資料2-1

都民のスポーツ活動に関する調査結果について（報告）

令和5年度　都民のスポーツ活動等に関する実態調査
令和5年度　障害者のスポーツに関する意識調査

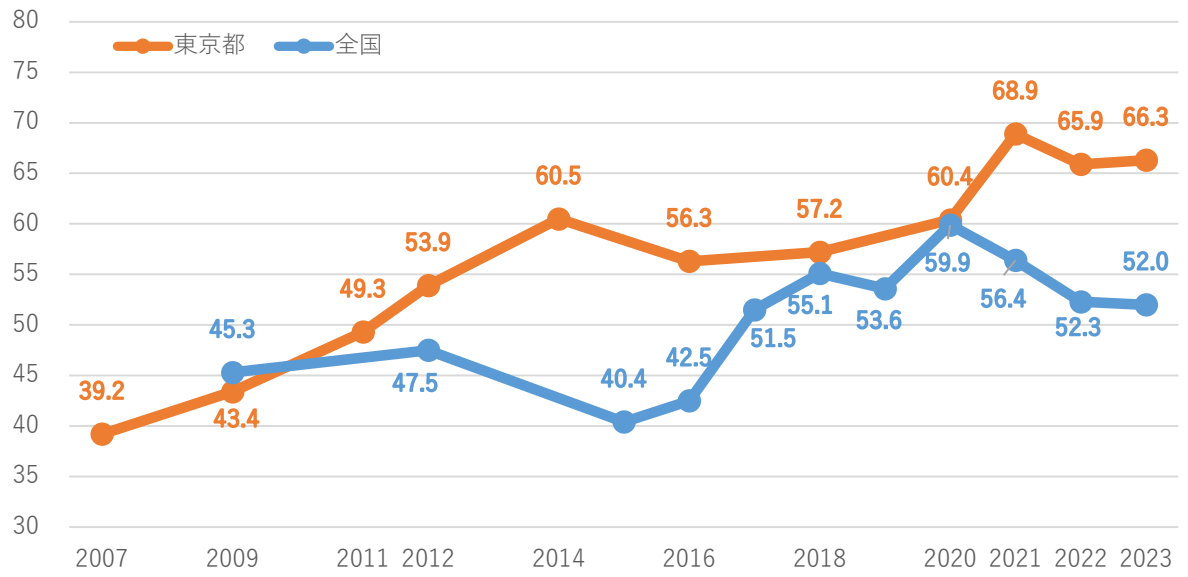
都民のスポーツ活動等に関する実態調査

調査概要

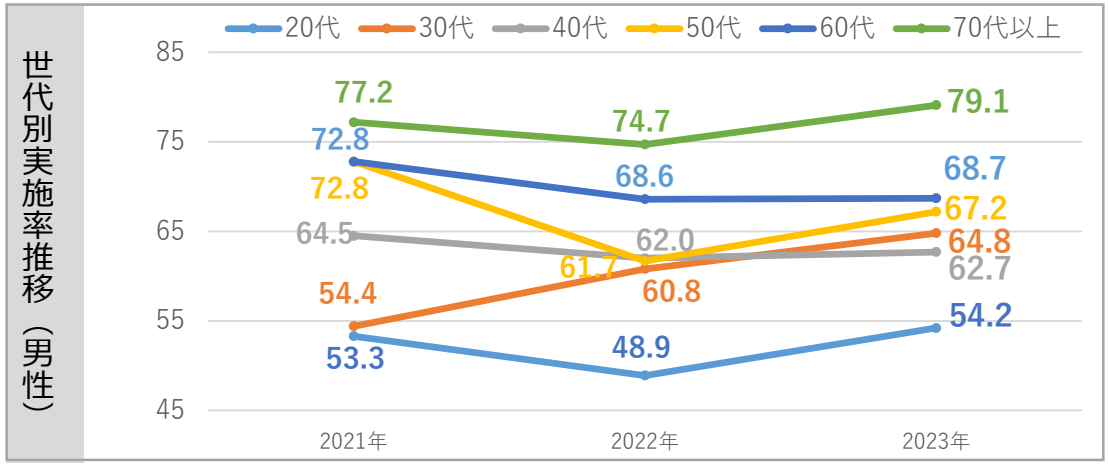
・調査対象/期間/有効回収数：都内に居住する18歳以上の個人/2023年10月1日～同月31日/1,524標本
・調査方法：郵送（インターネット回答併用）
・主な調査項目：都民のスポーツ実施率、パラスポーツに関心がある人の割合

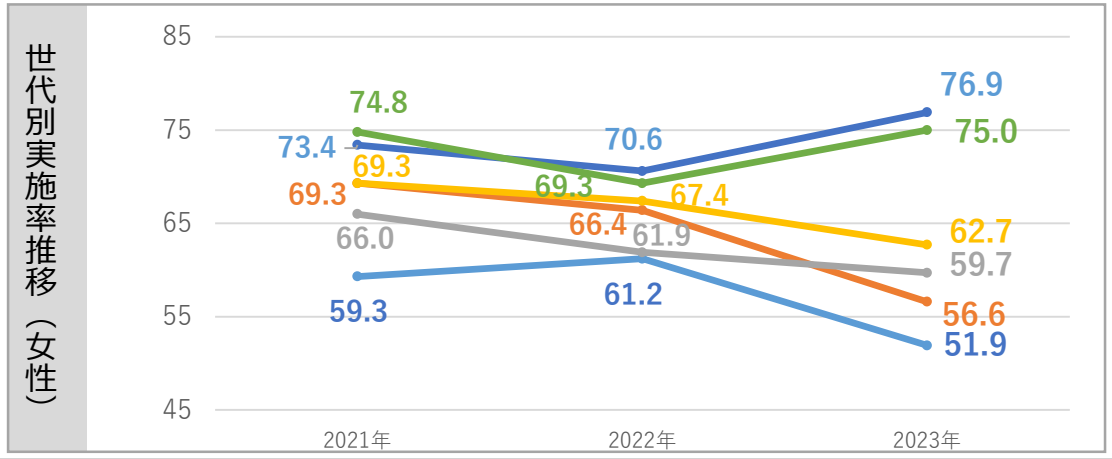
調査結果

（１）都民のスポーツ実施率

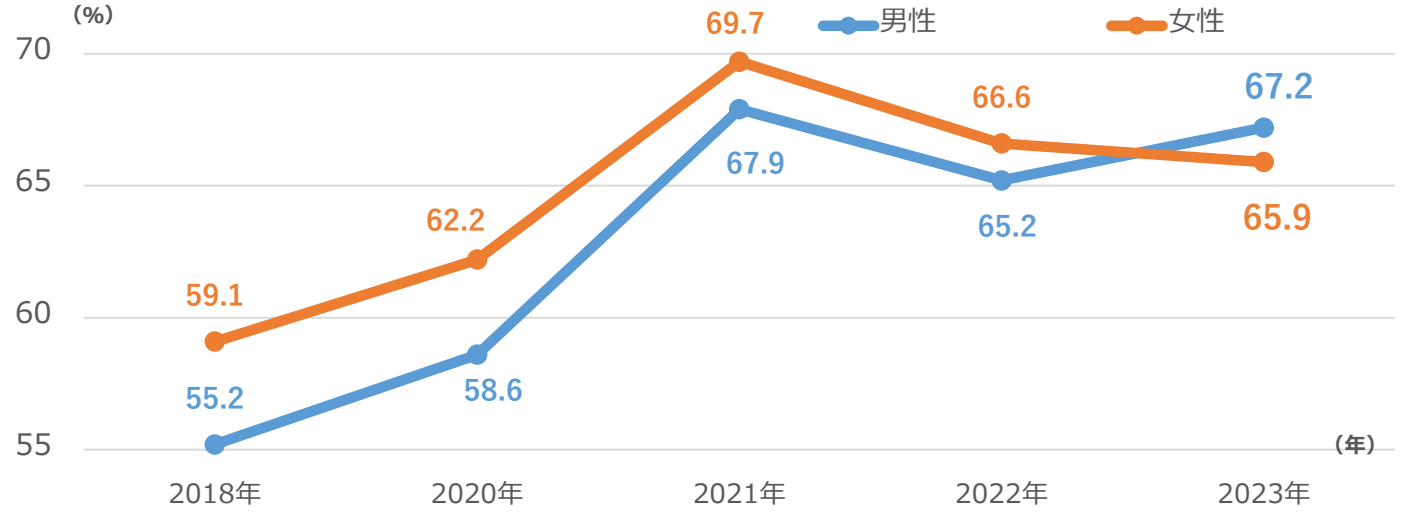


都民のスポーツ実施率は、全国の実施率より高水準で推移
2023年の都民のスポーツ実施率は66.3%であり、全国の52.0%と比べ14.3ポイント上回っている





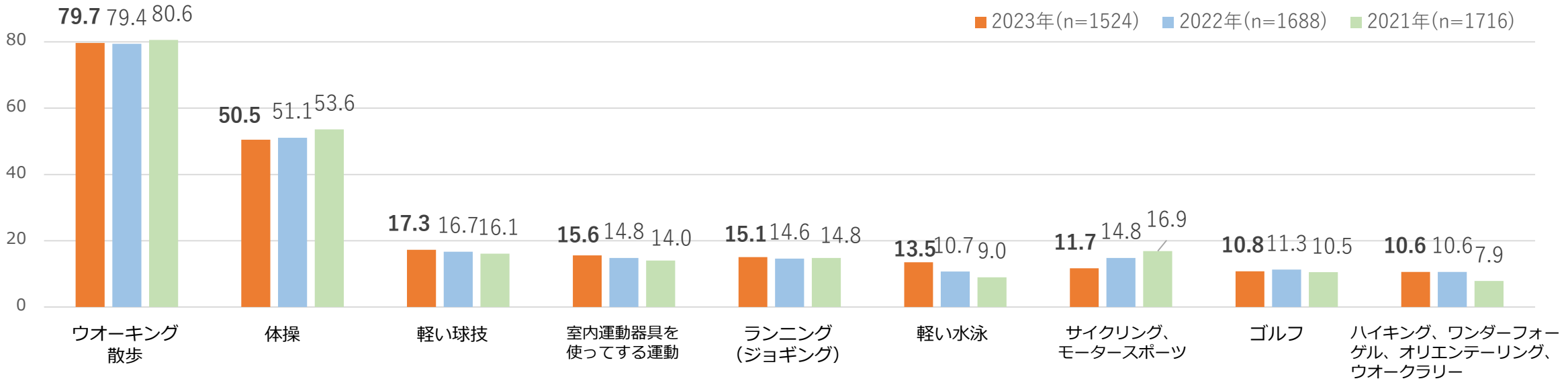
＜男性・女性の実施率の推移＞



これまで男性の実施率より女性の実施率の方が、高水準で推移してきたが、2023年に男性の方が1.3ポイント上回った

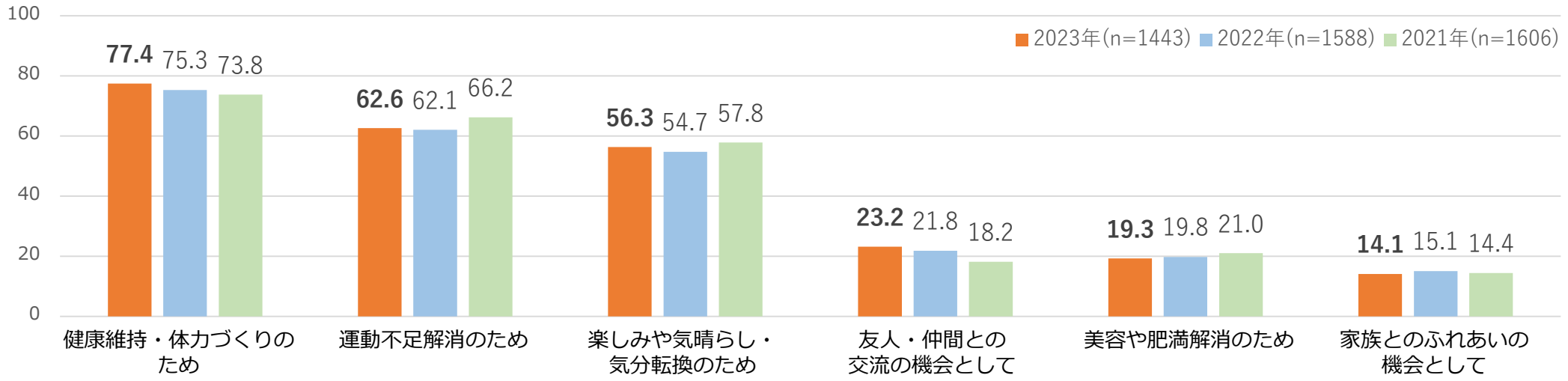
（２）実施したスポーツや運動

※10%以上実施された種目を抜粋



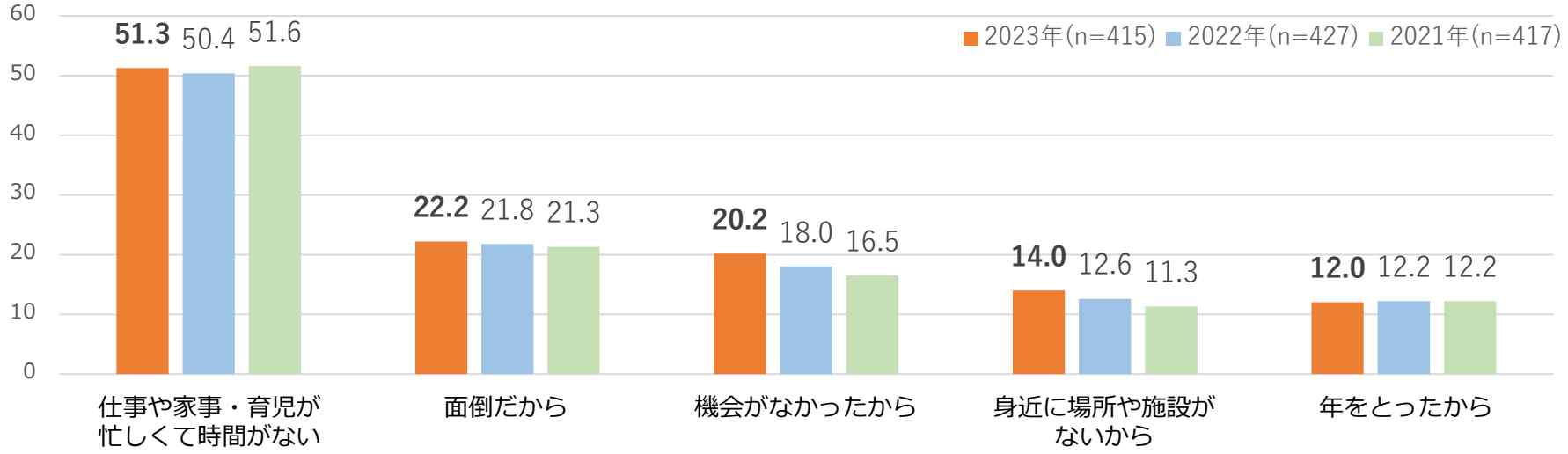
ウオーキングや体操等、身近なところで一人でも取り組める運動種目が、高い水準を維持

（３）スポーツや運動を実施した理由　※10%以上回答のあった選択肢を抜粋



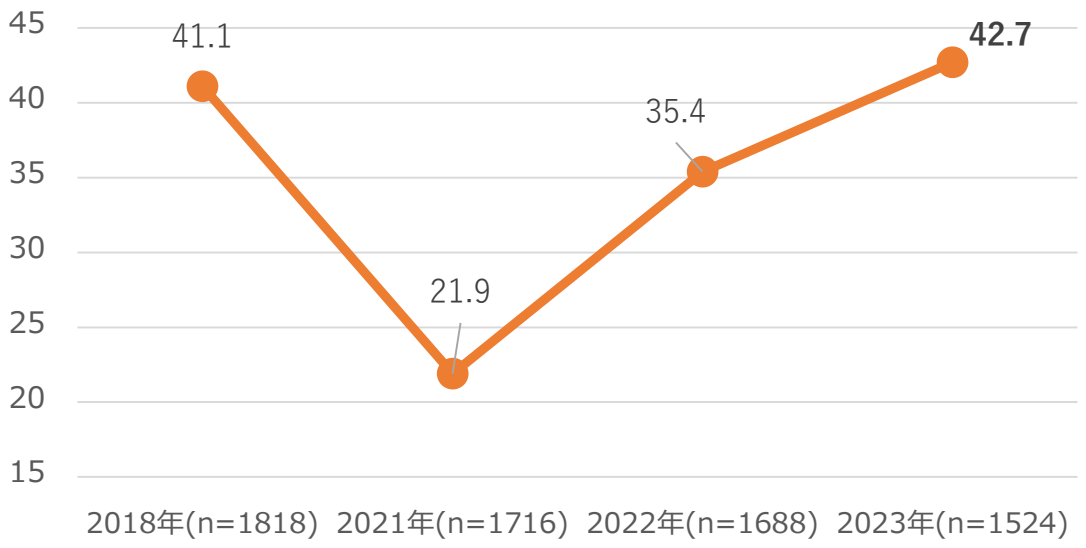
「健康維持・体力づくり」を目的としたスポーツ実施者が年々増加しているほか、コロナの収束に伴い「友人・仲間との交流」を目的としたスポーツ実施者も年々増加

（４）実施頻度が週１日に満たなかった理由　※10%以上回答のあった選択肢を抜粋



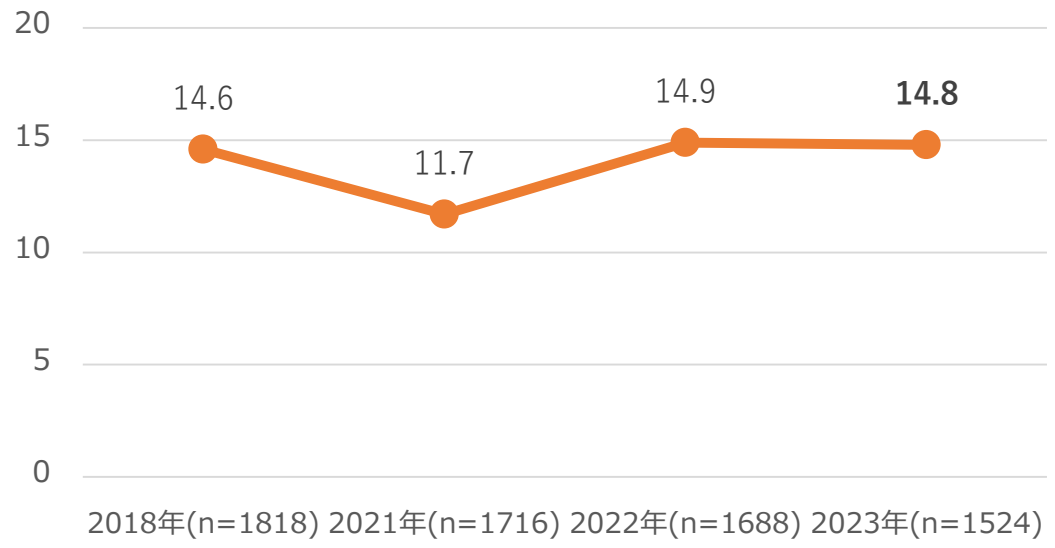
「仕事や家事・育児が忙しくて時間がない」が依然として５割を超える高い水準

（５）スポーツを直接観戦した都民の割合



スポーツを直接観戦した人は、2022年に比べ7.3ポイント増え42.7%に増加
コロナ前の水準も超えた

（６）スポーツを支える活動を行った都民の割合



コロナ禍での落ち込みから復調傾向にあるが、2023年は横ばいで推移

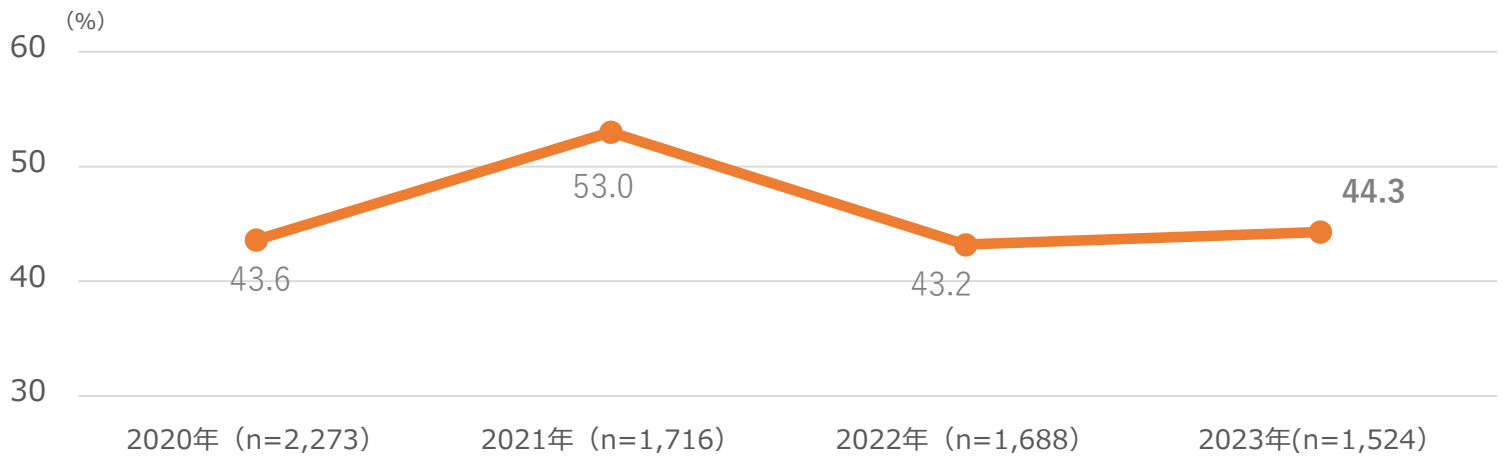
＜今後の方向性＞

運動・スポーツを始めるためのきっかけ作りや、身近な運動機会の提供など積極的に展開

（実施する取組例）

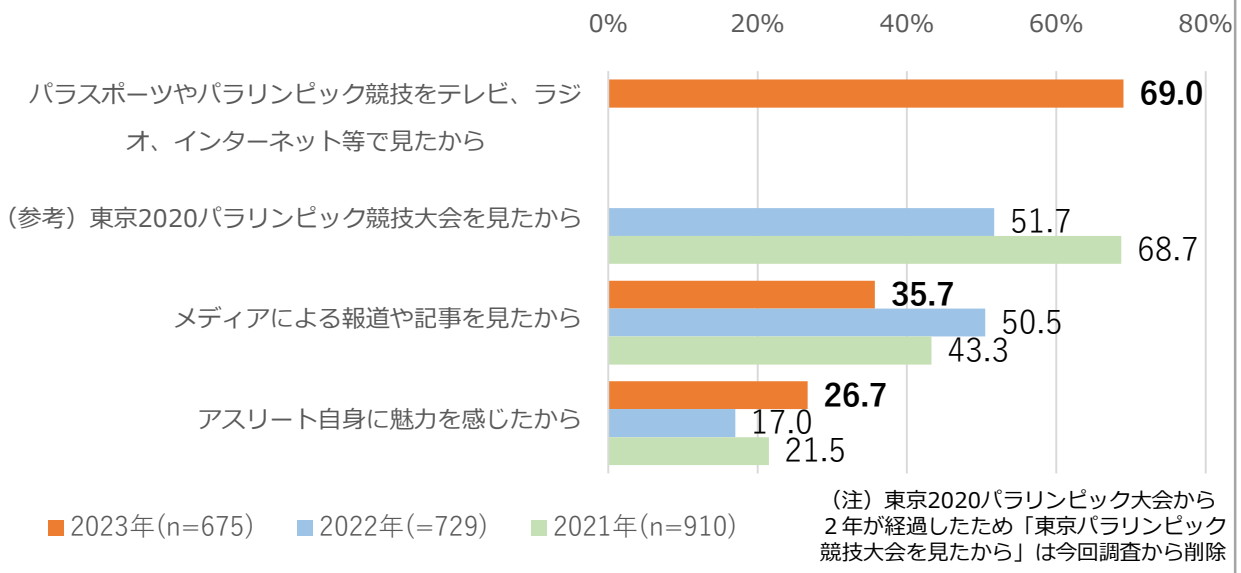
- ▶ スポーツを通じた従業員の健康増進に取り組む企業等の認定・支援や、親子で一緒に運動をする機会や場を提供するなど、**仕事や家事・育児などをしながらも運動に触れられる機会を提供**
- ▶ 区市町村が実施するスポーツ振興事業に対する支援を拡充させるなど、**身近な場でスポーツに触れられる機会を拡充**
- ▶ スポーツ大会やスポーツイベントの開催、スポーツ観戦事業などにより、**更なるスポーツ気運を醸成**

（7）パラスポーツの関心度



パラスポーツに関心がある人は、2022年に比べ1.1ポイント増え44.3%に増加

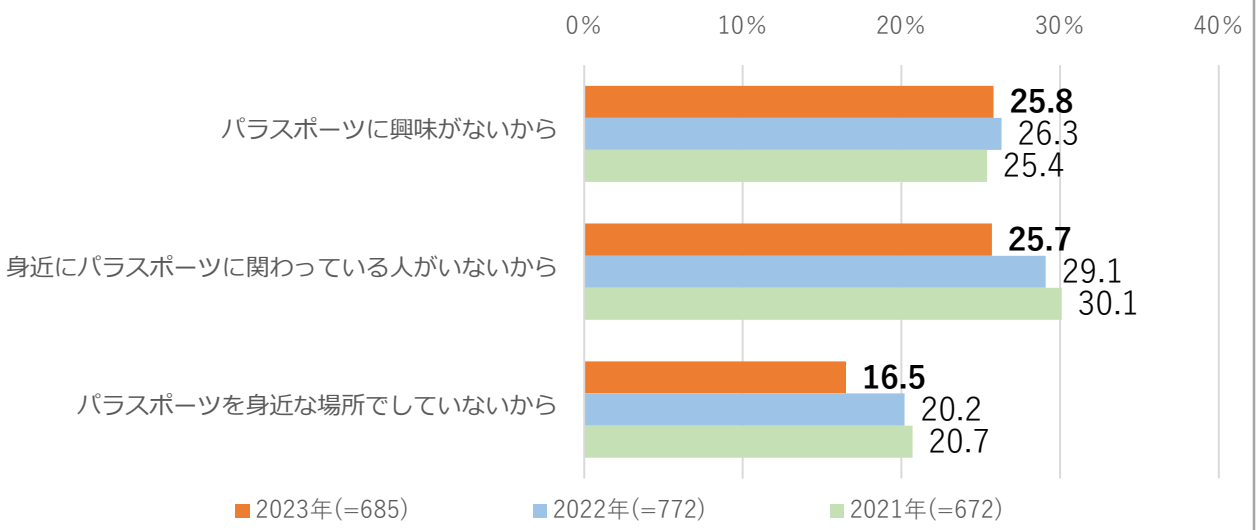
（8）関心を持ったきっかけ ※上位３項目を抜粋



（注）東京2020パラリンピック大会から２年が経過したため「東京パラリンピック競技大会を見たから」は今回調査から削除

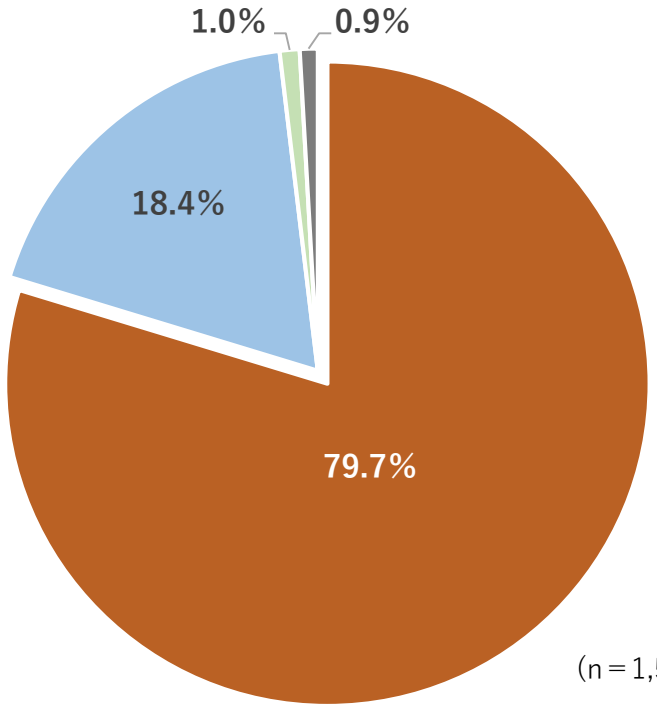
「テレビ、ラジオ、インターネットで見たから」が約７割

（9）関心がない理由 ※上位３項目を抜粋



「身近に関わっている人がいないから」、「身近な場所でしていないから」と関心がない理由に「身近」が多く挙がっている

（10）パラスポーツを見た経験

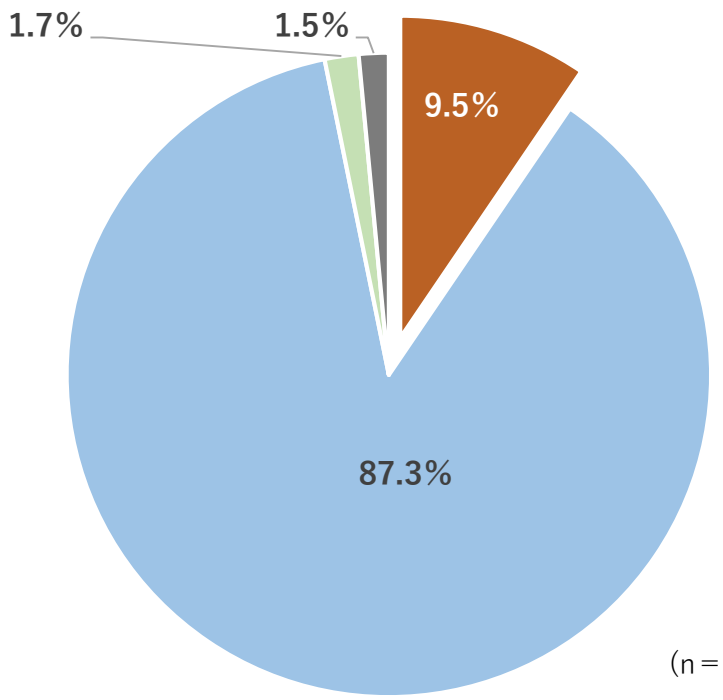


■見たことがある　■見たことがない　■わからない　■無回答

※見たことがあるには、テレビやインターネット等の観戦も含む

パラスポーツを見たことがある人は約８割

（11）パラスポーツを体験した経験



■体験したことがある　■体験したことはない　■わからない　■無回答

パラスポーツを体験したことがある人は約１割

＜今後の方向性＞

身近でパラスポーツを知る・見る・体験する機会を提供

（実施する取組例）

- ▶ パリ2024大会の盛り上がりを関心度向上に繋げるため、９月に**記念イベントを開催**
- ▶ ショッピングモールや自治体イベント、オフィスロビー等の身近な場所で**知る・体験する機会を拡充**
- ▶ 都内近郊の大会の中継・配信のほか、競技会場での**観戦機会を提供**

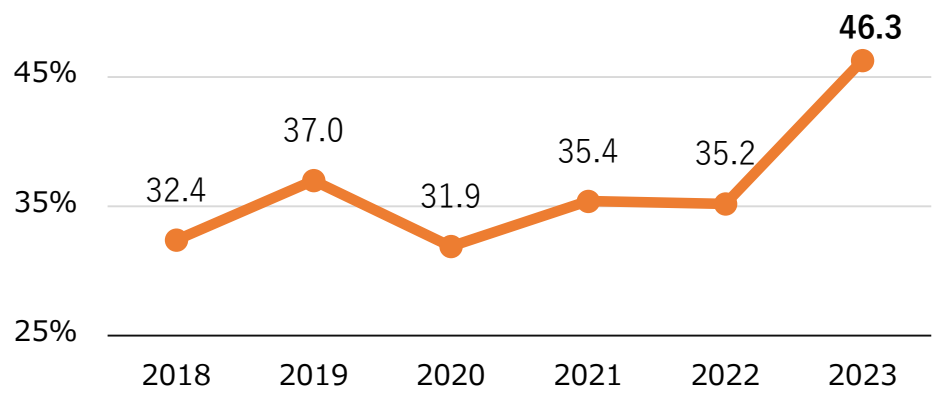
障害者のスポーツに関する意識調査

■調査概要

・調査対象　都内に居住する障害者本人、または同居する家族に障害者がいる方（7歳以上）
・調査対象者の障害種別　視覚障害、聴覚・平衡機能障害、音声・言語・そしゃく機能障害、肢体不自由、内部障害、知的障害、精神障害
・期間/有効回収標本数　2023年9月4日～同月21日 / 3,226標本（うち18歳以上 2,719標本、7－17歳 507標本）
・調査方法／主な調査項目　インターネット調査／障害者のスポーツ実施率（週に1日以上スポーツや運動を実施した人の割合）

※政策目標を「2030年までに18歳以上のスポーツ実施率50%達成」としているため、**本資料では18歳以上の数値を掲載**

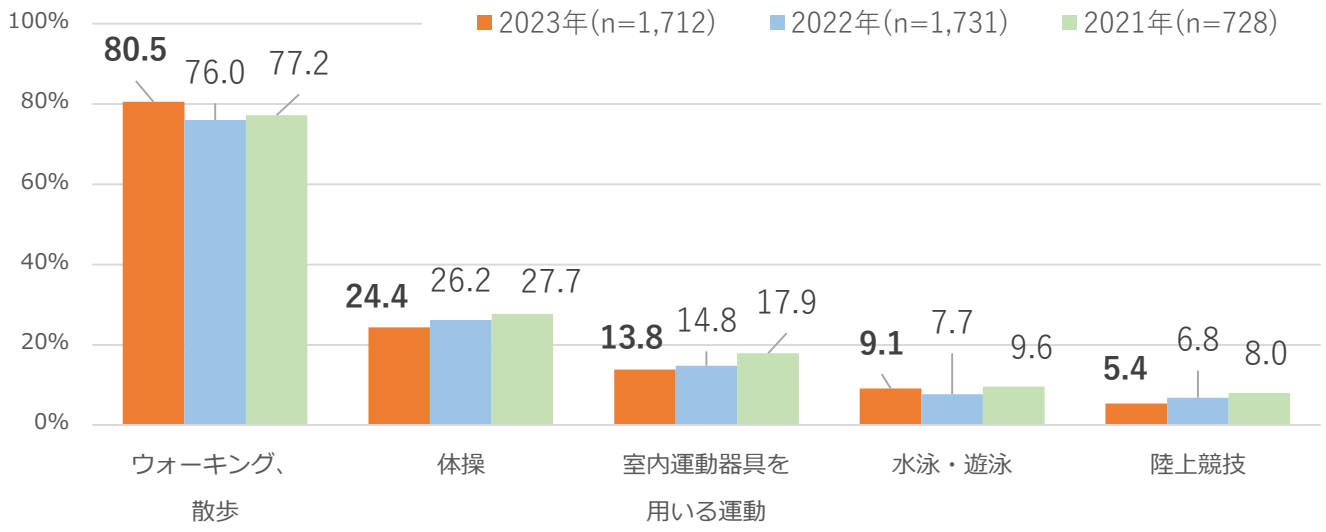
（1）障害者のスポーツ実施率



・2023年の障害者のスポーツ実施率（週に1日以上スポーツや運動を実施した人の割合）は**46.3%**
昨年と比較して**11.1ポイントの増加**
・なお、「この１年間になんらかのスポーツ・運動を行った」人は63.0%
・一方、「この１年間に全くスポーツ・運動を行わなかった」人は37.0%

（2）この１年間に実施したスポーツ・運動

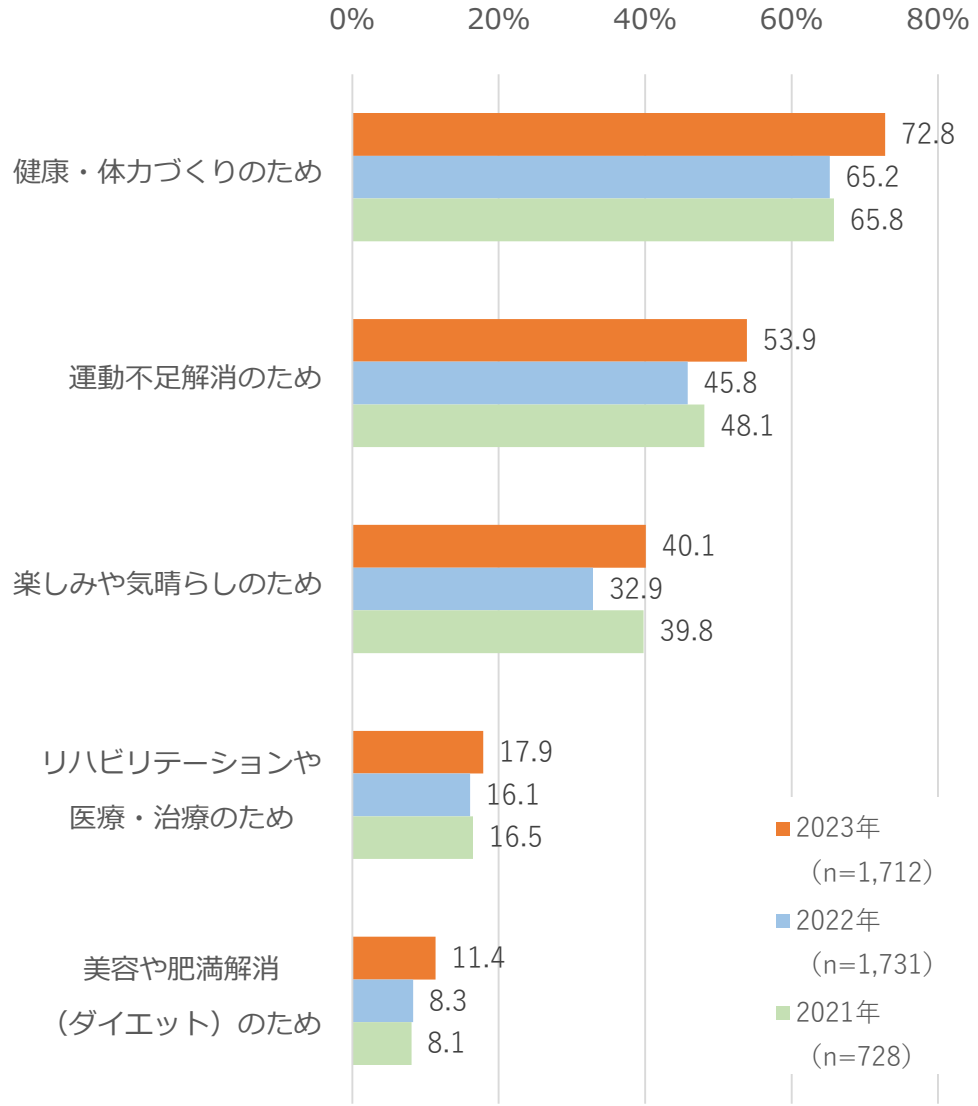
＊この1年間になんらかのスポーツ・運動を行ったと回答した方が対象
＊上位５項目を抜粋



「ウォーキング、散歩」など、**取り組みやすい運動を実施した人が引き続き多い**

（３）スポーツ・運動を実施した理由

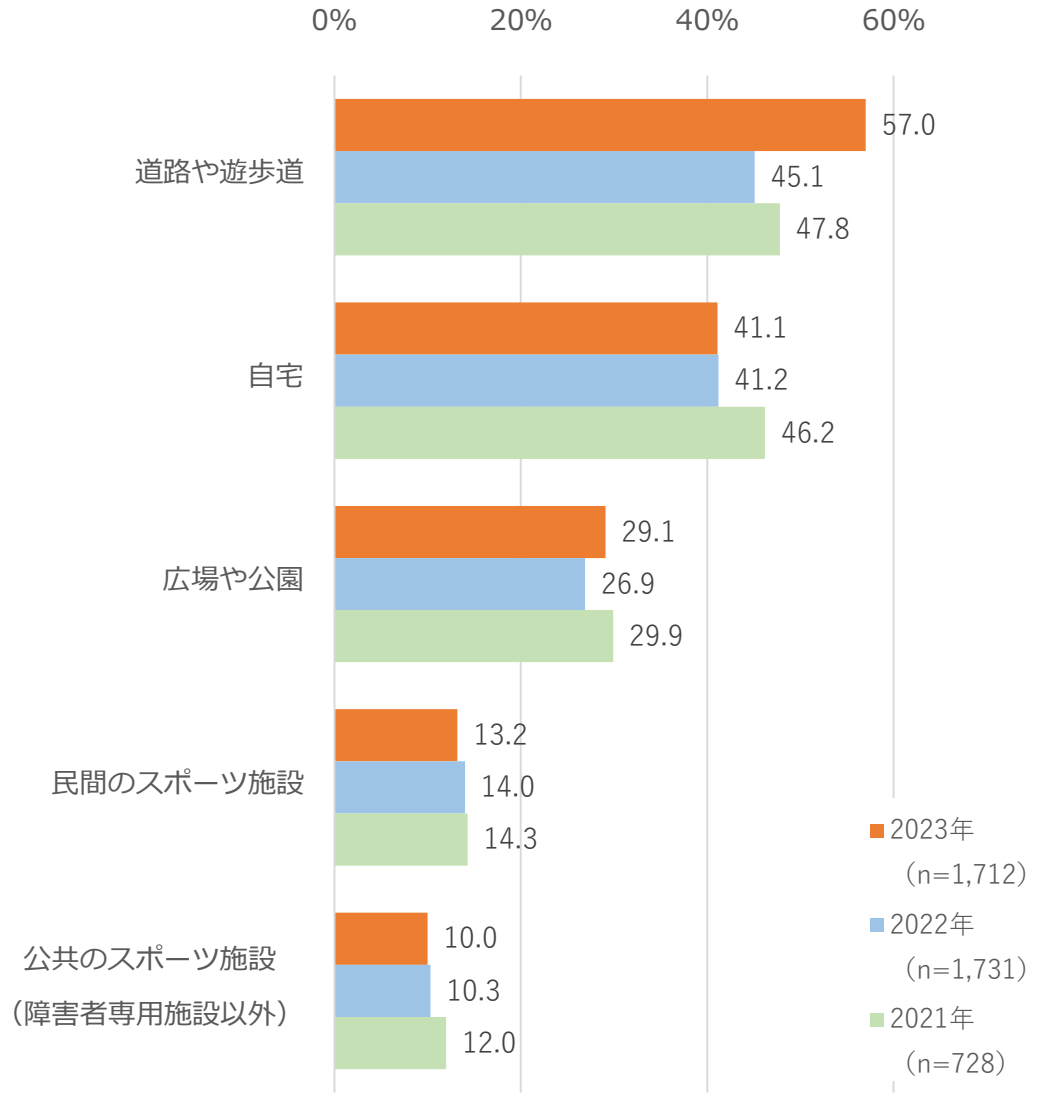
＊この１年間になんらかのスポーツ・運動を行ったと回答した方が対象
＊上位５項目を抜粋



「健康・体力づくり」、「運動不足解消」のために運動を行う人が**増加**

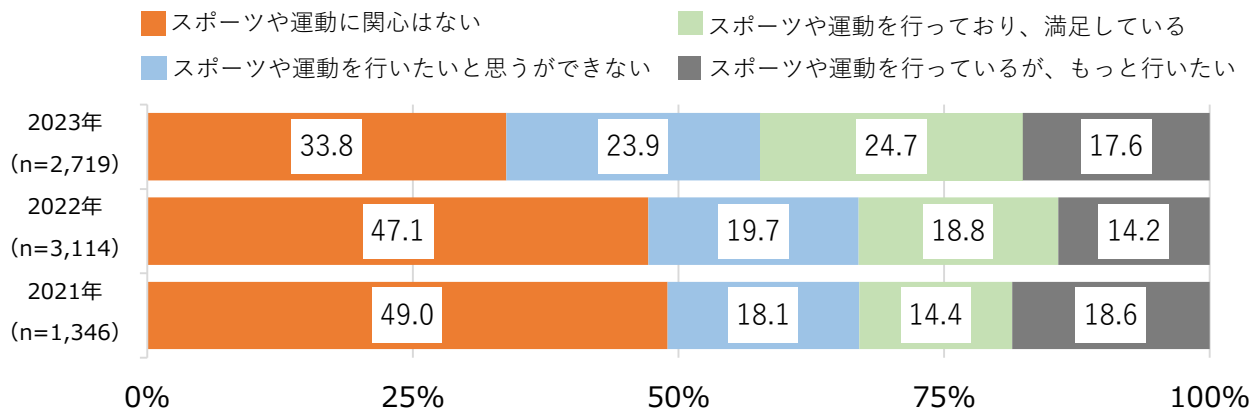
（４）スポーツ・運動を実施した場所

＊この1年間になんらかのスポーツ・運動を行ったと回答した方が対象
＊上位５項目を抜粋



「道路や遊歩道」「広場や公園」など、**屋外で運動を行う人が増加**

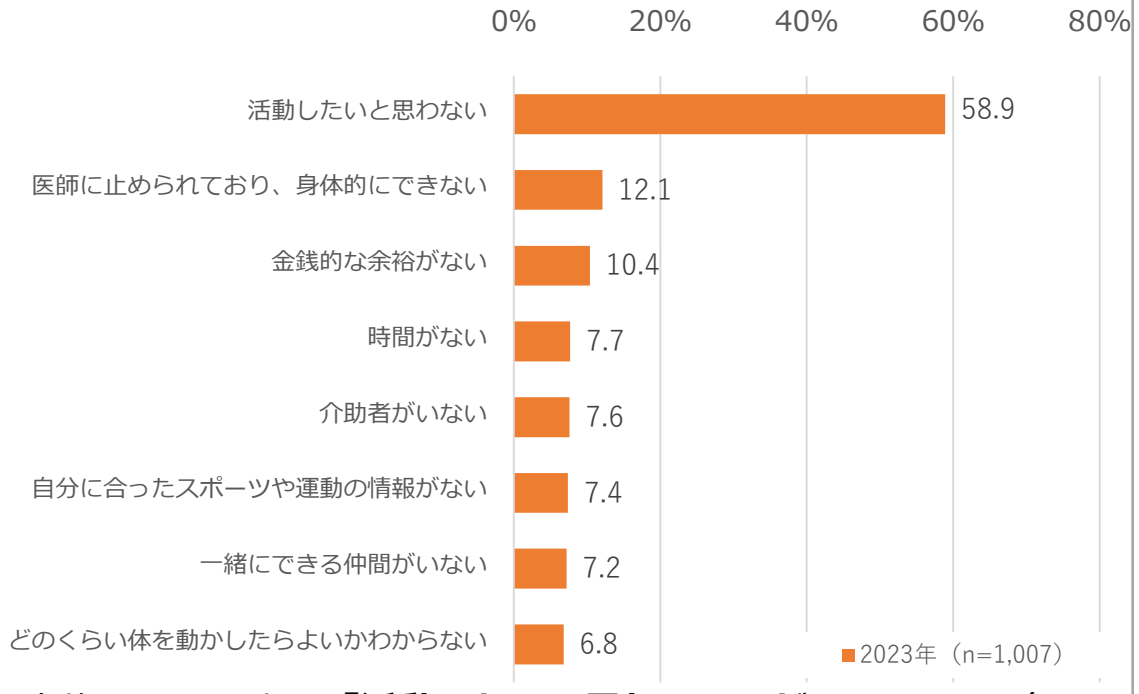
（５）スポーツ・運動の取組状況



スポーツや運動に**「関心がない」、「できない」人が全体の５割超**

（６）スポーツ・運動を実施しない理由

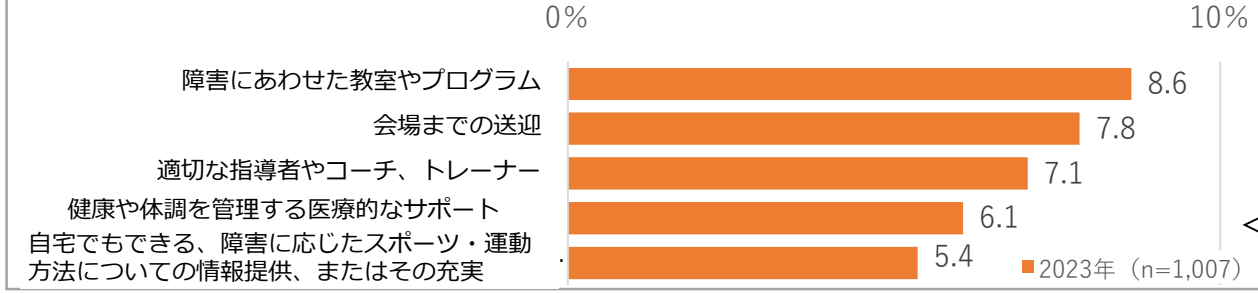
＊「この１年間にスポーツ・運動を実施しなかった方」が対象
＊上位8項目を抜粋（「その他」を除く）
＊前回調査と選択肢が異なるため単年度の結果のみ記載



実施しない理由は**「活動したいと思わない」が58.9%**で最多

（７）スポーツや運動を始めるきっかけとして必要な支援

＊「この１年間にスポーツ・運動を実施しなかった方」が対象
＊上位5項目を抜粋（「わからない」「特になし」を除く）
＊前回調査と選択肢が異なるため単年度の結果のみ記載



必要な支援は**「障害に合わせた教室やプログラム」が8.6%**で最多

＜今後の方向性＞

運動したい人が機会を逃さず取り組めるよう環境整備を進めるとともに、非実施者がスポーツに触れられる多様な機会を確保

（実施する取組の例）

- ▶ 都立特別支援学校でのスポーツ教室の実施、区市町村が実施するパラスポーツ振興事業に対する支援など、**身近な地域における場の確保**
- ▶ 福祉施設など**日常の居場所で継続的に運動に取り組める機会を充実**
- ▶ バーチャルスポーツや分身ロボット等のデジタル技術を活用し、心身上の様々な理由で**外出が困難な方や体を動かしづらい方、無関心層がスポーツに気軽に触れられる機会を拡充**