



KBU SPORT POLL



มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โทร. 02-320-2777 ต่อ 1340

รายงานผลการสำรวจความคิดเห็น เรื่อง “คนเมืองกับมิติการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย”

การเดินวิ่งกิจกรรมยอดนิยมนอกกำลังกายของคนเมือง เน้นสวนสาธารณะ

จากสภาพการณ์การเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมทำให้วิถีชีวิตของคนเมืองส่วนใหญ่ต้องเผชิญกับการต่อสู้และดิ้นรนเพื่อความอยู่รอดในหลากหลายมิติส่งผลให้ผู้คนห่างไกลจากการเล่นกีฬาและออกกำลังกายรวมทั้งประสบกับปัญหาด้านสุขภาพ

เพื่อเป็นการส่งเสริมและสนับสนุนการเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนทั่วไป KBU Sport Poll โดยศูนย์นวัตกรรมและพัฒนาทุนมนุษย์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ร่วมกับศูนย์เวชศาสตร์เขตเมือง คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช ดำเนินการสำรวจความคิดเห็นประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร เรื่อง “คนเมืองกับมิติการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย”

สำหรับการสำรวจดังกล่าวดำเนินการระหว่างวันที่ 25-30 เมษายน 2562 โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นประชาชนทั่วไปในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุตั้งแต่ 20 ปีขึ้นไป จำนวน 1,251 คน เพศชาย 328 คน คิดเป็นร้อยละ 26.22 เพศหญิง 923 คน คิดเป็นร้อยละ 73.78 ซึ่งผลการสำรวจวิเคราะห์ในภาพรวมพบว่า

ความถี่ของการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย ส่วนใหญ่ร้อยละ 48.47 ไม่แน่นอนแล้วแต่ความสะดวก รองลงมาร้อยละ 23.61 1-2 ครั้ง/สัปดาห์ ร้อยละ 17.65 3-4 ครั้ง/สัปดาห์ ร้อยละ 9.73 ไม่เคย และอื่นๆ ร้อยละ 0.55

ชนิดกีฬาหรือกิจกรรมการออกกำลังกายที่สนใจ ส่วนใหญ่ร้อยละ 35.95 เดิน/วิ่ง รองลงมาร้อยละ 12.95 ทำสวน/ทำงานบ้าน ร้อยละ 11.60 เต้นแอโรบิก ร้อยละ 11.25 ปั่นจักรยาน ร้อยละ 8.80 ว่ายน้ำ ร้อยละ 7.05 โยคะ ร้อยละ 5.35 กายบริหาร ร้อยละ 4.05 อื่นๆ และกีฬาไทย/กีฬาสากลชนิดต่างๆ ร้อยละ 3.00

สถานที่ที่นิยมในการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย ส่วนใหญ่ร้อยละ 42.18 สวนสาธารณะ รองลงมาร้อยละ 20.55 สถานบริการ (ฟิตเนส) ร้อยละ 12.21 อื่นๆ ร้อยละ 10.88 สถานศึกษา/สนามกีฬาใกล้บ้าน ร้อยละ 6.62 ที่ทำงาน ร้อยละ 4.71 ลานวัด/ลานกีฬา และศูนย์เยาวชน ร้อยละ 2.86

ระยะเวลาในการเล่นกีฬาหรือออกกำลังกาย ส่วนใหญ่ร้อยละ 39.25 30-45 นาที/ครั้ง รองลงมาร้อยละ 18.31 น้อยกว่า 30 นาที/ครั้ง ร้อยละ 16.48 45-60 นาที/ครั้ง ร้อยละ 15.61 ไม่แน่นอน และมากกว่า 60 นาที/ครั้ง ร้อยละ 10.35

โรคประจำตัวที่คิดว่าต้องระมัดระวัง หรือหลีกเลี่ยงการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย ส่วนใหญ่ร้อยละ 52.13 โรคหัวใจ รองลงมาร้อยละ 27.97 ความดันโลหิตสูง ร้อยละ 9.45 อื่นๆ ร้อยละ 8.70 เบาหวาน และโรคไต ร้อยละ 1.75

บุคคลที่ท่านเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายด้วยเป็นประจำ ส่วนใหญ่ร้อยละ 35.30 คนเดียว รองลงมา ร้อยละ 34.89 เพื่อน ร้อยละ 16.19 ครอบครัว ร้อยละ 11.79 แฟน/คู่รัก และอื่นๆ ร้อยละ 1.83

.....

ศูนย์นวัตกรรมการพัฒนาทุนมนุษย์
มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต โทร.089-200-3478

รายงาน