

## 高齢者の生活充足と 余暇活動参加に関する研究

—— 愛好スポーツの性格と関連して ——

○佐橋 由美 (樟蔭女子短期大学)

種目特性, 生活満足度, 余暇活動参加, 余暇満足度

### 【目的】

余暇研究の枠組みは様々あるが、特に高齢者の余暇活動を考えるとき、余暇活動の充実が個人の生活全般の質、生きがい感、幸福感などの向上にどの程度貢献しうるかという視点からみていくことが重要ではないだろうか。

これまでGerontologyの領域では、どのような生活状況変数が心理的健康、生活満足度、幸福感、モラルなどに影響を及ぼすかといった基礎的な要因分析が数多くなされてきた。そこで注目されてきたのは、社会的役割の縮小・役割喪失 (role loss) などのライフイベントや社会参加・接触の影響であった。余暇活動は、その領域では社会参加・接触という側面が専ら扱われ、活動の各々、つまり活動種目にまでに目がむけられることは少なかった。

そこで、本研究は、余暇活動、とりわけスポーツ活動種目の分類に基づいて、余暇活動の実態、余暇活動の充実と生活全般の充実の関連を検討していくものである。具体的には、以下の点を検討することを目的とした。

- ① スポーツに対する意識、過去のスポーツ経験、スポーツ活動に対する意欲などにおいて、どのような種目特性があるか。
- ② 生活満足度や余暇活動参加頻度、満足度は、種目間で差が認められるか否か。
- ③ 生活満足度は、どのような要因により影響を受けるか。

### 【方法】

＜対象と手続＞ 全国規模のスポーツ・レクリエーション大会の機会を利用し、60歳以上で、余暇活動としてスポーツを愛好するものを対象に『中高年の余暇活動に関する調査』を行った。諸変数の比較検討のために、下記の基準に基づいて、3種目を選定した。

調査は：①陸上競技……第5回全国スポーツ・レクリエーション祭（平成4年10月17日～20日）

②ボーリング……第5回全国スポーツ・レクリエーション祭（平成4年10月17日～20日）

③グラウンドゴルフ……第5回全国グラウンドゴルフ交換大会（平成4年8月29～30日）

のおりに行われた。

①②の調査とも、大会期間中、調査承諾者が設置された記入所にて質問用紙に記入するという方法をとった。③については、調査者が直接に調査依頼をし、記入確認を行う留置法であった。調査サンプルの基本特性は表1のようである。

表1. 調査サンプルの基本特性

項目	カテゴリー	陸上	ボーリング	グラウンドゴルフ
		N=119	N=88	N=310
年齢	平均	66.31	63.82	67.34
	標準差	5.58	3.46	4.95
性	男性	93.3%	53.4%	64.2%
	女性	6.7	46.6	35.8
職業	有	54.6	42.0	23.9
	無	45.4	58.0	76.1

<種目選択の基準>

多彩なスポーツ活動を簡単な形で類型化、序列化することは、極めて困難なことはいうまでもない。調査対象種目の決定にあたっては、身体活動の強度、競技種目団体の組織化の程度、過去のスポーツ経験などを勘案した。

陸上競技は、身体活動の量としても、比較的強度のものと考えられ、中高齢者を対象としたマスターズ陸上など、かなり知名度のある大会もあり、組織化の程度は高い。ボウリングは、身体活動の量としては、軽い部類に属するが、組織化の面では、陸上と同程度と考えられる。グラウンド・ゴルフは、身体活動の量としても組織の確立という面からも、陸上に比して低いと考えられる。また、スポーツ経験からみても、スポーツ未経験者の比率が多く、競技-レクリエーション

志向という観点からすれば、3種目中最もレクリエーションベースであると考えられる。総合的にみて、A ⇨ B ⇨ G という順序性が仮定された。

	運動量	組織化の程度	愛好者のスポーツ経験	競技⇨レク
A	▲	▲	▲	▲
B	▼	▲	■	■
G	▼	▼	▼	▼

<調査内容>

▲……高    ■……中    ▼……低

<生活全般>

図1. 種目選定のための基準

①健康・体力の自己評価

②生活満足度（主観的幸福度）：Neugarten ら（1961）によるLife Satisfaction

Index A を簡便化した13項目からなる尺度LSIZ (by Wood et al. 1969) を和訳して用いた。3件法による回答で、得点化はWoodらに従い2～0点とした。

③自尊心：Rosenberg(1965) による10項目からなるSelf-Esteem Scale を用いた。

<余暇活動>

【全般的に】

①余暇活動の参加頻度：代表的な8つの余暇活動のカテゴリーを設定し、「非常によくする」「よくする」「ときどきする」「ほとんどしない」の4件法で回答。

②余暇活動の満足度：Ragehrら（1980）の24項目からなるLeisure Satisfaction Scale(Short-form) を和訳、修正し用いた。20項目について「非常によくあてはまる」から「あてはまらない」の5件法による回答。20項目の単純合成得点を分析に用いた（得点範囲20～100）。回答に先だって、最もよくし、参与度の高い余暇活動種目を自由記述してもらい、それらを念頭において、記入を行ってもらった。

【特にスポーツ領域】

①スポーツ一般に対する価値意識（6項目の順位づけ）      ②スポーツの実施頻度

③過去のスポーツ経験（過去の参加大会の最高レベル、当該種目に限定されない）

④スポーツ活動に対する意欲と当該種目の活動満足度など

【結果の概要】

I. スポーツ意識、スポーツ経験、参加頻度などからみた種目（愛好者）の特性

スポーツをするとき重視することは何か、6項目の順位づけを行ってもらい、各項目の重視度を男女別にみたものが図2である。

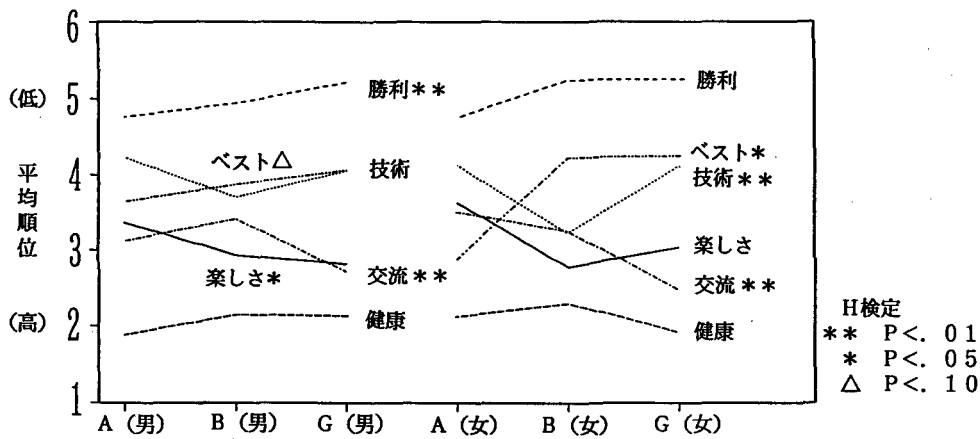


図2. スポーツ意識：スポーツをする際に重視すること

種目にかかわらず最も重視されている項目は「健康の維持・増進」であり、「ゲーム・試合に勝つこと」は、いずれの群においても最も重視されない項目であった。A群では、他の2群と比べ勝利志向、ベスト志向が相対的に強く、交流志向は低くなっている。B群の特徴は、技術向上を重視するところである。G群は交流志向や楽しみ志向が強く、レクリエーションスポーツとしての特性が顕著になっている。この結果より、選定基準がある程度うらづけられたと考えてよいと思われる。また、種目ごとのスポーツ経験（参加大会のレベル）をみても、A⇨B⇨Gの順序性が確認された（ $\chi^2 = 93.87, df=4, P<.0001$ ）。

スポーツ活動の実施頻度は、全体的にかなり高い。種目間で差が認められたが（ $\chi^2 = 23.50, df=6, P<.001$ ）、上記の順序性は確認されなかった。

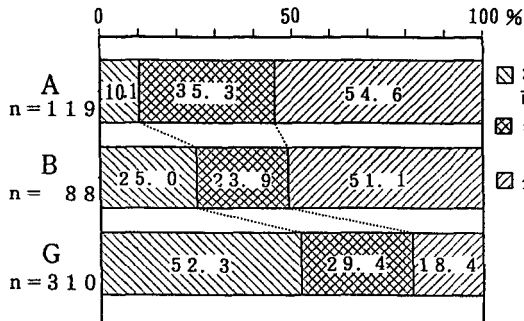


図3. スポーツ経験（参加大会の最高レベル）

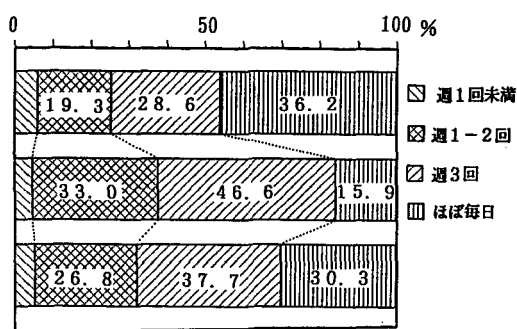


図4. スポーツ実施頻度

## II. 生活の充足と余暇活動参加

### 1. 生活満足度

表2の示すとおり、LSIZによる生活満足度は、種目間で差は認められなかった。この理由として、生活満足度は特定領域の具体性のある要求水準の充足度を測ったものではないために、スポーツ種目のような極めて部分的な特性、具体性のある要因の影響は反映されないと考えることができる。もう一つには、各種目の愛好者は

表2. 種目別のLSIZ得点と平均値差の検定

N	Mean	SD	F-test
A 119	19.83	4.68	F=0.94
B 88	19.19	4.92	df(2,514)
G 310	19.95	4.38	[n s]
全 517	19.79	4.56	

それぞれ、余暇活動としての当該スポーツ活動にそれなりに満足しており、結果、横並びの生活満足度となって現われたと考えることも可能である。LSSによる余暇満足度も、種目間で顕著な差はなく、生活満足度と余暇満足度の間には有意な相関が認められることから考えると、後者の可能性は高いように思われる。分析は、さらにスポーツ経験の高低、年齢、性へと進められたが、いずれの要因によっても差異は認められなかった。

## 2. 生活満足度と余暇活動の充実……余暇活動主要領域の参加頻度と余暇満足度を中心に

図5は、8領域の余暇活動への参加頻度を得点化し(4~1点)、種目ごとの平均値をあらわしたものである。各種目ともに、スポーツ活動が、余暇活動の中心となっており、読書や文化的活動などの静的-教養的な余暇活動への参加頻度は低くなっている。

各種目内での、余暇活動参加頻度(8領域)とLSSI得点の相関は、 $r = 0.03 \sim 0.36$  ( $ns \sim P < .01$ )の間であり、統計的に有意なものもあるが、相関係数の一般的解釈からすれば、弱い相関である。各群とも、カテゴリー中「スポーツ活動」への参加頻度とLSSIの連関が強くなっている(Aの $.19^*$ , Bの $.36^{**}$ , Gの $.22^{**}$ )。

参加頻度の他に、余暇活動の充実をあらわす指標として、余暇活動に対する満足度があげられる。LSSは、各人があげたいいくつかの中心的な余暇活動全般にわたる充足度であって、当該スポーツ種目の満足度とは必ずしも一致するものではない。LSSの合計平均は、若干A群が高いものの、統計的に有意ではなかった(表3)。

生活満足度と余暇満足度の相関をみると、いずれも有意であるが、B群において直線関係が明確になっている。

### 【結論】

- 生活満足度は、愛好スポーツ種目による差異は認められなかった。また、性、年齢、スポーツ経験などといった要因間でも差は認められなかった。
- 生活満足度と余暇活動参加頻度、満足度には有意な相関が認められた。余暇活動の量的、質的な充実が、生活の満足度に反映されていると考えることができる。また、生活満足度は、余暇活動参加頻度よりは、余暇満足度との関連がより強いことが明らかになった。生活満足度といういわば、生活全体の質を問題とする時、余暇活動参加頻度といった量的外面的な視点もさることながら、各人が個人の要求水準に照らし、どの程度余暇活動に満足しているかといった質的、心理的なアプローチが重要になってくると思われる。

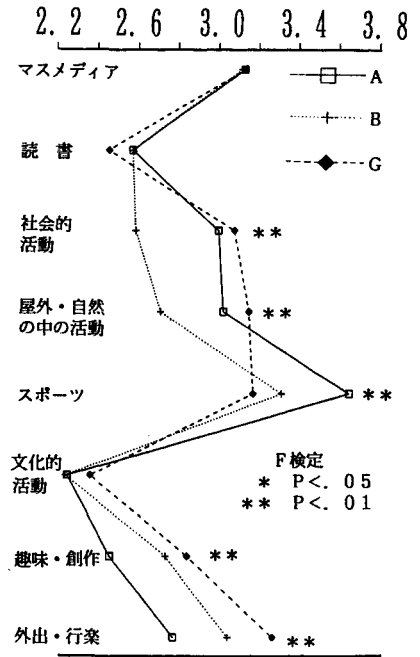


図5. 余暇活動8領域の参加頻度

表3. 種目別のLSS得点と平均値差の検定

	N	Mean	SD	F-test
A	119	88.35	9.25	F=1.09 df(2,514) [ns]
B	88	86.40	9.23	
G	310	86.97	9.77	
全	517	87.08	9.58	

表4. 生活満足度と余暇満足度の相関

	相関係数(r)	無相関の検定
A	0.33	**
B	0.45	**
G	0.36	**
全	0.36	**

\*\* P < .01