

知的障害者のスポーツ活動と生活の質（QOL）に関する研究：保護者へのアンケート調査結果から

学籍番号 4123022

氏名 全 思瑜

【目的】

本研究の目的は、運動頻度が知的障害者の生活の質（QOL）に与える影響を明らかにし、また障害者の運動頻度がQOLの生活満足度、社会参加・活動、自立・自由度に与える具体的な効果を分析することである。

【方法】

本研究では、発達障害を持つ子供の保護者を対象に質問紙調査を実施した。対象者は、チャレンジフィットネスクラブとスマイルクラブの2つのスポーツクラブに所属する障害者である。運動頻度とQOL得点の相関分析を行い、性別、年齢、障害の種類との関連性も検討した。また、クラブごとの運動プログラムの特徴と参加者への具体的な効果についても質的データを収集した。

【結果】

運動頻度とQOL得点の間には相関係数0.027が確認されたが、この相関は弱く、統計的に有意ではなかった。運動頻度とQOLの各要素の得点の関連性について、「運動習慣がない」「運動低頻度群」「運動高頻度群」の3群に分けて分析された。その結果、「運動高頻度群」は、生活に対する満足度が最も高い傾向にある。「運動低頻度群」は「社会参加・活動」、「自立・自由度」の2つの指標において、最も良好な成績を収めていることが明らかにした。

【結論】

本研究の結果から、運動習慣に基づいて対象者を三つの活動群に分類し、それぞれの生活満足度、社会参加度、自立度について分析を行い、さらに保護者による自由記述の内容を踏まえて考察を進めた結果、適度な運動は障害者の生活満足度、社会参加度、自立度のいずれに対しても肯定的な影響を与えることが示唆された。また、障害の種類や個々の特性に応じた運動プログラムの設計が、QOL向上において重要であることが確認された。これらの結果は、障害者支援における運動の役割を考えるうえで有用な知見を提供するものである。今後は長期的な影響を検討するための追跡研究が求められる。

Research on sports activities and quality of life (QOL) for people with intellectual disabilities: Results of a questionnaire survey of parents

Student ID Number: 4123022

Name: QUAN, Siyu

[Purpose]

This study aimed to clarify the impact of exercise frequency on the quality of life (QOL) of individuals with intellectual disabilities and analyze the specific effects of exercise frequency on life satisfaction, social participation and activities, and independence and freedom among individuals with disabilities.

[Methods]

A questionnaire survey was conducted among parents of children with developmental disabilities. The participants included individuals with disabilities who belonged to two sports clubs: Challenged Fitness Club and Smile Club. A correlation analysis was performed between exercise frequency and QOL scores, while also examining their relationships with gender, age, and disability type. Additionally, qualitative data were collected to analyze the characteristics of each club's exercise programs and their specific effects on participants.

[Results]

A correlation coefficient of 0.027 was found between exercise frequency and QOL scores. However, this correlation was weak and not statistically significant. To analyze the relationship between exercise frequency and individual QOL components, participants were categorized into three groups: "no exercise habit," "low-frequency exercise group," and "high-frequency exercise group." The findings revealed that the "high-frequency exercise group" tended to have the highest level of "life satisfaction." Meanwhile, the "low-frequency exercise group" showed the best scores in "social participation and activities" and "independence and freedom."

[Conclusion]

Participants were classified into three activity groups based on their exercise habits, and an analysis of their life satisfaction, social participation, and independence was conducted. Further consideration was given based on parents' open-ended responses. The findings suggest that moderate exercise positively impacts life satisfaction, social participation, and independence among individuals with disabilities. Additionally, the study confirmed that tailored exercise programs for specific disabilities and individual traits are essential for enhancing QOL. These results provide valuable insights into the role of exercise in supporting individuals with disabilities. Future studies should conduct follow-up research to examine long-term effects.