

西東京市

運動やスポーツに関する中学・高校生意識調査

ご記入にあたってのお願い

- この調査は、中学生・高校生の皆さまの運動やスポーツについてのお考えなどをおたずねするために西東京市が実施するものです。
- この調査は無記名で行う調査で、統計的な処理により分析を進めますので、皆さま個人のお考えなどが公表されることはありません。安心してお答えください。
- 回答は、あてはまるものを選んで番号に○をつけてください。回答の個数は、質問ごとに表示してあります。ただし、質問によっては、直接書き込んでいただくところもございます。

あなたご自身について

※令和4年11月1日現在の状況について、それぞれの項目ごとに、あてはまるものに○をつけてください。

あなたの性別をお答えください。(○は1つ)

- | | | |
|-------|-------|-----------|
| 1. 男性 | 2. 女性 | 3. 答えたくない |
|-------|-------|-----------|

あなたは西東京市に住んでいますか。(○は1つ)

- | | |
|----------|-----------|
| 1. 住んでいる | 2. 住んでいない |
|----------|-----------|

1 健康状態、運動やスポーツの必要性について

問1 ご自身の健康状態についてどのように感じておられますか。(○は1つ)

- | | |
|-------------|------------------|
| 1. 健康である | 2. どちらかといえば健康である |
| 3. あまり健康でない | 4. 健康でない |

問2 健康のために気をつけていることはありますか。(○はあてはまるもの全て)

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 1. 規則正しい生活をする | 2. 食生活や栄養に気をつける |
| 3. 運動やスポーツをする | 4. 休養・睡眠を十分にとる |
| 5. 健康についての情報を入手する | 6. その他 () |

問3 普段、運動やスポーツをしなければいけないと感じることがありますか。(○は1つ)

- | | |
|------------|------------|
| 1. 感じる | 2. ある程度感じる |
| 3. あまり感じない | 4. 感じない |

本調査における「運動やスポーツ」とは

野球やテニス等の競技スポーツだけでなく、ウォーキング・散歩やラジオ体操等のほか、目的地のひとつ手前の鉄道駅で降車して歩くことやエレベーターを使わず階段移動すること、家事の合間に行う筋力トレーニングなど、**自らが意志を持って体を動かすこと**も「スポーツ」に含めます。

2 運動やスポーツとの関わりについて

問4 あなたは、小学校の頃、体育などで身体を動かすのが好きでしたか。(○は1つ)

- | | |
|----------------|--------------|
| 1. とても好きだった | 2. まあまあ好きだった |
| 3. あまり好きではなかった | 4. 嫌いだった |

問5 あなたは学校の運動部活動に所属していますか。(○は1つ)

- | | | |
|---------|--------------------|----------|
| 1. している | 2. 以前はしていたが今はしていない | 3. していない |
|---------|--------------------|----------|

問6 今あなたは運動やスポーツが好きだと思いますか。(○は1つ)

- | | |
|-----------------|---------------|
| 1. とても好きだと思う | 2. まあまあ好きだと思う |
| 3. あまり好きだとは思わない | 4. 嫌いだと思う |

問7 学校の授業以外で、現在、そしてこれから先の、運動やスポーツの実施状況や考え方について、最もあてはまるものはどれですか？(○は1つ)

- | |
|---|
| 1. 現在、運動やスポーツを行っていない。また、これから先も、するつもりはない |
| 2. 現在、運動やスポーツを行っていない。しかし、6か月以内に始めようと思っている |
| 3. 現在、運動やスポーツを行っている。しかし、週に1回以上ではない |
| 4. 現在、運動やスポーツを行っている。しかし、はじめてから6か月未満である |
| 5. 現在、週に1回以上運動やスポーツを行っている。また、6か月以上継続している |

問8 あなたはどのようなかたちでスポーツを観戦することができますか。(○はあてはまるもの全て)

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| 1. テレビなどでスポーツの観戦をすることがある | 2. 競技場などにでかけて観戦をすることがある |
| 3. 観戦することはない | |

問9 運動やスポーツには、「する」、「見る」以外にもさまざまな関わり方があります。あなたが関心のあるものを選んでください。(○はあてはまるもの全て)

- | | |
|---------------------------|------------------------------|
| 1. スポーツ経験を活かした指導者としての活動 | 2. 大会やイベント時に審判などとして競技を支える活動 |
| 3. 大会や競技会を支えるスポーツボランティア活動 | 4. 市民向けのスポーツ教室や講座の運営などを支える活動 |
| 5. 障害のある方の大会などでのボランティア活動 | |

問10 あなたは、この1年間に障害者スポーツ※を見たことがありますか。(○は1つ)

- | | |
|-----------------------------|---------------------|
| 1. 会場で直接観戦した | 2. テレビ(再放送を含む)で観戦した |
| 3. スマートフォン・PC等インターネット上で観戦した | 4. ラジオを聴いた |
| 5. その他() | 6. 観戦していない |

※障害者スポーツとは、一般のスポーツをベースに障害の種類や程度に応じてルール等を工夫しているスポーツ、障害のある人のために考案されたスポーツ、障害の有無に関係なく、ともに楽しめるスポーツなどの総称です。西東京市では「ボッチャ」「シッティングバレーボール」などが取り組まれています。

問11 あなたは、この1年間に障害者スポーツを行ったことがありますか。(○は1つ)

- | | |
|--------|-----------|
| 1. 行った | 2. 行っていない |
|--------|-----------|

問11で2と回答された方におたずねします。

→問12 障害者スポーツを行わなかった主な理由はどのようなものでしょうか。(○は1つ)

- | | |
|------------------------|-------------------------|
| 1. どのような競技があるか知らなかったから | 2. 行きたいと思うイベントなどがなかったから |
| 3. 一緒にやる人がいなかったから | 4. 他にやりたいことがあったから |
| 5. 興味・関心がなかったから | 6. その他() |

3 この1年間で行った運動やスポーツについて

問 13 学校の授業以外で、あなたがこの1年間に行った運動やスポーツは次のうちのどれでしょうか。
(○はあてはまるもの全て)

【比較的軽い運動】

1. ウォーキング・散歩（犬の散歩、徒歩による買い物等を含む）
2. 体操・ストレッチ・縄跳び（ラジオ体操を含む）
3. ヨガ・気功・太極拳・ピラティス
4. 軽い球技（キャッチボール、卓球、バドミントン、テニスなど）
5. ダンス（HIPHOPダンス、エアロビクス、フラダンス、社交ダンス、民謡での踊りを含む）
6. ボウリング
7. 年齢や障害の有無に関わらず参加できる運動（ゲートボール、グラウンドゴルフ、ボッチャ）
8. ランニング（ジョギングを含む）
9. 軽い水泳
10. 室内運動器具を使ってする運動
11. その他（)

【比較的広域にわたるスポーツ】

1. スキー、スノーボード
2. 海水浴（遊泳）
3. スケート
4. 登山（クライミング、ボルダリングを含む）
5. キャンプ、オートキャンプ
6. ハイキング、トレイルラン
7. ボート、ヨット、ダイビング、サーフィンなど
8. ゴルフ
9. グライダー、ハングライダー、スカイダイビング、パラグライダー
10. サイクリング、モータースポーツ、サイクルスポーツ
11. 釣り
12. その他（)

【競技的スポーツ】

1. 陸上競技
2. 水泳競技
3. 柔道、剣道、空手、相撲、少林寺拳法など
4. ボクシング、レスリング、キックボクシング
5. 弓道、アーチェリー
6. 野球
7. サッカー、フットサル
8. ソフトボール
9. バレーボール
10. テニス、ソフトテニス
11. バスケットボール
12. バドミントン
13. 卓球
14. その他の球技（ラグビーなど）
15. スケートボード、BMX
16. その他（)

一つでも選択した方 → 次ページの問 14 にお進みください。

一つも選択しなかった方 → 5ページ上段の問 20 にお進みください。

問 14 学校の授業以外で、あなたが運動やスポーツをする頻度はどの程度ですか。(○は1つ)

- | | |
|-------------|-------------|
| 1. 年に数回程度 | 2. 月に1～3回程度 |
| 3. 週に1～2回程度 | 4. 週に3～5回程度 |
| 5. ほぼ毎日 | |

問 15 学校の授業以外で、あなたが運動やスポーツをする目的はどれですか。最も大切なものを選んでください。(○は1つ)

- | | |
|---------------------|--------------------|
| 1. 太りすぎや病気予防のため | 2. 健康維持・体力の向上のため |
| 3. 運動不足の解消のため | 4. ストレスの解消や気晴らしのため |
| 5. 家族、友人・仲間と仲良くするため | 6. 楽しいから、面白いから |
| 7. 上手になるため | 8. 心をきたえるため |
| 9. 生きがいのため | 10. その他 () |

問 16 学校の授業以外で、どのような場所で運動やスポーツをしていますか。(○はあてはまるもの全て)

- | | |
|-----------------------------|----------------------|
| 1. 西東京市の公共施設※ | 2. 民間のスポーツ施設 |
| 3. 学校のスポーツ施設 | 4. 近隣市(西東京市以外)の公共施設※ |
| 5. 広場や公園 | 6. 道路や遊歩道 |
| 7. 山・川・海・湖など | 8. 自宅 |
| 9. 通勤・買い物などの移動途中(歩くようにしている) | 10. その他 () |

※公共施設：スポーツ施設、福祉会館、公民館、小・中学校の体育施設など

問 17 次の市のスポーツ施設を利用したことがありますか。(○はあてはまるもの全て)

- | | |
|--------------|--------------------------|
| 1. スポーツセンター | 2. 南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」 |
| 3. 総合体育館 | 4. 武道場 |
| 5. 芝久保運動場 | 6. 芝久保第二運動場 |
| 7. 健康広場 | 8. ひばりが丘運動場「ひばりアム」 |
| 9. 市民公園グラウンド | 10. 向台運動場 |

問 18 学校の授業以外で、あなたは主に、どのように運動やスポーツをしていますか。(○は1つ)

- | | |
|------------------------|---------------------|
| 1. 学校の運動部・サークルで | 2. 会員制の民間スポーツクラブ施設で |
| 3. 地域のスポーツクラブ・チームや同好会で | 4. ひとりで |
| 5. 友達と | 6. 家族と |
| 7. 近所の人たちと | 8. その他 () |

問 19 あなたは、新型コロナウイルス感染症の影響による外出自粛などを受け、インターネットやテレビ等のメディアを活用した運動やスポーツを行いましたか。例) インターネットやテレビなどで動画を見ながらヨガや体操、ストレッチ等を行った(○は1つ)

- | | |
|--------------------|-------------------|
| 1. 感染症の流行をきっかけに行った | 2. 流行する以前から行っていた |
| 3. 行ったことはないが関心がある | 4. 行ったことはないし関心もない |

回答後は、次ページの間 21 にお進みください。

