

# 名古屋市名東区における運動・スポーツ活動参画のための 実現条件の検討

## Examination of Facilitative Conditions for Participation in Exercise and Sports Activities in Meito Ward, Nagoya City

松村 雄樹

MATSUMURA Yuki

愛知東邦大学人間健康学部

### 要 旨

本研究の目的は、本学園が締結した「スポーツ・健康×まちづくり」に関する連携協定の一者である名東区に着目し、運動・スポーツ活動参画のための実現条件を明らかにした上で、世代別にどのような相違性が見られるかについて比較検討することとした。

本研究は名古屋市名東区にて実施した「名東区民のスポーツ・健康に関する意識調査」のデータを使用した。調査は名古屋市名東区に住民票を有する18歳以上の男女4,000名を対象として、郵送法により2023年の10月16日から12月28日の約二か月で配付、回収され、有効回答数（有効回答率）は771部（19.2%）であった。研究方法は運動・スポーツ活動参画のための実現条件の類型化を実施した上で、世代別にみた運動・スポーツ実現要因の平均出現数およびその差異の検定を実施した。

主な研究結果は以下のとおりである。

- 1) 実現条件を主体者自身が考える運動・スポーツ参画のためのきっかけを自由記述形式で抽出した結果、自由記述データは46カテゴリーに分類することができた。
- 2) 抽出された実現カテゴリーについて世代別の特徴を明らかにするために、運動・スポーツ参画のための実現要因の平均出現数の差異を検定した結果、4つのカテゴリーで有意差が確認された。

キーワード：名古屋市，名東区，運動・スポーツ参画，実現条件，比較研究

### 1. 緒言

2023年6月、名古屋市名東区ではスポーツを中心とした文化活動の創設及び既存活動の活性化を図ることにより、名東区の住民のウェルビーイングを向上させるために、産・官・学と地域住民の協働による自走・継続可能な組織を設立することを目的に名東区、名東区体育協会、名東区スポーツ推進委員会連絡協議会、名東区小中学校長会、学校

法人東邦学園が五者協定を締結した。現在、「名東区スポーツ・健康×まちづくり協議会」の設立準備が行われ、ここでは名東区が“自然と体を動かしてしまう「楽しいまち名東」”となり、区の活性化を目指す自走・継続可能な基盤を作るべく、協議会の設立準備が行われ、様々な事業等の検討がなされている。

WHO（2015）によると高齢化と健康には負の相関関係があり、健康状態の維持・向上のために身体活動を実施すべきであること、そして、特に高齢者および加齢に応じた身体活動の促進支援を実施すべきと提言している。我が国においても「スポーツ基本法（文部科学省，2011）」の前文において「スポーツは、心身の健康の保持増進にも重要な役割を果たすものであり、健康で活力に満ちた長寿社会の実現に不可欠」と記載され、第3期スポーツ基本計画（スポーツ庁，2022）では、「成人の週1回以上のスポーツ実施率が70%（障害者は40%）になることを目指す。」としている。個人のライフステージでの運動・スポーツ参加については、乾ら（2022）によると中学での実施率を頂点として、高校、大学と減少していき、さらに社会人へステージが変わることにより、その多くが活動から離脱傾向にあるといえる。今後、世界的な規模で進行していくことが予測される高齢化や寿命の延長に伴い、健康の維持や向上のため、またそれぞれのライフスタイルの質の向上のために各世代において運動・スポーツ活動への関心がさらに高まり、様々な形で活動の実現が求められる可能性が示唆される。

一方で、Matsumura & Chogahara（2020）は運動・スポーツ活動はその範囲やパターンが拡大しているものの、研究や事業が対応できておらず、その格差を解消するためにも効果的な施策や事業を実施していく必要性を指摘している。さらに、Baranoeski et al（1998）や谷ら（2016）は運動・スポーツ活動の実現を促進するには、その現象を引き起こす予測変数を明らかにし、それに基づいた行動変容戦略が必要であると報告している。人間が様々なライフステージを経ていく中で、運動・スポーツ活動の実現に対して影響を及ぼす要因について検討を行うことは今後の個人の加齢や高齢化、子どもの運動能力の低下等が進行する社会における生涯スポーツ振興策の構築や促進に有用であると考えられる。

そこで本研究は、“自然と体を動かしてしまう「楽しいまち名東」”を本学園らとともに目指す名東区に着目し、世代別で運動・スポーツ活動参画のための実現条件にどのような相違性が見られるかについて比較検討し明らかにすることを目的とする。

## 2. 研究方法

### 2.1 調査方法と分析対象者

本研究では、区民の健康・スポーツ活動に関する現状や動向を把握するために愛知県名古屋市名東区の一般成人を対象として実施した「名東区民のスポーツ・健康に関する意識調査」のデータを使用した。調査対象者は、名東区の18歳以上の男女を母集団とし、男女年齢別の人口構成率に基づき住民基本台帳から均等割付抽出を行ない、ランダムに抽出された4,000名であった。調査は郵送法による無記名式の質問紙調査を行い2023年の10月16日から12月28日の間に配付、回収され、有効回答数および有効回答率は771部（19.2%）であった。調査項目は、スポーツ参画の現状、スポーツ参画の潜在性、スポーツ推進事業・環境・イベント、スポーツキャリアと健康状態であった。

### 2.2 分析方法

本研究における分析の手順は、分析①として単純集計やそれぞれの運動・スポーツ活動参画のための実現条件の類型化を行ったうえで、分析②として「青年群（10-30代）」、「中年群（40-60代）」、「高年群（70代以上）」の世代別に

みた実現要因の平均出現数およびその差異の検定（一元配置分散分析による多重比較）を実施した。分析に利用した統計処理パッケージはSPSS29.0およびSPSS Text Analysis for Survey（TAS）であった。

具体的に分析①の記述回答の類型化は、回答を得た771名のうち、もっとも実施したい運動・スポーツ種目を選択した上で、「その種目について、どういうきっかけがあれば実施できると思われますか。」という質問について「○●というきっかけがあれば実施できると思う」の自由記述に回答のあった552名を分析対象とし、自由記述よりキーワードを抽出し、先行研究（関西広域連合，2019；Mastumura & Chogahara，2020）で使用された「身体活動を促す重要な要因体系」を参考に、テキストマイニングの手法を用いて回答の類型化を実施した。テキストマイニングの手法は自由記述や文字データ等の質的データとしての実現状況を一定の客観性を備えながら分析するための方法であり（神谷，2015），田中ら（2019）の研究では医療や看護などの分野においても事故原因や因果関係の究明への有効性が認められていることより本研究においても採用した。

### 3. 結果

#### 3.1 調査対象者の特性

年代については40歳代以上の中高年が全体の約80%を占めており、男性が43.7%、女性が56.0%であった。運動・スポーツ実施頻度について週1回以上実施人口は56.9%で令和4年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」（スポーツ庁，2023）の全国平均値52.3%を超えてはいるものの、第3期スポーツ基本計画（スポーツ庁，2023）において設定されている「成人の週1回以上のスポーツ実施率を70%（障害者は40%）」という目標値には到達していないことが分かった。

#### 3.2. テキストマイニング手法による実現条件の類型化

TAS（Text Analysis for Surveys）を用いて、「身体活動を促す重要な要因体系」（関西広域連合，2019；健康・体力づくり事業財団，2010；Matsumura & Chogahara，2020；松村ら，2020）を基に552の自由記述について分析者トリアンギュレーションを実施した結果、46の実現項目に集約した。

表2に各世代における上位10項目を示す。青年群については、「近接性（施設）」が11.7%と最も高い値を示し、次いで「勧誘」（9.4%）、「同志向者」（9.4%）であった。中年群については、「時間的余裕」が11.9%と最も高い値を示し、次いで「近接性（施設）」（7.7%）、「家族」（6.1%）であった。高年群については、「体調」が11.6%と最も高い値を示し、次いで「友人」（9.8%）、「時間的余裕」（8.9%）であった。全世代において「近接性（施設）」や「時間的余裕」が共通して高い値をとっていることが分かった。

#### 3.3. 世代における実現要因カテゴリーの差異

「青年群」，「中年群」，「高年群」に関して，前述したテキストマイニング手法による実現条件の類型化より得られた結果について先行研究（健康・体力づくり事業財団，2010）を参考に12カテゴリーに集約し，その平均出現数の差異を検定するため一元配置分散分析を行った。その結果，「身体（ $F=8.751, p<.001$ ）」，「時間（ $F=3.677, p<.05$ ）」，「プログラム（ $F=3.051, p<.05$ ）」，「仲間（ $F=3.371, p<.05$ ）」の4カテゴリーにおいて有意な結果が得られた。

さらに多重比較の結果，身体カテゴリーでは高年群が青年群，中年群よりも有意に高く，時間カテゴリーでは中年

表1 調査対象者の特性

項目及びカテゴリー		集計結果	
<b>性別</b>			
	男性	230	(43.7%)
	女性	427	(56.0%)
	どちらでもない	2	(0.3%)
<b>年代</b>			
	10歳代	8	(1.1%)
	20歳代	53	(7.0%)
	30歳代	93	(12.2%)
	40歳代	126	(16.6%)
	50歳代	145	(19.1%)
	60歳代	125	(16.4%)
	70歳代	135	(17.7%)
	80歳代	61	(8.0%)
	90歳代以上	15	(2.0%)
<b>運動・スポーツ実施頻度</b>			
	週に5日以上（年251日以上）	108	(14.0%)
	週に3日以上（年151～250日）	116	(15.0%)
	週に2日以上（年101～150日）	108	(14.0%)
	週に1日以上（年51～100日）	107	(13.9%)
	月に1～3日（年12～50日）	117	(15.2%)
	3ヶ月に1～2日（年4～11日）	63	(8.2%)
	年に1～3日程度	42	(5.4%)
	全く運動・スポーツを行わなかった	110	(14.3%)

表2 世代別の運動・スポーツ参画のための実現条件

青年群 (n=128)			中年群 (n=312)		高年群 (n=112)	
		%		%		%
1 <sup>st</sup>	近接性（施設）	11.7%	時間的余裕	11.9%	体調	11.6%
2 <sup>nd</sup>	勧誘	9.4%	近接性（施設）	7.7%	友人	9.8%
3 <sup>rd</sup>	同志向者	9.4%	家族	6.1%	時間的余裕	8.9%
4 <sup>th</sup>	時間的余裕	7.0%	勧誘	5.4%	近接性（施設）	6.3%
5 <sup>th</sup>	育児・家事関連	6.3%	体調	4.2%	体型・体力	5.4%
6 <sup>th</sup>	友人	5.5%	体型・体力	3.5%	同志向者	4.5%
7 <sup>th</sup>	付帯サービス	4.7%	休暇	3.5%	行動・経験	3.6%
8 <sup>th</sup>	体型・体力	3.9%	体験イベント	3.5%	交通利便性	3.6%
9 <sup>th</sup>	体験イベント	3.9%	同志向者	3.5%	使用利便性	3.6%
10 <sup>th</sup>	家族	3.9%	育児・家事関連	3.2%	種目対応	3.6%

群が高年群よりも有意に高く、プログラムカテゴリーでは中年群が青年群よりも有意に高く、仲間カテゴリーでは青年群が中年群よりも有意に高いことが明らかになった。

これらの結果より、高年群では身体カテゴリーが、中年群では時間、プログラムカテゴリーが、青年群では仲間カテゴリーが他の群に比べて運動・スポーツ参画のための実現条件として回答頻度が有意に高いということが確認された。

表3 各世代における実現カテゴリーの平均出現数の比較

		青年群 (n=128)		中年群 (n=312)		高年群 (n=112)		F値	多重比較検定
		M	SD	M	SD	M	SD		
主体者条件	意識	.023	.152	.048	.214	.018	.133	1.468	
	身体	.047	.212	.106	.308	.214	.412	8.751***	高年 > 青年・中年
	時間	.172	.379	.221	.416	.107	.311	3.677*	中年 > 高年
環境的・ 施設の条件	エリア	.023	.152	.032	.176	.054	.226	.875	
	施設	.250	.435	.167	.373	.161	.369	2.370	
	用具	.039	.195	.029	.168	.009	.094	1.062	
機会的・ 経験的条件	プログラム	.023	.152	.090	.286	.080	.273	3.051*	中年 > 青年
	イベント	.063	.243	.058	.234	.054	.226	.044	
	情報	.023	.152	.048	.214	.063	.243	1.117	
人的・ 組織的条件	仲間	.297	.459	.186	.390	.205	.406	3.371*	青年 > 中年
	指導者	.016	.125	.010	.098	.018	.133	.280	
	組織	.023	.152	.006	.080	.018	.133	1.200	

※：M=平均値，SD=標準偏差，\* = p < .05，\*\* = p < .01，\*\*\* = p < .001

#### 4. 論議

これまで国内外で実施されている運動・スポーツ活動の実施促進のための事業や施策の多くは身体活動量や運動実施頻度、実施時間など量的な数値を目標として掲げられることが多かった(松村ら, 2020)。しかしながら近年はスポーツ庁も「Sport in Life (生活の中にスポーツを)」をキーワードに「いかにスポーツを楽しむか」や「自分のスタイルでスポーツと長く付き合っていけるか」などの考え方が浸透してきており、スポーツの質的側面や満足度を充実させるかということが注目されている。このような背景の中、本研究では活動主体者が自ら挙げる「運動・スポーツ活動参画のための実現条件」について着目し、質的なアプローチで世代別の潜在的な需要を実施に促す要因を解明することを目的とした。

本研究の成果として、従来の個人的要因や環境的要因からではなく、活動主体者が実際に運動・スポーツ活動へ参画するための条件という具体的な自由記述を基に実現条件を抽出した結果、46項目に集約することができ、さらに世代別に求める条件の相違性について確認することができた。

本研究の2つの分析結果をもとに世代別の実現条件およびカテゴリーについて考察する。青年群については、勧誘や同志向者など「仲間」カテゴリーが他の群に比べて出現頻度が高いということが明らかになった。「仲間」については、浜田ら(2009)の研究においても運動・スポーツ活動の実現に関わる重要な要因であると示されており、横山ら(2003)は仲間集団での活動参加は、楽しさや達成感にも影響をもたらすということからも、黒崎ら(2023)が示

すように青年群を運動・スポーツ活動への参画を促すためには仲間づくりが気安くできる環境づくりを検討する必要があると推察できる。

次に、中年群については、時間的余裕を含む「時間」カテゴリーと体験イベントを含む「プログラム」カテゴリーが他の群に比べて出現頻度が高いということが明らかになった。特に「プログラム」については「体験イベント」項目への回答が多く、「気軽に参加できる」「いろいろなものを試したい」などの記述をみることができ、中年群の運動・スポーツ参画の条件には“～易さ”が重要であると推察できる。これらの結果より、中年群を運動・スポーツ活動の参画に促していくためには、仕事の休みや家族で時間の取れる休日に近隣地域で子供から大人まで楽しめる多目的体験型のスポーツイベントプログラムの作成が有効であると推察できる。

最後に高年群については「体調」「体型・体力」などの「身体」カテゴリーが他の群に比べて出現頻度が高いということが明らかになった。スポーツの実施状況に関する世論調査（スポーツ庁，2023）においても運動・スポーツを実施した理由として「健康のため」が79.4%と最も多く、「体力増進・維持のため」が56.3%と報告されており、健康や体力に対する意識が運動スポーツ活動の参画に大きな影響を及ぼしていることが分かる。本分析の結果からも、特に高年群に対しては運動・スポーツ活動の参画のための条件として健康の維持や増進、体型・体力に対する条件を満たすことにより参画に促すことができる可能性を示唆できる。このことより、高年群に対する運動・スポーツ活動参画に向けての方策の提案としては、運動・スポーツ活動の促進や明確な目標値の設定に加えて、「健康・体力・筋力増進のために」などのキーワードを用いて「健康」について運動・スポーツ活動と結びつけるプロモーションが有効であると推察できる。

本研究では運動・スポーツ活動への参画希望者が自ら挙げる「運動・スポーツ活動参画のための実現条件」を分類し、世代別の実現条件およびカテゴリーの相違点を明らかにし、その理解を深めることができた。この成果を基に、今後は各世代における運動・スポーツ活動参画への事業やイベント・プログラム等を検討するだけにとどまらず、その成果についても縦断的に検証していく必要があるといえる。

## 参考文献

- Baranowski, T., Anderson, C., and Carmack, C. (1998) Mediating variable framework in physical activity interventions: how are we doing? How might we do better? *Am J Prev Med.* 15 (4): 266-97.
- 浜田雄介 (2009) エンデュランススポーツの実践を支え合う「仲間」。スポーツ社会学研究, 17 (1), 73-84.
- 乾 順紀, 長ヶ原 誠, 彦次 佳, 谷 めぐみ, 藪田 大地, 松村 雄樹, 青山 将己, 松崎 淳, 三浦 敬太, 山下 耕平 (2022) 就学期の運動部所属経験が成人層の運動・スポーツ参画状況に与える影響：成人以降のスポーツ活動の多様化に着目して。生涯スポーツ学研究, 19 (1) : 1-12.
- 神谷和義, 舟橋弘晃, 間野義之 (2015) テキストマイニングを活用した学校管理下におけるスポーツ活動中突然死の発生状況分析, スポーツ産業学研究, 25 (2) : 313-325.
- 関西広域連合 (2019) 関西圏モニタリング調査 2018
- 健康・体力づくり事業財団 (2010) アクティブエイジング全国調査2009
- 黒崎喬嗣, 内田遼太, 沼尾成晴, 中垣内真樹 (2023) 一般成人における運動・スポーツの実施頻度と 促進・阻害要因との関係。九州体育・スポーツ学研究, 38 (1) : 1-11.
- Matsumura, Y., and Chogahara, M. (2020) Facilitative Factors on Career Patterns of Sports Participation in Middle-Aged and Older Adults: A Comparative Study. *International Journal of Sport and Health Science*, 18: 220-230.

- 松村雄樹, 長ヶ原誠, 彦次 佳, 谷 めぐみ, 藺田大地 (2020) 中高年者における運動・スポーツ実施キャリアの実現要因の相違性について: 継続・開始・再開における出現頻度に着目して. 体育・スポーツ科学, 29: 1-10.
- 文部科学省 (2011) スポーツ基本法 (平成23年法律第78号) (条文), [https://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/kihonhou/attach/1307658.html](https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/kihonhou/attach/1307658.html) (accessed 2024 01 10).
- スポーツ庁 (2022) 第3期スポーツ基本計画, [https://www.mext.go.jp/sports/content/000021299\\_20220316\\_2.pdf](https://www.mext.go.jp/sports/content/000021299_20220316_2.pdf) (accessed 2024 01 10).
- スポーツ庁 (2023) 令和4年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」[https://www.mext.go.jp/sports/content/20230324-spt\\_kensport02-000028561\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/sports/content/20230324-spt_kensport02-000028561_1.pdf) (accessed 2024 03 15).
- 田中健次, 坂東幸一, 津本周作, 佐藤直樹 (2019) 医療界でのインシデント情報を活用したリスク対応. 横幹, 13 (2): 84-90.
- 谷めぐみ・長ヶ原誠・彦次 佳・藺田大地・松村雄樹 (2016) 成人の運動・スポーツの実施意図と行動の予測性に関する縦断研究. 生涯スポーツ学研究, 13 (2): 15-26.
- World Health Organization. (2015). Physical Activity strategy for the who european region 2015-2025. Copenhagen, Denmark: World Health Organization Regional Office for Europe. Retrieved from [http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0010/282961/65wd09e\\_PhysicalActivityStrategy\\_150474.pdf?ua=1](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0010/282961/65wd09e_PhysicalActivityStrategy_150474.pdf?ua=1) (accessed 2024 03 15).
- 横山典子・西嶋尚彦・前田清司・久野譜也・鯨坂隆一・松田光生 (2003) 中高年者における運動教室への参加が運動習慣化個人的要因に及ぼす影響—個別実施運動プログラムと集団実施運動プログラムの比較—. 体力科学, 52: 249-258.