



統計應用分析報告

由性別觀察臺北市民眾運動概況

林耀祺

編號：109-03



臺北市政府主計處

109年9月

摘要

運動為一般人生活中不可或缺之健康要素，近年來隨著國人消費及生活習慣的轉變，運動的重要性日漸被重視，全臺各地興起許多體育活動。臺北市政府體育局亦透過推展政策及計畫將臺北市打造成運動城市，引領健康友善運動風氣，祈冀達成全民動起來之願景。

根據教育部體育署「運動現況調查」結果顯示，在運動行為方面，民國 108 年臺北市民眾平日或假日有運動習慣人口比率為 88.2%，係六都第 1，近四年皆超過八成，且大致呈上升趨勢，其中男、女性有運動習慣人口比率分別為 90.1%、86.6%，男性高於女性；規律運動人口比率為 38.0%，亦大致呈上升趨勢，其中男、女性規律運動人口比率分別為 43.7%、32.9%，男性有規律運動習慣比率較女性高出 10 個百分點以上。

在運動環境滿意情形方面，民國 108 年臺北市有 9.7%之民眾認為臺北市政府、學校、社區或運動協會經常舉辦體育活動；56.2%民眾對於運動環境表示滿意；61.5%之民眾認為住家附近運動場所設置充足，其中男性給予正面評價比率皆高於女性，差異介於 1.6 個至 6.4 個百分點間。

在女性運動專區方面，民國 108 年臺北市女性受訪者表示若實施女性運動專區，會增加其運動意願者占 59.5%，近四年皆超過 5 成 9，並表示女性運動專區之內容最具吸引力的前二項作法分別為「女性專屬運動課程」(占 65.2%)及「女性場地租金優惠」(占 45.5%)。

根據臺北市政府體育局統計顯示，民國 108 年臺北市政府體育局(以下簡稱體育局)舉辦各式全民體育活動 15.4 萬次，計 258.4 萬人次參加，其中男、女性參加人次分別占 45.0%、55.0%，近四年男性

體育活動參加人次皆低於女性；體育局各場地開放使用人次為 1,827 萬人次，其中以運動中心使用人次為 1,179 萬人次居首，運動中心男、女性使用人次分別占 55.6%、44.4%，近四年男性運動中心使用人次皆高於女性。

綜上，臺北市男性有運動習慣及規律運動人口比率均高於女性，且男、女性上述指標之比率皆為六都最高，另近六成女性表示設置女性運動專區會增加運動意願，最後建議配合性別需求，打造適宜運動環境，及建立良好運動空間，拉近不同性別民眾與運動之距離，並舉辦各式體育活動，吸引不同性別民眾，期能提升規律運動人口比率，營造性別友善運動都市。

目 次

壹、前言.....	1
貳、臺北市民眾運動現況	1
一、運動行為概況.....	2
二、民眾對運動環境滿意情形.....	7
三、女性運動專區	11
參、臺北市體育活動民眾參與概況	13
肆、臺北市公有運動場地民眾使用情形	15
伍、結論與建議	16
陸、參考資料.....	18

表 目 次

表 1	臺北市民眾運動人口比率	2
表 2	臺北市民眾 7333 規律運動人口比率	3
表 3	臺北市民眾運動時達到運動強度標準比率	4
表 4	臺北市民眾每週運動次數及每次運動時間	5
表 5	108 年全國與六都男性民眾運動現況	6
表 6	108 年全國與六都女性民眾運動現況	6
表 7	臺北市民眾認為臺北市政府、學校、社區或運動協會舉辦體育活動頻率	7
表 8	臺北市民眾對運動環境滿意度	8
表 9	臺北市民眾認為住家附近運動場所設置情形	9
表 10	108 年全國與六都男性運動環境滿意情形	10
表 11	108 年全國與六都女性運動環境滿意情形.....	11
表 12	臺北市若實施女性運動專區提升其運動意願概況	11
表 13	臺北市若實施女性運動專區其具吸引力的作法	12
表 14	108 年全國與六都女性運動專區概況	12
表 15	臺北市體育活動概況	14
表 16	臺北市公有運動場地民眾使用人次	15
表 17	臺北市各運動中心場地開放使用人次	16

由性別觀察臺北市民眾運動概況

壹、前言

運動是人們生活作息不可或缺的一部分，適當的運動能為身心及社會層面帶來正面好處，聯合國於西元 2015 年修訂「國際體育教育，體育活動與體育運動憲章」，強調運動對個人健康以及社會和平等正面的積極作用；世界衛生組織亦建議 18 歲至 64 歲成人每週需進行 150 分鐘以上中等強度身體活動，可增進心肺、肌肉和骨骼健康以減少疾病及憂鬱症風險。

教育部體育署於民國 102 年訂頒「體育運動政策白皮書」，嗣經國內外體育活動環境變遷快速，為因應時代脈動追求進步革新，爰於 106 年修訂上揭白皮書，包括「學校體育」、「全民體育」、「競技運動」、「國際及二岸運動」、「運動產業」及「運動設施」六項主軸，以達成為民眾創造心情愉快運動經驗。另隨國際團體對女性運動參與及性別平權的重視，以女性需求及經驗為出發點，亦於 106 年發表「推廣女性參與體育運動白皮書」，以改善軟硬體資源，營造友善女性運動環境，及帶動女性規律運動風潮為主要目標。

為了解臺北市民眾運動概況，本文運用教育部體育署按年辦理之「運動現況調查」及臺北市政府體育局機關公務統計資料，以性別等面向分析臺北市民眾運動現況、體育活動概況及運動場地使用情形三大部分，並運用統計學的卡方檢定，判斷兩性在各指標中是否有顯著差異，以觀察性別面向在上述三大部分之差異，提供相關單位作為施政之參考。

貳、臺北市民眾運動現況

為了解國人運動參與的實際情況以及全民運動的政策推展與計畫執行情形，教育部體育署自民國 105 年開始每年進行全國運動現況調查。而近年來臺北市運動風氣興盛，為了解臺北市民眾運動現

況，本文特別蒐集教育部體育署 105 年至 108 年「運動現況調查」之臺北市資料進行探討。

一、運動行為概況

為觀察臺北市民眾之運動情形，藉由平日或假日是否運動、是否符合規律運動之條件、運動強度、每週運動次數及每次運動時間等問項，了解臺北市民眾歷年運動行為之變化情形及差異。

(一)108 年近九成臺北市民眾平常或假日有做運動，且男性有運動習慣比率高於女性

依調查結果顯示，民國 108 年臺北市民眾有運動習慣比率為 88.2%，為近四年最高，較 107 年增加 2.4 個百分點；其中男性為 90.1%，女性為 86.6%，分別較 107 年增加 1.5、3.2 個百分點。另卡方檢定結果顯示 107、108 年臺北市民眾運動人口比率會因性別而有顯著差異。(詳表 1)

表 1 臺北市民眾運動人口比率

年別	樣本數 (人)	總計 (%)	有運動人口 (%)	無運動人口 (%)
105 年	1,510	100.0	84.7	15.3
106 年	1,528	100.0	87.6	12.4
107 年	1,514	100.0	85.8	14.2
性別*				
男性	562	100.0	88.6	11.4
女性	952	100.0	83.4	16.6
108 年	1,512	100.0	88.2	11.8
性別*				
男性	610	100.0	90.1	9.9
女性	902	100.0	86.6	13.4

資料來源：教育部體育署。

說明：1.*表示在 $\alpha = 0.05$ 下，卡方檢定結果顯示有顯著差異。

2.自 107 年起始有區分性別之資料。

(二)108 年臺北市約四成民眾會進行 7333 規律運動，其比率近四年大致呈上升趨勢，且男性規律運動人口比率高於女性

依調查結果顯示，民國 108 年臺北市民眾 7333 規律運動(每週至少運動 3 次、每次 30 分鐘、心跳達 130 或是運動強度達到會喘會流汗)人口比率為 38.0%，為近四年最高，較 107 年增加 0.8 個百分點；其中男性 43.7%，女性 32.9%，分別較 107 年增加 1.4 個百分點及持平，另卡方檢定結果顯示 107、108 年臺北市民眾 7333 規律運動人口比率會因性別而有顯著差異。(詳表 2)

表 2 臺北市民眾 7333 規律運動人口比率

年別	樣本數 (人)	總計 (%)	符合 7333 規律 運動人口(%)	不符合 7333 規律 運動人口(%)
105 年	1,510	100.0	35.8	64.2
106 年	1,528	100.0	34.6	65.4
107 年	1,514	100.0	37.2	62.8
性別*				
男性	562	100.0	42.3	57.7
女性	952	100.0	32.9	67.1
108 年	1,512	100.0	38.0	62.0
性別*				
男性	610	100.0	43.7	56.3
女性	902	100.0	32.9	67.1

資料來源：教育部體育署。

說明：1.*表示在 $\alpha = 0.05$ 下，卡方檢定結果顯示有顯著差異。

2.自 107 年起始有區分性別之資料。

(三)108 年近五成臺北市民眾運動時達到運動強度標準，且男性達成比率高於女性

依調查結果顯示，民國 108 年臺北市民眾運動時達到運動強度標準(會喘會流汗)比率為 45.6%，較 107 年減少 3.6 個百分點；其中男性 51.9%，女性 40.0%，分別較 107 年減少 4.0 及 3.4 個百分點。

另卡方檢定結果顯示 107、108 年臺北市民眾運動時達到運動強度標準比率會因性別而有顯著差異。(詳表 3)

表 3 臺北市民眾運動時達到運動強度標準比率

年別	樣本數 (人)	總計 (%)	運動時達到 運動強度標準 (%)	運動時無達到 運動強度標準 (%)
105 年	1,510	100.0	42.9	57.1
106 年	1,528	100.0	47.4	52.6
107 年	1,514	100.0	49.2	50.8
性別*				
男性	562	100.0	55.9	44.1
女性	952	100.0	43.4	56.6
108 年	1,512	100.0	45.6	54.4
性別*				
男性	610	100.0	51.9	48.1
女性	902	100.0	40.0	60.0

資料來源：教育部體育署。

說明：1.*表示在 $\alpha = 0.05$ 下，卡方檢定結果顯示有顯著差異。

2.自 107 年起始有區分性別之資料。

(四)108 年臺北市民眾每週運動 3 到 4 次，平均每次運動時間為 66.54 分鐘，其中男性每次運動時間高於女性，女性每週運動次數則高於男性

依調查結果顯示，民國 108 年臺北市民眾每週運動次數平均 3.63 次，較 107 年增加 0.01 次；其中男性 3.56 次，女性 3.70 次，分別較 107 年減少 0.12 及增加 0.14 次。每次運動時間平均為 66.54 分鐘，較 107 年減少 5.97 分鐘；其中男性為 76.19 分鐘，女性為 57.35 分鐘，分別較 107 年減少 9.24 及 3.17 分鐘。(詳表 4)

表 4 臺北市民眾每週運動次數及每次運動時間

年別	每週運動次數 (次)	每次運動時間 (分鐘)
105 年	3.73	68.48
106 年	3.49	66.67
107 年	3.62	72.51
性別		
男性	3.68	85.43
女性	3.56	60.52
108 年	3.63	66.54
性別		
男性	3.56	76.19
女性	3.70	57.35

資料來源：教育部體育署。

說 明：自 107 年起始有區分性別之資料。

(五)108 年臺北市男、女性運動人口比率及符合 7333 規律運動人口比率均為六都第 1

觀察六都男性運動現況，民國 108 年臺北市男性運動人口比率 90.1%、7333 規律人口運動比率 43.7%及運動時達到運動強度標準(會喘會流汗)人口比率 51.9%均為六都第 1，另表 5 各項目除每週運動次數外，其餘皆高於全國平均。(詳表 5)

表 5 108 年全國與六都男性民眾運動現況

城市別	運動人口 (%)		7333 規律運動人口 (%)		運動時達到運動強度標準 (%)		每週運動次數 (次)		每次運動時間 (分鐘)	
		排名		排名		排名		排名		排名
全 國	84.8	--	36.5	--	48.4	--	3.73	--	71.37	--
臺北市	90.1	1	43.7	1	51.9	1	3.56	4	76.19	2
新北市	85.4	3	33.3	6	49.4	4	3.38	6	79.08	1
桃園市	85.1	5	35.5	3	51.0	2	3.61	3	75.65	3
臺中市	85.2	4	34.0	4	50.8	3	3.52	5	70.80	4
臺南市	83.2	6	33.7	5	43.5	6	3.78	2	67.08	5
高雄市	85.6	2	38.6	2	47.6	5	4.04	1	67.00	6

資料來源：教育部體育署。

觀察六都女性運動現況，民國 108 年臺北市女性運動人口比率、7333 規律人口運動比率為六都第 1，另表 6 各項目除每週運動次數外，其餘皆高於全國平均。(詳表 6)

表 6 108 年全國與六都女性民眾運動現況

城市別	運動人口比率 (%)		7333 規律運動人口 (%)		運動時達到運動強度標準 (%)		每週運動次數 (次)		每次運動時間 (分鐘)	
		排名		排名		排名		排名		排名
全 國	82.5	--	30.7	--	37.7	--	3.77	--	54.31	--
臺北市	86.6	1	32.9	1	40.0	2	3.70	4	57.35	2
新北市	85.3	3	31.2	3	39.5	3	3.53	6	57.40	1
桃園市	83.0	4	29.5	4	36.2	4	3.81	3	57.16	3
臺中市	85.7	2	29.1	5	43.5	1	3.59	5	55.41	4
臺南市	75.6	6	27.1	6	34.7	5	3.90	2	50.64	6
高雄市	80.2	5	32.2	2	31.8	6	4.04	1	52.82	5

資料來源：教育部體育署。

二、民眾對運動環境滿意情形

(一)臺北市民眾認為相關單位是否經常舉辦體育活動、運動環境滿意度及住家附近運動場所設置是否充足等三項指標，男性給予正面評價的比率皆高於女性

依調查結果顯示，民國 108 年臺北市有 9.7%之民眾認為臺北市政府、學校、社區或運動協會經常為民眾舉辦體育活動，較 107 年減少 11.0 個百分點；其中男性為 10.9%、女性為 8.6%，分別較 107 年減少 10.2 及 11.8 個百分點，另卡方檢定結果顯示 108 年臺北市民眾認為臺北市政府、學校、社區或運動協會舉辦體育活動頻率會因性別而有顯著差異。(詳表 7)

表 7 臺北市民眾認為臺北市政府、學校、社區或運動協會舉辦體育活動頻率

單位：人、%

年別	樣本數	總計	經常	偶爾	很少	沒有	不知道、拒答
105 年	1,510	100.0	12.7	22.0	19.0	23.7	22.6
106 年	1,528	100.0	9.5	20.4	14.0	14.5	41.6
107 年	1,514	100.0	20.7	20.5	11.0	14.4	33.4
性別							
男性	562	100.0	21.1	19.9	11.9	14.8	32.3
女性	952	100.0	20.4	21.0	10.2	14.0	34.4
108 年	1,512	100.0	9.7	17.2	12.4	20.9	39.8
性別*							
男性	610	100.0	10.9	15.3	13.7	19.0	41.1
女性	902	100.0	8.6	18.9	11.2	22.7	38.7

資料來源：教育部體育署。

說明：1.*表示在 $\alpha = 0.05$ 下，卡方檢定結果顯示有顯著差異。

2.自 107 年起始有區分性別之資料。

民國 108 年臺北市有 56.2%之民眾對於運動環境表示滿意，較 107 年減少 7.0 個百分點；其中男性為 59.6%、女性為 53.2%，分別較 107 年減少 6.3 及 7.7 個百分點，另卡方檢定結果顯示 107、108 年臺北市民眾運動環境滿意度會因性別而有顯著差異。(詳表 8)

表 8 臺北市民眾對運動環境滿意度

單位：人、%

年別	樣本數	總計	滿意	不滿意	沒意見	不知道、拒答
105 年	1,510	100.0	64.4	25.7	9.9	-
106 年	1,528	100.0	61.6	14.8	-	23.6
107 年	1,514	100.0	63.2	19.9	3.6	13.3
性別*						
男性	562	100.0	65.9	18.9	3.7	11.5
女性	952	100.0	60.9	20.7	3.6	14.8
108 年	1,512	100.0	56.2	22.0	5.1	16.6
性別*						
男性	610	100.0	59.6	23.8	5.4	11.2
女性	902	100.0	53.2	20.5	4.8	21.5

資料來源：教育部體育署。

說明：1.*表示在 $\alpha = 0.05$ 下，卡方檢定結果顯示有顯著差異。

2.自 107 年起始有區分性別之資料。

民國 108 年臺北市民眾有 61.5%認為住家附近運動場所設置充足，較 107 年度減少 1.2 個百分點；其中男性認為充足者 62.3%，女性為 60.7%，分別較 107 年減少 3.7 及增加 0.9 個百分點，另卡方檢定結果顯示 107、108 年臺北市民眾認為住家附近運動場所設置情形會因性別而有顯著差異。(詳表 9)

表 9 臺北市民眾認為住家附近運動場所設置情形

單位：人、%

年別	樣本數	總計	充足	不足	沒意見	不知道、 拒答
105 年	1,510	100.0	67.1	30.9	2.0	-
106 年	1,528	100.0	62.7	32.7	-	4.6
107 年	1,514	100.0	62.7	30.3	1.4	5.6
性別*						
男性	562	100.0	66.0	27.7	1.0	5.3
女性	952	100.0	59.8	32.5	1.8	5.9
108 年	1,512	100.0	61.5	30.4	1.9	6.3
性別*						
男性	610	100.0	62.3	31.4	1.6	4.7
女性	902	100.0	60.7	29.4	2.2	7.7

資料來源：教育部體育署。

說明：1.*表示在 $\alpha = 0.05$ 下，卡方檢定結果顯示有顯著差異。

2.自 107 年起始有區分性別之資料。

(二)108 年臺北市男、女性認為住家附近運動場所設置充足人數比率均為六都第 1

觀察六都男性對運動環境滿意情形，民國 108 年臺北市男性認為住家附近運動場所設置充足人數比率 62.3%，為六都第 1 且高於全國平均；認為滿意運動環境之人數比率為 59.6% 亦高於全國平均；認為縣市政府、學校、社區或運動協會經常或偶爾舉辦體育活動頻率之人數比率則為 26.2%。(詳表 10)

表 10 108 年全國與六都男性運動環境滿意情形

單位：%

城市別	認為縣市政府、學校、社區或運動協會經常或偶爾舉辦體育活動頻率之人數比率		認為滿意運動環境之人數比率		認為住家附近運動場所設置充足之人數比率	
	比率	排名	比率	排名	比率	排名
全 國	30.0	--	54.7	--	57.8	--
臺北市	26.2	5	59.6	2	62.3	1
新北市	22.9	6	60.4	1	62.0	2
桃園市	36.8	1	57.5	4	55.3	5
臺中市	31.9	2	57.6	3	55.1	6
臺南市	28.0	3	53.8	5	56.1	4
高雄市	26.4	4	50.7	6	58.9	3

資料來源：教育部體育署。

觀察六都女性對運動環境滿意情形，民國 108 年臺北市女性認為住家附近運動場所設置充足人數比率 60.7%，為六都第 1 且高於全國平均；另認為滿意運動環境之人數比率 53.2% 亦高於全國平均；認為縣市政府、學校、社區或運動協會經常或偶爾舉辦體育活動頻率之人數比率則為 27.5%。(詳表 11)

表 11 108 年全國與六都女性運動環境滿意情形

單位：%

城市別	認為縣市政府、學校、社區或運動協會經常或偶爾舉辦體育活動頻率之人數比率		認為滿意運動環境之人數比率		認為住家附近運動場所設置充足之人數比率	
		排名		排名		排名
全國	31.2	--	52.1	--	55.8	--
臺北市	27.5	3	53.2	3	60.7	1
新北市	26.2	5	59.0	1	59.8	2
桃園市	35.7	1	52.5	4	52.7	6
臺中市	34.6	2	53.8	2	56.4	4
臺南市	27.2	4	47.6	6	55.5	5
高雄市	23.7	6	47.7	5	57.4	3

資料來源：教育部體育署。

三、女性運動專區

(一)近四年臺北市超過 5 成 9 女性受訪者表示若實施女性運動專區會增加運動之意願

近年來，女性運動風氣提升，依調查結果顯示，民國 108 年臺北市有 59.5% 女性受訪者表示若實施女性運動專區會增加運動之意願，近四年皆超過 5 成 9，另女性運動專區之內容最具吸引力的前二項作法分別為「女性專屬運動課程」(占 65.2%)及「女性場地租金優惠」(占 45.5%)。(詳表 12、13)

表 12 臺北市若實施女性運動專區提升其運動意願概況

單位：%

年別	會增加	不會增加	不知道、拒答
105 年	65.8	34.2	--
106 年	68.6	26.2	5.2
107 年	62.4	32.7	4.9
108 年	59.5	34.8	5.7

資料來源：教育部體育署。

表 13 臺北市若實施女性運動專區其具吸引力的作法

單位：%

年別	女性專屬運動課程	女性場地租金優惠	女性有優先使用場地之權利	場地限定時段僅可女性進入	其他	不知道、拒答
105 年	53.0	15.2	15.1	16.7	--	--
106 年	73.6	44.7	42.8	29.5	--	--
107 年	67.9	39.0	36.5	25.6	--	18.5
108 年	65.2	45.5	37.1	27.8	0.1	5.4

資料來源：教育部體育署。

說明：108、107、106 年為複選。

(二)108 年六都女性受訪者超過五成表示會因實施女性運動專區而增加運動意願

觀察六都概況，民國 108 年女性受訪者因實施女性運動專區而增加運動之意願者皆超過五成，又其具吸引力的作法，六都皆以「女性專屬運動課程」為最多，然臺北市及新北市以「女性場地租金優惠」居第 2，「女性有優先使用場地之權利」居第 3；而其他 4 個直轄市以「女性有優先使用場地之權利」居第 2，「女性場地租金優惠」居第 3。(詳表 14)

表 14 108 年全國與六都女性運動專區概況

單位：%

城市別	實施女性運動專區會增加運動意願	女性運動專區具吸引力的作法					
		女性專屬運動課程	女性場地租金優惠	女性有優先使用場地之權利	場地限定時段僅可女性進入	其他	不知道、拒答
全國	60.3	68.8	37.5	40.5	27.6	0.5	6.0
臺北市	59.5	65.2	45.5	37.1	27.8	0.1	5.4
新北市	64.3	73.7	43.8	33.1	29.6	0.5	4.2
桃園市	62.6	71.4	32.3	41.3	27.1	0.5	6.9
臺中市	61.0	62.3	39.4	42.0	31.4	0.5	5.5
臺南市	57.8	71.2	37.7	41.3	25.3	0.8	5.2
高雄市	58.1	65.2	36.2	43.5	24.3	0.9	7.3

資料來源：教育部體育署。

參、臺北市體育活動民眾參與概況

近四年臺北市政府體育局及所轄場地舉辦之體育活動，男性偏好競賽活動，女性偏好研習及訓練活動

民國 108 年臺北市政府體育局及所轄場地辦理全民體育活動次數 15.4 萬次，計有 258.4 萬人次參加，較 107 年分別增加 1.4 萬次(9.8%)、16.0 萬人次(6.6%)；就參加人員之性別觀察，男性 116.4 萬人次(占 45.0%)、女性 142.0 萬人次(占 55.0%)，近四年女性參與人次皆高於男性；就活動類別觀察，競賽活動及兒童與青少年育樂活動近四年男性參與人次皆高於女性，研習及訓練活動、特殊族群活動近四年則女性參與人次皆高於男性，其他活動則男、女性互有高低。(詳表 15)

表 15 臺北市體育活動概況

單位：人次、次

年別	總計	競賽活動	研習及 訓練活動	兒童與青 少年育樂 活動	特殊族群 活動	其他活動
105 年						
活動次數	159,461	1,363	158,013	31	19	35
參加人次	2,479,912	295,357	2,025,821	7,662	3,543	147,529
性別						
男	1,035,160	192,457	779,874	4,489	1,471	56,869
女	1,444,752	102,900	1,245,947	3,173	2,072	90,660
106 年						
活動次數	126,386	418	125,840	25	8	95
參加人次	2,431,320	131,940	1,893,795	8,049	1,530	396,006
性別						
男	1,041,414	85,130	745,621	4,805	718	205,140
女	1,389,906	46,810	1,148,174	3,244	812	190,866
107 年						
活動次數	140,625	645	139,634	35	109	202
參加人次	2,424,805	184,942	2,109,386	6,159	10,057	114,261
性別						
男	1,078,930	124,662	884,253	4,184	4,101	61,730
女	1,345,875	60,280	1,225,133	1,975	5,956	52,531
108 年						
活動次數	154,394	487	153,043	83	412	369
參加人次	2,584,466	246,815	2,282,756	8,245	15,961	30,689
性別						
男	1,164,001	153,149	986,896	4,993	5,385	13,578
女	1,420,465	93,666	1,295,860	3,252	10,576	17,111

資料來源：臺北市政府體育局。

- 說明：1.競賽活動係指各項競技或全民類體育競賽活動。
 2.研習及訓練活動係指各項競技或全民類研習及訓練活動。
 3.兒童與青少年育樂活動係指為兒童及青少年辦理之體育教學育樂活動。
 4.特殊族群活動係指為身心障礙者、弱勢族群等辦理之特殊族群體育活動。

肆、臺北市公有運動場地民眾使用情形

一、各場地使用情形

108 年臺北市政府體育局所轄運動場地使用人次為近四年最高

民國 108 年臺北市政府體育局所轄運動場地使用人次計 1,827.1 萬人次，較 107 年增加 134.6 萬人次(8.0%)，使用人次為近四年最高，有逐年上升之趨勢，其中以運動中心使用人次 1,178.7 萬人次居首；河濱運動公園使用人次 207.4 萬人次次之，其後依序為臺北田徑場、游泳池、臺北體育館及天母運動場區，其使用人次分別為 102.1 萬、101.2 萬、83.1 萬及 81.5 萬人次。(詳表 16)

表 16 臺北市公有運動場地民眾使用人次

單位：人次

項目別	108 年	107 年	106 年	105 年
總計	18,270,995	16,924,756	15,995,301	14,537,981
運動中心	11,787,189	10,825,955	11,081,904	10,833,995
河濱運動公園	2,073,981	1,896,360	2,248,498	1,290,947
臺北田徑場	1,020,680	935,036	293,476	687,184
游泳池	1,011,614	856,447	492,365	496,205
臺北體育館	830,602	809,022	528,946	359,849
天母運動場區	815,066	808,597	631,824	445,086
青年運動公園	320,497	357,962	305,254	246,430
民權公園	179,208	188,698	229,762	90,790
新生橋下運動場	161,701	175,901	128,902	32,051
臺北市 極限運動訓練中心	40,655	36,154	23,935	24,193
新生公園棒球場	26,144	26,623	18,373	29,157
大湖山莊籃球場	3,658	8,001	12,062	2,094

資料來源：臺北市政府體育局。

二、運動中心使用情形

108 年臺北市政府體育局所轄運動中心使用人次為近四年最高，男、女性使用人次有逐年上升趨勢

民國 108 年臺北市政府體育局所轄運動中心使用人次計 1,179 萬人次，較 107 年增加 96 萬人次(8.9%)，為近四年最高，其中男性 655 萬人次(占 55.6%)，女性 523 萬人次(占 44.4%)，男、女性使用人次皆有逐年上升之趨勢，另近四年男性使用人次皆高於女性 5 個百分點以上。(詳表 17)

表 17 臺北市各運動中心場地開放使用人次

單位：萬人次、%

年別	總計	男性		女性		兩性差異	
		人次	占比	人次	占比	人次	百分點
105 年	1,083.40	577.40	53.30	506.00	46.70	71.4	6.6
106 年	1,108.19	582.68	52.58	525.51	47.42	57.17	5.16
107 年	1,082.60	574.21	53.04	508.38	46.96	65.83	6.08
108 年	1,178.72	655.49	55.61	523.23	44.39	132.26	11.22

資料來源：臺北市政府體育局。

說明：性別差異係指男性人次、比率與女性人次、比率之差異。

伍、結論與建議

一、臺北市男性有運動習慣及規律運動人口比率均高於女性，而參與體育活動人口則相反；應配合性別需求，打造適宜運動環境

民國 108 年臺北市男性有運動習慣人口比率為 90.1%，高於女性之 86.6%；同期男性規律運動人口比率為 43.7%，亦高於女性之 32.9%。另運動時達到運動強度標準(會喘會流汗)比率亦為男性高於女性。

近四年臺北市運動中心場地男性使用人次皆遠高於女性，與上述男性有運動習慣及規律運動人口比率均高於女性相符；而實際參與體育活動人次則相反，男性偏好競賽活動及兒童與青少年育樂活動，女性則偏好研習及訓練、特殊族群活動。

建議配合性別需求打造適宜運動環境，如舉辦更多元的研習

活動及各式體育活動，吸引不同性別民眾參加，帶動民眾運動之意願，提升體育活動參與人次，進而促使規律運動人數比率上升，打造全民運動之風氣。

二、臺北市男、女性有運動習慣及規律運動人口比率呈上升趨勢； 宜持續建立良好運動空間，拉近民眾與運動之距離

民國 108 年臺北市民眾有運動習慣人口比率為 88.2%，比率為近四年最高，其中男性之比率為 90.1%、女性為 86.6%；臺北市民眾 7333 規律運動人口比率為 38%，比率亦為近四年最高，其中男性之比率為 43.7%、女性為 32.9%，兩項指標大致皆呈上升趨勢。

運動環境滿意情形部分，民國 108 年臺北市有 56.2%之民眾對於運動環境表示滿意，其中男性之比率為 59.6%、女性為 53.2%；臺北市民眾有 61.5%認為住家附近運動場所設置充足，其中男性的比率為 62.3%，女性為 60.7%。

惟臺北市有地狹人稠之特性，如何提供可運動的空間，係一大挑戰，建議結合政府與民間之可運動場地，除維持及優化既有設施，並整合公園及空地等空間，持續建立良好之運動空間。建議對民眾加強宣導可多利用已上線之臺北市政府體育局運動場館地圖，查詢住家附近或位於臺北市所在之處可運動之空間，隨時說走就走、想動就動，讓臺北市成為名符其實的運動城市。

三、近六成女性表示設置女性運動專區會增加運動意願

民國 108 年臺北市女性受訪者表示實施女性運動專區而增加運動之意願者占 59.5%，近四年皆超過 5 成 9，另運動專區之內容最具吸引力的前二項作法分別為「女性專屬運動課程」(占 65.2%)及「女性場地租金優惠」(占 45.5%)。

女性運動專區並非僅限於一個空間，亦可針對女性需求在運

動相關方面進行調整，即整個臺北市皆可以是女性運動專區。臺北市政府現有措施為舉辦女性路跑、女性與親子體育活動及女性專屬運動課程等。建議可提供女性使用場地租金優惠、限定時段女性優先使用場地及托兒服務等措施，營造友善女性運動場域。

綜觀臺北市政府近年來積極推動全民運動之相關政策，除打造運動環境、建立良好運動空間以及舉辦各式體育活動外，亦針對女性需求舉辦各式體育研習、活動及課程等。期藉由相關政策，提升民眾運動品質，營造性別友善運動都市。

陸、參考資料

1. 臺北市政府體育局公務統計報表。
2. 教育部體育署，中華民國 105 -108 年運動現況調查。