

# 運動やスポーツに関する市民意識調査

## ご記入にあたってのお願い

- この調査は、市民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、宛名のご本人に、令和4年11月現在の状況でお答えいただくものですが、どなたかがご本人に代わってお答えいただいても結構です。その場合には、ご本人のお考えに基づいてお答えください。
- 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。

ご記入いただいた調査票は、同封の返信用封筒（切手不要）に入れて、

**令和4年11月30日（水）まで**に郵便ポストに投函してください。

※ アンケート調査票や封筒にお名前などを記載する必要はありません。

問合せ先 西東京市役所(田無庁舎) 生活文化スポーツ部スポーツ振興課 電話 042-420-2818

▼2つの方法から選んでご回答ください。▼

### インターネット による回答の場合



- ①URL または、QR コードから回答フォームにアクセスください。
- ②ID、パスワードを入力し、回答を入力してください。



回答フォーム:

<https://forms.gle/KnXRojpLj94zVrez7>

ID:

パスワード:2818

### 郵送による 回答の場合



- ①本調査票に回答を直接ご記入ください。
- ②同封の返信用封筒に入れ、ポストに投函してください。  
※切手、差出人の記入は不要です。

# 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. その他	4. 答えたくない
-------	-------	--------	-----------

あなたの年齢をお答えください。(○は1つ)

1. 10歳代	2. 20歳代	3. 30歳代	4. 40歳代
5. 50歳代	6. 60歳代	7. 70歳代	8. 80歳以上

あなたのお住まいの地区をお答えください。町名だけでなく、丁目までご記入ください。

町名:  丁目の番号:  丁目

あなたのお仕事をお答えください。(○は1つ)

1. 学生	2. パート・アルバイト
3. 会社員、公務員または企業・団体の経営者、役員	4. 自営業または自由業
5. 専業主婦・主夫	6. 無職
7. その他 ( )	

## 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. 普段から身体を動かすよう心がける
5. 休養・睡眠を十分にとる	6. 定期的に健康診査を受ける
7. 健康についての情報を入手する	8. その他 ( )

問3 普段、運動やスポーツの必要性を感じることはありますか。(○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」に含まれます。

## 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、中学校や高校の頃、部活動や地域のスポーツクラブなどで継続的に運動やスポーツをしていましたか。(○は1つ)

- |                |            |
|----------------|------------|
| 1. ずっとしていた     | 2. ほぼしていた  |
| 3. していたのは一時期だけ | 4. していなかった |

問5で1、2と回答された方におたずねします。

問6 中学校や高校の部活動でしていた運動やスポーツにまた取り組みたいと思いますか。(○は1つ)

- |              |                  |
|--------------|------------------|
| 1. 今もしている    | 2. 機会があればまたしてみたい |
| 3. したいとは思わない | 種目を教えてください。( )   |

回答者のみなさまにおたずねします。

問7 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8 あなたの、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9 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ありますか。(○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. スポーツ居酒屋・スポーツバーなどファン同士での観戦をすることがある      |
| 3. 競技場などにでかけて観戦をすることがある                   |
| 4. オリンピック・パラリンピックやサッカーなど、国外でも観戦に出かけることがある |

問10 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     |
| 6. その他 ( )                   |

問11 あなたは、今の運動やスポーツをする時間・回数に満足していますか。(○は1つ)

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. とても満足している  | 2. まあまあ満足している |
| 3. あまり満足していない | 4. 不満である      |

### 3 障害者スポーツとの関わりについて

問12 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。(○はあてはまるもの全て)

- |                             |                     |
|-----------------------------|---------------------|
| 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13 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13で2と回答された方におたずねします。

→問14 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 ( )              |

## 4 この1年間で行った運動やスポーツについて

問 15 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(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. その他( )             |                         |

一つでも選択した方 → 次ページの間 16 にお進みください。

一つも選択しなかった方 → 7ページ下段の間 26 にお進みください。

問 16 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 17 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. 肥満防止や生活習慣病予防のため | 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・仲間との交流のため | 6. 楽しいから、面白いから     |
| 7. 技能や能力を伸ばすため     | 8. 気力や精神の鍛錬のため     |
| 9. 生きがいのため         | 10. その他 ( )        |

問 18 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. 職場のスポーツ施設                | 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 19 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 20 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. 職場や学校の運動部・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. 友人や知人と              | 6. 家族と              |
| 7. 近隣の人たちと             | 8. その他 ( )          |

問 20 で 1、3 と回答された方におたずねします。

問 21 運動サークルやスポーツクラブに加入した動機は何でしょうか。(○はあてはまるもの全て)

- |                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| 1. 継続してできるから       | 2. 場所が優先的に利用できるから |
| 3. 施設用具などが完備しているから | 4. 指導者がいるから       |
| 5. 親睦のため(仲間ができるから) | 6. 健康・体力づくりのため    |
| 7. 好きなスポーツ活動ができるから | 8. 技術を習得できるから     |
| 9. 親子や家族で参加できるから   | 10. 地域の人達と交流できるから |
| 11. その他 ( )        |                   |

引き続き、問 15 で運動やスポーツについて一つでも選択した方におたずねします。

問 22 あなたが、運動やスポーツを行うにあたって、指導者から指導を受けていますか。(○は1つ)

- |          |           |
|----------|-----------|
| 1. 受けている | 2. 受けていない |
|----------|-----------|

問 23 新型コロナウイルス感染症の世界的感染拡大の影響を受け、施設の利用制限やイベントの中止などが全国各地で生じました。新型コロナウイルス感染症の影響を受ける前と後で、あなたが運動やスポーツに親しむ時間は変化しましたか。(○は1つ)

- |         |           |           |         |         |
|---------|-----------|-----------|---------|---------|
| 1. 増加した | 2. やや増加した | 3. やや減少した | 4. 減少した | 5. 変化なし |
|---------|-----------|-----------|---------|---------|

問 24 新型コロナウイルス感染症の世界的感染拡大の影響を受け、施設の利用制限やイベントの中止などが全国各地で生じました。新型コロナウイルス感染症の影響をふまえ、運動やスポーツの活動について満足していますか。(○は1つ)

- |           |             |               |            |
|-----------|-------------|---------------|------------|
| 1. 満足している | 2. やや満足している | 3. あまり満足していない | 4. 満足していない |
|-----------|-------------|---------------|------------|

問 25 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、次ページの問 28 にお進みください。

問 15 で運動やスポーツについて一つも選択しなかった方におたずねします。

## 5 運動やスポーツに取り組むにあたって

問 26 あなたには、取り組んでみたい運動やスポーツがありますか。もしあれば、運動やスポーツの名称などを教えてください。

--

問 27 あなたが運動やスポーツを行わなかった理由はどのようなものでしょうか。(○はあてはまるもの3つまで)

- |                          |                           |
|--------------------------|---------------------------|
| 1. 場や施設がなかったから           | 2. スポーツ施設等への交通手段がなかったから   |
| 3. 施設等の利用料金が高かったから       | 4. 施設を利用できる時間帯がなかったから     |
| 5. よいと思う指導者がいなかったから      | 6. 施設やイベント等の情報が手に入らなかったから |
| 7. 行きたいと思う教室や講座がなかったから   | 8. 行きたいと思うイベントや催しがなかったから  |
| 9. 参加しやすいクラブやサークルがなかったから | 10. 一人でする運動の方法を知らなかったから   |
| 11. 屋内でやれる環境が十分でなかったから   | 12. 屋外でやれる環境が十分でなかったから    |
| 13. その他 ( )              |                           |

## 6 総合型地域スポーツクラブについて

問 28 西東京市には、にしはらスポーツクラブ、ココスポ東伏見という2つの「総合型地域スポーツクラブ」が活動をしています。あなたは「総合型地域スポーツクラブ」についてご存知でしたか。  
(○は1つ)

- |                       |                        |
|-----------------------|------------------------|
| 1. 知っており、活動に参加したことがある | 2. 知っているが、活動に参加したことはない |
| 3. 知らない               |                        |

問 29 西東京市では、「総合型地域スポーツクラブ」の定着に努めていますが、あなたはどのようにお考えですか。(○は1つ)

- |  |
|--|
| 1. クラブ数を増やしてより身近なものにしてほしい              |
| 2. 誰もが参加できるようクラブの活動内容を充実させてほしい         |
| 3. 各クラブで開催している教室の内容を詳しく教えてほしい          |
| 4. 総合型地域スポーツクラブの活動が継続できるよう適切な支援を行ってほしい |
| 5. その他 ( )                             |

### ◆総合型地域スポーツクラブの紹介(市内)

にしはらスポーツクラブ	ホームページ	ココスポ東伏見	ホームページ
西東京市西原町 4-5-6 西原総合教育施設内 電話:042-467-9919		西東京市富士町 4-33-15 飯田ビル 1F 電話:042-452-3446	

## 7 スポーツの指導について

問 30 あなたは、どのようなスポーツ指導者が求められているとお考えですか。(○はあてはまるもの全て)

- |   |
|---|
| 1. スポーツの楽しみ方やスポーツへの興味・関心がわくような指導ができる人           |
| 2. 健康・体力づくりのための運動やスポーツの指導ができる人                  |
| 3. 障害者や高齢者のスポーツの指導ができる人                         |
| 4. 青少年のスポーツ活動を積極的に進めることができる人                    |
| 5. 競技力向上のための高度な技術の指導ができる人                       |
| 6. スポーツイベント(大会や教室など)の企画や運営ができる人                 |
| 7. 年間を通して定期的に指導ができる人                            |
| 8. いろいろなニュースポーツ(グラウンドゴルフ、ボッチャ、ソフトバレーなど)の指導ができる人 |
| 9. 指導に関する資格を持っている人                              |
| 10. 社会の一員であることを自覚し、模範となる態度・行動をとれるよう導くことができる人    |
| 11. その他 ( )                                     |

問 31 これからの子どもの運動地域活動にどのようなことを求めますか。(○はあてはまるもの全て)

- |                           |                      |
|---------------------------|----------------------|
| 1. 子どもの体力が向上する環境の充実       | 2. 子どもの技術力が向上する環境の充実 |
| 3. 子どもの社会性が向上する環境の充実      | 4. 放課後の居場所としての役割     |
| 5. 自己を生かす能力を引き出させる環境であること | 6. 専門家によるトップレベルの指導   |
| 7. 保護者のサポート体制             | 8. 家庭負担の少ない活動        |



## 8 市の取組みについて

問 32 スポーツ相談窓口（南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」2階に10月開設）では、今後どのようなサービスに力をいれるべきだとお考えですか。（〇はあてはまるもの3つまで）

- |   |
|---|
| 1. スポーツ教室やイベント情報の提供（ヨガ、卓球などの教室、ウォーキング事業など）        |
| 2. 会員を募集しているスポーツ団体やサークルの紹介                        |
| 3. 民間をはじめ、市内で運動できる場の紹介（施設、総合型地域スポーツクラブ、スポーツクラブなど） |
| 4. スポーツに関する身体の悩みなど（専門機関の紹介）                       |
| 5. 人材の登録・紹介（指導者・コーチ、審判員、ボランティアの登録や紹介）             |
| 6. その他（   |

問 33 西東京市では、次のような教室や事業を実施しています。下記の教室や事業について、どのような状況かをお答えください。（〇はそれぞれひとつ）

		知っていて、 参加した ことがある	知っている が、参加した ことはない	知らなかった が、参加した と思う	知らなかった が、参加したい と思わない
例	保育付きの教室(エアロビクスなど)	①	2	3	4
1.	保育付きの教室(エアロビクスなど)	1	2	3	4
2.	親子で一緒に参加できる教室(ヒップホップダンスなど)	1	2	3	4
3.	平日午後6時以降に開催する教室(エアロビクスなど)	1	2	3	4
4.	土日に開催する教室(バドミントン、エアロビクスなど)	1	2	3	4
5.	初級・中級・上級などレベルに合わせて参加できる教室(バドミントンなど)	1	2	3	4
6.	健康づくりを目的とした教室(健康体操、ヨガ、ストレッチなど)	1	2	3	4
7.	個人でも参加できる施設開放事業(卓球、バドミントン、バスケットボールなど)	1	2	3	4
8.	ENJOY ニュースポーツ(障害の有無に関わらず参加可。ポッチャなど)	1	2	3	4
9.	ウォーキング・散策事業	1	2	3	4

※カッコ内の例示は、スポーツセンター等で現在実施している教室の種目等です。

問 34 西東京市では今後どのようなスポーツの分野について重点的な取組みを進めていくべきだとお考えですか。(○はあてはまるもの3つまで)

1. 市のスポーツ施設・設備の整備	2. 地域のスポーツ指導者の育成
3. スポーツ情報の提供	4. スポーツイベントの開催
5. 市民の競技力の向上に関する支援	6. 地域のスポーツクラブの活動に関する支援
7. 地域の企業や大学との交流・連携	8. 子どもや青少年のスポーツ活動の推進
9. 障害者スポーツの推進	10. 高齢者のスポーツ活動の推進
11. 女性のスポーツ活動の推進	12. 親子でのスポーツ活動の推進
13. その他 ( )	

問 35 地域でのスポーツ活動の振興はどのように地域に貢献すると思いますか。(○はあてはまるもの全て)

1. 青少年の健全育成	2. 医療費の削減
3. 地域の誇り、一体感などの創出	4. 地域の人々との交流の促進
5. 地域全体の活性化	6. 高齢者の生きがいつくり
7. 地域雇用の促進	8. 共生社会の実現
9. その他 ( )	

ご協力ありがとうございました。

さいごに、これからのスポーツについてお考えのことがあればご記入ください。


以上でアンケートは終わりです。