

應用統計分析報告

桃園市民『動』起來—  
運動現況探討

桃園市政府主計處

中華民國 111 年 10 月

## 壹、前言

隨民眾健康意識抬頭，運動風氣隨之盛行，運動儼然已成為民眾生活作息不可或缺的一部分，為打造桃園(以下簡稱本市)為體育大市，近年桃園市政府積極建設符合國際水準之運動場地與辦理各類體育活動，促進市民運動風氣，享受運動樂趣。

為配合本市推動的體育政策，提供本市施政檢討精進與未來規劃推動之重要參考，以打造優質運動環境、推廣全民運動風氣，及促進運動平等權利。本文將以性別及年齡為主軸，探討本市市民運動概況，蒐集教育部體育署按年辦理之「運動現況調查」資料及本府體育局公布之統計數據進行解析，首先探討 6 都人口運動概況，本市運動中心設置與使用概況及公有運動設施分布，接著以性別與年齡面向探索本市市民運動現況、運動環境滿意情形，並運用卡方檢定判斷在各指標中是否存在顯著差異，以提供相關單位作為施政之參考。

## 貳、現況描述

### 一、110 年本市 7333 規律運動人口占比 34.3%，居 6 都第 3

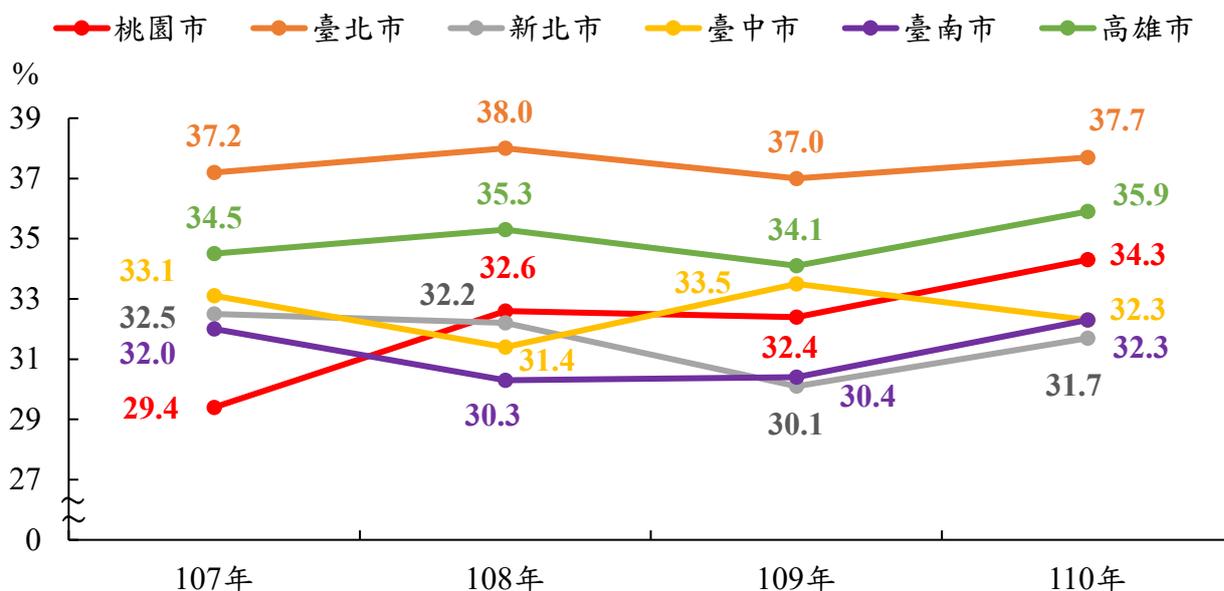
依教育部體育署運動現況調查結果顯示，110 年本市市民運動人口占 81.4%，7333 規律運動人口占 34.3%，運動強度達會喘會流汗人口占 46.2%，均略高於全國且居 6 都第 3，另每週運動次數平均為 3.72 次，每次運動時間約 61.04 分鐘(表 1)。

觀察近 4 年 6 都 7333 規律運動人口概況，本市 7333 規律運動人口占比自 107 年 29.4%成長至 110 年 34.3%，增加 4.9 個百分點，成長幅度為 6 都第 1，其次為高雄市，增幅為 1.4 個百分點，顯示近年本市推動規律運動已有初步成效(圖 1)。

表 1、110 年 6 都民眾運動現況

城市別	運動人口 占比(%)		7333 規律運動人口 占比(%)		運動強度達會喘 會流汗人口占比(%)		每週運動 次數(次)	每次運動 時間(分鐘)
		排名		排名		排名		
全國	80.2	--	33.9	--	44.4	--	3.83	58.36
臺北市	82.2	2	37.7	1	48.2	2	3.80	59.21
新北市	78.8	5	31.7	6	44.0	4	3.79	61.20
桃園市	81.4	3	34.3	3	46.2	3	3.72	61.04
臺中市	83.4	1	32.3	4	49.0	1	3.53	57.68
臺南市	76.8	6	32.3	4	39.5	6	3.95	54.29
高雄市	79.8	4	35.9	2	40.5	5	4.05	56.66

圖 1、近 4 年 6 都 7333 規律運動人口占比



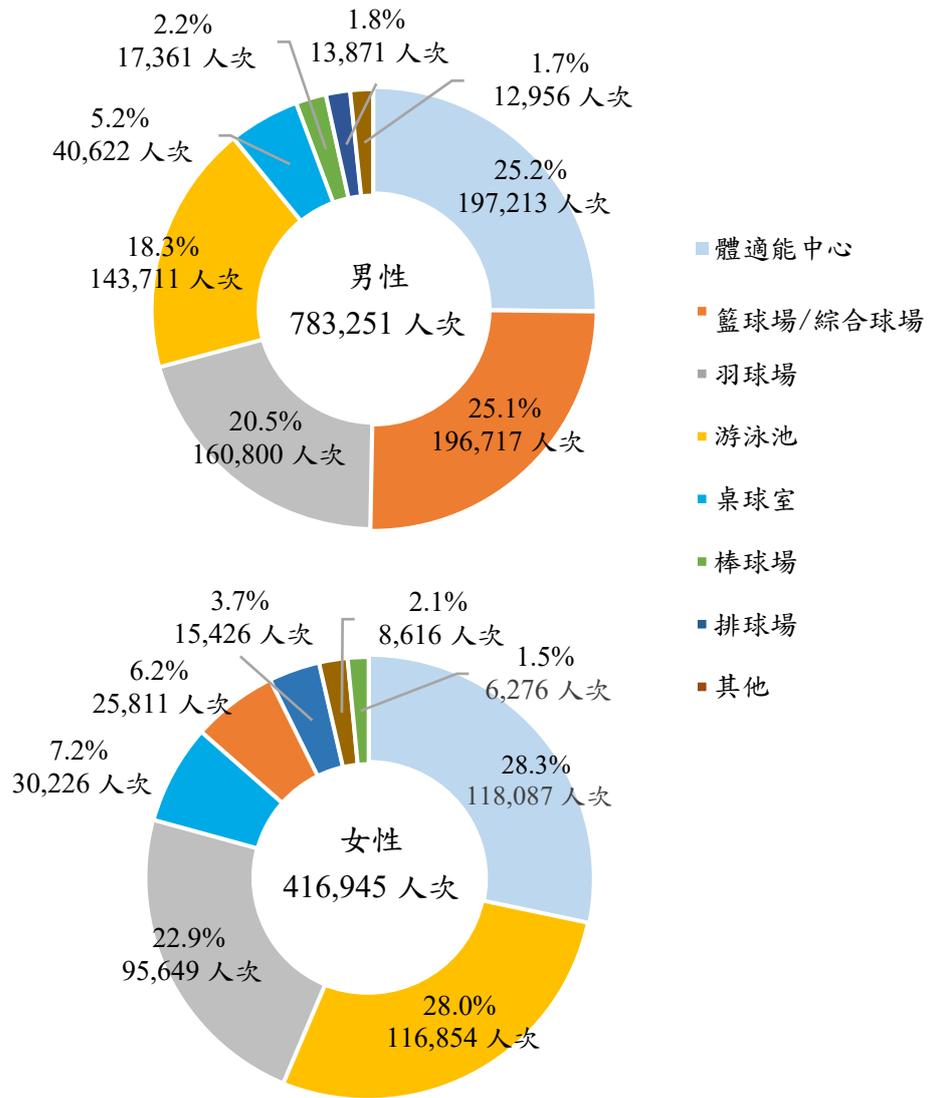
附註：規律運動係採 7333 制，每週(7 天)至少運動 3 次、每次 30 分鐘、心跳達 130 下或是運動強度達到會喘會流汗。

## 二、110 年本市運動中心男女性使用人次皆以體適能中心最多

本市近年推動許多重大體育建設，自 107 年建置第一座運動中心開始，截至 110 年底已有 9 座運動中心營運中(桃園、中壢、南平、平鎮、蘆竹、大溪國小、中大、八德、新屋高中)。依使用場地項目觀察，男性及女性皆以使用體適能中心最多，分別為 19 萬 7,213 人

次(占 25.2%)及 11 萬 8,087 人次(占 28.3%)，其次男性為使用籃球場/綜合球場 19 萬 6,717 人次(占 25.1%)，女性為使用游泳池 11 萬 6,854 人次(占 28.0%)(圖 2)。

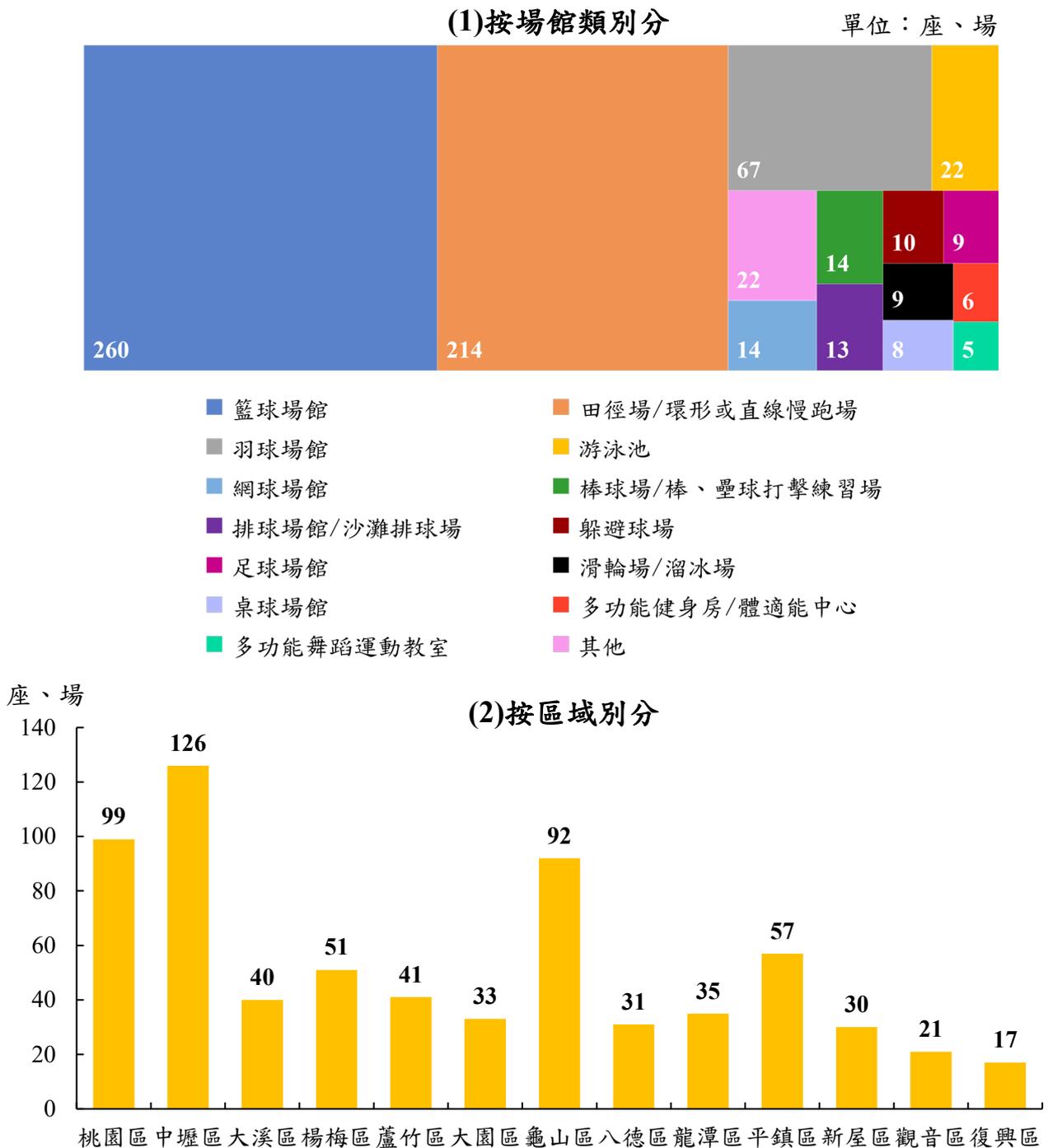
圖 2、110 年本市運動中心各場地使用情形-按性別分



附註：1.細項總和不等於總計者，係四捨五入所致。  
 2.大溪國小、中大、新屋高中運動中心以教學性質為主，另八德國民運動中心於 110 年 10 月正式營運，故未納入統計。  
 3.各場地使用情形不包含教室的部分。  
 4.其他包含攀岩場/抱石場、兒童體適能、直排輪練習場、VR 虛擬實境、撞球場、壁球場。

除運動中心提供市民運動外，本市持續於各區建置各項運動設施，依據教育部體育署全國運動場館資訊網最新統計，截至 111 年 6 月 27 日止，本市現有運動設施 673 項，籃球場館 260 座占 38.6% 為最多，田徑場/環形或直線慢跑場 214 座占 31.8% 次之，羽球場館 67 座占 10.0% 再次之；按區別觀察，中壢區 126 座最多，依次為桃園區 99 座及龜山區 92 座(圖 3)。

圖 3、本市現有運動設施概況



### 參、本市市民運動現況探討

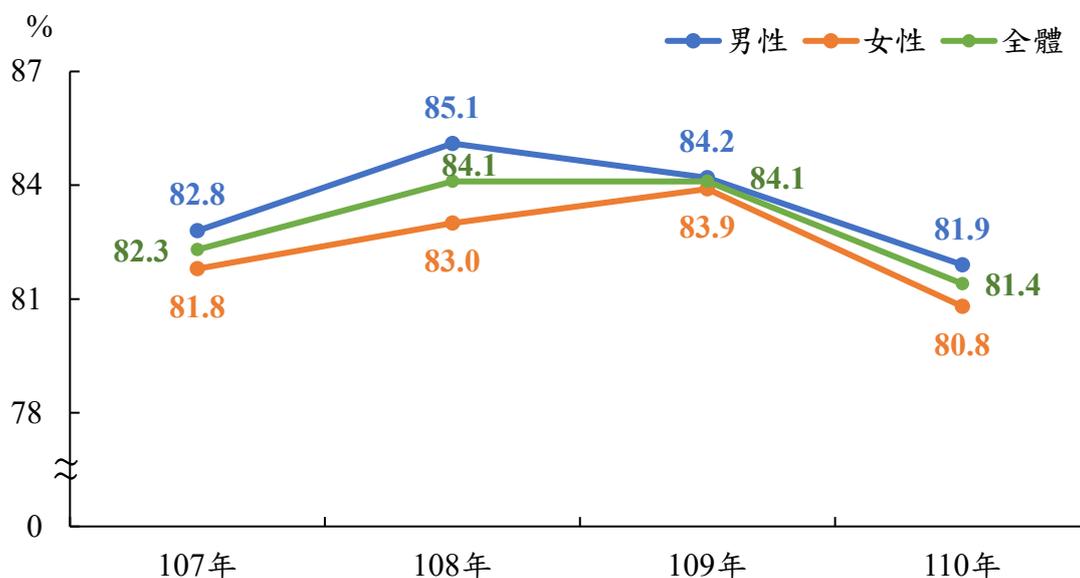
依前述現況描述初步檢討，110 年本市 7333 規律運動人口占比 34.3%，居 6 都第 3，與 107 年相較，增加 4.9 個百分點，成長幅度居 6 都第 1，顯示本市對運動的持續重視，為了解本市市民運動的現況及差異，將對市民運動人口、7333 規律運動人口、運動時運動強度達會喘會流汗、每週運動次數及每次運動時間等面向，剖析性別及年齡之變化及差異，以了解市民運動情形。

#### 一、本市男女性運動人口占比無顯著差異，而中高年齡組運動人口占比大致高於青壯年齡組

從性別觀察，110 年本市市民運動人口占比 81.4%，男性 81.9%，女性 80.8%，受新冠肺炎疫情影響所致，均較 107 年略為下降，據卡方檢定結果顯示，男女性運動人口占比無顯著差異(圖 4、表 3)。

從年齡觀察，110 年本市高年齡組運動人口占比大致較高於低年齡組，各年齡組與 107 年相較，以 18-24 歲減少 15.6 個百分點為減少最多，50-54 歲增加 12.3 個百分點則為增加最多，據卡方檢定結果顯示，不同年齡組運動人口占比有顯著差異，中高年齡組運動人口占比大致高於青壯年齡組(表 2、表 3)。

圖 4、本市市民運動人口占比—按性別分



說明：107 年起始有性別，以下各表均相同。

表 2、本市市民運動人口占比-按年齡分

單位: %

	107年	108年	109年	110年	趨勢圖
13-24歲	91.1	91.5	90.4	84.1	
13-17歲	92.2	100.0	98.0	90.4	
18-24歲	90.3	87.5	85.7	74.7	
25-44歲	74.4	77.7	77.9	76.2	
25-29歲	66.0	84.9	85.2	74.9	
30-34歲	66.1	79.1	77.6	71.0	
35-39歲	79.4	78.2	75.7	78.1	
40-44歲	78.8	72.8	76.7	78.5	
45-59歲	85.2	86.6	82.8	88.7	
45-49歲	81.7	79.9	79.2	82.0	
50-54歲	81.9	88.3	83.2	94.2	
55-59歲	90.8	89.3	84.4	89.1	
60歲及以上	89.0	86.5	90.2	85.0	
60-64歲	92.3	86.5	88.7	83.0	
65-69歲	87.2	87.2	93.0	85.8	
70歲及以上	87.7	86.0	89.0	86.1	

說明：1. 107年起始有年齡資料，以下各表均相同。

2. 參酌聯合國世界衛生組織劃分各年齡層，年輕人口為 10-24 歲，壯年人口為 25-44 歲，中年人口為 45-59 歲，老年人口為 60 歲以上，以下各表均相同。

表 3、110 年本市市民運動人口卡方檢定結果

項目	統計檢定	檢定結果
性別	運動人口占比與性別 是否有關	p 值=0.6339 > 0.05 不顯著
年齡	運動人口占比與年齡 是否有關	p 值接近 0 < 0.05 顯著

## 二、本市男女性 7333 規律運動人口占比無顯著差異，而中高年齡組 7333 規律運動人口占比大致高於青壯年齡組

從性別觀察，110 年本市市民 7333 規律運動人口占 34.3%，男性 33.4%，女性 35.3%，男性較 107 年增加 3.4 個百分點，女性則增加 6.6 個百分點，據卡方檢定結果顯示，本市男女性 7333 規律運動

人口占比無顯著差異(圖 5、表 5)。

從年齡觀察，110 年本市高年齡組 7333 規律運動人口占比大致高於低年齡組，各年齡組與 107 年相較，以 65-69 歲減少 9.7 個百分點為減少最多，13-17 歲增加 35.7 個百分點則為增加最多，據卡方檢定結果顯示，不同年齡組 7333 規律運動人口占比有顯著差異，中高年齡組 7333 規律運動人口占比大致高於青壯年齡組(表 4、表 5)。

圖 5、本市 7333 規律運動人口占比—按性別分

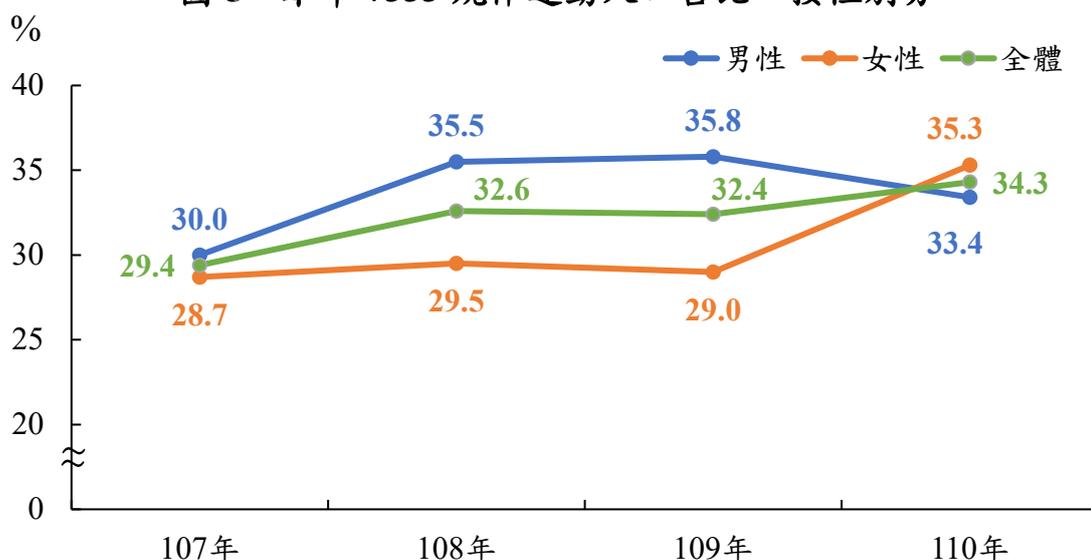


表 4、本市 7333 規律運動人口占比—按年齡分

單位: %

	107年	108年	109年	110年	趨勢圖
13-24歲	26.2	39.7	37.8	43.6	
13-17歲	19.9	48.1	42.7	55.6	
18-24歲	30.4	35.8	34.8	25.9	
25-44歲	20.6	20.4	22.0	24.8	
25-29歲	19.0	26.8	26.1	27.3	
30-34歲	28.0	28.9	32.5	26.3	
35-39歲	17.5	13.4	21.4	27.4	
40-44歲	19.4	18.8	14.7	21.0	
45-59歲	21.1	24.6	19.0	27.3	
45-49歲	18.3	26.4	21.3	20.0	
50-54歲	22.4	23.4	22.2	37.7	
55-59歲	22.2	24.4	15.3	23.1	
60歲及以上	62.6	57.0	62.6	58.7	
60-64歲	60.1	54.3	57.5	52.0	
65-69歲	65.9	56.8	64.2	56.2	
70歲及以上	61.2	59.7	65.2	65.3	

表 5、110 年本市 7333 規律運動人口卡方檢定結果

項目	統計檢定	檢定結果
性別	7333 規律運動人口占比與性別 是否有關	p 值=0.4465 > 0.05 不顯著
年齡	7333 規律運動人口占比與年齡 是否有關	p 值接近 0 < 0.05 顯著

### 三、本市男女性運動時運動強度達會喘會流汗占比無顯著差異，而青壯年齡組市民運動時運動強度達會喘會流汗占比大致高於中高年齡組

從性別觀察，110年本市市民運動時運動強度達會喘會流汗占46.2%，男性及女性分別為46.7%及45.6%，均較107年略為上升，據卡方檢定結果顯示，本市男女性運動時運動強度達會喘會流汗占比無顯著差異(圖6、表7)。

從年齡觀察，110年本市低年齡組市民運動時運動強度達會喘會流汗占比大致高於高年齡組，各年齡組與107年相較，70歲及以上減少12.1個百分點為減少最多，13-17歲增加18.0個百分點則為增加最多，據卡方檢定結果顯示，不同年齡組運動時運動強度達會喘會流汗占比有顯著差異，青壯年齡組運動時運動強度達會喘會流汗占比大致高於中高年齡組(表6、表7)。

圖 6、本市市民運動時運動強度達會喘會流汗占比—按性別分

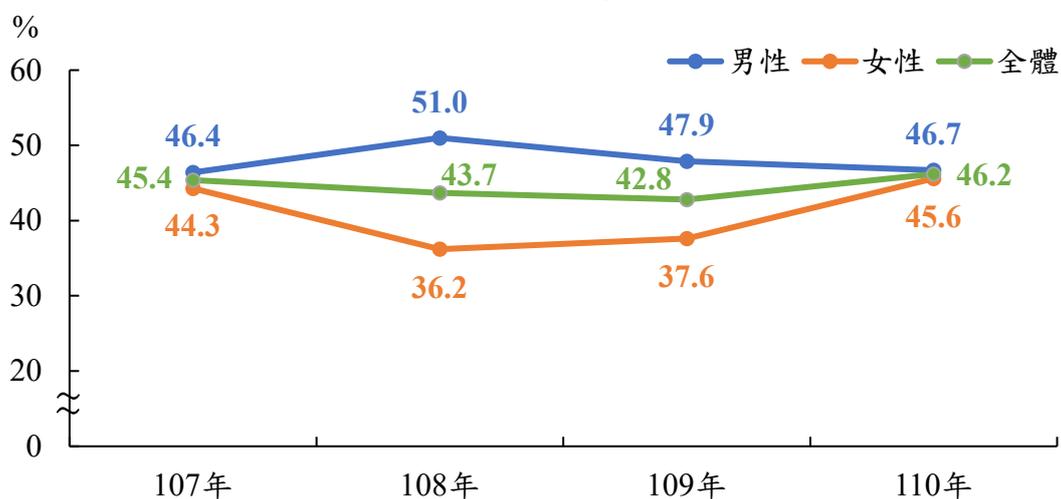


表 6、本市市民運動時運動強度達會喘會流汗占比—按年齡分

單位: %

	107年	108年	109年	110年	趨勢圖
13-24歲	57.7	71.3	59.1	63.8	
13-17歲	56.6	79.1	63.5	74.6	
18-24歲	58.5	67.6	56.4	47.7	
25-44歲	48.8	44.6	50.9	49.5	
25-29歲	50.7	56.9	64.5	44.7	
30-34歲	51.7	52.9	53.7	44.3	
35-39歲	40.9	37.0	48.7	55.8	
40-44歲	52.6	40.3	44.4	50.1	
45-59歲	40.5	40.8	35.0	47.6	
45-49歲	44.4	44.2	35.9	54.5	
50-54歲	39.3	40.1	43.3	51.5	
55-59歲	38.4	39.2	28.2	37.5	
60歲及以上	33.9	27.4	24.1	28.9	
60-64歲	33.8	25.8	23.5	32.0	
65-69歲	31.4	29.5	26.7	31.8	
70歲及以上	37.1	27.2	22.4	25.0	

表 7、110 年本市市民運動時運動強度達會喘會流汗卡方檢定

項目	統計檢定	檢定結果
性別	運動時運動強度達會喘會流汗占比 與性別是否有關	p 值=0.7093 > 0.05 不顯著
年齡	運動時運動強度達會喘會流汗占比 與年齡是否有關	p 值接近 0 < 0.05 顯著

#### 四、本市男女性每周運動次數無顯著差異，而中高年齡組市民每周運動次數大致高於青壯年齡組

從性別觀察，110 年本市市民每周運動次數平均 3.72 次，男性 3.63 次，女性 3.81 次，均較 107 年略為上升，據卡方檢定結果顯示，男女性每周運動次數無顯著差異(圖 7、表 9)。

從年齡觀察，110 年本市高年齡組市民每周運動次數大致高於

低年齡組，各年齡組與 107 年相較，以 45-49 歲每週減少 0.57 次為減少最多，13-17 歲每週增加 0.65 次則為增加最多，據卡方檢定結果顯示，不同年齡組每周運動次數有顯著差異，中高年齡組每週運動次數大致高於青壯年齡組(表 8、表 9)。

圖 7、本市市民每周運動次數—按性別分

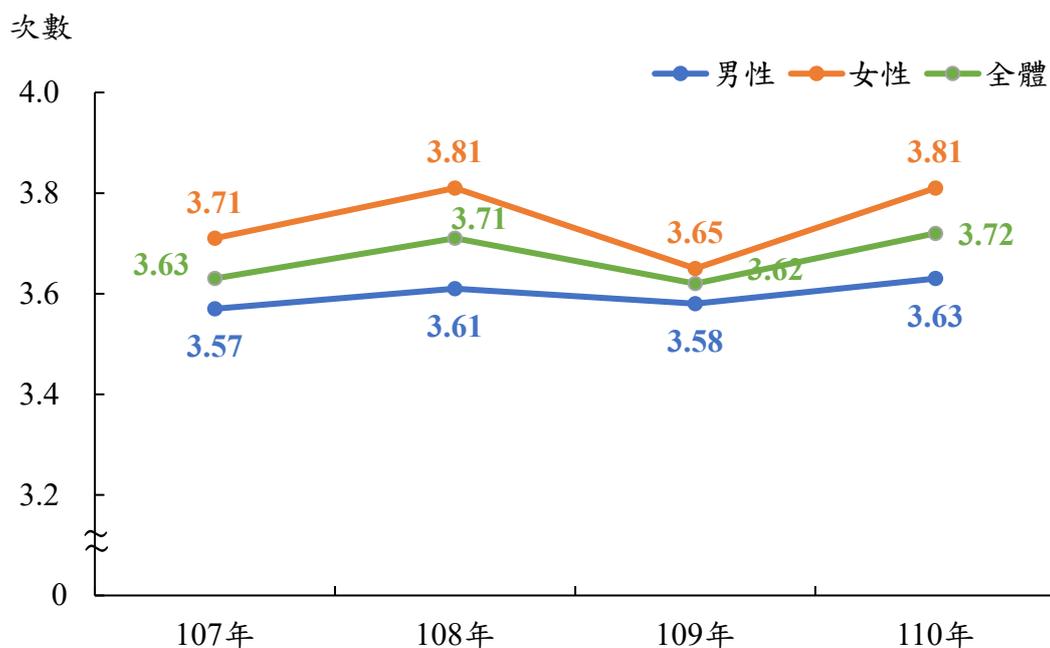


表 8、本市市民每周運動次數—按年齡分

單位：次數

	107年	108年	109年	110年	趨勢圖
13-24歲	3.37	3.23	3.36	3.79	
13-17歲	3.35	4.03	3.34	4.00	
18-24歲	3.39	2.85	3.37	3.49	
25-44歲	2.78	2.91	2.87	2.86	
25-29歲	2.62	2.73	2.53	3.08	
30-34歲	2.90	3.34	2.94	3.34	
35-39歲	3.02	2.43	3.02	2.54	
40-44歲	2.59	3.21	2.85	2.71	
45-59歲	3.74	3.80	3.57	3.62	
45-49歲	3.29	2.91	2.91	2.72	
50-54歲	3.93	3.94	3.25	3.97	
55-59歲	3.92	4.24	4.17	4.06	
60歲及以上	5.08	5.11	5.10	5.31	
60-64歲	4.48	4.50	4.33	4.84	
65-69歲	4.96	4.95	5.27	4.97	
70歲及以上	5.85	5.82	5.57	5.86	

表 9、110 年本市市民每周運動次數卡方檢定結果

項目	統計檢定	檢定結果
性別	每週運動次數與性別是否有關	p 值=0.0690 > 0.05 不顯著
年齡	每週運動次數與年齡是否有關	p 值接近 0 < 0.05 顯著

### 五、本市男性每次運動時間明顯高於女性，而青壯年齡組市民每次運動時間大致高於中高年齡組

從性別觀察，110 年本市市民平均每次運動時間 61.04 分鐘，男性 69.13 分鐘，女性 52.54 分鐘，均較 107 年略減，據卡方檢定結果顯示，男性每次運動時間明顯高於女性(圖 8、表 11)。

從年齡觀察，110 年本市高年齡組市民每次運動時間大致高於低年齡組，各年齡組與 107 年相較，以 40-44 歲及 50-54 歲每次運動時間減少 16.85 分鐘及 16.36 分鐘為減少較多，35-39 歲每次運動時間增加 15.79 分鐘則為增加最多，據卡方檢定結果顯示，不同年齡組每次運動時間有顯著差異，青壯年齡組每次運動時間大致高於中高年齡組(表 10、表 11)。

圖 8、本市市民每次運動時間—按性別分

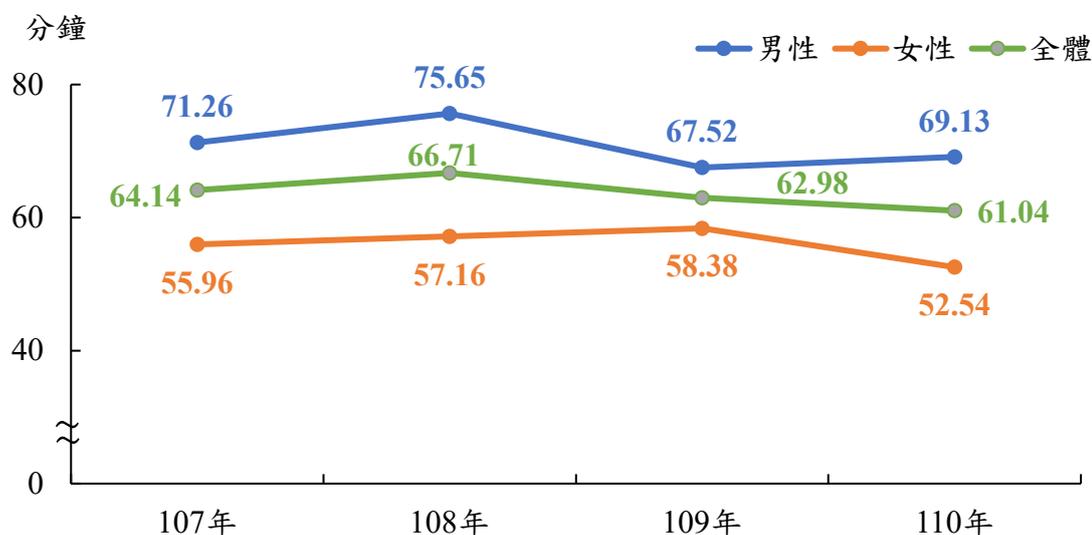


表 10、本市市民每次運動時間—按年齡分

單位：分鐘

	107年	108年	109年	110年	趨勢圖
13-24歲	69.10	76.99	76.04	67.91	
13-17歲	59.09	77.57	70.60	70.42	
18-24歲	75.84	76.72	79.44	64.19	
25-44歲	61.62	63.17	55.60	59.76	
25-29歲	61.19	72.35	61.93	51.59	
30-34歲	51.13	60.10	57.26	58.41	
35-39歲	56.07	58.14	56.34	71.86	
40-44歲	72.21	64.32	50.51	55.36	
45-59歲	66.06	64.43	66.27	56.64	
45-49歲	62.01	69.37	65.23	54.46	
50-54歲	66.30	59.67	64.31	49.94	
55-59歲	68.98	65.12	68.32	65.42	
60歲及以上	62.80	68.12	59.06	63.37	
60-64歲	61.22	73.77	59.85	63.38	
65-69歲	62.80	67.04	62.44	69.58	
70歲及以上	64.46	63.74	55.54	60.01	

表 11、110 年本市市民每次運動時間卡方檢定結果

項目	統計檢定	檢定結果
性別	每次運動時間與性別是否相關	p 值接近 0 < 0.05 顯著
年齡	每次運動時間與年齡是否相關	p 值接近 0 < 0.05 顯著

#### 肆、本市市民對運動環境滿意情形

從現有體育設施分布，本市持續建置運動中心及各項運動設施，以提供市民更優質運動場所，提升運動人口並帶動運動風氣，為了解市民對運動環境滿意情形，將對市民住家附近運動場所設置是否充足、運動環境是否滿意、認為本市是否經常舉辦體育活動等面向，分析性別及年齡的變化及差異，以作為未來努力的方向。

##### 一、本市男性認為住家附近運動場所設置充足占比明顯高於女性，而青壯年齡組認為住家附近運動場所設置充足占比大致高於中高年齡組

從性別觀察，110年本市市民有62.4%認為住家附近運動場所設置充足，男性66.0%，女性58.8%，均較107年上升，男性增加13.7個百分點，女性則增加5.6個百分點，據卡方檢定結果顯示，男性認為住家附近運動場所設置充足占比明顯高於女性(圖9、表13)。

從年齡觀察，110年本市低年齡組市民認為住家附近運動場所設置充足占比大致高於高年齡組，各年齡組與107年相較，以35-39歲減少1.6個百分點為減少最多，70歲及以上增加24.0個百分點則為增加最多，據卡方檢定結果顯示，不同年齡組認為住家附近運動場所設置充足占比有顯著差異，並以青壯年齡組認為住家附近運動場所設置充足占比大致高於中高年齡組(表12、表13)。

圖9、本市市民認為住家附近運動場所設置充足占比—按性別分

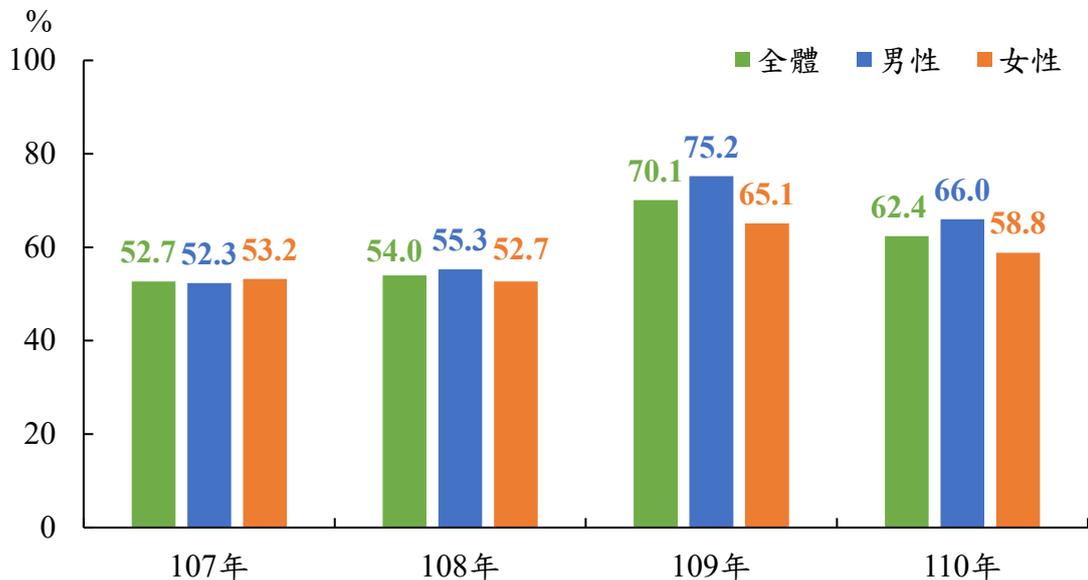


表 12、本市市民認為住家附近運動場所設置充足占比—按年齡分

單位: %

	107年	108年	109年	110年	趨勢圖
13-24歲	69.1	71.1	82.8	82.8	
13-17歲	84.1	77.2	96.0	83.0	
18-24歲	59.0	68.2	74.6	82.4	
25-44歲	50.8	49.6	69.8	56.3	
25-29歲	47.4	46.6	55.1	69.7	
30-34歲	47.7	52.8	75.5	59.8	
35-39歲	50.7	47.0	74.5	49.1	
40-44歲	54.0	51.8	69.1	53.7	
45-59歲	46.3	50.6	64.8	56.7	
45-49歲	41.5	52.9	68.0	59.3	
50-54歲	39.9	54.3	64.7	56.1	
55-59歲	55.4	46.3	63.1	54.9	
60歲及以上	56.3	54.3	68.6	66.6	
60-64歲	50.0	52.3	60.2	51.9	
65-69歲	64.3	55.0	72.9	67.6	
70歲及以上	53.5	55.7	71.6	77.5	

表 13、110 年本市市民認為住家附近運動場所設置情形卡方檢定結果

項目	統計檢定	檢定結果
性別	市民認為住家附近運動場所設置充足占比與性別是否有關	p 值=0.0051 < 0.05 顯著
年齡	市民認為住家附近運動場所設置充足占比與年齡是否有關	p 值接近 0 < 0.05 顯著

## 二、本市男性對運動環境表示滿意占比明顯高於女性，而青壯年齡組市民對運動環境表示滿意占比大致高於中高年齡組

從性別觀察，110 年本市市民有 58.3%對運動環境表示滿意，男性 63.3%，女性為 53.2%，男性較 107 年增加 7.2 個百分點，女性則下降 2.8 個百分點，據卡方檢定結果顯示，男性對運動環境表示滿意占比明顯高於女性(圖 10、表 15)。

從年齡觀察，110 年本市低年齡組市民對運動環境表示滿意占比大致高於年齡組，各年齡組與 107 年相較，以 60-64 歲減少 9.9 個

百分點為減少最多，45-49 歲增加 21.4 個百分點則為增加最多，據卡方檢定結果顯示，不同年齡組對運動環境表示滿意占比有顯著差異，青壯年齡組對運動環境表示滿意占比大致高於中高年齡組(表 14、表 15)。

圖 10、本市市民對運動環境表示滿意占比—按性別分

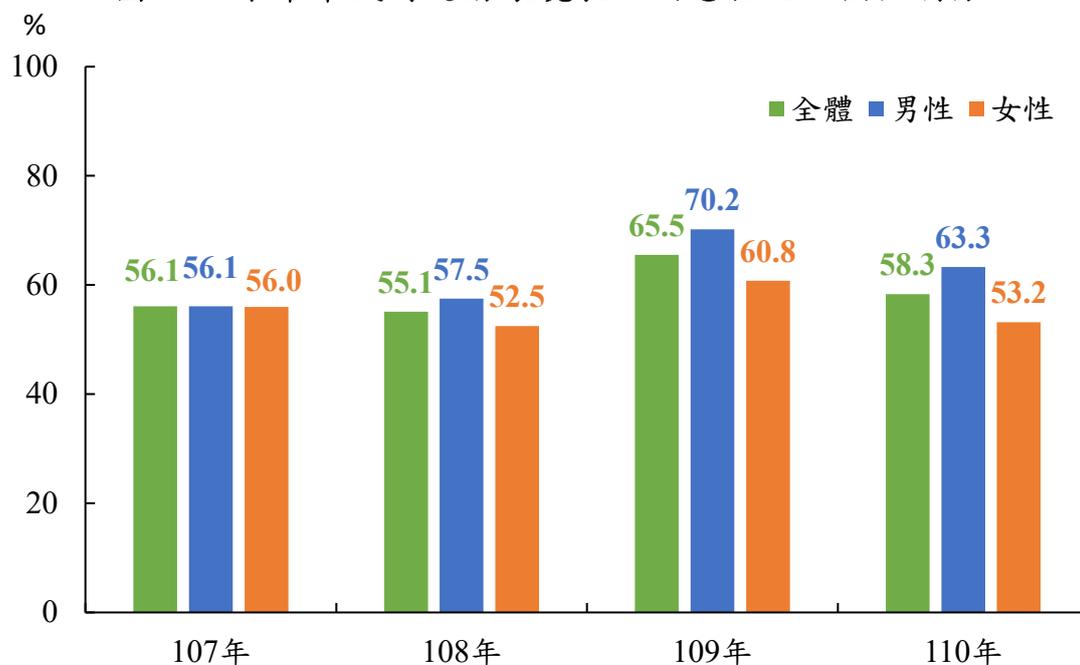


表 14、本市市民對運動環境表示滿意占比—按年齡分

單位: %

	107年	108年	109年	110年	趨勢圖
13-24歲	79.8	77.7	80.7	88.1	
13-17歲	84.1	88.0	88.1	90.8	
18-24歲	76.9	72.8	76.1	84.0	
25-44歲	54.0	51.8	70.1	51.5	
25-29歲	66.0	58.2	74.7	64.6	
30-34歲	44.0	50.3	77.7	53.4	
35-39歲	50.7	48.3	66.6	47.3	
40-44歲	57.3	52.3	67.1	48.0	
45-59歲	47.1	47.8	55.0	55.2	
45-49歲	41.8	46.0	61.2	63.2	
50-54歲	44.1	49.1	54.4	53.8	
55-59歲	53.6	47.9	52.3	49.6	
60歲及以上	56.8	55.0	58.1	53.4	
60-64歲	50.7	51.1	55.2	40.8	
65-69歲	62.9	57.6	56.9	62.7	
70歲及以上	56.1	56.5	61.5	58.3	

表 15、110 年本市市民對運動環境滿意度情形卡方檢定結果

項目	統計檢定	檢定結果
性別	市民對運動環境表示滿意占比 與性別是否有關	p 值=0.0001 < 0.05 顯著
年齡	市民對運動環境表示滿意占比 與年齡是否有關	p 值接近 0 < 0.05 顯著

三、本市女性認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動占比明顯高於男性，而青壯年齡組市民認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動占比大致高於中高年齡組。從性別觀察，110 年本市市民有 17.1%認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動，男性 14.8%，女性為 19.5%，受新冠肺炎疫情影響，體育活動配合暫停辦理，均較 107 年下降，據卡方檢定結果顯示，女性認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動占比明顯高於男性(圖 11、表 17)。

從年齡觀察，110 年本市低年齡組市民認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動占比略高於高年齡組，各年齡組與 107 年相較，各年齡組均為下降趨勢，以 40-44 歲減少 32.3 個百分點為減少最多，70 歲及以上減少 6.9 個百分點則為減少最少，據卡方檢定結果顯示，不同年齡組認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動占比有顯著差異，青壯年齡組認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動占比大致高於中高年齡組(表 16、表 17)。

圖 11、本市市民認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動占比—按性別分

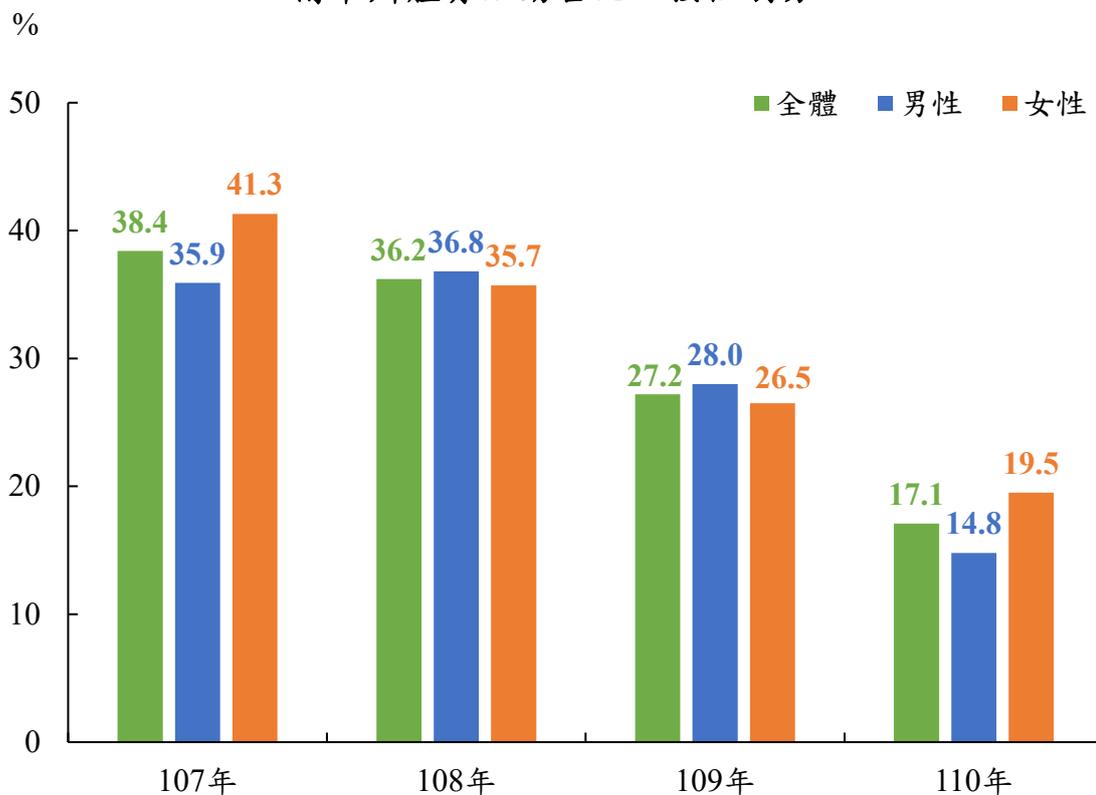


表 16、本市市民認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動占比—按年齡分

單位: %

	107年	108年	109年	110年	趨勢圖
13-24歲	46.6	52.0	28.9	26.4	
13-17歲	39.8	53.2	32.7	25.6	
18-24歲	51.2	51.4	26.5	27.5	
25-44歲	39.2	33.8	30.8	13.0	
25-29歲	32.1	38.8	18.3	13.7	
30-34歲	36.6	28.4	48.1	8.8	
35-39歲	36.9	25.5	29.9	15.6	
40-44歲	45.6	41.2	28.7	13.3	
45-59歲	37.3	36.8	22.9	16.3	
45-49歲	43.6	33.0	20.8	19.2	
50-54歲	28.5	40.4	25.5	16.1	
55-59歲	40.0	36.3	21.9	13.8	
60歲及以上	37.4	32.4	25.3	18.5	
60-64歲	46.4	36.9	27.0	15.3	
65-69歲	43.8	30.7	21.9	31.9	
70歲及以上	20.6	29.5	26.8	13.7	

表 17、110 年本市市民認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動情形卡方檢定結果

項目	統計檢定	檢定結果
性別	市民認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動占比與性別是否有關	p 值=0.0207 < 0.05 顯著
年齡	市民認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動占比與年齡是否有關	p 值接近 0 < 0.05 顯著

## 伍、結論與建議

### 一、結論

(一) 本市男女性運動人口、7333 規律運動人口、運動時運動強度達會喘會流汗占比及每周運動次數無顯著差異；男性每次運動時間則明顯高於女性

從性別觀察，110 年本市男性及女性運動人口分別占 81.9%及 80.8%，7333 規律運動人口分別占 33.4%及 35.3%，運動時運動強度達會喘會流汗分別占 46.7%及 45.6%，每周運動次數分別為 3.63 次及 3.81 次，每次運動時間則分別為 69.13 分鐘及 52.54 分鐘；據卡方檢定結果顯示，除本市男性每次運動時間明顯高於女性外，餘各項指標男女性無顯著差異。

(二) 本市中高年齡組運動人口、7333 規律運動人口及每周運動次數占比大致高於青壯年齡組；青壯年齡組則是運動時運動強度達會喘會流汗及每次運動時間占比高於中高年齡組

依年齡層初步觀察，就 13 至 44 歲及 45 歲以上簡要分析，110 年本市 13 至 44 歲及 45 歲以上運動人口分別占 78.6%及 86.6%，7333 規律運動人口分別占 30.5%及 45.0%，運動時運動強度達會喘會流汗分別占 53.8%及 37.1%，每周運動次數平均分別為 3.14 次及 4.57 次，每次運動時間分別為 62.21 分

鐘及 60.43 分鐘；進一步分析各年齡組的差異，據卡方檢定結果顯示，本市中高年齡組運動人口、7333 規律運動人口及每周運動次數占比大致高於青壯年齡組，青壯年齡組運動時運動強度達會喘會流汗及每次運動時間占比則大致高於中高年齡組。

**(三) 本市男性認為住家附近運動場所設置充足占比、對運動環境表示滿意占比明顯高於女性；女性認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動占比則明顯高於男性**

依性別觀察，110 年本市男女性認為住家附近運動場所設置充足分別占 66.0%及 58.8%，對運動環境表示滿意分別占 63.3%及 53.2%，認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動分別占 14.8%及 19.5%；據卡方檢定結果顯示，本市男性認為住家附近運動場所設置充足占比、對運動環境表示滿意占比均明顯高於女性，女性認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動占比則明顯高於男性。

**(四) 本市青壯年齡組認為住家附近運動場所設置充足占比、對運動環境表示滿意占比及認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動占比大致高於中高年齡組**

依年齡層初步觀察，本市 13 至 44 歲及 45 歲以上市民認為住家附近運動場所設置充足分別占 64.2%及 62.3%，對運動環境表示滿意分別占 62.5%及 54.2%，認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動分別占 18.0%及 17.5%；進一步分析各年齡組的差異，據卡方檢定結果顯示，本市各年齡組認為住家附近運動場所設置充足占比、對運動環境表示滿意占比及認為政府、學校、社區或運動協會經常、偶爾舉辦體育活動占比有顯著差異，青壯年齡組大致高於中高年齡組。

## 二、建議

### (一)配合不同性別運動習慣，量身打造專屬不同運動課程與活動； 設置女性運動專區，提升女性運動意願

不同性別運動習慣及需求有所差異，建議可增加不同性別專屬運動課程，另配合性別需求，辦理各項全民性體育活動，吸引民眾運動慾望，鼓勵民眾投入運動意願，強化運動參與，進而活絡全民運動之風氣。

女性運動意識逐漸抬頭，建議可多設置女性運動場所，提供女性在使用各項運動設施優惠、限定時段女性優先使用場地、及女性專屬課程等，增加女性運動之意願，提高女性運動環境品質。

### (二)提供便捷運動環境，以方便民眾就近運動；增加銀髮族運動設施及課程，營造健康樂活友善安全環境

良好運動習慣為身體健康之重要元素，提供便捷的運動環境為重要一環，建議持續針對各區市府轄管公共設施(如社會住宅等)之餘裕空間，規劃設置之微型運動中心，結合社會住宅內及周圍住區需求，強化在地性運動服務，以方便民眾就近運動，創造高品質之健康休閒服務。

年長者對健康與良好的體適能日漸重視，建議微型運動中心內可增加專屬銀髮族運動設施及課程，並增設相關安全設施，打造健康樂活友善安全的運動環境，使年長者有完善運動環境，增進健康樂活。

## 陸、資料來源

- 一、教育部體育署運動現況調查
- 二、教育部體育署全國運動場館資訊網
- 三、桃園市政府體育局