管理部門で運動習慣がある人の割合は53%！「管理部門の運動習慣における実態調査」の結果を発表

2023年10月6日（金）
株式会社MS-Japan(本社：東京都千代田区 代表取締役会長兼社長CEO：有本隆浩／以下MS-Japan 証券コード：6539)が運営する、管理部門・士業の総合転職サービス「MS Career（エムエスキャリア）」は、「管理部門の運動習慣における実態調査」を発表しましたので、お知らせいたします。本調査は、管理部門・士業のためのビジネスメディア「Manegy（マネジー）」にて管理部門に所属している方を対象に実施いたしました。

10月9日（月） はスポーツの日。元々は「体育の日」という名称で、1964年10月10日 に東京でオリンピックが開催された記念として制定された祝日です。
厚生労働省によれば、スポーツ・運動を行うと生活習慣病の予防やメンタルヘルスの改善にも繋がると言われています。そこで、管理部門と士業の転職やキャリアを支援するMS-Japanでは、「管理部門の運動習慣」について明らかにすべく、調査を実施しました。

【調査結果の詳細】
「【管理部門144名に聞いた運動習慣の実態調査】普段運動している人の割合は？」
https://www.jmsc.co.jp/knowhow/topics/12334.html
※本調査結果を掲載される場合は、出典「MS-Japan調べ」
https://www.jmsc.co.jp/knowhow/topics/12334.htmlと明記をお願いいたします。

【調査サマリー】
・管理部門のうち53%が「普段から運動をしている」と回答
・運動習慣がある管理部門の40%が「週4日以上運動をしている」と回答
・運動習慣がある管理部門の46%が「コロナ禍と比較して運動量に変化があった」と回答

【管理部門のうち53%が「普段から運動をしている」と回答】
最初に全年齢・職種における運動習慣の結果を見てみましょう。今回の調査では、全体の53%が「普段から運動をしている」ことが分かりました。また、運動はしていないものの、階段を活用したり少し遠回りしたりするなど「日常生活で意識をしている」と答えた人が25%という結果でした。

次に年収別で運動をしている人の割合を見てみます。普段から運動をしている人の割合が半数以下なのは、個人の年収が「399万円以下」の年収帯のみという結果でした。それ以外の年収帯はそ

れぞれ5～6割ほどは運動をしていることが分かります。

そして、職種別の割合を見てみると、最も運動をしている人の割合が多い職種は「法務」と「経営企画」で67%という結果でした。一方で、最も運動をしている人の割合が少ない職種は「人事・労務」の39%となりました。

【運動習慣がある管理部門の40%が「週4日以上運動をしている」と回答】
運動をする頻度について聞いた質問では、40%が「週4日以上運動をしている」ことが明らかになりました。

また、平日のみ運動をしている人は11%、休日のみ運動をしている人は40%、平日・休日どちらも運動をしている人が49%という結果でした。運動の頻度の割合から考えると、運動する頻度が週3日以下の人の多くが休日に運動をしていることが分かります。

【運動習慣がある管理部門の46%が「コロナ禍と比較して運動量に変化があった」と回答】
コロナ禍と現在の運動量の変化について聞いた設問では、全体の46%が「運動量に変化があった」と回答したことが明らかになりました。なお、そのうち約6割は、「コロナ禍よりも現在の方が運動量が増加している」と回答していました。

本調査では、他にも「1日あたりの運動時間」「運動をする目的」等、計7項目に渡る調査結果を掲載しております。

詳細はこちらの記事でご確認ください。
https://www.jmsc.co.jp/knowhow/topics/12334.html

【調査概要】
調査方法：WEBアンケート
調査対象：管理部門の全国の男女
調査テーマ：「管理部門・士業の「運動習慣と年収」に関する実態調査」
有効回答数：144名
調査実施日：2023年9月12日 ~9月19日
調査主体：株式会社MS-Japan（https://www.jmsc.co.jp/）

【MS Careerについて】（https://ms-japan.jp/）
管理部門職種（経理・財務・公認会計士・総務・法務・経営企画等）と、弁護士、公認会計士、税理士等の資格を有する士業に特化した、業界最大級の求人数を誇る転職サービスです。特に人材紹介では、経営管理という領域で圧倒的なシェアを誇っており、創業より30年以上に渡り培った経験とノウハウを生かし、ご希望のキャリアや条件に応じて転職のプロがサポートいたします。

X（旧Twitter）にて転職・キャリアに関する有益な情報もツイートしています。ぜひご確認ください。（https://twitter.com/MSJapan7373）

Generated by ぷれりりプレスリリース
https://www.prerele.com