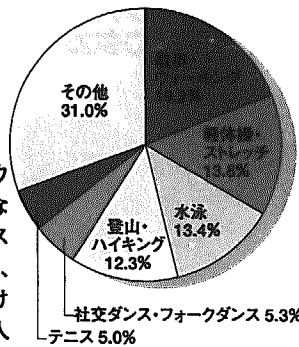


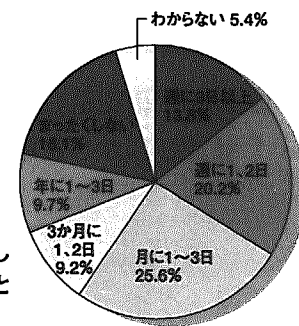
実施種目

ストレッチ・散歩・ウォーキングや登山など、手軽にできるスポーツを好み、また、他市町村へ出かけて水泳をしている人も多くなっています。



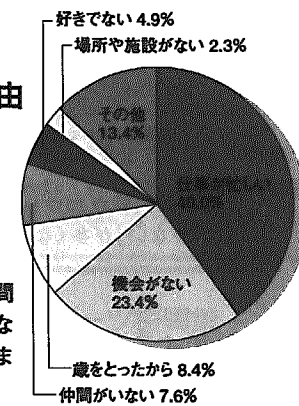
運動やスポーツをした日数

「週に1回以上」している人が34%となっています。



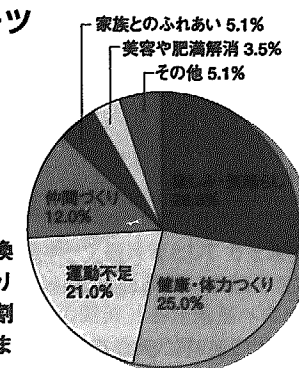
運動やスポーツをしなかった理由

「機会がない」「仲間がない」が大きな理由となっています。



運動やスポーツをした目的

運動により気分転換や健康・体力づくりを目的としている割合が高くなっています。

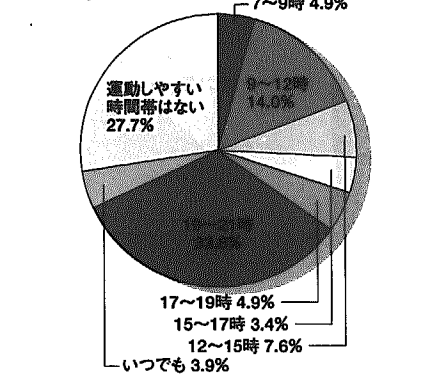


運動やスポーツへの取組

運動やスポーツへの取組について次のことがいえます。ウォーキング関係の事業がないので、今後は企画することが必要になってくると考えられます。「週に1日以上」運動やスポーツをする人の割合を上

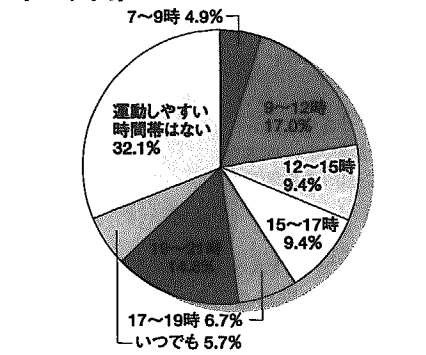
げるには、参加者の固定化やマンネリ化しないよう、幅広い年代層を対象にした行事や大会等を企画していくことが必要と考えます。

運動しやすい時間帯(平日)



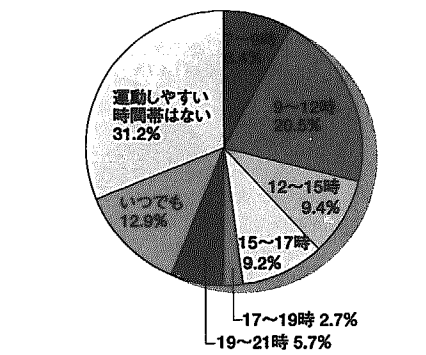
「午後7時~9時」の時間帯の割合が高くなっています。

運動しやすい時間帯(土曜日)



「午前9時~12時」と「午後7時~9時」の時間帯の割合が高くなっています。

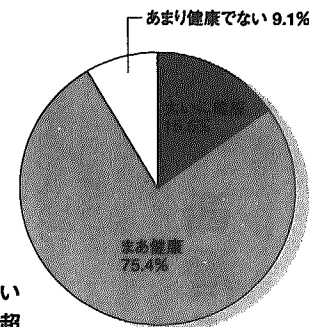
運動しやすい時間帯(休日)



「午前9時~12時」の時間帯の割合が高くなっています。

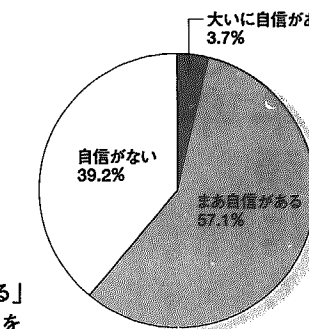
健康状態

「健康」と思っている人が、90%を超えています。



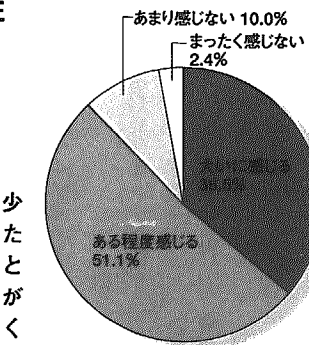
体力について

「体力に自信がある」人の割合が60%を超えています。



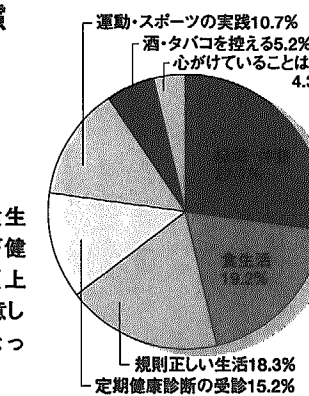
運動の必要性

運動する機会が少なく「運動したい・しなければと感じている」人が88%と非常に高くなっています。



健康への配慮

「睡眠・休養」「食生活」「運動」と人が健康に生活していく上での三要素に注意している人が多くなっています。



健康観と余暇時間

自分の体や自由時間の使い方として次のことがいえます。「健康」や「体力に自信がある」と思っている人が多い半面、大部分の人が運動する機会がなく、何か運動をしなければと感じているようです。そこで、この「運動したい・しなければと感じている」人たちが、少しでも

多く参加できる事業を計画していく必要があります。運動しやすい時間帯は、仕事が終わった後の午後7時過ぎと土曜・日曜日の午前中の割合が高いので、この時間帯を考慮して事業を実施することが大切と考えられます。

二十一世紀には、我が国の四人に一人が高齢者という世界一の高齢化社会を迎えることが確実とされています。また、労働時間の短縮と学校週五日制の完全実施により、自由時間が増大し、ライフスタイルはより活動的なものへと変化していくことが期待できます。そこで、皆さんが生涯学習の一つとしてのスポーツを、「いつ

でも」「どこでも」「自分の好む形式」で楽しむことができるよう、スポーツに関する振興計画を策定することが重要と考え、その基礎資料を得るために、今回は無作為抽出で調査を実施しました。調査結果がまとまりましたので、概要を報告します。なお、本調査実施にあたっては、町スポーツ振興審議委員会にご協力をいただきました。

スポーツに関する住民意識調査

黒埼町教育委員会 生涯学習推進課