

# 総合型地域スポーツクラブにおける子ども会員の保護者の

## 運動動機、阻害要因 - NPO 法人スポーツアカデミーを対象として -

生涯スポーツゼミナール 1315009 江波戸 航

### 1. 研究動機・研究目的

2020年に東京オリンピック・パラリンピックが開催されることが決まり、スポーツ庁は運動実施者を増やすために総合型地域スポーツクラブの活性化を行い、FUN+WALK PROJECT、スポーツエールカンパニー、パラスポーツを広めるイベントを行なって、国民の運動実施率を向上させる政策をしている。また、ビジネスに目を向けると各地域にフィットネスクラブができ、アップルウォッチをはじめとするウェアラブルデバイスを各社がこぞって販売し、運動時のデータなどを健康管理に生かす「データ・ヘルスケア」が市場で注目されるなど、今、過去にない健康・スポーツブームに追い風が吹いていると言われている。しかし、運動実施率を数値的に見たとき、近年上昇傾向であるが、成人の週1回以上のスポーツ実施者は51.5%とスポーツ庁の目標とする65%には10%も差があり、まだ、活性化がなされているとはいえない。特に20代から50代までの働き盛り世代の運動実施率が低い。

そこで本研究では「NPO 法人スポーツアカデミー」に通う子どもの保護者を対象にアンケート調査を行い、働き盛り世代の運動動機、阻害要因を明らかにし、子供を持つ働き盛り世代に着目した運動習慣化に繋げることを目的とする。

### 2. 研究方法

#### 【研究概要】

本研究では、調査研究フィールドを千葉県旭市の総合型地域スポーツクラブ NPO 法人スポーツアカデミーとして、NPO 法人スポーツアカデミーの理事長0氏のご協力のもと、クラブのキッズ会員の保護者に質問紙を配布し、2から3週間後に77部を回収した。なお、回収された質問紙は1部を除いて有効であったため、これを除いて分析に必要な項目に完全回答している76部を分析対象とした。

#### 【調査項目】

基本的属性、運動・スポーツ活動、子供を加入させた動機23項目、運動を始めた動機22項目、運動の阻害要因18項目

#### 【分析項目】

サンプルの属性を明らかにするため、質問項目「1. 基本的属性」、「2. 運動・スポーツ活動」、「3. 子どもを入会させた動機」、「4. 運動を始めた動機要因」、「5. 運動の阻害要因」に対して単純集計を行なった。これに加え、「3. 子どもを入会させた動機」、「4. 運動を始めた動機要因」、「5. 運動の阻害要因」については、運動経験の差における類似・相違点を明らかにするために、質問項目（「3. 子どもを入会させた動機」23項目、「4. 運動を始めた動機」22項目、「5. 運動の阻害要因」18項目）計63項目に対してt検定を行なった。

### 3. 結論

本研究では、総合型地域スポーツクラブの子供会員の保護者に焦点を当てて、子持ち世代の成人の子供を入会させた動機、運動を始めた動機、運動の阻害要因の評価を分析し、検討した。子どもを入会させた要因として、子どもの入りたいという意見は重要であるが、体力や運動能力の成長、楽しさを知ってもらいたいという願望が出たときに入会を決める傾向があげられた。特に運動習慣のない保護者の方がこのように思う傾向が高く、健康な体づくりをさせたい傾向がある。運動習慣者は、未習慣者に比べ、子供に多種目のスポーツを経験してほしい傾向が強い。運動を始めた動機として、他者からの影響や経験で運動を始めることはあまりなく、自分の体を気にしたり、プライベート生活の充実を望んだりして運動を始める傾向が高く、特に高校時代スポーツ部活動に所属していた人は、運動はプライベートを充実させるものや趣味として行っている傾向があり、運動スポーツは新しい人との出会いの場とも捉えている。高校時代スポーツ部活動に所属していなかった人は、プライベートを充実させるものや趣味とも捉えているが、所属していた人より体づくり、健康のための手段として考えている傾向が高い。運動の阻害要因としては、一般的な仕事や家事で忙しい事や子供に手がかかる事が挙げられたが、最も運動を阻害する要因は、運動をする動機を起こすものがない、無関心の状態である事が考えられる。また、小学校、中学校時代に部活動をやっていない人は、運動に対して、体力的に辛く、面倒くさい疲れるものと考えたり、運動・スポーツに苦手意識を持ったりしており、マイナスな固定概念を持っていた。

### 4. 本研究の限界

アンケート調査での質問内容の検討が必要である事が挙げられる。本研究では、子持ち世代の成人の現在の行動、距離、精神的な内容において、運動の動機・運動阻害要因は明らかにする事が出来た。しかし、運動阻害要因として、運動をするのに対して無関心な人の存在が多くいる事が明らかになり、表面的な改善点は挙げられるが、心理的側面からの改善を促すのに十分な差や結果が得られなかった事だ。心理面での相違を明らかにするために今後の課題として、質問内容で過去の運動・スポーツを好き・嫌いになった因果関係に関する質問内容や運動習慣者と非運動習慣者で持っているスポーツイメージ、位置付けの相違に関する調査などが挙げられる。

### 5. 卒業論文の執筆を終えて

本研究を進めるにあたり、担当教員である黒須先生を始め、ゼミ員、大学院生の方々には、大変お世話になり、とても感謝しております。また、調査に協力して頂いた方々に深く感謝申し上げます。

本研究を終えて、本研究でまだ明らかに出来なかったこと、新たに調べたくなったことができ、これから先そのような分野の仕事に就くので今回の経験を踏まえ知識を深めて行きたいと思います。

本論文の執筆にご協力、ご指導、ご鞭撻いただいた多くの方々に改めて感謝の意を表させていただきます。本当にありがとうございました。