

110 年度我國民眾運動消費支出調查

研 究 機 構 ： 台灣趨勢研究股份有限公司

計 畫 主 持 人 ： 彭賢恩 總經理

協 同 主 持 人 ： 鄭志富 教授

教 育 部 體 育 署 編 印

中 華 民 國 111 年 8 月

目 錄

壹、摘要分析	1
一、110 年度調查研究成果	1
二、運動消費支出總額歷年比較	3
三、各運動消費支出項目之族群分析	6
四、新冠肺炎的影響	8
五、結論	10
六、建議	11
貳、國際運動消費支出現況	13
一、英國	14
二、美國	18
三、澳洲	22
四、日本	27
五、新加坡	30
六、韓國	33
七、香港	37
八、中國	39
九、國際比較	42
參、調查過程與方法	49
一、量化研究方法	49
二、質化研究方法	64
肆、我國民眾運動消費支出總額分析	66
一、運動消費支出總額歷年比較	66
二、110 年各縣市運動消費支出分析	68
三、歷年各運動消費項目支出總額分析	74
伍、我國民眾運動消費支出次數分配趨勢	81
一、參與性運動消費支出次數分配歷年比較	81

二、觀賞性運動消費支出次數分配歷年比較	99
三、運動彩券消費支出次數分配歷年比較	105
四、運動裝備消費支出次數分配歷年比較	106
五、電競消費支出次數分配歷年比較	112
陸、各運動消費支出項目之族群分析	115
一、參與性運動消費支出	115
二、觀賞性運動消費支出	118
三、運動彩券消費支出	119
四、運動裝備消費支出	120
五、電競消費支出	120
柒、焦點團體座談會分析	121
一、居家運動科技服務使用現況	121
二、場館運動科技服務使用現況	123
三、運動科技設備或服務之需求及期待	125
捌、新冠肺炎對運動消費之影響	127
一、疫情下民眾運動消費之變化	127
二、新冠肺炎防疫措施的影響	131
三、促進運動消費之動滋券政策	135
玖、結論	137
一、受新冠肺炎疫情影響，110 年我國民眾運動消費支出減少 ...	137
二、女性偏好課程消費，男性則為運動場館消費主力	137
三、青壯年為主要運動消費族群，但仍應重視高齡族群需求	138
四、疫情影響下，近三成民眾減少運動消費支出	138
五、30-39 歲、40-49 歲、六都民眾 110 年運動消費支出減少比例較 高	139
六、女性、20-29 歲、30-39 歲、六都民眾透過線上課程在家運動的 比例較高	139
七、有消費者期待可藉由運動科技增進運動體驗及表現，並建議內 容注入遊戲、競賽元素	140

拾、建議.....	141
一、疫情對民眾運動消費支出產生衝擊，宜持續關注產業發展，協助運動產業成長.....	141
二、參與性運動消費受疫情影響大，應落實防疫措施，提供消費者安心安全的運動環境.....	143
三、精進「運動線上內容，滿足民眾居家運動需求.....	144
四、持續規劃研習課程，協助業者精進線上教學能力.....	145
五、推動運動服務創新，增進運動產業發展.....	146
六、運動科技設備及服務可結合遊戲化、競技化元素，提升民眾採用意願.....	147
參考文獻.....	149
附錄一、問卷百分比.....	157
附錄二、附表.....	175
附錄三、110年各項運動消費支出總額及標準誤.....	271
附錄四、逐字稿內容摘要.....	273
附錄五、焦點團體座談會逐字稿.....	279

圖 目 錄

圖 1-1	參與性運動消費支出總額	2
圖 1-2	觀賞性運動消費支出總額	2
圖 1-3	運動裝備消費支出總額	3
圖 1-4	各項參與性運動消費支出總額歷年比較	4
圖 1-5	各項觀賞性運動消費支出總額歷年比較	5
圖 1-6	台灣運動彩券銷售額歷年比較	5
圖 1-7	各項運動裝備消費支出總額歷年比較	6
圖 2-1	英國家戶每年平均服飾與鞋類、休閒與文化消費情形	15
圖 2-2	英國家戶每年平均運動消費情形	15
圖 2-3	美國消費者每年服飾與鞋類、娛樂消費總支出金額	19
圖 2-4	美國 2017 年-2021 年消費者運動消費支出總額	20
圖 2-5	美國 2008 年-2020 年運動產業總值	21
圖 2-6	澳洲家庭平均每戶每年之運動消費支出狀況	23
圖 2-7	澳洲 15 歲以上民眾參與性運動支出金額與比例	24
圖 2-8	澳洲 15 歲以下孩童參與性運動支出金額與比例	24
圖 2-9	日本家庭平均每戶收支調查中與運動消費相關支出金額	27
圖 2-10	韓國家戶平均每月支出服飾鞋類、文化娛樂消費金額	33
圖 2-11	韓國家戶平均每月支出運動露營設備、休閒服務消費金額	34
圖 2-12	香港家庭平均每戶每年之運動消費支出狀況	37
圖 2-13	中國居民教育文化娛樂及衣著消費支出	40
圖 2-14	2014 年及 2020 年成年人與老年人運動消費占比	40
圖 3-1	CATI 電話訪問流程	50
圖 3-2	問卷架構	57
圖 4-1	各項參與性運動消費支出總額歷年比較	75
圖 4-2	各項觀賞性運動消費支出總額歷年比較	76
圖 4-3	大型運動比賽衍生消費支出總額歷年比較	77
圖 4-4	台灣運動彩券銷售額歷年比較	78
圖 4-5	各項運動裝備消費支出總額歷年比較	79
圖 4-6	電競消費支出總額歷年比較	80
圖 5-1	運動課程消費支出次數分配年度比較	81
圖 5-2	110 年 1-6 月前十項運動課程支出項目與消費金額	82
圖 5-3	110 年 7-12 月前十項運動課程支出項目與消費金額	83

圖 5-4	單純運動指導教學費消費支出次數分配年度比較	85
圖 5-5	前十項單純運動指導教學費用支出項目與消費金額	86
圖 5-6	前十項單純運動指導教學費用支出項目與消費金額	87
圖 5-7	在上運動課程/教練課程所遭遇問題	89
圖 5-8	民眾選擇運動課程/教練課程原因	90
圖 5-9	110 年線上運動課程使用情形	91
圖 5-10	110 年線上運動課程付費情形	92
圖 5-11	入場費、會員費、場地設備出租費消費支出次數分配年度比較	93
圖 5-12	110 年 1-6 月前十項入場費、會員費、場地設備出租費支出項目與消費金額	94
圖 5-13	前十項入場費、會員費、場地設備出租費支出項目與消費金額	95
圖 5-14	運動社團消費支出次數分配年度比較	97
圖 5-15	參加運動比賽衍生相關消費支出次數分配年度比較	98
圖 5-16	觀賞運動比賽消費支出次數分配年度比較	99
圖 5-17	買票觀賞國內運動比賽支出項目與消費金額	100
圖 5-18	買票觀賞國內運動比賽支出項目與消費金額	101
圖 5-19	因觀賞運動比賽而購買、付費訂閱媒體之次數分配年度比較	103
圖 5-20	大型運動賽事衍生消費支出次數分配年度比較	104
圖 5-21	運動彩券消費支出次數分配年度比較	105
圖 5-22	運動服消費支出次數分配年度比較	106
圖 5-23	運動鞋消費支出次數分配年度比較	107
圖 5-24	運動穿戴裝置消費支出次數分配年度比較	108
圖 5-25	購買及維修運動用品消費支出次數分配年度比較	109
圖 5-26	有使用運動軟體產品之次數分配年度比較	110
圖 5-27	運動軟體產品消費支出次數分配年度比較	111
圖 5-28	電競消費支出次數分配年度比較	112
圖 5-29	電競消費支出項目次數分配之年度比較	113
圖 8-1	110 年與 109 年運動消費金額之比較	127
圖 8-2	因新冠肺炎疫情，運動消費行為變化	128
圖 8-3	與 109 年相比，運動時間與消費金額變化	129
圖 8-4	運動時間增加，為增加哪種類型運動	130
圖 8-5	110 年防疫期間重要措施事紀	132
圖 8-6	110 年中華職棒重要防疫措施事紀	133

表 目 錄

表 2-1	國際研究對象選擇	13
表 2-2	英國家庭消費支出調查與運動消費相關類目	14
表 2-3	美國消費者支出調查與運動消費相關分類	18
表 2-4	美國經濟分析局調查與運動消費相關類目	19
表 2-5	澳洲家庭支出調查與運動消費相關類目	23
表 2-6	澳洲民眾參與性運動消費支出金額	25
表 2-7	日本家庭收支調查與運動消費相關類目	27
表 2-8	日本家庭收支調查中每戶家庭各課程支出狀況	28
表 2-9	新加坡每戶平均每月運動消費相關類目支出金額	30
表 2-10	中國家庭支出調查與運動消費相關類目	39
表 2-11	各國每年每戶服飾鞋類平均消費金額綜合分析	43
表 2-12	各國每年每戶休閒與文化平均消費金額綜合分析	44
表 2-13	各國運動相關消費支出綜合分析	47
表 3-1	110 年調查各區域之有效樣本規劃	52
表 3-2	110 年調查之接觸記錄	54
表 3-3	110 年調查之加權後樣本分布	56
表 3-4	問卷調查面向	58
表 3-5	前測樣本分布	59
表 3-6	運動創新科技採用焦點團體座談會出席名單	64
表 3-7	訪談大綱	65
表 4-1	運動消費支出總額歷年比較	66
表 4-2	110 年各縣市整體消費支出總額與平均金額	68
表 4-3	各縣市參與性運動消費支出總額與平均金額	71
表 4-4	各縣市運動裝備消費支出總額與平均金額	72
表 4-5	大型運動賽事衍生消費支出總額	77
表 4-6	110 年電競消費支出總額	80
表 5-1	109 年-110 年民眾在運動課程消費支出占比前十之運動項目	84
表 5-2	民眾在單純運動指導教學消費支出占比前十之運動項目	88
表 5-3	民眾在入場費、會員費、場地設備出租費消費支出占比前十之運動項目	96
表 5-4	民眾為觀賞運動比賽消費支出之運動項目	102

壹、摘要分析

教育部體育署為掌握我國民眾運動消費支出情形，特辦理 110 年度「我國民眾運動消費支出調查」，了解國人各項運動消費狀況，推估運動消費支出總額，做為未來推廣運動產業發展之施政參酌。調查方法以電話訪問方式進行，採用分層隨機抽樣法，針對全國各縣市 13 歲至 79 歲民眾進行訪問，共回收 17,498 份有效問卷。

一、110 年度調查研究成果

(一)運動消費支出總額

本次調查推估 110 年我國 13-79 歲民眾的運動消費支出總額為 1,335.8 億元，其中以運動裝備消費支出總額 586.9 億元占比最高 (43.9%)，其次依序為運動彩券支出 466.3 億元 (34.9%)、參與性運動消費支出 230.4 億元 (17.2%)、觀賞性運動消費支出 43.6 億元 (3.3%)，最後，電競消費支出總額則為 8.6 億元，占比 0.7%。

表 1-1 110 年全年運動消費支出總額彙整

單位：百萬元

運動消費支出項目	110 年全年	占比
參與性運動消費支出總計	23,035.42	17.2%
運動課程費	9,258.60	6.9%
單純運動指導教學費	1,658.51	1.2%
入場費、會員費、場地設備出租費	6,286.11	4.7%
運動社團費	1,331.67	1.0%
參加運動比賽衍生費	4,500.53	3.4%
觀賞性運動消費支出總計	4,364.45	3.3%
觀賞運動比賽門票費	648.05	0.5%
看運動比賽衍生費	425.73	0.3%
購買、付費訂閱媒體費	3,290.67	2.5%
運動彩券支出	46,631.11	34.9%
台灣運動彩券費用	46,631.11	34.9%
運動裝備消費支出總計	58,688.02	43.9%
運動服	25,087.70	18.8%
運動鞋	10,227.35	7.7%
運動穿戴裝置	1,188.92	0.9%
購買及維修運動用品與器材	22,038.56	16.5%
運動軟體	145.49	0.1%
電競消費支出	862.16	0.7%
電競消費支出	862.16	0.7%
總計	133,581.17	100.0%

(二) 參與性運動消費支出

就參與性運動消費支出的總額來看，110 年 13-79 歲民眾參與性運動消費支出的總額約為 230.4 億元。就個別項目而言，以「運動課程費」之支出總額最高，約為 92.6 億元，而「入場費、會員費、場地設備出租費」則居次，約為 62.9 億元，接著依序為「參加運動比賽衍生費」45.0 億元、「單純運動指導教學費」16.6 億元及「運動社團費」13.3 億元。

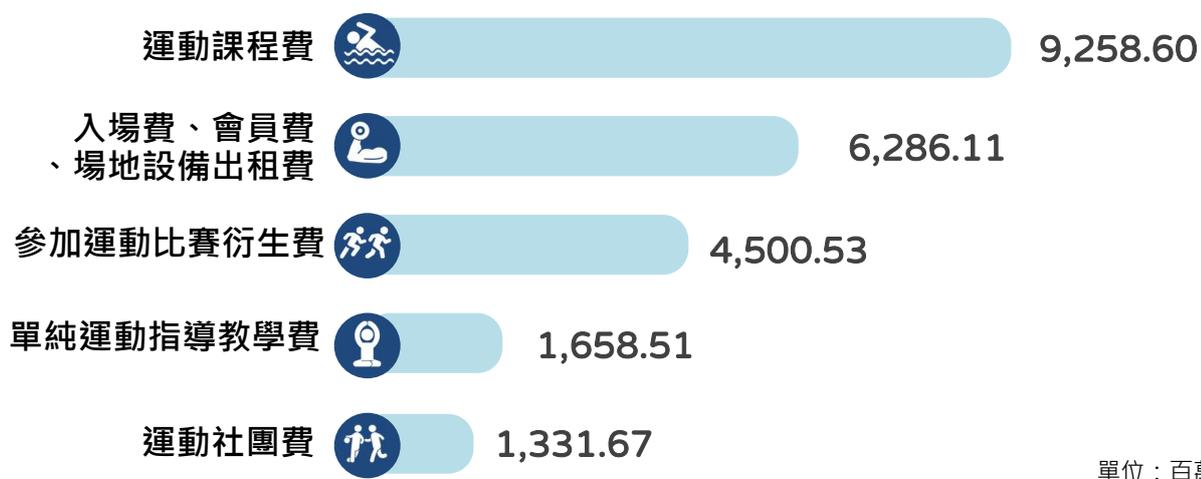


圖 1-1 參與性運動消費支出總額

(三) 觀賞性運動消費支出

110 年 13-79 歲民眾觀賞性運動消費支出總額約為 43.6 億元，從個別項目來看，「購買、付費訂閱媒體費」之消費支出總額最高，約 32.9 億元，其次依序為「觀賞運動比賽門票費」(6.5 億元) 及「看運動比賽衍生費」(4.3 億元)。

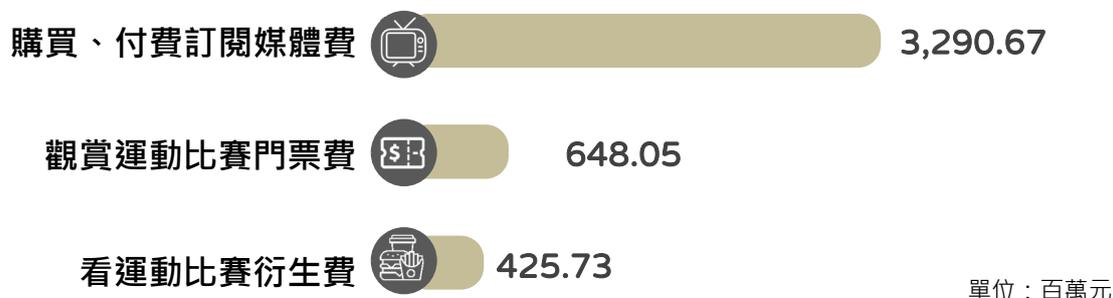


圖 1-2 觀賞性運動消費支出總額

(四)運動彩券消費支出

在運動彩券消費支出方面，110 年運動彩券消費支出總額約為 466.3 億元，較 109 年的 403.6 億元相比，成長 15.5%。

(五)運動裝備消費支出

110 年 13-79 歲民眾運動裝備消費支出的總額約為 586.9 億元，從個別項目來看，「運動服」的消費支出總額最多，約 250.9 億元，接著依序為「購買及維修運動用品與器材」（220.4 億元）、「運動鞋」（102.3 億元）、「運動穿戴裝置」（11.9 億元）及「運動軟體」（1.5 億元）。

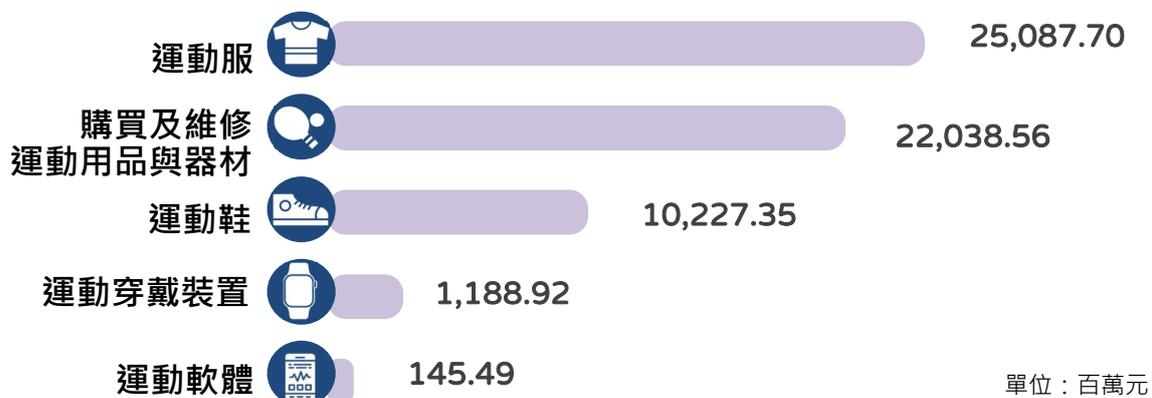


圖 1-3 運動裝備消費支出總額

(六)電競消費支出

110 年我國 13-79 歲民眾電競消費支出總額為 8.6 億元，其中，在「硬體設備」（5.4 億元）及「軟體產品」（3.0 億元）之消費支出總額較高。

二、運動消費支出總額歷年比較

(一) 運動消費支出總額歷年比較

106 年至 108 年間，我國民眾運動消費支出總額呈逐年成長，108 年達 1,396.4 億元。然而，109 年受到新冠肺炎疫情的衝擊，我國民眾運動消費支出總額減少，為 1,353.1 億元，110 年疫情更加嚴峻，總額衰退至 1,335.8 億元，下降 1.3%，而參與性運動及運動裝備等消費支出總額，皆較 109 年減少。

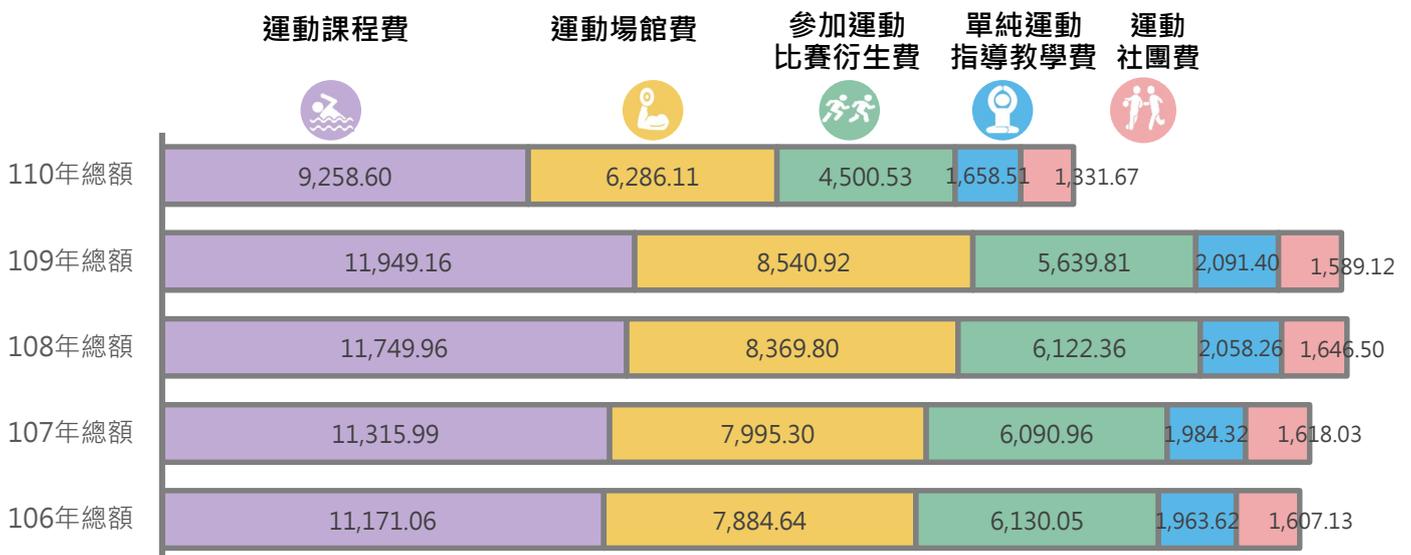
表 1-2 運動消費支出總額歷年比較

單位：百萬元

運動消費支出項目	106年總額	107年總額	108年總額	109年總額	110年總額	109年至110年金額變動幅度
參與性運動消費支出	28,756.51	29,004.59	29,946.88	29,810.41	23,035.42	-22.7%
觀賞性運動消費支出	4,655.82	4,706.77	4,798.53	4,193.03	4,364.45	4.1%
運動彩券支出	33,058.36	43,416.08	41,580.29	40,362.27	46,631.11	15.5%
運動裝備消費支出	59,748.51	60,432.94	62,571.23	60,149.55	58,688.02	-2.4%
電競消費支出	629.83	690.88	742.05	798.10	862.16	8.0%
總計	126,849.01	138,251.26	139,638.98	135,313.36	133,581.17	-1.3%

(二) 參與性運動消費支出總額分析

從歷年參與性運動消費支出總額變化來看，106年總額為287.6億元，108年突破至299.5億元，而109年雖有疫情影響，但對參與性運動消費支出總額的影響較小，總額為298.1億元。然而，110年國內疫情嚴峻，有段期間全國疫情第三級警戒，影響我國民眾參與性運動消費支出，110年總額衰退至230.4億元，較109年下降22.7%。



單位：百萬元

圖 1-4 各項參與性運動消費支出總額歷年比較

(三) 觀賞性運動消費支出總額

從歷年觀賞性運動消費支出總額變化來看，110 年觀賞性運動消費支出總額略為成長，為 43.6 億元，較 109 年成長 4.1%。各觀賞性運動項目中，「觀賞運動比賽門票費」110 年總額為 6.5 億元，較 109 年成長 7.8%；而在「看運動比賽衍生費」方面，消費支出總額亦有相同之趨勢，110 年增加為 4.3 億元。民眾在「購買、付費訂閱媒體費」消費支出總額，因東京奧運、帕奧及世界羽球錦標賽，故支出總額增加，為 32.9 億元。

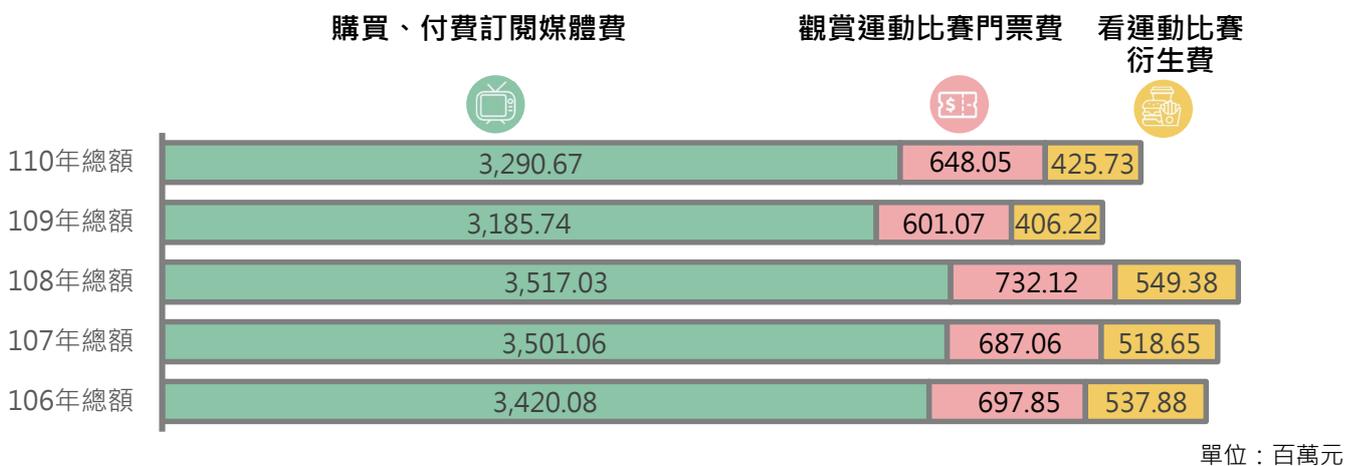


圖 1-5 各項觀賞性運動消費支出總額歷年比較

(四) 運動彩券消費支出總額分析

在運動彩券消費支出方面，乃採取教育部體育署所公布之運動彩券實際銷售額，109 年由於疫情壟罩全球，許多運動賽事無法如期舉辦或展延，故 109 年銷售額減少至 403.6 億元。110 年因東京奧運及世界羽球錦標賽等，以及發行單位推出新投注玩法及活動，使得銷售額創歷年新高，達 466.3 億元，成長 15.5%。

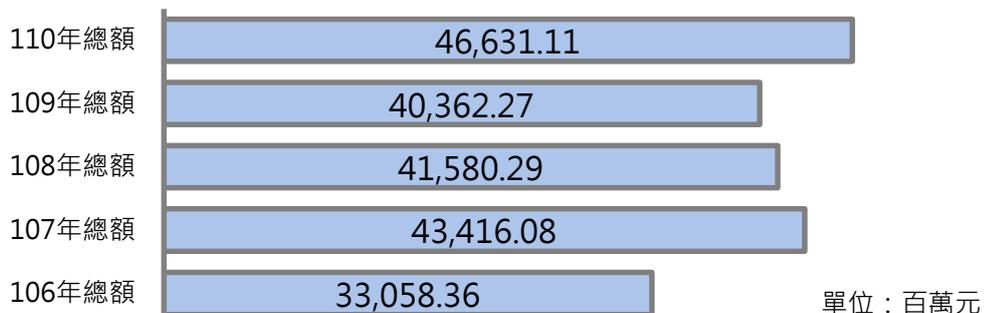
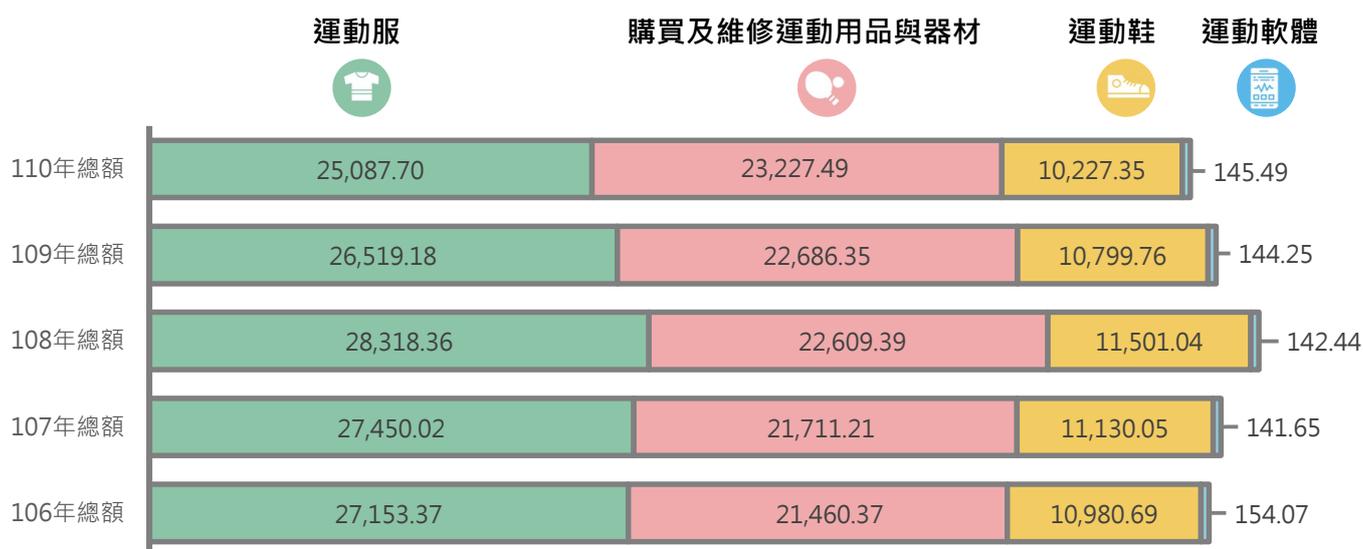


圖 1-6 台灣運動彩券銷售額歷年比較

(五) 運動裝備消費支出總額分析

在運動裝備消費支出總額方面，近二年逐年下降，109 年為 601.5 億元，110 年則減少為 586.9 億元，較 109 年下降 2.4%。從運動裝備各項目來看，以「運動服」及「運動鞋」下降幅度最大，分別下降 5.4%及 5.3%；而 110 年「購買及維修運動用品與器材」及「運動軟體產品」之總額皆有微幅成長。



單位：百萬元

圖 1-7 各項運動裝備消費支出總額歷年比較

三、各運動消費支出項目之族群分析

以下針對 110 年度我國民眾運動消費支出之調查結果及相關發現進行綜合歸納。

(一) 參與性運動消費支出

1. 運動課程消費主力為女性、30-39 歲、40-49 歲民眾

在參與性運動各項目中，歷年皆以「運動課程費」的消費支出總額最高，剖析運動課程消費族群結構，可發現以「女性」、「30-39 歲」及「40-49 歲」為主要消費族群，顯示女性、中壯年族群對運動課程的消費意願較高。業者在運動課程內容規劃方面，可掌握族群運動習慣、需求及偏好運動項目等，進而推出適切的運動課程，吸引民眾參與興趣。

2.女性、30-39 歲、40-49 歲民眾為單純運動指導教學費消費主力

我國民眾在「單純運動指導教學費」消費支出總額逐年增加，109年達20.9億元，但因疫情的關係，消費支出總額減少至16.6億元。分析主要消費族群以「女性」、「30-39歲」及「40-49歲」民眾為主。主要支出項目以「上健身房」占比最高，顯示健身風氣盛行，民眾更願意花費請專業教練，量身打造運動規劃。

3.運動場館主要消費族群為男性、20-29 歲、30-39 歲、雙北民眾

在參與性運動項目中，民眾有「運動場館（入場費、會員費、場地設備出租費）」消費支出的比例為第一，而「男性」、「20-29歲」、「30-39歲」民眾為主要消費族群；另因雙北運動場館家數較多，交通可及性高，且場館經營型態多元，亦吸引民眾消費意願。

4.男性、50-59 歲民眾為運動社團費消費主力

因疫情關係，部分社團活動因應政府防疫措施取消，或民眾因有染疫疑慮而減少參與社團活動，使得近二年民眾運動社團消費支出總額減少，110年為13.3億元。分析消費族群結構，則可發現以「男性」、「50-59歲」民眾為主要消費族群。

5.男性、40-49 歲民眾較有運動比賽相關衍生費用支出

近年疫情影響國內運動賽事舉辦甚鉅，「參加運動比賽衍生費」總額減少至45.0億元，較往年來得少。分析參加運動比賽衍生費消費族群輪廓，可發現以「男性」、「40-49歲」族群為主。

(二)觀賞性運動消費支出

1.男性、20-29 歲、30-39 歲民眾為運動賽事門票主要消費族群

110年民眾買票觀賞國內運動賽事之比例在5.0%左右，消費支出總額為6.5億元，以「男性」、「20-29歲」、「30-39歲」的民眾消費占比較高；而民眾最主要觀賞的國內運動比賽項目為「棒球」，比例達九成以上，其次則為籃球。

2. 男性、30-39 歲民眾，較會購買網路、寬頻電視觀賞運動比賽

110 年下半年因東京奧運及世界羽球錦標賽舉辦，引起民眾關注，110 年我國民眾購買、付費訂閱媒體的支出總額為 32.9 億元。而民眾為「為觀賞運動比賽而訂購網路/寬頻電視」的比例增加，其中，又以「男性」、「30-39 歲」為主要消費族群。

(三) 運動彩券消費支出

1. 運動彩券消費族群以男性、30-39 歲為主

本次調查顯示，「男性」、「30-39 歲」為台灣運動彩券的主要消費族群。而從本研究整理的台灣運動彩券實際銷售資料可知，110 年銷售總額為 466.3 億元。

(四) 運動裝備消費支出

1. 男性、40-49 歲、50-59 歲民眾較有運動裝備消費支出

將運動裝備消費支出項目五者合併計算，消費支出總額為 586.9 億元，為歷年運動消費支出中金額最高部份，以「男性」、「40-49 歲」、「50-59 歲」民眾為運動裝備的主要消費族群。

四、新冠肺炎的影響

根據本次調查推估，110 年我國民眾運動消費支出總額約為 1,335.8 億元，在新冠肺炎疫情影響下，總額較 109 年下降 1.3%；其中，在參與性運動消費支出方面，受到疫情衝擊較大，總額明顯衰退；而 110 年觀賞性運動消費支出及運動彩券消費支出的總額則有所成長；在運動裝備消費支出方面，雖運動服及運動鞋的消費支出總額下降，但運動用品與器材及運動軟體的消費支出總額則有所上升。

110 年 5 月中旬國內疫情嚴峻，全國疫情警戒升為第三級，凡健身中心、國民運動中心及室內游泳池等休閒娛樂場所，以及屬「競技及休閒運動場館業」之各類型運動場館皆需關閉。然而，7 月 13 日起指揮中心雖適度鬆綁部分措施，開放室內外運動場館如健身房、瑜珈館、網球場及羽球館等，但游泳池、保齡球館及撞球場則逐步開放，且針對在進行運動活動時，仍有防疫措施要求；再者，運動場館雖開放，民眾仍會擔心室內密閉空間、器材碰觸等，會增加感

染的風險，故至運動場館消費意願降低，使得我國民眾在參與性運動消費支出中的運動課程費、單純運動指導教學費、運動場館支出費用皆呈現減少情形。

除此之外，在運動社團費及參加運動比賽衍生費之消費支出亦有所下降，分析可能原因為部分運動比賽、社團活動因疫情考量而取消，例如：渣打臺北公益馬拉松、金門馬拉松、臺南古都國際半程馬拉松及東吳國際超級馬拉松等，尚有部分運動比賽延期至 111 年舉辦，且民眾可能因擔心疫情，而減少運動比賽、運動社團參與情形，故使得相關消費金額有所下降。

在觀賞性運動消費支出方面，國內中華職棒雖為全世界最早開打的職棒賽事，然而，110 年上半年因疫情關係，自 5 月起採閉門比賽進行，在 8 月初後逐步放寬觀眾進場人數及開放飲食等。110 年中華職棒有味全龍的加入，總場次增加，例行賽約 95 萬觀眾進場，較 109 年成長，除此之外，P. LEAGUE+ 第一季球賽亦吸引球迷進場觀賽，故 110 年我國民眾在觀賞運動比賽及相關衍生支出微幅上升。而在購買、付費訂閱媒體費方面，110 年全球運動賽事陸續開打，加上東京奧運、帕奧及世界羽球錦標賽，吸引民眾關注中華隊表現，故購買、付費訂閱媒體消費支出增加。

在台灣運動彩券方面，即使 110 年新冠肺炎疫情仍持續延燒，但由於東京奧運的舉辦帶動我國民眾投注熱潮，且台灣運彩獲體育署支持放寬獎金支出率上限，同時針對東京奧運開盤逾 16 種運動項目，並推出新玩法及新活動，如辦理「台灣英雄來奪金，運彩乎你抽現金」抽獎活動，其中「加碼獎」只要臺灣選手每奪一面金、銀、銅牌，即分別加碼抽出 100 萬元、30 萬元、20 萬元現金，藉此增進民眾投注樂趣。除此之外，考量到疫情期間民眾減少外出，故台灣運彩推出的 Mobile ID 身分認證服務，更增進民眾在家網路會員申辦及開通的便利性。因此，在體育署與發行單位啟動緊急應變計畫下，110 年運彩銷售額較 109 年成長 15.5%，突破至 466.3 億元，再創歷年新高。而在運動裝備部份，民眾 110 年在運動用品及運動軟體的支出有微幅成長，但在運動服及運動鞋方面則為減少。



五、結論

由調查推估 110 年我國民眾運動消費支出總額約為 1,335.8 億元，較 109 年的 1,353.1 億元衰退 1.3%；而倘若扣除運動彩券消費支出，則可發現 110 年我國民眾運動消費支出總額較 109 年衰退 8.4%，下降幅度更大。但若加上 110 年動滋券抵用金額 3.1 億元，則 110 年我國民眾運動消費支出總額為 1,338.9 億元，下降 1.1%。

調查亦發現，女性為運動課程費及單純運動指導教學費之消費主力，而男性在運動場館、運動社團及參加運動比賽等消費比例皆較高，另也較願意花錢購買運動賽事門票。在年齡方面，20-29 歲、30-39 歲民眾為運動場館主要消費族群，另 30-39 歲、40-49 歲民眾有運動課程與運動指導教學費消費的比例較高，50-59 歲族群則為運動社團消費主力，而 60-69 歲、70-79 歲運動消費支出則相對較少。

受到疫情影響，有 29.0% 民眾表示運動消費支出金額有所減少，63.7% 的民眾持平，僅 7.3% 增加；其中，原本有較多運動消費支出的 30-39 歲、40-49 歲及六都民眾，110 年運動消費金額減少的比例相對較高。而認為受到疫情影響的民眾，多因疫情關係，減少運動場館及運動團體課程方面的支出，也有民眾因而增加購買健身器材在家運動。另外，因應疫情影響，女性、20-29 歲、30-39 歲、六都的民眾會透過線上課程在家運動之比例相對較高。

在質化焦點團體座談會中，有民眾肯定運動場館業者導入 App 掃描 QR Code 或人臉掃描等進場服務。另外，期待未來能借助運動科技設備或服務，進行不同的運動體驗、增進個人運動表現；運動應用服務內容則可結合遊戲元素，社群互動功能，使民眾能同步與他人競賽，增進採用趣味性。



六、建議

本研究綜整量化及質化研究發現，提出以下建議：首先，雖運動場館防疫政策鬆綁，運動場館人流逐漸回溫，部分運動賽事亦開放觀眾進場觀賽，但疫情瞬息萬變，因此相關政府單位未來宜持續掌握運動產業脈動，傾聽業者經營上面臨困難及問題，與時俱進地規劃紓困及振興措施。

另外，因新冠肺炎疫情尚未完全結束，建議業者除依規定執行防疫措施外，亦應加強人員自主管理及定期消毒環境與設備，且可考慮將運動場館服務如進場管理、場地設備租借及課程預定等與科技應用結合，在疫情時代下不僅能降低感染風險，亦能發展出新的經營模式。

有鑑於目前疫情仍未完全結束，考量到部分民眾仍擔心染疫風險，為使其不因此中斷運動習慣，建議署內未來可持續充實 i 運動線上運動教學內容，且可辦理全民線上運動活動、挑戰賽等，結合多元行銷手法同時帶動全民運動風氣。

另有鑑於近年科技、網路通訊進步，為協助業者掌握近年線上教學趨勢，未來署內亦可持續開設關於精進線上教學品質與技巧之研習課程，以精進業者服務能量。

近年政府致力推動科技跨領域結合，其中，亦相當重視運動結合科技發展，建議未來可鼓勵運動產業業者進行跨領域合作，運用 AR/VR 虛擬實境、AI 人工智慧及大數據分析等，發展新興運動服務應用，並協助在合適場域進行落地驗證，以增進我國運動產業實力。

未來相關業者研發運動科技設備或服務時，可將運動項目內容與遊戲結合，或藉由設計闖關活動結合獎勵機制，促使民眾為獲得獎勵而願意持續使用；另外，健身器材可結合感測技術，蒐集個人運動記錄、成績，並透過連網功能，民眾可即時與其他親朋好友、使用者同步競賽，以增進採用運動科技設備或服務的興趣。

貳、國際運動消費支出現況

本次研究中，研究團隊針對英國、美國、澳洲、新加坡、日本、韓國、香港、中國等 8 個國家，進行運動消費支出相關文獻蒐集，茲將國家之選擇背景與原因說明於下表：

表 2-1 國際研究對象選擇

國家	選擇原因
英國	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 英國政府委託權威性之運動經濟研究機構 SIRC 進行運動消費支出調查已進行多年。 ❖ SIRC 有較完整之運動消費支出分類方式。
美國	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 北美產業分類系統 (North America Industry Classification System, NAICS) 中運動產業分類明確。 ❖ 職業運動發展成熟，影響民眾運動消費趨勢。
澳洲	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 澳洲政府針對文化、休閒、運動所制定的「澳洲文化與休閒分類」(ACLC)，是目前少有的完整分類標準。 ❖ 澳洲政府定期利用家計收支調查與 ACLC 分類，進行休閒運動消費支出研究。
日本	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 地理位置鄰近臺灣，民眾觀賞運動賽事習慣與臺灣相似，熱衷於棒球運動，整體運動消費市場熱絡。
新加坡	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 與我國同為亞洲四小龍之一，被譽為亞洲四小龍之首。 ❖ 新加坡的運動發展近年來已成亞洲新指標。近年來主辦多項重要國際賽會，大大提高新加坡在國際體壇上的地位。
韓國	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 與我國同為亞洲四小龍之一且產業經濟與我國相似。 ❖ 韓國與我國在運動及許多其他領域，具有競爭地位。
香港	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 與我國同為亞洲四小龍之一。 ❖ 港府研推體育旅遊與舉辦國際賽事以吸引民眾消費。
中國	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 地理位置鄰近臺灣。 ❖ 自 2008 年、2010 年連續舉辦北京奧運和廣州亞運後，運動場館多元，民眾運動消費支出日漸增加。

資料蒐集管道包含該國組織、國家之出版品、網路資料、研究報告、媒體報導、公示資料、政策等，以了解該國之運動相關消費支出情形，研究團隊在分析相關文獻時，鎖定之重點將包括：各國運動消費支出相關調查方式與結果、各國運動消費支出或產業發展趨勢、運動消費支出跨國比較、其他與運動消費支出相關之資料等。

一、英國

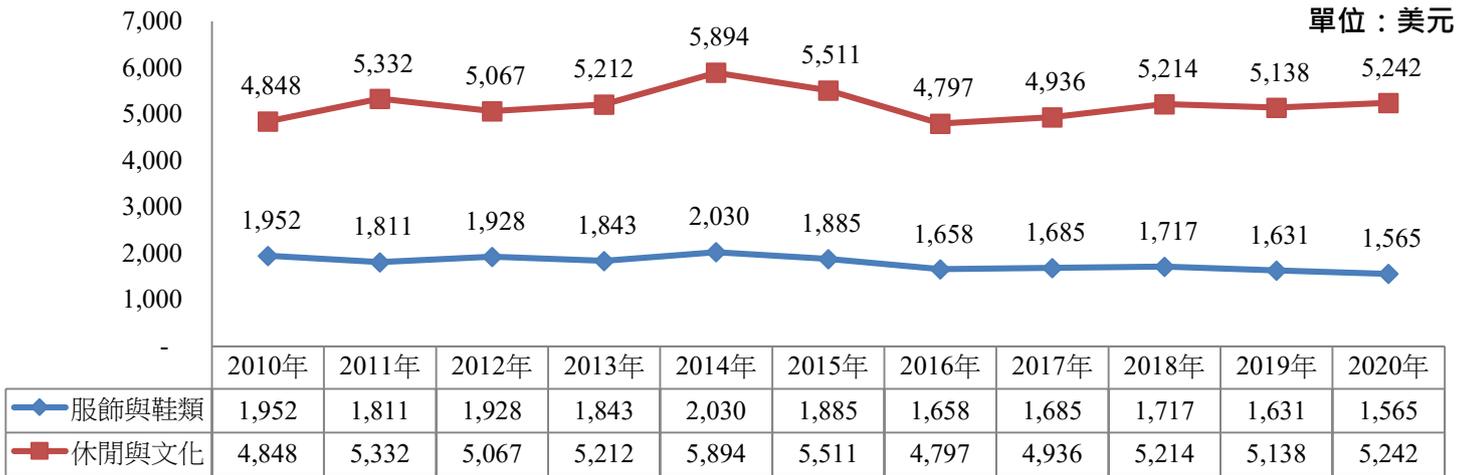
英國的家庭消費支出調查 (Household Final Consumption Expenditure, HHFCE) 是依照聯合國 COICOP 進行分類，並無自行訂定的分類系統。其中與運動消費支出調查相關的分類和 COICOP 相同，包括服飾與鞋類、休閒與文化兩大類目，服飾與鞋類類目中包含運動服與運動鞋；而休閒與文化類目中則包含多項與運動休閒有關之類目，茲將與運動消費支出有關之類目編碼整理如下表所示：

表 2-2 英國家庭消費支出調查與運動消費相關類目

大類目	小類目
03. 服飾與鞋類 (Clothing and footwear)	03.1 服飾 (包含運動服) 03.2 鞋類 (包含運動鞋)
09. 休閒與文化 (Recreation and culture)	09.3.3 運動、露營與戶外休閒設備 09.4.1.1 觀賞運動入場費 09.4.1.2 參與運動費用 09.4.1.3 運動俱樂部會員費 09.4.1.4 運動休閒課程費

資料來源：Office for National Statistics，本研究自行整理

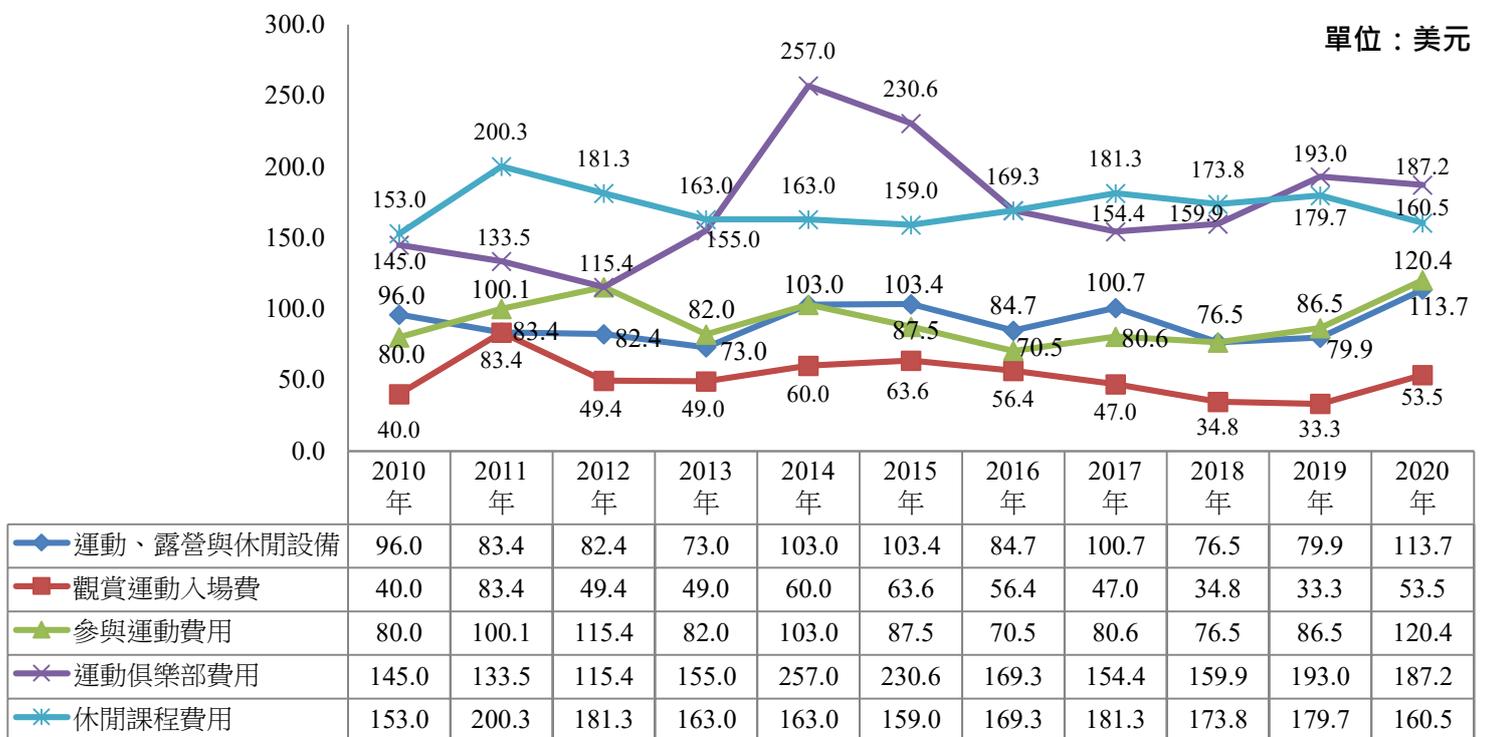
根據英國家庭支出調查中的資料顯示，與運動消費有關之花費，在服飾 (含運動服) 與鞋類 (含運動鞋)、休閒與文化等類目中，發現英國家戶每年平均花費在相關類目的金額上，以休閒與文化類的花費較高，其平均金額約在 5,000 美元左右浮動，不過服飾與鞋類則消費則有減少趨勢，茲將近年來每戶每年平均消費金額整理如下圖：



資料來源：Office for National Statistics。檢索自：<https://www.ons.gov.uk/>

圖 2-1 英國家戶每年平均服飾與鞋類、休閒與文化消費情形

進一步從英國家戶支出調查中，整理有關運動消費支出的細項，發現近年來英國家戶在運動相關的消費項目中，以運動俱樂部費用與運動休閒課程費用的金額較高，接著依序為參與運動費用、運動、露營與休閒設備費、觀賞運動入場費 (Office for National Statistics, 2021)。



資料來源：Office for National Statistics。檢索自：<https://www.ons.gov.uk/>

圖 2-2 英國家戶每年平均運動消費情形



英國由數位文化媒體與運動部 (Department for Digital, Culture, Media and Sport, DCMS)，負責訂定運動發展政策及提供經費，而實際則由半官方組織負責推動及執行，分別為負責培訓菁英運動員之英國運動委員會 (UK Sport)，以及推廣國民運動參與之英格蘭運動委員會 (Sport England)。

英國數位文化媒體與運動部於 2021 年 11 月針對 16 歲以上國民過去六個月參與各項活動情形進行調查，結果顯示足球為最多國民觀賞的運動賽事項目，其次依序為橄欖球及板球 (Office for National Statistics, 2022)。而根據英格蘭體育委員會調查，2020 年至 2021 年間，16 歲以上國民每週運動超過 150 分鐘的比例為 61.4%，比例與去年同期相比差異不大，分析主要因為國內疫情發展趨穩、防疫限制放寬，加上英格蘭體育委員會在封城期間推出多元防疫運動策略 (Sport England, 2022)。

英格蘭運動委員會在 2021 年提出十年願景計畫《團結運動》 (UNITING THE MOVEMENT)，聚焦於五項重點，分別為後疫情時代下恢復和重塑、社區連結、兒童及青少年體驗、運動與健康福利連結及環境活化等，期藉運動和身體活動增進國民身心及社區凝聚力，協助國民重返疫情前生活，且有鑑於英國女性、亞裔族群、黑人、身障者及經濟弱勢者等活躍人口比例較低，故消彌特定族群參與運動的障礙，亦為此計畫推展的重點 (Sport England, 2021)。

近年英國主要的全國性推廣活動，其中之一為自 2015 年起推動的「This Girl Can」計畫，有鑑於四分之一的女性表示新冠肺炎為阻礙參與體能活動原因，故該計畫與不同單位建立夥伴關係，如與迪士尼共同製作五個舞蹈影片，以吸引家庭能共同參與運動 (Sport England, 2021)；除此之外，此計畫更特別設置「Studio You」網站，針對 13-16 歲女孩提供免費運動教學影片 (Education Technology, 2021)。

而為保障慢性病及活動不便之國民運動權利，英格蘭運動委員會與慈善機構合作，並由國家彩券資金資助，於 2019 年起推動全國性活動「We Are Undefeatable」。透過活動網站提供罹患慢性病及活動不便族群各式活躍方法如無障礙運動練習工具包；同時，透過案例故事分享、社群媒體標籤等手法，將此運動風氣擴散。2020 年推出「家庭遊戲 (HOME GAMES)」，邀請帕奧會選手帶領罹患慢性病及活動不便民眾進行為期十週之線上訓練及比賽 (Sport England, 2021)。

因應新冠肺炎疫情，英國民眾透過採用線上健身課程，加強在家中的鍛鍊，根據英國瑜伽業者 Jenni Rawlings 統計，疫情前只有 10% 的瑜伽老師有經營線上教學，疫情後則成長至 86%，顯示相關需求暴增 (田孟心，2021)。而不畏疫情，英國排名私人健身房業者仍持續拓展版圖，自 2019 年 3 月以來，有 338 家健身房開設 (HCM, 2021)。

有鑑於基層運動俱樂部及運動相關團體等，為協助國家推廣運動政策之重要一環，英格蘭運動委員會推出「Club Matters」計畫，提供基層運動俱樂部及運動相關團體在經營、財務、行銷及人力資源等管理方面的專業指導及援助，也可享有免費資源如研討會、線上課程及市場洞察資訊等 (Sport England, 2018)。

二、美國

美國勞工統計局 (U.S. Bureau of Labor Statistics) 每年進行消費者支出調查 (Consumer Expenditure Survey ; CEX) , 其分類依 COICOP 所修改 , 和運動有關的消費類目主要為服飾與鞋類 (Apparel and Service)、娛樂 (Entertainment) 兩大類 , 該調查以家庭為單位計算各類目之消費金額 , 近似各國家庭收支調查。

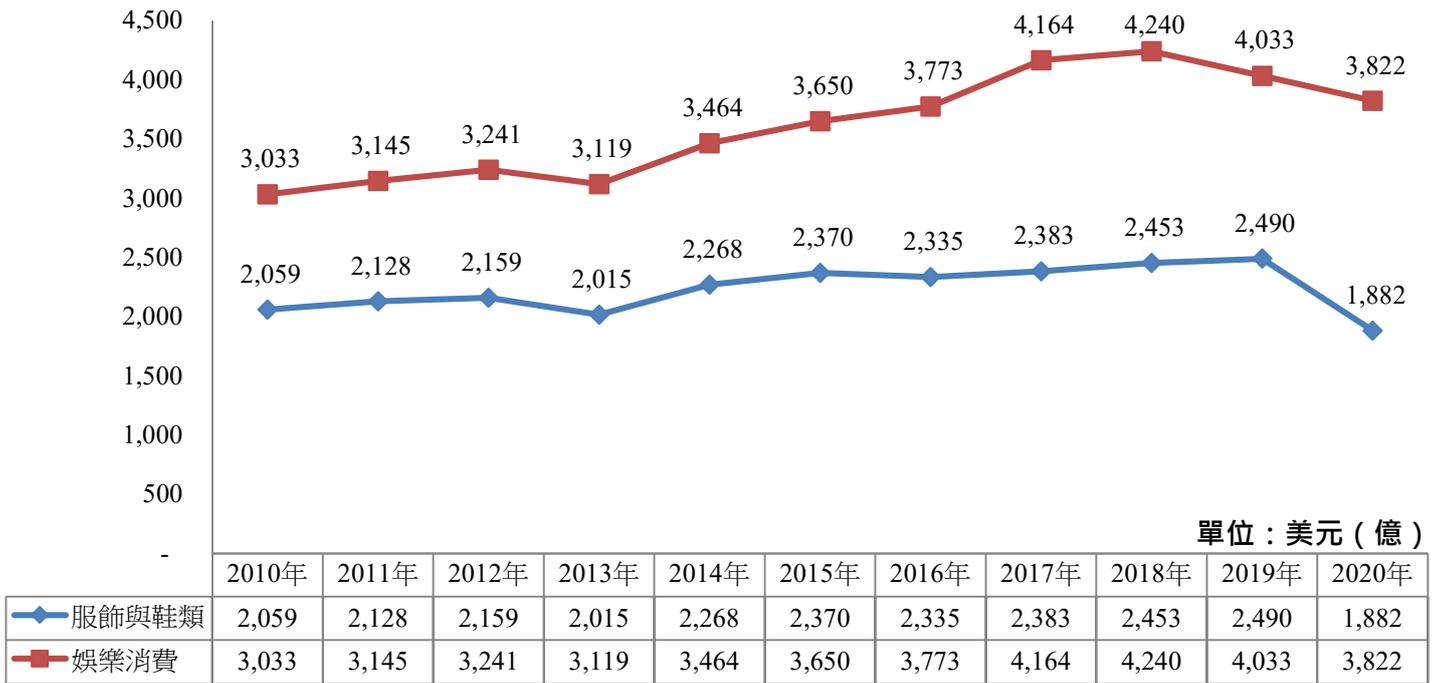
表 2-3 美國消費者支出調查與運動消費相關分類

大類目	小類目
服飾與鞋類 (Apparel and Service)	男性服飾 (包含運動服)
	女性服飾 (包含運動服)
	兒童服飾 (包含運動服)
	鞋類 (包含運動鞋)
	其他服飾與用品服務
娛樂消費 (Entertainment)	入場費與門票 (包含運動相關入場費與門票)
	影音設備服務
	寵物、玩具、興趣與遊樂設備
	其他應用支援設備與服務

資料來源：U.S. Bureau of Labor Statistics，本研究自行整理

該調查分類項目的服飾與鞋類包含運動服和運動鞋，而娛樂消費當中則包含了運動相關的入場費與門票，以及休閒設備服務支出。調查結果顯示，美國消費者在娛樂消費類目上的花費較服飾與鞋類高，

然而受到新冠疫情影響，2020 年的娛樂消費支出與服飾與鞋類消費支出皆呈現衰退趨勢，其中娛樂消費支出在 2017 年至 2019 年皆超過 4,000 億美元，然 2020 年僅有 3,822 億美元；服飾與鞋類消費金額有較明顯的衰退，2019 年為 2,490 億美元，2020 年則衰退至 1,882 億美元 (The U.S. Bureau of Economic Analysis, 2021)；茲將歷年美國消費者兩項消費支出總金額整理如下：



資料來源：U.S. Bureau of Labor Statistics。檢索自：<https://www.bls.gov/>

圖 2-3 美國消費者每年服飾與鞋類、娛樂消費總支出金額

此外，由美國經濟分析局（The U.S. Bureau of Economic Analysis）歷年所進行的調查資料中，亦分析了個人運動相關消費支出，如運動與休閒服務與用品、俱樂部或運動中心會員費等，其資料中與運動消費相關類目如下表：

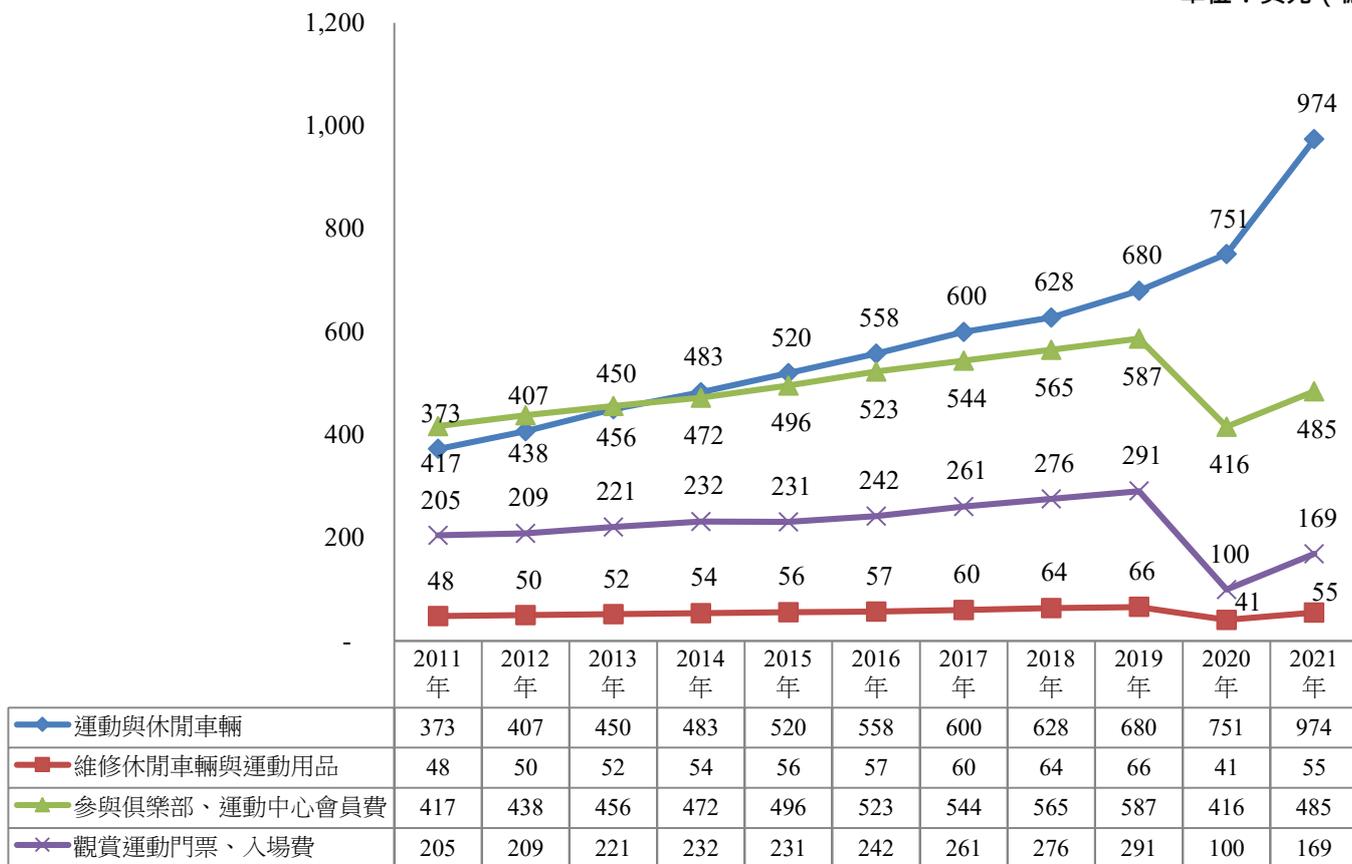
表 2-4 美國經濟分析局調查與運動消費相關類目

大類目	小類目
運動與休閒服務與用品	運動與休閒車輛
	其他運動與休閒用品
	維修休閒車輛與運動用品
俱樂部、運動中心、遊樂園、劇院與博物館會員費	參與俱樂部、運動中心會員費
	主題樂園、風景區和其他休閒服務
觀賞性娛樂之入場費與門票	電影院門票
	現場娛樂（如演唱會）
	觀賞運動門票、入場費

資料來源：The U.S. Bureau of Economic Analysis，本調查自行整理

根據美國經濟分析局歷年統計資料顯示，美國民眾運動消費總額最高項目為其他運動與休閒用品，2020 年已突破 2,000 億美元¹，運動與休閒車輛花費則排名第二，2021 年為 974 億美元突破新高，另外可發現 2020 年美國受到新冠肺炎疫情之衝擊，參與俱樂部與運動中心費用及觀賞運動門票入場費等項目上有顯著衰退，但 2021 年逐漸復甦，皆有所成長，茲將其資料整理如下圖：

單位：美元（億）

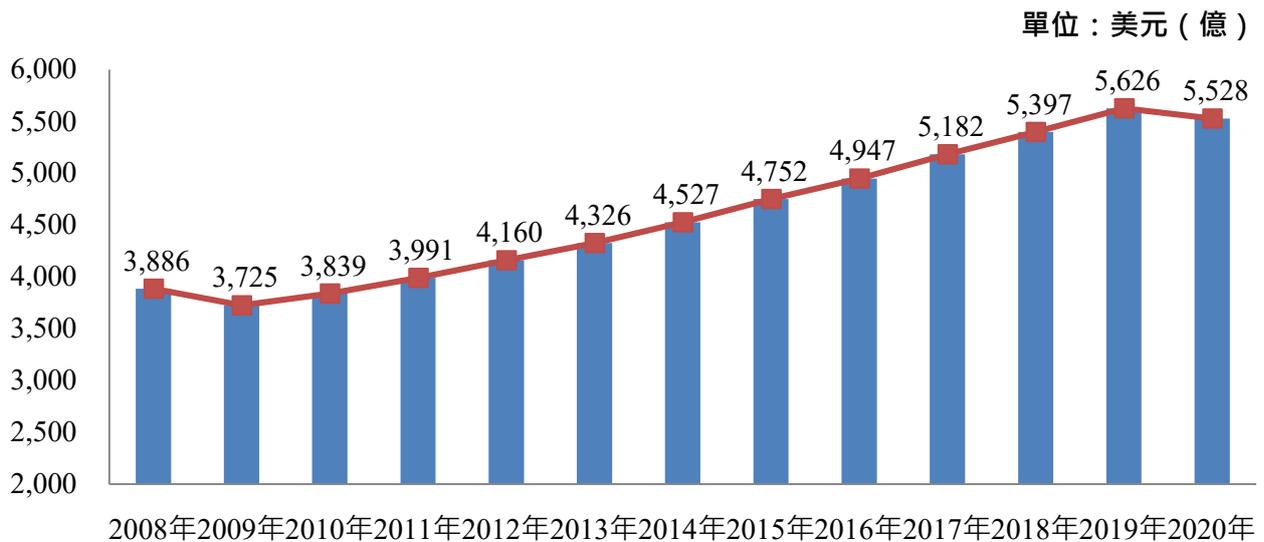


資料來源：The U.S. Bureau of Economic Analysis。檢索自：<https://www.bls.gov/>

圖 2-4 美國 2017 年-2021 年消費者運動消費支出總額

根據調研機構 Plunkett Research 的統計，美國運動產業的整體產值從 2009 年的 3,725 億美元逐年成長，至 2019 年成長為 5,626 億美元，然而 2020 年則受到新冠疫情影響而有所衰退（Plunkett Research, 2021）。

¹ 本研究進行資料蒐集期間，美國經濟分析局尚未公布 2021 年其他運動與休閒用品支出總額，故此處以 2020 年資料進行說明。



資料來源：Plunkett Research。檢索自：<https://www.plunkettresearch.com/>

圖 2-5 美國 2008 年-2020 年運動產業總值

美國政府由健康及人民服務部 (U.S. Department of Health and Human Services; HHS)，負責推動各族群運動參與，以增進身體機能，但並未有統一負責掌管國家運動政策之官方機構，主要仍有各州政府、單項運動協會合作，以及歷史悠久的大學院校運動競技文化，透過商業贊助培植選手和賽事，使美國運動風氣盛行 (林房儻，2010)。

國民健康狀況為國家發展之基礎，美國健康及人民服務部 2018 年發布第二版之體能活動指南，而「Move Your Way」即為該項指南的宣傳活動，針對兒童及青少年、成人、年長者、孕婦等不同對象設計說明書，詳細說明需達到的運動量、適合施作的運動項目等，並發布視頻進行宣傳，及透過互動性線上評估工具協助不同族群訂定運動活動計劃 (ODPHP, 2022)。

除此之外，健康及人民服務部於 2020 年推出「健康人民 2030」 (Healthy People 2030)，參考各式調查數據，設定 355 個核心目標，促使國民能夠培養規律運動習慣，改善其自身健康狀況，也將持續增進社區運動設施安全及充足性，使不同年齡層族群能進行足夠有



氧及強化肌耐力活動 (HHS, 2020)。

有鑑於僅二成美國青少年符合體能活動指南之體能活動要求，及特定族群如女孩、經濟弱勢者、身障者及少數種族等，參與運動阻礙較多，故 2019 年健康及人民服務部特別針對美國青少年制定「國家青少年運動策略 (National Youth Sports Strategy, NYSS)」，期透過公私部門合作，增進青少年瞭解規律運動對健康好處及樂趣 (HHS, 2019)。

根據數據資料庫 Statista，有 67% 的美國民眾認為疫情為運動產業帶來負面影響 (Statista, 2020)。從前文中的圖表可看到，實體運動賽事銳減確實對相關產業造成衝擊，影響超過 130 萬個體育工作崗位 (EMSI BURNING GLASS, 2020)。不過根據麥肯錫比對 2019 年與 2020 年的資料顯示，有些運動習慣反而因為疫情的相關限制而有所成長，如自行車、設備和維修服務的銷售成長逾 2 倍，健身產品銷售成長約 130%，而跑步機能產品銷售則成長約 20%。居家訓練也因外出禁令而有所成長，48% 的美國消費者花費更多時間在線上訓練或健身，重量訓練器材約有 3 倍的銷售成長，而瑜珈健身器材銷售成長則約為 150%-200% (McKinsey & Company, 2020)。

三、澳洲

根據澳洲統計局 (Australian Bureau of Statistics, ABS) 每六年對澳洲家庭的收支狀況進行家庭消費支出調查，最近一次的調查在 2015-2016 年，該調查採用之「家庭消費支出分類」(Household Expenditure Classification ; HEC)，有關於運動相關消費支出之類別設為 code 06 服飾與鞋類 (Clothing and footwear) 及 code 11 休閒活動 (Recreation) 兩大類，參考聯合國 COICOP 之分類標準，茲將與運動消費支出有關之編碼整理如下表所示：



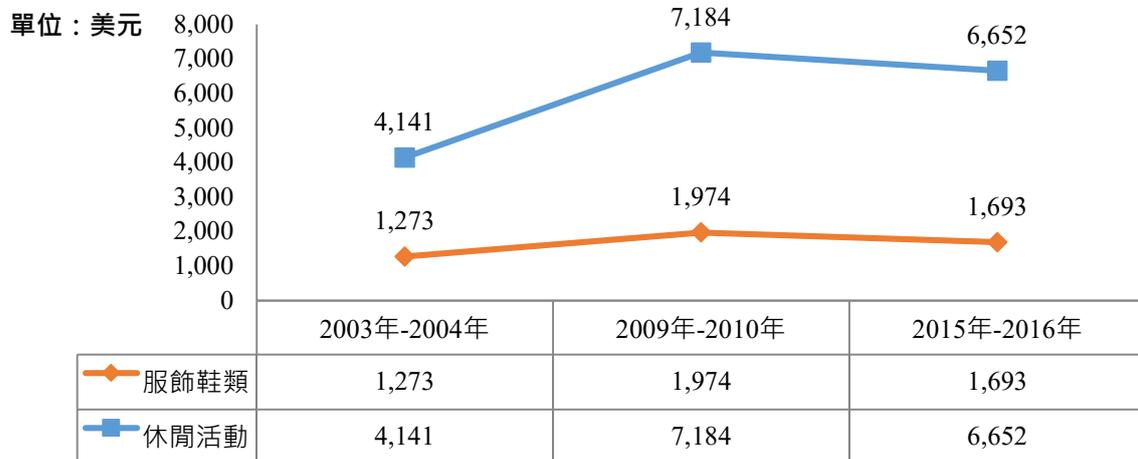


表 2-5 澳洲家庭支出調查與運動消費相關類目

大類目	小類目
06.服飾與鞋類 (Clothing and footwear)	0601 服飾 (包含運動服) 0602 鞋類 (包含運動鞋)
11.休閒活動 (Recreation)	1101 休閒與教育設備 1102 休閒與教育服務 1103 旅遊支出 (包含運動旅遊)

資料來源：Australian Bureau of Statistics，本研究自行整理

根據統計調查結果可知，澳洲的家庭 2015 年-2016 年在服飾與鞋類的消費支出金額為 6,652 美元，而澳洲家庭在休閒活動方面的支出則為 1,693 美元。

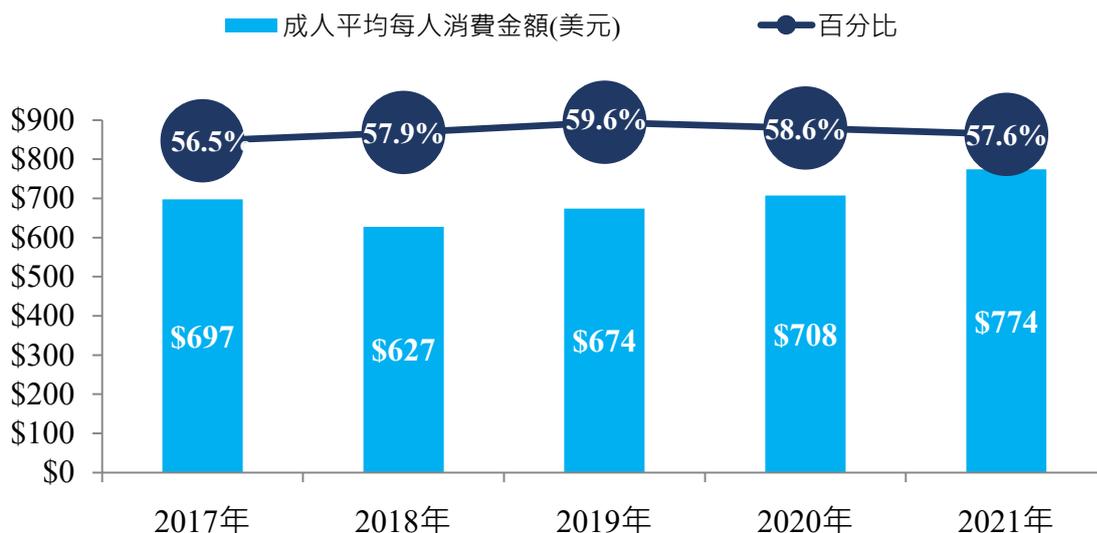


資料來源：Australian Bureau of Statistics。檢索自：<http://www.abs.gov.au/>

圖 2-6 澳洲家庭平均每戶每年之運動消費支出狀況



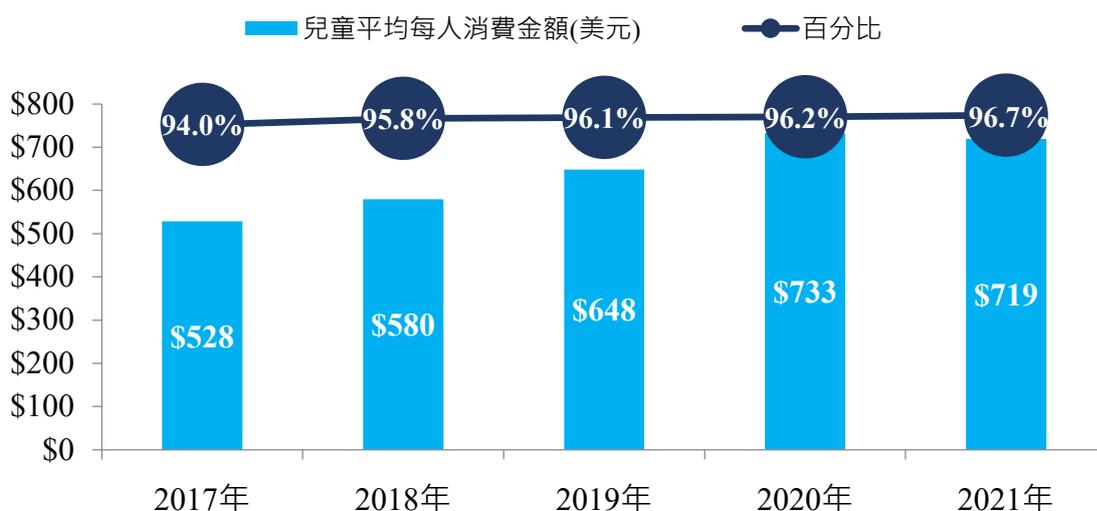
從 2015 年開始進行全國性的「AusPlay 調查」，以持續追蹤澳洲民眾運動行為，以做為政策擬定及相關產業投資時的參考依據。從年度比較來看，2017 年至 2019 年間 15 歲以上民眾有參與性運動消費支出的比例逐年成長，然而，受新冠肺炎疫情影響，近二年比例下降，2021 年為 57.6%，平均消費金額為 774 美元。



資料來源：Australian Sports Commission。檢索自：<https://www.ausport.gov.au/>

圖 2-7 澳洲 15 歲以上民眾參與性運動支出金額與比例

而 2017 年至 2021 年間，兒童有參與性運動消費支出比例逐年成長，2021 年為 96.7%，平均每人消費金額為 719 美元。



資料來源：Australian Sports Commission。檢索自：<https://www.ausport.gov.au/>

圖 2-8 澳洲 15 歲以下孩童參與性運動支出金額與比例

進一步分析澳洲民眾參與性運動消費項目，可發現 15 歲以上民眾支出金額較高項目為「運動場館、健身中心及休閒設施」、「私人運動教室」及「個人指導訓練師或教練」；而 15 歲以下孩童其家長支出金額較高項目則為「私人運動教室」。

表 2-6 澳洲民眾參與性運動消費支出金額

單位：美元

	2019 年		2020 年		2021 年	
	15 歲以上民眾	15 歲以下孩童	15 歲以上民眾	15 歲以下孩童	15 歲以上民眾	15 歲以下孩童
運動俱樂部或協會	\$223	\$237	\$242	\$228	\$242	\$207
休閒俱樂部或協會	\$139	\$278	\$138	\$207	\$133	\$207
運動場館、健身中心及休閒設施	\$383	\$334	\$414	\$331	\$359	\$265
私人運動教室	\$417	\$390	\$414	\$394	\$345	\$414
個人指導訓練師或教練	\$362	\$348	\$345	\$407	\$345	\$207
教育課程學費	\$118	\$209	\$83	\$193	\$69	\$138
其他運動機構	\$104	\$167	\$138	\$242	\$126	\$207

資料來源：Australian Sports Commission。檢索自：<https://www.ausport.gov.au/>

另外，15 歲以上民眾運動時的科技產品使用情形，調查結果顯示，以「紀錄或訓練用 APP」(23.7%) 及「穿戴式裝置如運動手錶、心律帶等」(21.4%) 為主 (ASC, 2022)。而為探討新冠肺炎疫情壟罩下的國人運動行為，澳洲體育協會特別透過社區認知監測 (Community Perceptions Monitor)，瞭解民眾對於後疫情時代重返運動之行為與看法，其中，2021 年 3 月期間，已有 80% 成人與兒童回歸疫情前所參加之組織性運動；而也有部分成人與兒童嘗試新運動，成人主要是為了健身需求，兒童則是為學習新技能 (ASC, 2021)。

澳洲政府認為國人運動參與度，與國家公共衛生及社會經濟息息相關，而為鞏固相關組織能提供良好運動活動內容及服務品質，讓參與者能留下印象佳的運動感受，進而持續運動養成規律運動習慣，因此，澳洲體育委員會推動「促進運動參與資金計畫 (Participation Growth Funding)」，透過資金補助支持國家體育組織



(NSO) 與國家身障者體育組織 (NSOD) 之營運，並優先補助對於提升民眾運動參與度、組織運作效能及勞動權益等有助益之方案 (ASC,2022)。

而澳洲體育委員會認為應從小養成兒童運動習慣，讓其熱衷於參與社區運動活動，故推動「Sporting Schools」計畫，贊助中小學推廣運動活動，並由國家體育組織 (NSO) 的教練給予協助推行，期透過此計畫免費提供小學及國中一、二年級的兒童及其雙親共同參與運動。迄今已覆蓋澳洲七成以上之中小學，根據澳洲體育委員會最新年報資料顯示，「Sporting Schools」計畫提供超過 170 萬在校學生 250 萬個運動活動，且達到此計畫原定應提供 1 千萬個運動活動之里程碑 (ASC,2021)。

為幫助運動俱樂部業者能夠清楚瞭解營運狀況及需改進地方，澳洲體育委員會開發「Game Plan」計畫平台，讓業者能夠至該網站進行俱樂部營運狀況診斷，主要執行過程需由業者先建立俱樂部簡介，並說明優先關注或改進之部分，而再由專家學者針對業者之金融、數位化程度及行銷手法等進行能力與需求評估，向業者說明現階段營運方向以及優先需採取之動作，而「Game Plan」計畫亦提供相關資源協助俱樂部業者，期藉此能夠提升俱樂部整體服務能量 (AUS, 2020)



四、日本

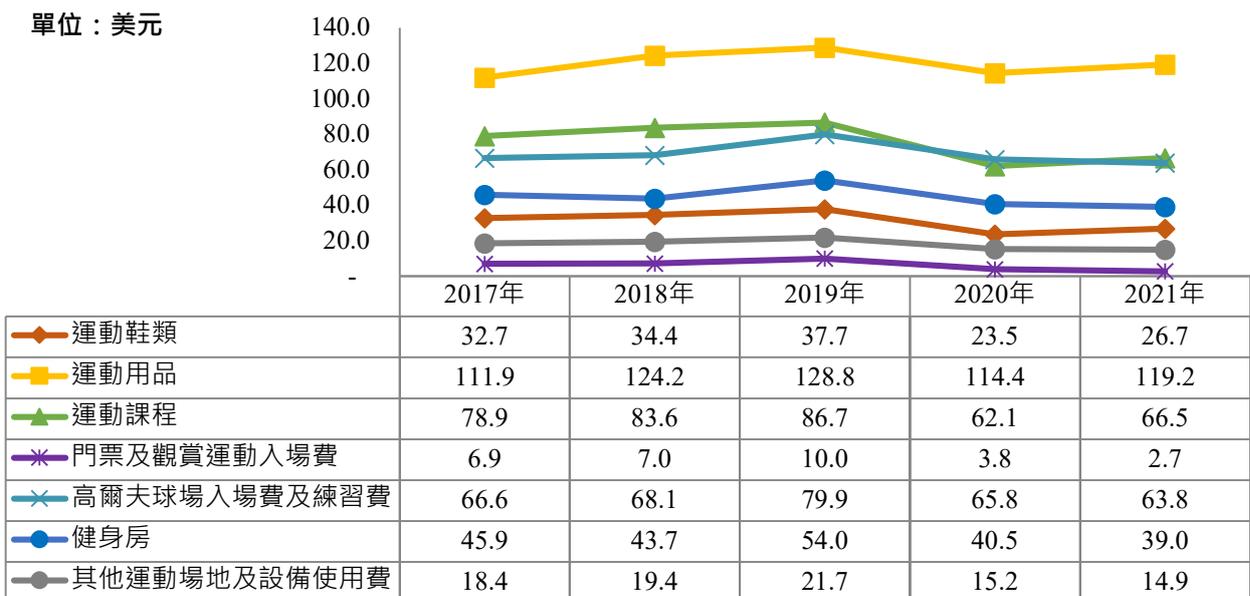
日本總務省統計局進行的家庭收支調查 (Family Income and Expenditure Survey) 中與運動消費相關之類目，包括「運動鞋類」、「運動用品」、「運動課程」、「門票及觀賞運動入場費」、「高爾夫球場入場費及練習費」、「健身房」及「運動場地及設備使用費」等項目。

表 2-7 日本家庭收支調查與運動消費相關類目

大類目	小類目
鞋類支出	運動鞋類
教養娛樂用品支出	運動用品
教養娛樂服務支出	運動課程
其他教養娛樂支出	門票及觀賞運動入場費
	高爾夫球場入場費及練習費
	健身房
	其他運動場地及設備使用費

資料來源：日本統計局，本研究自行整理

近五年日本家庭收支調查情形，受到新冠肺炎疫情的影響，2020年各項運動相關項目之支出金額皆較往年減少，而2021年「運動用品」、「運動課程」及「運動鞋類」等支出金額，皆有所成長，其中以「運動鞋類」變動幅度較大；相對地，「門票及觀賞運動入場費」之支出金額受疫情衝擊最大，2021年僅2.7億美元。



資料來源：日本統計局。檢索自：<http://www.stat.go.jp/>

圖 2-9 日本家庭平均每戶收支調查中與運動消費相關支出金額



而由近十年來日本家庭收支調查中的課程費用支出統計可知，「運動課程」為日本家戶支出金額最高之項目，因新冠肺炎疫情的緣故，2020 年至 2021 年間，日本家戶平均在運動課程之支出金額約 65 美元左右，較往年減少許多。

表 2-8 日本家庭收支調查中每戶家庭各課程支出狀況

單位：美元

	2012 年	2013 年	2014 年	2015 年	2016 年	2017 年	2018 年	2019 年	2020 年	2021 年
語言課程	38.1	26.3	27.6	22.5	25.8	25.2	25.8	27.0	18.5	18.5
其他教育課程	32.4	24.6	23.6	19.2	20.8	21.7	18.0	19.7	16.9	15.4
音樂課程	71.4	55.5	49.5	40.1	45.7	45.2	42.3	39.5	28.8	29.7
康樂課程	54.5	42.2	35.6	31.6	31.6	32.1	30.5	25.5	21.9	18.0
運動課程	104.8	90.2	86.4	75.8	83.7	78.9	83.6	86.7	62.1	66.5
駕駛課程	31.6	26.8	21.8	22.9	19.8	16.4	16.3	21.6	20.4	26.6
家政課程	8.4	5.7	5.6	4.2	5.4	4.6	4.7	4.5	3.9	2.3
其他私人課程	37.0	29.4	25.0	25.2	31.8	26.9	30.8	34.9	30.2	32.8
課程總支出	378.2	300.7	275.1	241.5	264.7	250.9	251.9	259.3	202.7	209.9

資料來源：日本統計局。檢索自：<http://www.stat.go.jp/>

而三菱 UFJ 研究與顧問機構每年皆會進行「運動市場行銷基本調查」，由調查結果顯示，新型冠狀病毒影響，2021 年日本運動市場規模縮減至約 99.3 億美元，與往年相比大幅減少許多，運動設施利用費及會員費市場規模為 43.9 億美元，運動用品為 30.0 億美元，而觀賞運動消費市場規模則為 25.4 億美元。(三菱 UFJ リサーチ&コンサルティング，2021)

日本由文部科學省下的體育廳 (Japan Sports Agency) 負責推動國內運動事務，2022 年發表「第三期體育基本法」，做為 2022 年至 2026 年間國內運動相關政策實施之準則。而第三期體育基本法中，提出三項要點，首先，因應瞬息萬變的社會，開發多元參與運動之方式，並藉數位科技創造新運動科技服務或商業模式；其次，藉由共同參與運動活動，增進民眾、組織間凝聚力，邁向社區共生社會



之目標；第三點則為不因性別、年齡、殘疾、經濟及地域等差異，阻礙民眾運動，人人皆能體悟運動價值。未來五年將透過十二項措施如替不同族群創造運動機會、國際運動交流與合作、運動振興地方與社區營造、推動運動科技服務及發展運動產業化等，期運動市場規模在 2025 年能達到 15 兆日元，而成人每週運動一次以上的比例，在 2026 年時，能從目前的 56.4%，成長至 70.0%，而身障者則從 31.0%成長至 40% (體育廳，2022)。

體育廳近年來致力推廣「Sport in Life 計畫」，希望運動能成為民眾生活一部分，積極招募地方團體、運動團體、學校、醫療院所及民間企業等加入「Sport in Life 聯盟」，共同進行運動推廣。而為讓民眾能容易地取得運動場地、賽事及教練等運動相關情報，體育廳設置「ココスポ」專門網站供民眾檢索，由於推出年限短，目前也持續檢討網站內容豐富性及實用性，期能提升民眾使用率 (體育廳，2022)。

隨著資通訊科技技術進步，加上新冠肺炎疫情改變民眾生活型態及運動習慣，體育廳致力於推動運動產業結合科技之工作，廣泛蒐集國內外運動科技服務應用之最新案例，並支援採用資通訊技術提供創新觀賽體驗之職業運動團體；除此之外，與體育界相關關係者討論運動數據蒐集相關事宜，探究民間企業利用運動數據之需求，期吸引民間企業投資意願，創造新經濟效益 (體育廳，2022)。

日本體育廳長期以來致力於活化、振興地方運動，認為運動不僅限於競技性質，而是廣泛日常中散步、割草等皆能成為日常運動，不同族群皆能輕鬆參與，2021 年建立「運動 x 健康城鎮」計畫，鼓勵地方團體以居民、當地特色等，發展地方運動活動，進行地方創生，延續日本東京奧運民眾對於運動之關注及投入熱忱。(體育廳，2021)。



為因應新冠肺炎疫情之衝擊，2022 年體育廳補助舉辦全國性運動聯賽及錦標賽等的運動團體，防疫措施費用如酒精、體溫機及進退場人流分析系統等，以及提供遠距觀賽服務之技術費用，期能營造安全、安心運動環境，在新冠肺炎疫情下民眾亦能參與運動賽事（體育廳，2022）。而日本經濟產業省為活絡國內藝文及運動活動，推出「Go to event」，當民眾購買運動相關活動門票時，可享有 20% 的折扣或優惠（經濟產業省，2021）。

五、新加坡

新加坡之家戶支出由新加坡統計局（Singapore Department of Statistics）負責，此調查之類目參考自聯合國 COICOP，並依據當地狀況進行調整，其分類系統為「新加坡個人消費支出按用途別分類（Singapore Standard Classification of Individual Consumption According to Purpose；S-COICOP）」。

其中，與運動相關的類別為「服飾與鞋類」和「休閒與文化」，服飾與鞋類包括運動服與運動鞋項目，休閒與文化中則包含運動與休閒服務（Recreational and Sporting Services）等項目。新加坡的家庭消費支出調查每隔五年進行一次，根據最新資料顯示，新加坡民眾在運動與休閒服務方面的支出總額近年有所成長。

表 2-9 新加坡每戶平均每月運動消費相關類目支出金額

單位：美元

	2002-2003 年	2007-2008 年	2012-2013 年	2017-2018 年
服飾與鞋類	127.1	143.2	156.0	122.9
休閒與文化	448.7	383.1	398.7	378.6
運動、露營與戶外休閒設備	6.1	4.0	5.7	4.8
休閒與文化服務	124.7	127.4	137.9	113.8
運動與休閒服務	22.2	27.7	39.4	44.7

資料來源：Singapore Department of Statistics。檢索自：<https://www.singstat.gov.sg/>



新加坡負責推動運動政策之政府機關為文化、社區暨青年發展部 (Ministry of Culture, Community, and Youth, MCCY)，三大發展主軸為高效能運動表現、運動參與及運動志願服務等，期不僅是追求國際運動賽事上有傑出表現，亦為民眾創造出更豐富之運動活動機會。而文化、社區暨青年發展部下設新加坡體育理事會 (Sport Singapore, SportSG)，以「願景 2030 (Vision 2030)」做為新加坡運動總體計畫，負責執行及推展運動政策 (SportSG, 2018)。

根據新加坡全國運動參與調查結果顯示，2021 年男性每週至少運動一次以上之比例為 74%，女性則為 71.0%，而兩者比例較往年有所成長，儘管新冠肺炎疫情對民眾生活造成影響，但也使新加坡民眾體認到運動對健康之重要性，在運動場館及設施封館、運動活動暫停下，仍透過線上運動課程及室外運動等進行體能活動 (SportSG, 2022)。

新加坡以「ActiveSG」做為全國性運動促進措施，提供多元運動項目及活動，讓不同族群皆能享有運動參與之機會。ActiveSG 計畫結合應用程式，民眾在加入會員後即可從應用程式預定 ActiveSG 運動設施，以及享免費試聽課程、會員專屬活動、ActiveGYM 及 MyActiveSWIM 優惠等好處。另外，考量民眾可能在運動過程遭遇運動傷害或意外，此計畫與保險業者推出「Active Care」，提供民眾運動傷害或意外之保障服務。而為讓民眾在疫情生活下，仍能維持運動習慣，於 2020 年 4 月建置「ActiveSG Circle」，做為業者和教練進行線上運動課程之媒介，也讓民眾能夠在家中運動 (SportSG, 2021)。

有鑑於新冠肺炎疫情迫使運動場館休館及運動活動中斷，運動產業受到嚴重衝擊，因此新加坡文化、社區暨青年發展部於 2020 年發布「運動恢復計畫 (Sports Resilience Package(SRP))」，共挹注



貳、國際運動消費支出現況

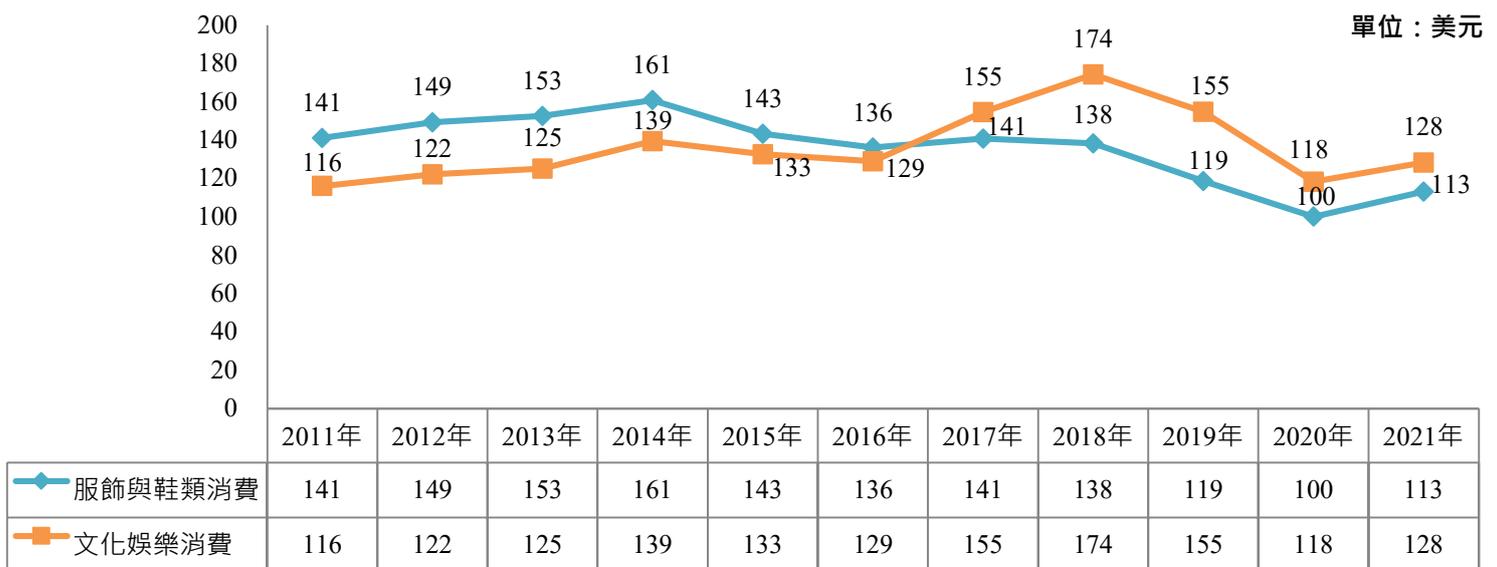
5,000 萬新，除了 2,500 萬元應用於原先措施外，其餘 2,500 萬元則為營運補助金及協助業者數位化及創新能力發展之用 (SportSG, 2020)。而 2021 年政府則加碼 1,800 萬美元，針對因五月防疫措施封館之運動設施業者及自雇者 (SportSG, 2021)。

除此之外，新加坡文化、社區暨青年發展部也針對 2022 年發表七項運動推動措施，分別為：讓運動重返、更多包容性運動活動、綠色運動計劃、新加坡隊 (Team Singapore) 社會回饋、支持新加坡隊運動員、藉 SportCares 支持弱勢社區、藉「獅展雄心 (Unleash the Roar)」足球計畫團結全國等。為讓國內運動活動復甦，在重拾運動措施方面，文化、社區暨青年發展部預計投入二千萬美元，以協助復辦大型運動活動、提供運動項目比賽或聯賽、增進 ActiveSGym 學院和俱樂部課程多樣性及豐富性、優化運動設施等 (SportSG, 2022)。



六、韓國

韓國家庭收支調查由韓國統計局所執行，該調查中與運動消費相關的支出類目，包括服飾與鞋類、文化娛樂消費。而根據調查結果可發現，韓國家戶在文化娛樂消費之每月平均消費金額，2016 年間至 2018 年呈成長趨勢，受到新冠肺炎疫情衝擊，2020 年平均每戶每月文化娛樂消費金額僅 118 美元，為近年來最低，2021 年則略成長至 128 美元；在服飾與鞋類消費方面，自 2014 年開始呈下降趨勢，2020 年亦因疫情緣故，平均每戶每月消費金額僅 100 美元，2021 年則略增加至 113 美元 (Statistics Korea, 2022)，茲將韓國家戶近年來平均每月在相關類目的消費情形整理如下圖：

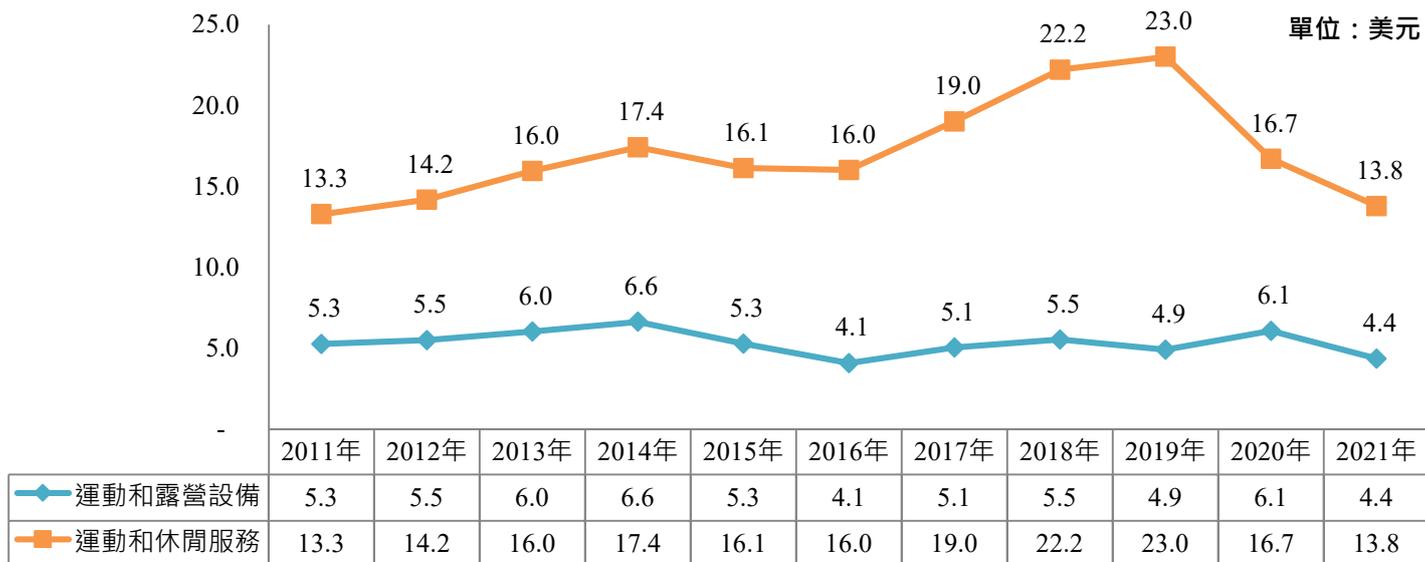


資料來源：韓國統計局。檢索自：<http://kostat.go.kr/portal/korea/>

圖 2-10 韓國家戶平均每月支出服飾鞋類、文化娛樂消費金額

在韓國家庭收支調查的細項類目中，與運動消費相關之類目為「運動和露營設備」及「運動和休閒服務」兩項，其中，以運動和休閒服務的平均每戶每月消費金額較高，然而，受 2020 年新冠肺炎疫情的衝擊，使得近二年運動和休閒服務消費驟降，2021 年僅 13.8 美元，而運動和露營設備則約 4.4 美元。





資料來源：韓國統計局。檢索自：<http://kostat.go.kr/portal/korea/>

圖 2-11 韓國家戶平均每月支出運動露營設備、休閒服務消費金額

韓國擬定運動政策的官方單位為文化體育觀光部，其中設有體育政策官以管理體育政策，並研討如何振興體育產業，也設有體育協力官以規劃國際賽事的參與和舉辦。文化體育觀光部 2022 年工作計畫為成為世界領先的文化國，其中，立下振興運動相關產業復甦，並建構合宜運動生態系之目標 (문화체육관광부, 2022)。

從政府領導的作風來看可發現，韓國的體育產業發展是以國家主導的方式進行。韓國政府於 1989 年成立體育科學研究院 (Korea Institute of Sport Science, KISS)，進行運動生理學、生物力學、運動心理學和運動社會學等研究，研發科學式的訓練方式並開發有效的運動模式，用於挑選及培訓具有潛力的運動員做為國家代表選手，研發改善國民健康的方法並加以分配，並制定適合當代環境的體育政策，亦與國外相關體育機構進行交流，以獲取他國運動科學資訊及經驗 (KISS, 2020)。

在體育政策方面，2007 年韓國政府頒布《體育產業振興法》，樹立體育產業振興計畫，針對具有高成長性、實用性的體育產業提供技術研發之經費，以國家力量加大對體育產業的投資能量，並培養

體育產業專業人才。2013 年發布《體育產業中長期計畫》，投入 1,000 億韓元發展體育賽事，通過體育產業的整合創造未來成長動力；2014 年再大幅修改該計畫，將對體育相關賽事主辦的投資預算提高至 1.7 兆韓元（惠志強，2016）。

為推廣全民運動，讓不同年齡層民眾皆能有參與運動機會，近年來韓國文化體育觀光部致力支持國內公共體育俱樂部發展，其主要特色為以公共運動設施為地點，且多由退役運動員指導教學，故民眾可享有價格實惠且專業的課程。而 2021 年底頒布《體育俱樂部法》，建立體育俱樂部註冊制度，其中也提及若註冊為體育俱樂部，使用公共運動設施的費用有機會可減免至八成，藉此發展韓國社區運動活動（문화체육관광부，2022）。根據文化體育觀光部 2022 年工作計畫，即表示為支持體育俱樂部發展，2022 年預算將由 150 億韓元增加至 413 億韓元（문화체육관광부，2022）。

從韓國文化體育觀光部「2020 體育白皮書」（2020 년 체육백서）來看，自 2018 年起韓國政府體育預算逐年成長，2018 年體育預算為 1 兆 1,677 億韓元，占政府預算 0.27%，2020 年則為 1 兆 6,734 億韓元，占政府預算的 0.32%。（문화체육관광부，2022）。

然而，2020 年因新冠肺炎疫情肆虐，衝擊國內運動產業，尤其是易發生群聚感染之健身房，也受到防疫措施之限制（王芊凌，2020），根據韓國文化觀光體育部《2021 年國民生活體育調查》（2021 년 국민생활체육조사）顯示 2020 年韓國民眾一週運動 1 次以上的比例從 2019 年的 66.6%，下降至 2020 年的 60.1%，民眾平均每月運動活動費用亦從 2019 年的 78,214 韓元，縮減至 58,515 韓元。至 2021 年時韓國民眾的運動活動參與率才略提升為 60.8%，平均每月運動活動費用為 63,104 韓元，民眾也逐漸回歸室內運動如健身、瑜珈及皮拉提斯等行列（문화체육관광부，2022）。



韓國運動產品銷售結構亦因疫情緣故而有變化，居家運動的盛行，2020 年韓國民眾運動器材消費比例為 40.9%，其中，以運動服（83.1%）及運動鞋（71.6%）為主，平均每年運動器材花費金額為 29.2 萬韓元，皆較往年來得高（문화체육관광부，2020）。且根據相關調查，高爾夫球設備及自行車銷售額皆較 2019 年同期增長（首爾台灣貿易中心，2021）。然而，隨著韓國民眾逐漸習慣疫情生活，回歸原先運動習慣，2021 年韓國民眾有運動器材消費的比例下降（32.2%），平均一年花費金額也減少至 28.8 萬韓元（문화체육관광부，2022）。

目前韓國已解封朝與病毒共存發展，韓國文化觀光體育部為支持因疫情而衰退的運動產業，也藉由推出優惠券，以刺激民眾消費意願。首先，2022 年文化觀光體育部推出消費私人室內運動設施及線上運動課程滿 8 萬韓元，即可申請 3 萬韓元退款的活動，將能受惠 56 萬民眾（문화체육관광부，2022）。另外，文化觀光體育部也與韓國職業體育協會合作，在 2021 年 11 月至 2022 年 7 月期間，民眾若觀賞棒球、足球、籃球及排球等職業運動賽事時，可享門票半價折扣，每場最高補助 7,000 韓元，共發放 40 萬張（대한민국 정책브리핑，2021）。

根據韓國文化觀光體育部《2020 年體育產業調查結果報告》（2020 년 기준 스포츠산업조사 결과보고서），2020 年韓國體育產業整體企業家數、銷售額及員工數等，與往年相比皆下降許多（문화체육관광부，2021）。因此，文化觀光體育部 2020 年起即提供特別貸款支持受疫情衝擊之運動產業，而 2022 年亦針對體育產業提供總額 2,097 億韓元，其中包括低息貸款 1,843 億韓元及 254 億元基金（문화체육관광부，2021）。

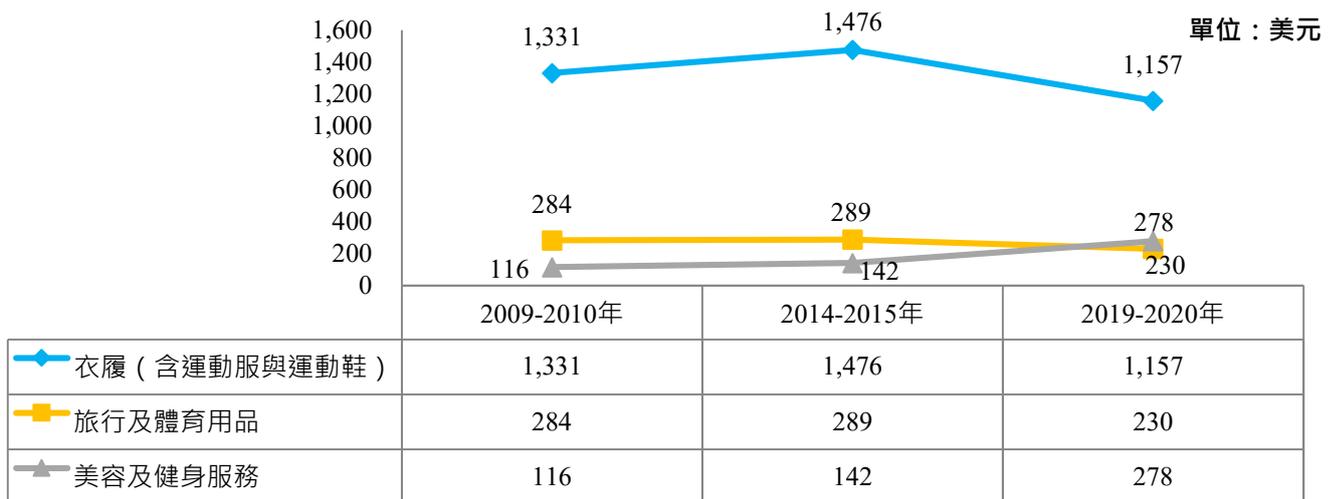




七、香港

香港政府統計處每五年進行《住戶開支統計調查》，將住戶開支依照商品與服務類別分為食品、住屋、煙酒、衣履、耐用物品、雜項物品、交通、雜項服務，以及電力、燃氣及水等九類，其中和運動消費有關的為衣履（含運動服及運動鞋）、耐用物品（旅行及體育用品）及雜項服務（美容及健身服務）。

根據香港《住戶開支統計調查》結果，香港家戶在「衣履」類之消費金額較高，2019年2020年為1,157美元，而「美容及健身服務」類的消費金額為278美元，超越「旅行及體育用品」的230美元。



資料來源：香港政府統計處。檢索自：<https://www.censtatd.gov.hk/>

圖 2-12 香港家庭平均每戶每年之運動消費支出狀況

香港由民政事務局負責制定體育發展政策，以及統籌規劃康體設施，轄下之康樂及文化事務署（簡稱康文署）負責推動各項社區體育活動及體育設施設立等，以提升國民運動風氣；另外，則由體育委員會針對體育發展相關事宜提供意見，並監督轄下負責社區體育、精英體育及大型體育活動事務之專責委員會。而在2021年的行政長官施政報告中，香港行政長官提出重組政府架構之建議，未來擬設立文化體育及旅遊局，以統整文化、體育和旅遊等事宜（香港





特別行政區行政長官，2021)。

香港政府以普及化、精英化及盛事化做為發展國內體育發展之主軸，在推廣普及體育方面，2020年至2021年間約投入51億港幣，占體育發展經費約85%，預計2021年至2022年間投入54億港幣。而為鼓勵各年齡層民眾能積極參與體育活動，養成規律運動習慣，由民政局與其他政府部門及相關團體，依據不同族群推出多元體育活動，以及全港性大型體育活動如全民運動日及全港運動會等，2021年約舉辦7,400場次，約四十萬人次參加。為讓民眾不因疫情影響而中斷運動，康文署特別建置「寓樂頻道」網站，提供各項運動項目示範教學短片，及線上互動體育訓練課程，供民眾觀看學習（香港特別行政區政府新聞公報，2021）。

為持續掌握民眾運動習慣及身體狀況，2021年7月起進行「全港社區體質調查」，以7至79歲香港市民做為調查對象，進行體適能測試，期讓民眾能夠對自身身體狀況有更深入掌握，並建立香港市民體質數據資料庫，勾勒出市民運動習慣與體質關係，進而訂定合適體育普及化政策（中華人民共和國香港特別行政區立法會，2021）。

在體育精英化方面，香港政府設立精英運動員發展基金，每年固定撥款予負責挖掘及培訓具潛能的運動員之香港體育學院，由其提供指導訓練、體適能訓練、運動科學及運動醫學等全方面支援，期能在國際運動賽事有亮眼成績。

除此之外，支援退役運動員亦為精英體育工作之一環，由民政事務局所主辦的「退役運動員轉型計劃」，旨在鼓勵及資助學校和體育機構聘用退役運動員，並提供其在職訓練及進修補助，確保在退役後能夠有良好的發展。在2021年行政長官施政報告中，亦提及將增加提撥更多資源推行此計劃，以達到未來五年內參與計劃的退役運動員人數能夠增加一倍，完善退役運動員之發展（香港特別行政區行政長官，2021）。



為讓香港成為辦理國際體育賽事之城市，2004 年開始「M 品牌計劃」，主要由大型體育活動事務委員會負責，向上級機關提出大型體育活動推廣和辦理策略，透過配對撥款和直接補助方式，支援體育總會辦理大型體育賽事。除此之外，香港政府為加強「M 品牌計劃」下的配對撥款，鼓勵商界能提供更多贊助，2018 年特別宣布將撥款 5 億港幣推動「體育盛事配對資助計劃」。隨著啟德體育園區將於 2023 年落成，以及香港大灣區發展，將可望成為香港辦理大型運動賽事之助力（香港特別行政區行政長官，2021）。

八、中國

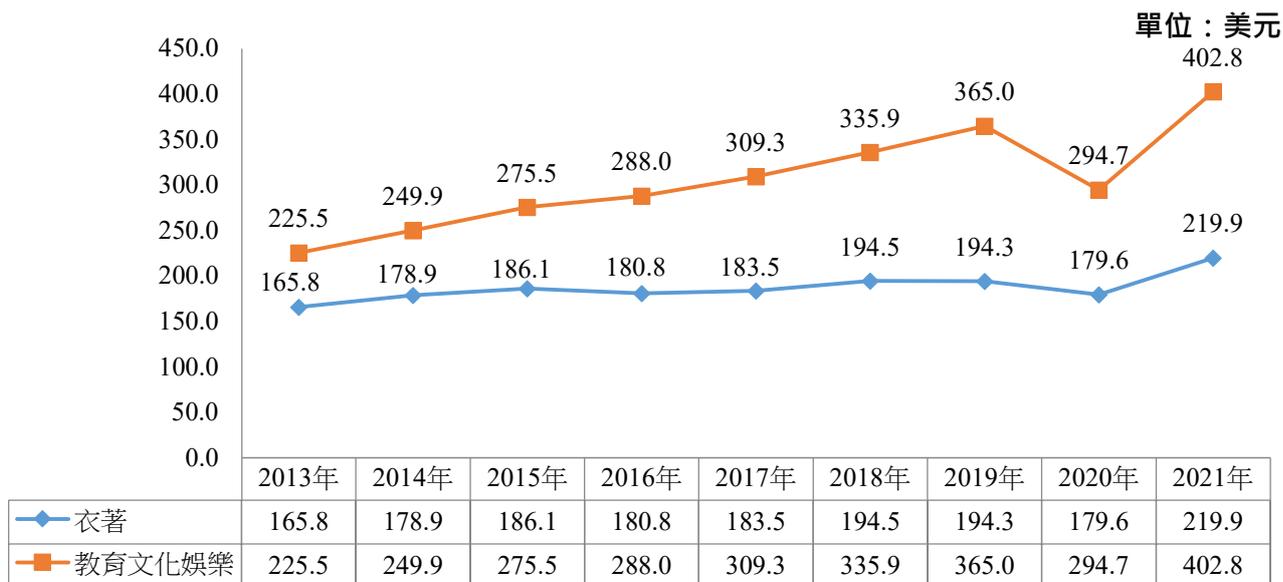
中國國家統計局所進行的「住戶收支與生活狀況調查」分類方式與 COICOP 類似，其中的衣著類別與教育文化娛樂用品及服務類別與運動消費支出相關，茲將其類目整理如下表：

表 2-10 中國家庭支出調查與運動消費相關類目

大類目	小類目
三、衣著	含運動服與運動鞋
七、教育文化娛樂用品及服務	含體育用品、健身活動、旅遊支出

資料來源：中國國家統計局，本研究自行整理

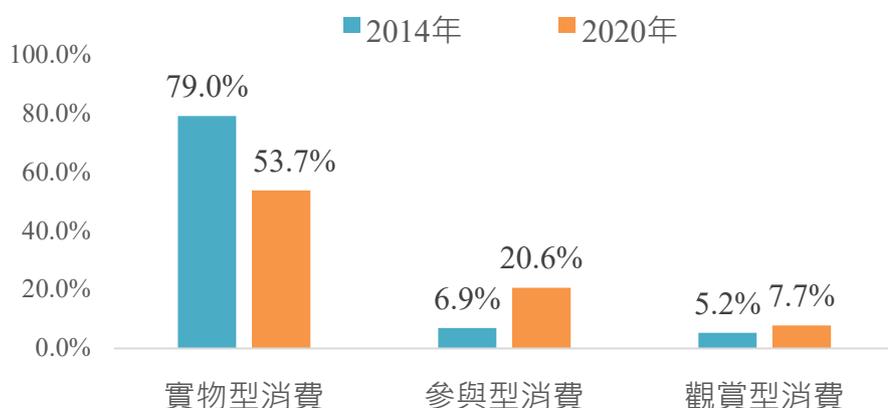
根據中國國家統計局所公布的全國居民人均收支情況統計資料結果顯示，2020 年因新冠肺炎疫情的衝擊，中國平均每人在衣著及教育文化娛樂的消費金額皆大幅減少，而 2021 年因疫情趨穩，衣著及教育文化娛樂的消費金額則大幅提升，達近年新高。



資料來源：中國國家統計局。檢索自：<http://data.stats.gov.cn/>

圖 2-13 中國居民教育文化娛樂及衣著消費支出

根據中國國家國民體質監測中心《2020 年全民健身活動狀況調查公報》，可發現 7 歲以上民眾一週運動 3 次且每次達 30 分鐘以上的比例為 37.2%，與 2014 年相比有所提升。在運動消費方面，2014 年中國成年人、老年人以購買運動器材、運動服、運動鞋、運動書報雜誌等實物型消費為主，比例近八成，參與型及觀賞型消費則相對較少。隨著近年來中國推動「全民健身計劃 (2016-2020 年)」，喚起民眾對運動重視，使得運動消費結構亦產生明顯變化，參與型及觀賞型消費比例有所成長 (国家体育总局，2022)。



資料來源：国家体育总局。檢索自：<https://www.sport.gov.cn/index.html>

圖 2-14 2014 年及 2020 年成年人與老年人運動消費占比

除此之外，中國近年亦積極發展公共運動建設，打造 15 分鐘健身圈城市，以提升民眾運動便利性，根據調查結果顯示，2020 年中國民眾採用公共體育場館及公園場地等比例皆較往年來得高，相對地民眾使用私人健身場館的比例雖有提升，但依舊尚未普遍，僅占 4.3%，顯示中國民眾仍以公共運動活動場所為主（國家體育總局，2022）。

由中國體育用品業聯合會所發表之「2021 年大眾健身行為與消費研究報告」，可發現 2021 年中國民眾年平均健身支出費用為 5,670 人民幣，較 2020 年來得多，其中，女性體育消費有所提升，且在購買健身卡及私教課程之情形顯著高於男性。而運動科技需求方面，該調查有 89% 受訪者則認為體育健身智能化有其必要性，47% 受訪者希望健身器材能夠結合健身指導、智能健身及智能健康管理等功能，超過 22% 的受訪者期望公共健身場所能更加智能化。

有鑑於健身公共服務水平進步，民眾參與運動意願提升，近年推動的運動政策逐漸看出成效，中國國務院於 2021 年進一步發布《全民健身計劃（2021—2025 年）》，總共有八項主要任務，分別為全民健身場地設施供給、開展全民健身賽事活動、提升科學健身指導服務水平、激發體育社會組織活力、促進特定族群健身活動辦理、體育產業朝高質量發展、營造全民健身社會氛圍，以及促進體育與教育、衛生服務及旅遊等結合。目標 2025 年一週運動 3 次且每次達 30 分鐘以上的民眾比例，從 2020 年的 37.2 提升至 38.5%，且 15 分鐘健身圈達到百分百覆蓋，希望全國體育產業達五兆人民幣之規模（中國政府網，2021）。

而中國政府亦積極推動運動與物聯網結合，在《全民健身計劃（2021—2025 年）》即提及推動線上和智慧體育賽事活動辦理，支持新興運動科技發展，並建立具健身設施查詢及預訂、體育培訓報名、健身指導等功能的全民健身訊息服務平台（中國政府網，2021）。



除此之外，為貫徹 2022 年中辦、國辦發布的《關於構建更高水平的全民健身公共服務體系的意見》，促進全民健身風氣，2022 年國家體育總局亦與其他單位合作持續推出全民健身線上運動會，而此次特色分別為多元賽事活動，除以國家體育總局官網設主賽區外，亦於中國社群媒體如抖音及嗶哩嗶哩等設分賽區，而全民健身線上運動會亦推出線上健身指導視頻及健身操時間等，期在嚴峻疫情下結合物聯網，持續提升全民健身風氣（中國政府網，2022）。

九、國際比較

本研究為進行國際間的資料比較，將上述各國資料進行整理，主要歸納各國之家庭收支調查中，各年度每戶與運動消費有關之類目平均消費金額，因各國執行家庭收支調查年份、時間不同，相關類目定義也不同，故相關分析僅供參考。

本研究依據聯合國 COICOP 的分類標準，首先整理各國皆有且與運動消費支出相關之類目，包括服飾與鞋類（含運動服與運動鞋）、休閒與文化（含運動相關服務）等兩大類的平均支出金額（計算方式為消費總金額除以總家戶數），以及各項金額占該國每戶每年家庭所得（或總支出²）之占比（計算方式為每戶每年平均消費除以每戶每年平均家庭所得），具體數據詳見表 2-11、2-12。

² 當家戶支出調查與收入調查年度不同時，採用該項消費占總支出之占比。



表 2-11 各國每年每戶服飾鞋類平均消費金額綜合分析³

單位：美元/戶

服飾與鞋類		年份		2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
		金額	合併											
英國 ⁴	金額	合併	1,811	1,928	1,843	2,030	1,855	1,658	1,685	1,717	1,631	1,565	-	
	占比	合併	3.0%	3.3%	3.1%	3.8%	3.6%	3.5%	3.5%	3.3%	3.1%	2.9%	-	
美國 ⁵	金額	服飾	1,419	1,389	1,296	1,418	1,493	1,415	1,454	1,475	1,463	1,120	-	
		鞋類	321	347	307	367	354	388	379	392	419	314	-	
	占比	服飾	2.2%	2.1%	2.0%	2.1%	2.1%	1.9%	2.0%	1.9%	1.8%	1.3%	-	
		鞋類	0.5%	0.5%	0.5%	0.5%	0.5%	0.5%	0.5%	0.5%	0.5%	0.4%	-	
澳洲 ⁶	金額	合併	-	-	-	-	1,693	-	-	-	-	-		
	占比	合併	-	-	-	-	2.1%	-	-	-	-	-		
日本 ⁷	金額	合併	1,589	1,558	1,338	1,244	1,038	1,060	1,038	1,033	1,046	868	826	
	占比	合併	2.4%	2.4%	2.3%	2.5%	2.2%	2.3%	2.3%	2.2%	2.2%	1.8%	1.8%	
新加坡 ⁸	金額	合併	-	1,505	-	-	-	-	1,098	-	-	-		
	占比	合併	-	1.2%	-	-	-	-	1.0%	-	-	-		
韓國 ⁹	金額	合併	1,692	1,792	1,830	1,931	1,719	1,633	1,668	1,660	1,423	1,201	1,358	
	占比	合併	4.1%	4.0%	3.9%	3.8%	4.0%	4.1%	3.6%	3.3%	2.9%	2.7%	2.8%	
香港 ¹⁰	金額	合併	-	-	-	1,476	-	-	-	-	1,157	-		
	占比	合併	-	-	-	3.5%	-	-	-	-	2.3%	-		
中國 ¹¹	金額	城鎮	750	837	892	813	843	802	756	819	777	625	748	
		農村	206	245	270	296	343	265	354	293	302	271	349	
	占比	城鎮	7.7%	7.4%	7.1%	5.6%	5.5%	5.2%	4.8%	4.6%	4.3%	3.8%	3.9%	
		農村	4.9%	5.0%	4.9%	4.9%	4.8%	4.7%	4.6%	4.4%	4.5%	4.2%	4.5%	
臺灣 ¹²	金額	合併	766	743	749	751	704	712	768	756	752	761	-	
	占比	合併	2.0%	2.0%	2.0%	2.0%	1.9%	1.9%	1.9%	1.7%	1.7%	1.7%	-	

³ 各國平均金額之計算方式為：服飾鞋類消費總金額除以總家戶數；

消費金額占比之計算方式為：服飾鞋類平均消費金額除以家戶所得平均。

⁴ 英國資料來源：本研究整理自 Office for National Statistics；2021 年資料尚未公布。

⁵ 美國資料來源：本研究整理自 U.S. Bureau of Labor Statistics；2021 年資料尚未公布。

⁶ 澳洲家庭收支調查每六年調查一次，官方表示 2021 年-2022 年調查因疫情而延宕；資料來源：本研究整理自 Australian Bureau of Statistics。

⁷ 日本資料來源：本研究整理自日本統計局。

⁸ 新加坡家庭收支調查每五年調查一次；資料來源：本研究整理自 Singapore Department of Statistics。

⁹ 韓國資料來源：本研究整理自韓國統計局。

¹⁰ 香港家庭收支調查每五年調查一次；資料來源：本研究整理自香港政府統計處。

¹¹ 中國之官方統計調查區分為城鎮和農村兩部分；資料來源：本研究整理自中國國家統計局。

¹² 臺灣目前僅公布到 109 年家庭收支調查資料，故尚無法計算 110 年每戶平均消費金額。

表 2-12 各國每年每戶休閒與文化平均消費金額綜合分析¹³

單位：美元/戶

休閒與文化		年份	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
英國 ¹⁴	金額	-	5,332	5,067	5,212	5,894	5,511	4,797	4,936	5,214	5,138	5,242	-
	占比	-	9.0%	8.5%	8.7%	10.9%	10.4%	10.1%	10.3%	9.9%	9.8%	9.6%	-
美國 ¹⁵	金額	-	2,572	2,605	2,482	2,728	2,842	2,913	3,203	3,226	3,050	2,912	-
	占比	-	4.0%	4.0%	3.9%	4.1%	4.1%	3.9%	4.4%	4.1%	3.7%	3.5%	-
澳洲 ¹⁶	金額	-	-	-	-	-	6,652	-	-	-	-	-	-
	占比	-	-	-	-	-	8.2%	-	-	-	-	-	-
日本 ¹⁷	金額	-	4,169	4,007	3,425	3,110	2,609	2,893	2,791	2,829	2,958	2,460	2,463
	占比	-	6.4%	6.2%	5.8%	6.4%	5.6%	6.2%	6.1%	6.1%	6.3%	5.1%	5.3%
新加坡 ¹⁸	金額	-	-	3,846	-	-	-	-	3,381	-	-	-	-
	占比	-	-	3.1%	-	-	-	-	3.2%	-	-	-	-
韓國 ¹⁹	金額	-	1,393	1,465	1,501	1,674	1,592	1,547	1,855	2,091	1,857	1,420	1,540
	占比	-	3.4%	3.3%	3.3%	3.4%	3.4%	3.4%	3.9%	4.1%	3.8%	3.2%	3.2%
中國 ²⁰	金額	城鎮	830	933	1,075	1,070	1,181	1,216	1,224	1,347	1,411	985	1,349
		農村	239	275	306	498	480	494	677	595	646	497	668
	占比	城鎮	8.5%	8.3%	8.5%	7.4%	7.6%	7.8%	7.8%	7.6%	7.9%	5.9%	7.0%
		農村	5.7%	5.6%	5.5%	8.2%	8.5%	8.7%	8.7%	8.9%	9.3%	7.6%	8.7%
臺灣 ²¹	金額	-	1,305	1,295	1,329	1,324	1,336	1,342	1,563	1,546	1,638	1,156	-
	占比	-	3.5%	3.4%	3.5%	3.5%	3.7%	3.6%	3.8%	3.6%	3.8%	2.5%	-

此外，研究團隊也針對各國家庭收支調查資料中與運動消費相關之細項支出進行整理，整理面向包括各國在參與性運動、觀賞性運動等項目之消費金額，以及各項金額占該國每戶每年家庭所得（或總支出）之占比，茲將相關分類整理於表 2-13。以下針對各國在各項運動消費項目上進行綜合分析，並進一步與我國運動消費支

¹³ 各國平均金額之計算方式為：休閒與文化類消費總金額除以總家戶數；

消費金額占比之計算方式為：休閒與文化類平均消費金額除以家戶所得平均。

¹⁴ 英國資料來源：本研究整理自 Office for National Statistics；2021 年資料尚未公布。

¹⁵ 美國資料來源：本研究整理自 U.S. Bureau of Labor Statistics；2021 年資料尚未公布。

¹⁶ 澳洲家庭收支調查每六年調查一次；資料來源：本研究整理自 Australian Bureau of Statistics。

¹⁷ 日本資料來源：本研究整理自日本統計局。

¹⁸ 新加坡家庭收支調查每五年調查一次；資料來源：本研究整理自 Singapore Department of Statistics。

¹⁹ 韓國資料來源：本研究整理自韓國統計局。

²⁰ 中國之官方統計調查區分為城鎮和農村兩部分；資料來源：本研究整理自中國國家統計局。

²¹ 臺灣目前僅公布到 109 年家庭收支調查資料，故尚無法計算 110 年每戶平均消費金額。

出現況進行比較，由於各國關於運動消費支出的統計項目與公布資料年份不盡相同，因此以可比較部份進行分析。

首先，在參與性運動消費支出方面，2020 年英國每戶於「運動俱樂部」(187 美元)及「休閒課程」(161 美元)的平均消費金額較高。在日本方面，2021 年則是以「運動課程」的支出最高，為 67 美元，在「高爾夫球場入場費及練習費」部分，每戶則平均花費 64 美元。而我國 2020 年在參與性運動消費支出方面，每戶在「運動課程費」的平均消費金額最高，為 46 美元，其次依序為「入場費、會員費、場地設備出租費」(33 美元)及「參加運動比賽衍生費」(22 美元)，「運動社團費」(6 美元)的花費相對較少。比較國際間在「參與性運動消費支出」方面，臺灣及日本的家戶皆支付最多費用於「運動課程」，而英國民眾則在「運動俱樂部」花費最高。

在觀賞性運動方面，2020 年英國每戶於「觀賞運動賽事門票」平均消費金額為 53 美元，而 2021 年日本每戶則為 2.7 美元，臺灣的部分則相對較少，為 2 美元。另外，在運動裝備消費支出方面，2020 年英國每戶在「運動、露營與休閒設備」平均消費金額為 114 美元，2021 年日本每戶於「運動器材」平均消費金額則為 119 美元，而 2021 年韓國每戶於「運動器材與用品」支出為 52 美元。在臺灣方面，每戶於「購買及維修運動用品與器材」平均消費金額為 87 美元。綜上可知，我國在運動用品消費支出方面，較英國、日本等國來得低，但相對高於韓國。

整體而言，2020 年全球在新冠肺炎疫情的爆發下，各國在參與性運動之支出皆有明顯減少，美國及日本在觀賞性運動的支出也有下降。反觀我國在 2020 年受到疫情的衝擊較小，每戶在運動消費支出金額並未減少太多。顯示 2020 年疫情對各國運動產業影響較大，相對地，我國受到疫情的衝擊較小。



而在 2021 年方面，由於在撰寫調查報告的期間，英國、美國及臺灣等國家的家庭收支調查資料尚未公布，因此，無法進行各國家戶運動相關消費金額的綜合比較，故僅能從各國間文獻資料進行分析。首先，在美國方面，2021 年美國民眾運動消費總額較 2020 年大幅成長；在日本部分，2021 年每戶於運動鞋類、運動用品及運動課程之支出金額亦較 2020 年成長。反觀臺灣民眾運動消費支出總額較 2020 年減少，又以參與性運動消費支出衰退最多。主要原因在於 2021 年我國實施全國疫情三級警戒期間，多數國家卻已逐步邁向解封，也因此 2021 年多數國家民眾運動消費金額較 2020 年成長，而我國民眾運動消費支出總額卻呈現衰退的現象。



表 2-13 各國運動相關消費支出綜合分析²²

單位：美元/戶

運動服務		年份		2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
		金額	占比											
參與性運動支出	英國 ²³	參與運動	金額	100	115	82	103	87	71	81	76	87	120	-
			占比	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.1%	0.2%	0.1%	0.2%	0.2%	0.2%
		運動俱樂部	金額	134	115	155	257	231	169	154	160	193	187	-
			占比	0.2%	0.2%	0.4%	0.5%	0.4%	0.4%	0.3%	0.3%	0.4%	0.3%	-
		休閒課程	金額	200	181	163	163	159	169	181	174	180	161	-
			占比	0.3%	0.3%	0.4%	0.3%	0.3%	0.4%	0.4%	0.3%	0.3%	0.3%	-
	美國	參與俱樂部、運動中心會員費	金額	341	352	363	360	386	404	418	430	444	317	-
			占比	0.5%	0.5%	0.6%	0.4%	0.6%	0.5%	0.6%	0.5%	0.5%	0.4%	-
	日本 ²⁴	運動課程	金額	108	105	88	86	76	84	79	84	87	62	67
			占比	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.1%	0.1%
		高爾夫球場入場費及練習費	金額	104	106	94	71	68	76	67	68	80	66	64
			占比	0.2%	0.2%	0.2%	0.1%	0.1%	0.2%	0.1%	0.1%	0.2%	0.1%	0.1%
		健身房	金額	40	42	38	39	35	42	46	44	54	41	39
			占比	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%
	其他運動場地及設備使用費	金額	27	24	23	22	18	21	18	19	22	15	15	
		占比	0.04%	0.04%	0.04%	0.05%	0.04%	0.05%	0.04%	0.04%	0.04%	0.05%	0.03%	0.03%
	香港 ²⁵	美容與健身服務	金額	-	-	-	142	-	-	-	230	-		
			占比	-	-	-	0.3%	-	-	-	0.5%	-		
臺灣 ²⁶	運動課程費	金額	41	43	44	43	41	40	43	43	44	46	-	
		占比	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	-	
	單純運動指導教學費	金額	8	8	8	8	7	7	8	8	8	8	-	
		占比	0.02%	0.02%	0.02%	0.02%	0.02%	0.02%	0.02%	0.02%	0.02%	0.02%	-	
	入場費、會員費、場地設備出租費	金額	33	32	32	31	29	29	30	31	31	33	-	
		占比	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	-	
	運動社團費	金額	7	7	7	7	6	6	6	6	6	6	-	
		占比	0.02%	0.02%	0.02%	0.02%	0.02%	0.02%	0.02%	0.02%	0.01%	0.01%	0.01%	-
參加運動比賽衍生費	金額	22	22	24	24	22	22	24	23	23	22	-		
	占比	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.05%	-		
觀賞運動	英國 ²⁷	觀賞運動入場費	金額	83	49	49	60	64	56	47	35	33	53	-
			占比	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	-
	美國	觀賞運動門票、入場費	金額	168	168	176	177	180	187	201	210	220	76	-
			占比	0.3%	0.3%	0.3%	0.2%	0.3%	0.3%	0.3%	0.3%	0.3%	0.1%	-

²² 各國平均金額之計算方式為：各項運動服務消費總金額除以總家戶數；

消費金額占比之計算方式為：各項運動服務平均消費金額除以家戶所得平均。

²³ 英國資料來源：本研究整理自 Office for National Statistics；2021 年資料尚未公布。²⁴ 日本資料來源：本研究整理自日本統計局。²⁵ 香港家庭收支調查每五年調查一次；資料來源：本研究整理自香港政府統計處。²⁶ 臺灣目前僅公布到 109 年家庭收支調查資料，故尚無法計算 110 年每戶平均消費金額。²⁷ 英國資料來源：本研究整理自 Office for National Statistics；2021 年資料尚未公布。



貳、國際運動消費支出現況

運動服務		年份		2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	
				金額	金額										
服務支出	日本 ²⁸	運動賽事門票及入場費	金額	9.5	9.2	7.1	6.0	4.9	6.8	6.9	7.0	10.0	3.8	2.7	
			占比	0.01%	0.01%	0.01%	0.01%	0.01%	0.01%	0.02%	0.02%	0.02%	0.02%	0.01%	0.01%
	臺灣	觀賞運動比賽門票費	金額	2	1	2	2	2	2	3	3	3	2	-	
			占比	0.004%	0.003%	0.006%	0.005%	0.006%	0.006%	0.007%	0.006%	0.006%	0.005%	-	
		看運動比賽衍生費	金額	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	-
			占比	0.004%	0.003%	0.004%	0.004%	0.005%	0.005%	0.005%	0.005%	0.005%	0.005%	0.003%	-
購買、訂閱媒體費	金額	15	15	14	14	13	13	13	13	13	13	12	-		
	占比	0.04%	0.04%	0.04%	0.04%	0.04%	0.03%	0.03%	0.03%	0.03%	0.03%	0.03%	-		
運動裝備消費支出	英國	運動、露營與休閒設備	金額	83	49	73	103	103	85	101	76	80	114	-	
			占比	0.1%	0.1%	0.1%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.1%	0.2%	0.2%	0.2%	
	日本	運動器材	金額	161	160	133	125	113	118	112	124	129	114	119	
			占比	0.2%	0.2%	0.2%	0.3%	0.2%	0.3%	0.2%	0.3%	0.3%	0.3%	0.2%	0.3%
	韓國 ²⁹	運動器材與用品	金額	63	66	72	80	63	49	61	67	59	73	52	
			占比	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.2%	0.1%
	香港 ³⁰	旅行及體育用品	金額	-	-	-	289	-	-	-	-	-	278	-	
			占比	-	-	-	0.7%	-	-	-	-	-	0.6%	-	
	臺灣 ³¹	運動服	金額	111	110	110	110	98	98	105	105	105	102	-	
			占比	0.3%	0.3%	0.3%	0.3%	0.3%	0.3%	0.3%	0.3%	0.2%	0.2%	0.2%	
		運動鞋	金額	44	45	45	44	40	40	42	43	43	42	-	
			占比	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	
購買及維修運動用品與器材		金額	86	86	86	85	78	77	79	83	84	84	87	-	
		占比	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%	0.2%		
運動軟體	金額	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-		
	占比	-	-	0.001%	0.002%	0.002%	0.002%	0.002%	0.001%	0.001%	0.001%	0.001%	0.001%		

²⁸ 日本資料來源：本研究整理自日本統計局。

²⁹ 韓國資料來源：本研究整理自韓國統計局。

³⁰ 香港家庭收支調查每五年調查一次；資料來源：本研究整理自香港政府統計處。

³¹ 臺灣目前僅公布到 109 年家庭收支調查資料，故尚無法計算 110 年每戶平均消費金額。



參、調查過程與方法

一、量化研究方法

(一)問卷調查

1. 調查對象

全國二十二個縣市 13 歲至 79 歲民眾。

2. 調查方法

本次調查採集中式電腦輔助電話訪問系統 (Computer Assisted Telephone Interview ; CATI) 進行隨機抽樣之電話訪問。由曾參與本公司大型電話訪問調查表現優秀且具有多次電話訪問經驗之績優訪員，輔以詳實的訪員訓練，並於規定時段統一進行訪問，同時為了有效控制訪員及確保樣本之品質，調查過程中設有督導員及配有監聽監看系統。

3. 調查日期與時間

本次調查訪問日期為中華民國 111 年 3 月 25 日至 5 月 31 日。為使受訪對象能夠涵蓋各類型人口，本次調查時間包含平常日 (週一至週五) 與例假日 (週六、週日)，而訪問時間為每日 14:00 至 21:30。

4. 調查流程

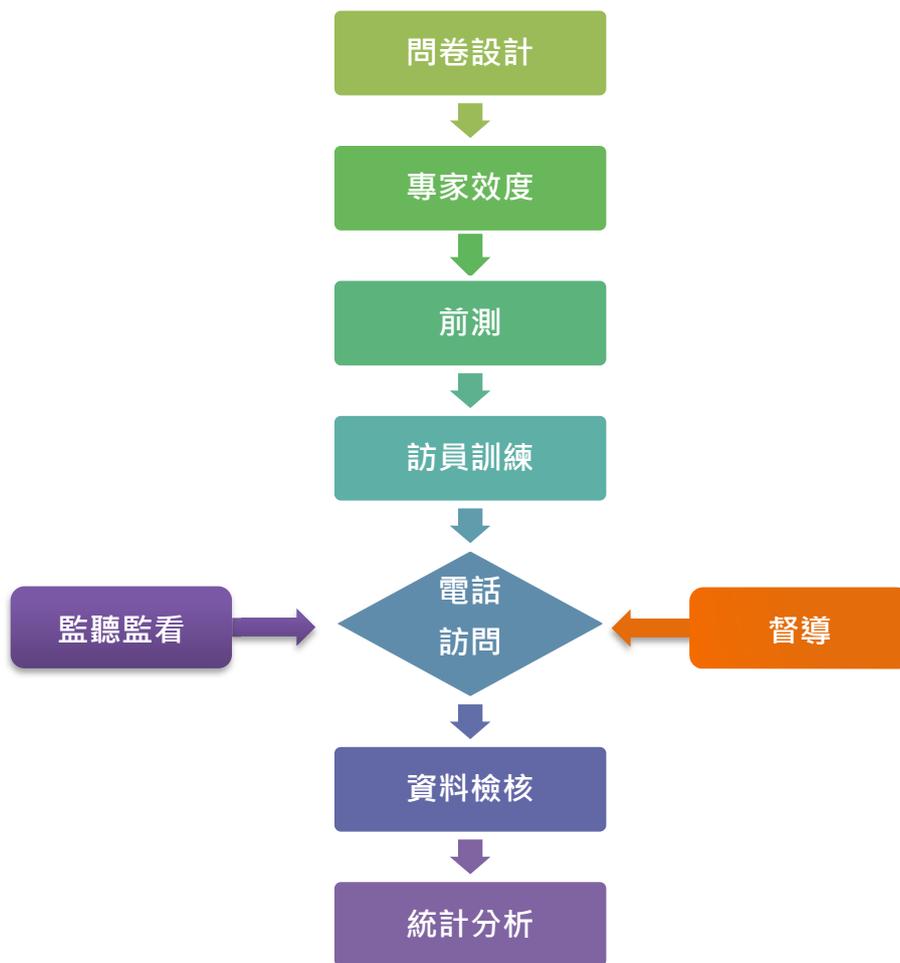


圖 3-1 CATI 電話訪問流程

5. 有效問卷數與抽樣誤差

本次調查完成 17,498 份有效樣本，在 95%信賴水準下，抽樣誤差不超過 0.74%。其中六都各 1,068 份、其他縣市各 725 份、澎湖縣及金門縣各 630 份、連江縣 405 份。估計母體比例之抽樣誤差計算公式如下所示：

$$SE = Z_{\frac{\alpha}{2}} \sqrt{\sum \frac{N_h^2 (N_h - n_h)}{N^2 N_h} \frac{p_h q_h}{n_h - 1}}$$

SE ：抽樣誤差 (Sampling Error)

Z ：常態臨界點。在 95%信賴水準之下， $\alpha = 0.05$ ， Z 值為 1.96

N ：總母體數 N_h ：第 h 層母體數 n_h ：第 h 層樣本數

p_h ：第 h 層成功之比例

q_h ：第 h 層失敗之比例

表 3-1 110 年調查各區域之有效樣本規劃

區域	13 歲-79 歲人口數	樣本配置
新北市	3,483,674	1068
臺中市	2,398,518	1,068
高雄市	2,377,828	1,068
臺北市	2,123,941	1,068
桃園市	1,929,003	1,068
臺南市	1,598,864	1,068
彰化縣	1,064,091	725
屏東縣	698,604	725
雲林縣	571,086	725
苗栗縣	457,388	725
嘉義縣	426,152	725
南投縣	416,577	725
新竹縣	475,551	725
宜蘭縣	384,151	725
新竹市	373,520	725
基隆市	318,387	725
花蓮縣	275,718	725
嘉義市	224,897	725
臺東縣	183,689	725
金門縣	125,829	630
澎湖縣	91,757	630
連江縣	11,986	405
全國	20,011,211	17,498

資料來源：1.內政部統計處 110 年 12 月底之統計資料

6. 抽樣設計

(1) 抽樣架構 (Sampling Frame)

以台灣趨勢研究 (股) 公司所建檔最新的「中華電信全國住宅電話簿」資料庫為基礎，該資料庫載有 800 萬筆全國住宅電話，為使電話未刊載於電話簿之民眾亦有相同之被抽取機率，故採電話末兩碼隨機換號之方式進行電話隨機抽樣。

(2) 抽樣方法

此次調查採分層隨機抽樣，依縣市別進行分層，其中六都各完成 1,068 份有效問卷；彰化縣、屏東縣、雲林縣、新竹縣、苗栗縣、嘉義縣、南投縣、宜蘭縣、新竹市、基隆市、花蓮縣、嘉義市、臺東縣各完成 725 份有效問卷；金門縣、澎湖縣各完成 630 份，連江縣完成 405 份有效問卷。而在進行各縣市之調查時，另以各縣市 13 至 79 歲人口之性別及年齡比例進行控制，期使樣本與母體比例接近。

(二) 樣本特性分析

(1) 接觸記錄

本次調查總共撥出 287,473 通電話，成功訪問 17,498 份有效問卷數，參酌美國民意研究學會(American Association for Public Opinion Research, AAPOR)之定義，本次調查之訪問成功率為 17.2%，詳細的受訪者接觸紀錄如下表所示。

表 3-2 110 年調查之接觸記錄

接觸狀況		次數	百分比
(I)成功	成功完成訪問	17,498	17.2%
(P)僅完成部分訪問	合格受訪者中途拒訪	29,958	29.4%
(R)拒訪	合格受訪者的家人拒訪	9,897	9.7%
	合格受訪者拒訪	44,623	43.8%
成功接觸筆數		101,976	100.0%
(UH)無法確認是否為家戶	忙線	27,246	
	無人接聽	60,209	
	答錄機	208	
	電話故障	3,065	
(NE)無法接觸	非合格受訪者	40,986	
	傳真機	4,215	
	空號	49,568	
撥打總數		287,473	

(2) 樣本加權

經樣本代表性檢定後發現，有效樣本與母體之間存在差異，為使樣本分配與母體結構趨於一致，故以加權方式進行調整。

具體操作如下說明：

- 1.整理各調查縣市最新人口資料，包括各地區人口數、性別、年齡結構情況。
- 2.以人口資料為基準，與調查完成樣本進行樣本代表性檢定（卡方檢定）。
- 3.依據各縣市性別、年齡之母體結構進行交叉加權，使地區人口數、性別、年齡結構和人口資料一致，才進行後續各項推估分析，權值計算方式如下，加權後詳細樣本分布情形請參閱下表。

$$W_{hi} = \frac{N_{hij}}{N} * \frac{n}{n_{hij}}$$

N ：母體總數

n ：樣本總數

N_{hij} ： h 縣市 i 性別第 j 年齡層母體數

n_{hij} ： h 縣市 i 性別第 j 年齡層樣本數

h ：縣市 1~22；1 = 臺北市、2 = 新北市、3 = 臺中市...、22 = 連江縣

i ：性別 1~2；1 = 男性、2 = 女性

j ：年齡 1~7；1 = 13-19 歲、2 = 20-29 歲、3 = 30-39 歲...、7 = 70-79 歲

表 3-3 110 年調查之加權後樣本分布

	母體分配		加權後樣本分配	
	母體數	百分比	樣本數	百分比
男性	9,925,731	49.6%	8,679	49.6%
女性	10,085,480	50.4%	8,819	50.4%
性別總計	20,011,211	100.0%	17,498	100.0%
13-19 歲	1,498,558	7.5%	1,310	7.5%
20-29 歲	3,015,966	15.1%	2,637	15.1%
30-39 歲	3,356,897	16.8%	2,935	16.8%
40-49 歲	3,799,848	19.0%	3,323	19.0%
50-59 歲	3,592,532	18.0%	3,141	18.0%
60-69 歲	3,148,856	15.7%	2,753	15.7%
70-79 歲	1,598,554	8.0%	1,398	8.0%
年齡總計	20,011,211	100.0%	17,498	100.0%
基隆市	318,387	1.6%	278	1.6%
臺北市	2,123,941	10.6%	1,857	10.6%
新北市	3,483,674	17.4%	3,046	17.4%
桃園市	1,929,003	9.6%	1,687	9.6%
新竹市	373,520	1.9%	327	1.9%
新竹縣	475,551	2.4%	416	2.4%
苗栗縣	457,388	2.3%	400	2.3%
臺中市	2,398,518	12.0%	2,097	12.0%
彰化縣	1,064,091	5.3%	930	5.3%
南投縣	416,577	2.1%	364	2.1%
雲林縣	571,086	2.9%	499	2.9%
嘉義市	224,897	1.1%	197	1.1%
嘉義縣	426,152	2.1%	373	2.1%
臺南市	1,598,864	8.0%	1,398	8.0%
高雄市	2,377,828	11.9%	2,079	11.9%
屏東縣	698,604	3.5%	611	3.5%
臺東縣	183,689	0.9%	161	0.9%
花蓮縣	275,718	1.4%	241	1.4%
宜蘭縣	384,151	1.9%	336	1.9%
澎湖縣	91,757	0.5%	80	0.5%
金門縣	125,829	0.6%	110	0.6%
連江縣	11,986	0.1%	11	0.1%
地區總計	20,011,211	100.0%	17,498	100.0%

資料來源：內政部統計處 110 年 12 月底之統計資料

(三) 調查內容

1. 調查項目

本問卷綜合產、官、學各方專家之意見，並且經委託單位認可及前測後，始完成問卷定稿，茲將此次調查之問卷架構及面向整理如下，詳細之問卷內容，請參見附錄一。

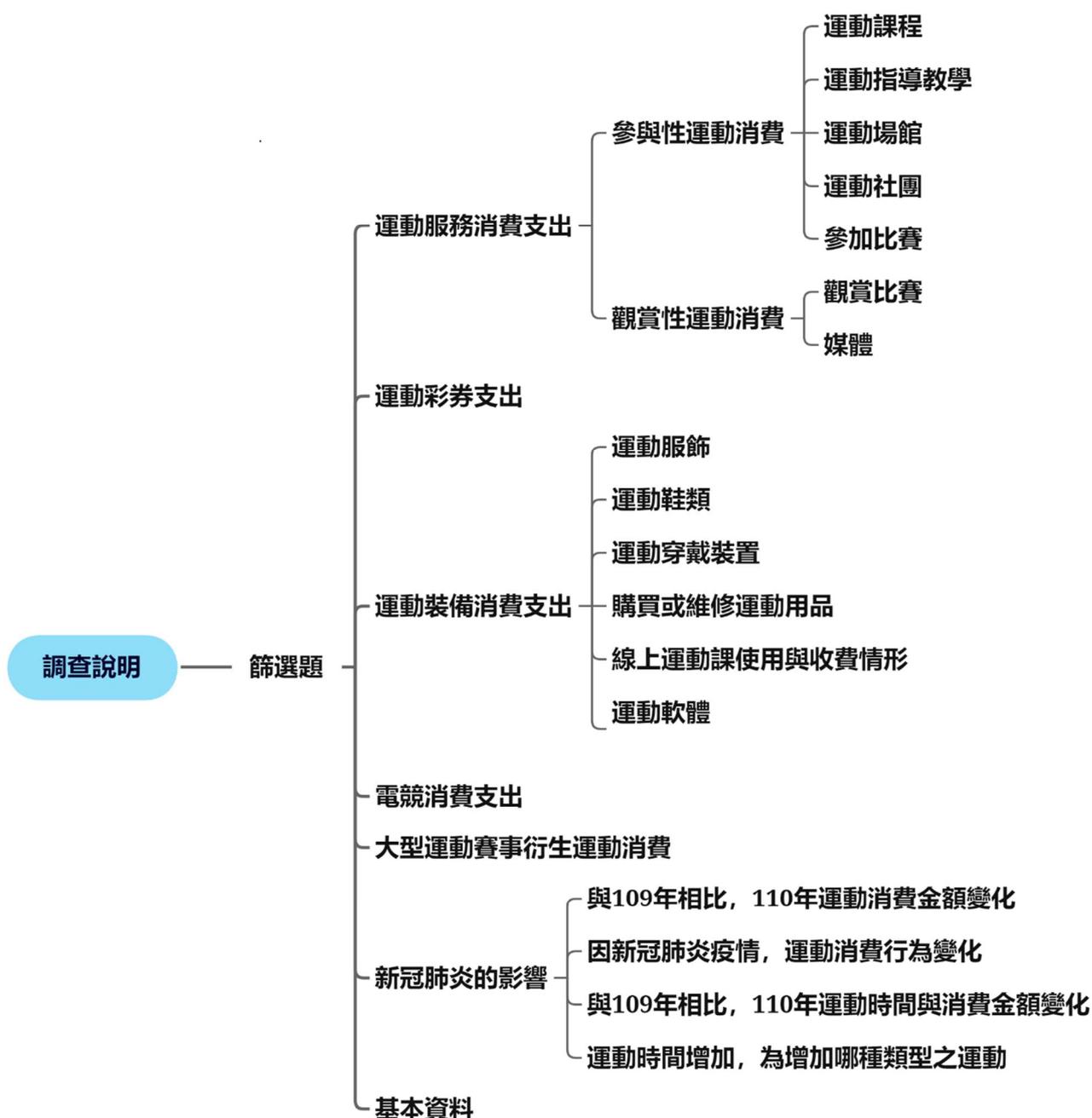


圖 3-2 問卷架構



表 3-4 問卷調查面向

面向	題項		
篩選題	年齡		
	居住地區		
運動服務消費支出	參與性 運動消費	運動課程費	支出運動項目 費用
		運動指導教學費	支出運動項目 費用
	參與性 運動消費	上運動課程/教練課程遇到之問題	
		上運動課程/教練課程之原因	
		入場費、會員 費、場地設備出 租費	支出運動項目 費用
		運動社團費用	運動社團會員費
		運動比賽費用	參加比賽的相關費用
		觀賞性 運動消費	門票及觀賞比賽 衍生之相關費用
	運動報刊、電視、網路、有線及衛星媒體的訂 閱情形及費用		
	大型運動賽事 衍生運動消費	有無因參加或觀賞大型運動賽事而有衍生相關費用	
運動彩券支出	運動彩券	購買台灣運動彩券之費用	
運動裝備消費支出	運動服飾		
	運動鞋類		
	運動穿戴裝置		
	運動用品與器材		
	線上運動課程使用與付費情形		
電競消費費支出	運動軟體產品		
	電競相關支出費用		
新冠肺炎的影響	與 109 年相比，110 年運動消費金額變化		
	因新冠肺炎疫情，運動消費行為變化		
	與 109 年相比，運動時間與消費金額變化		
	運動時間增加，為增加哪種類型運動		
基本 資料	性別		
	教育程度		
	就業情形		
	個人月收入		
	每月平均運動次數		

2. 調查資料說明

本次調查所指的運動消費支出，指受訪者 110 年 1 月至 6 月、110 年 7 月至 12 月之間，由個人支付的運動消費支出，包含受訪者幫別人支付的費用，例如：幫小孩、父母親等親朋好友所支付的費用，但是別人幫受訪者所支付的費用則不算在內。

3. 研究效度與信度

本研究為確保研究之效度與信度，特別在調查過程與建構研究問卷過程中，著重「專家效度」、「前測預試」、「調查工作人員信度」三面向，使得研究調查結果能具備有效性及可信度 (Babbie, 1998；李美華譯，1998)。

(1) 前測預試

本次調查問卷經委託單位核可後進行全國共 300 份前測。前測樣本配置將區域分為六都與非六都地區，從六都中抽取新北市，完成 150 份前測問卷；另在非六都的十六縣市中抽南投縣，完成 150 份，並於 111 年 3 月 10 日完成前測，前測樣本配置如下表所示。

表 3-5 前測樣本分布

區域	涵蓋縣市	調查方法	前測樣本配置
六都	臺北市、新北市、桃園市、臺中市、臺南市、高雄市	六都中抽取新北市	150
非六都	基隆市、新竹縣、新竹市、苗栗縣、彰化縣、南投縣、雲林縣、嘉義縣、嘉義市、屏東縣、宜蘭縣、花蓮縣、臺東縣、澎湖縣、金門縣、連江縣	十六縣市中抽取南投縣	150
總計			300



(2) 調查工作人員信度

本研究為建立訪員調查過程之可信度，在調查訪問前，已針對訪員進行清楚、明確的訪問訓練；而在調查過程中，也全程配置專業的督導人員，協助監督訪問品質，並驗證調查資料之正確性，在發現調查資料有異狀時，即刻進行複證來檢驗信度。

(四) 統計分析方法

本次調查所採用之統計分析分法說明如下：

1. 樣本代表性檢定

為了解回收之樣本分配是否符合母體分配，以確保推論之有效性，故以卡方適合度考驗將樣本與母體進行樣本代表性檢定，以了解樣本分配與母體分配是否具有顯著之差異。

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^k \frac{(o_i - e_i)^2}{e_i} \sim \chi_v^2$$

o_i ：實際樣本數

e_i ：期望樣本數

2. 樣本加權

在樣本分配與母體分配存在顯著差異時，將依據各縣市性別、年齡之母體結構進行交叉加權。具體操作如下說明：

- 1.由研究員整理各調查縣市最新人口資料，包括各地區人口數、性別、年齡結構情況。
- 2.以人口資料為基準，與調查完成樣本進行樣本代表性檢定（卡方檢定）。
- 3.檢定結果若 p 值大於 0.05，表示調查樣本結構與人口資料無



顯著差異；若檢定結果 p 值小於 0.05，表示調查樣本結構與人口資料結構有顯著差異，將以加權方式進行調整，使地區人口數、性別、年齡結構和人口資料一致，才進行後續各項推估分析。

3. 次數分配

各題項之次數分析 (Frequency Analysis)，是由總體樣本對問卷各題項之意見分布進行整體分析，藉由次數、百分比所呈現的數據，了解民眾對問卷各議題的看法與相關意見之整體輪廓。

4. 交叉分析

以各相關議題與基本資料的交叉表來分析各類型民眾對各議題的看法與他們基本特徵間的關係。交叉表將採用卡方檢定，以各交叉細格期望次數小於 5 之比例不超過 20% 為前提，檢視各題項是否因基本變項之差異而達到顯著之差異水準。

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^k \sum_{j=1}^l \frac{(o_{ij} - e_{ij})^2}{e_{ij}} \sim \chi_v^2$$

o_{ij} ：實際樣本數

e_{ij} ：期望樣本數

(五)母體參數之估計

本次調查採分層比例隨機抽樣法，母體之參數如民眾運動消費支出總值可用以下公式估計。

$$\hat{Y} = \sum_h W_h \bar{Y}_h$$

$$\hat{Y} = \sum_h \hat{Y}_h$$

$$W_h = \frac{N_h}{N} = \frac{N_h}{\sum_h N_h}$$

$$\hat{Y}_h = \frac{1}{N_h} \sum_{ij} \frac{N_{hij}}{n_{hij}} \sum_k y_{hijk}$$

$$\hat{Y}_h = \sum_{ij} \frac{N_{hij}}{n_{hij}} \sum_k y_{hijk}$$

\hat{Y} ：母體平均數估計

\hat{Y} ：母體總和估計

W_h ： h 縣市加權權值

N ：母體總數

N_h ： h 縣市母體總數

\hat{Y}_h ： h 縣市母體平均數估計

\hat{Y}_h ： h 縣市母體總和估計

N_{hij} ： h 縣市 i 性別第 j 年齡層母體數

n_{hij} ： h 縣市 i 性別第 j 年齡層樣本數

y_{hijk} ： h 縣市 i 性別第 j 年齡層第 k 個觀察值

h ：縣市 1~22；1 = 臺北市、2 = 新北市、3 = 臺中市...、22 = 連江縣

i ：性別 1~2；1 = 男性、2 = 女性

k ：年齡 1~7；1 = 13-19 歲、2 = 20-29 歲、3 = 30-39 歲...、7 = 70-79 歲

(六)母體參數估計之標準誤

估計母體總和 (總金額) 之標準誤計算公式如下所示 :

$$S_{\hat{Y}_{st}} = \sqrt{\sum N_h(N_h - n_h) \frac{S_h^2}{n_h}}$$

$S_{\hat{Y}_{st}}$: 母體總和估計標準誤

\hat{Y}_{st} : 母體總和估計值

N : 總母體數 N_h : 第 h 層母體數 n_h : 第 h 層樣本數

S_h : 第 h 層標準誤

二、質化研究方法

因應新冠肺炎疫情，消費者在居家防疫之餘，亦致力運動健身以提升抵抗力與免疫力，許多運動品牌業者亦看準此趨勢，配合多元的運動創新科技如運動紀錄器、智慧型運動設備、APP 等，發展服務或線上健身課程。

美國健身器材新創公司「Peloton」，將跑步機、飛輪等硬體設備，結合線上直播的健身教學課程，開拓全新的線上互動式健身市場，同時透過硬體設備蒐集用戶數據，提供客製化個人課程，亦藉由用戶成績排名營造同儕激勵效果，發展線上結合線下之新形態商業模式。

本研究希望藉由焦點團體座談所獲之消費者實務意見，瞭解消費者對健身創新科技的態度與使用行為，進而做為未來運動創新科技發展、產業應用之參考。詳細規劃說明如下：

(一)時間場次

舉辦時間為 111 年 6 月 8 日，時間為晚上七點至九點，於台灣趨勢研究（股）公司之焦點團體座談會討論室舉辦。

(二)與談人員

本次研究共邀請 8 位與談者，茲將與談者資料羅列如下：

表 3-6 運動創新科技採用焦點團體座談會出席名單

編號	性別	年齡	從事運動項目
A-1	女	30-39 歲	重訓、瑜珈、皮拉提斯
A-2	女	30-39 歲	重訓、羽球
A-3	女	20-29 歲	重訓、登山
A-4	女	30-39 歲	羽球、攀岩、登山、慢跑
A-5	男	30-39 歲	重訓、跑步、舞蹈、游泳
A-6	男	40-49 歲	羽球、高爾夫、重訓
A-7	男	30-39 歲	健身、慢跑、籃球、武術
A-8	男	20-29 歲	健身、跑步

(三)訪談大綱

本次運動創新科技採用焦點團體座談會討論大綱整理於下表：

表 3-7 訪談大綱

面向	訪談大綱
自我介紹	<ul style="list-style-type: none"> ■請簡單自我介紹，說明一下自己的生活重心以及主要從事的運動。
運動現況與習慣	<ul style="list-style-type: none"> ■請問您通常在哪裡運動？現階段運動的主要目的？ ■請問您平均每週的運動次數？大概會在哪些時段運動？
運動科技服務使用現況	<ul style="list-style-type: none"> ■請問您有透過哪些運動科技設備或服務在家運動？ ■請問您對所使用的運動科技設備或服務，感到滿不滿意？滿意或不滿意的原因？(健身鏡、線上視訊課程、運動 APP 等) ■請問在選擇運動科技設備或服務時，您會考量哪些因素？為什麼？ ■請問您曾使用或體驗過哪些運動科技設備或服務？是在哪裡使用？需要付費嗎？(場館 App、人臉辨識入場、線上預約系統、健身器材結合數據蒐集、科技體適能檢測、運動結合 AR/VR 等) ■請問您對所使用的運動科技設備或服務，感到滿不滿意？滿意或不滿意的原因？ ■剛剛您所分享的運動科技設備或服務中，您認為還有哪些地方可以加強？
對未來運動科技服務之期待	<ul style="list-style-type: none"> ■請問您未來持續採用上述運動科技設備或服務的意願如何？為什麼沒有意願？未來推出哪一種運動科技設備或服務，您會有興趣採用？ ■請問您覺得運動科技設備或服務應具備哪些條件或功能？
運動穿戴裝置使用現況與未來期待	<ul style="list-style-type: none"> ■請問您有使用哪些運動穿戴裝置？(運動手環、運動手錶、心率帶等) ■請問您覺得未來運動穿戴裝置可增加哪些條件或功能？
其他	<ul style="list-style-type: none"> ■政府近年來大力推動運動科技，例如：精準運動科學及新現代五項科技運動(數位箭靶、虛擬划船、智慧平衡板、互動地墊、VR 射擊)等，請問您對於政府推動運動科技有什麼想法？ ■請問您有沒有其他關於運動科技設備或服務的意見與建議？

肆、我國民眾運動消費支出總額分析

一、運動消費支出總額歷年比較

106 年至 108 年間，我國民眾運動消費支出總額呈逐年成長，108 年達 1,396.4 億元。然而，109 年受到新冠肺炎疫情的衝擊，我國民眾運動消費支出總額減少，為 1,353.1 億元，110 年疫情更加嚴峻，總額衰退至 1,335.8 億元，下降 1.3%。而以參與性運動消費支出總額減少最多，較 109 年衰退 22.7%。

表 4-1 運動消費支出總額歷年比較

單位：百萬元

運動消費支出項目	106 年總額	107 年總額	108 年總額	109 年總額	110 年總額	109 年至 110 年金額變動幅度
參與性運動消費支出總計	28,756.51	29,004.59	29,946.88	29,810.41	23,035.42	-22.7%
運動課程費	11,171.06	11,315.99	11,749.96	11,949.16	9,258.60	-22.5%
單純運動指導教學費	1,963.62	1,984.32	2,058.26	2,091.40	1,658.51	-20.7%
入場費、會員費、場地設備出租費	7,884.64	7,995.30	8,369.80	8,540.92	6,286.11	-26.4%
運動社團費	1,607.13	1,618.03	1,646.50	1,589.12	1,331.67	-16.2%
參加運動比賽衍生費	6,130.05	6,090.96	6,122.36	5,639.81	4,500.53	-20.2%
觀賞性運動消費支出總計	4,655.81	4,706.77	4,798.53	4,193.03	4,364.45	4.1%
觀賞運動比賽門票費	697.85	687.06	732.12	601.07	648.05	7.8%
看運動比賽衍生費	537.88	518.65	549.38	406.22	425.73	4.8%
購買、付費訂閱媒體費	3,420.08	3,501.06	3,517.03	3,185.74	3,290.67	3.3%
運動彩券支出	33,058.36	43,416.08	41,580.29	40,362.27	46,631.11	15.5%
台灣運動彩券費用	33,058.36	43,416.08	41,580.29	40,362.27	46,631.11	15.5%
運動裝備消費支出總計	59,748.51	60,432.94	62,571.22	60,149.55	58,688.02	-2.4%
運動服	27,153.37	27,450.02	28,318.36	26,519.18	25,087.70	-5.4%
運動鞋	10,980.69	11,130.05	11,501.04	10,799.76	10,227.35	-5.3%
運動穿戴裝置	1,006.78	1,041.10	1,109.46	1,133.36	1,188.92	4.9%
購買及維修運動用品與器材	20,453.59	20,670.11	21,499.93	21,552.99	22,038.56	2.3%
運動軟體	154.07	141.65	142.44	144.25	145.49	0.9%
電競消費支出	629.83	690.88	742.05	798.10	862.16	8.0%
電競消費支出	629.83	690.88	742.05	798.10	862.16	8.0%
總計	126,849.01	138,251.26	139,638.98	135,313.36	133,581.17	-1.3%

若進一步從民眾運動消費支出結構來看，可發現近年的消費結構占總消費支出最多的項目為「運動裝備消費支出」，約為 597-626 億元；而第二名則為「運動彩券消費支出」，約為 331-466 億元；排名第三名則為「參與性運動消費支出」，約為 230-299 億元；而「觀賞性運動消費支出」則約為 42 億-48 億元；「電競消費支出」則約 6.3 億-8.6 億元。

從變動幅度來看，可發現 110 年由於有東京奧運的關係，掀起我國民眾投注熱潮，因此「運動彩券消費支出」變動幅度最大，成長 15.5%，其次為「電競消費支出」成長 8.0%。在「觀賞性運動消費支出」方面，則因民眾為觀賞東京奧運、帕奧及世界羽球錦標賽等，而較會購買、付費訂閱相關媒體，故成長 4.1%。

110 年由於疫情更加嚴峻，全國警戒升級至第三級，影響民眾參與運動活動，故「參與性運動消費支出」總額衰退最多，下降 22.7%，另外，「運動裝備消費支出」則下降 2.4%。

二、110 年各縣市運動消費支出分析

(一)各縣市整體運動消費支出分析

在 110 年各縣市的消費支出總額方面，以新北市 (258.5 億元)、臺北市 (239.1 億元)、高雄市 (162.3 億元)、臺中市 (142.5 億元)、桃園市 (137.4 億元) 及臺南市 (111.9 億元) 為運動消費支出總額較高的縣市；消費支出總額較低的縣市則為連江縣 (3703 萬元)、澎湖縣 (4.3 億元)、金門縣 (4.5 億元) 及臺東縣 (7.6 億元)。

從各縣市的每人年平均消費金額來看，則以臺北市 (11,257 元)、新北市 (7,419 元)、桃園市 (7,125 元)、臺南市 (6,999 元)、高雄市 (6,827 元) 及新竹市 (6,376 元)，較其他縣市高；而較低的縣市則連江縣 (3,090 元)、雲林縣 (3,545 元) 及屏東縣 (3,593 元)。

茲將 110 年各縣市運動消費支出總額與平均金額整理如下表：

表 4-2 110 年各縣市整體消費支出總額與平均金額

縣市	110 年總額 (百萬元)	110 年每人平均金額 (元)
基隆市	1,854.44	5,824
臺北市	23,909.44	11,257
新北市	25,846.94	7,419
桃園市	13,744.69	7,125
新竹市	2,381.63	6,376
新竹縣	2,500.36	5,258
苗栗縣	2,173.53	4,752
臺中市	14,254.77	5,943
彰化縣	5,257.08	4,940

縣市	110 年總額 (百萬元)	110 年每人平均金額 (元)
南投縣	1,824.76	4,380
雲林縣	2,024.71	3,545
嘉義市	1,102.96	4,904
嘉義縣	1,643.78	3,857
臺南市	11,191.03	6,999
高雄市	16,232.38	6,827
屏東縣	2,510.28	3,593
臺東縣	762.28	4,150
花蓮縣	1,367.92	4,961
宜蘭縣	2,081.07	5,417
澎湖縣	427.13	4,655
金門縣	452.93	3,600
連江縣	37.03	3,090
總和	133,581.17	6,675

將各縣市的每人年平均消費金額區分為六個等級後可發現，臺北市之消費金額最高，達「8,000 元以上」；新北市及桃園市之消費金額次高，為「7,000 元-7,999 元」。而臺南市、高雄市及新竹市的消費金額則介於「6,000 元-6,999 元」。相對地，連江縣、雲林縣、屏東縣、金門縣及嘉義縣消費金額僅介於「3,000 元-3,999 元」。整體而言，可發現直轄市之每人年平均消費金額普遍較高，而離島地區之每人年平均消費金額則普遍較低。



(二)各縣市參與性運動消費支出分析

若單純就參與性運動消費觀之，110 年消費支出總額較高的縣市，以新北市（45.3 億元）、臺北市（42.7 億元）、臺中市（28.5 億元）、高雄市（24.6 億元）及桃園市（24.3 億元）為主；相對地，消費支出總額較低的縣市，則為連江縣（387 萬元）、金門縣（0.5 億元）、澎湖縣（0.6 億元）、臺東縣（1.6 億元）、花蓮縣（2.1 億元）及南投縣（2.1 億元）。

從各縣市的每人年平均消費金額來看，以臺北市（2,010 元）、新竹市（1,358 元）、新北市（1,299 元）、桃園市（1,260 元）、臺中市（1,188 元）及嘉義市（1,125 元）較其他縣市高；而較低的縣市則為連江縣（322 元）、金門縣（371 元）、南投縣（497 元）及雲林縣（562 元）。

茲將 110 年各縣市參與性運動消費支出總額與平均金額整理如下表：



表 4-3 各縣市參與性運動消費支出總額與平均金額

縣市	110 年總額 (百萬元)	110 年每人平均金額 (元)
基隆市	321.47	1,010
臺北市	4,268.28	2,010
新北市	4,525.27	1,299
桃園市	2,430.60	1,260
新竹市	507.39	1,358
新竹縣	448.96	944
苗栗縣	326.48	714
臺中市	2,850.34	1,188
彰化縣	863.20	811
南投縣	206.83	497
雲林縣	321.12	562
嘉義市	252.99	1,125
嘉義縣	263.26	618
臺南市	1,689.55	1,057
高雄市	2,458.24	1,034
屏東縣	485.48	695
臺東縣	159.15	866
花蓮縣	205.91	747
宜蘭縣	344.46	897
澎湖縣	55.92	609
金門縣	46.67	371
連江縣	3.87	322
總和	23,035.42	1,151

(三)各縣市運動裝備消費支出分析

而單純就運動裝備消費來看，110 年各縣市的消費支出總額以新北市 (107.6 億元)、臺北市 (90.1 億元)、高雄市 (68.8 億元)、臺中市 (67.2 億元) 及桃園市 (58.1 億元) 為消費支出總額較高的縣市；消費支出總額較低的縣市則為連江縣 (0.3 億元)、金門縣 (2.4 億元)、澎湖縣 (2.4 億元) 及臺東縣 (5.0 億元)。

從各縣市的每人年平均消費金額來看，則以臺北市 (4,243 元) 最高，另新竹市 (3,225 元)、新北市 (3,088 元) 及桃園市 (3,011 元) 較其他縣市高；較低的縣市則為金門縣 (1,911 元)、雲林縣 (1,985 元)、嘉義縣 (2,001 元) 及屏東縣 (2,034 元)。

表 4-4 各縣市運動裝備消費支出總額與平均金額

縣市	110 年總額 (百萬元)	110 年每人平均金額 (元)
基隆市	818.89	2,572
臺北市	9,011.14	4,243
新北市	10,759.10	3,088
桃園市	5,807.89	3,011
新竹市	1,204.62	3,225
新竹縣	1,243.59	2,615
苗栗縣	1,077.12	2,355
臺中市	6,723.81	2,803
彰化縣	2,718.32	2,555
南投縣	1,023.16	2,456
雲林縣	1,133.43	1,985
嘉義市	579.98	2,579
嘉義縣	852.93	2,001
臺南市	4,688.47	2,932
高雄市	6,880.70	2,894

縣市	110 年總額 (百萬元)	110 年每人平均金額 (元)
屏東縣	1,421.16	2,034
臺東縣	497.30	2,707
花蓮縣	682.08	2,474
宜蘭縣	1,051.63	2,738
澎湖縣	243.98	2,659
金門縣	240.40	1,911
連江縣	28.31	2,362
總和	58,688.02	2,933

三、歷年各運動消費項目支出總額分析

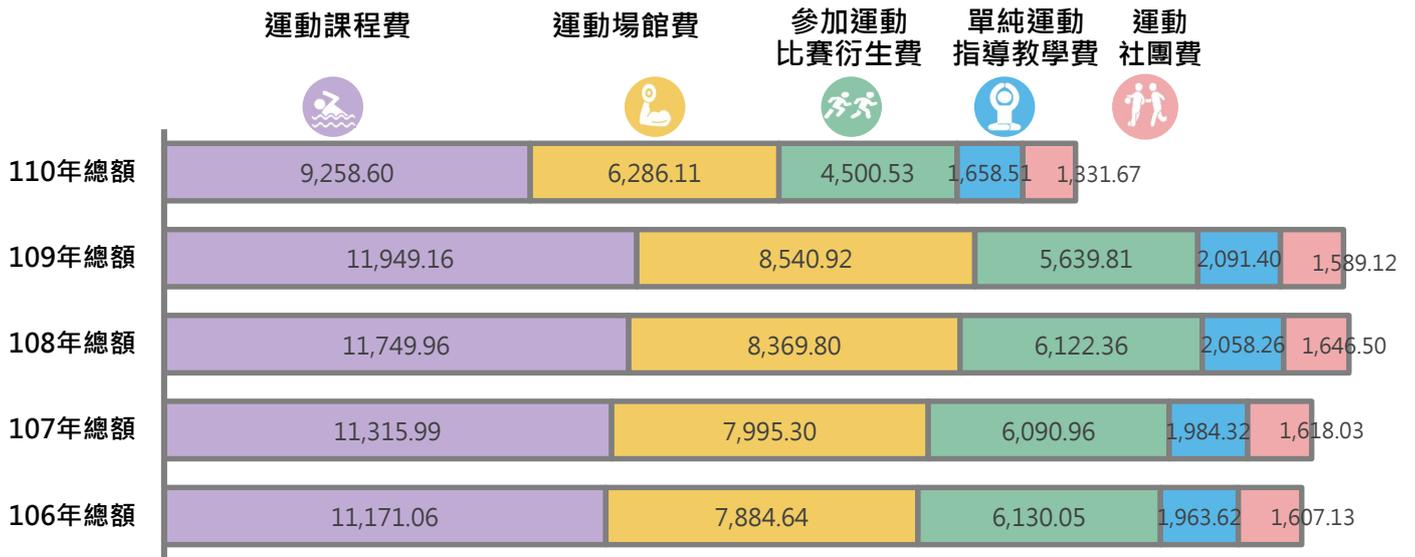
(一)參與性運動消費支出總額分析

從歷年參與性運動消費支出總額變化來看，106 年總額為 287.6 億元，108 年突破至 299.5 億元，而 109 年雖有疫情影響，但對參與性運動消費支出總額的影響較小，總額為 298.1 億元。然而，110 年國內疫情嚴峻，有段期間全國疫情為第三級警戒，影響我國民眾參與性運動消費支出，110 年總額衰退至 230.4 億元，較 109 年下降 22.7%。

110 年各參與性運動項目的消費支出總額皆為減少，主要因為場館關閉及防疫措施規定，且儘管防疫措施鬆綁，民眾仍會擔心染疫疑慮，故「運動課程費」、「單純運動指導教學費」及「入場費、會員費、場地設備出租費」的總額皆為衰退；其中，以「入場費、會員費、場地設備出租費」衰退最多，109 年為 85.4 億元，110 年減少至 62.9 億元，衰退 26.4%。

而 110 年多數運動賽事因疫情關係，而停賽或延期，故「參加運動比賽衍生費」之總額，由 109 年的 56.4 億元，減少至 110 年的 45.0 億元，衰退 20.2%。另外，在「運動社團費」方面，則從 109 年的 15.9 億元，減少至 13.3 億元；茲將各項參與性運動消費支出總額變化整理如下圖：

肆、我國民眾運動消費支出總額分析



單位：百萬元

圖 4-1 各項參與性運動消費支出總額歷年比較

(二) 觀賞性運動消費支出總額分析

1. 觀賞性運動消費支出總額分析

從歷年觀賞性運動消費支出總額變化來看，106 年至 108 年間皆逐年上升，108 年達 48.0 億元，109 年因新冠肺炎疫情衝擊，上半年許多運動賽事停賽或未開放觀眾，加上國外選手無法來台，國際賽事銳減，使得 109 年總額衰退至 41.9 億元。

而 110 年觀賞性運動消費支出總額略為成長，為 43.6 億元，成長 4.1%。其中，在「觀賞運動比賽門票費」消費支出總額方面，110 年中華職棒因味全龍加入，總場次增加，總觀眾人數較 109 年多，以及 P.LEAGUE+ 職籃票房成績亮眼，故總額為 6.5 億元，較 109 年成長 7.8%，而「看運動比賽衍生費」則由 109 年的 4.1 億元，增加至 4.3 億元。

除此之外，109 年由於國外疫情嚴峻，多數運動賽事取消或縮短賽季，「購買、訂閱媒體費」消費支出總額減少為 31.9 億元，但 110 年因有東京奧運、帕奧及世界羽球錦標賽關係，使得「購買、訂閱媒體費」消費支出總額增加，為 32.9 億元。茲將各項觀賞性運動消費支出總額變化整理如下圖：



單位：百萬元

圖 4-2 各項觀賞性運動消費支出總額歷年比較

2. 大型運動比賽衍生消費支出總額分析

110 年大型運動賽事衍生消費支出總額為 6,331 萬元，其中，以「全國運動會」之衍生消費支出總額最高，為 2,810 萬元，其次依序為「全國中等學校運動會」(2,741 萬元) 及「全國大專校院運動會」(781 萬元)。

表 4-5 大型運動賽事衍生消費支出總額

大型運動賽事	總額 (百萬元)
全國運動會	28.1
全國中等學校運動會	27.4
全國大專校院運動會	7.8
總計	63.3

從近三年大型運動比賽衍生消費支出總額來看，108 年大型運動賽事衍生總額為 2.3 億元，近二年因疫情關係，總額皆為下降，109 年 1.8 億元，110 年因全國運動會複賽、全國大專校院運動會皆以無觀眾方式進行，故總額較往年來得少，為 6,331 萬元。

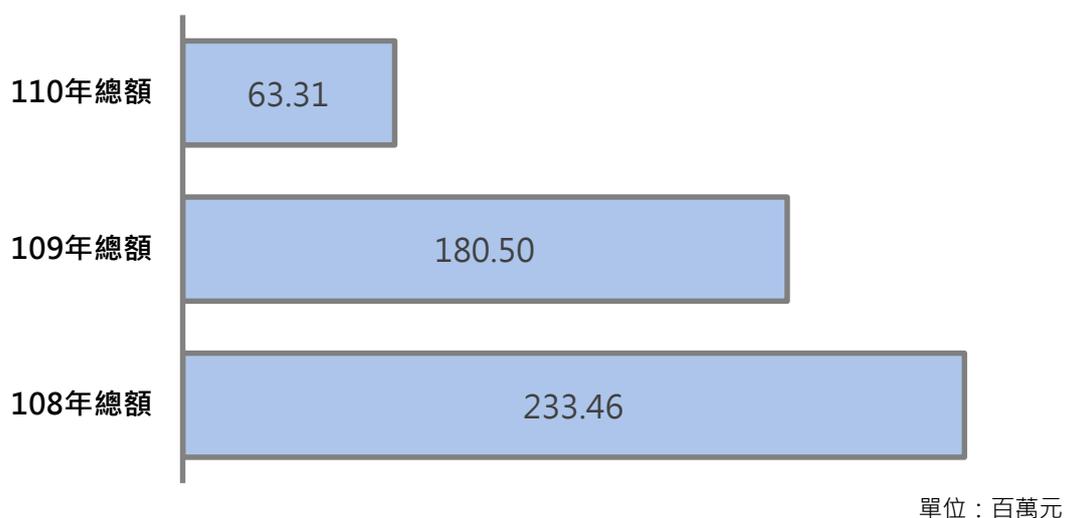
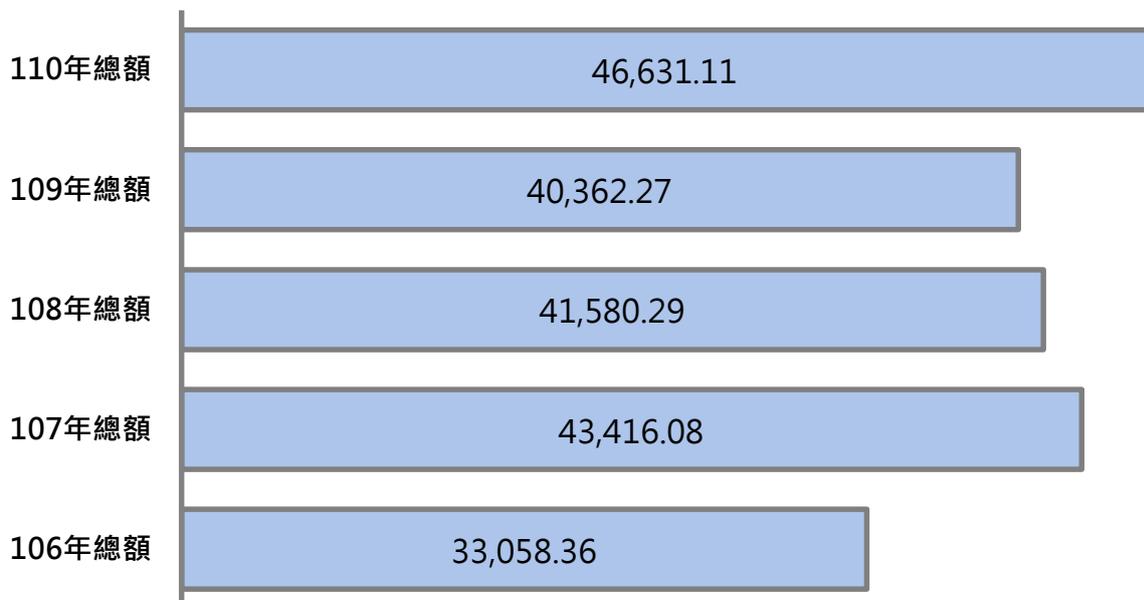


圖 4-3 大型運動比賽衍生消費支出總額歷年比較

(三) 運動彩券消費支出總額分析

在運動彩券消費支出方面，採取教育部體育署所公布之運動彩券實際銷售額，根據統計結果，107 年則因世界盃足球賽及雅加達亞運等大型國際賽事，銷售額達 434.2 億元。而 109 年疫情壟罩全球，使得許多運動賽事延期或取消，如美國職籃，影響台灣運動彩券投注，但由於體育署與發行單位啟動緊急應變計畫，故 109 年銷售額 403.6 億元，仍維持在 400 億元以上。110 年因東京奧運舉辦，以及發行單位推出新投注玩法及活動，使得銷售額創歷年新高，達 466.3 億元，成長 15.5%。



單位：百萬元

圖 4-4 台灣運動彩券銷售額歷年比較

(四) 運動裝備消費支出總額分析

在運動裝備消費支出總額方面，106年至108年間，我國民眾在運動裝備相關消費支出總額逐年上升，108年達625.7億元，近二年則為下降，109年為601.5億元，110年則減少為586.9億元，較109年下降2.4%。

從運動裝備各項目來看，以「運動服」及「運動鞋」下降幅度最大，分別下降5.4%及5.3%；而110年「購買及維修運動用品與器材」及「運動軟體產品」之總額皆有微幅成長。

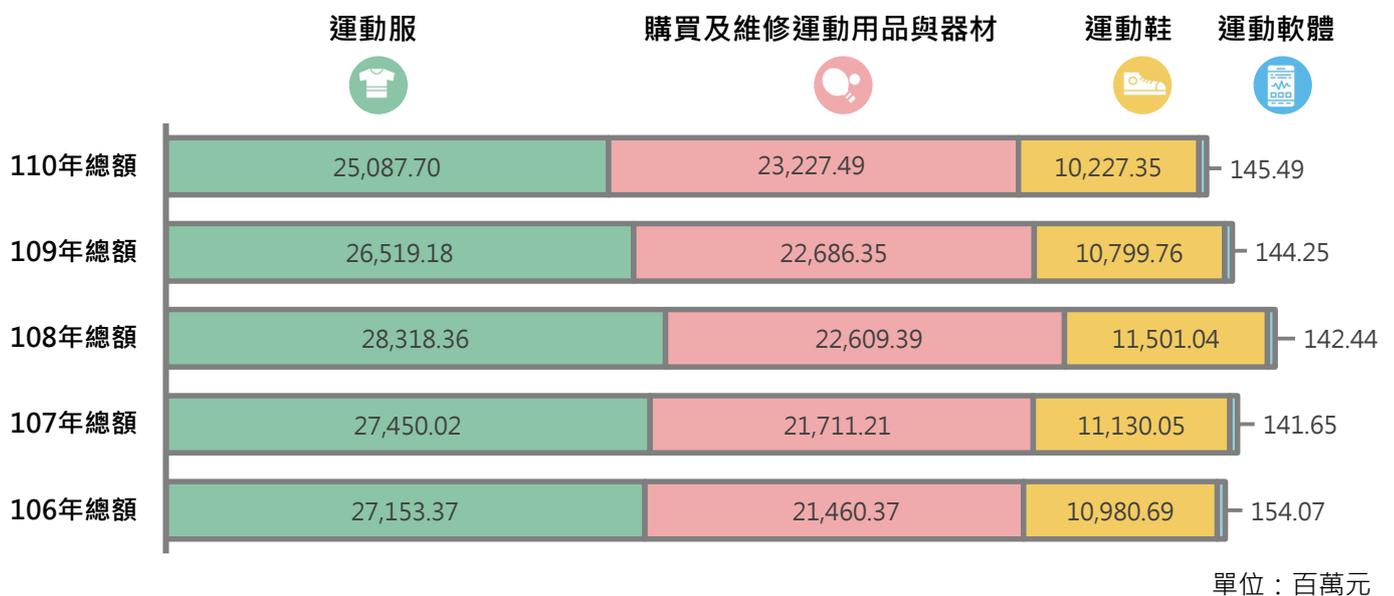


圖 4-5 各項運動裝備消費支出總額歷年比較

(五) 電競消費支出總額分析

110 年電競消費支出總額為 8.6 億元，其中，以「硬體設備」之支出總額最高，達 5.4 億元，其次為「軟體產品」，總額約 3.0 億元。

表 4-6 110 年電競消費支出總額

電競消費支出項目	總額 (百萬元)
軟體產品	296.80
硬體設備	543.70
入場費、會員費、場地設備出租費	20.07
參加比賽費用	1.59
總計	862.16

從歷年的結果可知，民眾電競消費支出呈現逐年成長趨勢。顯示隨著電競產業的發展，我國民眾在電競消費支出的總額也有所成長。

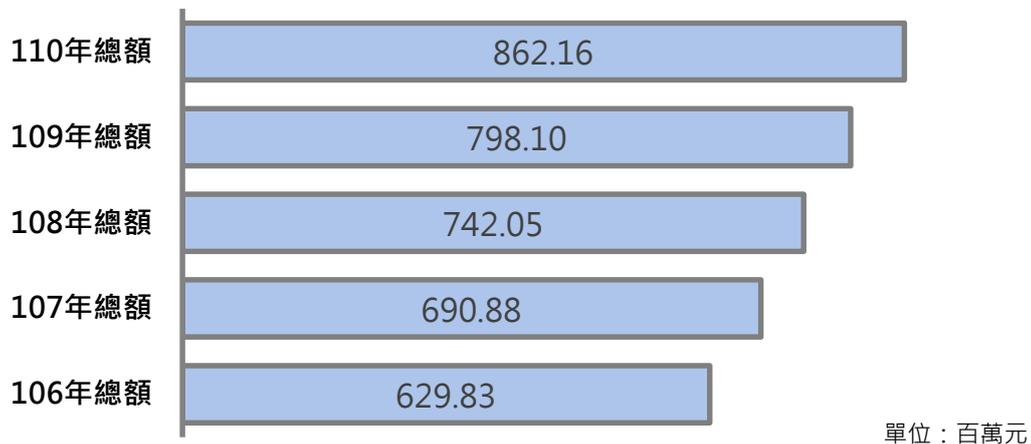


圖 4-6 電競消費支出總額歷年比較

伍、我國民眾運動消費支出次數分配趨勢

為分析我國民眾運動消費支出趨勢，以下將依據近五年民眾運動消費支出調查之結果進行年度比較。

一、參與性運動消費支出次數分配歷年比較

(一)運動課程消費支出次數分配

110年1-6月，有9.7%的民眾有運動課程消費支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為2,382元；而110年7-12月，則有9.5%的民眾有運動課程消費支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為2,422元。

從年度比較結果發現，我國民眾運動課程消費支出比例自106年起持續上升，然而，110年5月中旬後全國疫情升級至第三級警戒，運動場館封館，故110年1-6月運動課程消費支出比例下降。110年7月中旬雖微解封，但室內外運動場館有乘載量限制，加上民眾仍擔心群聚感染，影響參與運動課程意願，使得110年7-12月我國民眾運動課程消費支出比例減少至9.5%。

運動課程費

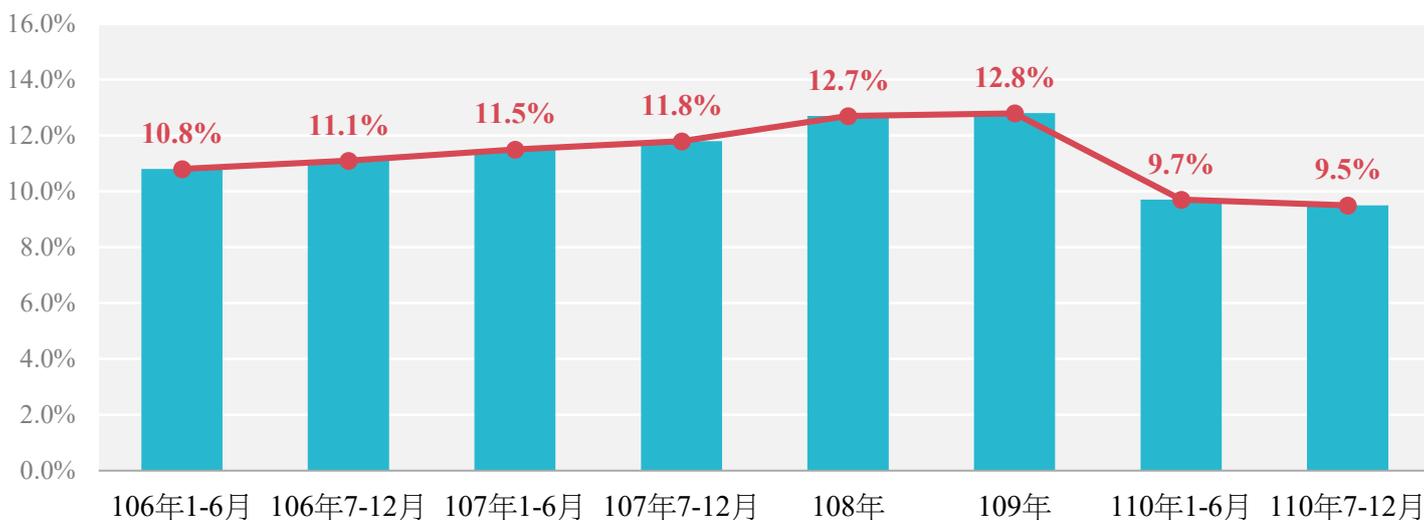


圖 5-1 運動課程消費支出次數分配年度比較

而 110 年 1-6 月有運動課程消費支出的民眾，其主要支付的運動項目，以「上健身房」的比例最高，為 22.7%，其次依序為「瑜珈」(22.1%)、「游泳」(15.1%)、「羽球」(7.3%)、「有氧舞蹈」(6.3%) 及「桌球」(5.3%)。

而在運動課程的消費金額部分，將運動項目總消費金額除以該項目消費人數，得出各項目平均消費金額。計算結果得知，前十項以「上健身房」的平均消費金額最高，為 3,025 元，其次依序為「桌球」(2,889 元)、「飛輪有氧」(2,318 元)、「體適能運動」(2,313 元)、「足球」(2,210 元) 及「羽球」(2,087 元)。茲將民眾運動課程消費支出占比前十項及消費金額整理如下 (詳細的運動項目分析請參考附表 2)：

Q：請問您 110 年 1-6 月運動課程花費，主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

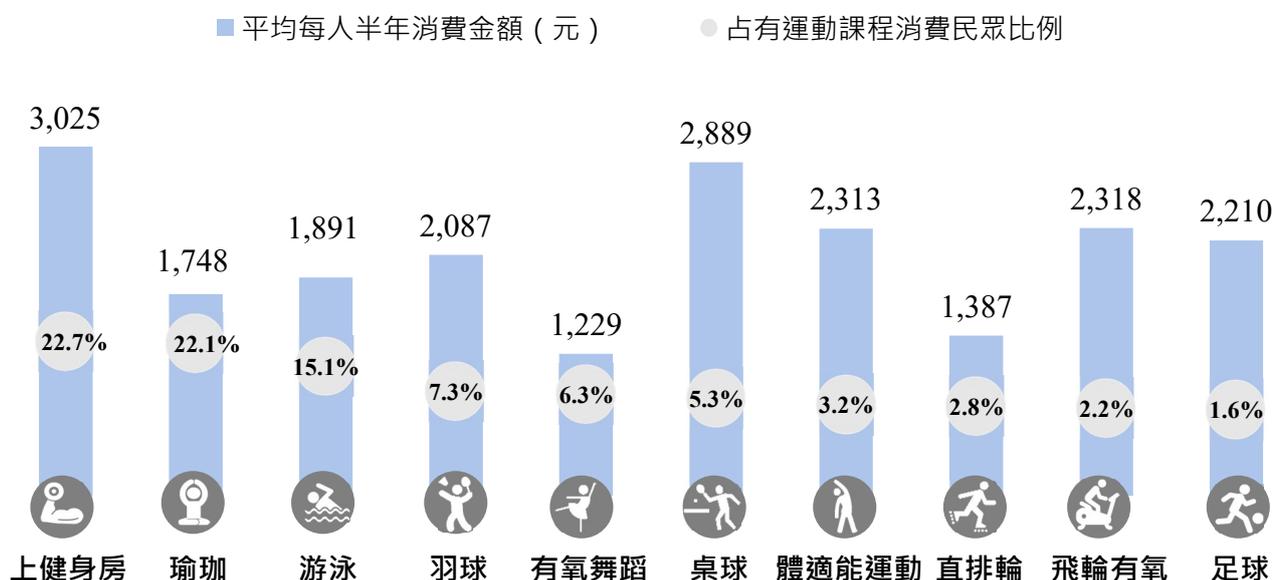


圖 5-2 110 年 1-6 月前十項運動課程支出項目與消費金額

110年7-12月有運動課程消費支出的民眾，其主要支付的運動項目，以「上健身房」的比例最高，為23.1%，其次依序為「瑜珈」(20.9%)、「游泳」(14.0%)、「羽球」(7.0%)及「有氧舞蹈」(6.8%)。

而在運動課程的消費金額部分，將運動項目總消費金額除以該項目消費人數，得出各項目平均消費金額。計算結果得知，前十項以「上健身房」的平均消費金額最高，為3,054元，其次依序為「飛輪有氧」(2,658元)、「桌球」(2,431元)、「體適能運動」(2,385元)、「游泳」(2,177元)及「足球」(2,126元)。茲將民眾運動課程消費支出占比前十項及消費金額整理如下(詳細的運動項目分析請參考附表4)：

Q：請問您110年7-12月運動課程花費，主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

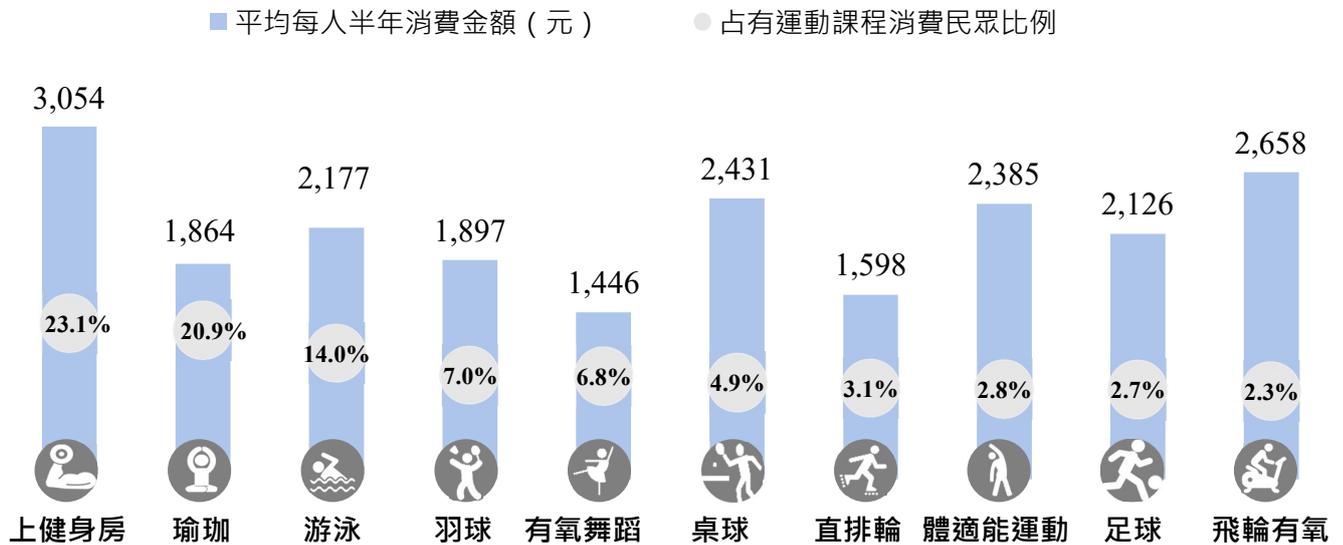


圖 5-3 110年7-12月前十項運動課程支出項目與消費金額



伍、我國民眾運動消費支出次數分配趨勢

分析 109 年及 110 年有「運動課程費」消費支出之民眾，排序前十名的運動課程支出項目，可發現支出項目以「上健身房」、「瑜珈」、「游泳」、「羽球」及「有氧舞蹈」等為主。進一步分析可發現，110 年運動課程消費支出中上健身房的比例有所上升，除了因近年來上健身房漸受民眾歡迎外，可能也因為 110 年 5 月中旬全國疫情升級至第三級警戒，各類型運動場館關閉，7 月中旬雖適度鬆綁，然而，由於游泳時無法配戴口罩、保持社交距離，防疫考量下，游泳池為較晚開放的運動場所，8 月中旬才有條件開放，也因此影響民眾上游泳課程機會。因此，110 年有運動課程消費支出的民眾中，有上健身房的民眾之比例較 109 年來得高。

表 5-1 109 年-110 年民眾在運動課程消費支出占比前十之運動項目

排序	109 年	占有運動課程消費民眾比例	110 年 1-6 月	占有運動課程消費民眾比例	與 109 年相比	110 年 7-12 月	占有運動課程消費民眾比例	與 110 年 1-6 月相比
1	游泳	24.4%	上健身房	22.7%	↑	上健身房	23.1%	↑
2	瑜珈	20.7%	瑜珈	22.1%	↑	瑜珈	20.9%	↓
3	上健身房	14.8%	游泳	15.1%	↓	游泳	14.0%	↓
4	有氧舞蹈	7.6%	羽球	7.3%	↑	羽球	7.0%	↓
5	羽球	7.1%	有氧舞蹈	6.3%	↓	有氧舞蹈	6.8%	↑
6	桌球	4.2%	桌球	5.3%	↑	桌球	4.9%	↓
7	體適能運動	3.2%	體適能運動	3.2%	--	直排輪	3.1%	↑
8	籃球	3.0%	直排輪	2.8%	↑	體適能運動	2.8%	↓
9	直排輪	2.1%	飛輪有氧	2.2%	↑	足球	2.7%	↑
10	足球	2.1%	足球	1.6%	↓	飛輪有氧	2.3%	↑



(二) 單純運動指導教學費消費支出次數分配

110年1-6月，有2.7%的民眾有單純運動指導教學費用支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為1,523元；而110年7-12月，則有2.4%的民眾有單純運動指導教學費用支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為1,689元。

從年度比較來看，106年至109年間，我國民眾單純運動指導教學費消費支出比例逐年上升，然而，110年因國內新冠肺炎較109年來得嚴峻，使得110年我國民眾單純運動指導教學費支出比例下降，110年7-12月為2.4%。

單純運動指導教學費

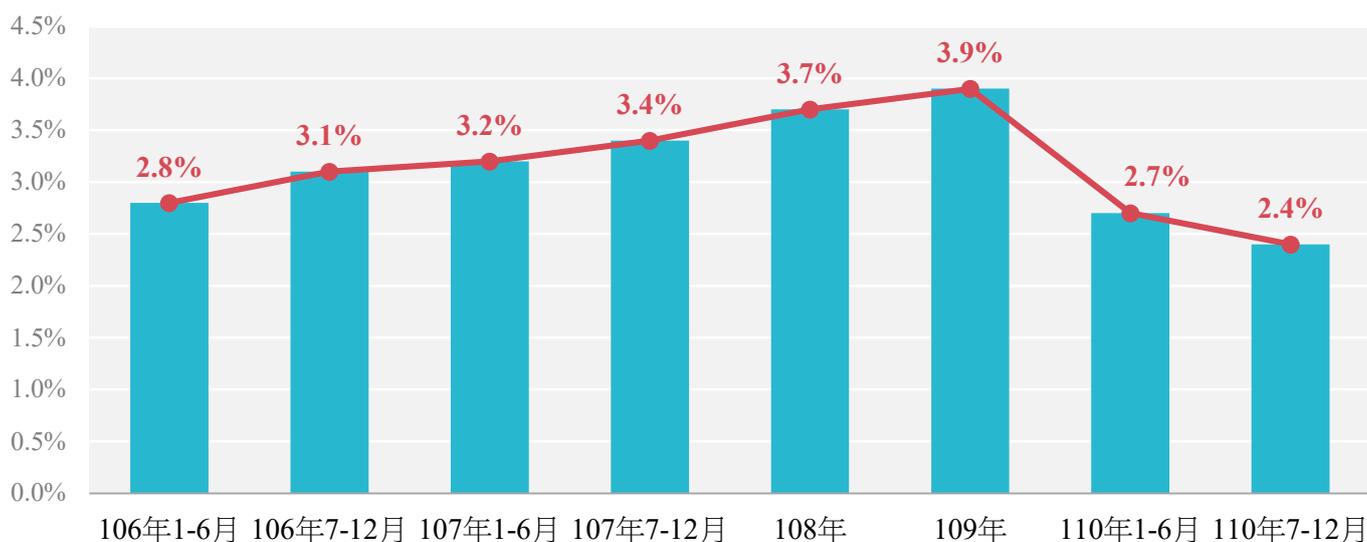


圖 5-4 單純運動指導教學費消費支出次數分配年度比較

而 110 年 1-6 月有單純運動指導教學費用支出者，在各支出項目中，以「上健身房」的比例最高，達 32.5%，其次依序為「瑜珈」(13.2%)、「羽球」(9.4%)、「游泳」(9.3%) 及「有氧舞蹈」(6.0%)。

而在運動指導教學的消費金額部分，將運動項目總消費金額除以該項目消費人數，得出平均支出金額。計算結果得知，前十項中以「上健身房」的平均消費金額最高，平均支出金額為 2,468 元，其次依序為「體適能運動」(1,860 元) 及「桌球」(1,579 元)。茲將民眾的單純運動指導教學費用支出占比前十項及其消費金額整理如下 (詳細運動項目分析請參考附表 6)：

Q：請問您 110 年 1-6 月單純運動指導教學費花費，主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？



圖 5-5 前十項單純運動指導教學費用支出項目與消費金額

110年7-12月有單純運動指導教學費用支出者，在各支出項目中，以「上健身房」的比例最高，達27.3%，其次依序為「瑜珈」(11.9%)、「游泳」(9.0%)、「有氧舞蹈」(8.2%)、「羽球」(7.4%)及「體適能運動」(5.6%)。

而在運動指導教學的消費金額部分，將運動項目總消費金額除以該項目消費人數，得出平均支出金額。計算結果得知，前十項中以「上健身房」的平均消費金額最高，平均支出金額2,494元，其次依序為「直排輪」(1,990元)、「羽球」(1,693元)及「游泳」(1,598元)。茲將民眾的單純運動指導教學費用支出占比前十項及其消費金額整理如下(詳細運動項目分析請參考附表8)：

Q：請問您110年7-12月單純運動指導教學費花費，主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

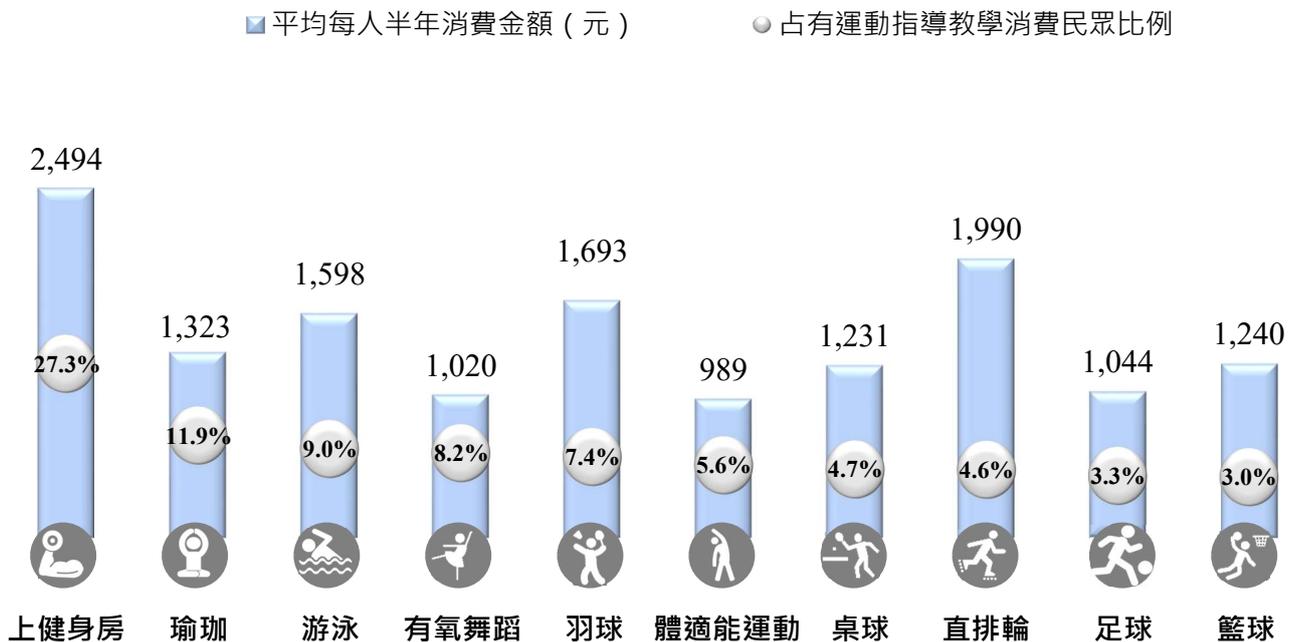


圖 5-6 前十項單純運動指導教學費用支出項目與消費金額

109 年及 110 年有「單純運動指導教學費」消費支出的民眾，最主要支出的運動項目為「上健身房」，另「瑜珈」、「游泳」及「羽球」等亦為有此消費支出者較主要支出項目。儘管 110 年疫情警戒降至第二級，但因場館為有條件開放，且民眾仍會擔心染疫，故與 109 年相比，在「上健身房」及「游泳」的比例皆有明顯下降。

表 5-2 民眾在單純運動指導教學消費支出占比前十之運動項目

排序	109 年	占有運動指導教學消費民眾比例	110 年 1-6 月	占有運動指導教學消費民眾比例	與 109 年相比	110 年 7-12 月	占有運動指導教學消費民眾比例	與 110 年 1-6 月相比
1	上健身房	33.9%	上健身房	32.5%	↓	上健身房	27.3%	↓
2	游泳	14.0%	瑜珈	13.2%	↑	瑜珈	11.9%	↓
3	瑜珈	11.2%	羽球	9.4%	↑	游泳	9.0%	↓
4	羽球	7.0%	游泳	9.3%	↓	有氧舞蹈	8.2%	↑
5	體適能運動	5.4%	有氧舞蹈	6.0%	↑	羽球	7.4%	↓
6	桌球	5.1%	體適能運動	4.3%	↓	體適能運動	5.6%	↑
7	有氧舞蹈	4.5%	桌球	3.8%	↓	桌球	4.7%	↑
8	籃球	3.0%	直排輪	2.9%	↑	直排輪	4.6%	↑
9	太極拳	2.0%	籃球	2.7%	↓	足球	3.3%	↑
10	直排輪	1.9%	足球	1.8%	↑	籃球	3.0%	↑

(三) 在上運動課程/教練課程所遭遇問題

針對有運動課程/教練課程消費支出的民眾，進一步詢問其上課時遭遇到的問題，調查結果顯示，有 73.7% 的民眾表示「沒有問題」，而其他問題民眾有遇到的比例相對較低。

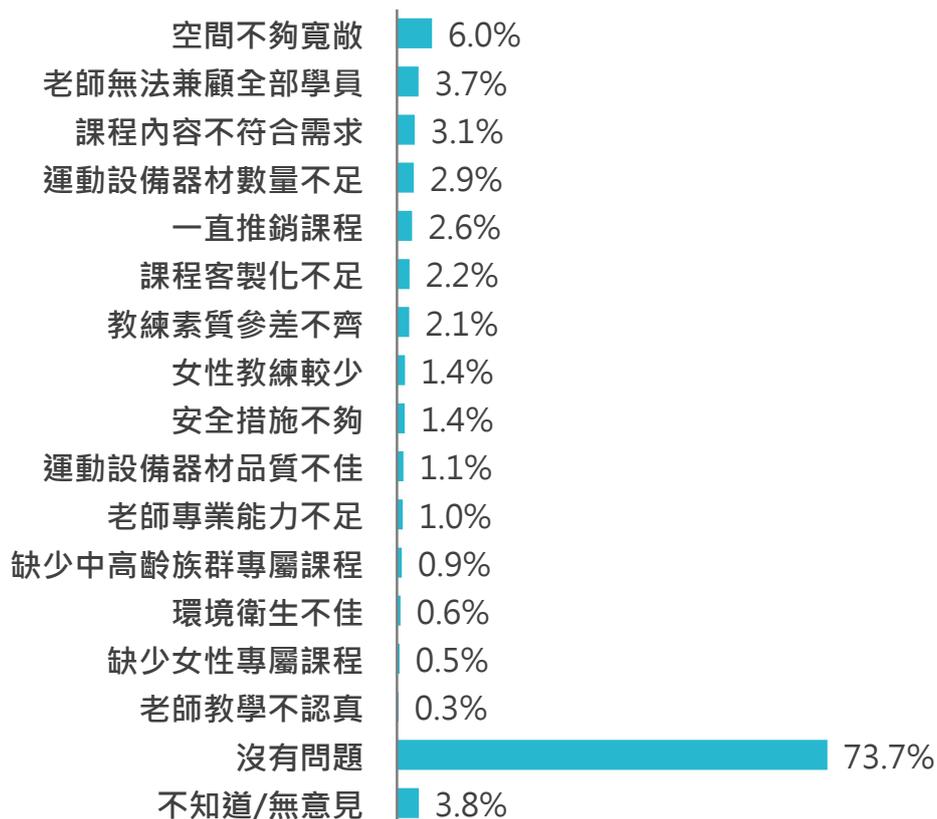


圖 5-7 在上運動課程/教練課程所遭遇問題

進一步交叉分析後發現，男性認為「課程客製化不足」(2.5%) 的比例略高，而有較多女性表示「空間不夠寬敞」(6.7%)、「運動設備器材數量不足」(3.7%) 及「課程內容不符合需求」(3.3%)。

在年齡方面，60-69 歲民眾表示在上運動課程或教練課程時，遇到「一直推銷課程」(6.0%) 的比例相對較高，70-79 歲民眾則表示「老師無法兼顧全部學員」(7.0%) 及「課程客製化不足」(5.3%) 的比例則較高。

(四) 民眾選擇運動課程/教練課程原因

針對有運動課程/教練課程消費支出的民眾，了解其選擇該課程之原因，調查結果顯示，最主要原因為「離家近」，比例達 57.6%，其次依序為「老師專業能力佳」(28.3%)、「價格便宜」(12.1%)、「有他人陪伴」(10.4%) 及「課程內容安排良好」(10.4%)。

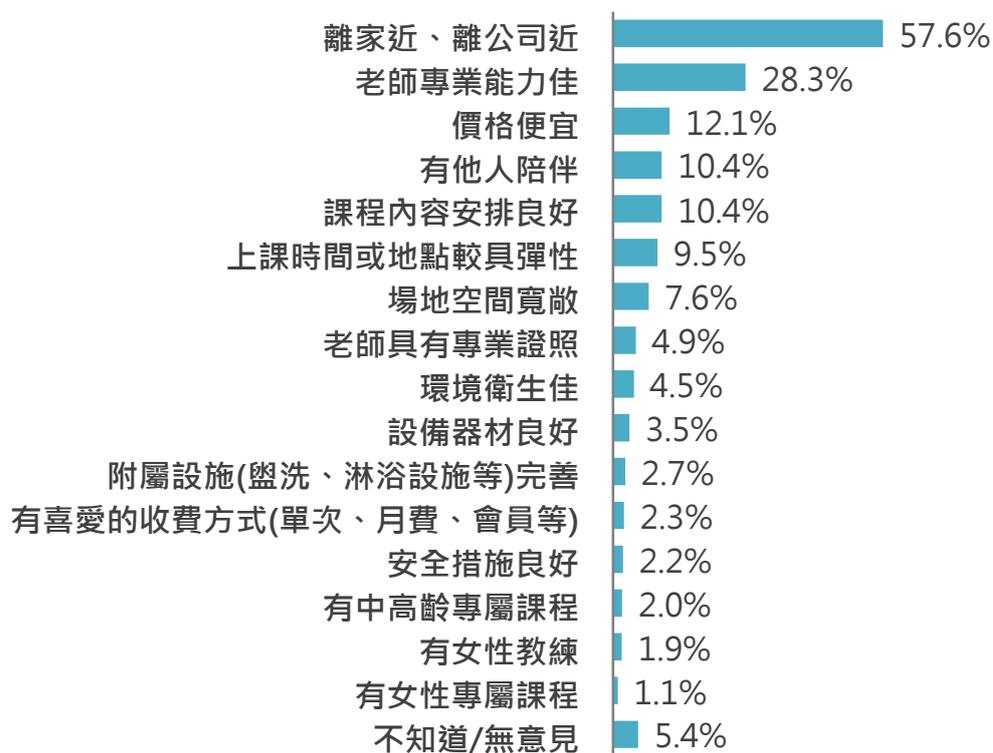


圖 5-8 民眾選擇運動課程/教練課程原因

進一步交叉分析後發現，男性表示選擇該運動課程或教練課程的原因為「老師專業能力佳」(30.0%) 及「場地空間寬敞」(11.5%) 的比例相對較高；而女性表示「離家近」(58.4%) 及「價格便宜」(13.4%) 的比例較高。

在年齡方面，20-29 歲 (35.5%)、40-49 歲 (34.3%) 的民眾表示「老師專業能力佳」的比例較高；70-79 歲民眾則表示「有中高

齡專屬課程」(8.8%)、「環境衛生佳」(6.7%)、「附屬設施完善」(6.4%) 及「安全措施良好」(5.3%) 之比例明顯較高。

(五) 線上運動課程使用及付費情形

本次調查詢問民眾有沒有透過線上運動課程在家運動，根據調查結果顯示，110年1-6月，有9.2%民眾有透過線上運動課程在家運動，其中，7.6%民眾透過額外線上課程在家運動，而1.6%民眾則是上原本健身房/老師因疫情改到線上的課程。110年7-12月，則有10.3%民眾有透過線上運動課程在家運動，8.7%透過額外線上課程在家運動，1.6%則是上原本健身房/老師因疫情改到線上的課程。

而從交叉分析後可發現，女性、20-29歲、30-39歲、六都的民眾，有透過線上運動課程在家運動的比例相對較高。

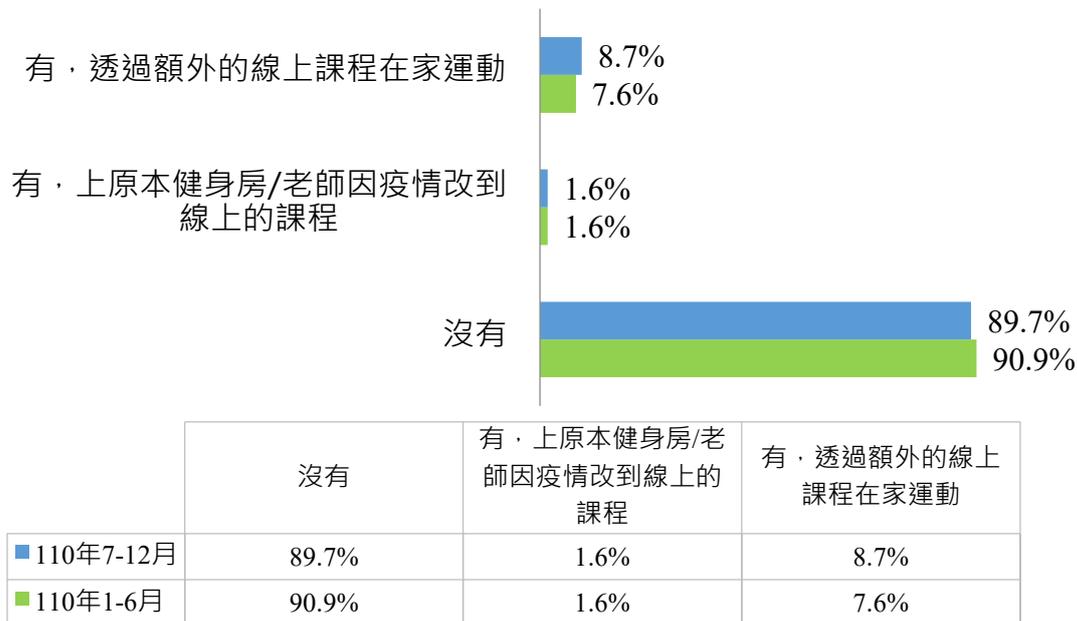


圖 5-9 110 年線上運動課程使用情形

針對有採用線上運動課程者，進一步詢問需不需要額外付費，調查結果顯示，110年1-6月有7.4%的民眾表示需要付費。而110年7-12月有採用線上運動課程者，則有7.7%的民眾表示需要付費。

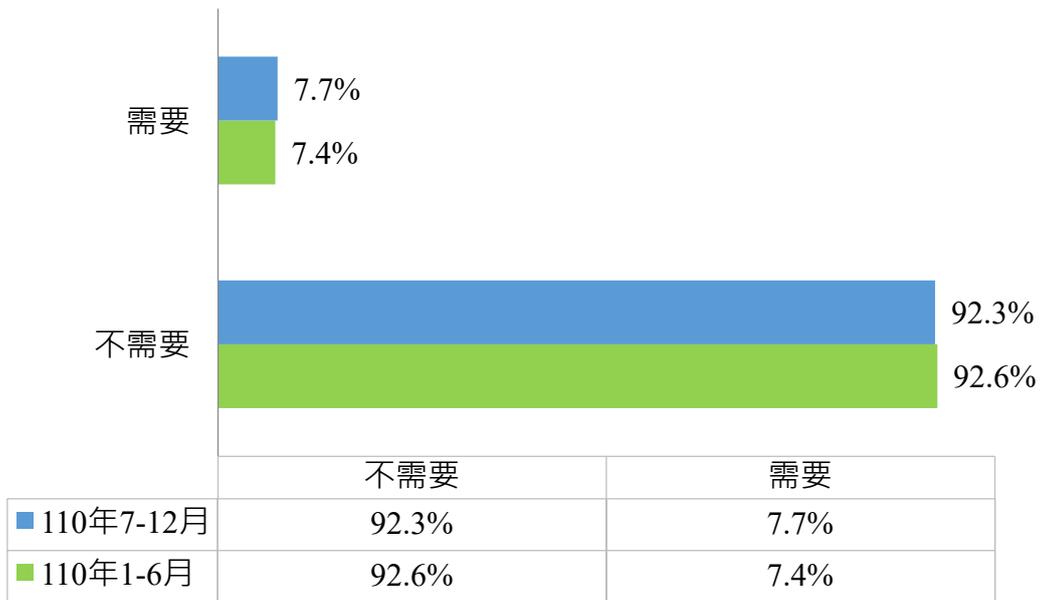


圖 5-10 110 年線上運動課程付費情形

(六) 入場費、會員費、場地設備出租費消費支出次數分配

110 年 1-6 月，有 17.9% 的民眾有入場費、會員費、場地設備出租費支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為 891 元；而 110 年 7-12 月，則有 17.4% 的民眾有入場費、會員費、場地設備出租費支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為 886 元。

近年由於國人健康意識抬頭，運動風氣蓬勃發展，也帶動國內運動場館家數不斷成長，從年度比較結果來看，可發現我國民眾入場費、會員費及場地設備出租費支出比例自 106 年起逐年上升，109 年達 25.8%。然而，110 年因新冠肺炎疫情衝擊，三級警戒期間場館封閉，儘管下半年微解封，但因有條件開放及防疫措施，且多數運動場館為密閉空間，交叉染疫機率高，影響民眾消費意願，故入場費、會員費、場地設備出租費支出比例下降。

入場費、會員費、
場地設備出租費

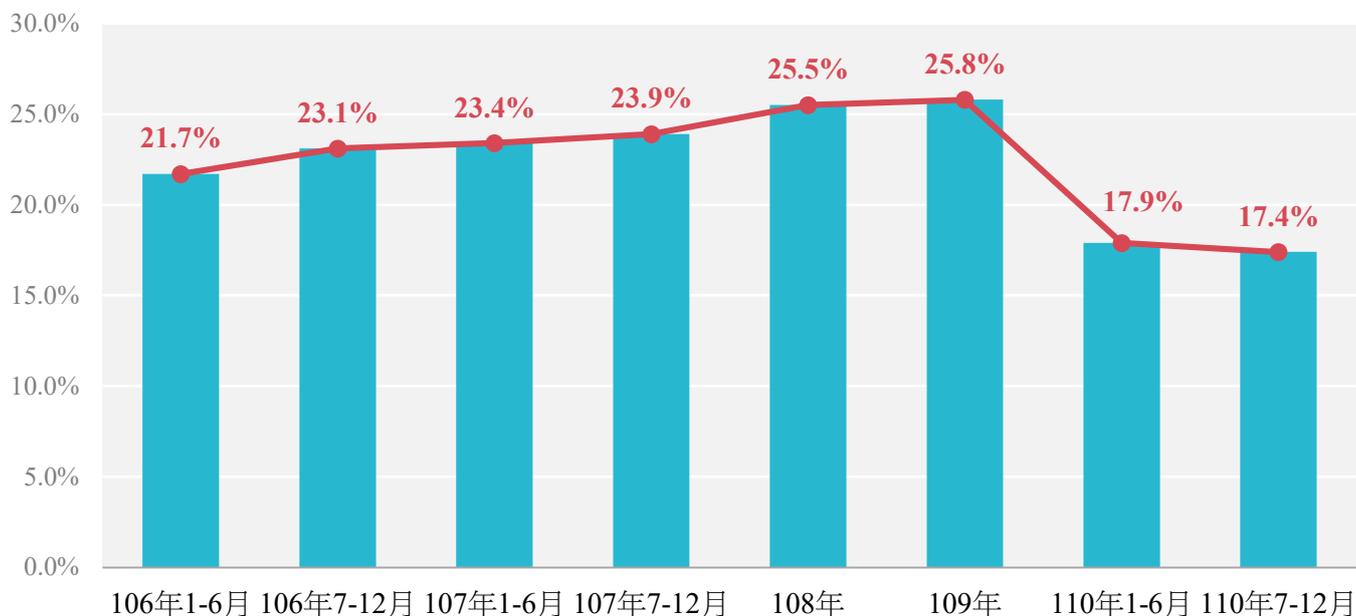


圖 5-11 入場費、會員費、場地設備出租費消費支出次數分配年度比較

110 年 1-6 月有入場費、會員費、場地設備出租費支出的民眾，在支出項目上，以「上健身房」的比例最高，達 38.3%，其次依序為「自行車」(22.3%)、「游泳」(17.6%) 及「羽球」(12.2%)。

而在入場費、會員費、場地設備出租費的支出金額部分，將運動項目總消費金額除以該項目消費人數，得出平均支出金額。計算結果得知，前十項中以「高爾夫球」平均消費金額最高，平均為 1,628 元，其次依序為「上健身房」(1,354 元) 及「棒球」(1,314 元)。茲將民眾入場費、會員費、場地設備出租費支出占比前十項目及消費金額整理如下 (詳細運動項目分析請參考附表 12)：

Q：請問您 110 年 1-6 月入場費、會員費、場地設備出租費，主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

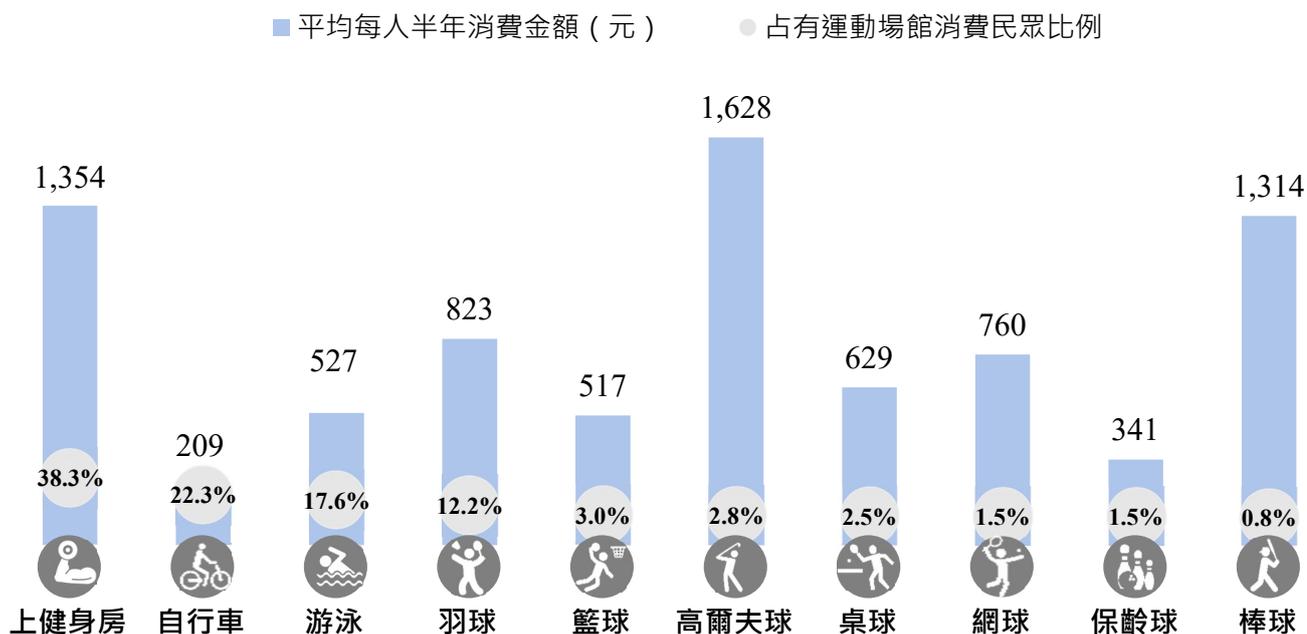


圖 5-12 110 年 1-6 月前十項入場費、會員費、場地設備出租費支出項目與消費金額

而 110 年 7-12 月有入場費、會員費、場地設備出租費支出的民眾，在支出項目上，則以「上健身房」的比例最高，為 39.3%，其次依序為「自行車」(22.5%)、「游泳」(16.1%) 及「羽球」(14.6%)。

而在入場費、會員費、場地設備出租費的支出金額部分，將運動項目總消費金額除以該項目消費人數，得出平均支出金額。計算結果得知，前十項中以「高爾夫球」平均消費金額最高，平均為 1,642 元，其次依序為「上健身房」(1,362 元) 及「棒球」(1,024 元)。茲將民眾入場費、會員費、場地設備出租費支出占比前十項目及消費金額整理如下 (詳細運動項目分析請參考附表 14)：

Q：請問您 110 年 7-12 月入場費、會員費、場地設備出租費，主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

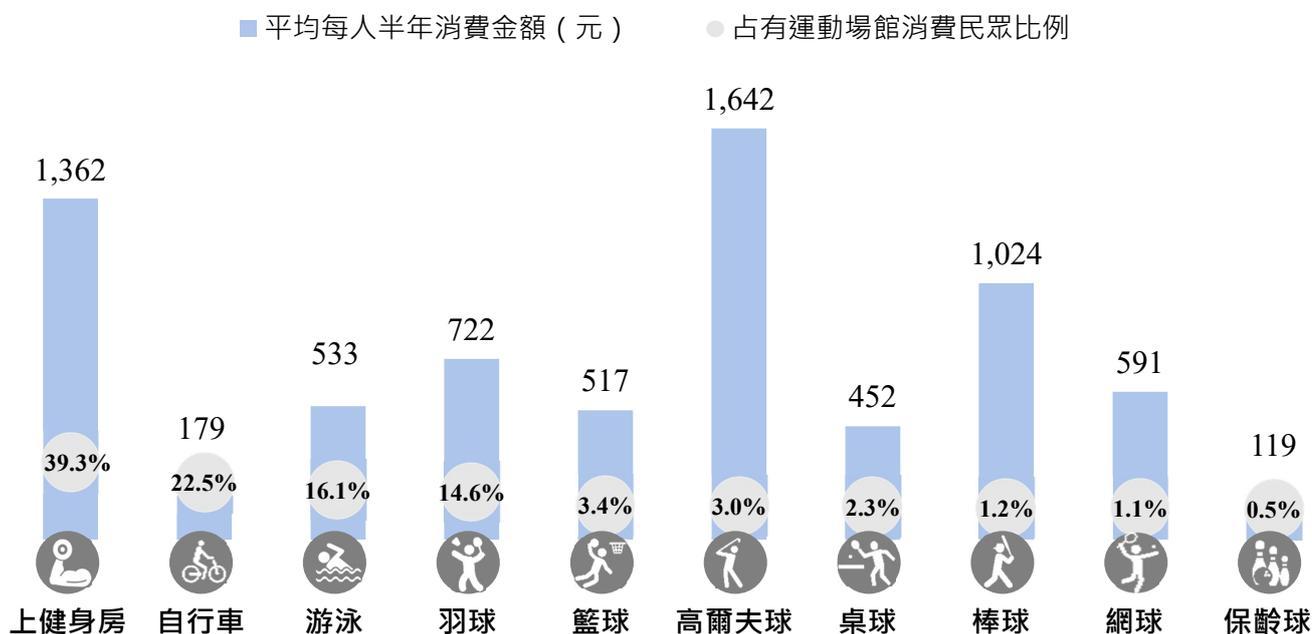


圖 5-13 前十項入場費、會員費、場地設備出租費支出項目與消費金額



伍、我國民眾運動消費支出次數分配趨勢

分析 109 年及 110 年有「入場費、會員費、場地設備出租費」消費支出的民眾，其最主要支出的運動項目為「上健身房」，比例約 40.0%左右；另外，「游泳」、「自行車」及「羽球」等亦為有此消費支出者主要支出項目，其中，110 年因新冠肺炎疫情嚴峻，游泳池有條件開放，故「游泳」比例下降幅度較大。

表 5-3 民眾在入場費、會員費、場地設備出租費消費支出占比前十之運動項目

排序	109 年	占有運動場館消費民眾比例	110 年 1-6 月	占有運動場館消費民眾比例	與 109 年相比	110 年 7-12 月	占有運動場館消費民眾比例	與 110 年 1-6 月相比
1	上健身房	41.1%	上健身房	38.3%	↓	上健身房	39.3%	↑
2	游泳	27.9%	自行車	22.3%	↑	自行車	22.5%	↑
3	自行車	21.0%	游泳	17.6%	↓	游泳	16.1%	↓
4	羽球	9.6%	羽球	12.2%	↑	羽球	14.6%	↑
5	桌球	2.3%	籃球	3.0%	↑	籃球	3.4%	↑
6	籃球	2.0%	高爾夫球	2.8%	↑	高爾夫球	3.0%	↑
7	高爾夫球	1.6%	桌球	2.5%	↑	桌球	2.3%	↓
8	網球	1.2%	網球	1.5%	↑	棒球	1.2%	↑
9	保齡球	1.0%	保齡球	1.5%	↑	網球	1.1%	↓
10	棒球 ³²	0.7%	棒球	0.8%	↑	保齡球	0.5%	↓

³² 此處棒球的入場費、會員費、場地設備出租費中包含打擊練習場。



(七)運動社團消費支出次數分配

110年1-6月，有3.8%的民眾有運動社團消費支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為896元；而110年7-12月，則有3.5%的民眾有運動社團消費支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為948元。

觀察近五年趨勢，可發現106年至108年間，我國民眾有運動社團消費支出的比例大約維持在5.5%左右，但自109年起由於新冠肺炎疫情緣故，影響運動社團活動辦理，故近二年比例逐年下降。

運動社團費

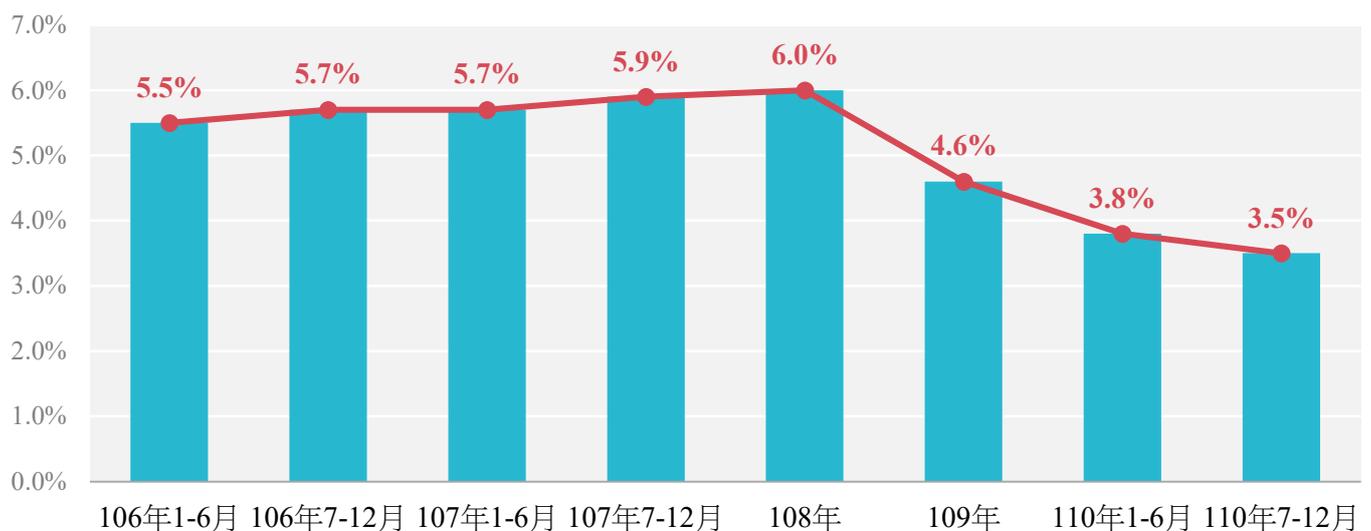


圖 5-14 運動社團消費支出次數分配年度比較

(八)參加運動比賽衍生相關消費支出次數分配

110年1-6月，有3.8%的民眾有因參與運動比賽衍生消費支出，包含報名費、交通費、餐飲費、住宿費及其他相關費用，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為2,934元；而110年7-12月，則有3.9%的民眾有參加運動比賽衍生相關消費支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為2,912元。

由年度比較觀之，106年至108年間，我國民眾在參加運動比賽衍生相關消費支出的比例大致在6.5%左右。自109年起則因疫情關係，國內多項運動比賽取消，故比例大幅下降，而110年上半年多數賽事延期至下半年進行，故110年下半年比例較上半年略高。

參加運動比賽衍生費

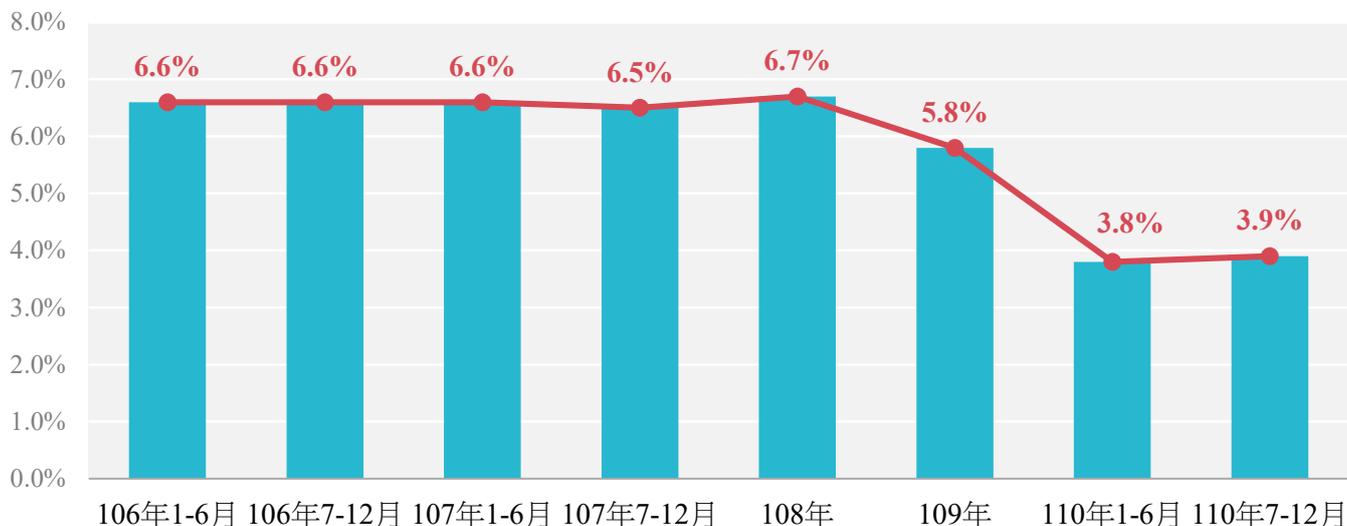


圖 5-15 參加運動比賽衍生相關消費支出次數分配年度比較

二、觀賞性運動消費支出次數分配歷年比較

(一) 觀賞運動比賽消費支出次數分配

在觀賞運動比賽門票費方面，5.5%的民眾在 110 年 1-6 月有買票觀賞運動比賽，而 110 年 7-12 月則有 5.3%的民眾有買票觀賞運動比賽。

而從年度比較結果來看，106 年至 107 年間上半年的比例皆維持在 5.0%左右，而因職棒賽季關係，下半年比例相對較高，約在 6.0%左右。然而，自 109 年起因疫情緣故，多數賽事取消或採無觀眾方式進行，故比例有所下降。

觀賞運動比賽門票費

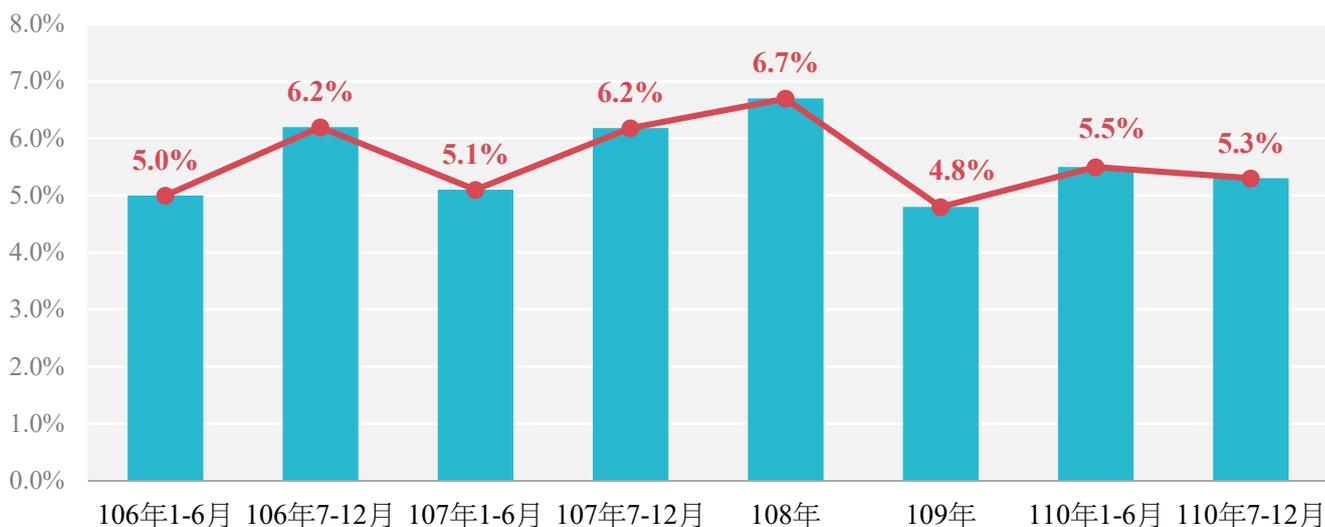


圖 5-16 觀賞運動比賽消費支出次數分配年度比較

110 年因疫情緣故，部分賽事因國外選手無法來臺而停辦，故有買票觀賞運動比賽的民眾，以觀看「國內賽事」為主。而 110 年 1-6 月有買票觀看「國內賽事」的民眾，以觀看「棒球」的比例最高，為 88.7%，其次為「籃球」(18.1%)。

而在買票觀賞國內運動比賽的消費金額部分，將各運動項目門票總消費金額除以該項目消費人數，得出平均支出金額。「棒球」的平均支出金額為 308 元，「籃球」平均支出金額則為 246 元。茲將民眾買票觀賞國內運動比賽之各個項目占比及消費金額整理如下：

Q：請問您 110 年 1-6 月花錢買票看國內賽事，主要是看哪幾項運動？費用各是多少？

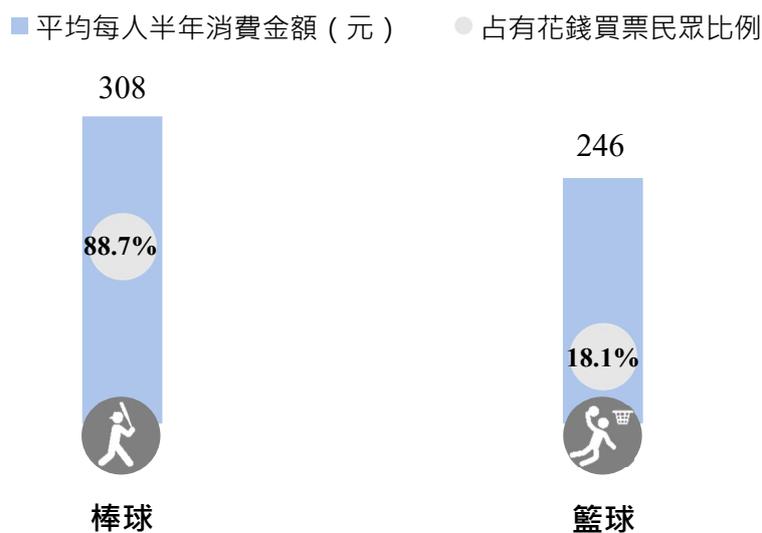


圖 5-17 買票觀賞國內運動比賽支出項目與消費金額

而 110 年 7-12 月有買票觀看「國內賽事」的民眾，則以觀看「棒球」為主，為 89.8%，其次為「籃球」(14.4%) 及「排球」(0.8%)。

在買票觀賞國內運動比賽的消費金額部分，將各運動項目門票總消費金額除以該項目消費人數，得出平均支出金額。計算結果得知，「棒球」的平均支出金額為 273 元，「籃球」為 244 元，「排球」則為 241 元。茲將民眾買票觀賞國內運動比賽之各個項目占比及消費金額整理如下：

Q：請問，您花錢買票看國內賽事，主要是看哪幾項運動？費用各是多少？

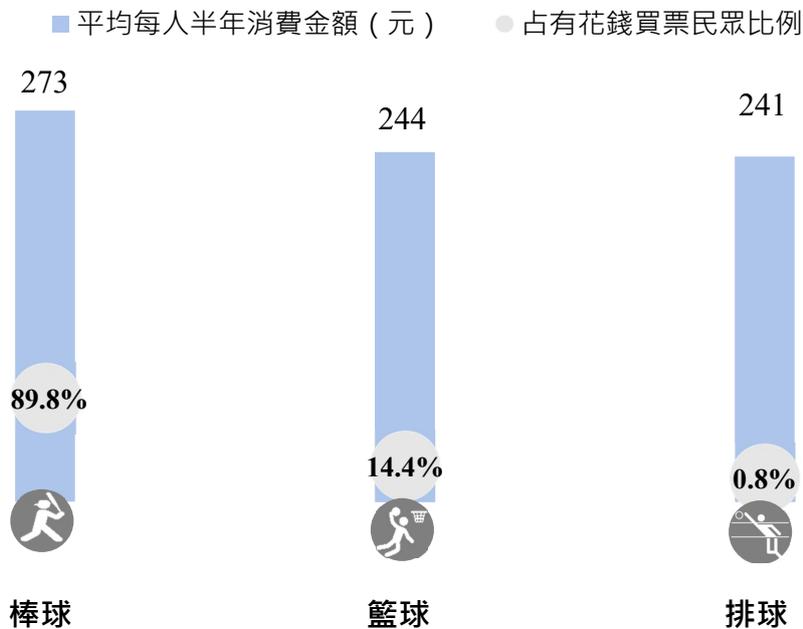


圖 5-18 買票觀賞國內運動比賽支出項目與消費金額



伍、我國民眾運動消費支出次數分配趨勢

109 年及 110 年有買票觀賞運動比賽的民眾，其主要觀看運動項目皆以「棒球」為主，其次則為「籃球」，顯示我國民眾在運動賽事門票消費支出項目方面，以棒球及籃球為主。

表 5-4 民眾為觀賞運動比賽消費支出之運動項目

排序	109 年	占有門票消費民眾之比例	110 年 1-6 月	占有門票消費民眾之比例	與 109 年相比	110 年 7-12 月	占有門票消費民眾之比例	與 110 年 1-6 月相比
1	棒球	86.5%	棒球	88.7%	↑	棒球	89.8%	↑
2	籃球	18.0%	籃球	18.1%	↑	籃球	14.4%	↓
3	街舞	0.2%	-	-		排球	0.8%	--



(二)購買、付費訂閱媒體消費支出次數分配

110年1-6月，6.0%的民眾有因觀賞運動賽事，而購買、付費訂閱媒體，有此消費支出者，其每人平均消費金額為1,249元；而110年7-12月，則有7.9%的民眾有購買、付費訂閱媒體，有此消費支出者，其每人平均消費金額1,135元。

從年度比較觀之，可發現106年至108年間，我國民眾「為觀賞運動而訂購網路或寬頻電視」的比例逐年上升，而109年多數賽事因疫情而取消，故比例大幅下降；然而，110年下半年因東京奧運舉辦，民眾為一睹風采，故110年下半年「為觀賞運動而訂購網路或寬頻電視」的比例成長至4.7%。顯示隨科技創新及網速提升，透過網路或寬頻電視觀看運動賽事轉播成為民眾主要選擇之一。

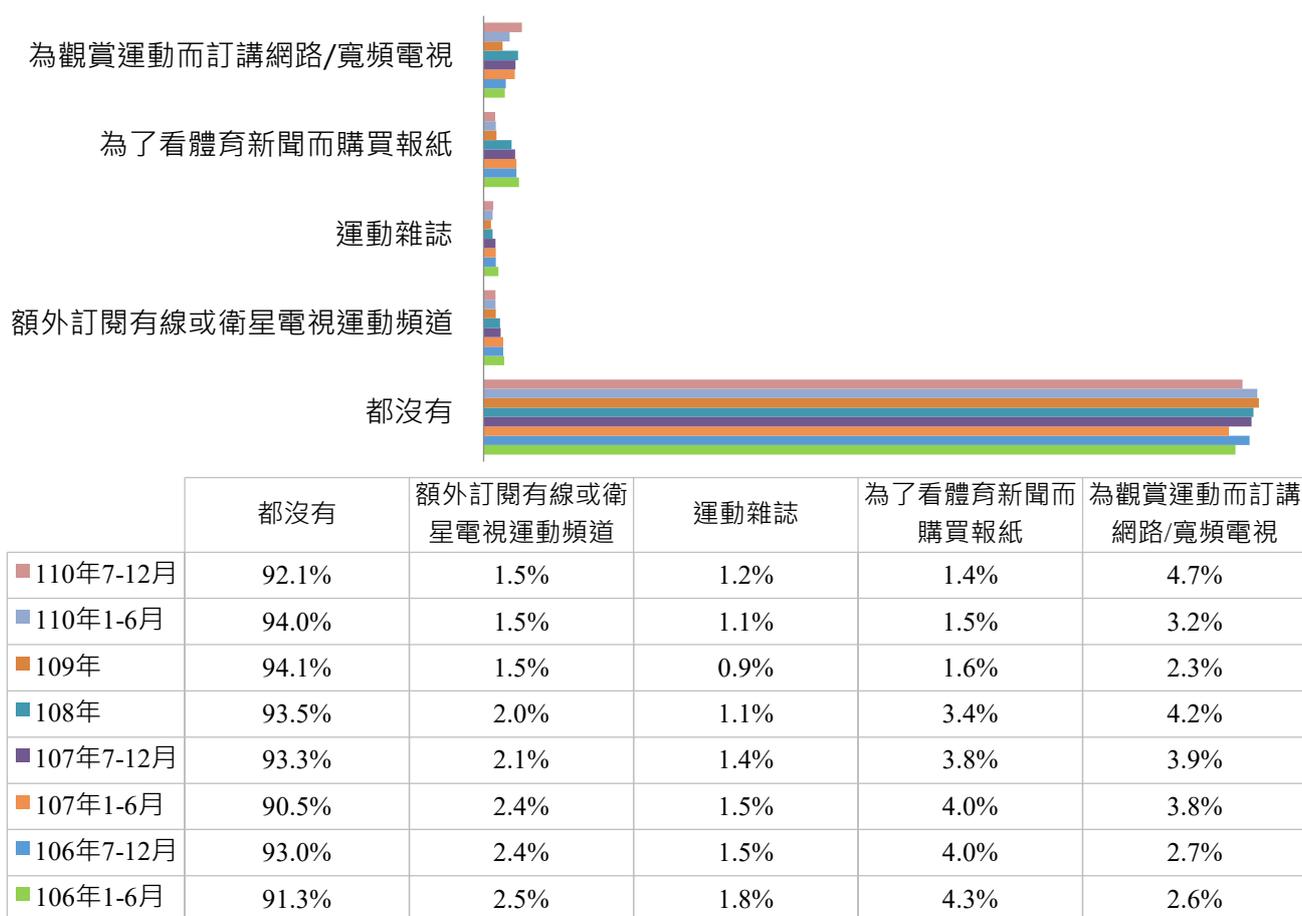


圖 5-19 因觀賞運動比賽而購買、付費訂閱媒體之次數分配年度比較

(三)大型運動賽事衍生消費支出³³次數分配

在大型運動賽事衍生消費支出方面，110年有0.3%的民眾因參加或觀賞大型運動賽事，而有衍生的消費支出，每人平均消費金額為 1,005 元。從歷年比較來看，民眾有因參加大型運動賽事，而衍生相關消費支出之比例並不高。

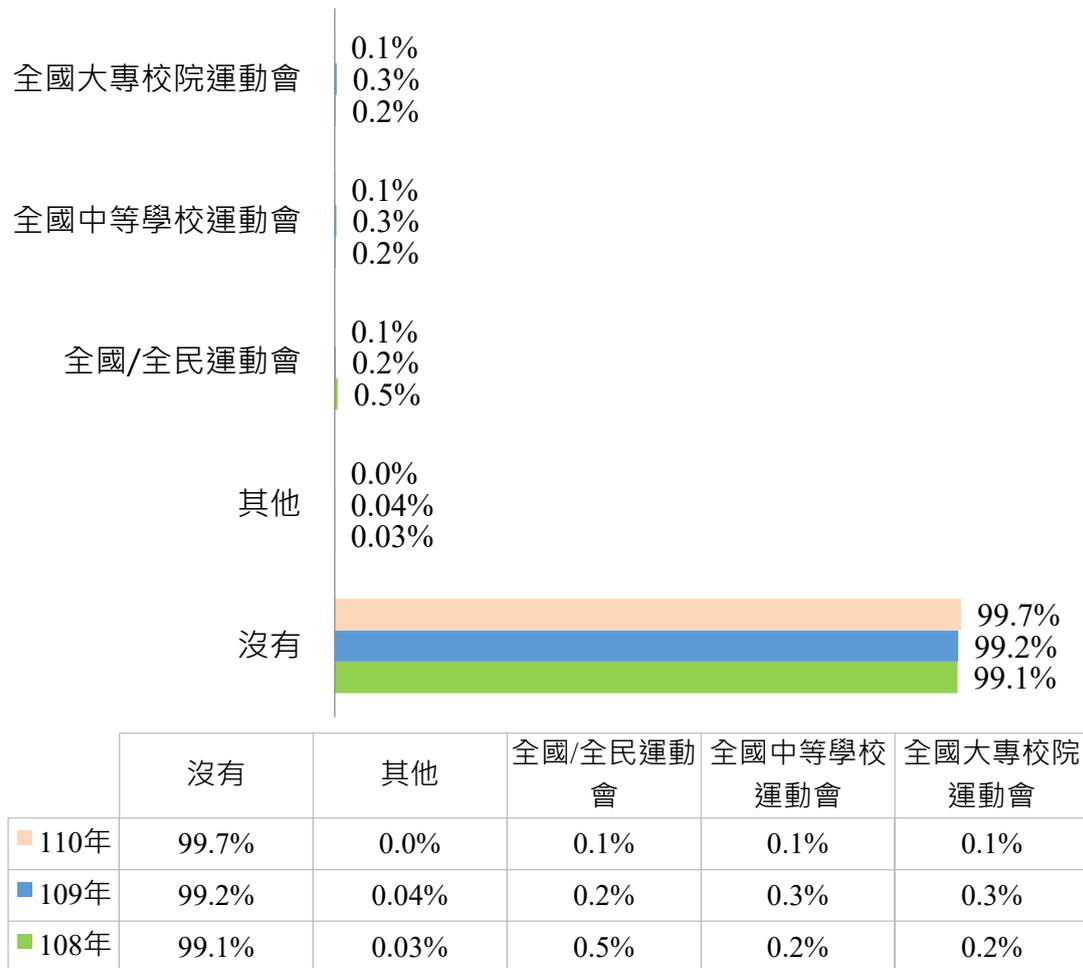


圖 5-20 大型運動賽事衍生消費支出次數分配年度比較³⁴

³³ 108 年及 110 年為全國運動會，109 年為全民運動會，此處為利於年度比較，故將其合併分析。

³⁴ 109 年民眾觀賞之「其他」大型運動賽事為 109 年全國身心障礙國民運動會、109 學年度 HBL 高中籃球聯賽、109 學年度 UBA 大專籃球聯賽、109 學年度大專校院棒球聯賽及 109 學年度大專排球聯賽等

三、運動彩券消費支出次數分配歷年比較

110年1-6月，有12.3%的民眾有運動彩券消費支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為2,843元；而110年7-12月，則有11.5%的民眾有運動彩券消費支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為2,881元。

透過年度比較可發現，107年因適逢世界盃足球賽及亞運等國際運動賽事關係，加上台灣運動彩券發行單位持續創新玩法，吸引民眾踴躍投注，107年下半年達11.9%。而110年則因東京奧運的舉辦，比例較109年增加。

運動彩券消費支出



圖 5-21 運動彩券消費支出次數分配年度比較

四、運動裝備消費支出次數分配歷年比較

(一)運動服消費支出次數分配

110年1-6月，有28.2%的民眾有運動服消費支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為2,240元；而110年7-12月，則有27.8%的民眾有運動服消費支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額亦為2,240元。

從年度比較結果可知，106年至108年間，我國民眾運動服消費支出比例大致平穩，109年至110年間因疫情關係，民眾減少運動，故購買運動服之比例降低。

運動服

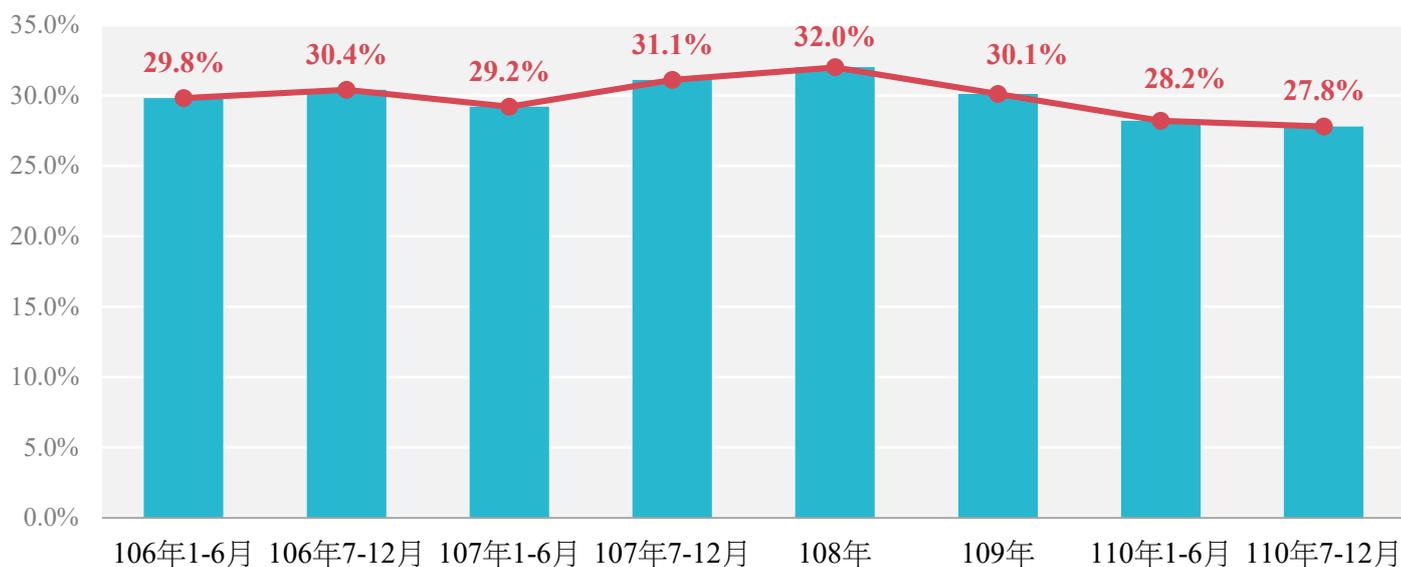


圖 5-22 運動服消費支出次數分配年度比較

(二) 運動鞋消費支出次數分配

110 年 1-6 月，有 22.7% 的民眾有運動鞋消費支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為 1,145 元；而 110 年 7-12 月，則有 22.3% 的民眾有運動鞋消費支出，而有此消費支出者，其每人平均消費金額為 1,123 元。

從年度比較觀之，我國民眾運動鞋消費支出比例在 108 年達 25.2%，109 年至 110 年間逐年減少。

運動鞋

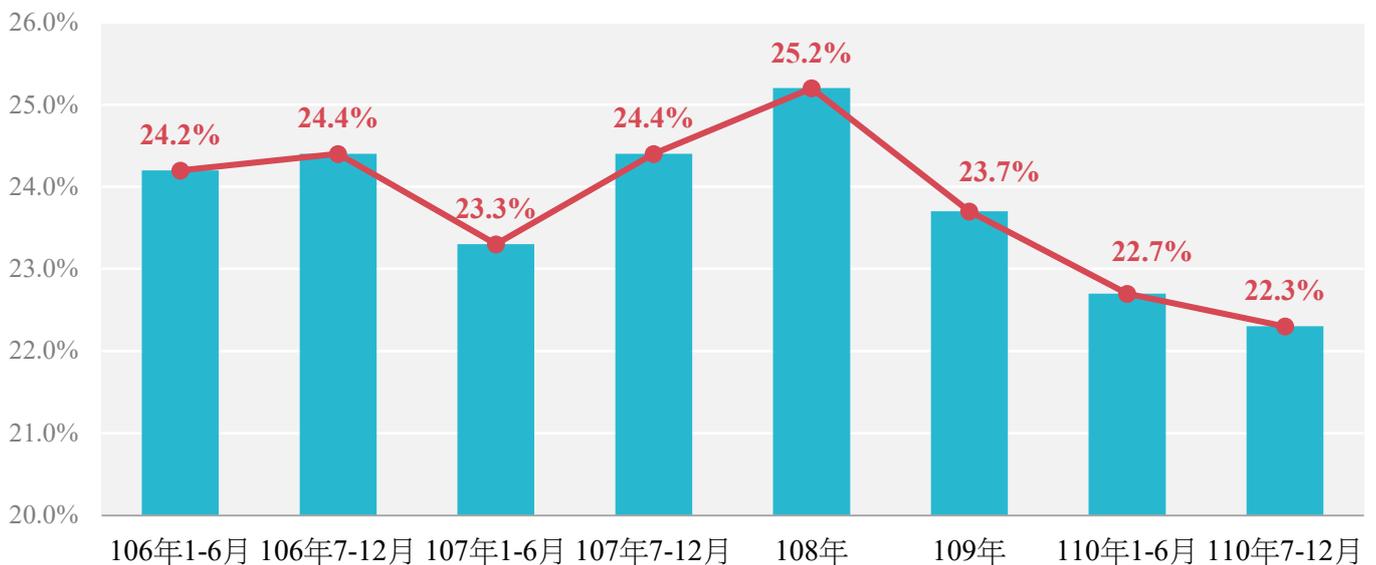


圖 5-23 運動鞋消費支出次數分配年度比較

(三)運動穿戴裝置消費支出次數分配

110年1-6月，有7.2%的民眾有運動穿戴裝置的消費支出，有此消費支出者，其每人平均消費金額為420元；而110年7-12月，則有6.8%的民眾有運動穿戴消費支出，有此消費支出者，其每人平均消費金額為426元。

在年度比較方面，我國民眾在運動穿戴裝置的消費支出比例，自106年起逐年上升，然而，110年下降至7.0%左右。

運動穿戴裝置

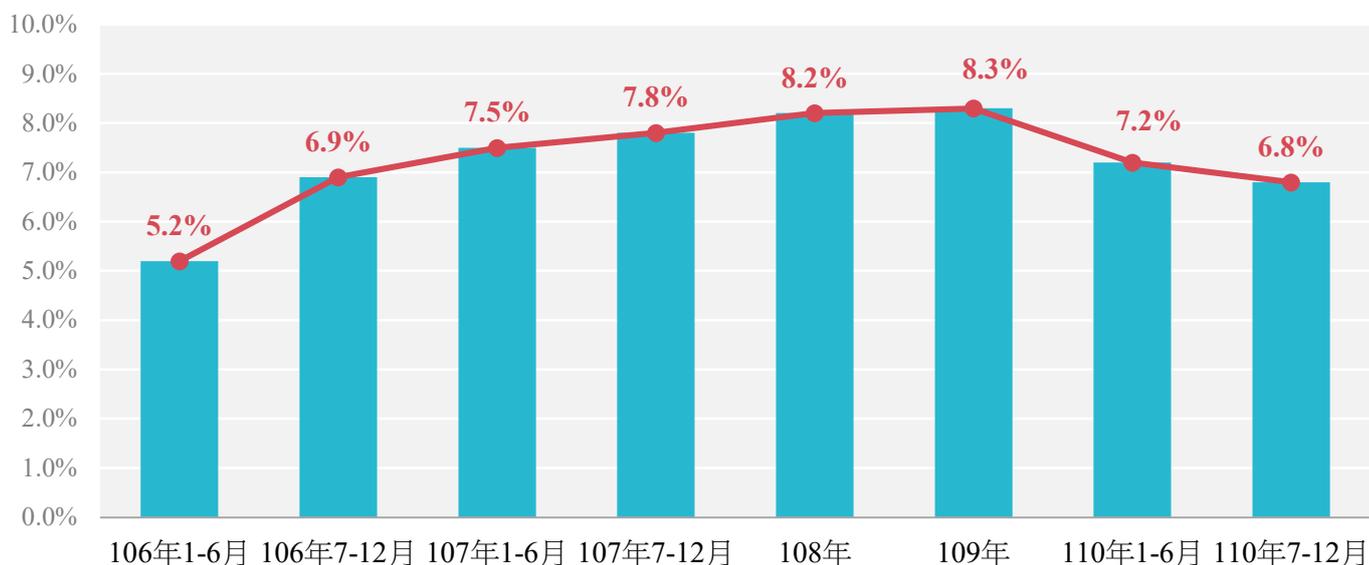


圖 5-24 運動穿戴裝置消費支出次數分配年度比較

(四) 購買及維修運動用品消費支出次數分配

110年1-6月，16.5%的民眾有購買及維修運動用品，有此消費支出者，其每人平均消費金額為3,402元；而110年7-12月，則有16.2%的民眾有購買及維修用品，有此消費支出者，其每人平均消費金額為3,325元。

從年度比較結果來看，106年至109年間，我國民眾購買及維修運動用品的比例逐年上升，而110年上半年因全國疫情升級至第三級警戒，運動場館封館，故民眾轉而購買運動用品與器材在家裡運動，故110年上半年消費支出比例持續上升。隨著110年下半年微解封，民眾居家運動情形減少，故110年下半年比例微幅下降。

購買及維修運動用品

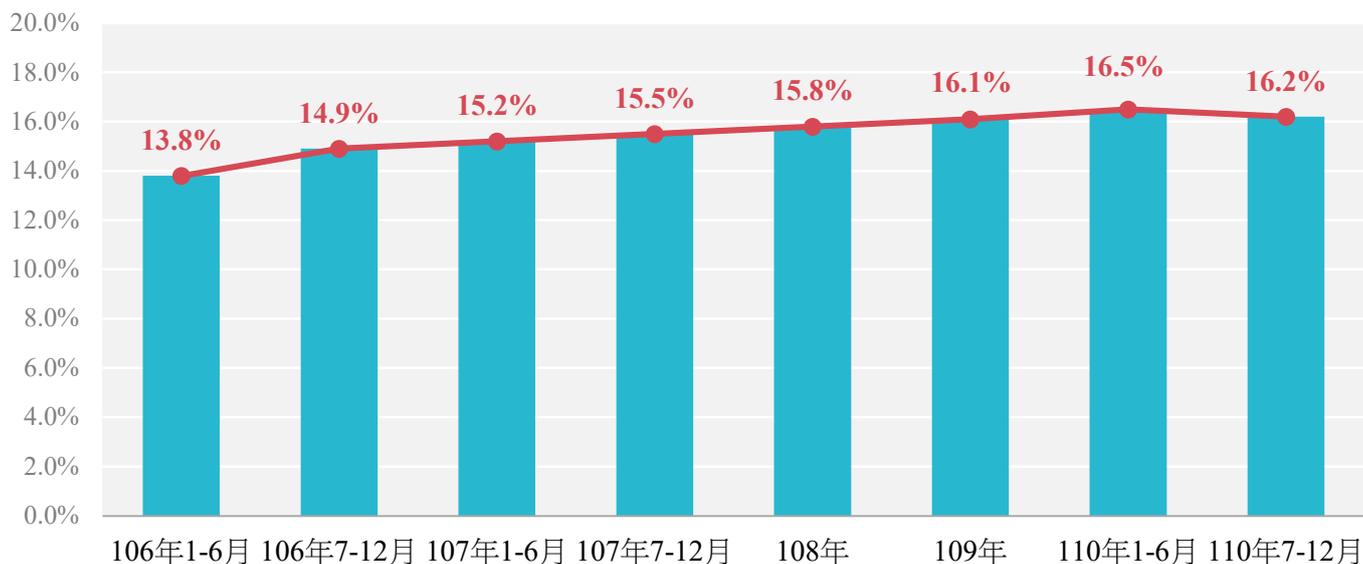


圖 5-25 購買及維修運動用品消費支出次數分配年度比較



(五)有使用運動軟體產品之次數分配

我國民眾有使用運動軟體產品的比例自 106 年起逐年上升，而 110 年上半年因疫情嚴峻，民眾在家運動時間增加，故 110 年上半年民眾有使用運動軟體產品的比例達 17.6%，而隨 110 年下半年因疫情降為第二級，民眾有採用的比例下降至 16.3%。

有無使用 運動軟體產品

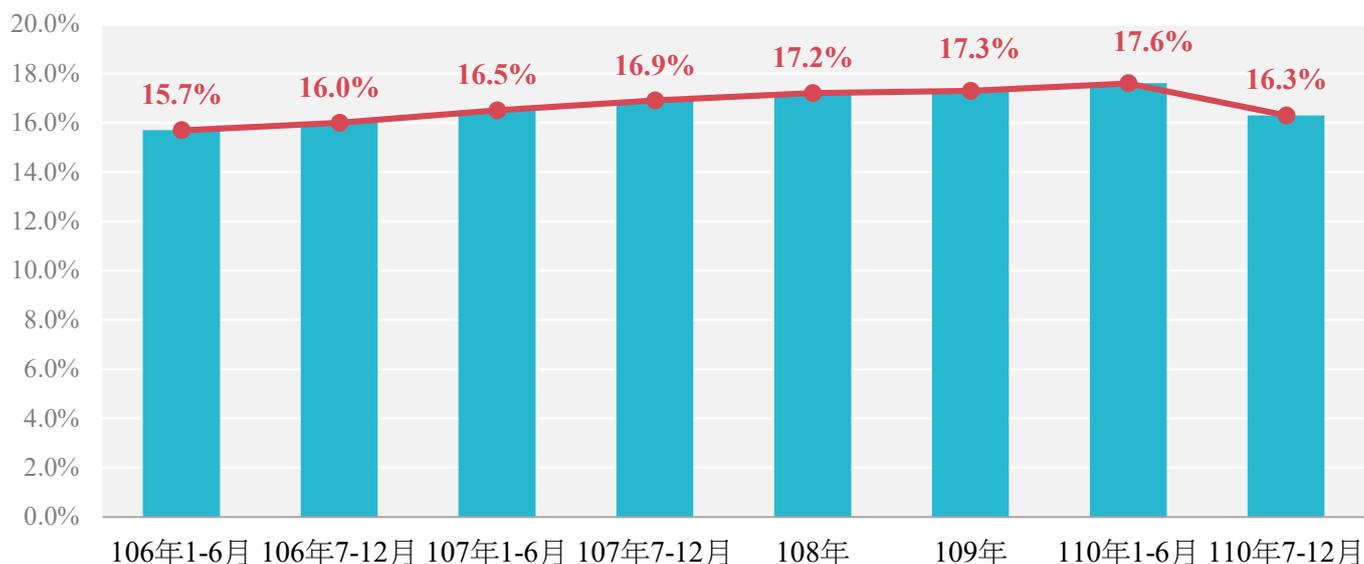


圖 5-26 有使用運動軟體產品之次數分配年度比較



(六)運動軟體產品消費支出之次數分配

110年1-6月，有使用運動軟體產品的民眾中，7.2%的民眾表示該產品需額外付費，有此消費支出者，其每人平均消費金額為292元；而110年7-12月，有使用運動軟體產品的民眾中，有6.9%的民眾表示該產品需額外付費，有此消費支出者，其每人平均消費金額為315元。

觀察歷年民眾運動軟體產品消費支出比例趨勢，可發現106年比例較高，爾後107年至110年間我國民眾有額外付費使用運動軟體產品之比例減少，約在7.0%左右。

運動軟體產品 是否需要花錢

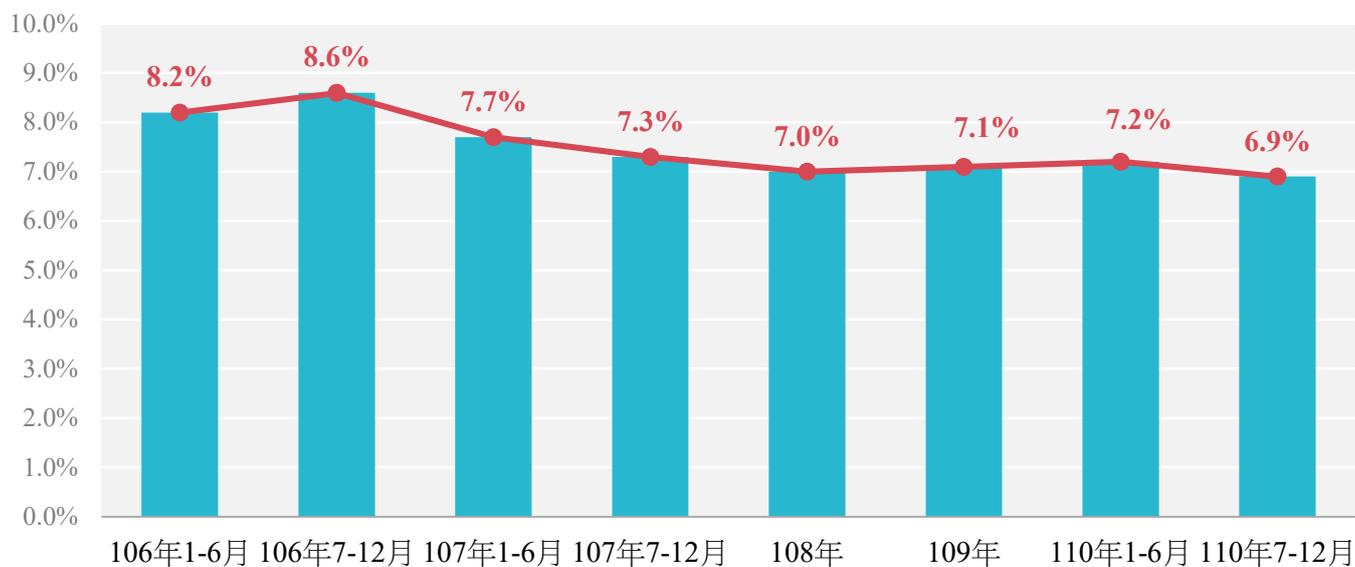


圖 5-27 運動軟體產品消費支出次數分配年度比較

五、電競消費支出次數分配歷年比較

110 年 1-6 月，2.7%的民眾有電競消費支出，有此消費支出者，其每人平均消費金額為 786 元；而 110 年 7-12 月，則有 2.9%的民眾有電競消費支出，有此消費支出者，其每人平均消費金額為 765 元。

近五年來我國民眾電競消費支出比例逐年上升，109 年突破至 2.2%，110 年下半年則達 2.9%，顯示疫情的宅經濟亦帶動民眾在電競的消費支出。

電競消費支出

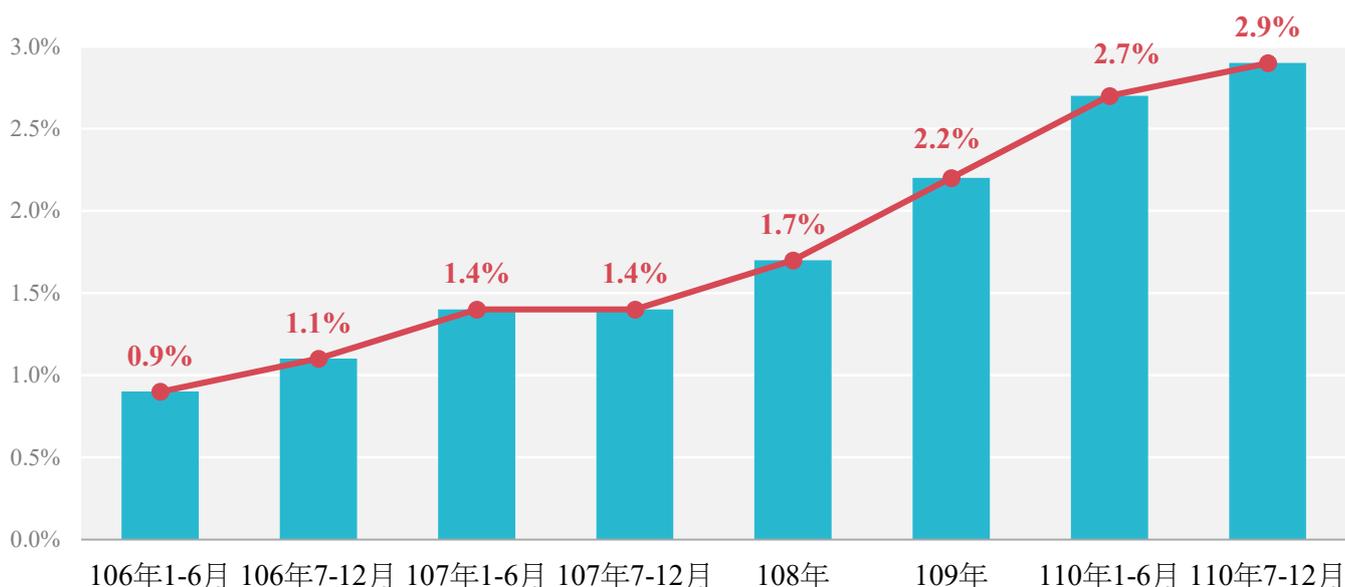


圖 5-28 電競消費支出次數分配年度比較

進一步分析歷年有電競消費支出的民眾，其主要付費的項目，可發現皆以「軟體產品」及「硬體設備」為主。

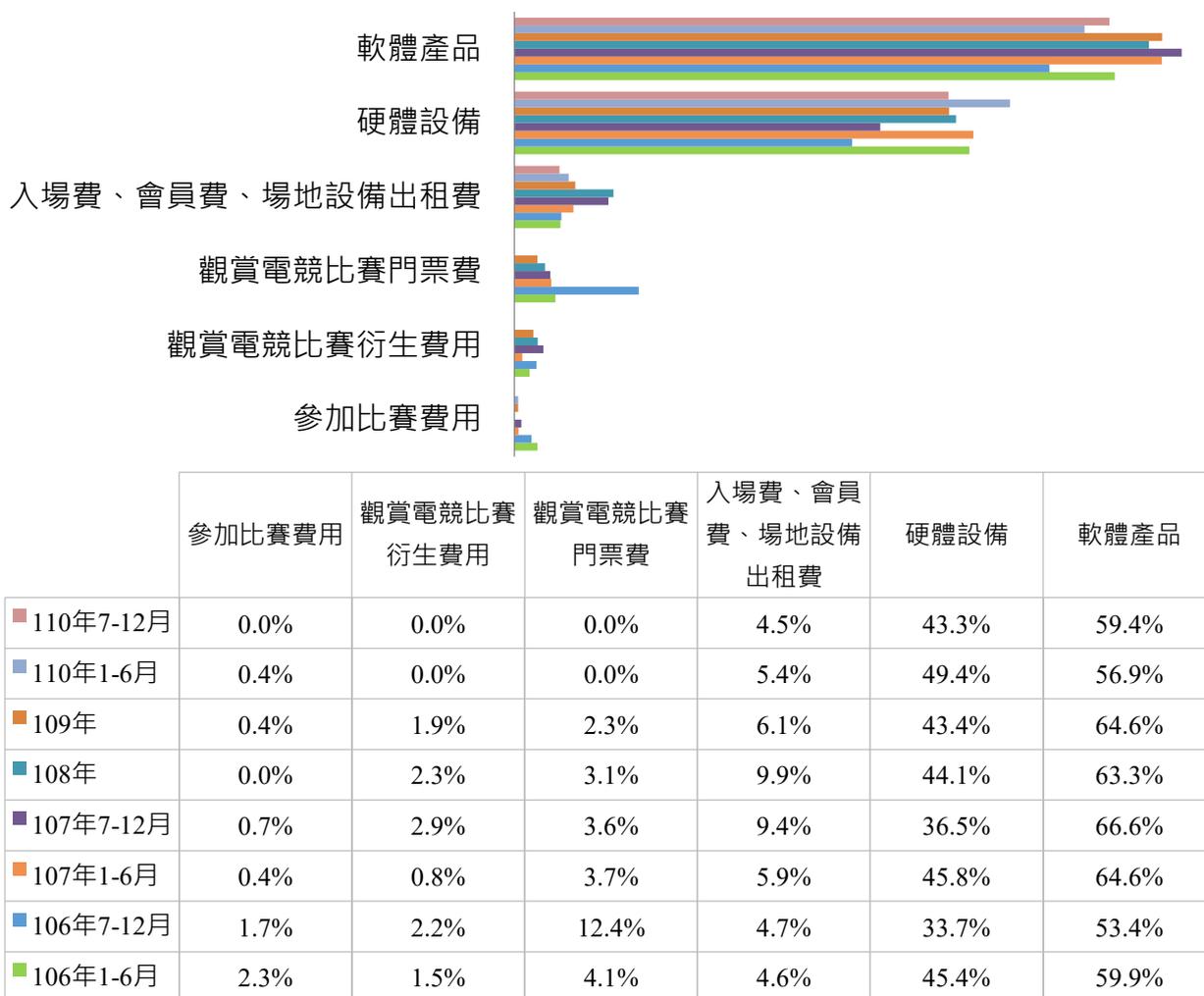


圖 5-29 電競消費支出項目次數分配之年度比較

陸、各運動消費支出項目之族群分析

以下針對 110 年度我國民眾運動消費支出之調查結果及相關發現進行綜合歸納，並勾勒出各運動消費支出項目，其主要消費族群之輪廓特性。

一、參與性運動消費支出

(一)運動課程消費主力為女性、30-39 歲、40-49 歲民眾

在參與性運動各項目中，歷年皆以「運動課程費」的消費支出總額最高，由於國人健康意識抬頭，運動需求提高，業者針對不同族群推出合宜的課程內容，以吸引消費者目光，自 106 年起運動課程的消費支出總額即逐年成長，109 年達 119.5 億元。

然而，110 上半年因新冠肺炎疫情的影響，運動場館封館，雖 110 年下半年疫情警戒降至第二級，運動場館開放，但因仍有防疫措施，加上民眾仍擔心有染疫風險，因此，110 年我國民眾在運動課程消費支出的比例下降，110 年總額減少至 92.6 億元。

剖析運動課程消費族群結構，可發現以「女性」、「30-39 歲」及「40-49 歲」為主要消費族群，顯示女性、中壯年族群對運動課程的消費意願較高。有鑑於此，業者在運動課程內容規劃方面，可掌握族群運動習慣、需求及偏好運動項目等，進而推出適切的運動課程，吸引民眾參與興趣。



(二)女性、30-39 歲、40-49 歲民眾為單純運動指導教學費消費主力

106 年至 109 年間，我國民眾在「單純運動指導教學費」消費支出總額逐年增加，109 年達 20.9 億元，然而，110 年因疫情的關係，消費支出總額減少至 16.6 億元。

進一步分析單純運動指導教學費消費族群，可發現以「女性」、「30-39 歲」及「40-49 歲」民眾為主；而近年民眾主要支出項目皆以「上健身房」占比最高，顯示健身風氣盛行，民眾更願意花費請專業教練依據個人自身體能及訓練目標，給予量身打造運動規劃。

(三)運動場館主要消費族群為男性、20-29 歲、30-39 歲、雙北民眾

從歷年調查結果顯示，我國民眾有「運動場館（入場費、會員費、場地設備出租費）」消費支出的比例，皆居參與性運動項目的首位，然而，110 年因疫情的緣故，運動場館封館及解封後防疫規定，故 110 年民眾運動場館消費支出比例下降，消費支出總額也減少為 62.9 億元。

剖析運動場館消費族群結構，可發現「男性」、「20-29 歲」、「30-39 歲」民眾消費比例較高；在地區方面，因雙北運動場館家數較多，交通可及性高，且場館經營型態多元，亦吸引民眾消費意願。

近年國人健身風氣盛行，可發現近二年民眾運動場館主要支出項目皆以「上健身房」比例最高，顯示民眾對自身體態越來越重視；另外，歷年來「游泳」也為民眾主要支出項目之一，但由於 110 年有段時間游泳池未開放，加上從事該運動時無法配戴口罩，染疫風險增加，故 110 年比例有所下降。



(四) 男性、50-59 歲民眾為運動社團費消費主力

109 年至 110 年間，民眾有運動社團消費支出的比例下降許多，主要原因為因疫情關係，部分社團活動因應政府防疫措施取消，或民眾因有染疫疑慮而減少參與社團活動，使得近二年民眾運動社團消費支出總額減少，110 年為 13.3 億元。分析消費族群結構，則可發現以「男性」、「50-59 歲」民眾為主要消費族群。

(五) 男性、40-49 歲民眾較有運動比賽相關衍生費用支出

疫情前我國民眾在「參加運動比賽衍生費」的支出總額大致維持在 60.0 億元左右。然而，自 109 年起疫情影響國內運動賽事舉辦甚鉅，尤其 110 年又更為嚴重，部分賽事取消或延期辦理，故「參加運動比賽衍生費」總額減少至 45.0 億元，較往年來得少。

整體來說，在參與性運動項目方面，「參加運動比賽衍生費」總額僅次於「運動課程費」(92.6 億元) 及「入場費、會員費、場地設備出租費」(62.9 億元)。而在消費人口比例方面，民眾有「參加運動比賽衍生費」消費支出，也排名第三，分析消費族群輪廓，可發現以「男性」、「40-49 歲」族群為主。



二、觀賞性運動消費支出

(一) 男性、20-29 歲、30-39 歲民眾為運動賽事門票主要消費族群

110 年民眾買票觀賞國內運動賽事之比例在 5.0% 左右，消費支出總額為 6.5 億元，以「男性」、「20-29 歲」、「30-39 歲」的民眾消費占比較高；而民眾最主要觀賞的國內運動比賽項目為「棒球」，比例達九成以上，其次則為籃球。

(二) 男性、30-39 歲民眾，較會購買網路、寬頻電視觀賞運動比賽

在購買、付費訂閱媒體方面，109 年因新冠肺炎疫情多數運動賽事取消，使得我國民眾購買、付費訂閱媒體之比例及總額皆較往年來得低。而 110 年下半年因東京奧運及世界羽球錦標賽舉辦，加上疫情期間民眾待在家時間增加，也激起民眾關注賽事興趣，110 年我國民眾購買、付費訂閱媒體的支出總額為 32.9 億元。

隨著資訊科技普及與網路通訊進步，民眾為「為觀賞運動比賽而訂購網路/寬頻電視」的比例增加，其中，又以「男性」、「30-39 歲」為主要消費族群。



三、運動彩券消費支出

(一) 運動彩券消費族群以男性、30-39 歲為主

本次台灣運動彩券推估消費支出總額為 136.7 億元，以「男性」、「30-39 歲」為主要消費族群。而從本研究整理的台灣運動彩券實際銷售資料可知，110 年銷售總額為 466.3 億元，較 109 年（403.6 億元）成長 15.5%。

而根據過往研究經驗，大多民眾較不願意表露個人購買運動彩券行為，故於問卷調查過程中，可能不願承認曾購買台灣運動彩券，或者刻意減少實際消費之金額，因此，本次調查所推估之總額，與實際銷售總額有所落差。

從運動彩券歷年的實際銷售趨勢可知，109 年因疫情關係，多數國際賽事無法如期舉辦或展延，影響到台灣運動彩券投注，但由於體育署與發行單位啟動緊急應變計畫，增加投注標的、玩法等，故 109 年銷售額仍維持在 400 億元以上。而 110 年因東京奧運的關係，刺激我國民眾投注熱潮，銷售額達 466.3 億元，再創歷年新高。



四、運動裝備消費支出

(一) 男性、40-49 歲、50-59 歲民眾較有運動裝備消費支出

在運動裝備消費支出方面，110 年民眾購買「運動服」的比例最高，其中，以「男性」、「40-49 歲」民眾為主要消費族群；而「運動鞋」則為民眾次要購買的運動裝備，以「男性」、「40-49 歲」及「50-59 歲」民眾消費占比較高；在「購買及維修運動用品」及「運動穿戴裝置」方面，則皆以「男性」、「40-49 歲」民眾為主。將運動裝備消費支出項目五者合併計算，消費支出總額為 586.9 億元，為歷年運動消費支出中金額最高部份。

從歷年趨勢可知，106 年至 108 年間，我國民眾在運動裝備相關消費支出總額持續成長，108 年達 625.7 億元，然而，近二年受疫情影響，109 年衰退至 601.5 億元，110 年則為 586.9 億元。

五、電競消費支出

(一) 電競主要消費族群為男性、學生、13-19 歲、20-29 歲民眾

110 年因民眾在家時間增加，帶動宅經濟市場發展，消費支出總額達 8.6 億元，其中「硬體設備」支出總額最高為 5.4 億元，其次為軟體產品，約 3.0 億元。而「男性」、「13-19 歲」、「20-29 歲」、「學生」民眾，較有電競相關消費支出。



柒、焦點團體座談會分析

隨著近來科技應用快速發展，運動與科技結合隨之成長，且新冠肺炎疫情所帶來的衝擊，也對運動產業科技化帶來舉足輕重之影響。因此，本研究藉由焦點團體座談會，探究消費者在居家及場館運動時，運用科技設備之現況與需求，以及對於政府推動運動科技措施之意見與建議，以做為未來政府及業者發展運動科技設備與服務之參酌。

一、居家運動科技服務使用現況

109 年新冠肺炎疫情爆發，110 年 5 月中央流行疫情指揮中心宣布提升疫情警戒至第三級，運動場館業者陸續休館，民眾減少外出，使得居家運動人口明顯成長。故本次焦點團體座談會特別探究消費者利用線上運動課程及運動 App 等進行居家運動時，較常遇到的問題及建議。

(一)線上運動課程會遇到居家空間限制、網路連線延遲等問題

疫情期間有部份民眾開始利用線上課程在家運動，但在焦點團體座談會中即有受訪者表示，運動動作幅度較大時，家裡未必有足夠的運動空間可完全伸展肢體，且視訊鏡頭或行動裝置等設備之架設及鏡頭廣角與否，也會影響影像中是否能呈現整體動作，使得教練較難評估學員動作之正確性，進而協助修正。

此外，需要大型健身器材輔助之課程，則難以採線上教學方式進行，消費者不易依原本課程內容進行。舉例來說，增肌課程以往需抬舉槓片，但因安全性考量及器材不易取得，教練會調整課程內容，由壺鈴及啞鈴等取代。

而在進行線上運動課程時，也常遇到網路延遲問題，使得教練與學員之影像不同步，教練已經完成動作教學，但影像中學員仍停留在上個動作。

綜上可知，業者未來規劃線上運動課程內容時，需考量是否會利用到較大的居家空間，以及克服網路連線延遲問題，而課程若需搭配器材，



則應以安全及易取得之器材為主，進而推出適合居家進行之線上運動課程。

(二)疫情時運動 APP 方便民眾在家運動，但會擔心自身動作正確性

目前市面上許多運動 App 具備多元運動內容供消費者使用，尤其在疫情升溫時，運動 App 成為自主訓練之重要選擇。然而，有消費者表示雖跟著 App 指示完成動作，但由於無人在旁指導，會擔心自己的動作是否正確。

而運動 App 所提供之功能及內容多元性，也會影響消費者使用意願，有消費者即表示若運動 App 能依據自身運動習慣、運動強度及身體狀況等，進行運動課表之客製化推薦，較有機會引起消費者採用興趣。

除此之外，亦有消費者認為運動 App 可朝遊戲化設計，當達到運動目標門檻時，運動 App 能給予獎勵如代幣、功能解鎖等，且可建立徽章收集機制，消費者完成特定任務或里程碑時可獲得徽章，藉行動裝置手機連網功能，讓消費者能見到親朋好友之運動排行及成績，在比較心理驅使下，更能激勵消費者提升運動表現，增進其續用意願。

整體而言，運動 App 方便民眾能夠在家運動，但利用運動 App 時，會遇到無法確認自身動作是否正確、內容不符合自身需求等問題。而當運動 App 融入遊戲元素，設計獎勵、破關獲徽章等機制時，將有助於增進消費者對應用程式之忠誠度及黏著度。



二、場館運動科技服務使用現況

隨著資通訊科技發展，加上近年疫情的衝擊，改變了民眾生活型態及行為，許多運動場館經營者也開始將服務與科技結合，創造新的經營及商業模式。而本研究之焦點團體座談會中，也進一步了解消費者對於場館運動科技服務之使用現況、滿意度及建議等。

(一)消費者認為場館以 App、人臉辨識等方式進場較方便

近年來有部份運動場館業者導入 App 掃描 QR Code，或人臉掃描等進場服務，以降低接觸風險，對此消費者予以肯定，認為不需再進行人工審核身分進場，縮短排隊等候時間，提高便利性。

然而，從人工驗證方式轉為自動化進場之施行前期階段，難免會有消費者因習慣問題，而排斥操作使用 App，故消費者建議業者可透過獎勵如抽獎及贈品等，增進民眾採用意願。

除此之外，業者亦可考慮擴充 App 功能多元性，提升消費者需求及使用頻率，有消費者即表示希望 App 可顯示場館人流量，以避免人太多影響運動品質，前往場館前可先從 App 觀看場館人流量，再決定是否前往。

綜上可知，消費者認同場館經營者導入 App 掃描 QR Code、人臉辨識等科技應用，而當業者提供使用誘因、擴充場館 App 功能時，將更能吸引消費者下載使用。



(二)場館科技化管理應留意消費者隱私、準確性等問題

場館業者在導入運動科技服務時，亦應留意消費者個人隱私保護問題，以人臉辨識進場來說，有消費者擔心洩露個人資料，或是人臉遭到有心人士非法盜用。

除隱私問題之外，消費者表示有時透過人臉辨識進場會失敗，準確性相較 App 掃描 QR Code 來得差，仍需要透過人工審核身分方式進入場館。

整體而言，場館在採用運動科技設備或服務時，應重視消費者隱私保護，並反覆進行系統測試，以提升人臉辨識之準確性，降低消費者疑慮。

(三)透過掃描 QR Code 觀看器材教學影片，有助於降低器材使用門檻

在此次焦點團體座談會中，消費者表示早期健身房的健身器材使用說明主要以紙本手冊為主，若未來健身器材上能夠提供 QR Code，消費者只要透過手機掃描，即可觀看器材調整及使用示範等教學影片，對消費者而言，為較迅速且方便獲得健身器材使用資訊之方式。

然而，有消費者表示，若業者提供健身器材使用教學影片，可能影響購買私人教練課程意願；但亦有消費者認為影片僅供參考，個人動作精確性及特定部位訓練等，仍需要由私人教練指導，故無法取代私人教練重要性。

綜上可知，對消費者而言，藉掃描健身器材上的 QR Code，獲得健身器材使用教學影片，相對方便許多，能降低器材的使用門檻；而當消費者可以透過基本的教學影片學習時，教練的專業性將更為重要，可能影響消費者購買課程之意願。



三、運動科技設備或服務之需求及期待

為了解消費者對運動科技設備或服務之需求，以提供相對應服務，本次焦點團體座談會亦探討消費者對運動科技設備或服務之看法及期待。

(一) 消費者重視運動科技設備或服務之使用可近性

在本次焦點團體座談會中，消費者表示若要藉運動科技設備或服務來增進民眾運動參與度，需留意相關服務取得容易程度，當僅能於特定場館、器材等使用時，可能影響消費者使用意願。

除此之外，在運動科技服務的操作方面，應考量消費者數位能力情形，對於年長者、數位能力較低者來說，可能因不會操作科技設備，而失去體驗之機會及樂趣。

在運動與科技結合潮流中，運動科技設備或器材不單僅是工具，其所提供的服務內容深度及廣度更為重要，有消費者希望可針對個人需求，提供運動客製化建議。

整體而言，消費者認為若要推廣運動科技，應讓消費者能夠於多個運動場館，或是與多元運動器材結合，讓運動科技設備或服務能夠在生活中普遍使用，且功能也應可依據個人需求，進而調整，

(二) 期望運動科技能增加不同運動體驗、增進運動表現、預防運動傷害

本次焦點團體座談會中，進一步了解消費者希望未來推出哪些運動科技設備或服務，有消費者認為部分運動如衝浪、滑雪及公路車等，往往會受到環境及氣候等限制，而較不容易進行、體驗，若與 VR 穿戴裝置結合，讓消費者彷彿身歷其境進行該項運動，可能吸引其採用的興趣。

另外，有消費者也期待透過運動科技設備或服務能精進個人運動表現，舉例來說，藉感測器蒐集健身時肌肉施力情形，並即時由影像呈現，以改善個人健身動作，或是能透過智慧裝置，預防個人運動傷害。

綜上可知，未來在研發運動科技設備或服務時，應從消費者之需求為出發點，輔助其在運動時能有更好的運動成效、避免運動傷害，且能克服環境及氣候之限制，針對特殊運動項目也可結合 VR 沉浸式體驗，增添消費者體驗機會。

(三) 運動科技設備與服務設計可結合遊戲、競賽元素，吸引消費者持續使用

智慧科技應用於促進運動蔚為風潮，政府近年來也積極發展運動科技服務，結合穿戴式科技、數據分析及虛擬實境等，並於場域驗證應用，期能夠促使原先未參與運動之人口加入運動行列。

本次焦點團體座談會中，消費者針對政府推廣運動科技提出建議，認為科技結合遊戲化元素，將能促使消費者更投入運動，例如寶可夢玩家透過步行以換取積分，有可能增進消費者參與運動之樂趣。

除此之外，在推廣運動科技設備或服務時，可考慮增加社群互動功能，讓消費者能夠跟親朋好友一同體驗，且可設計相關競賽活動，較能吸引民眾參與。

然而，消費者對運動科技設備或服務之接受度，會因其年齡、有無運動習慣等而有所差異，故有消費者亦建議未來政府在推廣時，可依據不同族群之運動習慣及偏好，調整行銷策略，以達到良好之推廣效果。

整體而言，未來政府及相關單位設計運動科技設備與服務時，應該注入遊戲、競賽元素，以增添整體趣味性，吸引消費者使用或體驗之興趣，且針對不同族群規劃推廣方案，方能有效透過運動結合科技方式，增進國人運動參與度。

捌、新冠肺炎對運動消費之影響

一、疫情下民眾運動消費之變化

本次調查進一步詢問民眾在疫情影響下，110年的運動消費金額，與109年相比為增加、持平或是減少。調查結果顯示，有7.3%的民眾表示「增加」，平均增加26.3%，63.7%的民眾為「持平」，表示「減少」的民眾占29.0%，平均減少46.1%。顯示多數民眾在110年的運動消費支出金額未有太多變化，但減少運動消費支出的民眾仍高於增加的民眾。

Q.請問在疫情影響下，整體而言，您在110年的運動消費金額，與109年相比是增加、持平或減少？大約多少比例？

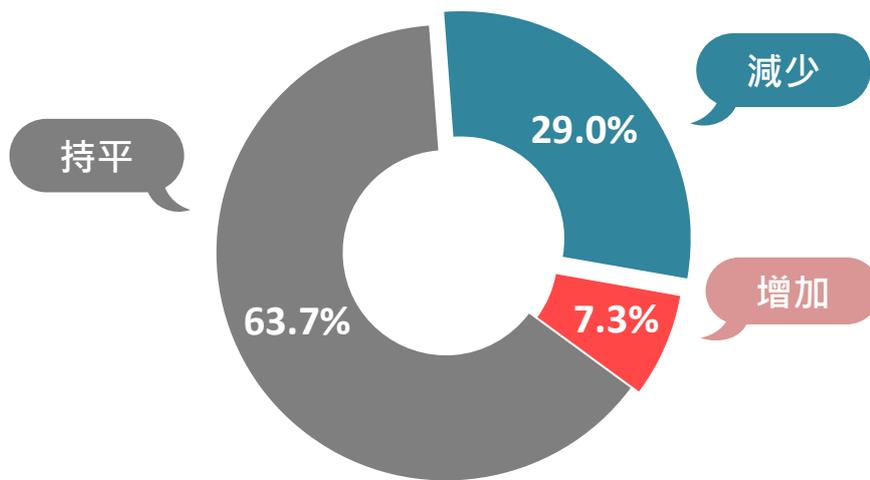


圖 8-1 110 年與 109 年運動消費金額之比較

進一步交叉分析後發現，與109年相比，40-49歲（37.8%）及30-39歲（35.9%）的民眾表示110年的運動消費金額減少的比例相對高於其他年齡層民眾；除此之外，居住在六都的民眾表示110年運動消費金額較109年減少之比例亦相對高於非六都民眾。進一步分析可能原因為30-39歲、40-49歲及居住在六都的民眾，原本即有較多的運動消費支出，然而，110年受到新冠肺炎疫情衝擊下，

多數運動場館關閉，影響運動活動進行，使得有較多運動消費支出的 30-39 歲、40-49 歲及六都民眾表示 110 年運動消費金額較 109 年減少的比例相對較高。

而因應新冠肺炎疫情，63.6%的民眾表示運動消費行為「沒有改變」，而有部分民眾表示在運動消費上有所改變，主要為「減少到運動場館消費」(28.8%)、「減少報名運動團體課程」(15.3%) 及「增加購買健身器材，改為在家運動」(6.4%)。

Q.因應新冠肺炎疫情，請問您在運動消費上主要有哪些改變？【可複選，最多 3 項】

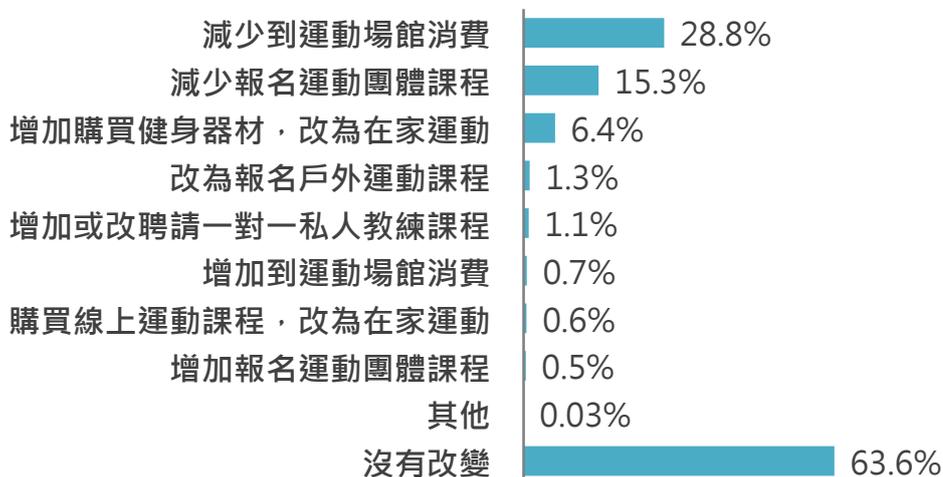


圖 8-2 因新冠肺炎疫情，運動消費行為變化

從交叉分析可發現，因應新冠肺炎疫情，女性「減少報名運動團體課程」(18.0%) 的比例較高；而 30-39 歲 (38.6%)、40-49 歲 (34.2%) 及 20-29 歲 (32.9%) 的民眾，表示「減少到運動場館消費」的比例超過三成，較其他年齡層民眾高。

詢問民眾若與 109 年相比，在疫情影響下，110 年的運動時間與運動消費金額變化情形，可發現多數民眾認為運動時間減少，其中以「運動時間減少，運動消費支出減少」(21.7%) 及「運動時間減少，運動消費支出不變」(19.7%) 比例較高；另則有 37.7% 民眾表示「兩者沒有改變」。

Q.請問與 109 年相比，在疫情影響下，整體而言您在 110 年的運動時間是增加或減少？運動消費是增加或減少？

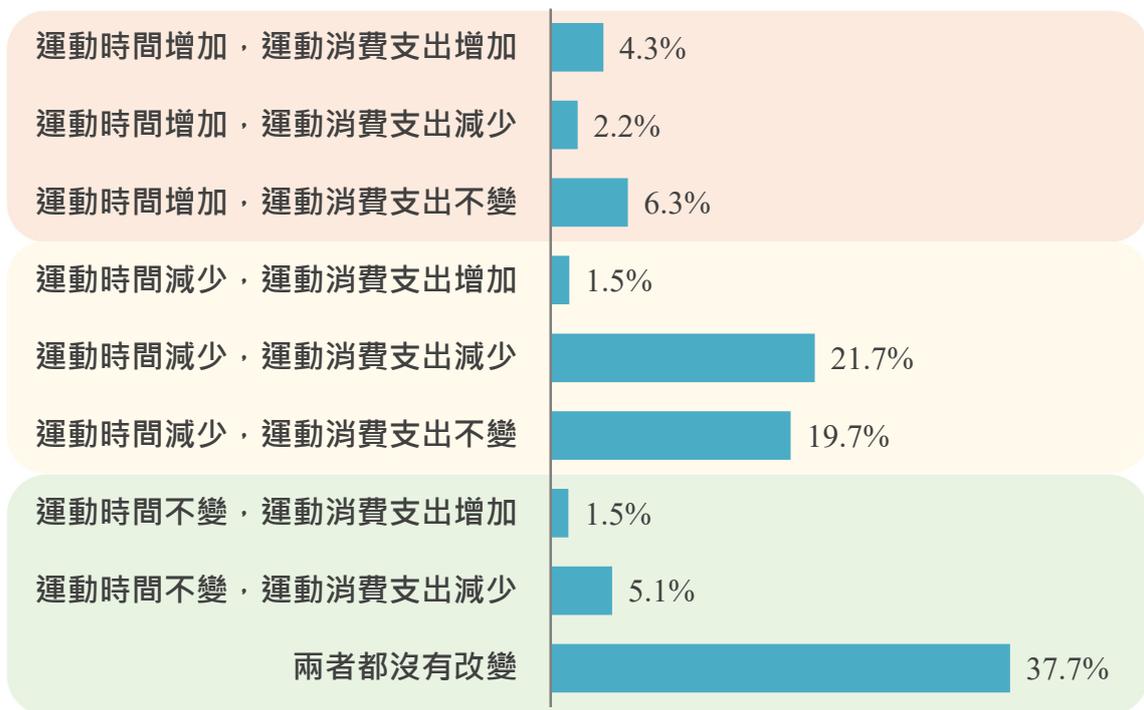


圖 8-3 與 109 年相比，運動時間與消費金額變化

進一步交叉分析後發現，與 109 年相比，40-49 歲 (29.2%) 及 30-39 歲 (28.2%) 民眾，110 年「運動時間減少，運動消費支出減少」的比例較高。

而針對運動時間增加的民眾，進一步詢問其主要增加哪些類型運動，調查結果顯示，有超過半數的民眾為「在家自己做運動」(53.7%)及「從事戶外運動」(50.8%)，而有29.0%的民眾則「在公園或操場做運動」，15.0%的民眾「在室內場地做運動或上運動課程」。

Q.請問您的運動時間增加，主要是增加在哪些類型的運動？【可複選】

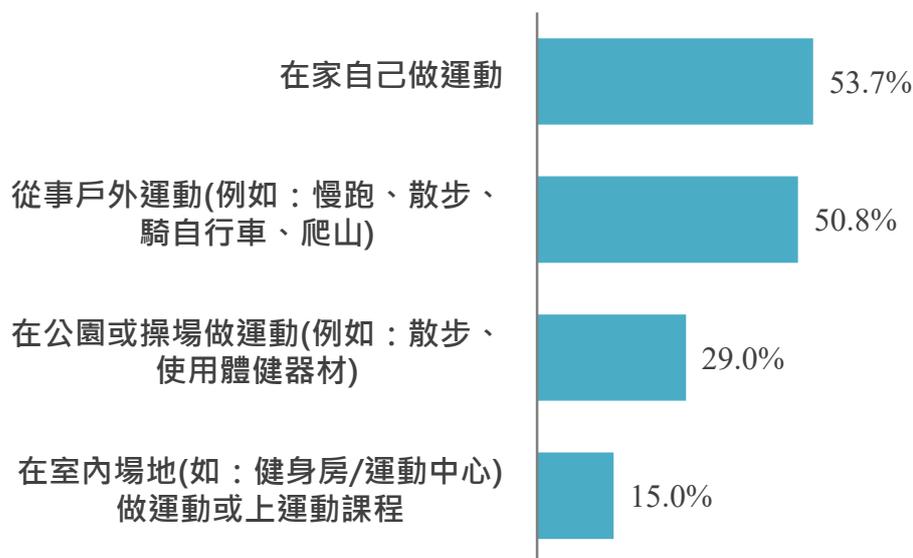


圖 8-4 運動時間增加，為增加哪種類型運動

運動時間增加的民眾中，男性最主要「從事戶外運動」(55.6%)，女性則最主要「在家自己做運動」(61.4%)；而從年齡來看，越年輕的民眾「在家自己做運動」的比例越高，反之，越年長的民眾「從事戶外運動」的比例則相對較高。

二、新冠肺炎防疫措施的影響

根據本次調查推估，110 年我國民眾運動消費支出總額約為 1,335.8 億元，在新冠肺炎疫情影響下，總額較 109 年下降 1.3%；其中，在參與性運動消費支出方面，受到疫情衝擊較大，總額明顯衰退；而 110 年觀賞性運動消費支出及運動彩券消費支出的總額則有所成長；在運動裝備消費支出方面，雖運動服及運動鞋的消費支出總額下降，但運動用品與器材及運動軟體的消費支出總額則有所上升。

110 年 5 月中旬國內疫情嚴峻，全國疫情警戒升為第三級，凡健身中心、國民運動中心及室內游泳池等休閒娛樂場所，以及屬「競技及休閒運動場館業」之各類型運動場館皆需關閉。然而，7 月 13 日起指揮中心雖適度鬆綁部分措施，開放室內外運動場館如健身房、瑜珈館、網球場及羽球館等，但游泳池、保齡球館及撞球場則逐步開放，且針對在進行運動活動時，仍有防疫措施要求；再者，運動場館雖開放，民眾仍會擔心室內密閉空間、器材碰觸等，會增加感染的風險，故至運動場館消費意願降低，使得我國民眾在參與性運動消費支出中的運動課程費、單純運動指導教學費、運動場館支出費用皆呈現減少情形。



圖 8-5 110 年防疫期間重要措施事紀

除此之外，在運動社團費及參加運動比賽衍生費之消費支出亦有所下降，分析可能原因為部分運動比賽、社團活動因疫情考量而取消，例如：渣打臺北公益馬拉松、金門馬拉松、臺南古都國際半程馬拉松及東吳國際超級馬拉松等，尚有部分運動比賽延期至111年舉辦，且民眾可能因擔心疫情，而減少運動比賽、運動社團參與情形，故使得相關消費金額有所下降。

在觀賞性運動消費支出方面，國內中華職棒雖為全世界最早開打的職棒賽事，然而，110年上半年因疫情關係，自5月起採閉門比賽進行，在8月初後逐步放寬觀眾進場人數及開放飲食等。110年中華職棒有味全龍的加入，總場次增加，例行賽約95萬觀眾進場，較109年成長，除此之外，P. LEAGUE+第一季球賽亦吸引球迷進場觀賽，故110年我國民眾在觀賞運動比賽及相關衍生支出微幅上升。而在購買、付費訂閱媒體費方面，110年全球運動賽事陸續開打，加上東京奧運、帕奧及世界羽球錦標賽，吸引民眾關注中華隊表現，故購買、付費訂閱媒體消費支出增加。



圖 8-6 110 年中華職棒重要防疫措施事紀



在台灣運動彩券方面，即使 110 年新冠肺炎疫情仍持續延燒，但由於東京奧運的舉辦帶動我國民眾投注熱潮，且台灣運彩獲體育署支持放寬獎金支出率上限，同時針對東京奧運開盤逾 16 種運動項目，並推出新玩法及新活動，如辦理「台灣英雄來奪金，運彩乎你抽現金」抽獎活動，其中「加碼獎」只要臺灣選手每奪一面金、銀、銅牌，即分別加碼抽出 100 萬元、30 萬元、20 萬元現金，藉此增進民眾投注樂趣。除此之外，考量到疫情期間民眾減少外出，故台灣運彩推出的 Mobile ID 身分認證服務，更增進民眾在家網路會員申辦及開通的便利性。因此，在體育署與發行單位啟動緊急應變計畫下，110 年運彩銷售額較 109 年成長 15.5%，突破至 466.3 億元，再創歷年新高。而在運動裝備部份，民眾 110 年在運動用品及運動軟體的支出有微幅成長，但在運動服及運動鞋方面則為減少。



三、促進運動消費之動滋券政策

新冠肺炎疫情延燒，教育部體育署為緩解新冠肺炎疫情對運動產業衝擊，積極規劃運動產業紓困振興相關工作，針對營運困難之運動事業及相關從業人員予以補助。

109年教育部體育署即推出運動消費抵用方案，發放400萬份面額500元的動滋券，民眾的使用期間為109年8月8日至110年1月31日止。而110年為配合行政院振興五倍券措施，同時振興遭疫情嚴重衝擊之運動產業，110年教育部體育署接著推出「動滋券2.0」，發放200萬份面額500元的動滋券，開放民眾110年9月22起上網登記，至10月29日截止，並於10月14日、10月21日、10月28日、11月4日公開抽籤。民眾最快可於11月1日起開始抵用，能用於各類運動健身課程、運動場館、路跑活動、登山活動、觀賞職棒及職籃等。

而原定於111年6月30日截止使用，但由於國內疫情升溫影響，及考慮職棒賽程及體育活動旺季，教育部體育署將使用期限延期至111年8月31日。為鼓勵民眾儘早抵用，則推出「抵用完畢，加碼兩百」方案，分別針對111年4月30日前及5月31日前將動滋券全數抵用完畢者，額外加碼200元動滋券，加碼券總發放100萬份。

根據教育部體育署提供之統計資料，自110年1月1日至110年1月31日間，動滋券1.0交易金額為3億7,457萬5,448元，抵用金額為1億6,889萬4,591元，外溢效益為2億685萬857元；而自110年11月1日至110年12月31日間，動滋券2.0交易金額為2億3,815萬6,511元，抵用金額1億4,038萬1,002元，外溢效益為9,777萬5,509元。



由於本次調查民眾 110 年運動消費支出時，並未納入動滋券之抵用金額，因此若將本調查推估之 110 年我國民眾運動消費支出總額 1,335.8 億元，加上 110 年間動滋券 1.0 及動滋券 2.0 總共的抵用金額 3 億 927 萬 5,593 元³⁵，即可推估 110 年我國民眾運動消費支出金額約為 1,338.9 億元。

³⁵ 為避免將動滋券外溢金額與 110 年我國民眾運動消費推估總額重複計算，故此處僅將 110 年我國民眾運動消費支出總額與動滋券實際抵用金額加總，外溢金額則不計算在內。



玖、結論

一、受新冠肺炎疫情影響，110 年我國民眾運動消費支出減少

從分析文獻資料發現，109 年新冠肺炎疫情爆發，包含美國、日本等不同國家的運動消費支出，確實受新冠肺炎疫情而有所下降，而 110 年疫情爆發較早的國家開始逐步解封，使得 110 年民眾的運動消費支出開始成長。

反觀我國 110 年較 109 年衰退，主要原因為 109 年疫情爆發時，國內控制得宜，對我國的影響有限，110 年全國實施三級警戒因而產生更大衝擊，調查推估 110 年我國民眾運動消費支出總額約為 1,335.8 億元，較 109 年的 1,353.1 億元衰退 1.3%；而倘若扣除運動彩券消費支出，則可發現 110 年我國民眾運動消費支出總額較 109 年衰退 8.4%，下降幅度更大。然而，若加上 110 年動滋券抵用金額 3.1 億元，則 110 年我國民眾運動消費支出總額為 1,338.9 億元，下降 1.1%。

進一步從五大運動消費支出項目來看，參與性運動消費支出總額為 230.4 億元，觀賞性運動消費支出總額為 43.6 億元，運動彩券銷售額達 466.3 億元，運動裝備消費支出總額為 586.9 億元，電競消費支出總額為 8.6 億元；其中，因全國疫情第三級警戒期間，各類型運動場館需關閉，多數運動活動被迫中止、延期，使得參與性運動消費支出總額衰退最多，較 109 年下降 22.7%。

二、女性偏好課程消費，男性則為運動場館消費主力

從量化調查結果發現，女性為運動課程費及單純運動指導教學費之消費主力，顯示女性較有意願出錢報名運動相關課程；相對地，男性在運動場館、運動社團及參加運動比賽等消費比例皆較女性來得高，另外也較願意花錢購買運動賽事門票。

而在上運動課程或教練課程時，男性認為課程客製化不足的比



例較高，對女性來說，場館空間不夠寬敞、運動設備器材數量不足及課程內容不符需求等則為較常遇到的問題。除此之外，男性在選擇運動課程或教練課程時，會受老師專業能力、場地空間寬敞性所吸引的比例較高，女性則較偏好離家近、價格便宜之課程。

在新冠肺炎的影響方面，因疫情的關係，運動時間增加的民眾中，男性最主要會從事戶外運動，而女性則偏好在家運動。

三、青壯年為主要運動消費族群，但仍應重視高齡族群需求

由量化調查結果可知，20-29 歲、30-39 歲民眾為運動場館主要消費族群，另 30-39 歲、40-49 歲民眾有運動課程與運動指導教學費消費的比例較高，50-59 歲族群則為運動社團消費主力，而 60-69 歲、70-79 歲運動消費支出則相對較少。

然而，有鑑於臺灣目前已為高齡社會，未來更將邁入超高齡社會，故掌握高齡族群運動消費需求仍屬重要。從此次量化調查結果發現，高齡族群在上運動課程或教練課程時，遇到老師無法兼顧全部學員、一直推銷課程及課程內容客製化不足的比例相對較高；而吸引其選擇運動課程或教練課程原因，除離家近、價格便宜外，課程內容是否適合高齡族群，以及環境衛生、附屬設施及安全措施等硬體完善與否亦相當重要。故未來若要增進高齡族群運動消費支出，可優先從其重視的地方著手加強。

四、疫情影響下，近三成民眾減少運動消費支出

與 109 年相比，有 63.7% 的民眾表示 110 年的運動消費金額為持平，顯示多數民眾 110 年的運動消費金額未有太多變化；但仍有 29.0% 民眾運動消費支出金額有所減少，僅 7.3% 民眾表示運動消費增加。而認為自身運動消費受到疫情影響的民眾，大多數表示因疫情關係，減少在運動場館及運動團體課程方面的支出，以及增加購買健身器材在家運動。



而在新冠肺炎疫情的影響下，44.3%的民眾表示運動時間不變，42.9%的民眾則表示運動時間減少，僅一成左右的民眾運動時間增加。運動時間增加之民眾，則大多為在家自己運動及從事戶外運動，且可發現越年輕的民眾越偏好在家自己運動，而越年長的民眾則較偏好至戶外運動。

五、30-39 歲、40-49 歲、六都民眾 110 年運動消費支出減少比例較高

受到新冠肺炎疫情的影響，30-39 歲、40-49 歲、六都民眾表示 110 年運動消費金額較 109 年減少的比例較高。進一步分析可能原因為 30-39 歲、40-49 歲及居住在六都的民眾，在疫情前即有較多的運動消費支出。然而，110 年受到新冠肺炎疫情衝擊下，多數運動場館關閉，影響運動活動進行，因此，使得原本有較多運動消費支出的 30-39 歲、40-49 歲及六都民眾，110 年運動消費金額減少的比例相對較高。

六、女性、20-29 歲、30-39 歲、六都民眾透過線上課程在家運動的比例較高

新冠肺炎三級警戒期間，各類型運動場館關閉，多數運動活動中止、延期。根據量化調查結果顯示，因應新冠肺炎疫情影響，約一成左右的民眾會透過線上運動課程在家運動，其中，從交叉分析可發現女性、20-29 歲、30-39 歲的民眾會透過線上課程在家運動之比例相對較高。除此之外，從居住縣市觀之，六都民眾透過線上課程在家運動之比例亦相對較高。

而在質化焦點團體座談會，民眾分享在家裡進行線上運動課程時，會因居家空間限制，使得部分運動動作幅度較大時，無法做到位，且也需克服硬體設備架設及網路延遲之問題。



七、有消費者期待可藉由運動科技增進運動體驗及表現，並建議內容注入遊戲、競賽元素

在質化焦點團體座談會中，有民眾肯定運動場館業者導入 App 掃描 QR Code 或人臉掃描等進場服務，不僅能降低接觸風險，亦能提升進場便利性，減少排隊等候人工審查時間，但應留意消費者隱私、準確性等問題。

另有民眾期待未來能借助運動科技設備或服務，突破環境及氣候等限制，體驗如衝浪、滑雪及公路車等運動；除此之外，民眾也希望透過運動科技設備或服務的輔助，幫助個人掌握動作是否做到位，以增進個人運動表現。

為增進民眾採用運動科技服務意願，民眾建議服務內容設計可結合遊戲元素，例如參考國外寶可夢應用程式，在走路的同時，能夠解鎖任務或闖關；另外，運動科技設備或服務亦可增加社群互動功能，使民眾能同步與他人競賽，增進採用趣味性。



拾、建議

在本次研究中，藉由量化問卷調查掌握我國民眾運動消費趨勢，以及新冠肺炎疫情對我國民眾運動消費行為之影響；另外，隨著近年數位科技發展與疫情衝擊，運動服務結合創新科技成為矚目話題，此次亦透過焦點團體座談會聆聽消費者對運動科技設備或服務的意見。以下則綜整本次研究中量化及質化研究結果，提出相關建議。

一、疫情對民眾運動消費支出產生衝擊，宜持續關注產業發展，協助運動產業成長

109年新冠肺炎疫情壟罩全球，而110年臺灣疫情嚴峻，自5月中旬全國疫情警戒至第三級，室內外運動場館關閉，許多運動活動被迫停辦或延期，衝擊國內運動產業甚大。根據本次調查推估110年我國民眾運動消費支出總額為1,335.8億元，相較於109年減少17.3億元，下降1.3%。

從運動消費支出項目來看，110年由於東京奧運加持，台灣運動彩券銷售額達466.3億元，再創歷年新高。若扣除運動彩券因素後，110年消費支出總額則較109年減少8.4%，顯示運動彩券的成長在110年扮演相當重要因素，若扣除運動彩券因素後，民眾在運動消費支出上則有明顯下降。

110年以參與性運動消費支出總額衰退最多，較109年減少22.7%，其中因防疫考量各室內外運動場館有將近三個月的時間關閉，因此民眾在運動課程費、單純運動指導教學費及運動場館費消費支出總額減少許多。

在觀賞性運動消費支出方面，雖歷經中華職棒閉門比賽、容納人數限制及禁止飲食等，但110年因味全龍加入總場次增加，總觀眾人數約95萬人較109年來得多，加上P.LEAGUE+第一季球賽吸引



球迷觀看，使得 110 年我國民眾在運動比賽門票費及看運動比賽衍生費有所提升。同時，東京奧運、帕奧及世界羽球錦標賽等大型運動賽事舉辦，也促使我國民眾購買、付費訂閱媒體費用增加。而根據國外的文獻資料亦顯示，新冠肺炎確實對運動消費支出造成衝擊，而在逐步解封之後，民眾的運動消費支出也有所成長。

有鑑於疫情對於運動產業影響甚大，為緩解運動產業損失及營運，教育部體育署自 109 年積極規劃運動產業紓困振興相關工作，目前已啟動至紓困 5.0，藉由補助體育團體與運動產業及相關從業人員，以減輕其營運負擔及經濟壓力。在產業振興方面，則於疫情趨緩後再次推出動滋券 2.0，面額 500 元，共發放 200 萬份，並與業者合作加碼推出優惠活動。

同時，為因應消費者消費習慣改變，亦協助業者透過 API 串接技術，供民眾能於線上消費，期能增進消費者使用率，發揮動滋券最大效益。根據最新資料顯示，動滋券 2.0 有 70% 運用於「做運動」，而 30% 則用於「看比賽」，對振興運動核心產業有所幫助。

雖然在疫情趨緩時，運動場館防疫政策鬆綁，運動場館人流逐漸回溫，中華職棒、職籃等運動賽事亦開放觀眾進場觀賽，然而，新冠肺炎病毒不斷變異，疫情瞬息萬變，因此相關政府單位未來宜持續掌握運動產業脈動。同時亦可參考國際間振興運動產業做法，如韓國政府為鼓勵民眾消費，凡報名室內運動設施及線上運動課程費用滿 8 萬韓元，即可申請 3 萬韓元退款，另給予民眾觀看職業運動賽事門票優惠折扣；日本政府亦推出「Go to event」活動，當民眾購買運動相關活動門票時，可享有 20% 的折扣或優惠。

藉由掌握受衝擊較大的業者在疫情期間經營狀況，傾聽業者經營上面臨困難及問題，與時俱進地規劃紓困及振興措施，促進產業能夠趨向穩定發展。



二、參與性運動消費受疫情影響大，應落實防疫措施，提供消費者安心安全的運動環境

根據本次量化調查結果可知，110年在全國疫情三級警戒期間，室內外運動場館關閉，且多數運動活動被迫中止或延期，使得民眾進行參與性運動之機會大幅減少，即便三級警戒結束後，逐步放寬措施，但部分民眾仍擔心在運動場館密閉空間，喘氣、流汗及碰觸運動設施，增加染疫風險，因而降低至運動場館消費的意願。而在量化調查中亦發現，因應新冠肺炎疫情，許多民眾會減少到運動場館消費，以及減少報名運動團體課程，使得110年我國民眾參與性運動消費支出總額衰退22.7%，顯示疫情對於參與性運動消費影響甚大。

由於新冠肺炎疫情尚未完全結束，為建立民眾信心，建議業者除確實依政府規定執行防疫措施外，亦應加強人員自主管理及定期消毒環境與設備，可藉由器材設備上張貼每日消毒紀錄表、人員配戴體溫名牌等，讓消費者感受到場館業者防疫用心。而教育部體育署與地方政府亦可藉由公布查核運動場館防疫措施落實情形，以增進消費者對運動場館防疫信心，更安心地至運動場館消費。

此外，近年運動場館智能化逐漸受到矚目，加上疫情推波助瀾下，國內有部分業者開始於營運管理服務結合科技應用，從此次焦點團體座談會中，部分民眾表示有運動場館業者導入人臉辨識系統、App掃碼進場等，以取代人工檢查；部分民眾對此亦表示能夠縮短排隊等候時間，相對方便許多。

有鑑於此，未來業者亦可考慮將運動場館服務如進場管理、場地設備租借及課程預定等與科技應用結合，在疫情時代下不僅能降低感染風險，亦能發展出不同以往的經營模式。



三、精進 i 運動線上內容，滿足民眾居家運動需求

新冠肺炎疫情爆發後，改變了人們運動習慣，根據量化調查結果可知，民眾因應疫情會減少至運動場館消費、報名團體運動課程，並增加購買健身器材在家運動。除此之外，從質化焦點團體座談會中，亦有部分民眾表示會透過線上運動課程、運動 App 等在家運動。由此可知，在疫情期間，民眾為減少外出運動風險，會藉由健身器材、運動 App 及線上運動課程等軟硬體設備維持運動習慣。

而教育部體育署為因應健身房關閉，民眾線上運動課程需求，亦安排國民體適能指導員與運動選手、藝人及網路紅人等，於 i 運動臉書粉絲專頁進行線上直播教學。同時，為增進活動吸引力，也規劃抽獎活動，鼓勵民眾能邀請親朋好友一同參與，將運動風氣渲染至周遭。

有鑑於目前疫情仍未完全結束，考量到部分民眾仍擔心染疫風險，為避免民眾因此而中斷運動習慣，建議未來可持續充實 i 運動線上運動教學內容，如增加多元運動項目、各部位鍛鍊等，並針對不同族群推出適合的運動影片。除此之外，亦可參考國際間作法，如新加坡規劃「GetActive@Home」線上運動挑戰活動，辦理全民線上運動活動、挑戰賽等，並結合多元行銷手法如邀請網紅、運動名人及 Youtuber 等宣傳，以增進民眾居家運動樂趣，同時帶動全民運動風氣。



四、持續規劃研習課程，協助業者精進線上教學能力

民眾運動型態因應新冠肺炎疫情而有所改變，也刺激業者思考多元經營模式，許多健身房業者因應疫情開設線上課程，期藉此因應消費者需求，同時能夠增進場館收益。

然而，在 110 年的焦點團體座談會中，有消費者表示在進行線上運動課程時，除容易遇到網路連線延遲問題外，有時候設備的架設也會影響畫面呈現的完整性；此外，業者在規劃線上運動課程時，往往也面臨器材取得容易性、學員居家空間等問題。

教育部體育署為因應實體課程轉型為線上課程，協助國民體適能指導員精進線上教學能力，規劃免費研習課程，舉凡軟硬體操作、課程內容安排、學員互動等皆給予指導協助。

儘管隨著防疫措施鬆綁，部分民眾逐漸回歸實體運動活動，可能影響未來線上運動課程需求，然而，疫情瞬息萬變，加上近年科技進步、網路通訊進步，業者應與時俱進，掌握近年線上教學趨勢，才不致被市場淘汰。故建議未來教育部體育署可持續開設關於精進線上教學品質與技巧之研習課程，而當業者在實際進行操作時，亦有窗口能夠聯繫及協助排解，以促使相關業者精進服務能量。



五、推動運動服務創新，增進運動產業發展

隨著科技日新月異，以及近年疫情影響，驅使運動領域與科技結合，從近年來調查結果可知，我國民眾在運動穿戴裝置消費支出總額逐年成長；除此之外，根據 110 年量化調查結果可知，為因應疫情的影響，約一成左右民眾會透過線上運動課程在家運動，其中，又以女性、20-29 歲、30-39 歲的民眾為主，顯示線上運動課程亦成為民眾輔助個人運動的選擇之一。

而在焦點團體座談會中，有消費者表示未來期待借助運動科技設備或服務，打破環境及氣候等限制，得以進行衝浪、滑雪及公路車等不容易體驗之運動；另外，有消費者亦表示希望透過運動科技設備或服務，增進個人運動成效，協助調整動作準確性，預防個人運動傷害。

有鑑於近年政府致力推動科技跨領域結合，其中，亦相當重視運動結合科技發展，110 年行政院科技會報辦公室舉辦「台灣運動 x 科技產業策略 (SRB) 會議」，透過跨部會討論，擬定未來執行策略，期藉運動跨領域結合科技，再創運動產業新藍海。除此之外，因應疫情衝擊，109 年政府在紓困工作中亦特別補助疫情期間運動產業研發創新、技術提升及數位行銷等費用，顯示政府對運動科技發展的重視。

因此，建議未來政府可鼓勵運動產業業者進行跨領域合作，運用 AR/VR 虛擬實境、AI 人工智慧及大數據分析等，發展新興運動服務應用，並協助在合適場域進行落地驗證，以增進我國運動產業實力。



六、運動科技設備及服務可結合遊戲化、競技化元素，提升民眾採用意願

近年運動與科技結合蔚為話題，透過不同業別業者跨領域合作，亦發展出創新運動科技設備、服務及商業模式。而在本次焦點團體座談會中，有消費者表示運動科技設備或服務，可結合遊戲化元素，較能增進消費者採用時的趣味性。

有鑑於此，建議未來相關業者研發運動科技設備或服務時，可考慮將運動項目內容與遊戲結合，如焦點團體座談會中消費者提及可參考國外寶可夢應用程式，民眾步行之餘能夠抓寶、解鎖任務，或是藉由設計闖關活動結合獎勵機制，促使民眾為獲得獎勵而持續採用。

除此之外，焦點團體座談會中，有消費者也認為運動科技設備或服務可結合競賽機制，增進刺激性。因此，未來可藉由健身器材結合感測技術，蒐集個人運動記錄、成績，並借助 5G 網絡發展，透過連網功能，民眾可即時與其他親朋好友、使用者同步競賽，提升民眾採用運動科技設備或服務的興趣。

參考文獻

- Australian Sports Commission (2020). Club Development Retrieved from <https://www.sportaus.gov.au/club-development>
- Australian Sports Commission (2021). Annual Report 2020-21 Retrieved from https://www.sportaus.gov.au/media_centre/publications
- Australian Sports Commission (2021). Ongoing impact of COVID-19 on sport and physical activity participation Retrieved from <https://www.clearinghouseforsport.gov.au/research/ausplay/results>
- Australian Sports Commission (2022). Grants and Funding Retrieved from https://www.sportaus.gov.au/grants_and_funding
- Australian Sports Commission (2022). National data tables - January 2021 to December 2021 Retrieved from <https://www.clearinghouseforsport.gov.au/research/ausplay/results>
- Department for Education, Department for Digital, Culture, Media & Sport (2022). Participation Survey: October to December 2021 report. Retrieved from <https://www.gov.uk/government/statistics/participation-survey-october-to-december-2021-report#full-publication-update-history>
- Education Technology (2021). Sport England launches free video platform to drive PE participation among teen girls. Retrieved from <https://edtechnology.co.uk/schools/sport-england-launches-free-video-platform-drive-pe-participation-teen-girls/>
- EMSI BURNING GLASS (2020). The Economic Impact of COVID-19 on US Sports. Retrieved from <https://www.economicmodeling.com/2020/05/28/the-economic-impact-of-covid-19-on-us-sports-up-to-92-6k-lost-every-minute/>
- HCM (2021). 338 new gyms have opened in the UK since March 2019, in spite of the pandemic. Retrieved from <https://www.healthclubmanagement.co.uk/health-club-management->



[news/338-new-gyms-have-opened-in-the-UK-since-March-2019-Fitness-Industry-Preview-Report-2021-David_Minton-The-Leisure-Database-Company/348774](https://www.leisuredatabase.com/news/338-new-gyms-have-opened-in-the-UK-since-March-2019-Fitness-Industry-Preview-Report-2021-David_Minton-The-Leisure-Database-Company/348774)

KISS(2020). Mission History. Retrieved from <https://www.sports.re.kr/global/content/introduction/mh.do>

McKinsey & Company (2020). Perspective on the Sporting Goods Industry post-COVID-19: Trends, challenges & opportunities. Retrieved from http://www.sports.org.tw/e-news/2020/0721/20200708_Perspective%20on%20the%20Sporting%20Goods%20Industry%20post%20COVID-19_Webinar_Morning%20Session_FINAL.pdf

Sport England (2018). Club Matters Retrieved from <https://www.sportengland.org/how-we-can-help/supporting-clubs>

Sport England (2021). UNITING THE MOVEMENT. Retrieved from <https://www.sportengland.org/why-were-here/uniting-the-movement>

Sport England (2021). We Are Undefeatable Retrieved from <https://www.sportengland.org/campaigns-and-our-work/we-are-undefeatable>

Sport England (2022). Active Lives Adult Survey November 2020-21 Report. Retrieved from https://sportengland-production-files.s3.eu-west-2.amazonaws.com/s3fs-public/2022-04/Active%20Lives%20Adult%20Survey%20November%2020-21%20Report.pdf?VersionId=nPU_v3jFjwG8o_xnv62FcK0dEiVmRWcb

Sport England (2022). TGC Campaign summary 2021. Retrieved from https://sportengland-production-files.s3.eu-west-2.amazonaws.com/s3fs-public/2022-05/TGC%20Campaign%20summary%202021_0.pdf?VersionId=8j5WaQWXjRZy95JkiyT8s_8efCG.8lIF

Sport Singapore (2018). Vision 2030. Retrieved from <https://www.sportsingapore.gov.sg/about-us/vision-2030>



- Sport Singapore (2020). Sports Resilience Package to boost industry capabilities and help businesses stay ahead of the curve Retrieved from <https://www.sportsingapore.gov.sg/newsroom/media-releases/2020/sports-resilience-package-to-boost-industry-capabilities-and-help-businesses-stay-ahead-of-the-curve>
- Sport Singapore (2021). Annual Report 20/21 Retrieved from <https://www.sportsingapore.gov.sg/about-us/annual--reports>
- Sport Singapore (2021). SportSG updates Sport Resilience Package for businesses and SEPs Retrieved from <https://www.sportsingapore.gov.sg/Newsroom/Media-Releases/2021/May/SportSG-updates-Sport-Resilience-Package-for-businesses-and-SEPs>
- Sport Singapore (2022). Participation Rate Of Sport And Physical Activity By Gender Retrieved from <https://tablebuilder.singstat.gov.sg/table/TS/M920031>
- Sport Singapore (2022). Sport Singapore COS 2022 Retrieved from <https://circle.myactivesg.com/cos/2022>
- Statista (2020). Coronavirus: impact on the sports industry worldwide. Retrieved from <https://ncs4.usm.edu/pdf/covid-resources/statista-impact.pdf>
- The Office of Disease Prevention and Health Promotion (ODPHP) (2022). Use Move Your Way® Materials to Encourage Youth Sports in Your Community! Retrieved from <https://health.gov/news/202205/use-move-your-way-materials-encourage-youth-sports-your-community>
- U.S. Department of Health and Human Services (2019). The National Youth Sports Strategy Retrieved from https://health.gov/sites/default/files/2019-10/National_Youth_Sports_Strategy.pdf
- U.S. Department of Health and Human Services (2020). Healthy People 2030 Retrieved from <https://health.gov/healthypeople>



參考文獻

- 三菱 UFJ リサーチ&コンサルティング (2021)。2021 年スポーツマーケティング基礎調査。檢自：
<https://www.murc.jp/sportsmarketing/>
- 中国政府网 (2021)。国务院关于印发全民健身计划 (2021—2025 年) 的通知。檢自：http://www.gov.cn/zhengce/content/2021-08/03/content_5629218.htm
- 中国政府网 (2022)。「全民健身線上運動會」——“互聯網+”思維下的全民健身公共服務。檢自：
http://big5.www.gov.cn/gate/big5/www.gov.cn/xinwen/2022-04/28/content_5687757.htm
- 中華人民共和國香港特別行政區立法會 (2021)。民政事務委員會「全港社區體質調查」。檢自：<https://www.legco.gov.hk/yr20-21/chinese/panels/ha/papers/ha20210712cb4-1204-3-c.pdf>
- 中華人民共和國香港特別行政區行政長官 (2021)。行政長官 2021 年施政報告。檢自：
<https://www.policyaddress.gov.hk/2021/chi/pdf/PA2021.pdf>
- 中華人民共和國香港特別行政區行政長官 (2021)。行政長官 2021 年施政報告。檢自：
<https://www.policyaddress.gov.hk/2021/chi/pdf/PA2021.pdf>
- 文部科学省スポーツ庁 (2021)。オリパラ・レガシー！スポーツ×地方創生、まちづくり！。檢自：
<https://sports.go.jp/tag/country/post-71.html>
- 文部科学省スポーツ庁 (2022)。Sport in Life プロジェクト。檢自：
https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop05/list/1396542_00001.htm
- 文部科学省スポーツ庁 (2022)。スポーツ×テクノロジー活用推進事業。檢自：
https://www.mext.go.jp/sports/content/000021327_20220317_3.pdf
- 文部科学省スポーツ庁 (2022)。令和 4 年度全国規模のスポーツイ



ベント等の開催支援事業。檢自：

https://www.mext.go.jp/sports/content/20200408-mxt_sports1-000006401_1.pdf

文部科学省スポーツ庁 (2022)。第 3 期スポーツ基本計画。檢自：

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop01/list/1372413_00001.htm

王芊凌 (2020)。韓國 112 人因健身課程染疫！研究：環境潮濕、溫暖更容易傳播。Heho 健康。檢自：

<https://heho.com.tw/archives/82894>

田孟心 (2021)。在自家浴缸的遠距游泳課？英國疫情下的虛擬運動有多熱門。天下雜誌。檢自：

<https://www.cw.com.tw/article/5109857>

国家体育总局 (2021)。《2021 年大众健身行为与消费研究报告》发布 大众体育消费意愿进一步加强。檢自：

<https://www.sport.gov.cn/n20001280/n20745751/n20767297/c21115756/content.html>

国家体育总局 (2022)。国家国民体质监测中心发布《2020 年全民健身活动状况调查公报》。檢自：

<https://www.sport.gov.cn/n315/n329/c24335053/content.html>

林房儻 (2010)。美國運動產業產值分析與產業發展相關策略暨條例。臺北市：教育部體育署。檢自：

<http://sports.bestmotion.com/Page/News2.aspx>

대한민국 정책브리핑 (2021)。"다시 일상으로"...소비할인권 7 종을 한눈에! Retrieved from

<https://www.korea.kr/news/visualNewsView.do?newsId=148895030>

首爾台灣貿易中心 (2021)。運動型態改變 疫情延燒 重創韓國運動休閒產業。經貿透視雙周刊，第 561 期。

香港特別行政區政府新聞公報 (2021)。立法會八題：對體育發展的支持。檢自：

<https://www.info.gov.hk/gia/general/202109/01/P2021090100332.ht>



[m#](#)

惠志強 (2016) 。 體育與娛樂結合：韓國的”體育偶像明星效應”，每年培養 20 家體育產業大公司。取自：

<http://www.lanxionsports.com/?c=posts&a=view&id=864>

문화체육관광부 (2020) 。 2020 년 국민생활체육조사。 Retrieved from

https://www.mcst.go.kr/kor/s_policy/dept/deptView.jsp?pSeq=1442&pDataCD=0417000000&pType=

문화체육관광부 (2021) 。 2020 년 기준 스포츠산업조사 결과보고서。 Retrieved from

https://www.mcst.go.kr/kor/s_policy/dept/deptView.jsp?pSeq=1564&pDataCD=0417000000&pType=07

문화체육관광부 (2021) 。 2022 년 스포츠산업에 총 2,097 억 원 규모 금융지원。 Retrieved from

https://www.mcst.go.kr/kor/s_notice/press/pressView.jsp?pSeq=19297

문화체육관광부 (2022) 。 2020 년 체육백서。 Retrieved from

https://www.mcst.go.kr/kor/s_policy/dept/deptView.jsp?pCurrentPage=1&pType=07&pTab=01&pSeq=1599&pDataCD=0417000000&pSearchType=01&pSearchWord=%EC%B2%B4%EC%9C%A1%EB%B0%B1%EC%84%9C

문화체육관광부 (2022) 。 2021 년 국민생활체육조사。 Retrieved from

https://www.mcst.go.kr/kor/s_policy/dept/deptView.jsp?pSeq=1573&pDataCD=0417000000&pType=

문화체육관광부 (2022) 。 민간 실내체육시설 소비할인권, 56 만 명 지원。 Retrieved from

https://www.mcst.go.kr/kor/s_notice/press/pressView.jsp?pSeq=19345



문화체육관광부 (2022) 。 스포츠클럽법 시행으로 누구나 일상에서 스포츠를 즐길 수 있는 환경 만든다 。 Retrieved from https://www.mcst.go.kr/kor/s_notice/press/pressView.jsp?pSeq=19541

문화체육관광부 (2022) 。 주요업무 。 Retrieved from https://www.mcst.go.kr/kor/s_about/intro/mainTask.jsp

附錄一、問卷百分比



110 年度我國民眾運動消費支出調查問卷

先生/小姐您好：

我們這裡是台灣趨勢研究，目前接受教育部體育署的委託，正在進行我國民眾運動消費支出訪問。訪問結果將做為未來政策擬定的參考。麻煩耽誤您一點時間，請教幾個問題，謝謝您的協助！

主辦單位：教育部體育署

承辦單位：台灣趨勢研究股份有限公司

篩選題

Q1. 請問您現在幾歲？【未滿 13 歲者，請結束訪問】

- | | | | |
|-------|-----|---------|--------|
| 0.0% | (1) | 13 歲以下 | 【終止訪問】 |
| 7.5% | (2) | 13-19 歲 | |
| 15.1% | (3) | 20-29 歲 | |
| 16.8% | (4) | 30-39 歲 | |
| 19.0% | (5) | 40-49 歲 | |
| 18.0% | (6) | 50-59 歲 | |
| 15.7% | (7) | 60-69 歲 | |
| 8.0% | (8) | 70-79 歲 | |
| 0.0% | (9) | 80 歲以上 | 【終止訪問】 |

Q2. 請問您目前居住在哪一個縣市？

- | | | | | | |
|-------|------|-----|-------|------|-----|
| 1.6% | (1) | 基隆市 | 1.1% | (12) | 嘉義市 |
| 10.6% | (2) | 臺北市 | 2.1% | (13) | 嘉義縣 |
| 17.4% | (3) | 新北市 | 8.0% | (14) | 臺南市 |
| 9.6% | (4) | 桃園市 | 11.9% | (15) | 高雄市 |
| 1.9% | (5) | 新竹市 | 3.5% | (16) | 屏東縣 |
| 2.4% | (6) | 新竹縣 | 0.9% | (17) | 臺東縣 |
| 2.3% | (7) | 苗栗縣 | 1.4% | (18) | 花蓮縣 |
| 12.0% | (8) | 臺中市 | 1.9% | (19) | 宜蘭縣 |
| 5.3% | (9) | 彰化縣 | 0.5% | (20) | 澎湖縣 |
| 2.1% | (10) | 南投縣 | 0.6% | (21) | 金門縣 |
| 2.9% | (11) | 雲林縣 | 0.1% | (22) | 連江縣 |

- 說明：接下來我們所提到的運動消費支出，是指您個人支付的各項運動消費支出，包含您幫別人支付的費用，例如：幫小孩、父母親、男女朋友等親朋好友所支付的費用，但是別人幫您支付的費用不算在內；**用動滋券支付的金額也不計算在內**。而運動項目包含球類、戶外運動、健身房、舞蹈、養身、技擊運動及棋藝等心智運動。**接下來要請教您去年 110 年上下半年的運動消費情形**

參與性運動消費

- 說明：以下詢問各項參與性運動消費項目與金額，請確認受訪者回答的金額是去年 110 年上下半年的花費；如果受訪者回答的是月費、季費或每次繳納的費用，務必追問當年繳納的次數再加總紀錄。

Q3. 首先，想請問您去年 110 年 1~6 月有沒有運動課程費的支出，指的是包括運動教學及場地設備的費用，且兩者金額無法區隔者，包含實體及線上運動課程，例如：上游水課、圍棋課、運動營隊等？

9.7% (1) 有 【續問 Q4】

90.3% (2) 沒有 【跳問 Q5】

Q4. 您剛剛提到的 110 年 1~6 月運動課程花費，請問主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

22.7%	上健身房	平均金額：3,025 元
22.1%	瑜珈	平均金額：1,748 元
15.1%	游泳	平均金額：1,891 元
7.3%	羽球	平均金額：2,087 元
6.3%	有氧舞蹈	平均金額：1,229 元
5.3%	桌球	平均金額：2,889 元
3.2%	體適能運動	平均金額：2,313 元
2.8%	直排輪	平均金額：1,387 元
2.2%	飛輪有氧	平均金額：2,318 元
1.6%	足球	平均金額：2,210 元

Q5. 接著想請問您去年 7~12 月有沒有運動課程費的支出？

9.5% (1) 有 【續問 Q6】

90.5% (2) 沒有 【跳問 Q7】



Q6. 您剛剛提到的去年 7~12 月運動課程花費，請問主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

23.1%	上健身房	平均金額：3,054 元
20.9%	瑜珈	平均金額：1,864 元
14.0%	游泳	平均金額：2,177 元
7.0%	羽球	平均金額：1,897 元
6.8%	有氧舞蹈	平均金額：1,446 元
4.9%	桌球	平均金額：2,431 元
3.1%	直排輪	平均金額：1,598 元
2.8%	體適能運動	平均金額：2,385 元
2.7%	足球	平均金額：2,126 元
2.3%	飛輪有氧	平均金額：2,658 元

Q7. 請問您去年 110 年 1~6 月有沒有單純運動指導教學費的支出，指運動時所繳交之指導教學費用，包含實體及線上運動課程，但不包含場地設備費、入場費、會員費等？

- 2.7% (1) 有 【續問 Q8】
97.3% (2) 沒有 【跳問 Q9】

Q8. 您剛剛提到的 110 年 1~6 月單純運動指導教學費，請問主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

32.5%	上健身房	平均金額：2,468 元
13.2%	瑜珈	平均金額：993 元
9.4%	羽球	平均金額：948 元
9.3%	游泳	平均金額：1,069 元
6.0%	有氧舞蹈	平均金額：494 元
4.3%	體適能運動	平均金額：1,860 元
3.8%	桌球	平均金額：1,579 元
2.9%	直排輪	平均金額：923 元
2.7%	籃球	平均金額：959 元
1.8%	足球	平均金額：654 元

Q9. 接著想請問您去年 7~12 月有沒有單純運動指導教學費的支出？

- 2.4% (1) 有 【續問 Q10】
97.6% (2) 沒有



Q10. 您剛剛提到的去年 7~12 月單純運動指導教學費，請問主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

27.3%	上健身房	平均金額：2,494 元
11.9%	瑜珈	平均金額：1,323 元
9.0%	游泳	平均金額：1,598 元
8.2%	有氧舞蹈	平均金額：1,020 元
7.4%	羽球	平均金額：1,693 元
5.6%	體適能運動	平均金額：989 元
4.7%	桌球	平均金額：1,231 元
4.6%	直排輪	平均金額：1,990 元
3.3%	足球	平均金額：1,044 元
3.0%	籃球	平均金額：1,240 元

[若 Q3、Q5、Q7、Q9 任一題有回答(1)者，需問 Q11 及 Q12；皆無者跳答 Q13]

Q11. 請問您在上運動課程/教練課程時有沒有遇到什麼主要的問題？【可複選，最多 3 項】

- 1.0% (1) 老師專業能力不足
- 0.3% (2) 老師教學不認真
- 2.1% (3) 教練素質參差不齊
- 3.7% (4) 老師無法兼顧全部學員
- 1.4% (5) 女性教練較少
- 2.6% (6) 一直推銷課程
- 0.5% (7) 缺少女性專屬課程
- 0.9% (8) 缺少中高齡族群專屬課程
- 3.1% (9) 課程內容不符合需求
- 2.2% (10) 課程客製化不足
- 1.1% (11) 運動設備器材品質不佳
- 2.9% (12) 運動設備器材數量不足
- 6.0% (13) 空間不夠寬敞
- 1.4% (14) 安全措施不夠
- 0.6% (15) 環境衛生不佳
- 0.0% (16) 其他，請說明：_____
- 73.7% (17) 沒有問題
- 3.8% (18) 不知道/無意見



Q12. 請問您選擇上這些運動課程/教練課程的主要原因？【可複選，最多3項】

- 57.6% (1) 離家近、離公司近
- 12.1% (2) 價格便宜
- 28.3% (3) 老師專業能力佳
- 4.9% (4) 老師具有專業證照
- 1.9% (5) 有女性教練
- 1.1% (6) 有女性專屬課程
- 2.0% (7) 有中高齡專屬課程
- 10.4% (8) 課程內容安排良好
- 3.5% (9) 設備器材良好
- 7.6% (10) 場地空間寬敞
- 2.2% (11) 安全措施良好
- 4.5% (12) 環境衛生佳
- 2.7% (13) 附屬設施(盥洗、淋浴設施等)完善
- 9.5% (14) 上課時間或地點較具彈性
- 2.3% (15) 有喜愛的收費方式(單次、月費、會員等)
- 10.4% (16) 有他人陪伴
- 0.0% (17) 其他，請說明：_____
- 5.4% (18) 不知道/無意見

Q13. 請問您去年 110 年 1~6 月有沒有入場費、會員費、場地設備出租費的支出，主要指運動時所繳交之場地及設備費用，例如運動中心、健身房、游泳池等的入場費，或租腳踏車等設備出租費？

- 17.9% (1) 有 【續問 Q14】
- 82.1% (2) 沒有 【跳問 Q15】

Q14. 您剛剛提到的 110 年 1~6 月入場費、會員費、場地設備出租費，請問主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

38.3%	上健身房	平均金額：1,354 元
22.3%	自行車	平均金額：209 元
17.6%	游泳	平均金額：527 元
12.2%	羽球	平均金額：823 元
3.0%	籃球	平均金額：517 元
2.8%	高爾夫球	平均金額：1,628 元
2.5%	桌球	平均金額：629 元
1.5%	網球	平均金額：760 元
1.5%	保齡球	平均金額：341 元
0.8%	棒球	平均金額：1,314 元



Q15. 接著想請問您去年 7~12 月有沒有入場費、會員費、場地設備出租費的支出？【若 110 年 1~6 月有運動消費，則提示 110 年 1~6 月消費情形，並詢問 110 年 7~12 月是否也有這些消費項目】

17.4% (1) 有 【續問 Q16】

82.6% (2) 沒有 【跳問 Q17】

Q16. 您剛剛提到的 7~12 月入場費、會員費、場地設備出租費，請問主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？費用各是多少？

39.3%	上健身房	平均金額：1,362 元
22.5%	自行車	平均金額：179 元
16.1%	游泳	平均金額：533 元
14.6%	羽球	平均金額：722 元
3.4%	籃球	平均金額：517 元
3.0%	高爾夫球	平均金額：1,642 元
2.3%	桌球	平均金額：452 元
1.2%	棒球	平均金額：1,024 元
1.1%	網球	平均金額：591 元
0.5%	保齡球	平均金額：119 元

Q17. 請問您去年 110 年 1~6 月有沒有繳錢參加運動社團，例如加入球隊、登山社等，但不包括加入運動中心、運動俱樂部，請問大約多少錢？

3.8% (1) 有 110 年 1~6 月運動社團花費，平均金額：896 元

96.2% (2) 沒有

Q18. 接著想請問您去年 7~12 月有沒有繳錢參加運動社團，請問大約多少錢？

3.5% (1) 有 110 年 7~12 月運動社團花費，平均金額：948 元

96.5% (2) 沒有

Q19. 請問您去年 110 年 1~6 月有沒有參加運動比賽所衍生的費用，包括：報名費、交通費、餐飲費、住宿費及其他與比賽相關費用等，請問總共大約多少錢？

3.8% (1) 有 110 年 1~6 月參加運動比賽花費，平均金額：2,934 元

96.2% (2) 沒有

Q20. 接著想請問您去年 7~12 月有沒有參加運動比賽所衍生的費用，請問總共大約多少錢？

3.9% (1) 有 110 年 7~12 月參加運動比賽花費，平均金額：2,912 元

96.1% (2) 沒有



觀賞性運動消費

Q21. 請問您 110 年 1~6 月有沒有花錢買票看運動比賽？

- 5.5% (1) 有，看國內賽事 【續問 Q22】
- 94.5% (2) 沒有 【跳問 Q24】

Q22. 請問您 110 年 1~6 月花錢看的是哪幾項國內運動比賽，費用各是多少？

18.1%	籃球	平均金額：246 元
88.7%	棒球	平均金額：308 元

Q23. 除了門票外，您 110 年 1~6 月因為看運動比賽而衍生的交通費、餐飲費、住宿費及其他相關費用，總共大約多少錢？

觀賞運動比賽衍生費用：365 元

Q24. 接著想請問您去年 7~12 月有沒有花錢買票看運動比賽？

- 5.3% (1) 有，看國內賽事 【續問 Q25】
- 94.7% (2) 沒有 【跳問 Q27】

Q25. 請問您去年 7~12 月花錢看的是哪幾項國內運動比賽，費用各是多少？

89.8%	棒球	平均金額：273 元
14.4%	籃球	平均金額：244 元
0.8%	排球	平均金額：241 元

Q26. 除了門票外，您去年 7~12 月因為看運動比賽而衍生的交通費、餐飲費、住宿費及其他相關費用，總共大約多少錢？

觀賞運動比賽衍生費用：343 元

Q27. 請問您 110 年 1~6 月有沒有購買、付費訂閱下列媒體來觀賞運動？

【可複選，讀出選項】

- 1.5% (1) 為了看體育新聞而購買報紙【續問 Q28】
- 1.1% (2) 運動雜誌【續問 Q28】
- 1.5% (3) 額外訂閱有線/衛星電視運動頻道【續問 Q28】
- 3.2% (4) 為觀賞運動比賽而訂購網路/寬頻電視【續問 Q28】
- 0.0% (5) 其他媒體，請說明：_____【續問 Q28】
- 94.0% (6) 沒有支出【跳問 Q29】

Q28. 您剛剛提到，110 年 1~6 月因觀賞運動賽事購買、付費訂閱媒體的支出，請問大約多少錢？

運動媒體支出費用：1,249 元



Q29. 接著想請問您去年 7~12 月有沒有購買、付費訂閱下列媒體來觀賞運動？【可複選，讀出選項】

- 1.4% (1) 為了看體育新聞而購買報紙【續問 Q30】
- 1.2% (2) 運動雜誌【續問 Q30】
- 1.5% (3) 額外訂閱有線/衛星電視運動頻道【續問 Q30】
- 4.7% (4) 為觀賞運動比賽而訂購網路/寬頻電視【續問 Q30】
- 0.0% (5) 其他媒體，請說明：_____【續問 Q30】
- 92.1% (6) 沒有支出【跳問 Q31】

Q30. 您剛剛提到，去年 7~12 月因觀賞運動賽事購買、付費訂閱媒體的支出，請問大約多少錢？

運動媒體支出費用：1,135 元

大型運動賽事衍生運動消費

Q31. 請問您 110 年有沒有因為參加或觀賞下列大型運動賽事而有衍生的消費支出，包括餐飲費、住宿費、交通費、報名費及其他相關費用？【可複選，讀出選項】

- 0.1% (1) 全國運動會，上述費用總計大約花費多少？1,525 元
- 0.1% (2) 全國大專校院運動會，上述費用總計大約花費多少？492 元
- 0.1% (3) 全國中等學校運動會，上述費用總計大約花費多少？954 元
- 0.0% (4) 其他，請說明：_____
- 99.7% (5) 沒有

運動彩券支出

Q32. 請問，您 110 年 1~6 月有沒有購買運動彩券或有其他運動博弈支出？

- 12.3% (1) 有台灣運動彩券支出，金額：2,843 元
- 87.7% (2) 都沒有



Q33. 接著想請問您去年 7~12 月有沒有購買運動彩券或有其他運動博弈支出？

- 11.5% (1) 有台灣運動彩券支出，金額：2,881 元
88.5% (2) 都沒有

運動裝備消費支出

Q34. 請問您 110 年 1~6 月有沒有花錢購買運動服？

- 28.2% (1) 有，運動服金額：2,240 元
71.8% (2) 沒有

Q35. 接著想請問您去年 7~12 月有沒有花錢購買運動服？

- 27.8% (1) 有，運動服金額：2,240 元
72.2% (2) 沒有

Q36. 請問您 110 年 1~6 月有沒有花錢購買運動鞋？

- 22.7% (1) 有，運動鞋金額：1,145 元
77.3% (2) 沒有

Q37. 接著想請問您去年 7~12 月有沒有花錢購買運動鞋？

- 22.3% (1) 有，運動鞋金額：1,123 元
77.7% (2) 沒有

Q38. 請問您 110 年 1~6 月有沒有花錢購買運動穿戴裝置？（如運動手錶、手環、智能衣、心率帶等）

- 7.2% (1) 有，運動穿戴裝置金額：420 元
92.8% (2) 沒有

Q39. 接著想請問您去年 7~12 月有沒有花錢購買運動穿戴裝置？

- 6.8% (1) 有，運動穿戴裝置金額：426 元
93.2% (2) 沒有

Q40. 請問您 110 年 1~6 月有沒有花錢購買及維修運動用品與器材？

- 16.5% (1) 有，運動用品與器材金額：3,402 元
83.5% (2) 沒有

Q41. 接著想請問您去年 7~12 月有沒有花錢購買及維修運動用品與器材？

- 16.2% (1) 有，運動用品與器材金額：3,325 元
83.8% (2) 沒有



Q42. 因應新冠肺炎疫情，請問您 110 年 1~6 月有沒有透過線上運動課程在家運動？【可複選】

- 1.6% (1) 有，上原本健身房/老師因疫情改到線上的課程
- 7.6% (2) 有，透過額外的線上課程在家運動
- 90.9% (3) 沒有【跳問 Q45】

Q43. 請問您 110 年 1~6 月上的線上運動課程需不需要額外付費購買？

- 7.4% (1) 需要
- 92.6% (2) 不需要

Q44. 除了剛剛提到的線上課程外，請問您 110 年 1~6 月有沒有使用運動軟體產品，例如：手機或平板電腦的運動學習、運動記錄 APP 等（備註：運動遊戲軟體不算）？

- 17.6% (1) 有【續問 Q45】
- 82.4% (2) 沒有【跳問 Q46】

Q45. 請問您使用的運動軟體產品需不需要花錢，包含下載或使用軟體額外功能的費用？

- 7.2% (1) 需要，請問 110 年 1-6 月大約多少？292 元
- 92.8% (2) 不需要

Q46. 接著想請問您去年 7~12 月有沒有透過線上運動課程在家運動？【可複選】

- 1.6% (1) 有，上原本健身房/老師因疫情改到線上的課程
- 8.7% (2) 有，透過額外的線上課程在家運動
- 89.7% (3) 沒有【跳問 Q48】

Q47. 請問您去年 7~12 月上的線上運動課程需不需要額外付費購買？

- 7.7% (1) 需要
- 92.3% (2) 不需要

Q48. 除了剛剛提到的線上課程外，接著想請問您去年 7~12 月有沒有使用運動軟體產品？

- 16.3% (1) 有【續問 Q49】
- 83.7% (2) 沒有【跳問 Q50】

Q49. 請問您使用的運動軟體產品需不需要花錢，包含下載或使用軟體額外功能的費用？

- 6.9% (1) 需要，請問 110 年 7-12 月大約多少？315 元
- 93.1% (2) 不需要



電競消費支出

Q50. 請問您 110 年 1~6 月有沒有電競的相關支出，包含軟硬體、課程、場地設備出租、社團、參加比賽、觀賞比賽等費用？(此處的電競遊戲指近年主要國際大型電競賽事比賽項目，包括英雄聯盟、傳說對決、鬥陣特攻、爐石戰記、星海爭霸 2、DOTA2、A.V.A 戰地之王、NBA 2K、絕地求生、戰車世界、皇室戰爭、世界足球競賽、決勝時刻、鐵拳、快打旋風、拳皇 XIV 等)

2.7% (1) 有，金額：786 元

97.3% (2) 沒有【跳問 Q52】

Q51. 請問您 110 年 1~6 月有哪些電競的相關消費支出？

56.9% (1) 軟體產品，大約多少？460 元

49.4% (2) 硬體設備，大約多少？1,017 元

0.0% (3) 課程費用，大約多少？

5.4% (4) 入場費、會員費、場地設備出租費，大約多少？347 元

0.0% (5) 社團費，大約多少？

0.4% (6) 參加比賽費用，大約多少？800 元

0.0% (7) 觀賞電競比賽門票費，大約多少？

0.0% (8) 觀賞電競比賽衍生費用，大約多少？

0.0% (9) 其他，請說明：_____

Q52. 接著想請問您去年 7~12 月有沒有電競的相關支出，包含軟硬體、課程、場地設備出租、社團、參加比賽、觀賞比賽等費用？

2.9% (1) 有，金額：765 元

97.1% (2) 沒有【跳問 Q54】

Q53. 請問您去年 7~12 月有哪些電競的相關消費支出？

59.4% (1) 軟體產品，大約多少？458 元

43.3% (2) 硬體設備，大約多少？1099 元

0.0% (3) 課程費用，大約多少？

4.5% (4) 入場費、會員費、場地設備出租費，大約多少？384 元

0.0% (5) 社團費，大約多少？

0.0% (6) 參加比賽費用，大約多少？

0.0% (7) 觀賞電競比賽門票費，大約多少？

0.0% (8) 觀賞電競比賽衍生費用，大約多少？

0.0% (9) 其他，請說明：_____



新冠肺炎的影響

Q54. 請問在疫情影響下，整體而言，您在 110 年的運動消費金額，與 109 年相比是增加、持平或減少？大約多少比例？

- 7.3% (1) 增加，大約多少比例？Mean：26.3%
- 63.7% (2) 持平
- 29.0% (3) 減少，大約多少比例？Mean：46.1%

Q55. 因應新冠肺炎疫情，請問您在運動消費上主要有哪些改變？【可複選，最多 3 項】

- 28.8% (1) 減少到運動場館消費
- 0.7% (2) 增加到運動場館消費
- 15.3% (3) 減少報名運動團體課程
- 0.5% (4) 增加報名運動團體課程
- 1.1% (5) 增加或改聘請一對一私人教練課程
- 6.4% (6) 增加購買健身器材，改為在家運動
- 0.6% (7) 購買線上運動課程，改為在家運動
- 1.3% (8) 改為報名戶外運動課程
- 0.0% (9) 其他，請說明：_____
- 63.6% (10) 沒有改變

Q56. 請問與 109 年相比，在疫情影響下，整體而言您在 110 年的運動時間是增加或減少？運動消費是增加或減少？

- 4.3% (1) 運動時間增加，運動消費支出增加 【續問 Q57】
- 2.2% (2) 運動時間增加，運動消費支出減少 【續問 Q57】
- 6.3% (3) 運動時間增加，運動消費支出不變 【續問 Q57】
- 1.5% (4) 運動時間減少，運動消費支出增加 【跳問 Q58】
- 21.7% (5) 運動時間減少，運動消費支出減少 【跳問 Q58】
- 19.6% (6) 運動時間減少，運動消費支出不變 【跳問 Q58】
- 1.5% (7) 運動時間不變，運動消費支出增加 【跳問 Q58】
- 5.1% (8) 運動時間不變，運動消費支出減少 【跳問 Q58】
- 37.7% (9) 兩者都沒有改變 【跳問 Q58】

Q57. 請問您的運動時間增加，主要是增加在哪些類型的運動？【可複選】

- 53.7% (1) 在家自己做運動
- 29.0% (2) 在公園或操場做運動(例如：散步、使用體健器材)
- 50.8% (3) 從事戶外運動(例如：慢跑、散步、騎自行車、爬山)
- 15.0% (4) 在室內場地(如：健身房/運動中心)做運動或上運動課程
- 0.0% (5) 其他，請說明：_____



基本資料

Q58. 性別

- 49.6% (1) 男性
- 50.4% (2) 女性

Q59. 請問，您的教育程度？

- 3.4% (1) 國小及以下
- 7.8% (2) 國(初)中
- 28.3% (3) 高中職
- 51.1% (4) 大學、專科
- 9.3% (5) 研究所以上

Q60. 請問，您 110 年的就業情形？

- 6.5% (1) 軍公教
- 2.9% (2) 民意代表、主管及經理人員
- 5.6% (3) 自營業者
- 12.2% (4) 專業白領工作者
(律師/會計師/醫師/工程師/技術員/助理專業人員)
- 21.4% (5) 一般白領工作者
(文書/行政/會計/出納/服務工作人員/售貨員)
- 10.7% (6) 藍領工作者
(工人/作業員/送貨員/司機/農林漁牧生產者)
- 9.5% (7) 家務管理
- 11.3% (8) 學生
- 4.1% (9) 無業/待業中
- 15.7% (10) 退休
- 0.0% (11) 其他，請說明：_____

Q61. 請問，您 110 年個人平均每月收入大約是多少？

- 22.4% (1) 無收入
- 25.0% (2) 30,000 元以下
- 36.5% (3) 30,000~59,999 元
- 8.8% (4) 60,000~99,999 元
- 3.9% (5) 100,000 元以上
- 3.4% (6) 拒答/不知道

Q62. 請問，您 110 年平均每月運動次數為何？

- 16.7% (1) 平均一個月運動不到一次
- 17.0% (2) 每月 1~3 次
- 25.9% (3) 每月 4~8 次
- 10.0% (4) 每月 9~12 次
- 30.4% (5) 每月 12 次以上



運動項目代碼表

(000)球類運動

- | | | | |
|-------------|-----------|----------|---------------|
| (001)籃球 | (002)羽球 | (003)棒球 | (004)桌球 |
| (005)排球 | (006)網球 | (007)壘球 | (008)高爾夫球 |
| (009)保齡球 | (010)撞球 | (011)足球 | (012)躲避球 |
| (013)槌球/木球 | (014)手球 | (015)板球 | (016)橄欖球/美式足球 |
| (017)壁球/迴力球 | (018)曲棍球 | (019)柔力球 | (020)巧固球 |
| (021)合球 | (022)高智爾球 | | |
- (099)其他球類運動，請說明：_____ (0991)其他球類運動花費：_____

(100)戶外運動

- | | | | |
|------------|------------|------------|-----------|
| (101)散步/走路 | (102)爬山 | (103)跑步/慢跑 | (104)馬拉松 |
| (105)健走 | (106)釣魚 | (107)賽車 | (108)射箭 |
| (109)飛盤 | (110)騎馬 | (111)狩獵/射擊 | (112)漆彈 |
| (113)溜冰 | (114)滑草 | (115)野外定向 | (116)攀岩 |
| (117)田徑 | (118)競走 | (119)拉單槓 | (120)雙槓 |
| (121)滑板 | (122)拔河 | (123)自行車 | (124)極限單車 |
| (125)直排輪 | (126)極限直排輪 | (127)滑雪 | (128)蛇板 |
| (129)獨輪車 | (130)鐵人三項 | | |
- (199)其他戶外運動，請說明：_____ (1991)其他戶外運動花費：_____

(200)民俗性運動

- | | | | |
|----------|----------|----------|----------|
| (201)放風箏 | (202)扯鈴 | (203)踢毽子 | (204)踩高蹺 |
| (205)溜溜球 | (206)呼拉圈 | (207)跳繩 | |
- (299)其他民俗性運動，請說明：_____ (2991)其他民俗性運動花費：_____

(300)舞蹈運動

- | | | | |
|------------|-----------|-----------|-------------|
| (301)土風舞 | (302)方塊舞 | (303)民族舞蹈 | (304)國標/社交舞 |
| (305)韻律舞 | (306)街舞 | (307)有氧舞蹈 | (308)體操/啦啦隊 |
| (309)肚皮舞 | (310)芭蕾舞 | (311)拉丁舞 | (312)踢踏舞 |
| (313)爵士舞 | (314)扇子舞 | (315)幼兒律動 | (316)排舞 |
| (317)流行舞蹈 | (318)日本舞蹈 | (319)現代舞 | (320)印度舞 |
| (321)佛朗明哥舞 | | | |
- (399)其他舞蹈運動，請說明：_____ (3991)其他舞蹈運動花費：_____





(400) 養身運動

- | | | | |
|---|----------|-----------|----------|
| (401)氣功 | (402)太極拳 | (403)國術 | (404)防身術 |
| (405)內外丹功 | (406)太極劍 | (407)香功 | (408)易經操 |
| (409)五行操 | (410)法輪功 | (411)回春操 | (412)伸展操 |
| (413)禪功 | (414)瑜珈 | (415)皮拉提斯 | (416)元極舞 |
| (417)經絡拳 | (418)八極拳 | | |
| (499)其他養身運動，請說明：_____ (4991)其他養身運動花費_____ | | | |

(500) 技擊運動

- | | | | |
|---|----------|----------|-------------|
| (501)跆拳道 | (502)柔道 | (503)拳擊 | (504)合氣道 |
| (505)空手道 | (506)劍道 | (507)相撲 | (508)西洋劍/擊劍 |
| (509)摔角 | (510)詠春拳 | (511)八段錦 | (512)格鬥 |
| (513)泰拳 | (514)角力 | (515)搏擊 | (516)柔術 |
| (517)截拳道 | (518)散打 | | |
| (599)其他技擊運動，請說明：_____ (5991)其他技擊運動花費_____ | | | |

(600) 水中暨水上運動

- | | | | |
|--|----------|------------|-------------|
| (601)游泳 | (602)潛水 | (603)衝浪 | (604)划船/划艇 |
| (605)滑水 | (606)獨木舟 | (607)划龍舟 | (608)帆船/風帆船 |
| (609)風浪板 | (610)跳水 | (611)水上摩托車 | (612)泛舟 |
| (613)水中有氧 | (614)溯溪 | (615)水球 | |
| (699)其他水中暨水上運動，請說明：_____ (6991)其他水中暨水上運動花費：_____ | | | |

(700) 空中運動

- | | | | |
|--|--------------|----------|----------|
| (701)拖曳傘 | (702)滑翔翼 | (703)飛行傘 | (703)熱氣球 |
| (705)跳傘 | (706)懸掛式滑翅運動 | | |
| (799)其他空中運動，請說明：_____ (7991)其他空中運動花費：_____ | | | |

(800) 健身房運動

- | | | |
|--|---------------|-----------|
| (801)上健身房 | (802)在家使用健身器材 | (803)飛輪有氧 |
| (804)體適能運動 | (805)TRX 懸吊訓練 | |
| (899)其他健身房運動，請說明：_____ (8991)其他健身房運動花費：_____ | | |

(900) 心智運動

- | | | | |
|--|----------|---------|---------|
| (901)圍棋 | (902)西洋棋 | (903)橋牌 | (904)疊杯 |
| (999)其他心智運動，請說明：_____ (9991)其他心智運動，請說明：_____ | | | |





附錄二、附表³⁶

³⁶本調查之抽樣設計係以全國整體代表性為主要考量，致難以全面兼顧個別縣市的代表性，部分縣市樣本數有限，應用時應考量抽樣誤差，而且據以排名或比較均不具嚴謹統計意義，使用時應多加留意。此外，此處所指運動消費支出主要指該項運動費用支付者，和使用者不盡相同。



附表 1 想請問您去年 110 年 1~6 月有沒有運動課程費的支出？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	1,697	15,801
總百分比	100.0	9.7	90.3
*性別			
男性	8,679	6.2	93.8
女性	8,819	13.3	86.7
*年齡			
13-19 歲	1,310	3.3	96.7
20-29 歲	2,637	7.0	93.0
30-39 歲	2,935	12.0	88.0
40-49 歲	3,323	16.6	83.4
50-59 歲	3,141	9.6	90.4
60-69 歲	2,754	7.0	93.0
70-79 歲	1,398	5.9	94.1
*居住縣市			
基隆市	278	8.7	91.3
臺北市	1,857	11.7	88.3
新北市	3,046	10.6	89.4
桃園市	1,687	10.4	89.6
新竹市	327	8.4	91.6
新竹縣	416	8.0	92.0
苗栗縣	400	7.5	92.5
臺中市	2,097	10.6	89.4
彰化縣	930	8.2	91.8
南投縣	364	7.2	92.8
雲林縣	499	7.1	92.9
嘉義市	197	8.3	91.7
嘉義縣	373	6.8	93.2
臺南市	1,398	10.4	89.6
高雄市	2,079	10.5	89.5
屏東縣	611	7.4	92.6
臺東縣	161	7.0	93.0
花蓮縣	241	7.3	92.7
宜蘭縣	336	8.3	91.7
澎湖縣	80	4.2	95.8
金門縣	110	4.1	95.9
連江縣	11	3.5	96.5
*教育程度			
國小及以下	601	1.9	98.1

	次數	有	沒有
國（初）中	1,370	4.7	95.3
高中職	4,954	5.8	94.2
大學、專科	8,950	12.2	87.8
研究所及以上	1,623	15.6	84.4
*就業情形			
軍公教	1,141	14.6	85.4
民意代表、主管及經理人員	511	17.7	82.3
自營業者	980	10.1	89.9
專業白領工作者	2,141	12.1	87.9
一般白領工作者	3,752	11.9	88.1
藍領工作者	1,865	6.2	93.8
家務管理	1,666	14.6	85.4
學生	1,986	3.6	96.4
無業/待業中	713	4.8	95.2
退休	2,743	6.5	93.5
*個人每月收入			
無收入	3,920	5.5	94.5
30,000 元以下	4,372	7.7	92.3
30,000~59,999 元	6,378	11.7	88.3
60,000~99,999 元	1,544	14.7	85.3
100,000 元以上	690	17.3	82.7
拒答/不知道	594	10.5	89.5
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	3.0	97.0
每月 1~3 次	2,978	7.1	92.9
每月 4~8 次	4,539	13.3	86.7
每月 9~12 次	1,746	12.9	87.1
每月 12 次以上	5,318	10.8	89.2

註：請參考原始問卷 Q3。

附表 2 您剛剛提到的 110 年 1-6 月運動課程花費，請問主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

項目	占比 (%)	平均金額 (元)
上健身房	22.70%	3,025
瑜珈	22.13%	1,748
游泳	15.08%	1,891
羽球	7.31%	2,087
有氧舞蹈	6.32%	1,229
桌球	5.25%	2,889
體適能運動	3.21%	2,313
直排輪	2.77%	1,387
飛輪有氧	2.17%	2,318
足球	1.61%	2,210
籃球	1.47%	2,605
國標/社交舞	1.38%	1,684
芭蕾舞	1.34%	3,656
棒球	1.34%	2,089
跆拳道	1.23%	2,858
太極拳	1.13%	1,325
土風舞	1.09%	733
韻律舞	1.04%	1,107
排舞	1.00%	744
街舞	0.96%	2,120
網球	0.93%	1,428
氣功	0.89%	1,557
圍棋	0.88%	1,238
流行舞蹈	0.85%	1,384
TRX 懸吊訓練	0.81%	1,507
幼兒律動	0.70%	2,950
皮拉提斯	0.67%	2,438
肚皮舞	0.60%	930
自行車	0.54%	950
民族舞蹈	0.48%	3,761
拳擊	0.48%	1,037
伸展操	0.47%	1,893
國術	0.42%	535
體操/啦啦隊	0.39%	2,722
高爾夫球	0.27%	4,056
溜冰	0.25%	1,982
攀岩	0.22%	8,357
潛水	0.20%	1,187
爬山	0.20%	763
現代舞	0.16%	1,193
日本舞蹈	0.12%	4,800



項目	占比 (%)	平均金額 (元)
元極舞	0.12%	700
疊杯	0.10%	800
水上摩托車	0.06%	3,200
西洋劍/擊劍	0.05%	1,600
壘球	0.04%	1,400
跑步/慢跑	0.04%	1,295
拉丁舞	0.03%	1,900
撞球	0.02%	500

註：請參考原始問卷 Q4。



附表 3 想請問您去年 110 年 7~12 月有沒有運動課程費的支出？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	1,662	15,836
總百分比	100.0	9.5	90.5
*性別			
男性	8,679	6.1	93.9
女性	8,819	12.9	87.1
*年齡			
13-19 歲	1,310	3.1	96.9
20-29 歲	2,637	8.0	92.0
30-39 歲	2,935	11.0	89.0
40-49 歲	3,323	16.2	83.8
50-59 歲	3,141	9.4	90.6
60-69 歲	2,754	6.8	93.2
70-79 歲	1,398	5.2	94.8
*居住縣市			
基隆市	278	8.4	91.6
臺北市	1,857	11.4	88.6
新北市	3,046	10.4	89.6
桃園市	1,687	10.4	89.6
新竹市	327	8.4	91.6
新竹縣	416	8.4	91.6
苗栗縣	400	7.2	92.8
臺中市	2,097	10.0	90.0
彰化縣	930	8.4	91.6
南投縣	364	6.6	93.4
雲林縣	499	7.0	93.0
嘉義市	197	8.3	91.7
嘉義縣	373	6.4	93.6
臺南市	1,398	9.9	90.1
高雄市	2,079	10.3	89.7
屏東縣	611	6.7	93.3
臺東縣	161	6.8	93.2
花蓮縣	241	6.8	93.2
宜蘭縣	336	8.4	91.6
澎湖縣	80	4.2	95.8
金門縣	110	4.3	95.7
連江縣	11	2.8	97.2
*教育程度			
國小及以下	601	1.9	98.1

	次數	有	沒有
國（初）中	1,370	4.4	95.6
高中職	4,954	5.4	94.6
大學、專科	8,950	12.1	87.9
研究所及以上	1,623	15.2	84.8
*就業情形			
軍公教	1,141	13.6	86.4
民意代表、主管及經理人員	511	15.8	84.2
自營業者	980	10.7	89.3
專業白領工作者	2,141	12.6	87.4
一般白領工作者	3,752	11.9	88.1
藍領工作者	1,865	5.2	94.8
家務管理	1,666	13.3	86.7
學生	1,986	4.0	96.0
無業/待業中	713	4.9	95.1
退休	2,743	6.3	93.7
*個人每月收入			
無收入	3,920	5.3	94.7
30,000 元以下	4,372	8.0	92.0
30,000~59,999 元	6,378	11.2	88.8
60,000~99,999 元	1,544	15.3	84.7
100,000 元以上	690	16.7	83.3
拒答/不知道	594	7.3	92.7
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	3.2	96.8
每月 1~3 次	2,978	7.0	93.0
每月 4~8 次	4,539	13.2	86.8
每月 9~12 次	1,746	13.0	87.0
每月 12 次以上	5,318	10.1	89.9

註：請參考原始問卷 Q5。

附表 4 您剛剛提到的 110 年 7-12 月運動課程花費，請問主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

項目	占比 (%)	平均金額 (元)
上健身房	23.13%	3,054
瑜珈	20.94%	1,864
游泳	13.98%	2,177
羽球	7.02%	1,897
有氧舞蹈	6.79%	1,446
桌球	4.86%	2,431
直排輪	3.12%	1,598
體適能運動	2.83%	2,385
足球	2.68%	2,126
飛輪有氧	2.25%	2,658
籃球	1.99%	2,372
街舞	1.61%	1,328
跆拳道	1.56%	1,991
國標/社交舞	1.52%	1,880
網球	1.44%	1,778
排舞	1.40%	869
芭蕾舞	1.38%	3,722
太極拳	1.19%	1,456
土風舞	1.13%	775
棒球	1.05%	1,296
圍棋	1.02%	2,311
韻律舞	0.90%	1,554
氣功	0.75%	1,823
幼兒律動	0.72%	2,456
流行舞蹈	0.59%	1,703
皮拉提斯	0.56%	1,768
民族舞蹈	0.49%	1,170
伸展操	0.49%	2,466
國術	0.43%	471
體操/啦啦隊	0.40%	2,020
現代舞	0.39%	1,172
自行車	0.36%	865
攀岩	0.35%	2,272
拳擊	0.31%	1,145
潛水	0.30%	1,477
TRX 懸吊訓練	0.27%	1,536
內外丹功	0.21%	590
爬山	0.20%	973
高爾夫球	0.20%	3,000
溜冰	0.15%	2,419
肚皮舞	0.15%	935

項目	占比 (%)	平均金額 (元)
拉丁舞	0.14%	1,800
滑雪	0.13%	7,200
日本舞蹈	0.12%	2,900
元極舞	0.12%	824
跑步/慢跑	0.10%	1,100
爵士舞	0.10%	1,400
獨木舟	0.08%	500
西洋劍/擊劍	0.05%	1,800
蛇板	0.03%	700
空手道	0.02%	6,000

註：請參考原始問卷 Q6。

附表 5 請問您去年 110 年 1~6 月有沒有單純運動指導教學費的支出？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	472	17,026
總百分比	100.0	2.7	97.3
*性別			
男性	8,679	1.8	98.2
女性	8,819	3.7	96.3
*年齡			
13-19 歲	1,310	0.5	99.5
20-29 歲	2,637	1.7	98.3
30-39 歲	2,935	3.6	96.4
40-49 歲	3,323	3.9	96.1
50-59 歲	3,141	3.6	96.4
60-69 歲	2,754	2.1	97.9
70-79 歲	1,398	1.4	98.6
*居住縣市			
基隆市	278	2.0	98.0
臺北市	1,857	3.8	96.2
新北市	3,046	3.0	97.0
桃園市	1,687	2.9	97.1
新竹市	327	2.2	97.8
新竹縣	416	1.9	98.1
苗栗縣	400	1.7	98.3
臺中市	2,097	3.0	97.0
彰化縣	930	2.2	97.8
南投縣	364	2.0	98.0
雲林縣	499	1.5	98.5
嘉義市	197	2.2	97.8
嘉義縣	373	2.0	98.0
臺南市	1,398	2.8	97.2
高雄市	2,079	3.0	97.0
屏東縣	611	2.1	97.9
臺東縣	161	1.9	98.1
花蓮縣	241	1.9	98.1
宜蘭縣	336	2.3	97.7
澎湖縣	80	1.5	98.5
金門縣	110	1.2	98.8
連江縣	11	0.6	99.4
*教育程度			

	次數	有	沒有
國小及以下	601	0.2	99.8
國（初）中	1,370	1.1	98.9
高中職	4,954	2.2	97.8
大學、專科	8,950	3.0	97.0
研究所及以上	1,623	5.3	94.7
*就業情形			
軍公教	1,141	5.8	94.2
民意代表、主管及經理人員	511	9.6	90.4
自營業者	980	1.6	98.4
專業白領工作者	2,141	3.5	96.5
一般白領工作者	3,752	3.1	96.9
藍領工作者	1,865	1.2	98.8
家務管理	1,666	2.8	97.2
學生	1,986	0.3	99.7
無業/待業中	713	3.5	96.5
退休	2,743	2.1	97.9
*個人每月收入			
無收入	3,920	1.4	98.6
30,000 元以下	4,372	1.6	98.4
30,000~59,999 元	6,378	3.0	97.0
60,000~99,999 元	1,544	6.6	93.4
100,000 元以上	690	5.9	94.1
拒答/不知道	594	3.2	96.8
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	0.2	99.8
每月 1~3 次	2,978	2.7	97.3
每月 4~8 次	4,539	2.8	97.2
每月 9~12 次	1,746	6.1	93.9
每月 12 次以上	5,318	3.1	96.9

註：請參考原始問卷 Q7。



附表 6 您剛剛提到的 110 年 1~6 月單純運動指導教學費，請問主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

項目	占比 (%)	平均金額 (元)
上健身房	32.50%	2,468
瑜珈	13.16%	993
羽球	9.43%	948
游泳	9.34%	1,069
有氧舞蹈	5.97%	494
體適能運動	4.28%	1,860
桌球	3.81%	1,579
直排輪	2.88%	923
籃球	2.67%	959
足球	1.84%	654
排舞	1.57%	950
芭蕾舞	1.47%	1,696
太極拳	1.34%	425
土風舞	1.29%	327
氣功	1.18%	182
自行車	1.16%	488
高爾夫球	1.04%	2,030
TRX 懸吊訓練	0.87%	1,034
棒球	0.71%	854
國標/社交舞	0.54%	929
伸展操	0.50%	1,326
肚皮舞	0.48%	800
皮拉提斯	0.48%	742
韻律舞	0.43%	1,300
圍棋	0.43%	3,235
跆拳道	0.40%	1,100
射箭	0.40%	4,400
網球	0.28%	1,464
國術	0.28%	3,000
街舞	0.09%	500
潛水	0.01%	2,500

註：請參考原始問卷 Q8。



附表 7 請問您去年 110 年 7~12 月有沒有單純運動指導教學費的支出，指運動時所繳交之指導教學費用，包含實體及線上運動課程，但不包含場地設備費、入場費、會員費等？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	420	17,078
總百分比	100.0	2.4	97.6
*性別			
男性	8,679	1.5	98.5
女性	8,819	3.3	96.7
*年齡			
13-19 歲	1,310	0.5	99.5
20-29 歲	2,637	1.2	98.8
30-39 歲	2,935	3.7	96.3
40-49 歲	3,323	4.2	95.8
50-59 歲	3,141	2.5	97.5
60-69 歲	2,754	1.7	98.3
70-79 歲	1,398	1.1	98.9
*居住縣市			
基隆市	278	1.8	98.2
臺北市	1,857	3.5	96.5
新北市	3,046	2.7	97.3
桃園市	1,687	2.7	97.3
新竹市	327	2.0	98.0
新竹縣	416	1.8	98.2
苗栗縣	400	1.5	98.5
臺中市	2,097	2.7	97.3
彰化縣	930	1.9	98.1
南投縣	364	1.5	98.5
雲林縣	499	1.3	98.7
嘉義市	197	1.8	98.2
嘉義縣	373	1.6	98.4
臺南市	1,398	2.3	97.7
高雄市	2,079	2.6	97.4
屏東縣	611	1.9	98.1
臺東縣	161	1.6	98.4
花蓮縣	241	1.7	98.3
宜蘭縣	336	1.9	98.1
澎湖縣	80	1.3	98.7
金門縣	110	1.1	98.9
連江縣	11	0.3	99.7

	次數	有	沒有
*教育程度			
國小及以下	601	0.4	99.6
國（初）中	1,370	0.6	99.4
高中職	4,954	2.0	98.0
大學、專科	8,950	2.6	97.4
研究所及以上	1,623	5.4	94.6
*就業情形			
軍公教	1,141	5.8	94.2
民意代表、主管及經理人員	511	6.5	93.5
自營業者	980	2.6	97.4
專業白領工作者	2,141	2.7	97.3
一般白領工作者	3,752	3.3	96.7
藍領工作者	1,865	1.1	98.9
家務管理	1,666	2.3	97.7
學生	1,986	0.3	99.7
無業/待業中	713	2.0	98.0
退休	2,743	1.6	98.4
*個人每月收入			
無收入	3,920	1.4	98.6
30,000 元以下	4,372	1.3	98.7
30,000~59,999 元	6,378	2.7	97.3
60,000~99,999 元	1,544	6.5	93.5
100,000 元以上	690	3.6	96.4
拒答/不知道	594	2.9	97.1
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	0.2	99.8
每月 1~3 次	2,978	2.5	97.5
每月 4~8 次	4,539	2.7	97.3
每月 9~12 次	1,746	5.3	94.7
每月 12 次以上	5,318	2.4	97.6

註：請參考原始問卷 Q9。

附表 8 您剛剛提到的 110 年 7~12 月單純運動指導教學費，請問主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

項目	占比 (%)	平均金額 (元)
上健身房	27.26%	2,494
瑜珈	11.94%	1,323
游泳	9.04%	1,598
有氧舞蹈	8.18%	1,020
羽球	7.36%	1,693
體適能運動	5.56%	989
桌球	4.69%	1,231
直排輪	4.61%	1,990
足球	3.27%	1,044
籃球	3.04%	1,240
芭蕾舞	1.82%	927
排舞	1.68%	976
太極拳	1.51%	876
土風舞	1.35%	463
高爾夫球	1.16%	1,770
氣功	0.99%	254
TRX 懸吊訓練	0.98%	1,154
拉丁舞	0.89%	1,485
跆拳道	0.73%	1,157
棒球	0.73%	1,358
現代舞	0.66%	2,500
伸展操	0.56%	455
肚皮舞	0.54%	3,300
圍棋	0.48%	1,500
射箭	0.45%	6,800
滑板	0.38%	300
網球	0.31%	1,307
國術	0.31%	5,000
街舞	0.21%	2,750
國標/社交舞	0.21%	850
蛇板	0.12%	700

註：請參考原始問卷 Q10。



附表 9 請問您在上運動課程/教練課程時有沒有遇到什麼主要的問題？【可複選，最多 3 項】

單位：人；%

	次數	教師專業不足	教師教學不認真	教練素質參差不齊	教師法願部員老無兼全學	女性教練少	一直銷課程	缺少女性專屬課程	缺少高齡群專屬課程	課程內容需求不合	課程客制化不足	運動器材品質不佳	運動器材量不足	空間寬敞不夠	安全措施不周	環境衛生不佳	沒有問題	不知道/無意見
總次數	2,316	23	7	49	86	32	60	12	21	72	51	25	67	139	32	14	1,707	88
總百分比		1.0	0.3	2.1	3.7	1.4	2.6	0.5	0.9	3.1	2.2	1.1	2.9	6.0	1.4	0.6	73.7	3.8
性別																		
男性	747	1.2	0.3	2.4	3.5	0.0	2.5	0.0	1.0	2.6	2.5	1.3	1.2	4.8	2.0	0.5	75.7	5.5
女性	1,569	0.9	0.3	2.0	3.8	2.1	2.7	0.7	0.8	3.3	2.0	1.0	3.7	6.7	1.0	0.7	72.7	2.9
年齡																		
13-19 歲	49	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	6.9	0.0	0.0	0.0	9.7	0.0	0.0	83.4	0.0
20-29 歲	274	2.4	0.0	3.7	5.6	4.2	4.0	1.5	0.0	2.7	4.9	1.0	3.8	7.6	2.9	0.8	68.1	1.9
30-39 歲	490	1.2	0.0	1.5	1.7	2.2	0.8	0.4	0.4	3.5	1.0	0.8	2.8	5.4	0.8	0.7	76.7	3.1
40-49 歲	707	0.5	0.2	1.1	3.6	0.8	1.9	0.3	0.4	2.5	1.9	2.0	3.3	5.4	1.9	0.4	73.8	5.8
50-59 歲	429	0.9	0.6	3.8	4.5	0.9	3.1	0.7	1.8	3.6	1.7	0.2	1.7	9.5	0.9	0.9	71.6	3.7
60-69 歲	263	0.8	0.7	1.7	3.9	0.3	6.0	0.0	2.2	2.2	2.2	1.8	3.9	3.1	0.8	0.9	74.3	2.3
70-79 歲	104	1.3	1.3	3.3	7.0	0.0	3.7	0.0	1.4	3.8	5.3	0.0	1.9	0.4	0.5	0.0	75.5	3.7
居住縣市																		
基隆市	31	1.3	0.0	1.9	1.9	2.8	0.0	0.0	0.0	5.7	2.4	3.4	3.4	7.6	1.6	2.2	73.4	0.9
臺北市	291	0.5	0.5	2.8	4.7	1.9	1.2	0.0	1.1	3.3	1.6	1.2	2.5	7.3	0.0	0.5	74.7	4.7
新北市	470	1.2	0.0	1.7	3.9	2.0	3.3	0.0	1.1	1.4	2.4	0.0	4.1	7.5	1.6	0.6	72.5	5.8

	次數	老 師 專 業 力 足	老 師 教 學 認 真	教 練 素 質 參 不 齊	老 師 法 規 兼 全 學	女 性 教 練 少	一 直 推 銷 課	缺 少 女 性 專 屬 課	缺 少 高 齡 專 屬 課	課 容 符 合 需 求	課 容 化	運 動 設 備 材 質 不 佳	運 動 設 備 材 量 足	空 間 不 寬 敞	安 全 措 施 不 夠	環 境 衛 生 不 佳	沒 有 問 題	不 知 道 無 見 意	
桃園市	240	2.3	0.7	2.1	4.1	0.0	2.6	0.7	0.9	4.4	1.5	1.2	2.7	6.6	0.7	0.5	73.1	1.4	
新竹市	41	1.0	1.0	2.8	3.8	1.5	0.8	0.0	0.0	4.3	2.1	2.8	3.7	5.1	4.2	0.6	75.9	0.0	
新竹縣	43	0.0	0.0	2.6	3.5	1.4	2.6	0.0	0.0	2.2	0.9	1.3	5.9	6.9	1.4	0.0	77.5	0.0	
苗栗縣	38	0.0	1.4	0.0	1.2	0.0	1.5	0.0	0.0	3.4	2.8	1.4	4.2	6.2	4.3	2.8	72.2	1.7	
臺中市	275	0.8	0.0	4.2	4.4	2.1	2.1	0.7	0.7	3.9	1.5	1.2	0.7	4.8	1.8	0.0	74.0	3.5	
彰化縣	109	0.0	0.0	0.0	1.1	0.0	1.4	4.8	0.0	2.1	4.0	2.4	2.3	1.2	4.7	5.1	70.1	2.0	
南投縣	36	2.2	0.0	1.4	1.2	0.0	1.4	0.0	1.7	6.6	5.1	2.0	5.6	6.5	1.1	1.0	73.0	1.2	
雲林縣	51	0.0	0.0	0.0	3.5	0.0	1.0	0.0	0.0	4.8	3.2	3.3	2.2	5.6	1.6	0.0	75.1	2.9	
嘉義市	23	2.7	1.3	1.0	4.9	3.5	3.4	1.0	0.0	0.0	5.5	1.0	1.3	4.5	3.6	1.0	70.7	1.3	
嘉義縣	36	0.0	1.5	2.7	6.2	1.4	1.6	0.0	0.0	2.9	1.1	0.0	1.4	5.4	3.1	0.0	76.2	2.5	
臺南市	202	2.1	0.6	2.5	4.5	1.9	4.6	0.0	1.4	4.8	2.7	1.2	3.1	6.7	1.3	0.0	73.3	3.2	
高雄市	276	0.0	0.0	1.5	2.9	0.7	4.2	0.7	0.8	1.5	2.6	0.8	2.7	4.9	0.0	0.0	75.4	5.6	
屏東縣	63	2.4	1.4	0.0	3.6	1.4	3.0	0.0	3.1	3.3	0.0	4.3	4.6	5.9	1.0	1.4	71.8	4.0	
臺東縣	16	3.6	0.0	3.1	1.4	0.0	3.0	0.0	1.1	2.5	3.0	2.1	0.0	5.5	0.0	1.0	79.4	1.3	
花蓮縣	25	1.4	1.3	5.7	3.7	2.7	1.3	0.0	1.4	2.7	1.0	0.0	4.3	2.7	2.4	0.0	72.9	3.7	
宜蘭縣	37	0.0	0.0	0.0	1.3	2.4	0.0	0.0	0.0	6.2	2.3	0.0	2.3	6.0	2.4	0.0	76.0	2.4	
澎湖縣	5	0.0	2.3	4.1	4.1	0.0	2.0	0.0	0.0	3.6	5.1	2.0	3.1	2.0	3.5	0.0	72.5	0.0	
金門縣	7	0.0	0.0	8.9	2.3	0.0	4.3	3.6	0.0	2.1	0.0	2.1	2.4	4.4	0.0	0.0	76.5	0.0	
連江縣	1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.1	4.1	5.2	3.7	3.1	2.4	0.0	78.5	0.0	
教育程度																			



	次數	老 師 專 業 力 足	老 師 教 學 認 真	教 練 素 質 參 不 齊	老 師 法 無 兼 顧 全 部 員	女 性 教 練 較 少	一 直 推 銷 課 程	缺 少 女 性 專 屬 課 程	缺 少 高 齡 專 屬 課 程	課 容 符 合 需 求 內 不 合	課 程 製 不 足 客 化	運 動 設 備 材 質 不 佳	運 動 設 備 材 量 足 不 	空 間 不 寬 敞	安 全 措 不 施 夠	環 境 生 不 佳	沒 有 問 題	不 知 道 無 見 意
國小及以下	14	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.4	0.0	0.0	0.0	0.0	3.8	0.0	7.0	0.0	0.0	90.6	0.0
國（初）中	83	0.0	0.0	3.9	0.0	0.0	6.8	0.0	0.0	7.7	0.0	0.0	0.0	7.6	1.3	3.4	67.2	5.7
高中職	414	0.4	0.3	2.1	5.0	0.5	2.6	0.5	1.2	2.7	3.2	1.2	1.7	5.9	1.7	1.1	74.9	1.6
大學、專科	1,450	1.3	0.3	1.7	3.5	1.9	2.7	0.6	0.8	3.3	2.0	0.8	3.1	6.1	1.1	0.5	74.0	4.2
研究所及以上	355	1.0	0.3	3.5	4.3	0.7	1.4	0.0	1.2	1.5	2.3	2.5	4.1	5.5	2.0	0.0	71.8	4.3
就業情形																		
軍公教	253	2.6	0.0	1.6	0.7	0.1	3.0	0.0	0.6	5.0	4.1	1.2	3.1	9.6	1.5	0.4	69.3	4.3
民意代表、主管及經理人員	139	3.0	0.0	1.1	0.0	0.0	1.1	0.0	0.0	0.0	4.3	1.8	2.5	0.0	0.0	0.0	79.1	8.4
自營業者	123	0.0	0.0	0.0	6.1	0.0	1.2	0.0	0.0	2.5	0.0	0.0	0.5	2.8	0.8	0.0	88.4	0.0
專業白領工作者	351	2.0	0.5	3.1	6.1	1.4	1.3	0.4	0.5	1.5	1.0	1.1	3.7	6.9	3.2	0.0	72.4	3.7
一般白領工作者	609	0.4	0.3	2.4	4.0	2.8	3.5	1.2	0.7	3.1	1.3	0.6	2.0	6.2	1.1	0.9	72.5	4.5
藍領工作者	141	0.0	0.0	0.9	2.0	2.3	0.9	0.0	0.0	0.0	2.6	2.3	4.7	11.9	0.0	2.5	72.0	3.4
家務管理	304	0.5	0.7	2.3	4.2	0.6	2.6	0.8	1.1	3.8	1.1	1.7	4.1	7.4	0.5	1.0	73.7	3.2
學生	91	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	0.0	0.0	0.0	5.1	5.5	1.8	0.4	1.7	3.5	0.4	83.7	0.0
無業/待業中	58	0.6	0.0	0.0	1.1	4.2	0.5	0.0	3.6	4.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	84.6	5.4
退休	247	0.6	0.7	3.9	6.0	0.7	6.2	0.0	3.1	5.0	4.5	1.2	4.0	3.8	1.6	0.5	67.1	2.7
個人每月收入																		
無收入	299	0.6	0.4	0.6	3.5	1.2	3.4	0.1	2.0	5.0	1.7	1.5	4.2	5.8	1.2	0.1	73.2	2.0
30,000 元以下	432	0.7	0.0	2.2	3.1	2.2	2.2	1.0	0.3	3.4	3.1	0.7	4.0	5.4	0.8	1.3	74.4	3.4

	次數	老 師 專 業 力 足	老 師 教 學 認 真	教 練 素 質 參 差 不 齊	老 師 法 顧 部 員 無 兼 全 學	女 性 教 練 較 少	一 直 推 銷 課 程	缺 少 女 性 專 屬 課 程	缺 少 中 高 族 專 屬 課 程	課 容 符 合 需 求 內 不 合	課 程 製 不 足 客 化	運 動 備 材 質 不 佳	運 動 備 材 量 不 足	空 間 不 寬 敞	安 全 措 不 施 夠	環 境 生 不 佳	沒 有 問 題	不 知 道 無 見 意
30,000~59,999 元	1,006	1.4	0.3	3.4	3.8	1.8	3.4	0.5	0.6	2.8	2.2	1.3	1.7	6.7	1.5	0.7	72.2	3.2
60,000~99,999 元	345	0.4	0.8	0.5	4.0	0.0	1.5	0.0	0.3	3.0	2.1	1.3	3.3	3.8	2.7	0.0	77.5	4.0
100,000 元以上	156	2.2	0.0	0.0	3.7	0.6	0.0	1.3	3.3	1.6	2.1	0.0	4.5	9.3	0.0	1.1	74.3	6.6
拒答/不知道	78	0.0	0.0	2.4	5.0	0.0	2.4	0.0	0.0	0.0	0.0	1.9	1.8	5.6	0.0	0.0	73.1	12.5
平均每月運動次數																		
平均一個月運動不到一次	108	4.6	0.0	1.4	1.5	0.0	2.8	0.0	0.0	0.0	5.0	1.6	1.8	1.8	0.0	3.3	75.5	4.2
每月 1~3 次	329	0.0	0.0	2.2	5.1	2.6	1.2	1.1	1.3	3.5	2.8	0.9	1.0	6.9	0.0	0.0	69.2	7.0
每月 4~8 次	773	0.9	0.3	1.4	5.3	1.4	2.0	0.4	0.7	3.5	2.2	1.2	3.6	5.5	1.5	1.1	73.3	3.0
每月 9~12 次	342	0.7	0.6	3.7	1.9	1.7	3.7	0.0	0.0	2.2	0.0	0.8	2.7	7.1	1.3	0.7	75.8	3.2
每月 12 次以上	764	1.2	0.4	2.2	2.6	1.0	3.5	0.6	1.4	3.2	2.5	1.2	3.2	6.3	2.0	0.1	74.8	3.3

註：請參考原始問卷 Q11。



附表 10 請問您選擇上這些運動課程/教練課程的主要原因？【可複選，最多 3 項】

單位：人；%

	次數	離家近	價格便宜	老師專業佳	老師具有專業證照	有女教練	有女專屬課程	有中專課程	課程內容安排良好	設備器材良好	場地空間寬敞	安全措施良好	環境衛生佳	附屬設施完善	上課時間或地點具彈性	喜的收費方式	有人陪伴	不知道/無意見
總次數	1,334	280	655	113	44	25	46	241	81	176	51	104	63	220	53	241	125	1,334
總百分比		57.6	12.1	28.3	4.9	1.9	1.1	2.0	10.4	3.5	7.6	2.2	4.5	2.7	9.5	2.3	10.4	5.4
性別																		
男性	747	55.9	9.4	30.0	5.2	0.0	0.0	2.1	10.3	3.3	11.5	2.1	4.6	1.4	10.9	3.2	11.3	5.1
女性	1569	58.4	13.4	27.4	4.8	2.8	1.6	1.9	10.5	3.6	5.8	2.2	4.4	3.3	8.9	1.9	10.0	5.5
年齡																		
13-19 歲	49	61.7	3.6	22.0	3.6	0.0	0.0	0.0	13.8	0.0	11.2	0.0	3.2	0.0	3.2	0.0	3.2	0.0
20-29 歲	274	53.8	9.1	35.5	2.6	1.8	0.0	0.0	10.6	4.6	8.6	0.5	4.5	5.5	9.5	2.5	10.9	4.2
30-39 歲	490	56.4	12.8	30.5	6.2	1.2	1.1	0.0	13.6	3.3	9.7	2.9	5.1	1.6	12.4	2.9	9.0	4.2
40-49 歲	707	60.0	14.3	34.3	5.5	1.8	0.9	0.0	8.5	3.3	6.7	2.1	3.2	2.3	7.7	1.9	12.4	4.9
50-59 歲	429	57.7	10.4	17.7	2.4	3.3	2.6	6.3	10.1	4.8	8.0	1.9	5.6	2.5	12.0	1.4	8.2	8.0
60-69 歲	263	57.1	11.7	22.5	8.7	2.5	0.7	3.8	10.1	2.5	5.1	2.5	4.3	1.9	7.1	3.4	12.3	6.1
70-79 歲	104	55.2	13.5	18.7	2.5	0.0	0.0	8.8	8.3	2.3	5.5	5.3	6.7	6.4	7.4	4.8	10.4	7.1
居住縣市																		
基隆市	31	52.5	12.0	30.8	6.5	4.5	0.9	2.9	14.2	6.0	6.4	1.1	6.7	6.4	5.9	4.2	6.3	6.2
臺北市	291	56.9	9.4	22.2	4.0	0.5	0.8	3.1	10.8	3.9	6.9	1.9	3.3	3.9	10.2	3.9	11.3	7.5
新北市	470	61.6	14.3	32.2	4.2	2.5	2.1	3.6	10.8	2.2	9.7	2.3	6.1	3.9	8.6	3.1	9.2	4.1

	次數	離家近	價格便宜	教師專業佳	教師有專業證	有女教練	有女專屬課程	有中專課程	課程內容安排良好	設備器材良好	場地空間寬敞	安全措施良好	環境衛生佳	附屬設施完善	上課時間或地點具彈性	有喜愛的收費方式	有人陪伴	不知/無意見	
桃園市	240	53.6	12.0	26.4	4.3	2.1	0.0	1.2	10.6	4.9	5.5	3.0	1.7	1.2	5.5	2.1	10.0	7.8	
新竹市	41	56.7	7.9	32.8	0.8	3.1	0.0	0.6	20.3	5.3	10.3	0.8	1.0	0.0	4.4	2.1	6.4	7.8	
新竹縣	43	55.7	5.3	33.0	5.9	2.7	1.4	0.9	8.9	4.1	7.7	1.0	2.6	1.3	9.9	1.0	7.5	7.6	
苗栗縣	38	45.9	18.0	36.2	4.4	1.4	0.0	1.4	11.5	1.2	6.1	1.4	4.7	1.4	7.8	1.2	13.9	8.6	
臺中市	275	59.5	9.6	29.1	6.5	2.1	1.4	1.4	9.0	2.1	7.2	2.9	4.1	1.1	11.4	0.7	15.3	2.9	
彰化縣	109	54.7	14.5	22.6	3.8	0.0	1.4	1.0	9.4	6.4	10.0	2.4	6.6	8.3	13.2	1.4	12.4	4.1	
南投縣	36	50.7	14.7	23.6	2.9	0.0	1.2	1.7	12.3	5.3	8.8	2.0	5.8	4.2	11.0	1.2	9.6	5.9	
雲林縣	51	62.7	16.7	22.9	5.4	1.0	0.0	0.0	6.0	2.4	6.6	1.2	4.2	2.8	6.3	2.6	6.2	5.1	
嘉義市	23	55.2	20.3	20.2	9.7	2.3	1.3	0.8	9.6	6.5	13.3	1.3	6.4	1.0	5.5	2.6	6.9	5.6	
嘉義縣	36	59.9	13.5	28.3	6.3	2.5	2.5	2.8	3.6	3.1	4.3	5.0	2.7	1.2	7.0	8.2	13.8	2.6	
臺南市	202	58.0	9.2	28.9	3.9	0.7	1.3	1.9	10.2	7.8	10.1	0.6	5.3	1.8	14.3	2.0	12.2	5.7	
高雄市	276	59.8	12.5	28.9	6.5	3.6	0.7	0.0	9.9	0.8	5.4	1.4	5.7	0.8	10.7	1.3	6.2	6.5	
屏東縣	63	46.7	14.6	33.8	7.6	1.3	0.0	4.3	10.8	2.3	2.5	4.7	1.0	4.6	5.9	2.4	10.3	1.3	
臺東縣	16	53.6	11.3	41.8	4.9	1.0	0.0	0.0	10.3	2.1	6.7	6.3	2.7	2.4	7.7	3.0	15.5	4.8	
花蓮縣	25	56.0	12.6	21.7	2.4	1.3	0.0	2.5	13.6	4.2	7.0	1.0	1.6	1.4	13.0	2.5	12.0	6.3	
宜蘭縣	37	50.1	16.5	25.5	8.2	2.4	0.0	2.5	13.3	4.8	10.1	2.5	6.5	1.1	7.1	2.4	11.9	3.5	
澎湖縣	5	72.5	16.7	27.4	6.0	4.0	2.0	0.0	12.5	1.7	1.8	3.6	6.6	1.7	2.0	7.0	5.8	3.6	
金門縣	7	55.1	12.2	28.1	0.0	2.4	0.0	2.4	17.6	11.4	12.3	7.6	2.3	0.0	0.0	0.0	12.4	4.6	
連江縣	1	68.4	11.1	16.7	4.1	0.0	0.0	0.0	14.2	0.0	9.8	7.6	4.1	0.0	0.0	2.4	12.4	4.1	
教育程度																			



附錄二、附表

	次數	離家近	價格便宜	教師專業佳	教師有專業照	有女教練	有女專屬課程	有中專課程	課程內容安排良好	設備器材良好	場地空間寬敞	安全措施良好	環境衛生佳	附屬設施完善	上課時間或地點具彈性	有喜愛的收費方式	有人陪伴	不知/無意見	
國小及以下	14	71.3	16.8	14.8	2.4	0.0	0.0	0.0	17.1	0.0	9.9	14.3	0.0	0.0	0.0	8.7	22.7	0.0	
國(初)中	83	60.6	10.1	20.0	8.8	6.7	0.0	1.6	4.0	3.8	18.6	0.0	1.9	0.8	12.1	0.0	5.8	6.5	
高中職	414	59.1	9.7	24.3	4.8	3.2	0.5	2.8	7.0	1.7	10.4	3.0	5.6	2.6	10.2	5.3	8.4	5.9	
大學、專科	1450	57.2	14.4	29.4	4.8	1.4	1.3	1.7	10.2	4.2	6.5	2.0	3.8	2.9	8.4	1.8	11.6	5.5	
研究所及以上	355	56.2	5.6	30.8	4.7	1.3	1.0	2.3	16.5	3.1	6.4	1.9	6.9	2.1	13.1	1.6	8.6	4.4	
就業情形																			
軍公教	253	66.8	6.1	30.3	3.3	1.3	3.1	4.5	13.5	2.1	7.2	1.8	1.7	1.2	8.7	1.6	2.7	2.3	
民意代表、主管及經理人員	139	63.7	11.4	31.2	2.4	2.4	5.2	3.0	6.1	0.0	4.8	0.3	2.9	3.3	8.5	1.4	8.6	9.7	
自營業者	123	46.3	14.1	30.4	11.3	2.8	0.0	1.9	20.8	3.5	4.4	0.1	5.6	3.3	13.2	1.3	9.7	1.9	
專業白領工作者	351	52.0	14.3	27.0	5.2	1.7	1.1	0.0	9.8	4.7	4.1	2.7	5.5	3.1	9.2	0.8	14.3	6.6	
一般白領工作者	609	59.1	13.4	32.4	4.4	2.1	0.8	0.8	9.8	5.3	9.7	1.9	5.4	2.7	8.4	2.8	9.9	6.3	
藍領工作者	141	64.2	10.6	30.5	3.4	0.9	0.0	0.0	8.1	2.4	23.4	6.6	3.4	1.4	17.0	4.8	10.7	3.0	
家務管理	304	59.0	16.1	22.8	4.0	1.5	0.4	2.2	9.0	4.3	5.8	2.5	5.3	2.2	7.5	2.4	11.0	7.8	
學生	91	47.6	2.3	28.5	8.0	3.7	0.0	0.0	8.4	0.0	6.6	1.1	1.7	7.4	21.0	1.4	14.0	0.0	
無業/待業中	58	53.7	7.5	25.7	6.0	0.5	0.5	0.0	12.7	7.5	6.0	3.5	0.0	2.7	2.7	1.2	13.8	2.6	
退休	247	53.3	11.7	21.0	6.4	2.3	0.0	6.7	10.1	1.1	5.3	1.7	5.6	2.3	8.0	4.5	12.8	4.8	
個人每月收入																			
無收入	299	59.6	10.3	17.5	5.7	3.5	0.5	2.4	9.3	1.9	5.2	0.8	3.0	2.2	12.9	3.7	12.0	6.1	
30,000元以下	432	62.8	15.9	32.8	2.8	2.3	0.5	2.2	7.7	4.6	12.7	1.6	3.0	1.6	6.7	1.5	5.8	2.8	

	次數	離家近	價格便宜	老師專業佳	老師具有專業證	有女教練	有女專屬課程	有中專課程	課程內容安排良好	設備器材良好	場地空間寬敞	安全措施良好	環境衛生佳	附設完善	上課時間地點較具彈性	有喜愛的收費方式	有人陪伴	不知道/無意見
30,000~59,999 元	1006	57.5	12.4	29.8	4.7	1.9	1.5	1.4	10.9	3.3	6.4	3.1	5.4	2.6	10.0	2.2	11.9	4.7
60,000~99,999 元	345	53.8	11.1	30.5	7.6	0.4	1.6	2.9	12.6	3.0	4.5	1.2	5.7	3.7	6.8	2.2	11.9	5.9
100,000 元以上	156	49.9	8.4	27.6	2.5	2.2	0.0	3.6	11.0	3.0	6.1	0.3	2.5	3.0	8.0	2.6	6.3	11.1
拒答/不知道	78	54.0	4.9	15.8	9.6	0.0	0.0	0.0	12.8	9.7	22.2	7.3	4.7	6.5	20.6	3.6	12.7	12.3
平均每月運動次數																		
平均一個月運動不到一次	108	56.6	10.7	36.3	3.2	3.2	0.0	0.0	9.0	2.9	8.3	3.9	0.0	1.4	10.1	3.0	2.8	7.1
每月 1~3 次	329	58.5	11.3	27.4	1.3	3.0	0.0	1.6	10.9	2.3	6.1	3.3	7.2	2.0	4.6	2.9	14.1	6.2
每月 4~8 次	773	58.2	12.7	25.7	5.0	0.9	1.3	2.4	10.2	5.3	9.0	1.1	2.2	2.5	10.6	2.6	11.6	5.8
每月 9~12 次	342	56.8	10.2	35.3	4.3	1.1	2.1	1.9	12.7	3.2	7.5	2.2	7.5	4.3	10.0	2.7	9.1	4.4
每月 12 次以上	764	57.0	12.8	27.0	6.9	2.7	1.0	2.1	9.6	2.5	6.9	2.5	4.9	2.5	10.2	1.6	9.3	4.8

註：請參考原始問卷 Q12。



附表 11 請問您去年 110 年 1~6 月有沒有入場費、會員費、場地設備出租費的支出？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	3,132	14,366
總百分比	100.0	17.9	82.1
*性別			
男性	8,679	21.6	78.4
女性	8,819	14.4	85.6
*年齡			
13-19 歲	1,310	12.7	87.3
20-29 歲	2,637	24.9	75.1
30-39 歲	2,935	22.2	77.8
40-49 歲	3,323	19.9	80.1
50-59 歲	3,141	17.4	82.6
60-69 歲	2,754	12.6	87.4
70-79 歲	1,398	7.8	92.2
*居住縣市			
基隆市	278	16.4	83.6
臺北市	1,857	25.2	74.8
新北市	3,046	20.3	79.7
桃園市	1,687	18.3	81.7
新竹市	327	16.2	83.8
新竹縣	416	15.1	84.9
苗栗縣	400	14.1	85.9
臺中市	2,097	17.5	82.5
彰化縣	930	15.5	84.5
南投縣	364	14.4	85.6
雲林縣	499	14.5	85.5
嘉義市	197	15.1	84.9
嘉義縣	373	13.2	86.8
臺南市	1,398	16.8	83.2
高雄市	2,079	17.2	82.8
屏東縣	611	14.7	85.3
臺東縣	161	13.5	86.5
花蓮縣	241	13.7	86.3
宜蘭縣	336	15.3	84.7
澎湖縣	80	11.6	88.4
金門縣	110	10.9	89.1
連江縣	11	7.4	92.6
*教育程度			



	次數	有	沒有
國小及以下	601	3.3	96.7
國（初）中	1,370	7.5	92.5
高中職	4,954	11.0	89.0
大學、專科	8,950	21.9	78.1
研究所及以上	1,623	31.6	68.4
*就業情形			
軍公教	1,141	26.5	73.5
民意代表、主管及經理人員	511	29.9	70.1
自營業者	980	20.9	79.1
專業白領工作者	2,141	23.1	76.9
一般白領工作者	3,752	21.4	78.6
藍領工作者	1,865	12.8	87.2
家務管理	1,666	10.1	89.9
學生	1,986	16.8	83.2
無業/待業中	713	15.0	85.0
退休	2,743	12.1	87.9
*個人每月收入			
無收入	3,920	11.7	88.3
30,000 元以下	4,372	13.2	86.8
30,000~59,999 元	6,378	21.2	78.8
60,000~99,999 元	1,544	27.8	72.2
100,000 元以上	690	28.7	71.3
拒答/不知道	594	20.4	79.6
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	3.2	96.8
每月 1~3 次	2,978	17.5	82.5
每月 4~8 次	4,539	22.9	77.1
每月 9~12 次	1,746	22.3	77.7
每月 12 次以上	5,318	20.6	79.4

註：請參考原始問卷 Q13。

附表 12 您剛剛提到的 110 年 1~6 月入場費、會員費、場地設備出租費，請問主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

項目	占比 (%)	平均金額 (元)
上健身房	38.31%	1,354
自行車	22.26%	209
游泳	17.60%	527
羽球	12.18%	823
籃球	2.98%	517
高爾夫球	2.84%	1,628
桌球	2.54%	629
網球	1.51%	760
保齡球	1.45%	341
棒球	0.82%	1,314
撞球	0.73%	201
瑜珈	0.40%	483
體適能運動	0.35%	1,855
有氧舞蹈	0.33%	516
皮拉提斯	0.32%	293
排球	0.31%	543
直排輪	0.30%	142
國標/社交舞	0.29%	2,074
柔力球	0.28%	157
爬山	0.19%	450
攀岩	0.19%	296
壘球	0.14%	592
射箭	0.09%	500
伸展操	0.08%	556
排舞	0.08%	361
體操/啦啦隊	0.06%	300
潛水	0.05%	5,000
飛輪有氧	0.04%	300
太極拳	0.03%	100
內外丹功	0.03%	200
溜冰	0.01%	500
經絡拳	0.01%	100
土風舞	0.01%	150

註：請參考原始問卷 Q14。

附表 13 請問您去年 110 年 7~12 月有沒有入場費、會員費、場地設備出租費的支出？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	3,045	14,453
總百分比	100.0	17.4	82.6
*性別			
男性	8,679	21.5	78.5
女性	8,819	13.4	86.6
*年齡			
13-19 歲	1,310	13.6	86.4
20-29 歲	2,637	26.0	74.0
30-39 歲	2,935	21.9	78.1
40-49 歲	3,323	19.7	80.3
50-59 歲	3,141	16.3	83.7
60-69 歲	2,754	9.9	90.1
70-79 歲	1,398	7.7	92.3
*居住縣市			
基隆市	278	15.5	84.5
臺北市	1,857	24.7	75.3
新北市	3,046	19.9	80.1
桃園市	1,687	17.9	82.1
新竹市	327	16.0	84.0
新竹縣	416	15.2	84.8
苗栗縣	400	13.0	87.0
臺中市	2,097	16.9	83.1
彰化縣	930	15.0	85.0
南投縣	364	13.6	86.4
雲林縣	499	13.7	86.3
嘉義市	197	14.3	85.7
嘉義縣	373	12.7	87.3
臺南市	1,398	16.3	83.7
高雄市	2,079	16.7	83.3
屏東縣	611	13.9	86.1
臺東縣	161	12.2	87.8
花蓮縣	241	12.8	87.2
宜蘭縣	336	14.9	85.1
澎湖縣	80	11.2	88.8
金門縣	110	10.4	89.6
連江縣	11	6.0	94.0
*教育程度			

	次數	有	沒有
國小及以下	601	2.3	97.7
國（初）中	1,370	6.2	93.8
高中職	4,954	10.3	89.7
大學、專科	8,950	21.7	78.3
研究所及以上	1,623	30.9	69.1
*就業情形			
軍公教	1,141	26.2	73.8
民意代表、主管及經理人員	511	28.8	71.2
自營業者	980	21.5	78.5
專業白領工作者	2,141	24.2	75.8
一般白領工作者	3,752	19.7	80.3
藍領工作者	1,865	12.4	87.6
家務管理	1,666	9.5	90.5
學生	1,986	19.2	80.8
無業/待業中	713	12.4	87.6
退休	2,743	10.0	90.0
*個人每月收入			
無收入	3,920	10.2	89.8
30,000 元以下	4,372	13.8	86.2
30,000~59,999 元	6,378	21.2	78.8
60,000~99,999 元	1,544	25.9	74.1
100,000 元以上	690	27.6	72.4
拒答/不知道	594	17.7	82.3
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	3.3	96.7
每月 1~3 次	2,978	16.5	83.5
每月 4~8 次	4,539	22.8	77.2
每月 9~12 次	1,746	22.3	77.7
每月 12 次以上	5,318	19.5	80.5

註：請參考原始問卷 Q15。

附表 14 您剛剛提到的 110 年 7~12 月入場費、會員費、場地設備出租費，請問主要是支付哪幾項運動？費用各是多少？

項目	占比 (%)	平均金額 (元)
上健身房	39.26%	1,362
自行車	22.48%	179
游泳	16.15%	533
羽球	14.63%	722
籃球	3.37%	517
高爾夫球	2.95%	1,642
桌球	2.30%	452
棒球	1.23%	1,024
網球	1.12%	591
保齡球	0.48%	119
排球	0.48%	468
體適能運動	0.44%	997
撞球	0.41%	286
攀岩	0.37%	323
國標/社交舞	0.35%	895
瑜珈	0.29%	548
柔力球	0.29%	181
有氧舞蹈	0.26%	512
太極拳	0.20%	133
直排輪	0.13%	241
爬山	0.13%	415
潛水	0.09%	5,236
伸展操	0.09%	556
排舞	0.08%	200
皮拉提斯	0.06%	215
衝浪	0.05%	1,000
飛輪有氧	0.04%	300
內外丹功	0.03%	183
蛇板	0.02%	500
土風舞	0.01%	200

註：請參考原始問卷 Q16。

附表 15 請問您去年 110 年 1~6 月有沒有繳錢參加運動社團？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	665	16,833
總百分比	100.0	3.8	96.2
*性別			
男性	8,679	4.7	95.3
女性	8,819	2.8	97.2
*年齡			
13-19 歲	1,310	0.3	99.7
20-29 歲	2,637	1.3	98.7
30-39 歲	2,935	2.6	97.4
40-49 歲	3,323	4.3	95.7
50-59 歲	3,141	6.5	93.5
60-69 歲	2,754	5.3	94.7
70-79 歲	1,398	3.6	96.4
*居住縣市			
基隆市	278	3.0	97.0
臺北市	1,857	4.6	95.4
新北市	3,046	4.2	95.8
桃園市	1,687	3.9	96.1
新竹市	327	3.8	96.2
新竹縣	416	2.6	97.4
苗栗縣	400	2.6	97.4
臺中市	2,097	4.1	95.9
彰化縣	930	3.5	96.5
南投縣	364	2.5	97.5
雲林縣	499	2.6	97.4
嘉義市	197	3.1	96.9
嘉義縣	373	2.7	97.3
臺南市	1,398	3.9	96.1
高雄市	2,079	4.0	96.0
屏東縣	611	3.0	97.0
臺東縣	161	2.3	97.7
花蓮縣	241	2.4	97.6
宜蘭縣	336	3.3	96.7
澎湖縣	80	2.3	97.7
金門縣	110	1.7	98.3
連江縣	11	1.6	98.4
*教育程度			
國小及以下	601	0.9	99.1

	次數	有	沒有
國（初）中	1,370	1.6	98.4
高中職	4,954	2.9	97.1
大學、專科	8,950	3.7	96.3
研究所及以上	1,623	9.7	90.3
*就業情形			
軍公教	1,141	8.9	91.1
民意代表、主管及經理人員	511	10.9	89.1
自營業者	980	6.5	93.5
專業白領工作者	2,141	4.1	95.9
一般白領工作者	3,752	3.1	96.9
藍領工作者	1,865	1.4	98.6
家務管理	1,666	3.6	96.4
學生	1,986	1.3	98.7
無業/待業中	713	0.3	99.7
退休	2,743	4.2	95.8
*個人每月收入			
無收入	3,920	1.6	98.4
30,000 元以下	4,372	3.0	97.0
30,000~59,999 元	6,378	3.6	96.4
60,000~99,999 元	1,544	8.9	91.1
100,000 元以上	690	10.8	89.2
拒答/不知道	594	3.3	96.7
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	0.5	99.5
每月 1~3 次	2,978	2.4	97.6
每月 4~8 次	4,539	5.2	94.8
每月 9~12 次	1,746	3.0	97.0
每月 12 次以上	5,318	5.4	94.6

註：請參考原始問卷 Q17。

附表 16 請問您去年 110 年 7~12 月有沒有繳錢參加運動社團？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	612	16,886
總百分比	100.0	3.5	96.5
*性別			
男性	8,679	4.5	95.5
女性	8,819	2.4	97.6
*年齡			
13-19 歲	1,310	1.3	98.7
20-29 歲	2,637	1.1	98.9
30-39 歲	2,935	3.0	97.0
40-49 歲	3,323	3.6	96.4
50-59 歲	3,141	6.1	93.9
60-69 歲	2,754	4.3	95.7
70-79 歲	1,398	3.4	96.6
*居住縣市			
基隆市	278	2.7	97.3
臺北市	1,857	4.3	95.7
新北市	3,046	3.7	96.3
桃園市	1,687	4.2	95.8
新竹市	327	3.6	96.4
新竹縣	416	2.3	97.7
苗栗縣	400	2.1	97.9
臺中市	2,097	3.9	96.1
彰化縣	930	3.1	96.9
南投縣	364	2.1	97.9
雲林縣	499	2.4	97.6
嘉義市	197	2.8	97.2
嘉義縣	373	2.1	97.9
臺南市	1,398	3.6	96.4
高雄市	2,079	3.7	96.3
屏東縣	611	2.6	97.4
臺東縣	161	2.0	98.0
花蓮縣	241	2.2	97.8
宜蘭縣	336	3.0	97.0
澎湖縣	80	2.3	97.7
金門縣	110	1.6	98.4
連江縣	11	1.2	98.8
*教育程度			
國小及以下	601	0.8	99.2

	次數	有	沒有
國（初）中	1,370	1.9	98.1
高中職	4,954	2.6	97.4
大學、專科	8,950	3.4	96.6
研究所及以上	1,623	9.0	91.0
*就業情形			
軍公教	1,141	8.2	91.8
民意代表、主管及經理人員	511	11.2	88.8
自營業者	980	5.2	94.8
專業白領工作者	2,141	4.1	95.9
一般白領工作者	3,752	2.9	97.1
藍領工作者	1,865	1.7	98.3
家務管理	1,666	2.2	97.8
學生	1,986	1.9	98.1
無業/待業中	713	0.4	99.6
退休	2,743	3.7	96.3
*個人每月收入			
無收入	3,920	1.1	98.9
30,000 元以下	4,372	3.1	96.9
30,000~59,999 元	6,378	3.4	96.6
60,000~99,999 元	1,544	8.1	91.9
100,000 元以上	690	10.2	89.8
拒答/不知道	594	2.9	97.1
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	0.4	99.6
每月 1~3 次	2,978	1.7	98.3
每月 4~8 次	4,539	5.1	94.9
每月 9~12 次	1,746	2.7	97.3
每月 12 次以上	5,318	5.1	94.9

註：請參考原始問卷 Q18。

附表 17 請問您去年 110 年 1~6 月有沒有參加運動比賽所衍生的費用，包括：報名費、交通費、餐飲費、住宿費及其他與比賽相關費用等？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	665	16,833
總百分比	100.0	3.8	96.2
*性別			
男性	8,679	4.8	95.2
女性	8,819	2.9	97.1
*年齡			
13-19 歲	1,310	2.1	97.9
20-29 歲	2,637	4.3	95.7
30-39 歲	2,935	4.2	95.8
40-49 歲	3,323	5.9	94.1
50-59 歲	3,141	4.6	95.4
60-69 歲	2,754	1.8	98.2
70-79 歲	1,398	0.9	99.1
*居住縣市			
基隆市	278	3.6	96.4
臺北市	1,857	4.8	95.2
新北市	3,046	4.2	95.8
桃園市	1,687	4.0	96.0
新竹市	327	4.1	95.9
新竹縣	416	2.9	97.1
苗栗縣	400	2.1	97.9
臺中市	2,097	4.3	95.7
彰化縣	930	3.4	96.6
南投縣	364	2.1	97.9
雲林縣	499	2.3	97.7
嘉義市	197	2.9	97.1
嘉義縣	373	2.2	97.8
臺南市	1,398	3.8	96.2
高雄市	2,079	4.1	95.9
屏東縣	611	3.0	97.0
臺東縣	161	2.2	97.8
花蓮縣	241	2.6	97.4
宜蘭縣	336	3.8	96.2
澎湖縣	80	1.3	98.7
金門縣	110	1.3	98.7
連江縣	11	1.2	98.8

	次數	有	沒有
*教育程度			
國小及以下	601	0.9	99.1
國（初）中	1,370	1.9	98.1
高中職	4,954	1.6	98.4
大學、專科	8,950	4.6	95.4
研究所及以上	1,623	8.7	91.3
*就業情形			
軍公教	1,141	7.1	92.9
民意代表、主管及經理人員	511	10.2	89.8
自營業者	980	4.5	95.5
專業白領工作者	2,141	7.3	92.7
一般白領工作者	3,752	4.0	96.0
藍領工作者	1,865	1.7	98.3
家務管理	1,666	1.1	98.9
學生	1,986	3.5	96.5
無業/待業中	713	1.2	98.8
退休	2,743	1.9	98.1
*個人每月收入			
無收入	3,920	1.9	98.1
30,000 元以下	4,372	2.6	97.4
30,000~59,999 元	6,378	4.1	95.9
60,000~99,999 元	1,544	8.9	91.1
100,000 元以上	690	9.4	90.6
拒答/不知道	594	2.4	97.6
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	0.8	99.2
每月 1~3 次	2,978	2.6	97.4
每月 4~8 次	4,539	5.9	94.1
每月 9~12 次	1,746	5.3	94.7
每月 12 次以上	5,318	3.8	96.2

註：請參考原始問卷 Q19。

附表 18 請問您去年 110 年 7~12 月有沒有參加運動比賽所衍生的費用，包括：報名費、交通費、餐飲費、住宿費及其他與比賽相關費用等？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	682	16,816
總百分比	100.0	3.9	96.1
*性別			
男性	8,679	4.7	95.3
女性	8,819	3.1	96.9
*年齡			
13-19 歲	1,310	1.9	98.1
20-29 歲	2,637	4.8	95.2
30-39 歲	2,935	5.0	95.0
40-49 歲	3,323	5.8	94.2
50-59 歲	3,141	3.9	96.1
60-69 歲	2,754	2.0	98.0
70-79 歲	1,398	1.1	98.9
*居住縣市			
基隆市	278	3.3	96.7
臺北市	1,857	4.9	95.1
新北市	3,046	4.4	95.6
桃園市	1,687	4.3	95.7
新竹市	327	3.9	96.1
新竹縣	416	2.6	97.4
苗栗縣	400	2.3	97.7
臺中市	2,097	4.4	95.6
彰化縣	930	3.6	96.4
南投縣	364	2.4	97.6
雲林縣	499	2.4	97.6
嘉義市	197	2.9	97.1
嘉義縣	373	2.0	98.0
臺南市	1,398	3.7	96.3
高雄市	2,079	4.2	95.8
屏東縣	611	3.1	96.9
臺東縣	161	2.4	97.6
花蓮縣	241	2.1	97.9
宜蘭縣	336	3.8	96.2
澎湖縣	80	1.4	98.6
金門縣	110	1.4	98.6
連江縣	11	0.9	99.1

	次數	有	沒有
*教育程度			
國小及以下	601	0.9	99.1
國（初）中	1,370	1.0	99.0
高中職	4,954	2.1	97.9
大學、專科	8,950	4.8	95.2
研究所及以上	1,623	7.9	92.1
*就業情形			
軍公教	1,141	7.9	92.1
民意代表、主管及經理人員	511	9.9	90.1
自營業者	980	4.1	95.9
專業白領工作者	2,141	7.7	92.3
一般白領工作者	3,752	4.7	95.3
藍領工作者	1,865	1.3	98.7
家務管理	1,666	1.4	98.6
學生	1,986	2.9	97.1
無業/待業中	713	1.1	98.9
退休	2,743	1.7	98.3
*個人每月收入			
無收入	3,920	1.5	98.5
30,000 元以下	4,372	2.3	97.7
30,000~59,999 元	6,378	4.8	95.2
60,000~99,999 元	1,544	8.6	91.4
100,000 元以上	690	9.3	90.7
拒答/不知道	594	2.8	97.2
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	1.1	98.9
每月 1~3 次	2,978	1.3	98.7
每月 4~8 次	4,539	7.1	92.9
每月 9~12 次	1,746	4.9	95.1
每月 12 次以上	5,318	3.8	96.2

註：請參考原始問卷 Q20。

附表 19 請問您 110 年 1~6 月有沒有花錢買票看運動比賽？

單位：人；%

	次數	有，看國內賽事	沒有
總次數	17,498	962	16,536
總百分比	100.0	5.5	94.5
*性別			
男性	8,679	7.6	92.4
女性	8,819	3.5	96.5
*年齡			
13-19 歲	1,310	4.5	95.5
20-29 歲	2,637	7.2	92.8
30-39 歲	2,935	7.6	92.4
40-49 歲	3,323	5.7	94.3
50-59 歲	3,141	5.3	94.7
60-69 歲	2,754	4.2	95.8
70-79 歲	1,398	1.8	98.2
*居住縣市			
基隆市	278	4.9	95.1
臺北市	1,857	7.4	92.6
新北市	3,046	7.0	93.0
桃園市	1,687	7.5	92.5
新竹市	327	4.7	95.3
新竹縣	416	3.7	96.3
苗栗縣	400	2.0	98.0
臺中市	2,097	6.3	93.7
彰化縣	930	3.8	96.2
南投縣	364	2.2	97.8
雲林縣	499	3.0	97.0
嘉義市	197	3.1	96.9
嘉義縣	373	2.6	97.4
臺南市	1,398	5.9	94.1
高雄市	2,079	5.3	94.7
屏東縣	611	2.4	97.6
臺東縣	161	1.4	98.6
花蓮縣	241	1.7	98.3
宜蘭縣	336	3.8	96.2
澎湖縣	80	1.0	99.0
金門縣	110	0.5	99.5
連江縣	11	0.6	99.4
*教育程度			
國小及以下	601	1.9	98.1

	次數	有，看國內賽事	沒有
國（初）中	1,370	3.6	96.4
高中職	4,954	4.8	95.2
大學、專科	8,950	6.0	94.0
研究所及以上	1,623	8.2	91.8
*就業情形			
軍公教	1,141	5.8	94.2
民意代表、主管及經理人員	511	6.4	93.6
自營業者	980	5.9	94.1
專業白領工作者	2,141	9.9	90.1
一般白領工作者	3,752	5.9	94.1
藍領工作者	1,865	3.9	96.1
家務管理	1,666	3.2	96.8
學生	1,986	6.2	93.8
無業/待業中	713	2.9	97.1
退休	2,743	3.9	96.1
*個人每月收入			
無收入	3,920	3.7	96.3
30,000 元以下	4,372	4.6	95.4
30,000~59,999 元	6,378	5.9	94.1
60,000~99,999 元	1,544	9.7	90.3
100,000 元以上	690	9.5	90.5
拒答/不知道	594	5.7	94.3
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	2.7	97.3
每月 1~3 次	2,978	6.1	93.9
每月 4~8 次	4,539	6.9	93.1
每月 9~12 次	1,746	6.0	94.0
每月 12 次以上	5,318	5.4	94.6

註：請參考原始問卷 Q21。

附表 20 請問您 110 年 7~12 月有沒有花錢買票看運動比賽？

單位：人；%

	次數	有，看國內賽事	沒有
總次數	17,498	927	16,571
總百分比	100.0	5.3	94.7
*性別			
男性	8,679	7.0	93.0
女性	8,819	3.5	96.5
*年齡			
13-19 歲	1,310	4.2	95.8
20-29 歲	2,637	7.8	92.2
30-39 歲	2,935	6.4	93.6
40-49 歲	3,323	6.3	93.7
50-59 歲	3,141	4.8	95.2
60-69 歲	2,754	3.6	96.4
70-79 歲	1,398	1.0	99.0
*居住縣市			
基隆市	278	4.3	95.7
臺北市	1,857	7.0	93.0
新北市	3,046	6.7	93.3
桃園市	1,687	6.5	93.5
新竹市	327	4.0	96.0
新竹縣	416	3.6	96.4
苗栗縣	400	1.6	98.4
臺中市	2,097	6.7	93.3
彰化縣	930	3.7	96.3
南投縣	364	2.0	98.0
雲林縣	499	2.5	97.5
嘉義市	197	2.7	97.3
嘉義縣	373	2.5	97.5
臺南市	1,398	5.7	94.3
高雄市	2,079	5.2	94.8
屏東縣	611	2.3	97.7
臺東縣	161	0.9	99.1
花蓮縣	241	1.0	99.0
宜蘭縣	336	3.1	96.9
澎湖縣	80	1.5	98.5
金門縣	110	1.1	98.9
連江縣	11	0.6	99.4
*教育程度			
國小及以下	601	1.4	98.6

	次數	有，看國內賽事	沒有
國（初）中	1,370	3.3	96.7
高中職	4,954	4.4	95.6
大學、專科	8,950	5.8	94.2
研究所及以上	1,623	8.1	91.9
*就業情形			
軍公教	1,141	6.6	93.4
民意代表、主管及經理人員	511	5.9	94.1
自營業者	980	6.7	93.3
專業白領工作者	2,141	8.7	91.3
一般白領工作者	3,752	6.3	93.7
藍領工作者	1,865	3.5	96.5
家務管理	1,666	2.8	97.2
學生	1,986	6.0	94.0
無業/待業中	713	1.5	98.5
退休	2,743	3.1	96.9
*個人每月收入			
無收入	3,920	3.3	96.7
30,000 元以下	4,372	4.6	95.4
30,000~59,999 元	6,378	5.7	94.3
60,000~99,999 元	1,544	10.0	90.0
100,000 元以上	690	6.4	93.6
拒答/不知道	594	5.0	95.0
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	2.2	97.8
每月 1~3 次	2,978	5.6	94.4
每月 4~8 次	4,539	7.3	92.7
每月 9~12 次	1,746	5.9	94.1
每月 12 次以上	5,318	4.8	95.2

註：請參考原始問卷 Q24。

附表 21 請問您 110 年 1~6 月有沒有購買、付費訂閱下列媒體來觀賞運動？【可複選】

單位：人；%

	次數	為了看體育新聞而購買報紙	運動雜誌	額外訂閱有線/衛星電視頻道	為觀賞比賽而訂購網路/寬頻電視	沒有支出
總次數	17,498	262	192	262	560	16,448
總百分比		1.5	1.1	1.5	3.2	94.0
性別						
男性	8,679	2.2	1.9	2.4	4.5	90.9
女性	8,819	0.8	0.3	0.5	1.8	97.0
年齡						
13-19 歲	1,310	0.9	0.7	0.3	0.2	98.5
20-29 歲	2,637	0.4	1.8	1.3	4.0	94.1
30-39 歲	2,935	1.0	2.6	1.2	5.0	91.8
40-49 歲	3,323	1.3	1.1	1.6	3.2	94.2
50-59 歲	3,141	2.2	0.6	1.9	3.5	93.1
60-69 歲	2,754	2.8	0.1	1.7	2.5	93.5
70-79 歲	1,398	1.6	0.2	1.6	1.1	96.1
居住縣市						
基隆市	278	1.1	1.1	1.5	2.8	95.4
臺北市	1,857	2.2	1.6	1.8	3.9	93.4
新北市	3,046	1.9	1.5	1.5	3.7	92.7
桃園市	1,687	1.4	1.6	1.4	3.4	92.7
新竹市	327	1.4	1.5	1.4	2.9	92.8
新竹縣	416	1.3	1.3	0.7	2.7	95.0
苗栗縣	400	0.8	0.3	1.0	2.0	96.4
臺中市	2,097	1.7	1.5	1.4	3.8	92.3
彰化縣	930	1.3	0.9	1.4	2.6	95.0
南投縣	364	1.1	0.5	1.2	2.0	95.7
雲林縣	499	1.1	0.6	1.7	1.8	94.8
嘉義市	197	1.2	1.0	1.4	2.6	95.1
嘉義縣	373	1.3	0.5	1.6	2.0	95.5
臺南市	1,398	1.3	0.7	1.6	2.8	96.0
高雄市	2,079	1.6	0.6	1.5	3.7	94.1
屏東縣	611	0.7	0.4	1.3	1.7	96.5
臺東縣	161	0.7	0.8	1.1	1.3	96.9
花蓮縣	241	1.1	0.7	1.2	1.6	95.8
宜蘭縣	336	0.8	0.4	1.6	2.1	96.0

	次數	為了看體育新聞而購買報紙	運動雜誌	額外訂閱衛星電視頻道	觀賞運動賽網路/寬頻電視	沒有支出
澎湖縣	80	0.6	0.4	1.4	2.1	95.4
金門縣	110	0.5	1.0	1.3	1.3	96.1
連江縣	11	0.8	0.9	0.6	1.8	96.0
教育程度						
國小及以下	601	0.4	0.2	0.2	0.2	99.0
國(初)中	1,370	2.7	1.0	0.4	0.5	96.7
高中職	4,954	1.7	0.6	1.3	1.8	95.7
大學、專科	8,950	1.2	1.2	1.5	3.8	93.2
研究所及以上	1,623	1.9	2.7	3.0	7.1	88.6
就業情形						
軍公教	1,141	2.4	1.6	0.4	7.5	89.8
民意代表、主管及經理人員	511	2.1	1.6	6.4	5.2	87.5
自營業者	980	1.9	0.8	3.5	6.5	89.1
專業白領工作者	2,141	1.2	2.4	1.7	4.0	92.6
一般白領工作者	3,752	1.1	1.4	1.4	3.2	94.4
藍領工作者	1,865	1.7	1.0	1.1	1.9	95.4
家務管理	1,666	1.3	0.1	0.4	1.2	97.1
學生	1,986	0.7	1.3	1.3	1.5	96.2
無業/待業中	713	0.0	0.6	0.1	2.2	97.5
退休	2,743	2.7	0.2	1.5	2.6	93.8
個人每月收入						
無收入	3,920	0.9	0.6	0.7	1.7	96.8
30,000 元以下	4,372	1.7	1.1	0.8	1.7	95.4
30,000~59,999 元	6,378	1.4	1.1	1.6	4.1	93.2
60,000~99,999 元	1,544	2.7	2.1	3.3	4.7	89.2
100,000 元以上	690	2.8	2.8	4.1	7.1	86.7
拒答/不知道	594	0.5	0.7	1.2	5.2	93.0
平均每月運動次數						
平均一個月運動不到一次	2,917	0.5	0.5	0.5	0.9	98.0
每月 1~3 次	2,978	1.4	0.7	1.4	2.7	94.7
每月 4~8 次	4,539	1.5	1.4	1.1	3.8	93.3
每月 9~12 次	1,746	1.4	1.6	1.4	3.9	93.4
每月 12 次以上	5,318	2.2	1.3	2.3	3.9	92.1

註：請參考原始問卷 Q27。

附表 22 請問您 110 年 7~12 月有沒有購買、付費訂閱下列媒體來觀賞運動？【可複選】

單位：人；%

	次數	為了看新體育新聞而購買報紙	運動雜誌	額外訂閱有線/衛星電視頻道	為觀賞運動而訂購網路/寬頻電視	沒有支出
總次數	17,498	245	210	262	822	16,116
總百分比		1.4	1.2	1.5	4.7	92.1
性別						
男性	8,679	2.1	2.0	2.3	6.3	88.7
女性	8,819	0.7	0.4	0.7	3.0	95.5
年齡						
13-19 歲	1,310	0.6	1.0	0.3	0.7	97.8
20-29 歲	2,637	0.2	2.4	1.3	6.2	90.8
30-39 歲	2,935	1.2	2.0	0.9	7.0	89.7
40-49 歲	3,323	1.2	1.2	1.3	5.6	91.7
50-59 歲	3,141	1.6	0.8	2.3	5.0	91.3
60-69 歲	2,754	3.2	0.2	1.8	2.9	93.0
70-79 歲	1,398	1.6	0.1	1.9	1.1	95.9
居住縣市						
基隆市	278	0.9	1.1	1.5	4.0	94.1
臺北市	1,857	1.9	1.9	1.6	5.9	89.6
新北市	3,046	1.6	1.6	2.0	5.6	90.0
桃園市	1,687	1.4	1.4	1.5	5.7	90.5
新竹市	327	1.2	1.9	1.3	4.8	90.7
新竹縣	416	1.5	1.9	0.7	4.9	91.9
苗栗縣	400	0.8	0.3	0.8	2.8	95.6
臺中市	2,097	1.5	1.7	1.1	5.4	90.9
彰化縣	930	1.5	1.0	1.4	3.1	94.3
南投縣	364	0.8	0.3	1.2	2.3	95.4
雲林縣	499	0.8	0.5	1.7	2.6	94.7
嘉義市	197	1.3	0.5	2.0	3.7	93.3
嘉義縣	373	1.3	0.5	1.6	2.5	94.6
臺南市	1,398	1.6	0.6	1.4	4.3	93.6
高雄市	2,079	1.5	0.6	1.2	5.1	93.3
屏東縣	611	0.4	0.3	1.3	2.6	95.5
臺東縣	161	0.7	0.3	1.3	2.3	95.4
花蓮縣	241	1.2	0.7	1.3	2.6	94.8
宜蘭縣	336	1.1	0.7	1.6	2.6	95.3

	次數	為了看新購 為體育而開 買報紙	運動雜 誌	額外訂 閱有線/ 衛星電 視頻道	為觀 賞比 運動 而訂 購網 路/ 寬頻 電視	沒有支 出
澎湖縣	80	0.6	0.2	1.6	2.0	95.8
金門縣	110	0.6	0.6	1.3	1.2	96.7
連江縣	11	0.8	0.4	0.8	1.2	97.0
教育程度						
國小及以下	601	0.4	0.2	0.2	0.2	99.0
國(初)中	1,370	2.0	1.7	0.4	0.4	96.2
高中職	4,954	1.5	0.8	1.3	2.6	94.9
大學、專科	8,950	1.3	1.3	1.6	5.7	90.9
研究所及以上	1,623	1.9	1.8	3.0	10.3	84.8
就業情形						
軍公教	1,141	2.2	1.6	1.1	9.9	86.6
民意代表、主管及 經理人員	511	1.1	1.1	6.4	8.7	83.4
自營業者	980	1.9	0.8	3.0	8.8	86.9
專業白領工作者	2,141	1.2	2.5	1.7	5.8	90.1
一般白領工作者	3,752	0.8	1.3	1.3	5.4	92.0
藍領工作者	1,865	1.8	1.3	1.1	2.1	94.8
家務管理	1,666	1.0	0.2	0.5	1.7	96.7
學生	1,986	0.4	1.7	1.3	3.8	93.4
無業/待業中	713	0.0	0.6	0.5	3.0	96.7
退休	2,743	3.1	0.2	1.4	3.0	93.1
個人每月收入						
無收入	3,920	0.7	0.8	0.8	2.2	96.1
30,000 元以下	4,372	1.4	1.3	0.9	2.9	93.8
30,000~59,999 元	6,378	1.5	1.2	1.7	6.0	91.0
60,000~99,999 元	1,544	2.9	1.6	3.5	8.1	85.2
100,000 元以上	690	2.5	2.1	2.8	8.1	85.6
拒答/不知道	594	0.2	0.6	1.2	6.1	91.8
平均每月運動次數						
平均一個月運動不 到一次	2,917	0.6	0.6	0.5	1.3	97.0
每月 1~3 次	2,978	1.1	1.2	1.5	5.0	91.7
每月 4~8 次	4,539	1.2	1.5	1.0	5.9	91.4
每月 9~12 次	1,746	1.3	1.0	1.4	5.2	92.2
每月 12 次以上	5,318	2.2	1.2	2.4	5.1	90.3

註：請參考原始問卷 Q29。

**附表 23 請問您 110 年 1~6 月有沒有購買運動彩券或有其他運動
 博弈支出？**

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	2,152	15,346
總百分比	100.0	12.3	87.7
*性別			
男性	8,679	15.4	84.6
女性	8,819	9.4	90.6
*年齡			
13-19 歲	1,310	6.1	93.9
20-29 歲	2,637	16.9	83.1
30-39 歲	2,935	17.6	82.4
40-49 歲	3,323	14.2	85.8
50-59 歲	3,141	12.6	87.4
60-69 歲	2,754	7.5	92.5
70-79 歲	1,398	3.1	96.9
*居住縣市			
基隆市	278	10.9	89.1
臺北市	1,857	13.4	86.6
新北市	3,046	13.0	87.0
桃園市	1,687	12.8	87.2
新竹市	327	12.2	87.8
新竹縣	416	12.1	87.9
苗栗縣	400	9.5	90.5
臺中市	2,097	13.0	87.0
彰化縣	930	11.3	88.7
南投縣	364	9.7	90.3
雲林縣	499	9.9	90.1
嘉義市	197	11.1	88.9
嘉義縣	373	9.3	90.7
臺南市	1,398	12.8	87.2
高雄市	2,079	13.4	86.6
屏東縣	611	10.9	89.1
臺東縣	161	9.9	90.1
花蓮縣	241	10.2	89.8
宜蘭縣	336	11.9	88.1
澎湖縣	80	10.2	89.8
金門縣	110	10.7	89.3
連江縣	11	7.5	92.5
*教育程度			

	次數	有	沒有
國小及以下	601	4.6	95.4
國（初）中	1,370	6.8	93.2
高中職	4,954	10.1	89.9
大學、專科	8,950	14.2	85.8
研究所及以上	1,623	16.5	83.5
*就業情形			
軍公教	1,141	16.3	83.7
民意代表、主管及經理人員	511	16.9	83.1
自營業者	980	15.1	84.9
專業白領工作者	2,141	18.0	82.0
一般白領工作者	3,752	14.3	85.7
藍領工作者	1,865	13.8	86.2
家務管理	1,666	9.0	91.0
學生	1,986	9.5	90.5
無業/待業中	713	9.0	91.0
退休	2,743	5.7	94.3
*個人每月收入			
無收入	3,920	7.5	92.5
30,000 元以下	4,372	10.7	89.3
30,000~59,999 元	6,378	14.5	85.5
60,000~99,999 元	1,544	18.2	81.8
100,000 元以上	690	17.4	82.6
拒答/不知道	594	12.0	88.0
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	10.4	89.6
每月 1~3 次	2,978	13.9	86.1
每月 4~8 次	4,539	14.3	85.7
每月 9~12 次	1,746	12.6	87.4
每月 12 次以上	5,318	10.8	89.2

註：請參考原始問卷 Q32。

**附表 24 請問您 110 年 7~12 月有沒有購買運動彩券或有其他運動
博奕支出？**

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	2,012	15,486
總百分比	100.0	11.5	88.5
*性別			
男性	8,679	13.9	86.1
女性	8,819	9.2	90.8
*年齡			
13-19 歲	1,310	5.7	94.3
20-29 歲	2,637	15.2	84.8
30-39 歲	2,935	16.9	83.1
40-49 歲	3,323	14.9	85.1
50-59 歲	3,141	11.5	88.5
60-69 歲	2,754	5.5	94.5
70-79 歲	1,398	2.7	97.3
*居住縣市			
基隆市	278	9.8	90.2
臺北市	1,857	13.4	86.6
新北市	3,046	12.0	88.0
桃園市	1,687	12.6	87.4
新竹市	327	10.4	89.6
新竹縣	416	10.9	89.1
苗栗縣	400	9.3	90.7
臺中市	2,097	12.1	87.9
彰化縣	930	10.6	89.4
南投縣	364	8.2	91.8
雲林縣	499	9.6	90.4
嘉義市	197	10.0	90.0
嘉義縣	373	8.9	91.1
臺南市	1,398	11.6	88.4
高雄市	2,079	12.3	87.7
屏東縣	611	10.0	90.0
臺東縣	161	8.6	91.4
花蓮縣	241	8.5	91.5
宜蘭縣	336	9.6	90.4
澎湖縣	80	7.8	92.2
金門縣	110	8.1	91.9
連江縣	11	7.4	92.6
*教育程度			

	次數	有	沒有
國小及以下	601	2.7	97.3
國（初）中	1,370	6.3	93.7
高中職	4,954	10.4	89.6
大學、專科	8,950	12.8	87.2
研究所及以上	1,623	15.7	84.3
*就業情形			
軍公教	1,141	15.2	84.8
民意代表、主管及經理人員	511	13.1	86.9
自營業者	980	15.0	85.0
專業白領工作者	2,141	17.3	82.7
一般白領工作者	3,752	14.2	85.8
藍領工作者	1,865	11.3	88.7
家務管理	1,666	8.5	91.5
學生	1,986	8.4	91.6
無業/待業中	713	9.6	90.4
退休	2,743	5.0	95.0
*個人每月收入			
無收入	3,920	7.2	92.8
30,000 元以下	4,372	9.6	90.4
30,000~59,999 元	6,378	13.7	86.3
60,000~99,999 元	1,544	17.5	82.5
100,000 元以上	690	13.9	86.1
拒答/不知道	594	12.5	87.5
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	9.0	91.0
每月 1~3 次	2,978	14.5	85.5
每月 4~8 次	4,539	13.3	86.7
每月 9~12 次	1,746	11.0	89.0
每月 12 次以上	5,318	9.9	90.1

註：請參考原始問卷 Q33。

附表 25 請問您 110 年 1~6 月有沒有花錢購買運動服？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	4,934	12,564
總百分比	100.0	28.2	71.8
*性別			
男性	8,679	28.9	71.1
女性	8,819	27.5	72.5
*年齡			
13-19 歲	1,310	10.2	89.8
20-29 歲	2,637	27.4	72.6
30-39 歲	2,935	32.4	67.6
40-49 歲	3,323	35.4	64.6
50-59 歲	3,141	31.8	68.2
60-69 歲	2,754	25.7	74.3
70-79 歲	1,398	17.4	82.6
*居住縣市			
基隆市	278	25.3	74.7
臺北市	1,857	31.3	68.7
新北市	3,046	29.8	70.2
桃園市	1,687	29.6	70.4
新竹市	327	26.1	73.9
新竹縣	416	24.8	75.2
苗栗縣	400	23.8	76.2
臺中市	2,097	29.3	70.7
彰化縣	930	25.8	74.2
南投縣	364	24.0	76.0
雲林縣	499	24.0	76.0
嘉義市	197	25.0	75.0
嘉義縣	373	24.2	75.8
臺南市	1,398	29.1	70.9
高雄市	2,079	29.5	70.5
屏東縣	611	23.8	76.2
臺東縣	161	23.7	76.3
花蓮縣	241	23.8	76.2
宜蘭縣	336	25.3	74.7
澎湖縣	80	23.7	76.3
金門縣	110	22.2	77.8
連江縣	11	19.6	80.4
*教育程度			
國小及以下	601	12.0	88.0

	次數	有	沒有
國（初）中	1,370	13.3	86.7
高中職	4,954	20.9	79.1
大學、專科	8,950	32.5	67.5
研究所及以上	1,623	45.3	54.7
*就業情形			
軍公教	1,141	42.9	57.1
民意代表、主管及經理人員	511	45.2	54.8
自營業者	980	35.9	64.1
專業白領工作者	2,141	36.7	63.3
一般白領工作者	3,752	31.6	68.4
藍領工作者	1,865	22.1	77.9
家務管理	1,666	24.8	75.2
學生	1,986	16.2	83.8
無業/待業中	713	16.6	83.4
退休	2,743	22.7	77.3
*個人每月收入			
無收入	3,920	16.0	84.0
30,000 元以下	4,372	23.1	76.9
30,000~59,999 元	6,378	33.9	66.1
60,000~99,999 元	1,544	44.3	55.7
100,000 元以上	690	41.1	58.9
拒答/不知道	594	27.9	72.1
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	12.4	87.6
每月 1~3 次	2,978	27.6	72.4
每月 4~8 次	4,539	32.2	67.8
每月 9~12 次	1,746	34.1	65.9
每月 12 次以上	5,318	31.8	68.2

註：請參考原始問卷 Q34。

附表 26 請問您 110 年 7~12 月有沒有花錢購買運動服？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	4,864	12,634
總百分比	100.0	27.8	72.2
*性別			
男性	8,679	28.8	71.2
女性	8,819	26.8	73.2
*年齡			
13-19 歲	1,310	9.5	90.5
20-29 歲	2,637	25.0	75.0
30-39 歲	2,935	33.6	66.4
40-49 歲	3,323	35.4	64.6
50-59 歲	3,141	31.0	69.0
60-69 歲	2,754	25.3	74.7
70-79 歲	1,398	17.3	82.7
*居住縣市			
基隆市	278	24.0	76.0
臺北市	1,857	31.1	68.9
新北市	3,046	29.2	70.8
桃園市	1,687	29.1	70.9
新竹市	327	25.8	74.2
新竹縣	416	24.0	76.0
苗栗縣	400	23.1	76.9
臺中市	2,097	28.9	71.1
彰化縣	930	25.6	74.4
南投縣	364	22.9	77.1
雲林縣	499	23.7	76.3
嘉義市	197	24.4	75.6
嘉義縣	373	23.8	76.2
臺南市	1,398	29.0	71.0
高雄市	2,079	29.4	70.6
屏東縣	611	23.4	76.6
臺東縣	161	22.5	77.5
花蓮縣	241	23.2	76.8
宜蘭縣	336	24.9	75.1
澎湖縣	80	22.3	77.7
金門縣	110	20.5	79.5
連江縣	11	17.5	82.5
*教育程度			
國小及以下	601	16.3	83.7

	次數	有	沒有
國（初）中	1,370	12.9	87.1
高中職	4,954	20.5	79.5
大學、專科	8,950	32.2	67.8
研究所及以上	1,623	42.3	57.7
*就業情形			
軍公教	1,141	41.6	58.4
民意代表、主管及經理人員	511	41.4	58.6
自營業者	980	32.9	67.1
專業白領工作者	2,141	38.1	61.9
一般白領工作者	3,752	32.3	67.7
藍領工作者	1,865	21.2	78.8
家務管理	1,666	24.5	75.5
學生	1,986	13.8	86.2
無業/待業中	713	19.3	80.7
退休	2,743	22.3	77.7
*個人每月收入			
無收入	3,920	15.6	84.4
30,000 元以下	4,372	23.2	76.8
30,000~59,999 元	6,378	32.7	67.3
60,000~99,999 元	1,544	45.1	54.9
100,000 元以上	690	45.3	54.7
拒答/不知道	594	23.0	77.0
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	16.2	83.8
每月 1~3 次	2,978	24.9	75.1
每月 4~8 次	4,539	32.9	67.1
每月 9~12 次	1,746	32.9	67.1
每月 12 次以上	5,318	29.7	70.3

註：請參考原始問卷 Q35。



附表 27 請問您 110 年 1~6 月有沒有花錢購買運動鞋？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	3,972	13,526
總百分比	100.0	22.7	77.3
*性別			
男性	8,679	23.2	76.8
女性	8,819	22.2	77.8
*年齡			
13-19 歲	1,310	16.5	83.5
20-29 歲	2,637	19.1	80.9
30-39 歲	2,935	22.9	77.1
40-49 歲	3,323	26.9	73.1
50-59 歲	3,141	27.7	72.3
60-69 歲	2,754	21.1	78.9
70-79 歲	1,398	17.3	82.7
*居住縣市			
基隆市	278	21.7	78.3
臺北市	1,857	24.0	76.0
新北市	3,046	23.4	76.6
桃園市	1,687	22.7	77.3
新竹市	327	22.0	78.0
新竹縣	416	21.6	78.4
苗栗縣	400	21.1	78.9
臺中市	2,097	23.2	76.8
彰化縣	930	22.0	78.0
南投縣	364	21.2	78.8
雲林縣	499	21.3	78.7
嘉義市	197	21.6	78.4
嘉義縣	373	21.0	79.0
臺南市	1,398	23.1	76.9
高雄市	2,079	23.3	76.7
屏東縣	611	21.1	78.9
臺東縣	161	21.2	78.8
花蓮縣	241	21.2	78.8
宜蘭縣	336	21.7	78.3
澎湖縣	80	21.2	78.8
金門縣	110	20.4	79.6
連江縣	11	19.6	80.4
*教育程度			
國小及以下	601	10.5	89.5

	次數	有	沒有
國（初）中	1,370	15.3	84.7
高中職	4,954	20.0	80.0
大學、專科	8,950	25.4	74.6
研究所及以上	1,623	26.9	73.1
*就業情形			
軍公教	1,141	30.4	69.6
民意代表、主管及經理人員	511	33.9	66.1
自營業者	980	32.4	67.6
專業白領工作者	2,141	23.8	76.2
一般白領工作者	3,752	25.4	74.6
藍領工作者	1,865	16.6	83.4
家務管理	1,666	21.6	78.4
學生	1,986	17.3	82.7
無業/待業中	713	15.9	84.1
退休	2,743	20.2	79.8
*個人每月收入			
無收入	3,920	17.5	82.5
30,000 元以下	4,372	20.3	79.7
30,000~59,999 元	6,378	24.2	75.8
60,000~99,999 元	1,544	32.7	67.3
100,000 元以上	690	33.9	66.1
拒答/不知道	594	21.2	78.8
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	11.9	88.1
每月 1~3 次	2,978	22.0	78.0
每月 4~8 次	4,539	25.5	74.5
每月 9~12 次	1,746	25.6	74.4
每月 12 次以上	5,318	25.8	74.2

註：請參考原始問卷 Q36。

附表 28 請問您 110 年 7~12 月有沒有花錢購買運動鞋？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	3,902	13,596
總百分比	100.0	22.3	77.7
*性別			
男性	8,679	22.6	77.4
女性	8,819	22.0	78.0
*年齡			
13-19 歲	1,310	15.1	84.9
20-29 歲	2,637	19.8	80.2
30-39 歲	2,935	22.4	77.6
40-49 歲	3,323	27.1	72.9
50-59 歲	3,141	28.3	71.7
60-69 歲	2,754	20.1	79.9
70-79 歲	1,398	13.2	86.8
*居住縣市			
基隆市	278	21.0	79.0
臺北市	1,857	23.9	76.1
新北市	3,046	22.9	77.1
桃園市	1,687	22.2	77.8
新竹市	327	21.4	78.6
新竹縣	416	21.1	78.9
苗栗縣	400	19.9	80.1
臺中市	2,097	22.9	77.1
彰化縣	930	21.5	78.5
南投縣	364	20.0	80.0
雲林縣	499	20.7	79.3
嘉義市	197	21.5	78.5
嘉義縣	373	19.0	81.0
臺南市	1,398	22.8	77.2
高雄市	2,079	23.0	77.0
屏東縣	611	21.1	78.9
臺東縣	161	20.1	79.9
花蓮縣	241	21.1	78.9
宜蘭縣	336	21.4	78.6
澎湖縣	80	20.9	79.1
金門縣	110	20.2	79.8
連江縣	11	19.5	80.5
*教育程度			
國小及以下	601	7.2	92.8

	次數	有	沒有
國（初）中	1,370	14.4	85.6
高中職	4,954	19.5	80.5
大學、專科	8,950	24.7	75.3
研究所及以上	1,623	30.0	70.0
*就業情形			
軍公教	1,141	31.1	68.9
民意代表、主管及經理人員	511	36.4	63.6
自營業者	980	24.2	75.8
專業白領工作者	2,141	25.7	74.3
一般白領工作者	3,752	26.1	73.9
藍領工作者	1,865	17.4	82.6
家務管理	1,666	21.1	78.9
學生	1,986	15.7	84.3
無業/待業中	713	16.9	83.1
退休	2,743	17.8	82.2
*個人每月收入			
無收入	3,920	16.0	84.0
30,000 元以下	4,372	19.9	80.1
30,000~59,999 元	6,378	24.7	75.3
60,000~99,999 元	1,544	30.2	69.8
100,000 元以上	690	36.2	63.8
拒答/不知道	594	19.6	80.4
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	12.1	87.9
每月 1~3 次	2,978	20.9	79.1
每月 4~8 次	4,539	25.8	74.2
每月 9~12 次	1,746	23.9	76.1
每月 12 次以上	5,318	25.2	74.8

註：請參考原始問卷 Q37。

附表 29 請問您 110 年 1~6 月有沒有花錢購買運動穿戴裝置？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	1,260	16,238
總百分比	100.0	7.2	92.8
*性別			
男性	8,679	7.7	92.3
女性	8,819	6.7	93.3
*年齡			
13-19 歲	1,310	4.2	95.8
20-29 歲	2,637	4.9	95.1
30-39 歲	2,935	8.1	91.9
40-49 歲	3,323	11.6	88.4
50-59 歲	3,141	7.7	92.3
60-69 歲	2,754	6.2	93.8
70-79 歲	1,398	2.9	97.1
*居住縣市			
基隆市	278	6.4	93.6
臺北市	1,857	8.3	91.7
新北市	3,046	8.1	91.9
桃園市	1,687	8.1	91.9
新竹市	327	6.8	93.2
新竹縣	416	5.6	94.4
苗栗縣	400	5.0	95.0
臺中市	2,097	8.0	92.0
彰化縣	930	5.9	94.1
南投縣	364	4.5	95.5
雲林縣	499	4.9	95.1
嘉義市	197	5.2	94.8
嘉義縣	373	4.6	95.4
臺南市	1,398	7.7	92.3
高雄市	2,079	7.9	92.1
屏東縣	611	4.6	95.4
臺東縣	161	4.9	95.1
花蓮縣	241	5.0	95.0
宜蘭縣	336	5.9	94.1
澎湖縣	80	4.2	95.8
金門縣	110	3.5	96.5
連江縣	11	3.3	96.7
*教育程度			
國小及以下	601	0.8	99.2

	次數	有	沒有
國（初）中	1,370	2.9	97.1
高中職	4,954	4.3	95.7
大學、專科	8,950	9.3	90.7
研究所及以上	1,623	10.6	89.4
*就業情形			
軍公教	1,141	12.0	88.0
民意代表、主管及經理人員	511	9.8	90.2
自營業者	980	6.3	93.7
專業白領工作者	2,141	12.3	87.7
一般白領工作者	3,752	9.2	90.8
藍領工作者	1,865	4.0	96.0
家務管理	1,666	4.5	95.5
學生	1,986	3.9	96.1
無業/待業中	713	6.7	93.3
退休	2,743	4.8	95.2
*個人每月收入			
無收入	3,920	3.8	96.2
30,000 元以下	4,372	4.4	95.6
30,000~59,999 元	6,378	9.4	90.6
60,000~99,999 元	1,544	12.9	87.1
100,000 元以上	690	11.4	88.6
拒答/不知道	594	7.0	93.0
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	3.2	96.8
每月 1~3 次	2,978	6.5	93.5
每月 4~8 次	4,539	9.5	90.5
每月 9~12 次	1,746	8.1	91.9
每月 12 次以上	5,318	7.6	92.4

註：請參考原始問卷 Q38。

附表 30 請問您 110 年 7~12 月有沒有花錢購買運動穿戴裝置？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	1,190	16,308
總百分比	100.0	6.8	93.2
*性別			
男性	8,679	7.5	92.5
女性	8,819	6.2	93.8
*年齡			
13-19 歲	1,310	3.9	96.1
20-29 歲	2,637	7.1	92.9
30-39 歲	2,935	9.2	90.8
40-49 歲	3,323	9.5	90.5
50-59 歲	3,141	6.9	93.1
60-69 歲	2,754	4.3	95.7
70-79 歲	1,398	2.7	97.3
*居住縣市			
基隆市	278	5.9	94.1
臺北市	1,857	8.0	92.0
新北市	3,046	7.8	92.2
桃園市	1,687	7.7	92.3
新竹市	327	6.3	93.7
新竹縣	416	4.7	95.3
苗栗縣	400	4.8	95.2
臺中市	2,097	7.6	92.4
彰化縣	930	5.6	94.4
南投縣	364	3.9	96.1
雲林縣	499	4.5	95.5
嘉義市	197	4.9	95.1
嘉義縣	373	4.2	95.8
臺南市	1,398	7.4	92.6
高雄市	2,079	7.6	92.4
屏東縣	611	4.2	95.8
臺東縣	161	4.4	95.6
花蓮縣	241	4.7	95.3
宜蘭縣	336	5.7	94.3
澎湖縣	80	3.8	96.2
金門縣	110	3.5	96.5
連江縣	11	2.6	97.4
*教育程度			
國小及以下	601	1.0	99.0

	次數	有	沒有
國（初）中	1,370	3.3	96.7
高中職	4,954	4.9	95.1
大學、專科	8,950	8.2	91.8
研究所及以上	1,623	10.7	89.3
*就業情形			
軍公教	1,141	9.1	90.9
民意代表、主管及經理人員	511	11.0	89.0
自營業者	980	4.7	95.3
專業白領工作者	2,141	11.7	88.3
一般白領工作者	3,752	9.3	90.7
藍領工作者	1,865	4.8	95.2
家務管理	1,666	5.4	94.6
學生	1,986	3.9	96.1
無業/待業中	713	5.2	94.8
退休	2,743	3.4	96.6
*個人每月收入			
無收入	3,920	4.1	95.9
30,000 元以下	4,372	4.4	95.6
30,000~59,999 元	6,378	8.1	91.9
60,000~99,999 元	1,544	11.6	88.4
100,000 元以上	690	13.4	86.6
拒答/不知道	594	9.0	91.0
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	3.5	96.5
每月 1~3 次	2,978	6.5	93.5
每月 4~8 次	4,539	9.0	91.0
每月 9~12 次	1,746	9.0	91.0
每月 12 次以上	5,318	6.2	93.8

註：請參考原始問卷 Q39。

附表 31 請問您 110 年 1~6 月有沒有花錢購買及維修運動用品與器材？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	2,887	14,611
總百分比	100.0	16.5	83.5
*性別			
男性	8,679	17.9	82.1
女性	8,819	15.2	84.8
*年齡			
13-19 歲	1,310	12.3	87.7
20-29 歲	2,637	16.2	83.8
30-39 歲	2,935	17.8	82.2
40-49 歲	3,323	19.2	80.8
50-59 歲	3,141	17.7	82.3
60-69 歲	2,754	15.1	84.9
70-79 歲	1,398	12.1	87.9
*居住縣市			
基隆市	278	14.4	85.6
臺北市	1,857	18.7	81.3
新北市	3,046	17.7	82.3
桃園市	1,687	17.0	83.0
新竹市	327	15.6	84.4
新竹縣	416	15.0	85.0
苗栗縣	400	13.5	86.5
臺中市	2,097	17.2	82.8
彰化縣	930	15.8	84.2
南投縣	364	13.2	86.8
雲林縣	499	13.3	86.7
嘉義市	197	14.7	85.3
嘉義縣	373	14.0	86.0
臺南市	1,398	16.5	83.5
高雄市	2,079	17.1	82.9
屏東縣	611	13.9	86.1
臺東縣	161	13.9	86.1
花蓮縣	241	14.3	85.7
宜蘭縣	336	15.7	84.3
澎湖縣	80	14.3	85.7
金門縣	110	14.2	85.8
連江縣	11	13.9	86.1
*教育程度			

	次數	有	沒有
國小及以下	601	7.0	93.0
國（初）中	1,370	9.4	90.6
高中職	4,954	14.1	85.9
大學、專科	8,950	18.5	81.5
研究所及以上	1,623	22.9	77.1
*就業情形			
軍公教	1,141	23.6	76.4
民意代表、主管及經理人員	511	19.7	80.3
自營業者	980	19.8	80.2
專業白領工作者	2,141	21.3	78.7
一般白領工作者	3,752	17.6	82.4
藍領工作者	1,865	11.2	88.8
家務管理	1,666	14.6	85.4
學生	1,986	12.6	87.4
無業/待業中	713	12.7	87.3
退休	2,743	15.2	84.8
*個人每月收入			
無收入	3,920	11.8	88.2
30,000 元以下	4,372	15.0	85.0
30,000~59,999 元	6,378	18.8	81.2
60,000~99,999 元	1,544	21.8	78.2
100,000 元以上	690	21.3	78.7
拒答/不知道	594	15.2	84.8
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	7.7	92.3
每月 1~3 次	2,978	14.1	85.9
每月 4~8 次	4,539	19.4	80.6
每月 9~12 次	1,746	19.0	81.0
每月 12 次以上	5,318	19.5	80.5

註：請參考原始問卷 Q40。



附表 32 請問您 110 年 7~12 月有沒有花錢購買及維修運動用品與器材？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	2,835	14,663
總百分比	100.0	16.2	83.8
*性別			
男性	8,679	17.4	82.6
女性	8,819	15.0	85.0
*年齡			
13-19 歲	1,310	12.0	88.0
20-29 歲	2,637	15.4	84.6
30-39 歲	2,935	17.3	82.7
40-49 歲	3,323	20.0	80.0
50-59 歲	3,141	18.1	81.9
60-69 歲	2,754	14.0	86.0
70-79 歲	1,398	10.2	89.8
*居住縣市			
基隆市	278	13.2	86.8
臺北市	1,857	18.3	81.7
新北市	3,046	17.5	82.5
桃園市	1,687	16.7	83.3
新竹市	327	14.0	86.0
新竹縣	416	14.2	85.8
苗栗縣	400	13.4	86.6
臺中市	2,097	17.0	83.0
彰化縣	930	15.8	84.2
南投縣	364	12.6	87.4
雲林縣	499	13.2	86.8
嘉義市	197	14.5	85.5
嘉義縣	373	13.0	87.0
臺南市	1,398	16.3	83.7
高雄市	2,079	16.8	83.2
屏東縣	611	13.8	86.2
臺東縣	161	13.2	86.8
花蓮縣	241	13.8	86.2
宜蘭縣	336	15.3	84.7
澎湖縣	80	13.1	86.9
金門縣	110	13.1	86.9
連江縣	11	12.0	88.0
*教育程度			



	次數	有	沒有
國小及以下	601	9.3	90.7
國（初）中	1,370	8.5	91.5
高中職	4,954	14.1	85.9
大學、專科	8,950	17.2	82.8
研究所及以上	1,623	26.2	73.8
*就業情形			
軍公教	1,141	25.5	74.5
民意代表、主管及經理人員	511	28.3	71.7
自營業者	980	16.3	83.7
專業白領工作者	2,141	21.4	78.6
一般白領工作者	3,752	17.6	82.4
藍領工作者	1,865	11.1	88.9
家務管理	1,666	14.0	86.0
學生	1,986	12.1	87.9
無業/待業中	713	11.5	88.5
退休	2,743	13.2	86.8
*個人每月收入			
無收入	3,920	11.7	88.3
30,000 元以下	4,372	14.8	85.2
30,000~59,999 元	6,378	17.5	82.5
60,000~99,999 元	1,544	23.8	76.2
100,000 元以上	690	26.6	73.4
拒答/不知道	594	11.3	88.7
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	9.6	90.4
每月 1~3 次	2,978	11.6	88.4
每月 4~8 次	4,539	18.7	81.3
每月 9~12 次	1,746	19.9	80.1
每月 12 次以上	5,318	19.0	81.0

註：請參考原始問卷 Q41。

附表 33 因應新冠肺炎疫情，請問您 110 年 1~6 月有沒有透過線上運動課程在家運動？【可複選】

單位：人；%

	次數	有，上原本健身房/老師因疫情改到線上的課程	有，透過額外的線上課程在家運動	沒有
總次數	17,498	280	1,330	15,906
總百分比		1.6	7.6	90.9
性別				
男性	8,679	0.4	4.0	95.6
女性	8,819	2.9	11.0	86.3
年齡				
13-19 歲	1,310	0.3	3.5	96.2
20-29 歲	2,637	1.1	10.8	88.1
30-39 歲	2,935	2.4	10.1	87.6
40-49 歲	3,323	2.6	8.9	88.8
50-59 歲	3,141	1.9	5.9	92.4
60-69 歲	2,754	1.0	5.7	93.3
70-79 歲	1,398	0.6	4.3	95.1
居住縣市				
基隆市	278	1.2	7.0	91.9
臺北市	1,857	2.4	8.8	88.9
新北市	3,046	2.1	8.6	89.7
桃園市	1,687	1.9	8.3	89.8
新竹市	327	1.6	7.5	90.9
新竹縣	416	1.1	6.9	92.1
苗栗縣	400	0.9	5.9	93.3
臺中市	2,097	2.1	7.9	90.0
彰化縣	930	0.9	6.8	92.4
南投縣	364	0.9	5.6	93.5
雲林縣	499	0.3	5.4	94.3
嘉義市	197	0.4	6.9	92.6
嘉義縣	373	0.5	5.5	94.0
臺南市	1,398	1.6	7.4	91.1
高雄市	2,079	1.7	7.6	90.7
屏東縣	611	0.7	5.6	93.7
臺東縣	161	0.2	5.5	94.4
花蓮縣	241	0.8	5.7	93.4
宜蘭縣	336	0.8	6.3	93.0
澎湖縣	80	0.4	5.6	93.9

	次數	有，上原本 健身房/老 師因疫情改 到線上的課 程	有，透過額 外的線上課 程在家運動	沒有
金門縣	110	0.3	5.8	93.9
連江縣	11	0.4	4.7	94.9
教育程度				
國小及以下	601	0.2	2.4	97.4
國（初）中	1,370	0.7	3.1	96.2
高中職	4,954	0.7	5.6	93.8
大學、專科	8,950	2.2	8.9	89.1
研究所及以上	1,623	2.6	12.1	85.4
就業情形				
軍公教	1,141	3.8	11.5	85.4
民意代表、主管及經理人員	511	2.4	7.0	90.7
自營業者	980	1.6	4.3	94.1
專業白領工作者	2,141	2.6	10.2	87.2
一般白領工作者	3,752	2.4	9.5	88.2
藍領工作者	1,865	0.5	2.9	96.7
家務管理	1,666	2.2	8.7	89.6
學生	1,986	0.1	5.7	94.2
無業/待業中	713	0.2	8.7	91.1
退休	2,743	0.7	6.0	93.2
個人每月收入				
無收入	3,920	0.6	5.9	93.5
30,000 元以下	4,372	1.5	7.7	91.0
30,000~59,999 元	6,378	2.2	8.9	89.0
60,000~99,999 元	1,544	1.6	7.3	91.1
100,000 元以上	690	2.3	6.1	91.6
拒答/不知道	594	2.5	5.3	92.2
平均每月運動次數				
平均一個月運動不到一次	2,917	0.3	0.6	99.2
每月 1~3 次	2,978	1.2	7.0	91.7
每月 4~8 次	4,539	1.9	7.8	90.3
每月 9~12 次	1,746	3.0	11.0	86.0
每月 12 次以上	5,318	1.9	10.3	88.0

註：請參考原始問卷 Q42。

附表 34 請問您 110 年 1~6 月上的線上運動課程需不需要額外付費購買？

單位：人；%

	次數	需要	不需要
總次數	1,592	118	1,474
總百分比	100.0	7.4	92.6
*性別			
男性	382	1.3	98.7
女性	1,210	9.3	90.7
*年齡			
13-19 歲	50	5.5	94.5
20-29 歲	313	3.2	96.8
30-39 歲	366	10.5	89.5
40-49 歲	371	9.9	90.1
50-59 歲	239	9.8	90.2
60-69 歲	185	3.1	96.9
70-79 歲	68	0.0	100.0
*居住縣市			
基隆市	23	5.7	94.3
臺北市	205	11.0	89.0
新北市	315	8.0	92.0
桃園市	172	7.1	92.9
新竹市	30	6.0	94.0
新竹縣	33	5.3	94.7
苗栗縣	27	5.2	94.8
臺中市	210	8.4	91.6
彰化縣	71	6.9	93.1
南投縣	24	5.3	94.7
雲林縣	29	4.5	95.5
嘉義市	14	1.8	98.2
嘉義縣	22	1.9	98.1
臺南市	124	6.3	93.7
高雄市	194	7.0	93.0
屏東縣	39	3.2	96.8
臺東縣	9	1.8	98.2
花蓮縣	16	2.5	97.5
宜蘭縣	23	7.7	92.3
澎湖縣	5	3.9	96.1
金門縣	7	2.4	97.6
連江縣	0	4.3	95.7
*教育程度			

	次數	需要	不需要
國小及以下	15	6.2	93.8
國（初）中	52	7.7	92.3
高中職	307	2.1	97.9
大學、專科	980	9.9	90.1
研究所及以上	238	4.0	96.0
*就業情形			
軍公教	167	10.2	89.8
民意代表、主管及經理人員	48	13.4	86.6
自營業者	58	5.1	94.9
專業白領工作者	274	9.2	90.8
一般白領工作者	445	9.2	90.8
藍領工作者	62	0.0	100.0
家務管理	173	7.1	92.9
學生	116	2.3	97.7
無業/待業中	64	0.0	100.0
退休	185	5.3	94.7
*個人每月收入			
無收入	254	2.8	97.2
30,000 元以下	393	6.3	93.7
30,000~59,999 元	704	8.9	91.1
60,000~99,999 元	137	10.4	89.6
100,000 元以上	58	10.3	89.7
拒答/不知道	46	4.8	95.2
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	24	6.3	93.7
每月 1~3 次	246	7.2	92.8
每月 4~8 次	439	7.0	93.0
每月 9~12 次	245	9.9	90.1
每月 12 次以上	638	6.8	93.2

註：請參考原始問卷 Q43。

**附表 35 請問您 110 年 1~6 月有沒有使用運動軟體產品，例如：
手機或平板電腦的運動學習、運動記錄 APP 等？有沒有
付費購買？**

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	3,080	14,418
總百分比	100.0	17.6	82.4
*性別			
男性	8,679	16.5	83.5
女性	8,819	18.6	81.4
*年齡			
13-19 歲	1,310	16.8	83.2
20-29 歲	2,637	24.2	75.8
30-39 歲	2,935	24.2	75.8
40-49 歲	3,323	23.2	76.8
50-59 歲	3,141	13.4	86.6
60-69 歲	2,754	8.9	91.1
70-79 歲	1,398	5.2	94.8
*居住縣市			
基隆市	278	17.3	82.7
臺北市	1,857	21.4	78.6
新北市	3,046	18.5	81.5
桃園市	1,687	18.4	81.6
新竹市	327	17.7	82.3
新竹縣	416	14.6	85.4
苗栗縣	400	14.2	85.8
臺中市	2,097	18.8	81.2
彰化縣	930	15.5	84.5
南投縣	364	12.9	87.1
雲林縣	499	11.9	88.1
嘉義市	197	15.8	84.2
嘉義縣	373	14.1	85.9
臺南市	1,398	18.0	82.0
高雄市	2,079	18.8	81.2
屏東縣	611	14.5	85.5
臺東縣	161	13.3	86.7
花蓮縣	241	13.0	87.0
宜蘭縣	336	15.9	84.1
澎湖縣	80	10.9	89.1
金門縣	110	8.2	91.8
連江縣	11	8.5	91.5

	次數	有	沒有
*教育程度			
國小及以下	601	1.3	98.7
國（初）中	1,370	8.7	91.3
高中職	4,954	11.4	88.6
大學、專科	8,950	21.7	78.3
研究所及以上	1,623	27.8	72.2
*就業情形			
軍公教	1,141	28.7	71.3
民意代表、主管及經理人員	511	22.7	77.3
自營業者	980	14.9	85.1
專業白領工作者	2,141	28.9	71.1
一般白領工作者	3,752	21.7	78.3
藍領工作者	1,865	7.6	92.4
家務管理	1,666	13.7	86.3
學生	1,986	17.5	82.5
無業/待業中	713	16.9	83.1
退休	2,743	8.0	92.0
*個人每月收入			
無收入	3,920	11.9	88.1
30,000 元以下	4,372	15.0	85.0
30,000~59,999 元	6,378	20.8	79.2
60,000~99,999 元	1,544	24.9	75.1
100,000 元以上	690	23.2	76.8
拒答/不知道	594	14.4	85.6
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	3.7	96.3
每月 1~3 次	2,978	16.0	84.0
每月 4~8 次	4,539	23.4	76.6
每月 9~12 次	1,746	21.7	78.3
每月 12 次以上	5,318	19.8	80.2

註：請參考原始問卷 Q44。

附表 36 請問您使用的運動軟體產品需不需要花錢，包含下載或使用軟體額外功能的費用？

單位：人；%

	次數	需要	不需要
總次數	3,080	222	2,858
總百分比	100.0	7.2	92.8
*性別			
男性	1,436	6.4	93.6
女性	1,644	8.0	92.0
*年齡			
13-19 歲	221	2.1	97.9
20-29 歲	638	6.9	93.1
30-39 歲	711	9.9	90.1
40-49 歲	772	10.3	89.7
50-59 歲	421	4.3	95.7
60-69 歲	244	2.0	98.0
70-79 歲	73	2.7	97.3
*居住縣市			
基隆市	48	5.4	94.6
臺北市	398	10.2	89.8
新北市	564	9.0	91.0
桃園市	310	7.9	92.1
新竹市	58	6.0	94.0
新竹縣	61	5.2	94.8
苗栗縣	57	2.7	97.3
臺中市	394	7.0	93.0
彰化縣	144	5.6	94.4
南投縣	47	3.1	96.9
雲林縣	60	3.4	96.6
嘉義市	31	4.4	95.6
嘉義縣	53	3.3	96.7
臺南市	252	6.8	93.2
高雄市	390	7.3	92.7
屏東縣	89	3.7	96.3
臺東縣	21	2.8	97.2
花蓮縣	31	4.5	95.5
宜蘭縣	53	5.1	94.9
澎湖縣	9	4.1	95.9
金門縣	9	4.5	95.5
連江縣	1	4.1	95.9
*教育程度			

	次數	需要	不需要
國小及以下	8	0.0	100.0
國（初）中	119	4.4	95.6
高中職	563	4.8	95.2
大學、專科	1,938	7.8	92.2
研究所及以上	452	8.7	91.3
*就業情形			
軍公教	327	9.5	90.5
民意代表、主管及經理人員	116	12.5	87.5
自營業者	146	4.1	95.9
專業白領工作者	619	11.1	88.9
一般白領工作者	813	9.1	90.9
藍領工作者	142	1.5	98.5
家務管理	229	5.0	95.0
學生	347	2.1	97.9
無業/待業中	120	1.9	98.1
退休	221	2.5	97.5
*個人每月收入			
無收入	465	2.8	97.2
30,000 元以下	657	7.0	93.0
30,000~59,999 元	1,327	7.7	92.3
60,000~99,999 元	385	11.5	88.5
100,000 元以上	160	8.4	91.6
拒答/不知道	86	4.2	95.8
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	108	4.0	96.0
每月 1~3 次	476	6.1	93.9
每月 4~8 次	1,062	9.0	91.0
每月 9~12 次	379	7.3	92.7
每月 12 次以上	1,055	6.3	93.7

註：請參考原始問卷 Q45。

附表 37 因應新冠肺炎疫情，請問您 110 年 7~12 月有沒有透過線上運動課程在家運動？【可複選】

單位：人；%

	次數	有，上原本 健身房/老師 因疫情改到 線上的課程	有，透過額 外的線上課 程在家運動	沒有
總次數	17,498	280	1,522	15,696
總百分比		1.6	8.7	89.7
性別				
男性	8,679	0.5	5.1	94.5
女性	8,819	2.7	12.3	85.1
年齡				
13-19 歲	1,310	0.5	7.2	92.4
20-29 歲	2,637	1.1	13.1	85.9
30-39 歲	2,935	2.4	10.4	87.2
40-49 歲	3,323	2.8	9.7	87.8
50-59 歲	3,141	1.8	6.4	91.9
60-69 歲	2,754	0.7	7.1	92.2
70-79 歲	1,398	0.5	4.6	94.9
居住縣市				
基隆市	278	1.3	8.4	90.3
臺北市	1,857	2.3	10.9	86.8
新北市	3,046	2.0	10.5	87.7
桃園市	1,687	2.1	10.2	87.8
新竹市	327	1.6	9.3	89.1
新竹縣	416	0.9	8.2	90.8
苗栗縣	400	0.6	6.9	92.6
臺中市	2,097	2.4	8.5	89.1
彰化縣	930	1.2	8.0	90.8
南投縣	364	0.6	6.4	93.1
雲林縣	499	0.2	6.7	93.0
嘉義市	197	0.4	7.4	92.1
嘉義縣	373	0.3	5.6	94.1
臺南市	1,398	1.3	8.3	90.4
高雄市	2,079	1.6	7.8	90.7
屏東縣	611	0.6	5.9	93.5
臺東縣	161	0.2	5.9	94.0
花蓮縣	241	0.7	5.7	93.7
宜蘭縣	336	0.8	6.3	93.0
澎湖縣	80	0.3	5.9	93.8
金門縣	110	0.3	5.7	94.0

	次數	有，上原 健身房/老師 因疫情改到 線上的課程	有，透過額 外的線上課 程在家運動	沒有
連江縣	11	0.4	4.8	94.7
教育程度				
國小及以下	601	0.2	3.1	96.7
國（初）中	1,370	0.6	5.3	94.0
高中職	4,954	0.7	5.8	93.4
大學、專科	8,950	2.1	10.4	87.6
研究所及以上	1,623	2.7	13.2	84.3
就業情形				
軍公教	1,141	3.3	11.4	85.7
民意代表、主管及經理人員	511	1.5	9.0	89.9
自營業者	980	2.2	5.3	92.5
專業白領工作者	2,141	2.6	10.7	86.7
一般白領工作者	3,752	2.5	11.8	85.8
藍領工作者	1,865	0.3	3.2	96.5
家務管理	1,666	2.0	9.4	88.9
學生	1,986	0.2	8.0	91.8
無業/待業中	713	0.5	9.9	89.6
退休	2,743	0.7	6.6	92.7
個人每月收入				
無收入	3,920	0.6	7.7	91.8
30,000 元以下	4,372	1.4	8.5	90.2
30,000~59,999 元	6,378	2.3	9.8	87.9
60,000~99,999 元	1,544	1.9	8.5	89.7
100,000 元以上	690	1.8	10.0	88.5
拒答/不知道	594	1.5	4.1	94.3
平均每月運動次數				
平均一個月運動不到一次	2,917	0.2	0.9	99.0
每月 1~3 次	2,978	1.3	6.3	92.4
每月 4~8 次	4,539	2.0	9.9	88.1
每月 9~12 次	1,746	2.5	13.6	83.8
每月 12 次以上	5,318	1.9	11.8	86.5

註：請參考原始問卷 Q46。



附表 38 請問您 110 年 7~12 月上的線上運動課程需不需要額外付費購買？

單位：人；%

	次數	需要	不需要
總次數	1,802	139	1,663
總百分比	100.0	7.7	92.3
*性別			
男性	480	2.0	98.0
女性	1322	9.8	90.2
*年齡			
13-19 歲	101	2.7	97.3
20-29 歲	375	2.9	97.1
30-39 歲	376	13.2	86.8
40-49 歲	407	11.3	88.7
50-59 歲	256	9.1	90.9
60-69 歲	215	3.0	97.0
70-79 歲	72	0.0	100.0
*居住縣市			
基隆市	27	4.1	95.9
臺北市	246	11.4	88.6
新北市	376	9.0	91.0
桃園市	207	9.0	91.0
新竹市	36	7.3	92.7
新竹縣	38	6.1	93.9
苗栗縣	30	3.1	96.9
臺中市	230	8.8	91.2
彰化縣	86	5.6	94.4
南投縣	25	2.1	97.9
雲林縣	35	1.7	98.3
嘉義市	15	3.5	96.5
嘉義縣	22	2.0	98.0
臺南市	134	5.8	94.2
高雄市	194	6.7	93.3
屏東縣	40	3.6	96.4
臺東縣	10	1.7	98.3
花蓮縣	15	1.7	98.3
宜蘭縣	24	5.5	94.5
澎湖縣	5	3.8	96.2
金門縣	7	2.5	97.5
連江縣	0	4.2	95.8



	次數	需要	不需要
*教育程度			
國小及以下	20	4.9	95.1
國（初）中	82	3.3	96.7
高中職	326	4.3	95.7
大學、專科	1118	9.7	90.3
研究所及以上	256	5.0	95.0
*就業情形			
軍公教	164	10.7	89.3
民意代表、主管及經理人員	52	9.3	90.7
自營業者	74	12.7	87.3
專業白領工作者	285	8.1	91.9
一般白領工作者	537	10.7	89.3
藍領工作者	65	0.0	100.0
家務管理	186	6.7	93.3
學生	163	3.6	96.4
無業/待業中	74	0.0	100.0
退休	202	4.2	95.8
*個人每月收入			
無收入	324	2.4	97.6
30,000 元以下	431	7.1	92.9
30,000~59,999 元	774	9.4	90.6
60,000~99,999 元	160	12.1	87.9
100,000 元以上	80	6.9	93.1
拒答/不知道	33	9.4	90.6
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	30	5.3	94.7
每月 1~3 次	226	9.7	90.3
每月 4~8 次	544	9.0	91.0
每月 9~12 次	283	10.2	89.8
每月 12 次以上	719	5.2	94.8

註：請參考原始問卷 Q47。

附表 39 請問您 110 年 7~12 月有沒有使用運動軟體產品，例如：手機或平板電腦的運動學習、運動記錄 APP 等？有沒有付費購買？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	2,852	14,646
總百分比	100.0	16.3	83.7
*性別			
男性	8,679	15.5	84.5
女性	8,819	17.2	82.8
*年齡			
13-19 歲	1,310	16.5	83.5
20-29 歲	2,637	22.8	77.2
30-39 歲	2,935	22.7	77.3
40-49 歲	3,323	19.5	80.5
50-59 歲	3,141	13.3	86.7
60-69 歲	2,754	8.7	91.3
70-79 歲	1,398	4.7	95.3
*居住縣市			
基隆市	278	15.8	84.2
臺北市	1,857	20.2	79.8
新北市	3,046	17.4	82.6
桃園市	1,687	17.3	82.7
新竹市	327	16.8	83.2
新竹縣	416	13.4	86.6
苗栗縣	400	12.0	88.0
臺中市	2,097	16.6	83.4
彰化縣	930	14.5	85.5
南投縣	364	12.0	88.0
雲林縣	499	12.0	88.0
嘉義市	197	15.0	85.0
嘉義縣	373	12.8	87.2
臺南市	1,398	16.5	83.5
高雄市	2,079	17.2	82.8
屏東縣	611	14.0	86.0
臺東縣	161	13.0	87.0
花蓮縣	241	13.0	87.0
宜蘭縣	336	15.1	84.9
澎湖縣	80	10.6	89.4
金門縣	110	7.7	92.3
連江縣	11	8.0	92.0

	次數	有	沒有
*教育程度			
國小及以下	601	1.8	98.2
國（初）中	1,370	7.2	92.8
高中職	4,954	11.1	88.9
大學、專科	8,950	19.6	80.4
研究所及以上	1,623	27.3	72.7
*就業情形			
軍公教	1,141	26.9	73.1
民意代表、主管及經理人員	511	20.5	79.5
自營業者	980	13.9	86.1
專業白領工作者	2,141	26.3	73.7
一般白領工作者	3,752	19.1	80.9
藍領工作者	1,865	8.0	92.0
家務管理	1,666	13.1	86.9
學生	1,986	16.4	83.6
無業/待業中	713	18.2	81.8
退休	2,743	7.6	92.4
*個人每月收入			
無收入	3,920	11.7	88.3
30,000 元以下	4,372	13.1	86.9
30,000~59,999 元	6,378	19.0	81.0
60,000~99,999 元	1,544	23.3	76.7
100,000 元以上	690	23.2	76.8
拒答/不知道	594	16.0	84.0
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	3.4	96.6
每月 1~3 次	2,978	13.5	86.5
每月 4~8 次	4,539	22.4	77.6
每月 9~12 次	1,746	20.1	79.9
每月 12 次以上	5,318	18.5	81.5

註：請參考原始問卷 Q48。

附表 40 請問您使用的運動軟體產品需不需要花錢，包含下載或使用軟體額外功能的費用？

單位：人；%

	次數	需要	不需要
總次數	2,852	197	2,655
總百分比	100.0	6.9	93.1
*性別			
男性	1,340	6.5	93.5
女性	1,512	7.2	92.8
*年齡			
13-19 歲	216	2.2	97.8
20-29 歲	601	8.3	91.7
30-39 歲	666	8.8	91.2
40-49 歲	647	9.6	90.4
50-59 歲	418	3.9	96.1
60-69 歲	238	1.5	98.5
70-79 歲	66	3.0	97.0
*居住縣市			
基隆市	44	4.3	95.7
臺北市	374	10.4	89.6
新北市	529	7.8	92.2
桃園市	291	7.9	92.1
新竹市	55	5.5	94.5
新竹縣	56	5.1	94.9
苗栗縣	48	2.2	97.8
臺中市	347	7.2	92.8
彰化縣	134	5.5	94.5
南投縣	44	2.5	97.5
雲林縣	60	2.0	98.0
嘉義市	29	4.6	95.4
嘉義縣	48	3.0	97.0
臺南市	230	6.3	93.7
高雄市	358	7.4	92.6
屏東縣	85	2.5	97.5
臺東縣	21	1.9	98.1
花蓮縣	31	3.8	96.2
宜蘭縣	51	4.4	95.6
澎湖縣	8	4.3	95.7
金門縣	8	3.8	96.2
連江縣	1	4.0	96.0
*教育程度			

	次數	需要	不需要
國小及以下	11	0.0	100.0
國（初）中	99	3.7	96.3
高中職	547	4.1	95.9
大學、專科	1,752	7.9	92.1
研究所及以上	443	7.2	92.8
*就業情形			
軍公教	306	6.0	94.0
民意代表、主管及經理人員	104	11.4	88.6
自營業者	136	2.7	97.3
專業白領工作者	562	11.2	88.8
一般白領工作者	714	10.0	90.0
藍領工作者	148	1.8	98.2
家務管理	218	4.2	95.8
學生	325	3.5	96.5
無業/待業中	130	1.8	98.2
退休	209	1.6	98.4
*個人每月收入			
無收入	459	2.6	97.4
30,000 元以下	572	5.6	94.4
30,000~59,999 元	1,208	8.0	92.0
60,000~99,999 元	359	10.8	89.2
100,000 元以上	160	7.5	92.5
拒答/不知道	94	5.6	94.4
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	99	3.3	96.7
每月 1~3 次	402	7.0	93.0
每月 4~8 次	1,017	8.3	91.7
每月 9~12 次	350	7.2	92.8
每月 12 次以上	984	5.7	94.3

註：請參考原始問卷 Q49。

附表 41 請問您 110 年 1~6 月有沒有電競的相關支出，包含軟體、課程、場地設備出租、社團、參加比賽、觀賞比賽等費用？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	472	17,026
總百分比	100.0	2.7	97.3
*性別			
男性	8,679	4.1	95.9
女性	8,819	1.3	98.7
*年齡			
13-19 歲	1,310	7.3	92.7
20-29 歲	2,637	7.0	93.0
30-39 歲	2,935	5.1	94.9
40-49 歲	3,323	0.9	99.1
50-59 歲	3,141	0.3	99.7
60-69 歲	2,754	0.1	99.9
70-79 歲	1,398	0.0	100.0
*居住縣市			
基隆市	278	2.2	97.8
臺北市	1,857	4.4	95.6
新北市	3,046	3.7	96.3
桃園市	1,687	3.6	96.4
新竹市	327	2.1	97.9
新竹縣	416	1.1	98.9
苗栗縣	400	0.8	99.2
臺中市	2,097	2.9	97.1
彰化縣	930	1.6	98.4
南投縣	364	1.0	99.0
雲林縣	499	1.3	98.7
嘉義市	197	1.4	98.6
嘉義縣	373	1.3	98.7
臺南市	1,398	2.3	97.7
高雄市	2,079	2.6	97.4
屏東縣	611	0.8	99.2
臺東縣	161	0.8	99.2
花蓮縣	241	1.3	98.7
宜蘭縣	336	1.7	98.3
澎湖縣	80	1.2	98.8
金門縣	110	1.2	98.8
連江縣	11	0.8	99.2

	次數	有	沒有
*教育程度			
國小及以下	601	0.0	100.0
國（初）中	1,370	0.3	99.7
高中職	4,954	2.1	97.9
大學、專科	8,950	3.1	96.9
研究所及以上	1,623	5.0	95.0
*就業情形			
軍公教	1,141	2.6	97.4
民意代表、主管及經理人員	511	0.7	99.3
自營業者	980	1.3	98.7
專業白領工作者	2,141	6.0	94.0
一般白領工作者	3,752	2.4	97.6
藍領工作者	1,865	1.6	98.4
家務管理	1,666	0.6	99.4
學生	1,986	7.2	92.8
無業/待業中	713	3.0	97.0
退休	2,743	0.0	100.0
*個人每月收入			
無收入	3,920	2.8	97.2
30,000 元以下	4,372	2.7	97.3
30,000~59,999 元	6,378	2.7	97.3
60,000~99,999 元	1,544	2.4	97.6
100,000 元以上	690	2.6	97.4
拒答/不知道	594	3.0	97.0
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	1.9	98.1
每月 1~3 次	2,978	1.9	98.1
每月 4~8 次	4,539	3.9	96.1
每月 9~12 次	1,746	3.7	96.3
每月 12 次以上	5,318	2.2	97.8

註：請參考原始問卷 Q50。

附表 42 請問您 110 年 7~12 月有沒有電競的相關支出，包含軟體、課程、場地設備出租、社團、參加比賽、觀賞比賽等費用？

單位：人；%

	次數	有	沒有
總次數	17,498	507	16,991
總百分比	100.0	2.9	97.1
*性別			
男性	8,679	4.2	95.8
女性	8,819	1.5	98.5
*年齡			
13-19 歲	1,310	7.4	92.6
20-29 歲	2,637	7.4	92.6
30-39 歲	2,935	5.2	94.8
40-49 歲	3,323	1.5	98.5
50-59 歲	3,141	0.2	99.8
60-69 歲	2,754	0.1	99.9
70-79 歲	1,398	0.0	100.0
*居住縣市			
基隆市	278	2.3	97.7
臺北市	1,857	4.2	95.8
新北市	3,046	3.6	96.4
桃園市	1,687	3.9	96.1
新竹市	327	2.4	97.6
新竹縣	416	1.4	98.6
苗栗縣	400	1.3	98.7
臺中市	2,097	3.7	96.3
彰化縣	930	1.9	98.1
南投縣	364	0.8	99.2
雲林縣	499	1.0	99.0
嘉義市	197	1.5	98.5
嘉義縣	373	1.3	98.7
臺南市	1,398	2.6	97.4
高雄市	2,079	2.6	97.4
屏東縣	611	1.1	98.9
臺東縣	161	1.2	98.8
花蓮縣	241	1.2	98.8
宜蘭縣	336	2.0	98.0
澎湖縣	80	1.3	98.7
金門縣	110	1.3	98.7
連江縣	11	0.7	99.3

	次數	有	沒有
*教育程度			
國小及以下	601	0.0	100.0
國（初）中	1,370	1.4	98.6
高中職	4,954	2.1	97.9
大學、專科	8,950	3.2	96.8
研究所及以上	1,623	5.4	94.6
*就業情形			
軍公教	1,141	3.0	97.0
民意代表、主管及經理人員	511	0.4	99.6
自營業者	980	1.7	98.3
專業白領工作者	2,141	6.9	93.1
一般白領工作者	3,752	2.8	97.2
藍領工作者	1,865	1.9	98.1
家務管理	1,666	0.9	99.1
學生	1,986	6.4	93.6
無業/待業中	713	2.4	97.6
退休	2,743	0.0	100.0
*個人每月收入			
無收入	3,920	2.5	97.5
30,000 元以下	4,372	3.2	96.8
30,000~59,999 元	6,378	2.9	97.1
60,000~99,999 元	1,544	3.4	96.6
100,000 元以上	690	1.9	98.1
拒答/不知道	594	2.3	97.7
*平均每月運動次數			
平均一個月運動不到一次	2,917	2.3	97.7
每月 1~3 次	2,978	1.9	98.1
每月 4~8 次	4,539	4.2	95.8
每月 9~12 次	1,746	4.6	95.4
每月 12 次以上	5,318	2.0	98.0

註：請參考原始問卷 Q52。

附表 43 請問在疫情影響下，整體而言，您在 110 年的運動消費金額，與 109 年相比是增加、持平或減少？大約多少比例？

單位：人；%

	次數	增加	持平	減少
總次數	17,498	1,277	11,146	5,075
總百分比	100.0	7.3	63.7	29.0
*性別				
男性	8,679	7.4	64.7	27.9
女性	8,819	7.3	62.7	30.0
*年齡				
13-19 歲	1,310	4.3	72.8	22.9
20-29 歲	2,637	8.7	60.8	30.5
30-39 歲	2,935	9.2	54.9	35.9
40-49 歲	3,323	9.3	52.9	37.8
50-59 歲	3,141	7.3	66.6	26.1
60-69 歲	2,754	5.2	71.4	23.4
70-79 歲	1,398	3.2	83.0	13.8
*居住縣市				
基隆市	278	6.9	68.5	24.6
臺北市	1,857	7.9	61.7	30.4
新北市	3,046	7.8	61.3	30.9
桃園市	1,687	6.8	62.6	30.7
新竹市	327	7.1	66.6	26.2
新竹縣	416	7.1	65.2	27.7
苗栗縣	400	6.5	64.6	28.9
臺中市	2,097	7.8	61.4	30.8
彰化縣	930	7.2	66.4	26.4
南投縣	364	7.0	64.7	28.3
雲林縣	499	6.0	70.0	24.0
嘉義市	197	7.5	65.0	27.5
嘉義縣	373	4.2	71.9	23.9
臺南市	1,398	7.8	63.7	28.4
高雄市	2,079	7.9	63.3	28.9
屏東縣	611	6.6	65.7	27.7
臺東縣	161	6.4	71.5	22.1
花蓮縣	241	6.7	65.1	28.2
宜蘭縣	336	6.1	69.7	24.1
澎湖縣	80	5.4	72.3	22.3
金門縣	110	4.5	68.0	27.4
連江縣	11	6.2	73.2	20.6

	次數	增加	持平	減少
*教育程度				
國小及以下	601	1.5	90.5	8.0
國（初）中	1,370	2.1	77.8	20.1
高中職	4,954	6.0	70.0	24.0
大學、專科	8,950	8.4	58.3	33.4
研究所及以上	1,623	12.5	52.6	35.0
*就業情形				
軍公教	1,141	11.8	53.1	35.1
民意代表、主管及經理人員	511	10.3	57.5	32.2
自營業者	980	9.6	62.4	28.0
專業白領工作者	2,141	9.4	55.4	35.3
一般白領工作者	3,752	9.7	56.5	33.8
藍領工作者	1,865	3.7	71.4	24.9
家務管理	1,666	5.8	65.6	28.5
學生	1,986	4.2	66.8	29.0
無業/待業中	713	5.3	67.3	27.5
退休	2,743	5.5	76.5	17.9
*個人每月收入				
無收入	3,920	3.8	71.0	25.2
30,000 元以下	4,372	5.5	68.3	26.1
30,000~59,999 元	6,378	9.2	59.3	31.5
60,000~99,999 元	1,544	10.1	54.6	35.3
100,000 元以上	690	12.3	54.9	32.8
拒答/不知道	594	11.1	61.9	27.0
*平均每月運動次數				
平均一個月運動不到一次	2,917	1.6	79.8	18.6
每月 1~3 次	2,978	7.9	55.2	36.9
每月 4~8 次	4,539	7.8	57.0	35.2
每月 9~12 次	1,746	9.5	60.5	30.0
每月 12 次以上	5,318	9.1	66.4	24.5

註：請參考原始問卷 Q54。



附表 44 因應新冠肺炎疫情，請問您在運動消費上主要有哪些改變？【可複選，最多 3 項】

單位：人；%

	次數	減少運動場館消費	增加運動場館消費	減少報名運動團體課程	增加報名運動團體課程	增加或聘請一對一私教課程	增加購買健身器材，為在運動	購買線上運動課程，為在運動	改為名戶外運動課程	其他	沒有改變
總次數	17,498	5,031	117	2,685	79	188	1,127	109	222	6	11,122
總百分比		28.8	0.7	15.3	0.5	1.1	6.4	0.6	1.3	0.03	63.6
性別											
男性	8,679	28.9	0.7	12.7	0.0	0.9	6.5	0.3	0.8	0.0	65.2
女性	8,819	28.6	0.6	18.0	0.9	1.3	6.3	0.9	1.7	0.1	62.0
年齡											
13-19 歲	1,310	21.8	0.0	10.5	0.0	0.0	4.8	0.0	0.0	0.1	73.8
20-29 歲	2,637	32.9	2.1	12.9	0.9	1.0	9.0	0.7	1.5	0.1	55.7
30-39 歲	2,935	38.6	0.6	22.4	0.7	0.8	8.1	1.0	0.9	0.0	52.8
40-49 歲	3,323	34.2	0.7	19.3	0.4	2.6	8.7	0.8	1.4	0.1	56.0
50-59 歲	3,141	26.7	0.3	16.0	0.5	1.0	5.3	0.8	1.9	0.0	66.8
60-69 歲	2,754	22.0	0.3	11.6	0.3	0.5	3.4	0.3	1.6	0.0	72.9
70-79 歲	1,398	11.8	0.2	6.3	0.0	0.5	2.8	0.1	0.4	0.0	83.9
居住縣市											
基隆市	278	26.2	0.8	14.4	0.5	1.1	6.9	0.9	1.4	0.0	65.7
臺北市	1,857	30.6	0.6	14.7	0.7	1.1	6.9	0.6	1.1	0.0	62.7
新北市	3,046	33.5	0.3	18.1	0.6	1.5	7.2	1.2	1.2	0.1	58.0
桃園市	1,687	30.5	0.7	17.4	0.4	1.0	7.5	0.3	2.2	0.1	61.7
新竹市	327	26.1	1.3	15.0	0.8	1.3	4.9	0.6	1.1	0.0	64.4
新竹縣	416	25.3	0.9	13.7	0.5	0.9	6.8	0.8	0.4	0.0	64.6
苗栗縣	400	25.6	0.4	12.1	0.3	0.9	4.8	0.5	1.2	0.0	66.3
臺中市	2,097	29.1	1.1	16.1	0.3	1.0	7.0	0.5	1.4	0.0	62.8
彰化縣	930	26.8	1.1	14.1	0.3	0.7	5.0	0.2	0.8	0.0	67.5
南投縣	364	25.0	0.4	13.8	0.3	1.4	3.9	0.6	1.3	0.1	68.6
雲林縣	499	20.8	0.8	11.5	0.5	0.8	5.3	1.0	0.5	0.0	72.1
嘉義市	197	26.7	0.6	15.1	0.4	1.0	5.1	0.5	1.6	0.0	67.3
嘉義縣	373	21.9	0.0	10.0	0.6	0.5	6.1	0.2	0.6	0.0	71.5
臺南市	1,398	28.6	1.2	16.1	0.4	2.4	6.7	0.7	1.8	0.0	61.2
高雄市	2,079	28.6	0.6	14.0	0.5	0.1	5.8	0.4	1.3	0.0	65.7
屏東縣	611	25.9	0.2	14.9	0.3	1.5	6.1	0.5	0.5	0.1	66.6
臺東縣	161	20.0	0.6	11.6	0.4	0.5	5.7	0.5	0.7	0.0	71.5
花蓮縣	241	26.1	0.1	15.3	0.4	1.1	6.8	0.6	1.0	0.0	64.2
宜蘭縣	336	24.3	0.3	13.2	0.4	0.9	4.8	1.0	0.8	0.0	67.5

	次數	減少運動場消費	增加運動場消費	減少名運動團體課程	增加名運動團體課程	增加或聘請一對一私教課程	增加購買健身器材，為家庭在運動	購買線上運動課程，為家庭在運動	改為名戶外運動課程	其他	沒有改變
澎湖縣	80	19.4	0.0	11.7	0.4	0.1	4.1	0.5	0.6	0.0	72.2
金門縣	110	23.8	0.0	12.5	0.2	0.4	4.6	0.4	1.2	0.0	69.1
連江縣	11	19.8	0.0	10.9	0.0	0.5	6.1	0.8	1.0	0.0	72.2
教育程度											
國小及以下	601	7.6	0.0	5.1	0.0	0.0	1.9	0.0	0.0	0.0	89.0
國(初)中	1,370	13.1	0.0	8.4	0.0	0.2	1.9	0.1	1.0	0.0	83.0
高中職	4,954	19.2	0.2	10.3	0.1	1.0	3.9	0.6	0.5	0.0	75.4
大學、專科	8,950	34.6	1.1	18.4	0.8	1.0	7.6	0.8	1.7	0.0	56.3
研究所及以上	1,623	46.8	0.6	23.7	0.3	3.1	13.3	0.4	2.0	0.1	41.6
就業情形											
軍公教	1,141	39.8	0.8	23.9	0.4	3.2	12.3	0.5	3.1	0.0	48.4
民意代表、主管及經理人員	511	36.2	0.0	20.4	0.0	3.5	12.6	1.0	0.6	0.0	53.1
自營業者	980	27.9	1.8	14.2	0.3	3.1	5.2	0.2	1.6	0.0	62.6
專業白領工作者	2,141	37.0	0.6	20.8	0.5	0.8	8.9	1.2	1.7	0.1	54.1
一般白領工作者	3,752	34.9	0.9	18.7	1.2	1.2	8.6	1.0	1.5	0.0	55.2
藍領工作者	1,865	19.7	0.5	10.6	0.0	0.4	1.8	0.1	1.0	0.0	76.2
家務管理	1,666	25.6	0.4	18.0	0.8	0.9	4.8	0.7	1.4	0.0	66.4
學生	1,986	28.6	0.4	11.4	0.0	0.3	5.4	0.5	0.0	0.1	64.9
無業/待業中	713	21.8	0.8	7.4	0.0	0.0	7.5	0.0	0.0	0.0	73.5
退休	2,743	18.1	0.5	8.9	0.2	0.5	3.1	0.4	1.3	0.0	77.2
個人每月收入											
無收入	3,920	22.1	0.2	11.0	0.3	0.4	4.1	0.5	0.5	0.1	72.1
30,000元以下	4,372	24.3	0.6	12.7	0.2	0.5	5.1	0.3	1.6	0.0	69.2
30,000~59,999元	6,378	33.1	1.1	18.1	0.7	1.4	8.0	0.8	1.3	0.0	58.1
60,000~99,999元	1,544	36.8	0.6	20.8	0.6	1.5	10.0	1.2	1.6	0.2	52.7
100,000元以上	690	39.1	0.0	19.1	0.9	4.5	6.8	0.3	2.2	0.0	53.3
拒答/不知道	594	26.8	0.9	15.6	0.6	0.3	5.2	0.8	1.4	0.0	64.7
平均每月運動次數											
平均一個月運動不到一次	2,917	13.8	0.0	8.9	0.0	0.4	1.1	0.0	0.4	0.0	83.4
每月1~3次	2,978	31.1	0.4	16.3	0.8	0.4	4.1	0.6	1.6	0.2	61.0
每月4~8次	4,539	37.8	1.0	18.5	0.9	1.2	7.6	1.1	1.7	0.0	53.6
每月9~12次	1,746	33.1	1.2	19.5	0.4	1.5	8.1	1.1	1.3	0.0	57.2
每月12次以上	5,318	26.5	0.7	14.3	0.2	1.6	9.1	0.5	1.2	0.0	64.7

註：請參考原始問卷 Q55。



附表 45 請問與 109 年相比，在疫情影響下，整體而言您在 110 年的運動時間是增加或減少？運動消費是增加或減少？

單位：人；%

	次數	運動時間增加， 運動消費增加	運動時間增加， 運動消費減少	運動時間增加， 運動消費不變	運動時間減少， 運動消費增加	運動時間減少， 運動消費減少	運動時間減少， 運動消費不變	運動時間不變， 運動消費增加	運動時間不變， 運動消費減少	兩者沒改 者都有變
總次數	17,498	759	389	1,110	268	3,794	3,438	258	885	6,597
總百分比	100.0	4.3	2.2	6.3	1.5	21.7	19.6	1.5	5.1	37.7
*性別										
男性	8,679	4.1	2.0	6.1	1.8	20.9	19.5	1.6	4.9	39.1
女性	8,819	4.6	2.4	6.6	1.3	22.4	19.8	1.4	5.2	36.3
*年齡										
13-19 歲	1,310	3.1	2.7	9.2	0.4	16.0	25.4	0.8	4.3	38.2
20-29 歲	2,637	6.4	2.4	10.7	1.4	21.4	19.6	1.0	6.7	30.6
30-39 歲	2,935	6.3	3.1	6.2	1.1	28.2	17.4	1.7	4.6	31.3
40-49 歲	3,323	4.9	2.2	4.1	2.4	29.2	17.7	2.0	6.3	31.1
50-59 歲	3,141	3.6	1.9	5.7	1.9	20.2	21.3	1.9	4.0	39.5
60-69 歲	2,754	2.5	1.9	5.5	1.6	17.2	19.3	1.2	4.3	46.5
70-79 歲	1,398	1.5	1.1	4.2	0.8	8.3	20.5	0.9	4.4	58.3
*居住縣市										
基隆市	278	3.9	1.9	7.9	1.0	18.9	23.8	1.9	3.9	36.7
臺北市	1,857	4.8	2.0	6.4	2.0	22.1	20.5	1.1	6.3	34.8
新北市	3,046	4.5	1.9	5.1	1.6	25.4	21.6	1.8	3.6	34.5
桃園市	1,687	4.1	2.2	6.3	1.8	22.7	19.2	0.9	5.7	37.1
新竹市	327	4.2	2.4	7.9	1.8	19.0	20.5	1.1	4.8	38.3
新竹縣	416	4.4	2.3	7.2	0.6	21.1	18.5	2.0	4.3	39.5
苗栗縣	400	4.0	2.1	6.0	1.5	21.2	19.9	1.0	5.5	38.7
臺中市	2,097	4.7	2.6	7.7	1.6	24.5	18.4	1.5	3.7	35.3
彰化縣	930	4.1	1.6	5.4	1.4	18.8	20.4	1.7	5.9	40.6
南投縣	364	4.4	1.9	4.9	1.3	20.8	18.6	1.3	5.6	41.2
雲林縣	499	4.2	2.9	6.2	0.9	15.6	19.0	0.9	5.5	44.8
嘉義市	197	3.9	2.2	6.4	1.7	21.3	15.5	1.9	4.0	43.1
嘉義縣	373	2.9	2.5	5.5	0.2	18.0	19.6	1.0	3.4	46.8
臺南市	1,398	4.9	2.4	7.5	1.3	20.8	16.7	1.6	5.2	39.6
高雄市	2,079	4.2	2.7	5.6	1.6	19.9	19.1	2.0	6.3	38.5
屏東縣	611	3.7	1.6	8.5	1.4	18.6	18.1	1.5	7.5	39.1
臺東縣	161	4.7	2.3	6.0	1.2	16.9	22.4	0.5	3.0	43.1
花蓮縣	241	3.3	2.7	7.0	1.7	21.4	22.6	1.7	4.1	35.4
宜蘭縣	336	3.5	2.1	6.5	1.4	16.1	21.4	1.2	5.9	41.8

	次數	運動時間增加， 運動費支出增加	運動時間增加， 運動費支出減少	運動時間增加， 運動費支出不變	運動時間減少， 運動費支出增加	運動時間減少， 運動費支出減少	運動時間減少， 運動費支出不變	運動時間不變， 運動費支出增加	運動時間不變， 運動費支出減少	運動時間不變， 運動費支出不變	兩者沒改變 者都有變
澎湖縣	80	3.1	2.0	7.2	1.5	16.2	23.1	0.9	4.1	42.0	
金門縣	110	3.4	2.8	5.8	0.9	18.2	17.6	0.2	6.4	44.6	
連江縣	11	4.0	2.4	7.5	1.4	15.6	20.6	0.8	2.7	45.1	
*教育程度											
國小及以下	601	0.2	0.0	2.4	0.6	4.5	18.5	0.7	3.5	69.5	
國（初）中	1,370	1.2	2.1	6.0	0.5	13.1	23.2	0.3	4.9	48.6	
高中職	4,954	3.4	1.6	5.7	1.2	17.4	20.6	1.5	4.9	43.7	
大學、專科	8,950	5.1	2.7	6.8	1.7	25.3	18.4	1.5	5.3	33.1	
研究所及以上	1,623	7.0	2.4	7.3	3.0	28.0	21.1	2.4	4.6	24.2	
*就業情形											
軍公教	1,141	6.2	1.8	9.5	2.3	28.1	17.2	3.3	5.2	26.3	
民意代表、主管及 經理人員	511	7.2	1.8	6.7	0.8	27.9	22.5	2.4	2.5	28.4	
自營業者	980	4.5	1.6	6.9	2.6	21.4	19.5	2.5	5.0	36.0	
專業白領工作者	2,141	6.0	2.4	7.2	2.0	26.6	18.9	1.4	6.3	29.3	
一般白領工作者	3,752	5.4	3.5	6.2	2.6	25.7	19.1	1.8	4.6	31.2	
藍領工作者	1,865	2.6	0.6	4.0	0.8	19.3	18.8	0.3	5.0	48.5	
家務管理	1,666	3.3	2.1	4.1	0.8	21.9	19.5	1.7	4.5	42.0	
學生	1,986	3.8	3.6	9.0	0.0	18.9	22.9	0.5	6.5	34.9	
無業/待業中	713	4.2	0.3	7.3	1.1	20.3	17.1	0.0	6.9	42.8	
退休	2,743	2.5	1.5	5.1	1.4	12.5	20.4	1.6	4.0	51.1	
*個人每月收入											
無收入	3,920	2.0	1.7	6.5	0.6	18.2	21.5	1.2	5.3	43.0	
30,000 元以下	4,372	3.6	2.3	5.3	0.9	18.7	19.6	1.1	5.1	43.4	
30,000~59,999 元	6,378	5.7	2.4	6.9	2.0	24.1	19.4	1.5	4.9	33.1	
60,000~99,999 元	1,544	6.6	2.4	6.4	1.6	28.0	18.5	2.0	4.9	29.7	
100,000 元以上	690	4.0	3.5	7.3	4.0	24.0	18.2	4.3	5.4	29.4	
拒答/不知道	594	5.0	1.2	5.7	4.5	21.2	15.2	1.6	4.6	41.1	
*平均每月運動次數											
平均一個月運動不 到一次	2,917	0.2	0.2	0.5	0.4	14.3	13.0	0.9	4.1	66.2	
每月 1~3 次	2,978	3.2	1.8	4.2	2.5	30.5	23.4	2.2	4.6	27.6	
每月 4~8 次	4,539	5.0	2.7	6.3	1.5	27.8	24.7	1.2	4.8	25.9	
每月 9~12 次	1,746	6.3	2.6	9.6	2.2	22.7	19.5	1.0	4.7	31.3	
每月 12 次以上	5,318	6.0	3.1	9.7	1.4	15.2	16.9	1.7	6.2	39.9	

註：請參考原始問卷 Q56。

附表 46 請問您的運動時間增加，主要是增加在哪些類型的運動？
【可複選】

單位：人；%

	次數	在家自己做運動	公園或運動場(例如：散步、體操、器材)	戶外(例如：慢跑、騎車、登山)	室內(例如：健身房、室內運動)	場地(例如：運動場、籃球場)
總次數	2,258	1,213	655	1,147		339
總百分比		53.7	29.0	50.8		15.0
*性別						
男性	1,060	45.1	28.7	55.6		14.4
女性	1,198	61.4	29.2	46.6		15.5
*年齡						
13-19 歲	197	59.0	26.0	38.9		6.8
20-29 歲	513	59.8	15.2	48.8		23.0
30-39 歲	459	61.1	23.8	48.2		16.4
40-49 歲	372	58.2	28.1	53.3		17.4
50-59 歲	351	40.3	37.2	57.8		11.5
60-69 歲	272	40.5	48.7	56.4		7.5
70-79 歲	94	44.7	51.7	46.9		6.3
*居住縣市						
基隆市	38.0	45.0	29.3	43.8		12.9
臺北市	244.0	59.7	31.9	46.0		15.4
新北市	350.0	56.7	31.2	53.5		14.0
桃園市	212.0	56.4	28.4	45.1		16.5
新竹市	47.0	48.8	24.5	51.8		12.2
新竹縣	58.0	54.8	22.3	51.4		15.8
苗栗縣	48.0	55.3	20.0	52.9		9.5
臺中市	314.0	50.2	25.4	51.7		17.6
彰化縣	104.0	50.1	19.1	46.6		15.5
南投縣	41.0	53.6	26.2	58.2		12.5
雲林縣	67.0	46.0	25.7	49.0		9.4
嘉義市	25.0	51.7	32.6	46.1		9.9
嘉義縣	41.0	53.8	36.5	40.6		14.5
臺南市	207.0	53.1	35.2	50.1		15.6
高雄市	260.0	52.5	29.7	59.3		17.1
屏東縣	84.0	55.3	29.9	52.3		15.7
臺東縣	21.0	52.4	28.2	42.8		11.4
花蓮縣	31.0	52.5	36.3	49.8		10.3
宜蘭縣	41.0	53.9	34.8	49.5		9.4

	次數	在家自己做運動	在操場(例如：健步器材) 或公園(例如：健步器材) 或運動場(例如：健步器材)	戶外運動(例如：慢跑、騎、散步、登山、自行車、跑步、步行)	場地運動(例如：室內運動、室內健身、室內運動課程)
澎湖縣	10.0	45.7	25.7	56.1	9.0
金門縣	13.0	50.7	12.4	54.2	3.7
連江縣	2.0	50.5	18.3	54.3	3.6
*教育程度					
國小及以下	16.0	17.1	64.6	43.9	0.0
國(初)中	128.0	46.5	41.7	49.2	0.0
高中職	532.0	48.6	25.5	49.6	11.9
大學、專科	1,311.0	56.2	29.8	50.2	18.7
研究所及以上	271.0	57.4	23.9	57.6	11.1
*就業情形					
軍公教	200	65.8	12.5	51.0	18.4
民意代表、主管及經理人員	80	48.6	34.3	69.4	14.4
自營業者	128	42.4	47.8	53.8	23.7
專業白領工作者	334	46.7	28.3	64.8	10.3
一般白領工作者	566	62.2	24.6	47.3	18.6
藍領工作者	134	38.9	25.9	56.8	10.5
家務管理	158	51.8	38.6	44.2	13.8
學生	325	59.9	24.4	35.1	16.3
無業/待業中	84	53.7	11.4	49.5	18.5
退休	249	43.0	49.2	54.3	5.9
*個人每月收入					
無收入	400	60.9	33.0	39.3	10.3
30,000 元以下	491	49.5	27.2	48.2	16.7
30,000~59,999 元	957	53.3	28.4	56.6	16.8
60,000~99,999 元	237	52.4	30.1	58.6	13.2
100,000 元以上	102	47.3	28.8	46.6	22.1
拒答/不知道	71	63.3	23.6	35.7	0.0
*平均每月運動次數					
平均一個月運動不到一次	27	68.6	18.3	48.8	0.0
每月 1~3 次	275	51.2	31.7	44.6	13.1
每月 4~8 次	635	52.3	26.4	50.0	21.2
每月 9~12 次	323	55.3	15.5	62.2	19.5
每月 12 次以上	998	54.5	34.5	49.4	10.4

註：請參考原始問卷 Q57。



附表 47-1 民眾運動消費支出總額

單位：百萬元

	參與運動 課程費用	運動指導 教學費用	入場、會員、 場地設備費	參與運動 社團費用	參加運動 比賽費用
性別					
男	3,368.42	693.47	3,697.78	845.73	2,836.92
女	5,890.17	965.04	2,588.33	485.94	1,663.61
年齡					
13-19 歲	161.85	28.33	199.42	18.93	115.79
20-29 歲	778.98	169.39	1,288.77	82.58	718.01
30-39 歲	2,116.48	386.48	1,551.79	206.07	860.99
40-49 歲	3,190.40	467.98	1,376.19	320.03	1,451.55
50-59 歲	1,802.89	385.31	1,005.61	425.04	907.82
60-69 歲	882.08	173.60	663.95	215.11	351.75
70-79 歲	325.91	47.43	200.38	63.90	94.62
居住地區					
基隆市	132.39	14.24	74.13	13.29	87.41
臺北市	1,865.50	317.08	1,136.73	210.82	738.15
新北市	1,878.32	321.72	1,274.88	237.42	812.94
桃園市	1,029.73	193.69	637.36	114.07	455.76
新竹市	235.92	27.53	136.46	33.48	74.00
新竹縣	185.41	19.81	126.45	15.43	101.86
苗栗縣	132.00	16.36	91.82	14.54	71.76
臺中市	1,236.22	237.87	688.93	202.43	484.87
彰化縣	312.86	73.02	264.08	66.11	147.12
南投縣	78.65	14.14	60.30	10.07	43.67
雲林縣	100.39	15.98	82.31	24.08	98.35
嘉義市	76.76	14.66	63.06	12.48	86.03
嘉義縣	68.76	13.90	94.09	12.82	73.69
臺南市	581.85	142.21	479.46	128.13	357.90
高雄市	899.89	169.63	712.90	142.14	533.69
屏東縣	157.47	15.54	134.25	44.79	133.44
臺東縣	60.64	7.56	42.85	8.63	39.46
花蓮縣	69.45	11.53	71.07	11.48	42.38
宜蘭縣	112.24	25.77	88.62	24.68	93.15
澎湖縣	23.35	3.19	13.84	2.98	12.57
金門縣	19.14	2.79	11.64	1.55	11.55
連江縣	1.65	0.29	0.89	0.26	0.78
支出總額	9,258.60	1,658.51	6,286.11	1,331.67	4,500.53



附表 47-2 (續) 民眾運動消費支出總額

單位：百萬元

	購買運動比賽門票	觀賞比賽衍生費用	運動媒體
性別			
男	447.33	288.11	2,381.92
女	200.73	137.62	908.74
年齡			
13-19 歲	31.69	15.62	94.33
20-29 歲	128.29	89.98	478.74
30-39 歲	154.70	102.16	693.16
40-49 歲	145.38	92.10	735.30
50-59 歲	105.20	66.09	723.62
60-69 歲	69.05	51.27	439.62
70-79 歲	13.74	8.51	125.89
居住地區			
基隆市	8.46	4.69	38.18
臺北市	122.60	81.92	601.96
新北市	124.63	81.09	643.83
桃園市	89.76	58.41	362.60
新竹市	11.33	7.29	56.58
新竹縣	11.96	6.99	45.39
苗栗縣	6.53	4.47	42.54
臺中市	77.67	47.94	316.25
彰化縣	26.25	15.82	112.66
南投縣	4.71	4.43	41.04
雲林縣	7.38	4.64	67.47
嘉義市	3.51	2.49	40.41
嘉義縣	5.91	3.94	34.11
臺南市	54.79	36.75	232.36
高雄市	71.43	48.96	458.48
屏東縣	7.81	5.03	97.10
臺東縣	1.31	1.51	16.06
花蓮縣	2.19	1.61	21.46
宜蘭縣	8.65	6.40	42.15
澎湖縣	0.68	0.69	9.35
金門縣	0.46	0.63	9.78
連江縣	0.05	0.05	0.92
支出總額	648.05	425.73	3,290.67



附表 47-3 (續) 民眾運動消費支出總額

單位：百萬元

	運動服	運動鞋	運動穿戴裝置	運動用品與器材	運動軟體產品
性別					
男	12,927.41	5,463.76	640.09	12,619.01	62.45
女	12,160.29	4,763.59	548.83	9,419.55	83.04
年齡					
13-19 歲	640.17	528.02	40.62	814.81	2.02
20-29 歲	2,624.04	1,203.13	128.38	2,438.50	26.48
30-39 歲	4,986.79	1,760.91	275.73	4,992.59	49.71
40-49 歲	7,286.70	2,774.95	363.99	5,593.26	50.71
50-59 歲	5,863.11	2,418.08	234.07	5,121.76	12.63
60-69 歲	2,724.83	1,100.09	118.88	2,333.43	2.08
70-79 歲	962.05	442.17	27.26	744.21	1.87
居住地區					
基隆市	359.51	187.62	19.42	251.04	1.31
臺北市	3,980.57	1,493.40	203.58	3,284.11	49.47
新北市	4,209.03	1,902.52	225.45	4,385.39	36.71
桃園市	2,431.55	915.63	139.06	2,310.01	11.63
新竹市	468.87	203.77	21.37	509.22	1.39
新竹縣	569.99	238.15	16.40	417.68	1.37
苗栗縣	412.82	241.88	14.31	407.55	0.56
臺中市	2,982.80	1,161.99	159.06	2,411.21	8.75
彰化縣	1,247.10	422.08	44.95	1,002.24	1.95
南投縣	473.99	175.33	14.42	358.96	0.46
雲林縣	517.30	228.21	13.94	373.35	0.62
嘉義市	258.70	111.91	9.47	198.92	0.98
嘉義縣	393.09	164.88	13.20	280.86	0.90
臺南市	1,872.17	802.41	92.17	1,913.75	7.95
高雄市	2,795.23	1,228.35	142.60	2,696.04	18.48
屏東縣	775.65	252.89	16.76	374.78	1.08
臺東縣	253.52	86.00	6.31	151.32	0.15
花蓮縣	314.55	129.69	8.39	229.05	0.40
宜蘭縣	504.48	189.16	21.88	335.15	0.96
澎湖縣	118.01	49.19	3.07	73.38	0.32
金門縣	133.24	37.08	2.77	67.28	0.04
連江縣	15.52	5.19	0.31	7.27	0.02
支出總額	25,087.70	10,227.35	1,188.92	22,038.56	145.49



附錄三、110年各項運動消費支出總額及標準誤

單位：百萬元

運動消費支出項目	消費支出總額	標準誤
參與性運動消費支出總計	23,035.42	592.94
運動課程費	9,258.60	382.87
單純運動指導教學費	1,658.51	124.37
入場費、會員費、場地設備出租費	6,286.11	185.74
運動社團費	1,331.67	83.43
參加運動比賽衍生費	4,500.53	264.53
觀賞性運動消費支出總計	4,364.45	161.01
觀賞運動比賽門票費	648.05	27.64
看運動比賽衍生費	425.73	25.83
購買、付費訂閱媒體費	3,290.67	143.31
運動彩券支出 ³⁷	46,631.11	--
運動裝備消費支出總計	58,688.02	933.56
運動服	25,087.70	498.00
運動鞋	10,227.35	179.04
運動穿戴裝置	1,188.92	39.13
購買及維修運動用品與器材	22,038.56	626.97
運動軟體	145.49	16.11
電競消費支出	862.16	61.80

³⁷ 運動彩券支出採台灣運動彩券實際銷售額，因此無標準誤。



附錄四、逐字稿內容摘要



面向	發現	逐字稿內容摘要
<p>A.居家運動科技服務使用現況</p>	<p>A1.線上運動課程會遇到居家空間限制、網路連線延遲等問題</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 強度一定是有落差，原本是他本來是要增加肌肉量的，他的目的就是，教練，我就是要增重，一顆壺鈴是可以舉多重，他就變成是減脂課表，……，因為在家 100 公斤槓片，已經是極限了，沒辦法再多，沒有地方放。(A-3) ● 再來是連線品質，這個蠻重要的，因為有一些學員他們家裡面的那叫固網，行動網路就更不用講，更不穩定，……，所以其實當時很多的線上課程，公播已經同時在進行的時候，會發現在熱門時間，你的網路會很卡，就是可能手機已經看到蹲下來了，但是我的電腦，他還站著。(A-3)
	<p>A2.運動 App 可提供客製化訓練計畫，並注入遊戲元素</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● ……遇到最大的難處應該是看不到自己的動作確不確實，所以後來疫情開始之後，我就會揪朋友一起線上連線，用電腦去視訊，和大家一起做運動，這樣子一方面可以看到螢幕自己的動作確不確實，也激勵大家每天都可以一起動。(A-4) ● 我覺得它如果裡面可以安排一些譬如說依照像我有固定在運動習慣的人，它有一些推薦的課表，或者是它有一些除了運動之外，因為可能有些人是除了做訓練之外，可能希望可以加強一些運動的表現，或者是有運動傷害的人，他需要特別小心的，我覺得如果有一些客製化的一些課表，可以去做點選的方式，就可以把它組數，……，我覺得會提高我的購買的意願。(A-5) ● app 裡面就是如果你有小米手環，或者是你有心率帶的話也可以，就是它只要跟你的穿戴裝置連結之後，就可以去計算你的步數，就是它可能會有一些活動，譬如說你今天走幾步，它會給你一些實質上的回饋，是真的可以去換一些什麼點數，或者是贈品之類的。(A-1) ● 可能會更吸引人，就是好像有一些會，其他我看過好像是會說有一個什麼挑戰賽那種的，也許會比較激勵人。(A-2) ● Garmin 的 app 其實也有獎勵機制，它會給你 badge，可能像什麼第一次跑 3K，它就會給你 badge，5K 又有一個 badge，10K 又有一個 badge，甚至連什麼早上五點起來跑步也會有，但是我是拿到之後才知道原來它有這個機制，可是一直都沒有什麼感覺，直到我有一個朋友被我推薦買了 Garmin 之後，我們就會互相比較一下，你有沒有這個 badge，在那之前，就是在朋友用 Garmin 之前，其實對這種獎勵機制不太會有太大的感覺。(A-4) ● 如果有獎勵，它其實可以讓我感覺像是在玩遊戲，而不是那種強迫自己要去什麼的時候，我會覺得是有吸引力的，就是它要有足夠可以吸引我的地方，像假設今天沒有去玩，就是沒有去使用它，好像我就會損失一些什麼東西的話，會覺得很可惜，還是會撥個譬如 10 到 15 分鐘就是去做參與。(A-8)



面向	發現	逐字稿內容摘要
<p>B.場館運動科技服務使用現況</p>	<p>B1.消費者認為場館以 App、人臉辨識等方式進場較方便</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● ……我爬過攀岩館有做自動化入場的，它是掃 qrcode，……，我覺得省了蠻多的事，……，尤其像去年奧運之後，其實抱石攀岩的人突然變很多，所以之後去很常會卡在那邊，前面的人處理，然後在那邊排隊等很久，所以那家攀岩館開了之後，才覺得其實攀岩這塊人口變多，做自動化入场其實是有必要的。(A-4) ● ……因為其實卡片你知道，就是有時候會忘記，但是其實後來有，我覺得第一個它有推出，……去掃 qrcode，……現在轉成手機 app，就我個人來講，其實方便性是很高的。(A-5) ● ……還是一樣會比人工去幫你過卡這樣更快，也可以節省一個人力成本在櫃檯，所以我還是蠻喜歡的。(A-8) ● 我覺得大家對於陌生的東西，其實都還是有點排斥，因為老實說，那個時候在做推出的時候，我其實沒有直接去做安裝使用的原因是我覺得好像會很麻煩，我覺得可能就是不是那麼好用，那時候會覺得好像不是那麼的好用，所以其實我是拖了差不多一、兩個月才安裝的，我後來真的是有決心要安裝，是那個時候就講說你現在用進出 app 掃的話，其實我們就有活動，就可以抽獎，譬如說有些獎品，或者是說有些贈品，或是有現金的部份，雖然我知道那個機率蠻低，但是我覺得好像可以試試看，我後來因為這個動機去安裝，後來發現其實蠻簡單的。(A-5) ● 就是購買他的會員入場，其實就會用 app 的方式在上面做購買，綁定刷卡跟簽契約，是整個在 app 上完成的，……，我覺得那個 app 最好用的功能是人流，它可以現在看到場館裡面即時有幾個人，因為我很不喜歡人擠人，或者是搶器材，尤其在熱門的時段，比如說要進去前看到說 80 個人，那就算了，不要進去，就是我覺得這蠻方便的，當然有時候好像也會異常，有一次我就看到教練在公告說，現在顯示 500 個人是錯的，可能某個場館沒有 500 個人。(A-5)



面向	發現	逐字稿內容摘要
	B2.場館科技化管理應留意消費者隱私、準確性等問題	<ul style="list-style-type: none"> ● 我以前的公司也是用掃臉進出，就是會先幫你建檔拍照，但也是用掃臉進出，我不太確定健身房是用什麼樣的技術，但是之前不是很多人在吵說，用掃臉不是會侵犯個人的隱私。(A-4) ● 其實我認同他，是因為現在有很多銀行他們都推出掃臉去做辨識的，所以當我們在，譬如說進出館或地方，只要是可以辨識個人資料，其實就叫做個資，如果你的臉部去被別人盜用，譬如說手機可以做解鎖，到 ATM 或銀行的部份，你的東西可能都會被盜領，我覺得這個是現在很多東西還不成熟，所以大家會擔心。(A-5) ● 就認為說這個是屬於個人資訊的部份，如果以後外流出去的話，其實你的足跡都是會被看，如果說有心人士要利用的話，其實對個人的侵害是非常嚴重的。(A-7) ● 我覺得掃 qrcode 比較準確，掃臉就是常常會失敗，所以我覺得應該是為什麼那些櫃檯人員要站一排在那裡，因為他要在你失敗的時候就要趕快協助你。(A-1) ● 我個人覺得因為現在其實在做掃臉的部份，其實還是有很大的誤差性。(A-5)
	B3.可透過掃描 QR Code 觀看器材教學影片	<ul style="list-style-type: none"> ● 會有一些提示說這台器材要怎麼做，因為可能比較傳統的健身房，可能就是放一個小手冊，要自己去翻這樣，現在的是你可以掃影片，就是在手機上看影片，就是有真人示範說這個東西要怎麼樣操作。(A-1) ● QR Code 可以，因為現在大家一定人手一機，其實掃，我覺得是一個很加分的，……，我覺得健身器材其實有一些基本的操作，比如說哪些要注意，或者是注意到哪裡，我覺得這是一個很好的接觸，尤其是像有些健身房新的器材，其實我們都不太敢摸，就是因為不熟悉它，……，基本上就是有一些 QR Code 掃，……如果是中文版的，但是不用講到很精細，比如說只有一到兩分鐘跟你講說動作、發力點到哪裡、接觸點，連訓練次數、組數安排其實都不用講，它只要講說你怎麼做這個動作的開始到結束就好，就是它對於運動習慣跟願意接觸這個器材是加分的。(A-5) ● 但是我覺得健身房，可能它有它的考量，如果今天這個影片長達三分鐘，把細節全部都講完了，它的教練課要怎麼去賣，我覺得其實是有牴觸的，如果這個東西真的就是很詳細、很完整，其實對他們來說可能也不是他們想看到的。(A-8) ● ……因為其實看影片跟有教練帶，實際去幫你做調動作，你的身體的狀況是有很大的差異性，但是我覺得就是有影片，其實只是了解，但是他不知道說他做的對不對，因為光是做背部訓練，可能很多就是用到手臂的，其實就沒辦法達到你預期所要的運動表現，其實這個部份就勢必，要不就是你自己去選、去看很多知識，或最快的方式就直接找一個私人教練，直接幫你針對你的身體的狀況去做調整，他跟你分享專業的知識，或者是給你一些快速的小撇步進入這個狀況，我覺得它的價值是不一樣的。(A-5)



面向	發現	逐字稿內容摘要
	C1.消費者重視運動科技設備或服務之使用可近性	<ul style="list-style-type: none"> ● 我這邊覺得就是還是要回來看，就是說他目標的TA到底是誰，如果是想要擴及，就是讓不運動的人變成要運動，可能就是有幾個條件，比方說取得的容易性，有點說它是需要在特定場館嗎？需要特定器材嗎？如果是這樣，它的門檻可能就會增加，也許就是在這方面要做下降。(A-2) ● 像剛剛提到的銀髮族，可能科技能力、數位能力沒有那麼的強的人，他也可以很輕鬆的 access 到這個東西，我覺得這是一個蠻重要的關鍵因素。(A-2) ● 我的想像裡面是，……就操作一定要簡單，就是不能太複雜，要讓一般人都能看就能用。(A-6) ● 我覺得未來應該是要著重在說你怎麼去做結合跟整合的部份，而不是工具只是一個工具，應該是要去做結合，去提供你的需求跟客製化，我覺得這個才會是大家會覺得說，我雖然說買這個工具，但是它會針對我的需求是不一樣的，針對這兩個觀點去做分享。(A-5)
C.運動科技設備或服務之需求及期待	C2.期望運動科技能增加不同運動體驗、增進運動表現、預防運動傷害	<ul style="list-style-type: none"> ● 譬如說衝浪、滑雪，或者是說有一些比較競技，就是會受限於場地，而不能去運動的項目，我會很期待它可以透過VR的方式去做呈現。(A-5) ● 像VR的螢幕，如果以居家來說的話，當然如果眼睛蓋上去，這樣就可以了，是最簡單，就不用再額外有一個牆面放什麼東西。(A-3) ● 我比較希望說就是有沒有那種影像裝置，……，去看說你的肌肉使用狀況，就假如說他可能想要誘導你某個地方的肌肉去使用，……，就是目前價格還是很高，影像非常的不清楚，所以我會希望說就是以後可不可以有那種比較清楚的，一般的消費者也可以使用的一些影像裝置，去看說自己的肌肉的使用狀況，或者是訓練的狀況是怎麼樣。(A-1) ● 因為其實很多人在跑步的時候，其實很容易會有膝蓋受傷的問題，如果有一個穿戴的裝置是可以，譬如說綁在腳，就是膝蓋的這個位置，…，或者是說你的跑步姿勢，就可以知道說你有沒有受傷。(A-5)
	C3.運動科技設備與服務設計可結合遊戲、競賽元素	<ul style="list-style-type: none"> ● 希望它像遊戲化，就像寶可夢一樣，就是不要把它說是運動，……，如果未來這個可以包裝成是遊戲的話。(A-1) ● 我覺得我想到的第一點就是可能要遊戲化，就是可能要有趣味，因為我覺得推這個，主要應該還是希望說增加運動人口，本身就有在運動的人，可能就不一定要靠這個去吸引他們再做這個運動，所以說一定就是要有趣味性，可以吸引本來對運動沒有興趣的人。(A-8) ● 我想說應該是社群網絡吧，就是可能可以跟朋友一起玩，或者是說他們有一個排行之類的，就是用這個東西來連結。(A-7) ● 如果要提高參與率的話，就是要讓它有競技化，所以才比較有可能是越來越多人去參加比賽。(A-2) ● 就是說不是一定這個項目去推廣，所以我覺得是可以看，要針對不同的族群去設計不同的策略，這樣會有不同的效果。(A-2)





附錄四、逐字稿內容摘要





附錄五、焦點團體座談會逐字稿





附錄五、焦點團體座談逐字稿

問 1：大家晚安，我是今天的主持人，我是○○。

問 2：我是○○，我是○○。

問 1：我字比較難寫一點，謝謝大家今天撥空過來參加我們的座談會，真的非常感謝你們，現在你們桌上看到的茶水點心都可以享用，待會如果想要上廁所的話，我們門口這邊出去，剛剛我們的同事應該有跟你們講說我們的廁所在哪裡，那我簡單的跟各位介紹一下，我們今天為什麼會辦這個座談會，主要我們是受教育部體育署的委託，幾乎每一年的運動，應該是說每一年的運動消費的調查，都是由我們公司在做的，運動消費的調查做完之後，我們都會辦一個焦點團體座談會，因為近幾年疫情的關係，我們這次的議題就是選擇運動創新科技的部份，各位都是熱衷於不同運動領域的代表，所以今天大家過來這邊，就是想要聽大家分享，沒有所謂的對與錯，因為你可能愛羽毛球，你可能愛打高爾夫球，所以都是不一樣的，因為戴著口罩的關係，好像比較有點難呼吸，希望大家待會在發表你的看法的時候，跟我們分享的時候，都希望你可以大聲一點，因為我們之後這場會議，我們會做一個紀錄這樣，再麻煩大家了。

問 2：我們其實今天有列了一些主題在這邊，等一下的討論其實也不一定完全照我們這個主題來討論，沒關係，如果在討論的過程中，這既然是一個討論，也就是說隨時可以插話、隨時可以打斷，各位的意見可以跟別人不一樣，因為既然是討論，如果大家的意見都一樣，那就不用討論了，我有時候在座談會裡面就是很擔心說，我不太不好意思，我的想法跟別人不一樣，所以不太不好意思講，其實不會，各位你們的背後都代表了一群，另外一群跟你們一樣的愛好運動的人，所以意見不一樣都可以談，我們一開始暖場一下，很快速的稍微自我介紹一下，你可以大概，因為我們的主題是運動，大家大概簡單的說一下，可能講一下自己的，或者是如果方便的話，也可以講一下你的職業，或者是說你的平常主要是在從事哪一方面，也許你不想分享工作，分享你平常主要做什麼也ok，然後再講一下說你從事哪些運動，稍微講一下就好，因為細節，我等一下會再一一的跟各位請教，那女士優先。

A-1：大家晚安，大家好，我的名字叫○○，我是附近的上班族，就是金融業這樣，我從事的運動就是我比較小的時候是有在跑步，就是田徑隊這樣，後來我就不想練了，就開始做一些比較像是瑜珈、皮拉提斯，最近這幾年就是重訓還蠻流行的，所以我還蠻喜歡去重訓跟健身房。

問 2：謝謝，○○。

A-2：我是○○，大家晚安，我的職業是專案管理師，客戶是政府機關，我平常從事的運動大部份就是兩個，一個就是羽毛球，一個就是去健身房重訓，羽毛球大概有將近四到五年的時間，重訓的話，就是去家裡附近的健身房，謝謝大家。

問 2：謝謝，○小姐？

A-3：大家好，我是○○，我是自由教練，就是健身房的自由教練，專長的話就



是健力跟舉重，平時的戶外運動還蠻多的，疫情的關係，我最近都跑戶外，先介紹到這邊。

A-4：大家好，我是○○，我現在待業中，但我之前是做研究的，我平常會打羽毛球、攀岩，攀岩的話，是室內跟室外都會，還有爬山，大概這樣。

問 2：謝謝。

A-5：大家好，我叫○○，我現職的話是在業界產業做 HR，之前比較特別一點，是之前在運動品牌負責做產品訓練，我自己運動習慣大概十幾年，比較喜歡的運動的話是跑步，就是本身有在跑馬拉松，全馬，再來是重訓，我都有，之前有考過水上的 SUP 教練，謝謝。

問 2：謝謝。

A-6：大家好，我是○○，我現在在待業中，專職顧小孩，這幾年就跟大家一樣，就是都在做重訓，去年被關在家裡，就自己家裡有弄一個小的 home gym，但這幾個月又開始在玩高爾夫，很認真在訓練這個東西。

問 2：最近才開始嗎？還是之前就有，斷掉？

A-6：從小一直有在玩，但是就是隨便玩一玩，所以這幾個月是比較認真的，每個禮拜有一次跟同學一起，跟老朋友一起打老人羽毛球這樣，大概是這樣。

問 2：蠻多元的。

A-6：甚麼？

問 2：蠻多樣的，謝謝，○○？

A-7：大家好，我是○○，我是協助政府機關訓練短期班有像移民署的、還有和警校生的射擊，還有逮捕術的部份，今天因為課上比較晚一點，所以遲到一下，不好意思。

問 2：不會。

問 1：沒關係。

A-7：那我們學校，這個是 VR，我們警校好像有引進一套就是模擬射擊的部份，昨天有跟我問到這一部份，我是訓練這一部份，算教練。

問 2：謝謝，專業。

A-8：大家好，我是○○，我是遊戲業的業務，平常喜歡的運動是籃球跟羽毛球，後來開始健身，現在主要是健身，學生時期是可能做一些有互動的球類，後來畢業之後，沒什麼朋友，就只能進去健身房，大概一個禮拜會去重訓三到四天。

問 2：謝謝，我這樣聽下來好像在場幾乎有重訓，只有一位，有重訓的舉手，

我們在場的八位，七位有重訓，現在重訓的人口比例越來越高，好，謝謝，接下來的問題，我們請○○跟我們分享。

問 1：接下來我就是好奇想要請教大家，雖然電話中也有問，就是平常大家都是在哪裡運動的，以及大家都會安排自己一週大概會運動幾次，大概你們會 focus 在什麼時段，因為我們這邊有上班族，我們也有就是待業中的，我們也有自由教練，每個人的工作都不一樣，再來我也想請教說，你們做運動是為了什麼，目的是什麼？

問 2：可能有了為了健康、身材，有人為了，就喜歡運動，或者是有時候為了喜歡跟朋友相處一起運動，大家也可以分享一下自己的想法，我們女士優先完了。

問 1：就換○○了。

問 2：我們這個順序，你們隨時可以打破，我們只是方便這樣而已，你們中間要打斷，或是有什麼互動都可以。

A-8：所以先講運動的原因嗎？

問 2：都可以。

問 1：或者是你在。

問 2：我們開放，你現階段的運動主要想分享什麼，你介紹一下。

A-8：現在主要是健身，一開始健身是大學的時候，那時候打籃球，想要增進籃球的表現，所以就可能需要健身，就是練壯一點。

問 2：所以一開始是從單項運動想要？

A-8：對，一開始是為了其他運動而練的，就不是真的喜歡，後來畢業之後，就是越來越有興趣，現在會持續運動的原因，我覺得主要第一個是習慣，第二個可能是成就感，就是發現自己有在進步，所以就不會放棄這樣。

問 2：你之前為了籃球做重訓，覺得有差嗎？

A-8：有差，我覺得有差，但是我現在沒有在打籃球了。

問 2：是太喜歡重訓了，所以沒喜歡，還是沒有伴？

A-8：沒有伴。

問 2：遊戲業的時間跟人家不一樣嗎？

A-8：對，比較彈性。

問 2：謝謝，○○？

A-7：我因為從小就有練習這部份的訓練，就是為什麼會去運動，因為帶學生，自己還是不能，還是要示範一下給他們看。

問 2：○○，你一路是走體院上來的嗎？

A-7：也不算，算是後來，也算轉變這一類。

問 2：轉職。

A-7：但是因為我是公務體系上來，我們自己體系原本就有學這些的。

問 2：公務體系，所以你是？

A-7：我是體校。

問 2：所以警專畢業的？

A-7：對，但我現在不是，因為我後來就，現在是偏只教課的部份。

問 2：所以那算警委，還是算公職？

A-7：現在不是了。

問 2：算公職人員，還是不算？

A-7：其算也不算，我們算彈性的，就是短期兼課而已。

問 2：教練？

A-7：對，沒有，就是有班、有課，我們就上。

問 2：學什麼武術會涉及到逮捕術？柔道嗎？

A-7：警校比較是柔道跟逮捕術，柔道、逮捕術跟射擊，近來的話，因為像剛說的健身蠻夯的，所以其實就我的了解，其實軍警院校現在有在帶，軍警消、海巡都有在帶入這一部份，戰術勤益訓練部份這樣，我們自己也有去針對培訓自己的師資。

問 2：所以你現在運動，您自己運動比例最高的是做什麼？除了教學以外，扣除教學，您自己？

A-7：我都偏運動，射擊可能比較不算運動，應該就是柔道。

問 2：其實算，體育署也算射擊，也算一個項目。

A-7：射擊跟柔道。

問 2：但是你們的射擊是真的槍射擊，還是電子靶？

A-7：火藥槍。

問 2：就是真的警察在用的？

A-7：我們是比較偏戰術射擊，就是可能準度不會要求那麼高，可是是要求你在短時間內，不會像讓你慢慢瞄的那種比賽的射擊，因為比賽的射擊可能是比高分，但是因為我們會有一些情境的狀況，可能你的短距離幾秒內要把

子彈給打完。

問 2：靶長怎樣？

A-7：我們靶有分，我們有五環靶，也有，我們也有人型靶，有一種是人型靶，人型靶也有分持刀或持槍的，持刀跟持槍的話，像如果持槍的話，打它的中心部位跟頭是滿分，如果持刀的話，就不能打它的頭跟中心部位，也有分圓形靶，大圓的，最基本的，大圓，越中間就越小，也有五個環的，可能要移動射擊，這環打完打這環。

問 2：這不就在警校才会有？

A-7：警校訓練或是移民署，移民署的短期班，還有一些其實執法人員，我們都會去上到這個相關的課程。

問 2：但這個是，我在猜現在這個應該不是你主要的運動，應該沒有常常可以打靶？

A-7：因為我們要訓練就去。

問 2：就要去打了。

A-7：而且其實現在很多運動中心都有空氣槍的練習，其實是有差，但是如果自己練習的話，就會去運動中心打個空氣槍這樣。

問 2：謝謝，○○？

A-6：重訓是從以前一直就是有在跟，大學開始，同學有在玩，那就跟著一起，那時候做的亂七八糟，那個時代不像現在 youtube 就很發達，可以找到很多資訊，所以就是有一段、沒一段的，這幾年就比較認真做這件事，而且就跟大家比較不一樣，因為我從小其實運動非常不好，就是大家覺得不會運動的人，我就一直回頭想為什麼會有這樣子，因為其實沒有那個環境，父母也沒有希望你去做這件事，所以我現在反過來是我在訓練我的小孩做一些那個，像他體操，還有體操的一些比賽的那些東西，從他，像他現在已經，我大女兒她現在一年級，他們學校跑步，她要跑步比賽，那我就大概一個多月就去看很多跑步訓練的東西，就去把這個東西給她。

問 2：你自己訓練女兒？

A-6：對，我教我自己，我也教她，像高爾夫球跟重訓有一點點是為了他們，就是我學會，我可以再教給他們，我現在做的事情大概就是這樣。

問 2：有請教練嗎？你自己？

A-6：我自己沒有。

問 2：高爾夫球也沒有？

A-6：嗯，我自己試著用有資訊，然後有這些手機，這些東西可以去想辦法。

問 2：我想請教○○跟○○，我剛剛忘了問你們有請教練嗎？

A-7：因為我們算是一年一聘的，有聘的時候，其實就是我們公務機關自己會培訓我們，我們就傳給他。

問 2：重訓呢？

A-7：重訓也要。

問 2：也有教練？

A-7：最近也開始有。

問 2：有教練。

A-7：也剛引進，最近剛引進這個課程，所以也自己培訓自己的師資這樣。

問 2：○○？

A-8：我沒有請教練，我一開始是朋友教我的，但他後來變教練。

問 2：朋友變教練？

A-8：對，他後來去當教練了，一開始是他教我的。

問 2：○○？

A-5：我的運動時間跟頻率，因為我是朝九晚六的上班族，所以我的運動時間基本上都是晚上的下班之後，大概七、八點，就是下班就不會直接回家，就直接進健身房，就想說直接運動，頻率的部份，差不多是三到五天，目前比較多的，比較固定通常是，因為我還有上一些舞蹈課程，上一些 Lesmills 的 Jam，差不多一到兩次，重訓的頻率大概會三到四次，最近的話，有在安排游泳，但是它不是固定的，因為接下來夏天，所以我有安排一些游泳訓練這樣子，當初為什麼會想要運動的原因是因為在高中的時候，我想要就是，那時候就比較胖，所以那時候就想說減肥，就跑步，跑步的時候就跑著跑著，上大學之後，雖然我不是念運休相關的，但是剛好我們學校有相關科系，所以我們有跨修一些學分，所以後來其實在大三、大四的部份的話，其實就是接觸比較多運動相關領域，跟考一些證照，還有參加一些研討會的部份。

問 2：考證照？

A-5：對，我那時候就，我們那時候是有輔導考健身教練的證照，學校本身又有健身房，還有安排實習的部份，所以我其實畢業之後，其實一直在運動相關領域產業做，我的訓練基本上的話，就是我本身其實最近有在，最近有安排教練課，但是其實我之前，八年前的一些運動習慣，其實都是我習慣是自己去考證照，再加上說我之前是做運動品牌，所以我那時候考蠻多證照，譬如說瑜珈證照、游泳教練證照、游泳裁判證照，還有就是很多證照，就是想要充實自己在運動相關 present 的部份，現在的話，是有上短期的教練課，為什麼會想要上教練課是因為我覺得現在運動到一個程度，可

能會遇到瓶頸，所以我就是有安排教練課的部份，大概一週一次。

問 2：謝謝，那○○？

A-4：我運動頻率大概每週三到四次，羽球固定會有一天，攀岩可能會兩天，就是平日會一天去抱石，假日會一天去戶外，爬山的話，也會假日找一天去爬山，基本上是這樣，我會運動的原因是因為我覺得有運動的話，對自己的工作，頭腦比較清楚，精神狀況也會比較好，再來就是成就感、維持體態，大概是這樣。

問 1：謝謝。

問 2：○○的運動習慣很久了嗎？

A-4：很久了，應該從出社會，我小時候就有做運動，我小時候打空手道，打了，從國小打到高中，後來就是會有慢跑的習慣，是出社會之後才開始做更多元的運動。

問 2：我好奇問一下，空手道為什麼不打了？

A-4：甚麼？

問 2：空手道為什麼沒有再打了？

A-4：就唸書，可以唸書就唸書。

問 2：謝謝，○○？

A-3：就是因為我本身是教練，所以如果加上教課要示範動作的話，一天平均四到六堂課，再加上自己的訓練時間，最少三個小時。

問 2：自己的訓練時間三小時？

A-3：對，所以通常都是練到半夜，像我等一下結束之後就要去訓練，因為我們的競賽項目比較特殊一點點，需要有幫手，不然可能一個不小心就把自己壓扁，就是大重量的訓練，所以通常我們都是在晚上訓練比較多，可是因為下午不太可能課程時間，每個學員都是固定一堂接著一堂，所以就變成是中間空堂的時候，像我可能就會再額外安排一些像是瑜珈類，其實蠻多人會對於重量訓練的人有一個誤解，就是他們都只顧重訓，不顧其他方面，但基本上來講，只要你的身體要有一個基本的適能的話，最好每個項目都要平均，是會比較理想的，訓練頻率的話，沒有休息日，因為一到六都要教課，除非我可能去露營，但我的露營又比較辛苦一點，因為我都會背重裝野營，就是自己爬山過夜那種，所以可能還會比在健身房訓練還要累。

問 2：怎麼會走上教練這條路？

A-3：我大學是念運動保健系，可是很小的時候，我國小的時候，那時候是田徑隊，不小心去念了機械系，後來就覺得我好像還是比較喜歡運動，然後再轉行，就成為了教練。

問 2：謝謝。

A-2：我平常一週運動大概也是四天到五天，其中兩天會固定是羽球，就是公司的社團，還有就是同好團體這樣，重訓的話就視情況，可能譬如說兩、三天，那疫情比較緊繃的時候就，坦白說就比較少去，因為人蠻多的，運動時段，因為我是上班族，上班時間很固定，但是我比較不喜歡晚上，因為剛好平日下班去，那個人是最巔峰的時間，所以可能會拉個晚一點，可能就是九點之後，或者是假日的，安排在假日的時候去，那之前有那種分流在家上班，可能中午午休時間去一個，就是我會主要想要避開人太多這件事情，羽球的話，其實就是跟社團，還有就是已經很熟悉的球友團體，為什麼會持續運動？我覺得是像羽球，其實是一個要團體性的，而且羽球算是我覺得最輕鬆，其實又友善的運動，因為就是場地、設備，還有就是人，人跟人的互動，其實也會是影響你參與這個運動蠻重要的一個因素，所以我覺得找到能夠彼此 cover，或者是說一起成長的球友團體，算是一個維持現在運動一個蠻重要的因素，對我自己來講，但是我想有些球友，他們是很瘋狂投入，就是可能一週打五天以上，那個就真的是要去看物理治療師，就是蠻嚴重的肌肉運動傷害，但是我是還好，重訓的部份的話，我覺得它跟羽球運動是完全相反，因為就像有些人會喜歡找人一起練，跟朋友一起去健身房，但我有試過，我覺得會反而干擾我的訓練，因為有時候大家的體能狀況其實不一樣，能夠背的槓的重量其實不同，有時候會有點硬撐或幹嘛，反而會破壞你自己訓練的節奏，所以我比較喜歡一個人自己獨自地去訓練，我覺得在運動的當下，是可以幫助你去做一個跟工作中，因為我們是辦公室工作，大部份是動腦為主，運動就是純粹在比較重複性做肌力的訓練，我覺得這個有一些紓壓，跟就是完全不一樣使用身體的方式，所以我覺得會讓我持續願意就是繼續做重訓。

問 2：個人有請教練嗎？健身房運動？

A-2：有，之前有請大概一年多，但現在停了一段時間這樣。

問 2：謝謝，○○？

A-1：就是我從蠻小的時候就開始有在運動，因為那時候就是一開始是跟可能鄰居或是朋友玩，就還蠻喜歡跑步的，我大概大學之前都是以跑步為主，有時候會加田徑隊，但是大學之後就覺得有點疲憊，就想要做比較輕鬆，或是舒緩一點，所以我從大學的時候就開始做像是瑜珈之類的，那時候也有稍微接觸一點皮拉提斯，可是我並不是那麼喜歡皮拉提斯，因為我覺得皮拉提斯其實還蠻難的，就是會有一些很細微的動作，或是很細微的肌肉要去控制，不過他們會強調一些就是解離的動作，我覺得這個是蠻難的，後來就是大學之後，也是開始慢慢接觸一些重量訓練，然後到了現在這樣，中間有請過教練，就是斷斷續續的，就是我可能到一個階段，我覺得好像不會成長，或者是沒有突破，或者是我覺得好像某個東西很好玩，我想要去學，我就會去請教練，所以我的教練課就是斷斷續續這樣，就是中間，從之前到現在都是請了蠻多教練，可是沒有一直請教練，就是有點目的性的在請教練，我運動的頻率就是，因為我是上班族，我還蠻常加班的，所

以我就有點像是週末運動，我就是五六日會去運動，每次去運動可能就是一小時時間蠻長的，就有點像是泡在健身房裡面，就是我週末的休閒。

問 2：你健身房都一個人去嗎？

A-1：不一定，就是看時間，或者是看朋友剛好有沒有空。

問 2：還是會揪伴就對了？

A-1：對，就是健身房其實去久了就是會有認識的人，就會發現說有固定那一群人會去，團體課也是，就是會發現會有固定的婆婆媽媽會去上課，大家就會互相佔位置之類，大概是這樣。

問 2：謝謝，剛剛各位跟我們分享的是你們的運動的現在的一個狀況，接下來的部份，我們要進入到今天最重要的主題，就是關於運動科技，等一下我們談的這些運動科技，有些你可能用過，有些沒用過沒關係，或者是你其實沒什麼在用都沒關係，也不用偷偷說因為我們這一 part 要談運動科技，就一定要擠出東西來，沒有關係，我們首先可以先針對在家的這塊的運動科技，因為有些家裡沒有，像我家裡也沒有，像前一陣子疫情比較嚴重的時候，很多人會在家可能買，用 app，或是看影片，或者是買一些帶有一些科技的一些設備跟器材，所以接下來先針對在家裡這一塊，等一下還會再討論場館，譬如說到健身房，或者是到一些羽球館等等，我們先討論在家這一塊，我先請我們主持人跟各位請教問題。

問 1：我們待會要講的是在家的，所以待會問的就是說你在家，譬如說你有用哪些運動科技的裝備，或是剛剛○○有講到的服務等等，想要聽大家的分享，當然我也想進一步的了解說，你在用這項產品或服務的時候，你覺得怎麼樣，它是不是可以再更好，或是你有其他的想法可以來跟我們分享，最後就是你為什麼想選這個這樣，我想要特別，就是我想要跳順序，因為其實剛剛○○有講說，在家中有組一個很像是，因為你有在家組一個像健身房嗎？還是？

A-6：是一個小小的 home gym。

問 1：是，你可以跟我們分享一下嗎？

A-6：就是一個小房間，有 Rack，有那個，能做一些深蹲架、槓鈴那些東西，有鏡子，就這樣，但是說科技，最多用手機拍個動作這樣，沒有特別用什麼。

問 2：了解，那在家這一塊，因為未必每個人都有，是不是有的人先跟我們分享一下，在家裡面？

A-8：我先講好了，我也有買 home gym，我是啞鈴、槓鈴、槓片跟彈力帶、還有按摩球，因為那時候疫情真的是太久沒運動了，受不了，就直接牙一咬就買了，但是我覺得蠻，我覺得現在還是有在用，就是有的時候可能下雨天懶得去健身房，就直接在家裡練也還 ok，就比較陽春，但是我覺得比較方便。

問 1：所以會為了方便？

問 2：不過買的那個，也沒有什麼科技的方案在裡面？

A-8：科技的時候是有，我有看健身房那時候有推出有氧課程的影片。

問 2：買影片？

A-8：不用。

問 2：不用買，就是免費的？

A-8：對。

問 2：是上架在它的 app，還是 youtube 上？

A-8：youtube。

問 2：是公開的是不是？

A-8：是公開的。

問 2：公開連結，謝謝。

問 1：還有其他人嗎？

A-5：那我分享我的部份，先講器具的部份，器具的部份的話，其實也是因為疫情的部份在家，健身房其實也不能去，所以那時候有購買一些比較簡單的組合，比如說像是仰臥起坐的手把，還有彈力帶，還有兩顆啞鈴可以去做不同的肌肉訓練安排，之前會使用到一些科技的部份的話是，現在其實沒有，但是之前有用的是，比如說免費版的運動 app，它會有一些示範動作，跟就是會有音樂可以让你休息的時間跟安排，其實也都短短的，現在會比較常用的是用 YouTube 的一些，像 TABATA 的音樂跟一些影片的部份，因為其實像我自己是在辦公室，其實我之前在疫情沒有那麼嚴重的時候，我固定帶同仁就是利用它的音樂跟動作，就是跟他們一起訓練。

問 2：你帶著同仁訓練？

A-5：基本上就是，因為它其實就是有個節奏，就是可能一個間斷性，可能大概是一個動作會持續差不多是 15 秒到 30 秒這個區間，然後就會停下來，中間休息大概 5 到 10 秒的區間，然後我們就會，因為它的音樂其實會搭配一些比較流行的一些音樂，所以其實比較不會像是早期那種只有噠噠噠的音樂來得單調，所以我們就會利用搭配一些比較流行的音樂，但是還是有一些節奏的部份，就是讓你去個休息，運動時間就會覺得比較短，過得比較快這樣。

問 2：這邊想跟您請教，剛剛有特別提到 app 那塊，後來沒用的原因是？

A-5：後來沒用，我覺得那個時候第一個就是不習慣，就是它的操作模式上都很簡單，但是我覺得就是沒有用的很習慣，再來就是。

問 2：介面不習慣？

A-5：對，再來就是它比較單調。

問 2：內容，動作的內容比較單調？

A-5：對，我覺得內容比較單調，再來的話就是，因為它其實還有付費版的，其實那個時候就是沒有考量到付費版的，所以其實免費版的就覺得使用，就覺得好像還好，就把它刪掉。

問 2：所以是在免費版的過程裡面，就沒有很好的體驗，所以就不會有付費的意願？

A-5：對。

問 2：什麼情況下，你會覺得會提高你的付費意願？

A-5：我覺得它如果裡面會，就是可以安排一些譬如說依照像我有固定在運動習慣的人，它有一些推薦的課表，或者是它有一些除了運動之外，因為可能有些人是除了做訓練之外，可能希望可以加強一些運動的表現，或者是有些運動傷害的人，他需要特別小心的，我覺得如果有一些客製化的一些課表，可以去做點選的方式，就可以把它組數，並且是可以把它設計是，有點像是闖關遊戲的方式的話，我覺得會提高我的購買的意願。

問 2：所以我可以這樣說，就是之前的那個 app，讓你覺得沒有，不夠客製化，不會針對你的狀況幫你做設計？

A-5：對，因為它其實就是，因為那個 app，其實是早期還，三、四年前轉的，所以其實那時候我就覺得都還蠻單調的，因為其實主要就是示範動作，接下來就照著它的次數跟時間去做，所以對我這個有固定在運動習慣的，有點背景的，我就覺得是有點單調。

問 2：謝謝，各位還有嗎？在家運動的設備經驗，特別分享？

A-2：我之前就是有買過網路上的影片，可是它是買斷式的，就是你買了之後，它的影片可以看好像幾年，我忘記了，就是有個期間可以就是一直重複地看，它也會幫你排程，就是說每天要做多少的量，每週都會提醒你說，你的進度現在到多少之類。

問 2：但是課程內容是肌力訓練還是？

A-2：都有，那個老師他做示範的影片，然後每一段中間也是，就會有中間休息什麼，可能就會有那個，等於說可以眼睛這樣盯著螢幕，同步的去模仿他的動作做這樣。

問 2：很像 TABATA？

A-2：不是，不完全是，應該說就是那個老師他自己編的，他自己去做那個菜單的編排。

問 2：滿意嗎？

A-2：因為我後來就很懶惰，我覺得就是相比之下，我覺得我在家運動就沒有那麼有勁，像之前不是疫情，健身房都封掉，我就也是緊急訂了一個壺鈴來，後來都塵封在角落。

問 2：所以不是課程的問題，而是你個人不太喜歡？

A-2：我覺得好像對我這種比較懶惰的人，就是比較沒有，因為好像就是去健身房，就覺得出門就是可以去運動，可是如果說在家裡面就各種的因素，我覺得反而會讓你蠻懶惰的，就是好懶，就算了這樣。

問 2：所以如果在他們的這種課程設計一些激勵的獎勵機制，會不會好一點？

A-2：可能會更吸引人，就是好像有一些會，其他我看過好像是會說有一個什麼挑戰賽那種的，也許會比較激勵人。

問 2：謝謝，還有嗎？各位有沒有在家？

A-3：我分享一下我去年應該是七月，七月十幾號解封的吧，有點忘記了，反正那個時候要宣布三級，我就先去工作室把槓鈴跟槓片搬回家，我搬了一百多公斤，再跟學生約好時間，你可以來工作室借壺鈴、啞鈴，因為我相信槓鈴他們也槓不上去，反正就是租金多少，線上上課，過程中遇到最大的問題，其實不是來自於我們示範動作，而是學生在操作動作的話，其實你讓學生在家裡面要有一個完整獨立的空間，去呈現他整個人從蹲低到站起來是有難度，因為如果說他手機擺的高低，或怎麼樣的，要從一個平擺式變成站姿，再把他手往上舉，其實你看不到他全部的動作，所以我自己當初的做法是手機、ipad 跟 MAC，三個東西全上，我自己設在不同的角度，我自己遇到的狀況是我家狗會很吵，因為我養兩隻狗在那邊走來走去、跑來跑去，看到牠主人在那邊動，牠覺得很激動，就很開心，很好笑，你把牠關起來，牠還是繼續叫，所以我覺得視訊線上上課會遇到一個狀況就是環境問題，再來是連線品質，這個蠻重要的，因為有一些學員他們家裡面的那叫固網，行動網路就更不用講，更不穩定，固網如果是在一個相對老舊的社區或等等的話，他們的網路就算想要把它升級到最快速度，其實據我了解，中華電信也沒辦法做到這樣的服務，他會跟你說，你家那邊網路就是太舊，所以你能調幾 M，不能再更高，所以其實當時很多的線上課程，公播已經同時在進行的時候，會發現在熱門時間，你的網路會很卡，就是可能手機已經看到蹲下來了，但是我的電腦，他還站著，就大概這樣的狀況，然後一般的那種視訊課程，例如說像○○○、○○○，那種比較大型的健身房，他們在教視訊課程的時候，他們都是請教練到場館，因為那時候應該是規定你室內不能超過五個人，所以他們就是會有同樣一堂課程，但其實背後是有很多的工作人員去共同把它完成的，並不是說在家就可以做的，還是得到場館，因為那邊的設備跟什麼音樂系統、攝影、燈光，這都很重要，才有辦法做到比較完整，像魔鏡，我自己是覺得那個東西有點。

問 2：你有試過嗎？



附錄五、焦點團體座談逐字稿

A-3：瞎，不要買，太貴，手機會變得比較長的版本而已。

問 2：比較大的手機是不是？

A-3：比較長，就這樣子，可以這樣反射看到你自己。

A-2：所以你不用再架一個 monitor？

A-3：對，然後站在一個教練的立場，那個鏡子四萬多塊，我會覺得拿去買 3C 會比較好。

A-2：那是會有課程嗎？

A-3：它是會有課程，可是你就想，那個課程其實就是我們，例如我想要看某個人跳，我就點進去。

A-2：就是看影片。

A-3：對，我想要看 Kimiko 跳舞，我再點進去，就是從那上面再點進去，其實是一個放大的螢幕。

A-5：就是用電視牆接電腦。

A-2：就用電視就好。

A-3：但他們的，不能講噱頭，他們是寫說你可以直接就是觸控我，我裡面有多少的教練，你可以去選擇課程，就這樣子。

A-6：那個鏡子其實很重要，有一個鏡子在家裡，其實不是大家都有。

A-3：空間，有一個牆面去放在那，我學生就蠻有趣的，我就跟他說你這樣子，風水師來看會說你風水不好，他就擺在路中間，就是你玄關進去，然後客廳、沙發在這邊，把一個鏡子放在你房門口，中間一個牆壁。

問 2：那它會掃描你嗎？還是你只是單純看它？鏡子會不會掃描你的動作？

A-3：它可以反射。

問 2：不是，我的意思是說它可以辨識你的動作好不好？它可以做到嗎？

A-3：它可以幫你記錄你的數據。

A-4：你說動作好不好？

A5：輸入 key 進去你的，譬如說身高指標、體重、BMI。

A-4：對，幫你儲存你的數據，這個動作你花了，例如說 20 項花的時間。

A-2：那它會知道你有沒有做這個動作嗎？

A-3：對。

A-4：是不是有點像是運動遊戲的感覺？感測裝置。



A-5：你是說 switch？

A-3：也可以這樣做。

A-4：它可以辨識出你在動，但沒有辦法真的非常精確，因為可能就是只有一個 sensor 在看某一個肢體的末端。

A-3：或許可以再額外買配戴裝置，這我就不清楚，可能是把它綁在你的手上或腿上，然後你的腳抬的高度不一樣，或許會去偵測到說你這個動作有沒有做到位。

問 2：我換個問題來問好了，就是做一個教練的角度來看這種，像魔鏡這種，你剛提到覺得很瞎，是因為它單純看起來就像是一個放大版的螢幕而已，那如果它可以怎麼做，你才覺得它，它可以改有哪些功能或服務，你才覺得它會是一個真的是有幫助的東西？

A-3：我覺得以台灣的市場來講太方便，它沒有很必須，因為我們的交通太便利了，甚至現在連很多的，可能苗栗國都有一堆健身房，所以確實那樣子的，一個器材的使用程度或推廣度，我覺得如果說它能夠先去養成一些不喜歡出門的人運動，那它是成功的，或者是講比較直接一點，他可能就社交恐懼症，我就不喜歡出門，但他覺得運動對他很好的話，他可以買，至少他可以動，反正人就是你花了那個錢，多少都會使用它吧，不過我覺得那個東西，它如果到時候要二手賣掉，應該很難賣出去，通常我們賣器材是這樣，就實際上，可能車子也是這樣，買回來要再轉手就是七折。

A-5：落地就掉價。

A-3：現在是沒差，七折人家也不一定要買，然後四萬應該是基本。

問 2：您剛提到您有開線上課程，在疫情三級警戒的時候，那個時候是實體課轉成線上課，還是說另外加開的課程？

A-3：因為不能去健身房。

問 2：所以額外開的還是？

A-3：額外開的？

問 2：因為不能去健身房，所以額外開那個課程，還是本來就是實體有上課，不能上了，所以轉成線上？

A-3：實體不能上課，所以轉成線上。

問 2：學員那邊的反應怎麼樣？

A-3：學員那邊的反應。

問 2：有沒有什麼比較常反應的問題，或是他們喜歡這樣的課嗎？

A-3：對我來說比較大的影響應該是說，原本他們可能都是假設一週兩次或三次

的話，那他一定至少會有一天是有槓鈴的訓練，因為我專長是教這個，但變成是他如果來租器材或借器材的話，他能夠借的就只有啞鈴、壺鈴或懸吊，那懸吊又卡在一點是說，如果大家有看過 TRX 這個器材的話，概念是這樣，它就是一個懸吊支點伸下來，所以你的繩子在中間的時候，你的強度是中間，往前比較難，往後比較簡單，但如果說他回家，他是扣在他的門上，他只能夠變比較難，沒辦法對接，然後有一些肌群的動作他是做不到的，而且還是有很大的空間，他的門可能會壞掉，這是真的，因為你的那個門栓，是藉由每個人的體重跟身高，如果是買那種迪卡儂的懸吊的話，有一些運動的族群，他們會自己買懸吊回家，迪卡儂他早期有賣過一種舊版的，就是因為斷掉過，所以他把它回收，好像去年還前年，他們再重新出一款，這個或許你有聽過？

A-5：有。

A-3：因為正版現在一條就是大概要八、九千，迪卡儂一條要五、六百，你下次斷掉就告他，他就會賠你，我沒有聽過 TRX 斷掉過的。

問 2：所以學員會喜歡這樣上課嗎？這樣的課，以後會繼續開嗎？

A-3：強度一定是有落差，原本是他本來是要增加肌肉量的，他的目的就是，教練，我就是要增重，一顆壺鈴是可以舉多重，他就變成是減脂課表，所以我自己來講的話，我的肌肉量，當然脂肪也有下降，我從 63 公斤掉到 56，不是我沒有運動，是因為我沒有辦法再去使用更多的重量，因為在家 100 公斤槓片，已經是極限了，沒辦法再多，沒有地方放。

問 2：都掉肌肉？

A-3：對，就是肌肉跟脂肪都會掉，因為以你是跑輕重量跟次數，所以整體體重下降，所以對學員來說，如果是要增加肌肉量的人，他就會覺得居家運動是有難度的，可是維持身體的狀態是很好的，或是他想減重，我覺得減重的人在居家運動應該是沒太大的問題。

問 2：在家的運動科技這塊，有沒有其他人要分享的？

A-4：我可以分享，就是我最之前一開始是，因為我有 Garmin 的手錶，Garmin 的 app 可以下載他的訓練的菜單，然後傳到你的手錶裡面，就會透過 app 告訴你，你的動作是什麼，就會跟你，開始之後，它就會開始計時，會提醒你下一個動作是什麼，就可以跟著它做這樣，它就也會順便記錄你的熱量，因為可能它有感測裝置，所以每一個動作，它會記錄你做了幾次，這是一開始我在家裡做訓練的時候，幾乎每天都會做一組，但是遇到最大的難處應該是看不到自己的動作確不確實，所以後來疫情開始之後，我就會揪朋友一起線上連線，用電腦去視訊，和大家一起做運動，這樣子一方面可以看到螢幕自己的動作確不確實，也激勵大家每天都可以一起動。

問 2：我可以請教一下是哪一項運動的動作確不確實？

A-4：我都是做高強度有氧，就會就是一些什麼深蹲、波比跳，有的沒的，那個

動作，像深蹲如果動作不確實，因為我膝蓋沒有很好，所以如果深蹲求快，沒有做得很確實的話，就會變成我的膝蓋就會不舒服，所以就是我會比較留意自己的動作有沒有做正確，body 有沒有做好。

問 2：所以剛提到的這種跟朋友之間看動作，不包含平常做的羽球、攀岩等等這些，沒有嘛？

A-4：對。

問 2：純粹是有氧。

A-4：對。

問 2：Garmin 的錶用得滿意嗎？

A-4：很滿意，因為很便宜，但是就是基本的功能都有。

問 2：不便宜吧？

A-4：這隻大概六千而已，跟 apple 錶比是便宜的。

問 2：跟 iWatch？

A-4：它還是比較便宜，iWatch 不要買。

問 2：自己也是有在用 apple watch 是不是？

A-4：我弟之前有，我之前借來用過一陣子，對於它運動的記錄，我覺得相對沒有那麼的準確，再來是因為我會常跑步、登山什麼的，它也很快就沒電，它一天就沒電，但我這支可以，就是如果開著導航什麼的，可以撐個三天。

A-3：Garmin 好像有太陽能。

A-4：對，可是太陽能用起來，目前用處不大，沒有很充電。

問 2：你會希望運動手錶、運動手環增加什麼樣的功能嗎？或是改善什麼功能？

A-4：因為我這支真的比較陽春，所以它，如果我要改善功能的話，就是我會再上頂貴一點，比較好的，它的功能就會更完善，像我這支它就沒有彩色的地圖螢幕，登山的地圖就沒有那麼的詳細，只有簡單的路線，知道你的方向哪裡，但是如果上到可能兩萬塊的那支的話，就會有彩色的地圖顯示，告訴你海拔，接下來要往哪裡之類的有的沒的，就會有詳細的地圖，所以應該是我要換它的原因。

問 2：那身體數據的部份呢？夠不夠用，有沒有需要再什麼數據？

A-4：這支沒有血氧，但是。

問 2：那你會想要有血氧？



附錄五、焦點團體座談逐字稿

A-4：我會想要有血氧，因為登山的話，有血氧其實對我來說還蠻有用的，因為如果去高海拔的地方的話，除此之外，我覺得這支還蠻好用的。

問 2：那個攀岩應該不能用？

A-4：這支攀岩我也會戴。

問 2：不會影響？

A-4：除非去戶外，戶外我就會拿掉，但是在室內的話，我就都會戴著。

問 2：抱石？

A-4：抱石跟上山，我就都會戴著。

問 2：謝謝，既然也談到了穿戴裝置，我們也一併討論，如果有穿戴裝置的經驗，也可以分享一下各位有什麼？

A-1：我可以分享一下就是居家運動的一些 app 之類，就是我們公司的集團，他們就是有開發一個鼓勵大家走路的 app，就是因為我們有賣一些外溢的那種保單，就是比較。

A-3：保單。

A-1：就是吸引注意健康狀況的客戶，鼓勵他們可能就是保持好的一些生活習慣，或者是去多走路之類，所以它就是，app 裡面就是如果你有小米手環，或者是你有心跳帶的話也可以，就是它只要跟你的穿戴裝置連結之後，就可以去計算你的步數，就是它可能會有一些活動，譬如說你今天走幾步，它會給你一些實質上的回饋，是真的可以去換一些什麼點數，或者是贈品之類的，大概是這樣，然後穿戴裝置的話，我個人用的是，我自己用的是 Samsung 的手錶，但是我覺得它有一個功能我不太滿意，就是它有時候在睡眠偵測的時候，就是不是那麼的好用，好像就是偵測不到，或者是會斷斷續續之類的。

A-2：我覺得如果我們在講穿戴裝置，可能 Garmin 會比較專業，因為我也是用 Samsung 的，有一次我在打爵士鼓的時候，它會覺得我在騎腳踏車，因為我的手一直在動，但是它會有一個偵測的功能，就是你在做什麼事情，它會試著去測試說、去模擬說，你現在是什麼運動，我幫你記錄一下這樣，它有時候會蠻準的。

問 2：那我想回頭問一下○○，剛剛一開始提到你們公司有推這個獎勵走路的這個，然後你們有個 app 對不對？

A-1：對，算是 app 底下的一個子功能，就是可以點進去，可以記錄一些步數、健康狀況。

問 2：然後也有設立一些獎勵機制？

A-1：對，是有獎勵機制的。



問 2：您覺得這個獎勵機制對一個成功的運動 app 來講是重要的嗎？

A-1：我覺得它為了吸引大家就是真的想要，看起來比較有吸引力，所以就是跟很多異業合作，就是譬如說你去，不是只有走路，就是去健身房的話，可能進出一次也算，但是獎勵算是我覺得還好，因為我覺得就是大家如果喜歡運動的話，其實是不需要額外的獎勵，就是你自己動機就很強烈。

問 2：所以是針對那個不太愛運動的？

A-1：對，可能就是不是那麼喜歡運動的，或是需要什麼朋友拉你一起去運動的人，就是動機比較不強烈的人。

問 2：對不起，剛剛有用到，有用 app 的是？

A-8：我有用 app。

問 2：那你覺得那種獎勵機制，你的感受？

A-8：因為我那時候是用免費版，所以其實沒什麼獎勵機制。

問 2：假設有獎勵機制，你個人的感覺？

A-8：如果有獎勵，它其實可以讓我感覺像是在玩遊戲，而不是那種強迫自己要做什麼的時候，我會覺得是有吸引力的，就是它要有足夠可以吸引我的地方，像假設今天沒有去玩，就是沒有去使用它，好像我就會損失一些什麼東西的話，會覺得很可惜，還是會撥個譬如 10 到 15 分鐘就是去做參與。

問 2：還有誰要分享？

A-4：Garmin 的 app 其實也有獎勵機制，它會給你 badge，可能像什麼第一次跑 3K，它就會給你 badge，5K 又有一個 badge，10K 又有一個 badge，甚至連什麼早上五點起來跑步也會有，但是我是拿到之後才知道原來它有這個機制，可是一直都沒有什麼感覺，直到我有一個朋友被我推薦買了 Garmin 之後，我們就會互相比較一下，你有沒有這個 badge，在那之前，就是在朋友用 Garmin 之前，其實對這種獎勵機制不太會有太大的感覺。

問 2：有朋友、同儕一起用就會有差？

A-4：對，然後也會看一下彼此就是運動的頻率，看一下我們一起運動的話，我們的數據是不是一樣，差在哪裡，什麼之類的。

問 2：還有嗎？關於穿戴裝置，或是在家的運動？

A-5：我之前戴過心律帶，是幫朋友做實驗，他是念公共衛生的，他們在做一個一般人跟糖尿病的有氧訓練後的表現，就是戴那個心律帶，它會要求你達到，我記得那時候好像是要達到心跳 130 左右，但是我心跳很慢，一直達不到，就是我靜止的時候，心跳才 50 左右，就是很慢那種，我即便很亢奮，也達不到 130，結果就是沒有達到 130，它的跑步機就一直加 loading，loading 變重，最後根本就踩不動，就很好笑，因為是用一般的公

式去推算。

問 2：是跑步機還是飛輪？

A-5：飛輪，就變成 loading 會太重，根本就踩不動。

問 2：大概戴多久？

A-5：半個小時。

問 2：不是，我是說整個期間？

A-5：一個半月，六次。

問 2：後來您未來會考慮自己買這方面的穿戴裝置嗎？

A-5：我覺得跟我偏好的訓練可能比較不一樣，這個比較像是有氧訓練，我平常是做比較肌力訓練的，所以我們喜好的方向不一樣。

問 2：這倒是，肌力訓練穿戴裝置可以戴什麼？要問教練？

A-5：我看過國外有一個。

A-3：有點貴。

A-5：我看過國外是有一個就是很像磁鐵的，可以吸在槓上，是檢測你的槓線是不是每次都是穩定，然後檢測爆發力的速度，就是加速度之類的，但是我看國內好像，國內好像買不到，可以買得到，可能就是不是一般非專業的人會去考慮的東西。

A-3：沒必要買的原因有兩個，因為通常我們會使用到那個東西叫做 BBT，它可以檢測，如果一般大眾買，應該要一萬三到一萬五這個區間，然後蠻小一個，大概就橡皮擦的大小，又偏偏做黑的，如果使用的槓鈴又是黑的，可能會真的不小心把它忘記，然後它要用 usb 充電，連結到你的手機。

問 2：這是一個 sensor 的概念？

A-3：對，它就是一個感測器，吸在你的槓鈴上。

問 2：槓鈴兩端？

A-3：沒有，就正中間，它的目的是這樣，我們必須從，對我們來講，對舉重來說，我們是在看它的槓鈴軌跡，就例如說這個重量，他平時可能做十下，就換算它最大的肌力是多少，那它對於運動員來說，會是一個暖身的依據，因為他不可能每天都去做到他那次的 PR，所以我們必須抓到一個區間，例如說他比賽是哪一天，我那一天看他的暖身的重量，他的速度跟我原先預測的不準的話，那你這天比賽可能狀況不好，就必須去降你的那個試重，試重就是舉重比賽是你一定會先把你舉的數字丟出去，那是一個技術層面，所以我們還要去說今天跟你比這個量級的人，體重，體重比較輕的人，他跟你舉相同的重量，那他就會拿到比較好的名次，所以那個

東西的話，其實也是去檢測說你的速度跟你的最大重量，然後去編排你的暖身跟流程，所以我覺得其實一般大眾沒有必要去用到那個東西。

問 2：穿戴這一塊還有沒有人要分享的？

A-5：我補充一個好了，就是因為我加入的這個健身房是在○○○，他們其實之前有在推一個穿戴裝置，那時候早期的話，是只有胸下的這邊，就是可以去測量你的運動強度，館內會有一些電視牆的部份，其實就是在穿戴裝置設定好你的名稱之後，其實你可以在電視牆上面看到你的運動強度，譬如說現在比較高強度的話，可能就是用紅色去顯示，比較低強度的話，就是用綠色或黃色的部份，其實在有氧教室，前面也會有兩個電視牆，所以就可以，進去運動的時候就可以看說你現在的程度大概是怎麼樣。

問 2：所以雖然是穿戴，但算是用在場館裡面？

A-5：對，其實是用在場館，現在好像，我不知道有沒有結合他們的 app，因為他們這幾年，app 其實做得我覺得還不錯，當初他在推的時候，其實還蠻便宜，我覺得也不能算蠻便宜，但是我個人覺得很貴，要兩、三千塊這樣。

問 2：那個是要額外收費？

A-5：額外收費。

問 2：繳那個費用才能用？

A-5：那個是要購買的，再來就是我當初其實也沒有買，是因為我對它的品質，就是普遍網路上的評價其實沒有很好，周圍的朋友，就是周圍的健身朋友，其實都沒有在穿戴，再加上說其實我現在有在觀察，就是說國內真的有在穿戴，其實大概很少，大概比如說我覺得可能同時進場一、兩百個，可能不到十個，因為我們看電視牆就知道顯示就是說有誰，通常都是那種老師在戴，就是有老師在戴，就是去戴那個，他們這一、兩年好像有做一些修改，就是說因為他們早期是只能夠在胸下這邊，現在有改成就是手腕這邊可以做穿戴，還有手邊的部份可以去做穿戴，目前還是周圍的朋友都沒有。

問 2：沒有在用？

A-5：對，然後他們在，早期他們有在推，但是現在就是不了了之，其實蠻可惜的。

問 2：那穿戴還有人要分享嗎？如果沒有，我要進入場館，那場館的部份交給○○○。

問 1：接下來要講的那個場館的部份，因為其實在場的各位，應該有人有去，譬如說○○○，或者是○○○等等，還有比如說我們去攀岩運動中心等，都會有一些不管是場館的 app，或者是人臉辨識的入場，或是線上預約的系統，現在講的這些都是科技創新的部份，或者是它的健身器材，你

在使用的時候，可以幫你蒐集數據，或是科技的體適能檢測等等，或是這個運動就可以結合 app，因為像，因為我本身是運休所的，我的朋友、我的同學他們就在經營運動中心，那他們的跑步機等等就會結合一些數據上面的蒐集，或是可以讓你看著 monitor，讓你去做一些挑戰，就是剛您有講到，那種小遊戲的結合，例如我會變成一隻企鵝，因為我可能太胖，所以我在那個跑步機上面顯示，我就是一隻企鵝，我一直在那邊跑步等等的這種東西，不曉得各位在場館的部份有沒有用到過，以及說我想聽你們用過的心得分享，或者是說你覺得這些裝置或科技，會怎麼樣更好，有人有想法嗎？或是有用過的？

A-1：我可以先講一個○○○，就是我之前是在○○○運動，我後來換到○○○，就是這兩間場館他們都是，像○○○是掃臉這樣進去的，○○○是刷 app，就是 app 會有一個條碼。

問 2：手機的條碼？

A-1：對，手機的條碼，進館的時候也會做一個，就是額溫之類的，就是可以順便量體溫，像○○○他們那邊就是完全沒有就是管理的人員在現場，除非你有什麼問題，你就是趕快 line 他們，他們可能才會出來，就是從一個神祕的小房間走出來這樣，不然平常的話是沒有人在那邊的，就是其實我覺得這有一點點危險，就是假如你今天用一個很大的重量，沒有捕手，或是沒有朋友在那邊的話，你可能被壓死了都沒有人發現，就其實是有點小可怕，就是大家要小心安全。

問 1：小心安全。

A-6：很仔細在那邊看，那個不會動了。

A-1：手抖兩下這樣，○○○好像那時候有主打一個什麼科技健身，就是器材上好像會有一個 qrcode，就是掃它，它可以記錄說我今天做，譬如說我夾了幾下、做了幾組之類的一些數據，可是我覺得它有一個 bug，就是譬如說你想要做操幾組，或者你組休太長的話，它就會斷掉，就是你好像沒辦法一次用兩個器材這樣交換，就是要一直很專注的在那台器材上面，而且你不可以停太久，大概是這樣。

問 2：謝謝，到○○○之後有什麼差嗎？

A-1：○○○之後，就是。

問 2：○○○有這些嗎？還是？

A-1：就沒有，好像，等一下，它好像沒有記錄的，可是它好像有提示的影片，提示的影片好像也是有，但我不太確定。

問 2：提示的影片，是那個器材怎麼用的影片？

A-1：好像是這方面，就是有些器材上會做一個可能條碼，你可以去。

問 2：掃一下。

A-1：會有一些提示說這台器材要怎麼做，因為可能比較傳統的健身房，可能就是放一個小手冊，要自己去翻這樣，現在的是你可以掃影片，就是在手機上看影片，就是有真人示範說這個東西要怎麼樣操作。

A-4：好像是器材原廠的。

A-1：對，器材原廠的。

A-5：講的東西是中文還是英文。

A-1：我覺得是英文，可是○○○的好像是中文，好像是他們自己請教練錄起來的小影片。

A-5：就是設一個 qrcode 上去，我覺得這蠻加分的。

A-3：蠻貼心的。

A-5：對，因為大部份的健身器材可能連小本本都沒有，其實一張圖，一堆英文，訓練的部份就是紅色，但是其實。

A-3：大概看一下。

問 2：所以各位會覺得器材可以掃出、可以附帶著教學影片是有加分的？

A-5：qrcode 可以，因為現在大家一定人手一機，其實掃，我覺得是一個很加分的，因為其實像我個人是蠻喜歡用 YouTube 去觀看很多影片，譬如說像 youtuber 有些像什麼 Petta 哥哥、大 H，或一些健身比較有名的 youtuber，其實我會看他們的一些課表或訓練的姿勢，我覺得健身器材其實有一些基本的操作，比如說哪些要注意，或者是注意到哪裡，我覺得這是一個很好的接觸，尤其是像有些健身房新的器材，其實我們都不太敢摸，就是因為不熟悉它，其實像在健身俱樂部，其實你問健身教練，他們畢竟有業績壓力的考量，他們其實會，像○○○，我覺得○○○可能比較少，○○○的話，他們其實是很，真的是業務般的在做配課，這個對我們在做運動的感覺，其實就會比較差，但是如果它有，基本上就是有一些 qrcode 掃，我可以看一下操作手冊，如果是中文版的，但是不用講到很精細，比如說只有一到兩分鐘跟你講說動作、發力點到哪裡、接觸點，連訓練次數、組數安排其實都不用講，它只要講說你怎麼做這個動作的開始到結束就好，就是它對於運動習慣跟願意接觸這個器材是加分的。

問 2：我想問一下其他在健身房做重訓的，你們會覺得有一個教學的影片是加分的嗎？我想在座？

A-8：我先講好了，因為我去過○○○，我也去過○○○，我覺得對民眾來說一定是加分的，但是我覺得健身房，可能它有它的考量，如果今天這個影片長達三分鐘，把細節全部都講完了，它的教練課要怎麼去賣，我覺得其實是有抵觸的，如果這個東西真的就是很詳細、很完整，其實對他們來說可能也不是他們想看到的。

問 2：謝謝。

A-5：我這邊有不同的看法是，我覺得教練有存在，因為其實看影片跟有教練帶，實際去幫你做調動作，你的身體的狀況是有很大的差異性，但是我覺得就是有影片，其實只是了解，但是他不知道說他做的對不對，因為光是做背部訓練，可能很多就是用到手臂的，其實就沒辦法達到你預期所要的運動表現，其實這個部份就勢必，要不就是你自己去選、去看很多知識，或最快的方式就直接找一個私人教練，直接幫你針對你的身體的狀況去做調整，他跟你分享專業的知識，或者是給你一些快速的小撇步進入這個狀況，我覺得它的價值是不一樣的。

問2：沒關係，大家的看法未必要一樣，我想其他人的看法，對健身房影片的教學跟教練教學，今天的話題來到這裡，想稍微討論一下這點？

A-2：我接觸過的話，教練課大部份還是只有重量為主，所以器材的話，他不是不會用，但是以頻率上來說算比較少，有時候我覺得上教練課的時候，其實現在也好，就會看到說這怎麼用，他會大概跟我說一下，因為其實我覺得好像沒有那麼大的抵觸，因為就是說對他來講，畢竟他的收入來源是課程，課程中可以帶來的東西跟學員去課後使用器材，我覺得以我接觸到的教練，他覺得沒有抵觸，所以他會願意教學，也不是教學，就是跟你講一下怎麼操作之類，之前可能健身房也會在他們的社群軟體上面分享一下器材使用的，比方說這樣是X，這樣是O，就是簡單的小影片也是會有，等於說其實也算是一種就是讓他們會員在看的時候，可以了解一下器材怎麼用，我覺得也還算蠻貼心的，就是不會一定說要去購買，好像也不到那麼厲害，但是會覺得有在經營，就是有那種感覺。

問2：您的看法就比較屬於他們的功能定位是不一樣的？

A-2：對。

問2：還有人的看法？教練好了，聽聽看教練？

A-3：就是○○○有一些影片是我拍的，簡單來講是這樣，○○○他們其實裡面超多電眼的監視器，它會動，所以沒有人被壓扁過，據我了解到，他們的保全跟打掃人員，他們其實巡場是蠻勤勞的，有時候他們的工程師會自己假裝是會員在那邊運動，但消費者不知道那是誰，因為他們也會去抓那些黑私教，應該不管○○○或○○○，普遍健身房一定都會有這樣子族群的教練在，其實講比較直接一點就是你跟他是什麼關係，我也不知道，就是你學生覺得ok就ok，○○○他們的做法是比較嚴格一點，他們是會累罰制，就例如說我第一次抓到你黑私教，我可能罰你一千，下次再抓到罰一千三、一千六，你再繼續黑私教，就讓你永生都不能進來。

問2：罰教練是不是？

A-3：罰教練，罰那個偷教學的。

問2：偷教學那個人，本身就不是跟○○○有簽約的教練，還是他是私教？

A-3：他不是，他可能是或不是，但他要把課程排進去，因為像我們的話，就是

例如學員從 app 上面購課，可以單堂、十堂、二十堂，然後必須在一個期限把它完成，有時候會出現一種狀況是我可能來不及，把他的課程排到他的 app 系統裡面，他們從他們遠端的電腦，或者監視器看到，這個教練怎麼沒有戴牌子，就吊一個吊牌，要戴吊牌，你沒戴吊牌被他看到，也是罰你錢，就會寄帳單到你 app 裡面，你就要去繳費，遲到也會被罰錢。

問 2：所以那個電眼，是用電眼在管理就對了？

A-3：對，不一定人會出來，就直接用手機找你，他會說教練，你吊牌忘記戴。

問 2：那個電眼，因為這個涉及到，等於是科技化管理，這個是有一個監控中心在各個分館，還是說統一的監控中心？

A-3：他們監控中心應該是，他們有搬過家，他們現在是在慶城街，那是總部，然後每個館裡面都會有他們自己的，應該是業務吧，業務的概念就是有人要參觀的時候。

問 2：他會帶學生參觀？

A-3：對，要出來就是講話，稍微介紹一下環境，但是總部的工程師應該就負責抓私教，我在想，因為那個總部也蠻大的。

問 2：在總部？

A-3：對，在總部那邊，然後他們上面的 qrcode，其實是分成兩種，就是一般市面上的運動品牌，只要是大牌子，他們一定都會有他們自己 youtube 上面的器材，不能講示範，他不會示範，他只會那個機器，他就是這樣給你，跟你講說那個器材它動是什麼樣子，但是上面不會有人，或者是滑輪，就一個感覺往下拉，所以反正當初有一些器材，他們本身有做影片的話，就會請教練去拍，但是我們也不會講說你要什麼做幾下、幾組這種都不會跟你說，就跟你講怎麼樣調整，會有調的這個動作，特寫那個地方，那個磁鐵怎麼拉、怎麼放。

問 2：所以基本上怎麼使用跟怎麼訓練是兩回事，概念是這樣？

A-3：就是至少跟你講這個東西怎麼用，固定式器材或自由重訓最大的差別就是一個比較，不能講比較專業，就是如果真的是有在用心的教練的話，應該要針對這個人，他自己身體的一些骨頭差異，去跟你講說哪樣的器材是適合你自己，所以自由重訓不太會有這個問題，因為槓鈴就是都一樣長，重量不一樣，你是新手，那比較輕，大概是這樣。

問 2：謝謝，我想要回頭問一下○○，○○剛剛提到入館這件事情，○○○那邊的入館就是看不到人，後來去○○○的時候，他們的入館方式，科技的？

A-1：他是掃臉的，○○○是掃 app qrcode 進去，但是○○○雖然說掃臉，可是還是會有一排就是櫃檯人員站在那邊，不知道為什麼？

問 2：好用嗎？這樣用起來，差異在哪裡？好不好用？

A-1：我覺得掃 qrcode 比較準確，掃臉就是常常會失敗，所以我覺得應該是為什麼那些櫃檯人員要站一排在那裡，因為他要在你失敗的時候就要趕快協助你，或是一些什麼迎賓服務，或是有人要參觀。

問 2：作為一個消費者，基本上這種進出館把它朝向這種自動化發展、科技化發展，您認同這個方向嗎？

A-1：我認同，因為我覺得這樣就比較方便，那些櫃檯人員可能有一些更重要的事情要做，就是釋放他們的產能。

問 2：你們覺得這種進出館的自動化，有什麼看法？

A-5：我個人覺得因為現在其實在做掃臉的部份，其實還是有很大的誤差性，我覺得這個對於目前使用來講的話是不便的，但我會覺得它可能高科技，因為其實老實說像我們公司的外賓的進出的部份，其實也是用透過掃臉的方式，因為其實是專門為了那個，所以精準度很高，但是我不確定說像這種大眾的，大家的那個。

A-4：可能技術不一樣。

A-5：對，比方說三個月之後，你可能瘦了十公斤，那個誤差性又會再更高。

A-4：我以前的公司也是用掃臉進出，就是會先幫你建檔拍照，但也是用掃臉進出，我不太確定健身房是用什麼樣的技術，但是之前不是很多人在吵說，用掃臉不是會侵犯個人的隱私。

A-6：個資其實已經，其實只要一用手機，其實就已經記錄很多了。

A-7：因為掃臉這部份，因為我以前在警察機關過，我記得很久以前，好像民國可能我還，80 年以前，好像說有一陣子換發身分證的時候，同時要指紋建檔，後來大法官宣告它是違憲的，因為這其實涉及到個人資訊化的建檔，如果說它今天可以把你每個人的臉部資訊去建檔，因為其實像我們台灣現在攝影機是非常密集的，可能說你個人的足跡，你去了哪裡，今天去了哪裡、明天去了哪裡，可能就有這方面的疑慮，就是說個人隱私權的部份，所以就像剛也有朋友提到說，這部份之前有引發法律的爭議，就認為說這個是屬於個人資訊的部份，如果以後外流出去的話，其實你的足跡都是會被看，如果說有心人士要利用的話，其實對個人的侵害是非常嚴重的。

A-5：其實我認同他，是因為現在有很多銀行他們都推出掃臉去做辨識的，所以當我們在，譬如說進出館或地方，只要是可以用辨識個人資料，其實就叫做個資，如果你的臉部去被別人盜用，譬如說手機可以做解鎖，到 ATM 或銀行的部份，你的東西可能都會被盜領，我覺得這個是現在很多東西還不成熟，所以大家會擔心。

問 2：所以掃臉的這種技術，大家還是會有疑慮？

A-5：我覺得大家還是會，我個人會覺得是有疑慮的。

問 2：我回到剛剛比較大的議題往上講，就是進出這種運動場館自動化的這個

方向，你們認同，往這個方向發展，認同的舉手讓我知道一下，應該全部都認同，再換過來想想看，既然大家剛剛都提到這種臉部辨識，也許不準、也許有隱私的疑慮，我們換個方式來問各位，就是說如果今天一個運動的場館，要導入這種進出場館自動化的系統，你覺得它有哪些功能很重要，或是有哪些基本條件應該要做好。

A-5：我先分享一下，因為其實現在○○○在今年的部份有做很大的調整，就是他們轉成手機 app 做進出場的部份，不是強制性的，但是他是用鼓勵，就比如說有抽獎，比如說每天只要有進出，可能就是到個固定時間。

A-4：不用的話，要怎麼進場？

A-5：不用的話，一樣也是用過卡的方式，但是因為其實卡片你知道，就是有時候會忘記，但是其實後來有，我覺得第一個它有推出，它是很方便，其實按，然後去掃 qrcode，去做註冊的流程，其實也很簡單，去做綁定的部份，再來就是其實像○○○有租借毛巾的部份，所以其實一樣也是掃 qrcode，歸還之後也是用 qrcode，對我來講的話，我只要嗶一下，很快就可以解鎖，我不需要等人員幫我拿什麼東西，再過個卡，又要再換個卡，而且像他們之前的話，是會員卡換毛巾卡，毛巾卡有可能是放在口袋，或者是放在什麼地方，或者是說毛巾卡可能會掉，因為我們之前有看過有些會員的毛巾卡是掉在某個地上的部份，現在轉成手機 app，就我個人來講，其實方便性是很高的。

問 2：所以○○，你覺得這種進出館的這種自動化，因為我剛一開始有提到不是獎勵的機制，是很重要的，是嗎？

A-5：我覺得大家對於陌生的東西，其實都還是有點排斥，因為老實說，那個時候在做推出的時候，我其實沒有直接去做安裝使用的原因是我覺得好像會很麻煩，我覺得可能就是不是那麼好用，那時候會覺得好像不是那麼的好用，所以其實我是拖了差不多一、兩個月才安裝的，我後來真的是有決心要安裝，是那個時候就講說你現在用進出 app 掃的話，其實我們就有活動，就可以抽獎，譬如說有些獎品，或者是說有些贈品，或是有現金的部份，雖然我知道那個機率蠻低，但是我覺得好像可以試試看，我後來因為這個動機去安裝，後來發現其實蠻簡單的，也只是 key 一些簡單的資料，下載下來，使用，我個人目前是滿意的。

問 2：上手了嗎？

A-5：上手方便，它的鍵其實蠻簡單，就是一個步驟或兩個步驟就結束了，而且就是掃，嗶一下，其實差不多是幾秒鐘，所以可能看到旁邊會還有人在排隊那邊要等過卡，其實我只要 qrcode 嗶一下，我就進場了，我只要嗶一下，服務人員就拿毛巾給我了，不需要再做拿你的卡片，然後找一個可以換卡片的地方，再把毛巾卡抽出來拿給我，其實這個過程是可能 30 秒到 1 分鐘，我現在其實只要嗶，毛巾就給我，對我來講是方便的，而且使用體驗是，現在我是滿意的，然後我這邊補充一個就是手機，他們的 app 的話，我覺得因為其實像我會上團體課，像○○○其實有提供很多的團體

課，我可能會比較喜歡特定的哪些的團體課，對我來講，如果可以提高我的使用體驗的話，是可以去做搜尋的部份，○○○本身，我今天不是○○○的代表，應該說我不是○○○的業務，但是我是以個人體驗的部份，他是有分享，就是你可以手機內建你比較常去的館，你就可以點選那個常去的館，就可以看到他運動的課表，就比如說今天的九點多有我喜歡上的課程，或者是說我鄰近的另外一間的課，有沒有開課，但是我覺得有點可惜的是他沒有像，他們官方的網頁版有做一個區域性的搜尋，何謂叫區域性的搜尋，就是我想要搜尋台北區域某一個體系，譬如說 Lesmills 體系的 Body combat，我就可以知道說好，我現在在禮拜二的時間點，會有哪些館有開 Body combat 的課程，那它手機目前是沒有做這方面的搜尋，只有設定就是我點進去，我把常用的館設定在裡面，就可能看我家最近那個館，今天有什麼課程，我覺得這有點可惜。

問 2：我想今天多聽幾位分享一下你們對於那個進出館自動化這一塊，你們覺得那些功能很必備，或是哪些要求應該要做到？是不是各位跟我分享？

A-8：我先好了。

問 2：是，請說。

A-8：我有去單次的入場健身房是用掃臉的，大概每次都要掃個到第三次才會過，就是前兩次通常會失敗，會紅色兩次，大概花幾秒，可能頂多有花 10 秒，如果我是像○○○一樣要換卡，至少要 20 秒，所以即便它這個技術就算不成熟，還是一樣會比人工去幫你過卡這樣更快，也可以節省一個人力成本在櫃檯，所以我還是蠻喜歡的，就我相信以後應該會越來越準，如果是侵犯隱私這個地方，我覺得好像無解，就是看個人選擇，我是支持。

問 2：謝謝，其他？

A-4：攀岩的話就是應該是今年，今年新開一家攀岩館在華山那邊，是目前為止我爬過攀岩館有做自動化入場的，它是掃 qr code，其實它的營運方式有點類似像健身房，其實就是推廣月票的，或是年票的那種，所以它才會強制大家一定要用 qr code 進出場，但櫃檯還是會有人的原因是因為如果是單次入場，甚至他會問你說，你是不是第一次爬，你有沒有爬過，所以他一定會做這個詢問，去做安全的確認，但是除此之外，只要是購買月票或年票的會員，直接就是開 qr code，然後掃碼就進去了，我覺得省了蠻多的事，因為其實攀岩館通常會來的，都會只有一到兩個人，尤其像去年奧運之後，其實抱石攀岩的人突然變很多，所以之後去很常會卡在那邊，前面的人處理，然後在那邊排隊等很久，所以那家攀岩館開了之後，才覺得其實攀岩這塊人口變多，做自動化入場其實是有必要的。

問 2：謝謝，其他人？

A-2：我是在○○○運動，他們從一開始就是包含銷售，就是購買他的會員入場，其實就會用 app 的方式在上面做購買，綁定刷卡跟簽契約，是整個在 app 上完成的，那他也有那種單次入場，所以櫃檯也是會有人，因為單次入場，目前我看到 app，好像是沒有辦法買單次，可是他們之前疫情有賣

單週，但我現在不是很確定，平常入場就會有開門，就是刷它 qr code，在 app 裡面買，qr code 那個頁面秀出來，然後刷進去這樣，但是其實旁邊有個小推門，還是可以就是，如果櫃檯有人的狀況下，或是你是單次，比方上教練課，可能就不是刷那個 app 進去的話，就是走那個小開門進去，我覺得那個 app 最好用的功能是人流，它可以現在看到場館裡面即時有幾個人，因為我很不喜歡人擠人，或者是搶器材，尤其在熱門的時段，比如說要進去前看到說 80 個人，那就算了，不要進去，就是我覺得這蠻方便的，當然有時候好像也會異常，有一次我就看到教練在公告說，現在顯示 500 個人是錯的，可能某個場館沒有 500 個人。

問 2：我覺得蠻好的，你們覺得人流的功能顯示重不重要？

A-5：重要。

問 2：大家都覺得很重要。

A-2：大概是這樣。

問 2：謝謝，還有誰可以分享一下，關於場館進出自動化這一塊，有什麼樣的條件，你們覺得是很重要，或是什麼樣的功能？

A-1：不可以停電，因為停電大家都卡住，裡面的人出不來，外面的人進不去。

問 2：所以應該要有電力的備援系統。

A-1：對，應該要有一個備援系統，不然大家就會卡在那裡。

問 2：還有嗎？

A-6：我是在，因為我○○○是很早以前○○○被買過去的，所以我只能在幾個比較舊的場館，所以就一直過卡，所以卡跟毛巾卡這件事情綁在一起，的確會很方便，因為我家附近有一個比較小的健身房，是算分鐘的，我用過 qr code 跟卡，當然掃 qr code 比較方便，但是那個 app 有一個很大的問題就是每次都要先登入，所以我每一次快到那，我就開始要打我的，這件事就變得很麻煩，所以要想半天，我現在的經驗是，當然 qr code 方便，但不要讓我在那邊還要登入那種。

問 2：還有嗎？好，那我想問一個比較難的問題，真的是有點難，就是需要一些想像力，既然我們談到的是運動科技，事實上運動科技這件事情，其實好像也起步沒多久，所以其實大家能夠實際體驗到、用到的也沒有那麼多，我的想法是說，我想請教各位的是說，關於未來你自己，我們大家都是常常在運動的人，關於未來，你會期待有什麼樣的運動科技的設備，或是什麼樣的內容，或是什麼樣的穿戴也好、場館也好、在家裡也好，都可以，你會希望有什麼樣的運動科技可以幫助你，不一定是健身，甚至於羽球、單項，或是攀岩、游泳、高爾夫球都可以，有沒有你們可以分享，就我知道，其實像高爾夫球也有那種，我有看過工研院他在，他有那種設備會幫你，拍攝你的揮桿的姿勢。

A-5：揮機。

問 2：類似，所以我也想聽聽看你們做單項運動的人，對於科技可以如何去輔助你們運動，你們有什麼期待都可以，我現在想要問的是一個未來的想像的問題，可不可以大家輪流幫我分享一下？

A-5：我分享，目前有想到兩個，第一個就是數據的記錄的穿戴式，我覺得這個是必要的，第二個我會所期望的。

問 2：數據的穿戴式？

A-5：就是穿戴裝置。

問 2：但是現在已經有了？

A-5：對。

問 2：還需要再什麼，再多一點什麼？

A-5：假設這個有了，那我就覺得還好，我覺得另外一個就是有一些，像現在有一些在推 VR 的眼鏡，就是有冷氣，有一個舒適的空間，可能也不用去外面，因為可能外面現在又有一些空汗的問題，所以有一些穿戴式的裝置，可能又有搭配一些音效的設備，會讓我在運動的過程中體驗是好的，再來的話，穿戴的裝置，我個人的需求，我會覺得就是它要很輕，因為有些穿戴裝置很重，甚至說他在運動過程中，可能你的鼻梁會不舒服。

問 2：我想進一步問，因為 VR 應該是很多人在想的那一塊，VR 那一塊，你會期待它是什麼樣的運動內容，或是什麼？

A-5：其實我期待，我目前會想要比較不一樣的是那種比較刺激性的運動，就譬如說競速運動之類的東西，或者說像是我自己也很期待，就是說有沒有些，譬如說衝浪、滑雪，或者是說有一些比較競技，就是會受限於場地，而不能去運動的項目，我會很期待它可以透過 VR 的方式去做呈現。

問 2：所以○○，你會排斥戴那種 VR 眼鏡？

A5：其實我不會，因為其實像之前有在做一些 VR 的體驗，我覺得還不錯，因為像我早期有做體驗的話，是那種賽車的部份，我們還有做一些，之前還有體驗一個自殺協會，就是讓你去，就會有一個把你，就是它是一個很特別的，就是你戴上去之後，它就引導你會開始做，你就會很逼真的坐著電梯，前面會有一塊木板，它會讓你就是走，移動之後，你只要往旁邊跨一步，你其實就會掉下去的那種真實感。

問 2：那它的目的是什麼？我聽了都流汗了。

A-5：它的意思是說，就是防自殺。

問 2：讓你上手。

A-5：就是防自殺，但是因為是用 VR 的方式，你會感覺到就是那個。

A-2：恐懼嗎？

A-5：恐懼跟刺激感，我就很想要去，我會真的蠻想要去玩那種，就是那種活動。

問 2：你覺得很好玩？

A-5：我個人覺得蠻好玩的，那個時候就是剛好我們公司有一些那種體驗。

問 2：蠻特別的，我想聽聽看每位的意見，還有沒有什麼，輪流發言？

A-4：我攀岩有想到的是，就是其實現在有一些攀岩館，可能某一些路線會有 qrcode，如果你不知道怎麼爬，或是那個牆可能是 20 公尺的牆的話，其實上面的圓點是看不到的，可是如果你爬到那邊才在開始找圓點，是非常耗力的，所以它會讓你掃那個 qrcode，讓你知道就是那個線的圓點大概在哪裡，位置在哪裡，這樣你上去的時候就不用找。

問 2：有點像攻略，遊戲的攻略？

A-4：但是它沒有告訴你怎麼爬，它只是告訴你那個點。

問 2：點在哪裡？

A-4：對，只是點在哪裡，但是有一些抱石館的話，就會有一台 iPad，就平板電腦，裡面就會有建檔說，這一次的路線怎麼爬，教練就會錄影片告訴你怎麼爬，但它的缺點是因為每一條路線，每個人不同的身高，或是他的柔軟度、肌力，其實都是不同的，所以即使那個教練錄了他的爬法，但是你的身高就是做不到，所以就算你看了，你可能也其實沒有什麼幫助，所以我想到的運動科技，可能就是如果有一個東西，可以輸入你的身高，就會告訴你說這條線，如果以你的身高來說的話，你怎麼爬會比較適合，而不是只有一種方式，這樣會對可能幫助蠻大的，但是可能缺點就是教練課就沒有人上了，就可能相對會比較少。

問 2：羽球方面有人想像嗎？

A-4：羽球。

問 2：沒有關係，有想到再跟我們講。

問 1：對，想到任何的。

問 2：其他大家都發言一下，看看還有誰？

A-6：高爾夫球的話就，其實那種模擬的東西，就是要場館，有地方，因為我家的屋頂有一個小小的地方，我其實除了 home gym，我還弄了一個可以擊球練習的高爾夫球的，那個東西現在也都沒那麼貴，但是還是比較不方便，但是如果跟 VR 結合在一起，就是因為平常現在是，還是希望可以投影幕，有看過那種嗎？

問 2：投影幕。

A-6：模擬的，如果能用在 VR 的話，感覺是還不錯的一個。

問 2：謝謝，換誰？

A-2：我是有想到兩個，一個是羽毛球，其實之前好像有一個小型的裝置，是可以讓你裝在你的球拍上面，然後可以去測你的，比方說你的球速、球路之類的，但是那個後面蠻少人在用是因為其實球拍蠻重視重量，所以只要加上去之後，其實那個重量就會跑掉，甚至揮重，重心點有可能會偏掉，所以其實蠻少人在用，我記得勝利之前在中國有出了一個智能球拍，我記得球員有帶來給我們試玩過，就是一樣也會有一個模擬的 app 去看說，你的球路，你是不是都有，會去記錄說你這場打了幾顆長球，放了幾顆小球之類的，但是感覺它也不太，我覺得會不常用就表示那個效果可能沒那麼好，但是我覺得如果假設有人可以克服掉重量這件事情的話，也許對於一般業餘愛好者，因為我覺得就是當你開始對這個運動黏著度比較高的時候，其實花錢買裝備的意願都還蠻高的，尤其在羽球來說，就是買，很多人就是拍子，軍火庫一打開就是十幾隻那種都有，所以其實我覺得如果真的有廠商可以克服當初就是一些缺點，其實去開發這樣的市場，相信都還是有，另外一個我覺得可能不需要那麼高科技，但是有人做出來，我會超感謝他，就是在重訓，譬如說深蹲架或任何器材上可以做定時器，就是比方說設四組組間，時間設進去，到了叫他 get away，不要在上面玩手遊的人。

問 2：真的很多。

A-2：組間給我玩手遊，欠揍，就是他的時間，就是告訴他說你的這組做多久，中間休息，因為其實好像我印象中，之前上教練課的時候，教練也會說你休息的時間，其實也不能太短，也不能太長，就是我覺得這個東西，假設真的有這個東西的話，可以不用很高科技，但是就是我覺得對於，就是一個小趣味，搞不好也有人就是完全無視這個東西也不一定。

A-5：這個可以補充一下，因為其實像○○○的健身器材，沒有辦法製作說，但是是可以，譬如說你在做推的時候，它會有一些數字跟次數。

A-2：時間跟幾下。

A-5：對，其實是有做記錄的，但是沒有跟其他東西去做。

問 2：它記錄在哪裡？

A-5：記錄在那個器材裡面。

A-2：器材上會有。

問 2：器材有顯示？

A-5：有顯示，好像就兩個功能，一個是次數，另外一個就是你在做的力量。

問 2：所以你走過去，就可以看到這個人做了幾組？還是？

A-3：做到次數跟小時。

問 2：次數跟時間，所以你就覺得他應該走了，我要等他的器材？

A-3：可是這樣只有組。

A-2：那個人，那一組，那個人。

問 2：只有那一組而已？

A-2：就是如果說你要經過，然後盯著那個人說你蹲太久，就是會太失禮。

A-3：而且你範圍沒有到，次數不會算進去。

問 2：了解。

A-8：我可以提一下，就是我知道有一種球拍，它有克服就是剛小姐講的問題，但是那隻就已經綁定了一個偵測裝置，重量已經調教好了，裡面就已經設定好說當初是，裡面就已經可以連 app 監測，所以這種球拍的重量是正常的，就其實是有這種東西，但是我覺得這還是偏高端，因為即便一般素人，就算知道自己的球路怎樣，我覺得都比不上請一個教練，你自己知道這個，其實也沒有意義，因為你的姿勢、量，可能並沒有辦法去解讀這些數據。

問 2：就是說這些運動的科技裝備大概是輔助的，不能夠去取代教練？

A-8：而且應該就是越高端的人越能夠發揮它的價值，如果是休閒取向的話，這些東西可能就效果，我覺得沒有那麼的大。

問 2：各位還有誰還沒跟我分享的，想一下？

A-7：如果說，我知道的就好像軍警之中，他們好像有射擊的 VR 這部份，所以射擊的 VR，好像就是類似這方面，這方面的話，好像就是擬真度可能說，我有看過國防部他們的，他們好像是因為不太可能有實戰機會，所以他們現在就是推讓他們去用這個，去得到這方面的經驗，實際上最重要就是說，看夠不夠擬真，能不能讓他在做這方面的訓練的時候，是真的可以移轉到未來真正執行的時候，是能夠有用的，不是說 VR 完了，可能 VR 用得很棒，可是實際上執行可能沒有辦法去複製這方面的經驗，看可不可以移轉過去這樣。

問 2：所以 VR 用在射擊上的訓練就對了。

A-7：是。

問 2：○○？

A-1：我比較希望說就是有沒有那種影像裝置，就是我之前有去那種物理治療所，就是治療師可能會用超音波，或者是貼片，去看說你的肌肉使用狀況，就假如說他可能想要誘導你某個地方的肌肉去使用，可能就是在那個部位會做超音波，或者是貼片，讓你去看那個影像說，我那塊肌肉真的是

有在使用，或者是要再做一些解離的訓練的時候，就是強迫你不可以用其他的肌肉，只能用某個部位的肌肉，但是現在那些儀器，其實都很大台，而且只有在治療院所可以用，就是如果有手持式的話，就是目前價格還是很高，影像非常的不清楚，所以我會希望說就是以後可不可以有那種比較清楚的，一般的消費者也可以使用的一些影像裝置，去看說自己的肌肉的使用狀況，或者是訓練的狀況是怎麼樣。

A-5：肌肉使用狀況，你是說你要測量的你的肌肉量嗎？還是要？

問 2：有沒有用對肌肉吧？

A-5：有用對肌肉。

A-1：有沒有出力，或者是不正常的一直緊繃跟出力的狀態之類的。

問 2：○○呢？○○的想像是什麼？運動科技的想像？還是不需要運動科技，教練就好？

A-3：我覺得如果說它的穩定性相對比較沒有那麼，我一般會用跳舞這個方式去跟我的學生講解，他就會說教練，我的肩膀好痠、三頭好痠，為什麼小腿都沒有感覺，我就跟他說，你如果可以跟巨石強森一樣，抖動你的胸肌，你就會有感覺，因為他們通常都會在他身體比較末端的位置就先痠，這是正常的，所以如果真的有那個貼片的話，你可能可以感受得到，或者是它偵測得到你當下那個肌肉的放電反應，但是你會不會痠，我覺得其實可以相信你自已身體當下的感受，所以好像，我覺得那個幫助好像還好。

問 2：就你當教練的經驗，你個人覺得有什麼樣，會期待什麼樣的科技，或用在教學上、或用在學生上面？

A-3：用在教學上，因為我自己也有在騎公路車，所以我覺得如果我不能去外面騎車的話，那個視覺上面的一些場景選擇，那個對我的幫助是比較大。

問 2：你會希望那個視覺是什麼樣的呈現，小螢幕當然是很容易達成，還是希望它像 VR，還是像大一點的螢幕？還是？

A-3：像 VR 的螢幕，如果以居家來說的話，當然如果眼睛蓋上去，這樣就可以了，是最簡單，就不用再額外有一個牆面放什麼東西。

問 2：謝謝，我想進入到最後一部分，因為時間也差不多了，最後一部分其實說難，也不會太困難，其實這個案子最終還是政府的委託研究案，體育署，所以最近這幾年來，政府有推一些，大概這幾年推運動科技，或者是政府想要提升運動科技產業，所以會推出一些政策，就請○○幫我們介紹一下。

問 1：我們現在要講的就是，因為其實運動的話，就像剛剛○○說，其實政府就想要推運動科技產業這一塊，所以他推出了五項現代比較主要的，有數位箭靶、虛擬划船、智慧平衡板、互動地板，還有剛講的 VR 射擊的部份，就是想請教大家說，因為現在政府想要推動這一塊，想要跟大家請教

一下，請教大家的看法。

問 2：剛剛那幾項其實是舉例，政府一直想推一些運動科技，但是剛提到各個項目都有可能，每個項目都有可能，只是說這幾年在推這些運動科技，他們也推了一些，例如說像 VR 的射擊，或者是一些虛擬的划船等等，那麼站在各位愛好運動的人的角度來看，你覺得政府要推動這種運動科技，讓大家來去多做一些運動科技，你們覺得有什麼建議可以給政府，或者是覺得應該怎麼著手會更好？

A-8：我先講好了，我覺得我想到的第一點就是可能要遊戲化，就是可能要有趣味，因為我覺得推這個，主要應該還是希望說增加運動人口，本身就有在運動的人，可能就不一定要靠這個去吸引他們再做這個運動，所以說一定就是要有趣味性，可以吸引本來對運動沒有興趣的人，第二個就是要由簡單到困難，就是可能他一開始的設計，像之前健身環就很簡單，一時造成流行，所以我覺得還是要從簡單開始，才能增加運動人口，因為吸引的不是有運動習慣的人、專業愛好者。

問 2：遊戲化，簡單到難，我覺得很不錯，還有嗎？各位？

A-5：那我補充。

問 2：請說，○○？

A-5：因為其實剛才提到那幾個東西，就以我們一般運動的人的感覺的話，例如說第一個要不他不會，或就是可能會壞掉，尤其是可能不是只有我一個人在做使用，所以我覺得可能假設要做推行的話，可能有些使用的規則，或者是說可能提供一些租借的部份，其實要溝通很清楚，是讓民眾是平易近人，可以會去想要使用它的。

問 2：不要讓人家覺得這是很貴，碰不得的東西？

A-5：對，因為像這種高科技的東西，其實我覺得民眾都會覺得上手度，其實比較難的，再來說可能需要學很多新的東西，再來說會考量到說方不方便，會不會壞掉之類的，如果壞掉的話，其實維修費對於民眾來講會很高，其實只要當有人在網路上 po 了一個負評，其實他在做推行，因為其實現在大家很會找資料了，所以我覺得這個，我會優先考量的點是在這裡，我個人覺得可以從一些比較簡單的地方去下手的是，我覺得它應該要跟手機 app 去做結合，因為它不用用得太難，但是我覺得它可以去做一些，譬如說我在做這個運動器材的部份，我掃那個 qr code，可以連結我今天做了幾項，我的那個力量的值是多少，甚至說如果它可以搭配一些，譬如說簡易版的課表，雖然說這樣會搶了教練的工作，但是對我來講的話，當我開始有一些輔助的東西，會提高我的運動意願，所以我覺得設定 app 是一個很重要的，再來就是使用者介面，它的按鍵不能太繁瑣，因為如果每一次，譬如像剛進來的每一次都要輸入你的身分證，還有什麼東西，其實太繁瑣，應該是要有清楚的使用介面，只要簡單的按幾個，或者是說有些東西是事先先建檔，譬如說我這個月的體重是多少，或這個月，其實我，譬如說這個月的，譬如說胸部在做推舉的記錄是多少，它就會跟你講說下個

月的話，可以開始調你的重量，或者是可以針對你的需求，譬如說我要做減脂，那可以做怎麼樣的安排，譬如說我要做增肌，那可以做什麼樣的安排，或者是說我是運動，有想要做一些肌爆發的訓練，那可以怎麼安排，我覺得它是有選擇性，甚至是說可以去安排自己客製化的課表，對我來講是加分的。

問 2：謝謝。

A-4：我想問一下，就是剛剛提到那幾個項目，政府所謂推廣的目的是什麼？就是他們是想要讓大家可以入門，就剛剛講那些划船有的沒的，還是說只是把它變成一項大家可以一起做的運動？

問 2：我覺得他的目的很廣，第一個目的是，當然是希望民眾的運動參與率提升，第二個是希望國內在做這種運動科技的業者可以蓬勃發展，所以一方面是推動運動，一個是在帶動產業經濟這兩塊。

A-4：那他們是，因為是跟政府有關，所以是會可能把這樣的項目，擺在他們的運動中心嗎？還是？

問 2：所以現在就是這樣，現在就是有，譬如說可能補助，或是輔導一些業者來研發這些設備，這些 VR 設備、划船，或是射擊的設備，然後有這些設備之後，就會跟一些單位，譬如說跟協會，或者是跟學校辦那種比賽、競賽，讓大家來報隊參加，他想要去推動大家來投入這個新的項目，電子項目、互動項目，或者是讓這個產業更蓬勃發展都有，想一想，有想到什麼嗎？請說？

A-7：應該，我想說應該是社群網絡吧，就是可能可以跟朋友一起玩，或者是說他們有一個排行之類的，就是用這個東西來連結。

問 2：所以有點競賽的競技化？

A-7：或者也許可以一起玩，可以去跟朋友。

A-2：對打。

A-7：對，比較會有這個來連結彼此。

問 2：甚至除了運動之外，還可以培養感情。

A-7：對，可能朋友有玩，就會拉我去玩，或者是說下班約，一起約去做這一項。

問 2：我覺得很不錯，還有嗎？想到什麼推動這些運動科技？還有什麼建議，我覺得大家都蠻厲害的，給的建議都很好？

A-2：我覺得競技化還蠻重要的，就是通常一個，至少以剛剛說業者要推動，推廣到學校等等那些，如果要提高參與率的話，就是要讓它有競技化，所以才比較有可能是越來越多人去參加比賽，怎麼樣的這樣子，再來我想到的可能是對於這項運動，是不是原本他，假設像划船，門檻是相對比較高

的，在台灣也是相對比較少見，所以主要是針對在台灣比較少見的運動去做推廣的話，比較有可能提起人家去嘗試的意願，有嘗試的話，可能才會大家比較是看，然後才有可能就是推廣起來這樣。

問 2：各位還有嗎？如果你對別人的講法認同的話，重複也沒關係，我才知道說原來這個意見很重要？

A-5：我想要補充一個東西好了，因為其實我自己本身是有在跑步跟馬拉松的，所以我覺得，我先針對馬拉松的，如果他有，因為其實很多人在跑步的時候，其實很容易會有膝蓋受傷的問題，如果有一個穿戴的裝置是可以，譬如說綁在腳，就是膝蓋的這個位置，可以去，就比方說你在跑的時候，你的膝關節有一些穩定度，或者是說你的跑步姿勢，就可以知道說你有沒有受傷，因為其實現在目前國人的運動習慣，其實跑步還是第一名，在運動產業銷售部份來講，跑步系列的產品也是最高的，我覺得應該要先從大家比較好上手，再來就是說，譬如說正在預防受傷的部份，因為其實有在跑步的人，基本上就譬如說跟打羽毛球一樣，很多人都會有膝蓋受傷的狀況，膝蓋受傷，其實就是會停滯，停滯下來，其實就會有很多衍生的一個問題，這個我覺得可以先補充的，第二個是，因為其實現在很多運動的設備跟工具，其實已經很多了，我覺得假設現在業者要研發新的工具或設備，我覺得其實會蠻可惜的是說，有很多大廠，其實他們已經在做，甚至說他們提供的價格已經蠻親民的，我覺得未來應該是要著重在說你怎麼去做結合跟整合的部份，而不是工具只是一個工具，應該是要去做結合，去提供你的需求跟客製化，我覺得這個才會是大家會覺得說，我雖然說買這個工具，但是它會針對我的需求是不一樣的，針對這兩個觀點去做分享。

問 2：謝謝，我們剛剛在談到的這些，就是怎麼樣推動運動科技，我覺得到目前為止，各位給我的建議很多，也都很好，例如說剛剛提到遊戲化的重要性，或者是競技化的重要性，或者是社群的連結，或者是希望它不會是一個讓人家覺得不方便，或者覺得是很貴的，各位有類似的看法，或是不同的看法都可以提出來讓我知道？

A-6：這個東西，我想像出來真的是想像不太到，我覺得好像還是只能，我的想像裡面是，比較高科技的現象還是去協助專業的運動員比較多，如果不是這個角度看這件事的話，我現在的 feedback 就操作一定要簡單，就是不能太複雜，要讓一般人都能看就能用。

問 2：要很簡單？

A-6：要很簡單。

問 2：對，事實上這個運動科技這一塊，現在的發展其實是兩塊，一塊就是提升這個參與力，另外一塊就是專業運動的協助，其實是雙軌的在進行的，還有嗎？各位，儘量，不用客氣，跟人家一樣也可以講？

A-8：我覺得如果就是比較偏向一個全民運動的目的的話，其實可以是某個專項運動的特技運動，就譬如說比方是自己發明了一個遊戲，如果今天是，比方說像是划船，我們今天這個虛擬實境划船是比較簡單好入手的，今天這

個，某一個民眾他來，他做個 VR，他是很厲害的，他就可以往這個專項運動去發展，那也可以讓這個專項運動可以有更多人去參與，如果單獨就只是一個，譬如說踩地板遊戲，可是踩地板遊戲沒有上面的專項，就只是一個踩地板遊戲。

A-5：我沒有，我可以再講一個嗎？

問 2：可以。

A-5：因為我很有體會的是，第一個是銀髮族運動，比如現在的，就是我覺得現在很多都是高齡化，甚至說很多銀髮族他們在運動的部份，其實是蠻，第一個本身自己其實可能就有三高，或者是說骨質疏鬆的一些問題，所以我覺得如果有一些銀髮族的運動，其實是像一些長輩可以是適合做的科技的東西，其實下面小孩會很願意讓長輩們去做，第二個是我想一下，剛想到什麼，就是運動傷害的這一塊，因為其實我覺得國人普遍運動傷害的狀況，其實蠻多的，我覺得只要一受傷，其實運動就會停下來，停下來，其實就不會動，所以我覺得運動傷害如果有一些，譬如說像搭配物理治療師，可能會跟你講說，你要做哪些運動復健的東西不會太難，我覺得可以幫助在復健的人，可以去做安排，因為現在很多復健診所，他們是不會講說怎麼去做復健，他只會給你熱敷、電療，或者是說針灸，其實就結束了，如果可以結合這一塊，因為其實台灣在做健保跟復健的部份，其實市場蠻大，我覺得假設業者有興趣，我覺得可以從這塊去做著手。

問 2：ok，謝謝，還有嗎？

A-4：我剛剛想到一點是，就是如果是以平常沒有運動習慣的人來說，他們想要接觸一項運動，通常他們都是有目的性的，像是大家會想要去健身，可能就是練肌肉什麼的，或是做一些有氧，就是為了減脂，所以如果說要推廣這些運動科技的話，可能可以明確的指出說做這項運動科技，鍛鍊到的是哪裡，一方面是假設他鎖定的族群是小朋友好了，小朋友可能對於練肌肉這塊就比較相對還好，可能他們就會注重一些趣味性，或是一些互動等等，那這個運動科技可能就是要強調這一塊，確定他們是有這個目的會達成的，假設是銀髮族，他們可能會想要練一些肌肉，因為他們的肌肉會退化，那他們的這項運動科技可能就是會比較注重銀髮族族群的肌肉訓練，才有辦法吸引不同的族群去參與。

問 2：○○有什麼想法？

A-1：希望它像遊戲化，就像寶可夢一樣，就是不要把它說是運動，因為我覺得有運動，台灣有運動的人口，其實並不是想像中的那麼多，尤其是之後可能是高齡化的社會，像自己的父母親可能其實也都不太喜歡運動，或者是說他們會覺得說，走路就是一種運動，可是其實走路的鍛鍊，其實是很少的，他們肌肉其實一直在流失，所以我就想說，如果未來這個可以包裝成是遊戲的話，會不會是比較可能的走向，因為現在寶可夢，就是不管男女老少，父母親、小朋友都愛玩，他們不會覺得說這個是運動，可是可能這個寶可夢，他們在捕捉的時候就被，就是被迫要走很多路，或者是騎著 u-bike 到處追這樣，所以這就是一個方向，就是把它包裝成一個遊戲，或者是可以讓年輕人的話，就是可以打卡說我今天抓了什麼寶可夢，這個遊戲是不是可以打卡說，我今天達到什麼成就或是目標，像剛剛就是小姐分

享，就是可以有一個 badge，我可以炫耀一下說，我今天就是有一個達到什麼成就，可以在社群上，譬如說臉書、IG 跟朋友炫耀，朋友就會被你激勵，你就會想說，好，我明天一定要達到這個目標這樣，大概是這樣。

問 2：謝謝，○○跟○○呢？

A-2：我這邊覺得就是還是要回來看，就是說他目標的 TA 到底是誰，如果是想要擴及，就是讓不運動的人變成要運動，可能就是有幾個條件，比方說取得的容易性，有點說它是需要在特定場館嗎？需要特定器材嗎？如果是這樣，它的門檻可能就會增加，也許就是在這方面要做下降，或者是說像使用手機，大家都有手機，那你怎麼樣讓一個裝置，一個需要的軟體效能等等，可能就要去配合到每個大眾的產品，才能夠讓不運動，或是科技，像剛剛提到的銀髮族，可能科技能力、數位能力沒有那麼的強的人，他也可以很輕鬆的 access 到這個東西，我覺得這是一個蠻重要的關鍵因素，剛剛提到一些社群化的東西，會增進大家投入的熱情度，另外一個就是像已經很有運動能力的人，知道怎麼去接觸到運動地方的人，也許像剛剛我對科技划船就蠻有興趣，因為我平常根本不可能真的去划船，因為沒有那樣的機會，可是用在場館裡面有個體驗的方式去做模擬這樣的效果，我就很有興趣，即便可能要收費，也許會想要去體驗，所以就是不同的，要看那個項目，因為剛提的感覺是舉例。

問 2：對，舉例。

A-2：就是說不是一定這個項目去推廣，所以我覺得是可以看，要針對不同的族群去設計不同的策略，這樣會有不同的效果。

問 2：謝謝，○○？

A-3：我覺得他現在推廣的這些項目就是比較專項性，但是回歸到一個比較可能健康的本質上面來講的話，就不管說是高齡，還是有沒有運動傷害等等經驗，最基礎來看，就是一個比較好的激勵的話，或者是一個比較好的心肺代謝能力，才有辦法去解決他可能在那個運動上面的挑戰，或者是說他會不會受傷，因為就算它本質是一台划船器，但是在過程中，他一直去可能讓他的腰椎去代償，那他還是會受傷，就算他沒有盡力，我覺得也是一樣，他的那些項目都太特殊了。

問 2：所以我可以換個講法，就是說這些特殊單項，其實還是得做一些很基礎的肌力心肺的訓練？

A-3：對，就大多數的人，運動強度都是拿捏在他可能，甚至不知道他呼吸的重要性是什麼。

問 2：那麼謝謝大家，我們今天的時間也差不多，很謝謝大家花了兩個小時跟我們這邊分享你們的看法，我覺得今天收穫很多，而且各位從不同的運動領域過來，我覺得學習到非常的多，如果各位會後還有想到今天討論的議題有什麼忘了講，或是覺得突然靈機一動想到什麼，也可以傳訊息給我們，或者是寫信給我們，好不好，那麼今天的座談會就到這邊，謝謝大家。

問 1：謝謝你們。