慶應義塾大学学術情報リポジトリ
Keio Associated Repository of Academic resouces

Title	慶應義塾大学大学生の運動実施に関する最新資料 : 全学部を対象とした調査結果から
Sub Title	The latest data regarding exercise of Keio university students : from the survey results targeting all grades and faculties
Author	村山, 光義(Murayama, Mitsuyoshi) 近藤, 明彦(Kondo, Akihiko) 佐々木, 玲子(Sasaki, Reiko) 植田, 史生(Ueda, Fumio) 松田, 雅之(Matsuda, Masayuki) 小森, 康加(Komori, Yasuka)
Publisher	慶應義塾大学体育研究所
Publication year	2001
Jtitle	体育研究所紀要 (Bulletin of the institute of physical education, Keio university). Vol.40, No.1 (2001. 1) ,p.17- 29
JaLC DOI	
Abstract	A survey regarding the Exercise and Sports Activities of University Students and Their Awareness was conducted targeting students of all grades and faculties of Keio University. The purpose of this report is to analyze the amount of exercise students do and individual personal histories, to compare them by faculty and grade, and to obtain comprehensive data regarding students' sports activities. Questionnaires were mailed to as many as 3,500 students (approxinrately 1/8 of all students) and 1,056 were returned with valid answers. The following are the results: First, exercise patterns were divided into five groups: 1) Regularly conducted due to the requirement of the faculty 2) Voluntarily conducted 3) On a monthly or annual basis 4) Rarely conducted 5) Never conducted. Next, a x2 test was carried out. The result showed a significant difference only when the School of Medicine was included. In other words, there were no differences in the five exercise patterns among other faculties. Thus, it clarified the fact that students of the School of Medicine do more exercise compared to students of other faculties. Furthermore, this x2 test revealed a significant difference in the five patterns among students of different grades, meaning that as the grade went up, the rate of exercise declined. Approximately 30 % of all students are No-Exercise students. Of them, 80% answered, "I want to exercise if possible." Reasons for not exercising included "no time, " "have other priorities, " and "lack of opportunity." For "activities I prefer to do when I have free time, " the top three were, " study, " "reading books, " and "part-time jobs." For "kinds of exercise," the common answers were "sports" and "training or exercise." For "kinds of exercise I want to try sometime, " the top choices were popular ball games including tennis, golf, soccer and baseball, followed by "adventurous" outdoor sports including scuba diving, skiing, snowboarding and horseback riding.
Notes	
Genre	Departmental Bulletin Paper
URL	https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=AN00135710-00400001-0017

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the KeiO Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

慶應義塾大学大学生の運動実施に関する最新資料
—全学部を対象とした調査結果から—

村山　光義*　　近藤　明彦**　　佐々木玲子***
植田　史生***　　松田　雅之***　　小森　康加

The Latest Data Regarding Exercise of Keio University Students
—From the Survey Results Targeting All Grades and Faculties—

Mitsuyoshi Murayama[1], Akihiko Kondo[2], Reiko Sasaki[3], Fumio Ueda[3]
Masayuki Matsuda[3], Yasuka Komori

A survey regarding the Exercise and Sports Activities of University Students and Their Awareness was conducted targeting students of all grades and faculties of Keio University. The purpose of this report is to analyze the amount of exercise students do and individual personal histories, to compare them by faculty and grade, and to obtain comprehensive data regarding students' sports activities. Questionnaires were mailed to as many as 3,500 students (approxinrately 1/8 of all students) and 1,056 were returned with valid answers. The following are the results: First, exercise patterns were divided into five groups: 1) Regularly conducted due to the requirement of the faculty 2) Voluntarily conducted 3) On a monthly or annual basis 4) Rarely conducted 5) Never conducted. Next, a χ^2 test was carried out. The result showed a significant difference only when the School of Medicine was included. In other words, there were no differences in the five exercise patterns among other faculties. Thus, it clarified the fact that students of the School of Medicine do more exercise compared to students of other faculties. Furthermore, this χ^2 test revealed a significant difference in the five patterns among students of different grades, meaning that as the grade went up, the rate of exercise declined. Approximately 30% of all students are No-Exercise students. Of them, 80% answered, "I want to exercise if possible." Reasons for not exercising included "no time," "have other priorities," and "lack of opportunity." For "activities I prefer to do when I have free time," the top three were, "study," "reading books," and "part-time jobs." For "kinds of exercise," the common answers were, "sports" and "training or exercise." For "kinds of exercise I want to try sometime," the top choices were popular ball games including tennis, golf, soccer and baseball, followed by "adventurous" outdoor sports including scuba diving, skiing, snowboarding and horseback riding.

緒　　言

戦後の新制大学発足から50年を経過し，わが国の大学保健体育教育は21世紀を目前にして新たな展開を迫られている。1990年代に入り大学設置基準の大綱化により必修科目としての規制が取り払われた保健体育科目は，専門教育の充実による教養課程の縮小，少子化による学生の減少という経営上の不安，などから，選択化・縮小の傾向にある。しかし，身体運動や健康に関する教育の重要性は普遍的なものであり，今後の大学保健体育教育は，単に教科教育にとどまらず，キャ

*慶應義塾大学体育研究所専任講師　　1) Assistant Professor of Institute of Physical Education, Keio University
**慶應義塾大学体育研究所教授　　2) Professor of Institute of Physical Education, Keio University
***慶應義塾大学体育研究所助教授　　3) Associate Professor of Institute of Physical Education, Keio University

ンパスライフ全体や社会においてまでも進めることが新たな課題となっている[4]。

慶應義塾大学（以下本塾という）においても，大綱化に合わせ各学部独自の新カリキュラムが組まれ，8学部中6学部で保健体育科目が選択化された。我々は，必修科目の時期より，学生の体力把握やスポーツ実施状況を調査し[5]，新カリキュラム移行後も継続的な比較を行った[6]。しかし，体育実技履修者中心の限定的な調査では教科教育を越えて全塾生に体育・健康教育を進めるための資料として不十分であった。そこで，学生のスポーツ行動やその意識を分析するため，「大学生のスポーツ・運動活動に関する意識調査」を作成し，対象を6学部（湘南藤沢キャンパス以外），4学年に広げた予備的調査を実施した。この結果から，学生の運動実施の実態[9]，体育実技履修者の意識[8]，将来のスポーツ実施意志[10]，スポーツ実施のキャリアパターンとその意識[11]などについて検討を行ってきた。

今回，より詳細な運動参加意識の分析を進めるため，前調査結果を元に「大学生のスポーツ・運動行動とその意識に関する調査」を再構築し，さらに，対象を湘南藤沢キャンパスの2学部を加えた全学部・全学年（医学部5，6年生を含む）に拡大し実施した。これは，はじめての全塾的な調査となり，特に運動実施実態の各学部・学年の比較が可能な点に一つの興味があった。なぜならば，学部独自のカリキュラム改訂が進みかつ，異なるキャンパスでの学生生活により，学生のスポーツ・運動行動に学部別特徴があらわれる可能性があるからである。本報告は，この新調査の内，運動実施状況と学部・学年といった個人プロフィールの関係について検討し，全塾的な大学生の運動実施状況を再度把握するとともに，来るべき21世紀への課題と展望について最新の資料を得ることを目的とした。

方　　法

1. 調査対象は本塾，文学部，経済学部，法学部，商学部，医学部，理工学部，総合政策学部，環境情報学部の8学部1～6年生とした。先行研究[2)3)9)]を参考に，各学部，学年とも約8分の1（医学部は約7分の5）の学生を無作為に抽出した。合計3,500名（全学生の約15％）を対象として，質問紙を作成し，郵送にて配布，および回収を行った。
2. 調査内容は，1）運動実施の実態把握：①個人のプロフィール，②現在の運動実施状況，③過去の運動経験，④自由時間の活動として重視すること，2）運動・スポーツへの意識：自己効力感・志向性など，3）体力に関する自己意識，4）将来のスポーツ実施についての4カテゴリーからなる調査用紙を作成した。作成にあたっては，予備調査的に実施した「大学生のスポーツ・運動活動に関する意識調査」による結果[8)9)10)11)]を参考にし，「大学生のスポーツ・運動行動とその意識に関する調査」として再構築した。
3. 調査用紙は，1999年6月に配布，同年7月31日までに回収した。回答は，1104名（回収率31.5％）から得られた。その内，有効回答数は1056名（回答率30.1％）であった。
4. 分析方法：運動実施の実態把握および将来のスポーツ実施に関する2カテゴリーから，1）運動実施状況に関する学部・学年別比較および実施形態別の実施頻度・時間・意識の比較，2）非実施の意識および理由，3）自由時間の活動として重視すること，4）将来の実施希望種目（自由回答）について分析を行った。運動実施状況に関する学部・学年別比較においては，χ^2検定による有意差検定[1)]を行った。有意水準は5％とした。

結果及び考察

1. 運動実施状況に関する学部・学年別比較

有効回答数1056名の学部・学年・男女別回答数を表1に示した。総合政策学部，環境情報学部の比率が少なかった

表1　各学部・学年・男女別の回答数（人）

	総数	%	全体 男	全体 女	1年 男	1年 女	2年 男	2年 女	3年 男	3年 女	4年 男	4年 女	5年 男	5年 女	6年 男	6年 女
文学部	129	12.2	38	91	9	33	12	22	12	24	5	12				
経済学部	131	12.4	108	23	28	6	32	3	27	7	21	7				
法学部	192	18.2	114	78	42	21	19	29	34	18	19	10				
商学部	128	12.1	89	39	31	13	23	8	17	6	17	12	1			
医学部	155	14.7	125	30	22	4	15	5	13	2	26	6	22	6	27	7
理工学部	164	15.5	129	35	47	5	25	14	28	7	29	9				
総合政策学部	86	8.1	49	37	15	8	10	10	11	8	12	11	1			
環境情報学部	71	6.7	43	28	14	11	8	2	9	5	12	10				
計	1056	100	695	361	208	101	144	93	151	77	141	77	24	6	27	7

が，両者は湘南藤沢キャンパスで4年間を過ごす学部として類似性が高いと考えられるため，以下藤沢2学部としてまとめることとした。この結果，各学部の比率は，12～18％の中に収まり，ほぼ均等な人数で比較が可能となった。

運動実施状況に関する質問，〈Q1．現在のあなたのスポーツや運動（体育実技を除く）の実施状況に合うものを1つ選び，番号に○印をつけて下さい。〉に対する回答群，

Q1−1.　体育会・サークル・スポーツクラブなどに所属して，毎週1回以上実施している。

Q1−2.　特に所属はないが，自分で毎週1回以上実施している（昼休み等も含む）。

Q1−3.　毎週ではないが月や年に何度か実施するものがある（マリンスポーツ，スキー，ゴルフ等）

Q1−4.　たまに，誘われたり，気が向けばすることもあるが，スポーツをするのはまれである。

Q1−5.　スポーツはしない。

について，学部別の回答率を図1に示した。全体的には，Q1−1の回答が高く，何らかの団体に所属し定期的に実施しているものが多かった。この結果について，学部間の違いを検討した。表2は学部別回答数を示している。藤沢2学部をまとめた7群におけるχ^2検定は0.1％水準で有意差が示され，7群の回答傾向は異なった。続いて，医学部を除いた6群によるχ^2検定について表3に示した。この結果は有意差なしであった。また，藤沢2学部を除いた5群による結果も有意差がなかった（表4）。以上から，学部間の運動実施状況は，医学部を含む場合に有意差が示された。図1からも医学部では運動の実施者が多い特徴がみられ，検定の結果，他学部と大きく異なることが示された。医学部は，全学部中唯一体育実技が卒業単位にならない学部であり，学生数も少ない。しかし，医科系大学の運動部対抗戦があり，

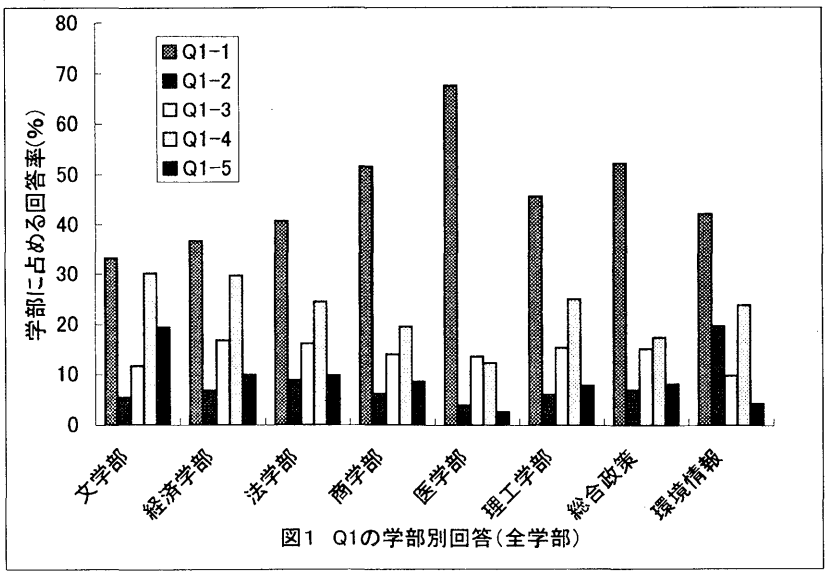

図1　Q1の学部別回答（全学部）

表2　Q1の学部別回答数（人）：全学部

	Q1−1	Q1−2	Q1−3	Q1−4	Q1−5	計
文　学　部	43	7	15	39	25	129
経　済　学　部	48	9	22	39	13	131
法　学　部	78	17	31	47	19	192
商　学　部	66	8	18	25	11	128
医　学　部	105	6	21	19	4	155
理　工　学　部	75	10	25	41	13	164
藤　沢　2　学　部	75	20	20	32	10	157
計	490	77	152	242	95	1056

$\chi^2=76.87$　$P<0.001$

表3　Q1の学部別回答数（人）：医学部以外

	Q1−1	Q1−2	Q1−3	Q1−4	Q1−5	計
文　学　部	43	7	15	39	25	129
経　済　学　部	48	9	22	39	13	131
法　学　部	78	17	31	47	19	192
商　学　部	66	8	18	25	11	128
理　工　学　部	75	10	25	41	13	164
藤　沢　2　学　部	75	20	20	32	10	157
計	385	71	131	223	91	901

$\chi^2=36.54$　N.S.

表4　Q1の学部別回答数（人）：医学部、藤沢以外

	Q1−1	Q1−2	Q1−3	Q1−4	Q1−5	計
文　学　部	43	7	15	39	25	129
経　済　学　部	48	9	22	39	13	131
法　学　部	78	17	31	47	19	192
商　学　部	66	8	18	25	11	128
理　工　学　部	75	10	25	41	13	164
計	310	51	111	191	81	744

$\chi^2=24.56$　N.S.

医学部体育会への所属率が高い。事実，平成12年度の医学部体育会所属総数は各学年約100名に対し，1年生88名，2年生80名，3年生77名，4年生65名，5年生70名，6年生41名（慶応義塾体育会事務局調べ）であり，他学部の体育会所属率（約5％）とは比較にならないほど多い。こうした実情から，医学部の運動実施者比率が高い結果となったと考えられる。一方，キャンパスが独立して4年間同じとなる藤沢2学部（総合政策・環境情報）は，逆に体育科目が必修である。残り5学部（文・経済・法・商・理工）で体育科目が選択必修，かつ，日吉から矢上・三田キャンパスへと移動することから，両者で運動実施状況が異なることも予想された。しかしながら，結果は有意差がなかった。これまで，我々の本塾における運動実施調査は，藤沢を除く6学部を対象としたもの[5)6)8)9)]であり，全塾的な比較は初めてであったが，医学部以外の学部間の差は少ないことが明らかとなった。

また，運動実施者は学年が上がるに従い減少する[9)]ことが報告されている。そこで，学年別（5，6年生は4年生以上として1つにまとめた）の運動実施者数とそのχ^2検定結果を表5に示した。また，学部間比較にならい，医学部以外，医学部・藤沢2学部以外のデータにおいても運動実施者数とχ^2検定結果をそれぞれ表6，表7に示した。その結果，いずれも0.1％水準で有意差が示された。つまり，いずれの学部においても学年によって運動実施状況が異なる。図2は医学部以外のデータによる学年別の回答率を示した。図から，1年生のQ1−1「所属して定期的に実施」が高く，Q1−2，3「自主的実施」「月・年単位で実施」が少ないことがわかる。また，学年が上がるにつれ，その差が小

表5　Q1の学年別回答数（人）：全学部

	Q1−1	Q1−2	Q1−3	Q1−4	Q1−5	計
1　　年	174	18	19	69	29	309
2　　年	102	19	38	53	25	237
3　　年	103	15	39	42	29	228
4　年　以　上	111	25	56	78	12	282
計	490	77	152	242	95	1056

χ^2=50.55　P <0.001

表6　Q1の学年別回答数（人）：医学部以外

	Q1−1	Q1−2	Q1−3	Q1−4	Q1−5	計
1　　年	150	18	19	67	29	283
2　　年	86	19	35	52	25	217
3　　年	92	14	37	42	28	213
4　年　以　上	57	20	40	62	9	188
計	385	71	131	223	91	901

χ^2=52.08　P <0.001

表7　Q1の学年別回答数（人）：医学部、藤沢以外

	Q1−1	Q1−2	Q1−3	Q1−4	Q1−5	計
1　　年	122	13	15	59	26	235
2　　年	70	17	30	47	23	187
3　　年	74	7	34	39	26	180
4　年　以　上	44	14	32	46	6	142
計	310	51	111	191	81	744

χ^2=47.74　P <0.001

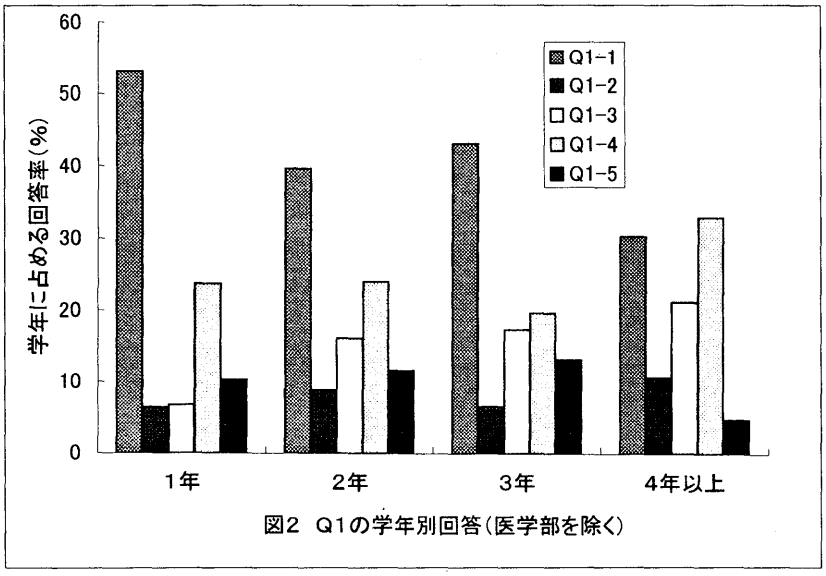

図2　Q1の学年別回答（医学部を除く）

さくなり，Q1−1「所属して定期的に実施」が低下する。4年生以上ではQ1−5「スポーツはしない」の回答率が低いものの，Q1−4「スポーツをするのはまれ」が多い。つまり，1年生では，サークルや体育会への所属によって運動実施が推進されているが，2，3年生では，自主的実施や月・年単位での実施に移行しながら，所属実施者が減る。また，4年生以降では，さらに所属実施者が減るものの，「スポーツはしない」という意識より「誘われればするが，ま

れ」というやや運動実施に前向きな者が増える。このことは，4年時の授業時間・生活時間がそれまでと異なってくることや，社会人への準備といった気持ちの変化があるのかもしれない。いずれにしても，運動実施状況には学年の進行による変化が存在することが明らかとなった。4年生や大学院生，また卒業生の運動実施および健康維持・増進といった点については，今後，詳細な調査が必要と考えられ，課題としたい。

2. 実施形態別の実施種目・頻度・時間・意識の比較

表8は，Q1−1，2，3の運動実施者について，実施種目別人数を全体（a）および各実施形態別（b〜e）に示したものである。全体を先行研究[5]と比較すると，テニス，サッカー，野球の高比率はよく一致している。本結果では水泳の実施が多く，ゴルフ，スキーがやや低い比率のようであるが，上位をしめている種目はほぼ同様である。サークルでの実施状況も全体に近いが，他の実施形態ではそれぞれ特徴がある。水泳の実施者は，体育会・自主的実施に多く，サークル以外でも活動が多い。また，自主的実施では，筋肉トレーニング／ジム等，ジョギング・ランニングといったトレーニング系の種目が上位にある特徴がある。体育会所属者は，運動実施者の20％を占めたが，本塾体育会は38部の多種目があり，回答は分散してしまったようである。

表8　実施種目の人数および比率（実施形態別：a 全体集計、b サークル、c 体育会、d 自主的実施、e 民間クラブ／その他）

a 全体集計

実施種目名	人数	%
テニス	157	21.7
サッカー	56	7.7
水泳	54	7.5
野球・軟式野球	44	6.1
スキー	33	4.6
バスケットボール	32	4.4
ゴルフ	25	3.5
ラグビー	19	2.6
弓道	19	2.6
バドミントン	18	2.5
バレーボール	18	2.5
ダンス	17	2.3
剣道	12	1.7
筋肉トレーニング／ジム等	21	2.9
ジョギング・ランニング	16	2.2
陸上競技	14	1.9
その他	169	23.3
合計	724	

b サークル

実施種目名	人数	%
テニス	133	35.7
サッカー	33	8.8
バスケットボール	20	5.4
野球・軟式野球	20	5.4
ゴルフ	14	3.8
バドミントン	13	3.5
バレーボール	13	3.5
ダンス	11	2.9
水泳	11	2.9
ラグビー	10	2.7
陸上競技	8	2.1
ラクロス	7	1.9
アイスホッケー	6	1.6
アルティメット	6	1.6
スキー	6	1.6
その他	62	16.6
計（全体に占める%）	373	51.5

形態未記入　13（1.8%）あり

C 体育会

実種目名	人数	%
サッカー	14	9.7
水泳	13	9.0
弓道	11	7.6
軟式野球	10	6.9
剣道	9	6.2
ラグビー	9	6.2
バスケットボール	7	4.8
陸上競技	6	4.1
ボート	6	4.1
テニス	5	3.4
ソフトテニス	5	3.4
馬術	4	2.8
合気道	4	2.8
ヨット	4	2.8
バドミントン	4	2.8
ゴルフ	4	2.8
その他	30	20.6
計（全体に占める%）	145	20.0

d 自主的実施

実施種目名	人数	%
スキー	26	17.6
水泳	25	16.9
筋肉トレーニング／ジム等	16	10.8
ジョギング・ランニング	16	10.8
テニス	12	8.1
ゴルフ	7	4.7
野球	6	4.1
サッカー	5	3.4
バスケットボール	4	2.7
その他	31	20.9
計（全体に占める%）	148	20.4

e 民間クラブ／その他

実施種目名	人数	%
テニス	6	13.3
水泳	5	11.1
野球・軟式野球	5	11.1
サッカー	4	8.9
ダンス	4	8.9
その他	21	46.7
計（全体に占める%）	45	6.2

表9　実施形態別の実施頻度・時間の平均値と標準偏差

実施形態	実施頻度 回／週	SD	回答数	実施時間 分／回	SD	回答数
体育会	4.3	1.7	141	174.3	80.4	129
サークル	1.9	1.2	363	146.9	64.4	347
自主的	1.8	1.7	108	133.9	162.8	131
＊年間回数回答	12.3 回／年	46.3	38			
民間／その他	1.3	0.8	44	119.8	67.4	44

続いて，表9は実施形態別の実施頻度および1回の実施時間についての平均値と標準偏差を示した。体育会の実施頻度が4.3日／週（±1.7）と高く，実施時間も約3時間と長かった。サークル，自主的実施，民間クラブ・その他は比較的類似し，週に2日弱程度で，2時間から2時間半程度の実施であった。また，自主的実施の内，マリンスポーツや

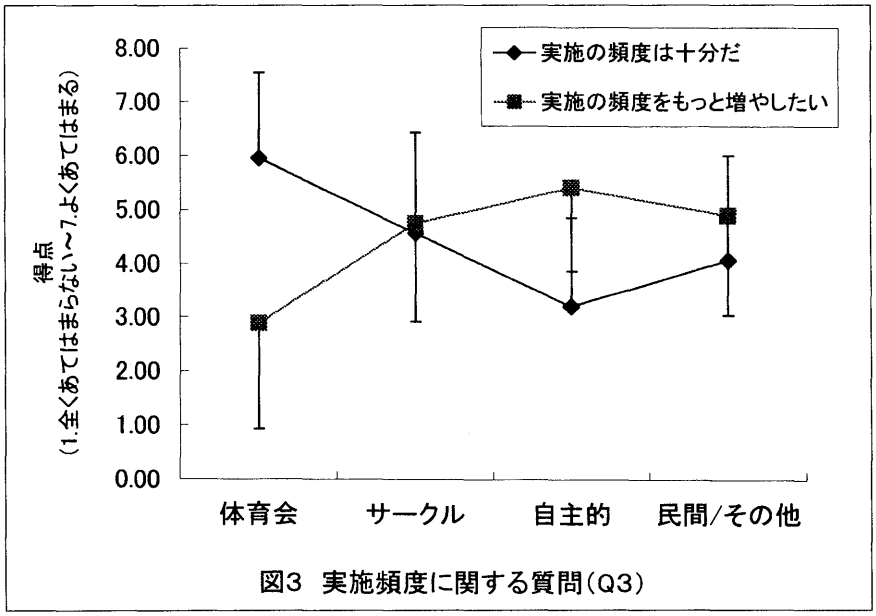

図3 実施頻度に関する質問(Q3)

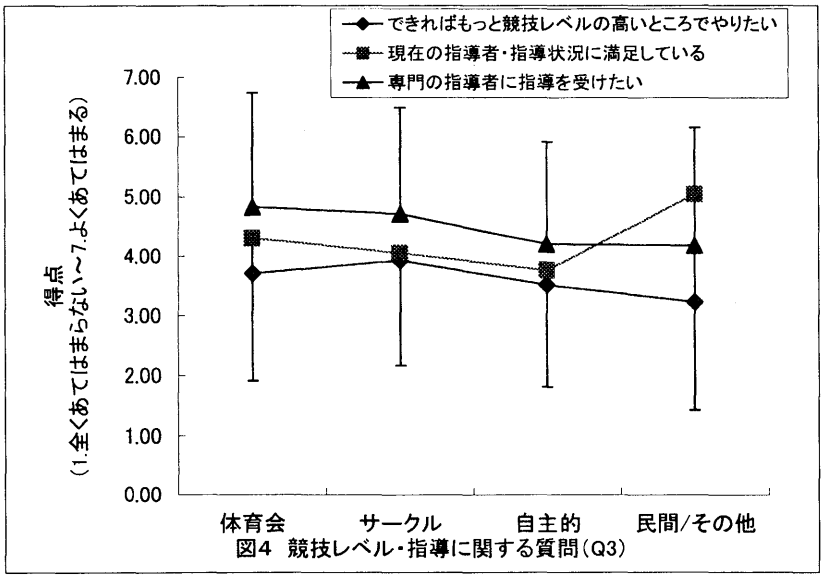

図4 競技レベル・指導に関する質問(Q3)

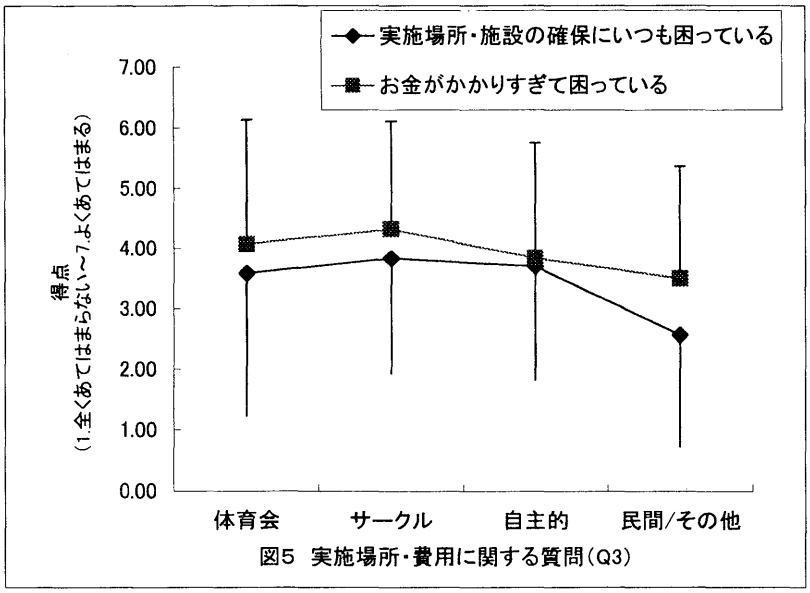

図5 実施場所・費用に関する質問(Q3)

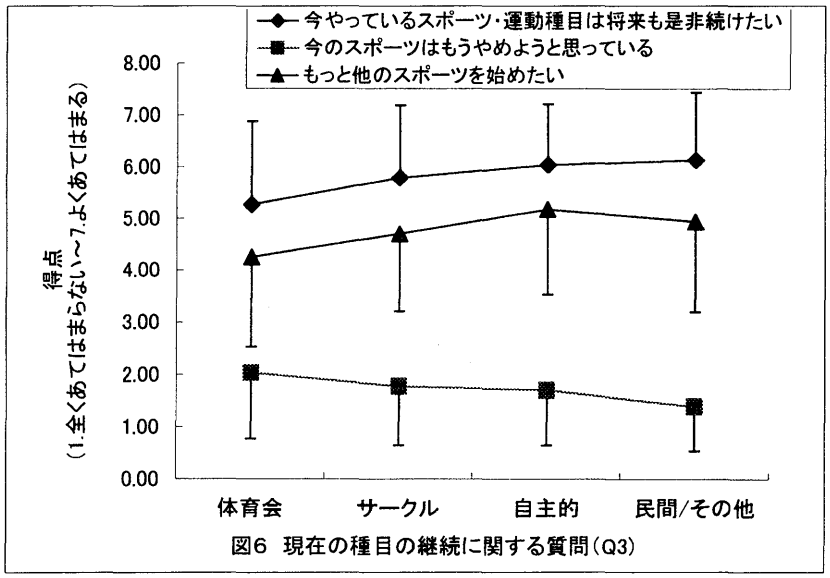

図6 現在の種目の継続に関する質問(Q3)

スノースポーツのような季節実施をみると，年間12.3回であった。シーズンが3ヶ月程度と考えれば，週1回程度の実施頻度となる。先行の調査[6)9)]においても，実施の頻度は週1～2であり，体育会や高校までの運動部に比較して低い。この点について，質問紙Q3において7段階評価として詳しく聞いている。図3は，Q3の「実施頻度は十分だ」「実施の頻度をもっと増やしたい」の質問について，1. 全くあてはまらない～7. よくあてはまる，までの7段階を得点化し，実施形態別に比較したものである。図から，体育会では実施頻度が十分で，これ以上増やしたくない，自主的実施では実施頻度が不十分で増やしたいと感じていることがわかる。また，民間クラブ／その他でも自主的実施にやや似た傾向が見られるが，サークルは，いずれも「どちらともいえない」に近い4点台の結果を示した。

図4，5，6はそれぞれQ3の運動実施に関する残りの質問について，実施形態別の7段階得点を示している。図4は，指導者・実施レベルについて聞いたものであるが，「専門の指導者に指導を受けたい」が体育会・サークルでやや高く，民間クラブ／その他で「現在の指導者・指導状況に満足している」の得点が高かった。しかし，形態別の大きな違いはないと考えられる。また，図5は，「実施場所の確保」「費用」について聞いたものであるが，これも総じて形態別の差は見られず，「どちらともいえない」に近い得点結果であった。図6は，現在の実施種目の将来について聞いている。「新しいスポーツの実施」よりも，「現在の種目を将来も続ける」で得点が高いが，その傾向は，右上がりで，体育会・サークルでやや低かった。また，逆に「現在の種目をやめようと思っている」は2点以下ながら，右下がりで体育会・サークルでやや高かった。

植田ら[10)]は，将来の運動実施への意識を調査し，実施が消極的な群においては，体育会部員の比率や運動への嫌悪感が高いことを報告している。本調査における実施頻度への満足度や現在の実施種目の継続面から，形態別に比較をすれば，体育会ではより積極的な実施に対し否定的な意識が強く，逆に自主的実施や民間クラブ／その他では，さらに積極的に実施を希望していることが伺える。従って，体育会においては否定・嫌悪感を持つ者の存在が予想され，また自主的実施者は意欲がありながら十分実施できていない層であると考えられる。今後，本塾内のスポーツ振興における1つのターゲットである，大多数を占めるサークル所属者以外の体育会および自主的実施者について，上記の点を考慮すべきであると考える。

3. 非実施者の意識およびその理由

Q1の運動実施状況の回答結果から，非実施者と考えられる「スポーツするのはまれ」「スポーツはしない」の比率は，それぞれ22.9％（242名），9％（95名）で，合わせてほぼ1/3を占めた。質問紙Q4では，これらの非実施者に，

表10　運動非実施者の「スポーツ・運動を実施することについてどう思うか」の回答

Q1の回答	1. やるつもりはない 人数	%	2. やってもいいとは思う 人数	%	3. できればやりたい 人数	%	無回答 人数	%	計
スポーツするのはまれ	5	2.1	68	28.1	157	64.9	12	5.0	242
スポーツはしない	16	16.8	31	32.6	43	45.3	5	5.3	95
計	21	6.2	99	29.4	200	59.3	17	5.0	337

表11－1　Q1で「スポーツをするのはまれ」と回答した者（n＝242）のスポーツを実施しない理由

	得点	1番	2番	3番	人数	%
時間がない	363	77	55	22	154	63.6
他に優先することがある	291	57	44	32	133	55.0
きっかけがない	226	38	36	40	114	47.1
面倒くさい	114	18	15	30	63	26.0
一緒にやる仲間がいない	114	12	29	20	61	25.2
場所がない	111	14	19	31	64	26.4
お金がない	79	3	21	28	52	21.5
体育の授業で十分	24	3	5	5	13	5.4
その他	19	4	0	7	11	4.5
スポーツに興味がない	17	2	2	7	11	4.5
運動が嫌いだから	16	4	1	2	7	2.9
身体的事情で出来ない	15	2	4	1	7	2.9
計（人数）		234	231	225		

得点＝3＊1番＋2＊2番＋3番

表11－2　Q1で「スポーツはしない」と回答した者（n＝95）のスポーツを実施しない理由

	得点	1番	2番	3番	人数	%
時間がない	99	20	13	13	46	48.4
他に優先することがある	88	14	17	12	43	45.3
きっかけがない	87	17	13	10	40	42.1
面倒くさい	60	9	11	11	31	32.6
スポーツに興味がない	44	7	9	5	21	22.1
運動が嫌いだから	39	8	6	3	17	17.9
一緒にやる仲間がいない	30	2	6	12	20	21.1
身体的事情で出来ない	30	8	1	4	13	13.7
お金がない	29	3	7	6	16	16.8
場所がない	19	2	5	3	10	10.5
その他	9	1	1	4	6	6.3
体育の授業で十分	6	1	1	1	3	3.2
計（人数）		92	90	84		

得点＝3＊1番＋2＊2番＋3番

運動実施に対する意識と，実施しない理由を聞いている。表10は，非実施者の意識である。約半数は「できればやりたい」と回答し，「やってもいいとは思う」も約30％の回答である。しかし，「スポーツはしない」群の内16％が「やるつもりはない」とも回答している。また，表11－1，11－2は，非実施の理由についてまとめたものである。回答は，理由として強い順に1～3番を選ぶものである。1番を3点，2番を2点，3番を1点として総合得点を求め，高い順に示している。その結果，「スポーツするのはまれ」「スポーツはしない」のいずれの群も「時間がない」「他に優先する（夢中になる）ことがある」「きっかけがない」「面倒くさい」が上位4位を占めている。また，「スポーツはしない」群では「スポーツに興味がない」「運動が嫌いだから」といった否定的な理由が続いている。非運動実施者の中には潜在的に運動をしたい，ができないという実施予備群が一定数いることが指摘されている[7]。本結果からも，できればやりたい者は50％，やってもいい者が30％と潜在的な実施予備群が多い。一方，運動に否定的な残りの20％の者には，理由における「否定・嫌悪」が結びつくと考えられる。この点は，植田ら[10]の報告同様の結果となっている。従って，非実施理由の内，「時間」「きっかけ」「面倒」といった環境的な条件への働きかけが重要であり，参加への可能性を広げるとともに，「否定・嫌悪」の払拭と運動経験の形成に「楽しさ・肯定」の要素を加えることが重要であろう。

4.　自由時間の活動として重視すること

質問紙のQ7では，「今の生活の中で自由な時間の活動として重視すること」として選択肢を設け，強い順に1～3番を選ぶものである。表12－1～12－5は，Q1の回答（運動実施状況）別にいずれも1番を3点，2番を2点，3番を1点として総合得点を求め，高い順に示している。いずれの実施状況においても，「勉強」と答える人数が最も多く，「本を読む」「アルバイト」などが必ず上位となった。また，「その他」の回答も比較的上位になり，その内容は「友人との時間」「睡眠・休息」「音楽活動」「芸術・趣味活動」などに集約出来た。しかし，表12－1のQ1－1「所属して定期的に実施」群では「スポーツ種目」の重視が1位であった。また，表12－2のQ1－2「自主的実施」群では，「トレーニング・エクササイズ」が3位と特徴的であった。従って，自由時間の重視内容と運動実施の状況や形態については関

表12−1　Q1で「体育会・サークル・スポーツクラブなどに所属し、毎週1回以上実施している」と回答した者（n＝490）の生活の中の自由時間に重視する活動

	得点	1番	2番	3番	人数	%
スポーツ種目	583	135	63	52	250	51.0
勉　　強	508	83	90	79	252	51.4
アルバイト	257	22	70	51	143	29.2
娯楽（自宅でゲーム・パソコンなど）	238	40	33	52	125	25.5
そ　の　他	223	46	27	31	104	21.2
娯楽（施設でパチンコ・マージャン・カラオケ）	193	36	25	35	96	19.6
劇場鑑賞（映画・コンサート等）	161	18	34	39	91	18.6
本を読む	159	21	30	36	87	17.8
ショッピング	139	12	32	39	83	16.9
スポーツ以外のサークル活動	126	29	16	7	52	10.6
トレーニング・エクササイズ	101	16	18	17	51	10.4
ゼミ活動	63	6	15	15	36	7.3
ドライブ	60	6	16	10	32	6.5
就職活動	27	6	4	1	11	2.2
計（人数）		476	473	464		

主な「その他」の回答：友人と過ごす・デートなど36、睡眠・休息25、音楽活動13、美術・芸術活動4、ほか

得点＝3＊1番＋2＊2番＋3番

表12−2　Q1で「特に所属はないが、自分で毎週1回以上実施している」と回答した者（n＝77）の生活の中の自由時間に重視する活動

	得点	1番	2番	3番	人数	%
勉　　強	80	20	6	8	34	44.2
本を読む	57	7	13	10	30	39.0
トレーニング・エクササイズ	43	1	13	14	28	36.4
アルバイト	42	5	10	7	22	28.6
そ　の　他	42	11	3	3	17	22.1
娯楽（自宅でゲーム・パソコンなど）	41	9	4	6	19	24.7
スポーツ種目	38	5	7	9	21	27.3
ショッピング	26	4	5	4	13	16.9
劇場鑑賞（映画・コンサート等）	20	2	5	4	11	14.3
スポーツ以外のサークル活動	19	3	3	4	10	13.0
就職活動	13	4	0	1	5	6.5
娯楽（施設でパチンコ・マージャン・カラオケ）	13	3	2	0	5	6.5
ドライブ	6	0	2	2	4	5.2
ゼミ活動	3	0	1	1	2	2.6
計（人数）		74	74	73		

主な「その他」の回答：友人と過ごす・談話など6、音楽活動5、ほか

得点＝3＊1番＋2＊2番＋3番

表12−3　Q1で「毎週でないが、月や年に何度か実施するものがある」と回答した者（n＝152）の生活の中の自由時間に重視する活動

	得点	1番	2番	3番	人数	%
勉　　強	169	34	25	17	76	50.0
娯楽（自宅でゲーム・パソコンなど）	102	19	18	9	46	30.3
本を読む	97	15	10	32	57	37.5
そ　の　他	96	25	7	7	39	25.7
アルバイト	93	14	17	17	48	31.6
スポーツ以外のサークル活動	69	13	11	8	32	21.1
娯楽（施設でパチンコ・マージャン・カラオケ）	54	5	17	5	27	17.8
ショッピング	52	2	17	12	31	20.4
スポーツ種目	51	6	9	15	30	19.7
ゼミ活動	33	6	5	5	16	10.5
劇場鑑賞（映画・コンサート等）	33	3	6	12	21	13.8
就職活動	16	4	2	0	6	3.9
トレーニング・エクササイズ	14	2	2	4	8	5.3
ドライブ	10	1	2	3	6	3.9
計（人数		149	148	146		

主な「その他」の回答：友人と過ごす・談話など12、音楽活動8、睡眠・休息5、ほか

得点＝3＊1番＋2＊2番＋3番

表12−4　Q1で「スポーツをするのはまれ」と回答した者（n＝242）の生活の中の自由時間に重視する活動

	得点	1番	2番	3番	人数	%
勉　　強	322	67	41	39	147	60.7
娯楽（自宅でゲーム・パソコンなど）	192	27	39	33	99	40.9
スポーツ以外のサークル活動	162	37	18	15	70	28.9
本を読む	147	19	28	34	81	33.5
アルバイト	134	22	20	28	70	28.9
劇場鑑賞（映画・コンサート等）	85	13	15	16	44	18.2
そ　の　他	83	16	12	11	39	16.1
娯楽（施設でパチンコ・マージャン・カラオケ）	70	9	16	11	36	14.9
ショッピング	68	5	16	21	42	17.4
ゼミ活動	55	10	10	5	25	10.3
トレーニング・エクササイズ	26	3	5	7	15	6.2
就職活動	20	6	1	0	7	2.9
ドライブ	20	1	7	3	11	4.5
スポーツ種目	8	0	1	6	7	2.9
計（人数）		235	229	229		

主な「その他」の回答：友人と過ごす・談話など7、趣味6、睡眠5、旅行4、音楽活動3、ほか

得点＝3＊1番＋2＊2番＋3番

表12−5　Q1で「スポーツはしない」と回答した者（n＝95）の生活の中の自由時間に重視する活動

	得点	1番	2番	3番	人数	%
勉　　強	121	29	11	12	52	54.7
娯楽（自宅でゲーム・パソコンなど）	84	14	12	18	44	46.3
本を読む	78	10	17	14	41	43.2
そ　の　他	52	15	2	3	20	21.1
アルバイト	48	3	12	15	30	31.6
スポーツ以外のサークル活動	40	8	6	4	18	18.9
劇場鑑賞（映画・コンサート等）	36	3	9	9	21	22.1
ショッピング	30	3	8	5	16	16.8
娯楽（施設でパチンコ・マージャン・カラオケ）	24	5	3	3	11	11.6
ゼミ活動	18	3	4	1	8	8.4
ドライブ	7	1	1	2	4	4.2
トレーニング・エクササイズ	6	0	2	2	4	4.2
就職活動	4	0	2	0	2	2.1
スポーツ種目	2	0	1	0	1	1.1
計（人数）		94	90	88		

主な「その他の回答：友人と過ごす・談話など9、趣味4、ほか

得点＝3＊1番＋2＊2番＋3番

連があると考えられる。

また，運動実施状況は学年によって異なることが示された（表5）ため，同様に学年別の得点結果を示したのが表13−1〜13−4である。いずれの学年も1位は「勉強」であり，「アルバイト」「娯楽（自宅でゲーム・パソコン）」「本を読む」「スポーツ種目」などが上位を占めていた。従って，学年によって自由時間の重視内容が大きく異なることはなかった。しかしながら，細部の特徴として，1年生で「スポーツ種目」が2位，「スポーツ以外のサークル活動」が4位となり，4年生でも「スポーツ種目」が2位となった。1年時にはキャンパスでの活動に意識が高く，2，3年時にこれが低下し，4年時以降，特にスポーツへの意識が戻るといったことが考えられる。

以上をまとめると，自由時間に重視する内容は，主に勉強や本を読むこと，アルバイトなどが共通して多かった。しかし，運動実施者では「スポーツ種目」「トレーニング・エクササイズ」などの回答が強く，運動実施状況に反映していると考えられる。

表13−1　生活の中の自由時間に重視する活動1年生（n＝309）

	得点	1番	2番	3番	人数	%
勉　　強	355	57	64	56	177	57.3
スポーツ種目	238	53	28	23	104	33.7
娯楽（自宅でゲーム・パソコンなど）	202	40	22	38	100	32.4
スポーツ以外のサークル活動	183	42	23	11	76	24.6
アルバイト	158	17	33	41	91	29.4
本を読む	155	21	33	26	80	25.9
そ の 他	135	29	14	20	63	20.4
娯楽（施設でパチンコ・マージャン・カラオケ）	117	20	20	17	57	18.4
ショッピング	99	7	26	26	59	19.1
劇場鑑賞（映画・コンサート等）	76	5	19	23	47	15.2
トレーニング・エクササイズ	51	9	7	10	26	8.4
ドライブ	14	1	4	3	8	2.6
ゼミ活動	8	1	2	1	4	1.3
就職活動	2	0	1	0	1	0.3
計（人数）		302	296	295		

主な「その他」の回答：友人と過ごす．デートなど17、音楽活動12、睡眠・休息10、美術・絵画3、ほか

得点＝3＊1番＋2＊2番＋3番

表13−2　生活の中の自由時間に重視する活動2年生（n＝237）

	得点	1番	2番	3番	人数	%
勉　　強	284	58	39	32	129	54.4
アルバイト	156	20	33	30	83	35.0
娯楽（自宅でゲーム・パソコンなど）	152	18	34	30	82	34.6
スポーツ種目	143	31	18	14	63	26.6
本を読む	119	17	20	28	65	27.4
そ の 他	100	26	6	10	42	17.7
スポーツ以外のサークル活動	97	17	15	16	48	20.3
娯楽（施設でパチンコ・マージャン・カラオケ）	93	18	14	11	43	18.1
ショッピング	80	8	17	22	47	19.8
劇場鑑賞（映画・コンサート等）	68	8	13	18	39	16.5
トレーニンク・エクササイズ	40	3	11	9	23	9.7
ドライブ	26	3	7	3	13	5.5
ゼミ活動	10	1	2	3	6	2.5
就職活動	3	1	0	0	1	0.4
計（人数）		229	229	226		

主な「その他」の回答：友人と過ごす．デートなど16、音楽活動10、睡眠・休息4、ほか

得点＝3＊1番＋2＊2番＋3番

表13−3　生活の中の自由時間に重視する活動3年生（n＝228）

	得点	1番	2番	3番	人数	%
勉　　強	257	53	37	24	114	50.0
娯楽（自宅でゲーム・パソコンなど）	142	23	21	31	75	32.9
そ の 他	120	30	10	10	50	21.9
アルバイト	113	14	27	17	58	25.4
スポーツ種目	110	21	14	19	54	23.7
本を読む	103	13	18	28	59	25.9
劇場鑑賞（映画・コンサート等）	83	13	15	14	42	18.4
ゼミ活動	82	10	19	14	43	18.9
ショッピング	65	8	13	15	36	15.8
娯楽（施設でパチンコ・マージャン・カラオケ）	62	7	14	13	34	14.9
スポーツ以外のサークル活動	53	13	5	4	22	9.6
トレーニンク・エクササイズ	30	2	6	12	20	8.8
ドライブ	19	1	7	2	10	4.4
就職活動	0	0	0	0	0	0.0
計（人数）		208	206	203		

主な「その他」の回答＝友人と過ごす．デート21、睡眠・休息7、音楽活動・芸術活動6、趣味5、ほか

得点＝3＊1番＋2＊2番＋3番

表13−4　生活の中の自由時間に重視する活動4年生以上（n＝282）

	得点	1番	2番	3番	人数	%
勉強	294	63	31	43	137	48.6
スポーツ種目	170	37	17	25	79	28.0
本を読む	157	20	27	43	90	31.9
娯楽（自宅でゲーム・パソコンなど）	156	27	29	17	73	25.9
アルバイト	142	14	35	30	79	28.0
その他	136	28	19	14	61	21.6
劇場鑑賞（映画・コンサート等）	100	12	20	24	56	19.9
スポーツ以外のサークル活動	83	18	11	7	36	12.8
娯楽（施設でパチンコ・マージャン・カラオケ）	81	13	15	12	40	14.2
就職活動	75	19	8	2	29	10.3
ショッピング	71	3	22	18	43	15.2
ゼミ活動	66	12	10	10	32	11.3
トレーニング・エクササイズ	65	8	16	9	33	11.7
ドライブ	44	4	10	12	26	9.2
計（人数）		278	270	266		

主な「その他」の回答：睡眠・休息15、友人と過ごす．デートなど14、音楽活動8、旅行5、ほか

得点＝3＊1番＋2＊2番＋3番

5.　将来の実施希望種目

質問紙のQ12に「将来やってみたいと思うスポーツ」について自由記述で回答を求めた。その結果，733名が各1

つ以上の種目を挙げた。表14はその上位30位以内について集計し，回答者に占める割合を示した。テニス，ゴルフ，水泳，野球，サッカーなどの実施種目で上位を占める“メジャー種目”がベストテンの上位に並んだ。これに続き，スキューバダイビング，スキー，スノーボード，乗馬，マリンスポーツ，ダイビング，サーフィン，登山・山岳，スカイダイビングなど，自然環境を相手にした“アドベンチャータイプの種目”が上位20位の内の半数を占めた。この傾向は，メジャー種目は継続的に実施を希望し，アドベンチャータイプは将来やってみたいという意識が強いと考えられる。将来の実施希望種目は社会の状況とともに変化している[5]と考えられ，1990年代，我々はテニス・ゴルフ・ニュースポーツ等に意識を置いてきた。本調査からは，さらにアドベンチャー的なキャンパスを飛び出すものが強く希望されてきているようである。将来の実施を大学在学時と考えるか，社会人まで拡大するかによって，大学での体育カリキュラムやスポーツ振興の内容は変化するが，このアドベンチャータイプのスポーツ欲求への対応が，21世紀の1つの課題と考えられるかもしれない。

ま と め

慶應義塾大学の全学部・全学年を対象に「大学生のスポーツ・運動行動とその意識」に関する質問紙による調査を実施した。本報告の目的は，調査項目の内，運動実施状況および個人プロフィールに関して分析を行い，学部・学年間の比較をするとともに学生のスポーツ行動に関する全塾的な資料を得ることであった。3,500名の学生（全学生の約1/8）に調査用紙を郵送し，1056名から有効回答を得た。以下に主な結果を示す。

表14　将来やってみようと思うスポーツ（回答者733名）

順位	種　目　名	回答数	%
1	テ　ニ　ス	125	17.1
1	ゴ　ル　フ	125	17.1
3	水　　泳	113	15.4
4	スキューバダイビング	63	8.6
5	野　　球	51	7.0
6	サ　ッ　カ　ー	49	6.7
6	スキー・モーグル・クロスカントリー	49	6.7
8	スノーボード	46	6.3
8	ダンス（ジャズ・タップ・ソシアル）など	46	6.3
10	バスケットボール	33	4.5
11	乗　　馬	31	4.2
12	マリンスポーツ	25	3.4
13	ダイビング	22	3.0
14	サーフィン	21	2.9
15	登山・山岳	19	2.6
15	バドミントン	19	2.6
15	エアロビクス	19	2.6
18	空　　手	17	2.3
18	スカイダイビング	17	2.3
20	バレーボール	16	2.2
21	合　気　道	15	2.0
21	筋力トレーニング・ジム・エクササイズ	15	2.0
21	パラグライダー	15	2.0
21	ジョギング・ランニング・持久走	15	2.0
25	卓　　球	13	1.8
25	弓　　道	13	1.8
25	フットサル	13	1.8
28	剣　　道	10	1.4
28	ラ　ク　ロ　ス	10	1.4
28	ソフトボール	10	1.4
28	ボディボード・ウェイクボード	10	1.4
28	バレエ・モダンバレエ・クラッシック	10	1.4
	そ　の　他	230	31.4

5パターンに分けられた運動実施状況（1. 所属による定期的実施，2. 自主的な実施，3. 月や年単位の実施，4. 実施はまれ，5. 実施しない）について学部間でのχ^2検定を行った結果，医学部を含む場合にのみ有意差が示された。つまり，他の学部間では運動実施の5パターンに差がないが，医学部は他学部に比較して運動実施者が多いことが明らかとなった。また，運動実施の5パターンと学年間にχ^2検定による有意差が認められ，学年が進むとともに運動実施者の比率が減少した。

全体の約30％を占める運動非実施者の内，80％は「出来ればやりたい」という実施予備群であった。非実施の理由は「時間がない」「他に優先することがある」「きっかけがない」などであった。

“自由時間に重視する活動”では，「勉強」「本を読む」「アルバイト」などが全体として上位を占めた。運動実施群では「スポーツ種目」「トレーニング・エクササイズ」を重視する回答が多かった。

“将来やってみようと思う種目”には，メジャーな

球技（テニス，ゴルフ，サッカー，野球など）に続いて，アドベンチャータイプの種目（スキューバダイビング，スキー，スノーボード，乗馬など）が多く回答された。

付記1　本研究は慶應義塾大学体育研究所研究プロジェクト「21世紀のスポーツ・健康教育」の人文・社会学的アプローチとして行われたものである。

文　献

1) 出村慎一，(1996) 健康・スポーツ科学のための統計学，大修館書店.
2) 慶應義塾大学学生総合センター，(1996) 慶應義塾大学学生生活実態調査報告（第18回），慶應義塾大学学生総合センター.
3) 慶應義塾大学学生総合センター，(1999) 慶應義塾大学大学院生生活実態調査報告（第3回），慶應義塾大学学生総合センター.
4) 保健体育審議会，(1997) 生涯わたる心身の健康保持増進のための今後の健康に関する教育及びスポーツの振興の在り方について（保健体育審議会答申）保健体育審議会 p 31－33.
5) 村山光義，田中伸明，(1996) 慶應義塾大学学生の運動経験・実施の実態調査―必修体育時の入学生の資料から―．慶應義塾大学体育研究所紀要 35 (1)：69－81.
6) 村山光義，田中伸明，石手靖 (1997) 新カリキュラムにおける体育実技履修学生の運動活動に関する調査．慶應義塾大学体育研究所紀要 36 (1)：59－66.
7) 杉原隆 (1995) 心理学的側面からの青少年のスポーツ参加に関する研究，第4章スポーツに参加しない子供たち．平成6年度日本体育協会スポーツ医・科学研究報告：88－94.
8) 田中伸明，上向貫志，村山光義，山内賢，佐々木玲子，植田史生，近藤明彦 (1999) 慶應義塾大学学生の体育実技の履修に関する実態調査．慶應義塾大学体育研究所紀要 38 (1)：45－56.
9) 植田史生，佐々木玲子，村山光義，田中伸明，上向貫志 (1998) 慶應義塾大学塾生の運動実施に関する実態調査―体育実技非履修者を含む全学年の調査から―．慶應義塾大学体育研究所紀要 37 (1)：55－69.
10) 植田史生，近藤明彦，佐々木玲子，山内賢，村山光義，小森康加，上向貫志，田中伸明 (1999) 学生の将来のスポーツ実施の意志と運動・スポーツ活動に関する意識．東京体育学研究 1999年度報告：25－31.
11) 植田史生，近藤明彦，佐々木玲子，山内賢，村山光義，小森康加，上向貫志，田中伸明 (2000) 学生の運動実施キャリアパターンと運動・スポーツ活動に関する意識．慶應義塾大学体育研究所紀要 39 (1)：29－37.