

## 3 スポーツクラブ・運動部

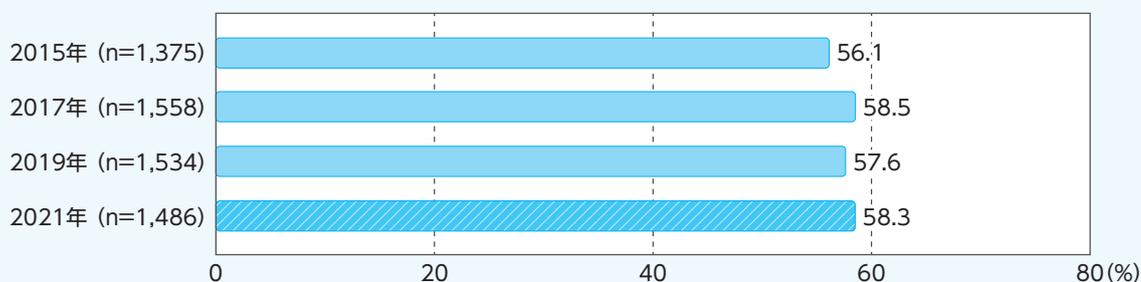
### 3-1 スポーツクラブ・運動部への加入率

学校の運動部やサークル、民間のスポーツクラブ（スイミングクラブや体操クラブなど）、地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など）への加入状況を複数回答でたずね、加入率を算出した。

図3-1に示した4～11歳のスポーツクラブ・運動部へ

の加入率の年次推移をみると、2021年は58.3%であった。前回調査の2019年の57.6%から0.7ポイント増加し、2017年の58.5%と同程度となった。

図3-2の12～21歳では、2021年の加入率は44.6%であり、2019年から3.9ポイントの減少となった。調査

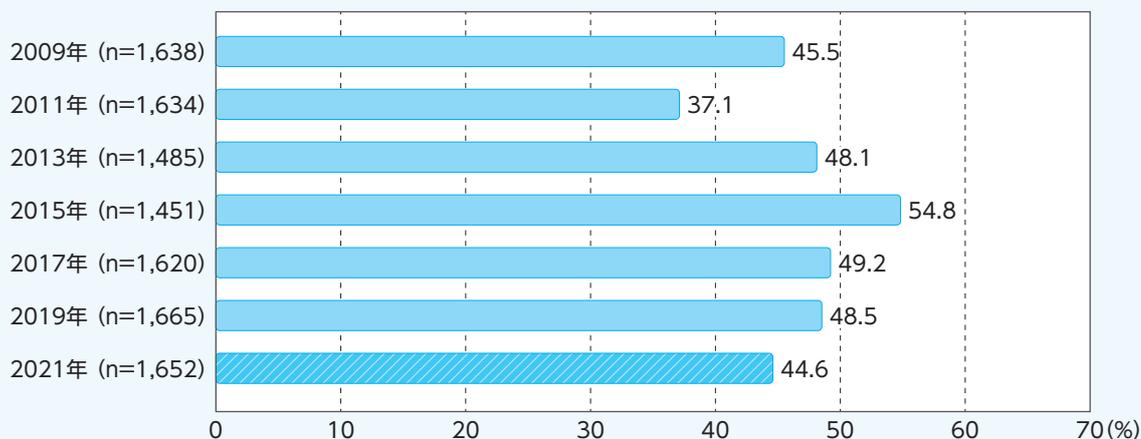


【図3-1】スポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移(4～11歳)

注1) 学校のクラブ活動や運動部活動、民間のスポーツクラブ(スイミングクラブや体操クラブなど)、地域のスポーツクラブ(スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など)を含む

注2) 2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」より10歳・11歳のデータを追加して算出

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2021



【図3-2】スポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移(12～21歳)

注1) 学校の運動部活動やスポーツサークル、民間のスポーツクラブ(スイミングクラブや体操クラブなど)、地域のスポーツクラブ(スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など)を含む

注2) 2009年～2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の12～19歳を分析対象とした

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2021

を開始した2001年以降、4～5割の間での推移が続いている。なお、2013年調査までは、今回の調査で用いた設問方式とは異なり、クラブの加入状況を「入っている」「前に入っていたが、今は入っていない」「これまでに入ったことはない」の3つの選択肢で回答を求め、加入率を算出している。また、2011年は他の調査年と比べて加入率が低くなっている点については、東日本大震災

の影響を考慮し、調査を9月から10月にかけて実施したため、夏休み後の運動部の引退などが影響したと思われる。同じ設問方式でたずねている2015年以降に限定してみると、加入率は減少傾向にあり、2021年の加入率44.6%は過去4回の調査の中で最も低い値となった。

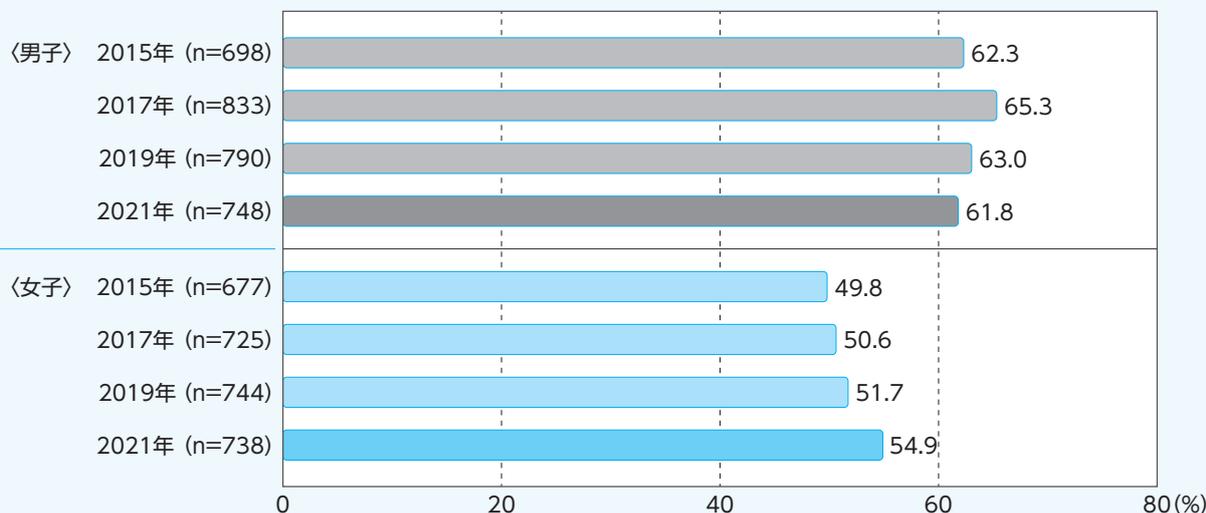
### 3-2 性別にみるスポーツクラブ・運動部への加入率

図3-3、図3-4に性別にみた4～11歳と12～21歳のスポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移を示した。

図3-3に示す4～11歳の加入率は、2021年は男子61.8%、女子54.9%であり、男子が女子を6.9ポイント上回っている。男子では2017年以降加入率は減少傾向にあるが、女子では2015年以降増加の傾向が続く。

図3-4に示す12～21歳の加入率は、2021年は男子

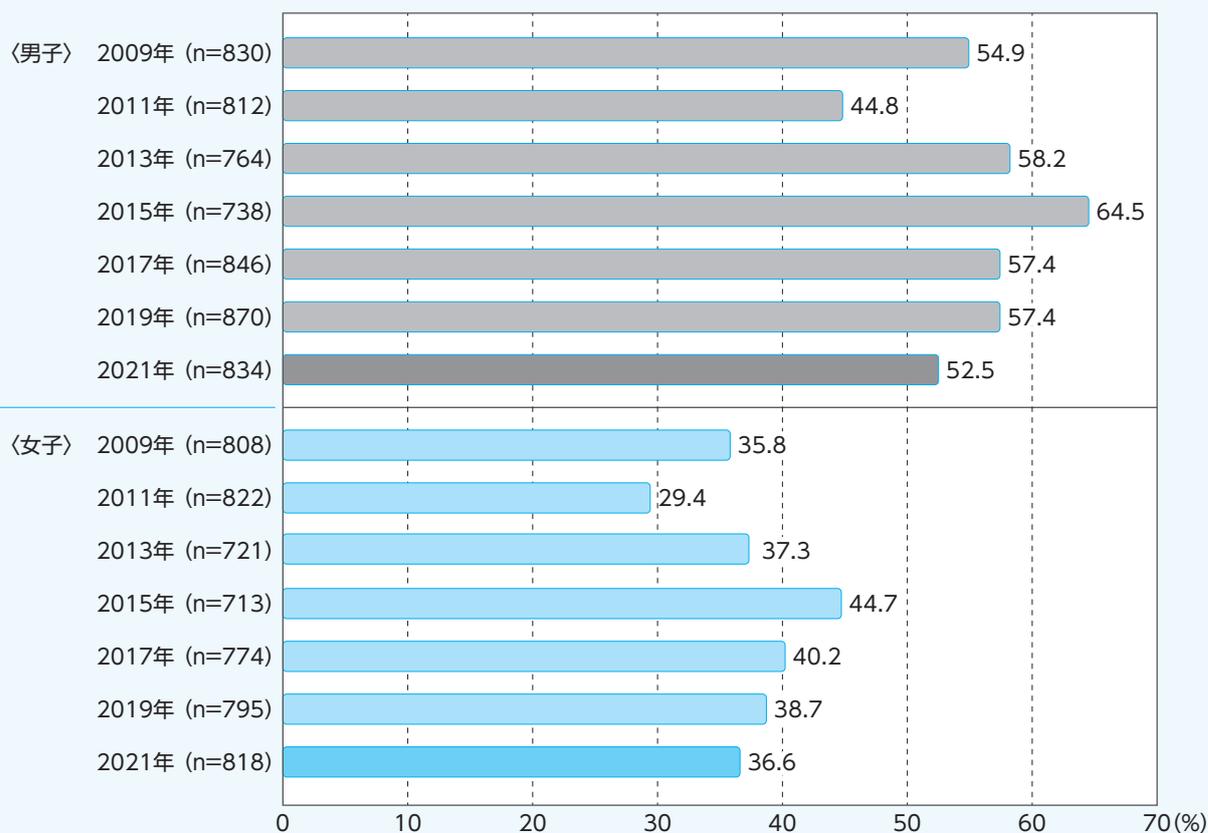
52.5%、女子36.6%であり、男子が女子を15.9ポイント上回る。2019年と比較すると、男子は4.9ポイント、女子は2.1ポイントの減少となった。2009年以降、男子は5～6割、女子は4割程度の加入率であり、また男子の加入率が女子に比べて高い傾向は過去12年間変わらない。



【図3-3】 スポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移(4～11歳:性別)

注1) 学校のクラブ活動や運動部活動、民間のスポーツクラブ(スイミングクラブや体操クラブなど)、地域のスポーツクラブ(スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など)を含む  
注2) 2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」より10歳・11歳のデータを追加して算出

資料: 笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2021



【図3-4】スポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移(12~21歳:性別)

注1) 学校の運動部活動やスポーツサークル、民間のスポーツクラブ(スイミングクラブや体操クラブなど)、地域のスポーツクラブ(スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など)を含む

注2) 2009年~2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の12~19歳を分析対象とした

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2021

## COMMENTS

資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2021、「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2021

- 良質なたんぱく質を食事にとり入れ、バランスのとれた食生活を心がけています。また、規則正しい生活を心がけています。 (15歳男子の母親)
- 中学校や高校での現在の部活のようにひとつのものを頑張って大会などを目指すスタイルでなく、いろいろなスポーツを広く浅く楽しんでできるようなクラブがあると良いと思います。 (14歳男子の母親)
- 技術も大切ですが、どう感じたか、どう思ったかを優先・尊重するように心がけています。 (6歳女子の母親)
- 学校での部活動がなくなりつつあることや、親が一生涯懸命でないとスポーツが続けられないことが不安です。 (7歳男子の母親)

## 3-3

## 性別・就学状況/学校期別にみるスポーツクラブ・運動部への加入率

表3-1に性別・就学状況および学校期別にみたスポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移を示した。なお、未就学児から小学校3・4年のクラブ加入状況に関するデータは2015年調査から収集し始めたため、2009～2013年は小学5・6年から勤労者の加入率のみとなる。

2021年は男子では未就学児から中学校期にかけて加入率は学年進行にともなって増加する。中学校期の加入率が最も高くなり、高校期から勤労者にかけて減少する。女子では小学3・4年の62.7%をピークに小学5・6年から勤労者にかけて減少し、男女で加入率のピークに違いがみられる。未就学児では男女ともに40%台の加入率であるが、中学校期では男子84.4%、女子57.7%

がスポーツクラブ・運動部に加入している。高校期になると、男女ともに加入率は20ポイント程度減少し、大学期、勤労者ではさらに加入率は低くなる。

また、未就学児以外の学校期では男子が女子の加入率を上回る。特に中学校期は26.7ポイント、高校期は21.6ポイント、それぞれ男子が女子よりも高く、男女差が顕著にあらわれる。

2015年からの推移をみると、加入率は男子では中学校期がピークである傾向は続いている。一方、女子では2015年から2017年にかけて中学校期がピークであったが、2019年から小学3・4年がピークとなり、中学校期の加入率は減少の傾向を示している。

【表3-1】 スポーツクラブ・運動部への加入率の年次推移(性別×就学状況および学校期別)

性別	学校期	2009年		2011年		2013年		2015年		2017年		2019年		2021年	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
男子	未就学児	—	—	—	—	—	—	151	33.1	160	41.3	170	38.8	159	42.1
	小学1・2年	—	—	—	—	—	—	202	61.9	174	60.3	163	58.3	175	60.0
	小学3・4年	—	—	—	—	—	—	218	72.5	218	72.9	217	71.9	162	70.4
	小学5・6年	195	79.5	192	64.1	216	72.2	157	81.5	270	77.4	235	76.6	249	70.3
	中学校期	322	73.9	292	57.2	305	77.0	281	82.9	298	81.2	308	82.1	250	84.4
	高校期	309	46.9	315	41.6	273	54.9	274	60.2	239	64.9	262	60.3	264	60.2
	大学期	99	43.4	117	30.8	86	37.2	93	43.0	176	39.8	172	41.9	187	27.8
	勤労者	51	17.6	45	17.8	50	10.0	40	22.5	116	15.5	105	13.3	112	12.5
女子	未就学児	—	—	—	—	—	—	136	32.4	139	38.8	163	33.7	148	43.9
	小学1・2年	—	—	—	—	—	—	176	47.7	148	44.6	164	48.2	167	47.3
	小学3・4年	—	—	—	—	—	—	230	55.2	194	55.7	189	61.9	193	62.7
	小学5・6年	215	55.3	180	46.1	171	48.0	154	62.3	242	56.6	226	58.8	228	61.0
	中学校期	303	48.8	299	37.8	271	46.5	233	64.4	239	63.6	257	58.8	253	57.7
	高校期	291	25.8	320	25.6	276	37.3	259	41.7	237	40.1	247	40.9	254	38.6
	大学期	124	33.1	118	25.4	112	23.2	134	29.1	184	29.9	190	24.7	209	23.9
	勤労者	39	7.7	38	10.5	34	2.9	49	12.2	90	8.9	87	8.0	82	6.1

注1) 学校のクラブ活動や運動部活動、スポーツサークル、民間のスポーツクラブ(スイミングクラブや体操クラブなど)、地域のスポーツクラブ(スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など)を含む

注2) 大学期・勤労者:2009年～2015年は「10代のスポーツライフに関する調査」の19歳までを分析対象とした

資料: 笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2021、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2021

### 3-4

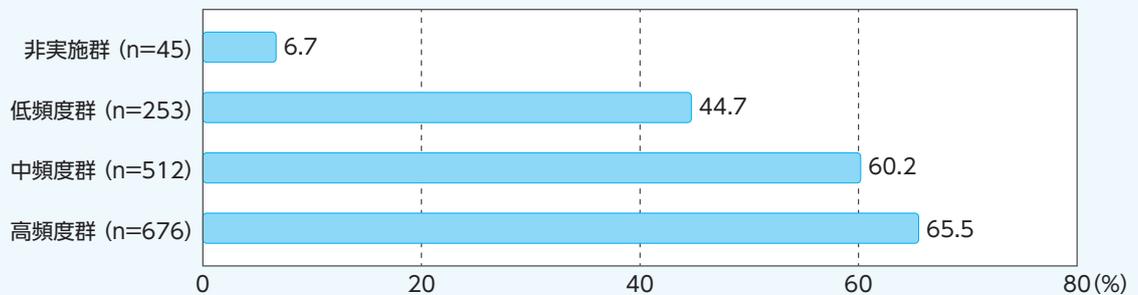
## 運動・スポーツ実施状況別にみるスポーツクラブ・運動部への加入率

図3-5、図3-6に運動・スポーツ実施状況別にみた4～11歳と12～21歳のスポーツクラブ・運動部への加入率を示した。

図3-5に示す4～11歳の加入率は、非実施群6.7%、低頻度群44.7%、中頻度群60.2%、高頻度群65.5%であり、運動・スポーツをよく行っている者ほどクラブへの加入率は高い。

図3-6の12～21歳では「レベル0」0.6%、「レベル1」14.3%、「レベル2」43.3%、「レベル3」60.7%、「レ

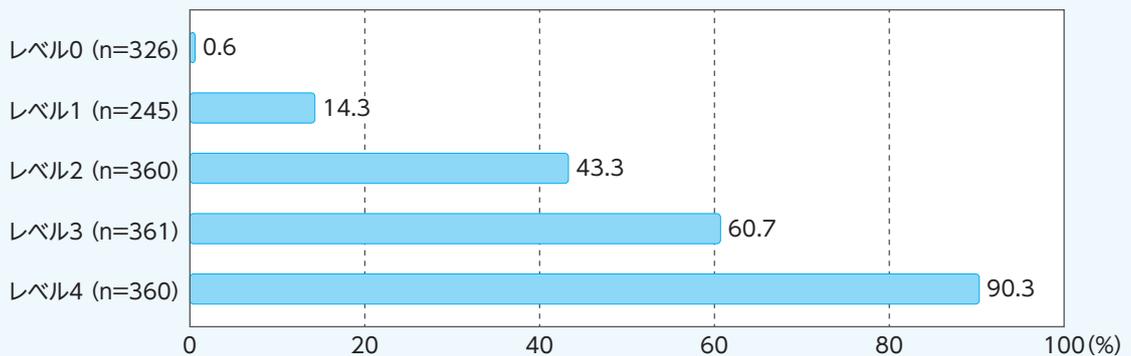
ベル4」90.3%であり、レベルが上がるにつれて加入率は高くなる。週5回以上の運動・スポーツ実施者となる「レベル3」では加入率が60.7%、週5回以上・1回120分以上・運動強度が「ややきつい」以上の3つの条件を満たす高水準のスポーツ実施者である「レベル4」では、加入率が90.3%にのぼり、中学生から大学生年代の青少年にとってスポーツクラブや運動部は主な運動・スポーツの場となっている。



【図3-5】スポーツクラブ・運動部への加入率(4～11歳:頻度群別)

注) 学校のクラブ活動や運動部活動、民間のスポーツクラブ(スイミングクラブや体操クラブなど)、地域のスポーツクラブ(スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など)を含む

資料: 笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2021



【図3-6】スポーツクラブ・運動部への加入率(12～21歳:レベル別)

注) 学校の運動部活動やスポーツサークル、民間のスポーツクラブ(スイミングクラブや体操クラブなど)、地域のスポーツクラブ(スポーツ少年団や地域のスポーツ教室など)を含む

資料: 笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2021

### 3-5 4～11歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類

表3-2に4～11歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類を性別・就学状況別に示した。全体では「民間のスポーツクラブ（スイミングクラブや体操クラブなど）」（以下、民間のスポーツクラブ）が36.0%と最も高く、次いで「地域のスポーツクラブ（スポーツ少年団や地域のスポーツ教室、道場など）」（以下、地域のスポーツクラブ）18.8%、「学校のクラブ活動・運動部活動」（以下、学校のクラブ・運動部）は14.4%であった。

性別にみると、男女ともに「民間のスポーツクラブ」が男子37.4%、女子34.6%で最も高く、次いで男子は

「地域のスポーツクラブ」24.5%、女子は「学校のクラブ・運動部」13.3%であった。

就学状況別にみると「民間のスポーツクラブ」は、小学3・4年が43.7%と最も高く、次いで小学1・2年40.6%、未就学児34.5%、小学5・6年28.1%であった。

未就学児や小学校低学年では民間のスポーツクラブが主な加入先となるが、小学5・6年では「学校のクラブ・運動部」と「地域のスポーツクラブ」が増加し、「民間のスポーツクラブ」とほぼ同率で並ぶ。

【表3-2】 4～11歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類（全体・性別・就学状況別：複数回答）

(%)

スポーツクラブ・運動部	全体 (n=1,486)	男子 (n=748)	女子 (n=738)	未就学児 (n=307)	小学1・2年 (n=342)	小学3・4年 (n=355)	小学5・6年 (n=477)
学校のクラブ活動・運動部活動	14.4	15.5	13.3	4.9	2.6	14.6	28.9
民間のスポーツクラブ (スイミングクラブや体操クラブなど)	36.0	37.4	34.6	34.5	40.6	43.7	28.1
地域のスポーツクラブ (スポーツ少年団や地域のスポーツ教室、道場など)	18.8	24.5	13.1	4.9	16.7	22.5	26.8
その他	1.4	0.9	1.9	2.9	1.2	0.6	1.0
運動部・クラブなどに入っていない	41.7	38.2	45.1	57.0	46.2	33.8	34.2

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2021

## COMMENTS

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2021、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2021

- コロナ感染の心配により、外で運動する機会がかなり減りました。収束したら、もっと戸外でスポーツに楽しみを感じられたら良いと思います。運動部にも参加させたいと思っています。  
(9歳男子の祖母)
- 学校のスポーツクラブに参加させたいが、多くの場合保護者の負担が大きく、気軽に参加できない。ドイツのようにもっとスポーツを身近に、気軽に生活の一部として取り込める環境ができないだろうか。もちろん本気でスポーツに取り組むことで得られるものは多いと思うので否定はしないが、それを選択しなくてもスポーツを楽しむことはできるし、どんな人でもスポーツに参加できるような環境作りは必要だし、スポーツのとらえ方自体（勝負にこだわりすぎないか）を変えていくには、学校教育の役割、地域行政の関わり方も変わる必要もあるかもしれない。  
(9歳男子の父親)
- 家族一丸となって子どものスポーツに向き合っています。姉2人がバスケットボールをしていて部活動・少年団・クラブチームに所属しており、末っ子もそれをみて成長したので自分もそのつもりでいます。毎日の送迎は大変ですが、皆で楽しんでいます。  
(5歳男子の母親)
- スポーツをさせるのは大賛成ですが、送迎など親の負担も大きい。  
(11歳男子の母親)

### 3-6

### 12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類

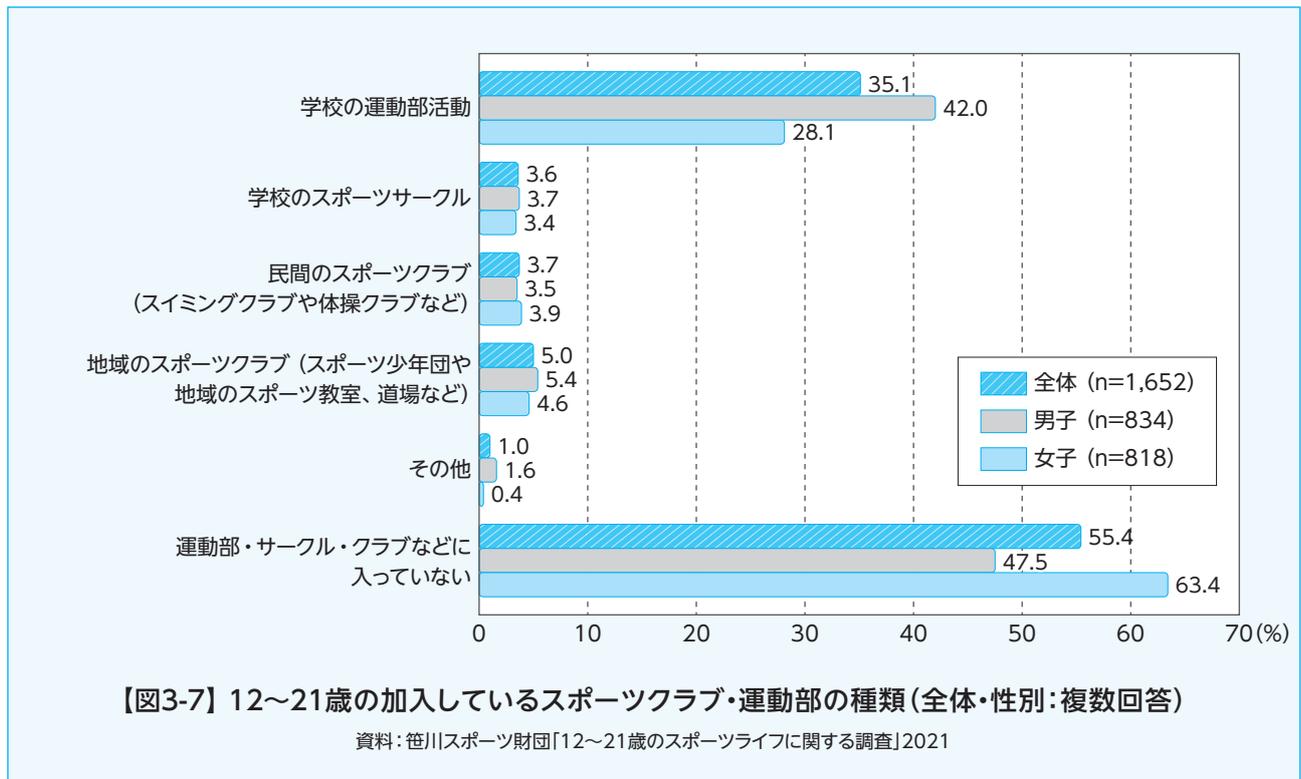
図3-7に12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類を性別に示した。全体では「学校の運動部活動」が35.1%と最も高く、次いで「地域のスポーツクラブ」5.0%、「民間のスポーツクラブ」3.7%、「学校のスポーツサークル」3.6%であった。

性別にみると「学校の運動部活動」は男子42.0%、女子28.1%であり、男子が女子を13.9ポイント上回る。

表3-3に示す性別・学校期別にみると、中学校期・

高校期では「学校の運動部活動」が男女ともに最も高い。中学校期では男子74.0%、女子49.8%、高校期では男子53.8%、女子33.5%であり、地域や民間のスポーツクラブへの加入率は低い。大学期では、男女ともに「学校の運動部活動」「学校のスポーツサークル」が高く、男女ともにそれぞれ1割を占める。

中学校期から大学期にかけてはスポーツクラブ活動の中心は学校となる。



【図3-7】 12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類 (全体・性別:複数回答)

資料: 笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2021

【表3-3】 12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類 (性別×学校期別:複数回答)

スポーツクラブ・運動部	男子				女子			
	中学校期 (n=250)	高校期 (n=264)	大学期 (n=187)	勤労者 (n=112)	中学校期 (n=253)	高校期 (n=254)	大学期 (n=209)	勤労者 (n=82)
学校の運動部活動	74.0	53.8	11.8	0.0	49.8	33.5	9.1	0.0
学校のスポーツサークル	0.4	3.4	11.2	0.0	0.8	1.6	10.5	0.0
民間のスポーツクラブ (スイミングクラブや体操クラブなど)	5.2	2.7	2.7	2.7	8.3	2.4	1.9	1.2
地域のスポーツクラブ (スポーツ少年団や地域のスポーツ教室、道場など)	12.0	1.9	2.7	4.5	8.3	2.8	2.9	4.9
その他	2.0	0.4	0.5	5.4	0.4	0.4	0.5	0.0
運動部・サークル・クラブなどに入っていない	15.6	39.8	72.2	87.5	42.3	61.4	76.1	93.9

資料: 笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2021

### 3-7 12～21歳の性別・レベル別にみる加入しているスポーツクラブ・運動部の種類

表3-4に12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類を性別・運動・スポーツ実施レベル別に示した。

「学校の運動部活動」は「レベル1」は男子5.4%、女子4.5%、「レベル2」は男子31.0%、女子26.1%、「レベル3」は男子56.4%、女子40.1%、「レベル4」は男子78.5%、女子85.4%と男女ともにレベルが上がるにつれ加入率も高くなる。「学校の運動部活動」の割合は「レベル1」から「レベル3」では男子が女子を上回っている

が、「レベル4」では女子が男子を上回る。一方「地域のスポーツクラブ」の割合は、「レベル1」から「レベル3」では女子が男子を上回るが、「レベル4」では男子が女子を上回っている。

「学校のスポーツサークル」「民間のスポーツクラブ」「地域のスポーツクラブ」の加入率はレベル2以上では「学校の運動部活動」よりも低く、青少年の運動・スポーツ実施は学校の運動部活動が中心となっている様子が読み取れる。

【表3-4】12～21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の種類(性別×レベル別:複数回答) (%)

スポーツクラブ・運動部	男子				女子			
	レベル1 (n=112)	レベル2 (n=184)	レベル3 (n=179)	レベル4 (n=237)	レベル1 (n=133)	レベル2 (n=176)	レベル3 (n=182)	レベル4 (n=123)
学校の運動部活動	5.4	31.0	56.4	78.5	4.5	26.1	40.1	85.4
学校のスポーツサークル	5.4	6.0	3.9	2.5	6.0	5.1	4.4	1.6
民間のスポーツクラブ (スイミングクラブや体操クラブなど)	1.8	4.3	5.0	4.2	0.8	3.4	7.7	8.9
地域のスポーツクラブ (スポーツ少年団や地域のスポーツ教室、道場など)	0.0	6.0	5.6	10.1	4.5	6.3	6.6	7.3
その他	0.0	3.3	1.1	2.1	0.0	0.0	1.1	0.8
運動部・サークル・クラブなどに入っていない	87.5	52.2	30.7	11.0	84.2	61.4	47.8	7.3

資料: 笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2021

#### COMMENTS

資料: 笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2021、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2021

- 小学5年生から野球を始め、人間関係に悩んだ時期もありましたが、大好きな野球を続けたい一心で中学校3年間部活動に励みました。その後は仕事をしながら、社会人の草野球チームに入ることを選んだため、本人の希望通りその道に進ませました。仕事を始めて2年過ぎましたが、一日も休むことなく休日は野球の練習、試合と急がしい日々を送っています。幸せそうなわが子を見ると、野球をさせて本当に良かった、スポーツはすばらしいと思います。私は時間の許す限り必ず息子の試合をみに行っていきます。 (17歳男子の母親)
- 体によい食事、規則正しい生活など親がフォローできることはするように心がけています。 (16歳男子の父親)
- 今はスポーツクラブに入会していろいろなことを指導してもらっています。小学校に上がったなら、サッカーなど種目をひとつにしぼったほうが良いのかと考えているところです。スポーツを通じて嫌なことや壁にぶつかっても逃げない勇気やあきらめない心が育ってくれたらと思っています。 (4歳男子の母親)

### 3-8

### 中学校期・高校期の所属している学校運動部活動の種目

12～21歳の「学校の運動部活動に加入している」と回答した者を対象に、運動部活動の活動状況についてたずねた。表3-5に所属している運動部活動の種目（上位5種目）の年次推移を学校期別（中学校期・高校期）に示した。

2021年をみると、中学校期では「卓球」13.0%が最も高く、次いで「サッカー」12.7%、「バスケットボール」12.3%、「バレーボール」11.7%、「ソフトテニス（軟式）」11.0%であった。年次推移をみると、2017年と2019年では「ソフトテニス（軟式）」は1位であったが2021年では5位となり、「バスケットボール」は2位から3位となった。一方「卓球」は2017年は5位、2019年は5位

圏外であったが、2021年では1位となり、「サッカー」は2017年は3位、2019年は4位であったが、2021年は2位となった。

高校期の2021年をみると、「サッカー」「バドミントン」が同率で最も高く13.2%、次いで「バレーボール」が7.9%、「野球」「陸上競技」が同率で7.5%であった。年次推移をみると「サッカー」は2017年は5位であったが、2019年、2021年は1位であった。「バドミントン」は2017年は1位であったが、2019年は4位となり、2021年では再び1位であった。「陸上競技」は2017年、2019年では上位5種目にはみられなかったが、2021年では4位であった。

【表3-5】 所属している運動部活動の種目の年次推移(学校期別)

中学校期								
2017年 (n=353)			2019年 (n=348)			2021年 (n=308)		
順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)
1	ソフトテニス（軟式）	14.7	1	ソフトテニス（軟式）	14.9	1	卓球	13.0
2	バスケットボール	14.4	2	バスケットボール	13.2	2	サッカー	12.7
3	サッカー	12.7	3	陸上競技	12.4	3	バスケットボール	12.3
4	野球	11.9	4	サッカー	10.6	4	バレーボール	11.7
5	卓球	9.9	5	野球	10.1	5	ソフトテニス（軟式）	11.0
	バレーボール	9.9						

高校期								
2017年 (n=229)			2019年 (n=231)			2021年 (n=227)		
順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)	順位	実施種目	実施率 (%)
1	バドミントン	11.4	1	サッカー	12.1	1	サッカー	13.2
2	バスケットボール	10.5		バスケットボール	12.1		バドミントン	13.2
3	バレーボール	10.0		野球	12.1	3	バレーボール	7.9
	野球	10.0	4	バドミントン	8.7	4	野球	7.5
5	サッカー	9.6	5	テニス（硬式）	7.8	4	陸上競技	7.5

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2021

### 3-9 学校運動部活動の週あたりの活動日数

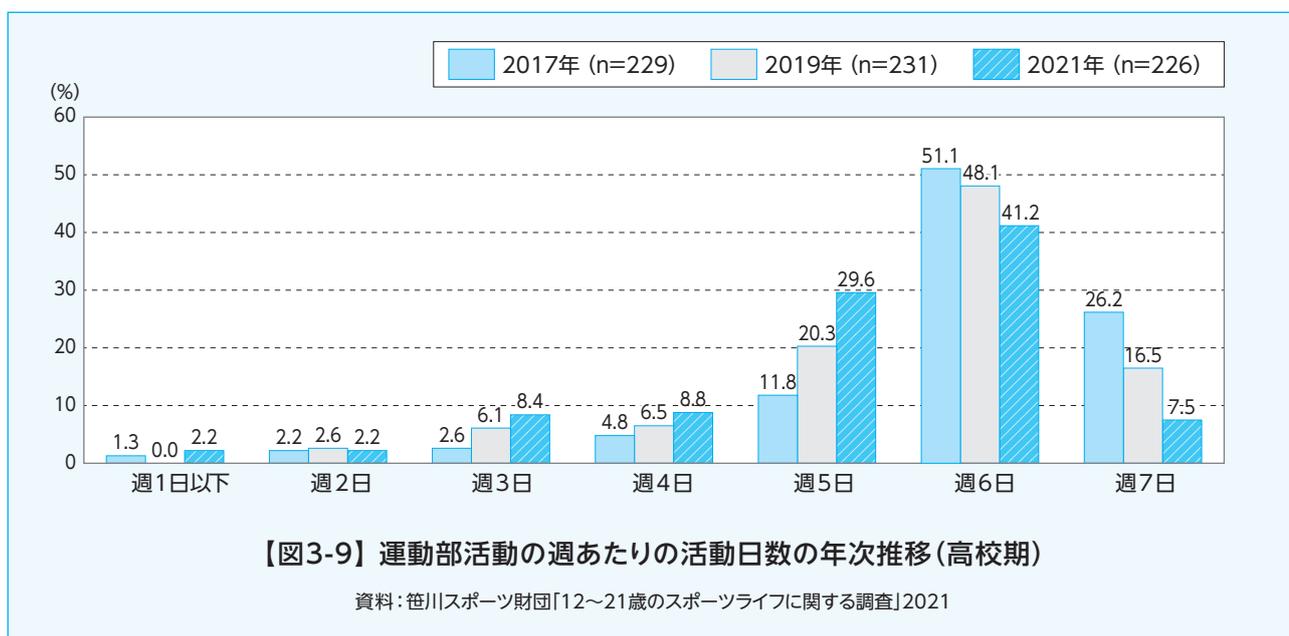
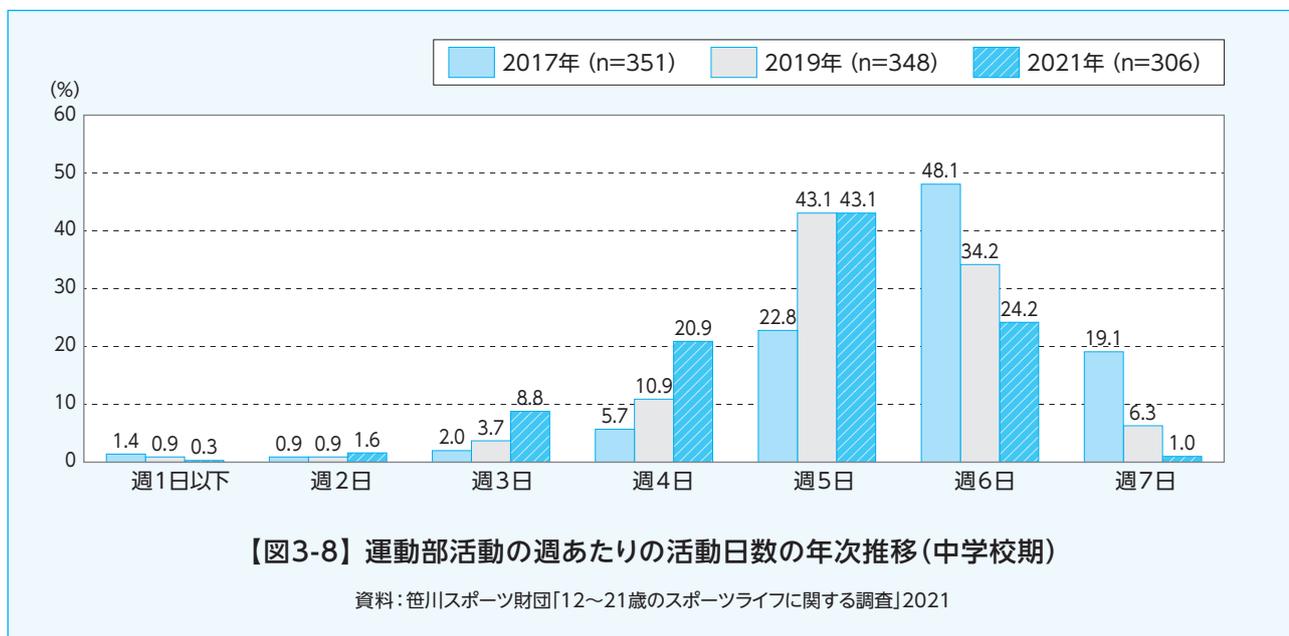
図3-8に中学校期における運動部活動の週あたりの活動日数の年次推移を示した。2021年をみると「週5日」が最も高く43.1%、次いで「週6日」24.2%、「週4日」20.9%、「週3日」8.8%であった。

年次推移をみると「週4日」は2019年の10.9%から10.0ポイント増加し、「週6日」は2019年の34.2%から10.0ポイントの減少、「週7日」は2019年の6.3%から5.3ポイントの減少がみられた。中学生の運動部活動の活動日数は2017年から減少傾向が続く。

図3-9に示す高校生の活動日数をみると、2021年で

「週6日」41.2%が最も高く、次いで「週5日」29.6%、「週4日」8.8%、「週3日」8.4%であった。

年次推移をみると「週6日」をピークとする活動状況は2017年および2019年と同様であったが、「週6日」と「週7日」の割合はともに減少傾向を示し、「週3日」から「週5日」は増加傾向を示している。特に「週5日」は2017年から2019年にかけては8.5ポイント2019年から2021年にかけては9.3ポイントそれぞれ増加している。高校生の活動日数は中学生と同様に減少傾向にある。



### 3-10

## 中学校期における運動部活動の1日あたりの活動時間

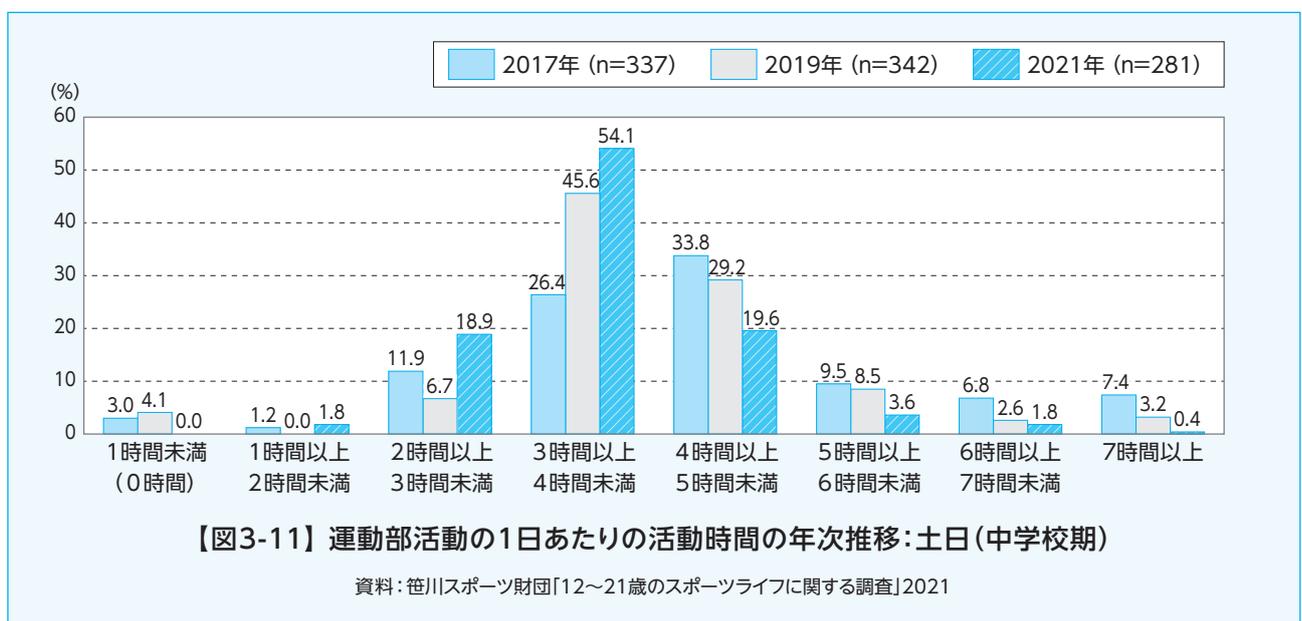
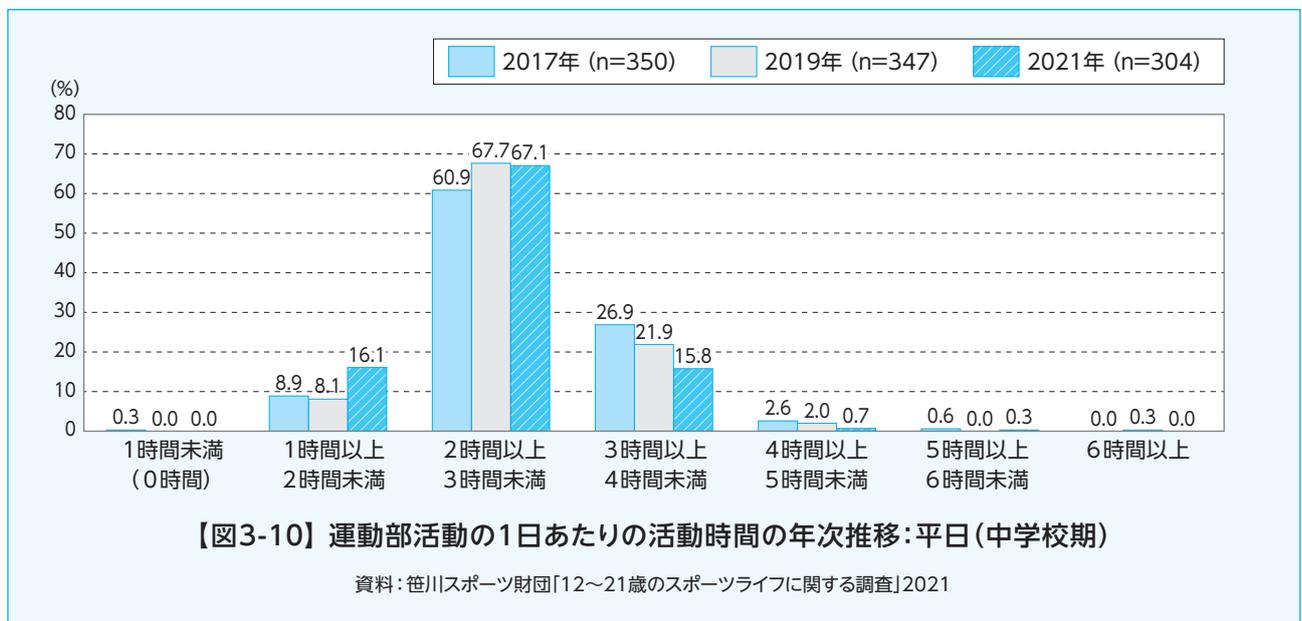
図3-10、図3-11に中学校期における運動部活動の1日あたりの活動時間(平日・土日)の年次推移を示した。

図3-10に示す平日の活動時間は、2021年は「2時間以上3時間未満」が67.1%と最も高く、次いで「1時間以上2時間未満」16.1%、「3時間以上4時間未満」15.8%であった。年次推移をみると「1時間以上2時間未満」は2019年の8.1%から8.0ポイントの増加がみられた。「3時間以上4時間未満」は2017年から減少傾向を示しており、2017年から2019年にかけては5.0ポイントの減少、2019年から2021年にかけては6.1ポイ

ントの減少がみられた。

図3-11に示す土日では、2021年は「3時間以上4時間未満」54.1%が最も高く、次いで「4時間以上5時間未満」19.6%、「2時間以上3時間未満」18.9%であった。

年次推移をみると、4時間以上活動している中学生は減少傾向にある。一方「2時間以上3時間未満」は2019年6.7%から12.2ポイント、「3時間以上4時間未満」は2019年の45.6%から8.5ポイント、それぞれ増加した。平日同様、土日の活動時間も減少している。



### 3-11 高校期における運動部活動の1日あたりの活動時間

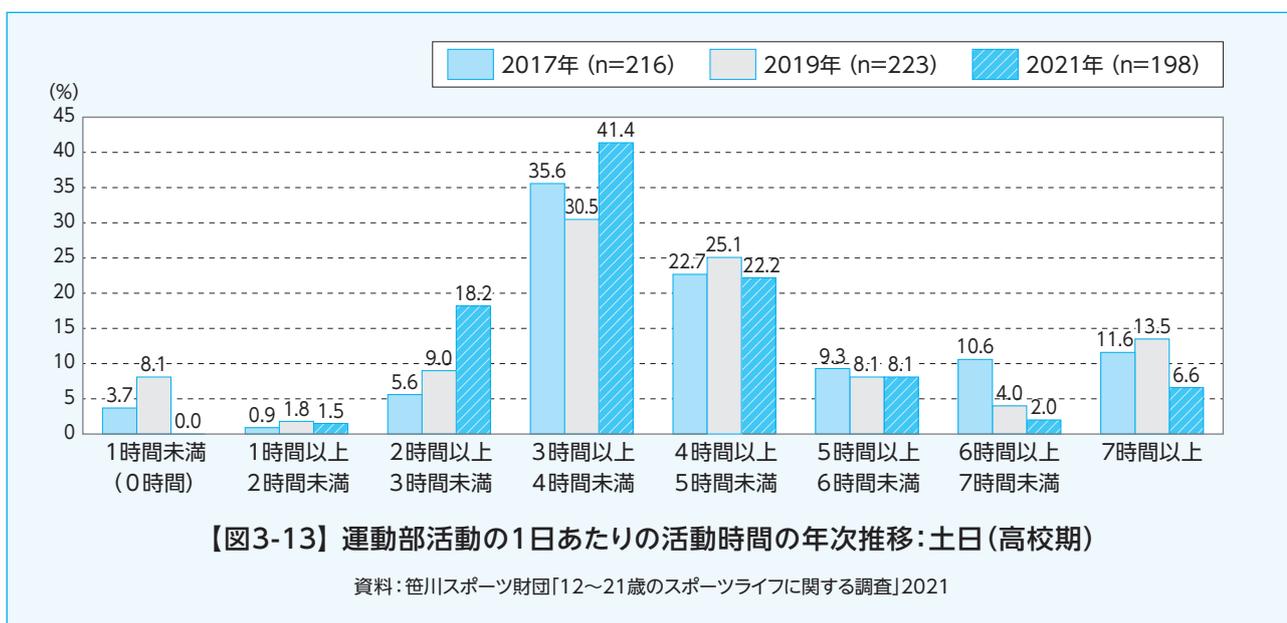
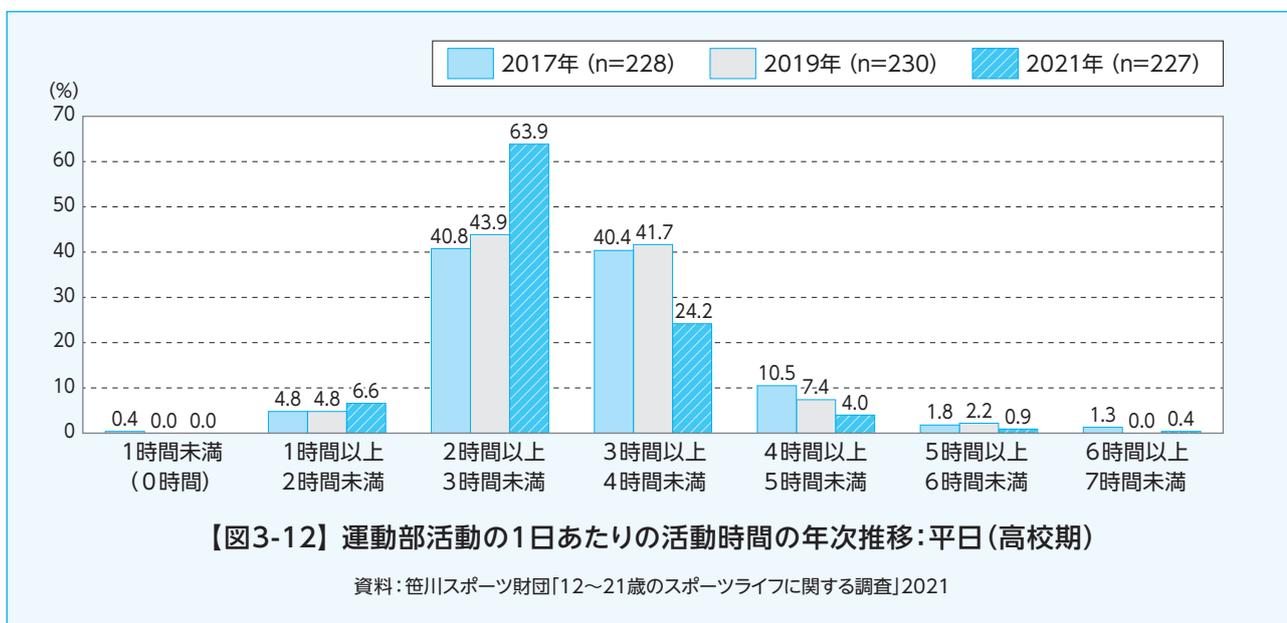
図3-12、図3-13に高校期における運動部活動の1日あたりの活動時間（平日・土日）の年次推移を示した。

図3-12に示す平日の活動時間は、2021年は「2時間以上3時間未満」が63.9%と最も高く、次いで「3時間以上4時間未満」24.2%であった。2019年と比較すると「2時間以上3時間未満」は2019年の43.9%から20.0ポイント増加した。「3時間以上4時間未満」は2019年の41.7%から17.5ポイント、「4時間以上5時間未満」は2019年の7.4%から3.4ポイントそれぞれ減少した。

図3-13に示す土日では、2021年は「3時間以上4時間未満」が41.4%と最も高く、次いで「4時間以上5時間未満」22.2%、「2時間以上3時間未満」18.2%であった。2019年と比較すると「2時間以上3時間未満」9.2ポイント、「3時間以上4時間未満」が10.9ポイントそれぞれ増加し、「7時間以上」は6.9ポイント減少している。

長時間の運動部活動は中学校期に比べて高校期に多くみられる状況は2017年から変わらないが、活動時間は減少傾向にある。土日に6時間以上の活動を行っている高校生は、2019年では17.5%であったが、2021年では8.6%と8.9ポイント減少した。

長時間の運動部活動は中学校期に比べて高校期に多くみられる状況は2017年から変わらないが、活動時間は減少傾向にある。土日に6時間以上の活動を行っている高校生は、2019年では17.5%であったが、2021年では8.6%と8.9ポイント減少した。



### 3-12

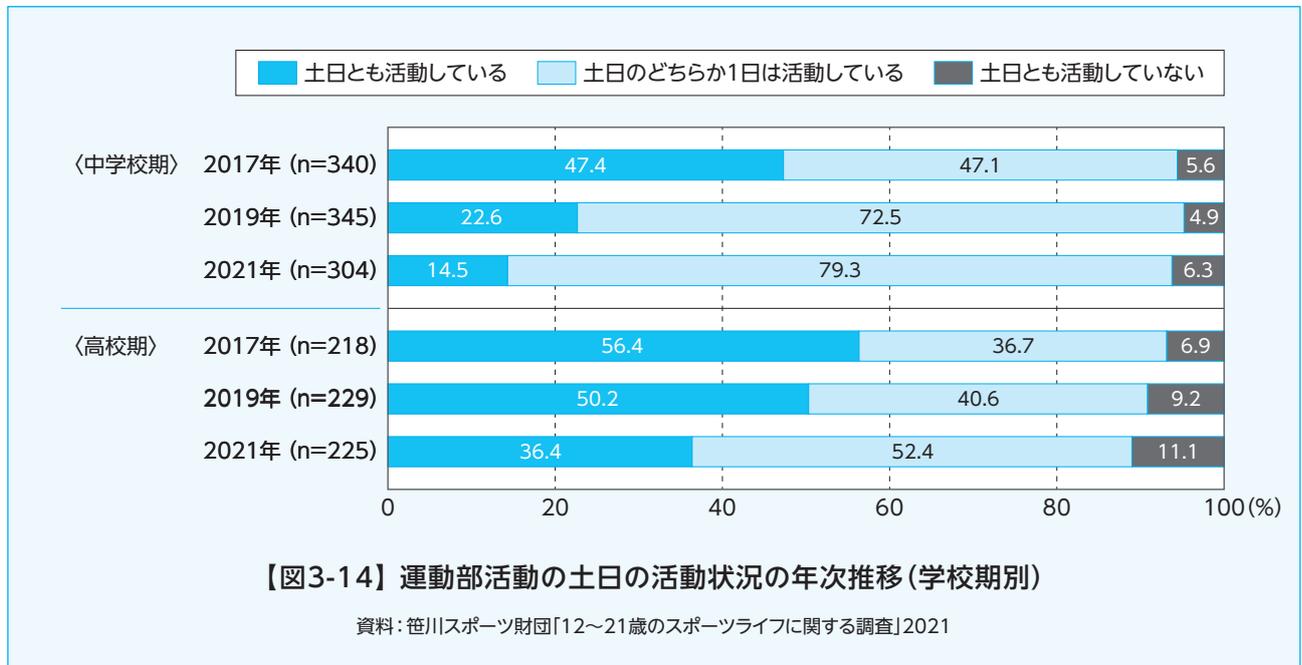
### 運動部活動の土日の活動状況

図3-14に運動部活動の土日の活動状況の年次推移を学校期別に示した。2021年をみると、中学校期では「土日とも活動している」が14.5%、「土日のどちらか1日は活動している」が79.3%、「土日とも活動していない」が6.3%であった。2017年は「土日とも活動している」が半数近くを占めていたが、4年間で30ポイント以上減少し、「土日のどちらか1日は活動している」は30ポイント以上増加した。

高校期では、2021年は「土日とも活動している」が36.4%、「土日のどちらか1日は活動している」が52.4%、「土日とも活動していない」が11.1%であった。「土日と

も活動している」は2017年から減少傾向が続き、「土日のどちらか1日は活動している」と「土日とも活動していない」は増加傾向が続いている。

スポーツ庁は2018年に「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」を策定し、学期中は週あたり2日以上の休養日を設ける（平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日は少なくとも1日以上を休養日とする）としている。2019年調査に引き続き、活動日数の短縮化が進み、特に中学校においてガイドラインに沿った活動を行う学校が増えている状況が確認できる。



### COMMENTS

資料: 笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2021、「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2021

- スイミングに通っていますが、楽しく通うことを一番考えています。クロールを練習し始めてうまくいかず困っていた時は、どういうところが難しく感じているのか、どういう気持ちで練習しているかなど、改善に向かう方法を一緒に考え取り組む姿勢で接しました。親自身も水泳に挑戦してみて、水泳の話をしたり、一緒に泳いで子どもに教えてもらったり、水泳の本と一緒に読んだりいろいろやっています。今ではクロールも背泳ぎも合格し、平泳ぎを練習しています。(9歳女子の母親)
- 学校のクラブ活動を通じて礼儀やあいさつ友人への心づかいを学んでもらいたい。(13歳女子の母親)
- 部活動での親の協力がある時などは参加するようにしています。また、生活リズムがくずれないように声かけ見守りをしています。(14歳男子の母親)

### 3-13 加入しているスポーツクラブ・運動部の指導者に対する印象

表3-6に12~21歳の加入しているスポーツクラブ・運動部の指導者に対する印象を性別・学校期別に示した。全体では「熱意がある」が45.4%と最も高く、次いで「親しみやすい」45.3%、「信頼できる」39.6%、「楽しい・面白い」39.1%、「専門的な知識が豊富」37.8%であった。

性別にみると、男子は「熱意がある」が48.6%と最も高く、「親しみやすい」47.9%、「信頼できる」42.8%と続き、全体と同じ順位であった。女子は「親しみやすい」41.4%が最も高く「熱意がある」40.8%、「楽しい・

面白い」39.0%と続き、上位にあがる項目に性別による違いがみられる。全体の上位3項目である「熱意がある」「親しみやすい」「信頼できる」はいずれも女子より男子のほうが5ポイント以上高い。

学校期別にみると中学校期では「熱意がある」54.5%が最も高く、次いで「信頼できる」47.2%、「楽しい・面白い」「指導がうまい・わかりやすい」が同率で46.9%であった。高校期では「親しみやすい」が46.4%と最も高く、次いで「熱意がある」44.0%、「信頼できる」36.9%、「専門的な知識が豊富」36.1%であった。大学

【表3-6】 加入しているスポーツクラブ・運動部の指導者に対する印象  
(12~21歳:全体・性別・学校期別:複数回答)

指導者に対する印象	全体 (n=722)	男子 (n=430)	女子 (n=292)	中学校期 (n=354)	高校期 (n=252)	大学期 (n=95)	勤労者 (n=19)
熱意がある	45.4	48.6	40.8	54.5	44.0	21.1	21.1
親しみやすい	45.3	47.9	41.4	46.6	46.4	33.7	63.2
信頼できる	39.6	42.8	34.9	47.2	36.9	24.2	15.8
楽しい・面白い	39.1	39.1	39.0	46.9	32.5	28.4	31.6
専門的な知識が豊富	37.8	37.4	38.4	45.2	36.1	21.1	10.5
指導がうまい・わかりやすい	35.0	34.7	35.6	46.9	27.8	15.8	5.3
叱るときには叱ってくれる	31.0	32.3	29.1	45.5	21.4	8.4	5.3
生徒・選手への理解がある	29.9	31.2	28.1	34.2	30.2	18.9	5.3
話を聞いてくれる	26.9	27.7	25.7	34.2	26.6	4.2	10.5
誰にでも平等に接する	26.3	27.9	24.0	31.6	24.2	16.8	5.3
気持ちを盛り上げてくれる	25.9	27.0	24.3	32.5	21.4	13.7	26.3
指導内容に矛盾がない	16.2	16.3	16.1	22.9	11.5	6.3	5.3
感情的に怒る	7.3	8.6	5.5	8.5	7.9	2.1	0.0
決めつけるような言い方をする	6.2	6.7	5.5	6.8	8.3	0.0	0.0
ひいきや不平等な扱いをする	5.3	4.0	7.2	5.9	5.6	3.2	0.0
指導内容がたびたび変わる	4.7	4.4	5.1	5.1	5.6	2.1	0.0
高圧的・威圧的な態度をとる	4.0	4.2	3.8	4.5	4.4	2.1	0.0
生徒・選手から認められていない	3.3	2.8	4.1	3.4	4.4	1.1	0.0
生徒・選手のことを考えない	2.2	1.9	2.7	2.0	3.6	0.0	0.0
やる気がない	1.8	1.4	2.4	1.1	3.2	1.1	0.0
暗い・冷たい性格	1.1	0.7	1.7	1.1	0.8	1.1	0.0
会ったことがない・関わりがない	0.6	0.0	1.4	0.0	0.0	4.2	0.0

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2021

期は「親しみやすい」が33.7%と最も高く、次いで「楽しい・面白い」28.4%、「信頼できる」24.2%、「熱意がある」「専門的な知識が豊富」が同率で21.1%であった。勤労者は「親しみやすい」63.2%が最も高く「楽しい・面白い」31.6%、「気持ちを盛り上げてくれる」26.3%、「熱意がある」21.1%の順であり、中学校期と高校期以降では上位にあがる印象に違いがみられる。

表3-7に示すレベル別にみると、レベル1~3では「親しみやすい」がそれぞれ37.5%、51.9%、47.7%で最も高く、「楽しい・面白い」が25.0%、35.1%、43.1%と続く。レベル4では「熱意がある」57.2%が最も高く、「専

門的な知識が豊富」49.7%、「信頼できる」44.7%「指導がうまい・わかりやすい」42.5%と続いた。「レベル1」から「レベル3」と、高水準のスポーツ実施者の「レベル4」では、指導者に対する印象に違いがみられる。また「熱意がある」「信頼できる」「専門的な知識が豊富」「指導がうまい・わかりやすい」など指導者に対してポジティブな印象に加え、「感情的に怒る」「決めつけるような言い方をする」「指導内容がたびたび変わる」などのネガティブな印象も、レベルが上がるにしたがって割合も高くなる。

【表3-7】 加入しているスポーツクラブ・運動部の指導者に対する印象  
(12~21歳:レベル別:複数回答)

指導者に対する印象	レベル1 (n=32)	レベル2 (n=154)	レベル3 (n=216)	レベル4 (n=318)
熱意がある	21.9	30.5	42.6	57.2
親しみやすい	37.5	51.9	47.7	41.5
信頼できる	12.5	32.5	41.7	44.7
楽しい・面白い	25.0	35.1	43.1	39.3
専門的な知識が豊富	12.5	20.8	36.6	49.7
指導がうまい・わかりやすい	9.4	23.4	36.6	42.5
叱るときには叱ってくれる	9.4	14.9	34.7	38.7
生徒・選手への理解がある	6.3	16.9	30.1	38.7
話を聞いてくれる	9.4	20.1	25.0	33.3
誰にでも平等に接する	12.5	18.2	32.4	27.7
気持ちを盛り上げてくれる	6.3	22.7	25.0	30.2
指導内容に矛盾がない	9.4	11.0	16.7	19.2
感情的に怒る	0.0	5.2	7.4	9.1
決めつけるような言い方をする	0.0	3.9	4.2	9.4
ひいきや不平等な扱いをする	3.1	2.6	3.2	8.2
指導内容がたびたび変わる	0.0	1.3	4.2	7.2
高圧的・威圧的な態度をとる	3.1	1.9	4.2	5.0
生徒・選手から認められていない	0.0	1.9	3.2	4.4
生徒・選手のことを考えない	0.0	1.3	1.9	3.1
やる気がない	0.0	3.2	1.4	1.6
暗い・冷たい性格	0.0	1.9	0.9	0.9
会ったことがない・関わりがない	6.3	1.3	0.0	0.0

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2021