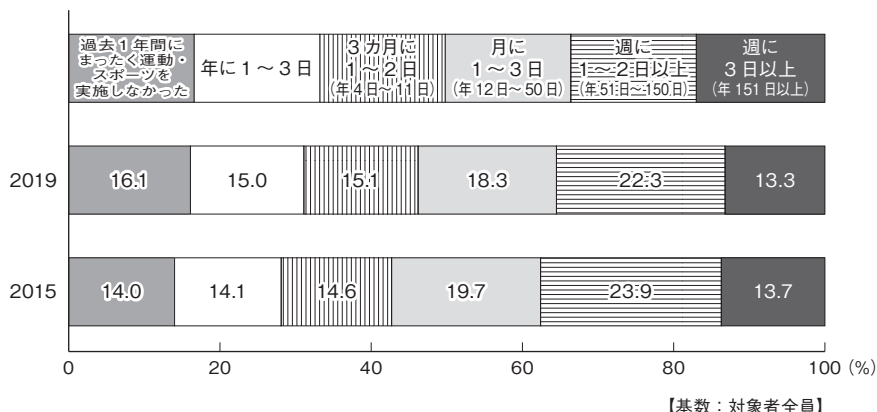
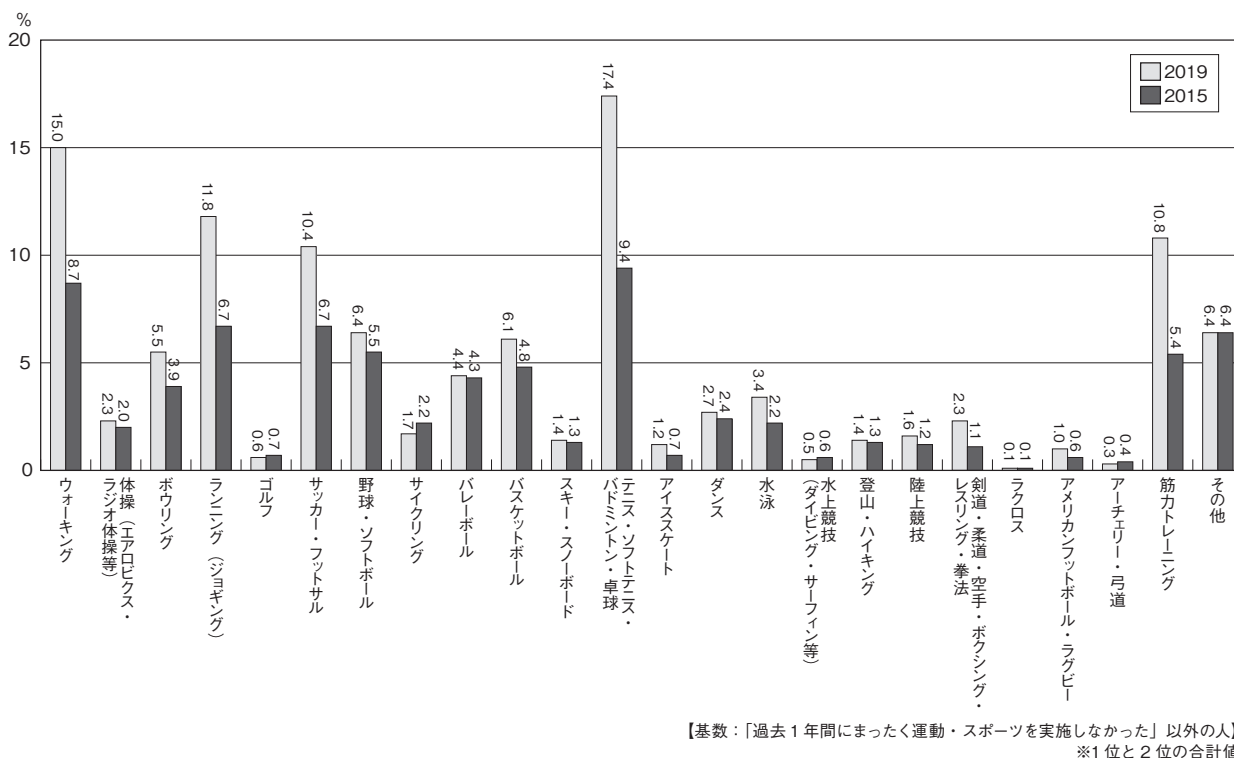


# 運動・スポーツの頻度と実施しているスポーツ

**問40** あなたはこの1年間に、どのくらいの頻度で運動・スポーツを行いましたか。



**問41** 問40で「過去1年間にまったく運動・スポーツを実施しなかった」以外と答えた方にうかがいます。あなたが過去1年間に実施した運動・スポーツは次のうちどれですか。主なものから順に2つ選んでください。



## 運動頻度の低下がみられる

「過去1年間にまったく運動・スポーツを実施しなかった」を含め、運動頻度が「3ヵ月に1~2日」以下と回答した学生の割合が46.2%、「月に1~3回」以上と回答した学生の割合が53.9%となった。前回調査 (2015年度) との比較では、「過去1年間にまったく運動・スポーツを実施しなかった」が2.1ポイント増加しており、運動頻度の低下が見てとれる。

学年別にみると、1年次生では高比率であった「月に1~3回」以上と回答した学生の割合が、年次が上がるにつれ、徐々に低下していることがわかる。

過去1年間に実施した運動・スポーツでは、「ウォーキング」、「ランニング」、「サッカー・フットサル」、「テニス・ソフトテニス・バドミントン・卓球」、「筋力トレーニング」が10.0%を超え、また前回調査 (2015年度) との比較においてもそれぞれ大きく上回る結果となった。