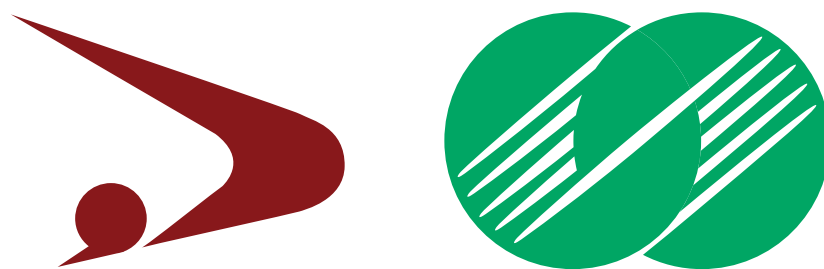


# スポーツ立県あきた

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7年度 全県体力テスト・スポーツ実態調査 事業報告書



令和8年3月

秋田県スポーツ推進委員協議会



# 目 次

『令和7年度 全県体力テスト・スポーツ実態調査 事業報告書』の公表にあたり

秋田県スポーツ推進委員協議会 会長 飯坂 尚 登

<b>令和7年度 全県スポーツ実態調査</b> .....	1
依頼人数と回答者数 .....	2
アンケート用紙 .....	4
調査結果・分析	
【A】基本的な質問 .....	8
【B】運動・スポーツにかかわる質問	
① 運動・スポーツを「する」ことについて .....	14
② スポーツを「みる」ことについて .....	28
③ スポーツを「ささえる」ことについて .....	34
④ 運動・スポーツ全般について .....	40
・秋田県のスポーツの現状についての自由記述 .....	47
参考資料 一年齢別集計等 .....	65
① 問 8 年齢別スポーツ実施率	
問 14 運動・スポーツを実施した理由 .....	66
② 問 8 年に1日以上運動・スポーツを実施した人の割合 .....	67
③ 問 8 週に1日以上運動・スポーツを実施した人の割合 .....	67
④ 問 8 運動・スポーツを全くやっていない割合	
問 15 運動・スポーツを実施できなかった理由 .....	68
⑤ 問 29 1年間に運動・スポーツを「する」ことにかけた費用 .....	69
⑥ 問 30 1年間にスポーツを「みる」ことにかけた費用 .....	70
⑦ 問 31 1年間にスポーツを「ささえる」ことにかけた費用 .....	71
⑧ 主な調査項目の結果の推移(平成26年度～令和6年度) .....	72
<b>令和7年度 全県体力テスト</b> .....	75
依頼人数と実施人数 .....	76
全県体力テストの項目と得点表 .....	77
体力テストの結果 .....	78
ADL(日常生活活動テスト)の結果 .....	88
体力テスト、ADLの全国比較 .....	90
参考資料	
・体力テストの年齢別平均点等の推移(平成26年度～令和6年度) .....	92

『令和7年度 全県体力テスト・スポーツ実態調査 事業報告書』の公表にあたり

秋田県スポーツ推進協議会

会長 飯坂尚登

令和7年度も、県内外で活躍する秋田県出身選手たちの奮闘が、私たちに大きな感動と誇りをもたらしてくれました。秋田県出身の選手たちの全国的な活躍は、県民に大きな感動と誇りをもたらしました。特に、阪神タイガースの石井大智投手は、プロ野球史上初となる50試合連続無失点という偉業を達成し、チームのリーグ優勝に大きく貢献しました。石井選手の活躍は、県民の皆様にとっても大きな励みとなったことと思います。

さて、今年度も各市町村スポーツ推進委員及び各スポーツ推進委員会事務局関係者の皆様の御協力により、無事に「令和7年度全県体力テスト・スポーツ実態調査」を実施することができ、その結果を事業報告書（DVD）として皆様のもとにお届けすることができました。是非とも、多様な場面でご活用いただければ幸いです。

今年度の調査結果では、「成人の週1回以上のスポーツ実施率」は、県全体で48.5%（男子50.5%、女子46.6%）でした。前年度の49.3%からは0.8%の減少となりました。このデータから推測できることとして、①人口構造の変化（高齢化の進行）本県は全国でも最も高齢化が進んでおり、若年層人口の減少等により、全体の実施率が押し下げられる。②生活環境の変化（物価高・燃料費高騰）物価上昇が続き、スポーツ施設利用や移動にかかる費用が負担。③気候変動の影響 猛暑日増加により、屋外スポーツの実施が難しくなる等の様々な原因により、実施率の減少を招いている。などが考えられます。この現状を踏まえ、これからも県民の健康寿命延伸のために、さらなる情報発信、事業の企画運営等に、尽力してまいりたいと思います。今後も御支援、御鞭撻をよろしくお願いいたします。

この体力テストの測定やスポーツ実態調査に携わっていただいた各市町村スポーツ推進委員の皆様、体力テスト・スポーツ実態調査の記録用紙や調査用紙の記載点検に携わっていただいた各市町村スポーツ推進委員会事務局関係者の皆様、大変御難儀をお掛けしました。あらためて御礼申し上げます。本当にありがとうございました。

最後に、本事業報告書の作成に関して、御支援、御協力いただいた秋田県観光文化スポーツ部スポーツ振興課関係者の皆様及び各市町村スポーツ推進委員会関係者の皆様に厚く御礼申し上げます、結びといたします。

令和7年度

# 全県スポーツ実態調査

## 留意事項

1. 令和2年度と3年度は、本調査の対象となる「運動・スポーツ」の定義として、「体力向上や健康増進を目的として意図的に行う身体活動」のほか、「日常生活における15分以上の身体活動」を加えて、調査を実施しました。このため、「①運動・スポーツを『する』ことについて」のデータに影響を与えている可能性があります。経年の推移を比較する場合は留意してください。
2. 令和7年度は「スポーツ一覧」の区分を変更しました。令和6年度以前と比較する場合は留意してください。

# 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	38	38	76
2	小坂町	26	26	52
3	大館市	81	81	162
4	北秋田市	38	38	76
5	上小阿仁村	26	26	52
6	能代市	56	56	112
7	三種町	26	26	52
8	八峰町	26	26	52
9	藤里町	26	26	52
10	男鹿市	32	32	64
11	潟上市	38	38	76
12	五城目町	26	26	52
13	八郎潟町	26	26	52
14	井川町	26	26	52
15	大潟村	26	26	52
16	秋田市	348	348	696
17	由利本荘市	87	87	174
18	にかほ市	32	32	64
19	大仙市	87	87	174
20	仙北市	32	32	64
21	美郷町	26	26	52
22	横手市	100	100	200
23	湯沢市	50	50	100
24	羽後町	26	26	52
25	東成瀬村	26	26	52
合計		1,331	1,331	2,662

■依頼人数（年代別）

年齢	男	女	合計
18、19	65	65	130
20代	211	211	422
30代	211	211	422
40代	211	211	422
50代	211	211	422
60代	211	211	422
70代	211	211	422
合計	1,331	1,331	2,662

■回答者数

年齢	男	女	計	合計
18、19歳	80	79	159	159
20～24歳	109	111	220	504
25～29歳	137	147	284	
30～34歳	130	109	239	531
35～39歳	134	158	292	
40～44歳	114	132	246	589
45～49歳	178	165	343	
50～54歳	155	144	299	575
55～59歳	132	144	276	
60～64歳	142	161	303	583
65～69歳	146	134	280	
70～74歳	154	164	318	526
75～79歳	104	104	208	
合計	1,715	1,752	3,467	3,467

※総依頼人数 2,662 人

※総回答者数 3,467 人

※年齢は全て令和7年4月1日現在

# 令和7年度 全県スポーツ実態調査 調査概要

この調査は秋田県スポーツ推進委員協議会が秋田県観光文化スポーツ部スポーツ振興課からの委託を受けて行う事業「全県体力テスト・スポーツ実態調査」の一環として行うものであり、平成25年度から実施しています。県民（18歳から79歳までの成人）のスポーツの実施状況や興味・関心等について調査することにより、「秋田県スポーツ推進計画」や各市町村のスポーツ振興施策の立案・検証の基礎データの一つとして活用されています。

以下は、本調査の概要です。

- 1 調査名 「令和7年度 全県スポーツ実態調査」
- 2 目的 秋田県内の各市町村における成人のスポーツの活動状況を調査し、今後の施策や活動の参考にします。
- 3 調査対象 (1) 対象者 県内25市町村の18～79歳の男女  
(2) 標本数 約2,700人
- 4 調査期間 令和7年5月～7月
- 5 調査方法 各市町村のスポーツ推進委員が調査票（別紙）を配布しますので、指定された期日までに御提出ください。
- 6 調査結果の公表 秋田県公式ウェブサイト「美の国あきたネット」に掲載します。

## 調査票（アンケート用紙）の記入方法について

- ・ このアンケートでは、基本的に選択肢から選んで回答していただくこととなります。当てはまる番号（1、2、3など）に○印を付けてください。
- ・ 「複数選択可」の質問には、複数の番号に○印を付けていただいても構いません。特に指示がない場合は、○印は一つだけ付けてください。

## 本調査における「運動・スポーツ」の定義について

本調査では、「体力向上や健康増進を目的として意図的に行う身体活動」を「運動・スポーツ」と定義します。

### ● 「運動・スポーツ」に含むもの

- ・ 通勤・通学、買い物等で車を使わず徒歩にする場合など、日常生活での身体活動であっても体力向上や健康増進を目的としているもの。

### ● 「運動・スポーツ」に含まないもの

- ・ 学校の体育の授業や業務（職業）として実施したもの。
- ・ 家事や農作業など日常生活での身体活動のうち、体力向上や健康増進を目的とはしていないもの。



スポーツ立県あきた

スポーツを通じて元気で活力ある秋田をつくりましょう  
めざせ!“健康寿命日本一”

調査実施機関：秋田県観光文化スポーツ部スポーツ振興課  
調査受託団体：秋田県スポーツ推進委員協議会（電話：018-864-62

令和7年度

「全県スポーツ実態調査」

調査担当者名	
スポーツ推進委員	

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	
------	--

問2 あなたの性別をお答えください。

- 1 男
- 2 女

問3 「令和7年4月1日現在」のあなたの年齢をお答えください。

- 1 18、19歳
- 2 20～24歳
- 3 25～29歳
- 4 30～34歳
- 5 35～39歳
- 6 40～44歳
- 7 45～49歳
- 8 50～54歳
- 9 55～59歳
- 10 60～64歳
- 11 65～69歳
- 12 70～74歳
- 13 75～79歳

問4 現在、あなたに子育て中の子どもはいますか。（「孫」や「結婚している子」は除く。）（複数回答可）

- 1 いない
- 2 乳・幼児（未就学児）
- 3 小学生
- 4 中学生
- 5 高校生・高専生（1～3年）
- 6 大学生・短大生・高専生（4、5年）・専門学校生等
- 7 社会人

問5 あなたの主な職業を一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。

（「会社員」「公務員」などでなく、実際の業務内容で選択してください。）

- 1 農・林・漁業（農業作業員、林業作業員、漁業作業員など）
- 2 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）
- 3 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）
- 4 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）
- 5 専門・管理的職業（技術者、保健医療従事者、法務従事者、教員、保育士、管理的公務員、会社役員など）
- 6 専業主夫・専業主婦
- 7 学生〔高校生・大学生・短大生・高専生・専門学校生等〕
- 8 無職（専業主夫・専業主婦を除く）
- 9 その他（ ）

問6 あなたは、健康だと思えますか。最も当てはまるものを一つだけお答えください。

- 1 健康である
- 2 どちらかといえば健康である
- 3 どちらかといえば健康でない
- 4 健康でない

問7 あなたが、健康のために取り組んでいることをお答えください。（「4」以外は複数回答可）

- 1 運動・スポーツを行っている
- 2 食事に気をつけている
- 3 飲酒や喫煙を控えている
- 4 何もしていない
- 5 その他（ ）

【B】運動・スポーツにかかわる質問

①運動・スポーツを「する」ことについておたずねします。

問8 この1年間に運動・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。

- 1 週に5日以上（年に251日以上）
- 2 週に3日以上（年に151日～250日）
- 3 週に2日以上（年に101日～150日）
- 4 週に1日以上（年に51日～100日）
- 5 月に1～3日（年に12～50日）
- 6 3か月に1、2日（年に4～11日）
- 7 年に1～3日
- 8 何日か分からない
- 9 全くやっていない → 「9 全くやっていない」と回答した人は、問15に進んでください。

（問9～問14は、この1年間に運動・スポーツをした人への質問です。）

問9-1 2ページの【スポーツ一覧】にあなたがこの1年間に実施した運動やスポーツがあれば、当てはまるもの全てに○印を記入してください。（学校の体育の授業として行ったものや、職業として行ったものは除きます。）（複数回答可）

問9-1の解答欄は2ページにあります。

問9-2 問9-1で答えた（○印を記入した）中で、あなたが特に多く実施した運動・スポーツや好きな運動・スポーツを三つまで○印を記入してください。

（問9-1で○印を記入した中から最大三つまで○印を記入してください。）

問9-2の解答欄は2ページにあります。

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・スポーツを実施しましたか。（複数回答可）

- 1 早朝（5:00～9:00） 2 午前中（9:00～12:00） 3 昼間（12:00～15:00）  
4 夕方（15:00～18:00） 5 夜間（18:00～21:00） 6 深夜（21:00以降） 7 平日には実施していない  
（休日のみ実施した）

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・スポーツを実施しましたか。（複数回答可）

- 1 早朝（5:00～9:00） 2 午前中（9:00～12:00） 3 昼間（12:00～15:00）  
4 夕方（15:00～18:00） 5 夜間（18:00～21:00） 6 深夜（21:00以降） 7 休日には実施していない  
（平日のみ実施した）

問12 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。

- 1 春～秋より多い 2 あまり変わらない・変わらない 3 春～秋より少ない

問13 この1年間に、運動・スポーツをどこで実施しましたか。（複数回答可）

- 1 公共体育・スポーツ施設 2 学校体育施設  
3 民間商業インドア施設（フィットネスクラブ、ジム等）  
4 民間商業アウトドア施設（レジャーブール、スキー場、ゴルフ場等）  
5 自宅または自宅敷地内 6 職場または職場敷地内  
7 公園 8 公民館 9 空き地 10 道路 11 山岳・森林・海・湖・川等の自然環境  
12 その他（ ）

問14 この1年間に、あなたが運動やスポーツを実施したのはどのような理由からですか。（複数回答可）

- 1 健康のため 2 体力増進・維持のため 3 楽しみ・気晴らしとして  
4 運動不足を感じるから 5 精神の修養や訓練のため 6 自己の記録や能力を向上させるため  
7 家族のふれあいとして 8 友人・仲間との交流として 9 美容のため  
10 肥満解消・ダイエットのため 11 その他（ ）

（問15は、この1年間に運動・スポーツをしなかった人への質問です。問9～14に回答した人は、問15をとばして問16に進んでください。）

問15 この1年間に、あなたが運動・スポーツを実施できなかった理由は何ですか。（「14」以外は複数回答可）

- 1 仕事や家事が忙しいから 2 子どもに手がかかるから 3 病気やけがをしているから  
4 歳をとったから 5 場所や施設がないから 6 仲間がいないから  
7 指導者がいないから 8 お金に余裕がないから 9 運動・スポーツが嫌いだから  
10 面倒くさいから 11 運動・スポーツ以上に大切なことがあるから 12 生活や仕事で体を動かしているから  
13 必要性を感じないから 14 特に理由はない 15 その他（ ）

（問16は、全員を対象とする質問です。）

問16 今後あなたが始めてみたい運動やスポーツがあればあげてください。（複数回答可）

（ある場合のみ、2ページの【スポーツ一覧】の番号でお答えください。）

## ②スポーツを「みる」ことについておたずねします。

問17 この1年間に会場でスポーツイベント（試合、大会、地域や学校の行事など）をみましたか。

- 1 会場でみた 2 会場でみていない  
→ 「2」と回答した人は、問21に進んでください。

（問18は、この1年間に会場でスポーツイベントをみた人への質問です。問17で「2」と回答した人は、問18～20をとばして問21に進んでください。）

問18 この1年間に会場でみ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）

- 1 プロスポーツ 2 社会人のスポーツ 3 高校・大学生等のスポーツ  
4 小・中学生のスポーツ 5 障害者のスポーツ 6 高齢者のスポーツ

問19 この1年間に会場でみ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）

- 1 国際規模 2 全国規模 3 東日本・東北規模 4 全県規模  
5 市町村規模 6 地域・町内規模

問20 この1年間に会場でみ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）

- 1 居住している市町村 2 県内（1を除く） 3 県外 4 国外

（問21・22は、全員を対象とする質問です。）

問21 今後あなたが会場でみてみたい運動やスポーツがあればあげてください。（複数回答可）

（ある場合のみ、2ページの【スポーツ一覧】の番号でお答えください。）

問22 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み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。

- 1 週に5日以上 2 週に3、4日程度 3 週に2日 4 週に1日  
5 月に1～3日程度 6 3か月に1、2日程度 7 年に1～3日程度 8 メディアを通じてはみていない

### ③スポーツを「ささえる」ことについておたずねします。

問23～28における「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。

問23 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。

- 1 ある 2 ない

→ 「2」と回答した人は、問27に進んでください。

（問23～問26は、この1年間にスポーツイベントでボランティア等をした人への質問です。問23で「2」と回答した人は、問27に進んでください。）

問24 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）

- 1 プロスポーツ 2 社会人のスポーツ 3 高校・大学生等のスポーツ  
 4 小・中学生のスポーツ 5 障害者のスポーツ 6 高齢者のスポーツ

問25 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）

- 1 国際規模 2 全国規模 3 東日本・東北規模 4 全県規模  
 5 市町村規模 6 地域・町内規模

問26 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）

- 1 居住している市町村 2 県内（1を除く） 3 県外 4 国外

（問27・28は、全員を対象とする質問です。）

問27 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。

- 1 思う 2 思わない

問28 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。

- 1 知っている 2 知らない

### ④運動・スポーツ全般についておたずねします。

（問29～問31の「出費」には次のようなものが考えられます。【例】会費・月謝、交通・宿泊費、用具・ウェア代、チケット代・利用料・参加料等）

問29 この1年間に、運動・スポーツを「する」ことにどれくらい出費しましたか。

- 1 出費していない 2 1万円未満 3 1万円以上～5万円未満  
 4 5万円以上～10万円未満 5 10万円以上

問30 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。

- 1 出費していない 2 1万円未満 3 1万円以上～5万円未満  
 4 5万円以上～10万円未満 5 10万円以上

問31 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。（大会出場のための寄付や募金なども含みます。）

- 1 出費していない 2 1万円未満 3 1万円以上～5万円未満  
 4 5万円以上～10万円未満 5 10万円以上

問32 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。

- 1 知っている 2 知らない

問33 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。

- 1 加入している 2 加入していない

問34 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。

- 1 知っている 2 知らない

問35 秋田県が「成人の週1回以上のスポーツ実施率が70%程度となること」を目指していることを知っていますか。

- 1 知っている 2 知らない

問36 秋田県のスポーツの現状について感じていることがある場合は、該当する番号と御意見をお書きください。

- 1 プロスポーツについて 2 社会人のスポーツについて 3 大学生等のスポーツについて  
 4 高校生のスポーツについて 5 中学生のスポーツについて 6 スポーツ少年団について  
 7 障害者のスポーツについて 8 高齢者のスポーツについて 9 その他 10 現状について意見なし

番号	御意見（複数の御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。御協力ありがとうございました。

問9-1 以下の【スポーツ一覧】にあなたがこの1年間に実施した運動やスポーツがあれば、当てはまるもの全てに○印を記入してください。(学校の体育の授業として行ったものや、職業として行ったものは除きます。)(複数回答可)

問9-2 問9-1で答えた(○印を記入した)中で、あなたが特に多く実施した運動・スポーツや好きな運動・スポーツを三つまで○印を記入してください。(問9-1で○印を記入した中から最大三つまで○印を記入してください。)

【スポーツ一覧】

(このスポーツ一覧は、スポーツ庁が実施している「スポーツの実施状況等に関する世論調査」から引用し、秋田県として分類ごとに順序を並べ替えたものです。)

		問9-1	問9-2			問9-1	問9-2
		この1年間に実施した (複数回答可)	問9-1の中で多い好き (全体で3つまで)			この1年間に実施した (複数回答可)	問9-1の中で多い好き (全体で3つまで)
<b>■ウォーキング・自転車・ダンス 他</b>							
1	ウォーキング(散歩・ぶらぶら歩き・駅歩きなどを含む)						
2	階段昇降(2アップ3ダウン等)						
3	ランニング(ジョギング)・マラソン・駅伝						
4	陸上競技						
5	自転車(BMX含む)・サイクリング						
6	スケートボード・ローラースケート・インラインスケート・輪車						
7	トレーニング(筋力トレーニング・トレッドミル【ランニングマシーン】・エアロバイク 室内運動器具を使ってする運動等)						
8	体操(ラジオ体操・職場体操・美容体操等)						
9	エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス						
10	縄跳び						
11	器械体操・新体操・トランポリン						
12	ダンス(ブレイクダンス【ブレイクダンス】・フォークダンス ジャズダンス・社交ダンス・民謡踊り・フラダンス等)						
13	チアリーディング・バトントワリング						
<b>■球技</b>							
14	野球(硬式・軟式等)						
15	ソフトボール						
16	キャッチボール						
17	テニス・ソフトテニス						
18	バドミントン						
19	卓球(ラージボール含む)						
20	ゴルフ(コースでのラウンド)						
21	ゴルフ(練習場・シミュレーションゴルフ)						
22	グラウンド・ゴルフ・パークゴルフ・マレットゴルフ スナッグゴルフ・ディスクゴルフ・パターゴルフ等						
23	バレーボール・ビーチバレー・ソフトバレーボール						
24	バスケットボール・3×3・ポトボール						
25	ドッジボール						
26	サッカー						
27	フットサル						
28	ラグビー・アメリカンフットボール・タグラグビー						
29	ボウリング						
30	ゲートボール						
31	ハンドボール・その他屋内球技						
32	グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技						
<b>■武道・格闘技・射的スポーツ</b>							
33	レスリング・相撲・ボクシング						
34	テコンドー・太極拳・合気道						
35	柔道						
36	剣道・居合道・なぎなた・銃剣道						
37	空手・少林寺拳法						
38	アーチェリー・弓道・射撃・クレ射撃						
<b>■山岳スポーツ</b>							
39	登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング						
40	フリークライミング(ボルダー・リード・スピード等)						
41	キャンプ・オートキャンプ						
42	ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング						
<b>■ウォータースポーツ</b>							
43	水泳(競泳・水球・飛び込み・アーティスティック スイミング・オープンウォータースイミング等)						
44	アクアエクササイズ・水中ウォーキング						
45	ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング						
46	ヨット・水上スキー・ウェイクボード・水上バイク・ジェットスキー						
47	スノーバダイビング・スキンドайビング・フリーダイビング・シュノーケリング						
48	サーフィン・ボディボード・ボードセーリング・ウィンドサーフィン						
49	釣り						
<b>■ウィンタースポーツ</b>							
50	スキー						
51	スノーボード						
52	クロスカントリースキー・スノーシュー						
53	アイススケート・アイスホッケー・カーリング						
<b>■スカイスポーツ</b>							
54	グライダー・ハンググライダー・パラグライダー・スカイダイビング						
<b>■その他</b>							
55	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・ダーツ・スポーツ吹き矢等)						
56	乗馬						
57	障害者スポーツ ※						
58	その他(1~57以外の運動・スポーツ) ※						

※57・58に○印を記入した場合は、以下の欄に具体的に記入してください。

57 障害者スポーツとして実施した競技	58 その他(1~57以外の運動・スポーツ)

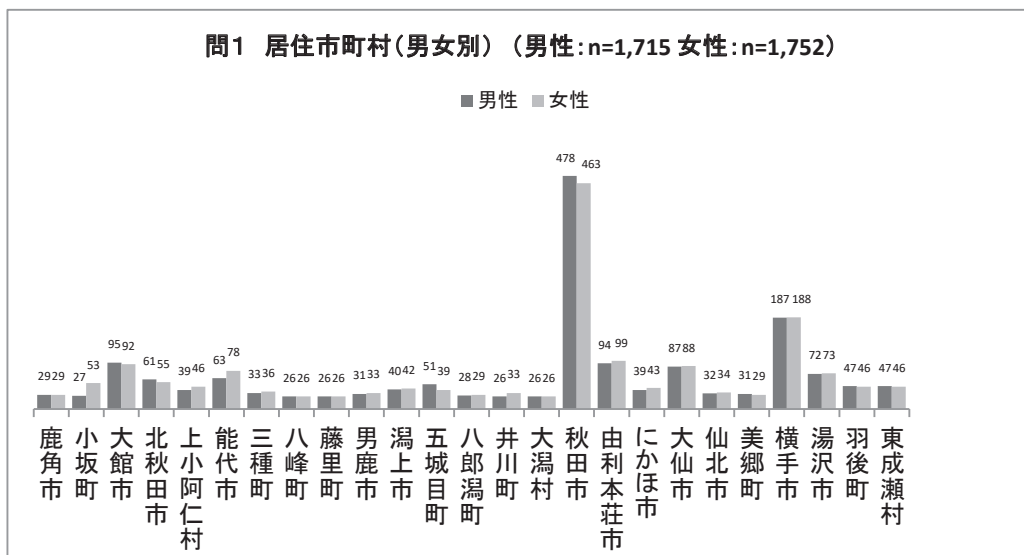
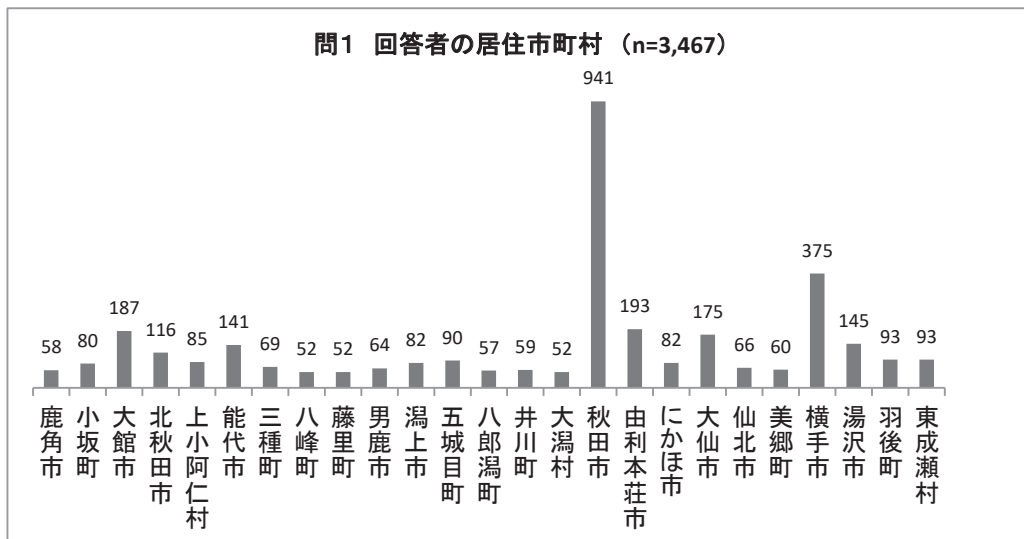
# 【A】基本的な質問

(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【

】



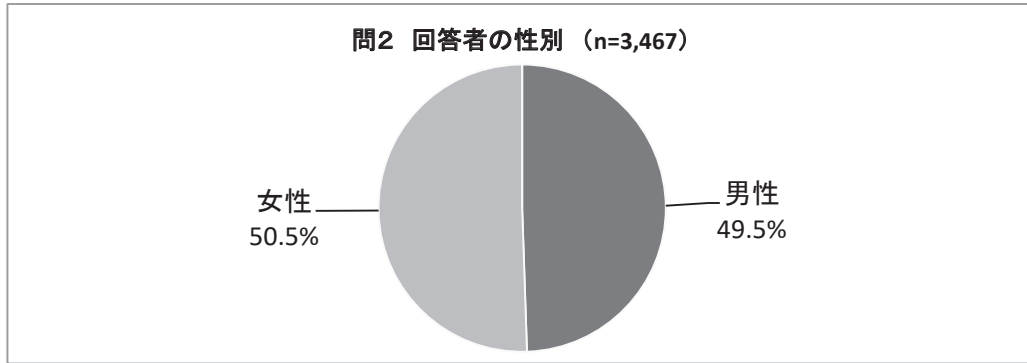
注 1 本調査では、各市町村の令和2年10月の成人(18歳以上)の人口の約0.3%にあたる数を算出し、13区分(18、19歳、20代～70代の男女)の調査依頼数を決定しています。

注 2 ただし、18、19歳の区分の最低調査依頼数は2人とし、2人未満となる市町村については2人ずつ依頼しています。20代～70代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。

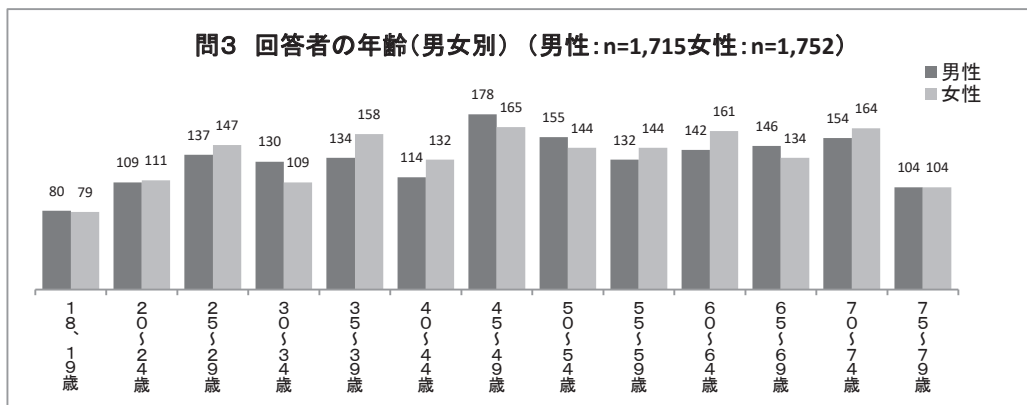
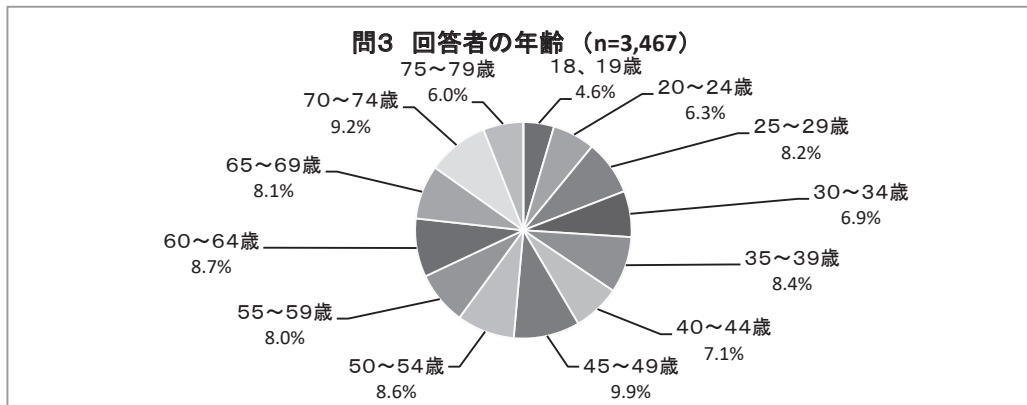
- ① 男性 1,715 人      ② 女性 1,752 人



**(回答者の年齢)**

問3 「令和7年4月1日現在」のあなたの年齢をお答えください。

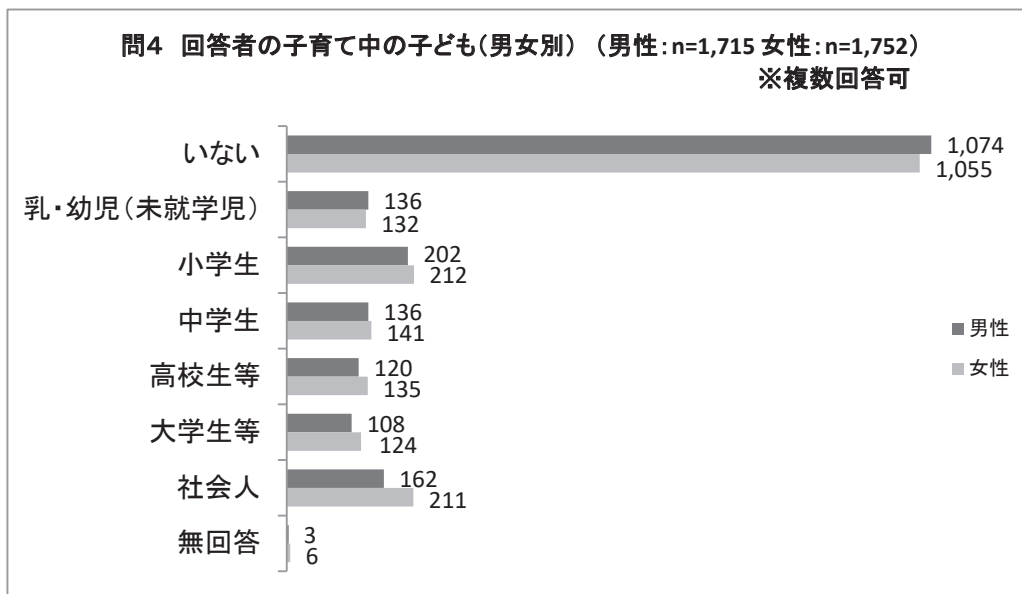
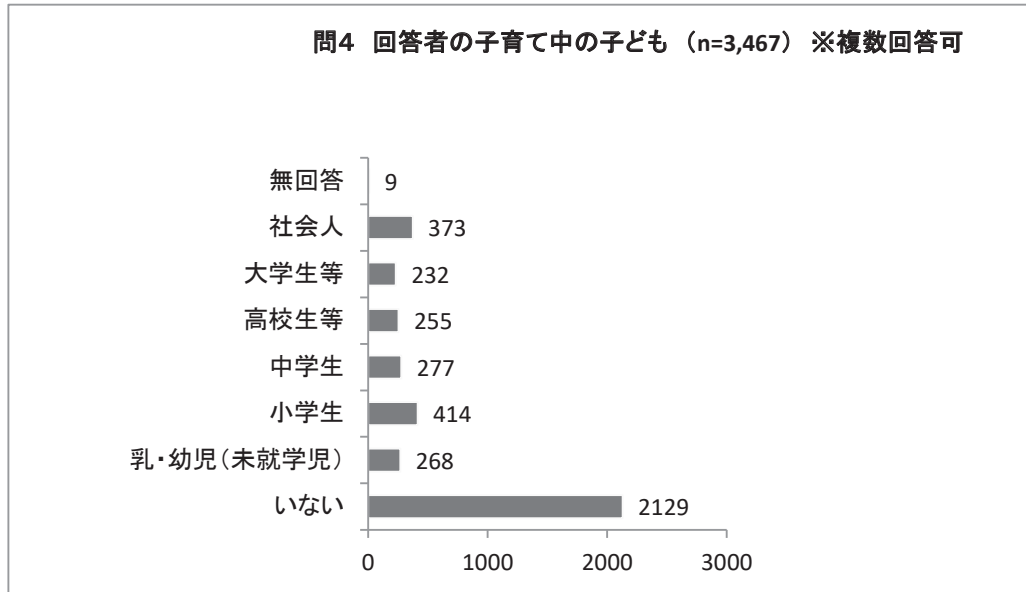
- |          |       |          |       |
|----------|-------|----------|-------|
| ① 18、19歳 | 159 人 | ② 20～24歳 | 220 人 |
| ③ 25～29歳 | 284 人 | ④ 30～34歳 | 239 人 |
| ⑤ 35～39歳 | 292 人 | ⑥ 40～44歳 | 246 人 |
| ⑦ 45～49歳 | 343 人 | ⑧ 50～54歳 | 299 人 |
| ⑨ 55～59歳 | 276 人 | ⑩ 60～64歳 | 303 人 |
| ⑪ 65～69歳 | 280 人 | ⑫ 70～74歳 | 318 人 |
| ⑬ 75～79歳 | 208 人 |          |       |



**(回答者の子育て中の子ども)**

問4 現在、あなたに子育て中の子どもはいますか。(「孫」や「結婚している子」は除く。)  
(複数回答可)

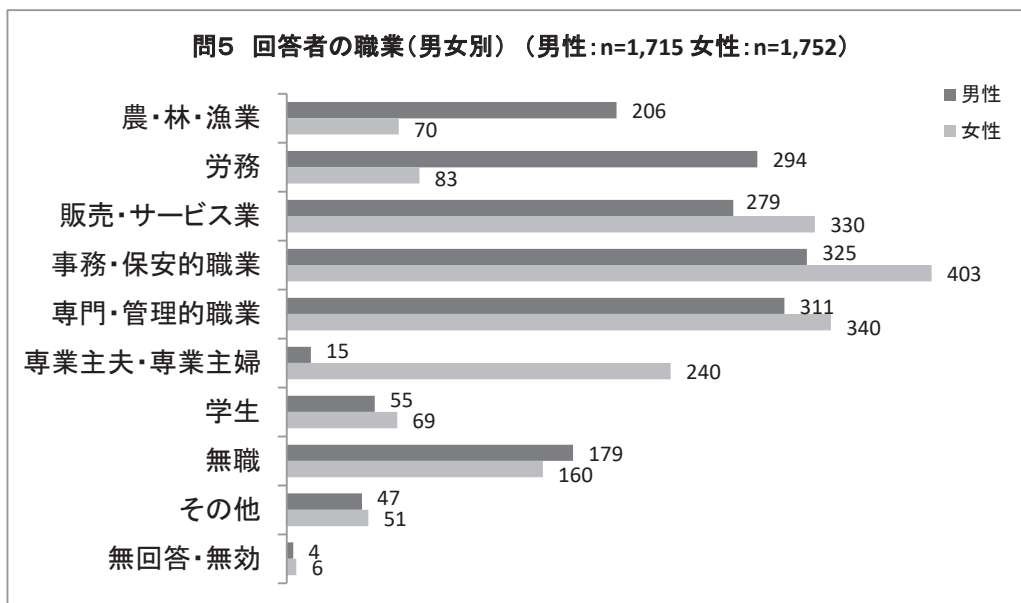
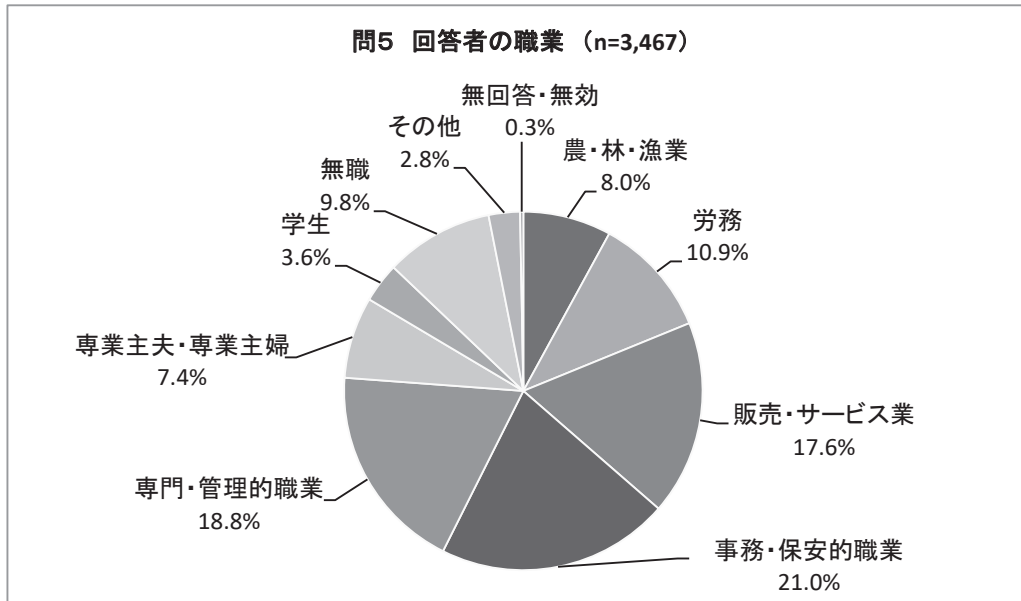
	全体	男性	女性
① いない	2,129 人	1,074 人	1,055 人
② 乳・幼児(未就学児)	268 人	136 人	132 人
③ 小学生	414 人	202 人	212 人
④ 中学生	277 人	136 人	141 人
⑤ 高校生・高専(1～3年)	255 人	120 人	135 人
⑥ 大学・短大・高専(4、5年)・専門学校等	232 人	108 人	124 人
⑦ 社会人	373 人	162 人	211 人
⑧ 無回答	9 人	3 人	6 人



**(回答者の職業)**

問5 あなたの主な職業を一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。

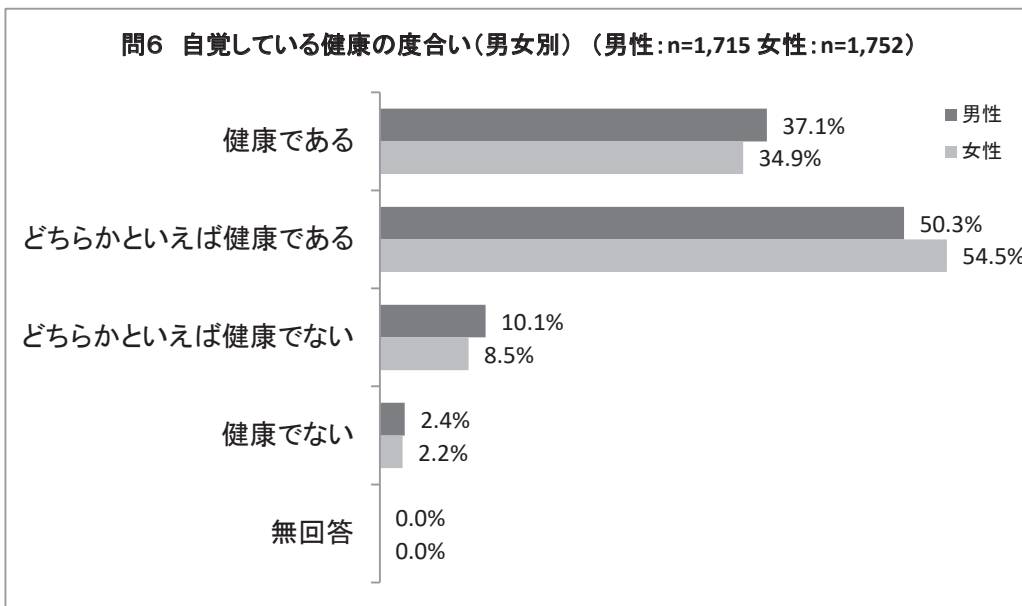
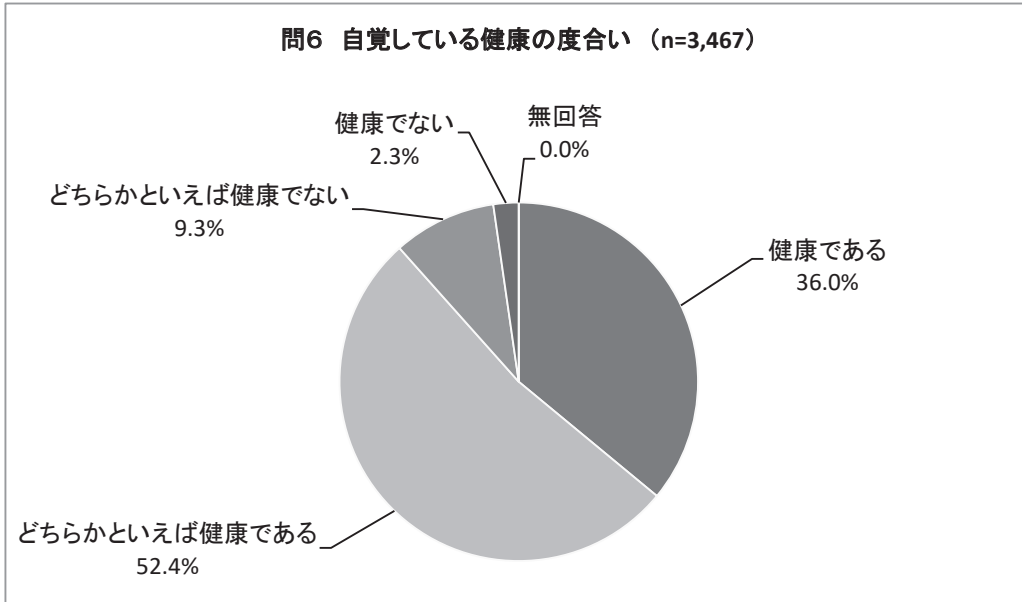
	全体
① 農・林・漁業(農業作業員、林業作業員、漁業作業員など)	276 人
② 労務(採掘作業員、運輸・通信従事者・技能工・生産工程作業員及び労務作業員など)	377 人
③ 販売・サービス業(商品販売従事者、販売類似職業従事者、サービス職業従事者など)	609 人
④ 事務・保安的職業(事務従事者、警察官・消防士・守衛などの保安職業従事者など)	728 人
⑤ 専門・管理的職業(技術者、保健医療従事者、法務従事者、教員、管理的公務員、会社役員など)	651 人
⑥ 専業主夫・専業主婦	255 人
⑦ 学生(高校生・大学生・短大生・高専生・専門学校生等)	124 人
⑧ 無職(専業主夫・専業主婦を除く)	339 人
⑨ その他	98 人
無回答・無効	10 人



**(自覚している健康の度合い)**

問6 あなたは、健康だと思いますか。最も当てはまるものを一つだけお答えください。

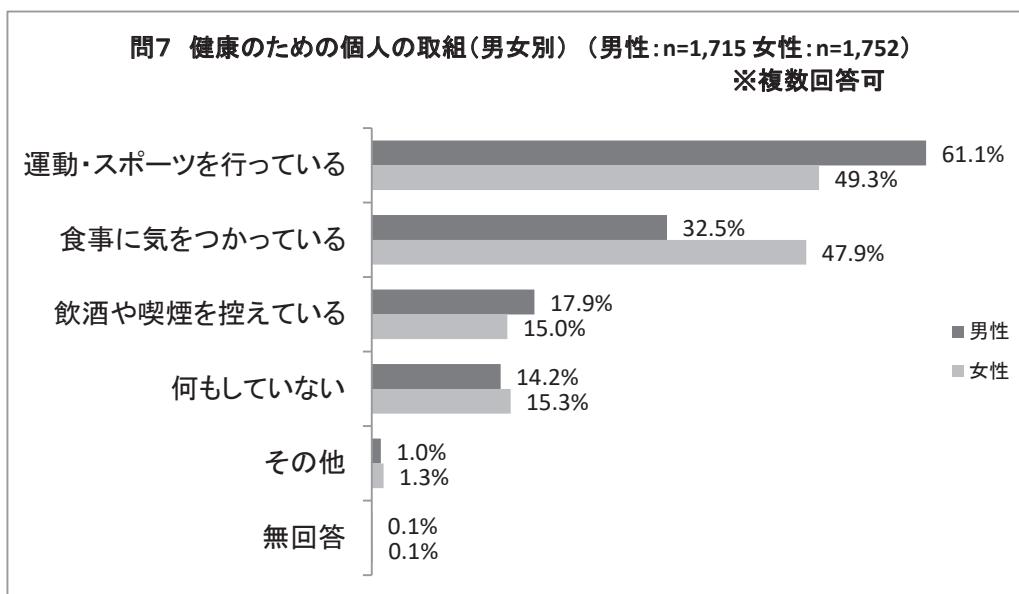
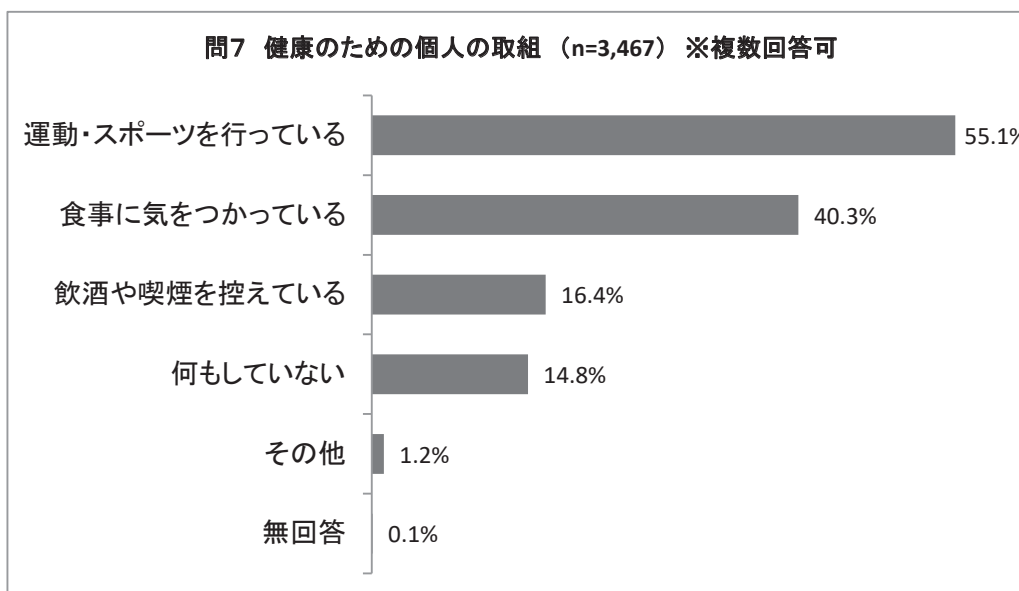
	全体	男性	女性
① 健康である	1,248 人	637 人	611 人
② どちらかといえば健康である	1,817 人	863 人	954 人
③ どちらかといえば健康でない	323 人	174 人	149 人
④ 健康でない	79 人	41 人	38 人
無回答	0 人	0 人	0 人



**(健康のための個人の取組)**

問7 あなたが、健康のために取り組んでいることをお答えください。(複数回答可)

	全体	男性	女性
① 運動・スポーツを行っている	1,910 人	1,046 人	864 人
② 食事に気をつけている	1,396 人	557 人	839 人
③ 飲酒や喫煙を控えている	569 人	307 人	262 人
④ 何もしていない	511 人	243 人	268 人
⑤ その他	40 人	17 人	23 人
無回答	3 人	1 人	2 人



## 【B】運動・スポーツにかかわる質問

### ① 運動・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8 この1年間に運動・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。

国では、「20歳以上の運動・スポーツをする者の割合」を成人のスポーツ実施率の指標とすることとしているため、県も同様の年齢区分とした。

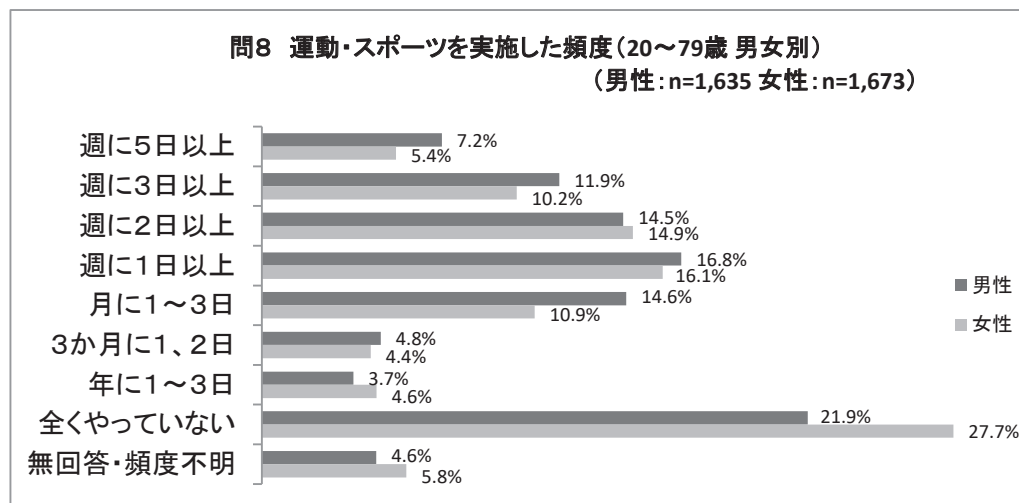
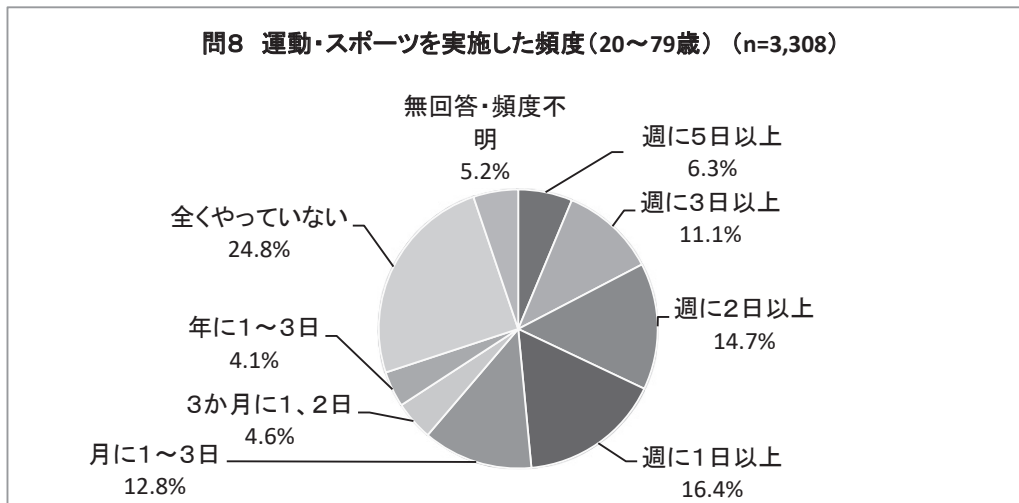
### 【20～79歳】

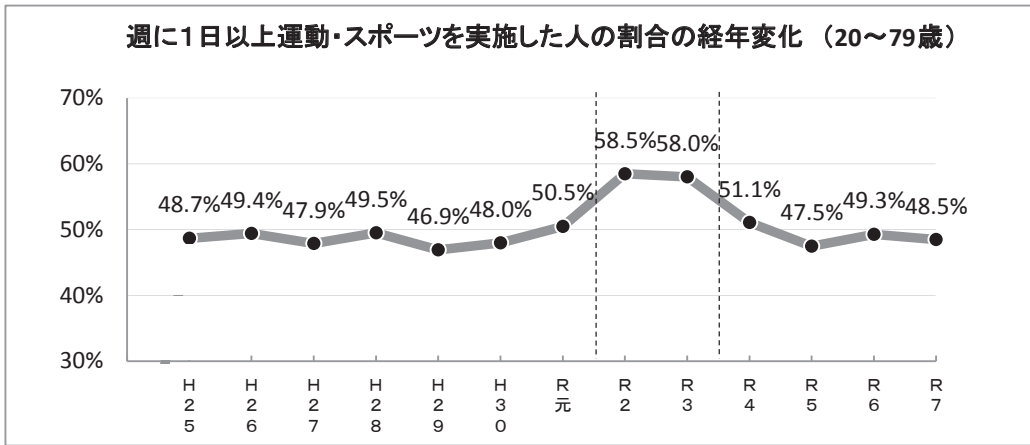
週に1日以上運動・スポーツを実施した人(①～④)の割合

令和7年度(20～79歳)
<b>48.5%</b>

男性	女性
<b>50.5%</b>	<b>46.6%</b>

	全体	男性	女性
① 週に5日以上(年251日以上)	208人	118人	90人
② 週に3日以上(年151～250日)	366人	195人	171人
③ 週に2日以上(年101～150日)	486人	237人	249人
④ 週に1日以上(年51～100日)	544人	275人	269人
⑤ 月に1～3日(年12～50日)	422人	239人	183人
⑥ 3か月に1、2日(年4～11日)	151人	78人	73人
⑦ 年に1～3日	137人	60人	77人
⑧ 全くやっていない	822人	358人	464人
無回答・頻度不明	172人	75人	97人





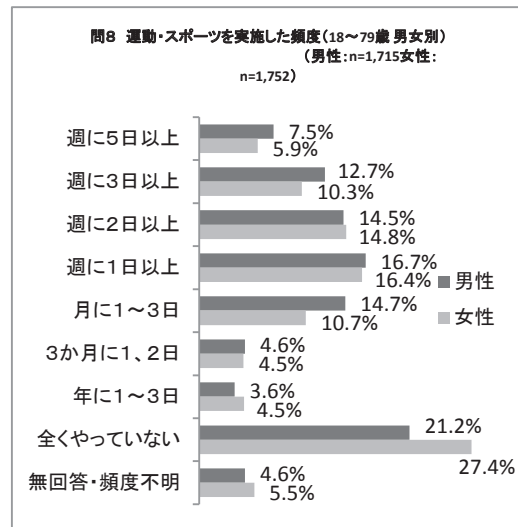
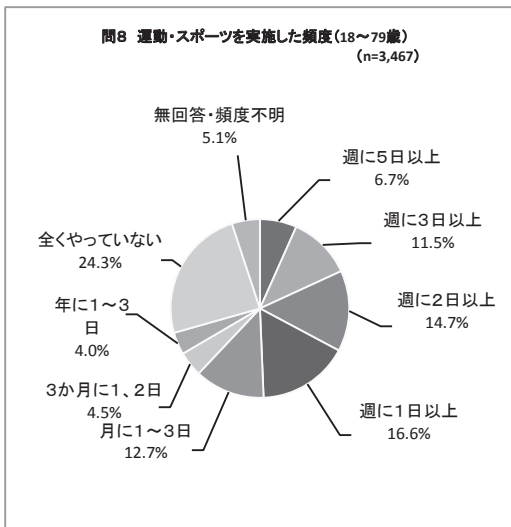
※ 平成25年度から令和元年度まで及び令和4年度からは、「体力向上や健康増進を目的として意図的に行う身体運動」を「運動・スポーツ」の定義としてアンケート調査を行った。

※ 令和2年度及び令和3年度は、体力向上や健康増進を目的として意図的に行う身体運動」のほかに、「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）」を加え、「運動・スポーツ」の定義としてアンケート調査を行った。

- ・週間スポーツ実施率（週に1日以上運動・スポーツをした人の割合）は48.5%であり、令和6年度の49.3%より0.8ポイント減少した。
- ・20歳以上の「全くやっていない」人が24.8%であり、令和6年度の24.3%より0.5ポイント増加した。
- ・男女、年齢別のスポーツ実施率については、参考資料①～④（66～68ページ）参照

【参考】18～79歳

	全体	男性	女性
週に1日以上運動・スポーツを実施した人(①～④)の割合	49.4%		
令和7年度(18～79歳)			
男性	51.4%		
女性		47.4%	
① 週に5日以上(年251日以上)	231人	128人	103人
② 週に3日以上(年151～250日)	398人	217人	181人
③ 週に2日以上(年101～150日)	508人	249人	259人
④ 週に1日以上(年51～100日)	574人	287人	287人
⑤ 月に1～3日(年12～50日)	440人	252人	188人
⑥ 3か月に1、2日(年4～11日)	157人	79人	78人
⑦ 年に1～3日	140人	61人	79人
⑧ 全くやっていない	843人	363人	480人
無回答・頻度不明	176人	79人	97人



**(実施した運動・スポーツ)**

問 9-1 2ページの【スポーツ一覧】にあなたがこの1年間に実施した運動やスポーツがあれば、当てはまるもの全てに○印を記入してください。(学校の体育の授業として行ったものや、職業として行ったものは除きます。)(複数回答可)

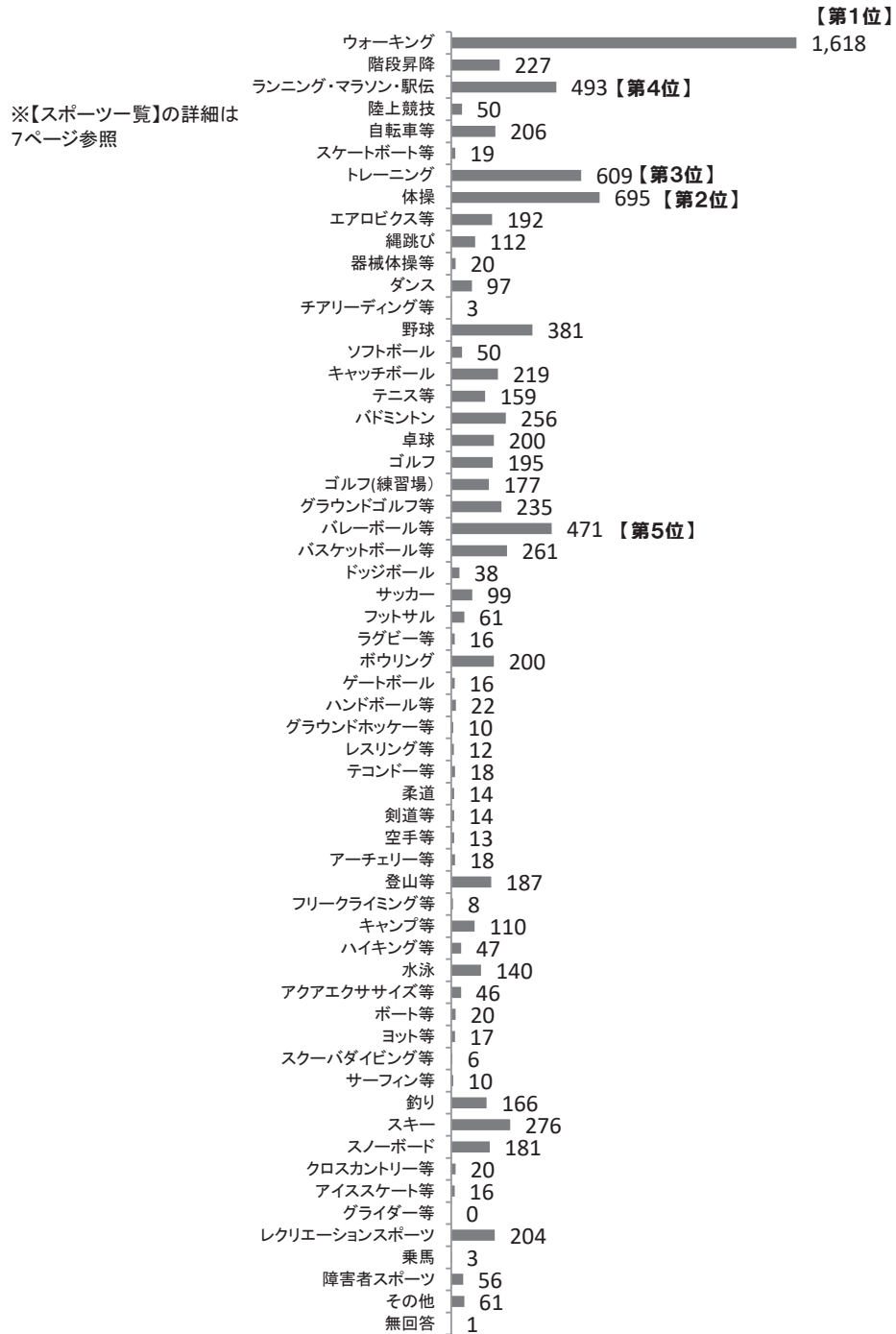
	全体	男性	女性
集計対象者数(問8の⑧を除く)	2,624 人	1,352 人	1,272 人
全くやっていない人(問8の⑧)	843 人	363 人	480 人

**【スポーツ一覧】**

(このスポーツ一覧は、スポーツ庁が実施している「スポーツの実施状況等に関する世論調査」から引用し、秋田県として分類ごとに順序を並べ替えたものです。)

		問9-1	問9-2			問9-1	問9-2
		この1年間に実施した (複数回答可)	問9-1の中で多い好き (単回答可)			この1年間に実施した (複数回答可)	問9-1の中で多い好き (単回答可)
<b>■ウォーキング・自転車・ダンス 他</b>							
1	ウォーキング(散歩・ぶらぶら歩き・一歩歩きなどを含む)			33	レスリング・相撲・ボクシング		
2	階段昇降(2アップ3ダウン等)			34	テコンドー・太極拳・合気道		
3	ランニング(ジョギング)・マラソン・駅伝			35	柔道		
4	陸上競技			36	剣道・居合道・なぎなた・銃剣道		
5	自転車(BMX含む)・サイクリング			37	空手・少林寺拳法		
6	スケートボード・ローラースケート・インラインスケート・一輪車			38	アーチェリー・弓道・射撃・クレール射撃		
7	トレーニング(筋力トレーニング・トレッドミル 【ランニングマシン】・エアロバイク 室内運動器具を使ってする運動等)			<b>■山岳スポーツ</b>			
8	体操(ラジオ体操・職場体操・美容体操等)			39	登山・トレッキング・トレイルランニング・ロッククライミング		
9	エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス			40	フリークライミング(ボルダー・リード・スピード等)		
10	縄跳び			41	キャンプ・オートキャンプ		
11	器械体操・新体操・トランポリン			42	ハイキング・ワンダーフォーゲル・オリエンテーリング		
12	ダンス(ブレイクダンス【ブレイクダンス】・フォークダンス ジャズダンス・社交ダンス・民族踊り・フラダンス等)			<b>■ウォータースポーツ</b>			
13	チアリーディング・バトントワリング			43	水泳(競泳・水球・飛び込み・アーティスティック スイミング・オープンウォータースイミング等)		
<b>■球技</b>							
14	野球(硬式・軟式等)			44	アクアエクササイズ・水中ウォーキング		
15	ソフトボール			45	ボート・漕艇・カヌー・カヤック・ラフティング		
16	キャッチボール			46	ヨット・水上スキー・ウェイクボード・水上バイク・ジェットスキー		
17	テニス・ソフトテニス			47	スキー(ダイビング・スキンドビング・フリーダイビング・シュノーケリング)		
18	バドミントン			48	サーフィン・ボディボード・ボードセーリング・ウィンドサーフィン		
19	卓球(ラージボール含む)			49	釣り		
20	ゴルフ(コースでのラウンド)			<b>■ウィンタースポーツ</b>			
21	ゴルフ(練習場・シミュレーションゴルフ)			50	スキー		
22	グラウンドゴルフ・パークゴルフ・マレットゴルフ スナッグゴルフ・ディスクゴルフ・パターゴルフ等			51	スノーボード		
23	バレーボール・ビーチバレー・ソフトバレーボール			52	クロスカントリースキー・スノーシュー		
24	バスケットボール・3×3・ポートボール			53	アイススケート・アイスホッケー・カーリング		
25	ドッジボール			<b>■スカイスポーツ</b>			
26	サッカー			54	グライダー・ハンググライダー・パラグライダー・スカイダイビング		
27	フットサル			<b>■その他</b>			
28	ラグビー・アメリカンフットボール・タグラグビー			55	レクリエーションスポーツ(タイボール・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・シヤフルボード・バタンク 綱引き・ダーツ・スポーツ吹き矢等)		
29	ボウリング			56	乗馬		
30	ゲートボール			57	障害者スポーツ ※		
31	ハンドボール・その他屋内球技			58	その他(1~57以外の運動・スポーツ) ※		
32	グラウンドホッケー・ラクロス・その他屋外球技			※57・58に○印を記入した場合は、以下の欄に具体的に記入してください。			
57 障害者スポーツとして実施した競技				58 その他(1~57以外の運動・スポーツ)			

問9-1 実施した運動・スポーツ (n=2,624) ※複数回答可

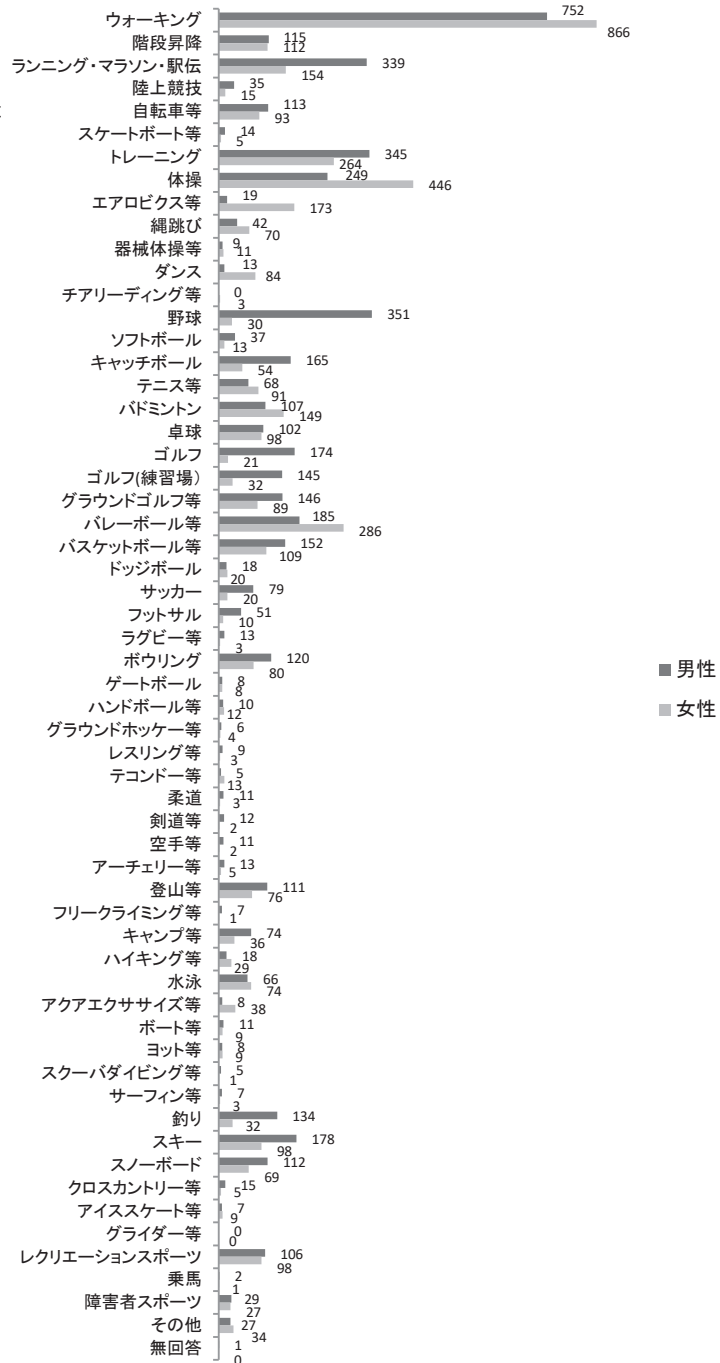


・実施した運動・スポーツの上位は、「ウォーキング」、「体操」、「トレーニング」、「ランニング等」、「バレーボール等」の順である。

問9-1 実施した運動・スポーツ(男女別) (男性:n=1,352、女性:n=1,272)

※複数回答可

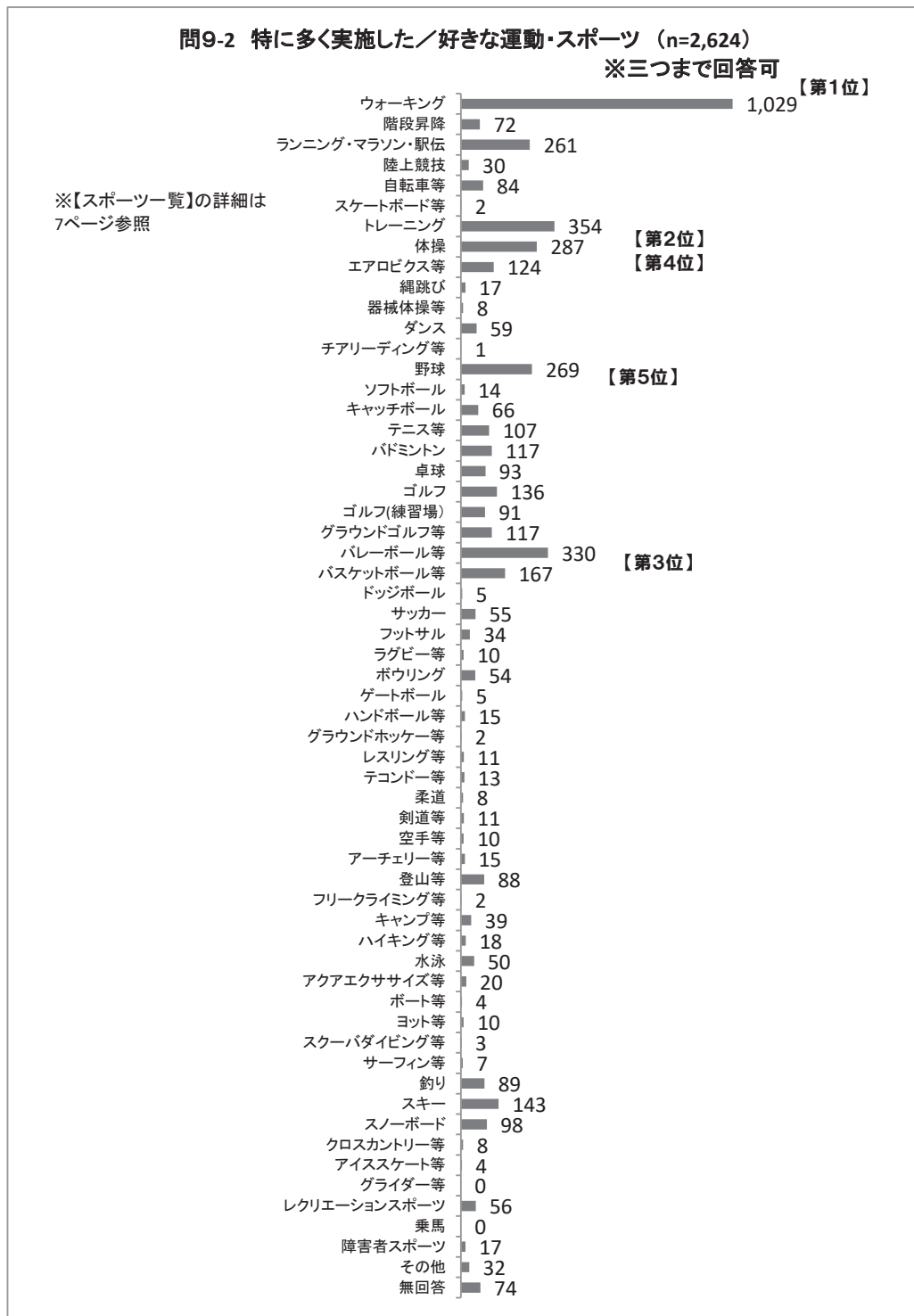
※【スポーツ一覧】の詳細は  
7ページ参照



・男性は上位から「ウォーキング」、「野球」、「トレーニング」、「ランニング等」、「バレーボール」の順で、女性は「ウォーキング」、「体操」、「バレーボール」、「トレーニング」、「エアロビクス等」の順である。

(特に多く実施した／好きな運動・スポーツ)

問9-2 問9-1で答えた(○印を記入した)中で、あなたが特に多く実施した運動・スポーツや好きな運動・スポーツを三つまで○印を記入してください。(問9-1で○印を記入した中から最大三つまで○印を記入してください。)

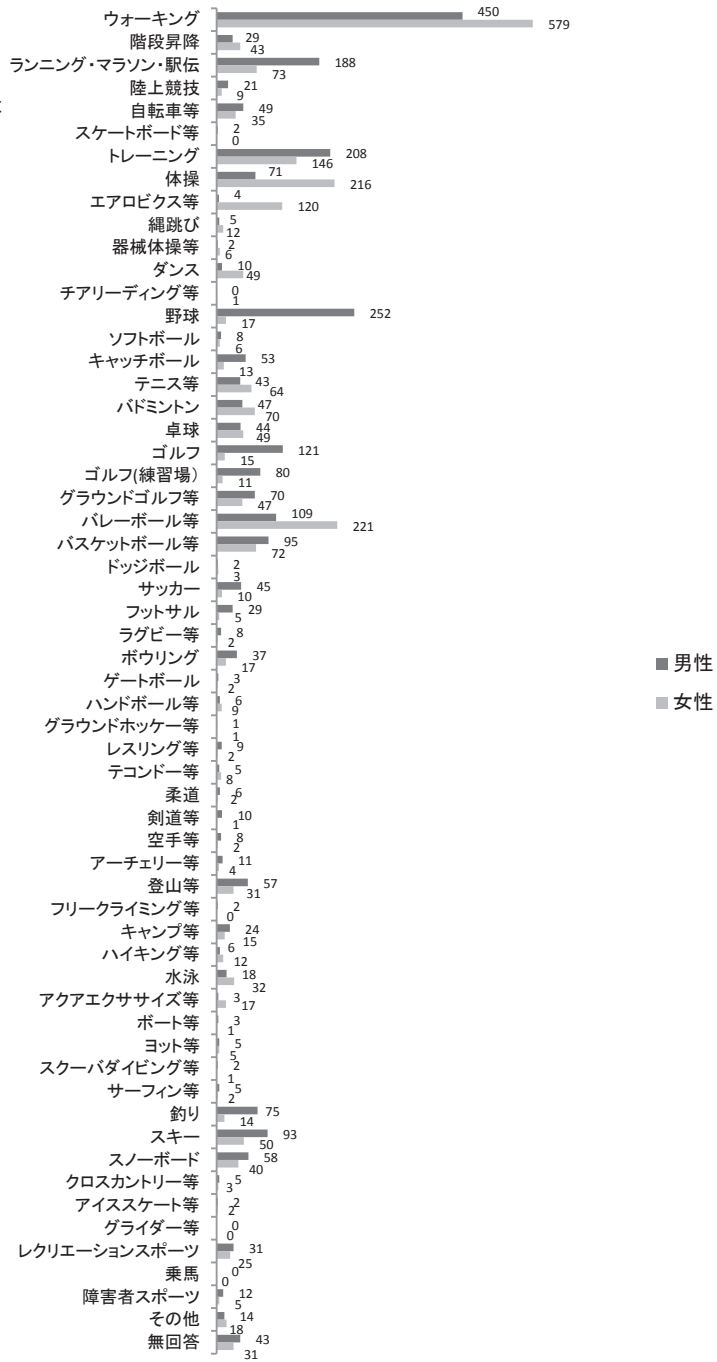


・特に多く実施した運動・スポーツや好きな運動・スポーツは上位から「ウォーキング」、「トレーニング」、「バレーボール等」、「体操」、「野球」の順である。

問9-2 特に多く実施した／好きな運動・スポーツ(男女別)

(男性:n=1,352、女性:n=1,272) ※三つまで回答可

※【スポーツ一覧】の詳細は  
7ページ参照

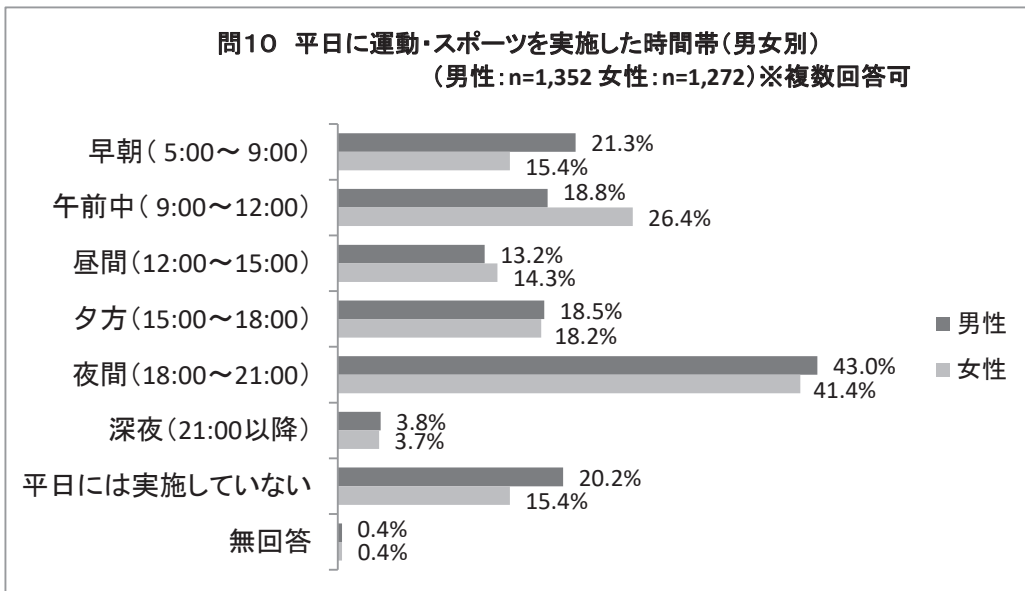
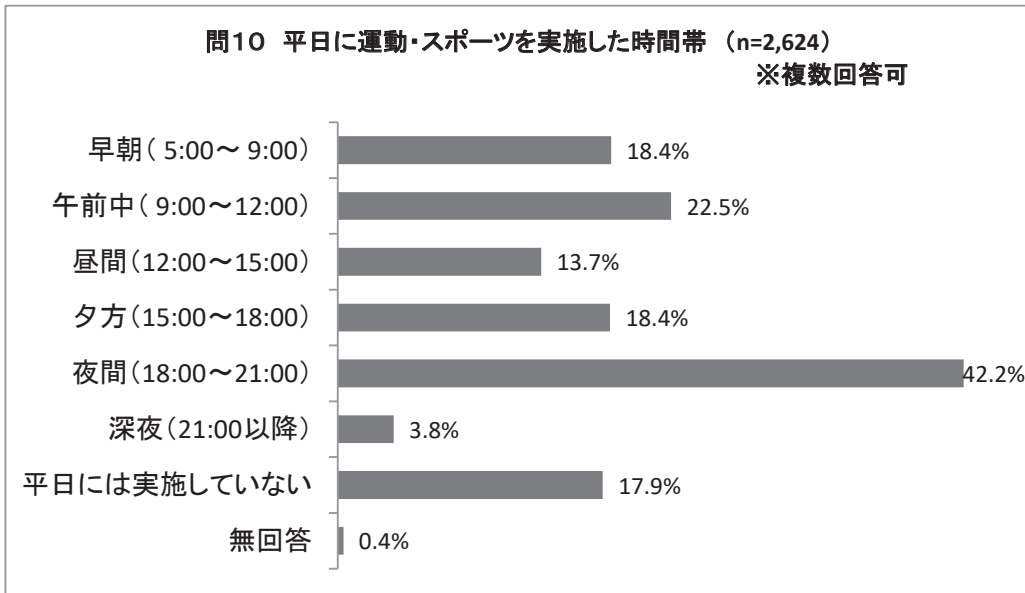


・男性は上位から「ウォーキング」、「野球」、「トレーニング」、「ランニング等」、「ゴルフ」の順で、女性は「ウォーキング」、「バレーボール」、「体操」、「トレーニング」、「エアロビクス等」の順である。

**(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・スポーツを実施しましたか。(複数回答可)

	全体	男性	女性
① 早朝(5:00～9:00)	484人	288人	196人
② 午前中(9:00～12:00)	590人	254人	336人
③ 昼間(12:00～15:00)	360人	178人	182人
④ 夕方(15:00～18:00)	482人	250人	232人
⑤ 夜間(18:00～21:00)	1,108人	581人	527人
⑥ 深夜(21:00以降)	99人	52人	47人
⑦ 平日には実施していない	469人	273人	196人
無回答	10人	5人	5人

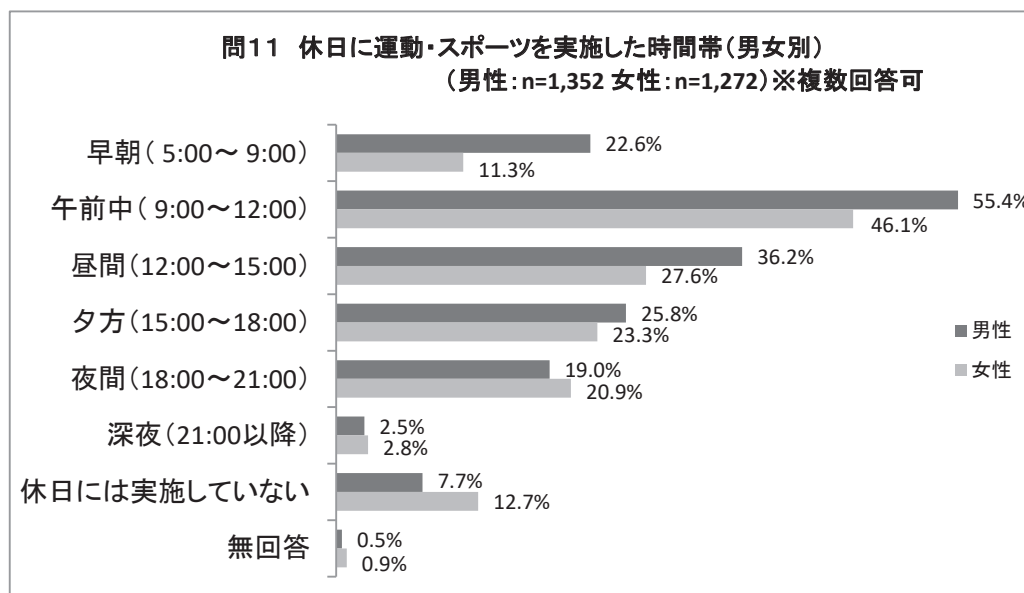
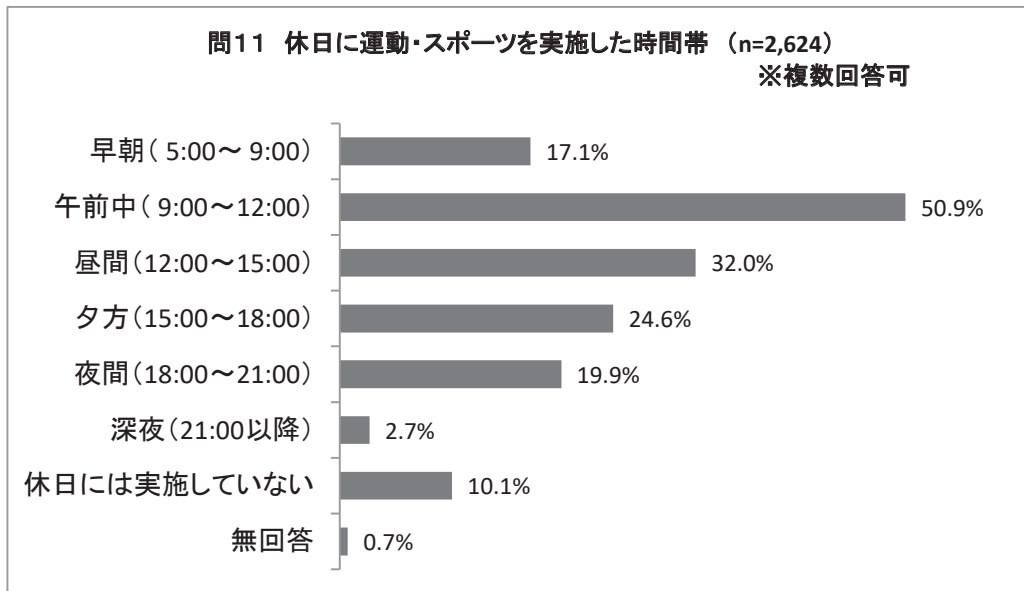


・平日に運動・スポーツをした人は82.1%である。  
・男性は「夜間」、「早朝」、「午前中」の順で、女性は「夜間」、「午前中」、「夕方」の順である。

**(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・スポーツを実施しましたか。(複数回答可)

	全体	男性	女性
① 早 朝 ( 5:00～ 9:00)	450 人	306 人	144 人
② 午前中 ( 9:00～12:00)	1,335 人	749 人	586 人
③ 昼 間 (12:00～15:00)	840 人	489 人	351 人
④ 夕 方 (15:00～18:00)	645 人	349 人	296 人
⑤ 夜 間 (18:00～21:00)	523 人	257 人	266 人
⑥ 深 夜 (21:00以降)	70 人	34 人	36 人
⑦ 休日には実施していない	265 人	104 人	161 人
無回答	19 人	7 人	12 人

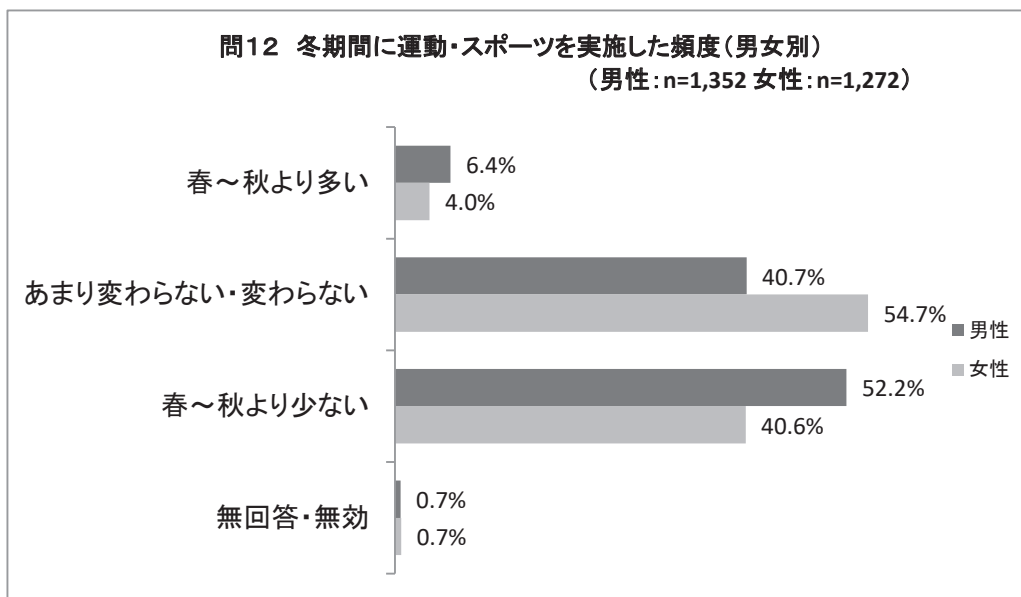
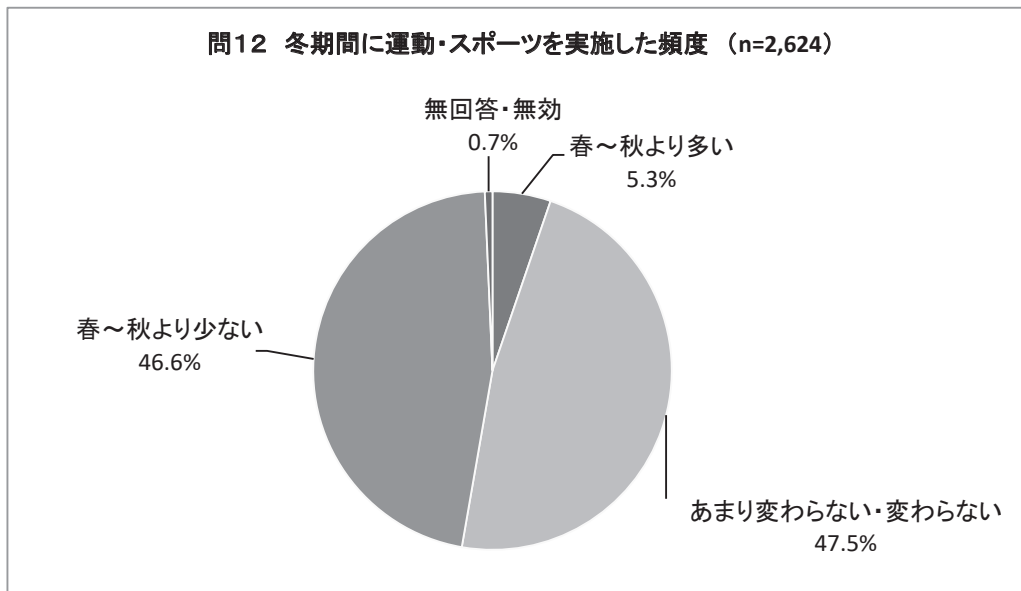


・この1年間に運動・スポーツを実施した人で、休日に運動・スポーツをした人は89.9%である。  
・男女共に「午前中」、「昼間」、「夕方」の順である。

**(冬期間に運動・スポーツを実施した頻度)**

問12 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。

	全体	男性	女性
① 春～秋より多い	138 人	87 人	51 人
② あまり変わらない・変わらない	1,246 人	550 人	696 人
③ 春～秋より少ない	1,222 人	706 人	516 人
④ 無回答・無効	18 人	9 人	9 人

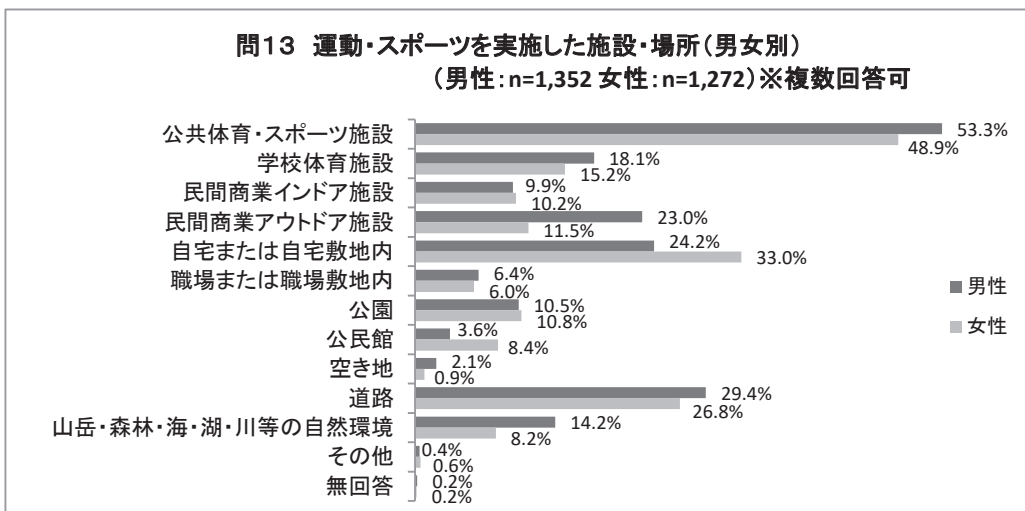
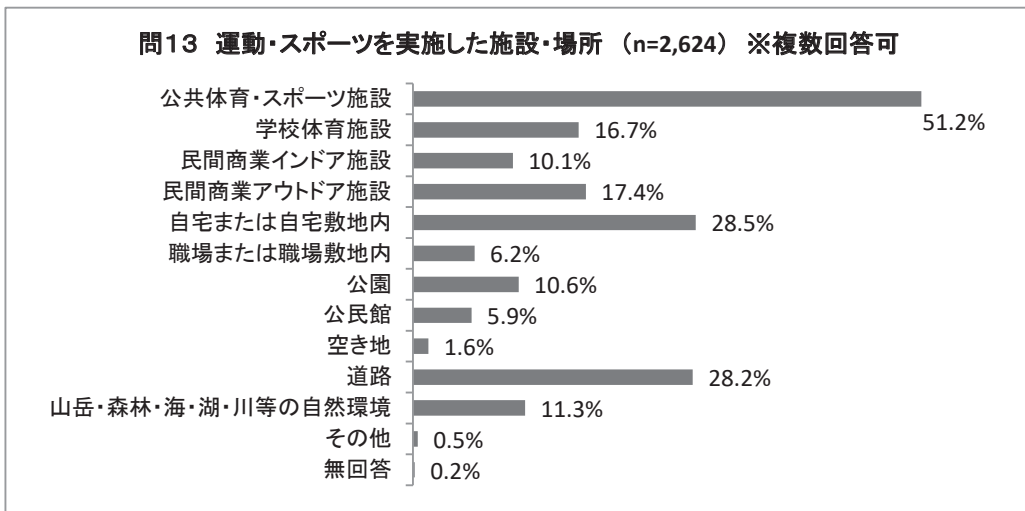


・冬期間に運動・スポーツをした頻度が「春～秋より少ない」と回答した人は46.6%であり、令和6年度の46.7%より0.1ポイント減少した。

**(運動・スポーツを実施した施設・場所)**

問 13 この1年間に、運動・スポーツをどこで実施しましたか。(複数回答可)

	全体	男性	女性
① 公共体育・スポーツ施設	1,343 人	721 人	622 人
② 学校体育施設	438 人	245 人	193 人
③ 民間商業インドア施設 (フィットネスクラブ、ジム等)	264 人	134 人	130 人
④ 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)	457 人	311 人	146 人
⑤ 自宅または自宅敷地内	747 人	327 人	420 人
⑥ 職場または職場敷地内	163 人	87 人	76 人
⑦ 公園	279 人	142 人	137 人
⑧ 公民館	155 人	48 人	107 人
⑨ 空き地	41 人	29 人	12 人
⑩ 道路	739 人	398 人	341 人
⑪ 山岳・森林・海・湖・川等の自然環境	296 人	192 人	104 人
⑫ その他	13 人	6 人	7 人
無回答	5 人	3 人	2 人

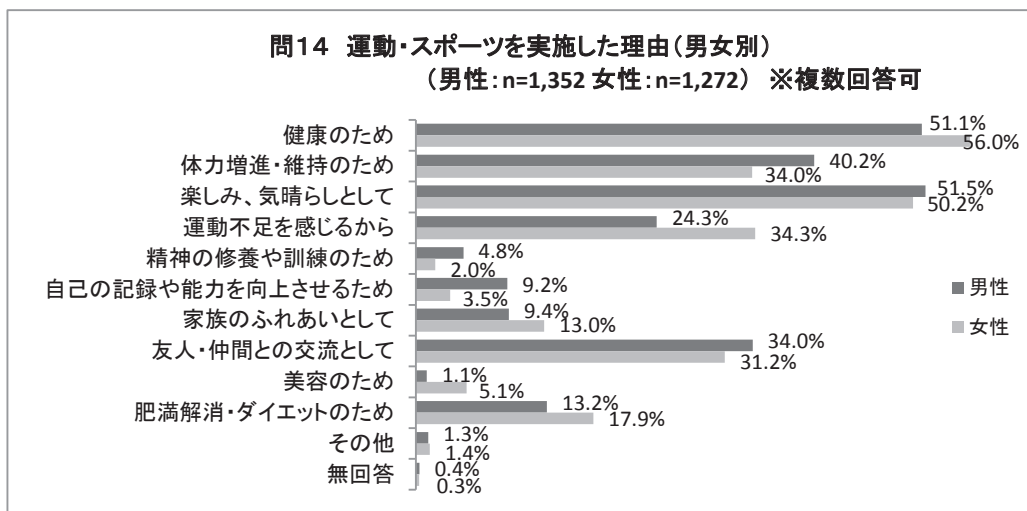
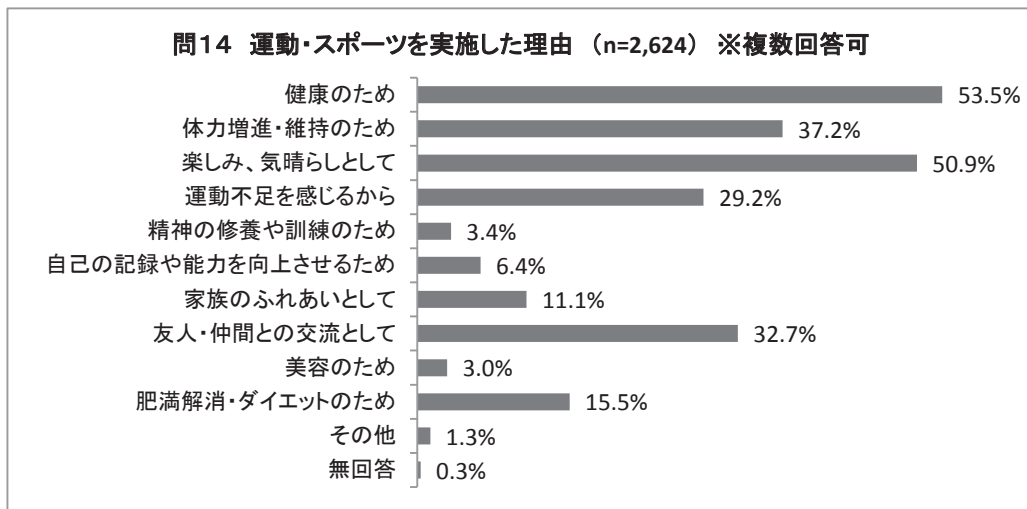


・運動・スポーツを実施した施設・場所は、「公共体育・スポーツ施設」、「自宅または自宅敷地内」、「道路」の順である。

**(運動・スポーツを実施した理由)**

問 14 この1年間に、あなたが運動やスポーツを実施したのはどのような理由からですか。  
(複数回答可)

	全体	男性	女性
① 健康のため	1,403 人	691 人	712 人
② 体力増進・維持のため	976 人	544 人	432 人
③ 楽しみ、気晴らしとして	1,335 人	696 人	639 人
④ 運動不足を感じるから	765 人	329 人	436 人
⑤ 精神の修養や訓練のため	90 人	65 人	25 人
⑥ 自己の記録や能力を向上させるため	169 人	125 人	44 人
⑦ 家族のふれあいとして	292 人	127 人	165 人
⑧ 友人・仲間との交流として	857 人	460 人	397 人
⑨ 美容のため	80 人	15 人	65 人
⑩ 肥満解消・ダイエットのため	407 人	179 人	228 人
⑪ その他	35 人	17 人	18 人
無回答	9 人	5 人	4 人



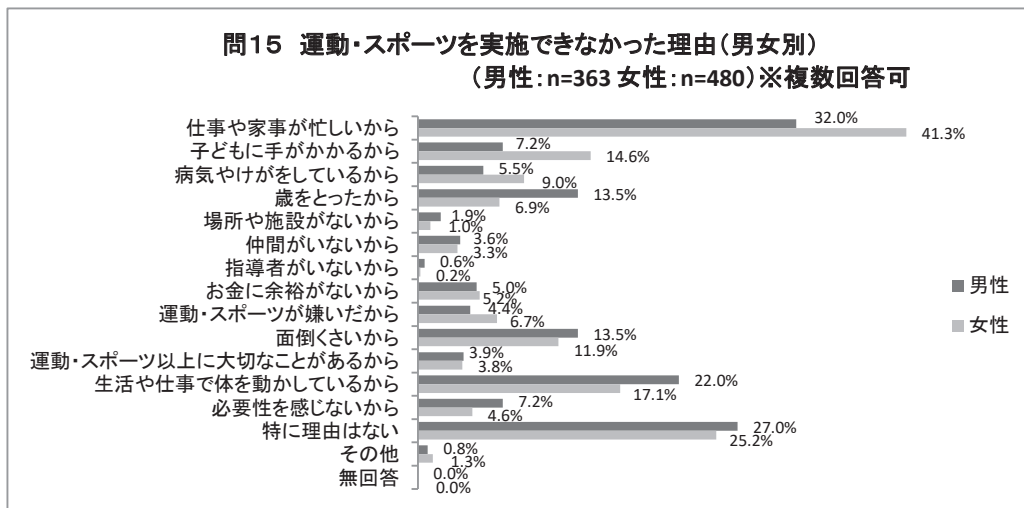
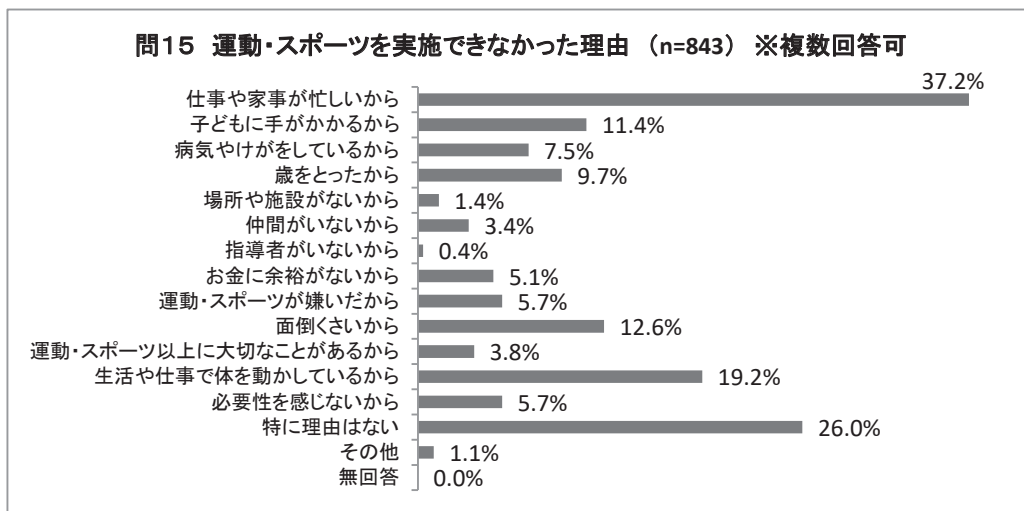
・運動・スポーツを実施した理由は、「健康のため」、「楽しみ、気晴らしとして」、「体力増進・維持のため」、「友人・仲間との交流として」の順である。

※男女、年齢別の回答割合については、参考資料①(66ページ)参照

**(運動・スポーツを実施できなかった理由)**

問15 この1年間に、あなたが運動・スポーツを実施できなかった理由は何ですか。(「⑭」以外は複数回答可)

	全体	男性	女性
① 仕事や家事が忙しいから	314 人	116 人	198 人
② 子どもに手がかかるから	96 人	26 人	70 人
③ 病気やけがをしているから	63 人	20 人	43 人
④ 歳をとったから	82 人	49 人	33 人
⑤ 場所や施設がないから	12 人	7 人	5 人
⑥ 仲間がいないから	29 人	13 人	16 人
⑦ 指導者がいないから	3 人	2 人	1 人
⑧ お金に余裕がないから	43 人	18 人	25 人
⑨ 運動・スポーツが嫌いだから	48 人	16 人	32 人
⑩ 面倒くさいから	106 人	49 人	57 人
⑪ 運動・スポーツ以上に大切なことがあるから	32 人	14 人	18 人
⑫ 生活や仕事で体を動かしているから	162 人	80 人	82 人
⑬ 必要性を感じないから	48 人	26 人	22 人
⑭ 特に理由はない	219 人	98 人	121 人
⑮ その他	9 人	3 人	6 人
無回答	0 人	0 人	0 人



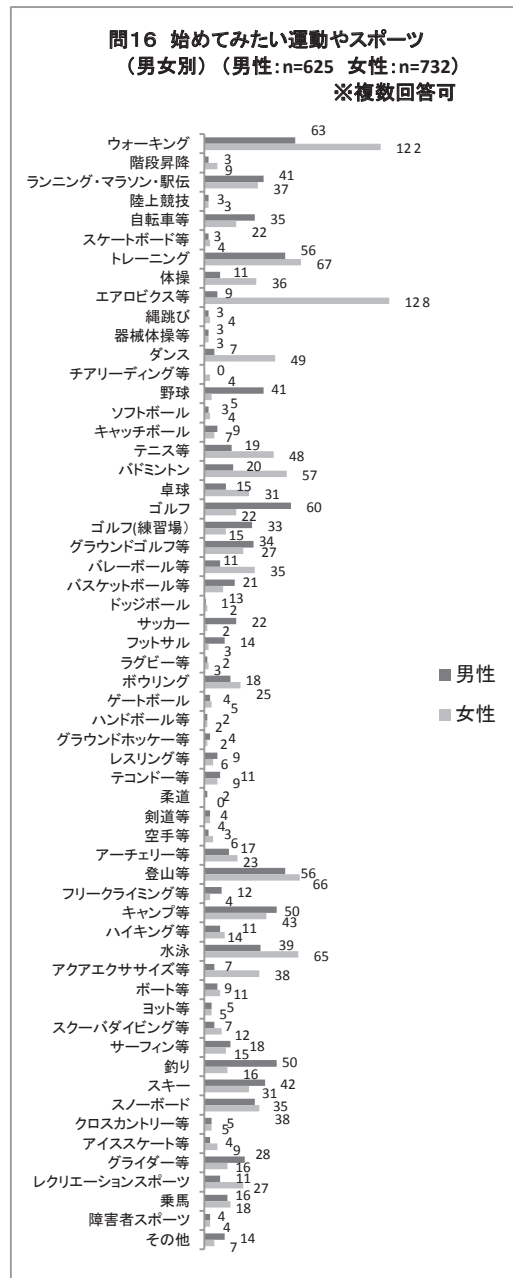
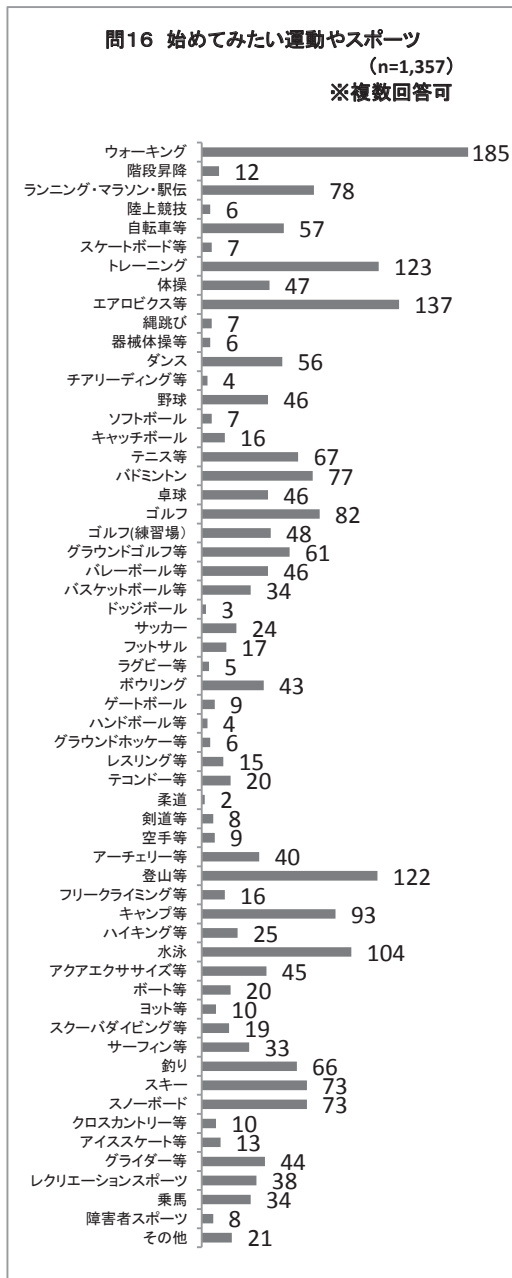
・実施しなかった理由は、「仕事や家事が忙しいから」、「特に理由はない」、「生活や仕事で体を動かしているから」、「面倒くさいから」の順である。

※男女、年齢別の回答割合については、参考資料④(68ページ)参照

(始めてみたい運動やスポーツ)

問 16 今後あなたが始めてみたい運動やスポーツがあればあげてください。(複数回答可)  
(ある場合のみ、2ページの【スポーツ一覧】の番号でお答えください。)

	全体	割合	男性	割合	女性	割合
① ある	1,357 人	39.1%	625 人	36.4%	732 人	41.8%
② ない	2,110 人	60.9%	1,090 人	63.6%	1,020 人	58.2%



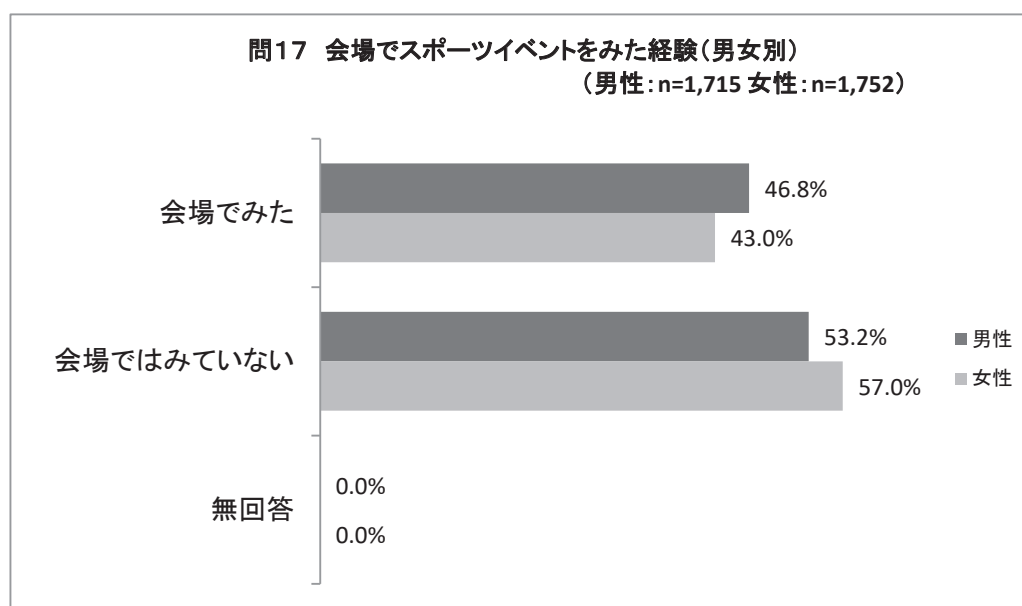
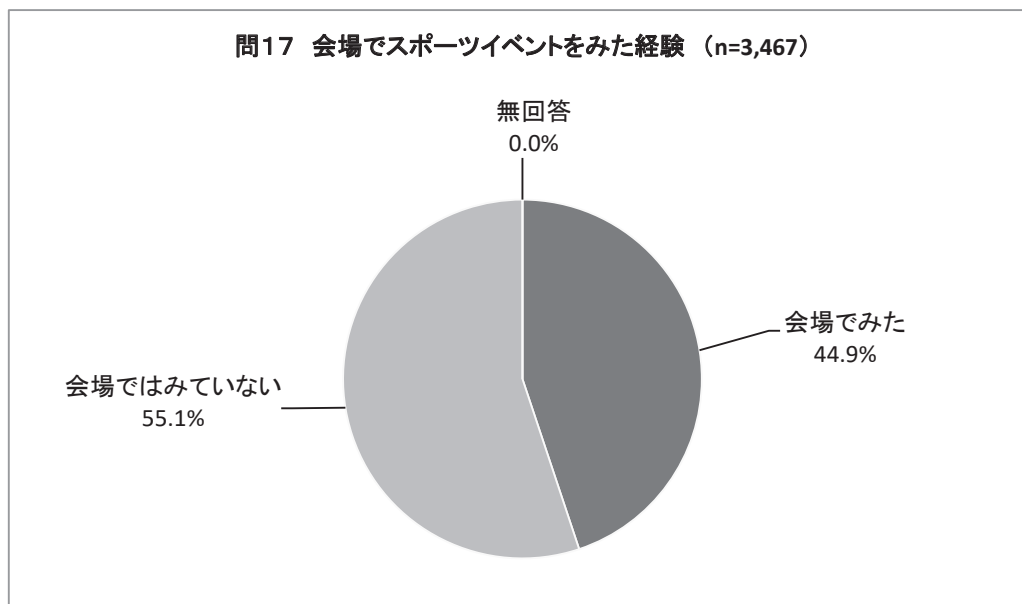
・今後始めてみたい運動やスポーツを具体的に回答した人は39.1%であり、上位5種目は、「ウォーキング」、「エアロビクス等」、「トレーニング」、「登山等」、「水泳」の順である。  
 ・男性の上位5種目は、「ウォーキング」、「ゴルフ」、「トレーニング等」、「登山等」、「キャンプ等・釣り」の順である。・女性の上位5種目は、「エアロビクス等」、「ウォーキング」、「トレーニング」、「登山等」、「水泳」の順である。

## ② スポーツを「みる」ことについて

### (会場でスポーツイベントをみた経験)

問17 この1年間に会場でスポーツイベント(試合、大会、地域や学校の行事など)をみましたか。

	全体	男性	女性
① 会場でみた	1,556 人	802 人	754 人
② 会場ではみていない	1,911 人	913 人	998 人
無回答	0 人	0 人	0 人

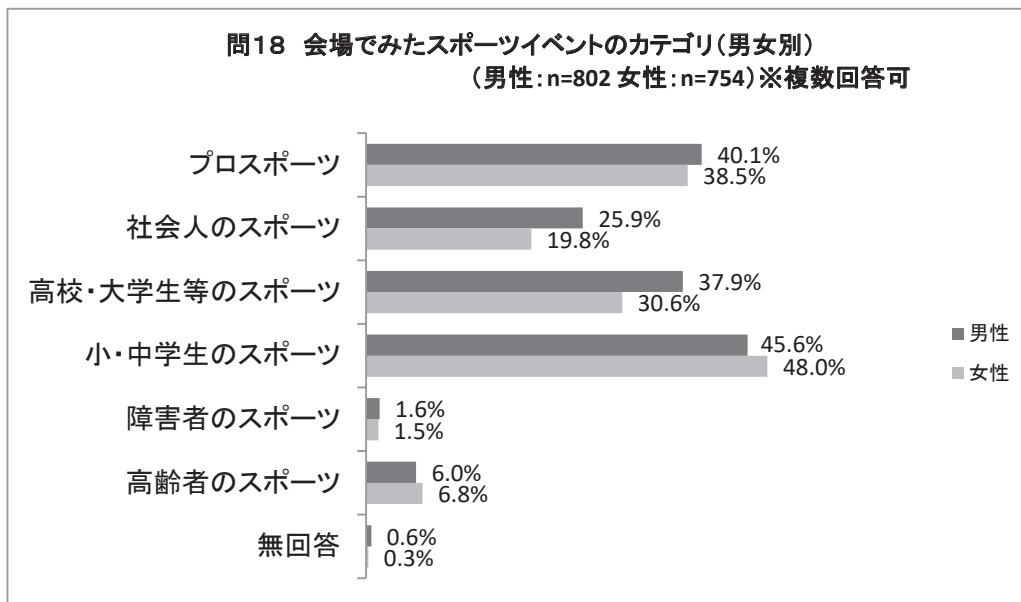
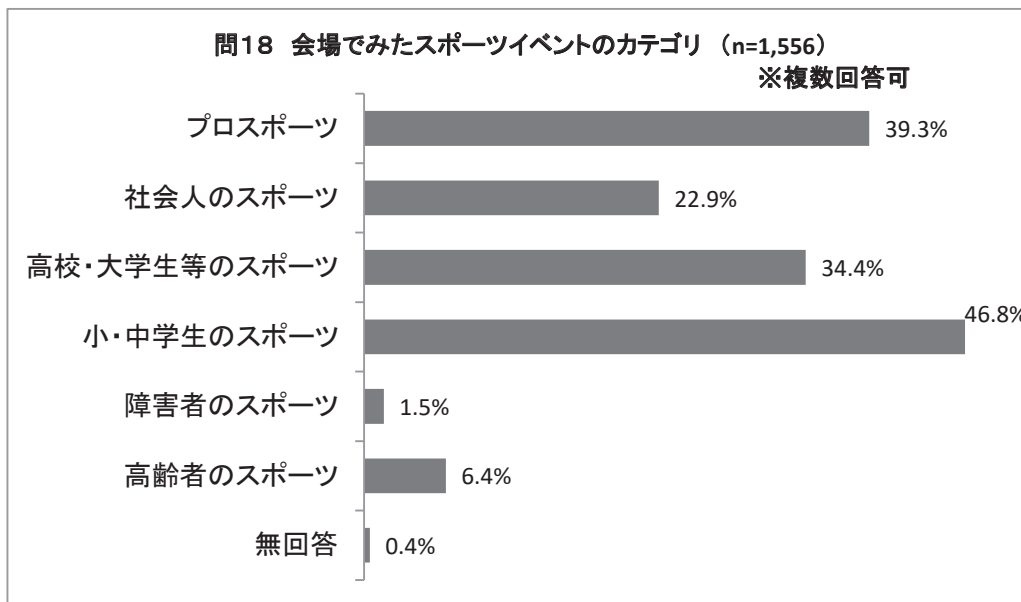


・「会場で見た」と回答した人は44.9%であり、令和6年度の42.2%より、2.7ポイント増加した。

**(会場でみたスポーツイベントのカテゴリ)**

問 18 この1年間に会場でみ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)

	全体	男性	女性
① プロスポーツ	612 人	322 人	290 人
② 社会人のスポーツ	357 人	208 人	149 人
③ 高校・大学生等のスポーツ	535 人	304 人	231 人
④ 小・中学生のスポーツ	728 人	366 人	362 人
⑤ 障害者のスポーツ	24 人	13 人	11 人
⑥ 高齢者のスポーツ	99 人	48 人	51 人
無回答	7 人	5 人	2 人

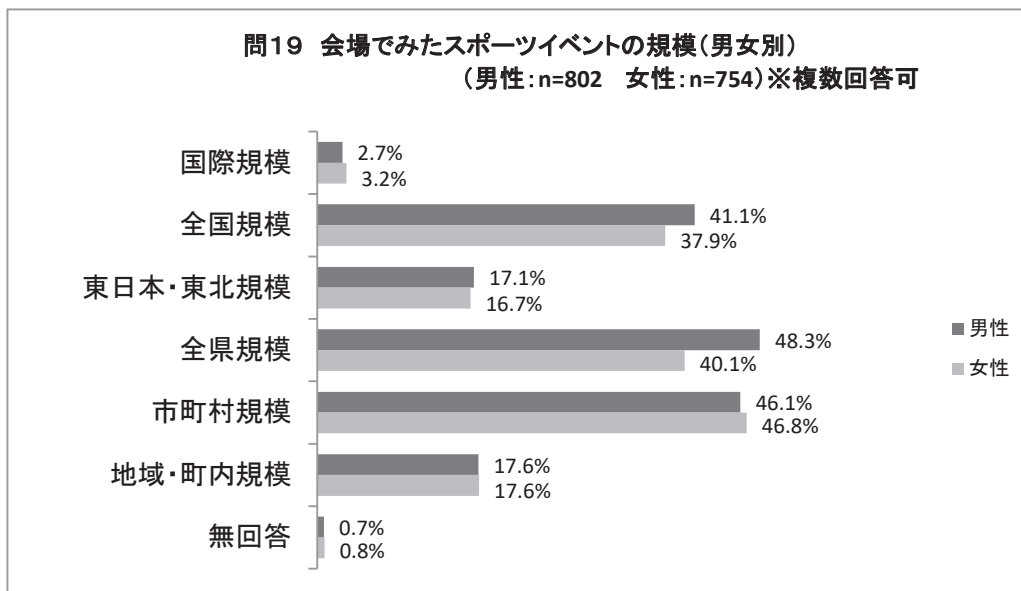
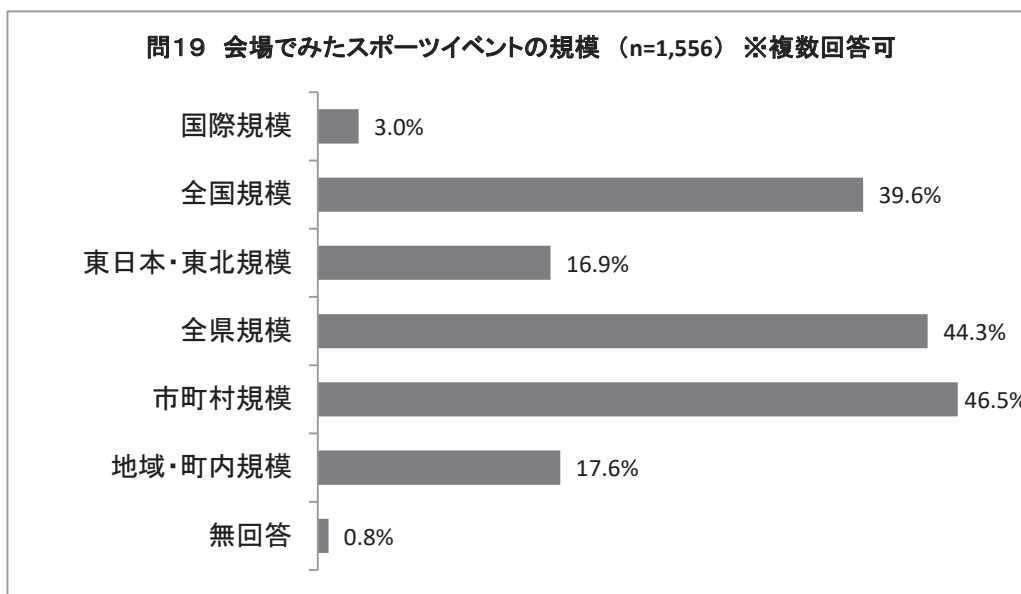


・「プロスポーツ」と回答した人は39.3%であり、令和6年度の41.9%より、2.6ポイント減少した。

**(会場でみたスポーツイベントの規模)**

問 19 この1年間に会場でみ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)

	全体	男性	女性
① 国際規模	46 人	22 人	24 人
② 全国規模	616 人	330 人	286 人
③ 東日本・東北規模	263 人	137 人	126 人
④ 全県規模	689 人	387 人	302 人
⑤ 市町村規模	723 人	370 人	353 人
⑥ 地域・町内規模	274 人	141 人	133 人
無回答	12 人	6 人	6 人

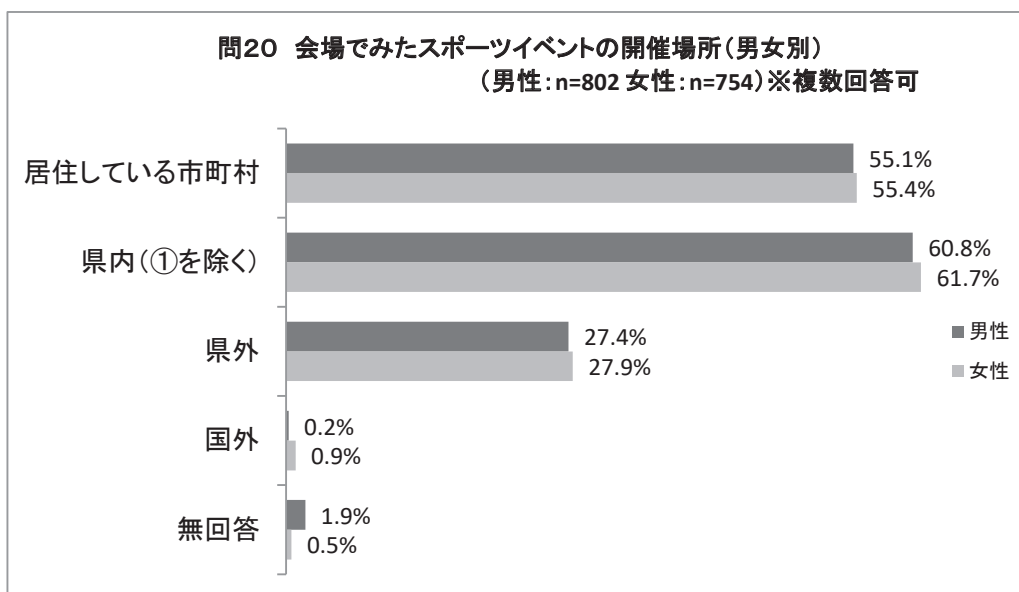
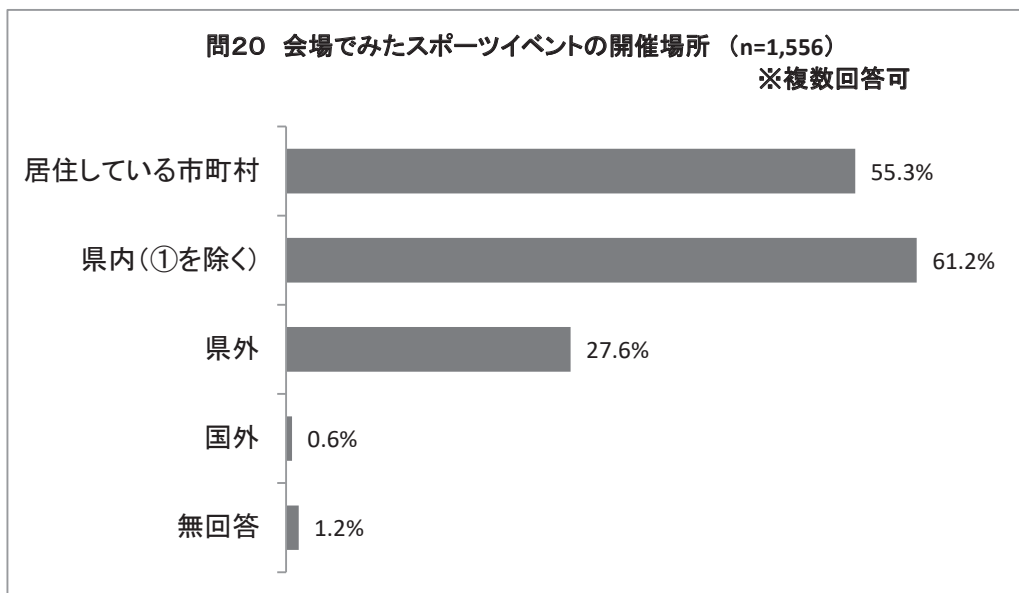


・会場で見たスポーツイベントの規模は、「市町村規模」、「全県規模」、「全国規模」、「地域・町内規模」、「東日本・東北規模」の順である。

**(会場でみたスポーツイベントの開催場所)**

問 20 この1年間に会場でみ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)

	全体	男性	女性
① 居住している市町村	860 人	442 人	418 人
② 県内(①を除く)	953 人	488 人	465 人
③ 県外	430 人	220 人	210 人
④ 国外	9 人	2 人	7 人
無回答	19 人	15 人	4 人

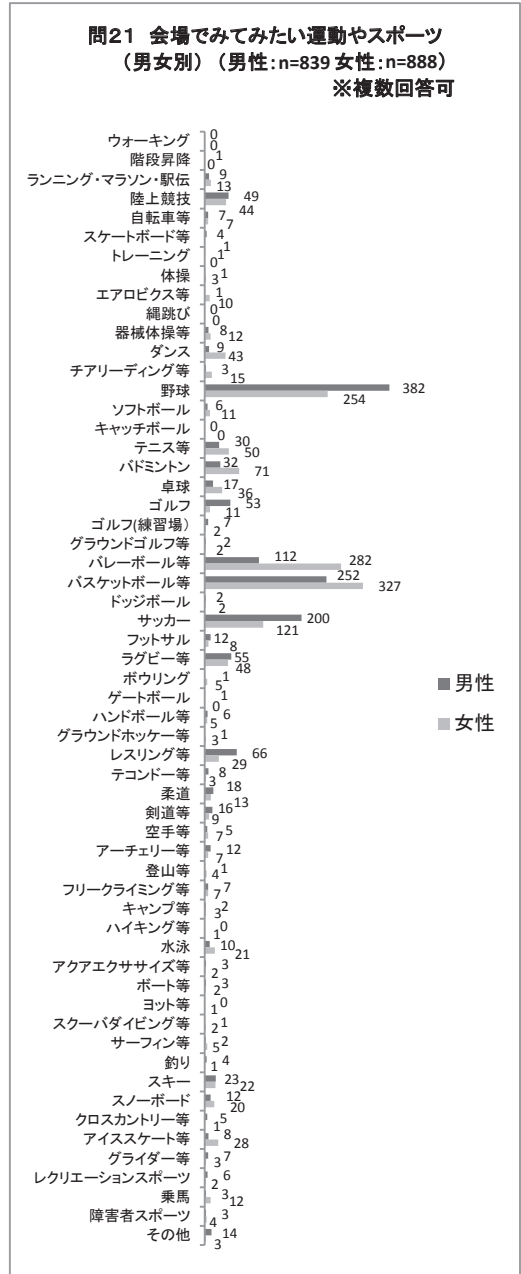
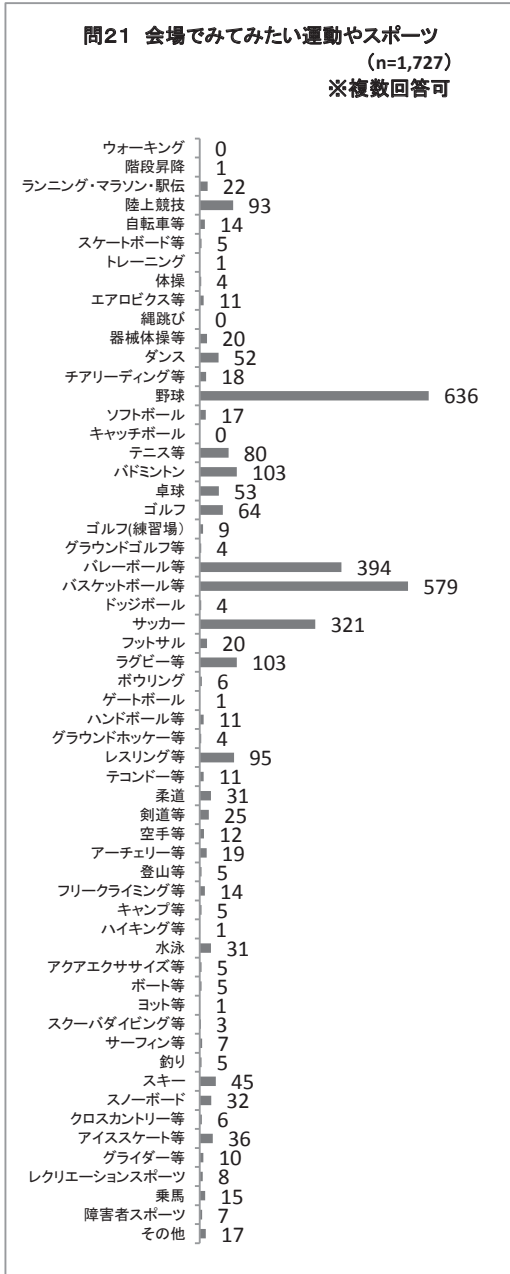


・イベントを見た会場は、「県内(①を除く)」、「居住している市町村」、「県外」の順である。

(会場でみてみたい運動・スポーツ)

問 21 今後あなたが会場でみてみたい運動やスポーツがあればあげてください。(複数回答可)  
(ある場合のみ、2ページの【スポーツ一覧】の記号でお答えください。)

	全体	割合	男性	割合	女性	割合
① ある	1,727 人	49.8%	839 人	48.9%	888 人	50.7%
② ない	1,740 人	50.2%	876 人	51.1%	864 人	49.3%

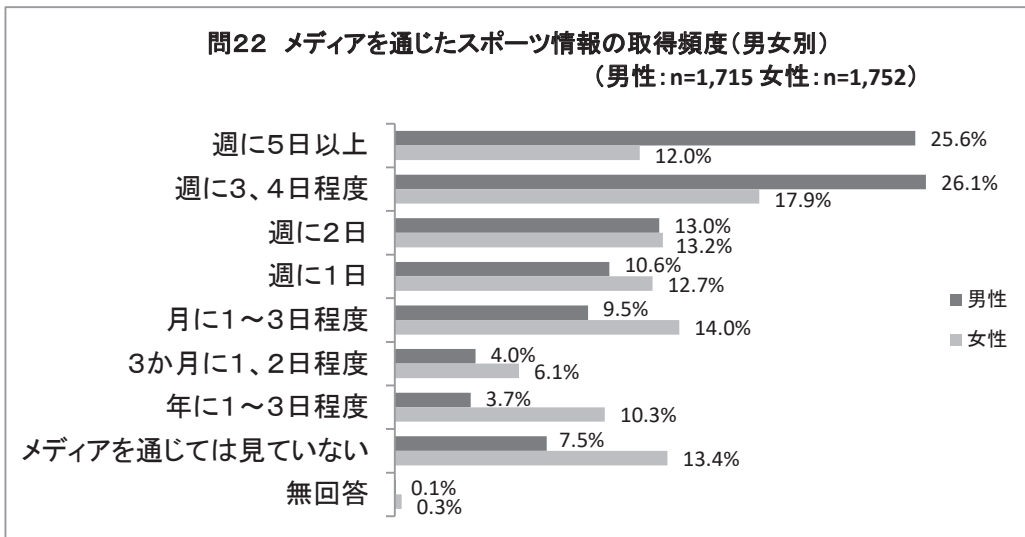
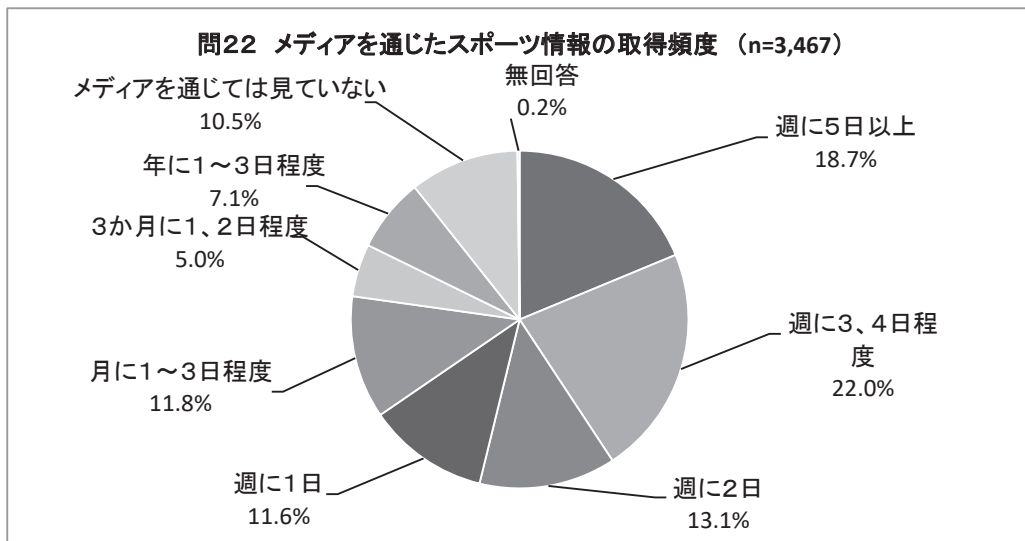


・今後見てみたい運動やスポーツを具体的に回答した人は49.8%であり、上位5種目は、「野球」、「バスケットボール等」、「バレーボール等」、「サッカー」、「バドミントン」及び「ラグビー等」である。

**(メディアを通じたスポーツ情報の取得頻度)**

問 22 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み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。

	全体	男性	女性
① 週に5日以上	650 人	439 人	211 人
② 週に3、4日程度	762 人	448 人	314 人
③ 週に2日	454 人	223 人	231 人
④ 週に1日	403 人	181 人	222 人
⑤ 月に1～3日程度	408 人	163 人	245 人
⑥ 3か月に1、2日程度	175 人	68 人	107 人
⑦ 年に1～3日程度	245 人	64 人	181 人
⑧ メディアを通じては見えていない	363 人	128 人	235 人
無回答	7 人	1 人	6 人



・メディアを通じて「週に1日以上」の頻度でスポーツ情報にふれた人は、65.4%で令和6年度の66.2%より0.8ポイント減少した。

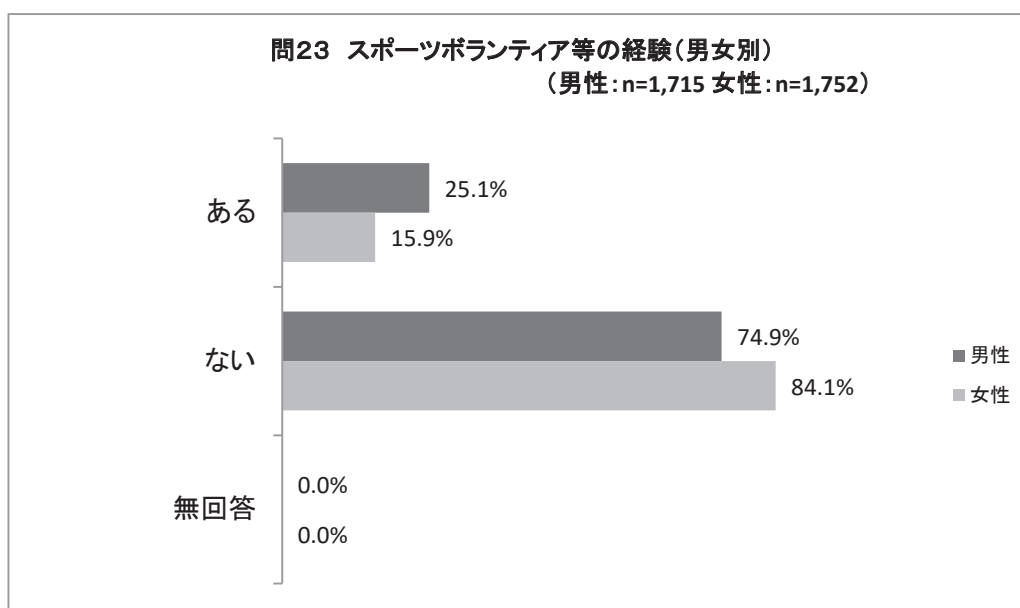
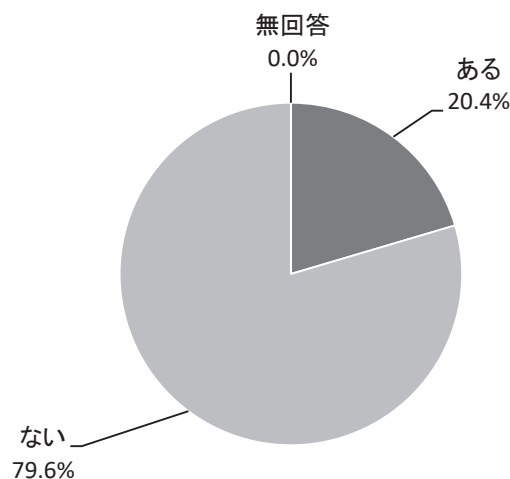
### ③ スポーツを「ささえる」ことについて

#### (スポーツボランティア等の経験)

問 23 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。

	全体	男性	女性
① ある	708 人	430 人	278 人
② ない	2,759 人	1,285 人	1,474 人
無回答	0 人	0 人	0 人

問23 スポーツボランティア等の経験(n=3,467)

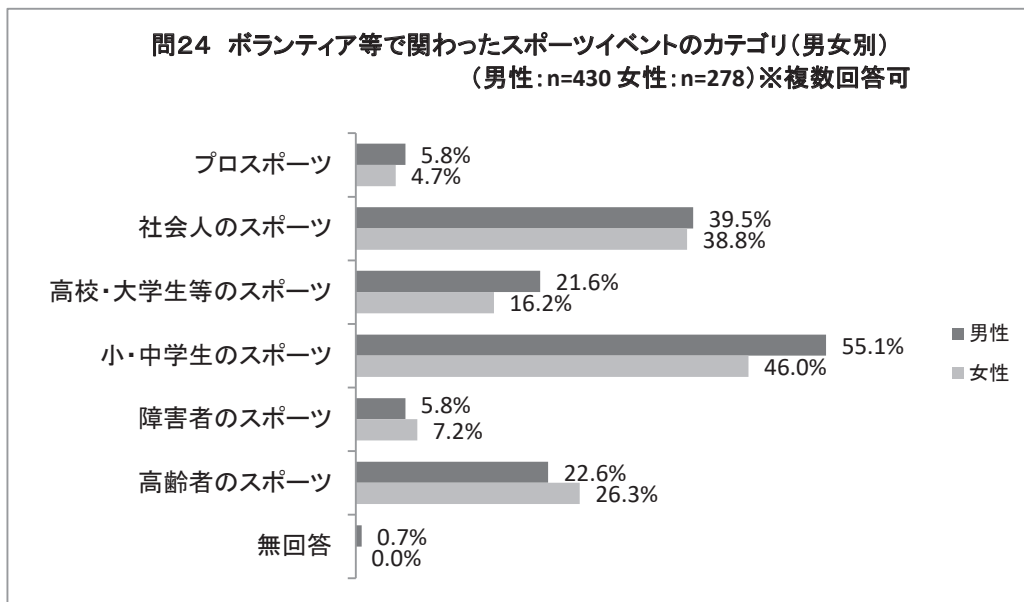
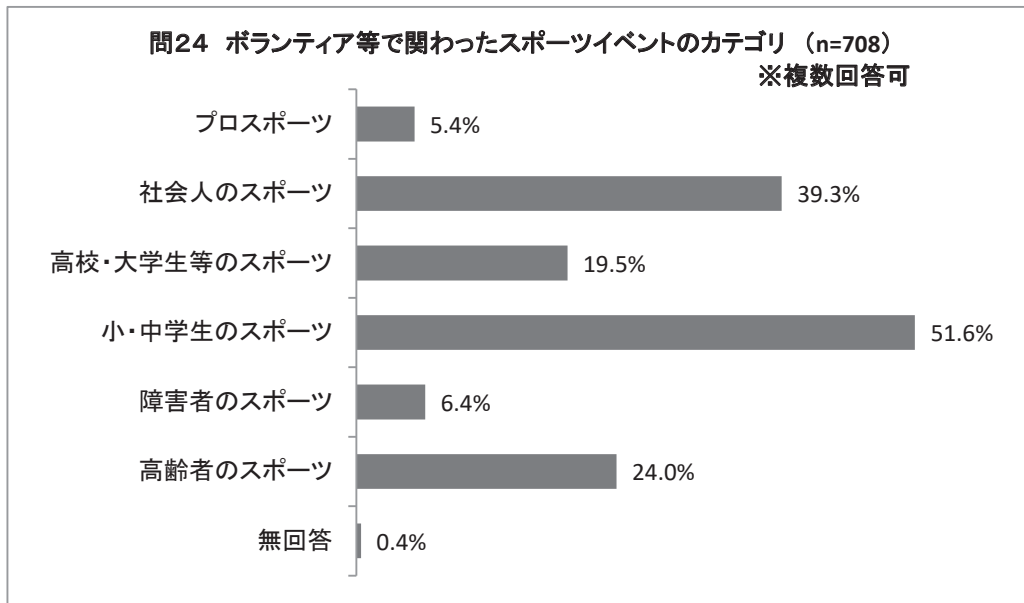


・過去1年以内にスポーツボランティアを経験した人は20.4%であり、令和6年度の19.4%より1.0ポイント増加した。

**(ボランティア等に関わったスポーツイベントのカテゴリ)**

問 24 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)

	全体	男性	女性
① プロスポーツ	38 人	25 人	13 人
② 社会人のスポーツ	278 人	170 人	108 人
③ 高校・大学生等のスポーツ	138 人	93 人	45 人
④ 小・中学生のスポーツ	365 人	237 人	128 人
⑤ 障害者のスポーツ	45 人	25 人	20 人
⑥ 高齢者のスポーツ	170 人	97 人	73 人
無回答	3 人	3 人	0 人

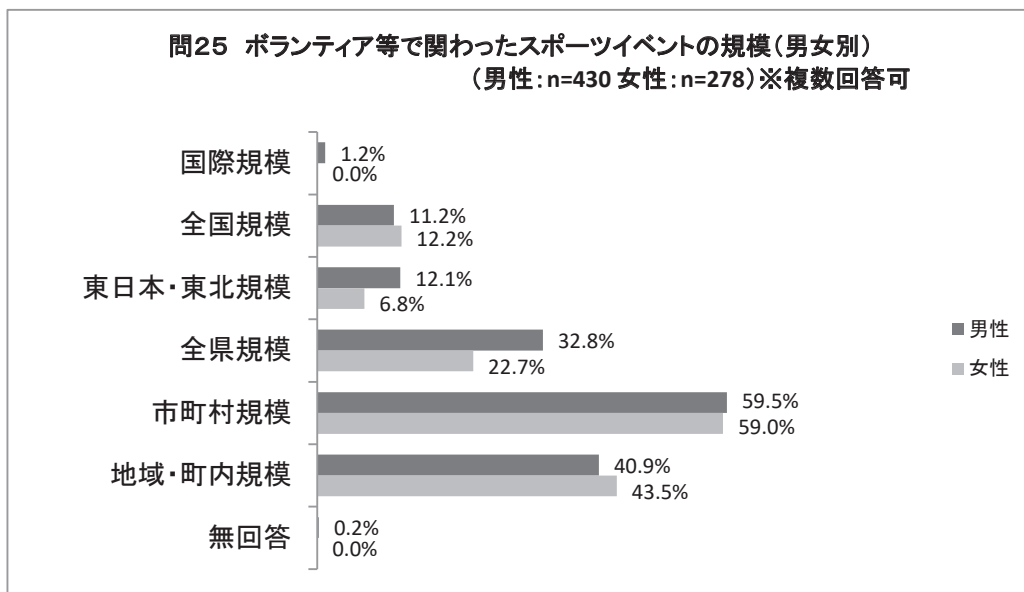
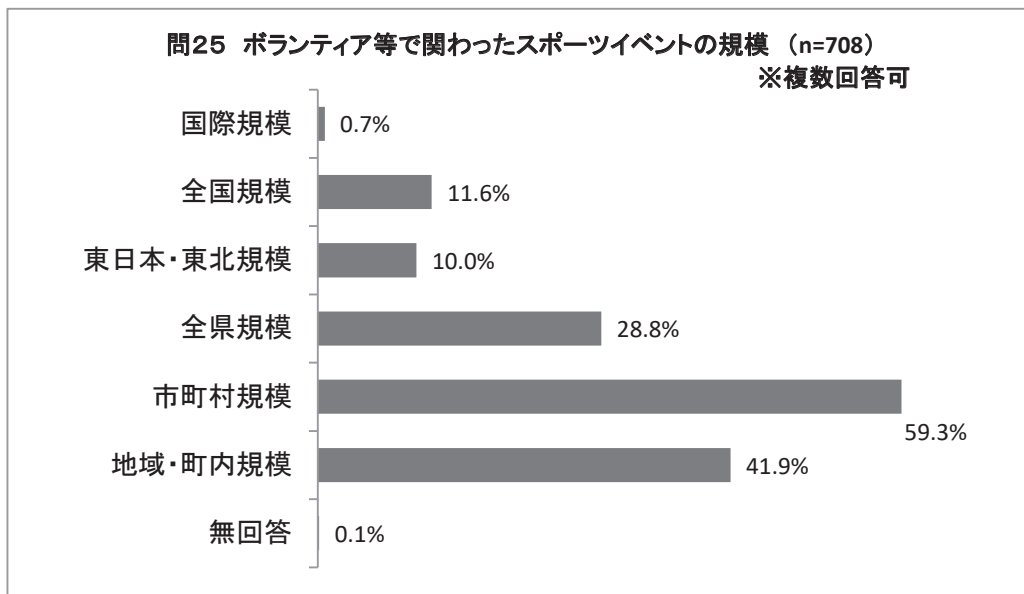


・過去1年以内にスポーツボランティアを経験した人が関わったスポーツイベントのカテゴリは、「小・中学生のスポーツ」、「社会人のスポーツ」、「高齢者のスポーツ」の順である。

**(ボランティア等に関わったスポーツイベントの規模)**

問 25 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)

	全体	男性	女性
① 国際規模	5 人	5 人	0 人
② 全国規模	82 人	48 人	34 人
③ 東日本・東北規模	71 人	52 人	19 人
④ 全県規模	204 人	141 人	63 人
⑤ 市町村規模	420 人	256 人	164 人
⑥ 地域・町内規模	297 人	176 人	121 人
無回答	1 人	1 人	0 人

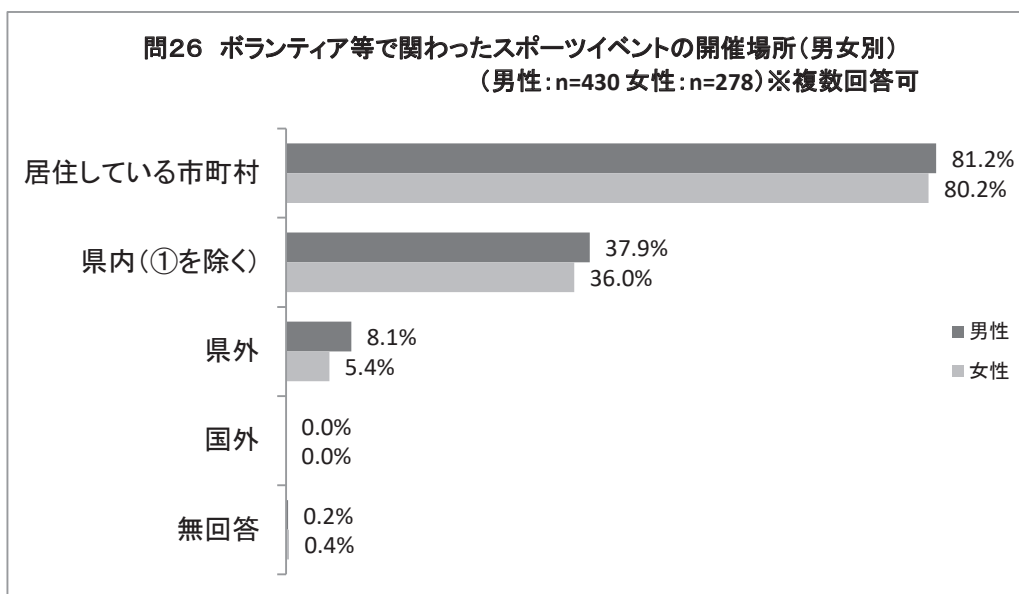
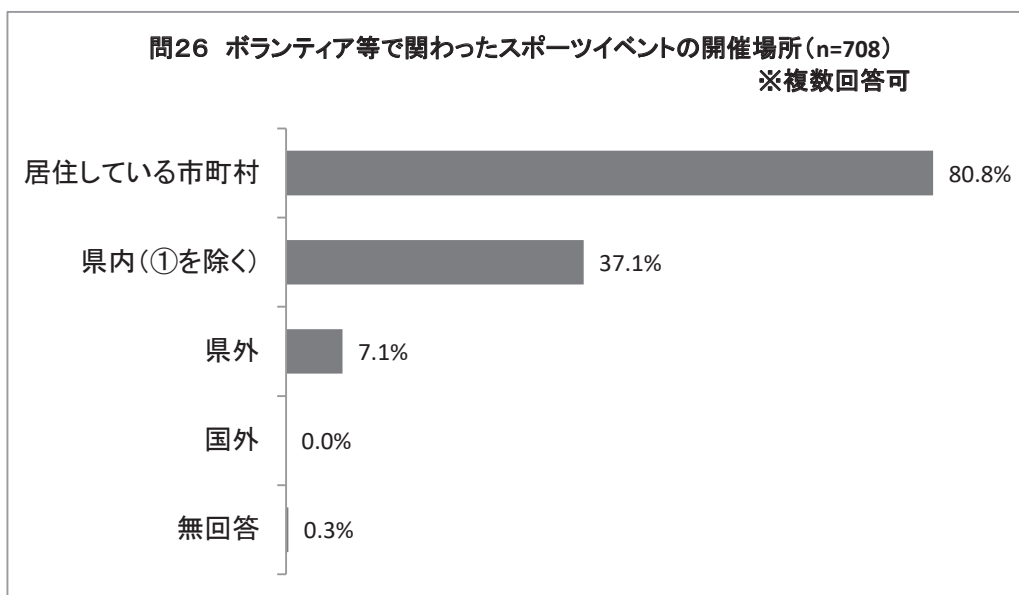


・過去1年以内にスポーツボランティアを経験した人が関わったスポーツイベントの規模は、「市町村規模」、「地域・町内規模」が多い。

**(ボランティア等に関わったスポーツイベントの開催場所)**

問 26 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)

	全体	男性	女性
① 居住している市町村	572 人	349 人	223 人
② 県内(①を除く)	263 人	163 人	100 人
③ 県外	50 人	35 人	15 人
④ 国外	0 人	0 人	0 人
無回答	2 人	1 人	1 人

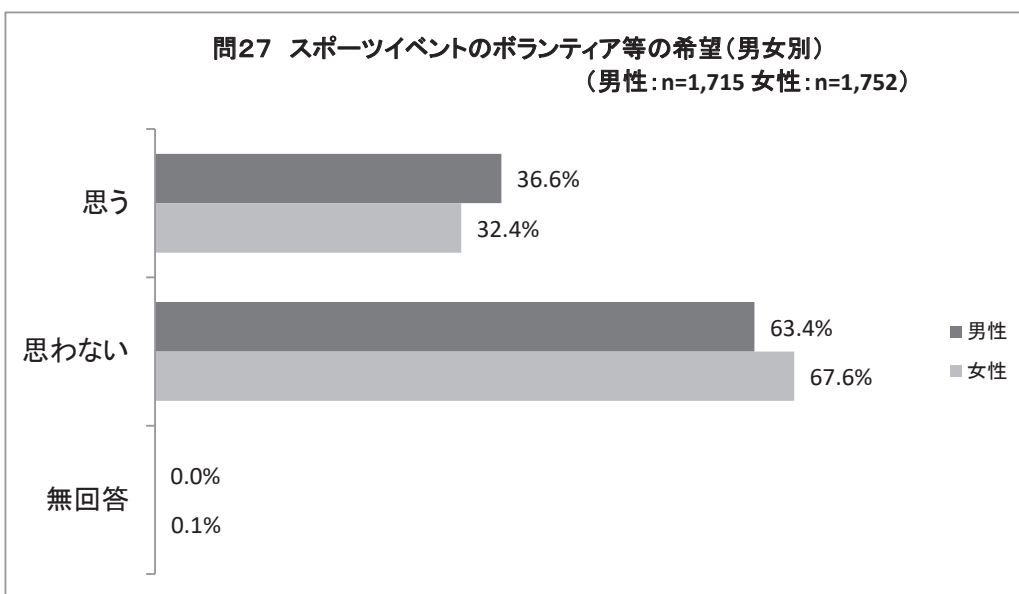
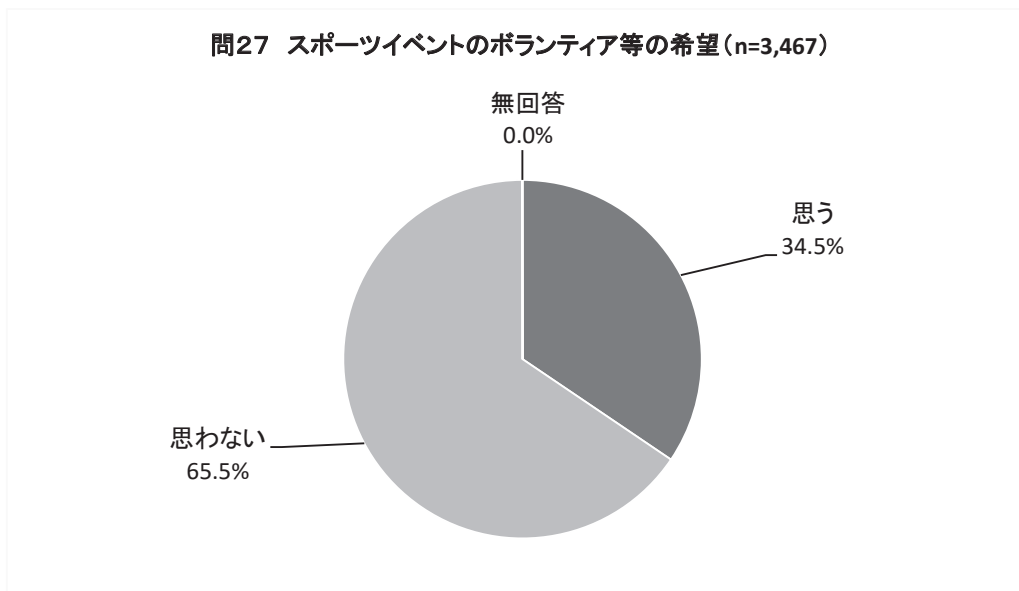


・過去1年以内にスポーツボランティアを経験した人が関わったスポーツイベントの開催場所は、「居住している市町村」や「県内(①を除く)」がほとんどである。

**(スポーツイベントのボランティア等の希望)**

問 27 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。

	全体	男性	女性
① 思う	1,195 人	628 人	567 人
② 思わない	2,271 人	1,087 人	1,184 人
無回答	1 人	0 人	1 人

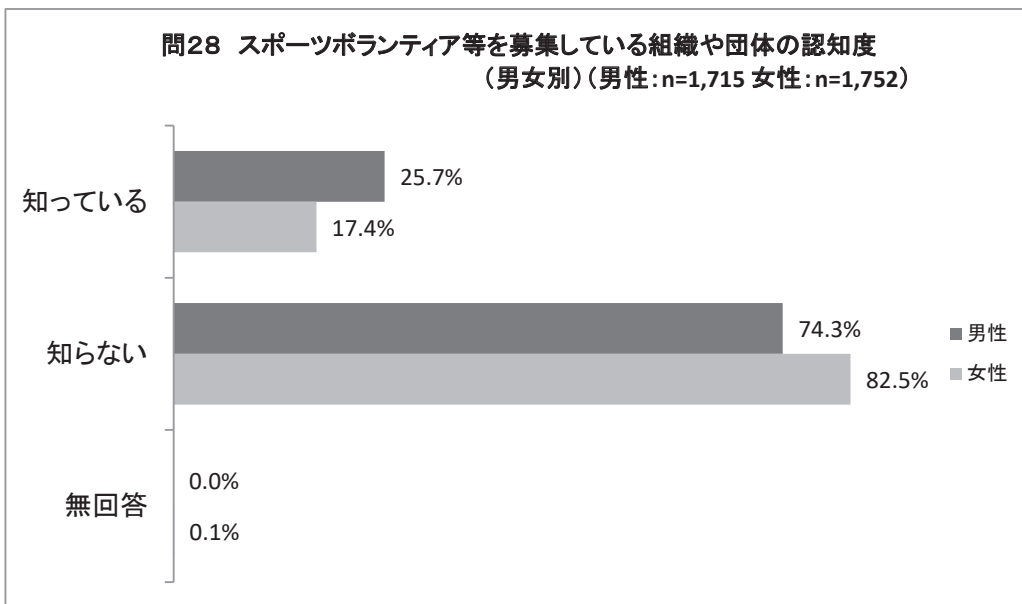
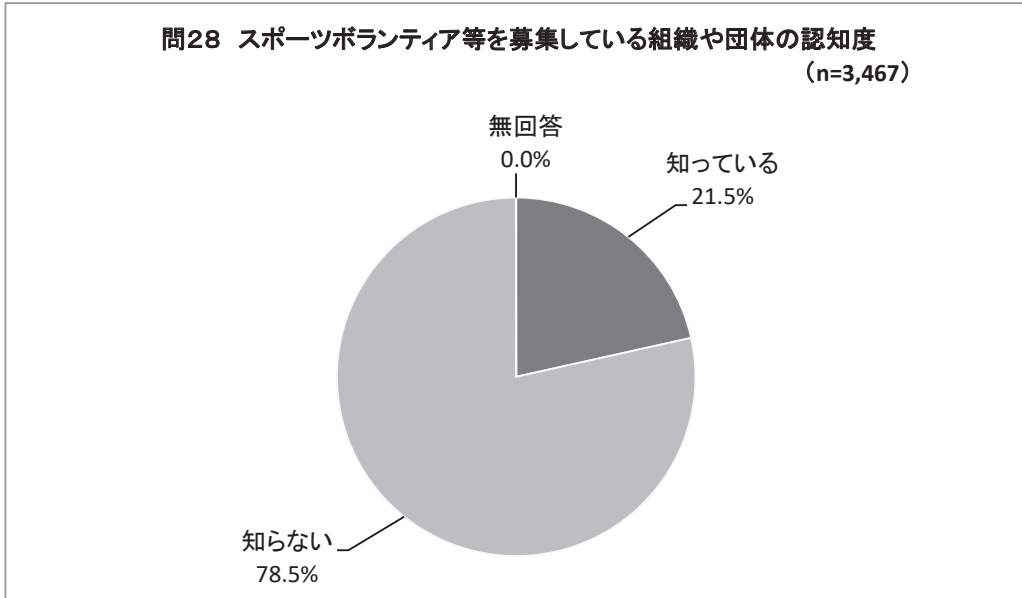


・今後、ボランティア等をしてみたいと思う人は34.5%であり、過去1年以内にスポーツボランティアを経験した人の割合の20.4%より、14.1ポイント多い。

**(スポーツボランティア等を募集している組織や団体の認知度)**

問 28 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。

	全体	男性	女性
① 知っている	746 人	441 人	305 人
② 知らない	2,720 人	1,274 人	1,446 人
無回答	1 人	0 人	1 人



・ボランティア組織の認知度は年度による若干の変動があるものの、平成25年度の調査開始以来ほぼ横ばいの水準で推移している。

#### ④ 運動・スポーツ全般について

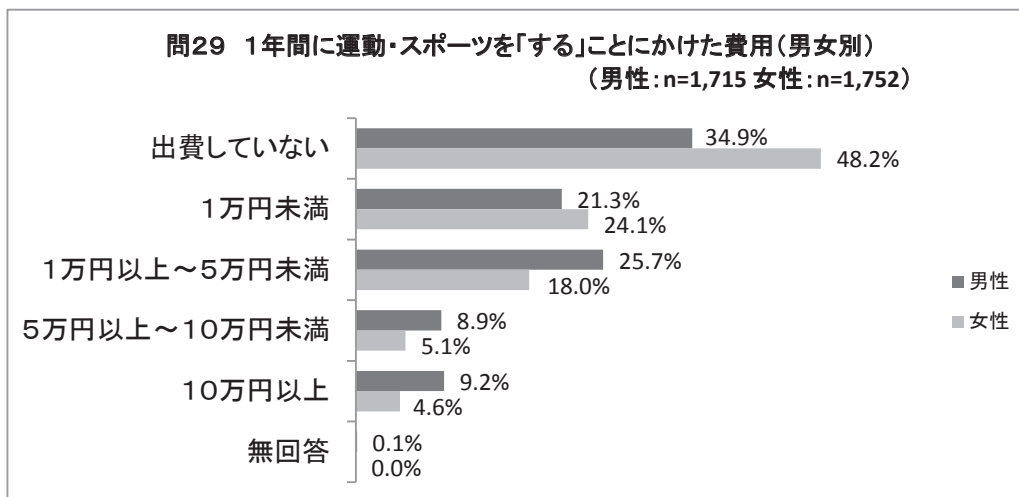
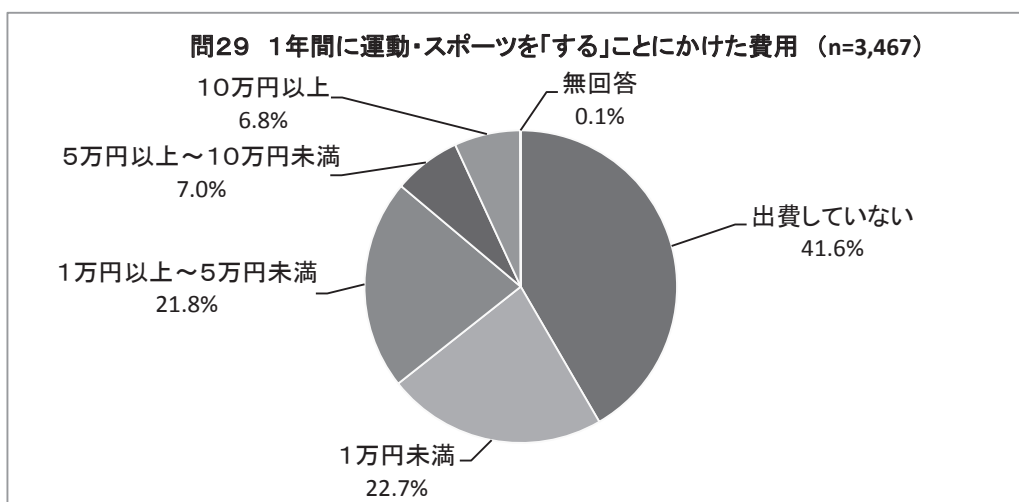
(問29～問31の「出費」には次のようなものが考えられます。)

【例】会費・月謝、交通・宿泊費、用具・ウェア代、チケット代・利用料・参加料等

#### (1年間に運動・スポーツを「する」ことにかけた費用)

問29 この1年間に、運動・スポーツを「する」ことにどれくらい出費しましたか。

	全体	男性	女性
① 出費していない	1,443 人	598 人	845 人
② 1万円未満	788 人	366 人	422 人
③ 1万円以上～5万円未満	755 人	440 人	315 人
④ 5万円以上～10万円未満	242 人	152 人	90 人
⑤ 10万円以上	237 人	157 人	80 人
無回答	2 人	2 人	0 人



・スポーツを「する」ことに出費した人は58.3%で、令和6年度の57.6%より0.7ポイント増加した。

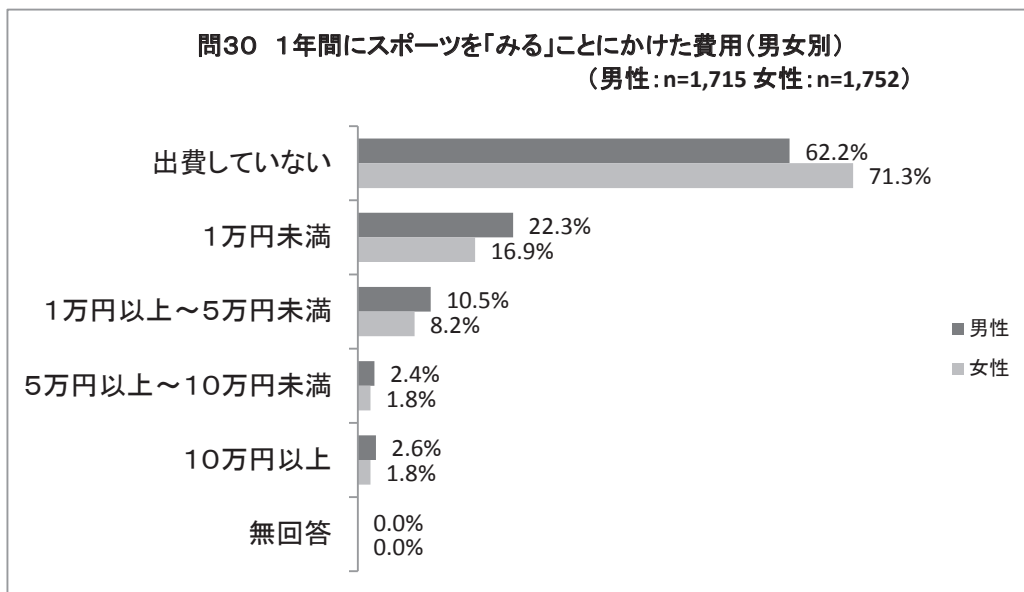
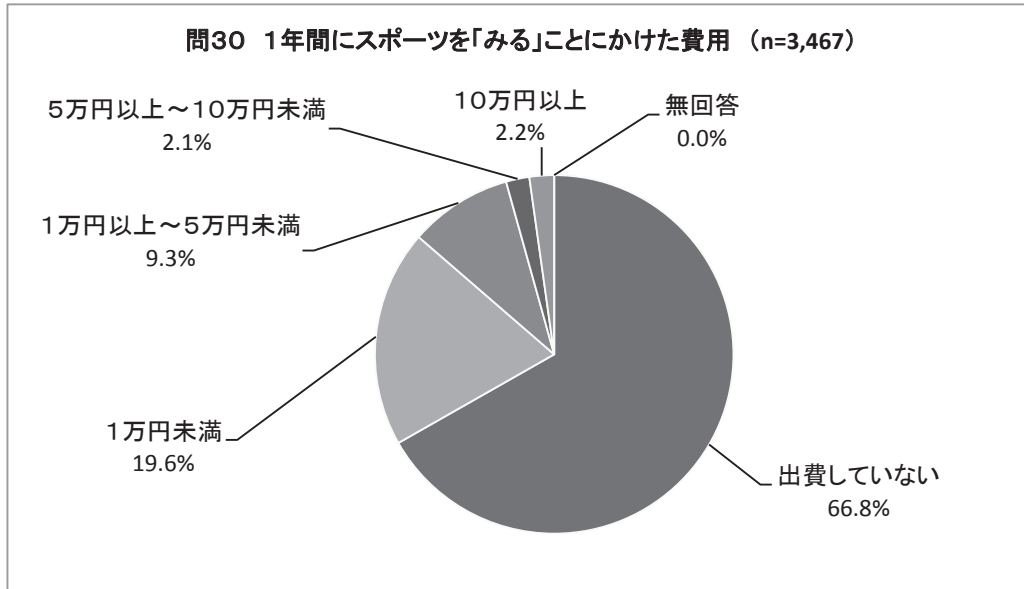
・運動・スポーツを「する」ことに出費した男性は65.1%、女性は51.8%である。

※男女、年齢別の回答割合については、参考資料⑤(69ページ)参照

**(1年間にスポーツを「みる」ことにかけた費用)**

問 30 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。

	全体	男性	女性
① 出費していない	2,315 人	1,066 人	1,249 人
② 1万円未満	679 人	383 人	296 人
③ 1万円以上～5万円未満	323 人	180 人	143 人
④ 5万円以上～10万円未満	73 人	41 人	32 人
⑤ 10万円以上	77 人	45 人	32 人
無回答	0 人	0 人	0 人



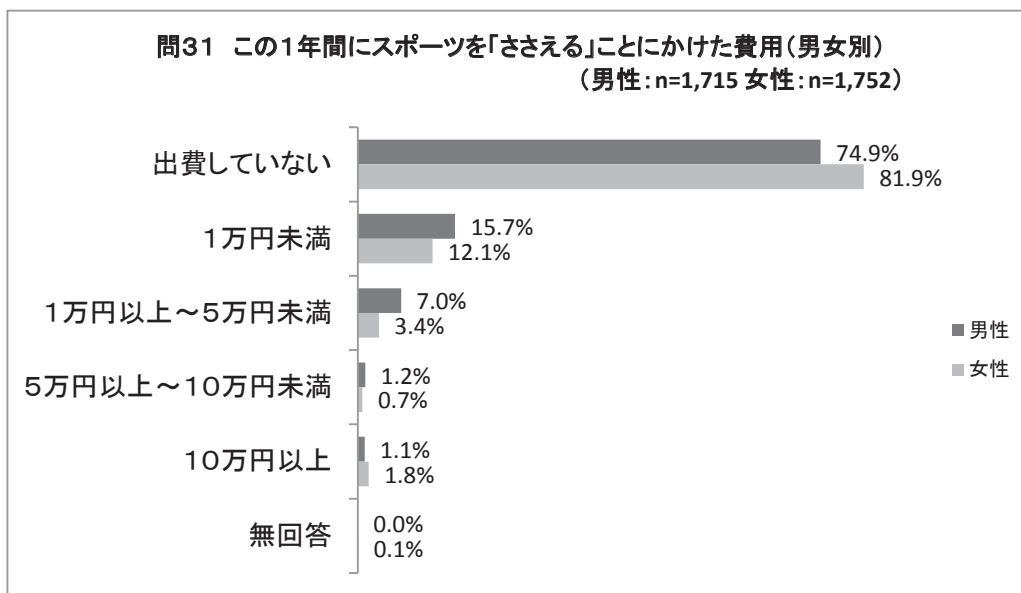
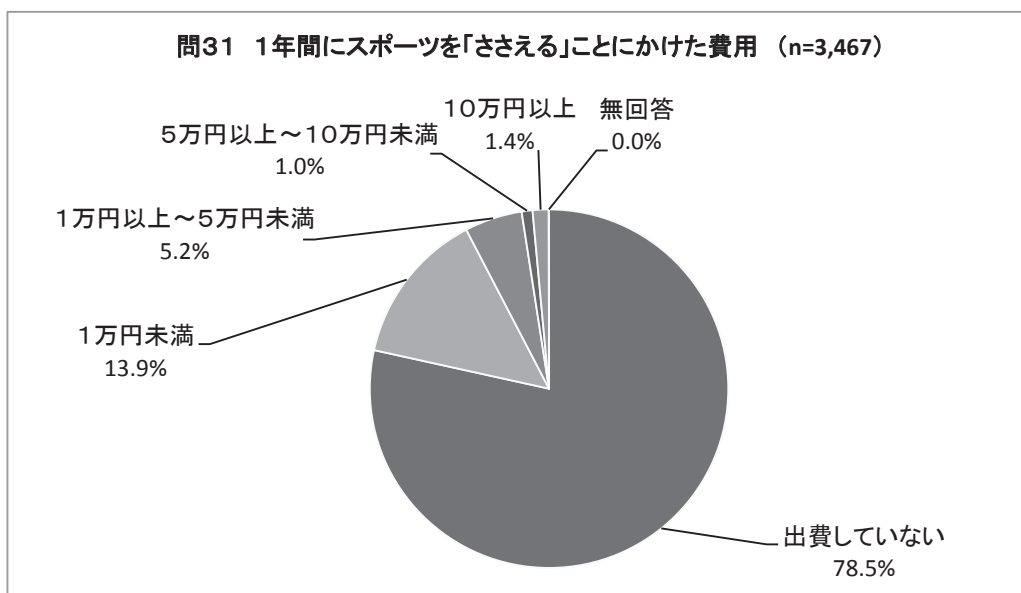
・スポーツを「みる」ことに出費した人は33.2%で、令和6年度の31.4%より1.8ポイント増加した。  
 ・スポーツを「みる」ことに出費した男性は37.8%、女性は28.7%である。

※男女、年齢別の回答割合については、参考資料⑥(70ページ)参照

**(1年間にスポーツを「ささえる」ことにかけた費用)**

問31 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。(大会出場のための寄付や募金なども含みます。)

	全体	男性	女性
① 出費していない	2,720 人	1,285 人	1,435 人
② 1万円未満	482 人	270 人	212 人
③ 1万円以上～5万円未満	180 人	120 人	60 人
④ 5万円以上～10万円未満	34 人	21 人	13 人
⑤ 10万円以上	50 人	19 人	31 人
無回答	1 人	0 人	1 人



・運動・スポーツを「ささえる」ことに出費した人は21.5%で、令和6年度の18.8%であり、2.7ポイント増加した。

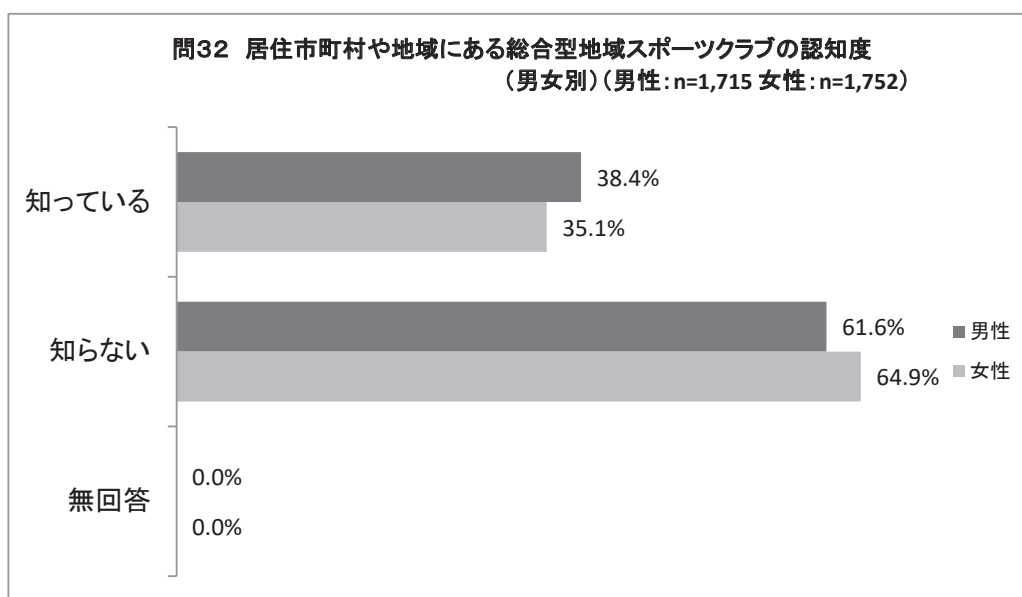
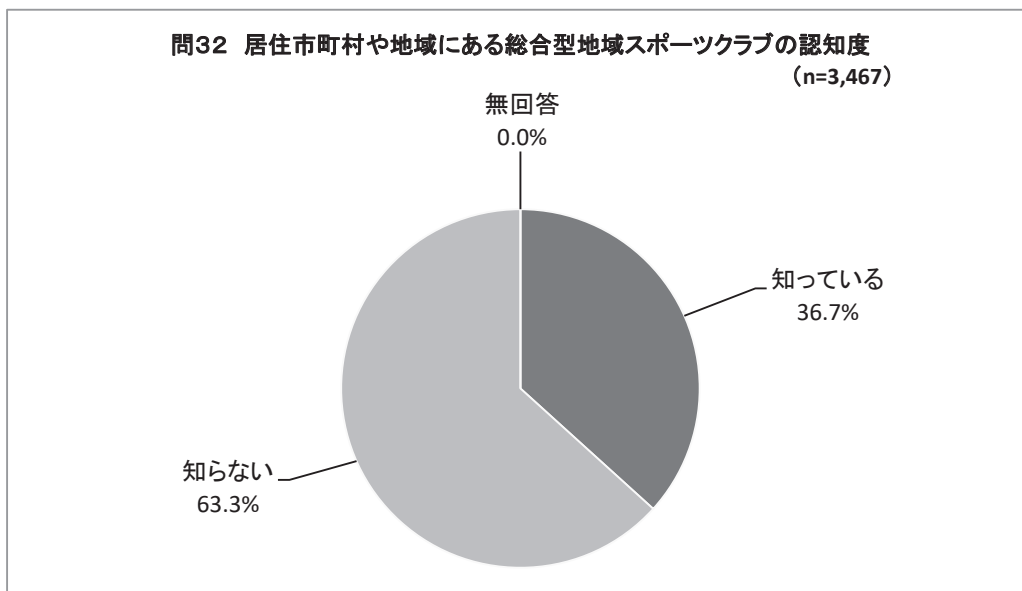
・運動・スポーツを「ささえる」ことに出費した男性は25.1%、女性は18.1%である。

※男女、年齢別の回答割合については、参考資料⑦(71ページ)参照

**(居住市町村の総合型地域スポーツクラブの認知度)**

問 32 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。

	全体	男性	女性
① 知っている	1,273 人	658 人	615 人
② 知らない	2,194 人	1,057 人	1,137 人
無回答	0 人	0 人	0 人

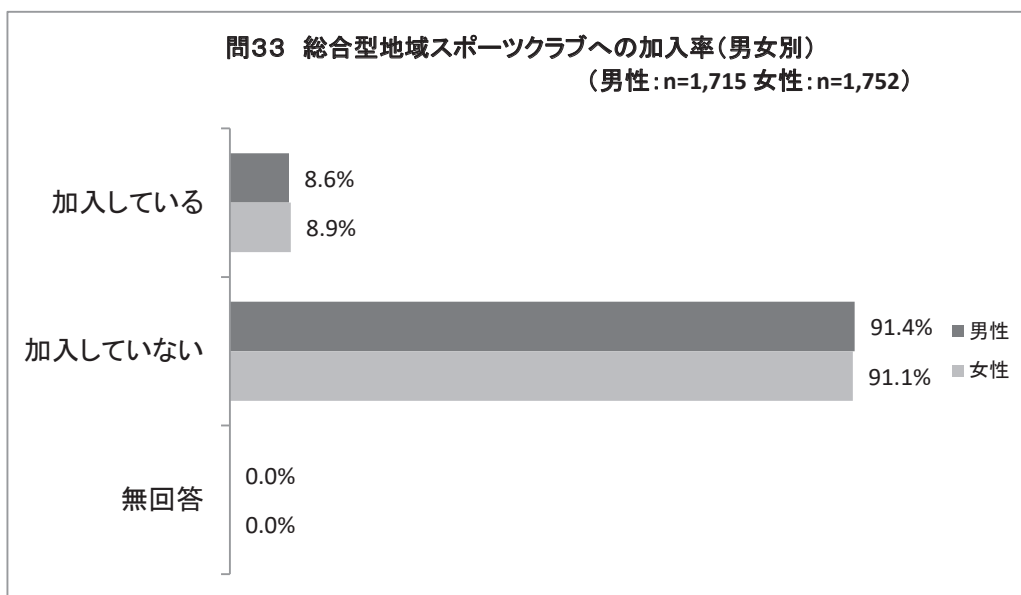
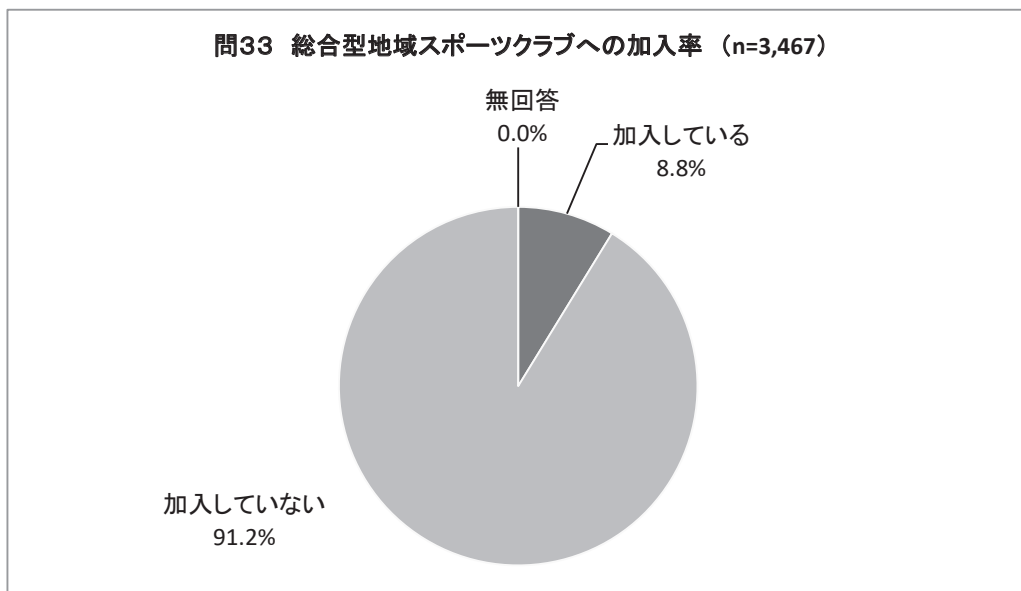


・居住市町村や地域にある総合型地域スポーツクラブの認知度は36.7%であり、令和6年度の37.8%より1.1ポイント減少した。

**(総合型地域スポーツクラブへの加入率)**

問 33 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。

	全体	男性	女性
① 加入している	304 人	148 人	156 人
② 加入していない	3,163 人	1,567 人	1,596 人
無回答	0 人	0 人	0 人



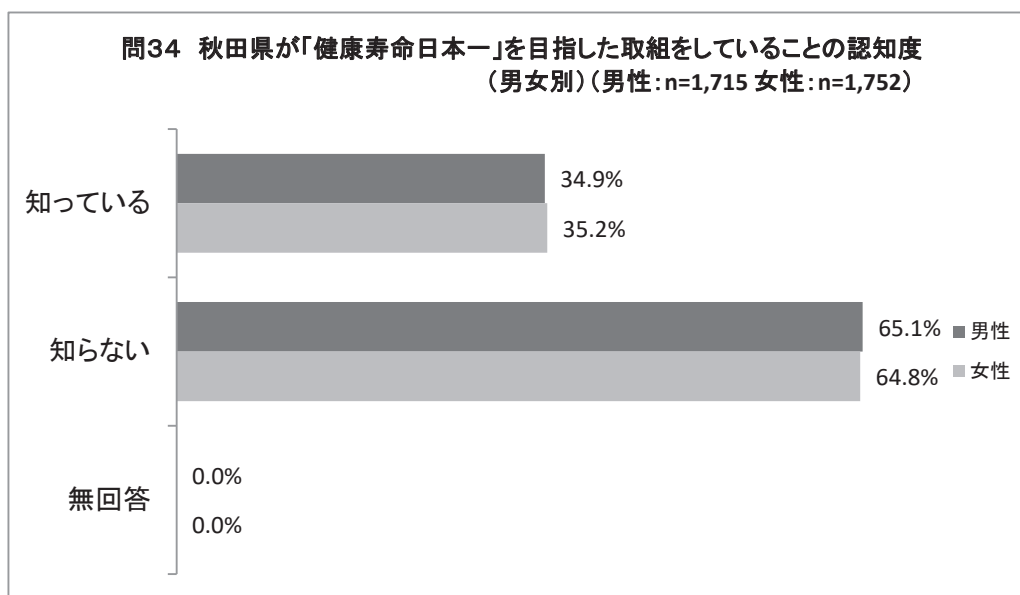
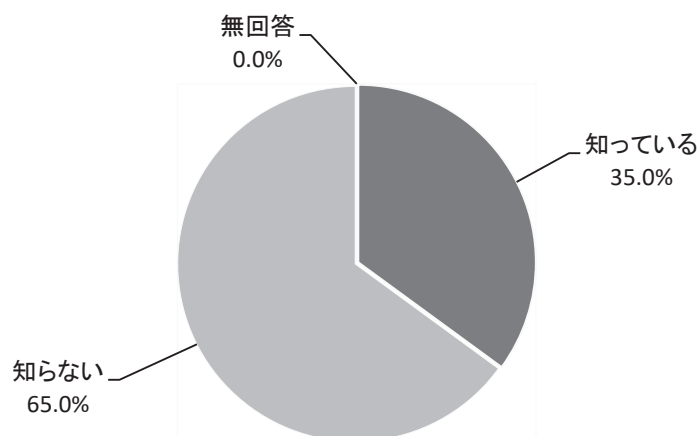
・総合型地域スポーツクラブへの加入率は8.8%であり、令和6年度の10.8%より2ポイント減少した。

**(秋田県が「健康寿命日本一」を目指した取組をしていることの認知度)**

問34 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。

	全体	男性	女性
① 知っている	1,215 人	599 人	616 人
② 知らない	2,252 人	1,116 人	1,136 人
無回答	0 人	0 人	0 人

**問34 秋田県が「健康寿命日本一」を目指した取組をしていることの認知度 (n=3,467)**

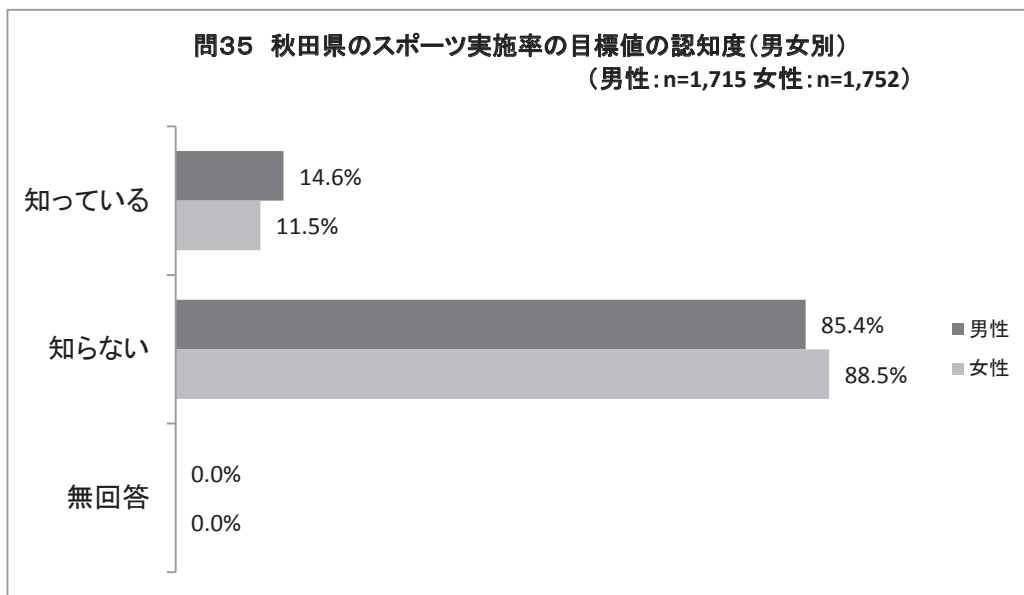
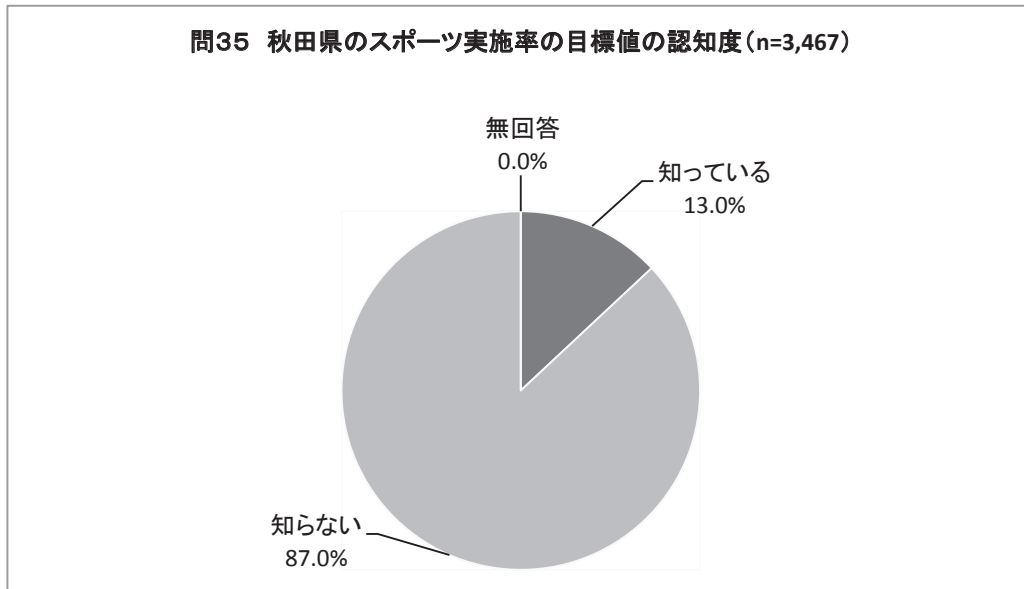


・秋田県の「健康寿命日本一」を目指した取組の認知度は35.0%であり、令和6年度の34.7%より0.3ポイント増加した。

**(秋田県のスポーツ実施率の目標値の認知度)**

問 35 秋田県が「成人の週1日以上スポーツ実施率が70%程度となること」を目指していることを知っていますか。

	全体	男性	女性
① 知っている	452 人	251 人	201 人
② 知らない	3,015 人	1,464 人	1,551 人
無回答	0 人	0 人	0 人



・秋田県が「成人の週1日以上スポーツ実施率が70%程度となること」を目指していることの認知度は13.0%であり、令和6年度の13.6%より0.6ポイント減少した。

### (秋田県のスポーツの現状についての自由記述)

問 36 秋田県のスポーツの現状について感じていることがある場合は、該当する番号と御意見をお書きください。

	全体	男性	女性
① プロスポーツについて	131 件	84 件	47 件
② 社会人のスポーツについて	48 件	26 件	22 件
③ 大学生等のスポーツについて	4 件	3 件	1 件
④ 高校生のスポーツについて	105 件	67 件	38 件
⑤ 中学生のスポーツについて	107 件	62 件	45 件
⑥ スポーツ少年団について	109 件	57 件	52 件
⑦ 障害者のスポーツについて	13 件	6 件	7 件
⑧ 高齢者のスポーツについて	34 件	12 件	22 件
⑨ その他	47 件	22 件	25 件
合計	598 件	339 件	259 件

番号	御意見(複数の御意見がある場合は箇条書きにしてください。)

・秋田県のスポーツの現状についての意見の件数は、延べ598件であり、令和6年度の500件より98件増加した。  
・意見を多く頂いたカテゴリーは、「プロスポーツについて」、「スポーツ少年団について」、「中学生のスポーツについて」の順であった。

## ① プロスポーツについて

(93名)

- ◇もっと県内で開催してもらいたい。
- ◇スポーツ施設設置を検討する場合は、スムーズに駐車できる場所をお願いしたい。
- ◇ブラウブリッツの新スタジアム早期建設。
- ◇プロサッカーチームを呼べる施設を作ってほしい。
- ◇県立体育館新設について、全国に誇れる施設にしてもらいたい。
- ◇サッカースタジアム建設を巡るいざこざに対し、住民の意見を整理し丁寧に行ってほしい。
- ◇有名な選手がいれば観戦に行きたいと思う。
- ◇もっと経費をかけるべきだ。
- ◇新スタジアムを子供達の夢のために作ってほしい。
- ◇競技人口が少なく、幼少期からのベースが作りづらいので、プロで活躍出来る人材が育たない。
- ◇プロ野球をもっと観戦したい。年中開催するドーム球場の建設。
- ◇プロスポーツに県や市の補助金は不要。
- ◇プロ野球はいろんな球団に来てもらいたい。
- ◇サッカー、バスケの観戦来場者が少ない。
- ◇ユーチューブ等で生配信してほしい。
- ◇プロスポーツが栄え、それを観戦する事は、子供達の目標となり得ると思う。
- ◇もっと県民にプロスポーツチームのことを知ってほしい。

- ◇公費負担はしないでほしい。
- ◇ブラウブリッツのスタジアム建設には税金を使うべきではない。スタジアム基準はJリーグ（民間）基準で、本来自前で建設すべきだと思う。
- ◇県内選手が活躍してほしい。
- ◇上位を維持することで、応援の弾みになる（バックアップ含め）。
- ◇プロスポーツはプロであり、自力で練習場を持ち、強くなること。
- ◇プロが勝利すると盛り上がり、社会人から高齢者スポーツまで元気よく頑張れると思う。
- ◇行政長がそれぞれ交代になり、スタジアム問題等、今後の発展が良い方向へ向かえばよいと思う。
- ◇プロスポーツを観る機会がもっと増えてほしい。
- ◇魅力がないので、税金が使われることにいささか疑問を感じる。
- ◇プロスポーツの応援者のマナーが悪い。
- ◇サッカースタジアム建設は時間がかかりすぎだと思う。
- ◇バレー、バスケット、サッカーの日本代表の国際試合を観戦したいので、それを踏まえて施設の整備を進めてほしい。
- ◇年間を通してたくさんのプロスポーツを観てみたい。
- ◇ハピネット、ブラウブリッツの施設問題の早期解決。
- ◇サッカースタジアム建設より先に成績を上げるべきではないか。
- ◇秋田県出身選手がいるチームの秋田大会の開催を増やしてもらいたい。
- ◇人口とのギャップにより維持は困難ではないか。
- ◇スタジアム等について、上部組織は地方の現状をもっと把握すべき。
- ◇子供達に夢と希望を与える（関連する職も含めて）全県規模で支えてほしい。
- ◇県全体がもう少し理解を示してください。
- ◇スポーツの種類によって観戦の機会が限られる。
- ◇ブラウブリッツが支出し、最低限グラウンドを整備することで、県市の財政からの出費は極力押さえるべきだと思う。
- ◇県民の観戦に無料の日があると嬉しい。
- ◇秋田県のバスケット多様性を考えながら頑張っている姿に共感します。
- ◇遠くまで行かないとプロスポーツが観戦できない。会場が少ない。コーチから習えない。
- ◇サッカースタジアムで揉めているが「スポーツ立県」を主張しているのにどうしてできないのか。
- ◇プロ野球チームが秋田に誕生したら活気付くと思う。
- ◇資金源が多いクラブチームに行ってしまう。
- ◇子供達に観戦の機会が増えることを望む。
- ◇秋田県はややプロスポーツ低調と思う（県民歌を皆で歌うハピネットは最高）。
- ◇プロ野球が近くで観戦できたらよい。
- ◇新潟のアルビレックスのように、プロの総合型スポーツクラブも参考にしてもらいたい。
- ◇スタジアムの建設。他市町村体育館の利用制限。

- ◇アリーナやスタジアムをトップレベルとし、その活用を工夫して盛り上げる。
- ◇人口減少による経営が心配される。
- ◇将来への見通しが大切。
- ◇応援したい。サポーターの来県により経済効果も期待できる。
- ◇地域にプロチームがあることによる利点をわかりやすく、体感できるように情報を発信してほしい。
- ◇こまちスタジアムでのプロ野球試合について、楽天以外の試合も検討してほしい。
- ◇ブラウブリッツのスタジアムについて、J1昇格、集客が見込めないのなら新設の必要はないのでは。
- ◇会場の整備。アクセス、全国規模のスポーツイベント、国際的な大会の開催。
- ◇東北地方の山形、岩手、宮城等より少し劣っている様に感じて残念。
- ◇税金の使途を慎重に民設民営に（BB 秋田）
- ◇秋田市以外の市町村で開催してもらいたい。
- ◇野球の二軍プレーが観たい。
- ◇子供達が身近に体験や、観戦できる機会が増えるとよいと思う。
- ◇秋田市で開催時はゆざわからは遠いので団体バス運行等支援してほしい。

## ② 社会人のスポーツについて

（48名）

- ◇様々な競技ができる施設が増えてほしい。
- ◇運動はしたいが、仕事との両立がきついため諦めている人が多いと感じる。
- ◇施設のリニューアルが必要。
- ◇ジム等の費用が高価なため、習慣化は難しい。
- ◇もっと色々なレベルの競技大会の種類があれば良いと思う。
- ◇全国の男女駅伝選手の選出方法を陸連で検討していただきたいと思う。
- ◇仕事をしている現役世代のスポーツ率が低い。
- ◇できる限り、将来の為に何かしら運動はしていた方が良いと思う。
- ◇競技人口が少ない。
- ◇人手不足により出来ないスポーツがある（サッカー等）。
- ◇県内に就職してもスポーツチームが少ないので県外へ出てしまう。
- ◇サッカー練習施設が乏しい。
- ◇ユーチューブ等で生配信してほしい。
- ◇気軽に参加できるスポーツ大会を企画してほしい。
- ◇市・県でもっと社会人スポーツに注力してほしい。
- ◇大人向けのスポーツ体験会等で趣味を広げられたらよいと思う。
- ◇国スポ出場枠がとれなかった翌年の県補助が極端に減額されるのはいかなるものか。県立武道館の団体使用料が高額であり、国スポの強化練習の回数を減らされざるを得ないのは悪循環ではないか。
- ◇女性が団体スポーツできる場所がない。
- ◇運動するための公共施設の予約、登録、更新が面倒。支払いにキャッシュレス決済を導入してほしい。
- ◇市主導のイベントや行事（ウォーキング、インターバル速歩）は主に、平日日中に行われるため、働

- ◇世代が思うように参加できない。
- ◇仕事、子育て中でも簡単に参加できる場所があればよい。
- ◇ブラウブリッツ、ハピネット等スポーツを通して県内が盛り上がることは良いこと。
- ◇地域においてスポーツをする機会を増やすために、クラブの立ち上げ周知をもっとした方が良いと思う。
- ◇様々な球技ができる球技サークル的なものがほしい。
- ◇身近な団体等を知りたい。
- ◇種目によってマスターズ大会に出場するような、一般のアマチュアアスリートの活動拠点を思案中。「強化」を支えるのは、「普及・振興」を発展させることだと思う。
- ◇競技力のレベルダウン、競技人口の低下。
- ◇社会人アスリートとして活躍する県内選手を、もっとメディアで取り上げてほしい。
- ◇若者が参加しやすい環境がほしい。
- ◇団体の有無、サポーターの在り方、活動内容をわかりやすい情報発信が必要。
- ◇無料で楽しめる場所がほしい。
- ◇草野球の審判団の高齢化が進み、ジャッジの安定性・正確性に不満あり。若手審判団の講習の強化が必要。

### ③ 大学生等のスポーツについて

(4名)

- ◇もっとやる気を出してもらいたい。
- ◇ユーチューブ等で生配信してほしい。
- ◇各分野のスポーツにおける向上意識は評価に値する。行政の支援に期待する。
- ◇全国的にみても、他都道府県に比べると、秋田県の大学スポーツは盛んでないと思う。県全体で強化してほしい。

### ④ 高校生のスポーツについて

(105名)

- ◇県外への流出の禁止化。
- ◇強豪校であったり、寮が完備された他県へ入学し、人口減に繋がっている。
- ◇魅力あるチーム指導者、学校支援でなければ子供は集まらない。
- ◇指導者について県としての支え（フォロー）が足りないと思う。
- ◇他県流出防止案として、スポーツ推薦入学の強化。
- ◇指導者不足で人材が越境している。経済的格差がある。
- ◇人口減で小規模校の統合による大会出場の有無。
- ◇野球、陸上等のシーズンスポーツのオフシーズンの練習場所が確保されることで、選手の県外流出防止にも繋がるのではないか。
- ◇全体的にスポーツをする場所が少ない。
- ◇家庭環境の事情により部活等に関われない子供に対して補助などがあれば良いと思う。
- ◇設備が整っていない。
- ◇全国で活躍できる種目がない。優秀な選手が他県流出。

- ◇中学生の受け入れ問題。県外流出問題。
- ◇少子化により単独でのチーム編成が難しくなっている事の対応策が必要だと思う。
- ◇専門知識・競技経験豊富な指導者がいない。
- ◇県でスポーツ合宿に補助金を交付は大変助かる。継続してほしい。
- ◇練習試合のための遠征等の多さ、費用負担の多さに疑問を感じることもある。
- ◇冬期にサッカーの練習ができる施設、環境が整っていない。
- ◇夏の活動時間帯、熱中症対策。
- ◇高校生らしく楽しく頑張っていると思う。
- ◇他県に比べて、スポーツに特化した高校が少ないと思う。
- ◇推薦選抜方法から特色選抜方法となり、学力によって入学できる高校が制限されるようになったが、以前の推薦選抜方式の方が県内出身アスリートの有望選手を育成できるのではないか。
- ◇全国のレベルに近づいてほしい。
- ◇指導者はもっと勉強して強い選手を育ててほしい。
- ◇各分野のスポーツにおける向上意識は評価に値する。行政の支援に期待する。
- ◇インターハイ等の大会出場は、保護者の出費が多く負担を感じる。
- ◇少子化とスポーツ離れによる、合同チームが増加して大変だと思う。
- ◇練習場所の確保が出来ないため、もう少し練習できる施設があればよいと思う。
- ◇県外での成績を残すよりも、スポーツを楽しむという現状にさみしさを感じた。
- ◇トップを目指すための指導者が少ない。
- ◇昔の能代工業のような全国に通用するスポーツを育てて、秋田を盛り上げてほしい。
- ◇力のある選手は市外、県外に出てしまう。卒業後戻ってきたくなる環境作り。
- ◇野球、サッカー等実力のある子供は県外に進学してしまうのが現状。秋田県の学校の成績・程度が下がってきているのも寂しく感じられることがある。
- ◇部活動についてのスポ少化が推進、移り変わっている。
- ◇他県高校へ野球監督を派遣し、指導スキルを学ぶのはどうか。
- ◇やりたい部活があっても進学先に存在しないと、実力があっても発揮できずにもったいないと思う。
- ◇強化選手及び全国大会等に出場する選手に対しての補助金をもっとあっても良いと思う。レベルを上げるためにはお金がとてかかる。
- ◇監督・コーチがもっと熱中症対策を注意すべきだと思う。
- ◇競技をスキルアップさせるトレーニング施設がすくなすぎる。
- ◇学校単位ではなく、クラブチーム等が各地域にあればよいと思う。
- ◇全国大会、上位に入れる体制を作ってほしい。
- ◇中学まで秋田県で好成績であった生徒が、他都道府県で活躍していることが残念。県内の高校関係者には魅力あるチーム育成や選手を育てる努力をしてもらいたい。
- ◇競技力のレベルダウン、競技人口の低下。
- ◇他の都道府県に比べると競技力レベルが低いように感じる。

- ◇少子化により団体スポーツが他校との合同チームなっている。子供達を支える親も大変だと思う。
- ◇育成に携わる若手の指導者がいない。
- ◇地域移行。
- ◇働き方改革のしわ寄せが子供達に反映しているように感じる。
- ◇女子硬式野球部が秋田県にあればよいと思う（県外流出）。
- ◇湯沢市には陸上競技場がないため、練習は横手市の競技場を借りなければならないのはいかがなものかと思う。
- ◇進学校だからと部活を疎かにしているように感じる。先生方の負担も大きいと思うが、子供達にとっては大事な時期なので、もう少し寄り添ってほしいと思う。
- ◇地域が関わって子供達、指導者を育成する。
- ◇越境入学する人数が多い件で、県外で活躍している子を新聞等で取り上げていたが、県内でも甲子園には必ずいけるのだから県内で頑張っている子ほど注目してほしい。
- ◇中学校の部活動の移行化により、スポーツ離れが起こることに不安を感じている。

## ⑤ 中学生のスポーツについて

(107名)

- ◇競技者不足。
- ◇地域展開について、もっと周知されるべき。
- ◇チーム数が減少している中で上位大会予選の仕組み、広域的な枠組み（県北単位とか）について検討してほしい。
- ◇地域によって子供達の選択肢に差がある。
- ◇指導者について県としての支え（フォロー）が足りないと思う。
- ◇優秀な選手の県外流出。
- ◇部活動の地域移行の進みが全くない。
- ◇中学校の部活動の指導者がいない。素質があっても伸ばし切れていない。大会でも、クラブチームが上位独占状態。
- ◇指導者確保の観点から、スポ少化するのは困難なのは。
- ◇生徒減少により、学校単位でチームが組めない。
- ◇部活動の地域移行がさらに進むことを希望する。
- ◇野球、陸上等のシーズンスポーツのオフシーズンの練習場所が確保されることで、選手の県外流出防止にも繋がるのではないかと。
- ◇団体スポーツでは人数が少なく、単独でチームが組めない。
- ◇部活動等において種目経験者に担当してもらいたい。
- ◇地域移行にするには課題がありすぎると感じる。
- ◇家庭環境の事情により部活等に関われない子供に対して補助などがあれば良いと思う。
- ◇合同チームの組み合わせは、平日も練習ができるように近い学校にしてほしい。
- ◇地域移行についてサポートが必要（運営面、財政面）。
- ◇県でスポーツ合宿に補助金を交付は大変助かる。継続してほしい。

- ◇練習試合のための遠征等の多さ、費用負担の多さに疑問を感じることもある。
- ◇冬期にサッカーの練習ができる施設、環境が整っていない。
- ◇部活動の指導者（経験者）によって、様々な面で差が出てしまう。
- ◇学校単位、スポ少単位の基準を整理すべき（各種大会）。
- ◇各分野のスポーツにおける向上意識は評価に値する。行政の支援に期待する。
- ◇教員が協力、指導すべきであり、スポーツも教育科目と考えること。
- ◇他県のように、学校ごとではなく集まってスポーツができる組織があればいいと思う。
- ◇子供達のやる気を損なう様な指導が多い。
- ◇少子化とスポーツ離れによる、合同チームが増加して大変だと思う。
- ◇中学時代に良き指導者（経験、指導力がある）に恵まれないと、スポーツ離れが生じる。
- ◇練習場所の確保ができないため、もう少し練習できる施設があればよいと思う。
- ◇クラブチームの在り方について。
- ◇他地区と比べるとレベルが低い。県大会に出場するとレベルが違いすぎる。
- ◇部活動の地域移行にて、移動手段や人間関係で課題が出てくるのではないか。
- ◇秋田県は遅れているということ。
- ◇スポ少でプレーした競技が、地域内の中学の部活にないことによる地域外中学校への入学、クラブチームへの加入が問題。
- ◇強化選手及び全国大会等に出場する選手に対しての補助金をもっとあってもよいと思う。レベルを上げるためにはお金がとてかかる。
- ◇連合チームが目につく。
- ◇大会組み合わせの透明性について。
- ◇部活として成立が難しく、合同チームとして練習場所の確保が難しい。
- ◇学校単位ではなく、クラブチーム等が各地域にあればよいと思う。
- ◇特定のスポーツに人数の偏りがある。他のスポーツの魅力も伝え人口を増やしてほしい。
- ◇少子高齢化で中学校の部活動が成立できなくなっている。
- ◇地域移行の状況が知りたい。
- ◇スポーツの種類によって、競技人口に差があり、やりたいスポーツがあっても環境がない。
- ◇部活動の減少により、子供達の発散の場所も減少している。
- ◇地域移行の受け皿が足りない。人材不足。
- ◇部活動からクラブチームへの移行によって、活動量が減少している。
- ◇部活の地域移行について、早めに方針を決定・説明してほしい。
- ◇湯沢市には陸上競技場がないため、練習は横手市の競技場を借りなければならないのはいかがなものかと思う。
- ◇指導者不足。
- ◇高い指導力のある地域外のクラブチームでやってみたいが、色々なルールがあり、大会等に出場できないこと。

◇中学校の部活動の移行化により、スポーツ離れが起こることに不安を感じている。

◇学校からの地域移動。

◇部活がなくなると聞いて悲しい。

## ⑥ スポーツ少年団について

(109名)

◇活動への補助金の充実で保護者負担を減少してほしい。少子化によるチーム編成の困難なため、スクールバス等を活用し、近隣チームへの練習参加希望。

◇団によって、勝利至上主義が先行することが心配。

◇指導者と保護者間で、トラブル防止のルールを決めてほしい。

◇スポーツを「やらない」という選択をする子供が多く感じられる。物価上昇等により用具の高騰もあり、スポーツを行うハードルが高い。小学生の底辺が育たないため、中・高の協議人口も減少している。

◇スポーツ少年団を運営している方に本当に感謝している。

◇地域移行に当たって予算の獲得を考えてほしい。

◇減少する団員、指導者の対策を考えてほしい。

◇子供の人口減少が大きく、スポ少化しているのが苦痛のため、部活化してほしい。

◇親の負担が軽減され、子供達がスポーツ出来る未来を希望する。

◇地域移行の問題。全体的に支える側の人間が少ない。

◇練習、遠征が多いため、平日の学業に支障（疲れて休む、宿題をしていない等）が出ている。

◇スポーツよりも帰宅後ゲームが増えている。

◇単体のスポーツではなく、総合型でもよいと思う。子供の能力を制限している。

◇指導者の育成。資金面の助成。

◇野球、陸上等のシーズンスポーツのオフシーズンの練習場所が確保されることで、選手の県外流出防止にも繋がるのではないか。

◇保護者の送迎の負担が大変だと思う。

◇小学生の人数が少なく遠隔地に練習に行くので、帰りが遅くなる。

◇子供のスポーツをするところが少ない。

◇親の負担が軽減されるとよい。地域により受け皿の差がある。クラブ化してほしい（送迎など）。

◇秋田県に一定の基準で選手への大会参加の補助を実施していただきたい。

◇設備が整っていない。

◇少子化で団体スポーツでのチーム編成の困難化。少数化。

◇人口減による団体スポーツの低年齢化から、下積みなしで試合に出場しなくてはならない環境の悪さ。

◇指導者の質の格差がある。子供が少なくなっており、団体競技を行う上で地域の格差を感じる。

◇小さい頃から体を使って動く事は必要、親からもアドバイスする。

◇色々な負担があり、新しくスポーツを始める子が少ない。

◇遊び感覚が多く、厳しさが不足。

◇指導者に敬意を表します。

◇専門知識・競技経験豊富な指導者がいない。

- ◇練習場所がない(野球場) 町からの協力が少ない。
- ◇試合(大会)が多すぎる、基礎練習に励むべきだ。
- ◇少子化の影響でスポ少の活動自体が成り立たなくなり、都市部とのスポーツ格差が拡大していくことを懸念している。
- ◇スポハラが根強く見られるように感じる。
- ◇指導者の古い価値観(怒鳴る、威圧する、論理感に欠ける)等により子供のスポーツ離れに繋がっている。
- ◇スポーツ少年を増やす教育活動をすべき。教員もスポ少に協力すべき。
- ◇過度な練習はしない。お金をかけない。基準を守る。
- ◇子供達に寄り添い、丁寧に技術を教えてくれる指導者が必要だと思う。
- ◇送迎が大変。
- ◇保護者の負担が大きいとの声を聞くが、改善が必要なのでは。
- ◇スポ少への加入者が減り、将来的にスポーツ人口が減少することが心配である。
- ◇野球少年が少なくなっていること。
- ◇学区でのスポ少運営(活動)は少子化により維持が困難。
- ◇もっと多種類のスポーツをしてもらいたい。
- ◇練習場所の確保が出来ないため、もう少し練習できる施設があればよいと思う。
- ◇大会、練習試合の回数が多く、親の負担になっている気がする。
- ◇スポーツ少年団が色々なところで人数が減少して若い世代に活気がなくなっているのは残念
- ◇少子化で部活としての人数が少ない。大会に出るときは合同チームになることが多く、移動等の負担が大きい。
- ◇強化選手及び全国大会等に出場する選手に対して、補助金をもっとあってもよいと思う。レベルを上げるためにはお金がとてかかる。
- ◇団員、指導者不足。
- ◇競技人口が少ない。
- ◇保護者への交通費や子供達への水分補給を提供してほしい。
- ◇学校単位ではなく、クラブチーム等が各地域にあればよいと思う。
- ◇少子化により様々なスポーツをやることになり、専門的に集中して一つのスポーツに打ち込めないのではないか。
- ◇児童は様々なスポーツに取り組みたいと思っているが、送迎等困難な保護者もいるため、参加が困難な児童もいる。(スポーツ機会の不平等)
- ◇少子化により、サッカーチームの人数が集まらない地域がある。
- ◇どのスポ少もとても真面目に取り組んでいるし、レベルも高いと感じる。
- ◇中学校は部活紹介等があるので、色々なスポーツを知ることができるが、小学生はそれが無いので、選択肢が広がらない。
- ◇秋田県のスポ少は「酷い」と全国転勤族から言われて久しく、何とかしてほしい。毎週、毎朝練習な

どありえない。

- ◇子供の人数が少ないため、送迎等親の協力を消極的。各家族単位のイベントに比重あり。
- ◇各スポーツとも人員確保が厳しくなっている。
- ◇育成に携わる若手の指導者がいない。
- ◇スポーツ施設利用料の無償化。運営面での交付金等の援助。
- ◇先生の関わりが少なくなり、親に任せっきりになっている。
- ◇地域移行に伴う、学校と地域、他団体とのスムーズな連携の在り方。
- ◇指導者の育成。保護者のかかわり方。
- ◇保護者の勝利主義が強すぎて、なんのためにスポーツをさせているのか分からないと感じることがある。
- ◇地域が関わって子供達、指導者を育成する。
- ◇練習風景を見ると人口も増えているようでよいと思う。継続していける環境作りが大切。

## ⑦ 障害者のスポーツについて

(13名)

- ◇支援団体、組織が不十分である。組織強化をお願いしたい。
- ◇お手伝いできる機会があれば参加したい。
- ◇発達障害の幼児、小学生のグレーゾーンの子供達への運動の機会を考えていただきたい。
- ◇参加出来るスポーツ内容、実施状況を知りたい。
- ◇世代を超えて楽しめる組織(クラブ)を整備し、障害スポーツへつなげたい。
- ◇健常者と隔たり無くやってもらいたい。
- ◇応援したい。
- ◇卓球に関して、利用している体育館に暗幕がなく、光の加減でボールが見えづらい現況である。
- ◇もっと多くの人に知ってもらいたい。
- ◇地域でもっと気軽に体験できる場所があればよいと思う。
- ◇指導しているスタッフに感謝している。
- ◇地域に障害スポーツの活動がない。
- ◇健康のために、スポーツイベントを増やしてほしい。

## ⑧ 高齢者のスポーツについて

(34名)

- ◇誰もがいつでも自由にスポーツを楽しむ環境であってほしい。
- ◇気軽にできるスポーツを知りたい。
- ◇練習会場の使用料免除をお願いします。
- ◇ゲーム的なスポーツが自由に参加できるとよいと思う。
- ◇参加できるスポーツ内容、実施状況を知りたい。
- ◇もっと参加する人が増えればよいと思う。
- ◇村に高齢者スポーツクラブがあれば、輪投げやゲートボール等をやりたい。
- ◇もっと多くの方が総合型に加入するとよいと思う。
- ◇60代の大半が腰・肩・膝等に不調を抱えている。40、50代から基礎体力をつける運動習慣をつけ

ておくことが、高齢になってからスポーツをする楽しみの幅が広がると思う。

- ◇フリーパスで年中プール利用ができるようにしてほしい。
- ◇自分でできる範囲で、スポーツに関心を持ってやれたらよい。
- ◇冬にできる会場が少ない。
- ◇前期高齢者が参加できるスポーツが少ないと思う。
- ◇スポーツを実施している場所へ行く手段がない。
- ◇多数の軽スポーツを体験したい。
- ◇野球のグラウンドが少ない。
- ◇手軽に体育施設を利用できるようにしてほしい。
- ◇高齢化が加速している。
- ◇体力向上、健康増進を目的としたトレーニングを10年以上継続しているが、その間施設の閉鎖等により、度々会場の変更があった。アトリオンの女性会館が閉鎖されてのは残念であり、再開されることを願いたい。
- ◇意外に道具が高い。
- ◇決まった運動ではなく、色々参加できるスポーツがあればよい。
- ◇歳を重ねても、健康のために少しでも前向きに考えたい。
- ◇色々なスポーツをやってみたい(例フロアカーリング)。
- ◇体育館の中で高齢者に指導しているスタッフに感謝している。
- ◇スポーツ施設を訪れても、若者優先で高齢者が施設を借りようとしても相手にされないこともあり、気分が悪い。
- ◇地域における高齢者スポーツに親しむ環境を作りたい。
- ◇気軽に取り込めるような情報、会場、機会を提供する。
- ◇健康維持のためにも、高齢者向けの軽スポーツを普及していただきたい。
- ◇健康のために、スポーツイベントを増やしてほしい。
- ◇横手市内には高齢者が筋力を付けるような活動ができる施設(有料)がありますが、町内に、誰でも自由に利用できる施設があればいいと思う。
- ◇イベント等開催時にみんなが外に出て交流するのがよいと思う。
- ◇無料で楽しめる場所がほしい。
- ◇まだまだ家にいて参加できずにいる方の多さ。
- ◇免許返納で交通手段がなくなったため、心配がある。

## ⑨ その他

(47名)

- ◇ラグビー指導者の資格はないが、高い経験値があるので、何か貢献したい。
- ◇鹿角市は「駅伝の街」といわれているが、道路の劣化が激しい。
- ◇鹿角市はスキーに力を入れているが、それ以外にも目を向けてほしい。
- ◇少子化人口減少ではスポーツは広域にやらざるを得ない。
- ◇オールシーズンのプールがもっとほしい。

- ◇小学校の部活動の選択肢少なく、スポーツに触れさせる場が少ない。
- ◇誰でも運動できる施設が少ない。フリーでできる場所がほしい。
- ◇県北・中央・県南の三カ所で県が主催するイベントを開催し、県の取り組み等をPRしてはどうか。
- ◇地域の協力が不足している。
- ◇「健康寿命日本一」を掲げているが、PR不足ではないか。
- ◇キャンプのできる場所を増やしていただきたい。
- ◇子供の人数が少ないことからスポーツの選択肢がない。
- ◇秋田県にも立派なアリーナを早期設立。
- ◇県北地区のサッカー場の充実をお願いしたい。
- ◇秋田県では「ペタンク」を高齢者スポーツとイメージ付けているが、もっと若い世代に知ってもらい、体験してもらいたい。
- ◇屋外スポーツ施設の充実を図ってほしい。
- ◇空き家等を利用し、幅広い年代がスポーツできる環境があればよい。
- ◇路上でのスケートボードは禁止にすべき。騒音被害。
- ◇老若男女が気軽に利用できる（無料）運動施設が少ない。近年有料のジムが増加していることに一考を要すると思う。
- ◇マイナースポーツに対する助成がなさすぎる。
- ◇人口減少によりスポーツ秋田の衰退。
- ◇子供達が気軽に体を動かすことができる場所を増やしてほしい。公園などでは、ボールの使用等の制限が多いように感じる。
- ◇子育て世代が中々スポーツに参加できない状況であり、子育てを終えてからだ、自分の体力も衰える。誰でもスポーツができる様な県全体のアップデートが必要だと思う。
- ◇人口減少の今、場所等に関係なく、どのスポーツでも自由に入会できるシステムがあればよいと思う。
- ◇人口減少による人手不足。市からの予算不足。
- ◇気軽にスポーツを体験できる機会や場所をもっと設けるべき。
- ◇スポーツ施設をもっと整えてほしい。
- ◇県で協力して日本一のスポーツ人口を目指してほしい。
- ◇市町村対抗駅伝のような全県様々な世代が関わり、走る機会があってほしい。
- ◇アンケートの文字が小さい。
- ◇全てにおいてレベルが低い。
- ◇室内で気軽に体を動かせる機会づくりができたらよいと思う。
- ◇メジャーでない競技や地域スポーツにもスポットを当てて、TV等で情報発信し、始めたい人や観戦して応援しようと思うきっかけになればよいと思う。
- ◇スポーツに参加する若者が減っていることが残念。
- ◇小さな子供が全力で遊べる公園がほしい。広くて、遊具が充実しているところが少ない。
- ◇楽しみながらスポーツができる施設設備の整理。

- ◇公園等の遊具撤去により、子供達の基礎的能力（体力）を伸ばせる施設がない。
- ◇子供も大人もゲームに熱中し、家の中で過ごしているのが現状。
- ◇県南には練習用の陸上競技場が少ない。人の集まる横手市にもほしい。
- ◇スポーツは苦手。
- ◇施設の老朽化が進んでいるところが多い。特にトイレ。
- ◇色々なスポーツに触れる機会があればスポーツ人口も増加するのでは。
- ◇施設と用具の老朽化。秋田県のスポーツ活動内容がわからない。
- ◇スキー場が少なくなって、スキー授業が大変そう。雪国地域の特性を活かし切れていないのが残念。  
観光や修学旅行等の誘致に利用できればいいと思う。
- ◇新たなニュースポーツを広めてほしい。大会重視より体験重視してほしい。
- ◇スポーツは身体を動かすことだけではなく、交流も兼ね合わせていると思う。
- ◇スポーツ環境の整備（体育館・空調・清潔）。

「令和7年度 スポーツ実態調査」  
事業報告書 概要版

調査実施機関：秋田県観光文化スポーツ部スポーツ振興課

調査受託団体：秋田県スポーツ推進委員協議会

- 1 調査名 「全県スポーツ実態調査」
- 2 目的 秋田県内の各市町村における成人のスポーツの活動状況を調査し、今後の施策や活動の参考にする。
- 3 本調査における「運動・スポーツ」の定義 「体力向上や健康増進を目的として意図的に行う身体活動」を「運動・スポーツ」と定義する。
- 4 調査対象 秋田県内25市町村の18～79歳の男女  
3,467人
- 5 実施時期 令和7年5月～7月
- 6 調査方法 秋田県観光文化スポーツ部スポーツ振興課から、秋田県スポーツ推進委員協議会が委託し、各市町村のスポーツ推進委員が調査対象者へ調査票の配布・回収等の業務を担う。

問 この1年間に1日以上スポーツを実施しましたか。(20～79歳)

ある	2,314 人	70.0%
実施していない	822 人	24.8%
無回答	172 人	5.2%

ある	70.0%	実施していない	24.8%	無回答	5.2%
----	-------	---------	-------	-----	------

・回答者の24.8%は1年間に一度も運動やスポーツをしておらず、前年度の24.3%より0.5ポイント増加した。  
 ・この1年間に運動をした人の割合は70.0%で、前年度の73.3%から3.3ポイント減少した。

問 この1年間でどのくらいスポーツをしましたか。

	【20～79歳】		【18～79歳】	
1 週に5日以上	208 人	6.3%	231 人	6.7%
2 週に3日以上	366 人	11.1%	398 人	11.5%
3 週に2日以上	486 人	14.7%	508 人	14.7%
4 週に1日以上	544 人	16.4%	574 人	16.6%
5 月に1～3日	422 人	12.8%	440 人	12.7%
6 3か月に1、2日	151 人	4.6%	157 人	4.5%
7 年に1～3日	137 人	4.1%	140 人	4.0%
8 全くやっていない	822 人	24.8%	843 人	24.3%
無回答	172 人	5.2%	176 人	5.1%

週間スポーツ実施率 (20～79歳)	週間スポーツ実施率 (18～79歳)
<b>48.5%</b>	<b>49.4%</b>

・週間スポーツ実施率(週に1日以上運動・スポーツをした人の割合)は48.5%であり、令和6年度の49.3%より0.8ポイント減少した。  
 ・20歳以上の「全くやっていない」人が24.8%であり、令和6年度の24.3%より0.5ポイント増加した。  
 ・18歳以上の「全くやっていない」人が24.3%であり、

週に5日以上	週に3日以上	週に2日以上	週に1日以上	月に1～3日	3か月に1、2日	年に1～3日	全くやっていない	無回答
6.3%	11.1%	14.7%	16.4%	12.8%	4.6%	4.1%	24.8%	5.2%

年代区分	年1日以上																全くやっていない
	週1日以上								月1～3日								
	週3日以上				週2日				3か月に1、2日				年に1～3日				
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	
18、19歳	12.5%	16.5%	27.5%	12.7%	15.0%	12.7%	15.0%	22.8%	16.3%	6.3%	1.3%	6.3%	1.3%	2.5%	6.3%	20.3%	
20～24歳	12.8%	5.4%	22.9%	14.4%	16.5%	17.1%	17.4%	15.3%	9.2%	12.6%	0.9%	4.5%	0.0%	2.7%	16.5%	21.6%	
25～29歳	8.8%	2.0%	16.1%	7.5%	14.6%	15.6%	16.8%	12.9%	15.3%	15.0%	2.9%	7.5%	2.9%	6.1%	18.2%	27.2%	
30～34歳	4.6%	0.9%	13.8%	5.5%	17.7%	12.8%	19.2%	23.9%	13.1%	8.3%	1.5%	5.5%	3.1%	7.3%	20.8%	28.4%	
35～39歳	4.5%	2.5%	12.7%	7.6%	12.7%	9.5%	20.1%	13.9%	17.2%	14.6%	7.5%	8.2%	2.2%	7.6%	18.7%	24.7%	
40～44歳	7.0%	4.5%	11.4%	6.8%	19.3%	13.6%	14.9%	12.1%	15.8%	18.2%	6.1%	5.3%	7.0%	3.8%	15.8%	28.0%	
45～49歳	3.9%	4.2%	10.1%	8.5%	12.4%	10.9%	15.7%	13.3%	19.7%	10.9%	5.1%	5.5%	6.7%	6.1%	19.7%	33.9%	
50～54歳	5.2%	6.3%	7.7%	11.1%	12.9%	8.3%	22.6%	23.6%	16.8%	7.6%	9.0%	6.3%	5.8%	4.2%	16.1%	28.5%	
55～59歳	8.3%	7.6%	2.3%	10.4%	17.4%	10.4%	16.7%	16.7%	14.4%	11.1%	6.1%	4.9%	3.8%	2.1%	25.8%	30.6%	
60～64歳	6.3%	9.3%	14.8%	5.0%	9.9%	14.9%	14.1%	18.0%	15.5%	10.6%	4.2%	1.2%	6.3%	4.3%	23.2%	32.3%	
65～69歳	6.2%	8.2%	10.3%	17.2%	13.0%	20.1%	18.5%	17.2%	15.1%	5.2%	6.2%	1.5%	0.7%	4.5%	26.0%	23.9%	
70～74歳	9.1%	6.1%	14.9%	14.0%	13.6%	22.6%	13.6%	12.8%	9.1%	7.9%	2.6%	0.6%	3.2%	3.0%	30.5%	29.3%	
75～79歳	13.5%	6.7%	7.7%	17.3%	17.3%	26.0%	10.6%	15.4%	11.5%	8.7%	3.8%	1.0%	0.0%	2.9%	31.7%	19.2%	
男性女性別平均	7.5%	6.9%	12.7%	10.3%	14.5%	14.8%	16.7%	16.4%	14.7%	10.7%	4.6%	4.5%	3.6%	4.5%	21.2%	27.4%	
平均	6.7%		11.5%		14.7%		16.6%		12.7%		4.5%		4.0%		24.3%		

【週3日以上の運動実施率】

年代区分	男性	女性
18、19歳	40.0%	29.1%
20～24歳	35.8%	19.8%
25～29歳	24.8%	9.5%
30～34歳	18.5%	6.4%
35～39歳	17.2%	10.1%
40～44歳	18.4%	11.4%
45～49歳	14.0%	12.7%
50～54歳	12.9%	17.4%
55～59歳	10.6%	18.1%
60～64歳	21.1%	14.3%
65～69歳	16.4%	25.4%
70～74歳	24.0%	20.1%
75～79歳	21.2%	24.0%
男性女性別平均	20.1%	16.2%
平均	18.1%	

【週1日以上の運動実施率】

年代区分	男性	女性
18、19歳	70.0%	64.6%
20～24歳	69.7%	52.3%
25～29歳	56.2%	38.1%
30～34歳	55.4%	43.1%
35～39歳	50.0%	33.5%
40～44歳	52.6%	37.1%
45～49歳	42.1%	37.0%
50～54歳	48.4%	49.3%
55～59歳	44.7%	45.1%
60～64歳	45.1%	47.2%
65～69歳	47.9%	62.7%
70～74歳	51.3%	55.5%
75～79歳	49.0%	65.4%
男性女性別平均	51.4%	47.4%
平均	49.4%	

【年1日以上の運動実施率】

年代区分	男性	女性
18、19歳	88.8%	79.7%
20～24歳	79.8%	72.1%
25～29歳	77.4%	66.7%
30～34歳	73.1%	64.2%
35～39歳	76.9%	63.9%
40～44歳	81.6%	64.4%
45～49歳	73.6%	59.4%
50～54歳	80.0%	67.4%
55～59歳	68.9%	63.2%
60～64歳	71.1%	63.4%
65～69歳	69.9%	73.9%
70～74歳	66.2%	67.1%
75～79歳	64.4%	77.9%
男性女性別平均	74.2%	67.1%
平均	70.6%	

・週1日以上運動やスポーツをした人の比率について、男女、年代別にみれば、多くの年代で男よりも女が低く、男女ともに働き盛りの年代が低くなっている。

問 この1年間に、会場でスポーツイベントを見ましたか。

ア ある 1,556人 44.9%  
 イ ない 1,911人 55.1%  
 無回答 0人 0.0%

ある 44.9%	ない 55.1%	無回答 0.0%
-------------	-------------	-------------

・「会場で見た」と回答した人は44.9%であり、令和6年度の42.2%より、2.7ポイント増加した。

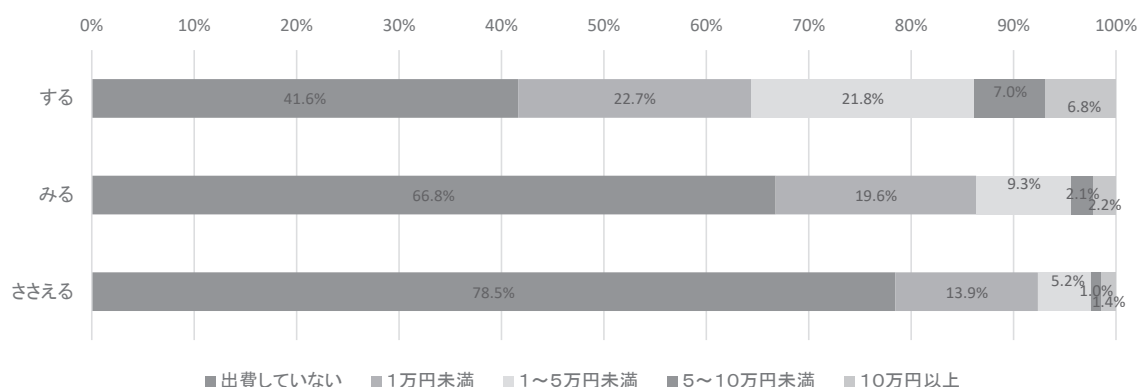
問 この1年間に、スポーツイベントでボランティア等をしたことがありますか。

ア ある 708人 20.4%  
 イ ない 2,759人 79.6%  
 無回答 0人 0.0%

ある 20.4%	ない 79.6%	無回答 0.0%
-------------	-------------	-------------

・過去1年以内にスポーツボランティアの経験した人は20.4%であり、令和6年度の19.4%より1.0ポイント増加した。

問 この1年間、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）  
 この1年間、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）  
 この1年間、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）



・スポーツを「する」「みる」「ささえる」の中では、「する」ことにかかる出費が最も多い。  
 ・「みる」と「ささえる」ことに支出していない人が60%を超えている。  
 ・支出している人についても、おむね高額になるほど割合は低くなっていく傾向にある。

出費状況	年別						
	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	
する	18、19歳	32.7%	22.0%	33.3%	5.7%	6.3%	0.0%
	20代	37.5%	24.0%	21.0%	9.1%	9.5%	0.2%
	30代	39.9%	22.8%	21.1%	8.3%	7.5%	0.0%
	40代	40.4%	23.4%	22.1%	7.5%	6.5%	0.0%
	50代	40.5%	23.3%	20.2%	7.8%	10.4%	0.2%
	60代	43.9%	18.4%	24.7%	6.5%	7.9%	0.0%
	70代	50.0%	25.1%	17.9%	3.0%	4.4%	0.0%
	全体	41.6%	22.7%	21.8%	7.0%	6.8%	0.1%
みる	18、19歳	70.4%	21.4%	6.3%	1.3%	0.6%	0.0%
	20代	64.3%	21.8%	9.7%	2.2%	1.4%	0.0%
	30代	62.0%	21.5%	11.1%	2.4%	3.3%	0.0%
	40代	59.3%	22.1%	11.5%	2.7%	4.5%	0.0%
	50代	65.2%	19.0%	9.9%	3.0%	3.7%	0.0%
	60代	71.5%	18.2%	8.4%	1.4%	0.7%	0.0%
	70代	77.8%	14.4%	5.9%	1.1%	0.6%	0.0%
	全体	66.8%	19.6%	9.3%	2.1%	2.2%	0.0%
ささえる	18、19歳	88.7%	8.8%	2.5%	0.0%	0.0%	0.0%
	20代	83.7%	12.3%	2.8%	0.4%	0.8%	0.0%
	30代	78.2%	13.7%	4.7%	1.7%	1.7%	0.0%
	40代	71.5%	14.9%	7.3%	2.5%	3.7%	0.0%
	50代	76.7%	13.9%	6.8%	0.9%	1.7%	0.0%
	60代	78.9%	16.3%	4.5%	0.2%	0.2%	0.0%
	70代	79.8%	13.3%	5.5%	0.4%	0.8%	0.2%
	全体	78.5%	13.9%	5.2%	1.0%	1.4%	0.0%

問 あなたの住んでいる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	1,273 人	36.7%	知っている 36.7%	知らない 63.3%	無回答 0.0%
イ 知らない	2,194 人	63.3%			
無回答	0 人	0.0%			

・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36.7%であり、令和6年度の37.8%より1.1ポイント減少した。

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

ア 知っている	1,215 人	35.0%	知っている 35.0%	知らない 65.0%	無回答 0.0%
イ 知らない	2,252 人	65.0%			
無回答	0 人	0.0%			

・秋田県の「健康寿命日本一」を目指した取組の認知度は35.0%であり、令和6年度の34.7%より0.3ポイント増加した。

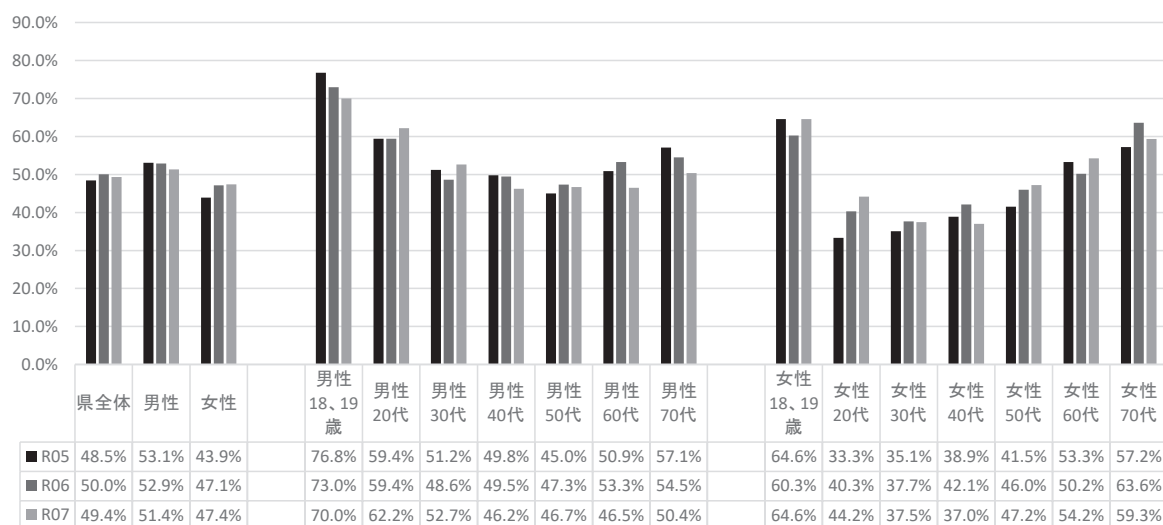
問 秋田県が「成人の週1日以上スポーツ実施率が70%程度となること」を目指していることを知っていますか。

ア 知っている	452 人	13.0%	知っている 13.0%	知らない 87.0%	無回答 0.0%
イ 知らない	3,015 人	87.0%			
無回答	0 人	0.0%			

・秋田県が「成人の週1日以上スポーツ実施率が70%程度となること」を目指していることの認知度は13.0%であり、令和6年度の13.6%より0.6ポイント減少した。

## ■ 週間スポーツ実施率 R5～R7年度比較表（県全体・男女別・男女各年代別）

週間スポーツ実施率とは、週に1日以上スポーツを実施した人の割合です。



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

### スポーツ推進委員とは

スポーツ推進委員は、「スポーツ基本法」に位置付けられた市町村教育委員会（特定地方公共団体にあつては、その長）が任命する非常勤公務員です。スポーツ推進のための事業の実施に係る連絡調整並びに住民に対するスポーツの実技の指導その他スポーツに関する指導及び助言を行っており、本調査においても、各市町村で調査業務を担っています。



## 参考資料 一年齢別回答一覧表

① 問 8	年齢別スポーツ実施率	
問 14	運動・スポーツを実施した理由	66
② 問 8	年間スポーツ実施率	67
③ 問 8	週間スポーツ実施率	67
④ 問 8	運動・スポーツを1日も実施していない理由	
問 15	運動・スポーツを全く実施しなかった理由	68
⑤ 問 29	1年間に運動・スポーツを「する」ことにかけた費用	69
⑥ 問 30	1年間にスポーツを「みる」ことにかけた費用	70
⑦ 問 31	1年間にスポーツを「ささえる」ことにかけた費用	71
⑧	主な調査項目の結果の推移(平成26年度～令和7年度)	72

【参考資料①】 問8 年齢別スポーツ実施率  
問14 運動・スポーツを実施した理由

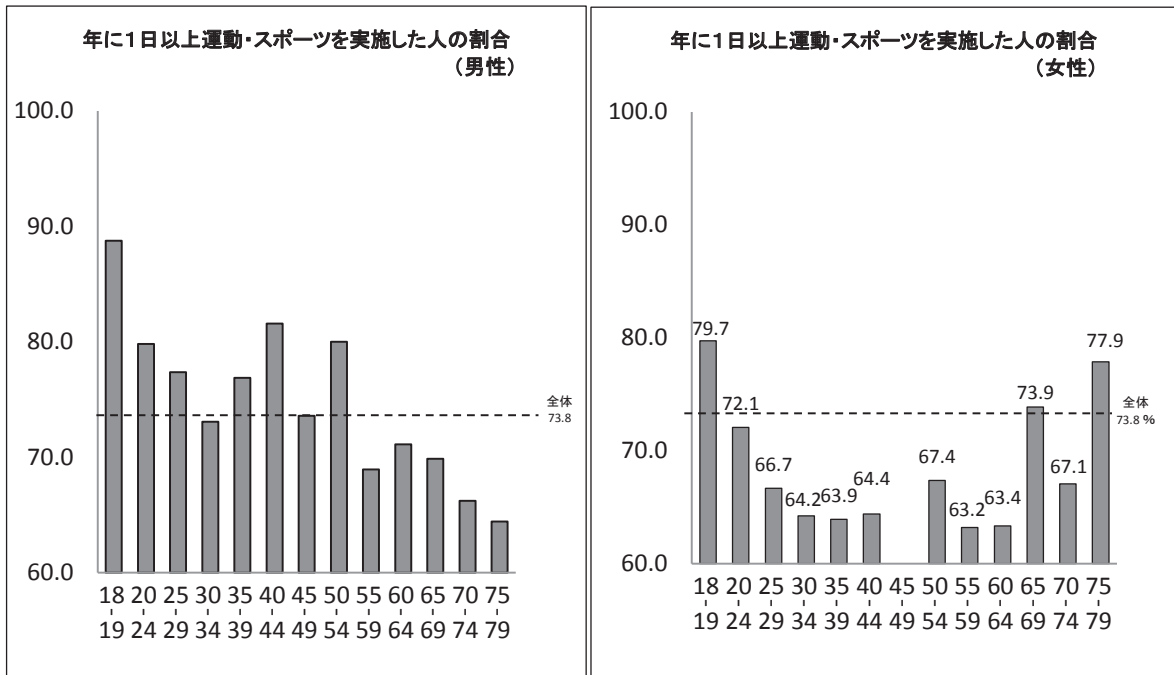
問8 年齢別スポーツ実施率

年齢	週3日以上のスポーツ実施率				週1日以上のスポーツ実施率				月1日以上 のスポーツ実施率		年1日以上 のスポーツ実施率	
	男性		女性		男性		女性		男性	女性	男性	女性
18、19歳	40.0%	40.0%	29.1%	29.1%	70.0%	70.0%	64.6%	64.6%	86.3%	70.9%	88.8%	79.7%
20～24歳	35.8%	29.7%	19.8%	14.0%	69.7%	62.2%	52.3%	44.2%	78.9%	64.9%	79.8%	72.1%
25～29歳	24.8%		9.5%		56.2%		38.1%		71.5%	53.1%	77.4%	66.7%
30～34歳	18.5%	17.8%	6.4%	8.6%	55.4%	52.7%	43.1%	37.5%	68.5%	51.4%	73.1%	64.2%
35～39歳	17.2%		10.1%		50.0%		33.5%		67.2%	48.1%	76.9%	63.9%
40～44歳	18.4%	15.8%	11.4%	12.1%	52.6%	46.2%	37.1%	37.0%	68.4%	55.3%	81.6%	64.4%
45～49歳	14.0%		12.7%		42.1%		37.0%		61.8%	47.9%	73.6%	59.4%
50～54歳	12.9%	11.8%	17.4%	17.7%	48.4%	46.7%	49.3%	47.2%	65.2%	56.9%	80.0%	67.4%
55～59歳	10.6%		18.1%		44.7%		45.1%		59.1%	56.3%	68.9%	63.2%
60～64歳	21.1%	18.8%	14.3%	19.3%	45.1%	46.5%	47.2%	54.2%	60.6%	57.8%	71.1%	63.4%
65～69歳	16.4%		25.4%		47.9%		62.7%		63.0%	67.9%	69.9%	73.9%
70～74歳	24.0%	22.9%	20.1%	21.6%	51.3%	50.4%	55.5%	59.3%	60.4%	63.4%	66.2%	67.1%
75～79歳	21.2%		24.0%		49.0%		65.4%		60.6%	74.0%	64.4%	77.9%
男性女性別(18-79歳)	20.1%		16.2%		51.4%		47.4%		66.1%	58.1%	74.2%	67.1%
全体(18-79歳)	18.1%				49.4%				62.0%		70.6%	
男性女性別(20-79歳)	19.1%		15.6%		50.5%		46.6%		65.1%	57.5%	73.5%	66.5%
全体(20-79歳)	17.4%				48.5%				61.2%		70.0%	

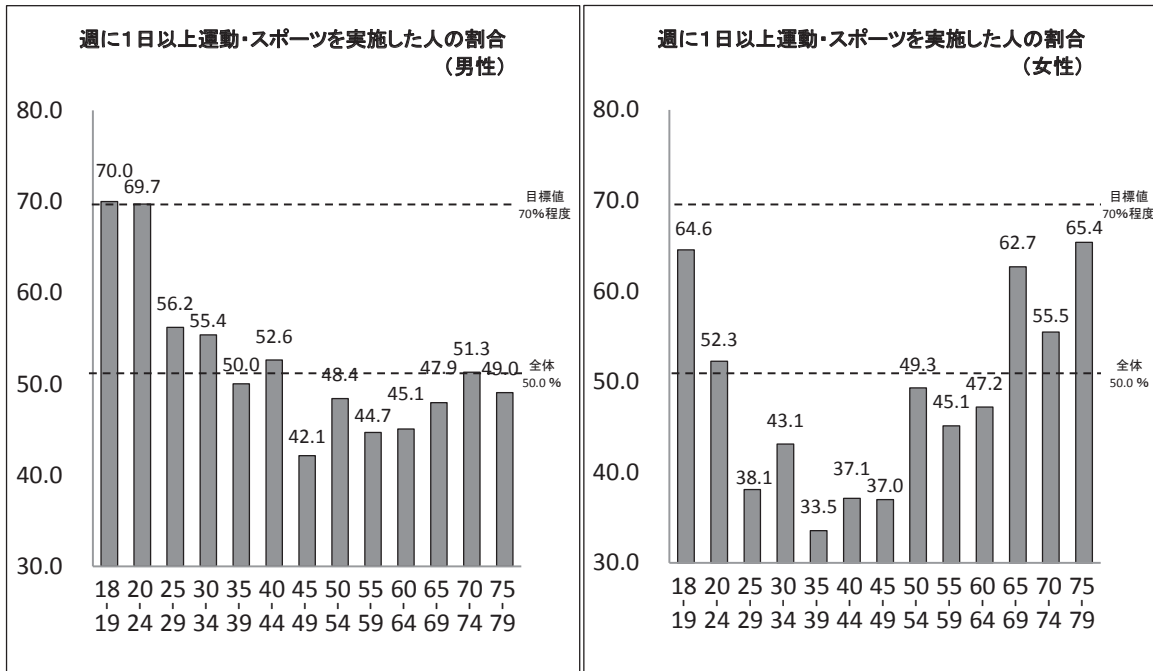
問14 運動・スポーツを実施した理由

年齢	運動・スポーツを実施した理由【上位順】											
	第1位		第2位		第3位		第4位		第5位		第6位	
	健康のため		楽しみ、気晴らしのため		体力増進・維持のため		友人・仲間との交流として		運動不足を感じるから		肥満解消・ダイエットのため	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
18、19歳	34.7%	38.1%	54.7%	54.0%	49.3%	25.4%	40.0%	34.9%	18.7%	17.3%	9.3%	14.7%
20～24歳	37.4%	41.4%	51.6%	49.4%	41.8%	21.8%	30.8%	35.6%	18.7%	31.9%	13.2%	22.0%
25～29歳	41.1%	42.1%	59.8%	63.6%	41.1%	23.4%	39.3%	36.4%	17.9%	30.4%	17.9%	26.8%
30～34歳	43.7%	43.6%	48.5%	48.7%	40.8%	28.2%	27.2%	20.5%	26.2%	28.2%	20.4%	19.4%
35～39歳	44.0%	44.5%	48.6%	44.5%	35.8%	21.0%	29.4%	20.2%	25.7%	27.5%	15.6%	21.1%
40～44歳	42.7%	54.7%	51.0%	43.2%	32.3%	24.2%	30.2%	22.1%	22.9%	33.3%	14.6%	14.6%
45～49歳	57.3%	57.8%	50.3%	41.3%	39.2%	26.6%	28.0%	23.9%	25.2%	28.0%	15.4%	19.6%
50～54歳	48.5%	55.3%	54.6%	53.4%	38.5%	33.0%	28.5%	26.2%	26.2%	26.9%	16.2%	23.1%
55～59歳	53.1%	62.0%	56.1%	49.0%	29.6%	42.0%	40.8%	32.0%	30.6%	32.7%	12.2%	16.3%
60～64歳	54.1%	61.5%	56.0%	56.0%	45.0%	34.9%	40.4%	37.6%	23.9%	34.9%	7.3%	11.9%
65～69歳	65.7%	70.6%	34.3%	54.9%	48.1%	56.9%	31.5%	43.1%	27.8%	36.1%	10.2%	14.8%
70～74歳	66.4%	68.1%	52.3%	49.1%	42.1%	50.0%	41.1%	38.8%	27.1%	45.8%	6.5%	3.7%
75～79歳	74.6%	81.0%	52.1%	46.4%	42.3%	51.2%	42.3%	34.5%	22.5%	50.7%	9.9%	4.2%
男性女性別	51.1%	56.0%	51.5%	50.2%	40.2%	34.0%	34.0%	31.2%	24.3%	34.3%	13.2%	17.9%
全体	53.5%		50.9%		37.2%		32.7%		29.2%		15.5%	

【参考資料②】 問8 年に1日以上運動・スポーツを実施した人の割合



【参考資料③】 問8 週に1日以上運動・スポーツを実施した人の割合



【参考資料④】

問8 運動・スポーツを全くやっていない割合

問15 運動・スポーツを実施できなかった理由

年齢	問8		問15 運動・スポーツを実施できなかった理由							
	全くやっていない		第1位 仕事や家事が忙しいから		第2位 特に理由はない		第3位 面倒くさいから		第4位 生活や仕事で体を動かしているから	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
18、19歳	6.3%	20.3%	0.0%	6.3%	60.0%	50.0%	20.0%	12.5%	0.0%	6.3%
20～24歳	16.5%	21.6%	22.2%	50.0%	27.8%	16.7%	16.7%	16.7%	16.7%	4.2%
25～29歳	18.2%	27.2%	44.0%	40.0%	24.0%	30.0%	24.0%	15.0%	16.0%	2.5%
30～34歳	20.8%	28.4%	40.7%	58.1%	14.8%	16.1%	11.1%	12.9%	29.6%	12.9%
35～39歳	18.7%	24.7%	64.0%	64.1%	4.0%	12.8%	20.0%	12.8%	12.0%	10.3%
40～44歳	15.8%	28.0%	50.0%	54.1%	16.7%	18.9%	16.7%	21.6%	11.1%	13.5%
45～49歳	19.7%	33.9%	45.7%	55.4%	22.9%	19.6%	20.0%	10.7%	14.3%	17.9%
50～54歳	16.1%	28.5%	36.0%	43.9%	36.0%	26.8%	28.0%	4.9%	24.0%	22.0%
55～59歳	25.8%	30.6%	35.3%	36.4%	32.4%	27.3%	8.8%	11.4%	20.6%	20.5%
60～64歳	23.2%	32.3%	27.3%	44.2%	39.4%	26.9%	6.1%	3.8%	18.2%	26.9%
65～69歳	26.0%	23.9%	18.4%	28.1%	36.8%	28.1%	10.5%	25.0%	28.9%	21.9%
70～74歳	30.5%	29.3%	19.1%	16.7%	29.8%	35.4%	6.4%	8.3%	27.7%	22.9%
75～79歳	31.7%	19.2%	9.1%	5.0%	21.2%	30.0%	6.1%	5.0%	36.4%	30.0%
男性女性別(18-79歳)	21.2%	27.4%	32.0%	41.3%	27.0%	25.2%	13.5%	11.9%	22.0%	17.1%
全体(18-79歳)	24.3%		37.2%		26.0%		12.6%		19.2%	
男性女性別(20-79歳)	21.9%	27.7%								
全体(20-79歳)	24.8%									

年齢	問15 運動・スポーツを実施できなかった理由									
	第5位 子どもに手がかかるから		第6位 歳をとったから		第7位 病気やけがをしているから		第8位 運動・スポーツが嫌いだから		第9位 お金に余裕がないから	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
18、19歳	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	6.3%	0.0%	12.5%	0.0%	6.3%
20～24歳	5.6%	4.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	11.1%	16.7%	0.0%	8.3%
25～29歳	12.0%	32.5%	0.0%	0.0%	0.0%	2.5%	12.0%	7.5%	12.0%	7.5%
30～34歳	11.1%	45.2%	0.0%	0.0%	3.7%	3.2%	7.4%	12.9%	7.4%	3.2%
35～39歳	48.0%	48.7%	8.0%	0.0%	0.0%	2.6%	12.0%	10.3%	4.0%	10.3%
40～44歳	16.7%	29.7%	11.1%	8.1%	5.6%	8.1%	11.1%	2.7%	0.0%	8.1%
45～49歳	8.6%	12.5%	8.6%	1.8%	0.0%	5.4%	5.7%	5.4%	8.6%	7.1%
50～54歳	4.0%	12.2%	8.0%	2.4%	0.0%	7.3%	4.0%	2.4%	4.0%	4.9%
55～59歳	0.0%	0.0%	11.8%	4.5%	0.0%	15.9%	2.9%	4.5%	17.6%	2.3%
60～64歳	0.0%	0.0%	15.2%	17.3%	9.1%	11.5%	0.0%	5.8%	0.0%	0.0%
65～69歳	0.0%	0.0%	15.8%	12.5%	7.9%	9.4%	0.0%	6.3%	2.6%	6.3%
70～74歳	0.0%	0.0%	31.9%	16.7%	10.6%	18.8%	0.0%	4.2%	2.1%	0.0%
75～79歳	0.0%	0.0%	30.3%	25.0%	21.2%	25.0%	0.0%	5.0%	0.0%	10.0%
男性女性別	7.2%	14.6%	13.5%	6.9%	5.5%	9.0%	4.4%	6.7%	5.0%	5.2%
全体	11.4%		9.7%		7.5%		5.7%		5.1%	

【参考資料⑤】 問29 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)

年齢	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	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
18、19歳	26.3%	39.2%	15.0%	29.1%	45.0%	21.5%	10.0%	1.3%	3.8%	8.9%	0.0%	0.0%
20～24歳	25.7%	49.5%	23.9%	27.9%	24.8%	9.9%	13.8%	5.4%	11.9%	7.2%	0.0%	0.0%
25～29歳	29.2%	44.9%	19.7%	25.2%	32.1%	16.3%	10.9%	6.8%	7.3%	6.8%	0.7%	0.0%
30～34歳	32.3%	53.2%	20.8%	18.3%	27.7%	14.7%	10.8%	7.3%	8.5%	6.4%	0.0%	0.0%
35～39歳	33.6%	42.4%	23.1%	27.2%	22.4%	19.0%	10.4%	5.1%	10.4%	6.3%	0.0%	0.0%
40～44歳	32.5%	48.5%	21.9%	21.2%	24.6%	23.5%	11.4%	3.0%	9.6%	3.8%	0.0%	0.0%
45～49歳	31.5%	49.1%	24.7%	24.8%	26.4%	14.5%	8.4%	7.3%	9.0%	4.2%	0.0%	0.0%
50～54歳	27.1%	49.3%	23.9%	22.2%	23.9%	19.4%	10.3%	2.8%	14.2%	6.3%	0.6%	0.0%
55～59歳	36.4%	50.0%	21.2%	25.7%	21.2%	16.0%	12.1%	6.3%	9.1%	2.1%	0.0%	0.0%
60～64歳	36.6%	53.4%	16.2%	19.3%	25.4%	20.5%	7.7%	4.3%	14.1%	2.5%	0.0%	0.0%
65～69歳	41.1%	43.3%	18.5%	19.4%	27.4%	26.1%	5.5%	9.0%	7.5%	2.2%	0.0%	0.0%
70～74歳	51.3%	50.6%	20.8%	24.4%	18.2%	18.3%	4.5%	3.0%	5.2%	3.7%	0.0%	0.0%
75～79歳	46.2%	51.0%	26.0%	31.7%	22.1%	12.5%	0.0%	3.8%	5.8%	1.0%	0.0%	0.0%
男性女性別	<b>34.9%</b>	<b>48.2%</b>	<b>21.3%</b>	<b>24.1%</b>	<b>25.7%</b>	<b>18.0%</b>	<b>8.9%</b>	<b>5.1%</b>	<b>9.2%</b>	<b>4.6%</b>	<b>0.1%</b>	<b>0.0%</b>
全体	<b>41.6%</b>		<b>22.7%</b>		<b>21.8%</b>		<b>7.0%</b>		<b>6.8%</b>		<b>0.1%</b>	

年齢	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
18、19歳	32.7%	32.7%	22.0%	22.0%	33.3%	33.3%	5.7%	5.7%	6.3%	6.3%	0.0%	0.0%
20～24歳	37.7%	37.5%	25.9%	24.0%	17.3%	21.0%	9.5%	9.1%	9.5%	8.1%	0.0%	0.2%
25～29歳	37.3%		22.5%	23.9%	8.8%		7.0%		0.4%			
30～34歳	41.8%	39.9%	19.7%	22.8%	21.8%	21.1%	9.2%	8.3%	7.5%	7.9%	0.0%	0.0%
35～39歳	38.4%		25.3%	20.5%	7.5%		8.2%		0.0%			
40～44歳	41.1%	40.4%	21.5%	23.4%	24.0%	22.1%	6.9%	7.5%	6.5%	6.6%	0.0%	0.0%
45～49歳	39.9%		24.8%	20.7%	7.9%		6.7%		0.0%			
50～54歳	37.8%	40.5%	23.1%	23.3%	21.7%	20.2%	6.7%	7.8%	10.4%	8.0%	0.3%	0.2%
55～59歳	43.5%		23.6%		18.5%		9.1%		5.4%		0.0%	
60～64歳	45.5%	43.9%	17.8%	18.4%	22.8%	24.7%	5.9%	6.5%	7.9%	6.5%	0.0%	0.0%
65～69歳	42.1%		18.9%		26.8%		7.1%		5.0%		0.0%	
70～74歳	50.9%	50.0%	22.6%	25.1%	18.2%	17.9%	3.8%	3.0%	4.4%	4.0%	0.0%	0.0%
75～79歳	48.6%		28.8%		17.3%		1.9%		3.4%		0.0%	
全体	<b>41.6%</b>		<b>22.7%</b>		<b>21.8%</b>		<b>7.0%</b>		<b>6.8%</b>		<b>0.1%</b>	

【参考資料⑥】 問30 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)

年齢	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	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
18、19歳	72.5%	68.4%	20.0%	22.8%	7.5%	5.1%	0.0%	2.5%	0.0%	1.3%	0.0%	0.0%
20～24歳	56.9%	71.2%	29.4%	19.8%	9.2%	7.2%	1.8%	1.8%	2.8%	0.0%	0.0%	0.0%
25～29歳	59.9%	68.7%	20.4%	19.0%	12.4%	9.5%	3.6%	1.4%	3.6%	1.4%	0.0%	0.0%
30～34歳	60.0%	63.3%	21.5%	19.3%	13.8%	10.1%	0.8%	4.6%	3.8%	2.8%	0.0%	0.0%
35～39歳	57.5%	66.5%	26.1%	19.0%	9.7%	10.8%	2.2%	2.5%	4.5%	1.3%	0.0%	0.0%
40～44歳	60.5%	59.1%	23.7%	23.5%	10.5%	9.8%	1.8%	2.3%	3.5%	5.3%	0.0%	0.0%
45～49歳	53.9%	64.2%	25.3%	16.4%	12.9%	12.1%	3.4%	3.0%	4.5%	4.2%	0.0%	0.0%
50～54歳	50.3%	69.4%	29.7%	13.2%	14.2%	9.7%	2.6%	3.5%	3.2%	4.2%	0.0%	0.0%
55～59歳	68.2%	74.3%	17.4%	14.6%	7.6%	7.6%	5.3%	0.7%	1.5%	2.8%	0.0%	0.0%
60～64歳	63.4%	82.0%	23.9%	9.3%	9.2%	8.1%	2.1%	0.6%	1.4%	0.0%	0.0%	0.0%
65～69歳	67.1%	72.4%	19.9%	20.9%	10.3%	6.0%	2.1%	0.7%	0.7%	0.0%	0.0%	0.0%
70～74歳	71.4%	82.3%	16.2%	12.8%	7.8%	4.3%	3.2%	0.6%	1.3%	0.0%	0.0%	0.0%
75～79歳	75.0%	82.7%	14.4%	14.4%	8.7%	2.9%	0.0%	0.0%	1.9%	0.0%	0.0%	0.0%
男性女性別	62.2%	71.3%	22.3%	16.9%	10.5%	8.2%	2.4%	1.8%	2.6%	1.8%	0.0%	0.0%
全体	66.8%		19.6%		9.3%		2.1%		2.2%		0.0%	

年齢	出費していない		1万円未満		5万円以上 10万円未満		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
18、19歳	70.4%	70.4%	21.4%	21.4%	6.3%	6.3%	1.3%	1.3%	0.6%	0.6%	0.0%	0.0%
20～24歳	64.1%	64.3%	24.5%	21.8%	8.2%	9.7%	1.8%	2.2%	1.4%	2.0%	0.0%	0.0%
25～29歳	64.4%		19.7%		10.9%		2.5%		2.5%		0.0%	
30～34歳	61.5%	62.0%	20.5%	21.5%	12.1%	11.1%	2.5%	2.4%	3.3%	3.0%	0.0%	0.0%
35～39歳	62.3%		22.3%		10.3%		2.4%		2.7%		0.0%	
40～44歳	59.8%	59.3%	23.6%	22.1%	10.2%	11.5%	2.0%	2.7%	4.5%	4.4%	0.0%	0.0%
45～49歳	58.9%		21.0%		12.5%		3.2%		4.4%		0.0%	
50～54歳	59.5%	65.2%	21.7%	19.0%	12.0%	9.9%	3.0%	3.0%	3.7%	3.0%	0.0%	0.0%
55～59歳	71.4%		15.9%		7.6%		2.9%		2.2%		0.0%	
60～64歳	73.3%	71.5%	16.2%	18.2%	8.6%	8.4%	1.3%	1.4%	0.7%	0.5%	0.0%	0.0%
65～69歳	69.6%		20.4%		8.2%		1.4%		0.4%		0.0%	
70～74歳	77.0%	77.8%	14.5%	14.4%	6.0%	5.9%	1.9%	1.1%	0.6%	0.8%	0.0%	0.0%
75～79歳	78.8%		14.4%		5.8%		0.0%		1.0%		0.0%	
全体	66.8%		19.6%		9.3%		2.1%		2.2%		0.0%	

【参考資料⑦】 問31 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)

年齢	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	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
18、19歳	86.3%	91.1%	8.8%	8.9%	5.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
20～24歳	79.8%	90.1%	14.7%	6.3%	3.7%	2.7%	0.9%	0.0%	0.9%	0.9%	0.0%	0.0%
25～29歳	81.0%	84.4%	14.6%	12.9%	2.9%	2.0%	0.7%	0.0%	0.7%	0.7%	0.0%	0.0%
30～34歳	81.5%	82.6%	11.5%	8.3%	3.8%	5.5%	1.5%	0.9%	1.5%	2.8%	0.0%	0.0%
35～39歳	76.9%	73.4%	17.2%	16.5%	3.7%	5.7%	0.7%	3.2%	1.5%	1.3%	0.0%	0.0%
40～44歳	69.3%	70.5%	16.7%	14.4%	6.1%	4.5%	4.4%	3.0%	3.5%	7.6%	0.0%	0.0%
45～49歳	68.5%	77.0%	16.3%	12.7%	11.8%	5.5%	1.7%	1.8%	1.7%	3.0%	0.0%	0.0%
50～54歳	69.0%	78.5%	14.8%	11.8%	11.0%	5.6%	2.6%	0.0%	2.6%	4.2%	0.0%	0.0%
55～59歳	73.5%	86.1%	18.9%	10.4%	6.8%	3.5%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
60～64歳	74.6%	85.7%	17.6%	12.4%	6.3%	1.9%	0.7%	0.0%	0.7%	0.0%	0.0%	0.0%
65～69歳	74.0%	80.6%	17.8%	17.9%	8.2%	1.5%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
70～74歳	76.6%	86.0%	14.9%	9.1%	7.8%	3.0%	0.6%	0.0%	0.0%	1.2%	0.0%	0.6%
75～79歳	69.2%	85.6%	18.3%	12.5%	10.6%	1.0%	1.0%	0.0%	1.0%	1.0%	0.0%	0.0%
男性女性別	74.9%	81.9%	15.7%	12.1%	7.0%	3.4%	1.2%	0.7%	1.1%	1.8%	0.0%	0.1%
全体	78.5%		13.9%		5.2%		1.0%		1.4%		0.0%	

年齢	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
18、19歳	88.7%	88.7%	8.8%	8.8%	2.5%	2.5%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
20～24歳	85.0%	83.7%	10.5%	12.3%	3.2%	2.8%	0.5%	0.4%	0.9%	0.8%	0.0%	0.0%
25～29歳	82.7%		13.7%		2.5%		0.4%		0.7%		0.0%	
30～34歳	82.0%	78.2%	10.0%	13.7%	4.6%	4.7%	1.3%	1.7%	2.1%	1.7%	0.0%	0.0%
35～39歳	75.0%		16.8%		4.8%		2.1%		1.4%		0.0%	
40～44歳	69.9%	71.5%	15.4%	14.9%	5.3%	7.3%	3.7%	2.5%	5.7%	3.7%	0.0%	0.0%
45～49歳	72.6%		14.6%		8.7%		1.7%		2.3%		0.0%	
50～54歳	73.6%	76.7%	13.4%	13.9%	8.4%	6.8%	1.3%	0.9%	3.3%	1.7%	0.0%	0.0%
55～59歳	80.1%		14.5%		5.1%		0.4%		0.0%		0.0%	
60～64歳	80.5%	78.9%	14.9%	16.3%	4.0%	4.5%	0.3%	0.2%	0.3%	0.2%	0.0%	0.0%
65～69歳	77.1%		17.9%		5.0%		0.0%		0.0%		0.0%	
70～74歳	81.4%	79.8%	11.9%	13.3%	5.3%	5.5%	0.3%	0.4%	0.6%	0.8%	0.3%	0.2%
75～79歳	77.4%		15.4%		5.8%		0.5%		1.0%		0.0%	
全体	78.5%		13.9%		5.2%		1.0%		1.4%		0.0%	

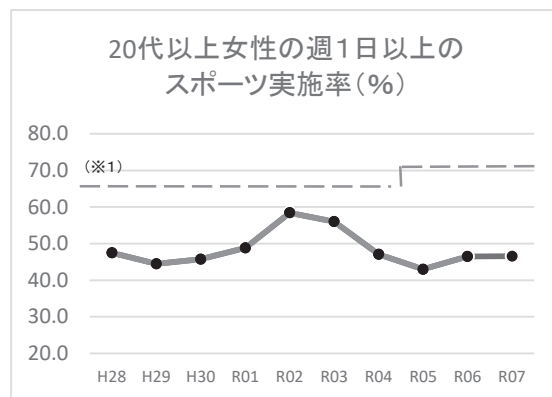
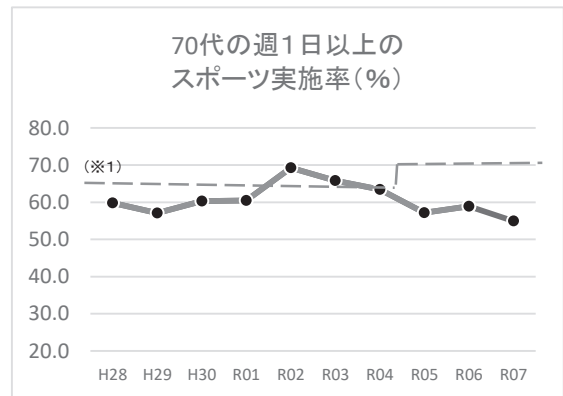
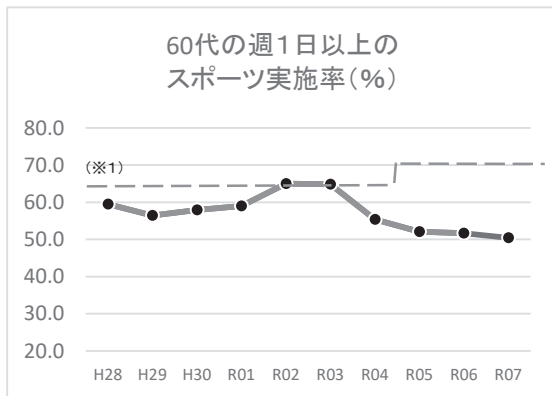
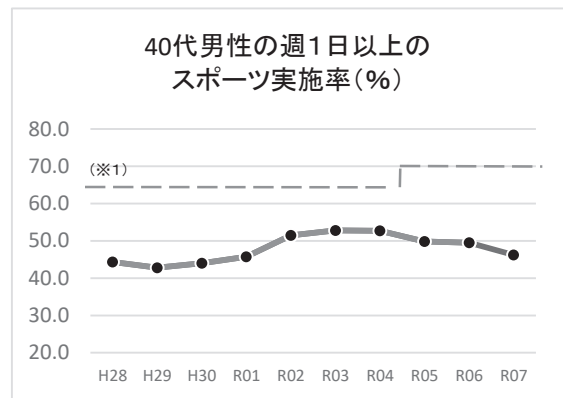
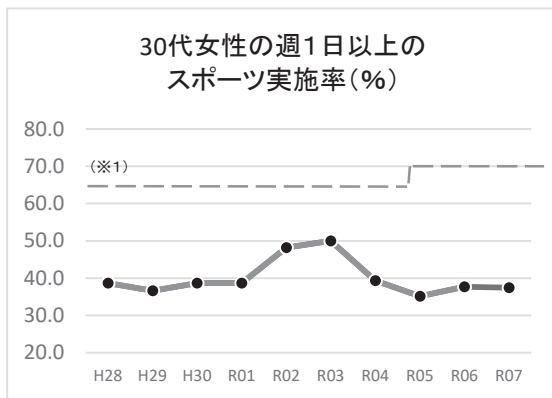
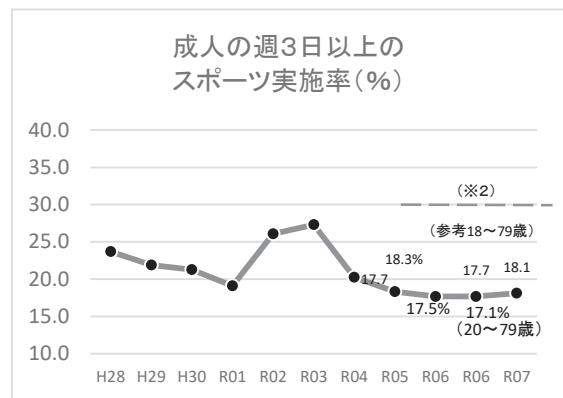
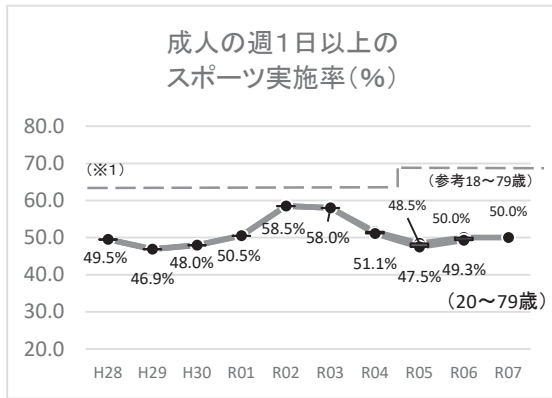
## 【参考資料⑧】

## 主な調査項目の結果の推移(平成28年度～令和7年度)

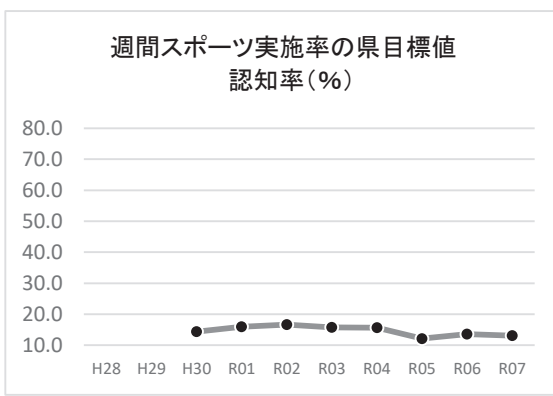
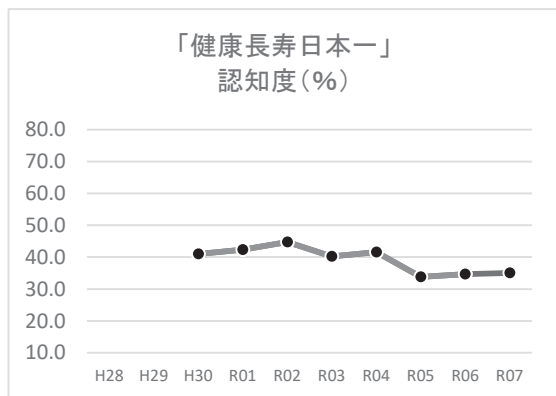
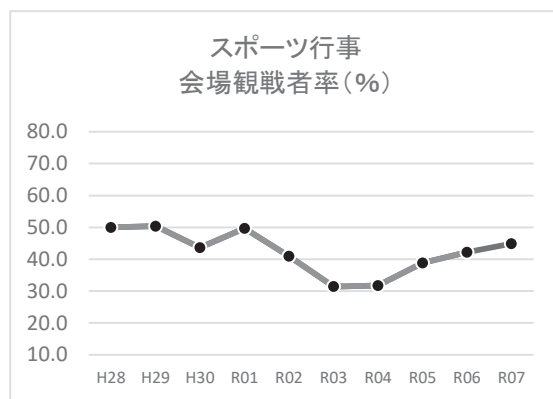
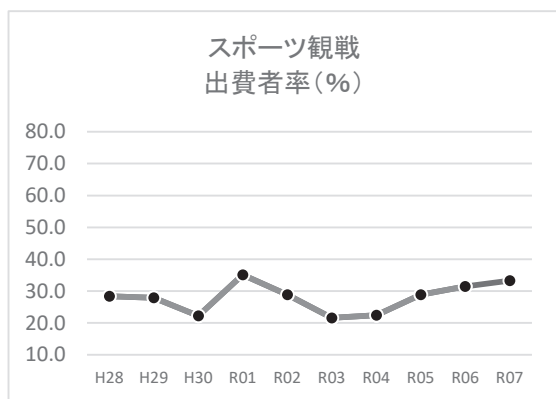
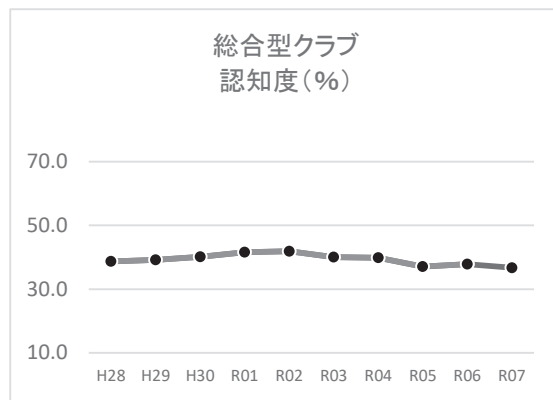
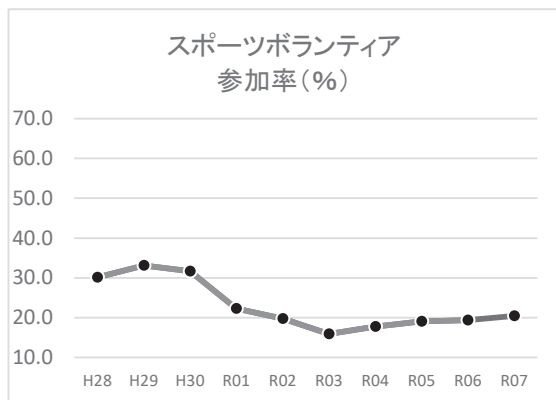
	H28	H29	H30	R01	R02	R03	R04	R05	R06		R07	
									18-79歳	20-79歳	18-79歳	20-79歳
成人の週1日以上 のスポーツ実施率(%)	49.5	46.9	48.0	50.5	58.5	58.0	51.1	47.5	50.0	49.3	49.4	48.5
成人の週3日以上 のスポーツ実施率(%)	23.7	21.9	21.3	19.1	26.1	27.3	19.8	17.5	17.7	17.1	18.1	17.4
30代女性の週1日以上 のスポーツ実施率(%)	38.7	36.6	38.7	38.7	48.2	50.0	39.3	35.1	37.7		37.5	
40代男性の週1日以上 のスポーツ実施率(%)	44.3	42.8	44.0	45.7	51.4	52.8	52.7	49.8	49.5		46.2	
60代の週1日以上 のスポーツ実施率(%)	59.5	56.4	57.9	59.0	65.0	64.8	55.3	52.1	51.7		50.4	
70代の週1日以上 のスポーツ実施率(%)	59.8	57.1	60.3	60.5	69.3	65.8	63.4	57.2	58.9		54.9	
20歳以上女性の週1日以上 のスポーツ実施率(%)	47.5	44.5	45.7	48.8	58.4	56.0	47.1	43.0	46.5		46.6	
スポーツボランティア 参加率(%)	30.1	33.1	31.7	22.3	19.7	15.9	17.7	19.0	19.4		20.4	
総合型クラブ 認知度(%)	38.7	39.2	40.1	41.6	41.9	40.0	39.9	37.1	37.8		36.7	
スポーツ観戦 出費者率(%)	28.4	27.9	22.2	35.1	28.9	21.6	22.4	28.8	31.4		33.2	
スポーツ行事 会場観戦者率(%)	50.0	50.4	43.6	49.6	40.9	31.4	31.7	38.9	42.2		44.9	
「健康寿命日本一」 認知度(%)			41.0	42.3	44.7	40.2	41.6	33.8	34.7		35.0	
「成人の週1日以上 のスポーツ実施率」の県目 標 認知度(%)			14.4	15.9	16.6	15.7	15.7	12.1	13.6		13.0	
スポーツ実施 出費者率(%)	51.7	50.7	50.5	61.1	61.3	57.1	58.4	57.3	57.6		58.3	
スポーツ支援 出費者率(%)	14.7	14.9	12.9	25.2	21.8	18.8	17.3	20.9	18.7		21.5	
ボランティア希望率(%)	36.6	36.3	34.8	34.0	32.7	31.4	35.9	32.8	35.1		34.5	
ボランティア組織 認知度(%)	17.8	21.0	20.6	19.3	18.1	17.9	19.5	19.2	20.0		21.5	

注 国の成人年齢の引き下げにあわせ、県も令和4年度より18歳から79歳を対象に調査をしている。但し、スポーツ実施率については、国は過去のデータと比較する為に20歳以上のデータで調査することとしたため、県も同様の年齢区分で調査をしている年度間にある「||」線は、線の右の年度に、線の左の年度から質問や質問の定義を変更したことを示している。R1は質問の変更、R2は「運動・スポーツの定義」の変更、R4は「運動・スポーツの定義」をR2の変更前に戻している。

# 全県スポーツ実態調査 平成28年度～令和7年度の経年比較(抜粋)



- ※1 週1日以上スポーツ実施率の目標値については、第2期秋田県スポーツ推進計画（H26～H30）、第3期計画（R1～R3）では65%程度、第4期計画（R4～R7）では70%程度としている。
- ※2 週3日以上スポーツ実施率の目標値については、第3期及び第4期秋田県スポーツ推進計画では30%程度としている。



# 令和7年度

## 全県体力テスト

全県体力テストは、新型コロナウイルス感染症の影響で令和2年度は中止し、3年度も9市町村で実施できませんでしたが、昨年度からは十分な感染防止対策を講じたうえで全市町村で実施することができました。

本報告では、本県の結果と全国の結果を掲載し、比較していますが、全国の最新データは令和7年9月スポーツ庁発行「令和6年度体力・運動能力調査報告書」掲載の令和6年度のデータとなっています。この点に留意して利用してください。

# 全県体カテスト

## 依頼人数と実施人数

■依頼人数

テスト	年齢別	男	女	合計	
				区分別	年代別
	18～19歳				
新体力テスト (20～64歳対象)	20～24歳	71	71	142	284
	25～29歳	71	71	142	
	30～34歳	71	71	142	284
	35～39歳	71	71	142	
	40～44歳	71	71	142	284
	45～49歳	71	71	142	
	50～54歳	71	71	142	284
	55～59歳	71	71	142	
	60～64歳	71	71	142	142
	小計	639	639	1278	
(65～79歳 対象) 新体力テスト	65～69歳	59	59	118	118
	70～74歳	59	59	118	236
	75～79歳	59	59	118	
	小計	177	177	354	
合計		816	816	1,632	

■実施人数

テスト	年齢別	男	女	合計	
				区分別	年代別
	18～19歳				
新体力テスト (20～64歳対象)	20～24歳	62	53	115	208
	25～29歳	52	41	93	
	30～34歳	58	43	101	218
	35～39歳	58	59	117	
	40～44歳	65	76	141	275
	45～49歳	69	65	134	
	50～54歳	50	52	102	201
	55～59歳	49	50	99	
	60～64歳	40	49	89	89
	小計	503	488	991	
(65～79歳 対象) 新体力テスト	65～69歳	55	91	146	146
	70～74歳	69	93	162	285
	75～79歳	54	69	123	
	小計	178	253	431	
合計		681	741	1,422	

総依頼人数 1,632 人

男子 816 人

女子 816 人

総実施人数 1,422 人

男子 681 人

女子 741 人

※年齢は全て令和7年4月1日現在

# 全県体力テストの項目と得点表

## テスト項目

### ◎ 新体力テスト（20～64歳）

- 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秒間の仰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（65～79歳）

- 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。

## 新体カテスト 項目別得点表(20～64歳)

### 男子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	急歩 (男子1500m)	20m シャトルラン	立ち幅とび
10	62kg以上	33回以上	61cm以上	60点以上	8'47"以下	95回以上	260cm以上
9	58～61	30～32	56～60	57～59	8'48"～9'41"	81～94	248～259
8	54～57	27～29	51～55	53～56	9'42"～10'33"	67～80	236～247
7	50～53	24～26	47～50	49～52	10'34"～11'23"	54～66	223～235
6	47～49	21～23	43～46	45～48	11'24"～12'11"	43～53	210～222
5	44～46	18～20	38～42	41～44	12'12"～12'56"	32～42	195～209
4	41～43	15～17	33～37	36～40	12'57"～13'40"	24～31	180～194
3	37～40	12～14	27～32	31～35	13'41"～14'29"	18～23	162～179
2	32～36	9～11	21～26	24～30	14'30"～15'27"	12～17	143～161
1	31kg以下	8回以下	20cm以下	23点以下	15'28"以上	11回以下	142cm以下

### 女子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	急歩 (女子1000m)	20m シャトルラン	立ち幅とび
10	39kg以上	25回以上	60cm以上	52点以上	7'14"以下	62回以上	202cm以上
9	36～38	23～24	56～59	49～51	7'15"～7'40"	50～61	191～201
8	34～35	20～22	52～55	46～48	7'41"～8'06"	41～49	180～190
7	31～33	18～19	48～51	43～45	8'07"～8'32"	32～40	170～179
6	29～30	15～17	44～47	40～42	8'33"～8'59"	25～31	158～169
5	26～28	12～14	40～43	36～39	9'00"～9'27"	19～24	143～157
4	24～25	9～11	36～39	32～35	9'28"～9'59"	14～18	128～142
3	21～23	5～8	31～35	27～31	10'00"～10'33"	10～13	113～127
2	19～20	1～4	25～30	20～26	10'34"～11'37"	8～9	98～112
1	18kg以下	0回	24cm以下	19点以下	11'38"以上	7回以下	97cm以下

### 総合評価基準表

段階	20～24歳	25～29歳	30～34歳	35～39歳	40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳
A	50以上	49以上	49以上	48以上	46以上	43以上	40以上	37以上	33以上
B	44～49	43～48	42～48	41～47	39～45	37～42	33～39	30～36	26～32
C	37～43	36～42	35～41	35～40	33～38	30～36	27～32	24～29	20～25
D	30～36	29～35	28～34	28～34	26～32	23～29	21～26	18～23	15～19
E	29以下	28以下	27以下	27以下	25以下	22以下	20以下	17以下	14以下

### 体力年齢判定基準表

体力年齢	得点	体力年齢	得点
20～24歳	46以上	50～54歳	30～32
25～29歳	43～45	55～59歳	27～29
30～34歳	40～42	60～64歳	25～26
35～39歳	38～39	65～69歳	22～24
40～44歳	36～37	70～74歳	20～21
45～49歳	33～35	75～79歳	19以下

## 新体力テスト 項目別得点表(65歳～79歳)

### 男子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	開眼片足立ち	10m障害物歩行	6分間歩行
10	49kg以上	21回以上	56cm以上	120秒以上	4.4秒以下	755m以上
9	45～48	19～20	51～55	73～119	4.5～5.0	695～754
8	42～44	16～18	46～50	46～72	5.1～5.6	645～694
7	39～41	14～15	41～45	31～45	5.7～6.1	595～644
6	36～38	12～13	36～40	21～30	6.2～7.0	550～594
5	32～35	10～11	31～35	15～20	7.1～7.8	510～549
4	29～31	7～9	26～30	10～14	7.9～8.5	470～509
3	25～28	4～6	21～25	7～9	8.6～9.4	430～469
2	22～24	1～3	14～20	5～6	9.5～11.0	390～429
1	21kg以下	0回	13cm以下	4秒以下	11.1秒以上	389m以下

### 女子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	開眼片足立ち	10m障害物歩行	6分間歩行
10	32kg以上	17回以上	56cm以上	120秒以上	5.0秒以下	690m以上
9	29～31	15～16	51～55	67～119	5.1～5.8	640～689
8	27～28	13～14	47～50	40～66	5.9～6.5	610～639
7	25～26	11～12	43～46	26～39	6.6～7.2	570～609
6	22～24	9～10	39～42	18～25	7.3～8.0	525～569
5	20～21	7～8	35～38	12～17	8.1～9.0	480～524
4	17～19	5～6	30～34	8～11	9.1～10.4	435～479
3	14～16	3～4	24～29	5～7	10.5～12.6	400～434
2	12～13	1～2	18～23	4	12.7～15.0	340～399
1	11kg以下	0回	17cm以下	3秒以下	15.1秒以上	339m以下

### 総合評価基準表

段階	65～69歳	70～74歳	75歳以上
A	49以上	46以上	43以上
B	41～48	38～45	34～42
C	33～40	30～37	26～33
D	25～32	22～29	18～25
E	24以下	21以下	17以下

## テストの結果①

### 握力

【全国】令和6年度 年齢別テストの結果

年齢	握力 (kg)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	1,059	44.68	7.35	797	27.22	4.79
25-29	1,064	45.90	7.58	776	27.63	4.97
30-34	1,029	46.29	7.70	843	28.01	4.72
35-39	1,296	45.73	7.14	1,115	28.13	4.71
40-44	1,309	45.47	7.13	1,285	28.26	4.64
45-49	1,313	45.10	6.81	1,266	27.90	4.65
50-54	1,119	44.39	6.69	1,146	27.09	4.54
55-59	881	43.49	6.37	1,000	26.49	4.19
60-64	934	41.91	6.18	1,027	25.85	4.05
65-69	915	39.30	5.96	938	25.23	4.08
70-74	931	37.67	5.87	940	23.90	3.90
75-79	856	35.13	5.78	940	22.72	3.77

【秋田県】令和7年度 年齢別テストの結果

年齢	握力 (kg)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	69	41.59	9.60	48	26.79	4.82
25-29	53	42.83	8.83	36	26.50	5.61
30-34	51	44.61	8.40	35	27.54	4.53
35-39	67	48.28	7.76	54	29.35	4.82
40-44	74	46.68	8.59	67	29.49	5.11
45-49	61	46.43	6.80	56	27.77	5.74
50-54	50	45.74	6.67	48	27.17	3.86
55-59	46	43.98	7.42	50	26.98	4.31
60-64	48	42.48	6.40	45	26.69	5.07
65-69	52	41.69	7.14	72	25.42	4.43
70-74	64	37.81	6.01	89	23.76	3.16
75-79	54	35.46	5.45	79	22.61	4.89

### 上体起こし

【全国】令和6年度 年齢別テストの結果

年齢	上体起こし (回)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	1,062	28.62	5.68	795	21.18	5.68
25-29	1,054	28.07	5.61	767	20.18	5.78
30-34	1,013	26.90	5.44	814	18.81	5.68
35-39	1,253	25.82	5.55	1,058	17.21	5.50
40-44	1,254	23.82	5.33	1,238	16.13	5.38
45-49	1,296	22.79	5.33	1,230	15.22	5.60
50-54	1,086	21.70	5.34	1,120	14.50	5.84
55-59	854	20.60	5.58	978	13.12	6.25
60-64	901	19.30	5.79	1,004	12.24	5.93
65-69	878	15.90	6.23	934	10.45	6.15
70-74	908	14.51	6.26	940	9.55	6.12
75-79	813	12.59	6.92	940	8.21	6.25

【秋田県】令和7年度 年齢別テストの結果

年齢	上体起こし (回)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	69	26.01	5.28	48	20.46	5.48
25-29	53	26.64	6.38	36	21.42	3.97
30-34	51	26.47	4.20	35	19.34	4.76
35-39	67	26.30	6.20	54	16.46	6.31
40-44	74	22.91	6.25	67	14.97	6.07
45-49	62	22.40	6.41	56	15.32	5.14
50-54	50	20.88	5.81	48	13.58	7.02
55-59	46	19.35	5.03	50	13.82	5.87
60-64	48	19.92	6.30	45	12.24	6.07
65-69	52	16.33	6.62	72	12.44	6.07
70-74	64	15.34	5.99	89	9.69	6.06
75-79	54	9.81	6.14	81	8.30	7.01

### 長座体前屈

【全国】令和6年度 年齢別テストの結果

年齢	長座体前屈 (cm)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	1,055	44.94	10.06	785	45.59	9.64
25-29	1,061	44.25	10.76	765	44.87	9.54
30-34	1,021	42.97	10.77	828	43.07	9.19
35-39	1,270	41.46	10.49	1,084	42.42	10.02
40-44	1,274	39.26	11.00	1,252	41.10	9.93
45-49	1,295	39.00	10.69	1,241	40.74	9.63
50-54	1,106	38.33	10.18	1,126	41.59	9.36
55-59	877	37.32	10.38	983	41.10	9.06
60-64	925	36.60	10.76	1,003	40.97	9.13
65-69	902	35.42	10.48	939	40.27	8.89
70-74	929	34.65	10.63	940	39.39	8.95
75-79	838	33.83	11.51	940	38.96	9.33

【秋田県】令和7年度 年齢別テストの結果

年齢	長座体前屈 (cm)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	69	43.67	13.47	48	44.79	12.01
25-29	53	43.12	9.86	36	44.54	7.71
30-34	51	39.14	10.21	35	44.47	10.60
35-39	67	45.66	11.80	54	43.71	11.07
40-44	74	39.58	11.64	67	48.78	36.58
45-49	62	40.90	12.34	56	43.50	12.60
50-54	50	38.10	14.25	48	40.88	9.37
55-59	46	36.79	10.89	50	40.20	10.30
60-64	48	39.91	10.26	45	39.84	9.67
65-69	52	36.79	13.70	72	40.99	9.45
70-74	64	35.60	10.20	89	40.58	8.89
75-79	54	35.39	13.25	81	37.17	10.66

## テストの結果②

### 立ち幅とび

【 全国 】 令和6年度 年齢別テストの結果

年齢	立ち幅とび (cm)					
	男 子			女 子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	1,053	226.35	24.62	795	167.66	22.58
25-29	1,063	222.45	24.18	762	165.31	22.77
30-34	1,010	215.99	23.86	818	159.17	22.75
35-39	1,250	210.67	23.11	1,079	152.81	22.88
40-44	1,274	202.49	23.51	1,239	149.52	22.32
45-49	1,255	196.27	22.99	1,230	144.79	22.19
50-54	1,085	192.20	22.26	1,111	140.23	22.81
55-59	849	182.79	21.53	961	136.72	22.93
60-64	894	174.45	24.23	986	129.48	22.62

【 秋田県 】 令和7年度 年齢別テストの結果

年齢	立ち幅とび (cm)					
	男 子			女 子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	69	218.26	34.27	48	168.83	21.12
25-29	53	214.92	25.59	36	169.92	21.71
30-34	51	207.43	23.84	35	157.74	16.89
35-39	67	212.33	19.96	54	154.85	25.09
40-44	74	198.00	23.74	67	144.79	21.42
45-49	62	196.06	35.77	56	140.75	26.75
50-54	50	182.14	29.83	48	135.98	34.79
55-59	46	176.07	22.66	50	136.82	21.13
60-64	48	168.63	33.49	45	129.47	30.00

### 反復横とび

【 全国 】 令和6年度 年齢別テストの結果

年齢	反復横とび (点)					
	男 子			女 子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	1,051	55.43	7.72	784	46.29	6.91
25-29	1,057	54.25	7.49	753	45.64	6.60
30-34	997	52.21	7.01	784	43.30	6.60
35-39	1,239	50.23	7.09	1,029	41.87	6.39
40-44	1,235	48.11	6.88	1,185	40.83	6.27
45-49	1,237	46.84	6.74	1,197	40.05	6.10
50-54	1,072	45.65	6.70	1,099	39.47	6.31
55-59	835	43.77	6.54	945	38.40	5.99
60-64	885	42.29	6.57	972	36.86	6.04

【 秋田県 】 令和7年度 年齢別テストの結果

年齢	反復横とび (点)					
	男 子			女 子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	69	53.06	9.57	48	45.19	7.00
25-29	53	52.40	7.74	36	46.19	6.53
30-34	51	52.02	6.57	35	43.40	6.04
35-39	67	52.06	5.93	54	41.17	7.34
40-44	74	46.42	9.95	67	40.13	7.14
45-49	62	45.15	9.31	56	38.50	8.09
50-54	50	43.12	8.03	48	37.33	8.57
55-59	46	42.67	5.88	50	38.02	8.60
60-64	48	41.65	7.95	45	36.96	8.98

### 20mシャトルラン

【 全国 】 令和6年度 年齢別テストの結果

年齢	20mシャトルラン (折り返し数)					
	男 子			女 子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	843	71.30	24.51	594	38.16	15.69
25-29	842	66.08	24.56	570	34.59	14.60
30-34	780	59.10	24.52	575	30.05	12.92
35-39	965	56.72	24.14	751	27.66	12.44
40-44	967	51.76	21.91	863	25.27	10.87
45-49	957	45.99	21.03	854	23.24	11.19
50-54	813	40.62	19.00	767	22.15	10.87
55-59	601	34.69	17.08	649	20.69	10.38
60-64	649	31.74	16.81	641	17.37	8.81

【 秋田県 】 令和7年度 年齢別テストの結果

年齢	20mシャトルラン (折り返し数)					
	男 子			女 子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	56	60.80	25.32	40	35.40	19.77
25-29	47	61.79	27.33	30	29.73	16.70
30-34	42	54.38	22.53	28	31.54	11.77
35-39	60	52.90	25.26	49	22.20	13.95
40-44	68	46.10	19.15	62	20.92	12.95
45-49	57	41.33	21.10	47	19.13	10.94
50-54	43	38.30	21.94	39	19.08	11.44
55-59	40	29.48	13.00	35	17.94	9.09
60-64	39	28.77	17.30	35	15.09	8.05

(注) 20～64歳は20mシャトルランか急歩のいずれかを選択して実施した。

## テストの結果③

### 急歩

【全国】令和6年度 年齢別テストの結果

年齢	急歩 (秒)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	192	702.20	116.65	162	532.51	56.93
25-29	196	690.46	93.97	158	527.61	52.22
30-34	183	702.39	98.86	153	535.22	50.62
35-39	192	714.19	96.39	165	541.13	48.46
40-44	196	721.80	94.23	200	537.37	49.23
45-49	218	727.73	94.11	236	542.11	52.97
50-54	197	729.39	103.62	242	547.71	50.22
55-59	201	742.35	98.82	226	543.95	58.77
60-64	190	754.63	100.05	225	546.83	55.29

(注)20～64歳は20mシャトルランか急歩のいずれかを選択して実施した。

【秋田県】令和7年度 年齢別テストの結果

年齢	急歩 (秒)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	13	697.69	112.55	8	545.13	45.95
25-29	6	571.83	98.63	6	497.50	27.75
30-34	9	674.50	135.85	7	620.29	142.83
35-39	7	622.57	52.42	5	552.80	98.20
40-44	6	628.67	153.11	5	541.60	34.82
45-49	5	716.80	68.89	9	522.33	66.22
50-54	7	709.29	98.19	9	688.89	152.45
55-59	6	798.33	117.35	15	545.20	149.09
60-64	9	743.33	75.21	10	547.50	135.46

### 開眼片足立ち

【全国】令和6年度 年齢別テストの結果

年齢	開眼片足立ち (秒)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
65-69	897	83.77	41.53	939	86.19	39.97
70-74	940	72.18	43.50	940	78.19	41.23
75-79	843	58.51	43.94	940	64.29	42.44

【秋田県】令和7年度 年齢別テストの結果

年齢	開眼片足立ち (秒)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
65-69	52	87.42	39.63	72	94.86	38.23
70-74	64	72.38	44.65	89	75.15	41.69
75-79	54	54.46	43.88	81	54.68	41.67

### 10m障害物歩行

【全国】令和6年度 年齢別テストの結果

年齢	10m障害物歩行 (秒)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
65-69	848	5.99	1.23	939	6.76	1.20
70-74	905	6.21	1.35	940	7.07	1.28
75-79	797	6.77	1.50	940	7.51	1.41

【秋田県】令和7年度 年齢別テストの結果

年齢	10m障害物歩行 (秒)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
65-69	52	5.97	1.21	72	6.37	1.24
70-74	64	6.26	1.40	89	6.83	1.57
75-79	54	6.70	1.57	81	6.90	2.27

### 6分間歩行

【全国】令和6年度 年齢別テストの結果

年齢	6分間歩行 (m)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
65-69	827	627.75	94.15	940	591.29	69.08
70-74	850	605.88	89.57	940	569.09	72.18
75-79	736	583.00	95.13	940	550.77	74.05

【秋田県】令和7年度 年齢別テストの結果

年齢	6分間歩行 (m)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
65-69	52	634.90	100.07	72	589.19	109.63
70-74		597.45	125.86	89	575.04	116.56
75-79	54	538.15	145.15	81	504.80	174.65

## テストの結果④

### 合計点

【全国】令和6年度 年齢別テストの結果

年齢	合計点 (点)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	977	41.94	7.24	718	40.44	7.67
25-29	978	40.99	7.50	690	39.31	7.96
30-34	900	39.29	7.37	678	37.08	7.47
35-39	1,067	37.42	7.25	838	35.08	7.39
40-44	1,043	34.83	6.92	965	33.76	7.00
45-49	1,065	33.25	6.79	1,012	32.23	7.35
50-54	936	31.33	6.69	938	31.16	7.13
55-59	728	28.96	6.34	815	29.67	7.02
60-64	778	26.83	6.58	807	27.77	6.66
65-69	766	42.33	7.11	929	42.40	6.90
70-74	796	39.81	7.33	940	39.95	7.18
75-79	687	36.31	8.31	940	37.11	7.41

(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7年度 年齢別テストの結果

年齢	合計点 (点)					
	男子			女子		
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差
20-24	69	38.33	8.63	48	38.83	7.51
25-29	53	38.32	7.87	36	39.42	6.81
30-34	52	36.86	6.29	35	36.83	7.78
35-39	67	39.18	7.63	54	34.44	8.12
40-44	74	33.58	7.75	67	32.93	8.66
45-49	62	32.74	8.13	56	31.52	8.45
50-54	50	29.88	6.92	48	28.90	8.67
55-59	46	26.91	7.15	50	29.72	7.74
60-64	48	26.77	8.01	45	27.49	7.53
65-69	52	43.56	7.27	72	44.01	6.79
70-74	64	39.95	7.71	89	40.74	7.41
75-79	54	34.17	7.69	81	35.83	8.86

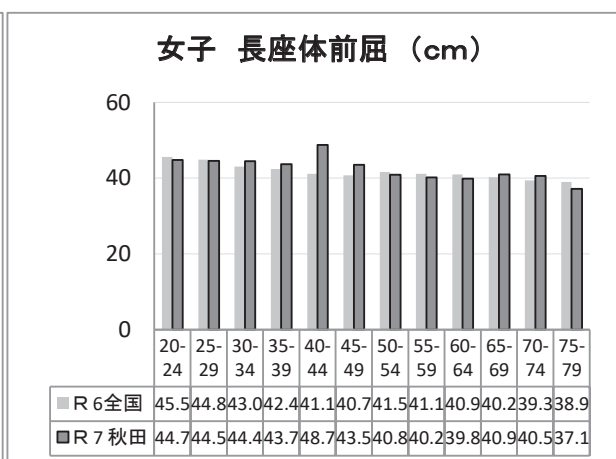
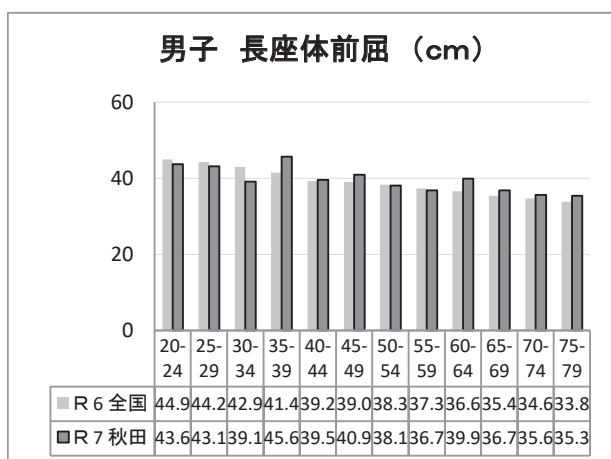
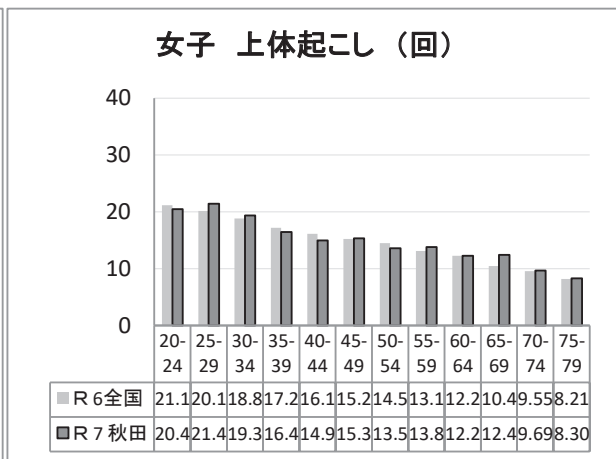
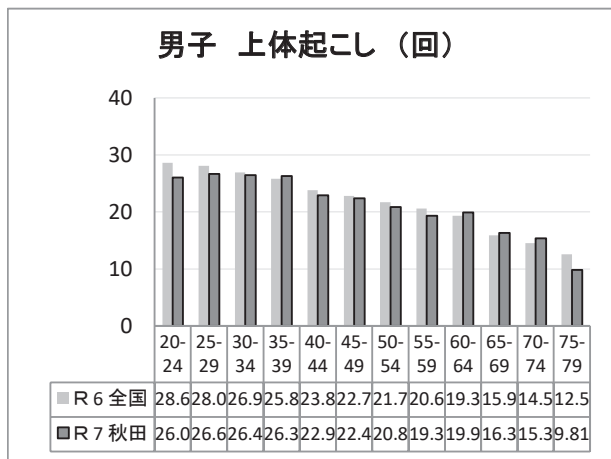
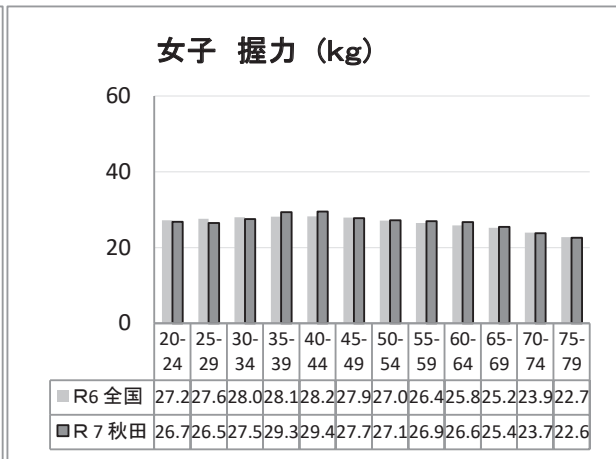
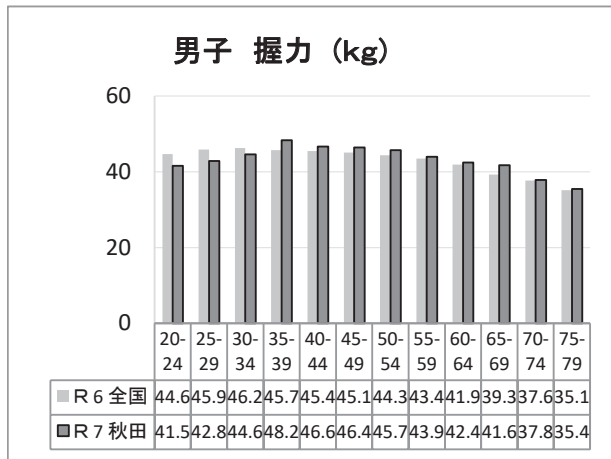
### 総合評価

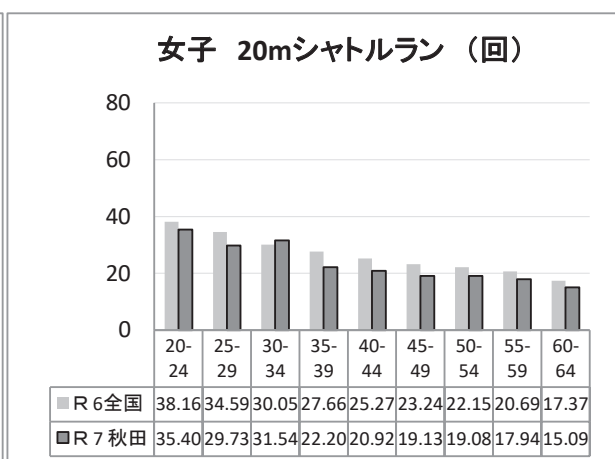
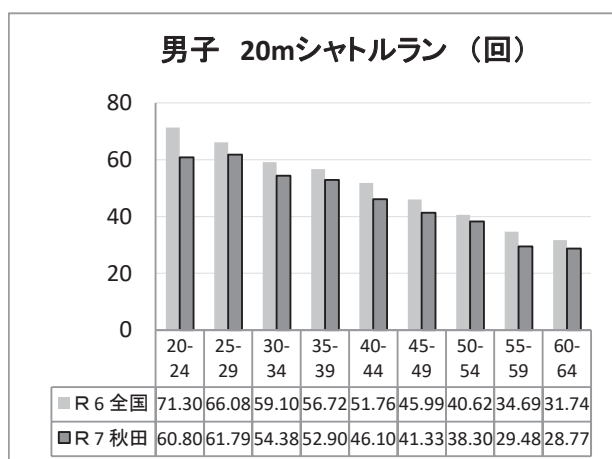
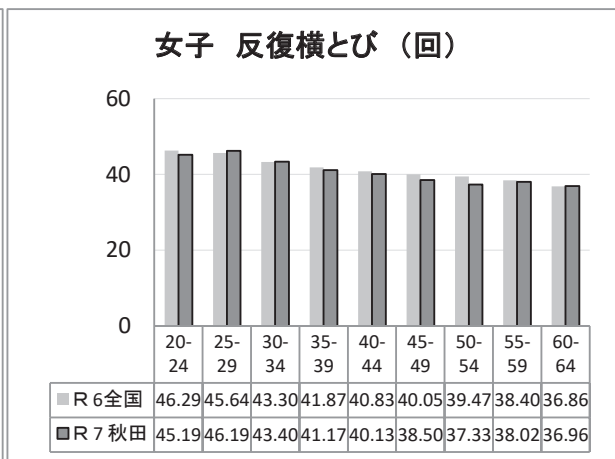
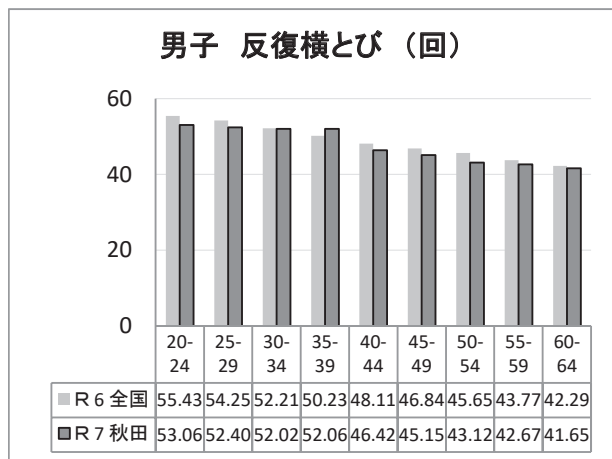
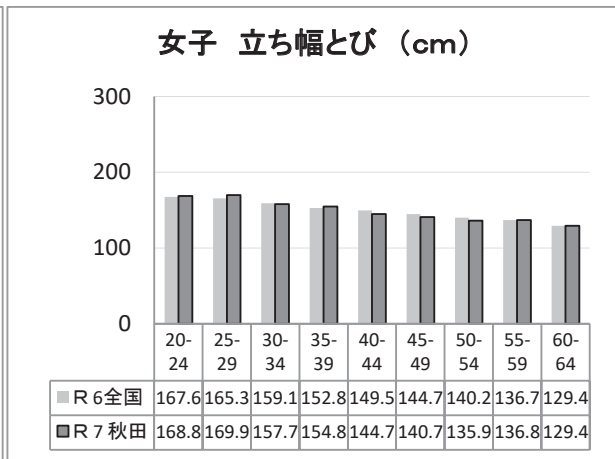
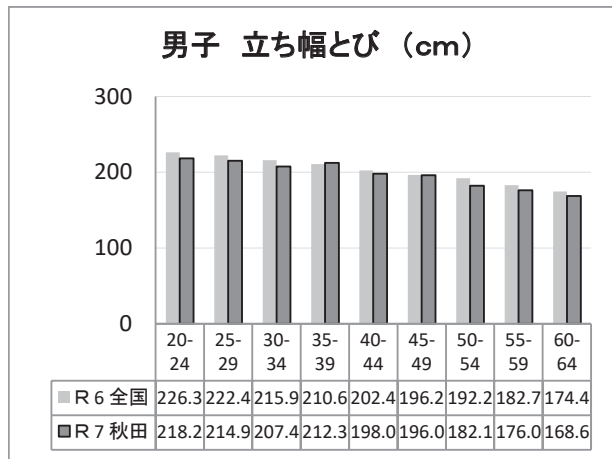
【全国】令和6年度 年齢別テストの結果

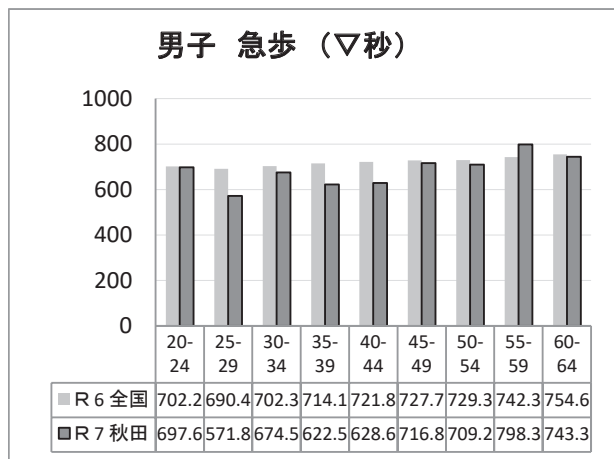
年齢	総合評価(男子)										総合評価(女子)													
	A		B		C		D		E		合計		A		B		C		D		E		合計	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
20-24	154	15.76	278	28.45	318	32.55	183	18.73	44	4.50	977	100.00	90	12.53	180	33.43	240	33.43	139	19.36	69	9.61	718	100.00
25-29	170	17.38	257	26.28	326	33.33	176	18.00	49	5.01	978	100.00	90	13.04	174	25.22	211	30.58	147	21.30	68	9.86	690	100.00
30-34	106	11.78	237	26.33	310	34.44	196	21.78	51	5.67	900	100.00	42	6.19	152	22.42	232	34.22	181	26.70	71	10.47	678	100.00
35-39	92	8.62	270	25.30	338	31.68	288	26.99	79	7.40	1,067	100.00	44	5.25	143	17.06	254	30.31	265	31.62	132	15.75	838	100.00
40-44	66	6.33	232	22.24	361	34.61	298	28.57	86	8.25	1,043	100.00	51	5.28	182	18.86	318	32.95	304	31.50	110	11.40	965	100.00
45-49	107	10.05	225	21.13	417	39.15	257	24.13	59	5.54	1,065	100.00	85	8.40	197	19.47	351	34.68	291	28.75	88	8.70	1,012	100.00
50-54	107	11.43	300	32.05	304	32.48	170	18.16	55	5.88	936	100.00	117	12.47	265	28.25	312	33.26	190	20.26	54	5.76	938	100.00
55-59	89	12.23	248	34.07	247	33.93	116	15.93	28	3.85	728	100.00	135	16.56	258	31.66	267	32.76	123	15.09	32	3.93	815	100.00
60-64	151	19.41	291	37.40	231	29.69	87	11.18	18	2.31	778	100.00	190	23.54	305	37.79	229	28.38	72	8.92	11	1.36	807	100.00
65-69	164	21.41	309	40.34	223	29.11	61	7.96	9	1.17	766	100.00	189	20.34	385	41.44	278	29.92	73	7.86	4	0.43	929	100.00
70-74	190	23.87	326	40.95	208	26.13	65	8.17	7	0.88	796	100.00	222	23.62	369	39.26	268	28.51	79	8.40	2	0.21	940	100.00
75-79	162	23.58	282	41.05	163	23.73	73	10.63	7	1.02	687	100.00	231	24.57	397	42.23	258	27.45	53	5.64	1	0.11	940	100.00

【秋田県】令和7年度 年齢別テストの結果

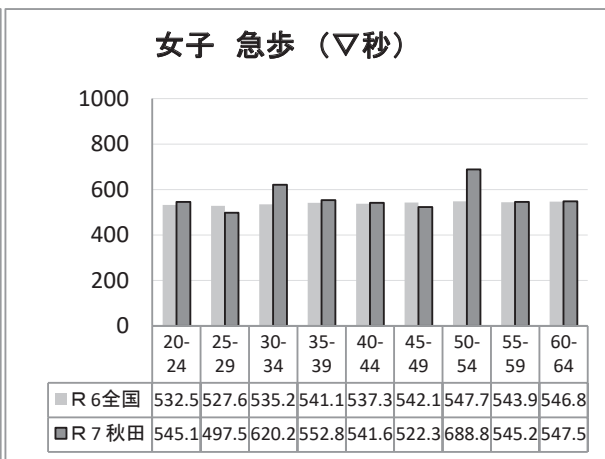
年齢	総合評価(男子)										総合評価(女子)													
	A		B		C		D		E		合計		A		B		C		D		E		合計	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
20-24	7	10.14	13	18.84	23	33.33	17	24.64	9	13.04	69	100.00	4	8.33	8	16.67	17	35.42	15	31.25	4	8.33	48	100.00
25-29	6	11.32	8	15.09	19	35.85	14	26.42	6	11.32	53	100.00	4	11.11	9	25.00	11	30.56	12	33.33	0	0.00	36	100.00
30-34	1	1.92	10	19.23	22	42.31	15	28.85	3	5.77	52	100.00	3	8.57	6	17.14	12	34.29	10	28.57	4	11.43	35	100.00
35-39	10	14.93	19	28.36	22	32.84	12	17.91	4	5.97	67	100.00	4	7.41	8	14.81	12	22.22	21	38.89	9	16.67	54	100.00
40-44	7	9.46	16	21.62	19	25.68	19	25.68	13	17.57	74	100.00	5	7.46	15	22.39	13	19.40	19	28.36	15	22.39	67	100.00
45-49	9	14.52	13	20.97	23	37.10	10	16.13	7	11.29	62	100.00	5	8.93	7	12.50	20	35.71	17	30.36	7	12.50	56	100.00
50-54	3	6.00	15	30.00	20	40.00	7	14.00	5	10.00	50	100.00	8	16.67	7	14.58	11	22.92	13	27.08	9	18.75	48	100.00
55-59	7	15.22	8	17.39	16	34.78	12	26.09	3	6.52	46	100.00	10	20.00	10	20.00	23	46.00	5	10.00	2	4.00	50	100.00
60-64	11	22.92	17	35.42	12	25.00	4	8.33	4	8.33	48	100.00	12	26.67	14	31.11	15	33.33	1	2.22	3	6.67	45	100.00
65-69	16	30.77	17	32.69	16	30.77	3	5.77	0	0.00	52	100.00	17	23.61	39	54.17	10	13.89	6	8.33	0	0.00	72	100.00
70-74	16	25.00	26	40.63	15	23.44	6	9.38	1	1.56	64	100.00	26	29.21	31	34.83	27	30.34	5	5.62	0	0.00	89	100.00
75-79	9	16.67	19	35.19	18	33.33	7	12.96	1	1.85	54	100.00	16	19.75	30	37.04	26	32.10	7	8.64	2	2.47	81	100.00



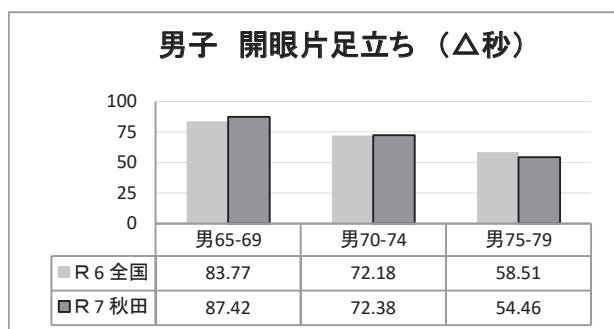




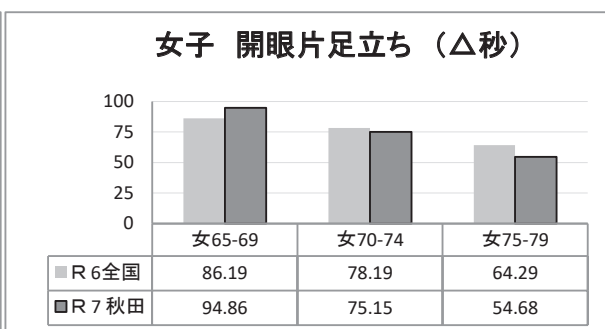
※ ▽秒は時間が短いほど記録がよい。



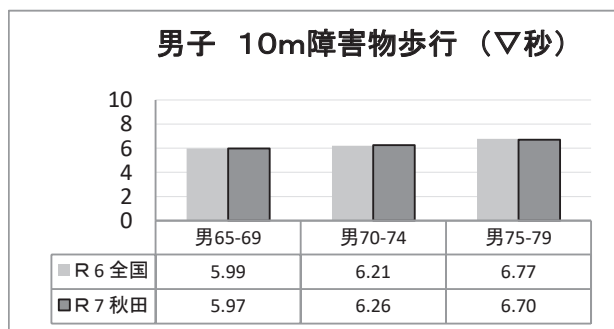
※ ▽秒は時間が短いほど記録がよい。



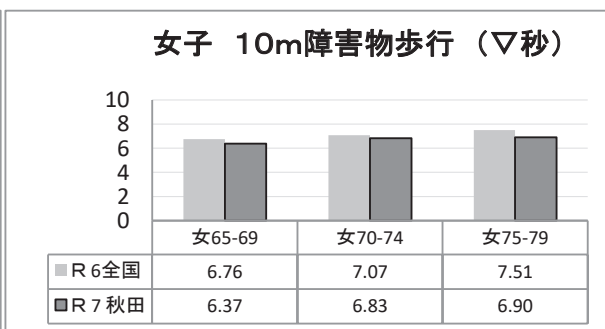
※ △秒は時間が長いほど記録がよい。



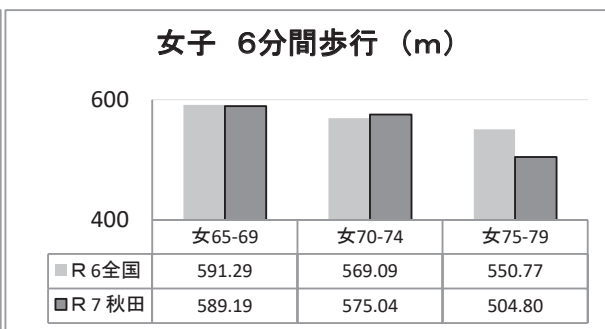
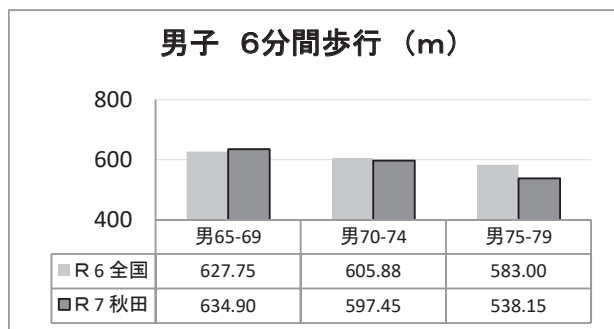
※ △秒は時間が長いほど記録がよい。



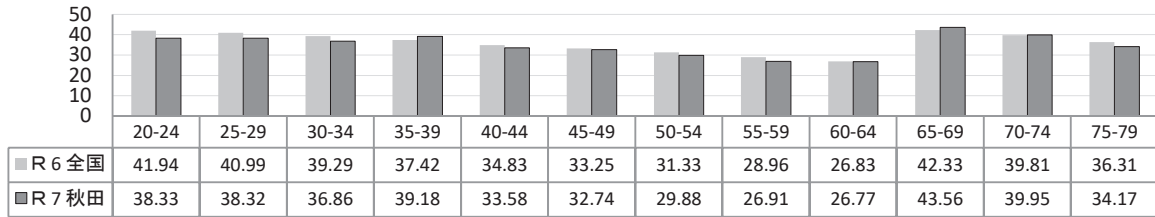
※ ▽秒は時間が短いほど記録がよい。



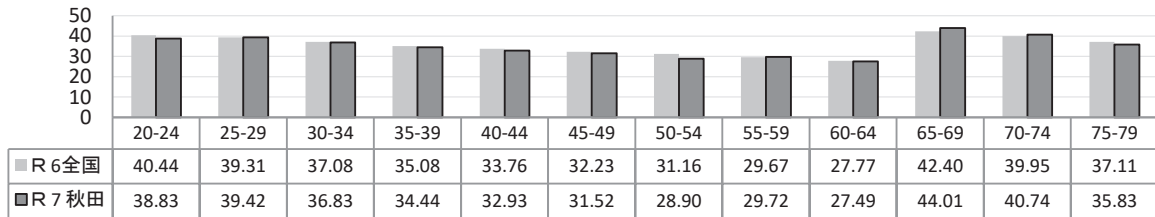
※ ▽秒は時間が短いほど記録がよい。



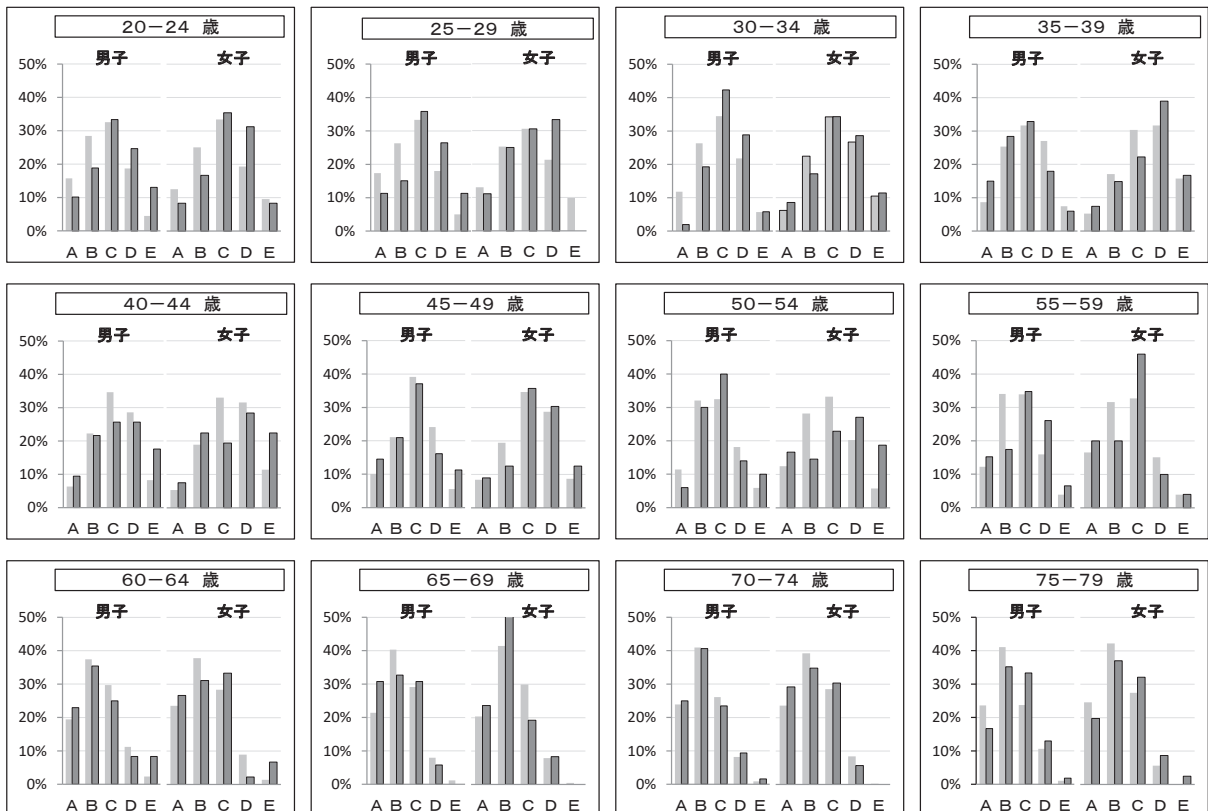
### 男子 合計点 (点)



### 女子 合計点 (点)



### 年齢別の総合評価(グラフデータは左から, R6全国, R7秋田)



## ADL(日常生活活動テスト)の結果

### 【全国】令和6年度

ADL 年齢	問1 休まないでどのくらい歩けますか。			問2 休まないでどのくらい走れますか。			問3 どのくらいの溝だったら、とび越えられますか。											
	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	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
男性 65-69	27	3.35	275	34.16	503	62.48	85	10.59	445	55.42	273	34.00	7	0.87	160	19.93	636	79.20
70-74	31	3.65	290	34.12	529	62.24	98	11.58	449	53.07	299	35.34	12	1.42	204	24.09	631	74.50
75-79	59	7.79	287	37.91	411	54.29	140	18.54	401	53.11	214	28.34	24	3.18	234	30.99	497	65.83
女性 65-69	35	3.73	386	41.11	518	55.17	172	18.44	584	62.59	177	18.97	25	2.67	398	42.52	513	54.81
70-74	37	3.94	465	49.52	437	46.54	178	19.02	630	67.31	128	13.68	35	3.74	481	51.33	421	44.93
75-79	61	6.86	447	50.28	381	42.86	256	28.96	482	54.52	146	16.52	60	6.79	505	57.13	319	36.09

### 【秋田県】令和7年度

ADL 年齢	問1 休まないでどのくらい歩けますか。			問2 休まないでどのくらい走れますか。			問3 どのくらいの溝だったら、とび越えられますか。											
	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	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
男性 65-69	5	9.62	20	38.46	27	51.92	9	17.31	22	42.31	21	40.38	0	0.00	16	30.77	36	69.23
70-74	1	1.56	24	37.50	39	60.94	7	10.94	40	62.50	17	26.56	0	0.00	13	20.31	51	79.69
75-79	5	9.26	31	57.41	18	33.33	8	14.81	40	74.07	6	11.11	2	3.70	20	37.04	32	59.26
女性 65-69	1	1.39	32	44.44	39	54.17	10	13.89	46	63.89	16	22.22	3	4.17	32	44.44	37	51.39
70-74	4	4.49	40	44.94	45	50.56	19	21.35	57	64.04	13	14.61	5	5.62	46	51.69	38	42.70
75-79	1	1.23	47	65.28	28	34.57	21	25.93	47	58.02	13	16.05	8	9.88	48	59.26	25	30.86

### 【全国】令和6年度

ADL 年齢	問4 階段をどのようにして昇りますか。			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。											
	手すりや壁につかまらな いと昇れない	ゆっくりなら、手 すりや壁につか まらずに昇れる	サッサと楽に、 手すりや壁に つかまらずに昇 れる	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	できない	10～20秒程度	30秒以上									
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%				
男性 65-69	20	2.48	237	29.51	548	68.24	48	5.96	282	34.99	476	59.06	22	2.73	389	48.32	394	48.94
70-74	16	1.89	324	38.25	508	59.98	51	6.01	325	38.33	472	55.66	25	2.96	428	50.65	392	46.39
75-79	53	6.99	325	43.05	380	50.33	68	8.98	339	44.78	350	46.24	54	7.18	403	53.59	295	39.23
女性 65-69	30	3.20	358	38.25	550	58.76	55	5.89	275	29.44	604	64.67	21	2.25	465	49.79	448	47.97
70-74	48	5.11	441	47.07	451	48.13	63	6.71	352	37.49	524	55.80	39	4.17	460	49.20	436	46.63
75-79	69	7.75	462	52.26	359	40.61	99	11.22	349	39.57	434	49.21	48	5.44	482	54.59	353	39.98

### 【秋田県】令和7年度

ADL 年齢	問4 階段をどのようにして昇りますか。			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。											
	手すりや壁につかまらな いと昇れない	ゆっくりなら、手 すりや壁につか まらずに昇れる	サッサと楽に、 手すりや壁に つかまらずに昇 れる	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	できない	10～20秒程度	30秒以上									
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%						
男性 65-69	1	1.92	22	42.31	29	55.77	1	1.92	22	42.31	29	55.77	2	3.85	29	55.77	21	40.38
70-74	8	12.50	29	45.31	27	42.19	8	12.50	29	45.31	27	42.19	2	3.13	36	56.25	26	40.63
75-79	10	18.52	24	44.44	20	37.04	10	18.52	24	44.44	20	37.04	2	3.70	39	72.22	13	24.07
女性 65-69	4	5.56	23	31.94	45	62.50	4	5.56	23	31.94	45	62.50	1	1.39	25	34.72	46	63.89
70-74	5	5.62	36	40.45	48	53.93	5	5.62	36	40.45	48	53.93	4	4.49	46	51.69	39	43.82
75-79	10	12.35	33	40.74	38	46.91	10	12.35	33	40.74	38	46.91	4	4.94	45	55.56	32	39.51

【 全国 】 令和6年度

ADL	問7 バスや電車に乗ったとき、立っていただけますか。						問8 立ったままで、ズボンやスカートがはけますか。						問9 シャツの前ボタンを、掛けたり外したりできますか。					
	立ってられない		吊革や手すりにつかまれば立ってられる		発車や停車のとき以外は何にもつかまらずに立ってられる		座らないとできない		何かにつかまれば立ったままできる		何にもつかまらないうで立ったままできる		両手でゆっくりとならできる		両手で素早くできる		片手でもできる	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
男性 65-69	20	2.49	330	41.04	454	56.47	17	2.11	121	15.05	666	82.84	79	9.83	407	50.62	318	39.55
70-74	20	2.37	368	43.55	457	54.08	19	2.24	185	21.89	646	76.45	111	13.07	401	47.23	337	39.69
75-79	46	6.08	358	47.35	352	46.56	28	3.69	210	27.78	520	68.78	151	19.92	347	45.78	260	34.30
女性 65-69	40	4.28	484	51.82	410	43.90	19	2.03	149	15.95	770	82.44	47	5.01	511	54.42	381	40.58
70-74	32	3.41	547	58.25	360	38.34	32	3.40	175	18.64	733	78.06	96	10.21	532	56.60	312	33.19
75-79	47	5.33	540	61.22	295	33.45	28	3.14	200	22.68	663	75.17	116	13.02	492	55.22	283	31.76

【 秋田県 】 令和7年度

ADL	問7 バスや電車に乗ったとき、立っていただけますか。						問8 立ったままで、ズボンやスカートがはけますか。						問9 シャツの前ボタンを、掛けたり外したりできますか。					
	立ってられない		吊革や手すりにつかまれば立ってられる		発車や停車のとき以外は何にもつかまらずに立ってられる		座らないとできない		何かにつかまれば立ったままできる		何にもつかまらないうで立ったままできる		両手でゆっくりとならできる		両手で素早くできる		片手でもできる	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
男性 65-69	1	1.92	24	46.15	27	51.92	0	0.00	11	21.15	41	78.85	9	17.31	23	44.23	20	38.46
70-74	2	3.13	43	67.19	19	29.69	2	3.13	14	21.88	48	75.00	11	17.19	38	59.38	15	23.44
75-79	4	7.41	31	57.41	19	35.19	0	0.00	12	22.22	42	77.78	16	29.63	23	42.59	15	27.78
女性 65-69	4	5.56	34	47.22	34	47.22	0	0.00	5	6.94	67	93.06	2	2.78	40	55.56	30	41.67
70-74	6	6.74	55	61.80	28	31.46	5	5.62	15	16.85	69	77.53	11	12.36	46	51.69	32	35.96
75-79	7	8.64	52	64.20	22	27.16	5	6.17	19	23.46	57	70.37	17	20.99	44	54.32	20	24.69

【 全国 】 令和6年度

ADL	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、手を使わずに上体だけを起こせますか。					
	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		できない		5kg程度		10kg程度		できない		1~2回程度		3~4回程度	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
男性 65-69	3	0.37	157	19.53	644	80.10	5	0.62	114	14.18	685	85.20	64	7.97	234	29.10	505	62.81
70-74	9	1.06	193	22.73	647	76.21	6	0.71	122	14.37	721	84.92	81	9.59	277	32.63	487	57.36
75-79	21	2.77	204	26.91	533	70.32	10	1.32	164	21.72	581	76.95	120	15.94	293	38.81	340	45.03
女性 65-69	5	0.53	343	36.61	589	62.86	13	1.39	385	41.13	538	57.48	188	20.22	374	39.96	368	39.32
70-74	15	1.60	378	40.30	545	58.10	14	1.49	484	51.54	441	46.96	223	23.93	392	41.75	317	33.76
75-79	15	1.70	394	44.57	475	53.73	25	2.82	530	59.68	333	37.50	259	29.30	374	42.12	251	28.27

【 秋田県 】 令和7年度

ADL	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、手を使わずに上体だけを起こせますか。					
	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		できない		5kg程度		10kg程度		できない		1~2回程度		3~4回程度	
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%
男性 65-69	0	0.00	17	32.69	35	67.31	1	1.92	2	3.85	49	94.23	2	3.85	17	32.69	33	63.46
70-74	0	0.00	11	17.19	53	82.81	0	0.00	6	9.38	58	90.63	9	14.06	27	42.19	28	43.75
75-79	1	1.85	15	27.78	38	70.37	2	3.70	7	12.96	45	83.33	7	12.96	30	55.56	17	31.48
女性 65-69	1	1.39	21	29.17	50	69.44	1	1.39	16	22.22	55	76.39	12	16.67	30	33.71	30	41.67
70-74	1	1.12	39	43.82	49	55.06	3	3.37	32	35.96	54	60.67	13	14.61	45	62.50	31	34.83
75-79	0	0.00	31	38.27	50	61.73	1	1.23	48	59.26	32	39.51	14	17.28	36	44.44	31	38.27

# ADL（日常生活活動テスト）結果 —高齢者（65～79歳）—

問1 休まないでどのくらい歩けますか。

- : 5～10分程度
- : 20～40分程度
- : 1時間以上

65-69	R6全	3.4%	34.2%	62.5%
男性	R7秋	9.6%	38.5%	51.9%
70-74	R6全	3.7%	34.1%	62.2%
男性	R7秋	1.6%	37.5%	60.9%
75-79	R6全	7.8%	37.9%	54.3%
男性	R7秋	9.3%	57.4%	33.3%
65-69	R6全	3.7%	41.1%	55.2%
女性	R7秋	1.4%	44.4%	54.2%
70-74	R6全	3.9%	49.5%	46.5%
女性	R7秋	4.5%	44.9%	50.6%
75-79	R6全	6.9%	50.3%	42.9%
女性	R7秋	1.2%	65.3%	34.6%

問2 休まないでどのくらい走れますか。

- : 走れない
- : 3～5分程度
- : 10分以上

65-69	R6全	10.6%	55.4%	34.0%
男性	R7秋	17.3%	42.3%	40.4%
70-74	R6全	11.6%	53.1%	35.3%
男性	R7秋	10.9%	62.5%	26.6%
75-79	R6全	18.5%	53.1%	28.3%
男性	R7秋	14.8%	74.1%	11.1%
65-69	R6全	18.4%	62.6%	19.0%
女性	R7秋	13.9%	63.9%	22.2%
70-74	R6全	19.0%	67.3%	13.7%
女性	R7秋	21.3%	64.0%	14.6%
75-79	R6全	29.0%	54.5%	16.5%
女性	R7秋	25.9%	58.0%	16.0%

問3 どの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

65-69	R6全	0.9%	19.9%	79.2%
男性	R7秋	0.0%	30.8%	69.2%
70-74	R6全	1.4%	24.1%	74.5%
男性	R7秋	0.0%	20.3%	79.7%
75-79	R6全	3.2%	31.0%	65.8%
男性	R7秋	3.7%	37.0%	59.3%
65-69	R6全	2.7%	42.5%	54.8%
女性	R7秋	4.2%	44.4%	51.4%
70-74	R6全	3.7%	51.3%	44.9%
女性	R7秋	5.6%	51.7%	42.7%
75-79	R6全	6.8%	57.1%	36.1%
女性	R7秋	9.9%	59.3%	30.9%

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
- : サッサと楽に、手すりや壁につかまらずに昇れる

65-69	R6全	2.5%	29.5%	68.2%
男性	R7秋	1.9%	42.3%	55.8%
70-74	R6全	1.9%	38.3%	60.0%
男性	R7秋	12.5%	45.3%	42.2%
75-79	R6全	7.0%	43.1%	50.3%
男性	R7秋	18.5%	44.4%	37.0%
65-69	R6全	3.2%	38.3%	58.8%
女性	R7秋	5.6%	31.9%	62.5%
70-74	R6全	5.1%	47.1%	48.1%
女性	R7秋	5.6%	40.4%	53.9%
75-79	R6全	7.8%	52.3%	40.6%
女性	R7秋	12.3%	40.7%	46.9%

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る
- : 手を使わずに立ち上がる

65-69	R6全	6.0%	35.0%	59.1%
男性	R7秋	1.9%	42.3%	55.8%
70-74	R6全	6.0%	38.3%	55.7%
男性	R7秋	12.5%	45.3%	42.2%
75-79	R6全	9.0%	44.8%	46.2%
男性	R7秋	18.5%	44.4%	37.0%
65-69	R6全	5.9%	29.4%	64.7%
女性	R7秋	5.6%	31.9%	62.5%
70-74	R6全	6.7%	37.5%	55.8%
女性	R7秋	5.6%	40.4%	53.9%
75-79	R6全	11.2%	39.6%	49.2%
女性	R7秋	12.3%	40.7%	46.9%

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	R6全	2.7%	48.3%	48.9%
男性	R7秋	3.8%	55.8%	40.4%
70-74	R6全	3.0%	50.7%	46.4%
男性	R7秋	3.1%	56.3%	40.6%
75-79	R6全	7.2%	53.6%	39.2%
男性	R7秋	3.7%	72.2%	24.1%
65-69	R6全	2.3%	49.8%	48.0%
女性	R7秋	1.4%	34.7%	63.9%
70-74	R6全	4.2%	49.2%	46.6%
女性	R7秋	4.5%	51.7%	43.8%
75-79	R6全	5.4%	54.6%	40.0%
女性	R7秋	4.9%	55.6%	39.5%

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ってられる
- : 発車や停車のとき以外は何にもつかまらずに立ってられる

65-69	R6全	2.5%	41.0%	56.5%
男性	R7秋	1.9%	46.2%	51.9%
70-74	R6全	2.4%	43.6%	54.1%
男性	R7秋	3.1%	67.2%	29.7%
75-79	R6全	6.1%	47.4%	46.6%
男性	R7秋	7.4%	57.4%	35.2%
65-69	R6全	4.3%	51.8%	43.9%
女性	R7秋	5.6%	47.2%	47.2%
70-74	R6全	3.4%	58.3%	38.3%
女性	R7秋	6.7%	61.8%	31.5%
75-79	R6全	5.3%	61.2%	33.5%
女性	R7秋	8.6%	64.2%	27.2%

885 42.29 6.57 972 36.86 6.04

問9 シャツの前ボタンを、掛けたり外したりできますか。

- : 両手でゆっくりとならできる
- : 両手で素早くできる
- : 片手でもできる

65-69	R6全	9.8%	50.6%	39.6%
男性	R7秋	17.3%	44.2%	38.5%
70-74	R6全	13.1%	47.2%	39.7%
男性	R7秋	17.2%	59.4%	23.4%
75-79	R6全	19.9%	45.8%	34.3%
男性	R7秋	29.6%	42.6%	27.8%
65-69	R6全	5.0%	54.4%	40.6%
女性	R7秋	2.8%	55.6%	41.7%
70-74	R6全	10.2%	56.6%	33.2%
女性	R7秋	12.4%	51.7%	36.0%
75-79	R6全	13.0%	55.2%	31.8%
女性	R7秋	21.0%	54.3%	24.7%

問11 どれくらいの重さの荷物なら、10m運べますか。

- : できない
- : 5kg程度
- : 10kg程度

65-69	R6全	0.6%	14.2%	85.2%
男性	R7秋	1.9%	8.8%	94.2%
70-74	R6全	0.7%	14.4%	84.9%
男性	R7秋	0.0%	9.4%	90.6%
75-79	R6全	1.3%	21.7%	77.0%
男性	R7秋	3.7%	13.0%	83.3%
65-69	R6全	1.4%	41.1%	57.5%
女性	R7秋	1.4%	22.2%	76.4%
70-74	R6全	1.5%	51.5%	47.0%
女性	R7秋	3.4%	36.0%	60.7%
75-79	R6全	2.8%	59.7%	37.5%
女性	R7秋	1.2%	59.3%	39.5%

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ったままでできる
- : 何にもつかまらないうで立ったままでできる

65-69	R6全	2.1%	15.1%	82.8%
男性	R7秋	0.0%	21.2%	78.8%
70-74	R6全	2.2%	21.9%	76.5%
男性	R7秋	3.1%	21.9%	75.0%
75-79	R6全	3.7%	27.8%	68.8%
男性	R7秋	0.0%	22.2%	77.8%
65-69	R6全	2.0%	16.0%	82.4%
女性	R7秋	0.0%	6.9%	93.1%
70-74	R6全	3.4%	18.6%	78.1%
女性	R7秋	5.6%	16.9%	77.5%
75-79	R6全	3.1%	22.7%	75.2%
女性	R7秋	6.2%	23.5%	70.4%

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

65-69	R6全	0.4%	19.5%	80.1%
男性	R7秋	0.0%	32.7%	67.3%
70-74	R6全	1.1%	22.7%	76.2%
男性	R7秋	0.0%	17.2%	82.8%
75-79	R6全	2.8%	26.9%	70.3%
男性	R7秋	1.9%	27.8%	70.4%
65-69	R6全	0.5%	36.6%	62.9%
女性	R7秋	1.4%	29.2%	69.4%
70-74	R6全	1.6%	40.3%	58.1%
女性	R7秋	1.1%	43.8%	55.1%
75-79	R6全	1.7%	44.6%	53.7%
女性	R7秋	0.0%	38.3%	61.7%

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

65-69	R6全	8.0%	29.1%	62.8%
男性	R7秋	3.8%	32.7%	63.5%
70-74	R6全	9.6%	32.6%	57.4%
男性	R7秋	14.1%	42.2%	43.8%
75-79	R6全	15.9%	38.8%	45.0%
男性	R7秋	13.0%	55.6%	31.5%
65-69	R6全	20.2%	40.0%	39.3%
女性	R7秋	16.7%	33.7%	41.7%
70-74	R6全	23.9%	41.8%	33.8%
女性	R7秋	14.6%	62.5%	34.8%
75-79	R6全	29.3%	42.1%	28.3%
女性	R7秋	17.3%	44.4%	38.3%

参考資料

全県体カテストの年齢別平均点等の推移(平成27年度～令和7年度)  
 ※令和2年度は中止

1 握力

男子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	45.85	45.41	47.85	47.14	46.92	48.12	44.09	45.70	44.29	41.59
25-29	46.82	47.55	47.20	46.60	46.75	49.41	46.17	46.67	46.52	42.83
30-34	46.99	46.92	45.88	48.28	45.49	47.11	47.33	45.60	48.41	44.61
35-39	48.87	47.88	48.96	46.40	45.60	47.33	45.70	47.02	46.81	48.28
40-44	47.27	46.24	48.28	48.35	47.63	47.54	46.90	47.47	47.58	46.68
45-49	46.54	45.80	46.96	48.21	45.66	44.89	44.28	45.64	46.10	46.43
50-54	46.36	46.42	46.61	47.34	47.73	47.42	45.52	45.59	45.90	45.74
55-59	44.53	45.54	46.89	45.00	44.51	45.27	41.18	46.69	44.16	43.98
60-64	43.04	43.23	44.98	44.14	43.61	43.48	43.43	42.45	42.95	42.48
65-69	39.61	39.54	41.39	41.08	40.93	37.81	38.33	40.65	41.11	41.69
70-74	37.06	38.03	39.06	39.01	37.38	38.29	37.62	38.85	38.09	37.81
75-79	34.77	33.55	36.90	35.44	34.55	33.57	35.27	36.46	35.39	35.46

女子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	28.16	27.53	27.10	27.59	27.88	27.71	27.02	27.22	28.15	26.79
25-29	28.07	29.30	27.94	28.43	27.65	29.65	26.83	28.43	28.41	26.50
30-34	29.78	28.11	29.37	29.11	28.55	29.69	28.94	27.63	27.67	27.54
35-39	28.69	29.23	29.39	29.64	27.95	29.39	28.15	28.68	28.75	29.35
40-44	29.72	28.56	29.02	28.65	28.01	29.31	27.97	30.67	28.55	29.49
45-49	29.41	29.86	30.24	29.84	27.34	27.74	27.69	29.89	28.29	27.77
50-54	28.81	29.39	28.72	28.49	28.07	28.92	28.93	27.20	27.44	27.17
55-59	27.60	28.28	27.98	27.22	27.37	29.67	28.54	28.06	29.42	26.98
60-64	25.66	26.95	26.70	26.43	27.15	27.90	27.02	26.52	26.39	26.69
65-69	25.23	25.18	25.27	26.77	24.97	25.37	24.32	25.10	26.12	25.42
70-74	24.52	23.90	23.83	23.94	23.56	23.34	23.34	23.65	24.66	23.76
75-79	22.54	23.74	23.46	22.93	23.06	22.15	21.71	22.65	23.55	22.61

2 上体起こし

男子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	28.99	29.04	30.24	28.70	29.05	27.24	28.09	28.22	28.11	26.01
25-29	25.72	27.11	27.65	27.76	29.21	27.71	27.72	28.41	27.19	26.64
30-34	26.04	25.46	26.24	26.33	25.70	26.21	26.36	26.58	26.38	26.47
35-39	24.78	25.09	24.84	24.97	25.51	23.83	23.85	23.40	24.95	26.30
40-44	23.57	23.27	23.71	23.90	23.49	23.27	24.11	23.56	24.06	22.91
45-49	22.06	21.54	22.06	23.16	22.90	21.94	21.11	21.45	21.12	22.40
50-54	21.04	21.14	21.61	20.70	21.79	22.61	20.71	21.82	21.92	20.88
55-59	20.49	20.75	21.24	19.87	20.53	19.75	21.02	20.44	20.53	19.35
60-64	18.91	18.78	19.28	18.66	20.40	20.55	18.83	19.08	20.85	19.92
65-69	15.31	15.12	15.31	15.99	14.60	14.08	16.08	16.02	17.80	16.33
70-74	13.00	14.46	14.07	14.99	14.62	15.53	12.78	13.24	13.84	15.34
75-79	11.86	11.73	12.24	11.22	11.57	11.89	12.52	12.12	12.76	9.81

女子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	70.74	21.32	21.73	20.10	21.71	20.10	20.00	21.11	20.34	20.46
25-29	19.04	20.65	19.54	19.47	19.87	19.00	18.37	20.53	22.46	21.42
30-34	17.16	17.59	17.36	17.69	17.41	16.93	18.57	18.18	17.35	19.34
35-39	17.46	16.52	17.30	16.50	17.29	16.29	16.55	15.44	17.36	16.46
40-44	17.36	16.30	15.70	15.01	15.75	16.33	15.55	15.04	14.82	14.97
45-49	16.67	16.91	15.71	15.53	14.53	13.87	13.32	15.62	15.82	15.32
50-54	14.05	14.87	15.20	14.67	14.41	15.59	15.81	13.16	13.42	13.58
55-59	13.18	13.04	13.36	12.32	12.76	14.22	13.46	13.65	13.26	13.82
60-64	12.44	11.88	12.79	11.49	12.71	11.21	11.04	12.12	12.88	12.24
65-69	9.64	9.55	9.05	9.84	9.72	9.58	11.22	11.70	11.22	12.44
70-74	9.08	8.04	7.62	7.82	7.97	9.51	10.16	8.31	10.71	9.69
75-79	8.00	8.88	7.96	7.90	7.63	10.00	8.12	7.51	8.01	8.30

3 長座体前屈

男子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	45.49	45.27	45.49	45.40	45.11	43.59	43.17	43.84	46.53	43.67
25-29	43.67	42.70	43.13	40.71	44.22	44.17	43.48	46.00	43.35	43.12
30-34	41.57	41.51	44.40	42.42	40.52	42.82	42.24	41.68	43.38	39.14
35-39	41.72	38.85	41.83	38.57	40.88	43.05	41.05	41.96	44.05	45.66
40-44	41.54	38.57	42.15	39.32	40.64	40.94	38.70	39.38	39.98	39.58
45-49	40.04	39.88	40.71	40.43	39.19	36.19	39.52	40.39	39.17	40.90
50-54	40.78	38.89	40.87	39.80	41.37	38.94	38.63	38.46	37.66	38.10
55-59	42.38	39.27	39.69	38.81	38.34	38.27	38.46	40.40	38.84	36.79
60-64	37.36	38.98	38.63	39.03	39.29	41.33	38.86	39.61	38.55	39.91
65-69	38.51	36.42	35.66	37.83	35.52	32.37	36.71	38.70	35.56	36.79
70-74	35.54	34.71	39.28	37.81	36.00	37.68	34.62	36.31	33.61	35.60
75-79	35.40	38.47	36.68	38.00	35.23	33.57	36.83	33.54	33.93	35.39

女子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	47.06	45.40	43.81	43.77	46.25	45.29	44.29	44.93	44.53	44.79
25-29	44.69	44.84	43.98	43.43	42.69	44.57	44.13	46.75	45.56	44.54
30-34	44.40	41.96	44.96	43.79	42.41	43.03	43.49	43.90	41.16	44.47
35-39	43.81	42.64	44.11	41.34	42.57	44.81	43.32	44.87	41.97	43.71
40-44	43.56	41.64	42.46	41.63	40.95	39.87	39.71	41.94	40.00	48.78
45-49	44.18	41.51	41.83	40.49	42.67	40.53	38.74	42.48	42.37	43.50
50-54	41.81	41.21	41.66	41.75	41.67	41.47	43.19	40.81	41.15	40.88
55-59	43.50	42.22	43.04	41.88	39.91	41.15	40.93	43.27	41.94	40.20
60-64	42.40	43.75	43.76	41.28	43.09	45.33	41.57	40.60	43.78	39.84
65-69	41.48	41.38	40.01	41.23	39.71	41.61	41.68	42.16	41.95	40.99
70-74	40.20	39.97	41.21	40.89	40.67	39.00	38.88	40.36	41.02	40.58
75-79	39.17	39.55	42.72	39.55	42.54	38.94	37.20	39.23	37.77	37.17

4 立ち幅とび

男子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	226.88	258.37	232.06	227.73	228.28	216.97	226.05	229.62	222.53	218.26
25-29	218.45	220.68	224.77	214.77	221.14	214.59	219.40	227.19	224.48	214.92
30-34	214.81	243.01	216.32	217.16	211.51	216.24	209.79	213.48	214.10	207.43
35-39	215.32	212.04	212.06	207.56	205.66	206.93	208.82	208.87	212.22	212.33
40-44	208.72	206.61	204.61	203.57	200.52	201.67	200.36	201.32	203.43	198.00
45-49	198.74	200.52	195.28	196.34	200.57	192.70	200.12	196.01	193.17	196.06
50-54	199.95	193.73	195.26	195.87	193.50	194.45	191.80	190.87	189.80	182.14
55-59	188.79	188.00	193.57	186.24	185.47	181.08	184.84	183.29	180.29	176.07
60-64	175.69	177.88	175.14	180.83	178.83	177.41	176.43	176.00	174.75	168.63

女子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	169.18	167.16	164.62	162.11	167.61	166.24	169.24	170.57	167.47	168.83
25-29	162.93	165.79	161.33	158.76	166.00	172.65	164.43	170.80	176.07	169.92
30-34	159.86	156.65	160.30	159.06	155.71	158.17	153.70	160.43	159.33	157.74
35-39	154.05	155.90	155.65	153.12	155.51	155.64	157.94	156.84	152.19	154.85
40-44	152.95	150.34	148.62	149.81	145.78	145.27	145.23	147.33	147.21	144.79
45-49	151.25	150.30	148.55	145.96	145.49	139.38	144.00	149.69	147.94	140.75
50-54	144.07	140.91	140.25	143.22	139.88	144.67	145.34	142.00	138.75	135.98
55-59	136.90	136.61	135.53	134.75	136.36	137.31	134.50	128.81	137.12	136.82
60-64	127.92	130.61	127.97	125.56	133.21	132.03	131.17	129.31	133.78	129.47

5 反復横とび

男子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	55.74	54.59	57.68	55.05	56.86	51.12	56.03	55.62	54.89	53.06
25-29	50.73	52.46	53.89	52.54	54.88	52.41	54.43	55.59	52.67	52.40
30-34	49.87	49.00	49.69	50.34	50.28	50.76	51.89	52.66	51.90	52.02
35-39	49.23	47.90	48.44	48.58	50.29	47.76	49.37	48.70	49.14	52.06
40-44	46.73	46.40	48.28	45.42	46.06	46.20	47.39	46.96	48.52	46.42
45-49	47.00	46.77	46.21	46.27	47.18	43.42	45.90	46.39	46.03	45.15
50-54	46.96	45.37	45.68	45.67	46.26	42.60	45.53	44.26	44.72	43.12
55-59	45.11	43.26	45.18	42.87	42.81	41.88	45.55	44.53	42.78	42.67
60-64	39.83	42.38	41.36	41.69	41.82	40.22	41.27	41.98	40.93	41.65

女子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	46.63	46.07	47.20	47.04	45.78	45.57	46.33	47.67	47.87	45.19
25-29	43.43	45.77	44.62	45.19	44.19	44.74	46.70	45.55	48.02	46.19
30-34	43.09	42.57	43.41	42.95	41.72	38.90	43.66	44.27	41.42	43.40
35-39	41.99	42.36	42.24	41.01	40.28	41.47	42.53	41.96	41.29	41.17
40-44	40.58	40.37	40.44	39.29	38.60	39.00	39.20	38.48	39.16	40.13
45-49	41.22	41.64	39.38	39.79	38.04	38.74	39.53	39.55	39.11	38.50
50-54	39.77	38.38	39.97	39.33	38.60	37.57	39.05	37.64	37.75	37.33
55-59	38.32	38.60	38.03	38.12	36.87	37.75	38.36	36.16	38.30	38.02
60-64	35.05	36.41	36.35	34.47	36.73	35.55	36.04	35.42	35.43	36.96

6 20mシャトルラン

男子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	68.66	65.26	75.73	67.03	69.00	60.82	67.94	72.60	67.44	60.80
25-29	57.59	58.38	65.33	60.17	66.93	48.30	62.80	70.50	61.09	61.79
30-34	56.51	50.75	59.45	58.54	55.33	58.19	53.61	55.92	55.79	54.38
35-39	54.09	49.26	51.94	51.99	56.76	45.21	51.24	44.45	51.58	52.90
40-44	44.53	44.68	47.93	46.77	47.74	46.84	52.74	46.61	47.38	46.10
45-49	41.29	44.34	41.01	44.96	45.64	42.30	44.53	42.93	43.68	41.33
50-54	40.42	37.26	37.49	39.94	39.34	36.92	40.59	38.58	38.95	38.30
55-59	37.78	38.99	35.47	36.34	31.49	32.78	32.17	37.23	30.78	29.48
60-64	30.98	30.25	31.39	31.49	32.36	28.88	30.64	30.79	28.27	28.77

女子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	37.66	36.66	39.80	35.31	37.38	35.00	36.50	39.21	34.84	35.40
25-29	33.03	35.25	31.27	32.76	32.49	32.59	33.55	35.71	39.88	29.73
30-34	28.02	28.50	31.84	26.60	26.00	28.14	27.31	27.12	23.57	31.54
35-39	30.38	26.77	28.52	27.79	26.84	27.27	26.47	26.93	25.73	22.20
40-44	28.03	24.44	25.45	25.14	25.29	25.03	24.39	22.81	21.00	20.92
45-49	26.23	23.97	23.77	23.79	22.49	20.32	22.02	22.93	20.51	19.13
50-54	22.14	20.04	21.38	21.21	23.03	26.14	21.68	19.82	18.05	19.08
55-59	19.35	18.54	18.51	20.06	19.18	20.82	18.28	19.12	18.46	17.94
60-64	15.91	17.83	16.13	17.28	16.97	16.64	19.50	14.96	19.08	15.09

7 急歩

男子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	656.50	669.90	687.00		640.50	615.40	663.43	668.09	691.43	697.69
25-29	705.82	647.08	630.00		678.92	597.67	651.89	643.00	691.43	571.83
30-34	712.00	718.50	714.50		663.75	587.83	643.40	636.38	691.43	674.50
35-39	693.09	678.56	712.73		676.70	673.17	518.82	690.11	691.43	622.57
40-44	693.00	726.50	739.60		705.09	735.17	709.22	719.67	691.43	628.67
45-49	694.00	742.60	693.90		703.23	734.29	772.14	686.00	691.43	716.80
50-54	736.33	727.57	680.55		728.00	810.17	836.29	758.89	691.43	709.29
55-59	746.90	778.27	710.20		745.36	778.00	727.75	751.38	691.43	798.33
60-64	789.64	766.00	799.30		754.82	712.50	726.55	715.00	691.43	743.33

女子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	502.00	515.70	504.54		495.09	491.40	522.60	558.00	506.50	545.13
25-29	531.82	516.45	528.55		548.55	486.17	488.13	500.67	531.00	497.50
30-34	519.82	541.50	525.33		526.36	553.57	542.57	499.13	564.63	620.29
35-39	548.25	555.70	607.78		548.73	486.57	541.10	525.38	522.27	552.80
40-44	519.45	551.00	541.27		491.80	523.29	541.18	509.25	562.50	541.60
45-49	548.62	550.36	567.67		561.36	553.67	548.50	506.09	507.88	522.33
50-54	543.00	544.07	505.90		552.00	638.00	573.89	537.38	581.88	688.89
55-59	555.33	533.44	531.69		558.33	631.50	201.44	521.55	519.31	545.20
60-64	547.83	531.53	515.73		530.70	524.14	553.33	514.00	545.38	547.50

8 開眼片足立ち

男子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
65-69	87.65	86.88	91.19	86.54	82.97	82.93	73.92	90.95	83.05	87.42
70-74	80.46	80.72	79.43	79.90	72.48	78.06	60.43	68.31	60.20	72.38
75-79	62.56	71.25	65.32	70.39	62.73	59.43	53.76	56.49	51.00	54.46

女子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
65-69	93.75	91.06	87.29	82.07	88.32	84.80	91.03	88.26	83.78	94.86
70-74	75.43	74.85	72.17	75.58	76.65	84.32	68.04	64.98	79.30	75.15
75-79	58.98	65.58	61.65	66.15	62.06	55.97	64.53	54.89	69.14	54.68

9 10m障害歩行

男子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
65-69	5.89	6.04	6.14	6.23	6.06	6.31	6.16	5.96	6.09	5.97
70-74	6.46	6.30	6.37	6.28	6.17	5.61	6.41	6.22	6.13	6.26
75-79	6.93	6.79	9.81	6.71	6.77	7.00	6.71	6.71	6.52	6.70

女子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
65-69	6.79	6.93	9.28	6.72	6.85	6.66	6.93	6.77	7.56	6.37
70-74	7.03	7.38	7.65	7.21	7.05	6.46	7.27	7.07	7.50	6.83
75-79	7.90	7.53	7.85	7.64	7.33	7.71	8.23	8.04	7.41	6.90

10 6分間歩行

男子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
65-69	626.26	620.47	637.61	631.29	634.12	605.60	638.00	585.33	638.04	634.90
70-74	586.43	600.90	607.71	609.96	608.18	604.91	576.69	585.19	601.35	597.45
75-79	581.26	586.61	573.31	591.56	585.73	533.95	572.27	556.87	562.15	538.15

女子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
65-69	575.01	575.89	572.18	601.34	600.43	578.51	572.71	592.26	590.22	589.19
70-74	570.93	556.61	530.59	576.77	536.37	572.03	557.73	562.70	598.59	575.04
75-79	515.15	535.13	502.15	557.93	546.31	510.76	530.09	515.10	539.83	504.80

合計得点

男子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	42.43	41.68	44.44	42.23	42.95	39.74	41.01	42.38	41.32	38.33
25-29	38.58	40.11	41.17	38.93	41.42	39.46	40.28	42.76	40.12	38.32
30-34	37.56	37.25	38.09	38.88	37.30	38.92	38.70	38.40	39.05	36.86
35-39	37.69	36.16	36.83	35.58	36.31	35.15	35.46	35.26	37.05	39.18
40-44	34.62	33.73	35.70	34.38	34.54	34.14	34.88	34.28	34.91	33.58
45-49	32.58	32.91	33.44	33.70	33.20	30.50	31.42	32.38	31.80	32.74
50-54	32.62	31.21	32.20	31.77	32.45	31.13	30.48	31.03	30.92	29.88
55-59	30.69	30.05	31.47	29.32	28.69	28.58	29.33	30.78	28.33	26.91
60-64	26.41	27.00	27.39	27.31	28.15	27.90	27.62	27.55	27.28	26.77
65-69	42.69	41.62	43.13	43.01	42.10	38.88	42.02	42.86	43.09	43.56
70-74	38.11	39.90	40.56	41.09	39.89	41.94	37.55	39.04	38.83	39.95
75-79	35.36	36.36	36.87	37.35	35.77	35.28	36.43	35.40	35.85	34.17

女子

年度 年齢	H27	H28	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
20-24	41.00	39.95	39.97	39.30	40.46	39.45	39.54	40.33	39.98	38.83
25-29	37.63	39.17	37.68	38.31	38.15	40.35	38.37	40.68	42.41	39.42
30-34	36.57	35.21	37.19	36.11	35.04	35.55	36.33	36.76	33.98	36.83
35-39	35.47	34.70	35.85	34.87	34.60	35.98	35.27	35.13	34.58	34.44
40-44	35.06	33.35	33.79	33.07	32.41	32.87	31.89	32.48	31.51	32.93
45-49	34.71	34.04	33.25	32.86	31.44	30.00	30.60	33.83	32.34	31.52
50-54	31.40	31.34	31.95	31.15	30.99	31.88	32.29	29.75	29.50	28.90
55-59	29.90	30.00	29.81	29.06	28.63	29.82	30.05	30.02	30.46	29.72
60-64	26.65	28.48	28.42	26.36	28.64	28.48	27.74	27.10	28.71	27.49
65-69	41.97	41.85	40.93	42.96	41.90	41.87	42.19	43.34	43.36	44.01
70-74	39.66	38.74	37.82	39.44	38.65	40.57	39.38	39.00	42.45	40.74
75-79	34.34	37.54	36.87	37.01	37.33	36.00	35.74	35.59	37.68	35.83

令和7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8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



