

專 題 統 計 分 析

臺南市 111 至 114 年 運動 i 臺灣 2.0 計畫統計分析報告

臺南市政府體育局
114 年 9 月

摘要

本文旨在分析臺南市政府自 111 年至 114 年推動「運動 i 臺灣 2.0」計畫之執行成果，透過次級資料統計法，探討不同年齡層與性別在運動參與中的分布與趨勢變化。研究資料涵蓋計畫案件數、辦理場次、參與人次及基本人口結構變項，並以成長倍數及交叉分析呈現結果。

研究發現，計畫案件數由 111 年的 123 件成長至 114 年的 190 件，增加約 1.5 倍；場次數由 1,889 場提升至 2,883 場，亦成長 1.5 倍。同期參與人次則由 111 年的 155,272 人次增至 113 年的 291,693 人次，三年間增加近 1.9 倍，預估 114 年可達 29.5 萬人次顯示整體規模穩定擴張。

年齡結構分析顯示，0 至 12 歲幼童人次由 1.24 萬成長至 3.44 萬，增加約 2.8 倍；13 至 22 歲青少年由 2.06 萬成長至 4.74 萬，成長逾 2.3 倍；65 歲以上銀髮族由 3.0 萬成長至 6.85 萬，增加 2.3 倍，皆顯示顯著提升。相較之下，23 至 64 歲成年族群雖由 9.16 萬成長至 14.1 萬，但幅度僅約 1.5 倍，增幅相對有限。

性別方面，113 年男性參與人次 14.35 萬、女性 14.79 萬，比例趨近相等，惟高齡女性 58.2% 顯著高於男性 41.8%。從 111 至 113 年的成長幅度觀察，0 至 12 歲女性人次增加近 2.9 倍、13 至 22 歲女性約 2.7 倍，及 65 歲以上女性增加 2.3 倍，均高於同齡男性，顯示女性運動參與意願逐年快速提升。

綜合分析結果，本研究建議未來政策可針對高齡與職場族群加強運動誘因，發展在地化社區運動網絡，並持續推動女性與家庭導向課程，以進一步提升全民運動參與率，邁向健康永續之運動城市目標。

關鍵詞：運動 i 臺灣 2.0、全民運動、性別分析、年齡結構、地方體育政策、臺南市

目錄

壹、前言	3
貳、現況描述	4
一、111 至 114 年計畫參與情形統計	4
二、111 至 113 年參與人口概況分析	6
參、結論與建議	9

壹、前言

隨著健康意識的提升與國民體能活動政策的推動，促進全民運動已成為地方政府重要的施政方向。教育部體育署自 109 年起推動「運動 i 臺灣 2.0」計畫，期望透過在地化與多元化策略，提升全民參與運動之比例，涵蓋原住民族群、身心障礙者及一般市民，進而建立國人規律運動之生活習慣。臺南市政府體育局自 111 年起積極推動本計畫，透過與各區公所、學校及民間體育團體合作辦理多元運動課程與活動，包含社區聯誼賽、銀髮族健康促進課程、青少年體能活動與婦女樂活運動等，逐年擴大參與人次與場次規模，顯現本市推動全民運動政策的成效與潛力。

本研究旨在分析 111 至 114 年間臺南市運動 i 臺灣 2.0 計畫執行情形，從參與者的年齡層、性別、族群比例等面向切入，探討全民運動參與人口的分布與變化趨勢，進而作為未來推動運動政策的重要參考。

本分析採用臺南市政府體育局提供之 111 至 114 年運動 i 臺灣 2.0 計畫執行資料，進行次級資料統計分析，涵蓋計畫案件數、辦理場次數、參與人次，以及參與者之年齡與性別等基本人口變項。統計資料依年區分，並以長條圖、成長率計算與比例交叉分析等方法呈現趨勢。因 114 年資料截至 7 月止，相關人次採預估數據輔助分析。性別與年齡之交叉統計採 111 與 113 年數據進行比較，以分析變動幅度與各族群參與特性。

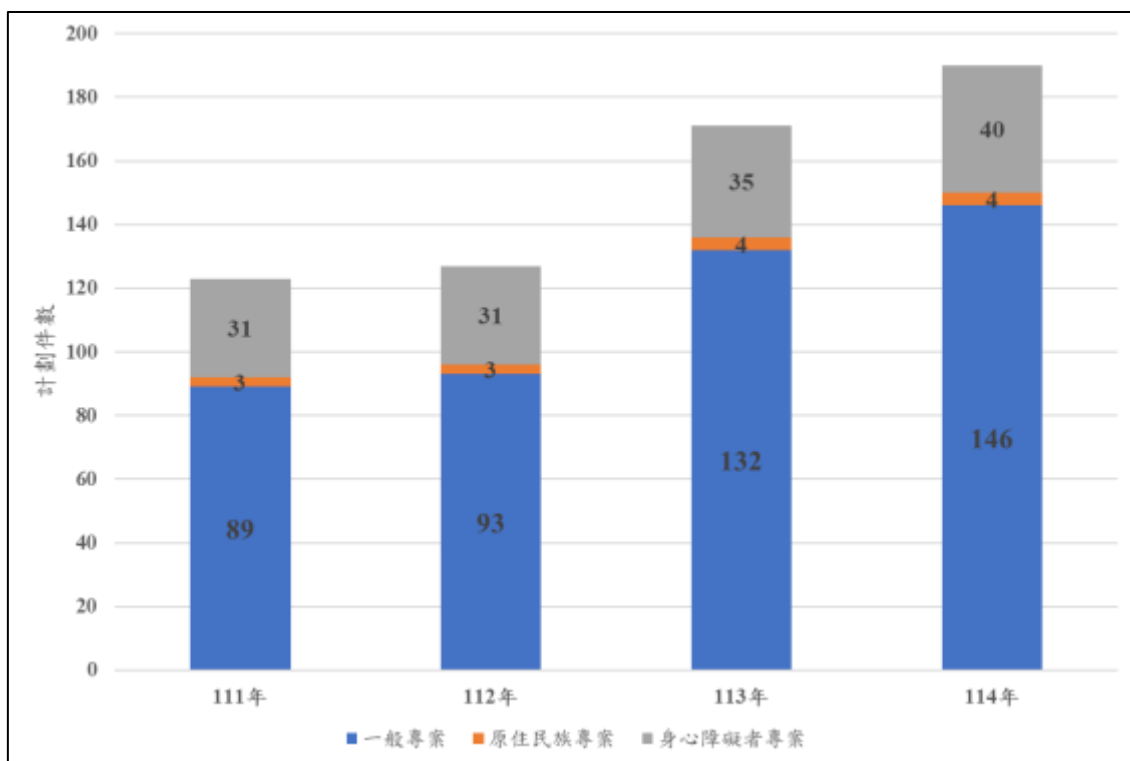
貳、現況描述

一、111 至 114 年計畫參與情形統計

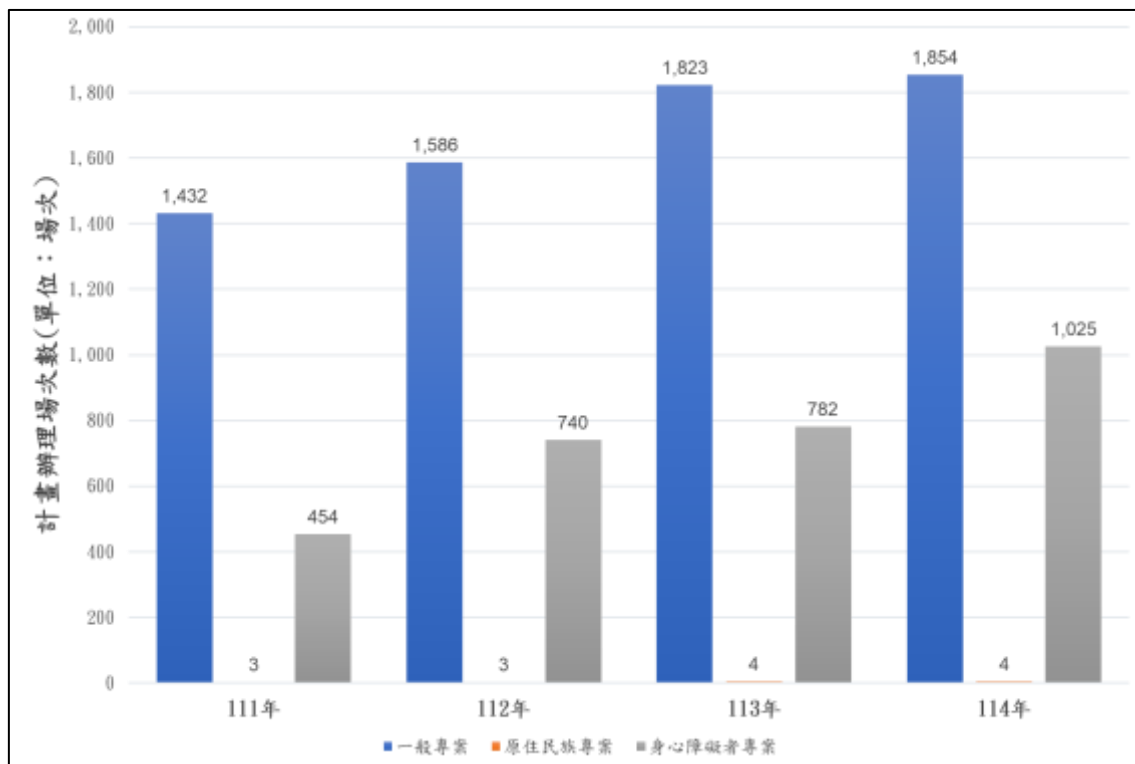
臺南市政府體育局自 111 年起積極辦理各類運動 i 臺灣 2.0 活動，包括球類競賽、有氧課程、水域活動、社區體適能班、運動熱區及巡迴運動指導團等，結合各區公所、學校與在地體育運動團體的資源，透過一般專案、原住民專案及身心障礙專案，向不同族群推廣全民運動，申請案件與活動場次呈逐年穩定成長之趨勢。

扣除縣市政府輔導案件後，111 年計畫案件數為 123 件，活動辦理 1,889 場次；112 年共計 127 案，辦理 2,329 場次；113 年共計 171 案，總計辦理 2,609 場次；至 114 年已增至 190 件、2,883 場次，案件數與場次較 111 年成長幅度分別為 54.47%與 52.62%。此成長顯示出本市體育團體參與度提升，亦反映民眾運動需求與參與意願上升。（詳圖一、二及表一）

進一步觀察不同專案類別發現，身心障礙專案與一般專案為主要成長來源，尤以課程型活動如社區體適能班、有氧課程、婦女樂活運動等，深受民眾喜愛，顯示市府規劃切中市民生活需求。



圖一、111 至 114 年運動 i 臺灣 2.0 計畫件數比較圖表



圖二、111 至 114 年運動 i 臺灣 2.0 計畫場次數比較圖表

二、111 至 113 年參與人口概況分析

(一)參與人口年齡概況分析

隨著計畫案件數及場次數的增加，參與人次數從 111 年的 15 萬 5,272 人次，成長至 113 年的 29 萬 1,693 人次，增長幅度達 87.86%，預估 114 年將達 29 萬 5,000 人次，近 4 年成長 89.98%近九成。(詳表一)

表一、111-114 年參與人數及場次數統計表

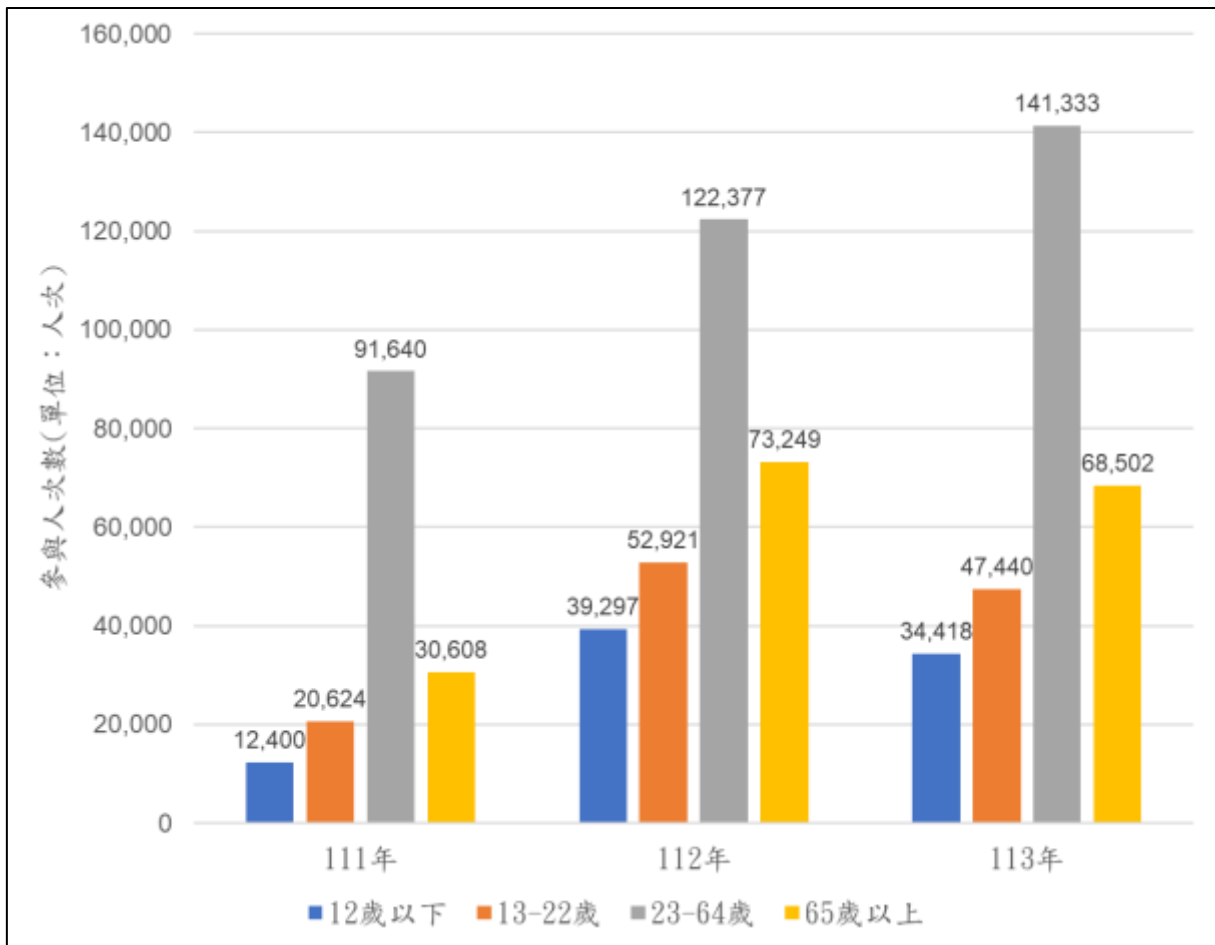
年別	案件數(件)	場次數(場次)	參與人次數(人次)
111 年	123	1,889	155,272
112 年	127	2,329	287,844
113 年	171	2,609	291,693
114 年	190	2,883	預估約 295,000

資料來源：自 i 運動資訊平台統計

由圖三可見，113 年參與人次數在各年齡層較 111 年均有顯著增加：

1. 0 至 12 歲幼童族群由 1 萬 2,400 人次增至 3 萬 4,418 人次，增加 2 萬 2,018 人次(增加 1.78 倍)；
2. 13 至 22 歲青少年學生族群由 2 萬 624 人次增至 4 萬 7,440 人次，增加 2 萬 6,816 人次(增加 1.30 倍)；
3. 23 至 64 歲成年職場族群由 9 萬 1,640 人次增至 14 萬 1,333 人次，增加 4 萬 9,693 人次(增加 54.23%)。
4. 65 歲以上銀髮族群由 3 萬 608 人次增至 6 萬 8,502 人次，增加 3 萬 7,894 人次(增加 1.24 倍)。

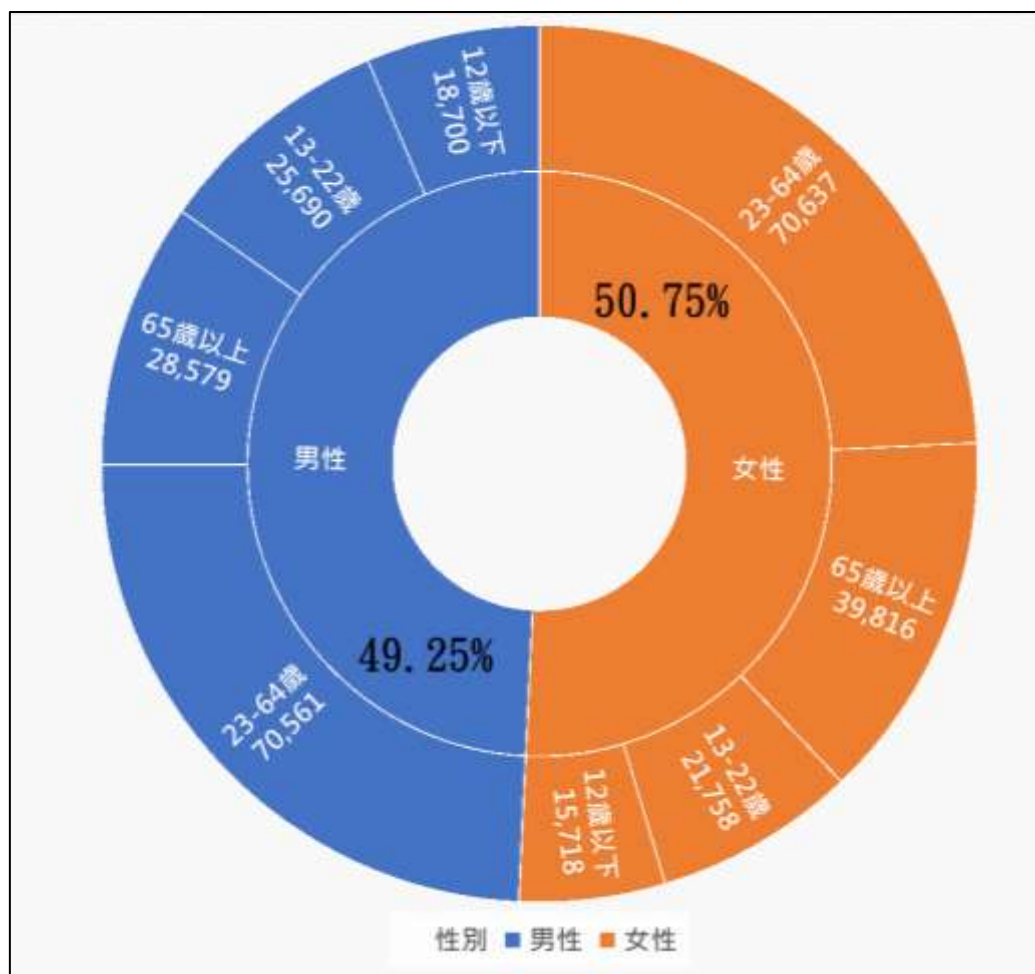
以 0 至 12 歲的幼童參與成長率最高，其次青少年學生族群及高齡長者亦有顯著成長，惟成年人口雖絕對人數上升，但因母體人口基數大，成長率相對較低。



圖三、111 至 113 年運動 i 臺灣 2.0 計畫參與人次數年齡比較圖表

(二) 參與人口性別概況分析

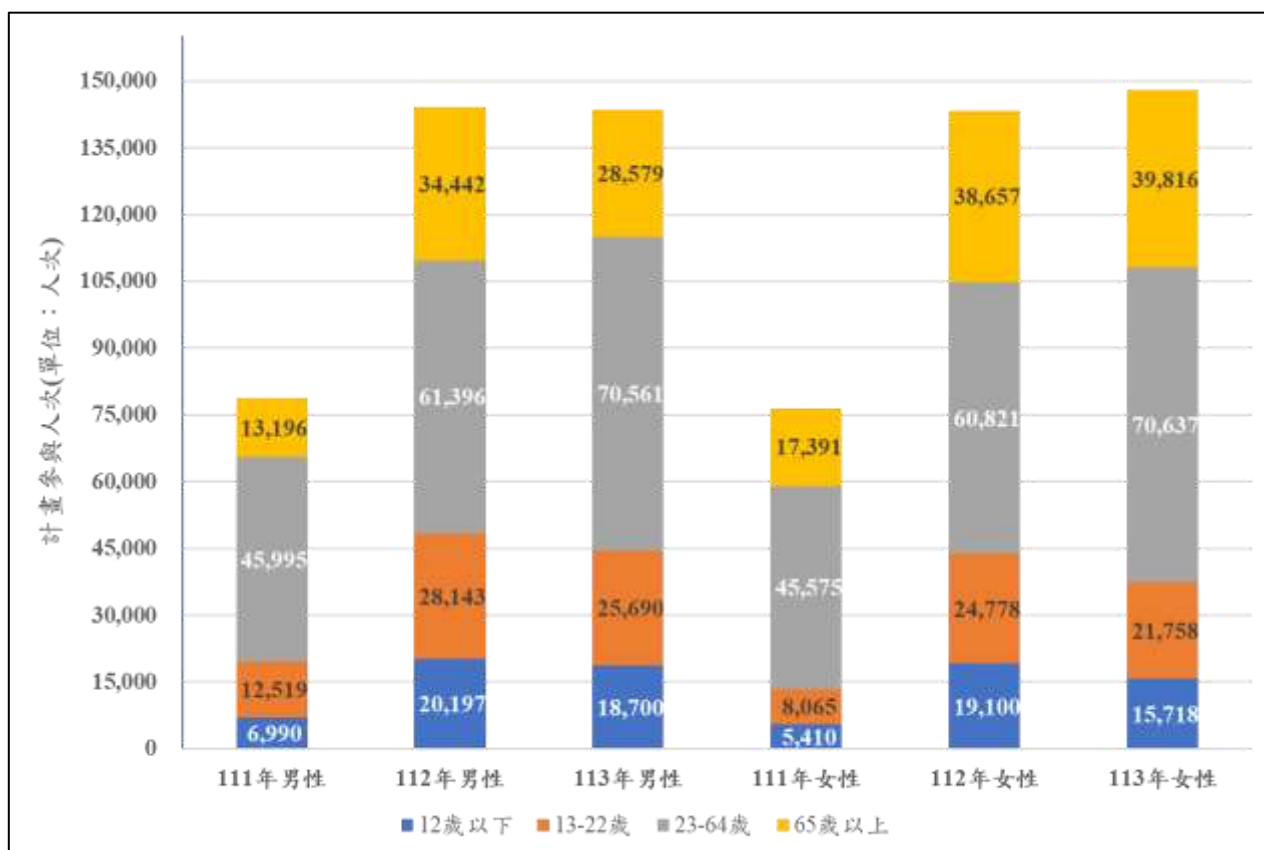
由圖四以 113 年的計畫分析男女性別參與比例，扣除 234 人為不願透露或其他性別後，男性總計 14 萬 3,530 人次（49.25%）；女性總計 14 萬 7,929 人次（50.75%），可以得知男女性別總體參與度幾乎相等。性別交叉年齡分析顯示：就各年齡層觀察，12 歲以下的男性幼童運動參與人次較女性多，男性占 54.33%、女性占 45.67%；13 至 22 歲的學生族群亦是男性較多，男性占 54.14%、女性占 45.86%；23 至 64 歲性別參與比例女性略高於男性，男性占 49.97%、女性占 50.03%，而在 65 歲以上參與人次女性高於男性，男性占 41.79%、女性占 58.21%。



圖四、113 年運動 i 臺灣 2.0 計畫各年齡層參與人次性別比例圖(單位：人次)

由圖五可觀察，111 年至 113 年間，各年齡層之性別參與人次皆呈現顯著成長。特別是 0-12 歲幼童女性人次增加近 2.9 倍，13-22 歲女性亦成長約 2.7 倍，此一現象反映女性在早期運動參與的意願與實際投入逐漸提升。男性幼童人次則增加約 2.7 倍，顯示基層學齡階段的運動推廣已逐步擴及兩性。至於高齡族群方面，65 歲以上男性人次增幅約 2.2 倍，女性則提升至 2.3 倍，呈現高齡女性參與明顯優於男性之趨勢。相對而言，23 至 64 歲成年族群雖然人次持續上升，但因人口基數龐大，成長幅度相對有限，男性約增加 1.5 倍，女性約 1.6 倍。整體而言，數據顯示不同世代與性別在運動參與的提升幅度存在差異，尤以幼童與女性族群

的成長最為顯著，凸顯政策推動對特定族群的滲透效果與未來持續發展之潛力。



圖五、111-113 年運動 i 臺灣 2.0 計畫各年齡層參與人次性別比較圖

參、結論與建議

臺南市於推動運動 i 臺灣 2.0 計畫展現穩健成效，不僅案件數與場次持續增加，參與人數更呈倍數成長。特別值得關注的是幼童與青少年族群之高度參與，顯示學校與家庭對運動教育之重視。此外，由圖五可知，女性參與比例與 111 年相比，112 與 113 年皆有明顯上升，也說明運動環境正逐漸友善多元。

同時，臺南市陸續設置之國民運動中心亦扮演關鍵角色，透過多功能運動設施的建構，提供全年齡層可近用的場館環境，不

僅便利市民養成規律運動習慣，更可作為承載各類課程與社區活動的核心據點。尤其在兒童泳池、親子體能空間與運動遊戲課程規劃上，強化了家庭共融的運動氛圍，成為推動「全民運動日常化」的重要基礎。

然而，相較臺南的各年齡人口數量，成年與高齡人口在參與比例上仍顯不足，可能受到工作壓力、交通、課程時間安排、健康因素等影響，建議未來政策從以下方向進行強化：

- (一) 擴展銀髮運動場域與課程時段：
尤其是針對高齡男性族群，規劃日間、早晨專屬課程，並導入高齡友善器材與社交型運動設計，鼓勵長者持續參與；
- (二) 強化職場族群運動誘因：
與學校及職場單位合作，推動「企業運動計畫」、「職場健身計畫」等，促進工作與運動兼容；
- (三) 建構社區運動網絡：
結合社區發展協會、里辦公室、區公所、學校及在地運動團體資源，設立運動站點，落實「在地化」、「日常化」運動模式；
- (四) 持續推廣女性運動：
開設親子有氧、女子韻律課程與家庭運動方案，消弭性別運動障礙。
- (五) 強化 0-12 歲兒童運動方案：
透過校園合作推廣基礎體能課程、兒童趣味競賽與親子共學活動，並結合國民運動中心設置「兒童專區」及專業師資帶領，培養孩子在遊戲中建立運動興趣，進而形成長期運動習慣。

運動 i 臺灣 2.0 計畫自 111 年於臺南市推動以來，整體執行成果豐碩，參與族群日益擴大，活動內容日趨多元，逐步實踐「全民皆動、動在日常」的運動願景。未來臺南市應持續優化運

動政策策略，提升社會參與廣度與深化運動文化根基，打造兼具活力與健康的永續城市。