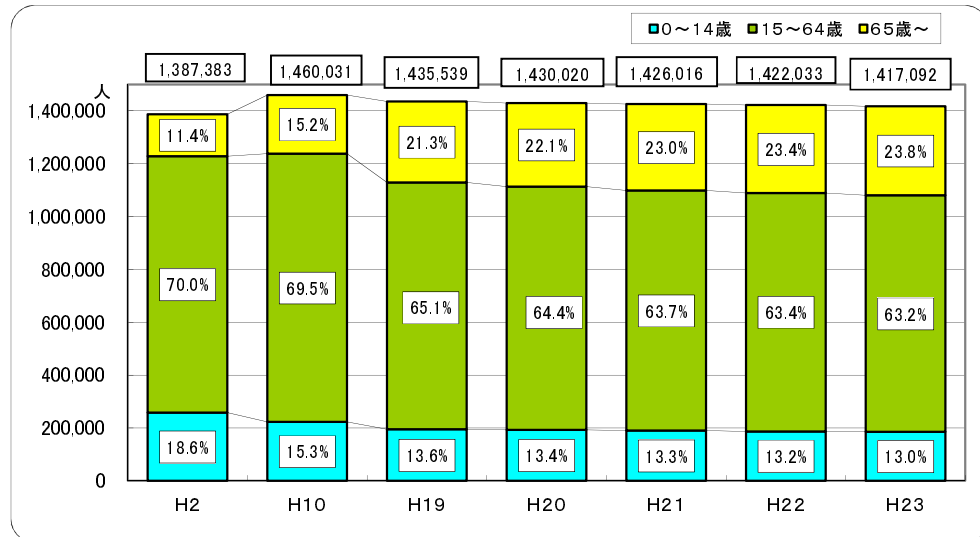


◎奈良県の概要

- 人口 1,417,092人(H23. 10. 1) 減少傾向、過疎化が進行
- 地形 県中央部を西流する吉野川を境に、奈良盆地等北部の低地帯と、「近畿の屋根」といわれる南部の山岳地帯に分かれる
- 就業 県外就業率が高く、専業主婦率が高い
- 生活・文化 経済的に豊かで文化的な生活

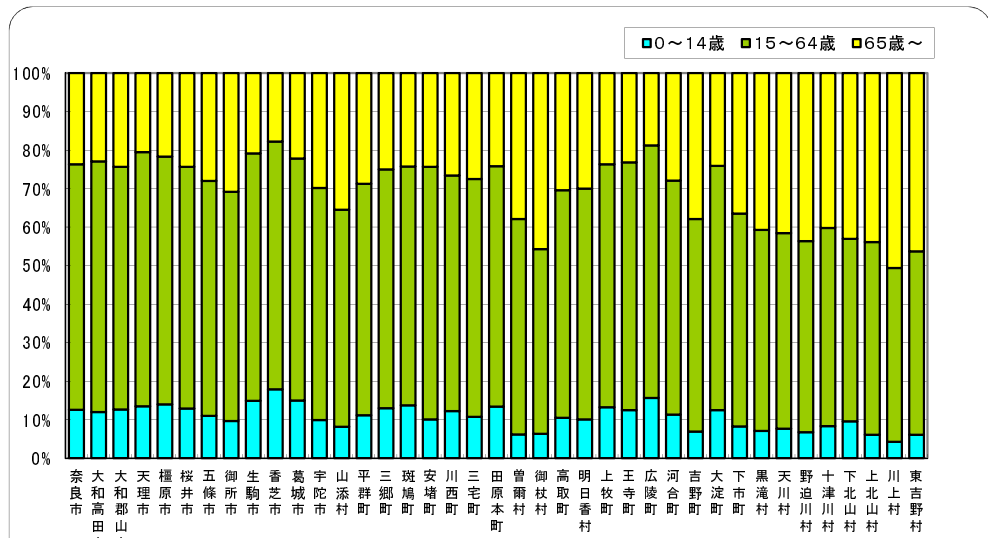
◎年齢別人口の推移

・人口は減少傾向、65歳以上人口は増加傾向、14歳以下人口は減少傾向にある。



◎市町村別の年齢区分割合

・南和地域の町村では、65歳以上人口が半数近く占めており、14歳以下人口は1割にも満たない。

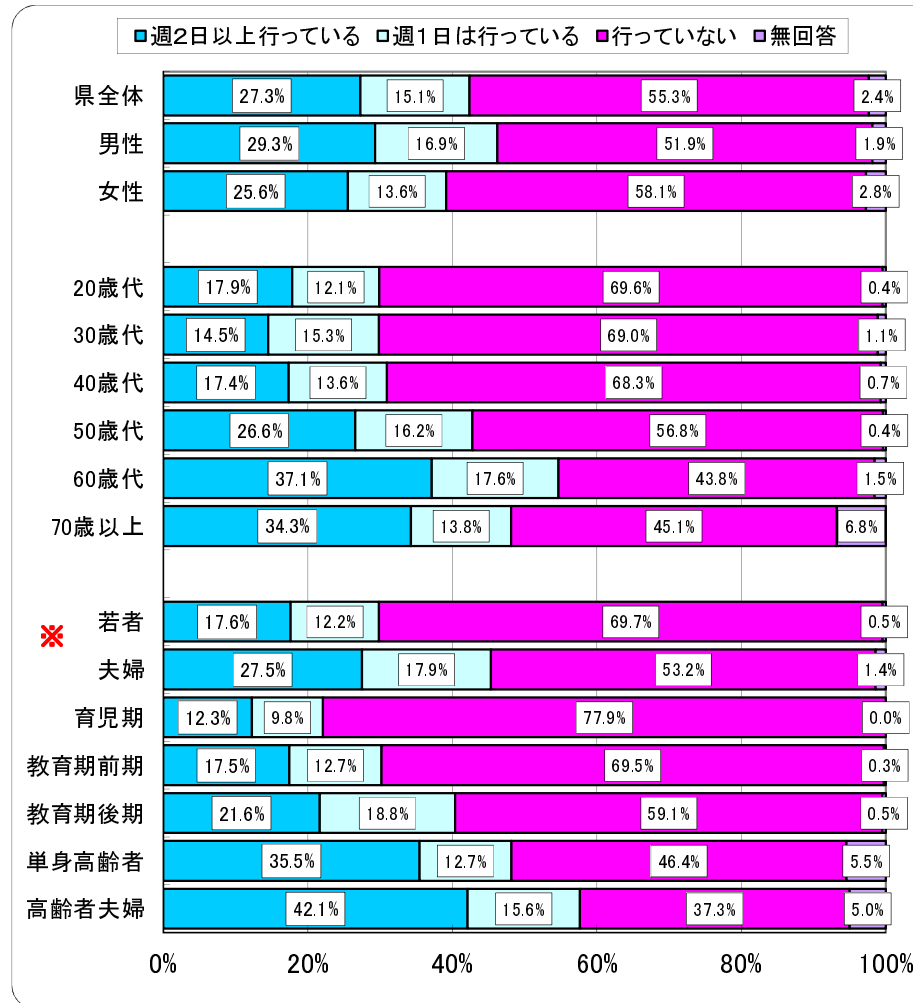


住民基本台帳及び外国人登録に基づく人口(平成23年10月1日)

- ※ 若者 20~29歳で、夫婦のみの世帯以外の世帯の回答者
- 夫婦 20~64歳で、夫婦のみの世帯の回答者
- 育児期 小学校入学前の子どもがいる世帯の回答者
- 教育期前期 小・中・高校生の子どもがいる世帯の回答者
- 教育期後期 専門学校、短大・大学生の子どもがいる世帯の回答者
- 単身高齢者 65歳以上の単身世帯の回答者

◎健康のために実施している運動の頻度

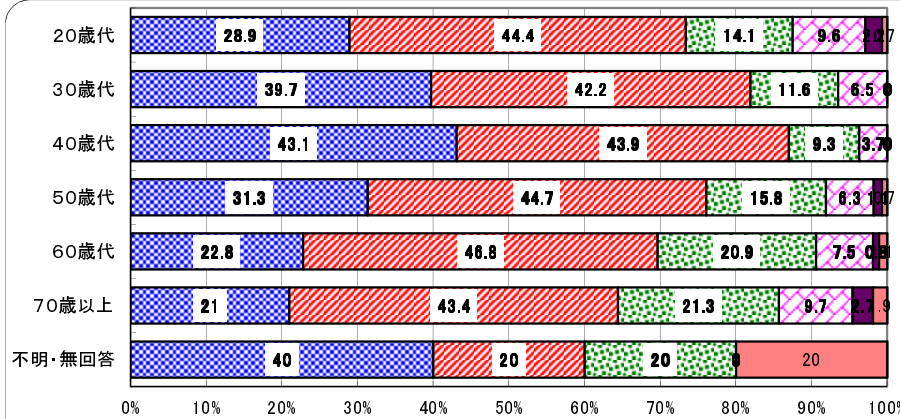
- ・県全体では、運動を行っていない人が55.3%。一方、週1日以上運動を行っている人は42.3%。
- ・女性より男性の方が運動を行っている人が多い。
- ・年代別では、60歳代で最も多く、30歳代で最も少ない。
- ・高齢者夫婦が最も多く、育児期が最も少ない。



平成22年度県民アンケート調査

◎年齢別運動不足の感じ方

・運動不足と感じているのは、40歳代が最も多い。



奈良市運動・スポーツに関するアンケート調査(平成24年2月)

◎運動の種類(複数回答)

- ・県全体では、「ウォーキング(ハイキング、散歩、通勤時の徒歩など)」が最も多く、次いで「体操(ラジオ体操、ヨガ、エアロビクスなど)」、「室内運動器具を使ってする運動」、「ゴルフ(練習を含む)」、「球技(テニス、野球、サッカー、バレーボールなど)」などとなっている。
- ・「その他」として、「仕事や家事が運動」という回答が最も多く、他に「武道」を挙げる人もあった。

	ウォーキング(ハイキング、散歩、通勤時の徒歩など)	ランニング(ジョギング)	体操(ラジオ体操、ヨガ、エアロビクスなど)	水泳	サイクリング	室内運動器具を使ってする運動	ゴルフ(練習を含む)	ダンス(社交ダンス、フォークダンスなど)	球技(テニス、野球、サッカー、バレーボールなど)	ゲートボール、グラウンドゴルフ	その他
県全体	69.3	7.0	22.6	6.3	7.3	10.5	9.9	2.6	8.7	3.9	6.5
男性	70.5	10.5	14.0	5.4	8.9	11.1	17.0	0.8	10.1	3.5	7.1
女性	68.1	3.6	31.1	7.2	5.7	10.0	2.8	4.3	7.4	4.3	5.9
20歳代	55.2	25.4	10.4	0.0	14.9	6.0	6.0	1.5	26.9	0.0	11.9
30歳代	62.4	12.8	17.4	5.5	12.8	11.9	10.1	3.7	15.6	0.0	2.8
40歳代	63.8	9.2	17.7	3.8	10.0	14.6	6.9	3.8	10.8	0.0	6.9
50歳代	68.2	7.1	22.7	5.2	5.7	8.1	13.7	1.9	7.6	0.9	3.3
60歳代	75.2	3.9	25.1	8.7	6.5	11.0	11.5	2.0	8.7	3.4	6.2
70歳以上	71.0	3.6	26.0	6.9	4.8	10.5	7.5	3.0	2.7	9.9	8.7
若者	54.5	25.8	10.6	0.0	15.2	6.1	6.1	1.5	27.3	0.0	12.1
夫婦	71.7	6.3	26.8	11.0	8.7	10.2	6.3	1.6	7.9	1.6	4.7
育児期	72.2	11.1	13.9	5.6	5.6	13.9	16.7	0.0	11.1	0.0	0.0
教育期前期	72.2	11.1	13.9	5.6	5.6	13.9	16.7	0.0	11.1	0.0	0.0
教育期後期	69.0	9.5	17.9	2.4	9.5	6.0	15.5	4.8	13.1	2.4	1.2
単身高齢者	68.0	9.5	17.9	2.4	9.5	6.0	15.5	4.8	13.1	2.4	1.2
高齢者夫婦	75.9	3.7	25.3	6.2	4.6	12.0	12.4	2.1	6.8	7.1	7.5

◎運動をしない理由(複数回答)

・県全体では「仕事が忙しくて時間がないから」が最も多く、次いで「きっかけがつかめないから」、「めんどうだから」、「身近なところに施設や場所がないから」、「家事が忙しくて時間がないから」、「特に理由はない」など

	仕事が忙しくて時間がないから	家事が忙しくて時間がないから	育児や介護があるから	費用がかかるから	一緒に運動する仲間がいないから	身近なところに施設や場所がないから	きっかけがつかめないから	運動が好きではないから	めんどうだから	十分健康であり、特に必要がないから	病弱あるいは体力的に無理だから	特に理由はない
県全体	40.5	19.0	11.2	12.5	11.2	21.2	22.6	12.1	21.3	6.9	14.9	17.0
男性	49.9	7.5	5.6	9.9	13.4	20.6	23.8	8.7	26.6	9.2	12.5	20.5
女性	33.5	27.3	15.3	14.3	9.5	21.5	21.7	14.7	17.3	5.2	16.6	14.6
20歳代	50.0	9.6	13.5	16.0	11.5	27.6	23.7	16.0	29.5	7.1	3.2	7.1
30歳代	52.4	27.8	31.0	17.1	10.7	21.8	21.4	14.3	20.6	3.6	4.0	7.1
40歳代	56.1	25.8	11.1	19.2	10.1	16.7	22.0	12.5	26.1	2.8	8.4	13.9
50歳代	47.5	19.3	7.9	12.5	11.8	25.7	25.7	12.5	22.5	4.6	8.2	15.4
60歳代	31.7	15.5	5.6	8.5	13.0	25.0	27.1	12.0	21.8	10.9	15.1	27.5
70歳以上	13.1	12.8	2.2	4.2	10.2	14.1	16.8	8.0	11.8	11.5	41.2	24.9
若者	49.4	9.1	13.6	15.6	11.7	27.3	24.0	16.2	29.9	7.1	3.2	7.1
夫婦	44.3	10.7	3.4	10.1	16.8	23.5	27.5	16.1	24.2	8.1	10.7	15.4
育児期	37.8	35.4	62.2	22.8	5.5	21.3	16.5	5.5	14.2	3.9	2.4	5.5
教育期前期	56.2	30.7	19.5	19.9	8.0	19.9	24.3	12.0	24.3	2.8	6.4	9.6
教育期後期	61.8	30.9	6.5	17.9	11.4	19.5	18.7	14.6	22.0	3.3	7.3	12.2
単身高齢者	7.8	11.8	2.0	3.9	13.7	21.6	17.8	3.9	13.7	13.7	51.0	17.6
高齢者夫婦	16.7	14.1	3.2	4.5	10.9	17.9	21.8	9.0	15.4	12.8	28.8	30.8