

女子短期大学部生におけるスポーツ行動の成立条件に 鑑みる基礎的スポーツマネジメントの検討 (本学学生のライフスタイルに着目して)

木 戸 直 美

本研究では、多様化した現代における新たなスポーツ行動研究の試みとして、女子短期大学部生のライフスタイルの詳細な考察に焦点を当て、清水のスポーツ行動の成立条件（2002, p. 26）に鑑みるスポーツマネジメントについて検討した。

具体的には、本学学生を対象として、「スポーツ特性」「ライフスタイル」「日常生活充実度」等の項目を設定し、アンケート調査を行った。それらの分析、及び考察の結果、女子短期大学部生の固有なスポーツ行動が明示され今後のスポーツ生活向上のための、大学スポーツをはじめとした基礎的スポーツマネジメントが示唆された。

1. 緒言

近年では、生涯スポーツという言葉が浸透し、スポーツに対する需要が拡大化・多様化している。スポーツライフ白書（笹川スポーツ財団, 2006）では、スポーツとの関わりを「する」「観る」「視る」「読む」「支える」「話す」という6つのカテゴリーで設定している。そして、スタジアムなど競技場での成人の観戦者数は年々増加していることを報告しており（笹川スポーツ財団, 2006）、スポーツは「行う楽しさ」のみならず、「見る楽しさ」、「読む楽しさ」、「支える楽しさ」等が、魅力ではないかと考えられている（小泉ら, 2004, pp. 107-112）。さらに、醍醐は、「するスポーツ」と「みるスポーツ」の関係について「するスポーツ」が「みるスポーツ」へつながることが実証されると同時に、例えば、「みるスポーツ」としてのW杯開催によってサッカー実施意図と態度の向上が確認されること（林ら, 2003, pp. 1-13）など、「みるスポーツ」から「するスポーツ」への影響について論じている（2010, pp. 6-8）。この様な直接スポーツ参与である「するスポーツ」、及び「みるスポーツ」など間接スポーツ参与との相関を含め、スポーツへの多様な関わりにより、人々は身体的・精神的・社会的効果など文化的価値を享受することができる（中村 2002, p. 43）。

「体育・スポーツ経営とは、様々な条件整備によって、スポーツ行動の成立、維持、発展を通して人々の豊かなスポーツ生活を実現させることを目的とした営みである」（清水, 2002, p. 25）。そのため、体育・スポーツ経営学の分野において、人々の運動・スポーツ実施率などスポーツ行動率の向上は、最も重要な課題の一つである。人々が、スポーツの文化

的価値を始めとする多様な有益の価値を享受するためには、スポーツとかかわる現象、つまり、スポーツを行ったり、スポーツをみたりなどのスポーツ行動（スポーツ実践あるいは運動の実施）の成立が不可欠なためである。スポーツ行動については、人々が運動やスポーツの「場」や「機会」を巡り、どのような行動をとるのかを問題とする「運動者行動」と捉え、伝統的に高い関心が置かれている。「運動者行動」は、単に、人間の行動を数値的に説明することが重要なのではなく、条件整備としての体育・スポーツ事業の改善に反映させることを視座としていることが最たる特徴である（中村, 2002, pp. 44-45）。これまでの運動者行動研究は、宇土の体育・スポーツ事業論（1976）を原点として、近年では、多様化した体育・スポーツ現象、及び社会的変容に伴う運動者の多角的ニーズを包含した新たなスポーツ行動論としての進展がみられている。例えば、今日的な若者文化を有するストリートダンサーに着目した石川ら（2013, 2015）、超高齢社会における高齢者スポーツに焦点を当てた木戸ら（2013, 2015a, 2015b）の研究であり、いずれも体育・スポーツ事業論を基軸として、運動者の多様なニーズが反映された固有なライフスタイルに重点を置いたスポーツ行動論が展開され、現代に即したより有効的なスポーツ事業や実践的なスポーツマネジメントへの示唆を与えている。

平成24年に策定されたスポーツ基本計画では、ライフステージに応じたスポーツ活動を推進するため、政策目標として「できるかぎり早期に、成人の週1回以上のスポーツ実施率が3人に2人（65%程度）、週3回以上のスポーツ実施率が3人に1人（30%程度）となることを目標とする。」としている。しかしながら、平成27年の世論調査の結果では、成人の週1回以上のスポーツ実施率は40.4%（文部科学省, 2015）となっており、スポーツ実施頻度の向上のためには、若年層（特に女性）への取り組みが急務であるとしている（文部科学省, 2012）。若年層のスポーツ実施率向上へ取り組みと関連して、今日における大学生の体力やスポーツ行動について、多大な関心が寄せられている。大学生の肥満とやせの割合が増加していることへの指摘（下門ら, 2013, pp. 181-194）、大学体育授業の可能性（木内, 2012, pp. 110-113）、あるいは、大学運動部の視点から、学生時代の運動部所属経験は、その後の運動・スポーツ習慣に繋がり、生涯にわたって高い水準の体力を維持する要因の一つになっていること（文部科学省, 2012）などである。

しかしながら、石川ら（2013, 2015）、木戸ら（2013, 2015a, 2015b）が展開した様な現代における固有なライフスタイルの運動者という視点から、大学生、とりわけ短期大学生や短期大学部に着目し、直接的には運動・スポーツに関わらない日常生活や趣味などライフスタイルの詳細な考察との関連に基づく、スポーツ事業の条件整備やスポーツマネジメントに言及した知見は、殆ど見られておらず、不十分な状況であると考えられる。

このような背景を踏まえ、本研究では、短期大学部生のスポーツ行動とライフスタイルの詳細な考察に焦点を当てた。短期大学生や短期大学部生は、修業年限は2年または3年である。短期間で大学としての教養教育や専門教育を受けるという固有なライフスタイルを有す

る短期大学部生のスポーツ行動を解明し、それらに基づいたスポーツ行動に対するマネジメントの探索を試みる。より具体的には、清水によるスポーツ行動の成立条件 (2002, p. 26) に鑑み、上智大学短期大学部生 (以下、女子短期大学部生) の「スポーツ特性」、「スポーツ行動」、「ライフスタイル」、「日常生活充実度」等の実態を明らかにすることを第一の目的とし、第二には、明らかになった実態を踏まえ、女子短期大学部生のための適合的なスポーツマネジメントについて基礎的に検討することを目的とする。

II. 研究の方法

1. 基本的なアプローチ

図1は清水によるスポーツ行動の成立条件 (2002, p. 26) を示している。スポーツ行動の成立条件 (スポーツ行動の規定要因) は、図1に示されるように①～④に整理することができる。【①主体的条件】とは、スポーツを行う人 (運動者) 自身の条件であり、スポーツへの関心・欲求・必要感や健康状態である。【②社会的条件】とは、時間の確保や経済的な条件など人 (運動者) の生活環境である。個人的な要因に加え、社会全体としての時間的・経済的ゆとりなどの要因も含まれる。【③スポーツ条件】は、ニュースポーツの創出や障害者スポーツの開発といったスポーツそのものの条件であり、【④スポーツ環境条件】は、運動やスポーツを行うための施設・用具、仲間 (クラブ・サークル)、プログラム (教室・イベント)、指導者や情報などのスポーツにかかわる環境条件である (清水, 2002, pp. 26-27)。

現行の体育・スポーツ経営研究では、2011年に施行されたスポーツ基本法や総合型地域スポーツクラブなど、政策や制度的な議論が活発になされている。これらの議論は、【③スポーツ条件】・【④スポーツ環境条件】に係わるものである。【③スポーツ条件】・【④スポーツ環境条件】に対する条件整備は、運動者自身の努力で整えることが困難であることが活発な議論展開の所以であるが、この様な現行での成立条件に関する研究アプローチの比重は、【①

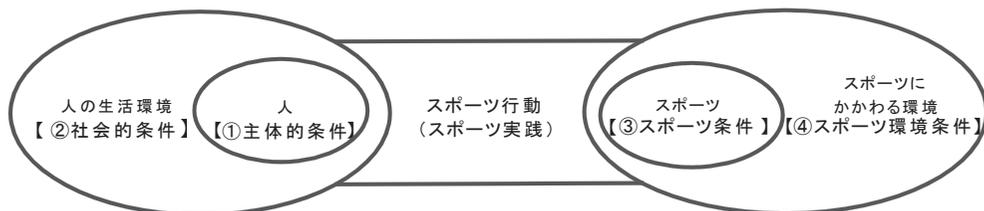


図1 スポーツ行動の成立条件

(清水 (2002) 「体育・スポーツ経営学講義」 p. 26 に一部加筆)¹

1. 清水は、図中に①、②、③、④のみを記しているが、それぞれの内容をより明確化するために【①主体的条件】、【②社会的条件】、【③スポーツ条件】、【④スポーツ環境条件】と加筆した (2002, pp. 26-27)。

主体的条件】・【②社会的条件】に比べて【③スポーツ条件】・【④スポーツ環境条件】に偏向している傾向がみられる。一方で、体育・スポーツ経営の原点である宇土の体育事業論では、条件整備への方略は、運動者主導・運動者主権の姿勢が一貫して主張され、運動者の把握を前提として捉える事が重要である（1976）とされている。

また、体育・スポーツ経営の目的とは、「豊かなスポーツ生活の実現」（清水, 2002, p. 25）であるが、中村は「スポーツ生活とは人間のすべての生活現象の中からスポーツにかかわる局面を切り取ったときに成立する生活であり、生活におけるスポーツとの相互作用やかかわり方の総体を指す」（2002, p. 42）としている。「人間のすべての生活現象」とは言い換えれば「ライフスタイル」との相互関係の中で成立するものである。すなわち、「豊かなスポーツ生活」のためのスポーツ行動の成立条件とは、【①主体的条件】・【②社会的条件】における運動者自身の全般的なライフスタイルの観照が重要になるものと考えられる。

本研究では、スポーツ行動の成立条件に基づき、運動者の【①主体的条件】・【②社会的条件】の把握を主眼として、スポーツ特性、スポーツ行動、ライフスタイル、日常生活充実度の項目を設定した。固有な運動者としての女子短期大学部生を対象とした調査を実施し、【①主体的条件】・【②社会的条件】に関するデータを収集する。さらに、収集されたデータの分析に依拠し【③スポーツ条件】・【④スポーツ環境条件】に対する条件整備の考察を行い、包括的に女子短期大学部生のための基礎的なスポーツマネジメントについて検討する。

2. 調査の実施と分析の手順

(1) 調査項目の設定

調査項目は、現代的スポーツ行動研究である石川ら（2013, 2015）木戸ら（2013, 2015a, 2015b）の研究を始め、これまでのスポーツ行動・運動者行動分析研究である前田ら（2008）、林ら（2011, 2013）の先行研究など、さらに関連するライフスタイル調査（安藤, 1998; 内閣府, 2013; 小学館女性インサイト研究所, 2015）を踏まえ、「スポーツ特性」（運動部所属経験 中学校・高等学校（以下、高校と表記）、スポーツ・運動の好き嫌い）、「スポーツ行動」（運動頻度、運動生活）、「基本的生活状況」（住居状況、アルバイト実施の有無）、「ライフスタイル」とした。「ライフスタイル」は中項目7項目（健康、習慣、意欲、趣味、他者との関連、郷土愛・母国愛）による39項目を設定した。さらに、総合的な運動者の生活満足度の指標として「日常生活充実度」の項目を設定した。「ライフスタイル」及び「日常生活充実度」項目は「非常に思う」から「全く思わない」までの5段階の評定尺度法による評定を求めた。

(2) 調査方法と分析手順

調査は、上智大学短期大学部（以下、本学と表記）英語科2年生を対象とした。調査方法は、自記筆アンケート調査（配票調査法）であり、145名（80.6%）の有効回答を得た。調査期間は、

2015年7月である。短期大学部、及び調査対象の学生には文章にて研究の主旨を説明し承諾を得た。

収集されたデータに対しSPSS17.0ver.を用いて、基礎集計・記述統計・クロス分析・重回帰分析を行った。重回帰分析は、「ライフスタイル」項目が「日常生活充実度」項目にどの様に規定力を持つか数値的に示すために発展的な分析として行った。なお、重回帰分析での「ライフスタイル」項目は統計的に、より有効な手法として「ライフスタイル」39項目と「日常生活充実度」とのクロス分析での χ^2 検定により、有意差が認められた21項目を選定した。

分析全般に対して必要に応じて、 χ^2 検定、F検定（一元配置分散分析）を用いて統計的有意性を検証した。

III. 結果

1. 対象者のスポーツ特性・スポーツ行動

(1) 現在のスポーツ特性・スポーツ行動

表1は、対象者の現在のスポーツ特性・スポーツ行動を示している。「運動・スポーツは好きですか?」という項目について、「好き」が63人(43.4%)と最も多く、次いで「大変好き」が45人(31.0%)という結果が示された。「どちらともいえない」・「どちらかという」と嫌い」は共に16人(11.0%)、「嫌い」は僅か4人(2.8%)である。「大変好き」・「好き」と答えた対象者の合計は、74.3%である。

運動・スポーツの頻度では、「週3回以上」は9人(6.2%)であり、「週1～2回」・「月1～3回」・「3ヶ月に1～2回」・「年1～3回」は、それぞれ34人(23.4%)・33人(22.8%)・34人(23.4%)・35人(24.1%)と同様な結果を示した。週1回以上の運動実施者は、29.6%に留まっている。

(2) 現在の運動生活

表2は、対象者の運動生活について、multi-answer方式による回答の結果を示している。最も多い項目は「特に運動・スポーツは行っていない」62人(42.8%)であり、次いで「自由時間に個人的に軽体操やウォーキングを行っている」52人(35.9%)、「体育の授業で行っている」は37人(25.5%)、「大学・短大の運動部・サークルに所属している」32人(22.1%)の順である。「学外のクラブ・チームに所属」「スクール・レッスンに参加」はそれぞれ7人(4.8%)、11人(7.6%)と非常に少ない結果を示した。

(3) 中学・高校時代の運動部所属経験

表3は、対象者の運動部所属経験を示している。中学校時代の運動部所属経験は、「ある」

が95人(65.5%)、「ない」が49人(33.8%)である。高校時代は、「ある」が58人(40.0%)、「ない」が79人(54.5%)であった。

図2は、対象者が中学・高校時代に所属していた運動部の種目について示している。全体として最も多い種目は「バスケットボール」(中学19人・高校14人)であり、次いで「ソフトテニス」(中学20人・高校7人)である。「陸上」(中学11人・高校3人)・「バドミントン」(中学9人・高校5人)・「バレーボール」(中学10人・高校2人)も比較的多い結果を示している。その他の球技や、武道系、ダンス・舞踊系の種目は非常に少ない結果である。

表1 調査対象者の現在のスポーツ特性・スポーツ行動

		n=145	f	%
運動・スポーツは好き?	大変好き		45	31.0
	好き		63	43.4
	どちらともいえない		16	11.0
	どちらかという嫌い		16	11.0
	嫌い		4	2.8
	無回答		1	0.7
運動・スポーツの頻度	週3回以上		9	6.2
	週1~2回		34	23.4
	月1~3回		33	22.8
	3ヶ月に1~2回		34	23.4
	年1~3回		35	24.1

※回答の多い項目を強調下線で表示

表2 運動生活(複数回答)

		n=145	f	%
大学・短大の運動部・サークルに所属			32	22.1
学外のクラブ・チームに所属			7	4.8
スクール・レッスンに参加			11	7.6
自由時間に個人的に軽体操・ウオーキング			52	35.9
体育の授業で行う			37	25.5
特に運動・スポーツは行っていない			62	42.8

※回答の多い項目を強調下線で表示

表3 調査対象者の運動部所属経験

		n=145	f	%
運動部所属経験	中学	ある	95	65.5
		ない	49	33.8
		無回答	1	0.7
高校	ある		58	40.0
	ない		79	54.5
	無回答		8	5.5

※回答の多い項目を強調下線で表示

女子短期大学部生におけるスポーツ行動の成立条件に鑑みる基礎的スポーツマネジメントの検討
(本学学生のライフスタイルに着目して)

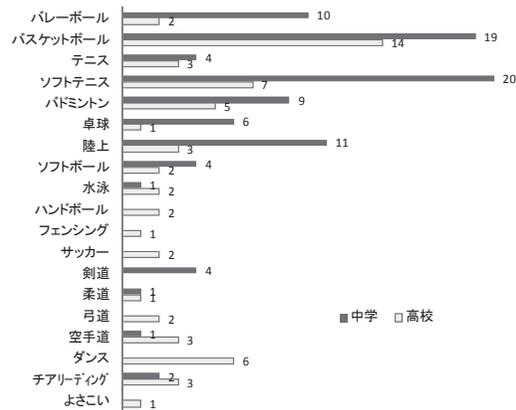


図2 中学・高校時代の運動部所属経験 (種目)

2. 対象者のライフスタイルの特徴と日常生活充実度

(1) ライフスタイルの特徴

① 基本的な生活状況

表4は、対象者の基本的な生活状況を示している。住居状況は、「実家」が最も多く81人(55.9%)、次いで、「寮」29人(20.0%)、「一人暮らし」27人(18.6%)である。アルバイト実施の有無は、「している」が全体の約6割を占める88人(63.3%)、「していない」は、50人(36.0%)であった。

総合指標である「日常生活が充実している」という項目に対して「そう思う」66人(45.5%)、「非常にそう思う」33人(22.8%)、「どちらでもない」33人(22.8%)、「あまりそう思わない」8人(5.5%)、「全く思わない」5人(3.4%)の順に多い結果が示された。「非常にそう思う」、「そう思う」と答えた人の合計は68.3%である。

表4 調査対象者の基本的な生活状況

	n=145	f	%
住居状況	実家	81	55.9
	一人暮らし	27	18.6
	寮	29	20.0
	兄弟姉妹と一緒に	5	3.4
	その他	3	2.1
アルバイト	している	88	63.3
	していない	50	36.0
	無回答	7	0.7
日常生活が充実している	非常にそう思う	33	22.8
	そう思う	66	45.5
	どちらでもない	33	22.8
	あまりそう思わない	8	5.5
	全く思わない	5	3.4

※回答の多い項目を強調下線で表示

②ライフスタイル項目の記述統計

表5は、対象者のライフスタイル39項目に対する記述統計を示している。全体的に高い数値を示した項目は、「B1 食事が美味しくとれる」(4.10)、「B36 食事が楽しい」(4.10)の「食事」に関する2項目、『習慣』カテゴリーの「B5 自分なりのファッションを楽しみたい」(4.08)、「B17 あいさつをよくする」(4.03)、「B37 熱中できるものがある」(4.21)、『趣味』では「B7 映画が好き」(4.23)・「B24 旅行が好きだ」(4.26)であり、『他者との関連』の「B20 家族とのコミュニケーションが楽しい」(4.13)・「B8 人と話すのが好き」(4.29)・「B12 友達・いい仲間がいる」(4.54)・「B24 人に喜んでもらいたい」(4.39)、及び『郷土愛・母国愛』の「B15 外国に興味がある」(4.37)・「B38 自分の国が大好きだ」(4.19)の各項目である。一方で、「B22 早寝早起きを心がけている」(2.97)、「B2 運動・スポーツをよくしている」(2.51)、「B27 スポーツをよくみる(テレビ・観戦)」(2.68)、「B3 テレビをよく見る」(2.95)、「B13 漫画をよく読む方である」(2.80)や「B23 家族と一緒に食事をとる」(2.99)、「B30 家族とスポーツの話をよくする」(2.51)の各項目は、低い数値を示した。

運動部所属経験別にみると次の各項目でF検定(一元配置分散分析)による有意性が確認された。中学校では、「B2 運動・スポーツをよくしている」($P<0.05$)、「b27 スポーツをよくみる(テレビ・観戦)」($P<0.01$)、「B23 家族と一緒に食事をとる」($P<0.01$)、「B30 家族とスポーツの話をよくする」($P<0.01$)、「B21 自分の住む街が好きだ」($P<0.01$)の5項目である。高校では、「B2 運動・スポーツをよくしている」($P<0.001$)、「B27 スポーツをよくみる(テレビ・観戦)」($P<0.05$)、「B3 テレビをよく見る」($P<0.05$)、「Facebookなどのツールをよく使う」($P<0.05$)、「B23 家族と一緒に食事をとる」($P<0.001$)、「B30 家族とスポーツの話をよくする」($P<0.01$)の6項目である。すなわち、[運動]カテゴリー、及び「B30 家族とスポーツの話をよくする」項目において、中学校・高校共に運動部所属経験「あり」の対象者は、高い反応を示し、運動部所属経験「なし」の対象者は低い反応を示す傾向が見られる。

逆に、「B23 家族と一緒に食事をとる」項目については、運動部所属経験「なし」が高く、運動部所属経験「あり」が低い傾向が見られる。その他、中学校の運動部所属経験「あり」の対象者は、自分の街が好き傾向があることや、高校で運動部所属経験者は、テレビをよく見たり、Facebookなどのツールをよく使ったりする傾向が明らかとなった。

(2) ライフスタイル項目と日常生活充実度との規定関係

体育・スポーツ経営の営みは、運動者の生活満足の向上に効果的に機能することが期待される(小野里ら, 2013, pp. 11-20)。ここでは、対象者の生活満足度の総合指標として設定された「日常生活充実度」項目に対するライフスタイル項目の規定関係を明確にするために重回帰分析を行った。「日常生活充実度」を目的変数とし、選定されたライフスタイル項目21項目を説明変数とした。標準回帰係数が正に高い値を示すほど目的変数である「日

女子短期大学部生におけるスポーツ行動の成立条件に鑑みる基礎的スポーツマネジメントの検討
(本学学生のライフスタイルに着目して)

表5 ライフスタイル (運動部所属経路別)

ライフスタイル項目	全体 n=145			中学校運動部所属経路 あり n=95			中学校運動部所属経路 なし n=49			高校運動部所属経路 あり n=58			高校運動部所属経路 なし n=79		
	Mean	S.D.	F検定	Mean	S.D.	F検定	Mean	S.D.	F検定	Mean	S.D.	F検定	Mean	S.D.	F検定
健康	B1	4.10	0.90	4.12	0.90	4.10	0.90	4.13	0.92	4.07	0.88	4.13	0.92	n.s.	n.s.
	B6	3.15	1.11	3.15	1.07	3.18	1.20	n.s.	n.s.	2.97	1.11	3.29	1.10	n.s.	n.s.
	B25	3.71	1.22	3.69	1.24	3.71	0.98	n.s.	n.s.	3.78	1.23	3.62	1.19	n.s.	n.s.
	B28	3.79	1.07	3.73	1.12	3.70	1.16	n.s.	n.s.	3.88	1.01	3.72	1.09	n.s.	n.s.
	B36	4.10	1.01	4.12	1.03	4.04	0.88	n.s.	n.s.	4.14	1.02	4.09	0.99	n.s.	n.s.
睡眠	B31	3.48	1.08	3.44	1.05	3.53	1.14	n.s.	n.s.	3.36	1.09	3.49	1.07	n.s.	n.s.
	B32	2.97	1.03	3.00	1.04	2.92	1.04	n.s.	n.s.	2.96	1.02	3.03	1.04	n.s.	n.s.
運動	B2	2.51	1.24	2.69	1.27	2.18	1.09	*	*	3.02	1.19	2.15	1.14	***	***
	B27	2.68	1.30	2.97	1.31	2.16	1.11	**	*	3.00	1.31	2.44	1.22	*	*
	B3	2.95	1.36	2.96	1.36	2.92	1.35	n.s.	n.s.	3.22	1.34	2.95	1.34	*	*
習慣	B4	3.51	1.20	3.48	1.23	3.55	1.16	n.s.	n.s.	3.67	1.16	3.37	1.24	n.s.	n.s.
	B5	4.08	0.86	4.02	0.89	4.16	0.80	n.s.	n.s.	4.03	0.90	4.10	0.84	n.s.	n.s.
	B9	3.14	1.15	3.23	1.15	2.96	1.15	n.s.	n.s.	3.17	1.14	3.09	1.17	n.s.	n.s.
	B17	4.03	0.82	4.09	0.77	4.55	0.67	n.s.	n.s.	4.10	0.77	4.37	0.70	n.s.	n.s.
	B34	3.42	1.03	3.42	1.04	3.41	1.04	n.s.	n.s.	3.45	0.96	3.35	1.10	n.s.	n.s.
	B35	3.38	1.25	3.35	1.27	3.41	1.21	n.s.	n.s.	3.47	1.22	3.34	1.27	n.s.	n.s.
	B31	3.38	1.01	3.38	1.02	3.35	0.99	n.s.	n.s.	3.31	0.92	3.42	1.06	n.s.	n.s.
意欲	B37	4.21	0.88	4.18	0.90	4.24	0.85	n.s.	n.s.	4.19	0.85	4.16	0.83	n.s.	n.s.
	B39	3.99	0.85	4.08	0.90	3.80	0.74	n.s.	n.s.	4.09	0.92	3.89	0.80	n.s.	n.s.
趣味	B7	4.23	0.93	4.28	0.99	4.12	0.81	n.s.	n.s.	4.29	0.97	4.18	0.92	n.s.	n.s.
	B10	3.76	1.32	3.76	1.37	3.73	1.25	n.s.	n.s.	3.91	1.19	3.56	1.42	*	*
	B13	2.92	1.44	2.97	1.44	3.08	1.40	n.s.	n.s.	2.74	1.40	2.97	1.47	n.s.	n.s.
	B14	3.43	1.02	3.57	0.97	3.16	1.07	n.s.	n.s.	3.62	0.99	3.28	1.04	n.s.	n.s.
	B18	3.51	1.19	3.36	1.25	3.77	1.02	n.s.	n.s.	3.33	1.25	3.65	1.10	n.s.	n.s.
	B19	4.26	0.90	4.28	0.93	4.20	0.84	n.s.	n.s.	4.24	1.01	4.25	0.79	n.s.	n.s.
	B26	3.15	1.19	3.08	1.22	3.25	1.12	n.s.	n.s.	3.21	1.28	3.14	1.13	n.s.	n.s.
	B32	3.33	1.18	3.31	1.13	3.33	1.26	n.s.	n.s.	3.18	1.09	3.42	1.20	n.s.	n.s.
家族	B20	4.13	0.93	4.14	0.93	4.10	0.92	n.s.	n.s.	4.09	0.90	4.19	0.90	n.s.	n.s.
	B23	2.92	1.50	2.77	1.40	3.45	1.58	**	**	2.67	1.43	3.37	1.45	**	**
他者との関連	B30	2.97	1.26	2.99	1.26	2.77	1.17	**	**	2.76	1.27	2.70	1.24	**	**
	B8	4.29	0.77	4.34	0.74	4.18	0.83	n.s.	n.s.	4.41	0.75	4.19	0.80	n.s.	n.s.
	B12	4.54	0.72	4.56	0.74	4.49	0.68	n.s.	n.s.	4.55	0.80	4.51	0.68	n.s.	n.s.
	B24	4.39	0.81	4.39	0.80	4.37	0.83	n.s.	n.s.	4.38	0.79	4.37	0.85	n.s.	n.s.
郷土愛・母国愛	B29	3.37	1.30	3.37	1.34	3.37	1.24	n.s.	n.s.	3.26	1.24	3.47	1.33	n.s.	n.s.
	B15	4.07	0.83	4.40	0.88	4.31	0.74	n.s.	n.s.	4.26	1.00	4.42	0.71	n.s.	n.s.
	B21	3.88	1.12	3.98	1.09	3.73	1.09	**	**	3.81	1.22	3.96	0.99	n.s.	n.s.
	B33	3.37	1.09	3.34	1.09	3.41	1.10	n.s.	n.s.	3.28	1.10	3.38	1.07	n.s.	n.s.
	B38	4.19	0.90	4.27	0.89	4.04	0.91	n.s.	n.s.	4.33	0.85	4.09	0.91	n.s.	n.s.

※平均値4.0以上の項目を強調で表示 平均値3.0未満の項目を斜体下線で表示

***P<0.001 **P<0.01 *P<0.05

常生活充実度」に対してプラスに作用し、負に高い値を示すほどマイナスに作用する傾向を示すと解釈した。表6図3は、各項目の規定力を示したものである。その結果、全体として有意な差が認められた (P<0.001)。プラスの規定力として、「B1 食事が美味しくとれる」(P<0.01)、「B26 読書をよくする」(P<0.01)、「B39 色々なことに興味を持ち、挑戦しようとする」(P<0.05)、「B9 まめに片づけや掃除をする」(P<0.05) が順に示された。「B12 友達・いい仲間がいる」等もプラスの規定力として示された。運動・スポーツに関する項目では「B2 運動・スポーツをよくしている」がプラスの規定力として示されているが、非常に低い値である。マイナスの規定力では、有意性は確認できないが「B19 旅行が好きだ」等が示された。

表6 日常生活充実度のライフスタイル項目との規定力 (重回帰分析)

	DF	平均平方	F値
n=145	19	3.235	5.450***
B1 食事が美味しくとれる	.271	2.90	**
B2 運動・スポーツをよくしている	.013	0.18	n.s.
B6 バランスの良い食事を心がけている	.057	0.67	n.s.
B8 人と話すのが好きだ	-.070	-0.81	n.s.
B9 まめに片づけや掃除をする	.185	2.20	*
B11 毎日よく眠れる	.057	0.71	n.s.
B12 友達・いい仲間がいる	.170	1.97	n.s.
B18 アートが好きだ	.027	0.37	n.s.
B19 旅行が好きだ	-.153	-1.77	n.s.
B20 家族とのコミュニケーションが楽しい	.096	1.25	n.s.
B21 自分の住む街が好きだ	-.025	-0.32	n.s.
B24 人に喜んでもらいたい	.010	0.12	n.s.
B25 毎日きちんと朝食を食べている	.031	0.40	n.s.
B26 読書をよくする	.194	2.68	**
B31 宿題や課題に積極的に取り組んでいる	.031	0.39	n.s.
B32 料理が好き	.039	0.48	n.s.
B36 食事が楽しい	.076	0.78	n.s.
B38 自分の国が大好きだ	.016	0.20	n.s.
B39 色々なことに興味を持ち、挑戦しようとする	.203	2.40	*

*** P<0.001 **P<0.01 *P<0.05

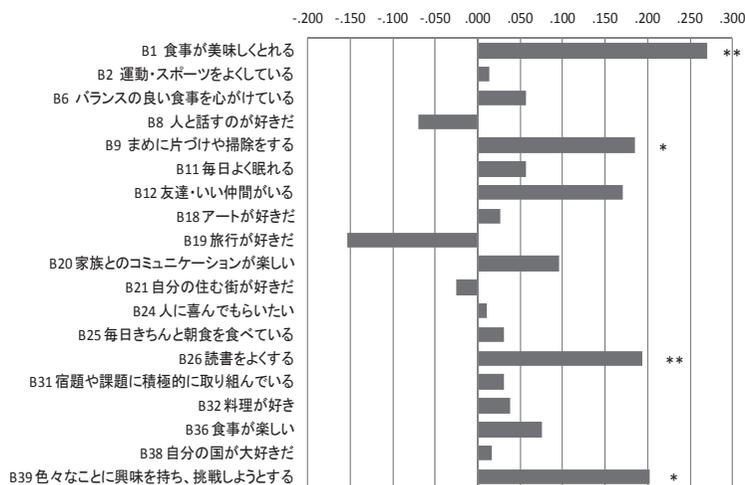


図3 日常生活充実度のライフスタイル項目との規定力 (重回帰分析)

IV. 考察

1. 女子短期大学部生のスポーツ特性・スポーツ行動

本研究の対象となった女子短期大学部生のスポーツ特性として、「運動・スポーツは好きですか?」という項目では、全体の3/4が「大変好き」「好き」と回答しており、非常に肯定的な結果が示された。しかしながら、週に一回以上の運動実施者は3割に満たない状況であり、運動生活においても約4割の対象者は、特に運動・スポーツは行っておらず、運動・スポーツ実施率は非常に低い傾向が窺われた。つまり、短期間で学問を学んでいる女子短期大学部生のスポーツ行動は、四年制大学生のスポーツ行動(例えば、相澤ら,2014, p. 36²など)とは異なる実態であることが明確となった。

また、運動部所属経験は、中学校では全体の6割以上、高校で約4割であり、これらは、近年における全国的な運動部所属率(中学校64.1%、高校41, 1%(文部科学省,2007))と同様な結果を示している。さらに、対象者の経験種目は、限定的であることが明らかとなりこれらの結果は、体育授業のためのマネジメントにおいて重要な手掛かりとなる(具体的には考察3.に記す)。

2. 女子短期大学部生の日常生活充実度とライフスタイルの特徴

対象者となった女子短期大学部生の約7割は日常生活が充実している結果が確認された。2013年に実施された「若者の意識に関する調査」結果において、「現在の生活への満足度」について「満足している」「どちらかといえば、満足している」と回答した者は、63.3%であった(厚生労働省,2013)。対象者は、日常生活が充実している傾向が示された。

また、ライフスタイル項目について39項目の分析から、「家族」に関して、一緒に食事をとることや、スポーツの話は積極的になされていない結果が示されたが、本研究の対象者は、住居状況として約4割が寮や一人暮らしなど親元を離れて生活しているためであると考える。旅行、映画鑑賞を好み、外国への興味が高いこと、また、友人関係が良好な特徴が伺える。しかしながら、「健康」について、食事の美味しさや楽しさは享受されているものの、栄養バランスや朝食摂取に対する意識は高くはなく、早寝早起き、及び特に、運動・スポーツに関する項目は押し並べて低い反応を示している。結果2.(2)(重回帰分析)の結果からも、運動・スポーツが、日常生活充実度に対する影響は高くはない。運動・スポーツの文化的側面や、運動・スポーツによるQOL向上を始めとする多大なる効果は、日常生活充実度に影響が与えられていない状況が窺われる。

運動部所属経験別では、これまでの大学生の運動生活に関する多くの報告(例えば、浪越

2. 「無作為に依頼した一般大学生272名を対象とした調査結果において「あなたは現在、週1回運動・スポーツをしていますか」という項目について全体の56%が「はい」と回答している」(相澤ら2014,p.36)

ら 2003, pp. 129-136) と同様に、過去の運動部所属経験が現在のスポーツ活動に有意に影響している。すなわち、中学・高校時代に運動部所属経験がある対象者は、短期大学部生になった現在も積極的にスポーツ行動をとる傾向が見られることが明確となった。

3. 女子短期大学部生におけるスポーツ行動の成立条件に鑑みる基礎的スポーツマネジメントの検討

図 4 は本研究の分析結果、及び考察 1.2. を踏まえ、女子短期大学部生のスポーツ行動の成立条件に鑑みる基礎的スポーツマネジメントについて示したものである³。対象となった女子短期大学部生は、【①主体的条件】において、運動・スポーツに対して肯定的であるが、【②社会的条件】の側面では、学生であるため施設の利用や用具・用品・ウェアの購入等の経費の面、そして、スポーツを行うための時間の確保が障害要因として生じていることが推察され、運動実施率が低い状況である。運動生活では、「特に運動・スポーツは行っていない」との回答が約 4 割を占める中で、スポーツ実践者の内容は、自立的活動が多い傾向と共に、体育授業や、大学・短大の運動部・サークルの所属による運動実践が重要な機会となっていることが示された。さらに、健康に対する意識向上が急務であることから、対象者は健康教育・ヘルスリテラシー向上の目的を含めた大学スポーツとの関わりが重要であると考察する。現状において、約 4 割の対象者が特に、運動・スポーツは行っていないにも関わらず、約 7 割の対象者は、日常生活が充実していると回答している。しかしながら、生涯にわたり充実した日常生活を送るためには、健康が重要な要因となることは、言うまでもない。健康とは短期的に形成されるものではなく、長期的・継続的な習慣によって影響されるものである。健康の三要素とは、食事・運動・休養である。その中で、運動について、厚生労働省は、「健康日本 2 1」において次のように報告している。家事や仕事の自動化、交通手段の発達により身体活動量が低下してきたことは明らかである。身体活動量が多い者や、運動をよく行っている者は、生活習慣病の罹患率や死亡率が低いこと、また、身体活動や運動が、メンタルヘルスや生活の質の改善に効果をもたらすことが認められており、身体活動や運動の健康に対する効果についての知識は国民の間に普及しつつあるものの、運動を実際に行っている者の割合は少なく、運動を実践する方法の提供や環境をつくることが求められる(2000)。さらに、運動習慣の視点から、文部科学省は、学生時代の運動部所属経験は、その後の運動・スポーツ習慣に繋がり、生涯にわたって高い水準の体力を維持する要因の一つになっていること(2012)を示すなど、大学スポーツは、豊かなスポーツ生活を構築するための教育機関として期待や責任が担われている状況であると考えられる。

大学スポーツは、体育授業、及び運動部活動・サークル活動をはじめとする課外活動によって構成されている(文部科学省保健体育審議会,1997)。以下に、スポーツ行動の成立条件

3. 1. にさらに、本研究の考察を加筆した

女子短期大学部生におけるスポーツ行動の成立条件に鑑みる基礎的スポーツマネジメントの検討
 (本学学生のライフスタイルに着目して)

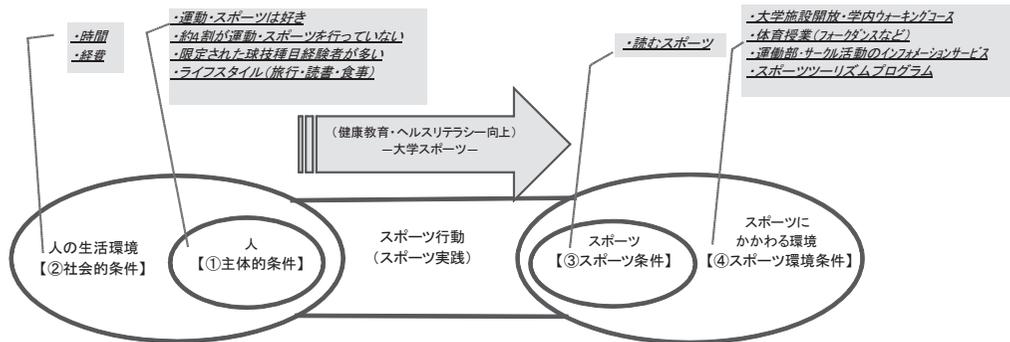


図4 本研究による女子短期大学部生のスポーツ行動の成立条件に鑑みる基礎的スポーツマネジメント

(清水 (2002)「体育・スポーツ経営学講義」p.26 に加筆)³

における【①主体的条件】【②社会的条件】に基づき、【③スポーツ条件】【④スポーツ環境条件】について、大学スポーツの構成要素として体育授業、課外活動、加えて、その他の展望の視点から、具体的に女子短期大学部生の豊かなスポーツ生活構築のためのスポーツマネジメントについて検討する。

(1) 体育授業 (実技・理論)

大学体育の実技・実習科目では、身体的効果、精神的効果、社会的効果、そしてアクティブな日常生活の運動行動の促進効果といった4つの効果があるとしている(全国大学体育連合,2010, pp. 32-37)。さらに、橋本は、体力向上、体脂肪率の減少、感情の変化、コミュニケーションスキル向上、人間関係の醸成などの具体的効果をレビューし(2012, pp. 45-50)、木内は大学体育授業が健康づくりや友達づくりの機会となり、学問的適応および社会的適応効果をもたらす可能性(2012, pp. 110-113)について述べている。1991年の大学設置基準改正により、1998年度には体育実技を必修化する大学・短大は45.8%となったが、2005年度にはこの割合が上記の効果などの理由によって71.1%にまで上昇している(日本経済新聞,2007)。また、女子学生は運動頻度が男子学生よりも低く、運動離れが顕著に進んでいることが示されていること(正野ほか, 2010, pp. 28-38)や、高等学校3年生女子の運動生活に関して、「60.8%が「運動・スポーツは体育授業以外ではほとんど行っていない(体育授業のみ)」と報告(例えば、林, 2013, p. 32)されており、体育授業が必修でなくなるにより、運動の機会の減少につながっていることが明示された。これらのことから、【④スポーツ環境条件】として、体育授業の必修化は、女子短期大学部生の豊かなスポーツ生活構築に向けた効果的な取り組みとして期待される。

実践的な体育授業(あるいは課外活動においても)では、結果2.(1)②より、記述統計での「外国に興味がある」・結果2.(2)「色々なことに興味を持ち、挑戦しようとする」項

目から、これまであまり積極的に体験がなされていない外国文化のフォークダンスやレクリエーションダンスをアクティビティとして取り入れるプログラム提供が有効であろう。また、本学で現在教養科目の体育の中で行われているテニスは、結果 1. (3) より、経験者は中学・高校それぞれ、4人・3人のみであり非常に少ない。受講生は、初心者とソフトテニス経験者(中学 20人・高校 7人)が大半であり、種目特性を踏まえグリップの握り方等に留意した指導を行い、ケガの予防に備えた授業マネジメントなどが一つの重要なポイントになる。同様に体操についても、経験者は全くおらず、授業は、より基本的な内容を教授することが望ましいと言える。このような傾向が、縦断的に把握されることで、本学学生が体育・スポーツの文化的価値の理解を図ることへの期待(文部科学省保健体育審議会, 1997)に対して、教員はシラバス作成時からの、より効果的な教育プログラムの提供が可能となるであろう。

さらに、結果 2. (2) ②③から、健康について、食事の美味しさや楽しさは、享受されているものの、栄養のバランスや朝食摂取、早寝早起き、運動習慣は日常生活充実度に有用な要因として示されておらず、生涯にわたり健康に過ごすためにも、体育理論では、QOL改善や運動による脳機能に対する効用などの健康教育やヘルスリテラシーの向上を重視することが必要とされる。また、結果 2. (2) ③では、対象者は、「読書をよくする」項目は非常に有用な要因として示されており、これに基づき、【③スポーツ条件】の整備として、近年の新しいスポーツ行動としての「読むスポーツ」(スポーツ小説や新聞のスポーツに関する記事の紹介等)の推進や、「みるスポーツ」などを含めたスポーツ生活の新たな捉え方を教授する必要性が示唆されたと考える。

(2) 課外授業

全国的な大学生・短大生の体育会活動／スポーツ・レクリエーション活動を合わせた課外活動の参加率は、短大生は大学生よりも低い参加率の傾向が見られるものの約5割という結果が示されている(私立学生生活白書 2011, p. 20)。対象者の課外活動参加率は 22.2%であり、さらなる向上が期待される。

生涯スポーツの観点から、学生時代の運動部所属経験は、その後の運動・スポーツ実践や体力維持につながることで、特に、女子では最も運動実施頻度が下がり始める 20 歳代において、学生時代の運動部所属経験が長い程、つまり、中学・高校のみならず大学まで継続することにより、運動実施頻度は高くなる傾向が示されている(文部科学省, 2012)。さらに、宇土は「クラブとして行われる運動(運動部活動)は、それが正常に行われるならば、運動の継続性、組織性および合理性などの観点から大きな体育的效果が期待でき、その経験は、卒業後の運動生活の基盤形成に強くはたらくことが考えられるため、体育事業としては特に重視される」(1994, p. 338)としている。これらの点から、運動部に関する条件整備事業は、非常に重要であり、現在、運動・スポーツ実践が十分ではない対象者に向けてのアプローチとして、【④スポーツ環境条件】の整備において、学内の運動部やサークル活動を活発化するためのイン

フォメーションサービスの充実化や、学修支援との両立したプログラム開発などが、今後は重要になると考察される。また、自律した運動実践の傾向から、より気軽にスポーツ行動を生起されるために学内の施設開放事業やウォーキングコースの設置なども重要なポイントになると考察される。

(3) その他の展望

特徴的な【①主体的条件】として、ライフスタイル項目の日常生活充実度に対する重回帰分析による規定関係（結果 2. (2)）では、運動・スポーツに関する項目は、高いプラスの規定力としての結果が示されていないことが挙げられる。今後、これらの結果を踏まえた、女子短期大学部生のためのより適合的なスポーツマネジメントが求められる。例えば、結果 2. (2)（重回帰分析）では、「旅行」に関する項目について、「日常生活充実度」に対する規定力としては、マイナスの規定力として示された。しかし、結果 1. (2)（記述統計）による分析結果では、非常に高い数値を示している。そこで、旅行と、現行では積極的に実践されていない運動・スポーツとの組み合わせ（旅行+運動・スポーツ）によって、スポーツツーリズムプログラムが提案される。【④スポーツ環境条件】の事業整備としてスポーツツーリズムプログラムの提供によって QOL 向上や、健康面への効果をもたらされ、ひいては「旅行」「運動・スポーツ」項目が共に相乗的に日常生活充実度に対してプラスに影響する要因となることや、日常生活充実度が総括的に高まることが期待される。あるいは、昨今の広範囲に亘るスポーツサービスでは、異文化交流とスポーツを結びつけたプログラム（外国語でスポーツを楽しむなど）が開発され、展開されている。結果 2. (1) ②で高い反応を示した「外国に興味がある」「友人」「貢献」という要因をツーリズムと組み合わせ、外国語スポーツキャンプなどの提案も可能となる。これらスポーツツーリズム等の実践は、理論的な背景については、体育理論内での教授が可能であるが、大学スポーツとしては限界があり、外部プログラム参加への推進がその役割となるであろう。この様な外部プログラムへの推進、及び大学における地域スポーツの役割等も配慮しながら、今後は、地域連携をも踏まえたスポーツマネジメントが必要となる（今後の地域スポーツ推進体制の在り方に関する有識者会議, 2015）と考える。

また、さらなる豊かなスポーツ生活実現のためには、安全面でのリスクマネジメントの検討を含めて、大学内において健康管理室等との連携もより重要となることが推察される。

IV. 結語

本研究は、女子短期大学部生を対象として、スポーツ特性、ライフスタイル、日常生活充実度を中心に関連分析を行い、スポーツ行動の成立条件に鑑みるスポーツマネジメントについて基礎的に検討した。結果は以下に要約される。

1. 固有な運動者としての女子短期大学部生の特徴的なスポーツ特性、スポーツ行動、運動生活、ライフスタイル実態が明らかになった。

女子短期大学部生は運動・スポーツに対して肯定的であるが、運動実施率は非常に低い傾向である。運動生活では、自律した運動実践状況と共に、大学スポーツが重要な機会になっている。また、ライフスタイルは、旅行、映画鑑賞を好み、外国への興味が高いこと、良好な友人関係といった特徴が示された。しかしながら、「健康」について、栄養バランスや朝食摂取に対する意識は高くはなく、早寝早起き、運動・スポーツに関する項目が低い反応を示していることが確認された。

2. 女子短期大学部生を対象としたスポーツ行動の成立条件に鑑みる具体的基礎的なスポーツマネジメントの提案が可能であった。

固有な運動者としての女子短期大学部生の特徴的なスポーツ特性、スポーツ行動、運動生活、ライフスタイル実態、及び日常生活充実度を高めるための有用な項目を踏まえた【①主体的条件】【②社会的条件】の把握に基づき、【③スポーツ条件】【④スポーツ環境条件】の提案が可能であった。具体的には、体育授業・課外授業、その他の展望による大学スポーツの視点からスポーツマネジメントが提案された。

3. スポーツ行動研究では、運動者のライフスタイルなどを含めた、【①主体的条件】【②社会的条件】【③スポーツ条件】【④スポーツ環境条件】の4つの条件を包括的に捉えることによって提案されるスポーツマネジメントの重要性や可能性が示唆された。

本稿は本学学生のみを対象としたが、他校の短期大学部生、短期大学生や大学生を対象とした分析が必要であり、本学との関連性、及び提案されたスポーツマネジメントの実証性や有効性の検討が今後の課題である。

謝辞

調査にご協力頂きました学生の皆様、先生方に深く感謝申し上げます。

文献

相澤勝治, 斎藤実, 久木留毅 (2014) 大学生における運動習慣の実態調査. 専修大学スポーツ研究所紀要 (42):35-42.

安藤喜久雄編 (1998) 若者のライフスタイル. 学光者, 東京.

- 醍醐笑部 (2010) スポーツ鑑賞における解説内容の違いが態度・行動意図に与える影響—
大学バレークラスを題材に—. 2010年度早稲田大学大学院スポーツ科学研究科修士論
文, pp. 6-8.
- 林直也, 原田宗彦, J Lee Chon Tae Jun, et al (2004) W杯の観戦が日本と韓国における
中学生のサッカー行動に与える影響に関する研究: 「みる」スポーツと「する」スポー
ツの関連に着目して」大阪体育大学紀要 (35):1-13.
- 林園子 (2013) 高校生における充実した日常生活を送るため効果的な体育授業の在り方に
関する研究. 法政大学スポーツ健康学部紀要 (4):29-38.
- 林園子, 池田延行, 田川絵梨ほか (2011) 中学生の日常生活におけるスポーツの機能とマネ
ジメントに関する研究. 日本体育学会第 62 回大会予稿集.
- 橋本公雄 (2012) わが国における体育授業の成果研究. 未来を拓く大学体育—授業研究の
理論と方法, 福村出版, 東京, pp. 45-50.
- 藤原誠, 堺賢治 (2010) 大学生のスポーツ活動に関する研究: 高等学校におけるスポーツ
経験との関係. 愛媛大学教育学部保健体育紀要 (7):21-30.
- 石川織江 (2013) ストリートダンサーの基礎的マーケティング. 平成 24 年度日本女子体育
大学大学院修士論文.
- 石川織江, 畑攻, 木戸直美, 小野里真弓, 水上雅子 (2015) ストリートダンサーの特性及び
行動分析からみたマーケットセグメンテーション. 日本女子体育大学紀要 (45):75-90.
- 木戸直美, 畑攻, 小野里真弓 (2013) 女性高齢者に適合する健康体操プログラムとマネジメン
トの検討. 日本女子体育大学紀要 (43):21-30.
- 木戸直美, 小澤共子 (2015a) 高齢者の新たな運動者行動によるスポーツサービスの検討.
上智大学短期大学部紀要 (36):33-46.
- 木戸直美, 畑攻, 小野里真弓, 石川織江, 八丁茉莉佳 (2015b) 今日的な高齢者のスポー
ツマネジメントに関する研究. 日本女子体育大学紀要 (45):11-22.
- 木内敦詞 (2012) 健康づくりと友達づくりを行う体育授業プログラム. 竹中晃二編, 健康と
運動の心理学, 朝倉書店, 東京, pp. 110-113.
- 今後の地域スポーツ推進体制の在り方に関する有識者会議 (2015) 今後の地域スポーツの
推進方策.
http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/sports/025/gaiyou/_icsFiles/afieldfile/2015/07/07/1359647_1_2.pdf (参照日 2015 年 10 月 2 日).
- 小泉昌幸, 伊藤巨志 (2004) 「大学のスポーツ行動の価値意識に関する一考察」新潟工科大
学紀要 (9):107-112.
- 厚生労働省 (2000) 健康日本 2 1 身体活動・運動.
http://www1.mhlw.go.jp/topics/kenko21_11/b2.html#A21.pdf (参照日 2016 年 1 月
12 日).

厚生労働省 (2013) 「若者の意識に関する調査」の結果を公表.

<http://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyou-12605000-Seisakutoukatsukan-Seisakuhyoukakanshitsu/0000022199.pdf> (参照日 2015 年 5 月 10 日).

前田佳奈, 畑攻, 成瀬美紀ほか (2008) 子どもの体力向上実践事業の成果とマネジメントの検討. 日本女子体育大学紀要 (38). 69-79.

正野知基, 橋本公雄, 根上優他 (2010) 大学初年次生の生活習慣の実態および健康状態. 体育・スポーツ教育研究 (11):28-38.

文部科学省 (2015) スポーツ実施率.

http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/jisshi/1294610.htm (参照日 2015 年 9 月 15 日).

文部科学省 (2012) 平成 23 年度体力・運動能力調査結果の概要及び報告書について. 1 平成 23 年度体力・運動能力調査結果の概要.

http://www.mext.go.jp/component/b_menu/other/_icsFiles/afieldfile/2012/10/09/1326590_06.pdf (参照日 2015 年 4 月 8 日).

文部科学省 (2007) 運動部活動の在り方に関する調査研究報告. 中学生・高校生のスポーツ活動に関する調査研究協力者会議.

http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/jyujitsu/_icsFiles/afieldfile/2013/05/27/1335529_1.pdf (参照日 2015 年 9 月 2 日).

文部科学省保健体育審議会 (1997) 生涯にわたる心身の健康の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).

http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/old_chukyo/old_hoken_index/toushin/1314691.htm (参照日 2015 年 9 月 15 日).

文部科学省 (2013) 平成 25 年度「スポーツを通じた地域コミュニティ活性化促進事業 (大学・企業のスポーツ資源を活用した地域コミュニティ活性化促進事業)」事業選定結果について.

http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/25/05/1335040.htm (参照日 2015 年 9 月 15 日).

内閣府 (2013) 平成 25 年度我が国と諸外国の若者の意識に関する調査 (平成 26 年 6 月).

http://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/thinking/h25/pdf_index.html (参照日 2015 年 5 月 10 日).

中村平 (2002) 体育・スポーツ経営学講義. スポーツ生活と運動生活, 八代勉, 中村平 編著, 大修館書店, 東京. pp. 42-43.

中村平 (2002) 体育・スポーツ経営学講義. スポーツ生活と運動生活, 八代勉 中村平 編著, 大修館書店, 東京, pp. 44-45.

浪越一喜, 藤井和彦, 谷藤千春ら (2003) 運動部活動経験が大学生のスポーツ生活に与える影響. 千葉大学教育学研究紀要 (51):129-136.

日本経済新聞 (2007) 2007 年 10 月 10 日朝刊.

- 小野里真弓, 畑攻, 木戸直美 (2013) 生活満足からみたスポーツサービスの検討. 日本女子体育大学紀要 (43):11-20.
- 社団法人日本私立大学連盟 (2011) 私立大学学生生活白書 2011. V. 正課外活動, 東京, p.20.
- 下門洋文, 中田由夫, 富川理充ほか (2013) 大学生における 26 年間の体型と体力の推移とその関連性. 体育学研究 (58):181-194.
- 清水紀宏 (2002) 体育・スポーツ経営学講義. スポーツ経営とは, 八代勉, 中村平 編著, 大修館書店, 東京. pp. 25-27.
- 小学館女性インサイト研究所 (2015) 女性と暮らしかたに関する意識調査.
http://cont.insightlab.jp/images/special/012/insightlab_150218.pdf (参照日 2015 年 3 月 10 日).
- 宇土正彦 (1976) 体育管理学入門. 大修館書店, 東京.
- 宇土正彦 (1994) [最新] 学校体育経営ハンドブック. 大修館書店, 東京. p. 388.
- 全国大学体育連合 (2010) 体育系学術団体からの提言 2010:21 世紀の高等教育と保健体育・スポーツ (資料編). 全国大学体育連合. 東京. pp. 32-37.

