

# 健康づくりに向けた運動・スポーツのプラットフォームの検討

北村尚浩<sup>1)</sup>, 下水流将太<sup>2)</sup>

## 要 約

本稿の目的は、地域スポーツのプラットフォームの一部を担う運動やスポーツを実施するための「場（施設）」に着目し、特に健康寿命の延伸や介護予防の視点から高齢者がどのような場を望んでいるのかを検討することであった。そのため、鹿児島県内の総合型地域スポーツクラブで活動する高齢者を対象として質問紙調査を実施した。回答が得られた283名について分析した主な結果は次のとおりである。

1) 新たに運動やスポーツを行う場として希望する場所として最も多く挙げられたのは公民館（60.3%）であった。

2) 活動場所の条件としては、「自宅から近い」ことが最も重要視されており、「車で行くことができる」と合わせてアクセスの良さが最も重要な要素であることが明らかになった。

これらの結果から、高齢者の日常生活圏内にある公民館を核としたプラットフォーム形成の可能性を探ることで、高齢者の健康づくりや介護予防の一助となる可能性が示唆された。

## はじめに

2017年に公表された第2期スポーツ基本計画の中で、「スポーツ環境の基盤となる「人材」と「場」の充実」を図るための施策の一つとして、総合型地域スポーツクラブ（以下、総合型クラブ）の質的充実が掲げられている。総合型クラブは、全国に3,406クラブ設置されており（スポーツ庁、2018）全市町村における設置率は76.3%に達している。創設準備中を含めたクラブ育成率が100%を達成した都道府県も見られる一方で、育成率が60%～70%程度の都道府県も多く見られる。我が国の地域スポーツを振興して行く上で重要な役割が期待される総合型クラブであるが、「クラブ運営を担う人材の世代交代・後継者確保」「会費・参加費など受益者負担による財源確保」「指導者の確保（養成）」「会員のクラブ運営への参加促進」など、様々な課題を抱えながら運営されていることが報告されており（スポーツ庁、2018）、持続的な運営を担保する視点から対応が求められている。

笹川スポーツ財団（2017）は、地域におけるスポーツ環境の現状分析を通して、地域スポーツ推進体制の再構築に向けた方策として、地域スポーツ推進を牽引する、新たなプラットフォームの構築を提言している。すなわち、市町村体育協会や総合型クラブなど既存のスポーツ団体と行政や学校とも連携しながら地域

の課題、経営資源の共有を図り共同事業を展開する仕組みを構築して、地域経済の円滑な循環を促すことができる地域スポーツ推進の環境を整備するスキームの構築を目指すものである。

プラットフォームとは、官公庁の施策における「環境（整備）」、「基盤（づくり）」といった意味で近年多く用いられる言葉である。元々は、1999年に施行された新事業創出促進法に基づき、経済産業省の支援の元に地域資源を活用した新事業創出のための文脈の中で「地域プラットフォーム」の整備が進められてきた。

本稿では地域におけるスポーツのプラットフォームの一部を担うものとして、運動やスポーツを実施するための「場（施設）」に着目し、特に健康寿命の延伸や介護予防の視点から高齢者がどのような場を望んでいるのかを検討した。

## 方法

### 1) 調査方法

鹿児島県の総合型クラブで活動している高齢者340人を対象とした質問紙調査を、2017年11月から2018年1月にかけて実施した。調査は、総合型クラブのクラブマネージャーの協力を得て、活動プログラムのある日にクラブを訪問し集合調査法によって行った。その結果、316人から回答を得た。回収率は92.9%であった。

<sup>1)</sup> 鹿屋体育大学生涯スポーツ実践センター

<sup>2)</sup> 鹿屋体育大学研究生

調査内容は、個人的属性、主観的健康感、ソーシャル・ネットワークとソーシャル・サポート、運動自己効力感、運動・スポーツを行いたい場所などで構成されている。

## 2) 分析方法

回収された調査票のうち、欠損値が多く分析に耐えられないと判断されたものと60歳未満の回答者を除いた283名分の回答を分析に用いた。本稿では、新たに運動・スポーツを行いたい場所とその条件について記述統計によって得られた結果を中心に報告する。

## 結果

### 1) サンプルの属性

サンプルの属性を表1～表4に示している。性別では男性が37.9%、女性が62.1%で女性の方が多く、平均年齢は72.4±5.89歳であった。婚姻状況は94.3%が既婚者で、居住形態は夫婦のみが最も多く(61.0%)、ついで一人暮らし(17.4%)、未婚の子供と同居(13.4%)の順であった。サンプルのほとんど(99.3%)が総合型クラブの会員として活動しており、平均継続年数は7.27±5.13年である。

表1 性別

	n	%
男性	107	37.9
女性	175	62.1

表2 婚姻状況

	n	%
未婚	12	4.3
既婚	266	94.3
その他	4	1.4

表3 居住形態

	n	%
未婚の子供と同居	38	13.5
既婚の子供と同居	18	6.4
夫婦のみ	172	61.0
一人暮らし	49	17.4
その他	5	1.8

表4 クラブ加入状況

	n	%
会員	280	99.3
非会員	2	0.7

表5 新たに希望する活動場所

	n	%
公民館	170	60.3%
体育館	85	30.1%
公園	60	21.3%
町営グラウンド	49	17.4%
小学校や中学校	36	12.8%
ショッピングセンター	31	11.0%
市役所・役場・出張所	28	9.9%
スーパー	12	4.3%
病院	9	3.2%
高校や大学	7	2.5%
デイサービス	5	1.8%
最寄りの駅	4	1.4%
保育園や幼稚園	1	0.4%
町の繁華街	0	0.0%
特になし	11	3.9%

### 2) 希望する活動場所と条件

新たに運動やスポーツを行う場として希望する場所について尋ねた結果を、表5と図1に示している。最も多く挙げられたのは公民館(60.3%)で、次いで体育館(30.1%)、公園(21.3%)、町営グラウンド(17.4%)、小中学校(12.8%)、ショッピングセンター(11.0%)の順であった。鹿児島県には43市町村に7,000以上の公民館があるとされ(鹿児島県, 2015)、社会教育法に定められた事業には「体育、レクリエーション等に関する集会」も含まれている。高齢者にとって地域の公民館は比較的身近な存在として感じられており、運動やスポーツの受け皿として潜在的な可能性を有していると考えられる。2番目に希望が多かった体育館は、調査対象の総合型クラブが利用しているケースが多く、現在活動している場を将来的にも利用していきたいという意向の表れとして捉えることができよう。3位の公園、4位の町営グラウンドも同様の理由によるところが大きいと思われるが、天候に活動が左右されにくいという点で体育館を希望する者が多かつ

たとえられる。

また、学校として小学校や中学校は1割程度が挙げているのに対して高校や大学を挙げた者はわずか25%に留まった。高校や大学の数は小学校や中学校と比べて少なく、日常生活圏から離れてしまうことが影響していると考えられる。買い物や何かのついでに運動ができるようなショッピングセンターやスーパー、最寄りの駅などを挙げる者はわずかであった。

表6 活動場所の条件

	mean	S.D.
自宅から近い	4.86	1.12
車で行くことができる	4.83	1.22
いろいろな情報が共有できる	4.67	1.05
お金があまりかからない	4.65	1.16
知り合いが来ることが出来る	4.64	1.14
時間を気にせずに運動が出来る	4.52	1.14
新しい友人が出来る	4.49	1.30
他の世代と関わることが出来る	4.39	1.35
何かのついでに運動が出来る	4.20	1.36
バスなどの公共交通機関で行くことができる	3.39	1.84
子どもや孫の家が近い	3.06	1.72

活動場所の条件(表6)としては、「自宅から近い」が $4.86 \pm 1.12$ で最も高い値を示し、「車で行くことができる」( $4.83 \pm 1.12$ )と合わせてアクセスの良さが最も重要な要素である様子がうかがえる。その他、「知り合いが来ることが出来る」( $4.64 \pm 1.14$ )、「新しい友人が出来る」( $4.49 \pm 1.30$ )、「他の世代と関わることが出来る」( $4.39 \pm 1.35$ )のように、他者とのコミュニケーションの場としての期待が大きいことがわかる。しかし、アクセスの良さが求められる一方で、「バスなどの公共交通機関で行くことができる」( $3.39 \pm 1.84$ )は低い値を示した。高齢者の日常の足としての役割が、自家用車が主流であることを示唆するものである。

また、希望する場所でも指摘したように「何かのついでに運動が出来る」という条件も、相対的に低い値を示した。運動やスポーツはそのために時間を割いて、活動すること自体を楽しみたいという意欲の表れと考えることができよう。

## まとめ

本稿では、地域における新たな高齢者の運動、スポーツの場としてどのような施設が求められているのか、総合型地域スポーツクラブのプログラムに参加し

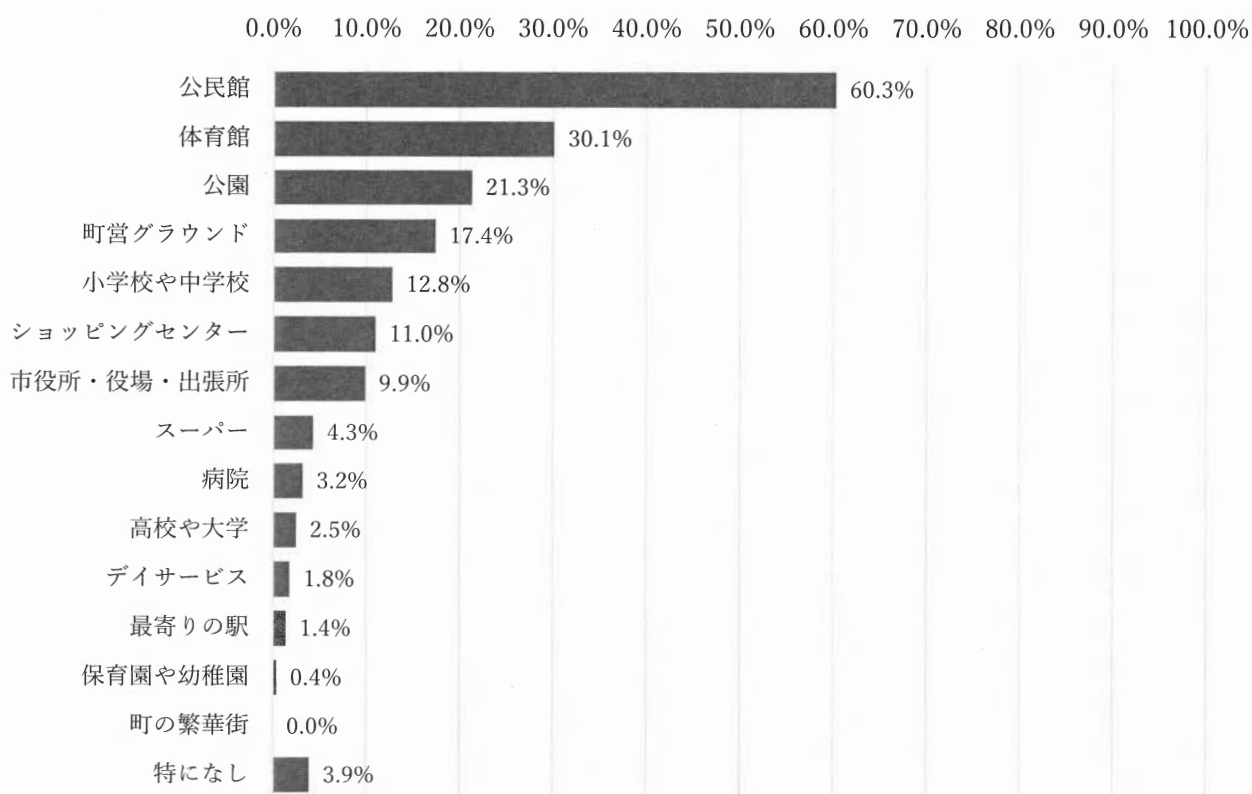


図1 新たに希望する活動場所

ている高齢者を対象としたアンケート調査から概観してきた。その結果、既存の公民館が最も多く挙げられた。活動場所の条件としても自宅から近いことが最も重要視されている様子が窺え、高齢者の日常生活圏内に多くある公民館での運動やスポーツに関するプログラムの潜在的な需要は大きいと推察される。しかしながら、地域にある公民館の現状を鑑みると運動やスポーツのプログラムを提供するにはハード、ソフトの両面において課題が山積しているようにも見える。これらの課題を解決しつつ行政や既存のスポーツ団体が連携して、公民館を核としたプラットフォーム形成の可能性を探ることで高齢者の健康づくりや介護予防の一助となるかもしれない。

また、現在の活動場所である体育館やグラウンドで継続して、運動やスポーツに取り組みたいという態度も窺え、他世代を含めた他者とのコミュニケーションが図れるようなプログラムの提供に対する期待も大きいことや、アクセスが重要視されながらも公共交通機関に対する期待は低いことも明らかになった。

今回の調査は、比較的活動的な高齢者を対象としたものである。今後は非アクティブな高齢者も含めた調査を実施し、高齢者の日常生活圏内でアクセスが容易な施設でのプログラムを、地域の実情に応じた形で提供できるプラットフォーム形成が待たれる。

## 資料

鹿児島県教育庁社会教育課（2015）公民館活動について知りたいときは、鹿児島県教育委員会ホームページ、<http://www.pref.kagoshima.jp/ba07/kyoikubunka/shogai/shogai/syogaigaku/7-10.html>（2018年2月20日参照）

笹川スポーツ財団（2017）地域スポーツ、政策提言2017。笹川スポーツ財団ホームページ、<http://www.ssf.or.jp/research/proposal/tabid/1225/Default.aspx>（2018年2月20日参照）

スポーツ庁（2017）第2期スポーツ基本計画。スポーツ庁ホームページ、[http://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/sports/mcatetop01/list/detail/1383656.htm](http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop01/list/detail/1383656.htm)（2018年2月20日参照）

スポーツ庁（2017）総合型地域スポーツクラブに関する実態調査。[http://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/sports/mcatetop05/list/detail/1379861.htm](http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop05/list/detail/1379861.htm)（2018年2月20日参照）