

ユニファイドスポーツが大学生の障害観と精神的健康度に与える効果

学籍番号 4124029

氏名 関屋 裕太

【目的】

わが国には身体・知的・精神に障害を持つ人が多数存在しており、障害のあるなしに関わらず共生しあえる社会の実現に向けた政策の一つとして、スポーツに期待が高まっている。スペシャルオリンピックスには、知的障害者(アスリート)と健常者(パートナー)が共に活動する「ユニファイドスポーツ」の独自の取り組みがある。これまで、ユニファイドスポーツはアスリートのコミュニケーション能力や自信、精神的健康の向上に効果があること、またパートナーの障害者理解の促進や共感性の育成につながることを示されているが、パートナー自身の精神的健康への効果は明らかにされていない。そこで、本研究の目的は、ユニファイドスポーツ参加前後のパートナーの「障害観」と「精神的健康度」の変化を調査することとした。

【方法】

本研究は、2024年11月～2025年9月にユニファイドスポーツプログラムにパートナーとして参加した大学生の男女51名(年齢:19.9±1.4歳、学年:2.4±1.2年)を対象に、参加前後に障害観(ATDP-O)と精神的健康度(MHC-SF-J)を測定し、その変化を調査した。また、過去の知的障害者との接触経験の有無で群分けし、参加前と参加前後の変化を比較した。

【結果】

知的障害者に対する障害観、精神的健康度ともにユニファイドスポーツ参加前後に有意な変化は認められなかった(障害観:p=0.640、精神的健康度:p=0.480)。接触経験の有無で比較した結果、障害観に交互作用は認められなかったが(p=0.421)、接触経験がない者で点数が増加方向だった。精神的健康度は、交互作用は認められなかったが(p=0.086)、接触経験がある者で有意に高く(p=0.035)、参加後も点数が増加方向だった。

【結論】

ユニファイドスポーツの参加により、大学生の障害観や精神的健康度に明らかな変化は確認されなかったが、改善方向に動く可能性が確認された。

The Effects of Unified Sports on University Students' Attitudes Toward Disability and Mental Well-Being

Student ID Number: 4124029

Name: SEKIYA, Yuta

[Purpose]

Many Japanese live with physical, intellectual, and mental disabilities. As policies promoting an inclusive society continue to advance, popular expectations around the role of sports have been increasing. Unified Sports, a unique initiative of the Special Olympics, brings together individuals with intellectual disabilities (athletes) and individuals without disabilities (partners) as teammates to participate in sports activities. Studies have demonstrated the effectiveness of Unified Sports at improving athletes' communication skills, confidence, and mental health, by promoting greater understanding among partners toward people with disabilities. However, the effects of participation in Unified Sports on partners' mental health remain unclear. Therefore, this study aimed to investigate changes in partners' attitudes toward disability and their own mental health before and after participation in Unified Sports.

[Methods]

This study targeted 51 male and female university students without disabilities (Age: 19.9 ± 1.4 years) who partnered in a Unified Sports program between November 2024 and September 2025. Attitudes Toward Disabled Persons (ATDP-O) and the Mental Health Continuum-Short Form for Japanese (MHC-SF-J) were assessed, and participants' scores both before and after participation in Unified Sports were compared. Participants were also divided into groups based on their previous contact experience with individuals with intellectual disabilities, and both inter-group differences in baseline scores and pre- and post-participation changes were compared.

[Results]

No significant changes were observed in either attitudes toward individuals with intellectual disabilities or in mental health status before and after participation in Unified Sports (ATDP-O, $p = 0.640$; MHC-SF-J, $p = 0.480$). No interaction effect was found for attitudes toward disability by prior contact experience ($p = 0.421$), although scores tended to increase among those without prior contact experience. No interaction effect was found for mental health ($p = 0.086$); however, participants with prior contact experience had significantly higher scores ($p = 0.035$), which were trending upward.

[Conclusion]

Participation in Unified Sports did not lead to clear changes in attitudes toward disability or mental health; however, results hinted at a positive change. □