

# 西東京市 運動・スポーツに関する中学・高校生意識調査

運動やスポーツについて皆さんのお考えをお知らせください。

## ご記入にあたってのお願い

- この調査は、中学・高校生皆さんの運動やスポーツについてのお考えなどを調べるために西東京市が実施するものです。
- この調査は無記名で行う調査で、統計的な処理により分析を進めますので、皆さん個人のお考えなどが公表されることはありません。安心して答えてください。
- 回答は、あてはまるものを選んで番号に○をつけてください。回答の個数は、質問ごとに表示してあります。なお、「○はあてはまるもの全て」とある質問で、あてはまるものがなければ選ばなくても構いません。
- ただし、質問によっては、直接書き込んでいただくところもあります。

## はじめに、あなたご自身についておたずねします。

- あなたの性別を書いてください。  
（「男子」または「女子」と記入してください。）

- あなたは西東京市に住んでいますか。（○はひとつ）

- |         |          |
|---------|----------|
| 1 住んでいる | 2 住んでいない |
|---------|----------|

- 健康のために気をつけていることはありますか。（○はあてはまるもの全て）

- |                |                  |
|----------------|------------------|
| 1 規則正しい生活をする   | 5 健康についての情報を入手する |
| 2 食生活や栄養に気をつける | 6 その他            |
| 3 運動やスポーツをする   | [                |
| 4 休養・睡眠を十分にとる  | ]                |

- 普段、運動やスポーツの必要性を感じることはありますか。（○はひとつ）

- |           |           |
|-----------|-----------|
| 1 感じる     | 3 あまり感じない |
| 2 ある程度感じる | 4 感じない    |

## 1 あなたの運動やスポーツとの関わりについておたずねします。

- 問1 あなたは、小学校の頃、体育などで身体を動かすのが好きでしたか。（○はひとつ）

- |             |               |
|-------------|---------------|
| 1 とても好きだった  | 3 あまり好きではなかった |
| 2 まあまあ好きだった | 4 好きではなかった    |

問 2 今あなたは運動やスポーツが好きですか。(○はひとつ)

- |             |                |
|-------------|----------------|
| 1 とても好きだと思う | 3 あまり好きだとは思わない |
| 2 好きだと思う    | 4 好きだとは思わない    |

問 3 問 2 で 3 か 4 と回答された方におたずねします。それはなぜでしょうか。(○はあてはまるもの全て)

- |           |                       |
|-----------|-----------------------|
| 1 下手だから   | 5 お金がかかるから            |
| 2 面白くないから | 6 教えてくれる人がいないから       |
| 3 疲れるから   | 7 サークルなどでお荷物になるのが嫌だから |
| 4 面倒だから   | 8 その他 [ ]             |

問 4 あなたは学校の部活動で運動やスポーツをしていますか。(○はひとつ)

- |                   |
|-------------------|
| 1 している            |
| 2 以前はしていたが今はしていない |
| 3 していない           |

問 5 問 4 で 2 と回答した方におたずねします。それはなぜですか。(○はあてはまるもの全て)

- |                    |
|--------------------|
| 1 試合・大会での成績がよくなかった |
| 2 技術が上達しなかった       |
| 3 運動・スポーツが楽しくなかった  |
| 4 仲間と良い関係がつけられなかった |
| 5 その他 [ ]          |

問 6 あなたはスポーツ観戦をしますか。(○はあてはまるもの全て)

- |                                  |
|----------------------------------|
| 1 テレビなどでスポーツの観戦をすることがある          |
| 2 競技場などにでかけて観戦することがある            |
| 3 オリンピックやサッカーなど、国外でも観戦に出かけることがある |

問 7 あなたは、今の運動やスポーツをする時間・回数に満足していますか。(○はひとつ)

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1 とても満足している  | 3 あまり満足していない |
| 2 まあまあ満足している | 4 不満である      |

問 8 あなたが授業以外で普段している運動・スポーツは次のうちのどれでしょうか。(○はあてはまるもの全て)

【比較的軽い運動】

- 1 ウォーキング（散歩、犬の散歩を含む）
- 2 体操・ストレッチ・縄跳び（ラジオ体操、美容体操、エアロビクスを含む）
- 3 ヨガ・気功・太極拳
- 4 軽い球技（キャッチボール、円陣パス、ピンポン、ドッジボール、バドミントン、テニスなど）
- 5 ダンス（フォークダンス、ジャズダンス、社交ダンス、民謡での踊りを含む）
- 6 ボウリング
- 7 ゲートボール、グラウンドゴルフ
- 8 ランニング（ジョギング、マラソン）
- 9 軽い水泳
- 10 室内運動器具を使ってする運動
- 11 その他 [ ]

【比較的広域にわたるスポーツ】

- 1 スキー、スノーボード
- 2 海水浴（遊泳）
- 3 スケート
- 4 登山（クライミング、ボルダリングを含む）
- 5 キャンプ、オートキャンプ
- 6 ハイキング、ワンダーフォーゲル、オリエンテーリング
- 7 ボート、ヨット、ダイビング、サーフィンなど
- 8 ゴルフ
- 9 グライダー、ハンググライダー、スカイダイビング、パラグライダー
- 10 サイクリング、モータースポーツ、サイクルスポーツ
- 11 釣り
- 12 その他 [ ]

【競技的スポーツ】

- |                        |                   |          |
|------------------------|-------------------|----------|
| 1 陸上競技                 | 2 水泳競技            | 9 バレーボール |
| 3 柔道、剣道、空手、すもう、少林寺拳法など | 10 テニス、ソフトテニス     |          |
| 4 ボクシング、レスリング、キックボクシング | 11 バスケットボール       |          |
| 5 弓道、アーチェリー            | 12 バドミントン         |          |
| 6 野球                   | 13 卓球             |          |
| 7 サッカー、フットサル           | 14 その他の球技（ラグビーなど） |          |
| 8 ソフトボール               | 15 その他 [ ]        |          |

一つでも選択した人

一つも選択しなかった人

4 ページの問 9 に進んでください。

6 ページの問 18 に進んでください。

問 9 あなたが授業以外で運動やスポーツをする頻度はどの程度ですか。(○はひとつ)

- |            |            |
|------------|------------|
| 1 年に数回程度   | 4 週に3～5回程度 |
| 2 月に1～3回程度 | 5 ほぼ毎日     |
| 3 週に1～2回程度 |            |

問 10 あなたが運動やスポーツをする目的はどれですか。最も大切なものを選んでください。(○はひとつ)

- |                   |                |
|-------------------|----------------|
| 1 肥満防止や病気の予防のため   | 6 楽しいから、面白いから  |
| 2 健康維持・体力の向上のため   | 7 技能や能力を伸ばすため  |
| 3 運動不足の解消のため      | 8 気力や精神をきたえるため |
| 4 ストレスの解消や気晴らしのため | 9 その他          |
| 5 家族、友人・仲間との交流のため | [ ]            |

問 11 どんな所で運動やスポーツをしていますか。(○はあてはまるもの全て)

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1 公共のスポーツ施設 | 5 道路や遊歩道    |
| 2 民間のスポーツ施設 | 6 山・川・海・湖など |
| 3 学校の体育施設   | 7 自宅        |
| 4 広場や公園     | 8 その他 [ ]   |

問 12 次の市立施設を利用したことがありますか。(○はあてはまるもの全て)

- |                       |              |
|-----------------------|--------------|
| 1 スポーツセンター            | 7 芝久保運動場     |
| 2 南町スポーツ・文化交流センターきらっと | 8 健康広場       |
| 3 総合体育館               | 9 ひばりが丘運動場   |
| 4 武道場                 | 10 北原運動場     |
| 5 東町テニスコート            | 11 市民公園グラウンド |
| 6 芝久保第二運動場            | 12 向台運動場     |

問 13 次の公園や広場を運動やスポーツで利用していますか。(○はあてはまるもの全て)

- |              |             |
|--------------|-------------|
| 1 西東京いこいの森公園 | 6 谷戸せせらぎ公園  |
| 2 西原自然公園     | 7 都立武蔵野中央公園 |
| 3 田無市民公園     | 8 その他       |
| 4 文理台公園      | [ ]         |
| 5 都立小金井公園    | [ ]         |

問 14 あなたは現在、主として誰と一緒に運動やスポーツをしていますか。(○はひとつ)

- |                   |           |
|-------------------|-----------|
| 1 ひとりで            | 5 友人や知人と  |
| 2 学校の運動部・サークルで    | 6 家族と     |
| 3 会員制の民間スポーツ施設で   | 7 近隣の人たちと |
| 4 地域のスポーツチームや同好会で | 8 その他 [ ] |

問 15 あなたが、運動やスポーツを行うにあたって、指導者から指導を受けていますか。(○はひとつ)

- |         |          |
|---------|----------|
| 1 受けている | 2 受けていない |
|---------|----------|

問 16 あなたにとってどのようなスポーツ指導者が求められているとお考えですか。(○はひとつ)

- |   |
|---|
| 1 スポーツの楽しみ方やスポーツへの興味・関心がわくような指導ができる人            |
| 2 健康・体力づくりのための運動やスポーツの指導ができる人                   |
| 3 障害者や高齢者のスポーツの指導ができる人                          |
| 4 青少年のスポーツ活動を積極的に進めることができる人                     |
| 5 競技力向上のための高度な技術の指導ができる人                        |
| 6 スポーツイベント（大会や教室など）の企画や運営ができる人                  |
| 7 年間を通して定期的に指導ができる人                             |
| 8 いろいろなニュースポーツ（グラウンドゴルフ、キンボール、ソフトバレーなど）の指導ができる人 |
| 9 指導に関する資格を持っている人                               |
| 10 その他 [ ]                                      |

問 17 今していなくても、今後取り組んでみたい運動・スポーツがあれば、種目の名前などを具体的に記入してください。(ない場合は記入しなくてもかまいません。)

--

6ページの間21に進んでください。

## 2 気軽な運動やスポーツの機会についておたずねします。

問 18 あなたには、取組んでみたい運動・スポーツがありますか。もしあれば、運動・スポーツの名称などを教えてください。(ない場合は記入しなくてもかまいません。)

問 19 授業や部活動以外で、もっと楽しく気楽に身体を動かしたり汗をかいたりできる機会が必要だと思いませんか。(○はひとつ)

- |             |                |
|-------------|----------------|
| 1 とても必要だと思う | 3 あまり必要だとは思わない |
| 2 必要だと思う    | 4 必要だとは思わない    |

問 20 問 19 で 1 か 2 と回答した皆さんにおたずねします。それは、どうしてですか。(○はあてはまるもの全て)

- 1 健康のために運動やスポーツは必要だと思うから
  - 2 運動不足を解消したいから
  - 3 ストレスの解消や気晴らしをしたいから
  - 4 友人・仲間との交流をしたいから
  - 5 身体を動かすのは楽しいことだから
  - 6 肥満予防やダイエットをしたいから
  - 7 気力や精神をきたえたいから
  - 8 その他 [ ]

## 3 総合型地域スポーツクラブについておたずねします。

問 21 西東京市では、にしはらスポーツクラブ、ココスポ東伏見という 2 つの「総合型地域スポーツクラブ」が活動を始めています。

あなたは「総合型地域スポーツクラブ」についてご存知でしたか。(○は一つ)

- |         |            |        |
|---------|------------|--------|
| 1 知っている | 2 聞いたことがある | 3 知らない |
|---------|------------|--------|

### 「総合型地域スポーツクラブ」について

- 地域の人たちが誰でも個人単位で入ることができる。
- いろいろなスポーツを気軽に楽しむことができる。
- 地域の人たちが自ら運営する。
- 子どもからお年寄りまで参加できる。
- 初心者からトップレベルのスポーツ選手までスポーツを楽しむことができる。