

臺中市性別統計通報

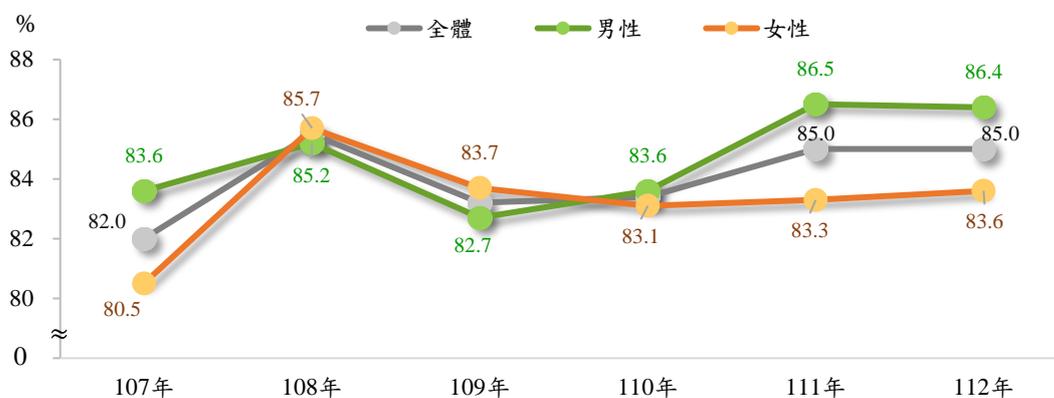
全民運動 健康樂活

113 年 7 月

112 年本市運動人口比率達 85.0%，較 107 年增 3.0 個百分點；其中男性運動人口 86.4%，高於女性之 83.6%；男性每週運動 229.06 分鐘，較女性多 56.71 分鐘(32.90%)，近年兩性運動時間皆有下降趨勢。112 年運動主要目的兩性皆以「為了健康」最多，平常從事的運動類型則皆以「戶外活動」為大宗。另，本市已啟用 6 座運動中心，113 年上半年累計使用人次達 169.91 萬人次，其中男性占 58.53%，女性占 41.47%。

依據教育部體育署運動現況調查¹，112 年本市運動人口比率為 85.0%，較 107 年增 3.0 個百分點；其中男性運動人口比率 86.4%，增 2.8 個百分點，女性運動人口比率 83.6%，增 3.1 個百分點，除 108 年及 109 年女性運動人口比率微幅高於男性外，其他年度男性運動人口比率皆高於女性，以 111 年差距達 3.2 個百分點最大(圖 1)。

圖1、臺中市運動人口比率

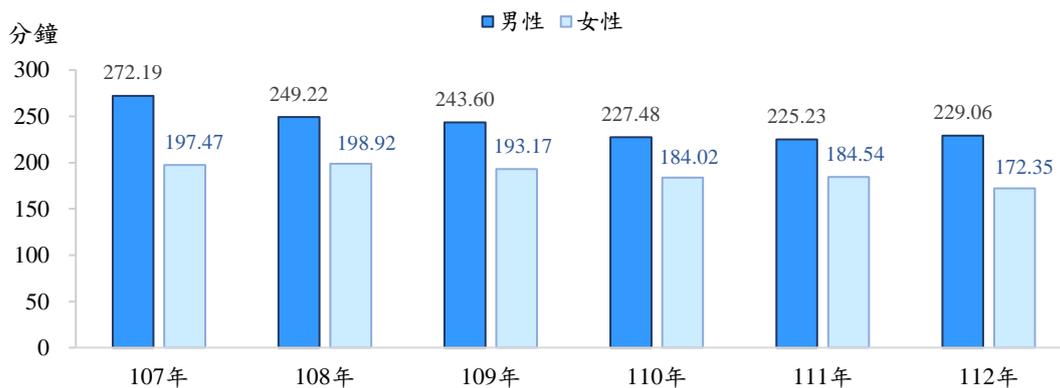


資料來源:教育部體育署「運動現況調查」

觀察本市兩性平均運動時間，112 年男性平均每週運動時間為 229.06 分鐘，較女性每週 172.35 分鐘多 56.71 分鐘(32.90%)，且歷年男性運動時間皆多於女性逾 2 成；男、女性每週運動時間分別較 107 年減 43.13 分鐘(-15.85%)及 25.12 分鐘(-12.72%)，近 6 年兩性運動時間皆有下降趨勢(圖 2)。

¹ 本調查對象為年滿 13 歲以上之民眾。

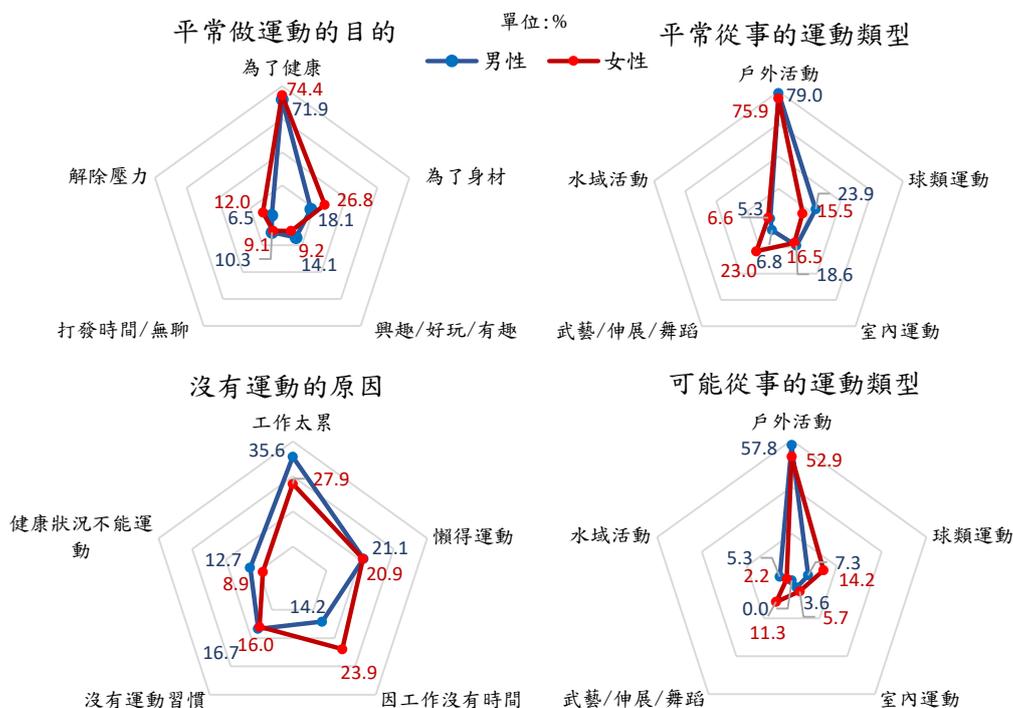
圖2、臺中市民眾平均每週運動時間-按性別分



資料來源:教育部體育署「運動現況調查」

112年本市有運動的民眾中，兩性皆以「為了健康」為平常做運動的主要目的(男性71.9%，女性74.4%)，其次是「為了身材」(男性18.1%，女性26.8%)；平常從事的運動類型中，男性以「戶外活動」占79.0%為大宗，「球類運動」占23.9%次之，女性亦以「戶外活動」占75.9%最多，其次則為「武藝/伸展/舞蹈」占23.0%；不運動的民眾中，兩性皆以「工作太累」為主因，男性、女性分別占35.6%及27.9%，而男性以「懶得運動」占21.1%次之，女性則以「因工作沒有時間」

圖3、112年臺中市民眾運動行為概況-按性別分



資料來源:教育部體育署「運動現況調查」

註:1.各問項僅呈現占比前5大之類別。

2.本圖「可能從事的運動類型」為單選，餘問項皆為複選。

占 23.9% 次之；未來可能從事的運動類型中，兩性皆以「戶外活動」為首要選擇，其次則為「球類運動」(圖 3)。

本市為打造全齡友善運動環境，累計規劃興建 10 座國民暨兒童運動中心及 1 座全民運動館，其中朝馬、北區、南屯、長春、大里及潭子等 6 座國民運動中心已啟用；113 年上半年本市各運動中心累計使用人次達 169.91 萬人次，其中男性 99.44 萬人次(占 58.53%)，女性 70.46 萬人次(占 41.47%)，且各運動中心男性使用人次皆高於女性(圖 4)。

圖 4、113 年上半年臺中市國民運動中心使用概況



資料來源：臺中市政府運動局

除興闢運動中心外，本市更推動興建巨蛋體育館及足球運動休閒園區等大型場館，持續打造優質運動環境，提升運動休閒品質，並積極辦理各區籃球、桌球、羽球社區聯誼賽、巡迴運動指導團等，期能提升全民運動風氣，邁向「健康活力運動城」之目標。