

臺中市性別規律運動比率及人口分析

一、 7333 規律運動分析

所謂 7333 規律運動是指每週至少運動 3 次、每次 30 分鐘、心跳達 130 或是運動強度會喘會流汗。教育部體育署每年辦理運動城市調查資料顯示，從 102 年可看出女性參與運動的比率相對較男性低。

表一、7333 規律運動分析

分析標的：	規律運動比例		
分析內容：	7333 規律運動		
統計項目：	性別		
統計年度：	102~107		
報表資料：	女	男	整體
102	20.10	30.80	31.10
103	21.00	31.40	33.00
104	20.90	32.50	33.40
105	29.20	36.90	33.00
106	30.90	35.60	33.20
107	30.40	36.70	33.50

資料來源：運動現況調查

二、 人口成長率

依據統計數據顯示，107 年底本市人口數 2,804 千人，在六都裡高於臺北、桃園、臺南及高雄，僅低於新北。人口成長率 6.04‰ 呈現正成長，僅次於桃園市 13.27‰ 位居六都第二，高於其他四都甚多。從性別來看，107 年底本市男性人口數 1,380 千人，女性人口數 1,424 千人，其中男性人口成長率為 4.38‰，女性人口成長率為 7.65‰，亦僅次於桃園市位居第二，高於其他四都甚多。

表二 6 都人口數

單位:千人

縣市	臺北市			新北市			桃園市			臺中市			臺南市			高雄市		
	合計	男	女	合計	男	女	合計	男	女									
101	2,673	1,285	1,388	3,940	1,947	1,993	2,030	1,021	1,009	2,685	1,333	1,352	1,882	945	937	2,779	1,388	1,391
102	2,687	1,290	1,397	3,955	1,950	2,005	2,044	1,027	1,017	2,702	1,340	1,362	1,884	945	939	2,780	1,386	1,394
103	2,703	1,296	1,407	3,967	1,952	2,015	2,059	1,033	1,026	2,720	1,347	1,373	1,884	944	940	2,779	1,383	1,396
104	2,704	1,295	1,409	3,970	1,951	2,019	2,106	1,053	1,053	2,744	1,357	1,387	1,886	944	942	2,779	1,381	1,398
105	2,696	1,290	1,406	3,979	1,952	2,027	2,148	1,072	1,076	2,767	1,366	1,401	1,886	943	943	2,779	1,379	1,400
106	2,683	1,282	1,401	3,987	1,954	2,033	2,188	1,090	1,098	2,787	1,374	1,413	1,887	942	945	2,777	1,376	1,401
107	2,668	1,273	1,395	3,996	1,955	2,041	2,221	1,104	1,117	2,804	1,380	1,424	1,884	940	944	2,774	1,372	1,402

資料來源:內政部統計處

表三 6 都人口成長率

單位:‰

縣市	臺北市			新北市			桃園市			臺中市			臺南市			高雄市		
	合計	男	女	合計	男	女	合計	男	女	合計	男	女	合計	男	女	合計	男	女
101	8.40	7.07	9.63	5.84	3.49	8.14	8.37	7.10	9.66	7.69	6.26	9.11	2.50	1.17	3.84	1.51	-0.43	3.45
102	4.97	3.57	6.27	3.97	1.77	6.11	6.83	5.72	7.95	6.25	4.90	7.57	0.83	-0.48	2.15	0.44	-1.47	2.34
103	5.88	4.41	7.24	3.01	0.86	5.09	7.00	5.81	8.19	6.73	5.43	8.00	0.57	-0.51	1.66	-0.32	-2.09	1.44
104	0.92	-0.13	1.90	0.96	-0.20	2.09	23.05	19.73	26.40	9.05	7.43	10.64	0.67	-0.28	1.62	-0.03	-1.45	1.39
105	-3.37	-4.59	-2.24	2.16	0.51	3.75	19.94	17.63	22.25	8.31	6.85	9.73	0.26	-0.76	1.29	0.16	-1.41	1.72
106	-4.62	-5.89	-3.45	1.88	0.54	3.17	18.74	16.85	20.63	7.17	5.69	8.61	0.26	-0.85	1.37	-0.88	-2.56	0.76
107	-5.47	-6.66	-4.38	2.26	0.80	3.67	15.02	13.27	16.75	6.04	4.38	7.65	-1.43	-2.45	-0.40	-1.22	-2.59	0.13

資料來源:內政部統計處

三、性比例

所謂性比例，即每百個女性相對男性人口數觀察，本市性比例從 101 年逐年呈現下降趨勢，可知本市女性人口數多於男性，且逐年擴大，107 年性比例更降為 96.93，為歷年最低，在六都裡位居第四，僅高於新北市及臺北市。

表四、性比例

單位:百女當男

縣市	臺北市	新北市	桃園市	臺中市	臺南市	高雄市
年						
101	92.61	97.69	101.14	98.63	100.89	99.80
102	92.37	97.27	100.91	98.37	100.63	99.42
103	92.11	96.86	100.67	98.12	100.41	99.07
104	91.92	96.64	100.02	97.81	100.22	98.79
105	91.70	96.32	99.57	97.53	100.01	98.48
106	91.48	96.07	99.20	97.25	99.79	98.15
107	91.27	95.80	98.86	96.93	99.59	97.89

資料來源:內政部統計處

四、結論

運動基本上與生活環境亦即運動設施及運動項目等有關，依上述分析結果，本市女性人口及增加比率均較男性人口及增加比率來得明顯，但實際參與運動及閒休活動相較男性對運動的參與及閒休活動比率來得偏低，若能進一步規劃提供女性市民運動的環境及運動目項，如於規劃兒童運動中心時考量親子瑜珈教室，或利用學校閒置空間提供做為女性市民運動的活動空間，將有效促進女性運動與休閒活動參與。期盼藉由政策的落實，更加提升市民生活品質，持續打造運動休閒城市。