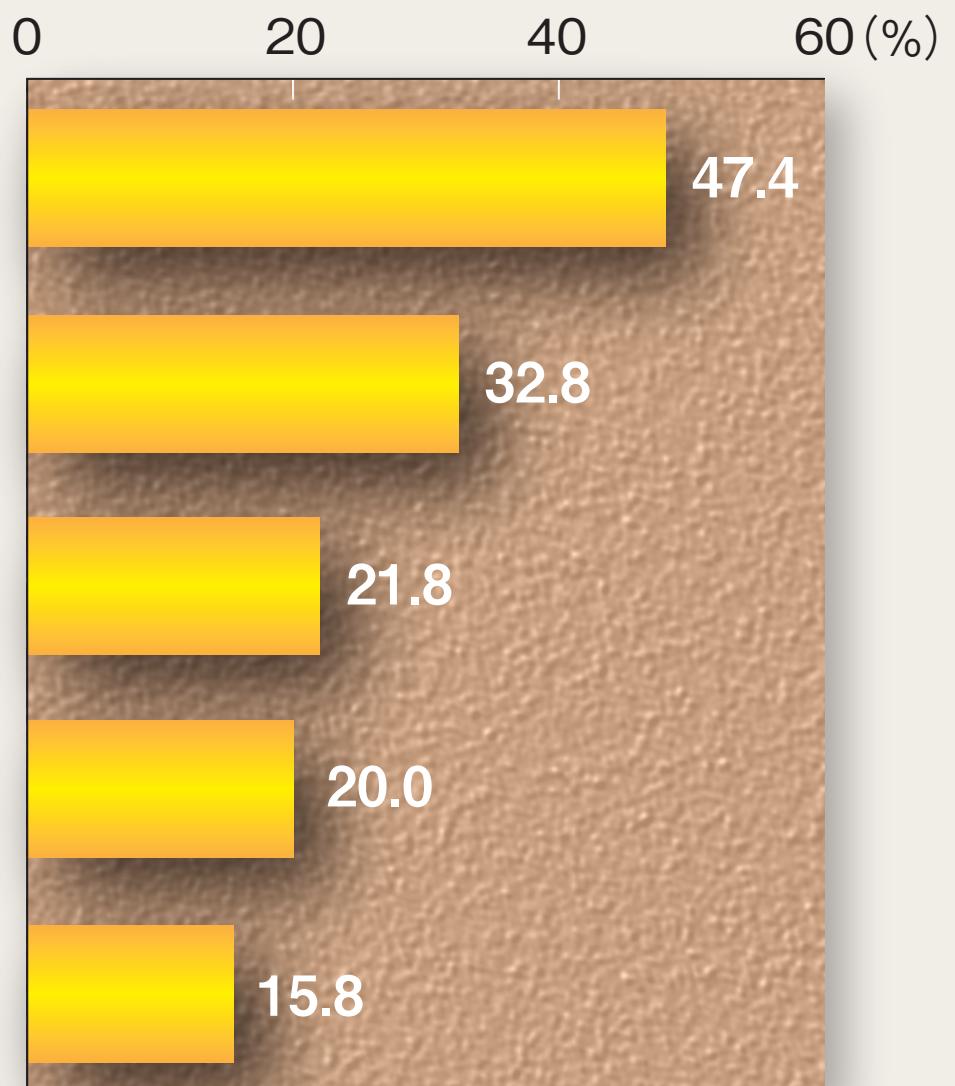


■図1. 今後行ってみたいと思うスポーツや運動

(n=1,896)

- ウォーキング、散歩**
(散策、ペットの散歩などを含む)
- 体操**
(ラジオ体操、職場体操、ストレッチ、エクササイズ、エアロビクス、ヨガ、縄跳びを含む)
- 軽い水泳**
(水中歩行・水中運動を含む)
- 軽い球技**
(キャッチボール、卓球、ドッジボール、バドミントン、テニス、バレーボールなど)
- 室内運動器具**
(ウェイト器具、ランニングマシーン、バランスボールなど)を使ってする運動



※スポーツ・運動と保健医療に関する世論調査(東京都生活文化局)より