

テレビゲーム、カードゲーム、ボードゲーム 実施者の特徴と運動・スポーツ実施との関係

トピック

C

明治大学 商学部 准教授 澤井 和彦

C-1 はじめに

「スポーツ」の語源はラテン語の「デポルターレ」で、その意味は「娯楽・慰み・気晴らし」であったといわれているが(坂上ら、2018)、近代以降、「スポーツ」といえば専らオリンピックや国体、体育の授業で行われているような「近代スポーツ」「競技スポーツ」のことを指すようになった。一方で、20世紀中ごろにはニュースポーツ(アメリカではニューゲームズ、欧州ではトリム運動など)が誕生し、近年は障がい者スポーツが注目されるようになってきているが、これらは過熱しがちな近代スポーツの「競争原理」に対し、「適合原理」に基づいてあらゆる人々にスポーツ参加の可能性を広げる「Sports for All」の試みであるとされ(野々宮、2000)、近年はさらに「マインドスポーツ」や「eスポーツ」が、「スポーツ」の外延を拡張しつつある(澤井、2020)。

「マインドスポーツ」(頭脳スポーツ)とは、知的能力を競うゲームを「スポーツ」とみなしたもので、チェスや将棋、囲碁などのボードゲーム、ブリッジ、ポーカーなどのカードゲーム、競技かるた、百人一首などのかるた競技、麻雀などのテーブル競技などがある(頭脳スポーツ財団)。アジア・オリンピック評議会(OCA)が主催するアジア競技大会では、2006年のドーハ大会でチェスが、2010年の広州大会ではチェスと囲碁が、2018年のジャカルタ大会でコントラクトブリッジが正式種目となった。また、2005年に設立された国際マインドスポーツ連盟(IMSA)は、ワールドマインドスポーツゲームズを主催し、オリンピックムーブメントにマインドスポーツを含めることを目的としている(International Mind Sports Association)。

一方、「eスポーツ」とは「エレクトロニック・スポーツ(electronic sports)」の略で、パーソナルコンピューター(PC)ゲーム、家庭用ゲーム、モバイルゲームを用いて行う競技である(総務省、2018)。2022年のアジア競技大会では正式種目となり、オリンピック種目入りも検討されているといわれる。

本稿ではさしあたり既存の「スポーツ」を「フィジカルスポーツ」と呼ぶこととするが、フィジカルスポーツが「身体能力に基づくゲーム」であるがゆえに、「性別」「年齢別」「体重別」「オリンピックとパラリンピック」というように、身体プロフィールによって人々をそれぞれのカテゴリーに「分断」するのに対し、マインドスポーツやeスポーツはそうした分断を乗り越える可能性をもつと期待されている(澤井、2020)。たとえば、eスポーツがオリンピック種目になる際には馬術に次いで性別によるカテゴリー分けのない競技になるかもしれないし、障がい者がメダル争いをする種目になるかもしれない。

こうしたマインドスポーツやeスポーツに対して「“スポーツ”とは呼べない」という批判も多い(注1)。しかし、スポーツの定義に関する形而上学的な議論より、マインドスポーツやeスポーツを「スポーツ」として振興することの社会的意義や影響についてエビデンスベースで議論するほうが、社会的にはより有意義で生産的であろう。

本稿では、囲碁、将棋、麻雀、トランプなどマインドスポーツの種目となるボードゲームやカードゲームを「マインドゲーム」、テレビゲームやパソコンゲーム、スマホゲーム、ゲームセンターでのアーケードゲームなどeスポーツの種目となるようなゲームを「eゲーム」と呼ぶこととする。レジャー白書(2022)の「娯楽部門」の集計によれば、「テレビゲーム(家庭での)」の実施率は成人の21.3%、「ゲームセンター、ゲームコーナー」12.7%、「トランプ、オセロ、カルタ、花札など」18.1%、「将棋」5.1%、「囲碁」1.5%、「麻雀」4.6%となっているが、こうしたマインドゲームやeゲームの実施者は、マインドスポーツやeスポーツの潜在的な実施者、消費者になると期待される。

マインドスポーツやeスポーツのマーケティングを考えると、まずはこうしたマインドゲームやeゲームの実施者の属性や特性を明らかにすることは有意義であろう。また、既存の運動・スポーツ実施との競合関係も重要なポイントになるかもしれない。たとえば、武長(2015)や鈴木(2020)は、子どもや青少年においてゲームやパソコン・スマートフォンを使用するスクリーンタイムが運動実施を減少させるとしており、さらに長野ら(2015)によ

れば、体力水準が低い子どもほどスクリーンタイムが有意に長く、運動系・文化系活動時間、学習塾と外あそび時間が有意に短いという。このように、ゲームやパソコン・スマートフォンが子どもや青少年の可処分時間を奪うことがしばしば問題視されているが、成人については管見ではあるがデータが見当たらない。

また、2019年には世界保健機関（WHO）が、オンラインゲームやテレビゲームのやり過ぎで日常生活が困難になる「ゲーム障害」を新たな依存症として認定した「国際疾病分類」を承認するなど、健康に対するネガティブな影響に懸念がもたれている。こうしたマインドゲームやeゲームの実施による、運動・スポーツ実施や健康・体力への影響について、子どもや青少年については盛んに研究されてきているが、やはり成人についてはまだ少ないようである。

一方、運動・スポーツの中でも特に「グループ運動」をすることは、1人での運動と比べて身体活動の継続、心理的要因・社会関係を改善させることで、身体的・精神的疾患のリスクを下げることが示唆されている（金森ら、2017）。こうした研究を踏まえ、2018年9月にスポーツ庁が発表した「スポーツ実施率向上のための行動計画」では、スポーツをするために必要な施策として「スポーツをする仲間づくり」があげられている。しかし、大勝（2018）によれば、運動・スポーツ実施率の上位を占める「ウォーキング」や「ジョギング・ランニング」、「筋力トレーニング」などのエクササイズ系種目は1人で行うものが多く、運動・スポーツ実施者全体の2割が常に「1人で行っている」とされる。この点、マインドゲームやeゲームではどうだろうか。特にeゲームは1人で行うものという印象があるが、近年はオンラインプレイが普及してきている。その動向によっては、マインドゲームやeゲームにはウォーキングや筋力トレーニングといったエクササイズ系種目にはない機能を補完する役割が期待できるかもしれない。

以上のような背景から、本稿ではテレビゲームやカードゲーム、ボードゲームの実施率、実施者の性別、年齢といったプロフィール、実施状況（誰と行っているか）、運動・スポーツ実施との関係、主観的な健康や体力評価との関係について、統計的に検証することを目的とした。

C-2 調査項目

マインドスポーツとeスポーツの種目となるような「娯楽」として、レジャー白書を参考に、以下のような活動の

「過去1年間の実施の有無」「誰と行ったか」「年間の実施頻度」「1回あたりの実施時間」を聞いた。

- ① マインドゲーム：囲碁、将棋、麻雀、トランプ
- ② eゲーム：家庭用ゲーム機で行うゲーム、パソコンで行うゲーム、スマホ・タブレットで行うゲーム（以下、スマホで行うゲームと表記）、ゲームセンターで行うビデオゲーム

C-3 結果

(1) マインドゲーム、eゲームの実施率、実施頻度、実施時間、誰としているか

各ゲームの1年間の実施率と実施頻度、実施時間を、運動・スポーツ実施率の上位5種目（散歩・ぶらぶら歩き、ウォーキング、体操、筋力トレーニング、ジョギング・ランニング）と、さらにレジャー白書（2022）と比較したのが表C-1である。ただし、レジャー白書では全国の15～79歳男女を対象としたインターネット調査（住民基本台帳利用、層化二段無作為抽出法）であり、スポーツライフ・データとは調査の母集団やサンプリング、調査方法が異なる点に注意が必要である。

実施率（過去1年間に1回以上実施）について、コロナ禍で家庭用ゲーム機やパソコン、スマホを用いたゲームの実施者数が増加しているといわれているが（Toto, 2022）、本調査においてもマインドゲームに比べてeゲームの実施者数、実施率、実施頻度が高く、マインドスポーツよりeスポーツのほうが潜在的なマーケットはかなり大きいと考えられる。スマホゲームの実施率は散歩・ぶらぶら歩きに、家庭用ゲームの実施率は体操に匹敵し、それぞれ実施頻度も高い。マインドゲームの中では麻雀とトランプの実施率が高い。トランプの実施率がレジャー白書より低いのは、レジャー白書では「トランプ、オセロ、カルタ、花札など」と幅広くたずねているのと、15～17歳の高校生年代を含んでいるためと思われる。レジャー白書における「トランプ、オセロ、カルタ、花札など」の男性10代の実施率は38.6%、女性10代は40.4%で、それぞれ全世代で最も高い（レジャー白書、2022、p.44）。また、本調査でゲームセンターでのゲーム遊びの実施率がレジャー白書の半分になっているのは、本調査ではブリクラやメダルゲームなどeスポーツとはあまり関係のないゲームを除く目的で「ゲームセンターで行うビデオゲーム」と限定的に聞いているためと思われる。レジャー白書と比較して囲碁・将棋の実施率が低いのも、やはりレジャー白

書が15~17歳を含むためと思われる。10代の囲碁の実施率は男性4.5%、女性1.1%、将棋は男性12.5%、女性4.5%と、囲碁の70代男性を除いていずれも他世代より高い(レジャー白書、2022、p.44)。反対に麻雀の実施率はスポーツライフ・データのほうが高いのも、やはり同じ理由によるものと考えられる。レジャー白書(2022)によれば、男性10代の麻雀の実施率は8.0%だが、この10代というのは15~19歳の狭い範囲であり、そのうち18・19歳の大学や専門学校の学生の実施率が高いためと考えられる。一般に、学校や家庭の管理下にある高校生年代の実施率はかなり低いと予想され、高校生年代を調査対象に含むレジャー白書の実施率が、18歳以上を対象としたスポーツライフ・データよりも低くなったものと考えられる。

一方、実施頻度についてみると、本調査のほうがレ

ジャー白書(2022)より全体的に実施頻度が高い。特に麻雀はレジャー白書の2倍程度であるが、この理由は不明である。eスポーツの観点から注目されるのは、パソコンゲームの平均実施頻度が家庭用ゲーム機の2倍となっていることである。パソコンやスマホゲームでは年200回以上実施している「高頻度群」の割合が高い。eスポーツでは世界的にパソコンゲーム(クラウドゲーム)のタイトルが人気だが(澤井、2019)、こうした実施頻度の違いはその要因のひとつかもしれない。

実施時間についてみると、マインドゲーム、eゲームではエクササイズより長い傾向がみられ、特に囲碁や麻雀、パソコンで行うゲームの1回あたりの実施時間はかなり長い。

図C-1はマインドゲームとeゲームをそれぞれ誰と行っているのか、エクササイズと比較したグラフである。エク

【表C-1】エクササイズ、マインドゲーム、eゲームの実施率、実施頻度・時間

	実施者数 (人)	実施率 (%)	実施頻度						実施時間			
			平均値 (回/年)	中央値 (回/年)	SD	実施頻度 年1~49回 (%)	実施頻度 年50回以上 (%)	実施頻度 年200回以上 (%)	平均値 (分)	中央値 (分)	SD	
エクササイズ	散歩・ぶらぶら歩き	955	31.8	115.7	60.0	109.0				43.0	30.0	31.5
	ウォーキング	882	29.4	143.7	104.0	112.8				50.4	45.0	29.2
	体操	522	17.4	158.2	150.0	118.0				19.1	10.0	22.0
	筋力トレーニング	492	16.4	138.0	104.0	103.1				32.6	30.0	26.3
	ジョギング・ランニング	266	8.9	104.9	52.0	94.5				43.1	30.0	25.1
マインドゲーム	囲碁	19	0.6	18.5	10.0	25.2	57.9	42.1	0.0	83.2	60.0	47.7
	将棋	83	2.8	22.4	5.0	55.8	86.6	13.4	3.7	50.4	30.0	51.4
	麻雀	181	6.0	35.2	10.0	72.0	80.1	19.9	5.5	117.7	60.0	115.1
	トランプ	471	15.7	14.0	5.0	36.3	94.2	5.8	1.3	44.6	30.0	35.0
eゲーム	家庭用ゲーム機で行うゲーム	573	19.1	60.8	20.0	88.8	64.5	35.5	11.7	76.4	60.0	63.9
	パソコンで行うゲーム	171	5.7	122.6	60.0	130.5	40.9	59.1	30.4	83.2	60.0	81.4
	スマホ・タブレットで行うゲーム	979	32.6	189.5	200.0	142.9	25.3	74.7	50.6	51.2	30.0	54.5
	ゲームセンターで行うビデオゲーム	175	5.8	15.1	5.0	34.4	92.6	7.4	0.6	44.2	30.0	43.7

資料：笹川スポーツ財団「スポーツライフに関する調査」2022

参考資料 レジャー白書2022(調査は2021)

	実施率 (%)	実施頻度* (回/年)	
マインドゲーム	囲碁	1.5	26.3
	将棋	5.1	20.0
	麻雀	4.6	18.0
	トランプ、オセロ、カルタ、花札など	18.1	10.8
eゲーム	テレビゲーム(家庭での)	21.3	49.4
	ゲームセンター、ゲームコーナー	12.7	14.6

*「レジャー白書」では「年間平均活動回数(回)」

*「レジャー白書」の実施率=「過去1年間に1回以上実施」

ササイズ種目は「いつも1人でやっている」者が半数以上であるのに対し、マインドゲームは活動の性質上、当然ながら他者と実施している者が多い。興味深いのは1人で行うことが可能であるeゲームも、家庭用ゲーム機やゲームセンターでのビデオゲームはオンラインを含め6割が他者と行うことがあると回答し、エクササイズ種目に比べて多い点である。パソコンゲームも36%が他者と行っており、オンラインでの他者との対戦が一般化しているように思われる。運動・スポーツ実施率の上位種目であるウォーキングや体操、筋力トレーニング、ジョギング・ランニングなどのエクササイズ系種目がほとんど1で行う活動であることから、マインドゲームやeゲームはそうした運動・スポーツ実施を社会的・心理的な側面で補完する機能をもつことが期待できるかもしれない。

(2) マインドゲーム、eゲーム実施者の特徴

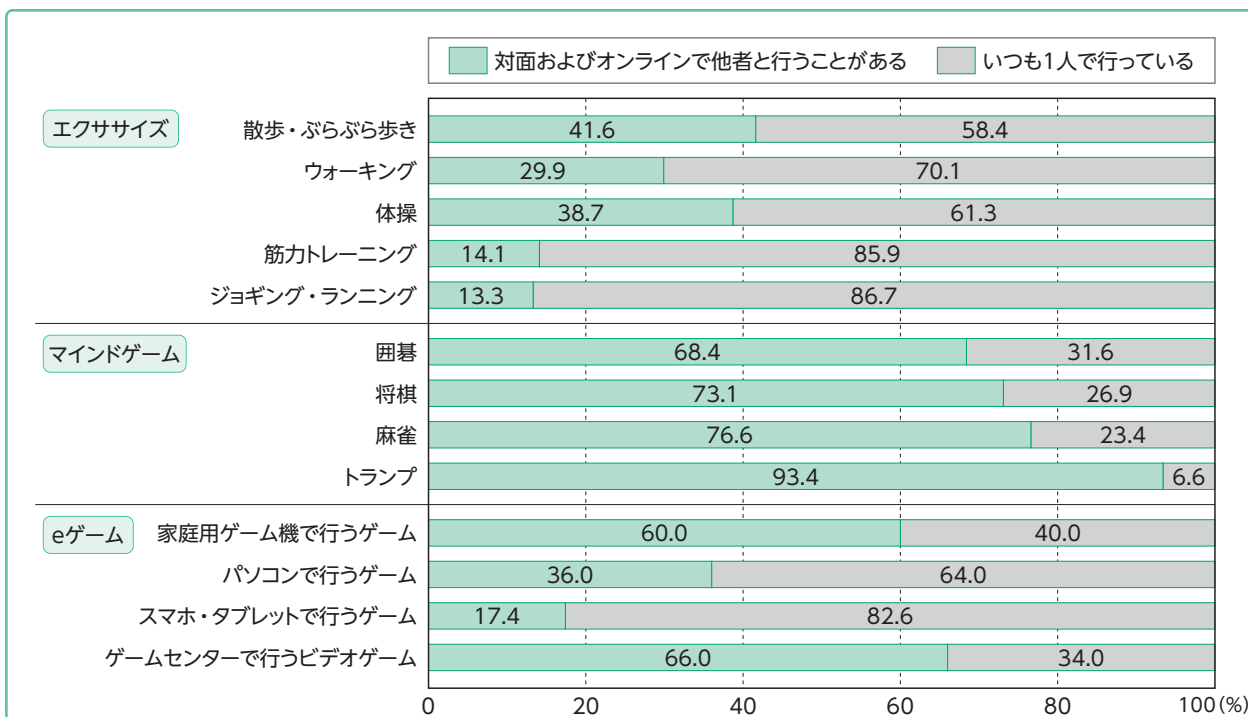
マインドゲームはトランプ以外、男性の実施者が多い(表C-2)。特に囲碁は70代男性が半数以上(囲碁実施者の52.6%)を占める。麻雀は20~40歳代の若年層の男性が多い。eゲームも家庭用ゲーム機で行うゲームやパソコンゲームは男性が多いが、特にパソコンゲームでは男性への偏りが顕著である。家庭用ゲーム機は若年層での男女差は小さい。スマホゲームとゲームセン

ターでのゲームでも男女差はみられないが、やはり20~40歳代の若年層に偏っている。eゲームは高齢者層で実施率が低いのが特徴である。以上のようなそれぞれのプラットフォーム(家庭用ゲーム機、パソコン、スマホ・タブレット)のゲームにおける性別・年代別の実施率は、「ファミ通ゲーム白書2022」(2022)の報告と傾向はほぼ一致する。家庭用ゲームについては、若年層では男女差はみられないが、同書によれば、ゲームタイトルによって性別で異なる傾向がみられる。マインドゲームもeゲームも、女性の実施率向上が課題という点では既存の運動・スポーツとあまり変わらないといえるかもしれない。

リー(2021)によれば、eスポーツのトップカテゴリーはマッチョな業界であり、女性プレイヤーに対する偏見や差別が存在するという。フィジカルスポーツは男女別の競技が原則であるが、男女が同じカテゴリーで対戦するeスポーツでは、女性に対する偏見や差別が顕在化しやすいのかもしれない。ただし、こうした特徴は既存のフィジカルスポーツも同様である(注2)。

(3) ゲーム実施と運動・スポーツ実施

次に、マインドゲーム、eゲームの実施と、運動・スポーツ実施との関係について、ひとまずクロス集計で全体の傾向を捉えることを試みた(図表は割愛)。マインド



【図C-1】ゲームを誰と行っているか

資料：笹川スポーツ財団「スポーツライフに関する調査」2022

ゲームもeゲームも性別、年齢によって実施率が異なるため、性・年代別にマインドゲーム、eゲームの「習慣的实施群」(週1回以上/年50回以上実施)と、運動・スポーツの「習慣的实施群」(週1回以上/年52回以上実施)のそれぞれダミー変数をクロス集計して χ^2 検定を行った。期待度数5未満のセルが発生しているため検定結果については留保付きである。マインドゲームとeゲームそれぞれの週1回以上の習慣的实施と運動・スポーツ実施の間には有意な関係はほとんどみられなかったが($p>0.05$)、20歳代男性のパソコンゲームの習慣的实施者のみ運動・スポーツの習慣的实施率が低かった

($p<0.05$ 、期待度数5未満のセルは0)。マインドゲーム、eゲームの「習慣的实施群」と、「運動・スポーツ実施レベル」(レベル0~4)についても性・年代別にクロス集計と χ^2 検定を行ったが、いずれの性・年代カテゴリーにおいても有意な関係はみられなかった($p>0.05$ 、期待度数5未満のセルあり)。

実施頻度でみたように、特にeゲームは年200回以上の高頻度実施者の割合が多い(表C-1)。そこで、家庭用ゲーム機、パソコンゲームをそれぞれ年200回以上実施した者と、スマホゲームについては年300回以上実施した者を「高頻度実施群」とし、性・年代別に運動・ス

【表C-2】マインドゲーム・eゲームの年1回以上実施者

マインドゲーム (年1回以上実施者)									
	囲碁		将棋		麻雀		トランプ		
全体度数	19		83		181		471		
全体の%	0.6%		2.8%		6.0%		15.7%		
性別比較 χ^2 検定	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	
	0.9%	0.4%	4.7%	0.9%	9.9%	2.2%	12.9%	18.6%	$p<0.01$
性年代別比較 χ^2 検定	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	
	0.0%	0.0%	17.1%	2.9%	2.4%	5.9%	26.8%	47.1%	$p<0.01$
18・19歳	0.0%	0.0%	17.1%	2.9%	2.4%	5.9%	26.8%	47.1%	
20歳代	0.0%	0.0%	3.1%	0.6%	14.6%	5.0%	19.3%	21.0%	
30歳代	0.0%	0.0%	4.0%	2.3%	13.0%	1.9%	13.0%	28.2%	
40歳代	0.0%	0.4%	7.7%	0.7%	12.7%	1.4%	22.4%	27.6%	
50歳代	0.4%	0.4%	1.5%	0.4%	6.7%	0.8%	7.1%	10.0%	
60歳代	0.8%	0.4%	5.0%	0.8%	7.1%	1.2%	6.3%	13.3%	
70歳以上	4.2%	1.1%	3.8%	0.4%	7.1%	3.3%	6.7%	9.5%	
eゲーム (年1回以上実施者)									
	家庭用ゲーム機		パソコンゲーム		スマホゲーム		ゲームセンター		
全体度数	573		171		979		175		
全体の%	19.1%		5.7%		32.6%		5.8%		
性別比較 χ^2 検定	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	
	21.5%	16.8%	8.5%	2.9%	32.5%	32.9%	6.0%	5.7%	$p<0.01$
性年代別比較 χ^2 検定	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	
	58.5%	26.5%	26.8%	5.9%	65.9%	52.9%	17.1%	11.8%	$p<0.01$
18・19歳	58.5%	26.5%	26.8%	5.9%	65.9%	52.9%	17.1%	11.8%	
20歳代	38.5%	39.2%	15.6%	7.7%	62.0%	49.7%	15.1%	11.6%	
30歳代	40.4%	36.2%	9.4%	0.5%	47.1%	42.3%	12.6%	13.6%	
40歳代	30.8%	21.6%	7.4%	1.8%	40.5%	41.7%	7.4%	7.8%	
50歳代	10.5%	6.5%	6.4%	0.4%	27.3%	34.9%	0.7%	2.3%	
60歳代	3.8%	5.6%	6.3%	4.8%	14.6%	26.2%	0.8%	0.4%	
70歳以上	2.1%	0.7%	5.0%	2.9%	3.3%	7.0%	0.0%	0.7%	

注1) は調整済み残差 >1.96 、 は <-1.96

注2) 期待度数5未満のセルが発生しているため、検定結果については留意が必要である。囲碁は全体度数が少ないため、検定結果を示していない。

資料：笹川スポーツ財団「スポーツライフに関する調査」2022

ポーツの習慣的な実施（週1回以上）とクロス集計・ χ^2 検定を行った。その結果、いずれのeゲームの高頻度実施と運動・スポーツの習慣的实施との間にも有意な関係はみられなかった ($p>0.05$)。

(4) eゲームと健康・体力

最後に、eゲームの家庭用ゲーム、パソコンゲーム、スマホゲームそれぞれの習慣的实施群について、性別に自己の体力評価、運動不足感、現在の健康状態のそれぞれとクロス集計し、 χ^2 検定を行った (表C-3)。性・年代別に集計するとサンプル数が少なくなって分析の精度が低くなることから、eゲームの習慣的实施者の多い18・19歳、20歳代、30歳代を分析の対象とした。これらの世代は自己の体力評価、運動不足感、健康状態についての回答に性・年代間でほとんど差はみられない。

家庭用ゲームを習慣的にやっている若年層の男性において、自己の体力評価について「どちらかというと劣っている」および健康状態について「あまり健康ではない」と回答する割合が多かった ($p<0.05$)。パソコンゲームの習慣的实施者には統計的に有意な関係はみられなかった ($p>0.05$)。スマホゲームを習慣的にやっている女性については、自己の体力が「どちらかというと劣っている」、運動不足を「とても感じる」、健康状態を「あまり健康ではない」と感じている者が多かった ($p<0.05$)。スマホゲームを習慣的に実施している男性にもややその傾向がみられた。なお、一部の 카테고리では期待度数5未満のセルが一定数みられるものもあり、分析結果については留意が必要である。また、eゲームでは年200回以上高頻度で実施している者が一定数存在するが、そちらで分析しても傾向自体はあまり変わらなかった。

特にeゲームと運動・スポーツ実施の間には目立った関係はみられなかったが、体力や運動不足、健康状態についての自己評価との間には一定のネガティブな関係がみられた。ただし、こうしたワンショットサーベイの統計分析では因果関係を特定することはできない。たとえば、想定されるシナリオとしては以下のようなものが考えられる。

- ① eゲーム実施増 → 運動不足・体力低下・健康状態悪化 (主観)
eゲーム実施増により、運動不足・体力低下・健康状態が悪化しているという印象をもった。
- ② 運動不足・体力低下・健康状態悪化 (主観) → eゲーム実施増

もともと運動が苦手、体力・健康に自信がないのでeゲーム実施が増えた。

- ③ eゲーム ← 要因X' (交絡因子) → 運動不足・体力低下・健康状態悪化 (主観)

eゲーム実施増と、運動不足・体力低下・健康状態悪化 (主観) の両方に作用する交絡因子X'が存在する。

③については、たとえば、1人で行うことの多いスマホゲームの習慣的实施者に運動・体力・健康に関するネガティブな評価が特にみられたことから、ゲームに没頭させる何らかの要因が、1人でのeゲーム実施増と運動・体力・健康に対するネガティブな評価に同時に作用していることも考えられる。

C-4 まとめ

- ◇ 囲碁、将棋、麻雀、トランプといったマインドゲームに比べて、家庭用ゲーム機、パソコン、スマホ・タブレットを用いたeゲームのほうが実施率と実施頻度が高く、潜在的なマーケットとしてはマインドスポーツよりeスポーツのほうが大きそうである。
- ◇ パソコンゲームの平均実施頻度は家庭用ゲーム機の約2倍と高頻度である。これはeスポーツの人気タイトルにパソコンゲームが多いことと関係しているかもしれない。
- ◇ 家庭用ゲーム機、パソコンゲーム、スマホゲームでは年200回以上実施しているという高頻度群が多い。
- ◇ マインドゲームとeゲームの家庭用ゲーム、ゲームセンターでのビデオゲームはオンラインを含め他者で行っている者が6割以上おり、これはウォーキングや体操といったエクササイズよりもかなり多い。またパソコンゲームも3割以上が他者で行っている (おそらくオンラインであろう)。こうしたマインドゲームやeゲームの社交的な特徴は、1人で行うことの多いエクササイズ実施に対し、特に社会的・心理的な側面から補完する機能が期待できるかもしれない。
- ◇ マインドゲームはトランプ以外、男性の実施者が多い。eゲームも家庭用ゲーム機で行うゲームやパソコンゲームは男性が多い。ただし家庭用ゲーム機は若年層では男女差は小さく、高齢女性の実施率が低いためである。eゲームは全体的に高齢者層での実施率が低い。

【表C-3】若年層におけるゲームの実施頻度と体力・運動不足感・健康状態のクロス集計

			自己の体力評価					p
			たいへん 優れている	どちらかと いうと優れ ている	体力は普通 である	どちらかと いうと劣っ ている	たいへん 劣っている	
家庭用 ゲーム機を 使ったゲーム	男性	週1回以上実施	7.4%	5.3%	50.0%	34.0%	3.2%	0.030 *
		週1回未満もしくは非実施	9.4%	12.4%	52.1%	20.4%	5.8%	
	女性	週1回以上実施	0.0%	6.8%	31.8%	45.5%	15.9%	0.162
		週1回未満もしくは非実施	3.6%	5.5%	46.4%	35.4%	9.1%	
パソコンを 使ったゲーム	男性	週1回以上実施	11.6%	2.3%	55.8%	25.6%	4.7%	0.419
		週1回未満もしくは非実施	8.7%	11.8%	51.2%	22.9%	5.3%	
	女性	週1回以上実施	0.0%	20.0%	0.0%	40.0%	40.0%	0.061
		週1回未満もしくは非実施	3.3%	5.4%	45.4%	36.4%	9.5%	
スマホを 使ったゲーム	男性	週1回以上実施	6.5%	12.4%	50.3%	24.3%	6.5%	0.412
		週1回未満もしくは非実施	10.7%	9.9%	52.6%	22.4%	4.4%	
	女性	週1回以上実施	3.1%	4.7%	34.1%	45.7%	12.4%	0.030 *
		週1回未満もしくは非実施	3.3%	6.0%	49.5%	32.4%	8.7%	

			運動不足感				p
			とても感じる	少しは感じる	あまり 感じない	まったく 感じない	
家庭用 ゲーム機を 使ったゲーム	男性	週1回以上実施	38.3%	37.2%	14.9%	9.6%	0.218
		週1回未満もしくは非実施	27.3%	45.6%	17.1%	9.9%	
	女性	週1回以上実施	61.4%	29.5%	9.1%	0.0%	0.236
		週1回未満もしくは非実施	46.0%	41.3%	10.9%	1.8%	
パソコンを 使ったゲーム	男性	週1回以上実施	46.5%	37.2%	11.6%	4.7%	0.069
		週1回未満もしくは非実施	27.8%	44.6%	17.2%	10.4%	
	女性	週1回以上実施	60.0%	40.0%	0.0%	0.0%	0.852
		週1回未満もしくは非実施	47.4%	40.1%	10.8%	1.7%	
スマホを 使ったゲーム	男性	週1回以上実施	36.2%	39.5%	16.8%	7.6%	0.054
		週1回未満もしくは非実施	25.1%	46.9%	16.6%	11.4%	
	女性	週1回以上実施	61.5%	29.2%	7.7%	1.5%	0.002 **
		週1回未満もしくは非実施	41.5%	44.8%	12.0%	1.7%	

			現在の健康状態				p
			非常に健康 だと思う	健康な方 だと思う	あまり健康 ではない	健康ではない	
家庭用 ゲーム機を 使ったゲーム	男性	週1回以上実施	6.4%	57.4%	28.7%	7.4%	0.034 *
		週1回未満もしくは非実施	12.7%	64.7%	18.2%	4.4%	
	女性	週1回以上実施	2.3%	65.9%	27.3%	4.5%	0.272
		週1回未満もしくは非実施	8.6%	69.9%	18.4%	3.1%	
パソコンを 使ったゲーム	男性	週1回以上実施	11.6%	53.5%	27.9%	7.0%	0.493
		週1回未満もしくは非実施	11.4%	64.3%	19.6%	4.8%	
	女性	週1回以上実施	0.0%	40.0%	60.0%	0.0%	0.137
		週1回未満もしくは非実施	8.0%	69.8%	18.9%	3.3%	
スマホを 使ったゲーム	男性	週1回以上実施	5.4%	64.9%	22.7%	7.0%	0.004 **
		週1回未満もしくは非実施	15.4%	62.1%	18.8%	3.7%	
	女性	週1回以上実施	5.4%	59.2%	30.0%	5.4%	0.000 ***
		週1回未満もしくは非実施	9.0%	73.9%	14.7%	2.3%	

注1) *:p<0.05、**:p<0.01、***:p<0.001

注2) は調整済み残差>1.96、 は<-1.96

注3) 18・19歳～30歳代を分析対象としている。

資料：笹川スポーツ財団「スポーツライフに関する調査」2022

- ◇ マインドゲーム、eゲームの習慣的な実施と運動・スポーツの実施の間には統計的には関係がみられなかった。eゲーム実施が運動・スポーツ実施を阻害しているという明確な証拠は、本調査ではみつからなかった。
- ◇ 一方、eゲームの習慣的な実施と自己の体力、運動不足、健康状態についてのネガティブな評価の間に一定の関係がみられた。この傾向は特に1人で行うことの多いスマホゲームに顕著であり、パソコンゲームにはあまりみられない。本調査のようなワンショットサーベイでは因果関係を特定することは困難であるが、特にスマホゲームと体力・運動不足・健康についてのネガティブな自己評価との関係についてはさらなる検討を要する。
- ◇ eゲームを他者と行う場合はそうしたネガティブな自己評価に結び付きにくい可能性についても検討が必要と思われる。

注1) 特にeスポーツに対する批判について澤井(2018、2019)を参照。

注2) 東京六大学野球において、女性投手が登板した際にみられた差別や偏見の構造については澤井(2003)を参照。

- 引用・参考文献 坂上康博・中房敏朗・石井昌幸・高嶋航「スポーツの世界史」一色出版、2018
- 野々宮徹「ニュースポーツ用語辞典」遊戯社、2000
- 澤井和彦「するスポーツの新たな潮流」(「スポーツ白書2020 -2030年のスポーツのすがた-」) 笹川スポーツ財団、2020
- 頭脳スポーツ財団 https://web.archive.org/web/20070929154711/http://www.brain-sports.jp/?A%2Fwhats_bs (アーカイブ。2022年12月確認)
- International Mind Sports Association, “History” <http://www.imsaworld.com/wp/history/> (2022年12月確認)
- 総務省「eスポーツ産業に関する調査研究報告書」、2018
- 澤井和彦「eスポーツは“スポーツ”か? -eスポーツの認知度とスポーツとしての認識度-」(「スポーツライフ・データ2018」) 笹川スポーツ財団、2018
- 澤井和彦「eスポーツが“スポーツ”に問うもの」体育の科学Vol.69 (1)、杏林書院、pp.6-10、2019
- 日本生産性本部「レジャー白書」、2022
- 武長理栄「青少年の運動・スポーツ実施とスクリーンタイムとの関連」(「子ども・青少年のスポーツライフ・データ2015」) 笹川スポーツ財団、2015
- 鈴木貴大「子ども・青少年の運動・スポーツ実施状況とスクリーンタイム」、2020 https://www.ssf.or.jp/thinktank/sports_life/column/20201028.html
- 長野真弓・足立稔・椿ちか子・熊谷秋三「児童の体力ならびにスクリーンタイムと心理的ストレス反応との関連性-地方都市郊外の公立および都市部私立小学校における検討-」体力科学64 (1)、pp.195-206、2015
- 金森悟・高宮朋子・井上茂「成人・高齢者のグループ運動：グループ運動参加の規定要因および健康アウトカムとの関連」運動疫学研究 19 (1)、pp.54-61、2017
- スポーツ庁「スポーツ実施率向上のための行動計画 -「スポーツ・イン・ライフ」を目指して-」、2018
- 大勝志津穂「誰と運動やスポーツを実施しているのか?-種目別動向-」(「スポーツライフ・データ2018」) 笹川スポーツ財団、2018
- Serkan Toto, “JAPAN’S PC GAMING MARKET DOUBLES IN SIZE IN 3 YEARS”, Kantan Games, November 6, 2022 <https://www.serkantoto.com/2022/11/06/japan-pc-gaming-market/> (2023年1月確認)
- 角川アスキー総合研究所「ファミ通ゲーム白書2022」、2022
- ローランド・リー(著)・小浜杏(翻訳)「ライズ・オブ・eスポーツ ゲーマーの情熱から生まれた巨大ビジネス」白揚社、2021
- 澤井和彦「スポーツとジェンダーのパラドクス 女性選手のスポーツ参加について-N.ルーマンの社会システム理論による把握-」(海老原修編「現代スポーツ社会学序説 第6章」、pp.49-57) 杏林書院、2003