

## **AUTOILUN MÄÄRÄ LIKUNTAHARRASTAMISESSA**

**Esittäjä:** Jarmo Mäkinen

**Kirjoittaja(t):** Mäkinen, Jarmo

**Taustayhteisö(t):** KIHU, Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus

### **TAUSTA:**

Liikunnan harrastamiseen liittyy merkittävä määrä sekä kulkemista että kyydittämistä kotien ja harrastuspaikkojen välillä. Osa tästä kulkemisesta, kuten kävellen tai pyöräillen harrastuspisteeseen siirtyminen on jo itsessään liikkumista ja terveyttä edistävää käyttäytymistä. Päätäjien ja tutkijoiden kiinnostus aktiivisen liikkumisen edistämiseen ja vaikutuksiin on lisääntynyt merkittävästi viime vuosina (Basset et al., 2008, Schoppe et al. 2012 ja Götschi et al. 2015). Tässä yhteydessä autoilu nähdään korvattavana liikkumismuotona. Liikunnallisesti passivoivan vaikutuksensa lisäksi autoilu kuormittaa myös enemmän ympäristöä. Jo pelkästään lasten urheiluharrastuksiin autolla kyydittämisestä on arvioitu seuraavaan huomattavia ympäristöhaittoja (Kyle et al. 2018). Näyttää siis siltä, että autoilun vähentäminen liikuntaharrastamisen yhteydessä voisi tuoda yhteiskunnallisia hyötyjä kahtakin kautta.

### **TAVOITE:**

Arvioimme esityksessämme liikuntaharrastamiseen liittyvän autoilun määrää kotimaassa ja pohdimme sen mittaamisen kehittämistä. Pitkän tähtäimen tavoitteena on täsmentää kuvaa siitä, miten suureen osaan autoilua on mahdollista vaikuttaa ja analysoida sen jälkeen millaiset keinot voisivat olla sen vähentämisessä tehokkaita.

### **MENETELMÄ:**

Selvitimme liikuntaharrastamiseen liittyvän kulkemisen ja kyydittämisen määrää vuoden 2018 toukokuussa ja marraskuussa toteutetuissa väestökyselyissä (N=3241). Kulkemista selvitettiin lajikohtaisesti eli sen jälkeen, kun vastaaja oli valinnut lajin, häneltä kysyttiin, kuinka kaukana valitun lajin harrastuspaikka sijaitsee kodista tai muusta lähtöpisteestä. Lisäksi häneltä kysyttiin, miten hän kulkee harrastamaan valittua lajia. Henkilöautolla kyyditsemisestä vastaajilta kysyttiin kahta asiaa. Ensinnäkin keitä he kyyditsevät ja toiseksi, kuinka paljon he käyttävät kuukausittain aikaa heidän kyyditsemiseensä. Kyyditsemistä ei selvitetty lajikohtaisesti.

### **TULOKSET:**

Tulosten mukaan noin puolet liikuntaharrastuksiin kuljetuista matkoista tehdään aktiivisesti, kävellen (39 %) tai polkupyörällä (12 %). Noin kolmannes matkoista tehdään henkilöautolla, joko kuljettajana (28 %) tai matkustajana (6 %). Kuljettuja kilometrejä tarkasteltaessa autolla (82 %) liikutaan kuitenkin selvästi eniten, koska sillä tehdään pidempiä matkoja kuin kävellen tai polkupyörällä. Liikuntaharrastusmatkan keskipituus on kävellen 1,8 kilometriä ja autolla 17,8 kilometriä. Väestötasolla (15–74-vuotiaat) liikuntaharrastuksiin kulkemisen kilometrimäärä on noin 121 miljoonaa kilometriä viikossa, mikä on ylärajalla oleva arvio. Miehet käyttävät autoa enemmän kuin naiset mutta aktiivisen kulkemisen suhteen ei sukupuolten välillä ole juurikaan eroja. Saatuja tuloksia voi osittain vertailla Liikenneviraston (2018) henkilöliikennetutkimuksen tuottamiin perustilastoihin.

### **SOVELLETTAVUUS:**

Kuljettujen matkojen tarkastelu lajeittain osoitti suuria eroja niiden välillä. Eri lajeissa kuljettujen kilometrien vaihtelu syntyy harrastajien määrästä, harrastuspaikkojen etäisyyksistä sekä viikoittaisesta harrastustiheydestä. Etäisyyden lisäksi myös harrastuksessa tarvittavien varusteiden määrä vaikuttaa siihen,

tarvitaanko harrastukseen siirtymiseen autoa. Näiden tekijöiden pohjalta voidaan tehdä jatkossa laskennallisia arvioita siitä, kuinka suuri osa liikunnan harrastamiseen liittyvästä autoilusta on korvattavissa muilla liikkumismuodoilla.