中高年ラグビーの状況と継続要因に関する調査研究

～生涯スポーツとしてのラグビー～

生涯スポーツゼミナール　1313055　平山　奨

１．研究動機・研究目的

トップリーグの発足から 10 年以上になり、ラグビーは観るスポーツとして確立するとともに多くの国民からサポートされている。日本のラグビープレーヤーの活躍は国内外において目覚ましく、2015 年に開催されたラグビーワールドカップでは大金星をあげ、日本列島に再びのラグビーブームを引き起こした。このように、３Ｋスポーツとして敬遠されてきたラグビーは少しずつ一般の市民にも受け入れられ、地域によっては少年だけでなく少女や幼児なども対象にしたクラブが増加している。また「生涯現役」というように、40 歳以上を対象としたシニアラグビークラブも全国に増加しつつある。これまで怪我の多さが課題であったラグビーは、ルールを工夫することで小さな子どもから 90 歳を超えるような高齢者まで、男女を問わずラグビーを楽しむことが可能となった。このように徐々に普及しつつあるラグビーは、今後ますます競技人口が増加しメジャースポーツへと発展を遂げることが予想される。その中でもシニアラグビーは特に発展が期待される。その理由としては高齢化社会の進展が挙げられ、平均寿命の伸びとともに生涯の余暇活動時間の増加が見込まれる。余暇活動の充実は豊かな人生を送る上で非常に重要であることから、余暇活動の充実に向け生涯スポーツとしてのラグビーの可能性について提示していきたいと考えた。そこで、中高年のラグビープレーヤーの活動状況と意識に関して、アンケート方式による調査を実施してラグビーの継続要因を検討し、生涯スポーツとしてのラグビーの可能性及び今後のラグビー普及を導くべく資料を得ることを本研究の目的とした。

２．研究方法

関東にあるシニアラグビーチームから無作為に３チームを選出し、その会員を対象にアンケート方式により意見を収集した。調査方法は「中高年ラグビープレーヤーの状況」についてのアンケート用紙を各チームの代表に送付し、記入後返送してもらった。本調査では 91 名からの回答を得ることができ、その結果を元に項目ごとに集計を行いグラフ作成及び考察を行った。アンケート項目は大きく分けて、調査対象者について、ラグビーについて、自己管理について、運動・スポーツに対する意識調査の４項目である。

３．主な結果と考察

今回の調査から明らかになったことは以下の通りである。

１）30 代から 80 代まで幅広い層の者が、世代を超えてシニアラグビーに取り組んでいる。

２）約４割の者が指導経験者であり、その対象は少年が中心で、後世にラグビーの魅力を発信している。

３）開始年齢は高校生とそれ以降がほとんどであったが、現在は少年ラグビーが増加して

いるため今後変化が見られると予想される。

４）ラグビーを続けている理由には「好きだから」、「人との付き合い」が多く挙げられていて、ラグビーの魅力に惹かれていることはもちろん、ラグビーを通じて人との関わりを多く求めていることが伺えた。

５）活動状況としては、週１回２時間程度で試合と練習をどちらも行うというのがほとんどで、身体面や生活面で無理のない範囲で行われているようであった。

６）普段行っている自己管理やラグビー以外に行っているスポーツでは、競技特性に合わせて筋力トレーニングという回答が非常に多かった。

７）活動前後には怪我に対するケアをほとんどの者が行っているが、過去２年間に怪我をした者は８割にのぼるため、このことは今後個人だけでなくチームや協会全体で取り組むべき課題である。

８）ラグビーを 70 代、80 代まで、または一生続けたいと回答するものが大半で、ラグビーというスポーツが回答者の生きがいとなっていることが結果から読み取ることができた。

９）運動・スポーツに期待する効果については、先行研究とは運動している者特有の回答、ラグビープレーヤー特有の回答といった点で相違が見られた。

１０）　運動・スポーツの習慣と継続についての質問においても、同様の相違が見られた。しかし、中高齢者特有の回答としては同様の結果を得ることができた。

本調査研究を踏まえ、タグラグビーの導入及び中年向けラグビーイベントの開催の二つを提案したい。一つは、タグラグビーをシニアラグビーにも導入することで怪我のリスクを大幅に減らすというものだ。それにより、誰もが気軽にラグビーへ取り組むことができるようになり生涯スポーツへと定着しやすいのではないないか。もう一つは、企業でラグビーのイベントを開催し、親子でのラグビーファンを獲得するというものだ。ラグビーに興味を持つきっかけを上手く作り、ラグビー人口の増加を図りたい。

４．結論

シニアラグビーに取り組む者はラグビーというスポーツを楽しみ、生きがいとして生活の一部に組み込んでいるようであった。そのため、生涯スポーツとしてラグビーが今後普及していく可能性は大いにあるとの結論に至った。しかし、やはり危険が伴うスポーツである上に年齢的な理由から怪我が多いのが現状である。生涯スポーツとして今後発展していくためには、今以上にルールの工夫などに取り組む必要があるといえる。

５．卒業論文の執筆を終えて

今回の調査研究では、中高年ラグビープレーヤーに着目して生涯スポーツとしてのラグビーの可能性を検討した。しかし、紙面によるアンケート調査のみであったため、実際の現場の様子やチームの運営・大会の運営などを見ることができなかった。今後、より内容を深めていくためにはインタビュー調査や全国的な調査が必要とされる。また、少年ラグビーや女子ラグビーにも目を向けることで、生涯スポーツとしてのさらなる可能性を検討すること、ラグビーの普及・発展に向けた成果を出すことを今後の課題としたい。