

6300097 (12-21)

# 12~21歳のスポーツライフに関する調査2021

(青少年の運動・スポーツ活動に関する全国調査)

お願い

- この調査の回答は「ご協力のおかげ」のハガキをお送りした宛名のご本人様をお願いします。
- 答えは、あてはまる番号に○印をつけるか、[ ]内に数字やスポーツ名などを書いてください。
- 記入は、質問の番号や矢印(→)にそってお願いします。
- 記入は、エンピツまたは、黒か青のボールペンでお願いします。

【記入例 1】 1) 年齢 [ 15 ] 歳

【記入例 2】

1 1年間に	1回あたり
2 1か月に [ 3 ]回	およそ [ 30 ]分
③ 1週間に	

<保護者の皆様へ> お子様調査にご協力いただくことに、ご同意いただきありがとうございます。

※保護者の方にお答えいただく項目(別紙)もございます。

月 日 時ごろに、受取りにうかがいます。それまでに記入くださいますよう、お願いいたします。

アンケート係						
--------	--	--	--	--	--	--

配布日 月 日 受取日 月 日

2021年 6月・7月

<調査企画> 公益財団法人 笹川スポーツ財団(SSF)  
東京都港区赤坂1-2-2

記入する上でわからないことがありましたら、下記までご連絡ください。

<調査実施> ㈱日本リサーチセンター  
東京都墨田区江東橋4-26-5  
TEL 0120-925-660 担当: 今田・江沢

問1 あなたは何歳ですか。[ ]の中に、数字でお書きください。

また、性別、学校などについては、あてはまる番号に○をつけてください。(○はそれぞれ1つずつ) n=1,663

1) 年齢	[ ] 歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳	20歳	21歳
		114	173	162	180	180	182	170	160	139	203
2) 性別	1 男 (50.5)	2 女 (49.5)									
3) 学校	1 中学校 (30.4)	5 大学 (18.8)	8 在学していない (13.6)								
	2 高校 (31.3)	6 進学予備校 (0.4)									
	3 短大・高専 (1.1)	7 その他の学校 (0.3)									
	4 専門学校 (4.0)	[ 具体的に ]									
4) 学年	1 1年生 (31.2)	4 4年生 (4.5)									
	2 2年生 (32.8)	5 5年生 (2.0)									
	3 3年生 (31.3)	6 6年生 (1.0)									

(注: 進学予備校生は何年目という意味でご回答ください)

【全員におたずねします】

問2 あなたは、この1年間に運動・スポーツ・運動あそびをしましたか(学校の部活動・サークルや休みの時間の活動は含めますが、学校の授業や学校行事の運動会・マラソン大会などは含めません)。あてはまる運動・スポーツ・運動あそびすべてに○をつけてください。(○はいくつでも) 一度もしなかった人は「99 この1年間、運動・スポーツ・運動あそびはしなかった」に○をつけてください。n=1,663

<球技やチームスポーツ>	43 剣道	36 (2.2)
1 サッカー	44 柔道	34 (2.0)
2 フットサル	45 相撲	4 (0.2)
3 キックベースボール	<海・マリンスポーツ>	
4 ゴルフ	46 海水浴	50 (3.0)
5 野球	47 カヌー	7 (0.4)
6 ソフトボール	48 サーフィン	6 (0.4)
7 キャッチボール	49 シュノーケリング	10 (0.6)
8 バasketボール	50 スクーバダイビング	1 (0.1)
9 3on3(スリー・オン・スリー・バスケットボール)	51 ボート	9 (0.5)
10 バレーボール	52 ボディボード	2 (0.1)
11 ソフトバレーボール	<野外・アウトドアスポーツ>	
12 ハンドボール	53 キャンプ	54 (3.2)
13 バドミントン	54 釣り	105 (6.3)
14 ラグビー	55 ハイキング	33 (2.0)
15 タグラグビー	56 登山	60 (3.6)
16 ボウリング	57 ウォークラリー	11 (0.7)
17 卓球	58 オリエンテーリング	5 (0.3)
18 ゲートボール	<冬・ウィンタースポーツ>	
19 テニス(硬式)	59 スキー	66 (4.0)
20 ソフトテニス(軟式)	60 スノーボード	72 (4.3)
21 ドッジボール	61 スケート	22 (1.3)
22 フライングディスク(フリスビー)	62 そり	17 (1.0)
<ロープを使うスポーツ>	<車輪のあるスポーツ>	
23 ダブルダッチ(2本の長なわとびの一種)	63 一輪車	21 (1.3)
24 つなひき	64 インラインスケート	11 (0.7)
25 なわとび(長なわとびを含む)	65 ローラースケート	22 (1.3)
<体操・ダンス・トレーニング>	66 スケートボード(スケボー)	69 (4.1)
26 エアロビックダンス	67 キックボード	34 (2.0)
27 体操(軽い体操・ラジオ体操など)	68 サイクリング	144 (8.7)
28 体操競技	<運動あそび>	
29 新体操	69 おにごっこ	266 (16.0)
30 トランポリン	70 かくれんぼ	110 (6.6)
31 バレエ	71 カンけり	46 (2.8)
32 フォークダンス	72 木登り	40 (2.4)
33 ジャズダンス	73 ゴムとび	5 (0.3)
34 ヒップホップダンス	74 自転車あそび	121 (7.3)
35 筋力トレーニング	75 竹馬	23 (1.4)
<走る・歩く・泳ぐ>	76 鉄棒	108 (6.5)
36 ウォーキング	77 フィールドアスレチック	33 (2.0)
37 ジョギング・ランニング	78 ぶらんこ	191 (11.5)
38 陸上競技	<その他>	
39 かけっこ	80 具体的に: ダンス/おどり	10 (0.6)
40 水泳(スイミング)	81 具体的に: ヨガ	8 (0.5)
<武道>	82 具体的に: 散歩	5 (0.3)
41 空手	99 この1年間、運動・スポーツ・運動あそびはしなかった	327 (19.7)
42 弓道		

5ページの問6へ進んでください

【この1年間に運動・スポーツ・運動あそびをしていた人におたずねします】

問3 あなたが、この1年間にこなした運動・スポーツ・運動あそびを、回数の多いものから順に5つまで書き、それぞれ「ア」～「キ」に答えてください。(学校の部活動・サークルや休みの時間の活動は含めますが、学校の授業や学校行事の運動会・マラソン大会などは含めません)

運動・スポーツ・運動あそび名	ア. その運動・スポーツをした回数はどれくらいですか。(年、月、週のどれかの番号に○をかきつけてください)	イ. その運動・スポーツをした時間は1回何分くらいですか。(数字を書いてください。1時間30分の場合は120分と書いてください)	ウ. その運動・スポーツをした時の「きつさ」はだいたいどれくらいですか。(○は1つ)	エ. その運動・スポーツは、主にいつしていますか。(○はいくつでも)
サッカー n=1,336	① 1年間に ② 1カ月に ③ 1週間に [ 2 ] 回	1回あたり およそ [ 20 ] 分	1 かなり楽である 2 楽である ③ ややきつい 4 きつい 5 かなりきつい	1 朝(登校や出勤前) 2 昼間 ③ 夕方(放課後や退勤後) 4 夜
1番目によくやった運動・スポーツ・運動あそび名 ジョギング・ランニング 310(23.2)	① 1年間に ② 1カ月に ③ 1週間に [ 96.2 ] 回	1回あたり およそ [ 36.3 ] 分	1 かなり楽である 8(2.6) 2 楽である 47(15.2) 3 ややきつい 141(45.5) 4 きつい 74(23.9) 5 かなりきつい 39(12.6) 無回答 1(0.3)	1 朝(登校や出勤前) 50(16.1) 2 昼間 43(13.9) 3 夕方(放課後や退勤後) 179(57.7) 4 夜 74(23.9) 無回答 -(-)
2番目によくやった運動・スポーツ・運動あそび名 サッカー 279(20.9)	① 1年間に ② 1カ月に ③ 1週間に [ 124.2 ] 回	1回あたり およそ [ 84.3 ] 分	1 かなり楽である 29(10.4) 2 楽である 80(28.7) 3 ややきつい 110(39.4) 4 きつい 35(12.5) 5 かなりきつい 24(8.6) 無回答 1(0.4)	1 朝(登校や出勤前) 16(5.7) 2 昼間 104(37.3) 3 夕方(放課後や退勤後) 176(63.1) 4 夜 23(8.2) 無回答 2(0.7)
3番目によくやった運動・スポーツ・運動あそび名 バドミントン 263(19.7)	① 1年間に ② 1カ月に ③ 1週間に [ 75.0 ] 回	1回あたり およそ [ 69.9 ] 分	1 かなり楽である 44(16.7) 2 楽である 90(34.2) 3 ややきつい 82(31.2) 4 きつい 34(12.9) 5 かなりきつい 12(4.6) 無回答 1(0.4)	1 朝(登校や出勤前) 7(2.7) 2 昼間 108(41.1) 3 夕方(放課後や退勤後) 162(61.6) 4 夜 16(6.1) 無回答 2(0.8)
4番目によくやった運動・スポーツ・運動あそび名 筋力トレーニング 260(19.5)	① 1年間に ② 1カ月に ③ 1週間に [ 155.0 ] 回	1回あたり およそ [ 34.6 ] 分	1 かなり楽である 2(0.8) 2 楽である 12(4.6) 3 ややきつい 111(42.7) 4 きつい 94(36.2) 5 かなりきつい 41(15.8) 無回答 -(-)	1 朝(登校や出勤前) 11(4.2) 2 昼間 25(9.6) 3 夕方(放課後や退勤後) 122(46.9) 4 夜 135(51.9) 無回答 -(-)
5番目によくやった運動・スポーツ・運動あそび名 バスケットボール 219(16.4)	① 1年間に ② 1カ月に ③ 1週間に [ 109.9 ] 回	1回あたり およそ [ 87.3 ] 分	1 かなり楽である 23(10.5) 2 楽である 50(22.8) 3 ややきつい 80(36.5) 4 きつい 47(21.5) 5 かなりきつい 18(8.2) 無回答 1(0.5)	1 朝(登校や出勤前) 15(6.8) 2 昼間 92(42.0) 3 夕方(放課後や退勤後) 115(52.5) 4 夜 35(16.0) 無回答 2(0.9)

オ. その運動・スポーツは主にだれとしていますか。(○は1つ)	カ. その運動・スポーツを主にしている場所はどこですか。	キ. その運動・スポーツをするときにコーチや監督など専門の指導者がいますか。(○は1つ)
1 ひとりで 2 家族と ③ 友だちと → 主に [ 同性・異性・両方 ] 4 クラブやサークルの仲間と 5 その他 [ 具体的に: ]	[ 中学校の校庭 ]	① いる 2 いない
1 ひとりで 159(51.3) 2 家族と 36(11.6) 3 友だちと → 主に [ 同性・異性・両方 ] 53(17.1) 4 クラブやサークルの仲間と 62(20.0) 5 その他 [ 具体的に: -(-) ] 無回答 -(-)	同性 38(71.7) 異性 1(1.9) 両方 11(20.8) 無回答 3(5.7) [ 自宅や友人・知人などの家の周り 87(28.1) 道路 55(17.7) 無回答 -(-) ]	1 いる 45(14.5) 2 いない 265(85.5) 無回答 -(-)
1 ひとりで 1(0.4) 2 家族と 15(5.4) 3 友だちと → 主に [ 同性・異性・両方 ] 156(55.9) 4 クラブやサークルの仲間と 101(36.2) 5 その他 [ 具体的に: 会社・職場の人と 2(0.7) ] 無回答 1(0.4)	同性 117(75.0) 異性 6(3.8) 両方 18(11.5) 無回答 15(9.6) [ 園庭・校庭・学校のグラウンド 120(43.0) 公園 75(26.9) 無回答 3(1.1) ]	1 いる 118(42.3) 2 いない 158(56.6) 無回答 3(1.1)
1 ひとりで 1(0.4) 2 家族と 64(24.3) 3 友だちと → 主に [ 同性・異性・両方 ] 130(49.4) 4 クラブやサークルの仲間と 63(24.0) 5 その他 [ 具体的に: 親戚と 1(0.4) ] 無回答 1(0.4)	同性 85(65.4) 異性 2(1.5) 両方 29(22.3) 無回答 14(10.8) [ 学校の体育館 69(26.2) 体育館 46(17.5) 無回答 1(0.4) ]	1 いる 68(25.9) 2 いない 194(73.8) 無回答 1(0.4)
1 ひとりで 173(66.5) 2 家族と 14(5.4) 3 友だちと → 主に [ 同性・異性・両方 ] 22(8.5) 4 クラブやサークルの仲間と 50(19.2) 5 その他 [ 具体的に: 習いごとの仲間と 1(0.4) ] 無回答 -(-)	同性 16(72.7) 異性 1(4.5) 両方 3(13.6) 無回答 2(9.1) [ 自宅や友人・知人などの家 129(49.6) 自宅や友人・知人などの家の中 34(13.1) 無回答 1(0.4) ]	1 いる 54(20.8) 2 いない 205(78.8) 無回答 1(0.4)
1 ひとりで 9(4.1) 2 家族と 6(2.7) 3 友だちと → 主に [ 同性・異性・両方 ] 128(58.4) 4 クラブやサークルの仲間と 73(33.3) 5 その他 [ 具体的に: 幼稚園・保育園・学校のクラス・学年で 2(0.9) ] 無回答 1(0.5)	同性 80(62.5) 異性 3(2.3) 両方 26(20.3) 無回答 19(14.8) [ 学校の体育館 85(38.8) 体育館 49(22.4) 無回答 1(0.5) ]	1 いる 85(38.8) 2 いない 133(60.7) 無回答 1(0.5)



【この1年間に運動・スポーツ・運動あそびをしていた人におたずねします】

問4 あなたが、この1年間に運動・スポーツ・運動あそびをした理由は何ですか（学校の部活動・サークルや休みの時間の活動は含めますが、学校の授業や学校行事の運動会・マラソン大会などは含めません）。（○はいくつでも） n=1,336

1 楽しいから 964(72.2)	11 やせたいから 266(19.9)
2 好きだから 766(57.3)	12 自分を認めてもらいたいから 71(5.3)
3 うまくなりたいから 523(39.1)	13 進学・就職にいかせそうだから 74(5.5)
4 練習をしたいから 299(22.4)	14 他にすることがないから(ひまだから) 124(9.3)
5 勝ちたいから 366(27.4)	15 友だちに誘われたから 266(19.9)
6 からだを動かしたいから 671(50.2)	16 親にすすめられたから 67(5.0)
7 みんなで集まりたいから 302(22.6)	17 兄弟姉妹がやっているから 63(4.7)
8 新しい友だちと知りあえそうだから 89(6.7)	18 先生にすすめられたから 16(1.2)
9 自分の得意なことをやりたいから 240(18.0)	19 その他(具体的に: 授業や部活、クラブ、習い事としてやらなければならないもの) 15(1.1)
10 ストレス解消(気ばらし、リフレッシュ)をしたいから 472(35.3)	無回答 3(0.2)

問5 あなたは、この1年間に運動・スポーツ・運動あそびをしていて、1週間以上その活動を休むようなケガをしたことがありますか。ケガをしたことがある人は、ケガの様子を具体的に書きください。2回以上ケガをした場合は、最も症状の重かったものについて書きください。（○は1つ） n=1,336

1 ある 192(14.4)

- どの部分ですか(例えば、手の指、足首など): 無回答 1(—)
- 足首 45(23.4), ひざ 26(13.5), 腰 21(10.9)
- どんなケガでしたか(例えば、ねんざ、骨折、疲労骨折など): 無回答 2(1.0)
- ねんざ 49(25.5), 骨折 30(15.6), 疲労骨折 13(6.8)
- そのケガはいつごろしましたか(○は1つ) 無回答 3(1.6)
- 1 2020年6～8月 41(21.4)
- 2 2020年9～11月 31(16.1)
- 3 2020年12月～2021年2月 34(17.7)
- 4 2021年3～5月 83(43.2)

2 ない 1,140(85.3) → 6ページ問7へ進んでください 無回答 4(0.3)

【この1年間に運動・スポーツ・運動あそびをしていない人におたずねします】

問6 あなたが、運動・スポーツ・運動あそびをしない理由は何ですか。（○はいくつでも） n=327

1 得意ではないから 99(30.3)	10 恥ずかしいから 8(2.4)
2 きらいだから 58(17.7)	11 仲間(友だち)がいないから 23(7.0)
3 つまらないから 27(8.3)	12 お金がかかるから 13(4.0)
4 疲れるから 79(24.2)	13 勉強や習いごとでいそがしいから 43(13.1)
5 面倒だから 75(22.9)	14 からだの調子が悪くてスポーツができないから 16(4.9)
6 場所がないから 27(8.3)	15 自分のやりたいと思う運動・スポーツがないから 55(16.8)
7 時間がないから 108(33.0)	16 新型コロナウイルスへの感染が不安だから 37(11.3)
8 施設がないから 14(4.3)	17 その他(具体的に: 機会がない 3(0.9), 外出できないから 3(0.9))
9 運動・スポーツより他にしたいことがあるから 96(29.4)	無回答 7(2.1)

【全員におたずねします】

問7 あなたは、今、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)などに入っていますか。（○はいくつでも） n=1,663

1 学校の運動部活動 ⇒ SQ1・SQ2へ 580(34.9)	} SQ2へ
2 学校のスポーツサークル 59(3.5)	
3 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) 61(3.7)	
4 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) 83(5.0)	
5 その他(具体的に: 自主的なサークル/不明) 7(0.4)	
6 運動部・サークル・クラブなどに入っていない ⇒ 問8へ進んでください 915(55.0)	

【問7で「1 学校の運動部活動」に○をつけた方におたずねします】

SQ1 今入っている運動部活動の種目は何ですか。また、学期中の週あたりの活動日数と1日あたりの活動時間はどのくらいですか。 ※大会期間中やテスト期間中の活動状況はのぞく n=580

活動種目名	[ サッカー 71(12.2), バレーボール 58(10.0), バasketボール 57(9.8) ] ※複数の場合は主な種目
週あたりの活動日数	週 [ 4.9 ] 日 無回答 8(1.4)
1日あたりの活動時間	平日(月～金) [ 2.2 ] 時間 無回答 10(1.7) 休日(土・日) [ 3.3 ] 時間 無回答 6(1.2)
土日の活動状況(○はひとつ)	1 土日も活動している 137(23.6) 2 土日のどちらか1日は活動している 377(65.0) 3 土日も活動していない 57(9.8) 無回答 9(1.6)

【問7で1～5に○をつけた方におたずねします】

SQ2 今入っている学校の運動部・サークル、スポーツクラブのなかで最もかかわりのある指導者に対する印象をお答えください。（○はいくつでも） n=735

1 親しみやすい 327(44.5)	9 専門的な知識が豊富 273(37.1)	17 生徒・選手のことを考えない 16(2.2)
2 熱意がある 328(44.6)	10 気持ちを盛り上げてくれる 187(25.4)	18 やる気がない 13(1.8)
3 信頼できる 286(38.9)	11 生徒・選手への理解がある 216(29.4)	19 暗い・冷たい性格 8(1.1)
4 楽しい・面白い 282(38.4)	12 話を聞いてくれる 194(26.4)	20 高圧的・威圧的な態度をとる 29(3.9)
5 決めつけるような言い方をする 45(6.1)	13 叱るときには叱ってくれる 224(30.5)	21 指導内容がたびたび変わる 34(4.6)
6 感情的に怒る 53(7.2)	14 生徒・選手から認められていない 24(3.3)	22 その他(具体的に: 指導者はいない 21(2.9))
7 ひいきや不平等な扱いをする 38(5.2)	15 誰にでも平等に接する 190(25.9)	無回答 13(1.8)
8 指導がうまい・わかりやすい 253(34.4)	16 指導内容に矛盾がない 117(15.9)	

【全員におたずねします】

問8 あなたは、運動やスポーツ、運動あそびをするのは好きですか。（○は1つ） n=1,663

1 好き 831(50.0)	2 どちらかというとき好き 508(30.5)	3 どちらかというとき嫌い 233(14.0)	4 きらい 85(5.1)
無回答 6(0.4)			

問9 あなたは、好きなスポーツ選手がいますか。いれば、名前を1人だけ書いてください。その選手の種目名も書いてください。 n=1,663

名前:	大谷 翔平 109(6.6)	大坂 なおみ 27(1.6)	種目名:
	羽生 結弦 30(1.8)	錦織 圭 23(1.4)	無回答 824(49.5)

【全員におたずねします】

問10 この1年間に、新型コロナウイルスの影響を受け、感染が広がる前とくらべて、あなたの運動・スポーツ・運動あそびをする時間や環境に変化はありましたか。(○は1つ) n=1,663

1 はい 915 (55.0)      2 いいえ ⇒ 問11へ進んでください 744 (44.7)      無回答 4 (0.2)

SQ1 具体的にどのような変化がありましたか。(○はいくつでも) n=915

- 1 学校の校庭や体育館、スポーツ施設がいままでどおり使えなくなったことがあった 525 (57.4)
- 2 学校やスポーツ施設で貸し出しているボールなどの用具が使えなくなったことがあった 89 (9.7)
- 3 所属している学校の運動部やサークル、民間のスポーツクラブなどの活動が減ったことがあった(または、なくなったことがあった) 500 (54.6)
- 4 普段利用している公園や広場が閉鎖されたことがあった 120 (13.1)
- 5 参加する予定であったスポーツ大会が延期・中止になったことがあった 494 (54.0)
- 6 運動・スポーツ・運動あそびをする時間が増えた 63 (6.9)
- 7 運動・スポーツ・運動あそびをする時間が減った 498 (54.4)
- 8 オンラインを活用して運動・スポーツ・運動あそびをすることが増えた(部活動・クラブなどの活動、学校の授業含む) 55 (6.0)
- 9 運動部活動・クラブなどの活動方法について仲間やチームメンバーと話し合う機会が増えた 64 (7.0)
- 10 その他〔具体的に: マスクをして運動するようになった 5 (0.5) 〕 無回答 1 (0.1)

問11 新型コロナウイルスの感染が広がる中で、あなたの運動・スポーツ・運動あそびに対する気持ちに変化はありましたか。(○はいくつでも) n=1,663

- 1 運動・スポーツをしていても感染しないか気になるようになった 323 (19.4)
- 2 活動中に肩を組んだり握手をしたりすることにとまどいを感じるようになった 149 (9.0)
- 3 練習や試合の回数が減り、やりがいをなくしてしまった 168 (10.1)
- 4 友達やチームの仲間と一緒に運動・スポーツをできることがうれしいと思うようになった 358 (21.5)
- 5 運動・スポーツ・運動あそびができることにありがたみを感じるようになった 353 (21.2)
- 6 運動・スポーツ・運動あそびをすることは大切だと思ふようになった 401 (24.1)
- 7 運動・スポーツ・運動あそびはしなくてもよいと感じるようになった 32 (1.9)
- 8 その他〔具体的に: 人の多いところをさけるようになった 2 (0.1) 〕
- 9 特に変化はなかった 769 (46.2)      無回答 10 (0.6)

問12 最近7日間のあなたの身体活動についておたずねします。

ここでいう身体活動とは、心臓がドキドキしたり息切れしたりするようなすべての活動のことで、スポーツや学校の授業、友だちと遊ぶこと、学校に徒歩や自転車を通うことも入ります。例えばランニング、速歩き、ローラースケート、自転車、ダンス、水泳、サッカー、バスケットボールなどがあります。

あなたは、最近の7日間に、1日あたり少なくとも合計60分間の身体活動をした日は何日ありましたか。(○は1つ) n=1,663

1 1日 151 (9.1)    2 2日 159 (9.6)    3 3日 164 (9.9)    4 4日 123 (7.4)    5 5日 228 (13.7)    6 6日 167 (10.0)    7 7日 162 (9.7)    8 なし 504 (30.3)

平均 4.1日      無回答 5 (0.3)

【全員におたずねします】

問13 この7日間、次のような問題にどのくらい頻繁に悩まされていますか。それぞれの症状に対し、あなたの気持ちにもっとも近いものを選んでください。(○はそれぞれ1つずつ) n=1,663

	まったくない	すうじつ数日	はんぶんいじょう半分以上	ほとんども毎日	無回答
気分が落ち込む、ゆううつになる、いらいらする、または絶望的な気持ちになる	1 1,031 (62.0)	2 438 (26.3)	3 96 (5.8)	4 86 (5.2)	12 (0.7)
物事に対してほとんど興味が無い、または楽しめない	1 1,243 (74.7)	2 297 (17.9)	3 67 (4.0)	4 41 (2.5)	15 (0.9)
寝つきが悪い、途中で目が覚める、または逆に眠りすぎる	1 1,020 (61.3)	2 376 (22.6)	3 138 (8.3)	4 104 (6.3)	25 (1.5)
あまり食欲がない、体重が減る、または食べすぎる	1 1,205 (72.5)	2 299 (18.0)	3 95 (5.7)	4 47 (2.8)	17 (1.0)
疲れた感じがする、または気力が無い	1 812 (48.8)	2 505 (30.4)	3 175 (10.5)	4 133 (8.0)	38 (2.3)
自分はダメな人間または失敗者だと感じる、または自分自身あるいは家族をがっかりさせていると思う	1 1,186 (71.3)	2 272 (16.4)	3 102 (6.1)	4 88 (5.3)	15 (0.9)
学校の勉強、読書、またはテレビを見ることなどに集中するのが難しい	1 1,127 (67.8)	2 335 (20.1)	3 107 (6.4)	4 70 (4.2)	24 (1.4)
他人が気づくくらいに動きや話し方が遅くなる、あるいはこれと反対に、そわそわしたり、落ち着かず、普段よりも動き回ることがある	1 1,440 (86.6)	2 158 (9.5)	3 29 (1.7)	4 22 (1.3)	18 (1.0)

問14 あなたは、この1年間に他の人がおこなう運動・スポーツ活動の手伝いや世話など、スポーツ活動をささえるボランティア活動(スポーツボランティアといえます)をおこなったことはありますか。(○は1つ) n=1,663

1 ある 164 (9.9)      2 ない ⇒ 問15へ進んでください 1,492 (89.7)      無回答 7 (0.4)

ア. あなたがおこなったことのある運動・スポーツ活動の手伝いや世話などのスポーツボランティア活動とはどんなものですか。(○はいくつでも) n=164

- 1 スポーツの指導や指導の手伝い 77 (47.0)
- 2 スポーツの審判や審判の手伝い 80 (48.8)
- 3 スポーツイベントの手伝い 43 (26.2)
- 4 その他〔具体的に: マネージャー 4 (2.4) 〕

無回答 - (-)

イ. あなたがおこなったスポーツボランティア活動のきっかけは何ですか。(○はいくつでも) n=209

- 1 先生や指導者に言われたから 94 (57.3)
- 2 家族に言われたから 8 (4.9)
- 3 自分でやりたいと思ったから 57 (34.8)
- 4 友だちに誘われたから 28 (17.1)
- 5 覚えていない 10 (6.1)
- 6 その他〔具体的に: 所属団体の一環として 3 (1.8) 〕

無回答 - (-)

ウ. あなたがおこなったスポーツボランティア活動は楽しかったですか。(○は1つ)

1 楽しかった 72 (43.9)    2 どちらかという楽しかった 70 (42.7)    3 どちらかという楽しくなかった 16 (9.8)    4 楽しくなかった 6 (3.7)

無回答 - (-)

【全員におたずねします】

問15 あなたは、今後、他の人がおこなう運動・スポーツ活動の手伝いや世話など、スポーツ活動をささえるボランティア活動(スポーツボランティア)をおこないたいと思いますか。

また、おこなっている人は続けたいと思いますか。(○は1つ) n=1,663

1 非常にそう思う 142 (8.5)    2 ややそう思う 515 (31.6)    3 あまりそう思わない 454 (27.3)    4 まったくそう思わない 242 (14.6)    5 わからない 304 (18.3)

無回答 6 (0.4)



【全員におたずねします】

問16 (A) あなたは、この1年間に直接スタジアムや体育館などに行きスポーツの試合をみたことがありますか。  
 (B) また、今後(も)、直接みたいスポーツはありますか(自分や自分のチームが出る試合などはのぞく)。  
 ない場合は、「99 直接みたことはない」「99 特になし」に○をつけてください。(○はいくつでも) n=1,663

スポーツ名	直接スポーツ観戦	
	(A) この1年間に、 直接みたスポーツ (○はいくつでも)	(B) 今後(も)、 直接みたいスポーツ (○はいくつでも)
プロ野球(NPB)	1 88(5.3)	1 311(18.7)
メジャーリーグ(アメリカ大リーグ)	2 3(0.2)	2 184(11.1)
高校野球	3 57(3.4)	3 223(13.4)
アマチュア野球(大学、社会人など)	4 11(0.7)	4 50(3.0)
Jリーグ(J1、J2、J3)	5 38(2.3)	5 143(8.6)
海外のプロサッカー(ヨーロッパ、南米など)	6 4(0.2)	6 166(10.0)
サッカー日本代表試合(五輪代表を含む)	7 13(0.8)	7 228(13.7)
サッカー日本女子代表試合(なでしこジャパン)	8 4(0.2)	8 75(4.5)
サッカー(高校、大学、JFL など)	9 42(2.5)	9 114(6.9)
プロバスケットボール(Bリーグ)	10 24(1.4)	10 171(10.3)
海外のプロバスケットボール(NBA など)	11 4(0.2)	11 195(11.7)
バスケットボール(高校、大学、WJBL など)	12 31(1.9)	12 141(8.5)
バレーボール日本代表試合(龍神 NIPPON)	13 7(0.4)	13 182(10.9)
バレーボール女子日本代表試合(火の鳥 NIPPON)	14 6(0.4)	14 163(9.8)
バレーボール(高校、大学、Vリーグなど)	15 25(1.5)	15 130(7.8)
大相撲	16 2(0.1)	16 57(3.4)
マラソン・駅伝	17 23(1.4)	17 87(5.2)
ラグビー	18 10(0.6)	18 89(5.4)
プロテニス	19 3(0.2)	19 99(6.0)
プロゴルフ	20 2(0.1)	20 23(1.4)
フィギュアスケート	21 6(0.4)	21 146(8.8)
格闘技(ボクシング、総合格闘技など)	22 8(0.5)	22 117(7.0)
F1やNASCARなど自動車レース	23 3(0.2)	23 65(3.9)
eスポーツ	24 6(0.4)	24 131(7.9)
その他 [具体的に: バドミントン]	25 4(0.2)	25 17(1.0)
	99 直接みたことはない 1,333(80.2)	99 特になし 733(44.1)
	無回答 29(1.7)	無回答 19(1.1)

【全員におたずねします】

問17 (A) あなたは、この1年間にテレビやスマートフォン、パソコン、タブレットでスポーツをみましたか。  
 (B) またどのような映像や動画をみましたか。  
 ない場合は、「99 みたことはない」に○をつけてください。(○はいくつでも) n=1,663

スポーツ名	(A) この1年間に、テレビやスマートフォン、パソコン、タブレットでみたスポーツ(○はいくつでも)	(B)(○はいくつでも)				無回答
		生中継の試合 (DVDなど含む)	試合の録画映像	スポーツコーナー ニュースなどの	ウェブ上の動画 (YouTubeなど)	
プロ野球(NPB)	1 538(32.4)	1 329(61.2)	2 80(14.9)	3 292(54.3)	4 150(27.9)	9(1.7)
メジャーリーグ(アメリカ大リーグ)	2 340(20.4)	1 83(24.4)	2 59(17.4)	3 219(64.4)	4 130(38.2)	4(1.2)
高校野球	3 342(20.6)	1 203(59.4)	2 51(14.9)	3 149(43.6)	4 103(30.1)	8(2.3)
アマチュア野球(大学、社会人など)	4 58(3.5)	1 19(32.8)	2 12(20.7)	3 26(44.8)	4 29(50.0)	1(-)
Jリーグ(J1、J2、J3)	5 221(13.3)	1 111(50.2)	2 33(14.9)	3 113(51.1)	4 68(30.8)	3(1.4)
海外のプロサッカー(ヨーロッパ、南米など)	6 239(14.4)	1 73(30.5)	2 45(18.8)	3 92(38.5)	4 133(55.6)	3(1.3)
サッカー日本代表試合(五輪代表を含む)	7 355(21.3)	1 222(62.5)	2 46(13.0)	3 142(40.0)	4 89(25.1)	7(2.0)
サッカー日本女子代表試合(なでしこジャパン)	8 87(5.2)	1 41(47.1)	2 15(17.2)	3 46(52.9)	4 21(24.1)	3(3.4)
サッカー(高校、大学、JFL など)	9 163(9.8)	1 91(55.8)	2 32(19.6)	3 56(34.4)	4 62(38.0)	5(3.1)
プロバスケットボール(Bリーグ)	10 179(10.8)	1 55(30.7)	2 35(19.6)	3 86(48.0)	4 66(36.9)	2(1.1)
海外のプロバスケットボール(NBA など)	11 196(11.8)	1 18(9.2)	2 33(16.8)	3 85(43.4)	4 109(55.6)	2(1.0)
バスケットボール(高校、大学、WJBL など)	12 136(8.2)	1 39(28.7)	2 35(25.7)	3 36(26.5)	4 65(47.8)	2(1.5)
バレーボール日本代表試合(龍神 NIPPON)	13 183(11.0)	1 103(56.3)	2 39(21.3)	3 60(32.8)	4 47(25.7)	1(0.5)
バレーボール女子日本代表試合(火の鳥 NIPPON)	14 161(9.7)	1 107(66.5)	2 23(14.3)	3 50(31.1)	4 39(24.2)	1(0.6)
バレーボール(高校、大学、Vリーグなど)	15 140(8.4)	1 56(40.0)	2 28(20.0)	3 36(25.7)	4 59(42.1)	5(3.6)
大相撲	16 131(7.9)	1 80(61.1)	2 8(6.1)	3 73(55.7)	4 7(5.3)	2(1.5)
マラソン・駅伝	17 248(14.9)	1 186(75.0)	2 12(4.8)	3 85(34.3)	4 26(10.5)	4(1.6)
ラグビー	18 130(7.8)	1 69(53.1)	2 17(13.1)	3 64(49.2)	4 19(14.6)	3(2.3)
プロテニス	19 199(12.0)	1 60(30.2)	2 32(16.1)	3 113(56.8)	4 48(24.1)	4(2.0)
プロゴルフ	20 113(6.8)	1 25(22.1)	2 9(8.0)	3 77(68.1)	4 12(10.6)	2(1.8)
フィギュアスケート	21 182(10.9)	1 108(59.3)	2 33(18.1)	3 90(49.5)	4 25(13.7)	4(2.2)
格闘技(ボクシング、総合格闘技など)	22 204(12.3)	1 114(55.9)	2 39(19.1)	3 56(27.5)	4 77(37.7)	7(3.4)
F1やNASCARなど自動車レース	23 56(3.4)	1 18(32.1)	2 12(21.4)	3 14(25.0)	4 20(35.7)	1(1.8)
eスポーツ	24 154(9.3)	1 62(40.3)	2 35(22.7)	3 24(15.6)	4 109(70.8)	3(1.9)
その他 [具体的に: バドミントン]	25 17(1.0)	1 7(41.2)	2 7(41.2)	3 9(52.9)	4 14(82.4)	1(-)
みたことはない	99 582(35.0)					2(0.1)

【全員におたずねします】

問18 あなたは、自分が運動不足だと感じますか。(○は1つ) n=1,663

1 とても感じる 467(28.1)	2 少し感じる 588(35.4)	3 あまり感じない 354(21.3)	4 まったく感じない 250(15.0)	無回答 4(0.2)
-----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	---------------

問19 あなたは、自分の健康についてどのように感じていますか。(○は1つ) n=1,663

1 とても健康であると思う 275(16.5)	2 健康だと思う 1,026(61.7)	3 あまり健康ではない 317(19.1)	4 健康ではない 38(2.3)	無回答 7(0.4)
----------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------------	---------------

問20 あなたは、1週間に朝食をどのくらい食べますか。(○は1つ) n=1,663

1 ほとんど毎日食べる 1,208(72.6)	2 週4～5日食べる 156(9.4)	3 週2～3日食べる 128(7.7)	4 ほとんど食べない 164(9.9)	無回答 7(0.4)
----------------------------	------------------------	------------------------	------------------------	---------------

SQ1 あなたは、朝、食欲がありますか。(○は1つ) n=1,492

1 とてもある 465(31.2)	2 どちらかというにある 645(43.2)	3 どちらかというにない 329(22.1)	4 ほとんどない 49(3.3)	無回答 4(0.3)
----------------------	---------------------------	---------------------------	---------------------	---------------

問21 あなたは、どのくらいの頻度で排便をしますか。(○は1つ) n=1,663

1 ほぼ毎日 1,108(66.6)	2 2日に1回 349(21.0)	3 3日に1回 92(5.5)	4 3日に1回未満 13(0.8)	5 不規則である 91(5.5)	無回答 10(0.6)
-----------------------	----------------------	--------------------	----------------------	---------------------	----------------

問22 あなたの、平日(月～金)と休日(土・日)の寝る時刻と起きる時刻を24時間表記で書いてください。

(例: 午後10時⇒22時。午前0時⇒24時。) n=1,663

	寝る時刻	起きる時刻
平日(月～金)	[ 23 ]時 [ 42 ]分 無回答 10(0.6)	[ 6 ]時 [ 54 ]分 無回答 10(0.6)
休日(土・日)	[ 24 ]時 [ 06 ]分 無回答 10(0.6)	[ 8 ]時 [ 24 ]分 無回答 12(0.7)

問23 あなたの普段の通学・通勤の方法に○をつけ、通学・通勤にかかる1週間あたりの日数と1日あたりの片道にかかる時間が何分かを書いてください。(○はいくつでも) n=1,663

方法(○はいくつでも)	1週間あたりの日数 (1～7の数字を記入)	1日あたりの時間(片道) (分単位で記入。例: 1時間30分→90分)
1 徒歩	[ 5.1 ]日 無回答 9(1.2)	[ 20.2 ]分 無回答 1(0.1)
2 自転車	[ 5.1 ]日 無回答 4(0.7)	[ 21.1 ]分 無回答 2(0.3)
3 バス・電車	[ 4.7 ]日 無回答 9(1.6)	[ 46.0 ]分 無回答 1(0.2)
4 自家用車・バイク	[ 4.7 ]日 無回答 5(1.7)	[ 25.4 ]分 無回答 2(0.7)
5 通学・通勤はしていない	無回答 9(0.5)	

問24 あなたは、学校の授業や仕事以外で、テレビやDVDをみたり、パソコン、ゲーム(テレビ、パソコン、携帯式のゲーム機などを含む)、スマートフォンなどを使用したりする時間は1日あたりどのくらいですか。(○は1つずつ)

平日(月～金) n=1,663	1 30分未満	2 30分～1時間未満	3 1～2時間未満	4 2～3時間未満	5 3～4時間未満	6 4～5時間未満	7 5時間以上	8 わからない
	35(2.1)	95(5.7)	260(15.6)	379(22.8)	300(18.0)	183(11.0)	303(18.2)	100(6.0)
休日(土・日) n=1,663	22(1.3)	36(2.2)	85(5.1)	261(15.7)	277(16.7)	280(16.8)	567(34.1)	127(7.6)

長い時間ご協力ありがとうございました。

6300097(12-21)

保護者用

12～21歳のスポーツライフに関する調査2021

(青少年の運動・スポーツ活動に関する全国調査)

お願いとお知らせ

以下の設問は、調査をお願いしたお子様の保護者様にお答えいただくものです。ご回答に関しては任意となっておりますので、差しつかえのない範囲でお答えいただければ幸いです。また、お子様の調査同様、回答はすべて統計データとして使用しますので、お名前が外部に公開されることは決してございません。

問1 あなたは、この調査をお願いしたお子様からみて、次のどなたにあてはまりますか。(○は1つ) n=1,663

1 父	340(20.4)	3 祖父	2(0.1)	5 その他〔具体的に: きょうだい	3(0.2)
2 母	1,270(76.4)	4 祖母	12(0.7)	無回答	36(2.2)

問2 あなたの主な職業はこの中のどれにあたりますか。(○は1つ) n=1,663

1 自営業	111(6.7)
(農林漁業、小売店・飲食店・理髪店・団体の経営者・個人営業主などの商工サービス業、開業医、弁護士事務所経営者、芸術家、茶華道師匠など)	
2 家族従事者 (農家や個人商店などで自分の家族が経営する事業を手伝っている者)	30(1.8)
3 勤め人【正社員・正職員】 (会社員、公務員、研究者、教員など)	573(34.5)
4 勤め人【契約社員・派遣社員・非常勤】 (会社員、公務員、研究者、教員など)	144(8.7)
5 専業主婦・主夫 (パートタイムをしていない方)	196(11.8)
6 パートタイムやアルバイト	530(31.9)
7 無職	28(1.7)
8 その他〔具体的に: 3(0.2) 無回答 48(2.9)	

問3 あなたの婚姻状況をお答えください。(○は1つ) n=1,663

1 未婚	7(0.4)	2 有配偶(現在結婚している)	1,398(84.1)	3 死別(配偶者と死に別れた)	36(2.2)	4 離別(配偶者と離婚した)	180(10.8)
無回答 42(2.5)							

問4 調査をお願いしたお子様の家族についておたずねします。n=1,663

何人家族ですか。調査をお願いしたお子様を含めた、ご家族(世帯員)の人数をご記入ください。また、家族構成についてお子様からみた続柄をお答えください。きょうだいがいる場合は人数もご記入ください。

家族の人数 [ 平均 4.3 ]人 無回答 47(2.8)

家族構成(○はいくつでも)	ご家族(父母)は普段、運動・スポーツをしていますか(○は1つずつ)	無回答
1 父	1 よくしている 2 時々している 3 ほとんどしていない 4 全くしていない	20(1.4)
2 母	1 よくしている 2 時々している 3 ほとんどしていない 4 全くしていない	25(1.6)
3 祖父	104(6.6) 281(17.7) 610(38.5) 566(35.7)	
4 祖母	210(12.6)	
5 きょうだい	1 兄(平均 1.1)人 435(32.4) 2 姉(平均 1.1)人 366(27.3) 3 弟(平均 1.2)人 496(37.0) 4 妹(平均 1.2)人 472(35.2)	無回答 6(0.4)
6 その他〔曾祖母 4(0.2) 無回答 42(2.5)		



【全員におたずねします】

問5 調査をお願いしたお子様のスポーツの習いごとや学校の運動部などに、1ヵ月平均でどれくらいの費用(月謝・用具代・交通費など含む)を支出していますか。(○は1つ) n=1,663

1	1,000円未満	220(13.2)	4	5,000～1万円未満	236(14.2)	7	3万円以上	24(1.4)
2	1,000～3,000円未満	144(8.7)	5	1～2万円未満	105(6.3)	8	支出していない	658(39.6)
3	3,000～5,000円未満	107(6.4)	6	2～3万円未満	26(1.6)	9	わからない	94(5.7)

無回答 49(2.9)

問6 調査をお願いしたお子様の芸術・文化・学習関係の習いごとや学校の文化系の部活動に、1ヵ月平均でどれくらいの費用(月謝・用具代・交通費など含む)を支出していますか。(○は1つ) n=1,663

1	1,000円未満	197(11.8)	4	5,000～1万円未満	179(10.8)	7	3万円以上	126(7.6)
2	1,000～3,000円未満	54(3.2)	5	1～2万円未満	143(8.6)	8	支出していない	647(38.9)
3	3,000～5,000円未満	51(3.1)	6	2～3万円未満	108(6.5)	9	わからない	104(6.3)

無回答 54(3.2)

問7 あなたご自身と配偶者の方の運動・スポーツ活動歴についておたずねします。中学・高校生の頃は学校の運動部活動に加入していましたか。(○はそれぞれ1つずつ)

		加入していた	途中でやめた	加入していなかった	無回答		
あなた n=1,663	中学生時代	1 1,117(67.2)	2 155(9.3)	3 347(20.9)	44 (2.6)	配偶者は いない	
	15～17歳ごろ・高校生時代(高専含む)	1 612(36.8)	2 193(11.6)	3 801(48.2)	57 (3.4)		
配偶者 n=1,663	中学生時代	1 1,134(68.2)	2 68(4.1)	3 197(11.8)	72 (4.3)		
	15～17歳ごろ・高校生時代(高専含む)	1 720(43.3)	2 145(8.7)	3 529(31.8)	77 (4.6)		4 192(11.5)

問8 あなたは、お子様が運動・スポーツをすること(はじめること)に何を期待していますか。(○はいくつでも) n=1,663

1	スポーツを楽しむ	1,083(65.1)	10	目標を見つけてがんばる	704(42.3)
2	スポーツ技術を身につける	343(20.6)	11	スポーツマンシップを身につける	314(18.9)
3	達成感を味わう	581(34.9)	12	礼儀・マナーを身につける	856(51.5)
4	からだを動かす	728(43.8)	13	友達をつくる	714(42.9)
5	体力をつける	1,015(61.0)	14	コミュニケーション能力を身につける	638(38.4)
6	運動能力を高める	420(25.3)	15	自分で考える力を身につける	497(29.9)
7	運動不足を解消する	449(27.0)	16	その他〔具体的に: 13(0.8)〕	
8	健康を保持・増進する	507(30.5)	17	特に期待していることはない	106(6.4)
9	チームワークを身につける	660(39.7)			無回答 40(2.4)

問9 あなたのご家庭の世帯年収(税込)はおおよそどれくらいですか。(○は1つ) n=1,663

1	200万円未満	63(3.8)	5	500～600万円未満	198(11.9)	9	900～1,000万円未満	82(4.9)
2	200～300万円未満	100(6.0)	6	600～700万円未満	166(10.0)	10	1,000万円以上	175(10.5)
3	300～400万円未満	105(6.3)	7	700～800万円未満	136(8.2)	11	わからない	284(17.1)
4	400～500万円未満	152(9.1)	8	800～900万円未満	115(6.9)			無回答 87(5.2)

問10 最後に、お子様のスポーツに関する悩み、お子様のスポーツ環境がより良くなるために取り組んでいることやアイデアなどがあればご自由にお書きください。

ご協力ありがとうございました。この回答用紙は封筒に入れてお子さまの回答用紙と一緒にしないようご注意ください。