

# 大学生の生活習慣, 運動実施状況及びスポーツ情報への接触形態 に関する調査研究

Research on Lifestyles, Sports Activities and Contact with The Sports Information in University Students

望月 知徳\*      桑原 潤\*\*      富田 寿人\*\*\*  
Tomonori Mochizuki      Jun Kuwahara      Hisato Tomita

The purpose of this study is to investigate the sports activities and contact with the sports information in the university students and to examine the relationship between the sports activities and contact with the sports information.

- 1) Approximately 69.5% of all students like to exercise and 73.4% of all students want to exercise. But 58% of all students are No-Exercise students.
- 2) The sports activities of university students were affected by “Environment” and “Sports carrier”.
- 3) The contact with the sports information were affected by “Favorite teams and players” and “Sports carrier”
- 4) The result of Chi-square test indicated that the activities and contact with the sports information had a high correlation.

## 1. はじめに

平成 23 年にスポーツ基本法が施行され, それを受け平成 24 年には今後の国のスポーツ施策の具体的な方向を示すものとして, スポーツ基本計画が策定された。

スポーツ基本計画において「成人の週 1 回以上のスポーツ実施率が 3 人に 2 人 (65%程度), 週 3 回以上のスポーツ実施率が 3 人に 1 人 (30%程度) となることを目標<sup>1)</sup> としている。平成 23 年の国民健康・栄養調査<sup>2)</sup> によると, 運動習慣 (1 回 30 分以上, 週 2 回以上実施) のある者は, 20 代では男性 23.2%, 女性 9.5% との報告があり健康・体力づくり事業財団<sup>3)</sup> が東京都民を対象に行った調査においても週に 1 日から 3 日以上定期的に運動を実施している者は約 50% との報告があった。こういった結果から, 運動を実施している者へのより一層の習慣化を図ると共に, 運動の未実施者に対しての様々な対応・施策が必要であると考えられている。

近年の大学生の運動実施についての先行研究<sup>4) 5) 6) 7)</sup> は, 生活習慣に関する報告や, 健康問題, 運動習慣に関する研究が多くみられる。これら先行研究から, 運動習慣と食生活には関連があり, 運動習慣があるほど望ましい食生活や睡眠の規則性が良好である者が多いことが明らかとなっている。また, 徳永<sup>7)</sup> は, 精神面に関して大学生を対象とした研究で, コミュニケーション能力の低い学生や, 対人緊張の不安を抱えた学生が増加していると報告している。このような学生は, 抑うつや孤独感が予測されるため早期の改善が必要となる。そのために, 体力面と精神面の 2 つの問題の改善策として運動が良いとされ, 運動の効果については体力づくりなど

けでなく緊張の解消, 気分転換などが可能になると考えられている。また西山<sup>8)</sup> は, グループで運動を行っている場合には協調性の亢進, 対人関係の良好さがもたらされるとも述べている。このような報告もあることから, 現代の学生の現状を把握しておくことは様々な指導を行う上で意義深いものと考えられる。

一方で, 現代のスポーツはメディアとの密接な関係を築いている。テレビ・新聞・雑誌・インターネット・ラジオなどの多くのメディアが存在し, 近年より一層多様化してきた。スポーツについての情報は日常生活に溢れ, 我々は意識的に, あるいは無意識にいずれかのメディアから情報を得ているといえる。それにより近年「する」スポーツのみではなく「みる」スポーツについてもその重要性が謳われていると考える。つまり観戦したり・見たり・読んだり・スポーツの話題で会話をしたりと, スポーツの様々な楽しみ方を提供していくことが, スポーツの役割としてより一層重視されてくると考える。そしてスポーツについて高まった興味・関心を再び「する」スポーツへとその流れを発展させていくようマネジメントしていくことが今後のスポーツには必要なことであると考えられる。そのためにも, スポーツに関する情報にどの程度接触しているのかを知ることは, スポーツに対する意識を表す指標となり, スポーツの実施にも関わってくると思われる。また, たとえ運動を実施しなくても情報を持っていることは, スポーツに対する意識を自然と高めたり, 友人などと会話をするきっかけになり人間関係の形成やコミュニケーション機会の創出などの一端を担うものと思われる。しかし, 先行研究において

2013 年 3 月 1 日受理

\* 学生事務部 学務課      \*\* 総合情報学部 人間情報デザイン学科 4 年  
\*\*\* 総合情報学部 人間情報デザイン学科

大学生の運動・スポーツの現状について、運動に対する実施状況や意識について調査し、尚且つスポーツの観戦頻度やスポーツに関する情報について、どこから・どんな情報を・どの程度接触しているかなどの構造を明らかにしようとしている報告はほとんど見られない。学生が運動を実施し、健康的な生活を営む上でスポーツに関する情報を日常生活の中でどのように接触しているか知り、それが運動実施状況とどのような関係性を持っているのかを検討することは重要であると考え。

## 2. 研究目的

そこで本研究は、本学の全ての学生を対象に、生活習慣や運動習慣は勿論のこと、運動・スポーツに対する意識やスポーツ情報への接触、過去の運動・スポーツ実施経験、実施年数などについてアンケート調査を実施し、本学における運動実施状況について明らかにし、未実施者に対する施策を検討することを目的とした。また、スポーツ情報への接触に関する項目についてクラスター分析にて比較検討を実施し、その後運動・スポーツの実施状況との関連構造についても検討したい。本研究が本学での運動・スポーツの機会の創出、スポーツ環境整備の基礎的研究となればと考える。

## 3. 研究方法

### 3.1 調査対象

調査対象者は、平成24(2012)年度4月に在籍する全学生(1年396名, 2年生427名, 3年生359名, 4年生326名, 合計1508名)を対象とした。

### 3.2 調査方法

調査方法は無記名による質問紙調査法を用い、2年生から4年生については平成24年度4月履修ガイダンスにて、1年生については平成24年度6月中の「スポーツ1」(必修)の授業内において質問紙を配布し、アンケート主旨を説明後、回答してもらい回収した。回収率は86%(1301/1508名)、有効回答率99%(1297/1301名)であった。1年生に対しての6月での実施理由については大学入学後の運動習慣や、生活習慣がある程度確立されるまでの時間を確保するためであった。

### 3.3 調査項目

(1) 本研究の調査項目については、基本属性(性別・学科・学年・居住形態・友人数・交通手段・通学時間・アルバイト時間・食事回数・睡眠時間・飲酒頻度・喫煙有無)の12項目、運動・スポーツ実施状況(運動・スポーツの好き嫌い、実施意欲、得意度、応援チーム有無、応援選手有無)の5項目、運動・スポーツの実施習慣(平日及び休日の実施頻度・実施時間・所属形態・未実施理由)の5項目、スポーツ観戦及びスポーツ情報への接触頻度についての11項目、そして小・中・高・大学の各年代におけるスポーツ実施歴(種目・実施年数・所属形態)についての3項目をそれぞれ設定した。

(2) 本調査において、スポーツの定義は「楽しみを求めたり、勝敗を競ったりする目的で行われる身体運動の総称とし、

陸上競技、水上競技、球技、格闘技などの競技スポーツのほか、レクリエーションとして行われるものを含む」とした。

## 4. 結果

### 4.1 一次集計結果について

#### (1) 基本属性

調査対象者の基本属性(性別・学科・学年・居住形態・友人数・交通手段・通学時間・アルバイト時間・食事回数・睡眠時間・飲酒頻度・喫煙)について表1に示す。

表1 調査対象者基本属性(n=1297) ( )は女性の内数

	度数	%
性別		
男性	1280	98.3
女性	87	6.7
学年		
1年生	366(28)	28.2
2年生	372(24)	28.7
3年生	308(15)	23.4
4年生	256(20)	19.7
学科		
機械工学科	344(4)	26.5
電気電子工学科	267(3)	20.6
物質生命科学科	225(43)	17.3
コンピュータ科学科	164(2)	12.6
人間情報デザイン学科	170(25)	13.1
総合情報学部(1年)	127(10)	9.8
居住		
一人暮らし寮	232(13)	17.9
家族同居	1052(73)	81.1
その他	30	0.2
友人(同姓)		
0人	144(7)	11.1
1~10	1004(74)	77.4
11~20	125(9)	9.6
21~	24(0)	1.9
友人(異性)		
0人	842(33)	64.9
1~10	442(49)	34.1
11~20	9(4)	0.7
21~	4(1)	0.3
交通手段(複数回答)		
自転車	730(51)	60.9
原付バイク	370(12)	28.5
自動車	388(22)	30
公共交通機関	814(73)	62.8
徒歩	14(2)	1.1
その他	7(2)	0.5
通学時間		
~29分	297(18)	22.9
30~59	305(12)	23.5
60分以上90分未満	367(29)	28.3
90~119	243(21)	18.7
120~	84(7)	6.5
平日		
なし	735(52)	56.7
5未満	117(11)	9.1
5以上10未満	240(17)	10.1
10以上15未満	118(3)	9.1
15以上	87(4)	6.9
休日		
なし	604(35)	46.6
5未満	88(7)	6.9
5以上10未満	314(23)	24.3
10以上15未満	190(15)	14.6
15以上	99(7)	7.8
3食回数		
0日	153(10)	11.8
1~3	193(12)	14.9
4~6	482(34)	37.1
毎日	469(31)	36.2
睡眠		
5未満	73(7)	5.7
5以上6未満	276(22)	21.3
6以上7未満	452(26)	34.9
7以上8未満	308(24)	23.8
8以上	183(8)	14.2
酒/週		
0日	1024(62)	79
1~3	241(22)	18.6
4~	32(3)	2.4
喫煙		
なし	1203(81)	92.8
あり	94(6)	7.4

特徴的な基本属性について、居住形態は家族と同居 (81.1%) が最も高く、通学時間は60分以上90分未満 (28.3%) が最も高かった。友人数については同姓の友人が1~10名 (77.4%)、次いで0名が (11.1%) であった。普段使う交通手段については、公共交通機関 (62.8%)、自転車 (60.9%) であった。1週間のアルバイト時間については、0時間と回答した者が平日 (56.7%)、休日 (46.6%) と高かった。

(2) 運動・スポーツ実施の「好き嫌い」・「実施意欲」

大学生の「運動・スポーツの実施についての好き嫌い」、及び「運動・スポーツを実施したいと思うか」(実施意欲) について質問を行った。各項目は5段階評定尺度法によって評価し、対応する尺度は「1. 嫌い/思わない」「2. やや嫌い/やや思わない」「3. どちらでもない」「4. やや好き/やや思う」「5. 好き/思う」とした。回答は、3段階評価に集約し(嫌い、やや嫌い)を「嫌い」、「どちらでもない、(やや好き、好き)を「好き」とした。運動・スポーツの実施の「好き嫌い」・「実施意欲」についての結果を図1に示す。

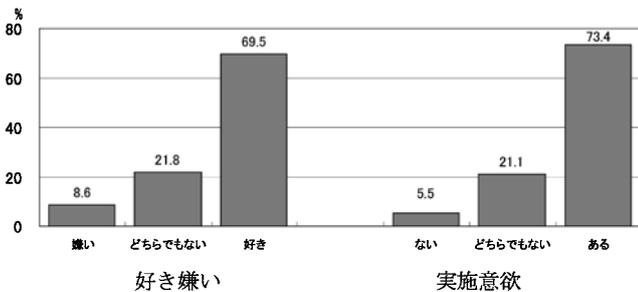


図1 スポーツ実施の好き嫌い、実施意欲 (n=1297)

運動・スポーツ実施についての好き嫌いの結果について、「嫌い」8.6%、「どちらでもない」21.8%、「好き」69.5%であった。学生の約7割が運動・スポーツの実施が「好き」であることが明らかになった。

運動・スポーツを実施したいと思うか(実施意欲)の結果について、「意欲ない」5.5%、「どちらでもない」21.1%、「意欲ある」73.4%となった。「意欲あり」の割合が7割以上であることが明らかとなった。

(3) 運動・スポーツ実施状況

大学生の1週間あたりの運動・スポーツ実施日数を図2に示す。1週間あたりの運動・スポーツ実施日数について、未実施58.0%、1-2日21.6%、3日以上20.4%であり、未実施者が約6割であることが明らかとなった。

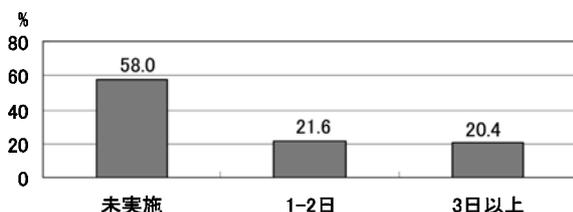


図2 スポーツ実施日数 (1週間) (n=1280)

前述の質問で、1週間に「1-2日」と「3日以上」スポーツを実施している者の1回あたりの運動・スポーツ実施時間の平均を表2に示す。

実施頻度	度数 (人)	1回 (分) (SD)	
		平均	標準偏差
1-2日	276	84.9	63.4
3日以上	261	87.6	72.4

1回の平均実施時間は「1-2日」が84.9分、「3日以上」が87.6分であった。結果についてはt検定 (p<0.05) を実施し、各グループ間の1回の平均時間に有意差はみられなかった。

次にスポーツを「1-2日」及び「3日以上」実施していると回答した者の実施種目について図3に示す。

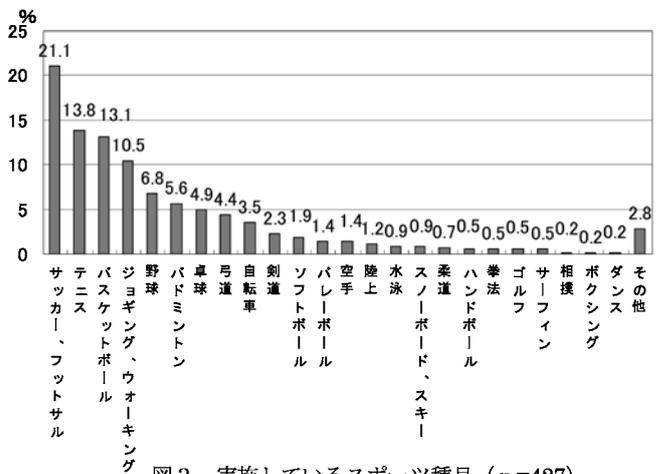


図3 実施しているスポーツ種目 (n=427)

実施種目は、サッカー・フットサル21.1%、テニス13.8%、バスケットボール13.1%、ジョギング・ウォーキング10.5%、野球6.8%、バドミントン5.6%、卓球4.9%の順に高く、本学において部活動、サークル活動として存在している種目が上位を占めた。学生がスポーツを実施するには大学内での団体や施設などの環境を利用している傾向が伺えた。

まとめると、本学の学生は運動・スポーツをすることが「好き」で、実施「したい」と前向きに捉えている学生が約7割であるが、実際には「未実施」が約6割であり、「好嫌」・「意欲」が「実施」に繋がっていないことが明らかとなった。

(4) メディアごとのスポーツ情報への接触

大学生の日常生活におけるメディアごとのスポーツ情報への接触について質問を行った。スポーツ情報については大きく以下の3つに分類した。

- ・会場観戦、TV、WEB、ラジオを情報源とするスポーツの“試合観戦”情報
- ・TV、WEB、ラジオ、新聞、雑誌・書籍を情報源とするスポーツニュースや試合結果、ハイライトシーンなどの“結果”情報
- ・会話、ポスターを情報源とするスポーツの話題や試合日程等

のスポーツ関連 “情報”

メディア毎のこれらスポーツ情報への接触頻度について、

図4に示す。

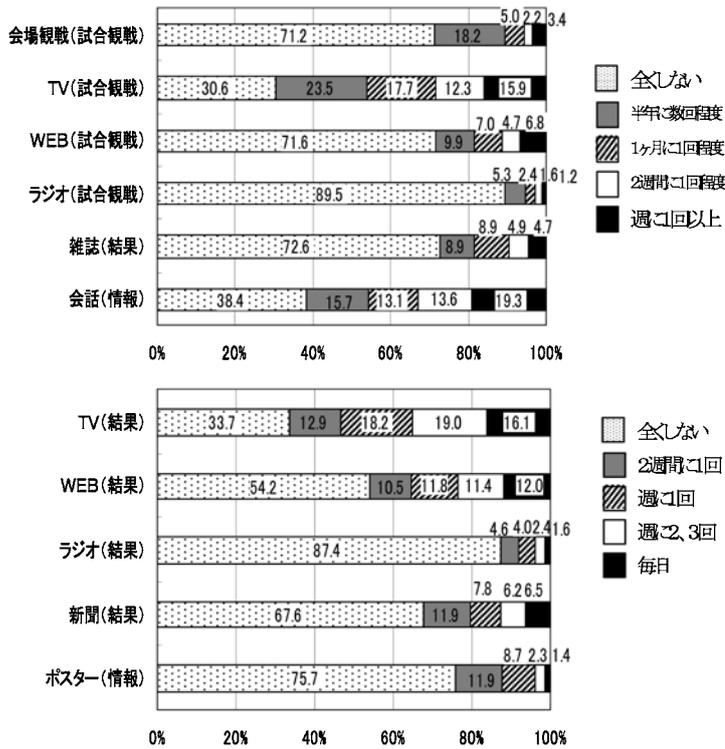


図4 メディア毎のスポーツ情報への接触頻度 (n=1271)

週1回以上の頻度の割合を見てみると、TV(結果)53.3%、WEB(結果)35.3%、新聞(結果)20.5%、会話(情報)19.3%、TV(試合)15.9%の順であった。全体的にスポーツの(試合)より(結果)情報が重視されており、情報源はTVを中心としている傾向があった。また、週に1回以上友人とスポーツの(会話)をするのが19.3%あり、「みる」スポーツの役割の1つとして挙げられるコミュニケーション機会の創出が見受けられた。

4.2 スポーツ実施項目3変数に基づく群の抽出

(1) 「運動態度群」の抽出

一次集計結果である運動・スポーツ実施についての「好き嫌い」・「実施意欲」・「実施状況」の3変数の結果【好き・どちらでもない・嫌い】【意欲あり・なし】【実施・未実施】に基づき、二次集計として以下のI・II・III群を抽出し、これらを運動態度群とした。各群の抽出条件を表3に示す。

表3 運動態度群 (I・II・III) の抽出条件と割合

群	運動実施好嫌	実施意欲	運動実施(週)	度数	割合 (%)	大学全体での割合 (%)
I	好き	あり	3日以上	221	26.3	17.0
II	好き	あり	未実施	383	45.6	29.5
III	嫌い どちらでもない	なし	未実施	235	28.1	18.1
計				839	100	64.6

抽出された各群について以下のように解釈した。

【I群について】

- ・運動・スポーツ実施が「好き」
- ・実施したい意欲が「あり」
- ・運動を週に「3日以上実施」

⇒意欲・行動ともに活発的であるIをPositive群とした。

【II群について】

- ・運動・スポーツを「好き」
- ・実施したい意欲「あり」
- ・運動を「未実施」

⇒運動・スポーツ実施について潜在的欲求を持つ集団と位置付けられるIIをPotential群とした。

【III群について】

- ・運動・スポーツの実施が「嫌い」「どちらでもない」
- ・実施したい意欲「無し」
- ・運動を「未実施」

⇒実施・意欲共にI:Positive群とは相対的に消極的なため、IIIをNegative群とした。

(2) 各群の特性

運動態度群における基本属性を表4に示す。各項目でカイ2乗検定を行い、各群間の比較を実施し有意差のあった項目について、これらから推察される各群の特性について以下に示す。なお、表4において網かけ太字は、カイ2乗検定によって有意差が認められ、他群よりも高い値について示した。他群と比べ有意差のあるものの要約や各群の特徴は以下の通りであった。これら特性に関する各群の比較検討については考察に記す。

Positive群

- ・割合は3群の中で最小規模、大学全体の2割弱、
- ・1年生中心(38.0%)、男性の割合が高い。(97.3%)
- ・交通手段は原付バイクの割合(36.7%)が3群で最も高い。
- ・3食を毎日摂る割合(46.2%)が3群で最も高い
- ・応援している「チームあり」(53.4%)「選手あり」(58.8%)が3群で最も高い
- ・過去の「運動・スポーツの実施経験あり」の割合が小学校(82.8%)中学校(95.9%)、高校(78.7%)と3群で最も高い
- ・高校において運動・スポーツを3年間続けた割合(79.4%)が3群で最も高い

表4 運動態度群ごとの基本属性

項目	大学全体 %	I :Positive群 (n=221) %	II :Potential群 (n=383) %	III :Negative群 (n=235) %	統計的検定	
性別						
男性	93.3	<b>97.3</b>	93.0	92.3	*	
女性	6.7	2.7	7.0	7.7		
学年						
1年生	28.2	<b>38.0</b>	21.7	29.8	***	
2年生	28.7	25.8	30.5	29.8		
3年生	23.4	22.2	24.0	22.6		
4年生	19.7	14.0	<b>23.8</b>	17.9		
学科						
機械工学科	26.5	28.1	25.6	24.3	*	
電気電子工学科	20.6	22.2	19.8	16.2		
物質生命科学科	17.3	19.0	16.2	17.9		
コンピュータシステム学科	12.6	6.8	14.1	14.9		
人間情報デザイン学科	13.1	12.7	16.4	11.9		
総合情報学部(1年)	9.8	11.3	7.8	<b>14.9</b>		
居住						
一人暮らし・寮	17.9	21.5	18.9	13.7	n.s	
家族と同居	81.1	78.1	80.8	85.9		
その他	0.2	0.5	0.3	0.4		
友人 (同姓)						
0人	11.1	7.7	8.6	<b>17.9</b>	***	
1~10	77.4	75.6	78.3	75.7		
11~20	9.6	12.7	11.2	5.5		
21~	1.9	<b>4.1</b>	1.8	0.9		
友人 (異性)						
0人	64.9	58.8	60.1	<b>80.4</b>	***	
1~10	34.1	<b>39.8</b>	<b>38.4</b>	19.1		
11~20	0.7	0.9	1.0	0.4		
21~	0.3	0.5	0.5	0.0		
交通 手段 (複数 回答)						
自転車	60.9	58.8	60.1	65.5	n.s	
原付・バイク	28.5	<b>38.7</b>	32.4	19.6	***	
自動車	30.0	29.0	<b>34.7</b>	23.8	*	
公共交通機関	62.8	55.2	60.3	<b>70.2</b>	**	
徒歩	1.1	0.9	1.0	1.3	n.s	
その他	0.5	0.9	0.3	0.4	n.s	
通学 時間						
30分未満	22.9	26.7	23.8	19.9	***	
30以上60分未満	23.5	25.3	25.4	19.6		
60分以上90分未満	28.3	29.0	28.3	25.5		
90分以上120分未満	18.7	14.5	14.4	<b>29.4</b>		
120以上	6.5	4.5	8.1	7.7		
なし	56.7	59.2	49.9	<b>70.2</b>		
平日					***	
5H未満	9.1	10.4	11.0	6.8		
5H以上10H未満	10.1	19.9	21.4	14.0		
10H以上15H未満	9.1	8.1	<b>10.7</b>	5.5		
15H以上	6.9	8.6	7.0	3.4		
休日					**	
なし	46.6	47.5	37.3	<b>63.4</b>		
5H未満	6.9	6.3	7.6	7.2		
5H以上10H未満	24.3	25.3	25.3	18.7		
10H以上15H未満	14.6	12.7	<b>19.3</b>	6.0		
15H以上	7.8	8.1	<b>10.4</b>	4.7		
3食 日数						
0日	11.8	6.8	<b>18.7</b>	8.1	***	
1~3	14.9	10.9	<b>18.0</b>	14.0		
4~6	37.1	36.2	34.2	42.1		
毎日	36.2	<b>48.2</b>	31.1	35.7		
睡眠						
5H未満	5.7	3.6	7.0	8.5	n.s	
5H以上6H未満	21.3	16.7	20.6	40.9		
6H以上7H未満	34.9	40.3	36.8	33.6		
7H以上8H未満	23.8	25.8	20.1	21.3		
8H以上	14.2	13.6	15.4	15.7		
酒/1週						
0日	79.0	79.2	77.2	<b>87.2</b>	**	
1~3	18.6	18.1	19.1	12.3		
4~	2.4	2.7	<b>3.7</b>	0.4		
喫煙						
なし	92.8	92.8	90.6	<b>96.6</b>	*	
あり	7.2	7.2	<b>9.4</b>	3.4		
応援						
なし	64.9	46.6	64.2	89.4	***	
チーム	35.1	<b>53.4</b>	35.8	10.6		
選手	なし	61.5	41.2	64.5	86.4	***
あり	38.5	<b>58.8</b>	35.5	13.6		
実施歴						
なし	24.1	17.2	19.6	<b>39.1</b>	***	
小学校	75.9	<b>82.8</b>	<b>80.4</b>	60.9		
なし	13.9	4.1	6.5	<b>31.9</b>	***	
中学	86.1	<b>95.9</b>	<b>93.5</b>	68.1		
なし	41.9	21.3	37.6	<b>74.0</b>	***	
高校	58.1	<b>78.7</b>	<b>62.4</b>	26.0		
実施年数						
2年以下	20.8	24.4	29.5	32.6	n.s	
小学校	53.7	75.6	70.5	67.4		
2年以下	8.0	7.2	8.8	<b>15.1</b>	*	
中学	76.3	92.8	91.2	84.9		
2年以下	20.8	20.6	28.5	<b>40.7</b>	***	
高校	53.7	<b>79.4</b>	71.5	59.3		

\*\*\*p<.001, \*\*p<.01, \*p<.05

## Potential 群について

- ・3群の中で最大規模であり、大学全体でも最大規模
- ・2年生(30.5%)中心、4年生割合(23.8%)が3群で最も高い。
- ・交通手段は自転車(60.1%)、公共交通機関(60.3%)が中心。自動車(34.7%)の割合が3群で最も高い
- ・アルバイト時間で週に10時間以上の割合が平日(17.7%)、休日(29.7%)と3群で最も高い。
- ・3食摂取する日の3日間以下(34.7%)が3群で最も高い。
- ・過去の「運動・スポーツの実施経験あり」の割合が小学校(80.4%)、中学校(93.5%)はPositive群と比べ差がないが、高校(62.4%)では低い。
- ・高校時代に3年間続けた割合(71.5%)がPositive群と比べ低い。

## Negative 群について

- ・Positive群と同規模で大学全体の約2割
- ・同姓の友人0名(17.9%)、異姓の友人0名(80.4%)が3群で最も高い
- ・交通手段は公共交通機関(70.2%)の割合が3群で最も高く、原付・バイク(19.6%)、自動車(23.8%)の割合は他群より低い。
- ・通学時間が60分以上の割合が3群で最も高い(63.6%)。
- ・アルバイトをしていない割合が平日(70.2%)、休日(63.4%)で3群で最も高い
- ・お酒を飲まない(87.2%)、喫煙しない(96.6%)割合が3群で最も高い
- ・過去の「運動・スポーツの実施経験なし」の割合が、小学校(39.1%)、中学校(31.9%)、高校(74.0%)と3群で最も高い。
- ・運動・スポーツを実施していた場合、3年間続けていない割合が中学校(15.1%)、高校(40.7%)と3群で最も高い。

## 4.3 スポーツ情報への接触におけるメディアの違いからみたクラスター分析

## (1) スポーツ情報への接触

大学生がスポーツを「する」だけでなく「みる」ことについてどのような構造をしているのか明らかにすることを目的とし、運動態度群(Possible群, Potential群, Negative群)を対象(n=833)とし、スポーツ情報への接触形態の類似性という観点からグループ化するため関連項目の11変数に関してクラスター分析を実施し分類を行った。各変数は5段階評定尺度法によって評価し、対応する尺度は1.「全くしない」、2.「半年に数回(2週間に1回程度)」、3.「1ヶ月に1回程度(週に1回程度)」、4.「2週間に1回程度(週に3・4回程度)」、5.「週に1回以上(毎日)」とした。( )はスポーツの「結果」や「情報」への接触頻度の場合の尺度(雑誌・書籍、会話は除く)とした。回答は全て間隔尺度として仮定し、1点~5点までの得点化した上で分析に使用した。

クラスター間の距離の測定方法はWard法を用いた。クラス

ター数を3~6の範囲で試行し、クラスター間の差異が最も明確であった「3」とした。3つのクラスターの解釈・特性の把握にはスポーツ情報への接触頻度の平均得点の傾向及び基本属性の特徴で総合的に判断した。

スポーツ情報への接触頻度の平均得点について図5に示す。

①Cluster1 (n=117) ②Cluster2 (n=281) ③Cluster3 (n=435) --大学全体平均

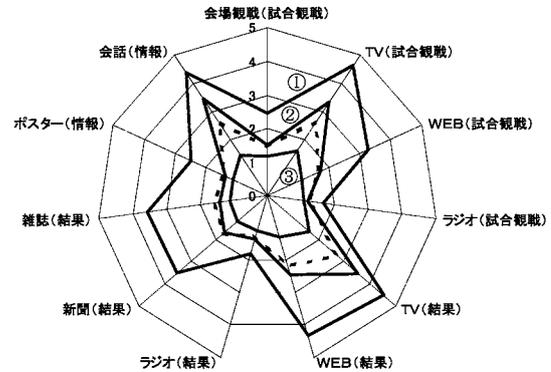


図5 クラスターごとの平均得点

## 【Cluster 1 (n=117) について】

- ・得点が大学全体平均より、全ての項目で上回っている。
- ・TVでの試合観戦(4.62)、TVでの試合結果(4.50)、会話での情報交換(4.36)、WEBでの試合結果(4.33)が主な情報源となっている。
- ・新聞(結果)(3.50)、雑誌(結果)(3.56)なども情報源として重視しており、自発的に情報に接触している可能性が高い。

⇒Cluster 1を「自発的接触タイプ」とした。

## 【Cluster 2 (n=281) について】

- ・TVでの試合結果(3.52)、TVでの試合観戦(3.33)、会話での情報交換(3.43)が主な情報源となっている。
- ・TVからの情報が中心で、それを話題にして会話が成り立っている可能性が高い。

⇒Cluster 2を「TV傾斜タイプ」とした。

## 【Cluster 3 (n=435) について】

- ・大学全体平均に対して、全ての項目で下回っている
- ・スポーツ情報について突出した情報源をもたない。
- ・スポーツ情報に対して興味を持たず、そのためスポーツ情報への接触頻度も乏しいと考えられる。

⇒Cluster 3を「他活動重視タイプ」とした。

## (2) 各タイプの特性

スポーツ情報への接触形態に関する3つのタイプの基本特性を表5に示す。カイ2乗検定を行い、各セグメント間の比較を実施し有意差のあった項目について、これらから推察される各群の特性について以下に示す。なお、表5において網かけ太字は、カイ2乗検定によって有意差が認められ、他群よりも高い傾向にある値について示した。これら各タイプの特性に関する比較検討については考察に示す。

表5 スポーツ情報接触形態タイプごとの基本属性

項目	大学全体	Cluster 1 (n=117) Cluster 2 (n=281) Cluster 3 (n=435)			統計学的検定	
		自発的接触タイプ %	TV傾斜タイプ %	他活動重視タイプ %		
性別	男性	93.3	<b>100.0</b>	93.2	92.6	*
	女性	6.7	0.0	6.8	7.0	
学年	1年生	28.2	24.8	29.5	28.0	n.s
	2年生	28.7	25.6	30.2	29.7	
	3年生	23.4	25.6	22.4	23.0	
	4年生	19.7	23.9	17.8	19.1	
学科	機械工学科	26.5	32.5	24.9	24.4	n.s
	電気電子工学科	20.6	18.8	21.4	18.4	
	物質生命科学科	17.3	17.1	17.1	17.9	
	コンピュータシステム学科	12.6	8.5	12.8	13.1	
	人間情報デザイン学科	13.1	16.2	12.5	14.9	
	総合情報学部(1年)	9.8	6.8	11.4	11.3	
居住	一人暮らし・寮	17.9	14.7	19.4	18.0	n.s
	家族と同居	81.1	85.3	79.9	81.8	
	その他	0.2	0.0	0.7	0.2	
友人 (同姓)	0人	11.1	8.5	7.8	13.6	n.s
	1~10	77.4	79.5	78.3	75.2	
	11~20	9.6	9.4	10.7	9.9	
	21~	1.9	2.6	3.2	1.4	
友人 (異性)	0人	64.9	55.6	59.8	<b>71.7</b>	**
	1~10	34.1	<b>42.7</b>	<b>38.8</b>	27.4	
	11~20	0.7	1.7	0.7	0.7	
	21~	0.3	0.0	0.7	0.2	
交通 手段 (複数 回答)	自転車	60.9	51.3	61.2	64.1	*
	原付・バイク	28.5	36.8	<b>34.9</b>	25.3	
	自動車	30.0	31.6	32.0	28.3	
	公共交通機関	62.8	60.7	63.3	61.6	
	徒歩	1.1	0.0	0.7	1.6	
	その他	0.5	0.9	0.4	0.5	
通学 時間	30分未満	22.9	19.8	24.9	22.5	n.s
	30分以上60分未満	23.5	28.4	22.8	22.8	
	60分以上90分未満	28.3	31.9	28.5	26.2	
	90分以上120分未満	18.7	15.5	18.9	19.5	
	120分以上	6.5	4.3	5.0	9.0	
	なし	56.7	46.2	53.4	<b>61.4</b>	
平日 アルバイト	なし	56.7	46.2	53.4	<b>61.4</b>	*
	5H未満	9.1	10.3	9.6	9.4	
	5H以上10H未満	10.1	23.1	20.3	17.0	
	10H以上15H未満	9.1	9.4	<b>11.0</b>	6.4	
	15H以上	6.9	<b>11.1</b>	5.7	5.7	
	なし	46.6	40.2	40.9	<b>53.6</b>	
休日	なし	46.6	40.2	40.9	<b>53.6</b>	*
	5H未満	6.9	6.0	8.2	6.7	
	5H以上10H未満	24.3	24.8	26.7	21.1	
	10H以上15H未満	14.6	<b>20.5</b>	15.3	11.0	
	15H以上	7.8	8.5	8.9	7.6	
	なし	7.8	8.5	8.9	7.6	
3食 日数	0日	11.8	11.1	11.7	12.0	n.s
	1~3	14.9	13.7	15.7	15.2	
	4~6	37.1	36.8	34.9	38.2	
	毎日	36.2	38.5	37.7	34.7	
睡眠	5H未満	5.7	5.1	5.7	7.6	n.s
	5H以上6H未満	21.3	22.2	18.1	20.2	
	6H以上7H未満	34.9	39.3	38.8	34.5	
	7H以上8H未満	23.8	22.2	21.7	22.1	
	8H以上	14.2	11.1	15.7	15.6	
酒/1週	0日	79.0	71.8	78.9	<b>83.9</b>	*
	1~3	18.6	23.1	17.5	14.9	
	4~	2.4	5.1	3.6	1.1	
喫煙	なし	92.8	88.9	92.2	94.5	n.s
	あり	7.2	11.1	7.8	5.5	
応援 チーム	なし	64.9	18.8	51.6	<b>89.4</b>	***
	あり	35.1	<b>81.2</b>	<b>48.4</b>	10.6	
応援 選手	なし	61.5	16.2	52.0	<b>85.5</b>	***
	あり	38.5	<b>83.8</b>	<b>48.0</b>	14.5	
実施歴 小学校	なし	24.1	12.8	17.4	<b>32.0</b>	***
	あり	75.9	<b>87.2</b>	<b>82.6</b>	68.0	
実施歴 中学	なし	13.9	5.1	8.9	<b>17.7</b>	***
	あり	86.1	<b>94.9</b>	<b>91.1</b>	82.3	
実施歴 高校	なし	41.9	23.1	33.5	<b>55.4</b>	***
	あり	58.1	<b>76.9</b>	<b>66.5</b>	44.6	
実施年数 小学校	2年以下	20.8	25.7	26.3	31.4	n.s
	3年以上	53.7	74.3	73.7	68.6	
実施年数 中学	2年以下	8.0	7.4	8.7	11.3	n.s
	3年	76.3	92.6	91.3	88.7	
実施年数 高校	2年以下	20.8	19.3	27.9	30.5	n.s
	3年	53.7	80.7	72.1	69.5	

\*\*\* p < .001, \*\* p < .01, \* p < .05

### 自発的接触タイプについて

- ・男性のみ (100%)
- ・異性の友人 1~20 人の割合 (42.7%) が、大学全体平均よりも高く、3タイプで最も高い。
- ・応援している「チームあり」(81.2%) 「選手あり」(83.8%) の割合が、大学全体平均より高く、3タイプで最も高い。
- ・過去の「運動・スポーツの実施経験あり」が小学校 (87.2%) ・中学校 (94.9%) ・高校 (76.9%) と全ての年代で大学全体平均より高く、3タイプで最も高い。

### TV傾斜タイプについて

- ・アルバイトは平日 10 時間以上 15 時間未満 (11.0%) の割合が高い。
- ・応援している「チームあり」(48.4%) 「選手あり」(48.0%) の割合が大学全体平均より高いが、自発的接触タイプと比べ低い。
- ・過去の「運動・スポーツの実施経験あり」の割合が小学校 (82.6%) ・学校 (91.1%) ・高校 (66.5%) と全ての年代で大学全体平均より高いが、自発的接触タイプと比べ低い。

### 他活動重視タイプについて

- ・異性の友人 0 人の割合 (71.7%) が、大学全体平均よりも高く、3タイプの中でも相対的に高い。
- ・アルバイトは平日 0 時間 (61.4%)、休日 0 時間 (53.6%) の割合が大学全体平均よりも高く 3タイプで最も高い。
- ・応援している「チームなし」(89.4%) 「選手なし」(85.5%) の割合が、大学全体平均より高く、3タイプで最も高い。
- ・過去の「運動・スポーツの実施経験なし」が小学校 (32.0%) ・中学校 (17.7%) ・高校 (55.4%) と全ての年代で大学全体平均より高く、3タイプで最も高い。

## 5. 考察

### 5.1 一次集計結果

本研究の背景として、本学の学生を観察すると、全体的に覇気がなく、スポーツや運動部活動なども活発的ではないと考えていた。その要因の1つとして「本学の学生は運動・スポーツが嫌いであり、実施意欲もない、それによりスポーツを実施しない」ためであるという仮説を立てていた。しかし、結果では全体のうち「好き」、「意欲あり」が共に約7割あったが、運動・スポーツ実施の「未実施」が58.0%と約6割となった。これについては、様々な文献において、運動未実施率が5割程度という結果は見受けられるが、「好き」と「意欲あり」がそれぞれ7割程度存在する上での未実施率約6割という報告はほとんど見られない。しかし、これは言い換えればスポーツの実施について潜在的ニーズがあると捉えることができる。スポーツへの参加の「きっかけ」を与え、参加しやすい環境を整備していくことにより、今後運動・スポーツの実施状況を向上させていく余地があると言える。

### 5.2 運動態度群の特性について

運動・スポーツ実施に関する3変数の結果に基づき抽出した運動態度群の特性について比較検討を実施した。

#### (1) Positive 群の特性

注目すべきは過去の運動・スポーツ実施経験について小学校、中学校、高校と各年代で常にスポーツを実施してきた者が多く、且つ実施年数では特に高校において3年間続けている割合が高かった点である。最もスポーツ実施に対して積極的であり、1年生の割合が約4割と高かったことから、大学に入学し、高校時代の運動習慣がまだ大学入学後にも継続していることが考えられる。先行研究においても過去の運動実績が現在の運動・スポーツ実施に影響を与えるという報告があり同様の結果が示唆されたが、過去の実施年数との関係性について特に報告は見当たらなかった。過去の運動・スポーツの実施経験があること・実施年数で3年間続けたという「過去の運動習慣」の形成が現在の運動態度に影響を与えていると考えられる。言い換えれば、「過去の運動習慣」の形成には、各年代での運動・スポーツの実施 且つ 続けられる環境が必要であると推察される。

#### (2) Potential 群の特性

運動・スポーツ実施率の向上を目的とした場合のターゲットとなる。上級生中心で、前述のPositive群は1年生中心であることを踏まえると、入学後1年以上経過した学生の運動・スポーツの実施機会が減少したと考えられる。その要因として授業・アルバイト・就職活動などによる「環境」の変化が挙げられる。本調査結果からも、アルバイト実施率が他群と比べ高かったことから伺える。一般人を対象とした先行研究<sup>9)</sup>において、環境が運動参加率に影響を及ぼすことが報告されており、運動・スポーツの実施意欲を有する集団においても、「環境」が運動・スポーツ実施に大きな影響を及ぼしていることが示唆された。

また、「過去の運動習慣」も、Positive群と比べた場合、高校が相対的に低く、高校から運動・スポーツを実施しなかった割合が多い傾向が伺える。また、実施年数についても高校での3年間の実施割合はPositive群と比べ低かった。

これら「環境」と「過去の運動習慣」が、意欲はあるが実施していない運動態度に影響を及ぼしている一要因として考えられる。

#### (3) Negative 群の特性

「過去の運動習慣」について他群と比較し、運動・スポーツ実施経験では小学校、高校と低かった。また、実施していた場合でも2年以下で辞めてしまう割合が特に高校で高かった。このような「過去の運動習慣」の形成が成されていないことが、大学入学後も実施意欲の低下に繋がっていると考えられる。

交通手段は公共交通機関を使用し、通学時間は60分以上かけて大学に通学をしている学生が多いなど平日は時間的な制約を持っている。しかし、休日ではアルバイトをしていない割

合が最も高いが、それでも未実施であることを考えると、運動・スポーツ実施について消極的であると考えられる。

では、実際の未実施理由について Potential 群と Negative 群の未実施理由を図 6、図 7 に示す。カイ 2 乗検定を実施したところ、有意差が認められた ( $P < .001$ )。

Potential 群については「忙しい」「機会（きっかけ）がない」などの時間的制約やきっかけの無さが挙げられ、この未実施理由をクリアすることが重要であると考えられる。

Negative 群については「興味がない」などの苦手意識や無関心といった理由が挙げられ、「過去の運動習慣」が形成されなかったこととの関係性が伺える。

以上のことから本調査において、現在の運動態度には「環境」と「過去の運動習慣」の形成が影響を及ぼしていることが示唆された。特に「過去の運動習慣」を形成するためには、各年代での運動・スポーツの実施 且つ 続けられる環境が重要であることが推察される。

今後、Positive 群が Potential 群へ移行していくことを防ぐことが重要であると考えられ、運動実施を継続するための「環境」面からの支援が求められると考える。実施環境を支援する施策として、部活動の活性化や指導者の確保、運動施設（スポーツトレーニング施設・雨天でもランニングなどができる施設等）の整備、ウォーキングコースの設置や整備（例：大学周辺や近隣の駅から大学までの歩道）、学内公共スペースで気軽にスポーツを実施できる器具の設置など、大学内での運動・スポーツ実施環境をより充実させることが効果的と考える。

また、Potential 群については、時間的制約の解消や機会の提供が必要であり、スポーツイベントの開催など大学内での運動・スポーツ機会の創出によりこれら問題を解消し、より身近に、より手軽にスポーツを感じられるようにすることが重要であり、運動・スポーツ実施へと行動変容を促すための環境づくりが今後の課題である。

### 5.3 スポーツ情報への接触形態に関するクラスター特性について

前項の運動態度群を対象 ( $n=833$ ) としたスポーツ情報への接触形態をクラスター分析により 3 タイプに分類し、各タイプにおける特性の比較検討を実施した。

#### (1) 自発的接触タイプの特性

本研究では男性のみであったが、これは対象者の男女比率に大きな偏りがあったことが原因と考える。情報源として TV や WEB のみでなく、新聞や雑誌も高い値を示していることから、自らがスポーツ情報を求めて、様々なメディアへと接触していることが伺える。これは応援しているチーム・選手がいる「最良チーム・選手の存在」の結果が高いことが自発的な接触に繋がっていると考えられる。

また、「運動・スポーツ実施経験あり」の割合が多く、これがスポーツ情報に対しても興味・関心を持つことに繋がって



図 6 Potential 群の未実施理由

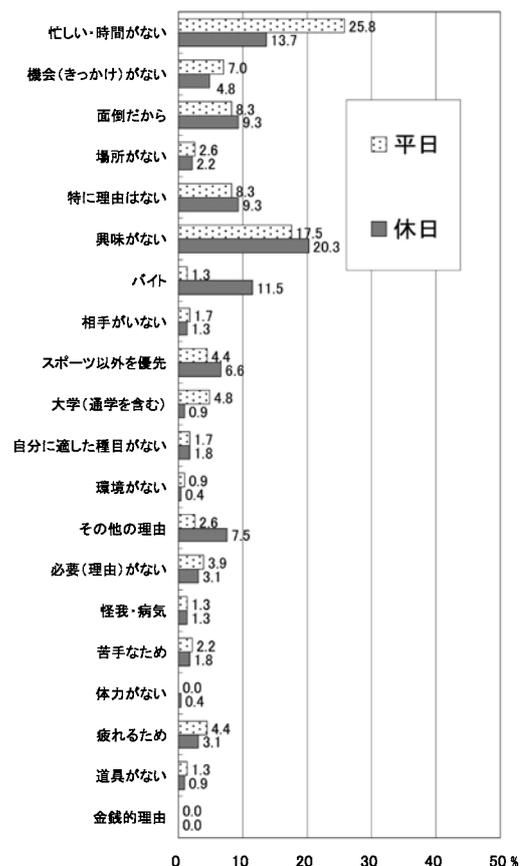


図 7 Negative 群の未実施理由

いるものと考えられる。しかし、各年代における運動年数については、今回の調査では各群間において有意な差がみられなかったため、スポーツ情報への接触について、過去の運動・スポーツ実施年数は特に影響を与えていないことが示唆された。

(2) TV傾斜タイプの特徴

情報源が主にTVとなっており、自ら接触していく必要のあるWEB、新聞、雑誌などは主な情報源としていない。「最頂チーム・選手の存在」について自発的接触タイプと比べ低く-TVでスポーツ情報が放送されていた場合みる-のではと推測される。また、会話(情報)が高かったことから、TVなどにより得た情報を話題として会話をを行っていると考えられスポーツがコミュニケーションの創出を担っていることが伺える。過去の「運動・スポーツの実施経験あり」の割合も多く自発的接触タイプと同様の傾向が伺えた。

(3) 他活動重視タイプの特徴

スポーツ情報に関しては主な情報源を持っておらず全ての平均得点が相対的に低かった。また「最頂チーム・選手の存在」も特に無く、過去の「運動・スポーツの実施経験あり」についても全ての年代で相対的に低かった。このことから、やはりスポーツ自体について興味がないと推察される。大学生の環境には、スポーツ以外にも余暇活動が多数存在し、そちらへの関心・活動が重視されているためスポーツ情報への接触が乏しいと考えられる。

以上のことから、スポーツ情報への接触形態について「最頂チーム・選手の存在」と過去の「運動・スポーツの実施経験がある」ことが影響を及ぼしていることが示唆された。また過去の実施年数に関しては影響を受けないことが示唆された。

5.4 「する」スポーツと「みる」スポーツの関連構造

最後に、運動態度群ごとのスポーツ情報への接触形態タイプの比率を調べることで、「する」スポーツと「みる」スポーツの関連構造についての検討を実施した。

運動態度群ごとのスポーツ情報への接触形態タイプの比率についてカイ二乗検定を実施し有意差(P<.001)が認められ、他群よりも相対的に高い傾向にある値については図8に網かけ太字で示した。

■ 自発的接触    ▨ TV傾斜    □ 他活動重視

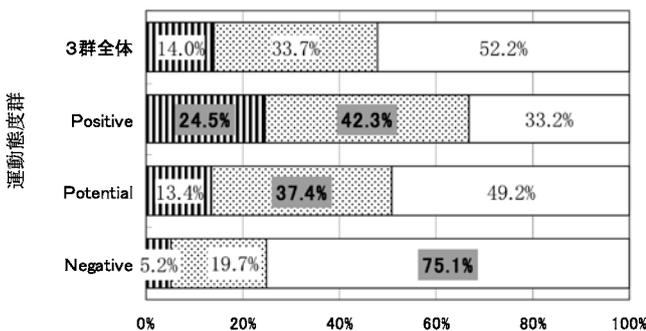


図8 運動態度群のスポーツ情報接触形態タイプ比率

Positive群では「自発的接触タイプ」(24.5%)、「TV傾斜タイプ」(42.3%)の割合が高い傾向を示した。つまりこの領域において、運動態度と情報接触とに強い関係性があることが示唆された。そして、スポーツを「する」と、スポーツを「みる」ことに高い意欲と関心を持っておりスポーツ活動全体を牽引する存在といえる。

Potential群では、「自発的接触タイプ」(13.4%)、「TV傾斜タイプ」(37.4%)を合わせると5割となる。この群は意欲はあるが実施していないため、スポーツを「みる」ことへの態度が強く出ていると考えられる。Potential群の中でも特にスポーツを実施することへの働きかけをするのであればこの領域がターゲットであると考えられる。先行研究において、林ら<sup>10)</sup>はサッカーW杯の観戦前後においてのサッカー実施について調査を行い、観戦前後では態度や行動意図が強まるとしメディアを通してスポーツに対する態度が強まることが報告されている。そのことから、この群には「きっかけ」を与える施策が必要であると先述したが、その情報を効果的に発信するためのメディアとして、両タイプの共通項のTVが有効であり、多くの人の目が届く公共スペース(食堂や学生ホール)でスポーツの情報を積極的に流すことにより、この領域に対して運動・スポーツ実施を促す施策などが有効であると考えられる。

しかし、先述の林らの報告からは最終的に実施までいたったのはごく一部であったとあり、実施にいたるまでに何らかの阻害要因があることを示唆している。その一要因が「環境」であるとすれば、ターゲット領域の態度を強めた後の運動・スポーツを実施するための環境を整えることが重要となる。

Negative群は、「他活動重視タイプ」(75.1%)の割合が高かった。余暇活動を競合しているものがスポーツ以外に存在していると考えられる。仮に過去の運動・スポーツの実施において苦手意識を持ち、スポーツ全般から興味がなくなったのであれば、「みる」ことでスポーツに興味を持ちなおすことも重要と考える。紫田ら<sup>11)</sup>はスポーツを「みる」ことが主観的健康感に影響を与え、健康増進効果を得られる可能性があることを示唆している。運動・スポーツ実施への導入として「みる」ことからスポーツへ参加していくことも重要ではないかと考える。

6. 結論

以上の考察を踏まえて、本学の学生の特性について以下の点が明らかとなった。

- ①運動・スポーツの実施について、全体のうち「好き」が69.5%、「意欲あり」が73.4%で高い値を示したが、「未実施」が58.0%となり、好嫌や意欲が実施に繋がっていなかった。
- ②スポーツ実施に関する運動態度群として3群(Positive群, Potential群, Negative群)を抽出した。結果、現在の運動態度について「環境」と「過去の運動習慣」の形成

が影響を及ぼしていることが示唆された。特に「過去の運動習慣」の形成を成すためには、各年代での運動・スポーツの実施 且つ 続けられる環境の重要性が示唆された。

- ③スポーツ情報への接触におけるクラスター分析を実施し、3タイプ(自発的接触タイプ, TV傾斜タイプ, 他活動重視タイプ)に分類された。スポーツ情報への接触形態について「最良チーム・選手の存在」と過去に「運動・スポーツの実施経験がある」ことが影響を及ぼしていると示唆された。また、過去の運動・スポーツ実施年数に関しては影響を受けないことが示唆された。
- ④運動態度とスポーツ情報への接触形態とに強い関係性が示唆された。Potential 群についてはスポーツ実施への「きっかけ」となる情報をTVにて発信することが有効な手段に成り得ることが示唆された。

運動・スポーツが活発になることは大学全体の雰囲気明るくし、周辺地域や高校生へも良い影響を与えると考えられる。考察にもあるように、そのためにどのように学生側の意欲を高めるか、未実施者を実施者へと行動変容するようにと繋げていくかというマネジメントが大切であり、この結果を生かしてスポーツ環境の整備、運動・スポーツ実施への阻害要因解消に努めていきたい。

研究課題として、今回の研究は横断的研究であるため、今後縦断的に研究を進めていくことにより、大学生活における運動態度の推移変化とスポーツ情報への接触状況との因果関係を明らかにしていくことが挙げられる。

## 7. 謝辞

本研究において御支援及び御指導を賜った人間情報デザイン学科秋山憲治教授、静岡理工科大学教務委員の先生方、事務局のみなさま方に厚く御礼申し上げます。

## 参考文献

- (1) 文部科学省：「スポーツ基本計画」(2011年), 15頁.
- (2) 厚生労働省：平成 23 年国民健康・栄養調査 (2012年)
- (3) 財団法人 健康・体力づくり事業財団：運動・スポーツの阻害要因に関する調査報告書 1995
- (4) 藤丸郁代, 青石恵子, 山口知香枝, 石井英子：本学新入生における生活習慣に関する実態調査生命健康科学研究所紀要 第6号 2010
- (5) 飯干明, 奥保宏, 南貞己：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 教育科学編 第54巻 2003
- (6) 芝木美沙子, 岡健吾, 竹下美奈子, 笹島由美：大学生の疲労自覚症状について (第1報) -運動習慣・食生活との関連- 北海道教育大学紀要 教育科学編 第59巻 第2号 2009
- (7) 徳永幹雄, 橋本公雄：「健康度・生活習慣の年代的差異及び授業前後での変化」健康科学 第24巻(2002), 57-67頁
- (8) 西山逸成, 坂本静男：「大学生のための健康科学」10 1997
- (9) 田中励子・江刺正吾「県別にみたスポーツ参加を規定する諸要因」スポーツ社会学研究, 第1巻 (1993年), 63-76頁.
- (10) 林 直也ら「W杯の観戦が日本と韓国における中学生のサッカー行動へ与える影響に関する研究-「みる」スポーツと「する」スポーツの関連に着目して-大阪体育大学紀要, 第35巻 1-13頁.
- (11) 柴田ら「する・見る・支えるスポーツ活動と主観的健康感の関連」運動疫学研究第13号 (2011) 44-50