

第2期明石市スポーツ振興計画

明石市スポーツ推進プラン（仮）

『スポーツのチカラ』

～心もカラダも元気に！ だれもが、どこでも、いつまでも～

令和4年3月

明石市

目 次

第1章 プラン策定の趣旨

- 1 明石市スポーツ振興計画（第1期）期間中の情勢の変化・・・・・・・・・・ 2
- 2 「スポーツ」とは・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
- 3 プラン策定の目的・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
- 4 プランの位置づけ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
- 5 プランの期間・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5

第2章 明石市におけるスポーツの現状と課題

- 1 明石市におけるスポーツ推進の現状・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6
- 2 「明石市スポーツ振興計画」の検証・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8

第3章 基本理念・基本方針

- 1 基本理念・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1 2
- 2 施策体系・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1 3
- 3 基本方針・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1 4

第1章 プラン策定の趣旨

本市では、誰もが、いつでも、どこでも、気軽に、いつまでもスポーツに親しむことができる生涯スポーツ社会の実現を目指し、2011年（平成23年2月）に「明石市スポーツ振興計画」を策定し、様々な取り組みを進めてまいりました。

このたび、計画期間である10年が経過しますが、この間にスポーツは私たちにとってより身近なものとなり、様々な形での関わり方や楽しみ方が広がっています。

一方で、2020年（令和2年）に全世界に拡大した新型コロナウイルス感染症により、多くのスポーツイベント、競技大会が中止・延期されるとともに、感染症と向き合い生きていくために「新しい生活様式」の実践を余儀なくされるなか、日常のスポーツ活動も思うようにできない状況となりました。

その結果、運動不足から身体的、精神的に健康を脅かす健康二次被害の懸念も広がっており、安全・安心にスポーツに取り組める環境がいかに大切なものであったのかを改めて実感することになりました。

そうした背景を踏まえ、市民の誰もがスポーツを通じて心も体も元気になれる地域社会づくりを目指し、第2期明石市スポーツ振興計画となる「明石市スポーツ推進プラン」を策定します。



1. 明石市スポーツ振興計画（第1期）期間中の情勢の変化

（1）国のスポーツ推進施策の進展

①スポーツ基本法の制定（2011年8月）

1961（昭和36）年に制定されたスポーツ振興法が50年ぶりに全面改正され、新たに「スポーツ基本法」が制定されました。

スポーツ振興法は1964（昭和39）年の東京オリンピック開催へ向け、スポーツを広く国民に普及させる目的で制定されたものですが、「スポーツ基本法」は、地域におけるスポーツクラブの発展やプロスポーツの躍進など、50年の間にスポーツが多くの人にとって身近なものとなった状況下において、スポーツに関する施策を総合的かつ計画的に推進し、心身の健全な発達により、「活力ある社会づくり」、また「国際社会の調和ある発展」といった目的をもって制定されました。

また、「スポーツは、世界共通の人類の文化である。」と始まる前文では、「スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは、全ての人々の権利」と「スポーツ権」について初めて明記され、年齢や性別、障害の有無を問わず、すべての人にスポーツをする権利、スポーツを楽しむ権利があることが明文化されました。

②スポーツ基本計画（第1期、第2期、第3期）の策定

スポーツ基本法に基づき、スポーツ基本計画が策定されました。

<第1期計画（平成24～28年度）>

第1期計画においては、「年齢や性別、障害等を問わず、広く人々が関心、適正等に応じてスポーツに参画することができるスポーツ環境の整備」が進められました。

具体的には「子どものスポーツ機会の充実」「ライフステージに応じたスポーツ活動の推進」「住民が主体的に参画する地域スポーツ環境の整備」を進め、これにより国際競技力を高め、スポーツ界全体の透明性、公正性を高めることにより、国際交流を推進し、国際貢献に努めようとするものです。

また、「スポーツツーリズム」の推進が掲げられ、スポーツ活動にかかる移動・旅行がしやすい環境を整備し、スポーツを地域の観光資源とした特色ある地域づくりを行っていくことが推奨されました。

さらに、計画を推進していくための様々な成果指標が設定されました。

<第2期計画（平成29～令和3年度）>

第2期計画では、東京2020オリンピック・パラリンピックの開催を見据え、中長期的なスポーツ政策の基本方針が示されました。

～スポーツが変わる。未来を創る。Enjoy sports, Enjoy Life～

を主テーマとし、「健康で生き生きとした人生」「共生社会」「健康寿命社会」「経済地域の活性化」「多様性の尊重」「持続可能」「クリーンでフェア」といったキーワードが示されました。

また、5年間に取り組む施策として、「スポーツを『する』『みる』『ささえる』スポーツ参画人口の拡大と、そのための人材育成・場の充実」、「スポーツを通じた活力があり絆の強い社会（共生社会、経済・地域の活性化、国際社会の調和ある発展）の実現」、「国際競技力の向上に向けた強力で持続可能な人材育成や環境整備」「クリーンでフェアなスポーツの推進による価値の向上」が掲げられています。

<第3期計画（令和4～8年度）>

第3期計画は、2022（令和4）年3月に策定されました。

主軸として、新型コロナウイルスによる自粛・制限の中で「スポーツ自体が有する価値」、「スポーツが社会活性化等に寄与する価値」というスポーツの価値の重要性が示されています。

その上で、「はぐくむ」「ともに」「つながる」などをキーワードにして、「多様な主体におけるスポーツの機会創出」「スポーツによる健康増進」「スポーツによる地方創生、まちづくり」「スポーツを通じた共生社会の実現」等の施策が定められました。

（2）東京2020オリンピック・パラリンピックの開催

新型コロナウイルス感染症の流行により、1年延期となりましたが2021（令和3）年7月から9月にかけて開催されました。

<大会開催の意義>

①スポーツ参加人口の拡大

スポーツを「する」「みる」「ささえる」最大のイベントであり、多くの国民がスポーツへの関心を高める大きな成果がありました。

②国際平和意識の醸成

戦争や国内紛争のある国や地域からの参加があり、当事者でもある選手の行動やメッセージにより、苦しむ人々の現実や平和の大切さを世界中の多くの人に訴えることとなりました。

③共生社会への意識の高まり

LGBTQ+当事者である選手の参加や、障害の違いをそれぞれの個性として能力を発揮できる競技の実施など、共生社会のあり方を世界中の人々に示す機会となりました。



(参考) スポーツを取り巻くこれまでの動向一覧表

年月	市の動向	国の動向
2011 (平成 23) 年 2 月	「明石市スポーツ振興計画」(第 1 期)を策定	
2011 (平成 23) 年 8 月		スポーツ振興法を 50 年ぶりに全部改正し、「スポーツ基本法」制定
2012 (平成 24) 年 3 月		文部科学省が「スポーツ基本計画」を策定
2012 (平成 24) 年 4 月	スポーツに関する事務を教育委員会から市長部局に移管	
2013 (平成 25) 年 9 月		東京オリンピック・パラリンピック開催決定
2014 (平成 26) 年 4 月		障がい者スポーツについて、スポーツ振興の観点が高いものを、厚生労働省より文部科学省に移管
2015 (平成 27) 年 10 月		文部科学省の外局として「スポーツ庁」設置
2017 (平成 27) 年 3 月		スポーツ庁が「第 2 期スポーツ基本計画」を策定
2017 (平成 29) 年 12 月	内閣官房オリパラ事務局より「共生社会ホストタウン」に登録	
2019 (令和元) 年 8 月	内閣官房オリパラ事務局より「先導的共生社会ホストタウン」に認定	
2020 (令和 2) 年 7 月	SDGs (持続可能な開発目標) の達成に向けて、優れた取り組みを行う自治体として、内閣府より県内初となる「SDGs 未来都市」に選定	東京 2020 オリンピック・パラリンピック開催が新型コロナウイルス感染症拡大防止のため延期
2021 年 (令和 3) 年 7 ~9 月		東京 2020 オリンピック・パラリンピック開催
2022 年 (令和 4) 年 3 月		スポーツ庁が「第 3 期スポーツ基本計画」を策定

2. 「スポーツ」とは

本プランでは、「スポーツ」について次のように捉えることとします。

- ①スポーツとは、「心身の健全な発達、健康及び体力の保持増進、精神的な充足感の獲得、自律心その他の精神の涵養のために個人または集団で行われる運動競技その他の身体活動」である。(スポーツ基本法前文)
- ②スポーツは、「国民が生涯にわたり心身ともに健康で文化的な生活を営む上で不可欠のもの」である。(スポーツ基本法前文)
- ③スポーツは、『『する』『みる』『ささえる』という様々な形での『自発的な』参画を通して、人々が感じる『楽しさ』や『喜び』に根源を持つものとして捉える」(第 3 期スポーツ基本計画)

このように、現在は「スポーツの価値」を原点として更に高め、生涯を通じてスポーツを「好き」でいられる環境の整備が求められています。

3. プラン策定の目的

明石市スポーツ振興計画（第1期）の取り組みを検証し、その結果と前述した情勢の変化を踏まえ、今後の本市におけるスポーツ推進のあり方を示すため、計画の改定を行います。

なお、第1期計画は旧スポーツ振興法に規定される市町村の計画でしたが、その後、根拠法がスポーツ基本法へと改正され、本市の第2期計画では同法第10条に基づく「地方スポーツ推進計画」として策定し直すものであるため、計画の名称は「明石市スポーツ推進プラン」に変更します。

4. プランの位置づけ

本プランは、「あかしSDGs推進計画（明石市第6次長期総合計画）」の個別計画に位置づけます。

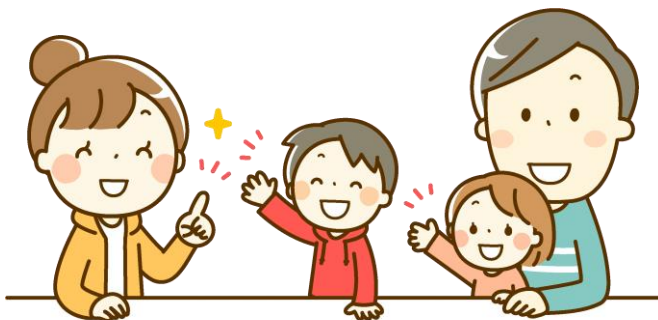
また、「あかしSDGs前期戦略計画」におけるスポーツ施策の関連計画となります。

なお、明石市スポーツ振興計画（第1期）で対象としていた「学校体育」については、「(第3期)あかし教育プラン」に含め、本プランでは「学校体育を除くスポーツ全般」を対象とすることとします。

その他、教育・健康・福祉をはじめ本市の策定する行政計画に定める関連施策についても、連携・調整を図ってまいります。

5. プランの期間

本プランの計画期間については、上位計画である「あかしSDGs推進計画」の計画期間及び今後の社会情勢の変化に鑑み、2022（令和4）年度から2030（令和12）年度までの9年間とします。



第2章 明石市の現状と課題

1. 明石市におけるスポーツ推進の現状

〔1〕スポーツ関連団体

（1）コミセンサークルとスポーツクラブ21

明石市の地域スポーツ活動は、「コミュニティ・センター（以下、「コミセン」という）」を舞台として、中学校区では登録制度によるコミセンサークル、小学校区ではスポーツクラブ21方式で活動していることが大きな特徴です。

「明石市スポーツに関する市民意識調査」（R2.12）においても、スポーツをするきっかけとして「仲間づくり」の比率が高まっており、地域において身近なコミセンでの活動は今後も需要が高いものと考えられます。

（2）明石市体育協会

明石市体育協会は、1946（昭和21）年にその前身である「明石市体育連盟」として発足し、市民や各団体の体育の普及・発展に寄与してきました。

現在、30団体が加盟しており、本市の体育・スポーツ行政の補助機関として、競技力向上のための総合体育大会をはじめとした各種大会の開催、指導者の養成、市民向けの各競技の教室を開催する等、本市スポーツの推進に努めています。

（3）明石市スポーツ推進委員会

明石市スポーツ推進委員は、本市におけるスポーツを推進し、地域にスポーツの楽しさを伝え、誰もがスポーツをしやすい環境作りを行うために市から委嘱された非常勤の公務員です。

本市では、現在29名のスポーツ推進委員が、各種事業の実施にかかる連絡調整や市民へのスポーツ実技指導、その他スポーツに関する指導及び助言を円滑に行えるよう、明石市スポーツ推進委員会を組織しています。

（4）その他スポーツ団体（商業的クラブチームを含む）

その他スポーツに取り組む団体は、クラブチームやサークル等多岐にわたり様々な団体が存在しています。

行政では行えない、市民のスポーツ・運動の機会を提供しています。

上記の団体は、（1）（4）がスポーツの活動組織（する側）、（2）（3）がスポーツ活動を支える側に位置付けられます。

〔2〕スポーツの場

（1）公共スポーツ施設

本市の主要な公共スポーツ施設（スポーツや運動ができる施設）としては、明石中央体育会館、明石海浜公園、魚住北公園、17号池魚住みんな公園、県立明石公園、県フットボールセンターなどのほか、公園の一部にスポーツや運動ができる場を持つ公園、施設の一部にスポーツや運動ができる設備・空間をもつものなどがあります。

（2）学校施設の開放

本市では、学校の「体育館」「運動場」「武道場」をコミセンとしても位置付け、地域スポーツ活動の拠点としていることが大きな特徴です。

（3）その他

その他民間スポーツ施設、明石市の風光明媚な自然環境（大蔵海岸や浜の散歩道等）がスポーツの場として利用されています。



2. 「明石市スポーツ振興計画」の検証と課題

〔1〕数値による検証と課題

明石市スポーツ振興計画（第1期）では、2つの基本方針を掲げ、達成状況を検証するための目標指標（数値目標）を、基本方針に応じて以下のとおり定めました。

基本方針1 生涯にわたりスポーツを楽しめるまち

- ①成人の週1回以上のスポーツ実施率 60%以上
- ②成人のスポーツクラブへの加入率 33%以上
- ③ほとんど運動やスポーツを行っていない成人の割合 25%以下
- ④学校の授業以外でスポーツや運動をしている児童・生徒の割合
小学生 80%以上、中学生 90%以上

基本方針2 市民が積極的に関わりスポーツを支えるまち

- ⑤市内公共スポーツ施設の利用満足度 70%以上
- ⑥スポーツボランティア活動に参加したことがある人の割合 10%以上

第2期計画の策定にあたり、第1期計画の達成状況を「明石市スポーツに関する市民意識調査」(R2.12)の調査値と前回の調査値との比較により検証しました。

なお、前回調査値は、「明石市スポーツ振興計画（仮称）策定基礎調査」(H22.1)の結果によるものです。

①成人の週1回以上のスポーツ実施率 60%以上

数値目標	前回値	今回調査値	達成率	評価
60%以上	41.8%	47.5%	79%	継続して取り組む必要性あり

前回調査時より5.7%の増となり、目標値60%に対する達成率は79%です。

前回値より目標値に近づいていますが、目標の実施率達成には至りませんでした。

スポーツ・運動を実施している目的は「健康や体力づくりのため」が最も多く、実施できない理由としては「仕事や家事が忙しいから」が多く挙げられています。

今後、実施率の向上に向け、スポーツ・運動を始めるきっかけづくりや、ビジネスパーソンや子育て世代も含めた機会の提供方法の工夫、運動意識の変化を促す広報等取り組みを進めていく必要があります。

②成人のスポーツクラブへの加入率 33%以上

数値目標	前回値	今回調査値	達成率	評価
33%以上	20.8%	32.7%	99%	ほぼ達成。人とつながる、交流を目的として継続し、目標値をアップする。

前回調査時より 11.9%の増となり、目標値 33%に対する達成率は 99%です。

前回値より目標値に近づき、加入率についてはほぼ達成しました。

また、スポーツ・運動を始めるきっかけとして、「友人・仲間に誘われた」という理由が特に女性に多く見られ、スポーツ・運動の目的としても「友人・仲間との交流」の割合が、年齢を重ねるにつれ高くなっています。

今後も、スポーツ・運動を通じて「人とつながる」、交流できる場をつくることを目的とした取り組みを推進していく必要があります。

③ほとんど運動やスポーツを行っていない成人の割合 25%以下

数値目標	前回値	今回調査値	達成率	評価
25%以下	32.0%	30.0%	83%	継続して取り組む必要性あり

前回調査時より 2.0%の減となり、目標値 25%に対する達成率は 83%です。

前回値より目標値に近づいていますが、目標の実施率達成には至りませんでした。

ほとんど運動やスポーツを行っていない理由として、「仕事や家事が忙しい」の割合が最も多く挙げられています。

仕事や子育てで忙しくスポーツに取り組む時間が少ない若い世代・ビジネスパーソンや、加齢とともにできるスポーツがなくなったと考える高齢者の状況がうかがえます。

今後は、仕事や家事の休憩時等に手軽にできる運動の紹介をはじめ、世代に応じた運動意識の変化を促す広報、スポーツや運動を始めるきっかけづくり・機会の提供等取り組みを進めていく必要があります。

④学校の授業以外でスポーツや運動をしている児童・生徒の割合
小学生 80%以上、中学生 90%以上

数値目標	前回値	今回調査値	達成率	評価
小学生 80%以上	72.0%	65.1%	81%	前回値より達成率が下がっており、こどもの運動・スポーツを推進する取り組みが必要。
中学生 90%以上	86.3%	84.2%	94%	

前回調査時より、小学生で6.9%、中学生で2.1%の減となり、目標値に対する達成率は、小学生で81%、中学生で94%です。

前回値より達成率が下がっており、課題として挙げられます。

こどもの頃にスポーツや運動に親しんでいた人は、大人になってもスポーツや運動を好む傾向があるため、将来を担うこどものスポーツ実施率の向上を図ることは重要です。

また、こどもの体力向上の観点からも、こどものスポーツや運動の機会の拡大に関わる取り組みについては、今後重点的に取り組む必要があります。

⑥スポーツボランティア活動に参加したことがある人の割合 10%以上

数値目標	前回値	今回調査値	達成率	評価
10%以上	5.5%	6.0%	60%	継続して取り組む必要性あり

前回調査時より、0.5%の増となり、目標値10%に対する達成率は60%です。

前回値より目標値に近づいていますが、目標の実施率達成には至りませんでした。

また、「参加したことはないが、できればしてみたい」と回答した割合は、前回値より10.1%減少しており、市民のスポーツボランティアへの意識は低いことがうかがえます。

スポーツボランティアの活動を通じて地域スポーツを支援することは、自己実現や仲間づくりだけでなく、地域スポーツの活性化にも繋がります。

生涯にわたって「ささえる」スポーツに取り組む市民を増やすため、スポーツボランティアの意義の啓発およびスポーツボランティアに気軽に参加できる機会の提供等の取り組みを進める必要があります。

これらの目標の他、「⑤市内公共スポーツ施設の利用満足度 70%以上」についても指標としていました

しかし、前回調査時に、市内公共スポーツ施設の利用満足度については、「わからない」が多数を占めており、実際に施設を利用していない方も調査対象に含まれるため、施設利用の有無による回答の幅が大きいことから、今回調査より「指定管理業務の評価結果」により利用満足度を検証することとしました。

「指定管理業務の評価結果」によれば、各施設とも利用者アンケート等で概ね「満足」との良好な結果を得ています。

スポーツ施設の充実、市民が生涯にわたって多様なスポーツに親しみ、「だれもが・どこでも・いつまでも」スポーツを楽しめる環境づくりを目指すうえで重要です。

障害のある方もない方も、こどもから高齢者まで、誰もが安全・安心に利用できる施設の充実を図る必要があります。

〔2〕「明石市スポーツに関する市民意識調査」を踏まえた課題

課題に基づく次期計画に向けた方向性

テーマ	現状を踏まえた主な課題	次期計画に向けた方向性(案)
「する」スポーツについて	<ul style="list-style-type: none"> ○ 各世代のニーズを的確に把握し、気軽に参加できる教室や講座などのスポーツ機会の充実を図る必要がある。 ○ ウォーキングを実施している市民が多く、今後始めてみたいスポーツとしても、希望が高い。ウォーキングをテーマとした施策展開が、スポーツ実施率向上の糸口であることがうかがわれる。 ○ 動機付けが「健康や体力づくりのため」であっても、頻度が増える理由としては「仲間ができたから」と理由に変化がみられる。モチベーション維持のための工夫が必要。 ○ 高校生卒業後の運動やスポーツを実施しなくなる傾向が著しい。高校卒業後も継続的に運動やスポーツきっかけが必要。 ○ 障がい者スポーツについては、関心が高まりつつあるものの、実際の競技については一部しか認知されていない。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 多くの市民が気軽に参加できるスポーツイベントを開催する ○ ライフスタイルに合わせたスポーツ機会を充実する ○ 高齢者のスポーツ活動の充実とスポーツによる生きがいづくりを推進する ○ 障がい者のスポーツ活動を推進する
「みる」スポーツについて	<ul style="list-style-type: none"> ○ トップレベルの競技を観戦する機会を充実させるとともに、地元企業や市内各種団体との連携した取り組みが求められている。 ○ 「みる」スポーツに関連する施策の展開により、運動・スポーツ習慣の定着化に繋げていく必要がある。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 国内外のトップレベルの大会開催を支援する ○ トップアスリートとの交流促進をする
「支える」スポーツについて	<ul style="list-style-type: none"> ○ スポーツ活動やイベントを支える人材の必要性や、それらのやりがい効果を効果的に発信していくことが必要。 ○ 市内の運動やスポーツに関するイベントを開催し、スポーツによる交流人口を増やしていくことが必要。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 多くの市民が気軽に参加できるスポーツイベントを開催する(再掲) ○ スポーツ関係団体との連携を強化する
スポーツを通じた「まちづくり」について	<ul style="list-style-type: none"> ○ スポーツ行事や大会、教室等のスポーツを通じた交流する場の確保が求められ、地域経済の活性化につながる施策の展開が必要。 ○ 市のスポーツ情報について、年代により希望する情報の受取方法の傾向が異なるため、より幅広い世代に情報が届くよう有効的な情報発信方法を検討していく必要がある。 ○ 市民の多様性を尊重する気持ちやスポーツに対する興味・関心が持続していけるような情報を提供し続けることが大切。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 市内スポーツ施設を活用したスポーツツーリズムを推進する ○ スポーツイベントを活用したシティプロモーションを行う ○ 企業と連携したイベントなどを開催する ○ スポーツを通じた地域・国際交流を推進する

第3章 基本理念・基本方針

1. 基本理念

スポーツは、心身の健康の維持増進などの効用だけでなく、楽しさや喜びをもたらし、豊かな心を育むとともに、人と人との交流を深め、豊かで活力ある地域づくりにつながるものです。

本プランでは、そうした「スポーツのチカラ」(＝スポーツの価値)を再認識し、市民の「だれもが」「どこでも」「いつまでも」スポーツを通じて心もカラダも元気になる明石のまちづくりの実現を目指すため、基本理念を次のように定めます。

『スポーツのチカラ』

～心もカラダも元気に！ だれもが、どこでも、いつまでも～

また、「あかしSDGs推進計画(明石市第6次長期総合計画)」で定める、明石のまちづくりの基本理念「SDGs未来安心都市・明石 ～いつまでも すべての人に やさしいまちを みんなで～」を共有し、明石のまちのあるべき姿として実現を目指します。

<参考> 「あかしSDGs推進計画(第6次長期総合計画)」より



2. 施策体系

基本理念を実現するため、5つの「基本方針」を定め、方針に沿った施策展開によりスポーツの推進を図ります。

明石のまちのあるべき姿

SDGs未来安心都市・明石 ～いつまでも すべての人に やさしいまちを みんなで～

基本理念

『スポーツのチカラ』～心もカラダも元気に！だれもが、どこでも、いつまでも～



3. 基本方針

基本方針 1 生涯スポーツの推進

■施策目標

「だれもが」「どこでも」「いつまでも」スポーツに親しむことができるよう、市民の運動・スポーツ活動に対する支援の充実を目指します。

■指標

指標名	現在値	目標値
成人の週1回以上のスポーツ実施率	47.5%	60%以上
ほとんど運動やスポーツを行っていない成人の割合	30.0%	25%以下

■SDGsとの関連



■施策の展開（基本的施策）

(1)ライフステージに応じたスポーツの推進

「スポーツのチカラ」は、「する人・みる人・ささえる人」すべての人々に感動と勇気を与えます。

スポーツに触れ合うことにより、生涯を通じて生きがいを実感できる環境と機会を充実させます。

①若い世代・ビジネスパーソンへのスポーツ推進

仕事や子育てで忙しく、スポーツに取り組む時間が少ない若い世代・ビジネスパーソンが、自分のライフスタイルに合わせて気軽にスポーツを実施できるよう、スポーツ実施方法についての情報提供を行うなど、スポーツの習慣づくりにつながる取り組みを進めます。

また、「FUN+WALK PROJECT」*の推進を図り、無理のない範囲で、通勤時間や昼食時間、休憩時間等を活用して、気軽に「歩く」ことからスポーツの習慣づくりを促します。

*スポーツ庁が推進している、気軽に取り組める「歩く」ことに着目し、「歩く」に「楽しい」を組み合わせることで、自然と歩く習慣を身に付けるプロジェクト。

②女性のスポーツ推進

女性のライフステージに応じたスポーツに関する情報を発信し、スポーツを実施する機会を提供します。

子育てに携わっている女性が、家事や育児の合間に気軽にスポーツを実施したり、スポーツの教室やイベントに参加できたりするよう、親子で参加できる教室や託児可能なイベントの実施など、スポーツ環境の充実を図ります。

③高齢者のスポーツ推進

高齢者が、無理なく実施できるスポーツや運動、レクリエーションプログラムの活用・普及を図り、スポーツの実施を促します。

スポーツや運動を通じて、仲間や他の世代との交流を図ることができるよう、身近な地域での運動機会の充実を図ります。

高齢者の生きがいづくりや介護予防事業などと連携することにより、スポーツ・運動を通じた高齢者の健康づくりを推進します。

また、高齢者自身がスポーツを行うだけでなく、指導者として関わられるような取り組みを推進します。

(2)スポーツ・運動を始めるきっかけづくり

①だれもが気軽にスポーツ・運動できる環境づくり

スポーツ・運動をしていない市民も参加したくなるような働きかけを行い、年齢や性別の違いを意識した健康づくりや体力づくりなど、市民の新たなスポーツ・運動ニーズにも対応したスポーツの機会を提供します。

ウォーキングやニュースポーツなど、誰もが気軽に取り組むことのできるスポーツ・運動の機会の充実を図ります。

また、誰もが気軽に取り組むことのできるニュースポーツについて、用具の貸し出しやルールを紹介等を行い、普及・啓発に努めます。

②親子イベント等の開催

親子で参加できるイベントや教室を開催し、それぞれの世代が交流できる取り組みを推進します。

③ホームページ等による総合的なスポーツ情報の発信

ホームページやSNS等を幅広く活用し、「する」「みる」「ささえる」に応じたスポーツ情報など、多角的にスポーツ情報の提供を行います。

スポーツに関する情報の一元化を行うなど、明石市におけるスポーツについて知りたい情報にすぐアクセスできる環境の整備に努めます。

(3)スポーツ推進委員との連携

①ニュースポーツ・レクリエーションの普及・啓発

運動が苦手な人、こどもから高齢者まで、誰もが気軽にできるニュースポーツ・レクリエーションの教室や大会を開催し、スポーツ推進委員が中心となって普及・啓発を図ります。

②スポーツ推進委員の活用

地域との連携を通じて市民ニーズの把握に努め、地域のスポーツ活動推進の役割を担うスポーツ推進委員の活動の活性化を図ります。

③スポーツ推進委員の資質向上

市や関連団体との連携・協働を推進することができるよう、スポーツ推進委員の研修を支援し、資質向上を図ります。

基本方針 ② 次世代を担うこどものスポーツ・運動の推進

■ 施策目標

次世代を担うこどもたちがスポーツや運動を楽しみ、スポーツを通じて生涯にわたって身体と心の基礎を養うため、こどものスポーツ・運動機会の充実を図ります。

■ 指標

指標名		現在値	目標値
こどものスポーツ実施率 (学校の授業以外でスポーツや運動をしている割合)	小学生	65.1%	80%以上
	中学生	84.2%	90%以上

■ SDGs との関連



■ 施策の展開（基本的施策）

(1) スポーツ・運動が好きになる機会の創出

元来、こどもは「体を動かす」ことが大好きです。心身の発達の著しい時期に、スポーツや運動を通じて、ルールやフェアプレーを学び、こどもが自らを大切に思う気持ちや他者を思いやる心を育む取り組みを広めます。

① スポーツ・運動が好きになるきっかけづくり

こどもたちがスポーツや運動を「好き」になるきっかけとなるよう、JSP0 の「アクティブ・チャイルド・プログラム」(ACP) を活用する等、楽しみながら自然と身体活動が行える取り組みを推進し、機会の充実を図ります。

② 「苦手＝嫌い」にさせない取り組み

スポーツや運動が苦手なこどもでも、「体を動かすことは楽しいこと」「得意じゃないけど好き」と思える仕組みづくりや、こどもそれぞれが得意な能力を伸ばせる取り組みを推進します。

③ 個々の事情に左右されない環境づくり

こどもの置かれた環境に左右されず、スポーツや運動に取り組める環境づくりに努めます。

(2)親子で楽しむスポーツ活動の充実

①保護者へのアプローチ

こどもの行動に大きな影響力を持つ保護者に対して、幼児期・児童期におけるスポーツ・運動の重要性を啓発し、家庭から体を動かす取り組みを進めるアプローチを行います。

②親子で参加できるスポーツイベントの充実

親子で参加できるスポーツイベントの充実を図るとともに、イベント終了後も日常的に親子での運動遊びが促進される取り組みを推進します。

(3)競技スポーツとのふれあい

①こどもスポーツ教室の開催

競技を絞るのではなく、総合的なスポーツを行うことができるこども向け教室を開催し、様々なスポーツとの出会いの場をつくりこどもの可能性を引き出す取り組みを進めます。

②各スポーツ関連団体との連携

各スポーツ関連団体と連携し、様々な競技スポーツの入口となるこども向け体験教室や大会等を開催することにより、競技スポーツの楽しさを伝える取り組みを進めます。

③スポーツ環境の整備

こどもたちが従来の学校単位でのスポーツ活動にとらわれず様々な競技スポーツに取り組めるよう、地域で活動をサポートできるスポーツ環境の整備について検討します。

④トップアスリートとのふれあい

トップアスリートによるスポーツ教室や講演会等の開催、全国的・広域的なスポーツ大会の誘致等を行うことにより、こどもたちがスポーツに憧れや夢を抱き、意欲的にスポーツに取り組むための機会を提供します。

基本方針 ③ スポーツを通じた共生社会の実現

■ 施策目標

障がいのある人もない人も共にスポーツを楽しみ、参加・交流することができる機会を充実させ、共生社会の実現を図ります。

■ 指標

指標名	現在値	目標値
障がい者（成人）の週1回以上のスポーツ実施率	24.9%	30%以上

※現在値は、スポーツ庁の令和2年度「障害者のスポーツ参加促進に関する調査研究」の調査結果による

■ SDGsとの関連



■ 施策の展開（基本的施策）

(1)障がい者スポーツの基盤整備

①共生社会ホストタウンとしての取り組み

明石市は、共生社会ホストタウンの中でも、先導的・先進的なユニバーサルデザインのまちづくりと心のバリアフリーに取り組む自治体として評価され、令和元年8月に内閣官房オリパラ事務局から「先導的共生社会ホストタウン」の認定を受けました。

共生社会ホストタウンとして、障がい者スポーツ等を通じて多様性への理解を深めることができる交流の機会をつくり、障がいのある人とない人が一緒に体験できるイベント等を通じ、共生社会の実現に向けた取り組みを進めます。

②障がい者スポーツに対する理解促進

親子やこどもが参加できる障がい者スポーツ体験教室等を開催する等、障がい者スポーツに対する理解を深める取り組みを進めます。

③関連機関の連携

庁内関連部署および明石市スポーツ推進委員会や明石市体育協会等のスポーツ団体、明石障害者スポーツ連携の会（あかしパラスポネット）や明石市身体障害者福祉協会等の障がいに関する団体等が連携・協働し、障がい者スポーツの推進体制の充実を図ります。

(2)障がいのある方のスポーツへの参加促進

①スポーツ教室や大会の開催

障がいのある方も参加しやすくなるよう、同じルールの中で楽しめるニュースポーツや障がい者スポーツ種目も組み込んだイベントの機会を充実させ、参加促進を図ります。

②障がい者アスリートとの交流

障がい者アスリートによる教室や講演会等により、障がい者自身がスポーツに取り組むきっかけづくりを推進します。

③障がい者団体等との連携

障がい者団体や施設との連携により、気軽にできるスポーツやレクリエーション等の普及に努め、体を動かす楽しさを伝えます。

(3)健康・介護などの他分野との連携

①地域共生社会の実現に向けた取り組み

スポーツを通じて地域での交流を進め、ともに支え合いつながる地域共生社会の実現に向け、尽力します。

②健康分野との連携

健康分野団体等と連携し、スポーツイベント等と合わせて生活習慣病予防や食生活に関する講座を開催する等、スポーツ活動をより効果的に実践し、健康維持ができる環境を整えます。

また、スポーツをしている人・こどもを対象に、効果的なストレッチや怪我をしにくいトレーニング講座を開催する等、体づくりやスポーツコンディショニング等の観点から、より安全で効率的にスポーツ活動を行うことができるよう努めます。

③介護予防分野との連携

介護分野において、スポーツ推進委員やスポーツ関係団体等との連携により、地域でフレイル予防プログラムなど介護予防に関する運動・体操を効果的に実施し、体を動かすきっかけづくりをともに行う等、いつまでも元気で楽しい健康長寿社会の実現に向けた取り組みを進めます。

基本方針 4 地域のスポーツ活動の推進

■ 施策目標

地域におけるスポーツ活動を通じて、家庭・地域・学校・住民相互のコミュニケーションを生み出し、地域の活性化を図ります。

■ 指標

指標名	現在値	目標値
「明石市はスポーツが盛んである」と感じている人の割合	23.3%	50%以上

■ SDGs との関連



■ 施策の展開（基本的施策）

(1) まちの賑わいづくり・活性化

① コミセンサークル・スポーツクラブ21の活動充実

明石市の地域スポーツ活動の特色であるコミセンサークルとスポーツクラブ21の活動について、「仲間づくり」「居場所づくり」等の地域交流を深め、活動内容とともに充実化を図ります。

② トップアスリート等によるスポーツイベントの開催・誘致

トップアスリートによるスポーツイベントや講演会等の開催、全国的・広域的なスポーツ大会の誘致等を行うことにより、こどもたちだけでなく地域全体が活性化する取り組みを進めます。

③ まちづくり、産業、観光、福祉など他分野との交流や連携

まちづくり・産業・観光・福祉など庁内関連部署および観光協会などの関連団体等と連携・協働し、スポーツツーリズムの活用等まちの賑わいづくり・活性化に貢献します。

(2)競技スポーツの推進

①競技団体の活動支援

明石市体育協会をはじめとする各種競技団体について、競技性の高いスポーツイベントの開催支援など活動の支援を行い、競技力向上や競技者の拡大を図ります。

②競技力の向上を求める市民向けのスポーツ教室や大会の開催

様々なスポーツに取り組んでいる各年代の市民が、競技力を向上させるための指導を受けられるスポーツ教室の開催や、日頃の成果を発揮できるスポーツ大会等を開催し、競技力向上へのモチベーションをアップさせる取り組みを進めます。

③ジュニア選手の発掘・支援

学校、スポーツ関係団体等との連携により、競技力の高いジュニア選手の競技力の一層の向上を図るため、発掘や支援を行います

④成績優秀選手や指導者の活動支援および表彰

競技スポーツに取り組む市民を対象に助成等の支援を行うとともに、国際大会や全国大会をはじめスポーツ大会で優秀な成績を収めた選手や指導者を表彰し、競技意欲の向上を図ります。

(3)人材の育成・活用

①スポーツ指導員の養成

スポーツへの継続的・専門的な取り組みを促すため、専門的見地から指導できる人材の養成を図ります。

また、競技スポーツの指導者の養成を図るため、日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格の取得を促進するよう支援します。

②障がい者スポーツ指導員の養成

スポーツ推進委員や障がい者団体・施設等職員について、障がい者スポーツ研修の実施、障がい者スポーツ指導者養成講習会の受講支援等により、障がい者スポーツ指導者の資質向上を図ります。

③スポーツボランティアの養成

スポーツイベントの運営や障害のある方のスポーツ支援など、市内の各スポーツ団体とも連携し、スポーツを支える人材の発掘・育成を図ります。

また、市内で開催される国際大会をはじめとする各種スポーツ大会において、支える立場で活躍するスポーツボランティアの活動を奨励し、養成します。

基本方針 5 スポーツを楽しむ環境の充実

■施策目標

市民が気軽にスポーツに親しめるよう、ニーズに応じた情報発信を行う等、スポーツを「する」「みる」「ささえる」環境の充実を図ります。

■指標

指標名	現在値	目標値
直接現地でスポーツ観戦した人の割合	82.4%	90%以上

■SDGsとの関連



■施策の展開（基本的施策）

(1) スポーツ・運動に関する情報の発信

① ホームページ等による総合的なスポーツ情報の発信（再掲）

ホームページやSNS等を幅広く活用し、「する」「みる」「ささえる」に応じたスポーツ情報など、多角的にスポーツ情報の提供を行います。

スポーツに関する情報の一元化を行うなど、明石市におけるスポーツについて知りたい情報にすぐアクセスできる環境の整備に努めます。

② ニーズに対応した情報発信の充実

ホームページや市の広報誌等これまでの情報発信の方法に加え、時代に合わせた効果的な情報発信の方法を検討し、市民ニーズに対応した情報発信の充実を図ります。

③ 市民のスポーツニーズの把握

市民の多様なスポーツニーズやスポーツ・運動の取り組み実態などを把握するため、市民意識調査をはじめ、スポーツイベント時にアンケートを実施する等、ニーズの把握に努めます。

(2)スポーツ関連施設の充実

①公共スポーツ施設の充実

市内の公園施設や体育館等について、適切な維持管理や計画的な修繕などを行い、市民ニーズに対応して楽しくスポーツ・運動ができる環境を整えます。

②身近な施設の活用

明石市では、市内小・中学校の体育施設については、コミセンとして運営・活用されています。

今後も、市民が身近な場所でスポーツを楽しめるよう、維持および利便性の向上に努め、気軽に使える環境づくりを目指します。

また、ウォーキングやサイクリング等、明石のまちの中でスポーツを楽しむ方も多いため、コースの充実を図ります。

(3)「みる」「ささえる」スポーツの機会の充実

①スポーツ観戦情報の提供

市内で開催されるスポーツ大会や市民が参加できるスポーツ大会、市内で活動するチームの試合の開催などについて情報提供を進め、スポーツ観戦の機会を創出します。

②トップアスリート等によるスポーツイベントの開催・誘致（再掲）

トップアスリートによるスポーツイベントや講演会等の開催、全国的・広域的なスポーツ大会の誘致等により、スポーツ観戦の機会だけでなくスポーツへの興味や関心を持つ機会づくりを行います。

③スポーツを「ささえる」人材の育成

スポーツイベントの運営や障害のある方のスポーツ支援など、市内の各スポーツ団体とも連携し、スポーツを支える人材の発掘・育成を図ります。（再掲）

また、市内で開催されるスポーツイベントを通じて、スポーツボランティア活動の場を提供します。

資料編

明石市
スポーツに関する市民意識調査
結果報告書

令和3年3月

明 石 市

I 調査の概要

1 調査の目的

市民の方の日頃の運動やスポーツに関して感じておられることなどを聞き、様々な統計データとの比較分析を行い、今後の明石市のスポーツ推進施策と具体的な取組みを検討していくための基礎資料として、調査を実施するものです。

2 調査対象

明石市在住の20歳以上の方2,000人を無作為抽出

3 調査期間

令和2年12月1日から令和2年12月28日

4 調査方法

郵送による配布・回収

5 回収状況

配布数	有効回答数	有効回答率
2,000通	851通	42.6%

6 調査結果の表示方法

- ・回答は各質問の回答者数（N）を基数とした百分率（%）で示してあります。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合があります。
- ・複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が100.0%を超える場合があります。
- ・クロス集計の場合、無回答を排除しているため、クロス集計の有効回答数の合計と単純集計（全体）の有効回答数が合致しないことがあります。なお、クロス集計とは、複数項目の組み合わせで分類した集計のことで、複数の質問項目を交差して並べ、表やグラフを作成することにより、その相互の関係を明らかにするための集計方法です。
- ・【 】と表記し、クロス集計グラフとコメントを記載しています。また、【その他のクロスによる特徴】と表記しているものについては、特徴的な結果のみコメントを記載しています。
- ・調査結果を図表にて表示していますが、グラフ以外の表は、最も高い割合のものを■で網かけをしています。（無回答を除く）
- ・比較で参照した調査は、下表のとおりです。

比較対象	実施調査
平成21年度調査	「スポーツに関する市民アンケート調査結果」報告書 (平成22年1月発行)
全国調査	スポーツの実施状況等に関する世論調査(令和元年11月調査)

7 標本誤差について

今回のように全体(母集団)から一部を抽出して行う標本調査では、全体を対象に行った調査に比べて調査結果に差が生じることがあります。抽出による結果の誤差は、以下の計算式によって算出されます。(信頼度 95%)

$$\text{標本誤差} = \pm 1.96 \sqrt{\frac{N-n}{N-1} \times \frac{P(1-P)}{n}}$$

N = 母集団数、n = 回答者数、P = 回答比率(0 ≤ P ≤ 1)

標本数と回答の比率ごとに誤差を整理したものが以下の表となります。例えば、ある設問の回答者数(n)が851人であり、その設問中の選択肢の回答比率(P)が30%であった場合、その回答比率の誤差は±3.1%となり、26.9%~33.1%の範囲にあると考えられます。

回答比率(P) 回答者数(n)	10%または 90%前後	20%または 80%前後	30%または 70%前後	40%または 60%前後	50%前後
1,500 人	±1.51%	±2.02%	±2.31%	±2.47%	±2.52%
1,000 人	±1.86%	±2.47%	±2.83%	±3.03%	±3.09%
851 人	±2.01%	±2.68%	±3.07%	±3.29%	±3.35%
500 人	±2.63%	±3.50%	±4.01%	±4.29%	±4.38%
100 人	±5.88%	±7.84%	±8.98%	±9.60%	±9.80%

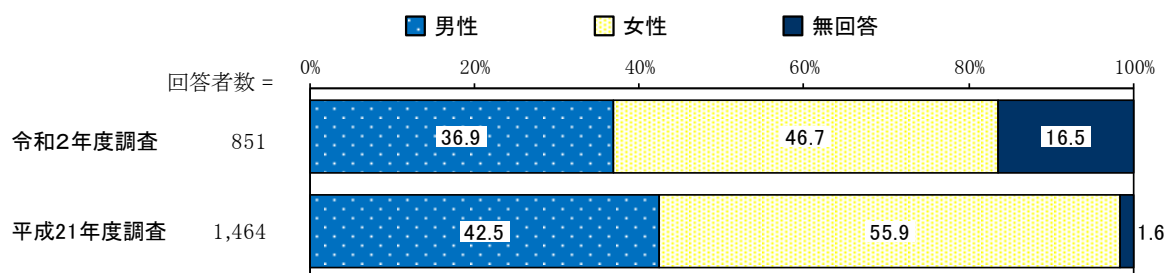
II 調査結果

1 あなた自身について

問1 (すべての方にお聞きします。) あなたご自身のことについてお聞きします。
(各項目：当てはまる番号を○で囲んでください)

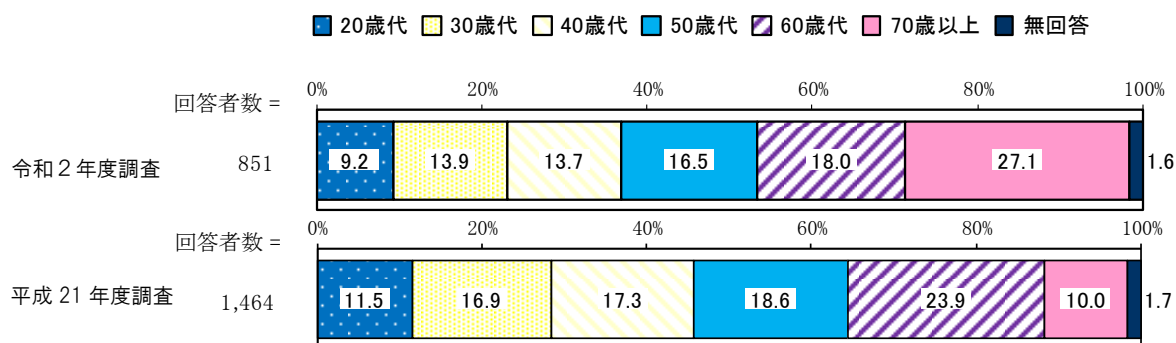
1. 性別

「男性」の割合が36.9%、「女性」の割合が46.7%となっています。



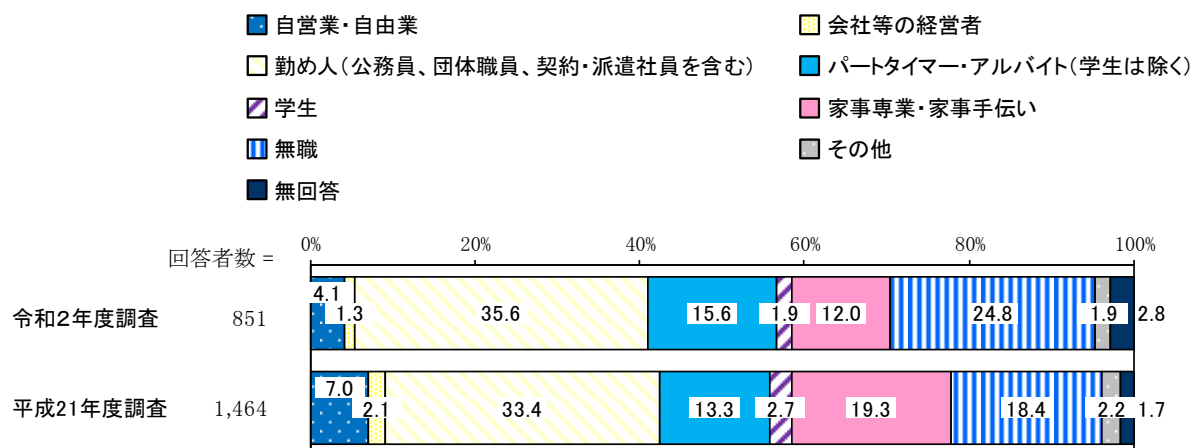
2. 年齢

「70歳以上」の割合が27.1%と最も高く、次いで「60歳代」の割合が18.0%、「50歳代」の割合が16.5%となっています。



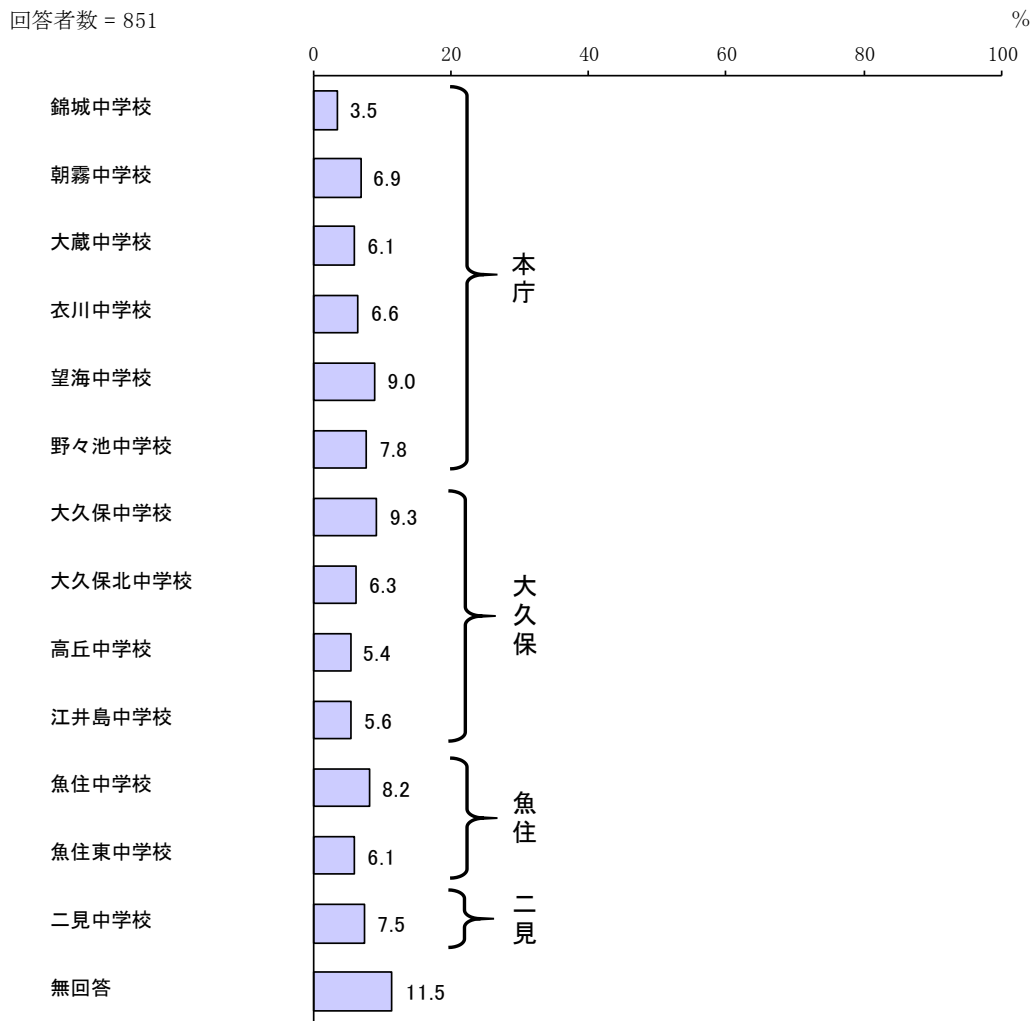
3. 職業

「勤め人(公務員、団体職員、契約・派遣社員を含む)」の割合が35.6%と最も高く、次いで「無職」の割合が24.8%、「パートタイマー・アルバイト(学生は除く)」の割合が15.6%となっています。



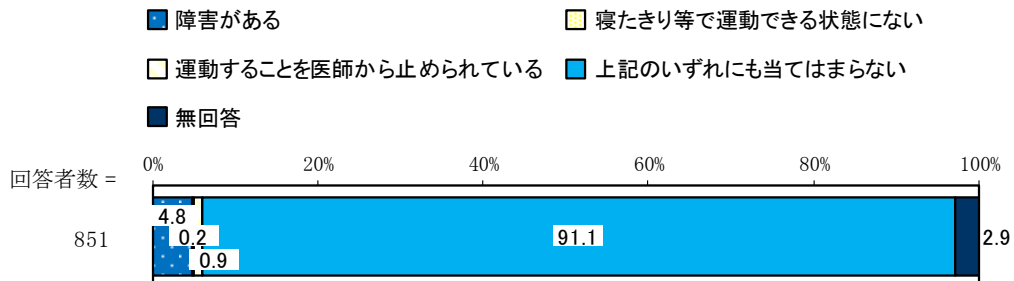
4. 居住地（中学校の学区）

「大久保中学校」の割合が9.3%と最も高くなっています。



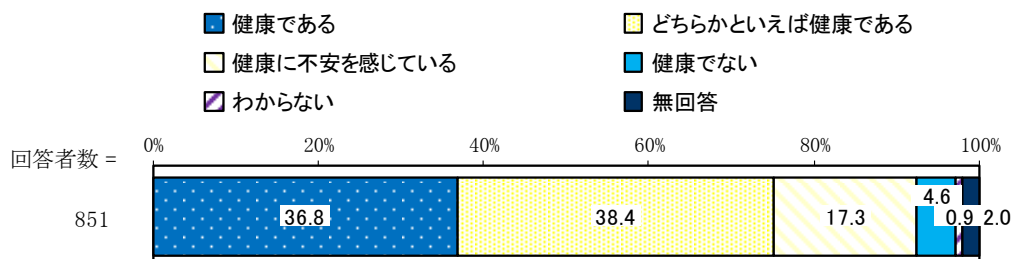
5. 体の状況

「上記のいずれにも当てはまらない」の割合が91.1%と最も高くなっています。



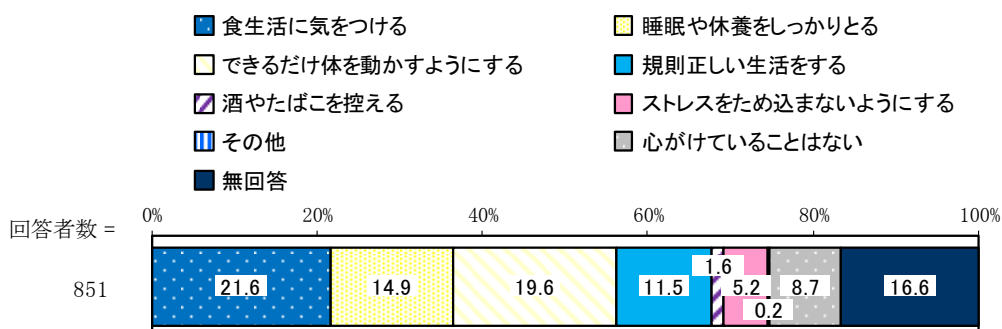
問2 (すべての方にお聞きします。) あなたは、このところ健康だと思いますか。当てはまる番号を1つ〇で囲んでください。

「健康である」と「どちらかといえば健康である」をあわせた“健康である”の割合が75.2%、「健康に不安を感じている」と「健康でない」をあわせた“健康でない”の割合が21.9%となっています。



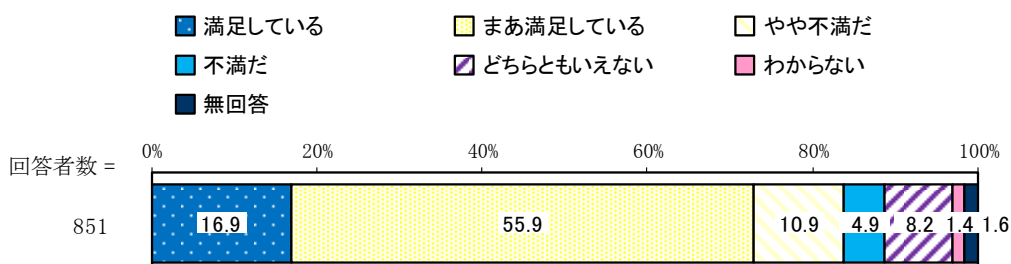
問3 (すべての方にお聞きします。) あなたは、日頃、ご自身の健康や体力の維持増進のためにどのようなことを心がけていますか。当てはまる番号を1つ〇で囲んでください。

「食生活に気をつける」の割合が21.6%と最も高く、次いで「できるだけ体を動かすようにする」の割合が19.6%、「睡眠や休養をしっかりとる」の割合が14.9%となっています。



問4 (すべての方にお聞きします。) あなたは、現在の生活にどの程度満足していますか。当てはまる番号を1つ〇で囲んでください。

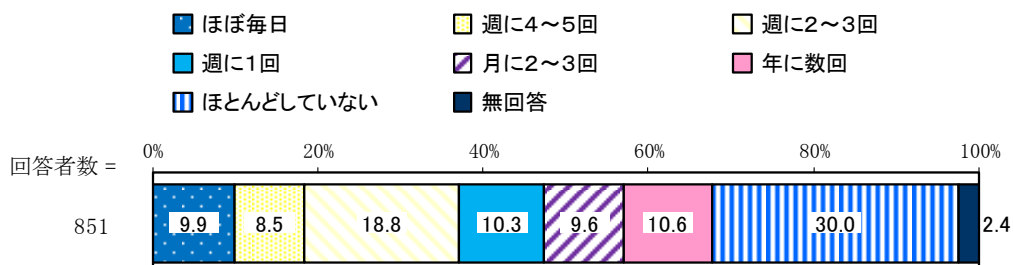
「満足している」と「まあ満足している」を合わせた“満足している”の割合が72.8%、「やや不満だ」と「不満だ」を合わせた“不満”の割合が15.8%となっています。



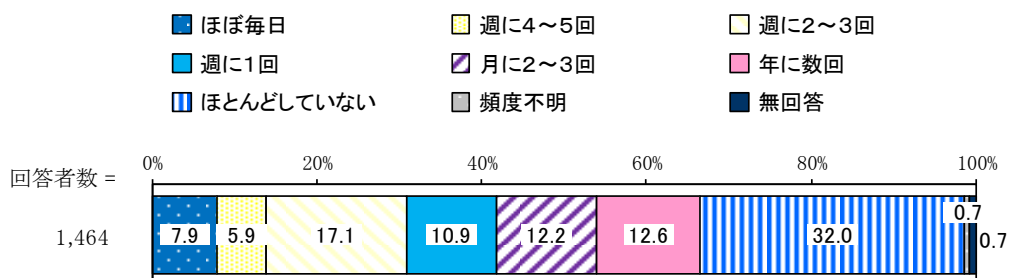
2 スポーツ実施について

問5（すべての方にお聞きします。）あなたは、この2～3年間に運動やスポーツ（1回あたり30分程度以上）をしましたか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

「ほぼ毎日」の割合が9.9%、「週に4～5回」の割合が8.5%、「週に2～3回」の割合が18.8%、「週に1回」の割合が10.3%となっています。



【前回参考】



問5で「ほぼ毎日」から「月に2～3回」に○をした方にお聞きします。

問5-1 あなたが、この2～3年間に行った（または再開した）運動やスポーツがあればその番号をすべて○で囲んでください。

「ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む）」の割合が76.3%と最も高く、次いで「体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操等）」の割合が25.7%、「トレーニング（筋力トレーニング・室内運動器具を使ってする運動等）」の割合が24.9%となっています。

単位：%

区分	有効回答数（件）	ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む）	階段昇降（2アップ3ダウン等）	ランニング・ジョギング・マラソン・駅伝	陸上競技	サイクリング	自転車（BMX含む）	インラインスケート・一輪車	ローラースケート	トレーニング（筋力トレーニング・室内運動器具を使ってする運動等）	美容体操等	体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操等）	エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	縄跳び	器械体操・新体操・トランポリン	ダンス（フォークダンス・ジャズダンス・社交ダンス・フラ等）	チアリーディング・バントワリング	水泳（競泳・水球・飛び込み・アーティスティック）	アクアエクササイズ・水中ウォーキング
全体	486	76.3	14.0	16.3	0.4	17.9	0.4	0.4	24.9	25.7	11.9	3.5	0.4	3.5	—	—	8.4	1.9	

区分	野球（硬式・軟式）・キャッチボール	ソフトボール	テニス・ソフトテニス	バドミントン	卓球（ラージボール含む）	ゴルフ（コース・練習場・シミュレーション）	グラウンド・ゴルフをはじめとするゴルフ型ニュースポーツ	バレーボール（インドア・ビーチ・ソフト）	バスケットボール・ポートボール	ドッジボール	ハンドボール・その他屋内球技	サッカー・フットサル	ラグビー・タグラグビー	フットボール	アメリカンフットボール・ラグビーフットボール	その他屋外球技	グラウンドホッケー・ラクロス	ボウリング
全体	4.1	1.4	5.1	5.3	5.3	9.9	3.5	3.1	2.7	0.8	—	2.5	—	0.2	—	—	5.8	

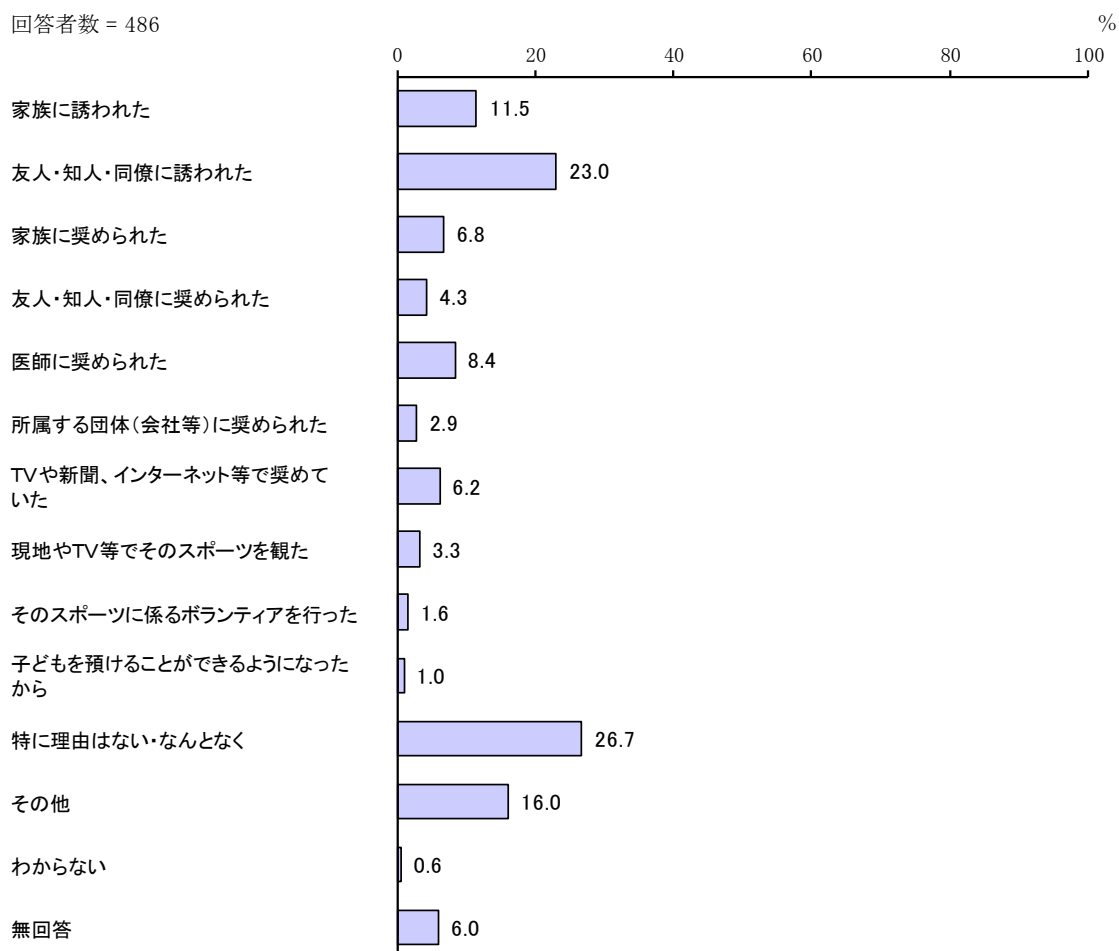
区分	ゲートボール	レクリエーションスポーツ・その他ニュースポーツ	レスリング・相撲・ボクシング	テコンドー・太極拳・合気道	柔道	剣道・居合道・なぎなた・柔剣道	空手・少林寺拳法	登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング	フリークライミング・ボルダリング	キャンプ・オートキャンプ	オリエンテーリング	ハイキング・ワンダーフォーゲル	ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング	ヨット・水上スキー・ウエイクボード・水上バイク・ジェットスキー	スキーバダイビング・スキンドайビング・シュノーケリング	サーフィン・ウインドサーフィン・ボデイボード	釣り
全体	0.2	1.2	0.4	0.8	0.2	0.8	—	9.1	0.8	3.3	4.9	0.8	—	0.8	1.6	6.8	

区分	スキー	スノーボード	クロスカントリースキー・スノーシュー	カーリング	アイススケート・アイスホッケー	アーチェリー・弓道・射撃・クレー射撃	パラグライダー	グライダー・ハンググライダー	乗馬	障害者スポーツ	その他	この2～3年間、年に数回かほとんど運動やスポーツはしていない	スポーツはない	わからない	無回答
全体	2.7	3.5	0.4	1.0	0.2	—	0.2	—	3.5	0.2	—	—	—	3.3	

問5で「ほぼ毎日」から「月に2～3回」に○をした方にお聞きします。

問5-2 あなたが、その運動やスポーツを初めて実施した（または再開した）きっかけは何ですか。当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

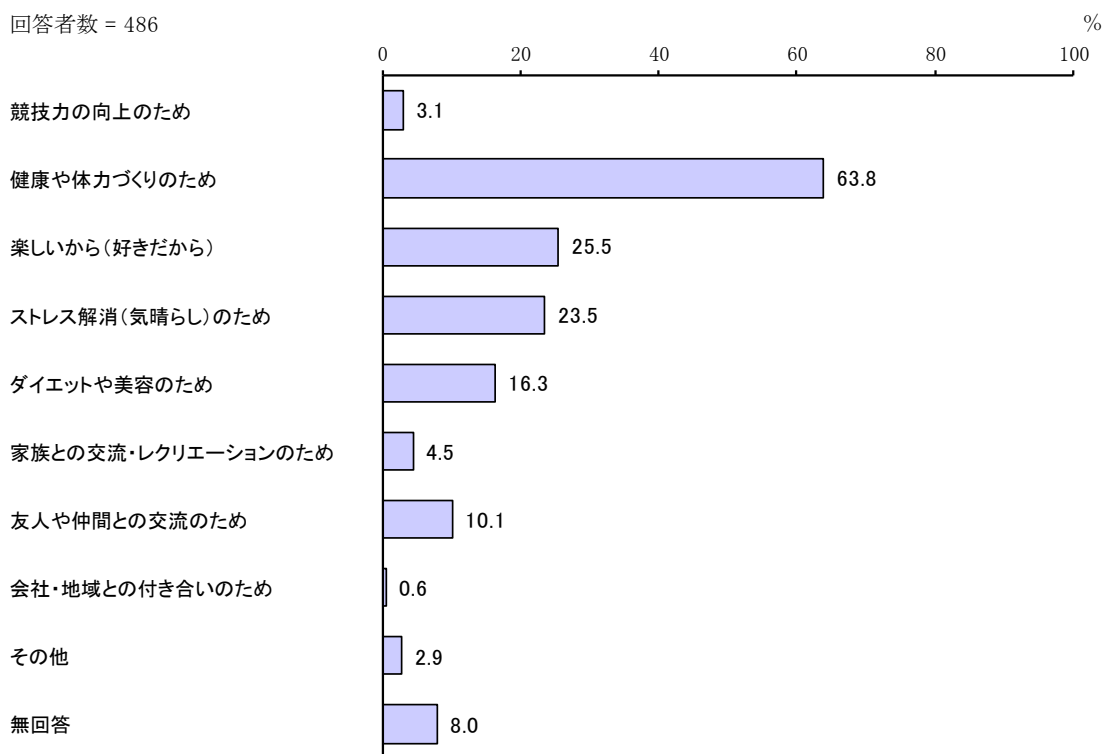
「特に理由はない・なんとなく」の割合が26.7%と最も高く、次いで「友人・知人・同僚に誘われた」の割合が23.0%、「家族に誘われた」の割合が11.5%となっています。



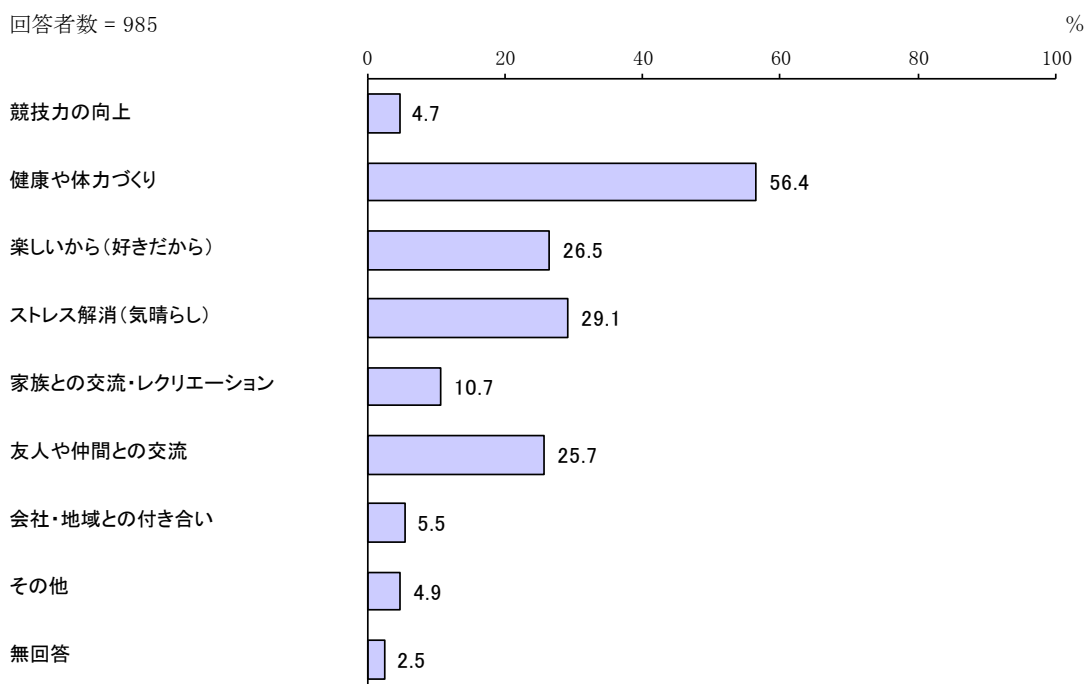
問5で「ほぼ毎日」から「月に2～3回」に○をした方にお聞きします。

問5-3 あなたが、運動やスポーツを行った目的は何ですか。
主なものを2つまで選び、その番号を○で囲んでください。

「健康や体力づくりのため」の割合が63.8%と最も高く、次いで「楽しいから(好きだから)」の割合が25.5%、「ストレス解消(気晴らし)のため」の割合が23.5%となっています。



【前回参考】

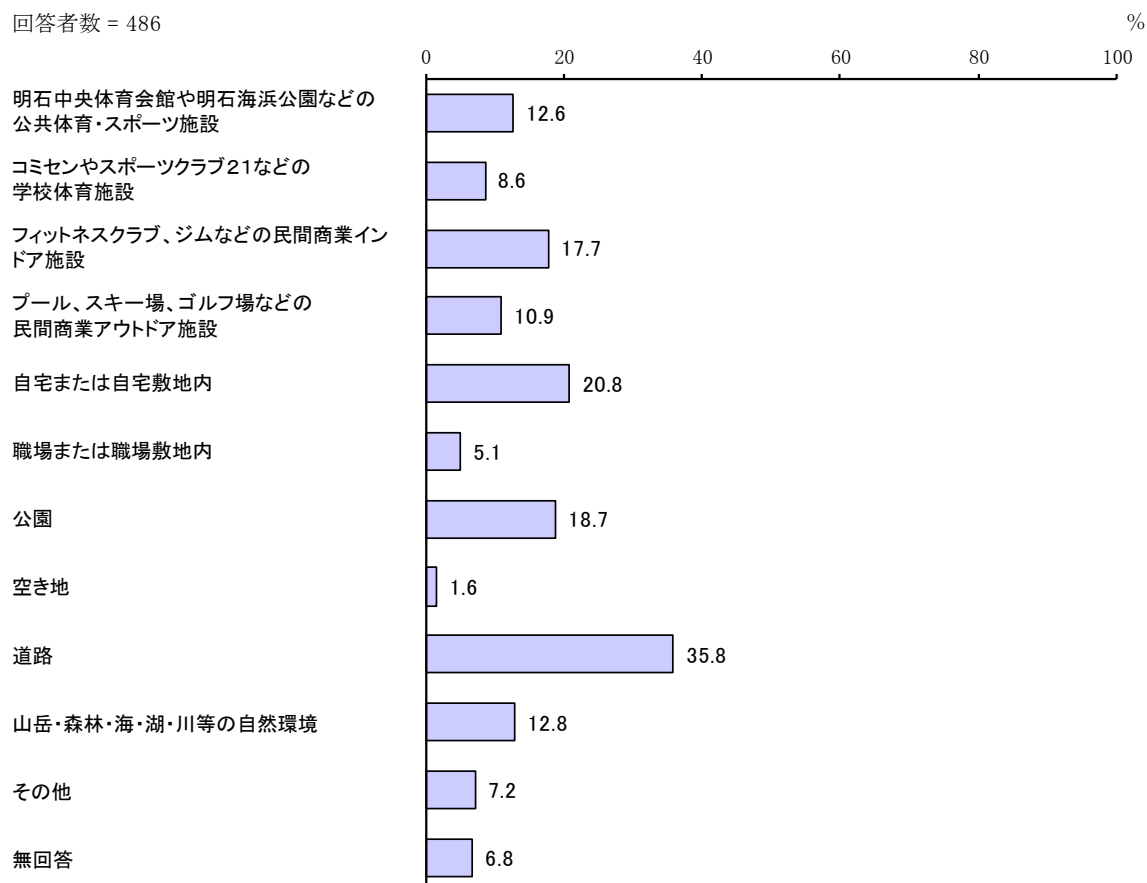


問5で「ほぼ毎日」から「月に2～3回」に○をした方にお聞きします。

問5-4 あなたが行った運動やスポーツは、どこで実施しましたか。
主なものを2つまで選び、その番号を○で囲んでください。

「道路」の割合が35.8%と最も高く、次いで「自宅または自宅敷地内」の割合が20.8%、「公園」の割合が18.7%となっています。

回答者数 = 486

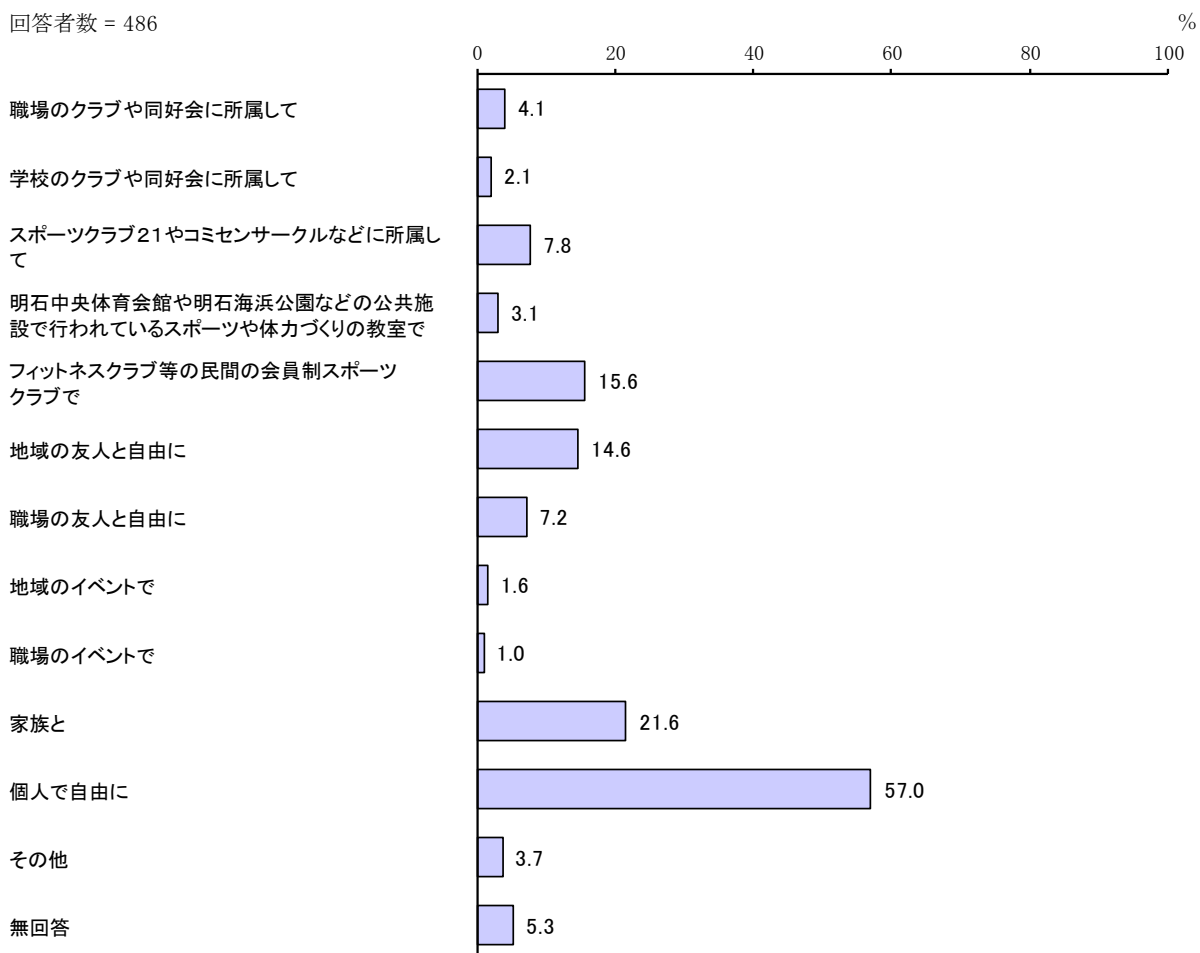


問5で「ほぼ毎日」から「月に2～3回」に○をした方にお聞きします。

**問5-5 あなたが行った運動やスポーツは、どのような形で実施しましたか。
主なものを2つまで選び、その番号を○で囲んでください。**

「個人で自由に」の割合が57.0%と最も高く、次いで「家族と」の割合が21.6%、「フィットネスクラブ等の民間の会員制スポーツクラブで」の割合が15.6%となっています。

回答者数 = 486

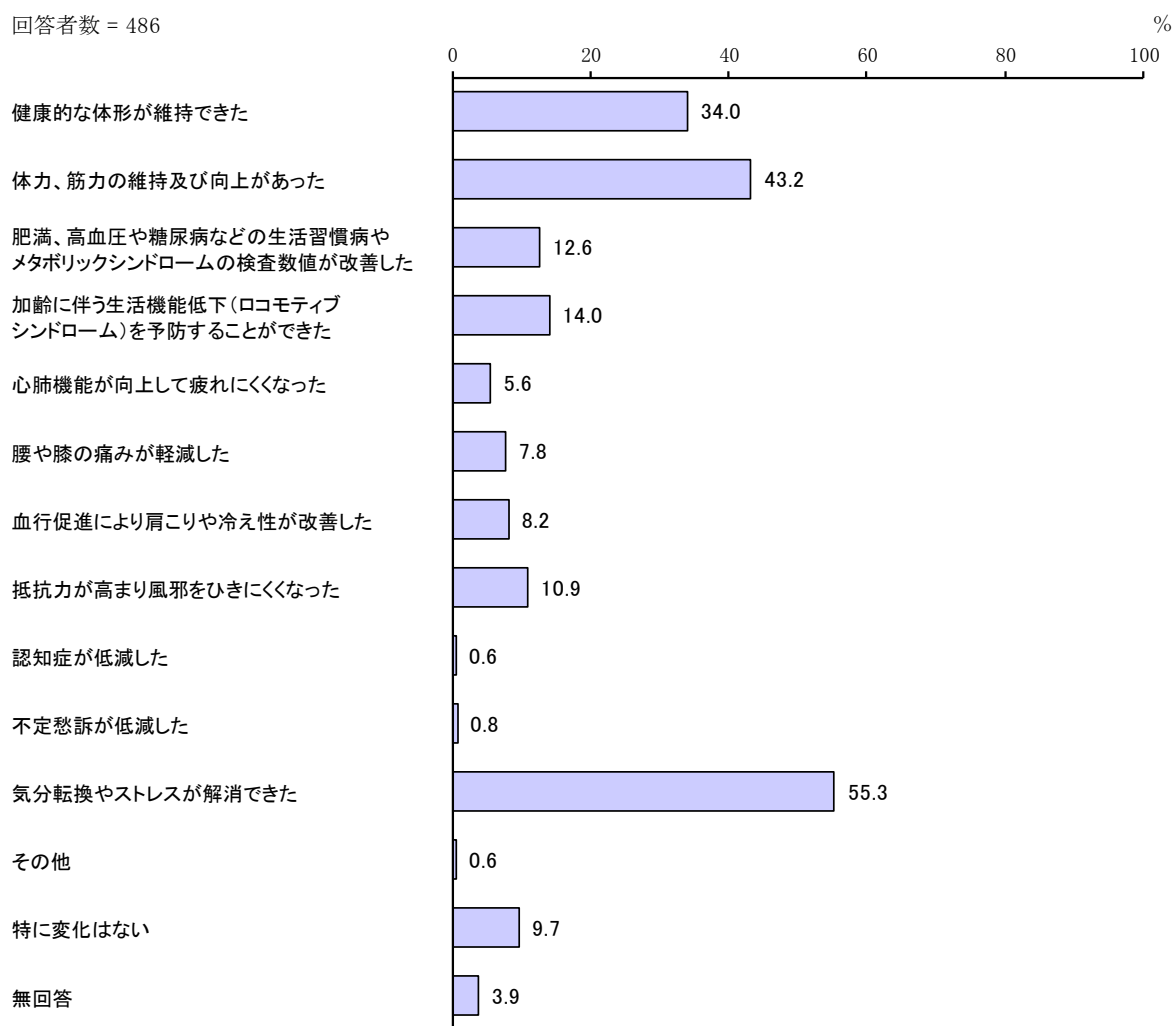


問5で「ほぼ毎日」から「月に2～3回」に○をした方にお聞きします。

問5-6 あなたが、運動やスポーツを実施した（再開した）ことによって、あなたご自身の体や心にどのような変化がありましたか。
当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

「気分転換やストレスが解消できた」の割合が55.3%と最も高く、次いで「体力、筋力の維持及び向上があった」の割合が43.2%、「健康的な体形が維持できた」の割合が34.0%となっています。

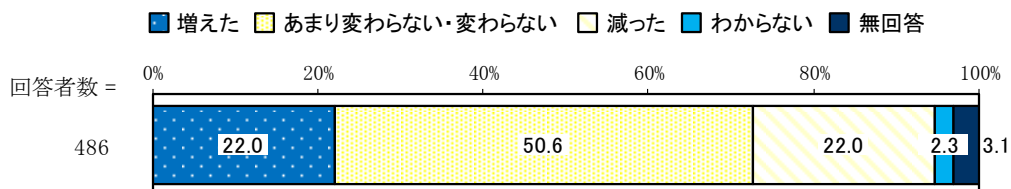
回答者数 = 486



問5で「ほぼ毎日」から「月に2～3回」に○をした方にお聞きします。

問5-7 あなたは、2～3年前と比べて運動やスポーツを実施する頻度は増えましたか、減りましたか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

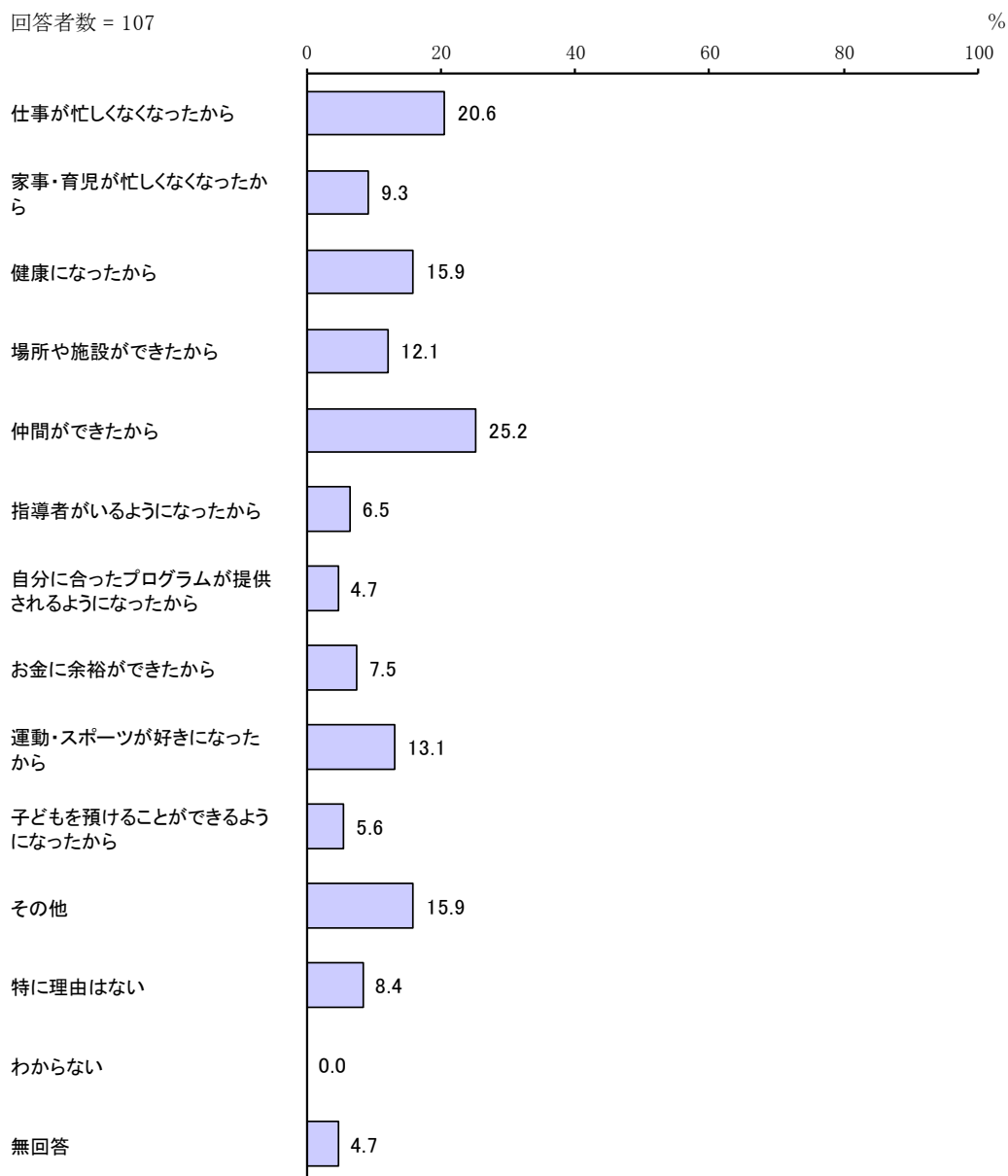
「増えた」の割合が22.0%となっています。一方、「あまり変わらない・変わらない」の割合が50.6%、「減った」の割合が22.0%となっています。



問5-7で「増えた」に○をした方にお聞きします。

問5-7-1 あなたが、運動やスポーツを実施する頻度が増えた理由は何ですか。当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

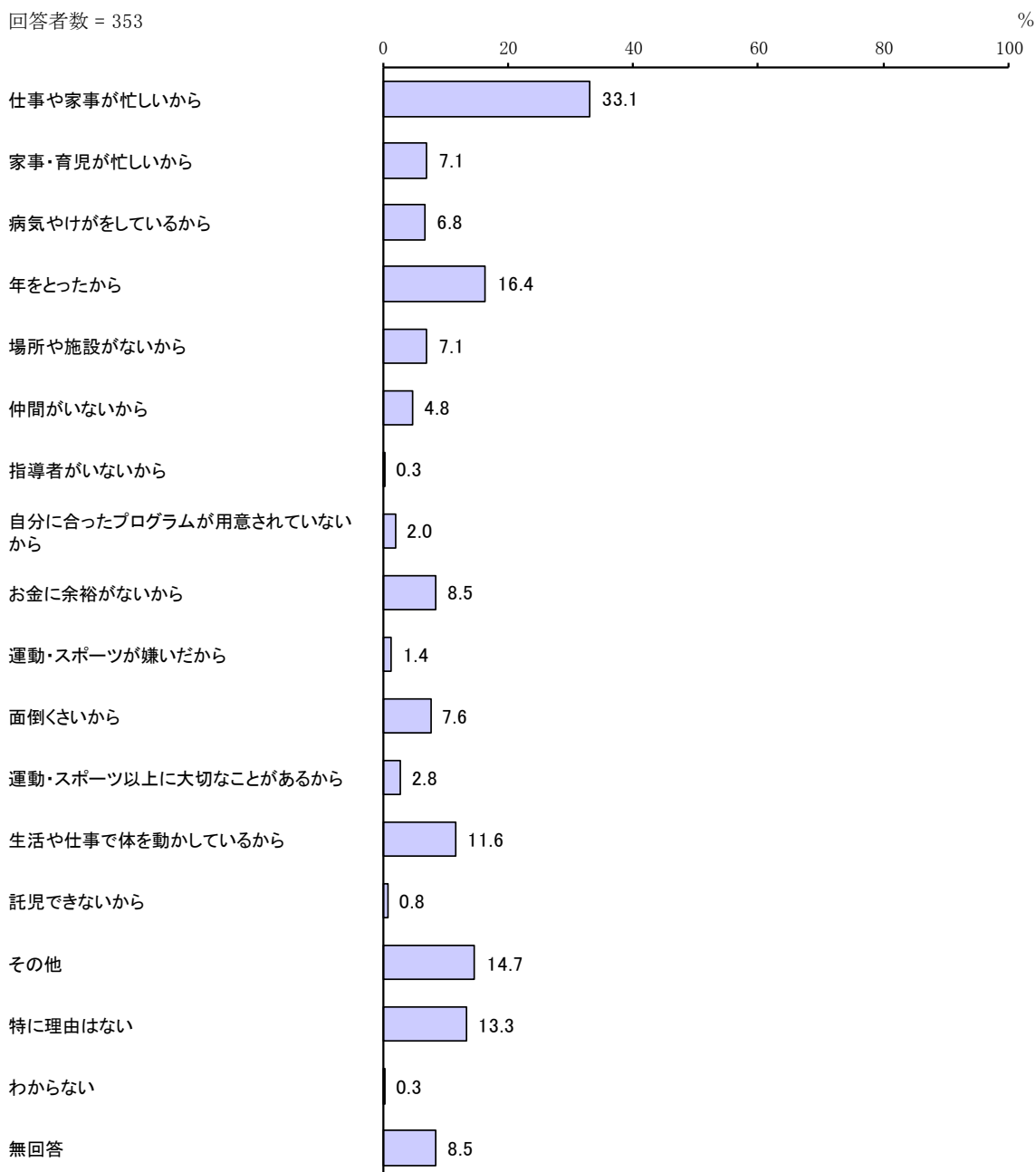
「仲間ができたから」の割合が25.2%と最も高く、次いで「仕事が忙しくなくなったから」の割合が20.6%、「健康になったから」の割合が15.9%となっています。



問5-7で「あまり変わらない・変わらない」と「減った」に○をした方にお聞きします。

問5-7-2 あなたが、運動やスポーツを実施する頻度が減ったまたはこれ以上増やせない（増やさない）理由は何ですか。
当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

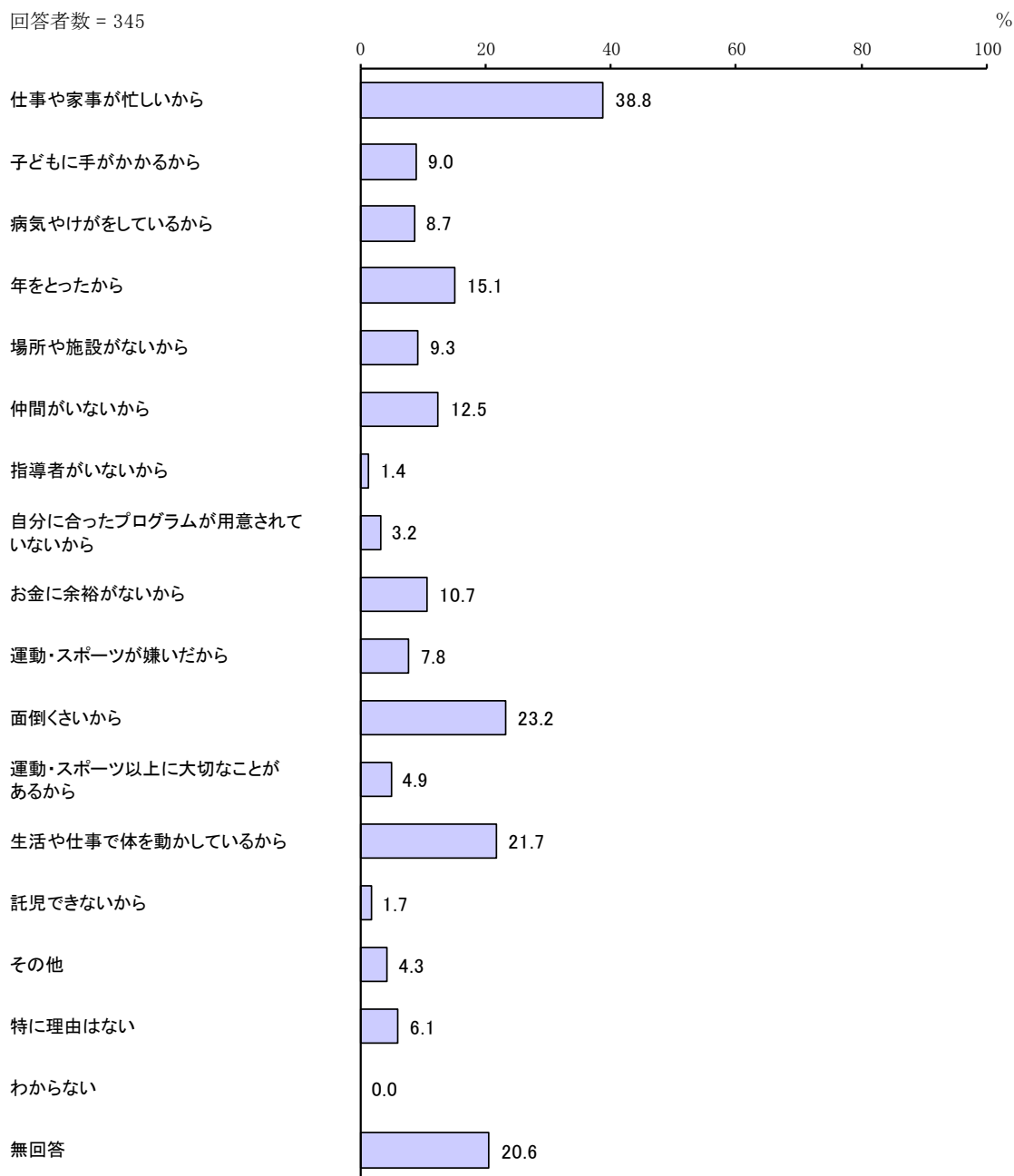
「仕事や家事が忙しいから」の割合が33.1%と最も高く、次いで「年をとったから」の割合が16.4%、「特に理由はない」の割合が13.3%となっています。



問5で「年に数回」と「ほとんどしていない」に○をした方にお聞きします。

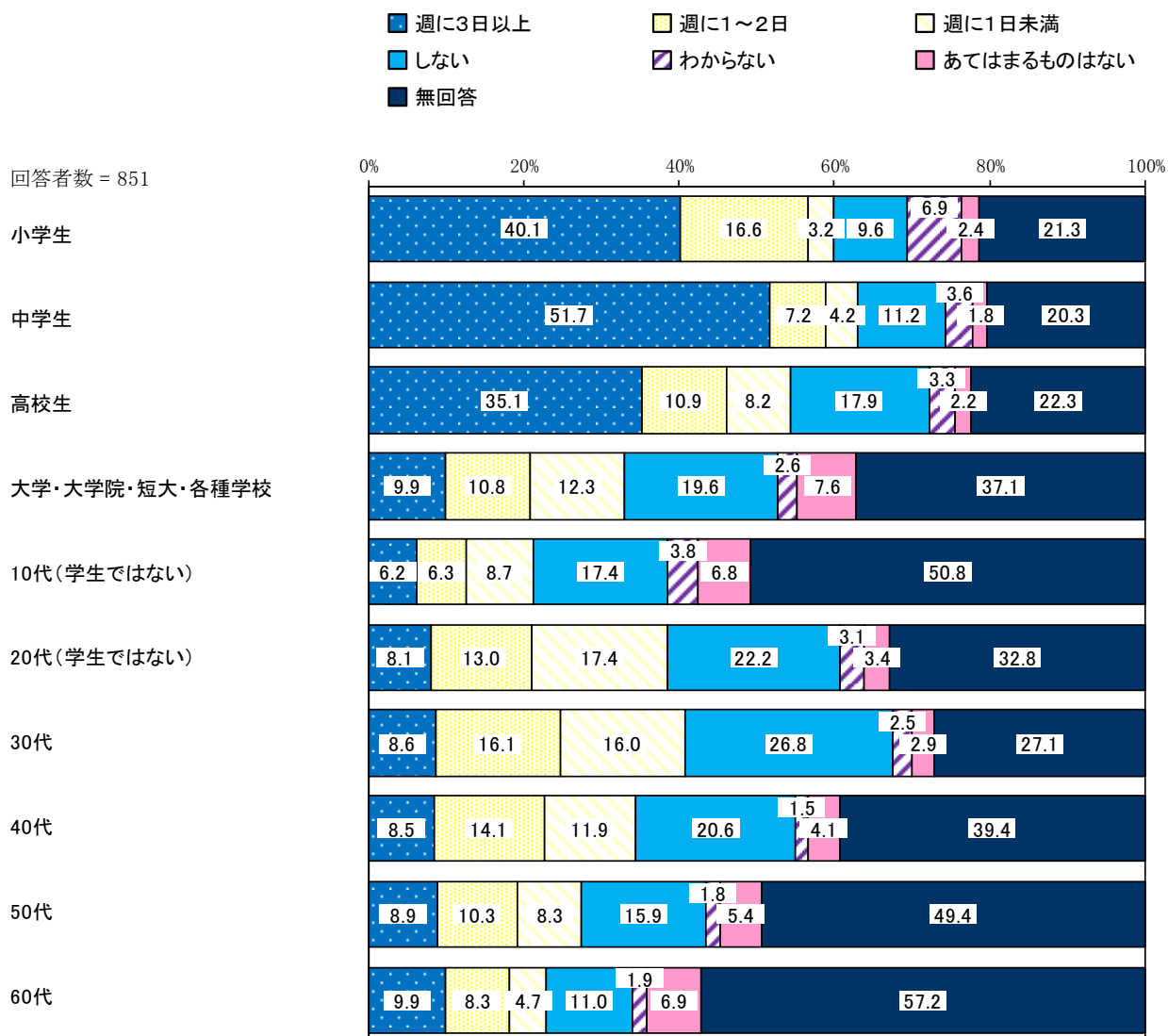
問5-8 あなたが、週に1日以上運動やスポーツを実施できなかった理由は何ですか。当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

「仕事や家事が忙しいから」の割合が38.8%と最も高く、次いで「面倒くさいから」の割合が23.2%、「生活や仕事で体を動かしているから」の割合が21.7%となっています。



問6 (すべての方にお聞きします。) 過去を振り返って、あなたの今までの運動やスポーツ実施の程度をそれぞれの年代で当てはまる番号を○で囲んでください。ただし、学校の体育の授業は除きます。

小学生、中学生、高校生で「週に3日以上」の割合が高くなっています。また、20代(学生ではない)、30代、40代で「しない」の割合が高くなっています



問7 (すべての方にお聞きします。) 今後あなたが始めてみたい運動やスポーツがあれば、その番号をすべて○で囲んでください。

「ウォーキング(散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む)」の割合が43.0%と最も高く、次いで「トレーニング(筋力トレーニング・室内運動器具を使ってする運動等)」の割合が16.2%、「体操(ラジオ体操・職場体操・美容体操等)」の割合が13.9%となっています。

単位：%

区分	回答者数(件)	ウォーキング(散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む)	階段昇降(2アップ3ダウン等)	ランニング・ジョギング・マラソン・駅伝	陸上競技	サイクリング	自転車(BMX含む)・インラインスケート・一輪車	ローラースケート・インラインスケート・一輪車	トレーニング(筋力トレーニング・室内運動器具を使ってする運動等)	美容体操等	エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス体操(ラジオ体操・ラジオ体操第二等)	縄跳び	器械体操・新体操・トランポリン	ダンス(フォークダンス・ジャズダンス・社交ダンス・フラ等)	チャリディング・バトントワリング	水泳(競泳・水球・飛び込み・アーティスティック)
全体	851	43.0	5.4	7.6	0.6	12.0	0.5	16.2	13.9	13.0	3.4	0.6	7.4	0.2	10.3	
区分	回答者数(件)	アメリカンフットボール・フラッグフットボール	ラグビー・タグラグビー	サッカー・フットサル	ハンドボール・その他屋内球技	ドッジボール	バスケットボール・ポルトボール	バレーボール(インドア・ビーチ・ソフト)	グラウンド・ゴルフをはじめとするゴルフ型ニュースポーツ	ゴルフ(コース・練習場・シミュレーション)	卓球(ラジオボール含む)	バドミントン	テニス・ソフトテニス	ソフトボール	野球(硬式・軟式)・キャッチボール	アクアエクササイズ・水中ウォーキング
全体	4.6	3.5	2.0	7.4	8.1	6.1	7.8	3.3	2.1	1.3	0.6	0.2	1.9	0.2	-	
区分	回答者数(件)	ヨット・水上スキー・ウェイクボード・水上バイク・ジェットスキー	ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング	ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング	キャンプ・オートキャンプ	フリークライミング・ボルダリング	登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング	空手・少林寺拳法	剣道・居合道・なぎなた・柔剣道	柔道	テコンドー・太極拳・合気道	レスリング・相撲・ボクシング	レクリエーションスポーツ・その他ニュースポーツ	ゲートボール	ボウリング	グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技
全体	0.4	6.6	0.9	1.5	1.1	2.6	0.5	1.3	2.2	10.8	2.1	6.0	6.7	2.0	1.3	
区分	回答者数(件)	無回答	わからない	今後始めてみたい運動やスポーツはない	その他	障害者スポーツ	乗馬	グラライダー・ハンググライダー・パラグライダー	アーチェリー・弓道・射撃・クレール射撃	アイススケート・アイスホッケー・カーリング	クロスカントリースキー・スノーシュー	スノーボード	スキー	釣り	サーフィン・ウィンドサーフィン・ボディボード	スキーバダイビング・スキンドайビング・シュノーケリング
全体	3.5	2.5	10.1	3.4	3.4	0.1	1.5	3.8	1.4	2.2	0.1	1.3	11.5	5.4	4.9	

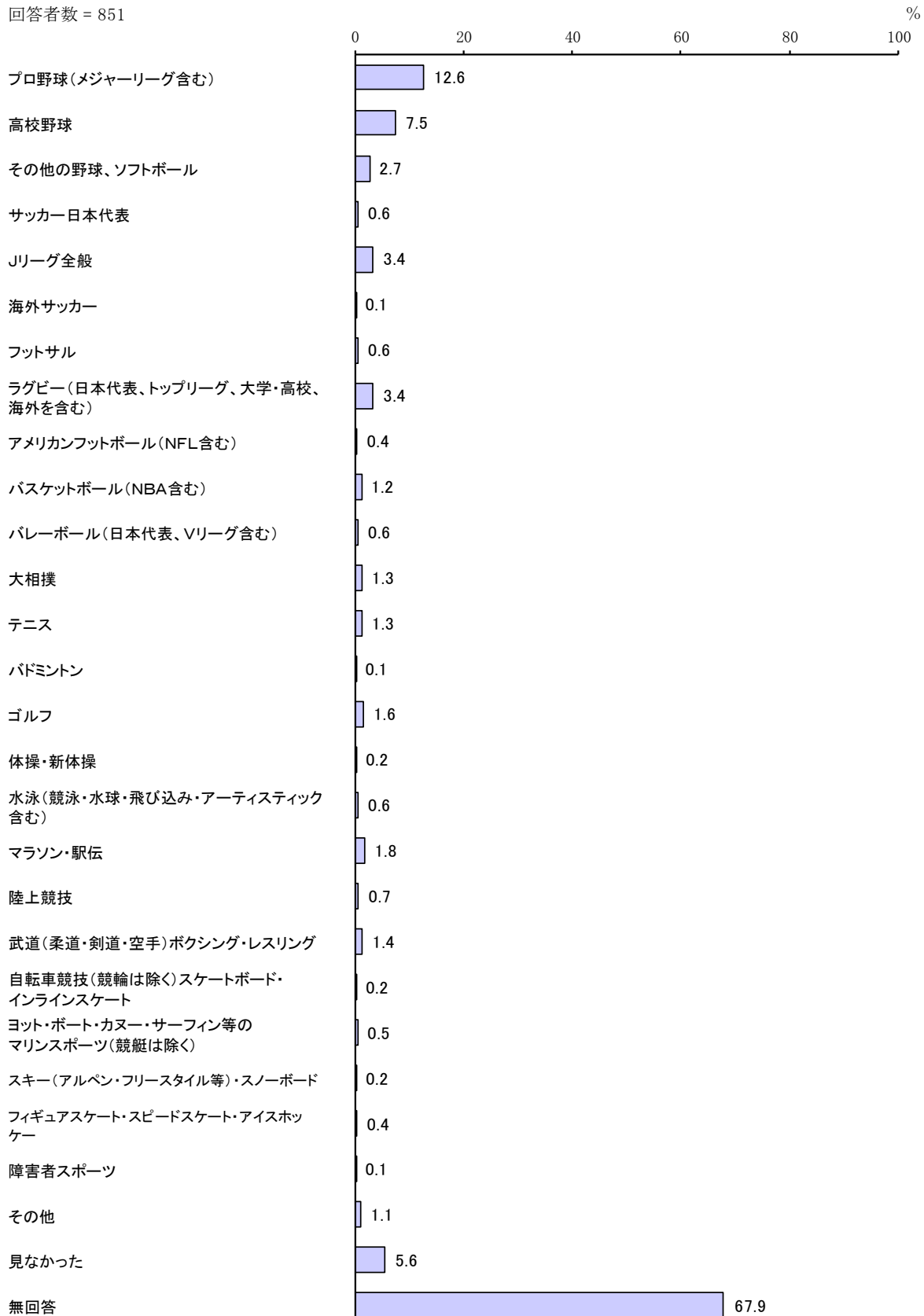
3 スポーツを「みる」「ささえる」について

問8 (すべての方にお聞きします。) あなたは、この2～3年間にどんなスポーツを観戦しましたか。それぞれで当てはまる番号を○で囲んでください。

1. 直接現地で

「プロ野球(メジャーリーグ含む)」の割合が12.6%と最も高くなっています。

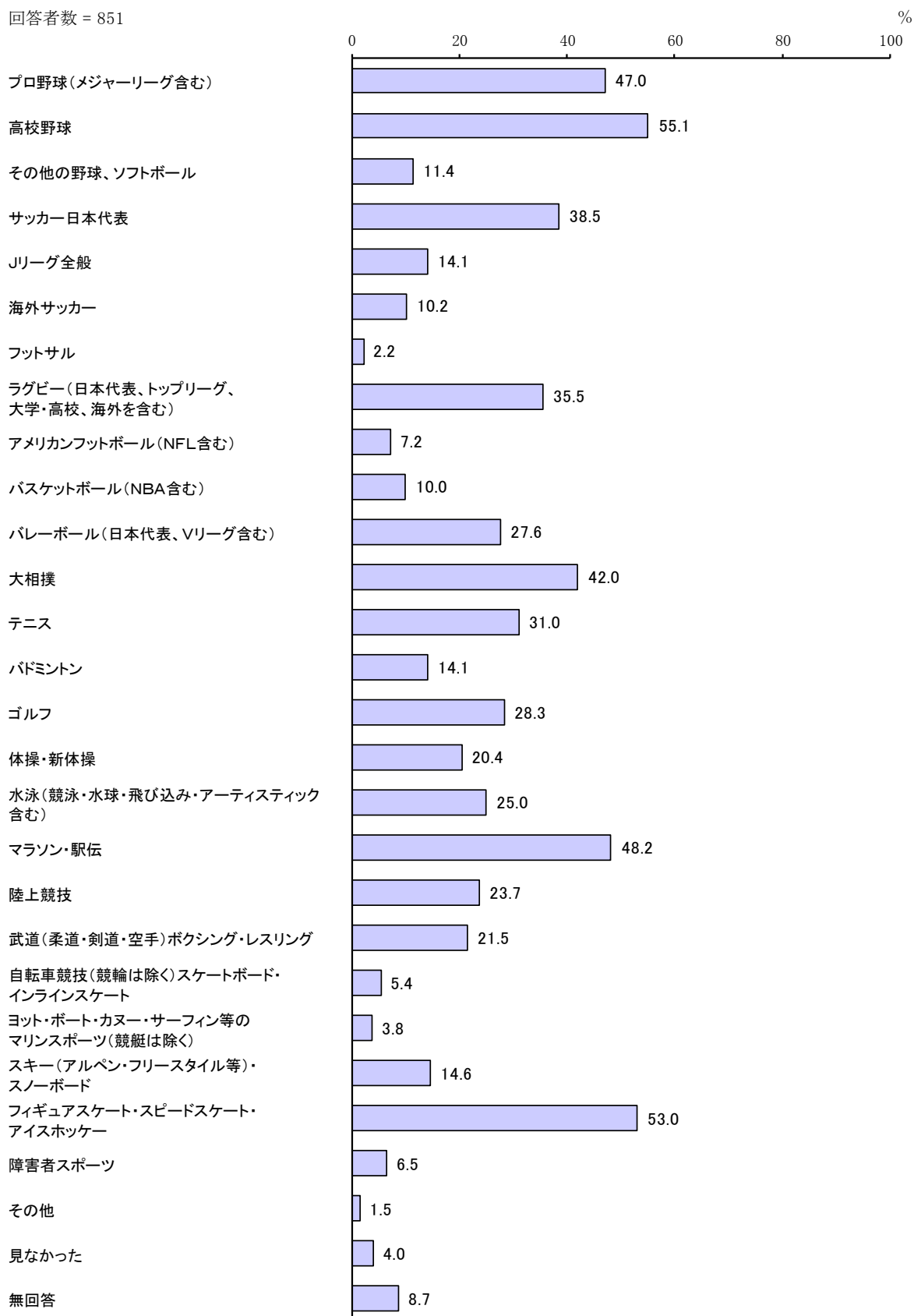
回答者数 = 851



2. テレビやインターネットで

「高校野球」の割合が55.1%と最も高く、次いで「フィギュアスケート・スピードスケート・アイスホッケー」の割合が53.0%、「マラソン・駅伝」の割合が48.2%となっています。

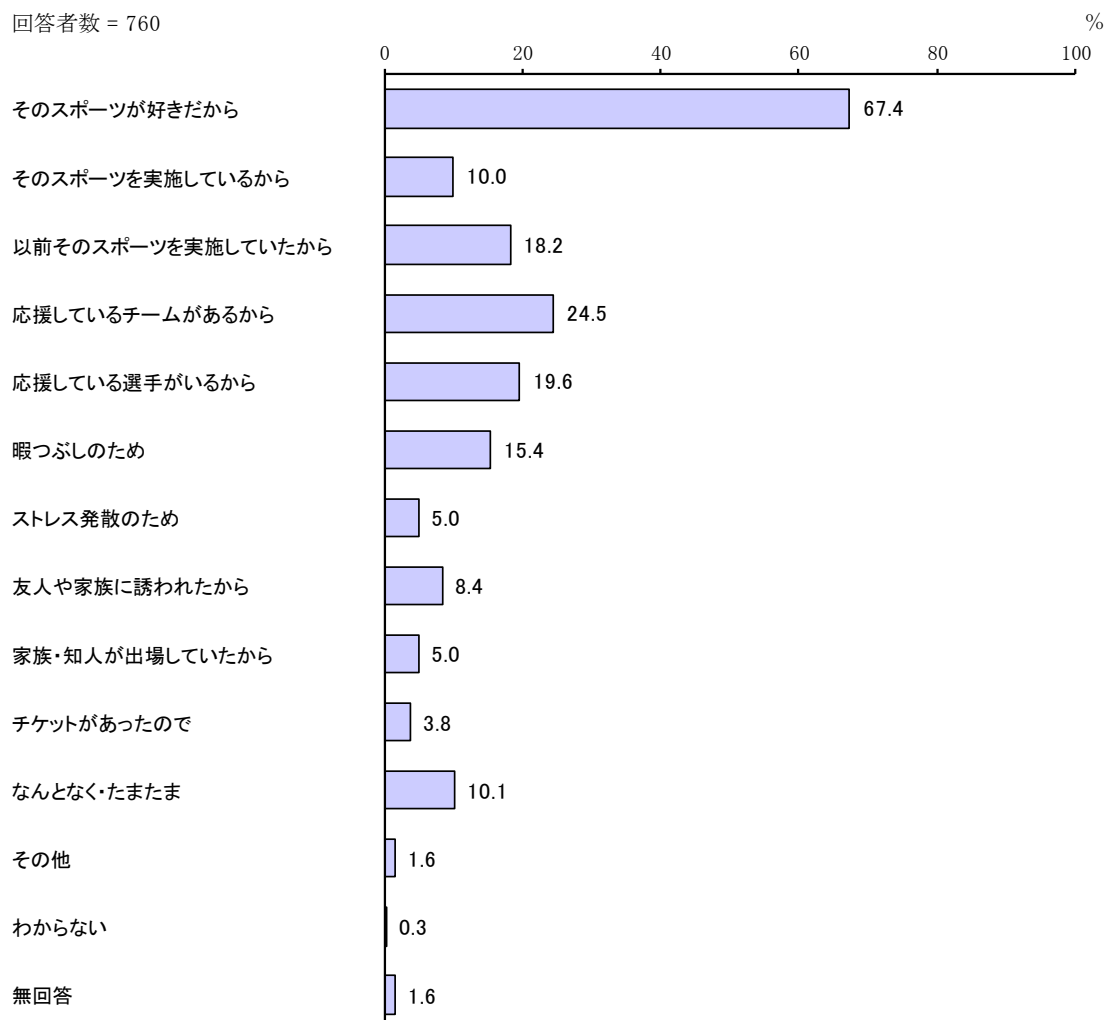
回答者数 = 851



問8で「プロ野球（メジャーリーグ含む）」～「その他」に○をした方にお聞きします。

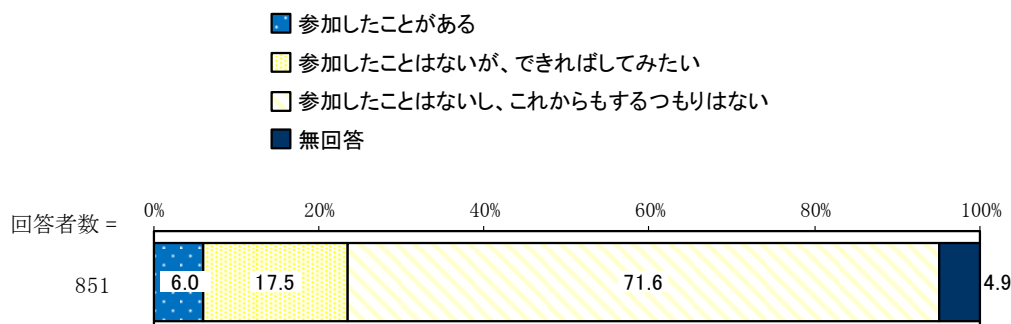
問8-1 あなたが、スポーツを観戦したのはどのような理由からですか。
当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

「そのスポーツが好きだから」の割合が67.4%と最も高く、次いで「応援しているチームがあるから」の割合が24.5%、「応援している選手がいるから」の割合が19.6%となっています。



問9 (すべての方にお聞きします。) あなたは、この2～3年間に、運動やスポーツに関するボランティア活動に参加したことがありますか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

「参加したことはないが、できればしてみたい」の割合が17.5%、「参加したことはないし、これからもするつもりはない」の割合が71.6%となっています。

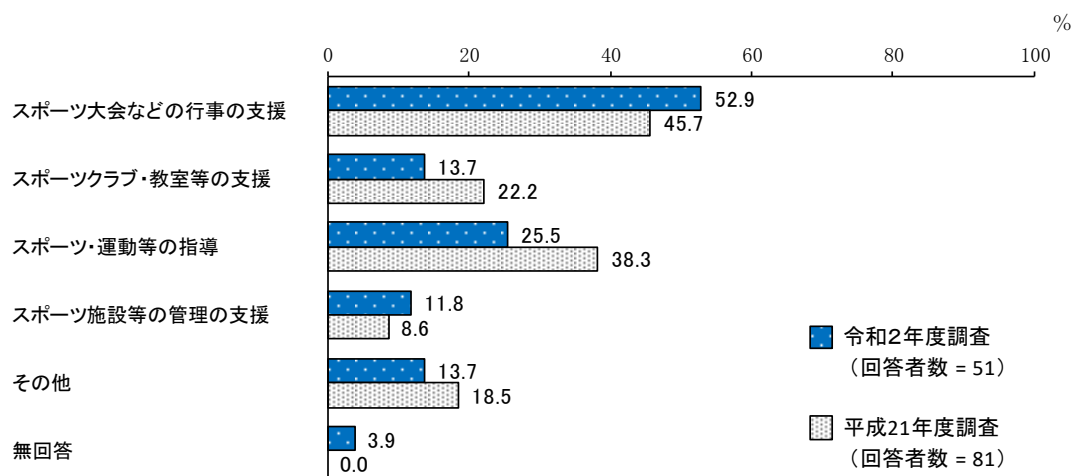


問9で「参加したことがある」に○をした方にお聞きします。

問9-1 どのようなボランティア活動に参加しましたか。当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

「スポーツ大会などの行事の支援」の割合が52.9%と最も高く、次いで「スポーツ・運動等の指導」の割合が25.5%、「スポーツクラブ・教室等の支援」の割合が13.7%となっています。

平成21年度調査と比較すると、「スポーツ大会などの行事の支援」の割合が増加しています。一方、「スポーツクラブ・教室等の支援」「スポーツ・運動等の指導」の割合が減少しています。

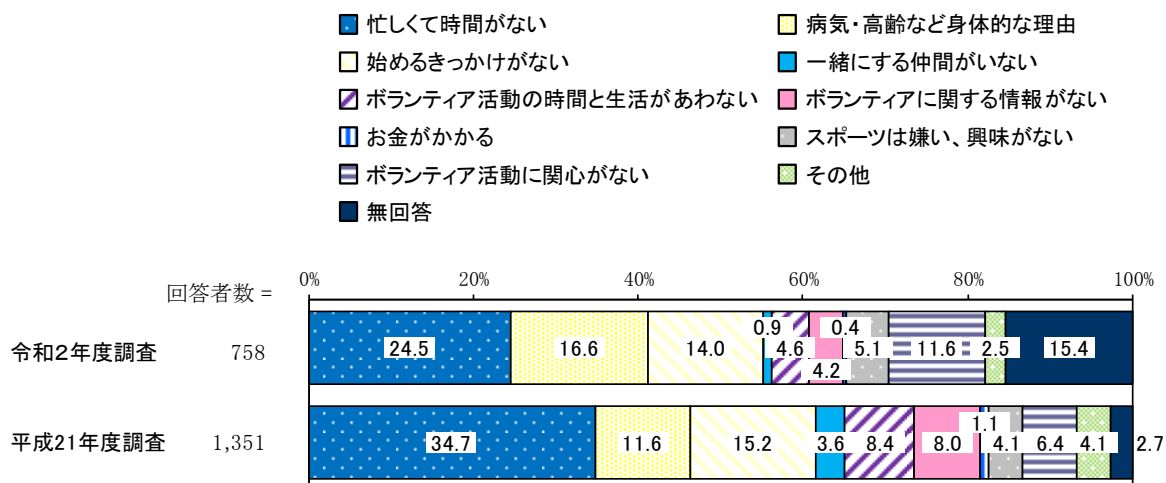


問9で「参加したことはないが、できればしてみたい」または「参加したことはないし、これからはするつもりはない」に○をした方にお聞きします。

問9-2 あなたが運動やスポーツに関するボランティア活動に参加されない理由は何ですか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

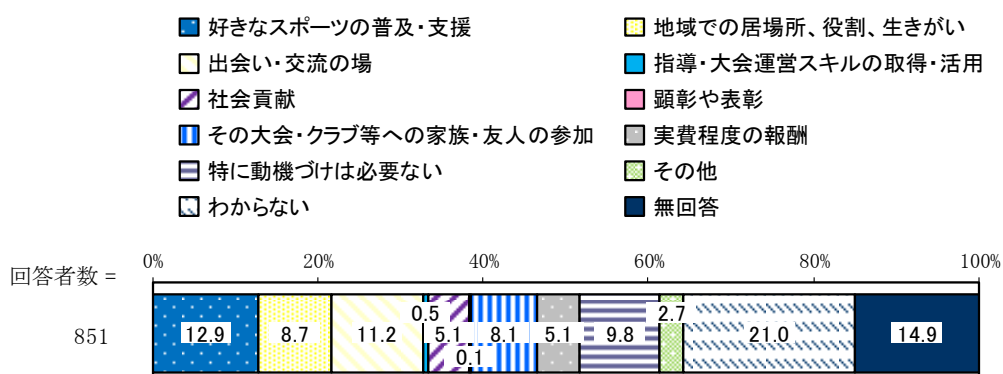
「忙しくて時間がない」の割合が24.5%と最も高く、次いで「病気・高齢など身体的な理由」の割合が16.6%、「始めるきっかけがない」の割合が14.0%となっています。

平成21年度調査と比較すると、「ボランティア活動に関心がない」の割合が増加しています。一方、「忙しくて時間がない」の割合が減少しています。



問10 (すべての方にお聞きします。) どんなきっかけや動機づけ(モチベーション)があれば、運動やスポーツに関するボランティア活動を行ったり続けたりすることができますか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

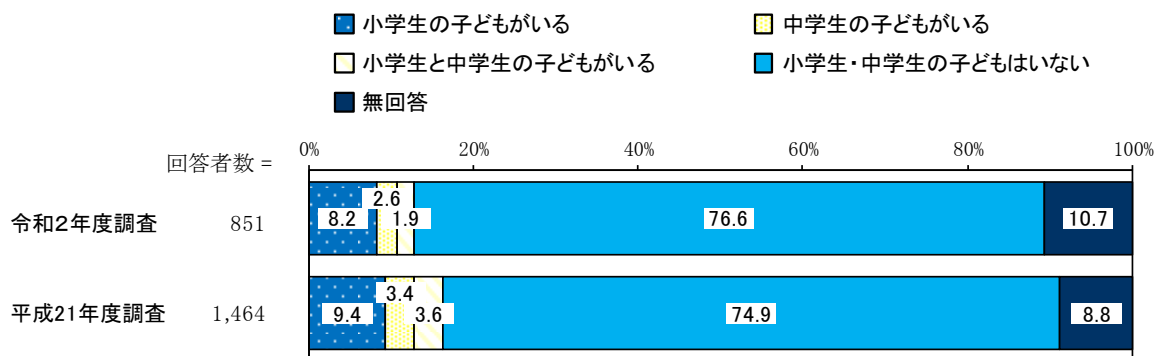
「好きなスポーツの普及・支援」の割合が12.9%、「出会い・交流の場」の割合が11.2%、「わからない」の割合が21.0%となっています。



4 子どものスポーツについて

問 11 (すべての方にお聞きします。) あなたには、小学生・中学生のお子様がおられますか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

「小学生・中学生の子どもはいない」の割合が76.6%と最も高くなっています。
平成21年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

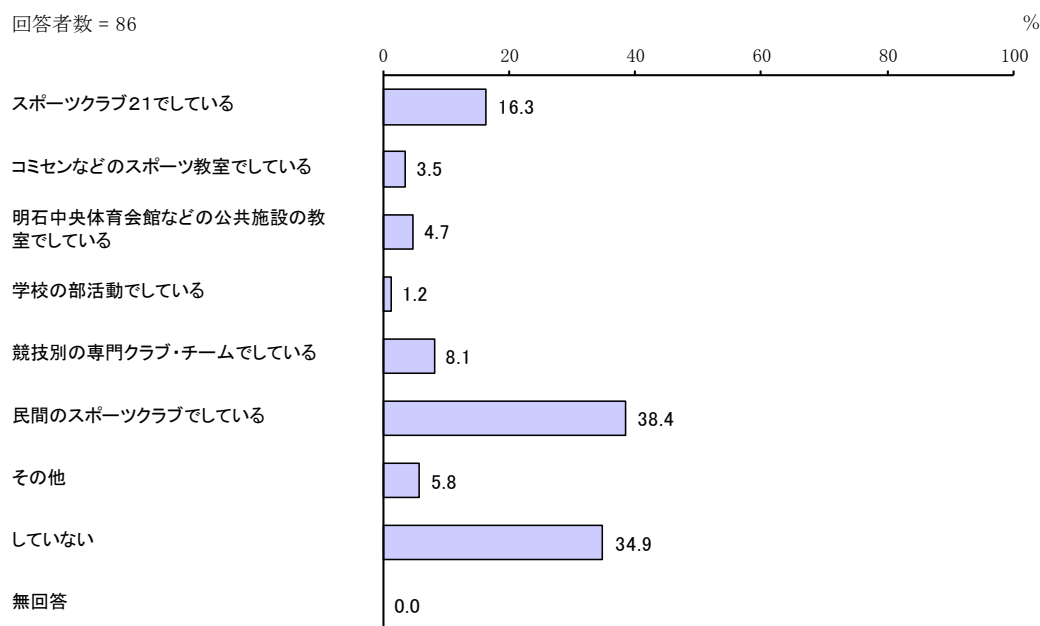


問 11 で「小学生の子どもがいる」～「小学生と中学生の子どもがいる」に○をした方にお聞きします。

問 11-1 お子様は、学校の体育の授業以外に運動やスポーツを行っていますか。主なものを2つまで選び、その番号を○で囲んでください。小学生・中学生のお子様2人以上おられる場合は、それぞれ、学年の小さなお子様についてお答えください。

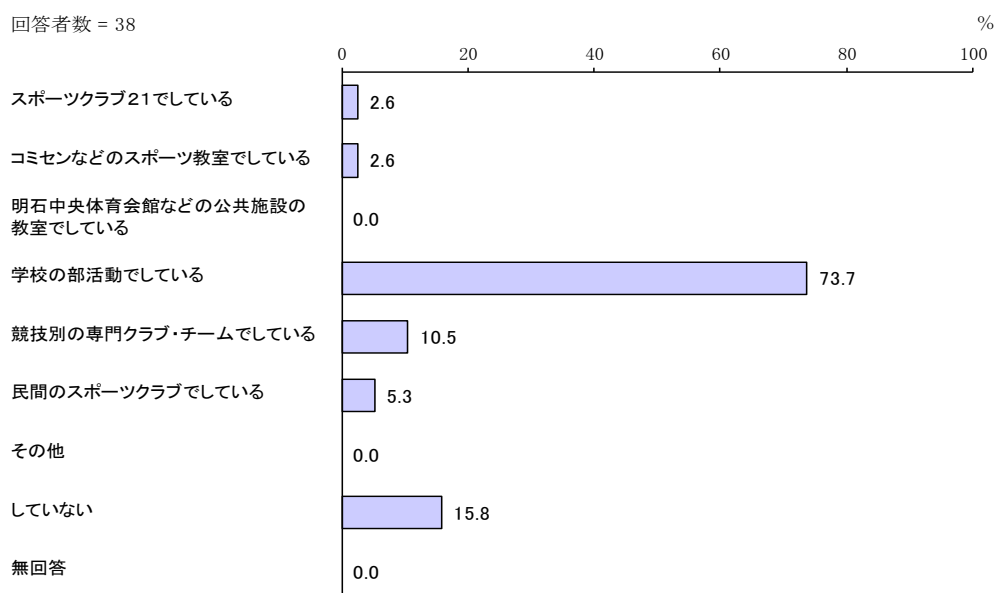
<小学生のお子様>

「民間のスポーツクラブでしている」の割合が38.4%と最も高く、次いで「していない」の割合が34.9%、「スポーツクラブ21でしている」の割合が16.3%となっています。



<中学生のお子様>

「学校の部活動でしている」の割合が73.7%と最も高く、次いで「していない」の割合が15.8%、「競技別の専門クラブ・チームでしている民間のスポーツクラブでしている」の割合が10.5%となっています。



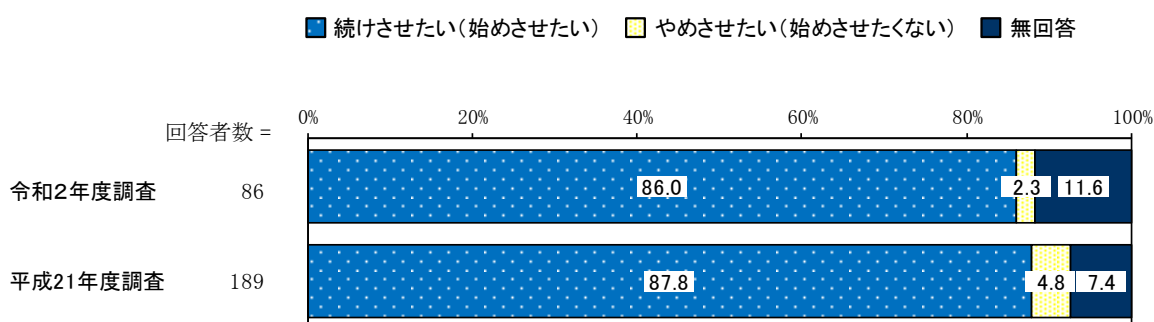
問 11 で「小学生の子どもがいる」～「小学生と中学生の子どもがいる」に○をした方にお聞きします。

問 11-2 今後、授業以外の運動やスポーツを続けさせたい（始めさせたい）ですか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

<小学生のお子様>

「続けさせたい（始めさせたい）」の割合が 86.0%、「やめさせたい（始めさせたくない）」の割合が 2.3%となっています。

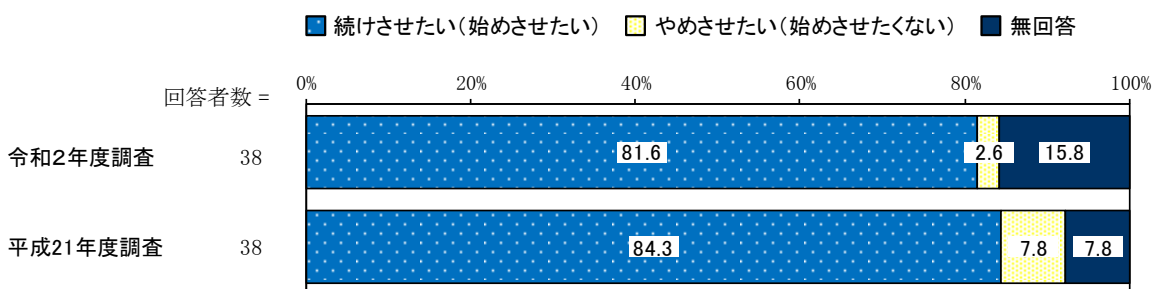
平成 21 年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



<中学生のお子様>

「続けさせたい（始めさせたい）」の割合が 81.6%、「やめさせたい（始めさせたくない）」の割合が 2.6%となっています。

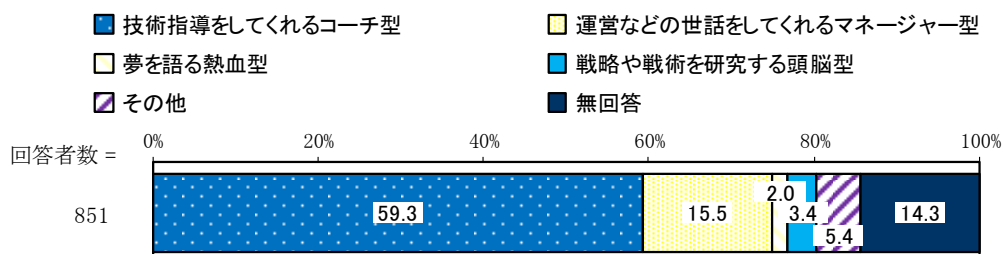
平成 21 年度調査と比較すると、「やめさせたい（始めさせたくない）」の割合が減少しています。



5 指導者について

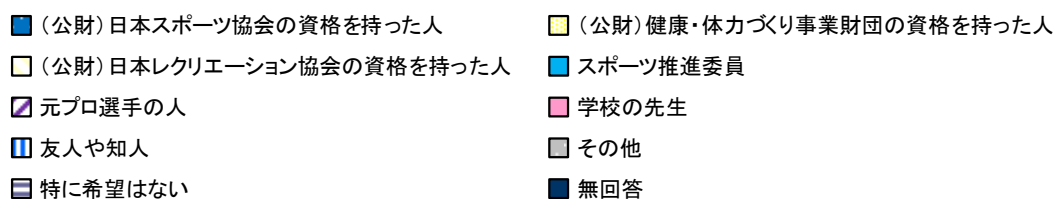
問12 (すべての方にお聞きします。) あなたが、運動やスポーツをする際に求める指導者とは、どのようなタイプの指導者ですか。当てはまる番号を1つ〇で囲んでください。

「技術指導をしてくれるコーチ型」の割合が59.3%と最も高く、次いで「運営などの世話をしてくれるマネージャー型」の割合が15.5%となっています。



問13 (すべての方にお聞きします。) あなたは、具体的にどのような人に運動やスポーツの指導をしてもらいたいですか。当てはまる番号を1つだけ〇で囲んでください。

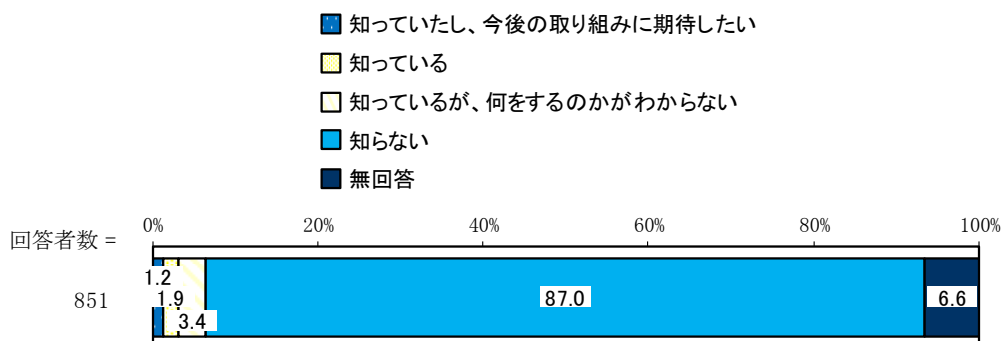
「(公財)健康・体力づくり事業財団の資格を持った人」の割合が13.6%、「元プロ選手の人」の割合が12.1%、「特に希望はない」の割合が41.0%となっています。



6 オリンピック・パラリンピックについて

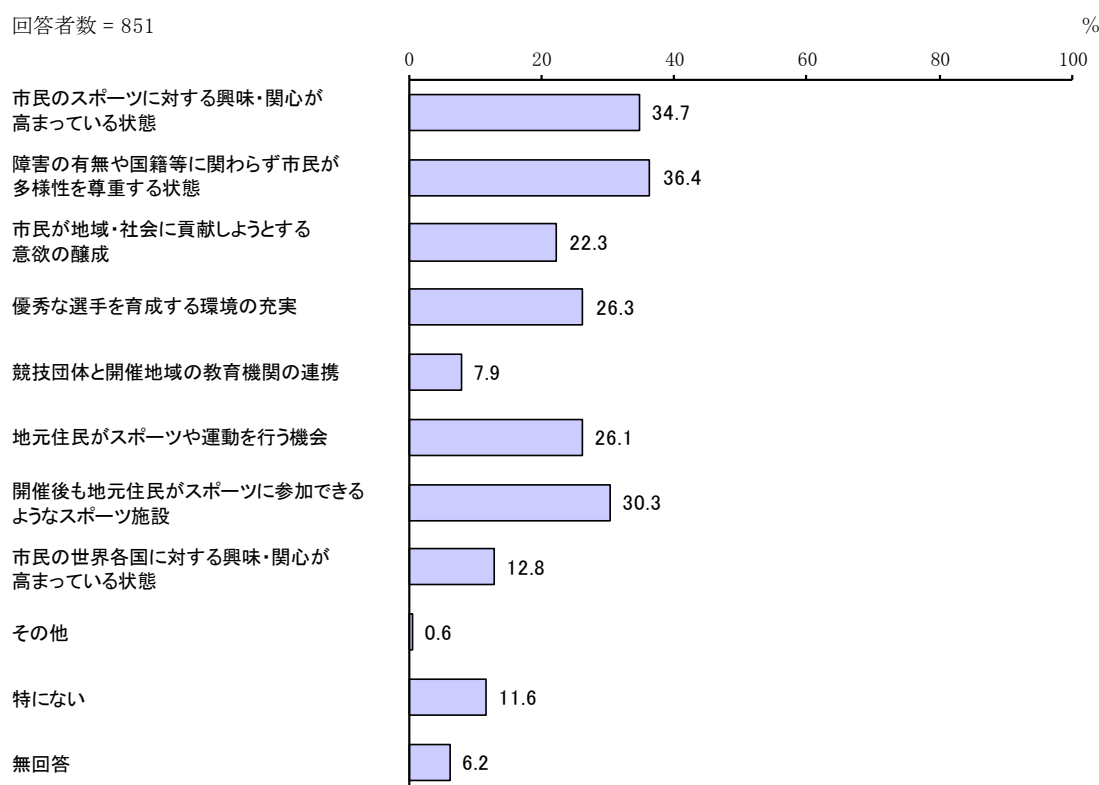
問 14 (すべての方にお聞きします。) 明石市は、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会における「先導的共生社会ホストタウン」の登録団体となっていますが、あなたはこのことを知っていましたか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

「知らない」の割合が87.0%と最も高くなっています。



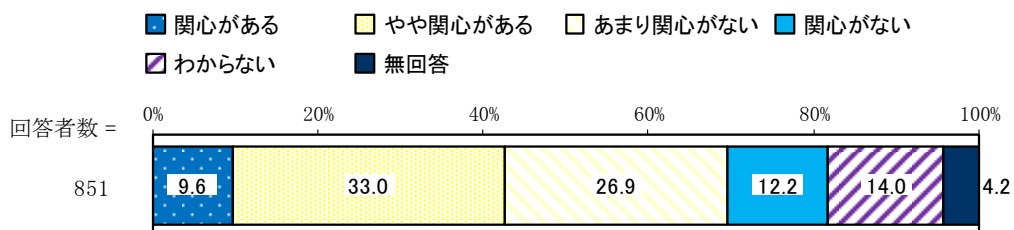
問 15 (すべての方にお聞きします。) あなたが、東京2020オリンピック・パラリンピック大会以降も残すべきもの(遺産=レガシー)はどのようなことだと思いますか。当てはまると思う番号をすべて○で囲んでください。

「障害の有無や国籍等に関わらず市民が多様性を尊重する状態」の割合が36.4%と最も高く、次いで「市民のスポーツに対する興味・関心が高まっている状態」の割合が34.7%、「開催後も地元住民がスポーツに参加できるようなスポーツ施設」の割合が30.3%となっています。



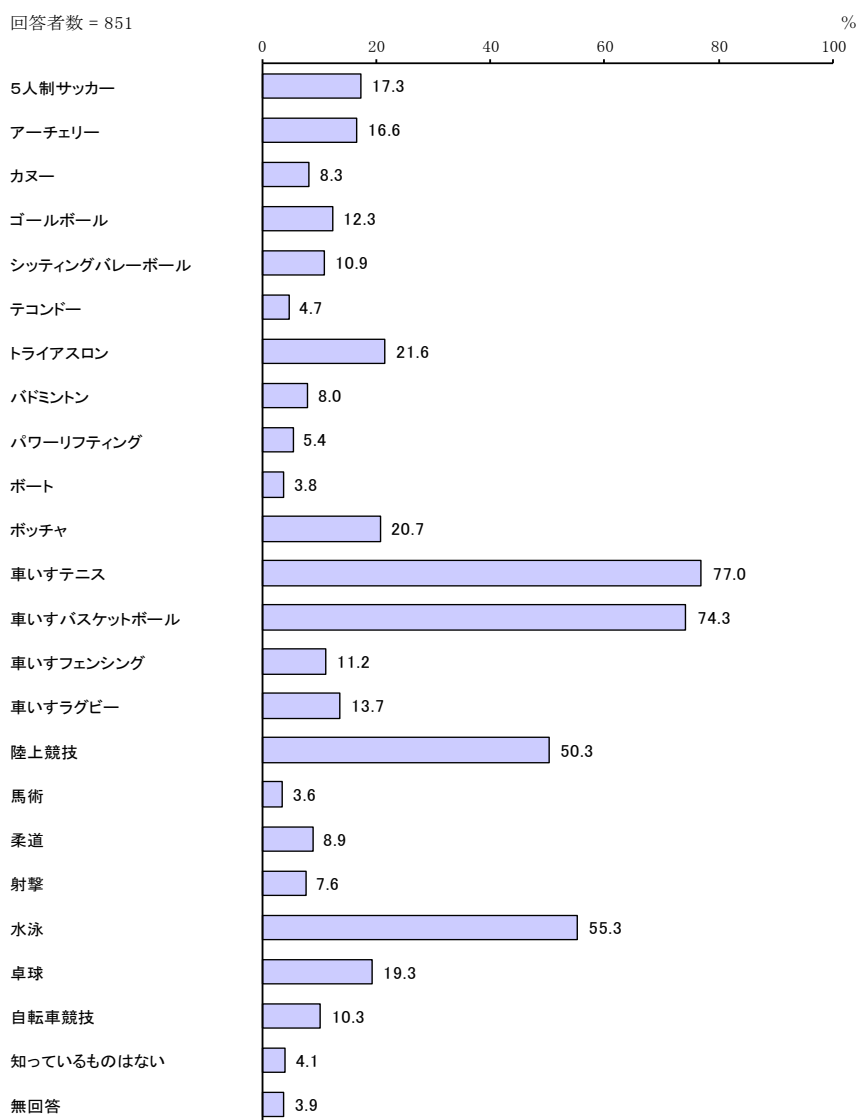
問 16 (すべての方にお聞きします。) あなたは、障がい者スポーツに関心がありますか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

「関心がある」と「やや関心がある」を合わせた“関心がある”の割合が 42.6%、「あまり関心がない」と「関心がない」を合わせた“関心がない”の割合が 39.1%となっています。



問 17 (すべての方にお聞きします。) あなたは、次のどのパラリンピック競技をご存じでしたか。知っているものすべての番号を○で囲んでください。

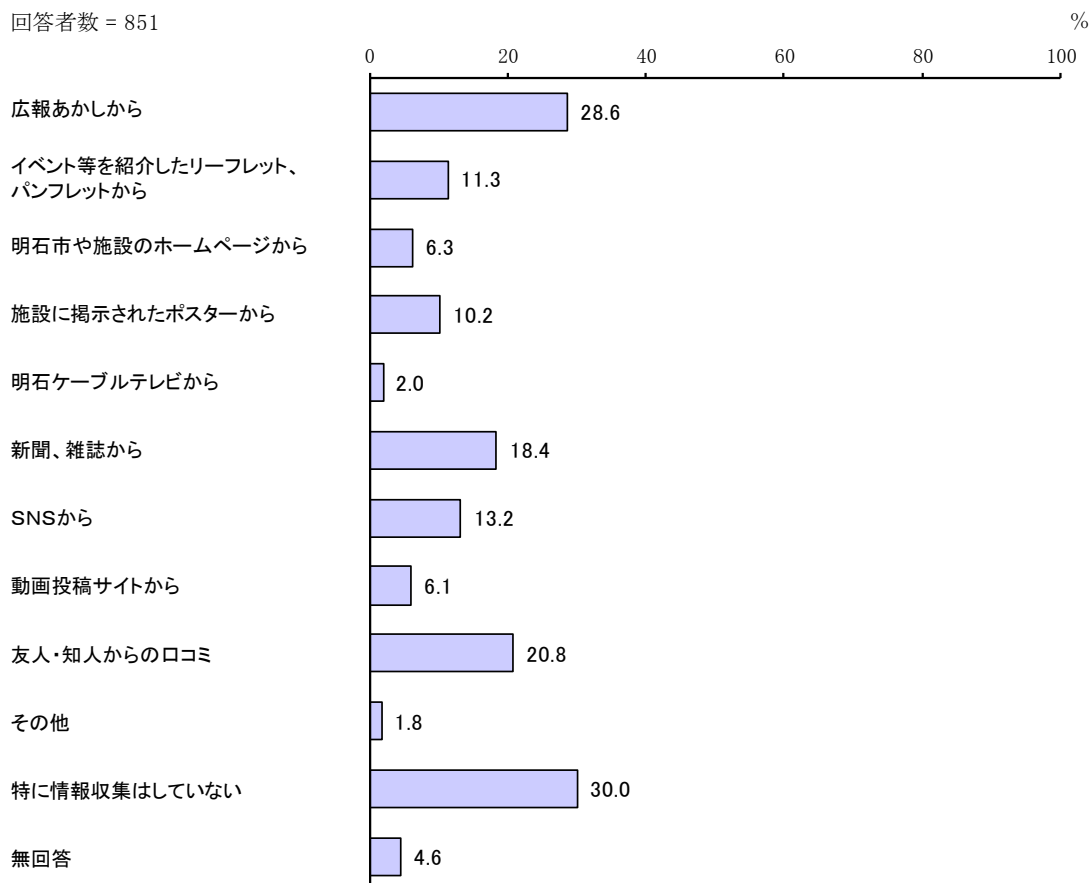
「車いすテニス」の割合が 77.0%と最も高く、次いで「車いすバスケットボール」の割合が 74.3%、「水泳」の割合が 55.3%となっています。



7 情報について

問 18 (すべての方にお聞きします。) あなたは、普段、運動やスポーツ、さらには健康づくりに取り組む場合、それらの情報はどのように入手されていますか。当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

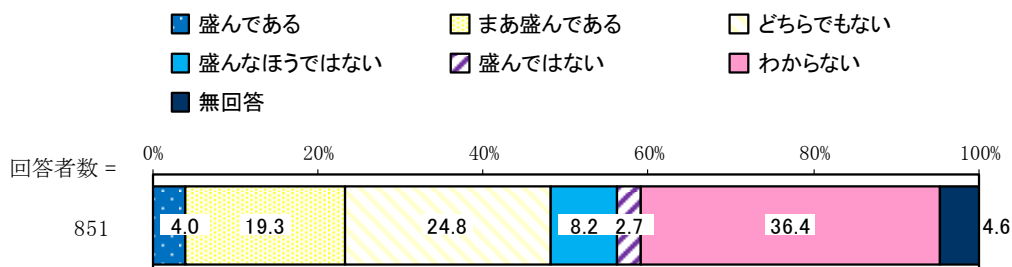
「広報あかしから」の割合が 28.6%、「友人・知人からの口コミ」の割合が 20.8%、「特に情報収集はしていない」の割合が 30.0%となっています。



8 明石市のスポーツ環境について

問 19 あなたは、明石市はスポーツが盛んであると思いますか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

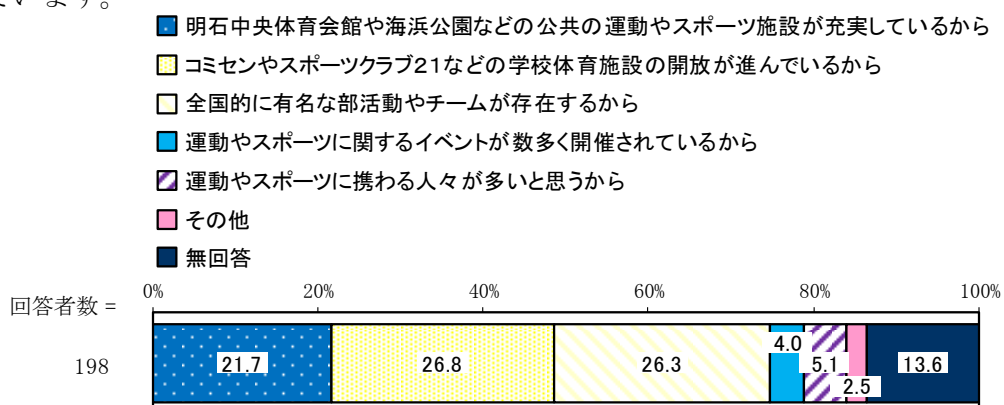
「盛んである」と「まあ盛んである」を合わせた“盛んである”の割合が 23.3%、「盛んなほうではない」と「盛んではない」を合わせた“盛んではない”の割合が 10.9%となっています。



問 19 で「盛んである」「まあ盛んである」に○をした方にお聞きします。

問 19-1 あなたが、明石市はスポーツが盛ん（まあ盛ん）であると思ったのはなぜですか。

「コミセンやスポーツクラブ 21 などの学校体育施設の開放が進んでいるから」の割合が 26.8%と最も高く、次いで「全国的に有名な部活動やチームが存在するから」の割合が 26.3%、「明石中央体育会館や海浜公園などの公共の運動やスポーツ施設が充実しているから」の割合が 21.7%となっています。

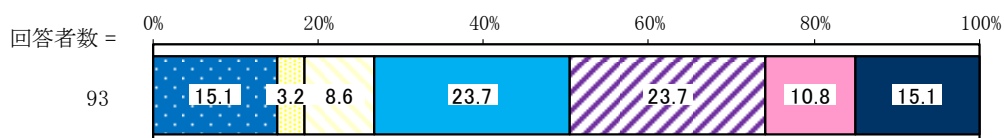


問 19 で「盛んなほうではない」「盛んではない」に○をした方にお聞きします。

問 19-2 あなたが、明石市はスポーツが盛んではない（盛んなほうではない）と思ったのはなぜですか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

「運動やスポーツに関するイベントが数多く開催されていないから」、「運動やスポーツに携わる人々が少ないと思うから」の割合が 23.7%と最も高く、次いで「明石中央体育会館や海浜公園などの公共の運動やスポーツ施設が充実していないから」の割合が 15.1%となっています。

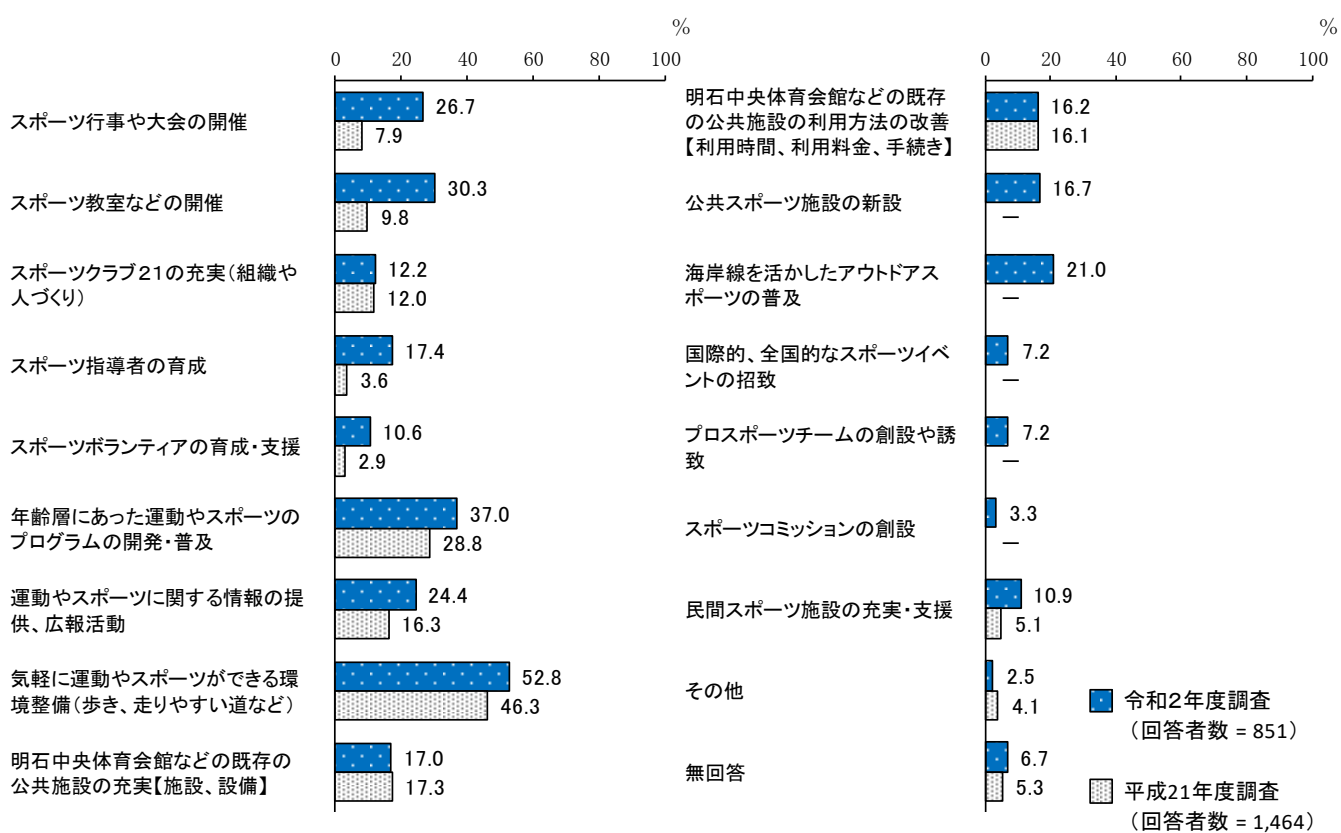
- 明石中央体育会館や海浜公園などの公共の運動やスポーツ施設が充実していないから
- コミセンやスポーツクラブ21などの学校体育施設の開放が進んでいないから
- 全国的に有名な部活動やチームが存在しないから
- 運動やスポーツに関するイベントが数多く開催されていないから
- 運動やスポーツに携わる人々が少ないと思うから
- その他
- 無回答



問 20 (すべての方にお聞きします。) あなたは、今後、明石市が運動やスポーツをより盛んにするためにはどのような施策に力を入れていくべきと思われますか。当てはまると思う番号をすべて○で囲んでください。

「気軽に運動やスポーツができる環境整備（歩き、走りやすい道など）」の割合が 52.8%と最も高く、次いで「年齢層にあった運動やスポーツのプログラムの開発・普及」の割合が 37.0%、「スポーツ教室などの開催」の割合が 30.3%となっています。

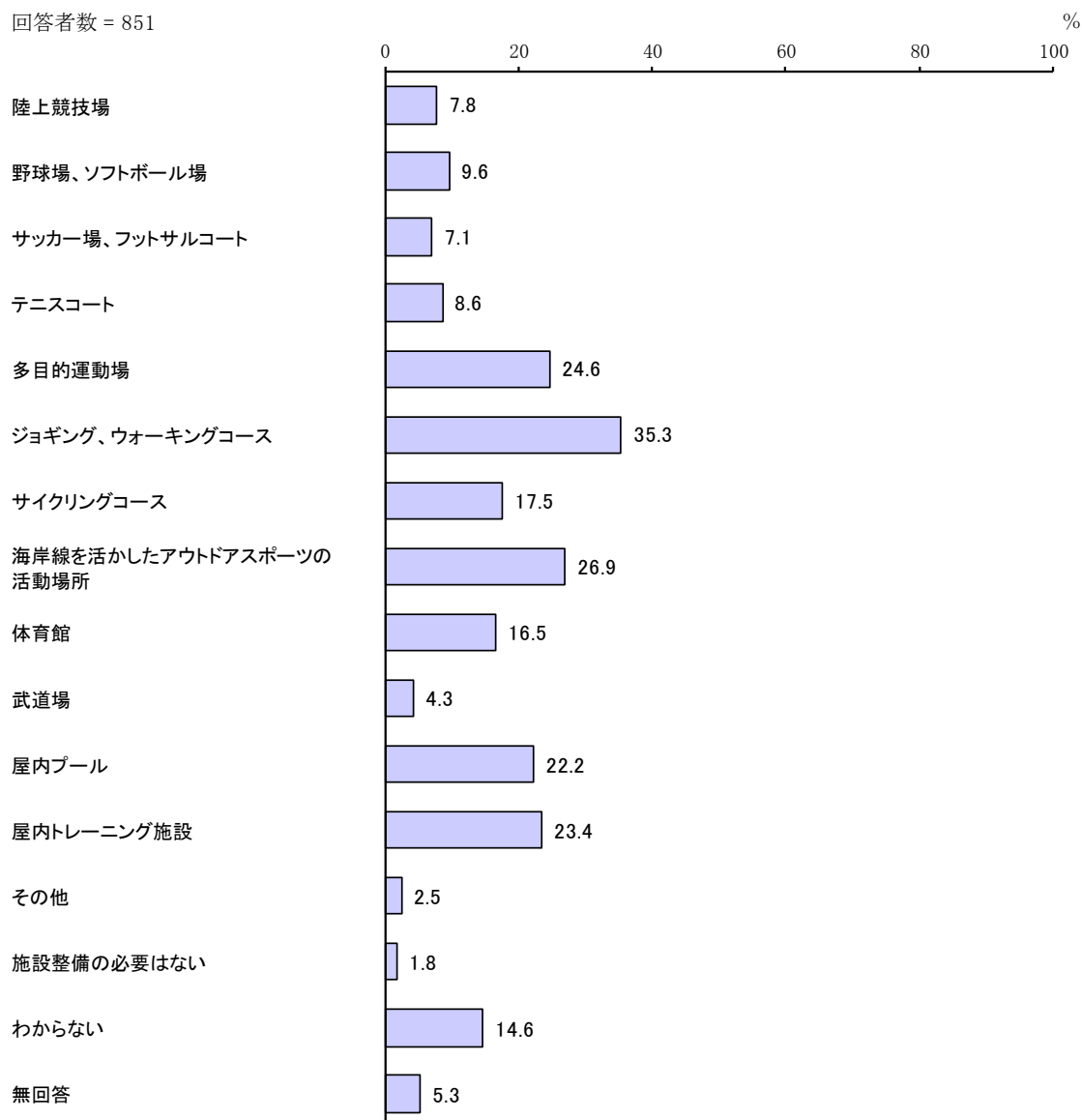
平成 21 年度調査と比較すると、「スポーツ行事や大会の開催」「スポーツ教室などの開催」「スポーツ指導者の育成」「スポーツボランティアの育成・支援」「年齢層にあった運動やスポーツのプログラムの開発・普及」「運動やスポーツに関する情報の提供、広報活動」「気軽に運動やスポーツができる環境整備（歩き、走りやすい道など）」「民間スポーツ施設の充実・支援」の割合が増加しています。



問 21 (すべての方にお聞きします。) あなたは、今後、明石市が運動やスポーツをより盛んにするためにはどのような公共スポーツ施設を整備していく必要があると思いますか。当てはまると思う番号をすべて○で囲んでください。

「ジョギング、ウォーキングコース」の割合が 35.3%と最も高く、次いで「海岸線を活かしたアウトドアスポーツの活動場所」の割合が 26.9%、「多目的運動場」の割合が 24.6%となっています。

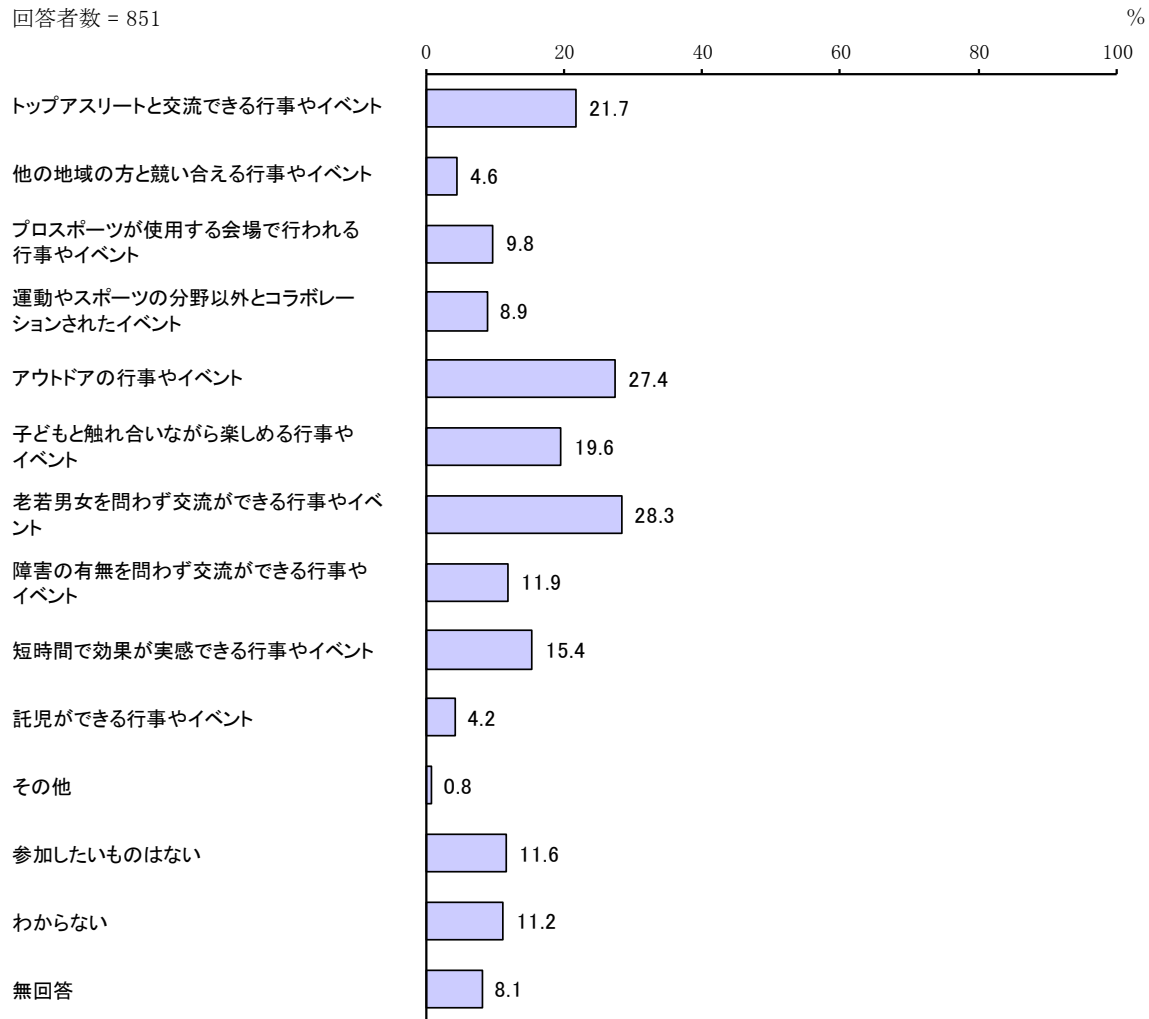
回答者数 = 851



問 22 (すべての方にお聞きします。) あなたが参加してみたいと思う運動やスポーツのイベントはどのようなものですか。当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

「老若男女を問わず交流ができる行事やイベント」の割合が 28.3%と最も高く、次いで「アウトドアの行事やイベント」の割合が 27.4%、「トップアスリートと交流できる行事やイベント」の割合が 21.7%となっています。

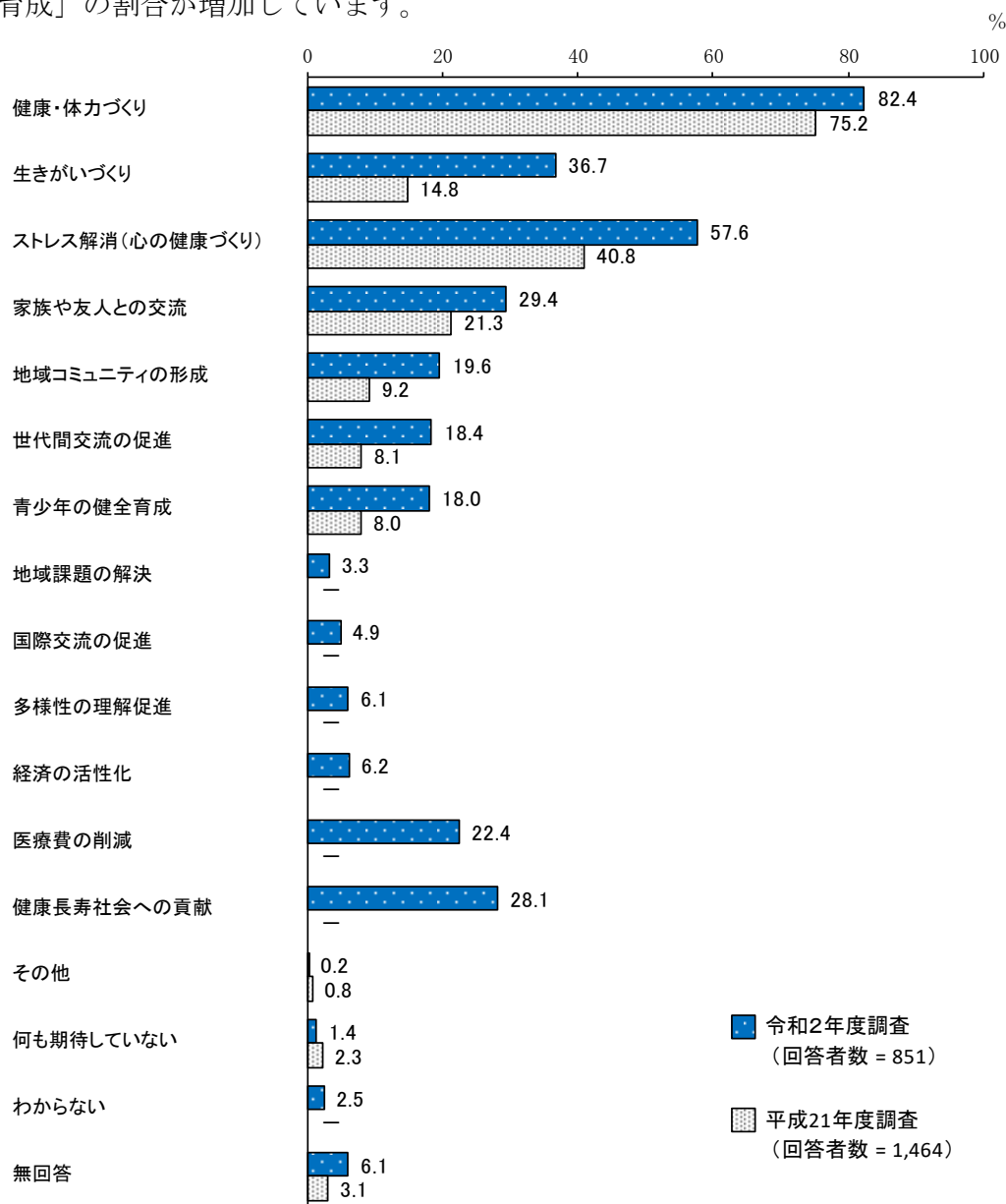
回答者数 = 851



問 23 (すべての方にお聞きします。) あなたは、社会生活の中で、運動やスポーツにどのような役割を期待していますか。当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

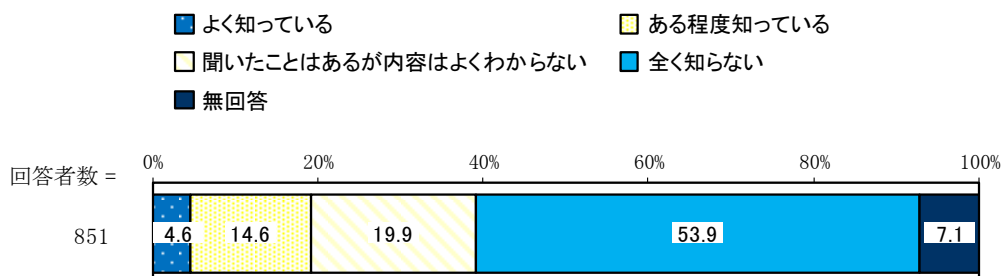
「健康・体力づくり」の割合が 82.4%と最も高く、次いで「ストレス解消(心の健康づくり)」の割合が 57.6%、「生きがいづくり」の割合が 36.7%となっています。

平成 21 年度調査と比較すると、「健康・体力づくり」「生きがいづくり」「ストレス解消(心の健康づくり)」「家族や友人との交流」「地域コミュニティの形成」「世代間交流の促進」「青少年の健全育成」の割合が増加しています。



問 24 (すべての方にお聞きします。) 明石市は、2020 年(令和 2 年) 7 月に「SDGs (持続可能な開発目標 : Sustainable Development Goals) 未来都市」に選定されました。あなたは、SDGs を知っていましたか。当てはまる番号を 1 つ〇で囲んでください。

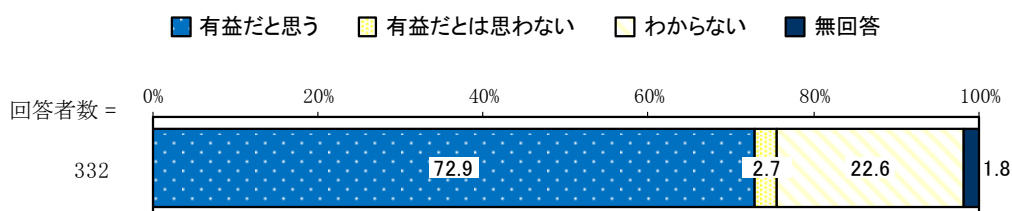
「全く知らない」の割合が 53.9%と最も高く、次いで「聞いたことはあるが内容はよくわからない」の割合が 19.9%、「ある程度知っている」の割合が 14.6%となっています。



問 24 で「よく知っている」から「聞いたことはあるが内容はよくわからない」に〇をした方にお聞きします。

問 24-1 あなたは、健康な生活・福祉の推進や質の高い教育、男女平等、平和で公正な社会の構築のための SDGs を達成するためにスポーツは有益だと思いますか。当てはまる番号を 1 つ〇で囲んでください。

「有益だと思う」の割合が 72.9%と最も高く、次いで「わからない」の割合が 22.6%となっています。



Ⅲ 自由回答

分類回答	全体							
	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	不詳	
1 運動・スポーツについて	32	3	5	3	6	6	9	0
2 スポーツクラブ・教室・サークルの活動等について	16	3	3	2	2	1	4	1
3 スポーツ施設等について	50	6	11	15	9	3	6	0
4 スポーツに関する情報について	8	2	2	2	0	2	0	0
5 市の活動や学校について	10	1	2	3	2	2	0	0
6 その他	34	2	2	4	4	4	15	3
7 アンケートについて	9	0	1	1	0	1	5	1

【分類別の意見】

1 運動・スポーツについて

- ・ 社会人になると、新たにスポーツを始めることはハードルが高いです。(時間的制約やきっかけがない、運動の間子供が一人になる等) 潜在的に興味のある人は多いと思いますので、そういった層を取り込める活動を期待しています。(女性/30歳代)
- ・ 健康で生活していくうえで、その人に応じた運動(動き)は必要なものです。年齢に応じた目安みたいなものがあればと思います。(女性/60歳代)
- ・ スポーツを久しぶりにしたいと思うが、きっかけがない。(男性/20歳代)
- ・ もともとスポーツは苦手なので自分で行うことは、まったく行っていない。今回アンケートに解答して、日常的にもっと運動を行う必要を感じている。体力向上して、高齢社会で元気な日々が送れるように老後を楽しみたいです。(女性/60歳代)
- ・ もっと日常からスポーツに関わる生活がしたいです。ジョギング等をしようと思っても、歩道がなかったり、道がガタガタなので危ない場所もあるのできれになったらもっと気軽にジョギングなどができると思います。スポーツは大好きなので、ボランティアも含めてスポーツと関わりのある生活がしたいです!!!!(女性/20歳代)
- ・ 私は運動オンチなのでスポーツをしよう!したい!と思ったことはありません。子供のころから、優劣ばかりのスポーツ、体育の授業で、まったく好きではありません。ただ、観戦に行きました。多分、本当は好きなんです。ただ、他の人と同じレベルではできません。だからつまらない。したくない。子供のころに植え付けられた劣等感→嫌い。生涯、スポーツを楽しんで生きるとしたら、子供のころの指導方法の改善が必要だと思います。(女性/40歳代)
- ・ スポーツをしたい気持ちがあるのですが、仕事等いそがしく、なんとなく、スポーツをすることを忘れてすごしている日々です。何か、もっと身近な所できっかけがあれば良いと思います。(男性/50歳代)

- ・ 年齢（55 歳）が高くなって、明石へ越して来たので、スポーツをやること観ることが大好きだが、再び始めるきっかけ、チャンスに恵まれず忙しきにかまけて、スポーツから遠ざかってしまった。何か気転に始められるきっかけが欲しい。（男性／50 歳代）
- ・ スポーツは体だけでなく心も豊かにするものだと思います。5 歳と 2 歳の子どもがいますが、常に外に出て体を動かして遊ぶようにしています。外で遊ぶ子供を見かけるのが少なくなっている印象です。（男性／30 歳代）
- ・ スポーツを振興するためには、競技力の向上は必要だと思いますが、市民の健康づくりのための施策の推進は、地域コミュニティの醸成にも寄与し、ひいては医療費の削減にもつながりますので、より積極的な事業の展開を期待しております。（男性／60 歳代）
- ・ 私は、最近明石市に住居を移しました。明石といえば、明商の野球部がすぐに思い付きますし、野球部のおかげで明石市が全国に知られるきっかけとなった 1 つでもあると思います。野球部に限らず、色んなスポーツのプロ選手を育ててほしいと思います。また、私は海の近くに住んでいますが、こんなにキレイな海岸や海を、もっと全国に知ってほしいと思います。そのためにも海のスポーツにも力を入れてほしい。明石市は人口も増えてきて、たくさん子供がいるのでプロをたくさん育ててください！（女性／30 歳代）
- ・ スポーツや運動が人に有益なことは改めて言うことではない。（男性／70 歳以上）
- ・ スポーツは今後高齢化社会が進む日本において、健康面においても高齢者と若者が交流する場としても良いきっかけとなると思います。今後も是非この時代だからこそスポーツや運動を促進していただけたらいいなと思います。このような考える機会を頂けてとても嬉しいです。ありがとうございます。（女性／20 歳代）
- ・ 子育てをしながら時間を割いてスポーツをすることはかなり難しいです。子どもと一緒にできる機会を設けて頂きたいです。託児をして自分だけというより、子どもと一緒にできる運動があればいいなと思います。（女性／30 歳代）
- ・ 70 代、80 代の人達が参加出来るスポーツを増やしてほしい。参加するにあたり抽選ではなく参加希望の人がすべて参加出来るように、応募者が多い場合などは回数を増やすことを考えてほしいです。（女性／60 歳代）
- ・ スポーツをする機会が、年々少なくなっている。（女性／40 歳代）
- ・ 若い頃は、大好きでしたが、中には意地の悪い人が居ます。それから止めてしまいました。一切行っていません、恐くて！！前進出来ません。ラジオ体操は 20 年近く続けています。明石市の方には、いつも感謝致して居ります。（女性／70 歳以上）
- ・ 体力維持にスポーツは必要と思われるが適切な指導がかかせないので指導者の育成が必要だと思う。（男性／70 歳以上）
- ・ 上地結衣選手の知名度が市内でも高いように思いません。世界的にも素晴らしいアスリートを市民全体が応援するような土壌があればスポーツ振興に役立つのではないのでしょうか。（女性／40 歳代）
- ・ 自分は 80 才台で高齢ですが、スポーツ、運動に力を入れると云う事は、未来も明るく、皆が幸せな生活が出来ると思います。（女性／70 歳以上）
- ・ 一人でできるスポーツがこんなにあるんだなど、このアンケートで気づいた気がします。時間を見つけて、何かやってみたいと思います。（男性／30 歳代）
- ・ 人間に生まれてきたからには、一生体を動かしている方が良い。筋肉が大切なことは実感している。足腰の衰えはたちまち身体のあちこちに障害がおきる。スポーツは年齢的にも無理なので、テレビで体操をやっている時はできるだけ一緒にするように心がけている。歩くことも大切。一生自分の足で歩きたいと思ってがんばっています。（不詳／70 歳以上）
- ・ スポーツ、運動は年齢層により果たす役割は異なると思います。私は 60 台ですが、高齢化社会で介護が必要な方がどんどん増える現状に危機感を覚えています。フレイル、ロコモティブシンドロームを防ぎ、健康寿命を延ばすような運動を日常生活にとり入れたいと思っています。（不詳／60 歳代）

- ・ スポーツは嗜好によってさまざまな意見があると思います。私個人は好きでゴルフをやっているのですが、スポーツをしているという感じではありませんが、生きがいのひとつにはなっています。(女性/70歳以上)
- ・ 高齢になってきたので、本格的なスポーツをするのは無理だと思っている。今は、健康維持するために体を動かせるようなものを出来たらいいと思う。地域でこのような運動などができたら嬉しい。それには場所、指導者、運営、器具など必要でたいへんだと思うが、地域の人たちとの交わりができるのも良いと思う。今は夏休みのラジオ体操なども行う日数が減っているということで、地域の人との理解も必要であろう。(女性/60歳代)
- ・ スポーツは必要と思いますが、年齢的に無理です。(男性/70歳以上)
- ・ スポーツはストレス解消にいいですよ。(男性/70歳以上)
- ・ 最近コロナで外出の機会も減り、体力不足を感じています。身近で簡単にスポーツに接する機会があればと思います。ジムなどは密に関係もあり、今は敬遠しますがアウトドアが良いと感じます。(女性/50歳代)
- ・ スポーツをつづけようと思うと、金額が安くないとつづかない。(女性/50歳代)
- ・ 健康的、文化的な生活をする上でもスポーツを通して、常に体力の維持に努める必要があると痛感しています。(男性/70歳以上)
- ・ 手軽に継続できる運動を推奨していく。(不詳/50歳代)
- ・ 仕事を退職したら、簡単な体を動かす運動ができればいいなと思います。(女性/50歳代)

2 スポーツクラブ・教室・サークルの活動等について

- ・ 加古川等では市民が安くテニスコートを借りれるが、明石には、なかった気がする。(男性/20歳代)
- ・ パラスポーツの体験教室・親子で参加できるコミセン活動。(平日の夜)・親の負担をへらしたスポーツクラブ。(当番や運営)(女性/30歳代)
- ・ 私は、コナミスポーツクラブで、運動しています。施設では、色々な、種目が、インストラクターの指導で、しっかり身体の使い方を習い、楽しく、元気にしています。(男性/70歳以上)
- ・ 若い時は、健康に不安もなく、60才まで働いたが60後半70代になると、体の不調が出てきている。運動はしないとよけい体調が悪くなることもあるので自分に合ったウォーキング体操など、カーブスもがんばっているつもり。何より、早朝の明石公園でのウォーキングラジオ体操(6:30)は楽しい。知人も出来病気やクリニックの情報なども聞けてうれしい。(不詳/70歳以上)
- ・ 安くて手軽に出来る、ヨガ教室や体操教室がもっと増えると嬉しいです。コミセンでヨガ教室が、半年に1度ありますが、たくさん申し込まれるので、なかなか当たらないので残念です。(女性/50歳代)
- ・ 各地域には立派な会館があるのにあまり利用されていないように思う。運動指導の人が来て簡単な体操やゲーム子供達やお年寄りが楽しみに出来るような何か？講演や皆で楽しく歌ったり、盆おどりのようなものとか・・・。(女性/70歳以上)
- ・ 明石市は一般市民が気軽に使える体育館や教室がかなり少ないと思います。(女性/30歳代)
- ・ 日頃体育館を利用しています。教室(スポーツ)に入会している時は相手は与えられませんが、単独で開放(体育館)に行く際、相手を選んで行かないとなかなか一人では利用しづらい時があります。(女性/60歳代)

- ・ 高齢者以外の世代も参加しやすいプログラムや時間・曜日を考えて欲しい。
(女性/40 歳代)
- ・ きちんとした指導をうけたければ習いごともお金もかかるので金銭的負担が大きいです。
(男性/30 歳代)
- ・ 難病を患い、運動することが難しくなりました。難病や障害持った方も、気軽に参加できるイベントがあるとうれしいです。(ヨガやストレッチが個人的に良いです。)
(女性/20 歳代)
- ・ 昔大蔵町に住んでた頃、各町ごとでソフトボールで楽しんだ事がありますが、そのような小さなグループ活動をする事により、人々とのつながりができ、何か行事(例えば神社のお祭り)があると、わりとスムーズに人々が参加しやすい状態になるので良い事と思う。
(不詳/70 歳以上)
- ・ 勤め人のために土日のイベントを増やしてほしい。(男性/40 歳代)
- ・ スポーツや運動を始めるきっかけが必要と思う。一日教室等、興味はあっても一度参加してみることは大切と思う。(女性/50 歳代)
- ・ スポーツ団体へ参加しやすい雰囲気作りができたならもっと運動しやすくなると思いました。(男性/20 歳代)

3 スポーツ施設等について

- ・ グランドゴルフをしているがもっと場所があればと思う。(不詳/70 歳以上)
- ・ 海岸、河辺を利用できる為の開発。(男性/50 歳代)
- ・ ①手軽に、いつでも、低価格で利用可能な機能が、中学校もしくは小学校単位の範囲であればありがたいです。(少し海岸沿いに偏在している印象があります)②ボルダリングは、高齢者を除き、誰でも気軽に始める事ができ、家族でも楽しめるので、低料金の施設があると嬉しいです。(男性/40 歳代)
- ・ 金額は2の次で、ふらっというて参加できる団体競技(サッカー、バスケ、テニス等)ができるような施設ができれば、運動する機会がふえると思います。(男性/30 歳代)
- ・ 自宅から近い場所にフィットネスジムやヨガができればありがたいです。近い方が高齢の方も通いやすいし、市から助成して安い金額でスポーツができれば利用する方はきっと増えると思います。ウォーキングやランニングが安全で楽しめるような整備も進めてほしい。明石市は池が多いので明石市魚住町にある17号池のように、池の周りを活用するなどどうでしょうか？(女性/40 歳代)
- ・ 家の近くにフィットネス関係の施設があれば、と思う。(男性/40 歳代)
- ・ 便利な場所で安価で利用できるスポーツ施設があればいいなと思う。(女性/30 歳代)
- ・ 東京オリンピックの種目でもあるスケボーをもっと普及、できる施設がほしい。このコロナ禍でスケボーを手にする人が増えた。明石市はスケボーを嫌っているように思える。どこに行っても「×」の看板が多い。「×」看板をするほどいるのであれば、そういった施設を造ってほしい。明石市は良い海岸沿いのスペースがある。是非お願いしたい。
(男性/30 歳代)
- ・ もっと、明石市でも公共のプールを作り、どんな人も、参加できる施設が欲しいと思います。(男性/70 歳以上)

- ・ 明石駅前にボーリング場の設置を望む。高齢になっても楽しめるスポーツである為。・ 実際、免許証を返納すると、駅前住民にとって、海浜公園、中央体育館へは、行きにくい。出掛けることを思うとおっくうになる。もう少し、身近に、行きやすい場所作りを切に希望します。(女性/50 歳代)
- ・ 地元には1回¥500 円で使用できる屋内町民プールがあったので明石にもほしいです。子どもにもスポーツをさせたいが土日や夜に送迎、見守りするのが負担なので、子どものみで参加できるならいいと思います。(女性/30 歳代)
- ・ 冬期でも利用できる温水(屋内)プールが近くにあると良い。民間のスポーツクラブはあるが、公営の方が安く利用でき、その都度の支払いができるので、利用しやすいと思う。(女性/30 歳代)
- ・ フットサル場がほしいと主人が申ししております。(女性/30 歳代)
- ・ ミニバス(バスケ)の練習する場所があればうれしいです。(女性/30 歳代)
- ・ 明石市内には温水プールがなく、現在稲美町まで泳ぎに行っている。ぜひ、市内に温水プールを建設していただきたい。(男性/40 歳代)
- ・ 子供たちが気軽にスポーツできる場所を増やしてほしい。(男性/40 歳代)
- ・ 市営のスポーツ施設(低料金)があれば良い。各地区に1ヶ所づつくらい。高齢者の人も使用しやすい施設。(男性/20 歳代)
- ・ スポーツは自主的にするものであって、他から強要されるものではない。それをするための新たな施設を作るのではなく、今ある環境の中で自分ができることを考えるのが基本。公に頼るのではなく、民間施設も活用し、自身の環境に合った運動を自分自身で考えていく社会になる必要がある。与えられた環境の中では持続性も成長も頭打ちとなることを理解する。何かを作るためのアンケートであるなら、その答えは「箱モノはいらない」です。(男性/40 歳代)
- ・ 子どもたちがサッカーをしています。大蔵海岸や海浜公園にフットサル(人工芝サッカー場)が出来、スポーツが重視されていると感じることができています。大蔵海岸もランニング、ジョギングしている人を多く見るので、スポーツをするのによい環境(自然、風景も含めて)と思います。(男性/50 歳代)
- ・ 屋外にバスケットゴールを置いてほしい。コンクリートなどで舗装された地面希望です。(女性/20 歳代)
- ・ 特定のスポーツや運動のための施設、設備を作っても特定の限られた人を対象にしたものになり、税金の費用対効果から言えば行政の長期的な無駄になり易い。・建物や道路ばかりが増え、野原や里山、田畑がより無くなっている近来、子供が自転車の練習をしたり、キャッチボールをしたりできる広場やスケートボード、ローラースケート、インラインスケートの練習などができる設備をもった広場とかが市内各所にあるのが望ましい。・海岸線の遊歩道をもっと“歩いてみたい”“行ってみたい”と思わせるような雰囲気整備するのが歩く、乗る、自転車利用面から望ましい。(男性/70 歳以上)
- ・ 個人的にですが屋外のバスケットゴールが明石には見当たらず、競技をする者として場所がないのは残念に感じています。(男性/20 歳代)
- ・ 錦浦校区に住んでいます。子供が野球をしています。錦浦校区には野球をして(小さなゲームなどでも)あそべる公園がなく、親子でキャッチボールをする(ボールあそびが出来ないので)くらいしか(家の前でのみ)出来ません。なので車で播磨町に行ったり親が協力しないと野球練習もできません。学校から帰り子供どうし約束して自転車で校区内に野球ごっこが出来る場所(ネットがあるような)を(せめて5時頃まででも)作ってほしいです。たとえば学校のグラウンドを野球もできるようにしてほしいです。(不詳/40 歳代)

- ・ 子どもの頃から運動になじみのある公園を整備する必要があると考えております（公園のあそび場の老朽化が気になってます）。・シニアのライフキャリアとして運動を手軽にできるよう（お金をかけず）健康と関連づけできれば、老年期の引きこもりなど精神衛生面もよくなるのでは？・中年はとくに身体面がおとろえるので、やっぱり若い（働きざかり20代）の体力づくりは必要と思います。（女性／40歳代）
- ・ 20歳～30歳代に関しては、仕事後学校のあとにも利用できる場所。音楽に合わせてダンス風に体を動かし楽しめ、ストレスを軽減できる機会。大会を目指すだけではなく日々運動を続けることができる施設や指導員を増やしてほしいです。中年層に関しては、高齢になる前の多くの人に“痛み”や体のトラブルがあるので、リハビリ施設で取り入れているような機械ジムやその年齢に応じた運動のできる施設と指導者を増やしてほしいです。民間のスポーツジムでは指導員、インストラクターが個人の健康や体力より経営に力を入れているのがわかり残念です。インストラクターの技術と資質をもっと活かせる場所と機会を増やしてください。よろしくお祈いします！（女性／50歳代）
- ・ 明石市内東部に施設がないので、中央体育館のような施設を作って欲しい。（女性／40歳代）
- ・ スポーツ施設では、会員様でないと入れない、予約できないという所があります。自由に野球場やテニスコートなどの出入りができる場が欲しいです。最近、公園は子どもや高齢者の方がよく利用されています。サッカーや野球をしてはダメという所もあります。そういった時によく見かけるのが公園で集って、小学生はゲームを楽しんでいるようです。コロナウイルスもありますが、より運動不足が心配です。（女性／20歳代）
- ・ 中学校の部活動では、選択肢が少なく、部活動の時間も少なく短い。気軽に運動できる場所が少なく、場所も狭い。ボール遊びができない。（女性／40歳代）
- ・ 安く利用できる屋内施設を利用したいです。健康のために大久保駅の階段にメッセージがはってるのはとても良いと思います。ただ、大久保駅南側、西側階段の横に、喫煙スペースができてしまい、たばこ臭い時に、すごく不快な気持ちになります。なんとかありませんでしょうか。健康増進明石！をすすめていくのに、喫煙スペース、どうでしょうか・・・。（不詳／40歳代）
- ・ 私は明舞団地の近くに住んでおります。団地、県住、市住周辺を「シルバータウン」にしていけると切聞きましたことがあり、現状を見るにつけて、なるほどなと感心致しました。しかしながら、医療や、ショッピングについては良しとしても今回のようなスポーツアンケート等を実施されるにつけて、思われますのは、シルバーの方々が気楽に安心して、参加できるスポーツセンターのような公共の多様性のある施設が無ということ。コミセン等は細々と開かれています、あくまでも学校等からの借りている教室です。平日、日中はシルバーのみなさん、乳・幼児とお母さん、夕方から夜はお勤めの方々、土、日はファミリー、サラリーマンが、スポーツに関するあらゆることがそのセンターに集まれば出来るというような・・・災害時には避難場所にもなり得ます。施設を利用するメンバーから代表を出して運営もして行く、世代を越えてスポーツを介して組織立てられたらいいですね。（女性／70歳以上）
- ・ 身近に体をうごかせる場所がない。（男性／30歳代）
- ・ 水泳や水中ウォーキングのために、市営の屋内プールを建設、運営してほしい。障害があるため、体育館でのスポーツはほとんど出来ないの健康、体力維持のため要望したい。股関節、膝に障がいがある人がこれからふえていくと思う。（女性／70歳以上）
- ・ 施設、設備が充実していないとなにも始まらない！！（男性／30歳代）
- ・ 今後もかわらず今ある人気のスポーツ教室の継続を望みます。楽しみでもあり、素晴らしい指導をされていますので、今後共、参加したいと希望しています。（不詳／60歳代）
- ・ 明石市に新し施設を作る等の前に今ある道路等をスポーツ（サイクリングやウォーキング、ジョギング等）しやすいように変えてほしい。明姫幹線は夜は暗すぎる。浜国は歩道が狭すぎたり、自転車で通るのは危ない所が多い。（男性／40歳代）

- ・ 既存の施設を活用すること。(新たな施設整備は行わない。) お金をかけずに手軽にできることを考える。(男性/60 歳代)
- ・ 市民は、屋内プール施設を新設してくれることを望んでいます。(男性/20 歳代)
- ・ 日常生活の中に運動を取り入れ、健康的な生活を維持し、又、脱炭素社会の構築に向けて、自動車から自転車の利用転換を促進させるためにも、自転車専用レーンを充実、整備して頂きたいと思っています。(男性/60 歳代)
- ・ コストをかけずにやって下さい。西明石周辺が遅れています。くもら池の活用によるスポーツ振興に期待します。東側だけでない政策を！(男性/50 歳代)
- ・ 民間の力を活用すべき。市が税金で振興する必要性を感じない。税金によるハコものの整備(体育館など)は不要(民間活用)。(男性/30 歳代)
- ・ 子どもが継続的にスポーツに取り組むきっかけ作りとして、1 回ずつ様々なスポーツに触れられるような体験型イベントがあればうれしいです。どのスポーツを始めるかの選択の機会が多くあればいいなと思います。(女性/30 歳代)
- ・ 屋内プールがあったらいいなと思います。(女性/50 歳代)
- ・ スポーツジムの会員になっているが、会費が高いと思うので、もう少し手軽な料金で使える施設があればいいと思います。(女性/40 歳代)
- ・ ゴミ処理場の熱を使いプールを作って欲しい(神戸市を見習って)。もちろん最新でお願いします。(女性/50 歳代)
- ・ 小さい頃団地内の公園であそんでいたら、おばあさんに「うるさい」と怒られました。公園があっても場所が悪いと意味はないと思いました。(男性/20 歳代)
- ・ 高年者でも無理なくせきるスポーツ、又は場所。(不詳/70 歳以上)
- ・ 小学生を持つ親です。子どもの頃から伸び伸びと存分に遊べる公園が少ないと思います。ボールが使える広い場所があれば、そこから子ども達は遊びの中から運動やスポーツへとつながっていくと思います。親が幼少期の頃は学校の運動場が遊び場でした。自由に運動場が使えない今、公園を是非作ってほしいです。(女性/40 歳代)
- ・ 子どもが小さい頃には公営の屋内プールが欲しかった。わざわざ他市町村まで行っていた。(女性/50 歳代)
- ・ 車が入れないウォーキングのエリアを拡充して欲しいです。(不詳/40 歳代)
- ・ スポーツ施設の充実。(男性/50 歳代)

4 スポーツに関する情報について

- ・ 運動やスポーツ、健康増進の為にイベントなどの、情報を知る機会をもっと増やして欲しい。(男性/40 歳代)
- ・ 高齢化社会へ向けて、年をとっても元気で自立した高齢者でいられるように、実践しやすい運動法やプログラムを明石市から市民向けに発信してくれたら有難い。誰もが、最期まで自分のことは自分でできる健康体でいたいと思うので。(男性/60 歳代)
- ・ 広報あかしに親子で始められるスポーツ情報等を掲載して欲しい。子供と一緒になら、楽しくスポーツができる。(男性/30 歳代)
- ・ スポーツのできる公園、敷地の情報、ジョギング、ウォーキングロードの普及、情報を要望します。市内に住んで3年経ちますが、こういった情報がほとんど入ってこず、もっと自由にわかりやすく知ることができたらスポーツへの取り組み方が変わると思いますが。公園は例えばボール遊びOKや、スケートボードOKなど。駐車場有無など。(女性/30 歳代)

- ・ スポーツは自分が好きな楽しいものやしんどくてあまりやりたくないものなど様々（人によって違いますが・・・）なので、イベントの際などは「〇〇を目的とした△△を実施」などと記入してあると（例：「ストレス発散を目的としたバレーボール」「コミュニケーションを目的としたウォーキング」など・・・）自分のニーズとやりたいスポーツが一致していると参加したくなります。スポーツはやる前は少し面倒と思っても、終わると達成感や満足感があるので素晴らしいと思います。（女性／20 歳代）
- ・ 昔、神戸市、芦屋市に住んでいましたが、明石市は他の市に比べて良くがんばっていると思います。現在、SNSなどの情報がありますが、まだまだ昔人間が多いと思われるのでペーパーでの情報、ルーツも必要と思われる。（不詳／60 歳代）
- ・ スポーツの観戦・ボランティアなど、情報が少ないと思います。情報の提供・広報活動で、その他で情報があれば、スポーツに興味を持ち、スポーツをしようという人が増え、スポーツをより盛んになっていくと思います。（女性／40 歳代）
- ・ 市内活動団体の情報を集約したものが欲しい（いつ、どこでどんな人がどんな競技をしているか知る手段が乏しい）。市内の競技クラブチームを増やす（民間）（学校の部活動での競技比を減らす）。（男性／20 歳代）

5 市の活動や学校について

- ・ 万歩計を高齢者に渡して、目標を達成すると商品券がゲットできる・・・そんな自治体もあると聞きました。医療費が半減されたそうです。明石市でもぜひ実施してほしいと願います。（女性／60 歳代）
- ・ 〇〇〇といたら「明石」というような、スポーツが出来れば良いなと思います。・ランニング、散歩、ロケーションは、すばらしい、朝霧～二見と海岸線は良いです。早朝RUN、夕刻RUN、もっとアピールすべき。例えば、明石駅〇〇時スタート、とすれば、松江海岸〇〇時、夕日がちょうど良い 10km コースとか、色々な、ロケーションを楽しめるコースの案内を、充実して欲しい。（季節考慮）・土山駅スタートとか、朝霧駅スタートとか、明石駅スタート等、色々なコース設定が出来ると思う。明石市民は、明石市内は、安く移動できる切符とか作れないか。（RUN 定期など登録制にすれば、悪用も少ないのではないか）健康な市民が増え、医療費が下がり、重要な施策に税を投じれる、そんな循環が作れればと思います。頑張ってください！！（男性／40 歳代）
- ・ 子どもの頃、運動ができない子に対して、学校は不親切。チーム競技等でできないことで自信をなくし、体を動かすこと自体が嫌いになった。私のような運動音痴は、同じようなことを思っている人が多い。（twitter 等でたまに見かけます）。これからの子ども達にはそんな思いをしてほしくない。苦手でも「どうやったら上達するのかを素人の教師が教えるのではなく、プロが適切に指導し、できない子を責めない雰囲気」を作してほしい。運動してみたい気持ちはずっとあるが、一度しみついた苦手意識から一歩踏み出せない人は意外と多いです。どんな人でも楽しめるスポーツ環境作りをしてほしい。（女性／30 歳代）
- ・ スポーツを通じて子供達の精神、体力的な成長を促すイベントを年間を通じ強化してほしい。（男性／50 歳代）
- ・ 中学校（コミセン）の体育館の利用時間を延ばしてほしい。小学校も含む。明石市は他の地域に比べてスポーツに力を入れてないと感じる。子ども達が好きなスポーツを思う存分できる環境を整えてあげてほしいです！！（女性／30 歳代）
- ・ 中学校の部活動がほぼ運動系なのがわからない。運動に興味がないのに無理やり運動させられる人の気持ちもわかってほしいと思う。運動しなくても健康管理はできると思う。（女性／60 歳代）

- ・ 子供の頃 10/10 陸上競技の試合にでたり、沢地小学校でのミニバスケットボールの試合にでたりと学校で参加させてくれたが、今は子供の通っている学校ではそれがない。試合に参加したければスポーツ 21 に入らなければいけないなど、ハードルが上がってしまった。気軽に参加できたら良いのに・・・と思う。(男性/40 歳代)
- ・ “明石らしさ”のあるスポーツ施設やイベントの開催を希望します。・海岸を活かした、・SUP (S t a n d U p P u d d l e)、・シーカヤック、・トライアスロン大会 (毎年、アクアスロン大会に参加させてもらっています!!)。・食や他のスポーツレジャー地域とのコラボ (F i s h i n g と食、マラソン・ジョギングとアウトドア (薪わり、たきび、BBQ)、ウォーキングラリー地元グルメ、明石ユース→フェリーで移動→陸路コースでゴールのマラソン 10 km くらいなど。明石の自然を感じながら体を動かせると充実感があるかと。明石に住んでいて良かったと思える！担当者様、ごくろうさまです！よろしくお願ひ致します。(男性/40 歳代)
- ・ 明石市のテニスコートについて新規の施設または金額の改定をしてほしい。現状金額が高かったり、屋根付きではないため天候に左右されず、コート金額も安い播磨町のテニスコートを利用している。(男性/20 歳代)
- ・ 海浜公園のテニスコートの予約において、3 日前の仮予約でも当日窓口へ申し込み、支払いに行かないとキャンセル扱いとなる。今のコロナ禍の中信じられない。できるだけ接触をさけてる中わざわざ振り込みでもなく窓口に生かせるなんてありえない運用だと思う。改善してほしい。(男性/50 歳代)

6 その他

- ・ 魚住なので、明石市の中心部まで遠く、行く気がない。電車も良いが、やはり車の方が楽。国 2、250 など、非常に混むので、東の方に行く気がない。第二神明が有料なので、西に行ってしまう。(男性/20 歳代)
- ・ ③プロチームの創設は非常に夢があります。プロスポーツ観戦をあまり行わない理由は、地元のプロチームが無い事が大きな理由です。野球は難しいと思いますが、バスケ、サッカー等であれば、とても嬉しく足を運ぶと思います。(男性/40 歳代)
- ・ 明石が良い町になるようどうぞよろしくお願いいたします。頑張ってください。(女性/20 歳代)
- ・ 明石中央体育会館への交通機関が不便です。車のない人は自転車？ウォーキング？高齢者は家でジーンとしておくしかないかな？(女性/70 歳以上)
- ・ 明石中央体育会館は、石ヶ谷の非常に不便なところにある。いまさら街中に体育館を作れば、無理な問題だと思うが、皆さんどうゆう交通便を使って体育館へ行くか知っているか？一日のバスの運行本数は非常に少ない。木の根学園の通学、退園時は運行しているがその他の時間はほとんど運行していない。仕方がないから自家用車で行くしかない。国も地方行政も高齢者の免許証の返納を促進している。返納した高齢者は中央体育館に行くべきがない。せめて、高丘 1 丁目までいっている神姫バスを中央体育館へ回るように市はバス会社に要請しないのか理解に苦しむ。自分たちが実際に利用していないから非常に不便な事が分かっていない。SDGs の推進はこういうことではないのか？大久保駅から西回り、東回りのバスのループ運行をせつに希望する。(男性/70 歳以上)
- ・ ウォーキングをしていて感じる事があります。街灯が少なく、暗くて危険。歩道が狭くて危険、歩道がガタガタで転びそう。幅が広い側溝にフタがないので危険。(そこに街灯も無し)。甲池公園で野球をしています、親が車を路駐して危険。(女性/60 歳代)

- ・ 現在の市長になってから種々の事柄に頑張っておられますがご苦労さんです。
(男性/70歳以上)
- ・ あるくのが好き、バスにのるのも好き。(女性/30歳代)
- ・ ウォーキング時に気づきましたが、夜間の照明が切れている場所が多々有ります。市として巡回が必要と思う。また夏/冬でタイマーセットの見直し。(光センサーの選択も考慮)。
(不詳/60歳代)
- ・ 現在84才家族(主人、子供3人)主婦育児(P T A時代バレーボール)介護。意識してスポーツはしていませんでした。(スポーツ振興課があるのも知りませんでした)。運動は必要無理のない程度に身体を動かしております。(不詳/不詳)
- ・ スポーツだけでなく音楽などの文化活動も同様に推進してほしい。(男性/50歳代)
- ・ 体育館の利用をもう少し使いやすくしてほしい。社会人チーム(特にクラブチーム)は予約が取りにくく、遠方になる。利用料金もやすくしてほしい。(女性/30歳代)
- ・ 明石市の魅力は兵庫県でも風光明媚な海岸が10数キロにわたって残されていること。昨今海岸線の自転車歩行者のマナーが悪く、無秩序な感じを受ける。整備を増強するのではなく、危険運転の多い自転車道は内陸に移してほしい。明姫幹線の自転車通行帯を増強するなど。(男性/40歳代)
- ・ 私のような(呼吸器障害者の外出しやすい住まい)例、建物は一階に住めることが大切と思いますので公団、市、県等に特例を作って欲しいです。現在86才でも車に乗って行動しています。毎日乗っても事故ナシです。身体の一部のため世間に知ってもらいたい。牛乳一本でも車で出かけざるを得ませんので、このような老人も生きるため車が必要な人が居ることを広報に出して下さい(ゼイタクで乗ってると思われる)。(不詳/70歳以上)
- ・ 明石市は砂浜を有する海岸線に恵まれた多の都市からも羨ましく思われる貴重な自然財産を有する地域です。多くの人々がそこで自然に触れあえ、心豊かになる機会が得られる場が用意されています。この環境で多くの人々(市外の人々も)訪れやすい環境作りに期待します。海岸の公園の駐車スペースの確保は必至です。(不詳/50歳代)
- ・ 文化的なSDGsを推し進める方が有益であり、優先すべきだと思われる。
(男性/50歳代)
- ・ 東京オリンピック目前にスポーツ~障害者スポーツの問題を考える。又国連サミットで・・・SDGsを意識する、などなど。社会の大多数の人々が注目を集める前に、底辺広く「あるべき社会の姿を考える」姿性が重要かと思う。(女性/60歳代)
- ・ 60代では週に4~5日自転車で20分位かけてスポーツジムに通っていましたが、骨折をしてから遠すぎて通えなくなった。ジムに行けるようになりたいが交通手段がない。
(女性/70歳以上)
- ・ 老人を守って下さい。この明石に住んでよかったと思う人生を一生を終えたいです。
(不詳/不詳)
- ・ 現在84才、3年前腰椎骨折の為。(男性/70歳以上)
- ・ サイクリングロード両脇に1k~10k~20kの掲示しっかりとかいてほしい。
(男性/70歳以上)
- ・ 公園など行っても、駐車料金がかかるところが多くゆっくり遊べない。(女性/40歳代)
- ・ 市民がウォーキングや自転車利用(移動や買物)をするには道路が狭く車に当てられる心配がある。安全な道路にする事が健康に必要である。(男性/70歳以上)
- ・ 明石市の発展、心より応援しています。(女性/70歳以上)
- ・ 高齢で病弱で夫も同様毎日の日常生活が精一杯です。お役にあまり立たなくて面目ないです。より一層のご発展をお祈りしています。(女性/70歳以上)

- ・ 理想の意見です。皇居の回りをジョギングする人達をテレビでみます。なぜ皇居の回りを走るんだろう？（皇居へ行ったことがないので）。外国でも緑がたっぷりの広い公園で楽しむ人達をテレビでみて、日本にもあんな場所があったらいいなあと思います（あるけど知らないだけかもしれません）。明石駅前で自転車を組み立てている人を見かけます。ここからどこまで走るんだろうと思います。立派な図書館もありますが、広いフロアーに本が詰まっているだけのように感じる時があります。新聞の景品にもらう冊子に図書館紹介をしているのを見ると「行ってみたい、こんな空間で本を選んだり読んだりしてみたい」とワクワクした気持ちになります。元気が1番！ですが、心の元気も必要だと思うんです。心も元気になる場所や街にあこがれます。スポーツに関係ないことを書いてすみませんでした。（女性／60歳代）
- ・ コロナ禍で難しいところはあるだろうけど……。活気のある明石になりたいですね。（不詳／50歳代）
- ・ 西明石商店街にきれいな安心して使えるトイレを作ってください。車イスを押してもらって外へ行きたいのですが、手軽に寄って使用する所がありません。まず明石市は地についた住民のための健康を考えて下さい。（女性／70歳以上）
- ・ いつも江井ヶ島の少年自然の家の体育館を利用させて頂いています。もう少し値段が上がってもよいので、今後も利用出来ますようによろしくお願いします。（女性／40歳代）
- ・ 高齢のためお役に立つかどうか分かりませんが。（不詳／70歳以上）

IV 調査結果のまとめ

1 調査の概要

(1) 調査の目的

市民の方の日頃の運動やスポーツに関して感じておられることなどを聞き、様々な統計データとの比較分析を行い、今後の明石市のスポーツ推進施策と具体的な取組みを検討していくための基礎資料として、調査を実施するものです。

(2) 調査対象

明石市在住の20歳以上の方2,000人を無作為抽出

(3) 調査期間と調査方法

令和2年12月1日から令和2年12月28日に郵送による配布・回収を行った。

(4) 回収状況

配布数	有効回答数	有効回答率
2,000通	851通	42.6%

1

2 「する」スポーツについて

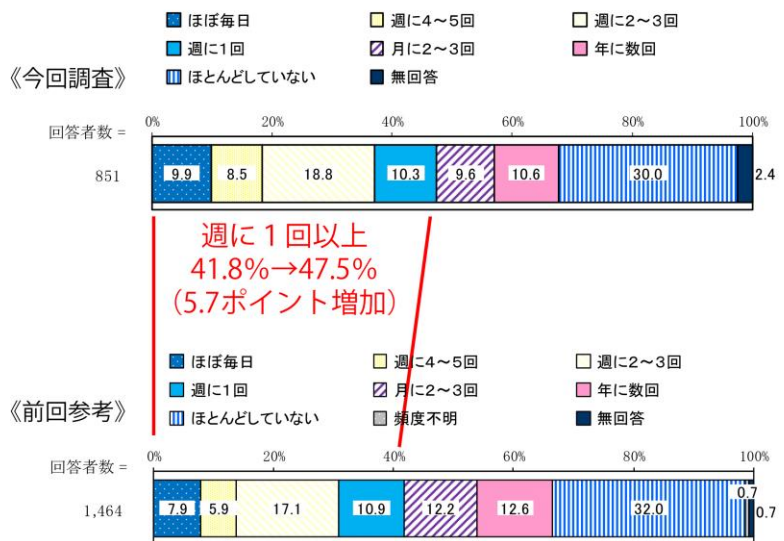
アンケートからの現状

- 「ほぼ毎日」の割合が9.9%、「週に4～5回」の割合が8.5%、「週に2～3回」の割合が18.8%、「週に1回」の割合が10.3%。
- 前回調査と比べ、5.7ポイント増加。
- 年齢別でみると、他に比べ、60歳代、70歳以上で「ほぼ毎日」の割合が高く、20歳代で「年に数回」の割合が高い。

！ 現状を踏まえた課題

スポーツ実施率の指標が向上したものの、目標の60%に対して未達成の状況。
特に、若年層に対するスポーツ実施率の向上を図る施策が必要。
各世代のニーズを的確に把握し、気軽に参加できる教室や講座などのスポーツ機会の充実を図る必要がある。

【この2～3年間の運動やスポーツ（1回あたり30分程度以上）の実施状況】

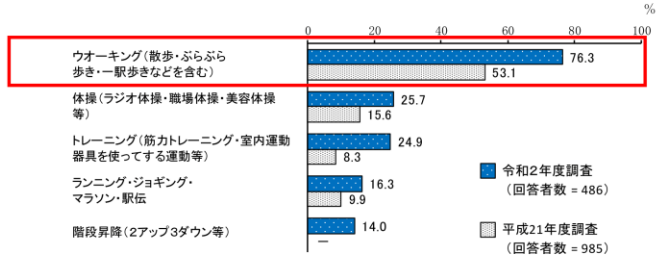


2

【この2～3年間の運動やスポーツの内容】

アンケートからの現状

- この2～3年間に行った運動やスポーツは、「ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む）」の割合が76.3%と最も高く、次いで「体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操等）」の割合が25.7%、「トレーニング（筋力トレーニング・室内運動器具を使ってする運動等）」の割合が24.9%。
- 今後、始めてみたい運動やスポーツにおいても「ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む）」の割合が最も高い。

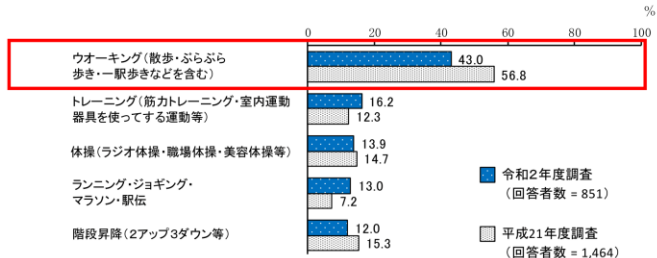


※上位5位を抜粋
※前回調査の項目は類似している項目を比較

【今後、始めてみたい運動やスポーツ】

現状を踏まえた課題

ウォーキングを実施している市民が多く、今後始めてみたいスポーツとしても、希望が高い。ウォーキングをテーマとした施策展開が、スポーツ実施率向上の糸口であることがうかがわれる。



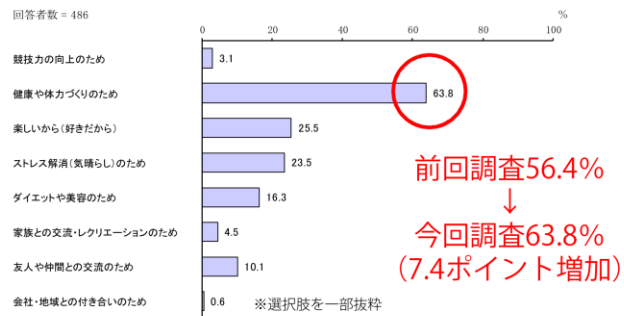
※上位5位を抜粋
※前回調査の項目は類似している項目を比較

3

【運動やスポーツを行った目的】

アンケートからの現状

- 「健康や体力づくりのため」の割合が63.8%と最も高く、次いで「楽しいから（好きだから）」の割合が25.5%、「ストレス解消（気晴らしのため）」の割合が23.5%。前回調査と比べて、「健康や体力づくりのため」で7.4ポイントの増加。
- 運動やスポーツを実施する頻度が増えた理由は、「仲間ができたから」の割合が25.2%と最も高く、次いで「仕事が忙しくなくなったから」の割合が20.6%、「健康になったから」の割合が15.9%。

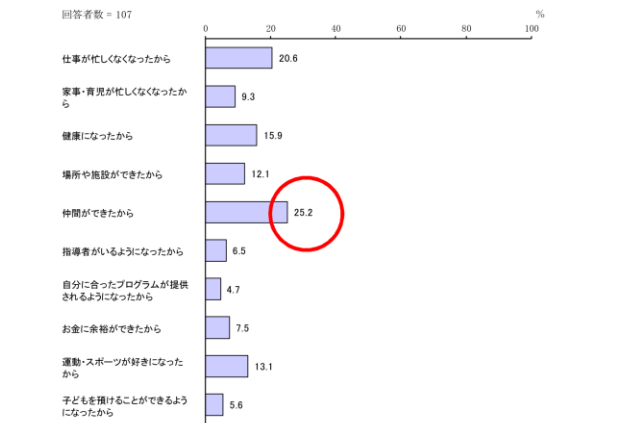


前回調査56.4%
↓
今回調査63.8%
(7.4ポイント増加)

【運動やスポーツを実施する頻度が増えた理由】

現状を踏まえた課題

動機付けが「健康や体力づくりのため」であっても、頻度が増える理由としては「仲間ができたから」と理由に変化がみられる。モチベーション維持のための工夫が必要。



4

【過去を振り返っての運動やスポーツ実施の程度】

アンケートからの現状

- 過去を振り返って、今までの運動やスポーツ実施の程度は、小学生、中学生、高校生で「週に3日以上」の割合が高い。また、20代（学生ではない）、30代、40代で「しない」の割合が高い。
- すべての年代で国調査と比べて「週に3日以上」の割合が高い。

現状を踏まえた課題

高校生卒業後の運動やスポーツを実施しなくなる傾向が著しい。しかし、国調査と比べると週に1日以上の運動をしている市民が多いことから、高校卒業後も継続的に運動やスポーツを行うきっかけが必要。



5

【障がい者スポーツに関心度】

アンケートからの現状

- 障がい者スポーツの関心については、「関心がある」と「やや関心がある」を合わせた「関心がある」の割合が42.6%。
- パラリンピック競技の認知度については、「車いすテニス」の割合が77.0%と最も高く、次いで「車いすバスケットボール」の割合が74.3%、「水泳」の割合が55.3%。

現状を踏まえた課題

障がい者スポーツについては、関心が高まりつつあるものの、実際の競技については一部しか認知されていない少ない状況となっている。東京2020オリンピック・パラリンピックを契機に、各競技の普及啓発や、障がいの有無などに関わらず、誰もがパラスポーツを体験できる機会が必要。



6

3 「みる」スポーツについて

アンケートからの現状

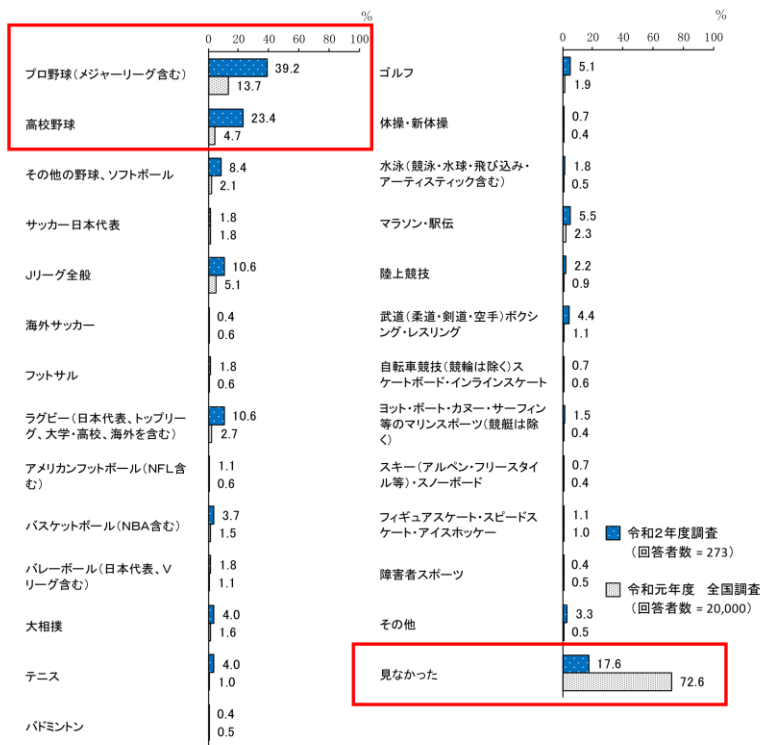
- 直接現地で2～3年間に観戦したスポーツについて、全国調査と比較すると、「プロ野球（メジャーリーグ含む）」「高校野球」「その他の野球、ソフトボール」「Jリーグ全般」「ラグビー（日本代表、トップリーグ、大学・高校、海外を含む）」の割合が高い。一方、「見なかった」の割合が低い。

！ 現状を踏まえた課題

今以上に身近でトップレベルの競技を観戦する機会を充実させるとともに、地元企業や市内各種団体との連携した取り組みが求められている。こうした機会を市民のスポーツへの関心を高めるきっかけとする必要がある。

7

【直接現地で2～3年間に観戦したスポーツ】



【テレビやインターネットで2～3年間に観戦したスポーツ】

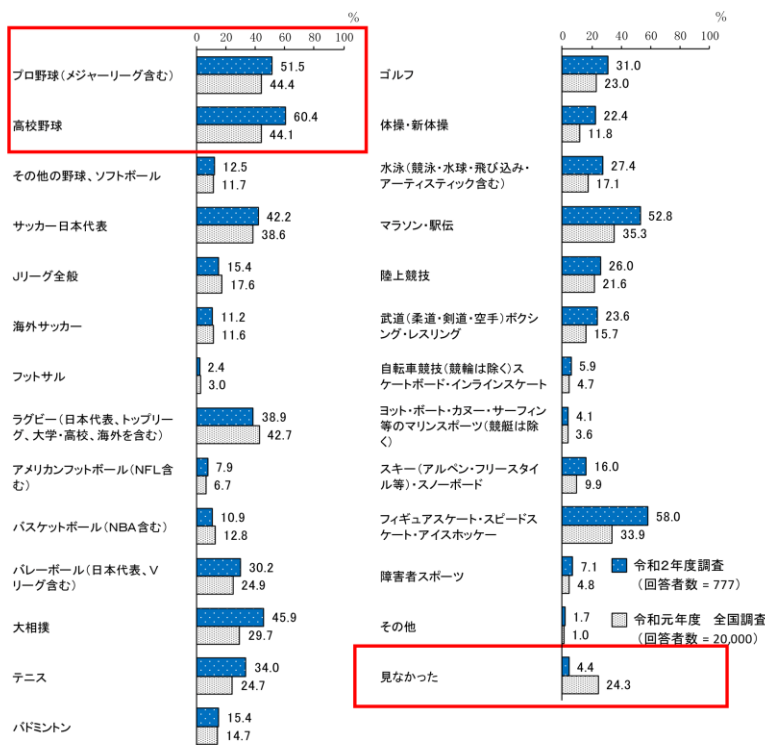
アンケートからの現状

- テレビやインターネットで2～3年間に観戦したスポーツについて、全国調査と比較すると、特に「高校野球」「大相撲」「マラソン・駅伝」「フィギュアスケート・スピードスケート・アイスホッケー」の割合が高い。一方、「見なかった」の割合が低い。

！ 現状を踏まえた課題

市民のスポーツの関心の高さがうかがえる。「みる」スポーツに関連する施策の展開により、運動・スポーツ習慣の定着化に繋げていく必要がある。

8



4 「支える」スポーツについて

アンケートからの現状

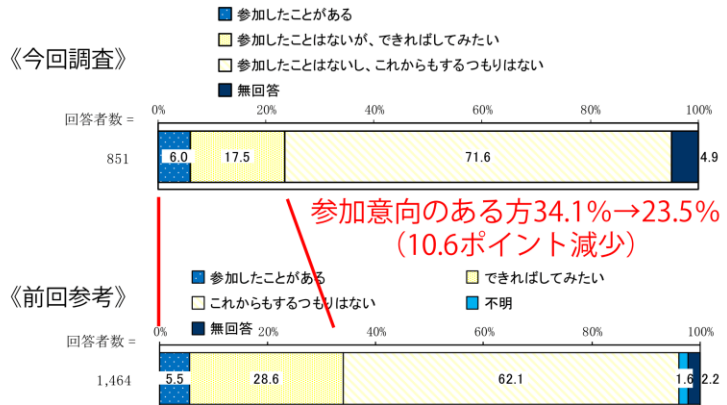
- 運動やスポーツに関するボランティア活動に「参加したことがある」と「参加したことはが、できればしてみたい」をあわせた「参加意向のある方」の割合が23.5%と、前回調査に比べて10.6ポイント減少している。
- きっかけや動機づけ（モチベーション）については、「好きなスポーツの普及・支援」の割合が最も多いが、次いで「出会い・交流の場」「地域でも居場所、役割、生きがい」の割合が高い。

！ 現状を踏まえた課題

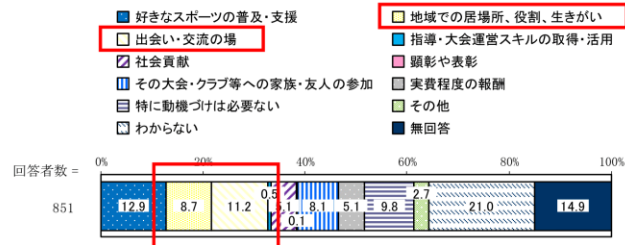
ボランティアなどのスポーツを支える活動への関心が非常に低くなっている。スポーツ活動やイベントを支える人材の必要性や、それらのやりがいを効果的に発信していくことが必要。

9

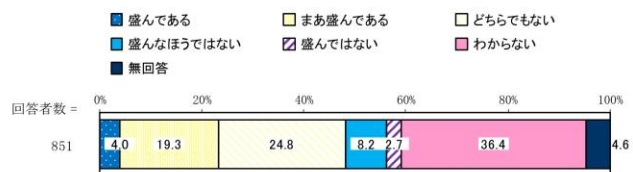
【この2～3年間の運動やスポーツに関するボランティア活動の参加の有無】



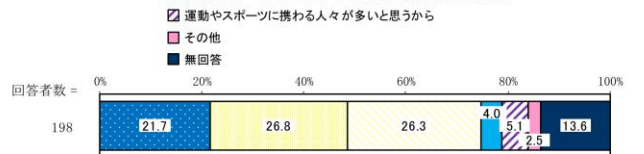
【ボランティア活動に必要なきっかけや動機づけ（モチベーション）】



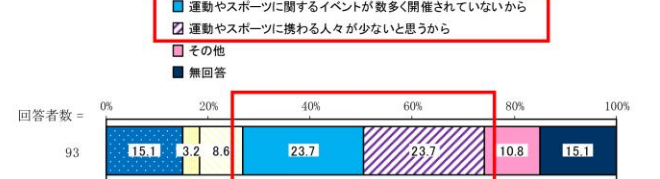
【明石市はスポーツが盛んであると思うか】



《盛んな理由》



《盛んでない理由》



アンケートからの現状

- 明石市はスポーツが盛んであると思うかについて、「盛んである」と「まあ盛んである」を合わせた「盛んである」の割合が23.3%。
- 盛んな理由に対し、盛んでない理由で特徴的な項目は、「運動やスポーツに関するイベントが数多く開催されていないから」「運動やスポーツに携わる人々が少ないと思うから」の割合が高い。

！ 現状を踏まえた課題

市内の運動やスポーツに関するイベントを開催し、スポーツによる交流人口を増やしていくことが必要。また、運動やスポーツを「支える」立場からイベントなどに参画する人材確保・育成を図る必要がある。

10

5 スポーツを通じた「まちづくり」について

アンケートからの現状

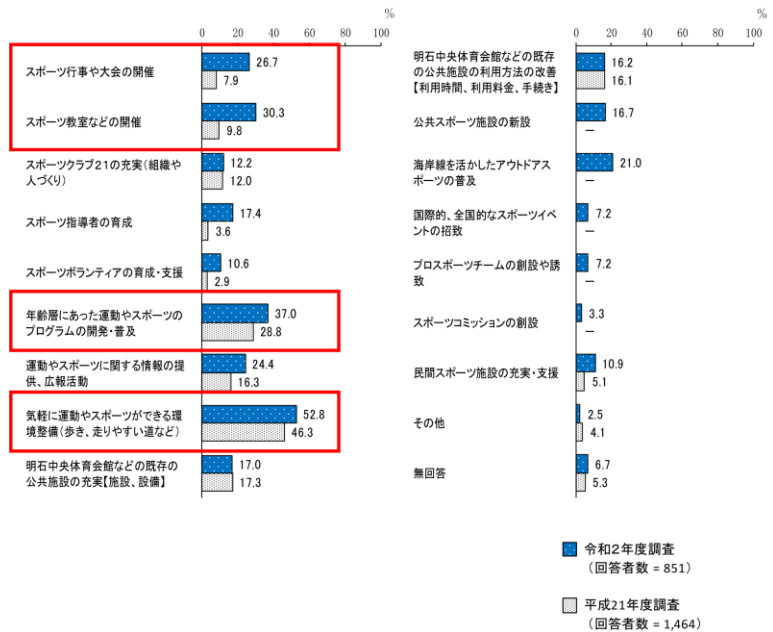
- 明石市が運動やスポーツをより盛んにするためには「気軽に運動やスポーツができる環境整備（歩き、走りやすい道など）」の割合が最も高く、次いで「年齢層にあった運動やスポーツのプログラムの開発・普及」の割合が高い。
- 前回調査と比較すると、「スポーツ行事や大会の開催」「スポーツ教室などの開催」の割合が高い。

現状を踏まえた課題

明石市として運動やスポーツをより盛んにするために、気軽にウォーキングできる環境整備とともに、年齢層にあったプログラム等により、スポーツにふれるきっかけが必要。一方で、スポーツ行事や大会、教室等のスポーツを通じた交流する場の確保が求められ、地域経済の活性化につながる施策の展開が必要。

11

【明石市が運動やスポーツをより盛んにするために必要な施策】



アンケートからの現状

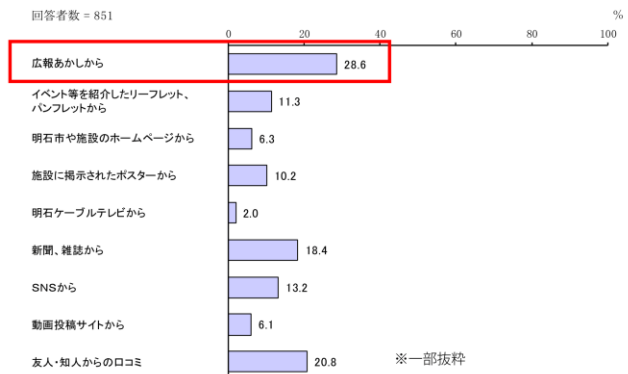
- 運動やスポーツ、さらには健康づくりに取り組む場合の情報入手について、「広報あかしから」の割合が最も高く、次いで「友人・知人からの口コミ」の割合が高い。
- 年齢別でみると、20歳代で「SNSから」の割合が高い。

現状を踏まえた課題

市のスポーツ情報について、年代により希望する情報の受取方法の傾向が異なるため、より幅広い世代に情報が届くよう有効的な情報発信方法を検討していく必要がある。

12

【運動やスポーツ、健康づくりに取り組む場合の情報入手方法】



区分	回答者数(件)	広報あかしから	イベント等を紹介したリーフレット、パンフレットから	明石市や施設のホームページから	施設に掲示されたポスターから	明石ケーブルテレビから	新聞、雑誌から	SNSから	動画投稿サイトから	友人・知人からの口コミ	その他	特に情報収集はしていない	無回答
20歳代	78	10.3	6.4	3.8	9.0	-	5.1	43.6	19.2	20.5	1.3	25.6	3.8
30歳代	118	22.0	10.2	4.2	8.5	-	7.4	24.6	15.3	23.7	2.5	34.7	0.8
40歳代	117	26.5	17.9	13.7	12.8	0.9	12.5	17.9	3.4	23.9	3.4	31.6	1.7
50歳代	140	29.3	11.4	5.7	8.6	0.7	19.3	14.3	6.4	20.7	1.4	32.9	-
60歳代	153	31.4	14.4	9.8	11.1	3.3	21.6	3.9	2.6	17.6	0.7	33.3	2.0
70歳以上	231	38.5	8.7	3.0	11.3	4.3	29.4	0.9	0.9	20.3	1.7	23.8	10.0

アンケートからの現状

- SDGsの認知度については、「全く知らない」の割合が53.9%と最も高く、次いで「聞いたことはあるが内容はよくわからない」の割合が19.9%。
- 年齢別で見ると、30歳代、60歳代、70歳以上で「全く知らない」の割合が高い。
- 職業別で見ると、会社等の経営者、家事専業・家事手伝いで「全く知らない」の割合が高い。

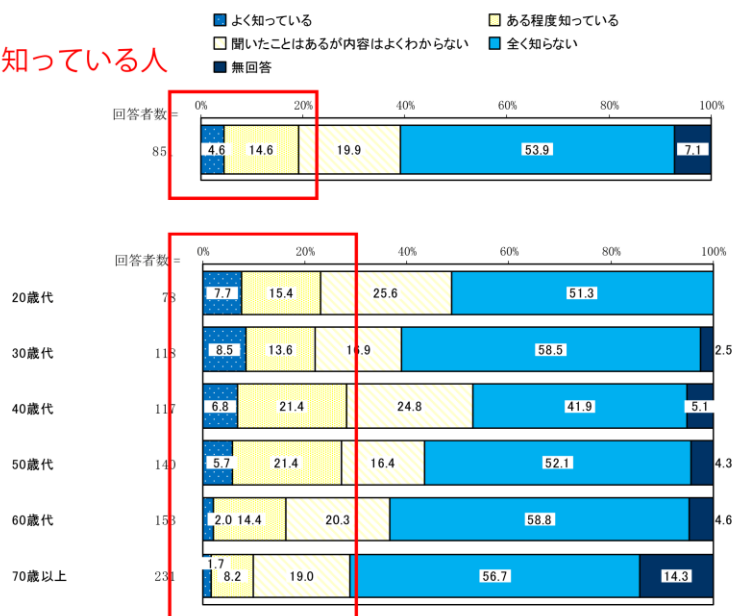
！ 現状を踏まえた課題

健康な生活・福祉の推進や質の高い教育、男女平等、平和で公正な社会の構築のためのSDGsを達成するために果たすスポーツの意義について、さらに啓発することが重要。特に、高齢者や家事専業・家事手伝いなどに対する啓発が必要。

13

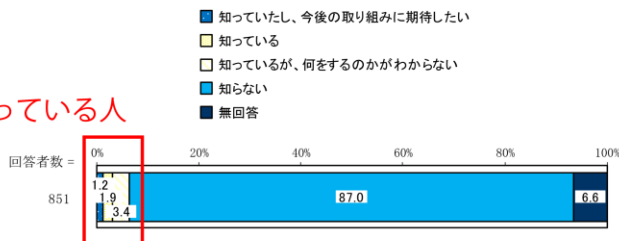
【SDGsの認知度】

知っている人



【「先導的共生社会ホストタウン」の登録団体の認知度】

知っている人



【東京2020オリンピック・パラリンピック大会以降も残すべきもの（遺産＝レガシー）】

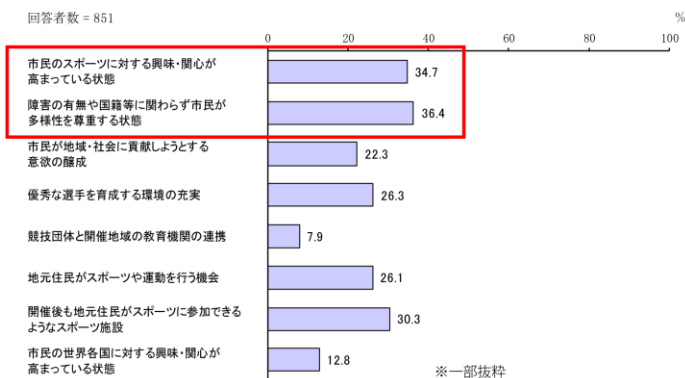
アンケートからの現状

- 「先導的共生社会ホストタウン」の登録団体について、「知らない」の割合が87.0%。
- 東京2020オリンピック・パラリンピック大会以降も残すべきもの（遺産＝レガシー）は、「障害の有無や国籍等に関わらず市民が多様性を尊重する状態」の割合が最も高く、次いで「市民のスポーツに対する興味・関心が高まっている状態」の割合が高い。

！ 現状を踏まえた課題

明石市が東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会「先導的共生社会ホストタウン」の登録団体となっていることの認知度が低いことも含め、大会以降も残すべきものとして、市民の多様性を尊重する気持ちやスポーツに対する興味・関心が持続していけるような情報を提供し続けることが大切。

14



6 課題に基づく次期計画に向けた方向性

テーマ	現状を踏まえた主な課題	次期計画に向けた方向性（案）
「する」スポーツについて	<ul style="list-style-type: none"> ○ 各世代のニーズを的確に把握し、気軽に参加できる教室や講座などのスポーツ機会の充実を図る必要がある。 ○ ウォーキングを実施している市民が多く、今後始めてみたいスポーツとしても、希望が高い。ウォーキングをテーマとした施策展開が、スポーツ実施率向上の糸口であることがうかがわれる。 ○ 動機付けが「健康や体力づくりのため」であっても、頻度が増える理由としては「仲間ができたから」と理由に変化がみられる。モチベーション維持のための工夫が必要。 ○ 高校生卒業後の運動やスポーツを実施しなくなる傾向が著しい。高校卒業後も継続的に運動やスポーツをするきっかけが必要。 ○ 障がい者スポーツについては、関心が高まりつつあるものの、実際の競技については一部しか認知されていない。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 多くの市民が気軽に参加できるスポーツイベントを開催する ○ ライフスタイルに合わせたスポーツ機会を充実する ○ 高齢者のスポーツ活動の充実とスポーツによる生きがいづくりを推進する ○ 障がい者のスポーツ活動を推進する
「みる」スポーツについて	<ul style="list-style-type: none"> ○ トップレベルの競技を観戦する機会を充実させるとともに、地元企業や市内各種団体との連携した取り組みが求められている。 ○ 「みる」スポーツに関連する施策の展開により、運動・スポーツ習慣の定着化に繋げていく必要がある。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 国内外のトップレベルの大会開催を支援する ○ トップアスリートとの交流促進をする
「支える」スポーツについて	<ul style="list-style-type: none"> ○ スポーツ活動やイベントを支える人材の必要性や、それらのやりがいを効果的に発信していくことが必要。 ○ 市内の運動やスポーツに関するイベントを開催し、スポーツによる交流人口を増やしていくことが必要。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 多くの市民が気軽に参加できるスポーツイベントを開催する（再掲） ○ スポーツ関係団体との連携を強化する
スポーツを通じた「まちづくり」について	<ul style="list-style-type: none"> ○ スポーツ行事や大会、教室等のスポーツを通じた交流する場の確保が求められ、地域経済の活性化につながる施策の展開が必要。 ○ 市のスポーツ情報について、年代により希望する情報の受取方法の傾向が異なるため、より幅広い世代に情報が届くよう有効的な情報発信方法を検討していく必要がある。 ○ 市民の多様性を尊重する気持ちやスポーツに対する興味・関心が持続していけるような情報を提供し続けることが大切。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 市内スポーツ施設を活用したスポーツツーリズムを推進する ○ スポーツイベントを活用したシティプロモーションを行う ○ 企業と連携したイベントなどを開催する ○ スポーツを通じた地域・国際交流を推進する

V 調査票

明石市スポーツに関する市民意識調査 ご協力をお願い

日頃から、市政にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

本調査は、市民の皆さんの日頃の運動やスポーツに関して感じておられることなどをお伺いし、様々な統計データとの比較分析を行い、今後の明石市のスポーツ推進施策と具体的な取組みを検討していくための基礎資料とするために実施するものです。

ご多忙のところ、大変恐縮に存じますが、本調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願いいたします。

◇この調査は、市内にお住まいの20歳以上の方2,000人を無作為に抽出して行います。

(11月1日現在の情報で抽出しております。)

◇ご記入いただいた内容は、調査の趣旨に沿って全て統計的に処理し、個々の調査票を公表することは一切ありません。

◇この調査は、コロナ禍ではありますが、これまでの生活を意識してご回答いただきますようお願いいたします。

令和2年12月

明石市

ご記入にあたってのお願い

○あて名のご本人がお答えください(代筆は差し支えありません)。

○回答は、この調査票のあてはまる番号を○で囲んでください。

○補足質問があるものは、該当する質問に回答してください。

ご記入が終わりましたら…

○ご記入いただきました調査票は、同封の返信用封筒(切手は必要ありません)にて、12月28日(月)までにポストへご投函願います(ご住所、お名前を記入する必要はありません)。

●この調査についてのお問い合わせは、下記までお願いします。

明石市 市民生活局 文化・スポーツ室 スポーツ振興課

〒673-8686 明石市中崎1丁目5-1(本庁舎5階)

電話<078>918-5624 FAX<078>918-5194

E-mail sports@city.akashi.lg.jp

スポーツ振興課は、毎週日曜日・月曜日と祝日が休みです。

本アンケートの調査票の回収、集計、取りまとめは、株式会社名豊(めいほう)が受託し、実施しております。アンケート調査の結果は、統計的に処理し、回答者が特定されない形で内容をまとめます。

問1 (すべての方にお聞きします。)

あなたご自身のことについてお聞きします。

(各項目：当てはまる番号を○で囲んでください)

1 性別	1. 男性	2. 女性
2 年齢	1. 20歳代 3. 40歳代 5. 60歳代	2. 30歳代 4. 50歳代 6. 70歳以上
3 職業	1. 自営業・自由業 3. 勤め人(公務員、団体職員、契約・派遣社員を含む) 4. パートタイマー・アルバイト(学生は除く) 5. 学生 7. 無職	2. 会社等の経営者 6. 家事専業・家事手伝い 8. その他()
4 居住地 (中学校の学区)	1. 錦城中学校 3. 大蔵中学校 5. 望海中学校 7. 大久保中学校 9. 高丘中学校 11. 魚住中学校 13. 二見中学校	2. 朝霧中学校 4. 衣川中学校 6. 野々池中学校 8. 大久保北中学校 10. 江井島中学校 12. 魚住東中学校
5 体の状況	1. 障害がある 2. 寝たきり等で運動できる状態にない 3. 運動することを医師から止められている 4. 上記のいずれにも当てはまらない	

問2 (すべての方にお聞きします。)

あなたは、このところ健康だと思いますか。

当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

1. 健康である	2. どちらかといえば健康である
3. 健康に不安を感じている	4. 健康でない
5. わからない	

問3 (すべての方にお聞きします。)

あなたは、日頃、ご自身の健康や体力の維持増進のためにどのようなことを心がけていますか。

当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

1. 食生活に気をつける	2. 睡眠や休養をしっかりとる
3. できるだけ体を動かすようにする	4. 規則正しい生活をする
5. 酒やたばこを控える	6. ストレスをため込まないようにする
7. その他()	8. 心がけていることはない

問4 (すべての方にお聞きします。)

あなたは、現在の生活にどの程度満足していますか。
当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

1. 満足している
2. まあ満足している
3. やや不満だ
4. 不満だ
5. どちらともいえない
6. わからない

本調査における“運動やスポーツ”とは…

競技としてルールに則り他者と競い合い自らの限界に挑戦するものや、健康維持や仲間との交流など多様な目的で行うものがあります。

例えば、散歩やダンス・健康体操、ハイキングやサイクリング、さらには野外活動なども含んでとらえています。

つまりは、次ページの設問にあるものすべてを運動・スポーツとしてとらえてください。

問5 (すべての方にお聞きします。)

あなたは、この2～3年間に運動やスポーツ(1回あたり30分程度以上)をしましたか。
当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

1. ほぼ毎日
2. 週に4～5回
3. 週に2～3回
4. 週に1回
5. 月に2～3回
6. 年に数回
7. ほとんどしていない



問5-1 (次ページ) へ



問5-8 (6ページ) へ

問5で「1」から「5」に○をした方にお聞きします。

問5-1 あなたが、この2～3年間に行った（または再開した）運動やスポーツがあればその番号をすべて○で囲んでください。
ただし、学校の体育の授業や、職業として行ったものは除きます。
また、その中で特に多く実施した運動・スポーツや好きな運動・スポーツを3つあげてください。

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| 1. ウォーキング（散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む） | 3. ランニング・ジョギング・マラソン・駅伝 |
| 2. 階段昇降（2アップ3ダウン等） | 4. 陸上競技 |
| 4. 陸上競技 | 5. 自転車（BMX含む）・サイクリング |
| 6. ローラースケート・インラインスケート・一輪車 | |
| 7. トレーニング（筋力トレーニング・室内運動器具を使ってする運動等） | |
| 8. 体操（ラジオ体操・職場体操・美容体操等） | 9. エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス |
| 10. 縄跳び | 11. 器械体操・新体操・トランポリン |
| 12. ダンス（フォークダンス・ジャズダンス・社交ダンス・フラ等） | |
| 13. チアリーディング・バトントワリング | |
| 14. 水泳（競泳・水球・飛び込み・アーティスティック） | |
| 15. アクアエクササイズ・水中ウォーキング | 16. 野球（硬式・軟式）・キャッチボール |
| 17. ソフトボール | 18. テニス・ソフトテニス |
| 19. バドミントン | 20. 卓球（ラージボール含む） |
| 21. ゴルフ（コース・練習場・シミュレーション） | |
| 22. グラウンド・ゴルフをはじめとするゴルフ型ニュースポーツ | |
| 23. バレーボール（インドア・ビーチ・ソフト） | |
| 24. バasketボール・ポートボール | 25. ドッジボール |
| 26. ハンドボール・その他屋内球技 | 27. サッカー・フットサル |
| 28. ラグビー・タグラグビー | 29. アメリカンフットボール・フラッグフットボール |
| 30. グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技 | |
| 31. ボウリング | 32. ゲートボール |
| 33. レクリエーションスポーツ・その他ニュースポーツ | |
| 34. レスリング・相撲・ボクシング | 35. テコンドー・太極拳・合気道 |
| 36. 柔道 | 37. 剣道・居合道・なぎなた・柔剣道 |
| 38. 空手・少林寺拳法 | |
| 39. 登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング | |
| 40. フリークライミング・ボルダリング | 41. キャンプ・オートキャンプ |
| 42. ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング | |
| 43. ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング | |
| 44. ヨット・水上スキー・ウェイクボード・水上バイク・ジェットスキー | |
| 45. スクーバダイビング・スキンドайビング・シュノーケリング | |
| 46. サーフィン・ウインドサーフィン・ボディボード | |
| 47. 釣り | 48. スキー |
| 49. スノーボード | 50. クロスカンリースキー・スノーシュー |
| 51. アイススケート・アイスホッケー・カーリング | |
| 52. アーチェリー・弓道・射撃・クレー射撃 | |
| 53. グライダー・ハンググライダー・パラグライダー | 54. 乗馬 |
| 55. 障害者スポーツ ⇒ 競技名（ | ） |
| 56. その他（ | ） |
| 57. この2～3年間、年に数回かほとんど運動やスポーツはしていない | |
| 58. この2～3年間、再開した運動やスポーツはない | |
| 59. わからない | 特に多く実施した運動・スポーツや好きな運動・スポーツを3つ |

➡

問5で「1」から「5」に○をした方にお聞きします。

問5-2 あなたが、その運動やスポーツを初めて実施した(または再開した)きっかけは何ですか。当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

- | | |
|-------------------------|---------------------------|
| 1. 家族に誘われた | 2. 友人・知人・同僚に誘われた |
| 3. 家族に奨められた | 4. 友人・知人・同僚に奨められた |
| 5. 医師に奨められた | 6. 所属する団体(会社等)に奨められた |
| 7. TVや新聞、インターネット等で奨めていた | 8. 現地やTV等でそのスポーツを観た |
| 9. そのスポーツに係るボランティアを行った | 10. 子どもを預けることができるようになったから |
| 11. 特に理由はない・なんとなく | 12. その他() |
| 13. わからない | |

問5-3 あなたが、運動やスポーツを行った目的は何ですか。

主なものを2つまで選び、その番号を○で囲んでください。

- | | |
|-----------------|-----------------------|
| 1. 競技力の向上のため | 2. 健康や体力づくりのため |
| 3. 楽しいから(好きだから) | 4. ストレス解消(気晴らし)のため |
| 5. ダイエットや美容のため | 6. 家族との交流・レクリエーションのため |
| 7. 友人や仲間との交流のため | 8. 会社・地域との付き合いのため |
| 9. その他() | |

問5-4 あなたが行った運動やスポーツは、どこで実施しましたか。

主なものを2つまで選び、その番号を○で囲んでください。

- | | |
|----------------------------------|-----------------------|
| 1. 明石中央体育会館や明石海浜公園などの公共体育・スポーツ施設 | |
| 2. コミセンやスポーツクラブ21などの学校体育施設 | |
| 3. フィットネスクラブ、ジムなどの民間商業インドア施設 | |
| 4. プール、スキー場、ゴルフ場などの民間商業アウトドア施設 | |
| 5. 自宅または自宅敷地内 | 6. 職場または職場敷地内 |
| 7. 公園 | 8. 空き地 |
| 9. 道路 | 10. 山岳・森林・海・湖・川等の自然環境 |
| 11. その他() | |

問5-5 あなたが行った運動やスポーツは、どのような形で実施しましたか。

主なものを2つまで選び、その番号を○で囲んでください。

- | | |
|--|--------------------|
| 1. 職場のクラブや同好会に所属して | 2. 学校のクラブや同好会に所属して |
| 3. スポーツクラブ21やコミセンサークルなどに所属して | |
| 4. 明石中央体育会館や明石海浜公園などの公共施設で行われているスポーツや体力づくりの教室で | |
| 5. フィットネスクラブ等の民間の会員制スポーツクラブで | |
| 6. 地域の友人と自由に | 7. 職場の友人と自由に |
| 8. 地域のイベントで | 9. 職場のイベントで |
| 10. 家族と | 11. 個人で自由に |
| 12. その他() | |

問5で「1」から「5」に○をした方にお聞きします。

問5-6 あなたが、運動やスポーツを実施した（再開した）ことによって、あなたご自身の体や心にどのような変化がありましたか。

当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

1. 健康的な体形が維持できた
2. 体力、筋力の維持及び向上があった
3. 肥満、高血圧や糖尿病などの生活習慣病やメタボリックシンドロームの検査数値が改善した
4. 加齢に伴う生活機能低下（ロコモティブシンドローム）を予防することができた
5. 心肺機能が向上して疲れにくくなった
6. 腰や膝の痛みが軽減した
7. 血行促進により肩こりや冷え性が改善した
8. 抵抗力が高まり風邪をひきにくくなった
9. 認知症が低減した
10. 不定愁訴が低減した
11. 気分転換やストレスが解消できた
12. その他（）
13. 特に変化はない

問5-7 あなたは、2～3年前と比べて運動やスポーツを実施する頻度は増えましたか、減りましたか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

1. 増えた
2. あまり変わらない・変わらない
3. 減った
4. わからない

問5-7で「1. 増えた」に○をした方にお聞きします。

問5-7-1 あなたが、運動やスポーツを実施する頻度が増えた理由は何ですか。

当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

また、そのうちもっとも大きな理由はどれですか。

1. 仕事が忙しくなくなったから
2. 家事・育児が忙しくなくなったから
3. 健康になったから
4. 場所や施設ができたから
5. 仲間ができたから
6. 指導者がいるようになったから
7. 自分に合ったプログラムが提供されるようになったから
8. お金に余裕ができたから
9. 運動・スポーツが好きになったから
10. 子どもを預けることができるようになったから
11. その他（）
12. 特に理由はない
13. わからない

もっとも大きな理由を1つ




次ページへ

問5-7で「2. あまり変わらない・変わらない」と「3. 減った」に○をした方にお聞きします。

問5-7-2 あなたが、運動やスポーツを実施する頻度が減ったまたはこれ以上増やせない（増やさない）理由は何ですか。

当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

また、そのうちもっとも大きな理由はどれですか。


- | | |
|----------------------|---------------------------|
| 1. 仕事や家事が忙しいから | 2. 家事・育児が忙しいから |
| 3. 病気やけがをしているから | 4. 年をとったから |
| 5. 場所や施設がないから | 6. 仲間がないから |
| 7. 指導者がいないから | 8. 自分に合ったプログラムが用意されていないから |
| 9. お金に余裕がないから | 10. 運動・スポーツが嫌いだから |
| 11. 面倒くさいから | 12. 運動・スポーツ以上に大切なことがあるから |
| 13. 生活や仕事で体を動かしているから | 14. 託児できないから |
| 15. その他（ | ） |
| 16. 特に理由はない | |
| 17. わからない | |
- もっとも大きな理由を1つ 

問5で「6」と「7」に○をした方にお聞きします。

問5-8 あなたが、週に1日以上運動やスポーツを実施できなかった理由は何ですか。

当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

また、そのうちもっとも大きな理由はどれですか。

- | | |
|---------------------------|-------------------|
| 1. 仕事や家事が忙しいから | 2. 子どもに手がかかるから |
| 3. 病気やけがをしているから | 4. 年をとったから |
| 5. 場所や施設がないから | 6. 仲間がないから |
| 7. 指導者がいないから | |
| 8. 自分に合ったプログラムが用意されていないから | |
| 9. お金に余裕がないから | 10. 運動・スポーツが嫌いだから |
| 11. 面倒くさいから | |
| 12. 運動・スポーツ以上に大切なことがあるから | |
| 13. 生活や仕事で体を動かしているから | 14. 託児できないから |
| 15. その他（ | ） |
| 16. 特に理由はない | 17. わからない |
- もっとも大きな理由を1つ 

問6 (すべての方にお聞きします。)

過去を振り返って、あなたの今までの運動やスポーツ実施の程度をそれぞれの年代で当てはまる番号を○で囲んでください。ただし、学校の体育の授業は除きます。

	週に3日以上	週に1〜2日	週に1日未満	しない	わからない	あてはまるものはない
小学生	1	2	3	4	5	6
中学生	1	2	3	4	5	6
高校生	1	2	3	4	5	6
大学・大学院・短大・各種学校	1	2	3	4	5	6
10代(学生ではない)	1	2	3	4	5	6
20代(学生ではない)	1	2	3	4	5	6
30代	1	2	3	4	5	6
40代	1	2	3	4	5	6
50代	1	2	3	4	5	6
60代	1	2	3	4	5	6

問7 (すべての方にお聞きします。)

今後あなたが始めてみたい運動やスポーツがあれば、その番号をすべて○で囲んでください。

- | | |
|--------------------------------------|-----------------------------|
| 1. ウォーキング (散歩・ぶらぶら歩き・一駅歩きなどを含む) | |
| 2. 階段昇降 (2アップ3ダウン等) | 3. ランニング・ジョギング・マラソン・駅伝 |
| 4. 陸上競技 | 5. 自転車 (BMX含む)・サイクリング |
| 6. ローラースケート・インラインスケート・一輪車 | |
| 7. トレーニング (筋力トレーニング・室内運動器具を使ってする運動等) | |
| 8. 体操 (ラジオ体操・職場体操・美容体操等) | 9. エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス |
| 10. 縄跳び | 11. 器械体操・新体操・トランポリン |
| 12. ダンス (フォークダンス・ジャズダンス・社交ダンス・フラ等) | |
| 13. チアリーディング・バトントワリング | |
| 14. 水泳 (競泳・水球・飛び込み・アーティスティック) | |
| 15. アクアエクササイズ・水中ウォーキング | 16. 野球 (硬式・軟式)・キャッチボール |
| 17. ソフトボール | 18. テニス・ソフトテニス |
| 19. バドミントン | 20. 卓球 (ラージボール含む) |
| 21. ゴルフ (コース・練習場・シミュレーション) | |
| 22. グラウンド・ゴルフをはじめとするゴルフ型ニュースポーツ | |
| 23. バレーボール (インドア・ビーチ・ソフト) | |
| 24. バasketボール・ポートボール | 25. ドッジボール |
| 26. ハンドボール・その他屋内球技 | 27. サッカー・フットサル |
| 28. ラグビー・タグラグビー | 29. アメリカンフットボール・フライングフットボール |
| 30. グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技 | |
| 31. ボウリング | 32. ゲートボール |
| 33. レクリエーションスポーツ・その他ニュースポーツ | |
| 34. レスリング・相撲・ボクシング | 35. テコンドー・太極拳・合気道 |
| 36. 柔道 | 37. 剣道・居合道・なぎなた・柔剣道 |
| 38. 空手・少林寺拳法 | |
| 39. 登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング | |
| 40. フリークライミング・ボルダリング | 41. キャンプ・オートキャンプ |
| 42. ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング | |
| 43. ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング | |
| 44. ヨット・水上スキー・ウェイクボード・水上バイク・ジェットスキー | |
| 45. スクーバダイビング・スキンドайビング・シュノーケリング | |
| 46. サーフィン・ウインドサーフィン・ボディボード | |
| 47. 釣り | 48. スキー |
| 49. スノーボード | 50. クロスカントリースキー・スノーシュー |
| 51. アイススケート・アイスホッケー・カーリング | |
| 52. アーチェリー・弓道・射撃・クレー射撃 | |
| 53. グライダー・ハンググライダー・パラグライダー | 54. 乗馬 |
| 55. 障害者スポーツ ⇒ 競技名 () | |
| 56. その他 () | |
| 57. 今後始めてみたい運動やスポーツはない | |
| 58. わからない | |

問8 (すべての方にお聞きします。)

あなたは、この2～3年間にどんなスポーツを観戦しましたか。
それぞれで当てはまる番号を○で囲んでください。

	直接現地で	テレビや インターネットで
1 プロ野球（メジャーリーグ含む）	1	2
2 高校野球	1	2
3 その他の野球、ソフトボール	1	2
4 サッカー日本代表	1	2
5 Jリーグ全般	1	2
6 海外サッカー	1	2
7 フットサル	1	2
8 ラグビー（日本代表、トップリーグ、 大学・高校、海外を含む）	1	2
9 アメリカンフットボール（NFL含む）	1	2
10 バスケットボール（NBA含む）	1	2
11 バレーボール（日本代表、Vリーグ含む）	1	2
12 大相撲	1	2
13 テニス	1	2
14 バドミントン	1	2
15 ゴルフ	1	2
16 体操・新体操	1	2
17 水泳（競泳・水球・飛び込み・アーテ ィスティック含む）	1	2
18 マラソン・駅伝	1	2
19 陸上競技	1	2
20 武道（柔道・剣道・空手）ボクシング・ レスリング	1	2
21 自転車競技（競輪は除く） スケートボード・インラインスケート	1	2
22 ヨット・ボート・カヌー・サーフィン 等のマリンスポーツ（競艇は除く）	1	2
23 スキー（アルペン・フリースタイル 等）・スノーボード	1	2
24 フィギュアスケート スピードスケート・アイスホッケー	1	2
25 障害者スポーツ	1	2
26 その他（ ）	1	2
27 見なかった	1	2

次ページへ

問8で「1」～「26」に○をした方にお聞きします。

問8-1 あなたが、スポーツを観戦したのはどのような理由からですか。

当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

- | | |
|----------------------|--------------------|
| 1. そのスポーツが好きだから | 2. そのスポーツを実施しているから |
| 3. 以前そのスポーツを実施していたから | 4. 応援しているチームがあるから |
| 5. 応援している選手がいるから | 6. 暇つぶしのため |
| 7. ストレス発散のため | 8. 友人や家族に誘われたから |
| 9. 家族・知人が出場していたから | 10. チケットがあったので |
| 11. なんとなく・たまたま | 12. その他() |
| 13. わからない | |

問9 (すべての方にお聞きします。)

あなたは、この2～3年間に、運動やスポーツに関するボランティア*活動に参加したことがありますか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

- | |
|-----------------------------|
| 1. 参加したことがある |
| 2. 参加したことはないが、できればしてみたい |
| 3. 参加したことはないし、これからもするつもりはない |

※「スポーツボランティア」とは…

学説によれば「スポーツという文化の発展のために金銭的報酬を期待することなく、自ら進んでスポーツ活動を支援する人のこと」と定義されています。

例えば、スポーツクラブ21などで職業としてではなく指導や運営に携わっている方、各種の大会で運営をされている方、選手の送迎やお弁当の手配などといった裏方の仕事をしていただいている方のことと捉えてください。

問9で「1. 参加したことがある」に○をした方にお聞きします。

問9-1 どのようなボランティア活動に参加しましたか。

当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

- | | |
|----------------------|-------------------|
| 1. スポーツ大会などの行事の支援 | 2. スポーツクラブ・教室等の支援 |
| 3. スポーツ・運動等の指導 | 4. スポーツ施設等の管理の支援 |
| 5. その他(具体的にお書きください): |) |

問9で「2」または「3」に○をした方にお聞きします。

問9-2 あなたが運動やスポーツに関するボランティア活動に参加されない理由は何ですか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

- | | |
|------------------------|-------------------|
| 1. 忙しくて時間がない | 2. 病気・高齢など身体的な理由 |
| 3. 始めるきっかけがない | 4. 一緒にする仲間がない |
| 5. ボランティア活動の時間と生活があわない | |
| 6. ボランティアに関する情報がない | 7. お金がかかる |
| 8. スポーツは嫌い、興味がない | 9. ボランティア活動に関心がない |
| 10. その他(具体的にお書きください): |) |

問 10 (すべての方にお聞きします。)

どんなきっかけや動機づけ(モチベーション)があれば、運動やスポーツに関するボランティア活動を行ったり続けたりすることができると思いますか。

当てはまる番号を1つ〇で囲んでください。

- | | |
|------------------------|---------------------|
| 1. 好きなスポーツの普及・支援 | 2. 地域での居場所、役割、生きがい |
| 3. 出会い・交流の場 | 4. 指導・大会運営スキルの取得・活用 |
| 5. 社会貢献 | 6. 顕彰や表彰 |
| 7. その大会・クラブ等への家族・友人の参加 | |
| 8. 実費程度の報酬 | 9. 特に動機づけは必要ない |
| 10. その他() | 11. わからない |

問 11 (すべての方にお聞きします。)

あなたには、小学生・中学生のお子様がおられますか。

当てはまる番号を1つ〇で囲んでください。

- | | |
|--------------------|---------------|
| 1. 小学生の子どもがいる | 2. 中学生の子どもがいる |
| 3. 小学生と中学生の子どもがいる | |
| 4. 小学生・中学生の子どもはいない | |

問 11で「1」～「3」に〇をした方にお聞きします。

問 11-1 お子様は、学校の体育の授業以外に運動やスポーツを行っていますか。

主なものを2つまで選び、その番号を〇で囲んでください。

小学生・中学生のお様が2人以上おられる場合は、それぞれ、学年の小さなお子様についてお答えください。

<小学生のお子様>

- | | |
|----------------------------|-----------------------|
| 1. スポーツクラブ21でしている | 2. コミセンなどのスポーツ教室でしている |
| 3. 明石中央体育会館などの公共施設の教室でしている | |
| 4. 学校の部活動でしている | 5. 競技別の専門クラブ・チームでしている |
| 6. 民間のスポーツクラブでしている | 7. その他() |
| 8. していない | |

<中学生のお子様>

- | | |
|----------------------------|-----------------------|
| 1. スポーツクラブ21でしている | 2. コミセンなどのスポーツ教室でしている |
| 3. 明石中央体育会館などの公共施設の教室でしている | |
| 4. 学校の部活動でしている | 5. 競技別の専門クラブ・チームでしている |
| 6. 民間のスポーツクラブでしている | 7. その他() |
| 8. していない | |

問 11 で「1」～「3」に○をした方にお聞きします。

問 11-2 今後、授業以外の運動やスポーツを続けさせたい（始めさせたい）ですか。

当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

<小学生のお子様>

- | | |
|-------------------|---------------------|
| 1. 続けさせたい（始めさせたい） | 2. やめさせたい（始めさせたくない） |
|-------------------|---------------------|

<中学生のお子様>

- | | |
|-------------------|---------------------|
| 1. 続けさせたい（始めさせたい） | 2. やめさせたい（始めさせたくない） |
|-------------------|---------------------|

問 12 （すべての方にお聞きします。）

あなたが、運動やスポーツをする際に求める指導者とは、どのようなタイプの指導者ですか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

- | | |
|-------------------|-------------------------|
| 1. 技術指導をしてくれるコーチ型 | 2. 運営などの世話をしてくれるマネージャー型 |
| 3. 夢を語る熱血型 | 4. 戦略や戦術を研究する頭脳型 |
| 5. その他（ | ） |

問 13 （すべての方にお聞きします。）

あなたは、具体的にどのような人に運動やスポーツの指導をしてもらいたいですか。当てはまる番号を1つだけ○で囲んでください。

- | | |
|-----------------------------|------------|
| 1. （公財）日本スポーツ協会の資格を持った人 | |
| 2. （公財）健康・体力づくり事業財団の資格を持った人 | |
| 3. （公財）日本レクリエーション協会の資格を持った人 | |
| 4. スポーツ推進委員 | 5. 元プロ選手の人 |
| 6. 学校の先生 | 7. 友人や知人 |
| 8. その他（ | 9. 特に希望はない |

問 14 （すべての方にお聞きします。）

明石市は、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会における「先導的共生社会ホストタウン[※]」の登録団体となっていますが、あなたはこのことを知っていましたか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

- | | |
|-------------------------|----------|
| 1. 知っていたし、今後の取り組みに期待したい | 2. 知っている |
| 3. 知っているが、何をするのがわからない | 4. 知らない |

※「先導的共生社会ホストタウン」とは…

東京2020大会において、オリンピックやパラリンピアンとの事前合宿地になるなど、地域をあげておもてなしを行っていかうとするホストタウンのうち、主にパラリンピアンとの交流をきっかけに共生社会を実現するため、先導的かつ先進的な「心のバリアフリー」及び、「ユニバーサルデザインの街づくり」の取組を総合的に実施するホストタウンを内閣官房（東京オリンピック・パラリンピック推進本部事務局）が認定する自治体のことです。

明石市は2019年（平成31年）8月に認定されました。

問 15 (すべての方にお聞きします。)

あなたが、東京 2020 オリンピック・パラリンピック大会以降も残すべきもの(遺産＝レガシー)はどのようなことだと思いますか。

当てはまると思う番号をすべて○で囲んでください。

1. 市民のスポーツに対する興味・関心が高まっている状態
2. 障害の有無や国籍等に関わらず市民が多様性を尊重する状態
3. 市民が地域・社会に貢献しようとする意欲の醸成
4. 優秀な選手を育成する環境の充実
5. 競技団体と開催地域の教育機関の連携
6. 地元住民がスポーツや運動を行う機会
7. 開催後も地元住民がスポーツに参加できるようなスポーツ施設
8. 市民の世界各国に対する興味・関心が高まっている状態
9. その他 ()
10. 特にない

問 16 (すべての方にお聞きします。)

あなたは、障がい者スポーツに関心がありますか。

当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

- | | |
|-------------|------------|
| 1. 関心がある | 2. やや関心がある |
| 3. あまり関心がない | 4. 関心がない |
| 5. わからない | |

問 17 (すべての方にお聞きします。)

あなたは、次のどのパラリンピック競技をご存じでしたか。

知っているものすべての番号を○で囲んでください。

- | | | |
|----------------|------------------|-----------|
| 1. 5人制サッカー | 2. アーチェリー | 3. カヌー |
| 4. ゴールボール | 5. シットティングバレーボール | |
| 6. テコンドー | 7. トライアスロン | 8. バドミントン |
| 9. パワーリフティング | 10. ボート | 11. ボッチャ |
| 12. 車いすテニス | 13. 車いすバスケットボール | |
| 14. 車いすフェンシング | 15. 車いすラグビー | 16. 陸上競技 |
| 17. 馬術 | 18. 柔道 | 19. 射撃 |
| 20. 水泳 | 21. 卓球 | 22. 自転車競技 |
| 23. 知っているものはない | | |

問 18 (すべての方にお聞きします。)

あなたは、普段、運動やスポーツ、さらには健康づくりに取り組む場合、それらの情報はどのように入手されていますか。当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

- | | |
|------------------------------|-------------------|
| 1. 広報あかしから | |
| 2. イベント等を紹介したリーフレット、パンフレットから | |
| 3. 明石市や施設のホームページから | 4. 施設に掲示されたポスターから |
| 5. 明石ケーブルテレビから | 6. 新聞、雑誌から |
| 7. SNSから | 8. 動画投稿サイトから |
| 9. 友人・知人からの口コミ | 10. その他() |
| 11. 特に情報収集はしていない | |

問 19 あなたは、明石市はスポーツが盛んであると思いますか。

当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

- | |
|--------------|
| 1. 盛んである |
| 2. まあ盛んである |
| 3. どちらでもない |
| 4. 盛んなほうではない |
| 5. 盛んではない |
| 6. わからない |

問 19で「1. 盛んである」「2. まあ盛んである」に○をした方にお聞きします。

問 19-1 あなたが、明石市はスポーツが盛ん(まあ盛ん)であると思ったのはなぜですか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

- | | |
|--|--|
| 1. 明石中央体育会館や海浜公園などの公共の運動やスポーツ施設が充実しているから | |
| 2. コミセンやスポーツクラブ21などの学校体育施設の開放が進んでいるから | |
| 3. 全国的に有名な部活動やチームが存在するから | |
| 4. 運動やスポーツに関するイベントが数多く開催されているから | |
| 5. 運動やスポーツに携わる人々が多いと思うから | |
| 6. その他() | |

問 19で「4. 盛んなほうではない」「5. 盛んではない」に○をした方にお聞きします。

問 19-2 あなたが、明石市はスポーツが盛んではない(盛んなほうではない)と思ったのはなぜですか。当てはまる番号を1つ○で囲んでください。

- | | |
|---|--|
| 1. 明石中央体育会館や海浜公園などの公共の運動やスポーツ施設が充実していないから | |
| 2. コミセンやスポーツクラブ21などの学校体育施設の開放が進んでいないから | |
| 3. 全国的に有名な部活動やチームが存在しないから | |
| 4. 運動やスポーツに関するイベントが数多く開催されていないから | |
| 5. 運動やスポーツに携わる人々が少ないと思うから | |
| 6. その他() | |

問 20 （すべての方にお聞きします。）

あなたは、今後、明石市が運動やスポーツをより盛んにするためにはどのような施策に
力を入れていくべきと思われるか。

当てはまると思う番号をすべて○で囲んでください。

- | | |
|---|---------------------|
| 1. スポーツ行事や大会の開催 | 2. スポーツ教室などの開催 |
| 3. スポーツクラブ 2 1 の充実（組織や人づくり） | |
| 4. スポーツ指導者の育成 | 5. スポーツボランティアの育成・支援 |
| 6. 年齢層にあった運動やスポーツのプログラムの開発・普及 | |
| 7. 運動やスポーツに関する情報の提供、広報活動 | |
| 8. 気軽に運動やスポーツができる環境整備（歩き、走りやすい道など） | |
| 9. 明石中央体育会館などの既存の公共施設の充実【施設、設備】 | |
| 10. 明石中央体育会館などの既存の公共施設の利用方法の改善【利用時間、利用料金、手続き】 | |
| 11. 公共スポーツ施設の新設 | |
| 12. 海岸線を活かしたアウトドアスポーツの普及 | |
| 13. 国際的、全国的なスポーツイベントの招致 | |
| 14. プロスポーツチームの創設や誘致 | 15. スポーツコミッション*の創設 |
| 16. 民間スポーツ施設の充実・支援 | 17. その他（ ） |

※「スポーツコミッション」とは…

スポーツツーリズム（スポーツをすることを目的とした旅行）の推進、持続性のある
スポーツイベントの開催や大会・合宿の誘致等により、交流人口の拡大と地域コミュニ
ティの形成・強化を目指して設置された、地方公共団体とスポーツ団体、観光産業
等の民間事業者が一体となった組織のことです。

問 21 （すべての方にお聞きします。）

あなたは、今後、明石市が運動やスポーツをより盛んにするためにはどのような公共ス
ポーツ施設を整備していく必要があると思いますか。

当てはまると思う番号をすべて○で囲んでください。

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| 1. 陸上競技場 | 2. 野球場、ソフトボール場 |
| 3. サッカー場、フットサルコート | 4. テニスコート |
| 5. 多目的運動場 | 6. ジョギング、ウォーキングコース |
| 7. サイクリングコース | |
| 8. 海岸線を活かしたアウトドアスポーツの活動場所 | |
| 9. 体育館 | 10. 武道場 |
| 11. 屋内プール | 12. 屋内トレーニング施設 |
| 13. その他（ ） | 14. 施設整備の必要はない |
| 15. わからない | |

問 22 （すべての方にお聞きします。）

あなたが参加してみたいと思う運動やスポーツのイベントはどのようなものですか。
当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------|
| 1. トップアスリートと交流できる行事やイベント | |
| 2. 他の地域の方と競い合える行事やイベント | |
| 3. プロスポーツが使用する会場で行われる行事やイベント | |
| 4. 運動やスポーツの分野以外とコラボレーションされたイベント | |
| 5. アウトドアの行事やイベント | |
| 6. 子どもと触れ合いながら楽しめる行事やイベント | |
| 7. 若者男女を問わず交流ができる行事やイベント | |
| 8. 障害の有無を問わず交流ができる行事やイベント | |
| 9. 短時間で効果が実感できる行事やイベント | |
| 10. 託児ができる行事やイベント | 11. その他（ ） |
| 12. 参加したいものはない | 13. わからない |

問 23 （すべての方にお聞きします。）

あなたは、社会生活の中で、運動やスポーツにどのような役割を期待していますか。
当てはまる番号をすべて○で囲んでください。

- | | |
|--------------------|---------------------------------|
| 1. 健康・体力づくり | 2. 生きがいづくり |
| 3. ストレス解消（心の健康づくり） | 4. 家族や友人との交流 |
| 5. 地域コミュニティの形成 | 6. 世代間交流の促進 |
| 7. 青少年の健全育成 | 8. 地域課題の解決 |
| 9. 国際交流の促進 | 10. 多様性の理解促進 |
| 11. 経済の活性化 | 12. 医療費の削減 |
| 13. 健康長寿社会への貢献 | 14. その他（ ） |
| 15. 何も期待していない | 16. わからない |

問 24 (すべての方にお聞きします。)

明石市は、2020年(令和2年)7月に「SDGs※(持続可能な開発目標:Sustainable Development Goals)未来都市」に選定されました。

あなたは、SDGsを知っていましたか。当てはまる番号を1つ〇で囲んでください。

- 1. よく知っている
- 2. ある程度知っている
- 3. 聞いたことはあるが内容はよくわからない
- 4. 全く知らない

※「SDGs」とは…

2015年(平成27年)9月の国連サミットにおいて全会一致で採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」に記載された「持続可能な開発目標」のことです。

「誰一人取り残さない」持続可能で多様性と包摂性のある社会の実現のため、2030年(令和12年)を年限とする17の国際目標であり、その下に、169のターゲット、232の指標が決められています。

スポーツは、開発と平和の領域において有益性があるといわれています。

問 24で「1」から「3」に〇をした方にお聞きします。

問 24-1 あなたは、健康な生活・福祉の推進や質の高い教育、男女平等、平和で公正な社会の構築のためのSDGsを達成するためにスポーツは有益であると思いますか。

当てはまる番号を1つ〇で囲んでください。

- 1. 有益だと思う
- 2. 有益だとは思わない
- 3. わからない

問 25 スポーツや運動に関するご意見やご要望がありましたら、自由にご記入ください。

以上でアンケートは終わりです。ご協力ありがとうございました。

調査にご協力いただき、ありがとうございました。
お手数ですが、12月28日(月)までに同封の返信用封筒にてご返送ください。

市内公共スポーツ施設一覧

【公園(運動施設のあるところ)】

名称	運動施設	所在地
大蔵海岸公園	多目的広場、こども広場 海水浴場、砂浜・芝生広場	明石市大蔵海岸通 2-11
石ヶ谷公園(明石中央体育会館)	中央体育会館 (第1・2 競技場 トレーニング室 ほか) 野外活動広場	明石市大久保町松陰 1126-47
明石海浜公園	プール、テニスコート 運動場、臨時球技場 屋内競技場	明石市二見町南二見 8-1
17号池魚住みんな公園	多目的グラウンド 緑のグラウンド みんな広場(芝生広場)	明石市魚住町清水 1
朝霧公園	グラウンド	明石市松が丘 5-101
望海浜公園	グラウンド、芝生広場	明石市船上町 783-76
上ヶ池公園	グラウンド	明石市小久保 1-10-3
松江公園	芝生広場	明石市松江字西畑 436-1
高丘東公園	テニス(バレー)コート	明石市大久保町高丘 3-4
高丘西公園	テニス(バレー)コート 野球場	明石市大久保町高丘 7-24
八木遺跡公園	芝生広場	明石市大久保町八木 80-1
金ヶ崎公園	グラウンド、バレーコート グラウンドゴルフコース	明石市魚住町金ヶ崎 1541-1
魚住北公園	多目的広場、テニスコート	明石市魚住町長坂寺 1242-7
錦が丘中央公園	多目的広場	明石市魚住町錦が丘 2-15
中尾親水公園	多目的芝生広場	明石市魚住町中尾 701-3
西二見公園	グラウンド	明石市二見町西二見 1134-1
明石北わんぱく広場	芝生広場、多目的広場 散策路	明石市大久保町松陰 338-1
県立明石公園	野球場、陸上競技場 自転車競技場、芝生広場 テニスコート ローンボウルス場	明石市明石公園 1-27

【産業系施設(運動施設のあるところ)】

名称	運動施設	所在地
勤労福祉会館	体育室、トレーニング室	明石市相生町 2-7-12
中高年齢労働者福祉センター (サンライフ明石)	体育室、トレーニング室	明石市西明石南町 3-1-21

【小学校区コミュニティ・センター】

名称	所在地
明石小学校区コミュニティ・センター	明石市山下町 12-21
松が丘小学校区コミュニティ・センター	明石市松が丘 3 丁目 1-1
朝霧小学校区コミュニティ・センター	明石市大蔵谷奥 837-2
人丸小学校区コミュニティ・センター	明石市東人丸町 26-29
中崎小学校区コミュニティ・センター	明石市中崎 1 丁目 4-1
大観小学校区コミュニティ・センター	明石市大明石町 2 丁目 8-30
王子小学校区コミュニティ・センター	明石市王子 1 丁目 1-1
林小学校区コミュニティ・センター	明石市林崎町 1 丁目 11-2
鳥羽小学校区コミュニティ・センター	明石市西明石北町 2 丁目 2-1
和坂小学校区コミュニティ・センター	明石市和坂 2 丁目 12-1
沢池小学校区コミュニティ・センター	明石市明南町 3 丁目 3-1
藤江小学校区コミュニティ・センター	明石市藤江 195-1
花園小学校区コミュニティ・センター	明石市西明石南町 1 丁目 1-10
貴崎小学校区コミュニティ・センター	明石市貴崎 5 丁目 5-52
大久保小学校区コミュニティ・センター	明石市大久保町大久保町 430
大久保南小学校区コミュニティ・センター	明石市大久保町ゆりのき通 3-1
高丘東小学校区コミュニティ・センター	明石市大久保町高丘 3 丁目 2
高丘西小学校区コミュニティ・センター	明石市大久保町高丘 7 丁目 23
山手小学校区コミュニティ・センター	明石市大久保町大窪 1600
谷八木小学校区コミュニティ・センター	明石市大久保町谷八木 878
江井島小学校区コミュニティ・センター	明石市大久保町西島 252
魚住小学校区コミュニティ・センター	明石市魚住町清水 570
清水小学校区コミュニティ・センター	明石市魚住町清水 1764-3
錦が丘小学校区コミュニティ・センター	明石市魚住町錦が丘 1 丁目 17-5
錦浦小学校区コミュニティ・センター	明石市魚住町西岡 1349
二見小学校区コミュニティ・センター	明石市二見町東二見 457-1
二見北小学校区コミュニティ・センター	明石市二見町福里 274
二見西小学校区コミュニティ・センター	明石市二見町西二見 383-34

【中学校区コミュニティ・センター】

名称	所在地
錦城コミュニティ・センター	明石市上ノ丸 3 丁目 1-11
朝霧コミュニティ・センター	明石市大蔵谷奥 4-1
大蔵コミュニティ・センター	明石市西朝霧丘 4-7
衣川コミュニティ・センター	明石市田町 2 丁目 1-18
野々池コミュニティ・センター	明石市沢野 1 丁目 3-1
望海コミュニティ・センター	明石市西明石南町 1 丁目 1-33
大久保コミュニティ・センター	明石市大久保町大久保町 244-3
大久保北コミュニティ・センター	明石市大久保町大窪 2030
高丘コミュニティ・センター	明石市大久保町高丘 5 丁目 14
江井島コミュニティ・センター	明石市大久保町西島 680-5
魚住コミュニティ・センター	明石市魚住町清水 364
魚住東コミュニティ・センター	明石市魚住町金ヶ崎 1687-14
二見コミュニティ・センター	明石市二見町西二見 591-2
西部文化会館	明石市二見町西二見 597-2

【福祉施設(運動施設のあるところ)】

名称	所在地
総合福祉センター	明石市貴崎 1 丁目 5-13
総合福祉センター新館	明石市貴崎 1 丁目 5-46
ふれあいプラザあかし西	明石市二見町東二見 1836-1