

マラソンイベントがランナーに与える影響とその要因

スポーツビジネス研究領域

5008A064-6 山口 哲平

研究指導教員：間野 義之 教授

緒言

スポーツイベントが地域活性化に果たす機能について、原田（2003）は①社会資本を蓄積する機能、②消費を誘導する機能、③地域の連帯性を向上する機能、④都市のイメージを向上する機能があると述べる。また山口（2004）は①社会的効果、②経済的効果、③個人への効果が期待されると述べる。さらに個人への効果については、山口（2004、1996）が①健康増進、②QOL³⁾の向上、③生きがいの創出を挙げており、また生涯スポーツ⁴⁾の振興に繋がるイベントの機能としては、①発見、②目標、③交流、④発表、⑤挑戦、⑥継続があるとしている。しかし、個人への効果について検証及び測定された研究は見られない。

一方、スポーツイベントとは対照的に健康増進プログラムや介護予防プログラムといった長期的かつ定期的な運動プログラムでのスポーツ活動参与に目を向けると、個人に与える効果についてはいくつか報告がみられる（Beniamini et al. 1997；Kelemen et al. 1986）。効果については、プログラムの目的等によって多様である。最近の研究ではその効果が依拠するものとして、トランスセオレティカル・モデル、とりわけステージ理論を用いて説明されることが多い。それらの実証研究からは、運動プログラムの介入が運動継続に効果を示すことが分かっている。

本研究は、マラソンイベントがランナーのランニング実施に与える影響とその要因について明らかにすることを目的とした。

方法

対象イベントは、2009年11月1日に東海地区A市において実施されたフルマラソンとした。

対象者は、イベントにエントリーした6329名（高校生を除く18歳以上の男女）とした。主催者の事前の郵便物に併せ、質問紙を配布、当日に現地にて回収した[調査1]。イベントから1ヶ月経過した後の2009年12月2日～2009年12月11日の期間に、インターネットを用いて1247サンプルに追跡調査を行った[調査2]。調査1、調査2を通じて回答が得られたサンプル数は289であった。

調査項目は、(a) 回答者の属性項目、(b) イベントの前後1ヶ月にあたる2009年10月及び11月のランニングの1日あたりの実施時間と実施日数、(c) イベントの2ヶ月前までのランニング習慣¹⁾の有無、(d) MOMS（Motivations of Marathoners Scales）、(e) サービスクオリティを含むイベント満足についての項目とした。なお、(c)については2択選択式、(d)、(e)については「1（全くあてはまらない）～7（よくあてはまる）」の7段階のリッカート尺度を用いた。

分析は、イベント前後のそれぞれ1ヶ月間のランニング実施量²⁾の比較にt検定を用いた。イベント前後のランニング変化率³⁾に与える要因の分析は、それらを従属変数とし重回帰分析（ステップワイズ法）を行った。独立変数はMOMSならびに満足についての項目を用い、探索的因子分析（再尤法、プロマックス回転）を行って抽出された因子とその平均得点を用いた。統計解析ソフトは、IBM SPSS Statistics 18を使用した。

1) 1回30分以上のランニングを週2回以上すること。

2) 1回のランニング時間×月あたりのランニング実施日数

3) 11月ランニング実施量÷10月ランニング実施量

結果

回答者の属性は、男性 80.6%、女性 19.4%、平均年齢 43.4 歳であった。マラソン完走経験者 54.5%、マラソン未経験者 45.5%であった。

イベントの前後 1 ヶ月間のランニング実施量の差について分析を行ったところ、全体(n=279、10 月平均=918.2、11 月平均=811.6) は、有意に減少した。ランニング習慣のあり群 (n=245、10 月平均=988.1、11 月平均 861.7) においても有意に減少した。一方、ランニング習慣のなし群 (n=34、10 月平均=414.4、11 月平均=450.6) では有意差はみられなかった。

表1 ランニング実施量のイベント前後比較

		平均		度数	有意確率 (p)
		10月	11月		
ランニング 習慣	あり群	988.1	861.7	255	.003 *
	なし群	414.4	450.6	34	.939
全体		918.2	811.6	289	.004 *

* : p<.05

MOMS37 項目と、イベント満足についての 48 項目で探索的因子分析を行った。その結果 MOMS からは 34 項目 8 因子、イベント満足についての項目からは 15 項目 4 因子が抽出された。

抽出された因子を説明変数に用いて、従属変数をランニング変化率として重回帰分析を行ったところ、イベント満足の空間因子 (p 値=.021、R2 乗値=.021) が 5%水準で影響を示した。

表2 重回帰分析結果 (従属変数: ランニング変化率)

	偏回帰係数	標準偏差誤差	標準化	有意確率(p)
			偏回帰係数 (β)	
空間因子	.123	.053	.136	.021 *

調整済みR2乗=.015,***:p<.001,**:p<.01,*:p<.05

考察

ランニング実施量が全体とランニング習慣のあり群において、イベント前後で有意に減少を示した結果については、イベント前 1 ヶ月間は大会参加の準備時期にあたるため、この 1 ヶ月間のランニング実施量がより増加していたことを想定すると、イベント後 1 ヶ月間のランニング実施量が減少したことは必然であると捉えられる。ランニング習慣のなし群においては、全体やランニング習慣のあり群で見られたような、イベント前後でのランニング実施量の有意な減少は見られなかった。つまり、イベント前 1 ヶ月間は大会参加の準備時期に相当するため、ラ

ンニング実施量はより増加したが、イベント後 1 ヶ月間のランニング実施量はそのまま維持され、定着の傾向にあることを示した。橋本、村上ら (2005) が行ったウォーキング実施の介入研究では「参加以前に何らかの運動経験を有する者 (運動経験者) には介入効果がみられないが、運動未経験者には介入効果がみられた」ということが実証されている。このことから、運動の介入刺激は運動の実施水準が低い人に対して効果がより高く示されると考えられるため、マラソンイベントという刺激はランニング習慣のなし群に対し、ランニング実施を促し、さらに継続化に効果を果たすことが示唆された。

マラソンイベントがランニング実施の変化に影響を与えるような因子については、特定されなかった。一方で、違った見方をすればサンプル全体がランニング実施量についてイベント前後で有意に減少する結果であったにも関わらず、空間因子がランニング実施変化に極めてわずかにポジティブな影響を及ぼすという結果は、特筆すべき事項である。ステージ理論を用いた運動プログラムの介入研究において、「運動体験による満足感」が運動継続に影響すると述べられ (阿部 2006) ており、運動プログラムの介入をマラソンイベント参与に宛がうと、互いに結果を支持する。

結論

- 本研究では、以下 2 つの知見が得られた。
- ①マラソンイベントは、ランニング習慣のなかった者に対してランニング習慣の定着を促すことが示唆された。
 - ②マラソンイベントによるランニング実施量の変化については、極めてわずかではあるが、ランナーがイベントを楽しむこと、イベントに夢中になること、そしてイベントを通じて盛り上がることなどの空間的な要因がポジティブに影響を及ぼすことが示唆された。