

釧路市民の
健康とスポーツについての意識調査
報告書
～ 2021 年度調査 ～

釧 路 市 教 育 委 員 会

釧路市スポーツ推進委員協議会

釧路市地域スポーツリーダー協議会



発行にあたって

釧路市教育委員会
教育長 岡部 義孝

このたび、「釧路市民の健康とスポーツについての意識調査報告書」が、釧路市スポーツ推進委員協議会、釧路市スポーツリーダー協議会の皆様のご尽力のもと、発刊されますことを心よりお慶び申し上げます。

さて、昨年の2020東京オリンピック・パラリンピック競技大会にはじまり、本年においては2022FIFAワールドカップなどのイベントの開催により、日本中が一体となって心を震わせながら、レベルの高い競技を見ることで、スポーツに対する機運が高まっているところであります。

昨年は、第3期スポーツ基本計画が策定され、少子化の拡大や新型コロナウイルス感染症が流行している現代における取り組みの方向性が定められ、スポーツ実施率の向上に取り組むとともに、地域における青少年のスポーツ環境の整備を進めていくことが盛り込まれました。

スポーツは人々のつながりを深め、絆を培うといった、様々な交流を進める上で、大きな役割を担うものであり、地域の一体感や活力を醸成するまちづくりそのものであります。

本市においては、「学校スポーツ開放事業」や、「総合型地域スポーツクラブ」の活動をはじめ、スポーツ活動を通して、人々の交流や地域活性化を進めるとともに、スポーツ実施率やスポーツ参画人口の拡大につながるよう、努めているところであります。

このようなことから今回の調査は、誠に時宜を得たものであり、地域スポーツの振興に向けた施策づくりはもとより、多様なスポーツの機会を確保するための事業展開や環境整備などに、大いに活用させていただきたいと考えております。

結びに、本調査にご協力いただきました市民の皆様、本報告書を取りまとめられた両協議会に対しまして深く感謝を申し上げ、発刊にあたっての挨拶とさせていただきます。



発行にあたって

釧路市スポーツ推進委員協議会
会長 板本 猛

釧路市のスポーツ推進委員が市民を対象とした「釧路市民の健康とスポーツについての意識調査」の報告書をこの度完成することができました。

今回の調査は新型コロナウイルス感染拡大が進みスポーツ活動は「不要不急」のものであるかのごとく扱われる中での特別な状況での調査となりました。

釧路市は市民の健康とスポーツに関する意識や活動を把握するため昭和 52 年の第 1 回報告書（予備調査）を発刊して以来、今回で 8 回目となります。

文部科学省は令和 4 年 3 月 25 日第 3 期「スポーツ基本計画」を策定しました。今回の計画は、(1) スポーツで「人生」が変わる、(2) スポーツで「社会」を変える、(3) スポーツで「世界」とつながる、(4) スポーツで「未来」をつくる、という中・長期的な基本方針を踏襲しながら新たに (1) スポーツを「つくる／はぐくむ」、(2) スポーツで「あつまりともにつながる」、(3) スポーツに「誰もがアクセスできる」という 3 つの視点が計画の策定のために設定されています。この第 3 期スポーツ基本計画において、今後、スポーツの施策の方向性や社会の変化の中でスポーツの価値が示されました。

現在、学校運動部活動の地域移行が喫緊の課題となっています。その中で、スポーツ推進委員が地域公共団体と地域スポーツ団体の連絡調整役として、ますます活躍が期待されています。

調査資料の配布や回収はスポーツ推進委員、スポーツリーダー協議会と教育委員会に協力いただきました。基礎資料の整理・集計と分析はスポーツ推進委員が分担し、白川研修部長が中心になって取りまとめました。その後、教育委員会スポーツ課の高橋主事、小田桐主事、職員の方々のご協力をいただき報告書を作成することができました。

今回の調査で釧路市のスポーツ普及・振興について、現在の課題と問題点が浮かび上がってきました。今後、釧路市のスポーツ普及・推進の施策に活かしていただくことを期待します。

結びに、この意識調査にあたり、ご指導・ご協力くださいました釧路市教育委員会、釧路市スポーツリーダー協議会ならびに関係者の皆様に心からお礼を申し上げます。

目次

1. はじめに.....	1
2. 調査概要.....	2
2-1. 調査目的.....	2
2-2. 調査対象.....	2
2-3. 調査について.....	2
2-4. 凡例.....	2
3. 集計結果、考察および今後の課題.....	5
3-1. 回答者の属性.....	5
3-2. 【健康に対する意識の変化について（いくつでも）】（問4）.....	6
3-3. 【運動不足を感じていますか】（問5）.....	7
3-4. 【どのくらいの頻度で運動していますか】（問6）.....	8
3-5. 【どのような運動に取り組んでいますか（いくつでも）】（問7）.....	9
3-6. 【あなたが運動やスポーツを一緒に行なう相手は誰ですか？（いくつでも）】（問8）.....	12
3-7. 【あなたが運動やスポーツを行なう理由は何ですか？（いくつでも）】（問9）.....	13
3-8. 【健康・体力維持のためにあなたが心がけていることはありますか？（いくつでも）】（問10）.....	15
3-9. 【あなたが運動やスポーツを行なわない（行えない）理由は何ですか？（いくつでも）】（問11）.....	17
3-10. 【生活のなかで、あなたは運動の必要性を感じていますか？】（問12）.....	20
3-11. 【今後の運動やスポーツの実施について、どのように考えていますか？】（問13）.....	21
3-12. 【あなたは釧路市内（すべての地区）のスポーツ施設に満足してしまいますか？】（問14）.....	23
(1) 満足と回答した人の理由.....	23
(2) 不満と回答した人の理由.....	25
(3) どちらでもないと回答した人の理由（無回答者の理由も含む）.....	30
3-13. 【釧路市で行なわれているスポーツ教室やイベントについて、あなたが情報を得る手段はどれですか？（いくつでも）】（問15）.....	32
3-14. 【あなたが今後行なってみたい運動や、参加してみたいスポーツ教室、イベントがあれば、お書きください。】（問16）.....	34
3-15. 【釧路市のスポーツ行政（施設、イベント、情報提供等）にご要望やご意見がありましたら、お書きください。】（問17）.....	38
4. おわりに.....	42

1. はじめに

この「釧路市民の健康とスポーツについての意識調査」は、釧路市民の健康・体力づくりとスポーツに関する意識や活動を把握し、今後の市民スポーツ振興に役立てることを目的に昭和 52 年（1978 年）の調査から、今回で 8 回目となりました。

令和 2 年（2020 年）の新型コロナウイルス感染症の世界的流行（コロナ禍）により、およそ 5 年ごとに実施してきた調査を 2021 年度の冬期にようやく実施することができました。そして、コロナ禍で我々が経験した健康や体力づくりへの意識を踏まえた前回同様に「今」知りたいことは何なのかを明らかにするための調査内容となるよう大幅な修正を行いつつも、前回のデータからの変化をある程度把握できる内容になるよう心がけました。

また、感染症対策を講じるために紙媒体だけではなく、インターネットを活用した調査方法を併用して実施しました。インターネットを活用した調査を導入することでより多くの市民の方々の声を反映できる調査環境となりました。そこで、より多くいただいた回答や意見を余すことなく掲載し、どのようにスポーツを振興・推進していけば良いのか提案できる内容となるような報告書となりました。

釧路市スポーツ推進委員協議会

研修部長 白川 和希

※調査回数：調査年（西暦）、発刊年、報告書の名称

- 第 1 回（予備調査）：昭和 52 年（1977 年）1 月～2 月調査、昭和 53 年発行、「釧路市民の健康と体育・スポーツについての意識調査報告書（予備調査）」
- 第 2 回：昭和 56 年（1981 年）3 月～6 月調査、昭和 58 年発行、「釧路市地域スポーツの意識調査」
- 第 3 回：平成元年（1989 年）9 月調査、平成 2 年 10 月発行、「釧路市民健康とスポーツについての意識調査 報告書」
- 第 4 回：平成 8 年（1996 年）11 月～12 月調査、平成 11 年 5 月発行、「釧路市民健康とスポーツについての意識調査 報告書」
- 第 5 回：平成 17 年（2005 年）5 月～7 月調査、平成 17 年 9 月発行、「釧路市民健康とスポーツについての意識調査報告書」
- 第 6 回：平成 23 年（2011 年）6 月～8 月調査、平成 24 年 3 月発行、「釧路市民健康とスポーツについての意識調査報告書」
- 第 7 回：平成 28 年（2016 年）6 月～9 月調査、平成 29 年 3 月発行、「釧路市民健康とスポーツについての意識調査報告書」

2. 調査概要

2-1. 調査目的

コロナ禍における釧路市民の健康・体力づくりとスポーツに関する意識や活動を把握し、今後の市民スポーツ振興や普及に役立てることを目的としている。

2-2. 調査対象

20歳以上の釧路市内で生活されている方

※18～19歳の大学生が回答している可能性があり。釧路市外の方が回答していることもある。

2-3. 調査について

(1) 調査期間：令和3年11月～令和4年1月

(2) 調査方法：

1) 調査用紙による記入（資料1参照）

釧路市スポーツ推進委員および釧路市地域スポーツリーダーによる手渡し

2) Google フォームによるオンライン入力（資料1参照）

・釧路市教育委員会からの市内小学校および中学校の保護者へ送信

・調査用紙に記載されているQRコードによる入力

(3) 調査数：不明

(4) 回答数（合計4,196件）

1) 調査用紙：1,574枚

2) Google フォーム：2,622件

(5) 回答率：算出不可

(6) 無回答の取り扱い：すべての項目に無回答の場合は回答数から除外した。それ以外の回答については回答として採用した。

(7) 自由記述欄の回答に対する取り扱い：分析に支障をきたす内容や質問とは全く異なる回答については除外したが、質問に近い回答については全て含めて分析を行った。

2-4. 凡例

(1) 表中のnは回答者数（各表の分母）を表す。

(2) 複数回答では無回答を除いて集計・掲載している。

(3) 構成比は小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計が必ずしも100とはならない。

調 査 結 果

表 1 回答数(居住地区別・年代別)

	全体	20～29 歳		30～39 歳		40～49 歳		50～59 歳		60～69 歳		70～79 歳		80 歳以上	
		回答者数	割合	回答者数	割合	回答者数	割合	回答者数	割合	回答者数	割合	回答者数	割合	回答者数	割合
釧路地区	3,800	361	9.5%	989	26.0%	1,379	36.3%	448	11.8%	307	8.1%	241	6.3%	75	2.0%
阿寒地区	134	6	4.5%	18	13.4%	40	29.9%	19	14.2%	12	9.0%	27	20.1%	12	9.0%
音別地区	92	7	7.6%	13	14.1%	17	18.5%	22	23.9%	17	18.5%	9	9.8%	7	7.6%
釧路市以外	151	25	16.6%	30	19.9%	26	17.2%	30	19.9%	22	14.6%	17	11.3%	1	0.7%
無回答	17	0	0.0%	1	5.9%	5	29.4%	3	17.6%	4	23.5%	4	23.5%	0	0.0%
総数	4,194	399	9.5%	1,051	25.1%	1,467	35.0%	522	12.4%	362	8.6%	298	7.1%	95	2.3%

表 2 回答数(男女別・年代別)

	全体	20～29 歳		30～39 歳		40～49 歳		50～59 歳		60～69 歳		70～79 歳		80 歳以上	
		回答者数	割合	回答者数	割合	回答者数	割合	回答者数	割合	回答者数	割合	回答者数	割合	回答者数	割合
男性	1,233	156	12.7%	216	17.5%	356	28.9%	224	18.2%	151	12.2%	109	8.8%	21	1.7%
女性	2,921	242	8.3%	826	28.3%	1,092	37.4%	293	10.0%	208	7.1%	187	6.4%	73	2.5%
その他	1	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	100.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
回答しない	28	1	3.6%	7	25.0%	17	60.7%	1	3.6%	2	7.1%	0	0.0%	0	0.0%
無回答	11	0	0.0%	2	18.2%	2	18.2%	3	27.3%	1	9.1%	2	18.2%	1	9.1%
総数	4,194	399	9.5%	1,051	25.1%	1,467	35.0%	522	12.4%	362	8.6%	298	7.1%	95	2.3%

表 3 釧路市居住地区別・年代別人口(2021年(令和3年)4月末)

地区	20歳以上	20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70～79歳		80歳以上	
	人口	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
釧路	135,574	13,097	9.7%	15,179	11.2%	21,591	15.9%	20,963	15.5%	23,545	17.4%	24,151	17.8%	17,048	12.6%
阿寒	3,870	328	8.5%	309	8.0%	488	12.6%	553	14.3%	729	18.8%	832	21.5%	631	16.3%
音別	1,494	107	7.2%	118	7.9%	194	13.0%	240	16.1%	343	23.0%	236	15.8%	256	17.1%
総数	140,938	13,532	9.6%	15,606	11.1%	22,273	15.8%	21,756	15.4%	24,617	17.5%	25,219	17.9%	17,935	12.7%

(「住民基本台帳」より作成)

表 4 釧路市男女別・年代別人口(2021年(令和3年)4月末)

	20歳以上	20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70～79歳		80歳以上	
	人口	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
男性	65,293	6,958	10.7%	7,750	11.9%	11,147	17.1%	10,546	16.2%	11,520	17.6%	11,011	16.9%	6,361	9.7%
女性	75,645	6,574	8.7%	7,856	10.4%	11,126	14.7%	11,210	14.8%	13,097	17.3%	14,208	18.8%	11,574	15.3%
総数	140,938	13,532	9.6%	15,606	11.1%	22,273	15.8%	21,756	15.4%	24,617	17.5%	25,219	17.9%	17,935	12.7%

(「住民基本台帳」より作成)

3. 集計結果、考察および今後の課題

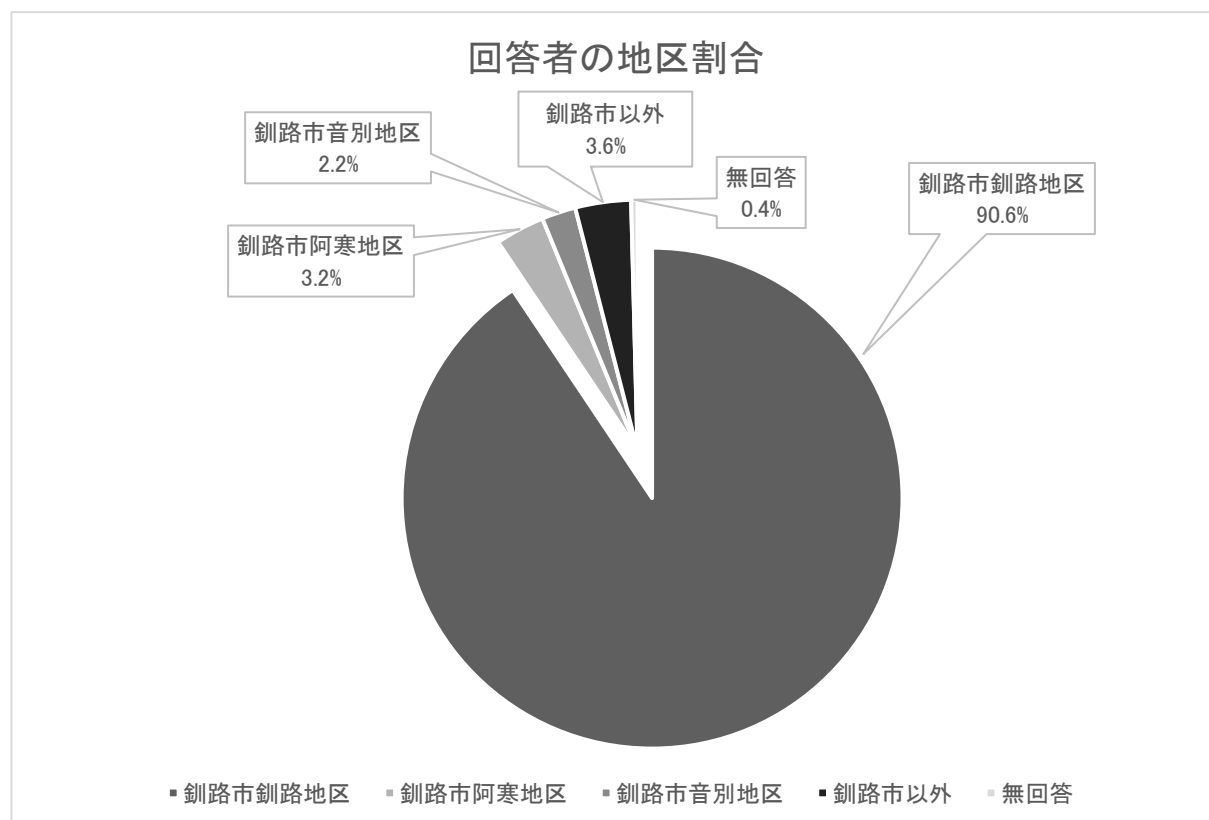
3-1. 回答者の属性

回答者の居住地区について、90.6%の回答者が釧路市の釧路地区、3.2%の回答者が釧路市の阿寒地区、2.2%の回答者が釧路市の音別地区であった。今回のアンケート調査では、釧路市教育委員会から市内の小中学校および中学校の保護者の方へ調査を行ったことから釧路市以外の回答者が3.5%となったと考えられる。また、無回答の回答者が0.4%であった。

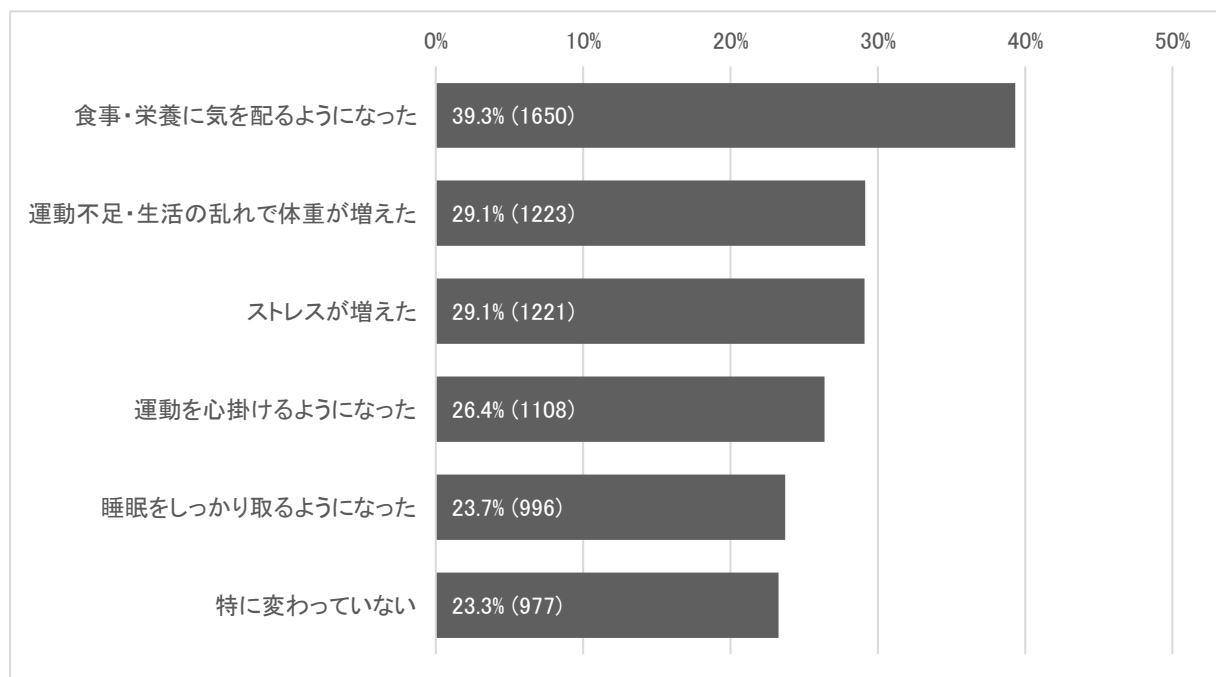
釧路市の地域別の20歳以上人口比率は、2021年4月時点で釧路地区96.2%、阿寒地区2.7%、音別地区1.1%であるため、回答者の地区構成比としては地区の差はないと考えられるが、阿寒地区や音別地区の意見が少数としてカウントされることには注意が必要である。

表5 地区別の回答者数とその割合

	回答者数	割合
釧路市釧路地区	3,800	90.6%
釧路市阿寒地区	134	3.2%
釧路市音別地区	92	2.2%
釧路市以外	151	3.6%
無回答	17	0.4%
計	4,194	100.0%



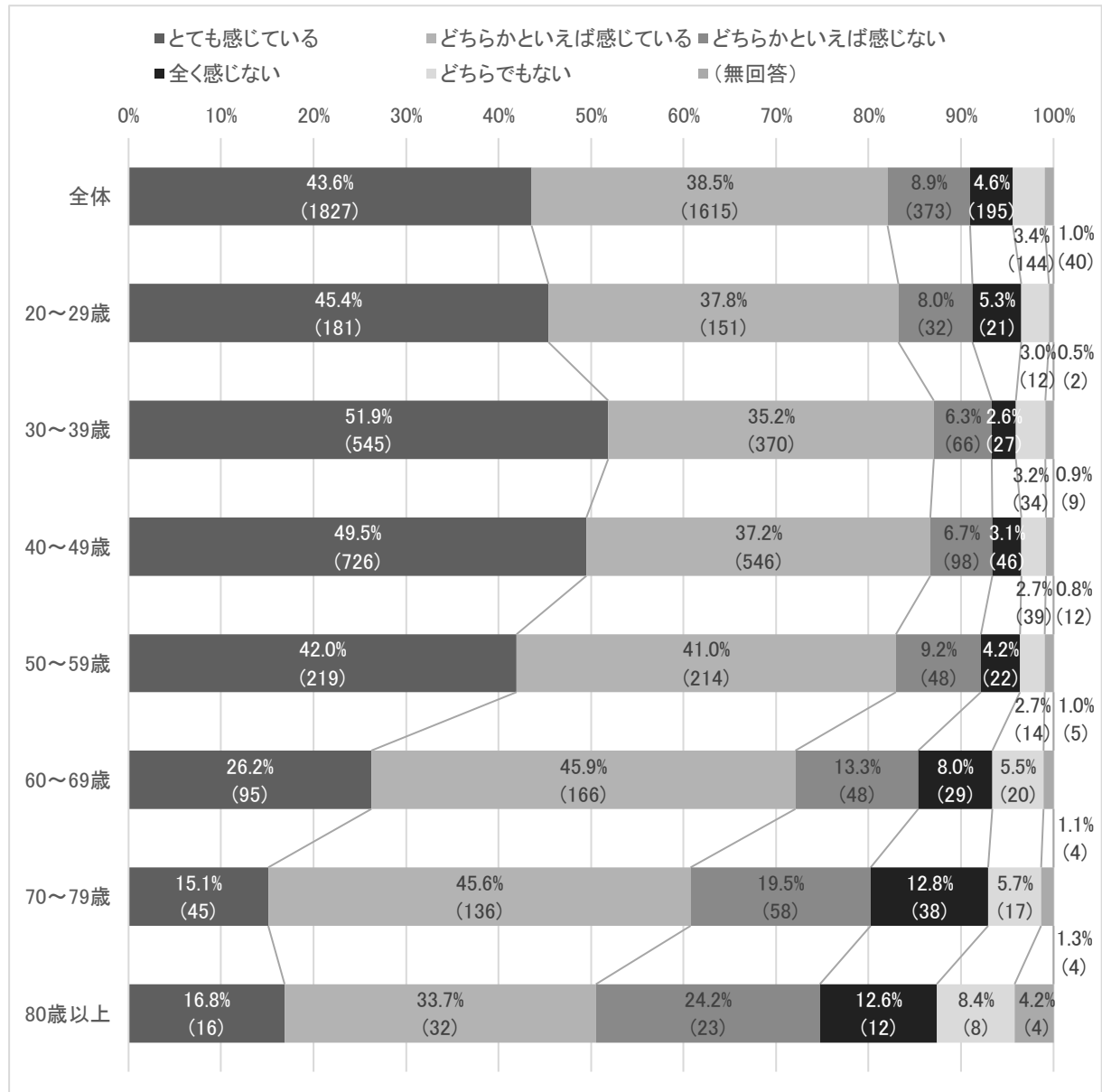
3-2. 【健康に対する意識の変化について（いくつでも）】（問 4）



<考察>

コロナ禍における健康に対する意識の変化について、上図の通りとなった。食事や栄養、運動、睡眠の回答が 23.7%～39.3%とコロナ禍で健康に対する意識がかなり変化したものと考えられる。また、コロナ等の感染症対策による自宅待機や療養、ならびに、行動制限等によって、運動不足や生活の乱れで体重が増えたと実感している者が 29.1%、ストレスが増加したと実感している者が 29.1%と相当な割合でいることがわかった。一方、特に変わっていないと回答した者が 23.3%で、全体の 4 分の 1 の回答者は健康への意識の変化は感じていないようである。元々、健康への意識が高かった者は、コロナ禍であったとしても、さほど影響を受けていないとも考えられるが、これは推測に過ぎない。

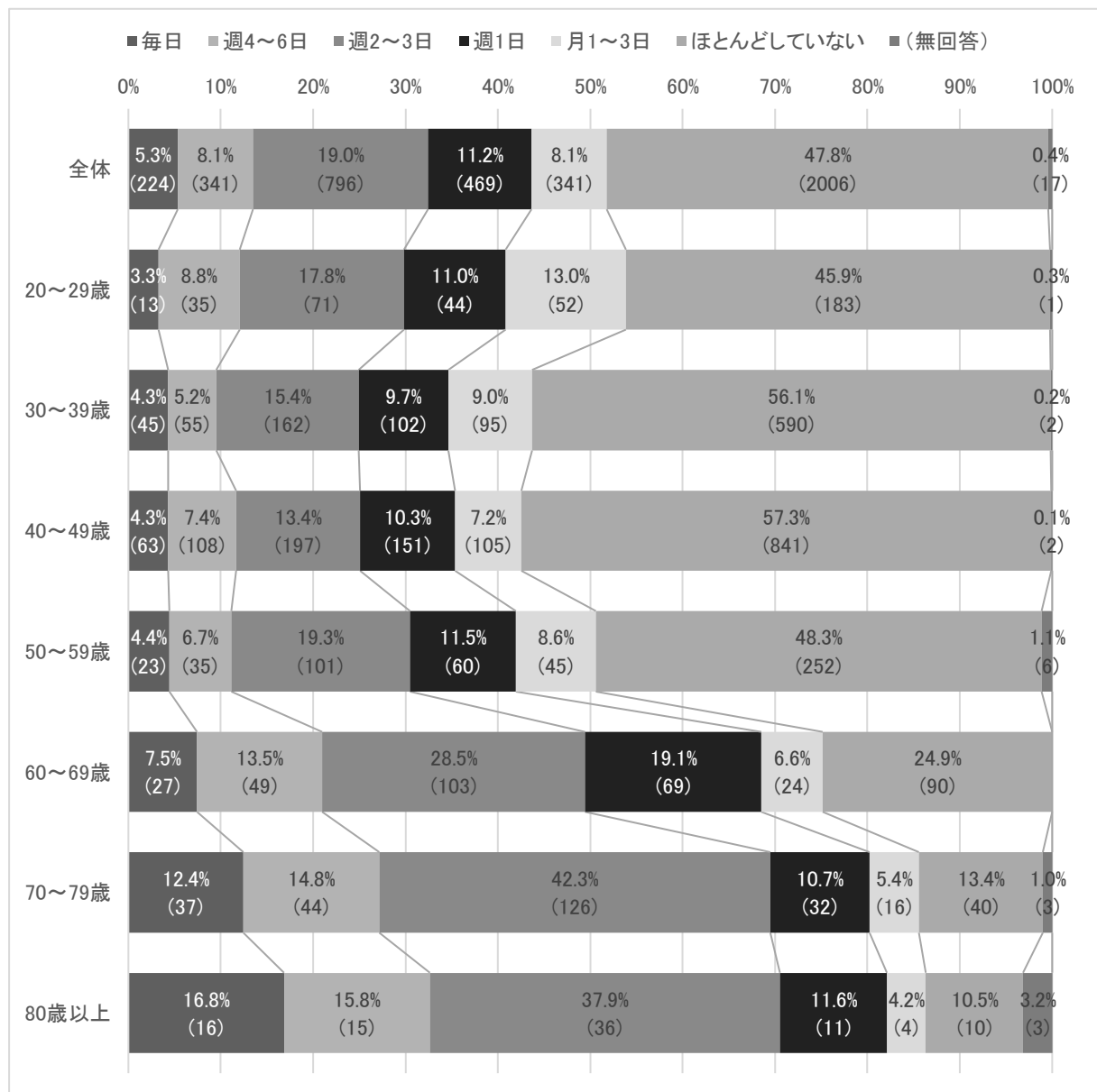
3-3. 【運動不足を感じていますか】（問 5）



<考察>

運動不足の実感については、全体の 80%以上の者が運動不足を「とても感じている」「どちらかといえば感じている」に回答した。特に運動不足を感じている者の多くは 20 代～50 代の生産年齢や労働力人口と呼ばれるような仕事に就いている年齢であることから、コロナ禍による仕事環境の変化が運動不足を実感する場面を多く招いたのではないかと考えられる。60 代以上の回答者においても半数の者が運動不足を感じていることから運動に親しめる環境作りは必要であると考えられる。

3-4. 【どのくらいの頻度で運動していますか】（問 6）

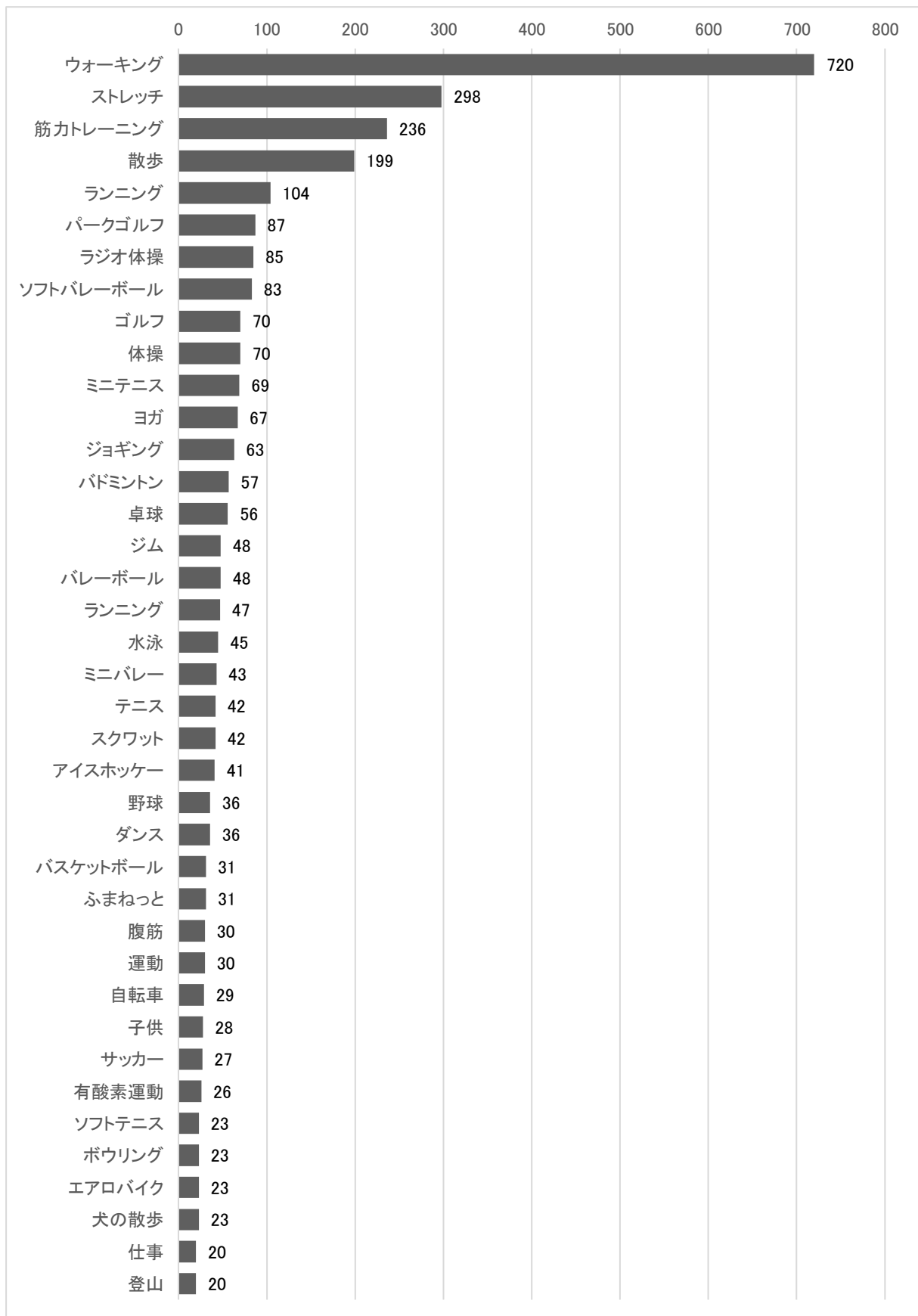


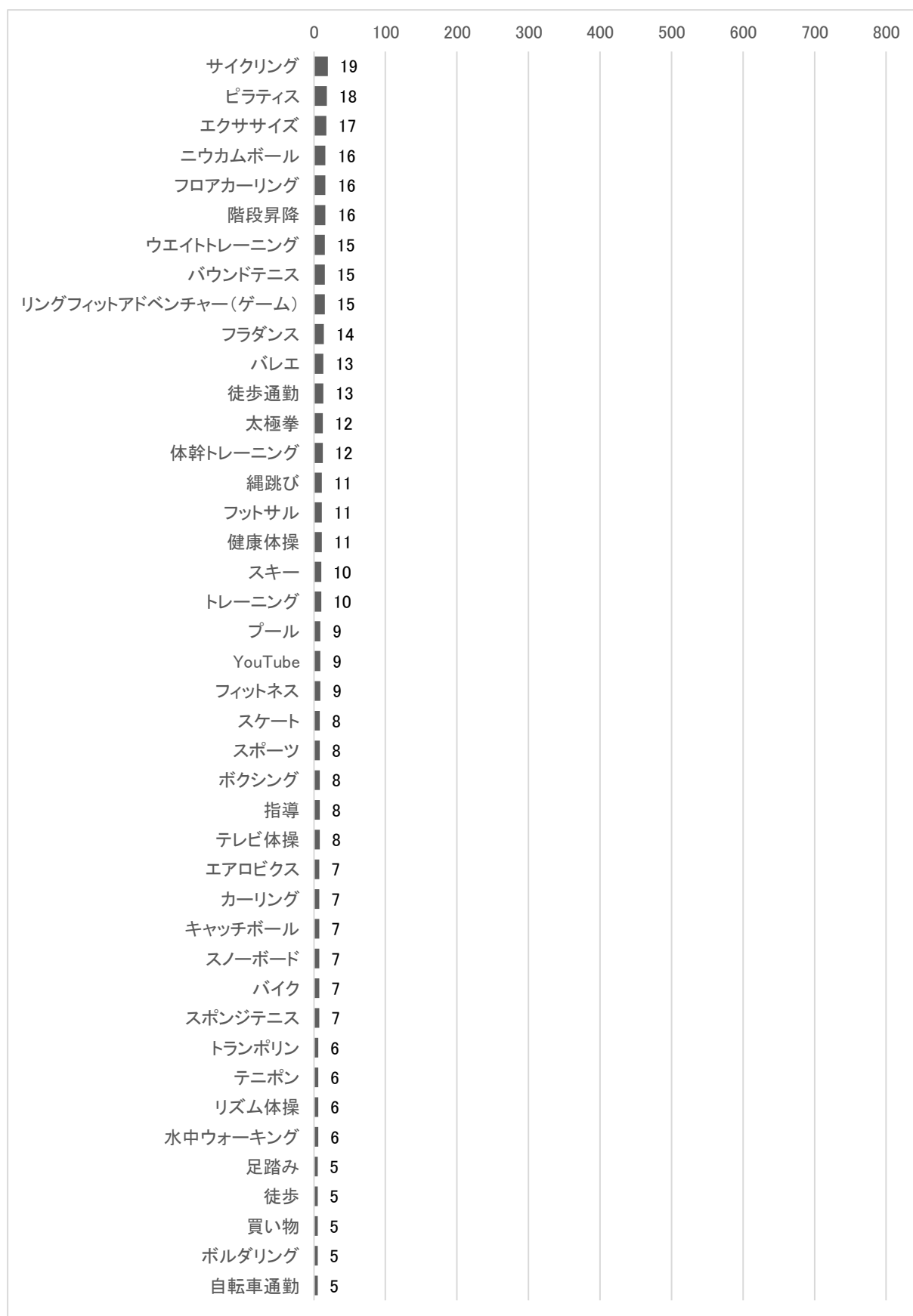
<考察>

全体で見ると、運動を「ほとんどしていない」が約半数を占めた。

年代別では、30代、40代、50代の勤労者世代や子育て世代と考えられる年代において運動を実施していない割合が高い。一方で60代からは年代が増すごとに運動する頻度が増加した。

3-5. 【どのような運動に取り組んでいますか (いくつでも)】 (問 7)





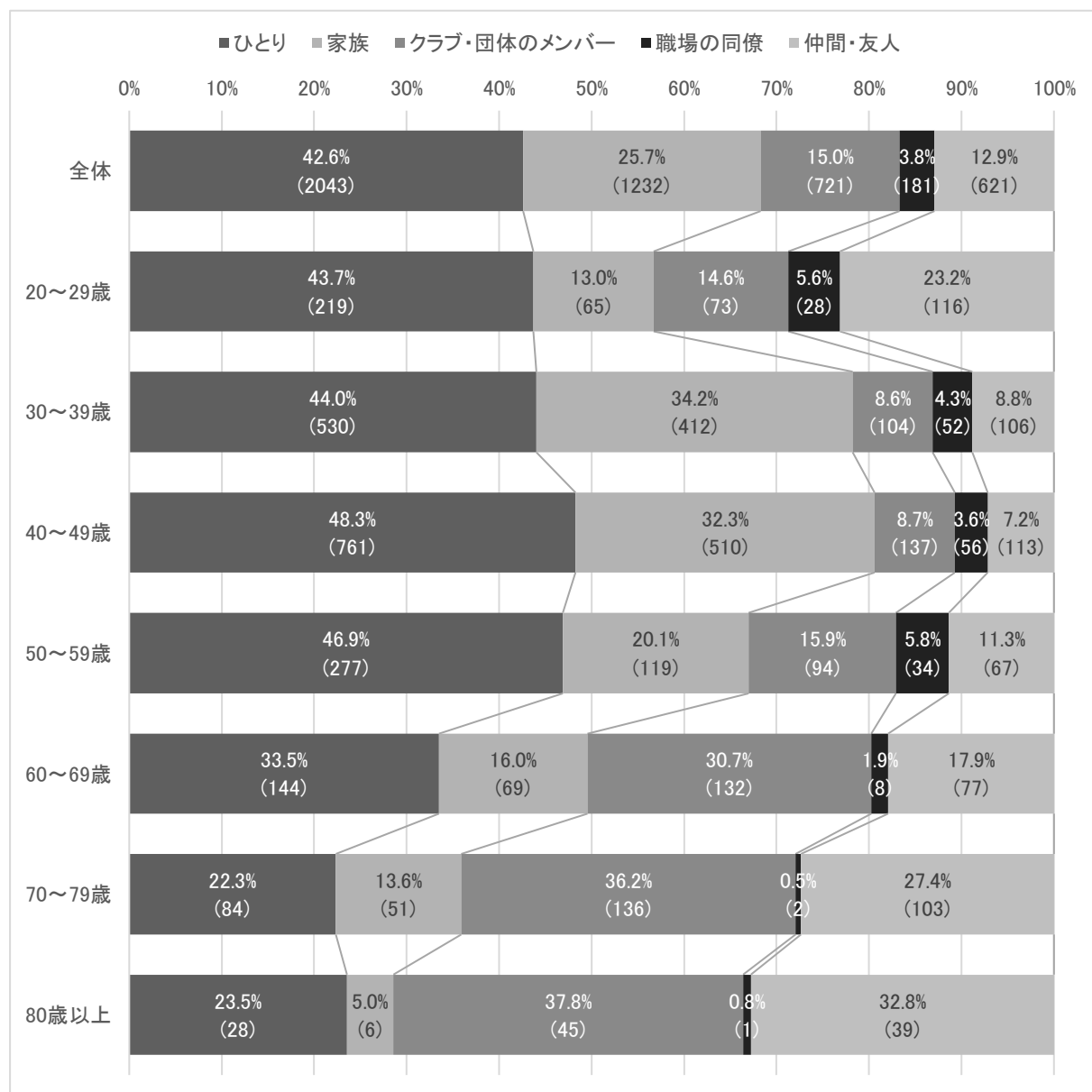
<考察>

調査時期が11月から1月の冬季と、コロナ禍と重なって実施されたことにより、前回までとは若干違った結果となった。

全体の回答数が、4,196件であり、そのうち本設問に関して多くの回答があった。その中で、特にウォーキング・散歩・ランニング・ジョギング等の回答数が多くを占めている。コロナ禍であり他人との接触を極力避け、一人または少人数で屋外で運動している事と思われる。また、その他の回答者はコロナ感染以前から運動を継続して行っていて、ほとんどが施設などを利用、屋外を使用していると思われる。

市民が取り組んでいる運動の上位（ウォーキング、ストレッチ、筋力トレーニング、散歩、ランニング）は、ほとんど道具を必要としない活動であり、運動を行うのに物的ハードルが低いものが実施されていると考えられる。また、コロナ禍であったこともあり、ラジオ体操、ジョギング、スクワット、腹筋、自転車やサイクリング、有酸素運動、犬の散歩などの手軽におこなえる活動の項目が回答として挙がった。

3-6. 【あなたが運動やスポーツを一緒に行なう相手は誰ですか？（いくつでも）】（問 8）

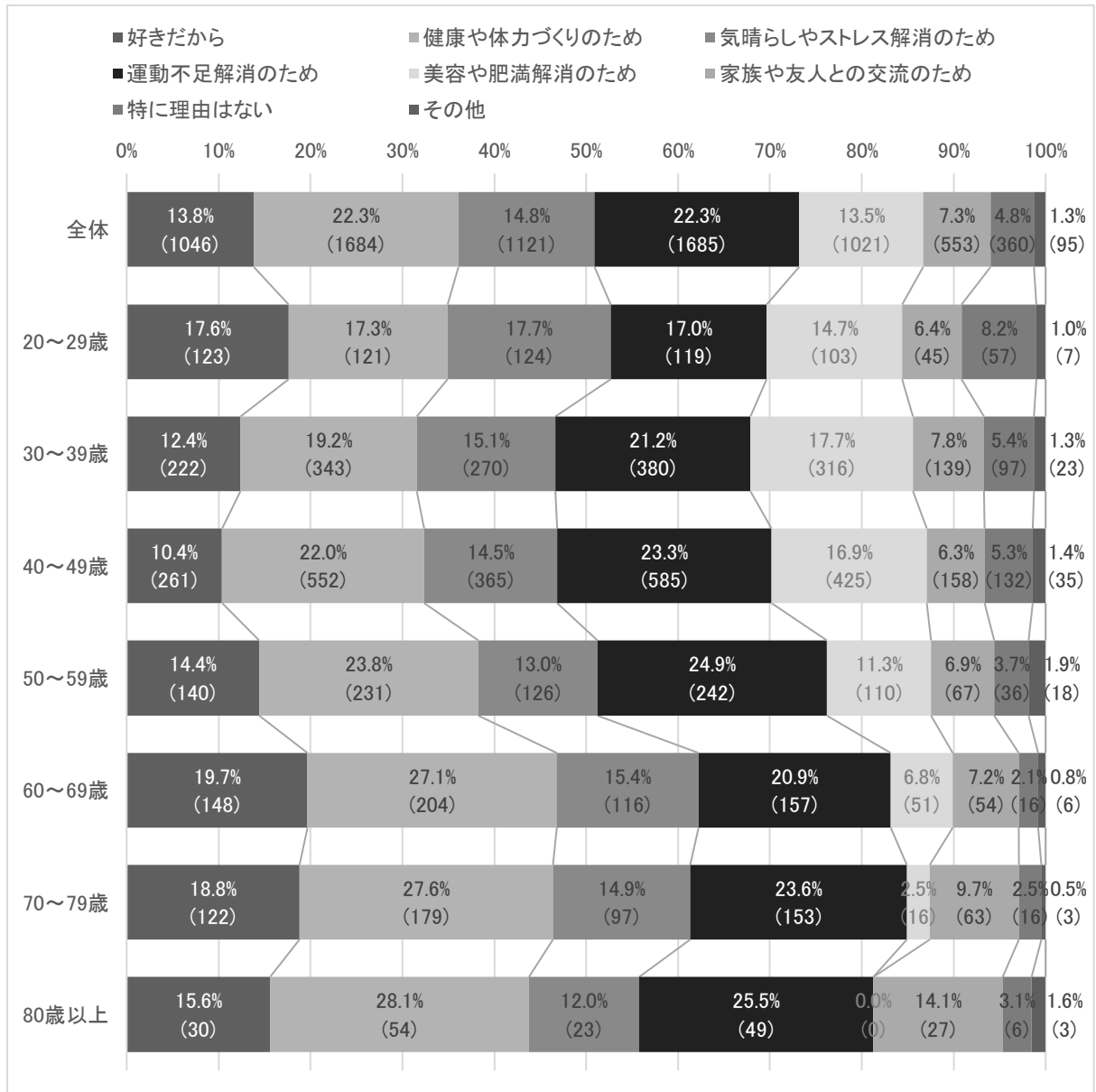


<考察>

全体的には「ひとり」（一人）でまたは家族で行う人が 70%近くを示していることからコロナ禍での気軽に行えるウォーキング・ジョギング等が増えたと思われる（3-5. 【どのような運動に取り組んでいますか（いくつでも）】の結果を参照）。

また 60 歳代くらいからは仕事が落ち着き退職される人が多くなり、クラブ活動や仲間との活動が顕著に増加することが見受けられる。運動実施の頻度が高まる 60 歳代以上において集団による活動が増えることは、「ひとり」での活動が多い生産人口の年代である 20 歳～50 歳代の運動実施率を高めるためには、運動やスポーツをする際の人的環境づくりが有用なのかもしれない。例えば、集団で行いやすい環境やプライベートや家族との時間を考慮した参加しやすい関係性づくりがポイントになるだろう。

3-7. 【あなたが運動やスポーツを行なう理由は何ですか？（いくつでも）】（問9）



<その他の回答内容> ※内容の右隣の数字は件数

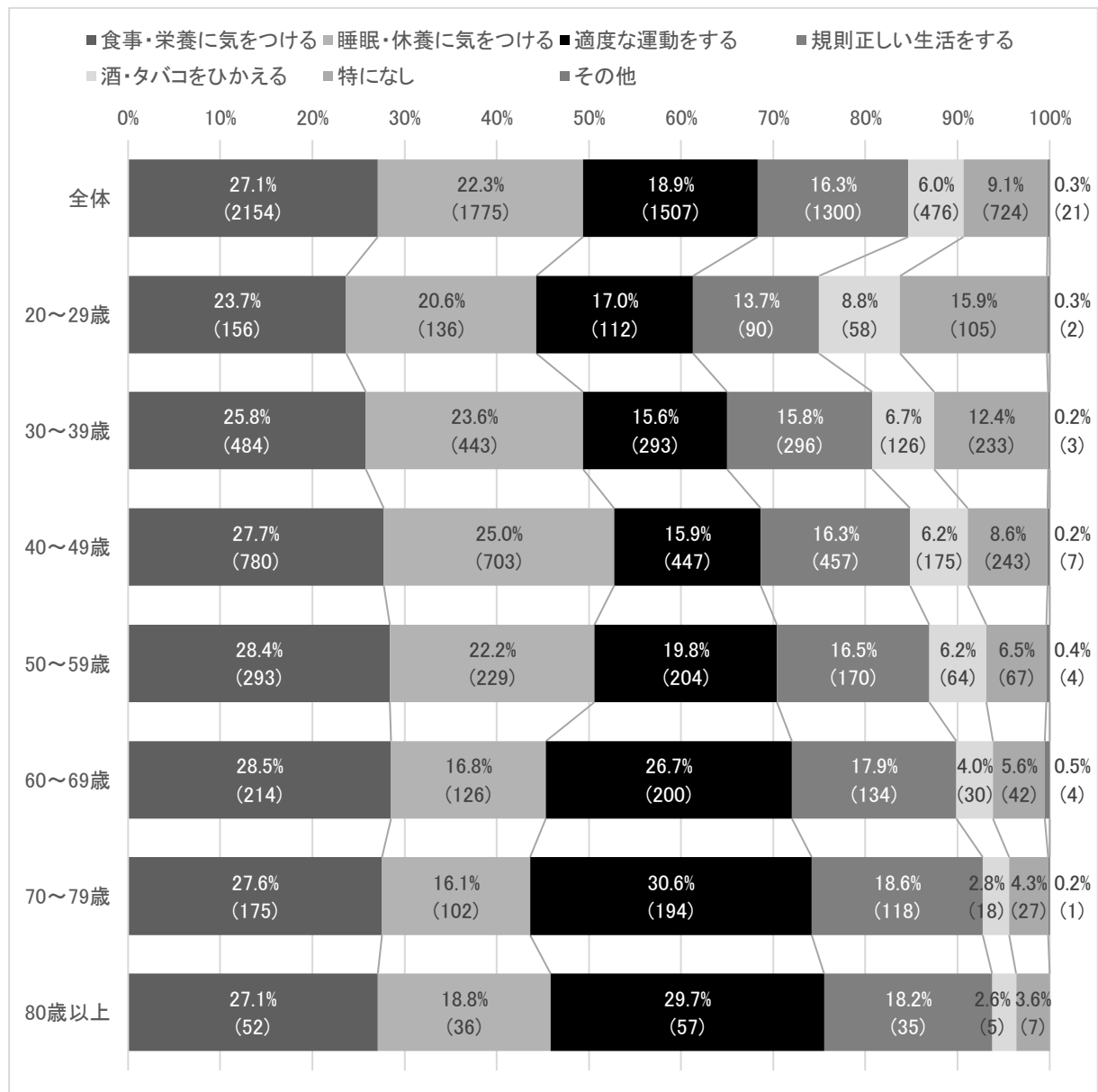
ビールを美味しく飲むため 人数少ない 仲間との会話 なし スポーツ少年団の指導 仕事で 出勤のため 犬の為 仕事のため 犬の運動不足等 運動していない 筋力維持のため 運動のための時間を確保できていない	怪我防止、体力維持 上手になりたい 何もしていない 犬の散歩 肩こり解消のため 犬の散歩 息子の運動不足解消の付き合い ライフワーク 寝つきを良くするため 運動していない 家にばかりいて便秘になった リハビリ 今は何もしていない	筋肉を発達させたいのと筋肉が落ちるのが心配でやめられない! 仕事だから 子供の見守り 腰痛対策 子供の習い事の練習に付き合う テニスをしたいから ケガのリハビリ 子供の少年団 フレイル予防 スポーツ指導を行っている 社会貢献への義務感
---	--	---

自分の愛 筋力が落ちないように 当てはまらない していない 競技力向上 試合に出場するため 部活動指導のため 2 大会に出場するため 筋肉の維持のため	通勤 仕事で利用者様の運動のため 犬がいるから 犬の散歩 体力維持向上 スマホゲーム 子ども 犬の為 必要だから 年齢と共に筋肉が衰えて来る ができる限りがんばる	犬の散歩 行っていない やっていないので、答えよう がない 犬がいるので散歩の為 自分と犬のため ダイエット 5 子供の付き添い 子供の運動不足解消の為 職場でやる機会がある 仕事 19
---	---	---

<考察>

回答項目の「健康や体力づくりのため」「気晴らしやストレス解消のため」「運動不足解消のため」「美容や肥満解消のため」に共通するのは健康維持のための運動・スポーツと考えられており、すべての年代でその数は半数を超えている。つまり、運動を行う者の内、健康維持を目的に行うことが多いことを示している。また、「好きだから」「家族や友人との交流のため」を選ぶ人は、健康以外に自分自身のライフスタイル楽しむ・充実させる手段として運動・スポーツを取り入れていると考えられる。その他の理由を見てもそれぞれのライフスタイルに結びついた内容が多いことから、運動・スポーツを生活に取り入れることでその人が日常生活を前向きにとらえていることにつながると言えるのではないかと思われる。

3-8. 【健康・体力維持のためにあなたが心がけていることはありますか？（いくつでも）】
 (問 10)



<その他の回答内容>

サプリメントの服用 ストレスをためない 興味を持ち楽しむ 寝る 自分にあったサプリメントをとる とりあえず食べられる時に食べる ひたすらトレーニングをする 趣味の好きなテレビ（ネット）を見る 中々できない 間食を減らす	ストレスをためないように気づかっている 運動はほとんどしていない ストレスを感じないようにする 整骨院に通院 気軽な運動を適宜続ける事 ストレスなく継続してジムに行く 毎日意識しながら動く 喫煙と飲酒はしない 積極的に階段を利用する
--	--

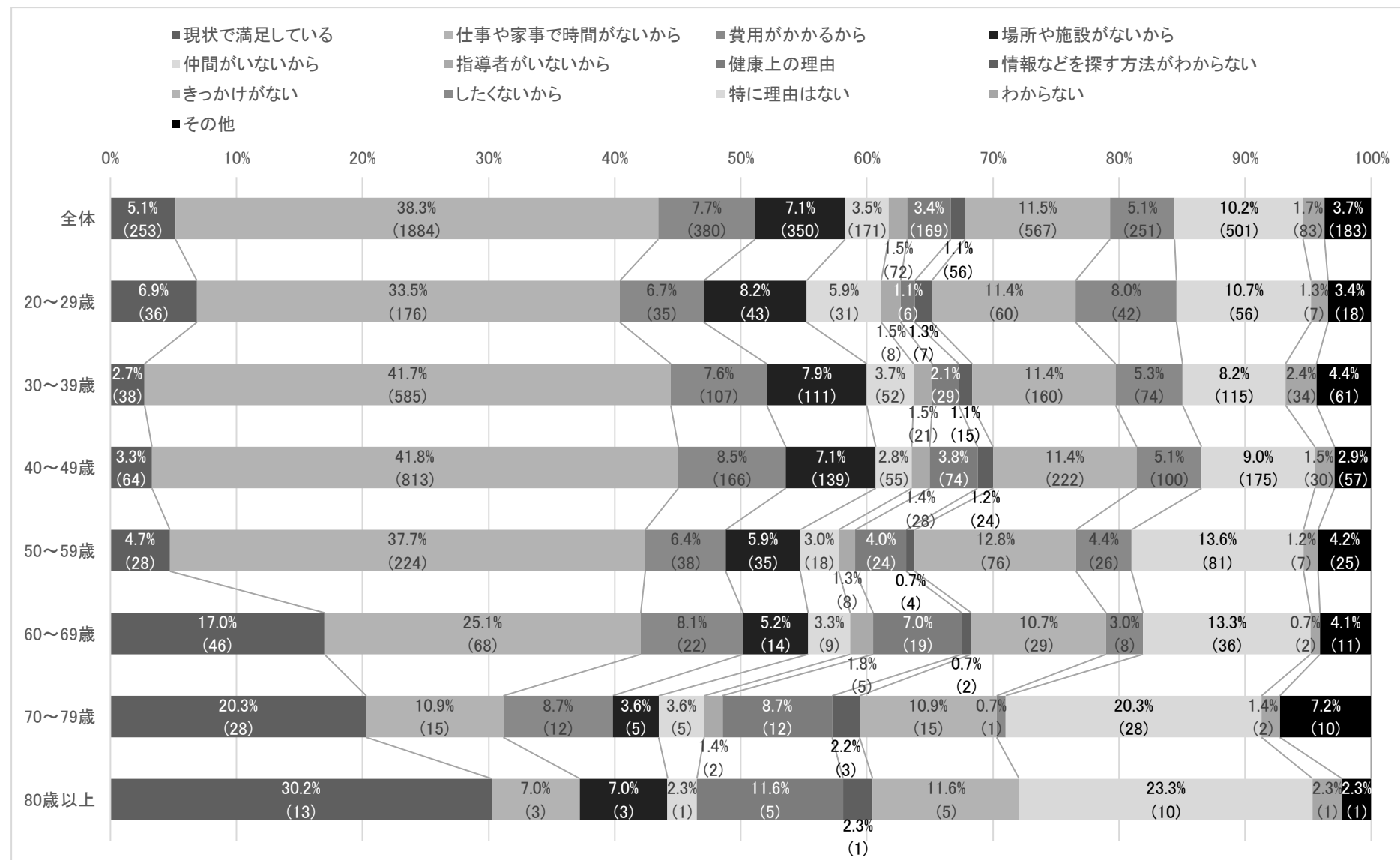
<考察>

コロナ禍により人々の日常生活の中で街に出かけることや人に会うことが制限され不自由を感じる生活を余儀なくされる中、ニュースでは日々感染者数や死者数が報道され、その数字を知られることで知らず知らずのうちに健康への意識が高まっていると思われる。

健康維持のための基本となるのは運動・栄養・休養であり、全体の80%が「食事・栄養に気をつける」「睡眠・休養に気をつける」「適度な運動をする」「規則正しい生活をする」に回答している。「食事・栄養に気をつける」は各年代ともに同じ割合となっているが20代～50代は「休養・睡眠に気をつける」が多いのに対し、60歳代以降は「適度な運動をする」に多く回答しており、働き盛りの年代は仕事や子育てとのバランスを取りながら運動出来る環境が、健康意識の高い高齢者にはだれでも気軽に参加できる運動環境が求められると言えるのではないかと考えられる。また、60歳代以上で「睡眠・休養に気をつける」項目が減少しているのは、就業を終え、プライベートな時間が増えたことによって、しっかり休む時間がとれており、睡眠などに気をつけようという意識が低下したのではないかと考えられる。

年代が高くなるに連れて、「適度な運動をする」が増え、「酒・タバコをひかえる」が減る傾向にあるように伺える。歳を重ねるたびに、体の衰えを実感することで、運動の必要性や身体に負担のかかる・支障をきたすことを摂生することが増えたのではないかと考えられる。

3-9. 【あなたが運動やスポーツを行なわない（行えない）理由は何ですか？（いくつでも）】（問 11）



<「その他」の回答内容>

感染症（新型コロナウイルス感染症、外出自粛、予防、学校解放の中止、抵抗感、職場からの通達、緊急事態宣言中） 34 子育て・育児・妊娠・産前産後・1人親家庭（忙しい、時間がない、余裕がない、子どもが小さい、離れられない、通院、子どもの病気、預けられない） 26 時間（忙しさ、時間がない、余裕がない、時間が合わない、仕事、家事、育児、日程合わない） 24 心身疲労（疲れる、疲れている、疲れやすい、元気がない、だるい、やる気が出ない、気力がない、根気がない、体力が残っていない） 24 体調（持病、怪我、喘息、腰、膝、足、痛み） 17 感情（モチベーションの変化、気持ち、面倒臭い、億劫、行動に移せない、勇気が出ない） 14 季節（冬、寒い） 7 家事・送り迎え 6 天候（雨天、悪天、気温） 4 不得意・苦手 4 環境（気軽さ、引っ越し、屋内運動施設がない） 3 他にやることがある・優先順位が低い 3	運動相手（ひとり） 2 年齢 2 忘れる・三日坊主 2 料金 2 運動不足を感じていない・職場で動いている 2 介護 1 ペット（犬） 1 時季限定種目のため（スキー） 1 習慣（習慣がない） 1 危険動物（熊出没） 1 施設が使えなかった 1 できることが限られている 1 初心者向けの活動がない 1 場所がない 1 汗の不快感 1 近くの団体がない（サークル・同好会） 1 恥ずかしい 1 距離的問題 1
--	---

<考察>

運動を行わない（行えない）理由については、「仕事や家事で時間がない」といった理由が20～50歳代の働き盛りの現役世代の回答に多くあげられた。60歳以上では、「現状で満足している」、一方で「特に理由がない」という回答がほぼ同率していることから、就労から退く年代であり時間的には余裕があると想像できるが、運動するタイミングやきっかけが見つけれないことが要因になっているのではないかと予想される。

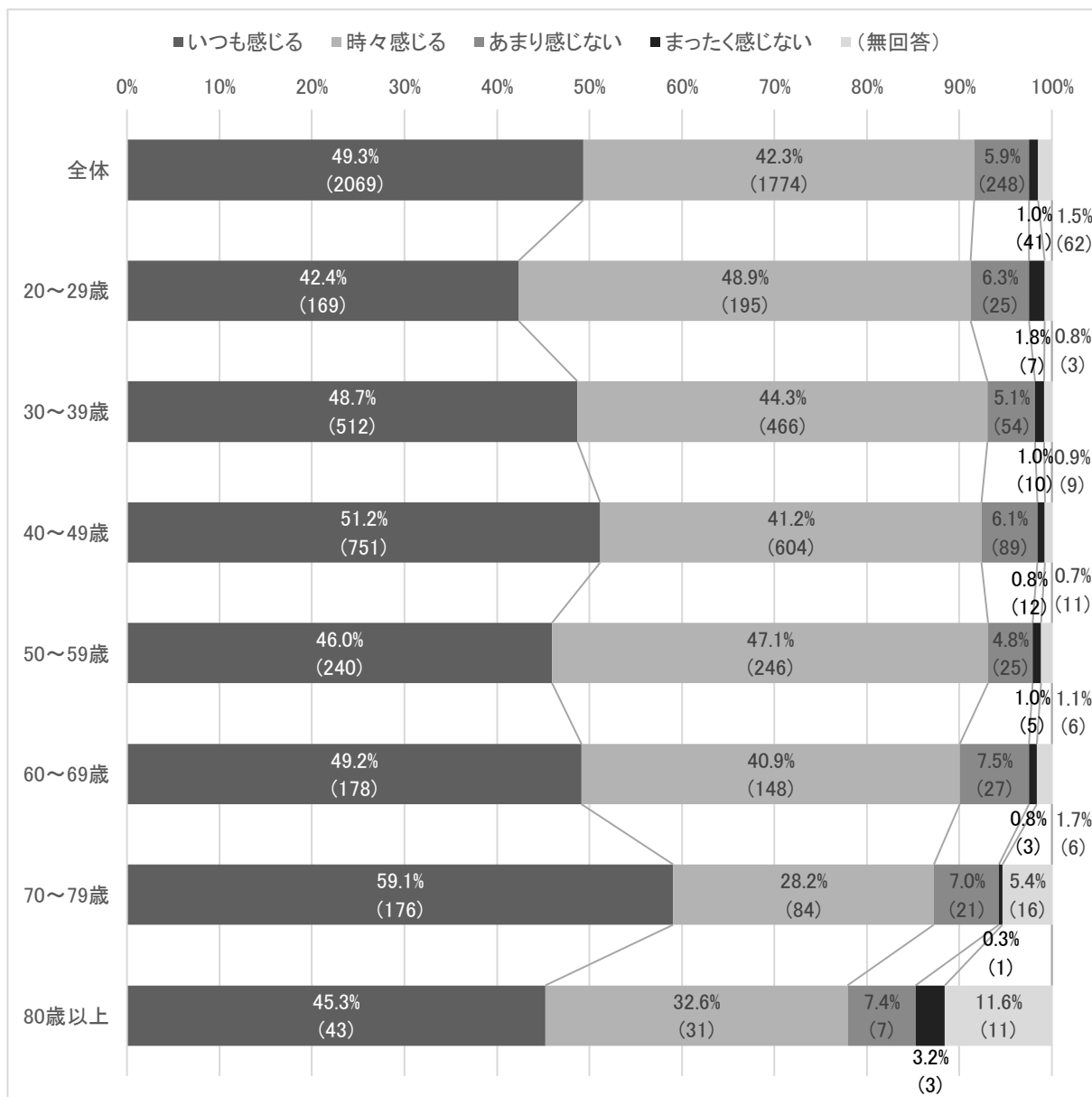
全ての年代に共通して「きっかけがない」という者が一定数いることがわかった。これは時間的余裕のあり・なしにかかわらず、何らかの機会があれば、運動やスポーツの実施に繋がる可能性があると考えられる。例えば、仲間や友人や知り合いからの誘いや興味関心のある運動やスポーツなどの情報の伝達などがあれば、運動を実施してもらえるかもしれない。

また、「仕事や家事で時間がない」という回答が現役世代が多かった。仕事の時間や家事自体の時間を減らすことは困難ではあるが、スポーツや運動を行えるためのきっかけが『時間を感じさせない』ほどの『手軽さ』で、『楽しいからやってみよう』という気持ちを生むようなものであれば、多

くの市民が運動やスポーツに親しめるのではないだろうか。

「その他」の項目に回答した者の多くは、新型コロナウイルスなどの感染症の予防や対策によって運動やスポーツを行えていないということがわかった。ただ、次いだ項目は子育てに関することであり、子育て中でも子どもと一緒に活動に参加できる活動や、妊産婦でも参加できる活動であれば、需要は多くあるのではとも考えられる。

3-10. 【生活のなかで、あなたは運動の必要性を感じていますか？】（問 12）

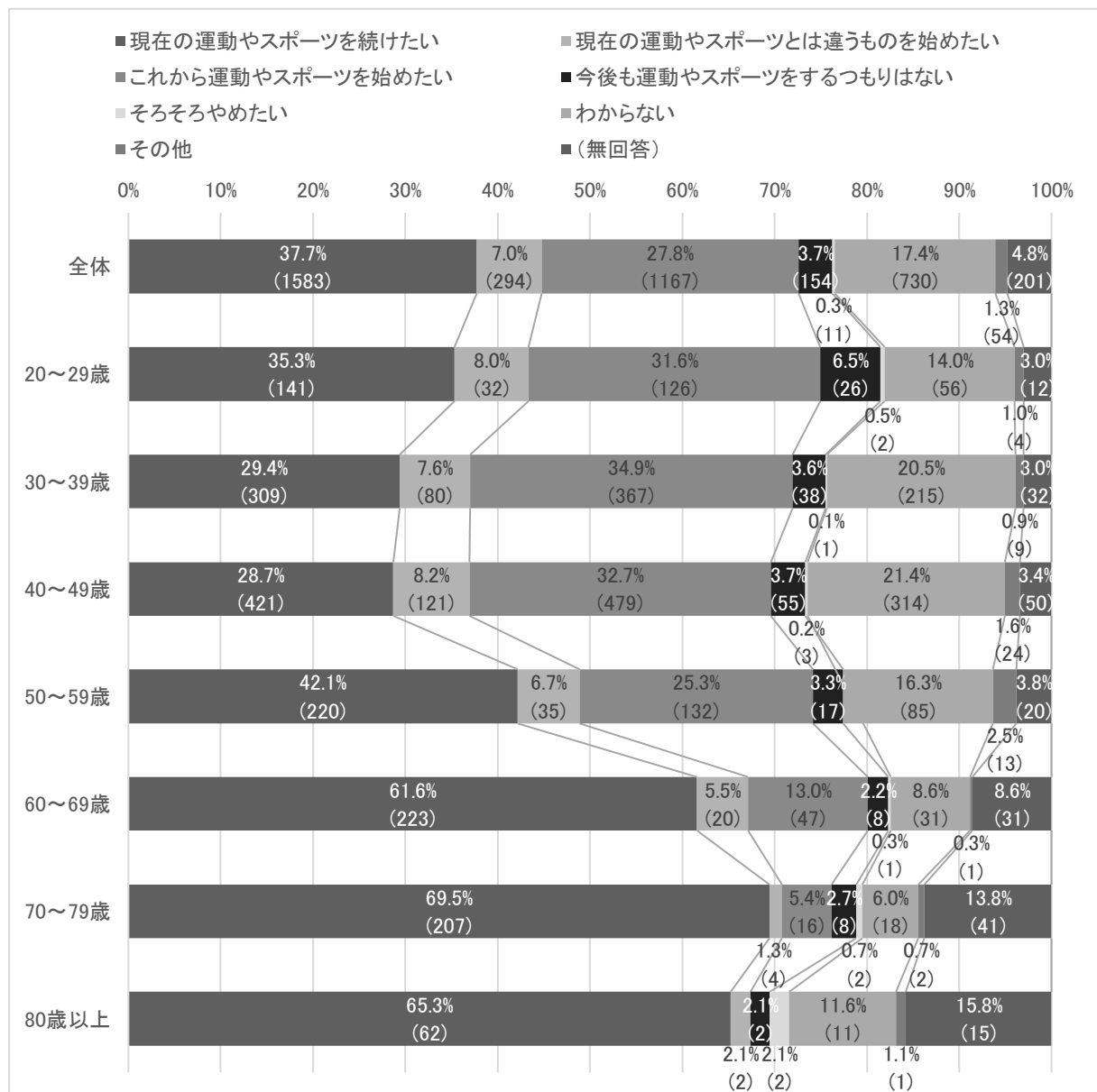


<考察>

運動の必要性については、全体の 90%の者が「いつも感じる」「時々感じる」に回答した。このことから、どの年代も運動の必要性を感じているということが明らかとなった。

「いつも感じる」と回答した割合では、20代～50代の生産年齢や労働人口とよばれる仕事に就いている年代よりも、70～79歳代の者の「運動の必要性」を意識している割合が高い。70～79歳の運動の頻度についても「毎日」「週4～6日」「週2～3日」に回答している者が約70%と高い傾向である。70～79歳代は自分の好きな娯楽や趣味を楽しんだり、クラブや団体に所属しスポーツを行ったりするなど、日常的な運動習慣づくりや、若々しく健康的に過ごすことへの意識が特に高い年代であると考えられる。

3-11. 【今後の運動やスポーツの実施について、どのように考えていますか？】（問 13）



<「その他」の回答内容> ※内容の右隣の数字は回答件数。

感染症が治ったら始めたい 仕事が終わったら始めたい ジムに通いたい 2 ウォーキング（歩く、散歩）をしたい 6 何かを始めたい・運動したい 5 育児が落ち着いたら始めたい 6 子どもが歩けるようになったら一緒に遊びたい 時間を作れたら始めたい・時々したい・やれる時にやりたい 9 経済的に余裕がでたら始めたい 自分に合う（向いている）ものがみつければ始めたい 2 怪我が治れば始めたい	内容が改善されれば始めたい 年齢に応じたものがあれば始めたい 2 費用が適切であれば始めた 必要性を感じたら始めたい 筋力トレーニングをしたい 危機感を感じたら始めたい 冬の環境を整えば始めたい <再開したい> スポーツ ジョギング 筋力トレーニング ランニング バレーボール
--	--

<p>新しいものを始めたい 4 継続できそうなものを始めたい 2 自宅でできる運動があれば始めたい 土日祝日に子どもと一緒に身体を動かせるなら始めた</p>	<p><継続したい> スポーツ少年団の指導を続けたい 軽スポーツ 現在の運動 5</p>
---	---

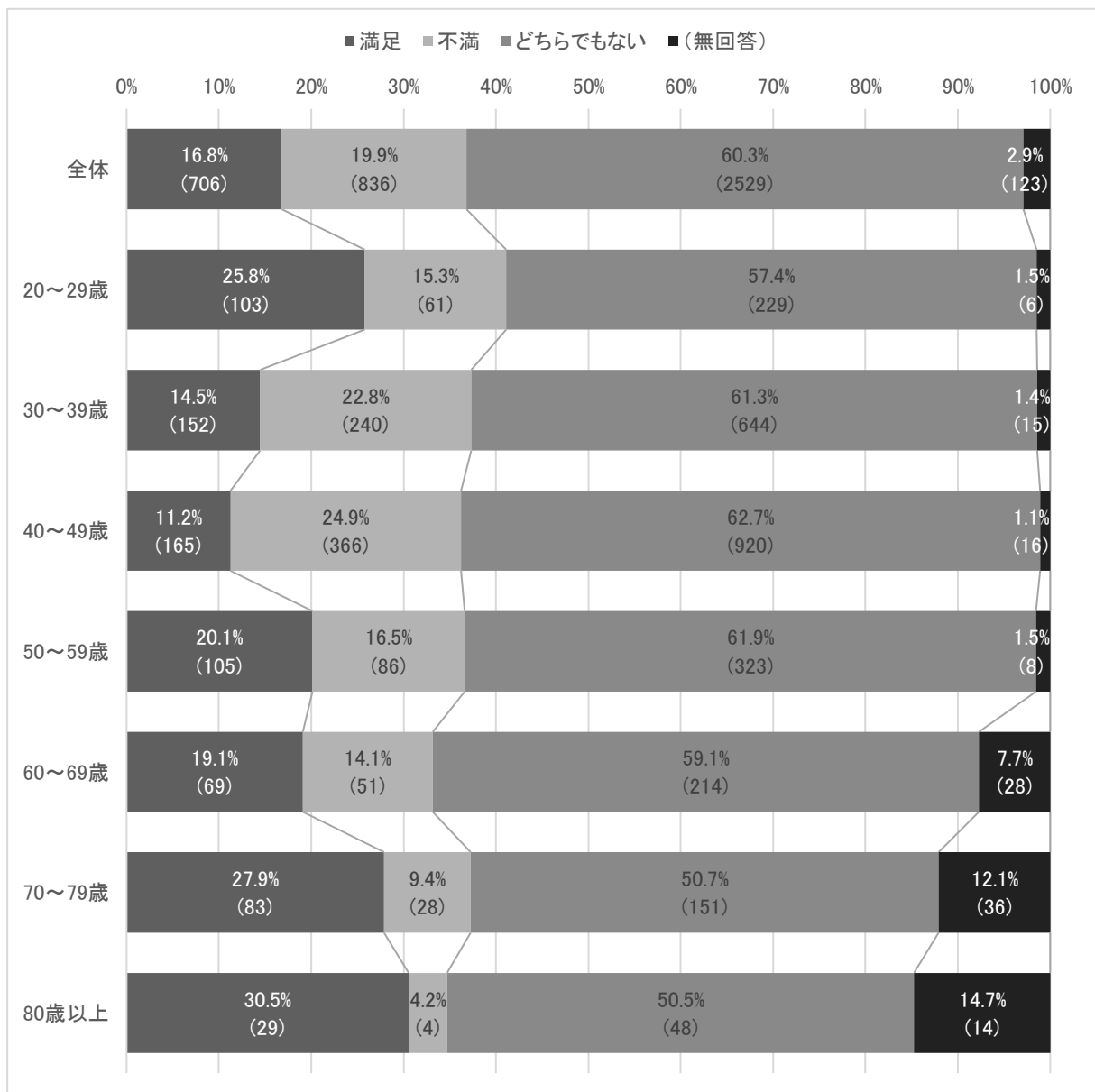
<考察>

今後の運動やスポーツの実施について、全体の70%以上の者が「現在の運動やスポーツを続けたい」「現在の運動やスポーツとは違うものを始めたい」「これから運動やスポーツを始めたい」と回答し、運動やスポーツをする事に前向きだと考えられる。特に、「現在の運動やスポーツを続けたい」と回答している者の多くが60歳代以上であることから、コロナ禍において健康維持の為に続けたいと感じていると考えられる。また、「これから運動やスポーツを始めたい」と回答している者の多くは20～50歳代の生産年齢人口と呼ばれるような年齢であることから、コロナ禍による仕事環境の変化による運動不足によって運動やスポーツの必要性を感じていると考えられる。

このようなことから、「これから運動やスポーツを始めたい」と考えている者は現時点で運動やスポーツをほとんど実施していない可能性が高く、それらの年代においてスポーツや運動に触れる機会や促すような活動を取り組むことでスポーツ実施率が増加する可能性があると考えられる。

また、運動やスポーツを「そろそろやめたい」と考えている者はほとんどいないことがわかった。ただ、今後の運動実施について「わからない」と回答している者が一定数いることから、運動を実施するための目的や楽しく実施できる活動を提案することで運動継続や新しい運動への取り組みの開始につながるのではないかと考えられる。

3-12. 【あなたは釧路市内（すべての地区）のスポーツ施設に満足してしますか？】（問 14）



(1) 満足と回答した人の理由

営業時間に関して

24時間だから

年中営業（いつでも利用できる） 2

料金に関して

MOOの体育館の利用料金が安いから

湿原・阿寒町スポーツセンターの料金が安いから

無料で利用できる施設がある 2

スケートリンクの料金が他の市町村より安い

湿原の風アリーナのジムの料金が適正である

料金が安い（適正） 3

妥当な料金

利用内容について

内容が充実している 7
様々運動ができる
利用しやすい 6
楽しく続けられる
バウンドテニスができるから
ウォーキングができるから
水泳ができるから
サイクリングロードが充実しているから
スポーツジムが充実しているから 4
プールがあるから
テニスコートがある 2
パークゴルフ場がある
バレーボールができる
ハンドボールができる
ピラティスができる
大会が開催されている 2
軽スポーツができる
カーリングができる

施設環境について

様々な競技や運動を行える環境があるから 6
施設が整備されているから 6
プールが利用できるから 5
スケートリンクがあるから 3
大規模運動公園があるから
アイスホッケー場があるから
武道館があるから
子どもと利用できるから 5
子どもが利用できるから 2
様々な利用できる施設があるから 4
カーブスがあるから
湿原の風アリーナ釧路が充実しているから 7
湿原の風アリーナ釧路のジムの景色がよい 2
湿原の風アリーナ釧路のジムの機器がよい
施設がよいから 2
利用しやすい
綺麗（清潔）であるから 8
明るいから
快適であるから
近くにあるから（通いやすいから） 10
トイレがきれい 2
建物が立派であるから
ランニング場所が近い
野球場がきれい
屋外球技施設があるから

学校解放について

学校開放で家の近くで運動できるから
学校開放で施設が確保できるから
学校開放があるから 2

学校解放が無料であるため

釧路市全体について

フィットネスクラブが増えた
施設（公営、民営）が揃っている（数がある）から 42
スポーツジムが揃っているから 7
各地区に体育館があるから 3
会館やセンターを利用しているから
長年（定期）利用できる 2
室内でも楽しい場所が増えた

情報発信について

チラシを見ました
利用しているという話をよく聞く
職場でアンケート用紙を見たため

コロナ禍において

湿原の風アリーナ釧路では感染症対策しながら解放してくれたから 2
体育館では人と人の距離を確保できるから

不満な点

車がないと通えないから
移動に時間がかかる
スキー場もあれば
民間に委託してほしい
他の市町村から比べると遅れている ※何が遅れているのかは不明
公共体育館をもう少し増やしてほしい

利用しないが満足している

行かない・利用していない 7
不満なし 12
不便さを感じていない 2
わからない
困っていない
施設を必要としないスポーツを行っている
時間がない
家でもできる

(2) 不満と回答した人の理由

営業時間

24時間の施設がない
時間、曜日に制限がある・時間が短い 13
利用時間の自由度がない 3
平日解放している施設がすくない
夜の時間利用できない・早朝時間が利用できない 2
バスケットゴールがある施設の解放時間が短い
バレーボールの時間が少ない
子どものスポーツ教室は平日が多く、参加できない
年間定期利用ができない

料金

1回の料金ではない（月額料金や入会金がかかる） 2
料金が安い・無料でない・費用がかかる 104
冬期間の料金が安い
アクアトピアなど、会費が高い
子どもの料金が安い・無料でない 2
料金と設備が合っていない
無料施設がない

利用内容

指導者が少ない（いない）・トレーナーが少ない 6
利用方法が難しい・わからない 3
気軽に自由に利用できない・利用しにくい・利便性が悪い 60
利用するのに制限が多い 3
スポーツ・運動・遊びのバリエーション（種類）が少ない・種目に制限がある 9
子どもや親子などの家族で利用できない 17
子どもを預けられない
子どもが思いっきり遊べない 5
教室やイベント（ママ向け・初心者向け）がない・少ない 4
中高年の教室がない
施設から駐車場が遠い
新規利用者に対する既存利用団体の対応が悪い
個人利用ができない 10
混んでいる・予約が取れない・空きがない・抽選である 9
マナーの悪い人への働きかけ
運営の仕方に問題がある
楽しそうなものがない 2
特定の団体利用が多い
体型として太っているため恥ずかしい
入会していないと施設に入れない
部活動の利用ができない
大会が少ない
障がい者優遇措置
若者が多く入りづらい
高齢者が多く入りづらい

施設環境

用具が揃っていない・古い・老朽化 6
阿寒スポーツセンター2階の設備増設
スポーツセンターの制限が多い
コアは予約締切日が高い
サンライフにランニングマシンがない
音別地区プール施設
50m プールがない 3
遊べるプールがない 3
プールでゆっくり歩けない
プールのコースが少ない
プールが汚い・古い（脱衣所など）・修繕必要 6
プールが使用できない 2
プールが近くにない・少ない 7

プールでの初心者向け教室がない
 プールの料金が安い 2
 プールの大学生割引・無料解放日がない
 プールの営業時間が短い
 プールの大人の初心者教室が平日しかない
 プールにギャラリー席がない
 鳥取温水プールの水温が高すぎる（のぼせる）
 鳥取温水プールのシャワールームが石鹼類使用可で床にぬめりがある
 鳥取温水プールの利用料が高い
 公共プールが少ない
 テニスコートは1人でも練習できる壁打ち用の壁がない。
 テニスコートの整備がされていない・古い（美原など） 3
 テニスコートの料金が安い（運動公園、鳥取ドームなど） 2
 テニスコートの数が地区によって異なる
 室内テニスコートが少ない
 テニスコートを個人で借りられない
 テニスコートを冬期間借りられない
 サッカーのグラウンドにナイター設備・天然芝・人工芝の設備がない 14
 サッカー場の整備不足・芝改善・雑草整備不良 2
 サッカーボールを自由に使用できる場所や体育館がない 2
 サッカーの公式戦ができるグラウンドがない
 屋内フットサル施設が少ない
 フットサル場がない
 アスレチックがない
 大規模公園（十勝エコロジーパーク、砂川こども園、ゆめの森公園）がない 2
 運動公園の施設（広里）の料金が安い
 公園でスポーツができない 2
 公園に運動器具が少ない
 屋内スピードスケート場がない 5
 スピードスケート施設が少ない
 スケート場の老朽化
 スケートリンクにコンビニや飲食店の併設されていない
 スケートリンクの氷が悪い
 スケートリンクのフェンスが傾いている
 柳町スピードスケート場に屋根がない
 柳町スピードスケート場が全天候型でない
 屋内陸上競技場がない
 陸上競技場に屋根がない
 陸上競技場のサッカーの芝がひどい
 陸上競技場のトイレが汚い
 陸上競技場でランニングができなくなるまで使用できない
 フリーウエイトのできる施設がない
 ジム（パーソナル含む）が少ない
 ジムばかりでバリエーションがない
 ジムに子どもといけない 2
 ジムに託児所が併設されていない
 ジムにトレーナーがいない
 ジムの料金が安い・単回料金が安い 4
 公共ジムが少ない 5
 ジムに女性専用がない
 ジムにプールが併設されていない

ジムに好みの器具がない・少ない 2
 トレイルコース（弟子屈参考）がない
 ランニングできる施設が少ない 2
 冬期間にランニングできる場所がない
 ウォーキングやランニングする道路が凸凹
 屋内ウォーキング設備がない
 冬期間にウォーキングできる場所がない
 ウォーキングするには自宅周辺の環境が悪い
 スキー場が遠い（近くにない） 2
 ムエタイができない
 パークゴルフ場が近くにない
 バスケットボールのゴールがついていない施設がある
 バスケットボールの子ども用ゴールが少ない
 バスケットボール施設の利用できない
 バスケットボール施設が少ない
 バトミントンを行える体育館が少ない
 バレーボールできる施設が少ない
 バレーボールで子どもと遊べない
 ハンドボールができる施設が少ない
 野球で屋内施設がない・少ない 7
 野球で屋内施設の利用時間が短い
 野球で屋内施設の当日受付ができない
 野球場に照明がついていない 2
 プロ野球定期開催に合致する施設がない
 ヨガが行えない
 湿原の風アリーナの料金が高い
 湿原の風アリーナの使用状況がわかりづらい
 湿原の風アリーナの接客が悪い
 湿原の風アリーナでイベントがあると使用できない
 湿原の風アリーナの一般解放場所が足りない
 湿原の風アリーナでウォーキングとランニングをライン分け
 湿原の風アリーナのランニングする人と体育館見学者との安全確保
 鳥取ドームの料金が高い 2
 サイクリングコースが走行しづらい
 サイクリングコースで阿寒よりは熊が出没しそう
 バドミントンの場所が空いていない
 卓球の場所が空いていない
 青雲台体育館の料金が高い
 旭町福祉センターの畳が老朽化
 柔道場剣道場がない 2
 パークゴルフが物足りない
 学校解放の時間が短い 2
 学校解放で冬に暖房がつかない 2
 ビリヤードができる施設がない
 カーリングは道東地方全体での連携した取り組みがされていない
 ダンスを大型鏡や大きな音でおこなえる個室の施設がない
 交通の便が悪い（車がないといけない） 15
 施設までが遠い（近くに施設がない） 67
 特徴的な施設がない・魅力的な施設がない 2
 寒い 6
 暖房設備の不足 3

既存のグループに入りづらい

雨漏り 3

駐車場が狭い

郊外にない

施設規模が小さい

トイレ設備の改修

多目的施設の床がすべる

釧路市全体

施設が少ない・施設がない・場所がない・場所が少ない・選択肢がない 126

体育館が少ない 9

施設のバリエーションがない 3

施設の設備が整っていない 3

施設の老朽化・古い・修繕されていない・計画的なメンテナンスされていない 24

大型スポーツ施設が少ない

屋内スポーツ施設が少ない 9

屋内でできる種目が少ない 2

総合体育館がもう1つあるとよい

釧路町に施設があるが、釧路市にない

各地区・駅周辺・春採・桜ヶ岡・白樺・興津・阿寒・東部で施設がない（偏りがある） 8

子どもと気軽に遊べる場所（屋内、屋外）がない（少ない） 6

車社会で歩くことが少ない

市の中心部・街中に施設がない 3

屋外スポーツ場所の全天候型化

全天候型施設 2

学校の部活動が活発でない

冬期間に活動しにくい（限られる） 3

冬期間の施設使用不可期間が長い

全国チェーン店の施設がない

市民に公平に開放されていない 2

情報発信

いつ、どこで、どのようなスポーツ（こと）ができるかわからない 11

どのような施設があるのかわからない 2

インターネットで情報がえられない 2

情報がない（少ない） 8

予約方法がネット予約でない

料金がわからない

スケジュールが分かりにくい 2

一般解放の時間がわからない

コロナ禍

その時々での使える人と使える場所が曖昧

コロナ禍での共用施設の狭さ

自由に使用出来る時間が合わない

密集する

コロナ対策が不十分である

利用していないが不満な点

利用したことがない

時間がない

(3) どちらでもないと回答した人の理由（無回答者の理由も含む）

施設を利用していない・利用したことがない・ほとんど行かない・行ったことがない	327
利用機会がない・利用する必要がない	8
今後利用することはない・期待していない	2
施設を知らない・わからない・把握していない・調べていない・情報がない	134
施設や活動の情報がこない	3
使い方（利用方法）がわからない	3
見たことがない	
必要としていない	
興味がない	16
運動をしていない	10
時間がない	12
経済的余裕がない	2
身体的に活動できない	2
理由はない・特にない・考えたことがない・意識していない	10
特に不満はない・満足している・問題はない・可もなく不可もなし・普通	9
困っていない	
自宅や近所で運動・トレーニング・遊びをしているため	11
利用しづらい・気軽に利用できない・自由に使えない	9
利用したくても出来ない	
コロナ禍で利用できていない	2
コロナ禍でわからない	
コロナ禍で利用控えている	
コロナ対策で施設に不満がある	
料金が高い	21
施設によって料金にバラつきがある	
遠い	15
交通の便が悪い	4
利便性がない	2
混んでいる	4
使用できない	
時間が合わない	4
時間の選択肢がない	3
施設の数が少ない	14
施設の数がある・多い・多少ある・十分ある	15
良い施設がある（昭和、芦野）	4
地区によって偏りがある	2
良い施設がない	
老朽化している・整備されていない・安全面と衛生面に不安がある	7
学校の施設を利用している	
シャワールームがない	
ジムに小学生以下が入れない施設がある	
スキー場が遠い	
釧路に長期滞在していない・最近釧路市民になった	2
行くのが億劫である	
女性専用の施設がない	
個人利用で行いたい	

1人での利用に抵抗感がある

上手な利用手段を構築してほしい
プロスポーツ施設としては物足りない
学校体育館が少年団やクラブ、部活動で使えない
体育館の暖房が入らない3
鳥取ドームが寒い
屋外の自然環境を生かしたものがない
小規模施設がほしい
民間スポーツジムが必要である
野球：屋内施設、ナイター設備
屋内施設がない
トレーニングルームの器具の充実
卓球の施設が少ない
障がい者が活動できる施設が少ない
高齢者向けの用具がない

スポーツ種目や遊びの種類を増やしてほしい2
わくわくする施設
子どもや家族で利用しやすく6

<考察>

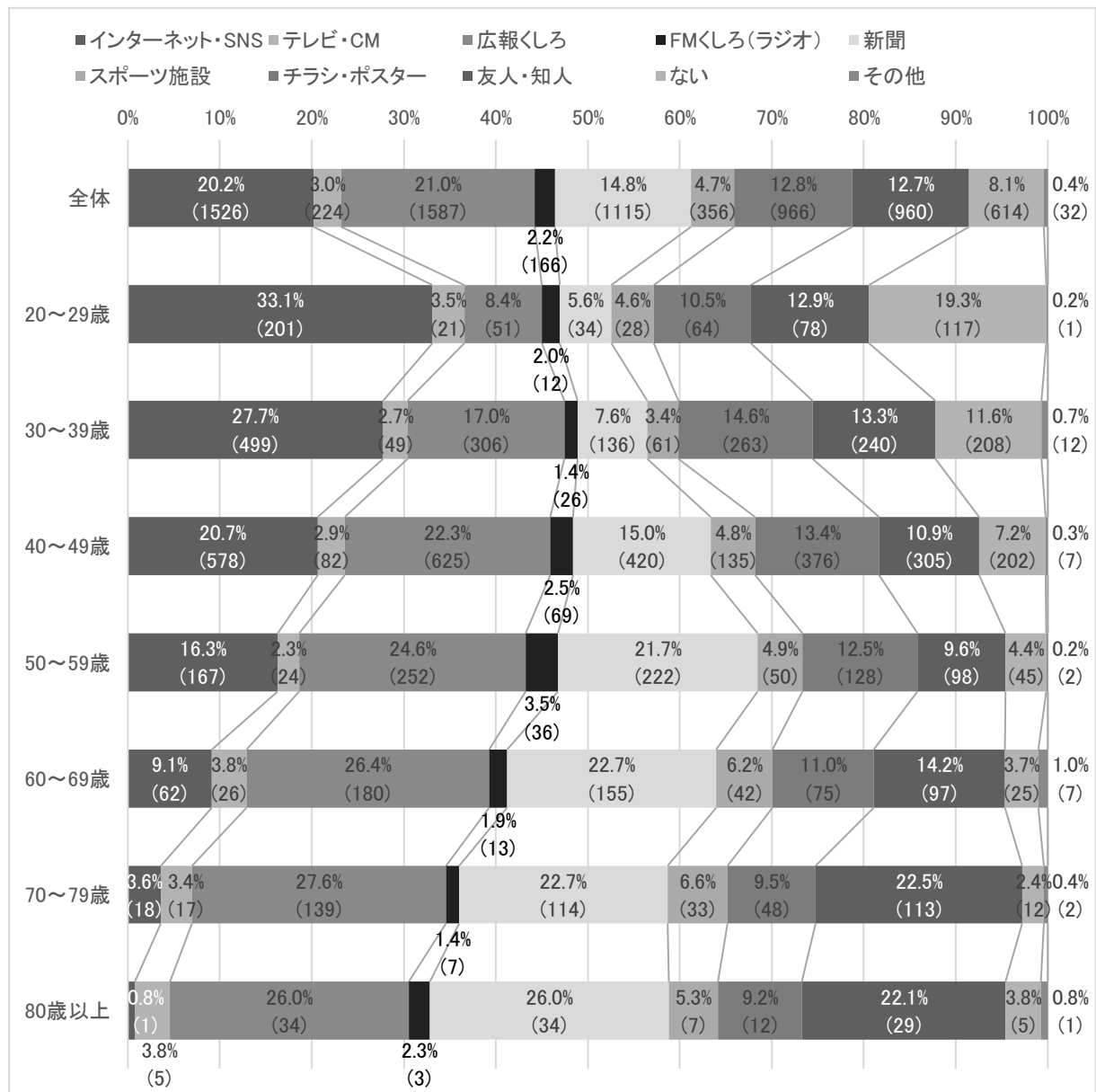
スポーツ施設に満足と答えた人は全体の16.8%となっており、世代別では、20代70代80代以上での満足度が高かった。満足の理由としては、施設環境について33.4%と一番多く、釧路市全体について25.7%、利用内容について15.3%、利用しないが満足しているが11.7%となっている。満足の理由として個人の時間に余裕がある世代には、釧路市全体の施設環境について満足していると考えられる。

スポーツ施設に不満足と答えた人は全体の19.9%となっており、世代別では、30代40代の不満足の高かった。不満足の理由としては、施設環境について34.8%と一番多く、釧路全体について25.8%、利用内容について17.6%、料金が13.9%、情報発信について3.4%、営業時間について2.9%となっている。不満足と答えた理由では、満足と答えた意見と反対に釧路市全体の施設環境の意見が多かった、また、料金に関することと情報発信にも不満であると考えられる。このことから個人の時間が限られた世代には施設環境などに不満があることが考えられる。

どちらでもないと回答した者が全体の半数以上であった。その中でも「利用したことがない」「ほとんど行かない」との回答が多く、普段運動をする時は施設を利用しない場合が多いことがわかった。次に「施設を知らない」「情報がない」との回答が多いことから、既存のスポーツ施設やスポーツ教室が上手く周知されていないことも質問に満足していない原因だと考えられる。インターネットの利用率が高くなっている今、新聞や情報誌だけでなくSNSやWEB広告等様々なメディアを利用し、情報を身近にしていけることが大切だと考えられる。

無回答者も理由欄に記載があった5つの回答は、非常に少ないため、上記の「どちらでもない」回答に含めた。

3-13. 【釧路市で行なわれているスポーツ教室やイベントについて、あなたが情報を得る手段はどれですか？（いくつでも）】（問 15）



<その他の回答内容>

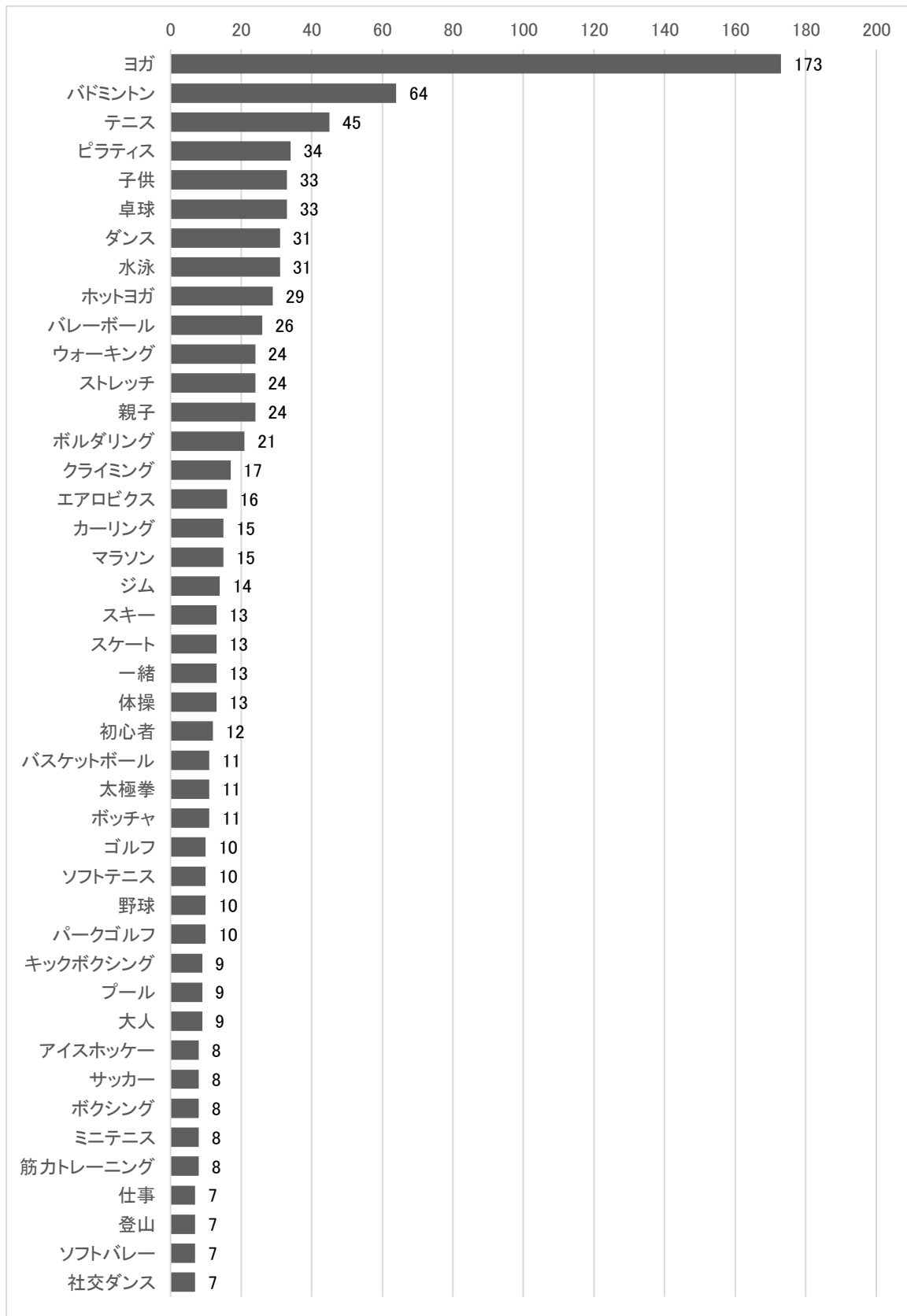
掲示物 スポーツ少年団 学校、幼稚園からのおたより 直接施設に電話をかけて確認しています。 過去の参加情報 興味がない 職場 学校、保育園、子供の部活動など	学校 スポーツ団体から 興味がない スポーツ施設 行政からのすすめで 小学校等で配布されてるお便りより 見ていない ラジオ
---	--

<考察>

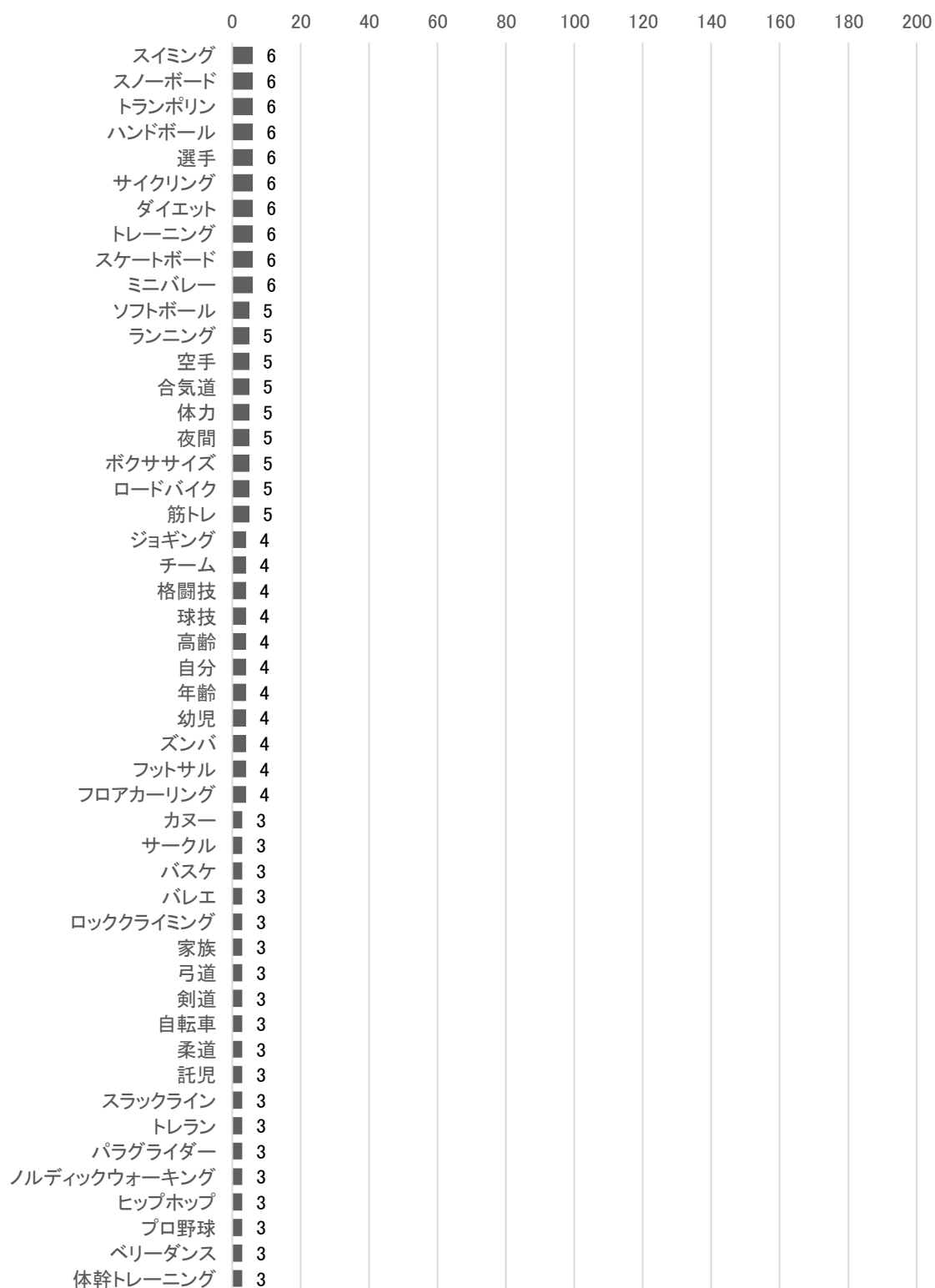
釧路市で行われるスポーツ教室や、イベントについて情報を得る手段を尋ねたところ、20～30代では「インターネット・SNS」がもっとも多く、40代以降から「広報くしろ」、50代以降からは「新聞」も共に増加している。「広報くしろ」は60代以降に支持を得ているが、全体を見るとスマートフォンなどの普及により、40代以降も「インターネット・SNS」との回答が前回調査よりも増加しているのが分かった。

また、「チラシ・ポスター」の広告はすべての年代において10%前後が維持されている。そして、「友人・知人」から得られる情報については10%～20%あまりを推移しており、人による口コミも情報源として役立っているよううかがえる。

3-14. 【あなたが今後行なってみたい運動や、参加してみたいスポーツ教室、イベントがあれば、お書きください。】(問16)



実施したい運動や教室、イベントなど



2件以下のワード

アスレチック サーキット シニア トレッキング ボウリング 駅伝 少林寺拳法 長靴 縄跳び 美容 武道 腹筋 無料 陸上 ハイキング リラックス エクササイズ フィットネス ポーツ モルック レスマルズ eスポーツ K-POPダンス スピードスケート タグラグビー バレトン パワーヨガ ラジオ体操 硬式テニス 室内テニス 水中エアロビクス 体力測定 有酸素運動	アミューズメント ウィンタースポーツ クロスカントリー コーディネーション コンディショニング サウナ スカッシュ タップダンス テコンドー トライアスロン トレイル バーチャル バッティング バリトン フラダンス フラメンコ フリスビー フルマラソン ホッケー ボート ボディー ボルタ ラグビー ラン リハビリテーション 運動会 音楽 器械体操 気功 居合 競歩 股関節 五十肩 腰痛 骨盤 山歩き 子連れ	車いす 車椅子 障害吹き矢 サーフィン ダイビング ツーリング バウンド プレーランニング 乗馬 瞑想 AR BMI FEELCYCLE MTB sup TRF VR アクアトピア アロマヨガ インドアライド ウィンタースポーツ エアリアルヨガ オッキー カポエイラ キャンプ サップ サップボード ジークンドー スケボー ストリートバスケット トイイベント スノーシュー スポッチャ ダンササイズ チームメイト ティラピス テニボン	ドッチボール バンディー フィットネスジム マインドフルネス マタニティヨガ ムエタイ ヤムナボール ヨーガ ランニングマシーン リュージュ ウォークラリー クロスカントリースキー スカイダイビング スタンプラリー 還暦野球 居合道 草野球
---	---	---	--

<考察>

今後実施してみたい運動について回答してもらったところ、多くの回答を得られることができた。様々な種目や活動形式が挙げられたため以下にまとめる。

回答者は回答数3以上の合計

- ① ヨガ・ピラティス・ストレッチ 260
- ② ラケットスポーツ (バドミントン・テニス・卓球・ソフトテニス・ミニテニス) … 160
- ③ トレーニング、エクササイズ (ジム・筋トレ・体幹トレ・ボクササイズ・エアロビ) …

- ④ ウォーク、ラン（ウォーキング・マラソン・ランニング・ジョギング・トレラン・ノルディックウォーク） … 54 ダンス（ダンス・社交ダンス・ズンバ・バレエ・ヒップホップ・ベリーダンス） … 51

・ボルダリング	21
・カーリング	15
・ボッチャ	11
・スノーボード	6
・スケートボード	6

今後行ってみたい運動やスポーツ教室を尋ねたところ、「ヨガ・ピラティス・ストレッチ」の回答が最も多く、次いで「ラケットスポーツ」の順になった。ここまでは前回の調査と同様であった。トレーニングやエクササイズ、ダンスの回答が増えたが、一人で気軽にできる運動が好まれる傾向は変わらない。

また、ボッチャ・スケートボード・スノーボードなどオリンピックの影響と思われる種目も多くあげられている。

今回の調査では、多種多様な種目や活動を行ってみたいという市民の考えがわかった。これらの多様性を生かしたマルチ・スポーツ環境が釧路に構築されると市民の方々の様々な形でのスポーツ参加が促されるのではないだろうか。

3-15. 【釧路市のスポーツ行政（施設、イベント、情報提供等）にご要望やご意見がありましたら、お書きください。】（問 17）

施設の要望

- ・ 複合エンターテインメント施設（ラウンドワンのスポッチャのような、卓球やエアホッケー）
- ・ 都市公園（全天候型施設ビクターセンター、中標津町の道立夢の森公園、音更町の十勝エコロジーパーク）
- ・ 健康公園
- ・ 公園に新設場所（バスケットボール、ミニバスケットボール、テニス）
- ・ 多目的プール（50メートルコース、帯広の森市民プール）
- ・ 室内型アスレチック施設（子ども向け、冬季に重要）
- ・ MOOにスポーツ施設
- ・ 日常的な運動の環境整備
- ・ 阿寒スポーツセンターの暖房設備改修
- ・ 湿原の風アリーナ釧路のメインアリーナが使用できない時（大会等）のサブ体育館の確保
- ・ ウォーキングコースの整備
- ・ ジム（女性専用、ランニングマシン増設、白樺や桜ヶ岡地区）
- ・ 屋内スケートリンクの設置、柳町スピードスケート場に屋根
- ・ 野球場を運動公園に設置
- ・ 音別町にスポーツ施設
- ・ 老朽化改善、修繕整備
- ・ 立地（釧路市中心部に、鳥取に）
- ・ 軽トレーニングルームの設置（既存施設、会館、コミュニティセンター）
- ・ サイクリング環境整備
- ・ サッカー場の環境整備（人工芝、芝生）
- ・ スキー場（維持、リニューアル、鶴丘スキー場再建、屋内）
- ・ 託児所付き施設（低料金）
- ・ 水泳プールの設置（市街中心部、競技用、フィットネス用、アクティビティ用、湿原の風アリーナ釧路に、鶴野地区）
- ・ 鳥取温水プール（整備、水温下げ、シャンプー類禁止）
- ・ 屋外施設の整備
- ・

イベントの要望

- ・ 教室や講座（年代別、高齢者、主婦、共働き、シングルマザー、年代交流、各地域、公民館、家族 1 日体験、午後、夜間、年間、土日、オンライン配信、単回参加可能、自宅エクササイズ、ラケット系、初心者限定）
- ・ イベントスタイル（参加、観戦、市民運動会、市民駅伝大会、製作あそび）
- ・ プロスポーツに触れる機会（選手を招いての体験講座、小中高生向け、公式戦の土日開催）
- ・ 氷都釧路をアピールするワクワクするようなイベント（北大通の車線を一部利用したスケートリンク、春採や緑ヶ岡などの起伏を利用したスケートクロス）
- ・ 文化交流
- ・ ギネスに挑戦イベント
- ・ 釧路では体験できない内容（マイナースポーツ）
- ・ 楽しく体を動かせる内容（子ども、主婦）
- ・ 無料開放
- ・ 未就学対象、子ども対象、親子、社会人、初心者
- ・ ウォーキングイベント（自然散策、啄木脾巡り）
- ・ ランニングイベント（シティジョグ）

- ・ サイクリングイベント
- ・ スポーツイベント後の付加価値（バーベキューなど）
- ・ 新種目（タグラグビー）
- ・ 部活動を対象とした運動能力向上イベント等
- ・ イベント料金の低料金化
- ・ 年間通じたスポーツイベントや大会（冬の屋外イベント）
- ・ 日曜開催（ダンス、体操クラブ）
- ・

情報提供の要望

- ・ 施設の前予約状況の統一化（見にくい、スマホ対応、掲載時期の早さ、LINE 電話予約）
- ・ 情報発信媒体（SNS、インスタグラム、LINE、新聞、チラシ、テレビ、ポスター、ポータルサイト、広報くしろ）
- ・ イベント（告知の拡大、内容掲載あるいは情報受信のしやすさ）
- ・ 釧路では体験できない内容
- ・ インターネット掲示板の設置
- ・ 情報発信（サークル、スポーツクラブ、HP やインターネット掲示板など、子連れ可能、大人のスポーツクラブ情報）
- ・ 各種施設の集約

改善策などの提案や意見

- ・ 夜間の学校体育館・児童館やその他の体育館・施設を無料利用（冬場の混雑解消など）
- ・ 子供達の部活動応援サポート体制の強化
- ・ 合宿等に関して、大規模運動公園等の宿泊所併設や既存の遊休施設利用、廃校利用（活動場所と宿泊施設の間が遠い）、合宿場所近くの学校校舎利用、湿原の風アリーナ釧路の近くに合宿所
- ・ 運動公園にスケートリンクを設置（他のリンクの老朽化）
- ・ 湿原マラソン（ワンウェイコース、ループコース、市街地コースなどのコースの見直し、フル・ハーフの開催）
- ・ アイスアリーナ（貸切料金の低料金化、売店や自販機設置、フェンス入替、ホットドリンクの自販機）
- ・ 低料金化や割引（施設、鳥取ドーム、高齢者向け（割引券配布）、市民向け、こども無料化、1日券）
- ・ 小学生アイスホッケーやフィギュアスケートのために土日一般滑走枠の一部を解放（指導者の不足や時間の確保が困難で平日練習の確保ができない）
- ・ 湿原の風アリーナ釧路（ジムトレーナー（プログラム作成やトレーニング指導）の常駐、利用時間単位の改善（17～22 時枠：中高生は 19 時頃で利用終了、一般利用者は 17 時に集まることはほとんどできない、クライミングウォールの一般利用、ランニングコース無料化、アーティスのライブ利用）
- ・ ウォーキングマシン等の格安レンタル
- ・ クロスカントリースキーのコースを運動公園に設置（圧雪のみ、スケータリングのみで滑走）
- ・ 駐車場確保（音別・阿寒からの参加のためなど）
- ・ 一般開放の充実
- ・ 学校解放の充実（モップ本数不足、利用時間可能 10 時まで）
- ・ ニウカムボールの推進
- ・ 交通の便の改善、スキー場までのバス運行
- ・ 個人や少数利用の拡大（団体所属はない人向け）
- ・ 空気清浄機の設置
- ・ コロナ禍でも大会の実施

- ・ 参加賞による参加者の増加
- ・ 無料のトレーニングジム
- ・ 東雲小学校の照明修理
- ・ 河川敷でのペットの放し飼い
- ・ フィギュアスケート（選手の育成、短期習い事）
- ・ アイスホッケー（短期習い事）
- ・ スピードスケート（選手育成）
- ・ 学校授業（スキー、水泳）
- ・ 用具の貸出・レンタル（無料、低料金、用具の不足）
- ・ 照明の改善
- ・ コミュニティセンター（定休日をバラバラに、新種目での利用）
- ・ サークル（新規入会しやすく）
- ・ 地域ポイント特典（ダイエット成功、メタボ解消）
- ・ ディスクゴルフ場
- ・ テニスコート（低料金化、1人利用のための壁打ち）
- ・ 鳥取ドーム（照明、低料金化、スポーツ教室実施、暖房費期間の見直し 11月～4月、子ども使用）
- ・ 入会金の低料金化
- ・ 行政のスポーツ重要視
- ・ 利用時間（開始時間の季節による変動、営業終了の延長）
- ・ スケートリンクの環境温度（屋外スケートリンク）
- ・ フロアカーリングの施設（美原）
- ・ ヨガ（ホット）
- ・ パークゴルフ（期間の延長）
- ・ コンパクトシティ（施設の整理）
- ・ ハンドボール（環境整備）
- ・ カーリング（施設）
- ・ 野球（冬期間屋内練習場）
- ・ 阿寒地区（イベント、カーリング場）
- ・ 指導者の育成（指導者の託児対応、資料による指導だけでなく運動）
- ・ アイスアリーナ（一般滑走の時間：一般の滑走、フィギュアの練習、アイスホッケー競技練習時間と分けて）
- ・ クラブチーム化とその支援（学校の部活動に限らず。助成金）
- ・ 施設禁止事項（過剰部分あり）
- ・ 市外利用優遇措置の過多（利用、料金）
- ・ 剣道の推進
- ・ 部活指導者の調査（体罰）
- ・ 歩道の整備（バス路線 17 と 18）
- ・ 公園を利用した運動
- ・ 少年団や部活動の送迎（往路だけでも学校間のバスやタクシー）
- ・ 農業者トレーニングセンター（暗幕設置）
- ・ 助成金（全道、全国、交通費、水泳）
- ・ 施設（案内表示）
- ・ 屋内サーフィン
- ・ 屋内ランニング
- ・ 大型施設でのウォーキングコース設置（MOO、アリーナ）
- ・ 体力測定の実施
- ・ 日本製紙チップヤードの跡地利用
- ・ 冬期間のウォーキング・ランニング利用の負担軽減
- ・ 組織委員の年齢構成（各年代均等に）
- ・ 肥満認定制度

- ・ 市民陸上競技場（駐車場の白線、全天候型の冬期活用）
- ・ 格闘技（初心者向けボクシングや総合格闘技ジム）
- ・ トランポリン（1回料金の設定）
- ・ 緑ヶ岡公園（バスケットボールのゴール設置）

釧路町

- ・ リンク設置

<考察>

市の要望としては施設について・情報提供について・イベントについて・改善策についてとおよそ4つの内容に分かれているが、総合して内容を考察した。

施設としては、全体的に現存の施設を整備してほしい、ほかの機能を付けてほしいといった環境整備を求める声が多いようだが、ほかに屋内リンクなど「氷都くしろ」としての施設や、冬のスポーツの指導など活動を活発にしてほしいとの要望があった。

イベントの要望では、プロスポーツの接触の機会を増やしてほしいこと・教室や講座の内容の充実、「氷都くしろ」をアピールするイベントが欲しいとのこと、また、日常もできるウォーキング・ランニング・サイクリングなどのイベントが欲しいなど、年間を通じ、市民が参加できるものを求めているように感じる。

情報提供については各施設での状況をいつでも共有できることが好ましく、いつ・どこで・誰が・何をやっているのか知りたいという声があった。

全体的には施設の環境整備や新競技の施設の要望が多く、冬のスポーツの活性化を求めていると感じる特筆すべき点として、コロナ禍でも大会の実施を希望する声があったことである。

4. おわりに

今回の調査は、2020年から発生した新型コロナウイルス感染症が拡大する中（コロナ禍）で実施しました。「コロナ禍」で釧路市民がどのように自身の健康について考えているのか、そしてスポーツや運動、身体活動の実施状況を把握することなどで検討を重ね、調査の方法や質問項目を設けました。本調査結果を基礎資料として、釧路市のまちづくりのために様々な団体に幅広く公開し、活かしてもらうことが望ましいと考えております。そのため、市民の方々からの数少ない回答や意見も余すことなく掲載することにしました。また今回、4,196もの回答をいただき、釧路市民のおよそ3%という大変多くの方々の現状を把握することができました。これらの有用な結果から、スポーツ推進委員ならび地域スポーツリーダー、そして教育委員会としてのそれぞれの活動に活用させていただきます。

本調査の課題としては、アンケート調査方法についてインターネット媒体を主としたことにより、その媒体に不慣れな高齢者からの意見を多く得ることができなかったこと、多くの方々から情報を得るために広範囲のアンケート配布をしたためアンケートの回収率が把握できなかったこと、今回のデータが前回あるいはこれまでの調査からどの程度変化しているのか明確に考察できていないことなどが挙げられます。次回の調査ではこれらのことを踏まえて検討する必要があると考えます。

本調査にあたり、ご回答いただきました皆様ならびにアンケートの配布や回収にご尽力いただきました皆様、本調査に関わられた皆様に、この場を借りまして、深く感謝申し上げます。

釧路市スポーツ推進委員協議会
研修部長 白川 和希

資料 1

アンケート調査表

令和3(2021)年度 コロナ禍における健康・スポーツに関するアンケート

釧路市教育委員会スポーツ課
釧路市スポーツ推進委員協議会
釧路市地域スポーツリーダー協議会

このアンケートは、釧路市民の健康・体力づくりとスポーツに関する意識や活動を把握して、今後の市民スポーツ振興に役立てることを目的としています。ご多用中のところ恐れ入りますが、ご協力をお願いいたします。

なお、本アンケートの「運動」「スポーツ」とは、身体活動をするために意識的に時間を使って運動することです。例えば、ラジオ体操、なわとび、ウォーキング、散歩、ダンス等も含まれます。

「いくつでも」という指定のない質問は、ひとつだけ○をつけてください

問1 あなたのお住まいは？

1. 釧路市釧路地区 2. 釧路市阿寒地区 3. 釧路市音別地区 4. 釧路市以外（釧路町含む）

問2 あなたの年代は？

1. 20～29歳 2. 30～39歳 3. 40～49歳 4. 50～59歳
5. 60～69歳 6. 70～79歳 7. 80歳以上

QRコードからも回答可能です。



問3 あなたの性別は？

1. 男性 2. 女性 3. その他 4. 回答しない

問4 健康に対する意識の変化について (いくつでも)

1. 食事・栄養に気を配るようになった 2. 運動を心掛けるようになった
3. 睡眠をしっかり取るようになった 4. ストレスが増えた
5. 運動不足・生活の乱れで体重が増えた 6. 特に変わっていない

問5 運動不足を感じていますか

1. とても感じている 2. どちらかといえば感じている 3. どちらかといえば感じない
4. 全く感じない 5. どちらでもない

問6 どのくらいの頻度で運動していますか

1. 毎日 2. 週4～6日 3. 週2～3日 4. 週1日 5. 月1～3日 6. ほとんどしていない

問7 どのような運動に取り組んでいますか (いくつでも)

- () () ()
() () ()
() () ()

問8 あなたが運動やスポーツを一緒に行なう相手は誰ですか？ (いくつでも)

1. ひとり 2. 家族 3. クラブ・団体のメンバー 4. 職場の同僚 5. 仲間・友人

ウラへ

問9 あなたが運動やスポーツを行なう理由は何ですか？ (いくつでも)

1. 好きだから
2. 健康や体力づくりのため
3. 気晴らしやストレス解消のため
4. 運動不足解消のため
5. 美容や肥満解消のため
6. 家族や友人との交流のため
7. 特に理由はない
8. その他 ()

問10 健康・体力維持のためにあなたが心がけていることはありますか？ (いくつでも)

1. 食事・栄養に気をつける
2. 睡眠・休養に気をつける
3. 適度な運動をする
4. 規則正しい生活をする
5. 酒・タバコをひかえる
6. 特になし
7. その他 ()

問11 あなたが運動やスポーツを行なわない(行えない)理由は何ですか？ (いくつでも)

1. 現状で満足している
2. 仕事や家事で時間がないから
3. 費用がかかるから
4. 場所や施設がないから
5. 仲間がないから
6. 指導者がいないから
7. 健康上の理由
8. 情報などを探す方法がわからない
9. きっかけがない
10. したくないから
11. 特に理由はない
12. わからない
13. その他 ()

問12 生活のなかで、あなたは運動の必要性を感じていますか？

1. いつも感じる
2. 時々感じる
3. あまり感じない
4. まったく感じない

問13 今後の運動やスポーツの実施について、どのように考えていますか？

1. 現在の運動やスポーツを続けたい
2. 現在の運動やスポーツとは違うものを始めたい
3. これから運動やスポーツを始めたい
4. 今後も運動やスポーツをするつもりはない
5. そろそろやめたい
6. わからない
7. その他 ()

問14 あなたは釧路市内(すべての地区)のスポーツ施設に満足してしますか？

1. 満足
2. 不満
3. どちらでもない

(理由:

)

問15 釧路市で行なわれているスポーツ教室やイベントについて、あなたが情報を得る手段はどれですか？
(いくつでも)

1. インターネット・SNS
2. テレビ・CM
3. 広報くしろ
4. FMくしろ(ラジオ)
5. 新聞
6. スポーツ施設
7. チラシ・ポスター
8. 友人・知人
9. ない
10. その他 ()

問16 あなたが今後行なってみたい運動や、参加してみたいスポーツ教室、イベントがあれば、お書きください。

[]

問17 釧路市のスポーツ行政(施設、イベント、情報提供等)にご要望やご意見がありましたら、お書きください。

[]

ご協力ありがとうございました。今後のスポーツ振興に役立たせていただきます。

【調査担当者 名簿】

< 釧路市教育委員会生涯学習部スポーツ課 >

高橋大、小田桐京香 他

< 釧路市スポーツ推進委員 >

釧路地区

板本猛、岩山裕司、佐藤裕子、國方勇仁、最上洋一、松尾千穂、両角郁子、藤田浩子、
大森亜珠香、白川和希、高橋保徳、川島しのぶ、橋本恵、澤崎浩三、佐野万由里

阿寒地区

佐藤忠親、藤中誠二、境美穂、寺坂公貴、今村恭法、丸子博子、西環枝、肥後正託、
吉田和人、千葉李奈、松橋福太郎

音別地区

齋藤俊樹、佐藤一哉、岡崎なおみ、大坂隼人、坂野志穂梨、佐々木美喜子、大杉峻佑、
折原千晶

< 釧路市地域スポーツリーダー >

リーダー一同

釧路市民の健康とスポーツについての意識調査報告書
令和5年(2023年)3月発行

釧路市教育委員会 生涯学習部 スポーツ課
〒085-0016 釧路市錦町2丁目4番地
釧路フィッシャーマンズワーフ MOO 4階
TEL 0154-31-2600