

ソフトテニスの生涯スポーツ化

ー地域テニスクラブに着目してー

生涯スポーツゼミナール 1213005 安孫子彩乃

1. 研究動機・研究目的

少子高齢化や情報化の進展、地域社会の空洞化や人間関係の希薄化など社会の急激な変化に伴い、老若男女、障がいの有無にかかわらず、ライフステージに応じた運動やスポーツを取り入れ、健康・体力づくり、交流・社交、生きがいとして、人生を楽しみ豊かにすることが求められている。生涯スポーツとは、自由時間の増加や生活様式の変化による身体活動機会、生活習慣病、急増する高齢者の生きがい、健康づくり等々において、一人ひとりのライフスタイルや年齢、体力、運動技能、興味等に応じて、生涯にわたり運動やスポーツと関わりを持ち、その多くの意義や役割を生活の中に取り入れ、身体的、精神的、社会的に良好な状態を獲得することを目標としている。

今回研究の対象としたソフトテニスには、80万人を超える競技人口と700万人余りの愛好者を持つとされ、戦前・戦後を通じ、男女ともに人気の高いスポーツであることから、生涯スポーツに適したスポーツ種目と考えられる。

本研究では、生涯スポーツの観点からソフトテニスの継続性について研究を進め、ソフトテニス経験者が競技を引退し「勝敗」といった競技志向ではなく、「生きがい」や「健康保持・増進」といった楽しみとして活動を続けてくための継続要因や活動の状況を調査する。そして、その結果を分析することで学校卒業後の継続率低下を少しでも阻止し、この先も生涯スポーツとして長くソフトテニスを継続していく要因を調べることを目的とする。

2. 研究方法

本研究は、千葉県内の3つのソフトテニスクラブ(Iクラブ、Kクラブ、Tクラブ)を対象に調査を行った。研究の方法は、アンケート調査で15項目の質問に答えてもらった。内容は以下のとおりである。

- | | | |
|----------|------------|---------|
| ①性別 | ⑧活動開始年齢 | ⑮活動継続要因 |
| ②年齢 | ⑨大会参加目的 | →11項目 |
| ③居住地 | ⑩クラブでの活動歴 | |
| ④職業 | ⑪活動場所 | |
| ⑤練習参加率 | ⑫交通手段 | |
| ⑥大会参加率 | ⑬所要時間 | |
| ⑦部活動での経験 | ⑭クラブでの活動目的 | |

3. 主な結果と考察

ソフトテニスクラブに所属している人の多くは、20代であり、60代、70代が続いており、ソフトテニス生涯スポーツとして親しまれていることが人がわかった。活動歴で見

ても、比較的長く活動を継続している人が多いが、5年以下、10年以下の所属者もいるため、経験者でなくても気軽に活動に参加できる環境にあるようだ。また、ソフトテニスの用具を揃えるのに、それほどお金がかからないことも始めやすいきっかけとなるようだ。30代からは人数が減っており、子育て等でなかなか時間が取れないようであった。クラブ所属者の多くは、千葉県内や市内のクラブで活動していた。また、練習の参加率も高く、所属者はほぼ毎週、参加しているようであった。そしてクラブ所属者の多くが10代の頃からソフトテニス始めており、部活動を経験している。この学生時代の経験が継続していくきっかけになっているようであった。また、大会を1つの目標として活動をしている人もいる。大会への参加目的に関しては、20代は相手に「勝利するため」と回答する人が多く勝利志向が強いことがわかった。一方、年齢が上がっていくにつれて「自分のベストを尽くすこと」や「自己鍛錬・自己修養」のためと回答する人が多く、やはり高齢になっていくほど、競技志向から生涯スポーツへと考え方が変化し、健康志向になっていくようだ。しかし、今回のアンケートを男女で比較してみると、考え方や活動目的に違いがみられた。年齢が上がるにつれて、全体的には「健康志向」になってはいるが、男性の場合、年齢が上がっても勝利志向の考えを持つ人がいるようだ。対して、女性は勝敗に関係なく自分のベストを尽くすことや、仲間との友情を深めることを重要視していた。女性の方が、生涯スポーツとしてクラブに参加しているように思う。

4. 結論

地域のソフトテニスクラブは、人々のライフスタイルの変化や高齢化・少子化などの社会問題に伴って、生活スポーツの場として、今後、重要な役割を果たしていくことが期待されている。特に、減少傾向にある30代に関しては、子育てや家事をしながらでも活動を継続できる環境づくりが地域クラブとしての課題になると考える。また、スポーツ活動を含めたアクティブな生活スタイルを持つ人々が今以上に増加していけば、スポーツ実施が生活の質を高めるような要因になるかもしれない。そして医療に任せきりにならない健康づくりが期待されるだろう。長く継続していくことができる生涯スポーツ、その中でも本研究のテーマとしてあげたソフトテニス日本に限らず、世界中の人々の生活の質を向上させるスポーツとなってほしい。競技より健康あるいは仲間づくりなど、勝敗にこだわることなく、活動を継続していくことが、ソフトテニス生涯スポーツとして続けられる要因であると考えられる。また、継続するにあたり、競技に対する愛着は必要不可欠であり、どの競技にも共通して言えることであると考えられる。

5. 卒業論文の執筆を終えて

本研究を行うにあたり、多くの方のご指導、ご助言、ご協力を賜りました。この場を借りて心より感謝申し上げます。特に、指導教官である黒須先生には大変ご迷惑をお掛けしました。最後まで、論文のご指導をしていただき、無事、書き終えることができました。本当にありがとうございました。約10年続けてきたソフトテニスに関してこれほど深く考え、学んだことはなく、新たに知ることも多かったように思います。これからは、ソフトテニスを継続していくことが難しくなるかもしれませんが、今回の調査で終えることなく、ソフトテニスの発展のために関与していきたいと思っております。