

トピック

B

子どもの運動・スポーツ実施状況と
家庭環境・保護者の意識との関連慶應義塾大学 体育研究所 教授
佐々木 玲子

子どもの体力・運動能力は、1980年代以降長きにわたり低下、低迷した状態が続いている。2002年の文部科学省中央教育審議会の答申「子どもの体力向上のための総合的な方策について」の中で、子どもの体力低下の原因について、保護者をはじめとした国民の意識の中で、子どもの外あそびやスポーツの重要性を軽視する傾向が進み、子どもに対して積極的に体を動かすことをさせなくなった、と指摘されている。さらに、そのような国民の意識が子どもの体力低下以外にも影響を及ぼす点について認識が十分でない旨も、答申では言及されている。子どもの運動・スポーツ活動には、家庭をはじめとして大人の適切な関与が欠かせない。学校や地域などの組織的な取り組みだけではなく、保護者・家庭の関わり的重要性も明らかになってきた。2015年のスポーツ庁の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」においても、「家の人と一緒に運動を行う」「家の人と一緒にスポーツを見る」「家の人と一緒に運動・スポーツの話をする」という子どもほど体力・運動能力は高いという結果が示されている。前回調査（子ども・青少年のスポーツライフ・データ2021）においても、子どもの身体活動・運動の習慣化を促すアプローチとして、家族で運動を「する」「みる」「話す」ことの効果を示唆している（青野，2021）。また、先行研究においては、保護者の運動嗜好性や実施状況あるいは家庭環境と、子どもの活動量や体力・運動能力に関係があることが報告されている（井上ほか，2006；長野ほか，2018；吉田ほか，2004）。

本稿では、調査項目のうち保護者を対象とした設問を取り上げ、保護者自身の運動・スポーツに対する意識や子どもの運動・スポーツ・運動あそびの実施に対する認識、子どもに対する態度や働きかけなどが、子どもの運動・スポーツ実施とどのように関連するかを検討した。なお、子どもに対する家庭の影響がより強いと考えられる低年齢層（4～11歳）を対象とした。

B-1 就学状況別にみた子どもの運動・スポーツ実施状況

本調査における子どもの運動・スポーツ実施頻度を、就学状況別（未就学児、小学1・2年、小学3・4年、小学5・6年）、性別に示したのが図B-1である。本調査の4つの実施頻度の分類基準（p.12）のうち、「非実施群」の該当数は極端に少数であったため、ここでは、「非実施群」と「低頻度群」を合わせて「低頻度群（週3回未満の運動実施）」とし、全体を「低頻度群」、「中頻度群（週3回以上週7回未満）」、「高頻度群（週7回以上）」の3群に分類して示した。なお、本稿の分析においては、実施頻度はすべてこの3群で扱う。

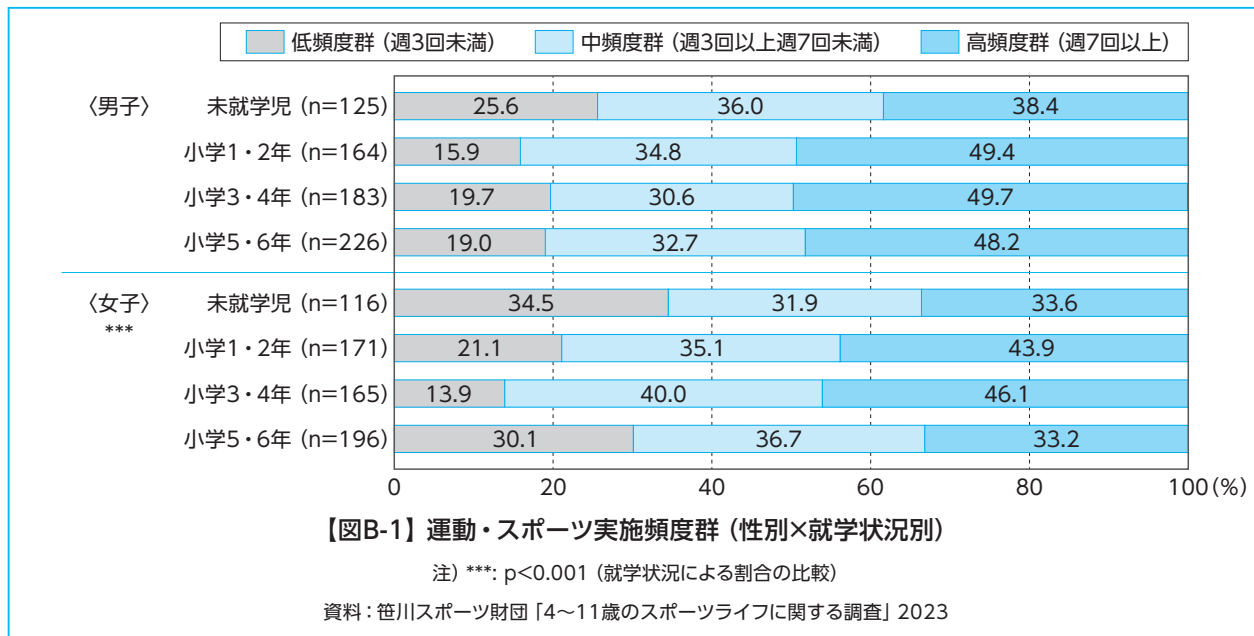
男女ともに就学後に低頻度群の割合が減少し、高頻

度群が増加している。幼児期から青年期までの運動実施状況（活動率）の調査結果（ベネッセ教育総合研究所，2017）においても、その活動率は幼児期から小学1年生にかけて顕著な増加をするという同様の傾向が報告されている。就学前後においては小学校入学を機に、生活全般においてあそびを含めた運動・スポーツ活動の機会が増加するものと思われる。

一方、男女別にみると、男子は小学校期を通じて各実施頻度群の割合はほぼ同程度であるが、女子は小学5・6年で高頻度群の割合が減少、低頻度群の割合が増加する。小学3・4年から小学5・6年への変化をみると、

低頻度群が16.2ポイントの増加、高頻度群が12.9ポイントの減少であった。2022年のスポーツ庁の全国体力・運動能力、運動習慣等調査においても、小学5年生女子の身体活動時間は男子に比べて少ないことが示さ

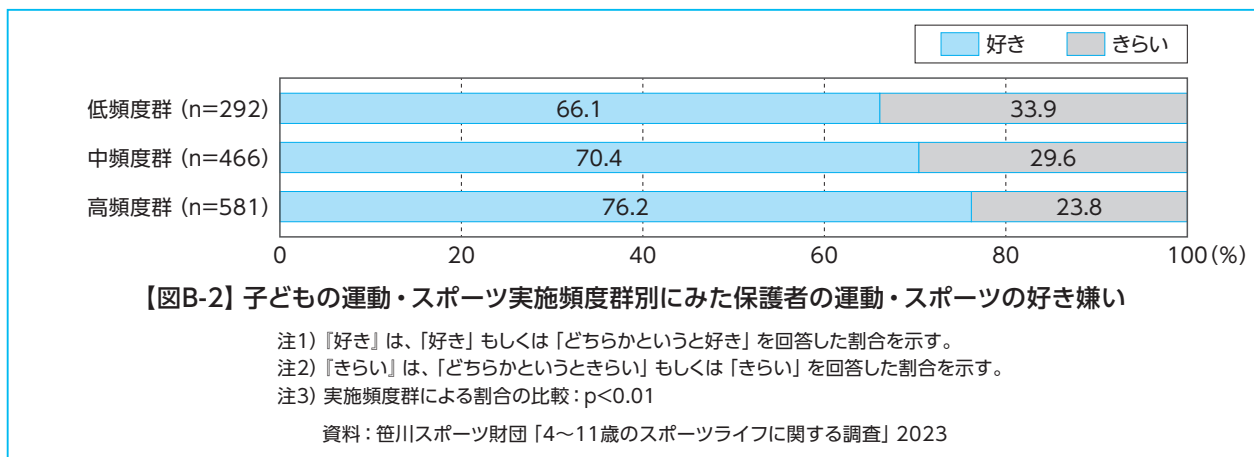
れている。さらに中学女子では、一層活動時間が減少する。本結果からも、小学校高学年頃からの運動・スポーツ実施の性差（女子の運動実施量の減少）の出現傾向を推測することができる。



B-2 保護者の運動・スポーツ嗜好性

保護者自身の運動・スポーツの好き嫌いについて、「好き」「どちらかという好き」「どちらかというきらい」「きらい」の4択で回答を求め（調査票：問25, p.184）、前者2項目を『好き』後者2項目を『きらい』としてまとめた。全体では『好き』が71.9%（父親71.6%、母親72.3%）で、保護者の運動・スポーツ嗜好性は全般に高く、子どもの就学状況別にみてもほぼ同等の割合であった（図表割愛）。図B-2は、保護者の運動・スポーツの『好き』『きらい』を子どもの運動・スポーツ実施頻度群別に示したものである。各群に占める『好き』の割

合を比較すると（カイ2乗検定）、実施頻度が高いほどその割合も高かった（p<0.01）。全般に運動・スポーツ実施頻度が高い子どもの保護者は、より運動・スポーツを好む傾向にあることがうかがえる。長野ほか（2018）によると、保護者の運動嗜好性と子どもの体力には強い関係性があり、父親、母親ともに、あるいはどちらか一方でも保護者の運動嗜好性が高い子どもはより体力が高い傾向にあることを報告している。保護者の運動・スポーツの嗜好性は子どもの運動実施頻度に影響を与える可能性があることが示唆される。



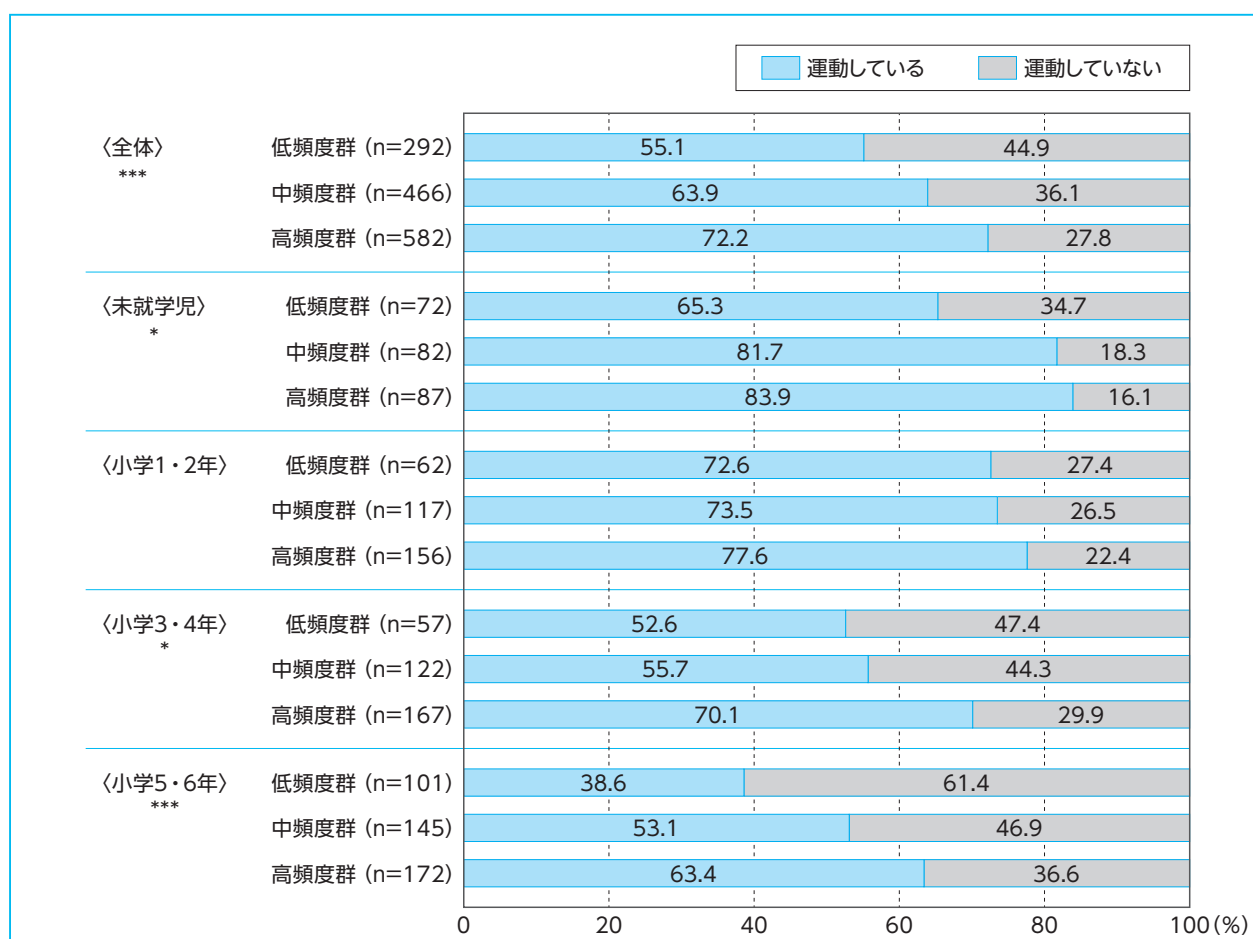
B-3 子どもと家族との運動・スポーツ実施状況

「4～11歳のスポーツライフに関する調査」においてはこれまでも、家族との運動・スポーツ・運動あそび実施状況について調査してきた。図B-3に、子どもと家族との運動実施状況について、子どもの運動・スポーツ実施頻度群別および就学状況別に示した。子どもと家族との運動実施状況については、選択肢から、運動を「よくしている」もしくは「時々している」と回答したものを『運動している』、「ほとんどしていない」もしくは「まったくしていない」と回答したものを『運動していない』とし、それぞれの割合を示している。

子どもと家族との運動実施状況について就学状況別にみると、『運動している』の割合は、未就学児77.6%、小学1・2年75.2%、小学3・4年62.1%、小学5・6年

53.8%で、全般に年齢が低いほど、家族と運動している割合は高かった（図表割愛）。このことは、これまでの4～11歳のスポーツライフ・データにおける調査結果と同様の傾向である（笹川スポーツ財団，2021）。

他方、それぞれの就学状況において実施頻度群別に比べると、運動・スポーツ実施頻度の高い群ほど、家族と運動をしている割合が高い傾向がみられた。カイ2乗検定の結果、小学1・2年を除き、実施頻度群間に関連がみられた（未就学児および小学3・4年： $p<0.05$ 、小学5・6年： $p<0.001$ ）。家族と一緒に運動・スポーツ・運動あそびを実施することは、いずれの年齢においても、子どもの運動実施を促進するひとつの要因になっている可能性が推察される。



【図B-3】子どもの運動・スポーツ実施頻度群別にみた子どもと家族との運動・スポーツ実施状況（全体・就学状況別）

注1) 『運動している』は、「よくしている」もしくは「時々している」を回答した割合を示す。

注2) 『運動していない』は、「ほとんどしていない」もしくは「まったくしていない」を回答した割合を示す。

注3) *: $p<0.05$, ***: $p<0.001$

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023

B-4 子どもの運動・スポーツに対する保護者の認識

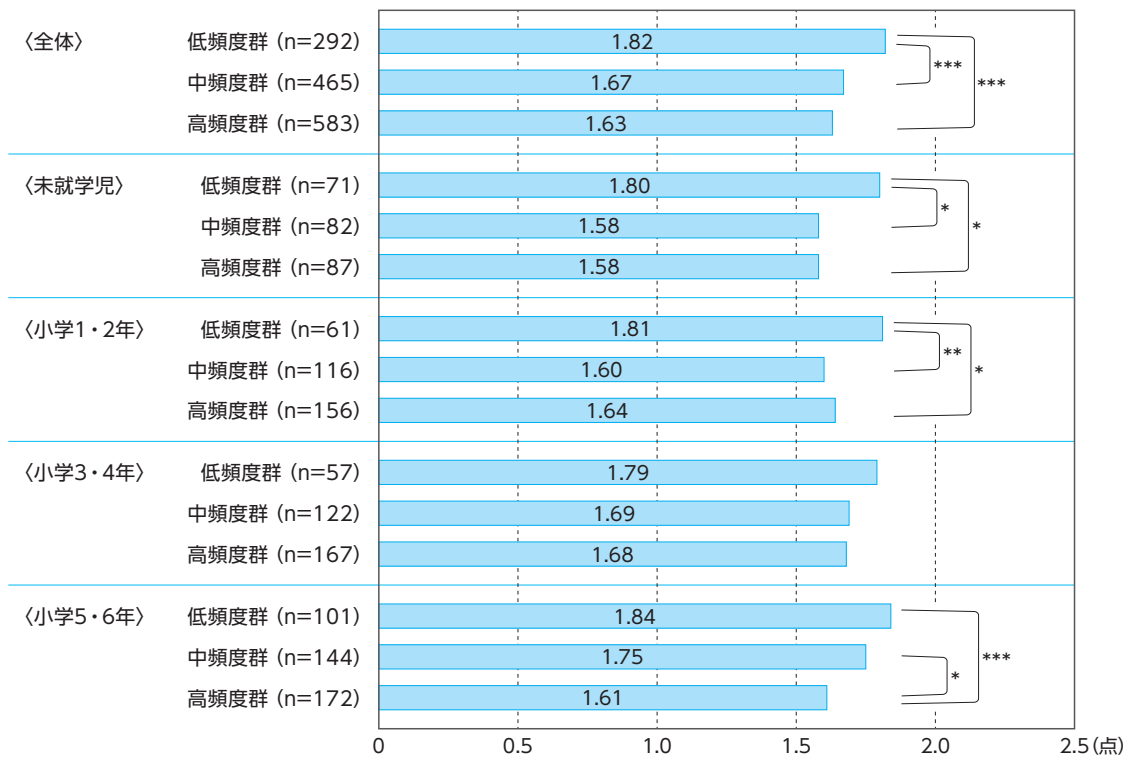
本調査では、子どもが運動・スポーツ・運動あそびを行うことに対して、保護者がどの程度の価値意識をもっているかをたずねた（調査票：問26, p.184）。「からだを動かす時間があるなら、塾に行ったり勉強をしたりするほうがよい」「現代社会において、子どもはからだを動かす時間が特に重要である」「子どもの頃に十分にからだを動かすことは、将来のことを考えても不可欠である」「子どもがからだを動かしやすい環境をつくるよう、大人はもう少し努力すべきである」という4項目について、それぞれ「そう思う：1点」「どちらかと言えばそう思う：2点」「どちらかと言えばそうは思わない：3点」「そうは思わない：4点」から保護者の選択、回答を求めた。図B-4

にはこれら保護者の運動・スポーツに対する価値意識について、子どもの運動・スポーツ実施頻度群および就学状況別に示した。得点は4項目の点数を平均したものであり、価値を高く認識しているほうが低得点で示される（1番目の「からだを動かす時間があるなら、塾に行ったり勉強をしたりするほうがよい」は逆転項目のため、「そう思う：4点」～「そうは思わない：1点」として計算している）。すべての就学状況において、運動実施頻度が高い群ほど合計点は低い、すなわち保護者の子どもの運動・スポーツに対する肯定的な価値意識が高い傾向がみられた。小学3・4年以外の就学状況において統計的に有意な差が認められた。

B-5 子どもの運動・スポーツに対する保護者の態度や行動

子どもの運動・スポーツ・運動あそびの実施場面において、どのような態度で接するか、行動をとるかについてたずねた（調査票：問27, p.184）。「子どもがからだ

を動かしている姿をあなたが見た時には、ほめる」「子どもがからだを動かしていた様子について話しかけられた時には一生懸命聞く」「機会があれば子どもにからだを



【図B-4】子どもの運動・スポーツ実施頻度群別にみた子どもの運動・スポーツに対する保護者の認識（全体・就学状況別）

注1) 4項目の点数を合わせて平均値を求めた。
 注2) 点数が低いほど子どもの運動・スポーツに好意的な認識をもつ（1=そう思う、4=そうは思わない）。
 注3) 「からだを動かす時間があるなら、塾に行ったり勉強をしたりするほうがよい」の項目はほかの項目の聞き方と異なるため、点数を逆転した。
 注4) *: p<0.05, **: p<0.01, ***: p<0.001

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023

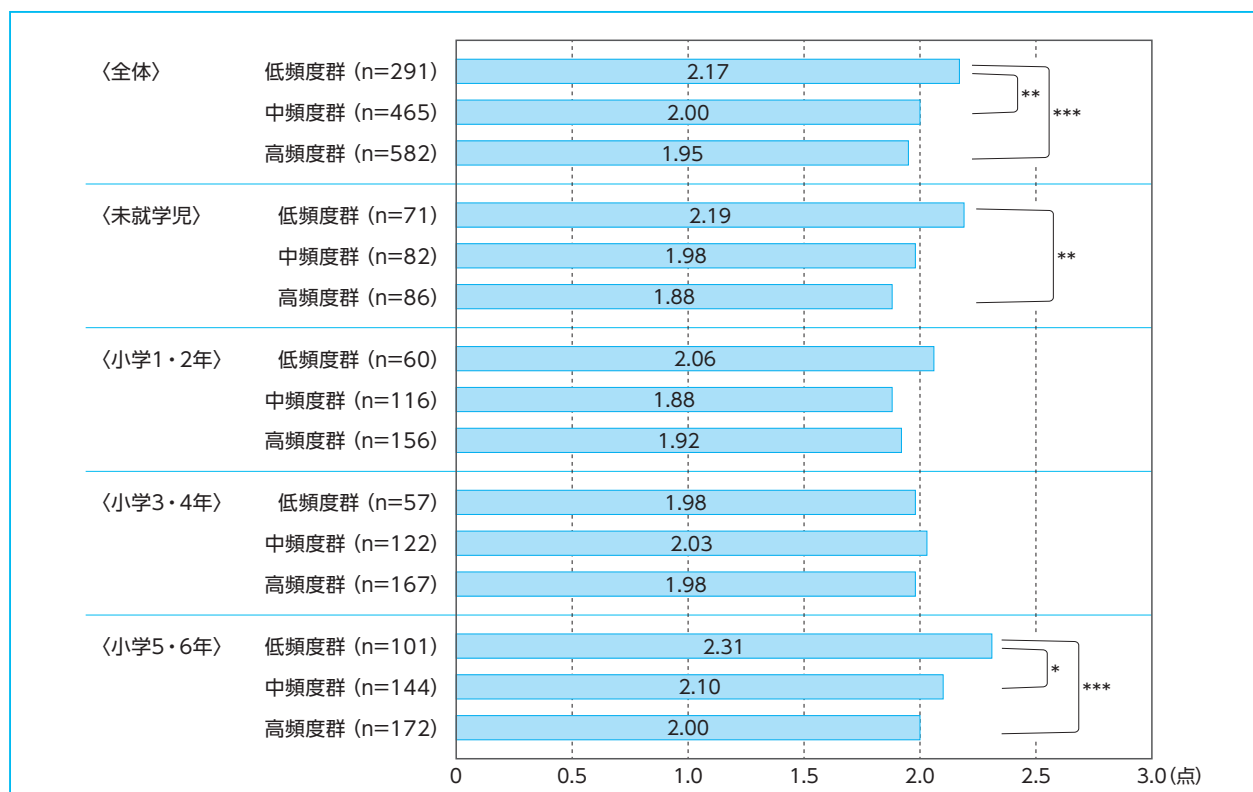
動かすように勧める」「家族で一緒にからだを動かす機会をなるべく作るようにする」「スポーツクラブなど、仲間と継続的にスポーツをする場を勧めている」という5項目について、「よくしている：1点」「時々している：2点」「たまにしている：3点」「まったくしていない：4点」から保護者の選択、回答を求めた。図B-5には前述の間26と同様に、5項目それぞれの平均得点を用い、子どもの運動・スポーツに対する保護者の態度・行動について、子どもの

運動・スポーツ実施頻度群別および就学状況別に示した。全体としては、子どもの運動実施頻度が高い群ほど得点は低い、すなわち子どもへの態度や行動として、運動・スポーツ・運動あそびを促進する肯定的な働きかけをする保護者が多い傾向であった。就学状況別にみると、未就学児で低頻度群と高頻度群 ($p<0.01$)、小学5・6年で低頻度群と中頻度群 ($p<0.05$)、低頻度群と高頻度群 ($p<0.001$) それぞれで有意な差が認められた。

B-6 子どもの運動・スポーツに対する保護者の期待

表B-1は、保護者が子どもの運動・スポーツに何を期待しているかという設問（調査票：問28, p.185）への回答をまとめたものである。17の項目から選択（複数選択可）されたものを、回答全体で選択数の多い項目順に上から並べ、実施頻度群別にそれぞれ示した。どの実施頻度群も共通で、「体力をつける」「スポーツを楽しむ」の割合が上位1、2位を占め、選択の割合も高く3位以下とは10ポイント以上の開きがあった。本質問では、複数の項目を選択することができるが、回答者一人あた

りの選択数は実施頻度が高い群ほど多かった。また、いずれの項目でも実施頻度が高いほど選択数（割合）も多く、12項目において関連がみられた（カイ2乗検定）。なお、少数であり差はみられなかったものの、「特に期待していることはない」という項目についてのみ、実施頻度が低いほど選択割合が高かった。実施頻度が高い子どもの保護者のほうが、低い子どもの保護者よりも、子どもの運動・スポーツ・運動あそびの実施に対してより多様な期待をもっていると推測でき興味深い。



【図B-5】子どもの運動・スポーツ実施頻度群別にみた子どもの運動・スポーツに対する保護者の態度・行動（全体・就学状況別）

注1) 5項目の点数を合わせて平均値を求めた。



注2) 点数が低いほど子どもの運動・スポーツに好意的な態度および行動を行う（1=よくしている、4=まったくしていない）。

注3) *: $p<0.05$, **: $p<0.01$, ***: $p<0.001$

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2023

【表B-1】子どもの運動・スポーツ実施頻度群別にみた子どもの運動・スポーツに対する保護者の期待

子どもの運動・スポーツに対する保護者の期待	全体 (n=1,344)		子どもの運動・スポーツ実施頻度群						実施頻度群による割合の比較
			低頻度群 (n=294)		中頻度群 (n=467)		高頻度群 (n=583)		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
体力をつける	1,053	78.3	217	73.8	359	76.9	477	81.8	p<0.05
スポーツを楽しむ	1,030	76.6	201	68.4	348	74.5	481	82.5	p<0.001
礼儀・マナーを身につける	788	58.6	145	49.3	256	54.8	387	66.4	p<0.001
目標を見つけてがんばる	769	57.2	138	46.9	259	55.5	372	63.8	p<0.001
からだを動かす	722	53.7	141	48.0	237	50.7	344	59.0	p<0.01
達成感を味わう	714	53.1	125	42.5	239	51.2	350	60.0	p<0.001
友達をつくる	680	50.6	126	42.9	233	49.9	321	55.1	p<0.01
コミュニケーション能力を身につける	657	48.9	133	45.2	220	47.1	304	52.1	n.s.
運動能力を高める	642	47.8	131	44.6	201	43.0	310	53.2	p<0.01
チームワークを身につける	605	45.0	97	33.0	213	45.6	295	50.6	p<0.001
自分で考える力を身につける	572	42.6	93	31.6	195	41.8	284	48.7	p<0.001
健康を保持・増進する	539	40.1	101	34.4	188	40.3	250	42.9	n.s.
運動不足を解消する	435	32.4	94	32.0	158	33.8	183	31.4	n.s.
スポーツ技術を身につける	428	31.8	72	24.5	134	28.7	222	38.1	p<0.001
スポーツマンシップを身につける	266	19.8	36	12.2	75	16.1	155	26.6	p<0.001
その他	14	1.0	2	0.7	8	1.7	4	0.7	n.s.
特に期待していることはない	20	1.5	8	2.7	7	1.5	5	0.9	n.s.

注1)  選択上位1~2位。注2)  選択上位3~5位。

資料：笹川スポーツ財団「4~11歳のスポーツライフに関する調査」2023

B-7 まとめ

本稿では、子どもの運動・スポーツに対する保護者の意識や、態度・行動について取り上げ、それぞれが子どもの運動・スポーツ実施状況とどのように関係するかを検討した。これまでも、保護者や家庭環境が子どもの身体活動量や体力・運動能力に何らかの影響を及ぼすことを示唆する先行研究は多くある。今回の分析はほぼ項目ごとの単純な比較に限られており、項目間相互の関係までを考慮するには至っていないが、本調査の結果からも同様の傾向をみることができる。家族と一緒に身体を動かす機会をもつことは、子どもの運動・スポーツ実施頻度を高める可能性がある。また、運動・スポー

ツ実施頻度の高い子どもの保護者のほうが、運動・スポーツ実施に対する意識や子どもへの働きかけがよりポジティブ、肯定的であり、さらに、保護者自身のスポーツの嗜好性も高い傾向にあった。加えて、幼児から小学生期間においては、就学を機に運動実施頻度が高まること、保護者、家族との関わりと運動実施についても就学前後で変化がある可能性がうかがえる。

保護者が運動・スポーツを通して子どもに関心を向けることは、子どもの運動・スポーツ実施を促すといえるだろう。子どもに運動・スポーツを「やらせる」のではなく「一緒に楽しむ」心構えが必要だと思われる。

■参考文献

- 井上芳光ほか (2006) 母親の運動経験・活動性が幼児の運動量・運動能力に及ぼす影響. 日本生理人類学会誌, 11 (1) : pp 1-6.
 青野博 (2021) 子どもの運動・スポーツ実施と家庭における「する」「みる」「話す」. 子ども・青少年のスポーツライフ・データ2021 : pp 26-30.
 スポーツ庁 (2015) 平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書.
 スポーツ庁 (2022) 令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書.
 長野真弓ほか (2018) 親の運動嗜好と子どもの体力との関連性の検討. 発育発達研究, 78 : pp 24-34.
 ベネッセ教育総合研究所 (2017) 学校外教育活動に関する調査2017-幼児から高校生のいる家庭を対象に-.
 文部科学省中央教育審議会 (2002) 子どもの体力向上のための総合的な方策について (答申).
 吉田伊津美ほか (2004) 家庭環境が幼児の運動能力発達に与える影響. 体育の科学, 54 (3) : pp 243-249.