいえない」「どちらかというと地域での活動に移行したほうがよい」「地域での活動に移行したほうがよい」の5段階で回答を求めた。

図3-21に保護者の運動部活動の地域移行に対する考え方を全体、子どもの性別、子どもの学校期別に示した。全体では「学校での活動が望ましい」11.7%、「どちらかというと学校での活動が望ましい」24.3%、「どちらともいえない」42.2%、「どちらかというと地域での活動に移行したほうがよい」14.7%、「地域での活動に移行したほうがよい」7.1%であった。「学校での活動が望ましい」と「どちらかというと学校での活動が望ましい」を合わせた割合（以下、『学校での活動』）は36.0%

あり、全体の3割以上が学校での活動を望んでいた。一方で「どちらかというと地域での活動に移行したほうがよい」と「地域での活動に移行したほうがよい」を合わせた割合（以下、『地域での活動』）は21.8%と全体の2割が地域での活動がよいと回答した。

子どもの性別にみると、『学校での活動』は男子34.2%、女子37.9%、『地域での活動』は男子21.1%、女子22.4%であり、男女差はほとんどみられなかった。子どもの学校期別にみると、「学校での活動が望ましい」は中学校期が14.1%と最も高く、次いで高校期11.6%、大学期10.5%、勤労者10.1%と学校期が進むにつれて割合は低下する。一方、『学校での活動』になると高校期の41.2%が最も高くなり、中学校期35.0%、大学期34.6%、勤労者30.8%と続く。『地域での活動』は大学期が25.2%と最も高く、次いで高校期22.0%、中学校期21.3%、勤労者14.2%であった。



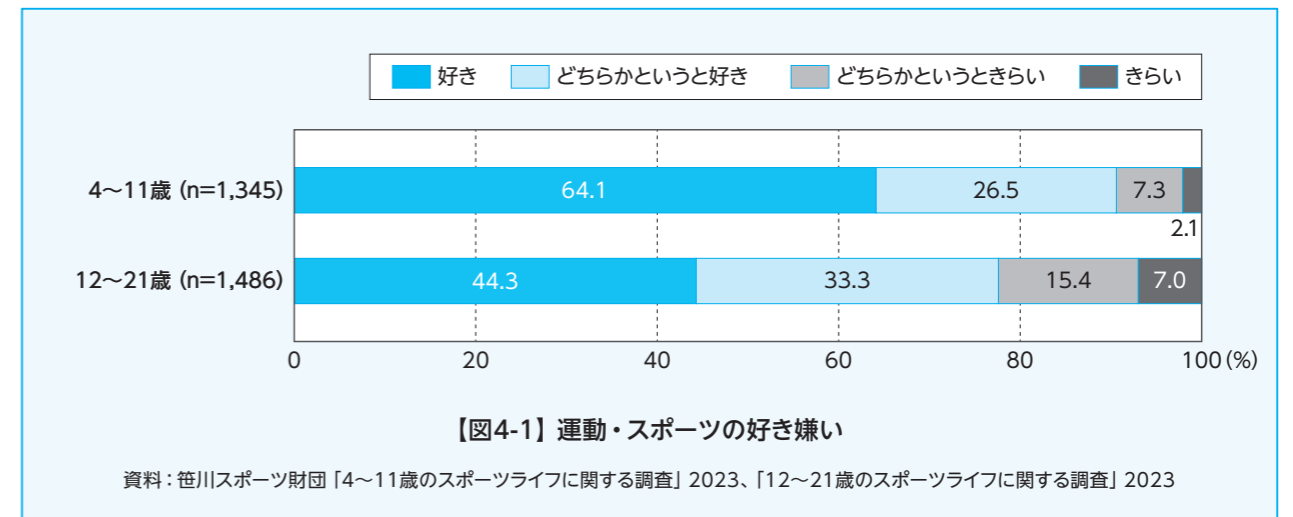
## 4 運動・スポーツへの意識

### 4-1 運動・スポーツの好き嫌い

「あなたは、運動やスポーツ、運動あそびをするのは好きですか。」とたずねた。

図4-1に示すように4~11歳では「好き」64.1%、「どちらかという好き」26.5%、「どちらかというときらい」7.3%、「きらい」2.1%であった。また、12~21歳では「好き」44.3%、「どちらかという好き」33.3%、「どちら

かというときらい」15.4%、「きらい」7.0%であった。「好き」と「どちらかという好き」を合わせると、4~11歳では90.6%、12~21歳では77.6%であり、4~11歳は12~21歳よりも運動・スポーツ・運動あそびが好きである割合が高い。



#### COMMENTS

- 苦手な子でもスポーツが好きになるよう、レベルの低いところからの指導や小さな目標達成を積みあげる取り組みなどがあるといいと思います。  
(16歳女子の母親)
- 身体の使い方に不器用さがあるので、運動に苦手意識を持たないように、個人のペースで取り組める習いごとに通わせている。  
(8歳男子の母親)
- 小さい時は何でもやらせるが、あくまでも体幹づくり。楽しさや好きを優先させ、勝つことはその後と考えているがけじめはつけさせたい。  
(21歳男子の母親)
- なるべく外に行こう！自転車で公園に行こう！など誘ってみますが乗り気でないことが多いです。レゴやパズルなど、好きなことが家の中でできることばかりで少々悩んでいます。それはそれでいいのですが、ほかの友だちに比べて体力があまりないような感じがあります。  
(4歳男子の母親)

資料：笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2023、「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

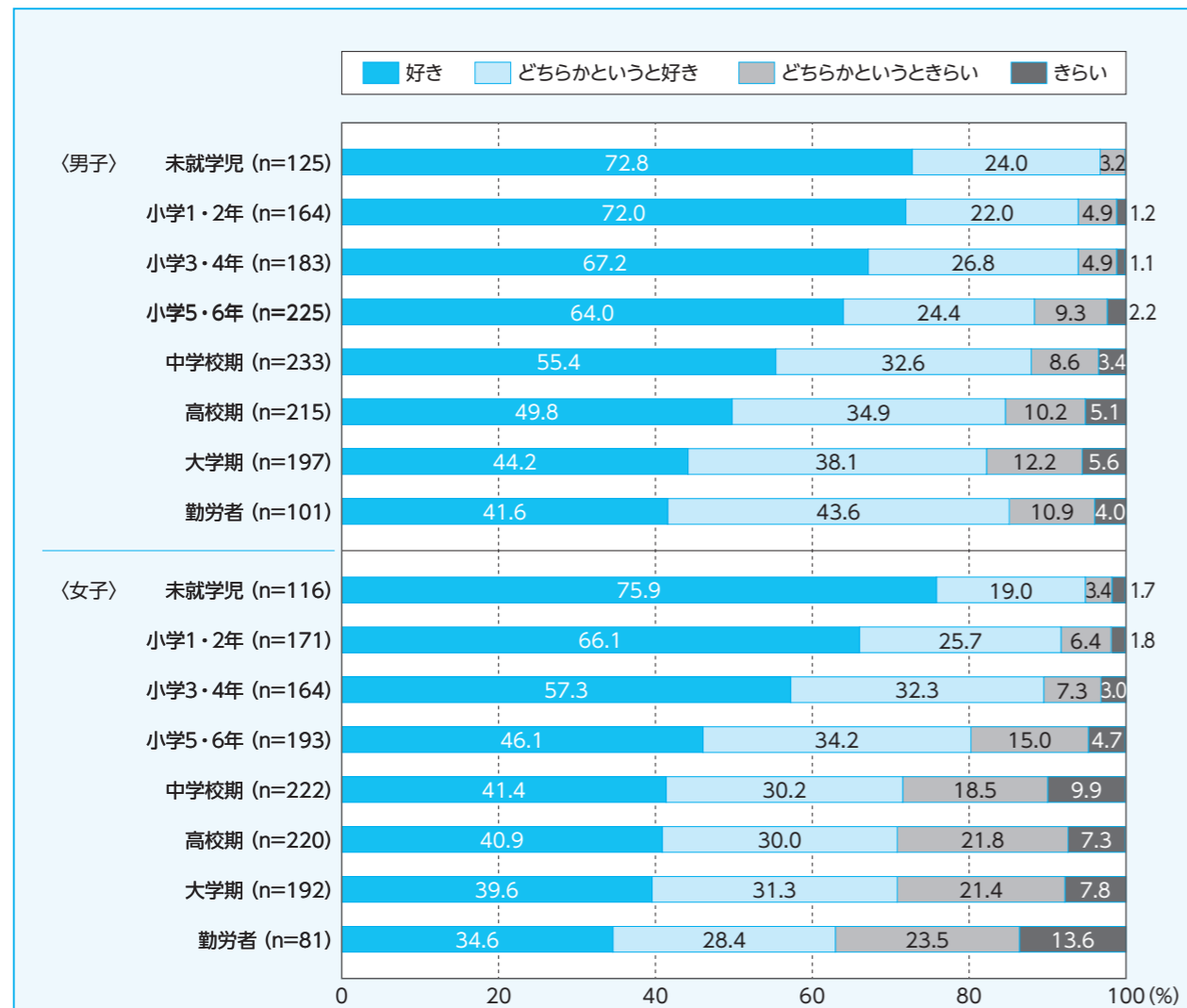
### 4-2 性別・就学状況/学校期別にみる運動・スポーツの好き嫌い

図4-2に性別・就学状況および学校期別にみた運動・スポーツの好き嫌いを示した。「好き」と「どちらかという好き」を合わせた割合は、男子では未就学児96.8%、小学1・2年および小学3・4年94.0%、小学5・6年88.4%、中学校期88.0%、高校期84.7%、大学期82.3%、勤労者85.2%であった。女子では未就学児94.9%、小学1・2年91.8%、小学3・4年89.6%、小学5・6年80.3%、中学校期71.6%、高校期および大学期70.9%、勤労者63.0%であった。

男女ともに学年進行に伴い「好き」もしくは「どちらかという好き」と回答する割合は減少する。反対に、「ど

ちらかというときらい」もしくは「きらい」と回答する割合は男女ともに学年が上がるにつれて増加傾向にあり、特に女子では小学3・4年から小学5・6年にかけて9.4ポイント、小学5・6年から中学校期にかけて8.7ポイントと大きく増加し、男子では小学3・4年から小学5・6年にかけて5.5ポイント増加した。

また「好き」と「どちらかという好き」を合わせた割合には、小学5・6年以上で男女差が確認され、小学5・6年は8.1ポイント、中学校期は16.4ポイント、高校期は13.8ポイント、大学期は11.4ポイント、勤労者は22.2ポイント男子が高い。



【図4-2】 運動・スポーツの好き嫌い (性別×就学状況および学校期別)

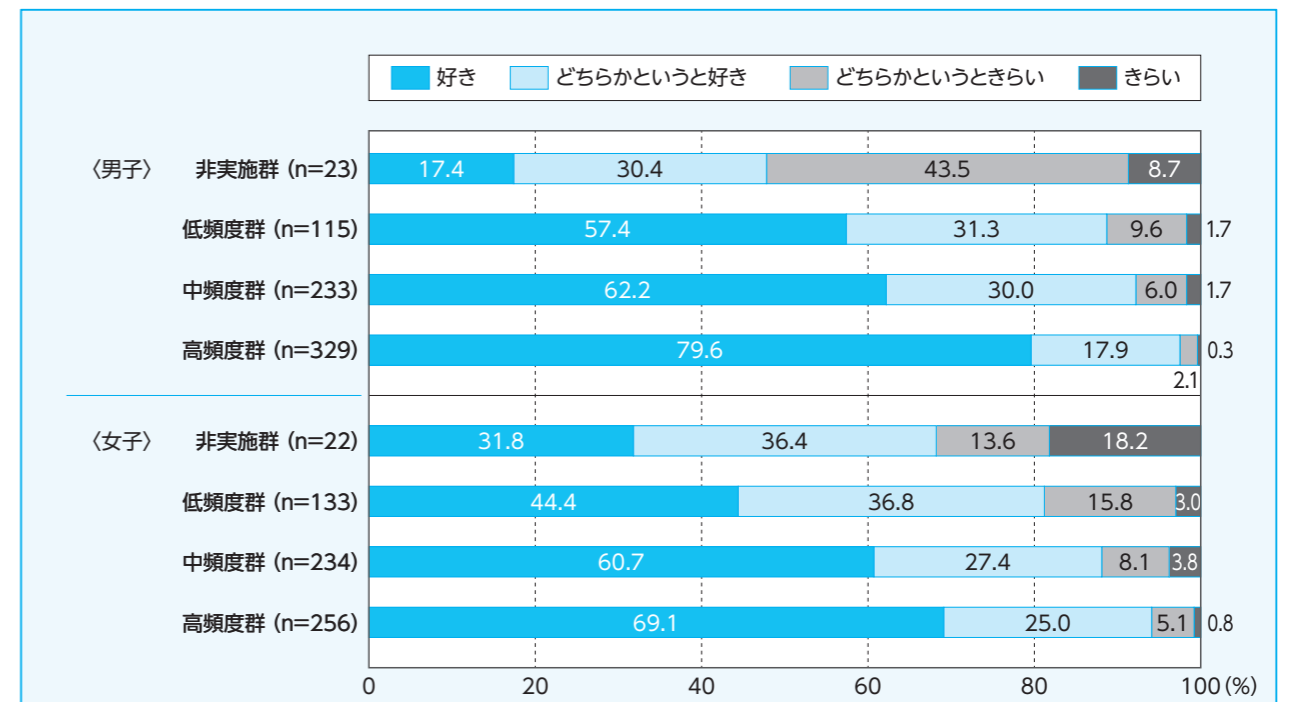
資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 4-3 4～11歳の性別・頻度群別にみる運動・スポーツの好き嫌い

図4-3に4～11歳の性別・頻度群別にみた運動・スポーツの好き嫌いを示した。「好き」と「どちらかという好き」を合わせた割合は、男子では非実施群47.8%、低頻度群88.7%、中頻度群92.2%、高頻度群97.5%であった。女子では、非実施群68.2%、低頻度群81.2%、中頻度群88.1%、高頻度群94.1%であり、男女ともに実施頻度が高くなるにつれて運動・スポーツが好きと感じている割合も高くなる。男女差をみると、非実施群で

は女子のほうが20.4ポイント高く、低頻度群から高頻度群にかけては男子のほうが5ポイント前後高い。

一方で「きらい」は男女ともに実施頻度が低くなるにつれて割合が高くなる傾向がみられる。非実施群はサンプル数が少ない点に注意が必要ではあるが、「きらい」の割合は男子8.7%、女子18.2%と、ほかの群を大きく上回る。



【図4-3】 4～11歳の運動・スポーツの好き嫌い (性別×頻度群別)

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023

#### COMMENTS

- 身体を動かすことが嫌いではないが、どうしてもテレビ、ゲーム、動画に時間を使い、身体を動かす時間、機会を作ってあげることができていない。(7歳男子の母親)
- スポーツ・運動を好きになってもらうために強制はしない。自由な発想を持ってもらいたい。(9歳男子の父親)
- 苦手なことは上手にできるようアドバイスしたり一緒にしてみたりする。楽しいことが一番なので一緒に運動して同じ楽しさを感じるようにしている。(7歳男子の母親)

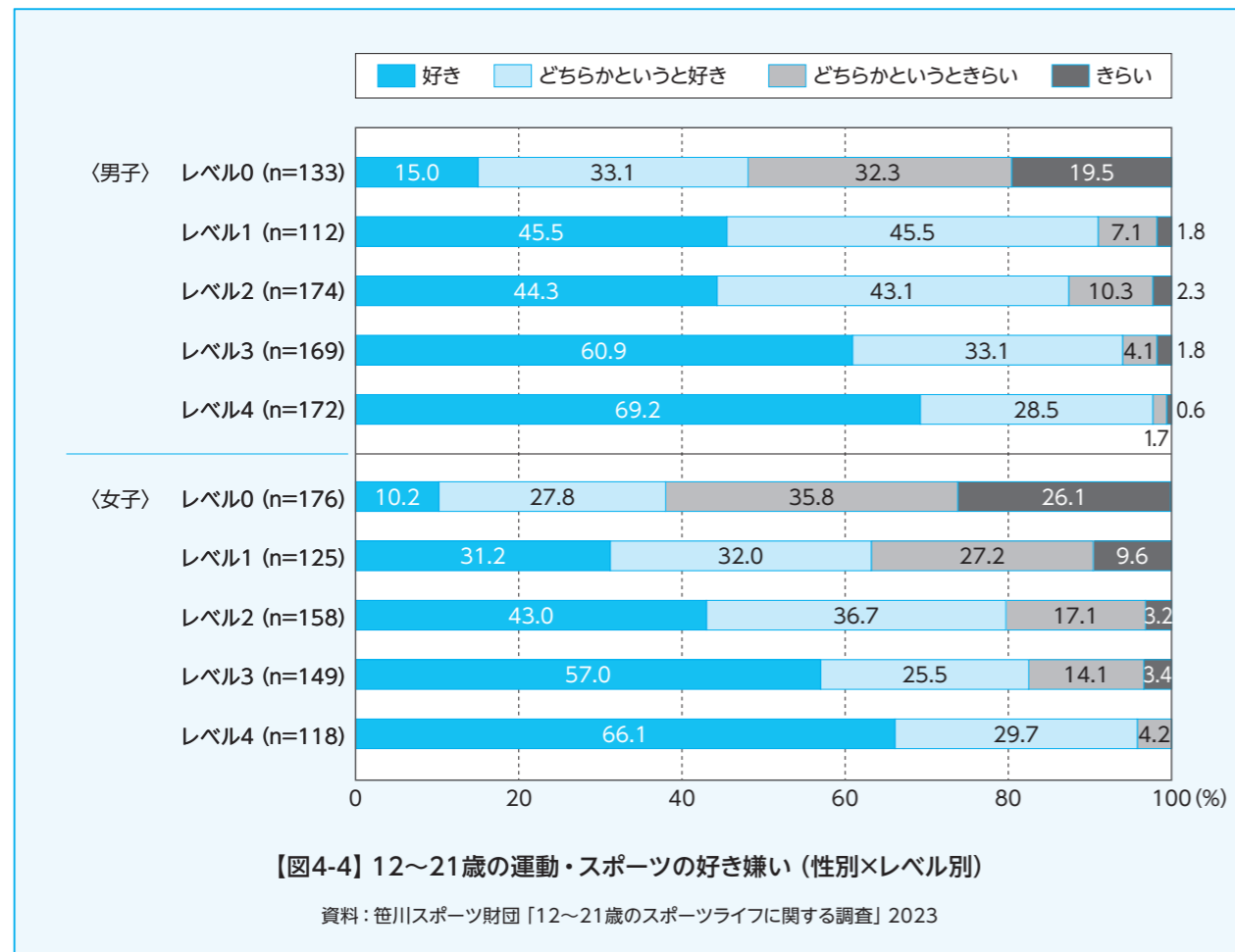
資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 4-4 12～21歳の性別・レベル別にみる運動・スポーツの好き嫌い

図4-4に12～21歳の性別・レベル別にみた運動・スポーツの好き嫌いを示した。「好き」と「どちらかというときらい」と「好き」を合わせた割合は、男子では「レベル0」48.1%、「レベル1」91.0%、「レベル2」87.4%、「レベル3」94.0%、「レベル4」97.7%であった。

女子では「レベル0」38.0%、「レベル1」63.2%、「レベル2」79.7%、「レベル3」82.5%、「レベル4」95.8%であった。4～11歳と同様、男女ともによく運動・スポーツを行っている者ほど運動・スポーツが好きと感じている。男女差をみると、すべてのレベルにおいて男子が女子を上回る。

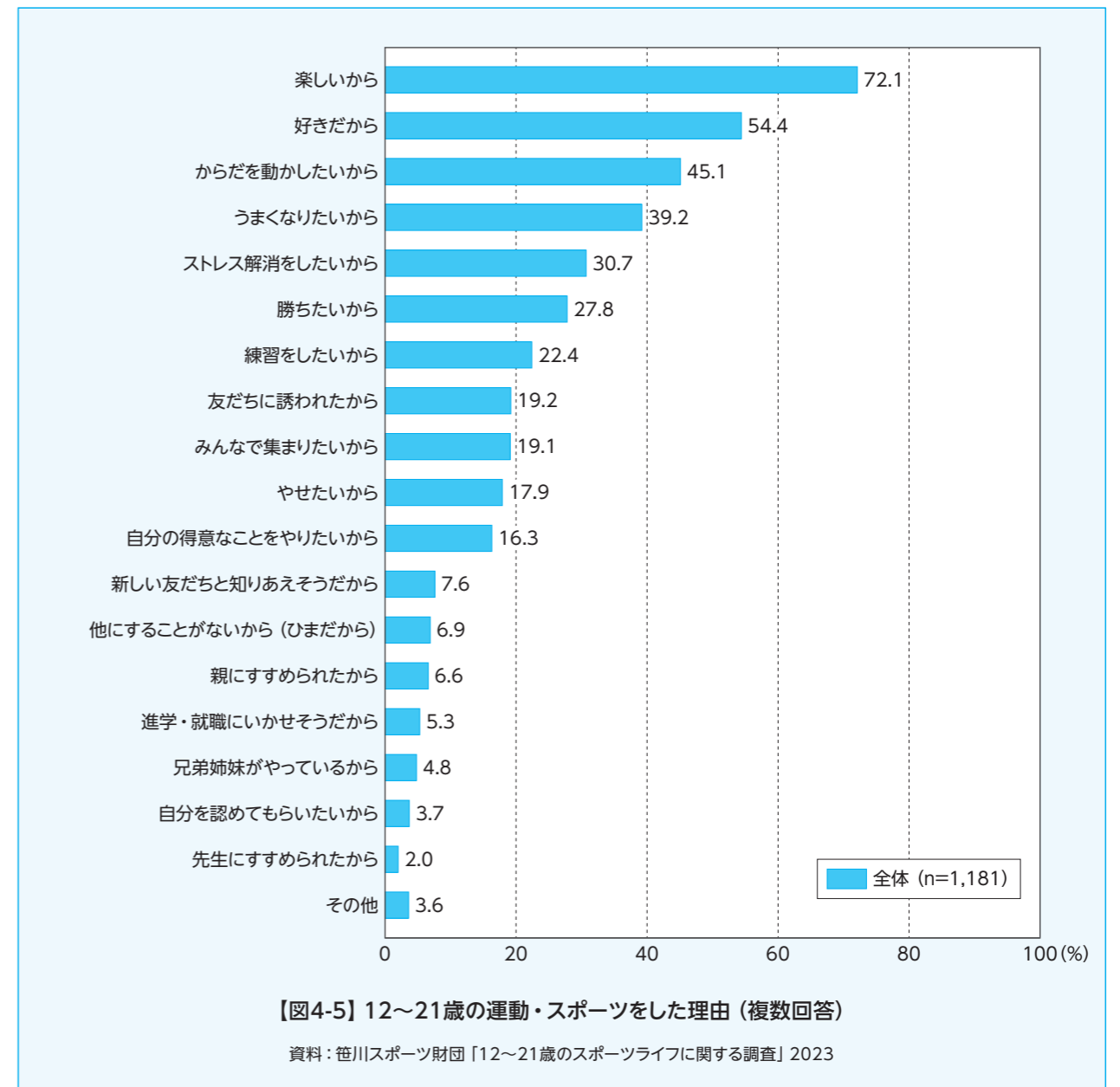
「どちらかというときらい」と「きらい」を合わせた割合は、男女ともに「レベル0」が最も高く、男子51.8%、女子61.9%と半数以上を占める。ほかのレベルでは、男子が「レベル1」8.9%、「レベル2」12.6%と1割前後、「レベル3」5.9%、「レベル4」2.3%と1割を下回る値であったが、女子は「レベル1」で36.8%と4割近い値を示し、「レベル2」20.3%、「レベル3」17.5%でも2割前後であった。「レベル4」では相対的に低く4.2%であった。



### 4-5 12～21歳の運動・スポーツをした理由

12～21歳の過去1年間に運動・スポーツ・運動あそびを行った者に、その理由を複数回答でたずね、結果を図4-5に示した。「楽しいから」72.1%が最も高く、次いで「好きだから」54.4%、「からだを動かしたいから」45.1%、「うまくなりたいから」39.2%、「ストレス解消をしたいから」30.7%、「勝ちたいから」27.8%、「練習をしたいから」22.4%であった。2021年と比較すると、

上位6位までの順位は変わらなかったが、「好きだから」は3.1ポイント(57.5%→54.4%)、「からだを動かしたいから」は5.2ポイント(50.3%→45.1%)、「ストレス解消をしたいから」は4.7ポイント(35.4%→30.7%)それぞれ減少した。全体的に微減もしくは横ばいの項目が多く、運動・スポーツをした理由には際立った経年変化はみられなかった。





### 4-6 12～21歳の性別・学校期別にみる運動・スポーツをした理由

表4-1に12～21歳の性別と学校期別にみた運動・スポーツをした理由を上位10位まで示した。男女ともに1位から4位は全体の結果と同じ「楽しいから」「好きだから」「からだを動かしたいから」「うまくなりたいたいから」であった。

性別にみると、「楽しいから」（男子74.6%、女子69.1%）「好きだから」（男子57.9%、女子50.5%）「うまくなりたいたいから」（男子42.2%、女子35.8%）「勝ちたいから」（男子31.1%、女子24.0%）の割合は男子が女子を5ポイント以上上回る。一方、「みんなで集まりたいから」は男子で7位23.2%、女子は10位圏外、「やせたいから」は女子で6位27.9%、男子は10位圏外と

なり、運動・スポーツをした理由には男女特有の理由もみられる。

学校期別にみると、いずれの学校期でも「楽しいから」が最も高く、「好きだから」が続く。「うまくなりたいたいから」は中学校期57.8%、高校期40.3%であるのに対して、大学期と勤労者では2割前後に下がる。「練習をしたいたいから」も学校期が進むにつれて割合が低下する。一方、「ストレス解消をしたいから」は学年が上がるにつれて増加し、「やせたいから」も大学期24.6%、勤労者26.5%で割合が高い。学校期が進むにつれ運動・スポーツをした理由に変化がみられる。

【表4-1】12～21歳の運動・スポーツをした理由（全体・性別・学校期別：複数回答）

全体 (n=1,181)			男子 (n=630)			女子 (n=551)		
順位	内容	%	順位	内容	%	順位	内容	%
1	楽しいから	72.1	1	楽しいから	74.6	1	楽しいから	69.1
2	好きだから	54.4	2	好きだから	57.9	2	好きだから	50.5
3	からだを動かしたいから	45.1	3	からだを動かしたいから	44.8	3	からだを動かしたいから	45.6
4	うまくなりたいたいから	39.2	4	うまくなりたいたいから	42.2	4	うまくなりたいたいから	35.8
5	ストレス解消をしたいから	30.7	5	勝ちたいから	31.1	5	ストレス解消をしたいから	32.8
6	勝ちたいから	27.8	6	ストレス解消をしたいから	28.9	6	やせたいから	27.9
7	練習をしたいたいから	22.4	7	みんなで集まりたいから	23.2	7	勝ちたいから	24.0
8	友だちに誘われたから	19.2	8	練習をしたいたいから	22.2	8	練習をしたいたいから	22.5
9	みんなで集まりたいから	19.1	9	友だちに誘われたから	19.2	9	友だちに誘われたから	19.2
10	やせたいから	17.9	10	自分の得意なことをやりたいから	17.6	10	自分の得意なことをやりたいから	14.7

中学校期 (n=408)			高校期 (n=355)			大学期 (n=289)			勤労者 (n=117)		
順位	内容	%	順位	内容	%	順位	内容	%	順位	内容	%
1	楽しいから	77.2	1	楽しいから	71.3	1	楽しいから	68.5	1	楽しいから	68.4
2	好きだから	59.6	2	好きだから	54.1	2	好きだから	52.2	2	好きだから	47.0
3	うまくなりたいたいから	57.8	3	からだを動かしたいから	46.2	3	からだを動かしたいから	47.1	3	からだを動かしたいから	45.3
4	勝ちたいから	42.4	4	うまくなりたいたいから	40.3	4	ストレス解消をしたいから	33.6	4	ストレス解消をしたいから	41.0
5	からだを動かしたいから	41.9	5	ストレス解消をしたいから	33.2	5	やせたいから	24.6	5	やせたいから	26.5
6	練習をしたいたいから	33.6	6	勝ちたいから	31.0	6	うまくなりたいたいから	21.8	6	友だちに誘われたから	20.5
7	自分の得意なことをやりたいから	25.0	7	練習をしたいたいから	23.7	7	みんなで集まりたいから	18.7	7	うまくなりたいたいから	16.2
8	ストレス解消をしたいから	23.3	8	友だちに誘われたから	19.4	8	友だちに誘われたから	17.0	8	みんなで集まりたいから	13.7
9	みんなで集まりたいから	21.1	9	みんなで集まりたいから	19.2	9	練習をしたいたいから	12.5	9	勝ちたいから	8.5
10	友だちに誘われたから	20.3	10	やせたいから	15.5	10	勝ちたいから	12.1	10	自分の得意なことをやりたいから	8.5

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 4-7 12～21歳の性別・レベル別にみる運動・スポーツをした理由

表4-2に12～21歳の性別・レベル別にみた運動・スポーツをした理由を示した。いずれの性別・レベルでも「楽しいから」が最も高く、男子では「レベル1」71.7%、「レベル2」69.0%、「レベル3」80.0%、「レベル4」76.9%であり、女子では「レベル1」60.0%、「レベル2」70.7%、「レベル3」74.0%、「レベル4」70.6%であった。男女差をみると「レベル1」で11.7ポイント、「レベル3」で6.0ポイント、「レベル4」で6.3ポイント男子が女子を上回る。

次いで、男子は「レベル1」「レベル2」では「好きだから」「からだを動かしたいから」であり、「レベル3」「レ

ベル4」では「好きだから」「うまくなりたいたいから」であった。女子は「レベル1」から「レベル3」では「好きだから」「からだを動かしたいから」が、「レベル4」では「うまくなりたいたいから」「好きだから」が続いた。レベルが高くなるほど、男女ともに「うまくなりたいたいから」「勝ちたいから」が上位にみられる。一方、レベルが低くなるほど「ストレス解消をしたいから」「友だちに誘われたから」が上位にあがる。また女子では、「やせたいから」が「レベル1」から「レベル3」で10位以内に入ったが、男子では「レベル1」にのみにおいて9位に入り、選択した割合も5.3%と低かった。

【表4-2】12～21歳の運動・スポーツをした理由（性別×レベル別：複数回答）

男子											
レベル1 (n=113)			レベル2 (n=174)			レベル3 (n=170)			レベル4 (n=173)		
順位	内容	%	順位	内容	%	順位	内容	%	順位	内容	%
1	楽しいから	71.7	1	楽しいから	69.0	1	楽しいから	80.0	1	楽しいから	76.9
2	好きだから	46.0	2	好きだから	52.9	2	好きだから	60.6	2	好きだから	68.2
3	からだを動かしたいから	36.3	3	からだを動かしたいから	47.1	3	うまくなりたいたいから	50.0	3	うまくなりたいたいから	65.3
4	友だちに誘われたから	29.2	4	うまくなりたいたいから	31.6	4	からだを動かしたいから	47.6	4	勝ちたいから	56.1
5	ストレス解消をしたいから	27.4	5	ストレス解消をしたいから	27.0	5	勝ちたいから	36.5	5	からだを動かしたいから	45.1
6	みんなで集まりたいから	23.0	6	勝ちたいから	18.4	6	ストレス解消をしたいから	33.5	6	練習をしたいたいから	38.2
7	うまくなりたいたいから	11.5	6	みんなで集まりたいから	18.4	7	練習をしたいたいから	26.5	7	みんなで集まりたいから	30.1
8	自分の得意なことをやりたいから	10.6	8	自分の得意なことをやりたいから	14.4	8	みんなで集まりたいから	21.2	8	ストレス解消をしたいから	27.2
9	やせたいから	5.3	9	友だちに誘われたから	13.8	9	自分の得意なことをやりたいから	19.4	9	自分の得意なことをやりたいから	23.7
	練習をしたいたいから	5.3	10	練習をしたいたいから	13.2	10	友だちに誘われたから	18.8	10	友だちに誘われたから	18.5

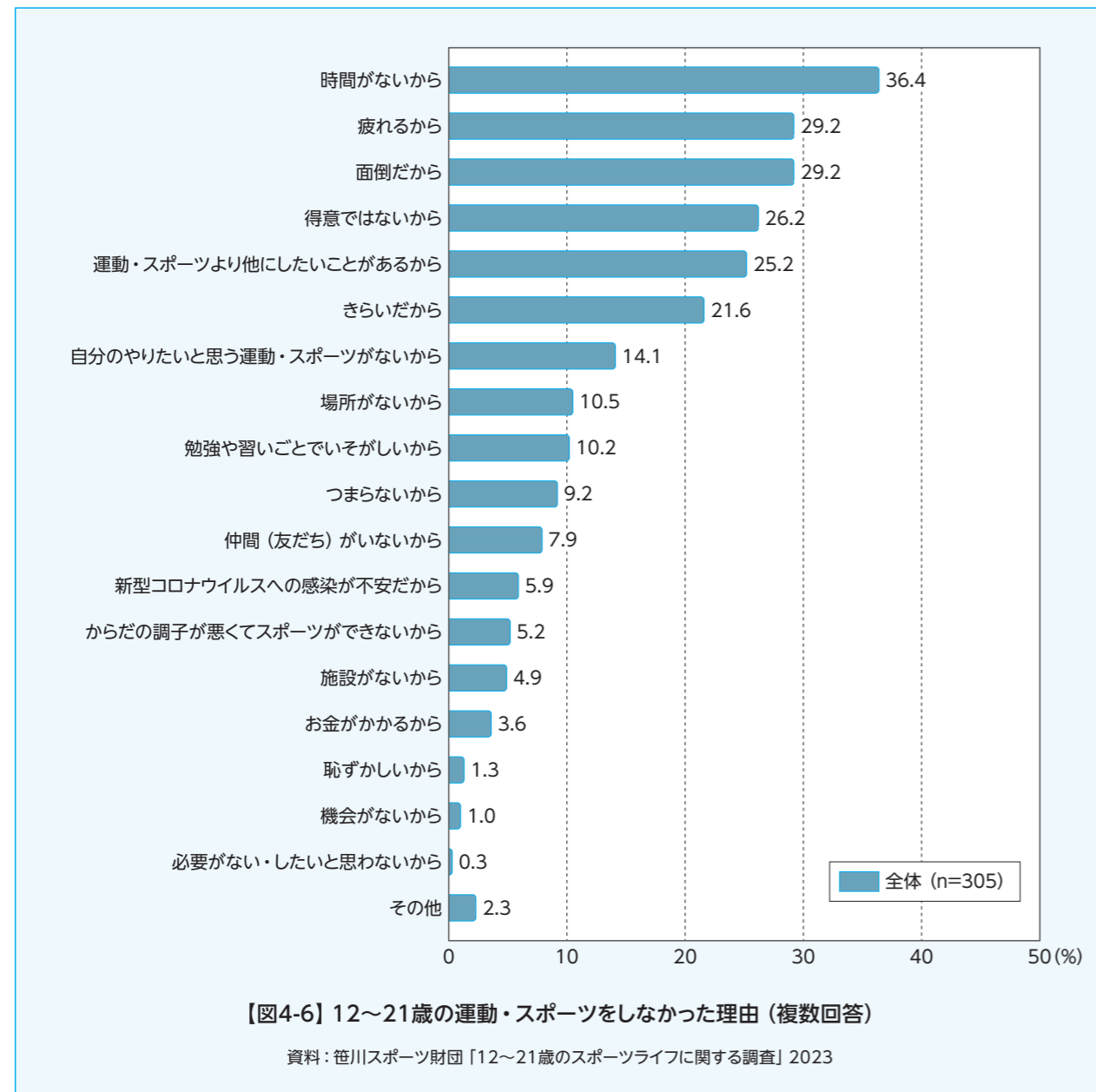
女子											
レベル1 (n=125)			レベル2 (n=157)			レベル3 (n=150)			レベル4 (n=119)		
順位	内容	%	順位	内容	%	順位	内容	%	順位	内容	%
1	楽しいから	60.0	1	楽しいから	70.7	1	楽しいから	74.0	1	楽しいから	70.6
2	好きだから	34.4	2	からだを動かしたいから	51.6	2	好きだから	53.3	2	うまくなりたいたいから	67.2
3	からだを動かしたいから	33.6	3	好きだから	49.0	3	からだを動かしたいから	49.3	3	好きだから	65.5
4	ストレス解消をしたいから	32.8	4	ストレス解消をしたいから	36.9	4	うまくなりたいたいから	45.3	4	勝ちたいから	58.0
5	友だちに誘われたから	27.2	5	やせたいから	31.2	5	ストレス解消をしたいから	36.0	5	からだを動かしたいから	45.4
	やせたいから	27.2	6	うまくなりたいたいから	24.2	6	やせたいから	34.7	6	練習をしたいたいから	40.3
7	みんなで集まりたいから	15.2	7	練習をしたいたいから	17.8	7	勝ちたいから	29.3	7	自分の得意なことをやりたいから	23.5
8	うまくなりたいたいから	8.8	8	みんなで集まりたいから	15.3	8	練習をしたいたいから	26.7	7	ストレス解消をしたいから	23.5
	親にすすめられたから	6.4	9	友だちに誘われたから	14.0	9	友だちに誘われたから	20.0	9	みんなで集まりたいから	18.5
9	他にすることがないから(ひまだから)	6.4	10	自分の得意なことをやりたいから	12.1	10	自分の得意なことをやりたいから	18.7	10	友だちに誘われたから	16.8
	練習をしたいたいから	6.4									

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 4-8 12～21歳の運動・スポーツをしなかった理由

この1年間、12～21歳の運動・スポーツ・運動あそびをしていない者に、それらをしなかった理由を複数回答でたずね、図4-6に結果を示した。全体では「時間がないから」36.4%が最も高く、次いで「疲れるから」「面倒だから」29.2%、「得意ではないから」26.2%、「運動・スポーツより他にしたいことがあるから」25.2%、「きらいだから」21.6%であった。2021年と比較すると、「疲

れるから」は4.5ポイント(24.7%→29.2%)、「面倒だから」は5.8ポイント(23.4%→29.2%)増加したのに対して、「得意ではないから」と「運動・スポーツより他にしたいことがあるから」はそれぞれ5ポイント近く減少している。また、「新型コロナウイルスへの感染が不安だから」も2021年の11.6%より5.7ポイント減少し、約半数になっている。



### 4-9 12～21歳の性別・学校期別にみる運動・スポーツをしなかった理由

表4-3に12～21歳の性別と学校期別にみた運動・スポーツをしなかった理由を示した。男女ともに「時間がないから」36.4%が最も高かった。男子では「面倒だから」22.5%と「疲れるから」20.9%が続き、女子では「疲れるから」35.2%、「面倒だから」34.1%の順であった。上位5位のうち、1位を除いた「疲れるから」「面倒だから」「得意ではないから」「運動・スポーツより他にしたいことがあるから」で女子が男子より10ポイント以上高く、性別による運動・スポーツをしなかった理由の割合に

違いが確認できる。学校期別みると、「得意ではないから」は中学校期で44.9%とほかの学校期に比べて特に高く、勤労者で12.3%と最も低かった。一方、「時間がないから」は学校期が進むにつれて割合が高くなり、大学期44.8%、勤労者53.8%でそれぞれ1位であった。大学期や勤労者になると運動・スポーツに対する苦手意識よりも「時間がないから」を理由にあげる者の割合が増える。

【表4-3】12～21歳の運動・スポーツをしなかった理由（全体・性別・学校期別：複数回答）

全体 (n=305)			男子 (n=129)			女子 (n=176)		
順位	内容	%	順位	内容	%	順位	内容	%
1	時間がないから	36.4	1	時間がないから	36.4	1	時間がないから	36.4
2	疲れるから	29.2	2	面倒だから	22.5	2	疲れるから	35.2
3	面倒だから	29.2	3	疲れるから	20.9	3	面倒だから	34.1
4	得意ではないから	26.2	4	得意ではないから	20.2	4	得意ではないから	30.7
5	運動・スポーツより他にしたいことがあるから	25.2	5	運動・スポーツより他にしたいことがあるから	18.6	5	運動・スポーツより他にしたいことがあるから	30.1
6	きらいだから	21.6	6	きらいだから	17.1	6	きらいだから	25.0
7	自分のやりたいと思う運動・スポーツがないから	14.1	7	場所がないから	10.9	7	自分のやりたいと思う運動・スポーツがないから	17.6
8	場所がないから	10.5	8	勉強や習いごとで忙しいから	10.9	8	つまらないから	10.2
9	勉強や習いごとで忙しいから	10.2	9	自分のやりたいと思う運動・スポーツがないから	9.3	9	場所がないから	10.2
10	つまらないから	9.2	10	からだの調子が悪くてスポーツができないから	7.8	10	仲間(友だち)がないから	9.7
				つまらないから	7.8		勉強や習いごとで忙しいから	9.7

中学校期 (n=49)			高校期 (n=82)			大学期 (n=96)			勤労者 (n=65)		
順位	内容	%	順位	内容	%	順位	内容	%	順位	内容	%
1	面倒だから	46.9	1	疲れるから	29.3	1	時間がないから	44.8	1	時間がないから	53.8
2	疲れるから	44.9	2	得意ではないから	29.3	2	疲れるから	28.1	2	面倒だから	21.5
3	得意ではないから	44.9	3	運動・スポーツより他にしたいことがあるから	28.0	3	運動・スポーツより他にしたいことがあるから	27.1	3	疲れるから	20.0
4	きらいだから	36.7	4	面倒だから	28.0	4	面倒だから	25.0	4	運動・スポーツより他にしたいことがあるから	18.5
5	運動・スポーツより他にしたいことがあるから	32.7	5	きらいだから	26.8	5	得意ではないから	24.0	5	きらいだから	12.3
6	時間がないから	20.4	6	時間がないから	25.6	6	自分のやりたいと思う運動・スポーツがないから	16.7	6	得意ではないから	12.3
7	つまらないから	20.4	7	自分のやりたいと思う運動・スポーツがないから	17.1	7	きらいだから	14.6	7	場所がないから	7.7
8	自分のやりたいと思う運動・スポーツがないから	18.4	8	勉強や習いごとで忙しいから	15.9	8	場所がないから	14.6	8	自分のやりたいと思う運動・スポーツがないから	6.2
9	場所がないから	14.3	9	つまらないから	8.5	9	勉強や習いごとで忙しいから	12.5	9	つまらないから	6.2
10	仲間(友だち)がないから	12.2	10	場所がないから	7.3	10	施設がないから	10.4	10	新型コロナウイルスへの感染が不安だから	4.6
							仲間(友だち)がないから	10.4			

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

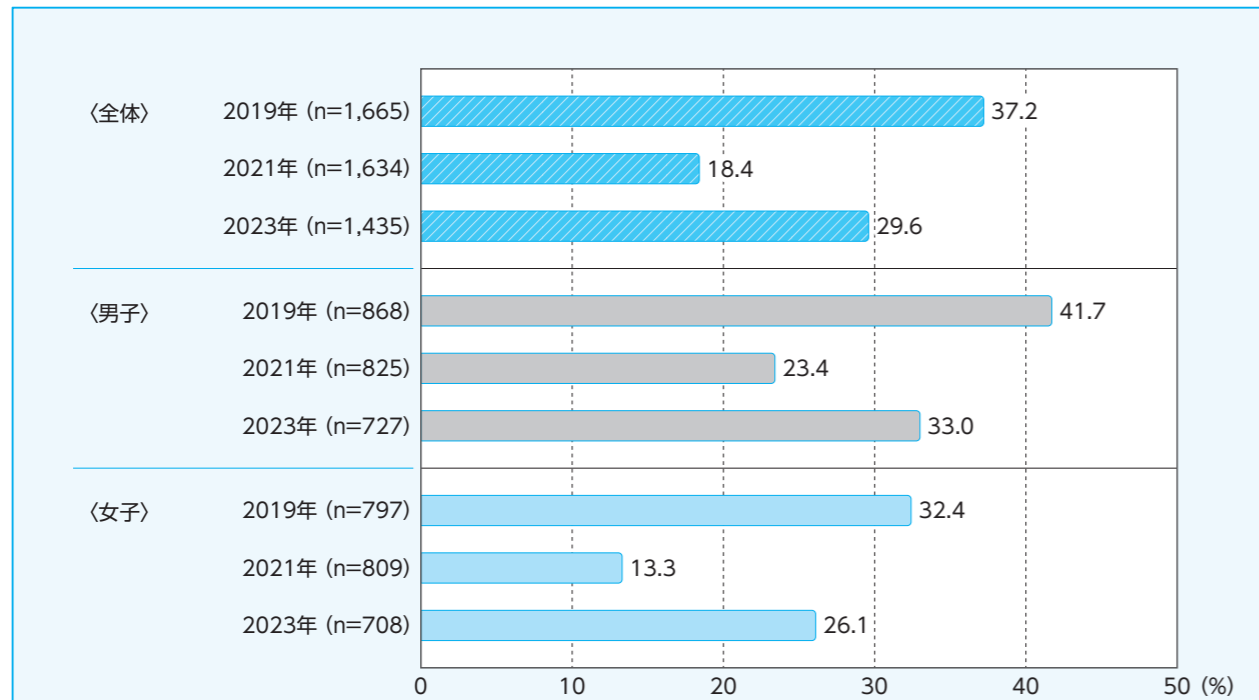
# 5 スポーツ観戦

## 5-1 直接スポーツ観戦状況

図5-1に12~21歳の直接スポーツ観戦率の年次推移を示した。過去1年間に体育館・スタジアム等へ足を運んで直接スポーツを観戦した者は、全体の29.6%であり、わが国の12~21歳の青少年の直接スポーツ観戦人口は330万人と推計できる。年次推移をみると、2021年調査の18.4%から11.2ポイント増加した。新型コロナウイルス感染症拡大により続いていた行動制限

の段階的な緩和により、直接観戦も再開が進んだとみられる。

性別にみると、男子の観戦率は33.0%、女子は26.1%であり、男子が女子を6.9ポイント上回った。2021年と比較すると、男子は9.6ポイント、女子は12.8ポイントそれぞれ増加した。



【図5-1】12~21歳の直接スポーツ観戦率の年次推移 (全体・性別)

資料：笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### COMMENTS

■ 親子で行けるスポーツ無料観戦をもっと増やしていただき、子どもが今よりスポーツに興味をもてたらいいと思いました。(13歳女子の母親)

■ プロのスポーツを子どもが生で見たら、「すごい」、「カッコいい」と思い、スポーツに興味をもつと思います。(10歳女子の父親)

資料：笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2023、「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

表5-1に示す学校期別にみると、2023年は中学校期30.9%、高校期32.4%、大学期29.5%、勤労者23.3%であり、高校期の直接観戦率が最も高かった。2021年と比較すると、中学校期は13.1ポイント、高校期は11.5ポイント、大学期は10.4ポイント、勤労者は8.9ポイントそれぞれ増加した。

表5-2には、性別・学校期別にみた直接スポーツ観戦率を示した。2023年をみると、男子は中学校期39.7%、高校期33.3%、大学期29.9%、勤労者25.8%であり、中学校期の直接観戦率が最も高かった。女子は中学校期21.8%、高校期31.6%、大学期29.1%、勤労者20.3%であり、高校期が最も高かった。男女差をみると、中学校期では男子39.7%、女子

21.8%と17.9ポイントの差、同様に勤労者では男子25.8%、女子20.3%と5.5ポイントの差がみられた。一方、高校期と大学期では男女で大きな差はみられないことから、高校期から大学期にかけては中学校期、勤労者に比べて性差が小さい。

2021年と比較すると、男子では中学校期は16.7ポイント、高校期は6.7ポイント、大学期は3.8ポイント、勤労者は11.6ポイントそれぞれ増加し、中学校期の直接観戦率はコロナ禍前の2019年の水準と同程度を示した。女子では中学校期は9.2ポイント、高校期は16.6ポイント、大学期は16.1ポイント、勤労者は5.7ポイントそれぞれ増加した。

【表5-1】12~21歳の直接スポーツ観戦率の年次推移 (学校期別)

2019年		2021年		2023年	
学校期	%	学校期	%	学校期	%
中学校期 (n=565)	35.4	中学校期 (n=494)	17.8	中学校期 (n=444)	30.9
高校期 (n=506)	41.3	高校期 (n=513)	20.9	高校期 (n=410)	32.4
大学期 (n=363)	39.1	大学期 (n=392)	19.1	大学期 (n=383)	29.5
勤労者 (n=194)	30.9	勤労者 (n=195)	14.4	勤労者 (n=176)	23.3

資料：笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

【表5-2】12~21歳の直接スポーツ観戦率の年次推移 (性別×学校期別)

男子					
2019年		2021年		2023年	
学校期	%	学校期	%	学校期	%
中学校期 (n=307)	40.4	中学校期 (n=248)	23.0	中学校期 (n=224)	39.7
高校期 (n=258)	45.3	高校期 (n=259)	26.6	高校期 (n=201)	33.3
大学期 (n=173)	44.5	大学期 (n=184)	26.1	大学期 (n=194)	29.9
勤労者 (n=107)	34.6	勤労者 (n=113)	14.2	勤労者 (n=97)	25.8

女子					
2019年		2021年		2023年	
学校期	%	学校期	%	学校期	%
中学校期 (n=258)	29.5	中学校期 (n=246)	12.6	中学校期 (n=220)	21.8
高校期 (n=248)	37.1	高校期 (n=254)	15.0	高校期 (n=209)	31.6
大学期 (n=190)	34.2	大学期 (n=208)	13.0	大学期 (n=189)	29.1
勤労者 (n=87)	26.4	勤労者 (n=82)	14.6	勤労者 (n=79)	20.3

資料：笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

## 5-2 直接観戦したスポーツ

表5-3に12~21歳の直接観戦したスポーツを示した。全体では「プロ野球 (NPB)」の観戦率が10.9%と最も高く、次いで「高校野球」4.9%、「Jリーグ (J1、J2、J3)」4.5%、「サッカー (高校、大学、JFLなど)」3.2%、「プロバスケットボール (Bリーグ)」2.7%であった。

性別にみると、男女ともに「プロ野球 (NPB)」(男子12.5%、女子9.2%)の観戦率が最も高かった。以下、男子では「Jリーグ (J1、J2、J3)」7.0%、「高校野球」5.1%、「サッカー (高校、大学、JFLなど)」3.7%、「プロバスケットボール (Bリーグ)」2.9%が続いた。女子では「高校野球」4.7%、「バレーボール (高校、大学、Vリーグなど)」3.4%、「サッカー (高校、大学、JFLな

ど)」2.7%、「プロバスケットボール (Bリーグ)」2.5%が続いた。

学校期別にみると、高校期を除いて「プロ野球 (NPB)」の観戦率が最も高く、中学校期11.3%、大学期13.8%、勤労者13.1%であった。高校期では「高校野球」の観戦率が10.2%で最も高かった。

全体として野球の割合が高いが、そのほか、男子ではサッカー、女子ではバレーボールの観戦率がそれぞれ高い。また、高校期ではバスケットボールの割合の高さが目立つ。直接観戦する種目においては、男女や学校期によって人気や注目の度合いが異なる。

【表5-3】12~21歳の直接観戦したスポーツ (全体・性別・学校期別：複数回答)

順位	種目	全体 (n=1,435)	男子 (n=727)	女子 (n=708)	中学校期 (n=444)	高校期 (n=410)	大学期 (n=383)	勤労者 (n=176)
1	プロ野球 (NPB)	10.9	12.5	9.2	11.3	7.3	13.8	13.1
2	高校野球	4.9	5.1	4.7	2.0	10.2	3.9	2.3
3	Jリーグ (J1、J2、J3)	4.5	7.0	2.0	5.4	4.1	5.5	1.7
4	サッカー (高校、大学、JFLなど)	3.2	3.7	2.7	2.7	4.9	2.9	1.1
5	プロバスケットボール (Bリーグ)	2.7	2.9	2.5	3.8	2.0	2.9	1.7
6	バレーボール (高校、大学、Vリーグなど)	2.4	1.5	3.4	2.5	3.7	1.6	1.7
7	バスケットボール (高校、大学、Wリーグなど)	2.1	2.6	1.6	0.9	5.1	0.8	1.1
8	アマチュア野球 (大学、社会人など)	1.4	1.9	0.8	2.0	0.2	1.8	1.7
9	マラソン・駅伝	1.3	1.7	0.8	1.8	1.2	1.0	0.6
10	サッカー日本代表試合 (五輪代表を含む)	1.0	1.5	0.6	0.9	1.7	1.0	0.0
	直接みたことはない	70.4	67.0	73.9	69.1	67.6	70.5	76.7

資料：笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### COMMENTS

- プロスポーツの観戦に行きたいが、遠くて、チケットが高くてなかなか行けない。 (14歳女子の母親)
- お休みの日に子どもが楽しく参加できるような地域のスポーツイベントがあれば参加したいので、イベントの開催を望んでいます。 (5歳男子の母親)
- BMXの乗り場をもうけてほしいです。以前 (上の兄の時) は、危ないとばかりに注意され、乗る場を失われ、乗る機会を奪われ、乗る気持ちを失ってしまった。スケートボードの乗り場はあるので、BMXも考えてほしいです。 (7歳男子の母親)

資料：笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2023、「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

## 5-3 テレビやスマートフォンなどのメディアによるスポーツ観戦状況

図5-2に12~21歳のテレビやスマートフォンなどのメディアによるスポーツ観戦率の年次推移を示した。2023年をみると、過去1年間にテレビやスマートフォンでスポーツを観戦した者は全体の71.7%であり、わが国の12~21歳のテレビやスマートフォンなどによるスポーツ観戦人口は799万人と推計される。

年次推移をみると、2021年にメディアによる観戦率は低下したが、2023年は6.7ポイント増加し、2019年と同程度の水準を示した。

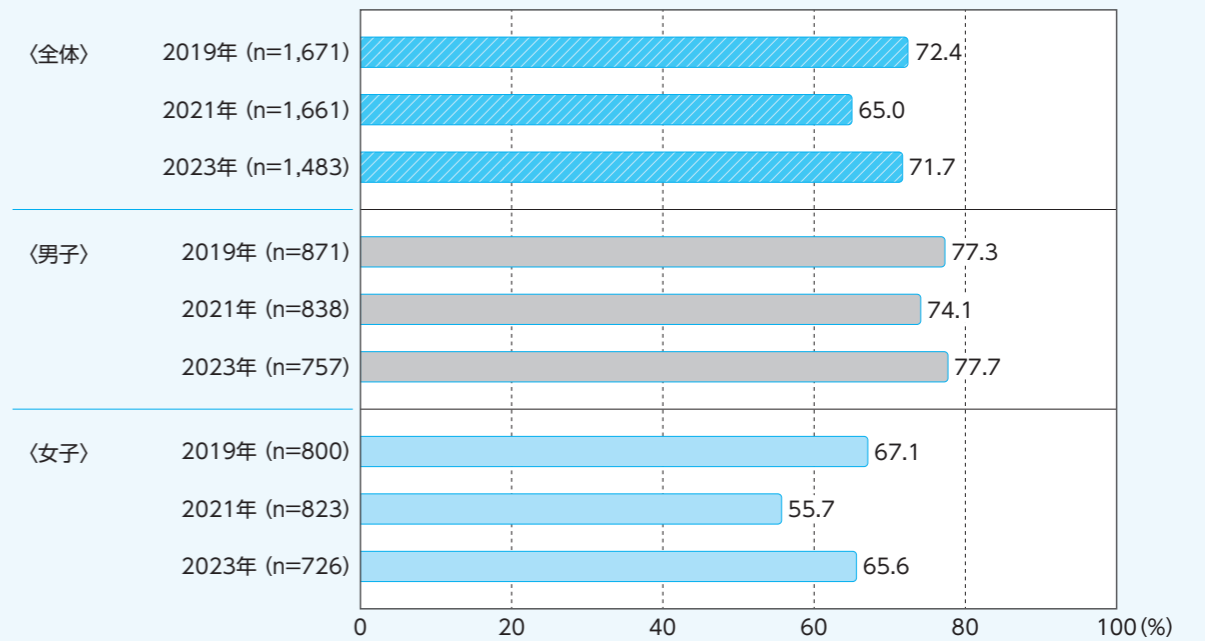
性別にみると、2023年のメディアによる観戦率は男子77.7%、女子65.6%であった。直接観戦率と同様にメディアによる観戦率も男子のほうが高く、女子を12.1ポイント上回った。2021年と比較すると男子は3.6ポイント、女子は9.9ポイントそれぞれ増加した。

図5-3に示す運動・スポーツ実施レベル別にみると「レベル0」49.5%、「レベル1」70.6%、「レベル2」

75.5%、「レベル3」79.6%、「レベル4」83.4%で、実施レベルが上がるほど観戦率は高かった。実施レベルが高い人ほど競技やプロスポーツへの関心も高い様子が見えがえる。

図5-4に示す学校期別にみると、2023年のメディアによるスポーツ観戦率は中学校期70.7%、高校期75.1%、大学期76.4%、勤労者58.0%であった。2021年と比較すると、中学校期では3.8ポイント、高校期では9.7ポイント、大学期では8.5ポイント、勤労者では4.4ポイントそれぞれ増加した。

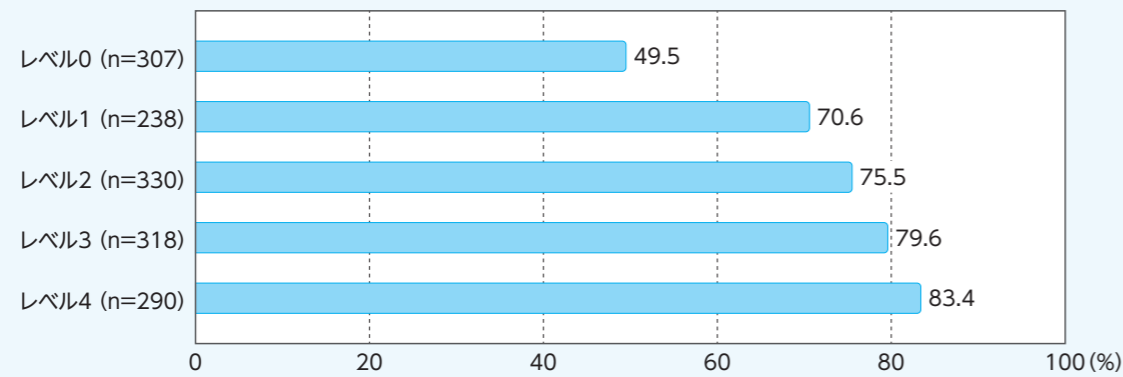
性別、学校期別ともにメディアによる観戦率の回復には、コロナ禍で中止されていたスポーツ興行の再開による放映数の増加が背景にあると考えられる。このほか、動画サービスのオンデマンド化による見逃し配信などによって視聴機会が増えたことも、観戦率が増加する一因となった可能性がある。



【図5-2】12~21歳のテレビやスマートフォンなどのメディアによるスポーツ観戦率の年次推移 (全体・性別)

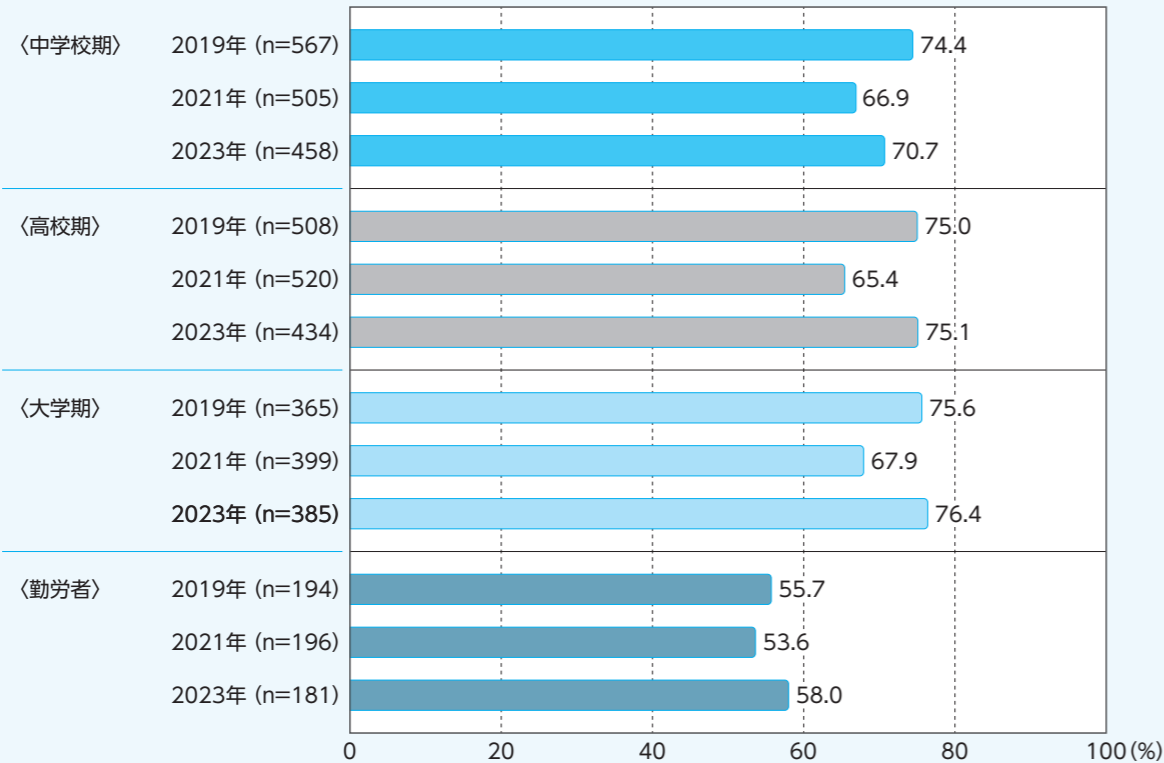
注) メディア：テレビ・スマートフォン・パソコン・タブレットなどによる視聴を含む。

資料：笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023



【図5-3】12～21歳のテレビやスマートフォンなどのメディアによるスポーツ観戦率（レベル別）

注) メディア：テレビ・スマートフォン・パソコン・タブレットなどによる視聴を含む。  
資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023



【図5-4】12～21歳のテレビやスマートフォンなどのメディアによるスポーツ観戦率の年次推移（学校期別）

注) メディア：テレビ・スマートフォン・パソコン・タブレットなどによる視聴を含む。  
資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 5-4 テレビやスマートフォンなどのメディアで観戦したスポーツ

表5-4に12～21歳が過去1年間にテレビやスマートフォンなどのメディアで観戦したスポーツを示した。全体では「プロ野球 (NPB)」が44.3%と最も高く、次いで「サッカー日本代表試合 (五輪代表を含む)」36.6%、「メジャーリーグ (アメリカ大リーグ)」23.8%、「高校野球」22.6%、「マラソン・駅伝」17.0%であった。

性別にみると、男女ともに「プロ野球 (NPB)」が最も高く、次いで「サッカー日本代表試合 (五輪代表を含む)」であった。以下、男子は「メジャーリーグ (アメリカ大リーグ)」30.9%、「高校野球」24.6%、「Jリーグ (J1、J2、J3)」19.7%が続く。女子は「高校野球」20.5%、「マラソン・駅伝」18.0%、「メジャーリーグ (アメリカ大リーグ)」16.4%が続いた。多くの種目で観戦率は男子のほうが高く、「みたことはない」は女子のほうが10ポイント以上高いが、全体の上位10種目のうち「マラソン・駅伝」、「バレーボール男子日本代表試合 (龍神NIPPON)」、「フィギュアスケート」の観戦率は女子のほうが高かった。

表5-5には、12～21歳の過去1年間におけるテレビやスマートフォンなどのメディアによる観戦率が高かった上位10種目を学校期別に示した。いずれの学校期においても「プロ野球 (NPB)」が最も高く、中学校期43.7%、

高校期43.5%、大学期48.6%、勤労者38.7%であった。同じくいずれの学校期も2位は「サッカー日本代表試合 (五輪代表を含む)」であり、中学校期35.2%、高校期37.6%、大学期42.3%、勤労者28.2%であった。3位は「メジャーリーグ (アメリカ大リーグ)」と「高校野球」で、学校期によって異なるものの種目は共通して野球が続く。また「メジャーリーグ (アメリカ大リーグ)」と「高校野球」はいずれの学校期でも2割前後を占めており、「プロ野球 (NPB)」を筆頭に野球がメディアで観戦する種目として堅調な人気を示している。

5位以下は学校期によって種目が異なるが、なかでも近年注目を集める「eスポーツ」は、大学期9.4%、勤労者7.7%と大学期と勤労者では上位10種目に入った。また「格闘技 (ボクシング・総合格闘技など)」は勤労者13.8%と学校期別で唯一6位にランクインした。なお、上位10種目には入らなかったが、大学期でも7.8%と比較的に観戦率は高く、特に青年層において注目されている様子がうかがえる。一方、「マラソン・駅伝」は中学校期から大学期にかけて5位に入ったが、勤労者では同率9位まで順位を下げている。大学期と勤労者の9位には同率の種目が複数あり、学校期が上がるにつれて観戦種目は散らばる傾向がみられる。

【表5-4】12～21歳のテレビやスマートフォンなどのメディアで観戦したスポーツ (全体・性別：複数回答) (%)

順位	種目	全体 (n=1,483)	男子 (n=757)	女子 (n=726)
1	プロ野球 (NPB)	44.3	50.6	37.7
2	サッカー日本代表試合 (五輪代表を含む)	36.6	42.0	31.0
3	メジャーリーグ (アメリカ大リーグ)	23.8	30.9	16.4
4	高校野球	22.6	24.6	20.5
5	マラソン・駅伝	17.0	16.0	18.0
6	Jリーグ (J1、J2、J3)	13.8	19.7	7.6
7	海外のプロサッカー (ヨーロッパ、南米など)	13.0	19.4	6.3
8	プロバスケットボール (Bリーグ)	9.5	11.0	8.0
9	バレーボール男子日本代表試合 (龍神NIPPON)	9.4	8.5	10.5
10	フィギュアスケート	9.1	4.8	13.6
	みたことはない	28.3	22.3	34.4

注) メディア：テレビ・スマートフォン・パソコン・タブレットなどによる視聴を含む。  
資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

【表5-5】12～21歳のテレビやスマートフォンなどのメディアで観戦したスポーツ（学校期別：複数回答）

中学校期 (n=458)			高校期 (n=434)		
順位	種目名	%	順位	種目名	%
1	プロ野球 (NPB)	43.7	1	プロ野球 (NPB)	43.5
2	サッカー-日本代表試合 (五輪代表を含む)	35.2	2	サッカー-日本代表試合 (五輪代表を含む)	37.6
3	メジャーリーグ (アメリカ大リーグ)	24.7	3	メジャーリーグ (アメリカ大リーグ)	24.4
4	高校野球	21.8	4	高校野球	22.4
5	マラソン・駅伝	18.1	5	マラソン・駅伝	19.4
6	Jリーグ (J1、J2、J3)	13.8	6	海外のプロサッカー (ヨーロッパ、南米など)	14.3
7	卓球 (Tリーグ)	10.9	7	プロバスケットボール (Bリーグ)	13.4
8	プロバスケットボール (Bリーグ)	10.3	8	Jリーグ (J1、J2、J3)	12.7
9	フィギュアスケート	9.6	9	バレーボール男子日本代表試合 (龍神NIPPON)	11.5
10	海外のプロサッカー (ヨーロッパ、南米など)	9.4	10	海外のプロバスケットボール (NBAなど)	11.1

大学期 (n=385)			勤労者 (n=181)		
順位	種目名	%	順位	種目名	%
1	プロ野球 (NPB)	48.6	1	プロ野球 (NPB)	38.7
2	サッカー-日本代表試合 (五輪代表を含む)	42.3	2	サッカー-日本代表試合 (五輪代表を含む)	28.2
3	高校野球	25.5	3	高校野球	19.9
4	メジャーリーグ (アメリカ大リーグ)	24.7	4	メジャーリーグ (アメリカ大リーグ)	18.2
5	マラソン・駅伝	17.7	5	Jリーグ (J1、J2、J3)	14.4
6	海外のプロサッカー (ヨーロッパ、南米など)	16.1	6	格闘技 (ボクシング、総合格闘技など)	13.8
7	Jリーグ (J1、J2、J3)	15.1	7	海外のプロサッカー (ヨーロッパ、南米など)	11.0
8	サッカー (高校、大学、JFLなど)	10.1	8	バレーボール男子日本代表試合 (龍神NIPPON)	9.4
9	バレーボール男子日本代表試合 (龍神NIPPON)	9.4	9	海外のプロバスケットボール (NBAなど)	7.7
	フィギュアスケート	9.4		バレーボール女子日本代表試合 (火の鳥NIPPON)	7.7
	eスポーツ	9.4		マラソン・駅伝	7.7
				eスポーツ	7.7

注) メディア：テレビ・スマートフォン・パソコン・タブレットなどによる視聴を含む。

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

COMMENTS

■ 公園でボールあそびがしやすい環境が欲しいです。何をするにも費用がかかるため、体験などいろんなスポーツにふれあい、何が好きなのか考えられる機会が多いと嬉しいです。できるだけ、いろいろなスポーツをテレビでみたり、体験できたりする機会をもつようにしています。  
(4歳男子の母親)

■ 今の子どもは携帯やゲームの時間が長く、身体を動かす時間が少なく感じるので、身体を動かす大切さを教えています。  
(10歳女子の母親)

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023

6 好きなスポーツ選手

6-1 好きなスポーツ選手

12～21歳を対象に、好きなスポーツ選手1人の名前とその種目をたずねた。12～21歳全体の47.2%にあたる705人からの回答が得られた。回答は多岐にわたり、272人の選手名があげられた。

表6-1に示す2023年調査の結果をみると、1位は「大谷翔平」22.3%であり、次いで「三笥薫」3.1%、「リオネル メッシ」2.7%、「石川祐希」2.3%、「羽生結弦」2.0%であった。上位10位までの種目の内訳をみると、野球・バスケットボールがそれぞれ3人、サッカー・バレーボール各2人、フィギュアスケート・バドミントン・卓球各1人であり、さまざまな種目の選手の名前があがった。

「大谷翔平」は2019年と2021年に引き続き1位で、2023年調査では22.3%と突出し、2位以下を大きく引

き離れた。2023年3月のワールド・ベースボール・クラシック (WBC) における3大会ぶり3回目となる日本代表の優勝への貢献や、メジャーリーグ (アメリカ大リーグ) ロサンゼルス・エンゼルスでの投打にわたる活躍などが調査結果に反映されたと考えられる。

「三笥薫」は2019年と2021年にはランクインしていなかったが、2023年は2位とはじめて上位に入った。ほかにも「リオネル メッシ」は2021年の10位から3位へ、「石川祐希」は2021年の9位から4位へと順位を上げ、2023年調査では上位選手の顔ぶれに大きな変化がみられた。世界の舞台で目覚ましい活躍をした選手がランクインする傾向にある。

【表6-1】12～21歳の好きなスポーツ選手の年次推移

2019年 (n=906)			2021年 (n=839)			2023年 (n=705)		
順位	選手名	%	順位	選手名	%	順位	選手名	%
1	大谷 翔平 (野球)	6.0	1	大谷 翔平 (野球)	13.0	1	大谷 翔平 (野球)	22.3
2	羽生 結弦 (フィギュアスケート)	5.5	2	羽生 結弦 (フィギュアスケート)	3.6	2	三笥 薫 (サッカー)	3.1
3	大坂 なおみ (テニス)	5.4	3	大坂 なおみ (テニス)	3.2	3	リオネル メッシ (サッカー)	2.7
4	錦織 圭 (テニス)	4.3	4	錦織 圭 (テニス)	2.7	4	石川 祐希 (バレーボール)	2.3
5	イチロー (野球)	3.3	5	桃田 賢斗 (バドミントン)	2.6	5	羽生 結弦 (フィギュアスケート)	2.0
6	八村 塁 (バスケットボール)	2.2	6	池江 璃花子 (水泳)	2.0	6	八村 塁 (バスケットボール)	1.7
7	坂本 勇人 (野球)	2.0		坂本 勇人 (野球)	2.0	7	桃田 賢斗 (バドミントン)	1.6
8	久保 建英 (サッカー)	1.8	8	八村 塁 (バスケットボール)	1.9	8	高橋 藍 (バレーボール)	1.4
	リオネル メッシ (サッカー)	1.8	9	石川 祐希 (バレーボール)	1.8	9	イチロー (野球)	1.3
10	石川 祐希 (バレーボール)	1.2	10	リオネル メッシ (サッカー)	1.7	10	河村 勇輝 (バスケットボール)	1.1
	宇野 昌磨 (フィギュアスケート)	1.2					丹羽 孝希 (卓球)	1.1
	サニブラウン アブデル ハキーム (陸上競技)	1.2					ステフィン カリー (バスケットボール)	1.1
						ラーズ ニートバー (野球)	1.1	

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

## 6-2 性別にみる好きなスポーツ選手

表6-2に性別にみた好きなスポーツ選手を示した。男女ともに1位は「大谷翔平」であり、男子20.5%、女子25.2%であった。次いで、男子は2位「リオネル メッシ」4.4%、3位「三笥薫」3.4%、4位「八村塁」2.3%、5位「イチロー」「ステフィン カリー」1.8%であり、女子は2位「羽生結弦」4.8%、3位「石川祐希」3.7%、4位「池江璃花子」「高橋藍」「三笥薫」「ラズ ノートバー」2.6%であった。

上位10位までの種目の内訳をみると、男子では野球が4人、サッカーが3人、バスケットボールが2人、バドミ

ントン・バレーボール・卓球がそれぞれ1人であった。女子では、野球・バレーボールがそれぞれ2人、フィギュアスケート・水泳・サッカー・テニス・バスケットボール・バドミントンがいずれも1人であり、男子より人気の種目が分散している。

男子では上位10位以内に上がったアスリートすべてが同性であり、女子では同性のアスリートが2人、異性のアスリートが8人であった。また、男子では3人、女子では1人の外国人選手が上位10位以内にランクインしている。

【表6-2】12～21歳の好きなスポーツ選手（性別）

男子 (n=435)			女子 (n=270)		
順位	選手名	%	順位	選手名	%
1	大谷 翔平 (野球)	20.5	1	大谷 翔平 (野球)	25.2
2	リオネル メッシ (サッカー)	4.4	2	羽生 結弦 (フィギュアスケート)	4.8
3	三笥 薫 (サッカー)	3.4	3	石川 祐希 (バレーボール)	3.7
4	八村 塁 (バスケットボール)	2.3	4	池江 璃花子 (水泳)	2.6
5	イチロー (野球)	1.8		高橋 藍 (バレーボール)	2.6
	ステフィン カリー (バスケットボール)	1.8		三笥 薫 (サッカー)	2.6
7	桃田 賢斗 (バドミントン)	1.6		ラズ ノートバー (野球)	2.6
	キリアン エムバペ (サッカー)	1.6	8	大坂 なおみ (テニス)	2.2
9	石川 祐希 (バレーボール)	1.4		河村 勇輝 (バスケットボール)	2.2
	岡本 和真 (野球)	1.4	10	桃田 賢斗 (バドミントン)	1.5
	丹羽 孝希 (卓球)	1.4			
	山田 哲人 (野球)	1.4			

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### COMMENTS

- オリンピック選手などと触れあえて技術や精神面の指導や交流があると楽しめると思う。 (15歳女子の母親)
- 運動するための身体作りとしてスポーツ栄養に関わる本を読んだり、インターネットで調べたりして毎日の食事作りの参考にしています。ソフトボールチームに所属しているので、送迎の際や試合の際に指導者陣やチームメイトの親御さんたちとコミュニケーションをとり、子どもがチームで楽しめるように、ソフトボールを楽しめるように心がけています。 (8歳女子の母親)
- 有名な選手を招いたコミュニケーションのとれる講習会があったらいいと思う。 (16歳女子の父親)

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

## 6-3 学校期別にみる好きなスポーツ選手

表6-3には学校期別にみた好きなスポーツ選手を示した。すべての学校期において「大谷翔平」が圧倒的な人気で1位となり、中学校期19.1%、高校期22.0%、大学期24.5%、勤労者22.6%と2位以下を大きく引き離している。

2位以降には、中学校期は「石川祐希」「三笥薫」「リオネル メッシ」、高校期は「三笥薫」「桃田賢斗」「八村塁」「ステフィン カリー」、大学期は「羽生結弦」「リオネル メッシ」「三笥薫」、勤労者は「石川祐希」「三笥薫」「リオネル メッシ」などがランクインした。

【表6-3】12～21歳の好きなスポーツ選手（学校期別）

中学校期 (n=199)			高校期 (n=205)			
順位	選手名	%	順位	選手名	%	
1	大谷 翔平 (野球)	19.1	1	大谷 翔平 (野球)	22.0	
2	石川 祐希 (バレーボール)	3.5	2	三笥 薫 (サッカー)	3.4	
	三笥 薫 (サッカー)	3.5		桃田 賢斗 (バドミントン)	3.4	
4	リオネル メッシ (サッカー)	2.5	4	八村 塁 (バスケットボール)	2.4	
5	池江 璃花子 (水泳)	2.0	4	ステフィン カリー (バスケットボール)	2.4	
	八村 塁 (バスケットボール)	2.0		6	河村 勇輝 (バスケットボール)	2.0
	羽生 結弦 (フィギュアスケート)	2.0	6	リオネル メッシ (サッカー)	2.0	
	水谷 隼 (卓球)	2.0		8	高橋 藍 (バレーボール)	1.5
	山田 哲人 (野球)	2.0		ダルビッシュ 有 (野球)	1.5	
キリアン エムバペ (サッカー)	2.0	8	富樫 勇樹 (バスケットボール)	1.5		
			8	羽生 結弦 (フィギュアスケート)	1.5	
				キリアン エムバペ (サッカー)	1.5	
				ラズ ノートバー (野球)	1.5	

大学期 (n=208)			勤労者 (n=84)			
順位	選手名	%	順位	選手名	%	
1	大谷 翔平 (野球)	24.5	1	大谷 翔平 (野球)	22.6	
2	羽生 結弦 (フィギュアスケート)	2.9	2	石川 祐希 (バレーボール)	4.8	
	リオネル メッシ (サッカー)	2.9	3	三笥 薫 (サッカー)	3.6	
4	三笥 薫 (サッカー)	2.4		3	リオネル メッシ (サッカー)	3.6
5	石川 祐希 (バレーボール)	1.9	5	岸本 隆一 (バスケットボール)	2.4	
	イチロー (野球)	1.9		村上 宗隆 (野球)	2.4	
	高橋 藍 (バレーボール)	1.9		桃田 賢斗 (バドミントン)	2.4	
8	池江 璃花子 (水泳)	1.4	5	柳田 悠岐 (野球)	2.4	
	岡本 和真 (野球)	1.4		9*	會澤 翼 (野球)	1.2
	八村 塁 (バスケットボール)	1.4		朝倉 未来 (総合格闘技)	1.2	
	ラズ ノートバー (野球)	1.4		石川 佳純 (卓球)	1.2	

※同率選手ほか44名

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

# 7 習いごと

## 7-1 習いごとの実施率

図7-1に4～11歳の習いごとの実施率の年次推移を性別に示した。全体をみると、2023年調査では現在習いごとをしている4～11歳は72.6%であった。年次推移をみると、2019年71.0%、2021年71.2%、2023年72.6%と微増となった。

性別にみると、2023年調査では男子73.2%、女子72.1%であり、習いごとの実施率にほとんど差はみられない。年次推移をみると、男子では2019年69.9%、2021年68.8%と微減したが、2023年は73.2%と2021

年から4.4ポイント増加した。一方、女子では2019年72.3%、2021年73.7%とわずかに増加したが、2023年は72.1%と2021年から1.6ポイント減少し、2019年の水準と同程度を示した。

男女差をみると、2019年と2021年は男子より女子の実施率が高く、2019年は2.4ポイント、2021年は4.9ポイント女子が上回っていた。一方、2023年は男子が女子を1.1ポイント上回った。

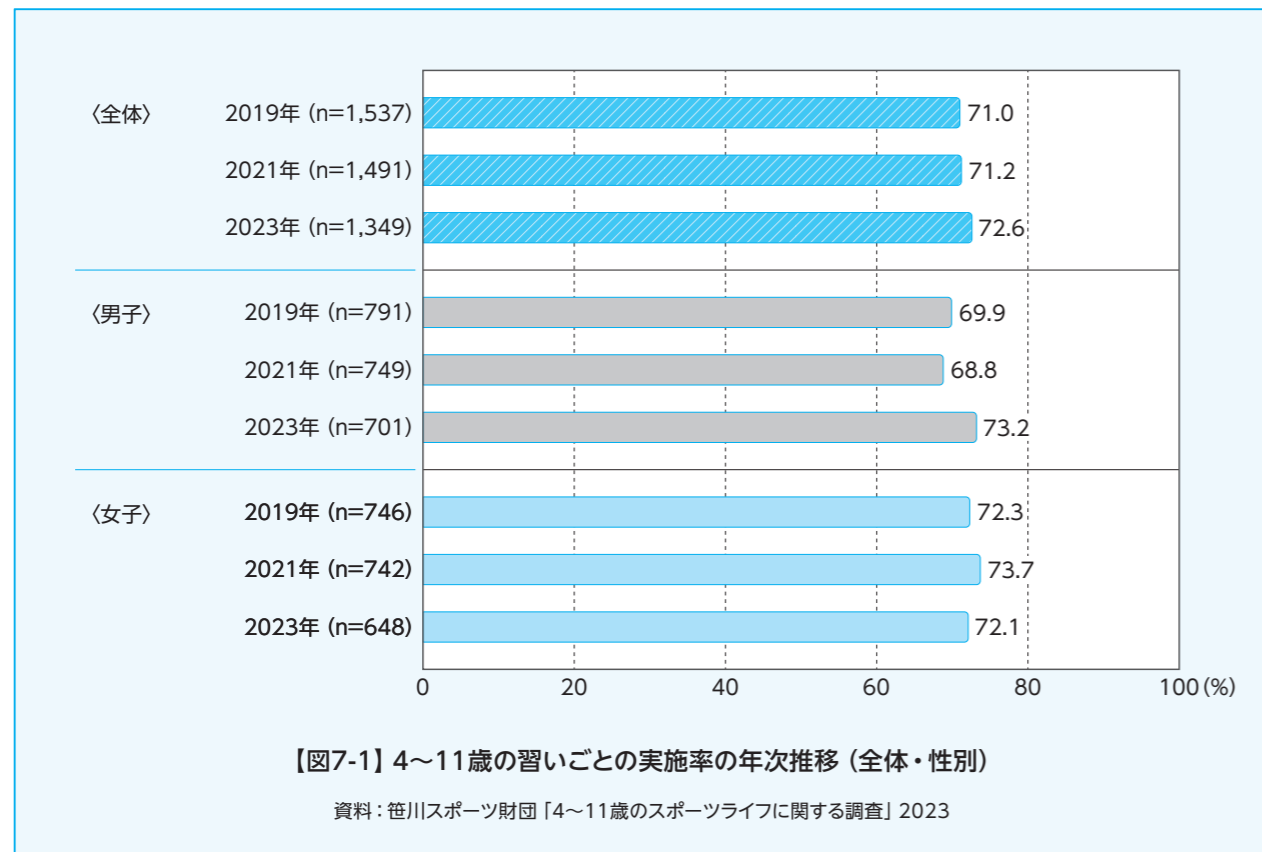
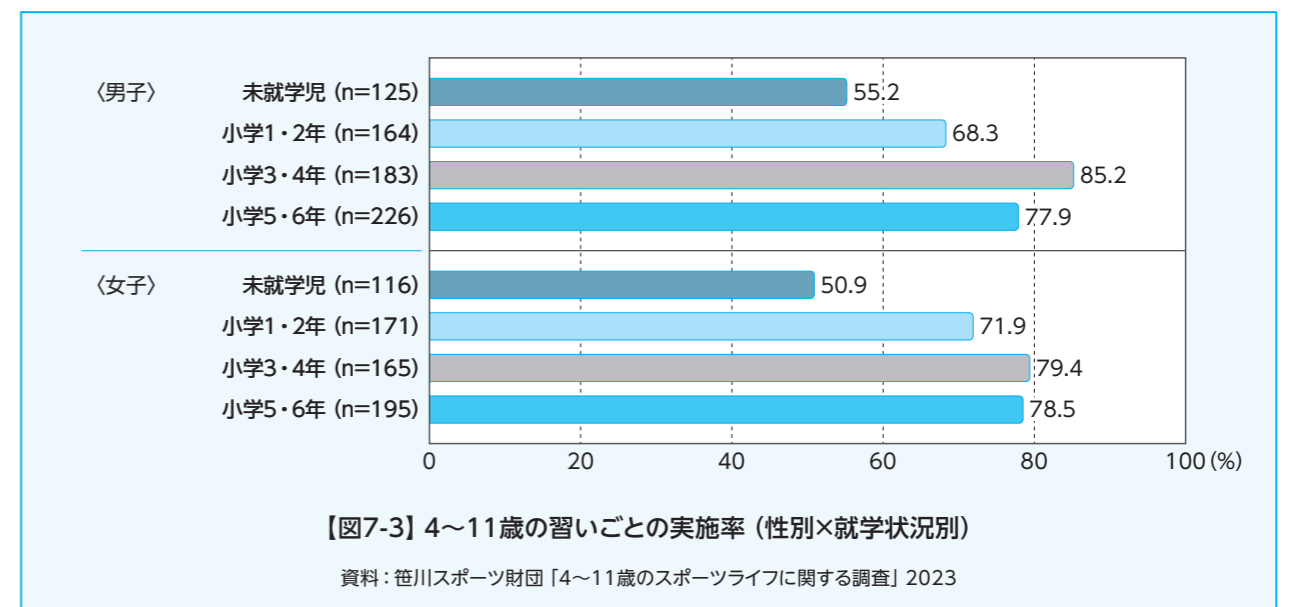
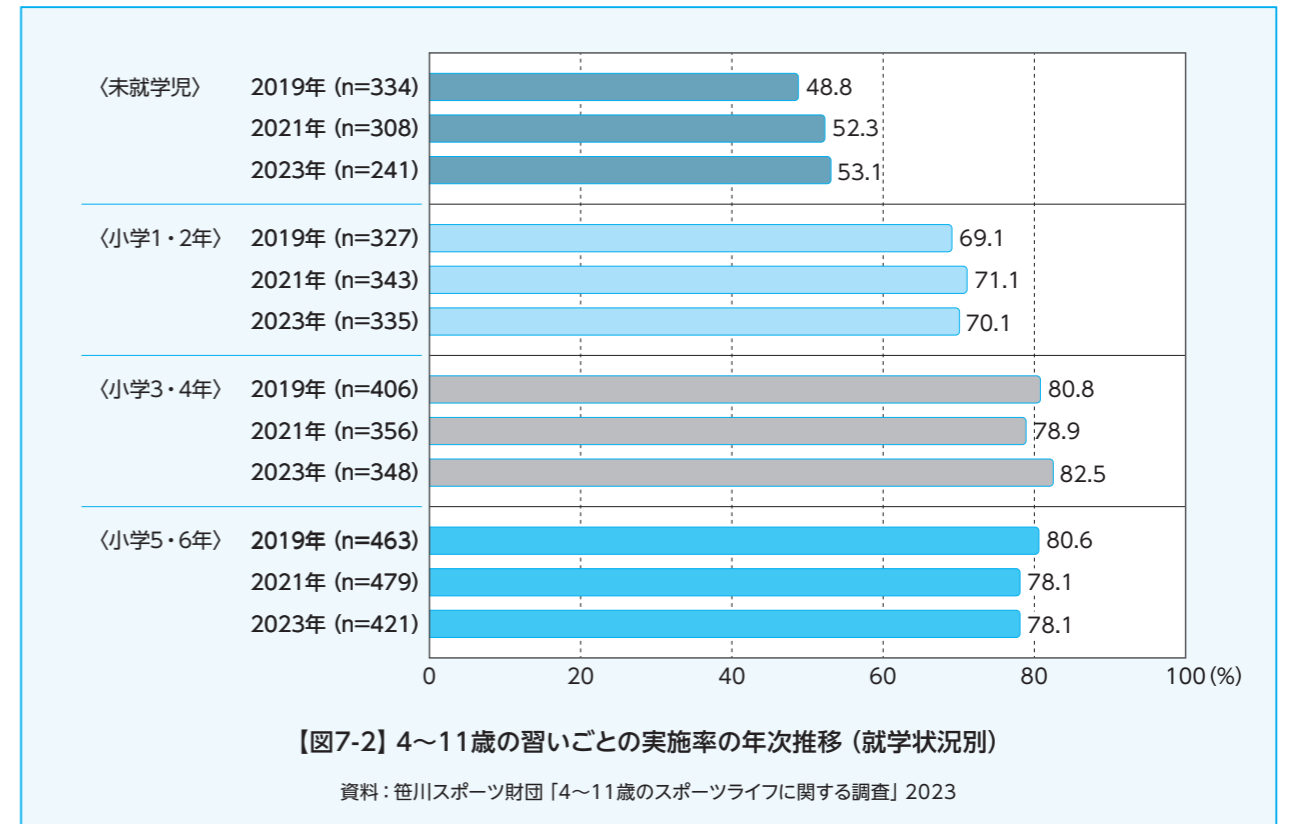


図7-2に4～11歳の習いごとの実施率の年次推移を就学状況別に示した。2023年では未就学児53.1%、小学1・2年70.1%、小学3・4年82.5%、小学5・6年78.1%であった。2021年と比較すると、未就学児は0.8ポイント、小学3・4年は3.6ポイントの増加がみられたが、小学1・2年では1.0ポイント減少した。小学5・6年に変化はなかった。

図7-3に4～11歳の習いごとの実施率を性別・就学

状況別に示した。男子は未就学児55.2%、小学1・2年68.3%、小学3・4年85.2%、小学5・6年77.9%、女子は未就学児50.9%、小学1・2年71.9%、小学3・4年79.4%、小学5・6年78.5%であり、男女ともに小学生の習いごとの実施率は未就学児に比べて高い。未就学児と小学3・4年は男子、小学1・2年と小学5・6年は女子のほうが実施率は高い。





## 7-2 習いごとの内容

表7-1には4~11歳の習いごとの内容の年次推移を示した。2023年の結果をみると、全体では「水泳(スイミング)」が23.7%で最も高く、次いで「学習塾」18.3%、「ピアノ」14.3%、「英会話」13.1%、「サッカー」9.4%であった。スポーツ系の習いごとは、「水泳(スイミング)」「サッカー」のほか、「体操」8.7%、「ダンス(ヒップホップダンス・ジャズダンスなど)」5.6%などがあげられ、上位15種目のうち過半数の10種目がスポーツ系の習いごとであった。

年次推移をみると「水泳(スイミング)」は調査を開始した2010年から2023年にかけて継続して1位であった。2位から4位は、2019年以降「学習塾」「ピアノ」「英会話」で、実施率にも大きな変化はみられない。2023

年調査では「サッカー」が順位を上げて5位に入った。上位15位以内に占めるスポーツ系の習いごとの種目数をみると、2019年は10種目であったが、2021年は9種目に減少し、2023年に再び10種目となった。2021年では14位であった「通信学習」が2023年では上位15種目圏外となり、「バドミントン」が14位にランクインした。

また、スポーツ系種目の年次推移をみると、「体操」は2019年6.2%、2021年6.9%、2023年8.7%と2019年に比べて2.5ポイント増加、「ダンス(ヒップホップダンス・ジャズダンスなど)」は2019年4.6%、2021年5.0%、2023年5.6%と2019年に比べて1.0ポイント増加した。一方、「テニス」は2019年3.3%、2021年2.5%、2023年2.1%と過去4年間で1.2ポイント減少した。

【表7-1】4~11歳の習いごとの内容の年次推移(複数回答)

2019年 (n=1,537)			2021年 (n=1,491)			2023年 (n=1,349)		
順位	種目	実施率 (%)	順位	種目	実施率 (%)	順位	種目	実施率 (%)
1	水泳(スイミング)	24.1	1	水泳(スイミング)	23.9	1	水泳(スイミング)	23.7
2	学習塾	17.6	2	学習塾	17.8	2	学習塾	18.3
3	ピアノ	14.2	3	ピアノ	15.4	3	ピアノ	14.3
4	英会話	11.9	4	英会話	14.7	4	英会話	13.1
5	習字	10.0	5	習字	9.5	5	サッカー	9.4
6	サッカー	8.8	6	サッカー	8.7	6	習字	9.0
7	体操	6.2	7	体操	6.9	7	体操	8.7
8	そろばん	4.6	8	ダンス(ヒップホップダンス・ジャズダンスなど)	5.0	8	ダンス(ヒップホップダンス・ジャズダンスなど)	5.6
	ダンス(ヒップホップダンス・ジャズダンスなど)	4.6	9	そろばん	4.9	9	そろばん	4.1
10	テニス	3.3	10	バスケットボール	2.9	10	バスケットボール	3.5
11	空手	3.2		野球	2.9	11	空手	2.9
12	バスケットボール	3.1	12	空手	2.8	12	野球	2.4
	野球	3.1	13	テニス	2.5	13	テニス	2.1
14	バレエ	2.2	14	通信学習	2.3	14	バドミントン	1.7
15	陸上競技	1.8		バレエ	2.3	14	バレエ	1.7

■ はスポーツ系の習いごと

資料：笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2023

## 7-3 性別・就学状況別にみる習いごとの内容

表7-2には4~11歳の性別・就学状況別の習いごとの内容を示した。男子では「水泳(スイミング)」が未就学児24.0%、小学1・2年32.3%、小学3・4年36.1%といずれも1位であるが、小学5・6年では「学習塾」28.3%が1位となる。「サッカー」はいずれの学年でも上位にあがり、未就学児から小学生年代の男子に人気の習いごとである。女子ではいずれの学年でも「ピアノ」と「水泳(スイミング)」が上位に入っているが、未就学児では「体操」17.2%、小学5・6年では男子と同様に「学習塾」26.7%が1位となる。

男子は小学生になると上位に「水泳(スイミング)」のほか、「サッカー」「バスケットボール」といった球技系種目がランクインするようになる。一方、女子の未就学児では上位5種目にスポーツ系の習いごとが3種目含まれているが、小学生になると「ピアノ」「学習塾」「英会話」「習字」といった芸術・学習系の習いごとの実施率が高くなる。小学3・4年以上になると上位5種目に入っているスポーツ系の習いごとは「水泳(スイミング)」の1種目のみであった。

【表7-2】4~11歳の習いごとの内容(性別×就学状況別：複数回答)

男子											
未就学児 (n=125)			小学1・2年 (n=164)			小学3・4年 (n=183)			小学5・6年 (n=226)		
順位	種目	実施率 (%)	順位	種目	実施率 (%)	順位	種目	実施率 (%)	順位	種目	実施率 (%)
1	水泳(スイミング)	24.0	1	水泳(スイミング)	32.3	1	水泳(スイミング)	36.1	1	学習塾	28.3
2	英会話	16.8	2	サッカー	14.0	2	学習塾	19.7	2	サッカー	23.9
3	体操	15.2	3	学習塾	12.8	3	サッカー	13.7	3	水泳(スイミング)	16.4
4	サッカー	9.6		体操	12.8	4	習字	12.6	4	英会話	15.0
4	ピアノ	9.6	5	英会話	11.6	5	英会話	10.4	5	野球	8.4
6	学習塾	6.4	6	ピアノ	7.3	6	バスケットボール	9.3	6	習字	7.1
7	テニス	2.4	7	習字	5.5	7	空手	8.7	7	プログラミング	4.9
8	空手	1.6	8	空手	3.7	8	体操	5.5	8	バスケットボール	4.4
	通信学習	1.6	9	剣道	2.4	9	そろばん	4.9		ピアノ	4.4
8	ドラム	1.6	9	そろばん	2.4	9	ピアノ	4.9	10	テニス	4.0
				バスケットボール	2.4						

女子											
未就学児 (n=116)			小学1・2年 (n=171)			小学3・4年 (n=156)			小学5・6年 (n=195)		
順位	種目	実施率 (%)	順位	種目	実施率 (%)	順位	種目	実施率 (%)	順位	種目	実施率 (%)
1	体操	17.2	1	水泳(スイミング)	31.0	1	ピアノ	30.9	1	学習塾	26.7
2	ピアノ	16.4	2	ピアノ	25.1	2	水泳(スイミング)	25.5	2	ピアノ	19.0
3	水泳(スイミング)	14.7	3	学習塾	16.4	3	学習塾	19.4	3	英会話	16.9
4	ダンス(ヒップホップダンス・ジャズダンスなど)	6.9	4	ダンス(ヒップホップダンス・ジャズダンスなど)	12.3	4	習字	16.4	4	習字	15.9
5	英会話	6.0	5	英会話	10.5	5	英会話	15.8	5	水泳(スイミング)	11.3
6	学習塾	5.2	6	体操	9.4	6	ダンス(ヒップホップダンス・ジャズダンスなど)	12.7	6	ダンス(ヒップホップダンス・ジャズダンスなど)	9.2
7	サッカー	4.3	7	習字	6.4	7	そろばん	9.7	7	そろばん	5.1
8	習字	3.4	8	バレエ	3.5	8	体操	8.5	7	体操	5.1
9	絵画	2.6	9	そろばん	2.3	9	バスケットボール	4.8	9	テニス	3.6
10	そろばん	1.7		チアリーディング・チアダンス	2.3	9	バレエ	4.8	10	バスケットボール	3.1
10	バレエ	1.7							10	バドミントン	3.1
										バレエ	3.1

■ はスポーツ系の習いごと

資料：笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2023

# 8 スポーツボランティア

## 8-1 スポーツボランティア実施状況

12～21歳を対象に、過去1年間に運動・スポーツ活動の手伝いや世話など、スポーツ活動をささえるボランティア活動（スポーツボランティア）を行ったことがあるかたずねた。図8-1にスポーツボランティア実施率の年次推移を示した。2023年調査では「ある」と回答した者は全体の11.2%であり、わが国の12～21歳のスポーツボランティア人口は125万人と推計できる。年次推移をみると、2015年の16.6%をピークに減少し、2021

年にはスポーツボランティアの調査開始以降最も低い9.9%となったが、2023年は1.3ポイント増加し11.2%となった。新型コロナウイルス感染症の拡大による活動制限が解除され、スポーツボランティアの活動機会であるスポーツ大会やイベントが再開し、実施率も増加したと予想される。

図8-2には性別にみたスポーツボランティア実施率の年次推移を示した。2023年のスポーツボランティア実

施率は男子が12.4%、女子が9.9%であり男子が女子を2.5ポイント上回る。2019年からの推移をみると、男子は実施率の減少傾向が続いており、女子はコロナ禍以前に近い水準を示した。

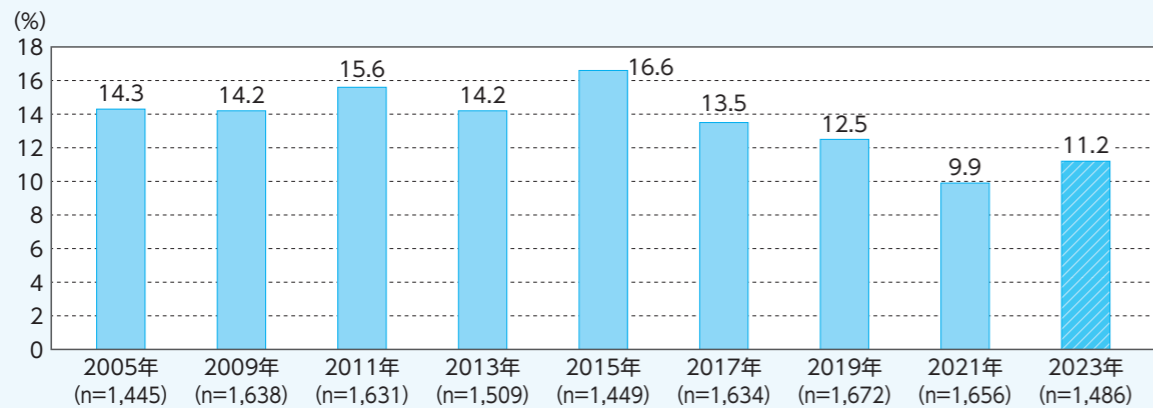
図8-3に学校期別にみたスポーツボランティア実施率の年次推移を示した。2023年のスポーツボランティア実施率は大学期が12.4%と最も高く、次いで高校期12.2%、中学校期11.4%、勤労者6.6%であった。2021年と比較すると、中学校期は0.3ポイント、高校期は0.6ポイント、大学期は3.4ポイント、勤労者は0.5ポイント増加し、大学期で実施率の増加が最も大きかった。

図8-4には性別・学校期別にみたスポーツボランティア実施率の年次推移を示した。2023年をみると、男子では大学期が13.8%と最も高く、次いで高校期13.0%、中学校期12.4%、勤労者8.9%であった。女子では高校期の実施率が11.4%と最も高く、大学期10.9%、中学校期10.2%、勤労者3.7%と続いた。2021年と比較すると、男子では大学期で3.7ポイント、

勤労者で1.8ポイント、女子では高校期で4.0ポイント、中学校期で3.9ポイント、大学期で2.8ポイントの実施率の増加がみられた。一方、減少がみられたのは男子では中学校期3.6ポイントと高校期2.6ポイント、女子では中学校期3.6ポイントと高校期2.6ポイント、女子では勤労者が1.1ポイントであり、男子中学校期の減少が最も大きかった。

スポーツボランティア実施率の男女差をみると、2023年調査では中学校期2.2ポイント、高校期1.6ポイント、大学期2.9ポイント、勤労者5.2ポイント、それぞれ男子が女子を上回り、特に勤労者での男女差が目立った。勤労者においては男子の実施率は増加傾向にあるが、女子では減少傾向が続いており、差が徐々に大きくなっている。

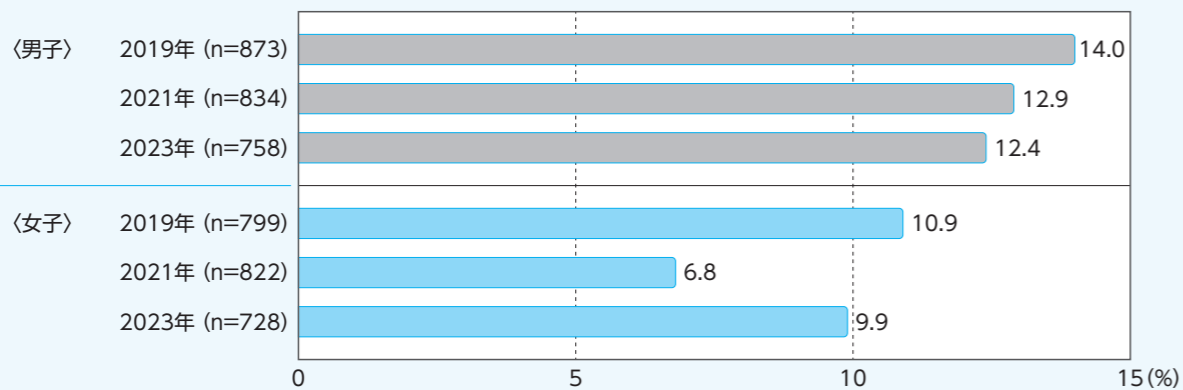
図8-5に示す運動・スポーツ実施レベル別にみると「レベル0」1.6%、「レベル1」6.3%、「レベル2」11.7%、「レベル3」14.1%、「レベル4」21.4%であり、レベルが高いほどスポーツボランティア実施率も高くなる。



【図8-1】12～21歳のスポーツボランティア実施率の年次推移

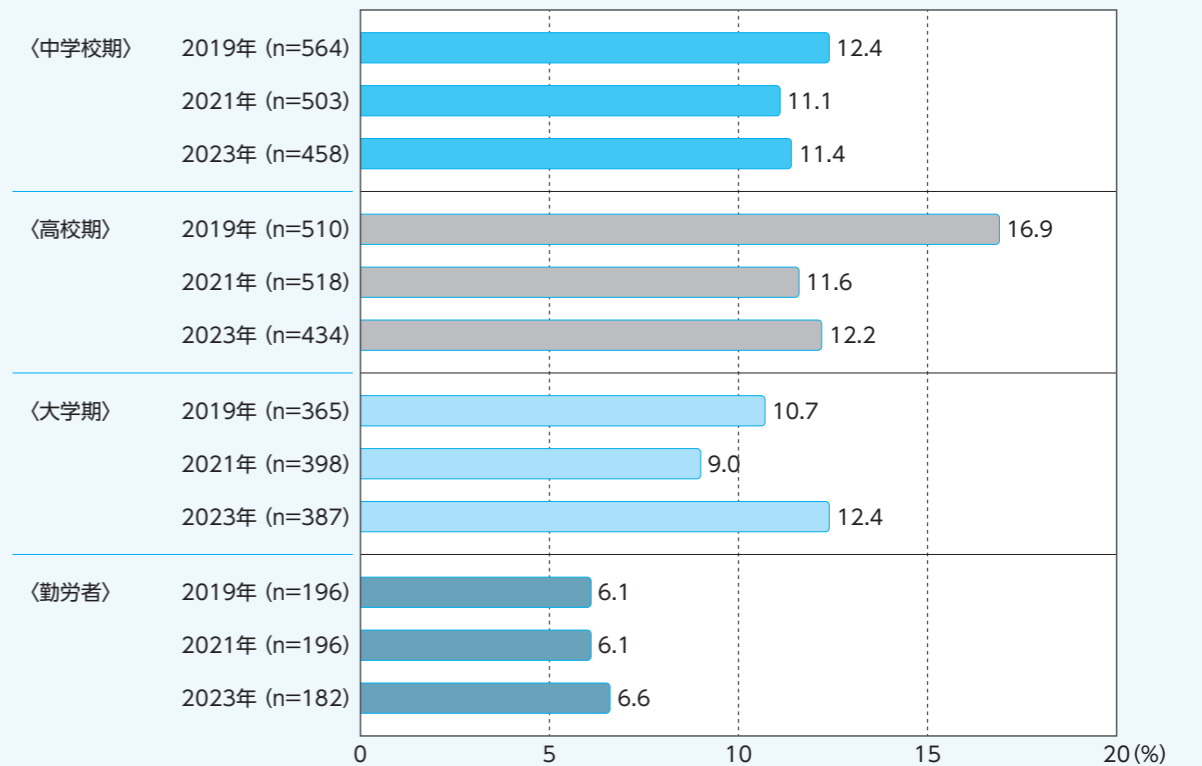
注) 2005年～2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の12～19歳を分析対象とした。

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023



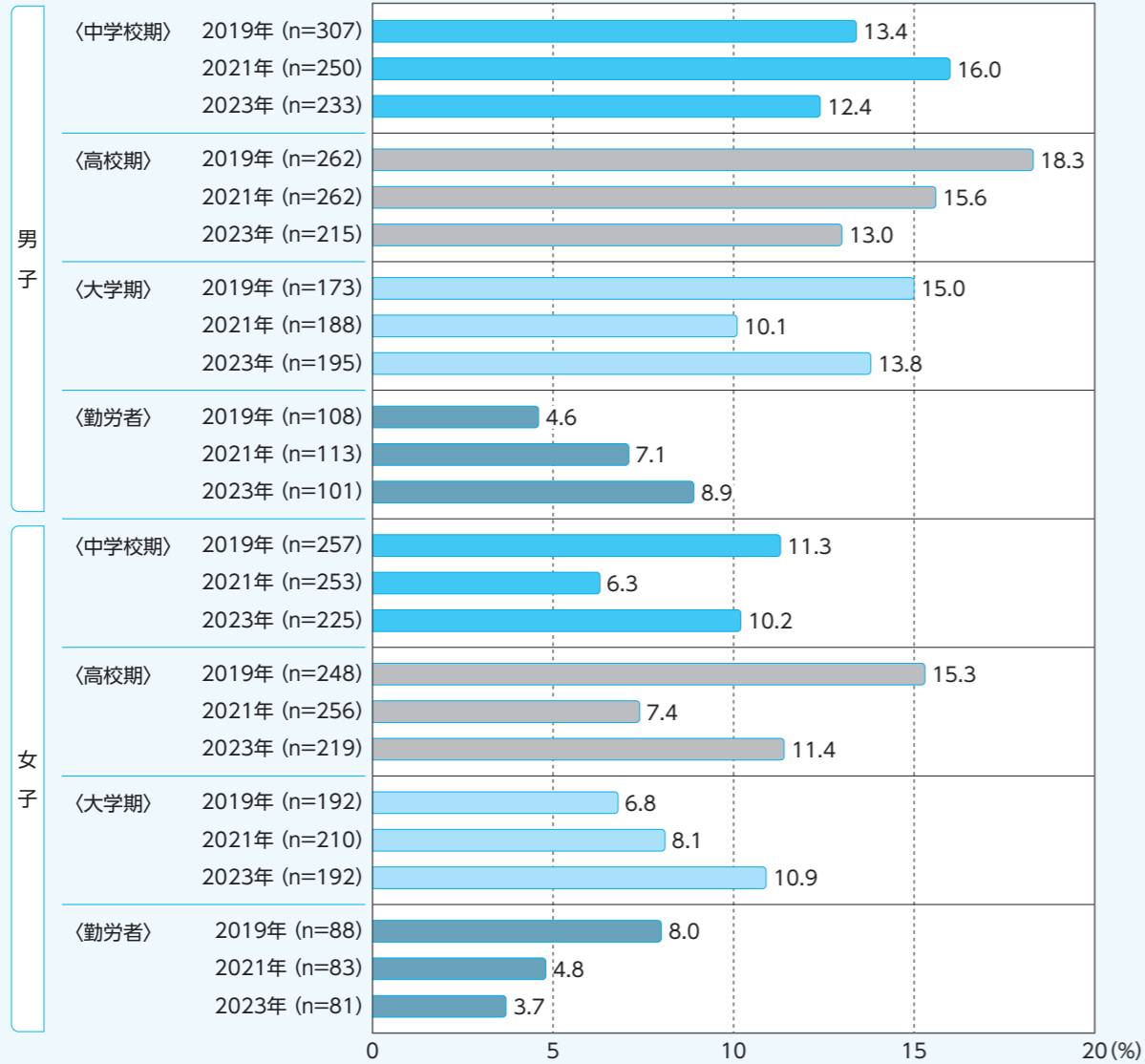
【図8-2】12～21歳のスポーツボランティア実施率の年次推移（性別）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023



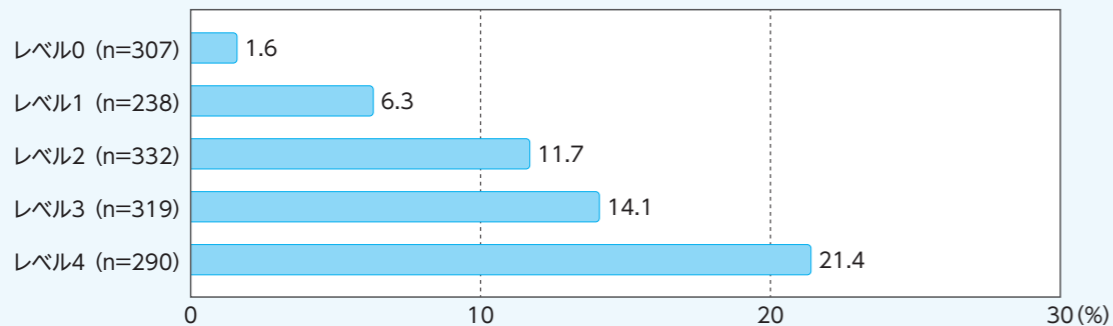
【図8-3】12～21歳のスポーツボランティア実施率の年次推移（学校期別）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023



【図8-4】12～21歳のスポーツボランティア実施率の年次推移（性別×学校期別）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023



【図8-5】12～21歳のスポーツボランティア実施率（レベル別）

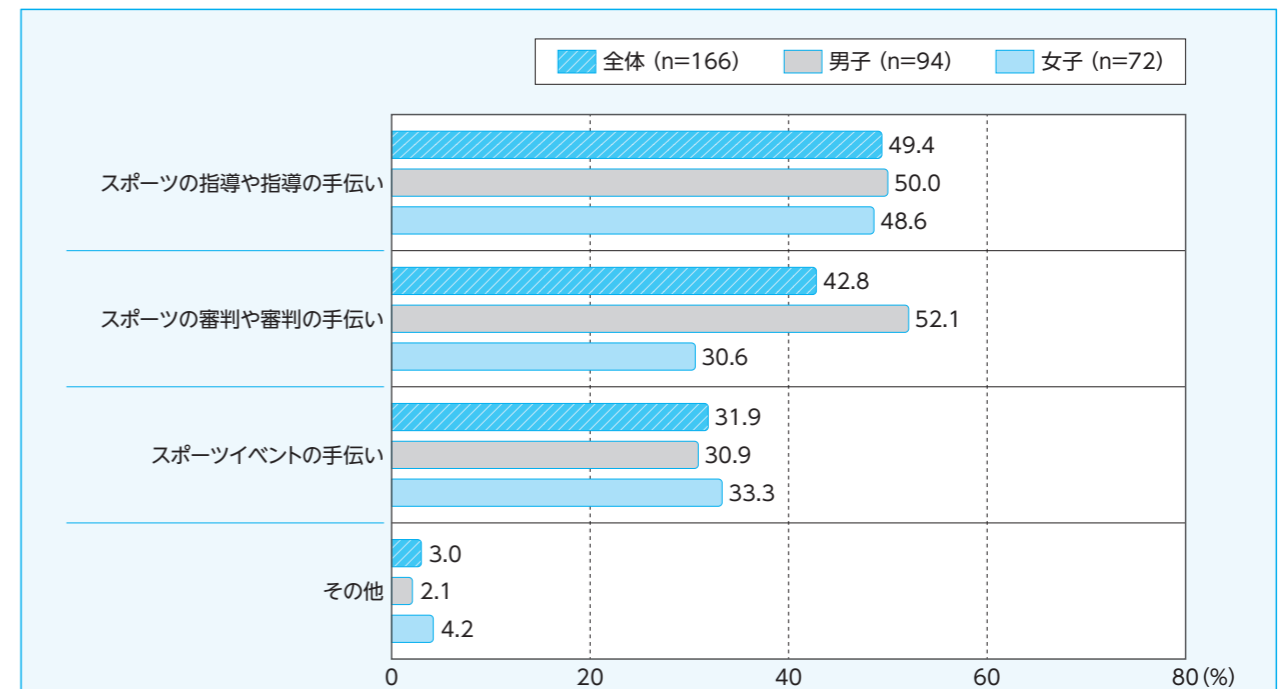
資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

## 8-2 スポーツボランティアの内容

過去1年間にスポーツボランティアを行ったことが「ある」と回答した者を対象に、その具体的な実施内容を複数回答でたずねた。図8-6に示す全体をみると「スポーツの指導や指導の手伝い」（以下、「指導」）が49.4%で最も高く、次いで「スポーツの審判や審判の手伝い」（以下、「審判」）42.8%、「スポーツイベントの手伝い」（以下、「イベント」）31.9%であった。性別にみると「指導」と「審判」は男子のほうが高く、「イベント」は女子のほうが高かった。特に「審判」では21.5ポイントと男女差が大きかった。

表8-1には学校期別とレベル別にスポーツボランティアの実施内容を示した。学校期別にみると「指導」は勤労者が83.3%で最も高く、大学期が58.3%と続く。「審判」は高校期56.6%、中学校期48.1%の順に高いが、「イベント」は大学期43.8%、中学校期28.8%の順に高く、学校期によって実施内容に特徴がみられた。

運動・スポーツ実施レベル別にみると「指導」は「レベル2」の61.5%、「審判」は「レベル4」の50.0%、「イベント」は「レベル1」の53.3%が、それぞれ最も高い実施率であった。



【図8-6】12～21歳のスポーツボランティアの実施内容（全体・性別：複数回答）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

【表8-1】12～21歳のスポーツボランティアの実施内容（学校期別・レベル別：複数回答）

	中学校期 (n=52)	高校期 (n=53)	大学期 (n=48)	勤労者 (n=12)	レベル0 (n=5)	レベル1 (n=15)	レベル2 (n=39)	レベル3 (n=45)	レベル4 (n=62)
スポーツの指導や指導の手伝い	46.2	37.7	58.3	83.3	40.0	40.0	61.5	53.3	41.9
スポーツの審判や審判の手伝い	48.1	56.6	25.0	33.3	40.0	33.3	30.8	46.7	50.0
スポーツイベントの手伝い	28.8	28.3	43.8	8.3	40.0	53.3	25.6	24.4	35.5
その他	3.8	1.9	4.2	0.0	0.0	0.0	5.1	4.4	1.6

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 8-3 スポーツボランティアのきっかけ

過去1年間にスポーツボランティアを行ったことが「ある」と回答した者を対象に、実施のきっかけをたずねた。

表8-2に示す全体をみると「先生や指導者に言われたから」が58.2%で最も高かった。次いで「自分でやりたいと思ったから」35.2%、「友だちに誘われたから」15.8%、「家族に言われたから」6.1%となった。

性別にみると「先生や指導者に言われたから」は男子60.2%、女子55.6%で男子が4.6ポイント高く、「自

分でやりたいと思ったから」は男子32.3%、女子38.9%と女子が6.6ポイント高かった。また、「友だちに誘われたから」は男子18.3%、女子12.5%で男子のほうが5.8ポイント高かった。男子は女子に比べて先生や指導者からの働きかけや友だちからの誘いにより、受動的にスポーツボランティアを行っている者が多いが、女子は自分でやりたいと思い、能動的に取り組む者が多い傾向にある。

【表8-2】12～21歳のスポーツボランティアのきっかけ（全体・性別：複数回答）

	全体 (n=165)	男子 (n=93)	女子 (n=72)
先生や指導者に言われたから	58.2	60.2	55.6
自分でやりたいと思ったから	35.2	32.3	38.9
友だちに誘われたから	15.8	18.3	12.5
家族に言われたから	6.1	7.5	4.2
その他	8.5	10.8	5.6
覚えていない	6.1	5.4	6.9

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

#### COMMENTS

- 一番感じたことは、保護者の関わり方の温度差でした。意見も多いが率先して協力したい親、託児所代わりの感覚の親などさまざまですが、終わってみるとなるとなことに悩んだり、衝突したりしていたな、と感慨深いです。  
(20歳女子の母親)
- 卒業した学校で地域のボランティアを行っているようです。  
(18歳男子の母親)
- コーチからのパワハラで子どもたちがイヤな思いをしても、コーチはボランティアで「やってもらってる」というのを先輩の親から言われて、何も文句を言えない。まるで軍隊のような感じだった。指導者（コーチ）は、そういうことの勉強をした人をお願いしたい。  
(20歳男子の母親)
- 小学校の野球などクラブチームでは、コーチのお昼や飲み物を保護者が準備している。またそういったことをしないと試合に出られないという話を聞いたことがあるが、実力で選ばれるべきだと思う。  
(12歳女子の父親)
- サッカーのスポーツ少年団に入っています。送迎や保護者会の役員など大変ですが、子どものためにがんばりたいと思います。  
(11歳男子の母親)

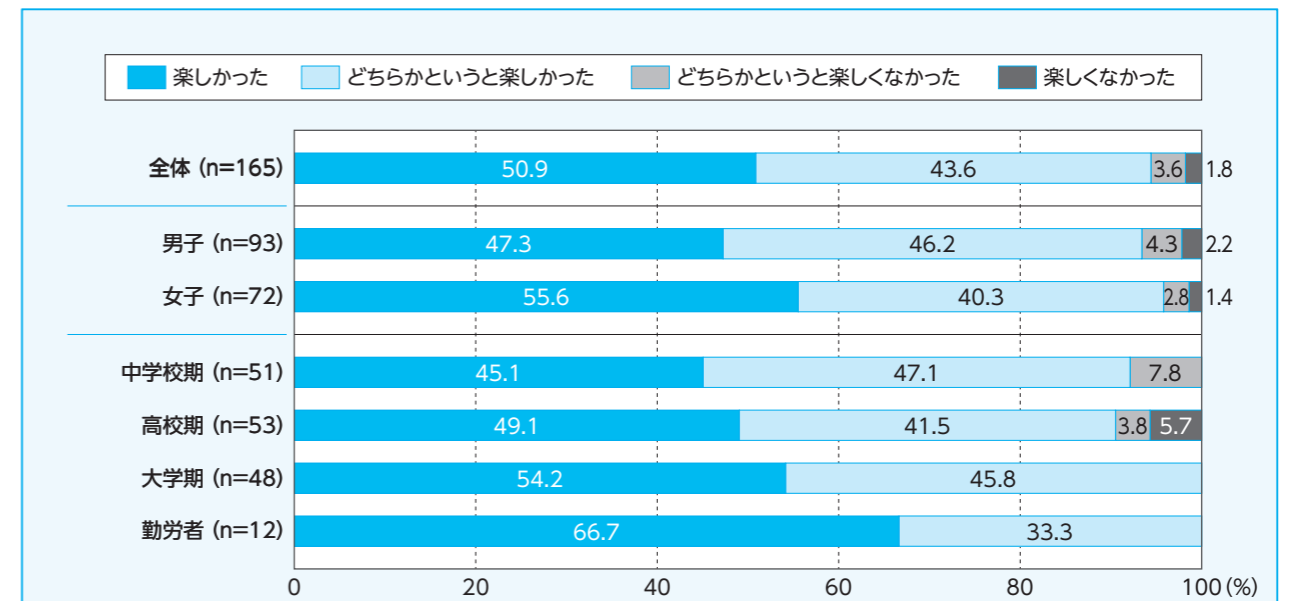
資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 8-4 スポーツボランティアに伴う楽しさ

過去1年間にスポーツボランティアを行ったことが「ある」と回答した者を対象に、実施した活動は楽しかったかどうかたずねた。図8-7に示す全体をみると「楽しかった」50.9%、「どちらかという楽しかった」43.6%であり、これらを合わせた割合は94.5%であった。性別にみると「楽しかった」は、男子47.3%に比べて女子55.6%のほうが8.3ポイント高かった。学校期別にみると大学

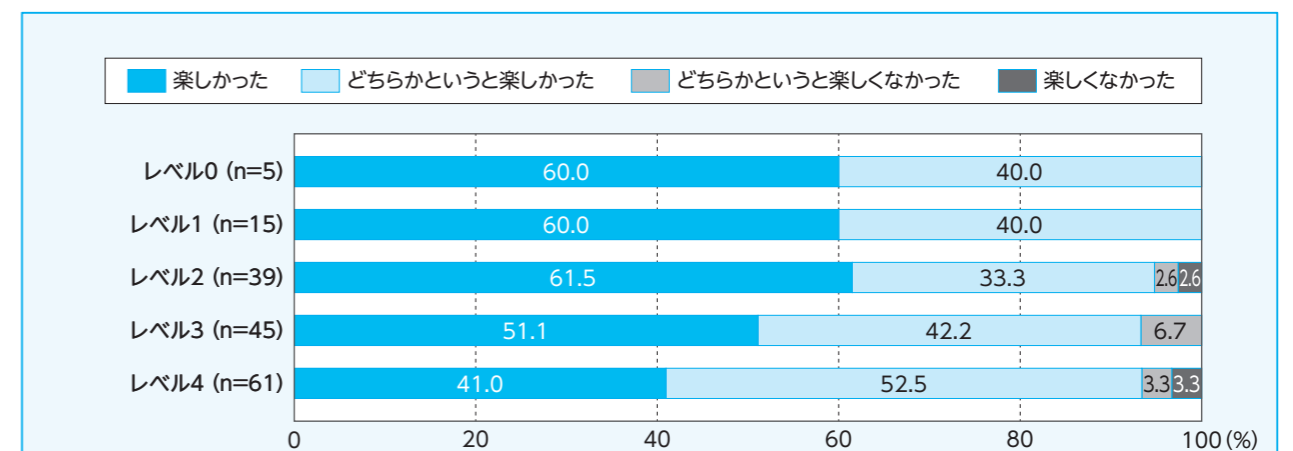
期と勤労者で「楽しかった」と回答した者が5割を超えており、いずれも「どちらかという楽しかった」「楽しかった」と回答した者はいなかった。

図8-8には運動・スポーツ実施レベル別の結果を示した。「楽しかった」と回答した者が最も多かったのは「レベル2」61.5%であり、次いで「レベル0」「レベル1」60.0%、「レベル3」51.1%であった。



【図8-7】12～21歳のスポーツボランティアに伴う楽しさ（全体・性別・学校期別）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023



【図8-8】12～21歳のスポーツボランティアに伴う楽しさ（レベル別）

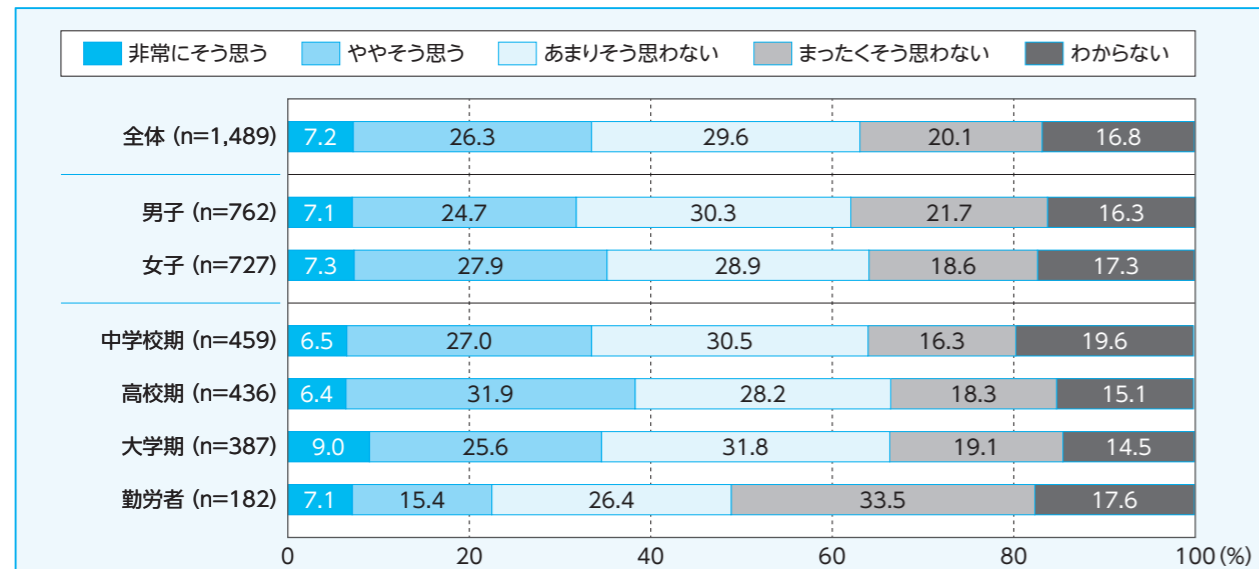
資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 8-5 スポーツボランティアの実施希望

今後スポーツボランティアをやってみたい、または続けたいと思うかをたずねた。図8-9に示す全体をみると「非常にそう思う」7.2%、「ややそう思う」26.3%、「あまりそう思わない」29.6%、「まったくそう思わない」20.1%、「わからない」16.8%であった。『そう思う』（「非常にそう思う」+「ややそう思う」）の割合は33.5%と、3割強の青少年が今後スポーツボランティアの実施を希望している。性別にみると、男子は「非常にそう思う」7.1%、「ややそう思う」24.7%、女子は「非常にそう思う」7.3%、「ややそう思う」27.9%であり、『そう思う』の割合は女子のほうがやや高かった。

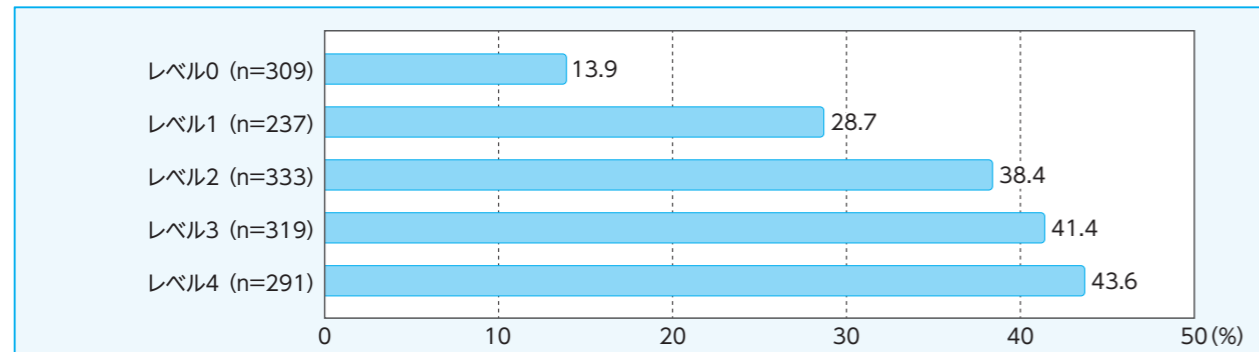
学校期別にみると、『そう思う』の割合は高校期が38.3%と最も高く、次いで大学期34.6%、中学校期33.5%、勤労者22.5%であった。

図8-10には、運動・スポーツ実施レベル別にスポーツボランティアの実施希望率（『そう思う』の割合）を示した。「レベル0」13.9%、「レベル1」28.7%、「レベル2」38.4%、「レベル3」41.4%、「レベル4」43.6%と、「レベル4」の実施希望率が最も高かった。「レベル3」「レベル4」の4割以上がスポーツボランティアの実施を希望しており、積極的に運動・スポーツを行っている者はスポーツボランティアへの関心も高かった。



【図8-9】12～21歳のスポーツボランティア実施希望率（全体・性別・学校期別）

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023



【図8-10】12～21歳のスポーツボランティア実施希望率（レベル別）

注) 今後、スポーツボランティアをやってみたい、または続けたいと思うかに対する回答における「非常にそう思う」および「ややそう思う」を合計した割合。

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

## 9 体格指数・健康認識

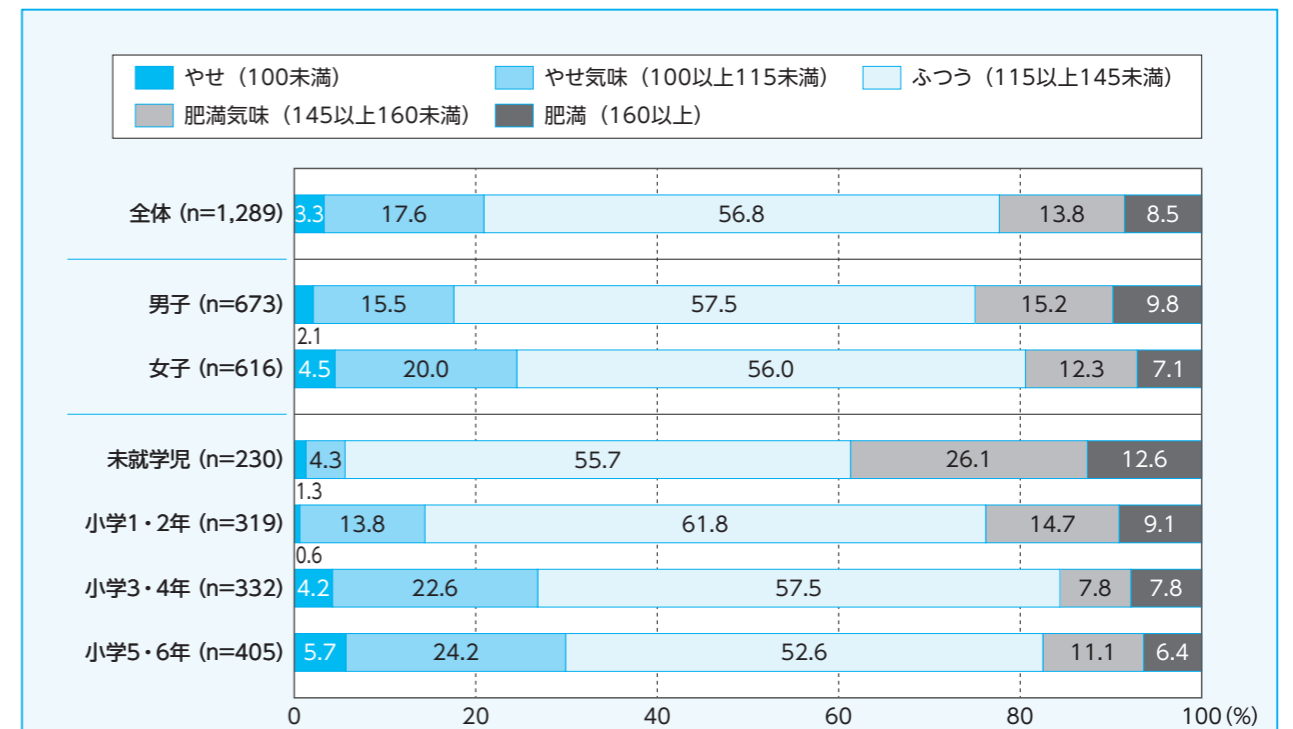
### 9-1 体格指数

身長と体重から算出した体格指数として、4～11歳にはローレル指数 (Rohrer Index)、12～21歳にはBMI (Body Mass Index) をそれぞれの判定基準にしたがって示した。

図9-1に示す4～11歳ではローレル指数が100未満を「やせ」、100以上115未満を「やせ気味」、115以上145未満を「ふつう」、145以上160未満を「肥満気味」、160以上を「肥満」に分類した。全体では「やせ」3.3%、「やせ気味」17.6%、「ふつう」56.8%、「肥満気味」13.8%、「肥満」8.5%であった。性別にみると、男子は「やせ」2.1%、「やせ気味」15.5%、「ふつう」57.5%、「肥満気味」15.2%、「肥満」9.8%、女子は「や

せ」4.5%、「やせ気味」20.0%、「ふつう」56.0%、「肥満気味」12.3%、「肥満」7.1%であった。男子は女子に比べ「肥満」や「肥満気味」の割合がやや高く、「やせ」や「やせ気味」の割合がやや低かった。

就学状況別では「やせ」と「やせ気味」を合わせた割合が、小学1・2年14.4%、小学3・4年26.8%、小学5・6年29.9%であった。一方で「肥満気味」と「肥満」を合わせると、小学1・2年23.8%、小学3・4年15.6%、小学5・6年17.5%であった。痩身・肥満ともに低学年と中学年との間で差がみられ、とくに痩身の割合は学年が上がるにつれて高まる。



【図9-1】4～11歳のローレル指数に基づく体格指数（全体・性別・就学状況別）

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023

図9-2に示す12~21歳ではBMIが18.5未満を「やせ」、18.5以上25.0未満を「標準」、25.0以上を「肥満」に分類した。全体では「やせ」26.5%、「標準」65.7%、「肥満」7.8%であった。性別にみると、男子は「やせ」26.7%、「標準」63.7%、「肥満」9.6%であった。女子は「やせ」26.4%、「標準」67.8%、「肥満」5.8%であり、「肥満」の割合は男子が女子をやや上回った。

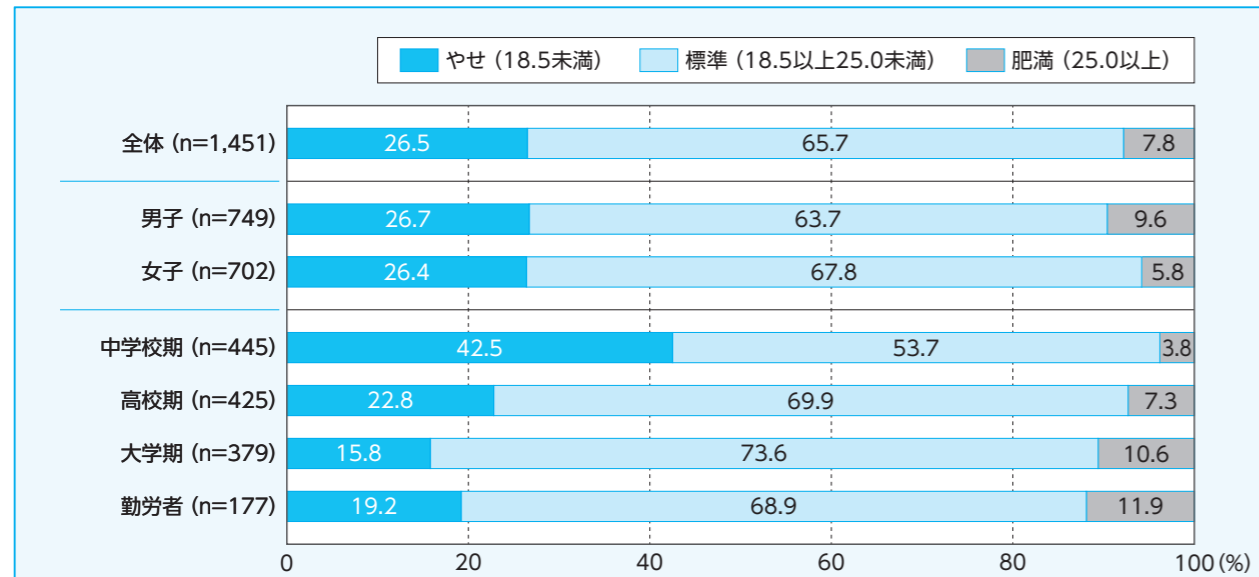
学校期別にみると、「やせ」の割合は中学校期42.5%、高校期22.8%、大学期15.8%、勤労者19.2%であり、中学校期では高校期以降に比べ「やせ」の割合が高かった。一方、「肥満」の割合は中学校期3.8%、高校期7.3%、大学期10.6%、勤労者11.9%と、学校期が進むにつれて高まった。

## 9-2 運動不足感

12~21歳を対象に「あなたは、自分が運動不足だと感じますか。」とたずねた。図9-3に示す全体をみると「とても感じる」26.0%、「少しは感じる」37.5%、「あまり感じない」22.5%、「まったく感じない」14.0%であり、「と

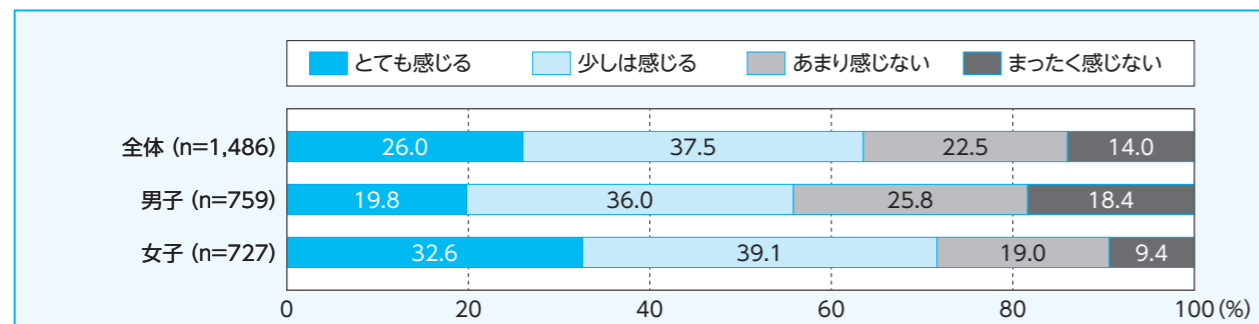
とても感じる」「少しは感じる」を合わせると、63.5%が運動不足と感じると回答した。

性別にみると、男子では「とても感じる」19.8%、「少しは感じる」36.0%で、合計すると55.8%が運動不足



【図9-2】12~21歳のBMIに基づく体格指数(全体・性別・学校期別)

資料：笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023



【図9-3】12~21歳の運動不足感(全体・性別)

資料：笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

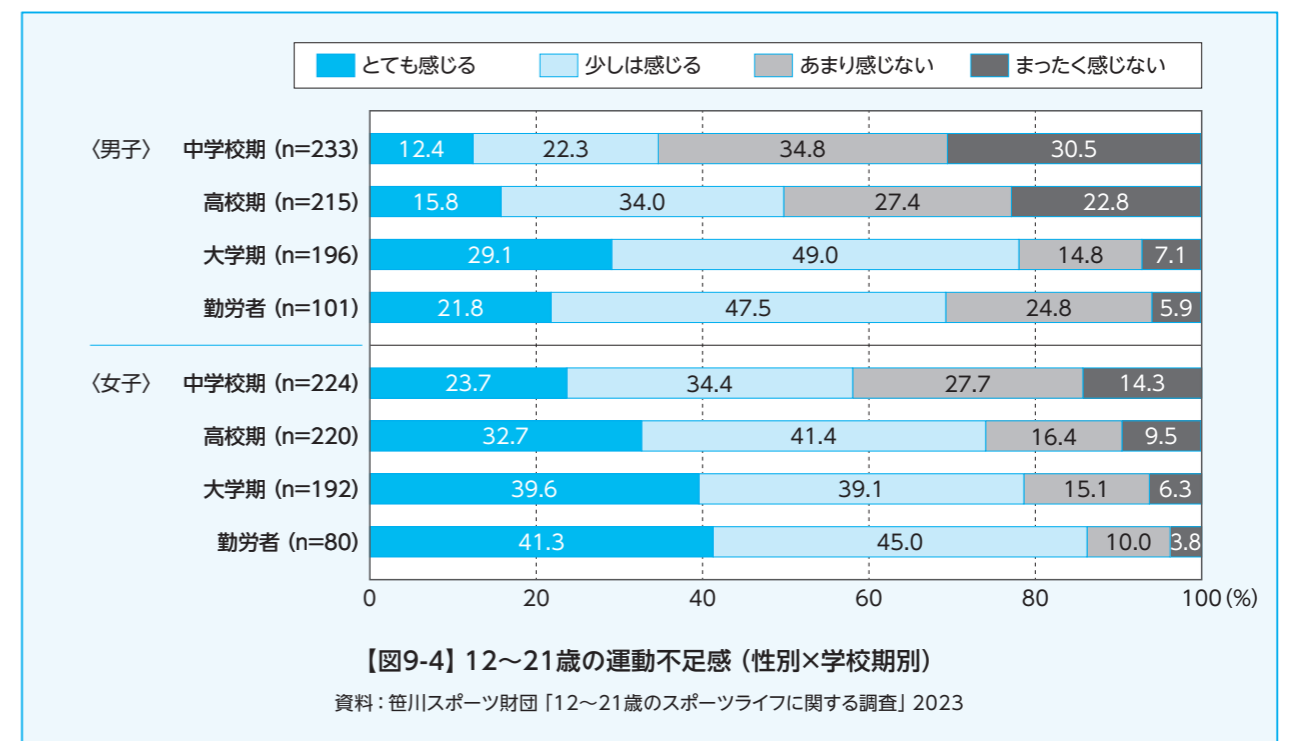
と感じると回答した。女子では「とても感じる」32.6%、「少しは感じる」39.1%で、合計すると71.7%であり、運動不足と感じる割合は女子が男子を15.9ポイント上回っていた。

図9-4には性別・学校期別にみた運動不足感を示した。自身の運動不足感について「とても感じる」「少しは感じる」を合わせた割合は、男子では中学校期34.7%、高校期49.8%、大学期78.1%、勤労者69.3%であった。女子では中学校期58.1%、高校期74.1%、大学期78.7%、勤労者86.3%であった。

運動不足と感じる人の割合は、男子は大学期、女子

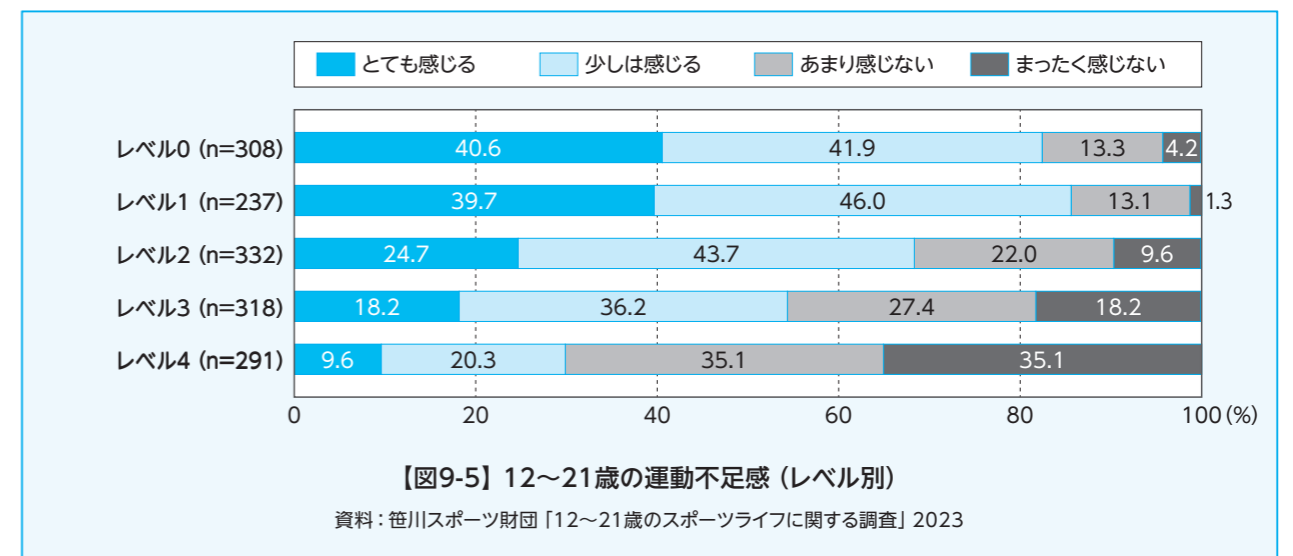
は勤労者が最も高かった。すべての学校期で女子が男子を上回り、特に女子の勤労者においては運動不足と感じる者が8割以上を占めた。

図9-5に運動・スポーツ実施レベル別にみた運動不足感を示した。「とても感じる」「少しは感じる」を合わせた割合は「レベル0」82.5%、「レベル1」85.7%、「レベル2」68.4%、「レベル3」54.4%、「レベル4」29.9%であった。レベル0とレベル1では8割以上が運動不足と感じており、「とても感じる」の割合もおおよそ4割とレベル2以上に比べて高かった。



【図9-4】12~21歳の運動不足感(性別×学校期別)

資料：笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023



【図9-5】12~21歳の運動不足感(レベル別)

資料：笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 9-3 健康の自己評価

4～11歳を対象に「あなたのいまの健康状態はいかがですか。」とたずねた。図9-6に示す全体をみると「よい」69.1%、「まあよい」16.5%、「ふつう」12.6%、「あまりよくない」1.9%、「よくない」と回答した者はいなかった。「よい」と「まあよい」を合わせると（以下、『健康状態はよい』）、85.6%が自身の『健康状態はよい』と感じている。

性別にみると「よい」は男子68.6%、女子69.6%であった。『健康状態はよい』の割合は男子85.4%、女

子85.7%で、男女差はほとんどみられなかった。

図9-7には性別・就学状況別にみた健康の自己評価の結果を示した。『健康状態はよい』の割合は、男子では未就学児91.2%、小学1・2年87.2%、小学3・4年84.7%、小学5・6年81.4%、女子では未就学児87.9%、小学1・2年87.7%、小学3・4年84.8%、小学5・6年83.0%であり、男女ともに学年が上がるにつれて『健康状態はよい』の割合が低かった。

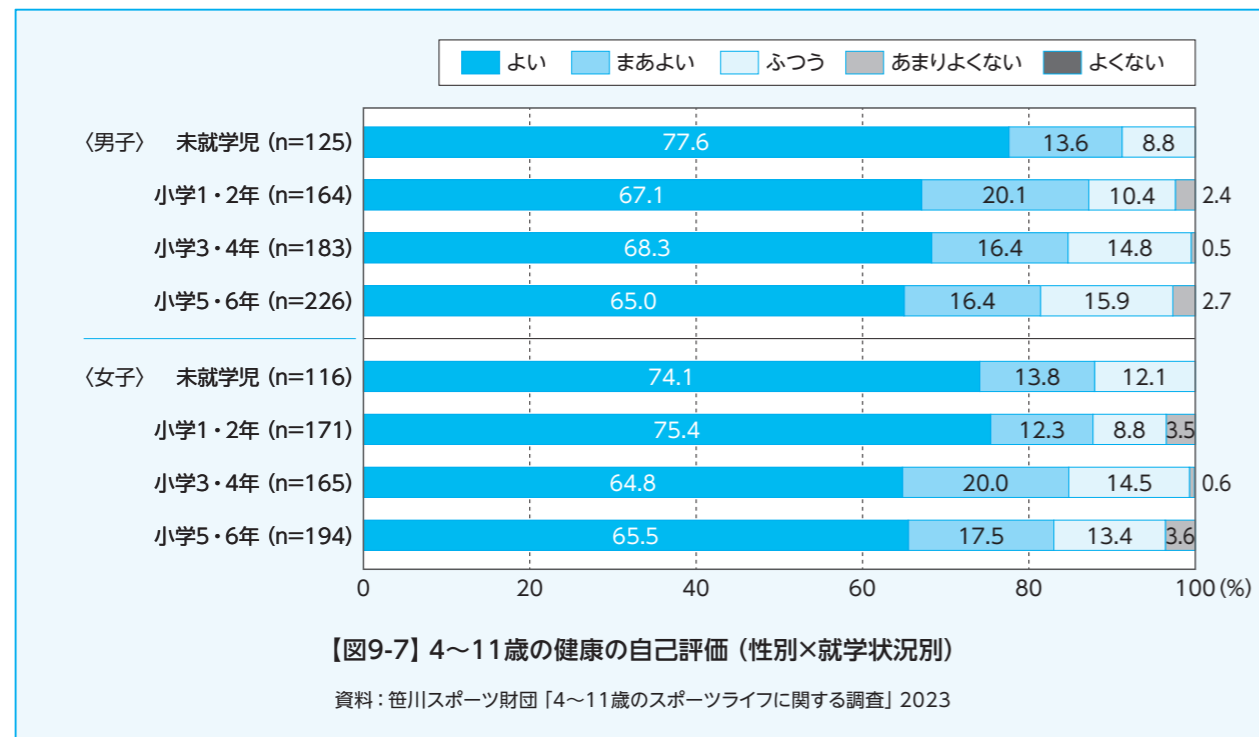
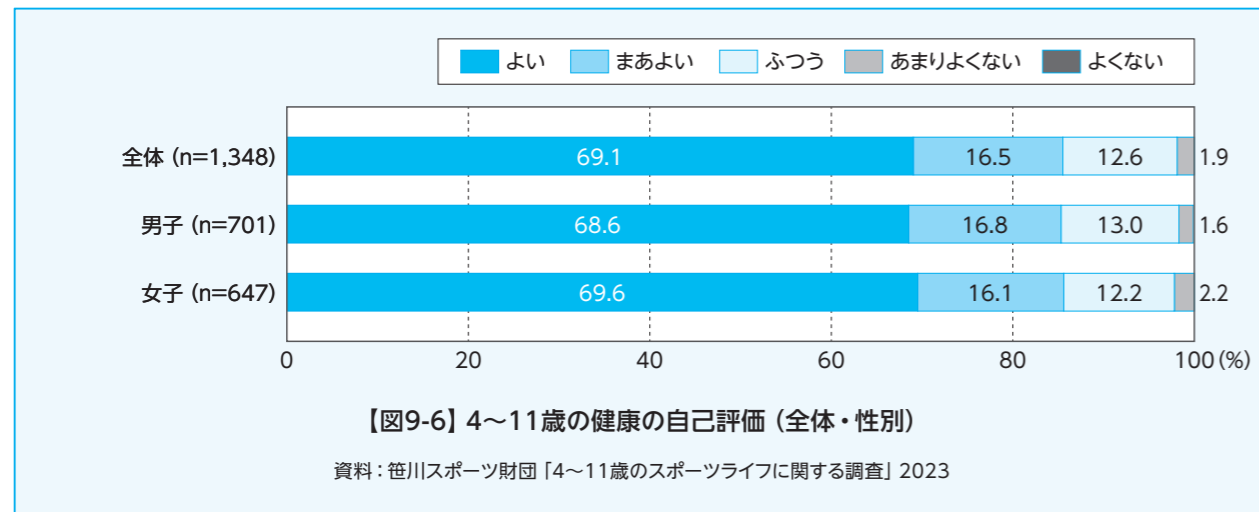


図9-8には運動・スポーツ実施頻度群別にみた健康の自己評価の結果を示した。『健康状態はよい』は、非実施群73.9%、低頻度群82.0%、中頻度群87.6%、高頻度群86.3%であった。実施頻度にかかわらず、運動・スポーツを行っている群では『健康状態はよい』の割合が8割を超える。一方、運動・スポーツをまったくしない非実施群では実施群に比べて10ポイントほど低かった。また、「あまりよくない」は頻度群による差がほとんどみられず、いずれも1～2%程度であった。

続いて12～21歳を対象に「あなたは、自分の健康につ

いてどのように感じていますか。」とたずねた結果を図9-9に示した。全体をみると「とても健康であると思う」12.8%、「健康だと思う」64.0%、「あまり健康ではない」19.8%、「健康ではない」3.4%であった。「とても健康であると思う」と「健康だと思う」を合わせると（以下、『健康である』）、76.8%が自身は『健康である』と感じていた。

性別にみると「とても健康であると思う」は男子14.9%、女子10.7%であった。『健康である』の割合は男子77.8%、女子75.9%で、男女差はあまりみられなかった。

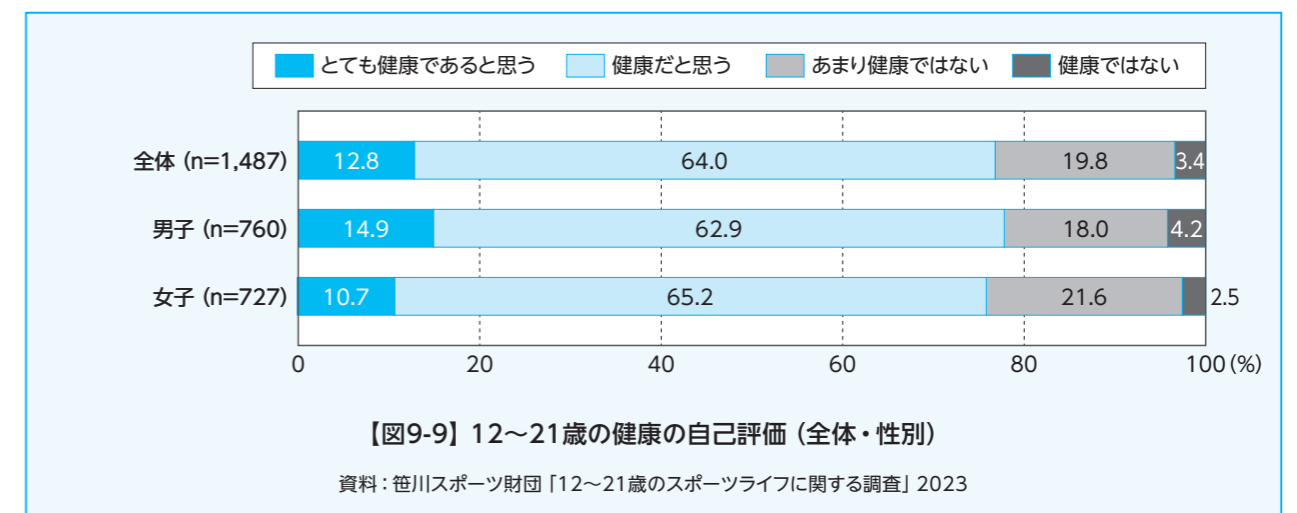
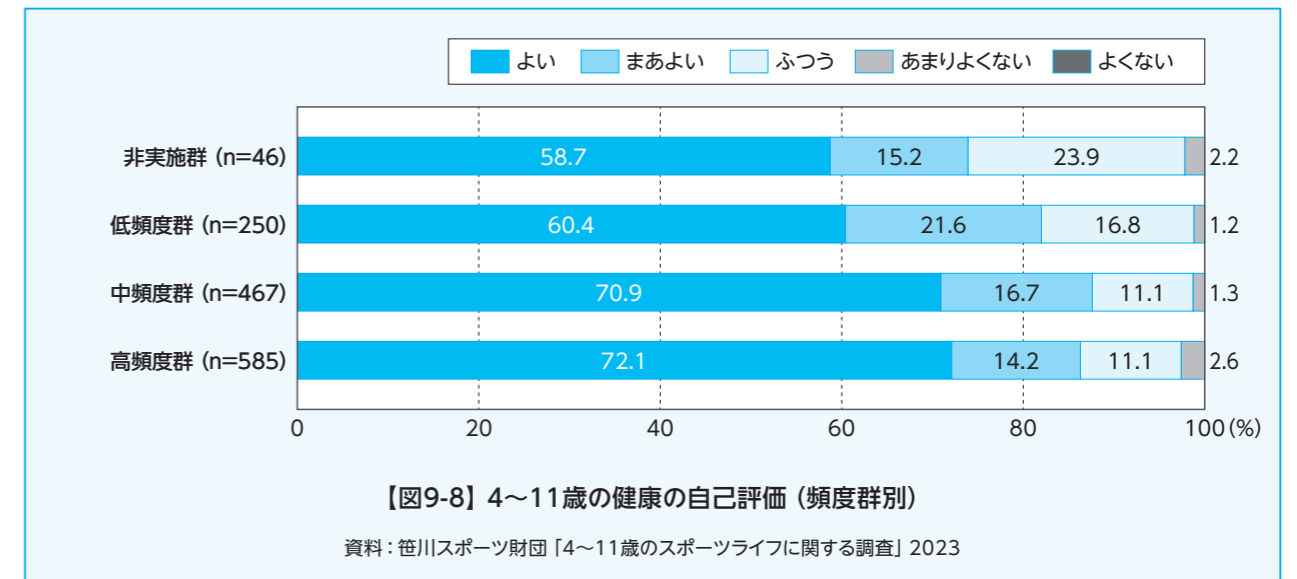
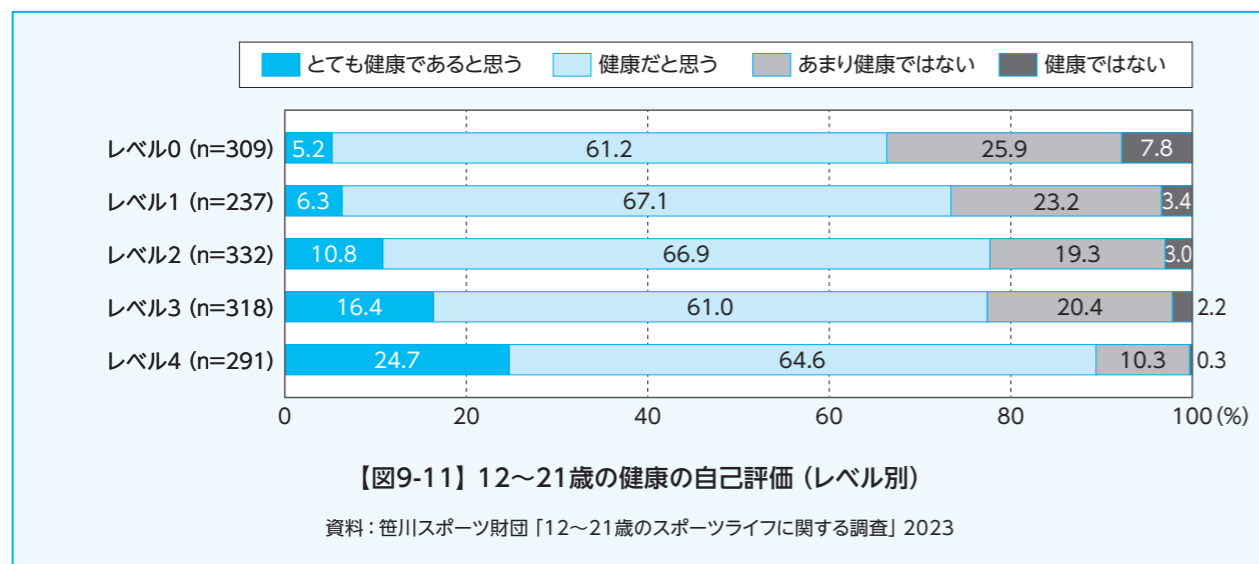
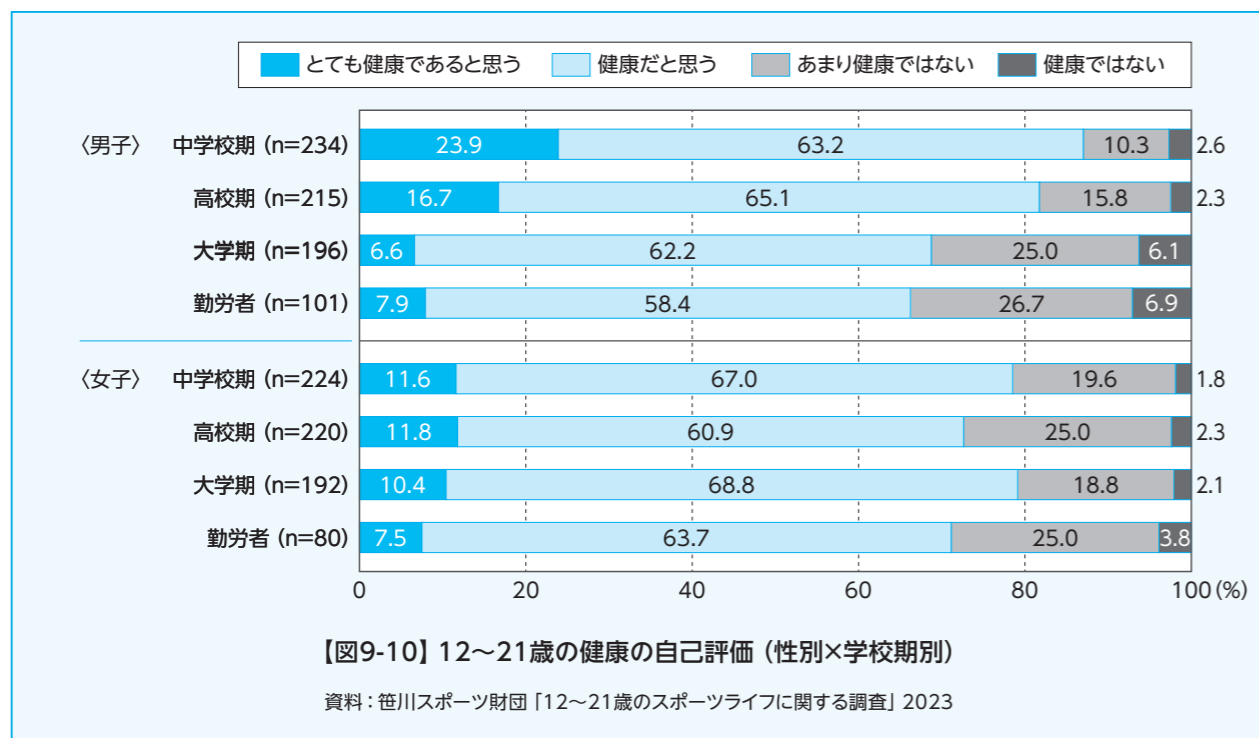


図9-10には性別・学校期別にみた健康の自己評価の結果を示した。『健康である』の割合は、男子では中学校期87.1%、高校期81.8%、大学期68.8%、勤労者66.3%、女子では中学校期78.6%、高校期72.7%、大学期79.2%、勤労者71.2%であり、男子の大学期と勤労者で『健康である』の割合が6割と同学校期の女子に比べて低かった。また、男子では学校期が進むにつれて『健康である』の割合が減少するが、女子では男子に比べて学校期による大きな差はみられなかった。

図9-11には運動・スポーツ実施レベル別にみた健康

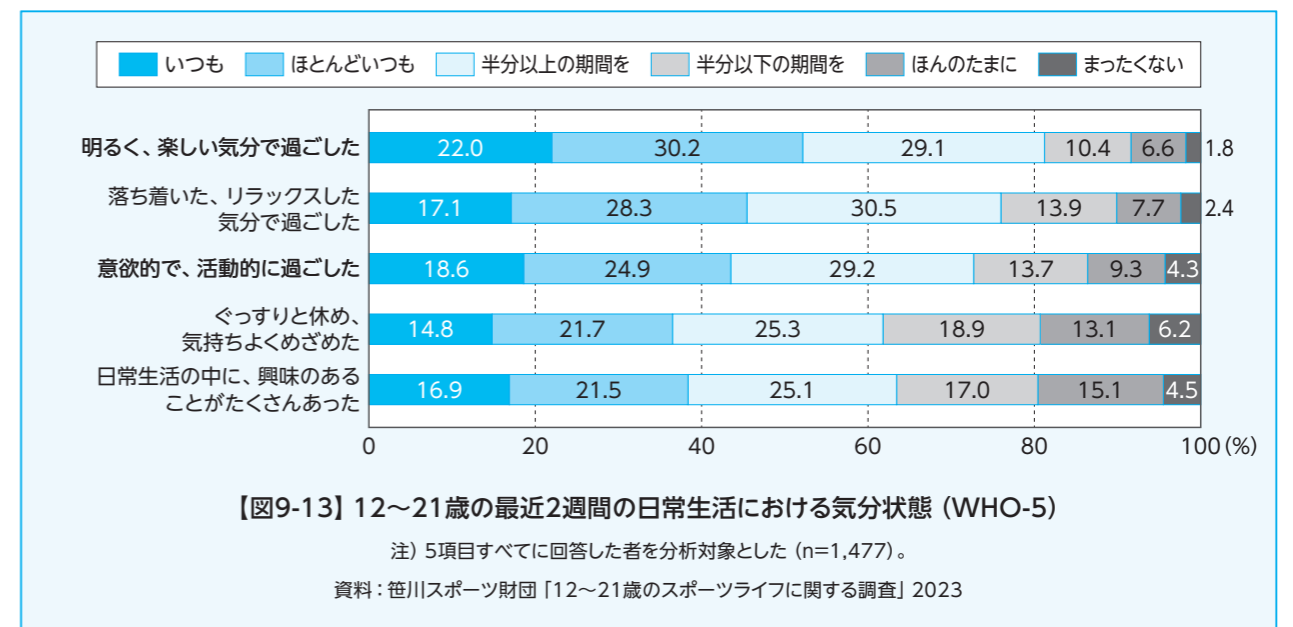
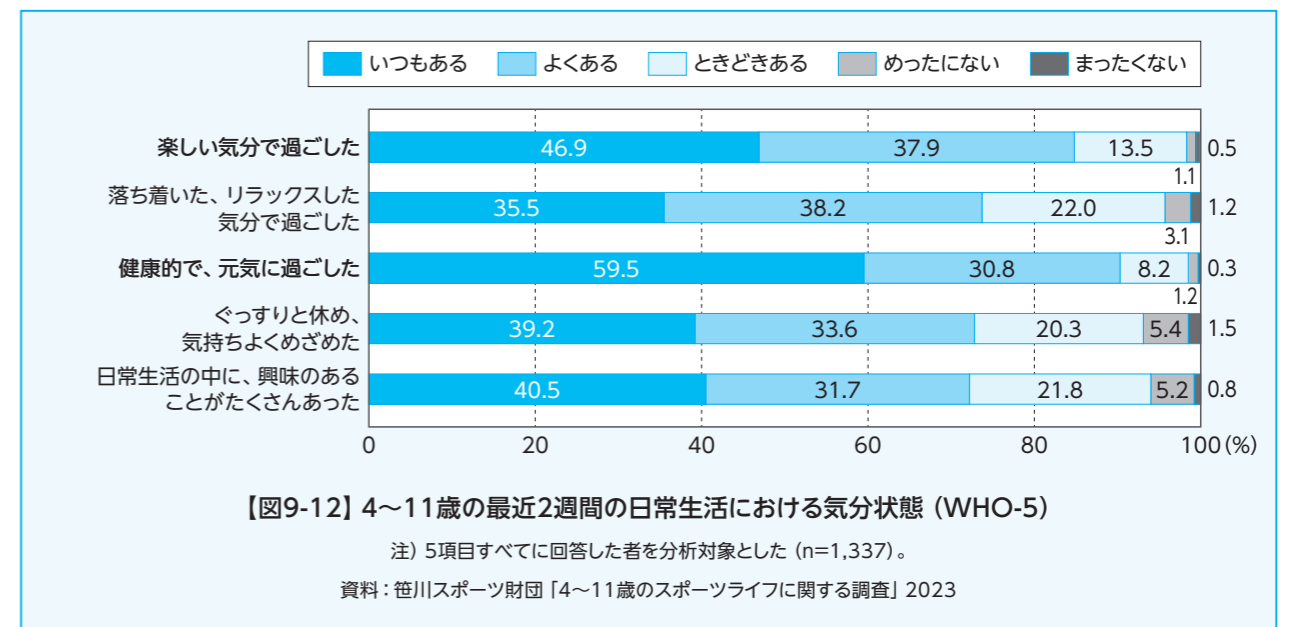
の自己評価の結果を示した。『健康である』は、「レベル0」66.4%、「レベル1」73.4%、「レベル2」77.7%、「レベル3」77.4%、「レベル4」89.3%であった。最も運動・スポーツを行っている「レベル4」で『健康である』の割合が高く、8割を超える。一方、運動・スポーツをまったくしない「レベル0」では「あまり健康ではない」25.9%、「健康ではない」7.8%と、自身を『健康ではない』と感じる者が3割以上を占めていた。また、レベルが上がるほど「とても健康であると思う」の割合が高かった。



### 9-4 精神的健康状態

世界保健機関（World Health Organization: WHO）が精神的健康の測定指標として推奨する精神的健康状態表（The WHO-5 Well-Being Index: WHO-5）および同指標に準じて子どもを対象に作成されたWHO-5 Child Wellbeing Indexを用いて、精神的健康状態をたずねた。日常生活における気分状態を問う5項目の質問に対し、4～11歳は5段階、12～21歳は6段階でたずねた結果を図9-12、図9-13にそれぞれ示した。図9-12で示した4～11歳では、いずれの項目も「いつもある」と「よくある」の合計が7割を超えており、全体的にポジティブな回答傾向がみとれる。

5項目のうち唯一、「健康的で、元気に過ごした」は過半数が「いつもある」と回答した。図9-13に示した12～21歳では「明るく、楽しい気分でも過ごした」が5項目のうち唯一、「いつも」と「ほとんどいつも」の合計が52.2%と過半数に達した。一方で「半分以下の期間を」「ほんのたまに」「まったくない」の合計をみると、「ぐっすりと休め、気持ちよくめざめた」38.2%と「日常生活の中に、興味のあることがたくさんあった」36.6%の2項目は、ほかの項目に比べて割合がやや高かった。



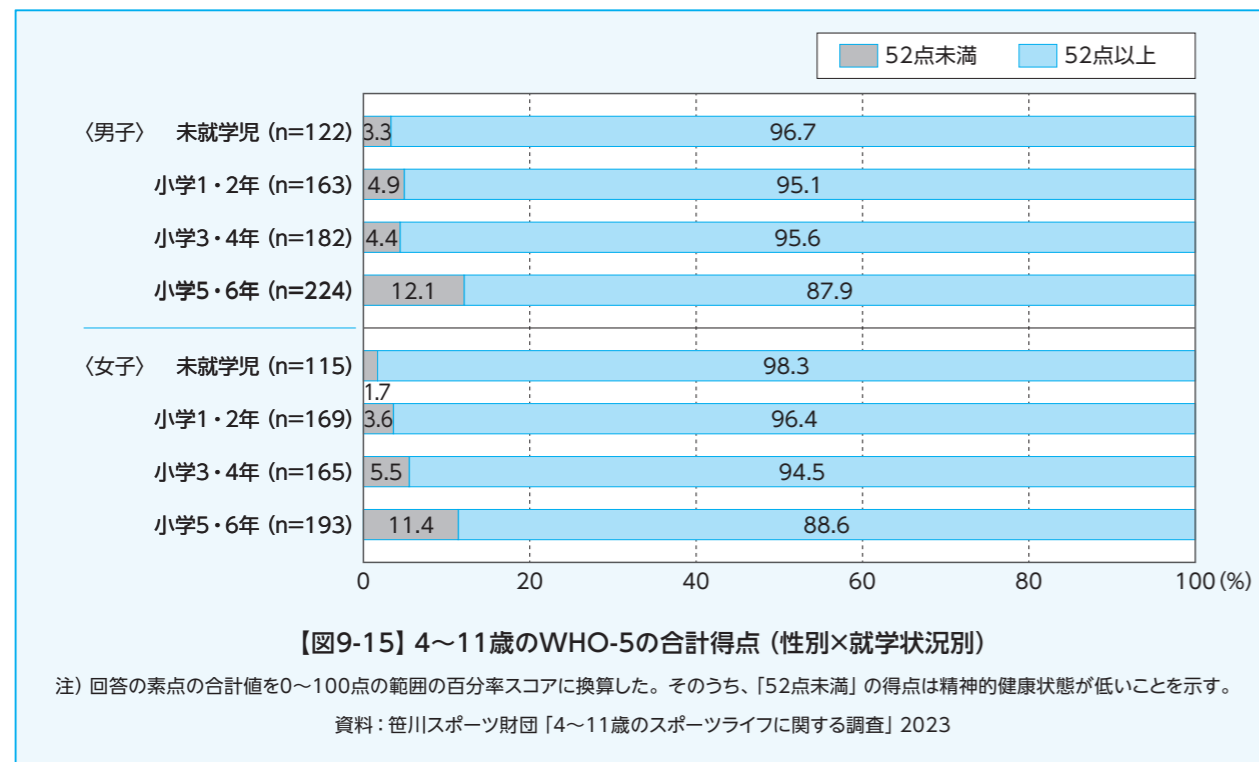
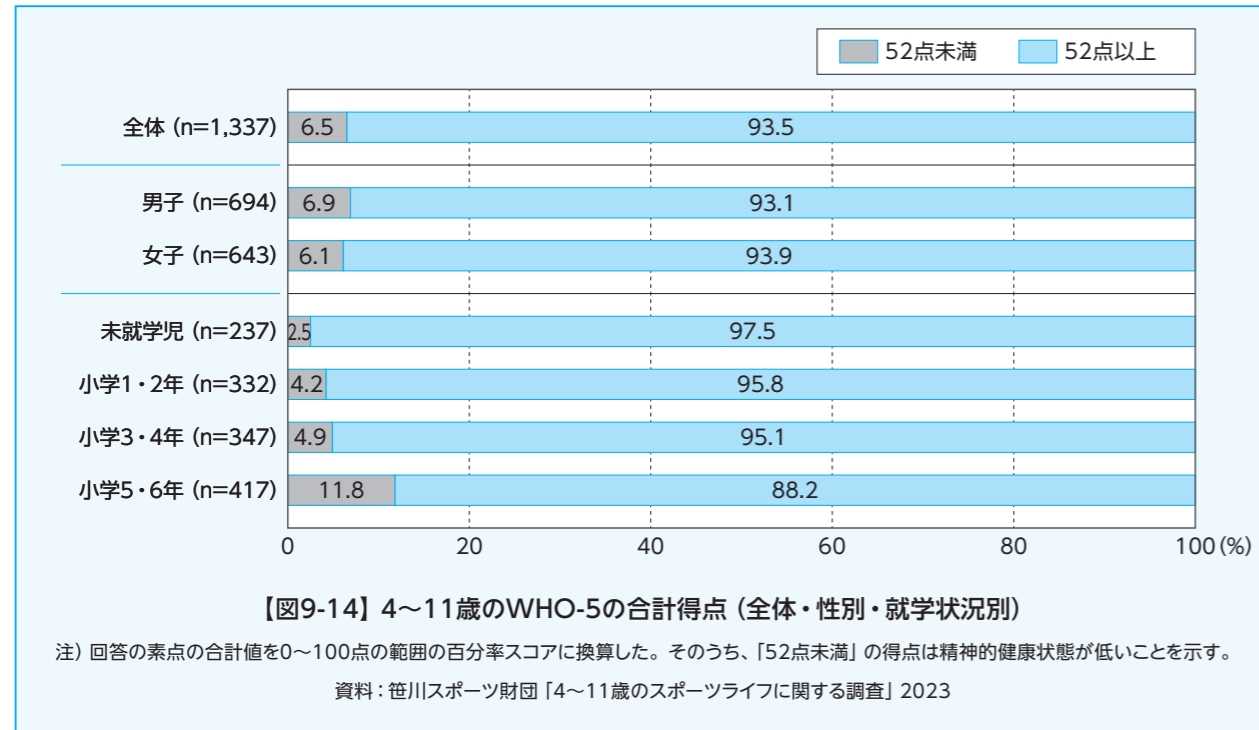


WHO-5の全5項目の回答得点の合計値を0~100点の範囲の百分率スコアに換算し、精神的健康状態が低いとされる「52点未満」と「52点以上」の2グループに分けて、属性別にみた結果を図9-14~図9-19に示した。図9-14に示す4~11歳の全体では「52点未満」が6.5%、「52点以上」が93.5%であった。性別にみると、男子は「52点未満」6.9%、「52点以上」93.1%、

女子は「52点未満」6.1%、「52点以上」93.9%で、男女差はほとんどみられなかった。

就学状況別にみると、精神的健康状態が低いとされる「52点未満」の割合は未就学児2.5%、小学1・2年4.2%、小学3・4年4.9%、小学5・6年11.8%で、小学5・6年が最も高く、1割を超えた。

図9-15には4~11歳の性別・就学状況別にみた精



神的健康状態の結果を示した。男子は未就学児から小学3・4年にかけては「52点未満」は3~5%の範囲でほとんど差がないが、小学5・6年になると「52点未満」が12.1%にのぼった。女子の「52点未満」の割合は、未就学児1.7%、小学1・2年3.6%、小学3・4年5.5%、小学5・6年11.4%と、学年が上がるにつれて高くなった。

図9-16には4~11歳の運動・スポーツ実施頻度群別にみた精神的健康状態の結果を示した。「52点未満」の割合は、非実施群17.8%、低頻度群9.7%、中頻度群6.7%、高頻度群4.1%であった。運動・スポーツ実施頻度が低い者ほど「52点未満」の割合は高かった。

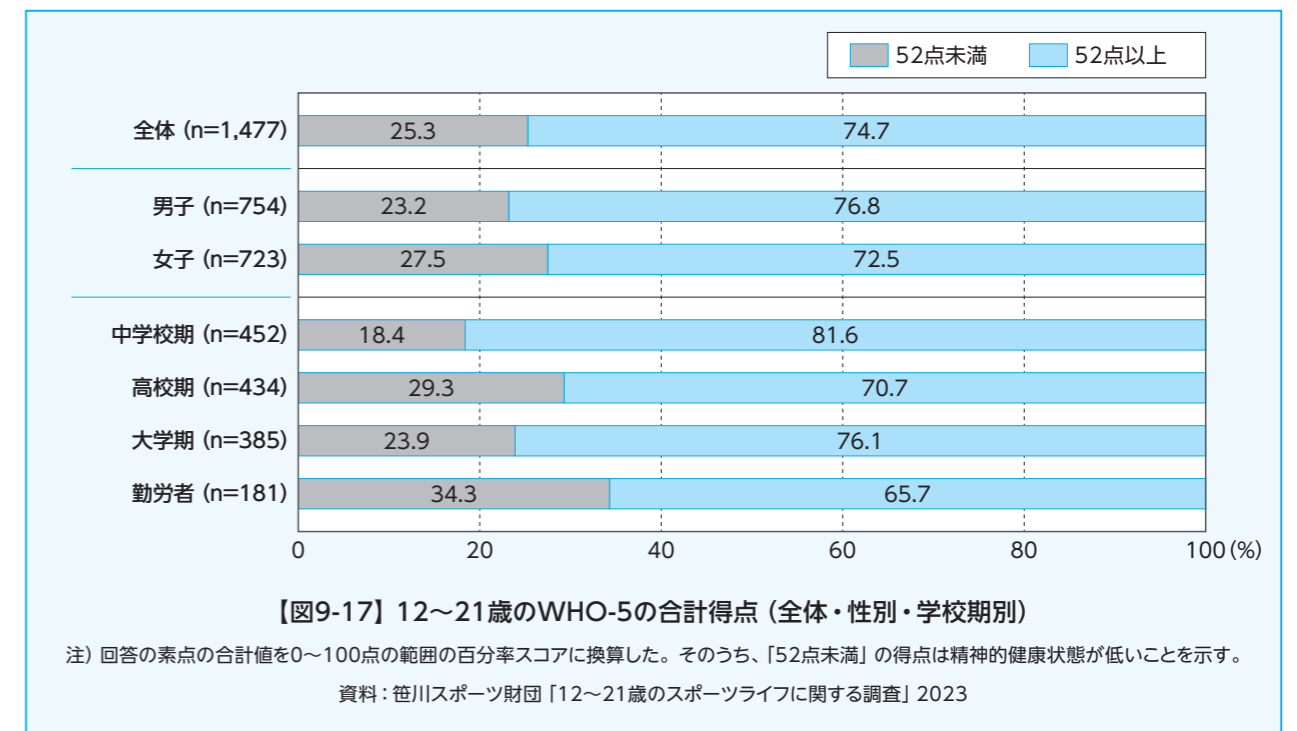
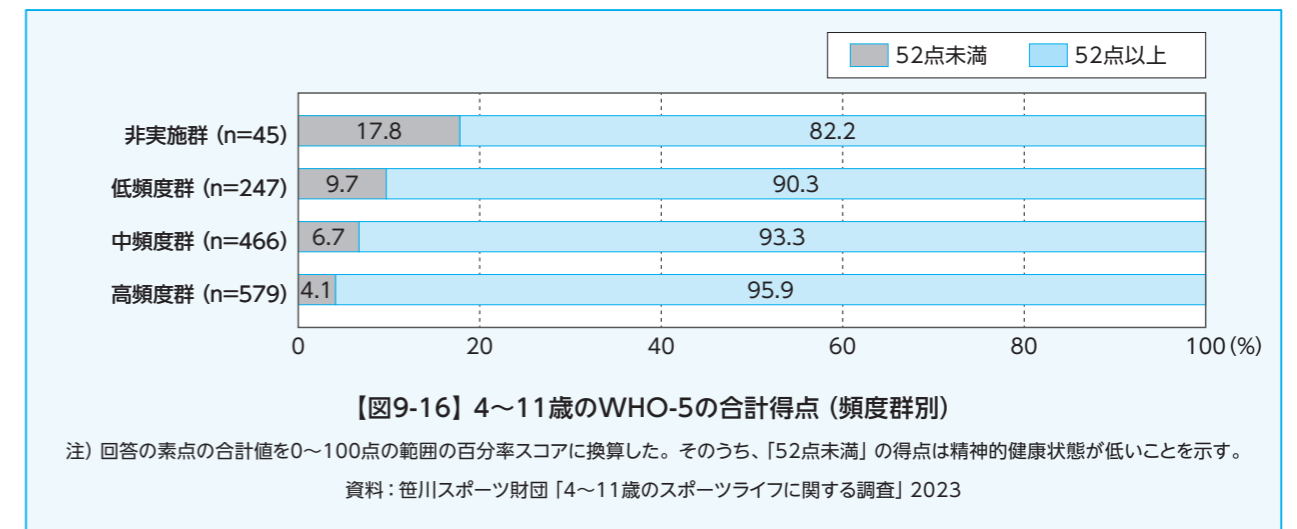


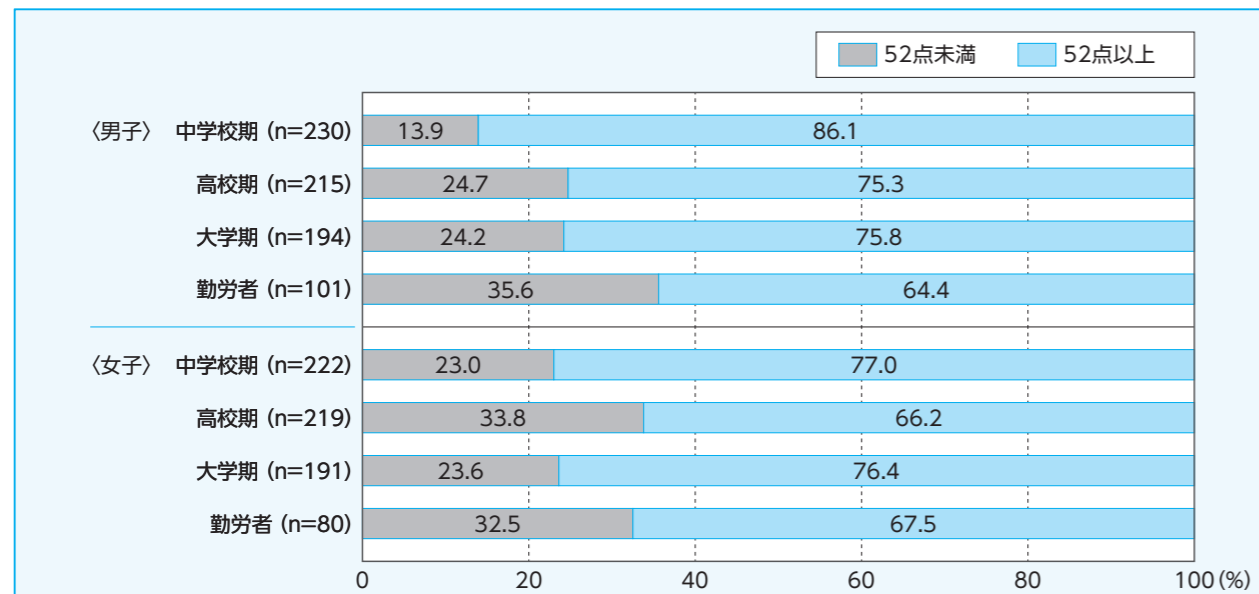
図9-17に示す12~21歳の全体では「52点未満」が25.3%、「52点以上」が74.7%であった。性別にみると、男子は「52点未満」23.2%、「52点以上」76.8%、女子は「52点未満」27.5%、「52点以上」72.5%で、「52点未満」の割合は女子が男子をやや上回った。

学校期別にみると、精神的健康状態が低いとされる「52点未満」の割合は中学校期18.4%、高校期29.3%、大学期23.9%、勤労者34.3%であり、勤労者が最も高かった。

図9-18には12~21歳の性別・学校期別にみた精神的健康状態の結果を示した。男子の「52点未満」の割合は、中学校期13.9%、高校期24.7%、大学期24.2%、勤労者35.6%で、勤労者が最も高い。女子の「52点未満」の割合は、中学校期23.0%、高校期33.8%、大学期23.6%、勤労者32.5%で高校期が最も高かった。男子では学校期が上がるにつれて高まる傾向にあるが、女子では高校期と勤労者が高かった。

図9-19には12~21歳の運動・スポーツ実施レベル

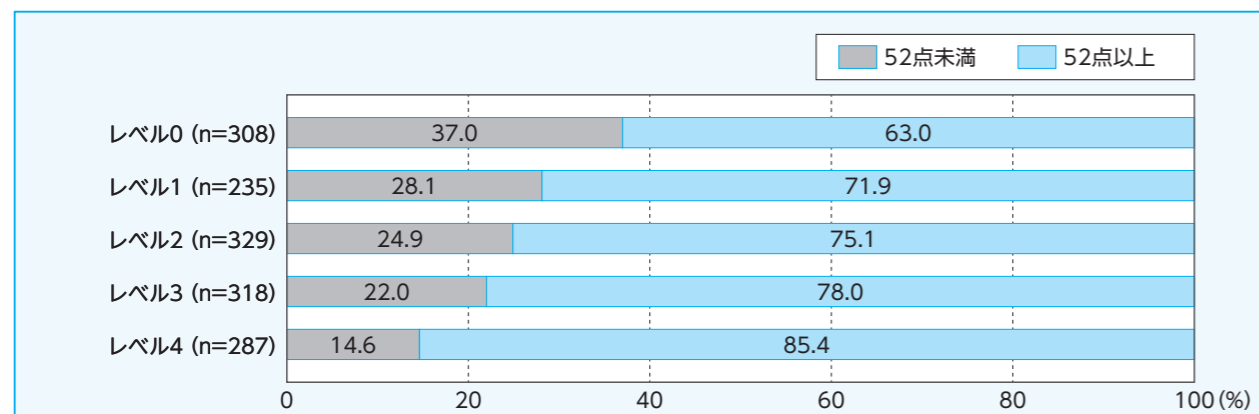
別にみた精神的健康状態の結果を示した。精神的健康状態が低いとされる「52点未満」の割合は、「レベル0」37.0%、「レベル1」28.1%、「レベル2」24.9%、「レベル3」22.0%、「レベル4」14.6%であった。運動・スポーツをまったくしない「レベル0」で3割を超えるのに対し、「レベル4」では1割台であった。運動・スポーツ実施レベルが低い者ほど「52点未満」の割合が高く、「レベル0」と「レベル4」で20ポイント以上の差がみられた。



【図9-18】12~21歳のWHO-5の合計得点 (性別×学校期別)

注) 回答の素点の合計値を0~100点の範囲の百分率スコアに換算した。そのうち、「52点未満」の得点は精神的健康状態が低いことを示す。

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023



【図9-19】12~21歳のWHO-5の合計得点 (レベル別)

注) 回答の素点の合計値を0~100点の範囲の百分率スコアに換算した。そのうち、「52点未満」の得点は精神的健康状態が低いことを示す。

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

## 10 身体活動・生活習慣

### 10-1 4~11歳の日常生活全般の身体活動量

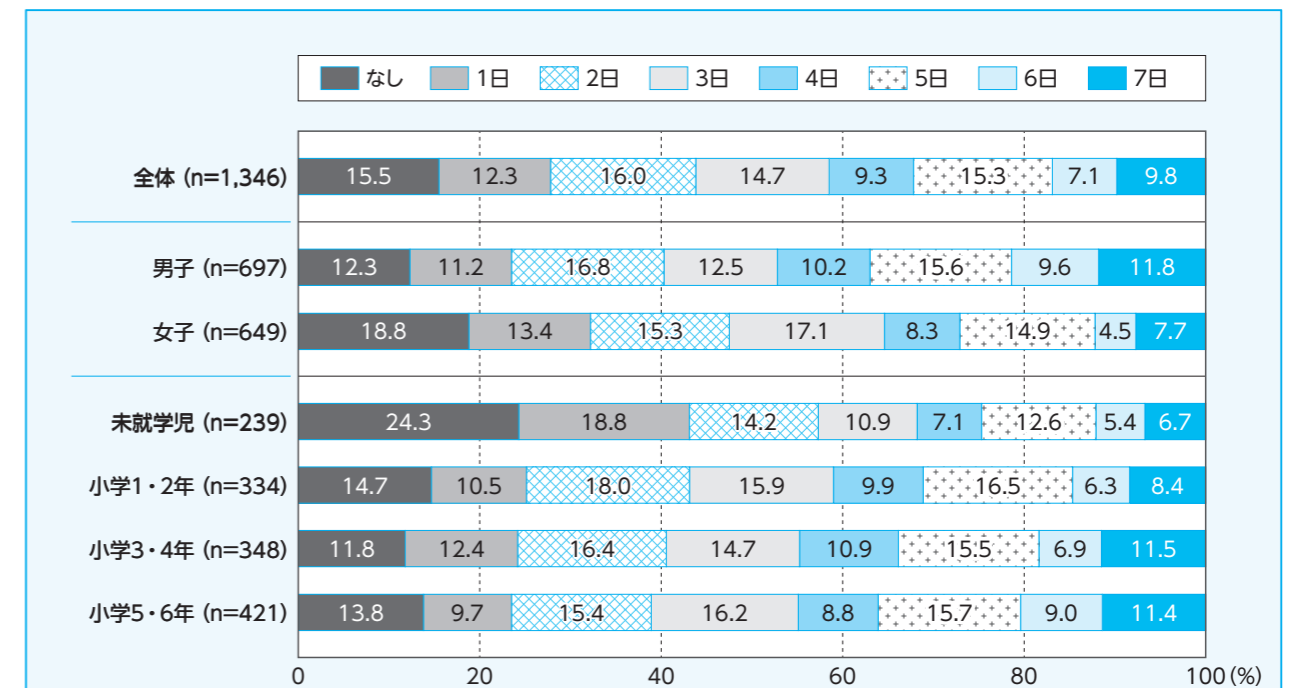
最近の7日間のうち、活動的な身体活動を1日あたり少なくとも合計60分間行った日数をたずねた。「活動的な身体活動」は、心臓がドキドキしたり息切れしたりするようなすべての活動で、スポーツや友だちと遊ぶ、学校に徒歩や自転車で通うなどの活動を含む。ただし、Tanaka et al. (2017) によると、この質問は小学校5年生以上で妥当性が明らかにされているため、小学校4年生までの結果は参考値として扱う。

図10-1に示す4~11歳では、全体では「2日」の割合が16.0%と最も高く、次いで「なし」15.5%、「5日」15.3%、「3日」14.7%であった。性別にみると男子は「2日」の16.8%、女子は「なし」の18.8%が最も高かった。就学状況別にみると、未就学児では「なし」24.3%、

小学1・2年と小学3・4年は「2日」の18.0%、16.4%、小学5・6年は「3日」16.2%が最も高かった。

Tanaka et al. (2017) に倣い、身体活動日数を「5日未満」(「なし」~「4日」の合計)と「5日以上」(「5日」~「7日」の合計)で区分すると、全体では32.2%が「5日以上」であった。性別にみると男子は37.0%、女子は27.1%と男子が9.9ポイント高かった。反対に「なし」の割合は女子が6.5ポイント高く、活動的な身体活動を行った日数は男子のほうが多い。

就学状況別にみると「5日以上」の割合は未就学児24.7%、小学1・2年31.2%、小学3・4年33.9%、小学5・6年36.1%であり、学年が上がるにつれて高くなる。



【図10-1】4~11歳の過去1週間に1日60分以上の活動的な身体活動を行った日数 (全体・性別・就学状況別)

注) 最近の7日間で、心臓がドキドキしたり息切れしたりするような身体活動を1日あたり少なくとも合計60分間した日は何日かをたずねた。

資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 10-2 12~21歳の日常生活全般の身体活動量

図10-2に12~21歳の最近の7日間のうち、活動的な身体活動を1日あたり少なくとも合計60分間行った日数の年次推移を全体、性別に示した。2023年の全体では「なし」が30.2%と最も高く、「5日」が15.1%で続く。活動的な身体活動を『5日以上』行っている割合は32.5%であった。性別にみると、「なし」の割合が男女ともに最も高く、男子26.6%、女子33.8%と女子が男子を7.2ポイント上回る。その他の実施日数について、男子では「5日」15.7%、「4日」10.9%の順に高く、女子では「5日」14.4%、「3日」9.6%と続いた。

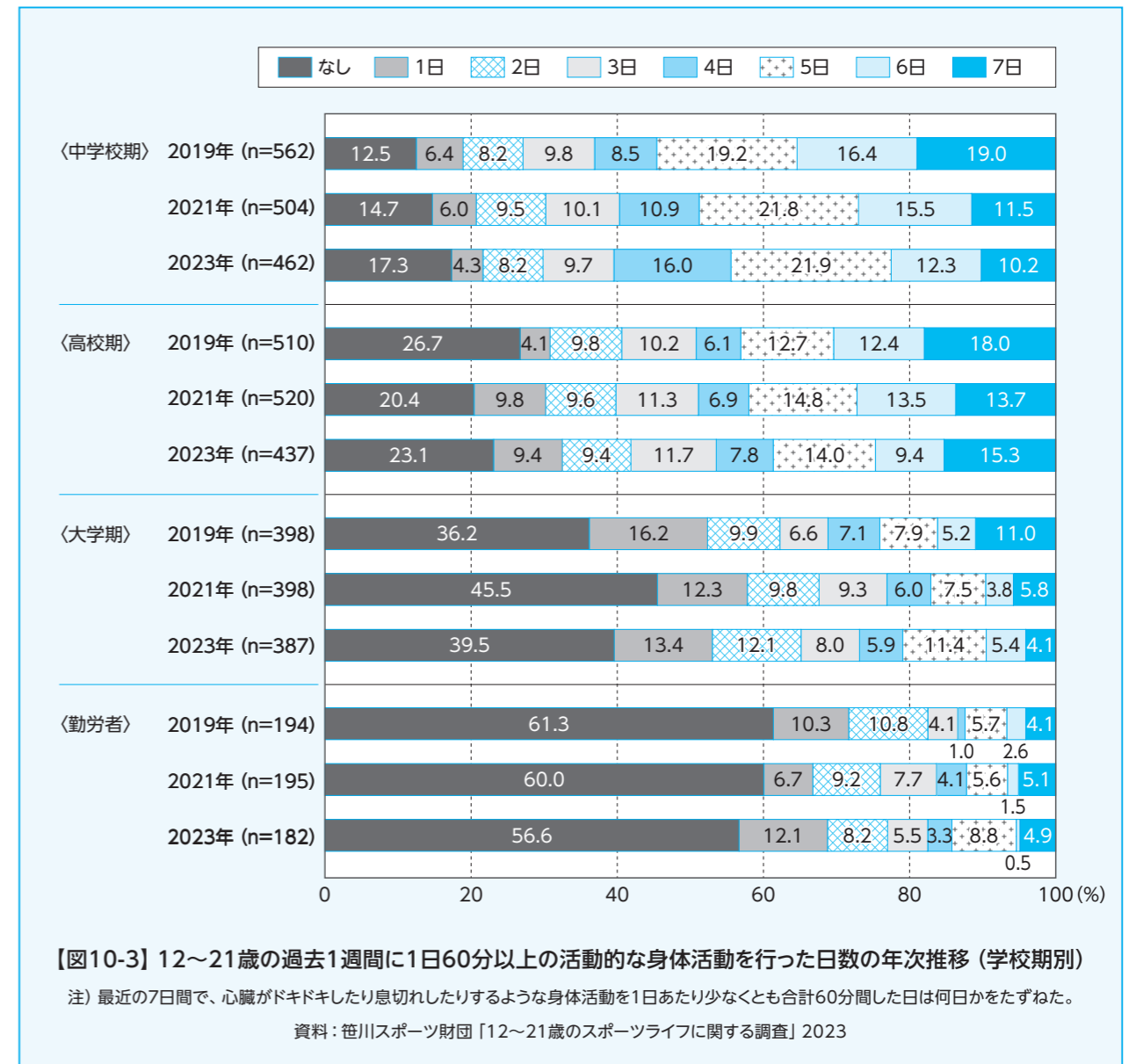
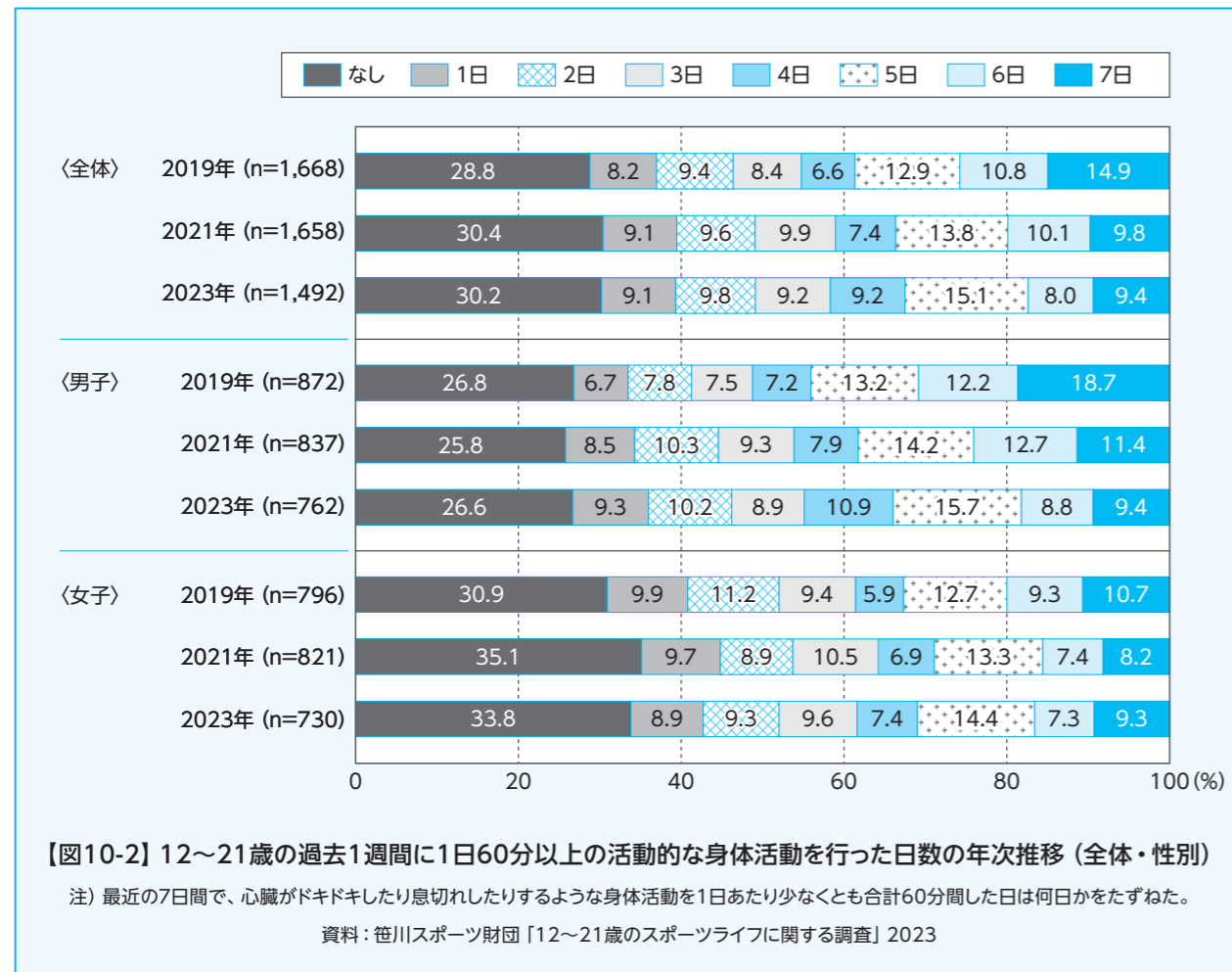
年次推移をみると、『5日以上』の割合は2019年

38.6%、2021年33.7%、2023年32.5%と2019年から2023年にかけては6.1ポイント減少している。性別にみると、男子は「なし」の割合は変化していないが、『5日以上』は2019年44.1%、2021年38.3%、2023年33.9%と5ポイント程度ずつ減少した。一方、女子の『5日以上』は2019年32.7%から2021年にかけては3.8ポイント減少し28.9%であったが、2023年には2.1ポイント増加し31.0%となった。2023年の『5日以上』は男子33.9%、女子31.0%と男女差はほとんどみられなかった。

図10-3に示す学校期別にみると、中学校期では「5日」21.9%、高校期・大学期・就労者では「なし」が23.1%、39.5%、56.6%で最も高かった。『5日以上』をみると、中学校期44.4%、高校期38.7%、大学期20.9%、勤労者14.2%と学校期が進むにつれて減少し、反対に「なし」は増加する。

年次推移をみると、中学校期では「なし」が2019年12.5%、2021年14.7%、2023年17.3%となり、2019年から2023年にかけて4.8ポイント増加した。一方、『5日以上』は2019年54.6%から2021年は5.8ポイント減少し48.8%、2023年はさらに4.4ポイント減少し44.4%であった。高校期の『5日以上』は2019年43.1%、2021年42.0%、2023年38.7%であり、2019年から2021年は1.1ポイント、2021年から2023年に

かけては3.3ポイント減少し、中学校期と同様に減少傾向がみられる。大学期では「なし」が2019年36.2%から2021年にかけて9.3ポイント増加し45.5%となったものの、2023年では6.0ポイント減少し、39.5%であった。『5日以上』は2019年24.1%から7.0ポイント減少し2021年は17.1%であったが、2023年は20.9%と3.8ポイント増加した。大学期は、新型コロナウイルス感染症の流行時に活動制限の影響をほかの学校期より強く受けて実施日数が減少したが、活動制限の解除に伴って回復したと考えられる。勤労者では、「なし」が2019年61.3%、2021年60.0%、2023年56.6%と減少が続いており、中学校期・高校期・大学期とは異なる傾向がみられた。



### 10-3 4～11歳の通園・通学方法

4～11歳の回答者の保護者に対し、子どもの通園・通学方法を複数回答でたずね、その結果の年次推移を表10-1に示した。

2023年の全体では「徒歩」が80.4%と最も高く、次いで「自家用車・バイク」14.9%、「バス・電車」6.8%、「自転車（ご家族が運転）」5.1%であった。性別にみても通園・通学方法の割合に大きな差はみられなかった。就学状況別にみると、未就学児では「自家用車・バ

イク」が52.3%と最も高く、次いで「自転車（ご家族が運転）」23.2%、「徒歩」19.9%であった。小学生以上では、いずれの学年においても「徒歩」が90%を超えて最も高く、次いで「自家用車・バイク」「バス・電車」の順となっている。割合についても学年による差はほとんどみられなかった。2021年と比較しても、通園・通学方法のそれぞれの割合に大きな変化はみられない。

【表10-1】4～11歳の通園・通学方法の年次推移（全体・性別・就学状況別：複数回答）

通園・通学方法	全体			男子			女子		
	2019年 (n=1,532)	2021年 (n=1,488)	2023年 (n=1,345)	2019年 (n=788)	2021年 (n=747)	2023年 (n=701)	2019年 (n=744)	2021年 (n=741)	2023年 (n=644)
徒歩	79.2	78.6	80.4	80.1	76.8	80.3	78.4	80.3	80.6
自家用車・バイク	13.8	15.7	14.9	14.0	16.2	14.7	13.7	15.1	15.1
バス・電車	6.8	7.3	6.8	6.1	7.4	6.3	7.5	7.2	7.3
自転車（ご家族が運転）	4.6	6.2	5.1	4.4	7.6	6.0	4.7	4.7	4.2
自転車（お子様自身が運転）	0.3	1.4	1.8	0.1	1.7	2.3	0.4	1.1	1.2
通学・通園はしていない	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.3	0.2

通園・通学方法	未就学児			小学1・2年			小学3・4年			小学5・6年		
	2019年 (n=332)	2021年 (n=308)	2023年 (n=241)	2019年 (n=328)	2021年 (n=341)	2023年 (n=335)	2019年 (n=403)	2021年 (n=357)	2023年 (n=346)	2019年 (n=462)	2021年 (n=477)	2023年 (n=419)
徒歩	22.0	21.4	19.9	94.8	94.4	94.3	95.8	93.3	94.2	95.7	93.9	93.1
自家用車・バイク	47.6	51.0	52.3	5.8	5.9	7.8	4.2	5.9	6.6	3.7	6.7	5.7
バス・電車	19.0	19.2	15.8	3.0	3.2	4.5	3.0	4.5	4.6	3.5	4.2	4.8
自転車（ご家族が運転）	18.4	26.0	23.2	0.6	1.8	1.5	0.5	0.8	1.4	1.1	0.4	0.7
自転車（お子様自身が運転）	0.3	1.0	0.4	0.3	1.5	0.9	0.2	0.8	2.3	0.2	2.1	2.6
通学・通園はしていない	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.2	0.2

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023

#### COMMENTS

■ 時間がある時は登園を自転車ではなく一緒に歩くようにしている。歩きながら抱っこもしたりして、スキンシップをとりながら歩くことが楽しいと思えるように努めている。 (6歳女子の母親)

■ 通学で自転車を使っていて、往復1時間近く運動しているので良いと思っている。 (15歳男子の母親)

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 10-4 12～21歳の通学・通勤方法

12～21歳の回答者本人に対し、通学・通勤方法を複数回答でたずね、その結果の年次推移を表10-2に示した。

2023年の全体では「徒歩」が48.2%と最も高く、次いで「バス・電車」36.4%、「自転車」36.2%、「自家用車・バイク」19.5%となった。年次推移をみると、「徒歩」は2019年44.7%、2021年43.8%と横ばいであったが、2021年から2023年にかけては4.4ポイント増加した。「通学・通勤はしていない」は2019年1.4%から2021年4.1%へ2.7ポイント増加したが、2023年は1.9ポイント減少し2.2%であった。

性別にみると男子は「徒歩」44.1%が最も高く、次いで「自転車」40.3%、「バス・電車」33.2%であった。女子は「徒歩」が52.4%で最も高く、次いで「バス・電車」39.8%、「自転車」32.0%であった。「徒歩」の割合は女子が男子より8.3ポイント高い一方、「自転車」は男子が女子を8.3ポイント上回り、男女で通学・通勤方法に違いがみられた。

就学状況別にみると、中学校期では「徒歩」が71.8%と最も高く、次いで「自転車」30.2%、高校期では「自転車」53.0%が最も高く、次いで「バス・電車」47.9%、大学期では「バス・電車」63.1%、「徒歩」

50.9%の順、勤労者は「自家用車・バイク」59.8%、「徒歩」22.9%の順であった。学校期によって通学・通勤方法の割合が異なる。

年次推移をみると、大学期の「通学・通勤はしていない」は2019年0.3%から2021年7.1%へと6.8ポイント増加したが、2023年は5.8ポイント減少し1.3%であった。「徒歩」は2019年43.8%、2021年42.5%と横ばいであったが、2023年では50.9%と2021年から8.4ポイント増加した。2021年ではコロナ禍のため授業をオンラインで実施する大学等も多かったが、2023年には対面での授業が増加した影響が考えられる。

勤労者では、「徒歩」が2019年16.1%、2021年20.6%、2023年22.9%と増加傾向にある。一方で、2021年から「自転車」は4.3ポイント、「自家用車・バイク」は3.6ポイント減少し、徒歩以外の通勤方法を利用する割合が減っている。「通学・通勤はしていない」は2019年0.5%から2021年3.1%へと2.6ポイント増加し、2023年は3.4%と横ばいであった。コロナ禍を機にテレワークを導入する民間事業者が増え、その後も継続されている状況がうかがえる。

【表10-2】12～21歳の通学・通勤方法の年次推移（全体・性別・学校期別：複数回答）

通学・通勤方法	全体			男子			女子		
	2019年 (n=1,667)	2021年 (n=1,654)	2023年 (n=1,480)	2019年 (n=872)	2021年 (n=834)	2023年 (n=757)	2019年 (n=795)	2021年 (n=820)	2023年 (n=723)
徒歩	44.7	43.8	48.2	42.3	38.2	44.1	47.3	49.5	52.4
バス・電車	36.3	34.5	36.4	30.7	32.1	33.2	42.4	36.8	39.8
自転車	35.3	37.2	36.2	37.5	40.9	40.3	33.0	33.4	32.0
自家用車・バイク	17.3	17.9	19.5	17.5	16.7	19.0	17.0	19.1	20.1
通学・通勤はしていない	1.4	4.1	2.2	1.5	4.2	2.2	1.3	3.9	2.2

通学・通勤方法	中学校期			高校期			大学期			勤労者		
	2019年 (n=566)	2021年 (n=505)	2023年 (n=457)	2019年 (n=509)	2021年 (n=519)	2023年 (n=463)	2019年 (n=363)	2021年 (n=395)	2023年 (n=385)	2019年 (n=192)	2021年 (n=194)	2023年 (n=179)
徒歩	68.2	68.1	71.8	31.0	32.6	33.3	43.8	42.5	50.9	16.1	20.6	22.9
バス・電車	9.9	8.9	11.2	47.7	47.0	47.9	68.9	60.0	63.1	22.4	19.6	18.4
自転車	26.5	28.9	30.2	56.6	57.6	53.0	33.6	33.9	37.1	13.5	14.9	10.6
自家用車・バイク	7.1	6.5	7.2	12.4	12.7	16.3	16.3	18.0	19.7	64.1	63.4	59.8
通学・通勤はしていない	0.2	0.4	0.2	0.4	0.8	1.1	0.3	7.1	1.3	0.5	3.1	3.4

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 10-5 4～11歳の朝食の摂取状況

4～11歳の回答者の保護者に対し、子どもの1週間の朝食の摂取状況をたずね、その結果を図10-4に示した。

全体では「ほとんど毎日食べる」が93.9%、「週4～5日食べる」が2.8%、「週2～3日食べる」が1.1%、「ほとんど食べない」が2.2%であり、ほぼすべての子どもが朝食を毎日食べていた。

性別にみると「ほとんど毎日食べる」は、男子93.8%、女子94.0%で、「ほとんど食べない」は男子2.3%、女子2.2%と性別による違いは確認できなかった。

就学状況別にみると「ほとんど毎日食べる」は、未就

学児95.0%、小学1・2年95.8%、小学3・4年96.2%、小学5・6年90.0%であり、小学5・6年の割合は、他の就学状況と比べてやや低かった。

運動・スポーツ実施頻度群別にみると「ほとんど毎日食べる」は非実施群91.1%、低頻度群92.4%、中頻度群93.7%、高頻度群94.8%であった。一方「ほとんど食べない」は非実施群が2.2%、低頻度群と中頻度群が2.8%、高頻度群が1.5%であった。スポーツ実施頻度が上がるにつれて、朝食を欠食する（「ほとんど毎日食べる」以外）割合がやや低くなる傾向にある。



【図10-4】4～11歳の朝食の摂取状況（全体・性別・就学状況別・頻度群別）

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 10-6 12～21歳の朝食の摂取状況

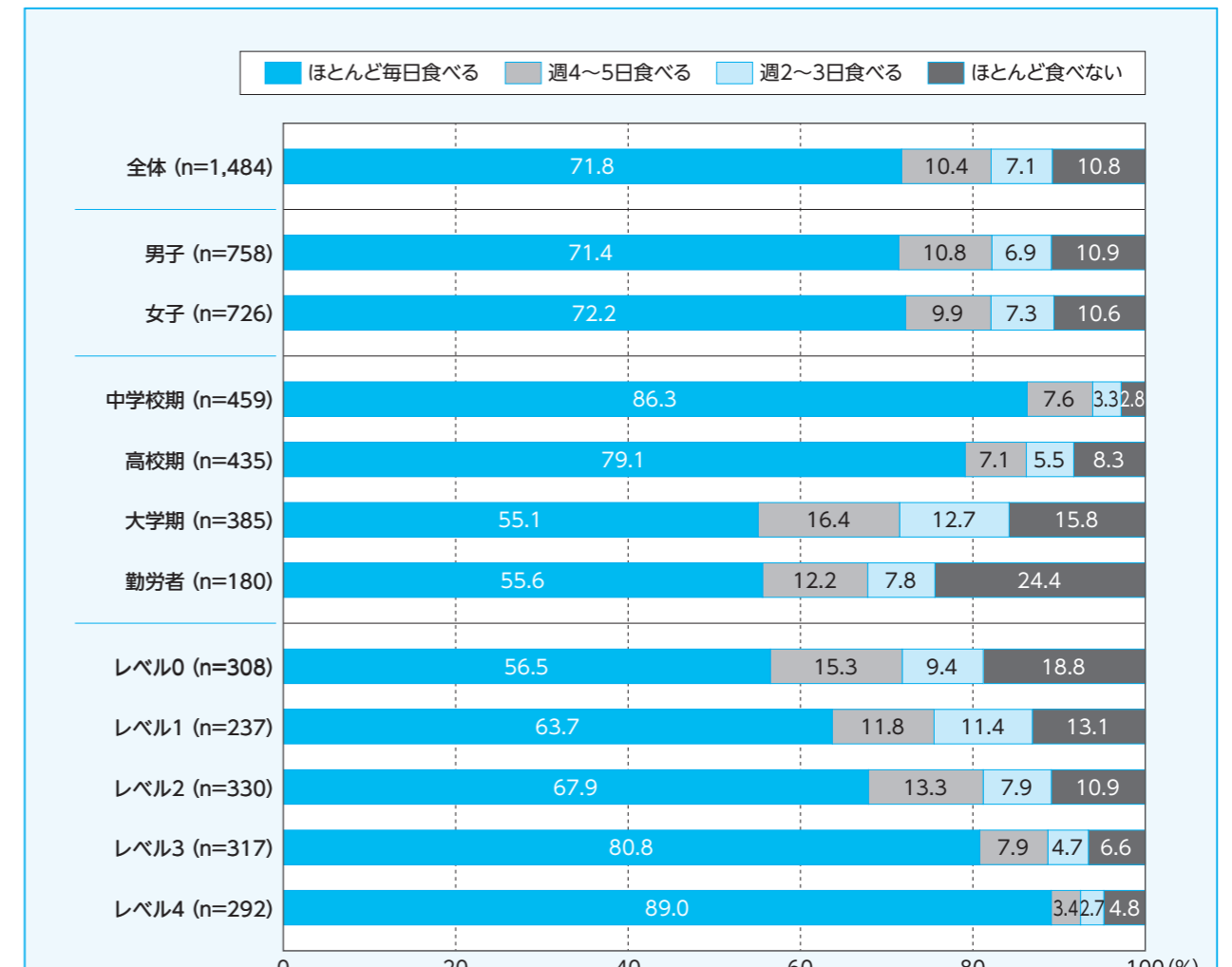
12～21歳の回答者本人に対し、1週間の朝食の摂取状況をたずね、その結果を図10-5に示した。

全体をみると「ほとんど毎日食べる」が71.8%であり、「ほとんど食べない」と回答した者は10.8%であった。性別にみると「ほとんど毎日食べる」は男子71.4%、女子72.2%、「ほとんど食べない」は男子10.9%、女子10.6%と、性差はみられなかった。

学校期別にみると「ほとんど毎日食べる」は中学校期86.3%、高校期79.1%、大学期55.1%、勤労者55.6%であった。未就学児から小学校期では約9割が朝食を毎日食べ、欠食する割合は1割にとどまるが、中学校

期以上の年代になると朝食を欠食する割合は高くなる。特に大学期・勤労者では約45%が朝食を欠食している。

運動・スポーツ実施レベル別にみると「ほとんど毎日食べる」は「レベル0」56.5%、「レベル1」63.7%、「レベル2」67.9%、「レベル3」80.8%、「レベル4」89.0%であった。運動・スポーツ実施レベルが上がるにつれて毎日朝食を食べる割合は高くなる。一方「ほとんど食べない」は「レベル0」18.8%、「レベル1」13.1%、「レベル2」10.9%、「レベル3」6.6%、「レベル4」4.8%であった。運動・スポーツ実施レベルが高くなるほど、朝食を欠食する割合は低下していた。



【図10-5】12～21歳の朝食の摂取状況（全体・性別・学校期別・レベル別）

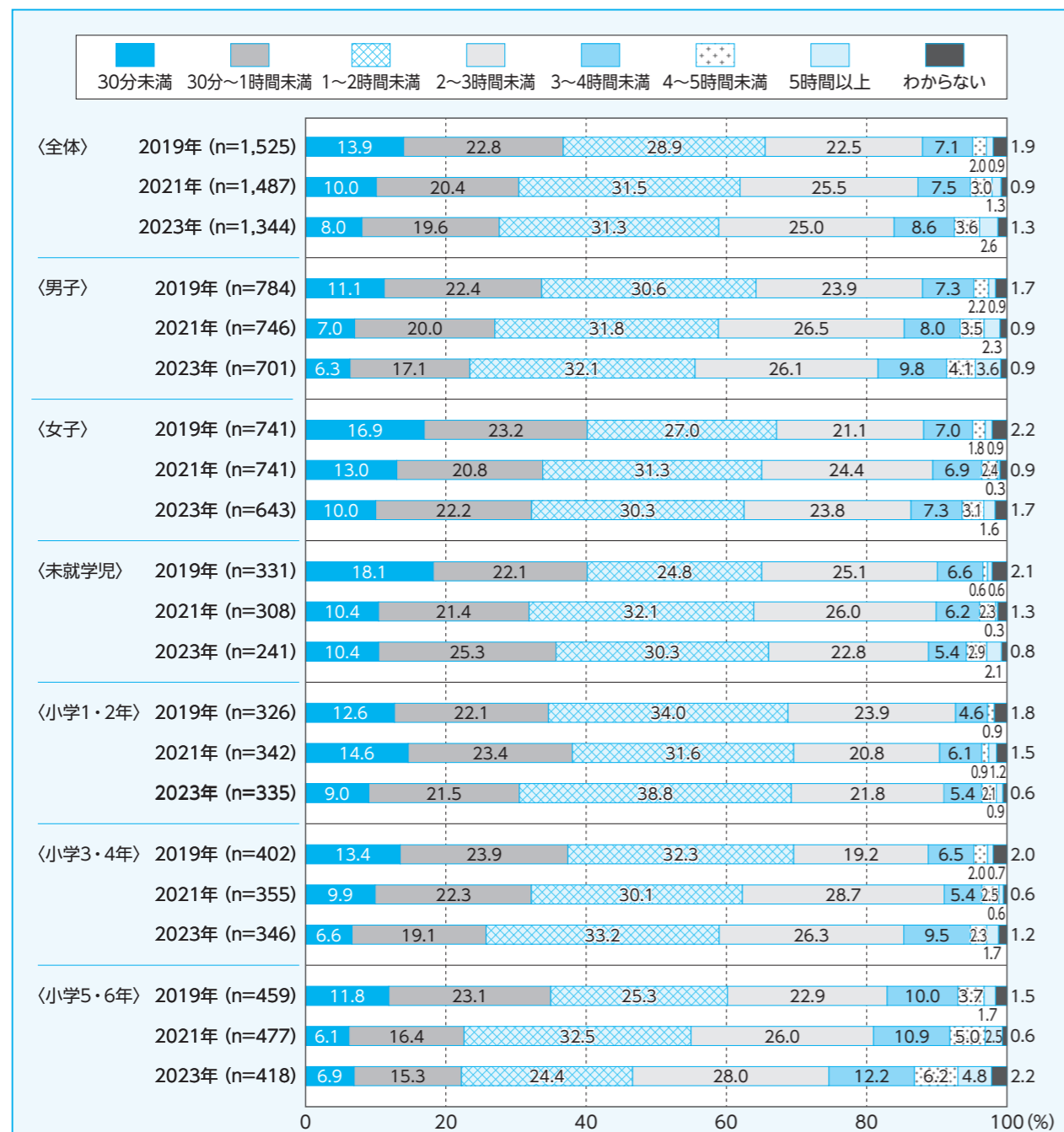
資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 10-7 4～11歳のメディア利用時間

4～11歳の回答者の保護者に対し、子どもの平日と休日における学校（幼稚園・保育園含む）の授業以外のテレビ視聴やパソコン、ゲーム、スマートフォンなどの1日あたりのメディア利用時間をたずねた。わが国では子どものメディア利用時間の推奨値が明示されていないが、

各種行動の推奨時間を24時間ガイドラインとして示したカナダやオーストラリアでは、余暇時間における1週間平均の1日あたりのメディア利用時間は2時間以内が推奨されている。

図10-6に平日のメディア利用時間の年次推移を全



【図10-6】4～11歳の平日1日あたりのメディア利用時間の年次推移（全体・性別・就学状況別）

注）メディア：学校（幼稚園・保育園含む）の授業以外のテレビ・DVDの視聴、パソコン、ゲーム（テレビ・パソコン・携帯式のゲーム機などを含む）、スマートフォンなど。

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023

体、性別、就学状況別に示した。2023年の全体をみると「1～2時間未満」が31.3%と最も高く、次いで「2～3時間未満」が25.0%であった。2021年と比較すると、「2時間以上」（「2～3時間未満」～「5時間以上」の合計）利用する割合が2.5ポイント増加した。

性別にみると、「1～2時間未満」が男子32.1%、女子30.3%と男女ともに最も高く、「2～3時間未満」が男子26.1%、女子23.8%で続いた。2021年と比較すると、男女ともにメディア利用時間が長時間化している傾向がみられた。

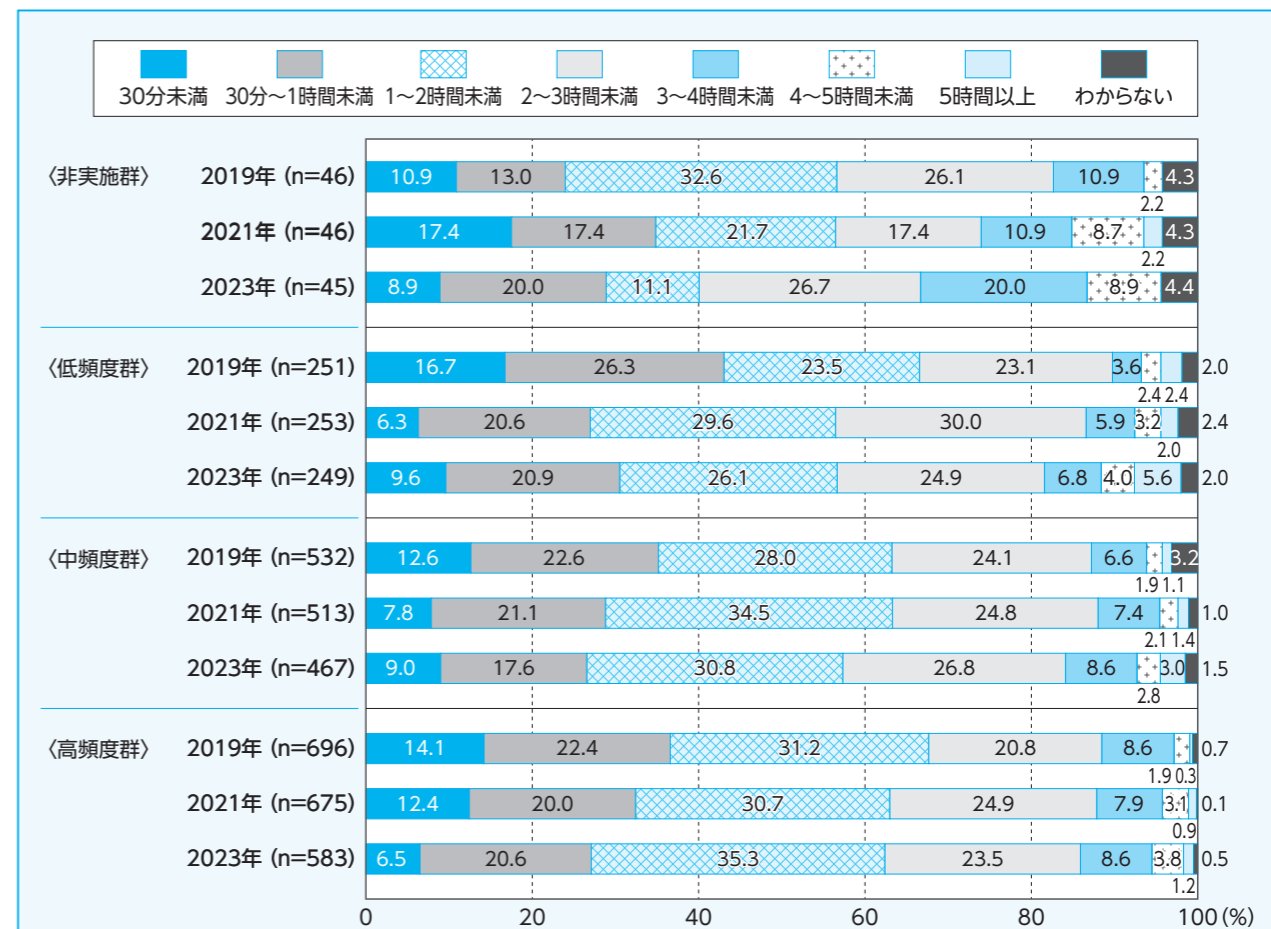
就学状況別にみると、小学3・4年以下では「1～2時間未満」が最も高く、未就学児30.3%、小学1・2年38.8%、小学3・4年33.2%であった。小学5・6年では「2～3時間未満」28.0%が最も高かった。平日の「2時間以上」は、未就学児33.2%、小学1・2年30.2%、小学3・4年39.8%、小学5・6年51.2%であり、小学生

では学年が上がるにつれてメディア利用時間が長くなる。

2021年と比較すると、小学1・2年では「1～2時間未満」が7.2ポイント増加し、「30分未満」が5.6ポイント減少した。小学3・4年では「3～4時間未満」が4.1ポイント増加し、メディア利用時間が長い者の割合が増加している。小学5・6年では「1～2時間未満」が8.1ポイント減少し、「2時間以上」は6.8ポイント増加して過半数に達した。

図10-7に示す運動・スポーツ実施頻度群別にみると、「2時間以上」は非実施群55.6%であるのに対し、低頻度群41.3%、中頻度群41.2%、高頻度群では37.1%であり、運動・スポーツの実施頻度によってメディア利用時間に差がみられた。

2019年からの年次推移をみると、「2時間以上」は非実施群16.4ポイント、低頻度群9.8ポイント、中頻度群7.5ポイント、高頻度群5.5ポイントとそれぞれ増加して



【図10-7】4～11歳の平日1日あたりのメディア利用時間の年次推移（頻度群別）

注）メディア：学校（幼稚園・保育園含む）の授業以外のテレビ・DVDの視聴、パソコン、ゲーム（テレビ・パソコン・携帯式のゲーム機などを含む）、スマートフォンなど。

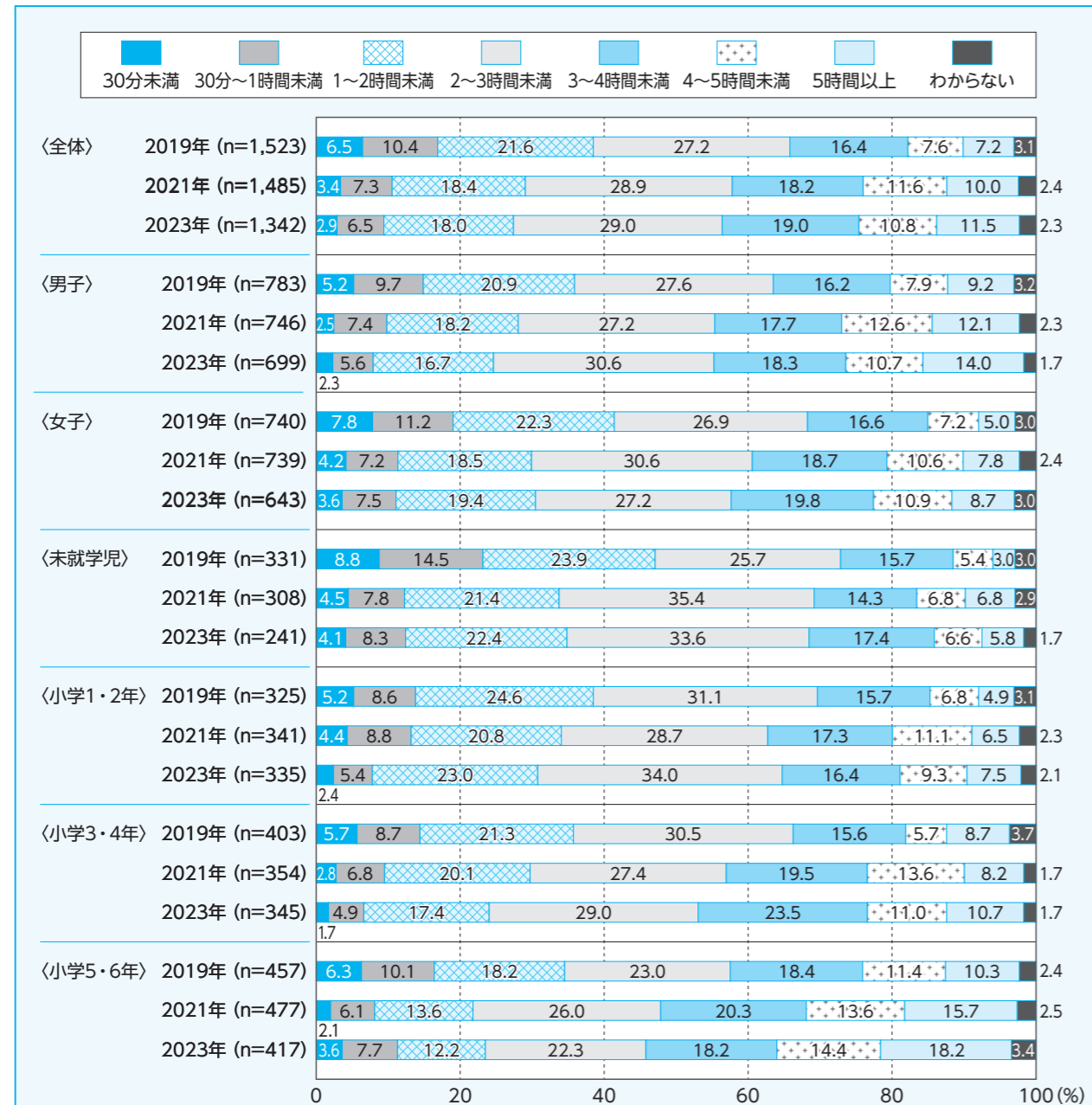
資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023

いる。実施頻度が低くなるに従い、『2時間以上』の増加幅が大きくなる傾向がみられ、特に非実施群・低頻度群の増加は顕著であった。

図10-8に休日のメディア利用時間の年次推移を全体、性別、就学状況別に示した。2023年の全体では「2~3時間未満」が29.0%と最も高く、次いで「3~4時間未満」19.0%であった。平日と比べて休日では「3~4時

間未満」「4~5時間未満」「5時間以上」の割合が高い。年次推移をみると、2019年から2021年にかけて「2時間以上」が10.3ポイント増加したが、2021年から2023年では大きな変化はみられなかった。

性別にみると、男女ともに「2~3時間未満」が最も高く、男子30.6%、女子27.2%であった。2021年と比較すると、男子は「2時間以上」が4.0ポイント増加し、メディア



【図10-8】4~11歳の休日1日あたりのメディア利用時間の年次推移 (全体・性別・就学状況別)

注) メディア: 学校 (幼稚園・保育園含む) の授業以外のテレビ・DVDの視聴、パソコン、ゲーム (テレビ・パソコン・携帯型のゲーム機などを含む)、スマートフォンなど。

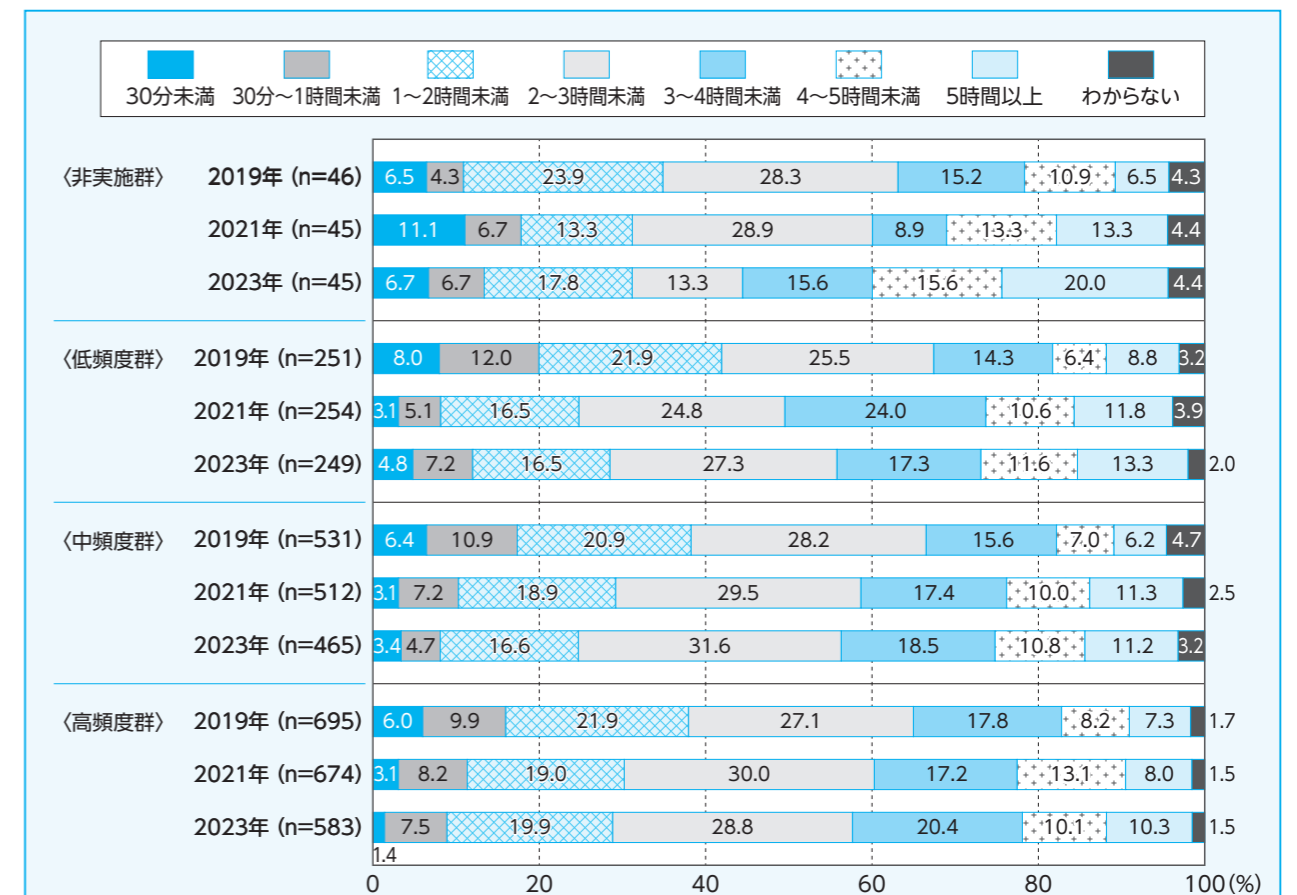
資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2023

ア利用が長時間化する傾向がみられた。一方、女子は2019年から2021年にかけて「2時間以上」が12.0ポイント増加したが、2021年から2023年は横ばいであった。

就学状況別にみると、いずれの学年も「2~3時間未満」が最も高く、未就学児33.6%、小学1・2年34.0%、小学3・4年29.0%、小学5・6年22.3%であった。未就学児・小学生ともに6割以上が「2時間以上」メディアを利用しており、平日と比べて休日の割合は顕著に高かった。年次推移をみると、未就学児および小学5・6年では「2時間以上」が2019年から2021年にかけてそれぞれ13.5ポイント、12.5ポイントと大幅に増加したが、2021年から2023年は横ばいであった。一方で、小学3・4年の「2時間以上」は2019年60.5%、2021年68.7%、2023年74.2%と継続して増加している。総合的にみて、休日においてもメディア利用が長時間化している様子がうかがえる。

図10-9に示す運動・スポーツ実施頻度群別にみると、2023年の非実施群では「5時間以上」の割合が20.0%と最も高く、実施頻度が高くなるにつれて長時間メディアを利用する割合は低くなる傾向が確認された。ほかの群では「2~3時間未満」が最も高く、低頻度群27.3%、中頻度群31.6%、高頻度群28.8%であり、いずれの頻度群においても平日に比べて休日のメディア利用時間は長かった。

年次推移をみると、「2時間以上」は2019年で非実施群60.9%、低頻度群55.0%、中頻度群57.0%、高頻度群60.4%であったが、2023年は非実施群64.5%、低頻度群69.5%、中頻度群72.1%、高頻度群69.6%と、いずれの頻度群でも増加し、なかでも低頻度群・中頻度群の増加幅が大きい。



【図10-9】4~11歳の休日1日あたりのメディア利用時間の年次推移 (頻度群別)

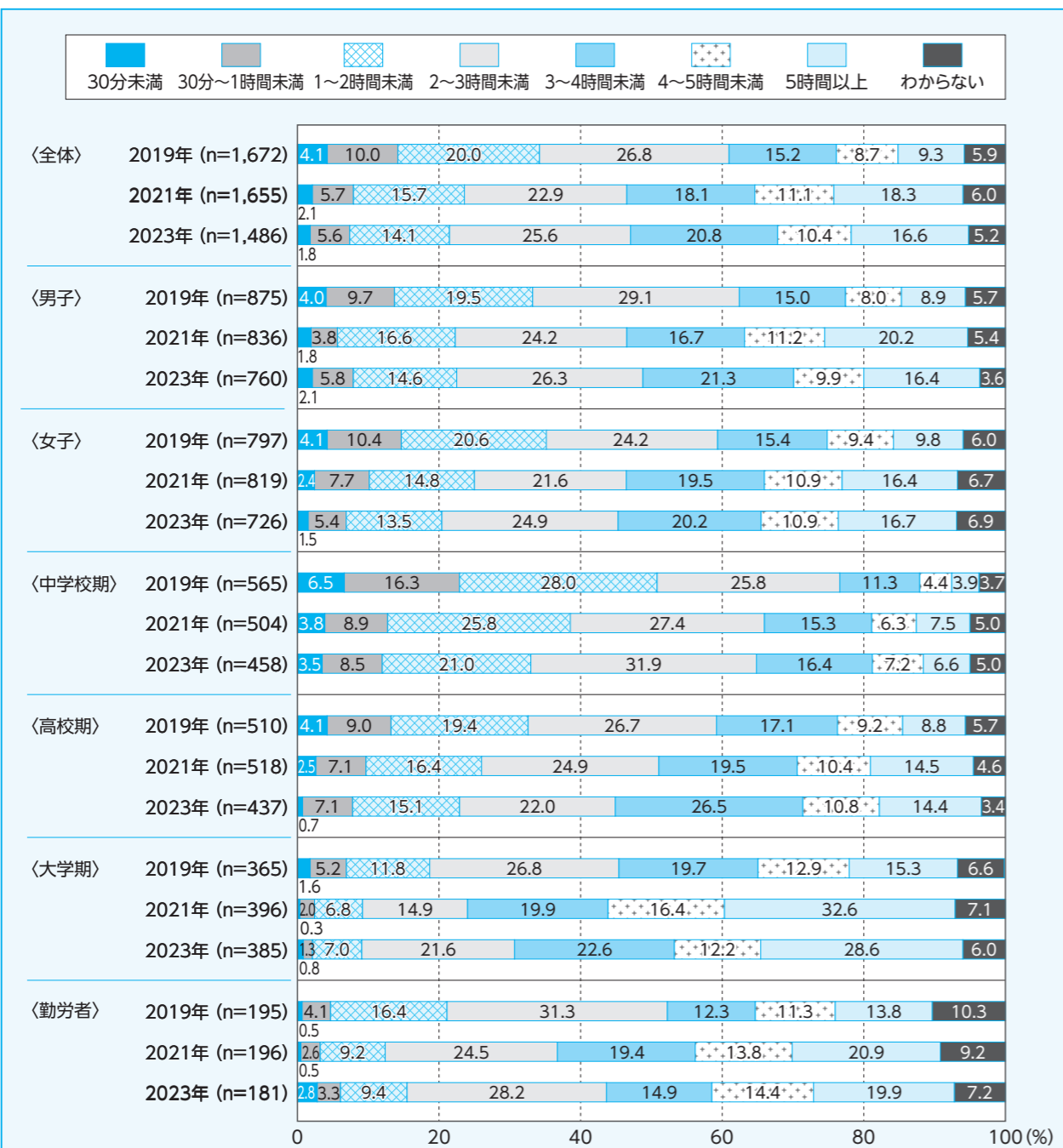
注) メディア: 学校 (幼稚園・保育園含む) の授業以外のテレビ・DVDの視聴、パソコン、ゲーム (テレビ・パソコン・携帯型のゲーム機などを含む)、スマートフォンなど。

資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2023

### 10-8 12～21歳のメディア利用時間

12～21歳の回答者本人に対し、平日と休日における学校の授業や仕事以外のテレビ視聴やパソコン、ゲーム、スマートフォンなどの1日あたりのメディア利用時間をたずねた。

図10-10に平日のメディア利用時間を全体、性別、学校期別に示した。2023年の全体をみると「2～3時間未満」が25.6%と最も高く、次いで「3～4時間未満」が20.8%であった。2021年と比較すると、「2～3時間



【図10-10】12～21歳の平日1日あたりのメディア利用時間の年次推移 (全体・性別・学校期別)

注) メディア：学校の授業や仕事以外のテレビ・DVDの視聴、パソコン、ゲーム (テレビ・パソコン・携帯式のゲーム機などを含む)、スマートフォンなど。

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

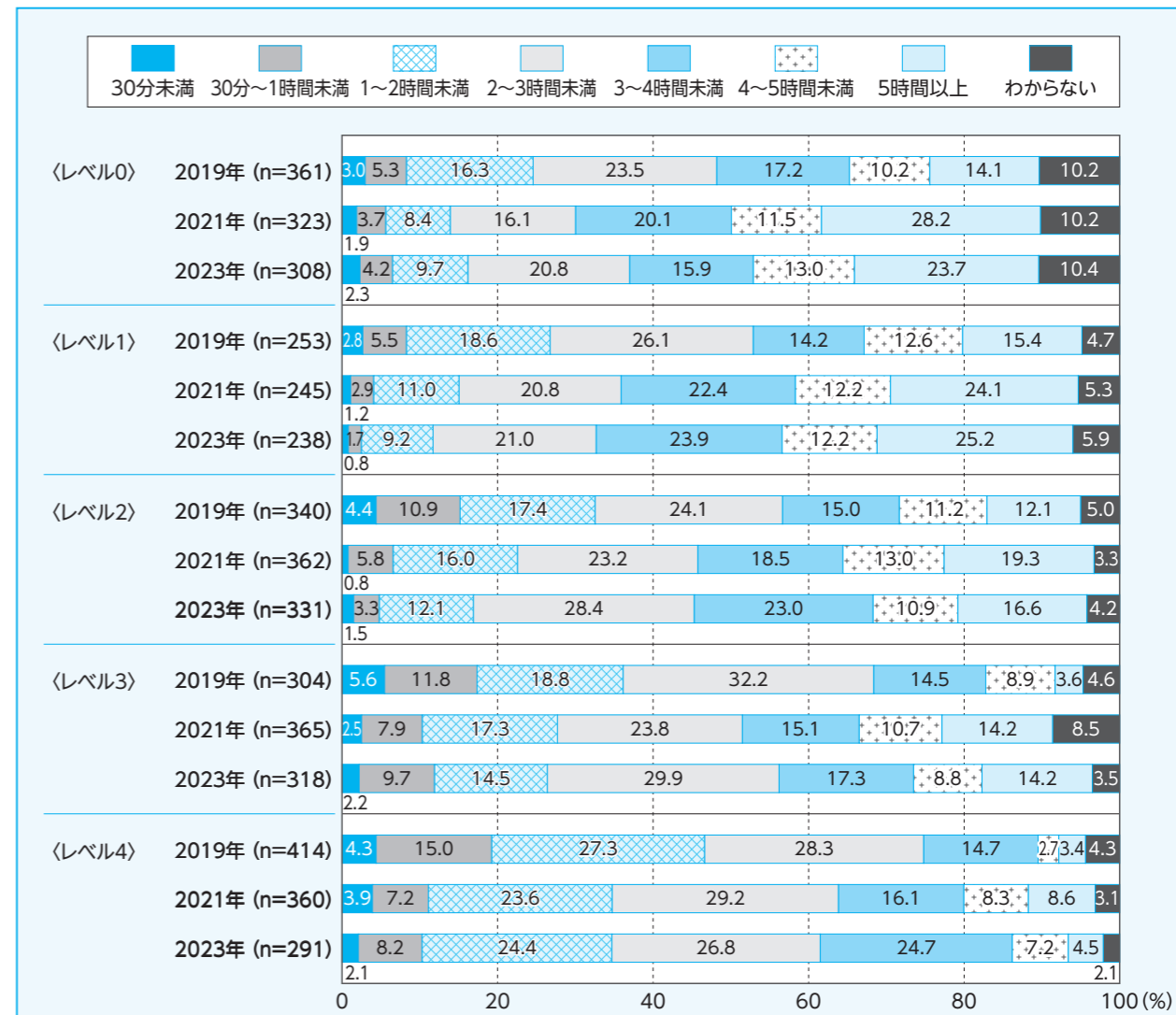
未満」と「3～4時間未満」が微増し、「1～2時間未満」や「5時間以上」は微減している。

性別にみると、「2～3時間未満」が男子26.3%、女子24.9%と男女ともに最も高く、「3～4時間未満」男子21.3%、女子20.2%が続いた。2021年と比較すると、「2時間以上」が男子では1.6ポイント、女子では4.3ポイント増加し、女子のメディア利用時間が長くなっている傾向がみられた。

学校期別にみると、中学校期と勤労者では「2～3時間未満」31.9%、28.2%、高校期では「3～4時間未満」26.5%、大学期では「5時間以上」28.6%が最も高かった。年次推移をみると、「2時間以上」は中学校期で2019

年45.4%、2021年56.5%、2023年62.1%、高校期では2019年61.8%、2021年69.3%、2023年73.7%と増加を続けている。一方、大学期は2019年74.7%、2021年83.8%、2023年85.0%、勤労者は2019年68.7%、2021年78.6%、2023年77.4%と2019年から2021年にかけては大幅に増加したが、2021年から2023年は横ばいもしくはやや減少していた。

図10-11に示す運動・スポーツ実施レベル別にみると、「レベル0」と「レベル1」では「5時間以上」が最も高く、「レベル2」以上では「2～3時間未満」が最も高かった。運動・スポーツ実施レベルが低いほどメディア利用時間は長い傾向にある。年次推移をみると、「レベル1」



【図10-11】12～21歳の平日1日あたりのメディア利用時間の年次推移 (レベル別)

注) メディア：学校の授業や仕事以外のテレビ・DVDの視聴、パソコン、ゲーム (テレビ・パソコン・携帯式のゲーム機などを含む)、スマートフォンなど。

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023