

九州体育・スポーツ学研究

第38巻 第1号

〈原著〉

- 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
 …………… 黒崎喬嗣・内田遼太・沼尾成晴・中垣内真樹 …………… 1
- 感情調節方略がテニスのサーブパフォーマンスにもたらす影響
 —感情調節方略の使用傾向に着目して—
 …………… 相羽枝莉子・松田晃二郎・杉山佳生 …………… 13

〈研究資料〉

- 児童の体育授業への意識に関する分析：
 体育専科教員の配置校／非配置校での比較
 …………… 内倉康二 …………… 23
- へき地小規模校における体育学習の実態調査
 …………… 草津晃平・松本大輔 …………… 31

〈九州体育・スポーツ学会第72回大会発表抄録集〉

1. 特別講演 …………… 43
2. 全体シンポジウム …………… 45
3. 第1専門分科会シンポジウム …………… 53
4. 第2専門分科会シンポジウム …………… 57
5. 第3専門分科会シンポジウム …………… 61
6. 第4専門分科会シンポジウム …………… 65
7. 第5専門分科会シンポジウム …………… 69
8. 研究推進委員会企画テーマ1 …………… 73
9. 研究推進委員会企画テーマ2 …………… 75
10. 自主企画セッション1 …………… 77
11. 自主企画セッション2 …………… 81
12. 自主企画セッション3 …………… 85
13. 「九州体育・スポーツ学会」「九州地区大学体育連合」合同企画 …………… 87
14. スチューデント・セッション …………… 89

〈九州体育・スポーツ学会第72回大会報告〉 …………… 91

〈事務局ニュース〉 …………… 93

〈査読者一覧（2020.9～2023.8）〉 …………… 101

「九州体育・スポーツ学研究」投稿規程

1. 本誌への投稿は、共同研究者も含め原則として九州体育・スポーツ学会会員で、年度会費納入者に限る。但し、編集委員会が必要と認めた場合には、会員以外にも寄稿を依頼することがある。
2. 投稿論文の種類は、総説、原著論文、実践研究、研究資料、短報、研究上の問題提起のいずれかとし、他に投稿中でないものに限る。
3. 投稿論文の掲載可否および掲載時期については、編集委員会において決定する。
4. 本誌に掲載された論文の著作権は、九州体育・スポーツ学会に属する。
5. ヒトを対象とする研究は、ヘルシンキ宣言の精神に沿ったものでなくてはならない。
〔<http://www.med.or.jp/wma/helsinki.html>〕参照)
6. 原稿の作成は下記の要領による。
 - 1) 原稿の表紙には、(1) 題目、(2) その論文の内容が主として関係する研究領域、(3) 総説、原著論文、実践研究、研究資料、短報、研究上の問題提起の別を明記する。
 - 2) 和文原稿と英文原稿のいずれも、ワードプロセッサで作成し、A4版縦型横書き、40字30行とする。フォントの大きさは10.5ポイントとし、英文および数値の表記には半角を使用する。なお、計量単位は、原則として国際単位系(SI単位系)とする。
 - 3) 和文原稿には、別紙として、英文による題目と抄録(300語以内)、5語以内のキーワードを添える。さらに、抄録の和文訳と和文キーワードを添付する。
 - 4) 英文原稿には、別紙として、和文による題名と抄録(600字以内)を添付する。
 - 5) 本文、注記、文献、図表の規定ページ数は、原則として、総説30頁以内、原著論文、実践研究、研究資料25頁以内、短報、研究上の問題提起7.5頁以内とする。題目、著者名、所属機関、キーワード、英文抄録及びその和訳については、上記のページ数の上限に含めない。規定ページ数を超過した場合や特殊文字の印刷を必要とする場合は、その実費を投稿者が負担する。
 - 6) 図や表には、通し番号とタイトルをつけ、本文とは別に番号順に一括する。図表の挿入箇所は、本文原稿の行間に、それぞれの番号を朱書きして指示する。挿入は、図中の文字や数字が直接印刷できるように、原則として白黒で鮮明に作成する写真は原則として白黒の鮮明な画面のものとする。なお、カラー図表や写真などで特別な費用を要した場合には、その実費を投稿者が負担する。
 - 7) 文中での文献の記載は、原則として著者・出版年方式(author-date method)とする。また、引用文献は、本文の最後に著者名のABC順に一括し、定期刊行物の場合の書誌データの表記は、著者名(発行年)論文名、誌名巻(号):ページの順とする。詳細は、(社)日本体育・スポーツ・健康学会「体育学研究」の「投稿の手引き」に準ずる。
((社)日本体育・スポーツ・健康学会ホームページ「<http://taiiku-gakkai.or.jp>」を参照)。
 - 8) 提出する原稿はPDFファイルにし、図表および写真(以下、図表等)は、原稿の最後にまとめて挿入するか、別途、PDFファイルにする。なお、図表等が多い場合には、複数のファイルに分けて投稿してもよい。
 - 9) 提出する原稿は、公正な審査を期すため、謝辞および付記等は原稿受理後に書き加えることとする。
7. 掲載論文の別刷りは、所定の部数を寄贈するが、それ以上の部数を希望する者は、著者校正の際、その必要部数をゲラ刷りの表題のページに明記する。この場合の実費は全額投稿者負担とする。
8. 原稿と図表等のファイルは、九州体育・スポーツ学会事務局にEメールで送付する。なお、Eメールには、氏名、所属機関、責任著者を明記する。

〒814-8511 福岡県福岡市早良区西新6-2-92 西南学院大学人間科学部 山崎研究室内
九州体育・スポーツ学会事務局 担当 元嶋 菜美香
Eメールアドレス:kyutai.office@gmail.com

付 則

本規程は、2008年8月31日より施行する。

(2022年8月28日一部改正)

〈原 著〉

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…………… 1
黒崎喬嗣・内田遼太・沼尾成晴・中垣内真樹

感情調節方略がテニスのサーブパフォーマンスにもたらす影響
—感情調節方略の使用傾向に着目して— …………… 13
相羽枝莉子・松田晃二郎・杉山佳生

〈研究資料〉

児童の体育授業への意識に関する分析：
体育専科教員の配置校／非配置校での比較…………… 23
内倉康二

へき地小規模校における体育学習の実態調査…………… 31
草津晃平・松本大輔

〈九州体育・スポーツ学会第72回大会発表抄録集〉

1. 特別講演

一生に一度が大分に！ ラグビーワールドカップ2019日本大会の感動、そしてこれから…………… 43
演 者：安藤和宏（大分県ラグビーフットボール協会 理事長）
司 会：陶山俊介（別府溝部学園短期大学）

2. 全体シンポジウム

体力・運動能力および運動・スポーツ実施の現状と課題…………… 45
演 者：中山正剛（スポーツ庁 健康スポーツ課）
廣田哲也（大分県教育庁 体育保健科）
松元義人（ヘルス・フィットネス・フォーラム）
司 会：齋藤篤司（九州大学）
熊谷賢哉（九州産業大学）

3. 第1専門分科会シンポジウム

学業とスポーツの両立（デュアルキャリア実践）の先にあるものとは何か？…………… 53
演 者：水内 寛（呼吸器外科医）
山路謙成（株式会社テレビ大分 ディレクター）
谷口勇一（大分大学）
指定討論者：八尋風太（日本経済大学）
司 会：萩原悟一（九州産業大学）
企 画：森 司朗（鹿屋体育大学）
下園博信（福岡大学）

4. 第2専門分科会シンポジウム

健康・スポーツの現場における計測技術
—新しい体力評価の可能性— …………… 57
演 者：萩尾耕太郎（中村学園大学短期大学部）
澤田泰輔（株式会社スポーツセンシング）
司 会：田原亮二（西南学院大学）
企 画：田原亮二（西南学院大学）
熊原秀晃（中村学園大学）

5. 第3専門分科会シンポジウム

「共生の視点」から生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現・継続を考える …………… 61
演 者：青柳 俊（大分大学附属特別支援学校）
岩崎 敬（大分県日田市立高瀬小学校）
内田幹一（佐賀県佐賀市立大和中学校）
司 会：堤 公一（佐賀大学）
企 画：堤 公一（佐賀大学）
宮平 喬（筑紫女学園大学）
西田明史（中村学園大学）

6. 第4専門分科会シンポジウム

- 大学における健康支援活動は社会でどのように役立つか? 65
- 演 者：松尾 洋 (㈱くまもと健康支援研究所)
西橋静香 (御船町社会福祉協議会)
高瀬幸一 (名桜大学)
- 司 会：高瀬幸一 (名桜大学)
- 企 画：高瀬幸一 (名桜大学)
神谷義人 (名桜大学)

7. 第5専門分科会シンポジウム

- 『スポーツ選手の競技持続性』を測る指標 69
- 演 者：森 誠護 (九州共立大学)
増村雅尚 (九州産業大学)
- 司会・企画：池上寿伸 (九州体育・スポーツ学会理事)
府内勇希 (熊本学園大学)

8. 研究推進委員会企画テーマ1

- 大学生における Acceptable walking time と移動の身体活動との関連 73
- 神谷義人 (名桜大学)
喜屋武享 (京都大学)
高倉 実 (琉球大学)

9. 研究推進委員会企画テーマ2

- Well-being の実現を目指した学校体育における身体的リテラシーの位置づけ 75
- 高橋浩二 (長崎大学)
久保田もか (長崎大学)

10. 自主企画セッション1

- 運動・スポーツの多様な楽しみ方を可能とする体育授業の在り方を考える 77
- 演 者：西田明史 (中村学園大学)
- 司 会：西田明史 (中村学園大学)
- 企 画：宮平 喬 (筑紫女学園大学)
西田明史 (中村学園大学)
堤 公一 (佐賀大学)

11. 自主企画セッション2

- 令和時代の武道授業について考える 81
- 演 者：松永武人 (南阿蘇村立南阿蘇中学校)
山口耕平 (福岡市立花畑中学校)
- 指定討論：藤田弘美 (行橋市立泉中学校)
- 司 会：本多壮太郎 (福岡教育大学)
- 企 画：日本武道学会九州支部・本多壮太郎 (福岡教育大学)

12. 自主企画セッション3

- 子どもの遊びと健康・体力・運動発達 85
- 演 者：安部 孝 (順天堂大学)
宮田洋之 (中京大学)
森 司郎 (鹿屋体育大学)
- 司会・企画：安部 孝 (順天堂大学)

13. 「九州体育・スポーツ学会」「九州地区大学体育連合」合同企画

- 部活動地域移行時代の大学スポーツ
～カギを握るハイブリッド型組織 87
- 演 者：花内 誠 (九州産業大学)
- 指定討論者：中山正剛 (スポーツ庁)
- 司会・企画：磯貝浩久 (九州産業大学)
田原亮二 (西南学院大学)

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

黒崎 喬 嗣 (鹿屋体育大学大学院体育学研究科)

内田 遼 太 (鹿屋体育大学大学院体育学研究科)

沼尾 成 晴 (鹿屋体育大学スポーツ生命科学系)

中垣内 真 樹 (鹿屋体育大学スポーツ生命科学系)

Relationships between Exercise and Sports Frequency and Cues to Action and Perceived Barriers to Exercise in Japanese Adults

Takashi Kurosaki¹⁾, Ryota Uchida¹⁾, Shigeharu Numao²⁾ and Masaki Nakagaichi²⁾

Abstract

Many studies have been conducted on cues to action and perceived barriers to exercise and sports. However, few studies have linked these to exercise and sports frequency. The purpose of this study was to cross-sectionally examine the relationship between exercise and sports frequency and cues to action and perceived barriers in Japanese adults. Stratified two-stage sampling was employed to recruit 1,600 adults from Kanoya City, Kagoshima Prefecture. Of the 646 respondents who completed the mailed survey, the data of 617 participants (mean age: 57.7 ± 16.9 years) were analyzed, after filtering out responses with missing data on socio-demographic attributes and exercise and sports frequency. Based on exercise and sports frequency, the participants were divided into three groups: the regular group (performing exercise and sports at least once a week), the irregular group (performing exercise and sports at least once a year), and the non-habits group (performing no exercise and sports in the past year). While exercise and sports frequency was the dependent variable, the other factors acted as independent variables. In relation to cues to action, the regular group had significantly high social support and physical environment support. Regarding perceived barriers, while the irregular group experienced significantly higher time constraints, the non-habits group suffered significantly higher psychological constraints. Thus, for people with exercise and sports habits, exercise and sports habituation may be brought about by environments where they can make friends or have facilities for such purposes. Meanwhile, for people with no or irregular exercise and sports habits, sufficient time and motivation are more likely to develop exercise and sports habits.

Key words: exercise and sports habits, health belief model, residual analysis

I 緒言

運動は「身体活動のうち、体力の維持・向上を目的として計画的・意図的に実施し、継続性のある活動」と定

義され(厚生労働省, 2013), 健康づくりにおける積極的な身体活動として推奨されている(厚生労働省, 2000)。一方, スポーツは「心身の健全な発達, 健康及び体力の保持増進, 精神的な充足感の獲得, 自律心その他の精神

1) *Graduate School of Physical Education, National Institute of Fitness and Sports in Kanoya 1 Shiromizu-cho, Kanoya-City, Kagoshima 891-2393, Japan*

2) *Department of Sports and Life Science, National Institute of Fitness and Sports in Kanoya 1 Shiromizu-cho, Kanoya-City, Kagoshima 891-2393, Japan*

の涵養等のために個人又は集団で行われる運動競技その他の身体活動」と定義されている(文部科学省, 2011). すなわち, スポーツは運動の定義に該当しない「競技性」を有しており, それぞれの定義には一部種差があることを意味する. しかし, 運動とスポーツはどちらも余暇の身体活動として位置づけられ, 生活習慣病のリスク低減(厚生労働省, 2013)や主観的健康感の向上(スポーツ庁, 2020)など, 心身にもたらす効果を有している. このように, 運動とスポーツは競技性の観点を除けば, 共通点が多い. そこで, 本研究では, 運動およびスポーツの定義を統合し, 「運動・スポーツ」とする.

2022年度に策定した第3期スポーツ基本計画(スポーツ庁, 2022a)では, 2026年度までの5年間で, 成人の週1回以上のスポーツ実施率を70%程度とする目標を掲げている. 現状として2021年度の調査(スポーツ庁, 2022b)では, 週1回以上の運動・スポーツ実施率は全体で56.5%と今後13.5%の増加が必要となる. また, Dishman et al. (1985)は, 運動を継続していても, 6ヶ月後には約半数の者が中止してしまうと報告している. これらのことから, 運動・スポーツ実施率の目標を達成するためには, 「運動・スポーツを開始するための支援」だけでなく, 週1回以上の運動・スポーツを実施し, かつ1年間継続期間を有する者も途中で中止しないよう「運動・スポーツを継続するための支援」にも注視する必要がある. なお, 厚生労働省(2012)は「頻度」, 「時間」, および「期間(継続)」, 笹川スポーツ財団(2020)は「頻度」, 「時間」, および「強度」を用いながら, 各々運動・スポーツ習慣者の定義を決めている. 一方, スポーツ庁(2022b)の調査では, 運動・スポーツ習慣者を頻度別で定義している. いずれの定義においても, 運動・スポーツ習慣者の定義には「頻度」が含まれている. 各機関は頻度を用いて, 運動・スポーツ実施の基準を, 週1回以上(スポーツ庁, 2022b)または週2回以上(厚生労働省, 2012; 笹川スポーツ財団, 2020)と定めている. これは, 国内では少なくとも週1回以上の運動・スポーツ実施が「習慣」と位置づけられていると解釈できる. 以上のことを踏まえ, 本研究では, 運動・スポーツ習慣者の定義に頻度のみを採用し, 週1回以上の運動・スポーツを実施している者を「習慣群」と定義する.

運動実施を促進する行動理論の1つに, ヘルスビリーフモデル(Rosenstock, 1974)がある. このモデルは, 健康に対する「危機感(脅威)」が高いことと, 健康行動に対する「メリット(有益性)」が「デメリット(阻害要因)」よりも大きいことの2つの条件が健康行動を取るために必要であることを示している(Rosenstock, 1974). さらに, 「基本属性」と「行動のきっかけ(促進

要因)」は, 「危機感(脅威)」に影響を及ぼす要因として含まれている(Rosenstock, 1974). Marcus and Forsyth(2003)は, 運動習慣の決定因子に促進要因を挙げ, 調査する意義について言及している. 諸外国では, 運動開始および継続を図るため, 専門の指導者からの支援(Dunn et al., 1997; King et al., 1993)や, 医師からの支援(Margitic et al., 1999), プログラムの情報提供(Goodman et al., 1995)など, 促進要因の概念を活用した取り組みを報告している. 一方, Janz et al. (2002)は, ヘルスビリーフモデルに含まれる観点の中で, 「阻害要因」が健康行動に最もマイナスに作用する因子であることを報告している. また, Marshall and Biddle(2001)は, 運動行動変容ステージと阻害要因との関係についてメタ分析したところ, 阻害要因への影響を大きく受ける者ほど, 運動実施に至っていないことを示し, 運動実施を促進するための介入として, 阻害要因の解消を図る戦略を取り入れるべきと述べている. つまり, 運動実施の開始・継続を図るためには, 「促進要因」と「阻害要因」の2つの観点を考慮した方策が必要といえる. これは, 運動に限らずスポーツ実施を促進する場合も同様である.

近年では, 運動またはスポーツ実施者の増加に向けた施策を行うべく, 促進・阻害要因について調査されている. 運動の場合, 阻害要因のカテゴリーが「物理的環境(施設へのアクセス)」, 「時間(仕事や家事で忙しい)」, 「社会(運動仲間)」, 「心理(やる気が起きない)」, および「身体(けが)」など多数存在する(健康・体力づくり事業財団, 2010; Steinhardt and Dishman, 1989; Zunft et al., 1999). 先行研究では, 高校生(Allison et al., 1999), 大学生(Ebben and Brudzynski, 2008; 飯干ほか, 2003), 一般成人(AI-Otaibi, 2013; Ishii et al., 2009; 内田・中垣内, 2020), および高齢者(重松ほか, 2007)を対象に阻害要因との関係について調査されている. その中でも, 日本人が最も有する阻害要因は時間的制約であると報告されている(Ishii et al., 2009). また, 促進要因との関係について, 重松ほか(2007)は, 不定期に運動を実施する高齢者は仲間や指導者の紹介を受けること(社会的支援)を促進要因の1つとして特徴づけている. 一方, スポーツの場合, 促進要因のカテゴリーは, 「スポーツへの社会化論」(Kenyon and McPherson, 1973)をもとに, 「物理的環境(施設へのアクセス)」, 「時間(仕事や家事からの解放)」, 「社会(友人や指導者)」, 「情報(プログラムやイベント)」, および「心理(モチベーションの改善)」など阻害要因と同様数多く報告されている(健康・体力づくり事業財団, 2010; Sonoda et al., 2017; Van Stralen et al., 2009). 他にも Matsumura and Chogahara (2020)は, 40歳以上でスポーツを継続している者は「個人の目標」, 開

始した者は「情報支援」、再開した者は「社会的支援」など、スポーツ実施状況に応じた促進要因の特徴を報告している。このように、運動とスポーツの促進・阻害要因に関する知見は数多く見受けられ、どちらも「物理的環境」や「社会」、「時間」など共通したカテゴリーを有している。しかし、「運動・スポーツ」と統合し、促進・阻害要因を検討した調査は限られている（飯干ほか、2003；笹川スポーツ財団、2020；スポーツ庁、2022b；内田・中垣内、2020）。現在、日本では、運動・スポーツを通じた、健康づくりに資する取り組みの支援事業が展開されている（スポーツ庁、2023）。この事業では、国民が「運動・スポーツ」を習慣的に実施できるよう促進・阻害要因に注視することが掲げられている。先行研究では、促進・阻害要因について、運動とスポーツをそれぞれ単独で検討してきた。しかし、現在、展開されている国の施策を踏まえると運動とスポーツを統合した上で、促進・阻害要因について検討する必要があるだろう。それは、運動とスポーツそれぞれ単独の場合と「運動・スポーツ」と統合した場合では、対象者が想起する運動種目の範囲が異なり、促進・阻害要因にも違いが生じることが推察されるためである。「運動・スポーツ」の促進・阻害要因を明らかにすることができれば、国の施策に直接活用できる情報が得られ、事業展開を加速させる一助となる。

「運動・スポーツ」と統合した調査の中で、飯干ほか（2003）は、大学生のみに焦点を当てている。長ヶ原（2005）は、自治体が運動実施率向上に向けた計画や健康目標値を提示するものの、一般成人全体が抱える要因を考慮しないため、運動実施に奏功しない現状を報告している。人口減少や高齢化が進むなか、運動・スポーツを、生涯に渡り実施する取り組みが必要になっている。よって、一般成人を対象に調査する必要がある。

また、一般成人を対象とするスポーツ庁（2022b）と笹川スポーツ財団（2020）の調査では、課題がいくつか存在する。第一に、今後運動・スポーツ実施を開始・継続するための要望を聞き出す促進要因は調査票に含まれておらず、内閣府（2015）の「東京オリンピック・パラリンピックに関する世論調査」や文部科学省（2013）の「体力・スポーツに関する世論調査」までさかのぼることとなる。近年調査されていない促進要因を再度検討し、結果を明らかにすることで、運動・スポーツ施策の再構築を図る一助となりうる。第二に、阻害要因の回答者は週1回未満の運動・スポーツ実施者（スポーツ庁、2022b）や、主観的に運動・スポーツ実施状況が不十分と知覚する者（笹川スポーツ財団、2014）に限定され、促進要因の回答者は運動をまったく実施していない者が集計表に含まれていない（文部科学省、2013）。また、内田・中垣

内（2020）は、一般成人を対象に促進・阻害要因を調査しているが、単純集計に留まっているため、実施状況ごとに特徴を明示していない。Marcus and Forsyth（2003）は、「どのような運動実施状況の人が多いかを把握し、彼らに共通した特徴を探り、また何を共通に望んでいるかを把握した上で、その集団に向けたプログラムの作成」を勧めている。しかし、現状では、定期的に運動・スポーツを実施している者、不定期に運動・スポーツを実施している者、およびまったく運動・スポーツを実施していない者といった、それぞれの実施状況における促進・阻害要因が特徴づけられていない。

以上から本研究は、一般成人を対象に運動・スポーツ実施頻度と促進・阻害要因との関係を検討した。

II 方法

1. 対象者の選定

2019年11月に鹿児島県鹿屋市の20歳以上の成人男女1,600名を対象に、運動・スポーツに関するアンケートを郵送法で実施した。対象者は、性別、年齢（同数）、居住地区（比例配分）による層別抽出を行った後、住民基本台帳を用いた層別二段抽出により抽出した。

本研究は、鹿屋体育大学倫理審査小委員会の承認を得て実施した（第11-76号）。アンケートの冒頭に調査の目的、趣旨等を明記し、アンケートへの回答および提出は自由意志によるものとした。また、本研究に参加することで起こりうる不利益や危険性を事前に説明し、アンケートの提出をもって研究に同意したとみなした。

2. 分析対象

646名の対象者（回答率：40.4%）のうち、性別、年齢、運動・スポーツ実施頻度のデータが欠損していない617名を分析対象とした（有効回答率：95.5%、平均年齢：57.7 ± 16.9歳）。

3. 調査項目（表1）

アンケートの調査項目から、基本属性は性別と年齢を抽出した。運動・スポーツ関連項目として、運動・スポーツ実施頻度と促進・阻害要因を抽出した。また、対象者が「運動・スポーツ」について理解できるよう、平成30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、2019）を参考に、過去1年間（2018年9月～2019年8月）に実施した運動・スポーツの種目を選択肢から選んでもらい、その後、過去1年間（2018年9月～2019年8月）の運動・スポーツ実施頻度を質問した。促進要因は文部科学省（2013）と内閣府（2015）の調査票、阻害要因はスポーツ庁（2019）の調査票を参考に作成し、多重回答とした。

表1. アンケート調査項目 (一部抜粋)

I. 基本属性		
● 性別		
1. 男	2. 女	
● 年齢		
()歳		
II. 運動・スポーツ関連項目		
●あなたがこの1年間(平成30年9月～令和元年8月)におこなった運動やスポーツを下記の中から選び、あてはまるものすべての番号を○で囲んでください。なお、「その他」を選ばれた場合には、種目名等を()内に記入してください。		
1. ウォーキング(散歩)	2. ランニング・ジョギング	3. 体操(ラジオ体操等)
4. 太極拳	5. ヨガ・エアロビクス(美容体操等)	6. ダンス(ジャズ・社交ダンス)
7. 水泳	8. ゲートボール	9. グラウンドゴルフ
10. スクエアステップ	11. 室内運動器具を利用する運動	12. トレーニングDVDによる室内運動
13. キャッチボール	14. 縄跳び	15. 陸上競技
16. 野球	17. ソフトボール	18. サッカー・フットサル
19. ラグビーフットボール	20. バレーボール	21. バスケットボール
22. テニス	23. ソフトテニス	24. バドミントン
25. 卓球	26. ゴルフ	27. ボウリング
28. 柔道	29. 剣道	30. 空手
31. 相撲	32. 弓道	33. アーチェリー
34. ボクシング	35. レスリング	36. 器械体操
37. 新体操	38. キャンプ	39. ハイキング
40. つり	41. サイクリング	42. 登山(クライミングを含む)
43. スクーバダイビング	44. スケート	45. ボート・ヨット(カヌー)
46. 乗馬	47. サーフィン・ウェイクボード	48. スキー・スノーボード
49. ハングライダー	50. モーターサイクルスポーツ	
51. その他()		
●あなたは運動やスポーツをこの1年間(2018年9月～2019年8月)にどのくらいの割合で実施しましたか。		
1. 週に3日以上	2. 週に1～2日	3. 月に1～3日
4. 3ヶ月に1～2回くらい	5. 年に1～2回くらい	6. まったくおこなっていない
●あなたは、どのような条件がそろっていれば、運動やスポーツを実施したいと思いますか。あてはまるものすべて○で囲んでください。すでに定期的な運動やスポーツ活動を実施している方も回答してください。		
1. 一緒に運動やスポーツをおこなう仲間がいる	2. 専門的・親身になってくれる指導者がいる	
3. 身近なところにスポーツ施設や運動ができる場所がある	4. 駐車場が完備されている	
5. 簡単にスポーツ施設の予約ができる	6. 会費が安い	
7. やりたい種目を選択し体験できる	8. 活動の情報が手軽に入手できる	
9. 初心者や家族でも参加しやすい	10. 年齢や技術レベルに応じたプログラムが用意されている	
11. スポーツだけではなく他の文化的活動も並行して楽しむことができる		
12. 健康や体力チェックなどができる保健センターや施設(医療機関)と連携している		
●あなたが運動・スポーツを実施する際に、困っていることや妨げになっていること、あるいは実施することができない理由をすべて○で囲んでください。		
1. 勤務時間が長い	2. 家事が忙しい	
3. 子どもがいる(育児に忙しい)	4. 休暇がない	
5. 用具にお金がかかる	6. 施設を利用するのにお金がかかる	
7. 一緒に行く仲間がいない	8. 身近に施設がない	
9. 下手である(運動技術が劣っている)	10. 運動・スポーツに関する情報が少ない	
11. 運動をすると疲れる	12. 運動・スポーツをするのが面倒である	
13. 年をとっている		

4. 統計処理

回答者の年齢は、「20歳代」から「70歳以上」まで10歳間隔で7区分の年齢層に分類した。運動・スポーツ実施頻度に応じて、週1回以上実施している者(習慣群)、年1回以上週1回未満実施している者(不定期実施群)、まったく実施していない者(未実施群)の3つのグループに分類した。

運動・スポーツ実施頻度の違いによる「基本属性」、「促進要因」、および「阻害要因」の違いを検討すべく、カイ二乗検定を用い、有意差が認められた場合には、事後検定にHabermanの残差分析を用いた。統計処理にはIBM SPSS Statistics version 27を使用し、有意水準はすべて5%未満とした。

Ⅲ 結果

1. 分析対象者の基本属性

分析対象者の基本属性を表2に示す。性別の内訳は男性266名(43.1%)、女性351名(56.9%)であった。また、年齢層の分布では20歳代が32名(5.2%)で最も少なかった。

表2. 基本属性の特徴 (n = 617)

		人数 (%)	
性別	男性	266	(43.1)
	女性	351	(56.9)
年齢	20歳代	32	(5.2)
	30歳代	73	(11.8)
	40歳代	90	(14.6)
	50歳代	114	(18.5)
	60歳代	144	(23.3)
	70歳以上	164	(26.6)

() 内は回答者全体に対する比率を示している。

2. 運動・スポーツ実施頻度の違いによる基本属性の比較

運動・スポーツ実施頻度別の対象者の基本属性を表3に示す。分析対象者617名のうち、習慣群は280名(45.4%)、不定期実施群と未実施群はそれぞれ220名(35.7%)と117名(19.0%)該当した。

3群間比較では、男女比に有意差は認められなかったものの、年齢層分布において有意差が認められた。事後検定の結果、「30歳代」および「40歳代」では習慣群が有意に低い割合を示し、「30歳代」では不定期実施群が有意に高い割合を示した。一方、「70歳以上」では習慣群が有意に高い割合、不定期実施群が有意に低い割合を示した。

3. 運動・スポーツ実施頻度の違いによる促進要因の比較

運動・スポーツ実施頻度別の対象者の促進要因を表4に示す。促進要因について3群間で比較を行ったところ

表3. 運動・スポーツ実施頻度別の違いによる基本属性の比較

		習慣群 (n=280)		不定期実施群 (n=220)		未実施群 (n=117)		カイ二乗	p値
		人数	(%)	人数	(%)	人数	(%)		
性別	男性	125	(44.6)	95	(43.2)	46	(39.3)	0.955	0.620
	女性	155	(55.4)	125	(56.8)	71	(60.7)		
年齢	20歳代	16	(5.7)	12	(5.5)	4	(3.4)	49.747	<0.001
	30歳代	17	(6.1)**	44	(20.0)**	12	(10.3)		
	40歳代	31	(11.1)*	40	(18.2)	19	(16.2)		
	50歳代	52	(18.6)	41	(18.6)	21	(17.9)		
	60歳代	61	(21.8)	49	(22.3)	34	(29.1)		
	70歳以上	103	(36.8)**	34	(15.5)**	27	(23.1)		

単一回答。() 内は各群に対する比率を示している。*:p<0.05, **:p<0.01.

表4. 運動・スポーツ実施頻度別の違いによる促進要因の比較

	習慣群 n=280		不定期実施群 n=220		未実施群 n=117		カイ二乗	p値	効果量
	人数	(%)	人数	(%)	人数	(%)			
	一緒に運動やスポーツをおこなう仲間がいる	146	(52.1)*	102	(46.4)	40			
専門的・親身になってくれる指導者がいる	50	(17.9)	39	(17.7)	9	(7.7)**	7.252	0.027	0.108
身近なところにスポーツ施設や運動ができる場所がある	145	(51.8)**	100	(45.5)	32	(27.4)**	19.959	<0.001	0.180
駐車場が完備されている	57	(20.4)	38	(17.3)	14	(12.0)	4.031	0.133	0.081
簡単にスポーツ施設の予約ができる	36	(12.9)	29	(13.2)	9	(7.7)	2.543	0.280	0.064
会費が安い	99	(35.4)	67	(30.5)	35	(29.9)	1.814	0.404	0.054
やりたい種目を選択し体験できる	46	(16.4)	34	(15.5)	20	(17.1)	0.170	0.919	0.017
活動の情報が手軽に入手できる	30	(10.7)	31	(14.1)	15	(12.8)	1.334	0.513	0.047
初心者や家族でも参加しやすい	73	(26.1)*	75	(34.1)	45	(38.5)	7.150	0.028	0.108
年齢や技術レベルに応じたプログラムが用意されている	52	(18.6)	41	(18.6)	15	(12.8)	2.194	0.334	0.060
スポーツだけではなく他の文化的活動も並行して楽しむことができる	30	(10.7)	24	(10.9)	14	(12.0)	0.136	0.934	0.015
健康や体力チェックなどができる保健センターや施設(医療施設)と連携している	41	(14.6)	29	(13.2)	18	(15.4)	0.364	0.834	0.024

多重回答。() 内は各群に対する比率を示している。*:p<0.05, **:p<0.01

る、「一緒に運動やスポーツをおこなう仲間がいる」、「専門的・親身になってくれる指導者がいる」、「身近なところにスポーツ施設や運動ができる場所がある」、および「初心者や家族でも参加しやすい」において有意差が認められた。事後検定の結果、「一緒に運動やスポーツを行う仲間がいる」（社会的支援）および「身近なところにスポーツ施設や運動ができる場所がある」（物理的環境の支援）において習慣群が他の2群よりも有意に高い割合を示した。

4. 運動・スポーツ実施頻度の違いによる阻害要因の比較

運動・スポーツ実施頻度別の対象者の阻害要因を表5に示す。阻害要因について3群間で比較を行ったところ、「勤務時間が長い」や「家事が忙しい」、「子どもがいる（育児に忙しい）」、および「休暇がない」の時間的制約に類する4項目と、「運動すると疲れる」、「運動・スポーツをするのが面倒である」、および「年をとっている」の心理的制約に類する3項目において有意差が認められた。事後検定の結果、「勤務時間が長い」、「家事が忙しい」、および「子どもがいる（育児に忙しい）」の時間的制約に類する3項目において不定期実施群が他群に比べ有意に高い割合を示した。一方、未実施群では「休暇がない」（時間的制約）の他に「運動・スポーツをするのが面倒である」および「年をとっている」の心理的制約に類する2項目において、他の2群よりも有意に高い割合を示した。

IV 考察

1. 習慣群の特徴と課題

習慣群は70歳以上の高齢者に多く該当した。スポーツ庁の調査（2022b）でも、運動・スポーツを習慣としている者の割合は、年代の中で70歳代が最も高値であることを報告しており、本研究でも同様の結果が得られた。また、習慣群の割合は30歳代と40歳代の者で有意に低値を示した。内田・中垣内（2020）は、運動・スポーツ実施率が20～40歳代の壮年期者で有意に低値を示したことを報告しており、本研究は類似した結果となった。このような年代の偏りから、習慣群の促進・阻害要因の特徴は高齢者の促進・阻害要因の特徴と類似する可能性がある。

促進要因では、「一緒に運動やスポーツを行う仲間がいる」といった、仲間からの「社会的支援」において有意に高い割合を示した。社会的支援について、久田（1987）は「個人を取り巻く重要な他者（家族や友人など）から得られる有形・無形の援助」と定義している。先行研究では、家族や友人から受けた社会的支援が多い者ほど運動習慣に至ること（板倉ほか、2003）や、集団での運動実施が個別と比較して精神的充足感を強くもたらし、運動の習慣化促進に繋がること（横山ほか、2003）を報告している。本研究でも、習慣群の者において、社会的支援を知覚する割合が有意に高値を示した。この結果から、運動・スポーツをさらに継続すべく、仲間が作れる環境づくりを推進する必要性が示唆された。

表5. 運動・スポーツ実施頻度別の違いによる阻害要因の比較

	習慣群 n=280		不定期 実施群 n=220		未実施群 n=117		カイ二乗	p値	効果量
	人数	(%)	人数	(%)	人数	(%)			
勤務時間が長い	30	(10.7)**	44	(20.0)*	20	(17.1)	8.612	0.013	0.118
家事が忙しい	23	(8.2)**	51	(23.2)**	22	(18.8)	22.164	<0.001	0.190
子どもがいる(育児に忙しい)	16	(5.7)**	39	(17.7)**	10	(8.5)	19.469	<0.001	0.178
休暇がない	15	(5.4)**	28	(12.7)	18	(15.4)*	12.410	0.002	0.142
用具にお金がかかる	21	(7.5)	20	(9.1)	11	(9.4)	0.581	0.748	0.031
施設を利用するのにお金がかかる	38	(13.6)	35	(15.9)	15	(12.8)	0.796	0.672	0.036
一緒に行く仲間がいない	34	(12.1)	30	(13.6)	18	(15.4)	0.788	0.674	0.036
身近に施設がない	36	(12.9)	30	(13.6)	13	(11.1)	0.438	0.803	0.027
下手である(運動技術が劣っている)	15	(5.4)	18	(8.2)	14	(12.0)	5.276	0.072	0.092
運動・スポーツに関する情報が少ない	11	(3.9)	17	(7.7)	11	(9.4)	5.317	0.070	0.093
運動すると疲れる	15	(5.4)*	22	(10.0)	14	(12.0)	6.109	0.047	0.100
運動・スポーツをするのが面倒である	12	(4.3)*	16	(7.3)	13	(11.1)**	6.414	0.040	0.102
年をとっている	39	(13.9)	25	(11.4)	26	(22.2)**	7.407	0.025	0.110

多重回答。()内は各群に対する比率を示している。*:p<0.05, **:p<0.01

また、「身近なところにスポーツ施設や運動ができる場所がある」といった、アクセスを示す「物理的環境の支援」も有意に高値を示した。Lee et al. (2007) は、施設への物理的距離が同じでも、運動施設に関する認知によって身体活動が異なることを指摘している。近年では、客観的指標として Geographic Information System (GIS) や第三者評価を活用した研究 (相馬ほか, 2015; Kikuchi et al., 2018) がなされている。本研究は促進・阻害要因について、すべて主観的評価で行った。この点については、運動・スポーツできる場所が不十分であることを知覚しているのか、運動・スポーツできる場所は既に確保されているがそれを知覚していないのか、解釈する上では留意が必要である。いずれにしても、習慣群に対する今後の施策として、運動・スポーツ施設の設置に限らず、公民館や公園をはじめとした既存の施設を活用した運動・スポーツ教室等を開催・周知するなど、利便性の高い場所での運動・スポーツ実施者を高める施策を講じる必要性が示唆された。

阻害要因について、習慣群が有意に高値を示した項目はなかった。スポーツ庁 (2022b) では、運動・スポーツ実施頻度が週1回未満の者のみを対象に阻害要因を調査しているため、習慣者の阻害要因を検討した事例はなかった。本研究では、習慣群にも阻害要因を調査し、途中で中止しないよう、「運動・スポーツを継続するための支援」の一助を図った。その結果、「年をとっている」(身体・心理的制約) と回答した割合が13.9%と最も多かった。習慣群の中で、60歳以上の者の割合は58.6%を占め、他の群より高値を示すことも原因の1つといえよう。American College of Sports Medicine (2017) は高齢者の運動処方について、主観的に中強度以上の運動強度を推奨している。しかし、Harada et al. (2014) の報告では、高齢者の約9割が中強度の運動を「きつい」と認識していることから、低強度の運動の方が、無理なく継続できると予想される。さらに、近年では、低強度の運動についても、筋力の増大 (Csapo and Alegre, 2016)、抑うつ症状の減少 (Hu et al., 2020)、および認知機能との良好な関連 (Gothe, 2020; Johnson et al., 2016) が報告されている。今後は、身体的ストレスを軽減した運動・スポーツを提供するなど、未習慣移行を未然に防ぐ施策および介入が必要である。

2. 不定期実施群の特徴と課題

内田・中垣内 (2020) は、20~40歳代の壮年期者が週1回未満の運動・スポーツ実施頻度に多く該当したことを報告しているが、週1回以上の運動・スポーツ実施頻度と2群間比較したものであった。本研究では、週1回

未満の運動・スポーツ頻度を「不定期実施群」と「未実施群」に細分化した結果、不定期実施群は30歳代の割合が有意に高値を示した。すなわち、壮年期者の多くは、運動・スポーツ実施を開始しているが、頻度の観点から習慣には至らない段階であることが考えられる。また、不定期実施群の特徴が壮年期者の促進・阻害要因の特徴と類似する可能性がある。

促進要因について、不定期実施群が有意に高値を示した項目はなかったが、習慣群と同様「一緒に運動やスポーツをおこなう仲間がいる」(社会的支援) が46.4%、「身近なところにスポーツ施設や運動ができる場所がある」(物理的環境の支援) が45.5%と、2項目が約半数近く回答された。文部科学省 (2013) の調査では、どの運動・スポーツ実施頻度においても、公共スポーツ施設数の増加を望む者の割合は約30~40%、民間スポーツ施設数の増加を望む者の割合は約20%台と、大きな差がみられないことを示している。また、重松ほか (2007) は、月に1~2回と不定期に運動実施する高齢者の特徴として、運動場所の紹介や送迎 (物理的環境の支援)、仲間や指導者の紹介 (社会的支援) を望んでいることを挙げている。本研究の不定期実施群は、社会的支援および物理的環境を知覚する割合が習慣群に近かった。この結果は、不定期実施者は習慣者と同様の施策を講じることで定期的な運動・スポーツ習慣の醸成につながる可能性があるといえよう。

阻害要因では、「勤務時間が長い」、「家事が忙しい」、および「子どもがいる (育児に忙しい)」といった時間的制約が有意に高値を示した。Ishii et al. (2009) は、運動に関して、日本人で最も強い阻害要因は時間的制約であり、若年者になるほどその傾向が強いと報告している。しかし、時間的制約が運動・スポーツ実施頻度にどのような影響を及ぼしているのか明らかにされていなかった。本研究の結果では、時間的制約は不定期に運動・スポーツを実施する者に多く該当した。谷ほか (2018) は、食品製造業工場にて、業務の合間に筋力トレーニングやストレッチを中心とした運動を導入することで、運動機能の向上や、背部と足首の疲労感が減少したことを報告している。さらに、Jindo et al. (2020) は、職場にて体操をはじめとした運動を週1回以上実施している群はしていない群よりも仕事に対するポジティブな心理状態を有していることを報告している。これらの知見を踏まえ、今後、運動・スポーツに対する時間的制約を解消するためには、職域および地域との連携を図り、定期的な運動・スポーツ習慣の支援が必要であると考えられる。

3. 未実施群の特徴と課題

塚尾・久野 (2017) は、運動をはじめとした健康づくりの行動変容に至らない無関心層の特徴について、①情報収集しておらず、健康づくりの重要性を理解していないこと、②周囲の人からの口コミが行動変容につながる可能性があることと報告している。本研究では促進要因について、未実施群が有意に高値を示した項目はなかったものの、「初心者や家族でも参加しやすいこと」が38.5%で最も多く回答された。これは、運動・スポーツプログラムに関する情動的支援と解釈できる。さらに、「一緒に運動やスポーツをおこなう仲間がいる」といった社会的支援は有意に低値を示したものの、2番目に多く回答された。未実施群の者が自ら情報収集しない特徴を考慮すると、心理的制約の解消を図りながら運動・スポーツ開始を促進するためには、周囲の人からの社会的支援（口コミ）を頼りに運動・スポーツプログラムの情報支援が必要である。

健康・体力づくり事業財団 (1995) では、運動しない理由について、「面倒だから」や「運動が嫌い」など運動したいと思わない者を「運動拒否群」と分類している。本研究では、「運動すると疲れる」、「運動・スポーツをするのが面倒である」、および「年をとっている」といった心理的制約が有意に高値を示し、「運動拒否群」に共通または類似した特徴を有している。先行研究 (岡, 2003. 常行ほか, 2011) では、運動実施に対する自信 (セルフ・エフィカシー) が高い者ほど運動習慣を維持していると報告されており、運動に対する個人の心理状態を変化させることが運動・スポーツ実施を開始する条件となりうる。一方、「休暇がない」といった時間的制約も有意に高値を示した。健康・体力づくり事業財団 (1995) では、運動したいと思っているが積極的な実施に至らない者を「運動潜在群」とし、その中に時間的制約が含まれている。この制約を有する者は不定期実施群と同様の支援策を用いることが必要と考えられる。

4. 本研究の限界と意義

本研究ではいくつかの限界が存在する。第一に、本研究は横断研究であるため、因果関係について明らかにすることはできない。第二に、本研究は鹿児島県鹿屋市在住の者のみを対象としており、20歳代の回答者数が全体の5.2%と少なかった。これは、地域の特性による影響が考えられ、一般化するには限界がある。今後、その他の市町村も同様に調査することで、一般成人の観点から妥当性を見出すことができるだろう。第三に、本研究は性別および年代ごとの回収率に差がみられた。先行研究 (澁谷ほか, 2015) では、郵送法による回答者の平均年齢

は比較的高くなると報告されている。すなわち、本研究は年代による自己選択バイアスを回避しきれていない可能性がある。第四に、運動・スポーツ実施頻度別の対象者の基本属性を検討した結果、年齢層分布に有意差が認められた。これは、基本属性が促進・阻害要因に直接影響を与えていることが考えられる。第五に、本研究では仕事や家事などの身体活動を含まない運動・スポーツについて尋ねたため、職種による身体活動の要因が考慮されていない。

その一方で本研究の意義は、第一に、近年調査されていなかった促進要因、および運動・スポーツを定期的な実施者を対象に加え阻害要因を調査したことが挙げられる。第二に、重複する点の多い、「運動」と「スポーツ」を統合したことが挙げられる。これらから、より包括的に促進・阻害要因に関する新たな知見を得ることができた。今後、各群の特徴と課題を踏まえ、一般成人の運動・スポーツ実施率向上に向けた施策および介入が求められる。

V 結論

本研究は、一般成人を対象に運動・スポーツ実施頻度と促進・阻害要因との関係を検討した。その結果、運動・スポーツ実施頻度の相違によって促進・阻害要因の特徴が明らかとなった。今後の施策として、運動・スポーツ習慣のある者は一緒に実施する仲間、および身近にできる場所がさらに継続するために必要と考えられる。一方、不定期に運動・スポーツを実施する者は時間的制約を、運動・スポーツを実施しない者は心理的制約を解消することが運動・スポーツ実施の醸成に必要であると考えられる。

謝辞

本研究は、令和2年度健康運動指導研究助成を受け実施したものです。本研究の実施にあたり、対象者の皆様、鹿児島県鹿屋市市民スポーツ課の皆様へ深く感謝の意を表します。

文献

- Allison, K. R., Dwyer, J.J., and Makin, S. (1999) Perceived barriers to physical activity among high school students. *Prev. Med.*, 28 : 608-615.
- Al-Otaibi, H. H. (2013) Measuring stages of change, perceived barriers and self efficacy for physical activity in Saudi Arabia. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, 14(2) : 1009-1016.
- American College of Sports Medicine (2017) ACSM's

- Guidelines for Exercise Testing and Prescription 10th edition, Lippincott Williams & Wilkins: Philadelphia.
- 長ヶ原誠 (2005) 運動継続：社会学的レビュー. 体育の科学, 55(1) : 4-9.
- Csapo, R. and Alegre, L. M. (2016) Effects of resistance training with moderate vs heavy loads on muscle mass and strength in the elderly: A meta-analysis. *Scand. J. Med. Sci. Sports*, 26(9) : 995-1006.
- Dunn, A. L., Marcus, B. H., Kampert, J. B., Garcia, M. E., Kohl III, H. W., and Blair, S. N. (1997) Reduction in cardiovascular disease risk factors: 6-month results from Project Active. *Prev. Med.*, 26(6) : 883-892.
- Ebben, W. and Brudzynski, L. (2008) Motivations and barriers to exercise among college students. *Journal of Exercise Physiology Online*, 11 : 1-11.
- Goodman, R. M., Wheeler, F. C., and Lee, P. R. (1995) Evaluation of the Heart To Heart Project: lessons from a community-based chronic disease prevention project. *Am. J. Health Promot.*, 9(6) : 443-455.
- Gothe, N. P. (2021) Examining the effects of light versus moderate to vigorous physical activity on cognitive function in African American adults. *Aging Ment. Health.*, 25(9) : 1659-1665.
- Harada, K., Shibata, A., Lee, E., Oka, K., and Nakamura, Y. (2014) Associations between perceived health benefits and barriers to strength training, and stages of change for strength-training behavior among older Japanese adults. *J. Phys. Act. Health*, 11(4) : 801-809.
- 久田満 (1987) ソーシャルサポート研究の動向と今後の課題. *看護研究*, 20(2) : 170-179.
- Hu, M. X., Turner, D., Generala, E., Bos, D., Ikram, M. K., Ikram, M. A., Cuijpers, P., and Penninx, B. W. J. H. (2020) Exercise interventions for the prevention of depression: a systematic review of meta-analyses. *BMC Public Health*, 20(1) : 1-11.
- 飯干明・奥保宏・南貞己 (2003) 大学生における運動・スポーツの実施状況と阻害要因に関する調査研究. *鹿児島大学教育学部研究紀要*, 54 : 21-31.
- Ishii, K., Inoue, S., Ohya, Y., Odagiri, Y., Takamiya, T., Suijo, K., Owen, N., and Shimomitsu, T. (2009) Sociodemographic variation in the perception of barriers to exercise among Japanese adults. *J. Epidemiol.*, 19(4) : 161-168.
- 板倉正弥・岡浩一朗・武田典子・渡辺雄一郎・中村好男 (2003) 成人の運動行動と運動ソーシャルサポートの関係. *ウォーキング研究*, 7 : 151-158.
- Janz, N. K., Champion, V. L., and Strecher, V. J. (2002) The health belief model. In: Glanz, K., Rimer, B. K., and Lewis, F. M. (eds.) *Health behavior and health education: Theory, research and practice* (third edition). Jossey-Bass Inc. Pub., pp. 45-66.
- Jindo, T., Kai, Y., Kitano, N., Tsunoda, K., Nagamatsu, T., and Arao, T. (2020) Relationship of workplace exercise with work engagement and psychological distress in employees: A cross-sectional study from the MYLS study. *Prev. Med. Rep.*, 17 : 101030.
- Johnson, L. G., Butson, M. L., Polman, R. C., Raj, I. S., Borkoles, E., Scott, D., Aitken, D., and Jones, G. (2016) Light physical activity is positively associated with cognitive performance in older community dwelling adults. *J. Sci. Med. Sport*, 19(11) : 877-882.
- 健康・体力づくり事業財団 (1995) 運動・スポーツの阻害要因に関する調査報告書. 健康・体力づくり事業財団：東京.
- 健康・体力づくり事業財団 (2010) アクティブエイジングを促進する啓発情報パッケージとモニタリング開発のための実践モデル事業 運動・スポーツ活動の 프로모ーションガイドラインに関する政策情報レビューと事業実態調査2010. https://www.health-net.or.jp/tyousa/houkoku/pdf/h22_activehoukokusyo.pdf, (参照日2023年2月14日).
- Kenyon, G. S. and McPherson, B. D. (1973) Becoming involvement in physical activity and sport; A process of Socialization. In: Rarick, G.L. (eds.) *physical activity: human growth and development*. Academic Press: Cambridge, pp. 303-332.
- Kikuchi, H., Nakaya, T., Hanibuchi, T., Fukushima, N., Amagasa, S., Oka, K., Sallis, J. F., and Inoue, S. (2018) Objectively measured neighborhood walkability and change in physical activity in older Japanese adults: a five-year cohort study. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 15(9) : 1814.
- King, A. C., Taylor, C. B., and Haskell, W. L. (1993) Effects of differing intensities and formats of 12 months of exercise training on psychological outcomes in older adults. *Health Psychol.*, 12(4) : 292-300.
- 厚生労働省 (2000) 健康日本21 (身体活動・運動). https://www.mhlw.go.jp/www1/topics/kenko21_11/pdf/b2.pdf, (参照日2023年2月14日).
- 厚生労働省 (2012) 健康日本21 (第二次) 国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針. https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/kenkounipon21_01.pdf, (参照日2023年2月14日).

- 厚生労働省 (2013) 健康づくりのための身体活動基準2013. <https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000002xp1e-att/2r9852000002xpqt.pdf>, (参照日2023年2月14日).
- Lee, J. S., Kawakubo, K., Kohri, S., Tsujii, H., Mori, K., and Akabayashi, A. (2007) Association between residents' perception of the neighborhood's environments and walking time in objectively different regions. *Environ Health Prev Med*, 12(1): 3-10.
- Marcus, B. H. and Forsyth, L. H. (2003) Using the stages model in community programs. In: Marcus, B. H. and Forsyth, L. H. (eds.) *motivating people to be physically active*. Human Kinetics: Champaign, pp. 183-207.
- Margitic, S., Sevick, M. A., Miller, M., Albright, C., Banton, J., Callahan, K., Garcia, M., Gibbons, L., Levine, B. J., Anderson, R., and Ettinger, W. (1999) Challenges faced in recruiting patients from primary care practices into a physical activity intervention trial. *Prev. Med.*, 29(4): 277-286.
- Marshall, S. J. and Biddle, S. J. (2001) The transtheoretical model of behavior change: a meta-analysis of applications to physical activity and exercise. *Ann. Behav. Med.*, 23(4): 229-246.
- Martin, S. B., Morrow, J. R., Jr., Jackson, A. W., and Dunn, A. L. (2000) Variables related to meeting the CDC/ACSM physical activity guidelines. *Med. Sci. Sports Exerc.*, 32(12): 2087-2092.
- 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.
- 文部科学省 (2011) スポーツ基本法. https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/kihonhou/attach/1307658.htm, (参照日2023年2月14日).
- 文部科学省 (2013) 平成24年度「体力・スポーツに関する世論調査」. https://www.mext.go.jp/prev_sports/comp/b_menu/other/_icsFiles/afieldfile/2013/08/23/1338732_1.pdf, (参照日2023年2月14日).
- 内閣府 (2015) 「東京オリンピック・パラリンピックに関する世論調査」の概要. <https://survey.gov-online.go.jp/h27/h27-tokyo/gairyaku.pdf>, (参照日2023年2月14日).
- 岡浩一郎 (2003) 中年者における運動行動の変容段階と運動セルフ・エフィカシーの関係. *日本公衆衛生雑誌*, 50(3): 208-215.
- Rosenstock, I. M. (1974) Historical origins of the health belief model. *Health Educ. Quart.*, 2(4): 328-335.
- 笹川スポーツ財団編 (2014) スポーツライフ・データ 2014 — スポーツライフに関する調査報告書 —. 笹川スポーツ財団: 東京, pp. 34-38.
- 笹川スポーツ財団編 (2020) スポーツライフ・データ 2020 — スポーツライフに関する調査報告書 —. 笹川スポーツ財団: 東京.
- 澁谷泰秀・渡部諭・吉村治正・小久保温・柏谷至・佐々木てる・中村和生・木原博 (2015) ウェブ調査と郵送調査の直接比較 — 同一サンプルを用いた回答者特性及び自己効力得点の比較 —. *青森大学付属総合研究所紀要*, 17(1): 1-22.
- 重松良祐・中垣内真樹・岩井浩一・藪下典子・新村由恵・田中喜代次 (2007) 運動実践の頻度別にみた高齢者の特徴と運動継続に向けた課題. *体育学研究*, 52(2): 173-186.
- 相馬優樹・角田憲治・北濃成樹・神藤隆志・大藏倫博 (2015) 介護予防運動の認知と関連する要因の検討: 活動拠点までの物理的距離と社会交流状況に着目して. *日本公衆衛生雑誌*, 62(11): 651-661.
- Sonoda, D., Chogahara, M., Hikoji, K., Tani, M., and Matsumura, Y. (2017) Discriminant analysis of adopters and adherers of sport activities: focused on the differences of their support needs. *Journal of Asia Sport for All*, 14(1): 22-35.
- スポーツ庁 (2019) 平成30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/1415960_001.pdf, (参照日2023年2月14日).
- スポーツ庁 (2020) 令和元年度体力・運動能力調査報告書. https://www.mext.go.jp/sports/content/20201015-spt_kensport01-000010432_5.pdf, (参照日2023年2月14日).
- スポーツ庁 (2021) 令和2年度「スポーツの実施状況に関する世論調査」. https://www.mext.go.jp/sports/content/20200507-spt_kensport01-000007034_5.pdf, (参照日2023年2月14日).
- スポーツ庁 (2022a) 第3期スポーツ基本計画. https://www.mext.go.jp/sports/content/000021299_20220316_3.pdf, (参照日2023年2月14日).
- スポーツ庁 (2022b) 令和3年度「スポーツの実施状況に関する世論調査」. https://www.mext.go.jp/sports/content/20220310-spt_kensport01-000020487_5.pdf, (参照日2023年2月14日).
- スポーツ庁 (2023) 令和5年度運動・スポーツ習慣化促進事業 事業概要 (予算案). https://www.mext.go.jp/sports/content/20230110-spt_kensport01-000026922_2.pdf, (参照日2023年2月14日).

- Steinhardt, M. A. and Dishman, R. K. (1989) Reliability and validity of expected outcomes and barriers for habitual physical activity. *J. Occup. Med.*, 31(6): 536-546.
- 谷直道・樋口善之・太田雅規・赤津順一・神代雅晴 (2018) 職場体操が運動機能に与えた影響～職場体操導入前後の運動機能テストと質問紙調査から～. *産業衛生学雑誌*, 60(4): 85-93.
- 塚尾晶子・久野譜也 (2017) 健康無関心層への情報提供を可能とするインフルエンサー養成200万人プロジェクト. *介護福祉・健康づくり*, 4(1): 47-53.
- 常行泰子・山口泰雄・高折和男 (2011) 高齢者の運動ステージと運動セルフ・エフィカシーに影響を及ぼす健康要因と社会心理的要因に関する研究. *体育学研究*, 56(2): 325-341.
- 内田遼太・中垣内真樹 (2020) 長崎県における健康成人の運動習慣の実態. *スポーツパフォーマンス研究*, 12: 565-575.
- Van Stralen, M. M., De Vries, H., Mudde, A. N., Bolman, C., and Lechner, L. (2009) Determinants of initiation and maintenance of physical activity among older adults: a literature review. *Health Psychology Review*, 3(2): 147-207.
- 横山典子・西嶋尚彦・前田清司・久野譜也・鯉坂隆一・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 (Supplement): 249-258.
- Zunft, H. J., Friebe, D., Seppelt, B., Widhalm, K., Remaut de Winter, A. M., Vaz de Almeida, M. D., Kearney, J. M., and Gibney, M. (1999) Perceived benefits and barriers to physical activity in a nationally representative sample in the European Union. *Public Health Nutr.*, 2(1a): 153-160.

(令和4年6月6日受付)
(令和5年3月2日受理)

感情調節方略がテニスのサーブパフォーマンスにもたらす影響

—感情調節方略の使用傾向に着目して—

相 羽 枝莉子 (長崎国際大学人間社会学部)

松 田 晃二郎 (熊本学園大学社会福祉学部)

杉 山 佳 生 (九州大学大学院人間環境学研究院)

The effects of emotion regulation strategies on tennis serve performance:

Tendency to use emotion regulation strategies

Eriko Aiba¹⁾, Kojiro Matsuda²⁾ and Yoshio Sugiyama³⁾

Abstract

The purpose of this study was to investigate the effects of emotion regulation strategies (reappraisal, rumination, and expressive suppression) and the tendency to use these strategies on tennis serve performance and emotional states. A total of 27 university tennis players completed the Japanese version of the Emotion Regulation Strategies in Sports (ERSS) and a questionnaire on emotional state, after which they participated in a tennis serve experiment. During the experiment, the participants were instructed to use three emotion regulation strategies as part of a game, in which they aimed at the target area by the second serve. Following Englert and Oudejans (2014), the performance score was calculated as the total number of points obtained by hitting the target area. In addition, the participants were asked to answer the Mood Check List-Short Form. 1 after completing each performance task. The results of the non-parametric tests demonstrated that in the rumination condition, participants who tend to use the rumination strategy scored significantly lower performance scores than those who tend to not use it ($U = 47.00$, $p < .05$, $r = -.41$). These findings indicate that the effect of emotional regulation strategies on serve performance and emotional states may be related to an individual's tendency to use emotional regulation strategies.

Key words: Emotion Regulation Strategies in Sports competition, ERSS, Emotional control, Reappraisal, Rumination, Expressive suppression

I 序

スポーツ競技場面では、良いプレーをした時にガッツポーズをすることもある一方で、冷静さを保つためにポーカフェイスを装ったり、また、不利な状況でもポジティブな発言をして自分を鼓舞したりする試みが見受

けられる。東京オリンピック2020で、女子スケートボードに出場したマルジェリー・ディダル選手は、競技中に失敗しても満面の笑みで会場を沸かしたことで話題となった。また、近年、テニスの世界トッププレイヤーたちが、試合中に込み上げてくる苛立ちからラケットを破壊したり、ボールを叩きつけたりする行為によって、罰

1) Faculty of Human and Social Studies, Nagasaki International University, 2825-7 Huis Ten Bosch Machi, Sasebo City, Nagasaki 859-3298

2) Faculty of Social Welfare, Kumamoto Gakuen University, 2-5-1 Oe, Kumamoto Chuo-ku, Kumamoto City, Kumamoto 862-8680

3) Faculty of Human-Environment Studies, Kyushu University, 744 Motoooka Nishi-ku, Fukuoka City, Fukuoka 819-0395

金や出場停止を宣告されるケースが相次いでいる。このように、スポーツ競技者は、それぞれ異なる方法で感情を表現したり、コントロールしたりする試みが見られる。

先行研究において、競技者が自身の感情をコントロールする試みは、より良い精神状態を創り出すこと、あるいは、実力を最大限発揮することを目指して行われていることが主張されている (Martinent et al., 2015; Stanley et al., 2012)。感情が、個人によって、無意識的ないしは意識的にコントロールされる過程のことを、心理学領域では、「感情調節」と呼ばれ、「どのような感情をもち、いつ感情をもち、どのように感情を体験し表出するかに影響するプロセス」(Gross, 1998, p. 275)と説明されている。また、このプロセスにおいて、感情を調節する方法のことを「感情調節方略」といい、競技場面で見られる感情調節方略としては、例えば、試合直前に不安を紛らすために音楽を聴く、不安なことを他人に吐き出す、プレーへの自信を高めるために過去の良いパフォーマンスを思い返す等の方法がある (Stanley et al., 2012)。

スポーツの文脈では、この感情調節方略がパフォーマンスに及ぼす影響について検証した研究がなされている。その中でも、感情調節方略である「再評価」と「気晴らし」については、プレッシャー下でのゴルフパッティングにおいて、パフォーマンスの悪化を防止したという肯定的な結果が示された (Balk et al., 2013)。再評価とは、感情が誘発される状況について再解釈することであり (Gross, 2002)、例えば、試合で体力的な限界を感じた時、「自分が辛い状況であるということは、相手も同じ状況である」と再解釈することなどがある (相羽ほか, 2022)。気晴らしとは、ストレスの原因となるものから注意を逸らし、他の対象に注意を向けることで、感情調節を目指す方略のことである (及川, 2003)。また、Wagstaff (2014) は、「表出抑制」という方略がパフォーマンスに及ぼす影響を検証するために自転車エルゴメーターを用いた実証実験を行い、表出抑制を行わせた群において、表出抑制を行っていない群と比べて10km 漕いだ際のパワー出力および速度が小さく、自覚的運動強度が高いという結果が示された。表出抑制とは、感情を感じていながらその感情を表に出さないよう抑える方略であり (Gross and John, 2003)、例えば、イライラしている気持ちを、対戦相手に認知されないように隠すことなどである。

Wagstaff (2014) の実験では、被験者を表出抑制群、表出抑制無し群、統制群の3群に分けて実験を行っているが、群分けの際、被験者は無作為に振り分けられたため、特性として表出抑制を使用しにくい被験者もいれば、日頃から頻繁に表出抑制を使用しやすい被験者も存在して

いたことが推測される。なお、Balk et al. (2013) のゴルフパッティングの実験においても、同様に無作為割り当てが行われていた。以上のように、スポーツの文脈における感情調節方略の実験研究では、いずれも感情調節方略を特性的にどの程度使用しやすい傾向にあるのかといったことについては、これまで考慮されてこなかった。

相羽ほか (2022) は、感情調節方略の使用傾向 (どの感情調節方略をどの程度使用するのかという傾向) の個人差を測定する尺度として、「スポーツの試合中における感情調節方略尺度 (Emotion Regulation Strategies in Sports competition; ERSS)」を作成している。また、相羽ほか (2022) では、ERSSの6つの下位尺度 (肯定的再評価、視点の転換、自責思考、反芻、表出抑制、問題解決) とスポーツ競技者の競技成績の関連が検討されており、6つの下位尺度の得点がいずれも高い競技者は、競技レベルも比較的高い傾向が示された。

ところで、先行研究では、感情調節方略の使用傾向と心理的競技能力の関連についても確認されている。心理的競技能力とは、試合場面で実力を発揮するために必要な心理的能力のことを指しており (徳永, 2001)、この心理的競技能力の指標として心理的競技能力診断検査 (Diagnostic Inventory of Psychological-Competitive Ability for Athletes: DIPCA.3) が用いられている。DIPCA.3は、徳永・橋本 (1988) や徳永 (2001) などにおいて、種々のスポーツ競技者、競技レベルを対象とした調査結果から開発され、競技場面で必要な精神力を具体化した項目で構成されている。心理的競技能力は、実力発揮度や競技成績などのパフォーマンスと強い正の相関関係にあることが報告されているが (徳永, 2001)、感情調節方略の使用傾向との関連を検討した研究では、再評価が心理的競技能力に寄与する可能性が示されていた (相羽ほか, 2021)。具体的には、普段の試合で頻繁に再評価を使用する傾向にある競技者は、心理的競技能力を高く有することが示唆されていたが、今後の研究の課題として、再評価などの感情調節方略の使用傾向が、実際の競技パフォーマンスに及ぼす影響について検証する必要性を挙げている。以上の先行研究から、本研究では感情調節方略が競技パフォーマンスに及ぼす影響について、感情調節方略の使用傾向に着目して検証を行う。

感情調節方略がパフォーマンスに及ぼす影響を検証した先行研究では、感情調節方略が覚醒状態や気分、感情状態に及ぼす影響についても検証されていたが、この際、被験者が元々どの程度その方略を使用するのかといった使用傾向については触れられていない (e.g., Balk et al., 2013; Wagstaff, 2014)。しかしながら、感情調節方略の使用傾向と、実際に使用する方略によって、感情状態にど

のような違いがあるのかを見ることができれば、心理的側面からも、個人にとって最適な感情調節方略を見出すための知見が得られる可能性がある。したがって本研究では、感情調節方略がパフォーマンスに及ぼす影響について使用傾向を加味して検証する際、感情状態もあわせて測定し、パフォーマンスの側面と心理的側面の両側面から、感情調節方略の有効性を検討することを目指す。

以上より本研究の目的は、感情調節方略が競技パフォーマンスおよび感情状態に及ぼす影響について、感情調節方略の使用傾向を加味して検証することとした。ここでは、感情調節方略のうち、肯定的再評価、反芻、表出抑制の3つの方略に着目し、それらの使用傾向によって競技パフォーマンスの違いが見られるかどうかを検証することとした。3つの方略のうち、肯定的再評価と表出抑制は感情調節方略の研究において代表的な方略とされており (e.g., Groos and John, 2003), 近年では、スポーツ競技場面で使用される肯定的再評価と表出抑制についても着目されている (Uphill et al., 2012; 相羽ほか, 2021)。既述の通り、肯定的再評価と表出抑制がパフォーマンスへ及ぼす影響についての知見は、少ないながらも報告されているが (e.g., Balk, et al., 2013; Wagstaff, 2014), これらの研究では、肯定的再評価と表出抑制の使用傾向については加味されていない。したがって、本研究では肯定的再評価と表出抑制に着目し、それらの使用傾向も加味した上でパフォーマンスへの影響を検証することとした。一方の反芻については、運動パフォーマンスと負の相関関係があるとされており (e.g., Scott et al., 2002), 例えば、試合後に反芻を行うことが、次の試合でのパフォーマンス低下に関係することが示されている (梅津, 2019)。このように、反芻はスポーツ競技者にとってパフォーマンスに関わる重要な感情調節方略であるため、この反芻について、使用傾向を加味してパフォーマンスに及ぼす影響を明らかにすることとした。

本研究におけるパフォーマンス課題としては、競技場面で頻繁に使用されるテニス競技の「サーブ」を設定した。サーブは、自分から始動できるショットであり、相手からの物理的影響を受けずに遂行されるため、実験研究で頻繁に用いられるショットである。また、サーブは選手の自信、試合の結果に対して多大な影響を及ぼすショットであり (Lee, 2003), 不安感情によってサーブの正確性が左右されることが検証されている (Englert and Oudejans, 2014)。以上の理由から、本研究ではサーブパフォーマンスを課題として選定し、より感情調節が必要となる場面を設定した。

本研究によって、肯定的再評価、反芻、表出抑制がサーブのパフォーマンスに及ぼす影響について、それら

の方略の使用傾向を加味して明らかにすることで、個人特性を加味した、個々人にとって望ましい方略を見出す一助となる可能性があり、これらは現場への応用の観点から意義のある知見となりうる。特に、スポーツ現場の指導者は、集団に対して全ての選手に共通した指示 (例えば「感情を顔に出さないようにしなさい」など) を出すことが頻繁に見受けられる。しかしながら、感情調節方略の使用傾向は個々人によって異なるものであり、全ての選手に共通した指示が、翻ってパフォーマンスや感情状態に悪影響を及ぼすことも推測される。この問題に対して、感情調節方略がパフォーマンスや感情状態に及ぼす影響について、使用傾向を含めた検討を重ねることで、個人にとって最適な感情調節方略を見出すことが可能になり、本研究はその一助となりうる点で意義がある。

II 方法

1. 実験参加者

九州地方にある大学の硬式テニス部に所属する27名 (男性23名, 女性4名) が実験に参加した。平均年齢は 19.93 ± 1.96 歳, 平均競技年数は 8.11 ± 3.56 年であった。実験では、6名ないし7名で1つのチーム編成し、チームごとに実験を行った。チーム分けを行う際は、各部の代表者に協力してもらい、可能な限り競技レベルの近い者同士が同じグループになるようチームを分けた。

2. 測定内容

2.1 試合中の感情調節方略の使用傾向

被験者が普段の試合でどの感情調節方略を、どの程度使用する傾向にあるのかを測定するために、ERSSを用いた。ERSSは相羽ほか (2022) が作成した尺度であり、6因子31項目 (肯定的再評価6項目, 視点の転換6項目, 自責思考6項目, 反芻4項目, 表出抑制4項目, 問題解決5項目) で構成されている。各因子の信頼性は、再テスト法によって確認されており (肯定的再評価 $r=.59$, 視点の転換 $r=.51$, 自責思考 $r=.49$, 表出抑制 $r=.71$, 問題解決 $r=.41$, 反芻 $r=.59$), 全ての因子において中程度以上の相関の強さが示されている。また、各因子と、日常生活場面における感情調節方略を測定する尺度との相関関係から、構成概念妥当性についても確認されている (相羽ほか, 2022)。

本研究では、ERSSのうち「肯定的再評価」「反芻」「表出抑制」の3下位尺度を用いて、実験参加者に調査を実施した。相羽ほか (2022) に倣い、「以下の文章は、試合中のネガティブな出来事や状況についての文章です。あなたにどのくらい当てはまりますか?」と尋ね、「全く当

てはまらない」(1点)から「よく当てはまる」(5点)までの5件法で回答を求めた。この際、ネガティブな出来事、ネガティブな状況、およびネガティブな感情については、次のように例を示した。ネガティブな出来事は「相手が点を決めた、ケガをした」等を、ネガティブな状況は「調子が悪い、雰囲気のにまれている」等を、ネガティブな感情は「不安、イライラ、焦り」等を例として列挙した。なお、ERSSを用いた調査は、実験当日までに、GoogleフォームによるWebアンケートで実施した。

2.2 パフォーマンス

本実験では、テニスにおけるセカンドサーブをパフォーマンス指標として用いた。先行研究(Englert and Udejans, 2014)に倣い、3つの大きさの異なるターゲットエリアを設け、1課題あたり10試行とし、ターゲットエリアに入った得点の平均点をパフォーマンス得点として算出した。ターゲットエリアは、小エリア(5m×5m)、中エリア(1m×1m)、大エリア(通常のサービスボックス)の3つであり、各エリアの得点は順に5点、3点、1点とした(図1)。サーブがフォルトの場合は、0点とした。被験者には、ターゲットを狙って、普段の試合で打つセカンドサーブを打つよう指示した。

本研究では1条件あたり10球のサーブを打球してもらうこととしていたが、被験者の都合により、8球のサーブで終了とした条件もあった。そのため、パフォーマンス得点は8球ないし10球の平均値で算出することとし、この平均値を以降の分析に用いることとした。

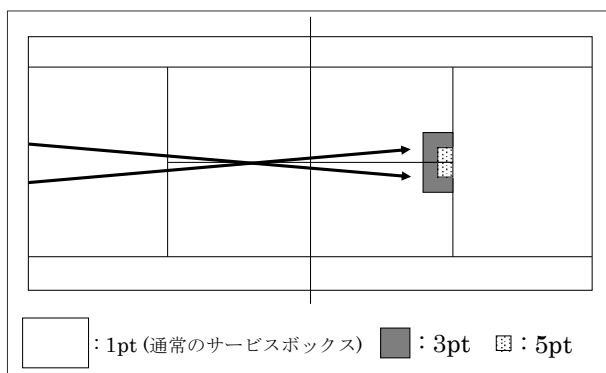


図1. サーブパフォーマンス課題のターゲット

2.3 感情状態

パフォーマンス課題直後の感情状態を測定するために、感情測定尺度短縮版(MCL-S. 1; Mood Check List-Short Form. 1)(橋本・徳永, 1996)を用いた。全4課題において、それぞれの課題が終了した直後に、MCL-S. 1に対して被験者から回答を得た。

MCL-S. 1は3つの下位尺度「快感情」「不安感」「リ

ラックス感」から構成される尺度であり、項目数は全部で10項目である。「下の各項目について、現在あなたはどの程度感じていますか?」と教示し、「まったくそうでない」から「まったくそうである」までの7件法で回答を得た。橋本・徳永(1996)に倣い、「まったくそうでない」を-3点、「どちらともいえない」という中間回答を0点、「まったくそうである」を3点としてリッカート法により得点化し、下位尺度得点を算出した。

3. 操作チェック

各条件においてパフォーマンス課題終了直後に、被験者一人ずつに対して、「あなたは今回の課題で、研究者からの指示通りに、感情のコントロールの方法をとろうとすることができましたか?」と教示し、「はい」または「いいえ」で回答を得た。その結果、「いいえ」と回答をしていた者はいなかったため、全てのデータを以降の分析に用いた。

4. 実験手続き

本実験では、試合場面に近いプレッシャー状況をつくるために、次のようなルールを設けた。まず、各グループ内で、得点の最も高い人が勝ち、最も低い人が最下位であることをルールとして提示した。加えて、プレッシャーを高めるための虚偽のルールとして、3つの教示を行った。1つ目は、1番得点の高い者が最下位の者から1,000円を受け取れること、2つ目は、この実験に参加すると自分の結果が全国で何位なのかがわかるようになっており、全国の上位20%に入ることができれば、チーム内での順位に関わらず1,000円の賞金を渡すこと、3つ目は、サーブを打っている様子を動画で撮影し、個人が特定されない形で大学の講義で使用することを説明した。以上の虚偽の説明については、実験終了と同時に、被験者に対して虚偽であることを正確に説明した。

パフォーマンス課題は、一人あたり4条件(肯定的再評価、反芻、表出抑制、統制)において実施してもらい、順序効果を相殺するために、4条件の実施順序をランダム化することでカウンターバランスをとった。条件ごとの間隔(ある条件で10試行目を終えてから、次の条件で1試行目を行うまでの間)は10分程度であった。各条件でパフォーマンス課題を遂行する直前に、各被験者に対して、感情調節方略についての教示を個別に行った。肯定的再評価では、「思ったように打てなくても、今のは次のショットに繋がる、といったように、状況を良い方向に捉え直すように意識してください」という教示を、反芻では、「うまくいかなかったショットについて、ずっと繰り返して思い返すようにしてください」という教示

を、表出抑制では、「周りの人に、喜びや悔しさなど自分の感情がバレないように隠してください」という教示を行った。なお、統制条件では、「普段通り自由に打ってください」という教示を行った。サーブは、フォアサイドとバックサイドから交互に打つようにしてもらい、ターゲットエリアに入った得点を記録し、被験者にもその得点を示すようにした。1つの条件が終わるごとに、MCL-S.1への回答を求め、感情調節方略の操作チェックを行った。

5. 倫理的配慮

本研究では、Web調査前および実験直前に、被験者へ研究の説明を行った。Web調査では、Googleフォームに研究の説明を記載したページを設け、被験者に説明した上で、同意した者のみが回答ページに進むよう設定したところ、「同意しない」と回答した者はいなかった。実験当日は、Googleフォームに記載した研究の説明を、紙面で配布し、重ねて説明を行った。その後、実験を拒否する者はいなかったため、全員が実験に参加した。被験者への説明の際、研究の目的や内容についての説明に加え、倫理的配慮にかかる説明を行った。具体的には、調査で得られたデータは研究目的にのみ使用されること、回答者のプライバシーが守られること、回答途中でいつでも調査を辞退できること、また、辞退によって不利益を被らないこと等について説明した。なお、本研究は、長崎国際大学人間社会学部国際観光学科研究倫理委員会の承認を得た上で実施された。

6. 分析方法

まず、実験における4つの条件によって感情状態の得点やパフォーマンスの得点に差があるのかどうかを検討するために、各条件を独立変数とし、MCL-S.1、パフォーマンス得点を従属変数とする反復測定分散分析を行った。次に、感情調節方略の使用傾向を含めて、感情調節がパフォーマンスに及ぼす影響を調べるために、ERSSの下位尺度得点ごとに、肯定的再評価、反芻、表出抑制の平均値で低群と高群に分類し、この群によって、実際にその方略を使用した時の感情状態とパフォー

マンスの得点差を検討した。したがって、感情調節方略の使用傾向を独立変数、感情状態とパフォーマンスを従属変数とする独立サンプルの検定を行った。なお、パフォーマンス得点を従属変数とした分析ではいずれも、ノンパラメトリック検定を実施した。

なお、効果量 r の目安は、一般的には $r = .10$ で小さい効果量、 $r = .30$ で中程度の効果量、 $r = .50$ で大きい効果量があるとされている(水本・竹内, 2008)。また、効果量 d の目安は、一般的には $d = .20$ で小さい効果量、 $d = .50$ で中程度の効果量、 $d = .80$ で大きい効果量があるとされている(水本・竹内, 2008)。有意水準はすべて5%とし、統計処理ソフトにはIBM SPSS statistics 28 (IBM社製)を用いた。

III 結果

各条件における被験者のパフォーマンス得点の平均値は、肯定的再評価で0.76点 ($SD = .33$)、反芻で0.84点 ($SD = .49$)、表出抑制で0.83点 ($SD = .35$)、統制条件で0.85点 ($SD = .37$)であった。

1. 条件ごとの変数(パフォーマンス得点および感情得点)の比較

実験における4つの条件(方略)を独立変数とし、パフォーマンス得点を従属変数とするFriedmanの検定を行った結果、統計的な有意差は認められなかった(表1)。各条件の平均値および標準偏差については、表1に示す通りである。また、実験における4つの条件(方略)を独立変数とし、MCL-S.1の下位尺度得点を従属変数としてそれぞれ反復測定による一元配置分散分析を行った結果、MCL-S.1の3つ(快感情、不安感、リラックス感)の下位尺度得点において主効果が有意であったため、多重比較検定を行った。その結果、「快感情」および「リラックス感」において、反芻条件の得点が他の3条件より有意に低い値であった。「不安感」においては、反芻条件の得点が統制条件より有意に低い値であった(表2)。多重比較検定における効果量については、表3に示す通りである。

表1. パフォーマンスの得点差についてのFriedman検定の結果

	1. 再評価 $n = 27$	2. 反芻 $n = 27$	3. 表出抑制 $n = 27$	4. 統制 $n = 27$	χ^2
パフォーマンス得点	.76 (.33)	.84 (.49)	.83 (.35)	.85 (.37)	1.18

カッコ内は標準偏差

表2. MCL-S.1の得点差についての一元配置分散分析とその後の多重比較検定結果

	1. 再評価 n = 27	2. 反芻 n = 27	3. 表出抑制 n = 27	4. 統制 n = 27	F	効果量	多重比較検定
快感情	3.07 (4.51)	-3.07 (5.25)	1.19 (4.95)	3.11 (4.69)	11.00 **	.30	1・3・4>2
不安感	-1.60 (2.59)	-.20 (2.24)	-1.60 (2.06)	-2.00 (2.25)	3.74 *	.13	2>4
リラックス感	3.00 (4.74)	-.20 (4.83)	3.04 (4.75)	4.00 (4.52)	5.65 *	.18	1・3・4>2

カッコ内は標準偏差 * p < .05, ** p < .01

表3. 多重比較検定における効果量 (r)

感情得点	方略(条件)	効果量 (r)
快感情	肯定的再評価－反芻	.71
	肯定的再評価－表出抑制	.27
	肯定的再評価－統制	.01
	反芻－表出抑制	.52
	反芻－統制	.69
	表出抑制－統制	.34
不安感	肯定的再評価－反芻	.40
	肯定的再評価－表出抑制	.03
	肯定的再評価－統制	.11
	反芻－表出抑制	.43
	反芻－統制	.55
	表出抑制－統制	.17
リラックス感	肯定的再評価－反芻	.53
	肯定的再評価－表出抑制	.01
	肯定的再評価－統制	.18
	反芻－表出抑制	.49
	反芻－統制	.60
	表出抑制－統制	.19

表4. 肯定的再評価の使用傾向の低群・高群によるパフォーマンス得点の比較

条件	肯定的再評価の使用傾向		Z	効果量 (r)
	低群 n = 15	高群 n = 12		
肯定的再評価	.72	.80	.81	.16
反芻	.88	.79	-.44	-.09
表出抑制	.87	.76	-.64	.12
統制	.94	.74	-1.55	-.30

表5. 反芻の使用傾向の低群・高群によるパフォーマンス得点の比較

条件	反芻の使用傾向		Z	効果量 (r)
	低群 n = 13	高群 n = 14		
肯定的再評価	.76	.75	.00	.00
反芻	.98	.68	-2.15 **	-.41
表出抑制	.87	.79	-.20	-.04
統制	.98	.72	-1.78	-.34

** p < .01

表6. 表出抑制の使用傾向の低群・高群によるパフォーマンス得点の比較

条件	表出抑制の使用傾向		Z	効果量 (r)
	低群 n = 14	高群 n = 13		
肯定的再評価	.82	.69	-1.10	-.21
反芻	.69	1.00	1.71	.33
表出抑制	.94	.71	-1.32	-.25
統制	.71	1.00	1.81	.35

認められ、表出抑制の低群の方が有意に高い得点を示した ($t = 2.77, p < .05, d = 1.07$).

IV 考察

本研究の目的は、感情調節方略がパフォーマンスに及ぼす影響について、感情調節方略の使用傾向を加味した検証を行うことであった。本研究で得られた結果を考察するにあたり、有意差が確認されていない結果についても、「効果量」を含めて結果を解釈することとする。帰無

2. 感情調節方略の使用傾向の低群・高群による各条件の変数の比較

感情調節方略の使用傾向の低群・高群の違いによるパフォーマンス得点の差を見るために、各方略におけるパフォーマンス得点を従属変数とする Mann-Whitney の U 検定を行った。その結果、反芻条件において、低群 (ERSS の「反芻」得点が低い群) の方が、高群 (ERSS の「反芻」得点が高い群) に比べて有意に高い得点を示した ($U = 47.00, p < .05, r = -.41$)。また、有意ではないものの、中程度の効果量が確認された結果として、肯定的再評価の使用傾向による差が統制条件で ($r = -.30$) (表4)、反芻の使用傾向による差が統制条件で ($r = -.34$) (表5)、表出抑制の使用傾向による差が反芻条件 ($r = .33$) および統制条件 ($r = .35$) (表6) でそれぞれ確認された。

また、感情調節方略の使用傾向の低群・高群の違いによる感情得点の差を見るために、MCL-S.1を従属変数とし、感情調節方略の使用傾向の低群・高群を独立変数とする対応のある t 検定を行った。その結果、肯定的再評価条件において、表出抑制の低群の「快感情」得点 (5.14点) と高群の「快感情」得点 (0.85点) の間に有意差が

仮説検定において、サンプルサイズ、有意水準、検定力、効果量の4つは、他の3つが決まれば残りの1つが決まるという関係であり、これら4つが検定結果の良し悪しを決める重要な要素となる(水本・竹内, 2008)。特に心理学領域では、データ分析において効果量を積極的に報告し、解釈に活用することが推奨されている(e.g., American Psychological Association, 2009)。研究のサンプルサイズが大きくなると、 p 値は小さくなるが、効果量については、研究のサンプルサイズを大きく(または、小さく)することによる働きは持たない(波田野ほか, 2015)。心理学領域の研究では、サンプルサイズが小さいことから p 値が十分小さくならない研究も多く存在しており、その場合、大きな効果量を見逃してしまう危険性がある(波田野ほか, 2015)。即ち、本研究のようなサンプルサイズの小さい研究の場合、効果量を確認しながら結果を解釈する必要がある。したがってここでは、効果量を含めた結果に対して考察を論じていく。

本研究では、まず、感情調節方略の使用傾向を加味せずに、感情調節方略の違いによるパフォーマンス得点の比較を行った。その結果、顕著な差は示されなかった。続いて、感情調節方略の使用傾向を加味した上で、感情調節方略とパフォーマンスとの関係性を検証した。ここでは、ERSSの下位尺度ごとに、それぞれの得点が高い群(高群)と低い群(低群)に分けた上で、4条件(再評価、反芻、表出抑制、統制)でのパフォーマンス得点における群間差を比較した。これらの結果に対する考察を、以下に述べる。

1. 感情調節方略の使用傾向(ERSSの下位尺度得点)と条件によるパフォーマンス得点の差

1.1. 肯定的再評価の使用傾向と条件によるパフォーマンス得点の差

肯定的再評価の使用傾向の高低によるパフォーマンス得点の有意差は確認されなかった。そこで効果量(r)の値に着目すると、肯定的再評価の尺度得点の低群と高群におけるパフォーマンス得点の差の検定で、統制条件で中程度の効果量が示され($p = .12, r = -.30$)、低群の方が高い得点であった。一方、肯定的再評価条件、反芻条件、表出抑制条件における効果量は小さい値であった。このことから、肯定的再評価の使用傾向の高低と、3つのどの感情調節方略を使用するかによって、パフォーマンスに差は生じないということが言える。

なお、肯定的再評価の尺度得点の低群と高群におけるパフォーマンス得点の差の検定において、中程度の効果量は示されたものの有意差は確認されなかったという統制条件の結果から($p = .12, r = -.30$)、母集団においてパ

フォーマンスの差があるとは言い切れない。したがって、母集団で肯定的再評価の低群と高群によるパフォーマンス得点に差があるかどうかを明らかにするためには、サンプルサイズを増やして同様の実験を行うことが求められる。

1.2. 反芻の使用傾向と条件によるパフォーマンス得点の差

反芻条件において、反芻の尺度得点の低群と高群の間で有意差が認められ、反芻の低群の方が、高群に比べて高いパフォーマンス得点が示された。つまり、反芻を日頃から頻繁に行う人に比べて、行わない傾向にある人の方が、実際に反芻を行った時のパフォーマンスが優れているという可能性が示された。この結果に対する考察として、以下の2つのことが考えられた。

1つ目としては、被験者は自身のパフォーマンスについてフィードバックを行っていた可能性が考えられた。反芻条件で被験者に教示した内容は「うまくいかなかったショットについて、ずっと繰り返して思い返すようにしてください」といった内容であった。使用傾向の高い被験者は、日頃から反芻を行っている一方で、使用傾向の低い被験者は反芻に不慣れであることが推測される。そのため、使用傾向の高い被験者が行う反芻(研究者が意図していた反芻)とは異なり、悪い結果を思い返すことで良い方へ無意識的に修正されるような、フィードバックの機能が働いた可能性もある。操作チェックでは、実際に被験者がどのように考えていたかについて確認しておらず、「研究者からの指示通りに、感情のコントロールの方法をとろうとすることができたか」を確認するのみであった。そのため、実際に被験者が考えていた内容が、無意識的にパフォーマンスを促進させるフィードバックの働きをしていた可能性も窺えた。

2つ目は、反芻の使用傾向が低い競技者が、元々のパフォーマンスレベルが高く、実際に使用する方略(反芻)の影響を受けなかった可能性が考えられた。統制条件における、反芻の低群・高群のパフォーマンス得点の群間差を比較すると、有意差はないものの中程度の効果量が確認され($p = .08, r = -.34$)、低群の方が高い得点であった。これは、日頃から頻繁に反芻を行う人の方が、元々のパフォーマンスレベルが低かったことが推察される。感情調節方略の使用傾向を加味せずに、方略とパフォーマンスとの関係性を検証した結果では、両者の間に顕著な関係性は認められていないことから(表1参照)、反芻の使用傾向が高い人は、元々のパフォーマンスレベルが低く、一方で、使用傾向が低い人は元々のパフォーマンスレベルが高いことが示唆された。

1.3. 表出抑制の使用傾向と条件によるパフォーマンス得点の差

いずれの条件においても、表出抑制の尺度得点の低群と高群におけるパフォーマンスの得点の差の検定では、有意な差は認められなかった。しかしながら、反芻条件 ($p = .09, r = .33$) および統制条件 ($p = .08, r = .35$) において、表出抑制の低群と高群におけるパフォーマンスの差の検定で、中程度の効果量が示され、両条件ともに表出抑制高群の方が高いパフォーマンス得点を示した。先行研究では、表出抑制の使用傾向が高い競技者の方が、パフォーマンスレベルと密接な関係があるとされる心理的競技能力を高く有することが示唆されている(相羽ほか, 2021)。このことから、表出抑制高群の競技者は、元々のパフォーマンスレベルが高いという潜在的な違いが上記のような結果に関係している可能性が考えられる。

一方で表出抑制条件における、表出抑制の低群と高群のパフォーマンス得点の差の検定では、小さい効果量 ($p = .20, r = -.25$) が示され、有意ではないものの低群の方が高いパフォーマンス得点が見られていた。表出抑制の効果を検証した先行研究では、表出抑制の使用が、自転車エルゴメーターの課題遂行時の主観的疲労度やタイムに負の影響を及ぼしていた(Wagstaff, 2014)。この知見を踏まえると、表出抑制を使用した際のパフォーマンスは、使用傾向の低い競技者よりも、使用傾向の高い競技者においてより負の影響を及ぼすという可能性が推察される。ただし、Wagstaff (2014) の実験におけるパフォーマンス課題は、持久的な運動であったのに対し、本研究のパフォーマンス課題はテニスのサーブパフォーマンスであったことから、Wagstaff (2014) の知見を本研究と照らし合わせて検討することに議論の余地がある。競技種目の特性に応じて、感情調節方略の使用傾向や実際に感情調節方略を使用した際のパフォーマンスは異なることが考えられるため、競技別に検証を重ねる必要もある。なお、上記の表出抑制の使用傾向に関する考察については、効果量をもとに議論をしているが、統計学的な有意差は認められていなかった。そのため、母集団で差があるかどうかについては、本研究の結果からは確かめることができず、今後はさらなる研究知見の蓄積が必要である。

2. 感情調節方略の使用傾向 (ERSS の下位尺度得点) と条件による感情得点の差

感情調節方略による感情状態の違いについては、肯定的再評価条件において、表出抑制の低群と高群の間で「快感情」得点に有意差が確認され、表出抑制の低群の方

が有意に高い得点を示した。この結果から、表出抑制の使用傾向が低い競技者は、表出抑制の使用傾向が高い競技者に比べて、プレー中に生じる感情に対して肯定的再評価を用いた感情調節を行うことで、高い快感情でプレーをすることができる可能性が示唆される。

感情調節方略の条件ごとで、感情状態 (MCL-S.1) の得点の差を比較すると、反芻条件では、他の3つの条件より快感情・リラックス感が有意に低く、且つ反芻条件では統制条件より不安感情が有意に高い得点であった。さらに、不安感情については、反芻条件と、肯定的再評価および表出抑制との間に、有意差はないものの中程度の効果量が示されていた(反芻—肯定的再評価: $p = .20, r = .40$, 反芻—表出抑制: $p = .14, r = .43$)。したがって、競技者は競技場面で反芻を行うと、肯定的再評価および表出抑制を行う場合と比較して、ネガティブな心理状態になりやすいことが推察される。一般的に、反芻は、抑うつ症状に正の影響を及ぼすとされていることに加え(e.g., 高野・丹野, 2010)、スポーツの文脈においても、競技中に生じる不安感情を高めるという結果が示されている(梅津ほか, 2019)。このように先行研究では反芻が心理的側面に及ぼすネガティブな影響についての報告がなされているが、本研究でもそれらの報告を裏付ける結果が示された。このことから、反芻を用いるとネガティブな心理状態になりやすいことが予想されるため、競技者の心理的側面を考える上では、反芻は望ましくない方略であると考えられる。しかしながら、表1の通り反芻条件とその他の3つの条件のパフォーマンス得点の間に、顕著な差は確認されていなかったことから、パフォーマンスの観点からは、一概に反芻が不適応的な方略であるとは断定し難い。Englert and Oudejans (2014) は、不安の高まりから、サーブのスキルとは直接的に関係のない懸念や心配事に過度に注意が向くことで、サーブの成功率が低下することを説明している。本研究では、反芻を行うことでネガティブな結果について繰り返して考え、不安感情が高まった可能性は示唆される。しかしながら、反芻条件では「うまくいかなかったショットについて、ずっと繰り返して思い返すようにしてください」と被験者に教示し、実施してもらっていたことから、サーブのスキルとは直接的に関係のない懸念や心配事に過度に注意が向かなかった可能性が考えられ、それによりパフォーマンスの低下が顕著に示されなかった可能性もある。即ち、本来であれば不安の高まりによって、懸念や心配事などに注意が向けられてサーブの成功率が低下するが(Englert and Oudejans, 2014)、本研究では、「うまくいかなかったショットについて、ずっと繰り返して思い返すように」してもらったことが、サーブのス

キルそのものへ注意を向けさせ、先行研究のようなパフォーマンスの低下が確認されなかったという可能性が考えられた。

一方で、表出抑制とパフォーマンスの関連を検証した研究では、感情調節は気分や覚醒水準などの心理的側面の変化に影響を及ぼす可能性は低い、パフォーマンスには影響を及ぼすという、本研究とは対称的な報告がなされている (Wagstaff, 2014)。以上のことから、感情調節方略、感情状態、およびパフォーマンスの関係についてさらなる検討が必要である。

V 本研究の限界と今後の展望

本研究の限界を、以下に3つ述べる。1つ目は、本研究で得られた成果はテニスのサーブパフォーマンスの課題に限定して得られた成果であり、この成果がテニスでの他のパフォーマンス、または他の競技種目のパフォーマンスに応用できるとは限らない。したがって、今後の研究では他の競技種目のパフォーマンスを対象に実験を行い、それらの成果を蓄積することが求められる。

2つ目は、本研究では、パフォーマンス得点を従属変数とした Friedman 検定および t 検定において、統計学的な有意差はほとんど確認されなかった結果についても、効果量の大きさを踏まえて結果を解釈し検討を行った。また、本研究の実験課題を設定するにあたり参考にした Englert and Oudejans (2014) においても、パフォーマンス得点を従属変数とする分散分析でほとんど有意差が確認されていなかった。そこでは、研究の限界としてフィールド実験で統制する困難性が挙げられており、パフォーマンスを測定するにあたり、環境要因などのあらゆる要因を統制し純粋なパフォーマンス得点を測ることは難しいため、結果として統計学的な差を証明することは難しいとされている (Englert and Oudejans, 2014)。これらのことを踏まえると、感情調節方略の条件や感情調節方略の使用傾向の違いを、効果量の大きさを踏まえて結果を解釈し検討することができたことは、一定の意義を有していると言える。しかしながら上述の通り、 p 値が有意でないものの効果量が大きい値を示した検定結果については、母集団において差があるということまで本研究で明らかにすることはできていない。したがって、効果量を主として結果を解釈することにも限界があり、今後の研究ではサンプルサイズを増やし、同様の実験研究を蓄積していく必要がある。

3つ目は、パフォーマンス課題であるサーブの打球数を、統一できなかったことである。本研究では、被験者に、各条件で合計10球（フォアサイドとバックサイドから5球ずつ）のサーブを打ってもらう計画を立てていた

ものの、被験者の都合により計画通りに遂行できなかった。今後は、全被験者のパフォーマンス課題の遂行数を統一した上で、実験を行う必要がある。

最後に、今後の展望として、実験時に生理指標を測定するなどしてプレッシャーの確認を行う必要がある。本研究では、試合場面に近いプレッシャー状況を作り、パフォーマンス課題を遂行したが、どの程度プレッシャーがかかっていたのかについては、確認を行わなかった。先行研究では、感情調節方略の実験でプレッシャーの低い状況と高い状況を作り、それらの確認方法の一つとして心拍数を測定している (Balk et al., 2013)。心拍数のような生理指標を使用して実験を行うことで、プレッシャーの操作チェックに加え、感情調節方略による生理的变化を観察することも可能となる。したがって、今後の研究においてプレッシャー状況下での感情調節の効果を検証する際、生理指標として被験者の心拍数などを測定することで、より客観性の高い実験手法をとることが求められる。

謝辞

本研究の実施にあたり、実験にご参加いただいた選手の皆様、ご協力いただいた指導者の皆様に、厚く御礼申し上げます。

付記

本研究は、2020年度九州体育・スポーツ学会課題研究助成を受けて実施したものです。

文献

- 相羽枝莉子・松田晃二郎・杉山佳生 (2021) 試合場面における感情調節方略：再評価・表出抑制と心理的競技能力の関連の検討。体育学研究, 66 : 561-572.
- 相羽枝莉子・松田晃二郎・児玉亜由実・杉山佳生 (2022) スポーツにおける試合中の感情調節方略尺度の作成。スポーツ心理学研究, 49 : 33-47.
- Balk, Y. A., Adriaanse, M. A., De Ridder, D. T., and Evers, C. (2013) Coping under pressure: Employing emotion regulation strategies to enhance performance under pressure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 35 : 408-418.
- Englert, C., and Oudejans, R. R. (2014) Is choking under pressure a consequence of skill-focus or increased distractibility? Results from a tennis serve task. *Psychology*, 5 : 1035-1043.
- Gross, J., J. (1998) The emerging field of Emotion Regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2 : 271-299.

- Gross, J. J. (2002) Emotion Regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39 : 281-291.
- Gross, J. J., and John, O. P. (2003) Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85 : 348-362.
- 橋本公雄・徳永幹雄 (1996) 運動中の感情状態を測定する尺度 (短縮版) 作成の試み: MCL-S. 1尺度の信頼性と妥当性. *健康科学*, 18 : 109-114.
- 波田野結花・吉田弘道・岡田謙介 (2015) 『教育心理学研究』における p 値と効果量による解釈の違い. *教育心理学研究*, 63 : 151-161.
- Lees, A. (2003) Science and the major racket sports: a review. *Journal of Sports Sciences*, 21 : 707-732.
- Martinent, G., Ledos, S., Ferrand, C., Campo, M., and Nicolas, M. (2015) Athletes' regulation of emotions experienced during competition: A naturalistic video-assisted study. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 4 : 188-205.
- 水本篤・竹内理 (2008) 研究論文における効果量の報告のために — 基礎的概念と注意点 — *英語教育研究*, 31 : 57-66.
- 及川恵 (2003) 気晴らしの情動調節プロセス — 効果的な活用に向けて —. *教育心理学研究*, 51 : 443-456.
- 崔京姫・新井邦二郎 (1998) ネガティブな感情表出の制御と友人関係の満足感および精神的健康との関係. *教育心理学研究*, 46 : 432-441.
- Scott Jr, V. B., Stiles, K. B., Raines, D. B., and Koth, A. W. (2002) Mood, Rumination, and Mood Awareness in the Athletic Performance of Collegiate Tennis Players. *North American Journal of Psychology*, 4 : 457-468.
- Stanley, D. M., Lane, A. M., Beedie, C. J., Friesen, A. P., and Devonport, T. J. (2012) Emotion regulation strategies used in the hour before running. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10 : 159-171.
- 高野慶輔・丹野義彦 (2010) 反芻に対する肯定的信念と反芻・省察. *パーソナリティ研究*, 19 : 15-24.
- 徳永幹雄 (2001) スポーツ選手に対する心理的競技能力の評価尺度の開発とシステム化. *健康科学*, 23 : 91-102.
- 徳永幹雄・橋本公雄 (1988) スポーツ選手の心理的競技能力のトレーニングに関する研究 (4) — 診断テストの作成 —. *健康科学*, 10 : 73-84.
- 梅津千佳・甲斐圭太郎・谷沢典子・富田望・南出歩美・武井友紀・熊野宏昭 (2019) 試合後の反芻が次の試合のパフォーマンス低下に与える影響. *早稲田大学臨床心理学研究*, 19 : 53-58.
- Uphill, M. A., Lane, A. M., and Jones, M. V. (2012) Emotion Regulation Questionnaire for use with athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 13 : 761-770.
- Wagstaff, C. R. D. (2014) Emotion regulation and sport performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 36 : 401-412.

(令和4年10月8日受付)
(令和5年3月10日受理)

児童の体育授業への意識に関する分析： 体育専科教員の配置校／非配置校での比較

内 倉 康 二 (津山工業高等専門学校)

An analysis of consciousness of physical education classes among public elementary school children, based on the presence of a physical education teacher.

Koji Uchikura

Abstract

We conducted an online survey among 341 public elementary school children in a certain city, in order to investigate the statuses of school life, lifestyle, feelings to physical education classes (PE classes) and PE classes in the future.

The data to be analyzed is the data of 334 survey subjects, excluding those who were judged unsuitable for the analysis. Data were compared between groups of children who took PE classes with a physical education teacher (PE teacher) and group of children who took PE classes without a PE teacher. The main results were as follows: (1) in male subjects, the categories of “breakfast intake” and “sleeping time” were important for the PE teacher group children, (2) “feeling for PE classes” in male subjects was likeable for the PE teacher group children, (3) as to the reasons of positive feeling for PE classes, stress control level of the PE teacher group children in male subjects is higher than that in male of the other group, (4) as to the reasons of negative feeling to PE classes, “hard” in male subjects, and “can’t do it well”, “ashamed” in female subjects, were significant higher responses for the PE teacher group children, (5) the response rate of children who are looking forward to PE classes in junior high school or high school, is significantly higher in the PE group children than in the other group of children.

These results suggested that the effects of PE teacher on PE classes are useful for healthy growth in elementary school children. In future, cumulative investigations on the positive effects of PE teacher on children’s health and life styles will be important to contribute to enhancing physical education through the presence of a PE teacher.

Key words: Elementary school, Children, Physical education teacher, PE classes

I 緒 言

1985 (昭和60) 年から30年あまりの間、我が国における子どもたちの体力低下の問題は、大きく叫ばれてきた。近年の動向としては、子どもたちの体力は、1985 (昭和60) 年頃と比較すると低い水準ながらも、新体力テスト開始後の10年あまりで低下傾向に歯止めがかかり、横ばいまたは向上傾向が見られるようになった (文部科学省, 2012)。しかし、スポーツ庁の報告 (2022) によると、1999 (平成11) 年度から見た、より長期的な傾

向を踏まえると、ここ数年間の上昇傾向は鈍化しており、平成の終わり及び令和の初めにその傾向の変化が見られる。

全体的な体力の低下傾向に多少なりともストップがかかり、維持向上に転じようとする現在ではあるが、別の問題も散見される。たとえば、平川・高野 (2008) は、先行研究を踏まえたうえで、「今の子どもは運動不足と運動を活発にする子どもの二極化を示している」ことを指摘している (平川・高野, 2008, p.57)。子どもの体力に係る問題は、学校体育の未だに大きな課題として認識

される。

体育授業は、体力向上などにも大きく貢献する。ここ数年に限れば、子どもの体力増進の鈍化には、新型コロナウイルス感染症蔓延による影響があると思われる中、体育授業は大きな役割を果たしている。体育授業による体力向上を含む様々な成果は、今後も強く期待される。

しかし、体育授業を考えるにも簡単ではない。小学校教員の立場に立つと、体育授業の効果的指導を専門的かつ十分に学んでいる者自体が多くない、という点が浮かび上がる。小学校教員養成課程の多くは、体育専攻者は全教科の一部であり、その割合も多いとはいえない。

また、教員における根本的問題の一つとして、四方田・岡出(2020)は、「小学校教師は多忙な職務の中で、教科指導の準備や研究の時間が限られており、さらに全教科の指導をする必要がある」と述べ(四方田・岡出, 2020, p.18)、職務の多忙感は体育授業へのコミットメントを阻害する要因の一つであると指摘している。また、四方田・岡出(2020)は、小学校教師の体育授業に対するコミットメントを阻害する要因は、「職場環境」や「研修機会」による「環境的要因」と、「着任前の経験」と「体育の指導技術や信念」による「個人的要因」の相互連関から成ることを見出している(四方田・岡出, 2020, p.16)。これは教師の性別によって異なる傾向が示唆されており、宮尾・三木(2015)は、特に女性教員の体育授業に対する愛好度や研修への参加度が低いことを報告している(宮尾・三木, 2015, pp.39-40)。

このように、体育授業の改善を企図した課題が見出される中、2017年に改訂された新学習指導要領の第9節体育では、「心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現する・・・(後略)」と明示された。現代の体育授業では、「体力や技能の程度、年齢や性別及び障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有する力の育成」(文部科学省, 2017)が求められることとなった。これらは、体育授業の専門性や力量が一定以上に要求されることを示唆している。

教師側に立つと、体育授業の意義は相応に認識されているが、その充実・改善を図る余裕は乏しく、環境的な整備も不十分と推測される。そのようなジレンマの下、体育授業の充実、改善を期し、我が国の小学校教育にも教科専科教員の導入・配置がなされるに至っている。

体育専科教員による寄与は多大と考えられる。体育授業の面だけを見ても、体育専科教員は、当該学校の体育授業の工夫や推進のほか、それに留まらない波及的な取り組みにも主導的に関わっている。実際、小学校体育専科教員による成果として、1) 体育授業の充実のために

全教職員を巻き込んだ環境づくり、2) 体育専科教員の単独ではなく、チームティーチング(T.T.)として担任とともに授業を実施、3) 教員向けに体育通信を発行することで取組の振り返りや各運動領域のポイント等の共通認識を深めた、などの成果が報告されている(スポーツ庁, 2021)。

これらは一例であり、その他の効果や成果も明らかにし、共通理解することには一定の意義があると考えられる。その点、児童側からみた効果についても検討が必要であるが、体育専科教員による体育授業に関する研究例は、筆者が知るかぎり、未だに少ないと考えられる。

以上により、本研究では、体育専科教員による影響に関する基礎資料を得ることを目的に、体育専科教員の配置小学校と非配置小学校の児童に、学校生活への思いや生活習慣、そして体育授業への思いやその理由、などについて調査を実施した。それを比較、分析した結果、いくつかの興味深い結果を得たので報告したい。

II 方法

1. 調査対象者および体育専科教員

本研究では、Z市内の公立小学校4校の5年生児童を対象として、2022年12月初旬にWebアンケート調査を実施した。対象の児童は、A小学校64名、B小学校128名、C小学校83名、D小学校66名の5年生計341名である。そのうち、欠損回答の多さやその内容などを確認して、分析に不適合と思われる者のデータを除く334名分のデータを分析対象とした。さらに、本研究では、体育専科教員が配置されていることによる影響に着目しているため、体育専科教員の配置校(AとBの両小学校)と非配置校(CとDの両小学校)の2つのグループ群に分けて分析を行なった。分析対象者の内容は、表1にあるとおりである。

なお、AとBの両小学校に在籍する体育専科教員は、本調査を行なった2022年の年度当初4月に赴任している。それぞれ1名ずつ(男性教員)である。

表1 本研究対象者

	専科教員				計
	配置校		非配置校		
男子	93	(48.9)	62	(43.1)	155 <43.1>
女子	97	(51.1)	82	(56.9)	179 <56.9>
計	190	<56.9>	144	<43.1>	334 <100.0>

()内は各学校別からの割合(%)、<>内は全体数からの割合(%)

2. 調査内容と調査方法および倫理的配慮

学年や性別などの基本的情報項目のほか、学校生活や生活習慣、体育授業の好き嫌い、その理由、中学・高校の体育授業に対する意識、などに関わる項目で調査票を作成した。また、この調査結果は学校生活に一切影響を及ぼさないこと、個人情報などが洩れることはないこと、など倫理的配慮についても事前に説明し、調査協力を得た。

3. 分析

各項目の回答を明らかにした。また、体育専科教員を配置した小学校（以下、配置校）と、非配置の小学校（以下、非配置校）との間で比較し、差の検定は χ^2 検定を用い、有意水準5%とした。分析にはSPSS 21.0を用いた。

III 結果

本研究の主たる目的が、調査したデータを配置校と非

配置校の間で比較することにあるため、本項では、配置校／非配置校の差に着目して記述する。

1. 対象者の学校生活に対する気持ちや生活習慣

本研究対象者の学校生活に対する気持ちや生活習慣について、男女別に、体育専科教員の配置校と非配置校とで回答を算出した（表2）。その回答をみると、「学校が楽しい」「勉強が好き」「朝食」「睡眠」の全てにおいて、男子では配置校と非配置校の間に統計上の差はなかった。女子では、「朝食」で配置校児童の方が、特に「毎日食べる」の率が高い結果であった（ $P<0.05$ ）。同じく、「睡眠」では、配置校児童の方が、特に「7時間未満」の率が低く、「7時間以上」の率は高い、という結果であった（ $P<0.05$ ）。

2. 体育授業に対する感情

表3には、本研究対象者の体育授業に対する感情につ

表2 学校生活に対する気持ちや生活習慣 (%)

質問項目	男子			女子		
	専科教員配置校	専科教員非配置校	検定	専科教員配置校	専科教員非配置校	検定
学校が楽しい						
とても楽しい	49.5	40.3	4.105	52.6	45.7	2.700
まあまあ楽しい	38.7	46.8		35.1	42.0	
あまり楽しくない	9.7	11.3		11.3	8.6	
まったく楽しくない	2.2	1.6		1.0	3.7	
勉強が好き						
とても好き	14.0	22.6	4.464	18.6	9.9	6.486
まあまあ好き	50.5	41.9		55.7	53.1	
あまり好きではない	29.0	22.6		23.7	28.4	
全く好きではない	6.5	12.9		2.1	8.6	
朝食						
毎日食べる	79.8	84.5	1.002	88.3	72.8	8.27 *
時々食べる	19.1	15.5		9.6	25.9	
全く食べない	1.1	0		2.1	1.2	
睡眠						
6時間未満	9.0	1.7	10.286	2.1	7.4	14.197 *
6時間以上 7時間未満	7.9	13.6		2.1	14.8	
7時間以上 8時間未満	14.6	30.5		21.3	19.8	
8時間以上 9時間未満	44.9	39.0		45.7	35.8	
9時間以上 10時間未満	19.1	13.6		25.5	17.3	
10時間以上	4.5	1.7		3.2	4.9	

χ^2 検定 : * $P<0.05$ ** $P<0.01$ *** $P<0.001$

表3 対象者の体育授業に対する感情 (%)

質問項目	男子			女子		
	専科教員配置校	専科教員非配置校	検定	専科教員配置校	専科教員非配置校	検定
体育授業は						
とても好き	64.5	50.0	9.085 *	37.5	28.0	2.525
まあまあ好き	31.2	33.9		40.6	45.1	
あまり好きではない	4.3	9.7		19.8	22.0	
全く好きではない	0.0	6.5		2.1	4.9	

χ^2 検定 : * $P<0.05$ ** $P<0.01$ *** $P<0.001$

いて、性別に、配置校／非配置校のそれぞれでの回答を示している。「体育授業が好き」については、男子では、配置校の方が「とても好き」とした児童が64.5%となっており、非配置校よりも高い結果であった。逆に「あまり好きではない」「全く好きではない」は、非配置校の方が多かった (P<0.05)。女子では、配置校／非配置校の間に統計的な差は認められなかった。

3. 体育授業を好きな理由

表4には、「体育授業」を「とても好き」および「まあまあ好き」と回答した者における、「体育授業が好きな理由」を示している。「体育授業が好きな理由」として、男子では、「ストレス解消になる」との答えが配置校児童で32.6%となっており、非配置校の13.5%に比べて有意に高い結果であった (P<0.01)。女子においては、「体育授業が好き」ならびに「体育授業が好きな理由」で配置校

／非配置校の間で有意な回答の差は示されなかった。

4. 体育授業を好きではない理由

表5には、「体育授業」を「あまり好きではない」「全く好きではない」と回答した者における「体育授業が嫌いな理由」を示している。男子では、「きつい」において有意差がみられ、非配置校児童 (10.0%) に比べて配置校児童 (75.0%) の方が多かった (P<0.05)。女子では2つの項目で有意差が示された。つまり、「練習してもうまくできない」では、配置校が54.5%に対し、非配置校は18.2%、「恥ずかしい」では、配置校が36.4%に対し、非配置校は4.5%、となっており、それぞれP<0.05で有意に配置校児童の方が高い傾向であった。

4. 中学・高校での体育授業に向けた意識

表6には、中学・高校での体育授業に向けた意識につ

表4 体育授業が「まあまあ好き」「とても好き」と回答した者におけるその理由

	男子			女子		
	専科教員 配置校 (89名)	専科教員 非配置校 (52名)	検定	専科教員 配置校 (75名)	専科教員 非配置校 (60名)	検定
体育授業が好きな理由						
記録が伸び、できるようになると嬉しい(%)	61.8	61.5	0.001	33.3	41.7	0.993
勝つと嬉しい(%)	71.9	71.1	0.009	60.0	56.7	0.153
友達と仲良くなれる(%)	31.5	23.1	1.135	29.3	16.7	2.957
先生や友達にほめてもらえる(%)	21.3	15.4	0.754	22.7	11.7	2.759
体が丈夫になる(%)	47.2	40.4	0.615	30.7	23.3	0.901
家族にほめてもらえる(%)	20.2	19.2	0.020	32.0	20.0	2.455
ストレス解消になる(%)	32.6	13.5	6.313 **	22.7	18.3	0.381
目立てる(%)	14.6	11.5	0.265	5.3	1.7	1.257
雰囲気が好き(%)	18.0	19.2	0.034	16.0	13.3	0.188
運動やスポーツが得意(%)	62.9	50.0	2.252	52.0	63.3	1.747
他の教科より楽しい(%)	51.7	36.5	3.031	38.7	48.3	1.271

χ²検定 : *P<0.05 **P<0.01 ***P<0.001

表5 体育授業が「あまり好きではない」「全く好きではない」と回答した者におけるその理由

	男子			女子		
	専科教員 配置校 (4名)	専科教員 非配置校 (10名)	検定	専科教員 配置校 (21名)	専科教員 非配置校 (22名)	検定
体育授業が好きではない理由						
練習してもうまくできない(%)	50.0	30.0	0.498	54.5	18.2	6.286 *
競争することが苦手(%)	50.0	30.0	0.498	36.4	36.4	<0.001
先生に怒られた(%)	0.0	10.0	0.431	0.0	0.0	<0.001
面白くない(%)	25.0	70.0	2.363	22.7	18.2	0.140
体が丈夫ではない(%)	25.0	20.0	0.042	9.1	4.5	0.358
みんなと協力することが苦手(%)	25.0	0.0	2.692	4.5	4.5	<0.001
恥ずかしい(%)	0.0	0.0	<0.001	36.4	4.5	6.844 *
きつい(%)	75.0	10.0	5.915 *	45.5	59.1	0.820
先生が怖い(%)	0.0	10.0	0.431	9.1	0.0	2.095
他に好きな教科がある(%)	75.0	30.0	2.363	31.8	45.5	0.863
日焼けしたくない(%)	0.0	0.0	<0.001	9.1	13.6	0.226

χ²検定 : *P<0.05 **P<0.01 ***P<0.001

表6 中学・高校での体育授業に向けた意識 (%)

	男子			女子		
	専科教員 配置校	専科教員 非配置校	検定	専科教員 配置校	専科教員 非配置校	検定
中学校や高校の体育が楽しみ						
とても楽しみ	45.9	45.8	11.025 *	30.3	27.2	0.617
少し楽しみ	47.1	30.5		48.3	46.9	
あまり楽しみでない	5.9	11.9		18.0	21.0	
まったく楽しみでない	1.2	11.9		3.4	4.9	

χ^2 検定 : *P<0.05 **P<0.01 ***P<0.001

いて尋ねた結果を、男女別に配置校／非配置校で示している。

「中学や高校の体育が楽しみ」に対しては、男子において配置校／非配置校の間に有意な差 (P<0.05) がみられた。「とても楽しみ」に配置校／非配置校の差はみられなかったが、「少し楽しみ」は配置校児童が高く、逆に「あまり楽しみでない」「全く楽しみでない」は双方とも非配置校児童の回答率が高くなっていった (P<0.05)。女子では、配置校／非配置校の間に目立った差はみられなかった。

IV 考察

1. 学校生活に対する気持ち、朝食、睡眠の状況

本対象者の学校生活に対する気持ち、朝食、睡眠の状況については、女子における「朝食」と「睡眠」の2項目を除き、配置校／非配置校の間の差異は、ほとんど見いだされなかった。スポーツ庁の「令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書」(スポーツ庁, 2022)に記載されている児童の「平均睡眠時間」ならびに「朝食」の集計結果をみると、本結果と顕著に隔たるものではない。

学校生活や生活習慣、あるいは主観的な幸福感などには、家庭での教育や状況による影響が強く映し出されると推察される。さらには、保健教育や保健管理の影響も投影されていると推察される。しかしながら、本研究では、それらによる影響を説明できる調査項目を組み入れていない。そのため、ここでの結果は、本対象者の実情の一端として捉えるに留めたい。その上で言えることとして、本研究対象者の学校生活に対する気持ち、朝食、睡眠の状況は、我が国の小学校児童としては普通の範囲内にあり、特段に異なる傾向を示すものではないと推測される。

2. 体育授業に対する感情とその理由

本対象者の体育授業に対する感情に関する回答の主な

特徴は、1)「体育授業」に対して好感を持っている者の方が多くこと、2)性別間で傾向が異なっており、女子には配置校／非配置校の間での差がなかったが、男子では配置校児童の方で好感度が高いこと、3)「あまり好きではない」「全く好きではない」と回答したものは、男子では僅かだったが、女子では配置校／非配置校を問わず、それぞれ20%ほどの率を示していたこと、である。

令和4年度のスポーツ庁の統計を参照すると、「体育授業」を「楽しい」とした児童は、男子73.4%、女子59.4%、「やや楽しい」では男子20.6%、女子30.1%、「あまり楽しくない」は男子4.4%、女子8.3%、そして「楽しくない」は男子1.7%、女子2.2%であり、本対象者における体育授業への感情と同傾向を示していると考えられる。

本研究では、配置校／非配置校の間の差が性別で異なっていたが、それ以前の事実として、本対象者における体育授業への感情自体に差があり、男子に比べて女子の方が、「体育授業」への感情は低くなっていったことは、本結果を検討する上で大事である。この点について、大坪ほか(2020)も体育授業に対する思いや気持ちの部分においては、男子よりも女子の方で低い面があることを報告している(大坪ほか, 2020, pp.214-215)。

一方、男子で配置校児童の方が、体育授業に対して高い感情を持っていたことについては、体育専科教員配置によるメリットが反映されている可能性が考えられる。

ここで「体育授業」に対しての感情を左右する理由として、本研究では「記録が伸び、できるようになると嬉しい」「勝つと嬉しい」そして「運動やスポーツが得意」の3項目が「体育授業が好きな理由」として多く挙げられていた。割合の差はあるが、男女ともに同じ傾向であった。この3項目が示唆することは、運動やスポーツに慣れている児童、また、運動やスポーツによる快的感覚を知っている児童が体育授業を好む、ということである。いわば、スポーツに慣れ親しんでいる児童ほど肯定的な回答を挙げている、とみて差し支えないであろう。

このような傾向は、ほぼ男女同様であったが、唯一、

男子における「ストレス解消になる」だけは、配置校児童の方が顕著であった。このことは、体育授業による心の健康増進に、配置校／非配置校の間で差があることを示唆するものである。

これらに関して、宮尾ほか(2021)は、体育主任などを経験したことのある教師の体育授業を受けた児童の方が、そうでない児童に比べて運動有能感が向上することを報告したうえで、特に「運動中の励ましや児童同士の励まし等の項目で構成」されている「受容感」の重要性を指摘している(宮尾ほか, 2021, p.45)。「受容感」とは、「運動場面で教師や仲間から受け入れられているという認知」(岡沢ほか, 1996, p.148)を指すものであるが、本結果で示唆された「体育授業によるストレス解消」との実態をさらに詳細に把握するためには、運動有能感、とりわけ「受容感」などの視点から、体育専科教員による体育授業中のストレスマネジメントについて分析、検討する必要がある。

体育授業への好感度の低さについては、我が国の統計(スポーツ庁, 2022)をみると、小学校の場合、「今後どのようなことがあれば、今より体育・保健体育の授業が楽しくなるか」という問いに対しては、「自分のペースで行うことができた」「できなかったことができるようになったら」「人と比べられなかったら」「自分に合った場やルールが用意されていたら」という回答が上位であり、男女とも全く同様であった。これらは、自尊心や主体性が失われない授業の重要性を示唆するものである。

本研究においても、体育授業への感情が低い理由として、「練習してもうまくできない」「競争することが苦手」「きつい」「他に好きな教科がある」などが、男女で割合に差はあるものの、多くなっていた。これらは、体育授業への苦手意識を反映するものでも考えられる。また、その苦手意識の根底には、自尊心や主体性を損ないたくない、との意が含まれていると推察される。

その中で、配置校／非配置校の差がみられたのは、男子では「きつい」、女子では「練習してもうまくできない」「恥ずかしい」であり、全て配置校児童に高かった。この結果については、体育専科教員が入念に授業の準備をし、確かな内容と方法で授業実践したとしても、なお、認知的かつ体力的にそれを負担に感じる児童がいる可能性を考慮することが重要である。

それとともに、この結果には、本対象者あるいは近年の児童における、運動・スポーツとしての日常的活動量や体力、それに伴う技能の未熟度、などが反映されていることも考えられる。もしくは、学校や家庭に関係なく、身体を動かして活動、表現すること自体の少なさが反映されているのかもしれない。

3. 中学・高校での体育授業への意識

中学や高校の体育に対する意識は、男女で差異のある結果であったが、配置校および非配置校とも、比較的多くの児童が「とても楽しみ」あるいは「少し楽しみ」と回答していた。しかしながら、ここでも、配置校／非配置校の間での差は女子ではみられなかった。一方、男子では、配置校の児童の方が非配置校の児童に比べて、中学、高校での体育授業を楽しみにしている傾向が示された。性別での差異はあるが、体育専科教員による体育授業は、児童の体育授業への意欲を将来的に高める可能性も示唆している。

この結果は、前述の体育授業への感情、あるいは感情を規定する要因と密接に関係すると思われる。その主たるものを端的に記せば、運動・スポーツの実践経歴が日常的に深い児童ほど体育授業に対して好感をもっており、それを基盤とした流れの中で体育を楽しく学び、以降の体育授業にも高い意欲が自然に付与されていく、ということである。その意味に立つと、将来の体育授業への感情を改善していくためには、運動やスポーツへの意識を前向きに深めることができる体育授業を検討することが大事だと推測される。そして、ここに、体育専科教員における体育授業に対する卓越した専門性が反映されるものと考えられる。

専門性については、負の影響を念頭に置く必要もある。たとえば、朝倉・清水(2014)は、「私の仕事が良いか悪いかは、同じ仕事をしている人だけにわかることである」あるいは「仕事の内容をよく知らない人から意見や指示を受けることはない」などのような専門的閉鎖性が教師の成長を停滞させていると指摘している(朝倉・清水, 2014, p.46)。この点も、専科であるか否かを問わず、体育授業を考える際の重要な視点になると思われる。

本研究では、体育専科教員による体育授業への影響を探索してきた。しかし、不足の質問項目があるほか、1回の簡略的調査データの分析結果である。そのため、一般性ある結果とは断定できない。しかし本研究では、部分的ながら、体育専科教員による体育授業は、児童に良い傾向を与える可能性が示された。

これから、さらに調査法などを検討し、経年的にデータを集めるなどにより、体育専科教員が児童にもたらす体育授業への意識や充足感、健康への効果、生活状況への改善、などを明らかにできると考えられる。

本研究は基礎資料の一つであるが、本研究のような試みを重ねていくことにより、体育専科教員による体育授業の素晴らしさを具体的に説明できるようになると思われる。

文 献

- 朝倉雅史・清水紀宏（2014）体育教師の信念が経験と成長に及ぼす影響「教師イメージ」と「仕事の信念」の構造と機能. 体育学研究, 59 : 29-51.
- 平川和文・高野圭（2008）体力の二極化進展において両極にある児童生徒の特徴. 発育発達研究, 37 : 57-67.
- 宮尾夏姫・三木ひろみ（2015）小学校教師の体育授業実践に対する支援の検討, 実践状況と指導上の困難さに着目して. びわこ成蹊スポーツ大学研究紀要, 12 : 37-47.
- 宮尾夏姫・大友智・深田直宏・吉井健人・南島永衣子（2021）小学校高学年の体づくり運動領域を対象とした体育授業プログラムの効果の検討, 児童の授業評価に及ぼす効果に着目して. 次世代教員養成センター研究紀要, 7 : 37-46.
- 文部科学省（2012）子どもの体力向上のための取組ハンドブック, 第1章「子どもの体力向上のために」.
- 文部科学省（2017）小学校学習指導要領（平成29年告示）, 第9節体育 : 142-155.
https://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/fieldfile/2012/07/18/1321174_04.pdf,（参照日2023年2月20日）
- 岡沢祥訓・北真佐美・諏訪祐一郎（1996）運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究. スポーツ教育学研究, 16 : 145-155.
- 大坪健太・春日晃章・濱口あずさ・古田真太郎・南輝良々（2020）女子児童・生徒の運動・スポーツおよび体育授業に対する嫌悪感の加齢変化. 教育医学, 65 : 211-216.
- スポーツ庁（2021）令和3年度全国体力・運動能力, 運動習慣等調査報告書.
https://www.mext.go.jp/sports/content/20211216-spt_sseisaku02-000019583_2.pdf,（参照日2023年2月27日）.
- スポーツ庁（2022）令和4年度全国体力・運動能力, 運動習慣等調査報告書. https://www.mext.go.jp/sports/content/20230123-spt_sseisaku02-000026462_26.pdf,（参照日2023年2月21日）.
- 四方田健二・岡出美則（2020）小学校教師の体育授業に対するコミットメントを阻害する要因の質的研究. 日本教科教育学会誌, 3(42) : 11-23.

（令和5年4月19日受付）
（令和5年5月12日受理）

へき地小規模校における体育学習の実態調査

草津 晃平 (佐賀市立北山東部小学校)

松本 大輔 (西九州大学子ども学科)

Actual Situation of Physical Education in Rural Schools

Kohei Kusatsu¹⁾ and Daisuke Matsumoto²⁾

Abstract

The purpose of this study was to investigate the actual situation of physical education in rural schools.

Survey 1 revealed that rural schools had distinctive curricula such as 'physical education in groups of differing ages and all grades' and that the physical fitness of the children was high.

Survey 2 revealed that teachers working at small rural schools recognized that 'physical education in groups of differing ages and grades' had an educational effect, had a negative feeling due to the difficulty of grading, and was reluctant to implement it at schools of appropriate size. Teachers working at small rural schools felt that there were times when the upper-grade students could not play as hard as they could because of the care for the lower-grade students, and in the lower grade students, there were cases where the upper-grades students could not demonstrate their autonomy by leaving it to the upper-grade students.

The assignments of this research were to clarify an easy-to-use lesson model of 'physical education in groups of differing ages and grades' and grading or evaluation model and teachers, and to clarify what kind of skills learners acquire when learning 'physical education in groups of differing ages and grades'.

Key words: rural schools, physical education, cooperative learning in groups of differing ages and grades, Society5.0, OECD

I 緒言

1.1. 問題の所在

文部科学省 (2018) は「Society5.0に向けた人材育成に係る大臣懇談会『Society5.0に向けた人材育成～社会が変わる、学びが変わる～』」の中で、新たな時代に向けた学びの変革、取り組むべき施策として「異年齢・異学年集団での協働学習」を挙げている。この「異年齢・異学年集団での協働学習」は教育効果を有するのか。文部科学省 (2011) は「他の人とうまく関わりがもてることを高く評価できる児童が増え、併せて学校への適応感も高まること」や「多くの児童が『人と関わる』喜びを獲得しやすくなる」ことが研究ではっきり証明されたと指摘している。加えて赤木ら (2017) は「異年齢同士の学習が生起し、その特有の学びが発展する機会があること」

や「異年齢集団という同質性が低い集団こそが、障害のある子どもを包摂しやすい」こと、「同学年の児童との社会的比較が相対的に少ないために、自尊感情の低下が起こりにくいこと」を示している。開・柿森 (2009) も異年齢集団の重要性を指摘する諸研究をレビューし、それが対人関係能力や社会性を身に付けることを示している。ほかにも各教科、とりわけ理科学習における小学生と中学生の交流 (小畑ら, 2020) に着目した研究や音楽学習における小学生と中学生の合同合唱授業 (菅ら, 2009) に着目した研究等からも確認することができる。故に「異年齢・異学年集団での協働学習」は種々の教育効果を有すると考えられよう。従って、それはたしかに新時代に向けての人材育成において有意義であり、多くの学校現場に導入されてよい学習形態であると考えられるのである。

1) *Hokuzantobu elementary school, 1514-2 Fujicho Koba, Saga-shi*

2) *Nisikyushu University, 3-18-5 Kamizono, Saga-shi*

では一体、各学校においてはどの程度「異年齢・異学年集団での協働学習」が行われているのだろうか。一般には、学校での学習の多くが同年齢・同学年集団での活動に留まっており、日常的に全面实施されているとは言い難いと思われる。たとえ行われていたとしてもそれは縦割りでの掃除や遠足等の行事といったイベント的な扱いが多いのではないだろうか。多くが日常的な各教科というよりも特別活動や学校行事において実施されている現状であれば、文部科学省(2018)が指摘している「異年齢・異学年集団での協働学習」の普及に対して、円滑に機能できない何らかの課題が存在するという考え方も可能となる。

その課題は例えば熊井(2015)が指摘する年長者が「援助者としての役割」になることや「能力上の格差や文化を助長しかねない」こと、赤木ら(2018)が指摘する「授業困難性」「教師の力量の問題」、田中ら(2015)が明らかにした「教員の専門性の不足」「教材研究、授業準備の時間が倍かかる」「十分な指導をすることができない」等が挙げられる。つまり、この課題が普及を遮る要因になっていると考えられよう。但し、この課題は特別支援教育における課題やイエナ・プランを中心にヘッセン州で実施されたグループ活動から見えてきた課題、或いは「異年齢・異学年集団での協働学習」を広く捉えた際の課題を表しており、僅かに日常的な各教科に当てはまる場合はあっても、ある特定の教科に焦点化した際に述べられた指摘ではないと考えられる。すなわち、研究の母数の少なさというより、なぜ各教科において積極的に導入されないのかを特定の教科まで焦点化して論究されていない場合があるのではないかとということである。故に先の問いを明確にし、さらに焦点化された実態と課題を発見及び付加するための調査が求められているといえよう。しかしながら、先に述べたように適正規模校において「異年齢・異学年集団での協働学習」が日常的に行われているとは言い難いと考えられるのである。

そこでまずは「異年齢・異学年集団での協働学習」が日常的に実施されているへき地小規模校の実態調査から行うことにする。何故ならば一部のへき地小規模校は「異年齢・異学年集団での協働学習」を日常的に行わざるを得ない学級編成になっており、適正規模校でその学習形態を導入する上での有意義な資料を収集することができると考えられたからである。加えて、適正規模校で実施されている「異年齢・異学年集団による協働学習」の多くは、学校側あるいは教育者側が意図的・計画的に導入していると考えられるために、日常的にほとんどの活動でそれを行っているへき地小規模校の学校側あるいは教育者側の語りが、実態に関する意義深い情報になると考えられたからである。

次に、本研究が着目したい教科に、体育科がある。その根拠の一つは、体育科の主たる内容は運動・スポーツをプレイすることだと思われるために、技能差や体格差、経験差が顕著に表出されながら進む、より特徴的な形態であると考えられるからである。さらには、適正規模校が実施している同年齢・同学年集団での学習においても、その技能差や体格差、社会体育や家庭環境による経験差が顕著に表出しているにもかかわらず、そこに「異年齢・異学年集団での協働学習」を導入するとなれば、そこには学校側あるいは教育者側が導入する上で、何らかの困難が予想されるからである。もう一つの根拠は、「異年齢・異学年集団での協働学習」を行うへき地小規模校に在籍する児童は体育科特有の教育効果の一部だと考えられる体力が高いと推測されるのだが、そこに勤務する教師によってまちまちで、その推測が必ずしも一般化されないのではないかとこの問いがあらわれたからである。体育科、とりわけ体育授業は様々な運動への挑戦や動きのコツの習得で達成感や充実感を味わわせ、新しい課題に挑戦するサイクルが運動時間の増大と体力の向上につながる(文部科学省, 2012)とされる。その中でも、小規模校の体育授業は「試行回数が自ずと多くなり、限界近くまでの精一杯の運動がなされ」「運動量が多くなり、強度も高くなる」と考えられる(清水・熊谷, 2021)。従って、無論、生育環境や生活習慣等の影響も大きい、へき地小規模校に在籍する児童は体力が高いのではないかと推測される。しかしながら、OECD(2019)の「4.7 教師の供給・学習・支援」では「調査によると、多学年教育は必ずしも年齢別のクラスより効果が低いわけではないことが示されている。先行研究の結果はまちまちで結論はでなかったが(Veenman, 1995; Mason and Burn, 1996)、最近の研究では、多学年教育の異種混淆の効果は、教室構成、年齢、性別に依存していることを強調している(Leuven and Rønning, 2016; Quail and Smyth, 2014)。いずれにせよ、多学級の教室で学ぶ生徒の成果は、生徒への関わり方、教室での交流や規律の管理、授業の準備など、教師の準備や支援にも依存する(McEwan, 2008; Mulryan-Kyne, 2007)」ことが述べられている。つまり、教育効果が保障されうる環境が在ったとしても、体育授業を行う教師の関わり方や支援の仕方次第でそれが失われる場合もあることに注意しなければならぬのではないかと。故に、実際に体力の実態と、そこに勤務する教師がどのような意識で体育授業を捉えているのか、或いは実施しているのかを確かめる必要性が見出されると考えられたのである。

これらを明らかにすることは、適正規模校に向けた資料になるばかりか、体育科教育学における基礎的な資料

として合わせて有効になるのではないか。そしてその資料は、体育科教育学と「異年齢・異学年集団での協働学習」を接続する際に、重要な情報になり得ると考えられるのである。

1.2. 目的

そこで本研究では、へき地小規模校の体育に関する実態を明らかにすることを目的とする。

II 方法

2.1. 対象校の選出

学校教育法施行規則第41条により、学校の適正規模が定められている。具体的には「公立小・中学校の国庫負担事業認定申請の引き」において「適正規模校（小・中学校とも12～18学級）」以外にも、「過大規模校（小・中学校とも31学級以上）」「大規模校（小・中学校とも19～30学級）」「小規模校（小学校で6～11学級）」「過小規模校（小学校で5学級以下，中学校で2学級以下）」及び「極小規模校（小学校で3学級以下，中学校で2学級以下）」が規模として挙げられている（中島，2020）。本研究においては、日常的に各教科、とりわけ体育科で「異年齢・異学年集団での協働学習」を行わざるを得ない、すなわち2学年が共に一つの学級として成立している、全校3学級以下の「極小規模校」を扱うことにする。以下記す「へき地小規模校」とは極小規模校と同義にする。

加えて、へき地小規模校の中でも、へき地小規模校と適正規模校の異動を教職員が繰り返すことのできる、公立のへき地小規模校に着目する。何故ならば、その双方を異動している教師からは、それらを比較した上で述べられた実態に関する情報が収集されるのではないかと考えられたからである。

因って、以上の条件を満たした、A県B市立C小学校が選出された。この学校の情報を示す。児童数は、2021年度は1年生1名、2年生3名、3年生3名、4年生1名、5年生2名、6年生4名の計14名、2022年度は1年生3名、2年生2名、3年生3名、4年生4名、5年生1名、6年生2名の計15名となっている。学級編成はすべての学級が1・2年、3・4年、5・6年それぞれ2学年による複式学級である。常勤の教師は、校長1名、教頭1名、教諭4名（教務1名、学級担任3名）、養護助教諭1名、主事1名、事務員1名、嘱託司書・嘱託事務1名の計10名である。その学校要覧には「ごく少人数・複式学級のよさを生かした個に応じた学習及び全校児童による教育活動（全校スピーチ、体験活動、委員会活動、クラブ活動、全校音楽、全校体育、全校給食、全校一斉下校指導等）の実施」という文言が記されており、極小

規模校の特徴を有効に活用した教育活動が行われている学校であると確認される。

2.2. 調査の順序

本調査は次の二つの順序を経て目的に迫る。第一に対象校の体育科及び運動・スポーツに関する調査、第二に対象校に勤務し、体育科の授業を行う教師に関する調査である。

2.2.1. 調査1の方法

調査1はへき地小規模校の体育授業に関する基礎的な情報が不足していることを受け、対象校から「新体力テスト Ver.8.00・Ver.9.00（小学校・義務教育学校前期課程用）及び2021年度・2022年度の新体力テストの結果」「学校評価アンケート結果（児童・保護者）」「体育科年間指導計画」を取得し、体育科及び運動・スポーツに関連のある情報からその内容を示し、実態を明らかにする。

2.2.2. 調査2の方法

調査2は対象校に勤務する教師が「異年齢・異学年集団での協働学習」についてどのように捉えているかを明らかにし、資料を提示する。教職経験年数に差があり、へき地小規模校と適正規模校間の異動を経験している2名の教師が選出された。

データの収集方法は「大まかな方向性を決めたインタビューガイドに従って質問が行われ、対話の流れに合わせて質問を変化させることができ、柔軟にその意見を聞くことが可能（竹下，2011）」な、半構造化インタビューが採用された。インタビューガイドは表1に記載している項目が設定された。データの収集時期は、2021年12月である。

分析方法としては、SCAT（steps for coding and theorization）が採用された。この方法は、比較的小規模の質的データに有効である分析手法である（大谷，2007）。竹下（2011）は、分析手順について「まず文字化されたデータから注目すべき語句の切り出しを行い、次にその語句についてデータで使われていない語句を用いて表現を言い換えるように表す。さらにそれを説明するための概念を追記し、それら全体を表すテーマ・構成概念（コード）を割り当てる。テーマ・構成概念とはそのテキストに記述されている出来事に潜在する意味や意義を追加した記述であり、これをつなぎ合わせたものがストーリーラインとなる（竹下，2011）」と述べる。収集したデータをトランスクリプト化し、竹下の流れに沿ってデータを分析していく。調査1で示した実態、とりわけ異年齢・異学年集団での協働学習を行っている体育授業に対しての語りを教師の感想として解釈し、実態の補強として情報を収集する。

表1 インタビューガイド

質問項目
1. 異年齢・異学年で行う体育授業についてどう思いますか。
2. 通常規模の学級での体育と比べてどうですか。
3. 異年齢・異学年で体育授業を行う際に、工夫されていることがあれば教えてください。
4. 異年齢・異学年の体育授業を行う子どもたちにとってのメリット・デメリットをそれぞれ教えてください。
5. 異年齢・異学年の体育授業を行う先生にとってのメリット・デメリット（よいところ・困っていること・やりにくいところ等）をそれぞれ教えてください。
6. 異年齢・異学年で行いやすい領域、行いにくい領域などあれば、自由に話してください。
7. 通常規模の学校でも異年齢体育は必要だと思いますか。

Ⅲ 結果

3.1. 調査1

「新体力テスト Ver.8.00及び9.00（小学校・義務教育学校前期課程用）」、体育科及び運動・スポーツに関する「学校評価アンケート（児童・保護者・教職員）」の結果、「体育科年間指導計画」と特色のあるカリキュラムの順番で結果を示す。

3.1.1. 新体力テスト

先述のように、へき地小規模校に在籍する児童は体力が高いことが予想された。この体力について確認するた

めには、全国規模で統一的に実施されている「新体力テスト」の結果が参考の一つとなろう。対象校に在籍する全児童の実測値、A県の平均値と標準偏差より求められたTスコアを分析することにより、体力の高低をみることができると考えられる。実施された時期は2021年及び2022年の4月と5月である。児童の在籍数は2021年度が14名、2022年度が15名である。なお、2022年度で「新体力テスト」を実施した児童は12名である。またTスコアは2022年度のA県の平均値が行政より開示されていないため、2021年度のデータより算出している。表の上段は実測値、下段はA県平均値に対するTスコアを示している。

表2 対象校における新体力テストの実測値とTスコア（2022）

No.	学年	性	握力 (kg)	上体起こし(回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び(回)	20m シャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび (cm)	ソフトボール投げ(m)
1	1	男	13.00	10.00	37.00	21.00	11.00	11.90	105.00	9.00
			67.38	49.15	63.38	40.75	42.16	48.31	45.12	52.04
2	1	女	5.00	3.00	38.00	23.00	10.00	14.20	100.00	7.00
			34.71	35.72	61.84	44.53	41.84	33.72	46.43	57.42
3	1	女	13.00	10.00	37.00	21.00	11.00	11.90	105.00	9.00
			70.90	49.28	60.52	41.03	43.21	50.51	49.26	67.68
4	2	女	10.00	25.00	28.00	33.00	30.00	9.80	140.00	9.00
			50.33	73.35	46.66	55.90	57.20	61.44	62.36	56.63
5	3	男	21.00	22.00	32.00	42.00	36.00	10.60	161.00	23.00
			78.53	61.94	53.41	60.92	50.62	46.73	63.65	63.60
6	3	男	12.00	7.00	27.00	32.00	28.00	10.60	122.00	15.00
			49.12	37.06	46.80	48.83	46.06	46.73	43.79	50.22
7	3	女	21.00	20.00	44.00	37.00	30.00	9.90	163.00	15.00
			82.00	60.05	64.51	56.55	52.63	43.87	69.65	67.16
8	4	男	22.00	22.00	39.00	49.00	51.00	9.60	171.00	34.00
			73.17	58.17	57.43	63.95	54.05	50.90	62.81	71.41
9	4	女	18.00	26.00	30.00	40.00	48.00	9.70	141.00	13.00
			62.94	66.93	43.54	55.46	59.65	52.83	51.93	53.12
10	5	男	19.00	29.00	39.00	44.00	71.00	8.80	190.00	39.00
			57.00	66.58	55.92	53.63	59.22	55.71	66.87	70.54
11	6	男	24.50	32.00	42.00	52.00	62.00	8.20	172.00	41.00
			60.67	69.30	56.90	58.67	51.27	57.23	54.10	65.96
12	6	女	18.00	18.00	38.00	52.00	35.00	10.30	142.00	15.00
			47.67	48.04	47.58	63.12	44.46	38.60	44.99	48.50
Tスコア平均 (n=12)			61.20	56.30	54.87	53.61	50.20	48.88	55.08	60.36

上段は実測値、下段はA県平均値（2021）に対するTスコアを示している。

表3 対象校における新体力テストの実測値とTスコア（2021）

No.	学年	性	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横跳び(回)	20m シャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)
1	1	女	10.00	20.00	20.00	29.00	23.00	10.40	127.00	6.00
			57.33	68.66	38.22	55.02	59.64	61.46	61.71	52.30
2	2	男	11.00	19.00	27.00	37.00	45.00	10.05	153.00	17.00
			52.15	61.06	48.27	60.09	62.04	56.62	64.98	62.44
3	2	男	9.00	10.00	24.00	36.00	13.00	11.50	133.00	13.00
			44.46	45.16	44.23	58.66	40.25	45.46	54.34	53.81
4	2	女	18.00	21.00	44.60	41.00	23.00	10.40	154.00	10.00
			82.85	65.74	69.03	67.95	50.57	56.36	69.86	60.46
5	3	男	21.00	16.00	37.00	35.00	36.00	10.60	155.00	25.00
			78.53	51.99	60.01	52.45	50.62	46.73	60.59	66.94
6	3	女	13.00	15.00	42.00	27.00	29.00	13.20	140.00	8.00
			54.88	51.16	61.95	43.83	51.82	26.40	57.56	46.01
7	3	女	11.00	19.00	23.00	43.00	32.00	11.80	127.00	8.00
			48.10	58.27	37.62	64.19	54.25	39.01	50.73	46.01
8	4	男	22.00	20.00	38.00	48.00	77.00	9.10	173.00	29.00
			73.17	54.90	56.33	62.78	66.81	55.90	63.73	64.42
9	5	男	27.00	25.00	35.00	50.00	59.00	8.70	178.00	34.00
			77.15	60.10	51.55	60.84	53.79	56.73	61.59	64.58
10	5	女	17.00	15.00	30.00	43.00	30.00	10.30	125.00	16.00
			52.51	44.79	41.95	55.03	44.38	42.84	41.21	54.63
11	6	男	19.00	23.00	28.00	45.00	13.00	9.80	169.00	12.00
			49.49	54.22	41.12	50.60	31.10	41.39	52.85	35.49
12	6	男	24.00	25.00	30.00	55.00	82.00	8.20	196.00	35.00
			59.65	57.57	43.37	62.13	59.50	57.23	64.07	59.65
13	6	男	21.00	22.00	39.00	51.00	56.00	9.20	172.00	30.00
			53.56	52.55	53.52	57.52	48.80	47.33	54.10	54.40
14	6	女	27.00	25.00	42.00	43.00	62.00	8.80	167.00	20.00
			68.22	60.63	52.08	51.11	58.64	54.73	55.95	56.67
Tスコア平均 (n=14)			60.86	56.20	49.95	57.30	52.30	49.16	58.09	55.56

上段は実測値，下段はA県平均値（2021）に対するTスコアを示している。

3.1.2. 学校評価アンケート

対象校は、在籍する児童、保護者に対し、学校評価アンケートを実施している。このアンケートは2022年9月12日に回収された。児童用は質問が8項目、保護者用は9項目ある。その中で体育科及び運動・スポーツに関連のある質問項目に着目し、その結果を示す。Aは「よくあてはまる」、Bは「だいたいあてはまる」、Cは「あまりあてはまらない」、Dは「あてはまらない」を表し、4件法で実施された。

表4及び表5は、学校で行う運動・スポーツに対し、児童・保護者がどのような意識なのかが示されている。全校児童の93.3%が肯定的な回答をしていることから、進んで学校で運動・スポーツをしていると感じている児童が多いと考えられる。また、保護者の86.6%が肯定的な回答を示していることから、保護者の認識の中で児童は学校の活動で運動習慣の改善や定着化ができていていると感じていることが明らかになった。

表4 学校評価アンケート 児童

学校の授業や行事、剣道などを通して、進んで運動をしている。				
	A	B	C	D
1・2年(n=5)	2	2	1	0
3・4年(n=7)	3	4	0	0
5・6年(n=3)	3	0	0	0
合計(n=15)	8	6	1	0
割合	53.3%	40%	6.6%	0%

表5 学校評価アンケート 保護者

お子さんは、授業や学校行事、剣道等を通して運動習慣の改善や定着化ができています。				
	A	B	C	D
1・2年(n=5)	1	4	0	0
3・4年(n=7)	4	1	2	0
5・6年(n=3)	1	2	0	0
合計(n=15)	6	7	2	0
割合	40%	46.6%	13.3%	0%

3.1.3. 対象校の体育科年間指導計画

表6 対象校の体育科年間指導計画（筆者が枠修正）

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
1・2年	体ほぐしの運動 多様な動きをつくる運動遊び 固定施設を使った運動遊び 体カテスト	鉄棒を使った運動遊び 走の運動遊び(かけっこ)	ボールゲーム(ころがす・なげる) マットを使った運動遊び	水遊び	体ほぐしの運動 固定施設を使った運動遊び 表現遊び・リズム遊び	体ほぐしの運動 跳の運動遊び(高跳び・幅跳び)	マットを使った運動遊び 跳び箱を使った運動遊び	ボールゲーム(まとあて・ドッジボール) 走の運動遊び	なわとび遊び	多様な動きをつくる運動遊び	スキー遊び 表現あそび 鬼遊び	ボールゲーム(ボールけり)	
3・4年	体ほぐしの運動 かけっこ・リレー 体カテスト	鉄棒運動	ネット型ゲーム(フットボール・キャッチボール)	マット運動 保健(年健康な生活・年体の発育と健康)	浮く・泳ぐ 運動水泳	表現・リズムダンス 多様な動きをつくる運動	ベースボール型ゲーム(ラケット・ベースボール・ティーパール)	走り幅とび・走り幅跳び	跳び箱運動 保健(年健康な生活・年体の発育と健康)(評価まで)	ゴール型ゲーム(タグラグビー・フットボール)	多様な動きをつくる運動・なわとび・持久走	小型ハードル走 スキー 表現運動 体ほぐしの運動	ゴール型ゲーム(ラインサッカー)
5・6年	体ほぐしの運動 短距離走・リレー 体カテスト	鉄棒運動	年ゴール型ゲーム(フットボール) 年ネット型ゲーム(ソフトバレーボール) 保健(年心の健康・年病気の予防)	水泳	フォークダンス・表現 マット運動	跳び箱運動 保健(年けがの予防・年病気の予防)(評価まで)	ゴール型ゲーム(ミニバスケットボール)	ハードル走	ベースボール型運動(ソフトボール) 体の動きを高める運動・なわとび・持久走	体の動きを高める運動	スキー 走り高跳び・走り幅跳び	ゴール型ゲーム(フリーゾーンサッカー)	

曜日 時間	月 A校時	火 A校時	水 B校時	木 B校時	金 A校時
始業前		朝剣道7:15~7:50		朝剣道7:15~7:50	
8:10 朝の時間 8:15	健康観察				
8:15 (25) 8:40	人権学習 読み語り(ボランティア) 全校朝会	すくすくタイム (国語・算数・情報)	8:15 ⑫ 9:00	8:15 ⑬ 9:00	⑯ 国語 (全校スピーチ)
8:45 ①(45) 9:30	①	⑦	9:05 ⑬ 9:50	9:05 ⑱ 9:50	⑳
9:40 ②(45) 10:25	②	⑧	9:55 ⑭ 10:40	9:55 ⑳ 10:40	㉑
10:40 ③(45) 11:25	③	⑨	10:50 ⑮ 11:35	10:50 ㉑ 11:35	㉒
11:35 ④(45) 12:20	④	⑩	11:40 ⑯ 12:25	11:40 ㉒ 12:25	㉓
12:20 昼食・ 昼休み 13:45					
13:45 掃除 14:00			13:45 ⑰ 14:30	13:45 ㉓ 14:30 1・2年学童(校長)	
14:00 ⑤(45) 14:45	⑤	⑪	帰りの会 14:30 全校帰りの会 14:45 一斉下校 ~14:55	帰りの会 14:30 全校帰りの会 14:45 一斉下校 ~14:55	㉔
14:55 ⑥(45) 15:40	⑥ 1・2年学童 (養護教諭)	クラブ活動(9) 委員会(11) 学校行事 補充授業 1・2年学童(養護教諭)	15:00~ ①職員会議 ②職員研修 ③校内研究 ④教育相談・生徒指導	15:00~ 学級事務 職員研修	㉕ 1・2年学童 (養護教諭)
15:40 帰りの会 15:55	学級帰りの会		協議会 学校評価部会		学級帰りの会
15:55 下校指導 16:00	全校帰りの会				全校帰りの会 (プレゼンT)
備考 職員退勤 16:40					夕方剣道 16:45~18:45
年間日数	33	40	42	40	40

図1 対象校の週時間割

ここでは対象校の体育がどのように実施されているのか、その実態を記していく。表6は対象校の体育科年間指導計画である。先ず、適正規模校のように6学年それぞれで計画があるわけではなく、1・2年、3・4年、5・6年のように2学年が同時に記されている。対象校では基本的にすべての体育授業が2学年合同で行われているからである。また、対象校の特有のカリキュラムとしてスキーが挙げられている。

次に、図1は対象校の1日の流れを示した週時間割である。特色のある行事として「剣道」が挙げられる。図1によれば、毎週火・木曜日の7:15～7:50、金曜日の16:45～18:45の計3回、全校剣道が実施されている。1年生から6年生までの児童は原則全員参加である。そこでは剣道を通して、異年齢・異学年集団での交流が行われている。特に上学年は共に稽古をしながら、下学年に対して技能に関するアドバイスをを行い、下級生を牽引している実態がある。但し、この剣道は学習指導要領に示されている教科等の内容に関わる標準授業時数には原則含まれない。学校行事や授業参観として実施されることもあるが、体育授業としては原則カウントされない。校務分掌に「剣道指導」があり、その校務分掌を担う教師が上記の時間帯に部活動や社会体育に類似した位置付けで実施している。

また、対象校の体育科には特色のあるカリキュラムが存在した。学校要覧からも確認できるように、それは、体育授業を全校で行う全校体育の実施である。全校体育は、1年生から6年生までの児童全員が同じ種目や領域を行う形態である。それには、年間指導計画に記載があるものと、記載がないものに分けられる。記載があるものとは、4・5月の「体力テスト」の記載で、新体力テ

ストを全校で行うものを指す。全校児童を二つの班に分け、縦割り班で行われる。もう一つの記載がないものとは、教育課程上に位置付けられてはいないが、体育主任が企画して実施される全校での体育授業を指す。2021年には、ボール運動（ゴール型）や体づくり運動（縄跳び）、表現運動（ダンス）、プール開きが行われた。導入した体育主任の教師は、同質集団では身に付けることができない資質能力や見方・考え方、主体性・責任感等の育成をねらった。さらに、運動会の練習に関しては、一般的に高学年（リーダー）が主で演技することの多い応援合戦、加えて親子競技や綱引き等に、対象校では1年生から出場するため、その練習も異年齢・異学年集団で行っている。2021年度の運動会では、全校児童の出場種目が15種目中13種目であったり、用具係などの運動会での係を1年生から担ったりするため、児童の出番や運動量が多い。練習中や大会当日も常に異年齢・異学年で活動している実態がある。

以上が、対象校に関する実態である。

3.2. 調査2

次に調査2では、調査1で明らかになった実態の中の、対象校に勤務する教師がどのように捉えているのかを記していく。選出された教師2名に対して行った半構造化インタビューのデータを、SCATにより分析した。生成されたテーマ・構成概念がつなぎ合わされ、ストーリーラインが作成された。ストーリーライン内の下線部はテーマ・構成概念を指している。最後にA教諭とB教諭のストーリーラインから導き出された理論記述をもとに教師の捉えを整理する。

3.2.1. A 教諭の捉え

表7 A 教諭のストーリーライン

A 教諭は、学校規模の小ささから異年齢・異学年で行う体育授業を必要だと捉えている。さらに上級生にとっては、下級生にどう振る舞えば良いのかを学ぶことができ、心の教育や社会性の育成等に異年齢・異学年体育は役に立つと捉えていた。ただ、授業者としては、評価や指導の困難さを感じていた。A 教諭は低学年の担任だったこともあり、全校体育、即ち1年生から6年生までが同時に参加する学習に対し、低学年の役割が希薄ではないかと問題視していた。高学年にボールを触らせてもらって初めて低学年が運動に参加できるといった低学年の主体性の問題を挙げている。従ってA 教諭は、2学年での異年齢・異学年体育には肯定的であるが、6学年が入り混じる全校体育に対しては懐疑的であった。

適正規模校での体育授業を経験したことがあるA 教諭は、そこでの経験と比較して語っていた。少人数になればなるほど、一人一人の個人差が目立つようになり、劣等感を抱きやすくなるのではないかと危惧していた。だからA 教諭は指導するときに、顕在化する種々の差をカバーする指導を行っている。

A 教諭は、異年齢・異学年で体育を行うメリットを、動きや考えを上級生から学べることと捉えている。多様な他者が増えるほど思考の幅が広がるから、異年齢・異学年で体育を行うメリットはあると捉えている。加えて、学習者の数が多いと可能な授業方法が増えるとも感じている。学習者の多さはA 教諭の授業のしやすさに繋がっていた。一方、デメリットとしては、異年齢・異学年という通常は別々の環境で学習している学習者が同時に存在することによって授業内の多様性が増し、多様ゆえに評価が難しいことを挙げた。

その上で、学習指導要領に示されている体育が扱うべき各領域の中で、体づくり運動や表現運動、ダンス等の個人競技を扱う学習は行いやすいと捉えていた。個人競技は評価がしやすいからだ。一方で、ボール系やゲーム系等の団体競技を扱う学習は行いにくいと捉えていた。団体競技に関しては、身長差や体格差等が影響し、低学年自身で活躍できることが難しいからだという。加えて、体育の評価の難しさの原因をA 教諭は、特別活動と評価の関係から捉えている。つまり、体育は各教科に位置づくために、明確な評価が必要であり、通知表に評定をつけなければならないが、特別活動は、明確な評定が必要ではない。因って全校や縦割りで体育を行う際には、体育としてではなく特別活動として実施したいと捉えていた。また、A 教諭は、全校体育の中では技能や思考・判断がどう伸びたのかが不明瞭になりやすいから、学習履歴が把握できないと感じていた。

異年齢・異学年集団で行う体育授業に参加する学習者の関係性についてA 教諭は、上級生は指示を出したり、リードをしたりして「お山の大将」になるケースや1年生が2年生に教えるケースもあり

異年齢・異学年間の関係性は多種多様であると捉えていた。

最後に、適正規模校での異年齢・異学年体育の実施についてA教諭は、最低2学年の年齢幅、そして小さい学校でのみ実施する方が良いと捉えていた。年齢幅の大きい体育への反対意見を述べた。もし、年齢幅の大きい他者と交流する場合、1時間だけ一緒にする活動や下級生が上級生の体育を見に行く活動など、短時間のみ有効だと感じていた。

3.2.2. B教諭の捉え

表8 B教諭のストーリーライン

B教諭は、異年齢・異学年体育を実施するにあたり困り感を抱えていた。以前の通常規模の学級と比較すると、人数差があるゆえに授業デザインの変更をしなければならず、これまで適正規模校で積み重ねてきた体育とは違う新しい授業方法を実施しなくてはならなかったからだ。例えば、チームづくりの難しさがあり、チーム対チームでの競争というよりも、ある一つの目標に全員で向かう目標達成型授業に変更しなければならないと述べていた。加えて、学習指導要領に示されている体育が扱うべき各領域においては、なわとびや体ほぐしの運動、マット運動のしやすさを感じていたと同時に、ボール運動の難しさを感じていた。他にもB教諭は授業の難しさを、2種類の評価基準を作成しなければならないところがあると捉えていた。B教諭は、これらのことが異年齢・異学年集団での体育授業への苦手意識及び困り感になっており、反省をしていた。

また、B教諭は、異年齢・異学年集団で行う体育学習についてメリットを見出していた。6学年で行う場合、高学年は常に下級生のことを考えて活動し、自らミニ先生を行おうとすることがあるために、自然に育成されるリーダー性が考えられたからだ。また、2年連続で同じ学習内容を学習する場合があるために、自己の課題へ再挑戦できるメリットも語った。ただ、これは学習内容に新鮮味がないデメリットがあると捉えていた。

また、B教諭は発達段階ごとにそれぞれの難しさがあると捉えていた。高学年の難しさは、プレイよりお世話になってしまうことで、精一杯運動ができないことである。低学年の難しさは、学習目標の設定の難しさ、つまり学習目標を高学年に合わせることは低学年にとっては難しいと捉えていた。

最後に、異年齢・異学年集団で行う体育学習には、新鮮味が味わえるよさ、絆が深まるよさ、リーダー性が養われるよさという教育効果があることを認めつつも、適正規模校における異年齢・異学年体育の導入に消極的な思いを持っていた。

3.2.3. A 教諭と B 教諭の捉えの整理 (理論記述)

表9 教師の捉えの整理

A 教諭	B 教諭
<ul style="list-style-type: none"> ・2 学年で行う場合のみ肯定的 ・年齢幅が大きい全校体育には懐疑的 ・異年齢・異学年での体育は評価や指導が困難 ・評定がない特別活動で実施したい思い ・個人競技は行いやすく, 団体競技は行いにくい ・心の教育に繋がる 	<ul style="list-style-type: none"> ・教師の苦手意識につながる学習形態 ・適正規模校の経験値があまり使用できない ・異年齢・異学年での体育は競争型ではなく, 目標達成型がよい ・一つの目標に異質集団で向かうよさ ・異なる評価基準の作成が困難 ・学習者のリーダーシップ発揮により学習形態 ・学習者が自己の課題に再挑戦できる学習形態 ・高学年は自分のプレイを精一杯できない可能性 ・高学年と低学年一律の学習目標は難しい ・個人競技を扱う場合は行いやすく, 団体競技を扱う場合は行いにくい(特にボール運動) ・適正規模校への導入に消極的 ・新鮮味が味わえるよさ, 絆が深まるよさ, リーダー性が養われるよさという教育効果あり

IV まとめと課題

4.1. まとめ

本研究の目的は, へき地小規模校の体育に関する実態を調査することであった。

調査1では, へき地小規模校の中でも極小規模校にあたる対象校から「新体力テスト」「学校評価アンケート」「体育科年間指導計画」の資料を取得し, 実態を記述した。明らかになったこととして, (1)複式による体育や6学年同時の全校体育といった特色のあるカリキュラムがあったこと, (2)対象校に在籍する児童の体力はTスコアの算出により, やや体力が高かったこと, (3)対象校に在籍する児童は学校内において進んで運動・スポーツを行っている意識があること, 保護者も学校が実施する運動・スポーツの取り組みに肯定的であること, が示された。

調査2では, 実際に対象校に勤務している教師はへき地小規模校で行う体育授業に対してどのような認識なの

か, を教師の生の声から分析した。その結果, とりわけ「異年齢・異学年集団での協働学習」を体育で行うことに対して(1)教育効果があると認めていること, (2)授業デザインや評価(評定)の難しさから消極的な思いがあること, (3)適正規模校において行う際には年齢幅が小さい2学年程度の実施が望ましいこと, (4)高学年は低学年の世話で精一杯プレイできない場合があることや低学年は高学年に任せきりで主体性が発揮できない場合があること, と捉えていることがわかった。

4.2. 課題

一見, へき地小規模校の体育学習は, その人数の少なから授業の実施が容易に感じられるが, 異年齢・異学年の学習者が混在することにより, 授業デザインや評価の難しさが顕著に表れ, それを行う教師にとって難しい学習形態となりえることが示唆された。この結果は, OECD(2019)の指摘を拾い上げるもので, 教育効果が保障されうる環境が在ったとしても, 教師の捉え方や力

量によって左右され、教育効果が失われる場合もあるのではないかと考えられる。先行研究と本研究を照らし合わせた結果、へき地小規模校の教育や異年齢・異学年集団での協働学習には可能性があるが、それは教師次第であるということができよう。そうなれば、たとえその形態が種々の教育効果を有していても、適正規模校にとってはその難しさの存在から、積極的に取り入れられる学習形態になるとは考え難いのである。従って課題の一つに、へき地小規模校や適正規模校等で異年齢・異学年の学習者が混在する体育授業を実施する場合に有用な、実施する学校側や教師側にとっての易しい体育授業モデルと評価モデルを提出することが挙げられるのではないだろうか。

また、先行研究の検討や対象校に勤務する教師の語りの結果から、異年齢・異学年集団での体育学習が有する教育効果の存在はより強調できるものになったといえよう。では一体、学習者は、異年齢・異学年集団での体育学習で、どのような能力を身に付けるのだろうか。この点は明らかにできていない。育まれる能力に着目して、その能力を見出すことができれば、それを行うことに消極的な学校や教師に対し、明確な根拠をもってその必要性を理解させることが可能となり、導入する契機になる可能性が考えられる。従って、もう一つの課題は、異年齢・異学年集団で体育学習を行ったときに、学習者が身に付けることができる力の具体を明らかにすることではなからうか。

謝辞

本研究は九州体育・スポーツ学会令和3年度九州体育・スポーツ研究助成金を受けたものです。心より感謝申し上げます。

文献

赤木和重・安藤友里・山本真帆・小淵隆司・戸田竜也 (2017) 複式学級における教育可能性の再発見 — 授業づくり・インクルーシブ教育・自尊感情の視点から —。へき地教育研究, 72: 29-38.

秋田喜代美 (2007) 教育・学習研究における質的研究。秋田喜代美・能智正博編, はじめての質的研究法 — 教育・学習編 —。東京図書株式会社, pp.3-20.

開浩一・柿森昭長 (2009) 異年齢集団活動が児童の発達に関わる可能性。現代社会学部紀要, 7(1): 39-46.

熊井将太 (2015) 異年齢学級教育の可能性と課題 — イエナ・プランを中心に —。山口大学教育学部研究論叢, 65: 53-66.

文部科学省 (2011) 子どもの社会性が育つ「異年齢の交流

活動」 — 活動実施の考え方から教師用活動案まで —。国立教育政策研究所生徒指導研究センター。https://www.nier.go.jp/shido/centerhp/2306sien/2306sien3_2s.pdf, (参照日2022年9月1日)。

文部科学省 (2012) 子どもの体力向上のための取組ハンドブック。https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/kodomo/zencyo/1321132.htm, (参照日2023年2月27日)。

文部科学省 (2018) Society5.0に向けた人材育成に係る大臣懇談会『Society5.0に向けた人材育成～社会が変わる、学びが変わる～』。https://www.mext.go.jp/a_menu/society/index.htm, (参照日2022年9月1日)。

中島智子 (2020) プロローグ。小さな地域と小さな学校 — 離島、廃校、移住者受け入れから考える —。中島勝住・中島智子編。明石書店: 東京, pp.4-5.

OECD (2019) Learning in rural schools: Insights from PISA, TALIS and the literature. OECD Education Working Papers No.196.

小畑直樹・桐生徹・大島崇行 (2020) 異学年学習における困難な学習課題の設定に対する効果の研究。日本科学教育学会研究会研究報告, 34(5): 17-20.

小畑直樹・桐生徹・大島崇行 (2021) 理科の異学年学習における上学年に合わせた学習問題の設定と評価 — 中学校3年生と小学校4年生の水の温まり方の授業を通して —。帝京科学大学教育・教職研究, 6(2): 25-31.

岡本悠子・大野桂・小枝達也 (2014) 小学校の異年齢集団交流による児童間の密接度の変化。地域学論集, 10(3): 85-89.

大谷尚 (2007) 4ステップコーディングによる質的データ分析手法 SCAT の提案 — 着手しやすく小規模データにも適用可能な理論化の手続き —。名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要, 54(2): 27-44.

大谷尚 (2017) 質的研究とは何か。薬学雑誌, 137(6): 653-658.

清水将・熊谷真倫 (2021) 小規模複式校における遠隔合同体育授業の実践。岩手大学大学院教育学研究科研究年報, 5: 89-100.

信夫辰規・山本奨・大谷哲弘・佐藤進 (2018) 学校生活における異年齢集団活動が自己有用感へあたえる影響。岩手大学大学院教育学研究科研究年報, 2: 125-134.

菅裕・藤本いく代・阪本幹子・竹井成美・稲野さやか・石川優子・栗野聖子・山下さちか (2009) 音楽科における異年齢集団学習の試み(1)。宮崎大学教育文化学部附属教育実践総合センター研究紀要, 17: 47-52.

竹下貴美 (2011) 質的研究方法論 — 質的データを科学的

に分析するために、日本放射線技術学会雑誌, 67(4): 413-417.

田中敦士・照喜名聖実・細川徹・森浩平(2015)複式学級における特別支援教育の「困り感」と「よさ」—西表島の小中学校の管理職者及び八重山諸島の市町村教

育委員会担当者に対する訪問調査から—. 琉球大学教育学部紀要, 87: 175-186.

(令和4年9月29日受付)
(令和5年5月31日受理)

九州体育・スポーツ学会第72回大会
(令和5年9月9～10日 J:COM ホルトホール大分)

発表抄録集

1. 特 別 講 演

<特別講演>

一生に一度が大分に！

ラグビーワールドカップ 2019 日本大会の感動、そしてこれから

演者：安藤 和宏(大分県ラグビーフットボール協会 理事長)

司会：陶山 俊介(別府溝部学園短期大学)

1. RWC2019

2019年、日本で開催されたラグビーワールドカップ(以下、RWC2019)。全国12か所で開催された本大会だが、大分県でも盛大に開催された。安藤理事長は、RWC2019大分開催の取組みについて、下記の内容でご講演いただいた。

- 1) 会場整備
- 2) 交通輸送
- 3) 救急医療・危機管理
- 4) 観光・おもてなし

大分会場では5試合行われ(下表)、延べ172,951人の観戦客が大分スポーツ公園競技場に集まった。



1) 会場整備

2009年7月にRWCの日本開催が決定した。大分県では2014年8月に「2019年ラグビーワールドカップを大分県に招致する有志の会」を発足。2か月で県民12万人以上の署名を集めた、9月に県議会で採択、翌10月には開催希望申請書を提出。そして2015年3月に大分県RWCの開催が決定した。県内では別府市や大分市に公認チームキャンプが腫れるグラウンドや施設の整備をおこない、メインスタジアムである大分スポーツ公園競技場には人工と天然のハイブリット芝に張替え、トップリーグの試合の開催や2018年には日本代表-イタリア代表のチャレンジカップを開催するなど精力的に活動を行った。

2) 交通輸送

本大会前に同じ会場で行われたサッカーの日本代表戦において、大渋滞が起き、代表選手の入場が遅れたという事案があった。それらの反省から、本大会期間中は毎試合、九州中よりバス400台、38,000人の輸送ができるように手配。その甲

大分開催5試合

開催日		対戦カードと結果			動員人数
2019.10.2(wed)	プールB	ニュージーランド	63 - 0	カナダ	34411
2019.10.5(sat)	プールD	オーストラリア	45 - 10	ウルグアイ	33781
2019.10.9(wed)	プールD	ウェールズ	29 - 17	フィジー	33379
2019.10.19(sat)	準々決勝	イングランド	40 - 16	オーストラリア	36954
2019.10.20(sun)	準々決勝	ウェールズ	20 - 19	フランス	34426

斐あって、シャトルバスについての苦情はほとんど無かった。

3) 救急医療・危機管理

同時に危機管理として消防、警察などと連携。医務・医療として3か所に最大212名の医師、看護師を常駐させた。観戦客の対応と共に、出場選手の対応もあり、昼夜に渡り対応をしなければならなかったスタッフもいたが、やりがいのある仕事だったという医療従事者も多かった。

4) 観光・おもてなし

1,323名のボランティアスタッフを擁し、観戦客の案内やファンゾーンの運営補助、環境整備などの活動を行ってもらった。ボランティアスタッフの活躍に海外の観戦客よりこのような感想もあった。

- ・ 大分市中心部で来県国の国歌が流れていて良い雰囲気だった。
- ・ ファンゾーン飲食ブースが非常に良かった。大分和牛は英国で買える和牛よりジューシーで美味しい。(イングランドサポーター)
- ・ 大分市内が真っ赤になっているのが嬉しい。(ウェールズサポーター)

RWCの観戦客は日本に長期滞在する外国人も多く、県内各所、観光業を始め観戦客で大いににぎわった。日本のホスピタリティの高さに感動して帰国した観戦客も多かったようだ。

2. 大分開催のレガシー

世界最高峰のプレーに触れ、心からラグビーを楽しむことができた。また、ラグビー交流を通して、ラグビー憲章である「品位・情熱・結束・規律・尊重」というグローバルなラグビー精神の価値観を体感できた大会であった。

WRC2019 大分大会を成功裏に終わらせること

が出来た関係者の努力や苦勞を丁寧にお話しただいた。ここの記載できないような関係者だからこそ知り得る裏話があったりと大変興味深い内容であった。

講演当日の9月9日(土)はその早朝にRWC2023 フランス大会開会日であった。早朝に行われた開幕戦、フランスーニュージーランド戦は27-13で開催国であるフランスの勝利であった。

国際大会の成功の裏にはたくさんの人の力が必要である。スポーツを愛する私たちも、選手たちだけにリスペクトを表すのではなく、その裏側に居る様々な人たちへのリスペクトを感じる必要性があることを感じる講演であった。

また、資料の中には大分県内のラグビーの競技人口のグラフもの減少には歯止めが立っていない。WRCのレガシーを残し、更なる大分県ラグビーの発展を期待したい。

2. 全体シンポジウム

<全体シンポジウム>

体力・運動能力および運動・スポーツ実施の現状と課題

演者：中山 正剛（スポーツ庁 健康スポーツ課）
 廣田 哲也（大分県教育庁 体育保健科）
 松元 義人（ヘルス・フィットネス・フォーラム）
 司会：齋藤 篤司（九州大学）
 熊谷 賢哉（九州産業大学）

1. 企画趣旨

国民の体力・運動能力の現状を明らかにするとともに、体育・スポーツの指導と行政上の基礎資料を得ることを目的に「体力・運動能力調査」が導入されてから約60年が経つ。また、体力・運動能力は、運動・スポーツ実施と密に関係することから、スポーツ庁では、国民の運動・スポーツ実施の現状の把握に努めている。

本シンポジウムは、スポーツ庁健康スポーツ課の専門職、大分県教育庁の体育保健課の課員、更には地域住民を対象とした運動指導従事者にご登壇いただき、全国および九州（特に大分）における体力・運動能力および体力・スポーツ実施の現状を把握した上で、その課題について検討することを目的とした。

2. 発表要旨

スポーツ庁が実施する「体力・運動能力調査」と「スポーツの実施状況等に関する世論調査」について

中山 正剛 氏

（1）はじめに

スポーツ庁（平成27年9月までは文部科学省）では、昭和39年以来、国民の体力・運動能力の現状を明らかにするため、「体力・運動能力調査」を毎年実施しており、本調査の結果は、国民の体力づくり、健康の保持・増進に資するとともに、体育・スポーツ活動の指導と行政上の基礎資料として広く活用されている。さらに、スポーツ庁では、スポーツの実施状況等に関する国民の意識を把握し、今後の施策の参考とするために「スポーツの実施状況等に関する世論調査」を実施している。

本発表では、スポーツ庁が実施するこれらの二つの調査の調査方法や最新の結果について報告する。

（2）スポーツの実施状況等に関する世論調査について

第3期スポーツ基本計画では、「成人の週1回以上のスポーツ実施率が70%になること、成人の年1回以上のスポーツ実施率が100%に近づくこと」、「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上実施し、1年以上継続している運動習慣者の割合の増加」を目指すとの目標を掲げている。これらの状況を調査するために、「スポーツの実施状況等に関する世論調査」を実施している。最新の結果として、令和5年3月に公表された令和4年度の調査結果について報告する。

（1）調査の概要

本調査は、昭和54年度から概ね3年ごとに実施してきた「体力・スポーツに関する世論調査」（平成27年度のみ「東京オリンピック・パラリンピックに関する世論調査」）を踏襲するものである。令和4年度の調査は、18歳～79歳の男女を対象とし、Webアンケート調査により4万件の回答を回収した。なお、対象者の地域や年代、性別については住民基本台帳を基に設定している。

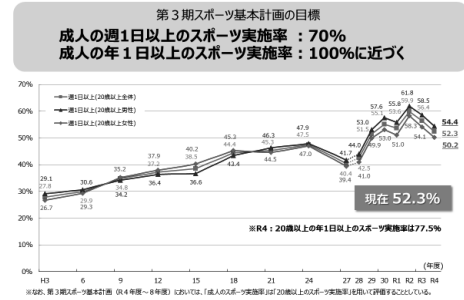
（2）令和4年度の結果の概要

- 20歳以上の週1日以上運動・スポーツ実施率は52.3%（前年度から4.1ポイント減）。
- 男女別では、男性が54.4%（前年度から4.1ポイント減）、女性が50.2%（前年度から3.9ポイント減）となっており、引き続き男性より女性の実施率が低い。
- 年代別の週1日以上運動・スポーツ実施率は、全ての年代層で前年度を下回っており、特に20代～50代の働く世代で引き続き低い傾向となっている。
- 20歳以上の年1日以上運動・スポーツ実施

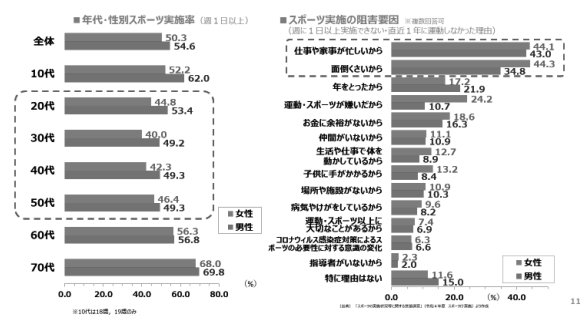
率は77.5%（前年度から2.4ポイント減）。

- 1日30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上実施し、1年以上継続している運動習慣者の割合は、20歳以上で27.2%（本年度調査からの新規項目）。
- 過去一度でも障害者スポーツを体験したことがある割合は5.9%（前年度から0.2ポイント増）
- 運動・スポーツを週に1日以上行った理由としては、「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%、「運動不足を感じるから」が45.4%と続いている。
- 実施頻度が減ったあるいは増やせない理由としては、「仕事や家事が忙しいから」が41.0%（前年度から1.1ポイント増）と最も多く、「面倒くさいから」が29.4%（前年度から2.8ポイント増）と続いている。
- 「現在運動・スポーツはしておらず今後もするつもりはない」と答えた無関心層の割合は16.6%（前年度から2.7ポイント増）。
- スポーツが個人や社会にもたらす効果については、ほとんどの項目で前年度を下回っており、「健康・体力の保持増進」が72.6%（前年度から3.9ポイント減）と最も多く、「人と人との交流」が43.4%（前年度から6.9ポイント減）、「精神的な充足感」が42.1%（前年度から2.5ポイント減）、「リラックス、癒し、爽快感」が29.8%（前年度から4.1ポイント減）と続いている。
- スポーツを直接現地で観戦した割合は23.3%（前年度から7.9ポイント増）となっており、高い方から「プロ野球」、「Jリーグ」、「高校野球」となっている。
- スポーツをテレビやインターネットで観戦した割合は72.8%（前年度から0.6ポイント増）となっており、高い方から「サッカー日本代表」、「プロ野球」、「高校野球」となっている。
- スポーツに関するボランティアに参加した割合は9.9%（前年度から1.7ポイント増）となっており、高い方から「大会・イベントの運営や世話」、「運動・スポーツの指導」、「スポーツクラブ・団体の運営や世話」となっている。

20歳以上のスポーツ実施率の状況



性別・年代別スポーツ実施率と阻害要因



注) 第3期スポーツ基本計画(令和4年度～8年度)においては、「成人のスポーツ実施率」は「20歳以上の運動・スポーツ実施率」を用いて評価することとしている。

(3) 体力・運動能力調査について

本調査は、統計法に基づく国の統計調査(政府統計)であり、例年10月に結果を公表している。最新の結果として、令和4年10月に公表された令和3年度の調査²⁾について報告する。

(1) 調査の概要

本調査は、全国の6歳～79歳の国民を対象にしており、総標本数は74,194人の抽出調査である。実技の調査と質問調査があり、6歳～11歳、12歳～19歳、20歳～64歳、65歳～79歳の4つの区分ごとに測定項目と質問項目が設定されている。調査時期は、小学生・中学生・高校生は5月～7月となっており、それ以外は5月～10月となっている。

(2) 令和3年度の結果の概要

① 年次推移の長期的な傾向

- 青少年(6歳～19歳)については、握力などの項目において昭和60年頃にピークを迎え、平成10年頃にかけて低下傾向、合計点では、最近10年間で、多くの年代で男子は横ばい、女子は向上傾向にある。
- 成年(20歳～64歳)については、昭和60年頃と比較すると、握力と急歩は、30～40歳代

は低く、50歳代は同じまたは高い水準にある。

- 高齢者（65歳～79歳）については、ほとんどの項目及び合計点で横ばいまたは向上傾向にある。

②調査結果の分析

毎年、当該年度の集計結果と併せ、年度ごとにテーマを決め、その分析結果も公表している。今回は、令和4年3月に第3期スポーツ基本計画が策定されたことに伴い、第1期スポーツ基本計画が策定され開始された年（平成24年度）から、第2期スポーツ基本計画期間が終了した年（令和3年度）までの10年間を概観した。

- 各年代における体力合計点の年次変化については、平成24年度の値を100%とし、第2期スポーツ基本計画期間が終了した令和3年度までの年次変化を分析した。その結果、平成24年度に比べ、平成29～令和元年度にかけて、多くの年代で男女ともに横ばいまたは向上傾向がみられる。ただし、40歳代女子では、低下傾向がみられる。なお、令和3年度は40歳代以降の男子のほとんどの年代において低い値を示している。

- 平成24年度・平成28年度・令和3年度の各テスト項目の年次変化については、各年代（中学生、40～44歳、70～74歳）の平成24年度の結果を100%とし、平成28年度（第1期スポーツ基本計画最終年度）と令和3年度（第2期スポーツ基本計画最終年度）の各テスト項目の結果を分析した。その結果、テスト項目別にみると、年代及び男女において一定の傾向はみられないが、40歳代女子においては、平成24年度と比べてすべての項目で低い値となっている。

- 各年代における運動習慣の年次変化については、第1期と第2期のスポーツ基本計画において、成人以降では週1回以上の運動・スポーツ実施率の目標値は65%となっていることから、ここでは、週1日以上運動・スポーツ実施率の年次変化を分析した。その結果、成年男子においては、目標値をやや下回っているが、いくつかの年代では10年間で向上の傾向がみられている。一方、成年女子においては、特に20～40歳代で目標値を大きく下回っており、10年間で実施率の低下の傾向がみられる。高齢者においては男女ともにすべての年代で目標値を満たしており、さらに男子の一部の年代を除いて向上の傾向がみられ

る。なお、小・中・高校生の目標値は定められていないが、ほとんどの年代の男女で70%以上の値を示している。ただし、女子の高校生ではやや向上の傾向がみられるものの55%程度となっている。

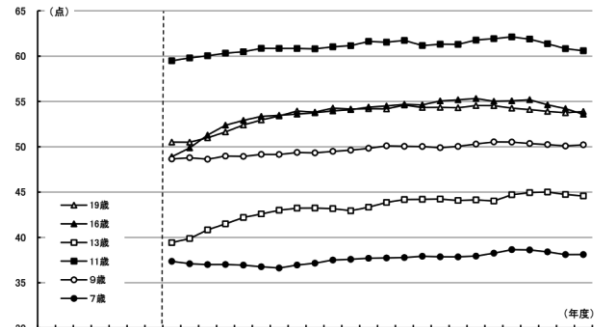


図2-19 新体力テストの合計点の年次推移（男子）

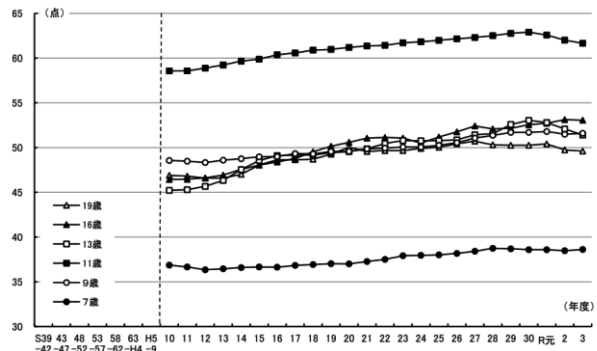


図2-20 新体力テストの合計点の年次推移（女子）

※令和3年度体力・運動能力調査報告書より抜粋

（4）おわりに

情報として、「スポーツの実施状況等に関する世論調査」については、ローデータが、「体力・運動能力調査」については、単純集計とクロス集計の結果がHPに公表されている。研究者の先生方に期待したいこととして、これらのデータを活用していただき、ぜひスポーツ実施率や体力の向上につながるような研究を進めていただきたいと思っている。

（5）参考資料

- 1) スポーツ庁（2024）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/b_menu/toukei/chousa04/sports/1415963_00008.htm
- 2) スポーツ庁（2023）令和3年度体力・運動能力調査報告書
https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/chousa04/tairyoku/kekka/k_detail/1421920_00005.htm

「大分県の児童生徒の体力の現状と取組」

廣田 哲也 氏

(1) 大分県の児童生徒の体力の現状

令和4年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果(R4.12月公表)からわかる、本県の小5男女、中2男女の現状である。握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、20mシャトルラン、50m走、立ち幅跳び、ボール投げの8種目では、中2女子の上体起こしを除いて全ての種目において全国平均を上回っている。

次に体力合計点を基にした全国順位では、小5男子が2位、小5女子が3位、中2男子が5位、中2女子が7位となっており、全国的に見て高い水準にあると言える。体力合計点も、平均値も全国平均値を大きく上回っている。

しかし、経年変化で見ると、平成30年度をピークに年々低下しており、体力の低下に歯止めがかかっていない状況である。これは全国的にも同様な傾向が見られる。

続いて、体力合計点を基に5段階で総合評価した場合のC評価以上の割合で見ても、平成30年度以降、減少傾向にある。

※総合評価基準表 <男女共通>		
段階	小学校5年生	中学校2年生
A	65以上	57以上
B	58~64	47~56
C	50~57	37~46
D	42~49	27~36
E	41以下	26以下

※総合評価は8種目すべて実施した場合に合計得点で判定する。

運動やスポーツに対する愛好度で、「好き」「やや好き」と答えた児童生徒の割合も、平成30年度をピークに、減少が続いているが、令和4年度はやや回復傾向にある。

運動の日常化を、1週間当たりの運動実施時間の平均から見ると、平成29年度をピークに減少しているが、令和4年度はやや回復傾向にある。併せて60分未満の児童生徒の割合は減少していることから、運動実施時間は増加傾向にあるといえる(中2男子のみ運動時間が8分程減少しているものの)。

ここで、体力合計点と運動への愛好度のクロス集計で見ると、小5男女は体力合計点では2位、3位と高い水準にあるものの、愛好度は男子14位、女子18位と体力合計点ほど高い水準ではない(女子は全国平均以下)。

このことから小学校では、「運動が楽しい」から「体力向上」につながりきれていない面もあり、児童が主体的に体育や運動に取り組むこと

について課題があるとも考えられる。

これに対し、中2男女では男子は合計点でも愛好度でも5位、女子の合計点は7位、愛好度は4位と、愛好度と合計点が同じような水準である。このことから、中学校では、「運動が楽しい」と「体力向上」へとつながっていると考えられる。

次は、令和4年度の大分県児童生徒の体力・運動能力等調査結果を見ていく。県では、公立の小学校、中学校、高等学校全学年男女で、調査を実施している。この中で令和3年度の結果を上回った項目は192項目中、78項目(40.6%)となっている。(192項目=12学年×8種目×男女)

種目で見ると「長座体前屈」「反復横跳び」「立ち幅跳び」は12の学年で上回っている(男女合せて)。反面、「20mシャトルラン」は高校生男子を除いて全ての学年で下回った。

さらに、小・中学校のみで見ると、「20mシャトルラン」は全て昨年度以下、50m走は4つの学年(男女合せて)しか昨年度の記録を上回っていないことから、大分県の児童生徒の「走力」に関する部分が大きく低下していると考えられる。

D・E層の児童生徒(低体力層)は、どの学年も平成30年度から少しずつ増加しており、体力低下に歯止めがかかっていない状況である。

(2) 大分県の体力向上の取組について

(1) 体力向上プランの作成と1校1実践の取組<趣旨>

- ・各学校の体力向上に関するPDCAサイクルを確立させ、児童生徒の体力を向上させること。
- ・体力・運動能力調査結果や生活習慣等調査結果から得られた課題を明らかにし、校長のリーダーシップの下、体育主任等を中心として全教職員で組織的かつ計画的に推進すること。

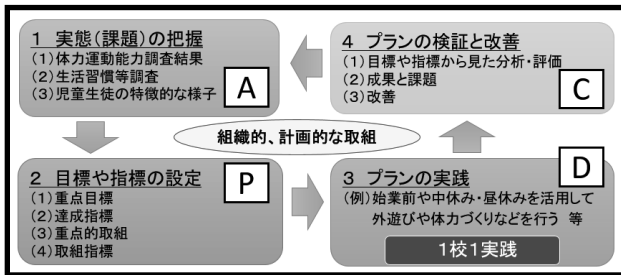
<留意事項>

- ・運動の特性に触れる楽しさや喜びを味わい、学習した結果として一層の体力向上を図ること。
- ・体力調査結果の向上のみを目指した取組ではなく、児童生徒に運動の楽しさを味わわせ、運動の習慣化・日常化が図られることを目指した取組になるよう工夫すること。

<体力向上プランに係る4点セット>

- ・「重点目標」・・・重点化、焦点化したもの
- ・「達成指標」・・・数値目標化したもの
- ・「重点的取組」・・・達成指標の到達に繋がるもの（その中の特徴的な取組が1校1実践）
- ・「取組指標」・・・「誰が」「何を」「どのくらいの頻度で」実施するかを明確にしたもの。

<組織的な体力向上のイメージ>



中でも、児童生徒の運動の習慣化・日常化をねらい、各校の特徴的な取組を「1校1実践」として位置づけている。組織的・継続的な取組が重要になるが、その実行のポイントとして、「三つの間（時間、空間、仲間）+手間」が大切であると考えている。

- ・「時間」の創出・・・掃除時間、朝の会等
- ・「空間」の整備・・・児童生徒が自分たちで活動できる、自分の力に合わせて取り組める、授業と関連付けて
- ・「仲間」づくり・・・誰かと、みんなで、委員会から
- ・「手間」・・・教具、場、学習カード等の工夫

十α 手間

■記録カード ■掲示物・通信 ■行事との関連
 ■家庭との連携 ■教師も一緒に活動 ■自由に使える用具の整備(貸出) ■意識の高揚につながること(努力や成果の視覚化)

昨年度の県下の取組の具体的事例として、臼杵市の小学校の「あそびんごで体力アップ」を紹介する。

児童が楽しみながら運動や遊びに取り組むことができるようにし、「外遊びのきっかけづくり」「多様な運動経験の集積」をねらっている。事前に提示した30種類の運動や遊びから、自分で選んであそびんごカードを作成し、取り組み、ビンゴを目指す。カードを選ぶ(4、9、16マス)、遊びを選ぶ(30種類)と言うように自分に合った運動を選んで「ビンゴ」を目指して取り組むことができるようにしている。

市浜小 あそびんご (3学期)

『やりかた』

- ① びんごのますのおおきさをえらぶ。
- ② ひだりから、やりたいあそびをえらんで、びんごのマスをつめる。
- ③ あそんだら、えんぴつマークから○をかきこむ。
- ④ ぜんぶ○になったら、ていしゅつばこにだす。

期間を学期に1度、3週間程度設定し、どの児童も飽きずに取り組むことができ、かつ、教師の負担過重にならないようにしている。休み時間の後、教室で1人1台端末を活用し取り組んだ運動や遊びをチェックし、ビンゴ、またはシートのコンプリート時に体育主任に学習支援ソフトを通して提出、認めをもらうようにしている。この取組を通して、期間中、全児童(403名)が外遊びに取り組むことができた。また、支援学級在籍の児童にも外遊びに誘う声かけや姿がよく見られ、いろいろな運動や遊びと一緒に楽しそうに取り組んでいた。このような姿が見られた要因として、自分の力に合わせて運動や遊びを選べること、どの児童も取り組みたくなるカードの工夫、期間を限定して全校で取り組むこと(雰囲気作り)が考えられる。

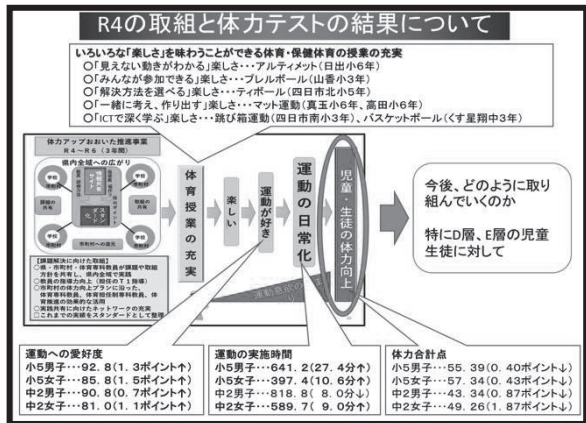


(2) 体力アップおおい推進事業

運動好き子どもを増やし、体力・運動能力の向上を図ることを目的としている。内容としては、授業及び体育的活動を充実させるため、小学校に体育専科教員 24 名、体育担任制専科教員 2 名するとともに、中学校 16 校を体育推進校に指定している。特に体育・保健体育の授業では「指導と評価の一体化」「1 人 1 台端末の活用」「実践の発信」等を充実させることにより体育・保健体育の授業で児童生徒が「わかる・できる・楽しい」を実感し、運動意欲を高め、運動の習慣化・日常化を図ることをねらいとしている。取り組みを始めた平成 21 年度は小学校 6 校、中学校 6 校であったが、令和 5 年度には小学校 26 校、中学校 16 校に広がっている。

特に小学校においては、体育専科教員、体育担任制専科教員の活用により、情報共有サイトで、体育の授業に関するノウハウを共有し、県下の体育の授業のスタンダード化を図り、どの先生が、どの地域でも、ある程度充実した体育の授業が実践できるように準備を進めている。

このように体育の授業の充実させることによって、児童生徒が楽しさを味わい、運動が好きになり、運動の日常化が図られ、結果として児童生徒の体力向上へつなげている。



この取組と令和 4 年度の体力テストの関係については「運動が好き」を「運動への愛好度」に置き換えると、小5男女、中2男女ともにポイントアップしている。次に「運動の日常化」を「運動の実施時間」に置き換えると中2男子が 8 分減少しているものの、残りの学年はポイントアップしている。最後に「体力向上」を「体力合計点」に置き換えると、全ての学年でポイントダウンしている。今後の本県の課題としては、運動の日常化から体力向上へとどのように効果的につなげるかである。中でも低体

力層 (D 層、E 層) の児童生徒へのアプローチが大切と捉えている。

「運動への愛好度」「運動の実施時間」がポイントアップしたことは、体育授業の充実が要因であると捉えている。小6「ボール運動：ゴール型 アルティメット」では教具の工夫や1人1台端末の活用により、「ボール(ディスク)を持たない味方の動きがわかる」楽しさを、小5「ボール運動：ベースボール型 ティボール」では「教具やルールを多く提示し、方法を選んで解決する」楽しさを、中3「球技：バスケットボール」では、「ICTを活用して『空間を作り出すなどの動き』などに気付き、深く学ぶ」楽しさなどを味わえるようにしている。

県下の体育専科教員、体育推進教員が中心となって体育の授業の充実を進めているが、そのメンバーと各市町村教育委員会の学校体育担当を集め、年3回、参集で連絡協議会を実施している。そこで実践発表、共有、協議などを通して県全体への拡充を図っている。令和4年度の連絡協議会のゴールは、「体育、保健体育における1人1台端末の有効な活用方法を明らかにすること」とした。このゴールに向かい、第1回(6月)では、「現状把握、課題の明確化」「課題解決の方策についての協議、共有」「各市町村の状況に応じた活用について意見交換」を行い、「1人1台端末活用のルール作り」「操作に関する指導者のスキルアップ」「運動量と端末の活用のバランス」について今後も実践、検討を続けていくことを共有した。第2回(10月)では、「より深い学びにつなげる1人1台端末の活用」として、「デジタルタキシノミーについての講義・演習」「実際の授業実践」「これからの有効活用についての協議・共有」を行い、「授業場面での具体的な活用方法の共有」「スタディログを活用してより深い学びへつなげる」こと等が共有された。



第3回(2月)では、「授業視察を基にした活用の傾向」「全国体力調査の質問紙の結果」「優れた市町村の取組の紹介」「『走力』を向上させるための活用について協議、共有」を行った。体育専科教員、体育推進教員の授業については「示範の動きを示す」「互いの動きを映像で記録し課題を見付ける」「めあてや振り返りの共有」などで十分活用されている反面、「見合う視点が明確にできていない」などの課題も明らかになった。全国体力調査の質問紙における「タブレットなどのICTを使って『できたり、わかったり』することがあるか」という質問に対し、「いつもある」「だいたいある」と答えた児童生徒が半数以上で、全国的に見ても高い水準で活用されていることがわかった。その反面、同じ質問に対し「ICTを活用していない」と答えた児童生徒も4分の1程度いることから、一定数、1人1台端末が活用されていない実態も浮き彫りとなった。

「走力」を向上させるための活用については、「記録を蓄積し、自分の成長や取組の量を実感させて意欲を高めること」「自分の運動の姿と示範の動きを比較し、課題をつかませること」等が出された。

(3) 取組の成果と課題について

今後の大分県の児童生徒の体力向上のカギは、『わかる』『できる』『楽しい』を味わうことができる体育授業の充実と「体育的活動(1校1実践)の充実」の二本の柱である。これらが、組織的、主体的に行われ、改善サイクルが継続的になされ、時間・空間・仲間に加え手間が入る活動の工夫が入れば、児童生徒の運動の日常化・習慣化が促進され、体力向上に寄与すると考えている。

「大分県における健康寿命と高齢者の動向」

松元 義人 氏

(1) 大分県の健康寿命日本一に向けての取組について

大分県では、平成22年度特定健診の「年齢階級別の肥満率」において男女全ての年齢で肥満率が高い傾向が見られた。特に男性は40歳の時点で36%が既に肥満、「20歳から10kg以上体重が増える人の割合」も全国26.8%に対して大分県は30.5%と割合が高かった。

また「健康上の理由で仕事や家事に影響ありの

割合」では、平成25年国民生活基礎調査によると50歳と75歳に「壁」があることがわかった。特に50歳の壁では、①メタボリックシンドロームが多い、②喫煙率が高い、③高血圧が多い、④糖尿病が多い、⑤脳血管疾患が多い、⑥虚血性心疾患が多い、⑦人工透析が多いという7つの課題が浮かび上がった。

このような状況下、大分県の健康寿命延伸を阻む県民が健康を育む生活を送ることで幸福を感じ、生涯にわたり活力ある生活を送る社会を目指し、健康寿命日本一の実現を目標に掲げ、保健医療福祉関係団体、経済団体、マスコミ、行政など39団体と県(知事)による県民会議「健康寿命日本一おおい創造会議」を平成28年6月13日に設立。それぞれの団体は毎年10月を「みんなで延ばそう健康寿命」推進月間と定め健康づくり事業を展開、また県が作成した健康アプリ「おおいの歩得(あるとつく)」を積極的に活用し、さらに健康づくりに貢献した優秀健康事業所や団体を毎年表彰している。

(2) 大分県の「通いの場(サロン)」について

大分県の介護予防事業の取組としては、これまで国民健康保険中央会の協力で「介護予防で、いつまでも元気!~水中運動で健康寿命~」のDVDを作成し、全国の市町村へ配布。また平成26年には県のモデル事業「介護予防体操普及推進事業~週1元気アップ教室~」を開催し、健康教室や通いの場(サロン)で活用してもらうために「めじろん元気アップ体操・めじろんリズム体操」のDVDを作成し県内市町村や社会福祉協議会に配布して活用してもらっている。

このような事業の取組が実り大分県の健康寿命は、平成28年男性36位、女性12位、令和元年には目標としていた男性1位を達成、女性4位となった。

<健康寿命調査結果>

		H22		H25		H28		R1		H28~R1 伸び(年)
		歳	順位	歳	順位	歳	順位	歳	順位	
男	全 国	70.42	—	71.19	—	72.14	—	72.68	—	—
性	大分県	69.85	39	71.56	16	71.54	36	73.72	1	2.18
女	全 国	73.62	—	74.21	—	74.79	—	75.38	—	—
性	大分県	73.19	34	75.01	10	75.38	12	76.6	4	1.22

さらに、高齢者が身近な場所に集まり、交流などを楽しむ県内2889カ所の「通いの場」の参加率が16.3%で全国平均の6.7%を大きく上回り、統計を取始めた平成25年以降、9年連続全国1位となっていることも健康寿命日本一の要因と思われる。

(3) 地域における高齢者の健康づくりの状況について

平成 26 年には、介護保険法の改正にともない大分県福祉保健部高齢者福祉課において「介護予防体操普及推進事業」のモデル事業を 2 市「体操普及リーダー養成講座」と「サロン体操指導」10 か所で健康運動指導士及び健康運動実践指導者を活用して開催した。

その後、県下の自治体と市町村社会福祉協議会が協力しリーダー養成講座とリーダーとなった人材を活用し、通いの場（サロン）をそれぞれの地域で立ち上げて現在活動している。

(4) 高齢者の健康づくりの課題

高齢者の健康づくりの今後の課題では、現在お世話していただいているリーダーの高齢化とリーダー養成講座を開催しても年々参加率が低くなってきていることが問題となっている。その結果、リーダーやお世話をする人がいなくなり自然と消滅してきている「通いの場」が出てきた。

今後は自治体と社会福祉協議会がより一層連携しながら、また地域と協力し地域にあった「通いの場」のあり方を早急に検討していく必要がある。

3. 第1専門分科会シンポジウム

<第1 専門分科会シンポジウム>

学業とスポーツの両立（デュアルキャリア実践）の 先にあるものとは何か？

演 者：水内 寛（呼吸器外科医），山路 謙成（株式会社テレビ大分 ディレクター），
谷口 勇一（大分大学）

指定討論者：八尋 風太（日本経済大学）

司 会：萩原 悟一（九州産業大学）

企 画：森 司朗（鹿屋体育大学），下園 博信（福岡大学）

学業とスポーツの両立（デュアルキャリア）について三人の演者に話題提供をいただいた。まず、水内寛先生より、医師になるための学業と野球選手としての自身の経験を振り返りながら、デュアルキャリアについてお話しいただいた。自身の経験から同時に注力することの難しさを感じ、デュアルキャリアは一時的に一方に注力するものではないかという考えを紹介していただいた。

山路謙成先生は学生時代、特に学部生時代行ってきた習慣、ならびに陸上競技で培ったスキルについて紹介していただいた。学部生時代に取り組んで得たものが社会人としてのメンタリティに結び付いていることをお話ししていただいた。

谷口勇一先生には、社会学の立場からデュアルキャリアについての考えを示していただいた。学業とスポーツの両立は神話化している部分があり、年代によって捉え方の差異があるといった説明があった。また、過去のデータを用いて他国との比較をした研究結果を紹介していただいた。

その後の質疑応答では、デュアルキャリアという概念やシステムについての指摘を受け、意見交換を行って頂いた。また、過去の経験を振り返って後悔しているところ、改善しなかったところを各先生方にお話しいただいた。さらに、テーマにもあるデュアルキャリアを実践した先には何かあるのか、あるいは、あったのかといった点について議論していただき、シンポジウムを閉じた。

1. 企画趣旨

今年度、第一分科会シンポジウムの企画テーマは「学業とスポーツの両立（デュアルキャリア実践）の先にあるものとは何か？」であった。

わが国を含む世界のスポーツ界において、アスリートが競技だけでなく、競技以外のキャリアを追求するデュアルキャリアを目指すよう支援することの重要性が認められつつある。また、わが国では大学スポーツにおけるデュアルキャリアは「スポーツの現役期間中に競技に邁進しながら自身のキャリア形成にも同時に取り組むという

考え方（谷釜, 2020）」と定義されており、学生アスリートに対する正課外教育の一環として注目がなされている。アスリートがデュアルキャリアを実践することで、心理的なメリット（バランスのとれたライフスタイル、幅広いアイデンティティの確立、自尊心の向上など）、社会的なメリット（社会的ネットワークやサポートシステムの拡大など）、経済的なメリット（幅広いスキルとチャンスの獲得など）が得られることが明らかになっていることからデュアルキャリアの実践が推奨されている（Tekavc et al., 2015）。一方、デュアル

キャリアの実践には、トレーニングや競技のスケジュールを授業や試験と合わせることの難しさ、身体的な疲労、経済的な問題、時間の不足など多くの課題が指摘されている (Harwood, & Knight 2015)。持続可能なデュアルキャリア環境を築くためには、学校、クラブ、家庭における様々な関係者の支援環境と協力が不可欠であることが強調されており (Aquilina, 2013)、デュアルキャリアを実践する環境も重要であるといえる。このように、デュアルキャリアの実践には様々なメリットがある一方で、それを実践できるアスリートは限られており、またどのような環境設定がなされれば、デュアルキャリアを効果的に実践できるのかは検討の余地がある。

そこで、本シンポジウムでは「デュアルキャリア」の概念に触れ、競技と学業、または競技以外のキャリアとの両立に成功した場合に期待できるメリットや機会について、元学生アスリートで医師、アナウンサー、そしてスポーツ社会学の有識者を演者に迎え議論する。また、スポーツと学業の両立を実践した演者の例を基に、スポーツと学業、または競技以外のキャリアとの両立を目指す人が何を実践してきたかを明らかにする。そして、デュアルキャリアの実践がもたらすポジティブな効果やスポーツのキャリアを終えた後に活かされた経験とは何か演者および参加者とともに考えたい。本シンポジウムでは、スポーツと学業を両立させることの価値を参加者自身が考え、デュアルキャリア実践の課題を乗り越えるための実践的なヒントを提供することを目的とし、企画した。話題提供の要旨は以下に示す。

2. 発表要旨

話題提供①：自身のデュアルキャリアについて

水内 寛 氏

本発表では、私自身の経験を基に、学業と野球

のデュアルキャリアについての私見を紹介する。学業は医師である両親に「最低限の勉強はしたほうが良い」と言われていたが、特に強く勉強を強制されたことはなかった。しかし、高校の部活動では野球部（野球部の顧問の考え方も最低限の学業成績は維持すること）として活動していたが、学業成績は低下し、3者面談では担任に「まさか、医学部を目指してないですよ？」と言われる始末。さすがの両親にも「これ以上成績が悪くなった場合、野球はやめさせる」と言われてしまった。今考えれば高校時代、自身の努力の割合は野球が大半を占めており、勉強は最低限、もしくはそれも満たしていなかったかもしれない。しかし、両親にはその後、「野球を辞めなさい」と言われることはなく、野球に打ち込んでいた（後で聞いたところによると、野球部の顧問が両親に対して、野球が終わるまでは野球に専念させ、その後に受験勉強をする方が良いのでは、、、とアドバイスしたようだ）。高校3年生の大会では県大会で準優勝という成績を収めることができ、とても充実した野球ライフを過ごしていたと思う。夏の大会が終わった後は、医学部に合格するため、受験勉強にすべてを費やした。担任の「まさか、医学部？」という激励の言葉に発奮し、一日中、机に向かっていた。医学部進学後も野球部として活動を続けており、現在も医師として働く傍ら、職場の草野球チームに所属し、野球を続けている。

これまでの経験を振り返ると、両立を意識した実感はないが、高校では野球部活動において、部員同士で学業成績は最低限達成する目標を立てたり、如何にして試合に勝つかを話しあったり、野球のパフォーマンスだけでなく、物事を考え、行動し、課題を解決する力が身についたと実感している。また、スポーツで培った負けず嫌いが受験のパワーになったと考える。

基本的に学業とスポーツを同時に実践することは難しいと感じているが、私の考えでは、デュ

アルキャリアは、一時的に一方に注力し、その後もう一方に注力し成長していくものだと考えている。例えば、ボルダリングのように、片手を必ず掴んで、その手を軸に登り、上に進んでいくように、競技を実施するにあたり、学業をあきらめるのではなく、ある一定の時期は競技に力を入れつつも、学業という「手」を離さないようにして、壁を登れば、自身の目標が達成できるのではと考えている。

話題提供②： 学生時代の経験を社会人としてのメンタリティに

山路 謙成 氏

私は現在、テレビ大分で記者兼アナウンサーとして勤務おり、現在のメンタリティの基礎となっている学生時代の経験について紹介する。

私は学生時代、陸上競技のやり投げを専門とし、競技に打ち込んできた。高校時代は、先生に教えてもらう練習環境であったが、大学に進学し、自分で考える自分主導の練習環境に変わった。そのことから、考える力が身についた。また、体育会系の部活動に所属していたため、上下関係がしっかりとしており、フットワークの軽さや臨機応変する力が必要だった。そのようなスキルが現在の仕事において、現場ですぐに対応する力へと変換されている。

学生時代、メモをとるよう心掛けていた。アルバイトで出会うお客さんの外見や印象、やり投げの技術に関する感覚でふと思いついたことなどをメモすることを習慣としていた。メモをとる習慣を身につけることで、忘れ物が減り、スケジュール管理をすることができるようになった。このメモを取る習慣を教えてくれたのが私の親である。

また、大谷翔平選手が高校時代活用していたことでもお馴染みのマンダラチャートを活用し、自己分析を行い、部活動や学生生活で身についた意

識や習慣と就職活動や将来へのビジョンを結びつけた。

私は、自分の経験を振り返ると学業とスポーツの両立、デュアルキャリアを実践していた実感はない。しかし、スポーツから得た経験や意識を就職活動や社会人としてのメンタリティに繋げることができている。

話題提供③： 社会学の立場からのデュアルキャリア

谷口 勇一 氏

私は本シンポジウムで、デュアルキャリアという言葉は初めて耳にしたが、このデュアルキャリアを社会学の立場からの解釈を紹介したい。

過去に大学生トップアスリートを対象にセカンドキャリアについて調査したところ、北米の大学生は「やりたいことがあるので大丈夫」と回答した大学生アスリートが多かったが、日本は「何とかして他のことを探す」と回答したものが多数派であった。このことから、わが国の文化において両立することは難しいことが窺える。

学業とスポーツの両立は、昔から学生の理想あるいはあるべき姿として神話化しているのが現状である。神話化してしまっている学業とスポーツの両立を目指そうとして、両方諦めてしまう者、スポーツだけに専心してしまう者が増加している。中学生や高校生においては、学業とスポーツの両立を目指すことは相乗効果になる可能性が秘めている。しかし、大学生では両立を目指すのではなく、スポーツの経験から得たものを学業、あるいは社会人生活へと援用することが効果的であると考えている。

また、スポーツ空間論を援用したデュアルキャリアの解釈を紹介する。学業で感じた「イライラ」をスポーツで感じるができる「ハラハラ」「ドキドキ」で発散することができると考えている。また、部活動であれば、部員同士が集ってコミュ

ニケーションをとり、「イライラ」を解消するための「コート外の空間」も重要であり、そこがデュアルキャリア実践のための重要な環境になる可能性を論じた。

(文責：日本経済大学 八尋風太)

4. 第2専門分科会シンポジウム

<第2 専門分科会シンポジウム>

健康・スポーツの現場における計測技術 -新しい体力評価の可能性-

演 者：萩尾 耕太郎（中村学園大学短期大学部）、澤田 泰輔（株式会社スポーツセンシング）
司 会：田原 亮二（西南学院大学）
企 画：田原 亮二（西南学院大学）、熊原 秀晃（中村学園大学）

今回の第2 専門分科会シンポジウムでは、2名の演者から健康・スポーツの現場における新しい測定方法および評価について話題提供をいただいた。萩尾先生には計測・測定 concepts を整理していただき、これまであまり活用されてこなかった体力・運動能力の指標として姿勢や協応性があり、その必要性について解説いただいた。また、今後の体力評価の方向性を示すキーワードとして「恒常化」「複合化」「個別化」が挙げられた。澤田先生からは最新の計測デバイスに関して、実際の測定事例を用いながらご紹介いただいた。これらのデバイスの強みとして、動作のプロセスについても可視化できることが挙げられ、測定事例を踏まえつつ、動作の質について測り、改善の手立てを示すことの重要性が示唆された。

話題提供の共通項として、「動作の質を測る」ことがあり、それによって個別化を図るという意見があった。テクノロジーの進歩により、個別評価が実現され、恒常的な測定が大衆化する未来は間もなく到来すると思われるが、そこに向けた基礎データの収集と理論の構築が研究者の役割となるであろう。

1. 企画趣旨

近年、テクノロジーの進歩により、計測方法が確立されたことで、運動・スポーツに関する様々な現象が精密かつ短時間で数値化できるようになり、情報の共有も容易にできるようになった。それによって、計測したデータを健康増進やスポーツにおけるパフォーマンスの改善に役立てるような取り組みが多くなされている。

本シンポジウムでは、これまで計測方法の制約などで測定されてこなかった体力や運動能力に関する要素の測定方法や測定によって得られた知見について、特に健康問題に焦点を当てて話題提供をしていただく。また、既存の体力測定の課題を指摘することで、より精確に個々人の問題点を判定し、運動指導現場におけるアセスメントにも役立つ、新しい体力評価法の可能性についてフロアを交えてディスカッションしたい。

2. 発表要旨

話題提供①：健康・スポーツの現場における計測の重要性と今後の展望

萩尾 耕太郎 氏

一般に、「計測・測定」というと、数・量・重さ・長さなどをはかること解釈できるが、日本工業規格「計測用語」(JIS Z 8103)の定義では、「計測とは、特定の目的をもって、事物を量的にとらえるための方法・手段を考究し、実施し、その結果を用い所期の目的を達成させること」とされる。つまり、何かの目的を持って、対象者についてのデータを取得することが重視される。目的の達成に力点を置くと、計測・測定というのは、目的に今後の方略を策定するための出発点（スタート）と捉えることができるし、その介入や実践が有効であったかを検証をする到達点（ゴール）と捉えることもできる。

我々、専門職が計測・測定のための目的とするのは、「対象者の健康の保持増進・パフォーマンスの向上」ということになるだろう。その目的のために、「何を測定するのか」「何で測定するのか」を選定することになる。これまで当分野での計測の多くは、体力要素の中でも身長・体重などの体格や、筋力・筋持久力などといった、主に身体的要素の中でも行動体力に関する項目を測定するものであった。歴史的にみると、1964年に制定された小中学校スポーツテスト（現在の新体力テストにつながる）の時から、全国の学校現場での実施を前提として広くサンプリングをおこなうために、安全性の担保、計測の妥当性・信頼性、場所や計測法の簡略化が求められた結果として、現在の傾向が形作られたと考えられる。そのような制約の中でも、体力測定（体力テスト）に関する知見が数多く積み上げられ、当初の目的のために研究が続けられている。

このような歴史的背景にあって、近年の技術発展によるブレイクスルー（①センサー技術・精度の向上、②機器の普及・低価格化、③演算処理機能の向上）は現場における計測に大きなインパクトを与えた。特に①②は、これまで専門の医療機関や研究機関で高額の機材を所有するところでしかできなかった高精度かつ複雑な（けれども健康やスポーツに関連が深く有益な）計測が、一般的に活用できるようになってきている。携帯端末によるヘルスチェックなどがその好例で、専門機関でなくても24時間データを収集することすら可能になってきている。③についても、今後はAIなどの活用が当分野でも進んでくるに違いない。

発表者が技術的ブレイクスルーによって期待しているのは、新たな時代に合わせた体力測定のかたちを模索することである。これまでの制約により測定しづらかった防衛体力や、認知機能（意思・判断・意欲）などの精神的要素も一般的な計測に入ってくるだろう。また学校現場や労働環境

で問題となっている長時間座位に代表される「姿勢」というものも身体的・精神的な健康と関わることを示されてきており、これも一般的な計測に落とし込んでいくことが望まれる。来るべき新時代の計測のためにエビデンスを積み重ねたい。

話題提供②：体力測定および評価に関する状況と展望

澤田 泰輔 氏

スポーツのみならず、計測を可能とする機器が充実することで、さらに研究開発が進み、新たな商品や評価手法が生み出されていきます。スポーツの計測を考えた時、「体力」の要素には実に様々なものがあるにも関わらず、それぞれの要素はどれくらい計測できるのでしょうか？残念ながら、体育/スポーツ分野の計測機器が充実しているとは言えないのが現状です。

私自身のポリシーとしては、最先端の技術を用いた計測機器だけではなく、様々な体力の要素に対応していけるよう、多種多様な計測機器が世に出ることが最優先だと考えています。古くから存在する技術要素を組み合わせても、有用となる計測機器を生み出すことが出来ます。下図はマットスイッチセンサーの内部を二つの領域に分けて計測することで、左右独立計測できるようにしたセンサーとアプリケーションの例です。

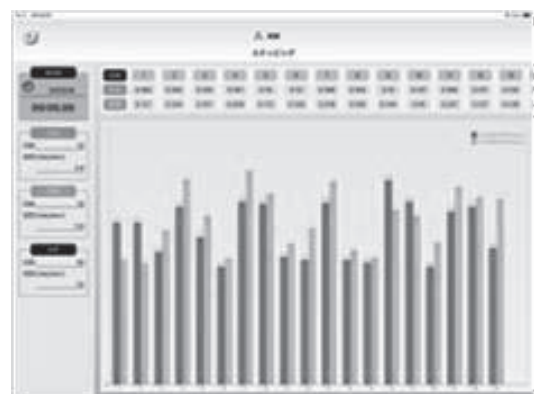
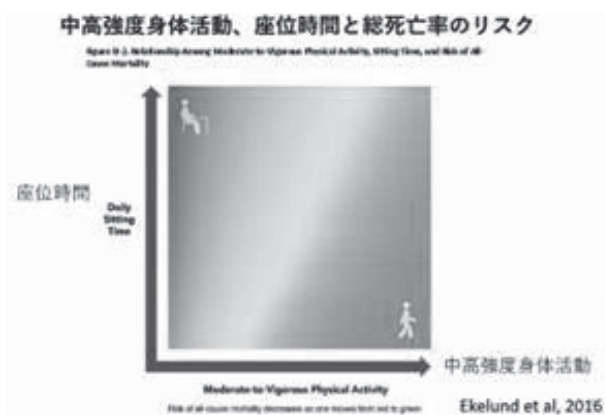


図1 ステッピング動作における接地時間の左右差

その場での歩行またはステップング動作を行っていただくと、左右差の有無を一目瞭然にすることができました(図1)。目視では認知できない、または、なんとなくしか分からないことを数値化し、評価できるようにすることで、トレーニング内容の調整や、回復/修正の過程を把握しやすくなります。

スポーツ以外に目を向けると、海外では、「Sitting is the new Smoking」という言葉が当たり前になっている程、日常生活の中での”座りすぎ”は問題とされています。座りすぎに対しては、”中強度の運動”を日常生活の中で増やしていくと良い、という報告が出ています。しかし、中強度の運動を行えているかどうかの把握はどうやって行えば良いのでしょうか？また、座りすぎているかどうかを計測できる機器があれば、どのようにして身体活動の強度データと合わせて分析したり、日々の身体活動を改善したりすることに寄与させられるのでしょうか？



各種体力測定、ウェイトトレーニングの 1RM やレップ数など、これまでの体育/スポーツの計測から得られるデータは、『量』のデータが大半を占めていました。しかし、未来に向けて、動作や身体活動の『質』を評価できる計測機器、および、計測データを増やしていくことが必要不可欠だと考えています。質を評価するための手法は、優秀な研究者の皆さんの成果に期待しています。研究者向けの計測機器の提供/サポートを続けている理由は、将来的にその成果が現場に還元されることを期待しているからです。パフォーマンスの維持/向上を従来よりも確実に、より安定的に行っていくよう、我々は体育/スポーツ向け計測機器のメーカーとして、これからも尽力していきたいと思えます。センサー素子は多種多様に存在し、データを取得する機器の開発は迅速に行えるようになりました。体育・スポーツの現場で簡単に扱え、“量”だけではなく、『質』の評価まで行えるようになる計測機器の開発は、我々、一メーカーだけでは行うことができません。

これからも九州・福岡を中心に国内のみならず、世界のスタンダードを作っていきたいと思えますので、皆様のお力添えを頂けますと幸いです。



図2 センサーを利用した体力評価の概念モデル

5. 第3専門分科会シンポジウム

<第3専門分科会シンポジウム>

「共生の視点」から生涯にわたる 豊かなスポーツライフの実現・継続を考える

演者①：青柳 俊（大分大学附属特別支援学校）

演者②：岩崎 敬（大分県日田市立高瀬小学校）

演者③：内田 幹一（佐賀県佐賀市立大和中学校）

司会：堤 公一（佐賀大学）

企画：堤 公一（佐賀大学）、宮平 喬（筑紫女学園大学）、西田 明史（中村学園大学）

1. 企画趣旨

2022年6月に公表された内閣府総合科学技術・イノベーション会議「Society 5.0の実現に向けた教育・人材育成に関する政策パッケージ」では、第6期科学技術・イノベーション基本計画で再定義された Society 5.0 の中核を「多様性」「公正や個人の尊厳」「多様な幸せ (well-being)」の価値であると示している。現行の学習指導要領や令和の日本型学校教育で求めている「多様性」を保障する学習の推進は、今後さらに加速化されていくであろう。本シンポジウムでは、障害者スポーツにおけるルールや用具の工夫、障害のある幼児児童生徒の個々のニーズに応じた合理的配慮ならびに特別支援学級との交流及び協同学習の実際等に関する実践報告や話題提供から、共生社会における「多様性」を保障する体育のあり方についての理解を深めていきたい。

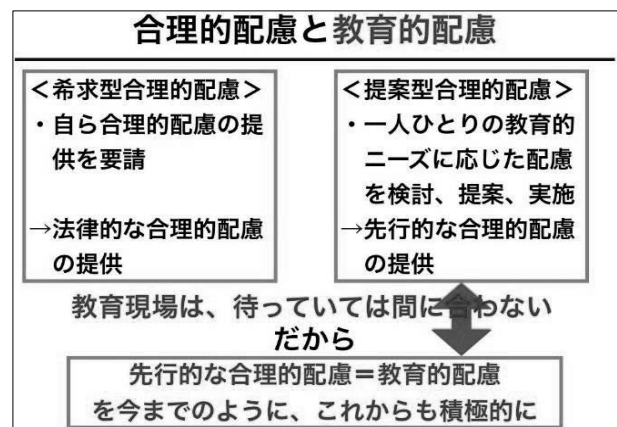
2. 発表要旨

話題提供①：「合理的配慮」と特別支援学校における「一人ひとりの教育的ニーズ」にあった工夫

青柳 俊 氏

障害者差別解消法の制定・施行に伴って導入された概念である「合理的配慮」とはいかなるもので、どのような背景から生まれたのかを法令を根

拠として外観し、「合理的配慮」と「教育的配慮」の違いについて、希求型合理的配慮と提案型合理的配慮という概念を用いて説明した。



加えて、特別支援学校（知的障がい）の体育授業における「一人ひとりの教育的ニーズ」にあった指導の重要性について、児童生徒の実態把握や目標設定、適切な教材・教具や学習集団の工夫、指導体制の検討の必要性と、指導内容の多様性を保障、段階的な発達を促す遊びやゲーム導入の工夫、学習環境デザインの工夫、学習形態の工夫などの実践事例を報告した。

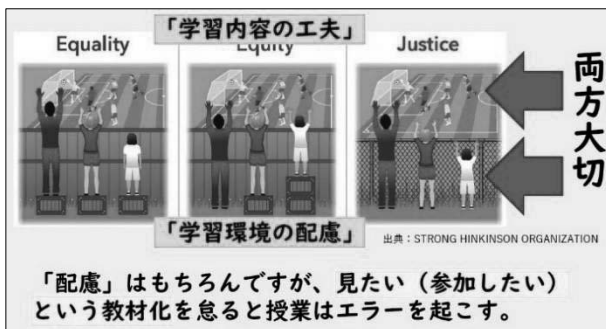
話題提供②：小学校体育専科教員として共生の視点に配慮してきた実践事例

岩崎 敬 氏

中学校の保健体育教員から小学校体育専科教

員になり、今年で11年目を迎えた。これまで様々な子どもたちに出会ってきて、その分自分も多くの壁にぶつかってきた。その度、自分なりに工夫してきたことがある。特に、言葉ではなかなか伝わりにくい子どもたちも多かったため、積極的にICTを使って視覚的に伝えたり、多くの授業で、ルールや用具を工夫したりしてきた。

共生の視点による個別最適化された授業のやり方として、授業をどう工夫して、学習者にとってのより良い学びとなるのか。それが「学習環境の配慮」と「学習内容の工夫」の両方を大切にしたい授業づくりであると説明し、具体的な事例を報告した。



話題提供③：ルールの改善から「チームへの貢献」を目指したバスケットボールの授業実践

内田 幹一 氏

今日の体育科教育では、障害の有無に関わらず、生徒一人ひとりの特性を生かしながら多面的に運動に関わることができる「共生」の視点での授業改善が一層重視されている。そのためにはどのようなルールの改善が有効だと言えるだろうか。

本実践で重要視したこと

- ・ みんなで楽しめる
- ・ 一人ひとりに役割がある

大きくこの2点

多様な学力と運動能力を有する特別支援学級

在籍の生徒と通常学級在籍の生徒たちが、同一の学習空間において、互いの能力が生かされる状況を残しつつ、共に全員がより良くバスケットボールに関わった過程とその成果を報告した。そのまま個人の欲求を貫き通すのか、チームのための選択するのか、最大限の力を発揮できる「チームへの貢献」とは何かを考えて、「みんなが楽しめる」「一人ひとりに役割がある」という2点を重視したことを説明した。

3. まとめ

今回3名の演者による事例報告が教師と学習者における個に応じた工夫の取組が中心となっていたため、フロアから学習集団としての学習者同士の関わりについて質問があり、今回の事例について各演者による補足がなされた。このことから個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実の必要性が改めて問われていることを考える契機となった。

今後さらに加速化していくであろう共生社会における多様性を保障する学びについて、そのあり方を一生に考えていければ幸いである。

【当日配布資料】QRコード

話題提供①：

「合理的配慮」と特別支援学校における「一人ひとりの個別ニーズ」にあった工夫



話題提供②：

小学校体育専科教員として共生の視点に配慮してきた実践事例



話題提供③：

ルールの改善から「チーム
への貢献」を目指したバス
ケットボールの授業実践



6. 第4専門分科会シンポジウム

<第4 専門分科会シンポジウム>

大学における健康支援活動は社会でどのように役立つか？

演者：松尾 洋（㈱くまもと健康支援研究所），西橋 静香（御船町社会福祉協議会），

高瀬 幸一（名桜大学）

司会：高瀬 幸一（名桜大学）

企画：高瀬 幸一（名桜大学），神谷 義人（名桜大学）

1. 企画趣旨

コロナ禍を経て、健康づくり、介護予防の取り組みの重要性が増している。地域住民を対象とした健康支援の取り組みの拡充が期待される一方で、人材不足が課題の一つとなっている。今回は、大学での健康支援活動が社会でどのように役立つかをテーマとし、産官学それぞれの視点から、ヘルスプロモーションに資する人材育成について考えてみたい。本シンポジウムでは、大学における健康支援活動（名桜大学ヘルスサポート）、九州各地で健康づくりを支援する株式会社くまもと健康支援研究所（くまけん）、地域住民の健康を守る行政の立場から、それぞれの取り組みの紹介と課題について報告いただき、after コロナの地域の健康づくりとそれに関わる人材育成について議論することとした。

2. 発表要旨

話題提供①：「ヘルサポ（学生支援団体）が取り組む地域の健康支援活動」

高瀬 幸一 氏

名桜大学ヘルスサポート（以下：ヘルサポ）は、地域に根ざした公立大学が拠点となり、大学設備・学生というリソースを活かしながら、沖縄県・地方自治体・企業と協働し健康支援プログラムを実施することで、行動変容のきっかけ作りや健康問題の改善、さらにはコミュニティ崩壊を防ぐことを目指している。ヘルサポの取り組みは、平成

30年3月にスポーツ庁から公表されたガイドライン「スポーツ推進アクションガイド～Enjoy Sport, Enjoy Life～」において、地域住民を対象としたスポーツへの興味・関心を喚起する先進的事例として、国内の大学で唯一掲載された。主な取り組みとしては、沖縄県が主催する事業において、「みんなでヘルスアクション！」への参画、健康おきなわ21健康動画制作：「おきなわスタイルウォーキング」、「やってみよう！グーパーストレッチ」、「うちなー健康バラエティがんにじゅうチャンネル」などへの協働・参画があり、ヘルサポの学生たちが大いに活躍している。さらに、大学内での健康支援活動や地方自治体（行政）・企業と協働で地域における健康支援活動（CGプログラムを用いたエクササイズ教室、健康度測定、健康相談）を精力的に実施し、今日まで着々と成果を上げている。2017年度は145回の活動を実施し、述べ1万人以上方々を対象に健康支援を実施し、大きい規模では1回の活動で500～600人を対象に実施することもあった。しかし、2019年度後期からの新型コロナウイルス感染症の蔓延によりヘルサポの活動は、コロナ禍前の2019年度116回（2月末時点）に対してコロナ禍の2020年度は10回と大幅に活動数が少なくなり、2021年度は16回、2022年度44回とコロナ禍前に比較し半数以下の活動回数となった。コロナ禍後の2023年度の活動回数は40回（8月末時点）にV字回復となりコロナ禍以前の実施状況に回復している。

最後に人材育成の点においても、ジェネリックスキルの指標であるコンピテンシーの値もヘルサポの学生は入学時 4.2 ± 1.6 から 4 年生の時点では 4.8 ± 1.5 と有意に高くなっていることから、対人基礎力の向上も図られていることが伺える。学生参画型の健康支援は、学生の人材育成も含め、健康問題の解決やコミュニティの活性化に対しても有効的であり、大学にける良きロールモデルとなることが考えられる。

話題提供②:「九州に展開する、くまけんの健康づくり・介護予防の取り組み」

松尾 洋 氏

株式会社くまもと健康支援研究所は、熊本大学発の健康ベンチャー企業で、熊本大学研究者との共同研究により、地域・職域における保健指導・介護予防の実践・研究・開発を通して、住民の QOL の向上に寄与することを社会的使命（ミッション）として活動している社会的企業である。

少子高齢化が進む中、地方で進む担い手不足への課題解決方策として、企業や自治体と連携して、健康寿命の延伸に資する健康支援サービスを子どもから高齢者まで生涯を通じたライフコースアプローチを社会実装している。

子育て世代へのアプローチおよび健康経営支援を通じたポピュレーションアプローチを実践しながら、生活習慣病発症予防・重症化予防対策、フレイル対策、高齢者の社会参加促進対策を一貫して実施することにより、軽度の要支援・要介護認定者の発生をおさえ、健康寿命の延伸に寄与することを目指している。特に、団塊の世代が後期高齢者に突入する 2025 年問題、人口減少により医療・介護資源が不足する 2040 年問題に向けて、地域は待ったなしの状況にある。私たちは予防分野での事業創出・雇用創出を推進し、地域の元気な高齢者を担い手として、要支援高齢者の元気を引き出し、「元の生活に戻る」循環型介護予防・生

活支援システムの構築を九州で展開しており、九州各県の 40 を超える自治体で事業活動をしている。

現在、沖縄県の名桜大学、佐賀県の西九州大学、熊本県の熊本学園大学と連携して、学生さんの実習受け入れ、インターンシップを行っている。受け入れ企業として、コロナ禍による学生のコミュニケーション能力の低下、課題解決能力に課題を感じていて、その解決策が地域のフィールドワークを通して解決されるものと考えている。今後、九州内の大学と連携を加速し、学生のフィールドワークとして弊社の事業を活用いただきながら、①学生の実践力の向上、②予防分野の仕事の認知度向上、③地域の健康力の向上を図っていきたい。

話題提供③:「地域診断データの戦略的な活用による地域づくり型の介護予防活動及び健康格差対策の推進」

西橋 静香 氏

御船町では、平成 25 年度から日本老年学的評価研究（JAGES）との協働で、高齢者の調査（健康とくらしの調査）を継続的に行い、調査データを活用し、プライマリヘルスケアの視点で地域づくりを通じた「誰一人取り残さない」介護予防活動の長期戦略を立案・実践を行っている。取り組みの効果は定期的に評価し、PDCA サイクルを回している。町は、以前から高齢者の介護予防やコミュニティの形成に力を入れ、地域の見守りや支え合いの強化に繋がり一定の成果を上げていた。一方で、平成 16 年度から減少していた要介護認定率が、平成 22 年頃から上昇傾向に転じた。介護予防事業の抜本的な見直しや評価が急務であった。そこで平成 25 年度より JAGES の「健康とくらしの調査」へ参加。これまでの全町一律の対策ではなく、優先課題と重点対象地域を設定してプライマリヘルスケアの視点で地域づくり型の介護予防活動を推進することとなる。庁内の幅広い

多部署や住民組織、民間団体との連携による「コミュニティの組織化」（コミュニティの集団が共通の目的に向かって連携し、課題解決のための活動を進めること）が有効と考えた。庁内の部署間連携を目指した「地域包括ケア推進会議」の定期開催を始め、地域診断データを活用して、高齢者の健康に関連した生活上の課題を検討し、優先課題を「閉じこもり」、重点対象地域を中山間地「A地区」と決定。第6期介護保険事業計画に閉じこもりの地域格差対策の数値目標が盛り込まれた。地域づくり型の介護予防活動の推進は、住民が地域課題を自分事として受け入れ、主体的に取り組むことができ、A地区から他地区への横展開に繋がっている。大規模災害やコロナ禍における対応にも活かされ、大変な時に地域で支え合う力になった。閉じこもり高齢者の割合及び地域間格差は、介入前の平成25年度調査に比べ改善している。地域診断データの戦略的な活用と部署間の連携により効果的な住民支援が可能となり、結果として地域全体で高齢者の健康増進及び健康格差の縮小が図られていくと考える。

3. 総合討議

各登壇者の発表の後、「人材育成」をテーマに総合討議が展開された。コロナ前後で大学生の様子に大きく変化がみられ、特に、コミュニケーション能力の低下や主体性のなさについて議論された。その理由として、学生に能力がないのではなく、人と関わる機会が圧倒的に減少したことが要因と考えられた。社会の側から大学に対し、授業の一環として実践（フィールドワーク）の機会を提供してほしいとの要望があげられ、地域住民と関わる体験をすること、場数を踏むことの重要性が共有された。

7. 第5専門分科会シンポジウム

<第5専門分科会シンポジウム>

『スポーツ選手の競技持続性』を測る指標

演者：森 誠護（九州共立大学），増村 雅尚（九州産業大学）

企画・司会：池上 寿伸（九州体育・スポーツ学会理事）・府内 勇希（熊本学園大学）

スポーツ選手の競技持続性について二人の演者に話題提供をいただいた。まず、森 誠護先生より、選手寿命を延ばすことに関わるトレーニング環境の整備やトレーニングへの科学的な分析法の活用、また選手自身のセルフマネジメント力を成長させるためのチームサポート体制の重要性などについて、ジュニアからトップまでの指導現場に効果的な実践例の紹介があった。

また増村雅尚先生から、実際にトップの競技場面に起きた事例にスポットを当て、画像データ分析法を用いて、不調の原因やけがを引き起こす予兆となる身体の変調に気づくことの重要性について説明があった。トップ選手が障害に至る前・後の比較からフォーム変調の徴表点がみられることについて、分析データを示し紹介していただいた。打撃のパワーや高さの変動を指標としてフォームを改善する方法について実演指導いただけた。

その後の質疑応答においては、ジュニア期の指導上の留意点や選手寿命とピークパフォーマンスの兼ね合い等に関連する議論に及び、選手が日頃からセルフコンディショニングできるように体調チェックのバロメーターや筋力変動、動作スピード等の指標を活用した実践研究の重要性を確認し、シンポジウムを閉じた。（参加者 12 名）

1. 企画趣旨

『スポーツ選手の競技持続性』を測る指標
指導者・コーチや科学技術によるサポートが必要であるが、そのアドバイスや知見を選手自身が理解し認識できるようにすること、競技力の安定向上を測る指標が明らかになることや、トレーニングとセルフチェックの実施が習慣となるペースを作っていくことが重要になると考え議論の場を企画した。話題提供の要旨は以下に示す。

2. 発表要旨

話題提供①： 競泳選手のセルフマネジメント
ーレースとトレーニングにおける科学サポート
についてー

森 誠護 氏

日本水泳連盟における水泳競技は、競泳、飛込、

水球、AS（アーティスティックスイミング）、OWS（オープンウォータースイミング）、日本泳法の6競技である。本発表では、競泳選手の競技持続性に焦点を当て、競泳選手のセルフマネジメントについて、レース及びトレーニングにおける科学サポート方法を実際の現場での応用事例を交えて紹介した。

競泳日本代表の平均年齢をみると、1992年バルセロナ五輪では18.28歳（男子19.92歳、女子16.77歳）、2020年東京五輪では（男子26.47歳、女子24.56歳）と、約30年間で6歳以上高くなっている。このように、選手寿命が長くなった背景には、以下の事柄が挙げられる。

- ①環境の変化
- ②スポーツ医科学の進化
- ③セルフマネジメントできる選手の増加

①環境の変化では、選手のプロ化、スポンサー企業の増加、トレーニング環境の整備（ハード面、ソフト面）、競泳のチーム化などがある。競泳競技を協賛、サポートする企業が増加することでトップ選手のプロ化や実業団で選手を継続できる環境が整ってきている。また、それに伴い、競泳のレース会場にはスポンサー企業の広告が掲示され、選手の入場やBGMなども華やかになってきた。ソフト面では、水着を代表とした選手が使用するウェア、グッズなどの進化も選手の可能性を引き出す理由の一つである。

②スポーツ医科学の進化では、トレーニング科学やレース分析手法の進化、パフォーマンス評価法の発展などがある。トレーニング科学は、Tabata Protocol1)やOgita Protocol2)を代表とした科学的なエビデンスを基にしたトレーニングが現場でも実践されるようになり、より効果的で効率的なトレーニングを実施することが可能となった。また、ウエイトトレーニングの手法ではVBT (Velocity Based Training) が一般的になり、VBT を実施するための LPT (Linear Position Tranceducer) などのトレーニング器具が開発され、ウエイトトレーニング中に、タブレット端末等でモニタリングすることにより、効率的なウエイトトレーニングが可能になってきた。

③セルフマネジメントできる選手が増加した理由として、様々なストレッチや補強トレーニングが提案され、コンディショニンググッズも多く開発されたことにより、選手に応じたコンディショニングが選手自身で実践できるようになってきた。競泳のチームには、レース時にトレーナーが帯同することが一般的になり、ジュニア期からコンディショニング方法を教わる環境が整ってきたことも選手寿命が長くなっている理由である。

今後は、「プレイヤードセンタード」（選手に気づきを促し、成長に導いていくコーチング）をト

ップ選手のコーチからジュニア選手のコーチまで広く共有し、各競技で情報共有をしていくことが望まれる。

【参考文献】

1. Tabata I., Nishimura K., Kouzaki M., Hirai Y., Ogita F., Miyachi M., Yamamoto K. (1996) Effects of moderate-intensity endurance and high-intensity intermittent training on anaerobic capacity and VO₂max. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. 28, 1327-1330.

2. Ogita F., Huang Z., Kurobe K., Ozawa G., Nagira A., Yotani K., Taguchi N., Tamaki H. (2014) Effects of sprint interval training on metabolic, mechanical characteristics and swimming performance. 12th international Symposium for Biomechanics and Medicine in Swimming. Australian Institute of Sports, 453-457.

話題提供②：過度な回数のスウィング動作にみられる特徴

増村 雅尚 氏

今回は「スポーツ選手の競技持続性」を測る指標という企画において、バレーボールの競技持続性という観点からスパイクやジャンプサーブで負荷のかかる「肩」について多角的な視点から紹介した。現在、打撃するための技術分析を行っているが、その中で故障を抱えながらプレーを行う一流選手の分析機会を得ることがあった。選手が、本来の機能を果たしていない状態から本来の動作に近づける過程を分析することも、今回のテーマに役に立つと考えた。打撃に必要な筋肉や柔軟性の示唆を得ることにより、技術フォームの状態と肩障害の関連性が見出せるのではないかと考えた。

バレーボールのスパイクにおいてボール速度を大きくするためには、最大後傾時からインパクト時までのフォワードスイングにおいて、肩-腰角

度変位を大きくし、肩最大速度を大きくすることや、さらに空中における身体重心の水平速度を大きくすることの重要性が示唆されている。

しかし、受傷後の動作に関して①水平内外転動作に影響があり、内外旋動作に影響していることが考えられた。そして②テイクバック時に左腕、左肩、右肩、右腕と一直線になるようにテイクバックが出来ていたが、受傷後は水平内転位になってしまっていた。そうなることがないように、水平内外転に関する大胸筋、上腕二頭筋などの柔軟性をチェックし、水平を保つ筋力とコーディネーションの確保が必要であったことが改善点としてあげられる。

次に、一流選手でもスパイク回数が増えることにより、肩にどのような変化があるのかを示すために、一流選手の①打撃肩の動作、②打撃肩にかかる負担を検証することとした。分析初期では、体幹の回旋より前後屈動作をしており、水平内転動作から内旋動作へ移行していたことから、体幹の縦方向運動から、肩を水平内転させ、内旋して打撃していたと考えられる。分析後期では、体幹の回旋動作を使い、外旋させ、外転動作を経て加速し、内旋動作へ移行していたと考えられる。加えて、インパクト後のフォロースルーにおいて、内外旋動作がみられ、内外旋トルクパワー発揮はコンセントリックパワー、エキセントリックパワー共に急激な変化がみられた。このことから、スパイク動作は空中動作であるため、外力を受けない状態でのブレーキ動作であり、内外旋筋群への負荷が大きい動作は減速局面であったと考えられ、スムーズなスイング局面を獲得する方法の工夫が必要と考える。

発表の最後に、バレーボールのスイング動作において棘下筋の状態が重要であることとし、その柔軟性を確認するために、学会スタッフの協力も得て、実演しながらチェック方法を検討した。今回の「スポーツ選手の競技持続性」というテー

マにおいてバレーボール選手のスパイク動作における肩関節の運動負荷、それによる棘下筋などへの内外旋筋群への影響などを考えるきっかけとなり、競技を持続できる一助になればと考える。

【参考文献】

- 1.Feltner M. and Dapena J. (1986) Dynamics of the shoulder and elbow joints of the throwing arm during a baseball pitch. *Int. J. Sport Biomech.*, 2:235-259
- 2.増村雅尚, 阿江通良 (2007) 空中でボールを強く打つためのからだの動きーバレーボールにおける打動作の分析ーバイオメカニクス研究 11(3) : 213-219.

8. 研究推進委員会企画テーマ 1

<研究推進委員会企画>

大学生における Acceptable walking time と移動の身体活動との関連

○神谷義人（名桜大学），喜屋武享（京都大学），高倉実（琉球大学）

キーワード：acceptable walking time, 移動の身体活動, GPAQ, 大学生

目的

若者世代における身体活動（physical activity: PA）不足が課題となっている。これまで、通勤・通学時の移動歩行に関連する心理的指標として、acceptable walking distance あるいは acceptable walking time (AWD/AWT) を検討した研究が散見される。AWD/AWT は、どのくらいの距離または時間であれば、目的地まで歩いて行こうと思うかという許容できる歩行距離または時間のことであり、移動歩行を予測する歩行「意図」を把握することができる（Hsia et al., 2013; Pongprasert, and Kubota, 2019）。本研究では、許容できる歩行時間(AWT)に着目し、日本人の大学生において、AWT が大きいと移動の PA 時間が長いという線型の関連を示すか、すなわち AWT が歩行や自転車利用による移動の PA を予測するか検証することを目的とした。

方法

2022年11月、A大学の学生201名に対し、無記名式の調査を行い、145名から回答を得た（72.1%）。調査項目は、AWT、世界標準化身体活動質問票（GPAQ）、基本属性であった。AWTは「行きたい場所が、どのくらいの距離（分）であれば、歩いて行こうと思いますか？（快適な道を、平坦な道）」に対し、6件法（2分以内から21分以上まで）で回答を求めた。解析は、AWTと移動のPA時間/週の線型傾向を検討するために、直交多項式対比を付加した線形回帰分析を用いた。仕事および余暇のPA時間/週についても同様の解析を行った。解析の際、全てのドメインのPA時間/週は非正規分布であったため、正規分布に近づけるため対数変換を行った。

結果

単回帰分析の結果、AWTの増加と共に移動のPA時間/週が増加する有意な線型傾向を示した（P for linear trend < 0.001）。性別、専攻、学年、出身地を調整した多変量モデルにおいても線形傾向は有意であった（P for linear trend = 0.02）（表1）。仕事および余暇のPA時間/週については、線型傾向はみられなかった。

多変量モデルでの移動のPA時間/週（幾何平均）は、AWT2分以内が3.9分、3-5分が3.7分、6-10分が8.5分、11-15分が19.3分、16-20分が38.1分、21分以上が41.4分と、概ね右肩上がりに増加する傾向を示した（表1）。

考察

日本人の大学生において、AWTが大きくなると移動のPA時間も増加する線型の関連を示した。仕事や余暇のPAとは線型の関連は認められなかったことから、AWTが移動のPA（歩行や自転車利用）を予測する可能性が示唆された。長い距離の歩行を許容する者ほど、移動を活動的に行っていることが確認されたことから、移動のPAを促進する介入プログラムを実施する際、評価指標としてAWTを活用することは有用かもしれない。

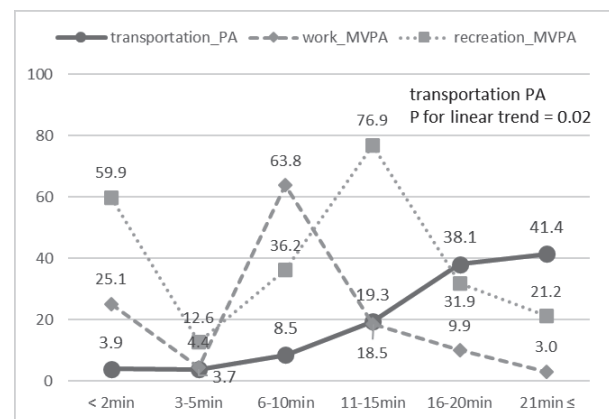


表1 AWTと移動のPA時間（幾何平均）との関連

9. 研究推進委員会企画テーマ2

<研究推進委員会企画>

Well-being の実現を目指した学校体育における身体的リテラシーの位置づけ

○高橋浩二, 久保田もか (長崎大学)

キーワード: わたしたちのウェルビーイング、教育 DX、学習の身体化、身体化された学習

目的及び方法

本研究の目的は、Well-being の実現を目指した学校体育において育成する内容に身体的リテラシー (以下, PL) を位置づけることである。その位置づけを通じて、子供自身が「学びの地図」や「学びの羅針盤」を理解しながら、学校体育の学習を展開する方策について明らかにする。本研究の方法は、文献考察と筆者らの研究成果との関連づけである。特に、我々が所属する長崎大学の教育学部附属小学校及び中学校との共同研究の成果を考察に組み込む。

考察

PL は、M. Whitehead が (1993) に提唱した概念である。現在では Whitehead (2019) によって「生涯にわたる身体的活動の継続について責任を尊重し引き受けるための動機、自信、身体的能力、知識及び理解」(筆者による訳) と簡潔に説明されている。三上 (2021) によれば、PL は「生涯にわたるすべての身体活動への参加に関わる概念であり、就学前の子どもにとっても、成人や高齢者にとっても、学校教育で学習する者にとっても重要である。」と主張されている。なお、UNESCO (2015) が PL を「体育の基礎」であり、「構造化された体育が提供された成果」と説明し、「学習によって適切な機会を与えれば容易に達成可能である」と言及しているように、学校教育、ひいては学校体育においてこの PL を育成することが求められると言えよう。すでに UNESCO (2015a;2015b) から『Quality Physical Education』(QPE) が示され、Policy, Analysis, Toolkit の3資料 (UNESCO, 2021a; 2021b; 2021c) が公開される等、この育成のための具

体的な方策が提案され始めている。

方で、国立教育政策研究所 (2017) では 2015 年調査国際結果報告書がまとめられ、「生徒の wellbeing」の構成要素に心理的・認知的・社会的・身体的特徴が挙げられている。渡邊・チェン (2020) に従えば、この Well-being は身体的な共感プロセスや共創的な場における「わたしたちのウェルビーイング」に位置付けられ、そのポイントは「自律性」「思いやり」「受け容れ」である。この意味の Well-being の実現に向けて PL を位置づける必要がある。本研究では、体育科・保健体育科授業における「学習の履歴化」や課題・成果の「見える化」を図り、学校教育段階における「学習の身体化」を見出した。特に、教育 DX によって児童生徒が Chromebook 及び Google Classroom を用いることができるようになり、「学習の履歴化」を進めた結果、身体や運動に関わるリテラシーを蓄積することができた。そのリテラシーは、授業者が指導 (学習) 内容を系統立てて、彼らを目標の達成まで導くために彼らの「学習の身体化」を目指すことで育成できるようになる。この学習過程から考えれば、授業者は身体や運動、健康について「体育や保健の見方・考え方」に関連づけて指導する必要があり、その見方・考え方を学習者の志向性へ広げていく必要がある。したがって、学校体育では運動や健康についての実践 (学習の身体化) から PL の育成が成立するのであり、「身体化された学習」へ発展させることが可能である。本研究の課題は 9 年又は 12 年間を見通した体育科・保健体育科教育の体系化である。特に PL の獲得を目指した体系化が求められる。

10. 自主企画セッション1

<自主企画セッション1>

運動・スポーツの多様な楽しみ方を可能とする 体育授業の在り方を考える

演者：西田明史（中村学園大学）

司会：西田明史（中村学園大学）

企画：宮平 喬（筑紫女学園大学），西田明史（中村学園大学），堤 公一（佐賀大学）

1. 企画趣旨

教育現場では学習者の多様性の受容が求められている中、各授業担当者は、体育授業を工夫し、学習者全員が満足感を持って、授業に取り込める方法を探っている現状がある。実際、大学の体育授業の現場では、様々な学習者に遭遇する。例えば、技能の優劣にかかわらず意欲のある者がいる一方、技能は優れているものの意欲が湧かない者、苦手意識があるために消極的態度をとる者も一定数存在する。他にも、身体・精神・知的障害を有するが故に運動・スポーツ実践に不自由を強いられる者や性的少数者(LGBTQ+)の存在も体育授業を運営する上で看過できない点である。

多様性の受容を踏まえた授業運営が求められる中、さらなる詳細な知見も必要となろう。体育に対して様々な思いを持っている受講者を考慮せずに、ステレオタイプの授業をすることは、将来のスポーツへの関わり方や健康への取り組み方に寄与することは難しいであろう。そこで、このラウンドテーブル・ディスカッションでは、小学校から高校までの体育授業において、運動・スポーツが好きではなく（運動回避）、授業にも積極的に参加できなかった（消極的参加）学習者に焦点をあてる。大学生を対象に実施した実態調査の結果に基づき、運動回避・消極的参加の傾向にある学習者の体育学習への取組理由について計量テキスト分析した結果を授業実態の一面として

提示する。提示した授業実態をトピックとして取り扱い、多様な学習者に対峙した際の授業時の様々な指導・援助方略の共有を図りたい。ここでの討議が各参加者の今後の体育授業運営に役立てていただくことを企画の趣旨とする。[宮平]

2. 発表要旨

話題提供：授業に主体的に取り組めない学習者は「体育」をどのように認識しているのか？

西田 明史 氏

2-1.調査の概要

調査内容は、小学校/中学校/高校における、①運動・スポーツに対する好嫌感情、②体育授業時の学習行動、③体育授業に対する価値判断、現在（大学入学時）における、④運動有能感、⑤運動に関する意思決定バランス、⑥運動自己効力感とした。調査は、Web アンケートを作成し、そのQRコードを調査対象に配布した後、集合調査法により実施した。調査時期は、2023年4月下旬～5月中旬であった。分析対象は、研究趣旨に同意し、アンケートに回答した482名であった。

2-2.体育授業の実態と課題

①運動・スポーツに対する好嫌感情と②体育授業時の学習行動のクロス集計表を用いた分析の結果、小学生/中学生/高校生のいずれにおいても、運動・スポーツを肯定的に評価している者ほど、体育授業で主体的に行動している傾向にあった。

①運動・スポーツに対する好嫌感情ならびに②体育授業時の学習行動からみた学習態度について、「運動・スポーツ非好意的—体育授業消極的」(1点)、「運動・スポーツ好意的—体育授業消極的」(2点)、「運動・スポーツ非好意的—体育授業積極的」(3点)、「運動・スポーツ好意的—体育授業積極的」(4点)の評点をつけた後、評点をZ得点化して非階層クラスター分析を実施した。その結果、学習態度の変容過程は6群に分類された。小学生から高校生に至るまで「運動・スポーツに非好意的で体育授業に消極的」であった50名を〈ずっとなじめなかった〉群とした。小学生では「運動・スポーツに好意的であり、体育授業に積極的」であったが、高校生において「運動・スポーツに非好意的で体育授業に消極的」であった33名を〈なじめなくなっていた〉群とした。

③体育授業に対する価値判断(自由記述)の回答について、計量テキスト分析を実施し、〈ずっとなじめなかった〉群と〈なじめなくなっていた〉群の学習態度を整理した(表1・2)。

表1 〈ずっとなじめなかった〉群の学習態度の特徴

好きな競技・種目を選択し、友達と一緒に活動できる場合には、運動・スポーツを楽しめることもあった。

運動・スポーツが元々好きではなく、技能を習得できた実感も乏しい。周りの人との体力差や技能差が明らかになるたび、運動・スポーツの実施に恥ずかしさや恐怖の感情、苦手意識を抱くようになり、運動・スポーツの楽しさを感じられなかった。

授業の内容・進め方、先生の指導の仕方、成績のつけられ方には納得できていなかった。

表2 〈なじめなくなっていた〉群の学習態度の特徴

運動・スポーツが元々好きであり、苦手な競技・種目にも取り組んでいた。友達と一緒に取り組む活動は楽しいと感じていた。

性差や技能差をあまり感じなかったときは運動・スポーツを楽しんでいたが、体を動かす機会が減るにつれて周りの人との体力差や技能差を意識するようになり、苦手意識が大きくなって運動・スポーツを楽しめなくなった。

授業の内容・進め方、先生の指導の仕方、成績のつけられ方には納得できていなかった。

次に、各学習態度群における現在の④運動有能感、⑤運動に関する意思決定バランス、および⑥運動自己効力感を比較するため、一元配置分散分析を実施した。その結果、(小学校から高校までの)体育授業になじめなかった者ほど、運動・スポーツに対して「できる」「やればできる」と感じる度合いが低い、定期的な運動・スポーツの実践に伴う恩恵の評価が低くて負担の評価が高い、運動・スポーツを定期的実践する可能性が低いことが分かり、「生涯にわたった健康の保持増進」「豊かなスポーツライフの構築」の実現が困難な実態が明らかになった。

3. 討議内容・まとめ

報告内容(調査結果)を受け、多数の〈なじめている〉学生と少数の〈なじめない〉学生のそれぞれの学習を共存、両立させるための授業運営方略について、グループ討議を実施した。フロアからの主な意見は次の通りである。

- (得意な学生が苦手な学生に対して、日本人学生が留学生に対して、など) 他者に教える機会があることで、体育学習に対して前向きに取り組む雰囲気できています。
- 既習の運動技術に大きく依存しない新しい種目に取り組んでみる。
- 幼児期の遊びと同じように、「体を動かす心地よさ」「他者と関わる楽しさ」などを学生が感じられるように配慮している。
- 教員から学習者へのトップダウンではなく、学習者同士で教え合えるような環境をつくる。
- SNSなど現代的なツールを使って動機づけを促す。その際、関心意欲の評価規準をどう設けていくのが今後の課題である。
- 体育授業時に人間関係(キャラ、ラベル)の再確認がなされている。学生が関係性を構築できるような学習内容や場づくりが必要だと感じる。
- 多くの体育教員は、運動・スポーツに熱心に取り組んでおり、体育に〈なじめない〉学習者の実態との間に感覚的なずれがある。教員養成の中では、学習者の個々の特性への対策やその考え方について育成できれば良い。その場合、学習者の取組の観察と評価が課題になると感じる。

など

【当日配布資料】



11. 自主企画セッション2

<自主企画セッション2>

令和時代の武道授業について考える

演者：松永 武人（南阿蘇村立南阿蘇中学校），山口 耕平（福岡市立花畑中学校）

指定討論：藤田 弘美（行橋市立泉中学校）

司会：本多 壮太郎（福岡教育大学）

企画：日本武道学会九州支部・本多 壮太郎（福岡教育大学）

1. 企画趣旨

武道が他の領域と同じく中学校第1・2学年で必修となって15年が経過している。その間、コンピテンシーベースへの学習指導要領の改訂、1人1台のICT端末の活用、個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実、主体的・対話的で深い学びの実現等、教育改革が猛スピードで進んでいる。

本セッションでは、「令和時代の武道授業を考える」とのテーマのもと、演者である中学校の先生方に中学校現場でのこれまでの武道授業実践の工夫や成果、困り感や課題等についてご紹介いただくこととした。加えて、専門家の知見や専門家ならではのジレンマ等も踏まえた議論を行っていきながら、令和の時代にふさわしい武道の授業づくりについて検討していくこととした。

本セッションは、日本武道学会九州支部とのコラボレーションで実施された。九州体育・スポーツ学会会員だけでなく、日本武道学会九州支部の会員にも参加していただくことで、今後の武道の授業づくりや実践上の工夫や課題について意義ある議論が展開されることをねらいとした。

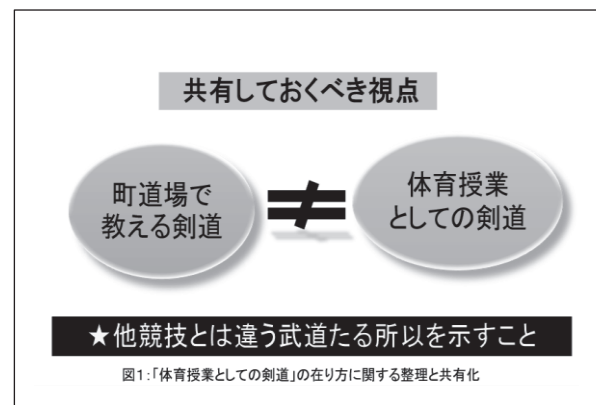
2. 発表要旨

話題提供①：武道授業のこれまでとこれから：体育授業としての剣道の在り方を考える

松永 武人氏

本発表では「体育授業としての剣道の在り方」

に焦点を当て、筆者のこれまでの現場経験に基づいたジレンマ、実践工夫、今後の課題等について発表を行った。時間をかけ、遠回りをする美德を持つ武道の在り方と、単元のゴールに向かって最短距離で進む体育授業とではベクトルの方向が違ふといったジレンマから、「町道場としての剣道」ではなく、あくまで「体育授業としての剣道」という捉え方で整理をする必要性を示した（図1）。



武道必修化の目的にあるように、対人競技的な側面と礼節的な側面の2つの側面で内容を精選し、特性を味わい、アカウントビリティを示す授業工夫として、自身がこれまでの剣道授業で行ってきた実践例を示した。礼節的な側面の指導工夫では、目的とする学習理解の促進のために、あえて反対方向の学習を取り入れる「弓引き学習」（本多，2017）や礼節的指導と技能習得の一体化を目

指したオリエンテーションの段階的な導入などを紹介した。対人競技的側面の工夫では、「相手との駆け引き」に基づいた、「1つの部位を防御すれば別の部位にスキができる」という原理（本多，2022）を生かした授業展開，ICTの技能習得場面における具体的な活用方法例を紹介した。

今後の課題として，剣道具の着脱に費やす時間を改善し，単元のゴールに向け，より効率的かつ有効的な授業をどう展開していけるかという点を挙げた。これまでの実践と課題を踏まえ，今後の視点としては，武道領域と他領域との「区別化」と「差別化」といったキーワードを挙げた。武道としての教育的価値をより深め，区別化を図ること，汎用的な知識を基に武道での学びを他領域にもつなげるといった共通項を図ることの2つの軸を示した。

話題提供②：中学校体育での柔道授業実践を通じた課題と工夫

山口 耕平氏

本発表は「今後の柔道授業の発展」を最終目標に掲げ，以下の2つのテーマで行った。1つ目は，「柔道に対する意識調査」と「生徒の実態」をもとに生徒の柔道に対するイメージや考え方を考察した。2つ目は実際に現場で柔道授業を行う上での課題を提示し，授業で活用している工夫を紹介した。

「柔道に対する意識調査」で福岡市立花畑中学校1年生から3年生の535名を対象にアンケートを行った。「柔道に対してどんなイメージを持っているか」という質問に対して「ポジティブ」「ネガティブ」な回答をしている生徒数はおおよそ半々であった。その反面，「実践をしてみたいか」という質問に対しては，消極的な回答をしている生徒が少し上回る結果となった。しかし，実際に授業を行うと生徒の中からは「案外楽しむことができた」といった感想が多くあった。ポイントを

抑えることで技能向上を図ることができれば，十分に活動を楽しむことができることがわかった。

このような実態から，安全を考慮したうえで楽しく活動を行わせる工夫が必要となってくる。そのためにまずは，通常の体育授業とは異なる環境と対人競技という特性を理解し，細かなルール設定と環境整備が大切である。次に，十分な活動スペースの確保が必要ということである。生徒数が多い学校では活動場所の確保がむずかしくなる。体育授業での「活動量」と「楽しさ」は切り離すことのできない関係であることから，この課題には向き合っていく必要がある。最後に，安全に行うために，「教科書通りではない技の選択」が必要であるということである。その中で，本けさ固めと大腰の2つについて紹介をした。本けさ固めに関しては，攻防の際に頸部の負傷を防ぐために，手のひらを畳につけた状態での本けさ固めを指導している（写真1）。



写真1

大腰については，「取」が投げた際のバランスを崩さず，「受け」側の生徒の安全が確保でき，かつ「横受け身」の応用につながる形として，足さばきを用いない大腰を指導している（写真2-①・②）。

以上のことから，安全を考慮した柔道授業を展開するうえで，ルール設定と場所の確保，教科書

通りではない技の選択と説明が必要である。特に、柔道を経験したことがない先生が、安全な授業づくりを行う上で、柔道授業の行い方や安全に関する配慮と知識の共有といった取り組みが必要不可欠になると感じる。



写真 2-①



写真 2-②

指定討論

藤田 弘美氏

生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けて、中学校第1・2学年においては「多くの領域の学習を経験する時期」として、すべての領域を履修するとした『学習指導要領』〈平成20年改訂〉から15年が経った。この間、「F 武道」授業の実施にあたっては、多くの研修会や予算的な措置がなされてきた（スライド1）。

本セッションでは、この経緯を踏まえて、学校現場での実践とともに、学術的な立場等、多面的な示唆をいただき論議を深めるため、まず、スポーツ庁委託事業として実施された「中学校の武道

授業に関する報告書」(流通経済大学)から武道授業の現状について幾つかの視点を提示した(スライド2・3)

加えて、2名の話者提供者〈柔道・剣道〉からの実践発表を受けて、中学校現場でのこれまで

体育科・保健体育科 指導内容の体系化

- ◆体育科・保健体育科では、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成
- ◆小学校から高等学校までの12年間の系統性、発達の段階を踏まえて、4年ごとのまとまりで指導内容を体系化
- ◆小学校から高等学校まで、**体育科・保健体育科の授業を1週間で3時間程度実施**

運動領域等	小学校				中学校				高等学校			
	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	1年生	2年生	3年生	入学年次	次の年次	それ以降
体づくりの運動遊び	体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動
器械・器具を用いた運動遊び	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動
走・跳の運動遊び	走・跳の運動	走・跳の運動	走・跳の運動	走・跳の運動	走・跳の運動	走・跳の運動	走・跳の運動	走・跳の運動	走・跳の運動	走・跳の運動	走・跳の運動	走・跳の運動
水遊び	水泳運動	水泳運動	水泳運動	水泳運動	水泳運動	水泳運動	水泳運動	水泳運動	水泳運動	水泳運動	水泳運動	水泳運動
表現リズム遊び	表現運動	表現運動	表現運動	表現運動	表現運動	表現運動	ダンス	ダンス	ダンス	ダンス	ダンス	ダンス
ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム	球技	球技	球技	球技	球技	球技
							武道	武道	武道	武道	武道	武道

注：令和元年度から令和三年度までの3年間の実施状況を示している。令和元年度は、令和元年度から令和三年度までの3年間の実施状況を示している。

スライド 1

② 武道授業の平均配当時間

	1年	2年	3年
柔道	8.2時間	8.3時間	8.9時間
2019	8.2時間	8.3時間	8.9時間
2014	9.1時間	9.0時間	8.9時間
剣道	8.0時間	7.9時間	8.8時間
2019	8.0時間	7.9時間	8.8時間
2014	9.1時間	9.1時間	9.0時間
相撲	8.4時間	8.6時間	9.1時間
2019	8.4時間	8.6時間	9.1時間
2014	8.1時間	8.2時間	7.4時間

取に扱って、相撲以外は、1・2年を減っている。

スライド 2

③ 武道〈剣道〉と保健体育の授業に対する愛好的態度の比較

		そう思う	だいたいそう思う	あまりそう思わない	そう思わない
剣道の授業は好き	令和元 (n=1682)	21.9%	38.1%	30.4%	9.6%
	平成26 (n=5526)	16.3%	37.4%	33.6%	12.6%
	平均	53.8%	46.2%		
保健体育の授業は好き	令和元 (n=1685)	53.1%	32.9%	11.3%	2.8%
	平成26 (n=5545)	46.3%	37.6%	12.7%	3.4%
	平均	83.9%	16.1%		

依然として剣道の授業を好きと答える生徒の割合が低い。

スライド 3

の授業づくりの工夫や成果及び困り感や課題等

をもとに、以下の2点について論議の柱を提案した(スライド4)

- ①「体育授業として、誰もが安心・安全に指導できる武道の授業」として、素材としての「武道」を、学校体育で行う〈易しく楽しい〉「ぶどう」に教材化する視点

2. 話題提供者の発表から考えるこれからの武道授業の在り方

〈討論の柱①〉
これからの武道授業を考える

九州体育・スポーツ学会
〈第72回大会〉
ー トピックセッション ー

体育授業として
誰もが指導できる武道の授業

* 「武道」〈素材〉→「ぶどう」〈教材〉

教材化

ex) フラッグフットボール
タグラグビー
アウトナンバー〈ゴール型〉

2. 話題提供者の発表から考えるこれからの武道授業の在り方

〈討論の柱②〉
これからの武道授業を考える

武道の楽しさや良さを味わえる授業づくり

* 「攻防の展開」→球技・武道

* 「対人性」・「文化性」

ex) 潔さ、思いやり、自他同根

日時：令和5年9月10日(日)
会場：J:COMホルトホール大分
指定討論者：福岡県行橋市立泉中学校
校長 藤田 弘美

スライド4

- ②「武道(ぶどう)の「楽しさ」や「良さ」を味わえる授業づくり」として、武道の「楽しさ」である「攻防の展開」にかかる指導の在り方、また「対人性」や「文化性」(潔さ・思いやり・自他同根…)など、他のスポーツとは異なる武道の「良さ」に触れる指導の在り方に関する視点

フロアからは、効率的に学習活動を進めるための用具の工夫や初学者が安全に実践できる技の教授法など、「教材化」の視点から幾つかの質問や意見が出された。

武道を学ぶ生徒がその楽しさとともに、魅力や良さに触れることができる授業づくりに向けて、今後、益々の授業実践が重ねられることを期待したい。

【参考文献】

参考文献

- 本多壮太郎(2017)「伝統と文化」は「技術」とセットで学ぼう!、体育科教育, 65(10):28-31.
- 本多壮太郎(2022) 攻防に関する知識の構造化とその活用を図る中学校第1学年の剣道授業の評

価分析, 福岡教育大学紀要, 71(第5分冊): 77-88.

流通経済大学(2020) スポーツ庁委託事業「ー武道等指導充実・資質向上支援事業ーに係る武道指導に関する調査」調査報告書ー第五報ー.

12. 自主企画セッション3

<自主企画セッション3>

子どもの遊びと健康・体力・運動発達

演者：安部 孝（順天堂大学），宮田洋之（中京大学），森 司郎（鹿屋体育大学）

司会・企画：安部 孝（順天堂大学）

1. 企画趣旨

毎日の遊びの中で子どもたちは、からだを動かす能力だけでなく、社会的・認知的および感情的な面でも多くのものを身に付けています。たとえば、からだを使った遊びの中で新しい運動スキルの習得に成功すると、自分に自信を持てるようになり、仲間と一緒にさまざまなものに参加する自信が付き、楽しさや遊び心といったポジティブな感情が芽生え、体力面でも精神面でもたくましさが増していきます。このような経験は、生涯を通じてスポーツや身体活動への参加を促し、心もからだも健康で充実した人生を楽しめる基礎を築いてくれます。本企画では、子どもたちの運動遊びやスポーツが健康や体力、運動発達に及ぼす影響について、エビデンスに基づいた最新情報を各演者が話題提供し、会場の参加者を含めた意見交換を実施しました。

2. 発表要旨

話題提供①：子どもの健康と遊び・スポーツ

中高齢者の握力は、罹患率や死亡率と負の関連性が認められ、男女ともに低い握力は心臓病や糖尿病などの発症率を高め、比較的早い時期での死亡に結びつく可能性があります[1-3]。一方、成人の握力は、スポーツや身体活動による影響を受けにくいことから[4]、成人に至る過程で高い握力を獲得することが望まれます[5]。発育期に実施するスポーツは、子どもたちの握力向上に貢献する可能性があります。順天堂大学が保有する体格・体力累加測定データのデータを分析したところ、スポーツ

活動でも用具（野球のバットや剣道の竹刀）を手に持ってプレーするスポーツ選手の握力は、そうでない種目のスポーツ選手よりも明らかに高値を示しました[6,7]。この種目間の握力差は、小学生の低学年では認められませんが、小学生の高学年では認められ、中学校では成人初期（大学生）に認められた握力差と同等でした[8]。また、成長期にスポーツ活動で獲得した高い握力は、成人以降にスポーツ活動を中止してもその握力を維持できる可能性があります。今後は成長期の遊びやスポーツで獲得した高い握力が成人期や高齢期の罹患率や死亡率に及ぼす影響について追跡調査していく必要があります[7]。

安部 孝

話題提供②：子どもの体力

令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査[9]によると、子どもの体力合計点は令和3年度の調査に続いて低下したことが明らかになりました。Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA) による、子どもの身体活動(体力含む)に関する国際的な調査報告 (Report Card on Physical Activity for Children and Youth) では、我が国の評価は必ずしもネガティブではなく、むしろポジティブな評価を受けている項目も多々あります[10]。しかしながら、特にここ数年の我が国の子どもの体力低下傾向をみると、改めて体力向上に向けた取り組みの必要性を感じます。身体活動量と体力に関連があること[11]、運動が嫌いな児童は、小学校入学前から体を動かすことが

苦手だった子が多いこと[12]をふまえると、幼児期から楽しく体を動かし、遊びながら身体活動量を十分に担保することが必要だと考えます。幼稚園・保育所・認定こども園等の環境は様々ですが、普段身体活動量の少ない子への仕掛けや[13]、半ば職人技のように、あまり文字化・言語化されていない指導方法など[14]、科学的根拠に基づいた運動遊びの実践方法や内容、そして効果について調査していく必要があります。

宮田洋之

話題提供③：子どもの運動発達

幼児の運動能力は1986年から1997年にかけて低下傾向を示し[15]、2008年から2016年にかけては走力を中心に少しずつ上昇傾向が認められます[16,17]が、全体的に低い傾向は続いています。しかしながら、外で体を使って遊んでいる幼児の運動能力は低下していない[18]ということから、最近の幼児の運動能力の低下の背景には、外で体を使って遊ぶ「運動遊び」の減少が考えられ、このことは、主体的・能動的に体を動かす経験の減少を示しているといえます。幼児の運動能力と日常の行動傾向に関して調査したところ、運動能力の高い幼児は低い幼児に比べて、意欲的であり、仲間関係も良好であることが報告されています[18]。また、園での運動指導と幼児の運動能力の関係をみると、運動指導していない園の幼児の方が運動能力が高いことが報告されています[18]。このことは、幼児の運動能力の発達には適切な運動指導が必要であることを意味しており、つまり、運動指導の中で幼児がどのような経験をしているかということと関係があると思います。幼児は体力づくりのために運動をしているのではなく、運動が面白い、楽しいからしているのであり、運動経験の中で運動のもつ楽しさを知り、その楽しさを求めてさらなる運動経験を行っているのです。その意味では、子どもが自ら楽しんで運動に

取り組めるために、園での環境の中に子どもの主体的な動きを引き出す目標を設定することが重要だと思います。

森 司朗

【参考文献】

1. Peralta et al. *Exp Gerontol* 2023;171:112014
2. Boonpor et al. *BMJ Open Diabetes Res* 2021;9:e001865
3. Laukkanen et al. *Age Ageing* 1995;24:468-473
4. Labott et al. *Gerontology* 2019;65:686-698
5. Abe et al. *Children* 2022;9:1616
6. Abe et al. *Am J Human Biol* 2023;35:e23891
7. Abe et al. *Juntendo Med J* 2023;69: in press
8. 安部孝 九州体育・スポーツ学会第72回大会抄録集, p67
9. スポーツ庁：令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査. 2022
10. Aubert S et al. *J Phys Act Health* 2018;15(S2):S251-S273
11. スポーツ庁：平成29年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査. 2018
12. 文部科学省：平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査. 2015
13. 宮田ら 子どもと発育発達. 2023;21(2):120-124
14. スポーツ庁：令和4年度幼児期からの運動習慣形成プロジェクト. 2022
15. 近藤充夫ら 体育の科学 1998 48(10) : 851-859
16. 森司朗ら 体育の科学 2010 60(1): 56-66
17. 森司朗ら 平成27～29年度文(部省科学研究補助金(基盤研究B) 研究成果報告書 2018
18. 杉原ら 体育の科学 2010 60(5):341-347

13. 「九州体育・スポーツ学会」
「九州地区大学体育連合」 合同企画

＜九州体育・スポーツ学会・九州地区大学体育連合同企画＞

部活動地域移行時代の大学スポーツ ～カギを握るハイブリッド型組織

演者：花内 誠(九州産業大学)

指定討論者：中山 正剛 (スポーツ庁)

司会・企画：磯貝 浩久 (九州産業大学), 田原 亮二(西南学院大学)

【はじめに】

中学校の部活動の地域移行がはじまった。この流れは、これまで学校スポーツを幹としてきた日本のスポーツ界にいずれ大きな変化を及ぼすだろう。大学スポーツも当然、その流れに巻き込まれる。中学、そして高校の部活動が地域移行した時に大学スポーツだけが学校部活動として今のままで居られるはずがない。

これからの部活動地域移行時代に大学スポーツはどうあるべきなのだろうか。考察を試みたい。

1. 部活動地域移行の流れを考える

部活動の地域移行を単なる教員の労働状況改善と捉えている人は最早居ないと思うが、流れを読まないとその影響を読めない。まずは、部活動の地域移行の流れを考えたい。哲学のノーベル賞と言われるバークルエン賞を 2022 年に受賞された柄谷行人氏はその著書の中で、世界史の流れを平等⇔不平等、不自由⇔自由の 4 象限に分け、最初は貧しいが、全ての人が貧しく平等な A ネーションから、まだ貧しく不自由だが、支配者が現れ税を徴収することで、支配者層と被支配者層の不平等が生じる B 国家の時代へと移り、それが、より効率的な交換様式を持つ C 資本の時代に入ると、豊かになって自由になるが、格差が拡がり、不平等は残る。これをどのように自由で平等な D の世界を実現させるか。(図 1) が柄谷氏の世界史の構造である。

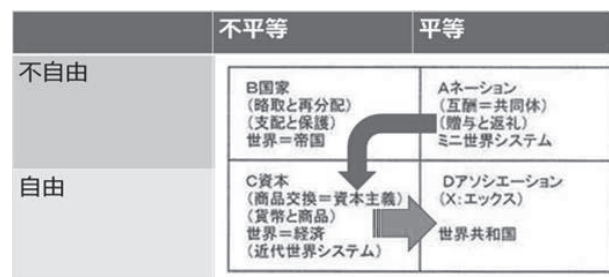


図 1

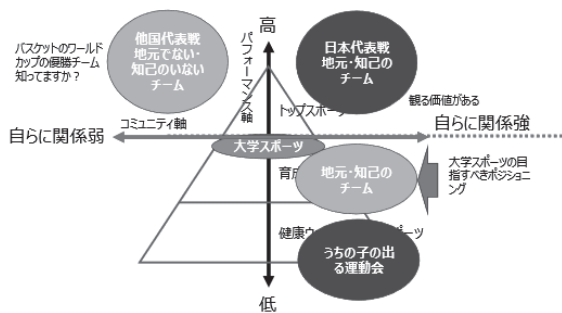
2. 日本の部活動の形成を史的考察する

「ドイツの様に部活動を地域に」という意見を聞くときもあるが、スポーツ環境の形成は国によって異なる。部活動形成を史的考察することで、彼我のスポーツ環境の違いとその形成理由を明らかにすることで、「ドイツの様に」するためには、どこに違いがあるのか。その課題を明確にすることを考えたい。日本は欧米のほとんどの国と異なり、スポーツを教育として文部省が主管することを 1928 年に決めている。

3. 課題を検討する

欧米との違いは、スポーツに対する概念とその違いから派生する行政の担当の違いに集約されるだろう。競技スポーツとレクリエーション、レクリエーションムーブメントが中途半端に終わった日本では、余暇(レクリエーション)に関する概念もまた曖昧である。ワークライフバランスや、セカンドプレイス・サードプレイスの在り方などの課題を知り、検討することで、施策の検討

が必要である。スポーツを教育としてパフォーマンス軸だけで捉えがちで、レベルの低いスポーツの価値は低い、自らとの関係があるかないかのコミュニティ軸を入れて考えれば、レベルに関係なく「する」「みる」「ささえる」を循環させることが可能になる。



4. 大学スポーツがやるべきこと～ハイブリッド型組織による対応

大学の場合、教育とその実践の場を持つ領域、例えば医療であれば、医学部と大学病院がある。

そもそも、アメリカの大学スポーツの Athletic Dept.は、大学とは別会計組織であり、大学病院と類似した形態である。日本においても、草創期に作られた大学体育会である東京大学運動会は一般財団法人である。部活動地域移行時代に大学スポーツをハイブリッド型組織で対応するためにはどうしたらよいのか。

前項で述べた様に、パフォーマンス軸だけでなく、地域を含めたコミュニティ軸を意識した教育（セカンドプレイス）とレクリエーション（サードプレイス）を組織（ソフト）だけでなく施設（ハード）でも実現させることが必要であり、それを実現させるのは、東京・大阪・名古屋などのメガシティ圏ではなく、福岡などの九州の都市が優位な可能性がある。

14. スチューデント・セッション

<スチューデント・セッション>

大学院生の研究のモチベーションとアイデアはどこから来るのか

演者：川野 祥維(福岡大学大学院), 渡邊 裕也(日本経済大学), 八尋 風太(日本経済大学)

司会：堤 愛美子 (九州大学大学院)

企画：堤 愛美子(九州大学大学院), 牛 恬歌(九州大学大学院), 草野 雅貴(福岡大学大学院)

1. 企画趣旨

大学院生は学部生とは異なり、授業がほとんどなく主に研究活動を行っているため、自主性を重んじられる。そこで、研究のアイデアやモチベーションを生活の中でどのように得ているのか独自の経験や視点から紹介し合い、自身の生活を振り返ることで新たな気づきを得ることができるのではないかと考える。

2. 発表要旨

話題提供①：

大学院生的一天：現役大学院生の視点から

川野祥維

博士課程前期1年生として学んでいる現役大学院生が、どのように一日を過ごしているかを中心に話題を提供した。自身の研究のバックグラウンドを説明し、研究活動の一環として、国際学会での発表経験（ポスター）があり、その経験を述べた。そして現役大学院生の立場から、私の一日のスケジュールを示した。また、そのなかで私が意識的に実践している散歩・食事についても紹介した。

ディスカッションでは自身の解析の進め方や、モチベーション、アイデアの獲得方法、進学のかきかけ等について述べた。

大学院生が研究において成功するためには、モチベーションとアイデアの双方が不可欠である。モチベーションは研究プロジェクトを推進し、困難に立ち向かう力を養うのに欠かせない。一方、

アイデアは研究の基盤となり、成果を生み出す鍵となる。そのため、これらの要素をどのように獲得し、育てるかについて、さらなる探求と学習を続けたい。

話題提供②：

民間企業勤務と並行して博士後期課程に進んだ者より

渡邊裕也

博士後期課程への進学と同時に、研究分野とは異なる民間企業勤務（ホテル業）を始めた者として感じた、研究に対するモチベーションを保つ難しさを中心に話題提供を行った。また、博士前期課程にて研究のアイデアを練る際の工夫等にも話題が広がった。

一般的に修士号を取得してそのまま博士後期課程に進む場合、専門とする研究領域と職務が一致する仕事をするケースが一般的である。その場合、仕事と研究とが相反することなく接続しているため、研究のアイデア出しにも有利であり、また既に蓄えている博識を活用することが出来ることから、時間的制約以外に大きな研究へのモチベーションの負担・障害になることはそう多くないと思われる。ホテル業に進んだ身としては、休みが少なく変形労働時間制を採るホテル業ならではの生活スタイル、仕事と研究とのメリハリをつける必要性といった部分から、研究へのモチベーションを保つことに苦勞した経験を有しており、その点が博士後期課程進学者としては特徴的

な経験であった。仕事を通して自身の研究分野と異なる分野を知ることは、既存の概念から脱却し、新しい着想を得る上でも有効であり、また民間企業での経験は大学教員として教学に努める上でも大いに役立つため、長期的な視点に立てば良い点も多い。自身の経験から語れることは、研究の道に進んだ目的・目標意識を常に意識し続けることと、自分がどのような時に集中力を発揮できるのか、どのような場面でワクワクするのか等、自分自身の日常の中の感情の動きをメタ的に捉え、日々の過ごし方を工夫していくことが、研究のモチベーションを保つ上で重要になるということである。特に、目的・目標意識を強く持つことが肝要であり、これは全ての大学院生に通ずることであると思われる。日常生活の中で曖昧になりがちな目的・目標意識を、学会等に参加して所属先以外の研究者同士との交流を通しながら定期的に再確認しつつ、研究へのモチベーション、熱意を強く持ち続けてもらいたい。

話題提供③：

競技・指導・研究を両立した大学院生時代

八尋風太

修士課程在学時は競技と研究、博士後期課程在学時は競技・指導・研究を両立しながら、過ごした1日のスケジュールなどを中心に話題提供を行った。研究だけを進める生活では気分転換や息抜きができないため、別の軸、役割を作り、お互いの気分転換に相互を高めていく必要があることを自身の経験を交えながら説明した。また、休日でも常に研究のことが頭から離れず、切り替えられないため、その解決策を今後の課題として提示した。

ディスカッションのなかで、モチベーションとアイデアについて議論した。勤務することなく研究ができる自身の環境に感謝し、無駄にしないた

めに研究に励みモチベーションを保っていることを示した。また、指導や競技といったスポーツの現場で生じた疑問や、他の研究者との何気ないコミュニケーションの中で研究にできそうな面白いトピックが話題に出ることにより、研究のアイデアに繋がることが多いことも話した。そのほか、将来的に研究の可能性を広げたり、他の分野の研究を理解したりするために幅広い勉強をすることの必要性を述べた。

大学院生時代から現在にかけての研究活動に対するモチベーションやアイデア、大学院生時代のスケジュールなどを中心に説明した。現在大学院に在籍している学生が自分なりに解釈し、自身のモチベーション向上、アイデアの着想に繋げていてもらいたい。

九州体育・スポーツ学会
第72回大会報告

九州体育・スポーツ学会第72回大会報告

大会実行委員長 洲 雅明（大分県立芸術文化短期大学）

2023年9月9日（土）から10日（日）の2日間、J:COM ホルトホール大分（大分県大分市）を会場として、九州体育・スポーツ学会第72回大会が開催された。以下に大会の概要を報告する。

1. 日 程

9月8日（金）		
13:00~14:30	理事会	14:00~17:00 事前受付 (ホルトホール大分2階)
15:00~	新旧理事会	
~16:30	新理事会（新旧理事会終了後開始）	
9月9日（土）（1日目）		
9:30~	受付	
9:55~10:00	開会式	
10:00~12:00	一般研究発表（口頭発表）	
12:00~13:00	「昼休み・会議」（若手優秀発表賞選考関連会議）	
13:00~14:00	「九州地区大学体育連合」・「九州体育・スポーツ学会」合同企画	
14:10~15:10	特別講演「一生に一度が大分に！ラグビーワールドカップ2019日本大会の感動，そしてこれから」	
15:20~17:20	全体シンポジウム「体力・運動能力および運動・スポーツ実施の現状と課題」	
17:30~18:30	総会	
19:00~21:00	全体情報交換会	
9月10日（日）（2日目）		
9:15~	受付	
9:30~10:30	研究推進委員会企画セッション，自主企画セッション1・2	
10:40~12:40	専門分科会シンポジウム（総会含む）	
12:50~13:50	スチューデント・セッション	
12:50~14:20	自主企画セッション3	
14:00~16:00	一般研究発表（ポスター発表）	
16:00~16:10	閉会式・表彰式	
16:10	学会大会終了	
16:20~	九州地区大学体育連合理事会	

2. 総 括

第72回大会は大分県立芸術文化短期大学が主管となり、大分大学、大分県立看護科学大学、大分工業高等専門学校、別府溝部短期大学の教員で実行委員会を組織し、準備・運営を行った。新型コロナウイルス感染症が5類に分類され、行動制限などがほとんどない中で実施されたため、対面に向けた準備を行うことができ、ここ数年間に比べて様々な企画を行うことができた。ただ、大分県内のどの大学も施設利用の日程が合わず、公共の施設を利用することになった。準備段階での手続きの煩雑さと利用上の制約が多かったが、大分駅前での利便性がよく、今後の学会開催のモデルケースになったのではないかとと思われる。

昨今、様々な学会の設立により、大学が夏休み中のこの時期は開催ピークであり、重複はできるだけ避けたものの、やはり参加・発表演題申し込みは思ったほど伸びなかった。約2週間発表演題申し込みを延長して、口頭発表17、ポスター発表19の計36演題の申し込みがあった。参加者申し込みも事前に約100名あり、当日も含めると112名（実行委員を除く）の会場参加者があった。

本大会は久しぶりの対面開催を実施できたものの、公共施設利用という運営面での大変さはあったが、無事に全日程を消化して閉会を迎えることができた。本大会へ参加していただきました会員の皆様、一般発表はじめ各セッションで発表していただいた皆様、ご支援いただいた学会関係者各位、後援・協賛いただいた企業・各種団体、大会実行委員各位、運営スタッフとして活躍してくれた学生の皆さんに、この場を借りて御礼申し上げます。

今大会の準備・運営面での改善点ならびに今後の検討課題について以下にまとめる。

- ・公共施設の利用のため、1年前に会場の予約を行う必要があり、プログラムに柔軟な対応ができなかった。また他の施設利用者がいる中、会場案内が不十分で発表会場などが分かりにくかったのではないかとと思われる。
- ・実行委員会を5大学で編成したため、会議や資料の確認などをほとんどオンラインで実施した。特に最初のうちは、意思の疎通を図るのは難しいと感じた。
- ・1日目午後からの全体プログラムである九体連との合同企画、特別講演、全体シンポジウムは60～75名ぐらいの参加者があり、対面ならではの活気が感じられた。
- ・申し込みではGoogleフォームを利用して行い、スプレッドシートでの申込管理などがスムーズに行うことができた。プログラム送付先の記入欄を設けることを前実行委員会から引き継いでいたため、宛先不明などの返送なく行えたが、発送業者との連携がうまく取れておらず、予想より3～4日到着が遅くなった。
- ・コロナ感染状況に対応するため、昨年度同様に参加費納入時期を8月下旬の5日間とした。概ね期間内に納入されたが、今後は以前と同様に申し込みと同時に納入開始を検討してもよいのではないかとと思われる。
- ・筆頭発表者が特別共同発表者、共同研究者についての理解が不十分であり、複数名に対して追加の参加費請求を行った。また会場受付では学会事務局も年会費の徴収を行った。大会要項に記載されているものの、Googleフォーム入力時に確認を促す文面やチェック欄を設ける工夫が必要である。
- ・情報交換会を4年ぶりに開催することができ、約40名の参加があった。今回は会場内のレストランで開催できたので移動がスムーズにでき、参加しやすかったと感じた。特別講演者、シンポジストの参加もあり、様々な話題で盛り上がることもできたのではないかとと思われる。また後半には大学院生に現在の研究テーマについてスピーチをしてもらった。

九州体育・スポーツ学会大会 発表演題数の推移 (2014年～2023年)

回	開催年	開催場所	一般発表演題数		ポスター発表数	発表者(教員他)	発表者(学生)	特別講演	全体シンポジウム		分科会シンポジウム		スチューデントセッション		助成研究		ラウンドトピック/自主企画他		総演題数
			口頭発表数	発表数					テーマ	演題数	テーマ	演題数	テーマ	演題数	テーマ	演題数	テーマ	演題数	
63	2014	別府大学	76	36	40	49	27	1	1	3	4(*a)	7	1	1	1	3	4	11	102
64	2015	西九州大学	74	34	40	39	35	1	1	4	4	9	1	3	1	1	8	15	107
65	2016	長崎国際大学	88	39	49	60	28	1	1	3	4(*a)	7	1	3	1	1	9	19	122
66	2017	福岡大学	70	38	32	50	20	1	1	3	4(*a)	12	1	2	1	3	5	12	103
67	2018	熊本学園大学	53	26	27	35	18	1	1	3	5	14	1	3	1	2	6	14	90
68	2019	鹿児島大学	50	21	29	41	9	1	1	3	3(*a*b)	7	1	3	1	2	3	3	67
69	2020	Web開催	12		18	15	3												18
70	2021	OnLine開催	43	18	25	26	17	1	1	3	4(*c)	8	1	2	1	2	1	2	61
71	2022	九州保健福祉大学	27	16	11	22	5	1	1	3	5	12	1	3	1	2	3	6	54
72	2023	J:COMホルトホール大分	36	17	19	27	9	1	1	3	5	13	1	3	1	2	3	5	63

*a:第2,4合同 *b:第1,5合同 *c:第3,4合同

九州体育・スポーツ学会事務局ニュース（2023年度第1号）

九州体育・スポーツ学会事務局

2023年度 第1回総務委員会 議事録

日 時：2023年7月29日（土）13時00分～16時44分

場 所：西南学院大学大学学術研究所（中央キャンパス）大会議室

出席者：斎藤会長，兄井副会長，田原副会長，檜垣副会長，高瀬理事長

山崎事務局長，中島会計担当，洲大会実行委員長

斎藤会長挨拶

【報告事項】

1. 第72回学会大会報告

洲大会実行委員長より，第72回大会の準備状況，参加状況等が報告された。7/24現在で90名の参加申し込みがあり，36演題の一般研究発表（口頭17演題・ポスター19演題）が計画されていることが報告された。

2. 大会企画委員会報告

田原大会企画委員長より，全体シンポジウム，分科会シンポジウム等，おおむね順調に準備が進んでいる旨が報告された。また次期（第73回大会）会場として長崎県で進めており，条件付き（現理事から2名のサポート）で了承されていることで進行している。第6分科会の設立提案については，会員等の声等を確認しつつ今後も検討を進めていく予定である。

3. 編集委員会報告

檜垣編集委員長より，37巻第2号の刊行は掲載論文がないため見送りとなった。38巻第1号については，早期公開論文として原著論文2編，研究資料1編をHPへ掲載しており，研究資料1編を校正中である。現在は，投稿論文5編が査読中であることが報告された。また，投稿を依頼する課題研究について，すでに掲載予定の論文が2件あるが，投稿が済んでいない課題研究も2件あることが報告された。特に2年を経過しているが投稿が済んでいない課題研究には，事務局から会長印名で督促する必要があるとし，投稿もしくは報告書を提出するという明記を確認した。

4. 研究推進委員会報告

兄井研究推進委員長より，若手論文賞については該当する論文はなかったため選考がなかったことが報告された。また研究助成については，規定に則り審査を実施したことが報告された。さらに，今年度の学会における若手優秀発表及びポスター発表賞の選考委員の選出を行う予定である旨報告された。

5. 事務局報告

山崎事務局長より，日本体育・スポーツ健康学会2022年度地域協力学会活動報告書と会計報告書を提出したことが報告された。2023-2025年度理事選挙を終え，7月11日（火）に開票作業をおこなったこと，理事選挙案内が46名の返送があったことを報告した。

6. 会員動向について

山崎事務局長より，現時点で一般会員404名，学生会員39名，合計443名であり，2023年3月時点に比べ17名の会員増があったことが報告された。また，会費未納者への入金督促のために，未納者全員を対象に，2か年の未納者は除籍となる旨をメール連絡することを確認した。

7. 会計決算（見込み）について

中島会計担当より，資料に基づいて2023年度の会計見込みについて説明があり，2023-2025年度理事選挙関連の支出があったことを報告した。

8. その他
特になし

【議 題】

1. 第72回大会要項案について

田原大会企画委員長より資料に基づいて、大会開催に向けての日程案および実施の方式案、プログラムの内容案について説明された。加えて洲大会実行委員長より、より具体的な内容についての説明がなされ、承認がなされた。

2. 2022（令和4）年度決算案について

中島会計担当より、資料に基づいて2022（令和4）年度決算案について説明があり、審議の結果承認された。

3. 2024（令和6）年度予算（案）について

中島会計担当より、資料に基づいて2024（令和6）年度予算案（1）（2）について説明があり、審議の結果、承認された。なお予算案（2）に含まれる会員データの外部管理の是非については、次回の総務委員会にて審議することとなった。

4. 2023年度論文賞について

兄井研究推進委員長より、資料に基づいて論文賞の選考過程等の説明があり、該当なしとすることが承認された。

5. 2023年度研究助成について

兄井研究推進委員長より、資料に基づいて本年度の研究助成の応募状況について説明があり、採択不可との説明がなされ、承認された。

6. 2023年度若手優秀発表賞について

兄井研究推進委員長より、若手優秀発表賞の応募状況及び選考過程について説明があり、審議の結果原案通り承認された。なお、ポスター発表賞については、若手優秀発表賞と同時に事前に審査を行うことが承認された。

7. 2023年度機関誌発刊について

桧垣編集委員長より、資料に基づき、機関誌発刊について説明があり承認された。

8. 理事選挙結果、役職者の決定方法、業務の引き継ぎについて

山崎事務局長より資料に基づき理事選挙結果の説明があり、依頼状を発送することが確認された。

9. 会員情報の変更について

山崎事務局長より、入会案内、会員情報の変更、退会について、会則の変更が提案されたが、文言について新たに修正が必要な部分を確認されたことから、継続審議となった。

10. 次期73回大会の会場大学と開催日程について

田原大会企画委員長より、第73回大会は長崎県にて開催し、日程を調整していることが確認された。

11. その他

学会事務局庶務を2名とすることについて、事務局より提案がなされ、庶務2名体制とすることを可とすることが承認された。

2023年度 第2回総務委員会 議事録

日 時：2023年9月3日（土）15時～16時35分

方 法：Zoom による web 会議

出席者：斎藤会長、兄井副会長、桧垣副会長、高瀬理事長、田原副会長

山崎事務局長、元嶋庶務担当、洲大会実行委員長

斎藤会長挨拶

【報告事項】

1. 第72回学会大会報告

特になし

2. 研究推進委員会報告

特になし

3. 編集委員会報告

特になし

4. 事務局報告

特になし

5. 会員動向について

元嶋庶務担当より、9/3現在で一般会員401名、学生会員43名、合計444名であり、2022年8月時点に比べ14名の会員減であったことが報告された。

6. 第72回学会大会の準備状況について

洲大会実行委員長より、第72回大会の準備状況、参加状況等が報告された。9/2現在で97名の参加申し込みがあり、36演題の一般研究発表（口頭17演題・ポスター19演題）が計画されていることが報告された。共同研究者15名が参加申し込みが未登録であることが確認され、筆頭発表者から共同研究者に参加費を徴収することが提案された。

7. その他

特になし

【議 題】

1. 第72回大会の事前打ち合わせについて

田原大会企画委員長より、学会要項および以下の点が確認された。

- ・今後、総会資料は会に先立ってQRコードを掲載することで会員にダウンロードを依頼し、配布資料は準備しない。当日は、スクリーンにて画面共有をする
- ・参加者の名簿を事務局に共有し、会員登録状況を確認する。会員外の共同研究者については、筆頭研究者に登録および会費の納入を求める。会員であり発表申し込みをおこなっていない場合は、実行委員会より筆頭研究者に登録および参加費の納入を求める。
- ・会費未納の場合は、すべての発表資料ならびに機関誌抄録から削除する。
- ・ポスター賞は閉会式にて表彰する。
- ・第6分科会の設置については検討中とする。

2. 2024（令和5）年度事業計画（案）について

山崎事務局長より、資料に基づいて2024（令和5）年度事業計画案について説明があり、原案通り承認された。

3. 理事会議題確認について

高瀬理事長より、9月8日に開催される2023年度理事会の議題について確認された。2024年度の予算案について、名簿管理の外部委託は次年度予算に組み込まず、今後の方向性については理事会にて検討することを申し送りすることとなった。

4. 機関誌編集に関することについて

檜垣編集委員長より、第38巻1号に過去3年間の査読者の氏名を記載することが提案され、承認された。掲載に伴う対応を求められた場合は編集委員会にて議論し、総務委員会に報告することが確認された。

5. 第73回大会の会場大会の会場大会と開催日程について

田原大会企画委員長より、第73回大会は長崎県にて開催を予定しており、会場および開催日程を調整していることが報告された。

6. その他

山崎事務局長より、2023-2025年度理事選結果について報告があり、新理事の追加については新会長のもと新理事会にて検討することを総会にて報告することとなった。併せて、理事選後の手続きについて会則の変更について検討することとなった。

2023年度 第1回理事会 議事録

日 時：2023年9月8日（金）13時～14時20分

場 所：J:COM ホルトホール大分 サテライトキャンパスおおいた講義室（2階）

出席者：齊藤会長，兄井副会長，檜垣副会長，田原副会長，高瀬理事長
池上理事，熊谷理事，高柳理事，森理事，西田理事，谷川理事，
梶理事，本多理事，洲大会実行委員，中島会計担当，元嶋庶務担当

委任状：磯貝理事，川中理事，熊原理事，萩原理事，東恩納理事，府内理事，下園理事，中山理事

齊藤会長挨拶

洲実行委員長 挨拶

【報告事項】

1. 2022年度～2023年度の活動報告

1) 総務委員会報告

高瀬理事長より，総務委員会開催等について報告があった。

2) 大会企画委員会報告

田原大会企画委員長より，72回大会の企画，発表演題数，参加者数等の大会の準備状況について報告があった。

3) 研究推進委員会報告

兄井研究推進委員長より，研究助成，学会賞の審査をおこなったことについて報告があった。

4) 編集委員会報告

檜垣編集委員長より，資料に基づき学会誌37巻2号の発刊を見送ったことが報告された。また，38巻第1号の準備状況が報告された。さらに，投稿を依頼する課題研究について報告があり，今後研究推進委員会より投稿依頼をおこなうこととなった。最後に，第38巻1号において査読者氏名を公開することが報告された。

5) 事務局報告

元嶋庶務担当より，通常業務をおこなったことが報告された。

2. 会員動向

元嶋庶務担当より，資料に基づき会員の動向が報告された。

3. その他

檜垣副会長より第74回日本体育・スポーツ・健康学会が福岡大学で開催されることが報告された。

【議 題】

1. 学会賞について

兄井研究推進委員長より，資料に基づき，学会賞（論文賞）の選考過程が説明され，対象論文がなかったことから「該当なし」とすることが提案され，原案通り承認された。

2. 研究助成について

兄井研究推進委員長より，資料に基づき，2023年度の研究助成の応募状況および選考過程について説明があり，「該当なし」とすることが提案され，審議の結果原案通り承認された。

3. 機関誌の編集について

檜垣編集委員長より，第38巻第1号および第2号の発行予定，第38巻第1号の内容が報告された。

4. 功労賞・名誉会員推薦について

高瀬理事長より，2023年度の功労賞，名誉会員，顧問の推薦について提案があり，功労賞および顧問については該当なし，名誉会員については相部保美先生，飯干明先生，小松恵理子先生，則元志郎先生（いずれも1953年）を推薦することが提案された。今後，ご本人の了承を得て決定する旨の説明がなされた。

5. 2022年度会計決算（案）について

中島会計担当より、資料に基づいて、2022年度会計決算（一般会計、特別会計）について説明があった。また、2名の幹事から監査を受け、押印をいただいている旨の説明があり、監査報告として報告された。

6. 2024年度事業計画（案）について

高瀬理事長より、資料に基づいて2024（令和5）年度事業計画案について説明があり、原案通り承認された。西田理事より、名簿管理などの業務のオンライン化、会員数や応募数の減少への対応について質問があり、外部委託化の予算を2025年度予算案に計上予定であること、学会の開催方法や時期、会議方法などについて新理事を中心に検討することとなった。

7. 2024年度予算案について

中島会計担当より、2024年度予算案（一般会計、特別会計）について提案があった。2025年度予算に会員管理をはじめとした事務局運営システムを導入することについて検討していることが報告された。

8. 規程改正について（事務局体制に関して）

高瀬理事長より、資料に基づいて事務局体制の変更について説明があり、事務局庶務を2名以内とすること、新理事会にて庶務担当を1名指名することが承認された。

9. 理事選挙の結果について

高瀬理事長より、理事選挙の結果12名を選出したことが報告され、新理事会にて所属地域や分科会を確認したうえで新理事を追加することが確認された。

10. 第72回大会の会場大学と開催日程について

田原大会企画委員長より、第73回大会は長崎県にて開催し、開催日程が9月上旬を予定していることが提案された。開催時期について、今後検討していくこととなった。

11. その他

特になし

2023年度 新旧合同理事会 議事録

日時：2023年9月8日（金）15時～15時20分

場所：J:COM ホルトホール大分 サテライトキャンパスおおいた講義室（2階）

出席者：斉藤会長、兄井副会長、檜垣副会長、田原副会長、高瀬理事長

池上理事、熊谷理事、高柳理事、森理事、西田理事、谷川理事、梶理事、本多理事、

洲大会実行委員、中島会計担当、元嶋庶務担当、杉山理事、高橋理事、音成理事

委任状：磯貝理事、川中理事、熊原理事、萩原理事、東恩納理事、府内理事、下園理事、

中山理事、柿山理事、藤井理事

1. 理事会議案の確認

高瀬理事長より、第1回理事会の議事および今後の検討事項が確認された。また、今後の新理事会における会長選挙について説明がなされた。

2023年度 新理事会 議事録

日時：2023年9月8日（金）15時30分～16時20分

場所：J:COM ホルトホール大分 サテライトキャンパスおおいた講義室（2階）

出席者：杉山理事、高橋理事、音成理事、兄井理事、田原理事、梶理事、本多理事

中島会計担当、元嶋庶務担当

委任状：川中理事、熊原理事、萩原理事、柿山理事、藤井理事

中島会計担当より開会の宣言の後、新理事の自己紹介が行われた。

会長、副会長、理事長の選出にあたって、関係する会則、投票方法の確認が行われた。なお、開票作業は中島会計担当と元嶋庶務担当の2名で行うことが承認された。

【審議事項】

1. 会長選挙

開票の結果、杉山理事が新会長に選出された。

2. 副会長選挙

開票の結果、兄井理事、田原理事、柿山理事が副会長に選出された。

3. 理事長選挙

開票の結果、本多理事が理事長に選出された。

新会長挨拶の後、副会長人事について、編集委員会を柿山理事に、大会企画委員会を田原理事に、研究推進委員会を兄井理事に依頼すること及び、今後の流れが確認された。また、会長推薦として8名を理事として推薦し、会長より依頼することとなった。

2023年度 第2回理事会 議事録

日 時：2023年9月9日（土）12時20分～

場 所：J:COM ホルトホール大分 サテライトキャンパスおおいた講義室（2階）

出席者：斉藤会長、兄井副会長、檜垣副会長、田原副会長、高瀬理事長

池上理事、熊谷理事、高柳理事、森理事、西田理事、谷川理事、萩原理事、下園理事、

梶理事、本多理事、磯貝理事、中山理事、洲大会実行委員、中島会計担当、元嶋庶務担当

委任状：川中理事、熊原理事、東恩納理事、府内理事

【議 題】

1. 若手優秀発表賞の選考について

兄井研究推進委員長より、若手優秀発表賞の選考過程について説明がなされ、西川 優氏（九州大学大学院）の選出について提案があり、承認された。

2023年度 総会 議事録

日 時：2023年9月9日（土）17時30分～18時30分

場 所：J:COM ホルトホール大分 大会議室

大会実行委員長 挨拶 洲大会実行委員長

学会会長 挨拶 斉藤会長挨拶

会場大学表彰 感謝状盾の贈呈

【報告事項】

1. 2022年度～2023年度の活動報告

1) 総務委員会報告

高瀬理事長より、総務委員会開催等について報告があった。

2) 大会企画委員会報告

田原大会企画委員長より、72回大会の企画、発表演題数、参加者数等について報告があった。

3) 研究推進委員会報告

兄井研究推進委員長より、研究助成、学会賞の審査をおこなったこと、学会大会に際して若手優秀発表賞の審査を実施したことについて報告があった。

4) 編集委員会報告

檜垣編集委員長より、37巻第2号の刊行は掲載論文がないため見送りとなったことが報告された。また、38巻第1号の準備状況として、早期公開論文として原著論文2編、研究資料1編をHPへ掲載しており、研究資料1編を校正中であることが報告された。

5) 事務局報告

斎藤会長より、事務局の業務について報告された。

6) その他

特になし

2. 会員動向

事務局の元嶋庶務担当より、資料に基づいて、会員の動向が報告された。

3. 学会賞（論文賞）について

兄井研究推進委員長より、資料に基づき、学会賞（論文賞）およびの選考過程が説明され、該当者なしとすることが理事会で承認されたことが報告された。

4. 研究助成について

兄井研究推進委員長より、資料に基づき、2023年度の研究助成の応募状況および選考過程について説明があり、該当者なしとすることが理事会で承認されたことが報告された。

5. 若手優秀発表賞について

兄井研究推進委員長より、若手優秀発表賞の選考過程について説明がなされ、西川優氏（九州大学大学院）の選出について提案があり、承認された。

6. 功労賞・名誉会員推薦について

高瀬理事長より、2023年度の功労賞、名誉会員、顧問の推薦について提案があり、功労賞および顧問については該当なし、名誉会員については相部保美先生、飯干明先生、小松恵理子先生、則元志郎先生（いずれも1953年）が推薦されたことが報告された。今後、ご本人の了承を得て決定する旨の説明がなされた。

7. 2024-2026年度理事選挙結果について

高瀬理事長より、理事選挙の結果12名を選出したことが報告された。

8. その他

特になし

【議 題】

1. 規程改正について（事務局体制に関して）

斎藤会長より、学会事務局庶務を2名とすることについて提案がなされ、原案通り承認された。

2. 機関誌の発行と投稿規程の改定について

檜垣編集委員長より、第38巻第1号および第2号の発行予定、第38巻第1号の内容が報告された。

3. 2022年度会計決算（案）について

事務局の中島会計担当より、資料に基づいて、2022年度会計決算（一般会計、特別会計）について説明があった。また、2名の幹事から監査を受け、押印をいただいている旨の説明があり、監査報告として報告された。

4. 2024-2026年度役員の選出について

斎藤会長より、新理事会にて2024-2026年度の役員が選出されたことが報告され、承認された。

5. 2024年度事業計画（案）について

斎藤会長より、資料に基づいて2023（令和4）年度事業計画案について説明があり、原案通り承認された。

6. 2024年度予算案について

事務局の中島会計担当より、2024年度予算案（一般会計、特別会計）について提案があった。

7. 第73回大会の会場大学と開催日程について

田原大会企画委員長より、第73回大会は長崎県にて開催し、9月1週目を予定していることが提案された。

8. その他

特になし

総会終了後 学会賞の表彰式が行われた。

◆九州体育・スポーツ学会第73回大会について◆

2024年度の学会大会は、長崎県にて開催されます。会期は2024年9月1週目となる予定です。多くの方の参加をお待ちしています。

◆会費納入について◆

日本体育・スポーツ・健康学会会員の会費は自動引き落としになっていますが、本学会のみの会員の会費は個別に振り込んでいただくことになっています。本年度会費をまだ入金されていない方は、早急に下記の学会口座まで振り込みをお願いします。

なお、お振込みの際はご本人の名義でお振込みいただきますようお願いいたします。

〈振込先〉**【ゆうちょ銀行からの振り込みの場合】**

郵便振替番号：17310-21783811

加入者名：九州体育・スポーツ学会

【他の金融機関からの振り込みの場合】

ゆうちょ銀行 口座名：九州体育・スポーツ学会

店番：七三八（読み ナナサンハチ）店名：738

預金種目：普通預金 口座番号：2178381

◆会員情報の変更について◆

所属の異動や転居などに伴い、会員登録情報に変更のあった方は速やかに学会事務局までメールにてご連絡ください。変更手続きは基本的にメールで行っています。

また、退会される場合もご連絡ください。会員情報の調査・整理作業の必要性が指摘されております。特に卒業、修了後の学生を対象とした情報を把握したいと考えておりますので、ご協力のほどよろしくようお願い申し上げます。

〈学会事務局宛てメールアドレス：kyutai.office@gmail.com〉

本誌への投稿論文（2020.9-2023.8）に対して懇切、丁寧なご審査をいただきました。ここにお名前を記し、深甚なる謝意を表します。

2023年9月10日 編集委員会一同

秋山大輔	阿南祐也	兄井彰	池田栄治
石橋千征	市川浩	井上伸一	江藤真生子
大峰光博	岡崎勘造	奥野真由	奥村浩正
小澤雄二	柿山哲治	梶ちか子	久保田もか
熊谷賢哉	黒川哲也	柳原浩晃	坂下玲子
佐久間智央	清水知恵	霜島広樹	田井健太郎
高橋浩二	立木宏樹	谷口勇一	田原亮二
田端真弓	田村雄志	西谷憲明	西田明史
則元志郎	萩原悟一	浜田幸史	日高正博
廣兼志保	深見英一郎	藤井雅人	藤原大樹
増村雅尚	松本大輔	元嶋菜美香	山口幸生
山崎将幸	山津幸司	渡邊哲司	

(敬称略)

編集後記

九州体育・スポーツ学研究第38巻第1号をお届けします。会員の皆様におかれましては本誌に積極的に論文投稿をいただきましたこと、厚く御礼申し上げます。今後も、皆様のご研究の成果を本誌より広く発信いただけますよう、よろしくお願い致します。

編集委員会では、学術雑誌としての質の確保と編集作業の迅速化を図っております。第1回目の査読期間として、1か月以内を目指して査読者の選考と依頼を進めています。本編集委員会の任期(2020年9月～2023年8月)の間、31編の論文を投稿いただき、現時点(2023年10月12日)で18編の論文を採択させていただきました。採択率は約60%となっており、平均査読期間は約120日となっております。なお、採択論文につきましては、発刊までの間、本学会ホームページ(<http://webpages.ihs.kyushu-u.ac.jp/ktsm/>)の学会誌内に早期公開論文として掲載させていただきますので、ご覧いただければ幸いです。

最後に、教育・研究そして大学運営などお忙しいところ、査読をご担当いただいた先生方には、丁寧な対応をいただきました。ここに、深謝申し上げます。

(Y. H)

編集委員会

檜垣靖樹(委員長) 磯貝浩久 下園博信 中垣内真樹
中山正剛 谷川裕子

Editorial Board

Y. Higaki (Editor-in-Chief) H. Isogai H. Shimozono M. Nakagaichi
S. Nakayama H. Tanikawa

令和5年10月26日 印刷
令和5年10月31日 発行

非売品

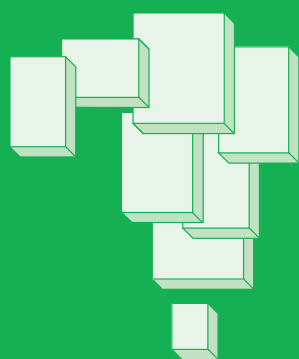
発行者 斉藤篤司

発行所 九州体育・スポーツ学会

所在地 〒814-8511 福岡県福岡市早良区西新6-2-92
西南学院大学人間科学部 山崎研究室内
九州体育・スポーツ学会事務局
事務局代表者 山崎先也
E-mail kyutai.office@gmail.com

郵便振替 1. 総合口座
(ゆうちょ銀行からの振り込み受取口座)
ゆうちょ銀行総合口座
番号 17310-21783811
名称 九州体育・スポーツ学会
2. 他行からの振り込み受取口座
ゆうちょ銀行
(店名738, 店番七三八)預金種目:普通預金
番号 2178381
名称 九州体育・スポーツ学会

印刷所 城島印刷株式会社
〒810-0012 福岡市中央区白金2-9-6
電話 092-531-7102



Kyushu Journal of Physical Education and Sport

Contents

Original papers

- Takashi Kurosaki, Ryota Uchida, Shigeharu Numao and Masaki Nakagaichi:
Relationships between Exercise and Sports Frequency and Cues to
Action and Perceived Barriers to Exercise in Japanese Adults 1
- Eriko Aiba, Kojiro Matsuda and Yoshio Sugiyama:
The effects of emotion regulation strategies on tennis serve performance:
Tendency to use emotion regulation strategies 13

Material

- Koji Uchikura:
An analysis of consciousness of physical education classes among public elementary
school children, based on the presence of a physical education teacher. 23
- Kohei Kusatsu and Daisuke Matsumoto:
Actual Situation of Physical Education in Rural Schools 31

The Abstracts of the 72nd Kyushu Society of Physical Education and Sport

1. Special Lecture 43
2. Plenary Symposium 45
3. Separate Symposium 1 53
4. Separate Symposium 2 57
5. Separate Symposium 3 61
6. Separate Symposium 4 65
7. Separate Symposium 5 69
8. Organized sessions by research promotion committee 1 73
9. Organized sessions by research promotion committee 2 75
10. Voluntary sessions by separate groups 1 77
11. Voluntary sessions by separate groups 2 81
12. Voluntary sessions by separate groups 3 85
13. Joint Symposium of JAUPES and KSPES 87
14. Student Session 89

Report of the 72nd Kyushu Society of Physical Education and Sport 91

News 93

Reviewer list (2020.9 ~ 2023.8) 101