

臺中市國民運動中心運動參與行為性別分析

110 年 8 月

近幾年來隨著健康意識抬頭，民眾對於從事運動休閒活動及相關參與權益日趨重視，但長期以來體育運動多以男性為主要參與者，女性可能受限於傳統社會框架下因家庭、經濟或性別角色、刻板印象等因素，而造成運動參與機會或比例較低的現象。爰此，除了喚起女性族群對健康促進的關注之外，提供優質的運動休閒環境及友善、合適的服務內容與態度也極為重要。

壹、現況與問題

臺中市各國民運動中心依據教育部體育署「國民運動中心規劃參考準則」提供六大核心設施，包括室內溫水游泳池、體適能中心、羽球場、桌球室、綜合球場、韻律教室等，期打造友善、多元的運動環境供市民從事運動休閒活動。

臺中市首座國民運動中心自 105 年 12 月 30 日啟用至今，目前正式營運共 4 座國民運動中心，入館人次已累計超過 722 萬人次，其中女性約占 4 成左右。民眾使用運動設施之形式包含單次入場、購買月(季)票卡、參與運動課程等，惟不同運動設施及參與形式可能因性別使用偏好不同，致存在性別參與差異情形。

貳、性別統計分析

一、國民運動中心單次入場使用比較

國民運動中心係以打造全民運動、友善多元族群為設立目的，女性身為全民的一份子，且在體育運動方面相較男性屬於較為弱勢族群，為使國民運動中心成為女性族群友善的運動場域，本項數據針對 106 年至 109 年以單次入場形式使用運動設施分別以「使用人次」及「性別比例」進行性別統計及分析，以單次入場形式使用之運動設施包含室內溫水游泳池、體適能

中心、羽球場、桌球室、綜合球場等。

(一)單次入場使用人次

經統計臺中市國民運動中心 106 年至 109 年單次入場「使用人次」，男性及女性皆呈現逐年成長趨勢，尤其在 107 年大幅上升，說明市民選擇至國民運動中心從事運動休閒活動之人數日益增加。其中，統計數據顯示男性單次入場人次自 107 年至 109 年每年相較前一年度約增加 10 萬人次左右，惟女性部分每年相較前一年度僅增加約 5 萬人次，成長幅度相對男性較為和緩。

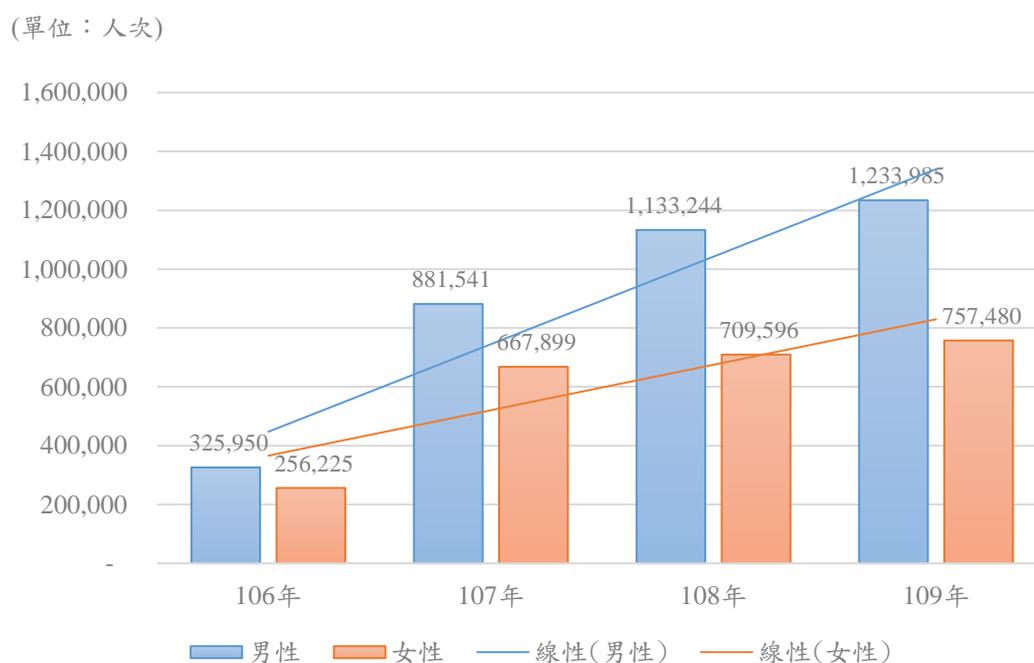


圖 1 臺中市國民運動中心 106 年至 109 年單次使用情形

(二)單次入場使用性別比例

以使用人次為計算基礎，進一步檢視臺中市國民運動中心 106 年至 109 年單次入場男性及女性占整體比率，呈現男、女性以單次入場形式使用國民運動中心之比例變化，106 年約為 5.5：4.5，至 109 年差距擴大至約為 6：4，說明雖女性

參與人次漸增，但就單次入場使用整體而言，男、女使用比例之差距仍持續擴大。

(單位：百分比)

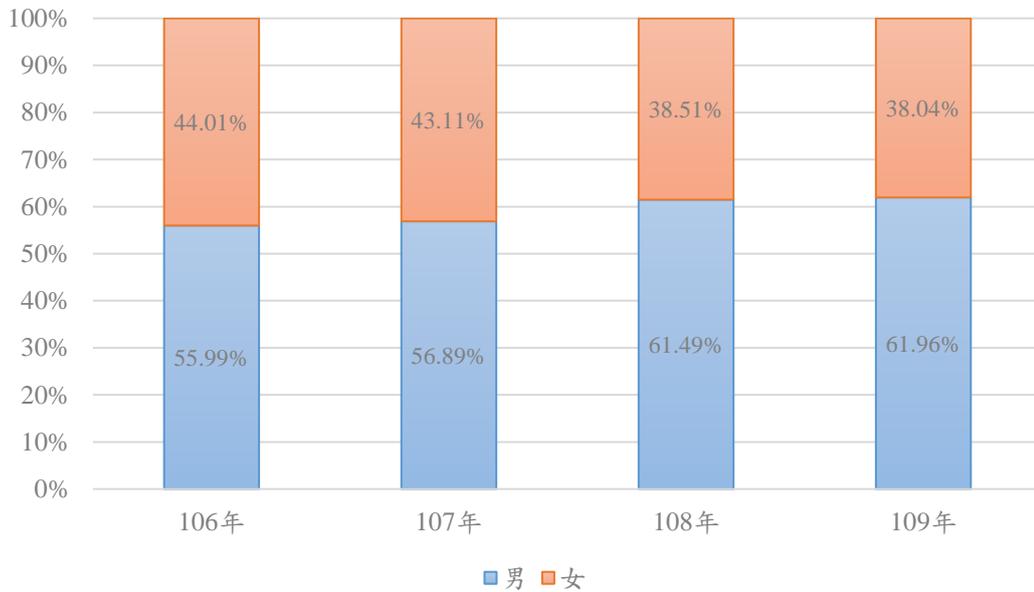


圖 2 臺中市國民運動中心 106 年至 109 年單次入場性別比例

二、非單次使用運動設施運動課程開班情形

有別於單次使用之運動設施，臺中市國民運動中心亦於非單次使用之運動設施(如：韻律教室、飛輪教室、TRX 教室等)以開設多元豐富運動課程的方式供民眾選擇參與，課程類型包括韻律有氧課程、瑜珈課程、舞蹈課程、飛輪課程、TRX 課程等，將由專業教練帶領學員以團體形式進行體能訓練並給予正確運動指導，本項數據針對臺中市國民運動中心 106 年至 109 年非單次使用運動設施之「開課數」及「性別參與人次」進行統計及分析。

(一)非單次使用運動設施之運動課程開課數

經統計臺中市國民運動中心 106 年至 109 年非單次使用運動設施之運動課程「開課數」，開課數於 107 年急遽增加、

108 年呈現穩定成長，但 109 年卻略有下降趨勢。經觀察分析，國內新冠肺炎(COVID-19)疫情自 109 年 3 月起逐漸蔓延，運動產業亦因此受到影響，又國民運動中心配合市府防疫政策縮短營業時間、減少運動教室容留人數，因此造成 109 年運動課程開課數不升反降的結果。

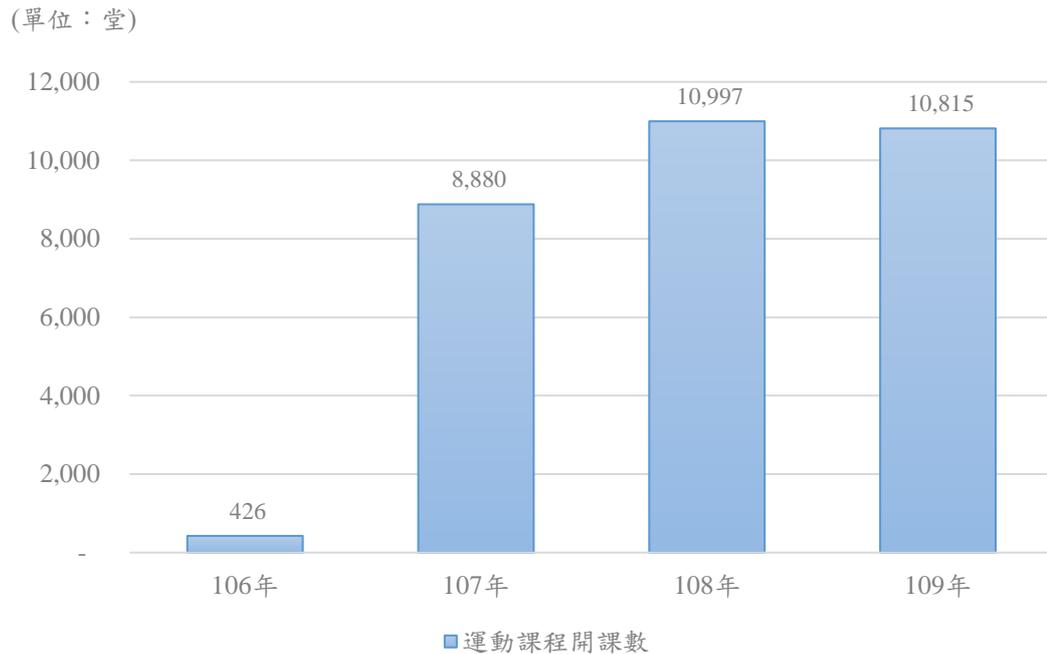


圖 3 臺中市國民運動中心 106 年至 109 年運動課程開課情形

(二)非單次使用運動設施之運動課程開課數

進一步統計臺中市國民運動中心 106 年至 109 年非單次使用運動設施之運動課程「性別參與人次」，男性及女性皆呈現逐年成長趨勢，說明願意參與國民運動中心運動課程之人數漸增。其中，雖統計數據顯示男性參與運動課程意願提升，惟女性參與人次約為男性人次的 4 倍且持續以此比例穩定成長中，說明運動課程仍以女性為主要參與對象。

(單位：人次)

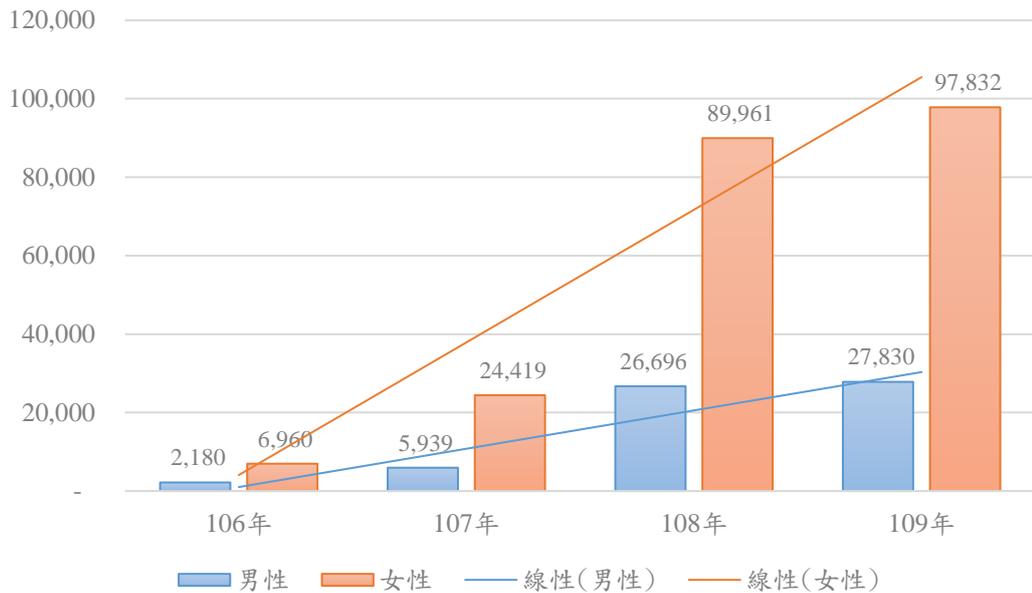


圖 4 臺中市國民運動中心 106 年至 109 年運動課程參與情形

(三)小結

綜上所述，臺中市國民運動中心非單次使用運動設施之運動課程雖受新冠肺炎(COVID-19)疫情影響有開課數略減情況，但整體參與人次仍呈現成長趨勢，又性別參與比例相對單次使用之運動設施而言，性別差異情形更為明顯。

經觀察單次入場使用及非單次參與之運動課程 2 種運動參與形式，顯示男性較偏好以自主訓練方式及有較彈性的運動時間進行規劃與實踐，女性則偏好以團體形式、陪伴性質高及規律、定時定量的運動時間進行運動活動安排。

三、女性專屬運動課程開課情形

女性偏好團體形式、陪伴性質、時間規律等特性之型態從事運動參與，經探究其原因可能源自傳統社會對女性體育運動參與所設立之框架，包括因體育運動參與者多為男性所產生之不自信感、身處多數為男性的運動場域所產生之不自在感、無論身為家庭主婦或職業婦女皆須投入時間照顧家庭等因素。

因此，為減少女性參與運動之不安全感及協助妥為安排運動時間，國民運動中心陸續開設女性專屬運動課程，亦即提供女性專屬運動空間，藉此鼓勵女性民眾參與運動，本項數據即針對臺中市國民運動中心 106 年至 109 年女性專屬運動課程開課情形進行統計及分析。

統計數據顯示 106 年臺中市國民運動中心尚無開設女性專屬運動課程，自 107 年起開課數則以倍數成長，說明女性專屬運動課程確實符合女性族群的運動參與需求，同時也喚醒更多女性民眾對於自身運動權益的重視。

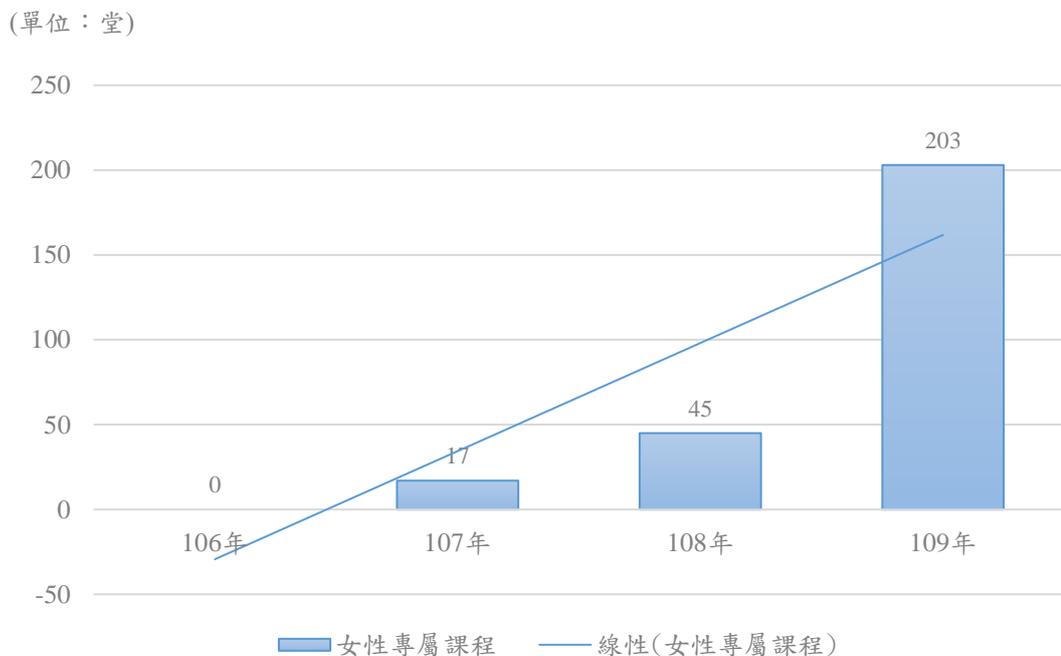


圖 5 臺中市國民運動中心 106 年至 109 年女性專班開課情形

參、促進性別平等之目標及方案

依據「消除對婦女一切形式歧視公約(CEDAW)」施行內容，政府應致力於改變男女的社會和文化行為模式，以消除基於性別而分尊卑觀念或基於男女任務定型所產生的偏見、習俗和一切其他做法 (§5)，並且在男女平等的基礎上保證婦女積極參加運動和體育的機會相同 (§10) 及參與運動生活之相同權利 (§13)。

教育部體育署亦於 106 年撰擬「推廣女性參與體育運動白皮書」，以促進女性運動與休閒、營造友善運動空間及環境、培力女性與運動參與、擴大女性運動能見度 4 大議題作為女性運動推展策略。

臺中市持續配合白皮書推廣女性參與體育運動，根據上開統計數據，顯見臺中市國民運動中心對女性運動相關權益越發重視，惟女性單次入場使用比率仍有待提升，故以「臺中市國民運動中心女性單次入場使用比率佔總人次 50%」為目標，期能改善國民運動中心運動參與行為之性別差異可能來源，包括婦女基於「男尊女卑」、「男主外女主內」、「媽媽帶小孩」等傳統性別分工、對於體育運動參與之性別刻板印象以及衍生之心理壓力等現象，帶領更多女性民眾加入運動的行列，打造國民運動中心成為更符合性別平等意涵的友善運動環境，進而落實「消除對婦女一切形式歧視公約 (CEDAW)」之性別平等意涵。

為使目標順利達成，提出「方案一：實施來館問卷調查」、「方案二：配合女性相關節慶推出使用優惠」、「方案三：規劃女性日或女性優先時段」3 案，方案一針對來館民眾詳細調查性別、年齡、使用設施、使用形式、運動頻率、資訊管道等，據以提供未來規劃性別平等促進作為之參考；方案二係於女性相關節慶(如：母親節、婦女節等)時推出運動設施使用優惠，引導女性從事運動參與活動；方案三則是規劃特定日期或時段供女性享有使用優惠或優先使用權利，藉此提升女性使用意願或減少環境不安全感。

表 1 女性單次入場使用比率促進方案

	方案一	方案二	方案三
方案名稱	實施來館問卷調查	配合女性相關節慶推出使用優惠	規劃女性日或女性優先時段
內容	針對來館民眾詳細調查性別、年齡、使用設施、使用形式、運動頻率、資訊管道等，據以提供未來規劃性別平等促進作為之參考。	於女性相關節慶(如：母親節、婦女節等)時推出運動設施使用優惠，引導女性從事運動參與活動。	規劃特定日期或時段供女性享有使用優惠或優先使用權利，藉此提升女性使用意願或減少環境不安全感。
實施對象	不限	女性	女性
實施時間	不限時間	特定節慶期間	不限時間
成效	瞭解使用者偏好及探究行為背後原因	刺激短期人次成長	引導女性進行自我訓練及提升自信心

經考量性別平等及體育運動相關專家學者之建議，將上述 3 個方案區分短、中、長期進行推動。以「方案二：配合女性相關節慶推出使用優惠」為短期執行策略，透過女性相關節日活動吸引女性民眾前往國民運動中心運動，藉此培養對運動的興趣；「方案三：規劃女性日或女性優先時段」作為中期推動策略，引導有運動習慣或興趣，但對於充斥男性的環境感到恐懼之女性前往使用運動設施，除了建立自我訓練的習慣外，也提升環境熟悉度，進而提升自信心；而「方案一：實施來館問卷調查」則屬於長期發展策略，藉由問卷設計及實施深入瞭解國民運動中心使用者身分、特性及潛在需求等面向，始能檢視現行經營制度對於落實性別平等有所不足之處，並進一步思考改善或解決方法。

肆、延伸議題

一、規劃女性運動加值模式

近年來因應國內高齡化、少子化社會趨勢，銀髮族運動逐漸受到重視，兒童運動亦成為臺中市目前積極推動之體育運動發展政策，透過問卷調查有利於國民運動中心檢視使用者的多

重身分，進而規劃更多樣化運動課程，例如：女性銀髮族運動可結合高齡保健等健康主題講座進行串聯、親子運動可增進親子感情、減少家庭照顧壓力又同時培養運動興趣。

二、男性族群運動權益

體育運動專屬男性係性別刻板印象，因此市府持續以推動女性運動作為落實運動參與性別平等之政策方針，惟統計數據顯示男性在非單次使用之運動課程參與上屬於較為弱勢的群體，而透過問卷調查亦可探索男性民眾是否有參與此類女性學員較多之課程需求，甚或有開設「男性專班」之可能性。

伍、結語

本計畫將由臺中市各國民運動中心執行後續計畫，並由臺中市政府運動局運動產業科持續評估策略調整及辦理執行監督事宜。臺中市預計興建 10 座國民運動中心，性別統計數據除了協助市府及國民運動中心調整政策推動策略及場館經營方向，亦將作為後續國民運動中心興建辦理性別影響評估之重要參考資料，期望以消弭國民運動中心場域中各項性別刻板印象或性別偏見為終極目標，塑造臺中市成為實質性別平等的運動城市。