

「106年運動現況調查」成果說明會

2017年12月14日

主辦單位：



教育部體育署

Sports Administration, Ministry of Education

執行單位：



蓋洛普徵信股份有限公司
Gallup Market Research Corp., Taiwan



運動 i 臺灣

自發



樂活



愛運動



研究設計

調查對象：

- 居住於臺閩地區22個縣市範圍年滿13歲及以上國民(非屬受照護體系下之國民)

調查方法：電話訪問

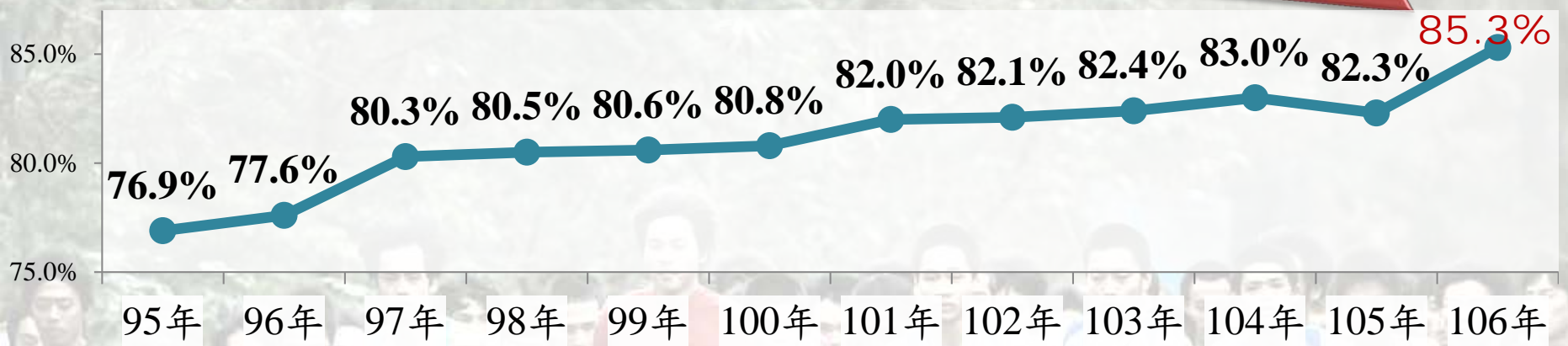
- 輔以電腦輔助電話訪問系統(CATI)，配合全線監看、監聽，嚴格控管調查品質

有效樣本數配置

縣市別	有效 樣本數	抽樣誤差	縣市別	有效 樣本數	抽樣誤差
1. 新北市	1,516	2.52%	12. 雲林縣	1,068	3.00%
2. 臺北市	1,528	2.51%	13. 嘉義縣	1,067	3.00%
3. 桃園市	1,512	2.52%	14. 屏東縣	1,068	3.00%
4. 臺中市	1,511	2.52%	15. 臺東縣	1,067	3.00%
5. 臺南市	1,512	2.52%	16. 花蓮縣	1,067	3.00%
6. 高雄市	1,514	2.52%	17. 澎湖縣	1,067	3.00%
7. 宜蘭縣	1,071	2.99%	18. 基隆市	1,069	3.00%
8. 新竹縣	1,069	3.00%	19. 新竹市	1,092	2.97%
9. 苗栗縣	1,068	3.00%	20. 嘉義市	1,073	2.99%
10. 彰化縣	1,071	2.99%	21. 金門縣	621	3.93%
11. 南投縣	1,068	3.00%	22. 連江縣	386	4.99%
總計有效樣本數			25,085		

全民一起動起來

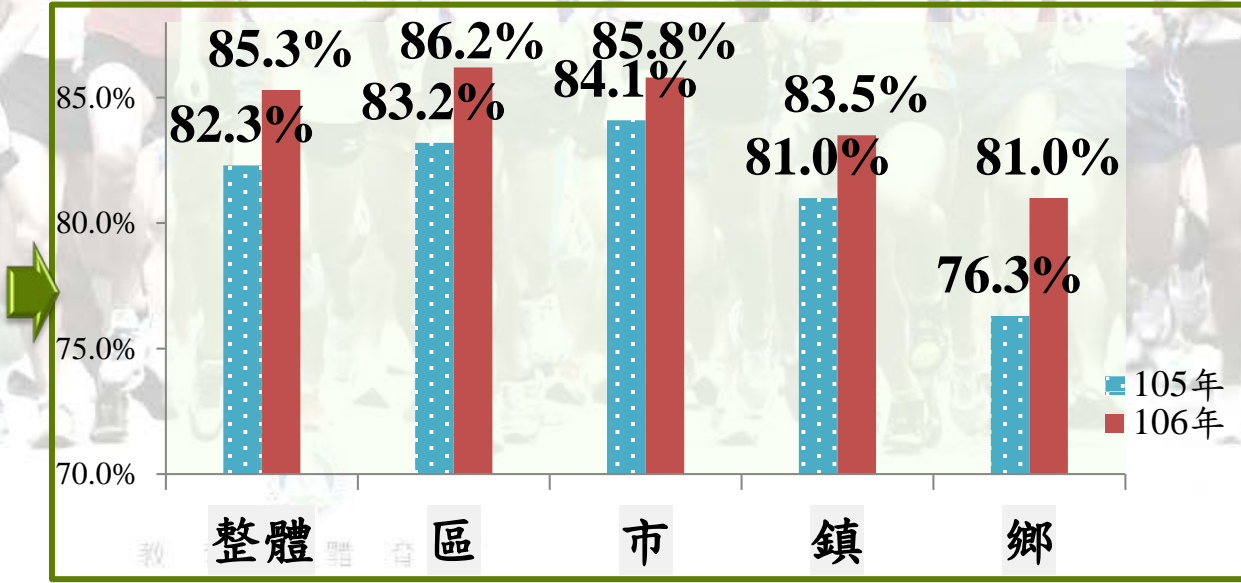
有運動人口顯著成長至**85.3%**，達到歷史新高



以**106年13歲**及以上的總人口數推估，**12年**增加了**175萬餘人**的運動人口

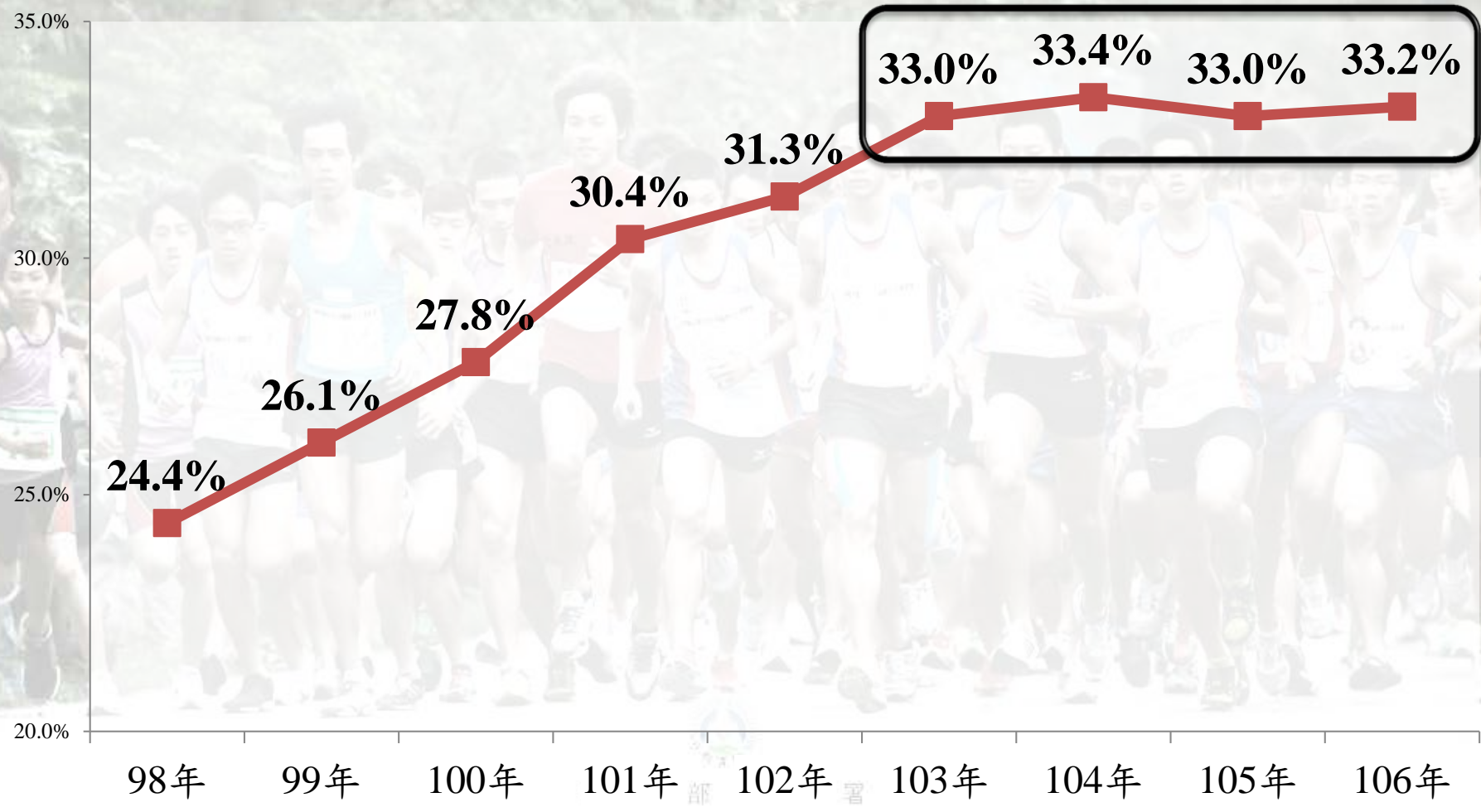
城鄉差距下降1.7%~3.0%

- 鄉地區運動人口快速成長，突破80%
- 城鄉運動人口比例差距降低



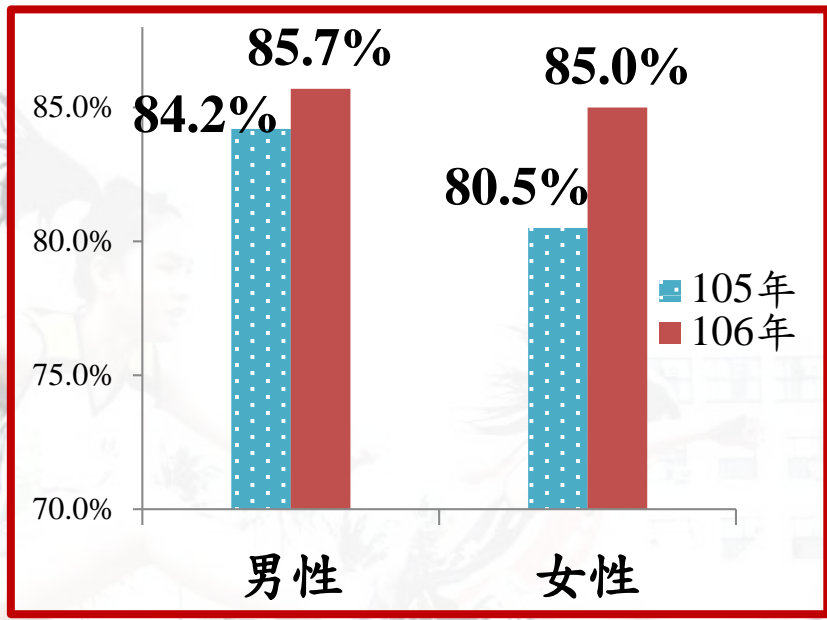
全民一起動起來

自**98**年起，規律運動人口比例持續上升至超過**30%**。**103**年至**106**年規律運動人口穩定維持在**33%**左右。

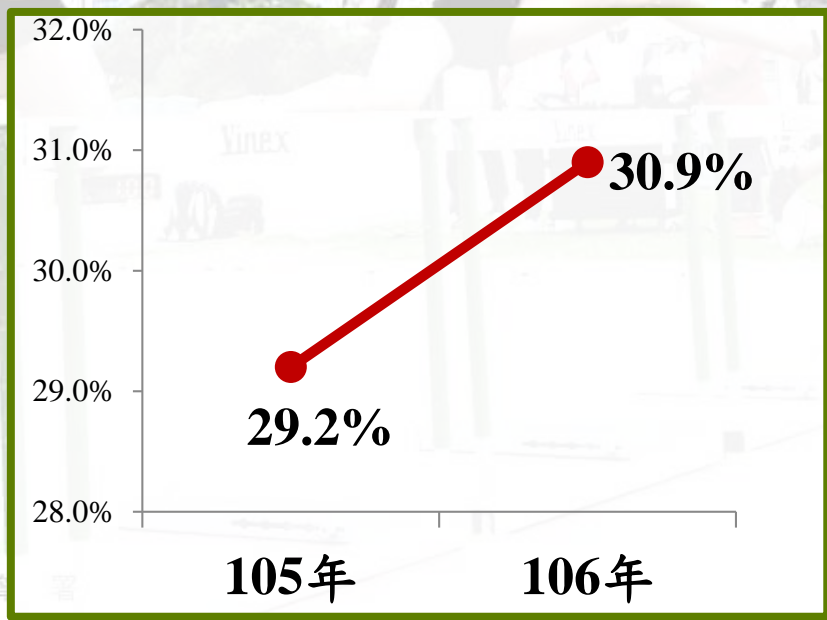


女性運動風氣急起直追、與男性不相上下

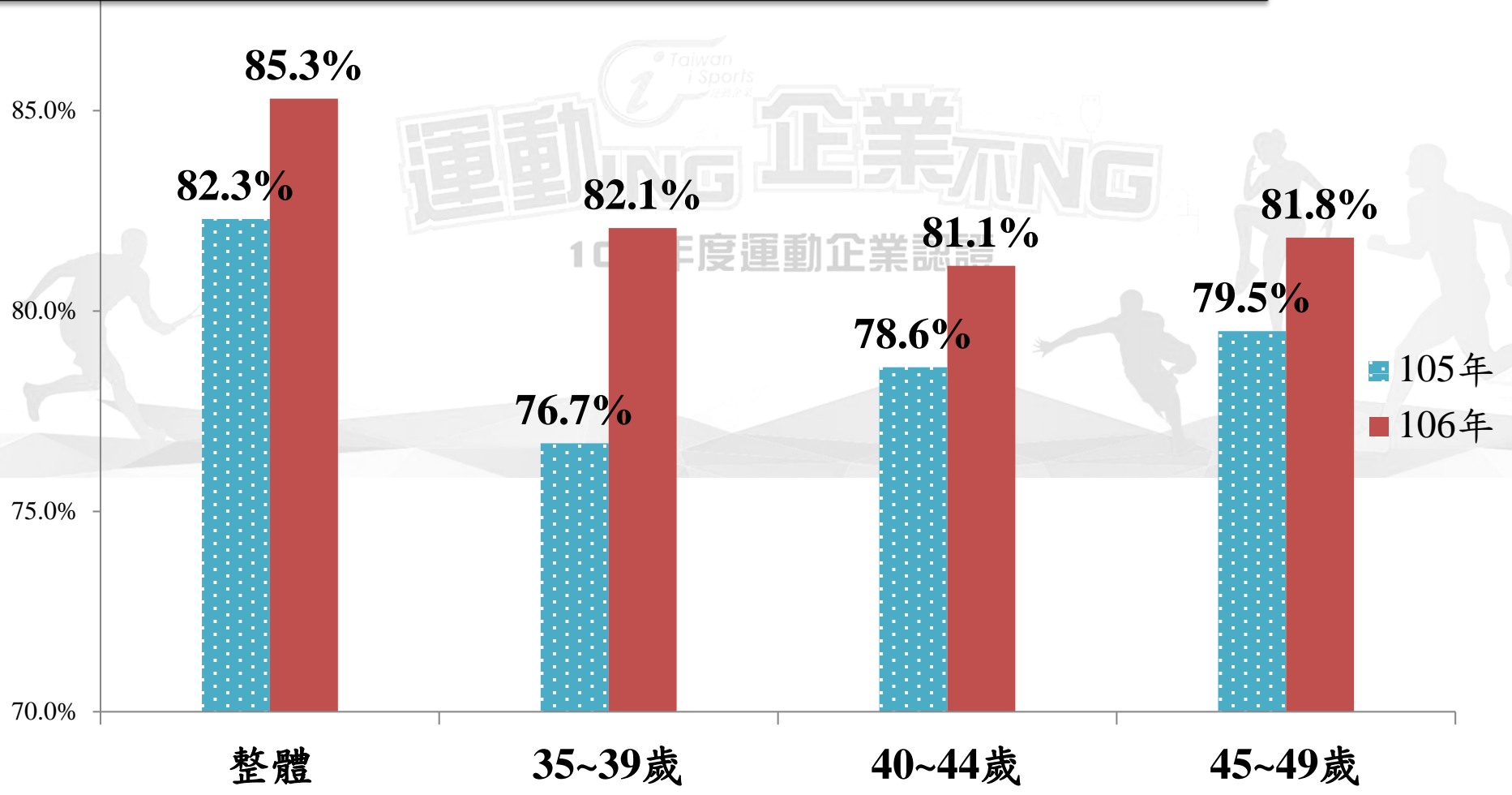
- 男性與女性運動人口都增加
- 女性運動人口增加比例(4.5%)，比男性運動人口增加比例(1.5%)高出3.0%



- 女性規律運動人口比例，自105年的29.2%突破至106年的30.9%
- 男女規律運動人口都超過30%

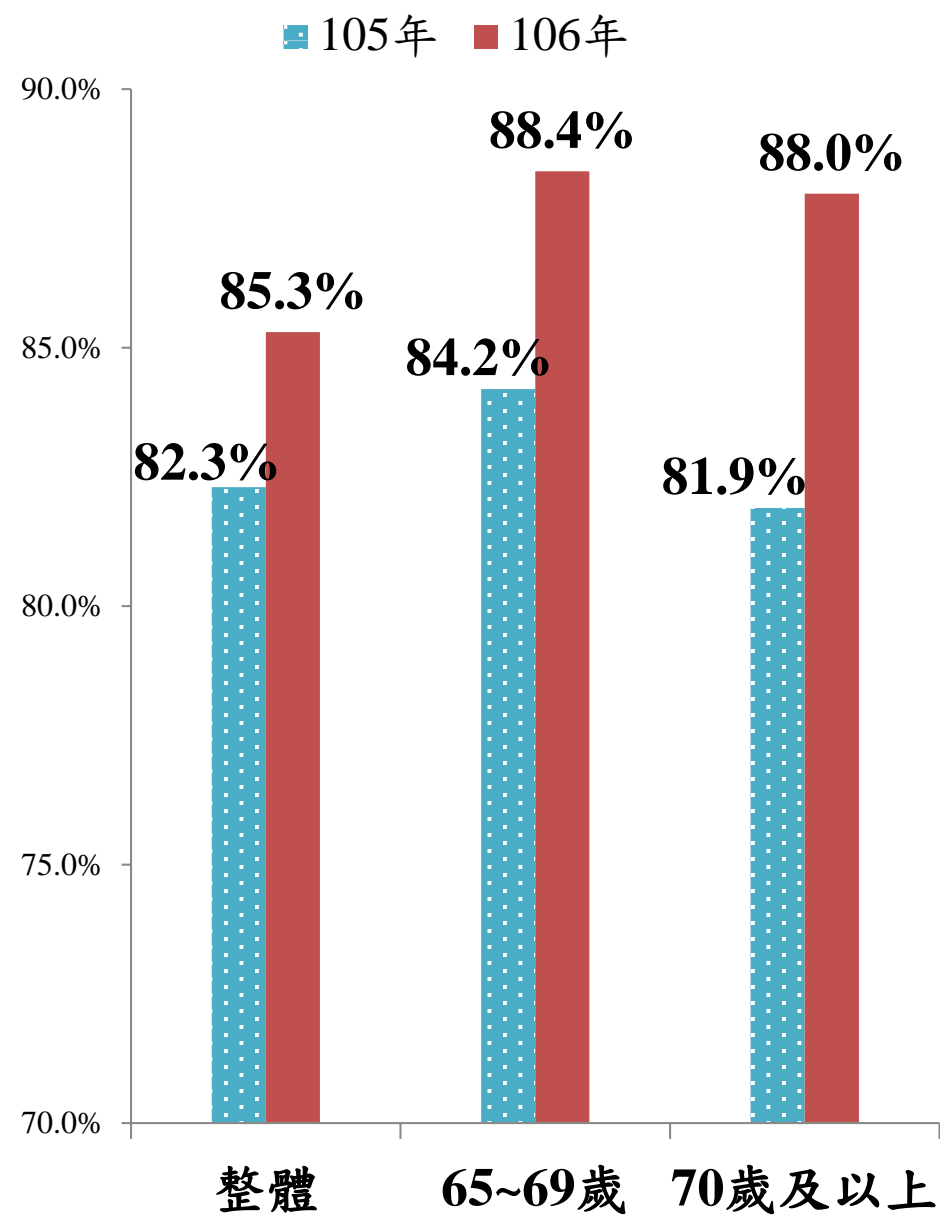


職場主力族群的運動人口顯著成長中



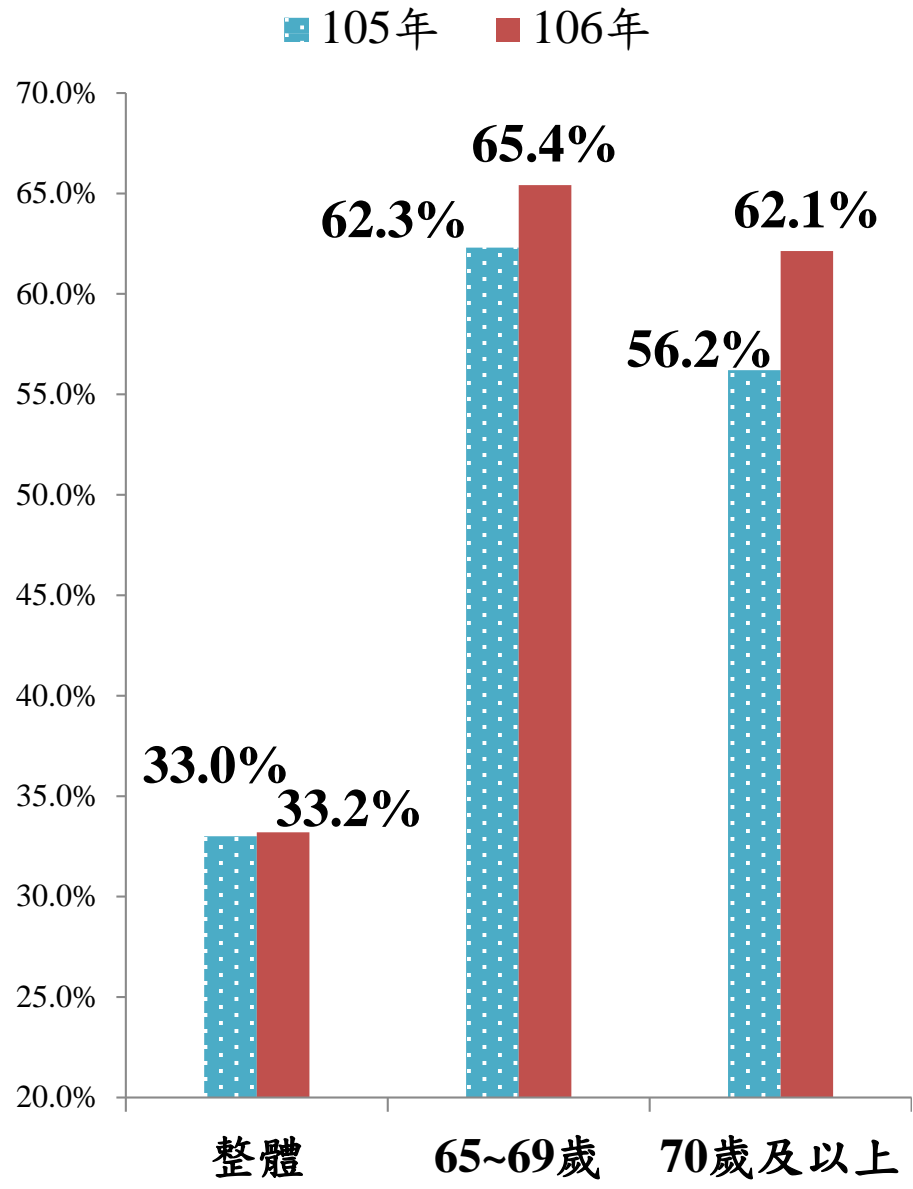
職場主力族群（**35歲~49歲**族群）的運動人口，相較**105年**都顯著上升**2.3%~5.4%**

爺爺奶奶運動精神最強大



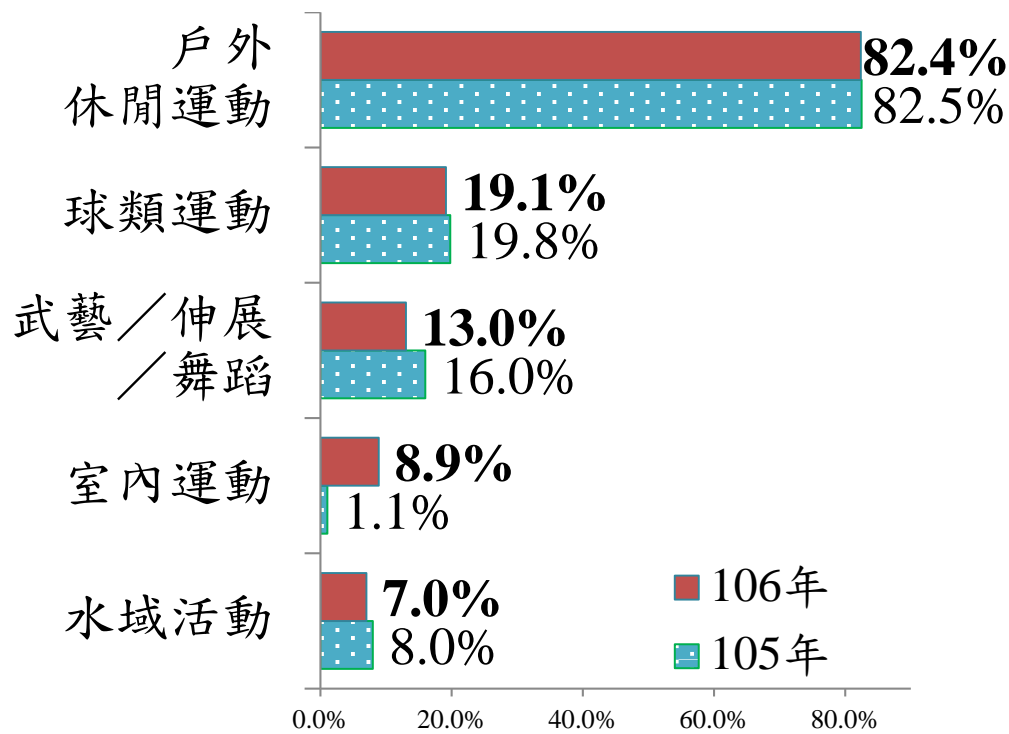
- 65歲及以上銀髮族的運動人口相較105年，都顯著上升 4.2%~6.1%
- 65歲及以上銀髮族有運動的比例也高於整體平均 2.7%~3.1%

爺爺奶奶運動精神最強大



- 65歲及以上銀髮族的規律運動人口，相較105年都顯著上升3.1%~5.9%
- 65歲及以上銀髮族規律運動的比例也高於整體平均28.9%~32.2%

戶外休閒運動依舊是民眾最愛



• 82.4%有運動的民眾平日參與的運動類別是「戶外休閒運動」。

• 53.2%的民眾平日參與的運動項目是：散步／走路／健走。

106年比例較高之前四項運動項目

散步／走路／健走：53.2%

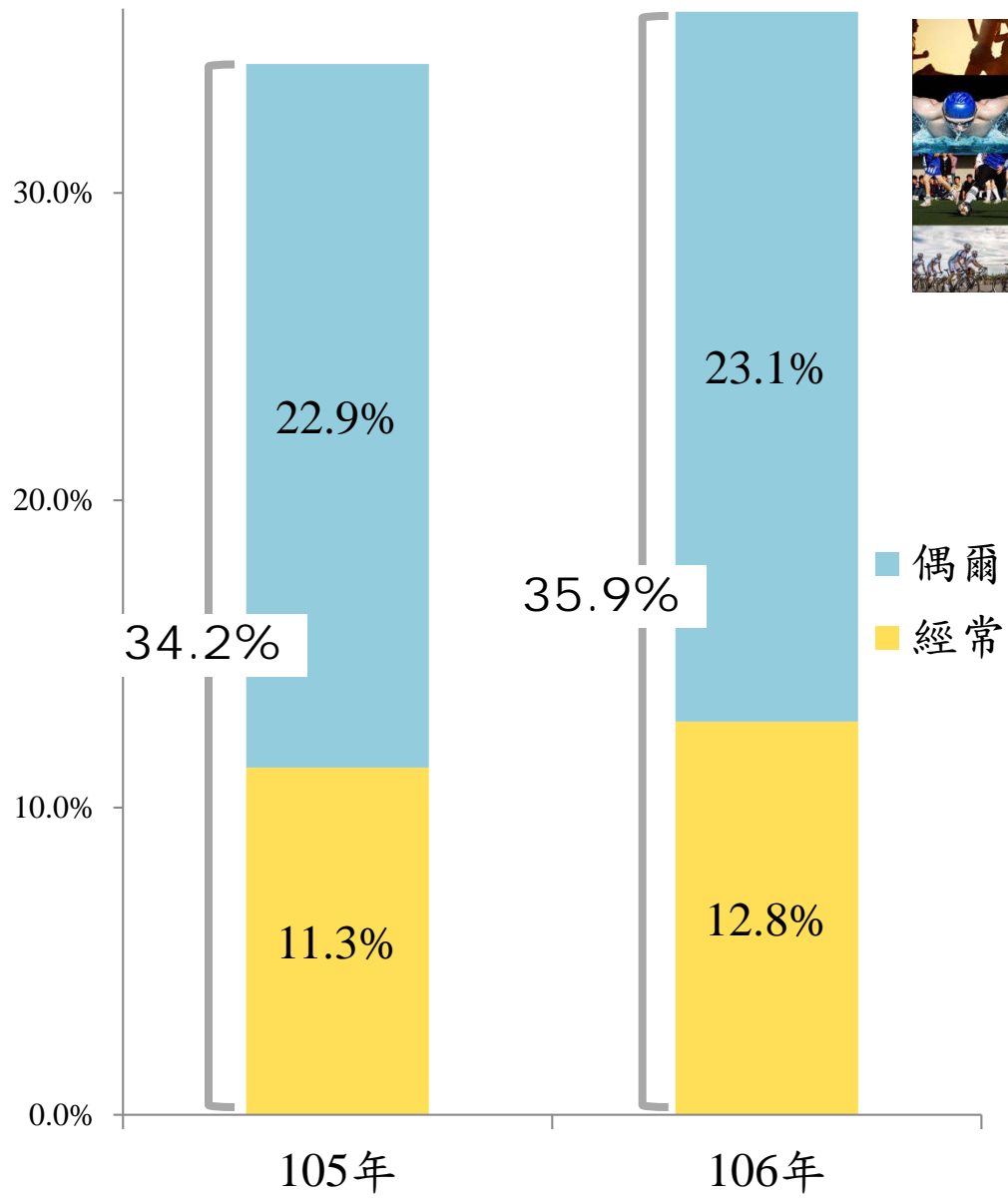
慢跑：24.4%

爬山：11.7%

騎單車：11.4%

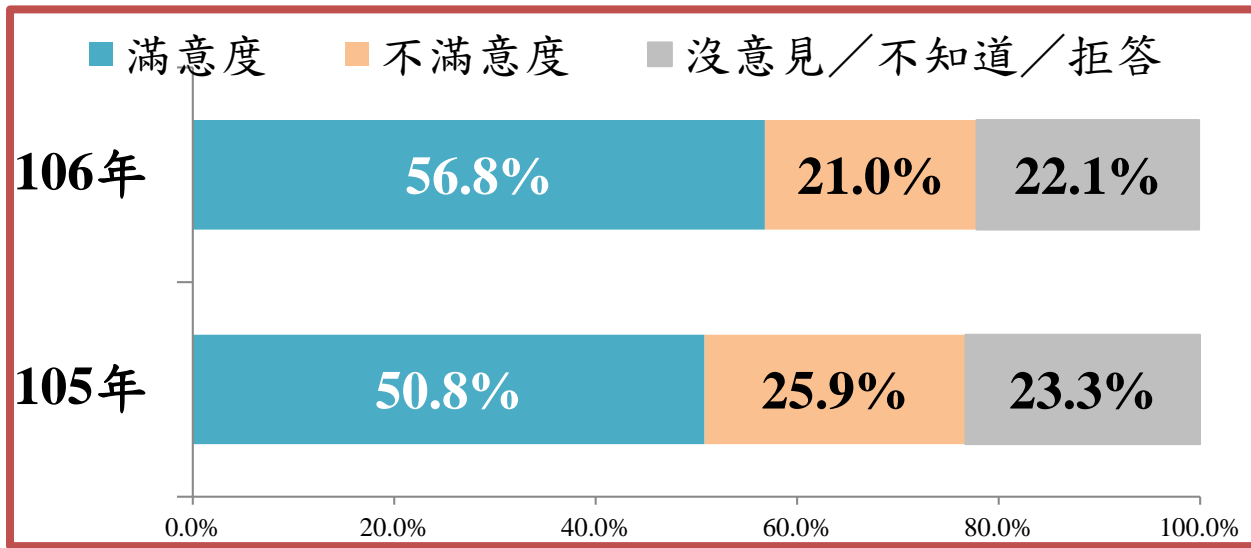


民眾對地方體育活動更有感

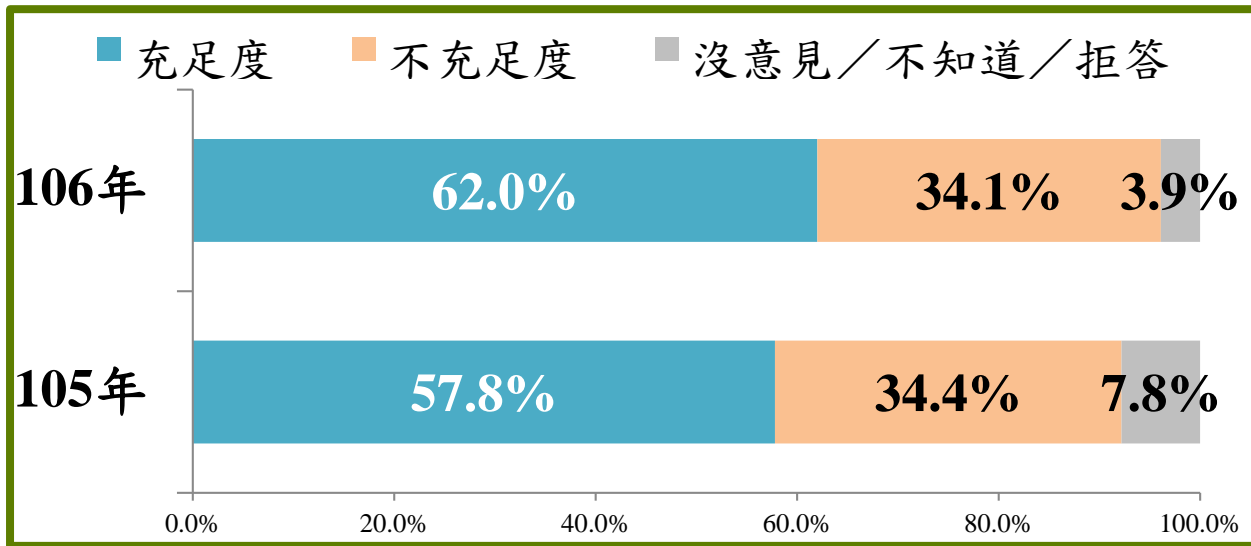


- 35.9%的民眾知道縣市政府、學校、社區或運動協會經常或偶爾會舉辦運動相關活動
- 較105年 (34.2%) 上升1.7%

在地化運動設施與場所受到更多民眾肯定

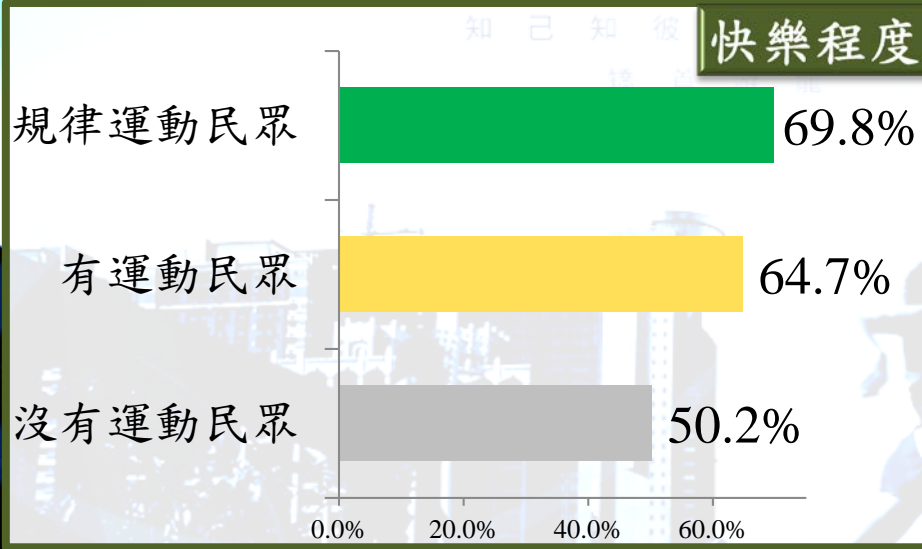


• 106年民眾對對縣市公眾運動場所設施滿意度為56.8%，較105年(50.8%)上升6.0%

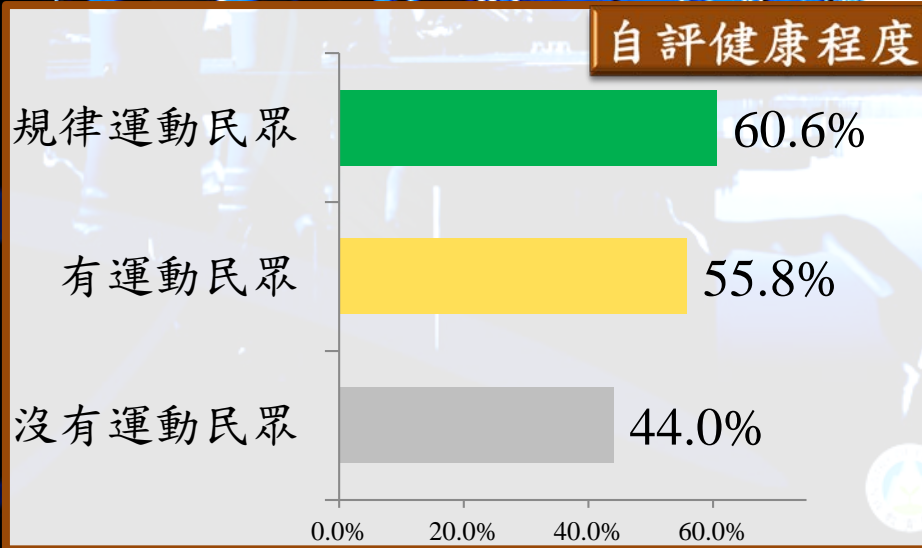


• 106年民眾認為住家附近的運動場所充足程度為62.0%，較105年(57.8%)上升4.2%

愛運動→更樂活

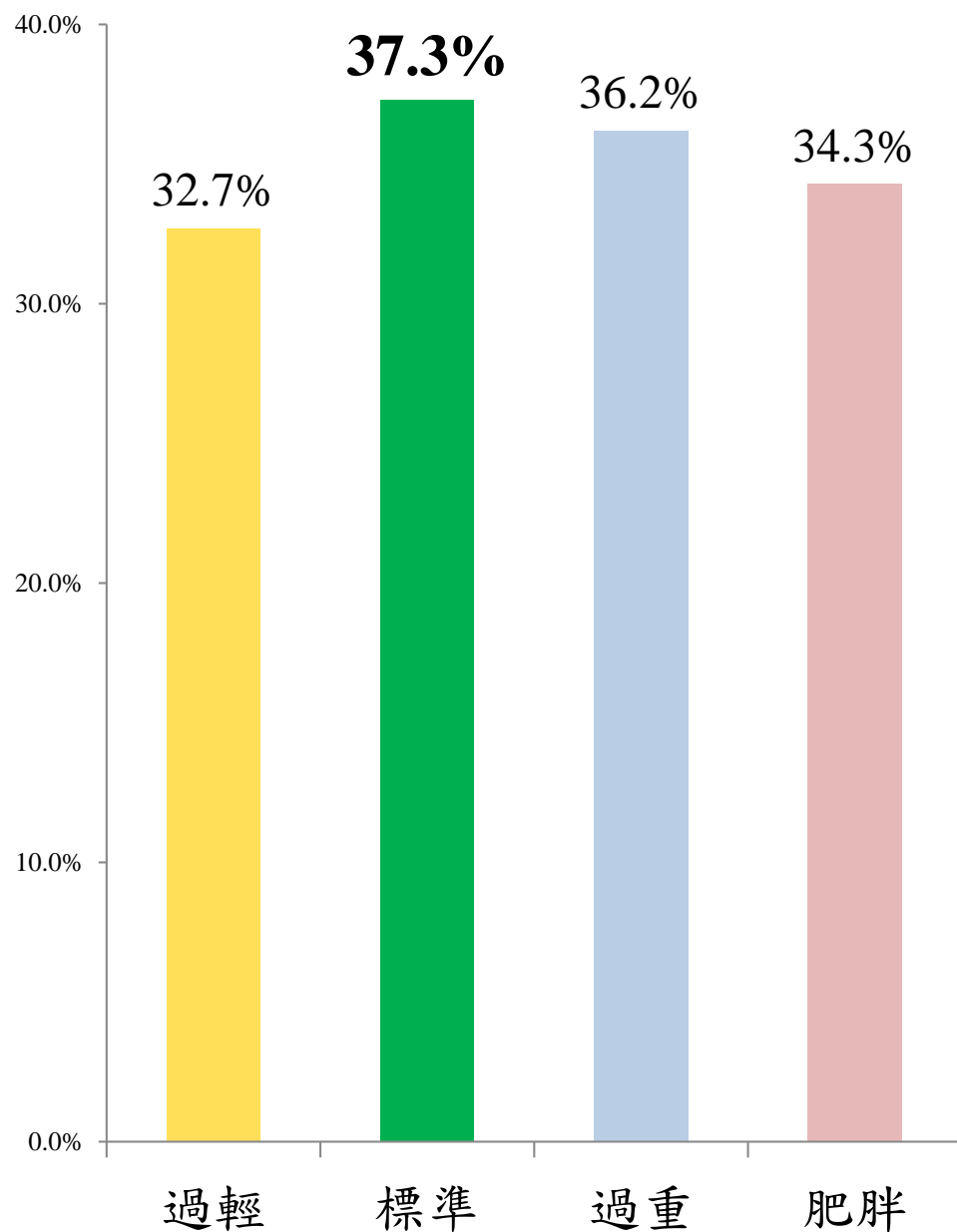


- 規律運動的民眾快樂程度(69.8%)，比沒有運動的民眾(50.2%)快樂程度高出19.6%
- 運動程度對民眾的快樂程度有影響



- 規律運動的民眾自評健康程度(60.6%)，比沒有運動的民眾(44.0%)自評健康程度高出16.6%
- 運動程度對民眾的健康程度認知有影響

規律運動有助維持標準身材



- 若從民眾BMI分級角度分析民眾規律運動比例差異，標準身材的民眾中，規律運動人口的比例為**37.3%**
- 相較於身材過輕(32.7%)、過重(36.2%)、肥胖(34.3%)民眾的規律運動人口，標準身材的民眾中規律運動人口的比例高出**1.1%~4.6%**
- 顯然，規律運動與標準身材有正向的關聯性

簡報結束 謝謝！

