

スポーツ行動の継続化とその要因に関する研究 (2) : 大学生の場合

徳永, 幹雄
Institute of Health Science Kyushu University

金崎, 良三
Institute of Health Science Kyushu University

多々納, 秀雄
Institute of Health Science Kyushu University

橋本, 公雄
Institute of Health Science Kyushu University

他

<https://doi.org/10.15017/516>

出版情報 : 健康科学. 11, pp.87-98, 1989-03-31. 九州大学健康科学センター
バージョン :
権利関係 :



スポーツ行動の継続化とその要因に関する研究 (2) — 大学生の場合 —

徳永 幹雄 金崎 良三 多々納 秀雄
橋本 公雄 菊 幸一

A Study on Continuation of Sport Behavior and its Determinants (2) :
A Case of University Students

Mikio TOKUNAGA, Ryozo KANEZAKI, Hideo TATANO,
Kimio HASHIMOTO and Koichi KIKU

Summary

The purpose of this study was to make the pattern for predicting continuation of sport behavior and to analyze its affecting determinations and the interrelationship between the continuation and the healthy degree, by examing sport behavior, behavioral intention, sport consciousness and the relation of those variables on 366 male university freshmen.

The main results were summerized as follows :

- (1) It was shown that a correlation of behavior, behavioral intention and consciousness toward sport was remarkable.
- (2) It became clear that continuation of sport behavior was able to predict by means of the pattern made of three variables, i. e., sport behavior, behavioral intention and sport consciousness, which resulted from the Diagnostic Inventory for Sport Counseling(DISC).
- (3) The patterns to be the closest correlation with continuation of sport behavior were those of behavioral intention, belonging to sport club and sport consciousness. In addition, it was made clear that the continuation remarkably correlated with the present sport conditions, beliefs toward the expectation of significant others and the evaluation for social and mental effects of sport.
- (4) In terms of "well-being" scale in the healthy degree, persons who continue to do sport evaluated the most higher than the opposites. Also, they highly evaluated scales in other physical, mental and social healthy degrees.
- (5) On the basis of above results, we were clear to be able to lead and advise the effect of continuation of sport behavior, what the problems about the continuation are and the predict of it by means of using the DISC, and consequently considered how to lead to continue sport behavior.

(Journal of Health Science, Kyushu University, 11 : 87-98, 1989)

緒 言

継続的なスポーツの実施は、心身の健康増進に寄与することが実証されつつある。そのため、軽度の運動やスポーツを手段にして、健康増進をはかるためには、日常生活の中にどれだけ主体的にスポーツを取り入れているかが重要な課題となる。

これまで、多くの研究者たち^{3),8),19),15-21),24-25),28-31)}はスポーツ行動を規定している要因を明らかにしてきた。しかし、これらの結果が実際の指導に活用されるまでには至らなかった。今後、健康指導を行う中で人びとのスポーツ行動を客観的な方法を用いて診断する方法が不可欠となる。

筆者たち³²⁻³⁶⁾は人びとのスポーツ行動を規定している要因は何か、スポーツ行動を予測するにはどのような要因を取りあげればよいか、そして、どのようにしてスポーツ行動を診断し、いかに指導・助言をすればよいかといった問題に取り組んできた。

その結果、Fishbein^{7),9-11)}の行動予測理論を参考にしながら、スポーツ行動の予測モデルを作成した³⁴⁻³⁶⁾。また、そのモデルを背景にしてスポーツ行動診断検査(Diagnostic Inventory for Sport Counseling, 略してDISC)³⁵⁻³⁷⁾とその手引き³⁸⁾を作成した。この検査にはいくつかの目的があった。それは、自己のスポーツに関する情報をできるだけ多く集め、それを客観的に認識すること、現在のスポーツ行動はスポーツ意識やスポーツ条件とどのように関係しているかを知ること、そして、日常生活にスポーツを有効な形で取り入れるためには、どうしたらよいかを工夫することであった。これらの指導を通して、スポーツ行動の実施を促進させるための指針を与えようとするものである。

本稿はスポーツ行動診断検査を大学生を対象にして実施し、スポーツ行動の継続化という視点から、その活用法についてさらに検討を加えようとしたものである。

第1にスポーツについての行動・行動意図・意識の相互関係を明らかにし、第2にスポーツ行動の継続性に影響する要因を明らかにする。そして、第3にスポーツ行動の継続性に影響する要因の分析、第4にスポーツ行動の継続性と健康度の関係を明確にし、スポーツ行動の継続化について考察することを目的として行われた。

方 法

1. 対 象

九州大学1年生の男子理科室学生366名。

2. 調査時期

昭和63年6月中旬に第1回の調査としてスポーツ行動診断検査³⁷⁾を実施した。第1回目の調査日から2週間後に、第2回目の調査としてスポーツ行動についての調査と健康度診断検査²²⁻²³⁾を実施した。

3. 調査内容

1) スポーツ行動診断検査

徳永たち³⁷⁾のスポーツ行動診断検査(DISC: 4, 九健式, KKトーヨーフィジカル発行)を実施した。その内容は、スポーツ行動、スポーツに対する行動意図のほかスポーツ意識(態度, 信念, 規範信念), とスポーツ条件(過去・現在のスポーツ条件, 重要な他者, 性格, 生活意識, 間接的スポーツ参与, 身体的要因など)の62項目の質問で構成されている。

2) スポーツ行動についての調査

スポーツ行動診断検査を実施した日から2週間のスポーツの実施内容(実施したか否か, 実施した場合は種目, 時間, 場所, 仲間)を詳しく調べた。

3) 健康度診断検査

松本たち²²⁻²³⁾の健康度診断検査(KKトーヨーフィジカル発行)を実施した。その内容は身体的健康(身体的愁訴, 身体的疲労, 体力, 体調の4尺度), 精神的健康(いきがい, 対人適応度, 生活意欲度の3尺度)および社会的健康(社会奉仕活動, 友人との交際度, 趣味活動の3尺度)に分類され, 50項目から構成されている。

結果と考察

1. 行動・行動意図・意識の相互関係

スポーツ行動の継続性を予測するパターンを作成するための資料として、現在のスポーツ行動、スポーツに対する行動意図、スポーツ意識の相互関係を分析した。

1) スポーツ行動と行動意図の関係

スポーツ行動は最近3カ月(実際には大学入学後の3カ月)を平均した週平均のスポーツの実施程度である。行動意図はスポーツ行動診断検査の実施日から2週間間にスポーツをする意図があるかどうかである。スポーツ行動と行動意図の関係は表1のとおりである。両変数間には χ^2 検定で1%水準の有意差が認められた。スポーツの実施程度別に行動意図をみると「週5〜7

表1 スポーツ行動と行動意図の関係 (%)

最近3カ月の週平均スポーツ実施	次の2週間の行動意図 N	1	2	3	4
		しない	おし おそ ない くだ らう	おす おそ るだ らう	かな らず する
1. ほとんどしなかった	74 (20.3)	15 (20.3)	39 (52.7)	12 (16.2)	8 (10.8)
2. 月に1~2日	76 (20.8)	1 (1.3)	35 (46.1)	28 (36.8)	12 (15.8)
3. 週に1~2日	20 (32.9)	0	6 (5.0)	39 (32.5)	75 (62.5)
4. 週に3~4日	45 (12.3)	0	0	3 (6.7)	42 (93.3)
5. 週に5~7日	50 (13.7)	0	0	0	50 (100.0)
計	365	16 (4.4)	80 (21.9)	82 (22.5)	187 (51.2)

$\chi^2=256.226, df=12, p<.01$

表2 スポーツ行動とスポーツ意識の関係 (%)

週平均のスポーツ実施	1	2	3	4	5	計	
							ほと とな んか つた
類型	N	74	76	120	46	50	366
A・B類	A	7(9.5)	3(3.9)	3(2.5)	1(2.2)	0	14(3.8)
	A'	5(6.8)	2(2.6)	1(0.8)	0	1(2.0)	9(2.5)
	B	3(4.1)	2(2.6)	4(3.3)	1(2.2)	0	10(2.7)
	B'	6(8.1)	6(7.9)	3(2.5)	0	1(2.0)	16(4.4)
	AB	3(4.1)	3(3.9)	1(0.8)	2(4.3)	2(4.0)	11(3.0)
	計	24(32.4)	16(21.1)	12(10.0)	4(8.7)	4(8.0)	60(16.4)
C類	C	6(8.1)	5(6.6)	9(7.5)	3(6.5)	6(12.0)	29(7.9)
	C'	8(10.8)	10(13.2)	12(10.0)	6(13.0)	7(14.0)	43(11.7)
	C''	9(12.2)	9(11.8)	3(2.5)	2(4.3)	1(2.0)	24(6.6)
	C'''	8(10.8)	8(10.5)	15(12.5)	6(13.0)	7(14.0)	44(12.0)
	計	31(41.9)	32(42.1)	39(32.5)	17(37.0)	21(42.0)	140(38.3)
D・E類	D	0	0	0	0	0	0
	D'	2(2.7)	4(5.3)	4(3.3)	1(2.2)	0	11(3.0)
	E	8(10.8)	10(13.2)	27(22.5)	19(41.3)	18(36.0)	82(22.4)
	E'	2(2.7)	9(11.8)	21(17.5)	3(6.5)	4(8.0)	39(10.7)
	DE	7(9.5)	5(6.6)	17(14.2)	2(4.3)	3(1.0)	34(9.3)
	計	19(25.7)	28(36.8)	69(57.5)	25(54.3)	25(50.0)	166(45.4)

$\chi^2=82.365, df=48, p<.01$

表3 スポーツ意識の分類法

類	A・B類		C類	D・E類	
(規範信念)	(低い)		(中程度)	(高い)	
	(A類)	(B類)	(C類)	(D類)	(E類)
典型	A型	B型	C型	D型	E型
準典型	A'型	B'型	C'型	D'型	E'型
(態度・信念)	(低い)	(高い)	(中程度)	(低い)	(高い)

表4 行動意図とスポーツ意識の関係 (%)

類型	行動意図 型 N	1	2	3	4	計
		しない	おし ない だろ う	おす らだ らう	かな ら ず す る	
A・B類	A	6(37.5)	4(5.0)	1(1.2)	3(1.6)	14(3.8)
	A'	1(6.3)	5(6.3)	2(2.4)	1(0.5)	9(2.5)
	B	0	2(2.5)	3(3.7)	5(2.7)	10(2.7)
	B'	3(18.8)	6(7.5)	4(4.9)	3(1.6)	16(4.4)
	AB	2(12.5)	2(2.5)	3(3.7)	4(2.1)	11(3.0)
	計	12(75.0)	19(23.8)	13(15.9)	16(8.6)	60(16.4)
C類	C	0	11(13.8)	5(6.1)	13(7.0)	29(7.9)
	C'	0	11(13.8)	10(12.2)	22(11.8)	43(11.8)
	C''	4(25.0)	10(12.5)	4(4.9)	6(3.2)	24(6.6)
	C'''	0	9(11.3)	10(12.2)	25(13.4)	44(12.1)
	計	4(25.0)	41(51.3)	29(35.4)	66(35.3)	140(38.4)
D・E類	D	0	0	0	0	0
	D'	0	2(2.5)	7(8.5)	2(1.1)	11(3.0)
	E	0	6(7.5)	15(18.3)	60(32.1)	34(9.3)
	E'	0	3(3.8)	12(14.6)	24(12.8)	81(22.5)
	DE	0	9(11.3)	6(7.3)	19(10.2)	39(10.7)
	計	0	20(25.0)	40(48.8)	105(56.2)	165(45.2)

$\chi^2=145.370, df=36, p<.01$

日」群では「かならずする」と答えた者は100%、「週3〜4日」群は93.3%、「週1〜2日」群は62.5%、「月1〜2回」群は15.8%、「ほとんどしなかった」群は10.8%と徐々に低下傾向がみられた。すなわち、週平均のスポーツ実施が多い者ほど行動意図が高く、少ない者ほど行動意図が低いことが明らかである。これまでに行動と行動意図の関係については、Fishbein & Combs¹⁰⁾の投票行動、Pomazale & Jaccard²⁶⁾の犠牲

的行動、Zuckerman & Reis⁴²⁾の献血行動、Schwartz & Tessler²⁷⁾の臓器移植、Devries & Ajzen⁴⁾のキャンピング、井上・田中たち⁵⁻⁶⁾の献血、喫煙、キャンピング、婚前交渉、キセル乗車で高い相関があることが報告されている。スポーツの分野ではRiddle³⁹⁻⁴⁰⁾のジョギング、Holman¹⁴⁾のフットボールゲームへの参加、徳永たち^{32),38)}のランニング行動で相関が高いことが認められている。これまでの報告のように、大学生のスポーツ

表5 スポーツクラブ所属と行動意図の関係(%)

行動意図		スポーツクラブ所属			
		1 しない	2 おそら くする だろう	3 おそら くする だろう	4 かな らず する
N					
1. 所属して いない	184 (50.4)	16 (8.7)	75 (40.8)	58 (31.5)	35 (19.0)
2. 途中で やめた	11 (3.0)	0	2 (18.2)	7 (63.6)	2 (18.2)
3. 所属して いる	170 (46.6)	0	3 (1.8)	17 (10.0)	150 (88.2)

$\chi^2=188.934$, $df=6$, $p<.01$

行動においても行動と行動意図に有意な相関関係があることが明確にされた。

2) スポーツ行動とスポーツ意識の関係

週平均のスポーツ実施程度とスポーツ行動診断検査で得られたスポーツ意識の型(表3)との関係を分析した。結果は表2のとおりである。 χ^2 検定の結果は1%水準で有意であった。

スポーツ実施程度が「週5~7日」群はE類(E, E'型)が44.0%で最も多く、「週3~4日」群でもE類が47.8%で多かった。E類は態度(感情的側面)、信念(効果に対する認知)、規範信念(重要な他者の期待に対する信念)のいずれも高く、スポーツ意識としては最も望ましい型である。類型別に大別すると実施程度の多い群には規範信念に高いD・E類型が最も多かった。逆に、スポーツ実施の少ない「ほとんどしなかった」群や「月1~2日」群には、AB類が32.4%、21.1%で多く含まれていた。一方、態度、信念、規範信念のいずれも中程度のC類型は、スポーツ実施の多い群にも少ない群にも含まれているという特徴がみられた。

以上のようにスポーツの実施程度と態度、信念、規範信念によって分類されたスポーツ意識の型の間には有意な関係があることが明らかにされた。これらの結果もスポーツを対象としたRiddle³⁹⁻⁴⁰⁾、橋本たち¹³⁾、徳永たち^{30-32),34-36)}が同様の結果を報告している。その他社会的行動についてはAjzen & Fishbein¹⁻²⁾をはじめ多くの研究^{4-6),10),26),27),41-42)}で相関が高いことが報告されている。

3) 行動意図とスポーツ意識の関係

次の2週間のスポーツの実施に対する行動意図とス

表6 スポーツクラブ所属とスポーツ意識の関係(%)

スポーツクラブ所属		スポーツ意識		
		1 所 属 し て	2 途 中 で や め た	3 所 属 し て
N				
類型	型	184	11	170
A・B類	A	12(6.5)	0	2(1.2)
	A'	7(3.8)	0	2(1.2)
	B	7(3.8)	1(9.1)	2(1.2)
	B'	12(6.5)	2(18.2)	2(1.2)
	AB	7(3.8)	0	4(2.4)
	計		45(24.5)	3(27.3)
C類	C	16(8.7)	1(9.1)	12(7.1)
	C'	24(13.0)	0	19(11.2)
	C''	17(9.2)	1(9.1)	6(3.5)
	C'''	21(11.4)	1(9.1)	22(12.9)
	計		78(42.4)	3(27.3)
D・E類	D	0	0	0
	D'	8(4.3)	0	3(1.8)
	E	23(12.5)	3(27.3)	55(32.4)
	E'	17(9.2)	2(18.2)	20(11.8)
	DE	13(7.1)	0	21(12.4)
	計		61(33.2)	5(45.5)

$\chi^2=54.928$, $df=24$, $p<.01$

スポーツ意識の型の関係をみると表4のとおりである。 χ^2 検定の結果は1%水準で有意性が認められた。

行動意図の高い「かならずする」と答えた群にはE類が44.9%で最も多く、「おそらくするだろう」群でもE類は32.9%で最も多かった。逆に、「しない群」にはD類やE類は皆無で、A類が41.8%で最も多かった。A類は態度、信念、規範信念のいずれも低く最も望ましくない型である。また、C類型は行動意図の高低に拘わらず、いずれにも含まれているのが特徴であった。

以上のことから、行動意図とスポーツ意識の型にも有意な関係があることが明らかにされた。行動意図と態度、信念、規範信念に相関が高いことはRiddle³⁹⁻⁴⁰⁾、Holman¹⁴⁾、徳永たち^{32),34-36)}の報告でも同様である。したがって、スポーツ意識の型には当然ながら顕著な関係がみられたものと思われる。

4) スポーツクラブ所属と行動意図・スポーツ意識の関係

スポーツクラブ所属と行動意図の関係およびスポー

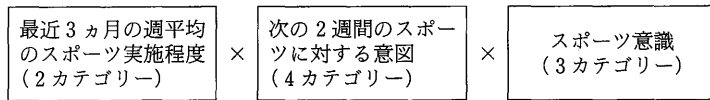


図1 継続性の予測変数

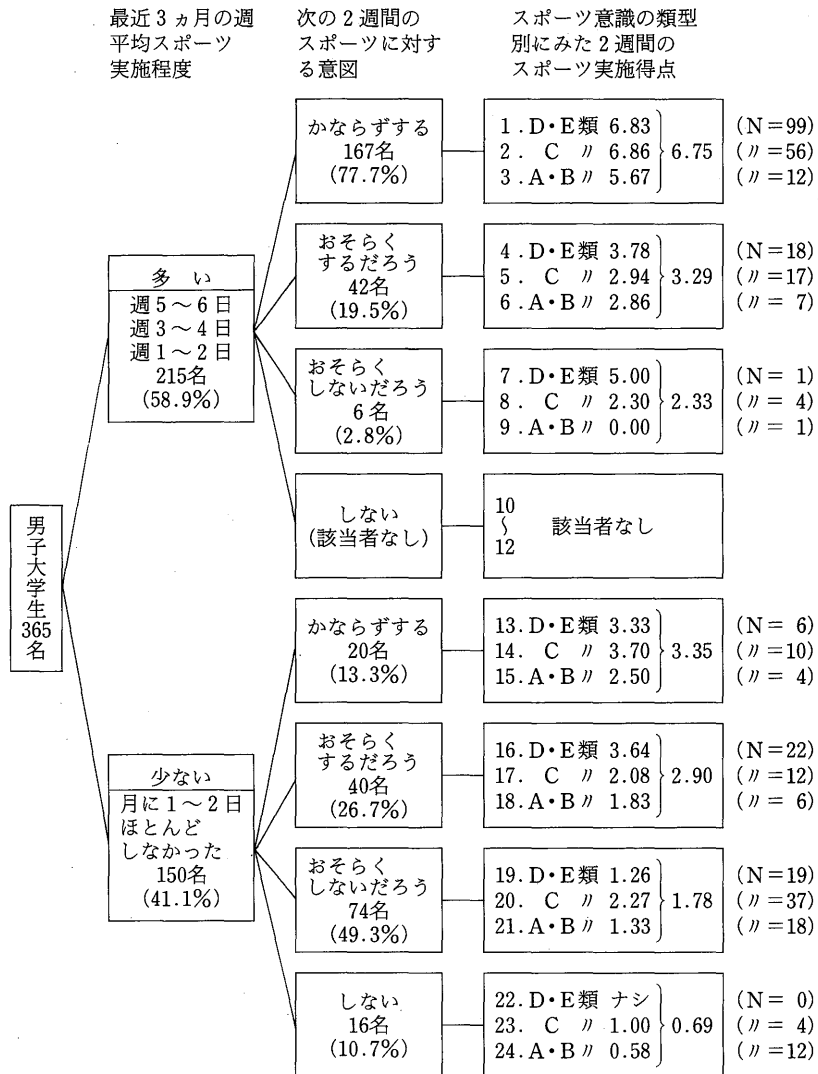


図2 継続性の予測パターンとスポーツの実施得点の関係

ツ意識の関係をみると、表5、6のとおりである。いずれも χ^2 検定で1%水準で有意性が認められた。

スポーツクラブ所属者は当然ながら行動意図が高く、スポーツ意識も望ましいE類が44.2%で最も多かった。また、スポーツクラブに所属していない者には、行動意図が低く、スポーツ意識の望ましくないA類・B類がいずれも10.3%で多くみられた。これらの関係は週平均のスポーツの実施程度と行動意図およびスポーツ意識の関係とほぼ同様であった。すなわちスポーツクラブに所属している者は行動意図が高く、望ましいスポーツ意識を持っていることが明らかにされた。

2. スポーツの継続性を予測するパターン

前述されたように、行動、行動意図、意識の3変数には高い相関があることが明らかにされた。そのことから、これらの3変数を組み合わせたパターンを作ればスポーツ行動の実施を予測するためにさらに確率の高いパターンが作成されるものと考えられた。そこで、スポーツ行動診断検査の結果から知ることができる行動、行動意図、意識を図1のように組み合わせてパターンを作成した。行動は2カテゴリー、行動意図は4カテゴリー、意識は3カテゴリーである。その結果、24のパターンが作成された。

次に、それぞれのパターンごとにスポーツ行動診断検査の実施日から2週間のスポーツ行動の実施程度を比較した。つまり、本稿での継続性とは2週間という短期間でのスポーツ実施を便宜的に設定したということである。2週間のスポーツの実施程度は実施した日を1点として計算し、その合計得点を算出し、スポーツ実施得点とした。すなわち、スポーツ実施得点は0~14点の幅であり、得点が多ければスポーツの実施が多かったことを意味している。

全体的傾向としては、「非常によくした(10~14点)」群が13.9%、「かなりした(6~9点)」群は22.7%、「すこしした(2~5点)」群は31.4%、「ほとんどしなかった(0~1点)」群は32.0%であった。

次に、24個のパターンとスポーツ実施得点の関係をみると図2のとおりである。最も実施得点の高かったパターンは、「現在のスポーツが多く、行動意図が非常に高く、スポーツ意識がC類型」が6.86点であった。また、行動と行動意図は前述のとおりで、スポーツ意識がD・E類型も6.83点が高かった。D・E類はD類とE類が複合したものであり、スポーツ意識が最も望ましいE類だけでみれば、さらに高いスポーツ実施得点が見られるものと思われる。

逆に、最も実施得点が低いパターンは「現在のスポ

表7 「現在まで」と「2週間後」のスポーツ実施程度
の関係 (%)

現在のスポーツ実施 2週間後のスポーツ実施 実施得点	N	ほ 月	週週	計	
		としに んな1 どか つ2 た日	にに 1 3 5 5 5 5 2 4 7 日 日 日		
		150	260	366	
ほとんど していない	0	55(36.7)	21(9.7)	76(20.8)	117(32.0)
	1	31(20.7)	10(4.6)	41(11.2)	
すこしした	2	16(10.7)	13(6.0)	29(7.9)	115 (31.4)
	3	16(10.7)	16(7.4)	32(8.7)	
	4	8(5.3)	26(12.0)	34(9.3)	
	5	6(4.0)	14(6.5)	20(5.5)	
よくした	6	6(4.0)	20(9.3)	26(7.1)	134 (36.6)
	7	3(2.0)	19(8.8)	22(6.0)	
	8	1(0.7)	19(8.8)	20(5.5)	
	9	2(1.3)	13(6.0)	15(4.1)	
	10	1(0.7)	16(7.4)	17(4.6)	
	11	2(1.3)	12(5.6)	14(3.8)	
	12	2(1.3)	10(4.6)	12(3.3)	
	13	0	4(1.9)	4(1.1)	
	14	1(0.7)	3(1.4)	4(1.1)	

$\chi^2=104.661$, $df=14$, $p<.01$

ーツが少なく、行動意図は非常に低く、スポーツ意識がA・B類型」の0.58点であった。A・B類型はA類とB類を複合したものであり、スポーツ意識が最も望ましくないA類だけを分析すれば、さらに低得点を示すものと思われる。

そのほかのパターンは、図2に明らかのように上段から下段にかけて実施得点が減少傾向を示している。したがって、これらの結果に対して、仮に1週間に2日以上スポーツ実施を望ましいと考えるならば、スポーツ実施得点が3.0以下のパターンに該当する者は継続性という視点からみると問題があるということができよう。本稿では2週間という短期間ではあったが、これらの3変数から作成されたパターンによってスポーツの継続性を予測することができたものと思われる。ひいては、長期的なスポーツの継続性がこれらの3変数によって予測できる可能性を示唆しているものと考えられる。スポーツ行動診断検査では、これらの変数のほかに、多くのスポーツ条件を明確に知ることができる。各種のスポーツ条件を追加・補足することによ

表8 スポーツの継続性とスポーツ条件の関係(F検定)

スポーツ意識 及び スポーツ条件	継続性		非継続群		継続群		検 定	
	内容 (N)		現在まで及び 2週間後とも ほとんどしてい ない(N=86)		現在まで及び 2週間後とも よくした (N=116)		F	順 位
	M	SD	M	SD	値	P		
1. 態度(快感情)	12.1	2.34	13.4	2.01	16.490 **		(7)	
2. // (不安感情)	13.1	2.12	13.9	2.04	6.434 *			
3. 信念(心理的效果)	14.1	2.53	16.4	3.39	42.556 **		(5)	
4. // (社会的 //)	13.8	2.62	16.1	2.20	46.117 **		(4)	
5. // (身体的 //)	14.8	2.84	16.4	2.53	17.437 **		(6)	
6. 規範信念	5.2	1.79	7.5	2.22	58.247 **		(2)	
7. 過去のスポーツ条件	14.3	3.29	15.3	3.34	4.642 *			
8. 現在の //	10.0	2.38	14.4	3.28	110.368 **		(1)	
9. 重要な他者	8.9	2.59	12.1	3.14	57.423 **		(3)	
10. 性格(適応性)	8.5	1.59	9.1	1.50	8.029 **			
11. // (情緒性)	7.6	1.48	7.8	1.65	1.500 -			
12. // (活動性)	6.7	1.91	7.6	1.73	10.799 **			
13. // (意志性)	7.9	1.58	8.6	1.47	11.501 **			
14. 生活意識	5.4	1.25	6.0	1.29	8.087 **			
15. 身体面(スポーツ技能)	3.2	0.93	3.6	0.71	12.329 **		(9)	
16. // (健康度)	2.4	0.81	2.8	0.86	11.480 **		(10)	
17. // (肥満度)	3.0	0.80	3.2	0.67	5.451 -			
18. // (体力)	6.6	1.77	7.6	1.94	12.682 **		(8)	

** P<.01, * P<.05

り予測はさらに高まるものと考えられる。その方法は今後の課題である。

3. スポーツの継続性に影響する要因

現在まで及び2週間のスポーツ実施程度の間接性をみると表7のとおりである。この中から、「現在まで及び2週間ともスポーツをよくした」群をスポーツ継続群とし、「現在まで及び2週間ともスポーツをほとんどしていない」群をスポーツ非継続群として2群を作成した。すなわち、表7の黒枠で示した2群を比較することによって、継続性の要因を明らかにしようとした。

表8は χ^2 値とクラマー係数による比較である。表9は平均値とF検定による比較を示したものである。本来、これらの変数はスポーツ行動の規定要因から設定された変数であるから、有意性があるのは当然であるが、本対象者でも「性格の情緒性」と「肥満度」を除いてすべての変数に有意性が認められた。

行動意図、スポーツクラブ所属、スポーツ意識の型が顕著に影響していることは当然であろう。そのほか

の変数としては、クラマー係数とF値が高い上位5項目をみると、「現在のスポーツ条件」「規範信念」「重要な他者」「社会的効果への信念」「心理的效果への信念」の順位で共通していた。すなわち、大学生のスポーツの継続性の要因としては、現在のスポーツ条件(時間、友人、チャンス、場所、指導者)に恵まれ、重要な他者(家族、友人、地域の人びと)の存在や期待感があり、スポーツの社会的・心理的效果を高く認知していることなどが特徴としてあげられる。

そのほか、「身体的効果への信念」「体力」「態度(快感情)」「活動的性格」「スポーツ技能」など多くの要因が有意に関係していることが明らかにされた。これらの結果は、スポーツ行動の要因を分析した多くの研究^{9),8),13),15-21),24-25,28-31)}で報告された内容に共通したものが多。

4. スポーツの継続性と健康度の関係

表7で作成されたスポーツ継続群及びスポーツ非継続群の2群と松本たち²²⁻²³⁾の健康度診断検査の結果

表9 スポーツの継続性とスポーツ条件の関係(χ^2 , クラマー係数による)

継続要因	χ^2 値	df	p	クラマー係数	順位
1. 態度(快感情)	14,198	4	**	0.265	10
2. // (不安感情)	6,275	4	—	0.176	
3. 信念(心理的效果)	32,666	4	**	0.402	5
4. // (社会的//)	36,892	4	**	0.427	4
5. // (身体的//)	20,952	4	**	0.322	6
6. 規範信念	45,537	4	**	0.475	2
7. 過去のスポーツ条件	12,086	4	*	0.245	
8. 現在の//	66,796	4	**	0.575	1
9. 重要な他者	43,394	4	**	0.463	3
10. 性格(適応性)	8,251	4	—	0.202	
11. // (情緒性)	2,853	4	—	0.119	
12. // (活動性)	20,287	4	**	0.317	7
13. // (意志性)	11,861	4	*	0.242	
14. 生活意識	9,100	4	—	0.212	
15. 間接的スポーツ	12,474	3	**	0.241	
16. 身体面(スポーツ技能)	11,039	3	*	0.234	
17. // (健康度)	6,533	3	—	0.180	
18. // (肥満度)	4,592	3	—	0.151	
19. // (体力)	19,948	4	**	0.314	8
20. クラブ所属(小学)	2,193	3	—	0.104	
21. // (中学)	1,598	3	—	0.089	
22. // (高校)	19,062	3	**	0.307	9
23. // (大学)	123,872	3	**	0.783	2
24. スポーツ意識(型)	59,879	12	**	0.588	3
25. // (類型)	38,467	2	**	0.436	4
26. 行動意図	152,840	4	**	0.890	1

**p<.01, *p<.05

の関係のみた。結果は表10のとおりである。

最も顕著な関係が認められたのは精神的健康の「いきがい」尺度であった。このことはスポーツ継続者は人生に希望や夢を持っており、不運や困難に立ちむかう自信を持ち、自分の生き方に満足していることを意味している。

そのほか、「趣味的活動」「社会奉仕活動」「体力」「生活意欲度」「体調」「身体的疲労」「友人との交際度」の尺度に有意な平均差が認められた。

これらのことから、大学生でスポーツの継続的な実施者は健康の身体面・精神面・社会面で、その健康度を高く評価していることが明らかにされた。

以上のように、行動・行動意図・意識によってスポーツ行動の継続性を予測することが可能であること、

スポーツの継続性に影響する要因を明らかにすることができた。また、スポーツ継続者の健康度は顕著に高く、スポーツの効用性が推察できたものと思われる。

今後、健康法としてのスポーツの継続性は重要な課題であるので、スポーツ行動診断検査の活用法として重要な視点が明らかにされたものと思われる。スポーツ行動診断検査すなわち、本検査を実施することにより、スポーツの継続性が予測できるかどうか、予測できないとするとどの要因に問題があるのか、そして、継続性の効用などについて指導・助言が与えられるものと思われる。

要 約

大学1年生の男子学生366名を対象にスポーツに関

表10 スポーツの継続性と健康度評価の関係

斜面	健康度測定項目	継続性		非継続群		継続群		F 検定		
		内容		現在まで及び2週間後ともほとんどしていない(N=86)		現在まで及び2週間後ともよくした(N=116)		F 値	P	順位
		M	SD	M	SD					
身健 体康 的度	身体的愁訴	14.9	2.64	15.3	2.45	1.164	—			
	〃 疲労	14.4	2.36	15.2	2.15	5.642	*			
	体力	15.3	2.26	16.4	2.07	13.890	**	(4)		
	体調	16.7	2.02	17.5	1.97	7.509	**			
精健 神康 的度	いきがい	15.5	2.93	17.1	2.30	20.499	**	(1)		
	対人適応度	12.6	2.38	13.0	2.64	1.498	—			
	生活意欲度	12.8	2.58	14.0	2.58	11.554	**	(5)		
社健 会康 的度	社会奉仕活動	11.4	2.08	12.7	2.39	16.169	**	(3)		
	友人との交際度	15.5	2.68	16.3	2.27	5.357	*			
	趣味活動	13.6	2.41	15.1	2.52	18.254	**	(2)		

** P<.01, * P<.05

わる行動・行動意図・意識の相互関係, スポーツの継続性を予測するパターンの作成, 継続性に影響する要因の分析, 継続性と健康度の関係を分析した。そのおもな結果は, つぎのとおりである。

- 1) スポーツに関わる行動・行動意図・スポーツ意識の相互関係には顕著な相関が認められた。
- 2) スポーツ行動診断検査の結果から得られるスポーツ行動, 行動意図, スポーツ意識の型の3変数によって作成されたパターンによって, スポーツ行動の継続性を予測できることが明らかにされた。
- 3) スポーツの継続性には行動意図, スポーツクラブ所属, スポーツ意識の型が最も関係していた。その他, 現在のスポーツ条件, 重要な他者の期待に対する信念, 重要な他者の存在, スポーツの社会的・心理的効果への評価が顕著に関係していることが明らかにされた。
- 4) スポーツの継続的実施者は非継続者に比較して健康度の「いきがい」尺度で最も顕著に高い評価を示し, その他の身体的・精神的・社会的健康度においても高い評価を示した。
- 5) 以上の結果から, スポーツ行動診断検査を実施することにより, スポーツの継続性の予測, 継続性についての問題の所在, 継続性の効用などが指導・助言できることが示され, スポーツ行動の継続化の指導法が考察された。

文 献

- 1) Ajzen, I. and Fishbein, M.: Attitude and normative beliefs as factors influencing behavioral intentions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 21 (1), 1-9, 1972.
- 2) Ajzen, I. and Fishbein, M.: The prediction of behavioral intention in a choice situation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 5: 400-416, 1969.
- 3) 荒井貞光, 松田泰定: スポーツ行動に関する実証的研究(2). *体育学研究*, 22(3): 137-152, 1977.
- 4) DeVries, D. L. and Ajzen, I.: The relationship of attitudes and normative beliefs to cheating in college. *Journal of Social Psychology*, 83: 199-207, 1971.
- 5) 井上和子, 田中国夫: 行動の予測因としての態度およびその他の変数に関する研究(I). *心理学研究*, 44: 195-205, 1973.
- 6) 井上和子, 田中国夫: 行動の予測因としての態度およびその他の変数に関する研究(II). *心理学研究*, 46: 39-47, 1975.
- 7) 井上和子, 「態度と行動(1)」, 田中国夫(編), 新版現代社会心理学. 誠信書房, pp. 170-79,

- 1977.
- 8) 伊藤豊彦：原因帰属様式と身体的有能さの認知がスポーツ行動に及ぼす影響——スポーツ行動に関する原因帰属モデルの検討——. 体育学研究, 31(4) : 263-271, 1987.
 - 9) Fishbein, M. (Ed.): Reading in attitude theory and measurement. New York, Wiley, 1967.
 - 10) Fishbein, M. and Coombs, F. S.: Basis for decision: An attitudinal analysis of voting behavior. Journal of Applied Social Psychology, 4(2) : 95-124, 1974.
 - 11) Fishbein, M. and Ajzen, I., Belief, attitude, intention and behavior: An introduction to theory and research. Addison-Wesley.: Reading Mass., 1975.
 - 12) Greendorfer, S. L.: Role of socializing agents in female sport involvement. Research Quarterly, 48(2) : 308-309, 1977.
 - 13) 橋本公雄, 徳永幹雄, 松本寿吉：生涯体育の視点からみた大学体育のあり方に関する研究——身体活動に対する態度と行動について——, 生涯体育の視点からみた大学体育のあり方に関する研究, 九州地区生涯体育研究会, 71-91, 1980.
 - 14) Holman, P. A., : Validaton of an attitude scale as a device for prediction behavior. Journal of Applied Psychology, 40 : 347-349, 1956.
 - 15) 嘉戸 脩, 永島惇正, 川辺 光, 萩原美代子, 加藤爽子：直接的スポーツ関与の分析とその要因に関する研究, 体育社会学研究会(編), スポーツ参与の社会学. 道和書院, 1977, pp. 45-46.
 - 16) 金崎良三, 橋本公雄：学生の課外体育活動に関する研究(第1報)——その規定要因について——. 九州大学体育学研究, 5(4) : 27-35, 1976.
 - 17) 金崎良三, 厨 義弘：社会人のスポーツクラブ所属を規定する要因の分析. 健康科学, 2 : 141-153, 1980.
 - 18) 金崎良三：スポーツクラブの日常的活動を規定する要因の分析. 健康科学, 3 : 87-95, 1981.
 - 19) 小椋 博, 影山 健：労働要因がスポーツ参与に及ぼす影響の分析——重回帰モデルによる計量的研究——. 体育学研究, 22(5) : 311-319, 1977.
 - 20) 桑野 豊, 池田 勝, 山口泰雄：パス解析によるスポーツ参与の分析. 筑波大学体育科学系紀要, 2 : 23-30, 1979.
 - 21) 松田泰定, 東川安雄, 荒井貞光：スポーツ行動に関する実証的研究(3)——スポーツ種目選択行動について——. 体育学研究, 24(1) : 1-11, 1979.
 - 22) 松本寿吉：健康度診断検査についての研究. 健康科学, 9 : 159-180, 1987.
 - 23) 松本寿吉(代表)：健康度診断検査用紙(中学生へ成人用). KKトーヨーフィジカル, 1987.
 - 24) 永吉宏英, 江橋慎四郎, 桑野 豊, 島崎 仁：フィジカル・レクリエーション成立を促す要因分析. レクリエーション研究, 6 : 29-37, 1977.
 - 25) 丹羽劭昭, 長沢邦子：女子大生のスポーツ参加を規定する要因の検討. 体育学研究, 23(2) : 109-119, 1978.
 - 26) Pomazal, R. J. and Jaccard, J. J.: An informational approach to altruistic behavior. Journal of Personality and Social Psychology, 33(3) : 317-326, 1976.
 - 27) Schwartz, S. H. and Tessler, R. C.: A test of a model for reducing measured attitude-behavior discrepancies. Journal of Personality and Social Psychology, 24(2) : 225-236, 1972.
 - 28) 多々納秀雄, 厨 義弘：スポーツ参加の多変量解析(I)——数量化理論第II類による要因分析——. 健康科学, 2 : 103-118, 1980.
 - 29) 多々納秀雄, 厨 義弘：スポーツ参加の多変量解析(II)——数量化理論第III類によるパターン分析——. 健康科学, 2 : 119-140, 1980.
 - 30) 徳永幹雄, 橋本公雄, 坂井純子：身体運動に対する態度の構造と運動の関係についての研究. 九州大学体育学研究, 5(4) : 9-20, 1976.
 - 31) 徳永幹雄, 橋本公雄：身体運動に対する態度と行動に関する研究. 健康科学, 1 : 53-61, 1979.
 - 32) 徳永幹雄, 多々納秀雄, 橋本公雄, 金崎良三：スポーツ行動の予測因子としての行動意図・態度・信念に関する研究(I)——ランニング実施に対するFishbeinの行動予測式の適用——. 体育学研究, 25(3) : 179-190, 1980.
 - 33) 徳永幹雄, 橋本公雄, 多々納秀雄, 金崎良三：スポーツ行動の予測因子としての行動意図・態度・信念に関する研究(II)——ランニング実施者と非実施者の諸属性の比較——. 健康科学, 2 : 91-101, 1980.
 - 34) 徳永幹雄, 金崎良三, 多々納秀雄, 橋本公雄：スポーツ行動の予測に関する研究. 昭和57年度文部省科学研究費(一般研究B)研究成果報告書, 1983.

- 35) 徳永幹雄, 金崎良三, 多々納秀雄, 橋本公雄: スポーツ行動の予測と診断, 不味堂出版, 1985.
- 36) 徳永幹雄, 庭木守彦, 佐々木 稔, 山本勝昭, 金崎良三, 多々納秀雄, 橋本公雄: 現代スポーツの社会心理, 遊戯社, 1985.
- 37) 徳永幹雄, 金崎良三, 多々納秀雄, 橋本公雄: スポーツ行動診断検査用紙(DISC. 4). KKトーヨーフィジカル, 1987.
- 38) 徳永幹雄, 金崎良三, 多々納秀雄, 橋本公雄: 九健式・スポーツ行動診断検査(DISC) — 手引き —. KKトーヨーフィジカル, 1988.
- 39) Riddle, P. K.: Attitude beliefs, behavioral intention of women and men toward regular jogging. Doctoral Dissertation, Univ. of Illinois, 1978.
- 40) Riddle, P. K.: Attitude, beliefs, behavioral intention of women and men toward regular jogging. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 51 (4): 663-674, 1980.
- 41) Triandis, H.T.: Attitude and attitude change. John Wiley and Sons, Inc., 1971, pp. 51-54.
- 42) Zuckerman, M. and Reis, H.T.: Comparison of there model for Predicting altruistic behavior. *Journal of personality and Social Psychology*, 36: 498-510, 1978.