

調査テーマ 子ども・青少年のスポーツライフと健康

所属クラブのタイプ別にみた 青少年の健康に関わる認識や習慣 — 部活動地域移行に向けた検討 —

明治大学 政治経済学部 教授

高峰 修

中学校における週末の部活動の地域移行が2023年度から2025年度を改革推進期間として進んでいる。部活動地域移行をめぐるのは、たとえば経済格差や地域格差、保険の適用など、実にさまざまな課題について検討が進められてきた。しかしその中で、部活動の地域移行が生徒の健康面に及ぼす影響についてはそれほど議論されていない。学校運動部活動による効果に焦点を当て111本の論文を概観した今宿ら（2019）によると、1957～2016年の間に運動部活動の効果として「疲労」と「生活習慣」を取り上げた論文はそれぞれ2本ずつ、計4本だけであった。それらのひとつであり都内の中学校の生徒160名を対象に3年間にわたって縦断的に調査を行った和氣ら（2007）によると、非部活群よりも部活群のほうが心身に関する訴えが少なく、心の健康状態がよく、精神的・感覚的疲労は低いこと、また男子は女子よりも心身ともに良い状態にあることがわかっている。

中学校の女子生徒385名を対象に肥満度や生活習慣等について調査を行った岡崎と浅川（2012）は、運動部所属者と比べて非所属者は太りぎみと痩せぎみの割合が有意に多いと報告している。しかし朝食摂取において運動部所属者／非所属者間に有意な違いはみられない。

田村と市川（2013）は私立高校3年生61名を対象に調査を行い、運動習慣の有無で分けて歯科保健行動と生活習慣を比較したところ、運動部に所属している生徒は所属していない生徒に比べて食生活に対する意識が高かったが、実際の食習慣については両者に顕著な差はみられなかったと報告している。

以上のように中学・高校生の心身の健康状態や健康的な生活習慣と運動部活動への所属がポジティブな関係にあるとすれば、部活動が地域に移行される中でもそうした関係が保たれるのだろうかという問題意識が生じてくる。そこで本稿では、中学・高校期の運動・スポーツクラブへの所属を運動部活動を核にタイプ分けし、所属するクラブのタイプと健康に関する認識や習慣との関連について検討する。

1 分析方法

(1) 分析対象者と所属するスポーツクラブのタイプ分け

「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023の回答者1,495名のうち、中学校（n=462）と高校（n=437）に通っている計899名を分析対象とした。

回答者が所属するスポーツクラブのタイプについて質問する項目（調査票：問11，p.192）を加工して、欠損値を除く877名を学校の運動部活動だけに所属する「学校部活動群」（n=379）、学校外のスポーツクラブ等だけに所属する「学校外活動群」（n=73）、学校部活動に加えて学校外のスポーツクラブ等にも所属する「複合

型活動群」（n=65）、学校部活動にもその他のスポーツクラブ等にも所属しない「無所属群」（n=360）の4群に分類した（図1）。

(2) 分析項目

健康に関連する項目として運動不足感、主観的健康感、1週間の朝食摂取、朝食を摂っている場合は「朝に食欲があるか」、排便の頻度、平日と休日のスクリーンタイム、BMI、平日と休日の睡眠時間、精神的健康状態（WHO-5）を取り上げた。

2 分析結果

(1) 基本的属性

図1に示した所属するスポーツクラブの4つのタイプと性別、学校期とでカイ2乗検定を行い、結果を表1に示した。性別、学校期ともに有意な偏りが認められ、学校部活動群では男子が59.6%、女子40.4%であったのに対して、無所属群では女子が61.7%を占め男子は38.3%であった。また無所属群において高校期は62.2%を占める一方で複合型活動群と学校外活動群では中学校期が4分の3を占めており、中学校期と比べると高校生は学校外のスポーツ団体等には所属しない傾向がみられる。

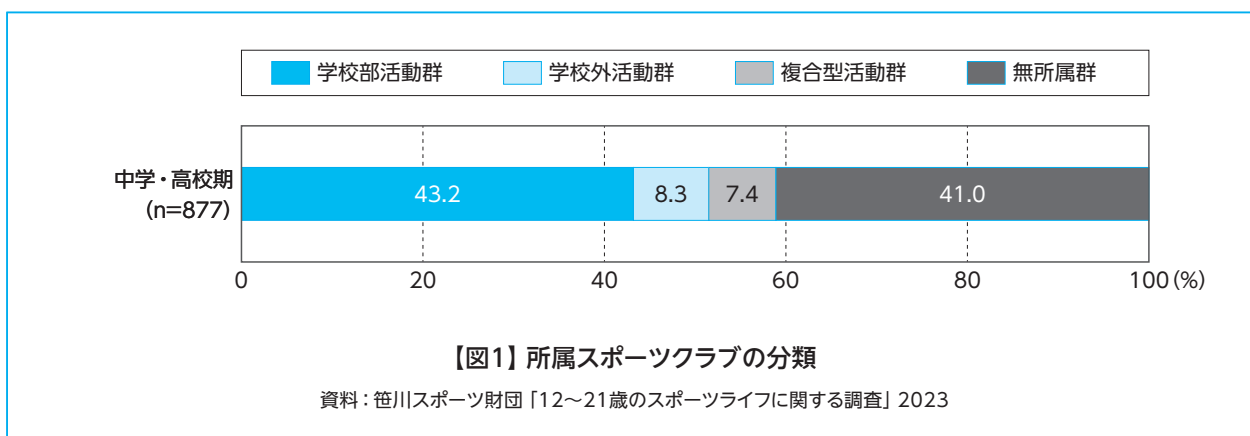
(2) 健康に関する認識と習慣

図1に示した所属するスポーツクラブの4つのタイプと健康に関する項目とのクロス集計結果を表1に示した。「朝に食欲があるか」の項目のみ「1週間の朝食摂取」の下位項目の位置づけであり、1週間に朝食を週2～3日以上食べると回答した者を分析対象としている。

運動不足感については学校部活動群と学校外活動群、複合型活動群に属する人は「まったく感じない」と回答し、無所属群の人は「少しは」「とても」感じると回答する傾向がみられる。そしてこれとほぼ同じ傾向が主観的健康感においても確認できる。

1週間の朝食摂取については学校部活動群でほとんど毎日食べる人の割合が多く、無所属群では朝食摂取の頻度が少ないか、あるいはほとんど食べない人の割合が有意に多い。しかし、頻度にはかわらず朝食を食べる人を対象に朝の食欲の有無を4段階で質問した結果、所属するスポーツクラブのタイプとの間に有意な偏りはみられなかった。

排便の頻度に関しては、学校部活動群と複合型活動群において「ほぼ毎日」の割合が多く、無所属群では排便が「2日」や「3日」に1回、あるいは「不規則」の割合が有意に多かった。



【表1】 所属するスポーツクラブのタイプと健康的な生活習慣のクロス集計結果

	学校部活動群	学校外活動群	複合型活動群	無所属群	
性別	(%)				
男子	59.6	60.3	50.8	38.3	$\chi^2=36.731^{***}$ d.f.=3
女子	40.4	39.7	49.2	61.7	
n	379	73	65	360	
学校期	(%)				
中学校期	54.9	75.3	78.5	37.8	$\chi^2=64.379^{***}$ d.f.=3
高校期	45.1	24.7	21.5	62.2	
n	379	73	65	360	
運動不足感	(%)				
まったく感じない	27.8	31.5	40.0	4.8	$\chi^2=213.315^{***}$ d.f.=9
あまり感じない	37.8	28.8	29.2	13.5	
少しは感じる	23.8	27.4	26.2	44.7	
とても感じる	10.6	12.3	4.6	37.1	
n	378	73	65	356	
主観的健康感	(%)				
とても健康	19.0	27.4	32.3	7.6	$\chi^2=60.473^{***}$ d.f.=9
健康	66.1	61.6	55.4	63.9	
あまり健康でない	13.0	11.0	12.3	24.9	
健康でない	1.9	0.0	0.0	3.6	
n	378	73	65	357	
1週間の朝食摂取	(%)				
ほとんど毎日	88.1	84.5	90.8	75.0	$\chi^2=33.557^{***}$ d.f.=9
週4~5日	5.3	7.0	3.1	10.8	
週2~3日	2.1	8.5	1.5	6.4	
ほとんど食べない	4.5	0.0	4.6	7.8	
n	377	71	65	360	
朝に食欲があるか	(%)				
とてもある	32.0	34.3	40.6	27.0	$\chi^2=11.491$ d.f.=9
どちらかというところ	44.0	42.9	45.2	42.7	
どちらかというところない	20.6	18.6	14.5	25.8	
ほとんどない	3.3	4.3	0.0	4.5	
n	359	70	62	330	
排便の頻度	(%)				
ほぼ毎日	74.0	76.7	83.1	58.1	$\chi^2=37.361^{***}$ d.f.=12
2日に1回	16.7	16.4	9.2	23.9	
3日に1回	4.0	5.5	1.5	7.2	
3日に1回未満	1.1	0.0	0.0	1.4	
不規則である	4.2	1.4	6.2	9.4	
n	377	73	65	360	
平日のスクリーンタイム	(%)				
30分未満	2.4	4.1	3.1	1.4	$\chi^2=64.186^{***}$ d.f.=21
30分~1時間未満	11.7	6.8	4.6	4.7	
1~2時間未満	20.2	21.9	26.2	14.2	
2~3時間未満	27.3	30.1	29.2	25.8	
3~4時間未満	22.3	21.9	21.5	19.7	
4~5時間未満	8.5	8.2	6.2	10.3	
5時間以上	5.6	2.7	6.2	17.5	
わからない	2.1	4.1	3.1	6.4	
n	377	73	65	360	

	学校部活動群	学校外活動群	複合型活動群	無所属群	
休日のスクリーンタイム					(%)
30分未満	1.1	1.4	0.0	0.6	
30分～1時間未満	3.2	5.5	6.2	1.1	
1～2時間未満	8.0	11.0	4.6	4.7	
2～3時間未満	19.1	21.9	21.5	14.8	$\chi^2=48.752^{***}$ d.f.=21
3～4時間未満	18.9	28.8	13.8	19.3	
4～5時間未満	19.9	15.1	21.5	14.8	
5時間以上	25.5	11.0	26.2	38.8	
わからない	4.3	5.5	6.2	5.9	
n	376	73	65	358	
BMI					(%)
痩せ	31.3	40.8	31.1	34.2	$\chi^2=16.370^*$ d.f.=6
普通	64.4	59.2	68.9	57.8	
肥満	4.3	0.0	0.0	8.0	
n	368	71	61	351	

注1) 調整済み残差 >1.96 <-1.96 *; p<0.05, ***; p<0.001

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。

資料: 笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023

以上の結果について、学校部活動を含め学校内外の何らかのスポーツクラブ等に所属している人と無所属の人とを比較すると、スポーツクラブ等に所属している人は無所属の人と比べて、概して朝食摂取や規則的な排便などの健康的な生活習慣、そして運動不足や健康に関する自己認識が良好な状態にあることがわかる。続いて学校部活動群と学校外活動群、複合型活動群を比較すると、運動不足感を「まったく感じない」や主観的健康感が「とても健康」、排便の頻度が「ほぼ毎日」に該当する人の割合自体は複合型活動群において最も高く、次いで学校外活動群、そして学校部活動群の順に高くなっている。つまり何らかのスポーツクラブに所属している人の健康認識や習慣については、学校部活動に所属していることが必ずしも積極的な状態につながるとは限らず、むしろ学校外での活動に関わっている人において良好な健康認識や習慣をもつ傾向を確認できる。

(3) スクリーンタイム

続いて平日と休日のスクリーンタイムと、所属するスポーツクラブ等との関連についてみることにする。表1に示した平日のスクリーンタイムについては、学校部活動群は「30分～1時間未満」の割合、無所属群は「5時間以上」の割合が有意に多い。休日のスクリーンタイムでもやはり無所属群の「5時間以上」の割合が多く、また学校外活動群の「3～4時間未満」の割合も有意に多くなる。

平日と休日のスクリーンタイムの違いについてみると、

いずれの群においても平日と比べて休日のスクリーンタイムが長い時間にシフトする傾向がみられる。特に学校部活動群、複合型活動群、無所属群では5時間以上のカテゴリーに属する人の割合が20ポイント前後も増加する。それらの群と比べると学校外活動群では3時間以上のカテゴリーにおいてまんべんなく増加する傾向をみせる。また複合型活動群では「1～2時間未満」のカテゴリーに該当する割合が21.6ポイントも減少する。

(4) BMI

BMIについては「痩せ(18.5未満)」「普通(18.5以上25.0未満)」「肥満(25.0以上)」の3グループに分類した。その割合について厚生労働省(2019)の「国民健康・栄養調査」を参照すると、15～19歳において痩せは18.5%、普通は77.5%、肥満は4.0%を占めている。「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2023のデータを用いた本稿の分析対象年齢は12～18歳であり、「国民健康・栄養調査」のそれとは若干のずれがあるが、「痩せ」は33.6%、「普通」は61.4%、「肥満」は4.9%を占める。

表1の最下段にはBMIの3グループと所属するスポーツクラブのタイプとのクロス集計表を示した。全体の分布においては5%水準で有意な偏りが認められ、残差分析の結果、無所属群に肥満体型の人が多くことが示された。学校部活動群、学校外活動群、複合型活動群を比べると学校外活動群において痩せ体型の人が多

い傾向がみられるが、残差分析で有意になる偏りではなかった。

(5) 睡眠時間

表2には平日と休日の睡眠時間の平均値および平均ランクを所属するスポーツクラブのタイプ別に示した。平日の平均睡眠時間は7時間半前後であるが、Kruskal-Wallis検定の結果、所属するスポーツクラブのタイプによって平均値に有意差が認められ、無所属群がその他の群よりも有意に短いことを確認できる。

休日の平均睡眠時間は8時間から8時間半ほどであり、平日よりも1時間前後長くなっている。またスポーツクラブのタイプによって休日の睡眠時間に有意差は認められなかった。

(6) 精神的健康状態 (WHO-5)

Kruskal-Wallis検定の結果、精神的健康状態(WHO-5)スコアにも所属するスポーツクラブのタイプによって有意差が認められた(表2)。複合型活動群の平均値が最も高く、学校外活動群の値がそれに次いでおり、これら2群のスコアは学校部活動群のそれよりも有意に高かった。また無所属群のスコアは他の3群よりも有意に低かった。

(7) 所属するスポーツクラブのタイプ間のオッズ比

表1に示した変数間において有意な連関が多く認められ、連関の大きさを表す5%水準で有意なCramerのVは0.09~0.51までの値をとった。そこで表1のうち「朝に食欲があるか」以外の変数と表2に示した変数を説明

変数とした多項ロジスティック回帰分析を学校期別に行い、結果を表3に示した。目的変数は所属するスポーツクラブの4つのタイプであり、学校部活動群を参照カテゴリーとした。また表1に示した独立変数のカテゴリーは適宜加工してあり、各独立変数の参照カテゴリーは表3の変数名に添えたカッコ内に示した。なお平日と休日のスクリーンタイムに「わからない」と回答した者は欠損値として扱ったため、分析対象は中学校期388名、高校期394名である。

モデル適合度の分析結果より、中学校期と高校期におけるそれぞれの回帰式は0.1%水準で有意であり、また各回帰式の寄与率(注1)は中学校期14.9~33.3%、高校期20.4~37.6%であった。表3には各独立変数の回帰係数(B)とオッズ比(Exp(B))を示した。

中学校期においては、まず休日のスクリーンタイムが5時間以上に比べて「3時間未満」や「3~5時間未満」であると学校部活動群と比べて学校外活動群に属する確率が高い。またWHO-5スコアが高くなると、学校外活動群に属するオッズ比が1.091、複合型活動群では1.154になる。学校部活動群と無所属群との間にはこれらと異なる傾向がみられ、女子と比べて男子は無所属群に属する可能性が低く、一方で運動不足を感じる人が無所属群に属する確率は4.682倍になる。

続いて高校期においては、運動不足を感じる人は学校部活動群よりも学校外活動群に属する確率が6.156

【表2】 所属するスポーツクラブのタイプ別にみた平日・休日睡眠時間とWHO-5の検定結果

	n	MEAN±SD	平均ランク	Kruskal-WallisのH	多重比較
平日の睡眠時間					
① 学校部活動群	378	7.50±1.02	468.72	H=35.322	>④***
② 学校外活動群	73	7.68±0.92	518.45	p<0.001	>④***
③ 複合型活動群	65	7.54±1.09	491.07	d.f.=3	>④**
④ 無所属群	359	7.10±1.19	379.69		
休日の睡眠時間					
① 学校部活動群	376	8.36±1.42	421.46	H=5.737	
② 学校外活動群	73	8.32±1.39	415.72	n.s.	
③ 複合型活動群	65	8.32±1.34	417.12	d.f.=3	
④ 無所属群	359	8.55±1.47	461.20		
WHO-5					
① 学校部活動群	375	66.82±20.11	457.53	H=61.748	>④***
② 学校外活動群	71	73.86±21.13	543.71	p<0.001	>①**、>④***
③ 複合型活動群	65	75.45±21.91	561.30	d.f.=3	>①**、>④***
④ 無所属群	356	58.34±21.67	364.09		

注) **: p<0.01, ***: p<0.001

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

倍と高い。この傾向は学校部活動群と比べた場合の無所属群にも共通しており、運動不足を感じる人は学校部活動群よりも無所属群に属する可能性が10.105倍と高倍率になる。また平日の睡眠時間が1単位大きくなると、

学校部活動群と比べて無所属群に属する確率は低くなる。最後に学校部活動群と複合型活動群との間に有意なオッズ比は認められなかった。

【表3】所属するスポーツクラブのタイプを目的変数とする多項ロジスティック回帰分析の結果

説明変数	中学校期						高校期					
	学校外活動群 (n=49)		複合型活動群 (n=44)		無所属群 (n=113)		学校外活動群 (n=15)		複合型活動群 (n=13)		無所属群 (n=205)	
	B	Exp(B)	B	Exp(B)	B	Exp(B)	B	Exp(B)	B	Exp(B)	B	Exp(B)
性別(女子)												
男子	0.398	1.489	-0.309	0.734	-0.580*	0.56	-0.557	0.573	-0.775	0.461	-0.237	0.789
運動不足感(感じない)												
感じる	-0.044	0.957	-0.091	0.913	1.544***	4.682	1.817**	6.156	0.169	1.184	2.313***	10.105
主観的健康感(健康でない)												
健康である	-0.553	0.575	-0.399	0.671	-0.319	0.727	0.469	1.599	0.624	1.866	-0.003	0.997
1週間の朝食摂取(毎日食べない)												
ほとんど毎日	-0.666	0.514	-0.078	0.925	-0.749	0.473	-0.704	0.495	1.322	3.752	-0.029	0.971
排便の頻度(毎日ではない)												
ほぼ毎日	0.217	1.243	0.948	2.579	-0.216	0.806	-0.133	0.876	-0.556	0.573	-0.466	0.628
平日のスクリーンタイム(4時間以上)												
2時間未満	-0.733	0.481	0.484	1.622	-0.678	0.508	-2.289	0.101	-1.053	0.349	-0.685	0.504
2~4時間未満	-0.235	0.791	0.754	2.126	-0.005	0.995	-0.203	0.817	0.020	1.020	-0.385	0.680
休日のスクリーンタイム(5時間以上)												
3時間未満	2.139*	8.492	-0.057	0.944	0.409	1.506	2.054	7.801	-1.196	0.302	0.392	1.480
3~5時間未満	1.653*	5.221	-0.080	0.923	-0.197	0.822	0.673	1.961	-0.826	0.438	0.189	1.208
BMI	-0.081	0.923	-0.065	0.937	-0.063	0.939	-0.084	0.919	0.049	1.051	0.021	1.021
WHO-5	0.087*	1.091	0.143**	1.154	-0.016	0.984	0.041	0.042	0.000	1.000	-0.001	0.999
平日の睡眠時間	-0.092	0.912	-0.116	0.89	-0.159	0.853	0.108	1.114	-0.388	0.678	-0.287*	0.751
休日の睡眠時間	-0.162	0.850	-0.244	0.783	0.106	1.111	-0.140	0.870	0.305	1.357	0.141	1.151
定数	0.227		-0.489		1.923		-1.736		-3.679		-0.128	

注1) 目的変数の参照カテゴリーは「学校部活動群」(中学校期: n=182、高校期: n=161)であり、説明変数の参照カテゴリーは各変数名に添えた()に示した。

注2) 〇は有意差があるセルを示した。(*: p<0.05, **: p<0.01, ***: p<0.001)

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

3 学校運動部への所属と健康認識や習慣

冒頭で紹介したように、中学生や高校生の運動部活動への所属と健康に関する認識や習慣との関係は概してポジティブなものであったが、それは運動部活動への所属者と非所属者との比較において確認された関係であった。こうした関係は本稿においても認められる。学校部活動群と無所属群を比較したところ、中学校期、高校期ともに認識面では運動不足を感じる人、行動面では平日の睡眠時間が短い人が学校部活動群と比べて無所

属群に属する確率が高い傾向がみられた。

本稿では学校部活動群と比較するため、学校外のスポーツクラブ等だけに所属する学校外活動群、学校部活動に加えて学校外のスポーツクラブ等にも所属する複合型活動群を設定したので、それぞれの関係についてみていく。

(1) 学校部活動群と学校外活動群

学校部活動群と学校外活動群を比べると、中学校期

では休日のスクリーンタイムが相対的に短いと学校外活動群に属する確率が高い傾向がみられた。中学校期だけのスクリーンタイムを集計すると、学校外活動群では平日のスクリーンタイムが2時間未満の割合は40.1%だが、休日になると21.8%に18.3ポイント減少し、2~5時間未満が56.4%から69.1%へと12.7ポイント増える。一方、学校部活動群では平日から休日にかけて2時間未満が24.2ポイント減少、2~5時間未満の増加は2.7ポイントに留まるが、5時間以上が19.0ポイント増加する(図表割愛)。つまり「休日のスクリーンタイムが短いと学校外活動群に属する」という傾向の背後には、学校部活動群の休日のスクリーンタイムが平日よりも一気に長くなるという実態があると思われる。「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023では学校以外で所属しているクラブ等における活動状況を調査していないので詳細な分析には踏み込めないが、新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けながらも中学生の学校部活動における週あたりの活動日数、平日や休日の活動時間、土日の活動状況がいずれも減少傾向にあるとの報告(鈴木, 2021)を勘案すると、平日は学校の部活動で時間を使い、部活動のない休日にスマホ等の使用が増えるという状況を想定できる。

もう一点、表4には中学生を対象としてスポーツクラブのタイプ別にWHO-5スコアを示したが、中学校期の

学校外活動群は学校部活動群よりもWHO-5で示される精神的健康状態が平均値で8.6ポイントほど高く良好であった。本データにおいてWHO-5は素点(0~25)に4を掛けて0~100点で表されているので、質問紙上の評価得点としては約2ポイントになるが、それでも学校部活動群が学校外活動群よりもWHO-5値が低いという結果は注目に値するだろう。

高校期において学校部活動群と学校外活動群で異なったのは運動不足感であり、運動不足をより感じる人は学校外活動群に属する確率が高いことが確認された(表3)。高校期における運動・スポーツの年間実施頻度の平均値を両群で比較すると、学校部活動群が393.71±227.36回、学校外活動群は283.78±173.47回であり、平均ランクには5%水準で有意な差が認められた(表5)。また両群と運動・スポーツ実施レベルでカイ2乗検定を行ったところ1%水準で有意な偏りがみられ、レベル4の割合が学校部活動群で有意に多かった(図表割愛)。学校外活動群の年間実施頻度の平均値約284回は週に換算すると5回以上であり、必ずしも少なくはないが、実施時間や強度も加味した場合の自覚から相対的な運動不足感というものが生じているのかもしれない。

(2) 学校部活動群と複合型活動群

学校の運動部活動に加えて学校外でもスポーツクラブ等で活動をしている複合型活動群のうち、中学校期

【表4】 所属するスポーツクラブのタイプ別にみたWHO-5スコアの平均値(中学校期)

WHO-5	n	MEAN±SD	平均ランク	Kruskal-WallisのH	多重比較
① 学校部活動群	204	68.12±19.54	222.14	H=44.453 p<0.001 d.f.=3	>④***
② 学校外活動群	53	76.68±20.71	279.06		>①**、>④***
③ 複合型活動群	51	78.51±17.47	287.85		>①***、>④***
④ 無所属群	134	59.01±21.82	172.50		

注) **: p<0.01, ***: p<0.001

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

【表5】 所属するスポーツクラブのタイプ別にみた年間運動・スポーツ実施頻度の平均値(高校期)

年間実施頻度	n	MEAN±SD	平均ランク	Kruskal-WallisのH	多重比較
① 学校部活動群	171	393.71±227.36	216.50	H=68.525 p<0.001 d.f.=3	>②*、>④***
② 学校外活動群	18	283.78±173.47	162.61		
③ 複合型活動群	14	431.86±269.89	223.57		>④***
④ 無所属群	147	214.88±222.78	124.80		

注) *: p<0.05, ***: p<0.001

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2023

の年間実施頻度を求めると410.27±188.94回、高校期は431.86±269.89回であり、いずれも統計的には有意でないものの学校部活動群(386.74±188.94回)よりも多い(図表割愛)。また表4から確認できるように、精神的健康状態は学校部活動群よりも複合型活動群のほうが良好である。この傾向は学校部活動群と学校外活動群の比較において確認された傾向と共通しており、共通点としては「学校外の活動に関わっている」という

ことがある。どこで、誰と、何をといった学校外の活動の実態は正確には把握できないが、中学校期の複合型活動群の年間実施頻度が多いことは少なくとも精神的健康状態を悪化させてはいないようである。学校外のスポーツクラブ等における活動によって精神的健康状態のスコアがよくなる、あるいはその反対に、学校部活動によってそのスコアが低くなるような背景がある可能性も考えられる。

4 部活動の地域移行に向けた示唆

本稿では限られたデータから中学・高校生が活動するスポーツクラブ等のタイプ別に健康に関わる特性を探った。またここでのスポーツクラブ等のタイプ別は、たとえば学校の運動部活動から地域のスポーツクラブに移動した対象者を縦断的に追跡したわけではない。したがってこの結果を部活動の地域移行に適用することには限界をもつが、今後の検討に向けた可能性を示すという意味で、現在進みつつある部活動の地域移行に向けた示唆をまとめることにする。

概して、学校の運動部活動所属者と、地域のスポーツクラブ等に所属する者との間に健康に関する認識や習慣にそれほど深刻な違いは認められなかった。たとえば、表3に示したオッズ比からは、中学校期における学校部活動所属者は学校外活動所属者よりも休日のスクリーンタイムが長く、精神的健康状態が低いといった傾向を読み取ることができるが、それでも無所属群に比

べれば良好な状態にあると判断できる。つまり運動・スポーツを行うことと健康に関する認識や習慣のポジティブな関連は、それを行う場には関わりなく共通して中学校期・高校期において観察された。表1と表3で確認されたように無所属群の健康に関する認識や習慣が概してよくないことを考えると、学校内外にはかかわらず、運動・スポーツを行うクラブ等の場を準備することは中学・高校生の健康との関わりからも重要なことだと思われ、部活動の地域移行によってそうした場が失われることは避けなければならない。ただし学校部活動群の精神的健康状態が学校外でスポーツクラブ等に所属している者よりも劣る傾向については注意が必要だろう。これは活動の場が学校部活動から地域に移行すれば解決するとも限らず、今現在行われている学校部活動に原因があるのであれば、その解明と解消が地域移行に向けても求められるだろう。

注1) SPSSを用いた多項ロジスティック回帰分析では、CoxとSnell、Nagelkerke、McFaddenの3種類の寄与率が求められる。

■参考文献

- 今宿裕・朝倉雅史・作野誠一・嶋崎雅規(2019) 学校運動部活動の効果に関する研究の変遷と課題。体育学研究, 64:pp1-20.
- 岡崎恵子・浅川富美雪(2012) 中学校女子生徒における運動部所属の有無・肥満度と骨量, 体力, 朝食等との関連。地域環境保健福祉研究, 15(1):pp49-53.
- 厚生労働省(2019) 令和元年国民健康・栄養調査。
https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kenkou_eiyuu_chousa.html (2023年12月7日最終アクセス)
- 鈴木貴大(2021) 中学生・高校生の学校運動部活動の活動実態—新型コロナウイルス感染症の影響—。子ども・青少年のスポーツ・ライフデータ2021, pp47-52.
- 田村奈緒子・市川順子(2013) 運動習慣のある高校生における歯科保健行動・生活習慣の関係—運動系の部活動で活動している生徒としていない生徒の比較—。日本歯科大学東京短期大学雑誌, 3(1):pp46-53.
- 和氣綾美・藤塚千秋・藤原有子・米谷正造・山本浩二・木村一彦(2007) 中学校入学3年間の心の健康と運動部活動について。岡山体育学研究, 14:pp15-22.
- The Psychiatric Research Unit at the Mental Health Centre North Zealand
 WHO-5 精神的健康状態表(1998年版)
<https://www.med.oita-u.ac.jp/oita-lcde/WHO-5%5B1%5D.pdf>