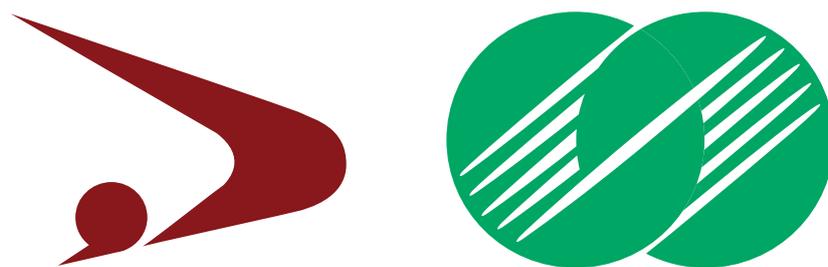


スポーツ立県あきた

秋田県観光文化スポーツ部スポーツ振興課委託事業

令和2年度 全県体力テスト・スポーツ実態調査 事業報告書



令和3年3月

秋田県スポーツ推進委員協議会

目 次

全県体力テスト・スポーツ実態調査～秋田県から委託を受けて～

秋田県スポーツ推進委員協議会 会 長 飯 坂 尚 登

令和2年度 全県スポーツ実態調査	(1)
依頼人数と回答者数.....	(2)
アンケート用紙.....	(3)～(6)
調査結果・分析	
【A】基本的な質問.....	(7)～(10)
【B】運動やスポーツにかかわる質問	
① 運動やスポーツを「する」ことについて	(11)～(19)
② スポーツを「みる」ことについて	(20)～(22)
③ スポーツを「ささえる」ことについて	(23)～(25)
④ 運動やスポーツ全般について	(26)～(29)
・秋田県のスポーツの現状についての自由記述	(30)～(34)
参考資料 一年齢別・市町村別回答一覧表.....	(35)
① 問7 年齢別スポーツ実施率	
問13(1) 運動・スポーツを実施した理由.....	(36)
② 問7 ア～キ 年間スポーツ実施率.....	(37)
③ 問7 ア～エ 週間スポーツ実施率.....	(38)
④ 問7 ク 運動・スポーツを1日も実施していない理由	
問13(2) 運動・スポーツを全く実施しなかった理由.....	(39)
⑤ 問21 1年間に運動・スポーツを「する」ことにかけた費用	(40)
⑥ 問22 1年間にスポーツを「みる」ことにかけた費用	(41)
⑦ 問23 1年間にスポーツを「ささえる」ことにかけた費用	(42)
⑧ 問24・26・27 市町村別各施策の認知度	(43)
⑨ 市町村別週間スポーツ実施率（週1日以上運動・スポーツを実施した人の割合）	(44)
全県体力テスト（令和元年度結果の再掲）	(45)
令和元年度 年齢別テストの結果—全国と秋田県との比較—	
・調査項目別.....	(46)～(49)
・合計点及び全国平均との比較.....	(50)
・総合評価.....	(51)
・ADL（日常生活活動テスト）の結果—全国と秋田県との比較—.....	(52)～(54)
ADL（日常生活活動テスト） 全国との比較.....	(55)
・新体力テスト テスト項目一覧.....	(56)
参考資料 「令和元年度全国」・「平成29年度～令和元年度秋田県」比較表	
① 項目別（平成29年度～令和元年度）	(57)～(62)
② 年齢別総合評価（令和元年度）	(63)～(64)
③ 年齢別ADL（日常生活活動テスト）—高齢者（65～79歳）—の結果 （平成29年度～令和元年度） ...	(65)～(67)

全県体力テスト・スポーツ実態調査～秋田県から委託を受けて～

秋田県スポーツ推進委員協議会
会長 飯坂尚登

今年度は新型コロナウイルスの影響をまともに受け、未だに猛威を奮っている状況下にあります。4月7日に東京都を中心とした地域に緊急事態宣言が出されると、同16日からは全国に拡大し、5月25日まで継続しました。

この間、経済や教育活動にまで自粛や制限が課せられ、多くの国民は「ステイホーム」と称して自宅待機を余儀なくされました。新型コロナウイルスの新規感染者数は統計では夏場にやや下降気味となりましたが、全国民が期待していた東京オリンピック・パラリンピックは1年延期され、また、プロ・アマ問わず多くのスポーツ大会が中止となりました。特に、3年間部活動に力を注いできた中学生・高校生にとっては非常に残念な年であったと思います。

本協議会の活動も大幅に縮小せざるを得ず、全県・東北・全国大会が中止されるとともに、地域での健康教室なども計画通りに開催できず、活動そのものが自粛を余儀なくされた一年でした。

今年度の「全県体力テスト」も感染防止のために中止せざるを得ませんでした。このような状況下にもかかわらず、「全県スポーツ実態調査」を実施できましたことは、県民の協力とスポーツ推進委員の努力の成果とっております。いろいろな意見がありましたが、平成25年度より実施している本調査を継続でき、責任を果たすことができたと感じております。

今年度、本県が65%以上を目指している「成人の週1日以上スポーツ実施率」が、昨年度の50.5%をさらに上回り、58.5%に達しました。今回の調査項目に「日常生活における15分以上の身体活動」を加えたこと、また、新型コロナウイルスの影響でステイホームを余儀なくされ、自宅で簡単にできる運動などで体を動かす機会が増えたことが要因として推測される一方、昨年度を下回った地域もあることから、今後の施策の参考になるものと思っております。

また、今後始めてみたいスポーツに関して、「登山」「キャンプ」「ゴルフ」「グラウンド・ゴルフ」など、アウトドアでの活動を希望する人が増えてきております。「登山」「ゴルフ」は気の合う仲間と、「キャンプ」は家族で、「グラウンド・ゴルフ」は老若男女と、環境を整備することで幅広く活動できるようになることが期待されます。今後も本調査結果がスポーツ振興の基礎データとして活用され、県及び市町村のスポーツ行政の一層の拡充につながればよいと考えております。

来年度は東北地区スポーツ推進委員研修会秋田県大会が大潟村を中心に男鹿潟上南秋地区で開催予定となっております。新型コロナウイルスの今後の影響が見通せない状況ではありますが、実行委員会を中心とした県内665人のスポーツ推進委員が協力して準備を進めてまいりたいと考えております。

令和 2 年 度

全 県 ス ポ ー ツ 実 態 調 査

依頼人数と回答者数

■依頼人数（市町村別）

No.	市町村名	男	女	合計
1	鹿角市	42	42	84
2	小坂町	24	24	48
3	大館市	96	96	192
4	北秋田市	42	42	84
5	上小阿仁村	24	24	48
6	能代市	72	72	144
7	三種町	24	24	48
8	八峰町	24	24	48
9	藤里町	24	24	48
10	男鹿市	36	36	72
11	潟上市	42	42	84
12	五城目町	24	24	48
13	八郎潟町	24	24	48
14	井川町	24	24	48
15	大潟村	24	24	48
16	秋田市	390	390	780
17	由利本荘市	108	108	216
18	にかほ市	36	36	72
19	大仙市	102	102	204
20	仙北市	36	36	72
21	美郷町	30	30	60
22	横手市	114	114	228
23	湯沢市	60	60	120
24	羽後町	24	24	48
25	東成瀬村	24	24	48
合計		1,470	1,470	2,940

■依頼人数（年代別）

年代別	男	女	合計
20代	245	245	490
30代	245	245	490
40代	245	245	490
50代	245	245	490
60代	245	245	490
70代	245	245	490
合計	1,470	1,470	2,940

■回答者数

年齢別	男	女	計	合計
20～24歳	121	124	245	558
25～29歳	153	160	313	
30～34歳	124	139	263	548
35～39歳	146	139	285	
40～44歳	158	154	312	624
45～49歳	153	159	312	
50～54歳	111	151	262	601
55～59歳	184	155	339	
60～64歳	170	166	336	606
65～69歳	132	138	270	
70～74歳	176	198	374	563
75～79歳	106	83	189	
合計	1,734	1,766	3,500	3,500

※年齢はすべて令和2年4月1日現在

※総依頼人数 2,940 人

※総回答者数 3,500 人

【B】運動やスポーツにかかわる質問

①運動やスポーツを「する」ことについておたずねします。

問7 この一年間に運動やスポーツを実施した日数を全部合わせると、何日くらいになりますか。この中から**1つだけ**お答えください。

- ア 週に5日以上（年251日以上）
- イ 週に3日以上（年151日～250日）
- ウ 週に2日以上（年101日～151日）
- エ 週に1日以上（年51日～100日）
- オ 月に1～3日（年12～50日）
- カ 3か月に1～2日（年4～11日）
- キ 年に1～3日
- ク 1日もしていない

問8 あなたが冬期間に行っている運動・スポーツの頻度は、春～秋に比べてどうですか。

- ア 春～秋より多い
- イ あまり変わらない・変わらない
- ウ 春～秋より少ない
- エ この一年間に1日も運動・スポーツをしていない

問9 あなたがこの一年間に行った運動やスポーツがあれば、右の【スポーツ一覧】を参考に全てお答えください。（複数回答可）

【日常生活における運動】

①

【身近で手軽な運動】

② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧

【球技】

⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯
⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔

【武道・格闘技・射的スポーツなど】

㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚

【ダンス】

【山岳スポーツ】

㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟

【ウォータースポーツ】

㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵

【スカイスポーツ】 【ウィンタースポーツ】

㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺

【その他】

↓障害者スポーツの場合は、その競技名を記入してください。
㊻ ()

㊼その他 ()

問10 この一年間の平日(勤務のある日)、あなたは次のどの時間帯に運動やスポーツをしましたか。

- ア 早朝（5:00～9:00） (複数回答可)
- イ 午前（9:00～12:00）
- ウ 昼間（12:00～15:00）
- エ 夕方（15:00～18:00）
- オ 夜間（18:00～21:00）
- カ 深夜（21:00以降）
- キ 平日には運動やスポーツをしていない

問11 この一年間の休日(勤務のない日)、あなたは次のどの時間帯に運動やスポーツをしましたか。

- ア 早朝（5:00～9:00） (複数回答可)
- イ 午前（9:00～12:00）
- ウ 昼間（12:00～15:00）
- エ 夕方（15:00～18:00）
- オ 夜間（18:00～21:00）
- カ 深夜（21:00以降）
- キ 休日には運動やスポーツをしていない

本調査では、「体力向上や健康増進を目的とした意図的に行う身体活動」や「日常生活における15分以上の身体活動」を「運動・スポーツ」と定義しており、競技としてのスポーツのほか、**生活行動や家事等における身体活動もスポーツ一覧として示しています。**

■日常生活における運動	
①	日常生活における15分以上の身体活動 (立位での作業、歩行、走行、荷物の移動等)
■身近で手軽な運動	
②	ウォーキング (徒歩通勤や徒歩通学、買い物等を含む、散歩、ぶらぶら歩き、ペットの散歩、階段昇降などを含む)
③	ランニング (ジョギング、ランニングマシン、マラソン、駅伝など)
④	陸上競技
⑤	自転車 (自転車通勤、自転車通学、BMXを含む) サイクリング、ローラースケート、インラインスケート、一輪車など
⑥	体操 (ラジオ体操、職場体操、美容体操、ヨガ、エアロビクス、バレエ、ピラティスなど) 器械体操、新体操、トランポリン トレーニング (筋力トレーニング、室内運動器具を使ってする運動など)
⑦	用具を使ってする運動(縄跳び、ボール遊び、フラフープなど)
⑧	水泳 (水中歩行、競泳、遊泳、水球、飛び込み、シンクロサイズドスイミング、アクアエクササイズ、水中ウォーキングなど)
■球技	
⑨	野球(硬式・軟式等)、ソフトボール
⑩	キャッチボール
⑪	サッカー、フットサル
⑫	バスケットボール、ポートボール
⑬	ハレーボール、ビーチバレー、ソフトバレー、8人制バレー
⑭	ラグビー (7人制ラグビー、タグラグビー、アメリカンフットボールなど)
⑮	テニス、ソフトテニス
⑯	ミニテニス、バウンドテニス
⑰	バドミントン
⑱	卓球、ラージボール卓球
⑲	ボウリング
⑳	ゴルフ(コースでのラウンド、練習場、シミュレーションゴルフなど)
㉑	グラウンドゴルフ、パークゴルフ、マレットゴルフ、スナックゴルフ、ディスクゴルフ、パターゴルフなど
㉒	ゲートボール
㉓	グラウンドホッケー、ラクロス、その他屋外球技
㉔	ハンドボール、ドッジボール、その他の屋内球技
■武道・格闘技・射的スポーツなど	
㉕	柔道、剣道、相撲、なぎなた、居合道
㉖	空手、少林拳法、合気道、銃剣道、テコンドー
㉗	弓道、アーチェリー、スポーツ吹矢、ダーツ、射撃、クレー射撃など
㉘	格闘技(ボクシング、レスリングなど)
㉙	太極拳(各種中国武術などを含む)
㉚	フェンシング
■ダンス	
㉛	ダンス(社交ダンス、ヒップホップダンス、フォークダンス、ジャズダンス、フラダンスなど) チアリーディング、バントワリング
㉜	民謡踊り(伝統舞踊など)
■山岳スポーツ	
㉝	登山(クライミング、ボルダリング、フリークライミング、トレッキング、トレイルランニング、ロッククライミングなど)
㉞	キャンプ、オートキャンプ
㉟	ハイキング、ワンダーフォーゲル、オリエンテーリング
■ウォータースポーツ	
㊱	ボート、ヨット、ボードセーリング、漕艇、カヌー、カヤック、ラフティングなど
㊲	スクーバダイビング、スキンドайビング、フリーダイビング、シュノーケリング
㊳	サーフィン、ホディーボード、ボードセーリング、ウインドサーフィン
㊴	モーターボート、水上バイク、水上スキー、ウエイクボード、ジェットスキー
㊵	釣り
■スカイスポーツ	
㊶	グライダー、ハンググライダー、パラグライダー
㊷	スカイダイビング、バンジージャンプ
■ウィンタースポーツ	
㊸	スキー(アルペン、クロスカントリー、ジャンプ) スノーボード、スノーシュー
㊹	アイススケート、アイスホッケー、カーリング
㊺	スノーモービル、スノースケート
■その他	
㊻	乗馬、ニュースポーツ レクリエーションスポーツ(ティーボール、フライングディスク、インディアカ、スポーツチャンバラ、ユニカール、アルティメット、キンボール、シャフルボード、ベタンク、綱引きなど) 障害者スポーツ(競技名:)
㊼	その他 ()

問12 この一年間に、あなたが運動やスポーツをした場所をお答えください。(複数回答可)

- ア 公共体育・スポーツ施設 イ 学校体育施設
- ウ 民間商業インドア施設(フィットネスクラブ、ジム等)
- エ 民間商業アウトドア施設(レジャープール、スキー場、ゴルフ場等)
- オ 自宅または自宅敷地内 カ 職場または職場敷地内
- キ 公園 ク 公民館 ケ 空き地 コ 道路 サ 山岳・森林・海・湖・川等の自然環境
- シ その他()

問13 この一年間に運動やスポーツをした理由やしなかった理由についておたずねします。この1年間に一度でも運動やスポーツをした人は(1)だけに、全く運動やスポーツをしなかった人は(2)だけにお答えください。

(問13は、いずれか一方だけお答えください。)

(1) この一年間に一度でも「運動やスポーツをした理由」として当てはまるものをお答えください。

(複数回答可)

- ア 健康のため イ 体力増進・維持のため ウ 楽しみ、気晴らしとして
- エ 運動不足を感じるから オ 精神の修養や訓練のため カ 自己の記録や能力を向上させるため
- キ 家族のふれあいとして ク 友人・仲間との交流として ケ 美容のため
- コ 肥満解消・ダイエットのため サ その他()

(2) この一年間に全く「運動やスポーツをしなかった理由」として当てはまるものをお答えください。

(「セ」以外は複数回答可)

- ア 仕事や家事が忙しいから イ 子どもに手がかかるから ウ 病気やけがなどの体の不調のため
- エ 年をとったから オ 場所や施設がないから カ 仲間がいないから
- キ 指導者がいないから ク お金に余裕がないから ケ 運動・スポーツが嫌いだから
- コ 面倒くさいから サ 運動・スポーツ以上に大切なことがあるから シ 生活や仕事で体を動かしているから
- ス 必要性を感じないから セ 特に理由はない ソ その他()

問14 今後あなたが始めてみたい運動やスポーツがありますか。

- ア ある イ ない

1 → ※ 前ページの【スポーツ一覧】の①～⑯の番号でお答えください。(複数回答可)

②スポーツを「みる」ことについておたずねします。

問15 この一年間に「会場で」観戦した、スポーツイベント(試合、大会、地域や学校の行事など)についておたずねします。

(1) この一年間に観戦したスポーツイベントは、次のどれに当てはまりますか。(複数回答可)

- ア プロスポーツ イ 社会人のスポーツ ウ 高校生・大学生のスポーツ
- エ 小・中学生のスポーツ オ 障害者のスポーツ カ 高齢者のスポーツ キ 会場では見ていない

(2) この一年間に観戦したスポーツイベントの規模は、次のどれに当てはまりますか。(複数回答可)

- ア 国際規模 イ 全国規模 ウ 東日本・東北規模 エ 全県規模
- オ 郡市町村規模 カ 地域・町内規模 キ 会場では見ていない

(3) この一年間に観戦したスポーツイベントは、どこで行われたものですか。(複数回答可)

- ア 居住している市町村 イ 県内(アを除く) ウ 県外 エ 会場では見ていない

問16 この一年間に、メディア(テレビ、ラジオ、新聞、インターネットなど)を通じて、興味をもってスポーツを見たり情報を得たりした頻度はどれくらいになりますか。※生中継だけでなく、録画放送やニュースなどのように後で配信されたものなども含みます。

- ア 週に5日以上 イ 週に3～4日程度 ウ 週に2日 エ 週に1日
- オ 月に1～3日程度 カ 3か月に1～2日程度 キ 年に1～3日程度 ク メディアを通じては見ていない

問17 今後あなたが「会場で」見てみたいスポーツはありますか。

- ア ある イ ない

1 → ※ 前ページの【スポーツ一覧】の①～⑯の番号でお答えください。(複数回答可)

③スポーツを「ささえる」ことについておたずねします。

問18 この一年間に、スポーツイベント（試合、大会、地域や学校の行事など）でボランティア等をしたことがありますか。
ア ある **イ** ない

「ボランティア等」とは
 指導的 関わり：指導者や審判員という立場からの関わり
 応援・運営的 関わり：サポーターやボランティアスタッフという立場からの関わり
 組織維持的 関わり：各スポーツチームや総合型地域スポーツクラブ等の代表、経営者という立場からの関わり
 援助的 関わり：スポーツ用品の提供や寄付・募金等の関わり
 などが考えられます。

- (1) この一年間にボランティア等をしたスポーツイベントは、次のどれに当てはまりますか。（複数回答可）
ア プロスポーツ **イ** 社会人のスポーツ **ウ** 高校生・大学生のスポーツ
エ 小・中学生のスポーツ **オ** 障害者のスポーツ **カ** 高齢者のスポーツ **キ** ボランティアをしていない
- (2) この一年間にボランティア等をしたスポーツイベントの規模は、次のどれに当てはまりますか。（複数回答可）
ア 国際規模 **イ** 全国規模 **ウ** 東日本・東北規模 **エ** 全県規模
オ 郡市町村規模 **カ** 地域・町内規模 **キ** ボランティアをしていない
- (3) この一年間にボランティア等をしたスポーツイベントは、どこで行われたものですか。（複数回答可）
ア 居住している市町村 **イ** 県内（アを除く） **ウ** 県外 **エ** ボランティアをしていない

問19 今後、スポーツイベント（試合、大会、地域や学校の行事など）のボランティア等をしてみたいと思いますか。
ア 思う **イ** 思わない

問20 スポーツボランティア等を募集している組織や団体を知っていますか。
ア 知っている **イ** 知らない

④運動やスポーツ全般についておたずねします。

問21 この一年間に、運動やスポーツを「する」ことにどれくらい出費しましたか。（交通費、施設使用料、大会参加料、用具、ウェア代など）
ア 出費していない **イ** 1万円未満 **ウ** 1万円以上～5万円未満
エ 5万円以上～10万円未満 **オ** 10万円以上

問22 この一年間に、スポーツを「みる」ことにどれくらい出費しましたか。（交通費、観戦チケット代、プログラム代など）
ア 出費していない **イ** 1万円未満 **ウ** 1万円以上～5万円未満
エ 5万円以上～10万円未満 **オ** 10万円以上

問23 この一年間に、スポーツを「ささえる」ことにどれくらい出費しましたか。（交通費、必要経費、大会出場のための寄付や募金など）
ア 出費していない **イ** 1万円未満 **ウ** 1万円以上～5万円未満
エ 5万円以上～10万円未満 **オ** 10万円以上

問24 あなたが住んでいる市町村や地域にある総合型地域スポーツクラブを知っていますか。
ア 知っている **イ** 知らない

問25 あなたは、総合型地域スポーツクラブに加入していますか。
ア 加入している **イ** 加入していない

問26 秋田県が「健康寿命日本一」を目指し、さまざまな取組をしていることを知っていますか。
ア 知っている **イ** 知らない

問27 秋田県が「成人の週1回以上のスポーツ実施率が3人に2人（65%程度）」を目指していることを知っていますか。
ア 知っている **イ** 知らない

問28 秋田県のスポーツの現状について感じていることを下のア～ケの中から選んで、ご意見をお聞かせください。
ア プロスポーツについて **イ** 社会人のスポーツについて **ウ** 大学生のスポーツについて
エ 高校生のスポーツについて **オ** 中学生のスポーツについて **カ** スポーツ少年団について
キ 障害者のスポーツについて **ク** 高齢者のスポーツについて **ケ** その他

記号	ご意見（複数のご意見がある場合は箇条書きにしてください。）

お答えいただいたアンケート結果は、統計・処理を行うためのみに使用し、調査以外の目的に使用することはありません。ご協力ありがとうございました。

【以下、スポーツ推進委員が記入】

調査担当名	
-------	--

※調査票の回収時に確認をお願いします。確認後、□の中に入力してください。

- 本調査における「運動・スポーツ」の定義について説明した。
 問1～問28のすべてに回答しているか確認した。

調査受託団体：秋田県スポーツ推進委員協議会 電話番号 018-864-6225

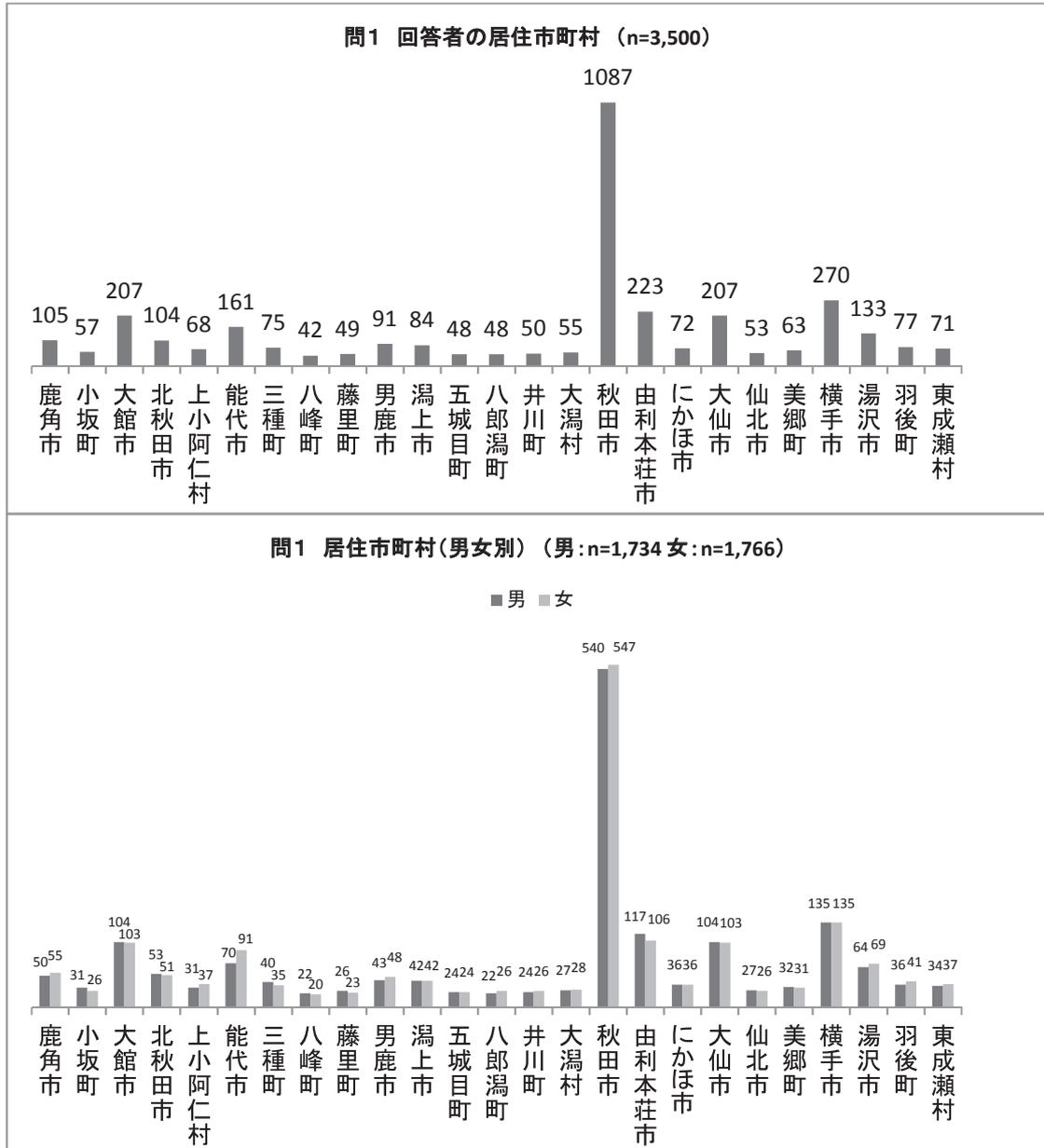
【A】基本的な質問

(回答者の居住市町村)

問1 あなたがお住まいの市町村をお答えください。

市町村名【

】



- ・回答者数は、男子1,734人、女子1,766人の合計3,500人である。
- ・各市町村とも、男女の回答者数は概ね同数である。
- ・県内25市町村のうち、秋田市からの回答者数が最も多い。

注 1 本調査では、各市町村の平成30年10月の成人(20歳以上)の人口の約0.3%にあたる数を算出し、12区分(20歳代~70歳代の男女)の調査依頼数を決定しています。

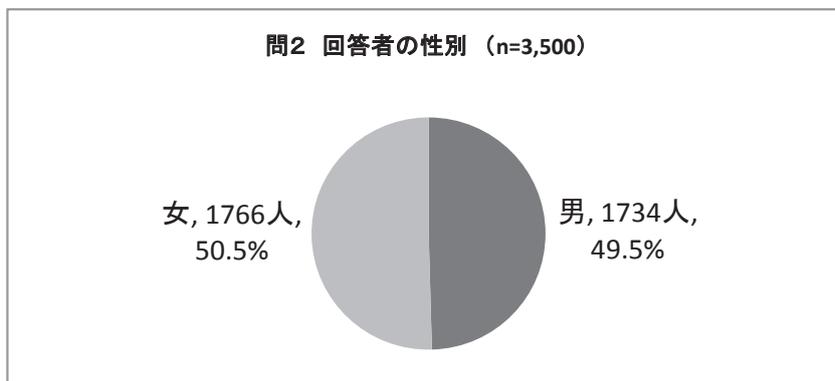
注 2 ただし、12区分の最低調査依頼数は4人とし、1区分が4人未満となる市町村については各区分4人ずつ依頼しています。

(回答者の性別)

問2 あなたの性別をお答えください。

ア 男

イ 女



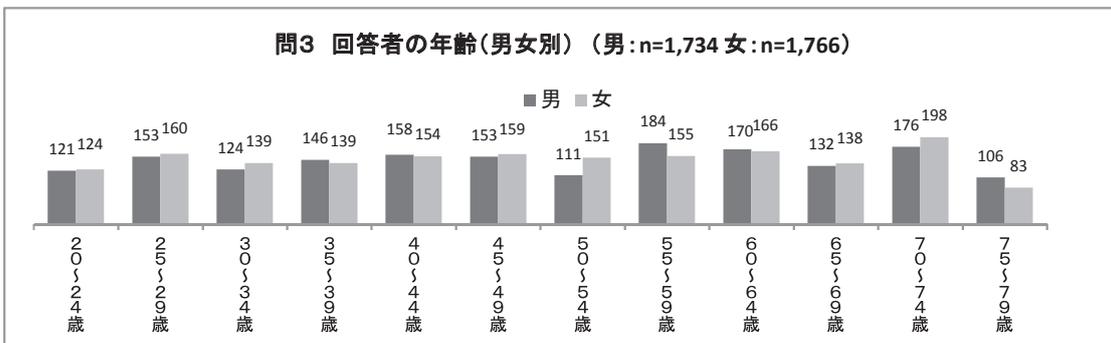
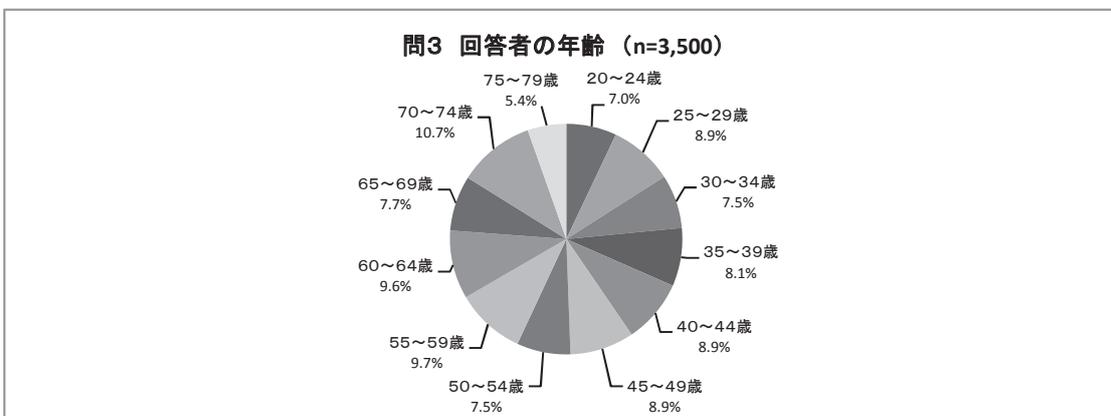
・回答者の性別は、男子1,734人(49.5%)、女子1,766人(50.5%)でほぼ同数である。

(回答者の年齢)

問3 あなたの年齢をお答えください。(令和2年4月1日現在)

ア 20～24歳
 ウ 30～34歳
 オ 40～44歳
 キ 50～54歳
 ケ 60～64歳
 サ 70～74歳

イ 25～29歳
 エ 35～39歳
 カ 45～49歳
 ク 55～59歳
 コ 65～69歳
 シ 75～79歳

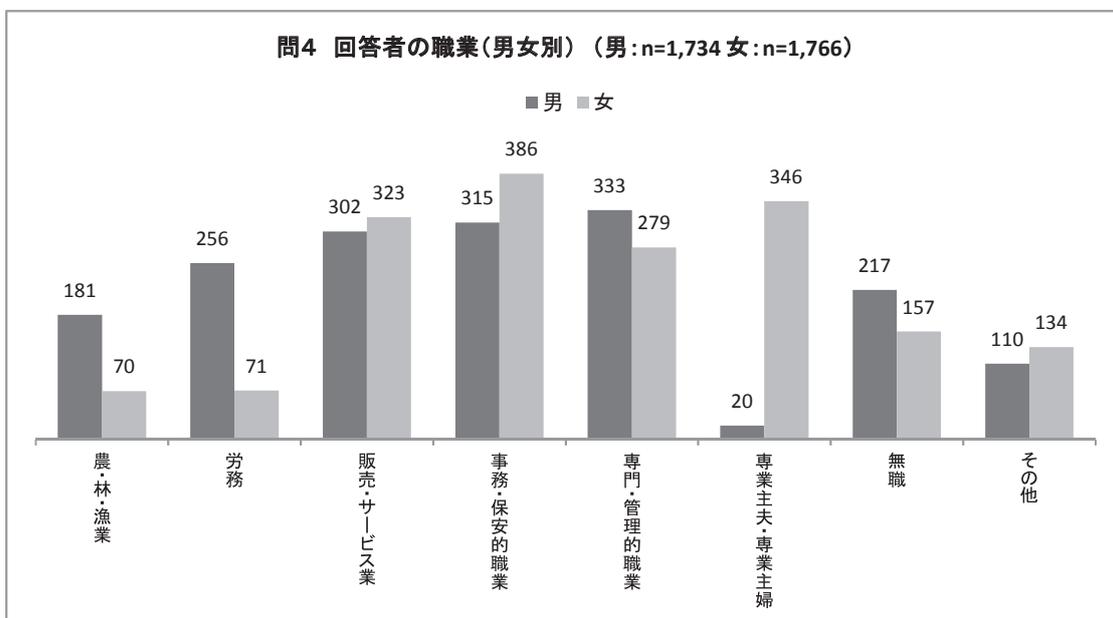
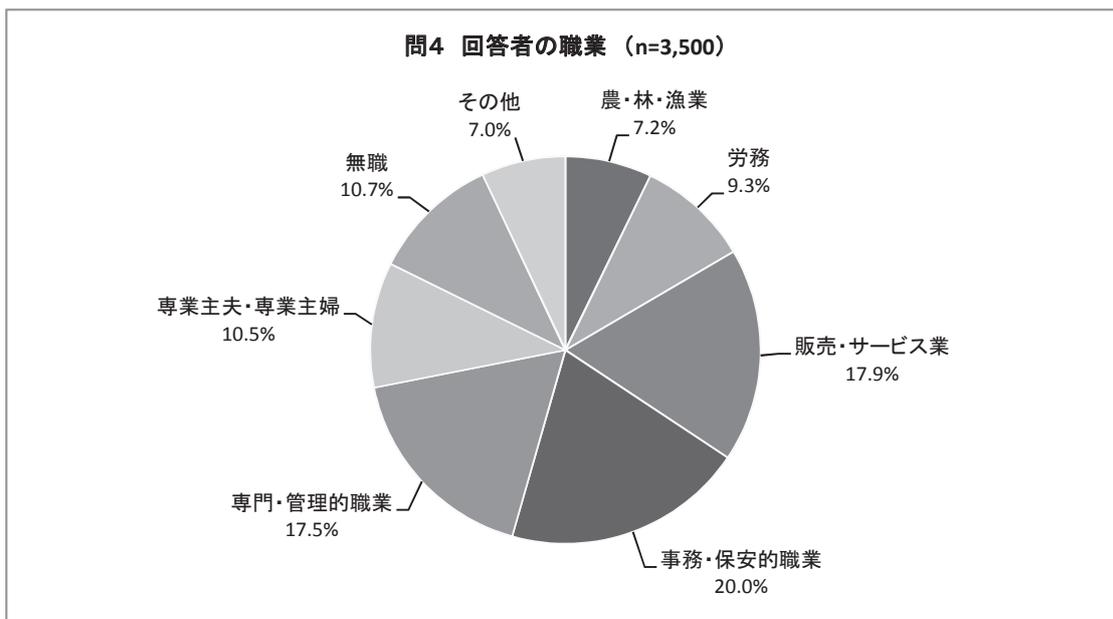


・回答者数は、各年代、性別ともにほぼ同程度である。

(回答者の職業)

問 4 あなたの主な職業を1つだけお答えください。
 ※アルバイト・パート・臨時及び派遣職員もその職種でお答えください。

- ア 農・林・漁業(農業作業員、林業作業員、漁業作業員など)
- イ 労務(採掘作業員、運輸・通信従事者・技能工・生産工程作業員及び労務作業員など)
- ウ 販売・サービス業(商品販売従事者、販売類似職業従事者、サービス職業従事者など)
- エ 事務・保安的職業(事務従事者、警察官・消防士・守衛などの保安職業従事者など)
- オ 専門・管理的職業(技術者、保健医療従事者、法務従事者、教員、管理的公務員、会社役員など)
- カ 専業主夫・専業主婦
- キ 無職(専業主夫・専業主婦を除く)
- ク その他()

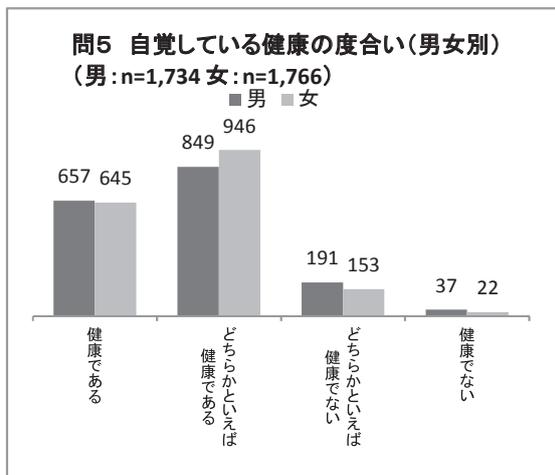
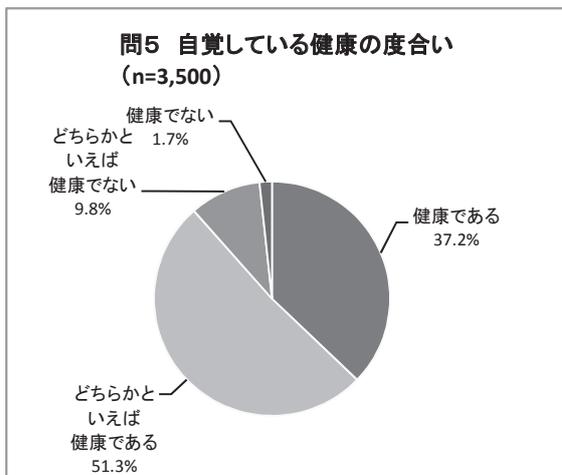


・「農・林・漁業」「労務」では男子の割合が高く、「専業主夫・専業主婦」では女子の割合が高い。

(自覚している健康の度合い)

問5 あなたは、このところ健康だと思いますか。最も当てはまるものをこの中から1つだけお答えください。

- ア 健康である
- イ どちらかといえば健康である
- ウ どちらかといえば健康でない
- エ 健康でない

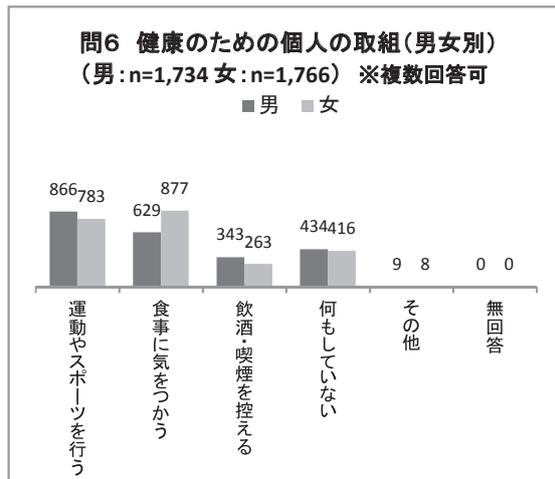
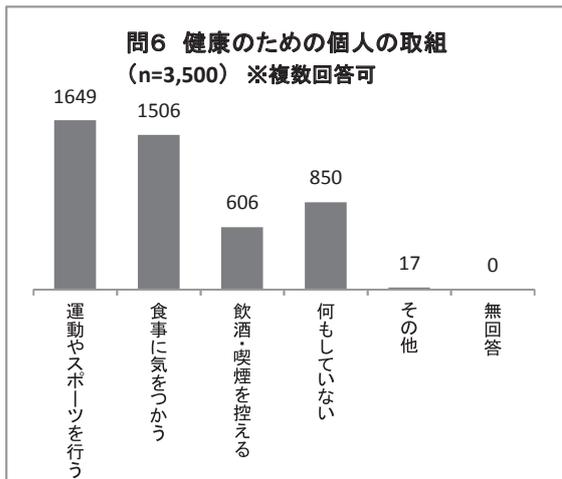


- ・「健康である」と回答した人は37.2%であり、昨年より4.0ポイント増加した。
- ・「どちらかといえば健康である」と回答した人は51.3%で、昨年に引き続き50%を超えた。
- ・「どちらかといえば健康でない」と回答した人は9.8%で、増加傾向にある。

(健康のための個人の取組)

問6 あなたが現在、健康のために取り組んでいることを教えてください。(複数回答可)

- ア 運動やスポーツを週1日以上行うようにしている
- イ 食事に気をつけている
- ウ 飲酒や喫煙を控えている
- エ 何もしていない
- オ その他()



- ・健康のための個人の取組として、男子は「運動やスポーツを行う」、女子は「食事に気をつける」を多く挙げているが、ともに50%には達していない。
- ・「何もしていない」と回答した人の割合は、男女ともに25%程度である。

【B】運動やスポーツにかかわる質問

① 運動やスポーツを「する」ことについて

(運動・スポーツを実施した頻度)

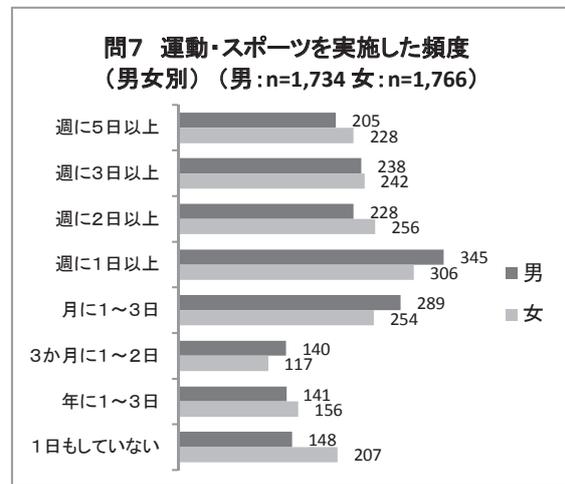
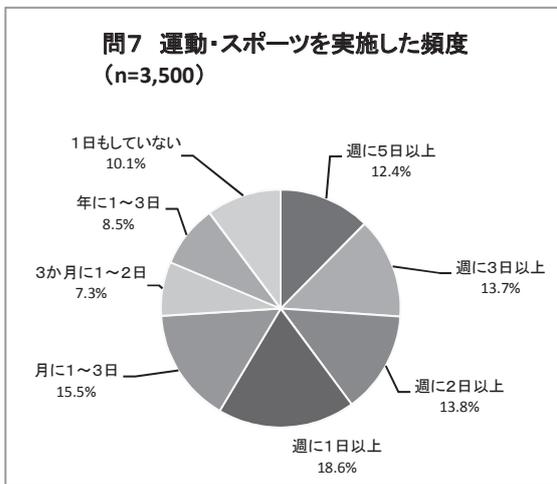
問7 この1年間に運動やスポーツを実施した日数を全部合わせると、何日くらいになりますか。この中から1つだけお答えください。

- | | |
|---------------------|--------------------|
| ア 週に5日以上(年251日以上) | オ 月に1～3日(年12～50日) |
| イ 週に3日以上(年151～250日) | カ 3か月に1～2日(年4～11日) |
| ウ 週に2日以上(年101～151日) | キ 年に1～3日 |
| エ 週に1日以上(年51～100日) | ク 1日もしていない |

週に1日以上運動・スポーツを実施した人(ア～エ)の割合

H28	H29	H30	R元	R2
49.5%	46.9%	48.0%	50.5%	58.5%

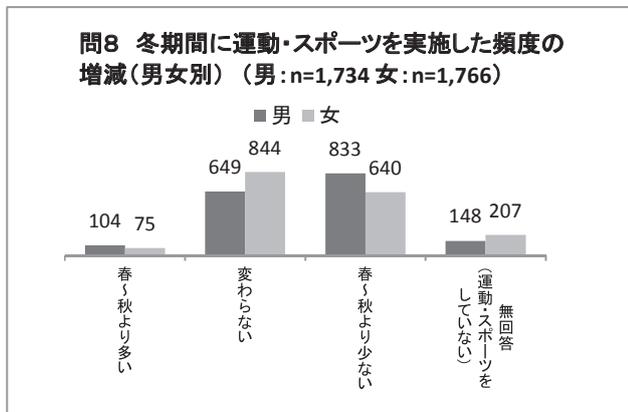
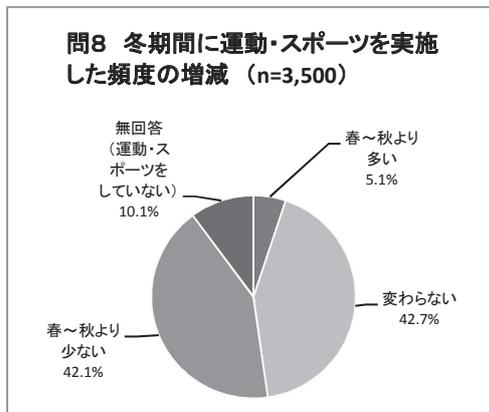
・週間スポーツ実施率(週に1日以上運動やスポーツをした人の割合)は58.5%であり、昨年度より8.0ポイント増加した。
→新型コロナウイルスによる生活様式の変化から、健康を意識して、自宅や自宅周辺で好きな時間に運動する人が増加したのではないかと考えられる。(問10～13参照) また、新しい選択肢の追加による影響もみられた。(問9参照)



(冬期間に運動・スポーツを実施した頻度の増減)

問8 あなたが冬期間に行っている運動・スポーツの頻度は、春～秋に比べてどうですか。

- | | |
|------------|--------------------------|
| ア 春～秋より多い | イ あまり変わらない・変わらない |
| ウ 春～秋より少ない | エ この1年間に1日も運動・スポーツをしていない |



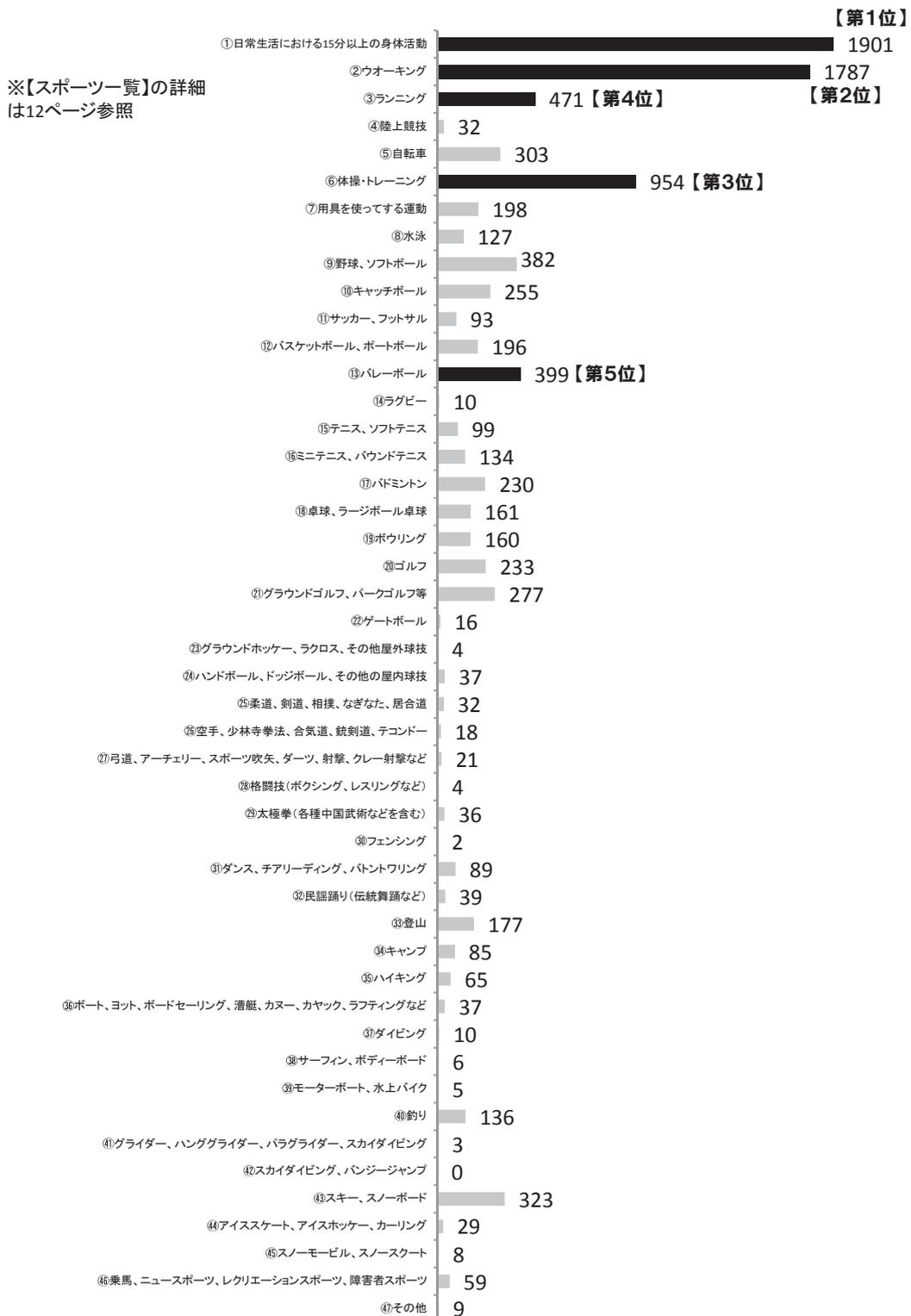
・冬期間に運動・スポーツを実施した頻度が増加した人は5.1%であり、変わらない人、少なくなった人は、それぞれ約40%となっている。

(実施した運動・スポーツ)

問9 あなたがこの一年間に行った運動やスポーツがあれば、次の【スポーツ一覧】を参考に全てお答えください。(複数回答可)

■日常生活における運動	
①	日常生活における15分以上の身体活動 (立位での作業、歩行、走行、荷物の移動等)
■身近で手軽な運動	
②	ウォーキング (徒歩通勤や徒歩通学、買い物等を含む、散歩、ぶらぶら歩き、ペットの散歩、階段昇降などを含む)
③	ランニング (ジョギング、ランニングマシン、マラソン、駅伝など)
④	陸上競技
⑤	自転車 (自転車通勤、自転車通学、BMXを含む) サイクリング、ローラースケート、インラインスケート、一輪車など
⑥	体操 (ラジオ体操、職場体操、美容体操、ヨガ、エアロビクス、バレエ、ピラティスなど) 器械体操、新体操、トランポリン トレーニング (筋力トレーニング、室内運動器具を使ってする運動など)
⑦	用具を使ってする運動(縄跳び、ボール遊び、フラフープなど)
⑧	水泳 (水中歩行、競泳、遊泳、水球、飛び込み、シンクロナイズドスイミング、アクアエクササイズ、水中ウォーキングなど)
■球技	
⑨	野球(硬式・軟式等)、ソフトボール
⑩	キャッチボール
⑪	サッカー、フットサル
⑫	バスケットボール、ボートボール
⑬	バレーボール、ビーチバレー、ソフトバレー、8人制バレー
⑭	ラグビー (7人制ラグビー、タグラグビー、アメリカンフットボールなど)
⑮	テニス、ソフトテニス
⑯	ミニテニス、パウンドテニス
⑰	バドミントン
⑱	卓球、ラージボール卓球
⑲	ボウリング
㉑	ゴルフ(コースでのラウンド、練習場、シミュレーションゴルフなど)
㉒	グラウンドゴルフ、パークゴルフ、マレットゴルフ、スナックゴルフ、ディスクゴルフ、パターゴルフなど
㉓	ゲートボール
㉔	グラウンドホッケー、ラクロス、その他屋外球技
㉕	ハンドボール、ドッジボール、その他の屋内球技
■武道・格闘技・射的スポーツなど	
㉖	柔道、剣道、相撲、なぎなた、居合道
㉗	空手、少林寺拳法、合気道、銃剣道、テコンドー
㉘	弓道、アーチェリー、スポーツ吹矢、ダーツ、射撃、クレイ射撃など
㉙	格闘技(ボクシング、レスリングなど)
㉚	太極拳(各種中国武術などを含む)
㉛	フェンシング
■ダンス	
㉜	ダンス(社交ダンス、ヒップホップダンス、フォークダンス、ジャズダンス、フラダンスなど) チアリーディング、バントワリング
㉝	民謡踊り(伝統舞踊など)
■山岳スポーツ	
㉞	登山(クライミング、ボルダリング、フリークライミング、トレッキング、トレイルランニング、ロッククライミングなど)
㉟	キャンプ、オートキャンプ
㊱	ハイキング、ワンダーフォーゲル、オリエンテーリング
■ウォータースポーツ	
㊲	ボート、ヨット、ボードセーリング、漕艇、カヌー、カヤック、ラフティングなど
㊳	スクーバダイビング、スキンドайビング、フリーダイビング、シュノーケリング
㊴	サーフィン、ポディーボード、ボードセーリング、ウインドサーフィン
㊵	モーターボート、水上バイク、水上スキー、ウエイクボード、ジェットスキー
㊶	釣り
■スカイスポーツ	
㊷	グライダー、ハンググライダー、パラグライダー
㊸	スカイダイビング、バンジージャンプ
■ウィンタースポーツ	
㊹	スキー(アルペン、クロスカントリー、ジャンプ) スノーボード、スノーシュー
㊺	アイススケート、アイスホッケー、カーリング
㊻	スノーモービル、スノースケート
■その他	
㊼	乗馬、ニュースポーツ レクリエーションスポーツ(ティーボール、フライングディスク、インディアカ、スポーツチャンバラ、ユニカール、アルティメット、キンボール、シャフルボード、ベタンク、綱引きなど) 障害者スポーツ(競技名:)
㊽	その他 ()

問9 実施した運動・スポーツ (n=3,145) ※複数回答可

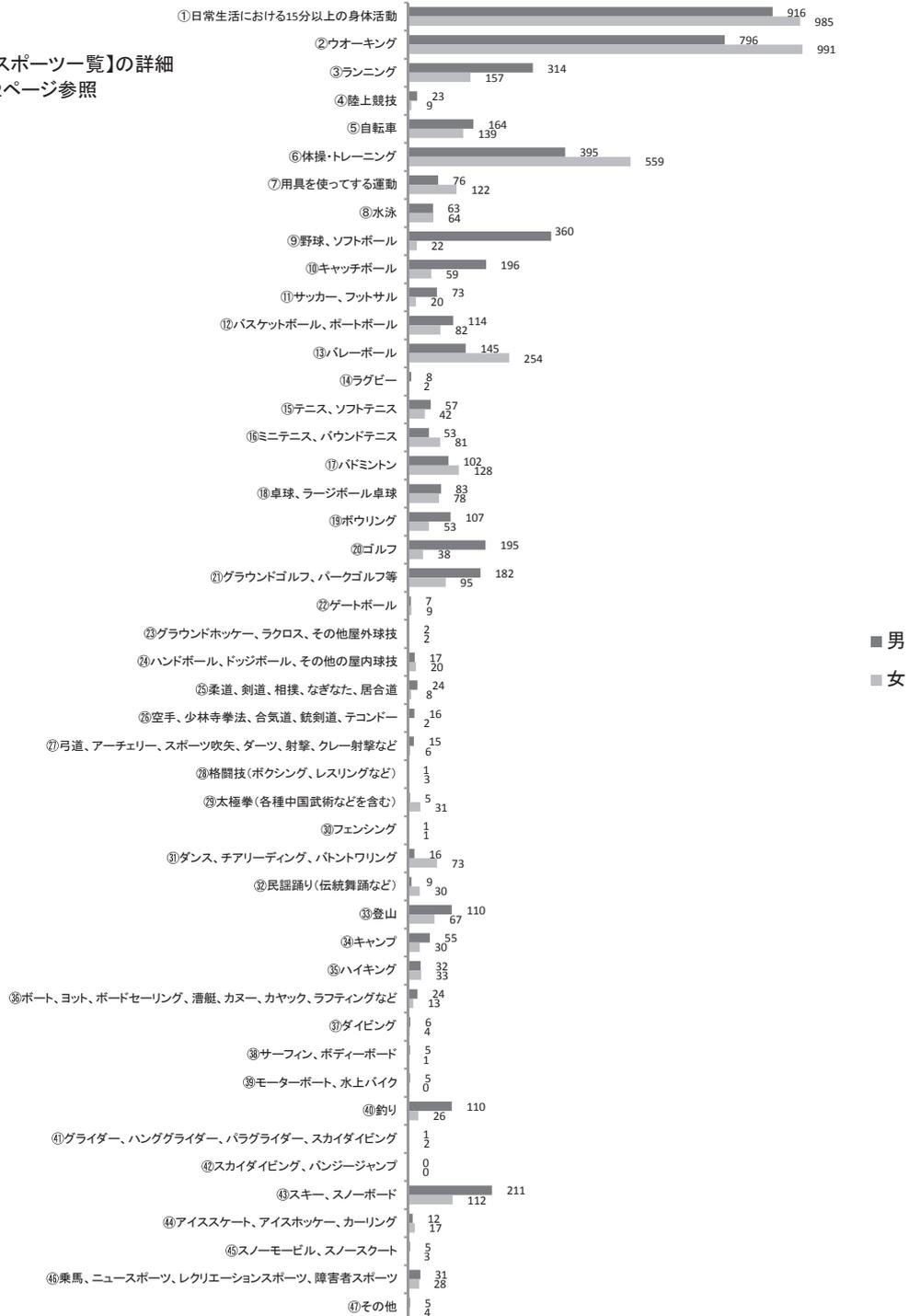


・新しい選択肢「①日常における15分以上の身体活動」が1位(回答1,901人)となり、2位以下は、「ウォーキング」、「体操・トレーニング」、「ランニング」と、昨年度と同様の順番で並んだ。

・複数回答せずに「①日常における15分以上の身体活動」のみを選択した人は、1,901人中165人であり、そのうち問7で「週に1日以上運動・スポーツをしている」と回答した人は、全体の3,500人中90人(2.6%)であった。

問9 実施した運動・スポーツ(男女別) (男:n=1,586、女:n=1,559) ※複数回答可

※【スポーツ一覧】の詳細は12ページ参照

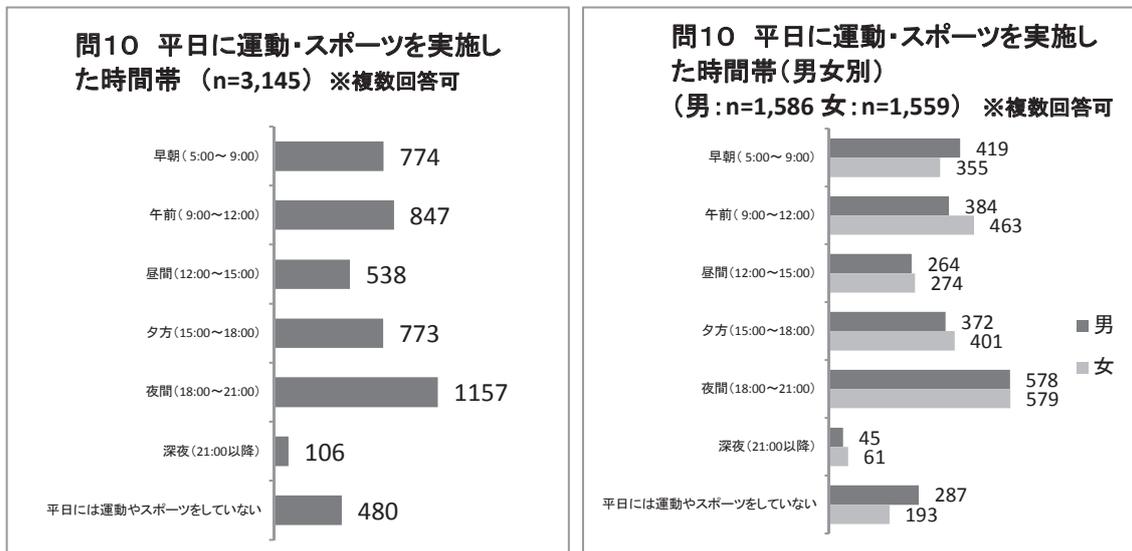


・実施した運動・スポーツの全体の上位ベスト5のうち、「ランニング」のみ男子が多く、その他は女子の方が多く取り組んでいる。
 ・男子は、「野球」「ゴルフ」「グラウンド・ゴルフ」「自転車」「登山」など、外で行う運動・スポーツが多く、女子は、「体操」「バレーボール」「バドミントン」「ダンス」などの室内で行う競技が多い傾向にある。

(平日に運動・スポーツを実施した時間帯)

問 10 この1年間の平日(勤務のある日)、あなたは次のどの時間帯に運動やスポーツをしましたか。(複数回答可)

- ア 早朝(5:00～9:00)
- イ 午前(9:00～12:00)
- ウ 昼間(12:00～15:00)
- エ 夕方(15:00～18:00)
- オ 夜間(18:00～21:00)
- カ 深夜(21:00以降)
- キ 平日には運動やスポーツをしていない

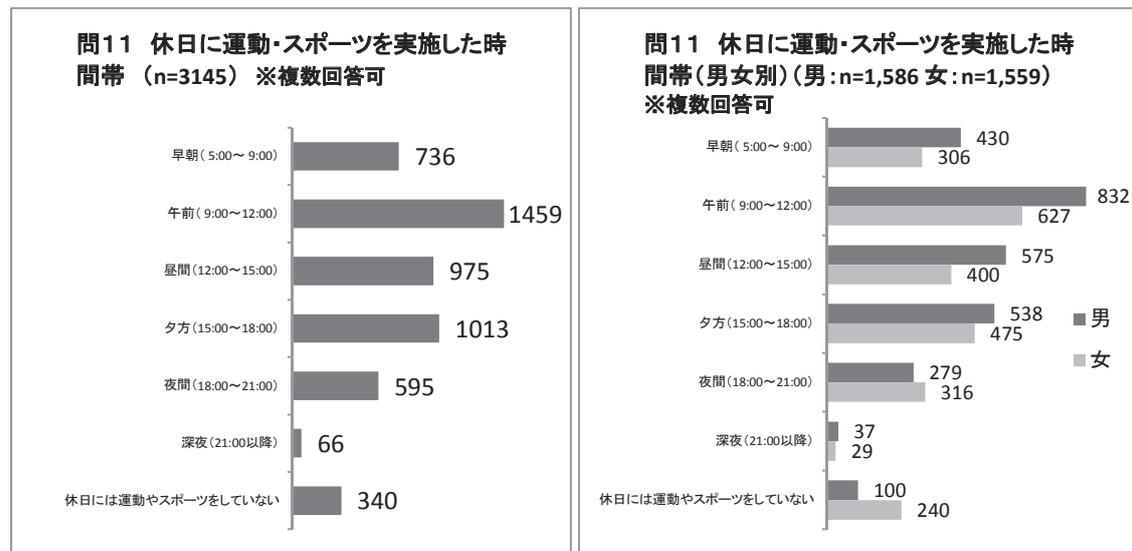


・平日に運動・スポーツを実施した時間帯を割合にして昨年度と比べると、全ての時間帯で割合が増加した。
 ・「早朝」が3.4ポイント、「午前」が3.3ポイント、「昼間」が2.5ポイント、「夕方」が4.5ポイント、「夜間」が2.2ポイント、「深夜」が0.3ポイント増加した。

(休日に運動・スポーツを実施した時間帯)

問 11 この1年間の休日(勤務のない日)、あなたは次のどの時間帯に運動やスポーツをしましたか。(複数回答可)

- ア 早朝(5:00～9:00)
- イ 午前(9:00～12:00)
- ウ 昼間(12:00～15:00)
- エ 夕方(15:00～18:00)
- オ 夜間(18:00～21:00)
- カ 深夜(21:00以降)
- キ 休日には運動やスポーツをしていない

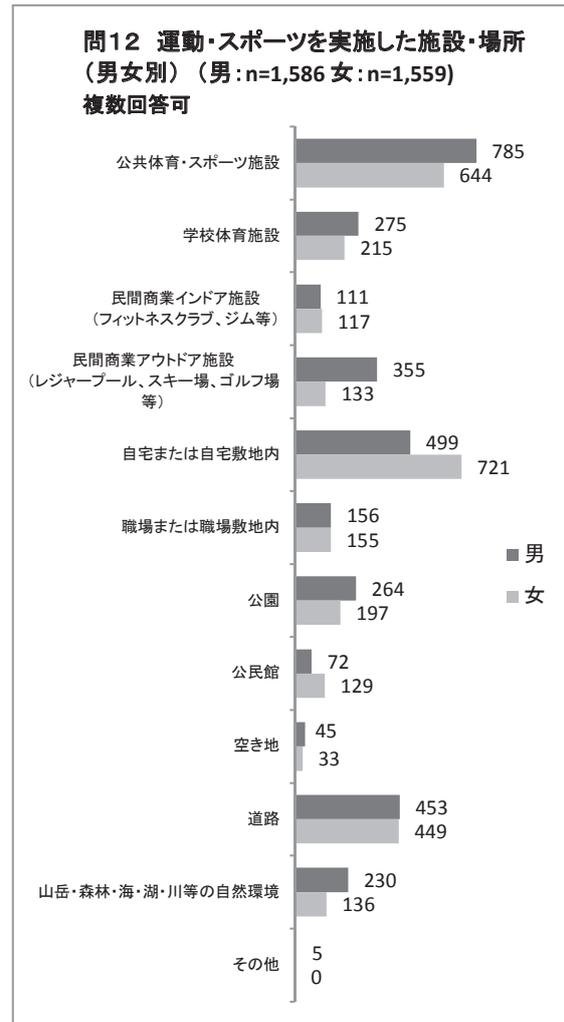
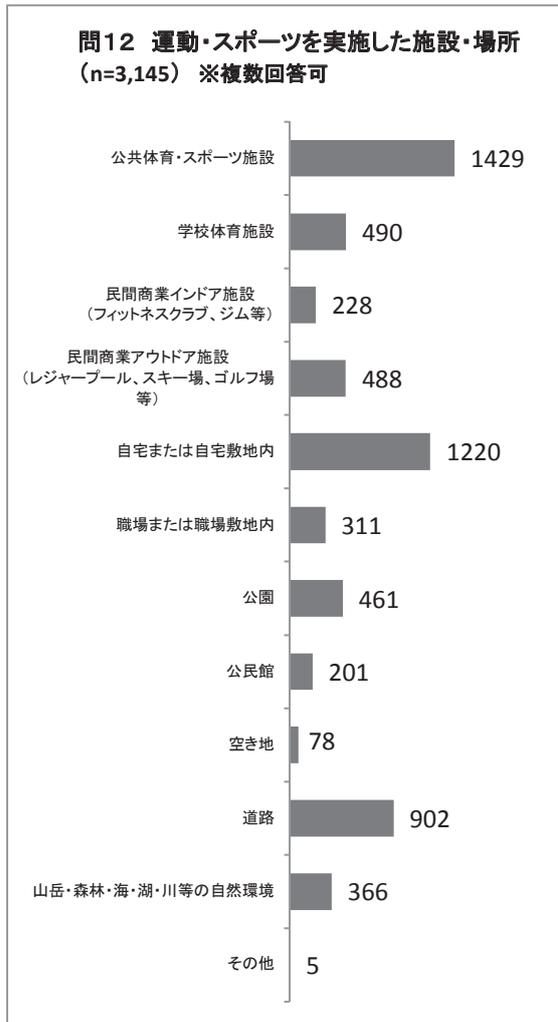


・休日に運動・スポーツを実施した時間帯を割合にして昨年度と比べると、「午前」と「昼間」の時間帯以外は割合が増加した。
 ・「早朝」が5.3ポイント、「夕方」が6.5ポイント、「夜間」が4.4ポイント、「深夜」が0.9ポイント増加した。

(運動・スポーツを実施した施設・場所)

問 12 この1年間に、あなたが運動やスポーツをした場所をお答えください。(複数回答可)

- | | | | |
|---|---------------------------------|---|------------|
| ア | 公共体育・スポーツ施設 | イ | 学校体育施設 |
| ウ | 民間商業インドア施設(フィットネスクラブ、ジム等) | | |
| エ | 民間商業アウトドア施設(レジャープール、スキー場、ゴルフ場等) | | |
| オ | 自宅または自宅敷地内 | カ | 職場または職場敷地内 |
| キ | 公園 | ク | 公民館 |
| ケ | 空き地 | コ | 道路 |
| サ | 山岳・森林・海・湖・川等の自然環境 | | |
| シ | その他() | | |



・運動・スポーツを実施した施設・場所を割合にして昨年度と比べると、「自宅または自宅敷地内」が9.9ポイント増加した。他にも、「職場または職場敷地内」が2.8ポイント、「公園」が1.4ポイント、「道路」が1.0ポイント、「空き地」が0.6ポイント、「学校」が0.5ポイント増加した。

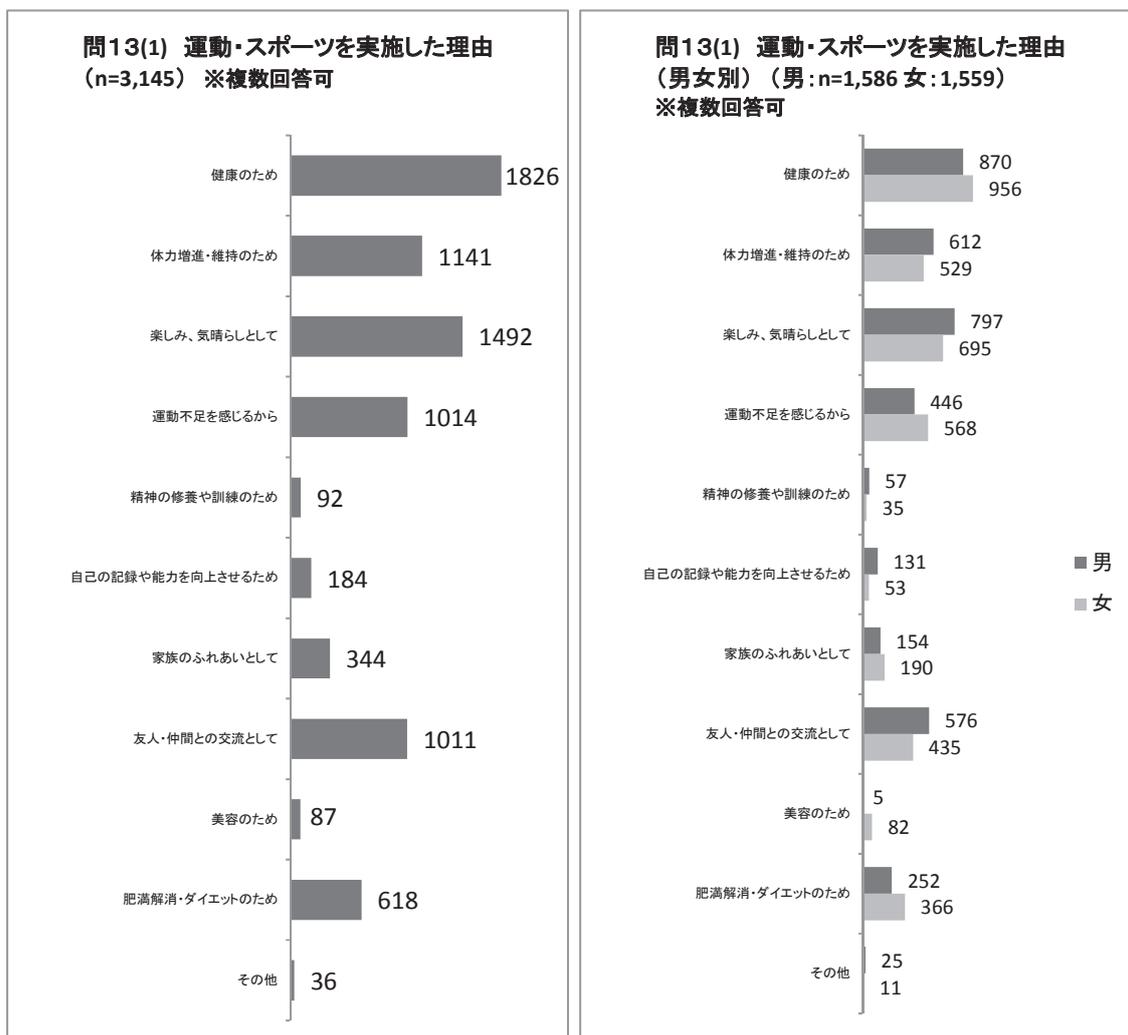
(運動・スポーツを実施した・しなかった理由)

問 13 この1年間に運動やスポーツをした理由やしなかった理由についておたずねします。この1年間に一度でも運動やスポーツをした人は(1)だけに、全く運動やスポーツをしなかった人は(2)だけにお答えください。

(運動・スポーツを実施した理由)

問 13(1) この1年間に一度でも「運動やスポーツをした理由」として当てはまるものをお答えください。(複数回答可)

- | | | | |
|---|-------------|---|------------------|
| ア | 健康のため | イ | 体力増進・維持のため |
| ウ | 楽しみ、気晴らしとして | エ | 運動不足を感じるから |
| オ | 精神の修養や訓練のため | カ | 自己の記録や能力を向上させるため |
| キ | 家族のふれあいとして | ク | 友人・仲間との交流として |
| ケ | 美容のため | コ | 肥満解消・ダイエットのため |
| サ | その他 () | | |

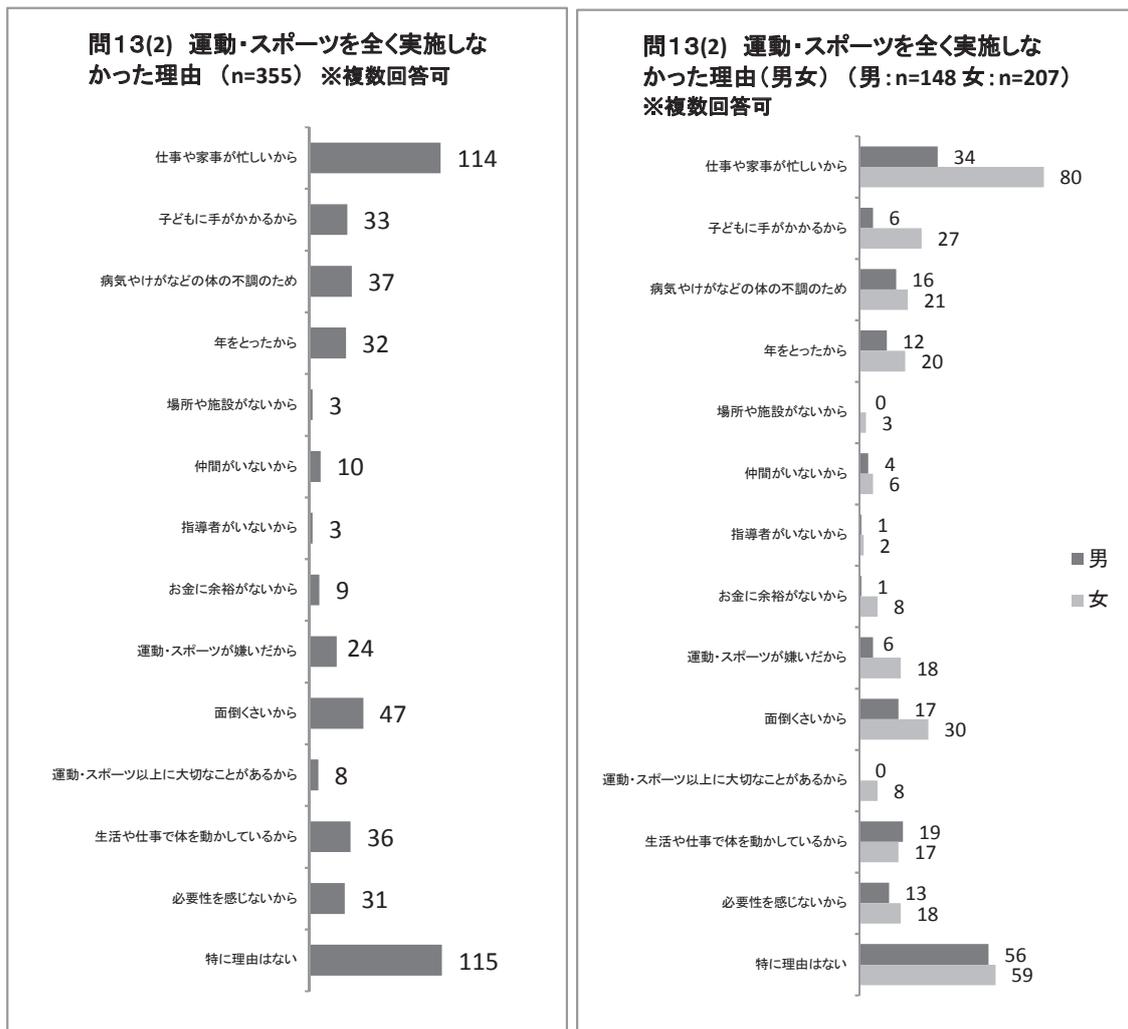


・運動・スポーツを実施した理由を割合にして昨年度と比べると、「健康のため」が4.3ポイント、「楽しみ、気晴らしとして」が3.1ポイント、「肥満解消・ダイエットのため」が2.4ポイント、「体力増進・維持のため」が2.3ポイント、「運動不足を感じるから」が0.9ポイント増加した。

(運動・スポーツを全く実施しなかった理由)

問13(2) この1年間に全く「運動やスポーツをしなかった理由」として当てはまるものをお答えください。(「セ」以外は複数回答可)

- | | | | |
|---|----------------------|---|-------------|
| ア | 仕事や家事が忙しいから | イ | 子どもに手がかかるから |
| ウ | 病気やけがなどの体の不調のため | エ | 年をとったから |
| オ | 場所や施設がないから | カ | 仲間がいないから |
| キ | 指導者がいないから | ク | お金に余裕がないから |
| ケ | 運動・スポーツが嫌いだから | コ | 面倒くさいから |
| サ | 運動・スポーツ以上に大切なことがあるから | ス | 必要性を感じないから |
| シ | 生活や仕事で体を動かしているから | ソ | () |
| セ | 特に理由はない | | |



運動・スポーツを全く実施しなかった理由として多かった回答から、次のように考察した。

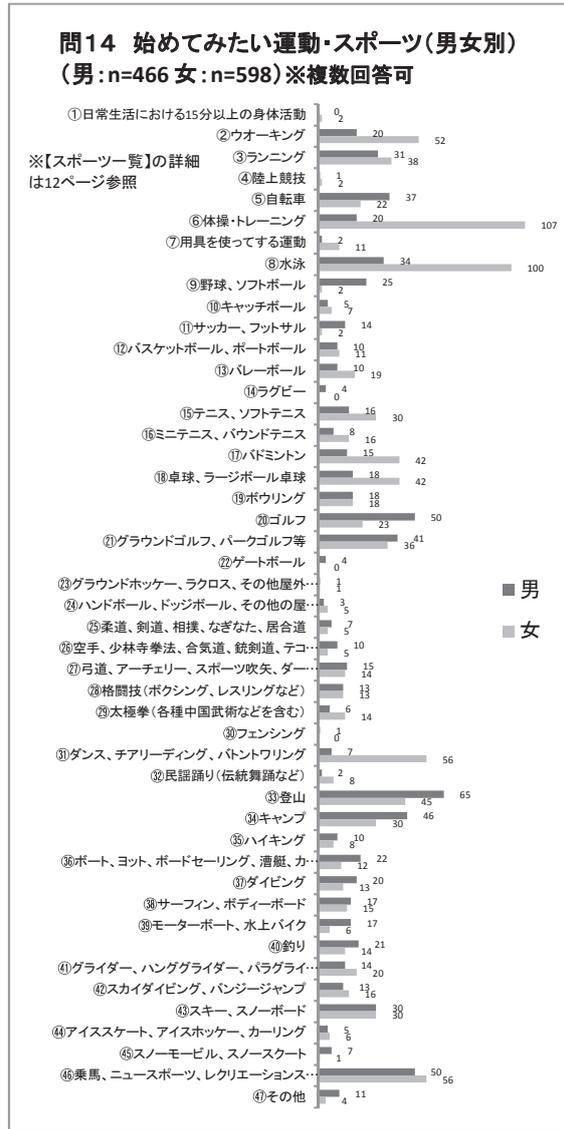
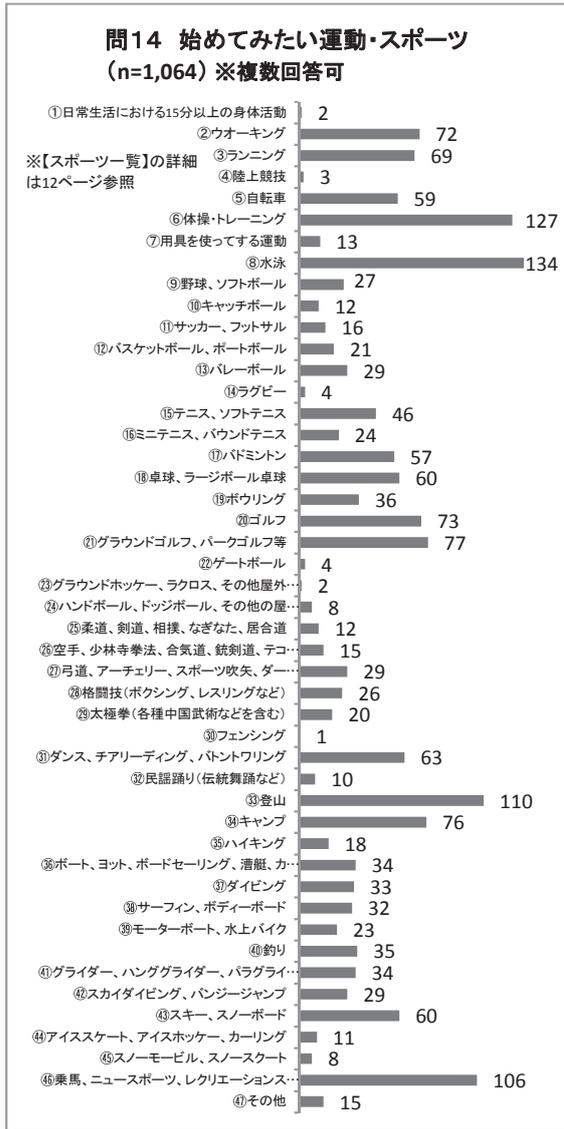
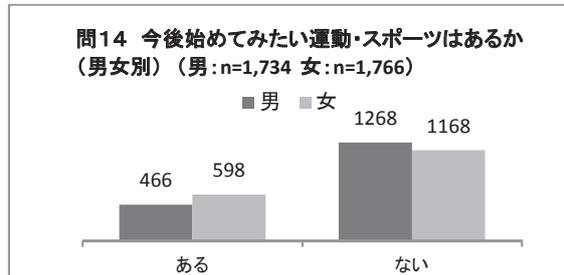
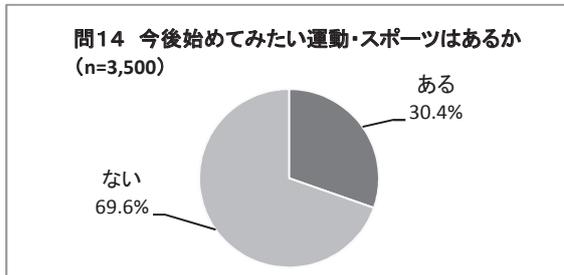
- 「仕事や家事が忙しいから」「生活や仕事で体を動かしているから」という理由で回答した人が多く、これらの人は、限られた余暇時間を休養にあてている人が多いと考えられる。
- 「特に理由はない」「必要性を感じない」という理由で回答した人も一定数いることから、運動・スポーツの意義について啓発することでスポーツ実施率の向上につながる可能性がある。
- 「面倒くさいから」という理由で運動・スポーツを実施しなかった人は、20～24歳の男女とも30%以上(P.39参照)と多かったことから、今後のスポーツ実施率の維持・向上に向けて若い世代への対策の検討が必要である。

(運動・スポーツを「する」ことへの興味・関心)

問 14 今後あなたが始めてみたい運動やスポーツがありますか。

ア ある イ ない

※ 問9の【スポーツ一覧】の①～⑭の番号でお答えください。(複数回答可)



今後始めてみたい運動・スポーツについての回答の傾向は次のとおりである。

- ・男子1位は「登山(ボルダリング等の壁登り型も含む)」で、女子も5位に入っている。
 - ・男子2位は「ゴルフ」で、「グラウンド・ゴルフ、パークゴルフ等」も4位に入っている。
 - ・男子3位は「キャンプ」で、人込みを避け、自然の中にレジャーを求める傾向にある。
 - ・女子1位は「体操・トレーニング」で、各年代ともほぼ同じ傾向にある。
 - ・女子2位の「水泳」も1位とあまり差がなく、希望者が多い。
 - ・女子3位は「ダンス」で、4位の「ウォーキング」が続く。
- 上位は室内での活動が中心であるが、登山・キャンプなどアウトドアの希望者も増えている。

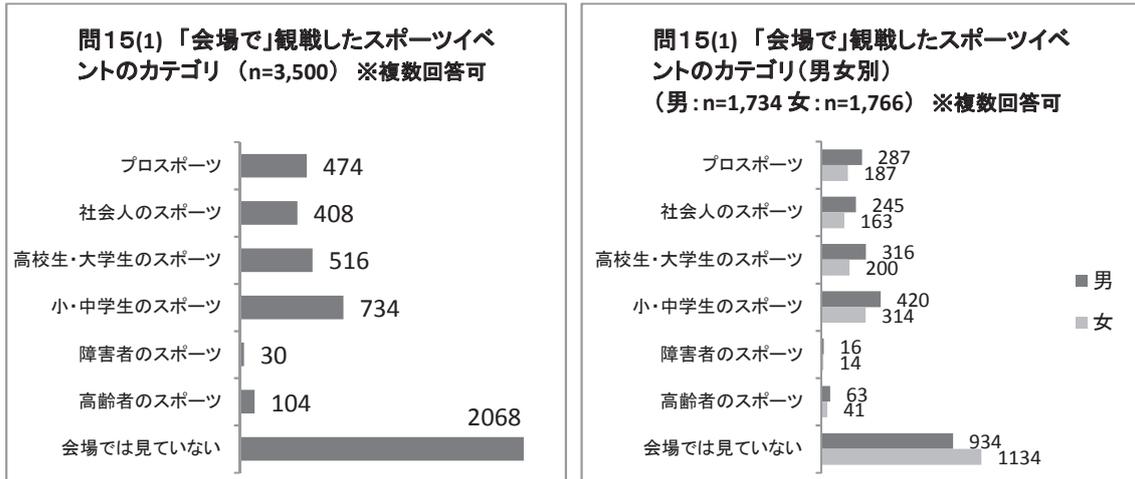
② スポーツを「みる」ことについて

問 15 この1年間に「会場で」観戦した、スポーツイベント(試合、大会、地域や学校の行事など)についておたずねします。

〔「会場で」観戦したスポーツイベントのカテゴリ〕

(1) この1年間に観戦したスポーツイベントは、次のどれに当てはまりますか。(複数回答可)

- | | |
|----------------|--------------|
| ア プロスポーツ | イ 社会人のスポーツ |
| ウ 高校生・大学生のスポーツ | エ 小・中学生のスポーツ |
| オ 障害者のスポーツ | カ 高齢者のスポーツ |
| キ 会場では見ていない | |

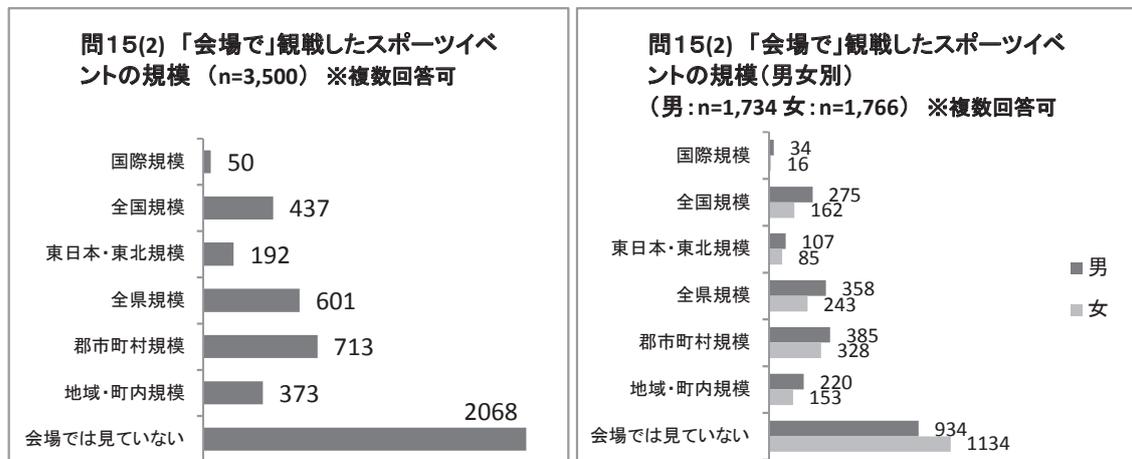


・「会場では見ていない」と回答した人は男子が53.9%、女子が64.2%であり、女子が10.3ポイント上回っている。
 ・スポーツを観戦した人は、各カテゴリとも男子が女子を上回っている。

〔「会場で」観戦したスポーツイベントの規模〕

(2) この1年間に観戦したスポーツイベントの規模は、次のどれに当てはまりますか。(複数回答可)

- | | |
|-------------|-----------|
| ア 国際規模 | イ 全国規模 |
| ウ 東日本・東北規模 | エ 全県規模 |
| オ 郡市町村規模 | カ 地域・町内規模 |
| キ 会場では見ていない | |



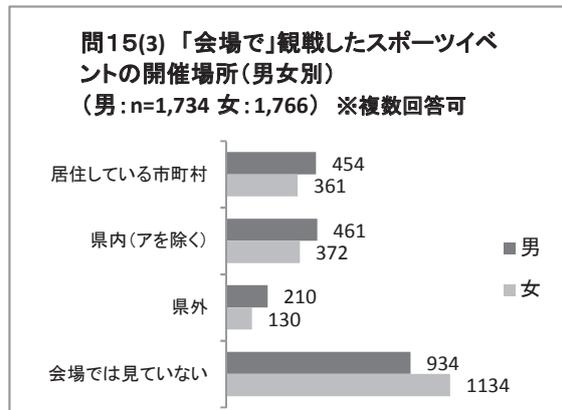
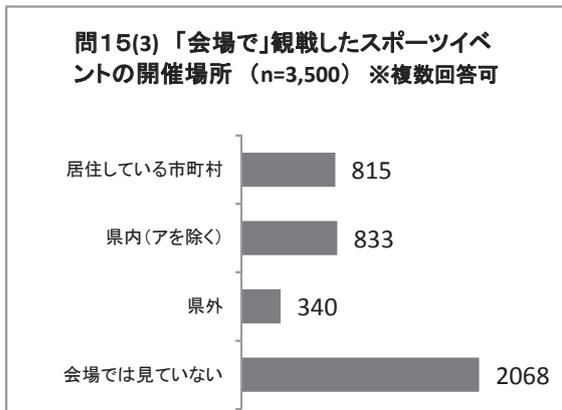
・今年度は多くのイベントが中止されたため外出の機会が減り、「全県規模」、「郡市町村規模」など、県内での観戦が中心となった。

（「会場」で観戦したスポーツイベントの開催場所）

（3）この1年間に観戦したスポーツイベントは、どこで行われたものですか。（複数回答可）

- ア 居住している市町村
- ウ 県外

- イ 県内(アを除く)
- エ 会場では見ていない



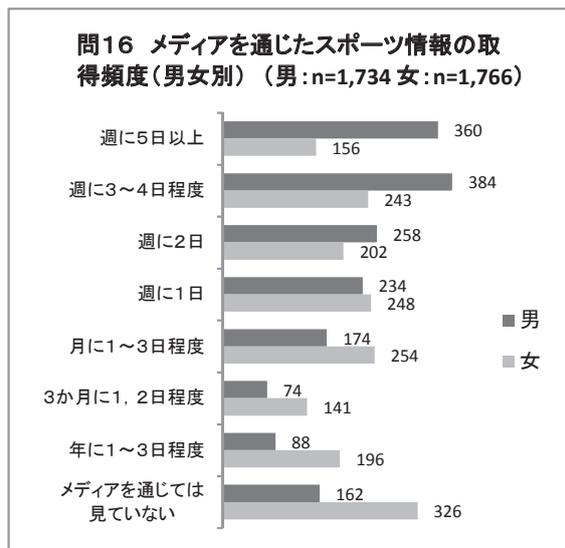
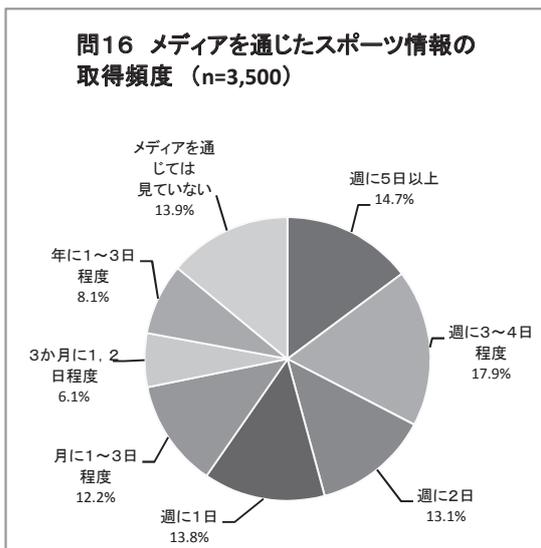
・会場で観戦した人は、40.9%であり、昨年より8.7ポイント減少した。
※多くのイベントが中止になったことで、観戦の機会が減ったものと考えられる。

（メディアを通じたスポーツ情報の取得頻度）

問 16 この1年間に、メディア(テレビ、ラジオ、新聞、インターネットなど)を通じて、興味をもってスポーツを見たり情報を得たりしましたか。※生中継だけでなく、録画放送やニュースなどのように後で配信されたものなども含みます。

- ア 週に5日以上
- ウ 週に2日
- オ 月に1～3日程度
- キ 年に1～3日程度

- イ 週に3～4日程度
- エ 週に1日
- カ 3か月に1, 2日程度
- ク メディアを通じては見えていない



・一週間に半数以上メディアを通じて情報を取得している人は、全体の3分の1程度である。
・高い頻度でメディアを通じて情報を取得している人は男子が多く、頻度が低い人は女性が多い。

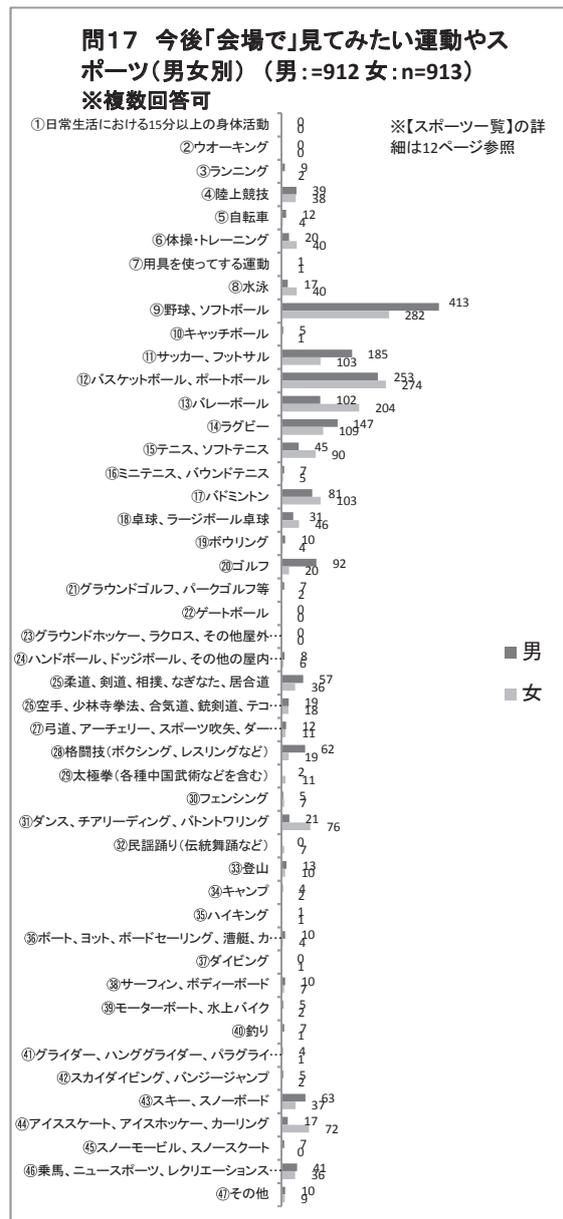
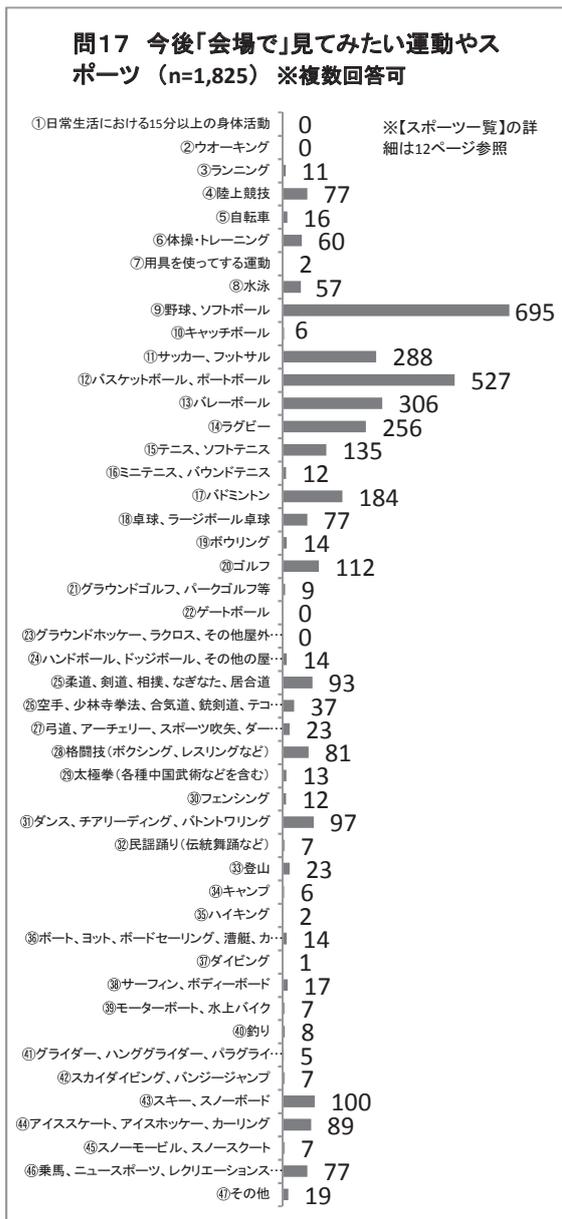
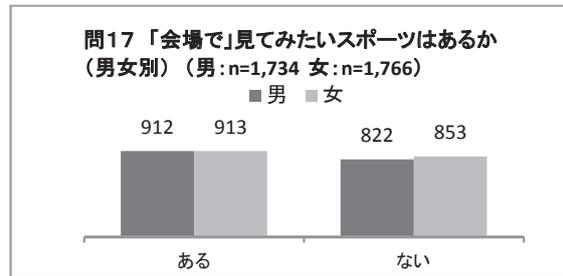
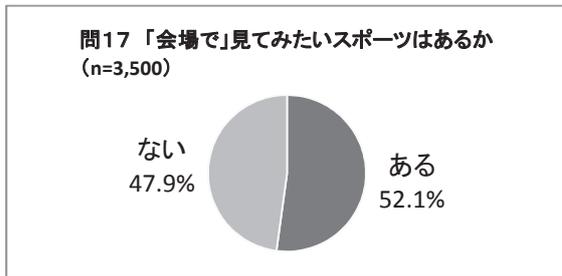
(スポーツを「みる」ことへの興味・関心)

問17 今後あなたが「会場」で見てみたいスポーツはありますか。

ア ある

イ ない

↳ ※ 問9の【スポーツ一覧】の①～⑳の番号でお答えください。(複数回答可)



今後「会場」で見てみたいスポーツについて多かった回答は、次のとおりである。

- ・男子は「野球、ソフトボール」「バスケットボール、ポートボール」「サッカー、フットサル」「ラグビー」「バレーボール」など。
- ・女子は「野球、ソフトボール」「バスケットボール、ポートボール」「バレーボール」「ラグビー」「サッカー」「バドミントン」など。
- ・男女とも4位の「ラグビー」は、ワールドカップの余韻がいまだに残っているものと思われる。

③ スポーツを「ささえる」ことについて

(スポーツボランティア等の経験)

問 18 この1年間に、スポーツイベント(試合、大会、地域や学校の行事など)でボランティア等をしたことがありますか。

ア ある

イ ない

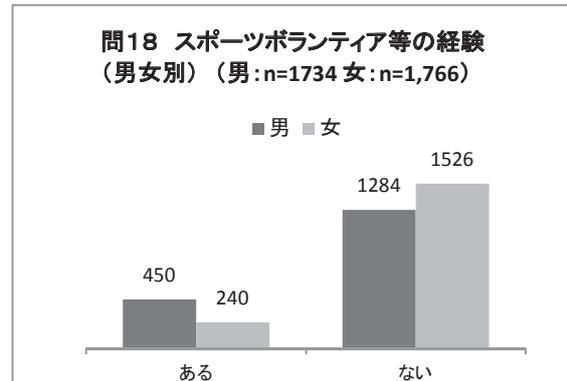
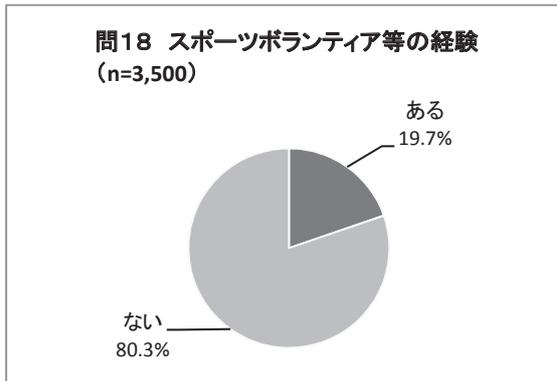
「ボランティア等」とは、次のようなものが考えられます。

指導的 関わり： 指導者や審判員という立場からの関わり

応援・運営的 関わり： サポーターやボランティアスタッフという立場からの関わり

組織維持的 関わり： 各スポーツチームや総合型地域スポーツクラブ等の代表、経営者という立場からの関わり

援助的 関わり： スポーツ用品の提供や寄付・募金等の関わり



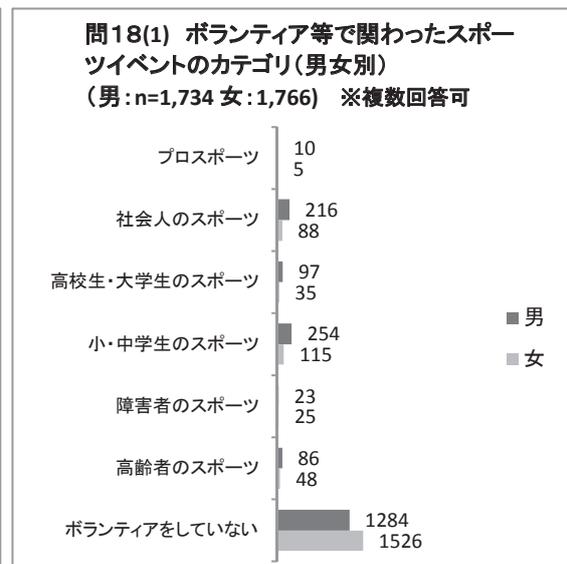
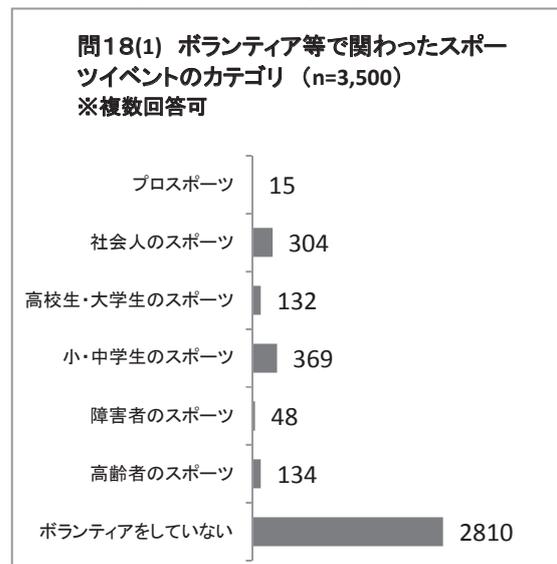
・スポーツボランティアの経験があると回答した人は全体の19.7%であり、昨年度より2.6ポイント減少した。

(ボランティア等で関わったスポーツイベントのカテゴリ)

(1) この1年間にボランティア等をしたスポーツイベントは、次のどれに当てはまりますか。(複数回答可)

- ア プロスポーツ
- ウ 高校生・大学生のスポーツ
- オ 障害者のスポーツ
- キ ボランティアをしていない

- イ 社会人のスポーツ
- エ 小・中学生のスポーツ
- カ 高齢者のスポーツ

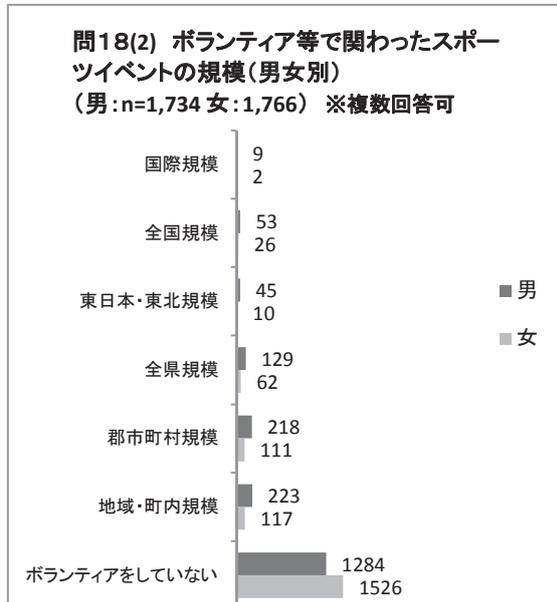
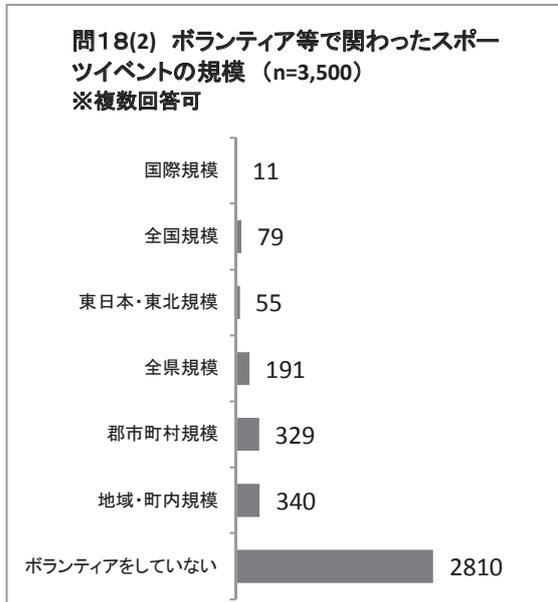


・「小・中学生のスポーツ」や「社会人のスポーツ」でボランティアを行っている人が多い。

(ボランティア等で関わったスポーツイベントの規模)

(2) この1年間にボランティア等をしたスポーツイベントの規模は、次のどれに当てはまりますか。(複数回答可)

- | | | | |
|---|--------------|---|---------|
| ア | 国際規模 | イ | 全国規模 |
| ウ | 東日本・東北規模 | エ | 全県規模 |
| オ | 郡市町村規模 | カ | 地域・町内規模 |
| キ | ボランティアをしていない | | |

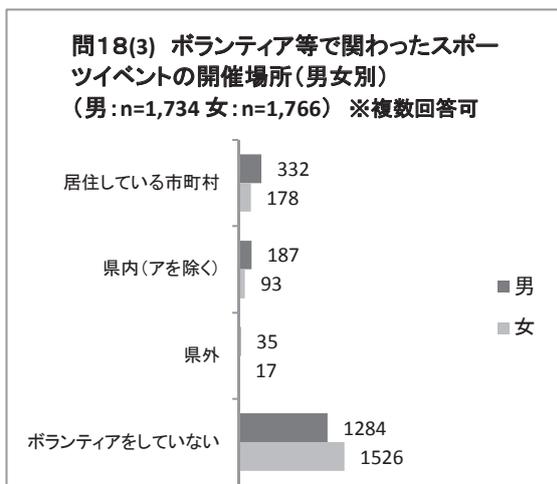
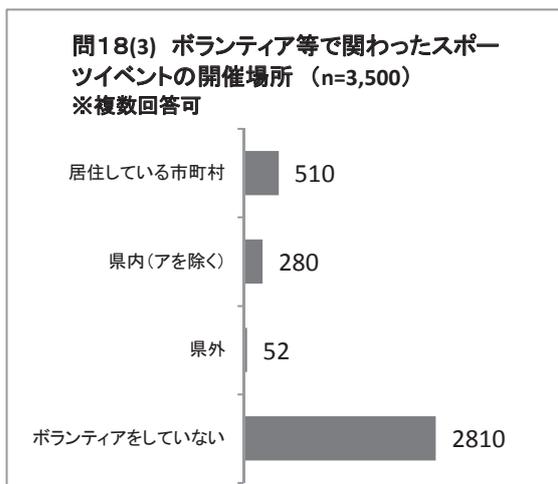


・全国的に中止となったスポーツイベントが多く、ボランティアとして関わったスポーツイベントは、居住地域規模で開催されたものが中心となった。

(ボランティア等で関わったスポーツイベントの開催場所)

(3) この1年間にボランティア等をしたスポーツイベントは、どこで行われたものですか。(複数回答可)

- | | | | |
|---|-----------|---|--------------|
| ア | 居住している市町村 | イ | 県内(アを除く) |
| ウ | 県外 | エ | ボランティアをしていない |



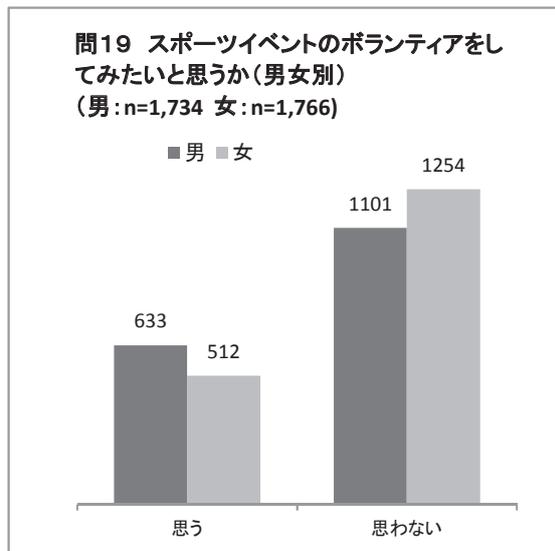
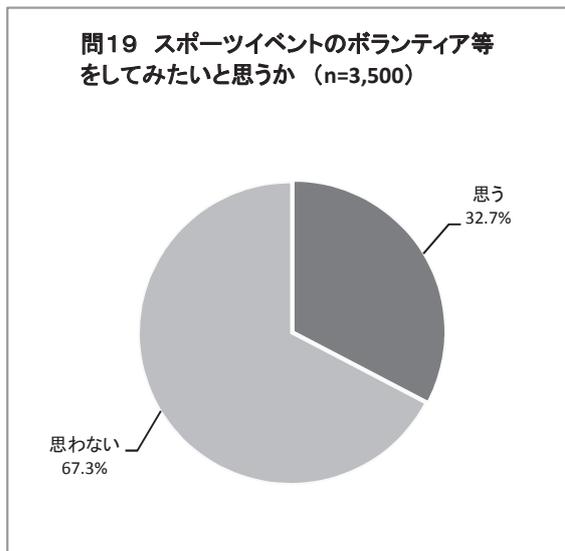
・ボランティア等で関わったスポーツイベントの開催場所は、居住している市町村や県内がほとんどであった。

(スポーツを「ささえる」ことへの興味・関心)

問 19 今後、スポーツイベント(試合、大会、地域や学校の行事など)のボランティア等をしてみたいと思いますか。

ア 思う

イ 思わない



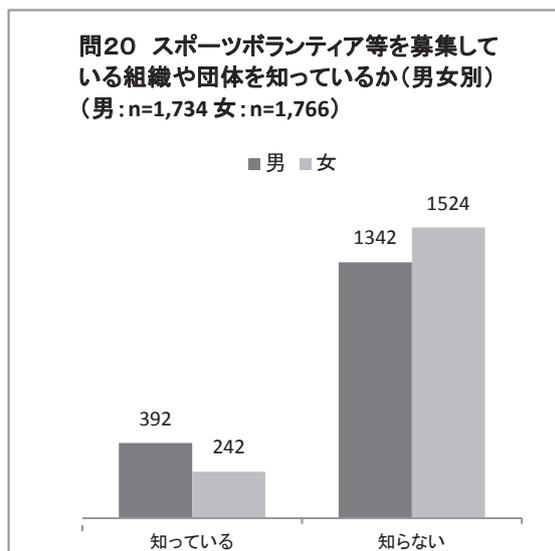
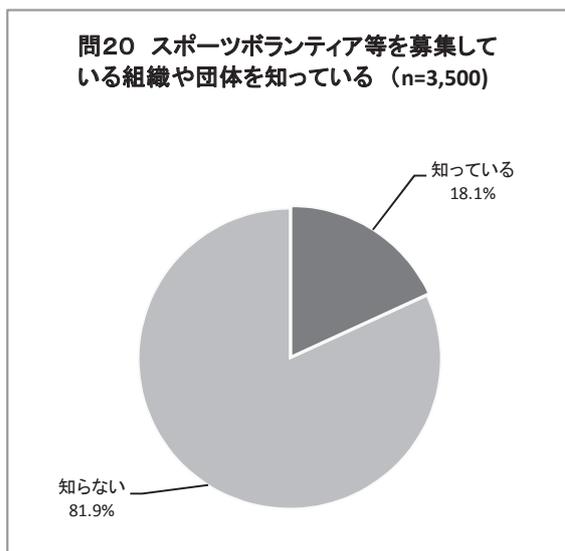
・スポーツボランティア等をしてみたいと思う人は、全体の3分の1程度である。
・スポーツボランティア等への興味・関心は、女子より男子の方が高い。

(スポーツボランティアを募集している組織や団体の認知度)

問 20 スポーツボランティア等を募集している組織や団体を知っていますか。

ア 知っている

イ 知らない



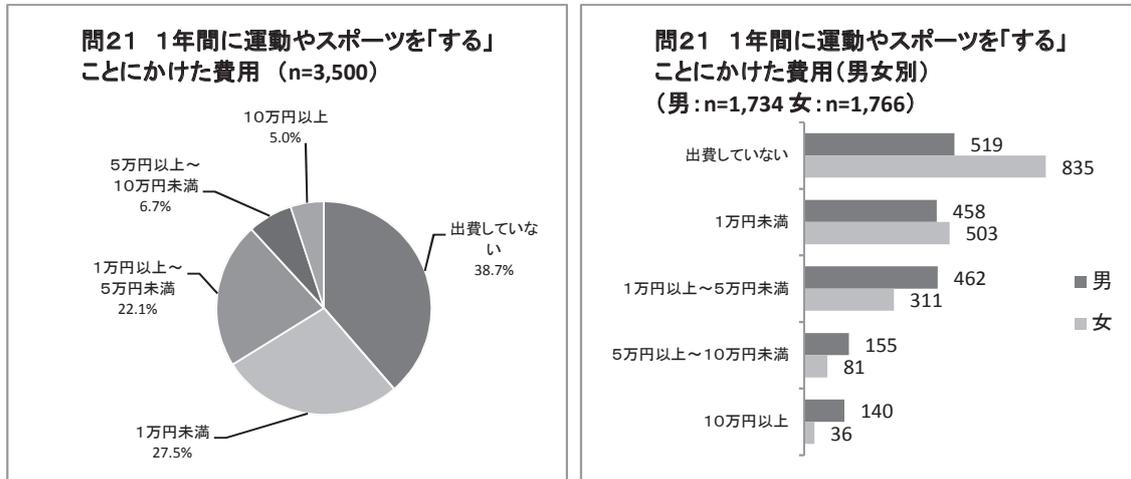
・スポーツボランティア等を募集している組織や団体を知っている人は約2割である。
→住民への情報提供や協力依頼により、スポーツボランティアを増やすことができる可能性はある。

④ 運動やスポーツ全般について

(1年間に運動・スポーツを「する」ことにかけた費用)

問 21 この1年間に、運動やスポーツを「する」ことにどれくらい出費しましたか。(交通費、施設使用料、大会参加料、用具、ウェア代など)

- ア 出費していない
- イ 1万円未満
- ウ 1万円以上～5万円未満
- エ 5万円以上～10万円未満
- オ 10万円以上

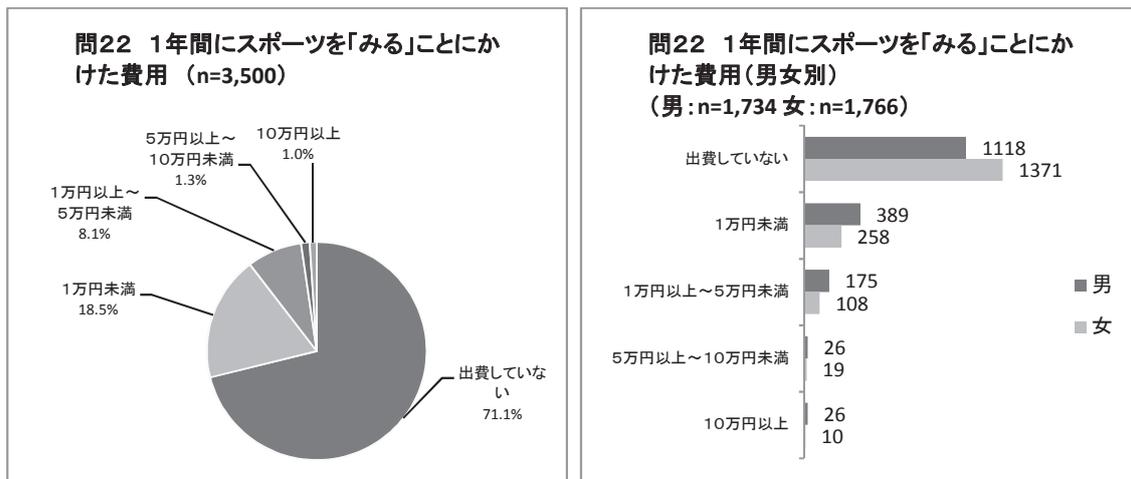


- ・運動・スポーツを「する」ことにお金をかけた人は、61.3%で、昨年度より0.2ポイント上回った。
- ・お金をかけた中では、「1万円未満」が27.5%と最も多い。

(1年間にスポーツを「みる」ことにかけた費用)

問 22 この1年間に、スポーツを「みる」ことにどれくらい出費しましたか。(交通費、観戦チケット代、プログラム代など)

- ア 出費していない
- イ 1万円未満
- ウ 1万円以上～5万円未満
- エ 5万円以上～10万円未満
- オ 10万円以上

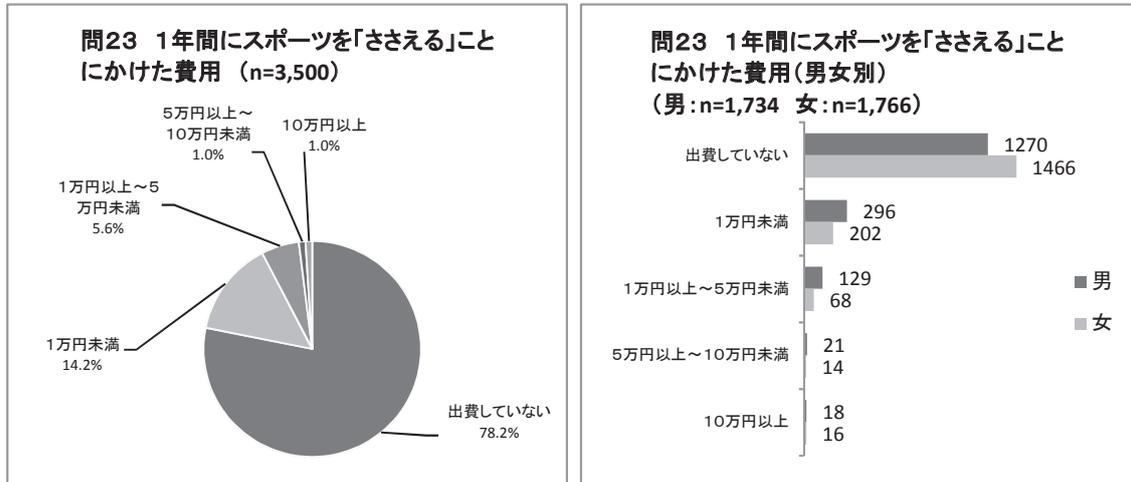


- ・スポーツを「みる」ことにお金をかけた人は、全体の28.9%であり、昨年度より6.2ポイント減少した。
- ・お金をかけた中では、「1万円未満」が最も多い。

(1年間にスポーツを「ささえる」ことにかけた費用)

問 23 この1年間に、スポーツを「ささえる」ことにどれくらい出費しましたか。(交通費、必要経費、大会出場のための寄付や募金など)

- ア 出費していない
- イ 1万円未満
- ウ 1万円以上～5万円未満
- エ 5万円以上～10万円未満
- オ 10万円以上

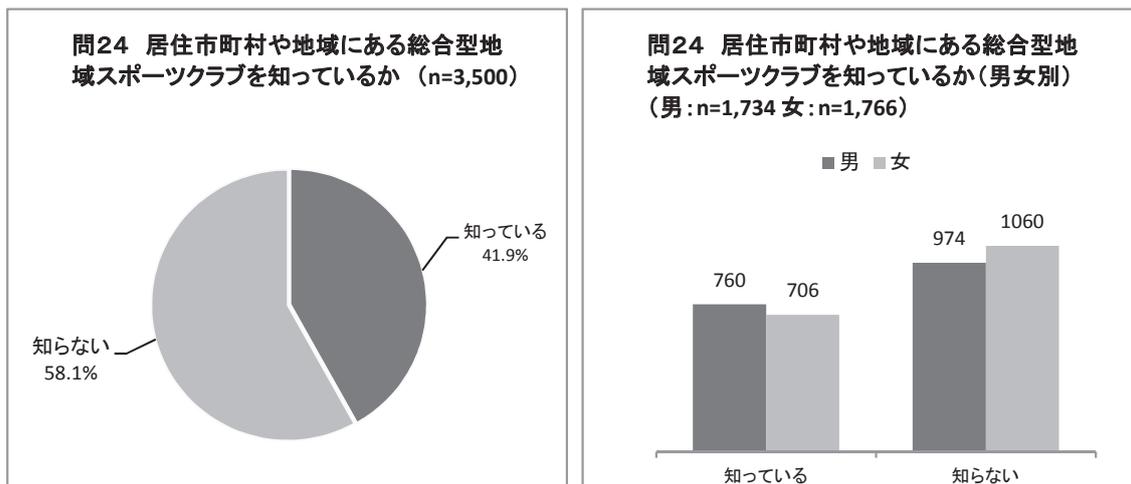


- ・スポーツを「ささえる」ことにお金をかけた人は、全体の21.8%で、昨年度より3.4ポイント減少した。
- ・お金をかけた人の中では、「1万円未満」が最も多い。

(居住市町村の総合型地域スポーツクラブの認知度)

問 24 あなたが住んでいる市町村や地域にある総合型地域スポーツクラブを知っていますか。

- ア 知っている
- イ 知らない



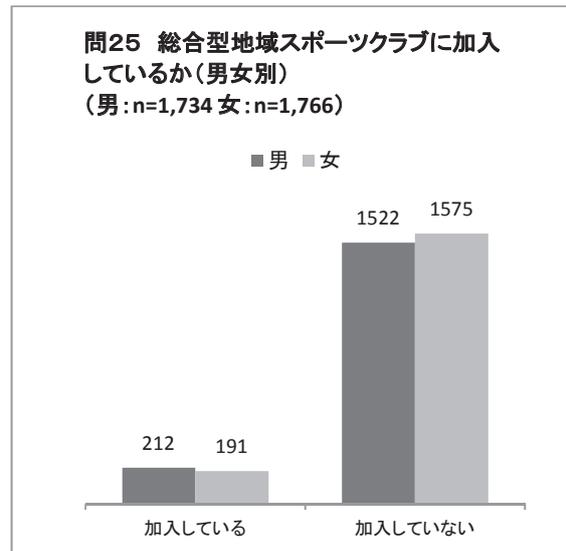
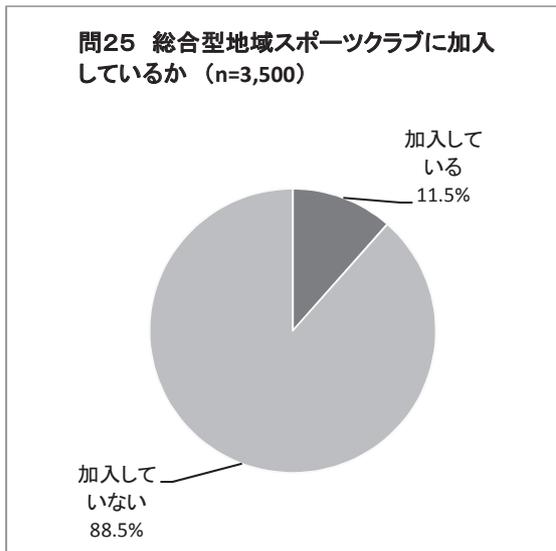
- ・居住市町村や地域にある総合型地域スポーツクラブの認知度は41.9%であり、昨年度より0.8ポイント増加した。
- ・総合型地域スポーツクラブの認知度に、男女による顕著な差は見られない。
- ・問24～27の市町村別認知度については、参考資料(43ページ)参照。

(総合型地域スポーツクラブの加入率)

問 25 あなたは、総合型地域スポーツクラブに加入していますか。

ア 加入している

イ 加入していない



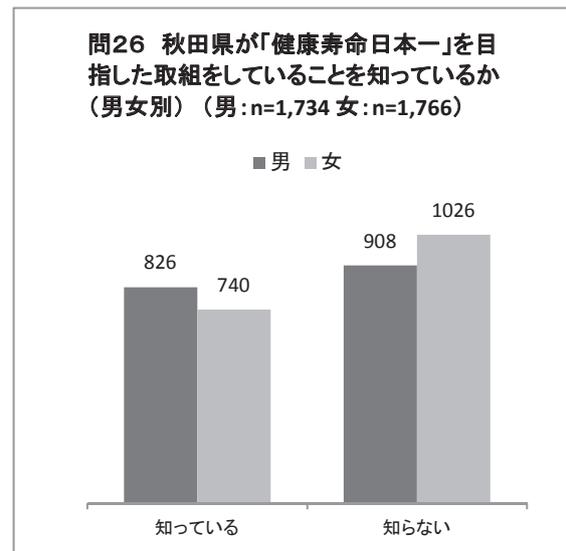
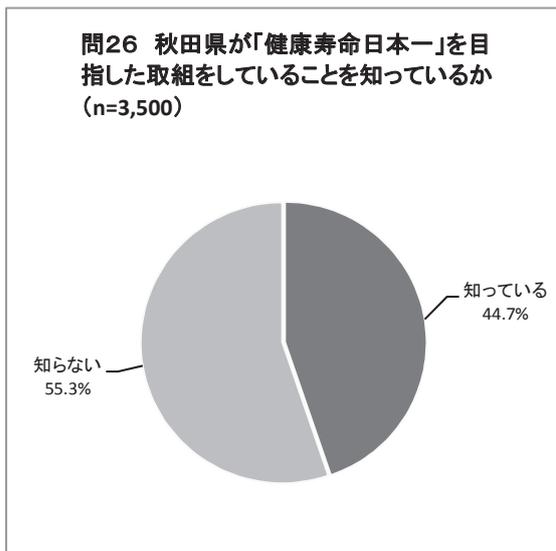
- ・総合型地域スポーツクラブへの加入率は11.5%であり、昨年度の10.6%より0.9ポイント増えている。
- ・総合型地域スポーツクラブへの男女別の加入率は、男12.2%、女10.8%となっている。

(秋田県の健康に関する施策の認知度)

問 26 秋田県が「健康寿命日本一」を目指し、さまざまな取組をしていることを知っていますか。

ア 知っている

イ 知らない



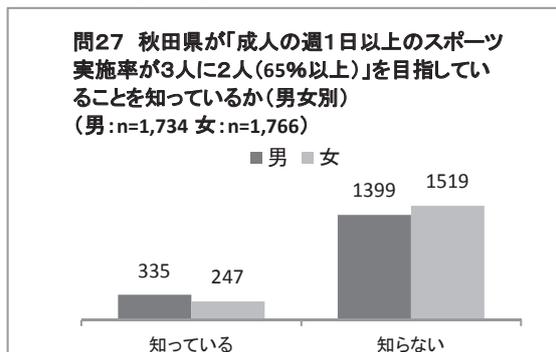
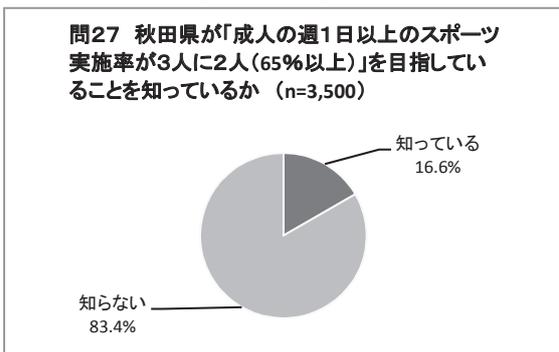
- ・秋田県の「健康寿命日本一」を目指した取組の認知度は44.7%であり、昨年度の42.3%に比べて2.4ポイント増加した。また、男女別の認知度は、男47.6%、女41.9%となっている。

(秋田県のスポーツ実施率向上に関する施策の認知度)

問 27 秋田県が「成人の週1日以上」のスポーツ実施率が3人に2人(65%程度)を目指していることを知っていますか。

ア 知っている

イ 知らない



- ・秋田県が「成人の週1日以上」のスポーツ実施率65%以上を目指していることの認知度は16.6%であり、昨年度の15.9%より0.7ポイント増加したものの低い状況にある。
- ・秋田県が「成人の週1日以上」のスポーツ実施率65%以上を目指していることの男女別の認知度は、男19.3%、女14.0%となっている。

成人の週1日以上」のスポーツ実施率向上のために、次の通り考察する。

→「月に1～3日」運動している人(15.5%)と「週に1日以上」運動している人の合計(58.5%)を合わせると74.0%になることから、「月に1～3日」運動している人を「月に4日＝週に1日以上」に引き上げることでスポーツ実施率65%を達成できるのではないかと。(問7より)

→始めてみたいスポーツの興味・関心(問14)において、「登山」、「キャンプ」、「ゴルフ」、「グラウンド・ゴルフ、パークゴルフ等」が多く、人込みを避け、アウトドアでの活動を希望する人が増えてきているので、環境を整備することで多くの新規参加者を望めるのではないかと。

→今年度は、調査項目に「日常生活における15分以上の身体活動」を加えたことで、運動・スポーツに対する認識が変わってきたものと考えられる。また、新型コロナウイルスの影響で外出が制限され、在宅を余儀なくされた一方で、自宅で簡単にできる運動などがメディアを通じて報じられたことで、多くの人が体を動かす機会が増える結果となった。これらを要因の一つとして、スポーツ実施率が前年度に比べて8ポイント向上したものと推測される。

市町村別に見ると、次のとおりであった。
 県平均の実施率58.5%を上回っているのは、25市町村中15市町村であり、
 下回っているのは、25市町村中10市町村である。
 各市町村の実施率は、23市町村が昨年度より増加し、2市は昨年度より減少した。
 ・市町村別の週1回以上のスポーツ実施率については、参考資料(44ページ)参照。

県及び各市町村のスポーツ実施率を分析し、住民の実施率向上に向けた施策が期待される。

【参考】
 ・スポーツ庁による令和2年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」(令和3年2月25日公表)では、成人の週1日以上」のスポーツ実施率は59.9%であり、昨年度より6.3ポイント増加した。

◆ 県の施策の認知度に関する質問(問24～27)より

	H30	R元	R2
総合型地域スポーツクラブ	40.1%	41.6%	41.9%
健康寿命日本一	41.0%	42.3%	44.7%
成人の週1日以上」スポーツ実施率	14.4%	15.9%	16.6%

・各施策の認知度は、いずれも年々わずかに増えてきている。

(秋田県のスポーツの現状についての自由記述)

問 28 秋田県のスポーツの現状について感じていることを下のア～ケの中から1つ選んで、ご意見をお聞かせください。

- | | | | |
|---|--------------|---|--------------|
| ア | プロスポーツについて | イ | 社会人のスポーツについて |
| ウ | 大学生のスポーツについて | エ | 高校生のスポーツについて |
| オ | 中学生のスポーツについて | カ | スポーツ少年団について |
| キ | 障害者のスポーツについて | ク | 高齢者のスポーツについて |
| ケ | その他 | | |

記号	ご意見(複数のご意見がある場合は箇条書きにしてください。)

ア プロのスポーツについて (337名)

●施設の要望 63名

- ◇サッカースタジアムの整備について
 - 推進 ・早期建設を望む。 ・環境を整えて県全体で盛り上げる。 ・県民の関心が高まる。 ・ドーム式で多目的に使用できるようにしてほしい。 ・建設のスピードが遅い。
 - 反対 ・建設費が高い。 ・コロナで観戦のスタイルが変わる。 ・長期的な検討が必要。 ・人口減で増員が難しい。 ・建設費、維持費が明確にされていない。

●プロスポーツの誘致 91名

- ◇もっと多くのプロスポーツを誘致し、観戦する機会を増やしてほしい。
- ◇県中央部に片寄らず、県内各地で観戦できるようにしてほしい。
- ◇県内で開催するプロ野球の試合数を増やしてほしい。
- ◇生の試合をもっと身近で観戦したい。

●プロスポーツの活性化 29名

- ◇バスケットボールに比べて、サッカー・ラグビーの応援の熱が伝わらない。
- ◇プロスポーツが盛り上がれば、県は活性化する。
- ◇プロを目指す人をサポートし、プロ選手をもっと多く輩出してほしい。

●プロスポーツの支援 16名

- ◇プロスポーツを存続するには、県や市の支援が必要である。
- ◇県を挙げて環境を整備し、支えてほしい。
- ◇県でも、国や企業、各団体と協力してサポートしてほしい。

●広報について 16名

- ◇テレビ中継を増やしてほしい。
- ◇せっかくの県内のプロスポーツをニュースでしか知ることができない。
- ◇県で応援しているのなら、ネットなどでもっとライブ配信をしてほしい。

●選手強化について 18名

- ◇県内のプロスポーツにもっと強くなってほしい。
- ◇ブラウブリッツにJ2、J1を目指してほしい。
- ◇バスケットボールは、少し強くなると有名選手は他県にもっていかれるのが気になる。
- ◇スキーやジャンプの選手など、他のスポーツ選手の育成にも力を入れてほしい。

●その他 104名

- ◇プロスポーツは秋田市に集中し、県民の関心や応援が全県に浸透していない。
- ◇プロ選手と子どもが交流できる機会を増やし、底辺の拡大を図るべきだ。
- ◇ハピネットにがんばってほしい。
- ◇ブラウブリッツにJ2昇格を期待する。
- ◇コロナの影響で、県内のプロスポーツの存続が不安である。
- ◇秋田市のみでなく、県内全体で盛り上がるイベントを期待する。

イ 社会人のスポーツについて

(78名)

●職場の環境について

5名

- ◇スポーツに関われる時間が少ない。
- ◇企業側の理解とサポートが必要。
- ◇働き方改革や託児サービスなど、行政のバックアップが必要。

●施設について

22名

- ◇ニーズは多いが、会場の確保が難しい。
- ◇地域によって、体育館の開館時間や学校の土日の利用に違いがある。
- ◇全体的に社会人が利用できる施設が不足しており、利用が制限されている。

●活動の機会について

14名

- ◇社会人の大会を増やしてほしい。
- ◇場所や企画などを多く提供して、気軽にスポーツができる環境を整備してほしい。
- ◇県内では、学生のころに活躍しても、社会人になってからの受け皿が少ない。

●イベントの情報について

15名

- ◇どのようなスポーツがあるのか、情報が少ないので分からない。
- ◇サークルやイベントなどの情報が少なく、募集状況が分からない。
- ◇転勤や移住してきた人にも分かりやすいように情報を発信すべき。

●その他

22名

- ◇有力選手が県外へ流出しないように、県でしっかりバックアップしてほしい。
- ◇北都銀行バドミントン部の活躍を県でもっとバックアップすべきである。
- ◇県代表選手に対する経済的バックアップが必要である。
- ◇スポーツ人口・種目の減、指導者・審判員の不足など、全体的に社会人のスポーツが後退している。

ウ 大学生のスポーツについて

(10名)

- ◇各市町村に施設を作って、大学スポーツの合宿を誘致してほしい。
- ◇大学スポーツの認知度が低く、サークル等の紹介を県内各地で行ったらよい。
- ◇OB・OGを含めてイベントを行って、活動状況を紹介するとよい。

エ 高校生のスポーツについて

(97名)

●高校野球について

5名

- ◇高校野球のレベルが上がっている。
- ◇甲子園で活躍できるよう、有力な指導者を招聘してほしい。
- ◇高校野球はなぜ入場料をとるのか。できれば無料にしてほしい。

●野球以外のスポーツについて

9名

- ◇能代工業は全国で知られており、バスケットが見られなくなるのは残念だ。
- ◇男子バレー1強はつまらない。選手推薦枠の見直しが必要だ。
- ◇野球以外のスポーツもテレビで放送してほしい。
- ◇野球に重点がおかれているが、他のスポーツにも目を向けてほしい。

●指導者について

19名

- ◇指導者が不足している。
- ◇指導者の育成、レベルアップ。
- ◇全国で上位をねらうため、専門家を招いて指導者のレベルをアップする必要がある。

●選手の育成・強化について 22名

- ◇優秀な選手が県外に流出しているので、強化選手としてつなぎ止める方策が必要。
- ◇全国とのレベルの差が大きい。強化を含め、対応に取り組んでほしい。
- ◇全国から選手や指導者を集めている他県に対抗していくのは、非常に難しい現状である。

●その他 42名

- ◇今年はコロナの影響でかわいそうな1年であった。
- ◇少子化でメンバーが減り、統廃合で地域での対戦が少なくなり、レベルの低下が否めない。
- ◇かつての強豪校の衰退が目立つ。復活を期待する。
- ◇施設の老朽化が進んでいるので、充実してほしい。

オ 中学生のスポーツについて (80名)

●少子化について 30名

- ◇少子化で、やりたいスポーツができない状態である。
- ◇少子化で、チームスポーツのメンバーが組めない状況である。
- ◇少子化で、地域の格差が明らかになってきている。
- ◇やりたいスポーツができないので、他地区の学校に行かざるを得ない。
- ◇部活動の存続そのものが問われる。

●指導者について 17名

- ◇指導者が不足している。
- ◇指導者の確保、育成が必要である。
- ◇勝敗より、精神面や人間としての基本的な部分を指導してほしい。
- ◇外部からのサポートが必要だ。

●活動時間について 5名

- ◇練習のしすぎ。基準をもっと厳しく守ってほしい。
- ◇練習時間や指導に対して、制限が以前より厳しすぎる。
- ◇室内・室外競技一律に規制するのはどうか。

●その他 28名

- ◇少子化のうえ、優秀な選手が県外に流出しており、県内のレベルの低下が進む。
- ◇学校単位で維持するのは難しい。部活動を廃止し、クラブチームにしたほうがよい。
- ◇やらせたいスポーツがあるが、地域が限られてしまうのが現実である。

カ スポーツ少年団の活動について (197名)

●少子化について 65名

- ◇少子化で、団員の確保や存続そのものが難しくなっている。
- ◇少子化で学校単位から地域単位に広域化し、負担も増えてきた。
- ◇少子化で団体競技ができなくなり、スポーツそのものの選択肢もなくなってきた。
- ◇従来のやり方をやめ、根本的に改善していく必要がある。

●指導者について 34名

- ◇指導者の不足。
- ◇指導者に合わせて練習時間を調整するのが難しい。
- ◇保護者の指導では一過性に過ぎず、継続的な取り組みとはいえない。
- ◇事故等の指導者の責任が曖昧である。

●活動時間について 19名

- ◇練習、試合日が多く、親も子どもも休む暇がない。
- ◇子どもたちが他のことにもチャレンジできるよう、長時間の活動は避けてほしい。
- ◇活動時間が全県で統一されていない。

●保護者について 17名

- ◇親の負担が大きい。
- ◇親の協力体制（指導体制や送迎、負担について）が曖昧。
- ◇親が介入しすぎて、子どもが判断できない状態である。
- ◇親の熱心さと子どものやる気の温度差が気になる。

●その他 62名

- ◇レベルが低下している。
- ◇スポーツに慣れ親しむ環境づくりをもっと積極的に行ってほしい。
- ◇やりたいスポーツをやらせる環境を整えてほしい。
- ◇秋田県のスポーツの底上げのために、小学生レベルからアスリート育成の環境づくりを考えてほしい。

キ 障害者のスポーツについて (39名)

●活動機会について 15名

- ◇ポッチャはいろいろな世代でできるので、普及に努めてほしい。
- ◇障害者を対象としたスポーツ研修を積極的に開いてほしい。
- ◇障害者を対象とした指導者、場所、道具を各地域で配置してほしい。
- ◇気楽に参加できる機会をもっと増やしてほしい。

●イベント情報について 9名

- ◇障害者スポーツに取り組みたいが、情報がほしい。
- ◇障害者が活躍しているところを見る機会がない。
- ◇競技の種目の情報がほしい。

●その他 15名

- ◇パラリンピックの活躍を期待している。
- ◇障害者スポーツの資格を取ったが、生かせる場がない。
- ◇障害者スポーツがあまり認知されていない。

ク 高齢者のスポーツについて (146名)

●活動の情報について 45名

- ◇高齢者にもっと積極的に声をかけて、参加を促す。
- ◇講座やイベントを増やし、高齢者が運動できる環境を整備する。
- ◇行政が積極的に健康増進を図ってほしい。

●交通手段について 10名

- ◇スポーツをする場所の交通の便が悪い。
- ◇交通も含めて、手軽にできる施設が身近にほしい。
- ◇移動が不便。町のバス等利用できればよい。

●施設の要望 24名

- ◇無料でできる施設を増やしてほしい。
- ◇プールも含め、年間を通して利用できる施設があればよい。
- ◇予約も含め、高齢者が気軽に利用できる施設を整備してほしい。

●その他 67名

- ◇冬期間の運動不足を解消してほしい。
- ◇高齢者のスポーツを全体で盛り上げてほしい。
- ◇みんなで健康寿命日本一を目指してほしい。
- ◇ゲートボールやグラウンド・ゴルフなどで楽しめるので、多くの人に参加してほしい。

ケ その他について

(191名)

●施設の要望

51名

- ◇スポーツ施設を整備してほしい。
 - ・グラウンド・ゴルフ場 ・室内テニスコート ・サイクリングロード ・冬季の練習場
- ◇周辺の道路、駐車場の整備、渋滞の解消。
- ◇スポーツ施設が老朽化したり、不足したりしている。各市町村に広く整備してほしい。
- ◇運動離れ、スポーツ離れ解消のためにも、気軽に利用できる施設を身近に整備してほしい。
- ◇施設の利用のしにくさが運動離れにつながっている。各市町村で統一したほうがいい。
- ◇体育館の器具、備品の老朽化が進み、危険である。
- ◇ボルダリングやスポーツジムなど、今後利用が増えることが見込まれる。

●人材の確保

6名

- ◇野球人口の底上げと、全国で通用する人材の育成。
- ◇県内の有望な選手が県内で活躍する環境が少ない。
- ◇学校のスポーツは、全国と比べるとレベルが低い。もっと強化してほしい。

●広報について

24名

- ◇ニュースポーツを広く紹介してほしい。
- ◇県外で活躍している県出身者の情報をもっと発信してほしい。
- ◇県内のスポーツイベントのサイトがあれば、集客に役立つのではないか。
- ◇新聞や広報、SNSなどを使って、幅広く情報を発信すべきである。

●コロナの関連

22名

- ◇コロナ対策をしながら、スポーツができる環境づくりが必要である。
- ◇コロナで全体の見通しが見えない状況だ。

●その他

88名

- ◇少子化、人口減少に歯止めがきかない。施策の抜本的な見直しが必要である。
- ◇バスケットボールやサッカーばかりに力を入れすぎ。違うスポーツにも目を向けてほしい。
- ◇ラジオ体操も知らない子どもが多い。幼児期に体操教室を開いて適切な運動を身に付けさせるとともに、様々なスポーツに触れさせる環境づくりが必要である。
- ◇プロとアマ、学生をうまく組み合わせ、楽しく取り組める環境づくりが大切だ。
- ◇地域によっては、体験や観戦の機会がないに等しいところもある。みんなが楽しめる環境づくりが必要である。
- ◇健康寿命日本一の具体的な取り組みが見えない。
- ◇地元のイベントとスポーツを組み合わせ、少しでもスポーツに触れる機会を提供するなど工夫が必要だ。

参考資料 一年齢別・市町村別回答一覧表一

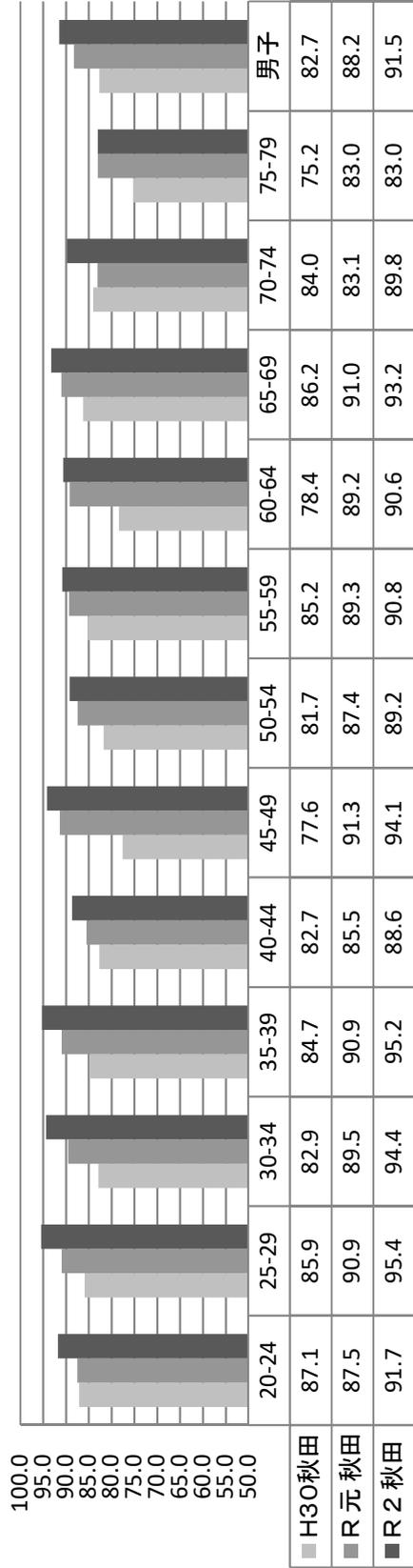
- ① 問7 年齢別スポーツ実施率
問13(1) 運動・スポーツを実施した理由…………… (36)
- ② 問7 ア～キ 年間スポーツ実施率…………… (37)
- ③ 問7 ア～エ 週間スポーツ実施率…………… (38)
- ④ 問7 ク 運動・スポーツを1日も実施していない理由
問13(2) 運動・スポーツを全く実施しなかった理由…………… (39)
- ⑤ 問21 1年間に運動・スポーツを「する」ことにかけた費用… (40)
- ⑥ 問22 1年間にスポーツを「みる」ことにかけた費用…………… (41)
- ⑦ 問23 1年間にスポーツを「ささえる」ことにかけた費用… (42)
- ⑧ 問24・26・27 市町村別各施策の認知度…………… (43)
- ⑨ 市町村別週間スポーツ実施率
(週1日以上運動・スポーツを実施した人の割合) …… (44)

【参考資料① 問7 年齢別スポーツ実施率 問13(1) 運動・スポーツを実施した理由】

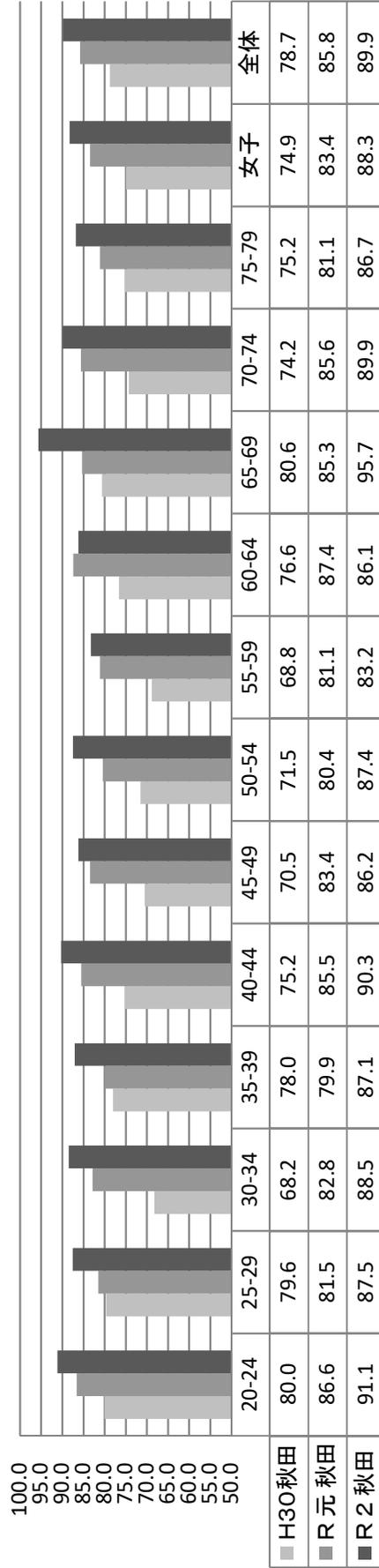
	問7 ア～キ 年1日以上のス ポーツ実施率		問7 ア～イ 週3日以上のスポーツ実施率		問7 ア～エ 週1日以上のスポーツ実施率		問7 オ 月1～3日程度 のスポーツ実施 率		問13 (1) 運動・スポーツを実施した理由【上位順】							
	男	女	男	女	男	女	男	女	ア:健康のため	ウ:楽しみ・気晴ら しのため	イ:体力増進・維持 のため	エ:運動不足を感じ るから	男	女	男	女
	20～24歳	91.7%	91.1%	29.8%	22.6%	18.7%	66.1%	58.9%	13.2%	16.9%	44.1%	43.4%	40.5%	23.0%	20.7%	39.8%
25～29歳	95.4%	87.5%	20.3%	15.6%	55.3%	54.9%	52.5%	21.6%	17.5%	41.8%	46.4%	34.2%	22.9%	31.5%	36.4%	
30～34歳	94.4%	88.5%	25.0%	19.4%	48.2%	54.8%	44.6%	24.2%	18.7%	49.6%	48.8%	45.3%	21.1%	31.6%	33.3%	
35～39歳	95.2%	87.1%	20.5%	23.0%	51.8%	56.8%	51.8%	20.5%	15.1%	38.8%	54.5%	31.7%	32.2%	28.1%	39.7%	
40～44歳	88.6%	90.3%	20.3%	22.7%	23.3%	52.5%	53.9%	15.2%	16.9%	47.1%	56.1%	40.0%	28.8%	30.7%	36.7%	
45～49歳	94.1%	86.2%	20.3%	23.9%	45.9%	50.3%	45.9%	17.0%	15.1%	43.8%	54.0%	29.2%	24.8%	26.4%	35.0%	
50～54歳	89.2%	87.4%	13.5%	24.5%	56.5%	53.2%	57.0%	19.8%	14.6%	50.5%	62.9%	24.2%	29.5%	28.3%	41.7%	
55～59歳	90.8%	83.2%	26.1%	25.8%	70.4%	59.8%	56.1%	15.2%	10.3%	58.1%	65.1%	42.5%	40.3%	27.5%	35.7%	
60～64歳	90.6%	86.1%	21.8%	32.5%	33.6%	53.5%	62.7%	20.0%	13.3%	64.3%	68.5%	36.4%	46.9%	33.1%	40.6%	
65～69歳	93.2%	95.7%	41.7%	34.8%	79.7%	67.4%	79.7%	15.2%	10.9%	67.5%	76.5%	45.5%	52.3%	25.2%	40.2%	
70～74歳	89.8%	89.9%	31.3%	34.8%	70.5%	67.6%	70.2%	11.4%	13.1%	74.7%	78.7%	43.0%	41.0%	27.2%	28.1%	
75～79歳	83.0%	86.7%	39.6%	44.6%	71.1%	68.9%	71.1%	5.7%	8.4%	81.8%	80.6%	53.4%	44.4%	23.9%	30.6%	
男女別	91.5%	88.3%	25.5%	26.6%	58.4%	58.6%	58.4%	16.7%	14.4%	54.9%	61.3%	44.6%	33.9%	28.1%	36.4%	
全体	89.9%	26.1%	58.5%	15.5%	47.4%	36.3%	32.2%	58.1%	47.4%	36.3%	32.2%	32.2%	32.2%	32.2%	32.2%	

【参考資料②】 問7 ア～キ 年間スポーツ実施率】 ※年に1日以上スポーツを実施した人の割合

男子 年齢別 年間スポーツ実施率

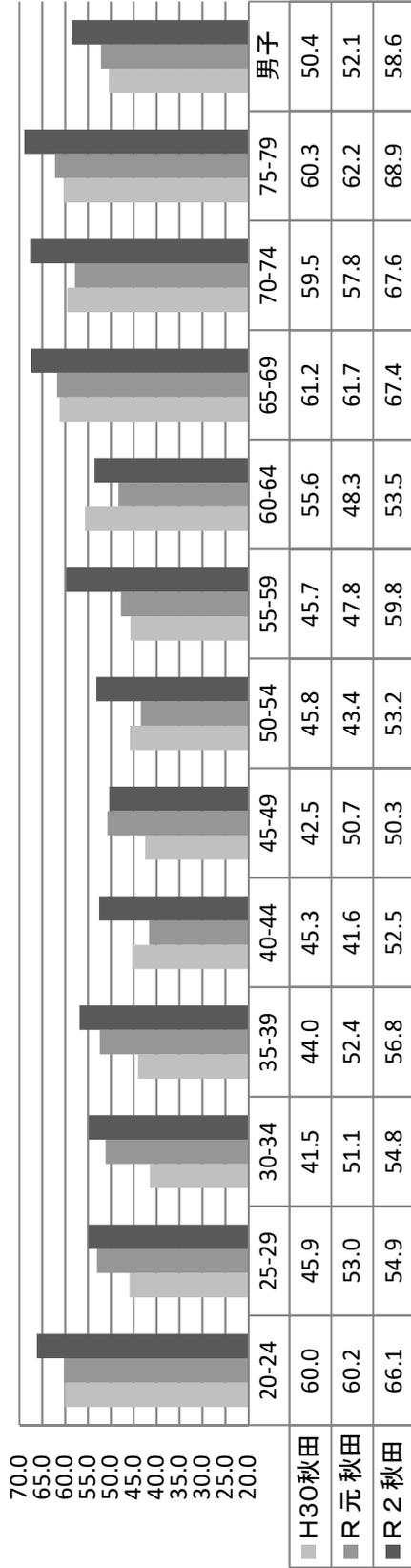


女子 年齢別 年間スポーツ実施率 / 男女 年間スポーツ実施率

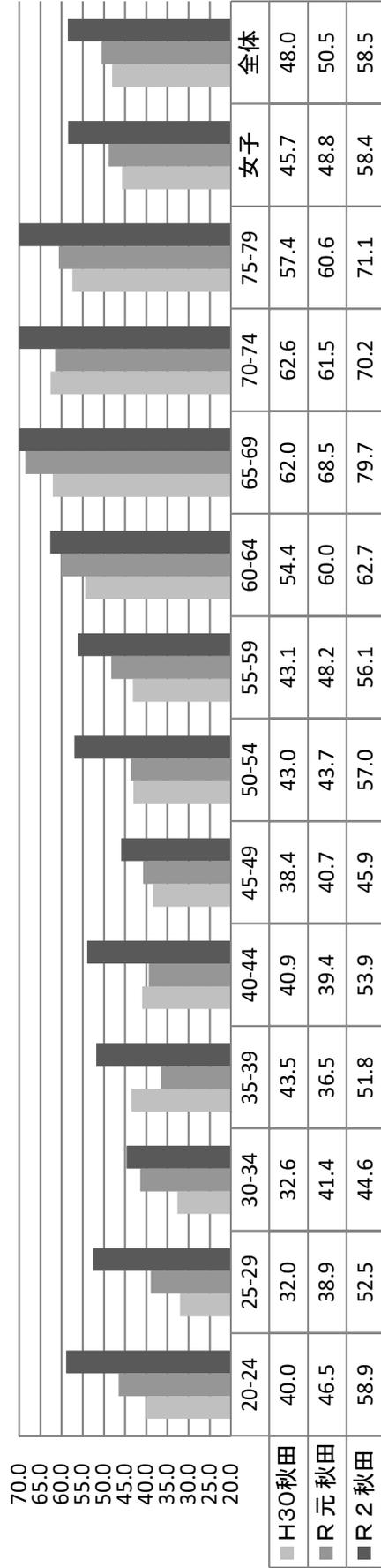


【参考資料③】 問7 ア～エ 週間スポーツ実施率 ※週に1日以上スポーツを実施した人の割合

男子 年齢別 週間スポーツ実施率



女子 年齢別 週間スポーツ実施率 / 男女 週間スポーツ実施率



【参考資料④ 問7 ク 運動・スポーツを1日も実施していない理由 問13(2) 運動・スポーツを全く実施しなかった理由】

	問13(2) 運動・スポーツを実施しなかった理由													
	問7 ク 1日も実施していない		ア:仕事や家事が忙しいから		コ:面倒くさいから		ウ:病氣やけがなどの体の不調のため		シ:生活や仕事で体を動かしているから		イ:子どもに手がかるから		セ:特に理由なし	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
20～24歳	8.3%	8.9%	10.0%	36.4%	30.0%	36.4%	0.0%	0.0%	10.0%	9.1%	0.0%	9.1%	30.0%	27.3%
25～29歳	4.6%	12.5%	14.3%	40.0%	14.3%	30.0%	0.0%	10.0%	0.0%	10.0%	14.3%	10.0%	42.9%	35.0%
30～34歳	5.6%	11.5%	42.9%	25.0%	14.3%	0.0%	0.0%	6.3%	28.6%	12.5%	28.6%	18.8%	42.9%	31.3%
35～39歳	4.8%	12.9%	42.9%	44.4%	0.0%	11.1%	0.0%	0.0%	14.3%	5.6%	14.3%	38.9%	42.9%	50.0%
40～44歳	11.4%	9.7%	27.8%	53.3%	0.0%	13.3%	5.6%	0.0%	5.6%	0.0%	11.1%	53.3%	44.4%	20.0%
45～49歳	5.9%	13.8%	11.1%	59.1%	11.1%	27.3%	22.2%	9.1%	11.1%	4.5%	0.0%	22.7%	33.3%	13.6%
50～54歳	10.8%	12.6%	25.0%	42.1%	8.3%	10.5%	16.7%	0.0%	16.7%	10.5%	0.0%	0.0%	50.0%	31.6%
55～59歳	9.2%	16.8%	29.4%	42.3%	11.8%	11.5%	11.8%	23.1%	5.9%	11.5%	0.0%	3.8%	29.4%	34.6%
60～64歳	9.4%	13.9%	25.0%	47.8%	6.3%	8.7%	6.3%	13.0%	31.3%	8.7%	0.0%	0.0%	31.3%	21.7%
65～69歳	6.8%	4.3%	33.3%	0.0%	33.3%	16.7%	0.0%	16.7%	11.1%	0.0%	0.0%	0.0%	22.2%	33.3%
70～74歳	10.2%	10.1%	11.1%	25.0%	16.7%	10.0%	11.1%	10.0%	16.7%	15.0%	0.0%	0.0%	44.4%	20.0%
75～79歳	17.0%	13.3%	16.7%	0.0%	5.6%	0.0%	33.3%	36.4%	5.6%	0.0%	0.0%	0.0%	38.9%	27.3%
男女別	8.5%	11.7%	23.0%	38.6%	11.5%	14.5%	10.8%	10.1%	12.8%	8.2%	4.1%	13.0%	37.8%	28.5%
全体	10.1%		32.1%		13.2%		10.4%		10.1%		9.3%		32.4%	

【参考資料⑤ 問21 1年間に運動・スポーツを「する」ことにかけた費用】
 (交通費、施設使用料、大会参加料、用具、ウェア代など)

男女別	出費していない		1万円未満		1万円以上～5万円未満		5万円以上～10万円未満		10万円以上		無回答	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
20～24歳	22.3%	50.0%	23.1%	23.4%	32.2%	20.2%	12.4%	4.8%	9.9%	1.6%	0.0%	0.0%
25～29歳	28.8%	45.0%	26.8%	33.8%	34.0%	13.1%	5.2%	6.3%	5.2%	1.9%	0.0%	0.0%
30～34歳	25.0%	52.5%	27.4%	26.6%	29.8%	15.8%	8.9%	2.9%	8.9%	2.2%	0.0%	0.0%
35～39歳	23.3%	51.8%	28.1%	25.2%	27.4%	14.4%	15.8%	5.8%	5.5%	2.9%	0.0%	0.0%
40～44歳	31.0%	40.3%	27.2%	27.9%	24.1%	18.8%	7.0%	7.1%	10.8%	5.8%	0.0%	0.0%
45～49歳	27.5%	45.9%	24.8%	29.6%	29.4%	18.9%	9.2%	4.4%	9.2%	1.3%	0.0%	0.0%
50～54歳	26.1%	46.4%	25.2%	30.5%	27.9%	17.2%	8.1%	3.3%	12.6%	2.6%	0.0%	0.0%
55～59歳	28.8%	52.9%	25.0%	25.8%	27.2%	15.5%	8.7%	4.5%	10.3%	1.3%	0.0%	0.0%
60～64歳	34.7%	48.2%	20.0%	25.9%	27.1%	21.1%	8.8%	3.6%	9.4%	1.2%	0.0%	0.0%
65～69歳	35.6%	37.0%	28.8%	30.4%	22.7%	26.8%	6.8%	5.1%	6.1%	0.7%	0.0%	0.0%
70～74歳	34.7%	48.5%	30.1%	29.3%	19.3%	16.7%	9.7%	3.5%	6.3%	2.0%	0.0%	0.0%
75～79歳	40.6%	50.6%	32.1%	34.9%	18.9%	10.8%	6.6%	3.6%	1.9%	0.0%	0.0%	0.0%
男女別	29.9%	47.3%	26.4%	28.5%	26.6%	17.6%	8.9%	4.6%	8.1%	2.0%	0.0%	0.0%
全体	38.7%		27.5%		22.1%		6.7%		5.0%		0.0%	

年齢別	出費していない		1万円未満		1万円以上～5万円未満		5万円以上～10万円未満		10万円以上		無回答	
	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分
20～24歳	36.3%	36.7%	23.3%	27.2%	26.1%	24.6%	8.6%	7.0%	5.7%	4.5%	0.0%	0.0%
25～29歳	37.1%		30.4%		23.3%		5.8%		3.5%		0.0%	
30～34歳	39.5%	38.3%	27.0%	26.8%	22.4%	21.7%	5.7%	8.4%	5.3%	4.7%	0.0%	0.0%
35～39歳	37.2%		26.7%		21.1%		10.9%		4.2%		0.0%	
40～44歳	35.6%	36.2%	27.6%	27.4%	21.5%	22.8%	7.1%	6.9%	8.3%	6.7%	0.0%	0.0%
45～49歳	36.9%		27.2%		24.0%		6.7%		5.1%		0.0%	
50～54歳	37.8%	38.9%	28.2%	26.6%	21.8%	21.8%	5.3%	6.2%	6.9%	6.5%	0.0%	0.0%
55～59歳	39.8%		25.4%		21.8%		6.8%		6.2%		0.0%	
60～64歳	41.4%	39.1%	22.9%	25.9%	24.1%	24.4%	6.3%	6.1%	5.4%	4.5%	0.0%	0.0%
65～69歳	36.3%		29.6%		24.8%		5.9%		3.3%		0.0%	
70～74歳	42.0%	43.0%	29.7%	30.9%	17.9%	17.1%	6.4%	6.0%	4.0%	3.0%	0.0%	0.0%
75～79歳	45.0%		33.3%		15.3%		5.3%		1.1%		0.0%	
全体	38.7%		27.5%		22.1%		6.7%		5.0%		0.0%	

【参考資料⑥ 問22 1年間にスポーツを「みる」ことにかけた費用】
 (交通費、観戦チケット代、プログラム代など)

男女別	出費していない		1万円未満		1万円以上～5万円未満		5万円以上～10万円未満		10万円以上		無回答	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
20～24歳	69.4%	82.3%	17.4%	9.7%	9.9%	7.3%	2.5%	0.8%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%
25～29歳	70.6%	78.1%	19.0%	12.5%	9.8%	7.5%	0.7%	0.6%	0.0%	1.3%	0.0%	0.0%
30～34歳	61.3%	79.1%	26.6%	18.0%	8.1%	2.9%	1.6%	0.0%	2.4%	0.0%	0.0%	0.0%
35～39歳	60.3%	74.1%	28.1%	15.8%	11.6%	7.9%	0.0%	2.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
40～44歳	70.3%	70.8%	18.4%	16.9%	8.2%	9.1%	1.9%	1.9%	1.3%	1.3%	0.0%	0.0%
45～49歳	48.4%	63.5%	24.2%	21.4%	20.3%	11.9%	2.6%	3.1%	4.6%	0.0%	0.0%	0.0%
50～54歳	55.0%	71.5%	27.0%	17.2%	12.6%	9.3%	3.6%	2.0%	1.8%	0.0%	0.0%	0.0%
55～59歳	62.5%	79.4%	23.4%	13.5%	9.8%	5.8%	1.6%	0.0%	2.7%	1.3%	0.0%	0.0%
60～64歳	63.5%	77.7%	25.3%	15.1%	7.6%	5.4%	1.8%	0.6%	1.8%	1.2%	0.0%	0.0%
65～69歳	69.7%	84.8%	21.2%	10.1%	6.8%	2.9%	1.5%	0.7%	0.8%	1.4%	0.0%	0.0%
70～74歳	67.6%	87.9%	21.6%	10.1%	9.1%	1.5%	0.6%	0.5%	1.1%	0.0%	0.0%	0.0%
75～79歳	77.4%	84.3%	16.0%	15.7%	6.6%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
男女別	64.5%	77.6%	22.4%	14.6%	10.1%	6.1%	1.5%	1.1%	1.5%	0.6%	0.0%	0.0%
全体	71.1%		18.5%		8.1%		1.3%		1.0%		0.0%	

年齢別	出費していない		1万円未満		1万円以上～5万円未満		5万円以上～10万円未満		10万円以上		無回答	
	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分
20～24歳	75.9%	75.1%	13.5%	14.7%	8.6%	8.6%	1.6%	1.1%	0.4%	0.5%	0.0%	0.0%
25～29歳	74.4%		15.7%		8.6%		0.6%		0.6%		0.0%	
30～34歳	70.7%	68.8%	22.1%	22.1%	5.3%	7.7%	0.8%	0.9%	1.1%	0.5%	0.0%	0.0%
35～39歳	67.0%		22.1%		9.8%		1.1%		0.0%		0.0%	
40～44歳	70.5%	63.3%	17.6%	20.2%	8.7%	12.3%	1.9%	2.4%	1.3%	1.8%	0.0%	0.0%
45～49歳	56.1%		22.8%		16.0%		2.9%		2.2%		0.0%	
50～54歳	64.5%	67.7%	21.4%	20.0%	10.7%	9.2%	2.7%	1.7%	0.8%	1.5%	0.0%	0.0%
55～59歳	70.2%		18.9%		8.0%		0.9%		2.1%		0.0%	
60～64歳	70.5%	73.6%	20.2%	18.2%	6.5%	5.8%	1.2%	1.2%	1.5%	1.3%	0.0%	0.0%
65～69歳	77.4%		15.6%		4.8%		1.1%		1.1%		0.0%	
70～74歳	78.3%	79.0%	15.5%	15.6%	5.1%	4.6%	0.5%	0.4%	0.5%	0.4%	0.0%	0.0%
75～79歳	80.4%		15.9%		3.7%		0.0%		0.0%		0.0%	
全体	71.1%		18.5%		8.1%		1.3%		1.0%		0.0%	

【参考資料⑦ 問23 1年間にスポーツを「ささえる」ことにかけた費用】
 (交通費、必要経費、大会出場のための寄付や募金など)

男女別	出費していない		1万円未満		1万円以上～5万円未満		5万円以上～10万円未満		10万円以上		無回答	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
20～24歳	79.3%	90.3%	13.2%	6.5%	6.6%	3.2%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
25～29歳	83.7%	91.3%	12.4%	6.3%	3.3%	1.9%	0.7%	0.6%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
30～34歳	82.3%	89.2%	14.5%	7.9%	3.2%	2.9%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
35～39歳	72.6%	77.7%	17.1%	12.9%	7.5%	5.8%	1.4%	2.2%	1.4%	1.4%	0.0%	0.0%
40～44歳	69.0%	78.6%	17.1%	10.4%	10.1%	5.8%	1.9%	1.3%	1.9%	3.9%	0.0%	0.0%
45～49歳	61.4%	71.7%	20.3%	14.5%	13.1%	8.8%	3.9%	2.5%	1.3%	2.5%	0.0%	0.0%
50～54歳	64.9%	74.8%	24.3%	19.9%	8.1%	4.0%	0.9%	1.3%	1.8%	0.0%	0.0%	0.0%
55～59歳	69.6%	83.9%	19.0%	12.9%	7.6%	1.9%	1.6%	0.0%	2.2%	1.3%	0.0%	0.0%
60～64歳	74.1%	84.9%	17.6%	9.6%	6.5%	3.6%	1.2%	1.2%	0.6%	0.6%	0.0%	0.0%
65～69歳	74.2%	87.0%	16.7%	10.1%	6.8%	2.9%	0.8%	0.0%	1.5%	0.0%	0.0%	0.0%
70～74歳	71.0%	83.8%	18.2%	13.1%	9.1%	2.5%	0.6%	0.0%	1.1%	0.5%	0.0%	0.0%
75～79歳	81.1%	85.5%	13.2%	12.0%	5.7%	2.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
男女別	73.2%	83.0%	17.1%	11.4%	7.4%	3.9%	1.2%	0.8%	1.0%	0.9%	0.0%	0.0%
全体	78.2%		14.2%		5.6%		1.0%		1.0%		0.0%	

年齢別	出費していない		1万円未満		1万円以上～5万円未満		5万円以上～10万円未満		10万円以上		無回答	
	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分	5歳区分	10歳区分
20～24歳	84.9%	86.4%	9.8%	9.5%	4.9%	3.6%	0.4%	0.5%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
25～29歳	87.5%		9.3%		2.6%		0.6%		0.0%		0.0%	
30～34歳	85.9%	80.3%	11.0%	13.1%	3.0%	4.9%	0.0%	0.9%	0.0%	0.7%	0.0%	0.0%
35～39歳	75.1%		15.1%		6.7%		1.8%		1.4%		0.0%	
40～44歳	73.7%	70.2%	13.8%	15.5%	8.0%	9.5%	1.6%	2.4%	2.9%	2.4%	0.0%	0.0%
45～49歳	66.7%		17.3%		10.9%		3.2%		1.9%		0.0%	
50～54歳	70.6%	73.7%	21.8%	18.6%	5.7%	5.3%	1.1%	1.0%	0.8%	1.3%	0.0%	0.0%
55～59歳	76.1%		16.2%		5.0%		0.9%		1.8%		0.0%	
60～64歳	79.5%	80.0%	13.7%	13.5%	5.1%	5.0%	1.2%	0.8%	0.6%	0.7%	0.0%	0.0%
65～69歳	80.7%		13.3%		4.8%		0.4%		0.7%		0.0%	
70～74歳	77.8%	79.6%	15.5%	14.6%	5.6%	5.2%	0.3%	0.2%	0.8%	0.5%	0.0%	0.0%
75～79歳	83.1%		12.7%		4.2%		0.0%		0.0%		0.0%	
全体	78.2%		14.2%		5.6%		1.0%		1.0%		0.0%	

【参考資料⑧ 問24・26・27 市町村別各施策の認知度】

市町村別		問24 総合型地域スポーツクラブ			問26 健康長寿日本一			問27 「成人の週1日以上スポーツ実施率が3人に2人(65%程度)」を目指す		
		知っている	知らない	無回答	知っている	知らない	無回答	知っている	知らない	無回答
1	鹿角市	42.9%	57.1%	0.0%	47.6%	52.4%	0.0%	13.3%	86.7%	0.0%
2	小坂町	38.6%	61.4%	0.0%	54.4%	45.6%	0.0%	15.8%	84.2%	0.0%
3	大館市	34.8%	65.2%	0.0%	44.4%	55.6%	0.0%	12.6%	87.4%	0.0%
4	北秋田市	28.8%	71.2%	0.0%	40.4%	59.6%	0.0%	8.7%	91.3%	0.0%
5	上小阿仁村	60.3%	39.7%	0.0%	41.2%	58.8%	0.0%	20.6%	79.4%	0.0%
6	能代市	46.6%	53.4%	0.0%	45.3%	54.7%	0.0%	15.5%	84.5%	0.0%
7	三種町	61.3%	38.7%	0.0%	61.3%	38.7%	0.0%	26.7%	73.3%	0.0%
8	八峰町	33.3%	66.7%	0.0%	61.9%	38.1%	0.0%	21.4%	78.6%	0.0%
9	藤里町	26.5%	73.5%	0.0%	36.7%	63.3%	0.0%	4.1%	95.9%	0.0%
10	男鹿市	72.5%	27.5%	0.0%	79.1%	20.9%	0.0%	36.3%	63.7%	0.0%
11	潟上市	56.0%	44.0%	0.0%	44.0%	56.0%	0.0%	13.1%	86.9%	0.0%
12	五城目町	29.2%	70.8%	0.0%	45.8%	54.2%	0.0%	10.4%	89.6%	0.0%
13	八郎潟町	37.5%	62.5%	0.0%	54.2%	45.8%	0.0%	14.6%	85.4%	0.0%
14	井川町	40.0%	60.0%	0.0%	60.0%	40.0%	0.0%	24.0%	76.0%	0.0%
15	大潟村	85.5%	14.5%	0.0%	54.5%	45.5%	0.0%	25.5%	74.5%	0.0%
16	秋田市	34.1%	65.9%	0.0%	38.4%	61.6%	0.0%	17.5%	82.5%	0.0%
17	由利本荘市	37.7%	62.3%	0.0%	40.4%	59.6%	0.0%	13.0%	87.0%	0.0%
18	にかほ市	54.2%	45.8%	0.0%	34.7%	65.3%	0.0%	12.5%	87.5%	0.0%
19	大仙市	54.6%	45.4%	0.0%	51.7%	48.3%	0.0%	19.3%	80.7%	0.0%
20	仙北市	32.1%	67.9%	0.0%	39.6%	60.4%	0.0%	9.4%	90.6%	0.0%
21	美郷町	50.8%	49.2%	0.0%	47.6%	52.4%	0.0%	23.8%	76.2%	0.0%
22	横手市	35.2%	64.8%	0.0%	38.9%	61.1%	0.0%	12.6%	87.4%	0.0%
23	湯沢市	49.6%	50.4%	0.0%	51.9%	48.1%	0.0%	19.5%	80.5%	0.0%
24	羽後町	54.5%	45.5%	0.0%	62.3%	37.7%	0.0%	23.4%	76.6%	0.0%
25	東成瀬村	52.1%	47.9%	0.0%	43.7%	56.3%	0.0%	8.5%	91.5%	0.0%
県全体		41.9%	58.1%	0.0%	44.7%	55.3%	0.0%	16.6%	83.4%	0.0%

【参考資料⑨ 市町村別週間スポーツ実施率】 ※週に1日以上スポーツを実施した人の割合

市町村	全体						男子						女子					
	H27	H28	H29	H30	R元	R2	H27	H28	H29	H30	R元	R2	H27	H28	H29	H30	R元	R2
1 鹿角市	48.8	55.0	45.1	44.0	60.3	44.8	54.8	60.7	43.5	50.0	60.4	48.0	42.9	50.0	46.4	40.6	60.2	41.8
2 小坂町	50.6	47.6	46.8	50.0	51.5	63.2	56.8	53.7	44.1	54.3	58.1	67.7	45.8	41.5	48.8	45.7	45.9	57.7
3 大館市	39.5	41.3	46.0	48.1	46.6	58.0	45.1	47.2	49.1	50.9	46.7	55.8	34.0	35.2	42.9	45.3	46.5	60.2
4 北秋田市	57.6	49.5	55.3	47.0	49.0	37.5	60.0	58.5	62.7	51.0	57.7	41.5	55.1	40.7	47.7	42.9	39.6	33.3
5 上小阿仁村	54.9	60.0	38.6	35.7	50.0	60.3	56.0	57.1	46.2	44.0	48.5	64.5	53.8	63.0	32.3	31.1	51.7	56.8
6 能代市	48.1	59.4	56.4	58.3	61.3	68.3	46.8	64.5	59.6	61.0	60.3	71.4	49.4	55.3	54.2	56.2	62.2	65.9
7 三種町	48.1	48.9	50.0	41.7	39.8	57.3	50.0	45.8	53.2	42.9	38.0	55.0	46.3	52.5	45.9	40.7	42.1	60.0
8 八峰町	38.3	36.7	41.8	43.8	43.3	59.5	41.9	40.0	44.8	42.4	50.0	63.6	34.5	33.3	38.5	45.2	36.7	55.0
9 藤里町	47.9	58.3	45.1	49.0	50.0	55.1	45.8	66.7	56.5	52.2	50.0	50.0	50.0	50.0	35.7	46.4	50.0	60.9
10 男鹿市	66.3	71.4	58.0	67.6	62.9	68.1	50.0	71.4	53.7	54.8	56.1	60.5	80.4	71.4	62.1	76.7	68.8	75.0
11 潟上市	30.7	54.1	50.0	37.9	54.0	57.1	44.2	55.2	50.0	42.9	56.3	64.3	17.8	53.1	50.0	32.3	51.9	50.0
12 五城目町	39.6	45.8	60.4	52.1	60.4	66.7	37.5	37.5	58.3	50.0	64.0	75.0	41.7	54.2	62.5	54.2	56.5	58.3
13 八郎潟町	43.8	49.0	47.9	56.3	61.2	66.7	41.7	41.7	50.0	54.2	70.8	63.6	45.8	56.0	45.8	58.3	52.0	69.2
14 井川町	56.3	50.0	48.0	39.6	59.4	66.0	50.0	70.8	60.0	58.3	58.6	54.2	62.5	29.2	36.0	20.8	60.0	76.9
15 大潟村	56.5	51.9	51.3	50.9	59.2	61.8	58.6	50.0	56.4	48.1	54.2	48.1	54.5	53.7	46.3	53.3	64.0	75.0
16 秋田市	49.7	47.6	46.8	50.8	50.4	56.4	48.7	49.8	50.8	53.7	51.5	58.7	50.6	45.3	43.0	47.9	49.2	54.1
17 由利本荘市	51.6	50.9	41.5	47.3	51.0	56.5	50.0	56.5	43.5	53.2	55.3	55.6	53.2	45.5	39.4	41.4	46.8	57.5
18 にかほ市	52.8	55.6	48.6	48.6	54.2	59.7	52.8	55.6	44.4	44.4	58.3	50.0	52.8	55.6	52.8	52.8	50.0	69.4
19 大仙市	41.4	54.8	37.2	48.0	44.6	70.0	37.1	54.4	36.5	50.4	48.0	73.1	45.7	55.3	37.9	45.6	41.2	67.0
20 仙北市	50.7	53.4	50.0	41.9	45.6	60.4	47.4	52.8	50.0	35.1	50.0	63.0	54.1	54.1	50.0	48.6	41.7	57.7
21 美郷町	41.7	68.3	51.7	45.0	55.0	58.7	53.3	63.3	56.7	53.3	66.7	65.6	30.0	73.3	46.7	36.7	43.3	51.6
22 横手市	44.8	46.1	46.4	43.4	41.5	59.6	47.1	42.6	48.1	47.8	43.8	53.3	42.5	49.3	44.8	39.1	39.3	65.9
23 湯沢市	45.0	40.4	42.3	40.6	48.1	66.9	48.6	43.7	44.0	33.8	47.0	60.9	41.2	36.9	40.3	47.7	49.3	72.5
24 羽後町	50.0	36.7	51.5	58.3	50.8	58.4	50.0	35.5	50.0	61.3	48.4	63.9	50.0	37.9	53.1	55.2	53.1	53.7
25 東成瀬村	45.9	38.5	36.5	27.3	38.0	39.4	48.5	48.1	41.9	45.2	46.2	38.2	42.9	28.0	31.3	11.4	30.0	40.5
県全体	47.9	49.5	46.9	48.0	50.5	58.5	48.2	51.5	49.5	50.4	52.1	58.6	47.5	47.5	44.5	45.7	48.8	58.4

全 県 体 力 テ ス ト

(令和元年度結果の再掲)

令和2年度は、新型コロナウイルスの影響で全県体力テストを中止した。

本報告書では、スポーツ庁が令和2年10月に公表した「令和元年度体力・運動能力調査報告書」に記載されている全国の状況と、昨年まとめた令和元年度の本県の状況を比較したものである。

握力 ・ 上体起こし ・ 長座体前屈

【 全 国 】 令和元年度 年齢別テストの結果 (令和2年10月スポーツ庁公表)

年齢	握力 (kg)						上体起こし (回)						長座体前屈 (cm)					
	男			女			男			女			男			女		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	1,259	45.84	7.26	1,012	27.80	4.94	1,262	29.37	5.72	1,012	21.31	5.62	1,273	45.33	10.93	1,014	45.23	9.36
25-29	1,275	46.44	7.15	969	28.23	4.72	1,272	28.07	5.36	958	20.03	5.28	1,274	43.99	10.32	960	44.51	9.63
30-34	1,326	46.92	7.41	1,082	28.21	4.85	1,319	26.95	5.45	1,065	18.06	5.42	1,322	43.67	10.44	1,076	43.56	9.37
35-39	1,416	46.75	7.00	1,356	28.72	4.49	1,408	25.36	5.53	1,318	17.06	5.05	1,424	40.97	10.87	1,344	42.23	9.64
40-44	1,619	46.69	6.70	1,521	28.91	4.55	1,619	23.92	5.31	1,488	16.37	5.03	1,614	40.51	10.23	1,526	41.90	9.17
45-49	1,483	46.42	6.60	1,430	28.47	4.42	1,489	22.91	5.38	1,402	15.68	5.31	1,500	39.87	10.29	1,423	41.27	9.18
50-54	1,165	45.63	6.39	1,215	27.72	4.46	1,153	21.74	5.43	1,218	14.86	5.79	1,160	39.04	10.23	1,210	41.90	8.55
55-59	1,087	44.68	6.25	1,103	27.32	4.21	1,074	20.40	5.24	1,107	13.21	6.12	1,091	37.77	9.53	1,107	42.30	8.27
60-64	1,125	43.11	6.11	1,206	26.53	4.11	1,116	19.07	5.45	1,192	12.09	5.88	1,133	37.75	9.98	1,206	41.72	8.34
65-69	940	40.38	6.04	940	25.41	3.83	940	15.84	5.96	940	9.97	6.24	940	35.64	10.01	940	41.04	8.56
70-74	940	38.00	5.52	940	24.03	3.88	940	13.74	6.24	940	8.82	6.10	940	35.79	10.61	940	40.83	8.92
75-79	933	35.90	5.53	940	23.06	3.91	929	11.30	6.38	940	8.00	6.04	938	35.16	11.03	940	39.56	9.00

【 秋田県 】 令和元年度 年齢別テストの結果 (令和元年度報告書より)

年齢	握力 (kg)						上体起こし (回)						長座体前屈 (cm)					
	男			女			男			女			男			女		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	81	46.92	6.68	59	27.88	4.79	81	29.05	5.59	59	21.71	4.30	81	45.11	9.70	59	46.25	10.56
25-29	81	46.75	7.09	54	27.65	4.72	81	29.21	5.61	54	19.87	5.39	81	44.22	10.22	54	42.69	9.60
30-34	69	45.49	7.93	69	28.55	4.84	69	25.70	6.21	69	17.41	5.86	69	40.52	10.30	69	42.41	10.45
35-39	68	45.60	6.65	72	27.95	4.75	68	25.51	5.17	72	17.29	3.74	68	40.88	12.24	72	42.57	8.84
40-44	83	47.63	7.76	80	28.01	4.83	83	23.49	7.37	80	15.75	5.52	83	40.64	13.69	80	40.95	12.59
45-49	79	45.66	7.35	70	27.34	4.64	79	22.90	5.03	70	14.53	6.81	79	39.19	10.85	70	42.67	8.51
50-54	62	47.73	6.54	73	28.07	4.14	62	21.79	5.90	73	14.41	4.78	62	41.37	9.88	73	41.67	10.30
55-59	64	44.51	5.24	67	27.37	4.89	64	20.53	5.23	67	12.76	5.57	64	38.34	9.98	67	39.91	7.28
60-64	72	43.61	6.77	75	27.15	4.30	72	20.40	5.83	75	12.71	6.27	72	39.29	9.78	75	43.09	6.08
65-69	60	40.93	5.93	82	24.97	3.94	60	14.60	6.26	82	9.72	6.62	60	35.52	9.00	82	39.71	8.14
70-74	65	37.38	6.61	78	23.56	4.33	65	14.62	6.26	79	7.97	6.78	65	36.00	9.00	79	40.67	9.40
75-79	56	34.55	5.92	52	23.06	4.60	56	11.57	6.40	52	7.63	7.19	56	35.23	10.75	52	42.54	10.25

立ち幅とび

【 全 国 】 令和元年度 年齢別テストの結果

(令和2年10月スポーツ庁公表)

年齢	立ち幅とび (cm)					
	男			女		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	1,254	227.27	23.54	1,002	167.81	22.16
25-29	1,262	222.18	23.37	961	162.39	23.30
30-34	1,324	217.39	23.02	1,064	158.89	22.32
35-39	1,402	210.97	22.34	1,324	155.20	22.06
40-44	1,609	204.36	21.88	1,491	151.80	21.73
45-49	1,483	198.65	21.66	1,421	147.53	22.33
50-54	1,145	192.01	21.16	1,202	143.78	22.37
55-59	1,071	185.28	21.34	1,090	137.25	22.14
60-64	1,113	177.46	23.08	1,179	131.26	21.80

【 秋田県 】 令和元年度 年齢別テストの結果

(令和元年度報告書より)

年齢	立ち幅とび (cm)					
	男			女		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	81	228.28	23.68	59	167.61	22.40
25-29	81	221.14	27.54	54	166.00	26.05
30-34	69	211.51	36.05	69	155.71	23.89
35-39	68	205.66	23.36	72	155.51	22.85
40-44	83	200.52	26.18	80	145.78	27.82
45-49	79	200.57	21.01	70	145.49	29.26
50-54	62	193.50	20.50	73	139.88	24.48
55-59	64	185.47	21.75	67	136.36	20.19
60-64	72	178.83	23.12	75	133.21	23.61

反復横とび ・ 20mシャトルラン ・ 急歩 (男子1,500m、女子1,000m)

【 全 国 】 令和元年度 年齢別テストの結果 (令和2年10月スポーツ庁公表)

年齢	反復横とび (点)						20mシャトルラン (折り返し数)						急歩(男子1,500m、女子1,000m) (秒)					
	男			女			男			女			男			女		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	1,245	55.59	7.58	987	46.50	5.96	1,000	72.93	25.62	798	38.26	15.47	222	699.68	104.23	178	520.76	49.18
25-29	1,251	54.57	6.82	951	44.48	6.14	992	66.67	23.03	709	34.37	14.26	210	694.67	96.32	200	529.88	49.16
30-34	1,289	51.95	6.98	1,037	42.90	6.17	1,028	61.17	23.25	794	30.26	12.87	214	694.29	87.07	202	532.96	50.22
35-39	1,379	49.86	6.69	1,277	42.05	5.73	1,056	56.89	22.28	944	28.32	12.05	233	702.58	91.23	205	525.66	53.00
40-44	1,575	48.36	6.25	1,438	41.21	5.49	1,207	52.51	21.89	1,065	25.82	11.35	269	709.45	80.11	274	529.65	54.43
45-49	1,452	47.45	6.06	1,382	40.52	5.72	1,103	46.33	20.37	968	23.77	10.73	290	729.03	90.44	300	535.64	53.50
50-54	1,126	45.81	6.46	1,180	39.83	5.86	844	40.03	18.19	800	22.97	10.45	242	733.77	95.28	318	541.34	56.18
55-59	1,059	43.89	6.51	1,076	38.20	6.09	763	34.51	15.39	722	19.48	9.00	238	745.57	97.97	258	547.25	66.81
60-64	1,085	42.01	6.71	1,149	36.54	6.43	763	29.59	14.44	757	16.80	7.48	259	774.63	87.54	308	558.89	59.69

(注)20～64歳は20mシャトルランが急歩のいずれかを選択して実施した。

【 秋田県 】 令和元年度 年齢別テストの結果 (令和元年度報告書より)

年齢	反復横とび (点)						20mシャトルラン (折り返し数)						急歩(男子1,500m、女子1,000m) (秒)					
	男			女			男			女			男			女		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	81	56.86	7.53	59	45.78	6.24	69	69.00	24.13	48	37.38	17.42	12	640.50	77.88	11	495.09	15.24
25-29	81	54.88	6.87	54	44.19	7.29	68	66.93	24.86	43	32.49	15.73	13	678.92	90.78	11	548.55	133.77
30-34	69	50.28	11.60	69	41.72	7.50	57	55.33	25.47	58	26.00	13.62	12	663.75	111.93	11	526.36	106.84
35-39	68	50.29	7.40	72	40.28	10.23	58	56.76	20.20	61	26.84	12.52	10	676.70	112.12	11	548.73	142.46
40-44	83	46.06	10.14	80	38.60	9.32	72	47.74	22.55	70	25.29	15.07	11	705.09	90.61	10	491.80	69.08
45-49	79	47.18	6.52	70	38.04	9.19	66	45.64	21.65	59	22.49	11.49	13	703.23	81.72	11	561.36	94.71
50-54	62	46.26	7.18	73	38.60	6.36	50	39.34	20.37	62	23.03	11.63	12	728.00	124.25	11	552.00	126.27
55-59	64	42.81	8.17	67	36.87	7.85	53	31.49	16.37	55	19.18	8.77	11	745.36	60.94	12	558.33	117.77
60-64	72	41.82	8.73	75	36.73	7.63	61	32.36	18.44	65	16.97	8.19	11	754.82	144.09	10	530.70	37.03

開眼片足立ち ・ 10m障害物歩行 ・ 6分間歩行

【 全 国 】 令和元年度 年齢別テストの結果 (令和2年10月スポーツ庁公表)

年齢	開眼片足立ち (秒)						10m障害物歩行 (秒)						6分間歩行 (m)					
	男			女			男			女			男			女		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
65-69	940	87.70	39.99	940	89.49	39.38	940	6.23	1.30	940	7.02	1.20	940	635.09	89.22	940	597.78	68.57
70-74	940	73.97	42.17	940	79.43	42.29	940	6.58	1.34	940	7.35	1.30	940	616.64	85.55	940	575.88	72.05
75-79	939	58.97	42.43	940	63.37	43.47	932	7.03	1.51	940	7.87	1.46	912	589.01	88.99	940	550.55	74.87

【 秋 田 県 】 令和元年度 年齢別テストの結果 (令和元年度報告書より)

年齢	開眼片足立ち (秒)						10m障害物歩行 (秒)						6分間歩行 (m)					
	男			女			男			女			男			女		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
65-69	60	82.97	43.24	82	88.32	40.32	60	6.06	1.64	82	6.85	1.40	60	634.12	83.17	82	600.43	68.97
70-74	65	72.48	42.36	79	76.65	40.36	65	6.17	1.17	79	7.05	1.31	65	608.18	117.56	79	536.37	118.88
75-79	56	62.73	48.18	51	62.06	45.49	55	6.77	1.80	51	7.33	1.40	56	585.73	85.48	51	546.31	106.63

合計点

【 全 国 】 令和元年度 年齢別テストの結果

年齢	合計点 (点)					
	男			女		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	1,128	42.88	6.86	901	40.76	7.26
25-29	1,131	41.33	6.85	842	38.78	7.73
30-34	1,150	39.59	7.38	902	36.83	7.38
35-39	1,210	37.20	7.14	1,051	35.76	7.00
40-44	1,369	35.59	6.79	1,206	34.40	6.69
45-49	1,258	34.06	6.64	1,138	33.08	6.96
50-54	999	31.76	6.59	1,027	32.17	7.15
55-59	917	29.40	6.18	910	29.84	6.91
60-64	918	27.10	6.41	969	27.77	6.48
65-69	870	42.44	7.02	936	42.25	6.93
70-74	896	39.50	7.25	936	39.82	7.40
75-79	807	35.75	8.00	882	36.77	7.65

(注)20～64歳, 65～79歳及び男女の得点基準は異なる。

【 秋田県 】 令和元年度 年齢別テストの結果
(令和元年度報告書より)

年齢	合計点 (点)					
	男			女		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	81	42.95	21.64	59	40.46	18.89
25-29	81	41.42	20.86	54	38.15	17.52
30-34	69	37.30	18.39	69	35.04	17.44
35-39	68	36.31	17.79	72	34.60	17.24
40-44	83	34.54	17.83	80	32.41	16.83
45-49	79	33.13	16.77	70	31.44	15.70
50-54	62	32.45	15.52	73	30.99	15.44
55-59	64	28.69	13.93	67	28.63	14.14
60-64	72	28.15	14.21	75	28.64	14.55
65-69	60	42.10	19.62	82	41.90	21.08
70-74	65	39.89	19.28	79	38.65	19.63
75-79	56	35.77	16.76	52	37.33	17.07

(令和2年10月スポーツ庁公表)

	体力テスト 全国平均との比較																							
	20代						30代						40代						50代					
	男			女			男			女			男			女			男			女		
握力	○	○	○	▲	▲	▲	▲	▲	▲	○	○	○	▲	▲	▲	○	○	○	○	○	○	○	○	○
上体起こし	○	○	○	○	○	○	▲	▲	▲	▲	▲	▲	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
長座体前屈	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
立ち幅とび	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
反復横とび	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
20mシャトルラン	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
急歩	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
総合評価	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

秋田県が全国を上回る…○
秋田県が全国を下回る…▲

	体力テスト 全国平均との比較											
	60-64			65-69			70-74			75-79		
	男		女	男		女	男		女	男		女
握力	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
上体起こし	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
長座体前屈	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
立ち幅とび	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
反復横とび	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
20mシャトルラン	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
急歩	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
開眼片足立ち	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
10m障害歩行	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
6分間歩行	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
総合評価	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

総合評価

【 全 国 】 令和元年度 年齢別テストの結果 (令和2年10月スポーツ庁公表)

年齢	総合評価(男子)										総合評価(女子)													
	A		B		C		D		E		合計		A		B		C		D		E		合計	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
20-24	189	16.76	378	33.51	366	32.44	155	13.74	40	3.55	1,128	100.00	105	11.65	239	26.53	283	31.41	210	23.31	64	7.10	901	100.00
25-29	171	15.12	334	29.53	405	35.81	187	16.53	34	3.01	1,131	100.00	93	11.05	174	20.67	296	35.15	191	22.68	88	10.45	842	100.00
30-34	125	10.87	339	29.48	409	35.56	208	18.09	69	6.00	1,150	100.00	58	6.43	174	19.29	317	35.15	270	29.93	83	9.20	902	100.00
35-39	103	8.51	293	24.21	393	32.48	301	24.88	120	9.92	1,210	100.00	65	6.18	184	17.51	354	33.69	323	30.73	125	11.89	1,051	100.00
40-44	107	7.82	338	24.69	472	34.47	368	26.88	84	6.14	1,369	100.00	67	5.56	255	21.14	406	33.67	374	31.01	104	8.62	1,206	100.00
45-49	132	10.49	294	23.37	529	42.06	250	19.87	53	4.21	1,258	100.00	111	9.75	233	20.47	438	38.49	298	26.19	58	5.10	1,138	100.00
50-54	123	12.31	319	31.93	344	34.44	177	17.72	36	3.60	999	100.00	172	16.75	308	29.99	316	30.77	187	18.21	44	4.28	1,027	100.00
55-59	111	12.10	336	36.64	311	33.92	137	14.94	22	2.40	917	100.00	157	17.25	304	33.41	276	30.33	148	16.26	25	2.75	910	100.00
60-64	180	19.61	356	38.78	272	29.63	99	10.78	11	1.20	918	100.00	224	23.12	380	39.22	267	27.55	88	9.08	10	1.03	969	100.00
65-69	180	20.69	375	43.10	241	27.70	60	6.90	14	1.61	870	100.00	193	20.62	359	38.35	307	32.81	72	7.69	5	0.53	936	100.00
70-74	199	22.21	358	39.96	256	28.56	78	8.71	5	0.56	896	100.00	237	25.32	331	35.36	293	31.31	69	7.37	6	0.64	936	100.00
75-79	163	20.20	340	42.13	219	27.14	75	9.29	10	1.24	807	100.00	215	24.38	359	40.70	248	28.12	59	6.69	1	0.11	882	100.00

【 秋田県 】 令和元年度 年齢別テストの結果 (令和元年度報告書より)

年齢	総合評価(男子)										総合評価(女子)													
	A		B		C		D		E		合計		A		B		C		D		E		合計	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
20-24	13	16.05	29	35.80	25	30.86	10	12.35	4	4.94	81	100.00	5	8.47	16	27.12	22	37.29	10	16.95	6	10.17	59	100.00
25-29	12	14.81	25	30.86	31	38.27	10	12.35	3	3.70	81	100.00	4	7.41	9	16.67	26	48.15	8	14.81	7	12.96	54	100.00
30-34	9	13.04	9	13.04	23	33.33	23	33.33	5	7.25	69	100.00	4	5.80	8	11.59	25	36.23	22	31.88	10	14.49	69	100.00
35-39	6	8.82	10	14.71	23	33.82	21	30.88	8	11.76	68	100.00	0	0.00	17	23.61	27	37.50	16	22.22	12	16.67	72	100.00
40-44	7	8.43	17	20.48	31	37.35	18	21.69	10	12.05	83	100.00	7	8.75	9	11.25	20	25.00	27	33.75	17	21.25	80	100.00
45-49	6	7.59	14	17.72	38	48.10	16	20.25	5	6.33	79	100.00	6	8.57	14	20.00	21	30.00	18	25.71	11	15.71	70	100.00
50-54	10	16.13	17	27.42	25	40.32	8	12.90	2	3.23	62	100.00	5	6.85	29	39.73	21	28.77	14	19.18	4	5.48	73	100.00
55-59	6	9.38	24	37.50	18	28.13	13	20.31	3	4.69	64	100.00	10	14.93	18	26.87	25	37.31	11	16.42	3	4.48	67	100.00
60-64	22	30.56	23	31.94	18	25.00	9	12.50	0	0.00	72	100.00	20	26.67	32	42.67	15	20.00	6	8.00	2	2.67	75	100.00
65-69	8	13.33	31	51.67	17	28.33	4	6.67	0	0.00	60	100.00	14	17.07	35	42.68	27	32.93	5	6.10	1	1.22	82	100.00
70-74	19	29.23	23	35.38	17	26.15	4	6.15	2	3.08	65	100.00	21	26.58	19	24.05	26	32.91	13	16.46	0	0.00	79	100.00
75-79	13	23.21	23	41.07	13	23.21	7	12.50	0	0.00	56	100.00	11	21.15	26	50.00	10	19.23	3	5.77	2	3.85	52	100.00

ADL（日常生活活動テスト） 問1～4

【 全国 】 令和元年度 年齢別ADL（日常生活活動テスト）—高齢者（65～79歳）—の結果（令和2年10月スポーツ庁公表）

ADL	問1 休まないで、どれくらい歩けますか。						問2 休まないで、どれくらい走れますか。						問3 どれくらいのパッドだつたら、とび越えられますか。						問4 階段をどのようにして昇りますか。						
	5～10分程度		20～40分程度		1時間以上		走れない		3～5分程度		10分以上		できない		30cm程度		50cm程度		手すりや壁につかまらないうちに昇れる		ゆつくりなら、手すりや壁につかまらないうちに昇れる		サツサと楽に、手すりや壁につかまらないうちに昇れる		
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	
男性	65-69	25	2.88	272	31.34	571	65.78	59	6.83	440	50.93	365	42.24	13	1.51	142	16.47	707	82.02	22	2.55	239	27.66	603	69.79
	70-74	22	2.46	305	34.08	568	63.46	106	11.92	470	52.87	313	35.21	22	2.47	209	23.43	661	74.10	33	3.69	337	37.65	525	58.66
	75-79	43	5.05	339	39.84	469	55.11	148	17.56	470	55.75	225	26.69	27	3.18	241	28.42	580	68.40	48	5.63	390	45.72	415	48.65
女性	65-69	34	3.64	406	43.42	495	52.94	134	14.42	589	63.40	206	22.18	26	2.79	406	43.61	499	53.60	30	3.21	347	37.15	557	59.64
	70-74	37	3.96	428	45.82	469	50.22	183	19.74	565	60.95	179	19.31	38	4.07	475	50.91	420	45.02	58	6.21	413	44.22	463	49.57
	75-79	52	5.90	455	51.59	375	42.51	241	27.67	508	58.32	122	14.01	74	8.50	475	54.54	322	36.96	75	8.53	468	53.24	356	38.23

【 秋田県 】 令和元年度 年齢別ADL（日常生活活動テスト）—高齢者（65～79歳）—の結果（令和元年度報告書より）

ADL	問1 休まないで、どれくらい歩けますか。						問2 休まないで、どれくらい走れますか。						問3 どれくらいのパッドだつたら、とび越えられますか。						問4 階段をどのようにして昇りますか。						
	5～10分程度		20～40分程度		1時間以上		走れない		3～5分程度		10分以上		できない		30cm程度		50cm程度		手すりや壁につかまらないうちに昇れる		ゆつくりなら、手すりや壁につかまらないうちに昇れる		サツサと楽に、手すりや壁につかまらないうちに昇れる		
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	
男性	65-69	1	1.67	23	38.33	36	60.00	5	8.33	34	56.67	21	35.00	1	1.67	11	18.33	48	80.00	2	3.33	23	38.33	35	58.33
	70-74	1	1.54	28	43.08	36	55.38	7	10.77	38	58.46	20	30.77	1	1.54	18	27.69	46	70.77	1	1.54	25	38.46	39	60.00
	75-79	5	8.93	24	42.86	27	48.21	12	21.43	28	50.00	16	28.57	2	3.57	21	37.50	33	58.93	4	7.14	25	44.64	27	48.21
女性	65-69	2	2.44	40	48.78	40	48.78	10	12.20	50	60.98	22	26.83	5	6.10	50	60.98	27	32.93	1	1.22	34	41.46	47	57.32
	70-74	5	6.33	41	51.90	33	41.77	12	15.19	54	68.35	13	16.46	5	6.33	50	63.29	24	30.38	10	12.66	38	48.10	31	39.24
	75-79	2	3.85	27	51.92	23	44.23	14	26.92	31	59.62	7	13.46	4	7.69	34	65.38	14	26.92	5	9.62	23	44.23	24	46.15

ADL（日常生活活動テスト） 問5～8

【 全 国 】 令和元年度 年齢別ADL（日常生活活動テスト）—高齢者（65～79歳）—の結果（令和2年10月スポーツ庁公表）

ADL	問5 正座の姿勢からどのようにして、立ち上がれますか。			問6 目を開けて片足で、何秒くらい立っていますか。			問7 バスや電車に乗ったとき、立っていられますか。			問8 立ったままで、ズボンやスカートがはけませんか。													
	できない		%	できない		%	立っていない		%	座らないとできない		%	何かにつかまれば立ったままでできる		%								
	度数	%		度数	%		度数	%		度数	%		度数	%									
年齢	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%									
男性	65-69	40	4.62	277	31.99	549	63.39	19	2.20	366	42.31	480	55.49	15	1.73	539	62.17	15	1.73	128	14.75	725	83.52
	70-74	37	4.13	357	39.89	501	55.98	27	3.04	409	46.11	451	50.85	27	3.03	355	39.84	26	2.90	164	18.30	706	78.80
	75-79	50	5.86	391	45.84	412	48.30	47	5.53	431	50.71	372	43.76	44	5.18	388	45.70	32	3.75	206	24.15	615	72.10
女性	65-69	42	4.50	294	31.48	598	64.02	22	2.37	373	40.24	532	57.39	29	3.13	475	51.19	16	1.71	424	45.68	787	84.26
	70-74	60	6.42	340	36.36	535	57.22	28	3.01	432	46.40	471	50.59	50	5.37	522	56.07	31	3.31	359	38.56	743	79.38
	75-79	76	8.64	360	40.91	444	50.45	58	6.65	416	47.71	398	45.64	58	6.62	531	60.62	43	4.89	287	32.76	633	71.93

【 秋田県 】 令和元年度 年齢別ADL（日常生活活動テスト）—高齢者（65～79歳）—の結果（令和元年度報告書より）

ADL	問5 正座の姿勢からどのようにして、立ち上がれますか。			問6 目を開けて片足で、何秒くらい立っていますか。			問7 バスや電車に乗ったとき、立っていられますか。			問8 立ったままで、ズボンやスカートがはけませんか。															
	できない		%	できない		%	立っていない		%	座らないとできない		%	何かにつかまれば立ったままでできる		%										
	度数	%		度数	%		度数	%		度数	%		度数	%											
年齢	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%											
男性	65-69	2	3.33	17	28.33	41	68.33	0	0.00	27	45.00	33	55.00	1	1.67	26	43.33	33	55.00	1	1.67	5	8.33	54	90.00
	70-74	2	3.08	30	46.15	33	50.77	3	4.62	34	52.31	28	43.08	2	3.08	27	41.54	36	55.38	2	3.08	15	23.08	48	73.85
	75-79	4	7.14	30	53.57	22	39.29	6	10.71	30	53.57	20	35.71	3	5.36	31	55.36	22	39.29	1	1.79	16	28.57	39	69.64
女性	65-69	4	4.88	27	32.93	51	62.20	3	3.66	32	39.02	47	57.32	6	7.32	38	46.34	38	46.34	1	1.22	10	12.20	71	86.59
	70-74	8	10.13	29	36.71	42	53.16	1	1.27	41	51.90	37	46.84	3	3.80	49	62.03	27	34.18	1	1.27	11	13.92	67	84.81
	75-79	2	3.85	19	36.54	31	59.62	8	15.38	22	42.31	22	42.31	9	17.31	30	57.69	13	25.00	2	3.85	11	21.15	39	75.00

ADL (日常生活活動テスト) 問9～12

【 全 国 】 令和元年度 年齢別ADL (日常生活活動テスト) —高齢者 (65～79歳) —の結果 (令和2年10月スポーツ庁公表)

ADL	問9 シャツの前ボタンを、掛けたり外したりでき ますか。			問10 布団の上げ下ろしができますか。			問11 どれくらいの重さの荷物なら、10m運べま すか。			問12 仰向けに寝た姿勢から、手を使わない で、上体だけを起こせますか。														
	両手でゆっくと ならでできる		両手で素早くでき る		片手でもできる		できない		毛布や軽い布団 ならでできる		重い布団でも楽 にできる		できない		10kg程度		できない		3～4回程度					
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%		
年齢	66	7.61	388	44.75	413	47.64	8	0.92	125	14.45	732	84.63	5	0.58	99	11.48	758	87.94	60	6.96	248	28.77	554	64.27
男性	111	12.39	410	45.76	375	41.85	10	1.12	199	22.26	685	76.62	10	1.12	150	16.85	730	82.03	83	9.34	327	36.78	479	53.88
75-79	136	15.93	407	47.66	311	36.41	11	1.29	208	24.36	635	74.35	8	0.94	174	20.47	668	78.59	142	16.69	331	38.90	378	44.41
女性	61	6.52	497	53.10	378	40.38	5	0.54	310	33.26	617	66.20	18	1.94	412	44.30	500	53.76	183	19.72	390	42.03	355	38.25
70-74	78	8.35	508	54.39	348	37.26	10	1.07	337	36.04	588	62.89	23	2.47	453	48.61	456	48.92	213	23.00	401	43.30	312	33.70
75-79	102	11.56	484	54.88	296	33.56	26	2.95	382	43.36	473	53.69	29	3.32	493	56.41	352	40.27	222	25.55	393	45.22	254	29.23

【 秋田県 】 令和元年度 年齢別ADL (日常生活活動テスト) —高齢者 (65～79歳) —の結果 (令和元年度報告書より)

ADL	問9 シャツの前ボタンを、掛けたり外したりで きますか。			問10 布団の上げ下ろしができますか。			問11 どれくらいの重さの荷物なら、10m運べま すか。			問12 仰向けに寝た姿勢から、手を使わない で、上体だけを起こせますか。														
	両手でゆっくと ならでできる		両手で素早くでき る		片手でもできる		できない		毛布や軽い布団 ならでできる		重い布団でも楽 にできる		できない		10kg程度		できない		3～4回程度					
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%		
年齢	6	10.00	24	40.00	30	50.00	2	3.33	7	11.67	51	85.00	0	0.00	9	15.00	51	85.00	3	5.00	15	25.00	42	70.00
男性	5	7.69	33	50.77	27	41.54	0	0.00	7	10.77	58	89.23	0	0.00	4	6.15	61	93.85	7	10.77	25	38.46	33	50.77
75-79	11	19.64	24	42.86	21	37.50	2	3.57	14	25.00	40	71.43	1	1.79	18	32.14	37	66.07	11	19.64	26	46.43	19	33.93
女性	2	2.44	46	56.10	34	41.46	1	1.22	26	31.71	55	67.07	1	1.22	39	47.56	42	51.22	12	14.63	36	43.90	34	41.46
70-74	9	11.39	38	48.10	32	40.51	0	0.00	26	32.91	53	67.09	3	3.80	38	48.10	38	48.10	23	29.11	34	43.04	22	27.85
75-79	4	7.69	30	57.69	18	34.62	1	1.92	19	36.54	32	61.54	3	5.77	30	57.69	19	36.54	17	32.69	23	44.23	12	23.08

ADL（日常生活活動テスト） 全国との比較

秋田県が全国を5%以上 上回る …… ○
秋田県が全国を5%以上 下回る …… ▲

問	設 問	上位の回答	男子			女子		
			65～69歳	70～74歳	75～79歳	65～69歳	70～74歳	75～79歳
			1	休まないで、どれくらい歩けますか。	▲	▲	▲	—
2	休まないで、どれくらい走れますか。	▲	—	—	—	—	—	
3	どれくらいの高さの溝だったら、とび越えられますか。	—	—	▲	▲	▲	▲	
4	階段をどのようにして昇りますか。	▲	—	—	—	▲	○	
5	正座の姿勢からどのようにして、立ち上がれますか。	—	▲	▲	—	—	○	
6	目を開けて片足で、何秒くらい立っていられますか。	—	▲	▲	—	—	—	
7	バスや電車に乗ったとき、立っていられますか。	▲	—	▲	—	—	▲	
8	立ったままで、ズボンやスカートがはけますか。	○	—	—	—	○	—	
9	シャツの前ボタンを、掛けたり外したりできますか。	—	—	—	—	—	—	
10	布団の上で下ろしができますか。	—	○	—	—	—	○	
11	どれくらいの高さの荷物なら、10m運べますか。	—	○	▲	—	—	—	
12	仰向けに寝た姿勢から、手を使わないで、上体だけを起こせますか。	○	—	▲	—	▲	▲	

◎新体力テスト（20歳～64歳）

テスト項目

- 1 握力
 - ・スメドレー式握力計による測定を左右交互に2回ずつ実施し、左右各々のよい方の記録を平均する。
- 2 上体起こし
 - ・30秒間の横臥姿勢からの上体起こし回数を記録する。
- 3 長座体前屈
 - ・座った姿勢から前屈したときの移動距離を2回測定し、よい方の記録を採用する。
- 4 立ち幅とび
 - ・両足で同時に踏み切ってとんだ距離を2回測定し、よい方の記録を採用する。
- 5 反復横とび
 - ・中央ラインの左右に100cm間隔で平行にラインを引き、20秒間のサイドステップでのライン通過回数を2回測定し、よい方の記録を採用する。
- 6 20mシャトルラン（往復持久走）
 - ・20m間隔の2本の平行線を引き、一定間隔で鳴る電子音に合わせた折り返しの総回数を記録する。
- 7 急歩（男子1500m、女子1000m）
 - ・いずれかの足が常に地面に着いているようにして、急いで歩き、ゴールまで要した時間を計測する。

◎新体力テスト（65歳～79歳）

テスト項目

- 1 ADL（日常生活活動）テスト
 - ・日常生活の動作に関する12項目について、質問用紙に回答させ、得点化する。
- 2 握力
- 3 上体起こし
- 4 長座体前屈
 - ・2～4はいずれも、20歳～64歳と同様に実施。
- 5 開眼片足立ち
 - ・両手を腰に当てた片足立ち姿勢（支持脚は左右どちらでも可）の持続時間を2回計測し、よい方の記録を採用する。（最長120秒で打ち切り）
- 6 10m障害物歩行
 - ・床に引いた10mの直線に、スタートからゴールまでの2m間隔で幅1m×高さ20cm×奥行き10cmの障害物を設置し、6個全てをまたぎ越した時間を2回計測し、よい方の記録を採用する。
- 7 6分間歩行
 - ・普段歩く速さで6分間歩行し、5m単位で歩行距離を測定する。

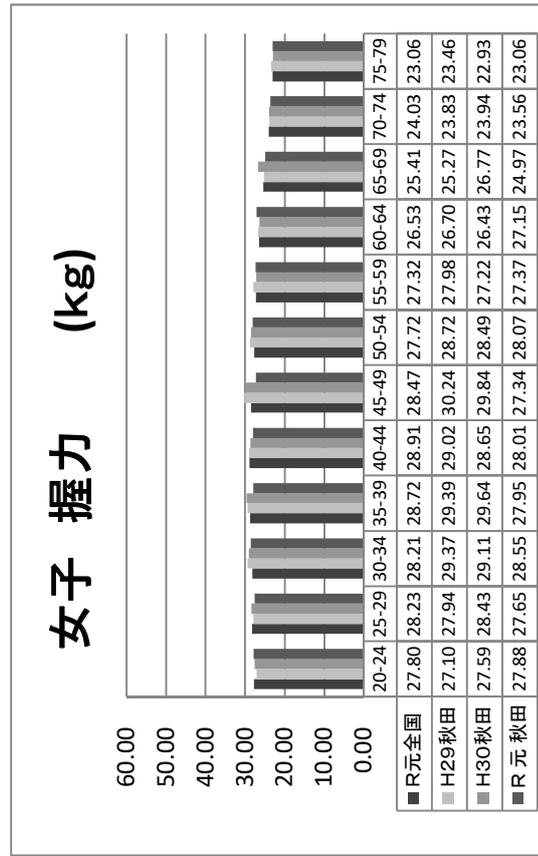
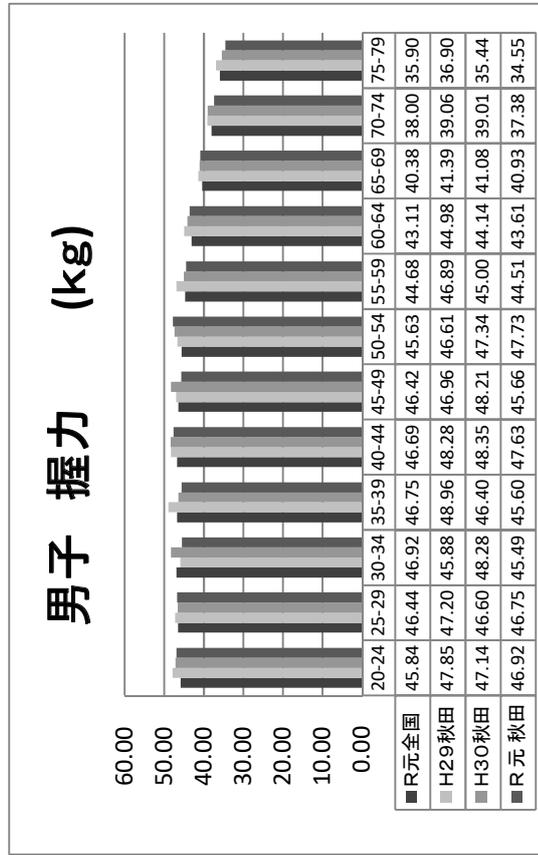
参考資料

「令和元年度全国」・「平成29年度～令和元年度秋田県」比較表

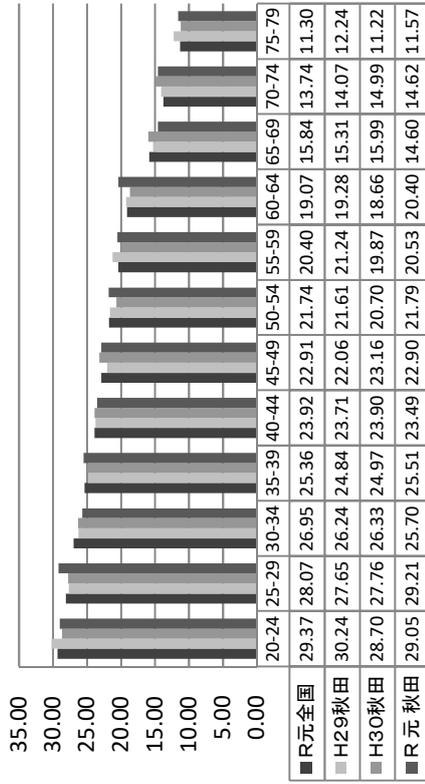
- ① 項目別（平成29年度～令和元年度）
- ② 年齢別総合評価（令和元年度）
- ③ 年齢別ADL（日常生活活動テスト）－高齢者（65～79歳）－の結果
（平成29年度～令和元年度）

※各比較項目のグラフ化

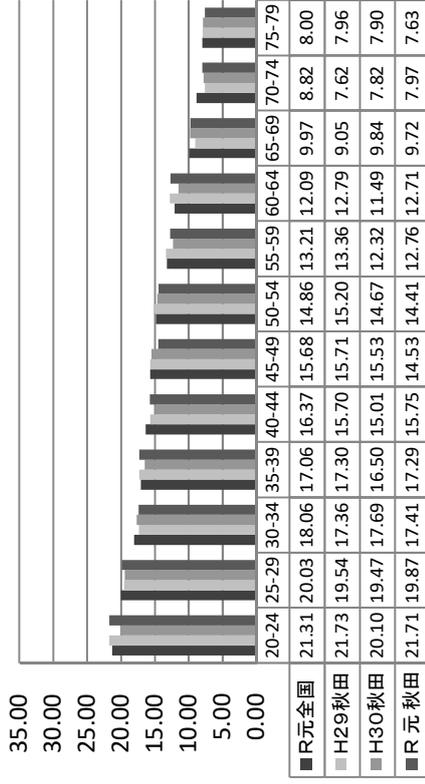
① 項目別（平成29年度～令和元年度）



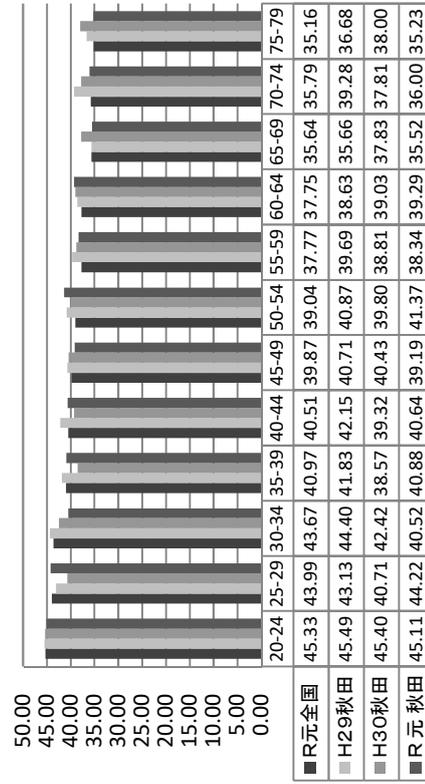
男子 上体起こし (回)



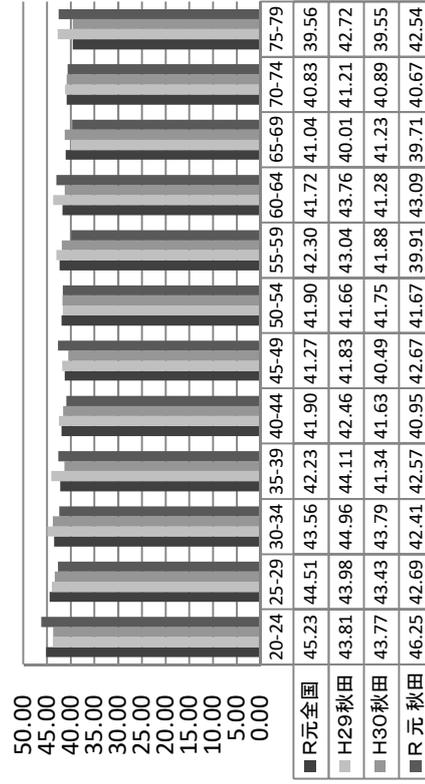
女子 上体起こし (回)



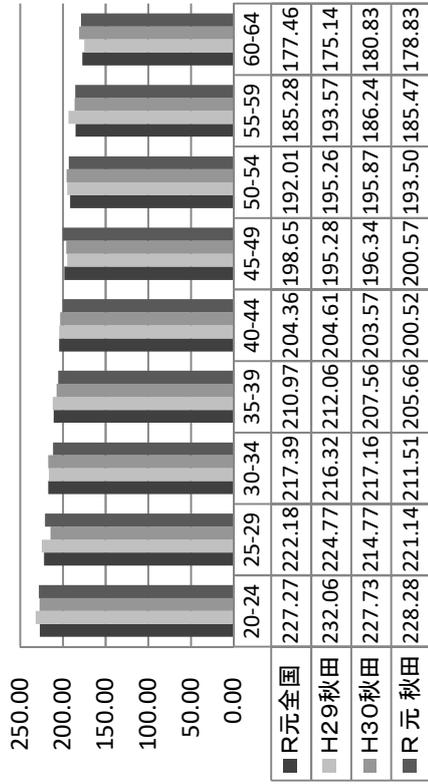
男子 長座体前屈 (cm)



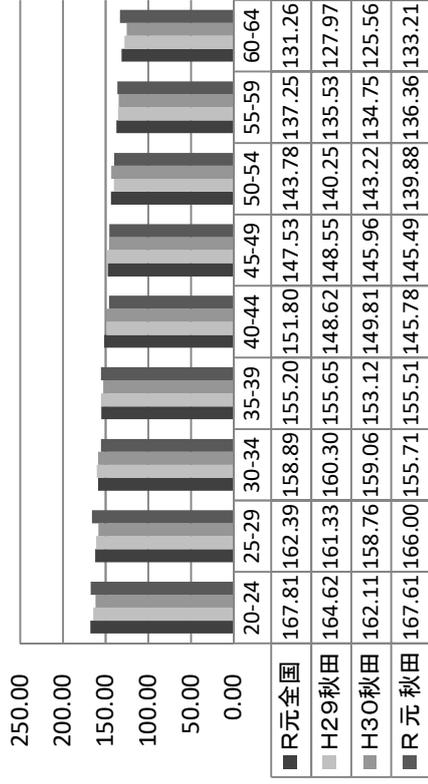
女子 長座体前屈 (cm)



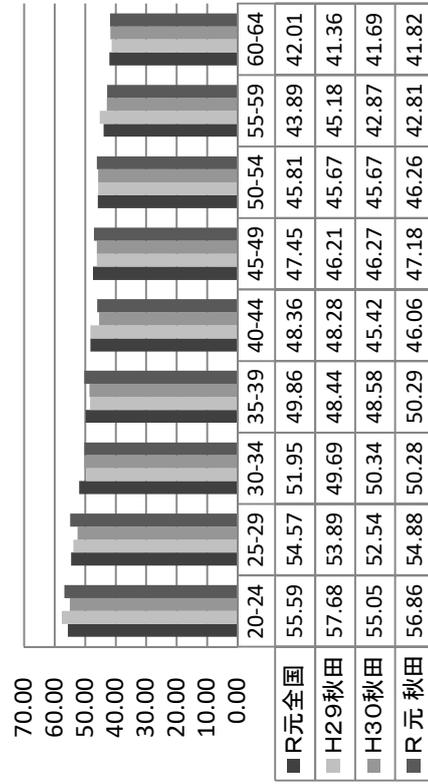
男子 立ち幅とび (cm)



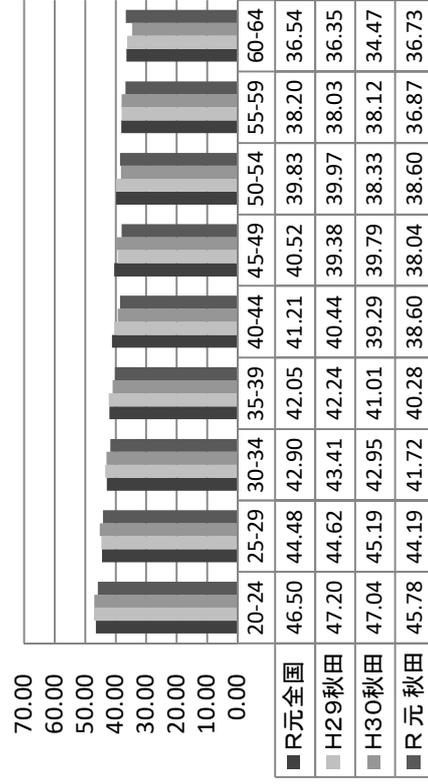
女子 立ち幅とび (cm)



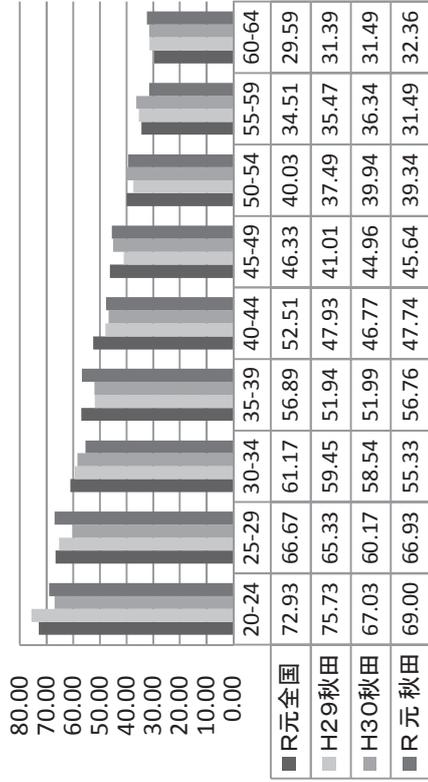
男子 反復横とび (回)



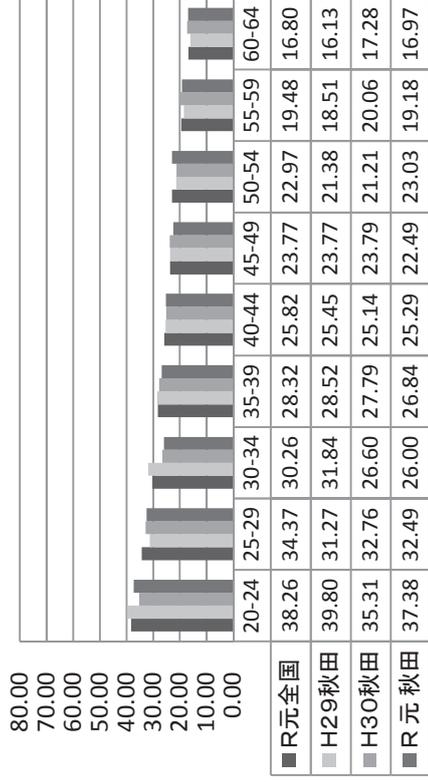
女子 反復横とび (回)



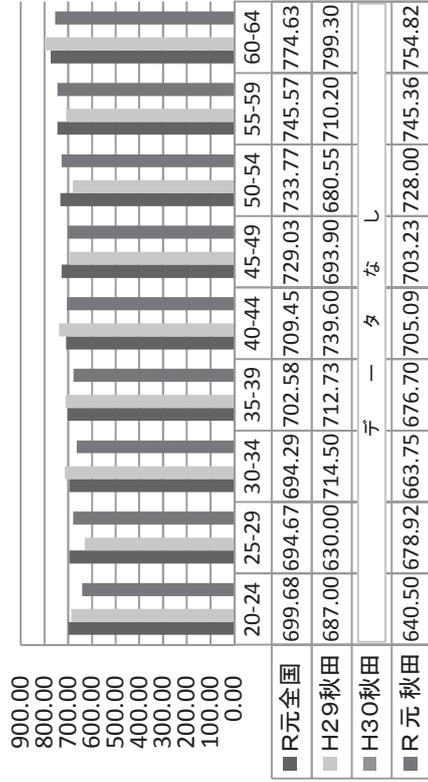
男子 20mシャトルラン (回)



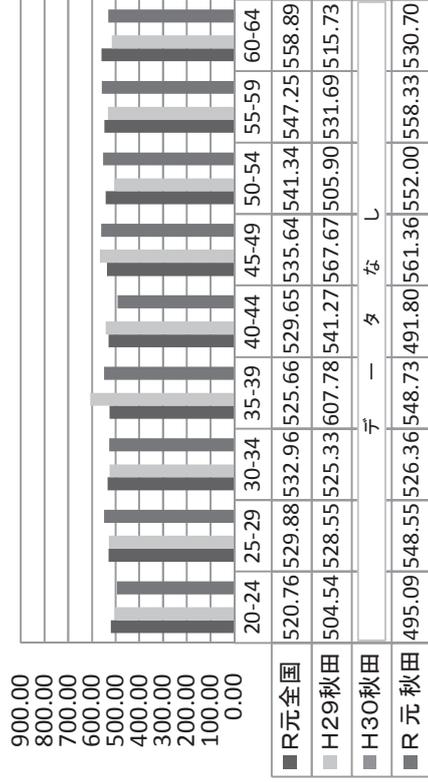
女子 20mシャトルラン (回)



男子 急歩 (▽秒)



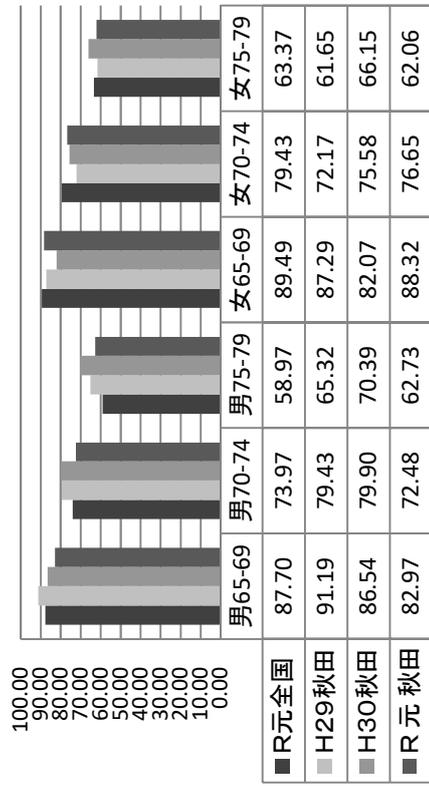
女子 急歩 (▽秒)



※ ▽秒は時間が少ないほど記録がよい。

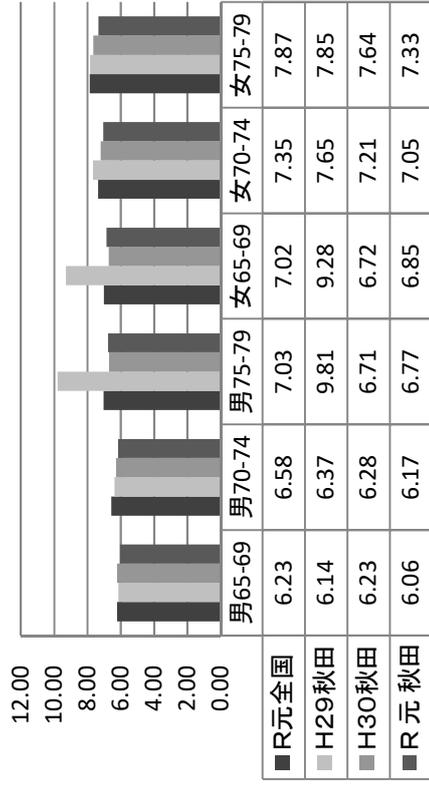
※ ▽秒は時間が少ないほど記録がよい。

男女 開眼片足立ち (△秒)



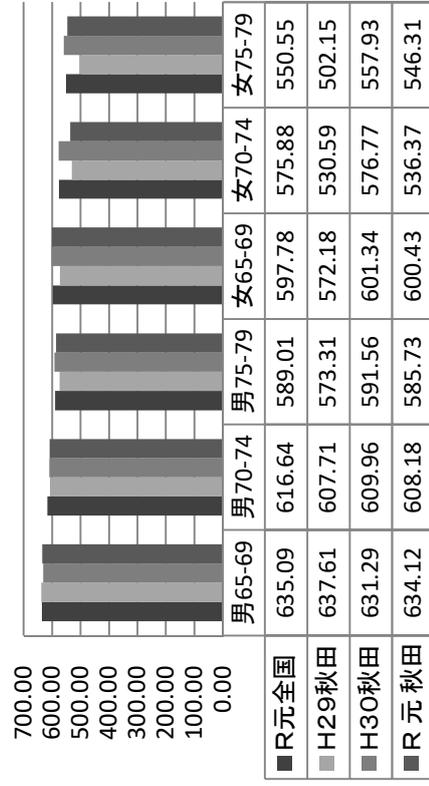
※ △秒は時間が多いほど記録がよい。

男女 10m障害物歩行 (▽秒)

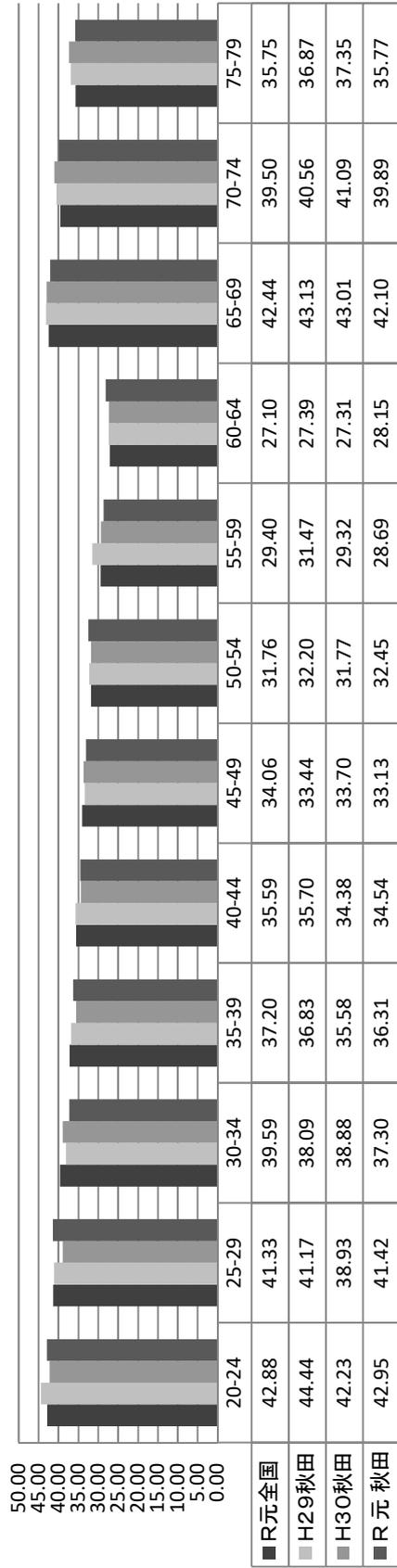


※ ▽秒は時間が少ないほど記録がよい。

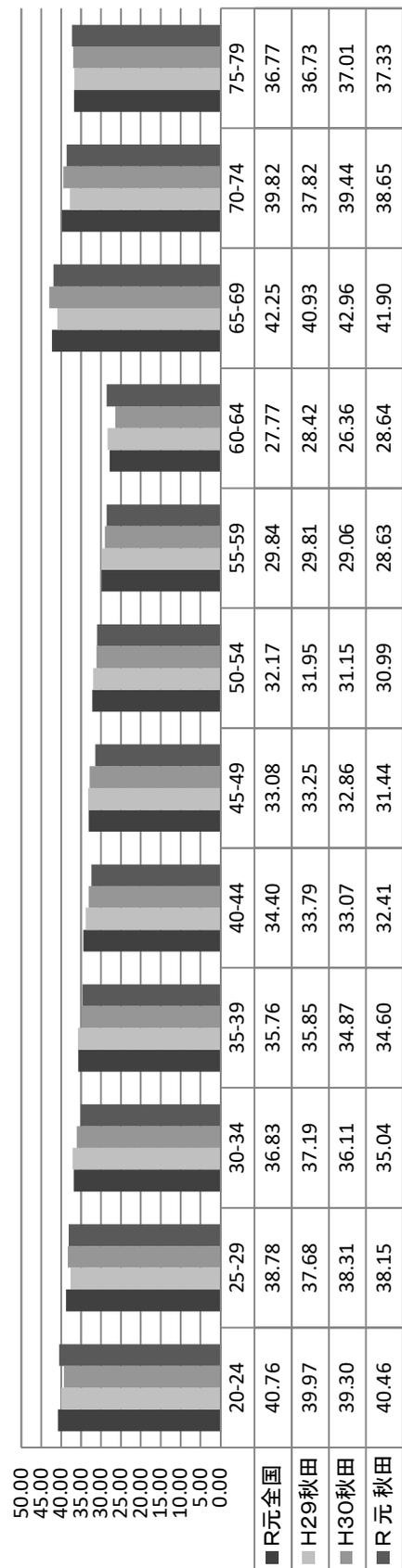
男女 6分間歩行 (m)



男子 合計点 (点)

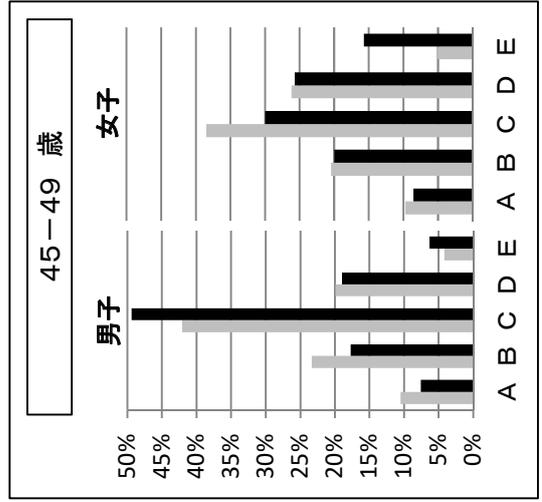
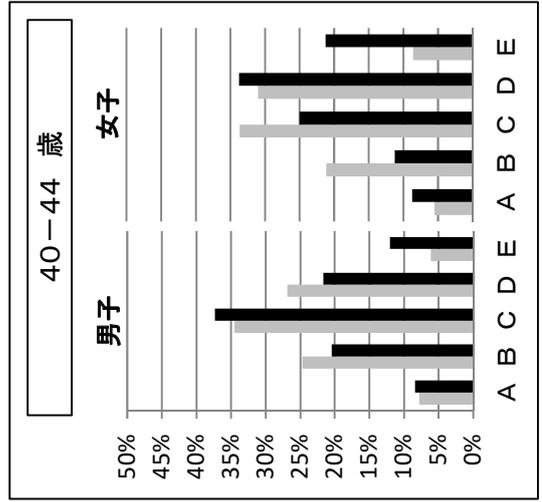
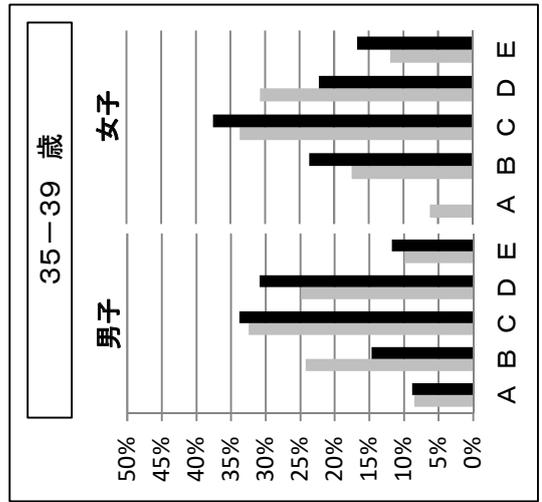
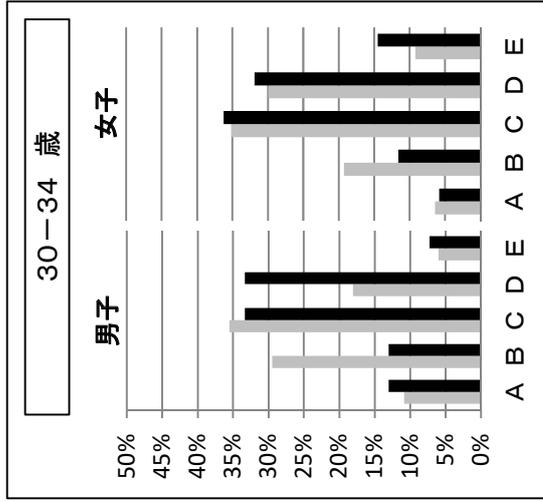
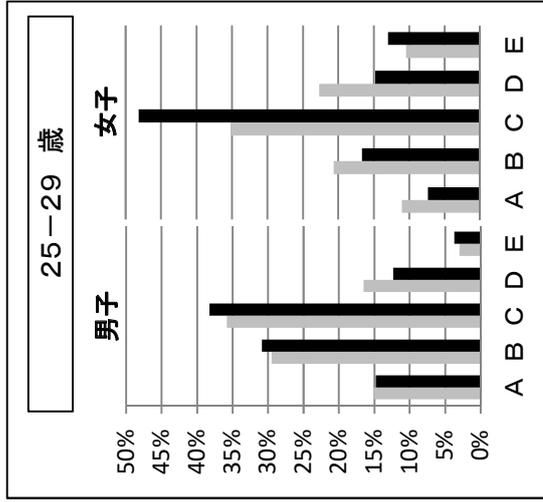
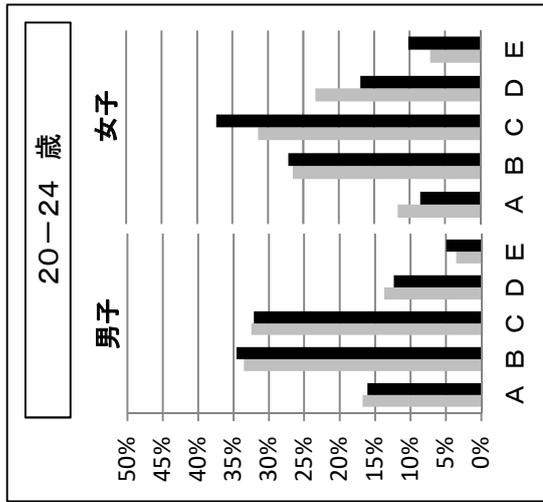


女子 合計点 (点)

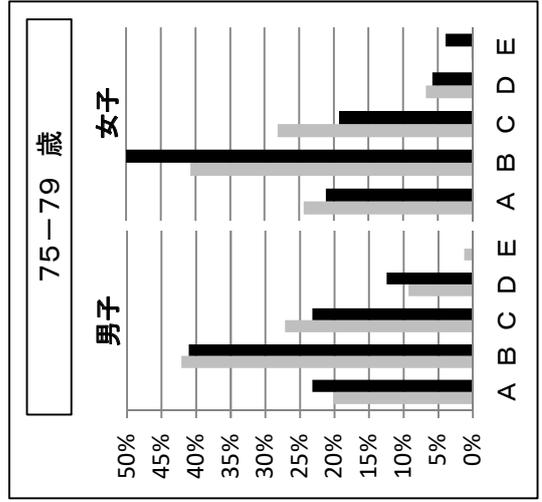
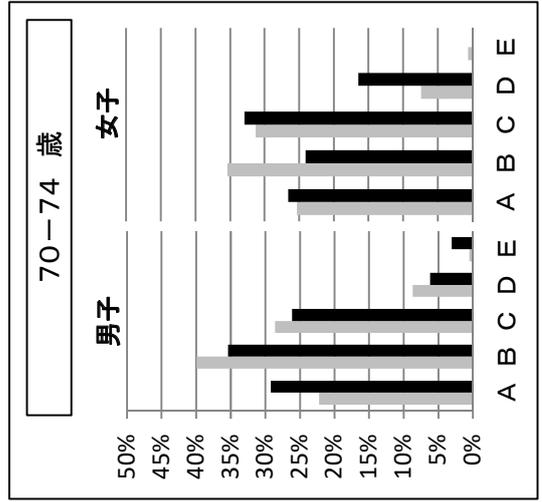
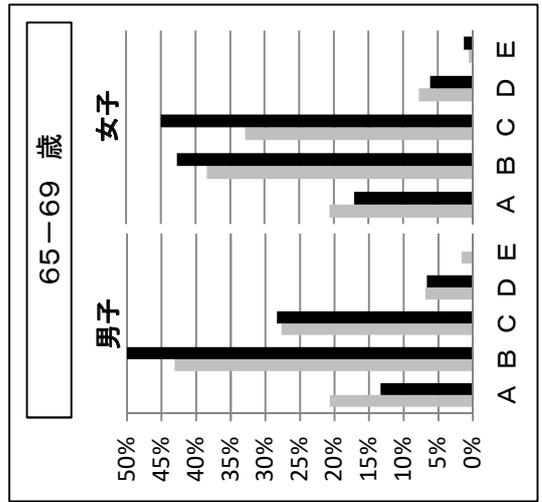
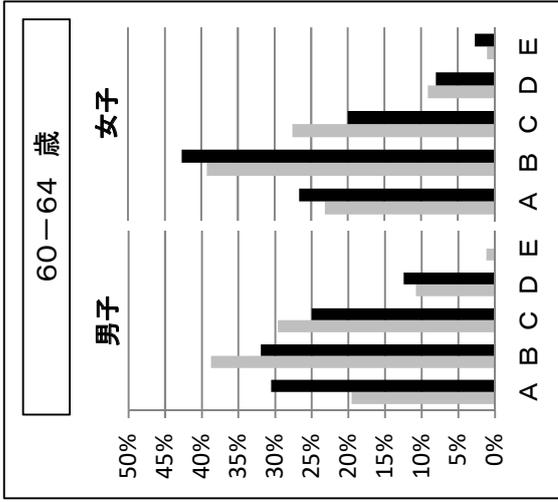
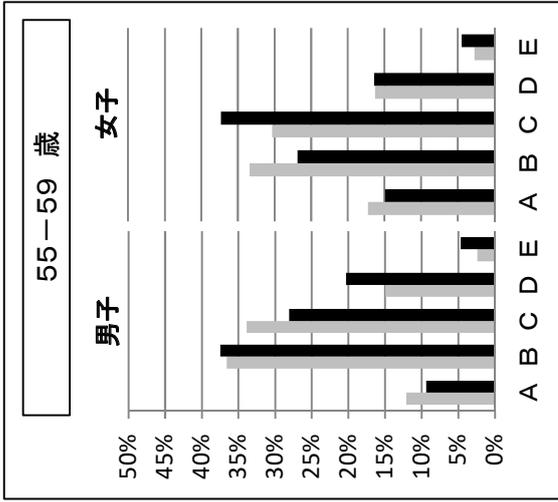
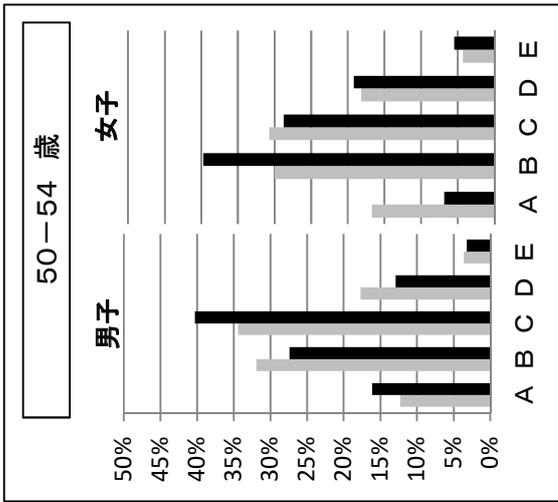


② 年齢別総合評価（令和元年度）

■：R元全国 ■：R元秋田



■ : R元全国 ■ : R元秋田



③ 年齢別 A D L (日常生活活動テスト) - 高齢者 (65~79歳) - の結果

問1 休まないで、どれくらい歩けますか。

□ : 5~10分程度
 □ : 20~40分程度
 ■ : 1時間以上

年齢性別	R元全	H29秋	H30秋	R元秋
65-69 男子	2.88%	31.34%	65.78%	65.78%
	2.86%	31.43%	64.29%	64.29%
	1.41%	36.62%	61.97%	61.97%
	1.67%	38.33%	60.00%	60.00%
70-74 男子	2.46%	34.08%	63.46%	63.46%
	2.67%	37.33%	60.00%	60.00%
	1.82%	37.88%	60.61%	60.61%
	1.54%	43.08%	55.38%	55.38%
75-79 男子	5.05%	39.84%	55.11%	55.11%
	9.84%	32.79%	54.10%	54.10%
	5.65%	41.51%	52.83%	52.83%
	8.93%	42.86%	48.21%	48.21%
65-69 女子	3.64%	43.42%	52.94%	52.94%
	3.49%	46.51%	46.51%	46.51%
	3.80%	45.57%	50.63%	50.63%
	2.44%	48.78%	48.78%	48.78%
70-74 女子	3.96%	45.82%	50.22%	50.22%
	10.39%	35.06%	53.25%	53.25%
	4.41%	48.53%	47.06%	47.06%
	6.33%	51.90%	41.77%	41.77%
75-79 女子	5.90%	51.59%	42.51%	42.51%
	11.43%	55.71%	32.86%	32.86%
	5.97%	61.19%	32.84%	32.84%
	3.85%	51.92%	44.23%	44.23%

問3 どれくらいの溝だったら、とび越えられますか。

□ : できない
 □ : 30cm程度
 ■ : 50cm程度

年齢性別	R元全	H29秋	H30秋	R元秋
65-69 男子	1.51%	16.47%	82.02%	82.02%
	1.43%	21.43%	75.71%	75.71%
	4.23%	18.31%	77.46%	77.46%
	1.67%	18.33%	80.00%	80.00%
70-74 男子	2.47%	23.43%	74.10%	74.10%
	0.00%	25.33%	74.67%	74.67%
	0.00%	39.39%	60.61%	60.61%
	1.54%	27.69%	70.77%	70.77%
75-79 男子	3.18%	28.42%	68.40%	68.40%
	3.28%	22.95%	70.49%	70.49%
	0.00%	39.62%	60.38%	60.38%
	3.57%	37.50%	58.93%	58.93%
65-69 女子	2.79%	43.61%	53.60%	53.60%
	2.95%	38.82%	55.29%	55.29%
	5.06%	49.37%	45.57%	45.57%
	6.10%	60.98%	32.93%	32.93%
70-74 女子	4.07%	50.91%	45.02%	45.02%
	7.79%	48.05%	41.56%	41.56%
	10.29%	54.41%	35.29%	35.29%
	6.33%	63.29%	30.38%	30.38%
75-79 女子	8.50%	54.54%	36.96%	36.96%
	15.94%	68.12%	15.94%	15.94%
	13.43%	67.16%	19.40%	19.40%
	7.69%	65.38%	26.92%	26.92%

問2 休まないで、どれくらい走れますか。

□ : 走れない
 □ : 3~5分程度
 ■ : 10分以上

年齢性別	R元全	H29秋	H30秋	R元秋
65-69 男子	6.83%	50.93%	42.24%	42.24%
	11.43%	48.57%	38.57%	38.57%
	7.04%	60.56%	32.39%	32.39%
	8.33%	56.67%	35.00%	35.00%
70-74 男子	11.92%	52.87%	35.21%	35.21%
	16.00%	52.00%	32.00%	32.00%
	7.58%	65.15%	27.27%	27.27%
	10.77%	58.46%	30.77%	30.77%
75-79 男子	17.56%	55.75%	26.69%	26.69%
	16.39%	49.18%	31.15%	31.15%
	15.09%	64.15%	20.75%	20.75%
	21.43%	50.00%	28.57%	28.57%
65-69 女子	14.42%	63.40%	22.18%	22.18%
	15.66%	65.06%	12.05%	12.05%
	11.39%	62.03%	26.58%	26.58%
	12.20%	60.98%	26.83%	26.83%
70-74 女子	19.74%	60.95%	19.31%	19.31%
	27.27%	57.14%	12.99%	12.99%
	19.12%	63.24%	17.65%	17.65%
	15.19%	68.35%	16.46%	16.46%
75-79 女子	27.67%	58.32%	14.01%	14.01%
	35.71%	47.14%	17.14%	17.14%
	25.37%	61.19%	13.43%	13.43%
	26.92%	59.62%	13.46%	13.46%

問4 階段をどのようにして昇りますか。

□ : 手すりや壁につかまらなと昇れない
 □ : ゆっくりなら、手すりや壁につかまらずに昇れる
 ■ : サツサと楽に、手すりや壁につかまらずに昇れる

年齢性別	R元全	H29秋	H30秋	R元秋
65-69 男子	2.55%	27.66%	69.79%	69.79%
	1.43%	34.29%	62.86%	62.86%
	1.41%	26.76%	71.83%	71.83%
	3.33%	38.33%	58.33%	58.33%
70-74 男子	3.69%	37.65%	58.66%	58.66%
	0.00%	46.67%	53.33%	53.33%
	4.55%	50.00%	45.45%	45.45%
	1.54%	38.46%	60.00%	60.00%
75-79 男子	5.63%	45.72%	48.65%	48.65%
	8.33%	38.33%	50.00%	50.00%
	5.66%	47.17%	47.17%	47.17%
	7.14%	44.64%	48.21%	48.21%
65-69 女子	3.21%	37.15%	59.64%	59.64%
	5.88%	27.06%	64.71%	64.71%
	5.06%	34.18%	60.76%	60.76%
	1.22%	41.46%	57.32%	57.32%
70-74 女子	6.21%	44.22%	49.57%	49.57%
	10.39%	41.56%	46.75%	46.75%
	8.82%	42.65%	48.53%	48.53%
	12.66%	48.10%	39.24%	39.24%
75-79 女子	8.53%	53.24%	38.23%	38.23%
	12.86%	54.29%	32.86%	32.86%
	10.45%	65.67%	23.88%	23.88%
	9.62%	44.23%	46.15%	46.15%

問5 正座の姿勢からどのようにして、立ち上がれますか。

□ : できない
 □ : 手を床につけてなら立ち上がれる
 □ : 手を使わずに立ち上がれる

65-69 男子	R元全	4.62%	31.99%	63.39%
	H29秋	4.29%	31.43%	62.86%
	H30秋	2.82%	21.13%	76.06%
R元秋	3.33%	28.33%	68.33%	
70-74 男子	R元全	4.13%	39.89%	55.98%
	H29秋	4.00%	34.67%	60.00%
	H30秋	4.55%	40.91%	54.55%
R元秋	3.08%	46.15%	50.77%	
75-79 男子	R元全	5.86%	45.84%	48.30%
	H29秋	6.56%	29.51%	60.66%
	H30秋	1.89%	33.96%	64.15%
R元秋	7.14%	53.57%	39.29%	
65-69 女子	R元全	4.50%	31.48%	64.02%
	H29秋	1.16%	26.74%	68.60%
	H30秋	2.53%	31.65%	65.82%
R元秋	4.88%	32.93%	62.20%	
70-74 女子	R元全	6.42%	36.36%	57.22%
	H29秋	6.49%	40.26%	51.95%
	H30秋	8.82%	33.82%	57.35%
R元秋	10.13%	36.71%	53.16%	
75-79 女子	R元全	8.64%	40.91%	50.45%
	H29秋	4.29%	44.29%	51.43%
	H30秋	11.94%	35.82%	52.24%
R元秋	3.85%	36.54%	59.62%	

問7 バスや電車に乗ったとき、立っていられますか。

□ : 立ってられない
 □ : 吊革や手すりにつかまれば立つていられる
 □ : 鞆車や停車のとき以外は何にもつかまらずに立つていられる

65-69 男子	R元全	1.73%	36.10%	62.17%
	H29秋	1.45%	42.03%	55.07%
	H30秋	1.41%	35.21%	63.38%
R元秋	1.67%	43.33%	55.00%	
70-74 男子	R元全	3.03%	39.84%	57.13%
	H29秋	8.00%	37.33%	53.33%
	H30秋	4.55%	40.91%	54.55%
R元秋	3.08%	41.54%	55.38%	
75-79 男子	R元全	5.18%	45.70%	49.12%
	H29秋	6.56%	32.79%	57.38%
	H30秋	3.77%	33.96%	62.26%
R元秋	5.36%	55.36%	39.29%	
65-69 女子	R元全	3.13%	51.19%	45.68%
	H29秋	4.65%	45.35%	47.67%
	H30秋	5.06%	50.63%	44.30%
R元秋	7.32%	46.34%	46.34%	
70-74 女子	R元全	5.37%	56.07%	38.56%
	H29秋	7.79%	50.65%	40.26%
	H30秋	7.35%	50.00%	42.65%
R元秋	3.80%	62.03%	34.18%	
75-79 女子	R元全	6.62%	60.62%	32.76%
	H29秋	14.29%	51.43%	34.29%
	H30秋	16.42%	55.22%	28.36%
R元秋	17.31%	57.69%	25.00%	

問6 目を開けて片足で、何秒くらい立っていられますか。

□ : できない
 □ : 10~20秒程度
 □ : 30秒以上

65-69 男子	R元全	2.00%	42.31%	55.49%
	H29秋	2.90%	44.93%	50.72%
	H30秋	0.00%	38.03%	61.97%
R元秋	0.00%	45.00%	55.00%	
70-74 男子	R元全	3.04%	46.11%	50.85%
	H29秋	4.00%	46.67%	49.33%
	H30秋	7.58%	45.45%	46.97%
R元秋	4.62%	52.31%	43.08%	
75-79 男子	R元全	5.53%	50.71%	43.76%
	H29秋	6.56%	37.70%	52.46%
	H30秋	5.66%	47.17%	47.17%
R元秋	10.71%	53.57%	35.71%	
65-69 女子	R元全	2.37%	40.24%	57.39%
	H29秋	3.49%	48.84%	45.35%
	H30秋	3.80%	50.63%	45.57%
R元秋	3.66%	39.02%	57.32%	
70-74 女子	R元全	3.01%	46.40%	50.59%
	H29秋	11.69%	45.45%	41.56%
	H30秋	4.41%	63.24%	32.35%
R元秋	1.27%	51.90%	46.84%	
75-79 女子	R元全	6.65%	47.71%	45.64%
	H29秋	8.57%	48.57%	41.43%
	H30秋	7.46%	62.69%	29.85%
R元秋	15.38%	42.31%	42.31%	

問8 立ったままで、ズボンやスカートがはけますか。

□ : 座らないとできない
 □ : 何かにつかまれば立つていられます
 □ : 何にもつかまらずに立つていられます

65-69 男子	R元全	1.73%	14.75%	83.52%
	H29秋	1.45%	13.04%	84.06%
	H30秋	1.41%	7.04%	91.55%
R元秋	1.67%	8.33%	90.00%	
70-74 男子	R元全	2.90%	18.30%	78.80%
	H29秋	0.00%	25.33%	74.67%
	H30秋	3.03%	15.15%	81.82%
R元秋	3.08%	23.08%	73.85%	
75-79 男子	R元全	3.75%	24.15%	72.10%
	H29秋	1.64%	22.95%	72.13%
	H30秋	3.77%	15.09%	81.13%
R元秋	1.79%	28.57%	69.64%	
65-69 女子	R元全	1.71%	14.03%	84.26%
	H29秋	1.16%	8.14%	88.37%
	H30秋	1.27%	15.19%	83.54%
R元秋	1.22%	12.20%	86.59%	
70-74 女子	R元全	3.31%	17.31%	79.38%
	H29秋	3.90%	19.48%	75.32%
	H30秋	0.00%	13.24%	86.76%
R元秋	1.27%	13.92%	84.81%	
75-79 女子	R元全	4.89%	23.18%	71.93%
	H29秋	1.43%	34.29%	64.29%
	H30秋	1.49%	20.90%	77.61%
R元秋	3.85%	21.15%	75.00%	

問9 シャツの前ボタンを、掛けたり外したりできますか。

□ : 両手でゆっくりにできる
 □ : 両手で素早くできる
 □ : 片手でもできる

性別	R元全	H29秋	H30秋	R元秋
65-69 男子	7.61%	44.75%	47.64%	47.64%
	5.80%	55.07%	37.68%	37.68%
	5.63%	47.89%	46.48%	46.48%
	10.00%	40.00%	50.00%	50.00%
70-74 男子	12.39%	45.76%	41.85%	41.85%
	9.33%	45.33%	45.33%	45.33%
	21.21%	34.85%	43.94%	43.94%
	7.69%	50.77%	41.54%	41.54%
75-79 男子	15.93%	47.66%	36.41%	36.41%
	14.75%	37.70%	44.26%	44.26%
	11.32%	56.60%	32.08%	32.08%
	19.64%	42.86%	37.50%	37.50%
65-69 女子	6.52%	53.10%	40.38%	40.38%
	5.81%	54.65%	37.21%	37.21%
	10.13%	62.03%	27.85%	27.85%
	2.44%	56.10%	41.46%	41.46%
70-74 女子	8.35%	54.39%	37.26%	37.26%
	14.29%	45.45%	38.96%	38.96%
	5.88%	48.53%	45.59%	45.59%
	11.39%	48.10%	40.51%	40.51%
75-79 女子	11.56%	54.88%	33.56%	33.56%
	7.14%	70.00%	22.86%	22.86%
	5.97%	55.22%	38.81%	38.81%
	7.69%	57.69%	34.62%	34.62%

問11 どれくらい重い荷物なら、10m運べますか。

□ : できない
 □ : 5kg程度
 □ : 10kg程度

性別	R元全	H29秋	H30秋	R元秋
65-69 男子	0.58%	11.48%	87.94%	87.94%
	0.00%	7.25%	91.30%	91.30%
	1.41%	8.45%	90.14%	90.14%
	0.00%	15.00%	85.00%	85.00%
70-74 男子	1.12%	16.85%	82.03%	82.03%
	0.00%	14.67%	85.33%	85.33%
	0.00%	16.67%	83.33%	83.33%
	0.00%	6.15%	93.85%	93.85%
75-79 男子	0.94%	20.47%	78.59%	78.59%
	3.28%	19.67%	73.77%	73.77%
	1.89%	22.64%	75.47%	75.47%
	1.79%	32.14%	66.07%	66.07%
65-69 女子	1.94%	44.30%	53.76%	53.76%
	0.00%	40.70%	56.98%	56.98%
	1.77%	35.44%	63.29%	63.29%
	1.22%	47.56%	51.22%	51.22%
70-74 女子	2.47%	48.61%	48.92%	48.92%
	0.00%	50.65%	48.05%	48.05%
	8.82%	42.65%	48.53%	48.53%
	3.80%	48.10%	48.10%	48.10%
75-79 女子	3.32%	56.41%	40.27%	40.27%
	5.71%	54.29%	40.00%	40.00%
	5.97%	41.79%	52.24%	52.24%
	5.77%	57.69%	36.54%	36.54%

問10 布団の上げ下ろしができますか。

□ : できない
 □ : 毛布や軽い布団ならできる
 □ : 重い布団でも楽にできる

性別	R元全	H29秋	H30秋	R元秋
65-69 男子	0.92%	14.45%	84.63%	84.63%
	1.45%	17.39%	79.71%	79.71%
	1.41%	15.49%	83.10%	83.10%
	3.33%	11.67%	85.00%	85.00%
70-74 男子	1.12%	22.26%	76.62%	76.62%
	1.33%	20.00%	78.67%	78.67%
	0.00%	21.21%	78.79%	78.79%
	0.00%	10.77%	89.23%	89.23%
75-79 男子	1.29%	24.36%	74.35%	74.35%
	0.00%	21.31%	75.41%	75.41%
	0.00%	18.87%	81.13%	81.13%
	3.57%	25.00%	71.43%	71.43%
65-69 女子	0.34%	33.26%	66.20%	66.20%
	0.00%	24.42%	73.26%	73.26%
	1.77%	29.11%	69.62%	69.62%
	1.22%	31.71%	67.07%	67.07%
70-74 女子	1.07%	36.04%	62.89%	62.89%
	3.95%	35.53%	59.21%	59.21%
	1.47%	29.41%	69.12%	69.12%
	0.00%	32.91%	67.09%	67.09%
75-79 女子	2.95%	43.36%	53.69%	53.69%
	2.86%	37.14%	60.00%	60.00%
	5.97%	37.31%	56.72%	56.72%
	1.92%	36.54%	61.54%	61.54%

問12 仰向けに寝た姿勢から、手を使わないで、上体だけを起こせますか。

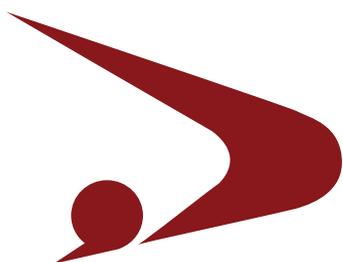
□ : できない
 □ : 1~2回程度
 □ : 3~4回程度

性別	R元全	H29秋	H30秋	R元秋
65-69 男子	6.96%	28.77%	64.27%	64.27%
	2.90%	37.68%	57.97%	57.97%
	2.82%	32.39%	64.79%	64.79%
	5.00%	25.00%	70.00%	70.00%
70-74 男子	9.34%	36.78%	53.88%	53.88%
	10.67%	36.00%	53.33%	53.33%
	10.61%	36.36%	53.03%	53.03%
	10.77%	38.46%	50.77%	50.77%
75-79 男子	16.69%	38.90%	44.41%	44.41%
	19.67%	34.43%	42.62%	42.62%
	16.98%	43.40%	39.62%	39.62%
	19.64%	46.43%	33.93%	33.93%
65-69 女子	19.72%	42.03%	38.25%	38.25%
	24.42%	38.37%	32.56%	32.56%
	20.25%	51.90%	27.85%	27.85%
	14.63%	43.90%	41.46%	41.46%
70-74 女子	23.00%	43.30%	33.70%	33.70%
	22.08%	51.95%	23.38%	23.38%
	22.06%	57.35%	20.59%	20.59%
	29.11%	43.04%	27.85%	27.85%
75-79 女子	25.55%	45.22%	29.23%	29.23%
	21.43%	45.71%	31.43%	31.43%
	28.36%	50.75%	20.90%	20.90%
	32.69%	44.23%	23.08%	23.08%

令和2年度
全県体カテスト・スポーツ実態調査 事業報告書
秋田県観光文化スポーツ部
スポーツ振興課委託事業

令和3年3月発行
編集・発行：秋田県スポーツ推進委員協議会
印 刷：秋田協同印刷株式会社

表紙の説明



秋田県のマーク (県章)



公益社団法人
全国スポーツ推進委員連合のマーク
