

・緒言

スポーツ・運動の実施や継続の規定要因に関する検討が活発に行われてきた。スポーツ・運動非実施群を、運動潜在群と運動無関心群に分類し、その特徴を明らかにする研究も行われ、スポーツ・運動の潜在群や無関心群にも着目した、非実施層に対するより効果的なアプローチが求められている。一方、健康教育・保健指導の分野において、行動科学理論に基づくモデルの1つである「行動変容のトランスセオレティカル・モデル」に着目した研究が盛んに行われてきた。トランスセオレティカル理論・モデルは、「説明理論・モデル」としてだけでなく、「実行理論・モデル」として介入のための方策も兼ね備えており、「スポーツ観戦行動」や「高齢者のスポーツボランティア行動」など、スポーツ分野の研究においても注目されている。スポーツ・運動に関する非実施層にも考慮した実施・継続の促進戦略を検討する上で、「行動変容のトランスセオレティカル・モデル」の理論に基づく研究が有効であると考えられる。

「健康日本 21(第2次)の推進に関する参考資料」(2012)の中で、ソーシャルキャピタルやソーシャルサポートと健康との関連について記されている。菅ら(2011)は、スポーツソーシャルサポートの測定尺度を開発し、スポーツ実施との関係を分析した結果、スポーツ実施頻度が高まるにつれ、スポーツソーシャルサポート得点が高くなり、スポーツソーシャルサポートがスポーツ実施に際して重要であることを示した。家族や仲間からソーシャルサポートを受けることをソーシャルキャピタルの概念で捉えたと、サポートを行う家族や仲間が存在している。スポーツ・運動に関する他者への働きかけについては、「勧誘」や「口コミ」等、消費者行動などとの関連において研究されているが、情緒的サポートなどの間接的な援助意識も一体として捉えた「家族や仲間へのサポート意識」に関する研究は見られない。家族や仲間へのサポート意識を測定し、行動変容ステージ等との関連を明らかにすることにより、スポーツ・運動の実施や習慣化に影響を与える1要因を明らかにできる可能性がある。

そこで本研究は、「自分を取り巻く身近な人々(家族や仲間)に対して、スポーツ・運動に関する勧誘、理解、称賛といった直接・間接的な援助を行う意識」に着目し、これを「スポーツ・運動ソーシャルサポーター」として尺度を開発すること、「スポーツ・運動の行動変容ステージが上がるとスポーツ・運動ソーシャルサポーター得点が高まる」という仮説を検証することを目的とする(研究1)。さらに、スポーツ・運動ソーシャルサポーター得点に関連する社会人口統計学的変数、スポーツ・運動変数との関連を明らかにすることを目的とする(研究2)。

・研究1

1. 方法

調査内容は、菅ら(2011)がスポーツソーシャルサポート尺度を開発する際に使用した8項目を参考に、スポーツ政策の専門家1名、健康心理の専門家1名、スポーツビジネスを専攻する大学院生3名により検討し、スポーツ・運動ソーシャルサポーターに関する

8項目を準備した。運動の行動変容ステージ尺度として広く利用され、信頼性および妥当性が確認されている Oka et al.(2000)及び岡(2003)による尺度をもとに、スポーツ・運動の行動変容ステージ尺度を準備した。属性について、性別、年齢等を調査した。全ての回答者のうち、性、年齢、スポーツ・運動の行動変容ステージ項目、スポーツ・運動ソーシャルサポーター項目に欠損なく回答した1,315件を分析対象とした。

スポーツ・運動ソーシャルサポーター項目の構成要素として先行研究に従い作成した因子について、内的整合性を検討するため、Cronbach の α 係数を算出した。さらに、その因子構造が妥当であるかを検証するため、確認的因子分析を行った。次に、スポーツ・運動の行動変容ステージと、スポーツ・運動ソーシャルサポーター項目の関連性を検討するため、前者を独立変数、後者を従属変数とした一元配置分散分析を行った。主効果がみられた場合、Games-Howell 法による多重比較を行った。統計解析には、IBM SPSS Statistics 20 および Amos19, Amos 20, Microsoft Excel 2010を用いた。

2. 結果

スポーツ・運動ソーシャルサポーター尺度の開発：菅ら(2011)によるスポーツソーシャルサポート尺度と同様に2因子構造を想定した。各因子の内的整合性を検討するため、Cronbach の α 係数を算出したところ、第1因子 $\alpha=.83$ 、第2因子 $\alpha=.88$ となり、十分な値が得られた。第1因子を手段的サポーター因子、第2因子を情緒的サポーター因子と命名した。尺度の構成概念妥当性を検討するため、2因子8項目について確認的因子分析を行ったところ、適合度指標は不良であった。各因子の項目数および項目内容、標準化推定値、誤差相関を確認しながら、項目を精選し、モデルを修正した。2項目を削除し、誤差相関を想定したモデルで、最も良好な適合度指標を得た。改めて Cronbach の α 係数を算出したところ、手段的サポーター因子($\alpha=.82$)、情緒的サポーター因子($\alpha=.86$)とも十分な信頼性が確認された。以上の結果から、本研究で開発したスポーツ・運動ソーシャルサポーター尺度は、構成概念妥当性および信頼性を有することが確認された。(図1)

スポーツ・運動の行動変容ステージとスポーツ・運動ソーシャルサポーター尺度との関連：本研究で開発したスポーツ・運動ソーシャルサポーター尺度を使用し、変容ステージ間の尺度得点の差の有無を明らかにするため、スポーツ・運動の行動変容ステージを独立変数、スポーツ・運動ソーシャルサポーター各因子得点および尺度得点を従属変数とし、一元配置分散分析を行った。尺度得点は、項目の平均値により算出した。

まず、手段的サポーター因子について一元配置分散分析を行ったところ、行動変容ステージの主効果が認められた。多重比較の結果、手段的サポーター因子得点は、「前熟考期」より「熟考期」、「熟考期」より「準備期、実行期、維持期」が有意に高いこと、また「準備期」より「維持期」が有意に高いことが示された。次に、情緒的サポーター因子について同様に分析

を行った。一元配置分散分析の結果、行動変容ステージの主効果が認められた。多重比較の結果、情緒的サポーター因子得点は、「前熟考期」より「熟考期」、「熟考期」より「準備期、実行期、維持期」が有意に高いことが示された。さらに、スポーツ・運動ソーシャルサポーター尺度得点についても同様に分析を行った。一元配置分散分析の結果、行動変容ステージの主効果が認められた。多重比較の結果、情緒的サポーター因子得点は、「前熟考期」より「熟考期」、「熟考期」より「準備期、実行期、維持期」が有意に高く、「準備期」より「維持期」が有意に高いことが示された。

3. 考察

スポーツ・運動ソーシャルサポーター測定尺度の開発は、2因子6項目で最も良好なモデルを得た。2つの因子を、手段的サポーターおよび情緒的サポーターと命名し、Cronbachの α 係数を算出したところ、前者は $\alpha=.82$ 、後者は $\alpha=.86$ となり、本研究により開発したスポーツ運動ソーシャルサポーター尺度は、構成概念妥当性および信頼性を有することが確認された。また、本尺度は異なる性質を持つ2つの因子から構成され、尺度を構成する各因子得点（平均値）は、手段的サポーター得点（平均値 2.48）より情緒的サポーター得点（平均値 3.70）が高いことが明らかになった。一緒にスポーツ・運動をしたり、仲間を誘うといった直接的支援意識より、スポーツ・運動することを推奨・賞賛する、理解するといった間接的支援に対する意識が総じて高いことが示唆された。たとえば、時間が無い、体力が無いなどの理由から、家族や仲間と一緒にスポーツ・運動を行うことは難しいという人も、家族や仲間と一緒にスポーツ・運動することをすすめる意識はあることから、間接的支援意識を促すことが有効である可能性が示唆された。

「スポーツ・運動の行動変容ステージが上がるとスポーツ・運動ソーシャルサポーター得点が上がる」という仮説を検証するため、スポーツ・運動の行動変容ステージを独立変数、スポーツ・運動ソーシャルサポーター各因子得点および尺度得点を従属変数とした一元配置分散分析、多重比較を行った。「前熟考期」「熟考期」「準備期以上のステージ」との関係において仮説は支持されたが、「準備期」以上の3ステージ間において、有意な得点差は認められず、仮説は支持されなかった。「準備期」以上の3ステージ間のソーシャルサポーター得点の差がみられなかったことは、いわゆる「スポーツ・運動実施群」は、スポーツ・運動実施頻度や継続期間に関係なく、家族や仲間に対して同程度のスポーツ・運動に関するソーシャルサポーターを有することを示している。一方、手段的サポーター因子は、一緒にスポーツ・運動をすること、誘うことを含んでいる。スポーツ・運動実施状況のステージによる違いが、得点の差に表れたと考えられる。また、「非実施層」である「前熟考期」と「熟考期」については、「熟考期」の方がスポーツ・運動ソーシャルサポーター得点が有意に高いことから、スポーツ・運動の動機づけの準備性と、ソーシャルサポーターは、何らかの関連があることが示唆された。

研究2

1. 方法

研究1と同じ調査対象および調査方法とした。性、年齢、職業形態、種目、スポーツ・運動実施頻度、クラブ加入有無、スポーツ・運動ソーシャルサポートを

調査した。ソーシャルサポーター得点の差の有無を検討するため、各変数ごとに平均値の差の検定を行った。

2. 結果

社会人口統計学的変数について、手段的サポーター得点の平均値の差の検定を行った結果、性差、フルタイムの職業の有無による有意な関連は認められず、年代も主効果は認められなかった。情緒的サポーター得点については、性差との有意な関連が認められ、男性より女性のほうが得点が高いことが示された。また、年代は「20歳代以下」より「40歳代」の年齢が高い傾向がみられた。フルタイムの職業の有無による有意な関連は認められなかった。

スポーツ・運動実施頻度について、手段的サポーター得点および情緒的サポーター得点との有意な関連が認められ、「週1回未満」群より「週1回以上」群の方がサポーター得点が高いことが示された。クラブ加入についても、いずれのサポーター得点とも有意な関連が認められ、「非加入」群より「加入」群の方が、サポーター得点が高いことが示された。種目は、手段的サポーター得点、情緒的サポーター得点ともに種目の主効果が認められ、情緒的サポーター、情緒的サポーター得点ともに「ウォーキングのみ」より「両方」「球技系のみ」が有意に高いことが示された。

3. 考察

情緒的サポーター得点は、性差、年代による有意な関連が認められ、サポーター得点の違いに着目したアプローチを行う際には、性差を考慮することが有効である可能性が示唆された。両サポーター得点は、スポーツ・運動実施頻度、クラブ加入の有無、種目との有意な関連が認められた。種目の特性によりソーシャルサポーターに違いがあること、クラブを維持しようとする構成員は、ソーシャルサポーターが高い可能性があり、また、クラブ加入者は、仲間や家族のスポーツ・運動の実施・継続を促進するための有効な機能を有している可能性があること、スポーツ・運動実施頻度が高いと、サポーター得点も高くなることが示唆された。

まとめ

本研究において、スポーツ・運動ソーシャルサポーターを測定する尺度を開発し、その意識を測定することが可能となった。「無関心期」「関心期」「準備期以上」とステージが上がるにつれて、尺度得点が高くなることが示された。特に健康政策において盛んに導入されている行動変容ステージ理論と合わせて、たとえば「関心期」にはスポーツ・運動を直接促すようなプログラムを行うと同時に、「準備期以上」には、家族や仲間からスポーツ・運動をしていない人に対して、手段的・情緒的支援を行うよう促すなどの、活用可能性が示唆された。また、手段的サポーターおよび情緒的サポーターに関連する要因として、いくつかの社会人口統計学的変数、スポーツ・運動関連変数を明らかにしたことにより、今後の現場でのソーシャルサポーターに着目した施策展開において、具体的な対象の設定に役立つものと考えられる。

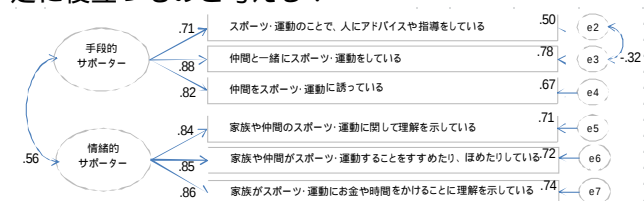


図1 スポーツ・運動ソーシャルサポーター尺度の確認的因子分析結果