

保護者の運動・スポーツ実践と意識が子どもの 体力向上に与える影響に関する研究

～ 宮城県 T 小学校体力検定結果を踏まえて ～

馬場 宏輝、石山 信男

Research on the influence of parents' awareness and practice of sports and exercise on improving the physical strength of their children

— Based on results from the test of physical strength of T Elementary School, Miyagi Prefecture —
BABA Hiroki, ISHIYAMA Nobuo

In September 2000, the Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology (MEXT) revised its Basic Plan for the Promotion of Sports, and improving the physical strength of children became one of the major new policy issues. MEXT commissioned the National Federation of Physical Training Instructors to implement a survey research, which included a test of physical strength carried out at T Elementary School in Miyagi Prefecture.

Based on the results of this test, the survey, which targeted the parents of this elementary school, identified that parents who played sport and exercised were aware of their own high level of own physical strength and athletic ability. Moreover, these parents recognized the physical strength and athletic ability of their children and encouraged them to exercise and play sports. The survey also highlighted the case of parents with the opposite tendency to those parents who considered their children's physical strength and athletic ability to be high.

Key words: Basic Plan for the Promotion of Sports, improving the physical strength of children, test of physical strength, parents' practice of sports and exercise, general-purpose local sports club

1. はじめに

文部科学省（以下「文科省」）は、2006年（平成18）年にスポーツ振興基本計画を改正し、子どもの体力向上に関する取組みを重要な政策課題として取り上げた。その中の「現状と課題」として、次のように述べている。「子どもの体力の低下の原因は、体を動かす量が減少したことによるものと考えられるが、その背景には、

国民の子どもの体力に対する意識の問題がある」と。保護者をはじめとした国民全体が、子どもの体力の重要性について正しい認識を持つよう、国民の意識の喚起を行うことが求められており、併せて、子どもの体力の向上を科学的見地から効果的・合理的に行うためのプログラムづくりや、子ども自らが積極的に体を動かそうとする意欲を起こすことができるような取組みも必要となっている。

こういった状況を背景に、文科省では2008(平成20)年度から、国・公・私立学校の小学5年生と中学2年生全員を対象に体力テストを実施する。これは2007(平成19)年に、43年ぶりに復活した全国学力テストの“体力版”で、正式名称は「全国体力・運動能力・運動習慣等調査」である。宮城県内の子どもの体力・運動能力の現状は、宮城県内の公立小・中・高校の全児童・生徒を対象とした「宮城県小・中・高等学校体力・運動能力調査」(宮城県教育委員会, 2007)によると、表1の通りほとんどの種目において全国平均を下回っている。また、「学校保健統

計調査」(文部科学省, 2007)によると、宮城県内の小・中・高生の肥満傾向児出現率(注1)は、高校2年生の女子を除き全国平均を上回っている。宮城県教育委員会では、子どもの体力向上への取組みとして、2006(平成18)年度から「体力・運動能力調査記録カード(以下、「記録カード」)」を全児童・生徒に配布している。この記録カードは、子どもたち自身で体力・運動能力の変化を把握できるよう、小・中・高校の12年間分の記録が一覧できるようになっている。

子どもの体力向上に関する取組みとしての体

表1 新体力テスト平成19年度宮城県平均値と平成18年度全国平均値との比較

	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横とび		20mシャトルラン		50m走		立ち幅とび		ボール投げ	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
1年	○	○	○	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○
2年	○	○	×	×	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○
3年	○	○	×	×	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○
4年	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○
5年	○	○	×	×	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
6年	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○

※「宮城県小・中・高等学校体力・運動能力調査」(宮城県教育委員会, 2007) から抜粋し、全国平均を上回っているものを「○」、下回っているものを「×」として筆者が加筆した。

力テストは、子どもが自分の体力・運動能力を知り、目標を立て、どれだけ体力が向上したのかを測定するためにも重要である。しかし、それはスポーツ振興基本計画にもあるように、子どもの体力向上に関する取組みの一部であり、全体像としては、子どもの生活の基盤となる「家庭」、多くの時間を友達や教員と過ごす「学校」、子どものスポーツ機会を提供するための「地域」におけるそれぞれの取り組みと共に、有機的な連携が重要である(詳細については仙台大学紀要 2008, Vol.39, No.2, pp177-191「子どもの体力向上に関するスポーツ政策の変

遷と課題 ～学校、家庭、地域連携モデル構築の検討～」を参照されたい)。その中でも筆者が特に注目するのは、子どもの生活の基盤である「家庭」であり「保護者」である。小学校低学年の子どもが、体力テストの結果を客観的に認識することは難しいであろうし、普段あまり運動やスポーツをしない子どもは、体力テストの結果そのものにあまり興味を示さないかもしれない。何より、保護者が子どもに積極的に外遊びやスポーツをさせなくなっているという現実を無視することはできない。子どもの体力向上の全ての責任を学校や教員に押し付けるのでは

なく、むしろ多くの時間を子どもと過ごす保護者の関わりが重要なのではないだろうか。

一方、スポーツ振興基本計画においては、体育の授業や運動部活動といった学校での取組み、総合型地域スポーツクラブや子どもが体を動かしたくなる場を充実させるといった地域での取組み、さらに学校と地域の連携といった事柄に関しては、施策展開等が充実している。それに対して、家庭へのアプローチに関しては「保護者をはじめとした国民全体が、子どもの体力の重要性について正しい認識を持つよう国民運動を展開する」という抽象的な表現に留まっている。これは、子どもの体力向上に対する、家庭や保護者の関わり方に関する研究や取組みが十分でないことから、具体的な施策展開等に踏み込めない現状を示している。

2. 研究の目的

子どもに対する家庭や保護者の関わり方に関する参考資料としては、「青少年のスポーツライフ・データ2006」（笹川スポーツ財団, 2006）が挙げられる。それによると「運動・スポーツを実施している10代の保護者は、運動・スポーツをまったく実施していない保護者より、運動・スポーツの実施率が高かった」「保護者が運動・スポーツを実施している家庭環境にある10代の方が、実施していない家庭環境にある10代より、運動・スポーツを実施している」「保護者が運動・スポーツを実施している家庭環境にある10代の方が、実施していない家庭環境にある10代より、直接スポーツを観戦する機会がある」というのである。

そこで本研究では、笹川スポーツ財団の調査結果の検証も含め、保護者自身の運動・スポーツ実践や体力・運動能力、さらに保護者自身の運動・スポーツに対する意識が、子どもの体力向上にどのような影響を与える可能性があるのかを探ることを目的とする。

3. 研究方法

(1) 宮城県T小学校体力検定

本研究において、子どもの体力向上に対する家庭や保護者の関わり方について検証を行うために、まずは子どもの体力・運動能力を把握する必要がある。これに関しては、2007（平成19）年11月16日（金）に、宮城県T小学校で実施した体力検定の結果を集計し、全国平均と比較することでT小学校児童の体力・運動能力に関する傾向を把握することができる。体力検定の実施種目は、上体起こし、反復横跳び、50m走、立ち幅跳び、ソフトボール投げ、の5種目であり、第1学年から第6学年までの各一クラス、計187名（全校生徒の35.1%）が対象となった（表2）。各学年の一クラスのみ実施したのは、全国体育指導委員連合会（以下、「体指連合」）が文科省から受託した「体力検定制度の創設に向けた調査研究」の一環として、体指連合が定めた実施方法に基づき実施したためである。なお、本体力検定結果と全国平均とを比較をする為に、現時点で最新版となる、2007（平成19）年10月に文科省が発表した、「平成18年度体力・運動能力調査報告書（以下、「報告書」）」を用いる。

表2 調査対象者数 (人)

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
男子	13	18	20	14	19	14	98
女子	17	10	15	14	18	15	85
計	30	28	35	28	37	29	187

(2) 宮城県T小学校保護者アンケート

本研究では、子どもの体力向上に対する家庭や保護者の関わり方の中でも、特に保護者自身の運動・スポーツ実践と意識が、子どもの体力向上にどのような影響を与える可能性があるのかを探ることを目的としているため、体力検定を実施したT小学校の保護者を対象にアンケート調査を実施した。アンケート調査項目は、「子どもの運動・スポーツ実施状況、子どもの体力・運動能力、保護者の運動・スポーツ実施状況、保護者の体力・運動能力、子どもの体力・運動

能力の把握、子どもへの運動・スポーツ推奨」の6項目である。アンケート用紙は、T小学校の全児童を通じて保護者に配布した。2008（平成20）年5月16日から23日の期間で実施し、全児童557名中237名の保護者（表3）から回答が得られた（回収率42.5%）。記入者の内訳は、父親17名、母親215名、祖父1名、祖母3名、その他1名の計237名だった。本調査においては、保護者のうち最も回答者数が多く、比較的孩子とも接する時間が長いと思われる母親を保護者に限定して分析する。

表3 保護者アンケート回答数 (人)

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	計
男子保護者	20	18	15	26	16	24	119
女子保護者	18	23	11	24	25	17	118
計	38	41	26	50	41	41	237

4. 結果と考察

(1) 宮城県T小学校体力検定結果について

①身長・体重・座高

身長・体重・座高について、T小学校の平均値と全国平均値を比較したのが表4である。学

年により若干異なるが、低学年では男子が女子の身長を上回るが、学年が上がると女子が男子の身長を上回ることもある。全国平均と比較すると、低学年では身長・体重・座高の全てで全国平均を下回っている。

表4 T小学校児童の身長・体重・座高と全国平均値との差

		1年生		2年生		3年生		4年生		5年生		6年生	
		男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子
身長	平均	114.4	111.4	121.9	119.7	132.9	129.3	134.4	135.9	140.3	138.1	147.4	148.2
	cm 全国平均	116.5	115.9	122.8	121.8	128.4	127.5	133.8	133.5	139.1	140.4	145.4	146.7
	全国平均との差	-2.1	-4.4	-0.9	-2.1	4.5	1.8	0.6	2.5	1.2	-2.3	2.0	1.5
体重	平均	20.7	20.1	23.4	22.7	32.0	28.6	31.9	33.1	36.9	33.2	45.4	41.1
	kg 全国平均	21.2	21.0	24.2	23.4	27.4	26.3	30.6	29.9	34.7	34.2	38.8	38.9
	全国平均との差	-0.5	-0.9	-0.9	-0.7	4.7	2.3	1.4	3.2	2.2	-0.9	6.6	2.3
座高	平均	63.6	62.0	67.8	66.4	72.0	70.5	72.3	74.4	76.1	73.0	79.2	77.3
	cm 全国平均	64.9	64.6	67.8	67.4	70.4	69.9	72.8	72.8	75.1	76.1	77.9	79.2
	全国平均との差	-1.3	-2.6	-0.1	-1.1	1.5	0.5	-0.5	1.5	1.1	-3.1	1.4	-1.9

②学年・男女別体力検定種目別結果
 体力検定の各種目の検定結果を、学年・男女別にまとめたのが表5である。また、各学年・

男女別に各種目毎に全国平均と比較し、全国平均値を上回ったものをポイント化したものが表6である。

表5 学年・男女別体力検定種目別結果

		1. 上体起こし (回)	2. 反復横とび (点)	3. 20mシャトルラン (回)	4. 50M走 (秒)	5. 立ち幅とび (cm)	6. ソフトボールなげ(m)
①1年男子	平均	12.85	26.62	10.08	12.38	104.77	7.23
	標準偏差	6.23	2.99	2.72	1.68	21.19	3.09
	最大値	22	32	14	14.9	129	13
	最小値	0	22	5	9.6	70	3
②1年女子	平均	12.24	27.53	10.13	11.64	100.76	5.63
	標準偏差	4.10	2.90	3.46	1.15	10.40	1.59
	最大値	19	32	17	14.3	121	8
	最小値	2	22	2	10.4	85	2
③2年男子	平均	12.72	30.39	24.67	11.07	120.5	13.17
	標準偏差	4.43	4.77	11.49	0.69	13.90	5.19
	最大値	20	40	45	12.3	139	25
	最小値	0	19	9	9.8	92	6
④2年女子	平均	12.6	29	15.5	10.79	113.2	8.3
	標準偏差	2.91	5.40	3.41	0.60	10.40	2.00
	最大値	16	37	19	11.5	126	12
	最小値	8	17	9	9.6	93	5
⑤3年男子	平均	20	33.89	29.84	10.35	132.26	18.42
	標準偏差	5.90	6.23	12.85	0.64	13.45	5.45
	最大値	30	43	68	11.7	150	27
	最小値	10	20	14	9.5	103	9
⑥3年女子	平均	17.8	31.13	27.87	10.52	117.64	9
	標準偏差	8.09	9.05	15.94	0.87	17.11	4.19
	最大値	28	48	67	11.9	147	16
	最小値	3	14	13	9.3	89	3
⑦4年男子	平均	23.57	42.29	29.84	9.88	141.43	24.07
	標準偏差	7.41	5.00	12.85	0.86	17.73	6.23
	最大値	34	49	68	11.6	175	34
	最小値	12	33	14	8.9	114	11

⑨4年女子	平均	18	32.57	29.62	10.2	127.93	12.29
	標準偏差	4.35	6.73	9.94	0.58	16.26	4.03
	最大値	26	43	47	11.2	170	20
	最小値	12	18	16	9.1	107	8
⑩5年男子	平均	19.53	41.21	40.79	9.58	149.17	23.17
	標準偏差	3.20	5.04	14.72	0.71	16.10	9.19
	最大値	26	51	74	10.8	189	43
	最小値	13	32	18	8.2	131	9
⑩5年女子	平均	22.67	39.39	32.67	9.71	143.06	15.5
	標準偏差	5.53	6.86	15.38	0.79	16.50	4.84
	最大値	35	53	67	11.4	183	26
	最小値	15	20	9	8.1	110	9
⑪6年男子	平均	22.71	46.08	48.43	9.28	155.36	28.21
	標準偏差	4.75	6.03	23.75	1.09	24.00	6.69
	最大値	31	54	90	11.8	186	36
	最小値	16	32	10	8	95	18
⑫6年女子	平均	24.47	40.27	39.53	9.31	152.6	16.73
	標準偏差	5.18	5.84	15.27	0.45	15.80	6.69
	最大値	36	48	68	10.1	194	32
	最小値	17	30	20	8.5	131	10

表6 学年・男女別・項目別結果の全国平均との比較

	ポイント 数	1年生		2年生		3年生		4年生		5年生		6年生	
		男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子
①上体起こし（筋力・筋持久力）	9/12	○	○	×	×	○	○	○	○	×	○	○	○
②反復横とび（敏捷性）	4/12	○	×	×	○	×	×	○	×	×	×	○	×
③20mシャトルラン（全身持久力）	0/12	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
④50m走（スピード）	2/12	×	○	×	○	×	×	×	×	×	×	×	×
⑤立ち幅とび（筋力・瞬発力）	0/12	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
⑥ソフトボールなげ（投球能力）	4/12	×	×	×	○	○	×	○	×	×	○	×	×
計	19/72	2/6	2/6	0/6	3/6	2/6	1/6	3/6	1/6	0/6	2/6	2/6	1/6

※「○」は全国平均を上回った項目、「×」は全国平均を下回った項目。

(2) 宮城県T小学校体力検定結果まとめ

体格面においては低学年では全国平均より低い値だったが、3年生以上は概ね全国平均よりも高い値となっていた。生活調査結果においては、4年生女子の学校以外での運動・スポーツ実施率が極端に低く（「しない」が76.9%だった）、学校以外での一日の運動・スポーツ実施時間についても、「0～30分」が69.2%という結果が特に目立った特徴であった。運動能力の全体的な傾向としては、学年男女別項目別に全国平均と比較してみると、6項目（種目）を各学年男女別に72ポイントを総数とすると、全国平均を上回ったのは19ポイントであり、全体の26.3%であった。学年男女別では、2年生男子と5年生男子が全ての項目において全国平均を下回った。男女でポイントを比較すると、19ポイントのうち男子9ポイント、女子10ポイントという結果だった。生活調査結果の特徴と照らし合わせてみると、学校以外での一日の運動・スポーツ実施時間において、「0～30分」が69.2%と最も多かった4年生女子、「0～30分」に「30分～1時間」を加えると83.3%と最も多かった2年生男子が、運動能力の面でも全国平均を大きく下回る結果となった。

しかし、学校以外での運動・スポーツ実施状況や実施時間では、他の学年男女と比較しても値が低くない5年生男子が、全ての項目において全国平均を下回る結果となった。子どもの体

力・運動能力は、運動・スポーツ実施状況や実施時間以外の要因についても考慮する必要があるだろう。また、項目別では、上体起こし（筋力・筋持久力）が12ポイント中9ポイントを獲得したのに対し、20mシャトルラン（全身持久力）と立ち幅とび（筋力・瞬発力）が、全学年男女で全国平均を下回る結果となった。男子に限っては、50m走（スピード）も全学年で全国平均を下回り、T小学校児童の体力・運動能力は、一般的に全国平均よりも低いといえる。

(3) 宮城県T小学校保護者アンケート結果について

①保護者の運動・スポーツ実施状況について
保護者の運動・スポーツ実施状況をまとめたのが、表7である。「スポーツ白書」(笹川スポーツ財団, 2006)における運動・スポーツ実施状況と比較すると、T小学校の保護者(母親)はレベル0では5.2ポイント高いが、成人女性に限定すると2ポイント高いにすぎない。週2回以上運動・スポーツを実施しているレベル2・3を合わせると、T小学校の保護者(母親)は12.1%、成人女性では32.5%と大きな開きがある。さらに、レベル4は、成人女性では15.2%であるのに対して、T小学校の保護者は1.4%である。ちなみに、レベル4は、アメリカスポーツ医学会や厚生労働省が推奨する運動実施水準を考慮した指針であり、笹川スポーツ財団では、

表7 T小学校保護者の運動・スポーツ実施状況

	T小学校 保護者		全国 成人	全国 女性
	人	%	%	%
1. 過去一年間に全く運動・スポーツをしなかった (レベル0)	68	31.8	26.6	29.8
2. 年1回以上、週2回未満 (レベル1)	118	54.7	28.1	22.5
3. 週2回以上 (レベル2)	11	5.1	9.2	32.5
4. 週2回以上、1回30分以上 (レベル3)	15	7.0	20.0	
5. 週2回以上、1回30分以上、運動強度「ややきつい」以上 (レベル4)	3	1.4	16.1	15.2
計	215	100	100	100

レベル4に達している人々を「アクティブ・スポーツ人口」と定義している。レベル3とレベル4を合計した成人の3割強が、実施頻度のみならず運動時間を考慮した質の高い運動・スポーツ水準にあるのに対し、T小学校の保護者は1割にも満たない状況である。全体的には、T小学校の保護者の運動・スポーツ実施状況は、全国平均と比較して決して高いとはいえ、むしろ積極的に運動・スポーツをするアクティブ・スポーツ人口は、ほとんどいないという状況である。

②保護者の体力・運動能力について

保護者（母親）の体力・運動能力（保護者自身の主観）をまとめたのが表8である。保護者に、客観的な体力検定結果を求めるのは困難であることから、あくまでも保護者自身の主観として回答してもらった。普通を除いた「高い+少し高い」が5.58%、「少し低い+低い」が57.21%という結果であり、T小学校の保護者（母親）は、約半数以上が自分自身の体力・運動能力を低いと認識している。

表8 T小学校保護者の体力・運動能力

	(人)	(%)
高い	4	1.86
少し高い	8	3.72
普通	80	37.21
少し低い	65	30.23
低い	58	26.98
計	215	100

③子どもの体力・運動能力（保護者の主観）について

子どもの体力・運動能力（保護者の主観）を各学年別にまとめたのが、図1である。各学年において、約4割の保護者が「普通」として答え、普通を除いた、「高い+少し高い」と「低い+少し低い」を比較すると、学年別に若干の

差はあるものの、T小学校の保護者は概ね子どもの体力・運動能力を低いと考えている。また、子どもの体力・運動能力（保護者の主観）を男女別にまとめたのが、図2である。「少し低い+低い」では男女差はあまりないが、「高い+少し高い」を比較すると、男子保護者の方が女子保護者よりも子どもの体力・運動能力を高いと考えている。

さらに、子どもの体力・運動能力（保護者の主観）を、保護者の体力・運動能力（保護者自身の主観）別にまとめたのが表9である。自分自身の体力・運動能力が高いと自覚している保護者は、子どもの体力・運動能力（主観）が高いと認識している傾向にあり、自分自身の体力・運動能力が低いと自覚している保護者は、子どもの体力・運動能力（主観）が低いと認識している傾向にある。

図1 保護者が考える子どもの体力・運動能力(学年別) (人)

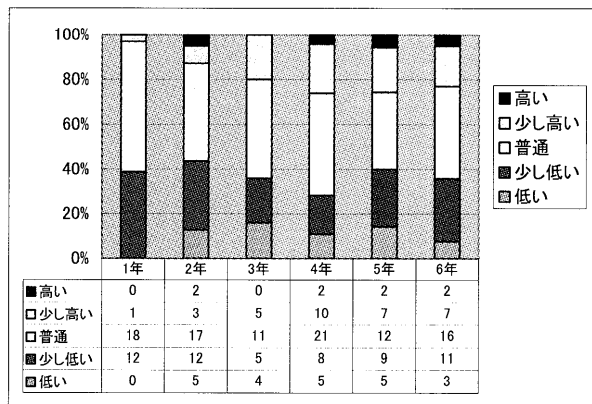


図2 保護者が考える子どもの体力・運動能力(性別別) (人)

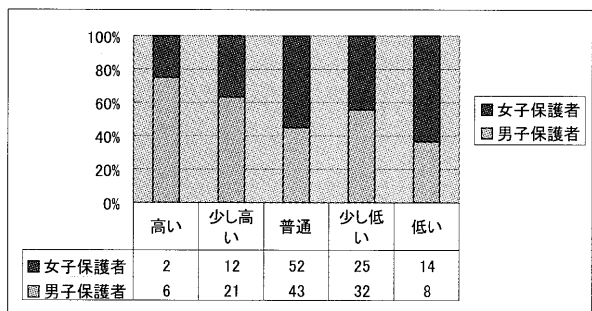


表9 保護者が考える子どもの体力・運動能力（保護者の体力・運動能力別）（人）

保護者 \ 子ども	高い	少し高い	普通	少し低い	低い	計
高い	1	1	1	1	0	4
少し高い	1	2	2	3	0	8
普通	3	14	45	13	5	80
少し低い	1	10	26	23	5	65
低い	2	6	21	17	12	58
計	8	33	95	57	22	215

④保護者による子どもの体力・運動能力の把握について

子どもの体力・運動能力を保護者（母親）がどのように把握しているのかを、学年別にまとめたのが、図3である。「とてもしている」は学年により若干の差はあるが、約2割の保護者が子どもの体力・運動能力を「とてもしている」と答えている。「とてもしている+少ししている」では、各学年約8割から9割の保護者が子どもの体力・運動能力を把握していると答えており、多くの保護者が、子どもの体力・運動能力に関心を持っているといえる。男女児童の保護者別ではほとんど差は無かった。さらに、子どもの体力・運動能力を保護者がどのように把握しているのかを、保護者の体力・運動能力（保護者自身の主観）別にまとめたのが表10である。

体力・運動能力が高い（保護者の主観）保護者は、子どもの体力・運動能力を良く把握しており、体力・運動能力が低い（保護者の主観）保護者は、子どもの体力・運動能力をあまり把握していないという傾向が見られる。

図3 子どもの体力・運動能力の把握（学年別）（人）

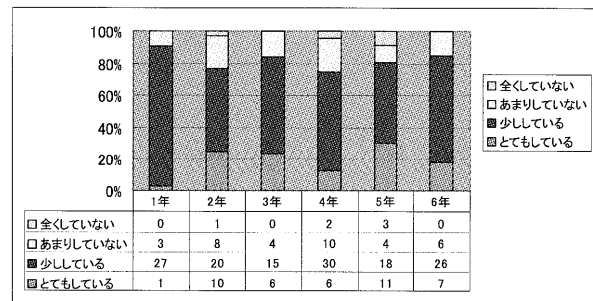
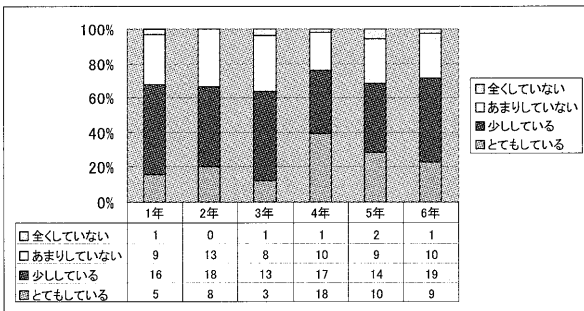


表10 子どもの体力・運動能力の把握（保護者の体力・運動能力別）（人）

保護者 \ 子ども	とてもしている	少ししている	あまりしていない	全くしていない	計
高い	2	1	1	0	4
少し高い	2	6	0	0	8
普通	13	56	11	0	80
少し低い	9	45	11	0	65
低い	15	28	12	3	58
計	41	136	35	3	215

⑤子どもへの運動・スポーツの推奨について
保護者（母親）が子どもに運動・スポーツを勧めているかを学年別にまとめたのが、図4である。学年により大きな差は無かったが、全体的には「とてもしている+少ししている」が約7割、「あまりしていない+全くしていない」が約3割という結果だった。全体としては、子どもに運動・スポーツを勧めない親よりも、勧める親の方が多いという結果になった。

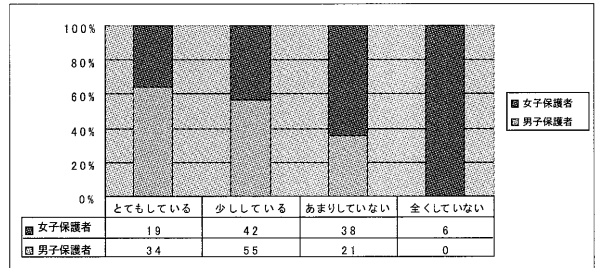
図4 子どもへの運動・スポーツの推奨（学年別）



また、子どもに運動・スポーツを勧めているかを、男女児童の保護者別にまとめたのが、図5である。男子の保護者の方が、子どもに運動・スポーツを勧めており、女子保護者の約4割は

子どもに運動・スポーツを勧めていない。子どもの体力・運動能力の把握では、男女差はほとんど無かったが、運動・スポーツの推奨では男女児童の保護者で差が生じた。

図5 子どもへの運動・スポーツの推奨(子どもの性別)(人)



さらに、子どもに運動・スポーツを勧めているかを、保護者の体力・運動能力（保護者自身の主観）別にまとめたのが、表11である。保護者の体力・運動能力が高い（保護者自身の主観）ほど、子どもに運動・スポーツを勧めており、体力・運動能力が低い（保護者の主観）ほど、子どもに運動・スポーツをあまり勧めていないという傾向が見られた。

表11 子どもへの運動・スポーツの推奨（保護者の体力・運動能力別）

保護者	子ども	とてもしている	少ししている	あまりしていない	全くしていない	計
高い		4	0	0	0	4
少し高い		3	4	1	0	8
普通		20	35	24	1	80
少し低い		10	36	17	2	65
低い		16	22	17	3	52
計		53	97	59	6	209

5. 結論

(1) 宮城県T小学校保護者アンケートまとめ
T小学校における保護者アンケートから明らかになったのは次の通りである。

- ① 保護者（母親）の運動・スポーツ実践の状況は、全国平均と比較して、運動しないレベルはあまり変わらないが、運動するレベル、特にアクティブスポーツ人口が少ない。
- ② 保護者（母親）の半数は、自分自身の体力・

運動能力が低いと思っている。

- ③ 運動・スポーツを実践する保護者（母親）ほど、自分自身の体力・運動能力が高いと思っている。
- ④ 保護者（母親）の約4割が、子どもの体力・運動能力を低いと思っている。
- ⑤ 保護者（母親）が考える子どもの体力・運動能力は、学年・性別には大きな差がないが、体力・運動能力が高いと思っている保護者（母親）は、子どもの体力・運動能力が高いと考え、体力・運動能力が低いと思っている保護者（母親）は、子どもの体力・運動能力が低いと考えている傾向がある。
- ⑥ 保護者（母親）が、子どもの体力・運動能力をどのように把握しているかは、学年・性別には大きな差は無いが、体力・運動能力が高いと思っている保護者（母親）は、子どもの体力・運動能力を把握し、体力・運動能力が低いと思っている保護者（母親）は、子どもの体力・運動能力を把握していない傾向がある。
- ⑦ 保護者（母親）が、子どもに運動・スポーツを勧めているかは、学年には大きな差はないが、女子より男子の保護者（母親）の方が、子どもに運動・スポーツを勧めており、女子の保護者（母親）の約4割は運動・スポーツを勧めていない。体力・運動能力が高いと思っている保護者（母親）は、子どもに運動・スポーツを勧め、体力・運動能力が低いと思っている保護者（母親）は、子どもに運動・スポーツを勧めない傾向がある。
- ⑧ 保護者（母親）の約8割は子どもの体力・運動能力を把握しているが、子どもに運動・スポーツを勧める保護者（母親）は約7割である。

T小学校の保護者アンケートより明らかになったのは、保護者の運動・スポーツ実践と意識は、児童の学年・性別に影響されるというよりも、運動・スポーツを実践し、体力・運動能力が高いと思っている保護者（母親）ほど、子

どもの体力・運動能力を把握し、子どもに運動・スポーツを勧め、子どもの体力・運動能力が高いと考えている保護者（母親）像である。また、逆に、運動・スポーツをあまり実践せず、体力・運動能力が低いと思っている保護者（母親）ほど、子どもの体力・運動能力をあまり把握せず、子どもに運動・スポーツを勧めず、子どもの体力・運動能力が低いと考えている保護者（母親）像である。

（2）保護者の運動・スポーツに対する意識と子どもの体力向上について

本調査結果により、T小学校においては、保護者の運動・スポーツの実践と意識が、子どもの体力を直接向上させるかどうかまでは解明できなかったが、子どもに運動・スポーツを勧めるかどうかという点に関係があるということが明らかになった。丸山は「現代スポーツ論」（2000, 中央法規）の中で次のように指摘している。

楽しく遊ぶためには、「遊びの時間」「遊び空間」「遊び仲間」という三つの条件が重要になる。すなわち、遊ぶためにはたっぷりとした時間がとれること、遊ぶ場所が自由に選べること、そして遊びを一緒に楽しめる多くの仲間が存在することである。今日では、子どもをとりまく環境の変化によって、この三つの条件はいずれも保障されないものになってしまった。特に、幼児期や小学校低学年において、母親としか一緒に遊ばない子どもが増加している傾向がみられ、遊ばない子、遊べない子が増えていると。

このように、現代は、子どもの自発的で自由な外遊びを期待することも、その外遊びにより体力・運動能力の向上を期待することも難しい時代であるといえる。だからこそ、子どもの生活の基盤である家庭、中でも保護者の子どもへ運動・スポーツに関する関わり方というのは、ますます重要になるだろう。

高度経済成長期を迎えた昭和30年代後半頃までは、子どもたちは広場や公園で夕方になるまで大いに遊んだものだった。また、自然の中で

仲間と自由に遊び、体力や運動能力を身につけた田舎の子どもは逞しく、都会に住む子どもは「もやしっ子」と表現されたものであるが、本調査結果を待つまでもなく、体力・運動能力調査結果からも、田舎の子どもは逞しく都会の子どもは貧弱だとする表現は当てはまらない。むしろ、田舎の子どもは、体力・運動能力が低く、東北地方は特に肥満傾向児率が高いという結果も出ている。これは、田舎という社会的・地理的・文化的な側面も影響しているだろうが、地理的な問題というよりも、保護者の子どもへの関わり方や、経済格差が広がっているといわれるように家庭の経済状況の二極化を踏まえた、スポーツをする子としない子の二極化を問題にするべきではないだろうか。

スポーツ振興基本計画では、家庭へのアプローチとして保護者への啓発活動を推奨している。今回の調査結果では、運動・スポーツを実践する保護者は、自分自身の体力・運動能力が高く、子どもの体力・運動能力を把握し、子どもに運動・スポーツを勧めている、という保護者像が明らかになった。単にスポーツの意義や、スポーツのもたらす効果を保護者に啓発するだけではなく、保護者自身が運動・スポーツを実践し、自分自身の体力・運動能力を高める中で、子どもの体力・運動能力を主観的にも客観的にも把握する能力を身につけるべきなのではないだろうか。

保護者が子どもの体力・運動能力を把握するという事は、まずは、子どもの体力テストの結果を知らなければいけない。さらに、単に知るだけではなく、全国平均と比較してどうなのか、学校の平均値と比較してどうなのか、項目(種目)別では、筋力が弱いのか、筋持久力が弱いのか、それとも敏捷性が全身持久力が瞬発力が弱いのか、といったように体力要素別に、保護者が子どもの体力・運動能力を理解・把握できるような、情報提供の仕方や啓発活動が、学校やスポーツ行政側には重要だろう。最も望ましいのは、子どもだけでなく、健康診断を受けるのと同じように、保護者自身も子どもと同様

の体力テストを実施し、自分自身の体力・運動能力を把握することである。保護者自身が体力テストの種目や実施方法を理解し、その種目により、どのような体力・運動能力が測定できるのかを理解しなければ、子どもに正しく運動・スポーツを勧めることはできないだろう。例えば、四則算を理解していない保護者が、子どもの計算能力を把握することはできないように、保護者と子どもの関わりは、体力に限ったことではなく、学力等についても同様のことがいえるだろう。田舎の子どもよりも、都会の子どもの方が比較的体力が高いという現象は、子どもの自発的で自由な外遊びが期待できない社会状況を考えると、学力や子どもの健康や体力、さらに社会・経済、環境問題等に敏感にならざるを得ない、都会の保護者の影響によるものではないかとも考えられる。

6. 今後の課題

本来、子どもの体力と保護者の意識を分析するには、子どもの体力テストの結果と保護者の意識を同一家族で直接比較しなければ、子どもの体力向上に保護者の意識がどのように影響しているのかを比較検討できないだろう。また保護者アンケートでは、主観的な体力・運動能力による比較である為、保護者自身の体力・運動能力が本当に影響しているのかについては検証できなかった。むしろ、保護者自身の客観的な体力・運動能力よりも「私は体力に自信がある」という主観的な意識の方が、子どもへの運動・スポーツに関する関与の度合いが高くなるのかもしれない。これは無記名であり主観的なアンケートの限界であるので今後の大きな課題である。

また、運動・スポーツに対して積極的でない保護者にも快く協力してもらうため、質問項目を厳選し質問数を絞ったことから、深く踏み込んだ質問があまりできなかった。「家庭・保護者」をキーワードとしながらも、回答者のほとんどが母親であったことから、保護者を母親に

限定し分析したが、本来は家族の中における父親の存在を無視することはできない。父親の運動・スポーツ実施状況や、父親の運動・スポーツに対する意識、父親と母親の運動・スポーツに対する意識の違い等についても、さらなる調査・分析が必要だろう。

さらに本調査は、単年度の横断的な調査であり、子どもの体力・運動能力の獲得状況や、保護者の意識や長期間に渡る保護者の運動・スポーツに対する関与具合が、どのように子どもの体力・運動能力の向上に影響を及ぼしていくのかについて明らかにすることはできない。今後、さらに縦断的な追跡調査などを行う必要があるだろう。また、T小学校の体力・運動能力向上に関する事業や取組み等の調査や、T小学校区（もしくは中学校区）における地域スポーツ（スポーツ少年団、地域スポーツクラブ等）の現状等についても、子どもの体力・運動能力の結果と合わせて比較検討することも考えられるだろう。

一方で、視点を変えると、宮城県内でも仙台市のような政令指定都市との比較や、関東の政令指定都市、関東の町村などと比較することで、都会と地方の保護者の運動・スポーツの実践やどのような意識の違いが、子どもの体力向上にどのように影響しているのかといった比較も可能になるだろう。

7. おわりに

体力テストを毎年実施し集計・分析することは、当該学年の平均値が年々どのように推移するのかの把握、また、進級後に前年度からどれくらい体力・運動能力が向上したのかを個人・学年・学校のそれぞれの立場における比較検討を可能にする。現状を客観的に把握することは、子どもの体力向上事業を検討する為の重要な指標であり、実施した事業やプログラムが有効であったかどうかを検証するためにも重要である。文部科学省は、2008年6月に、全国の小学校5年生と中学校2年生を対象とした「全国体

力・運動能力、運動習慣等調査」（全国体力テスト）の参加校が小学校15,785校、中学校7,729校となり、参加率はそれぞれ71.8%、71.5%になったと発表した。多くの子どもたちが体力テストに参加し、その結果をきっかけとして、保護者と子どもが十分なコミュニケーションをとり、学校、家庭、地域の連携の中で、子どもが体力・運動能力を向上させ、昭和60年以降、低下傾向にある体力が、下げ止まるに留まらず、向上することを期待したい。今の子ども世代が保護者になったときに、多くの保護者が運動・スポーツを実践する豊かなスポーツライフを送り、子どもの体力・運動能力を正しく把握できる能力を身につけてほしい、と親心に思う。

放っておけば、広場や公園で友達と思いきり体を動かして、十分な運動・スポーツ実施時間を確保し、自然と体力を向上させてきた時代から、子どもの安全・安心ということを考えると、外で自由に遊ばせたいと思いつつも、地域のスポーツクラブに加入させたり、意図的にプログラムされた外遊びに参加させなければ、子どもに十分な運動・スポーツ時間を確保できない時代となっている。また、子どもにとって、身体を思いきり動かしたいという欲求を奪ってしまうほど、ゲームやテレビ等が世の中に氾濫している。だからこそ、保護者自身が運動・スポーツを実施することで、単に子どもは親の背中を見て育つというだけでなく、子どもの体力レベルを客観的に正確に把握し、必要に応じて地域のスポーツクラブに加入させたり、家族で運動・スポーツの機会を確保することが重要であると考えられる。子どもの体力向上の鍵を握るのは「保護者の運動・スポーツ実践」であり、「保護者が参加できる地域スポーツのあり方」である。

最後に、本体力検定ならびに保護者アンケートにご協力いただきました、T小学校の校長先生並びに教職員の皆様、快く回答してくださった保護者の皆様、そして元気一杯に体力検定に参加してくれたT小学校の子ども達に心より感謝申し上げます。

(注1) 肥満傾向児出現率

文部科学省の『学校保健統計調査報告書』では、性別・年齢別・身長別の平均体重を算出し、それを20%以上オーバーした体重の子どもを「肥満傾向児」としている。

【引用・参考文献】

- 1) 文部省 (2000) スポーツ振興基本計画
- 2) 文部科学省 (2006) スポーツ振興基本計画の改定について
- 3) 文科省 (2001) 子どもの体力向上のための総合的な方策について (諮問)
- 4) 文部科学省 (2002) 子どもの体力向上のための総合的な方策 (答申)
- 5) 文部科学省 (2007) 平成18年度体力・運動能力調査報告書
- 6) 笹川スポーツ財団 (2006) スポーツ白書～スポーツの新たな価値の発見～
- 7) 笹川スポーツ財団 (2006) 10代のスポーツライフに関する調査報告書「青少年のスポーツライフ・データ」
- 8) 文部科学省 (2007) 平成19年度学校保健統計調査速報
- 9) 丸山富雄 (2000) 現代スポーツ論
- 10) 厚生労働省 (2007) 第20回生命表
- 11) 馬場宏輝 (2008) 子どもの体力向上に関するスポーツ政策の変遷と課題～学校、家庭、地域連携モデル構築の検討～. 仙台大学紀要2008, Vol.39, No.2, pp177-191
- 12) 文部省体育局 (1978) 健康と体力ー学校における体力づくり
- 13) 総務省青少年対策本部 (1990) 「国民の健康・体力づくりの現状ー国民の健康・体力づくりに関する研究会報告書」
- 14) 金崎良三 (2004) 生涯スポーツの理論
- 15) 日本体育・スポーツ経営学会 (2004) 「テキスト 総合型地域スポーツクラブ」