令和６年度

区政モニターアンケート（第１回）

結　　果

調査内容　　「スポーツへの興味・関心」について

調査期間　　令和６年６月７日から６月２１日

調査対象　　区政モニター（１００名）
回 答 数　　９５名（回収率９５％）

※各設問でお寄せいただきました意見などの記述は、ほぼ原文のまま掲載させていただいているため、体裁は統一しておりません。また、回答比率は、小数点第一位を四捨五入しているため、合計が 100%にならない場合があります。ご了承ください。

※各設問の「その他」欄に自由記載いただいた回答のうち、同一趣旨の回答はまとめております。また、予め設定されている選択肢と同一趣旨の回答の場合は、選択肢による回答とみなしてカウントしています。

令和６年７月３日
千代田区政策経営部広報広聴課

区政モニターの内訳（令和６年６月現在）

（）内は今回アンケートの回答者数

年齢別の内訳

10 歳代	1 名	（1 名）
20 歳代	9 名	（9 名）
30 歳代	29 名	（26 名）
40 歳代	29 名	（29 名）
50 歳代	20 名	（19 名）
60 歳代	11 名	（11 名）
70 歳代	1 名	（0 名）
80 歳代	0 名	（0 名）
合　　計	100 名	（95 名）

在住・在勤・在学の内訳

在　住	91 名	（86 名）
在　勤	9 名	（9 名）
在　学	0 名	（0 名）
合　　計	100 名	（95 名）

【目　次】

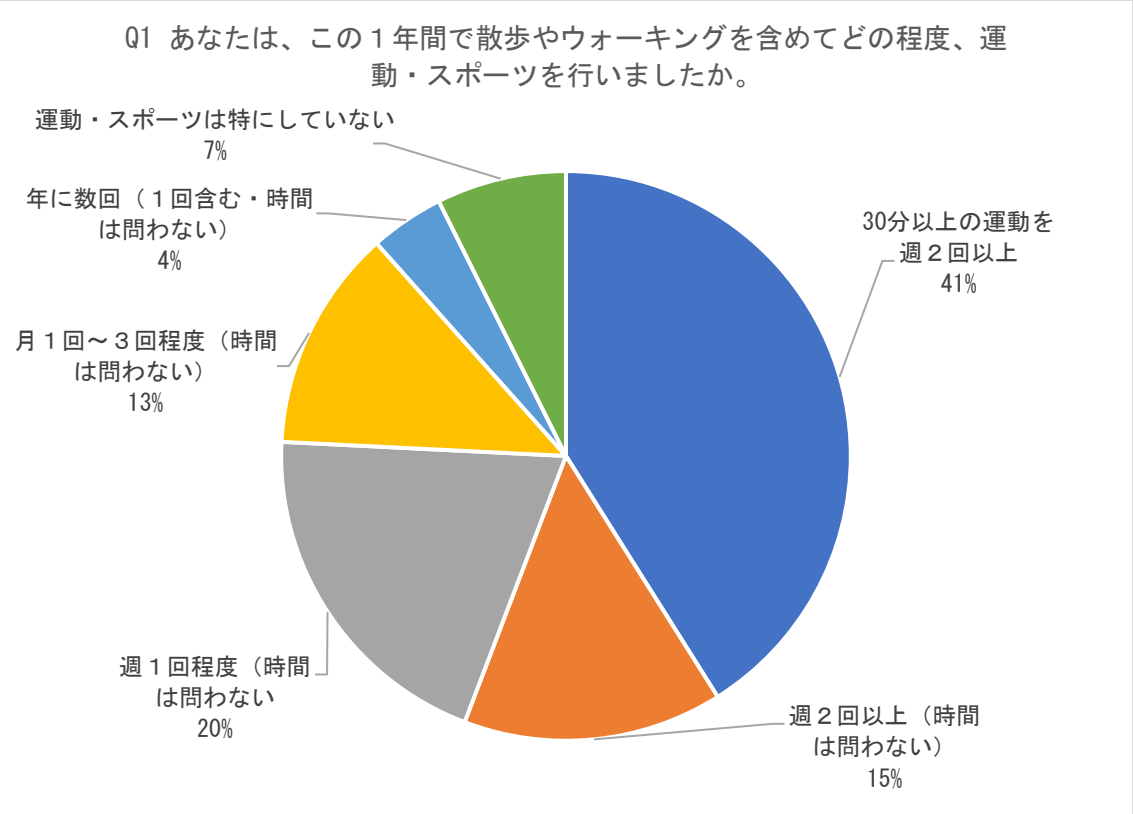
※下記目次では、実際の設問を簡略表記としています。

Q1 この１年間でどの程度、運動・スポーツを行いましたか。 4
Q2-1 この１年間に行った主な運動・スポーツは何ですか。 5
Q2-2 この１年間に運動・スポーツを実施した場所はどこですか。 7
Q2-3 この１年間に運動・スポーツをほとんど行わなかった理由は何ですか。.....9
Q3 今後新しく始めたいと思う運動・スポーツは何ですか。 10
Q4 地域での運動やスポーツ活動に対し、どのような効果を期待しますか。 12
Q5 公共スポーツ施設の運営や、生涯スポーツ振興策について、何を望みますか。 13
Q6 千代田区民体育大会を知っていますか。 15
Q6-2 千代田区民体育大会を何で知りましたか。.....16
スポーツ振興に対してご意見がありましたらご記入ください。.....17

区のスポーツ振興の参考にするため、以下の質問にお答えください。

Q1　あなたは、この１年間で散歩やウォーキングを含めてどの程度、運動・スポーツを行いましたか。

項　目	回答数	割　合
30 分以上の運動を週２回以上	39	41%
週２回以上（時間は問わない）	14	15%
週１回程度（時間は問わない	19	20%
月１回～３回程度（時間は問わない）	12	13%
年に数回（１回含む・時間は問わない）	4	4%
運動・スポーツは特にしていない	7	7%

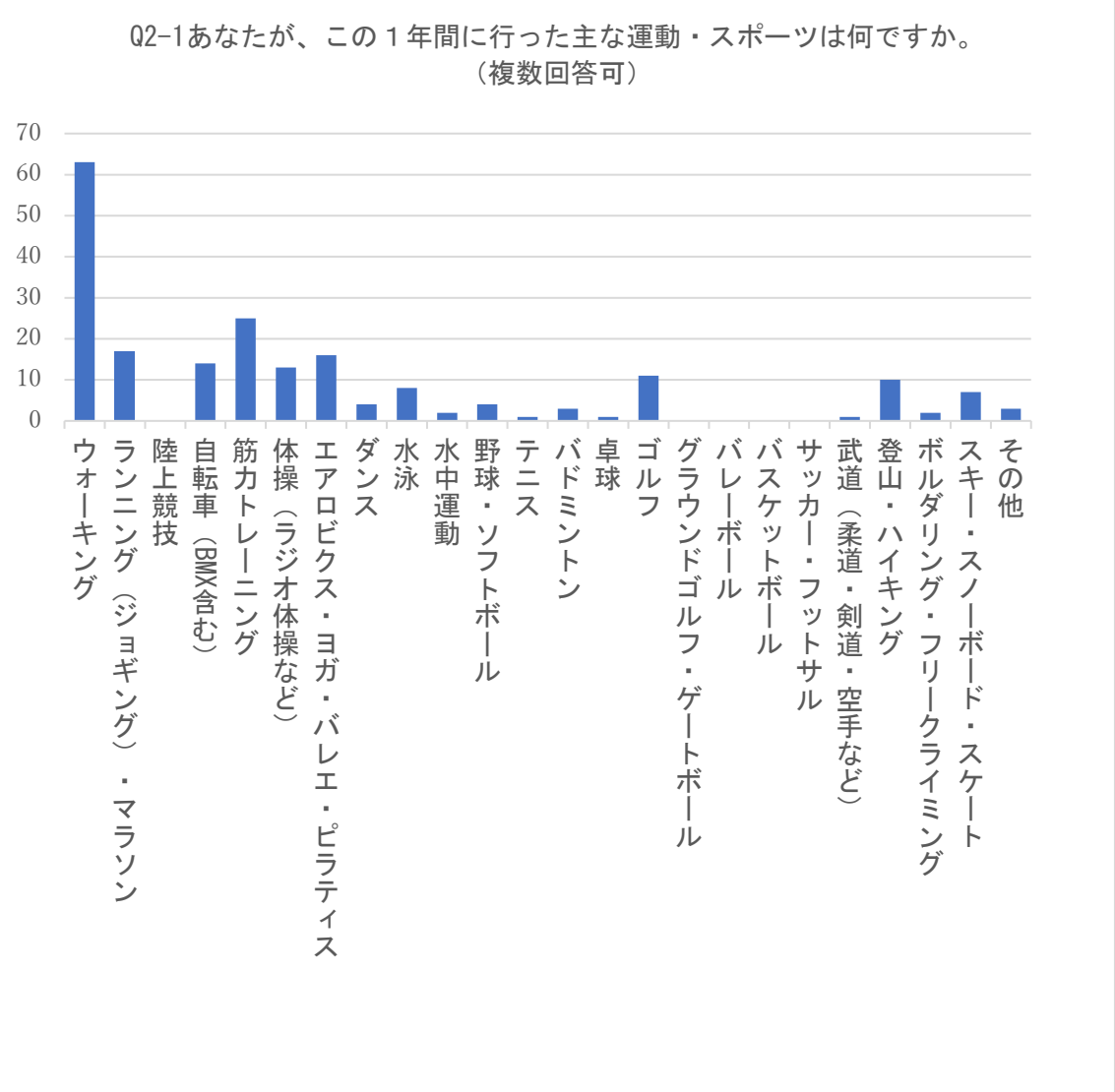


Q2-1　（Q1 で「①.30 分以上の運動を週２回以上」「②. 週２回以上（時間は問わない）」「③. 週１回程度（時間は問わない）」「④. 月１回～３回程度（時間は問わない）」とお答えの方に） あなたが、この１年間に行った主な運動・スポーツは何ですか。（複数回答可）

項　目	回答数
ウォーキング	63
ランニング（ジョギング）・マラソン	17
陸上競技	0
自転車（BMX 含む）	14
筋力トレーニング	25
体操（ラジオ体操など）	13
エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	16
ダンス	4
水泳	8
水中運動	2
野球・ソフトボール	4
テニス	1
バドミントン	3
卓球	1
ゴルフ	11
グラウンドゴルフ・ゲートボール	0
バレーボール	0
バスケットボール	0
サッカー・フットサル	0
武道（柔道・剣道・空手など）	1
登山・ハイキング	10
ボルダリング・フリークライミング	2
スキー・スノーボード・スケート	7
その他	3

＜その他の回答＞

- キックボクシング
- スパルタンレース
- ダイビングシュノーケル　カンフー太極拳

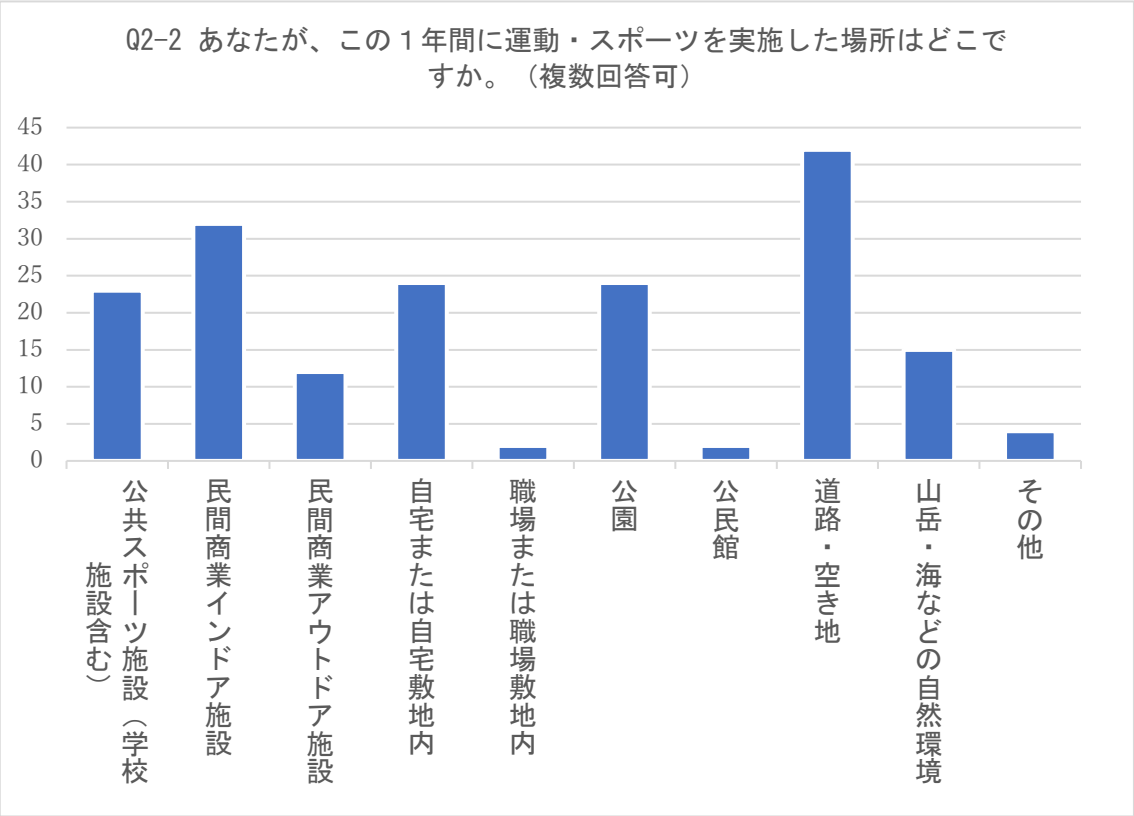

Q2-1あなたが、この１年間に行った主な運動・スポーツは何ですか。
（複数回答可）
70
60
50
40
30
20
10
0
ウォーキング
ランニング（ジョギング）・マラソン
陸上競技
自転車（BMX含む）
筋力トレーニング
体操（ラジオ体操など）
エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス
ダンス
水泳
水中運動
野球・ソフトボール
テニス
バドミントン
卓球
ゴルフ
グラウンドゴルフ・ゲートボール
バレーボール
バスケットボール
サッカー・フットサル
武道（柔道・剣道・空手など）
登山・ハイキング
ボルダリング・フリークライミング
スキー・スノーボード・スケート
その他

Q2-2　（Ｑ１で「①.30 分以上の運動を週２回以上」「②. 週２回以上（時間は問わない）」「③. 週１回程度（時間は問わない）」「④. 月１回～３回程度（時間は問わない）」とお答えの方に）あなたが、この１年間に運動・スポーツを実施した場所はどこですか。（複数回答可）

項　目	回答数
公共スポーツ施設（学校施設含む）	23
民間商業インドア施設	32
民間商業アウトドア施設	12
自宅または自宅敷地内	24
職場または職場敷地内	2
公園	24
公民館	2
道路・空き地	42
山岳・海などの自然環境	15
その他	4

＜その他の回答＞

- 神田明神内
- 児童館
- 神社仏閣巡りで歩く、階段使う
- 海外

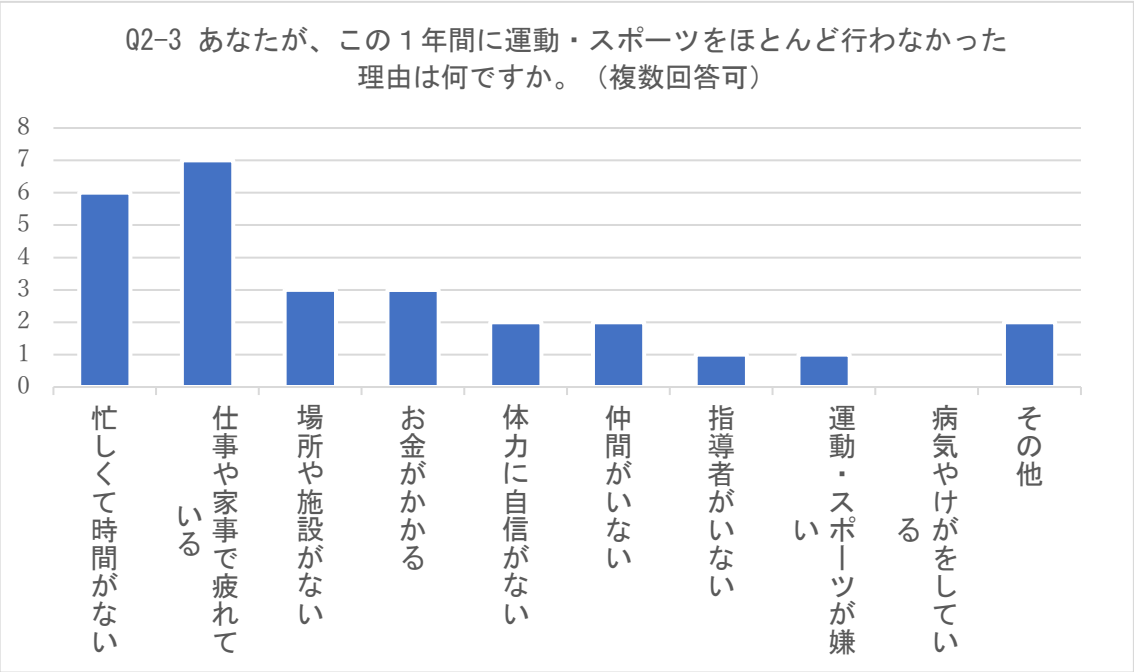

Q2-2 あなたが、この１年間に運動・スポーツを実施した場所はどこですか。（複数回答可）
45
40
35
30
25
20
15
10
5
0
公共スポーツ施設（学校施設含む）
民間商業インドア施設
民間商業アウトドア施設
自宅または自宅敷地内
職場または職場敷地内
公園
公民館
道路・空き地
山岳・海などの自然環境
その他

Q2-3 （Q1 で「⑤. 年に数回（１回含む・時間は問わない）」「⑥. 運動・スポーツは特にしていない」とお答えの方に） あなたが、この１年間に運動・スポーツをほとんど行わなかった理由は何ですか。（複数回答可）

項　目	回答数
忙しくて時間がない	6
仕事や家事で疲れている	7
場所や施設がない	3
お金がかかる	3
体力に自信がない	2
仲間がいない	2
指導者がいない	1
運動・スポーツが嫌い	1
病気やけがをしている	0
その他	2

＜その他の回答＞

- ウォーキングが手軽で良いとは思っているが、近隣の排気ガスや道路状況が狭く、皇居外周もデコボコだったりランナーが怖かったりで継続を断念しました。
- なんとなくめんどくさい

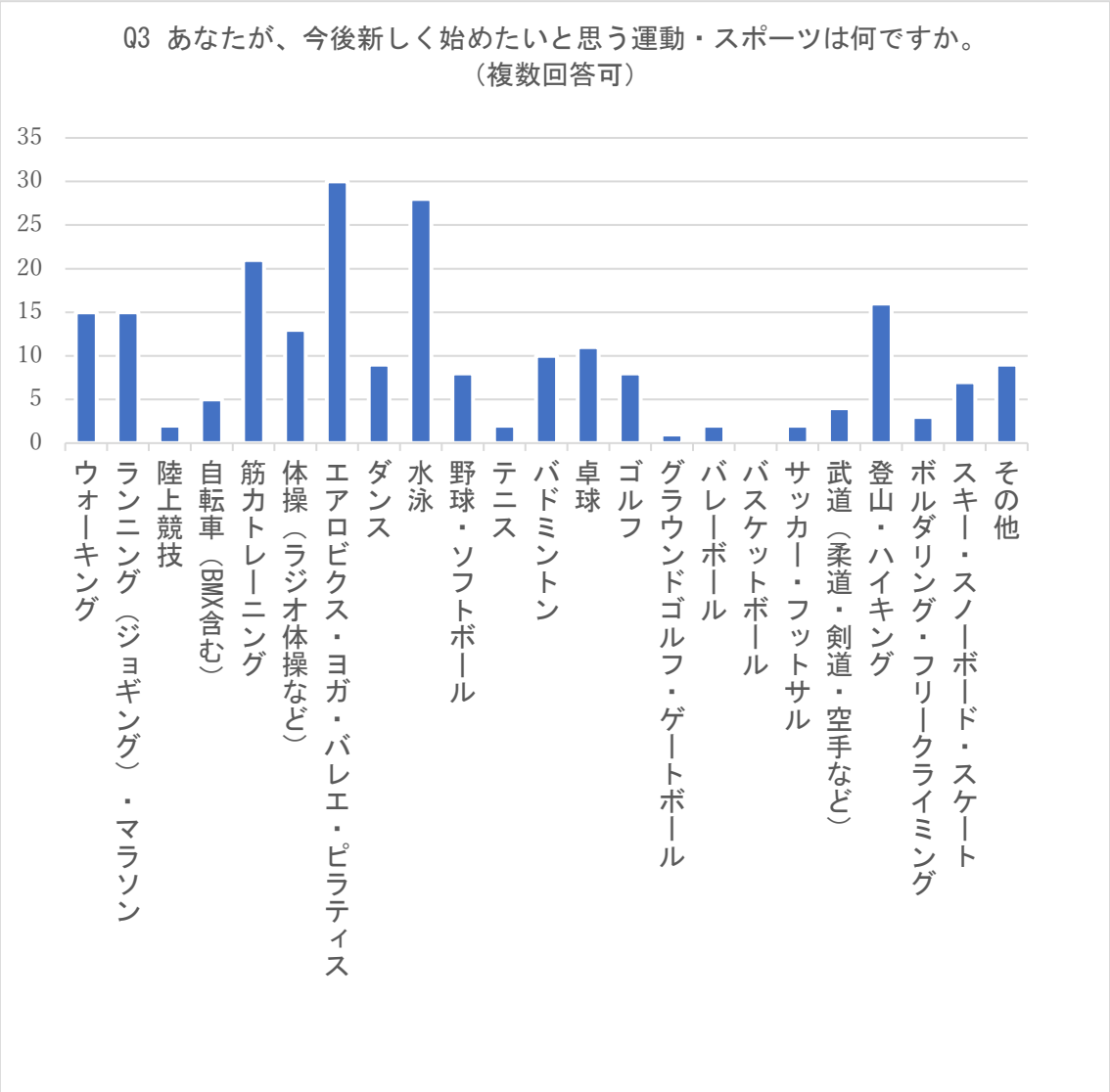


Q3 あなたが、今後新しく始めたいと思う運動・スポーツは何ですか。（複数回答可）

項　目	回答数
ウォーキング	15
ランニング（ジョギング）・マラソン	15
陸上競技	2
自転車（BMX 含む）	5
筋力トレーニング	21
体操（ラジオ体操など）	13
エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス	30
ダンス	9
水泳	28
野球・ソフトボール	8
テニス	2
バドミントン	10
卓球	11
ゴルフ	8
グラウンドゴルフ・ゲートボール	1
バレーボール	2
バスケットボール	0
サッカー・フットサル	2
武道（柔道・剣道・空手など）	4
登山・ハイキング	16
ボルダリング・フリークライミング	3
スキー・スノーボード・スケート	7
その他	9

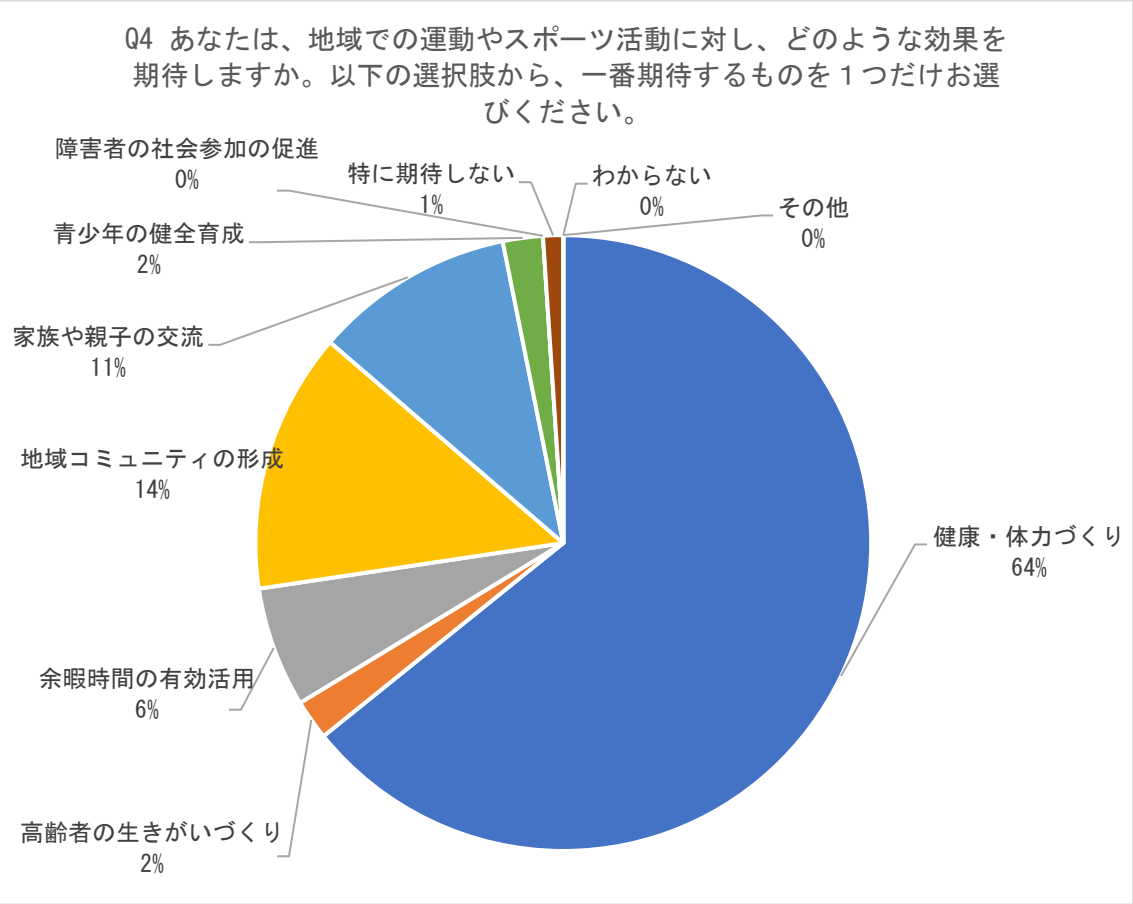
＜その他の回答＞

- ラグビー
- エゴスキュー
- ボウリング
- なし（他5件）


Q3 あなたが、今後新しく始めたいと思う運動・スポーツは何ですか。
（複数回答可）
35
30
25
20
15
10
5
0
ウォーキング
ランニング（ジョギング）・マラソン
陸上競技
自転車（BMX含む）
筋力トレーニング
体操（ラジオ体操など）
エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス
ダンス
水泳
野球・ソフトボール
テニス
バドミントン
卓球
ゴルフ
グラウンドゴルフ・ゲートボール
バレーボール
バスケットボール
サッカー・フットサル
武道（柔道・剣道・空手など）
登山・ハイキング
ボルダリング・フリークライミング
スキー・スノーボード・スケート
その他

Q4　あなたは、地域での運動やスポーツ活動に対し、どのような効果を期待しますか。以下の選択肢から、一番期待するものを１つだけお選びください。

項　目	回答数	割　合
健康・体力づくり	61	64%
高齢者の生きがいづくり	2	2%
余暇時間の有効活用	6	6%
地域コミュニティの形成	13	14%
家族や親子の交流	10	11%
青少年の健全育成	2	2%
障害者の社会参加の促進	0	0.％
特に期待しない	1	1%
わからない	0	0%
その他	0	0%



Q5　あなたは、公共スポーツ施設の運営や、生涯スポーツ振興策について、千代田区に何を望みますか。（複数回答可）

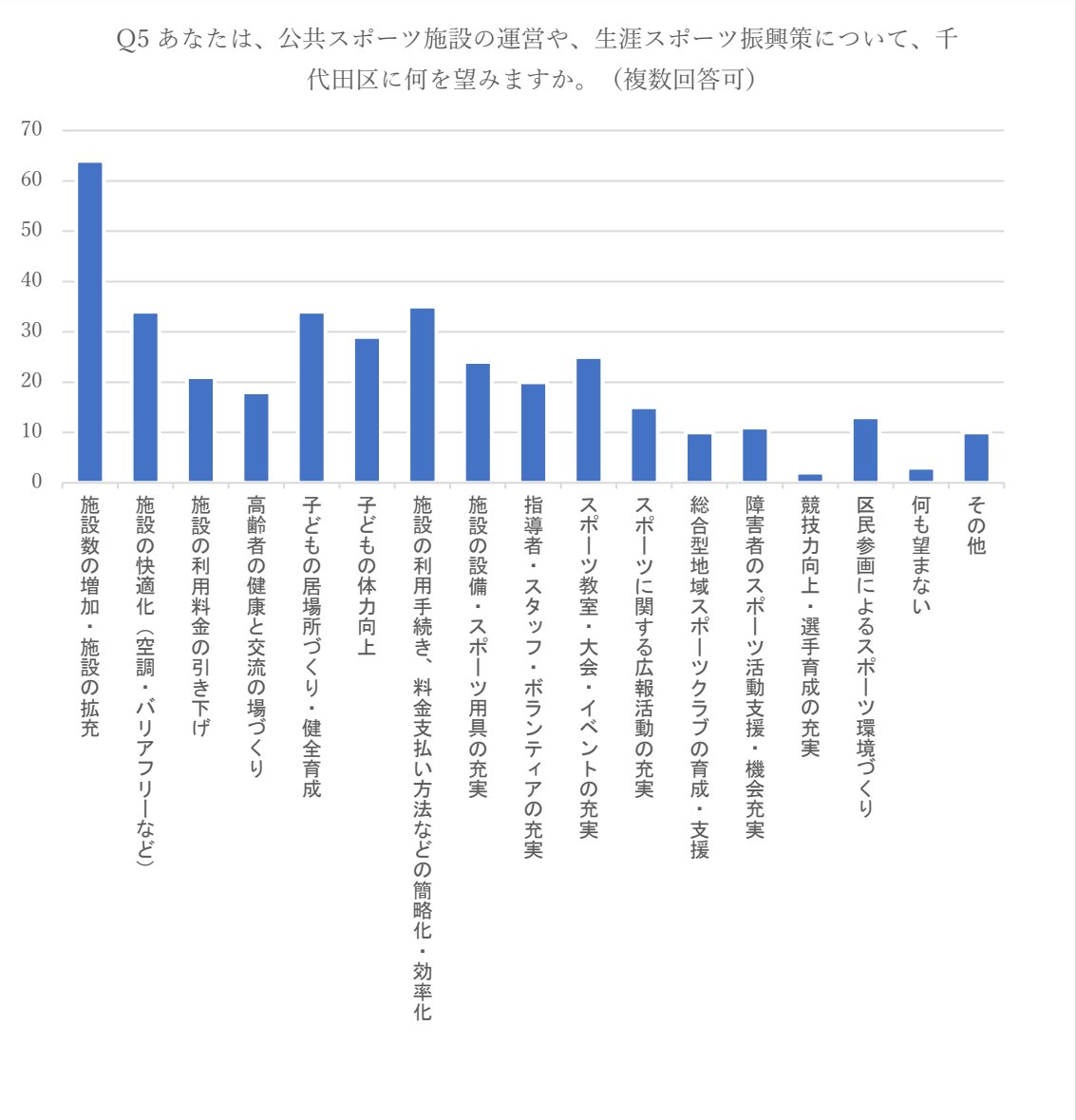
項　目	回答数
施設数の増加・施設の拡充	64
施設の快適化（空調・バリアフリーなど）	34
施設の利用料金の引き下げ	21
高齢者の健康と交流の場づくり	18
子どもの居場所づくり・健全育成	34
子どもの体力向上	29
施設の利用手続き、料金支払い方法などの簡略化・効率化	35
施設の設備・スポーツ用具の充実	24
指導者・スタッフ・ボランティアの充実	20
スポーツ教室・大会・イベントの充実	25
スポーツに関する広報活動の充実	15
総合型地域スポーツクラブの育成・支援	10
障害者のスポーツ活動支援・機会充実	11
競技力向上・選手育成の充実	2
区民参画によるスポーツ環境づくり	13
何も望まない	3
その他	10

＜その他の回答＞

- 生活習慣病に運動処方箋がだせるので、それに対応した運動施設があれば保険適応で安く参加できる。
- 千代田区内にはプールのある民間スポーツクラブが少なく、区立小学校のプールが一般に公開されていますが、シャワーで石鹸類を使用できない、ドライヤーが備え付けられていないまたは持ち込めないなど、現実的に使用できる設備ではないと思います。一般の人が気軽に使える施設があれば大変助かります。
- 区内･区外の人が入り交じったグループでも利用しやすくなること
- 施設の開館時間の拡大
- 毎週、一橋中学校のスポーツ開放を利用しています。個人的には土日も利用できるととても充実します。あと、鎌倉橋のスポーツセンターは少し設備の古さが気になります。昔水泳をやっていたのでたまに泳ぎに行きますが、最近は設備が新しく綺麗な文京区や中央区など近隣の区の施設を利用することが多いです。再整備に向けた基本構想も策定中だそうなので期待してます。最後に、ウォーキングに関してですが、川沿いを歩くのが心地よくていいの

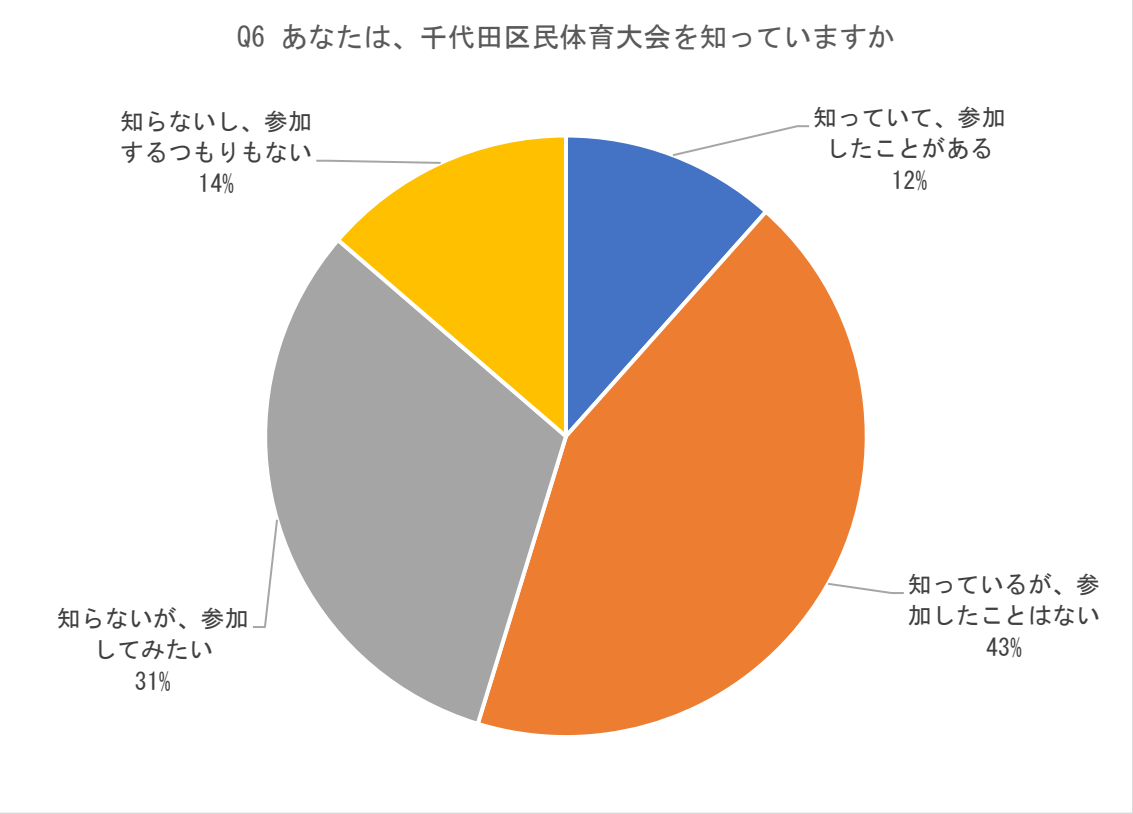
で、川べりにプロムナードやボードウォークの整備などが進むといいですね。ただ、神田川と日本橋川はかなり臭います(特に雨の日)。合流式下水道？なので仕方ないかもですが、もう少し浄化活動など頑張れませんか？道頓堀川など都市内河川で水質が劇的に改善した事例もあるので参考にしてみてください。

- 千代田区に何か１番の施設を作り広報で広め有名にする事で移住者を増やす
- 以前神田のスポーツ施設で家内がロッカーに置き忘れた腕時計が盗まれました。終了間際でスタッフさんしか居ない時間帯なのに探す事もなく無いままで終わり、以降区の体育館に行きたくなくなりました。スタッフ教育や安心感、その他バイクの駐車場があるなど利便性が高まる事を期待します。
- 安全管理
- 公開講座のバリエーションを充実してほしい。認知する機会を増やしてほしい
- 冬スポーツに対しての充実化



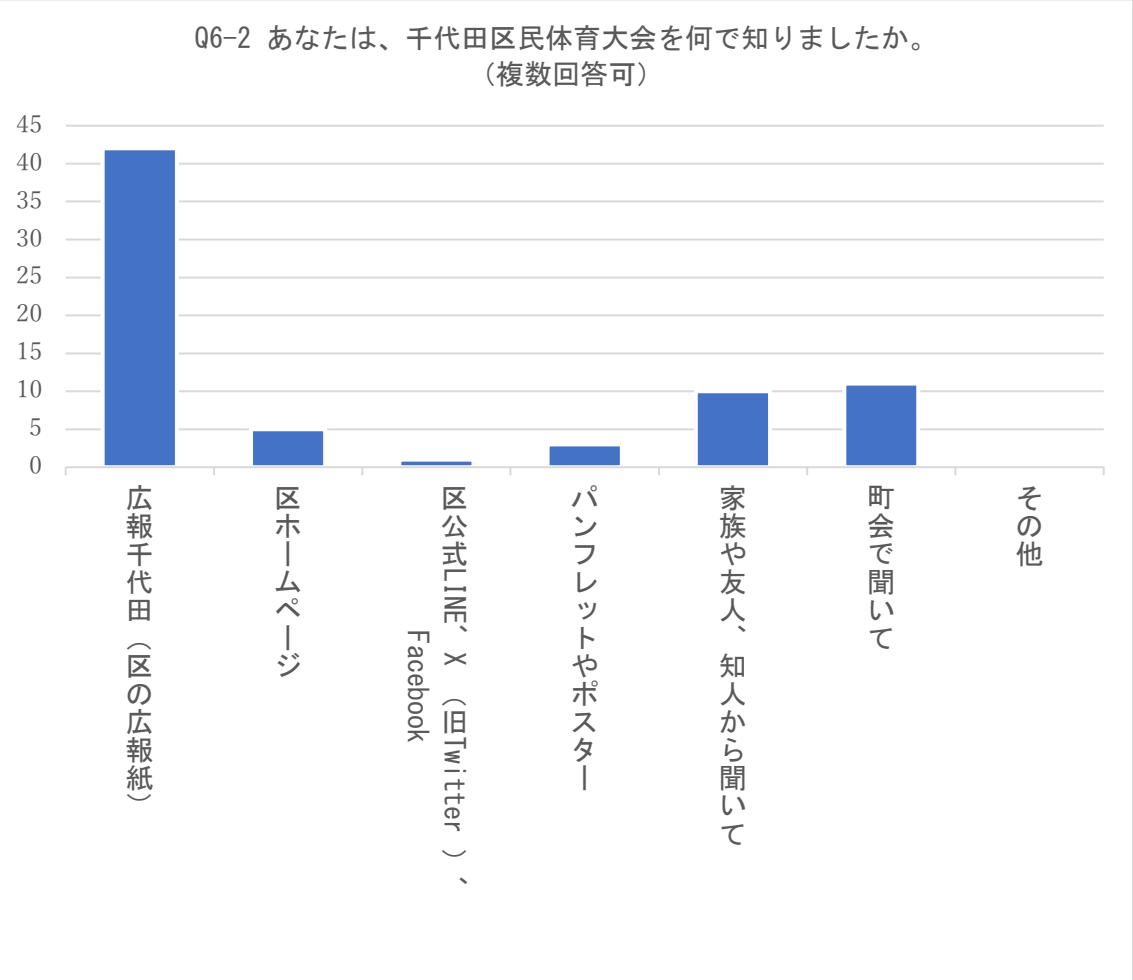
Q6 あなたは、千代田区民体育大会を知っていますか。

項　目	回答数	割　合
知っていて、参加したことがある	11	12%
知っているが、参加したことはない	41	43%
知らないが、参加してみたい	30	31%
知らないし、参加するつもりもない	13	14%



Q6-2（Q6 で「①. 知っていて、参加したことがある」「②. 知っているが、参加したことはない」とお答えの方に） あなたは、千代田区民体育大会を何で知りましたか。（複数回答可）

項　目	回答数
広報千代田（区の広報紙）	42
区ホームページ	5
区公式 LINE、X （旧 Twitter ）、Facebook	1
パンフレットやポスター	3
家族や友人、知人から聞いて	10
町会で聞いて	11
その他	0



お忙しいところ、多くの質問にお答えいただきありがとうございます。 最後に、スポーツ振興に対してご意見がありましたらご記入ください。

※以下、回答を抜粋して掲載しています。

- 現在夫と息子 5 歳が区の広報紙にあった親子水泳教室に参加させていただき、とても楽しく水泳を行っており、とても感謝しております。2 ヶ月、計 8 回のスケジュールですが、可能なら、もっと料金は高くても構いませんので、期間長くか？年度に複数回レベルに応じて参加できるようになると嬉しいです。
- お世話になっております。これから暑くなる時期でもありますので、今後さらにスポーツをクローズアップしていくには、水分補給の重要性や配布・サンプルなどを積極的に利用し、それらを繋げていけたら、少しの時間でもスポーツをやってみようかという方々も増えてくるのでは？と思います。日常的にスポーツをしている方にも安心して取り組めるように、ご検討いただければ幸いに存じます。
- スポーツ施設が身近にあると便利だと感じます。大きな施設ではなく、小さなものでもいいので近くにあれば利用しやすいと思います。また、行政だけでするのではなく、民間との提携も必要になってくるのではないかと思います。
- よく千代田小学校のプール一般開放を利用させていただいております。安価で良質な環境を提供して下さり、ありがとうございます！
- 講習会等で希望者が多数の種目については、受け入れ枠の拡大を図ることが望まれます。
- 区民が個人で使える卓球場、バドミントン場、テニスコートがあると良い。
  区内にスポーツサークル(大人向け、ダンスやバレーボール等)があるのか、探し方がわからない。子供向けは見つかるが、大人で初心者が気軽に訪れることができるサークルと、その情報がまとまっているポータルサイトがあると良い。
- 千代田区では子供の遊ぶ場所が少なく、特にキャッチボールやバットを振れる場所が少ないため、区画を設けるなど対応し、増やして欲しい。
- 運動をするための施設が麹町エリアにないのは残念です。新しい施設が作られることを望みますが、一番町児童館の体育館や麹町出張所を利用して大人が運動できる場を作って欲しいです。
- 小学生が通年参加できる教室をスポーツセンター以外でも充実して欲しいです。
  （小学校や富士見のセンターなど）
- 千代田区立スポーツセンターなど利用させていただき、感謝しています。民間施設より低価ですが、在住者と在勤者の差額が大きいことには違和感があります。新宿区は区外の人も区民と同額でスポーツ施設を利用可能ですので、その点、ご検討いただけると幸いです。
- 千代田区はプールや体操の習い事が限られているため、子ども向けの教室を拡充して欲しいです！現在区外まで通っています。

- 区内にスポーツ関連施設が多く存在すると思われますが、利用ガイドとしてまとめて掲載していただけると分かりやすいかもしれない。
- 適度にスポーツをすると、仕事の効率が上がるという話を聞いたことがありますし、私も普段そう感じているので、適度に嗜める環境があるといいです。話は変わりますが、練馬区民の知り合いが練馬区発祥のキャッチバレーという競技をやっていて、話を聞く感じ地元発祥ということで結構アイデンティティをもってる印象で、地域のコミュニティを繋ぐ役割も果たしているようです。千代田でも何か区独自の新しいスポーツでも作れば、教育だったりシビックプライドの形成にもいいかもしれません。
- 地域ごとの公園での朝のラジオ体操など、「気軽」に「継続的」に続けられる環境があれば、高齢の方や子供達含め地域住民ががコミュニティーを取りながら健康にもなり良いと思います。
- 千代田区は、スポーツ振興が充実していると思います。大きな施設ばかりでなく、空き家になった公共の施設など（あれば）利用して、小さな規模のちょっとした筋トレスペースなど、作って下さると助かります。人員の配備など大変かもしれませんが・・・。
- 街中を散歩するのもよいですが、区が推奨するウォーキングマップなどがあるとよいと思います。例えば皇居の周りは日々のトレーニングにはよいものの、ランナーが多いため、ウォーキングにはあまり適してないと感じます。他に推奨ルートがあればウォーキング人口も増えるのではないかと存じます。ご検討の程、宜しくお願いいたします。
- 子どもも高齢者も気軽に参加できるような、敷居の低い参加型スポーツイベントがあるとよいと思います。ティラノサウルスレースとか。
- 健康維持増進のためのセミナーやイベント（アプリの歩数でポイントなど）か更にあると良いと思います。
- スポーツセンターのような施設、小規模なプールでもよいので、麹町・市ヶ谷・飯田橋付近にあれば良いと思います。
- スポーツの国際大会や大きな大会に千代田区から選手が出場する時などにパブリックビューイングをすると、スポーツへの興味や一体感が生まれるのではないかと思います。
- 一部の興味がある人たちにだけ便利なサービスより、スポーツするハードルが下がって、億劫に思ってる人にも気軽に始められる方に力を入れて欲しいと思います。
- コミュニティーを広げるきっかけがまずは重要で、1 人で参加しずらいところでも仲間をつくることにより声かけをしながら参加の機会が増やすことができればいいと思います。
- 戸田市とかがやっているウォーキングアプリで目標達成で区から記念品とかあるとやってみたいと思うし、面白いと思います。
- スポーツに興味がある人は多いと思います。できる機会できる場所できる環境がたくさんあればあるほど積極的に身体を動かしていけると思います。
  夏が毎年暑くなってきて外でするより室内でできるようなスポーツに今後は転換していくのではないでしょうか。