

令和 5 年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」

- 20 歳以上の週 1 日以上スポーツ実施率は 52.0%（男性 54.7%、女性 49.4%）。
- 20 歳以上の年 1 日以上スポーツ実施率は 76.2%（男性 78.8%、女性 73.6%）。
- 20 歳以上の運動習慣者※の割合は 27.3%（男性 30.3%、女性 24.4%）。
- ※1 日 30 分以上の軽く汗をかく運動を週 2 日以上実施し、1 年以上継続している者。
- この 1 年間でスポーツを「する」「みる」「ささえる」のいずれかに参画した者の割合（スポーツに参画したは、87.8%（男性 89.9%、女性 85.7%）。
- 「する・みる・ささえる」すべてに参画した者（8.6%）は、
日常生活の充実感を感じている割合が高く（86.3%）、幸福感も比較的高い（7.7 点／10 点満点）。

詳細はスポーツ庁 HP からご覧ください。

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/chousa04/sports/1415963_00012.htm

