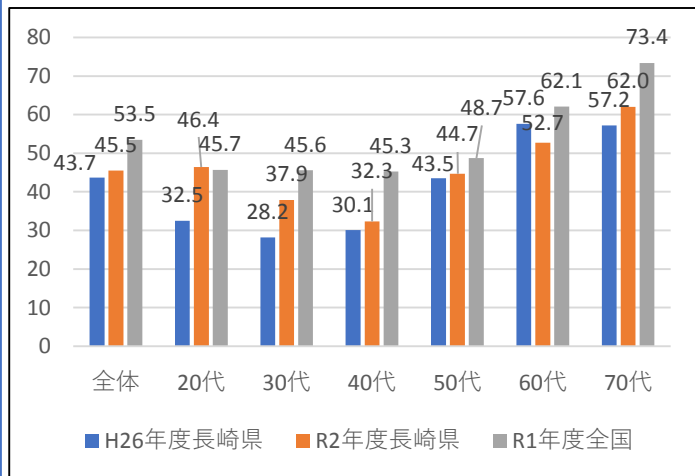


# 長崎県民のスポーツ実施率等 ～現状と課題～

## ○県民のスポーツ実施状況について

### 【成人の週1回以上のスポーツ実施率】

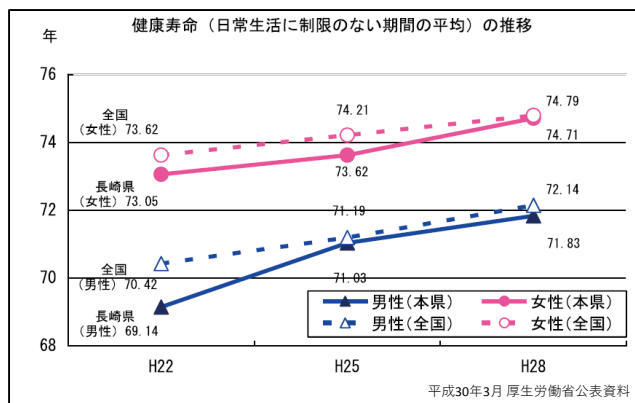


60代を除き、前回調査を上回ったものの、20代以外は全国平均を下回っています。

スポーツを週1回以上できなかった理由としては全体では「面倒くさいから」が最も多く、30代と40代では「仕事や家事が忙しいから」が最も多くなっています。また、「子どもに手がかかるから」は女性(6.6%)が男性(2.4%)の2倍以上になっています。

そのため、スポーツを習慣化させるための施策はもとより、スポーツに関心がない無関心層に対するスポーツをする気にさせる施策も必要となっています。

## ○県民の健康の状況について



### 【健康寿命】

男性71.83年(全国30位)  
女性74.71年(全国28位)  
(平成28年調査)

### 【1日の歩行数の平均値】

男性7,061歩 (34位)  
女性6,929歩 (14位)  
(平成28年国民健康・栄養調査)

これまでの健康づくり等の取組で本県の健康寿命は延伸していますが、男女とも全国平均には至っていない状況です。1日の歩行数についても、特に男性は低迷しており、引き続き、健康寿命の延伸や生活習慣の改善に向けた取組が必要となっています。

## ターゲット層ごとの課題

### ①ビジネスパーソン

- ・特にスポーツ実施率が低い
- 30代～50代は全体平均を下回っている

### ②女性

- ・男性と比較してスポーツ実施率が低い
- 男性50.3%に対し、女性は41.0%

### ③子ども

- ・スポーツに親しむ子どもとそうでない子どもの二極化が課題となっている

### ④高齢者

- ・相対的にはスポーツ実施率が高いが、健康・体力の保持等が必要である

### ⑤障害者

- ・スポーツ実施率が低く、スポーツ庁のH29年度調査によると未実施者の8割超が無関心層である