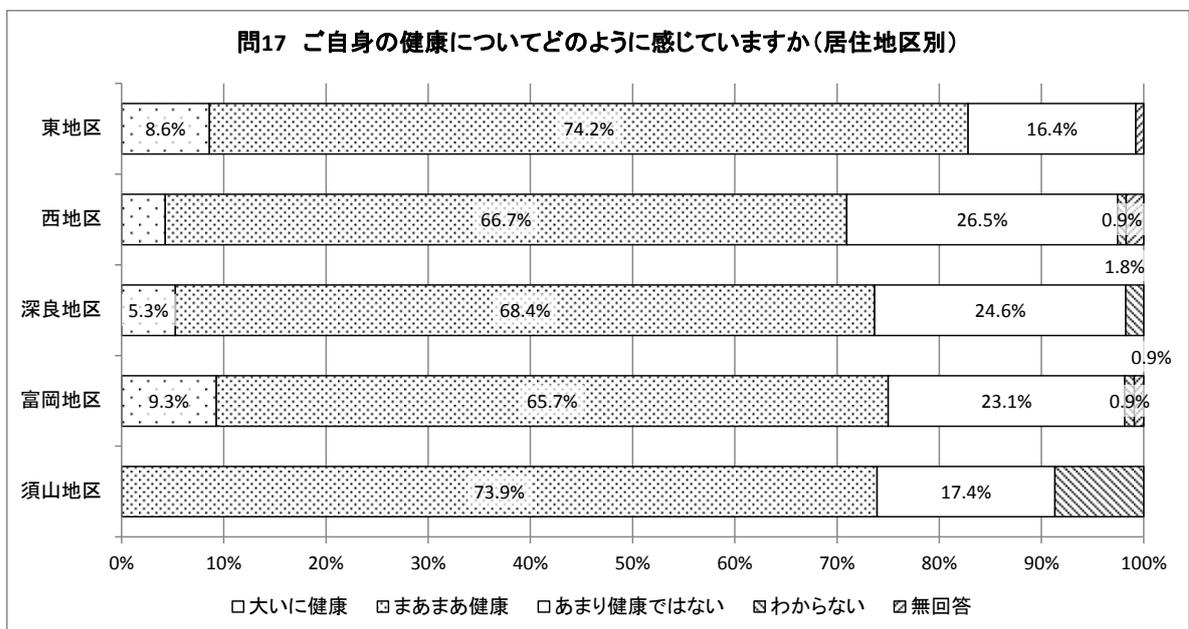
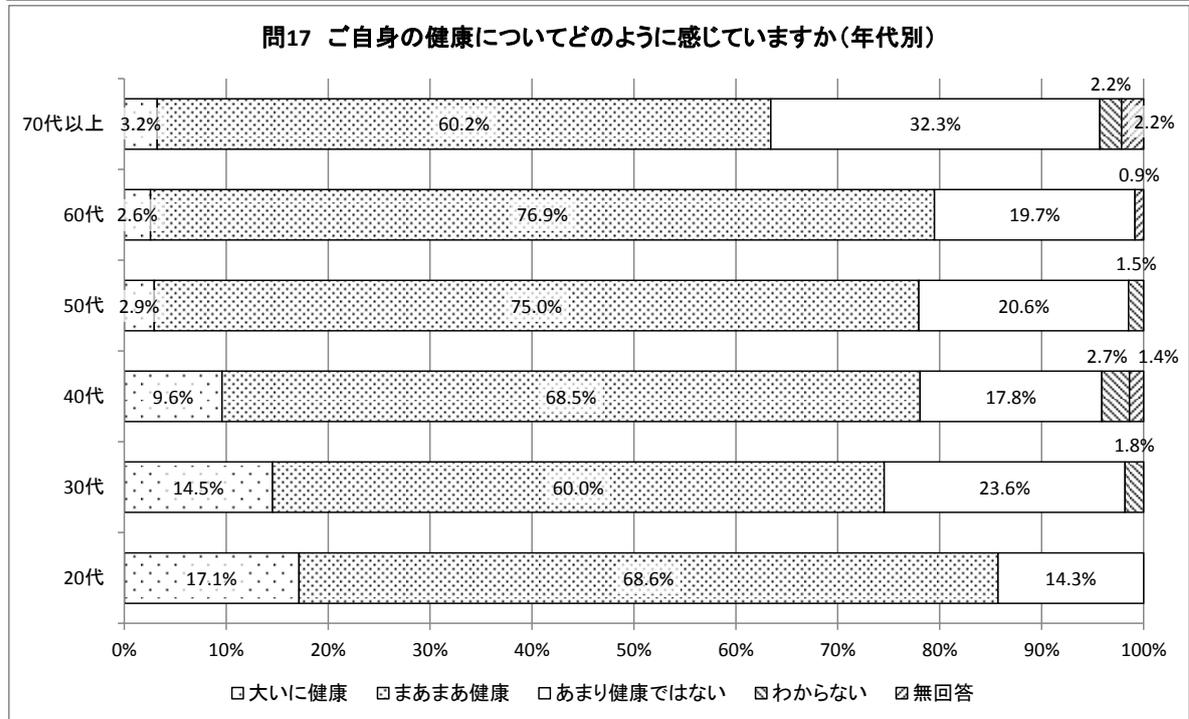
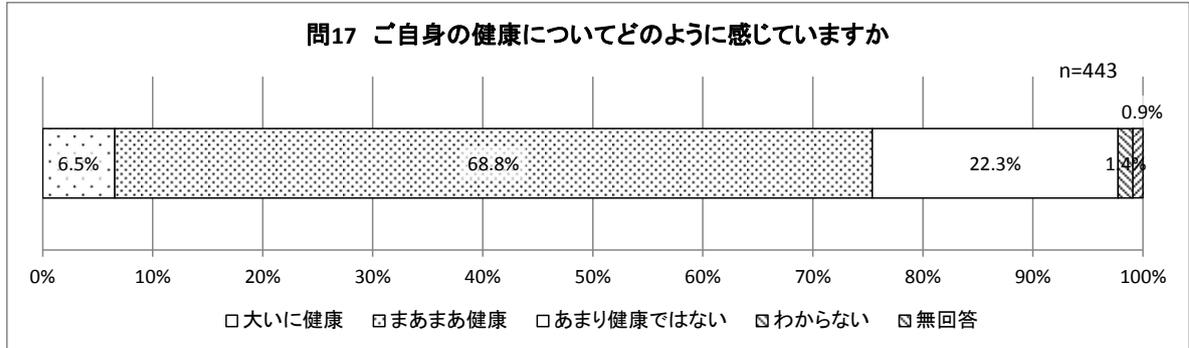


健康状態やスポーツ活動について

問 17 ご自身の健康についてどのように感じていますか

「大いに健康」、「まあまあ健康」を合わせて 75.3%となっている。「あまり健康ではない」は 22.3%である。

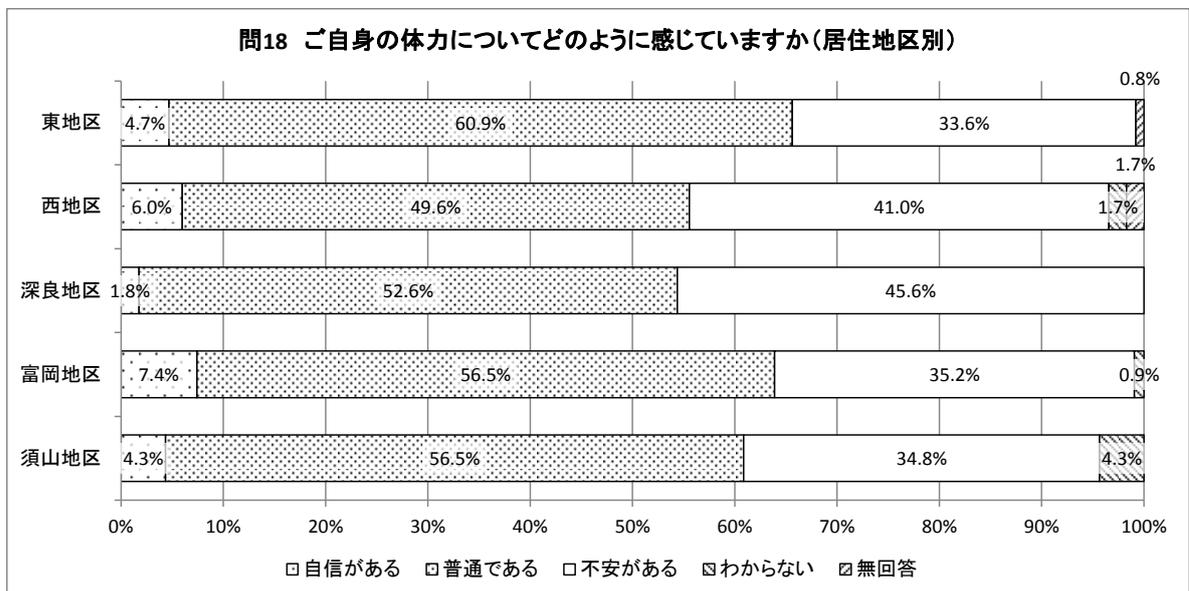
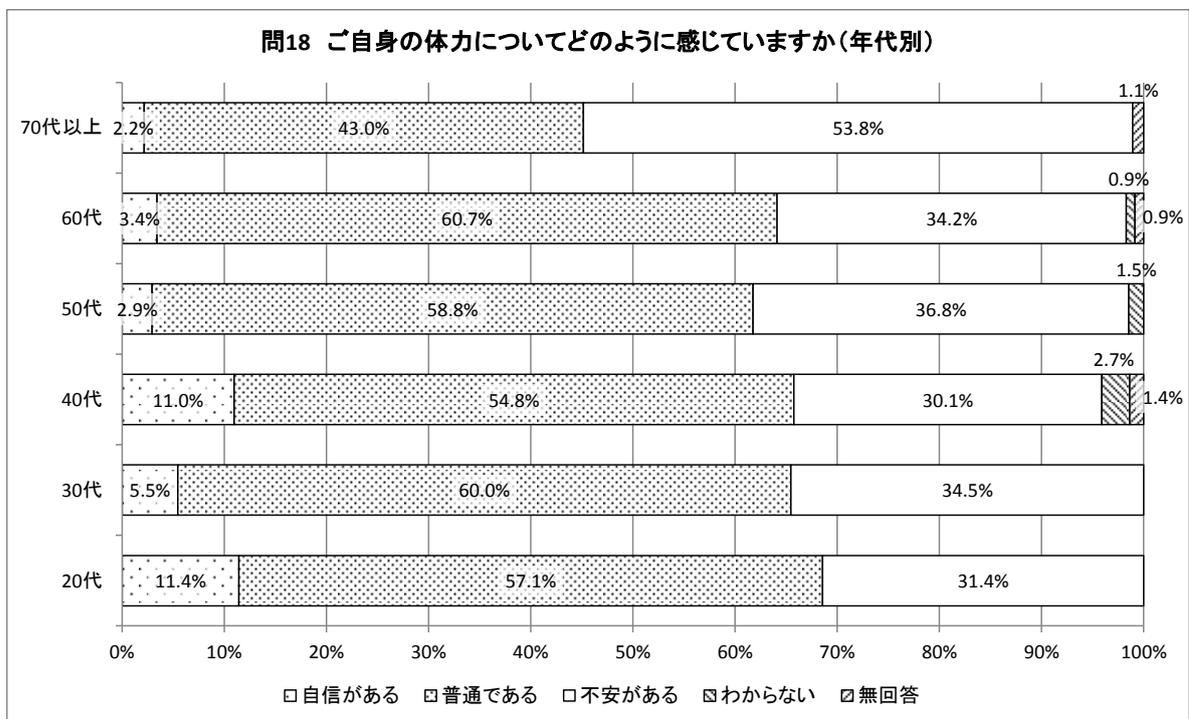
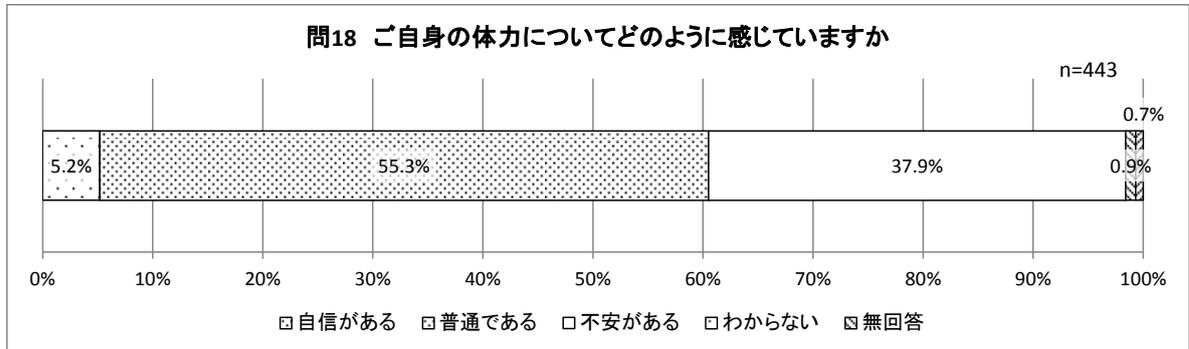
年代別にみると、年齢が若いほど「大いに健康」の割合が高くなり、逆に「あまり健康ではない」の割合が低くなる傾向を示している。



問 18 ご自身の体力についてどのように感じていますか

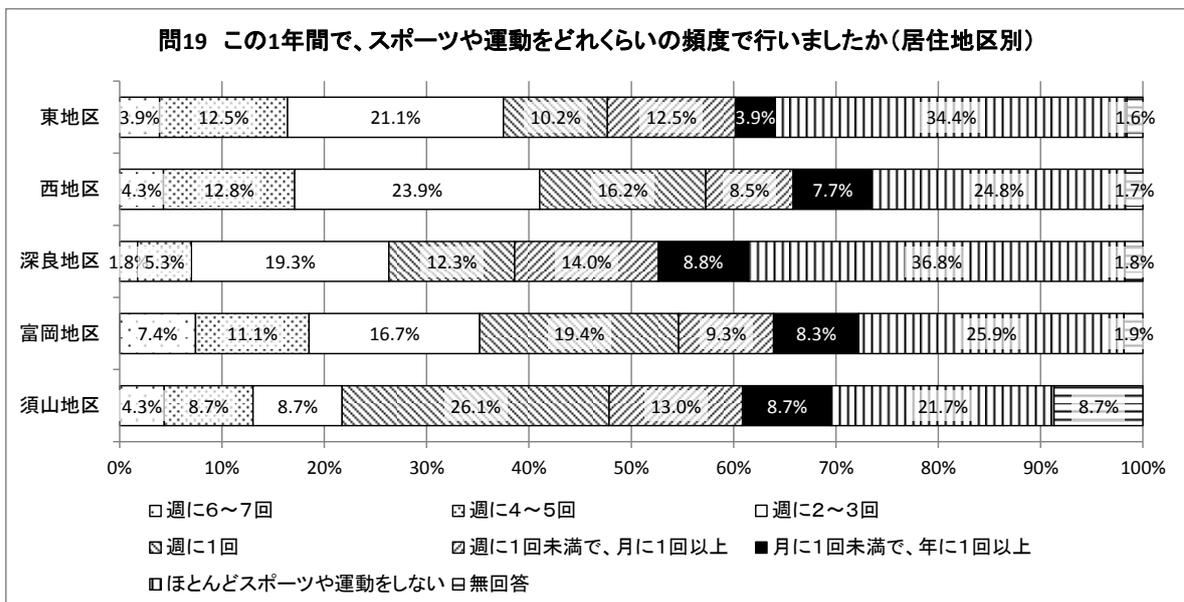
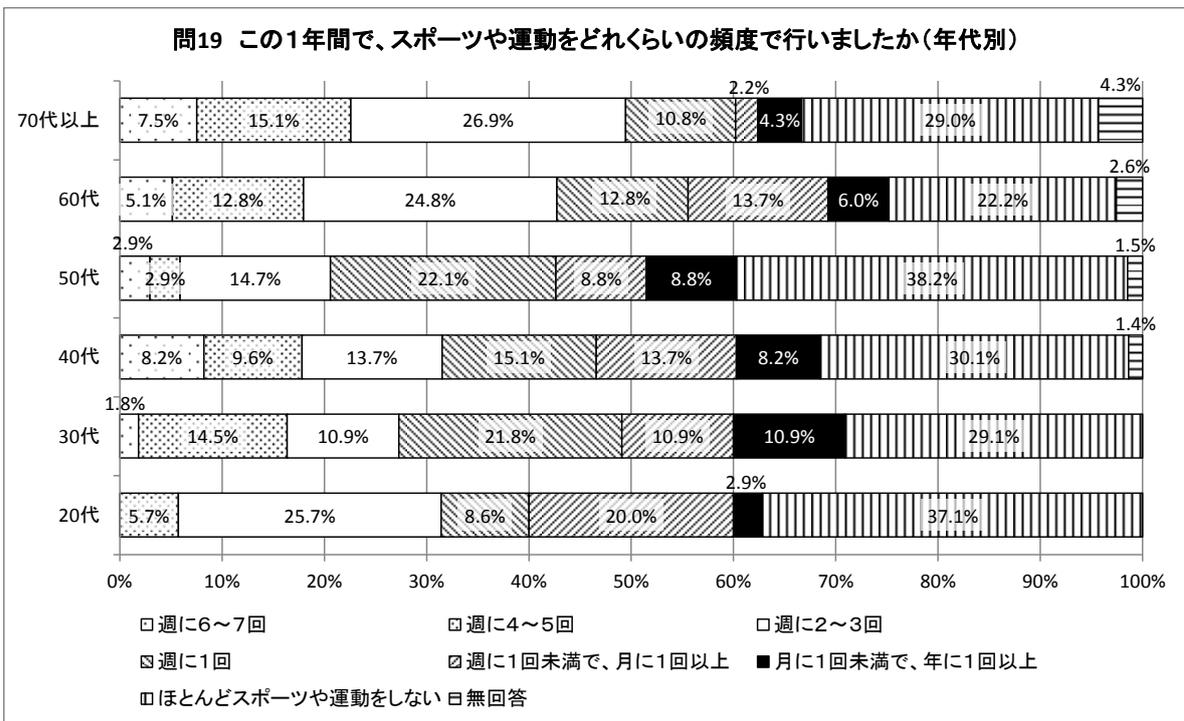
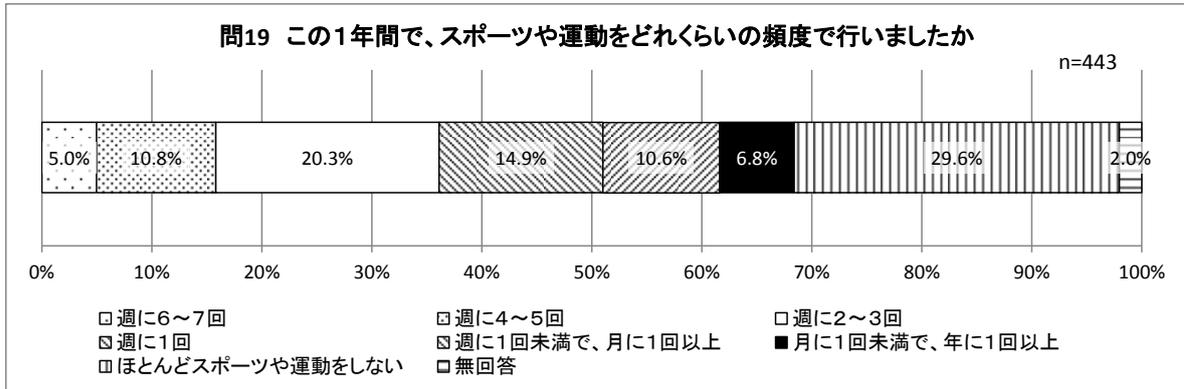
「普通である」が55.3%で最も割合が高く、次いで「不安がある」37.9%、「自信がある」5.2%となっている。

年代別にみると、年齢が若いほど「自信がある」の割合が高くなり、逆に「不安がある」の割合が低くなる傾向を示している。



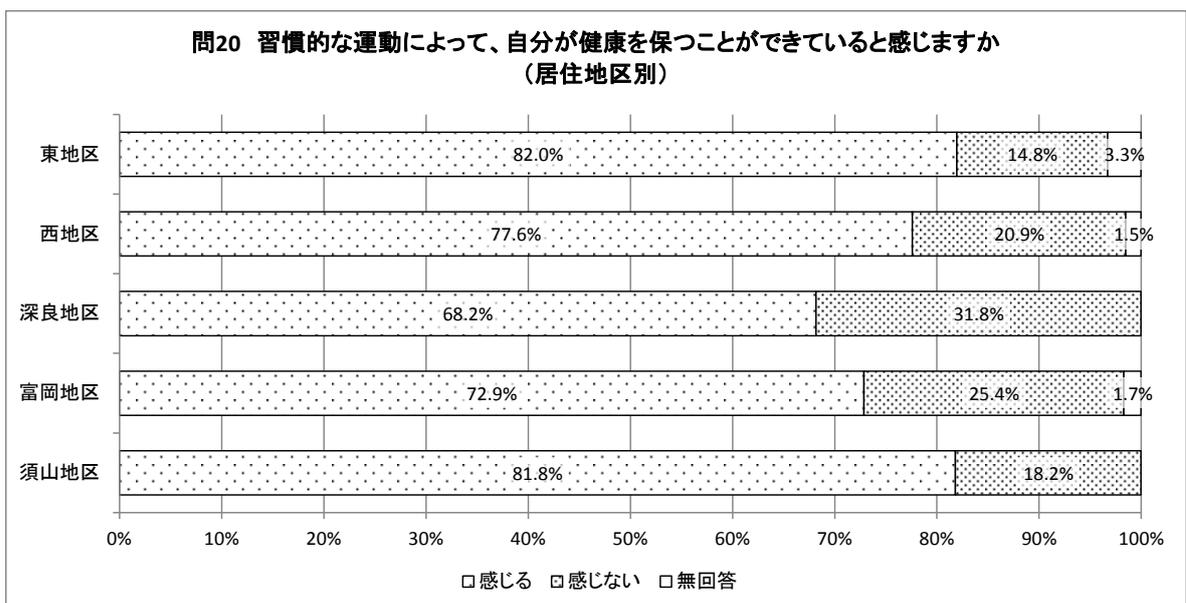
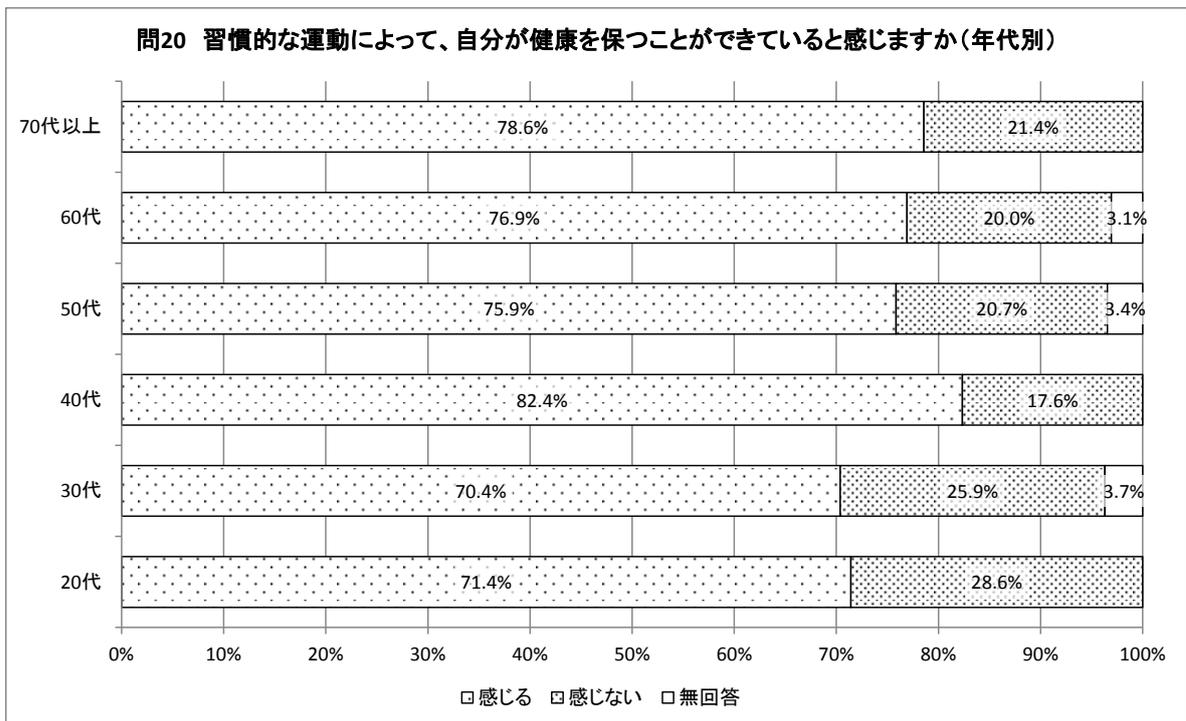
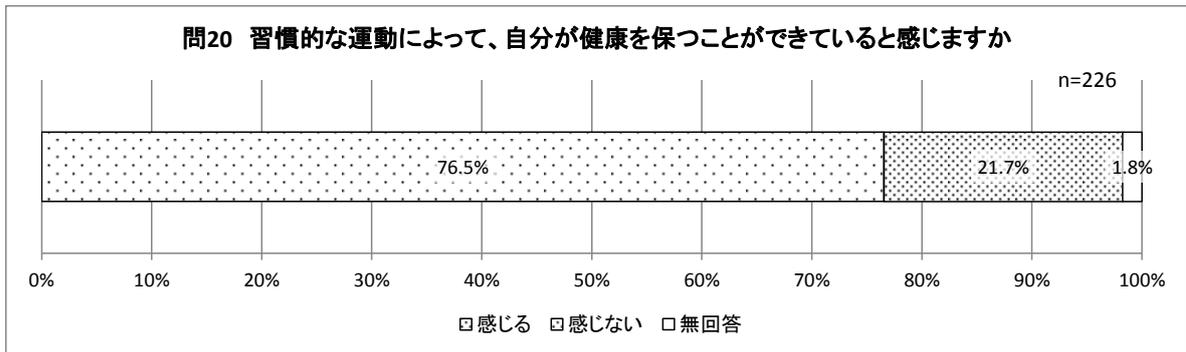
問 19 この1年間で、スポーツや運動をどれくらいの頻度で行いましたか

「ほとんどスポーツや運動をしない」が29.6%で最も割合が高く、次いで「週に2～3回」20.3%、「週に1回」14.9%となっている。半数以上が週1回以上の運動をしている。

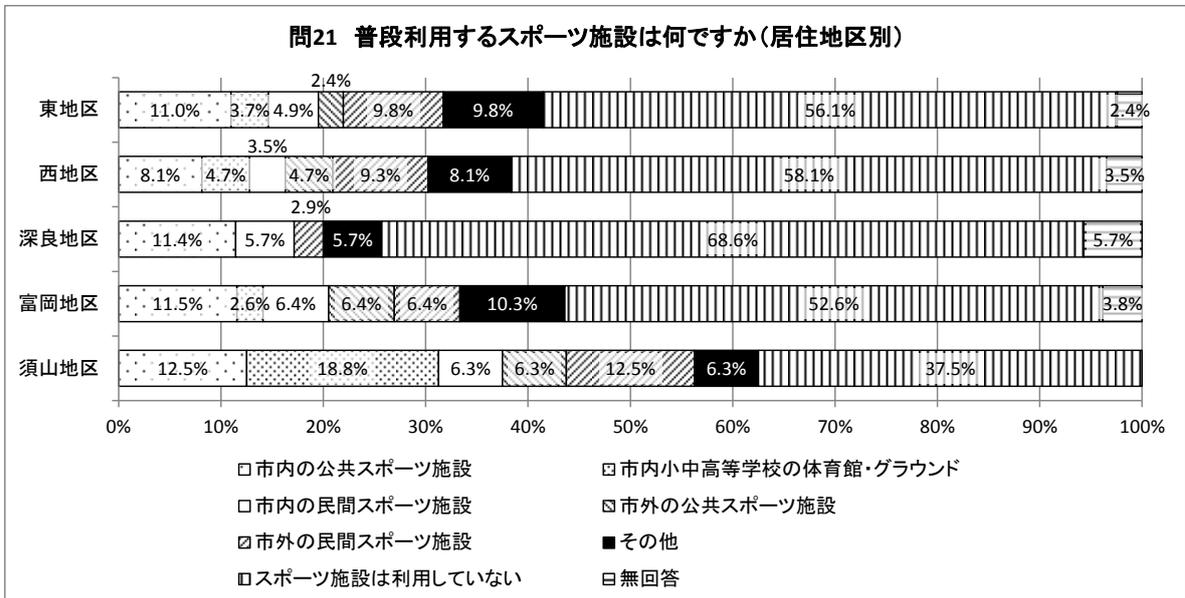
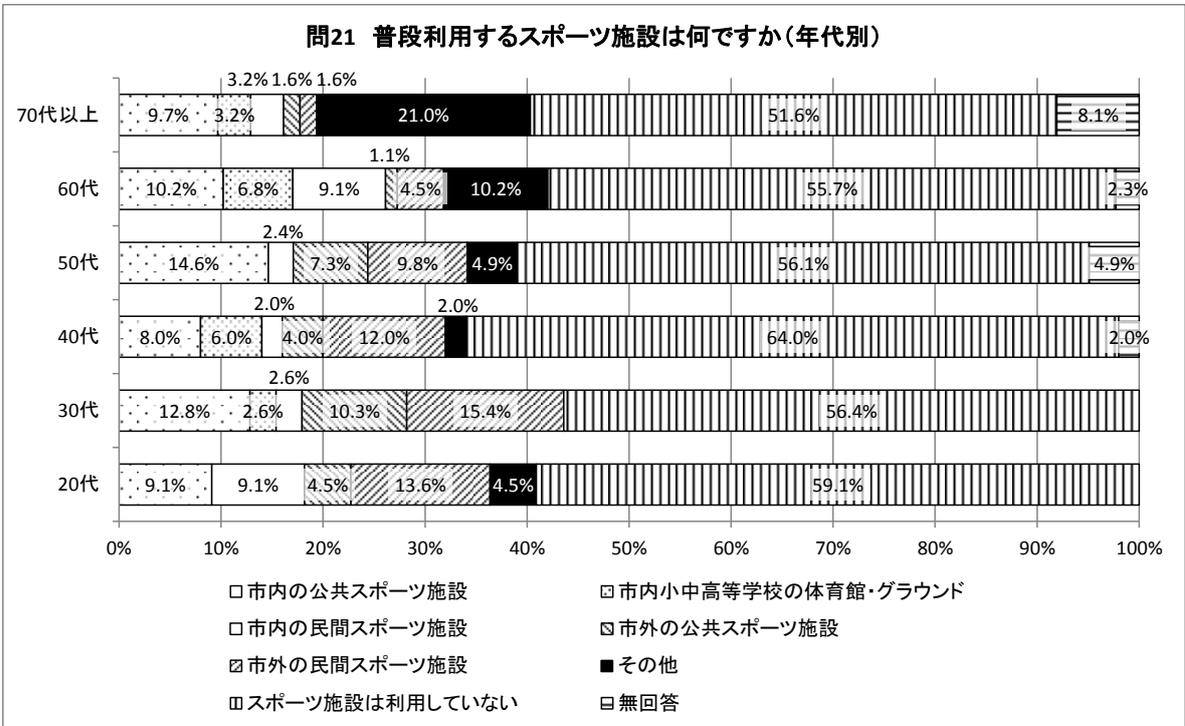
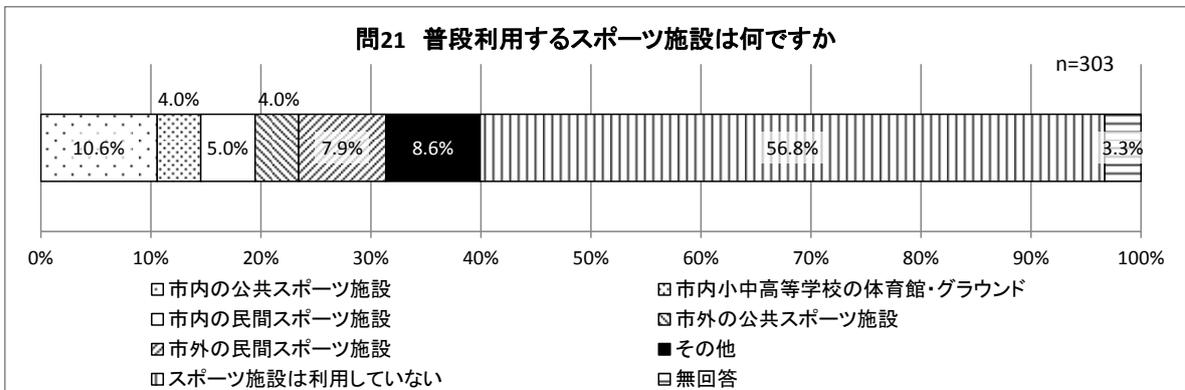


問 20 (問 19 で 1~4 を選んだ方) 習慣的な運動によって、自分が健康を保つことができていると感じますか

「感じる」が 76.5%、「感じない」が 21.7%である。



問 21 (問 19 で 1~6 を選んだ方) 普段利用するスポーツ施設は何ですか
「スポーツ施設は利用していない」が 56.8% で最も割合が高く、何らかの施設を使用している方は 40.1% である。利用する施設の中では、「市内の公共スポーツ施設」の割合が最も高くなっている。市内の施設の利用者は 19.6%、市外の施設の利用者は 11.9% となっている。



問 22 スポーツを頻繁に行うために、障害となっているものは何ですか

「仕事などで忙しく時間がない」が23.0%で最も割合が高く、次いで、「特に理由はない」が16.7%、「場所や施設が近くにない」が9.7%、「病気、高齢など身体的な理由」が9.5%となっている。

