

フィットネスエクササイズへのスポーツ参加動機がスポーツコミットメントに及ぼす影響

—フィットネスクラブの会員を対象に—

The effect of sport participation in fitness exercise on sports commitment

高 齊敏（早稲田大学大学院スポーツ科学研究科）

原田 宗彦（早稲田大学スポーツ科学学術院）

1. 序論【背景】

2015 年度のスポーツ庁による年代層別の週一回以上のスポーツ実施率の調査データによると、20 代年齢層の週一回以上の運動実施率は 29.7%である。30 代年齢層の週一回以上の運動実施率は 29.6%であり、20 歳以上 40 歳以下の年齢層の運動実施率は他の年齢層に比べて最も低い。情報誌「フィットネスビジネス」の民間フィットネス企業市場データによるとフィットネスクラブの施設の数や会員数が増えていく反面、20 代以下及び 30 代の世代のクラブ利用者数は徐々に減少する状況である。平成 17 年から 22 年の間の年齢別構成比をみると、30 歳代以下のフィットネス会員の減少幅は全人口の減少率より大きい。40 歳以下会員を継続的に維持させるのは、顧客維持（Retention）マーケティングの視点からみると、新規会員を確保する為のマーケティングの費用と比べて投資費用が少ない（McIlroy et al., 2000）。顧客維持と継続的参加のために、継続的スポーツに参加する動機とコミットメントを調べる必要がある。

2. 序論【参加動機とコミットメント】

マーケティングの研究領域において、動機は消費者行動に影響を及ぼす要因であり、効果的なマーケティングのためには消費者の動機を理解することが必要である（Fodness, 1994）。スポーツ参加に関する

様々な研究で楽しさの要因はスポーツ参加に重要な要因となり、スポーツ参加で楽しさを感じないと途中辞める可能性が高い（Schmidt, G. W., & Sein, G. L., 1991）。参加動機、スポーツコミットメント等の継続意図に関する消費者行動の理解は効果的なマーケティング戦略と市場プロモーション戦略に貢献できる（Crompton & McKay, 1997; Lee, Lee & Wicks, 2004）。参加動機とスポーツコミットメントまでの関係性を明らかにしようとした研究の中、内容や構造が一部一致した研究（Kim et al., 2007; Kong, 2007; Kwak et al., 2009; Na et al., 2003）は数少ない。一括されている運動プログラムや方法は徐々に興味を失い、途中辞めるケースが多いので（Kim et al., 2014）、パーソナルトレーニングやレッスンの指導者はレッスン対象者の技術向上や動機誘発させることができる（Jo, 2005）。レッスンは参加動機の技術習得・向上に影響を与え、スポーツ関与度にも影響を及ぼす。また場所を選ぶのに最も重要な要因（Lee, 2003; Kim, 2004）である。

3. 研究目的

本研究は先行研究を踏まえ、スポーツ参加動機がスポーツコミットメントに及ぼす影響を明らかにするため、量的研究方法を用いて、予備調査と本調査を行う。またパーソナルトレーニングによるスポーツ参加

動機とスポーツコミットメントの差を確認する。最後は人口統計及び利用特性による参加動機とコミットメントの差を確認する。

4. 量的調査【予備調査と本調査】

参加動機とコミットメントの先行研究を参考で作成された用紙を用いて2018年11月9日から11日まで、東京都内のフィットネスクラブの二箇所で会員を対象にして調査を行った。参加動機は「楽しさ」、「技術習得」、「健康志向」、「交流」の4因子、16項目であり、スポーツコミットメントは「情熱的コミットメント」、「強制的コミットメント」の2因子8項目である。モデル適合度は $\chi^2/df = 1.2$ 、GFI = .74、AGFI = .65、NFI = .86、RMSEA = .08となった。本調査の調査期間は2018年11月12日から12月13日まで東京都内の3社が運営する各店舗で行った。そして確認的因子分析で妥当性の確認を行い、モデル適合度 $\chi^2/df = 2.2$ (≤ 3.00)、GFI = .86 ($\geq .80$)、AGFI = .81 ($\geq .800$)、NNFI = .90 ($\geq .900$)、RMSEA = .078 ($\leq .080$) 確認終了後、共分散構造分析(SEM)を行った。

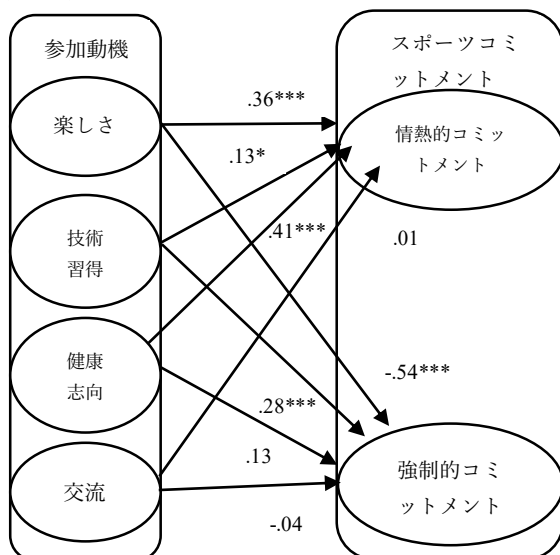


図1 参加動機とコミットメントの関係性

共分散構造分析を行った結果、適合度は $df=156$ 、GFI=.86、AGFI=.81、CFI=.94、RMSEA=.078 となり、「情熱コミットメン

ト」に対して「楽しさ」、「技術習得」、「健康志向」が有意な影響を与えられた。また「強制的コミットメント」に対して「楽しさ」は負(−)の関係が示され、「技術習得」は正(+)の関係が示された。モデルの決定係数(R^2)は情熱的スポーツコミットメントの65%、強制的コミットメントの18%を説明する結果となった。パーソナルトレーニングによる参加動機とコミットメントの差は「楽しさ」「技術習得」「健康志向」「交流」「情熱的コミットメント」に有意差が表れ、レッスンを受けているの方が高かった。人口統計・利用特性による参加動機とコミットメントの差は本文に乗せられている。これらの結果により、参加動機とコミットメントの関係性と、パーソナルトレーニングによる影響が明らかになった。

5. 結論

楽しさと技術習得、健康志向は情熱的コミットメントに影響を与えたのは先行研究(Jung, 1997; Jung, 2014)の結果と一部一致して本研究が支持される。フィットネス・エクササイザの交流の平均値が低いことから、社交性が低く、スポーツコミットメントに有意な影響はなかったと推定される。技術習得が強制的コミットメントに影響を及ぼすことはフィットネスエクササイズに対して技術習得や発達、向上心、維持のような要素は義務感のような強制性をもたらして、その努力(Striving)の心理が強制的に続こうとする心に影響を与えと考えられる。今後は都内ジムより全国に拡大して大勢の人を対象に検証する必要がある。パーソナルトレーニングを受ける有無で最も大きな差を示したのは技術習得である。優秀トレーナーが適切なプログラムを提供すれば会員の参加動機とコミットメントを高める一つの要素になるか検証する必要がある。