

高齡者のスポーツに関する社会心理学的研究

— ゲートボールの実態と効果について —

金 崎 良 三* 徳 永 幹 雄*

The Social Psychological Effects of Participating into Gateball Game among Senior Citizens

Ryozo Kanezaki Mikio Tokunaga

The purpose of this study was to find the present situation of gateball or croquet, which has been rapidly popular among the senior citizens, and to measure its social psychological effects to their people. The subjects were 472 people of fifty years old or over who are regularly participating into playing gateball. 171 senior citizens were also selected as the control group of this study. The questionnaire was distributed to the subjects in summer 1979.

The main results were as the follows:

1. Comparing with the ratio of the participation into playing gateball among the general adult population, they participate actively into this game and play at the court located within ten minute walk distance.
2. Although most of the subjects had no background to participating into sport activity regularly, they now enjoy this game belonging to their own clubs.
3. They showed the diverse experience regarding the number of playing years of this game. Most of them participated into the official game competitions.
4. They indicated high self-esteem regarding their health and fitness. They believed strongly the positive effects of playing gateball on their physical and psychological well-being. They had also high behavioral intention to playing gateball.

緒 言

平均寿命の延びとともに、わが国も高齢化社会を迎えようとしている。そして、高齢者の健康・体力やスポーツ、レクリエーションの問題も重大な社会的関心事となってきた。こうしたなかで近年、高齢者の間で急速に普及してきたスポーツとしてゲートボールをあげることができよう。その普及の仕方はめざましく、かつてはみられなかったような現象が各地でおきている。今日では、早朝あるいは午後公園や空地でゲ-

トボールに興じる高齢者達の姿もめずらしくはなくなった。各種の競技会も開催されるようになり、ゲートボールに関する情報も増えてきている^{注1)}。しかしながら、その実態についての本格的な調査報告はこれまで皆無である。そこでわれわれは、高齢者スポーツの一つとしてゲートボールを取り上げ、その実態について社会心理学的視点から調査研究することにした^{注2)}。調査地点としては、ゲートボールが比較的盛んな熊本県八代市を選んだ。調査に先立って、同市内のゲートボール実施者10数名と集団面接を行った。その結果、

* 九州大学健康科学センター

ゲートボールの実態及び効果に関する以下のような仮説を設定するに至った^{注3)}。

仮説1. ゲートボールは、過去のスポーツ経験や体力に関係なく誰にでもできる。

仮説2. ゲートボールは比較的身近なところで行われており、そこにクラブが成立している。

仮説3. ゲートボールの実施は、身体的、精神的な愁訴を減少させ、健康や体力についての自己評価を高めている。

仮説4. ゲートボール実施者は、スポーツやゲートボールに対する態度が好意的であり、ゲートボールに対する信念や行動意図が高い。

仮説5. ゲートボールは、人間関係の向上や仲間づくり等に役立っている。

仮説6. ゲートボールは、ファミリー・スポーツやコミュニティ・スポーツの普及に役立っている。

本研究は、高齢者のゲートボールの実施状況を把握するとともに、先の仮説を検証することを目的とするものである。

方法

1. 調査の概要

(1) 調査地区

熊本県八代市の代陽、八代、太田郷、植柳、松高、八千把、高田、郡築、宮地、金剛、胎和、日奈久の12地区。

(2) 調査方法

調査は、各地区の世話人（八代市ゲートボール協会理事）を通してゲートボールの実施者と非実施者に調査票を配布し、記入後回収して貰った。

(3) 調査対象

調査の対象は、上記地区においてゲートボールを実施している50才以上の男女及び比較対照群としてゲートボールをまったく実施していない50才以上の男女である。回収率は、実施者男子98.0% (N=245)、同女子90.8% (N=227)、非実施者男子56.7% (N=85)、同女子57.3% (N=86)であった。対象者の年代別構成は、表1に示すとおりである。なお、実施者のなかに80才以上が男子4名、女子1名いたが、これらは70代のなかに含めて処理した。男女とも50代、60代、70代の割合は、だいたい30%台でほぼ同じである。

(4) 調査時期

昭和54年7月12日～8月20日。

2. 分析

データは、男女別、ゲートボールの実施・非実施の別を基礎集計、年代別、ゲートボールの経験年数別及び週平均の実施程度別をクロス集計として分析し、 χ^2 検定を行った。

結果と考察

1. ゲートボールの実施状況

(1) 実施程度

まず、表2によってゲートボールの実施程度をみてみよう。男女とも、「週5日以上」実施する者が最も多い。「週3日以上」を含めると、男子は約6割、女子は約5割になる。年代別では、男子は60代、70代の者が50代よりよく実施している。(P<.01)。女子は、男子同様年代の高い者がよく実施する傾向にあるが有意差はなかった。また1日平均の実施時間は、男女とも「3～4時間未満」が最も多く、次に「2～3時間未満」であった(図1)。男子の7割、女子の6割が1日2時間以上実施している。社会人のスポーツ活動の実施状況は、文部省が行った地域スポーツクラブの調査⁶⁾によると「週1回」が多く、「週2回以上」というのは23.2%であった。また筆者らが行ったスポーツクラブ調査⁵⁾でも、練習の実施程度は「週1～2日」が68.9%と大部分を占め、1日の実施時間は「2～3時間未満」(42.3%)と「1～2時間未満」(41.2%)が多かった。今回のゲートボール実施者の場合は、これらの結果をはるかに上回っており、その実施程度は非常に高いといつてよい。

(2) 実施場所・時間帯

実施場所は、「専用コート」が最も多く男子71.8%女子65.2%であった。以下、「寺・神社の境内」(男子7.3%、女子9.7%)、「公園」(男子5.3%、女子5.3%)、「その他」(男子2.9%、女子1.3%)の順と

表1 対象者の年代別構成 (%)

		50代	60代	70代	合計
実施者	男子	74 (30.2)	97 (39.6)	74 (30.2)	245 (100.0)
	女子	86 (37.9)	76 (33.5)	65 (28.6)	227 (100.0)
非実施者	男子	30 (35.3)	25 (29.4)	30 (35.3)	85 (100.0)
	女子	32 (37.2)	28 (32.6)	26 (30.2)	86 (100.0)

表2 週平均の実施程度

(%)

N	男 子				女 子			
	50代	60代	70代	計	50代	60代	70代	計
	74	97	74	245	86	76	65	227
週5日以上	14.9	45.4	52.7	38.4	24.4	28.9	32.3	28.2
週3~4日	25.7	17.5	18.9	20.4	17.4	21.1	23.1	20.3
週1~2日	23.0	15.5	12.2	16.7	19.8	17.1	9.2	15.9
月2~3日	14.9	5.2	0	6.5	15.1	7.9	3.1	9.3
月1日以下	8.1	2.1	5.4	4.9	5.8	3.9	3.1	4.4
無記	13.5	14.4	10.8	13.1	17.4	21.1	29.2	22.0

年代差 男子 $x^2 = 41.953$ $P < .01$ 女子 $x^2 = 17.826$ 性差 $x^2 = 3.753$

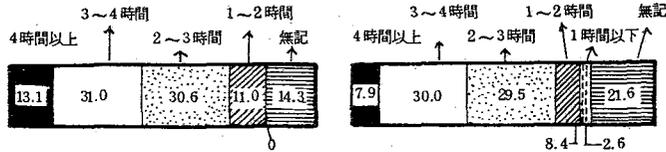


図1 1日平均の実施時間

なっている。男女とも「専用コート」と答えた者が圧倒的に多かったのは、ゲートボールがコートを必要とし、それが公園や空地につくられていることもあるためであろう。

次に実施場所までの所要時間についてみると、男子の60.8%、女子の55.1%が「5分未満」と答えている。「5~10分未満」は、男子18.8%、女子17.6%

である。そして、「10分以上」を要する者は、男子6.9%、女子9.6%とわずかである。すなわち、大部分の者にとって実施場所までの所要時間は「10分以内」ということになり、ゲートボールがいかに身近なところで実施されているかが理解できよう。

表3は、実施時間帯についてみたものである。男女とも、「午後」が約6割近くを占めている。次に多い

表3 実施時間帯

(%)

N	男 子				女 子			
	50代	60代	70代	計	50代	60代	70代	計
	74	97	74	245	86	76	65	227
1. 早 朝	6.8	6.2	9.5	7.3	5.8	5.3	4.6	5.3
2. 午 前 中	2.7	7.2	8.1	6.1	0	7.9	6.2	4.4
3. 午 後	47.3	61.9	62.1	57.6	55.8	65.8	56.9	59.5
4. 夕 方 ~ 日 没	27.0	10.3	9.5	15.1	20.9	2.6	9.2	11.5
5. 夜間 (ナイター)	2.7	2.1	0	1.6	4.7	3	0	2.2
6. 無 記	13.5	12.4	10.8	12.2	12.8	17.1	23.1	17.2

年代差 男子 $x^2 = 19.253$ none 女子 $x^2 = 29.719$ $p < .05$
 性差 $x^2 = 2.564$ none

のは、「夕方～日没」である。この傾向に、性差はみられない。年代別では、男子には差はないが女子は「夕方～日没」に実施している者が他の年代より若干ではあるが50代に多くみられる。実施時間帯に関しては、実施者の生活構造が関連していることは述べるまでもなからう。ゲートボール実施者のうち定職についている者は、男子45.3%、女子18.5%と比較的少なく、非実施者に比べて男子は恩給や退職金、不動産などによって生活している隠居型、女子は子供やその他の人に生活のめんどうをみて貰っている他力型の者が多いという傾向がみられた。すなわち、ゲートボールを「午後」に実施する者が多いのは、職業に拘束される者が少なく、時間的に融通がきく者が多いためと考えられる。

(3) 経験年数と大会参加経験

ゲートボールの経験年数は、「3～4年」(男子27.3%、女子29.5%)が最も多く、次は「5～6年」(男子22.9%、女子25.1%)である。以下、「11年以上」(男子14.7%、女子22.9%)、「1～2年」(男子15.5%、女子10.5%)、「7～8年」(男子11.8%、女子8.4%)、「9～10年」(男子7.8%、女子3.5%)と続いている。この傾向に男女間の性差はみられず、全体としては多様といってよい。年代別では、男子のみ年代の高い者ほど経験年数は長い傾向にある(P<.05)。ゲートボールは戦後間もない頃提案され既に30年以上の歴史を有するが、高齢者を中心に広く普及してきたのはここ数年、特に昭和50年代に入ってからである。本調査の結果でも、多くの者が「6年以内」の経験者であったことはこの点を裏付けるものといえよう。

次にゲートボール大会の参加経験についてみると、男子の82.4%、女子の80.6%と大部分の者が大会参加の経験をしている。経験のない者は、男子4.1%、女子4.0%と極めて少ない。参加した大会の種類は、「市の大会」(男子48.2%、女子43.6%)が多い。競技レベルが高いと思われる「県の大会」になると、経験者は減少して男子25.7%、女子19.8%となっている。ここでは、年代別の差はみられなかった。しかしこの点を経験年数別でみると、「県の大会」への出場はやはり経験年数の短い者が男女とも少ない傾向であった。「市の大会」には、経験年数が「1～3年」と短い者でも男子61.5%、女子49.1%が出場している。

(4) 過去のスポーツ経験と現在のクラブ所属

現在ゲートボールを実施している者は、過去においてスポーツや運動とどのように関わってきたのである

うか。この点は表4に示すように、ゲートボールを始める以前はスポーツや運動を「ほとんどしたことがない」という者が男女とも最も多い。特にこの傾向は、女子に顕著である(P<.01)。スポーツや運動をクラブや同好会などに所属して組織的、積極的に実施した者は、男子19.2%、女子7.5%と少ない。このことは、ゲートボールが過去のスポーツ経験に関係なく誰でもができることを如実に示すものであろう。この点は、ゲートボールの技術や試合時間、ルールなどからみて容易に推定されることでもある。

表4 過去のスポーツ経験

(%)

N		クラブ等に積極的に実施	かなりやってきた	ほとんどしたことがない	無記
男子	245	19.2	28.6	31.4	20.8
女子	227	7.5	6.2	55.9	30.4

性差 $\chi^2 = 60.601$ P < .01

次に現在のクラブ所属の有無についてみてみよう。ゲートボールのクラブに「所属している」と答えた者は、男子77.6%、女子73.6%と大部分を占めていた。年代別では、男子は60代(80.4%)と70代(83.7%)が50代(67.6%)より高い所属率を示し、女子は逆に50代(77.9%)、60代(75.0%)、70代(66.1%)の順で、年代の若い者ほど所属率が高かった。いずれにせよ、ゲートボールが集団(チーム)で行うスポーツであるところから、そこにクラブが成立するのはむしろ自然であろう。

2. 健康・体力について

ゲートボールを実施することは、健康・体力に何らかの形で良い影響を与えるのではないか。以下ここでは、この点をゲートボールの実施者と非実施者を比較することによって確かめてみたい。

(1) 健康状態

図2は、食欲や疲労感など健康状態に関する18項目についての愁訴の状況をみたものである。男子は「腰が痛い」、「肩がこる」、「目が悪い」、女子は同様に以上の3項目の他に「物忘れが多い」といった項目についての愁訴が、ゲートボールの実施群と非実施群に共通して30%以上の者にみられた。その他、「食欲が

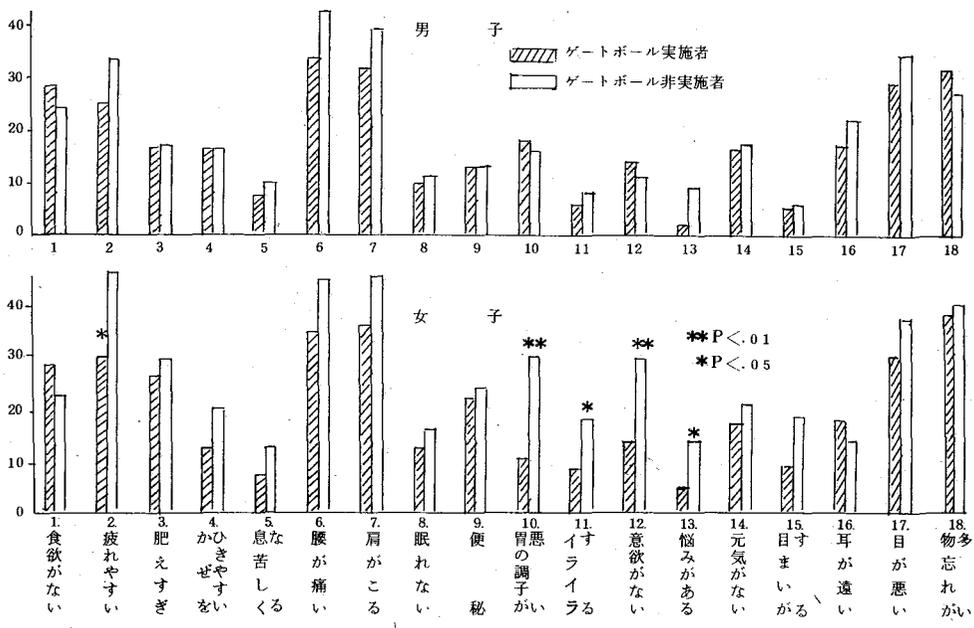


図2 健康状態についての愁訴 (%)

ない, 「疲れやすい」などの愁訴も相対的に多い。両群を比較すると, 男子では有意差はないものの「疲れやすい」, 「腰が痛い」, 「肩がこる」, 「目が悪い」という者が非実施群に多い傾向がみられた。女子は18項目中「食欲がない」と「耳が遠い」を除いた16項目でいずれも非実施群の愁訴が高かった。特に, 「疲れやすい」, 「胃の調子が悪い」, 「イライラする」, 「食欲がない」, 「悩みがある」の各項目は, 両群間に顕著な差が認められた (P < .05, P < .01)。すなわち, 実施群と非実施群では健康状態に差がみられ, 実施群は概して身体面, 精神面の愁訴が少ないといえる。このこと

は, ゲートボールの実施が健康に良い影響を与えているとみてよからう。

(2) 健康・体力の自己評価

現在の健康・体力の状態を, 5段階で自己評価して貰った。表5と表6は, その結果である。健康状態について, まず男子では「非常に良い」及び「かなり良い」と答えた者は実施群に多く, 合計すると74.3%となる。これに比べ非実施群は62.3%であり, 実施群の評価が高いことが示された。女子も同様, 健康状態の良い者は実施群の76.0%に対し, 非実施群では46.5%と顕著な差が認められた (P < .05)。健康状態を悪い

表5 健康度の自己評価

		健康度の自己評価 (%)					無記	
N		非常に良い	かなり良い	どちらともいえない	かなり悪い	非常に悪い		
男子	実施群	245	21.2	53.1	19.2	4.1	0	2.4
	非実施群	85	14.1	48.2	32.9	2.4	1.2	1.2
女子	実施群	227	14.5	51.1	26.4	3.1	0.9	4.0
	非実施群	86	10.5	36.0	33.7	12.8	2.3	4.7

男子 $\chi^2 = 10.507$ none, 女子 $\chi^2 = 16.233$ P < .05

55.6

表 6 体力についての自己評価

(%)

		N	非常に ある	かなり ある	どちら とも いえない	あまり ない	ま った く な い	無 記
男 子	実施群	245	12.2	52.2	22.9	6.5	0.4	5.7
	非実施群	85	5.9	45.9	31.8	11.8	1.2	3.5
女 子	実施群	227	9.7	38.3	29.1	13.2	0.9	8.8
	非実施群	86	4.7	31.4	33.7	19.8	5.8	4.7

男子 $\chi^2 = 7.596$ none, 女子 $\chi^2 = 11.398$ $P < .05$

と評価している者は全体的に極少であるが、特に女子の非実施群には15.1%と多くみられた。体力の自己評価についてみると、男子の実施群は体力が「非常にある」や「かなりある」と回答した者が64.4%みられたが、非実施群では51.8%であった。両群間に有意差はなかったが、体力を高く評価している者は実施群に多い。女子も同様の傾向を示し、体力があると評価している者は実施群の48.0%に比べ非実施群は36.1%と少なかった。逆に非実施群には、体力が「あまりない」が19.8%、「まったくない」が5.8%みられるなど、女子の両群の体力評価には著しい差が認められた ($P < .05$)。一般にスポーツ活動を実践している者は、健康状態が良好で体力があると評価している者が多いことは、金崎・橋本⁷⁾や団ら²⁾の調査報告からもうかがえる。今回の場合も、ゲートボールの実施が健康・体力の評価を高めている要因とみてよからう。

3. 態度・信念・行動意図

ゲートボールの実施者は、たとえ以前はそうでなかったとしても、一般的なスポーツやゲートボールそのものに対する態度が好意的であると考えられる。またゲートボールがもたらす結果についての信念が高く、ゲートボールに対する行動意図も高いものと思われる。次にこれらの点を概観してみよう。

(1) スポーツの好き嫌い

子供の頃と現在のスポーツの好き嫌いについて両群を比較した結果、男女とも顕著な態度差が認められた(男女 $P < .01$)。すなわち、実施群は「昔(子供の頃)も今も好き」(男子 74.3%、女子 62.6%)と「昔は嫌いだったが今は好き」(男子 17.1%、女子 27.3%)という者が多いのに対して、非実施群は好きという者の割合が減少し逆に「昔は好きだったが今は嫌い」(男

子 17.6%、女子 24.4%)と「昔も今も嫌い」(男子 12.9%、女子 27.9%)がかなり多い。つまり現在のスポーツの好き嫌いでは、実施群は男子 91.3%、女子 89.9%が好きと答えており、嫌いな者はほとんどいない。一方、非実施群ではスポーツの好きな者は男子 65.9%、女子 45.3%、嫌いな者は男子 30.5%、女子 52.3%を占めている。特に女子では、昔からずっとスポーツが嫌いな者がかなりみられた。このように、ゲートボールの実施群と非実施群の間にはスポーツの好き嫌いをめぐって著しい差がみられ、実施群は「昔も今も好き」な者と「昔は嫌いだったが今は好き」になっている者が多い。特に後者の場合のように、ゲートボールの実施によるものと思われるが、態度の変容がみられた点は注目に値する。

(2) スポーツに対する態度

ここでは、一般的なスポーツや運動に対する意見を12項目設け、各項目について「強く賛成」から「強く反対」までの5段階の回答を求めた。この態度測定項目は、徳永ら⁹⁾が作成した尺度の中からスポーツに対する認知的成分をみるもの4項目、不快的感情と非行為的傾向をみるもの4項目、快的感情と行為的傾向をみるもの4項目をそれぞれ選んだものである。結果は、「好意的回答」、「どちらともいえない」、「非行意的回答」として3段階でまとめた(表7)。全体的にみると、男子及び女子の「1.忍耐力の養成になる」と男子の「6.運動前に不安になることはない」を除いたすべての項目に1~5水準で有意な態度差が両群間に認められた。つまり実施群は、男女ともスポーツの認知面、感情面、行為傾向面のいずれの態度成分についても好意的態度が形成されていることが明らかとなった。両群に顕著な差が認められた項目をみると、上位3項目は男女とも共通であった。すなわち最も著しい差があ

表7 スポーツに対する態度の比較

(%)

性別	態度成分	回答	実施群				非実施群				x ² 検定 (実-非実) df = 5
			好意的 回答	どちらとも いえない	非的 好回答	無記 無記	好意的 回答	どちらとも いえない	非的 好回答	無記 無記	
男	認知的成分 スポーツに対する意見	1. 忍耐力の養成になる	49.0	13.9	21.5	15.5	38.8	23.5	25.9	11.8	7.108
		2. 友人関係を広めたり深めたりできる	81.2	6.1	2.4	10.2	68.3	21.2	1.2	9.4	28.269 **
		3. 敏しょう性の養成になる	71.0	11.4	2.9	14.7	62.4	23.5	2.4	11.8	11.779 *
		4. 健康増進に有効である	64.5	11.0	6.1	18.4	52.9	29.4	4.7	12.9	15.416 **
	不快感・非行為的	5. 疲れるからしないということはない	51.4	20.4	9.3	18.8	22.4	36.5	29.4	11.8	35.857 **
		6. 運動前に不安になることはない	49.0	22.9	9.4	18.8	34.1	36.5	15.3	14.1	10.076
		7. 運動後にみじめさを感じることはない	56.3	18.0	6.9	18.8	40.0	42.4	2.4	15.3	21.215 **
		8. 他のことがおそろかになるのではないということはない	55.5	20.8	6.5	17.1	20.0	45.9	18.8	15.3	41.566 **
快感・行為的	9. 気分がさっぱりする	75.9	10.6	0.4	13.1	65.9	20.0	3.6	10.6	12.738 *	
	10. 運動しないと手足がムズムズする	60.0	21.2	3.7	15.1	18.8	48.2	17.6	15.3	55.574 **	
	11. 時間を見つけて運動するように心掛けている	72.2	12.2	2.8	12.7	42.3	31.8	14.2	11.8	41.532 **	
	12. 運動後は満足感が残る	70.7	12.2	4.1	13.1	48.2	35.3	3.5	12.9	24.252 **	
女	認知的成分	1. 忍耐力の養成になる	37.0	10.6	22.5	30.0	50.0	20.9	18.6	10.5	6.110
		2. 友人関係を広めたり深めたりできる	80.6	3.5	1.3	14.5	62.7	27.9	1.2	8.1	42.797 **
		3. 敏しょう性の養成になる	66.0	9.7	0.8	23.3	58.1	29.1	3.5	9.3	17.903 **
		4. 健康増進に有効である	58.6	7.9	4.4	29.1	55.8	27.9	4.7	11.6	18.821 **
	不快感・非行為的	5. 疲れるからしないということはない	46.3	15.4	10.6	27.8	23.3	36.0	30.2	10.5	21.213 **
		6. 運動前に不安になることはない	43.6	18.5	9.2	28.6	23.3	53.5	11.7	11.6	30.135 **
		7. 運動後にみじめさを感じることはない	57.7	11.9	4.0	26.4	39.6	48.8	0	11.6	43.018 **
		8. 他のことがおそろかになるのではないということはない	54.7	12.8	5.7	26.9	23.2	43.0	20.9	12.8	56.613 **
快感・行為的	9. 気分がさっぱりする	70.0	10.1	1.3	18.6	61.6	23.3	4.7	10.5	13.928 **	
	10. 運動しないと手足がムズムズする	51.5	18.5	5.7	24.2	11.6	50.0	24.4	14.0	67.137 **	
	11. 時間を見つけて運動するように心掛けている	66.6	11.5	3.1	18.9	33.8	33.7	19.7	12.8	54.436 **	
	12. 運動後は満足感が残る	66.5	7.9	3.0	22.5	43.0	39.5	5.8	11.6	43.330 **	

** P < .01 * P < .05

った項目は、「10.運動しないと手足がムズムズする」であり、第2位は「8.他のことがおそろかになるのではないということはない」、第3位は「11.時間を見つけて運動するように心掛けている」である。これらの項目は、運動欲求、価値感、心的準備状態などを意味し、態度成分の中でも最も行動と相関が高い行為的傾向成分である。このことから、実施群はスポーツ活動との結びつきが強いことが予測される。

(3) ゲートボールに対する感情的・評価的態度
態度は、行動の媒介変数として重要なものである。ここではゲートボールに対する態度として、態度の中

でも感情的、評価的成分について分析した。態度の測定は、「つぎの1週間のうちにゲートボールをする」と考えた場合に、「1.うきうき-ゆううつ」、「2.愉快-不愉快」、「3.楽しい-つまらない」、「4.かしい-おそろかな」、「5.有益-有害」、「6.良い-悪い」、「7.手軽-めんどろ」といった7つの態度項目について、好意的から非好意的までの5段階（「非常に-やや-どちらともいえない-やや-非常に」）の回答を求めることによって行った。結果は、3段階の回答で処理した(表8)。両群間には、男女とも7項目すべてについて1%水準の有意差が認められ、ゲートボールに対す

表8 ゲートボールに対する感情的・評価的態度(%)

「1週間のうちにゲートボールをする」と考えた場合…	実施群				非実施群				x ² 検定 (実-非実)	
	好意的回答	どちらでもない	非好意的回答	無記	好意的回答	どちらでもない	非好意的回答	無記		
男	1. うきうき-ゆううつ	52.7	15.1	8.2	24.1	18.0	41.2	4.7	35.3	50.862 **
	2. 愉快-不愉快	76.0	6.9	1.2	15.9	43.6	20.0	4.7	31.8	59.175 **
	3. 楽しい-つまらない	96.6	3.7	0.8	9.0	42.4	21.2	4.7	31.8	71.845 **
	4. かしこい-おろか	60.4	20.0	0.8	18.8	25.9	40.0	2.4	31.8	37.060 **
	5. 有益-有害	68.6	13.9	0.4	17.1	34.1	30.6	2.4	32.9	38.442 **
	6. 良い-悪い	75.1	9.8	0	15.1	35.3	28.2	3.6	32.9	49.717 **
	7. 手軽-めんどう	75.2	8.6	0.8	15.5	42.3	17.6	4.7	35.3	44.363 **
女子	1. うきうき-ゆううつ	45.4	13.2	7.9	33.5	21.0	38.4	11.6	29.1	38.720 **
	2. 愉快-不愉快	70.0	2.6	2.2	25.1	34.9	34.9	0	30.2	97.221 **
	3. 楽しい-つまらない	80.6	2.6	0	16.7	40.7	22.1	7.0	30.2	101.440 **
	4. かしこい-おろか	49.4	19.4	0.9	30.4	17.4	47.7	3.5	31.4	42.047 **
	5. 有益-有害	59.6	11.0	0	30.4	27.9	32.6	5.9	33.7	52.239 **
	6. 良い-悪い	70.0	3.5	0	26.4	32.5	29.1	5.8	32.6	86.796 **
	7. 手軽-めんどう	65.6	4.0	0	30.4	30.2	26.7	9.4	33.7	83.547 **

** P < .01

る態度が顕著に異なることが実証された。特に差がある項目は、男子では「3.楽しさ」、「2.愉快さ」、「1.うきうき」といった感情的態度、女子では「3.楽しさ」、「2.愉快さ」、「6.良さ」などであった。その他男女とも、「4.かしこさ」、「5.有益さ」、「7.手軽さ」などの評価的態度でも差が認められた。このようにゲートボール実施とゲートボールに対する態度との関連は強く、実施群の態度は好意的である。特に実施群に示された感情的態度は、ゲートボールの実施によって形成されたものと考えられ、このことは高齢者のスポーツを検討していく上で重要な意味を示唆している。一方非実施群は、ゲートボールをすると考えてもそのイメージがあまりわいてこなく、従って「無記」や「どちらともいえない」といった回答が多くなったものと思われる。

(4) ゲートボールの結果に対する信念

信念は、従来の態度成分の中の認知的側面に相当するものであり、フィッシュバイン^{3),4)}が態度と区別して用いた概念である。それは、態度を予測する変数としてとらえられる。本研究では、ゲートボールをすることによって生ずると思われる効果をどのように考え

ているかについて比較した。つまり、「つぎの1週間のうちにゲートボールをする」ことによって、良い友達を得るチャンスになるとか体重が減るなど10項目のようなことが、「ありそう」か「ありそうでない」という確率次元的尺度で信念を測定した。回答は5段階（「非常にありそう-ややどちらともいえない-やや-まったくありそうでない」）で求めたが、結果は表9に3段階で整理した。男女とも10項目中「2.体重が減る」の項目を除いたすべてに有意な回答差がみられ、全体的に実施群はゲートボールの効果を高く評価していることが示された。男子では、「8.作戦が必要であり、頭の体操になる」、「1.良い友達を得るチャンスになる」、「7.競争のおもしろさを味わえる」、「5.ゲートボールのために時間をやりくりする」、「9.日常生活にないスリル感を味わえる」に対する信念の差が著しい。女子も、「8.頭の体操」、「9.スリル感」、「1.友達を得るチャンス」、「5.時間のやりくり」などの信念に顕著な差がみられた。その他、「3.足腰が良くなる」、「4.悩みや欲求不満がなくなる」、「6.食欲や睡眠が良くなる」、「10.ある目標に挑戦するという気持ができる」などの項目でも実施群の信念は高く、約5~6

表9 ゲートボールの結果に対する信念

(%)

	男				子				女				子					
	実 施 群		非 実 施 群		実 施 群		非 実 施 群		実 施 群		非 実 施 群		実 施 群		非 実 施 群			
	あ り そ う	あ な い そ う で																
1. 良い友達を得るチャンスになる	74.7	8.6	3.2	13.5	51.7	15.3	4.7	28.2	38.16**	71.8	3.1	2.6	22.5	47.7	22.1	7.0	23.3	68.79**
2. 体重が減る	30.2	42.0	9.4	18.4	25.9	40.0	4.7	29.4	4.37	32.6	30.8	6.6	30.0	25.6	36.0	12.8	25.6	9.28
3. 足腰が良くなる	61.6	13.9	4.5	20.0	38.9	14.1	20.0	27.1	32.46**	57.7	6.2	4.8	31.3	32.5	29.1	14.0	24.4	45.23**
4. 悩みや欲求不満がなくなる	58.4	15.9	12.2	13.5	27.0	27.1	16.4	29.4	31.48**	49.8	7.5	13.7	29.1	26.8	31.4	16.3	25.6	52.86**
5. 時間をやりくりする	55.9	11.8	13.8	18.4	23.6	29.4	17.7	29.4	35.22**	54.6	2.2	16.3	26.9	19.8	30.2	25.5	24.4	72.40**
6. 食欲や睡眠が良くなる	67.8	8.6	2.4	21.2	48.2	17.6	5.9	28.2	27.49**	60.8	3.5	3.6	32.2	47.7	24.4	2.3	25.6	48.10**
7. 競争のおもしろさを味わえる	71.0	10.6	3.7	14.7	39.0	20.0	5.9	34.1	31.43**	66.5	2.6	3.5	27.3	37.3	27.9	9.3	25.6	62.28**
8. 作戦があり、頭の体操になる	78.4	5.7	2.4	13.5	47.0	15.3	7.0	30.6	75.23**	75.3	1.3	0.4	22.9	41.9	25.6	8.2	24.4	88.64**
9. スリル感を味わえる	68.1	11.4	3.2	17.1	37.6	22.4	8.2	31.8	38.18**	59.0	9.3	3.5	28.2	31.4	32.6	11.6	24.4	43.49**
10. 目標に挑戦できる	66.9	11.8	3.2	18.0	40.0	18.8	9.4	31.8	28.82**	54.3	6.2	1.7	27.8	36.0	26.7	11.6	25.6	50.01**

** P < .01

割の者が認めている。このように、実施群はゲートボール実施の結果（効果）に対して好意的信念をもっているといえる。

(5) ゲートボールに対する行動意図

フィッシュバインら¹⁾は、将来の行動は行動意図と非常に相関が高く、従って人間の行動はその行動意図を測定することによってほぼ予測できると報告している。ある行動は、そこに行動しようとする意図がなければ自発的には生じないので、このことは当然理解されよう。ゲートボールの実施者はゲートボールをしようとする意図が高いというのが、われわれの仮説であった。そこで、「つぎの1週間のうちにゲートボールをしようと思うか」という質問で、両群の行動意図を比較した(表10)。その結果、実施群はつぎの1週間という特定期間に限定したにもかかわらず約6割が「必ずする」(男子61.6%, 女子55.5%), 2割の者が「恐らくする」(男子20.4%, 女子19.4%)と答え、ゲートボールの行動意図の高いことが示された。この傾向は、非実施群との間に男女とも1%水準の有意差が認められた。実施群を年代別にみると、男女とも高齢者ほど高い行動意図を示した。また週平均の実施程度別では、実施日数の多い者ほど行動意図は高いことが

わかった。つまり、ゲートボールの実施・非実施と行動意図の相関は高く、実施群の約8割はつぎの1週間のうちにゲートボールをすることが予測される。

4. ゲートボールの社会・心理的效果

先にわれわれは、ゲートボールの実施群がその効果について高い信念をもっていることをみた。そこで最後に、ゲートボールの社会的、心理的效果について実証的にみていくことにする(表11)。

(1) 友達・仲間の増加

ゲートボールをするようになってからの友達・仲間の変化については、男女とも約半数の者が「非常に多くなった」と答えている。「少し多くなった」という者を加えると、男子は78.8%, 女子は75.3%に達する。すなわち、大部分の者が友達・仲間の増加したことを認めている。またこの点に関しては、ゲートボールの経験年数の長い者ほど、週平均の実施程度の高い者ほど、友達・仲間が多くなっていることも明らかとなった。スポーツをグループである期間実施することによって、友達が出来たという報告はこれまでにもなされているが⁸⁾、ここでもゲートボール実施による社会的効果があったものとみてよい。

(2) 家族の雰囲気

表10 ゲートボールに対する行動意図

(%)

「つぎの1週間のうちにゲートボールを……」		実 施 群				非 実 施 群			
		50代	60代	70代	計	50代	60代	70代	計
N		74	97	74	245	30	25	30	85
男	1. 必 ら ず す る	45.9	66.0	71.6	61.6	0	0	3.3	1.2
	2. 恐 ら く す る で あ ろ う	27.0	22.7	10.8	20.4	13.3	4.0	6.7	8.2
	3. ど ち ら と も い え な い	6.8	6.2	4.1	5.7	23.3	36.0	16.7	24.7
	4. 恐 ら く し な い で あ ろ う	10.8	1.0	2.7	4.5	23.3	40.0	23.3	28.2
	5. 全 く す る つ も り は な い	6.8	3.1	2.7	4.1	30.0	12.0	43.3	29.4
	6. 無 記	2.7	1.0	8.1	3.7	10.0	8.0	6.7	8.2
N		86	76	65	227	32	28	26	86
女	1. 必 ら ず す る	46.5	61.8	60.0	55.5	3.1	3.6	0	2.3
	2. 恐 ら く す る で あ ろ う	25.6	15.8	15.4	19.4	6.3	7.1	11.5	8.1
	3. ど ち ら と も い え な い	10.5	3.9	3.1	6.2	21.9	3.6	3.8	10.5
	4. 恐 ら く し な い で あ ろ う	8.1	0	1.5	3.5	28.1	42.9	15.4	29.1
	5. 全 く す る つ も り は な い	3.5	7.9	6.2	5.7	31.3	35.7	50.0	38.4
	6. 無 記	5.8	10.5	13.8	9.7	9.4	7.1	19.2	11.6

男子 $\chi^2 = 152.138$ $P < .01$ 女子 $\chi^2 = 134.668$ $P < .01$

表11 ゲートボールの社会・心理的効果 (%)

	友達・仲間 の 増加						家族の 雰囲気						エテケツト・マナー						
	非常に多くなった	少し多くなった	以前と変わらない	少し少なくなった	非常に少なくなった	無	非常に明るくなった	少し明るくなった	以前と変わらない	少し暗くなった	非常に暗くなった	無	非常に良くなった	かなり良くなった	以前と変わらない	かなり悪くなった	非常に悪くなった	無	
N	49.8	29.0	7.8	0.8	0.4	12.2	23.7	20.4	41.6	0.4	0	13.9	15.1	34.7	36.7	1.2	0	12.2	
男子	51.5	23.8	7.0	0.1	0	17.6	23.3	20.7	35.7	0	0	20.3	11.0	31.7	39.6	0.4	0	17.2	
女子																			
	家族の スポーツ大会への参加・応援																		
	家族の スポーツへの理解						スポーツ大会への参加・応援												
	非常に理解になった	かなり理解になった	できるようなった	以前と変わらない	あまり理解なかった	できなく理解なかった	非常に多く参加した	非ずるようになつた	かなり参加になった	以前と変わらない	あまり参加なかった	まじなく参加した	非常に多く参加した	非ずるようになつた	かなり参加になった	以前と変わらない	あまり参加なかった	まじなく参加した	非常に多く参加した
N	30.2	29.4	26.1	0.4	0.4	13.5	38.8	36.3	11.8	0.8	0	12.2	33.0	36.1	11.5	1.3	0.4	17.6	
男子	28.6	31.3	18.5	0	0	21.6	33.0	36.1	11.5	1.3	0.4	17.6	33.0	36.1	11.5	1.3	0.4	17.6	
女子																			

ゲートボールをするようになって家族の雰囲気がどのように変化したかについてみると、「以前と変わらない」が最も多い。しかしながら、男子の44.1%、女子の44.0%が「明るくなった」と答えている。予想されたことではあるが、「暗くなった」という者は皆無に近い。経験年数別では、男子は短い者（1～3年）より長い者（4～6年、7年以上）の方が明るくなったと認めている者が多い。女子も、経験年数の長い者ほど明るくなったことを認めている。すなわち、ゲートボールは家族の雰囲気を明るくするという効果がある程度あがっているとみてよからう。

（3）エチケットやマナー

スポーツをするには、ルールに従順であることはもちろんエチケットやマナーもスポーツの規範として守られるべきである。ゲートボールのルールは、一面厳格なところがみられる。従って、ゲートボール場面で要求されるエチケットやマナーが、日常生活にも影響を与えるのではないかと考えられる。そこで、ゲートボールをするようになってから日常生活でのエチケットやマナーがどのように変化したかについてみてみた。「非常に良くなった」者は少ないが、これに「かなり良くなった」という者を合計すると男子は49.8%、女子は42.7%となり、4割以上の者がエチケットやマナーの変化を認めている。経験年数別では、女子には顕著な差はみられなかったが、男子は長い者ほど「良くなった」と答えた者が多かった。また週平均の実施程度別でも、女子には大きな差はなかったが男子は実施程度の高い者ほど「良くなった」と答えている。このように、ゲートボールの実施が日常生活でのエチケットやマナーの改善に役立っているということは、高齢者のスポーツによる社会化として注目される。

（4）家族のスポーツへの理解

本人以外の家族がするスポーツに対する理解度の変化は、男女ともほぼ同じ傾向であり約6割の者がゲートボールをするようになってから「理解できるようになった」と答えている。この点も、「理解できなくなった」という者は皆無に近い。経験年数別では、男子には差がないが女子の経験年数の長い者の理解度が高かった。週平均の実施程度別では、女子に差はみられないが男子は実施程度の高い者ほど「理解できるようになった」という者が多かった。いずれにせよ、ゲートボールを実施することはファミリー・スポーツへの理解を深めるのに役立っているといえよう。

（5）スポーツ大会への参加・応援

ゲートボールを実施することによってスポーツへの興味・関心が高まり、そのことがさらに地域でのスポーツ行事と何らかの形で関わりをもつようになるのではないかと仮説を立てた。そこで、ゲートボールをするようになってから町内や校区、市、県などのスポーツ大会に参加したり応援に行くことがどの程度多くなったかについて調査した。結果をみると、男子の75.1%、女子の69.1%が以前に比べて「参加するようになった」と回答している。男女とも約7割の者がいろいろな大会に参加したり応援に行ったりしており、クロス分析でもゲートボールの経験年数の長い者、週平均の実施程度の高い者ほど、スポーツ大会への参加・応援は多かった。つまり、ゲートボールの実施はコミュニティ・スポーツとの関わりを深めているといつてよからう。

以上の概観によって、ゲートボールが人間関係や日常生活での行動、ファミリー・スポーツやコミュニティ・スポーツとの関わりに対してプラスの機能を有していることが実証された。

要 約 — 仮説の検証 —

八代市におけるゲートボールの実態調査の結果に基づいて、ゲートボールの実施状況、実施者の特性、ゲートボールに対する態度、信念、行動意図、ゲートボールの効果などについて明らかにしてきた。ここでもう一度調査の結果を要約し、当初の仮説がどの程度検証されたかについて述べることにする。

まず、ゲートボールの実施状況については、男女とも以下のようにまとめられる。

- ①ゲートボールの週平均実施日数や1日の実施時間は社会人のスポーツ実施の一般的傾向を上回っており、実施程度は非常に高い。また、高齢者ほど実施程度は高い傾向にある。
- ②大部分の者が10分以内でゲートボールコートに行くことができ、非常に身近なところで実施している。
- ③ゲートボールは、午後の時間帯に実施する者が多い。
- ④ゲートボールの経験年数は、多様である。
- ⑤大部分の者は、ゲートボール大会への参加経験がある。
- ⑥ゲートボールを始める以前は、スポーツ経験の少ない者が多い。
- ⑦大部分の者が、ゲートボールのクラブに所属している。

以上のうち、⑥は仮説1（「ゲートボールは、過去

のスポーツ経験や体力に関係なく誰にでもできる]をある程度実証し、②と⑦は仮説2(「ゲートボールは、比較的身近なところで行われており、そこにクラブが成立している」)を実証するものといえよう。

次に、ゲートボール実施者と非実施者の特性を比較した結果、実施者は男女とも以下のような傾向を示した。

⑧健康状態について、身体面や精神面に対する愁訴が少ない。

⑨健康や体力についての自己評価が高い。

⑩ほとんどの者が、スポーツ好きである。

⑪スポーツやゲートボールに対して、好意的態度が形成されている。

⑫ゲートボールは、「頭の体操になる」、「良い友達を得るチャンスになる」、「スリル感を味わう」、「挑戦する気持になる」、「おもしろさを味わう」などその効果を高く評価し、ゲートボールのもたらす結果に対して高い信念をもっている。

⑬ゲートボールを実施するという行動意図は、極めて高い。

以下の結果、⑧と⑨は仮説3(「ゲートボールの実施は、身体的、精神的な愁訴を減少させ、健康や体力についての自己評価を高めている」)を実証するものといえる。同様に⑩～⑬は仮説4(「ゲートボール実施者は、スポーツやゲートボールに対する態度が好意的であり、ゲートボールに対する信念や行動意図が高い」)を裏付けている。

さらに、ゲートボールの効果に関しては、ゲートボールを実施するようになってから、「友達・仲間が増加した」、「家族がするスポーツへの理解がもてるようになった」、「町内や校区、市などのスポーツ大会に参加したり応援に行くようになった」という者が多くみられた。また、「家族の雰囲気明るくなった」、「日常生活でのエチケットやマナーが良くなった」という者もかなりみられ、ゲートボールの社会的、心理的効果が認められた。このことから、仮説5(「ゲートボールは、人間関係の向上や仲間づくり等に役立っている」)と仮説6(「ゲートボールは、ファミリー・スポーツやコミュニティ・スポーツの普及に役立っている」)は、ある程度実証された。

以上、われわれが当初設けた仮説は、程度の差こそあれそのすべてが調査結果の分析を通して検証され、本研究の目的は一応達成されたといえる。高齢化社会が進行するなかでスポーツなど各種身体活動は健康の

維持増進のためにもその重要性は増すと思われるが、その実施条件についてゲートボールが提示する資料は1つのモデルとして重要な意味をもつといえよう。なお、今後ゲートボールが高齢者の健全なスポシ、レクリエーションとして発展していくためには、ゲートボール実施の規定要因の解明、場所(コート)や指導者、ルール、クラブ運営の問題など様々な課題が残っているが、これらについての検討は別の機会に譲ることにしたい。

(※本研究は、第10回日本レクリエーション学会にてその一部を発表した。)

注

注1) 現在、ゲートボールに関する単行本としては「ゲートボール、一入門から上達まで」(上妻一郎著、熊本日日新聞社、1980)と「ゲートボール入門」(遠藤太嘉志著、祥伝社、1980)がある。論文としては、「高齢化社会における新しい生活の智慧の発生と伝播に関する研究—ゲートボールと余暇生活について—」(原ひろ子、文化としての生活技術・技能に関する研究報告書、お茶の水女子大学家政学部文化と技術研究会、pp. 23～37、1981)、その他「ゲートボール—日本人が好きなゲーム—」(原ひろ子、思想の科学、1981、2月号、pp. 44～48)、「ゴルフとゲートボール考」(副田義也、エコノミスト、1981、5・5及び5・12合併号、pp. 68～74)がある。

注2) 調査の結果は、「ゲートボールに関する調査報告書」(徳永幹雄、金崎良三、九州大学健康科学センター、昭和56年8月)としてまとめた。

注3) 調査とともに、ゲートボールのゲーム時の運動量や血圧、心拍数などの生理学的測定も実施したが、この点に関する仮説及びその検証には本稿では触れないことにする。

文 献

- 1) Ajzen, I. and Fishbein, M., The prediction of Behavioral Intentions in a Choice Situation, Journal of Experimental Social Psychology 5, p. 415, 1969.
- 2) 団 琢磨他、地域の特性に応じた体力づくり(トリム)運動の推進に関する調査研究、総理府青少年対策本部、体力づくり運動関係調査研究報告書、p. 9, 1978.
- 3) Fishbein, M. and Raven, B. E., The AB scales: An Operational Definition of Belief and Attitude, Human Relation 15, p. 42, 1962.
- 4) Fishbein, M. and Ajzen, I., Belief, Attitude, Intention and Behavior: An Introduction to Theory and Research, Addison Wesley, p. 131, 1975.
- 5) 福岡市における体育・スポーツの現状と推移, p. 63,

1981.

- 6) 平澤 薫, 条野 豊編, 生涯スポーツ, プレシグムナスチカ, p. 551, 1977.
- 7) 金崎良三, 橋本公雄, 学生の課外体育活動に関する研究(第1報) —その規定要因について—. 九州大学体育学研究, 5-4, p. 30, 1976.
- 8) 金崎良三, 徳永幹雄, 大学における公開スポーツ教室の運営・指導に関する事例研究, 健康科学, 第1巻, p. 136, 1979.
- 9) 徳永幹雄, 橋本公雄, 坂井純子, 身体運動に対する態度の構造と運動の関係についての研究, 九州大学体育学研究, 5-4, p. 20, 1976.