

# 児童・生徒における学校外のスポーツクラブ活動の参加の有無と生活習慣および身体組成との関係について

## Relationship between Activity in Community Sports Clubs and Lifestyle Habits or Body Compositions in Young

1K04A079

久保 雅俊

指導教員

主査 荒尾孝先生

副査 中村好男先生

### 目的

近年、日本は世界有数の長寿国となったが、生活習慣病患者はますます増加し、子どもの体力の低下は現在危機的状況であると言える。また体力が高い子供と低い子供の二極化が拡大しており、子供の体力低下は、将来的には社会全体の体力低下に繋がると考えられている。また成人以降の生活習慣や運動習慣は、子ども期の運動および生活習慣と密接に関係すると考えられていることから、子どもに対する運動および生活習慣の改善や調査研究は極めて重要である。

そこで本研究では、小学校4年生から中学校3年生の児童・生徒を対象として、子どもの学校外でのスポーツクラブ活動への参加の有無と、健康感や生活習慣および身体組成との関係について明らかにすることを目的とした。

### 対象と方法

平成19年4月から6月にかけて、山梨県都留市の小学校4年生から中学校3年生719名を対象とし、最終的に477名の児童・生徒を分析対象とした。身体組成の測定に関しては、Biospace社のInbody720を用いて肥満度、体脂肪量、骨格筋量を測定し、骨密度に関しては、Aloska社製の超音波法骨評価装置AOS100を用いてSOS、TIおよびOSIを測定した。また児童・生徒に対して、自記式のアンケート調査を実施し、健康感および生活習慣を調査した。

解析は全て、小学校男子、女子、中学校男子、女子の4グループに分け解析を行った。対象とな

った児童・生徒を、学校外でスポーツクラブに参加している群、学校外でスポーツクラブ活動をしていないが、運動を十分している群、学校内外ともに運動を十分していない群という3群に分け、それぞれの群の関係性を検討した。質問紙などによるカテゴリカルなデータにおいては、 $\chi^2$  二乗検定を実施した。骨密度や肥満度など連続変数のデータに関しては、等分散性を確認した上で、一元配置分散分析を実施し、3群間の有意差を調べ、有意差が認められた場合には、Bonferroniの多重比較検定を行った。

### 結果

学校外のスポーツクラブ活動参加の有無と、健康感、生活習慣および身体組成との関係について、小学校男子では、健康感において3群間で有意差が認められた。またSOSに関しても、学校外でスポーツクラブをしている群と学校内外ともに運動を十分していない群との間で有意差が認められた。小学校女子では、体脂肪量、肥満度において、学校外でスポーツクラブ活動をしている群と学校内外ともに運動を十分していない群との間で有意差が認められた。なお、肥満度に関しては、学校外でスポーツクラブをしていないが運動を十分している群と、学校内外ともに運動を十分していない群との間でも有意差が認められた。中学校男子では、健康感、疲労感および間食の有無において3群間で有意差が認められた。また体脂肪量において、学校外でスポーツクラブ活動をしている群と、学校内外ともに運動を十分してい

ない群との間で、有意差が認められた。中学校女子では、SOSが学校外でスポーツクラブ活動をしている群と学校内外ともに運動を十分していない群との間および、学校外でスポーツクラブ活動をしていないが運動を十分している群と学校内外ともに運動を十分していない群との間で有意差が認められた。骨格筋量に関しても、学校外でスポーツクラブ活動をしていないが運動を十分している群と、学校内外ともに運動を十分していない群との間で有意差が認められた。

## 考察

本研究により、児童生徒の学校外のスポーツクラブ活動と彼らの生活習慣や体組成との関係について、小学校男子、女子、中学校男子、女子でそれぞれ特徴ある結果が得られた。このことから、学校外のスポーツクラブ活動は子どもの年齢や性により、それぞれ異なる影響を及ぼしている可能

性が明らかになった。しかしながら、本研究の対象地域は地方の小都市であり、全国的な児童生徒に対して一般化はできない。

今後の課題としては、都心部では更なるスポーツ・運動の二極化が予想できることから、都心部の児童・生徒を対象とした同様な調査研究が必要だと思われる。また、今回の結果で中学校の部活動が生徒の生活習慣、体組成に対して、有意に関係していないことが明らかとなった。このことは、文部科学省のスポーツ振興基本計画で述べているように、家庭、学校、地域が連携して、子供が積極的にスポーツ・運動に親しむ習慣や環境を作ることが重要であると述べていることから、この問題は無視できないものと考えられる。成人以降の運動行動習慣の準備性は幼少年期から形成する必要があることから、今後更なる生徒・児童期のスポーツ・運動との関わりを深く理解するための研究が必要であろう。