

1. 研究概要

1.1 研究目的

日本人女性の運動・スポーツ実施率は全体的に増加傾向にあるが、20 歳代から 40 歳代の女性の実施率は著しく低下する(スポーツ庁, 2023)。一方オーストラリアでは、女性の運動・スポーツ実施率は 10 歳代から 20 歳代半ばの世代を除き、男性を上回り一定の水準を維持する(Australian Sports Commission, 2023)。日本では、学校体育や部活動を通じ、青年期にスポーツに触れる機会は比較的多いと考えられる。しかし、各競技団体の競技人口の男女比を確認すると、中学生世代では男子が女子の約 1.4 倍の登録者数となっており、社会人世代になると、その差は約 4 倍に開く(日本スポーツ協会, 2021)。この実態から、運動・スポーツ経験がある日本人女性の多くは、ライフステージが進む途中で運動・スポーツをやめる傾向にあることが示唆される。

運動・スポーツ実施の促進要因に関する研究においては、セルフエフィカシー(自己効力感)や過去の運動経験などに起因する個人的要因と、運動や生活環境の評価、ソーシャルサポートなどの社会的要因という主に 2 つの側面から検討、分析が行われている(板倉ほか, 2005)。しかしわが国においては、包括的なアプローチに繋がる社会的支援や身体活動支援環境、社会的ネットワークなどに着目した研究は限定的であり(中山ほか, 2002; 石井ほか, 2010; 荒尾, 2013)、これら要因に関して諸外国と比較して日本人女性の運動・スポーツ実施継続との関連性に着目した研究は確認されていない。

そこで、本研究では「どのような社会的、個人的要因が運動・スポーツ経験のある女性のスポーツ実施継続に影響するのか」というリサーチクエスチョンを根底に据え、以下に示す研究目的を設定する。

- ① わが国における運動・スポーツ経験がある女性の運動・スポーツ実施継続に影響を与える個人的、社会的要因を明らかにする
- ② オーストラリアにおける運動・スポーツ経験がある女性の運動・スポーツ実施継続に影響を与える個人的、社会的要因を明らかにする
- ③ わが国とオーストラリアにおける継続要因の相違点を明らかにする

これらの研究目的を達成することにより、さまざまなライフイベントや身体的な変化を経験しながらも、女性が生涯を通じて継続的に運動・スポーツへ関わり続けられる環境整備に必要な要点について理解を深めることができると考える。その際、個人レベルの努力のみにゆだねるのではなく、地域や国全体でも積極的に取り組める施策を検討するための基礎的資料になることを期待したい。

1.2 研究体制

研究代表者: 弓田 恵里香 仙台大学体育学部 体育学科 准教授

研究協力者: 三倉 茜 順天堂大学スポーツ健康科学部 スポーツ科学研究科 助教

下窪 拓也 順天堂大学スポーツ健康科学部 スポーツ科学研究科 助教

研究担当者: 吉田 智彦 笹川スポーツ財団スポーツ政策研究所 シニア政策ディレクター

1.3 調査概要

2025年1月14日～17日はオーストラリアにて、2025年1月23日～28日は日本にて、それぞれインターネット調査会社の20歳代～50歳代の女性登録モニターを対象としたWebアンケートを実施し、オーストラリアでは441名、日本では432名から回答を得た。これらのうち、極端に回答時間が短いまたは長い場合、複数項目で構成される質問に対し同一回答を行っている場合や、属性と矛盾する回答が確認された場合は無効回答とした。その結果、日本とオーストラリアから各417部、計834部の有効回答を集計に用いた。

調査対象者のスクリーニング方法と主な調査内容は下記の通りである。

スクリーニング方法と調査内容

日豪の20歳代～50歳代女性のモニターを対象に配信



【スクリーニング】「小学校以上の在学期間中に、定期的な運動・スポーツ活動を1年以上継続して行った経験はありますか。」という質問に対し、
「実施した経験がある」と回答した方のみを本調査の対象に設定

<全員への質問>

- 個人的属性
- 過去の運動・スポーツ経験
- ここ1年間の運動・スポーツ実施への取り組み状況
 - 現在運動・スポーツ実施を継続している人：実施時間、内容、場所、継続理由 など
 - 現在運動・スポーツ実施をしていない人：今後の実施意図、非実施理由
- 運動・スポーツを実施する場合の「家族や友人からのサポート」
- 運動・スポーツ実施をどの程度自身で決定できるかという「行動統制」
- 運動・スポーツ実施における「社会的支援」
- 「性役割」に関する日頃の考え方や価値観

<国内調査対象者のみへの質問>

- スポーツ観戦状況
- スポーツボランティア活動状況と今後の活動意図

※ 調査結果を読む上での注意点

本調査はインターネット調査会社の登録モニターを用いたWebアンケートであるため、日本とオーストラリアの20歳代～50歳代の実態と多少乖離する可能性がある点については注意が必要である。たとえば、過去1年間の運動・スポーツ実施状況においては、令和5年度のスポーツ庁の調査結果では「非実施群」が23.0%だったが、本調査の国内調査における結果は52.5%と高い割合を示した。このような運動・スポーツへの関わり方など、本調査に回答した登録モニターの属性や特性を念頭に置き、本調査の結果を読む必要がある。