

研究

子どもの運動・スポーツにおける継続要因の検討(第2報)

—日韓の子どもと保護者の調査から—

金 美珍¹⁾, 小林 正子²⁾

〔論文要旨〕

子どもの運動参加や継続性においてどのような要因が関連するのかを検討する目的で、日本と韓国の小学3～6年生を対象に、幼児期と現在の運動に対する状況、運動に対する子どもの意識等について質問紙調査を行った。同時にその保護者に対しても、過去および現在の運動状況、子どもの身体活動への支援や考えについて質問紙調査を行い、日本の子ども153名(男子75名, 女子78名)と母親129名, 韓国の子ども327名(男子157名, 女子170名)と母親236名を分析対象とした。第1報では、日本の子どもの運動実施率が韓国の子どものに比べて高いが、両国とも学年が上がると低くなることや、親の運動実施率は韓国の方が高いことなどを報告した。本研究では、さらに子どもの運動状況別に分析を行い、その結果、日韓とも1つの地域における横断的研究ではあるが、日本と韓国において現在運動を行っている子どもは運動を行っていない子どもに比べ、幼児期の運動経験があり、運動に対する高い意識を持っており、ほめられた経験や親の支援があること等が示唆された。これより、幼少期の運動経験、運動への興味や関心、有能感、保護者の支援等が、運動継続において必要な要因の一部であることが考えられた。なお、韓国では親の気持ちとしては子どもに運動をしてほしいと思っているものの、受験勉強等が運動継続を阻んでいることが考えられ、今後は運動を健康面から考えるという意識の変容や子どもを取り巻く運動環境整備、支援の方策等を考えていく必要があるものと思われる。

Key words : 運動継続, 日韓の子ども, 運動環境, 親の支援

I. 緒言

子どもの体力低下は先進諸国共通の問題¹⁾となっているが、10代の子どもの国際比較²⁾によると、日本は先進諸国の中で運動実施率が低い位置づけとなっている。韓国においても、日本と同様に青少年の体力低下が問題視されており、文化体育観光部が3年周期に実施する国民生活体育参与実態調査³⁾では、小・中・高校生の体力低下が依然として続いていることが報告されている。

日本においては、昭和60年頃から子どもの体力が低下し始め、平成10年には過去最低を記録した。こうした状況を改善するために、国家的な施策として新体力テストが導入され、さらに、子どもを元気にする取り組みが各地で展開されたことから、毎年発表される「体力・運動能力調査報告書」によると子どもの体力は近年わずかながら向上に転じつつあり、体力向上施策が少しずつ成果を挙げ始めているようにみられる。韓国においても、Fujii, et al.⁴⁾が韓国の子どもから成人までの体力を調査して、学童期では男女とも低下傾向を

Factors Facilitating the Continued Exercise of Children II — Questionnaire Survey of Children, Their Parents in Japan and South Korea —

[2433]

Mijin KIM, Masako KOBAYASHI

受付 12. 5.10

採用 13. 6.17

1) 女子栄養大学栄養科学研究所(客員研究員)

2) 女子栄養大学大学院(研究職)

別刷請求先: 金 美珍 女子栄養大学発育健康学研究室 〒350-0288 埼玉県坂戸市千代田3-9-21

Tel/Fax : 049-282-3722

示しているが成人期以後では逆にわずかながら増大傾向を示していると報告しているように、2000年代に入り週休2日制が導入されたことにより、成人が余暇時間をスポーツ活動に利用したり中高年のスポーツ参加率が高くなる³⁾など国民の運動・スポーツに対する関心の高まりの成果が出始めたのではないかと推察される。しかし理想的には、子どもの頃から運動習慣を身につけ継続することが生涯の健康にとって重要であると考えられる。

ところが、日本も韓国も進学における競争が激しく、子どもには活発な身体活動が必要であるにもかかわらず、受験勉強のために運動継続が難しくなる場合があることも想定される。また、運動に親しむ機会のないまま成長する子どももみられる。この状況は韓国において日本よりも深刻である。

以上より、子どもが運動に親しみ、継続するための要因を把握することは、その後の発達段階における運動習慣の持ち越し⁵⁾を促すうえで意義があると考えられ、日本と韓国の子どもの身体活動の状況や意識調査に基づいて、子どもの運動参加や継続性に関連する要因について検討することを目的とした。

II. 調査対象および方法

調査対象と方法については、第1報に示した。

概要は、日本ではA区の小学校1校の3～6年生全員の計248名、韓国では、中央部にあるB市（ソウル市の南約200km）の小学校1校の3～6年生全員の計411名である。また、日韓とも児童の保護者も対象とし、日本では父母のどちらかが回答できるような質問紙を作成、韓国では父親用・母親用の質問紙を用意して、両親からの回答を求めた。しかし、第1報に記載したように、得られた保護者の回答は日本において父親が16名と少数であったため、日本、韓国とも母親からの回答のみ分析に使用することとした。

日韓の対象校は立地条件がよく似ているとはいえないが、韓国のB市は道庁所在地であり人口約65万人、日本では関東近辺の県庁所在地（政令都市を除く）に匹敵する地域であり、人口71万人のA区の小学生との比較がある程度可能であると考えられる。質問紙の収集法や質問項目の詳細は第1報に掲載した。

本研究の焦点は、得られた回答から現在学校の体育以外に運動を行っている子どもと運動を行っていない子どもに分類し、幼児期の運動の経験、運動に対する

子どもの意識、運動参加に関する友だちの影響、子どもの運動のための親のサポートとの関連について両国で比較検討することである。解析はSPSS 17.0 for Windowsを用い、比率の偏りの検定には χ^2 検定を行い、有意水準は5%とした。

なお、本研究は無記名調査とし、女子栄養大学倫理委員会の承認を得たうえで、調査においては対象校の学校長と教職員の同意を得て実施した。

III. 結 果

分析対象は、日本の子ども153名（男子75名、女子78名）と母親129名、韓国の子どもの327名（男子157名、女子170名）と母親236名である。有効回答数と回答率等および男女別、学年別の集計結果は第1報に示した。

IV. 現在の子どもの運動状況と運動に関する項目との関連

子どもが学校の体育以外に現在運動をしているかどうかによって、「運動あり」群と「運動なし」群に分け、運動に関する項目との関連をクロス集計して運動継続要因を検討した。「運動なし」群には過去に運動をしていたが現在はしていない子ども、あるいは全くしていない子どもが含まれる。また今回の分析は現在の運動状況のみに注目し、男女別、学年別の検討は行わなかった。その理由としては、韓国の運動あり群がなし群の半数以下であったことによる。また、第1報で男女差と学年差を検討しているため、本研究では現在の運動状況による特徴を把握すべきと考えたことによる。

1. 幼児期の遊びや運動との関連

「幼児期に体を動かすことが好き」について、日本では、現在の運動の有無を問わず、9割以上の子どもたちが好きと答えていた。しかし、その割合は運動あ

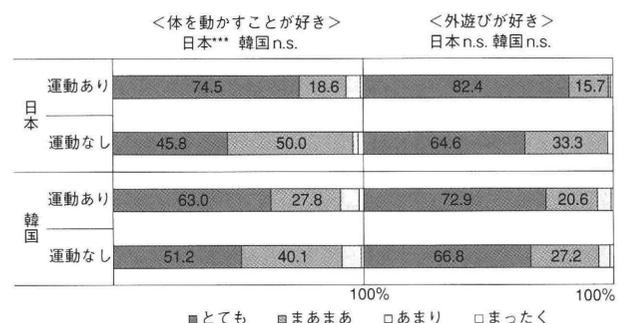


図1 幼児期の体を動かすことや外遊びとの関連

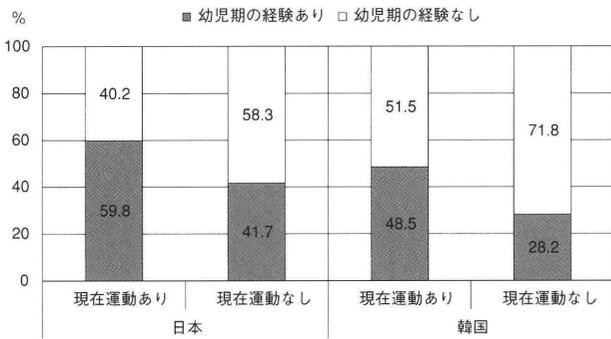


図2 幼児期の運動やスポーツとの関連

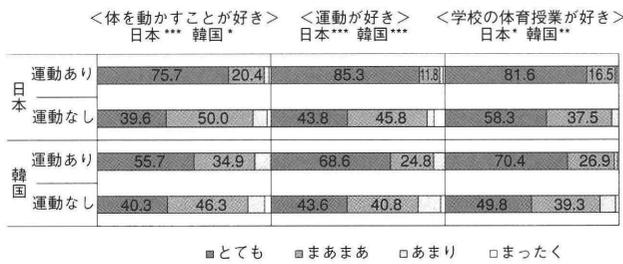


図3 運動の好き・嫌いとの関連

り群で「とても」が多かった。韓国では9割の子もたちが好きと答えていたが、現在の運動の有無で有意差がみられなかった(図1)。

また、幼児期の運動・スポーツの経験と現在の運動状況との関連をみると、日韓とも現在の運動あり群で有意に関連が高く、幼児期に運動やスポーツの経験がある子どもは現在も運動を継続している割合が高いという結果であった(図2)。

2. 子どもの意識との関連

①運動の好き・嫌い

現在運動あり群は、日本、韓国とも「体を動かすことが好き」、「運動が好き」、「学校の体育が好き」と9割以上が答えており、その割合は運動なし群より有意に高くなっていた(図3)。

②運動に対する意識

日本において、現在運動あり群は、運動なし群より「運動が重要である」、「運動が得意」、「運動がもっとうまくなりたいために頑張っている」割合が高くなっていた。一方、韓国では、現在運動あり群は、なし群より「運動が得意」、「運動をもっと得意になりたい」、「運動がもっとうまくなりたいために頑張っている」割合がやや高くなっていた。また、日本、韓国とも運動なし群は「運動が不足」と感じていた。さらに、日本では「運動をもっと得意になりたい」について現在の運動状況にかかわらず、どちらもそう希望していた。韓国では「運動が重要である」に関して現在の運動状況にかかわらず、どちらも重要であると思っていた(図4)。

③運動をほめられること

「学校の先生やコーチ」、「親」、「友だち」にほめられた経験は、日本、韓国とも現在の運動の有無によって有意差がみられ、運動あり群では「とても」ほめられた経験が多くなっていた(図5)。

④体力

日本、韓国とも運動あり群の7割程度が体力に自信があると答えており、運動なし群との有意差がみられた。体力が必要については、どちらも必要と思っていた(図6)。

⑤親の運動

日本、韓国とも「親が運動やスポーツをしているのを見たことがある」に有意差がみられ、運動あり群の「とても」見たことがある比率が高くなっていた(図7)。

⑥運動・スポーツへの関心

日本では「他の人の動きをみて真似をしたことがある」、「スポーツの話をよくする」、「運動やスポーツをよくみる」、「好きなスポーツ選手がいる」において、



図4 運動に対する意識との関連

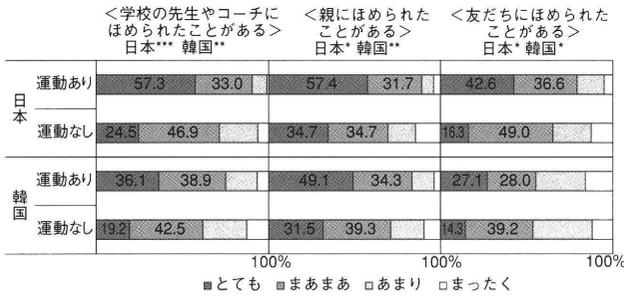


図5 運動をほめられることとの関連

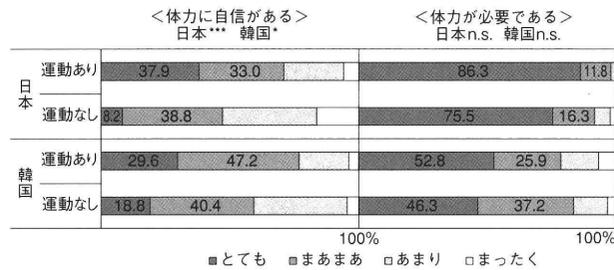


図6 体力との関連

運動の有無で有意差がみられ、運動あり群で「とても」の割合が高かった。韓国では「他の人の動きをみて真似をしたことがある」に有意差がみられ、運動あり群

の「とても」が高くなっていった(図8)。

⑦勉強

日本、韓国とも運動あり群の5～6割の子どもが「勉強が得意」と答えていたが、運動なし群との有意差はなかった。

3. 運動参加に対する友だちとの関連

現在の運動の有無と友だちとの関連について、「いじめられないために運動に参加する」ことについては、日本、韓国とも「まったく」ない割合が両群とも高くなっていった。また、「友だちが参加するから」、「友だちと一緒にいたいから」については、日本では運動の有無で有意差がみられず、「まあまあ」、「あまり」といった回答が多くなっていったが、韓国の運動あり群では、友だちの影響を受けないという回答が高率であった。

4. 親の支援(手助けと激励)との関連

①手助けとの関連

子どもの運動の有無で有意差がみられた親の手助けは、日本においては「運動する場所への送り迎え」と「スポーツ道具を買い与える」であったが、韓国では大きな差がみられなかった(図9)。

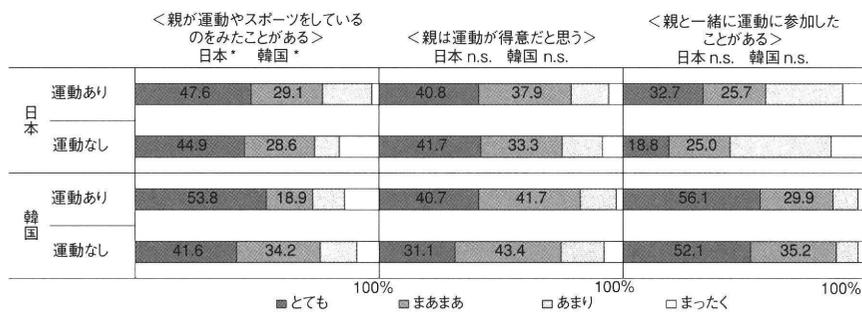


図7 親の運動との関連



図8 運動・スポーツへの関心との関連

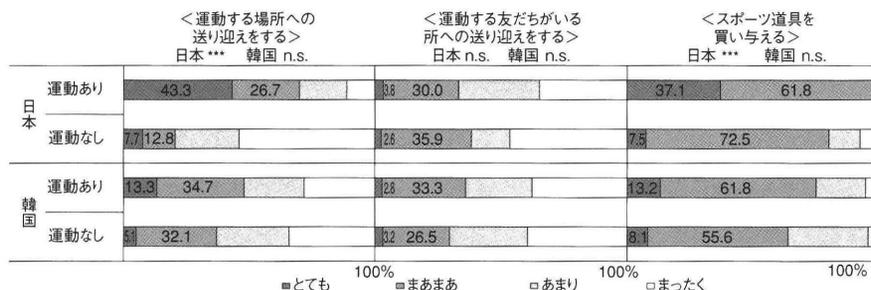


図9 手助けとの関連

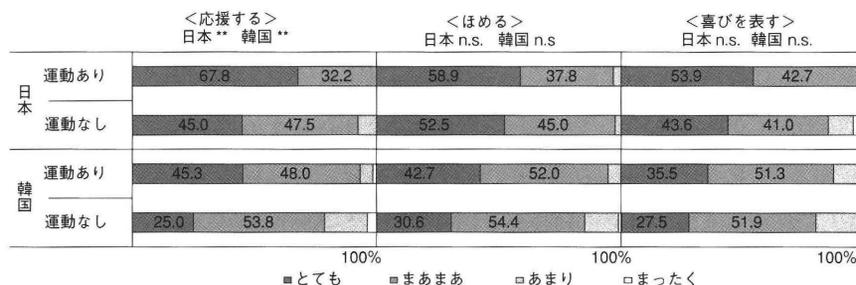


図10 激励との関連

②激励との関連

日本では「応援する」において現在の運動あり群の「ととも」が高率であったが、韓国では「あまり」、「まったく」応援しない母親も少数存在した。「ほめる」や「喜びを表す」については両国ともほとんどの親が肯定的に答えており、現在の運動の有無で有意差はなかった(図10)。

③一緒に運動を行う、手本になるなどとの関連

「身体を動かす」、「一緒に身体活動を行っている」、「子どもの誘いにのる」、「手本をみせる」については、日本、韓国とも、運動あり群がやや高かったが、有意な差ではなかった。

④子どもの身体活動場での関わりとの関連

「運動に参加している子どもを見たことがある」、「他の保護者と親しい」、「ボランティアによる協力」については、両国とも子どもの運動の有無で差がみられた。「他の子どもに注意したことがある」については、有意差はみられなかったが、韓国では「あまり」が運動の有無にかかわらず多くなっていた。

5. 親の過去および現在の運動との関連

親の運動実施率は、日本では過去は行っていたが現在は行っていない親が多く、韓国では過去よりも現在

運動を行っている親が高率であった(第1報)。しかし、親の過去および現在の運動状況と子どもの現在の運動の有無については、日本、韓国とも関連はみられなかった。

6. 親の運動の関心や子どもの運動に対する親の考えとの関連

親(母親)の運動の関心や子どもの運動に対する考えにおいて、「普段、スポーツをみる(テレビを含む)」、「運動が楽しい」と子どもの現在の運動の有無については関連がみられなかった。しかし、日本、韓国の母親とも、現在の子どもの運動状況にかかわらず、運動が重要であり、子どもに運動してほしいと考えていた(図11)。

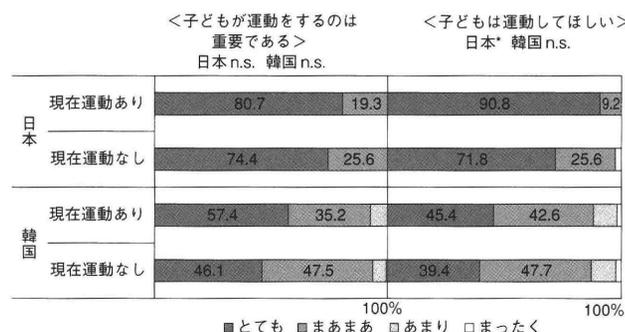


図11 子どもの運動に対する母親の考えとの関連

V. 考 察

本研究では、現在の運動の有無（学校の体育授業以外の運動状況）によって群分けし、各項目との比較を行った。

まず、幼児期に体を動かすことが好きであったことや幼児期の運動・スポーツの経験は、小学生からの運動継続に関連のあることが示され、また日韓とも運動を行っている子どもは運動なしの子どもに比べ、運動に対する意識が高いことが明らかになった。さらに、現在の運動あり群は、運動について「学校の先生やコーチ」、「親」、「友だち」にほめられたことが多く、体力に自信があり、親が運動やスポーツをしているのを見たことがある、他の人の動きをみて真似をしたことがある、の割合が有意に高い結果が得られた。運動なし群は両国とも「運動が不足」していると感じていた。一方、「運動は重要である」、「スポーツの話をよくする」、「運動やスポーツをよくみる」、「好きなスポーツ選手がいる」については、日本の子どもにおいて運動あり群が有意に高率であった。運動に関して興味や関心、重要度の高い子どもほど身体活動を好み、結果として運動継続に影響を及ぼしているのではないかと推測される。

一方、韓国の子どもは全体的に運動への意識や関心が日本ほど高くないように思われる結果であったが、幼児期には現在の運動の有無にかかわらず9割以上が運動が好きであったと答えていることから、本来は運動への関心は高かったものと考えられる。そこで、こうした気持ちを失わずに持続させ、子どもが体を動かすことを楽しいと感じたり、励みになったりするような動機付けが重要であろう。中央審議会の答申「子どもの体力向上のための総合的な方策について」⁶⁾においても、子どもがスポーツや外遊びに積極的に取り組むような動機付けのためのさまざまな工夫がなされることが大切であると指摘している。

また、子どもの運動に対する意識を高める一つの方法として、自分の運動について「ほめられること」が本研究から示唆された。ほめられることで子どもが運動に対して肯定的になり、いっそう運動に意欲的・積極的に取り組むようになるのではないかと考えられる。

友だちとの関連については、本研究では日韓とも認められなかった。しかし、子どもたちが仲間と関わっ

ていくことは、身体活動の場で運動の経験を積む重要な要因と考えられる。例えば10歳の男女を対象に研究した Salvy ら⁷⁾は、強度の高い身体活動は友だちと一緒にすることと関連性が高く、友だちは身体活動への子どもの意欲を高めると報告しており、同様に Jago⁸⁾は、身体活動の参加のための動機は所属のグループによって影響されると報告している。一方で、森⁹⁾は、仲間に受け入れられることを重視する幼児は、運動有能感が低く、結果として運動能力が低い傾向が認められたと報告しており、友だちと運動参加との関連は単純ではないことがうかがえる。ここで森⁹⁾の報告を参考にすると、本研究の運動あり群は、運動に対する高い意欲や関心を持っていることを示唆する結果ではないかとも考えられる。

子どもの運動の有無と親の支援（母親）については、日韓両国において、運動あり群の子どもは運動に対して親からの「応援」や「子どもの運動をみる」、「他の保護者と親しい」、「ボランティアによる協力」という支援が得られていた。さらに、日本では「運動する場所への送り迎え」、「スポーツ道具を買い与える」、「喜びを表す」、「一緒に身体を動かす」と運動継続との関連性が認められた。上地¹⁰⁾は、子どもの身体活動に対する親からのサポートは、「子どもが身体を動かすことを喜んであげる」および「子どもが身体を動かしたい時に、親も一緒に身体を動かしてあげる」ことの二つがあることを報告しており、英国における身体活動の参加に関する質的研究をレビューした Allender ら¹¹⁾も、子どもの運動参加には親の支援が重要な要因であることを挙げている。本研究においても、子どもの運動に対する親からの手助け、支援、身体活動の場での関わりが子どもの運動継続に強く影響を与えていることが示唆されたといえる。

親の運動実施率は、日本では過去は行っていたが現在は行っていない親が多く、韓国ではその逆で、過去よりも現在運動を行っている親が高率であった。その背景として、韓国で2000年代に入り導入された週休2日制により、余暇時間をスポーツ活動に利用する成人や高齢者が多くなっている³⁾ことが挙げられる。定期的に運動する習慣のある親から育った子どもはそうではない子どもに比べて運動実施率が高いことが日本の「体力・運動能力調査結果報告書」¹²⁾において報告されているが、韓国では子どもの運動・スポーツに親の状況がまだ影響を及ぼすには至っていないのではないか

と考えられる。

しかし、運動に対する親の考えと子どもの運動の有無の関連については、日本の母親は現在の子どもの運動の有無にかかわらず、自分の子どもに運動してほしいと強く思っていた。一方、韓国においては、現在運動をしている子どもが日本よりはるかに少ないにもかかわらず、子どもに運動をしてほしいという回答が多かった。このことは、子どもを取り巻く状況が改善できれば、今よりも運動やスポーツに親しむ子どもが増えることが期待できるものと思われる。

以上より、運動に対する日韓の子どもの状況や日常生活の中での興味・関心は異なることが示され、日本の子どもは韓国の子どものより運動・スポーツに対する意識や関心が高く、親のサポートも得られ、意欲や自信を持って運動・スポーツに取り組んでいることが把握された。しかし、韓国でも親と子どもの運動への関心は低くはない。今後そうした意識がどのように具現化するのかが注目される。近年、韓国社会は子どもの肥満減少、体力低下を防ぐために運動を推奨するようになってきた¹³⁾が、健康という観点からの運動継続と受験システムとがどのように調和していくかについて、さらに検討を進める必要があり、それは日本においても同様であろう。日韓の子どもの運動継続のための課題はまだ多く残されているが、本研究においては、運動継続の要因として、子どもを取り巻く運動環境整備、意識の向上、支援のあり方が重要であると結論される。

なお、本研究の限界として、現在の運動の有無によって群分けしたが、人数の関係から男女別や学年別で検討していないこと、そして横断的研究であることが挙げられる。今後は対象者を増やし、さらに縦断的研究を行う必要があると考えている。

文 献

- 1) Smith AL, Biddle SJH, (Eds). Youth physical activity and sedentary behavior. Champaign, IL : Human Kinetics, 2008.
- 2) SSF 笹川スポーツ財団. 10代のスポーツライフに関する調査. 2002 : 28-31.
- 3) 韓国文化体育観光部. 2010年国民生活体育参与実態調査. 2010.
- 4) Fujii K, Nho H, Kim S, et al. Confirmation regarding secular trend of physical growth in Korean

school students by wavelet interpolation method : Analysis from secular trend of age at MPV of height and weight. The Journal of Education and Health Science 2008 ; 54 (2) : 129-140.

- 5) Boreham, Riddoch. The physical activity, fitness and health of children. Journal of Sports Sciences 2001 ; 19 : 915-925.
- 6) 中央教育審議会 . 子どもの体力向上のための総合的な方策について (答申) 2001. http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/021001a.htm
- 7) Salvy S J, Bowker J W, Roemmich J N, et al. Peer influence on children's physical activity an experience sampling study. J Pediatr Psychol 2008 ; 33 : 39-49.
- 8) Jago R, Brockman R, Fox KR, et al. Friendship groups and physical activity : qualitative findings on how physical activity is initiated maintained among 10-11 year old children. Int J Behav Nutr Phys Act 2009 ; 6 : 4.
- 9) 森 司郎, 中本浩揮, 桐谷昌代. 運動の重要度と親の運動へのかかわりが幼児の運動有能感の発達に与える影響. 鹿屋体育大学学術研究紀要 2006 ; 34 : 31-39.
- 10) 上地広昭, 他. 子どもにおける身体活動の行動変容段階とソーシャルサポートの関係. 健康支援 2002 ; 4 : 100-108.
- 11) Steven Allender, Gill Cowburn, Charlie Foster. Understanding participation in sport and physical activity among children and adults : a review of qualitative studies. HEALTH EDUCATION RESEARCH 2006 ; 21 (6) : 826-835.
- 12) 文部科学省. 平成22年度体力・運動能力調査結果報告書. 2011.
- 13) 黄 順姫. 体育の日本・韓国の比較—体育によって創られる日本・韓国の子どもの「身体」・「生体 (肉体)」—, 体育の科学 2008 ; 58 (5) : 320-325.

[Summary]

This study was made to clarify the factors relating to children's participation in exercise and its continuation. Children in the 3rd ~6th year of primary school in Japan and Korea were used as the subjects. A questionnaire

survey was performed on situations of exercise in the preschool age and at present, children's consciousness for exercise and influence of friends on their participation in exercise. Simultaneously, a questionnaire survey was made with their parents about father/mother's past and present situations of exercise, their supports for children's physical activities as well as children's exercises. The data analysis was performed for 153 and 327 pairs of child and parent in Japan and Korea, respectively. The results indicated that when compared between the children keeping exercise and those not keeping it at present, the former had more experience of exercise in their pre-school age. Furthermore, the consciousness of exercise, competence, and the rate of parent's support were both higher in the children with keeping exercise in Japan than those in Korea. Compared with children

in Korea, those in Japan tended to have much concern in sports and be more enjoying exercise and sport with confidence. Although Korean parents had a wish for their children to make much exercise, the rate of children keeping exercise was rapidly decreased as rising the school year. This suggests that entrance examinations influence on continuation of exercise in children. Thus, in Korea, advancement of consciousness for exercise, development of exercise environment for children, and strategy to support them would be very important for facilitating children's exercise.

[Key words]

continuation of exercise, Japan and Korean children, exercise environment, parent's support