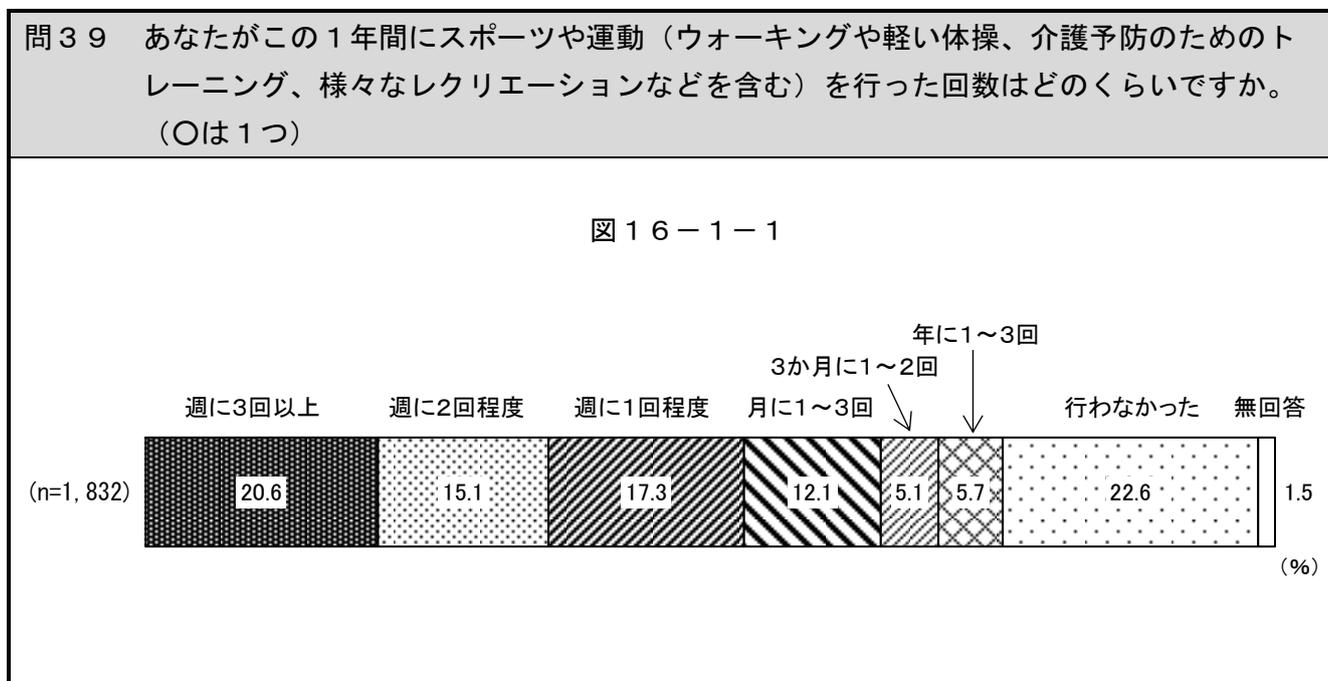


## 16. スポーツ

### (1) この1年間に行ったスポーツや運動の回数

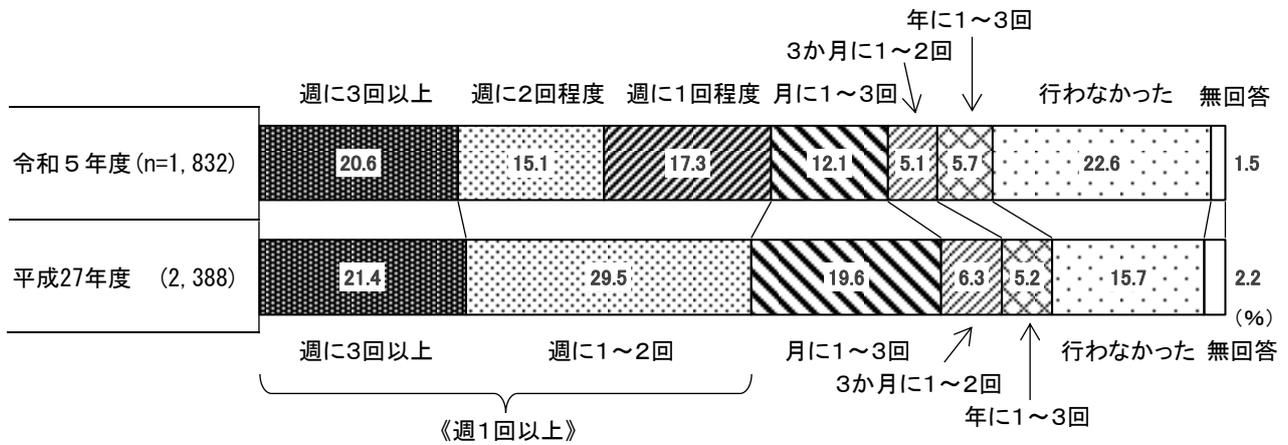
◎「週に3回以上」がほぼ2割、「週に1回程度」が2割近く



この1年間に行ったスポーツや運動の回数を聞いたところ、「行わなかった」（22.6%）が2割を超えて最も高い。行った中では、「週に3回以上」（20.6%）がほぼ2割で最も高く、以下、「週に1回程度」（17.3%）、「週に2回程度」（15.1%）、「月に1~3回」（12.1%）などと続く。

(図16-1-1)

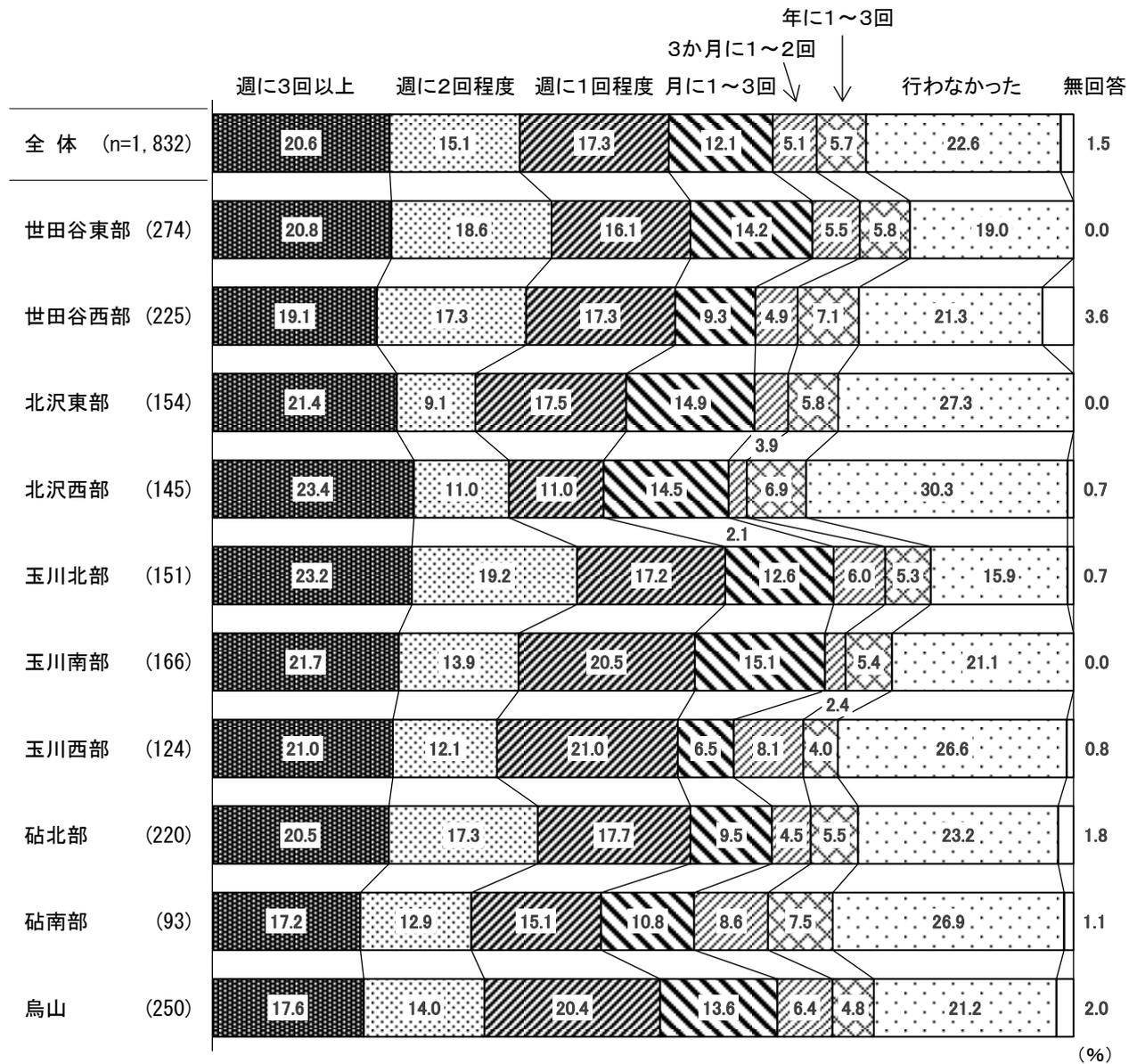
図16-1-2 この1年間に行ったスポーツや運動の回数（時系列）



注) 令和5年度調査から「週に1~2回」を「週に1回程度」「週に2回程度」の2つの選択肢とした。

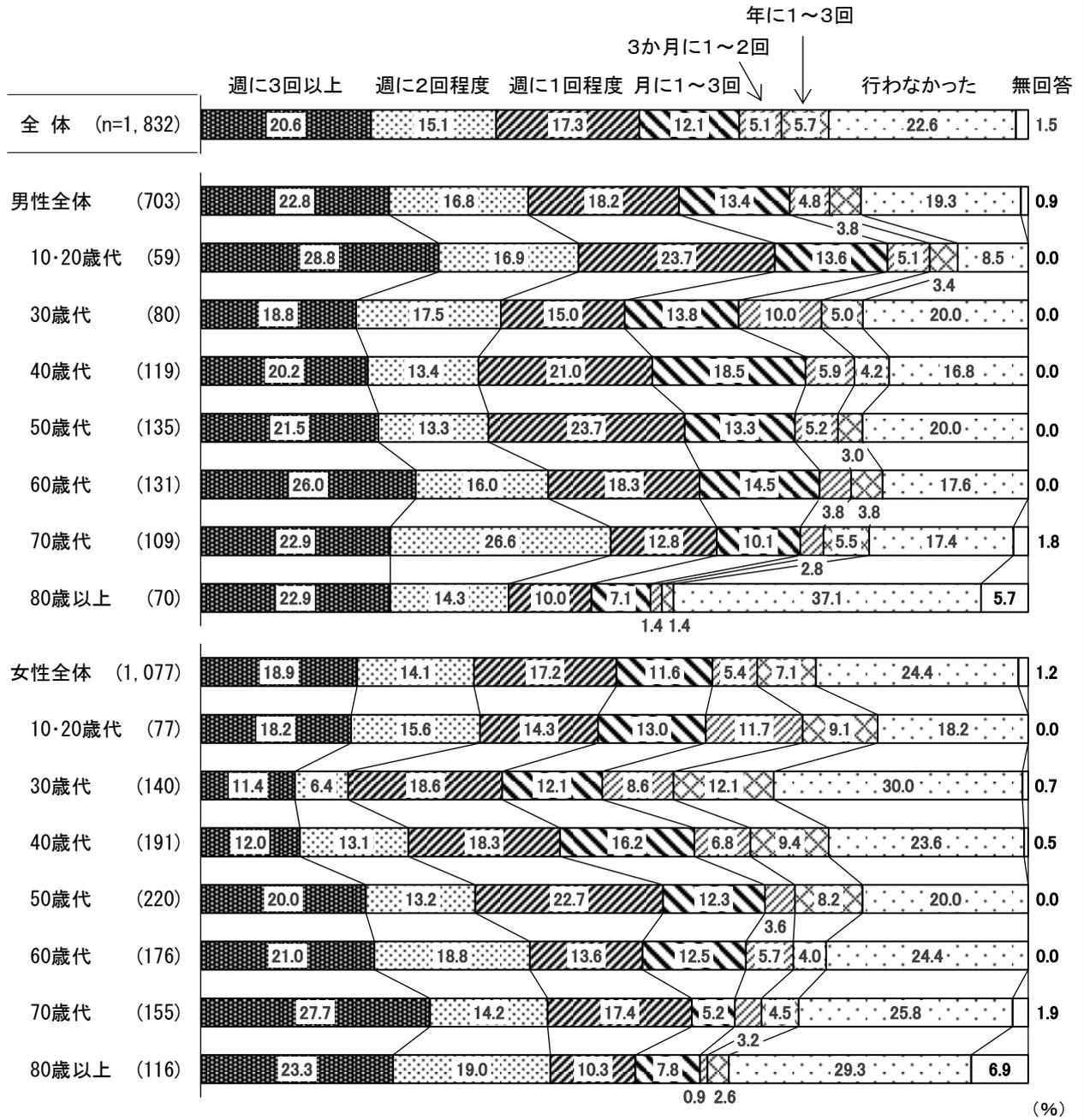
平成27年度からの時系列の変化をみると、「週1回以上」は平成27年度（50.9%）から令和5年度（53.0%）で大きな違いはみられないが、「行わなかった」は平成27年度（15.7%）から令和5年度（22.6%）で増加している。（図16-1-2）

図16-1-3 この1年間に行ったスポーツや運動の回数（地域別）



地域別にみると、《週1回以上》（「週に3回以上」＋「週に2回程度」＋「週に1回程度」）は玉川北部で6割、玉川南部、世田谷東部、砧北部、玉川西部で5割半ばとなっている。《月1回以上》（「週に3回以上」＋「週に2回程度」＋「週に1回程度」＋「月に1～3回」）は砧南部が5割半ばで他の地域に比べ低い。「行わなかった」は北沢西部で3割となっている。（図16-1-3）

図16-1-4 この1年間に行ったスポーツや運動の回数（性・年齢別）



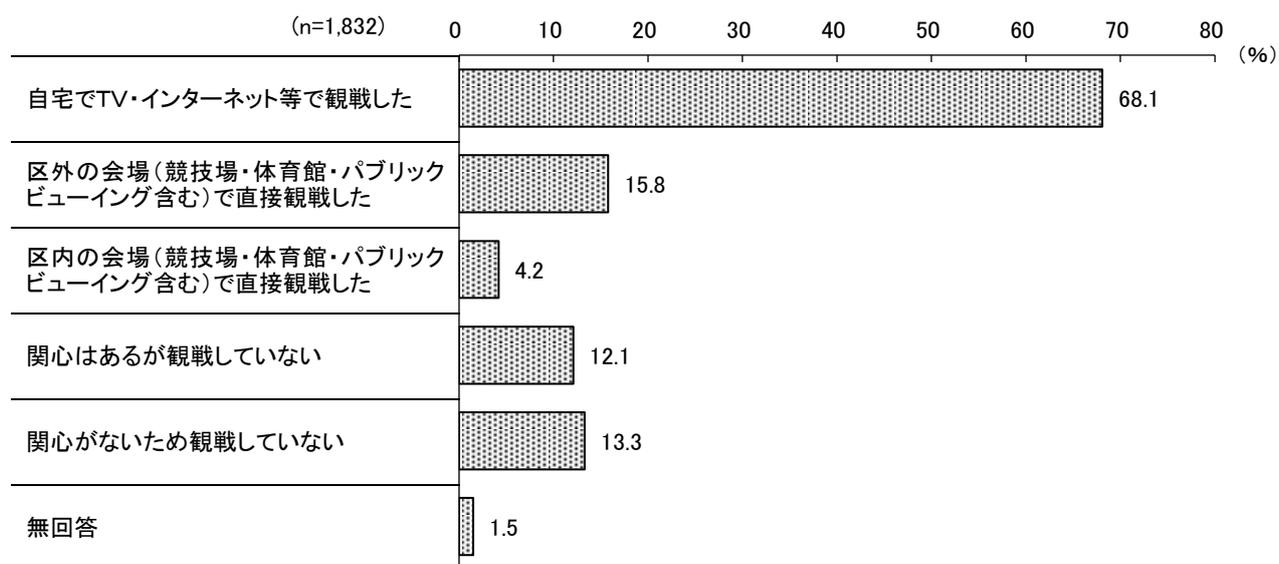
性・年齢別にみると、「週に3回以上」は男性の10・20歳代、女性の70歳代で3割近くとなっている。《週1回以上》は男性の10・20歳代で7割、男性の70歳代で6割を超えている。《月1回以上》は男性の10・20歳代で8割を超え、男性の40歳代～70歳代で7割台となっている。「行わなかった」は男性の80歳以上で4割近くとなっている。（図16-1-4）

## (2) この1年間のスポーツの観戦状況

◎「自宅でTV・インターネット等で観戦した」が7割近く

問40 あなたがこの1年間に観戦したスポーツの試合・イベントについて教えてください。  
(プロ・アマチュア問わず) (〇はいくつでも)

図16-2-1



この1年間に観戦したスポーツの試合・イベントについて聞いたところ、「自宅でTV・インターネット等で観戦した」(68.1%)が7割近くで最も高い。「区外の会場(競技場・体育館・パブリックビューイング含む)で直接観戦した」(15.8%)が1割半ば、「関心がないため観戦していない」(13.3%)と「関心はあるが観戦していない」(12.1%)は1割を超えている。(図16-2-1)

表 16-2-1 この1年間のスポーツの観戦状況（性・年齢別）

		(%)						
		n	で自宅 で観戦 した TV・ イン ター ネッ ト等	でパ ブリ ック ビュ ーイ ン グ 含 む 区 外 の 会 場 ( 競 技 場 ・ 体 育 館 ・ パ ブ リ ック ビ ュ ー イ ン グ 含 む )	でパ ブリ ック ビュ ーイ ン グ 含 む 区 内 の 会 場 ( 競 技 場 ・ 体 育 館 ・ パ ブ リ ック ビ ュ ー イ ン グ 含 む )	関 心 は あ る が 観 戦 し て い な い	関 心 が な い た め 観 戦 し て い な い	無 回 答
全 体		1,832	68.1	15.8	4.2	12.1	13.3	1.5
性・ 年 齢 別	男性全体	703	68.6	18.2	4.8	12.9	11.1	1.0
	10・20歳代	59	62.7	25.4	1.7	5.1	16.9	-
	30歳代	80	65.0	18.8	1.3	3.8	27.5	-
	40歳代	119	70.6	31.9	6.7	11.8	8.4	-
	50歳代	135	70.4	17.8	4.4	13.3	11.1	-
	60歳代	131	72.5	19.8	8.4	11.5	6.9	0.8
	70歳代	109	70.6	7.3	5.5	19.3	5.5	1.8
	80歳以上	70	60.0	2.9	1.4	24.3	8.6	5.7
	女性全体	1,077	68.3	14.2	3.7	11.6	14.8	1.2
	10・20歳代	77	61.0	22.1	5.2	14.3	19.5	-
	30歳代	140	57.9	14.3	2.1	11.4	24.3	1.4
	40歳代	191	64.9	21.5	6.3	6.3	19.4	0.5
	50歳代	220	77.3	20.0	4.1	9.1	9.1	0.5
	60歳代	176	76.7	14.8	3.4	8.0	10.8	1.1
70歳代	155	71.6	2.6	1.9	13.5	13.5	0.6	
80歳以上	116	58.6	0.9	2.6	25.0	11.2	5.2	

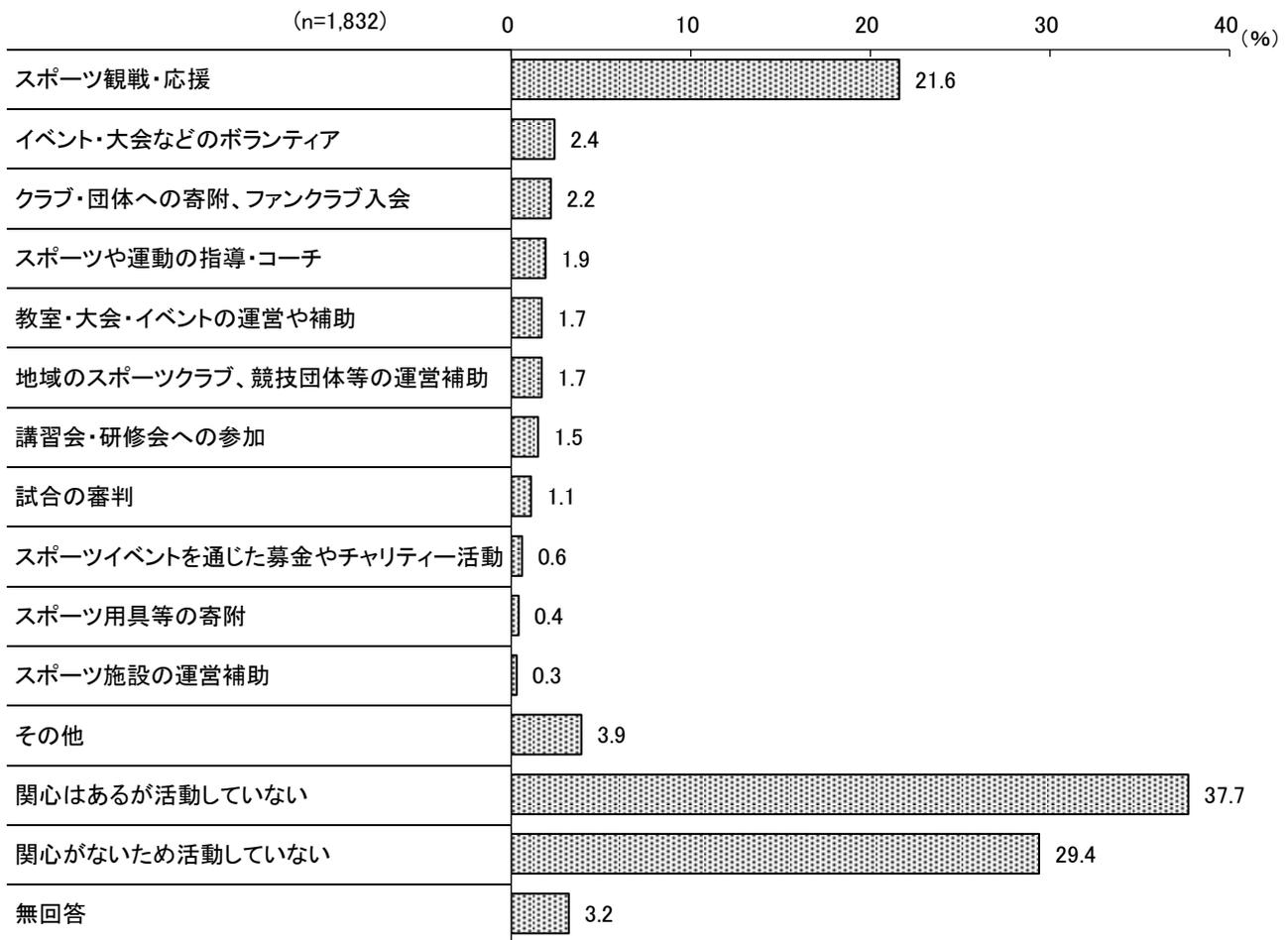
性・年齢別にみると、「自宅でTV・インターネット等で観戦した」は各年代とも5割台～7割台で最も高くなっている。「区外の会場（競技場・体育館・パブリックビューイング含む）で直接観戦した」は男性の40歳代で3割を超え、男性の10・20歳代で2割半ばとなっている。「関心はあるが観戦していない」は男女とも80歳以上で2割半ば、「関心がないため観戦していない」は男性の30歳代で3割近く、女性の30歳代で2割半ばとなっている。（表16-2-1）

(3) この1年間に参加したスポーツを支える活動

◎「スポーツ観戦・応援」が2割を超える

問4-1 あなたがこの1年間に参加したスポーツを支える活動を教えてください。  
(〇はいくつでも)

図16-3-1



この1年間に参加したスポーツを支える活動を聞いたところ、「関心はあるが活動していない」(37.7%)が4割近くで最も高く、「関心がないため活動していない」(29.4%)がほぼ3割となっている。参加した活動の中では、「スポーツ観戦・応援」(21.6%)が2割を超えて最も高く、それ以外の活動は1割未満となっている。(図16-3-1)

表 16-3-1 この1年間に参加したスポーツを支える活動（性・年齢別）

(%)

		n	スポーツ観戦・応援	イベント・大会などのボランティア	クラブ・団体への寄附、ファンクラブ入会	スポーツや運動の指導・コーチ	教室・大会・イベントの運営や補助	地域のスポーツクラブ、競技団体等の運営補助	講習会・研修会への参加	試合の審判	スポーツイベントを通じた募金やチャリティ活動	スポーツ用具等の寄附	スポーツ施設の運営補助	その他	関心はあるが活動していない	関心がないため活動していない	無回答
全体		1,832	21.6	2.4	2.2	1.9	1.7	1.7	1.5	1.1	0.6	0.4	0.3	3.9	37.7	29.4	3.2
性・年齢別	男性全体	703	25.2	3.7	1.8	3.3	2.6	1.8	1.4	2.4	0.7	1.0	0.4	3.3	38.8	25.9	1.8
	10・20歳代	59	40.7	3.4	-	5.1	1.7	1.7	3.4	6.8	-	-	1.7	3.4	20.3	30.5	-
	30歳代	80	28.8	3.8	3.8	5.0	1.3	1.3	1.3	2.5	-	1.3	1.3	5.0	26.3	38.8	1.3
	40歳代	119	39.5	4.2	2.5	5.9	2.5	1.7	2.5	4.2	0.8	1.7	-	2.5	28.6	21.8	3.4
	50歳代	135	23.0	2.2	2.2	1.5	3.7	2.2	-	1.5	0.7	1.5	-	3.7	37.8	30.4	-
	60歳代	131	25.2	6.1	1.5	4.6	6.1	1.5	1.5	3.1	0.8	-	0.8	3.1	39.7	23.7	1.5
	70歳代	109	13.8	2.8	1.8	0.9	-	1.8	0.9	-	1.8	0.9	-	1.8	56.9	19.3	1.8
	80歳以上	70	5.7	2.9	-	-	-	2.9	1.4	-	-	1.4	-	4.3	58.6	20.0	5.7
	女性全体	1,077	19.5	1.7	2.4	1.0	1.2	1.7	1.5	0.3	0.6	0.1	0.1	4.0	37.5	32.1	3.2
	10・20歳代	77	36.4	1.3	2.6	2.6	1.3	2.6	1.3	1.3	-	-	-	6.5	26.0	31.2	1.3
	30歳代	140	22.9	2.1	2.9	2.1	0.7	-	-	-	-	0.7	-	1.4	26.4	42.9	3.6
	40歳代	191	26.2	2.6	3.1	1.6	1.6	3.7	2.1	0.5	1.0	-	0.5	1.6	24.6	39.8	1.6
	50歳代	220	26.8	1.4	4.5	0.5	2.3	2.7	1.4	-	1.8	-	-	2.3	35.9	30.5	1.4
60歳代	176	15.3	2.3	2.3	0.6	0.6	0.6	1.7	0.6	-	-	-	2.3	47.2	27.8	3.4	
70歳代	155	7.7	1.3	-	-	-	-	2.6	-	-	-	-	9.0	48.4	27.7	3.9	
80歳以上	116	1.7	-	-	0.9	1.7	1.7	0.9	-	-	-	-	8.6	52.6	23.3	8.6	

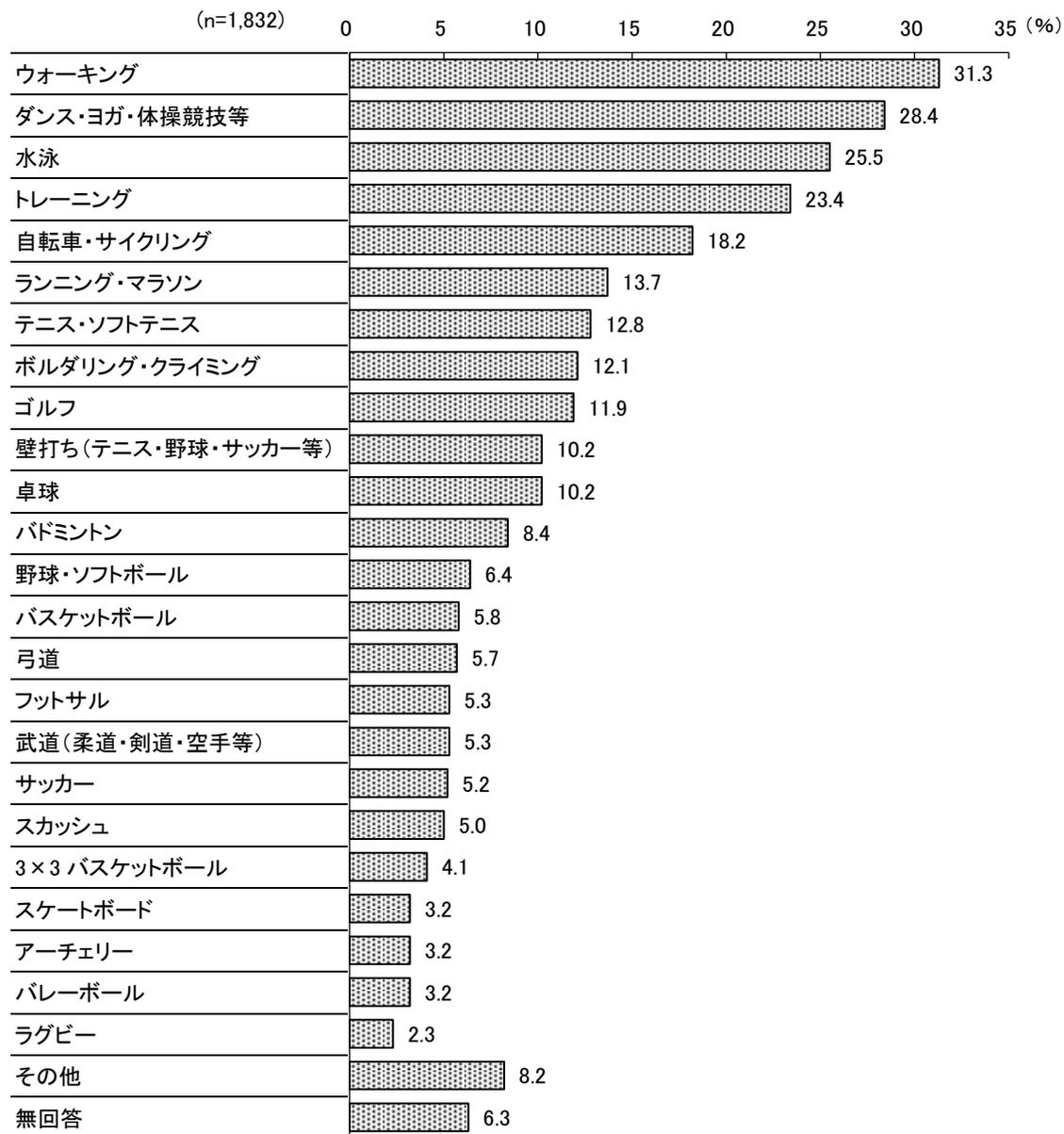
性・年齢別にみると、「スポーツ観戦・応援」は男性の10・20歳代でほぼ4割、男性の40歳代で4割、女性の10・20歳代で3割半ばとなっている。それ以外の活動は各年代とも1割未満となっているが、「イベント・大会などのボランティア」「スポーツや運動の指導・コーチ」「教室・大会・イベントの運営や補助」「試合の審判」は男性でやや高くなっている。「関心はあるが活動していない」は男性の70歳代と80歳以上で6割近く、「関心がないため活動していない」は女性の30歳代で4割を超え、女性の40歳代で4割、男性の30歳代で4割近くとなっている。（表16-3-1）

(4) 今後のスポーツ施設整備について

◎新たな施設の要望として「ウォーキング」が3割を超える

問42 新たなスポーツ施設が作られるとしたら、あなたは何ができる施設が欲しいですか。  
(〇はいくつでも)

図16-4-1



今後のスポーツ施設整備について聞いたところ、「ウォーキング」(31.3%)が3割を超えて最も高く、以下、「ダンス・ヨガ・体操競技等」(28.4%)、「水泳」(25.5%)、「トレーニング」(23.4%)、「自転車・サイクリング」(18.2%)などと続く。(図16-4-1)

表 16-4-1 今後のスポーツ施設整備について（地域別）

(%)

	n	1 位	2 位	3 位	4 位	5 位	6 位	7 位	8 位	9 位	10 位
全 体	1,832	ウォーキング 31.3	ダンス・ヨガ・体操競技等 28.4	水泳 25.5	トレーニング 23.4	自転車・サイクリング 18.2	ランニング・マラソン 13.7	テニス・ソフトテニス 12.8	ボウリング・クライミング 12.1	ゴルフ 11.9	壁打ち(テニス・野球・サッカー等)／卓球 10.2
世田谷東部	274	ウォーキング 33.6	ダンス・ヨガ・体操競技等 27.4	トレーニング 23.4	水泳 23.0	自転車・サイクリング 17.5	ランニング・マラソン 15.0	テニス・ソフトテニス 12.8	ボウリング・クライミング 11.7	ゴルフ 10.6	バドミントン 10.2
世田谷西部	225	ウォーキング 34.7	トレーニング 25.8	水泳 22.7	ダンス・ヨガ・体操競技等 21.8	自転車・サイクリング 18.7	ランニング・マラソン 12.0	ゴルフ 11.6	ボウリング・クライミング／卓球 11.1	バドミントン 9.8	
北 沢 東 部	154	ウォーキング／水泳 33.8		トレーニング／ダンス・ヨガ・体操競技等 29.9		自転車・サイクリング 18.2	ランニング・マラソン 15.6	ゴルフ 14.3	テニス・ソフトテニス 11.7	壁打ち(テニス・野球・サッカー等)／ボウリング・クライミング 11.0	
北 沢 西 部	145	ウォーキング 31.0	ダンス・ヨガ・体操競技等 30.3	トレーニング／水泳 25.5		自転車・サイクリング 20.0	ランニング・マラソン 13.8	テニス・ソフトテニス／卓球 12.4		ボウリング・クライミング 10.3	壁打ち(テニス・野球・サッカー等) 9.7
玉 川 北 部	151	水泳 31.1	ウォーキング 27.2	ダンス・ヨガ・体操競技等 26.5	トレーニング 23.8	自転車・サイクリング 21.2	テニス・ソフトテニス 17.2	ランニング・マラソン／ゴルフ 14.6	壁打ち(テニス・野球・サッカー等) 12.6		ボウリング・クライミング 10.6
玉 川 南 部	166	ダンス・ヨガ・体操競技等 36.1	ウォーキング 34.3	水泳 31.9	トレーニング 22.9	自転車・サイクリング 19.9	ゴルフ 14.5	ランニング・マラソン 12.7	ボウリング・クライミング 12.0	テニス・ソフトテニス 11.4	卓球 10.2
玉 川 西 部	124	ダンス・ヨガ・体操競技等 32.3	水泳 26.6	ウォーキング 25.0	トレーニング 21.0	テニス・ソフトテニス 20.2	自転車・サイクリング 16.9	ランニング・マラソン 16.1	ゴルフ／バドミントン／卓球 14.5		
砧北部	220	ダンス・ヨガ・体操競技等 29.5	ウォーキング 29.1	水泳 22.3	トレーニング 21.4	自転車・サイクリング／ボウリング・クライミング 16.8		ランニング・マラソン／ゴルフ／テニス・ソフトテニス／卓球 10.5			
砧南部	93	ウォーキング 32.3	ダンス・ヨガ・体操競技等 26.9	自転車・サイクリング 20.4	トレーニング／水泳 19.4		ランニング・マラソン／ゴルフ 11.8	壁打ち(テニス・野球・サッカー等)／サッカー 10.8		ボウリング・クライミング 9.7	
烏 山	250	ウォーキング 30.4	ダンス・ヨガ・体操競技等 29.2	水泳 25.2	トレーニング 21.2	自転車・サイクリング 16.8	ランニング・マラソン／テニス・ソフトテニス 16.0	ボウリング・クライミング 14.0	壁打ち(テニス・野球・サッカー等) 13.6	ゴルフ 11.2	

地域別にみると、「ウォーキング」はすべての地域で、3位以内に挙げられている。

(表 16-4-1)

表 16-4-2 今後のスポーツ施設整備について（性・年齢別）

(%)

	n	1 位	2 位	3 位	4 位	5 位	6 位	7 位	8 位	9 位	10 位
全 体	1,832	ウォーキング 31.3	ダンス・ヨガ・ 体操競技等 28.4	水泳 25.5	トレーニング 23.4	自転車・サイ クリング 18.2	ランニング・ マラソン 13.7	テニス・ソフト テニス 12.8	ボルダリン グ・クライミ ング 12.1	ゴルフ 11.9	壁打ち(テニス・野球・サッ カー等) / 卓球 10.2
男 性 体	703	ウォーキング 31.2	トレーニング 29.2	水泳 25.6	自転車・サイ クリング 22.8	ランニング・ マラソン 17.6	ゴルフ 17.1	ダンス・ヨガ・ 体操競技等 12.7	テニス・ソフト テニス 12.5	ボルダリン グ・クライミ ング 12.1	壁打ち(テニス・野球・サッ カー等) 11.4
10・ 20歳 代	59	トレーニング 50.8	ウォーキング 32.2	ランニング・ マラソン 30.5	壁打ち(テニ ス・野球・ サッカー等) 27.1	自転車・サイ クリング / サッ カー / フットサ ル / 水泳	ゴルフ / バスケットボール			22.0	20.3
30歳 代	80	トレーニング / ランニング・マラソン / 水泳 31.3			自転車・サイ クリング 23.8	ボルダリン グ・クライミ ング / フットサ ル 21.3	テニス・ソフト テニス 20.0	ウォーキング 18.8	サッカー / バドミントン		16.3
40歳 代	119	水泳 31.9	トレーニング 29.4	自転車・サイ クリング 27.7	ランニング・ マラソン 23.5	ウォーキング 21.8	ゴルフ / ボル ダリング・クラ イミング 19.3	野球・ソフト ボール / ダン ス・ヨガ・体 操競技等	フットサル		13.4
50歳 代	135	ウォーキング 30.4	水泳 27.4	トレーニング 26.7	自転車・サイ クリング 25.9	ゴルフ 20.7	ランニング・ マラソン 18.5	テニス・ソフト テニス / 壁打 ち(テニス・野 球・サッカー 等) 16.3	ボルダリン グ・クライミ ング 15.6	ダンス・ヨガ・体操競技等 14.8	
60歳 代	131	ウォーキング 37.4	水泳 29.8	トレーニング 28.2	自転車・サイ クリング 22.1	ランニング・ マラソン 16.0	ゴルフ 15.3	テニス・ソフト テニス 13.7	ダンス・ヨガ・ 体操競技等 13.0	卓球 11.5	ボルダリン グ・クライミ ング 9.9
70歳 代	109	ウォーキング 39.4	トレーニング 26.6	自転車・サイ クリング 21.1	ゴルフ / 水泳 / 卓球 15.6			ダンス・ヨガ・ 体操競技等 8.3	野球・ソフト ボール 7.3	テニス・ソフト テニス 5.5	ランニング・マ ラソン / 弓道 4.6
80歳 以上	70	ウォーキング 37.1	トレーニング 18.6	水泳 15.7	ゴルフ 12.9	自転車・サイ クリング 11.4	卓球 / ダンス ・ヨガ・体操 競技等 10.0	壁打ち(テニス・野球・サッ カー等) / バド ミントン		5.7	テニス・ソフト テニス / ス カッシュ / サッ カー / 野球・ ソフトボール / 武道(柔道・ 剣道・空手等) / 弓道 4.3
女 性 体	1,077	ダンス・ヨガ・ 体操競技等 39.4	ウォーキング 31.5	水泳 25.5	トレーニング 20.1	自転車・サイ クリング 15.4	テニス・ソフト テニス 13.0	ボルダリン グ・クライミ ング 12.2	ランニング・ マラソン 11.2	卓球 10.0	壁打ち(テニス・野球・サッ カー等) / バド ミントン 9.6
10・ 20歳 代	77	ダンス・ヨガ・ 体操競技等 37.7	トレーニング 27.3	ランニング・マ ラソン / 水泳 26.0		ウォーキング 24.7	バドミントン 22.1	テニス・ソフト テニス / ボル ダリング・クラ イミング 20.8	自転車・サイ クリング 19.5	壁打ち(テニス・野球・サッ カー等) 16.9	
30歳 代	140	ダンス・ヨガ・ 体操競技等 48.6	ウォーキング 27.1	水泳 24.3	トレーニング 23.6	自転車・サイ クリング 21.4	ボルダリン グ・クライミ ング 20.7	ランニング・ マラソン 20.0	テニス・ソフト テニス 16.4	ゴルフ 10.7	スカッシュ 9.3
40歳 代	191	ダンス・ヨガ・ 体操競技等 50.8	水泳 32.5	ウォーキング 26.7	ボルダリン グ・クライミ ング 23.0	トレーニング 19.9	テニス・ソフト テニス 19.4	自転車・サイ クリング 16.8	壁打ち(テニ ス・野球・ サッカー等) 15.7	ランニング・ マラソン 14.7	バドミントン 13.1
50歳 代	220	ダンス・ヨガ・ 体操競技等 41.4	ウォーキング 35.5	水泳 27.7	トレーニング 21.8	自転車・サイ クリング 20.0	テニス・ソフト テニス 14.1	ランニング・ マラソン 13.6	ゴルフ / 卓球 11.4		壁打ち(テニス・野球・サッ カー等) / ボル ダリング・クラ イミング 10.9
60歳 代	176	ダンス・ヨガ・ 体操競技等 39.2	ウォーキング 33.5	水泳 27.8	トレーニング 23.9	自転車・サイ クリング 15.3	バドミントン 10.8	卓球 10.2	ゴルフ / テニス・ソフト テニス 9.7		壁打ち(テニス・野球・サッ カー等) 9.1
70歳 代	155	ウォーキング 40.6	ダンス・ヨガ・ 体操競技等 29.0	水泳 22.6	トレーニング 18.1	卓球 15.5	自転車・サイ クリング / テニ ス・ソフト テニス 7.1		バドミントン 5.2	ゴルフ 4.5	壁打ち(テニス・野球・サッ カー等) 3.2
80歳 以上	116	ウォーキング 26.7	ダンス・ヨガ・ 体操競技等 20.7	水泳 12.1	自転車・サイ クリング / 卓 球 6.0		トレーニング / ゴ ルフ / 野球・ソ フトボ ール 5.2		テニス・ソフト テニス / バレ ーボ ール 3.4		

性・年齢別にみると、「ウォーキング」は男性の50歳代以上、女性の70歳代以上で1位に挙げられ、「ダンス・ヨガ・体操競技等」は女性の60歳代以下で1位に挙げられている。「トレーニング」は男性の40歳代以下で2位以内に挙げられている。(表16-4-2)