

大学生の運動実施率向上のための提言 —早稲田大学から考察する—

早稲田大学 武藤泰明研究室 A

○小山翔太 相原優稀 浅海萌子
田中直祐 藤井英貴

1. 緒言

現代の日本社会では少子高齢化の進行が問題とされている。現在 65 歳以上の高齢者は 3395 万人おり、10 年後には 3658 万人、約 300 万人の増加が見込まれている。そこから懸念される様々な問題の一つとして、社会保障給付費の増大があげられる。高齢者の増加に伴い、社会保障給付費の医療支出は現在の 36 兆円から 10 年後には 53 兆円まで拡大されると推定されている。そこで、我々は社会保障給付費の医療分野支出を将来できるだけ低額に留めるためには、国民の健康状態の維持が必要不可欠であると考えている。

国民の健康維持方法を考えるにあたって、一つの手段としてスポーツというツールの活用を提案する。スポーツ基本法条文には、『スポーツは、心身の健全な発達、健康及び体力の保持増進、精神的な充足感の獲得、自律心その他の精神の涵養等のために個人又は集団で行われる運動競技その他の身体活動であり、今日、国民が生涯にわたり心身ともに健康で文化的な生活を営む上で不可欠のものとなっている。』と記されている。これより、国民の健康維持にスポーツが少なからず影響を与えることは否定できないだろう。一方で現在の国民運動スポーツ実施率は男女ともに大学進学を境に急激に減少しているという現実がある。高校までは体育の授業が学習指導要綱に含まれているため、すべての高校生に運動時間が確保されていた。しかし、大学では一部の大学を除いて、体育は選択科目の扱いになっており、大半の学生が履修しないことが殆どである。運動部活動に所属している学生以外で、運動系サークルに所属している学生も存在するが、現実では時間や場所、資金不足のために十分な運動をできていないのが現実である。そこで、大学進学を機に運動しなくなった人を継続的に運動させるための提言をする。

2. 現状

2.1 少子高齢化社会の現状



上記の年齢区分別将来人口設計より、日本の人口は全体的に減少し高齢者の割合は現在

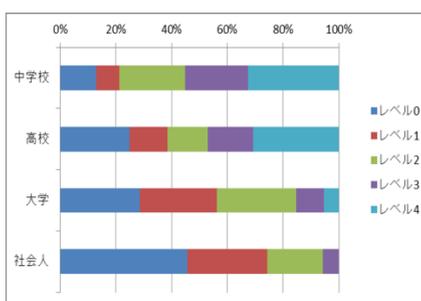
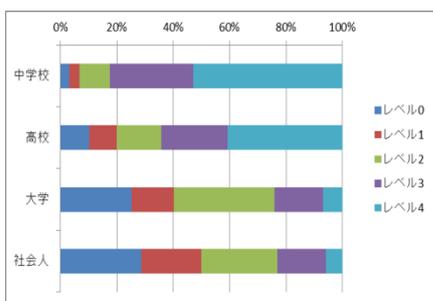
の 25.1%から 22 年後、平成 47 年には 33.4%まで上昇することがわかる。

2.2 運動実施率の現状

男女別運動実施レベル

男子

女子



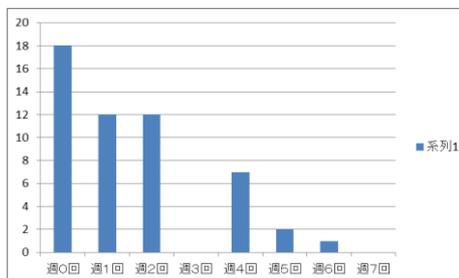
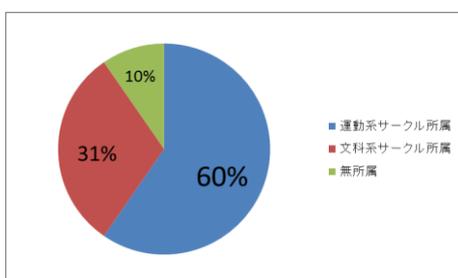
(笹川スポーツ財団『青少年のスポーツライフ・データ 2013』)

上記の表より男女共に高校卒業までは、運動実施レベル(頻度)が高いが、大学入学以降レベル 0(過去 1 年間にまったく運動・スポーツをしなかった)の人が大半であり、大学生が日常から運動をしていないことが分かる。

2.3 早稲田大学学部生における運動実施率の現状

体育各部生を除いた学生の所属割合

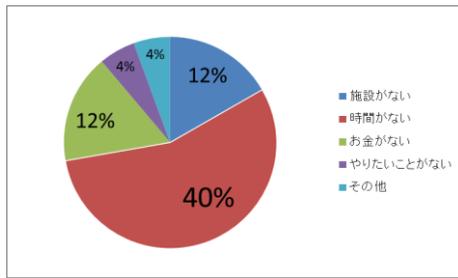
学部生の現在の運動習慣



(アンケート結果より)

現在の早稲田大学学部生 43962 人¹⁾ に対し体育各部に所属している学部生は約 2400 人²⁾ である。体育各部生を除いた約 41500 人の 60%が運動系サークルに所属していることがアンケート集計結果より明らかになった。また、アンケート結果より学部生の現在の運動習慣は週 0 回である人が多くを占めており、週 3 回以上運動できている人はごくわずかであることが分かる。

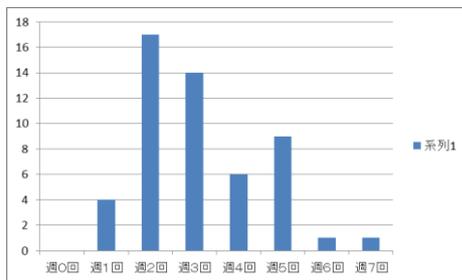
運動ができない理由



(アンケート結果より)

学部生の運動できない理由として、時間、場所、お金がないことがおもな理由であった。

学生が理想とする運動実施率



(アンケート結果より)

運動実施率週0回が殆どである現状に対し、学生が理想とする運動実施率は週2回から3回に集中した。多くの学生が運動をする機会が増加することを望んでいることが分かる。

3.政策提言

上記の現状を踏まえ、早稲田大学全学部生に向けて体育授業を準必修化とする新たな制度を提言する。主な対象は高校卒業までに運動をしていたのにもかかわらず、大学進学を機に運動をしなくなった学生とする。

3.1 政策の展望

I 社会

将来的に少子高齢化社会が見込まれるため、それに付随して国税からの社会福祉給付金の割当て額が増加すると仮定。運動実施率増加を推進することで国民の健康寿命を延ばすことが可能になり、医療部門への支出を抑えることが期待できる。

II 大学

現代の高校生は大学選びの基準として就職率を重視する傾向にある。企業が求める人材はコミュニケーション能力や協調性に富んだ学生であると多くの企業が述べる。そこで運動スポーツに携わることで、これらの能力を十分に養うことができると仮定したうえで、早稲田大学が体育を準必修化することにより、今後多くの優秀な学生を獲得、社会へ排出す

ることが期待できる。

Ⅲ 学生

早稲田大学からの体育準必修化を受けて、学生は運動を通して就職活動にて重視されるコミュニケーション能力や協調性を養うことができる。124 単位を卒業単位としている早稲田大学において、体育を履修した学生は通常のまま 124 単位を卒業必須単位とし、一方、体育を履修しなかった学生に対しては、卒業必須単位数を 125 単位以上と課すことを我々は提案する。

資料・文献)

1) 早稲田大学・情報公開

2) 早稲田大学競技スポーツセンター

・ 笹川スポーツ財団 (2013) 『青少年のスポーツ・ライフデータ 2013』

・ 国税庁 「税の学習コーナー(平成 26 年)」

<http://www.nta.go.jp/shiraberu/ippanjoho/gakushu/hatten/page04.htm>

・ 内閣府 「将来推計人口でみる 50 年後の日本(平成 26 年)」

<http://www.nta.go.jp/shiraberu/ippanjoho/gakushu/hatten/page04.htm>

・ 文部科学省 「スポーツ基本法(平成 23 年法律第 78 号)(条文)」

http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/kihonhou/attach/1307658.htm

・ 早稲田大学 「学生に関する情報(2014 年度)」

<http://www.waseda.jp/jp/public/students.html>

・ 早稲田大学競技スポーツセンター 「競技スポーツセンター概要(2013 年度)」

<http://waseda-sports.jp/center/>