

体育・スポーツ施設の現状ともたらされる運動意識・習慣の変化 ～つくばウェルネスパークを事例として～

生涯スポーツゼミナール 1316011 大塚一生

1. 研究動機・研究目的

現在、地域の運動・スポーツ施設は、その地域の会社の福利厚生として提携し、社員の運動を推奨しているところもある。それ以外でも、地域の身近な運動・スポーツ施設は人々の健康増進の一助となっており、このような多くの人々が利用する施設であれば、さまざまな人との交流の機会もでき、運動習慣作りのきっかけになるのではないかと考えられる。そこで本研究では、地域の運動・スポーツ施設を利用して運動している人々を対象とし、体育・スポーツ施設の利用を始めることが、私生活でも「歩く」など身近で簡単にできる運動を意識する一因となるのではないかと、また地域の体育・スポーツ施設が、人々の運動意識に変化を与える外的要因になるのではないかについて明らかにすることを目的とする。

2. 研究方法

【調査概要】

本研究では、茨城県つくば市に位置する指定管理者制度を導入した公共スポーツ施設であるつくばウェルネスパークを対象とし、利用者へ調査を実施した。働いている世代(16~64歳)を対象としていたため、入館の利用券の「小人(3歳以上)」、「大人(中学生以上)」、「満65歳以上」、「障がい者手帳をお持ちの方(大人)」、「介助者(大人)」のうち、「大人(中学生以上)」、「障がい者手帳をお持ちの方(大人)」、「介助者(大人)」の利用者に依頼をした。調査時期は、令和元年8月8日から8月30日の23日間にかけてであり、調査にはGoogleフォームを活用した。アンケートの依頼人数は合計で87人、そのうちの有効回答は60人であり、回答率は69.0%となった。

【調査内容】

スポーツ庁が平成30年度に行った「スポーツの実施状況等に関する世論調査」の調査項目を援用した(全43項目)。本調査では、これらのうち、当該施設利用者に対する質問項目として適応性に欠くと判断した項目を除き、筆者が独自に設けた項目を加え、計24項目によって測定し、男女間でのクロス集計を行った。

3. 主な結果と考察

調査結果より、スポーツ庁の「成人の週1回以上のスポーツ実施率」の調査結果と照らし合わせると、スポーツ庁の結果よりも施設利用者の男女のスポーツ実施率は高く、利用者は運動習慣が高水準であることや、つくばウェルネスパークが定期的な運動・スポーツ活動の1つの拠点となっていると考えられることも明らかとなった。利用者の7割以上がつくばウェルネスパークの利用で何らかの変化は感じており、感じられた変化として回答率の高かった回答は「体の調子が良くなった」などの身体的な変化であった。しかし、身体的な変化だけでなく、施設を利用したことで自己の内在する意識に変化が感じられた者も存在しており、施設の利用は利用者の運動意識・健康意識に変化を与えていたことも明

らかになった。それまでの体育・スポーツ施設や運動・スポーツ自体への先入観・考え方も、体感して初めて感じることに、考えが改められることもあるため、施設利用へのきっかけづくりを進めていくべきである。会社や大学の福利厚生が施設利用のきっかけとなるということも、結果としてはそれらが要因になっていたという事実が確認されたことから、今後、体育・スポーツ施設は同じ地域にある学校や企業との地域協力の推進や、情報の提供ホームページや広報、友人や知人・家族からの勧誘、口コミの推進も重要なものであると考える。現在スポーツをする意思がない親の世代であっても、自分の子どもがプール教室に通うことがきっかけで施設利用を始めるという事例もあるため、スポーツを「する」という観点だけでなく「見る」という観点からも運動・スポーツ参加や施設の利用を開始するアプローチは可能である。「距離の近さ」という観点でも施設利用のきっかけになることや、利用の継続要因となることもわかっているため、インフラの整備や公共機関の整備、新たな施設の建設での立地条件によって、新たな運動・スポーツの参加者や施設利用者の創出ができると考えられる。

4. 結論

体育・スポーツ施設の利用が利用者に良い影響や変化を与えることがわかったため、前述で挙げた施設利用のきっかけづくりとなる様々なアプローチをするとともに、既存の利用者に対してもリピート率を上げるための施設運営をしなければならない。スポーツ自体を楽しむこと第一価値としている10代・20代の若年層や、仕事による時間的余裕があまりない30代・40代中年層、健康の維持増進を主な目的としている50代・60代高齢層など、幅広い利用者の異なるニーズに対応しなければならず、単にエリア開放しているだけでは望ましくない。固定的な運営やプログラムではなく、年代ごと、さらに中でもレベル毎のニーズに合った対応を考え、全スタッフへの教育・モチベーションづくりもしていかなければならない。スタッフ1人1人が感じることも異なるため、情報共有の場も必要であり、定期的な話し合いの機会を設けることもすべきであると考えられる。そういった施設運営の下地から、利用者へのきっかけ・継続のためのアプローチに力を入れ、変化していく時代の流れにも柔軟に対応していくことで、体育・スポーツ施設は発展していくと考える。今後地域の体育・スポーツ施設がより理解され、地域の人々に良い影響をもたらし、スポーツ実施率が向上されていくことを期待する。

5. 卒業論文の執筆を終えて

本研究は多くの方々にご協力いただきました。心より感謝の意を表させていただきます。研究対象地とさせていただいたつくばウェルネスパーク、そしてその多くの利用者の方々が快く調査の依頼を承諾してくださったことで、有効な調査を行うことができ、さまざまな考察をすることができました。深く感謝致します。また、テーマを決めていく段階から完成まで、お忙しい中でも熱心に指導してくださった黒須先生には本当にお世話になりました。先生のご指導があったからこそ円滑に完成させることができました。大変感謝しております。同じゼミナール生たちの存在も、卒論を進めるモチベーションにつながり、ゼミナール長として模範となるべく行動できたため、非常にありがたかったと強く感じております。本当にありがとうございました。