

附表一：過去半年，受訪者做運動的頻率（百分比）

	百分比
經常做	32.1
間中做	33.9
好少做	19.8
沒做運動	14.2
（樣本數）	（723）

題目：「過去半年，你有幾經常做運動呢？係經常，間中、好少，定係冇做運動？」

附表二：過去半年，受訪者沒有做運動的主要原因（百分比）

	百分比
生活忙碌，沒有時間	52.4
健康問題，不能夠做運動	17.5
運動太辛苦 / 不想動	13.6
純粹自己不喜歡做運動 / 沒有興趣	10.7
其他	8.7
不知道 / 很難講	4.9
（樣本數）	（103）

題目：「你有做運動嘅主要原因係乜呢？」【由於可選多項，總計百分數超過 100%】

附表三：總體而言，受訪者每星期的平均運動時數

平均值	標準差	（樣本數）
3.929	4.2389	（571）

題目：「過去半年，你每星期平均大約花幾多時間做運動呢？」（單位：小時）
【只問表示過去半年曾經常，間中、好少做運動的受訪者】

附表四：過去半年，受訪者每星期的平均運動時數（百分比）

	百分比
少於 2 小時	27.4
2 至少於 4 小時	31.8
4 至少於 8 小時	21.8
8 小時或以上	11.1
不知道 / 很難講 / 不定	7.9
(樣本數)	(620)

題目：「過去半年，你每星期平均大約花幾多時間做運動呢？」【將具體時數重組】

附表五：受訪者最經常做的運動（百分比）

	百分比
跑步（快跑 / 慢跑 / 緩步跑 / 長跑）	43.9
球類運動（如：羽毛球 / 籃球 / 足球）	9.7
水上運動（如：游泳 / 滑浪 / 划船）	7.1
行山遠足	10.6
健身 / 舉啞鈴	8.1
騎單車	5.2
太極 / 氣功	9.5
步行 / 走樓梯	7.7
伸展運動 / 拉筋 / 熱身運動	3.9
瑜珈 / 跳舞 / 健康操 / 體操	6.3
其他	1.3
不知道 / 很難講 / 不定	7.7
(樣本數)	(620)

題目：「你最經常做邊一類型嘅運動呢？」【由於可選多項，總計百分數超過 100%】

附表六：過去半年，受訪者做運動的主要原因（百分比）

	百分比
鍛鍊體能，保持健康	70.0
消磨時間	4.5
和親戚朋友一起，聯繫感情	6.9
可以減壓	8.7
純粹自己喜歡做運動 / 興趣	8.5
想減肥或使身材更好看	14.0
其他	2.4
不知道 / 很難講	5.6
(樣本數)	(620)

題目：「你做運動嘅主要原因係乜呢？」【由於可選多項，總計百分數超過 100%】

附表七：受訪者認為住所附近的公共體育場地和設施是否足夠（百分比）

	百分比
不足夠	34.9
一半一半	27.8
足夠	32.0
不知道 / 很難講	5.3
(樣本數)	(722)

題目：「你覺得你屋企附近嘅公共體育運動場地同設施足唔足夠呢？係足夠、一半半，定係唔足夠呢？」

附表八：受訪者最想政府在社區附近增加的體育設施（百分比）

	百分比
田徑場地	9.7
球場 / 球類運動場地	11.9
單車徑	18.8
健身設施	21.7
泳池 / 室內泳池 / 水上運動設施	15.6
其他	4.0
已經足夠 / 沒有需要	2.2
不知道 / 很難講	16.1
(樣本數)	(720)

題目：「如果政府喺你嘅社區附近增加一項體育設施，你最想增加邊項體育設施呢？」【只選一項】