

# トライアスロンの普及に関する研究

## A Study on spread of Triathlon

1K06B080

指導教員 主査 原田宗彦先生

菊池 佑実

副査 松岡宏高先生

### .【緒言】

近年、参加型スポーツが数多く実施されている。笹川スポーツ財団のスポーツライフデータ2008によると、2008年に何らかの運動・スポーツを行った人は7割を超え、まったくスポーツを行わなかった人は28%にとどまった。スポーツを行ったなかでも週2回以上の方が約3分の2を占め、年々上昇傾向にある。

この背景には健康ブームの広がり、生活習慣病の予防などが関係していて、健康の維持・増進を目的とした「フィットネススポーツ」の実施率の成長が顕著である。週2回以上スポーツを行っている“スポーツ愛好者”の種目別実施ランキングでは散歩・ウォーキング・サイクリング・ランニング・水泳のようなフィットネススポーツが上位10位に登場している。さらに、現在行っているスポーツも含めて、今後行いたい運動について尋ねた調査によると、上位10位に水泳・サイクリング・ランニングが登場していた。しかし、この3種目で成り立っている「トライアスロン」に関してはランキングに登場していなかった。

トライアスロンはエアロビクス効果の高い3種目のフィットネス性からも「21世紀のスポーツ」と表現するにふさわしいトライアスロンは大きな広がりを見せ始めてはいるが、未だ、種目にも含まれるジョギングやサイクリングほどの人気には至っていないのが現状である。

### .【調査方法】

本研究では、2009年9月12日に昭和記

念公園にて行われたチームケンズカップトライアスロンの参加者を対象として予備調査を行い、2009年10月3・4日に銚子マリーナ国際トライアスロン大会の参加者、2009年10月17日に日本トライアスロン選手権東京港大会の参加者を対象として本調査を行った。その中で以下の5項目について質問し、その結果について分析を行った。

- ・デモグラフィック属性
- ・過去の意識と状況について
- ・現在の意識について
- ・現在の練習状況について
- ・今後の意識について

### .【結果】

有効回答数 295部

現在の参加者は比較的男性の社会人が多く、トライアスロンを「自己成長」「健康」「楽しみ」とプラスに捉えている。さらにトライアスロン歴や競技レベルがあがればあがるほど、トライアスロンに対するプラスの意識が強くなっていく例が多いことが判った。調査結果の比較から愛好者は生涯スポーツ志向、競技者は競技スポーツ志向とそれぞれの意識の違いが顕著に見られた。現段階では、参加者がやめていってしまうという事はあまり問題視されない。より参加者を増やすための問題を解決することが最優先である。

### .【提言】

今後のトライアスロンの普及・強化のために、

現在は「底辺拡大」を進める大事な時期である。そのためには層にあわせた普及活動を行っていくべきである。現時点で参加者が少ない若い世代と女性へのアプローチをすることは必須である。

様々な層へのアプローチとしては、地域のマラソン大会や学校でのロードレースなどの身近で気軽な大会の経験がある人がランニングを気軽に再社会化するように、トライアスロンも気軽に参加できる大会を増やすことが今後の普及につながる。東京マラソンの成功例に学び、トライアスロンも、底辺拡大のために「人口が多い場所×気軽に参加できる×距離が短い」大会を行うための環境作りが必要であるだろう。