

# COVID-19 禍におけるスポーツ活動の段階的研究 -習慣的にスポーツを行っている子どもを持つ保護者に着目して-

学籍番号 1955003

氏名 田中宏明

指導教員 (主) 田畑 亨

(副) 福ヶ迫 善彦

キーワード : COVID-19, 外出自粛, 子どものスポーツ活動, 総合型地域スポーツクラブ

## 【研究の背景・問題の所在】

現在、世界全体で COVID-19 の感染が拡大しており、混乱を招いている。我が国では、政府が COVID-19 の感染拡大防止のため、2020 年 4 月 7 日に 1 都 6 府県に緊急事態宣言を発出し、16 日には全国規模に拡大した。その影響を受け、各都道府県で外出自粛要請が発出され、休校になる学校や職種別に休業要請がなされ、人々の外出する機会が減少していたり、経済的に厳しい企業や家庭が出ていたりすることが考えられる。また、J リーグやプロ野球などの開幕が延期になったり、小学生や中学生などの体育大会が中止になったり、これら以外にもプロ、アマチュアを問わず、スポーツの世界にも様々な影響が出ている。

政府が国民に対し外出を自粛するように要請している状況下で、スポーツ庁は 2020 年 4 月 27 日、「新型コロナウイルス感染対策 スポーツ・運動の留意点と運動事例について」<sup>1)</sup>において、身体的及び精神的な健康を維持するために、感染拡大防止策を十分に講じた上で、スポーツをすることを推奨する旨の文章を掲載している。しかし、先述した休業を余儀なくされている職場の中には民間スポーツクラブやスポーツジム、総合型地域スポーツクラブなどのスポーツの機会を提供している施設や団体も含まれていることや、経済的に厳しく、スポーツにお金をかけることが困難な家庭が増えていること

から、人々のスポーツ機会が減少していると考えられ、習慣的にスポーツを行っている人でもスポーツ活動を維持することが困難であることが考えられる。また、学校が休校になったことにより、体育の授業や部活動の時間がなくなり、特に子どもたちのスポーツ活動に影響が出ていることも考えられる。

これまで子どものスポーツ活動に関する研究は数多く行われている。小倉ら(2017)は、親が子どものスポーツサークルの活動に対して期待することについて、「親の期待の傾向としては、子どもが技術的に上手になることよりも社会性を育むこと、人間的に成長することへの期待が高いことが明らかになった。」としている<sup>2)</sup>。また、渡辺ら(2014)は「青少年アスリートの活躍により、子どものスポーツ参加に投資する親が増えてきている。」と述べている<sup>3)</sup>。

これらの先行研究から、保護者のスポーツ関心度によって子どものスポーツクラブへの加入に大きく寄与する事が明らかになっている。このことから、子どものスポーツ活動の影響は保護者が非常に大きいものであると示唆できる。しかしながら、親のスポーツへの理解によって子どもをスポーツクラブへ加入させるという行動変容がなされるもので、スポーツする場があるからこのような行動が可能になってくるといえる。し

かし、緊急事態宣言の発令によってスポーツクラブの活動が中止になった際、スポーツ活動に理解を示す保護者がどのような手段で子どもたちのスポーツ活動機会を創出したのか、調査研究を行なっている実態は把握できていない。

#### 【目的】

本研究では、スポーツに関心があり、日頃から習慣的にスポーツに取り組んでいる子どもたちに焦点を当て、外出自粛要請前、外出自粛要請中、外出自粛要請解除後のそれぞれの時期でのスポーツ活動に関する調査を行い、それぞれの状況下での活動量の推移や、活動を維持するためにどのような工夫を凝らしているのかを明らかにすることを目的とする。

#### 【方法】

本研究では、流通経済大学大学院スポーツ健康科学研究科研究倫理審査委員会の承認を得て、龍ヶ崎市を拠点に活動している総合型地域スポーツクラブである、NPO 法人クラブ・ドラゴンズ(以下、ドラゴンズとする。)の未就学児・小学生・中学生の会員の保護者を対象にアンケート調査を2回実施した。

#### ①外出自粛下におけるスポーツ活動に関する調査

このアンケートは令和2年5月13日から5月31日に実施した。

#### ②外出自粛要請解除後におけるスポーツ活動に関する調査

このアンケートは①の追跡調査として、令和2年7月1日から7月31日に実施した。

事前にドラゴンズのクラブマネージャーに許可を取り、1回目、2回目共に陸上教室、新体操教室、体操教室、子どものパーソナルトレーニングに参加している未就学児、小学生、中

学生の会員の保護者(208名)に対し、文書で実施方法を説明した上で調査への参加に同意を得た者にアンケート調査を行った。期間内に回答のあったものは1回目が70件、2回目が52件であり、回収率はそれぞれ33.7%、25.0%であった。なお、アンケートの配布、回答および回収についてはCOVID-19感染拡大防止のため、Googleフォームを活用しWeb上で行った。アンケート調査は全て無記名で行い個人を特定する情報は得なかった。以上のアンケート調査で得られたデータの統計処理は、IBM SPSS Statistics. Version23を使用した。

#### 【結果と考察】

会員の自粛前と自粛中の1週間スポーツ活動頻度の平均値を比較した結果、有意差が認められなかった(表1)。当初、緊急事態宣言発令に伴って、1週間のスポーツ活動頻度について減少すると考えていたが、このことから、緊急事態宣言発令は、会員のスポーツ活動頻度には大きな影響がなかった事がわかる。これは、表2で示している「外出自粛要請発出中の子どものスポーツ活動を維持するための留意事項」が影響していることが考えられる。この集計結果において、「自宅でできる運動を調べている」は19.7%、「自宅で使用できる運動用具を購入している」は19.0%であり、これらの人は外出しなくても自宅で運動できる環境を整備しようとしていることが考えられる。また、「屋外で運動する際は十分な感染防止対策を講じるよう指導している」は23.1%、「規則正しい生活リズムになるよう指導している」は32.0%、「その他」の具体的な回答の一部に「栄養バランスの良い食事を作る」という意見があり、COVID-19をはじ

めとする様々な感染症の感染防止のために、我が子が健康的な生活を送ることができるよう留意していることも考えられる。

表1 中学生までの会員の自粛前と自粛中の1週間スポーツ活動頻度の平均値の比較

項目	n	平均値	SD	p
1週間の運動頻度	自粛前	70	3.04	1.055
	自粛中	70	3.30	

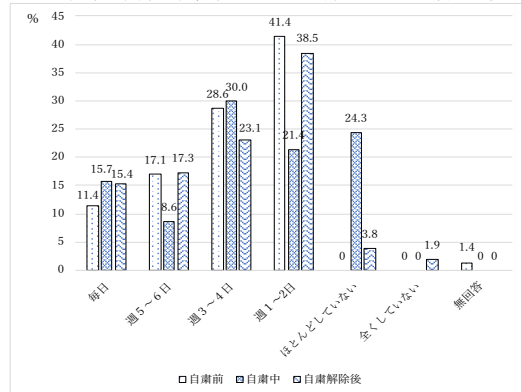
p<0.05

表2 外出自粛要請発出中の子どものスポーツ活動維持に関する留意事項

項目	人数	%	n
子どものスポーツ活動の維持のために保護者が心掛けていること			147
自宅ですることができる運動について調べている	29	19.7	
自宅で使用できる用具を購入している	28	19.0	
運動する際は十分な感染防止対策を講じるよう指導している	34	23.1	
規則正しい生活リズムになるよう指導している	47	32.0	
特に心がけていることはない	4	2.7	
その他	5	3.4	

しかし、図1で示している通り、1週間のスポーツ活動頻度別にみた場合、自粛前では「週1～2日程度」と回答していた層において、自粛中になると活動頻度が減少し、「ほとんどしていない」と回答した層の割合が増えている事がわかる。一方、「週3～4日程度」と回答した層においては、大きな変化がみられない事から、「週1～2日程度」と回答した層において自粛中の運動頻度に大きな影響を与えたことがわかる。また、この層は、スポーツクラブへの参加はドラゴンズのみと考えられ、ドラゴンズが休業したことによって、活動を維持することができなくなったことが考えられる。

図1 自粛前、自粛中、自粛解除後それぞれの1週間のスポーツ活動頻度の比較



次に、会員の自粛前と自粛中の1回あた

りの運動時間の平均値の比較を行った結果を見てみると、有意差が認められた(表3)。これは、外出自粛要請発出中に小・中学校の休校やドラゴンズが休業していたことにより、普段からあった運動の機会がなくなり、運動時間が減少した人が全体的に多くなったことが影響していると考えられる。

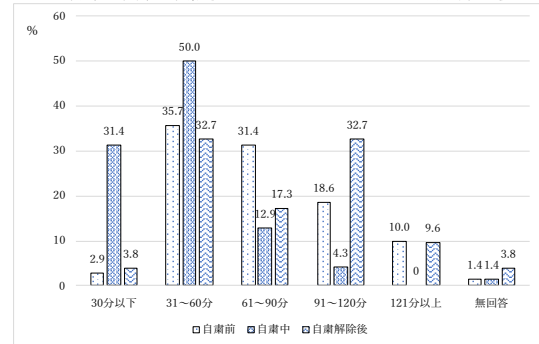
表3 中学生までの会員の自粛前と自粛中の1回あたりのスポーツ活動時間の平均値の比較

項目	n	平均値	SD	p
1回あたりの運動時間	自粛前	70	3.01	1.097
	自粛中	70	1.96	

p<0.01

以上のことに合わせて、表2の回答に注目すると、多くの家庭では子どものスポーツ活動の機会確保に対して様々なことに配慮しながら、少しでも我が子のスポーツ活動時間を確保し、維持しようとしていたといえる。スポーツ活動の機会確保に努める一方、活動時間が減少した事は、親が確保できるスポーツ活動時間にも限度がある事がわかった。このような事から、子どものスポーツ活動時間を増やす為には、スポーツクラブの影響が非常に大きいと言える。

図2 自粛前、自粛中、自粛解除後それぞれの1回あたりのスポーツ活動時間の比較



最後に、1週間の運動頻度並びに運動時間については、自粛解除後には、自粛前の水準に戻った事がわかった。このように、外出自粛が及ぼす運動への影響は、大きかったことがわかった。

### 【まとめ】

本研究では、日頃から習慣的にスポーツを

実施している子どもが、外出自粛要請が発出されている中でのその前後のスポーツ活動の量の推移や、スポーツ活動を維持していくためにどのような工夫を凝らしているのかに着目し、アンケート調査を2回実施した。まず1回目に外出自粛要請発出前、外出自粛要請発出中のスポーツ活動に関する調査を行い、その追跡調査として2回目に外出自粛要請解除後のスポーツ活動に関する調査を行った。調査の結果から、外出自粛要請、休業要請を受け、スポーツをする機会が減少している中で、短時間でもスポーツ活動を実施し、自粛前のスポーツ活動を維持している人がいることが明らかになった。その中で、ほとんどの家庭ではスポーツ活動を維持するために留意していることがあったことから、日頃からスポーツを習慣的に行っている子どもたちの保護者は、活動を促し、外出自粛下においてもスポーツ活動を維持させていたことが考えられる。このことから、外出に制限をかけられている状況下で子どもたちがスポーツをする機会を確保するためには、保護者のスポーツに対する理解と支援が重要であるといえる。しかし、先述したようにドラゴンズの教室のみでしかスポーツ活動を確保していない層がいることも考えられる。これらの層を減少させるためにも、クラブ側は自宅で行えるトレーニングメニューを考案し、会員に発信することを精力的に行うことが求められる。また、クラブの教室だけに依存せず自立的にスポーツ活動を確保できるようにするためにも、子どもの体力向上方策として2000年に文部科学省が策定したスポーツ振興基本計画<sup>4)</sup>や、同省が2012年に策定したスポーツ基本計画<sup>5)</sup>に記載されてい

たように、保護者に子どもの体力の重要性について正しい認識を持たせるような取組を推進していかなければならないと考える。

#### 【参考文献】

- 1) スポーツ庁:新型コロナウイルス感染対策 スポーツ・運動の留意点と運動事例について  
〈スポーツ庁ホームページ : [https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/sports/mcatetop05/jsa\\_00010.html](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop05/jsa_00010.html) 2020-4-27 掲載,2020-11-14 更新〉  
(最終閲覧日:2021年1月18日)
- 2) 小倉晃布、早田剛、長谷川晃一:子どものスポーツ活動への親の意識に関する研究  
〈環太平洋大学教職教育研究第1巻.pp69-74:2017-11-1〉
- 3) 渡辺泰弘、松本耕二、高橋季絵:  
児童のスポーツ習慣形成に関する親の影響  
〈笹川スポーツ財団 SSF スポーツ政策研究第3巻1号.pp335-342:2014-4〉
- 4) 「文部科学省:スポーツ振興基本計画 2 スポーツ振興施策の展開方策 1 スポーツの振興を通じた子どもの体力の向上方策 A」  
〈文部科学省ホームページ : [https://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/plan/06031014/002.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/plan/06031014/002.htm) 2000-9〉  
(最終閲覧日:2021年2月17日)
- 5) 「文部科学省:第1期スポーツ基本計画」  
〈文部科学省ホームページ : [https://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/sports/detail/\\_icsFiles/afieldfile/2012/04/02/1319359\\_3\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/afieldfile/2012/04/02/1319359_3_1.pdf) 2012-3-30〉  
(最終閲覧日:2021年2月17日)