

論文提出者名

松原紀子（心身科学科健康科学専攻博士後期課程）

論文題名

小学生が付けたい体力と保護者が子どもに付けさせたい体力

(論文内容の要旨)

I. 緒言

体力は、身体的要素と精神的要素から構成されている。さらに、両者とも行動体力と防衛体力があり、行動体力は運動能力、防衛体力は抵抗力や免疫力などの健康維持能力である。現代の子どもたちが抱えている健康問題の一つに体力低下がある。行動体力では、運動をする子どもとしない子どもの二極化が見られ、体力レベルにも差が生じていること、また、昭和60年をピークに低下していることなどである。一方、防衛体力では、身体の「だるさ」や「疲れやすさ」の訴えの増加、アレルギー疾患の増加、および、メンタルヘルスの不安定さなどがある。したがって、子どもの体力向上のためには、行動体力と防衛体力の両面への取り組みが必要である。現在の取り組みの状況をみると、多くは昭和39年（1964年）以降実施している「体力・運動能力調査」の結果に基づくものである。防衛体力は先行研究も少なく十分に組み込まれているとはいえない。また、子どもや保護者のイメージする「体力」が、「行動体力」のみである可能性もある。こうした現状において、子どもの体力の向上に取り組む時、子どもが付けたい体力と保護者が子どもに付けさせたい体力が行動体力なのか防衛体力なのか。また、どのような理由で体力向上を望んでいるかを明らかにすることが、子どもと保護者のニーズに即したアプローチを可能にすると考えて、本研究を行った。

II. 方法

1. 対象

2014年にA県A市の小学校2校の5、6年生の子どもと保護者を1組として、質問紙調査を行った。総数374組であった。不備があった者を除いた結果、分析対象は、353組（5年174、6年179）の子ども及び保護者となった。有効回収率は、94.4%であった。

2. 調査項目

質問紙の調査項目は、属性、運動の実施状況等の項目、生活状況の項目、健康状態に関する項目、体力に関する項目、付けたい体力についての項目である。付けたい体力については、“防衛体力”は、①疲れにくい体、②暑さ・寒さに負けない体、などの5項目、“行動体力”は①筋肉力がある体、②瞬間的に強い力を出せる体、などの5項目とした。また、1年間の学校欠席日数を保護者の同意を得て学校から入手した。

3. 統計解析

子どもが付けたい体力と保護者が子どもに付けさせたい体力が、行動体力であるか防衛体力であるかの検討はクロス集計、子どもが付けたい体力と保護者が子どもに付けさせたい体力の関連についての検討は McNemar 検定を用いた。さらに、子どもが付けたい体力の規定要因の検討には、付けたい体力の防衛体力と行動体力を基準変数、学校欠席日数、及び質問紙の調査項目の中から46変数を候補変数とした。

なお、データの解析には、統計ソフト SAS (Version 9.4) を使用し、統計上の有意水準は5%未満とした。

III. 結果

1. 子どもが付けたい体力・保護者が子どもに付けさせたい体力とその関連

子どもが付けたい体力は、防衛体力と行動体力別では、防衛体力175名(51.1%)、行動体力167名(48.9%)であり、ほぼ同数であった。保護者が子どもに付けさせたい体力は、防衛体力260名(76.0%)、行動体力82名(24.0%)であり、行動体力に対して防衛体力を約3倍望んでいた。子どもが付けたい体力と保護者が子どもに付けさせたい体力には、有意な相違がみられた。

2. 子どもが付けたい体力を選択した規定要因

子どもが付けたい体力として行動体力に対して防衛体力を選んだ理由として、「スポーツをやった時に勝ちたい」を選択した子どもは、あまり防衛体力を選択しなかった。また、「自分に自信を持ちたい」を選択した子どもも、あまり防衛体力を選択しなかった。

一方、「勉強を頑張りたい」、「病気になりたくない」、「将来、職業についた時に頑張れる体になりたい」を選択した子どもは、防衛体力を多く選択していた。また、保護者が「スポーツをやった時に勝ってほしい」や「病気にならないようにしてほしい」を選択した子どもは、防衛体力を多く選択していた。さらに、保護者が「子どもさんは、体力がある」を選択した子

どもは、防衛体力を多く選択していた。

3. 保護者が子どもに付けさせたい体力を選択した規定要因

子どもに「アレルギー疾患がある」を選択した保護者は、付けさせたい体力として防衛体力を多く選択した。子どもが付けたい体力を選んだ理由として「勉強を頑張りたい」を選択した保護者や、子どもに付けさせたい体力を選んだ理由として「病気にならないようにしてほしい」を選択した保護者は、防衛体力を多く選択していた。さらに、子どもが、「車に酔いやすい」を選択している保護者も防衛体力を多く選択していた。

一方、子どもが付けたい体力を選んだ理由として「元気に動けるようになりたい」を選択した保護者や、子どもに付けさせたい体力を選択した理由として「スポーツをやった時に勝ってほしい」を選択した保護者は、防衛体力を選択した者が少なかった。さらに、子どもが「今、家族との関係は良い」を選択している保護者や、子どもが「イライラ状況（ストレス状況）にある」を選択した保護者は、防衛体力を選択した者が少なかった。

IV. 考察

1. 子どもが付けたい体力と保護者が子どもに付けさせたい体力の違い

本調査では、子どもの半数は、行動体力を付けたいと望み、残りの半数は、防衛体力を付けたいと望んでいた。一方、保護者では、行動体力よりも防衛体力を子どもに付けさせたいと望む者が多く、子どもが付けたい体力と保護者が子どもに付けさせたい体力には、明らかな違いがあった。これは、昭和39年以降、毎年実施している「体力・運動能力調査」が影響していると考えられる。この結果を踏まえて体育や課外指導等のスポーツに親しむ習慣付けや意欲を高めることのできる実践につなげている。したがって、学校教育で学ぶ子どもは、「体力」のイメージを行動体力と捉えていた可能性がある。

一方、多くの保護者が防衛体力を付けさせたいと望んだのは、子どもの防衛体力の低下を認識していたためと考えられる。

しかしながら、体力の課題解決のためには、子どもが付けたい体力と保護者の付けさせたい体力が一致していなければ、課題を解決することは困難であり、保護者と子どもが共に同じ意識を持つための方策を検討していく必要がある。

2. 子どもが付けたい体力とその規定要因

行動体力を望む子どもは、「スポーツをやった時に勝ちたい」、「自分に自信を持ちたい」と

望んでいた。スポーツをすることで、目標が明確になり、その達成感によって自信を持ち、新たな挑戦に繋がる。

一方、防衛体力を望む子どもは、「勉強を頑張りたい」、「将来、職業についての時に頑張れる体になりたい」、「病気になりたくない」と望んでいた。勉強を頑張るためには、安定した心や病気に罹りにくい健康維持能力を持ちつつ、心と体のバランスを取りながら発育発達していくことが最も重要である。このような観点からみて、抵抗力や健康維持能力である防衛体力を望むことは妥当な結果であるといえる。児童生徒の健康状態サーベイランス事業報告書によると子どもの健康状態は、近年、アレルギー疾患や感情の爆発、「だるさ」や「疲れやすさ」などが増加傾向となっている。今後は、抵抗力や健康維持能力を高め、心の安定をはかるため適度な運動で防衛体力を向上させる取組が必要である。また、「将来、職業についての時に頑張れる体になりたい」と望む子どもは防衛体力を望んでいた。将来、就職した時、心身ともに健康で働くことは社会人として必要不可欠である。また、1970年から2010年までの産業別就業構造の推移をみると、高い行動体力が必要である第1次産業と第2次産業の割合は減少しつつある。一方、行動体力を必要としない第3次産業は、大幅に増えている。就業構造が変化するに伴い、必要とされる体力が行動体力から防衛体力へと変化するのは自然なことであると思われる。

以上のことから、高い行動体力よりも規則正しい生活習慣を身に付け、ストレスの解消となるような適度な運動を行うことで防衛体力を高めることが必要である。

3. 保護者が子どもに付けさせたい体力とその規定要因

行動体力を望む保護者は、「スポーツをやった時に勝ってほしい」と望んでおり、また「子どもが家でよくストレスに状態にある」と回答していた。保護者は、スポーツを行うことで「頑張ることの大切さ」や心の安定などを望んでいると思われる。

一方、防衛体力を望む保護者は、「病気にならないようにしてほしい」、また「子どもにアレルギー疾患がある」と回答していた。近年、児童生徒を取り巻く生活環境や疾病構造の変化に伴い、アレルギー疾患の保有率が増加している。アレルギー疾患児の保護者にとっては、行動体力は、優先項目ではない。

4. 子どもと保護者の意識の違いと研究の限界

保護者が自分の子どもに対する意識として「病気にならないようにしてほしい」と回答した保護者の子どもは、行動体力よりも防衛体力を付けたいと望んでいた。しかし、本調査では、

保護者と子どもの異なる意識もみられた。「自分の子どもには体力がある」、「スポーツをやった時に勝ってほしい」と望んでいる保護者の子どもは、防衛体力を付けたいと望んでいた。これは、運動能力が高く行動体力はあるが、さらに病気にならないような防衛体力を付けたいと子ども自身が体力の広がり求めた可能性がある。また、子ども自身は防衛体力を付けたいが、保護者はスポーツでも活躍できる行動体力も付けてほしいと望んだかも知れない。

しかしながら、本調査は一部地域に限定された2校のみの結果であり、保護者の多くは母親であった。今後は、調査対象者の地域を広げると共に、父親を含めた対象者の人数を増やしていく必要がある。

V. 結論

学校生活の中で、「スポーツを頑張りたい」子は、行動体力を、「勉強を頑張りたい」子は、防衛体力をそれぞれ望んでいた。また、「将来、職業に就いた時に頑張れる体になりたい」子は、防衛体力を望んでいた。一方、多くの保護者は防衛体力を付けさせたいと望んでいた。今後は、行動体力の一面だけに注目することなく、社会構造の変化、子どもの健康状態等を考慮して、子どもに防衛体力の重要性を理解させる働き掛けが必要である。