

生涯スポーツ時代に適合した運動・スポーツ実施動 向指標についての一考察:金沢市民の運動・スポーツ 実施状況調査から

著者	佐川 哲也, 杉田 貴寛
雑誌名	金沢大学教育学部紀要.人文・社会科学編
巻	55
ページ	19-32
発行年	2006-02-28
URL	http://hdl.handle.net/2297/6281

生涯スポーツ時代に適合した運動・ スポーツ実施動向指標についての一考察

—金沢市民の運動・スポーツ実施状況調査から—

佐川哲也*・杉田貴寛**

A Study of a Trend Index on Taking Exercises and Sports Adapted for Lifelong Sports Era

Tetsuya SAGAWA and Takahiro SUGITA

1. 研究の目的

国や地方公共団体がスポーツ振興に取り組むにあたって、国民や市民の運動やスポーツ実施者の状況を正確に把握することは、最も重要な要件であり必須の事項である。しかし、運動・スポーツの実施状況を正確に把握することは極めて困難な課題である。なぜなら、市民が実施する運動・スポーツ種目、その頻度や時間、強度など明らかにすべき要件は多様だからである。また、どのような実施レベルにあるとき、運動実施あるいはスポーツ実施と捉えるべきかについても、明確な基準が共有されているわけではない。そのことが全国や他の地方公共団体との比較を困難にしている。実施者の意識から考えてみても、個人によって「運動した」「運動していない」を判断する基準はまちまちであり、Aさんにとって運動実施と判断されることが、Bさんにとっては運動実施にあたらなると判断されることはしばしばであると推察される。これが、運動・スポーツ実施を正確に把握することが困難な理由である。

内閣府（かつての総理府）が3年に1度実施してきた「体力・スポーツに関する世論調査」では、「年1回の実施」をスポーツ実施と定義し、標本3,000人を対象とする調査結果から、我が国の運動・スポーツ実施者を推定してきた¹⁾。

いったいこの数値がどの程度まで運動・スポーツ実施状況を正確に表現していると言えるのであろうか。あるいはこの数値が、生涯スポーツ社会の実現を目標とする我が国のスポーツ振興行政においてどのような具体的基準として活用できるのであろうか。文部省（現在の文部科学省）が平成12年に示した「スポーツ振興基本計画」では、生涯スポーツ社会の実現に向けた振興方策の中で、「成人の週1回以上のスポーツ参加率が50%となること²⁾」を目標とすると明示しているように、国のスポーツ振興の目安として、「年1回以上」から「週1回以上」へと実施基準レベルを上げる視点が伺える。内閣府と文部科学省がこのことに係わって必ずしも連携しているわけではないが、運動・スポーツ実施状況を「週1回の実施レベル」で判断・評価する視点はますます必要であると考えられる。

このような状況にあって笹川スポーツ財団が、「アクティブ・スポーツ人口³⁾」という独自のスポーツ実施レベルを提案していることは意義深い。「アクティブ・スポーツ人口」は単に実施回数のみから算定される基準ではなく、頻度・回数・強度の3要素から運動・スポーツ実施状況を捉えようとする指標である。健康日本21企画検討会・健康日本21計画策定検討会が2000年に示した「健康日本21」では、国民栄養調査の

中で定義された「運動習慣者」すなわち「週2回以上、1回30分以上、1年以上、運動している者」を基準資料として、運動習慣者を増加させることが目標であるとしている。「アクティブ・スポーツ人口」は「健康日本21」が提示した「頻度・時間・強度・期間」の4要素のうち3要素を採用し、しかも同等の水準を要求するものであり、健康・スポーツ政策の基準値として根拠を備えたものと評価できる。

本研究では、笹川スポーツ財団が提案する「アクティブ・スポーツ人口」を測定する方法について検討するとともに、これを改良した方法に従って実施した金沢市民のスポーツ実施状況について明らかにすることを意図するものである。

本研究の目的は次のとおりである。

- (1) 生涯スポーツ社会に適合した市民の運動・スポーツ実施状況を把握するための調査方法について検討すること
- (2) 金沢市民の運動・スポーツ実施状況を動態的視点から明らかにすること

ここで、本稿で用いる用語について整理したい。本研究で取り扱うのは、市民が楽しみや健康・体力の維持・増進、競技など個人の目的に応じて実施する身体活動である。「生涯スポーツ」という用語が用いられるようになり、「スポーツ」には競技性を有しない「運動」を含むようになってきた。しかし、「スポーツ」概念に「運動」を含めて表現することは今日では依然一般的ではない。本研究では混乱を避けるために、市民が実施する身体活動の総体として広義に示すときには「運動・スポーツ」と言う表現を用いた。また、身体活動の特徴に応じて限定的に示す場合には、競技性を有しない「運動」、競技性を有する「スポーツ」として表記している。

2. 研究方法

(1) 「アクティブ・スポーツ人口」を測定する調査方法

笹川スポーツ財団は1992年より隔年で我が国

の運動・スポーツ活動の実態を総合的に把握することを目的として「スポーツ活動に関する全国調査」を実施している。この調査は、全国の市区町村に居住する満20歳以上の男女を母集団とするもので市部166地点、郡部44地点の計210地点において層化二段無作為抽出法によって抽出された3,000人を標本として実施している。

「スポーツ活動に関する全国調査2002」は、運動・スポーツ実施状況、運動・スポーツ施設、運動・スポーツに対する取り組み方と評価、スポーツクラブ・同好会、スポーツ観戦、スポーツ活動への希望、スポーツ・ボランティア、日常生活の習慣及び個人的属性から構成されている。とりわけ、運動・スポーツ実施状況の把握については、独自の調査法を提案しており、運動・スポーツの実施状況を総合的に把握する方法として優れている。ここでは、笹川スポーツ財団が「スポーツ活動に関する全国調査2002³⁾」で採用している調査方法について検討する。

この調査のうち「運動・スポーツ実施状況」では、2つの質問と6つの下位質問で構成されている。この方法によって「アクティブ・スポーツ人口」が測定される。

問1 あなたは、過去1年間に運動・スポーツ(学校の授業は除きますが、学校や職場でのクラブ活動は含めます)を行ないましたか。下の<運動・スポーツ種目一覧>の中であてはまる種目すべてに○印をつけてください。また、一度も行なわなかった人は「99運動・スポーツは行なわなかった」に○印をつけてください。(一覧表には58種目と3つの自由記述選択肢)

問2 それでは、問1でお答えになった、運動・スポーツ種目のうち、実施回数の多いものから順に5つ以内で選んで、「A」～「F」までの問いにお答えください。

A. 実施した運動・スポーツのうち、回数の多いものから順に、左一覧表の「種目番号」と「種目名」をご記入ください。

B. この1年間に何回くらい、その運動・スポーツを行ないましたか。

C. 1回に平均何分くらい、その運動・スポーツを行ないましたか。

D. その運動・スポーツを行なった時の「きつさ」は平均してどのくらいでしたか。

E. 主としてその運動・スポーツを行なっている具体的なスポーツ施設を右のくスポーツ施設一覧>から選びその番号を記入ください。

F. 主として利用している具体的なスポーツ施設は、以下のどのタイプですか（○はひとつ）。

このように「スポーツ活動に関する全国調査2002」での運動・スポーツ実施状況は、実施頻度の多い順に「A実施種目」「B年間実施回数」「C1回あたり平均時間」「D平均運動強度」の4要件について調査し、これらを統合することによって5つの運動・スポーツ実施レベル⁶⁾を設定している。

レベル0：過去1年間まったく運動・スポーツを実施しなかった

レベル1：年1回以上、週2回未満（1～103回／年）

レベル2：週2回以上（104回以上／年）

レベル3：週2回以上、1回30分以上

レベル4：週2回以上、1回30分以上、運動強度「ややきつい」以上

笹川スポーツ財団では「運動・スポーツを実施している」と呼ぶことのできる健康維持の理想的水準がレベル4であるとし、「アクティブ・スポーツ人口」を提案し、この基準レベルを採用した人口の推移や各国との運動・スポーツ実施動向の比較などを行っている。先にも示したが、この「レベル4」基準は「健康日本21」示す基準をクリヤーしており、生涯スポーツ社会における運動・スポーツ動向の評価において意味を持つ基準である。

（2）運動・スポーツ実施状況を測定する調査内容の選定

本研究で実施した調査は、「金沢市民のスポーツ意識に関する調査」であった。この調査は、金沢市が「金沢市民スポーツ振興計画」を作成

するための基礎資料を得ることを目的とした調査である。地方公共団体が実施するこの種の調査では、全国や人口規模が同等の地方公共団体と運動・スポーツ実施状況を比較できる資料を得ることが重要な要件である。全国値との比較では、国が目標とする基準値と比較するために必要であり、また、地方公共団体との比較は、同質の政策課題に取り組む自治体の政策研究という点で重要である。金沢市と同等規模の地方公共団体が実施した調査はそれぞれ異なる基準で実施されており、金沢市が実施する調査と比較することは困難であると判断した⁷⁾。そこで、本調査では全国値との比較が重要であるとの考えから、笹川スポーツ財団が実施している「スポーツに関する全国調査」の質問項目を参考に運動・スポーツの実施状況を捉える項目を作成することとした。質問項目の引用にあたっては、財団の担当者に使用目的と理由を説明し、了解を得てその考え方や項目を採用することとした。

「アクティブ・スポーツ人口」を算出するための要件は、頻度・時間・強度である。先に示したように笹川スポーツ財団ではこれらの項目を運動・スポーツ種目ごとに調査している。さらに、利用する施設と施設のタイプを加えた6項目をマトリックスにして質問している。

採用にあたっては、市民スポーツ振興に有益な資料を収集すること、金沢市民に特有の傾向を漏れなく収集することを念頭に置きながら検討した結果、笹川スポーツ財団の質問項目を基本的にはそのまま採用しつつ、次の2点について項目を追加することとした。第1は運動・スポーツ種目であり、金沢市体育協会に登録されている種目団体の種目は選択肢として追加採用した。第2は「スポーツ施設までの所要時間」である。金沢市民が運動・スポーツ行動を行う場合、どのような移動行動を行っているかを把握するために重要な要件であると判断して加えた。この項目の採用により、市民が運動・スポーツ施設を利用する場合、どのくらいの時間距離

を移動しているのか把握することができる。また、運動・スポーツ施設を建設する際にも、どの程度の時間距離が市民にとって利用しやすいものであるかの判断材料として活用することができるからである。質問文は「G自宅からその施設まで何分かかりますか（いつもの交通手段で）」であった。

（3）金沢市民のスポーツ意識に関する調査

「金沢市民のスポーツ意識に関する調査」の概要は次のようであった。

1. 調査目的

金沢市は、「金沢市民スポーツ振興計画」の見直しに当たり、現在の市民のスポーツ実施状況等について調査し、これまでのスポーツ振興策の成果を評価するとともに、金沢市が取り組むスポーツ政策について広く市民の意見を聞き、金沢市のスポーツ振興に役立つ資料を作成することを目的とした。

2. 調査内容

- （1）運動・スポーツ実施状況：実施の有無，実施種目，実施頻度，実施時間，運動強度
- （2）運動・スポーツ施設：利用施設，利用施設タイプ，施設までの所要時間，利用理由，施設への希望
- （3）運動・スポーツへの取り組み：実施理由，非実施理由，満足度，今後の展望
- （4）スポーツ関連活動頻度：観戦（テレビ，競技場，ラジオ），家族や知り合いの応援に行く，雑誌や新聞を読む，家族や仲間と話す，スポーツウェアを着る，スポーツ目的の旅をする，指導や審判する，スポーツクラブや団体を運営する，スポーツ大会やイベントを運営する，サッカーくじを買う，競馬や競艇などに行く
- （5）スポーツクラブや同好会・チームへの加入状況：加入の有無，加入クラブや同窓会・チームの種類，協会・連盟への所属，加入メリット，加入希望
- （6）スポーツイベントへの参加：イベント主

催者ごとの参加の有無

- （7）「総合型地域スポーツクラブ」について：聞いたことがあるか，加入希望，「総合型地域スポーツクラブ」への希望
- （8）子どものスポーツについて：子どものスポーツにおいて重要なこと
- （9）金沢市のスポーツに関する今後10年間の課題
- （10）日常生活習慣：健康維持・増進のための身体活動の実施，自己の体力評価，歩行時間及び自転車の乗車時間，朝食の摂取状況，バランスの良い栄養摂取への留意，喫煙の状況，飲酒の状況，睡眠の状況
- （11）個人的属性：年齢，性別，職業，住居地域

3. 調査対象

- （1）母集団：金沢市に居住する満20歳以上の男女(35.4万人)
 - （2）標本数：3,000人
 - （3）地点数：金沢市小学校下の全地点
 - （4）抽出方法：層化二段無作為抽出法
4. 調査時期 平成16年8月13日 ～ 9月10日
5. 調査方法 郵送による質問紙調査
6. 回収結果 有効回収数(率) 1,070 (35.7%)

3. 結果

（1）回答者の属性

本調査の対象は、金沢市の選挙人名簿に登録された20歳以上の男女35.4万人を母集団とする層化二段無作為抽出法によって得られた3,000人である。回収された1,070人(35.7%)の調査票は本調査の有効票として採用された。表1は、性別・年齢がもれなく回答された1,064名の性別・年齢別分布を示している。

回答者の属性は、男性46.8%、女性53.2%であり、20代から順に10.5%、12.2%、18.1%、21.1%、19.9%、18.1%であった。

表1 回答者の性別・年齢別構成

	度数	年代						合計
		20代	30代	40代	50代	60代	70代	
男	498	45.5	40.0	40.4	48.7	45.8	57.5	46.8
女	566	54.5	60.0	59.6	51.3	54.2	42.5	53.2
合計	1064	10.5	12.2	18.1	21.1	19.9	18.1	100.0

(2) 金沢市民のスポーツ実施状況

金沢市民を対象とした運動・スポーツの実施状況を次の9つの点から報告する。すなわち、

1. 年間の運動・スポーツ実施状況と推定実施人口、
2. 世代別にみた運動・スポーツ実施率、
3. 金沢市民の運動・スポーツ実施レベル、
4. 種目別にみた運動・スポーツ実施頻度、
5. 種目別にみた運動・スポーツ実施時間、
6. 種目別にみた運動・スポーツの主観的運動強度、
7. 種目別にみた運動・スポーツの利用施設、
8. 種目別にみた運動・スポーツの利用施設タイプ、
9. 種目別にみた運動・スポーツ利用施設までの所要時間、

1. 年間の運動・スポーツ実施状況と推定実施人口

「1年に1回以上」という条件で運動・スポーツ実施状況をみると、第1位は「散歩(ぶらぶら歩き)」(33.8%)で、20歳以上の実施者数は11万9700人と推計される。第2位は「ウォーキング」で7万7500人(21.9%)、第3位は「体操」の7万5400人(21.3%)であった。これは全国のベスト3⁷⁾(第1位:散歩(ぶらぶら歩き)31.1%、第2位:ウォーキング16.7%、第3位:体操16.2%)と一致しており、金沢市に特有の傾向ではない。金沢市の実施者割合を全国値と比較すると第13位までのすべてにおいて上回っており、全国的にみて金沢市民はよく運動・スポーツする傾向にあると言えそうである⁸⁾。

上位にランクされた種目に注目すると、競技性の高いスポーツは少なく、いわゆる運動系の種目が占めている。これは市民の運動・スポーツ実施状況を把握するときに重要な項目である。これまでのスポーツ振興は、「スポーツ」のみを

対象とした振興策を展開してきており、「運動」には大きな関心を払ってこなかったと言わざるを得ない。しかし、市民の運動・スポーツ実施状況という広い視点で捉えたときには、「スポーツ」よりもむしろ「運動」に対して市民は関心を示しており、なおかつ実践もしている。この点を重視することが今後必要であろう。

男女差に注目すると、男性では「ゴルフ(練習場)19.3%」「ゴルフ(コース)17.9%」が高い割合を占めているのに対し、女性の割合が低い。また、男性では第10位までの種目の実施率が1割を超えているのに対し、女性では第6位までにとどまっている。総じて男性の方が運動・スポーツ実施率が高い。

2. 世代別にみた運動・スポーツ実施率

表3は運動・スポーツの実施率を世代別に示している。「散歩」は若い世代にとってスポーツといえるものではない。しかし、健康を意識し始める世代にとってはスポーツの範疇に入ってくるだろう。世代別に実施率を見ると、50代から「散歩」「ウォーキング」「体操」がベスト3となり、健康維持を目的とした運動が上位をしめる結果となっている。

一方、20~40代では「ボウリング」が高い割合を示し、20代が48.2%、30代が23.8%、40代が25.9%となっている。20代では、「スノーボード」が28.6%と上位に入っていることも特徴的であるほか、第5位の「水泳」が25.9%と他世代の5位と比べて高い実施率であることも特徴といえる。すなわち、20代では人口に占める運動・スポーツ実施率が高いことがうかがえる。本調査では対象としていない10代では、おそらくもっと異なった運動・スポーツ実施率と実施種目の傾向が予想される。

表2 年間種目別運動・スポーツ実施率と推計人口

順位	全体 (n=1063)			順位	男性 (n=497)		順位	女性 (n=566)	
	実施種目	実施率 (%)	推計人口 (千人)		実施種目	実施率 (%)		実施種目	実施率 (%)
1	散歩(ぶらぶら歩き)	33.8	119.7	1	散歩(ぶらぶら歩き)	33.6	1	散歩(ぶらぶら歩き)	34.3
2	ウォーキング	21.9	77.5	2	ボウリング	22.1	2	体操	24.4
3	体操	21.3	75.4	3	ウォーキング	20.9	3	ウォーキング	22.8
4	ボウリング	17.7	62.7	4	ゴルフ(練習場)	19.3	4	ボウリング	14.0
5	サイクリング、自転車	12.3	43.5	5	体操	17.9	5	サイクリング、自転車	13.6
6	水泳	11.2	39.6	6	ゴルフ(コース)	17.9	6	水泳	11.7
7	ゴルフ(練習場)	10.7	37.9	7	筋カトレーニング	13.7	7	卓球	7.2
8	筋カトレーニング	10.1	35.8	8	釣り	13.7	8	筋カトレーニング	7.1
9	ゴルフ(コース)	9.8	34.7	9	ジョギング、ランニング	11.5	9	登山、トレッキング	7.1
10	ジョギング、ランニング	9.1	32.2	10	サイクリング、自転車	10.9	10	ジョギング、ランニング	6.9
11	登山、トレッキング	7.9	28	11	水泳	10.9	11	ヨーガ	6.5
12	グラウンドゴルフ	7.7	27.3	12	海水浴	10.7	12	バドミントン	5.8
13	スキー	7.6	26.9	13	グラウンドゴルフ	10.5	13	アクアエクササイズ	5.7
14	海水浴	7.4	26.2	14	キャッチボール	10.5	14	スキー	5.5
15	釣り	7.4	26.2	15	スキー	9.9	15	グラウンドゴルフ	5.1
16	卓球	7.3	25.8	16	ソフトボール	9.5	16	テニス(硬式)	5.1
17	キャッチボール	6	21.2	17	登山、トレッキング	8.9	17	エアロビックダンス	5.1
18	バドミントン	6	21.2	18	卓球	7.4	18	ハイキング	4.8
19	ソフトボール	5.1	18.1	19	バドミントン	6.2	19	海水浴	4.6
20	ハイキング	5.1	18.1	20	ハイキング	5.4	20	なわとび	3.9
21	スノーボード	4.5	15.9	21	スノーボード	5.4	21	スノーボード	3.7
22	テニス(硬式)	4.4	15.6	22	野球	5.0	22	ゴルフ(練習場)	3.2
23	アクアエクササイズ	4.3	15.2	23	サッカー	4.0	23	バレーボール	3.2
24	エアロビックダンス	3.7	13.1	24	バレーボール	3.8	24	ソフトバレーボール、トリムバレーボール	3.0
25	ヨーガ	3.7	13.1	25	テニス(硬式)	3.6	25	ゴルフ(コース)	2.8
26	なわとび	3.6	12.7	26	キャンプ	3.6	26	キャッチボール	2.1
27	バレーボール	3.5	12.4	27	なわとび	3.4	27	キャンプ	2.1
28	キャンプ	2.8	9.9	28	アクアエクササイズ	2.8	28	釣り	1.9
29	ソフトバレーボール、トリムバレーボール	2.8	9.9	29	ソフトバレーボール、トリムバレーボール	2.6	29	バスケットボール	1.6
30	野球	2.5	8.9	30	バスケットボール	2.4	30	社交ダンス	1.6
								綱引	1.6
	この1年運動・スポーツを行 わなかった	27.2	96.3		この1年運動・スポーツを行 わなかった	23.5		この1年運動・スポーツを行 わなかった	30.2

表3 世代別運動・スポーツ実施種目と実施率

順位	20代	30代	40代	50代	60代	70代
1	ボウリング (48.2)	散歩(ぶらぶ ら歩き)	散歩(ぶらぶ ら歩き)	散歩(ぶらぶ ら歩き)	散歩(ぶらぶ ら歩き(43.4)	散歩(ぶらぶ ら歩き)
2	散歩(ぶらぶ ら歩き)	ウォーキング (24.6)	体操(26.4)	ウォーキング (28.7)	ウォーキング (30.2)	体操(17.0)
3	スノーボード (28.6)	ボウリング (23.8)	ボウリング (25.9)	体操(18.8)	体操(30.2)	グラウンドゴルフ (16.5)
4	卓球(26.8)	サイクリング、自 転車(20.0)	ウォーキング (18.1)	ゴルフ(コース) (16.6)	サイクリング、自 転車(12.3)	ウォーキング (12.9)
5	水泳(25.9)	筋カトレーニング (20.0)	スキー(14.0)	ゴルフ(練習 場)(15.2)	釣り(10.4)	ゴルフ(練習 場)(6.7)

3. 運動・スポーツ実施レベル

図1・2は、金沢市民の運動・スポーツ実施状況を笹川スポーツ財団が提案する5つのレベルに基づいて分類した結果を、全体、男女別、世代別に表している。全体でみると、過去1年間に運動・スポーツをまったく行わなかった者(レベル0)の割合は3割弱(28.0%)であった。一方、何らかの運動・スポーツを行った者(レベル1～レベル4)の割合は7割強(72.0%)であった。このうち、週1回以上運動・スポーツを行った者の割合は49.2%、週2回以上運動・スポーツを行った者(レベル2～レベル4)の割合は37.3%であった。このことから、国が生涯スポーツ社会実現の目安としている「1週間に1回以上運動・スポーツを実施する者」の割合は49.2%であり、国の目標値50%にせまる高い値を示していることが明らかになった。この結果は、笹川スポーツ財団が2002年に調査した全国値(49.7%)⁸⁾とほぼ同じである。これは表2でみた年間1回以上運動・スポーツを行う人口が多いばかりでなく、運動・スポーツを定期的実施する者の割合が高いことを示している。世代別に週1回以上の運動・スポーツ実施率をみると、60代では56.7%、40代では50.6%と50%を超えている。

男女別にみると、過去1年間に運動・スポーツをまったく行わなかった者(レベル0)の割合は、女性が31.0%であるのに対して男性では24.6%であり、女性の方がやや高くなっていた。一方、レベル1(年1回～週1回未満)の割合は、男性が25.9%であるのに対して女性では20.1%であり、男性の方がやや高くなっている。レベル0とレベル1(週1回未満)の合計でみると、男性と女性の差はほとんどないといえる。すなわち運動・スポーツを週1回未満しか行っていない者は男女ともほぼ同じで5割弱であった。

世代別でみると、過去1年間に運動・スポーツをまったく行わなかった者(レベル0)や週2回以上、1回30分以上(レベル3)の割合は

高世代であるほうが高くなっていた。一方、年1回～週1回未満運動・スポーツを行った者や週2回以上、1回30分以上、ややきつい以上(レベル4)の割合は低世代であるほど高くなっていた。週1回以上運動・スポーツを実施しているレベルでは60代が最も高い値(56.7%)であった。

金沢市民の「アクティブ・スポーツ人口」に注目してみよう。全体では15.5%で、金沢市民の5万4870人に相当すると推計される。男女を比較すると男性が16.3%と女性の14.7%をやや上回っている。世代を比較すると、20代がもっとも高く21.6%であり、世代が上がるにしたがって減少する傾向にある。「レベル3(週2回以上、1回30分)」以上の割合を20代と60代で比較すると、60代が37.0%と20代の30.6%を6.4%上回っている。60代と20代の傾向を分ける理由は、中高年層で運動強度が低下することにあると言えそうである。

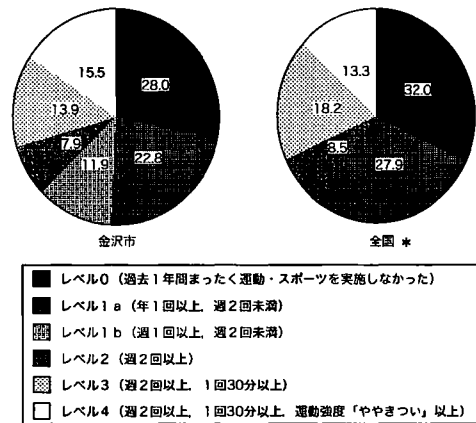


図1 金沢市民の運動・スポーツ実施レベル
*資料：SSF笹川スポーツ財団「スポーツライフデータ2002」より引用

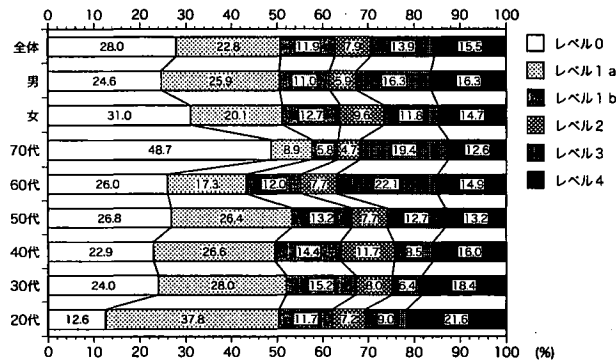


図2 性別・世代別にみた運動・スポーツ実施レベル

4. 種目別にみた運動・スポーツ実施頻度

表4は、運動・スポーツ実施者に占める割合が1%以上であった種目について、年間あたりの実施頻度の平均値を種目別に示している。

実施頻度の高い順に「体操」「ウォーキング」「サイクリング・自転車」の順になっている。週あたりの回数に換算すると、「体操」は週3回以上であり、「ウォーキング」「サイクリング・自転車」「筋力トレーニング」「散歩(ぶらぶら歩き)」4種目が、週2回以上という結果であった。週1回以上でみると「ジョギング・ランニング」のほか、11種目という結果であった。

生涯スポーツ時代の定期的スポーツ実施に適合する種目という点からみると、平均値で週1回以上実施している16種目が主要種目であると

いえよう。また、「バレーボール」や「水泳」などのように僅かの差で週1回に及ばなかった種目でも、かなり多数の者は週1回以上の実施頻度であり、主要種目に加えることができるだろう。

5. 種目別にみた運動・スポーツ実施時間

表5は運動・スポーツ実施者に占める割合が1%以上の種目について、1回あたりの平均実施時間が長い種目から順に表している。

運動・スポーツ種目別の実施時間で長時間であった種目は、「キャンプ」「登山・トレッキング」「スキー」などのアウトドアスポーツが上位を占めた。また「ソフトボール」「野球」などの競技スポーツは1～2時間の時間帯が多くなっていた。運動系種目は実施時間が短い傾向にあり、「体操」「なわとび」では20分以内であった。

表4 種目別運動・スポーツ実施頻度

実施種目	回/年間	実施種目	回/年間
体操	160.3	水泳	48.5
ウォーキング	131.7	ゴルフ(練習場)	41.9
サイクリング、自転車	128.7	キャッチボール	41.7
筋力トレーニング	126.0	ソフトバレーボール、トリムバレーボール	39.5
散歩(ぶらぶら歩き)	119.9	野球	33.1
ジョギング、ランニング	96.5	バドミントン	26.9
ヨーガ	82.6	卓球	24.5
社交ダンス	74.2	ゴルフ(コース)	22.1
サッカー	72.7	釣り	18.3
エアロビックダンス	69.9	スノーボード	15.0
アクアエクササイズ	69.3	ソフトボール	10.9
バスケットボール	67.3	ボウリング	10.5
マレットゴルフ、パークゴルフ、ターゲット・パードゴルフ	66.7	ハイキング	8.4
グランドゴルフ	61.8	海水浴	6.9
テニス(硬式)	53.9	スキー	6.1
なわとび	53.8	登山、トレッキング	5.2
バレーボール	51.6	キャンプ	1.8

表5 種目別運動・スポーツ実施時間

実施種目	時間/回	実施種目	時間/回
キャンプ	15時間11分	バドミントン	1時間19分
登山、トレッキング	5時間39分	社交ダンス	1時間18分
スキー	4時間50分	ソフトバレーボール、トリアバレーボール	1時間13分
釣り	4時間47分	水泳	1時間12分
ゴルフ(コース)	4時間46分	エアロビックダンス	1時間3分
スノーボード	4時間44分	ヨーガ	1時間
ハイキング	3時間4分	卓球	1時間
海水浴	2時間23分	サイクリング、自転車	56分
ソフトボール	2時間8分	ウォーキング	55分
マレットゴルフ、パークゴルフ、ターゲット・バードゴルフ	1時間55分	アクアエクササイズ	54分
野球	1時間38分	散歩(ぶらぶら歩き)	48分
グランドゴルフ	1時間37分	ボウリング	43分
ボウリング	1時間36分	バレーボール	43分
バスケットボール	1時間28分	筋力トレーニング	37分
テニス(硬式)	1時間23分	キャッチボール	28分
サッカー	1時間22分	体操	18分
ゴルフ(練習場)	1時間21分	なわとび	16分

アウトドアでの運動・スポーツ種目の多くは宿泊型であり、定期的実施の可能性は低い。むしろ2時間以内の種目こそが、定期的実施する可能性が高い種目である。体力や健康の維持増進を目的とする場合は、30分以上の継続実施であることが望ましいことからすれば、30分以上2時間程度の運動・スポーツが「アクティブ・スポーツ人口」に適合しうる種目と言えよう。

6. 種目別にみた運動・スポーツの主観的運動強度

図3は運動・スポーツ実施者に占める割合が高かった15種目に関して、実施者の主観的な運動強度を表している。

「ややきつい」以上(ややきつい, きつい, か

なりきつい)の割合は高い順に「登山、トレッキング」「ジョギング、ランニング」「筋力トレーニング」となっている。「ややきつい」以上の割合が、「登山、トレッキング」「ジョギング、ランニング」「筋力トレーニング」では8割以上、「水泳」「スキー」では7割以上であった。一方、「楽である」以下(楽である, かなり楽である)の割合が「散歩(ぶらぶら歩き)」「グランドゴルフ」では8割以上、「釣り」「体操」「ボウリング」では7割以上であった。健康体力の維持増進という点から考察すると、「楽である」「かなり楽である」と感じる種目実施においては、実施強度を上げる工夫や実施強度の高い種目との併用を検討することが望まれるであろう。

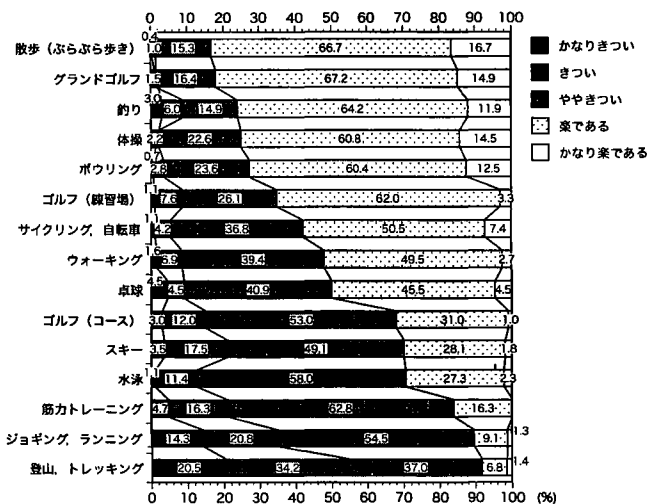


図3 種目別運動・スポーツの主観的運動強度

7. 種目別にみた運動スポーツの利用施設

表6は、金沢市民が運動・スポーツ実施時に利用する施設を実施率の高い順に示している。これによると第1位は「道路」(50.4%)であり、「散歩(ぶらぶら歩き)」や「ウォーキング」の場所としてよく利用していることがわかる。第2位は「体育館」(28.1%)である。「体育館」は様々な運動・スポーツの実施場所であり、その多機能性から上位にランクされたものと理解されよう。雪国金沢の冬場の利用施設として、ひとつの重要な施設である。第3位「自宅(庭・室内等)」(24.0%)は「体操」などの施設を選ばない運動のための空間として理解される。これら上位3施設の特徴は、いずれも専用施設でないということも関与していると考えられる。

8. 種目別にみた運動・スポーツの利用施設タイプ

表7は運動・スポーツ実施者に占める割合が高かった15種目に関して、実施者がよく利用する施設のタイプとその施設のタイプを利用すると答えた実施者の割合を表している。

15種目中8種目が「施設を利用していない」

と回答した者の割合が最も高くなっていた。8種目の内訳は、「散歩(ぶらぶら歩き)」「ウォーキング」「体操」「筋力トレーニング」「ジョギング・ランニング」といった特定の施設を必要としない運動の種目や「サイクリング・自転車」「登山・トレッキング」「釣り」といったアウトドアスポーツであった。

表6 利用頻度順運動・スポーツ利用施設

金沢市			全国	
順位	施設の種類の種類	割合(%)	順位	割合(%)
1	道路	50.4	1	56.9
2	体育館	28.1	3	23.4
3	自宅(庭・室内等)	24.0	2	24.2
4	ボウリング場	18.0	5	18.7
5	公園	16.1	4	21.5
6	屋内プール	14.1	9	12.7
7	ゴルフ場(コース)	13.5	13	7.7
8	海・海岸	13.4	7	14.0
9	トレーニングルーム	13.1	14	7.2
10	河川敷	12.6	11	9.1
11	スキー場	12.2	10	12.3
12	ゴルフ場(練習場)	10.2	8	13.6
13	グラウンド	9.0	6	14.5
14	山林	8.2	12	7.8
15	野球・ソフトボール場	6.1	15	6.0
16	集会場(公民館等)	5.6	20	1.8
17	陸上競技場	5.3	18	2.5
18	武道場	5.2	23	1.1
	テニスコート	5.2	16	4.0
19	ダンススタジオ	1.5	18	2.5
20	民間スポーツクラブ(フィットネスクラブ)	1.4		

表7 種目別運動・スポーツの利用施設タイプ

実施種目	1位	(%)	2位	(%)	3位	(%)
散歩(ぶらぶら歩き)	施設を利用していない	82.2	公共の施設	12.9	その他	3.6
ウォーキング	施設を利用していない	76.7	公共の施設	9.3	民間の施設	8.7
体操	施設を利用していない	57.4	公共の施設	19.4	職場の施設、その他	7.0
ボウリング	民間の施設	85.8	公共の施設	9.4	施設を利用していない	2.4
ゴルフ(コース)	民間の施設	91.0	施設を利用していない	5.1	その他	2.6
サイクリング、自転車	施設を利用していない	81.6	公共の施設	9.2	民間の施設	6.6
ゴルフ(練習場)	民間の施設	93.2	施設を利用していない	2.7	その他	2.7
水泳	公共の施設	58.8	民間の施設	38.8	大学・高専等の学校施設	1.3
筋力トレーニング	施設を利用していない	39.7	民間の施設	35.9	公共の施設	20.5
ジョギング、ランニング	施設を利用していない	58.1	公共の施設	19.4	民間の施設	19.4
登山、トレッキング	施設を利用していない	79.6	その他	12.2	公共の施設	6.1
釣り	施設を利用していない	78.7	公共の施設	10.6	民間の施設	8.5
グランドゴルフ	公共の施設	77.3	民間の施設	9.1	その他	6.8
スキー	民間の施設	72.0	公共の施設	18.0	その他	6.0
卓球	公共の施設	50.0	民間の施設	17.5	小・中・高校の学校施設	15.0

「公共の施設」と「民間の施設」との利用状況を比較すると、総じて「公共の施設」の利用が多いが、「ボウリング」「ゴルフ」「筋力トレーニング」「スキー」など専用の施設を必要とする種目では「民間の施設」を、それ以外は「公共の施設」を利用する傾向が明らかとなった。

9. 種目別にみた運動・スポーツ利用施設までの所要時間

表8は運動・スポーツ実施者に占める割合が1%以上の種目について、実施する施設への平均移動時間が長い種目から順に表している。

「キャンプ」「登山・トレッキング」などのアウトドアスポーツが移動に長時間を要する結果となった。市内の競技スポーツ施設を利用するスポーツ種目の所要時間は、およそ15分から25分の範囲であった。ひとりで参加でき、しかも特定の施設を使用しない種目は、およそ15分以内の時間で移動できる施設で実施していることが明らかとなった。

金沢市民がよく利用する運動・スポーツ施設の利用理由について示したのが図4である。この図は運動・スポーツすることを目的とした施

設を対象としており、道路などスポーツ目的以外の空間は分析から除かれている。その結果「近いから」という理由が39.6%と顕著に高く、第2位以下の理由とに差が認められた。このことから何よりも「近いこと」が運動・スポーツ施設にとって重要であることが明らかになった。では、いったいどのくらい近いのであろうか。

自宅から利用施設までの所要時間を表8から種目別にみてみよう。体育館を利用する「バレーボール」は20分、「卓球」は19分、「バスケットボール」は19分であった。また、グラウンドを利用する「ソフトボール」は20分、「サッカー」は17分という結果であった。専用施設の必要な種目では「野球」が38分、「水泳」19分であった。これらのことから考えると概ね20分以内が運動・スポーツ施設までの所要時間として望ましいと考えられる。自宅から利用施設までの距離についてみると、最も利用者の多かった中央体育館では利用者の78.7%の市民は、居住地から体育館までの距離が5キロ以内であった。

表8 種目別の運動・スポーツ利用施設までの所要時間

実施種目	時間	実施種目	時間
キャンプ	2時間53分	卓球	19分
登山、トレッキング	2時間14分	バスケットボール	19分
スキー	1時間40分	水泳	19分
スノーボード	1時間39分	サッカー	17分
ハイキング	1時間3分	バドミントン	17分
釣り	1時間2分	アクアエクササイズ	16分
海水浴	55分	筋力トレーニング	15分
ゴルフ(コース)	54分	ジョギング、ランニング	15分
野球	38分	キャッチボール	14分
マレットゴルフ、パークゴルフ、ターゲット・ハードゴルフ	34分	グラウンドゴルフ	13分
テニス(硬式)	23分	ヨーガ	13分
エアロビックダンス	21分	ボウリング	11分
社交ダンス	21分	散歩(ぶらぶら歩き)	11分
ボウリング	21分	体操	10分
バレーボール	20分	ソフトバレーボール、トリムバレーボール	9分
ゴルフ(練習場)	20分	サイクリング、自転車	7分
ソフトボール	20分	なわとび	3分

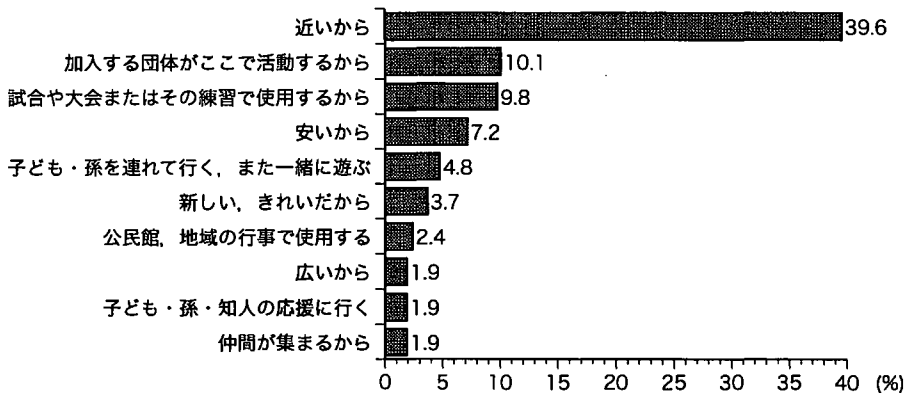


図4 スポーツ施設の利用理由

4. 考察

(1) 金沢市民の運動・スポーツの実施状況と行政課題

「アクティブ・スポーツ人口」を測定しうる調査項目を採用した調査によって、金沢市民の運動・スポーツ実施状況について特記すべき結果を得た。さらに、本調査を通じていくつかの重要な示唆を得た。

第一に、金沢市民の運動・スポーツ実施率が全国水準と比較して同等もしくは高い位置にあることが明らかとなった。文部科学省が「スポーツ振興基本計画」に政策目標として明示している成人の1週あたりの運動実施率が49.2パーセントを示し、目標の50パーセントの直前であることが分かった。これを受けた金沢市は、さらなる実施率の向上をねらいとして、向こう10年間の達成目標値を70パーセントにするという計画を提案するに至っている⁹⁾。

第二は、運動・スポーツ種目についてである。「散歩（ぶらぶら歩き）」「体操」などのいわゆる運動系の種目が実施率の高い種目の上位を占めたことである。その一方で、いわゆるスポーツ系の種目が必ずしも高い割合を示さなかった。この結果によって、大多数の運動実施者と少数のスポーツ愛好者によって市民の運動・スポーツ実施者が構成されていることが明らかとなっ

た。このことを重要に受け止めるならば、市民の運動・スポーツを支援する市区町村の担当課は、競技スポーツ種目に力を入れる以上に運動系の種目の支援に力を入れる必要があるだろう。しかし、支援は容易ではないかもしれない。なぜなら、市民一人ひとりが個別に実施している運動系の種目は組織化されておらず、組織化されている競技種目と同様あるいはそれ以上の扱いをすることは困難であると予想されるからである。生涯スポーツ社会の実現を目指す地方公共団体においては、運動・スポーツ振興策の見直しや新たな課題の設定など取り組むべき課題が多いことを認識しなければならないだろう。生涯スポーツ社会の実現に向けた行政課題が、単にスポーツ人口の増大だけでなく、健康な市民の育成という新たな課題へとシフトする必要があることを示唆する結果であったと言えよう。

第三に、本調査では金沢市民の運動・スポーツ実施状況を単に実施頻度で測定するばかりではなく、種目、頻度、時間、強度、利用施設、施設タイプ、施設までの所要時間と多角的に測定した。この調査によって、どのような市民が、どのような条件で運動・スポーツを実施しているか動的に把握することができた。市民の運動・スポーツ実施を動的に把握できたことによって、市民の運動・スポーツ動向を詳細に把

握ることができ、より具体的な政策を立案する可能性が拡大した。市担当者は、地方公共団体が自らのスポーツ振興策を検証・立案するためには、定期的に市民の運動・スポーツ動向を把握する必要がある、そのためのスポーツ統計を作成・整備する必要性について再認識することができた。「スポーツ振興基本計画」の中に明示されたように、住民のニーズを収集して地方公共団体ごとに適切な振興策を立てるためには、市民スポーツ統計の整備が必須である。そのためにも、どのような指標で市民の運動・スポーツ動向を測定するか、確定する必要がある。この調査を契機として金沢市は、生涯スポーツ時代に対応した市民の運動・スポーツ振興策を設計する上で大きな資料を得た。「金沢市民スポーツ振興計画」は平成17年度から26年度までの10年間にわたる計画である。計画では「5年をめぐりに計画の見直しを図る¹⁰⁾」と明記しており、市民の運動・スポーツの動向を把握するための定期的な調査に期待したい。

(2) 住民にとって意味のある運動・スポーツ実施動向指標の必要性

年間あたりのスポーツ実施率を問う指標は、スポーツイベントへの参加率を問う指標にほかならない。とすれば、運動・スポーツを実施する市民を把握するという意味合い以上に、スポーツイベントを実施する団体や組織の評価を問う指標と見なすことができる。すなわち、運動・スポーツを実施する市民の大小は、当該市の担当課の努力の度合いや業績を投影していると思わせるのである。「行政主導」という言葉が示すように、我が国のスポーツ振興は、行政の強力なリーダーシップによって実現してきた。ここまで大きな成果を上げてきたと評価しうるが、市民の運動・スポーツ実施動向の指標が、依然として行政中心の指標となっているのではないだろうか。生涯スポーツ社会の実現は大きな行政課題である。しかし、住民にとっては「生涯スポーツ社会の実現」が目標ではなく、「個々人のスポーツライフの充実」こそが目標である。

市民の運動・スポーツの充実度を測る指標としては、「アクティブ・スポーツ人口」すなわち、頻度・時間・強度から運動・スポーツの状況を測定することは、住民本位だと言えるのではなかろうか。

5. 総括

金沢市民の運動・スポーツ実施状況を調査するにあたり、笹川スポーツ財団が提案する頻度・時間・強度から算出される「アクティブ・スポーツ人口」の質問項目を採用した。その結果、金沢市の成人の一週あたりの運動・スポーツ実施率が50パーセント直前であることが明らかとなった。その種目の内訳を見ると「散歩」や「体操」などの「運動系種目」が上位を占めていた。このことから市民の運動・スポーツ振興策を競技スポーツやスポーツ組織を中心としたものから、健康や体力の維持・増進を目標として実施している「運動」や組織化されない「運動」実践者を対象としたものへと転換する必要があることを示唆するものであった。生涯スポーツ社会の実現を目指す我が国や地方公共団体にとっては、住民にとって意味のある運動・スポーツ指標が必要であることも示唆された。今後、生涯スポーツ社会と生涯スポーツライフの充実を測定する指標のさらなる提案とそれら指標を採用したスポーツ統計の充実が期待される。

謝辞

この調査研究は、筆者が平成16年度に金沢市民スポーツ振興計画策定検討会の座長として実施したものである。検討会が実施した「金沢市民のスポーツ意識に関する調査」の資料を調査研究として報告することにご理解いただいた、金沢市都市政策局文化スポーツ部スポーツ振興課課長ほかの関係者にお礼申し上げる。また、笹川スポーツ財団の担当者には、「財団の事業は公益性を重視するもので、地域のスポーツ振興に役立つのであれば、喜んで情報提供したい」

と調査票の引用を快諾された。ここにお礼を述べるとともに、財団の活動がますます我が国のスポーツ振興に寄与することを期待したい。

注

- 1) 調査項目の検討に際して、高松市、福山市、倉敷市、和歌山市、高槻市、豊田市、相模原市、宇都宮市、いわき市等が実施した市民の運動・スポーツ実施状況調査を検討した。各都市なりに工夫された質問項目となっているが、似通った質問ながら定義や表現が異なっており、これらの都市と容易に比較することは困難であると判断した。
- 2) 平成 17 年 7 月 15 日付の北國新聞に「週に 1 回以上スポーツをする人口の割合は、石川県では 31.58% となり、全国のワースト 2 である」と掲載されたが、金沢市に限ってみると、実施率は全国値よりもむしろ高い。本調査と笹川スポーツ財団の調査方法はほとんど同じであり、本調査の標本数の方が多いことを考慮すると、本調査結果の信頼性は高いと判断される。

引用・参考文献

- 1) 内閣府 (2005), 体力・スポーツに関する世論調査, <http://www8.cao.go.jp/survey/h15/h15-sports/index.html>
- 2) 文部省 (2000), スポーツ振興基本計画, http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/12/09/000905.htm
- 3) SSF 笹川スポーツ財団 (2001), スポーツ白書 2010～スポーツ・フォア・オールからスポーツ・フォア・エブリワンへ～, SSF 笹川スポーツ財団, p32
- 4) 健康日本 21 企画検討会・健康日本 21 計画策定検討会 (2000), 21 世紀における国民健康づくり運動 (健康日本 21) について報告書, p2-4
- 5) SSF 笹川スポーツ財団 (2002), スポーツライフ・データ 2002—スポーツライフ・データに関する調査報告書—, SSF 笹川スポーツ財団, p20
- 6) 前掲書 3), p32
- 7) 前掲書 5), p25
- 8) 前掲書 5), p24
- 9) 金沢市 (2005), 金沢市民スポーツ振興計画, p5
- 10) 前掲書 9), p2