

レクリエーション研究

第19号

第18回日本レクリエーション学会
(大会発表論文集)

昭和63年8月22日

於：北海道函館市
(函館ハーバービューホテル)

日本レクリエーション学会

1988年8月

「レクリエーション研究(大会発表論文集)」投稿規定

暫定措置として昭和63年度は下記の投稿規定にて実施し、問題点があれば、次年度、修正を加えるものとする。

1. 投稿者は本会の正会員・特別会員であること。
2. 論文は他誌に未投稿のものに限る。ただし、外国人会員については欧文での投稿も受け付ける。
3. 論文は新かなづかい、制限漢字使用を原則とし、A 4判、横書き、400字詰原稿用紙を使用する。また、本学会所定のタイプ用紙と同じサイズ、同じ様式（B 4判・縦2段カラム）であればワードプロセッサによる原稿も受け付ける。
4. 欧文要約は不要である。
5. 論文の第一頁表題の下にはかならず氏名、所属をつけ、図版・写真にもタイトルをつける。
6. 図版はかならず白紙に墨書きとし、図版・写真類は、上下の別を明記し、原則として図表の文字も活字で入れる。
7. 論文は400字詰原稿用紙にて20枚以上30枚以内を原則とする。
8. 投稿する原稿は、手書き（またはワープロ）のオリジナル原稿とそのコピー3部とする。
9. 審査を通過した論文（手書き）は投稿者に返送する。投稿者は、本学会所定の用紙に和文タイプライターまたはワードプロセッサ（24×24ドット以上）にて原稿を活字化しなければならない。活字化されていないなど様式に適合しない論文は受け付けない。校正は投稿者の責任において行うものとする。
10. タイプの打ち上がりは、本学会所定の用紙に原則として4枚以上6枚以内とする。規定の枚数を越えた場合は投稿者の実費負担とする。
11. 活字化するために論文を投稿者に返送するが、かならず必要な額の切手および宛て先を記した返信用の封筒を同封すること。

第18回学会大会開催要項

1. 主催 日本レクリエーション学会
2. 主管 第18回日本レクリエーション学会大会実行委員会
3. 日時 昭和63年8月22日(月)
9:00～16:00
4. 場所 函館ハーバービューホテル
〒040 函館市若松町14番10号
TEL (0138) 23-0154
5. 日程
8月21日(日) 18:00 懇親会
) (函館ハーバービューホテル)
20:00

8月22日(月) 8:30 受付
9:00 研究発表
)
12:20 理事会
13:30 総会
14:00 シンポジウム
16:00 終了

目 次

(発表プログラム)

9:00	A-1	子どもの遊びの実態について (浜松短期大学)	大 平 滋	6
	A-2	リズムあそびを通しての対人認知発達について (第1保育短期大学)	鈴 鹿 信 子	14
9:40	A-3	体力レベルと日常生活関連要因の関係について (横浜国立大学教育学部)	海 老 原 修	22
	A-4	事務職員のレクリエーション活動の疲労回復効果に関する研究 (I) (日本体育大学)	伊 藤 順 子	28
10:20	A-5	学校キャンプ実施期間についての基礎的研究II (大阪体育大学)	福 田 芳 則	38
	A-6	リゾート開発の現状と課題 (住環境計画研究所)	村 越 千 春	44
11:00	A-7	社会体育「専門職」の指導者マーケットに関する研究 (大阪体育大学)	原 田 宗 彦	50
	A-8	フライングディスクの普及と発展に関する研究 (上智大学)	島 健	56
11:40	A-9	ソビエトの社会人レクリエーション制度成立過程に関する研究 (東海大学)	里 見 悦 郎	62
	A-10	ホノルルマラソンフィニシャー日米比較研究 (大谷女子大学)	山 田 文 男	68

シ ン ポ ジ ウ ム

▶ テ ー マ ◀

レクリエーション研究の今日的課題

14:00 S-1 日本人のレクリエーション行動の現状と解析

筑波大学 松 田 義 行

14:30 S-2 比較文化論的見地からみたレジャー・レクリエーション

北海道教育大学 村 山 紀 昭

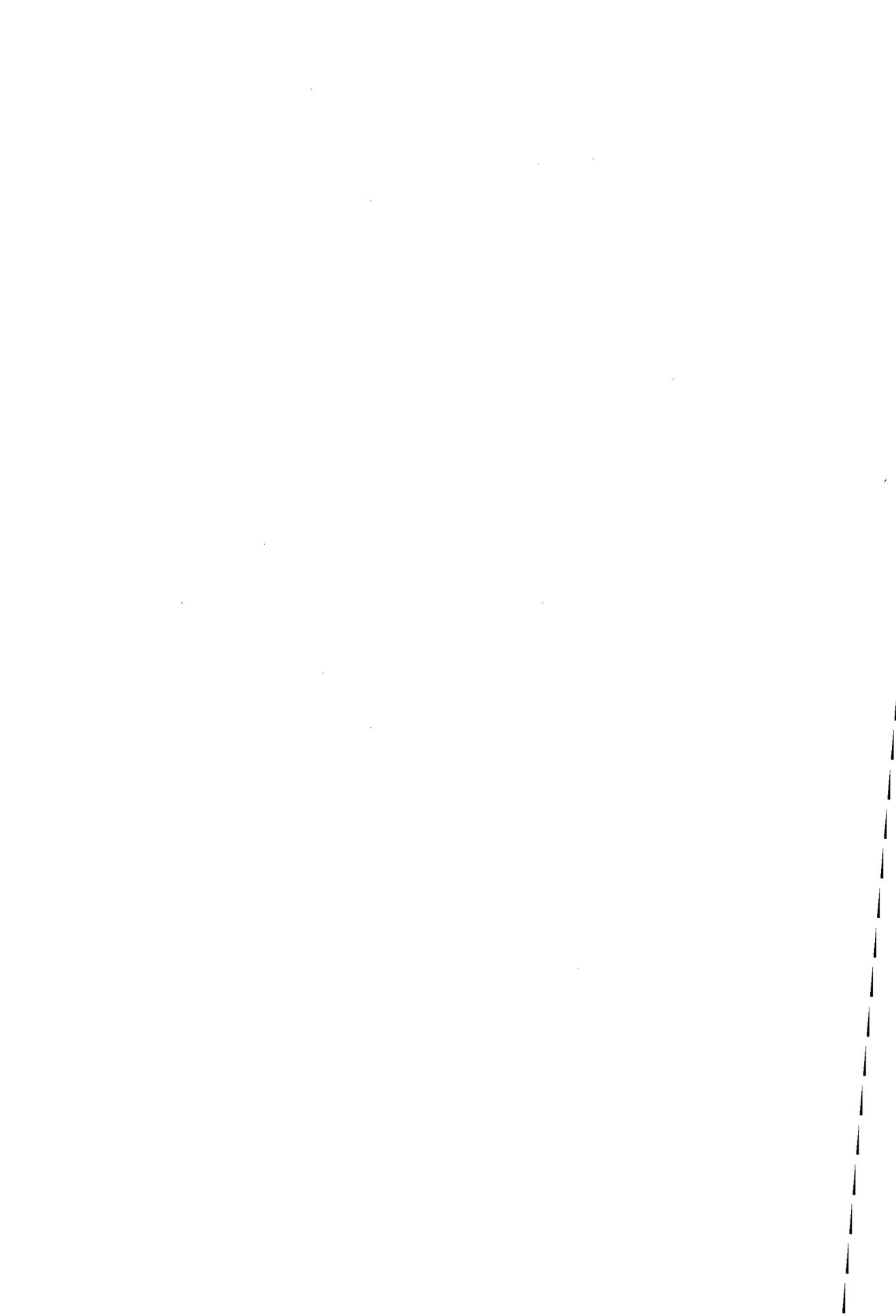
15:00 S-3 これからのレクリエーション研究・政策の課題

広島大学 荒 井 貞 光

15:30 総 合 討 論 ・ ま と め

総 合 司 会

関東学院大学 鈴 木 秀 雄



発 表 論 文

子どもの遊びの実態について

大平 滋

(浜松短期大学)

遊び空間、遊び仲間、日常的遊び はじめに

今日、子どもの人間関係の希薄さや、生活技能の未熟さが、各種の調査により明らかにされ、教育問題としてクローズアップされている。人間形成にとって重要な多種多様な人間関係や生活技能の形成は、学校教育や現実の家庭や地域の教育力では、もはや十分に育成されることができなくなっている。子どもは、文化の伝達や人間関係の形成などの多くを、遊びや遊び集団を通して達成していくものである。そこで本研究は、子どもの発達保障にとって必要な遊びは何であり、またその遊びはどのように保障されていくべきなのかを究明することをめざしつつ、その前段階として子どもの遊びの実態を明らかにしたい。

子どもの遊びの研究には、三つの段階が考えられる。第一段階は、子どもの遊びの実態調査、遊び環境の実態研究。第二段階は、子どもの遊びを保障していくためには、どのような方法があるか、または思想としてどうあるべきかを究明していく研究。第三段階は、遊びを保障するためには、具体的にどのような手だてがあるのか具体案を提示する研究である。この段階はさらに実践された場合は絶えず再検討をしていかなければならない。ところで、今までの研究は第一段階のものが多く、さらにその研究の結論も抽象的、理想的な課題の提示が主で、なかなか研究が蓄積されていない。しかし、遊びを保障するための具体案を提示するためには、その地域における子どもの実態把握は必要である。全国規模で子どもの遊びの調査などをするが、その調査結果からは具体案は出てこないであろう。ひとつの目安、または比較の対象である。なぜならそれぞれの地域により微妙に実態は異なるからである。子どもの遊びを保障するためには、その地域の子どもの遊びの実態を把握することにより、保障しなければならない環境や手だてを考えなければならない。

なお本研究は昭和62年度の科学研究費による研究「子どもの人間関係・生活技能の形成と学校教育に関する実証的研究」の一環である。

目的

本研究は浜松市の子どもの遊びの実態を明らかにすることを目的としている。調査では、幼稚園児・保育園児も対象にしているが、本研究では原則として小学生の実態分析を中心とし、子どもの学年による変化や性差による変化を考慮しながら検討していく。

調査方法

1. 調査対象：浜松市内の幼稚園児・保育園児及び小学生。対象地域は3小学校区内で、古くからの市の中心部である

M小学校区、比較的市の中心部であるJ小学校区、市の周辺部で農村・新興住宅地・市営団地があるI小学校区である。小学校3校、幼稚園5カ所、保育所1カ所。

2. 調査方法：質問紙法。幼児及び小学校3年生までは保護者が子どもから聞いて答えている。

3. 調査時期：昭和62年11月

4. 有効回収数：655（男子331、女子324）全体では1025（男子506、女子519）

5. 有効回収率：95.9%（全体では93%）

6. 質問紙の構成：質問紙は、子どもの行動傾向を遊び、人間関係、生活技能、生活経験、学校外教育、生活状況（食生活、自立度、テレビ）などのカテゴリー（96項目）でとらえ、子どもの生活実態を調査し、年齢や性差、その他の環境による行動変容を調査できるように項目を構成した。

フェイスシートは、子どもの「年齢」・「性別」・「家族構成」・「日常生活時間」・「居住地域」及び両親の「年齢」・「最終学歴」・「職業」から成り立っている。

6. データ処理：NEC・PC-9801VX・プログラム「Lotus1-2-3」で行った。

1. 子どもの遊びの実態

子どもの遊びの調査報告で、今日の子どもの遊びの内容の乏しさや遊ばなくなった傾向がよく指摘される。その原因として「さん間」がなくなったと言われている。つまり遊び時間、遊び空間、遊び仲間が乏しくなったと言われる。そこで本報告もこの3つの視点を踏まえながら実態を分析してみる。

1) 遊び時間について

遊び時間については、「ふだんの日の生活時間について」それぞれ「テレビを見ていた」「家の中で遊んでいた」「外で遊んでいた」「外出（買物のおとも、けいごと、など）」について何分しているかを聞いてみた。表1、表2は、それぞれの学年別の平均時間の結果である。

表1、2をみよ。まず男子は、テレビ視聴時間は平均110分と自由時間のすごし方では最高である。3年生と5年生が比較的少なく、6年生が一番多い。室内遊びは、6年生が少ないがあとは余り変化がない。外遊びは、1～3年生までは95～110分と多く、その後は減少していく。外出は余り変化なく40～50分ぐらいで、3年生と6年生が比較的多い。つまり、1～3年生までは、テレビと戸外遊びがほぼ同じ時間あり、その他に室内遊びも盛んであるため遊び中心の生活がある。4～5年生は戸外遊びが減少するが室内遊びは維持されているのでまだ遊びは確

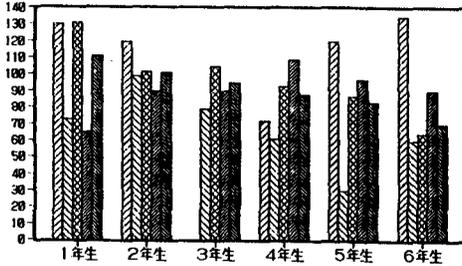
表1. 男子自由時間の過ごし方(単位:分)

項目	テレビ視	室内遊び	戸外遊び	外出時間
1年	112	75	111	38
2年	110	73	101	51
3年	99	87	95	57
4年	113	68	88	45
5年	98	77	83	47
6年	121	65	70	55

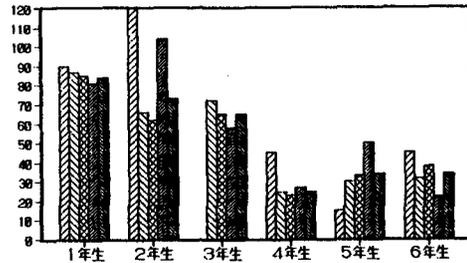
表2. 女子自由時間の過ごし方(単位:分)

項目	テレビ視	室内遊び	戸外遊び	外出時間
1年	92	80	84	49
2年	102	80	73	63
3年	103	77	65	73
4年	100	65	25	63
5年	107	48	34	63
6年	116	58	34	64

グラフ1. 居住地と戸外遊び時間
男子(単位:分)



グラフ2. 居住地と戸外遊び時間
女子(単位:分)



山、海、たんば、畑、住宅街、商店街、平均

山、海、たんば、畑、住宅街、商店街、平均

表3. 友達との遊び時間 男子

項目	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1時間	14.5%	17.8%	31.7%	28.6%	21.4%	15.4%
2時間	58.1%	64.4%	31.7%	32.1%	35.7%	26.9%
3時間	16.1%	6.7%	10.0%	8.9%	3.6%	5.8%
4時間	4.8%	0.0%	6.7%	0.0%	1.8%	0.0%
5時間以上	0.0%	0.0%	3.3%	0.0%	0.0%	0.0%
遊ばない	6.5%	11.1%	11.7%	23.2%	35.7%	50.0%

表4. 友達との遊び時間 女子

項目	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1時間	30.4%	26.9%	33.3%	23.5%	15.7%	14.8%
2時間	53.6%	55.8%	33.3%	13.7%	7.8%	9.3%
3時間	7.1%	3.8%	10.0%	0.0%	5.9%	0.0%
4時間	0.0%	0.0%	1.7%	0.0%	0.0%	0.0%
5時間以上	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
遊ばない	7.1%	13.5%	20.0%	60.8%	66.7%	72.2%

表5. 遊び場所 男子

項目	1年	2年	3年	4年	5年	6年
自分の家	53.2%	57.8%	38.3%	39.3%	35.7%	65.4%
友達の家	56.5%	48.9%	56.7%	50.0%	46.4%	50.0%
学童	1.6%	0.0%	5.0%	5.4%	1.8%	0.0%
道路	21.0%	15.6%	15.0%	7.1%	16.1%	1.9%
公園	29.0%	26.7%	35.0%	33.9%	48.2%	26.9%
校庭	8.1%	2.2%	6.7%	17.9%	14.3%	9.6%
空き地	6.5%	17.8%	15.0%	19.6%	12.5%	13.5%
家の庭	11.3%	15.6%	11.7%	7.1%	14.3%	5.8%
神社	1.6%	2.2%	3.3%	5.4%	1.8%	0.0%
その他	4.8%	2.2%	1.7%	5.4%	0.0%	3.8%

表6. 遊び場所 女子

項目	1年	2年	3年	4年	5年	6年
自分の家	58.9%	73.1%	63.3%	78.4%	66.7%	66.7%
友達の家	62.5%	67.3%	68.3%	37.3%	41.2%	44.4%
学童	3.6%	0.0%	0.0%	3.9%	2.0%	0.0%
道路	10.7%	13.5%	11.7%	15.7%	21.6%	9.3%
公園	21.4%	13.5%	16.7%	19.6%	21.6%	20.4%
校庭	5.4%	5.8%	11.7%	7.8%	9.8%	13.0%
空き地	3.6%	5.8%	3.3%	3.9%	3.9%	13.0%
家の庭	23.2%	17.3%	15.0%	17.6%	17.6%	9.3%
神社	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.9%
その他	0.0%	3.8%	8.3%	2.0%	0.0%	3.7%

保されているといえる。6年生になると自由時間はテレビが中心で遊びが極端に減少する。外出は全学年通して女子に比べて少ない。

女子は、テレビ視聴時間は平均103分で学年による変化は余りみられず、男子同様6年生が一番多い。室内遊びは、1～4年生までが比較的多く高学年になると減少する。戸外遊びは、1～3年生までが比較的多く、4年生以降急激に減少する。また4年生以降室内遊び中心となる。外出は2年生以降平均的に増え男子と比べて多いのが特徴的である。つまり、1～3年生はテレビも見るがそれ以上に遊び（戸外・室内）が盛んであり、これに対し4年生以降は戸外遊びが極端に減少し、テレビ、室内遊び、外出が中心となり活発な遊び経験や人間関係の機会が減少している。特に6年生はこの傾向が顕著である。戸外遊びは全学年を通して男子の方が女子に比べて大幅に多い。（ただし、幼稚園年長児だけがわずかで男子を上回っている）

さて、ここで居住地域と遊び時間の関係についてみてみよう。居住地域は、「山、海」「たんぼ、畑」「住宅地」「商店街」「工場」の5つの地域に分類したが、「工場」が1名しかいないため事実上4つの地域の分類となった。ここでは戸外遊びの時間について検討してみる。グラフ1、2がその結果である。男子では、居住地域が山、海の子（人数が少ないためか平均時間が多くなる傾向がある。また3年生は一人もいないため0となっている。）は、全体の平均時間と比べて比較的多い。また、たんぼ、畑の子は、全学生とも平均以下であった。住宅街の子は、1～3年生までは平均以上であるが、4年生以降減少する。つまり、学年が上にいくほど戸外遊びの時間が減る。これに対し、商店街の子は、1～3年生までは平均以下であるが、4年生以降に平均以上になる。時間は全学年を通して大きな変化がない。

女子は、山、海の子が平均と比べて比較的時間が多く、全体的に4年生以降、急激に戸外遊びの時間が減少する。そしてこの減少については地域による特徴はみられない。次に友達との遊び時間をみてみよう。表3、4のように、まず男子では1～5年生は「2時間」が多く特に1、2年生は60%前後と多い。「4時間」では3年生、1年生、5年生に若干あり、「5時間以上」は3年生だけいる。また「遊ばない」は学年とともに増加し、4年生以降急増する。特に6年生は50%と多い。ここにも、6年生のテレビ中心の孤立的な自由時間のすごし方がうかがえる。これに対し女子は、1～3年生は「2時間」を中心（30～55%）に「1時間」30%前後となる。4年生以降になると「遊ばない」がまさに激増し60%以上となり、6年生は72.2%にもなる。女子の4年生以降の室内の孤立的なすごし方は特に顕著で、男子より女子の方が人間関係を築く遊びや活発な遊びが失われており、人間関係をつくる遊びの危機的状況といえる。

2) 遊び空間について

①遊び場について

遊び空間については「どこで遊ぶことが多いですか」という問いに対し、表5、6の項目から2つ選んでもらった。男子は、全体的に自分の家、友達の家が多い。1年生、3～5年生は自分の家よりも友達の家の方が多く、室内遊びでも友達や自分の家を交互に使用しながら友達と遊んでいると考えられる。遊びの内容としては表9から考えて1年生はファミコン、ごっこ遊び、おもちゃ遊びであり、3年生以降はファミコンである。戸外では比較的公園が多く、特に5年生は48.2%と多い。5年生はある程度のオープンスペースが必要なスポーツ系の遊び（野球、サッカー、ボール遊び）をするためであろう。また、道路・路地、校庭、空き地なども、全学年を通してある程度の使用が認められる。ここでは、ある程度のオープンスペースを必要とするスポーツ以外の遊びである自転車乗りやボール遊びをするものと考えられる。

女子は、室内遊びが中心なため自分の家、友達の家が圧倒的に多い。自分の家は全学年を通して60%以上と遊びの中心的空間になっている。また友達の家は、1～3年生は平均66%と多いが、4年生以降になると大幅に減少する。遊びの内容としては表9から、1～3年生は幼児の延長的な遊び（ごっこ遊び、人形遊び、ままごとなど）が中心となり、友達と一緒に遊んでいるといえる。低学年が自分の家で遊ぶ時は、絵かき、読書・絵本を中心にして遊び、4年生以降は、テレビ、ファミコン、読書をしているといえよう。戸外では、低学年では男子に比べて家の庭が多く、そこではごっこ遊び、人形遊び、ままごと、鬼ごっこなどで遊んでいる。公園は男子に比べて多くなく、オープンスペースを必要とする遊びも少ない。若干道路・路地での遊びが多いが、ここでは高学年は、ローラースケート、鬼ごっこ。3年生以下は、なわとび、ゴムとび、鬼ごっこをしている。

ところで、居住地域と遊び場について検討してみよう。表7は全学年の男女を合計したものの平均である。表7によると、「山、海」の子は全地域を通して「自分の家」が一番多く、戸外では「家の庭」と「空き地」が中心である。また他の地域と比べると「神社・寺」などで遊んでいる。次に「たんぼ、畑」の子は「自分の家」「友達の家」「家の庭」が多い。このように「山、海」「たんぼ、畑」の子は、自然があってもその自然を遊び空間として利用できず、家や家の周辺を中心とした狭い遊び空間で遊んでいるといえる。「住宅街」の子は、他の地域から比べれば「自分の家」「友達の家」は少なく、「公園」「道路・路地」「校庭」が多い。「商店街」の子は、他の地域から比べて「友達の家」が一番多く、また少数ながら「学童クラブ・図書館」も多い。これに対し家の庭が狭いせいか、他の地域に比べて「家の庭」が一番少なくなっている。

②公園の利用状況と意見

次に、遊び空間の保障をするとき真っ先に考えられる公園

表7. 居住地と遊び場 (全学年男女合計)

項目	山, 海	たんぼ, 畑	住宅地	商店街	平均
家の分	71.4%	67.0%	51.8%	60.8%	57.7%
友達・図書	42.9%	53.0%	48.7%	63.8%	53.0%
道路・路地	0.0%	0.9%	1.3%	5.4%	2.0%
公園	4.8%	12.2%	15.2%	9.2%	13.3%
家庭	14.3%	16.5%	31.5%	17.7%	26.3%
空き地	0.0%	2.6%	11.7%	10.0%	9.5%
庭	23.8%	8.7%	9.1%	10.0%	9.8%
神社・寺	23.8%	27.8%	11.9%	3.8%	13.8%
その他	9.5%	0.0%	0.8%	3.1%	1.4%
無回答	0.0%	2.6%	3.8%	1.5%	3.1%
人数	21	115	394	130	653

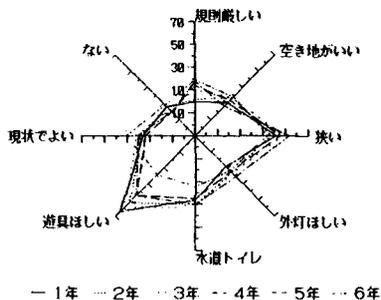
表8. 公園遊び 男子

項目	1年	2年	3年	4年	5年	6年
よく遊ぶ	17.7%	20.0%	18.3%	21.4%	25.0%	17.3%
ときどき遊ぶ	53.2%	37.8%	48.3%	28.6%	42.9%	30.8%
余り遊ばない	25.8%	40.0%	31.7%	48.2%	30.4%	46.2%
ない	3.2%	2.2%	1.7%	1.8%	1.8%	5.8%

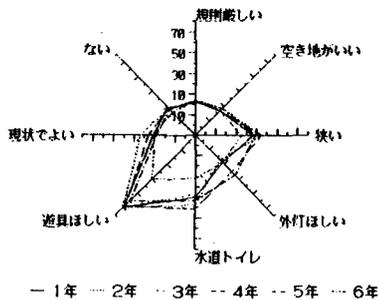
女子

項目	1年	2年	3年	4年	5年	6年
よく遊ぶ	16.1%	5.8%	6.7%	7.8%	3.9%	1.9%
ときどき遊ぶ	53.6%	40.4%	38.3%	43.1%	39.2%	33.3%
余り遊ばない	25.0%	44.2%	46.7%	45.1%	51.0%	55.6%
ない	5.4%	7.7%	8.3%	3.9%	3.9%	7.4%

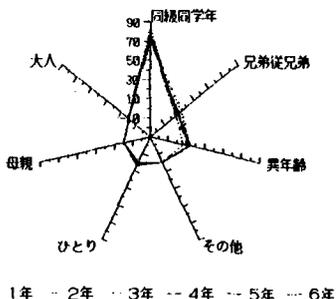
グラフ3. 公園に対する意見 男子(単位・%)



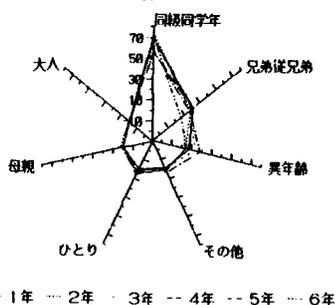
グラフ4. 公園に対する意見 女子(単位・%)



グラフ5. 遊び友達(単位・%) 男子



グラフ6. 遊び友達(単位・%) 女子



について検討してみよう。まず公園の利用状況であるが、表8のようになる。

1. 3. 5年生は「ときどき遊ぶ」「よく遊ぶ」が多い。特に表5のように5年生はよく利用している。2. 4. 6年生が「あまり遊ばない」が多いのは、2年生は空き地で工夫しながら変形したサッカー、野球をしたり、鬼ごっこをしているからであろう。また、家の庭も遊び場になっている。4年生は校庭、空き地でサッカー、ボール遊び、野球をし、6年生は室内が遊びの中心なため公園を余り利用しない。以上のことから、戸外では、遊びの中心は公園であることはまちがいないが、利用の密度には学年差がある。つまり、1年生の遊び空間は、公園、道路・路地。2年生は公園の他に空き地、道路・路地、家の庭と少し広がる。3年生は公園を中心に、道路・路地、空き地。4年生は公園の他に空き地、校庭となり、5年生は一番遊び、その空間も一番広範囲で豊かである。公園を中心にあらゆる空間を利用している。6年生は室内中心である。

女子は、1年生が比較よく利用しているが、その他の学年は男子に比べ利用率が低い。女子のよくする遊び(表9)や友達との遊び時間(表4)などをみても、うなずけられる結果である。女子の戸外での遊び空間をまとめてみると、全体的に少ないながらも公園と家の庭それに道路・路地、が中心で、自分の家の周辺が遊び場といえる。男子と比べ空き地は遊び場になっていない。

では、この戸外遊びの中心的空間である公園に対して、子ども達はどのように考えているのだろうか。8項目(「きまりがきびしい」「空き地のままのほうがよい」「場所が狭い」「外灯(あかり)がほしい」「水のみ場、トイレがほしい」「遊具がもっとほしい」「今のままでよい」「遊んだことがないのでわからない」)から思っていることをいくつかも挙げてもらった。その結果がグラフ3、4である。

男子は、全体的に遊具がほしいと狭いというのが多い。遊具に関しては低学年が、狭いというのは5年生を中心に3、4年生に多い。6年生は利用率も低く、室内中心であるため公園に対する意見も少なく現状肯定が多い。これは肯定というよりも、自分達の遊び空間として余り認識していないので関心がないためといえる。規則がきびしいというのは、学年が上にいくほど多くなる。子ども達が日常的に利用する公園が小さな児童公園が中心なためであろう。外灯がほしいも一番利用する5年生に多い。また、現状でよいと答えた子が多いM小学校区は、広大で設備の整った浜松城公園(総合公園で10.68畝)がある。

女子は、男子同様遊具がほしいと狭いが多く、学年による変化も男子と同様である。また、水のみ場、トイレがほしいも平均30%と高率である。特にトイレがほしいというのは女子にとって切実である。小さな公園といえどもすべての公園に水のみ場、トイレ、外灯は最低必要条件であろう。女子の遊び内容にもよることだが、規則がきびしいと思っている子はほとんどなかった。男子同様6年生は戸

外遊びから遠のいているため公園への関心が薄いといえる。

3) 遊び仲間について

遊び仲間については、友達との遊び時間については前述の通りなので、ここでは遊び友達について検討してみる。「主にだれと遊びますか」という質問にたいし7項目(「クラスか同じ学年の友達」「きょうだいやいとこ」「自分より年上かまたは年下の友達」「その他」「ひとりで遊ぶ」「母親と」「その他のおとなと」)から1つだけ選んでもらった結果がグラフ5、6である。

男女とも学年による変化は余りみられず(特に1~5年生までは)、若干男女差が確認できる。まず男子では、同級または同学年が全学年年平均7.4%と高率で、残りは全学年年平均、異年齢が12%、きょうだいやいとこが9%となり、2~3年生は若干きょうだいやいとこが他の学年と比べて多くなっている。女子は、同級または同学年が全学年年平均6.5%と高率であるが、その次にきょうだいやいとこが17%と多い。異年齢は9%であり、3~5年生は比較きょうだいや異年齢と遊んでおり、それぞれ2つの合計パーセントは3年生32%、4年生29%、5年生34%となっている。年下のきょうだいやいとこをみながら異年齢集団の世話をしているのであろう。

2. 子どもの日常的遊びと、したい遊び

①子どもの日常的遊び

子どもは、ふだんの日どのような遊びをしているのであろうか検討してみよう。「ふだんの日、どのような遊びをしますか」という問いにたいして、具体的によくする遊びを3つ書いてもらった結果が表9である。

学年別に検討してみると、まず男子であるが、基本的にはスポーツとファミコンが中心となっている。この基本パターン以外では、1年生は自転車の他ごっこ遊び、おもちゃ遊びという幼児の延長的な遊びをしている。2年生は幼児の延長的な遊びはなくなりつつある。3年生はドッチボールが高率を示しこれが特徴といえよう。4年生は自転車がまだ19.6%と多い。自転車は4年生までよく乗られる。またゲーム遊びもするようになる。5年生はファミコンよりもスポーツなどの戸外遊びが中心といえる。6年生はファミコンが中心で61.5%と激増する。

さて、ここでファミコンやスポーツをする子の遊び空間について検討してみよう。ファミコンやスポーツをする男子の全学年の結果が表10である。ファミコンをする子の遊び空間は、男子の全学年年平均(全学年の遊び場の割合)から比べると、「自分の家」「友達の家」が多く、戸外の遊び空間はどれも平均以下である。これに対し、スポーツ(サッカーと野球)をよくする子の遊び空間は、特に「公園」が多く、また「空き地」や「家の庭」も多くなっている。平均と比べて「自分の家」や「友達の家」は少なく、戸外が遊び空間になっている。

また、ファミコンをよくする子どもの中でスポーツもよ

表9 よくする遊び（原則として15%以上）

1年		男子	内容	女子
NO	内容			
1	ファミコン	38.7%	ごっこ遊び	23.2%
2	サッカー	22.6%	人形ごっこ	21.4%
3	プロ野球	19.4%	絵かき	21.4%
4	ごっこ遊び	17.7%	読書	21.4%
5	自転車	17.7%	自転車	17.9%
6	野球	16.1%	まわりご	17.9%
7	野球場	16.1%	おわらわ	16.1%
8	おもちゃ	14.5%	なわとび	16.1%

2年		男子	内容	女子
NO	内容			
1	ファミコン	46.7%	絵かき	26.9%
2	サッカー	35.6%	鬼ごっこ	25.0%
3	野球	26.7%	ごっこ遊び	21.2%
4	自転車	20.0%	人形ごっこ	21.2%
5	鬼ごっこ	17.8%	読書	17.3%
6			絵と本	15.4%
7			まわりご	15.4%
8			自転車	15.4%
			スケ	15.4%

3年		男子	内容	女子
NO	内容			
1	サッカー	43.3%	ゴムとび	36.7%
2	野球	38.3%	人形ごっこ	28.3%
3	ファミコン	28.3%	ボール遊び	16.7%
4	ドッジボール	21.7%	なわとび	15.0%
5	自転車	16.7%	ごっこ遊び	15.0%
6	自転車	16.7%		

4年		男子	内容	女子
NO	内容			
1	ファミコン	50.0%	絵かき	27.5%
2	サッカー	33.9%	テレビ	21.6%
3	ボール遊び	21.4%	鬼ごっこ	19.6%
4	自転車	19.6%	人形ごっこ	17.6%
5	野球	17.9%	読書	15.7%
6	ゲーム	16.1%		

5年		男子	内容	女子
NO	内容			
1	野球	42.9%	口ゴロ	21.6%
2	ファミコン	37.5%	鬼ごっこ	21.6%
3	サッカー	28.6%	読書	19.6%
4	ボール遊び	25.0%	ゲーム	15.7%
5	ゲーム	14.3%	テレビ	15.7%
6	鬼ごっこ	14.3%		

6年		男子	内容	女子
NO	内容			
1	ファミコン	61.5%	トランプ	22.2%
2	サッカー	44.2%	ファミコン	20.4%
3	野球	36.5%	鬼ごっこ	18.5%
4	ゲーム	13.5%	テレビ	18.5%
5			ゲーム	14.8%

表10 ファミコン、スポーツをする子と遊び場（男子全学年）

項目	ファミコン	スポーツ	平均
自分	57.2%	37.9%	47.7%
分家	60.9%	48.6%	51.7%
の・団	0.0%	0.7%	2.4%
道	9.4%	11.4%	13.0%
学	30.4%	43.6%	33.5%
道	8.0%	10.0%	10.0%
公	10.9%	16.4%	13.9%
校	6.5%	12.1%	10.9%
空	2.2%	2.9%	2.4%
庭	4.3%	3.6%	3.0%
家	10.1%	12.9%	10.3%
神			
無			
人	138	140	331

表11 したい遊び（10%以上） 1年～6年

NO	男子		女子		男女共通	
	内容	学年数	内容	学年数	内容	学年数
1	サッカー	6	鬼ごっこ	6	ボール遊び	9
2	野球	6	なわとび	5	ドッジボール	8
3	ファミコン	5	ボール遊び	4	ファミコン	7
4	ボール遊び	5	口ゴロ	4	鬼ごっこ	7
5	自転車	1	口ゴロ	2	鬼ごっこ	6
6	ごっこ遊び	1	棒	2	なわとび	5
7	絵かき	1	野球	2	口ゴロ	4
8	ドッジボール	1	絵かき	2	ドッジボール	3
9	ドッジボール	1	ファミコン	2	ドッジボール	3
10	鬼ごっこ	1	ファミコン	2	ドッジボール	3
11	ドッジボール	1	ドッジボール	2	絵かき	3
12			ドッジボール	2	自転車	2
13			ドッジボール	2	ドッジボール	2
14			ドッジボール	2	ドッジボール	2

くする子の割合は次のようである。1年生37.5%、2年生66.7%、3年生47.1%、4年生46.4%、5年生61.9%、6年生54.8%である。つまり、男子の遊びの基本型であるファミコンとスポーツの実態は、ファミコンを中心に室内遊びをするグループ、スポーツを中心とした戸外遊びをするグループ、それにファミコンとスポーツの両方をするグループの3つのグループに分けられる。

次に女子であるが、1、2年生は幼児の延長的遊びともいえるごっこ遊び、絵かき、人形遊び、ままごとなどが中心で、2年生頃からローラースケートもするようになる。3年生は幼児の延長的遊びでもある人形遊びやごっこ遊びもしているが、ゴムとび、ボール遊び、なわとびと活発な遊びが中心となり、幼児的遊びの脱皮の時期といえる。4年生は絵かき、テレビ、読書と室内遊び中心である。5年生はローラースケートや鬼ごっこなどの戸外遊びと読書、ゲーム、テレビなどの室内遊びとが半々である。6年生はトランプ、ファミコン、テレビ、ゲームと室内遊び中心である。つまり、戸外遊びでは鬼ごっこが比較的多く、自転車は低学年ほど多く、ローラースケートは5年生が多く、他の学年でも行われており、女子に人気のある遊びである。室内遊びでは、トランプは上級生に多く、人形遊びは1~4年生に多い、テレビは4年生以降に増加してくる。また、よくする遊びを学年別に10%以上のものだけを挙げて該当学年数(男子6学年、女子6学年)で比べてみると、鬼ごっこ(10学年)自転車(9学年)ボール遊び(8学年)ゲーム(7学年)ファミコン(7学年)読書・絵本、サッカー、野球(6学年)ローラースケート、絵かき(5学年)という順になっている。

②子どものしたい遊び

したい遊びもよくする遊び同様に3つ書いてもらった。表11は各学年別に、したい遊びが10%以上のものを挙げ、その挙げられた学年数で整理したものである。

男子は、サッカー、野球、ファミコン、ボール遊びが圧倒的に多い。ここでもスポーツとファミコンという基本パターンがでてきている。女子では、鬼ごっこ、なわとび、ボール遊び、ローラースケートが多い。男女とも戸外遊びで、なおかつ集団遊びが上位にきている。若干遊びに豊かさがないように思われる。特に男子のスポーツとファミコンという基本パターンは豊かな遊びの経験が少ないのだろうか。今後検討する必要がある。

おわりに

子どもの遊びの実態を学年別、性別に検討してきて、子どもの遊び全体にいえることと、学年や性別による違いによる特徴などがあることが明らかになった。ところで、最近の子どもの遊びの調査などからその特徴として典型的に集約してとらえる傾向がある。例えば「現代の遊びは①室内で、②ひとりきりで、③体を動かさずに、④商品化されたものを相手に、⑤受身の形で過ごす『孤立型』の性格を強めている。したがって、遊びが、群れ型から孤立型へ変質したのであって、それを集約したのが、すでにふれた『鬼ごっこからテレビへ』の変化となる。」(11)という指摘である。確かに今回の調査でもこの傾向はあったが、子どもすべてにあてはまるものではない。厳密に言えば調査の対象地域も違い一概に比較できないが、年齢や性別による違いが大きいといえる。先に類型化された遊びの特徴は、

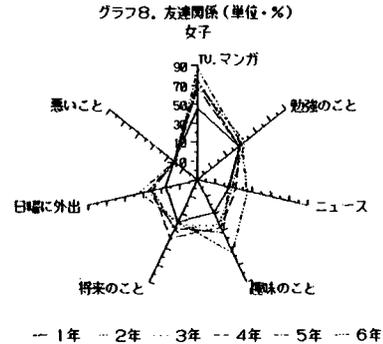
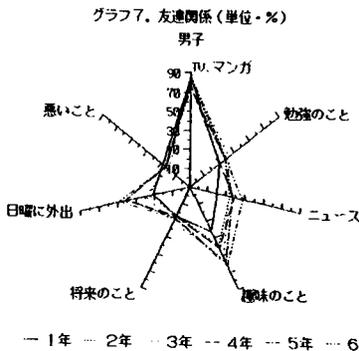


表12. 遊びを楽しくするもの

項目	男子					
	1年	2年	3年	4年	5年	6年
広い場所	82.3%	64.4%	60.0%	71.4%	62.5%	65.4%
自由な時間	43.5%	46.7%	51.7%	67.9%	58.9%	61.5%
友達	61.3%	66.7%	50.0%	41.1%	53.6%	48.1%
お金	3.2%	8.9%	20.0%	7.1%	12.5%	13.5%
その他	6.5%	2.2%	3.3%	3.6%	3.6%	0.0%

項目	女子					
	1年	2年	3年	4年	5年	6年
広い場所	71.4%	65.4%	55.0%	49.0%	45.1%	35.2%
自由な時間	50.0%	51.9%	68.3%	66.7%	74.5%	70.4%
友達	73.2%	61.5%	56.7%	66.7%	58.8%	72.2%
お金	3.6%	0.0%	8.3%	3.9%	5.9%	7.4%
その他	1.8%	3.8%	1.7%	2.0%	2.0%	1.9%

6年生や女子の高学年にはあてはまるが、男子の5年生をはじめ男女の低学年はそれなりに遊んでいる。また、全体的に「鬼ごっこ」もまだ健在である。このことから、全国規模の調査や大まかな調査からでる典型的な特徴を鵜呑みにはできないと言えよう。ひとつの目安として参考にはできるが、実際の子どもの遊びの保障のための参考にはならないであろう。実際の子どもの遊びを保障するためには、それぞれの地域で詳細な実態調査をし、その実態に見合った手だてが必要である。

また、他の調査でも指摘されており、今回の調査でも明らかになったことで重要なことは、今日の遊びの状況の中で人間関係を形成することがむずかしくなっていることである。子どもは多種多様な異年齢集団の遊びの中で、遊びを伝達したり、人間関係を学んだり、生活技術を修得するものである。グラフ5、6からも遊び仲間の均一化は明かであり、さらにその友達と過ごす時間(表3、4)も少なく、また友達との関係も表面的になっているといえよう。グラフ7、8は友達との付き合い方について7項目から該当するものいくつかも挙げてもらった結果である。

男女共、「テレビやマンガのことによく話す」が多く、男子は「趣味(スポーツ、つり、写真)などについてよく話す」が学年が上がるとともに増大し、女子は「おとなになってから何になるか、何をしたいかについてよく話す」が比較的多い。「悪いことをいっしょにする」は男女共ほとんどない。

ところで、「遊びをより楽しくするためには何がほしいですか」という問いについて、5項目(「広い場所」「自由な時間」「気のあった友達」「たくさんのお金」「その他」)の中から2つえらんでもらった。その結果は表12のようである。男子は、広い場所が一番多く全学年平均約68%で、以下自由な時間と友達が約53%である。

女子は、自由な時間と友達が平均約64%で、広い場所は53%であった。また低学年は広い場所を求め、高学年は自由な時間を求めている傾向がある。

以上のように調べてきた結果を踏まえ、豊かな人間関係をつくる遊びを保障するためには、日常の遊びにおいて新たな異年齢集団の形成とそれを支えるプレリーダーと遊びのネットワークが必要であると考えられる。今後はこれらの具体的な手だてを検討していきたい。

1985年。

酒匂一雄、南里悦史『子どもの発達と日常生活』ぎょうせい、1984年。

NHK世論調査部『いま、小学生の世界は一統・日本の子どもたち』日本放送出版協会、1981年。

羽根木ブレーパークの会編『冒険遊び場がやってきた!』晶文社、1987年。

吉田昇編『学校外教育』亜紀書房、1979年。

拙稿「子どもの遊び研究(1)ー子どもの発達保障と遊びー」『浜松短期大学研究論集』第35号、1987年。

教育基礎情報調査会編『教育アンケート収録年鑑、1986年版』主婦の科学社、1985年。

注1. 深谷昌志「産業化社会の中での子どもたち」『教育学研究』第52巻第3号(昭和60年9月)日本教育学会、16^頁以下。

参考文献

仙田満『こどものあそび環境』筑摩書房、1984年。

蘭田碩哉『遊びの構造論』不昧堂出版、1983年。

高橋たまき『乳幼児の遊びーその発達プロセス』新曜社、1984年。

藤本浩之輔『子どもの遊び空間』日本放送出版協会。

リズムあそびを通しての対人認知発達について

○ 鈴 鹿 信 子

(第1保育短期大学)

大 島 賀 代 子

(福岡市レクリエーション協会)

障害児レクリエーション

1 はじめに

これまで暗闇に閉ざされていた日常生活や地域社会での障害児(者)のレクリエーションに、ようやく光がさし込んで来ている。

ジェラルド・S・オモロウ(1)が原始時代から現代までのレクリエーション活動の歴史を述べ、その中で18・19世紀に入って心身障害者、精神病患者の治療としてのレクリエーションサービスが提供され、それは病院・施設・さらには刑務所などのいたるところで見られるようになったと述べている。しかし、日常生活や地域社会でのレクリエーションについては、ピーター・A・ウィッド(2)が「仕事の後にその人をre- create (再創造)し、その人間をもう一度使えるような人間につくり直す」「仕事以外のことは、すべて仕事をより良くするための準備」としてレクリエーションをとらえ、生産性の低い、利潤をあまりあげられない人々は、レクリエーションの対象外にあったことを述べている。

また、ジェラルド・S・オモロウ(3)は「社会的に不利な立場の人々へのレクリエーションサービスは1960年代から展開したが、まだ未解決の部分は多い」「すべての人々のレクリエーション欲求は満たされなければならない。というレクリエーション初期の原点に立ち帰ろうとする一部のレクリエーション専門家が出てきた」と指摘している。

池間(4)が述べている「20世紀に入って、やっと米国を中心にレクリエーション運動が組織化され、体系化された」とあるレクリエーションの大きな流れの中で、社会的に不利な立場の人々へのレクリエーションサービスは、やっと動き始めたばかりである。

日本においても1987年、第1回全国福祉レクリエーション交流研究会が福岡にて、第2回は新潟にて開催され、第3回は1989年東京にて開催の予定である。家庭・学校・施設・地域社会などの福祉領域でレクリエーション活動をしている人たちが、またしようとしている人たちが、自分たちの声として研究会をもち、情報を提供しあい、課題を共有し重ねあう事により研究開発実践に取り組んでいこうとする研究会である。これはレジャー憲章(5)第1条「人はすべてレジャーに対する権利を有する」また土井(6)の「障害者も健常者も社会にあるすべてのものは、自由に・共に楽しむことができる」などの理念に一步近づこうとする地道な動きであるといえる。

しかしながら現時点では日常生活の中での自由時間を楽しむ・豊かに過ごしたいという障害児レクリエーションを実現させる場所・スタッフ・ボランティアその他に、未解決な問題が多く、さらにその自由時間を質の高いものにするための方法は、まだ手探りの段階である。

そこで本研究では、障害児レクリエーション教室(つくしんぼ教室)で行っている活動のうち、リズムあそびを中心に子どもたちの行動変化を調査した。(昭和60年から障害児の放課後の時間の過ごし方についてを研究実践している教室である)親子の関わり方の変化、リーダーや友だちへの働きかけの変化が対人認知発達にどのような役割を果たしているか等を報告し、対人関係の発達援助の一助にすることを目的とする。

2. 研究方法

■. 障害児レクリエーション教室(つくしんぼ教室)の概要

①目的

- ・障害を持った子どもたちが、放課後のひとときを共に楽しく、豊かに過ごす。
- ・生活・水泳・音楽あそび・体操・リズムあそび・絵画製作あそび・自然などを楽しみながら豊かな体験を持つことにより、子どもの心身の成長発達を促す。
- ・子ども・親・指導者の三者が共に協力しあい、励ましあい、お互いの成長を高め合う。

②対象

小学生(障害を問わず)

③クラス編成

1クラス15人とし毎年募集する。(持ち上がり式)

④内容(通年)

火曜日	14:00~14:50	おやつ
	14:50~16:00	水泳
水曜日	14:00~14:50	おやつ
	14:50~16:00	リズムあそび、音楽あそび、 絵画製作あそび
木曜日	14:00~14:50	おやつ
	14:50~16:00	水泳
土曜日	13:30~14:30	体操

(子どもたちは、下校時間にあわせて一人が週三日参加している)

⑤場所

福岡市立障害者スポーツセンター

■2. 調査期間

- ・昭和61年12月~昭和63年1月
- ・毎週水曜日のリズムあそびの実施時(24回)

(ただし、7才児については入学時が異なるため、出席回数に差がある。10~18回)

■3. 対象児

つくしんぼ教室水曜日参加者21名中、参加率50%以上の子どもについては表1の通りである。また学校・学年別のようすは表2の通りである。

表1. 対象児について

番号	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
氏名	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
年齢	10	9	9	8	8	8	7	7	9	8	7	8	7
性別	男	男	男	男	男	男	男	男	女	男	男	男	女
障害名	A	A	A	A	A	A	A	M	M	M	M	D	D
I.Q.	30	*	*	*	35	*	*	*	*	*	*	35	*
学校名	イ	イ	イ	ロ	ロ	ロ	ハ	ロ	ハ	ロ	ロ	ロ	ロ
参加率%	58	100	83	91	66	83	92	80	79	58	76	91	61

表2. 学年・学校別

養護学校 学年	イ	ロ	ハ
4年	1名		
3年	2名		1名
2年		5名	
1年		3名	1名

(昭和62年度分)

4. プログラムの概要

参加者数や参加状態によって、その日のプログラム内容や流れは変化したが、毎回の基本的指導内容をまとめると表3のようになる。

全体を通して大きい動きと小さい動き、緊張と弛緩の流れがくり返されるよう配慮している。

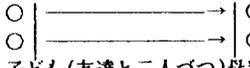
子どもたちは教室への参加により、充分発散して帰宅できることを第一のねらいとする。またチェックリストの各領域を体験させながら、常に母子分離、対人関係の広がりを援助し社会参加への力を養う。

5. 記録方法

チェックリスト(表4)を作成し毎週終了後すぐ記録した。(チェックリストを作成するにあたり、大島(7)の音楽あそびチェックリストを基に、障害児とリズムあそびをしている時の行動を分析し組み立てた)判断の基準は、完全にできた(◎)、だいたいできた(○)、少しできた(△)、できない(×)の4段階とした。チェックリスト記録と共に文章、写真 VTR記録も行った。

図1はリズムあそびチェックリストを◎3点、○2点、△1点、×0点の点数で合計シグラフにしたものである。

表3. プログラム

時間		内容	目的	備考
14:50	自由あそび	遊具を使う場合は、自分で用具室からだす。	・子どもの心身の状態を観る ・遊具の使い方、対人関係の観察	一人、母親 リーダー、友達と
15:00	あいさつ	「手をつなごう」のうたにあわせて、集まる。	・一人一人の参加のしかた ・自分から参加する	 全員で
15:10	リズム運動	ピアノのリズム(♪、♪、♪、♪、♪など)にあわせて部屋の中を自由に歩く。	・リズムを感じてからだで、表現する。 ・母子分離して動く。	母親と、一人で、友達と
15:20	手あそび	グーチョコキバー (資料1参照)	・模倣ができる ・うたいながら、手あそびする。	座りながら、 リーダー対母子で
15:30	走る	「ヨーイドン」で走る、ケンケンする	・からだ全体を動かす。	 子ども(友達と二人づつ)母親
15:40	セッセッセ	季節の歌をうたいながら、二人で向かいあって、打ち合せる。	・相手を意識し、相手と協力する	座りながら、 母親 → リーダー → 友達と
15:45	フォークダンス	「すてきな友達」(資料2参照) 「キングーボルカ」(資料3参照)	・パートナーチェンジによりいろいろな相手と協力する。	 母親、 リーダー、友達
15:55	あいさつ	「トントントンひげじいさん」の手あそびをして「さようなら」	・誰とでもあいさつできる。 ・ことば、握手、おじぎで表現。	

3. 結果及び考察

表5は参加率50%以上の子ども13名を対象にしたチェックリスト記録結果のうち、1回目と最終回を抜き出し、まとめたものである。(リズムあそびは図2の部屋で行った)

■、「A参加について」は1回目のリーダーの始める声かけに、自分から参加できたのはダウン症児1名、名前を呼ばれて参加したのは精神遅滞児1名であった。11名の子

どもは床に寝転がったり、柵の中に横になったり、走りまわったり、泣き通しだったり母親に連れられての参加であった。しかし24回目では3名を除いた10名が自分から進んで参加できた。この3名のうち1名はグループから離れてウロウロしたり、カーテンにぶら下がったりの状態から、母親やリーダーに声をかけられたり、追いかけられたりを楽しむようになった。他の1名はグループに遅れての参加

表4. リズムあそびチェックリスト

(◎できる ○だいぶできる △少しできる ×できない)

	項 目	回 数																					
		月	日																				
A 参 加	1	リーダーに注目することができる																					
	2	手を引かれれば参加することができる																					
	3	言葉掛けて参加することができる																					
	4	一人で進んで参加することができる																					
B リ ズ ム 運 動	5	音楽の 速い、遅い、普通を 感じて動くことが	リーダーとできる																				
			ひとりできる																				
			友達とできる																				
	6	音がなくなると 止まることが	リーダーとして																				
			ひとりできる																				
			友達とできる																				
	7	音の強、弱に合わせて 動くことが	リーダーとできる																				
			ひとりできる																				
			友達とできる																				
	8	音楽やリズムに合わ せ正確に動くことが * 同じ音符の連続	リーダーとできる																				
			ひとりできる																				
			友達とできる																				
9	* 異なった音符の 組み合わせ	リーダーとできる																					
		ひとりできる																					
		友達とできる																					
10	* ♪のリズムで 動くことが	リーダーとできる																					
		ひとりできる																					
		友達とできる																					
11	両足とびが	リーダーとできる																					
		ひとりできる																					
		友達とできる																					
12	片足とびが	リーダーとできる																					
		ひとりできる																					
		友達とできる																					
C 手 あ そ び	13	ケンケンパーができる																					
	14	手拍子ができる																					
	15	自分の手で、身体のいろいろな場所をたたくことができる																					
		16	二人で手を打合せ ることが	リーダーとできる																			
	友達とできる																						
	17	手で、グーを表すことができる																					
	18	手で、パーを表すことができる																					
	19	手で、チョキを表すことができる																					
20	手を使って、模倣動作ができる																						
D リ ズ ム 分 ス	21	手と足の動作を同時に行うことができる																					
	22	音楽に合わせて全体 を通して踊ることが	リーダーとできる																				
			友達とできる																				
	23	顔を見合わせて 踊ることが	リーダーとできる																				
			友達とできる																				
24	パートナーチェンジができる																						
E 行 動	25	友達の動きを、みることができる																					
	26	自分の番を、待つことができる																					
	27	非言語的交流が	リーダーとできる																				
			友達とできる																				
	28	言語的交流が	リーダーとできる																				
			友達とできる																				
	29	指示を理解することができる																					
30	役割分担を意識して行動できる																						
31	リーダーシップがとれる																						

表5. リズムあそびチェックリスト

(◎できる ○だいたいできる △少少できる ×できない)

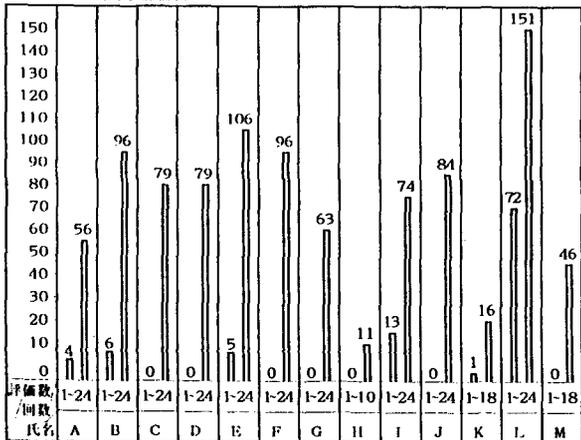
領域	番号	項目	番号	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
			氏名	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M		
域	号	目	年齢	10	9	9	8	8	8	7	7	9	8	7	8	7		
			性別	男	男	男	男	男	男	男	男	女	男	男	男	男	女	
			障害名	A	A	A	A	A	A	A	M	M	M	M	M	M	D	D
			I.Q.	30	*	*	*	35	*	*	*	*	*	*	*	35	*	
参加率%	学校名	イ	イ	イ	ロ	ロ	ロ	ハ	ロ	ハ	ロ	ハ	ロ	ロ	ロ	ロ		
	回数	58	100	83	91	66	83	92	80	79	58	76	91	61				
				1:24	1:24	1:24	1:24	1:24	1:24	1:14	1:10	1:24	1:24	1:18	1:24	1:18		
A	参加	1	リーダーに注目することができる	○	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	
		2	手を引かれれば参加することができる	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×
		3	言葉掛けて参加することができる	×	△	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×
		4	一人で進んで参加することができる	×	×	×	△	×	△	×	△	×	△	×	△	×	△	×
B	リズム運動	5	音楽の速い、遅い、普通を感じて動くことが	リーダーとできる	×	△	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	
			ひとり/友達とできる	×	△	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×
		6	音がなくなると止まることが	リーダーとできる	×	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×
			ひとり/友達とできる	×	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○
		7	音の強弱に合わせて止まることが	リーダーとできる	×	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×
			ひとり/友達とできる	×	×	△	×	△	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○
		8	音やリズムに合わせて正確に動くことが	リーダーとできる	×	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×
			ひとり/友達とできる	×	×	×	×	×	×	×	△	×	×	×	×	×	×	×
		9	* 異なった音符の組み合わせ	リーダーとできる	×	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×
			ひとり/友達とできる	×	×	△	×	×	×	×	△	×	×	×	×	×	×	×
		10	* ♪のリズムで動くことが	リーダーとできる	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○
			ひとり/友達とできる	×	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○
		11	両足とび	リーダーとできる	○	○	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×
ひとり/友達とできる	×		×	×	×	×	×	×	△	×	×	×	×	×	×	×		
12	片足とび	リーダーとできる	×	○	○	×	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○		
	ひとり/友達とできる	×	○	×	×	×	×	×	△	×	×	×	×	×	×	×		
13	ケンケンパーができる	×	△	○	○	×	△	×	△	×	×	×	×	×	×	×		
C	手あそび	14	手拍子ができる	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	
		15	自分の手で、身体のいろいろな場所をたたくことができる	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	
		16	二人で手を打ち合わせる	リーダーとできる	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○
			友達とできる	×	×	×	×	×	×	×	○	×	○	×	○	×	○	×
		17	手で、グーを表すことができる	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×
		18	手で、パーを表すことができる	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×
19	手で、チョキを表すことができる	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×		
20	手を使って、模倣動作ができる	×	△	×	○	×	△	×	○	×	△	×	○	×	△	×		
D	リズムダンス	21	手と足の動作を同時に行うことができる	×	×	△	×	△	×	○	×	△	×	○	×	△	×	
		22	音楽に合わせて全体を通して踊ることが	リーダーとできる	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○
			友達とできる	×	×	△	×	△	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○
		23	顔を見合わせて踊ることが	リーダーとできる	×	○	×	△	×	△	×	○	×	△	×	△	×	○
友達とできる	×		×	×	×	×	△	×	△	×	×	×	×	×	×	×		
24	パートナーチェンジができる	×	×	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×		
E	行動	25	友達の動きを、みるることができる	×	△	×	△	×	△	×	○	×	△	×	○	×	△	
		26	自分の番を、待つことができる	×	△	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×
		27	非言語的交流が	リーダーとできる	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○
			友達とできる	×	×	△	×	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×
		28	言語的交流が	リーダーとできる	×	○	×	△	×	△	×	○	×	△	×	△	×	○
			友達とできる	×	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×	×	×	×	×
29	指示を理解することができる	×	△	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×	○	×		
30	役割分担を意識して行動できる	×	×	×	△	×	△	×	○	×	△	×	△	×	○	×		
31	リーダーシップがとれる	×	×	×	△	×	×	△	×	×	×	×	×	×	×	×		

●障害名 (A-自閉症、B-精神遅滞、D-ダウン症)

●年齢 (昭和62年度のもの)

●I.Q. (*-測定不能)

図1. リズムあそび評価表



のため、母子分離ができていない。しかし途中3~4回失禁のためトイレへ行った行動はなくなった。1名はいつもマットレスの上にいるが、言葉かけに対し笑顔で参加するようになった。

集合に要する時間も短くなった。初めは声かけや「手をつなごう」のうたを2番まで2回くり返したってても(3分)輪になることができなかったが、今では声かけのみや1番を1回うたっている間(1分弱)に、揃うようになり一緒にうたう子供が出てきた。

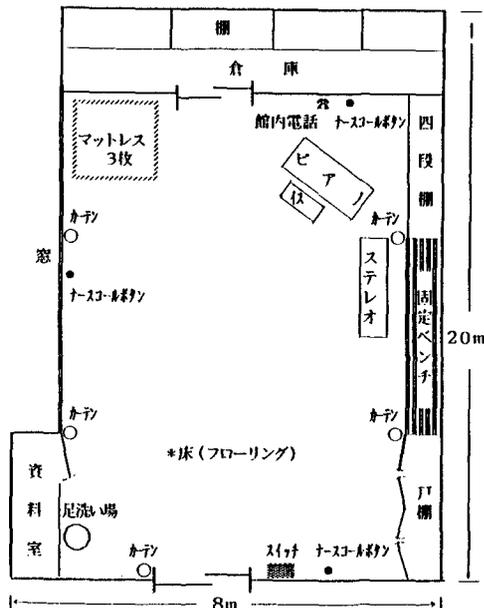
24. 「Bリズム運動」はピアノに合わせて自分の感じたままを、身体で表現する運動である。初めはピアノが鳴っても柵の中に寝転んだり、マットレスの上にいる、窓やカーテンにぶら下がったままの状態、音を聞くだけの参加が7名、泣きながら母親と歩いている子ども、母親によりかかって歩く子どもが3名。母親以外のリーダーや友達の母親と歩けた子どもが2名であった。しかし回数を重ねると11名が母子分離して動くことができ、リズムに乗って身体で表現できるようになった。

25. 「C手あそび16、二人で向かい合って手をたたきあう」は歌に合わせて二人組でセッセッセをする。これはまず母親とできるようになり、次にリーダーや友達とできるようになった。初めは手を自分の胸の前で構えて打ってもらうことを楽しんでいたが自分から相手の手を打ったり、また2名(ダウン症・自閉症)は部分唱しながらできた。

26. 「Dリズムダンス」はフォークダンスの曲をパターンを少なくして踊っている。二人で手をつないで歩く、向かい合う、パートナーチェンジをするなど、リズムに乗って動く。初めは参加しないで見ていた子どもが4名、逃げた子どもが7名、母親と踊った子どもが2名であった。最近では全員がリーダーと踊ることができ、友達と踊れる子どもが8名になった。また踊っている時の表情に笑顔が見られるようになった。

27. 「E行動25、友達の動きを見ることができる」は注目し続けられるのは2名(自閉症児、ダウン症児)である。8名はグループと同じ行動をせず、離れて自分の行動をしている。しかしその状態でも人の動きを見てると推察で

図2. リズムあそびのへや(障害者スポーツセンター小体育館)



きる。それは離れた場所でグループと同じ動作をして参加していたり、「26. 自分の番を待つことができる」での自分の番には参加したり、正確に動けるなど場面が見られたからである。

27. 「非言語的交流」では初め、全員母子分離できずダウン症の1名を除いた12名が、リーダーに拒否反応を示していた。しかし今ではケンカする子ども、友達を追いかける子ども、世話をする子ども、リードしてあそぶ子どもなどさまざまな場面がみられ、大人から子ども同志へと広がりが見られた。母子分離できない1名も、時々母親から離れて部屋の中の探検を始めるようになった。

28. 「言語的交流」では初めにリーダーと話をすることができたのはダウン症児1名だけだった。最近ではリーダーが話しかければ答えられるのは6名になった。これは無発語状態から不明瞭ではあるが返事、あいさつができるようになった。この中の精神遅滞児1名は単語が増え、子音も明瞭になってきた。また2名(自閉症児・ダウン症児)は2語文である。

29. 「指示を理解する」「30. 役割分担を意識して行動できる」2名は母親の指示でしか行動できないが、4名はリーダーの言葉の指示のみで行動した。7名はリーダーの言葉、動作、至近距離での指示を必要とした。

31. 「リーダーシップがとれる」ではダウン症児1名がどの場面においてもリーダーになり行動している。これは非指示的場面では自発的に、指示場面は理解しての行動であった。

32. 以上の行動を障害別にみる。

自閉症児群「A参加」では自由にあそび、集合の両場面で寝ていたり、走りまわったりの状態から、集合の合図で自分から参加するように変化した。しかし1対1のあいさ

つで自分の番が終わるとまた元の状態に戻ることが多い。

「Bリズム運動」はピアノのリズムに合わせて最後まで表現できるようになったが、ほとんど一人で動き、母親、リーダーから友達への広がりが見られない。友だちと手をつないで歩く場面では拒否反応から受容への変化はみられるが、すぐ一人になっていた。

「C手あそび」は手あそびの技術は全員達成度は高い。しかし最後までリードしてくれる相手の場合、最後まで共同運動はできるが、協力関係を要する友達とでは成立が困難である。しかし逃げずに最後まで友達と向かい合っていたなどの変化はみられた。

「Dリズムダンス」は7名全員母親と一緒にでもすぐ逃げたが、5名はパートナーチェンジができるようになり誰とでも踊れるように変化した。

「E行動」では一人での行動場面が多かった。人に関心を示すことにより、物への関心度が高く、床の木目、ナースコールボタン、電話機、水道などに興味をもって行動する場面が多くみられた。しかし電気のスイッチを消す友達をつねったり、オモチャを取られまいともめたりなど非言語的交流の変化はみられた。「言語的交流」では3名に発語があるが2名はリーダーへの返事やあいさつでありこの中の1名は部分的に歌が出る。他の1名は2語文が出ているが抑揚の欠如や時々場面への不適切な言語が見られた。

「指示を理解すること」では言語指示、動作指示、指示する距離、指示内容などの研究不足がみられ今後の課題とするが、この評価表からは指示の理解、役割分担の意識の評価は高い。これは毎回同じ流れの中でパターン化された流れへの自閉症児の固執性からではないかと推察される。

全体にグループの中では友だちの受容への変化はみられたが、孤立した行動が多くリーダーとの関係から広がらない。またグループの流れの中で部分的参加が多く見られ、これは載内ら(8)が「社会的孤立状態の自閉児にとっての社会的認知の困難さ」を述べているが、グループ全体の流れを把握する力の欠乏の表れと思われる。

評価表によればA・B・Cの各領域での技術の達成度は高いが、それは比例しての対人関係の発達が見られない。

黒田(9)が「自閉症児の身体運動感覚は他者志向的情動へと発展されず自己の身体内部にとどまる」と指摘しているが、技術の達成感、満足感をどのように他者志向的情動へと発展させるか、プログラムの内容などの研究課題である。

■ 精神遅滞児群「A参加」ではリーダーから名前を呼ばれての参加や母親に連れられての参加であったが、2名は一人で進んで参加できるようになった。またあいさつの場面では、最後まで全員が座っていることができた。

「リズム運動」藤永(10)らが精神遅滞児は「身体の発育や諸機能(体格、握力、平衡性、柔軟性、その他)が著しく劣る」と述べているが、4名の精神遅滞児にもリズム運動のバランスの悪さ、堅さが見られる。しかし1名は友達関係への積極的行動がみられ、後の2名も相手からの働きかけられれば楽しそうに一緒に歩いていた。参加回数の少な

い1名は母子分離がむずかしくこの場面に参加したりしなかったり状態である。

「C手あそび」では指先の技巧性は自閉症児群より劣るしかし4名中2名は友達と、2名は手あそびせず母親によりかかって歌を楽しんでいる。これは手の先や指先の細かい動作が困難なことと、参加する意志の欠如によるものと思われる。

「Dリズムダンス」では技術の達成度に困難さがみられるが、2名は共同運動する意志があり友だちと踊れたが、後の2名は立ったままである。しかしリーダーと踊ると少しは動いた。パートナーチェンジでも2名は積極的に、2名はされるがままに動いた。

「E行動」対人関係のよい1名は友だちの動きを良く見ている。口蓋破裂のため発声はするが言語表現が難しい。対人関係で積極的行動がみられる他の1名は弱視のため1m以内での行動しか見えない。その結果、いつものぞきこむような動作が多い。また学期初めなどの生活リズムが変化する時期、友だちをぶつ攻撃的行動がみられたが、単語が増加し、発音が明瞭になってからは、その行動が減少した。また大声で音程やリズム感のよい歌をうたう。

参加回数が一番少ない1名は領域A～Eのどの場面においても母子分離できず、何回も失禁する状態であった。

藤永(10)が「新しい場面、新しい友達への緊張感、不安、興奮が非社会的行動の表れ」と述べているが、この行動はすでに雰囲気のできたグループへ遅れて入ったことへの不安感、緊張感の表現であると思われ、回を重ねるうちに、失禁がなくなり、時々一人で部屋の中を探検し始めた等の変化からも推察できる。

全体にグループの中で、この1名を除いた3名は対人関係に発達が見られた。

■ ダウン症児群「A参加」は友達を誘っての参加や母親との参加である。「手をつなごう」をうたいながらの参加ができるが、発音の不明瞭さと音程の狭さがあり、こちらは精神障害からと思われる。

「Bリズム運動」では技術の達成度はあるが動きの滑らかさにかける。日暮ら(11)が「ダウン症の筋緊張の低下、関節可動域の異常さからの運動機能発達の遅れ」を説いているが、リズム運動での身体表現の硬さはこれをあらすものであると思われる。

「C手あそび」1名は友達をリードしてのあそびだが、他の1名は母親とのことが多い。参加回数の少なさからと思われるが、母親から離れて友達に働きかけている場面が時々見られるようになった。

「Dダンス」1名は自分から友達を誘ってパートナーになる場面が多い。しかし自閉症児を誘って拒否された時の対応に柔軟性が見られなかった。

「E行動」では2名とも対人関係はよい。1名は常に友達をいたわり助ける場面が多く見られ、時にはテレビや学校の場面をおどけて再現してみせたり、意のままにならない時に怒ったりなどの場面が見られる。他の1名はおとな

しいが人なつこくパートナーチェンジも抵抗なくできた。チェックリストから2名の差がみられるのは年齢、参加回数、IQ、環境によるものと思われる。

全体にみると年長のダウン症児を中心に対人関係(友人関係)が発達してきた。

図3. 友達関係図

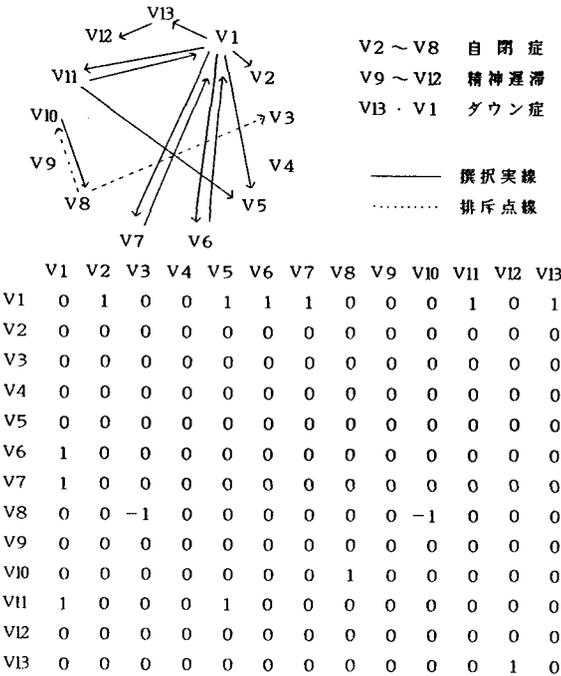


図3では今まで述べてきた友達関係を図にしたものである。この図から自閉症児同志の選択実線はない。V8の排斥点線は電気を消してはV3につねられたり、身体が小さい故にV10の攻撃的にされたり等のため、姿を見ると排斥的行動を示した。V10の選択実線はV8はの攻撃的行動の減少後、抱きつく好意を示す行動に変化したものである。しかしV8は不快な表情で立っているのみであった。

このように初めはまったく対人関係が成立していなかったグループに、僅かではあるが対人関係の発達変化がみられた。

4. 終わりに

障害児の社会参加への援助としては制度上、昭和53年「中程度の障害児の幼稚園保育園への受け入れ」や昭和54年「養護学校の義務制、その後の交流教育、統合教育への流れ」など、健常児の中への障害児受け入れの方向に動いている。

しかし地域社会においては公民館活動、子ども育成会活動、その他の受け入れはこれからと思われる。

障害児のあそぶ機会や場所などの受け皿作りと平行して障害児の社会性、対人関係発達への援助が、家庭、学校、

地域で行う必要性がある。

深山(3)は「音楽リズムあそびを通じて共有経験することによって、音やリズムを共有したり、仲間との関わりの中での個性の刺激し合いの大切さ」を、また山口は(4)天野(5)の日常の活動におけるリズム訓練の後に続く学習への貢献度」を支持している。

障害児レクリエーション教室の子どもたちの集団や、集団の中の個性を大切に、リズムあそびを通して楽しさの体験をしながら、子どもたちの成長発達を援助していくものである。そのためにはチェックリストの再検討や前に述べた課題などを、今後の研究課題とする。

資料1 グーチョキパーで何つくろう(フランス民謡)



遊び方

<歌>

<手の動かし方>

- グーチョキパーで……両手でグー、チョキ、パーをし、グーチョキパーでくり返す。
- なにつくろう……手のひらを顔の横でリズムに合わせて左右に動かす。
- 右手はチョキで……右手でチョキをする。
- 左手はグーで……左手でグーをする。
- かたつむり……右手の甲に、左手グーをのせて、かたつむりを作る。チョキの指をかたつむりの角のように動かす。

[その他の例]

- 右手☉・左手☉ - (ボクシング、肩たたき、スーパーマン)
- 右手☺・左手☺ - (チョウチョ、拍手、うさぎの耳)
- 右手☹・左手☹ - (かに、はさみ)

*グー、チョキ、パーの組合わせて何が出来るかを問ひかけ、親子で相談したりする。子どもたちからでてきたものを取りあげ、レパートリーを増やしていく。

資料2 すてきなともだち



動きの説明

(隊形 二人組で向かい合い自由に広がる)

- (1). 右手と右手で握手をし、上下3回軽く振る (4呼間)
- (2). 胸の前で拍手を3回行う (4呼間)
- (3). お互いの左肩を右手で3回軽くたたく。
次に、右肩を左手で3回軽くたたく。 (8呼間)
- (4). 両手をつないで右まわりをおこなう。 (8呼間)
- (5). (4)と同様に左まわりを行う (8呼間)
- (6). プロアムナードポジションをとり、好きな方向へステップで移動する。最後は新しいパートナーと向かい合う (32呼間)

以上をくり返して行う。

- (3). (1)~(2)の動きを繰り返す。 (16呼間)
 - (4). お互いに手を離し、両手で自分の膝を1回たたき、胸の前で1回拍手行い、相手と手のひらを合わせるように3回たたき合い、1呼間休む。 (8呼間)
 - (5). (4)の動きをもう一度行う。 (8呼間)
 - (6). 両手を取り合い、両足で軽くその場とびを3回行い、1呼間休む。 (4呼間)
 - (7). (6)の動きをもう一回行う。 (4呼間)
 - (8). 両手を取ったまま、その場を一周まわる。慣れてきたらパートナーチェンジを加えて行う。 (8呼間)
- 以上をくり返して行う。

資料3 キンダーホルカ

J = 126

みき へ い、て
トニ トニ トニ たいや へ い、て トニ トニ トニ
みき へ い、て トニ トニ トニ たいや へ い、て
トニ トニ トニ おいさ へ て へ ぱや ぱや ぱや お
たい へ て へ へ ぱや ぱや ぱや ぱや ぱや ぱや
ぱや ぱや ぱや ぱや ぱや ぱや ぱや ぱや ぱや ぱや

動きの説明

- (隊形 二人組で向かい合い一重円上に並び手を取る)
- (1). 互いに円心に向かって円心に近い方の足を大きくステップして、次に反対の足をその足につける。(4呼間)
その場で足踏みも3回行い、1呼間休む。(4呼間)
 - (2). (1)の動きをもう一度、円外に行く。(8呼間)

文 献

- (1) ジェラルド・S・オモロウ、今井毅訳：セラピューティック・レクリエーション入門、不味堂出版、1981、63~74
- (2) ピーター・A・ウィット、田中祥子訳：レジャーカウンセリングについて
- (3) ジェラルド・S・オモロウ、今井毅訳：前掲、82
- (4) 池間博之：世界のレクリエーション、レクリエーション体系Ⅱ、不味堂出版、1977、378~380
- (5) レジャー憲章：国際レクリエーション協会 I R A、1970、第1条
- (6) 土井尚典：障害児のアダプティブレクリエーション、教育と医学、第31巻12号、1983、52~57
- (7) 大島賀代子：福祉レクリエーション、精華女子短期大学紀要、第14号、1987、60
- (8) 藪内克彦、榎嶋忠彦：自閉症児の認知障害に関する研究④、発達障害研究、第8巻第2号、日本文化科学社、1986、124
- (9) 黒田吉孝：話し言葉を持たない特殊教育研究、第25巻第2号、日本特殊教育学会、1987、65
- (10) 藤永保、三宅保夫、山下栄一、依田明、空井建三、伊沢秀而：障害児心理学テキストブック心理学⑩、有斐閣ブックス、1980、118
- (11) 藤永保、三宅保夫、山下栄一、依田明、空井建三、伊沢秀而：前掲、119
- (12) 日暮眞、飯沼和三、池田由紀江：ダウン症、小児のメディカル・ケア・シリーズ29、医歯薬出版、1983、123
- (13) 深山千穂子：リズムあそびの課業化に関する研究、レクリエーション第18号、日本レクリエーション学会、1987、41
- (14) 山口薫：障害児教育論、教育学大全集35、第1法規、1982、183
- (15) 天野清：中度発達遅滞児における語の音節構造の分析行為の形成とかな文字の読みの教授・学習、教育心理学研究、25巻2号、日本教育心理学1977、

体力レベルと日常生活関連要因の関係について

○海老原修 (横浜国立大学教育学部)

体力レベル、有酸素性能力、無酸素性能力、日常生活活動レベル

1. 問題の所在

1960年代から1970年代後半にかけての高度経済成長政策は、その副次産物として、急激な地域変動、環境変化、社会問題を引き起こしたこと、同時に機械化・省力化が運動不足症 (hypokinetic disease) をわれわれの身体に発生せしめたことは、知られるところである。この運動不足症への世界的な共通認識が「健康で豊かな生活を回復するために、スポーツを生活に取り入れよう」という考え方を標榜する、一連の健康・体力づくり運動、たとえば、西ドイツのトリム運動や Spiel mit、カナダの Participaction、イギリスの Sports in the community-next ten years、オーストラリアの Life be it など結びつくと考えることが可能である。1970年代後半から今日に至る、わが国のスポーツ人口の増加や健康・体力づくり運動の隆盛もこの影響下にあるとするのが妥当であろう。

ところで、このようなスポーツ人口の増加や健康・体力づくり運動への参加者の増加に伴ってスポーツ事故や障害が増加していることもよく知られている。ジョギング中の心臓マヒや心不全、テニス肘や疲労性骨折などの慢性的なスポーツ障害、また最近ではエアロビックダンスにおける障害などが事例報告されている¹²⁾。エアロビックダンスでは床面、シューズ、運動様式の規定によってその対応策が図られたように、適切なメディカルチェックや運動処方によって事故や障害の発生が未然に防げられるならば、ス人口・フィットネス人口と事故・障害の間の正相関性¹³⁾は適切な運動処方を怠ったことが原因になろう。

運動処方の実践を考えると、スポーツ科学とりわけ運動生理学は、体力向上のトレーニングに関して、時間 (duration)、頻度 (frequency)、強度 (intensity) の至適値を確立している¹⁰⁾が、実践プログラムを実施する上でわれわれが日常生活を営んでいるという事実を見失いがちであると指摘できる。すなわち、適切な運動処方の作成にあたっては、体力トレーニングのみならず、日常生活のさまざまな要因を考慮する必要があり、そのことはより生活に密着した運動処方プログラムの作成が可能になると考えられる。

また、冠状動脈疾患患者への運動療法プログラムからの中途脱落者 (ドロップアウト) の理由を検討した研究ではスポーツセンターの利便性、運動処方プログラムの内容、家族とライフスタイルに関わる要因の3点が重要な因子と報告している¹¹⁾。運動プログラムの促進条件に関しても、adherence, compliance, dropoutと参加者を分けその特性を報告している¹⁴⁾が、同時に、「各個人の健康・体力水準の評価・測定、それに基づき運動処方の提供といったこととあわせて、生活活動の中に運動プログラムをどうとり入れるべきか、その具体的な方向付けが重要となってくる」と指摘する¹⁵⁾ように、日常生活に応じた運動処方プログラムの開発・提供が急務となっている。

そのような観点から、参加者を特定した上でその特性を比較検討すると同時に、実際の体力あるいは疾病の状況な

どの指標と日常生活のさまざまな要因を関連付けて考察することは健康・体力づくり運動を実施する上でより生活に密着した運動プログラム作成にあたって必要と考えられる。

これまで、前述の観点からの研究は、池田¹⁶⁾と多々納¹⁷⁾がある。前者は運動不足感を、後者は体力もしくは健康度評価を外的基準として日常生活との関連を検討している。しかし実際に体力測定を行った研究は多々納¹⁷⁾のみでありかつ現在体力が有酸素性能力と無酸素性能力に分類されている状況を勘案すれば、実際に体力測定をしその測定評価値と日常生活関連要因の関係を探るべきであろう。本研究では、この観点より、池田・多々納の研究の方向に準拠しながら、実際に体力測定を実施し、その結果 (評価) と日常生活様式との関連を検討すること、さらにはそこでの問題点について言及することを目的とする。

2. 研究方法

有酸素性能力と無酸素性能力の体力測定と日常生活に関連する要因についての質問紙調査を併用したフィールドワークを実施した。体力測定ならびにその評価は宮下の方法¹⁰⁾によった。調査項目は池田¹⁶⁾と多々納¹⁷⁾質問項目を参照に作成した。対象者、測定、調査期間の異なるフィールドワークを3回実施した。

- 研究1. 山形県の農村都市の小学校5・6年生児童を対象に、1986年8月と11月に実施し、体力は、有酸素性能力だけを測定した (写真1)。
- 研究2. 全国主要7都市一般成人男女を対象に1985年実施した。体力については有酸素性能力のみを測定した (写真2)。
- 研究3. 山形県村山市の一般成人男女を対象に1986年11月に実施し、体力測定は有酸素性能力と無酸素性能力 (写真3) を測定した。

測定項目 (変数) の取り扱いは、体力に関しては宮下の評価法¹⁰⁾によったが、有酸素性能力を測定した研究1と研究2では「優れている」、「ふつう」、「劣っている」の3段階に合成化した。研究3では有酸素性能力を「かなり優れている」～「かなり劣っている」の6段階、無酸素性能力を5段階で点数化した。また、生活関連要因に関しては、研究1は表2に、研究2は表4に示す通りである。研究3での変数の取り扱いは以下の通りである。

- X₁: 体育成績; 学校当時の体育成績5段階を点数化した。
- X₂: 運動部経験年数; 中学校、高校、大学当時の運動部参加年数を加算しそれを点数化した。
- X₃: 学歴; 中学校卒4点、高校卒3点、短大・高専2点、大学卒1点とした。
- X₄: 座業; 座業の程度を4段階に分類し、座業をよくする場合を1点として座業をしない形態を4点とする。
- X₅: 日常生活活動レベル; 仕事や家事における活動形態、立っている、立ったり座ったりする、階段の

昇降、重量物の運搬、そうじ、食事の支度とあとかたづけなど、「よく動かす」4点～「まったくしない」1点とし、合成化し点数化した。

- X₆: 余暇時間：1時間未満1点、1～2時間未満2点、2～3時間未満3点、3～4時間未満4点、4時間以上5点とした。
- X₇: 睡眠時間：5時間未満1点、5～6時間未満2点、6～7時間未満3点、7～8時間未満4点、8～9時間未満5点、9時間以上6点の6段階とした。
- X₈: タバコ：喫煙2点、すわない1点とした。
- X₉: アルコール：ほとんど毎日飲む1点、ときどき飲む（週に3～4回飲む）2点、ときたま飲む（週に1～2回飲む）3点、ほとんど飲まない1点の4段階とした。
- X₁₀: 運動・スポーツ実施度：ほとんど毎日（週に3～4回）5点、ときどき（週に1～2回）4点、ときたま（月に2～3回）3点、あまりしない（年に数える程度）2点、まったくしない1点の5段階の評価値とした。
- X₁₁: 客観的健康度：食欲不振、疲労感、肩こり、運動不足感などの12項目について、ある1点、ない2点とし評価値を合成化した。
- X₁₂: 体脂肪率：皮下脂肪厚を計測し、長嶺の肥満判定法²⁾により、肥満1点、肥満でない2点とした。
- X₁₃: 体力・運動への自信：体力や運動に対して自信の程度を、大いに自信あり4点、自信あり3点、あまり自信はない3点、まったく自信はなし1点の4段階で評定し点数化した。
- X₁₄: PWC：有酸素性能力、ここではPWC_{75xHRmax}を測定し、評定値は前述の通りである。
- X₁₅: 脚筋力：脚伸展パワーを測定した。評価値は前述の通りである。

分析方法は、研究1と研究2ではクロス集計に基づき χ^2 スコアとクラマー係数を算出した。また、研究3では、相関分析を行い相関係数を算出しそれに基づき相関ダイアグラムを作成した。

なお、対象者の人数は研究1では表1に、研究2では表4に示す通りで、それぞれ3段階に分類した体力レベルの人数を示す。また、研究3では、男性88名、女性79名を対象としている。

3. 結果

表3に研究1の結果を示した。男子と女子ごとに χ^2 スコアとクラマー係数を示す。男子の場合、学習塾、スポーツクラブに有意差が認められる。学習塾に行っていない者と行っている者では前者の方が体力があること、さらにスポーツクラブでは行っている者の方が体力があることをそれぞれ意味する。

表1. PWC170による有酸素性作業能力の区分

評価	性別	男子	女子	合計
1. 疲れている		49	36	85
2. ふつう		95	89	184
3. 劣っている		49	37	86
合計		193	162	355

(単位：人数)

表2. 説明変数の構成 I

アイテム	カテゴリー		
	1. 2人以上	2. 1人	3. 0人
1. きょうだい数	1. 30分以上	2. 15～29分	3. 15分未満
2. 通学時間	1. 好き	2. きらい	
3. 体育好き・嫌い	1. 体育	2. それ以外	
4. 好きな科目	1. スポーツクラブ	2. 文化クラブ	
5. 必修クラブ	1. 通っている	2. 通っていない	
6. 学習塾	1. 参加	2. 不参加	
7. スポーツクラブ	1. 好きな番組	2. それ以外	
8. 好きな番組	1. たべる	2. たべない	
9. 食べ物	1. よい	2. よくない	
10. 主観的健康状態	1. 自覚なし	2. 自覚あり	
11. 客観的健康状態	1. よくする	2. ときどきする	3. しない
12. 日常の身体活動			

表3. 体力レベルと日常生活要因の相関

アイテム	性別	男子		女子	
		χ^2	Cr.	χ^2	Cr.
1. きょうだい数		6.52	.130	6.12	.137
2. 通学時間		1.83	.069	4.64	.120
3. 体育好き・嫌い		5.09	.163	1.71	.103
4. 好きな科目		4.32	.150	2.97	.135
5. 必修クラブ		0.90	.068	0.01	.009
6. 学習塾		6.32*	.181	2.95	.134
7. スポーツクラブ		6.61*	.185	5.14	.178
8. 好きな番組		0.20	.032	6.73*	.204
9. 食べ物					
-1. やさい		10.69**	.238	0.03	.014
-2. くだもの		1.55	.090	3.91	.155
-3. ごはん・パン		8.65*	.212	2.88	.133
-4. 肉・さかな		2.13	.105	2.43	.123
-5. タマゴ・牛乳		1.16	.078	1.86	.107
-6. おかし		3.82	.141	0.98	.078
-7. 清涼飲料水		1.07	.074	5.42*	.183
10. 主観的健康状態評価					
-1. 健康状態		5.00	.161	3.43	.145
-2. からだつき		11.46**	.246	21.53**	.365
-3. 体力		6.38*	.182	12.60**	.282
-4. 運動神経		6.17*	.180	13.70**	.292
-5. 精神力		4.43	.152	5.45	.185
-6. 学校生活		6.05	.178	0.09	.023
11. 客観的健康状態評価					
-1. 食事を食べたくない		1.64	.092	5.21	.180
-2. 眠れない		1.66	.093	2.20	.117
-3. 寝れる		4.12	.148	4.10	.161
-4. おなかが痛い		0.71	.061	1.06	.081
-5. かせ		4.68	.156	1.34	.091
-6. 肩こり		1.66	.093	1.10	.083
-7. イライラする		6.42*	.182	0.56	.059
-8. ぼんやりする		2.36	.111	0.39	.049
-9. だいたい		2.97	.125	0.32	.045
-10. 気持ち悪い		1.70	.094	5.75*	.193
-11. 朝から眠い		0.70	.060	2.53	.126
-12. あくび		2.41	.112	1.07	.082
12. 日常の身体活動					
-1. 長い距離をはしる		8.70*	.151	7.99*	.159
-2. 短い距離を全力で走る		5.37	.118	3.75	.109
-3. ジャンプ・跳ねる		7.74	.142	2.05	.080
-4. バット・ラケットでたたく		5.58	.121	12.48**	.198
-5. バランスをとる		3.76	.099	2.05	.080
-6. 走って曲がる・止まる		3.15	.091	9.33*	.173
-7. 本に登る		2.62	.084	6.03	.138
-8. ボール・石を投げる		10.23*	.165	9.42*	.173
-9. ボール・石をける		0.86	.048	1.67	.073
-10. 自転車に乗る		4.43	.108	5.82	.136

また食べ物については、やさいとごはん・パンに有意差が認められる。これも体力のある者ほどやさいやごはん・パンをよく食べることになる。

主観的健康状態評価では、 χ^2 スコアはいずれも高い数値を示すが、有意差はからだつき、体力、運動神経の3項目に認められる。実際の体力測定を行いその評価が高い者ほど自分の体力レベルが高いと判断していることがわかる。

客観的健康状態評価では、イライラするに有意差が認められ、体力のある者がイライラすることが少ないことにな

る。

また日常の身体活動を伴う遊びについては、長い距離を走る、ボール・石を投げるの2項目に有意差が認められ、 x^2 スコアの数値を考慮しても、体力のある者ほど身体活動を伴う遊びを行う、いわゆる活発な児童であると判断できる。

一方、女子の場合、男子で有意差の認められた学習塾やスポーツクラブに有意差は認められず、好きな番組に有意差が認められ、体力のある者ほどスポーツ中継を見ていることになる。

食べ物に関しては、清涼飲料水に有意差が認められ、体力のある者ほどジュース類をよく飲むことになる。

主観的健康状態評価では、男子同様、からだつき、体力運動神経の3項目に有意差が認められる。

さらに、客観的健康状態評価では、気持ち悪さを経験する者が体力レベルが低いことを意味するが、この項目に有意差が認められる。

また日常の身体活動では、長い距離を走る、バット・ラケットでたたく、走って曲がる・止まる、ボール・石を投げるの4項目に有意差が認められる。

クラマー係数の大小は体力レベルの高低と日常生活要因の関連性を示すが、男子では.200を超す項目は、男子ではからだつき、やさしい、ごはん・パンの3項目、女子ではからだつき、運動神経、体力、好きな番組の4項目である。また x^2 検定で有意差の認められる項目では、いずれもクラマー係数は、.180前後の数値を示し、相対的に高いと判断できる。なお、 x^2 スコアとクラマー係数の対応関係にズレが生じているのは自由度が異なるためである。

表4. PWC75XRmaxによる有酸素作業能力の区分

評価	性別	男性	女性	合計
1.疲れている		252	145	397
2.ふつう		236	166	402
3.劣っている		246	194	440
合計		734	505	1239

(単位:人数)

表5. 説明変数の構成Ⅱ

アイテム	カテゴリー
1.客観的健康度	1.よい 2.ふつう 3.わるい (2.0項目の客観的健康度指標を合計し3段階に変換する)
2.罹病経験	1.全くない 2.1つあり 3.2以上あり (4.2項目の罹病経験を合計し3段階に変換する)
3.主観的健康度	1.よい 2.ふつう 3.わるい
4.睡眠時間	1.6時間未満 2.6~7時間未満 3.7~8時間未満 4.8時間以上
5.たばこ	1.吸わない 2.吸う
6.アルコール摂取	1.数まない 2.ときどき 3.毎日
7.日常生活活動度	1.よくする 2.ときどき 3.しない (重いものをもつ、からだを曲げるなどを3段階に総合評価する)
8.余暇時間	1.2時間未満 2.4時間未満 3.4時間以上
9.体力への自信	1.ある 2.ふつう 3.ない
10.運動神経	1.ある 2.ふつう 3.ない
11.学生時代の運動経験年数	1.なし 2.3年以下 3.4年以上
12.運動実施度	1.週1回以上 2.月2~3回 3.それ以下

表6. PWC75XRmaxと説明変数との関連

アイテム	男性		女性	
	x^2	Cr.	x^2	Cr.
1.客観的健康度	7.75	.073	11.65*	.107
2.罹病経験	10.13*	.083	6.76	.081
3.主観的健康度	4.38	.055	3.44	.059
4.睡眠時間	8.43	.076	3.60	.073
5.たばこ	1.34	.041	7.97**	.115
6.アルコール摂取	7.03	.069	4.07	.064
7.日常生活活動度	4.90	.058	3.95	.063
8.余暇時間	8.36	.076	11.11*	.106
9.体力への自信	15.61**	.103	20.33**	.142
10.運動神経への自信	8.29	.075	12.07**	.110
11.学生時代の運動経験年数	3.56	.048	5.07	.065
12.運動実施度	13.15**	.099	5.10	.069

表6には研究2の分析結果を示す。男性の場合、罹病経験、体力への自信、運動神経への自信の3項目に、有意差が認められる。またクラマー係数は男女共に低い数値を示すが、.100以上を示す項目はいずれも x^2 スコアが有意差を示した。

男女間に共通する項目は体力への自信のみで、体力レベルに直接的に関与すると考えられる運動実施度は男性では有意差を示したが女性では示さず、この差異は注目される。

表7には研究3における相関分析による相関係数を示した。右上は男性、左下は女性の結果を示した。男性の場合PWCについては日常生活活動レベル($r=.23$)と運動・スポーツ実施度($r=.32$)に有意差が認められる。また脚筋力については、体育成績($r=.38$)と体力・運動への自信($r=.27$)が有意である。

一方、左下に表示した女性の場合では、PWCでは、学歴($r=-.22$)と体力・運動への自信($r=.30$)、脚筋力では体育成績($r=.39$)、運動部参加年数($r=.22$)、学歴($r=-.39$)、座業($r=-.22$)、日常生活活動レベル($r=-.23$)、体力・運動への自信($r=.44$)の6項目がそれぞれ有意な相関関係を示す。

図1、図2、図3は、表7に示した相関マトリックスに基づき、PWCならびに脚筋力の体力レベルに関連する生活要因より構築した相関ダイアグラムである。

図1に示す男性のPWCについては運動・スポーツ実施度と日常生活活動レベルの2要因が直接的な相関性を示し、それぞれの背景には、前者では、体力・運動への自信($r=.41$)、客観的健康度($r=.24$)、運動部参加年数($r=.41$)、体育成績($r=.40$)が、後者では体育成績($r=.17$)、座業($r=.42$)の関連性を指摘できる。

男性の脚筋力を示す図2では体力・運動への自信と体育成績に運動・スポーツ実施度($r=.19$)を加え、これらの3要因の背景には運動部参加年数をあげることができる。

さらに、図3に女性のPWCと脚筋力に示す。この両者の間には高い相関関係($r=.29$)が認められる。PWCでは学歴と体力・運動への自信が、脚筋力では体力・運動への自信、体育成績、運動部参加年数、日常生活活動レベル、座業がそれぞれ有意な相関性を示す。PWCと脚筋力共に有意な相関関係が認められるキーフクターである体力・運動への自信は、運動・スポーツ実施度($r=.39$)、体育成績($r=.56$)、運動部参加年数($r=.37$)と有意な相関関係を示している。

4. 考察

本研究では体力測定の評価値と日常のいくつかの生活関連要因の関係を明らかにしようとした。

3つの研究調査に共通する点は、体力についての主観的な評価が実際の体力レベルと高い関連性を示すことである。子どもを対象にした研究1では、表3に示すアイテム10:主観的健康状態評価、研究2では表6に示すアイテム9、10:体力や運動神経への自信、研究3では表7に示した、X₁₃:体力・運動への自信である。これらは必ずしも日常の行動パターンの1つではなく、意識である点を留意すべきであるが、体力レベルが高いので自分の体力に自信がある、評価を高くするという関係が成立し、運動生理学での主観的運動強度の妥当性⁹⁾に充たる。

トレーニングによって、すなわち身体への物理的刺激によって体力が向上することは周知の通りである。したがって、日常生活活動のなかでは、身体への刺激を保障する、スポーツクラブへの参加、座業などの生活形態や活動度、子どもの身体活動を伴う遊びや運動スポーツ実施度が、体力の高低と関連が認められたのは妥当な結果と判断される。

児童・生徒の体力に関しての生態学的研究では、農村と都市の体力を比較すると農村の方が都市より体力レベルが高く、農村の日常生活には有酸素的能力を高める場が多いとし、農村の自転車通学と都市の徒歩通学の違いに原因を求めている¹⁴⁾。同一の通学方法ならば、通学距離や通学時間が重要な要因になると推定されるが、研究1では必ずしも重要な要因ではない。これは通学という行動が有酸素的能力を高める場ではないと解釈することも可能ではあるが、スポーツクラブへの参加や日常の身体活動を伴う遊びへの関与などがより強い刺激となっていると推定する方がよいであろう。

また、日常の身体活動を伴う遊びでは、男子よりも女子にいくつかの項目で関連性が認められ、その項目がバット・ラケットでたたく、ボール・石を投げるなどであるから、いわゆる活発な、オテンバな女子が体力レベルが高いことになる。

一般成人男女を対象にした研究2・3では、男性の場合、運動実施度と日常生活活動レベルの2項目が、女性の場合にはタバコが有酸素的能力と関連があり、また研究3でのみ測定した無酸素的能力である脚筋力とは、女性では座業

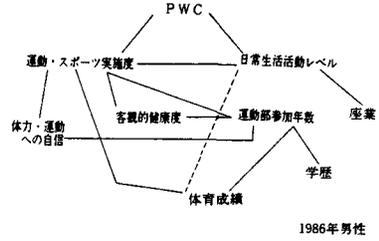


図1 PWCに関する相関ダイアグラム

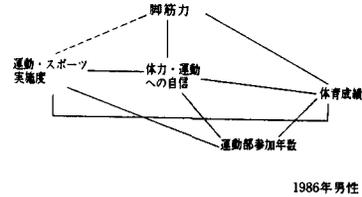


図2 脚筋力に関する相関ダイアグラム

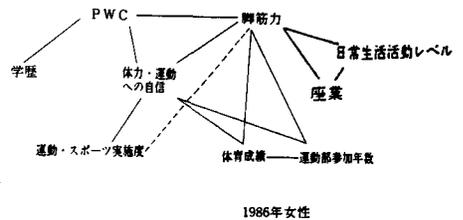


図3 PWCと脚筋力に関わる相関ダイアグラム

表7. 体力と日常生活活動レベル間の相関マトリックス

右上: 男性、左下: 女性、+: 5%, **: 1%

	X 1.	X 2.	X 3.	X 4.	X 5.	X 6.	X 7.	X 8.	X 9.	X 10.	X 11.	X 12.	X 13.	X 14.	X 15.
X 1: 体 育 成 績	1.00	.42**	.00	.05	.17	-.16	-.17	-.14	-.10	.40**	.05	-.14	.60**	.08	.38
X 2: 運動部参加年数		1.00	.32**	-.22*	-.01	.18	-.04	-.04	-.14	-.23*	.41**	-.08	-.34**	.40**	.20
X 3: 学 歴			1.00	.01	.14	-.16	.21	.02	.21	-.07	-.27*	-.09	-.10	-.14	-.01
X 4: 座 業				1.00	.02	-.04	.00	.42**	.02	.15	.06	.01	.11	.15	-.03
X 5: 日常生活活動レベル					1.00	.12	-.05	.07	.66**	-.09	-.14	-.08	.17	.39**	.15
X 6: 余 暇 時 間						1.00	-.11	-.12	.10	-.11	-.14	.26*	-.06	.00	.09
X 7: 純 東 時 間							1.00	.04	-.05	.22*	.08	-.12	.24*	.13	-.18
X 8: タ バ コ								1.00	-.03	-.10	.05	.11	0.04	.17	.12
X 9: ア ル コ ホール									1.00	-.15	-.17	.05	-.15	.01	.11
X 10: 運動・スポーツ実施度										1.00	.10	.17	-.18	.10	.00
X 11: 客観的健康度											1.00	.08	-.01	-.14	-.01
X 12: 体 筋 力												1.00	.24*	.36**	.41**
X 13: 体力・運動への自信													1.00	.26*	.11
X 14: P W C														1.00	.27*
X 15: 脚 筋 力															1.00

と日常生活活動レベルが関連がある。研究3の女性の場合には学歴がPWCと関連があるが、学歴が高い者はその年数を体育授業を受講し卒業時点の初期体力レベルが高いと考えるならば、その後の日常生活活動において明らかな差がないかぎり、学歴が高い者が体力レベルが高いという現象は妥当であり、これと同じ現象は図1、図2、図3に共通する運動部参加年数が初期体力レベルの高さに関連すると判断できる。

多々納の研究¹⁾でも、体力に関連する日常生活活動要因は運動実施度だけで、その他の要因はすべて意識に係わる要因もしくは主観的な指標であり、本研究での男性の結果に一致する。

日常生活要因のうち、主観的な色彩の濃い要因についての評価は体力向上に結びつくというよりは、体力向上によって生ずると考えられる。行動パターンの観点からは、子どもの場合にはスポーツクラブ参加、学習塾加入、遊び活動への関与、一般成人では運動・スポーツ実施度や日常生活活動レベルなどの項目と体力レベルの関連性が明らかにできるが、これらの項目についても、回答者の主観的な判断に依存している点を留意する必要がある。すなわち、島岡ら¹⁾が生活活動量の高い者が体力的にも高い水準の傾向にあること、職種によって生活活動量が異なりひいては体力水準が異なることを明らかにしていることを考慮すれば、日常生活活動の身体への物理的刺激的の程度を心拍数によって追跡調査を行う、あるいは観察法を用いるなどの客観性の高い手法によって日常生活要因の行動パターンを分析したその結果と体力レベルとの関連性を検討することが重要と考えられる。

さらには、日常生活関連要因が客観的な測定の可能な行動パターンに関わる要因と主観的な評価に依存する意識に関わる要因に大別でき、その背景には生得的な要因や人口統計学的な要因も挙げられる。行動パターンに関わる要因についてはその客観性の程度によって評価が異なる。いわゆる運動実施度を例にとれば、従来の質問形式では頻度を質している場合がほとんどであり、強度や時間についても言及する必要がある。毎日の軽い運動と週に3日の強度の高い運動では後者の方が質の高いトレーニングであり体力向上に寄与するが、頻度だけを手がかりにした場合には前者の方が高い評価となり、体力レベルとの関連性は薄れる。したがって、体力レベルを指標に用いる際には主観的評定を排除し客観的な行動パターンの分析に主眼を置き、身体的健康度や体力への自信などの主観的な判断に依存する指標を用いる際には客観的な指標より主観的な要因を用いる、と考える。



参考文献

1. Andrew, G., N. B. Oldridge, J. O. Parker, D. A. Cunningham, P. A. Rechnitzer, N. L. Jones, C. Buck, T. Kavanagh, R. J. Shephard, and J. R. Sutton
Reasons for dropout from exercise programs in post-coronary patients. *Med. Sci. Sport Exe.* 13:164-168, 1981.
2. 池田勝 余暇と体力に関する研究(第2報). 国民体力研究 4:199-231, 1980.
3. 池田勝 運動プログラム参加の促進条件. 体育の科学 37:231-235, 1987.
4. 金崎良三, 岡部弘道, 徳永幹雄, 多々納秀雄 社会人の健康を規定する要因の研究. 健康科学 6:79-95, 1984.
5. 多々納秀雄 体力の社会的要因に関する考察. 健康科学 3:37-53, 1981.
6. 多々納秀雄 身体的健康のパターン分析と要因分析. 健康科学 4:119-143, 1982.
7. 多々納秀雄 社会的健康の構成因子と関連諸要因に関する研究. 5:11-27, 1983.
8. 長瀬寛吉 スポーツとエネルギー・栄養 大修館書店 1979.
9. 小野寺孝一, 宮下充正 全身持久性運動における主観的強度と客観的強度の対応性. 体育学研究 21:191-203, 1976.
10. 宮下充正 一般人・スポーツ選手のための体力診断システム. ソニー企業, 1986.
11. 宮下充正, 武蔵芳照, 大連等, 海老原隆, 山岸倫也 運動と健康. 昭和60年度健康情報調査報告書 pp231-264. (財)健康・体力づくり事業財団, 1986.
12. 沢井史徳, 岡川暎, 武蔵芳照, 宮下充正 エアロビクスダグンスに伴う踵骨の突起. 日本体育学会第38回大会号 558, 1987.
13. 島岡みどり, 梶田秀一, 小林寛道, 池上久子 18-52歳の女性における生活活動量と体力の関連について. 日本体育学会第37回大会号 577, 1986.
14. 吉沢茂弘 都市と農村青少年の有酸素作業能力に関する研究. 体力科学 21:161-175, 1972.

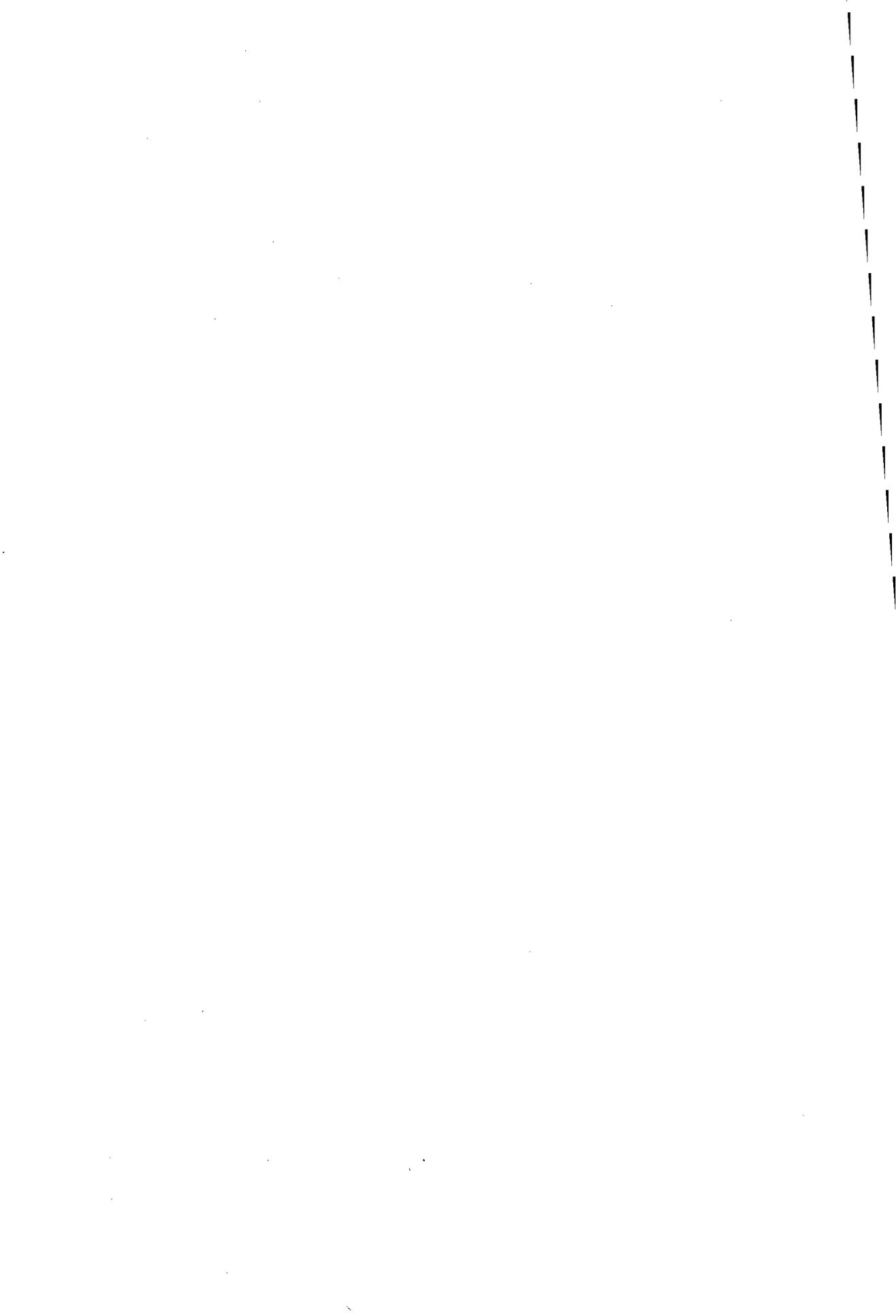


写真1. 小学生の有酸素性能力(PWC170)を測定する



写真2. 一般人の有酸素性能力(PWC_{75xHRmax})を測定する

写真3. 一般人の無酸素性能力(脚伸展パワー)を測定する



事務職員のレクリエーション活動の疲労回復効果に関する研究 (I)

～昼休み中のレクリエーション活動による自覚症状の変化を中心として～

○ 伊藤 順子
(日本体育大学)

藤本 祐次郎
(日本体育大学)

レクリエーション活動 昼休み 自覚症状 疲労回復

I はじめに

現代生活における疲労の問題は、とりわけ日常の労働生活の過程で人間に経験される現象として扱われることが多い。

一般に身体の疲労は、①生理的・心理的機能、②パフォーマンス、③疲労感という三つの側面において、仕事をしたことによって生ずる他覚的变化や仕事の能率の低下、疲れたという感じの徴候であるといわれている¹⁾²⁾。

現在、疲労の回復には、睡眠を第一に、休息や栄養を取ることが効果を持つといわれている。しかしながら、本研究では、疲労したときそのまま安静を保つより、軽い身体的運動をした方が回復効果があがることもある³⁾、という積極的な休息方法の考え方に注目し、その手段としてレクリエーション活動(以下、レク活動と称する)に着目した。

職場に適切なレクリエーション活動を導入し、それが職場に働く人々の健康や体力、疲労や能率、出勤率や災害、人間関係などにどのような影響があるかを検討した先行研究には、職種別や作業内容別にとらえたものとして、塩谷らによるいくつかの報告がある⁴⁾⁵⁾⁶⁾。その影響は、健康の維持・増進や体力の向上を始めとして、人間関係や職場の雰囲気など他の事態にも良い結果となって表われることが、生理的・心理的側面からの効果測定・調査によって明らかにされている⁷⁾⁸⁾。しかしながら、これらの報告は個人の起床から就寝までの間における行動または習慣的行動の内容についての変化、休養や生活状況への影響を具体的に追究するまでにいたっていない。個人の生活環境における健康な生活の向上にレク活動導入の主眼を置くとするならば、個人の生活状況から具体的にどのような反応がどの程度期待できるかについて明らかにしていくことが重要な意義を持つといえる。

そして、働く人々の健康を維持し、疲労を回復させるためには、朝の起床、作業前、作業中、昼休み、夜寝る前といった一日24時間の随所に工夫がなされることが理想であり、その中でも昼休みの時間を有効に利用することは、午後の心身の状態に変化を与える刺激としての重要な役割を持つことになると考える。さらに、限られた時間を、レク活動によって「楽しさ」や「快」につながる心理的な自覚に対して能動的に活用し、意識される主観的訴えや疲労の自覚症状を軽減させることができれば、より一層昼休みの活動の効果が期待できるはずである。

つまり、小木が「産業保健 I」(日本産業衛生学会編、1985年)の中で、疲労の表われ方には、労働負担や生活様

式の違いによって大きな差が認められるという指摘をしていることから、働く人々の日常生活の疲労を個人のレベルから分析していくことが重要だと考える。

しかし、レク活動を実際に職場全体の活動として推進させていくことは難しく、その職場の組織・経営体による違いから慎重に対処していかなければならない実情がある。そういった意味で、本研究の対象になった公共の機関で、昼休み中の活動を中心とした個人レベルでの対応策として昼休み中の活動の内容による違いが、昼休み後つまり午後の作業開始時点に気分や疲労感という主観的訴えにどのように反映され、終業時またそれ以降の休養や生活状況における心身の状態にどのような影響を与えるかを測定・調査により明らかにしようとした。

以上のことから、本研究は職場の昼休み中のレク活動が疲労回復に与える影響を、その活動内容の相違と、自覚症状の変化の関係から、事例的に明らかにすることを目的とした。

II 研究の方法

1. 対象

東京都 B 区役所に勤務する事務職員男子 28 名であり、その内 15 名を本研究の測定・調査の対象とした。

2. 測定・調査の期間

昭和 62 年 9 月 16 日から 11 月 13 日にかけて 1 期間 2 週間で実施した。

3. 測定・調査の内容と手順

測定・調査は、段階的に二つの方法を取った。詳細は、次のとおりである。

①基礎資料を得るための測定・調査

対象者の体力の現状を把握するために、壮年体力テスト(握力・垂直とび・反復横とびの 3 種目のみ)を実施した質問紙による調査は、性別・年齢をはじめ健康状態、疲労感の有無、疲労回復方法、自由時間の過ごし方、家族構成など、個人の属性を明らかにすることを意図とした。また対象者の職場環境や生活環境に対する個人的訴え、労働の遂行・持久に伴う自覚的他覚的变化の有無を聞き取り調査および観察法によって実施した。

②昼休み中のレク活動による疲労回復効果をみるための測定・調査

表 1 に、昼休み中のレク活動による疲労回復の程度をみるための測定・調査内容とその測定・調査時点を示した。

測定・調査は、1 週間に 2 日間のレク活動日に、「自覚症状調べ」(日本産業衛生学会・産業疲労研究会選、1970

年)とフリッカー値測定を1日4回実施した。所感調査は、質問紙に今の気分や疲労感、個人にかかわる要因などを留め置き式に本人が書き込むもので、1日3回2週間(測定・調査期間中の毎日)継続して実施した。

被験者の選定は、既に昼休みにレク活動を積極的に職場で実施している者の協力を得て任意に行なった。

28名は、囲碁・将棋といった静的な活動を週2回以上継続して行なっている者(囲碁・将棋群)とテニス・野球・ラグビーなど動的な活動を週2回以上継続して行なっている者(運動継続群)、そして昼休みは特に決まった活動をせず、雑談や読書などで過ごす者に本調査をきっかけに昼休み週2回を最低限に動的なレク活動を積極的に取り入れていく者(運動実施群)の3群に分けた上で、その活動による影響を検討した。しかし、勤務内容が最も平均的な2週間を基準としたために、公務による長期の出張・行事などが重なり、最終的には15名が調査の有効対象となった。表2は、その年齢構成を示したものである。

測定・調査実施期間は3群とも同日開始が望ましいと考えられたが、現場での調査という制約があったため、群によって調査開始日が多少異なった。

III 結果と考察

1. 基礎資料を得るための測定・調査結果

1) 研究対象者28名の特徴

壮年体力テスト、質問紙調査、聞き取り調査、観察法の範囲での対象者28名の特徴は健康・体力については加齢に伴う機能の低下という傾向を持ち、自由時間量やその過ごし方はほぼ一般的な行動範囲であった。

疲労に関しては、「いつも感じる」、「ときどき感じる」、「たまに感じる」と答えた者を合すると28名中27名(96.4%)が日常生活の中で疲れを感じており、その回復方法も表3に示すように多様である。

2. 昼休み中のレク活動による疲労回復の効果をもとめるための測定・調査

1) 被験者の概要

基礎資料を得るための測定・調査の対象者28名のうち15名が被験者として昼休み中のレク活動による疲労回復の効果をもとめるための調査対象となった。

本研究において比較した運動実施群と囲碁将棋群の被験者の概要を表4、表5に示した。ここでは、より個人にかかわる要因としての項目を取り上げた。

なお、運動継続群は、各種スポーツに代表されるような身体活動のため、被験者が40才未満の者に片寄ってしまった。そのため、相対的に各群との比較検討が困難であると判断し、今回は考察の対象としなかった。

まず、昼休みの過ごし方に着目すると、観察によって運動実施群の被験者は、職場内での過ごし方が中心になっていることがわかった。実際、職場の昼休みの場面は自分の椅子に背をもたれかける格好でのいねむりや読書といった光景の多いことがわかる。これらは、職場環境の違い(机

の配置、空間的余裕、照明、換気など)によって昼休みの休憩としての機能が十分に果たし得ない状況にあるのではないかと考える。囲碁・将棋群の被験者は囲碁・将棋をする場合は、昼食を取るとすぐ移動することが多いが、それ以外は、職場内で昼休みを過ごすことが多い。

運動経歴とスポーツの実施状況に着目すると、就職そして結婚・養育期のスポーツの実施状況は学校期のそれと比べて、職場・家庭環境や本人の動機に大きく左右されると考えられる。たとえば、「スポーツをやりたいが子供が小さいうちはできそうもない」、「時間的余裕が持たない」などが妨げになっているようである。

2) 昼休み中のレク活動の内容と評価

レク活動は、その性質上、動的活動としての運動と静的活動としての囲碁・将棋に分けられた。その内容と評価については次のとおりである。

① 運動の内容とその評価

被験者との面接により、レク活動としての要素を含み、身近で、道具なしで行なえる体操が候補に上がり、音楽に合わせて行かないとの要望があった。昼休みの運動は、4回とも内容の作成、指導は筆者があたった。

内容は、塩谷が考案した安全体操⁹⁾を参考に、午前中の疲れを一掃し、爽やかな気分で午後を迎えられるように特に身体の姿勢を正し、健康の維持・増進のために今後続けて実行できることに重点を置いて、被験者の年齢、体力体格を考慮して作成された。また、1回ごとに被験者の反応や時間的条件(最低でも10~15分間が必要)をもとに、回を重ねるごとに運動強度を高める工夫をした。これは、どの程度の運動が疲労回復に効果的なのかをその時の訴えや反応から導き出すためである。

運動の強度として、芝山¹⁰⁾の壮年期の健康な体力の保持には適度な運動が必要であり、池上¹¹⁾の安全かつ有効な運動とは、定常的な全身運動でリズムカルに反復継続できるものであるという条件のもとに、心拍数が毎分120~130拍になるような軽度の負荷で数分間以上、できれば20~30分間の運動を目安にした。

被験者の服装は、ワイシャツ姿に運動靴着用である。場所は、4回とも屋外である庁舎屋上(地上5階)で実施された。表6は、4回目の運動内容とその構成及び被験者全体の運動中みられた共通した反応を記したものである。また、図1は、その時の心拍数の変化を運動実施群の年長者のY.Aさん(56才)と年少者のT.Mさん(35才)について連続して測定したのものである。なお、運動後のRPE値(主観的運動強度)は、Y.Aさんが「13 ややきつい」、T.Mさんが「11 楽である」という申告を受けた。

以上の結果から、被験者の反応に示される楽しい雰囲気の中での実施後の感想は、運動の効果として「爽快だ」、「体が軽くなった」、「スッキリした」などがあげられている。また、当日の終業時に両者とも気分は良く、午前と比べて作業能率は上がったと答えていることから、その効果が認められる。これは、昼休み中のレク活動として呼

吸循環器系を適度に刺激し、リズムカルで手軽な定常的な全身運動であったために心身の状態を変化させ、午前中の疲れを取りうる活動と評価できる。

②囲碁・将棋の内容と評価

囲碁・将棋は、囲碁・将棋盤が30個程度並べてある庁舎地下の集会室（和室20畳）で行なわれている。部屋では、仲間と声を掛け合って指しあったり、仲間の対局を見学したり、横になって休んでいる人も見受けられる。この場合は年齢や役職という上下関係がなく、好きな囲碁・将棋を指しあう仲間としてのなごやかな雰囲気を感じられる。しかし、勝ち負けが決まることで喜んでいる者、悔しむ者の精神的な感情を誰もが味わっているようである。これは、昼休み後の所感調査の「将棋でいい攻めができて気分が良い」「ずっと負けているので悔しい」という答えからもその反応をみることができる。

囲碁・将棋群は、全体的に体を動かすことはなく、精神面の働きに集中がおかれていると見受けられる。また、部屋は地下のため日当たりが悪く、常時20～30人が在室、喫煙者が多いにもかかわらず、適切な換気が十分に行なわれていなかった。

以上の結果から、昼休み中の活動としての囲碁・将棋は内容そのものの楽しさは味わえるが、午前中の疲れを取る活動としての評価はされ難いと考えられる。

3) 昼休み中のレク活動が疲労回復に与える効果

①昼休み直後への影響

昼休み中の過ごし方による影響は、第一にその直後である昼休み後の回答に反映される。図2、図3は、運動実施群と囲碁・将棋群の全被験者について、昼休みのない土曜、日曜を除いた調査期間中の所感調査における昼休み後の「気分」と「疲労感」を5段階の尺度で示したものである。「気分」についてみると、活動実施の昼休み前から比べて正の方向の回答を示している者は、囲碁・将棋群に比べて運動実施群に多いことがわかる。気分は、外界の刺激に応じた自分自身の状態によって絶えず変化するものである。ここで正の方向の回答を示したということは、昼休み中の出来事が自分自身の心身の状態を変化させ、また好感をもたせる働きをしていたと考えられる。これは、運動実施後の「スッキリした」、「爽快だ」、「体が軽くなった」、「気分がいい」という被験者からの自由回答によって裏づけられる。そして、運動実施群の「気分」の正の方向への回答傾向は、運動実施の測定日だけではなく、積極的にレク活動として運動を実施した日にも同様な結果をもたらすことが図2から明かである。

次に、「疲労感」についてみてみると、運動実施後の疲労感は、昼休みに比べて減少の傾向のあることがわかる。

これは、昼休みが午前中の疲れを取るという休憩としての本来の機能が生きるかどうかの重要な指標となる。しかし、身体運動として体の動きを伴うものである以上、適度な運動としての程度を越すと、逆にハッキリ自覚するほどの疲れを感じることにつながるのが図2及び図3から推察

できる。

また、昼休み後の所感調査において、活動が「楽しかった」という回答が全測定日から得られた。これは、囲碁・将棋群の被験者で全日にわたって「楽しかった」という回答が得られており、昼休みを楽しい活動で過ごすということのレク活動の在り方に注目できる。

次に、「自覚症状調べ」による訴え率の昼休み前後の変化に着目してみる。この調査票は、疲労に関する30項目をⅠ群（第1～10項目）「ねむけとだるさ」、Ⅱ群（第11～20項目）「注意集中の困難」、Ⅲ群（第21～30項目）「局在した身体違和感」の3群に分けたものである。

表7からわかるように、運動実施群のⅢ群を除いて、昼休み前に比べて、昼休み後の訴え率の減少傾向がみられる。

また、この結果から全体的に運動実施群よりも囲碁・将棋群の方が訴え率が高いことが注目される。

運動実施群は、「精神作業型・夜勤型」と判定される「Ⅰ>Ⅱ>Ⅲ」のタイプから、「一般型」と判定する「Ⅰ>Ⅲ>Ⅱ」のタイプへの変化がみられた。（表8）

次に、項目別の訴えの集中を表9でみると、共通の傾向として、「目がつかれる」に訴えが集中しているのがわかる。これは、事務作業者の特徴といえる。

運動実施群については、「目がつかれる」、「ねむい」の訴えが昼休みに集中しているが、運動実施後は、減少している。これは、運動実施によって、脳の活動水準が高まったものと考えられる。

囲碁・将棋群は、「目がつかれる」の訴えが昼休み後に減少を示しているものの、いぜんとして集中は高く、昼休み後に上昇した「頭がぼんやりする」、「物事が気にかかる」、「声がかすれる」などの訴えは活動の特徴を表わすものとみなすことが考えられる。

また、全体的に囲碁・将棋群の訴え率が、運動実施群より高かった。

図4及び図5は、フリッカー値測定結果をもとに、測定日ごとに始業前のフリッカー値に対する変動百分率を時間的経過と比較したものである。しかしながら、図からわかるように、昼休み中のレク活動による影響は運動実施群、囲碁・将棋群にかかわらず多様なバターンが表われたために、昼休みの行動状況だけでは、一様な傾向としての判断がくたせなかった。

②終業時とそれ以降への影響

終業時の回答は、昼休み中の影響が昼休み後の次に反映されてくる時点であるから、その影響の持続性をみることができる。

そして、終業時以降への影響は、終業時以降の行動や家庭での過ごし方による時間や内容の多様さに大きく影響されると考える。たとえば、終業後地域の学校スポーツ開放にて汗を流し、仲間と一杯飲んでの帰宅や家庭に戻ってのんびりと横になってテレビを眺めながら休養を取ったりと様々な過ごし方が所感調査によって報告された。これは、それぞれが楽しみであり、また、疲労回復になっていると

考えられる。

しかし、二日酔いや寝不足といった行動は、翌日の始業前の所感調査の回答に影響されてくるものと考えられ、終業時及びそれ以降への影響についての結果と考察は、本研究第Ⅱ報で報告することにする。

IV まとめ

本研究では、労働を中心とした日常生活の疲労を回復させるためには、1日24時間随所への配慮が必要であるという立場から、その内の昼休みの活動に焦点があてられた。

そこで、本研究で対象となった男子事務職員の昼休み中のレク活動が、疲労の回復に与える効果は、自覚症状の観点から以下のようにまとめることができる。

(1) 昼休み中にレク活動として体操やゲームをすることによって、「気分」や「疲労感」といった主観的な訴えを正の方向へ導かせることができた。すなわち、囲碁・将棋という静的な活動よりも体操という動的なレク活動の方が心身のバランスを整え、疲労回復に有効な主観的效果をもたらしたといえる。

(2) 昼休み中のレク活動としての体操やゲームをすることの運動強度は年齢による差が認められた。

(3) 昼休み中のレク活動は楽しさと満足感をもたらすことができた。

(4) 昼休み中のレク活動の実施によって、昼休み後の「自覚症状調べ」の訴え率が低下した。つまり、積極的に活動することが自覚症状の変化からいって疲労の回復に効果をもたらしたといえる。しかし、活動の内容によって逆の要因としての働きがあらわれてしまう場合が認められた。

V 今後の課題

昼休みの1時間は、食事・休憩という、胃の正常な消化機能を保持し、疲労回復に有効な行動を含むが、さらに残りの時間を休憩の効果を上げるために、いかに有効に用いるかが今後重視される点であり、主体である個人の側からみた検討の必要性がある。

勤務による時間的制約や被験者人選に要求される条件と人数の点で種々の困難があったが、既にレク活動を継続している被験者との比較や運動実施群の運動日以外の測定・調査による比較、またレク活動の効果を見ていくための継続調査が必要と思われる。さらに、各人の嗜好性に合った体操以外の活動を昼休み中のレク活動として、その内容と程度について主観的效果のみならず、客観的效果として検討していくことが今後要求される。

注記・引用文献

- 1) S. H. Bartley & E. Chute: Fatigue and Impairment in Man. McGraw-Hill, 1947
- 2) 吉竹 博: 産業疲労—自覚症状からのアプローチ—. 労研出版, pp. 3-5, 1975
- 3) 渡辺俊男: 疲労と休養, 体育の科学, 32(8) pp. 552-555.

1982

- 4) 塩谷宗雄他: レクリエーションの科学的調査研究報告 (国鉄のモデル職場におけるレク実施の影響), 東海大学体育学部C-174, pp. 1-93, 1968)
- 5) 塩谷宗雄他: 職場における体操・軽スポーツの実施とその影響についての研究, 東京工業大学学報29 (別刷) pp. 19-28, 1965
- 6) 井筒次郎他: 軽作業職場における健康・体力づくりの方法に関する研究, 日本体育大学紀要, 13, pp. 81-88, 1984
- 7) 塩谷宗雄: 企業における健康と体力づくりの実験とその効果について—健康づくりへの発想の転換とその具体的検証—, 職場レクリエーション関係資料NO. 4, (社)長野県経営者協会「職場レクリエーション推進連絡委員会」, pp. 1-28, 1977
- 8) 井筒次郎他: 工場における健康・体力づくりの効果, 日本体育大学紀要15(1), pp. 43-48, 1985
- 9) 塩谷宗雄: 職場の体操, 新体育32(4), pp. 98-102, 1962
- 10) 芝山秀太郎: 壮年期の体力づくりと各種スポーツの運動強度のとらえかた, 体育の科学37(10), pp. 760-764, 1987
- 11) 池上晴夫: 運動処方の実際, 大修館書店pp. 167-170, 1987

表1 測定・調査時点と内容

測定・調査内容	時 点			
	始業前	午前 終業時 (昼休み前)	午後 始業時 (昼休み後)	午後 終業時
自覚症状調べ	○	○	○	○
フリッカー値	○	○	○	○
所感調査	○		○	○

*所感調査は3日毎に配布・回収し2週間継続した
*○印は測定・調査実施を示す

表2 被験者の年齢構成

年齢(歳)	運動継続群	囲碁将棋群	運動実施群
35~39	5	1	3
40~44	0	1	0
45~49	0	1	0
50~54	0	1	1
55~59	0	1	1
計 (N=15)	5	5	5

表3 疲労回復の方法 (複数回答)

	(%)	
疲れを感じる部位を動かす	12	42.9
飲 酒	10	35.7
眠 る	9	32.1
休 養	6	21.4
何もしない	6	21.4
入 浴	5	17.9
スポーツをする	3	10.7
深呼吸をする	3	10.7
体操をする	2	7.1
トイレに行く	2	7.1
あくびをする	1	3.6
顔を洗う	1	3.6
飲 食	1	3.6
趣味・創作をする	1	3.6

表4 被験者の概要（運動実施群）

被験者名	本人の属性					通勤条件		運動の好き・嫌い	体力の有無	昼休みの過ごし方	運動経歴	スポーツの実施状況	疲労感		
	年齢・歳	本経験年数	最終学歴	結婚子供(歳)	既往症	時間片道	方法						日常生活の疲労感	疲れを感じる時(平日)	疲れを感じる曜日(最近ひと月の平均)
Y.A	56	28	大卒	既婚(25.21)	S26慢性気管支炎	1時間未満	電車利用(ほとんど歩かぬ)	好き	あまりない	新聞・雑誌読み 読書 雑談	中学時代は剣道。高校時代は水泳の選手として活躍。就職後は5年間卓球部に所属。昭和46年までは体育館勤務であり、終業後バドミントンをよくやっていた。	週1回1時間バドミントン(夜) 週1回1-3時間サイクリング(朝) 週2回20分(朝)ジョギング・散歩	ときどき感じる	通勤途中(朝)	木曜日
S.T	53	17区	大卒	既婚なし	なし	1時間30分以内	電車利用(ほとんど歩かぬ)	どちらともいえない	あまりない	読書 いねむり	小学時代は、武道。中学時代～高校2年まで野球。大学時代は特にしていない。就職後5年間ぐらいいねむりをやっていた。それ以後は特にしていない。	特にしていない(月1回5時間位の山歩き)	たまに感じる	朝起きた時	木曜日
M.F	39	19	大卒	既婚(9)	なし	1時間30分以内	電車利用(少し歩く)	好き	少しある	読書 いねむり 雑談	小学時代は野球。中学時代は器械体操。高校時代は剣道の選手として活躍。大学時代に剣道を始める。就職後も剣を続ける。(年間10日)野球部に所属。	特にしていない(月1回位野球の試合に出ることがある)	ときどき感じる	仕事が終わった時	なし
K.K	38	18	大卒	既婚(5.0)	なし	1時間30分以内	電車利用(少し歩く)	好き	とてもある	新聞読み	小学時代は野球。中学時代はサッカー部。高校時代は柔道の選手として活躍。大学時代は特にせず。就職後2年して再び柔道を始める。26才から剣道を始める。	特にしていない(時間的余裕がない)	たまに感じる	帰宅途中	月曜日
T.M	35	12	大卒	未婚	なし	30分未満	電車利用(ほとんど歩かぬ)	どちらともいえない 好き	少しある	読書 いねむり	中学時代はバドミントンで活躍。就職後26才からバドミントン(週3回位)30才からテニス(月2-3回位)を始める。	週1回3時間バドミントン(夜) 月1-2回2時間テニス(昼)	たまに感じる	仕事中	月曜日

*経験年数の(区)は都庁や他の役所からの移動後の年数を示す

表5 被験者の概要(囲碁・将棋群)

被験者名	人の属性				通勤条件		運動の好き・嫌い	体力の有無	昼休みの過ごし方	運動経歴	スポーツの実施状況	疲労感			
	年齢・歳	本経験年数	最終学歴	結婚・子供(歳)	既往症	時間 片道						方法	日常生活の疲労感	疲れを感じる時(平日)	疲れを感じる曜日(最近ひと月の平均)
M.S	55	18区	高卒	既婚(24, 21)	S22肋膜炎 S36～39結核	30分未満	電車利用(徒歩)	どちらか好き	全くない	将棋(区に入ってから本格的に習う)	6年前に野球をやらなくなってから特にしていない	たまに感じる	仕事が終わった時	木曜日	
A.S	51	14区	大卒	既婚(14, 9)	S57十二指腸潰瘍	1時間以内	電車利用(徒歩)	どちらか嫌い	ふつう	将棋	特にしていない	ときどき感じる	仕事が終わった時	水曜日	
T.H	45		高卒	既婚(16, 14)	なし	1時間以内	電車利用(徒歩)	どちらか好き	あまりない	雑談 囲碁(10年前から始める)	小学時代は野球。中学時代は柔道、水泳、卓球と幅広く活動。就職後スキーを始め。(年間10日位)	特にしていない	たまに感じる	夜寝る前	金曜日
S.O	40	20	高卒	既婚(15, 13)	なし	2時間以内	電車利用(徒歩)	どちらか好き	ふつう	将棋(就職後10年して始める)	小学時代は柔道。中学時代は陸上部、高校時代は野球の選手として活躍。10年前からPMソルトを始める。スキー(年間10日位)、野球を続ける。	月1回4時間位 野球(朝・昼) 週1回2時間位 PMソルト(夕)	ときどき感じる	仕事が終わった時	木曜日
R.T	36	10	大卒	既婚(5, 4)	なし	30分未満	自転車利用	どちらか嫌い	あまりない	将棋 読書 雑談	小学時代は野球。中学時代はバスケ部、柔道で選手として活躍。高校時代はラグビー、スキー、水泳が得意。就職後は特にしていない。	特にしていない(やりたいと思う時間が少ない)	たまに感じる	仕事が終わった時	木曜日

*経験年数の(区)は都庁や他の役所からの移動後の年数を示す

表6 レクリエーション活動の内容・構成と被験者の反応 (体操/4回目)

時刻	T	プログラム	内容	留意点	被験者の反応
12:42		(導入) 一声をあげる	緊張をほぐし、ムードを柔らげる		
	5	ストレッチング (柔軟運動)	<u>立位での体の側屈</u> (肩幅に両足を開いて立ち、上体をゆっくり側屈させ、側腹部に緊張を感じたら止め10~20秒間維持、ゆっくり戻して反対側へ側屈) <u>両腕を頭の後ろで組む</u> ・肩および上腕三頭筋 (両腕を頭の後ろに回し、片方の手で反対側の肘をつかんでゆっくり引く) <u>立位での体の前屈</u> (両脚を膝で交差し、膝を起点にしてゆっくりと上体を前屈させる)	無理に反動をつけて曲げようとしないうちに注意させる。 最初から無理をせず、マイペースで行なうようにさせる。 体操の効果上がるように特に姿勢に気をつけさせる。 膝の硬い人には、軽く膝を曲げて無理しないようにさせる。	「あー、気持ちいい」といながら、体の局所の疲れをほぐしているような様子
12:47		回旋運動	腕の前後回し 頭・上体を回す		
	3	グー・パー	レクリエーションゲーム 片方の手を前に出し、手の平を開きもう一方は腰のあたりで握る。掛け声にあわせて、握っていた手は開いて前へ、開いていた手は握って腰のところへ戻す。これを連続して繰り返す。反対の動作も行なう。	メリハリよく、「それ！ヨイショ！」等と声をかけてムードを盛り上げる	隣の人のしぐさを眺めながら、「おや?」「あれ?」と楽しい雰囲気。
		屈伸運動	下肢(足首・膝)		
12:50	10	ステップ・ジャンプ中心の体操	その場足踏み・スキップ・ジョギング 音楽にあわせながらその場でサイドステップ・ジャンプをする。(肩足とび・両足移動とび・その場とびで腕を横や上にあげるとぶ)	音楽にあわせて軽く弾んで、ステップするよう促す。 苦しかったら無理をせずその場足踏みをするようにさせる。	リズムにあわせて体を動かすことがなかなか出来ず、多少戸惑いながらも一生懸命体を動かしている。 息をハハアさせながらも楽しそうに体を動かしている。
		呼吸調整	その場足踏み、呼吸を整える	大きく息を吸ってゆっくり吐くようにさせる	
13:00		終了			

(使用曲: THE SQUARE)

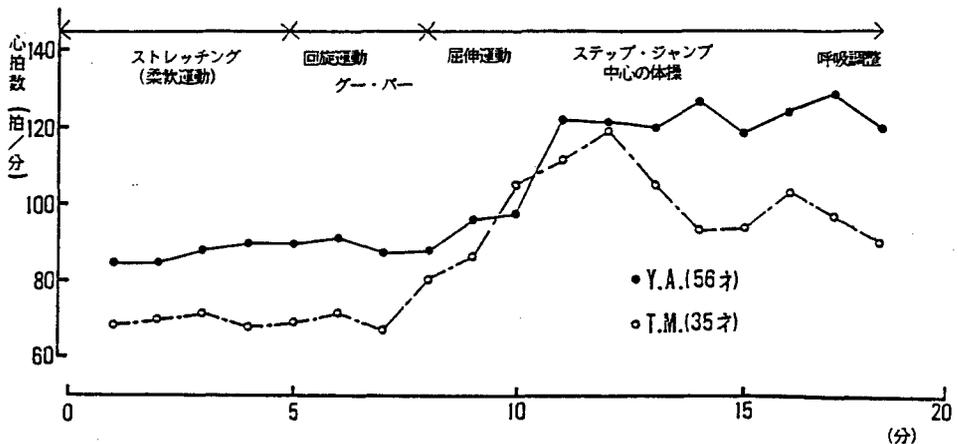
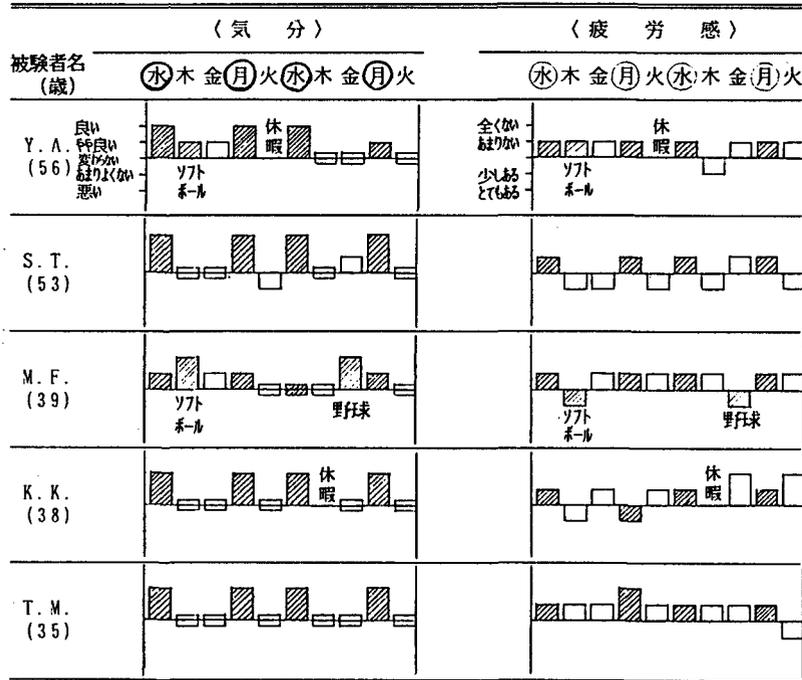
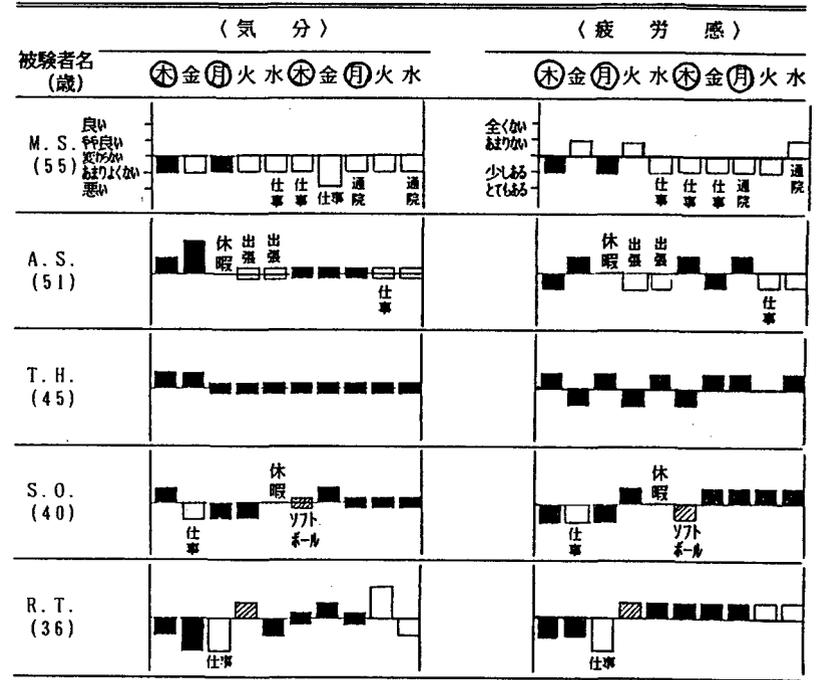


図1 レクリエーション活動中の心拍数の変化 (運動実施)



* ■ は、昼休みに運動をしたことを示す
* 曜日の○印は、測定・検査日を示す

図2 昼休み中の活動による昼休み後の影響 (運動実施)



* ■ は、昼休みに囲碁・将棋をしたことを示す
* 曜日の○印は、測定・検査日を示す

図3 昼休み中の活動による昼休み後の影響 (囲碁・将棋)

表7 自覚症状訴え率 (症状群別) (%)

	運動実施群			囲碁・将棋群		
	昼休み前	昼休み後	前後差	昼休み前	昼休み後	前後差
I	8.9	2.8	-6.1	21.8	16.0	-5.8
II	1.7	0	-1.7	13.0	10.0	-3.0
III	0	0.6	0.6	14.7	12.0	-2.7
T	3.5	1.1	-2.4	16.5	12.7	-3.8

* I、II、IIIはそれぞれ群別の訴え率であり、Tは30項目全体としての訴え率を表わす。

表8 自覚症状の構成比 (数字は%)

	運動実施群		囲碁・将棋群	
	昼休み前	昼休み後	昼休み前	昼休み後
訴え率順	I > II > III	I > III > II	I > III > II	I > III > II
I/T	2.54	2.54	1.32	1.26
II/T	0.45	0	0.78	0.79
III/T	0	0.45	0.89	0.94

* I/T、II/T、III/TはTの訴え率に対する各症状群の訴え率の比を表わす。

表9 自覚症状の項目別訴え率

	項 目	運動実施群		囲碁・将棋群	
		昼休み前	昼休み後	昼休み前	昼休み後
I	1. 頭がおもい	5.3	-	23.5	6.7
	2. 全身がだるい	5.3	-	23.5	13.3
	3. 足がだるい	-	-	5.9	-
	4. あくびがでる	10.5	5.6	11.8	-
	5. 頭がぼんやりする	5.3	-	5.9	▲ 26.7
	6. わむい	△ 31.6	5.6	△ 35.3	20.0
	7. 目がつかれる	△ 31.6	16.7	○ 70.6	● 60.0
	8. 動作がぎこちなくなる	-	-	-	6.7
	9. 足もとがたよりない	-	-	17.6	-
	10. 横になりたい	-	-	23.5	6.7
I 群 の 平 均		8.9	2.8	21.8	16.0
II	11. 考えがまとまらない	5.3	-	11.8	13.3
	12. 話をするのがいやになる	-	-	5.9	-
	13. いらいらする	-	-	5.9	6.7
	14. 気がちる	-	-	17.6	6.7
	15. 物事に熱心になれない	5.3	-	17.6	6.7
	16. ちょっとしたことが思いだせない	5.3	-	17.6	13.3
	17. することに間違いが多くなる	-	-	5.9	6.7
	18. 物事が気にかかる	-	-	23.5	▲ 26.7
	19. きちんとしてられない	-	-	5.9	6.7
	20. 根気がなくなる	-	-	23.5	13.3
II 群 の 平 均		1.6	-	13.0	10.0
III	21. 頭がいたい	-	-	11.8	6.7
	22. 肩がこる	-	-	-	-
	23. 腰がいたい	-	5.6	5.9	6.7
	24. いき苦しい	-	-	17.6	20.0
	25. 口がかわく	-	-	23.5	20.0
	26. 声がかすれる	-	-	△ 41.2	▲ 46.7
	27. めまいがする	-	-	17.6	6.7
	28. まぶたや筋肉がピクピクする	-	-	17.6	-
	29. 手足がふるえる	-	-	11.8	13.3
	30. 気分がわるい	-	-	5.9	-
III 群 の 平 均		-	0.6	14.7	12.0
Total		3.5	1.1	16.5	12.7

* 昼休み前は25%以上=△ 50%以上=○、昼休み後は25%以上=▲ 50%以上=●をそれぞれ示す

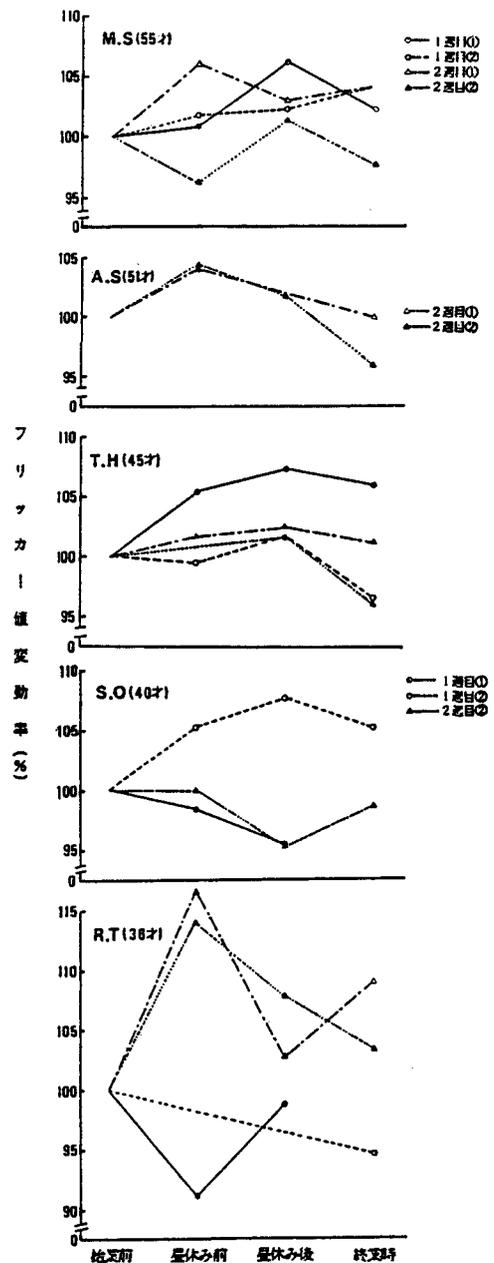
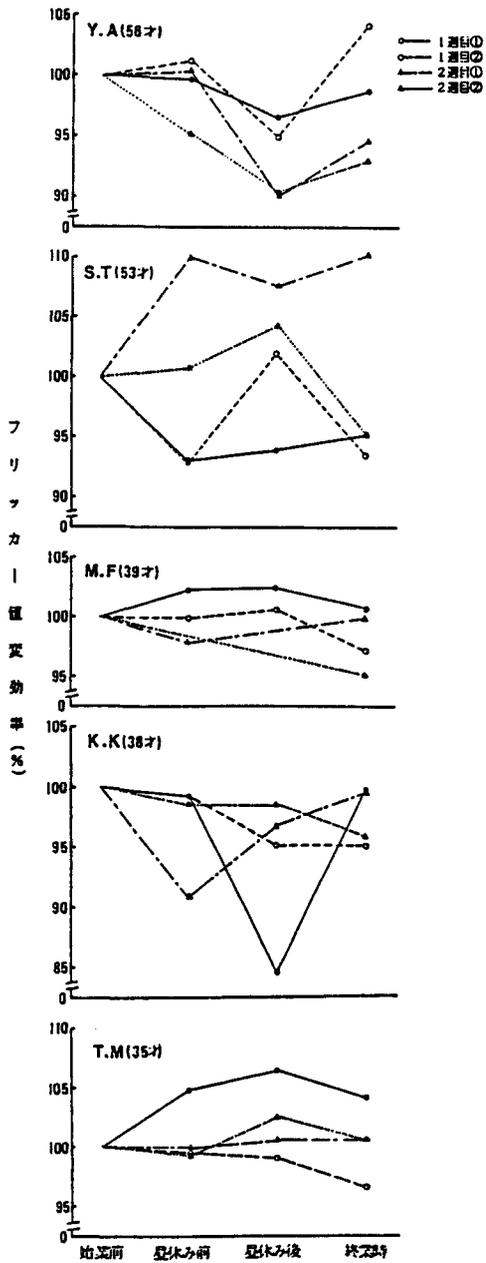


図4 フリッカー値の日間変動率 (運動実施群)

図5 フリッカー値の日間変動率 (囲碁・将棋群)

学校キャンプ実施期間についての基礎的研究 II

—大阪府北摂地区高校教員の意識の分析—

○福田 芳則 (大阪体育大学) 五林 正隆 (大阪社会体育専門学校) 高見 彰 (関西女学院短期大学)

学校キャンプ キャンプ実施期間 高校教員

はじめに

文部省の自然教室推進事業、スキー・登山などをメインプログラムにした野外活動行事の増加、生活に根ざした総合・体験教育を重視しての生活科の発足など、近年学校教育における野外教育・野外活動の重要性も改めて見直されてきている。しかし、自然教室実施期間の現状は、3泊4日での実施校が全体の86%あまりを占め、4・5泊の実施校は14%弱と低率である。¹⁾ 他の学校キャンプは2泊3日以内での実施がほとんどであり、また、野外炊事、キャンプファイヤー、ハイキングなどいくつかのものに限られている実施プログラムの画一化などが指摘され、実施期間、プログラム、指導者、施設、管理面等、より多様で充実した教育内容を盛り込むために解決されなければならない問題点も多くある。²⁾³⁾⁴⁾

学校キャンプの実施期間を少しでも延長することが可能であれば、その教育的効果、レクリエーション活動への意識・態度の育成も今以上に望まれるものと思われる。学校キャンプの現状として、その企画・運営・指導は実施校の教員にゆだねている学校が多く、その成否は教員に負うところが大きいといっても過言ではない。この考え方をもとに、前回は中学校教員の学校キャンプ実施期間についての意識を分析し報告した。⁵⁾ 今回は、高校教員を対象とし、学校キャンプの実施期間に関する意識を分析し、期間延長の可能性をさぐるとともに、キャンプ実施期間を考える上での基礎的資料を得ることを目的とした。

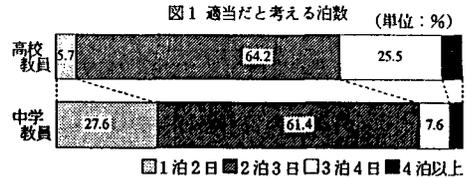
研究方法

大阪府北摂地区(茨木・高槻市)の公立高校教員(教諭)を対象に、学校キャンプ実施期間に対する意識について、質問紙による調査を行った。調査時期は1986年11月20日～12月10日で、両市内12校(教諭数男性616名、女性199名、計815名)に調査表を各15部配布し、有効回答数(率)は9校106名(58.9%)であった。

分析の方法は 1. 適当だと考える学校キャンプの実施期間(以下泊数とする場合もある)と、(1)性別(2)年代(3)教員経験年数(4)担当教科(5)引率経験(6)個人的キャンプ経験(7)キャンプ講習会参加経験(8)学校キャンプの必要性(9)キャンプに対する好嫌感との関連 2. 学校キャンプ実施期間に影響をおよぼす要因(25項目)の5段階評定得点結果と、1であげた(1)～(9)および適当だと考える学校キャンプの泊数との関連について有意差検定を行い比較検討した。また、前回中学校教員に対して行った同様の調査結果もあわせて考察を加えた。⁵⁾ なお、キャンプ期間に影響をおよぼす要因25項目については、キャンプ期間の長短を択一しその理由について自由記述で回答されたものを整理・再構成したものをを用いた。⁶⁾

結果と考察

1. 適当だと考える学校キャンプの実施期間について
高校教員の適当だと考える学校キャンプの泊数として得た回答を、前回調査の中学校教員の結果とあわせて図1に示した。

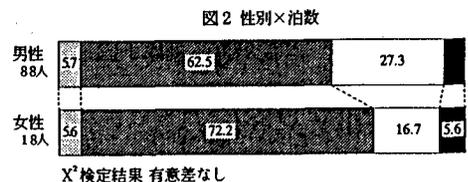


今回対象とした高校教員は、2泊3日を適当としたものが最も多く64.2%と全体の5分の3強を占めた。次に多く得られた回答は3泊4日であり、25.5%と全体の4分の1を占めている。1泊2日、4泊15日以上と回答したものは少なくそれぞれ5.7%、4.7%であった。1泊を含め2泊3日以内と回答したものは69.9%と全体のおよそ7割で、逆に3泊4日以上と回答したものは30.2%およそ3割という結果を得た。

これら中学校教員の結果と比較すると、①2泊3日が共に最頻値で回答の割合もほぼ同様である ②中学校教員のほうが高校教員と比較してより多くのものが1泊2日を志向している($P < 0.005$) ③高校教員のほうが中学校教員と比較してより多くのものが3泊4日以上を志向している($P < 0.005$)ということが言え、総じて高校教員のほうが中学校教員よりもより長い学校キャンプ実施期間を志向していることがうかがえる。⁵⁾ これらの差異は参加生徒の体力面、学校カリキュラムの融通性、事故等責任問題などに対する教員の意識・現状に起因するものと推測できる。(表1参照)

つぎに、適当だと考える泊数と、(1)～(9)についての比較結果を以下(図2～図8)に示した。なお、現状よりの期間延長という意味から、2泊3日以内と3泊4日以上との比較を中心に χ^2 検定を行った。

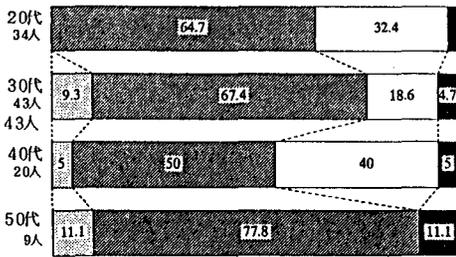
(1) 性別(男女差)における比較(図2)では、3泊4日以上と回答したものは、男性31.8%に対し女性22.1%とほぼ10%の差があったものの、有意差は認められなかった。回答割合に差はあるものの男女差が認められなかった点では中学校教員と同様の結果であった。⁵⁾



(2) 年代における比較(図3)では、3泊4日以上と回答したものの割合は40代が最も高く、20代、30代、50代の順となって

いるが有意な差はみられなかった。従って、中学校教員にみられた「若い年代のほうがより長いキャンプ期間を志向する」という結果と異なり、年代による差は認められなかった。⁵⁾

図3 年代×泊数

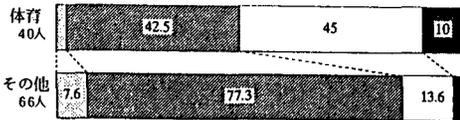


X²検定結果 有意差なし

(3) 教員経験年数における比較では、3泊14日以上と回答したものの割合は1~5年=40%、6~10年=21.9%、11年~15年=12.5%、16年~20年=40%、21年以上=28.5%であり、教員経験6~15年の中間層が若干低い割合を示したものの有意差は認められず、経験の浅いほどまた深いほどといった意味での差異はみられなかった。中学校教員の場合はこの比較を行っていない。⁵⁾

(4) 担当教科においては、体育科とその他の教科で比較を行った(図4)。3泊14日以上と回答したものは、体育科教員55%他教科の教員15.1%で、0.5%水準で有意な差が認められ、体育科教員のほうが他教科の教員に比べ2泊3日以内よりも3泊14日以上を志向していることがわかった。中学校教員の場合は、主要5教科とその他の教科との比較を行ったが有意差はみられていない。⁵⁾

図4 担当教科×泊数



X²検定結果 2泊以内よりも3泊以上を志向する 体育>その他 ※※※0.005

(5) キャンプ引率経験においては、経験の有無(図5)と経験の程度(図5-2)による比較を行った。

図5 引率経験有無×泊数

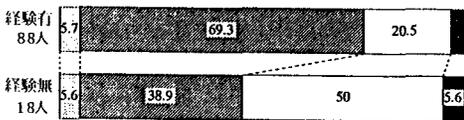
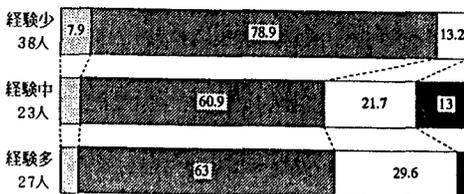


図5-2 引率経験程度×泊数



X²検定結果 2泊以内よりも3泊以上を志向する 引率経験あり<なし ※※0.01 経験少<経験中・多 ※0.05

8割以上のものが引率を経験しているが、3泊14日以上と回答したものは引率経験者25%引率未経験者55.6%で、1%水準で有意差がみられ、引率未経験者のほうが経験者に比べ2泊13日以内よりも3泊14日以上を志向していることがわかった。後述の表2から、①引率経験群のほうが指導的な問題を期間延長を阻害する要因として受けとめている、②未経験者群のほうが期間延長にともなう効果増を認めていることが明らかであり、現在の学校キャンプの現状になんらかの問題点がありそれに直面した経験者のほうがキャンプ実施期間延長により消極的姿勢を示しているものと思われる。

引率経験程度の比較は、引率経験回数1~4回を経験少群、5~7回を経験中間群、8回以上を経験多群として行った。経験少群に比べ経験中間群・多群のほうがいずれも有意に2泊13日以内よりも3泊14日以上を回答しており、引率経験回数の多いほうがより長いキャンプ実施期間を志向していることがわかった。後述の表2より、引率経験中間・多群のほうが指導的的要因を比較的問題としておらず、期間延長にともなう効果増を期待していることに起因するものと思われる。中学校教員の場合は、引率経験の多少という意味での関連は認められなかった。⁵⁾

(6) 個人的キャンプ経験においては、学校キャンプの引率以外の個人でのキャンプ参加経験の有無(図6)と、個人的キャンプの最長経験期間の長短(図6-2)について比較を行った。

引率以外での個人的キャンプの経験者は56.6%と全体の約半分強であり、3泊14日以上と回答したものは35%で経験のないもの(26.1%)より高い割合を示したものの、有意な差はみられなかった。

図6 個人でのキャンプ経験の有無×泊数

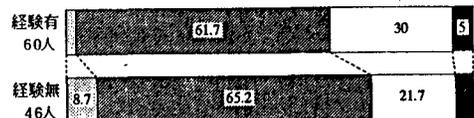
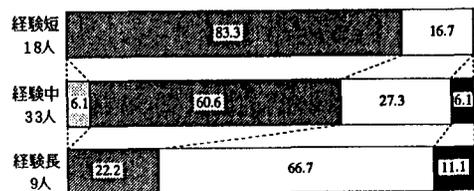


図6-2 個人でのキャンプ経験期間×泊数

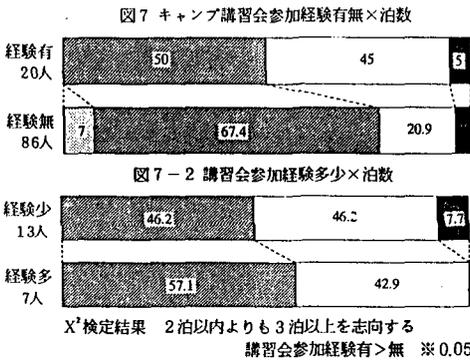


X²検定結果 2泊以内よりも3泊以上を志向する 経験短期<長期 ※※※0.005 中期・短期<長期 ※※※0.005 中期<長期 ※※※0.05

個人的キャンプの最長経験期間の長短による比較は、最長経験期間2泊13日以内を経験短期群、3泊14日~4泊15日を経験中期群、5泊16日以上を経験長期群として行った。経験長期群の3泊14日以上の回答率はおよそ8割と非常に高率を示し、経験短期・中期群との間に有意な差が認められた。より長期のキャンプを経験しているものは、期間延長にともなう効果増を認めており(表2参照)、自己の体験を判断基準として回答したことがうかがえる。5泊16日以上のキャンプ体験は、現状2泊13

1日以内で行われている学校キャンプを3泊4日以上と期間延長を肯定する考えを助長するものであり、キャンプの意義をより理解させえるものといえるだろう。なおこれらの結果は、中学校教員の場合は分析していないが、適当だと考える泊数に最長経験期間の長短が関与するとしたキャンプ期間に関するパイロットスタディーの結果と合致している。³⁾

(7) キャンプ講習会参加経験においては、参加経験の有無(図7)と参加回数の多少(図7-2)について比較を行った。キャンプ講習会に参加の経験を持つものは18.9%と全体の2割弱であり、指導的問題に強く不安をいだいているにもかかわらず(表2参照)低率であった。3泊4日以上と回答したものは、講習会参加経験者が半数であったのに対し未経験者では4分の1であり、5%水準で有意な差が認められ、キャンプ講習会に参加したもののほうがより長いキャンプ実施期間を志向していることがわかった。



キャンプ講習会参加経験の多少による比較は、参加経験回数1~2回を経験少群、3回以上を経験多群として行った。両群間の3泊4日以上の回答率には若干の差があるものの有意な差はみられなかった。

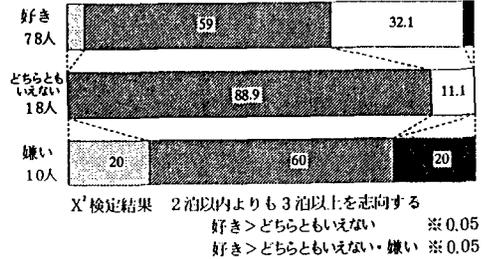
講習会参加経験者は未経験者に比べ、指導的問題を比較的不安に感じておらず、逆に期間延長にともなう効果増をより多く期待しているが、講習会参加回数の多少での比較では有意な差はみられていない(表2参照)。従って、学校キャンプ期間延長を肯定する考え方を助長するひとつの方法としてキャンプ講習会への参加があげられよう。また、参加しようという意識作り、参加しやすい環境作りを今後考えて行く必要がある。この結果は、適当だと考える泊数にキャンプ講習会の参加の有無が関与するとしたパイロットスタディーの結果と合致している。³⁾

(8) 学校キャンプの必要性における比較では、3泊4日以上と回答したものの割合は必要性あり=31.2%、どちらともいえない=30%、必要性なし=33.3%であり、有意な差はみられなかった。

(9) キャンプに対する好嫌感における比較(図8)では、キャンプを含む野外活動が好きであるという反応を示したものが全体の7割強を占め、嫌いという反応を示したものは1割弱にとどまっている。中学校教員は好感はほぼ同様の値であるが、嫌感を示したものは17.2%で高校教員のほうが低い値であっ

た。3泊4日以上と回答した割合は、好感群=35.9%で中間・嫌感群より有意に高いものであり、好感群のほうがより長いキャンプ実施期間を志向しているといえよう。中学校教員の場合も同様の傾向がみられた。⁵⁾

図8 キャンプに対する好嫌感×泊数



2. 学校キャンプ実施期間に影響をおよぼす要因について
学校キャンプ実施期間に影響をおよぼす要因25項目に対する5段階評価の得点結果を平均値の高い順から表1に示した。なお、前回調査を行った中学校教員の平均値・順位も付記した。

表1 学校キャンプの期間に影響をおよぼす要因

順位	項目	MEAN	SD
1	教員のキャンプ経験、技術が問題となる (指)	3.887 (4.000: 1)	0.919
2	プログラムとして向を行えば良いかという教材面の不足・内容が補助となる (指)	3.830 (3.682: 6)	0.956
3	準備活動が多忙になり、引き受け手に負い難い (指)	3.801 (4.000: 1)	0.877
4	教師と生徒、生徒と生徒の相互理解がよい期待できる (目)	3.708 (3.579: 8)	0.812
5	教職員の意欲・体力に問題がおきる (指)	3.651 (3.875: 5)	0.936
6	野外活動の専門家が必要となる (指)	3.585 (3.648: 7)	1.045
7	指導者の人数が不足する (指)	3.490 (3.965: 3)	1.080
8	天候の変化等、自然の厳しさをより味わえる (目)	3.462 (3.489: 11)	0.896
9	適切な準備で余裕のあるプログラムが行える (目)	3.434 (3.331: 16)	0.936
10	時間外・超過勤務が問題となる (環)	3.405 (3.517: 10)	1.307
11	利用場所の施設・設備の不備が問題となる (環)	3.387 (3.489: 11)	0.857
12	生徒のキャンプに対する資質・能力が必要となる (主)	3.311 (3.482: 13)	1.027
13	生徒の社会性や協力の精神に向上が見られる (目)	3.264 (3.427: 14)	0.993
14	生徒が野外活動に対してより興味をいだく (目)	3.254 (-)	0.891
15	生徒の負担する経費面が無理である (環)	3.226 (3.006: 20)	0.908
16	自然をより理解し愛好するようになる (目)	3.217 (3.227: 17)	0.781
17	生徒の健康・体力に対する意識・態度がよくなる (目)	3.198 (-)	0.867
18	生徒の体力面で問題が出てくる (主)	3.179 (3.531: 9)	1.094
19	教職員の経費等、財政的に支障をきたす (環)	3.142 (2.689: 21)	1.050
20	個々人の性格の伸長・改善がより期待できる (目)	3.094 (-)	0.834
21	受け入れ施設が不足すると思う (環)	3.074 (3.420: 15)	0.979
22	事故が増え、責任問題等が増える (環)	2.867 (3.193: 19)	0.974
23	生徒の意欲が減退する (主)	2.670 (2.655: 22)	0.887
24	他の教育活動に支障をきたす (環)	2.629 (3.220: 18)	1.182
25	保護者の理解が得られない (環)	2.500 (2.524: 23)	0.808

表中MEAN欄の()内の数値は、前回の中学校教員の平均と順位を示している。表2項目欄の(指)は指導サイドの要因、(環)は施設、勤務責任等といった環境的要因、(目)は期間延長にともなう効果期待できる目的的要因、(主)はキャンプ自身の主体的要因である。

各項目の順位をみると、指導的要因が上位のほとんどをしめており、以下、目的的要因、環境的要因、主体的要因が混在している。各要因の総平均値も、指導的要因が3.708と最も高い値を示し、次いで目的的要因3.329、主体的要因3.053、環境的要因3.035であった。各項目毎の論議はにおいて総平均値のみをみると、主体的および環境的要因は学校キャンプ実施期間延長を阻害するものとしてとらえられていない。現状の2泊3日以内のキャンプ実施期間が3泊4日以上に延長された場合、期間延長にともなう効果増は認めるものの、それ以上に、教員自身の経験・技術など専門性や意欲の問題、企画・運営も含めた担当者の負担、野外プログラム内容の不足・不備などといった指導サイドの問題が高校教員の意識の上に大きな不安として立ちだかっているといえる。

中学校教員の場合も、総平均値は指導的要因=3.862、目的的要因=3.410とやや高い値を示しているが、効果増は認めるものの指導的な面で問題があるという考え方は同様である。主体的要因、環境的要因も中学校教員の方が高い値を示しており(それぞれ3.223、3.123)、その数値からわずかではあるが中学校教員の方がキャンプ期間延長にとって阻害的なものとしてとらえているものと思われる。項目別にみて特に中・高教員で異なる点は、他の教育活動に支障をきたす(中>高)、教員・生徒の財政的支障(高>中)、生徒の体力的問題(中>高)、受け入れ施設の不足(中>高)、事故等責任問題(中>高)などが上げられる。⁵⁾

つぎに、学校キャンプ期間に影響をおよぼす要因をさらに分析するために、性別、年代、教員経験年数、担当教科、引率経験、個人的キャンプ経験、キャンプ講習会参加経験、学校キャンプの必要性、キャンプに対する好悪感、適当だと考える割合の違いによる差を比較し、その結果を表2に示した。

- (1) 性別(表2-A欄)においては、指導的要因に差がみられ、女性の方が期間延長を阻害する要素としてより強く受けとめている。他の要因には差はみられなかった。
- (2) 年代(表2-B欄)においては、主体的要因をのぞいて指導、目的、環境的要因に有意差がみられた。指導的要因では、20代が30代以上に比べ有意に低い値を示しており、30代以上の方が阻害要素としてより強く受けとめている。しかし、年代の低い高いという意味での関連があるとはいえない。目的的要因については、30代が他の年代より有意に低い値を示し、期間延長にともなう効果増をあまり期待していないようであるが、年代が高いから低いからという意味での差については言及できない。環境的要因については、20代よりも30・40代のほうが、さらにそれよりも50代の方が有意に高い値を示し、年代が高くなるほど阻害的問題として強く受けとめており、中学校教員と同様の結果であった。⁵⁾
- (3) 教員経験年数(表2-C欄)においては、年代と同様主体的要因をのぞいて他の要因に有意差がみられた。指導的要因では、教員経験15年未満と15年以上で有意差がみられ、教員経験の長いものの方が阻害要素としてより強く受けとめている。目的的要因では、経験年数11～15年が他の経験年数グループより、また、6～10年が最も経験年数の短いグループと長い

グループより有意に低い値を示した。しかし、教員経験年数の長短という意味からの差はないといえる。環境的要因では、最も教員経験の短い0～5年が他のグループより有意に低い値を、また、経験16年以上がそれ以下のグループより有意に高い値を示し、教員経験の長いものほど阻害的要素としてより強く受けとめている。

(4) 担当教科(表2-D欄)においては、体育科とその他の教科で比較を行った。指導的要因に有意な差がみられ、他教科教員のほうが体育科教員よりも阻害的要素としてより強く受けとめている。また、目的的要因にも差がみられ、体育科教員のほうが期間延長にともなう効果増をより認めている。なお、他の要因には差はみられなかった。

(5) 引率経験においては、経験の有無(表2-E欄)と経験の程度(表2-F欄)による比較を行った。

経験の有無において、指導的要因は経験者のほうが有意に高い値を示し、阻害的要素としてより強く受けとめている。また、目的的要因にも有意な差がみられ、引率未経験者のほうが期間延長にともなう効果増をより認めている。引率未経験者のほうが学校キャンプ期間延長により肯定的意識をもってすることになるが、この原因は、現在の学校キャンプになんらかの問題点がありそれに直面した経験者のほうがキャンプ期間延長により消極的姿勢を示しているからではないだろうか。他の要因に差はみられなかった。なお、中学校教員の場合は、どの要因にも引率経験の有無による関連はみられなかった。⁵⁾

引率経験程度の比較は、引率経験回数1～4回を経験少群、5～7回を経験中群、8回以上を経験多群として行った。環境的要因以外に有意な差がみられ、指導的要因では、経験少・中群のほうが阻害的要素としてより強く受けとめている。目的的要因では、経験中・多群のほうが期間延長による効果増をより認めている。また、主体的要因では、経験中・少群のほうがやや阻害的要素として受けとめているが、経験多群は阻害的に感じていない。これらのことより、引率経験の有無により意識に差はあるものの引率経験者の中だけでみると、経験回数が多くなればなるほどキャンプ実施期間延長に肯定的な意識をより強くするということがいえよう。

(6) 個人的キャンプ経験においては、学校キャンプの引率以外の個人でのキャンプ参加経験の有無(表2-G欄)と、個人的キャンプ経験の最長泊数の長短(表2-H欄)について比較を行った。

個人的キャンプ参加経験の有無においては、どの要因にも有意な差はみられなかった。

最長泊数の長短の比較において、すべての要因に有意な差がみられ、指導的要因では、最長経験泊数1泊のものの方が経験2泊以上のものに比べより阻害的に受けとめている。しかし、経験泊数が長いものほど不安に感じているとはいえない。目的的要因では、経験泊数3泊以上のものの方が3泊以下のものより期間延長にともなう効果増をより認めている。経験泊数が長くなればなるほどという言いかたはできないが、4泊以上の経験はキャンプ効果を十分に認めるよ

表2 キャンプ期間に影響をおよぼす要因×性別・年代・教員経験年数・教科・引率経験・個人的キャンプ経験・講習会参加経験・必要性・好嫌感・適当と考える泊数

	A 性別	B 年代	C 教員経験年数	D 教科	E 引率経験	F 引回数	G 個人経験
指導的要因	①男性8人 ②女性18人	①20代34人 ②30代43人 ③40代20人 ④50代9人	①0-5年35人 ②6-10年32人 ③11-15年8人 ④16-20年10人 ⑤21年以上21人	①体育40人 ②その他66人	①あり88人 ②なし18人	①少(1-4回)38人 ②中(5-7)23人 ③多(8-)27人	①あり60人 ②なし46人
	①3.641 ②4.032	①3.567 ②3.721 ③3.864 ④3.794	①3.669 ②3.670 ③3.500 ④3.943 ⑤3.810	①3.543 ②3.807	①3.755 ②3.476	①3.842 ②3.783 ③3.608	①3.707 ②3.708
目的的要因	①<②※※※※ ②<③※※※※ ③<④△	①<②△ ②<③※※※※ ③<④△ ①<②③④※※	①<④※※ ②<④※※ ③<④※ ①②③<④⑤※※※	①<②※※※※	②<①※※※※	③<①※※※※ ④<②△ ⑤<①②※※※	有意差なし
	①3.279 ②3.245	①3.370 ②3.106 ③3.350 ④3.556	①3.339 ②3.170 ③2.929 ④3.271 ⑤3.449	①3.439 ②3.223	①3.222 ②3.532	①3.090 ②3.360 ③3.291	①3.298 ②3.245
環境的要因	①3.028 ②3.069	①2.849 ②3.078 ③3.081 ④3.431	①2.829 ②3.070 ③3.016 ④3.225 ⑤3.244	①3.038 ②3.030	①3.061 ②2.910	①3.046 ②3.125 ③3.028	①3.000 ②3.082
	有意差なし	②<①※※※※ ③<①※※※※ ④<④※※※※	③<①※※※※ ④<②△ ⑤<①※※※※ ②<①※※ ③<④※※※※ ①②③<④⑤※※※※	②<①※※※※	①<②※※※※	①<②※※※※	有意差なし
主体的要因	①3.011 ②3.259	①3.000 ②3.085 ③3.133 ④2.926	①3.038 ②3.052 ③3.042 ④3.167 ⑤3.032	①2.933 ②3.126	①3.098 ②2.833	①3.263 ②3.145 ③2.827	①3.017 ②3.101
	有意差なし	有意差なし	有意差なし	有意差なし	有意差なし	④<①※※※※ ⑤<②※※※※ ⑥<①②※※※	有意差なし

	H 個人経験最長泊数	I 講習会参加経験	J 講習会参加回数	K 必要性	L 好嫌感	M 適当と考える泊数
指導的要因	①1泊5人 ②2泊13人 ③3泊15人 ④4泊以上27人	①あり20人 ②なし86人	①1-2回13人 ②3回以上7人	①あり93人 ②どちらとも10人 ③なし3人	①好き78人 ②どちらとも18人 ③嫌い10人	①1泊6人 ②2泊68人 ③3泊27人 ④4泊5人
	①4.057 ②3.626 ③3.581 ④3.751	①3.436 ②3.771	①3.319 ②3.653	①3.694 ②3.757 ③3.952	①3.667 ②3.706 ③3.929	①4.190 ②3.721 ③3.582 ④3.629
目的的要因	②<①※※ ③<①※※※ ④<①△ ②③④<①※	①<②※※※※	有意差なし	有意差なし	①<②※ ②③<④※	②<①※※※※ ③<①※※※※ ④<①※※※※ ⑤<②△ ②③④<①※※※※ ⑥④<①②※
	①3.286 ②3.110 ③3.257 ④3.413	①3.529 ②3.219	①3.473 ②3.633	①3.336 ②2.971 ③3.281	①3.375 ②2.992 ③3.000	①3.024 ②3.090 ③3.725 ④3.657
環境的要因	①2.800 ②3.308 ③3.008 ④3.014	①2.938 ②3.058	①2.913 ②2.982	①3.028 ②2.913 ③3.667	①3.014 ②2.889 ③3.463	①3.625 ②3.077 ③2.736 ④3.775
	①<②※ ②<③※ ③<④△	有意差なし	有意差なし	①<②※※※※ ②<③※※※※ ③<④※※※※ ①②③<④※※※※	①<②※※※※ ②<③※※※※ ③<④※※※※	③<①※※※※ ④<②※※※※ ②<①※※※※ ⑤<④△
主体的要因	①3.667 ②2.846 ③3.133 ④2.914	①2.833 ②3.105	①2.767 ②2.952	①3.029 ②3.000 ③4.000	①3.060 ②2.944 ③3.200	①3.378 ②3.162 ③2.716 ④2.533
	②<①※ ③<①△ ④<①※※※ ②③④<①※※	①<②△	有意差なし	①<②※※※※ ②<③※※※※ ③<④※※※※	有意差なし	②<①※※※※ ③<①※※※※ ④<②※※※※ ⑤④<①②※※※※

△P<0.1 ※P<0.05 ※※P<0.01 ※※※P<0.005

うになる可能性があると思われる。環境的要因では、最長経験泊数2泊のものほかの泊数のものより阻害的にとらえているが、経験泊数の長短という意味での関連は言及できない。主体的要因では、経験泊数1泊のものが2泊以上のものに比べより阻害的に受けとめている。しかし、経験泊数が長いものほど不安に感じていないとはいきれない。

(7) キャンプ講習会参加経験においては、講習会参加経験の有無(表2-I欄)と、講習会参加回数の多少(表2-J欄)について比較を行った。

講習会参加経験の有無においては、環境的要因をのぞいて有意な差・傾向がみられた。指導的要因では、参加経験のないもののほうがより阻害的に受けとめており、目的的要因で

は参加経験のあるもののほうが期間延長にともなう効果増をより認めている。主体的要因では、参加経験のあるものは阻害的に受けとめていないが、経験のないものは逆にやや阻害的に受けとめている。

講習会参加回数の多少による比較では、対象人数が少ないせいもあって有意な差はみられなかった。

(8) 学校キャンプの必要性(表2-K欄)においては、指導的要因をのぞいて、目的的要因に有意な差がみられた。目的的要因では、学校キャンプの必要性を感じているものほど期間延長にともなう効果増を認めている。環境的、主体的要因では、学校キャンプの必要性を感じていないもののほうがより阻害的なものとして受けとめている。

(9) キャンプに対する好嫌感(表2-1欄)においては、主体的要因をのぞいて、指導的、目的的、環境的要因に有意な差がみられた。指導的、環境的要因では、はっきりと嫌感を示すもののほうがより阻害的に受けとめている。目的的要因では、逆にはっきりと好感を示すもののほうが期間延長にともなう効果増を認めている。中学校教員の場合は環境的要因にのみ同様の結果がみられたが、他の要因については差はなかった。

(10) 適当だと考える学校キャンプの泊数(表2-4欄)においては、すべての要因に有意な差がみられた。指導的要因では、1泊と回答したものが最も阻害的にとらえている。また、2泊以内と回答したもののほうが3泊以上と回答したものに比べより阻害的にとらえている。目的的要因では、3泊以上と回答したもののほうが期間延長にともなう効果増を高く認めているが、2泊以内と回答したものはほとんど認めていない。環境的要因では、2泊および3泊と回答したものはほとんど阻害的にとらえていないが、逆に1泊および4泊と回答したものはより阻害的なものとして受けとめている。しかし、適当だと考える泊数の長短との関連は言及できない。主体的要因では、1泊と回答したものが最も強く、ついで2泊と回答したものが阻害的にとらえており、3泊以上と回答したものは逆に阻害的にとらえていない。中学校教員の場合は、ほとんど同様の結果で、2泊以内と回答したものは、目的的要因をのぞいてより阻害的な受けとめかたをしていた。⁵⁾

まとめ

以上の結果を総括すると、

1. 約64%のものが2泊3日を、約70%のものが2泊3日以内を、また、約30%のものが3泊4日を適当な学校キャンプの実施期間として考えており、中学校教員と比較して、より長い実施期間を志向している。
2. 適当だと考える学校キャンプ実施期間に影響をおよぼす要素として、担当教科、引率経験、個人的キャンプ経験、キャンプ講習会参加経験、キャンプに対する好嫌感があげられる。
①体育科教員、②キャンプ引率未経験者、③キャンプ引率経験者のうち引率回数が多いもの、④5泊6日以上の個人的キャンプ経験者、⑤キャンプ講習会参加経験者、⑥キャンプに対して好感をもっているもののほうが、3泊4日以上学校キャンプ実施期間をより肯定している。
3. 学校キャンプ実施期間が3泊4日以上になった場合、中学校教員と同様に、期間延長にともなうキャンプ効果の増大は認めるものの、それ以上に指導サイドの要因を大きな阻害要因として受けとめている。
4. 指導的要因については、①女性、②教員経験がより長いもの、③体育科以外の教科の教員、④引率経験者、⑤引率経験回数の少ないもの、⑥キャンプ講習会参加未経験者、⑦キャンプに対して嫌感を持つもの、⑧より短い学校キャンプ実施期間を志向しているもののほうが、より強く阻害的に受けとめている。
5. 学校キャンプ実施期間延長にともなう効果増は、①体育科教員、②引率未経験者、③引率経験回数が多いもの、④キャンプ講習会参加経験者、⑤学校キャンプの必要性をより強く

感じているもの、⑥キャンプに対してははっきり好感を示すもの、⑦より長い学校キャンプ実施期間を志向しているもののほうが、より認めている。

6. 環境的要因は、全般的には阻害的にとらえられていないものの、教員経験年数が長いものやより高い年代のもののほうが若干、学校キャンプの必要性を認めないものやキャンプに対してははっきり嫌感を持っているもののほうがかなり強く、阻害的に受けとめている。

7. 主体的要因は、全般的にみると阻害的にはとらえられていないものの、引率回数が少ないものやキャンプ講習会参加未経験者のほうが若干、学校キャンプの必要性を認めないものやより短い学校キャンプ実施期間を志向するもののほうがかなり強く、阻害的に受けとめている。

ということが明らかになった。

高校教員の意識としては、学校キャンプ実施期間が延長されるとその教育的効果が増大することは十分認めているものの、実際に延長実施となると、指導面での問題がおおきく立ちばかり、それ故、長期実施期間を適当とするものが少なかったものと思われる。今回はあくまで意識を分析することに主眼をおいて考察を進めたわけであるが、今後の課題として、学校キャンプの現状と実際の問題点のより正確で多角的な把握、指導面での問題点(技術、経験、専門性、プログラム等)を解決していく方策を検討することなどが上げられる。本研究の結果から、教員が実際に4泊以上のキャンプを体験することや、キャンプ講習会に参加することで学校キャンプ実施期間延長をより肯定的にとらえるものが増加する可能性があり、そのための意識作り、環境作りが指導面での問題点解決の一助となる。

文献

- 1) 吉田章：「“自然教室”を事例とした我が国における野外教育活動の実態に関する調査」『筑波大学体育科学系紀要』45~50, 11, 1988
- 2) 金田平：「野外教育で何を学ばせるか」『体育科教育』17~19, 1980. 8
- 3) 福田芳則：「キャンプ期間についての基礎的研究—中学校教員のキャンプ期間に対しての意識—」『第33回日本体育学会大会号』739, 1982
- 4) 飯田稔：「野外活動を見直す」『体育科教育』26~27, 1978. 8
- 5) 福田芳則他：「キャンプ期間についての基礎的研究—中学校教員の意識の分析—」『レクリエーション研究』54~57, 16, 1986
- 6) 江橋慎四郎編著：「野外教育の理論と実際」杏林書院 1987
- 7) 文部省初等中等教育局：「自然教室推進事業(通達)」1984. 2
- 8) 大阪市青少年活動協会：「自然教室資料集」1985
- 9) 深谷昌志：「子どもにとって「野外教育」とは何か」『体育科教育』6~9, 1980. 8

リゾート開発の現状と課題

○村越 千春（住環境計画研究） 檜原 敏（住環境計画研究所） 田中章夫（住環境計画研究所）

・個人志向・余暇活動・リゾート開発

■はじめに

余暇に対する意識の変化、労働時間の短縮に関する目標、生活の多様化等社会変化により今後の余暇市場は拡大することが予想される。また総合保養地域整備法が策定され、各地でリゾート開発は急ピッチで進められている。しかし、本格的なリゾートと現在の観光、レジャーとは求められるものも大きく異なることになるものと考えられる。日本におけるリゾート開発は歴史も浅く、今回の報告もその概要を示すものであるが、本報告では、これからのリゾートのあり方に関する基本的な考え方と、開発にあたっての課題を整理することを目的とする。

1. リゾート開発の考え方

近年、生活に対する価値観や意識の変化と共に余暇に対する考え方及び嗜好も変化しつつある。これらの社会変化の中で、長期に渡り成立するためのリゾート開発を検討するにあたっては、リゾートの目的を整理し、明確にする必要がある。

現在のような短期滞在型の旅行と、長期滞在型の保養を中心とするものでは、その目的、整備する方向等が大きく異なる。

前者は短期的にも経済的にも活動が限定される。これに対し、後者はより自分らしさを追求するもの、心の豊かさを求めるもの、地元とのコミュニケーションを楽しむもの等、様々な活動が可能になると考えられる。また、日常生活との関連が強くなり、滞在地で生活が、単なる日常からの脱出ではなく、日常の延長線上にある、時間的にも連続したものとなるものと考えられる。したがって、滞在地で生活をより豊かなものにするためには、日常生活で何をやっているかが重要になるとともに、滞在地で楽しみ方が日常生活へも色濃く影響することになるものと考えられる。このような保養地域を本来のリゾートと見ることができよう。これらの変化を、現在の観光・レジャー地とリゾート地として対比したものを表、1に示す。

表. 1 観光・レジャー地とリゾート地の比較

	観光・レジャー	リゾート地
目的	レジャー レクリエーション	保養
喜び	見 見 好 好 心 心 得 得	くつろぎ 心地よさ 快適さ
感覚	異 異 質 質 的 的	安 安 楽 楽 的 的
場所との関係	旅 旅 行 行 さ さ す す ら ら う う 旅 旅 人 人	転 転 住 住 地 地
旅行形態	1人 1人 一 一 人 人 単 単 独 独 1 1 回 回 帰 帰 り	家族等 小グループ 滞在 滞在 繰 繰 り 返 返 し し 来 来 訪 訪
空間	観光資源	住環境
時間との関係	不連続	連続

渡辺貴介「現代のレジャー」(季刊いざよひ/no.7)1987
を参考に住環境計画研究所で作成。

リゾートでのコミュニティの形成は、今後開発が進む中でも大きく求められることになろう。リゾートでのコミュニティ形成には、来訪者が共感を得た上にさらに何等かの“しかけ”が必要となると考えられる。

これらの新しいコミュニティの形成は、繰り返し来訪するリピーターを創出し、新たな需要を生むことになる。このような整備を行うには、ハード面の整備が必要であるとともに、地元での受け入れ体制(ソフト整備)が重要となる。したがって、開発にあたっては、長期的な視野に立ち、しっかりした目的意識を持つことが必要になろう。(図、1参照)

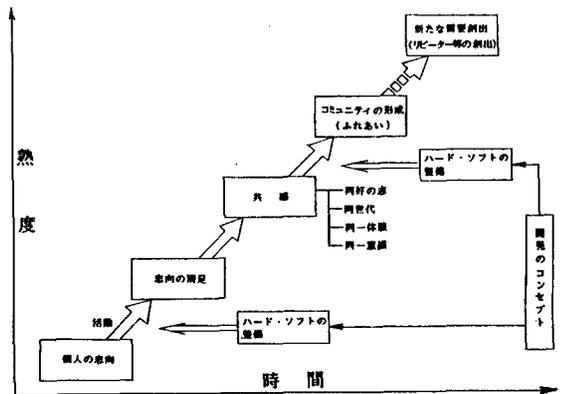


図. 1 リゾートに於けるコミュニティ形成の概念

リゾートを考えるに当たっては多様化する余暇活動に視点を置き、来訪者個人々々の志向に着目し、志向を満足させるハード、ソフト両面の展開を考慮することが求められる。

保養地での行為を大別すると以下の5つの要素に分けられる。

- ①余暇活動 ②宿泊 ③飲食 ④買物 ⑤コミュニティの形成

宿泊、飲食、買物も全て、余暇活動を構成する大きな要素であるが、ここでは、整備対象を明確にすることを考慮し、活動行為そのものとは分けて考えることとする。

(1) 余暇活動

余暇活動は、リゾートでの活動・行為の中心となるものである。活動の内容と志向から考えて、分類したものを図、2に示す。

余暇は“遊び”の要素が極めて強いものとなると同時に、そのニーズ、志向は極めて個人的で多様なものになる。これらの志向は、さらに、同一志向においても、様々なグレードやレベルが要求される。ここでは、余暇活動の内容を以下の5つに分類し、各々の考え方を示す。

- ①スポーツ ②創作 ③保養・休養 ④教養 ⑤娯楽

また、この他に、⑥番目として、研修・合宿も余暇活動の一つといえる。

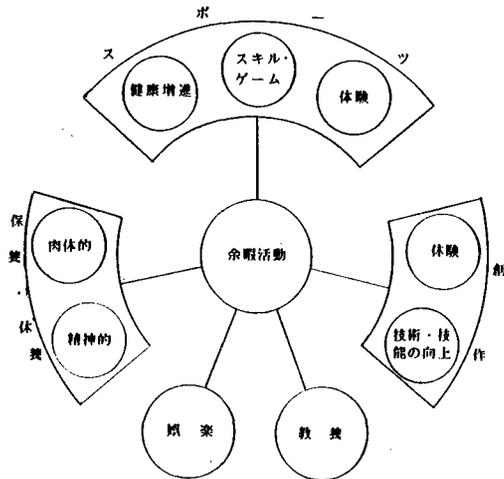


図. 2 余暇活動の目的

(1.1) スポーツ志向

スポーツは、日常生活の中にも広く定着した活動である。また、スポーツには様々な要素と効用と文化的性格が認められており、その楽しみ方は多岐に渡る。ここでは、スポーツの楽しみ方を以下の3つに分類する。

- ①健康増進ニーズ
- ②スキル（技能）、ゲームニーズ
- ③体験ニーズ

①健康増進ニーズ

健康に関するニーズは極めて高いものであるが、病気の治療よりはより健康的な身体をつくること、様々なストレスから開放されること等がその主なニーズである。

健康増進には、規則的なトレーニングが求められ、種目では、エアロビクス・エクササイズ、フィットネス・エクササイズ、水泳、ジョギング、サイクリング等があげられる。

これらのスポーツを行うには、以下に示す項目の整備が必要となる。

- I) 身体の管理に関する科学的な研究知識
 - II) 単に施設を提供するだけでなく、これらの科学的知識を提供できるトレーナーの整備
 - III) ジョギング、サイクリング等のコースに関する情報の提供
- 健康増進ニーズにおいて、上記以外の競技性の強いスポーツを選択するケースも多々見られる。ゴルフ、テニス、野球、バレーボール、ゲートボール等がその代表的なものである。これらのスポーツにおいては、以下に示す項目の整備が必要となる。
- I) 個人の熱度に関係なく自由に動き回れたり、汗をかけたり、運動量を調整できるハードとソフト整備
 - II) インストラクターが相手をする等の配慮
 - III) 運動を通じての健康管理に関する情報の提供や、楽しく運動できるためのメディカルケア（その人の体調に応じて運動量を決めたり、治療に関するアドバイスを行うケア）

さらに、精神統一による精神的な健やかさを志向する者に対しては、アーチェリー、エアライフル等の的を射るスポーツ、ヨガ等の観想的なスポーツも好まれる。

②スキル（技能）、ゲームニーズ

スポーツを楽しむ大きな要素であり、技術・技能の向上を目指すものと、ゲームを通じて仲間と楽しむ、仲間作りを行う等にまとめられる。

種目としては、団体スポーツは、リゾートでのコミュニティを形成する上で有効であるが、リゾートでの活動は、個人や小グループが対象となることが多いと考えられることから個人スポーツが中心のものとなろう。

スキルニーズについては、その人の技能に応じたインストラクターの確保が必要である。また、スキル・ゲームニーズとも、技能の異なる者同志が行う場合、両者が同じような満足感を得ることは非常に難しい。したがって、インストラクターの整備は重要な課題となる。また、整備においては、以下の点に留意する必要がある。

- I) 初心者用、レッスン用から本格的な施設までのカテゴリー
- II) インストラクターの整備
 - ・スポーツの科学的知識・指導のノウハウ
 - ・楽しく遊ばせるホスピタリティとしての資質
- III) 人数に応じた施設整備
 - ・数人用の独立した空間から10人程度が楽しめる空間まで
- IV) アフタースポーツを楽しむ付帯施設
- V) ゲーム相手を探す情報システム

③体験ニーズ

日常生活では体験しにくいスポーツを体験、チャレンジしようというニーズである。参加者の多くが初心者である点、自然環境、立地条件により種目が限定される点等が前の2つのニーズとは異なる。これらのスポーツを行う際には、以下の点に留意した整備が必要となる。

- I) インストラクターの確保
- II) 安全性を厳しくチェックした施設設計
- III) 安全性に関する情報提供
- IV) 緊急医療体制の整備
- V) 山、川を利用することからそこで生活する人との事前調整

(1.2) 創作志向

陶芸、木工、演奏、著作、調理等文芸活動やクラインガルテンでの農作業等を通じて、自己表現したり、創作意欲を満足させるニーズであり、年齢的には若年層から高齢者層まで幅広くみられるニーズである。ほとんどが個人的な活動であり、初心者から、本格的な技能者まで幅広い対応が要求される。

創作ニーズは、I) 体験的なものとII) 技術・技能の向上の2つに大別することができる。前者は、初心者を相手とし、比較的多人数に対して、簡単な作業を用意することでも対応は可能である。これに対し、後者は、来訪者の技術・技能や求める内容・質が異なることから、インストラクターの整備についても、様々な要求に対応可能な人材の確保が必要となる。また、作業そのものが個人的なものであることから、コミュニティを形成するためのクラブハウス、発表・展示の場、情報交換の場等が必要となる。さらに創作活動には、豊かな自然の中で作業環境を整備することも重要な項目となろう。

(1) 3 保養・休養志向

リゾートでの中心的なニーズである。ゆったり、のんびりし、仕事でのストレスや疲れを解消するニーズであるが、長期滞在が基本となる。

保養・休養ニーズは、肉体的な疲れをいやすものと、精神的なストレスを解消するものの2者に大別される。日光浴、森林浴、散歩等の自然の中での保養である。また、座禅等も保養ニーズを満たすものとなろう。

施設整備の上では、静的な活動であることから、宿泊施設に近接していること、豊かな自然が確保されていること等が必要となる。

これらの施設整備と同時に、人間が行うサービス（ヒューマンウェア）、つまり、ゆったり、のんびりするのための素朴でさりげない接客サービスが必要となる。

ソフトウェアとしては、精神的なストレス解消のためのカウンセリング等も付加価値を高めるものとなる。

(1) 4 教養志向

知的な探求心を満たし、知識や教養を高める志向であり、学習、観察、鑑賞、収集等の行為である。創作志向と共通する志向であるが、教養志向は、自然や創作されたものを対象とした行為といえよう。

各種観劇、コンサート、祭り等のイベント的なものから、動物園、美術館、植物園、水族館、資料館等での観察、観賞を通して歴史、自然、文芸に接するもの、植物、昆虫採集、バードウォッチング等野外の活動、史跡の探索等様々である。また、各種講習会、講演会、教室等、非常に幅広いものである。

教養志向のニーズは、常に新しい感激、新しい発見を求めるところであり、教材も次々と新しいものを用意する必要がある。

これらの整備には、地元での積極的な取り組みが不可欠であり、継続的なイベントを実施し、同好者を組織化するためのしながけが重要になる。また、知識人、有識者の来訪に関しては、特に留意し、受け皿を整備する必要がある。

(1) 5 娯楽志向

余暇活動としては、ウェイトの高いものであり、「遊び」そのものである。つまり、学習的活動を除いた「楽しむための暇つぶし」を求める志向である。また、来訪者のコミュニティを形成する上では有効に作用する。但し、保養地での最終目的とは成り難いが、来訪者を楽しませる上では、欠くことのできない志向である。

ゲーム、ディスコ、カラオケ、バブ、バー、レストラン、遊園地、ウィンドウショッピング等が具体的な内容になる。また、各種娯楽施設の特性を活かしたイベントの企画も有効となろう。但し、整備にあたっては、Ⅰ) 客層を考慮したデザイン、配置、内容の選択に配慮する、Ⅱ) 街並、周囲の環境と調和のとれたデザイン、配置に留意する、Ⅲ) 集会施設、宿泊施設との連携を考慮する等が必要となる。

(2) 宿泊

宿泊施設は、保養地での生活の場である。したがって、宿泊施設のイメージが来訪地のイメージを左右することも考えられ、非常に重要な要素である。宿泊施設を構成する要素は以下に示す5つに分けられる。

①ロケーション（立地条件）

②施設の内容

③社交

④雰囲気（環境）

⑤価格

①ロケーションは、交通アクセス、周囲の環境を意味する。②施設の内容では、部屋のスペース、空調、家具等の設備、ロビー、バー、レストラン、プール、テニスコート、会議室等各种付帯施設、③社交では、宿泊施設内でのイベント、パーティー、会員制クラブ等、④雰囲気では、眺望、内外装、信頼性つまり安全性と品格、客層等、⑤適正な価格（特に長期滞在を前提とする場合には重要な要素である）。これら様々な要素が宿泊施設には求められるわけであるが、利用対象者により、整備の方向は大きく異なる。つまり、キャンプ場のロッジから本格的な総合ホテル、別荘に至るまで、各種各様の対応が考えられる。

(3) 飲食

来訪者にとって、来訪地での食事は非常に重要な要素である。観光地等については、一度見れば良いという考え方もあるが、飲食は非常に生理的な欲求であることから、その良否は繰り返し訪れるリピーターを確保する上で重要となる。

飲食の要素は、以下に示す4つに大別することができる。

①食べるもの内容

③雰囲気（食べる環境）

②調理する楽しみ

④体験的飲食

①食べるものの内容については、健康志向と、グルメ志向とが考えられる。健康志向には、自然食、ダイエット、バランスのとれたカロリー摂取等が考えられるが、これらに対する食材の提供から助言、地元の生産方法の解説等も必要となろう。グルメに関しては、さらに様々なニーズが考えられる。したがって、地元の豊かな食材を利用したメニューの開発や、都会人の好みに合う調理方法の開発等が必要となろう。また、そこにこなければ食べられないという食品を用意することも、来訪者の印象を高める上で重要なしながけとなろう。

②調理する楽しみを志向する選好には、調理設備と、食事するスペースや、食器類が、先ず必要である。また、地元の農産物の提供と同時に、来訪者が日常利用している調味料等の供給も必要となる。特に、長期滞在を前提とする場合には、経済的理由からも、これら施設整備が重要となる。

③雰囲気を楽しむ志向については、味と雰囲気両者が重要な作用を及ぼすものと考えられることから、様々なグレードが考えられ、インテリア、サービスの両者に充分留意する必要がある。また、価格は、雰囲気を左右する大きな判断材料になるものと考えられる。対象とする客層を明確にした上で、適正な価格設定が重要なポイントとなろう。

④体験的飲食は、例えば、キャンプやイベント等での野外での飲食であるが、コミュニティ形成の上では、有効な手段である。自然を利用した、楽しい雰囲気づくりが重要となる。但し、衛生面、ゴミ処理等の整備が必要となる。

(4) 買物

買物には、買物の内容と、店の雰囲気、記念として買うの3つの要素が考えられる。従来の観光地では、もっぱら、土産物の販売が主体であるが、内容、店の雰囲気ともに質の高いものはいない。また、これらの土産物店が、徐々に飽きられていることも事実である。

これからのリゾートにおいては、地元での特産品の販売はもとより、都会で購入するものと同等の品揃えと、店の雰囲気づくりに留意すべきである。大量に物が供給される現代では、消費者の商品を選択する目は急速に向上し、また、多様化している。また、買物を楽しむニーズも高く、保養地においても、豊富で質の高い品揃えと、店の雰囲気づくりが重要になるわけである。

2. リゾート開発の分類と成立条件

現在行われているリゾート開発は、従来の別荘分譲、スキー場、ゴルフ場単独の開発から、複合型開発へと変化しつつある。これらの開発は立地条件と開発の内容との2つの視点で分類することができる。表. 2は、既存のリゾート開発を上記2つの視点で位置づけたものである。

立地条件については以下に示す2つに分類される。

- ①都市や観光地などの集客力の高い地域の近隣に立地するもの
- ②集客力の高い地域が近くに無い遠隔地に立地するもの

また開発の内容については以下の通り分類される。

- ①宿泊施設を主体とした開発
- ②リゾート施設を主体とした開発
- ③遊園地、外国村等のアミューズメント施設を主体とした開発
- ④コンベンション、研修施設を主体とした開発

立地条件と開発内容とは、大きな関連を持っている。立地条件で①集客力の高い地域に隣接する場合、成立可能性は、宿泊施設以外の余暇活動関連施設の内容にあまり左右されない。現在行われている別荘分譲、会員制リゾートクラブの多くがこれらの立地条件を重視した開発となっている。また遊園地、外国村等の開発もこれに相当する。

宿泊施設、レジャー施設等のハード整備を中心とするものは立地条件が大きく影響する。立地条件が大きく影響する開発では、安い土地を確保することは重要な条件となる。特に、レジャー関連施設の場合、スキー場以外は都市に近いことが大きなポイントとなり、安い土地の確保は必須条件になる。また、施設整備に対する投資の回収は比較的短期間を目標とするものが多い。つまり、イニシャルコストは開発利益で吸収できることを前提とするわけである。

但し、これらの開発は現状の余暇のニーズに対応するものであり、今後余暇活動のニーズが多様化する段階では、これに応えるハード、ソフト両面の整備を行うことも必要になるものと考えられる。

これに対し、②遠隔地での開発では、宿泊施設は当然のことながら、余暇活動に関する明確なテーマを重視した開発が必要となる。開発の内容からそれぞれの開発の特徴を以下に示す。

(1) 宿泊施設を主体とした開発

別荘分譲、会員制リゾートクラブを中心とする開発であるが、別荘分譲は以下に示すもののいくつかの条件を満足する必要がある。

- I) 週末滞在の利用が可能な時間・距離に立地すること
- II) 周辺にスキー場、ゴルフ場、マリナ等の余暇活動関連の施設があること
- III) 別荘地の責任ある維持・管理の体制が敷かれていること

また、会員制リゾートクラブは預託金制と共有制があるが、以下に示すものうちいくつかの条件を満足する必要がある。

- I) 有名観光地に立地する
- II) 全体で10~15ヶ所以上の立地を確保する(特に預託金制の場合は多いことが必要条件)
- III) 首都圏から100km以内に立地する(特に共有制の場合)
- IV) 一流リゾートホテルと比べ、遜色のない規模・内容を整える
- V) 大型(500客以上)で付帯施設が充実している
- VI) ゴルフ、スキー等のメジャーなスポーツ施設を有する

宿泊施設中心の開発の場合、東京圏が中心となる。これは、関西圏でこれら分譲別荘、オーナーズマンション、共有制リゾートマンション等が不振であることが大きな理由である。

表. 2 立地条件と開発内容からみた成立可能性の位置づけ

立地条件を主体とした分類		内容を主体にした分類				
		宿泊施設を主体とした開発		リゾート施設を主体とした開発	遊園地や外国村等のアミューズメント施設を主体とした開発	研修施設を主体とした開発
		別荘分譲	会員制リゾートクラブ			
集客力の高い地域の近隣に立地	○	○	○	○	○	
周辺に集客力が高い地域がない	×	□	○	×	□	

注) ○・・・成立の可能性が高い
 □・・・成立の可能性が普通
 ×・・・成立の可能性が低い

また、分譲別荘に関しては、大手ディベロッパーが行う場合、売り逃げに近い開発は行い難く、分譲後の管理運営を考慮した開発が重視されている。道路や施設の修繕を含め、開発が終わった段階で新たな施設業が始まると考え、イニシャルコストは開発利益で回収できるが、管理・運営費は延々と継続することになる。但し、管理・運営の経費は管理費では賄いきれないのが現状である。従って、施設の利用率を上げ利用料金の収入を確保することが必要となる。利用率を上げる為には、立地条件が非常に重要になり、この面でも東京圏を中心とした開発が主体となるわけである。もちろん、立地条件がやや悪くても中核となる魅力的な施設整備を行い、周辺を別荘分譲する方式（別荘地のキャピタルゲインで開発利益を見込むもの）も行われている。さらに、販売上はコスト高になりデメリットとなるが、建売り分譲とし、利用率を上げる等の対応がみられる。

会員制リゾートクラブも立地条件が大きく影響する。会員制リゾートクラブには、①共有制と②預託金制とがある。宿泊施設中心の開発であるが、徐々に余暇活動施設を整えた開発が行われるようになってきている。しかし、短期滞在が主体の余暇では立地条件は大きな要素となっている。

預託金制の場合、一般に利用率（客室稼働率）は共有制に比べ低い。これには以下に示す2つの理由が考えられる。

①立地条件の差 ②利用システムの差

①立地条件の差は、共有制が大都市近郊に位置し、週末レジャーに対応するものになっているのに対し、預託金制は遠隔地に立地し、夏休み等の長期休暇に対応する形態になっていることがあげられる。

②利用システムの差では、共有制は利用券システムとなっている為、メンバー同伴でなくてもビジターが利用できるのに対し、預託金制は、メンバー同伴が前提になる等の差があげられている。

預託金制の場合、ロケーション数を多くし、会員を募集するが、中核となる地域での整備を中心として、全体としては僻地での冒険が可能となるわけである。

(2) リゾート施設を中心とする開発

現在は、ゴルフ場、スキー場、マリナー等のリゾート施設が中心となっているが、今後は文化・芸術、創作活動、教養関連に至るまで幅広い活動施設が求められることになると考えられる。

リゾート施設は、来訪者の志向を満足させる中心的な施設であり、ハード整備とともに、活動目的に対応した多くのソフト開発が必要不可欠である。現在の開発では最も立ち遅れている分野であり、特に今後の余暇活動の志向が多様化すると考えられることから整備すべきソフトも多様なものとなる。

例えば、各種活動プログラムの提供、インストラクターの派遣等が必要となる。スポーツ志向を例にとると、健康の維持増進ニーズ、精神的ストレス解消ニーズ、技術・技能の学習ニーズ、コミュニケーションニーズ等によってスポーツプログラムの選択やスポーツの楽しみ方（仕方）が違ふことに留意しなければならない。これらのことは、文化・芸術、創作、教養の各志向についても同様である。

従って、これらの幅広い余暇活動ニーズに応える為には、ある程度まとまりのある広さの中で複合的开发を行うことが必要である。

(3) 遊園地、外国村のアミューズメント施設を主体とした開発

ディズニーランド、オランダ村等の開発であり、現在同様な開発が進行中である。

アミューズメント施設を中心とした開発には以下の条件が必要である。

- I) 日帰りレジャー客を獲得できる都市近郊に立地する
 - II) 明確なコンセプトの作製
 - III) 一日中遊んでいられるだけの豊富なメニューの整備
- この内容はリゾートよりもむしろレジャー・観光に近いものである。しかし、現在の余暇活動に消費可能な時間と金を考慮すれば、現実的な開発の仕組みとみることが出来る。但し、遠隔地での成立の可能性は低いと考えられる。

(4) コンベンション、研修施設を主体とした開発

開発についての留意点は以下に示すものがあげられる。

- I) 各種研修に対応できる人的ネットワークの整備
 - II) 独自開発によるオリジナリティの高い研修メニューの整備
 - III) 研修テーマの開発、資料の作製等の研究スタッフの整備
- 基本的には、リゾート施設中心の開発と同様な条件を整えることが必要である。しかし、団体利用が増加することや、会議、ミーティングが増加することなどの両面に対応できる施設が必要となる。今後は企業の研修と社会教育の両者より、研修に関するニーズが高まるものと考えられるが、研修を主体とした物、研修とリゾートを兼ねた物、コンベンション・展示を主体とした物など、様々なニーズがあるものと考えられる。

3. 今後の課題

リゾート開発に取り組む姿勢としては、以下に示す2者が考えられる。

- ①短期回収を前提とした別荘分譲、共有性リゾートマンション等の開発
- ②長期的視野に立つ本格的リゾート開発

①は、立地条件の恵まれた地域での宿泊施設の分譲を中心とした開発であり、②は開発の内容を重視し、様々な余暇施設と宿泊施設を整備する方向である。

前者は立地条件、土地価格などが成立の可否を大きく決定づけ、後者は、開発と運営に係わるソフトを重視するものである。また、10年20年という長期に渡る開発が成立の条件となり、同時に長期に渡る投資が必要となる。しかし、集客力を持たない地域でも需要を創出することが可能となる開発である。

今後のリゾート開発では、後者の開発がより重視されることになると考えられる。これらの開発を行うためには、来訪者のニーズを把握し、来訪者が十分に満足できる余暇活動施設とソフトを整備する必要がある。開発の基本的姿勢には以下に示すものが必要になると考えられる。

- ①レジャーだけでなく広く、深く生活全般をみる
- ②どこにもない付加価値をつける
- ③ソフトの蓄積、特に人材の確保、育成が重要
- ④街作りを意識した開発
- ⑤マーケットは創り出すものである
- ⑥長期的視野にたつ

等であり、これらの項目は相互に関連するものである。第一に考えられることは整備すべき余暇活動のテーマ、コンセプトの重要性である。現在行われているものの多くはスキー場、ゴルフ場、マリーナ、テニス等であるが、今後はこれらのスポーツ・レジャー施設だけでなく、文化、芸術等教養、健康、医療、コミュニケーション、創作等もより重視される物となろう。特に遊び方、レジャーが多様化しており、スポーツは今後もその中心となるものの、他の志向も多面的に捉え、生活全般に対応するものが必要となる。リゾートのあり方が、日常生活を基盤にしたものになると考えられることから生活全般の活動を支援、提供する開発が重要になるものと考えられる。

また、一方で、他の地域にない付加価値を付けることが重要となる。

特産品の開発、街並みの整備等がその代表的なものであるが、これらの付加価値を付ける開発とともに10年単位の期間を必要とする。リゾート地の付加価値を付ける為の特産品の開発等は、地域の産業振興に直接結び付くものであり、地元と、開発主体両者にとっても大きなメリットなる。当初よりリゾート開発を目的とするよりは、付加価値を付け、10年後にリゾート地として開発を行う等の取り組みも必要となろう。また、リゾート地は人々を楽しませるものであり、楽しませるソフトの整備、特に人材の確保、育成は非常に重要なものとなろう。各種スポーツ、創作活動のインストラクター、サービス業としての接客のノウハウ、料理のメニューに至るまで整備すべき項目は多岐に渡る。これらのソフトを積み上げた結果がリゾートにつながるという見方もできよう。また、開発に当たっては街づくりを意識した計画も求められる。地域全体の魅力度を高め、開発地の付加価値を高めるものであり、自治体が行う開発においては当然であるが、民間が行う場合でも重要な視点と考えられる。リゾート開発は、装置産業であり、開発の為にインフラストラクチャーを含む様々な投資が必要となる。開発主体が単独で出来るものもあるが、道路整備、上下水道整備等、地元と開発主体が協調しながら開発する方が効果的である。

リゾート地は、提供する余暇活動の内容が重要となる。また、その整備には長期間を要す。従って、現在のニーズを追うだけでなく、今後発生するであろう新たなニーズを発掘することも重要な要素となる。この意味では、マーケットは創り出すものという考え方も成り立つ。最近の例では、アルファトママやサホロの地中浜クラブも新たなニーズを喚起することにより、マーケットを創り出したとみる事ができよう。

マーケットを創り出す開発は、今後のリゾート開発の中で中心的な課題になるものと考えられる。生活全般をとらえた開発、他の地域に無い付加価値を付ける。ソフトの蓄積、人材の確保等は新たなマーケットを創り出す上での条件となるものである。このような開発には長期的な展望と計画、長期に渡る投資、ソフトの蓄積等が必要となる。

自治体が行う場合、民間が行う場合と開発主体によりその対応は様々なものになるものと考えられるが、本格的なリゾート開発を行うには、長期的な視野に立ち、目標を明確にし、かつ強固に持ちつづけるとともに、社会変化に柔軟に対応する姿勢が求められることとなる。

本格的なリゾート開発には長い年月を要し、日本における計画的なリゾート開発はまだ歴史が浅い。今後、余暇の増大と多様化が進行するなかで、リゾート開発においても様々な開発が行われるものと考えられるが、余暇のニーズを的確に捉え、これに対応する空間の整備及びソフトの開発が求められるものと考えられる。

■謝辞

本報告はこれまで当研究所が行って来たリゾート開発計画の中から、開発の視点、現状、課題について抽出したものである。これらの研究の機会を与えて頂いた鳥取県企画部河本義永部長・清水隆博元課長(現 建設省都市局都市再開発課課長補佐)・馬場健次長・青木昭光企画員、福岡県田川郡赤村企画財政課太田尊課長・道廣幸係長、日本鉱業株式会社石井重成理事・同総合事業開発推進室沢本良一主席参事・佐野哲夫参事には書面を借りて御礼申し上げる次第である。

■参考文献

- ホイジング・高橋英夫訳「ホモ・ルーデンス」中央公論社 1977
- 岸野健三、小田切毅「レクリエーションの文化史」不昧堂書店 1974
- Michael Smith他「Leisure and Society in Britain」1973
- 川北松雄「非労働時間の生活史」リポレポート 1987
- 渡辺賢介「現代のホモ・ルーデンス」(季刊かいぎん/no.7) 1987
- オモロフ,G.S.・今井毅訳「セラピューティック・レクリエーション入門」総合研究開発機構「生活水準の歴史的推移」1985
- 総合研究開発機構「生活水準の歴史的分析」1986
- 経済企画庁国民生活局編「時間と消費」1987
- 経済企画庁国民生活局編「人生80年代における労働と余暇」1986
- 経済企画庁国民生活局編「生涯レジャー学習」1982
- 経済企画庁国民生活局編「長寿社会へ向けての生活選択」1986
- 経済企画庁国民生活局編「国民の意識とニーズ」1987
- 経済企画庁国民生活局編「国民の生活ニーズとその意識構造」1983
- 経済企画庁編「60年版国民生活白書」1985
- 国際厚生事業団「諸外国における健康づくりに関する調査研究」1987
- 労働大臣官房政策調査部編「2000年の労働」1986
- 中小企業庁小規模企業部サービス事業振興室編「健康志向型サービス」1985
- (財)余暇開発センター「レジャー白書」1985,1987
- (財)余暇開発センター「西暦2000年の労働と余暇」1985
- 総理府編「観光レクリエーションの実態」1987
- 「大型リゾート基地計画総覧」産業タイムズ社 1987
- 「会員制リゾートクラブの経営実態調査」(月刊リゾート産業 資料231号)

総合ユニコム

社会体育「専門職」の指導者マーケットに関する研究

原田 宗彦 (大阪体育大学)

世戸 俊男 (BIG-S体育研究所)

富山 浩三 (大阪体育大学専攻科)

社会体育指導者 労働マーケット カリキュラム

緒言

近年、スポーツの商業化、大衆化にともない、社会体育に対する関心が急速に高まってきた。特に高度情報化社会の到来に、歩調を合わせるかのように社会に蔓延した「運動不足病」や「テクノストレス」は、運動やスポーツによる健康づくりや、健全なレクリエーション活動の重要性を、再認識するきっかけを与えてくれた。さらに、21世紀に向けての長寿化社会への急速な移行は、高齢者の健康づくりや、ゆとりある余暇生活の実現に対する社会の関心を喚起した。このような社会的背景の中で、近年社会体育の普及と制度化が、徐々に進行を見せてきた。その中でも特に、社会体育指導者に対する関心が非常に高まっているのが注目される。

文部省が提案した「社会体育指導者資格付与制度」や「スポーツプログラマー」、厚生省が行っている「健康運動指導士」といった資格制度などは、制度化の端的な例である。資格に関しては、その他ACSM(全米スポーツ医学会)フィットネスインストラクター認定制度や、YMCAフィットネスインストラクター資格のように、民間団体の認定によるものもある。しかしながら、社会体育に対する関心の高まりにもかかわらず、指導者の現状やマーケットに関しては、われわれは限られた知識しか持ち合わせていない。特に社会体育を職業とする「専門職」に関しては、資質、専門的知識、資格、職業経歴等不明な点が多い。その理由の一つとして、社会体育がこれまでに制度として確立されておらず、社会体育の現場が、多くのボランティアやパートタイマーによって支えられてきたため、調査をするにもその対象が不明確であったという点があげられる。社会体育指導者マーケットが急成長を見せる中、社会体育「専門職」の現状と実態を把握することは急務である。本研究は、現在、社会体育の専門職として、現場での指導や管理にあたる人々の実態を、特に指導者の資質や専門的知識、そして職業経歴について調べ、社会体育指導者の養成や、カリキュラムに関する提言を行なうことを目的とする。

先行研究

社会体育指導者に関する研究は、東京オリンピックが終わり、社会体育に関する世の中の関心が高まりを見せた、1970年代より増加の傾向を示した。日本体育学会で発表された社会体育指導者に関する研究の数は、1970年から74年が15編、75年から79年が23編、そして1980年から84年が28編と徐々に増えている。川西ら¹⁾は1987年にこれまでに行なわれた社会体育指導者に関する研究のレビューを行ない、その中から45編の論文を選んで研究動向を報告した。その結果、研究は(1)社会的特性、(2)社会的機能、(3)パーソナリティ・資質と専門的知識・技術、(4)指導行動、(5)カリキュラム・養成システムの5つの領域にわたって行なわれていることが明らかになった。しかしながら、研究の対象となった社会体育指導者は、スポーツ振興法で定められた体育指導委員や²⁾³⁾⁴⁾⁵⁾⁶⁾⁷⁾⁸⁾日本体育協会公認のスポーツ指導者など⁹⁾¹⁰⁾¹¹⁾、その多くがボランティア指導者である事実も判明した。「専門職」として社会体育指導者を対象とした調査研究の数は少なく、従ってその実態を把握できるデータは非常に乏しいのが現

状である。

従来の社会体育指導者についての研究は、指導者の社会的機能や役割といった個人的属性に重きがおかれ、「理想的な指導者像とは」あるいは「影響力の強い指導者像とは」等のテーマが好んで用いられてきた。しかしながら、守能¹²⁾が指摘するように、研究対象となるスポーツクラブが異なれば、そこでの理想的な指導者も異なるように、その受け皿の違いを無視して指導者の優劣を語ることは労多くして実りの少ない作業といえよう。そして守能は、今後の課題として、クラブの内部に潜り込み、指導者を含めた全ての環境条件を個々に具体的に記述し、ケースを積み重ね、そこから普遍的な原則を導く現象学、あるいはエソノメソロジーの手法による研究の可能性を示唆している。

専門職としての社会体育指導者の研究は、近年のフィットネス・インストラクターやアスレチック・トレーナーの増加にともない、少しずつ研究者の関心を集め始めた。社会体育指導者の養成をめざして開学した鹿屋体育大学が、1987年に全国の社会体育指導者(専門職に限る)に対して詳細な調査を行なった。その結果は、社会体育指導者の職業経歴¹³⁾、資質と専門的知識¹⁴⁾、そして指導者養成¹⁵⁾の3つの領域にまとめられ、体育学会にて発表された。これらの研究は将来の指導者研究の方向性を示唆するものであろう。

専門職に関するその他の研究では、アスレチッククラブの指導者像を考察した研究や¹⁶⁾、民間の社会体育専門学校における、指導者養成システムとカリキュラムに関する研究報告¹⁷⁾そして、社会体育専門職の実態を調べた、社会体育研究会の一連の研究¹⁸⁾¹⁹⁾が目につく程度である。社会体育専門職の需要が急増している現在、その労働市場の現状とメカニズムを把握・分析することは、将来の社会体育の発展と、社会のニーズに合った指導者養成システムの確立に必要な不可欠な研究課題であると考えられる。

研究の方法

本研究では、開学から現在までの大阪体育大学卒業生の中から、社会体育の専門職として働いている者524名を調査対象として選んだ。調査対象者は1987年度同窓会名簿の中から、社会体育施設(公立体育館、公立・民間スポーツクラブ、スポーツ教室、社会体育課など)にて指導者として働いている専門職を選び、調査表と返信用封筒を各名簿に記載されている住所宛に郵送した。調査時期は、1987年10月でその1ヵ月後に調査表の回収率をあげるため、その時点における非回答者に対しフォローアップ・レターを送った。

結果

1) 回答者の特性

調査表の回収率は42.7%で、224名の有効回答を得た。その人口学的特性は、表1にまとめた通りである。全回答者の67%(149名)が男性で、女性は33%である。これを年齢別にみると、比較的若い世代(23~30歳)は男女比が似かよっているが、30歳以上では男性の割合が圧倒的に高くなっている。他の職種同様に、社会体育指導者の

場合も、女性は結婚や出産を機に職場を離れることが原因であると推察される。なお回答者全体の平均年齢は27.1歳と若い、これは大阪体育大学の歴史が20年と浅く、卒業生の最高年齢も42歳とまじであることに影響を受けている。

表1、回答者の特性(%)

年齢	男	女	合計
20歳～30歳未満	56.6	43.4	100 (N=132)
30歳以上	85.9	14.1	100 (N=95)

2) 社会体育を選んだ理由 $\chi^2 = 20.13 (P > .05, df = 1)$

現在、社会体育指導者として働いている卒業生の、大学時代の進路希望を調べた結果、男女とも教員志望が半数以上を占めていることがわかった。大学時代から社会体育を志望していた回答者は、全体の約20%であるが、性別では女性が男性をわずかに上回っているのが目につく。また現職についての動機は、表2に示される通りである。回答者は社会体育に進んだ主な動機をたずねられ、それを強い順から3つ選ぶよう指示された。

表2、現職についての動機(%)

動機	第1	第2	第3
自分に向いていると思った	35.6	20.2	12.9
体を動かすことが好きだから	8.6	21.0	15.5
体育、スポーツに興味があった	16.7	22.7	18.5
過去の経験をかいた	18.9	20.2	16.3
経済的に楽になるから	1.3	0.9	0.4
スポーツを社会に普及させたい	3.9	5.6	13.7
人平移動でやむをえず	2.6	0.4	1.3
回りの人に進められて	2.6	3.0	6.9
なんとなく	0.9	0.4	1.7
合計	100 (N=229)	100 (N=229)	100 (N=229)

表を見れば明らかのように、35.6%の回答者が自分に合っているかどうかを職業選択の第一の動機とし、続いて過去の経験や、自分の興味をその理由にあげている。その逆に、経済的な理由やスポーツ振興という社会的使命を動機とする回答者は少ない。また表には示されていないが、動機に関しては男女の差はほとんどない。

3) 職業経歴

回答者の職業経歴については、全体の31% (71名) が現在の職業につく前に前職を経験していると答えている。その中で、前職名がわかっている61名の前職の内訳は、表3に示したとうりである。

その中で最も多いのは、保健体育の非常勤講師であり、全体の26.2%を占めている。また、常勤の保健体育教師の割合も多く (24.6%)、学校体育から社会体育への「職業間

移動」が約半数を占めていることがわかる。また、他の社会体育施設から現在の社会体育施設への「職種間移動」を行った卒業生も約4分の1 (24.6%) を占める。これは著者が以前に実施した調査結果とも類似しており、このときは転職を経験した社会体育指導者153名のうち、37.9%の58名が保健体育教師 (常勤・非常勤を含む) であった。¹⁾

表3、前職の内訳(%)

前職名	割合
保健体育教師 (非常勤)	26.2
保健体育教師 (常勤)	24.6
他の社会体育施設	9.8
一般企業	4.9
体育指導員	1.6
子供会専任主事	1.6
傷害者施設更正指導員	1.6
教育委員会	1.6
公立体育施設	1.6
スポーツ用品店	1.6
公務員	1.6
合計	100 (N=61)

では、社会体育施設で働く回答者は、現職に対してどのような不安を抱いているのだろうか? 現職に対する不安を男女別に見た場合、将来への不安を抱いている回答者の割合は、男性 (68.8%) が女性 (62.9%) をやや上回っていた。では不安を抱えている回答者は、具体的にどのような不安を持っているのだろうか? 表4は、不安があると答えた男性97名と女性47名の内訳である。

表4、不安があると答えた者の不安の具体的な内容(%)

不安の内容	男	女
昇級・昇進に対する不安	24.7	11.4
移動・転勤に対する不安	9.3	4.5
社会体育指導者の需要低下に関する不安	8.2	6.8
自己の体力の低下に関する不安	22.7	45.5
その他	35.1	31.8
合計	100 (N=97)	100 (N=44)

$\chi^2 = 9.20 (P < .10, df = 4)$

男女共に、「昇級・昇進」と「自己の体力の低下」をその理由にあげているものが多い。しかしながら、「昇級・昇進」については、男子の割合が女子の割合の倍近くを占め、「自己の体力の低下」ではその逆の回答パターンがみられる。昇級昇進では、女性指導者の多くが、自分の職業を一生のものとしてとらえていないために、それほど不安を感じていないことがわかる。また女性は、半数近くが「自己の体力の低下」に不安を感じているが、これは体力そのものの低下に加え、加齢や出産にともなう容姿や体型の変化などが、不安を増す原因となっているのではないかと考えられる。さらに社会体育施設の多くが歴史も浅く、組織も流動的であるため、会社や組織内で初級や昇進の道筋 (Promotion ladder) がきわめて不明確である。昇進試験、資格、経験等の昇級・昇進システムが明文化されている会

社組織はまれで、これが男性の将来への不安を増大させているとも考えられる。

しかしながら、男女共6割以上が、現在の仕事に対して何らかの不安を抱えているにもかかわらず、積極的に転職を試み、新しいチャンスを求めようとする指導者の数は少ない。表5は、回答者に対し、現在転職を考えているかどうかを訪ねた結果である。意外なことに、男子は女子に比べ安定志向が強く、全体の8割近くが転職を考えていないと答えている。これに比べ女子はより積極的に新しい可能性を探ろうと考えており、公立の社会体育施設や教員に次の希望を託す指導者が女子全体の2割弱を占めている。

表5. 転職の可能性 (%)

	男	女
転職は考えていない	77.7	65.3
一般企業へ転職希望	4.1	4.2
民間の社会体育施設へ転職希望	2.0	4.2
公立の社会体育施設へ転職希望	2.7	8.3
教員へ転職希望	7.4	9.7
その他	6.8	8.3
合計	100 (N=148)	100 (N=72)

4) 専門知識・能力及び資格

社会体育指導者には、どのような専門知識や能力が必要とされるのだろうか？表6は、11種類の専門知識・能力を現在十分に身につけているか、あるいは、それらが将来非常に必要とされるのかどうかを、公立・民間別に比べた結果である。左側の数字を示す「かなりある」は、現在回答者自身が身につけている専門知識・技能のことを意味し、右側の「非常に必要である」は、これから社会体育指導者を目指す人間が、ぜひ身につけておくべきであるという回答者の考えを意味する。これら2種類の数字は、同じ種目に対する2つの異なる質問から得られたものである。なお最後の、スポーツ医学と救急法については最初の質問項目から抜けていたので、これから必要とされるかどうかの意見を聞くにとどまった。

これからの社会体育指導者に必要とされる専門知識・能力の中で、公立・民間にかかわらず必要と考えられているのは、運動処方・トレーニング理論とスポーツ医学・救急法の領域である。これらは近年、健康産業で働く指導者の数が増えたことと密接な関係があると思われる。その反対に、それほど必要と考えられていないものには、各種スポーツの実技能力と、OA・パソコンに関する知識がある。社会体育指導者には、コーチや学校体育教師と異なり、こと実技指導にはスペシャリストとしての優れたスポーツスキルよりも、ジェネラリストとしての幅広い技能が求められる。またスポーツの内容も競技と異なり、レクリエーション的なのが多く、幼児から高齢者までときわめて多彩である。そのため、実技能力にはそれほど重点が置かれていないのである。また社会体育は、人的密度の高いサービス業務であり、指導者は、会員管理以外に、日常業務でパソコンを用いる必要性は少ないと言えよう。現在指導者が持っている知識・能力と、これから必要とされる知識・能力の格差が大きい項目には、先に述べた「運動処方・ト

表6. 現在の指導者の持つ専門知識・能力と、将来必要とされる専門知識・能力

		かなりある ¹⁾	非常に必要 ²⁾
運動処方、トレーニング理論	公立(N=59)	16.9	74.6
	民間(N=97)	19.6	76.3
スポーツニーズの調査及び評価法	公立(N=59)	0.0	33.9
	民間(N=97)	6.2	39.2
体力測定データの処理	公立(N=59)	10.2	30.5
	民間(N=97)	12.4	35.1
各種スポーツの実技能力	公立(N=59)	25.4	28.8
	民間(N=97)	15.5	29.9
施設、プログラム運営の知識能力	公立(N=59)	20.3	50.8
	民間(N=97)	19.6	53.6
接客態度	公立(N=59)	32.2	42.4
	民間(N=97)	39.2	71.1
スポーツ用具、機器に関する知識	公立(N=59)	16.9	28.8
	民間(N=97)	18.6	42.3
OA、パソコンに関する知識	公立(N=59)	1.7	23.7
	民間(N=97)	5.2	27.8
各種実技指導能力	公立(N=59)	15.3	45.8
	民間(N=97)	16.5	67.0
レクリエーションの実施指導能力	公立(N=59)	8.5	44.1
	民間(N=97)	13.4	47.4
スポーツ医学や救急法	公立(N=59)	—	72.9
	民間(N=97)	—	79.4

1) この項目は、「あなたは現在、次の事柄に対してどの程度の専門知識及び能力を持っていますか」という質問に対する「かなりある」「ある程度ある」「どちらともいえない」「少ない」「ほとんどない」の5つの選択肢の中から、最初の「かなりある」と答えた者の割合を示す。

2) この項目は、「これから社会体育指導者になるためにはどのような専門的トレーニングが必要とお考えですか」という質問に対する「非常に必要である」「やや必要である」「どちらともいえない」「余り必要でない」「全く必要でない」の5角選択肢の中から最初の「非常に必要」と答えた回答者の割合を示す。

レーニング理論」の他に、「スポーツニーズの調査及び評価法」と「施設・プログラム運営の知識・能力」がある。これらはいずれもスポーツ経営の領域であり、これまでの大学カリキュラムの中で過小評価されてきた分野でもある。国民のスポーツニーズが多様化していく中で、指導者は同時に経営者としての知識・能力を身につけ、参加者のニーズを先取りし、それに答えて行く技能を身につけていかな

ければならない。

また、将来必要とされる知識・能力について、公立と民間を比べた場合、「接客態度」と「スポーツ用具・機器に関する知識」において、大きな差がみられた。両者とも民間の数字が高く、サービス業として、接客態度の必要性が重視されてきた傾向に加え、ハイテク化したトレーニング機器を使いこなす知識が求められている様子が読み取れる。さらに、実技指導能力についても、民間が公立を上回り、運動・スポーツプログラムの指導場面にたつ機会の多い民間と、施設・用具管理の機会の多い公立の仕事内容の微妙な異なりが数字の上に反映されている。

最後に現在持っている資格に関しては、表7に示しているように、公立と民間においてあまり差はみられない。しいて指摘すれば、民間に教員免許を持った者の割合が多く、公立にスポーツテスト判定員とスポーツ指導員を持ったものの割合が多い程度である。前者の理由は明確ではないが、後者は、職場の特性上、上司や仲間から研修を受け、公的資格を持つように動機づけられた結果ではないかと推察される。

表7. 現在もっている資格 (%)¹⁾

資格名	公立	民間
教員免許	51.6	67.4
日本赤十字指導員	9.3	11.3
スポーツ指導員	14.8	12.1
トレーナー	2.8	2.1
社会教育主事	6.5	2.1
レクリエーション指導員	4.6	2.1
キャンプ指導員	0.0	0.0
オリエンテーリング指導員	0.0	0.0
合計	100 (N=108)	100 (N=141)

1) 重複回答 (資格は 1人当り最高 4つまで選択可)

結論および考察

全国的に、体育学部卒業生の教員への道は年々険しくなっている。そしてそのような傾向と逆行するような形で、社会体育指導者への需要が急速な高まりを見せている。本研究では、拡大する社会体育指導者マーケットに関する基礎資料を得るために、「専門職」としての指導者を対象とした調査・分析を行い、次のような結論を得た。

1) 先行研究を調べた結果、従来の社会体育指導者に関する研究は、その大部分が日本体育協会公認のスポーツ指導者や体育指導員等のボランティアを対象としたものであった。

2) 現職の指導者の半数以上は、もともと教員志望であったが、その道がなんらかの形で閉ざされたために、同業種の社会体育の道を選択した。

3) 転職経験者は全体の約3分の1で、職業間のモビリティはそれほど大きくない。しかし、常勤の体育教師からの転職も多く、転職経験者の24.6%を占めている。

4) 回答者の半数以上が現職に対し、なんらかの不安を抱いているものの、実際に転職の可能性を示唆したのは全体の3割程度にとどまる。ただし転職に関しては、女性の

方が男性よりもやや積極的である。

5) 指導者に求められる専門知識・能力では、公立と民間でかなり異なる部分がみられた。これは、運営母体がサービス業である民間の特色を反映したもので、特に、「接客態度」に強い関心が示された。

現在、社会体育指導者の需要は急速に高まっており、その大部分は民間のアスレ・ヘルスクラブや第3セクター方式で運営される社会体育施設に職を得ているのが現状である。これまでの指導者マーケットは歴史も浅く、ブームに乗って急成長を遂げたため、社会体育業務を運営する組織や制度もきわめて未発達・未成熟な状態にあった。しかしながら、近年、大企業が社会体育の領域に進出したり、文部省や厚生省、あるいはACSM(全米スポーツ医学会)などの民間団体の認定による資格制度が整備されるなど、社会体育を取り巻く状況が徐々に制度化される傾向が強まってきた。同時に、専門的な知識・能力を備えた高度な専門職として、質の高い指導者が求められるようになった。これまでのような学校体育教師の「すべりどめ」程度の認識では、ますます専門化する社会体育の現場からの要請に答えることはできないのである。大学教育においても、専門的な社会体育指導者養成の課程が設置され、学校体育と異なったカリキュラムが組まれるべきであろう。本研究では、現在の社会体育指導者の職業経歴や専門知識・資質などが明らかになったが、これはあくまで現時点の状況であり、急成長を見せる指導者マーケットを的確に把握するには、一定期間をおいた継続的な調査が実施される必要があると考えられる。

参考文献

- 1) 川西正志、山口泰雄、池田勝、「社会体育指導者研究」体育の科学 37: 545-550、1987。
- 2) 西田泰介、他7名「体育指導員の調査(その6)社会体育振興の対象と行事について」体育学研究3(1): 56、1958。
- 3) 笠井志雄「体育指導員の調査(その3)体育指導委員の競技経歴について」体育学研究(3): 53、1958。
- 4) 斎藤定雄、他5名「体育指導員の調査結果について」体育科教育6(7): 72-81、1958。
- 5) 金子良三「体育指導委員とスポーツ競技者の機能めぐって」日本体育学会第27回大会号、pp.589、1976。
- 6) 江刺正吾「体育指導員の現状と課題—奈良県の体育指導員に対する1973年と1978年の調査データから—その1. 体育指導委員の社会的特性」健康と体力11(10): 72-75、1979。
- 7) 江刺正吾「体育指導委員の現状と課題—奈良県の体育指導員に対する1973年と1978年の調査から—その2. 体育指導委員の生活上の諸問題」健康と体力11(11): 72-75、1979。
- 8) 江刺正吾「体育指導委員の現状と課題—奈良県の体育指導員に対する1973年と1979年の調査から—その3. 体育指導委員の活動上の諸問題」健康と体力11(12): 59-62、1979。
- 9) 桑野豊他5名、「日本体育学会における公認スポーツ指導者の構造的な位置づけとその指導意識について」日本体育学会第27回大会号、pp.105、1976。
- 10) 犬飼義秀、桑野豊「地域別(都道府県別)にみたスポーツ指導者の職業構成とその指導活動の違いについて」日本体育学会第28回大会号、pp.144、1977。

- 11) 桑野豊、他5名「スポーツ指導者養成に関する社会学的研究」、1986年度日本体育協会スポーツ科学研究報告集№10、1987。
- 12) 守野信次「地域スポーツクラブの指導者について」体育の科学 34(12): 889-891、1984。
- 13) 原田宗彦、他5名「社会体育指導者マーケットに関する研究Ⅱ一特に社会体育指導者の職業移動について」日本体育学会第38回大会号A、pp.104、1987。
- 14) 川西正志、他5名「社会体育指導者に関する研究一社会体育指導者に望まれる資質と専門知識一第38回大会号A、pp.105、1987。
- 15) 山口泰雄、他5名「社会体育指導者マーケットに関する研究一社会体育指導者の養成について一」第38回大会号A、pp.105、1987。
- 16) 山本隆久「アスレチッククラブと指導者像」体育の科学34(5): 362-365、1984。
- 17) 原田宗彦「民間における社会体育指導者の養成」体育の科学37(1): 15-19、1987。
- 18) 社会体育指導者研究会「[社会体育専門職]をめぐって」体育科教育12月号、1977。
- 19) 社会体育指導者研究会「社会体育専門職の制度的確立をめざして」体育科教育3月号、1979。

フライングディスクの普及と発展に関する研究

○島 健 師岡文男
(上智大学)

レクリエーション・スポーツ フライングディスク 発展史

1, はじめに

いまからちょうど40年前、フライングディスクは遊具として誕生した。プラスチックでできたこの円盤は当初、安全で老若男女を問わず、どこでも楽しめるということで人気が出たが、単なる玩具としてしか扱われなかった。

ところが、その後ボールとは違った特有の飛行性能を利用してさまざまなゲームが開発され、遊具からスポーツへと変化していくことになる。

フライングディスク・スポーツ(注1)には、次のような特徴がある。

- ・年齢、性別を問わず、楽しむことができ、かつ、奥が深い。
- ・運動量の多い種目から軽い種目まで9種目があり、高齢者、障害者等でも、体力に応じて楽しむことができる。
- ・一人から大勢まで人数に応じた楽しみ方がある。
- ・体力向上に役立つ全身運動である。
- ・身体接触を許さない種目ばかりであるし、用具も安全である。
- ・用具の運搬、セッティングが容易である。
- ・用具が安価である。
- ・左右上下へのカーブ、ブーメランの様なスローなど多種多様なスローができ、驚異的な飛距離(世界記録186.83m)²¹⁾等、ボールにはない飛行性能がある。

つまり、「いつでも、どこでも、誰でも」という、レクリエーション・スポーツとしての要素を十分に満たしており、子供からお年寄りまであらゆる年齢層の人が一緒に楽しむことができる。さらには障害児・者たちにも楽しむことができ、「みんなのスポーツ」「生涯スポーツ」「三世代スポーツ」として期待されている。

週休2日制の導入、高齢化社会が進む今日、余暇時間はますます増大する傾向にあり、いつでも、どこでも、誰でも楽しめる、レクリエーション・スポーツの果たす役割は重要なものとなることが予測される。本研究では、レクリエーション・スポーツとして優れた特徴を持つフライングディスクに焦点を当てて、過去に出版された関係文献及び日本フライングディスク協会の会報からその普及と発展の過程を明らかにし、今後のフライングディスクの将来を探る基礎資料を得ようとするものである。

2, フライングディスクの誕生と発展

フライングディスクの誕生については、いろいろな説がある。

現在最も信頼性の高いのが、1920~40年代にアメリカ東部アイビーリーグの名門校、エール大学の学生達が近くのパイ屋のパイ皿を投げて遊んでいたのがはじまりというものである。^{1)2)4)5)7)9)~18)}(現在、エール大学構内には「フリスビー発祥の地」を記念してフライングディスクを投げる少年の像が立っている。)

その他に、ギリシャの有 写1 彫像ディスコボラス

名な彫像ディスコボラス“円盤を投げる人”(写1)が最初にフライングディスクを投げたのだという説⁴⁾⁵⁾⁷⁾¹⁸⁾、エリフ・フリスビーという青年が、学校の礼拝参加に反発し、大学の中庭に皿を投げ飛ばしたのが最初だという説⁵⁾¹⁸⁾、遊びに困った軍人たちが自動車のホイールキャップを飛ばして遊んだのがきっかけ、という説¹⁸⁾、米国のユタ州にあるトー ज्याムの発掘地から発見された土の皿に投げて遊んだと記されていたという説⁵⁾、ローマ軍の兵士が紀元前202年のカルタゴとの戦いで削った楯を投げたという説⁵⁾、ネアンデルタール人が土で焼いた皿が最初だという説⁵⁾、アルバート・J・フォールが鉄製のパン皿タイプのフライングディスクを発明したという説⁵⁾等である。



円盤状の物を投げたというだけならば確かに紀元前からあったかもしれないが、現在のフライングディスクの様に投げあって遊ぶようになったのは最初に挙げたエール大学の学生が投げあったのがはじまりのようである。それ以前から行われていたという説もたくさんあるが、どれも事実としてあいまいな点が多い。⁵⁾

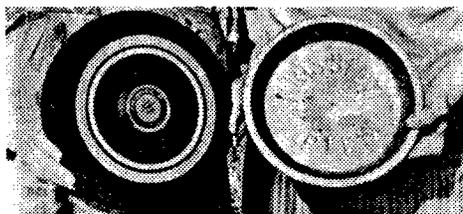
そこで比較的資料のある1940年代以降について、フライングディスクの普及と発展を年代順にまとめることにする。

1940年代

当時エール大学の学生達は、近くにあった「フリスビー(FRISBIE)・ペーカー」のパイ皿

を投げて遊んでいた。そのパイ皿は金属製のもので、直径が4、8、10インチの3種類があり、レストラン用の12インチのものもあったらしい。¹¹¹⁶⁾

写2 現在のフライングディスク(左)とパイ皿



1940年代の終わりにロサンゼルス建築検査官であったフレッド・モリソンは学生達がキャンパス内でそれらの皿を投げていたところを目撃、それをもとに皿のへりに鉄のリングをまくなどして金属製のディスクを自作した。⁵⁾¹⁶⁾しかし、金属で作られたディスクは思うように飛ばないうえ、危険であったために金属製以外のフライングディスクをつくる実験を重ねた。¹¹⁵⁾⁷⁾¹⁶⁾

1948年、モリソンはウォーレン・フランシオニと世界初のプラスチック製フライングディスクを完成させた。¹¹⁵⁾⁷⁾⁹⁾¹⁶⁾

1951年に、第1号のモリソン式円盤の表面に、浮力を増そうとする意図でついていた風車の翼のようなカーブした6つの突起が飛行性能に関係がないことがわかり、モデルチェンジによって、現在のフライングディスクの原型ともいえる「プラトール(ブルー)・ブラッター」が生まれた。¹¹⁵⁾

1950年代

このモリソンの考案したフライングディスクに着目したのがフラフープのメーカーとして有名なWHAM-O社であった。社員のリッチ・クネールとA・K・メリンは、行商中のモリソンのフライングディスクに興味を持ち、同社のカリフォルニア州サン・ガブリエルの工場に招き、そのディスクにさらに改良を加えた。⁵⁾1955年には、モリソンがWHAM-O社にディスクの発明の権利とディスクの鋳型を譲渡した。¹¹⁵⁾⁷⁾¹¹⁾¹⁶⁾

1957年1月13日にWHAM-O社はフライングディスクの生産ラインをスタートさせ、「フライング・ソーサー」として市販をはじめた。¹¹⁵⁾⁷⁾¹¹⁾

この頃になると単なる遊びであったフライングディスクも次第にゲームとして盛んになり始めた。ディスタンスといった個人種目の他に、ガッツなどの団体種目が考案された。⁷⁾

1958年、ミシガン州カバナで世界最初のフライングディスク・トーナメント、「世界フリスビー選手権(IFT)」が開催された。⁷⁾¹⁶⁾(注2)

1959年、クネールが全国にフライング・ソー

サーを広めようと旅にでている時、アイビーリーグのキャンパスでハーバード大学の学生が「フリスビー」と言いながらパイ皿を投げているのを初めて聞き、「フライング・ソーサー」の商品名を「フリスビー」に変更した。⁵⁾¹¹⁾¹⁴⁾¹⁶⁾(WHAM-O社は商標権のトラブルを避けるため、わざわざスペルを一字変え「FRISBEE」として登録した。)

しかし、フライングディスクを単なるひまつぶしの遊びとしか考えなかったため、WHAM-O社の誰もがフライングディスクを熱心に宣伝しようとはしなかった。そのためあまり流行せず、当時同社のヒット商品であったフラフープの爆発的ヒットの陰にかくれて忘れられた存在になってしまう。¹¹¹¹⁾

1960年代

WHAM-O社の副社長兼総支配人のエド・ヘドリックは、フリスビーを単なるおもちゃとしてではなく、スポーツの分野にまで発展をさせたいと考え、熱心にフリスビーを普及させようと行動を開始した。¹¹⁵⁾¹¹⁾¹⁶⁾

1965年には「プロ・モデル」のフリスビーでパテントをとり、同モデルを販売し好評を博した。⁵⁾¹⁶⁾

1967年には国際フリスビーディスク協会(IFA)を設立。そして、会員の技術に応じ、ノビス、エキスパート、マスター、ワールドクラス・マスターなど、各自の技術レベルを認識できるようなシステムをつくり、最初のIFAマスター資格審査をアメリカンフットボールで有名なカリフォルニア州バサディナ市のローズボウル・スタジアムで行った。¹¹⁵⁾⁷⁾⁹⁾¹⁴⁾¹⁵⁾¹⁶⁾

その後IFAの会員はどんどん増え、IFAは「IFAニュースレター」の発行をはじめた。また、全米各地で競技会も開かれるようになった。¹¹⁾

1970年代

何人かのプレイヤーはプロに転向、全米デモンストラーション・ツアーをはじめ、また新しい競技も次々と考えだされ、それとともに競技会がいくつも開催され、記録がぬり変えられていった。¹¹⁾またフライングディスクもWHAM-O社だけでなく、他の4つのメーカーからも製造されるようになった。

1974年に、ラトガーズ大学のダン・ロディックが「フライングディスク・ワールド」という専門隔月刊誌を出版、¹¹⁾同年夏にはローズボウル・スタジアムにおいて観衆5万人を集めて第1回世界フリスビーディスク選手権大会(WFC)を開催した。(当初は3カ国の参加であった)¹¹⁵⁾⁹⁾¹¹⁾¹⁴⁾¹⁵⁾¹⁶⁾

1975年にはIFA会員制度を改訂。全米各地の競技会を統一、「ナショナル・チャンピオンシッ

ブ・シリーズ」としてWFCの出場権をかけた予選とした。また同年ダン・ロディックがIFAの2代目ディレクターとなり、「IFAニュースレター」と「フライングディスク・ワールド」を発展させた「frisbeeディスク・ワールド」誌が発刊され、世界各地での競技結果や興味あるニュースなどを伝えるようになった。全米各地域におけるディレクターを任命し、さまざまなルール制定などの目的で、プレーヤー委員会も設立された。¹⁾ 青少年のためのジュニア選手権大会も開催され、障害児・者の人たちのためのスポーツ大会スペシャル・オリンピックの正式種目としてフライングディスク競技2種目が選ばれた。

1980年代

1983年、スポンサーであるWHAM-O社の経営不振により、国際frisbeeディスク協会(IFA)は事実上の活動を停止してしまった。

1985年になって、ヨーロッパ・フライングディスク連合が中心となり、全世界のフライングディスク協会に呼びかけ、すべてのメーカーのフライングディスクが使用可能なアマチュア・スポーツとしてのフライングディスク国際組織、世界フライングディスク連盟(WFDF)を設立した。(注2)同年、WFDF主催の第1回世界ディスクゴルフ選手権大会を開催した。

1987年には第2のオリンピック「ザ・ワールド・ゲームズ」の主催団体である国際スポーツ連盟(GAISF)への加盟が認められ、1989年のザ・ワールド・ゲームズ西ドイツ大会からフライングディスクが種目として取り上げられることが正式に決定した。その他、国際オリンピック委員会(IOC)に対して、フライングディスクをオリンピックのデモンストレーション種目に取り上げるように働きかけが行われ、国際スポーツとしての地位の確立が進んでいる。

1988年5月現在、WFDFには23カ国が加盟している。

3. 日本における普及と発展

日本国内での普及、発展に関しては記載されている文献が少ない。参考資料である会報等を加えてまとめた。

1969年(昭和44年)

日本にフライングディスクがはじめて紹介された。しかし、当時はフライングディスクに関するテクニックや競技方法等の知識や情報が少なく、普及するまでにはいたらなかった。⁷⁾¹⁰⁾¹¹⁾

1975年(昭和50年)

この年の春から「フライングディスク・スポーツ」を本格的に普及させようという動きが生まれ、WHAM-O社の「frisbee」の正式な輸入が開始された。⁷⁾¹⁰⁾ またアメリカより、WFC男子チャンピオン、ピクター・マラフロンテ、同女子チャンピオン、モニカ・ルーの両選手を招き、日本各地でデモンストレーションと講習会を行った。⁷⁾¹¹⁾

10月には「日本frisbee協会(JFA)」が名古屋を本部として設立された。協会の主な事業内容はライセンスの認定、講習会、競技会の開催等であり、IFAにも日本を代表する組織として加盟した。⁷⁾¹¹⁾¹³⁾¹⁶⁾

1976年(昭和51年)

(財)日本レクリエーション協会の月刊誌「レクリエーション」8月号より翌年1月号まで6回にわたりフライングディスクの投げ方が紹介された。²²⁾

9月にはJFA主催のもと、初の全日本選手権大会が名古屋市市営白川公園において開催され、その後毎年、全日本選手権大会が開かれるようになった。⁷⁾⁹⁾¹³⁾

10月、米国から11人のプレーヤーを招き、日本frisbee・チャンピオンシップが行われた。⁷⁾

1977年(昭和52年)

世界frisbeeディスク選手権大会(WFC)に日本が初参加。参加国5カ国中総合第4位になった。¹³⁾

(社)全国大学体育連合の実技講習会でフライングディスクが紹介された。同地方支部における講習会でも、アルティメットやディスクゴルフといった競技が紹介され、体育実技の授業で取り入れる大学が出始めた。²⁰⁾

1978年(昭和53年)

高知大学で開催された日本体育学会で、フライングディスク競技の紹介及び実技講習会が行われ、その後5年間、毎年体育学会でデモンストレーションが続けられた。²⁰⁾ フライングディスク競技を、大学体育に取り入れる大学が20校以上に増加した。¹⁰⁾

この年、岐阜県恵那峡ランドに協会公認の日本第1号のディスクゴルフ・コースが作られた。¹⁰⁾

1979年(昭和54年)

WFCにおいて日本が総合第2位(参加国14カ国中)となった。¹³⁾²⁰⁾

1981年(昭和56年)

神奈川県藤沢市で行われた第1回スペシャルオリンピック全国大会において、正式種目として2種目が採用され、障害児・者への普及が行われるようになった。¹⁹⁾²⁰⁾

また同年に行われたWFCにおいて日本は総合第3位(参加国13カ国中)になった。¹³⁾²⁰⁾

普及強化のため、第1回公認審判養成講習会が開催される。¹⁹⁾

1982年(昭和57年)

全国ではじめての試みとして、高齢者スポーツ活動モデル市に指定された愛知県小牧市で、高齢者にも楽しめる新しいスポーツとして、ディスクゴルフが取り上げられた。²⁰⁾(小牧市は、2年後の1984年に、市営四季の森ディスクゴルフ・コースを作った。)

1983年(昭和58年)

1月に、それまで名古屋にあったJFAの本部が、会員の増加と業務の多様化、フライングディスク競技の普及強化およびスポーツとしての地位確立等に対応するため東京に移された。²⁰⁾

米国ルイジアナ州バトンルージュ市で開催された第6回夏期国際スペシャル・オリンピック大会に日本チームが参加、フライングディスク部門で優勝した。¹⁹⁾

1984年(昭和59年)

全日本選手権大会に中華民国チームが特別参加。

千葉県船橋市老人大学講座においてディスクゴルフの講習が行われ、高齢者にも楽しめるスポーツとして普及が進められた。²¹⁾

この年、「日本フリスビーディスク協会」は名称を正式な競技名称である「日本フライングディスク協会(JFDA)」に改めた。²¹⁾

講談社刊「現代体育・スポーツ大系」第29巻に7頁にわたって「フライングディスク・スポーツ」についての記事が掲載された。¹³⁾

国立鹿屋体育大学開校記念スポーツフェアで、フライングディスクのデモンストレーション・講習会が行われた。

世界アルティメット・ガッツ選手権大会(スイス・ローザンヌ市)ガッツの部において、日本第3位(名古屋コスモス)、アルティメットの部は第9位(東京経済大学)になった。²¹⁾

1985年(昭和60年)

東京都立川市の国営昭和記念公園に、国の施設としては初めて常設ディスクゴルフ・コースが設置され、そのコースを利用しての4回の講習会を開催、

ファミリーに人気を呼んだ。²¹⁾

第38回全国レクリエーション大会レク・スポーツフェア(三重県鳥羽市)で、ディスクゴルフのデモンストレーションと講習会が行われた。以後毎年全国レクリエーション大会でデモンストレーションが行われている。²¹⁾

文部省・筑波大学共催、大学体育指導者研修会(茨城県高萩市)で大学体育教員にアルティメットの講習が行われた。体育実技でフライングディスクを取り上げる大学が30校以上になった。²¹⁾

世界フライングディスク連盟(WFDF)に正式加盟。船橋市老人大学チームが中華民国第2回嘉義杯大会に招待参加し、日華両国の高齢者プレーヤーの交流が始まった。²¹⁾

この頃より講習会の依頼が激増する。

NHKが高齢者向けディスクゴルフ紹介番組(30分)を再放送を含め、4回放映した。²¹⁾

1986年(昭和61年)

世界アルティメット・ガッツ選手権大会(英国コルチェスター市)に、日本女子チーム初参加(上智大学)、第13位ながら敢闘賞を獲得した。²¹⁾

USオープン選手権大会(米国カルフォルニア州ラ・ミラダ市)にて、大島 寛がディスタンスの部で優勝、日本選手として初めての快挙を成し遂げた。²¹⁾

日華友好フライングディスク大会開催。中高齢プレーヤーの人口増加(約10万人)。²¹⁾

1987年(昭和62年)

競技者人口の増加に伴い、全日本選手権大会の9種目の内、普及のめざましい「ディスクゴルフ」と「アルティメット」を独立した大会として、残りの7種目と3分割した。²¹⁾

全日本ディスクゴルフ選手権大会で初めてシニアの部(55歳以上)が成立した。²¹⁾

USオープン選手権大会で、大島 寛がディスタンス2連覇、TRC優勝、MTA第2位、個人総合第2位と昨年以上の活躍をした。²¹⁾

文部省主催・生涯スポーツ実技指導者養成講習会(東京都渋谷区)で、フライングディスクが種目としてとり上げられた。²¹⁾

(財)日本体育協会監修「最新スポーツ大辞典」にとりあげられた。¹¹⁾

1988年(昭和63年)

第13回全日本フライングディスク個人総合選手権大会ディスタンスの部において、大島 寛153.21mで優勝。8年ぶりに日本記録を塗り変えた。²¹⁾

文部省、(財)日本体育協会、(財)日本レクリ

エーション協会他共催「第1回スポーツ・レクリエーションの祭典・山梨大会」でレク・スポーツとして、ディスクゴルフがとりあげられる。

厚生省、兵庫県共催「第1回全国健康福祉祭・兵庫大会」でもディスクゴルフがとりあげられる。

現在、愛好者約60万人、3支部4県協会。体育実技の正課にとり入れている大学50校以上、内ディスクゴルフのゴールを設置している大学9校。そして1991年には、世界大会が東京で開催される予定である。

4. まとめと考察

最初にフライングディスクが誕生したのは紀元前であるという仮説は、古代にすでに円盤状のものを投げて遊んでいたという記録や、円盤投げのルーツからすれば考えられないことはないが信頼性に乏しい。やはり、パイ皿から始まったと考えるのが一番信頼性が高いが、このfrisbee・ペーカーリーのパイ皿にも、同社のパイ皿とクッキー皿の2つの説があり、どちらとも限定できない。⁵⁾

いずれにせよエール大学の学生達の遊びであった皿投げから始まったといわれるフライングディスクは、40年程の間に著しい変化をとげた。

まず、フレッド・モリソンがプラスチック製のフライングディスクを発明したことが重要である。これによって安全性が確保され、また大量生産が可能になった。そして実際に工場で大量に生産を開始して販売を始めたWHAM-O社の存在も見逃せない。この二者が1940年～1950年代に発展の基礎をつくった。ただこの時期にはフライングディスクはまだ玩具としての色合いが濃く、投げあって遊ぶだけのものであったようだ。

1960年代にはいと、フライングディスクは新たな成長の段階をむかえた。それは、エド・ヘドリックによって、フライングディスクが単なる遊び道具からスポーツへと変化をはじめることにある。彼は国際frisbee協会（IFA）という組織をつくり、フライングディスクの普及と発展に努めた。また、スポーツとしてカリフォルニア・マスターズ・ガッツ・チームというガッツ競技のためのチームの編成に協力した。1968年の世界frisbee選手権（IFT）でこのチームが優勝した。⁵⁾（最初このIFTはガッツのための大会であったが、1962年にディスタンス、1967年にアキュラシー、1973年にはMTAも行われている。）¹⁴⁾

これは愛好者をひとつにまとめると同時に、初心者からエキスパートまで指導・育成ができる組織が生まれ、普及の核となる団体ができたということである。そして世界選手権が開催されることにより、スポーツとしての地位も高まった。エド・ヘドリックの目指したフライングディスクのスポーツへの発展が2つの大きな柱によっ

て実現されたわけである。

1970年代にはいり、60年代の基礎をもとにフライングディスクはさらに急成長した。70年代前半、IFAにより全米への普及が進み、愛好者、競技者の人口が徐々に増加した。そして、1974年にWFCが開催され、同時期に国際統一ルールの整備も行われたことで、国際スポーツとしての基盤がこの時期に固まった。

これはIFAの2代目ディレクターであるダン・ロディックが、専門誌発行等による普及活動を進め、統一されたルールをまとめていった功績が挙げられる。競技もWFCを中心とした9種目のゲームがルールの統一とともに定着していく。ただし、当時の公認大会ではスポンサーであるWHAM-O社のフライングディスクしか使用を認めず、他のメーカーから出されていたフライングディスクは使えなかった。日本ではこの頃からJFAを中心にして普及が進み、徐々に愛好者の人口が増加する。

1980年代になり、フライングディスク発展もひとつの転換期を迎えた。それはIFAの活動停止とWFDFの設立であった。各国のフライングディスク協会の中心であったIFAが活動を停止することは、横のつながりがなくなり世界選手権等の国際大会も開催できなくなるということであり、それを心配した各国協会は、スウェーデンを中心とするヨーロッパ・フライングディスク連合の呼びかけに応じ、これを期に全てのフライングディスクを大会で使用可能なアマチュア・スポーツの組織としてWFDFを設立した。

現在、WFDFはフライングディスクをより国際的なスポーツとするために、その地位の確立に努力している。

日本では、障害者、高齢者、そして学校を中心として普及が進み、その愛好者人口は現在60万人以上に達している。また、そういった普及と同時に競技者レベルも向上し世界大会で入賞する選手も育ってきている。

以上1940年頃から現在までフライングディスクの普及と発展の流れをまとめてみた。

約40年という短期間に急成長したのは、IFAという組織を作り育て、あらゆる年齢層における競技種目の普及に努力してきたエド・ヘドリックとダン・ロディックによるところが大きい。彼らの「フライングディスクをみんなのスポーツに」という考えがなければ、これほどは普及はしなかったと言える。そしてその意向を汲んで現在はWFDFを中心として各国フライングディスク協会が普及活動に努めており、愛好者、競技者はまだまだ増加する傾向にある。

また日本では、JFDAを中心として各種目の普及が進められてきている。現在、あらゆる年齢層への普及が盛んに行われており、ディスクゴルフを中心に高齢者に対する講習会は年々増加し、高齢者のための大会や、日華交流のような地域を越えた幅広い交流が行われている。また、子供のための大会、スペシャル・オリンピックに代表される障害児・者のための大会も開かれ、それぞれのレベルに応じた楽しみ方や競技が行われ、幅広い層か

らの支持を受けている。

そういった講習会と同時に各地に常設ディスクゴルフコースなどの施設ができ、休日などにはそれらを利用してファミリーで楽しむ人たちも増えてきている。船橋市では高齢者のディスク・クラブ員が小学校を巡回し、小学生に指導を行うなどしており、三世代にわたってレクリエーション・スポーツとして楽しまれている。

また、学校体育においてもその普及は進んでおり、高校では既に4校の学校が実施、大学に関しては50校以上が体育実技の正課として採用している。これによって、スポーツ嫌いの生徒・学生に意識変化を起こさせることも可能である。フライングディスクの学校教材としての採用は、単にレクリエーション・スポーツとしての魅力があるからだけではない。ゲームの中には運動時の平均心拍数が最大心拍数の88%まで上がるような競技(アルティメット)もあり、運動量も他の運動種目に決してひけをとらないことがわかってきたからである。¹⁷⁾

国もこのようなさまざまな動きに注目し、文部省、厚生省、建設省といった各省庁も「生涯スポーツ」として講習会や大会にフライングディスクをとりいれたり、施設を造ったりしている。

「フライングディスク」と聞くと、まだまだ投げてキャッチするだけの単純な遊びというイメージが強い。それは、気軽に楽しめるという点で、レクリエーション活動として初めて取り組もうとする人々にとっては好都合であるが、単なる遊びとも見られがちである。しかし、1枚のフライングディスクで行える競技種目は多種あり、年齢層、運動種目、運動強度に幅広く対応することができ、かつ奥が深いという特徴がある。今後フライングディスクの理解が深まれば、より一層の普及・発展の可能性がある。

注 釈

(注1) フライングディスクを使用して行う競技全般を指すが、ここでは世界選手権大会および日本選手権大会で行われている世界フライングディスク連盟公認競技9種目に絞って取り扱う。9種目とは個人種目のディスクゴルフ、ディスクソーン、ディスタンス、アキュラシー、セルフ・コート・フライト、フリースタイル、ダブル・ディスク・コートと団体種目のガッツ、アルティメットである。

(注2) 翌年の1959年にWHAM-O社が「frisbee」という名称を出したにもかかわらず、この年の大会で「frisbee」という名称が使われている。資料がないのでわからないが、おそらく後から大会名称を変えたのではないかと推測される。

(注3) WFDFの本部は現在スウェーデンに置かれ、世界23カ国が加盟している。事業としては、国際統一ルールの制定、世界記録の公認、世界選手権大会の開催などである。

参考文献

- 1) ダナ・ポインター(小林信也訳), フリスビーハンドブック, クイックフォックス社, 1979.
- 2) 江橋慎四郎(編), 新レクリエーションハンドブック, 国土社, 1981.
- 3) 本間 聡, 初心者のためのfrisbeeディスク入門, 土屋書店, 1982.
- 4) Horowitz, J. and Bloom, B., FRISBEE, Leisure Press: New York, 1983.
- 5) Johnson, E. D., FRISBEE, Workman Publishing Co.: New York, 1975.
- 6) 北川勇人, レクリエーションスポーツ種目全書, 遊戯社, 1984.
- 7) 小林信也, フリスビーがうまくなる本, 文潮出版, 1979.
- 8) 森 朗, ミニスポート, 成美堂出版, 1980.
- 9) 師岡文男, 「フライングディスク(frisbee)」大学体育, 26: 32-38, 1985.
- 10) 日本frisbee協会(編), フリスビーハンドブック, 日本frisbee協会, 1975.
- 11) 日本体育協会(監), 最新スポーツ大辞典, 大修館書店, 1987. pp. 1119-20.
- 12) Roddick, D., FRISBEE disc BASICS, Prentice Hall, Inc.: New Jersey, 1980.
- 13) 勅使河原克彦・師岡文男, 「フライング・ディスク・スポーツ」現代体育・スポーツ大系, 第29巻, 講談社, 1984. pp. 118-24.
- 14) Tips, C., FRISBEE by the Masters, Celestial Arts: California, 1977.
- 15) Tips, C. and Roddick, D., FRISBEE disc Sports and Games, Celestial Arts: California, 1979.
- 16) 山森玲治, 「frisbee」スポーツノート13, 鎌倉書房, 1979.

参考資料

- 17) Boswell, Gerald F., Telemetered Heart Rate Response to Ultimate, A Flying Disc Game, Western New Mexico Univ., 1981.
- 18) 日本frisbee協会会報, フリスビーニュース, 3, 1978.
- 19) 日本frisbeeディスク協会会報, フリスビーディスクタイムズ, 1-11, 1980-1983.
- 20) 日本frisbeeディスク協会, 1982年度日本frisbeeディスク協会活動報告書, 1982.
- 21) 日本フライングディスク協会会報, フライングディスクタイムズ, 12-19, 1985-1988.
- 22) 日本レクリエーション協会, レクリエーション, 190-195, 1976-1977.

里見悦郎
(東海大学)

高橋和敏
(東海大学)

ソビエトのレクリエーション、制度史、施設経営
はじめに

ソビエト社会主義共和国連邦(以下ソビエト)では、レクリエーションを1917年のロシア革命後の社会主義国家建設期に、共産党と政府の重要な政策課題の1つとして位置付けていた。国民の教育手段として義務教育と社会教育を同等に位置付けているソビエトは、国民の余暇時間のより建設的な活用とそのため社会制度を革命後70年を費して確立してきた。特に、ソビエトのレクリエーション制度と社会教育制度が共産党と労働組合の協力と援助によって成り立っている点はソビエトのレクリエーションの最も大きな特長である。

これまでの研究のうち、ソビエトの社会人を対象としたレクリエーションに関する研究は、後田1)、川野辺2)、J. Tomiak3) R. Kraus4)らの研究に拠るところが大きい。特に、ソビエトの社会人レクリエーションを成人教育、あるいは学校外教育の一部として位置付けている点はこれまでの研究の共通とするところである。後田、Krausは成人教育、学校外教育の成立過程を教育史の視点から、解明している。

本研究では、これまでの研究をふまえ、ソビエトの勤労者・社会人層のレクリエーション活動を支える社会制度の成立過程を新たに政治経済史、教育制度史、社会思想史、スポーツ史の視点から考察し、ソビエト史における各時代の社会人レクリエーションの成立過程と役割について究明しようとするものである。

研究の方法

ソビエトのレクリエーション制度成立過程を政治経済、教育、社会思想、スポーツの面から、次の5期に分ける。

第1期、ロシア革命から、新経済政策下まで(1917~27)。ボリシェビキの革命政権樹立から、戦時共産主義政策下の内戦を経て、共産党の政治支配をソビエト全域に確立する時期。

第2期、第1次~第3次5カ年計画期(1928~42)。経済5カ年計画の実施によつて、計画経済体制を確立、工業国へと発展すると同時に、教育制度を確立し、さらに、共産主義思想の普及と徹底が計られた時期。

第3期、第2次大戦と第4次5カ年計画期(19

41~50)。第2次世界大戦による国土の荒廃後、国家の再建とその後のソビエトの政治経済路線の基本方針が確立された時期。

第4期、第5次~第8次5カ年計画期(1951~70)。フルシチョフ改革後、米ソ対立と冷戦体制下に政治経済、文化、科学技術の急進政策が確立された時期。

第5期、第9次~第12次5カ年計画期(1971~90)。米ソ2極化時代の到来、ソビエト国民生活水準が急速に向上すると同時に、国内政治経済、文化面のひずみが拡大し、1985年以来、行政制度、文化面等の改革が広く実施されている。

以下、ソビエトの政治経済、教育制度、スポーツ史に関する文献を基に、社会人レクリエーション制度の成立過程について考察を加える。

考察

第1期、ロシア革命から、新経済政策下まで(1917~27)

1917年10月25日のロシア革命の結果、共産主義政権を目指す人民委員政府が樹立された。この人民政府はヨーロッパで最も社会、政治、経済、さらに国民教育の遅くれた国の支配を受継ぐこととなった。1917年末から1922年までの約4年間は共産党が実権を握ったロシア社会主義共和国とその周辺に残留する旧帝政軍との内戦状態が続いていた。その後、ソビエトの政治が安定し、経済が順調に成長するのは1928年の第1次経済5カ年計画実施後のことである。1918年教育人民委員部は9年制の無償義務教育制度を決議した。さらに、1917年教育人民委員部学校外教育部長に就任したクループスカヤは、学校外教育施設の充実に努め、1919年3月には校外教育の施設として図書館、成人学校、人民宮殿、映画館、劇場を位置付けた5)。

1918年の決定に従い無償義務教育の実施に努めたが、第1次大戦、革命、そして西洋諸国の干渉によって疲弊し、さらに、国内産業と農業の不振による国家経済の伸縮みは理想主義的な無償教育制度の実施を不可能とし、共産主義教育制度の基本原則、無償義務教育制度は1923年に撤回された。この結果、有料の義務

教育に参加できない児童のための社会教育施設が共産党とコムソモールの青年労働者、芸術家、高等教育機関の研究者の手によって創設された。ピオネール宮殿、少年技術者ステーション等のこれらの施設は企業・工場と労働組合の援助によって急速に普及した。一方、成人学校、人民宮殿等でも多くの芸術家、研究者、熟練労働者のボランティアによる指導が行われ、社会人、青年労働者の教育水準の向上に貢献した。これらの施設はこの後、社会人の余暇活動の場として確立して行くこととなった。スポーツは革命直後、軍事訓練の手段と見なされていたが、1920年代に入ると余暇の重要な活動と見なされるようになった。また、国民の休息の場として1928年「文化と休息の公園」が創設され、さらに、スポーツクラブ、文化クラブが組織され、国民の余暇活動の基礎が築かれた。

第2期、第1次～第3次5カ年計画期(1928～42)

1928年、第1次経済5カ年計画が実施された。第3次計画が完了するまでの15年間、ソビエトは農業国から、工業国への脱皮を計り、工業経済機構の改革を強力に押し進めた。さらに、優秀な労働者養成の基礎となる教育制度の改革に着手した。1930年、共産党は1930～31学年度から初等義務教育を無償とする決定(6)を行った。この結果、ロシア革命以来13年を経て、初めてソビエトは教育の機会平等を確立した。一方、ピオネール宮殿等の施設での教育活動は義務教育を補助する課外教育制度として発展して行くこととなった。当時、経済5カ年計画の短期遂行のため、企業・工場には突撃隊が組織され、重労働が課された。第1次、第2次計画は共に4年3カ月で完了した。この時期ノルマ遂行の社会主義競争が強化され、重労働に疲れた勤労者の余暇活動と休息が重要な問題となった。文化活動予算は第1次計画期に240億ルーブルであったものが第2次計画では1100億ルーブルに増加され、休息の家、サナトリウム、文化の家、文化宮殿等の施設が増設された。

1930年ロシア共和国教育人民委員部大衆事業委員長となったグループスカヤは、社会人の余暇活動と成人教育の合体を目指す制度作りを主張した(7)。1930年に成立した全ソ連邦体育協議会は企業と官庁に職場毎のスポーツクラブを組織させた。スポーツは5カ年計画の遂行に疲弊した国民の余暇活動の中心と成り、職場チーム対抗試合は職場の団結を強化することとなった。

1934年に制定されたゲーテオー制度(体

力養成の義務化)は社会人の余暇活動を利用しての体力作りの動機付けとなった。同年のスポーツマスター制度の制定は、産業別労働組合が組織する任意スポーツ団体間の競争を促進させた。団体は優れたスポーツマンの発掘と養成に力を入れ、1934年青少年スポーツ専門学校を設立し、組合員の子弟の中からも優れた資質を持った者を選び教育を始めた。この後、社会人の余暇活動の組織として成立した労働組合系の任意スポーツ団体はソビエトのチャンピオンスポーツの基盤としての役割を果たすこととなった。一方、1940年には、国民の文化活動と教化を目指す「文化教育事業」誌が発刊された。

第3期、第2次大戦と第4次5カ年計画期(1941～50)

1941年6月に始まった第2次大戦はソビエト全土に2000万人以上の戦死者を出し、7万以上の都市と町が破壊された。大戦中、学校は農村へ疎開し、企業・工場の疎開とともに、スポーツクラブは労働者、住民の軍事訓練を行った。1945年、第2次大戦の終結を前に、戦後の国土再建計画が立案されていた。この年2月6日、ロシア共和国並びに構成共和国の閣僚会議附属文化教育施設事業委員会設置を決定、社会教育事業を重要政策課題とした。翌1946年、第4次5カ年計画が開始され、国土の再建が着手された。労働者の文化水準と物質的福祉事業の大幅な引き上げが計画され、1947年7月任意社会組織「ソ連邦政治・科学知識普及協会」が創設され、社会人の知的な余暇活動の実施基盤となった。国土再建に向けての5カ年計画遂行のノルマ遂行運動の中で、スポーツクラブと文化宮殿での活動は労働者の数少ない余暇活動となった。5カ年計画の遂行のため、競争の原理が社会主義競争として導入された。優秀な成績を治めた者には名誉という代償が与えられ、新聞、工場、町角に顔写真が飾られ、名誉のメダルが授与され、職場や町の英雄に奉られた。物資、食料ともに貧窮したソビエトにとって名誉こそが最も安価で、効果的なアメであった。正に、経済5カ年計画というムチと名誉というアメを使い、国民を果すことのない社会主義競争に駆立てた。スポーツと余暇活動は重労働とノルマに追われた国民にとって、その活力を充電する場となり、職場毎に組織されたスポーツクラブの対抗試合は職場の志気を高め、団結を固める重要な手段となっていったと推測する。

共産党と政府の1949年スポーツマスター制度実施決議。つづいて、1948年ソビエト選手による各種競技の世界選手権獲得の決議によって

労働者・社会人の余暇活動の場であったスポーツクラブは競技スポーツ振興の役割を担うこととなった。

第4期、第5次～第8次5カ年計画期（1951～70）

第5次、第6次5カ年計画は国民経済の発展を目指し、重工業部門の発達が最優先とされた。さらに、農業生産の増加が計られた。教育の分野では中等教育、高等教育への進学を増やし、科学教育を拡大した。技術革新が進み、重工業生産が増加し、第7次、第8次5カ年計画期にはソビエトはアメリカと並ぶ大国へと成長した。

1951年ソ連邦労働組合中央委員会は、増加したクラブ活動の交流と普及を目指し、雑誌「クラブ」を創刊した。1953年3月15日ソ連邦文化省を設置、文化宮殿、文化の家等を管理下に置いた。

1952年ヘルシンキオリンピックに初参加したソビエトは優れた成績によつて、スポーツ大国としての地位を築くこととなり、1953年から64年までスポーツ施設用具の年間予算は160万ルーブルに達した。1958年、文化宮殿、文化の家、クラブでの文化教養講座を中心とした新しい活動「文化大学」が創設された。その受講者は1960年には100万人に達し8）、急速に普及した。

1962年オリンピックのモスクワ誘致を決定したソビエトは、オリンピックでのソビエト選手の活躍を国威国揚の手段と位置付け、競技力強化の国策化を進めた。勤労者のスポーツ活動の基盤であった任意スポーツ団体は、余暇活動としてのスポーツからより一層、競技スポーツの場へと体質を改められていった。この反動として文化宮殿、文化の家、人民大学で実施されるスポーツ以外の余暇活動の人気は急速に高まった。1963年、「ソ連邦知識協会」が設立され、講座を中心とした余暇活動の運営と講師の派遣を組織的に行うようになった。以上の点から、今日のソビエトの余暇活動の制度は1960年代末までに完成したと推察する。

第5期、第9次～第12次5カ年計画期（1971～90）

第24回共産党大会は第9次5カ年計画の課題を生産力の効率化、科学技術の進歩と労働生産性の向上を土台にして、国民の物質的・文化的・生活水準の大幅な向上を計ることであるとした。1972年の米田ニクソン大統領のモスクワ訪門を皮切りに米ソ関係は改善された。1974年にはソビ

エトは石油産出量世界1位となり、国内経済も改善された。続く第10次、第11次5カ年計画でも国内経済の改善が進み、国民の生活水準の向上に努める方針が決められた。特に、1967年から実施された週休2日制はソビエト国民の生活に影響を与え、余暇活動の計画的な活用が問題となった。

1974年国際オリンピック委員会はモスクワオリンピック開催を決定、1980年の念願のオリンピック開催に向け、ソビエト全土で競技施設の充実と競技力の強化が進められた。1977年10月、新ソ連邦憲法が公布され、第7章、第41条「ソ連邦の市民は休息の権利を持つ」では「この権利は労働者及び職員のための週41時間労働、一連の職種と産業における短縮労働日、夜間作業時間の短縮、年次有給休暇と毎週の休息日の設定、並びに文化教育施設と保健施設網の拡大、大衆的なスポーツ、体育、観光旅行の発展、居住地における休息のためのめぐまれた可能性とその他の余暇の合理的利用のための条件の創設によって保証される」9）とソビエト国民の余暇活動の権利を再認識した。

1981年第11次5カ年計画が実施された。国民経済の発展とともに、国民の余暇活動と振興が重視された10）。一方、対ポーランド政策の強化などがら米ソ関係は悪化した。

1985年、ゴルバチョフ新書記長の指導の下第12次5カ年計画が実施された。これまでの国内政策に対する反動の高まりに対して、ペレストロイカ（立て直し）路線を明らかにし、政治経済政策の公開をその基本方針として、国内政治の改革に着手した。教育、スポーツ、余暇活動の分野でも改革は進められている。勤労者の休息の諸条件の改善のため社会消費基金を2倍に引き上げ、国民の健康とレクリエーションに関して保健機関、サナトリウム、休息の家、ペンション、旅行施設の組織網の充実とこれらの施設のサービスの向上を行っている。文化活動へのサービスも向上させるため劇場、映画館、博物館、サーカス興業、コンサートホール、児童音楽美術学校網を拡大し、地域住民の余暇活動サークル、クラブへのサービスの向上に努めている。これは5カ年計画の遂行を優先した結果、その弊害として、質の低下を導いたことが大きな問題となっていた。改革では余暇活動も実質的な質の向上を重視している点が特長である。この様な余暇活動の改善と並び、スポーツ活動の基盤であった任意スポーツ団体（1988年任意体育スポーツ団体と改称）の機構、管理運営制度の改革が進められている。この様にソビエトのレクリエーションはスポーツ等の身体活

動、それに文化宮殿、人民大学等の文化活動があり、現在、これらのレクリエーション施設の運営と管理面に改革が加えられている。

まとめ

ソビエトの社会人レクリエーション制度を成人教育、学校外教育の成立過程の上においてのみ位置付けるのではなく、政治経済史を中心としたソビエト史全般の中で、レクリエーションがどのように位置付けられ、形成されたのかを検討しようと試みた。

この結果、ソビエトの社会人レクリエーション制度の基礎は、余暇活動として従来形成されたのではなく、1920年代の国土開発期に、勤労者の技能訓練と教育水準の向上のために共産党、労働組合が実施した職業技能講習の活動が社会人レクリエーション制度と位置付けられ、その基礎となったと考える。20年代の職場スポーツクラブは、当初、勤労者の余暇活動としてよりも、スポーツを利用して勤労者の団結、職場意識の向上を目指し、最終的には5カ年計画の遂行の円滑化を目的としたものだった。この後、1928年より経済5カ年計画が開始され、社会主義競争とよばれるノルマ遂行運動の中で、労働者の余暇活動が重視されるようになり、スポーツは勤労者、社会人のレクリエーション活動の中心となっていった。

労働組合の資金を基に組織された任意スポーツ団体は、1934年のゲーテオー制度、スポーツマスター制度制定をきっかけに、競技力向上政策へ転換した。この決果、1930年代を通して競技スポーツは社会人レクリエーションの中心としての地位を固めた。一方、スポーツ活動への傾倒に対し、文化活動を中心とした社会制度と組織が相次いで確立されていった。これらの点から、ソビエトの社会人レクリエーション制度の基礎は1940年までに完成されていたと考える。第2次大戦後の米ソ対立の国際政治の構図の中で、社会人レクリエーションに基盤を持つ労働組合のスポーツ団体は、ソビエトの国威高揚政策に組込まれていった。以上のことから、ソビエトの社会人レクリエーション制度は1960年代前半に完成したと推測する。

このように、ソビエトの社会人レクリエーション制度は、ソビエト史の中で、政治経済政策と密接に結びついて確立されてきたことが政治経済史、教育制度史、社会思想史、スポーツ史の流れの中に指摘することができる。

注記・引用文献

- 1) 「ロシア・ソビエト教育史 2」 P 8 4
- 2) 「ソビエト教育制度概説」 P 2 0 3
- 3) 「World Education Series The Soviet Union」
- 4) 「Recreation and leisure in Modern Society」 P 9 1
- 5) 「World Education Series The Soviet Union」 P 1 7
- 6) 「World Education Series The Soviet Union」 P 2 1
- 7) 「ロシア・ソビエト教育史 2」 P 9 7
- 8) 「ロシア・ソビエト教育史 2」 P 2 1 3
- 9) 「ソビエト社会主義共和国連邦憲法基本法」 P 1 1
- 10) 「現代ソビエト教育学大系、教育制度の現状と課題」 P 2 1 3

参考文献

- 1) 「世界教育史大系 15. ロシア・ソビエト教育史 1」、梅根悟監修、講談社、1978年。
- 2) 「世界教育史大系 16. ロシア・ソビエト教育史 1」、梅根悟監修、講談社、1978年。
- 3) 「世界教育史大系 37. 社会教育史 2」、梅根悟監修、講談社、1978年。
- 4) 「ソビエト教育制度概説」、川野辺敏著、新誠書社、1976年。
- 5) 「現代ソビエト教育学大系. 教育制度の現状と課題」、ニコライ・クージン監修、プログレス出版所、1985年。
- 6) 「ソビエト社会主義共和国連邦憲法基本法」、ソビエト大使館広報部、1977年。
- 7) 「World Education Series The Soviet Union」、J. J. Tomiak, David and Charles Ltd、1975。
- 8) 「Soviet Education in the 1980」、J. J. Tomiak, Croom Helm Ltd、1983。
- 9) 「Recreation and leisure in Modern Society」、R. Kraus, Goodyear Publishing Company, Inc、1971。
- 10) 「Restructuring Affects the Whole Health Service」、Yevgeni Chazov, Novosti Press Agency Publishing House、1988。
- 11) История и организация физической культуры, В. В. Столбов, Издательство Просвещение, 1982。

- 1 2) История физической культуры и спорта,
В.В.Столбов,Издательство Физкультура
и спорт,1963.
- 1 3) История и организации физической куль-
-туры и спорта, В.В.Столбов,Издатель
-ство Просвещение,1962.
- 1 4) Энциклопедический словарь юного спор-
-тсмена, М.П.Кондаков,Издательство
Педагогика,1979.

ホノルルマラソンフィニッシャー日米比較研究

—ランナーのプロフィールと日本人ランナーの課題—

○山田 文男(大谷女子大学) 神野 稔(近畿大学)

ホノルルマラソン フィニッシャー 日米比較

I. 緒 言

現代人の健康に対する願いは相当強いと言われている。¹⁾ それは、まさしく健康が阻害されている今日的状況からの脱皮として、また、将来の「健康で文化的な生活」を営むための権利としてとらえられる。²⁾³⁾⁴⁾ 今日、我が国のスポーツをめぐる状況は、国民の広い層がスポーツに参加してきていることである。スポーツの発展は人々を楽しませ⁵⁾、健康にするだけでなく、社会発展の基盤にもなっている。²⁾

特に運動不足による体力減退の防止や、健康の保持・増進と言った願いは、市民レベルでのマラソンやジョギングに代表的に具現されている。全国的にジョガーが見られ、マラソン大会が盛況である。その数は、増加の一途をたどる傾向にある。例えば、20年前337人の参加で始った青梅マラソンは1986年で第20回大会をむかえ、1万5千人の定員に3万人以上もの申込が殺到した。河口湖マラソン(1987年11月)には1万373人が出場し、関西でのマンモス大会篠山マラソンには1万1247人が出場、沿道はおよそ5万人で埋められた。日本人に人気が高いホノルルマラソンには海外での大会であるにもかかわらず、我が国からの参加者が年々増加し、第15回大会(1987年12月)で3900人ものランナーが完走した。日本人ランナー(以下、日本人、米国人という)は全完走者の46%、およそ、2.2人に1人は日本人という状態であった。

かつてフルマラソンといえば、オリンピックや国際大会を目指しているような専門的トレーニングを積んだ選手が行なう苛酷なスポーツというイメージが強かった。それが最近では、「健康のため」「楽しむため」として受け止められ、実践されている。いわばマラソンに対するとらえ方とランナーの意識変革が進行したと見るべきであろう⁶⁾。

しかし、このように健康マラソンが盛況であるにもかかわらず、マラソンランナーの実態や意識傾向を分析・考察した研究は多くない⁵⁾⁷⁾。林ら⁸⁾は「中高年齢者ジョガーの実態調査」を行ない、加齢と共に走る理由が「健康」から「自己への挑戦」へ変化すると指摘している。有吉ら⁹⁾は河口湖マラソン参加者を対象に「大衆ランナーのフルマラソン完走度に関する調査研究」を行ない、ランナーの月間走行距離とレースタイム、完走率、スピード低下の地点との関係を明らかにしている。

だが、これまでの研究で健康マラソンにおけるランナーの実態と意識傾向が総括されたとは言い難い。今日、ジョガーのランニング中における事故や健康マラソンの

在り方が誌面を賑わしている。特に“健康”を求める社会的潮流と健康マラソンランナーの実態とのギャップは逆に健康を阻害する要因ともなりかねない。我が国の健康マラソンランナーがより良きランニングライフを確立するためには、ランナーの実態と意識傾向を把握し、我が国のランナーの課題を明確にすることが急務となっている。

今回、健康マラソンランナーの在り方を探る方策として、ランナーの実態と意識傾向を国際比較しようとした。特に今回は日米比較を試みた。日米両国のランナーが同時に出場する大会として、ホノルルマラソンに注目し、両国ランナーを比較することで、我が国の健康マラソンランナーの課題を明確にしようとした。

II. 方法

- 1 被調査者 第15回ホノルルマラソン完走者
日本人497名、米国人276名
計773名(表1)

表1 国別・男女別人数

	男	女	計
日本	347 68.6%	156 21.4%	497
米 国	196 71.0	80 29.0	276
計	537	236	773

- 2 調査時期 1987年12月13日—16日
- 3 調査場所 ホノルル市カピオラニ公園一帯
- 4 調査方法 ホノルル市カピオラニ公園一帯で研究スタッフ10名が日米両語の調査用紙でフィニッシャーに一問一答式面接法(directive interview法)を実施

III. 結果と考察

- 1 ホノルルマラソンフィニッシャープロフィール日米比較

表2は今回調査した日米フィニッシャーのプロフィールである。

(1) 体格比較

身長比較では日本人男子の平均 167.90 ± 6.22 に対し、米国男子 176.51 ± 8.29 、日本人女子 156.45 ± 5.58 に対し、米国女子 162.56 ± 6.55 であった。共に平均値の差は、0.1%水準で有意であった。

体重比較では、日本人男子 59.98 ± 7.04 に対し、米国男子 71.46 ± 9.69 、女子 50.65 ± 5.67 に対し、米国

表2 ホノルルマラソンフィニッシャープロフィール日米比較

項目	単位	男子				t検定	女子				t検定
		Y	S D	X	S D		X	S D	X	S D	
年齢	歳	34.86	11.74	33.58	10.41	*	33.53	11.17	30.43	8.09	*
身長	cm	167.90	6.22	176.51	8.29	***	156.45	5.58	162.56	6.55	***
体重	kg	59.98	7.04	71.46	9.69	***	50.65	5.67	54.49	8.50	***
完走時間	"	4' 49"	1' 06"	3' 59"	53"		5' 29"	1' 09"	4' 34"	50"	
	"	50' 22"	18' 52"	06' 41"	17' 27"	***	39' 67"	41' 15"	38' 68"	59' 09"	***
疲労と感じた距離	km	25.94	7.72	29.28	8.32	***	26.50	8.44	30.42	8.76	**
7kmマラソン完走度	回	2.80	2.51	11.21	19.09	***	1.83	1.82	4.35	4.82	***
ベストタイム	"	3' 48"	44"	3' 21"	41"		4' 11"	44"	3' 52"	34"	
	"	56' 13"	37' 75"	11' 04"	53' 31"	***	21' 50"	38' 37"	08' 04"	48' 42"	***
週平均トレーニング日数	日	4.19	1.65	4.71	1.50	***	3.75	1.74	4.70	1.24	***
週平均走行距離	km	44.99	33.86	61.04	32.13	***	34.38	28.02	52.51	24.52	***
専門的スポーツ経験率	%	56.1		75.9		***	36.2		82.5		***

± 8.50となり、共に0.1%水準の有意性が認められた。体格では周知のとおり米国人が優れていた。

(2) 完走時間日米比較

図1-1、図1-2に男女それぞれ完走時間別に比較を示した。

図1-1 男子完走時間日米比較

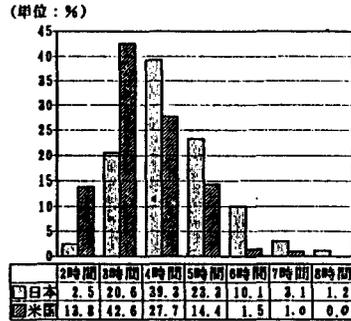
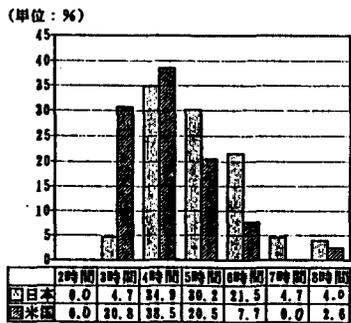


図1-2 女子完走時間日米比較



男子についてみると、2時間台では米国人は日本人の割合の5.5倍、3時間台では2倍となった。米国人は2~3時間台で被調査者の過半数(56.7%)を超えるのに対し、日本人は23.1%にとどまった。逆に4時間台では日本人は米国人の1.4倍、5時間台では1.7倍となった。 χ^2 検定の結果0.1%水準で有意となり、日本人完走時間の低さが目だった。女子についてみると、3時間台で米

は日本の6.7倍を示し、逆に5時間台で日本は米国の1.4倍、6時間台で2.7倍となった。日本人女子は3~4時間台で被調査者の39.6%であったが、米国は71.1%を占める結果となった。 χ^2 検定の結果0.1%水準の有意性が認められた。

この結果は、男女とも日本人は遅く、米国人は速いといえる。

平均完走時間比較では、日本人男子4時間49分50秒22に対し、米国人男子のそれは3時間59分06秒4で、平均50分43秒の差が認められた(0.1%水準で有意)。

女子の場合、日本人5時間29分39秒67に対し米国人4時間34分38秒68となり、平均55分の差が見られた(0.1%水準で有意)。男女とも日本人は米国人に比べ50分以上多くかかっていることになる。

平均50分以上の完走時間差は表2のフルマラソン完走度、ベストタイム、週平均トレーニング日数、週平均走行距離、すなわちトレーニングの量及び質、期間及び頻度の差で説明されよう。

疲労と感じた距離は、日本人男子平均25.94km、女子26.50km、米国人男子29.26km、女子30.42kmの順となった。男子は検定の結果0.1%水準で、女子は1%水準でそれぞれ有意であった。

(3) フルマラソン完走度及びベストタイムの日米比較

被調査者の今回の出場完走を除くフルマラソン経験率は日本人男子53.1%、米国人男子75.0%、女子27.6%に対し67.5%であった。逆に、日本男子の46.9%、女子の72.4%、米国男子の25.0%、女子の32.5%は初めてのフルマラソン参加であった。(表3)

表3 フルマラソン完走度比較

性別	国籍	1回		2回		3回以上		計	X検定
		人数	%	人数	%	人数	%		
男	日本	160	46.9	65	19.1	116	34.0	341	$X=34.35$
	米国	48	25.0	31	15.8	116	59.2	192	$df=2$
計		208		96		232		537	$P<.001$
女	日本	113	72.4	14	9.0	29	18.6	156	$X=34.94$
	米国	28	32.5	18	20.0	38	47.5	80	$df=2$
計		139		30		67		236	$P<.001$

日本人には初出場者が多く、米国人は経験者が多かった。

経験者のベストタイムの平均値における日米差は男子で27分45秒1、女子は19分12秒9であった。男女とも0.1%水準の有意性が認められ、フルマラソン経験者のベストタイムは日本に比べ米国が優位であった。

(4) 週平均トレーニング日数及び週平均走行距離日米比較

表4に週平均トレーニング日数を示した。

表4 週平均トレーニング日数

		1~2回	3~4回	5~7回	計	χ^2 検定
男	日本	54 ¹ 16.9 ²	112 ¹ 35.3 ²	152 ¹ 47.6 ²	320	$\chi^2=18.22$ df=2 P<.001
	米国	8 4.2	79 41.1	105 54.7	192	
	計	62	192	258	512	
女	日本	34 24.6	56 40.6	48 34.8	138	$\chi^2=22.46$ df=2 P<.001
	米国	2 2.5	30 37.5	48 60.0	80	
	計	36	86	96	218	

日本は、男女ともトレーニング日数が少なく、米国は多い傾向にあった。男女とも0.1%水準で有意であった。また、平均値比較でもt検定で男女とも0.1%水準の有意性が認められた。

表5に週平均走行距離を示した。

表5 週平均走行距離

		0~20km	21~40km	41km以上	計	χ^2 検定
男	日本	58 ¹ 18.0 ²	132 ¹ 40.9 ²	132 ¹ 41.2 ²	322	$\chi^2=28.00$ df=2 P<.001
	米国	18 9.4	48 25.0	126 65.6	192	
	計	76	180	258	515	
女	日本	26 26.3	66 48.2	35 25.5	127	$\chi^2=30.91$ df=2 P<.001
	米国	10 12.8	18 23.1	50 64.1	78	
	計	46	84	85	215	

週あたりの走行距離が40km以下では、男女とも日本人の比率が高く、41km以上で米国人の比率が高かった。また、平均値では男子16km、女子18kmの差があり、t検定の結果は男女とも0.1%水準で有意を示した。

以上から、男女とも日本人のトレーニング日数及び走行距離は少なく、米国人のそれは多かった。特に走行距離では男子平均16km、女子18kmの差が認められ、日本人のトレーニング量の低さが目立った。

以上を詳しくみるため、完走時間と諸変量間の相関を求め表6に示した。

表6 完走時間と諸変量の単相関

変量	日本	米国
1 年齢	0.1124	0.1491
2 身長	0.1685**	0.2003**
3 体重	0.0033	0.0482
4 疲乏感	0.3491**	0.0446
5 フルマラソン完走度	0.2861**	0.2181**
6 ベストタイム	0.2977**	0.7741**
7 週平均トレーニング日数	0.2865**	0.4862**
8 週平均走行距離	0.2871**	0.5503**

*-P<.05 **-P<.01

米国人はベストタイム、週平均走行距離、週平均トレーニング日数の変量で完走時間との相関が高く、日本人は低い相関であった。このことから、米国人はトレーニング経験の度合いによって完走時間が決定される傾向にあったが、日本人はそうした関係は認められないことを示した。日本人の場合、表2にみる調査結果は、一応トレーニングに励んではきたが、それは大会に出場するための一過性のトレーニングによるものと考えられ、ランニングが生活の一部として定着していないことを示すものと言えよう。

(5) 専門的スポーツ経験率日米比較

表7は、ランナーの専門的スポーツ経験の有無を示している。

表7 専門的スポーツ経験の有無

		有	無	計	χ^2 検定
男	日本	186 56.1 ²	147 43.9 ²	335	$\chi^2=20.76$ df=2 P<.001
	米国	148 75.9	47 24.1	195	
	計	336	194	530	
女	日本	55 36.2	97 63.8	152	$\chi^2=45.06$ df=2 P<.001
	米国	68 82.5	14 17.5	80	
	計	123	111	232	

専門的スポーツ経験率は日本人男子56.1%、米国人男子75.9%、日本女子36.2%、米国人女子82.5%であった。共に米国が高率を示した。 χ^2 検定の結果、男女とも0.1%水準で有意であった。この結果は、米国人の多くが専門的スポーツ経験を持ちフルマラソンに挑戦しているのに対し、日本人は専門的スポーツ経験のないものが多数挑戦する傾向にあることを示した。

(6) 日米ランナーのプロフィール

以上の結果より、日米両国ランナーの平均的プロフィールを描くと次のようになる。

日本人は、専門的スポーツ経験が少なく、フルマラソン完走度の低いランナーが、男子で週4.19日、女子で3.75日、平均3.9日のトレーニングを実施し、男子で1日6.4km、女子で4.9km、平均5.7kmの距離を走り、ホノルルマラソンにおいて、男子は4時間49分50秒の記録で、女子は5時間29分39秒の記録でそれぞれ完走したことになる。

米国人は、専門的スポーツ経験が豊富で、フルマラソン完走度の高いランナーが、男子で週4.71日、女子で4.70日のトレーニングを実施し、男子で1日8.7km、女子で7.5km、平均8.1kmの距離を走り、完走タイムは男子3時間59分06秒、女子4時間34分38秒であった。

このように、男女ともに見られる平均50分以上の完走時間差は、トレーニング経験(量、質、期間、頻度)の差によるところが大きいと言える。

表8 ランニングの目的

		競技大会を目指す		健康・体力の向上		疾病治療のため		ストレス解消		社交・仲間と楽しむ		ダイエットのため		その他		計	χ ² 検定
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合		
男	日本	54	16.4%	202	60.9%	3	0.9%	32	9.8%	14	4.3%	16	4.8%	12	3.6%	333	χ ² =11.7
	米国	36	18.4%	105	53.6%	5	2.6%	23	11.7%	3	1.5%	1	0.5%	23	11.7%	198	df=6
子	計	90		307		8		55		17		17		35		529	P<0.01
女	日本	7	4.6%	80	52.6%	3	2.0%	26	17.1%	17	11.2%	15	9.8%	6	3.8%	152	χ ² =4.05
	米国	4	5.0%	50	62.5%	0	0%	10	12.5%	4	5.0%	6	7.5%	6	7.5%	80	df=6
子	計	11		130		3		36		21		21		12		232	NS

2 「ランニングの目的」日米比較 (表8)

ランニングの目的を表8に示した。

健康・体力向上を目的に走るランナーは、日米両国とも53~63%にのぼった。競技大会を目指すランナーは、日米とも男子が女子を上回った。日本人が米国人より比率が高いものに社交、ダイエットがあげられた。また、日本人女子のストレス解消の割合が他に比べずこし高かった。米国人は、その他の比率が少し高かったので、内容を検討した結果、「楽しむため」、「楽しむため」が大半を占めていた。よって、日米両国ランナーは健康・体力の向上を目的にランニングする中で、日本人は社交及びダイエットを、米国人は楽しむことをそれぞれ目的にランニングする傾向がうかがえた。

3 「ランニングを通して獲得したもの」日米比較

ランニング効果は、身体に直接現れるもの、例えば体力等の他に、ランナーの生活や精神に関わるものも挙げられよう。ランナーが獲得したと思う項目中、特に日米間に差が認められたものについてその割合を表9に示した。

表9 ランニングを通して得られたもの日米比較

	日本		米国	
	男子	女子	男子	女子
80%以上			健康 体力	健康 体力
70%以上			体力	体力
60%以上	健康		忍耐力 フィジック精神	忍耐力 生々喜び
50%以上		健康 忍耐力		自信 フィジック精神
40%以上	体力 忍耐力 フィジック精神	体力 フィジック精神	自信 生々喜び	思考力
30%以上	自信 仲間	自信	思考力	
20%以上		生々喜び	勝利 仲間	勝利
10%以上	生々喜び		仲間	
10%以下	思考力 勝利	思考力 勝利		

米国人は、仲間を除くすべての項目で「獲得したと思う」割合が日本人に比べて高かった。特に健康は米国84%に対し日本63%、体力は米国76%に対し、日本45%と

差がみられた。日米差が顕著な項目は、生きる喜び、思考力、体力、健康、忍耐力であった(0.1%水準で有意)

一般に、日本は精神主義的文化に支えられ、スポーツも精神主義に陥っていると批判されるが、生きる喜び、思考力、忍耐力、勝利、自信、チャレンジ精神等内面にかかわる意志や感受性など、精神にかかわる項目のすべてで、米国人は日本に比して高かった。換言すれば、米国人はランニングによって得られる健康、体力、精神力をより多く獲得し、ランニングのメリットをより多く享受していると言えよう。今回の結果は、日本人に比して米国人の方が、より多くトレーニングし、早く走り、それを生活の一部として定着させている傾向にあると考えられる。よって、日本人のランニングライフをより豊かにするためには、ランニングに対する取組みと位置づけを、より厳しいものにする必要がある。

4 「ランニング継続実施上何が必要」日米比較

質問は、スポーツ実施の必要条件と考えられる項目から、1大いにそう思う、2ややそう思う、3どちらでもない、4あまりそう思わない、5全然そう思わないの5段階の選択肢から評定させた。(表10)。

表10 ランニング継続実施上の必要条件の評定平均値

	男子				t 検定	女子				t 検定
	日本		米国			日本		米国		
	X	SD	X	SD		X	SD	X	SD	
経済的余裕	3.127	1.35	3.481	1.39	**	2.973	1.18	3.325	1.41	NS
時間的余裕	1.923	1.06	2.281	1.37	**	1.894	1.02	2.175	1.31	NS
精神的余裕	2.350	1.14	2.834	1.38	***	2.173	1.09	2.821	1.33	***
仲間	2.894	1.32	2.628	1.45	*	2.278	1.18	2.750	1.38	**
コーチ・指導者	3.322	1.22	3.746	1.36	***	2.827	1.15	3.275	1.44	*
場所・環境	2.174	1.29	2.283	1.57	NS	2.040	1.12	2.500	1.42	*
精神力	2.012	1.17	2.308	1.55	*	1.770	0.95	2.000	1.07	NS

日米の男子間で「走れる場所、走れる環境」は有意差が認められなかったが、他の項目の全てで有意差が認められた。すなわち、経済的余裕、時間的余裕、精神的余裕、指導者・コーチ、精神力の5項目では、日本男子が米国人男子より強く必要としている結果となった。また、走る仲間については、米国人男子が日本男子より強く望んでいる結果となった。

日米の女子間で、経済的余裕、時間的余裕および精神力の3項目については差異が認められなかった。有意差がみられたのは、精神的余裕、走る仲間、指導者・コ

チ、走れる場所・走れる環境の4項目であった。4項目とも、日本女子が米国女子より強く必要としていた。

有意が認められた項目中、わずかに米国男子が走る仲間を日本男子より必要とした他は、すべての項目で日本人の必要度が高かった。つまり、日本人は米国人に比べ、ランニング実施の必要条件が満たされておらず、将来ランニングを継続実施する上でそれらを強く必要とし、欲求しているとみることができよう。

次に、評定の割合をみるために、5段階を3段階に換算(1そう思う、2どちらでもない、3そう思わない)し、国別・男女別に比較した。(表11)

表11より「そう思う」についての割合比較で日米間の差がもっとも顕著であった項目は、男女とも精神的余裕で表11 ランニング継続実施上の必要条件

項目性・性別	評定	1. そう思う	2. どちらでもない	3. そう思わない	χ^2 検定
経済的余裕	男	日本 129人 39.8%	39人 12.0%	156人 48.1%	$\chi^2=15.996$ df=2 P<.001***
	女	アメリカ 48人 25.7%	43人 23.0%	96人 51.3%	
	計	177	82	252	
時間的余裕	男	日本 268人 82.7%	17人 5.2%	39人 12.0%	$\chi^2=21.053$ df=2 P<.001***
	女	アメリカ 121人 65.0%	26人 14.1%	38人 20.5%	
	計	389	43	77	
精神的余裕	男	日本 124人 82.1%	8人 5.3%	19人 12.6%	$\chi^2=4.323$ df=2 NS
	女	アメリカ 58人 72.5%	10人 12.5%	12人 15.0%	
	計	182	18	31	
走る仲間	男	日本 207人 64.1%	58人 18.0%	58人 18.0%	$\chi^2=26.844$ df=2 P<.001***
	女	アメリカ 73人 40.3%	58人 32.0%	50人 27.6%	
	計	280	116	108	
指導者コーチ	男	日本 109人 72.7%	18人 12.0%	23人 15.3%	$\chi^2=12.880$ df=2 P<.01**
	女	アメリカ 38人 48.7%	18人 23.1%	22人 28.2%	
	計	147	36	45	
走れられる環境	男	日本 140人 43.5%	59人 18.3%	123人 38.2%	$\chi^2=7.995$ df=2 P<.05*
	女	アメリカ 90人 49.2%	45人 24.6%	48人 26.2%	
	計	230	104	171	
力	男	日本 101人 66.9%	21人 13.9%	29人 19.2%	$\chi^2=8.522$ df=2 P<.05*
	女	アメリカ 38人 47.5%	20人 25.0%	22人 27.5%	
	計	230	41	51	
走れられる環境	男	日本 91人 28.4%	73人 22.8%	156人 48.8%	$\chi^2=5.339$ df=2 NS
	女	アメリカ 35人 19.3%	43人 23.8%	103人 56.9%	
	計	126	116	259	
走れられる環境	男	日本 66人 44.0%	35人 23.3%	49人 32.7%	$\chi^2=4.314$ df=2 NS
	女	アメリカ 24人 30.0%	24人 30.3%	32人 40.0%	
	計	90	59	81	
走れられる環境	男	日本 230人 71.7%	26人 8.1%	65人 20.2%	$\chi^2=4.879$ df=2 NS
	女	アメリカ 116人 63.0%	24人 13.0%	44人 23.9%	
	計	346	50	109	
走れられる環境	男	日本 112人 74.7%	18人 12.0%	20人 13.3%	$\chi^2=11.819$ df=2 P<.01**
	女	アメリカ 42人 52.5%	20人 25.0%	18人 22.5%	
	計	154	38	38	
走れられる環境	男	日本 240人 74.3%	38人 11.8%	45人 13.9%	$\chi^2=11.373$ df=2 P<.01**
	女	アメリカ 119人 64.3%	18人 9.7%	48人 25.9%	
	計	359	56	93	
走れられる環境	男	日本 125人 82.2%	16人 10.5%	11人 7.2%	$\chi^2=2.594$ df=2 NS
	女	アメリカ 58人 74.4%	14人 17.9%	6人 7.7%	
	計	183	30	17	

あった。男女とも24%の差がみられた。

次に男子では時間的余裕(17.7%)、経済的余裕(14.1%)となり、女子では走れる場所・環境(22.2%)、走る仲間(19.4%)となった。つまり、日本男子は米国男子に比べ、精神的、時間的、経済的余裕がなく、それらの必要性を訴えているといえる。

このことから、日本人男子は、特に精神的、時間的、経済的なゆとりをとりもどすことが課題として挙げられる。全体として、日本人は米国人より劣悪な条件の下でランニングを実施している状態にあり、総合的な改善策が望まれよう。

IV 総括および結論

今日、健康を求める社会的潮流に支えられ、ジョガーのマラソン大会参加が隆盛を極めている。そして、ジョガーやランナーの事故があいつぎ、健康マラソンの在り方が問題視されている。我が国においても健康マラソンランナーがより良きランニングライフを確立するため、その実態と意識傾向を把握し、課題を明確化することが急務となっている。

ホノルルマラソンランナーを調査、分析、考察した結果は次のように総括することができる。

1 「フィニッシャーの平均的プロフィール」日米比較
(1) 日本の場合、専門的スポーツ経験者が少なく、そのトレーニング量は少なく、フルマラソン完走度の低いランナーが多かった。完走タイムは、男子4時間49分50秒、女子5時間29分39秒であった。

(2) 米国の場合、専門的スポーツ経験者が多く、トレーニング量は豊富で、フルマラソン完走度の高いランナーが多かった。完走タイムは、男子3時間59分06秒、女子は4時間34分38秒であった。

2 「ランニングの目的」日米比較

日米両国ランナーの過半数(53~63%)は、健康、体力の向上を目的にランニングする中で、日本人は社交およびダイエットを、米国人は楽しむことを目的にランニングする傾向にあった。

3 「ランニングを通して獲得したもの」日米比較

米国人ランナーは日本人に比べ、トレーニング経験(量及び質、期間及び頻度)が多く、早く走り、それを生活の一部として定着させている結果、ランニングによって得られる健康、体力、精神力を多く獲得し、ランニングによるメリットを多く享受していた。

日本人ランナーはトレーニング経験が少ないため、走力が低く、トレーニングが生活に定着していないため、米国人に比べ、ランニングによるメリットを享受していない傾向にあった。

4 「ランニング継続実施上何が必要」日米比較

日本人男子は、精神的、時間的、経済的余裕を必要としていた。また、日本人女子は、精神的余裕、走れる場

所・環境及び走る仲間を必要としていた。日本人は、米国人に比べ、ランニング実施の必要条件が満たされておらず、劣悪な条件下でのランニングを強いられており、将来ランニングを継続的に実施する上で、こうした問題を解決する改善策が望まれる。

以上のことから、我が国の健康マラソンランナーの課題は、トレーニングの質的量的経験を高め、トレーニングの生活化を目指し、自らのランニングライフをよりシビアなものとして確立する必要がある。そのためには、特に今後ランニングを継続的に実施する上で必要とした精神的、時間的、経済的余裕を取戻すことが大きな課題と言えよう。

引用・参考文献

- 1) Risteárd Mulcahy, BEAT HEART DISEASE, PG Publishing Pte Ltd, Singapore, 1983 pp. 13-15
- 2) ユネスコ体育・スポーツ国際憲章、ユネスコ第20回総会、於パリ、1978
- 3) Draft Recommendation on the European Sport for All Charter, Council of Europe, 1975
- 4) 川口智久、影山 健、中村敏雄、成田十次郎、現代とスポーツ、現代スポーツ論序説、大修館書店、1977 pp. 10-19
- 5) 藤原健固他、青梅マラソンの社会学的研究(Ⅰ)、—SESからみた参加者の実態—、日本体育学会第33回大会号、1982 P. 143
- 6) 山下秋二、出村慎一、松沢甚三郎、健康マラソンの普及過程に関する研究、影響者の経営学的機能、特性の視点から、体育学研究、29-2, 1984, pp. 99-109
- 7) 澤田誠一他、青梅マラソンの社会学的研究(Ⅱ)、前掲5)、P. 144
- 8) 林 志行、中高年齢者ジョガーの実態調査、日本体育学会第34回大会号、1983、p126
- 9) 行吉正博、押切由夫、大衆ランナーのフルマラソン完走度に関する調査研究、日本体育学会第35回大会号、1984

参加者への御案内

1. 受付

8月22日（月）午前8時30分より受付を行います。下記参加費をお支払い下さい。

正会員・特別会員	1,500円
学生会員	1,000円
名誉会員・賛助会員	無料
その他一般の方	2,000円

2. 本部

函館ハーバービューホテル内

3. 車輛の入構について

入構および駐車可能です。駐車場をお使い下さい。

4. 休憩と食事

ホテル内の食堂が営業していますのでご利用下さい。

5. 会場内禁煙のお願い

発表会場内は禁煙です。喫煙所をお願いします。

(発表者へのお願いとお知らせ)

1. 発表受付

各発表会場の入口で発表受付を行います。各自の発表時刻の30分前までに受付をすませ、「次演者席」におつき下さい。

2. 発表資料

研究発表50部を発表受付時に提出して下さい。資料には、必ず演題番号（例・A-1、A-2）、演題、演者氏名を明記して下さい。

3. スライド

スライド映写を希望される方は、発表受付にあるホルダーに、各自で順序正しく正像に写るように挿入して、発表受付にご提出下さい。スライドの大きさは、35mmフィルム用の標準マウント（50×50mm）に限ります。

4. 発表時間

発表15分、質疑討論5分程度です（13分—ベル1回、15分—ベル2回、20分—ベル3回）。

（座長へのお願いとお知らせ）

各発表会場の入口で座長受付を行います。座長開始30分前までに必ず受付をお済ませいただき、開始20分前までに「次座長席」におすわり下さい。

時間を厳守して進行させるようにご協力下さい。

発表取消などで空き時間ができた場合は、討論や休憩にあてられるなど、自由にご裁量下さい。

（討論者・質問者へのお願い）

挙手のあと、座長の合図を待って、所属、氏名を告げたのち、参加者にわかるように発言して下さい。

編 集 委 員 会

吉 田 章 (委員長)

松 浦 三代子

鈴 木 秀 雄

寺 島 善 一

宮 下 桂 治

Editorial Committee

A. Yoshida

M. Matsuura

H. Suzuki

Z. Terashima

K. Miyashita

Subscription published two times a year : one issue in Japanese with abstracts in English and two issues in only Japanese, by Japanese Society of Leisure and Recreation Studies. Subscription is available to libraries, institutions, department, and individual members at the equivalent amount of foreign currency of 6,000 Japanese yen as a member (U. S. \$30 at present inclusive of postage).

Address : Subscription Manager, Japanese Society of Leisure and Recreation Studies,

Health & Physical Education, Meiji Univ.

1-9-1 Eihuku, Suginami-ku Tokyo, JAPAN. #168

「レクリエーション研究」 第19号

～第18回日本レクリエーション学会 大会発表論文集～

1988年8月1日 印刷

1988年8月10日 発行

発行人 田中鎮雄

発行所 日本レクリエーション学会

〒168

東京都杉並区永福1-9-1

明治大学 保健体育科内

電話 03-322-3151

印刷所 博文天閣

〒951

新潟市川岸町1-48

JOURNAL
of
Leisure and Recreation Studies
No.19

Special Issue:

Paper Presented at The 18th Japanese Society of Leisure
and Recreation Studies Congress

(August 22,1988)

(Hakodate View Hotel)

Japanese Society of

Leisure and Recreation Studies(JSLRS)

AUGUST 1988