

令和2年度 Sport in Life 推進プロジェクト
(スポーツ実施を阻害する課題解決のための実証実験)

福島・日本中の親子が元気になるための
実践型運動あそび環境づくり

事業報告書

令和3年2月

特定非営利活動法人ただみコミュニティクラブ

本報告書は、スポーツ庁の Sport in Life 推進プロジェクト委託事業として、特定非営利活動法人ただみコミュニティクラブが実施した「令和2年度 Sport in Life 推進プロジェクト（スポーツ実施を阻害する課題解決のための実証実験）」の成果を取りまとめたものです。従って、本報告書の複製、転載、引用等にはスポーツ庁の承認手続きが必要です。

令和2年度 Sport in Life 推進プロジェクト
(スポーツ実施を阻害する課題解決のための実証実験)
「福島・日本中の親子が元気になるための実践型運動あそび環境づくり」
事業報告書

目次

本事業の目的	1
1. 本事業の実施概要.....	2
(1) 本事業のターゲット.....	2
(2) ターゲットのスポーツ実施の阻害要因、促進要因（事業実施前の仮説）	3
(3) 本事業で期待される効果.....	4
2. 本事業の実施内容.....	6
(1) 事業の実施概要.....	6
(2) 事業の実施結果.....	10
3. 本事業の実施体制.....	22
(1) 本事業の実施体制.....	22
(2) 本事業の実施スキーム.....	22
4. 事業の実施効果（スポーツ実施頻度、実施意欲の改善効果）	23
(1) 効果検証方法	23
(2) 効果検証の結果.....	24
5. スポーツ実施改善の要因の分析（阻害要因や促進要因の仮説検証）	33
(1) 仮説検証①	33
(2) 仮説検証②	36
(3) 仮説検証③	39
6. 今後の事業展開予定.....	40
(1) 事業継続や横展開に向けたポイント、課題.....	40
(2) 次年度以降の事業継続、横展開の計画.....	41
(3) 今後の事業展開に向けて期待される sport in Life プロジェクトにおける取組	41
7. 終わりに	42
参考資料 アンケート調査票・分析結果詳細.....	43

本事業の目的

本事業は、スポーツ参画人口の拡大に向けて、Sport in Life コンソーシアム加盟団体が連携・協働して実施する取組みを後押しするとともに、先進事例を形成することにより、全国各地にスポーツ参画人口の拡大に向けた取組みを展開するためのモデルを創出することを目的に実施したものである。

東日本大震災の影響に加え、昨今の新型コロナウイルス感染症対策により、地域の子どもは、長期間にわたり自由に遊べる場所の制限に加え、保育所や学校等の友達と楽しく遊び身体を動かす機会が激減し、心身の課題がより深刻化している。また、これらの影響は、保護者である子育て世代にも生じている。

これらの課題に対し、本事業は、①新しい生活様式に合わせた運動あそび実践者「プレイリーダー」の育成、②新しい生活様式に合わせた運動あそび実践プログラムの実施、③子ども及び保護者の運動実施状況をICT技術の活用によりモニタリングし情報提供できる機会の提供、④運動あそび実践応援チャンネルの配信（オンラインによる）、⑤モデルプログラム運用ガイドブックの作成を実施し、継続的にかつ楽しく運動・スポーツが実施できる場や機会の確保による心身の健康度の向上を目指す。

1. 本事業の実施概要

(1) 本事業のターゲット

本事業では、「子ども（未就学児～小学生低学年）」と「子育て中の保護者である女性」をターゲットとする。

①子ども（未就学児～小学生低学年）

➤ 福島県内の子供

福島県内のスポーツ少年団（1106団体、21,727人）、県内の総合型スポーツクラブ（80団体）、福島県内保育所・幼稚園・こども園数（約700か所）、ペップキッズ郡山（年間利用者延べ数約30万人）を通じて関わる事ができる子ども

➤ 運動実施状況

2018年全国体力・運動能力、運動習慣等調査における小学生の「運動やスポーツをすることは好き」と回答した割合は、男子72.8%、女子54.9%（※中学生になると更にこの割合は減少している）

②子育て中の保護者（女性）

➤ 福島県内の女性（3～8歳の子どもを持つ母親／父親等家族を含む）

18歳未満の子どもがいる世帯15万うち、対象となる女性の子育て世代は約半数以下7万世帯と算定

➤ 運動実施状況

2019年福島県調査（59市町村対象）成人の運動習慣が週1回以上の人は49.9%で、2009年度の同様の調査の69.8%を下回っている。

なお本事業は新しい生活様式をふまえ、オンラインとオフラインの環境を融合し実施するが、オフラインでのプログラム提供に関しては、福島県内の自治体（只見町、いわき市、二本松市、郡山市）の4自治体を実証フィールドとし、各地域在住の未就学児・小学校低学年の子どもを主なターゲットとする。同時にその母親も参加できる親子参加型のプログラムを提供することにより、子育て中の30代～40代の女性もターゲットとして事業を実施する。

(2) ターゲットのスポーツ実施の阻害要因、促進要因（事業実施前の仮説）

【ターゲットのスポーツ実施の阻害要因】

①放射能の影響等への不安からくる屋外遊びに対する心理的ハードル

東日本大震災の影響下において、授業1時間・課外活動2時間と制限する「3時間ルール」等屋外活動を一部制限している期間が1年程度続いていた。現在も以前なら里山遊び等ができた森林エリアにおいて、放射能の影響の危惧から立ち入りの制限が続いている。2015年に筑波大学の水野准教授が実施した調査では、外で子どもを遊ばせる家庭が大半を占めるようになってきた一方で、未だ放射能に対する不安を残しているという分析結果が示されており、子どもを屋外で遊ばせることへの心理的ハードルがある様子がうかがえる。

②感染症等に対する不安から屋内遊びに対する心理的ハードルと運動実践機会の減少

震災対策として福島県内の各市町村に屋内遊戯施設が作られてきたが、昨今の新型コロナ感染症の影響により、別の面で屋内施設に対する新たな課題が生じている。コロナ禍において子どもや保護者が安全かつ、安心して遊びながら体を動かす場や機会の確保が困難になり、運動・スポーツ実施を妨げる要因になっている。これらの影響は、保護者である子育て世代にも生じており、在宅ワークや屋外へ出る頻度の低下等に起因する心身の健康課題が生じている。

③長期間運動機会や経験が制限されていることでの運動・スポーツに対する苦手意識

震災影響下において、運動・スポーツをする機会が著しく減少した世代は、多様な動きを経験し身に付けたり、楽しく体を動かす機会が少なかったため、運動・スポーツに対する苦手意識を持っている。またこの事により、基本的な動きの取得が不完全な状態であり、子どもたちの多くに体力低下の状況がみられている。

④新しい生活様式で安全・安心に配慮しながら楽しく十分な遊びの環境を構築していくためのノウハウが不足している

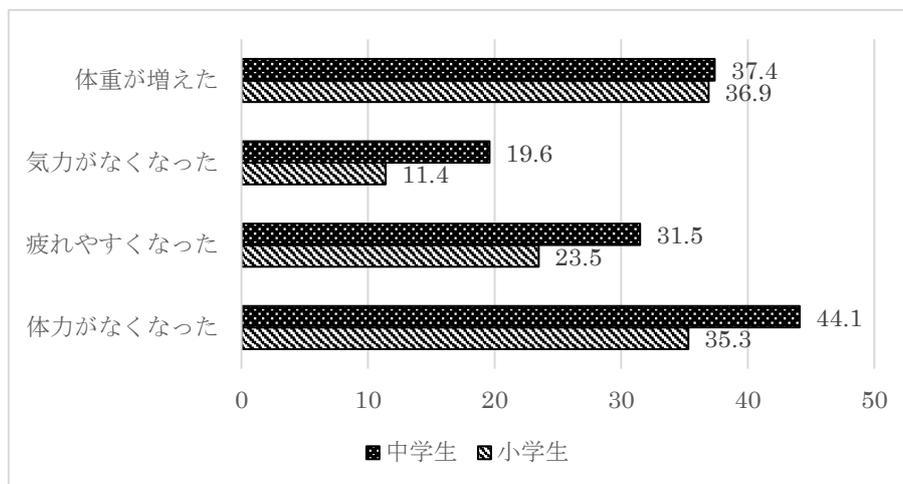
子どもの運動あそびは、単に身体を動かすことだけではなく、コミュニケーションや社会性といった生涯にわたって必要な基本的な生きる力を育む上でも重要である。今回の新型コロナ感染症の影響で著しく生活環境が変わり、保育関係者は運動あそびの必要性は認識しつつも、現状の環境下で遊びの機会や場をどのように確保していくのか、課題を抱えている。自治体・学校・家庭・地域団体においても未だ手探りの状況であり、早急なモデル構築が求められている。

(参考資料)

日本臨床整形外科学会が、2020年7月下旬から8月中旬にかけて、医療機関を訪れた小・中・高校生 817人が回答したアンケート結果によると、「自粛中の運動割合は、5.4%減少しており、「体力がなくなった」と回答したのは、小学生で35.3%、中学生で44.1%にの

ぼる。

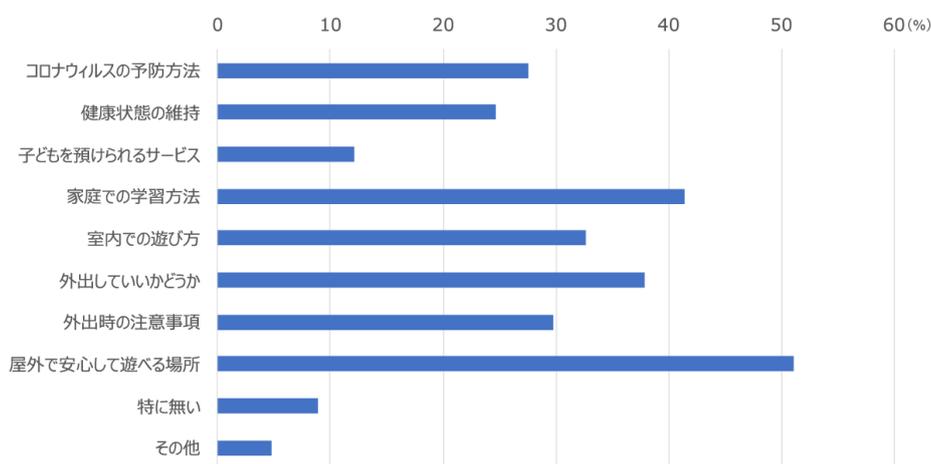
図表 1 自粛生活によって体にどのような変化があったか



出典：日本臨床外科学会アンケート結果より筆者作成

全国に先駆け2月28日に緊急事態宣言が出された北海道では、北海道大学大学院農学研究
院らにより、新型コロナウイルスの拡大に伴う社会的な影響に関する研究を2020年3月19
日～4月1日にweb調査（回答者923名）にて実施している。中間報告結果において、図表
1に示すように、「休校・休園や外出自粛中、お子さんの過ごし方について、どのような情
報が欲しいと思いますか？」という設問に関し、屋外で安心して遊べる場所、室内での遊
び方などに関し、情報を求めている様子が見えてくる。

図表 2 休校・休園や外出自粛中に子どもとの過ごし方で欲しい情報

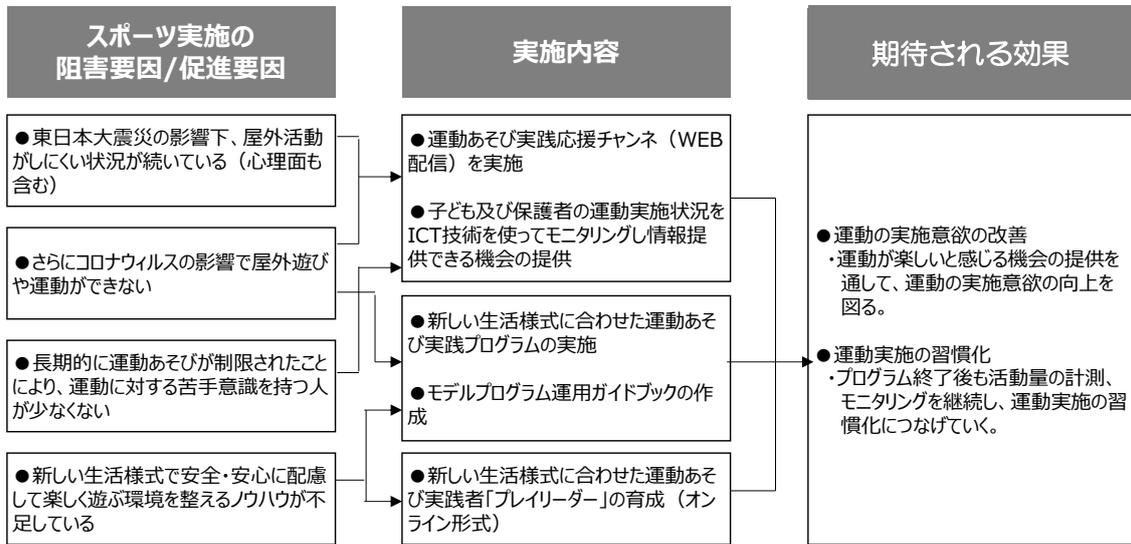


出典：2020年4月北海道大学大学院農学研究

(3) 本事業で期待される効果

本事業においては、上述したスポーツ実施の疎外要因に対し、これらの課題解決に寄与
する実証事業を行うことで、次に示す事業効果を期待している。

図表 3 スポーツ実施の疎外要因に対する取組みと期待される効果



①子ども（未就学児～小学校低学年）への期待される具体的効果

本事業では、3～8歳の子どもの楽しく運動ができる機会の提供を通して、運動の実施意欲の向上を図るとともに、プログラム終了後も活動量の計測・モニタリングを継続し、運動実施の習慣化につなげていく。期待される効果は次の通り。

図表 4 期待される効果：子ども（未就学児～小学校低学年）

評価項目	目標値
運動遊びが楽しいと感じる割合	80%以上
活動量（歩数）の変化	+1,000歩以上増加
中高強度の運動時間の確保 1日で60分以上確保できている割合	70%以上

②子育て中の保護者（女性）への期待される具体的効果

本事業では、①3～8歳の子どもの持つ母親（父親等家族を含む）が子どもと一緒に楽しく運動ができる機会の提供を通して、運動の実施意欲の向上を図るとともに、プログラム終了後も活動量の計測・モニタリングを継続し、運動実施の習慣化につなげていく。期待される効果は次の通り。

図表 5 期待される効果：子育て中の保護者（女性）

評価項目	目標値
スポーツ・運動の実施意欲の向上 （やってみたいと思うか）	+50%以上増加
子育てと仕事等忙しい母親の週1度の運動習慣化	現状→+10%
活動量の歩数の変化	現状→+1,000歩以上

2. 本事業の実施内容

(1) 事業の実施概要

本事業は、福島の子ども（未就学児から小学低学年）とその保護者を対象に、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で変化した新しい生活様式に合わせた実践型の運動あそびができる環境づくりのモデル構築を行う。東日本大震災の影響に加え、昨今の新型コロナウイルス感染症対策により、地域の子どもは、長期間にわたり影響を受けている。自由に遊べる場所の制限に加え、保育所や学校等の友達と楽しく遊び身体を動かす機会が激減し、心身の課題がより深刻化している状況にある。これらの課題解決に向け、新しい生活様式の中で実践可能な運動あそびの環境づくりとして、以下の事業を実施する。

【事業の実施対象】

本事業のメインターゲットは以下の通り。

- ①子ども（未就学児～小学校低学年）
- ②子育て中の保護者（女性）

【事業の実施内容】

福島県における運動実施を阻害している要因である運動がしにくい環境を払拭するためには、楽しく運動ができる運動あそびプログラムの実施、新しい生活様式を考慮した web コンテンツ（運動あそび実践プログラム）の提供、また、運動あそび実践者「プレイリーダー」が身近にいること等が必要になる。同時に、運動の習慣化につなげる継続的な活動量の計測・モニタリングによる動機づけが必要である。

具体的な事業の実施内容は下記の通り。事業は①子ども（未就学児～小学校低学年）と②子育て中の保護者（女性）共通の事業内容となる。

【事業内容】

1. 新しい生活様式に合わせた運動あそび実践者「プレイリーダー」養成講座の実施
2. 新しい生活様式に合わせた運動あそび実践プログラムの実施
3. 子どもおよび保護者の運動実施状況をICT技術を活用してモニタリングし情報提供できる機会の創出
4. 家庭でできる！運動あそび実践応援チャンネルの提供（webコンテンツの作成と配信）
5. モデルプログラム運用ガイドブックの作成・web版配布



『福島・日本中の親子が元気になるための実践型運動あそび環境づくり』
モデルプログラムの創出

事業1. 新しい生活様式に合わせた運動あそび実践者「プレイリーダー」養成講座の実施

事業対象者が日常生活の中で楽しいと感じながら運動の実施を習慣化するには、「プレイリーダー」等の運動あそび実践者が身近にいること等が必要になる。そこで本事業では以下の内容で新しい生活様式の中でも運動実践をリードできる「プレイリーダー」を養成する。

- 時期：2020年11月～1月実施
- 場所：オンライン型研修
- 対象：県の体育協会、県のスポーツ少年団指導者、県内の総合型地域スポーツクラブのスタッフ、保育所・幼稚園・こども園の先生、運動あそび実践プログラムの実施拠点運営者および県内の同様の取組みをしている団体等のスタッフ定員100名（アーカイブ配信有）
- 内容：全7講義
講義1 いまの時代に必要とされるプレイリーダーとは
（山梨大学 中村和彦教授）
講義2 多様なこどもたちの現場から子どもとの関わり方を考える
①保育の現場より（保育士 堀内亮輔先生）
②小学校の現場より（小学校教諭 岩田純一先生）
③地域の現場より（プレイリーダー 平山真恵美、篠田裕子、荒尾裕子）
講義3 遊学（あそびが学び）-からだところを育む関わり-
①子どもの育ちの現状と課題 ②あそびの重要性 ③子どもが主役のまちづくり
（山梨大学 中村和彦教授、菊池医院（小児科医）菊池信太郎先生）
- 評価：参加者アンケートにより事業評価を実施

事業2. 新しい生活様式に合わせた運動あそび実践プログラムの実施

新型コロナウイルス感染症の影響で「密」に関われない状況を踏まえた運動あそびのプログラムが必要となる。既存の運動あそびをアレンジしたプログラムを構築する。

- 時期：2020年11～2021年1月（4か月の間で3回実施）
- 場所：福島県内の総合型地域スポーツクラブ、保育所・こども園、
地域運動拠点施設のうちモデル実証協力団体（只見町、いわき市、二本松市、郡山市の4拠点）
- 対象：子供（未就学児～小学校低学年）と保護者（50組100名想定）
- 内容：新しい生活様式に合わせて、ソーシャルディスタンスを保ちながら実施できる運動あそび実践プログラムの実施
- 評価：参加者への事前・事後アンケートにより事業評価を実施

事業3. 子どもおよび保護者の運動実施状況を ICT 技術の活用によりモニタリングをし情報提供できる機会を創出

運動あそび実践プログラム終了後も参加対象者の運動実施を習慣化させるために、ICT 機器を使って活動量の可視化を図る。

- 時期：2020年11～2021年1月
- 場所：福島県内の総合型地域スポーツクラブ、保育所・こども園、地域運動拠点施設のうちモデル実証協力団体（只見町、いわき市、二本松、郡山の4拠点）
- 対象：子ども（未就学児～小学校低学年）と保護者（50組100名想定）
- 内容：活動量計を用いて、日々の平均の歩数、強度別運動量の割合（低・中・高強度）、平均の運動量とばらつきの変化の推移をモニタリングし、現状を可視化することで、動機づけを行い、継続的な行動変容につなげていく。
親子で家庭でも活動量を計測することで、子どもと保護者の活動の相関関係も検証する。
- 評価：活動量データの分析により、事業開始時・事業期間中の数値的变化の評価を実施

事業4. 家庭でできる！運動あそび実践応援チャンネルの提供（web コンテンツの作成と配信）

新しい生活様式を踏まえ、直接接触しないあそびや、家の中や親子でできるあそび等を web コンテンツとして対象者に配信し、運動機会の提供を図る。

- 時期：2020年11～2021年1月（3か月の間）毎週1回配信（計8回）
- 場所：オンライン配信（家庭でできる運動あそび実践プログラム配信）
- 対象：子ども（未就学児～小学校低学年）と保護者
- 内容：今週の運動あそび“これみんなでやってみよう”webプログラム配信
週1回の運動実施機会の確保や、習慣化の定着を図るため、プレイリーダーによる楽しい運動あそびを毎週1回webで配信する。対象者に専用チャンネルURLを配布し周知することで、家庭での運動強化を図る。
- 評価：視聴回数を検証

事業5. モデルプログラム運用ガイドブックの作成・web版配布

本事業のフィールドは福島県であるが、この取組みを全国に展開させるための事例資料として、ガイドブックを作成し、関係者に配布する。

- 時期：2020年9月～12月（プロト版）2021年1～2月（完成版）
- 対象：県の体育協会、県内スポーツ少年団、福島県内の総合型地域スポーツクラブ、保育所・幼稚園・こども園、運動あそび実践プログラムの実施拠点運営者および県内の同様の取組みをしている団体等
- 内容：本ガイドブックは、私たち大人が子どもの発育発達に寄り添い関わることで、子どもが「体を動かして遊ぶことが好き」になり、遊びを通じて未来を創る子どもが幸せを感じながら健やかに育まれる環境を提供できるようになることを目的とし、日本中の親子が元気になるための実践型運動あそび環境づくりを展開していく上での運用ガイドブックを作成、関係者に配布する。（web閲覧用）

<ガイドブックの構成>

オンライン型 プレイリーダー講座	子どもに関わる大人が、子どもの育ちを理解し、子どもを健やかに育むことができるようになることを目的とした講座です。	<ul style="list-style-type: none">➢ プレイリーダーとは➢ 子どもとの関わり方➢ からだとこころを育み関わり➢ 遊びにつづける身近な素材
動画を使った 運動あそびの実践	子どもが楽しくからだを動かしたくなる遊びを紹介しています。どう遊べばいいかわからない方、遊びのバリエーションを増やしたい方などに活用いただけます。	<ul style="list-style-type: none">➢ リズム遊び➢ ごっこ遊び➢ 道具を使った遊び
運動あそびの 実践支援	運動あそびの現場で活躍するプレイリーダーのスキルアップにつなげることを目的として実践支援方法を紹介します。	<ul style="list-style-type: none">➢ プレイリーダーによる運動遊びの実践紹介➢ 子どもの育ちを支援するさんさんキッズシステムの紹介

(2) 事業の実施結果

事業1. 新しい生活様式に合わせた運動あそび実践者「プレイリーダー」養成講座の実施

県内の保育関係者、運動あそび実践者等を対象に養成研修を実施した。

名称	福島にこにこプロジェクト「プレイリーダー」養成講座
開催日	2020年11月~2021年1月
開催場所	オンライン開催 (YouTube 配信)
内容	<p>全7回講義</p> <p>講義1 いまの時代に必要とされるプレイリーダーとは (山梨大学 中村和彦教授)</p> <p>講義2 多様なこどもたちの現場から子どもとの関わり方を考える ①保育の現場より (保育士 堀内亮輔先生) ②小学校の現場より (小学校教諭 岩田純一先生) ③地域の現場より (プレイリーダー平山真恵美、篠田裕子、荒尾裕子)</p> <p>講義3 遊学 (あそびが学び) -からだところを育む関わり- ①子どもの育ちの現状と課題 ②あそびの重要性 ③子どもが主役のまちづくり (山梨大学 中村和彦教授、菊池医院 (小児科医) 菊池信太郎先生)</p>
参加者概要	<p>目標受講者数 100名</p> <p>体育協会、スポーツ少年団指導者、総合型地域スポーツクラブのスタッフ、保育所・幼稚園、小学校などの先生、その他同様の取組みをしている団体関係者</p> <p>全7講義視聴回数： 講義1：590回 講義2-1：517回、講義2-2：134回、講義2-3:186回 講義3-1：128回、講義3-2：100回、講義3-3:136回 (2021年1月30日現在)</p>
アンケート調査	<p>内容：養成講座の理解度、受講による意識の変化等</p> <p>対象：プレイリーダー養成講座受講者</p> <p>回収数：107 (2021年1月30日現在)</p> <p>※結果詳細は後述</p>

①「プレイリーダー」養成講座内容

全7回の講義概要と、講義ごとの視聴回数、オンライン研修データの参照QRコードは以下に示すとおり。

図表6 プレイリーダー養成講座実施内容

講義	概要	オンライン研修動画
講義 1 641回	「いまの時代に必要とされるプレイリーダーとは」 ・3つの課題とその背景にある子どもの生活環境の変化 ・子どもの学びを阻害につながった、競技種目の低年齢化 ・発達の特性と運動遊びから学ぶ「生きる力の基礎」 ・発達のタイミングにあった運動の経験について	
講義 2-1 658回	「多様な子どもたちの現場から子どもとの関わり方を考える」 ・保育所で取組む運動遊びの意義と子どもとの関わり方 ・保育所で取組む運動遊び～幼児における運動遊びの物語～ ・保育者の役割と関わり方（プレイリーダー） ・環境（遊具や人）に誘われて動きを習得していく物語	
講義 2-2 167回	「多様な子どもたちの現場から子どもとの関わり方を考える」 ・小学生の運動実施の現状 ・子どもの気持ちに寄り添った体育 ・学習指導要領の改訂と運動遊び ・遊びから創る体育	
講義 2-3 214回	「多様な子どもたちの現場から子どもとの関わり方を考える」 ・遊びの考え方 ・運動遊びの取組み事例 ～導入から日常化するまで～ ・遊びにより育つ保育士と子どもの姿 ・大人の意識の変化	
講義 3-1 141回	「遊学（あそびが学び）-からだところを育む関わり-」 ・子ども達の昨今と震災、コロナを受けての影響 ・震災以降の福島の関わりから見えてきたこと ・新しい生活様式をふまえた関わり方の必要性	
講義 3-2 116回	「遊学（あそびが学び）-からだところを育む関わり-」 ・運動あそびの意義と必要性 ・小児科から見た運動遊びの必要性 ・子どもの健康は連続している ・プレイリーダーの役割と期待	
講義 3-3 152回	「遊学（あそびが学び）-からだところを育む関わり-」 ・海外・国内の運動あそびに関連する事例 ・ペップ郡山事例を踏まえたこれからの地域づくり ・教育関係者・指導者向けメッセージ ・保護者向けメッセージ	

図表 7 「プレイリーダー」養成講座のコンテンツ画像



②プレイリーダー養成講座参加者アンケート

オンラインによるプレイリーダー養成講座事業の効果検証を行うために、web によるアンケート調査を実施した。

図表 8 プレイリーダー養成講座アンケート調査概要

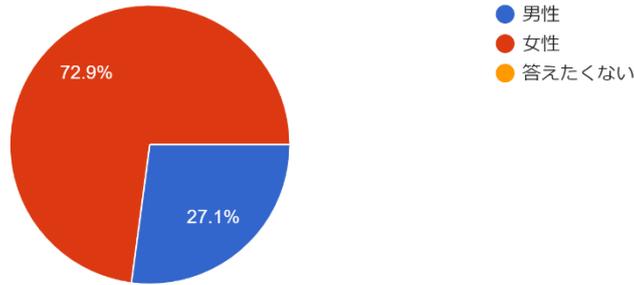
調査対象	オンラインによるプレイリーダー養成講座受講者
実施期間	2020年11月～2021年1月
調査方法	YouTube によるオンライン配信の養成講座の画面にアンケート回答用のQRコードを掲載し、web によるアンケート調査を実施
調査内容	<p>●アンケート項目 (全 17 項目)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・プレイリーダーという言葉を知っていたか ・今の子どもたちの現状と課題が理解できたか ・プレイリーダーの役割を理解できたか。 ・子どもたちにとっての運動あそびの必要性和意義を理解できたか ・幼児期のプレイリーダーとしての関わり方や意義を理解できたか ・学童期のプレイリーダーとしての関わり方や意義を理解できたか ・地域におけるプレイリーダーとしての関わり方や意義を理解できたか ・講座の中で気づいたこと、大切だと思うこととして何があるか ・受講後、子どもたちの日頃の様子をより意識してみるようになったか ・受講後、子どもにとってどうなのかという視点で考えるようになったか ・子どものやりたいという気持ちを応援したり、チャレンジしたことをより褒めたりできるようになったか ・受講後、学んだことを人に紹介したりシェアしたりしたか ・受講後、子どもの遊びについて話し合う機会が増えたか ・受講後、子どもたちと運動あそびの取組みなどを通じて関わる機会をより増やしていきたいと思ったか ・どうしたら、今の子ども達がおもしろくのめりこんで、からだを動かして遊ぶことができると思うか (自由記述) ・受講後、子どもたちと運動あそびの取組みなどを通じて関わる機会をより増やしていきたいと思いましたか ・プレイリーダーの講座の内容に対する意見や、今後学びたい内容に関する見 (自由記述)

図表 9 プレイリーダー養成講座参加者アンケート結果

1) 回答者属性 (性別)

107名の回答のうち、男性は27.1%、女性は72.9%であった。

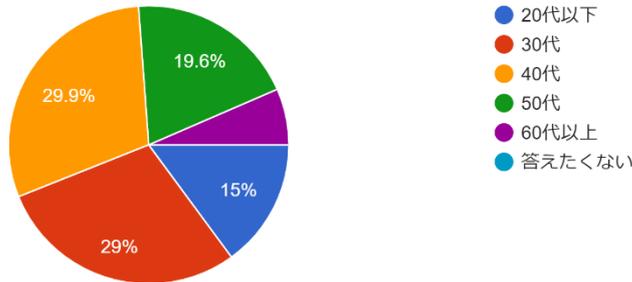
あなたの性別を教えてください。
107件の回答



2) 回答者属性 (年代)

107名の回答のうち、最も多い年代は、40代が29.9%、次いで30代29.0%であった。

あなたの年代を教えてください。
107件の回答



3) 回答者属性 (所属)

107名の回答のうち、最も多い所属は、総合型地域スポーツクラブスタッフ、次いで、学童指導員、保育士であった。

あなたの立場で一番近いものを教えてください。
107件の回答

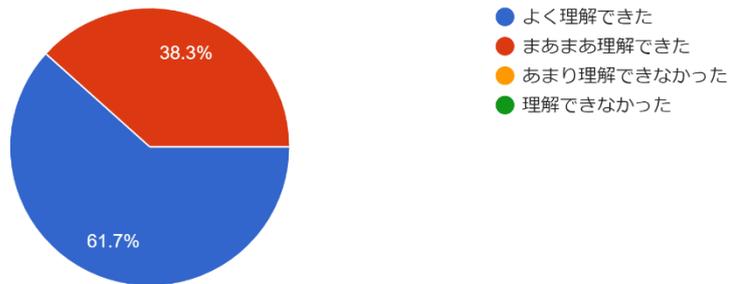


4) 今の子ども現状と課題の理解

講座を受講して、「こどもの現状と課題の理解」に関しては、「よく理解できた」「まあまあ理解できた」併せて100%の方が理解できていた。

講座を受講して、今の子どもたちの現状と課題が理解できましたか。

107件の回答

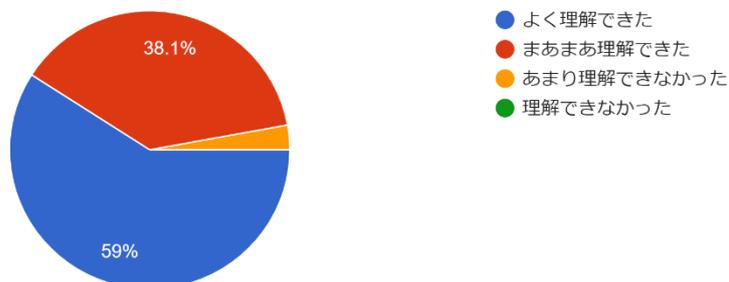


5) プレイリーダーの役割の理解

講座を受講して、「プレイリーダーの役割の理解」に関しては、「よく理解できた」「まあまあ理解できた」併せて97%の方が理解できていた。

講座を受講して、プレイリーダーの役割を理解できましたか。

105件の回答

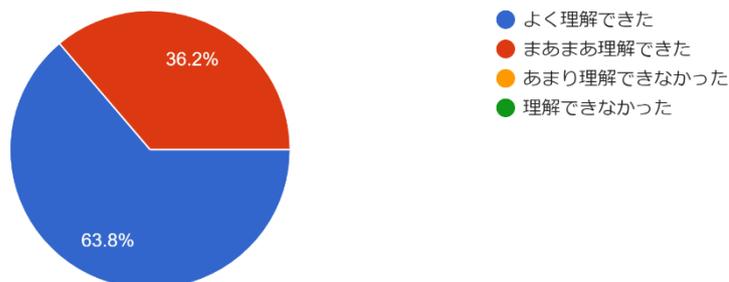


6) 子どもたちにとっての運動あそびの必要性と意義の理解

講座を受講して、「子どもたちにとっての運動あそびの必要性と意義の理解」に関しては、「よく理解できた」「まあまあ理解できた」併せて100%の方が理解できていた。

講座を受講して、子どもたちにとっての運動あそびの必要性と意義を理解できましたか。

105件の回答

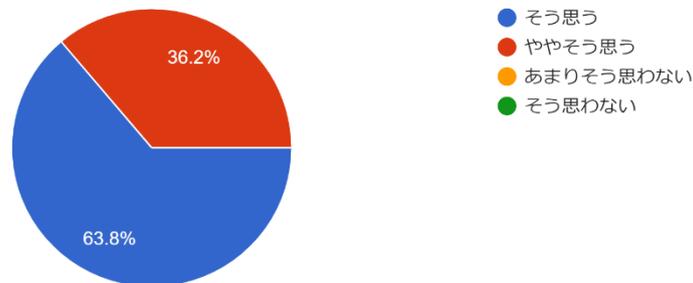


7) 講座受講後の意識の変化（子どもたちの日頃の様子を意識してみるようになった）

講座を受講後、「子どもたちの日頃の様子を意識してみるようになったか」に関しては、「そう思う」「ややそう思う」併せて100%の方に意識・行動の変化が見られた。

講座の受講後、子どもたちの日頃の様子をより意識してみるようになったと思いますか。

105件の回答

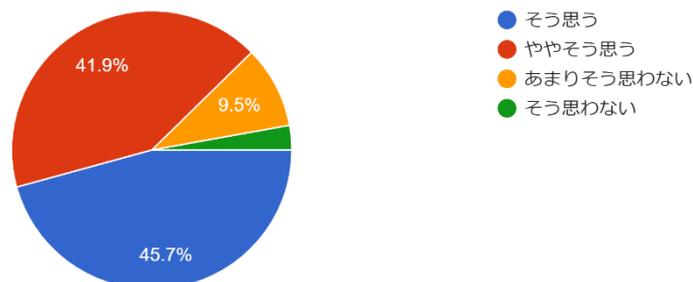


8) 講座受講後の意識の変化（学んだことを人に紹介したりシェアする）

講座を受講後、「学んだことを人に紹介したりシェアしたりしたか」に関しては、「そう思う」「ややそう思う」併せて87%の方に意識・行動の変化が見られた。

講座の受講後、学んだことを人に紹介したりシェアしたりしましたか。

105件の回答



9) プレイリーダー養成講座の内容での気づき、意見、要望（主な意見）

- ・ 遊びの中で子供は、人との距離感やコミュニケーションを学んだりできるので、遊びの重要性に改めて気付かされた。
- ・ プレイリーダーの講習を受けて改めて子供達は大人の言動にとっても影響を受けていると責任を感じた。
- ・ 長期かつ定期的な現場での研修などがあればいいと思う。
- ・ 子供主体で考えること。
- ・ 大人が子供にやらせるのではなく、子供自ら興味を持たせて「やりたい」という気持ちを子育てしていくことが大切だと感じた。
- ・ まさに遊びが学びだと思います
- ・ 子ども達の成長には身体を使った遊びが大切だと言う事に気づいた。
- ・ 体育の授業で子どもたちの楽しそうな様子が嬉しかった。まずは、楽しいことインプットが大切だと思った。

- ・ この講座に触れたことで広がった視野や関わり方はとても有意義で、積極的にプレイヤーとして活動して行きたい。
- ・ 発達障害を持っている子どもに対するプレイリードを学びたい。
- ・ なかなか親子だけではやる気が出ないので、講座を定期的実施してほしい。

事業2. 新しい生活様式に合わせた運動あそび実践プログラムの実施

福島県内の総合型地域スポーツクラブ、幼稚園、地域運動拠点施設にて子どもが母親と一緒に運動あそびを楽しめる実践講座を開催した。

実践講座で行うプログラムは、講座終了後も継続して日常的に家庭で親子が運動あそびを楽しめるという視点を持って構築した。

図表 10 運動あそび実践プログラム実施結果 (4 拠点)

実施場所	開催日時
只見町	<p>①2020年11月28日(土)</p> <p>場所：只見町立明和小学校体育館</p> <p>参加人数：27名</p> <p>参加者概要：小学校1年生から3年生と保護者</p> <p>実施内容：じゃんけん縮み、膝タッチ、5歩鬼等</p> <p>②2020年12月19日(土)</p> <p>場所：明和振興センター</p> <p>参加人数：17名</p> <p>参加者概要：小学校1年生から3年生と保護者</p> <p>実施内容：ぴったんこぴったんこ、成長じゃんけん、つなひき等</p> <p>③2021年1月23日(土)(各10:00~11:00)</p> <p>場所：只見町亀岡多目的活性化ひろば周辺</p> <p>参加人数：27名</p> <p>参加者概要：小学校1年生から3年生と保護者</p> <p>実施内容：そりあそび、雪合戦、ぼほこぎ等</p>
いわき市	<p>①2020年11月29日(日)</p> <p>場所：スポーツクラブ ルネサンスいわき</p> <p>参加人数：9名</p> <p>参加者概要：幼児と保護者</p> <p>実施内容：</p> <p>親子でボールキャッチ、キャッチボール、タオルで綱引き等</p> <p>②2020年12月13日(日)</p> <p>場所：スポーツクラブ ルネサンスいわき</p> <p>参加人数：9名</p> <p>参加者概要：幼児と保護者</p>

	<p>実施内容：トンネルくぐり、親子竹馬</p> <p>③2021年1月17日（日）</p> <p>場所：スポーツクラブ ルネサンスいわき</p> <p>参加人数：9名</p> <p>参加者概要：幼児と保護者</p> <p>実施内容：ボールで遊ぼう、風船で遊ぼう、ゴムひもジャンプ等</p>
二本松市	<p>①2020年11月27日（金）※2部制</p> <p>場所：岩代幼稚園</p> <p>参加人数：40名</p> <p>参加者概要：園児とその保護者</p> <p>実施内容： いとまき（歌遊び）、カラダでタッチ、トンネルいくつできるかな？ 等</p> <p>②2020年12月18日（金）※2部制</p> <p>場所：岩代幼稚園</p> <p>参加人数：40名</p> <p>参加者概要：幼児と保護者</p> <p>実施内容： むすんでひらいて（歌遊び）、3でとまるバランス遊び、いうこと一緒、やること一緒等</p> <p>③2021年1月15日（金）※2部制</p> <p>場所：岩代幼稚園</p> <p>参加人数：40名</p> <p>参加者概要：幼児と保護者</p> <p>実施内容：忍者修行、リズムでケンケンパ、手押し相撲等</p>
郡山市	<p>①2020年11月27日（金）</p> <p>場所：スポーツクラブ ルネサンス郡山 24</p> <p>参加人数：12名</p> <p>参加者概要：幼児、小学校1年・2年生と保護者</p> <p>実施内容： いとまき（歌遊び）、カラダでタッチ、トンネルいくつできるかな？ 等</p> <p>②2020年12月18日（金）</p> <p>場所：スポーツクラブ ルネサンス郡山 24</p> <p>参加人数：12名</p> <p>参加者概要：幼児、小学校1年・2年生と保護者</p> <p>実施内容：</p>

	むすんでひらいて（歌遊び）、3でとまるバランス遊び、いうこと一緒、やること一緒等 ③2021年1月15日（金） 場所：スポーツクラブ ルネサンス郡山 24 参加人数：12名 参加者概要：幼児、小学校1年・2年生と保護者 実施内容： 忍者修行、リズムでケンケンパ、手押し相撲等
--	---

アンケート実施については次の通り。詳細は第4章「事業の実施効果」参照
 内容：スポーツ・運動状況等（事前）、講座参加での行動変容等（事後）
 対象：講座参加者（回答は保護者による）
 回収数：46件

図表 11 運動あそび講座実施風景



事業3. 子どもおよび保護者の運動実施状況を ICT 技術の活用によりモニタリングし情報提供できる機会を創出

運動あそびプログラムに参加した子ども及び保護者に ICT ウェラブル端末を配布し、毎日の平均歩数、強度別運動量の割合、平均の運動量の変化の推移を可視化した。モニタリング結果は、対象者にフィードバックした。

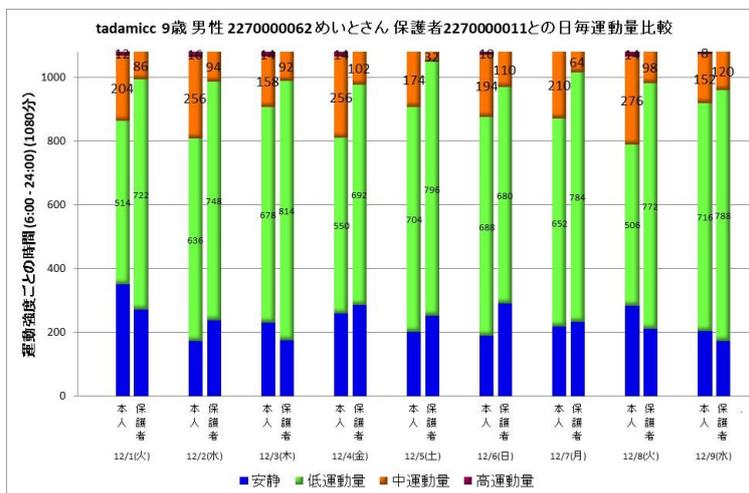
図表 12 子どもおよび保護者の ICT を使った運動実施状況のモニタリング概要

実施場所	実施日程
只見町	2020年11月28日（土）～2021年1月23日（土） 参加人数：30名
いわき市	2020年11月29日（日）～2021年1月17日（日） 参加人数：9名
二本松市	2020年11月27日（金）～2021年1月15日（金） 参加人数：40名
郡山市	2020年11月27日（金）～2021年1月15日（金） 参加人数：12名

図表 13 ICT ウェラブル端末およびシステム概要図



図表 14 個別フィードバックレポート結果 (sample)



事業4. 家庭でできる！運動あそび実践応援チャンネルの提供 (web コンテンツの作成と配信)

家庭で継続的にできる運動あそびをプレイリーダーが実践する web コンテンツを作成し、YouTube で提供した。

図表 15 家庭でできる！運動あそび実践応援チャンネル概要

名称	今週の運動あそび“これみんなでやってみよう”
提供期間/回数	2020年11月~2021年1月週1回(計8回)
提供方法	YouTubeチャンネルで配信
参加状況	視聴回数： ①572回、②447、③424回、④329回、⑤244回、⑥200回、 ⑦185回、⑧165回(2021年2月15日時点)

図表 16 運動あそび応援チャンネル プログラム内容

あそびテーマ	概要	オンライン 研修動画
 <p>開いたり閉じたり 親子で運動あそび① 他親子指導「Sport in Life」内観実プロジェクト」実践指導 編纂にこにプロジェクト</p>	<p>リズムに合わせて楽しく反復運動が可能で、楽しいので運動に対する意欲を高め継続して行うことが可能。</p> <p>■36 のうごき -たつ -とぶ(垂直)</p>	
 <p>あっちむいてホイ！ 親子で運動あそび② 他親子指導「Sport in Life」内観実プロジェクト」実践指導 編纂にこにプロジェクト</p>	<p>すばやくしゃがんだり高くジャンプしたり、判断力と瞬発力が養われ、バランスを取りながら身のこなしが可能。</p> <p>■36 のうごき -たつ -とぶ(垂直) -とぶ(水平)</p>	
 <p>童謡ダンス 親子で運動あそび③ 他親子指導「Sport in Life」内観実プロジェクト」実践指導 編纂にこにプロジェクト</p>	<p>子どもに馴染みの曲を使用し運動に苦手意識を持つこどもも楽しく参加でき、有酸素運動につながる。</p> <p>■36 のうごき:-たつ -あるく -とぶ(垂直) -とぶ(水平) -まわる</p>	
 <p>おにごっこ 親子で運動あそび④ 他親子指導「Sport in Life」内観実プロジェクト」実践指導 編纂にこにプロジェクト</p>	<p>相手の動きを読みながら行動に移す経験ができ、俊敏性や養え、2m という距離を身近にあるものを使いあそびながら体感できる。</p> <p>■36 のうごき:-たつ -あるく -はしる -つかむ</p>	
 <p>忍者修行あそび 親子で運動あそび⑤ 他親子指導「Sport in Life」内観実プロジェクト」実践指導 編纂にこにプロジェクト</p>	<p>指示を聞きすばやくしゃがんだり高くジャンプしたり、判断力と瞬発力が養われるのでバランスを取りながら身のこなしが軽快になる。</p> <p>■36 のうごき:-たつ -とぶ(垂直)</p>	
 <p>手作り遊具であそぼう 親子で運動あそび⑥ 他親子指導「Sport in Life」内観実プロジェクト」実践指導 編纂にこにプロジェクト</p>	<p>不規則な飛び方をするボールにより、どこの筋肉に力を入れれば良いのか、どこに投げれば取りやすいかを自身が考えながら体を使う経験が可能。</p> <p>■36 のうごき -たつ -もつ -つかむ -なげる -ける -あてる -とる -うつ</p>	

 <p>道具を使ったあそび 親子で運動あそびの 特別授業「36のうごき」の動画を「あそび」実践者 の視点から紹介するプロジェクター</p>	<p>遊び感覚で楽しく無理なく体幹を鍛えることが可能。</p> <p>■36のうごき：-たつ -あるく -とぶ (垂直) -くぐる -つかむ -なげる -とる</p>	
 <p>器械運動あそび 親子で運動あそびの 特別授業「36のうごき」の動画を「あそび」実践者 の視点から紹介するプロジェクター</p>	<p>鉄棒では、ぶら下がることで腹筋・背筋・握力の強化ができ、まっすぐぶら下がることは姿勢の改善にも役立つ。</p> <p>■36のうごき：-まわる -おきる -たつ -くむ -とぶ(垂直) -とぶ(水平) -ぶらさがる -ささえる -つかむ -ひく</p>	

事業5. モデルプログラム運用ガイドブックの作成・web版配布

各取組みを材料として全国へ展開させるための事例資料として、モデルプログラムの運用ガイドブックを作成した。

名称	運動あそび実践支援ガイドブック
提供開始	2020年2月
提供方法	PDF版の運用ガイドブックをwebで公開
提供対象	県の体育協会、県内スポーツ少年団、福島県内の総合型地域スポーツクラブ、保育所・幼稚園・こども園、運動あそび実践プログラムの実施拠点運営者および県内の同様の取組みをしている団体等
提供内容	<p>本ガイドブックは、私たち大人が子どもの発育発達に寄り添い関わることで、子どもが「体を動かして遊ぶことが好き」になり、遊びを通じて未来を創る子どもが幸せを感じながら健やかに育まれる環境を提供できるようになることを目的とし、日本中の親子が元気になるための実践型運動あそび環境づくりを展開していく上での運用ガイドブックを作成、関係者に配布する。(web閲覧用)</p> <div style="display: flex; align-items: flex-start;"> <div style="margin-right: 20px;">  </div> <div> <h4 style="text-align: center;">ガイドブックの概要</h4> <p style="text-align: center;">このガイドブックでは、3つの要素で構成されています。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; width: 30%;"> <p style="text-align: center;">1 オンライン型 プレイリーダー講座</p> <p>子どもに関わる大人が、子どもの育ちを理解し、子どもを健やかに育むことができるようになることを目的とした講座です。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● プレイリーダーとは ● 子どもとの関わり方 ● からだどころを育み関わり ● 遊びに使える身近な素材 </div> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; width: 30%;"> <p style="text-align: center;">2 動画を使った 運動あそびの実践</p> <p>子どもが楽しくからだを動かしたくなる遊びを紹介しています。どう遊べばいいかわからない方、遊びのバリエーションを増やしたい方などに活用いただけます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● リズム遊び ● ごっこ遊び ● 道具を使った遊び </div> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; width: 30%;"> <p style="text-align: center;">3 運動あそびの 実践支援</p> <p>運動あそびの現場で活躍するプレイリーダーのスキルアップにつなげることを目的として実践支援方法を紹介します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● プレイリーダーによる運動遊びの実践紹介 ● 子どもの育ちを支援するさんさんキッズシステムの紹介 </div> </div> </div> </div>

3. 本事業の実施体制

(1) 本事業の実施体制

本事業の実施体制は下記の通り。

実証フィールド	福島県只見町、いわき市、二本松市、郡山市
代表団体	特定非営利活動法人ただみコミュニティクラブ*
構成団体	公益財団法人 福島県体育協会*、認定 NPO 法人郡山ペップ子育てネットワーク*、エヴリー合同会社*、株式会社 クレメンティア *

※ 「*」は Sport in Life コンソーシアム加盟団体

(2) 本事業の実施スキーム

本事業における代表団体、構成団体、その他参画団体の役割は下記の通り。

事業全体統括、事業管理は管理代表団体ただみコミュニティクラブが行う。

事業 1 は、構成団体ルネサンスが有するプレイリーダー養成のノウハウ等を活用してプログラムの策定・養成講座実施を行う。

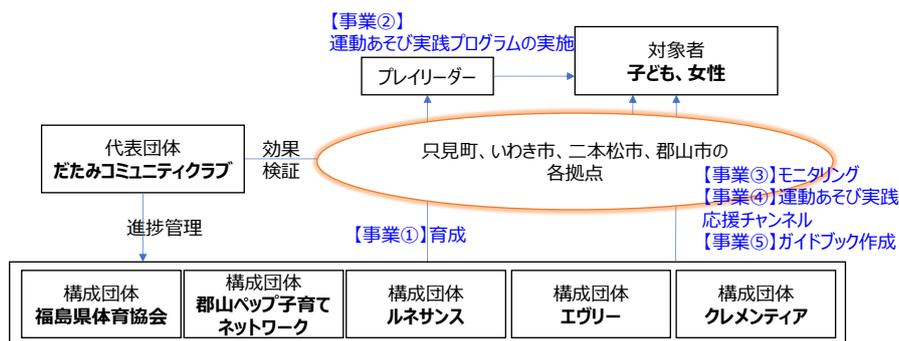
事業 2 は、構成団体ルネサンス、エヴリーが有する運動あそび実践プログラム作成の経験及びノウハウを活用してプログラムの策定・実践講座の実施を行う。

事業 3 は、構成団体エヴリーが有する ICT モニタリングノウハウを活用して、情報提供を行う。

事業 4 は、構成団体郡山ペップ子育てネットワーク、ルネサンスが有する運動あそびコンテンツ配信の経験、ノウハウを活用して、youtube で動画配信を行う。

事業 5 は、構成団体ルネサンス、クレメンティアが有するガイドブック作成の経験、ノウハウを活用して、ガイドブックを作成する。

図表 17 本事業の推進体制



4. 事業の実施効果（スポーツ実施頻度、実施意欲の改善効果）

（1）効果検証方法

①子ども（未数学児～小学校低学年）への実施効果

3～8歳の子ども（未数学児～小学校低学年）に対して実施した事業の効果を検証するために、下記のような考え方で事前・事後調査を行い、スポーツへの取組み意欲向上、及び習慣化に関する効果検証を実施した。

図表 18 子ども（未数学児～小学校低学年）への期待される効果と検証方法

期待される効果	検証方法
運動実施意欲の改善 （運動遊びが楽しいと感じる割合→80%以上）	プログラム提供前（事前調査）とプログラム提供後（事後調査）にアンケート調査を実施し、プログラム提供前後におけるスポーツへの取組み意欲について比較分析を行い、スポーツの実施意欲改善効果を検証。
中高強度の運動時間の確保 （1日60分以上確保できている割合→70%以上）	プログラム提供期間中（開始時～終了時まで継続）にウェアラブル端末を利用して活動量計測を実施し、本事業への参加を通して継続的に中高強度の運動時間が確保されているかについて比較分析を行い、スポーツ習慣の定着効果を検証。※WHO基準では子供は1日60分以上中・高強度の運動時間の確保が推奨
一日の活動時間の増加 （現状→+1,000歩以上）	プログラム提供期間中（開始時～終了時まで継続）にウェアラブル端末を利用して平均活動量を調査し、活動時間の増加効果を検証。

②子育て中の保護者（女性）

本事業では、①3～8歳の子どもを持つ母親（父親等家族を含む）に対して実施した事業の効果を検証するために、下記のような考え方で事前・事後調査を行い、スポーツへの取組み意欲向上、及び習慣化に関する効果検証を実施した。

図表 19 子育て中の保護者（女性）への期待される効果と検証方法

期待される効果	検証方法
運動実施意欲の改善 （スポーツ・運動の実施意欲の向上（やってみたいと思うか）→+50%）	プログラム提供前（事前調査）とプログラム提供後（事後調査）にアンケート調査を実施し、プログラム提供前後におけるスポーツへの取組み意欲について比較分析を行い、スポーツの実施意欲改善効果を検証。
運動実施の習慣化 （子育てと仕事等忙しい母親の週1度の運動習慣化 現状→+10%）	プログラム提供前（事前調査）とプログラム提供後（事後調査）にアンケート調査を実施し、プログラム提供前後における運動実施頻度の変化について分析を行い、運動実施の習慣化効果を検証。 また、プログラム提供期間中（開始時～終了時まで継続）

	続)に活動量計測を実施し、本事業への参加を通して継続的に一定程度の運動時間が確保されているかについても比較分析を行い、運動実施習慣の定着効果を検証。
一日の活動時間の増加 (現状→+1,000歩以上)	プログラム提供期間中(開始時～終了時まで継続)にウェアラブル端末を利用して平均活動量を調査し、活動時間の増加効果を検証。

(2) 効果検証の結果

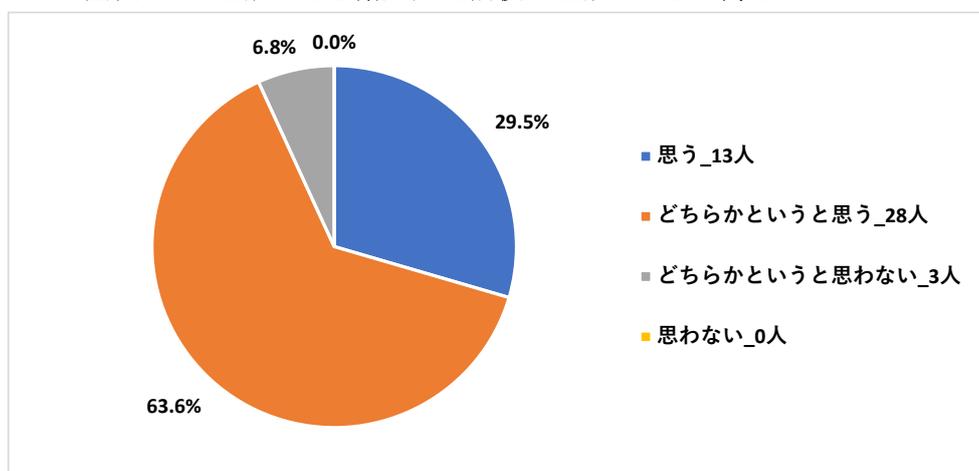
①子ども(未就学児～小学校低学年)への実施効果

3～8歳の子ども(未就学児～小学校低学年)に対して期待される効果の検証結果は下記の通り。

①運動実施意欲の改善

プログラム提供前後における子どもの運動への取り組み意欲についての分析を行った。「講座参加を機に子どもがより運動あそび(カラダを動かすこと)を好きになったか」を聞いたところ、「(そう)思う」の割合は29.5%で、「やや(そう)思う」の63.6%と合わせると9割を超え、事業参加者は以前より運動あそびが好きになった傾向がうかがえる。運動実施意欲の向上につながる当該項目の分析の結果、講座への参加が運動実施意欲の改善に寄与したと考えられる。

図表 20 運動あそび講座実施前後で運動あそびが好きになったか

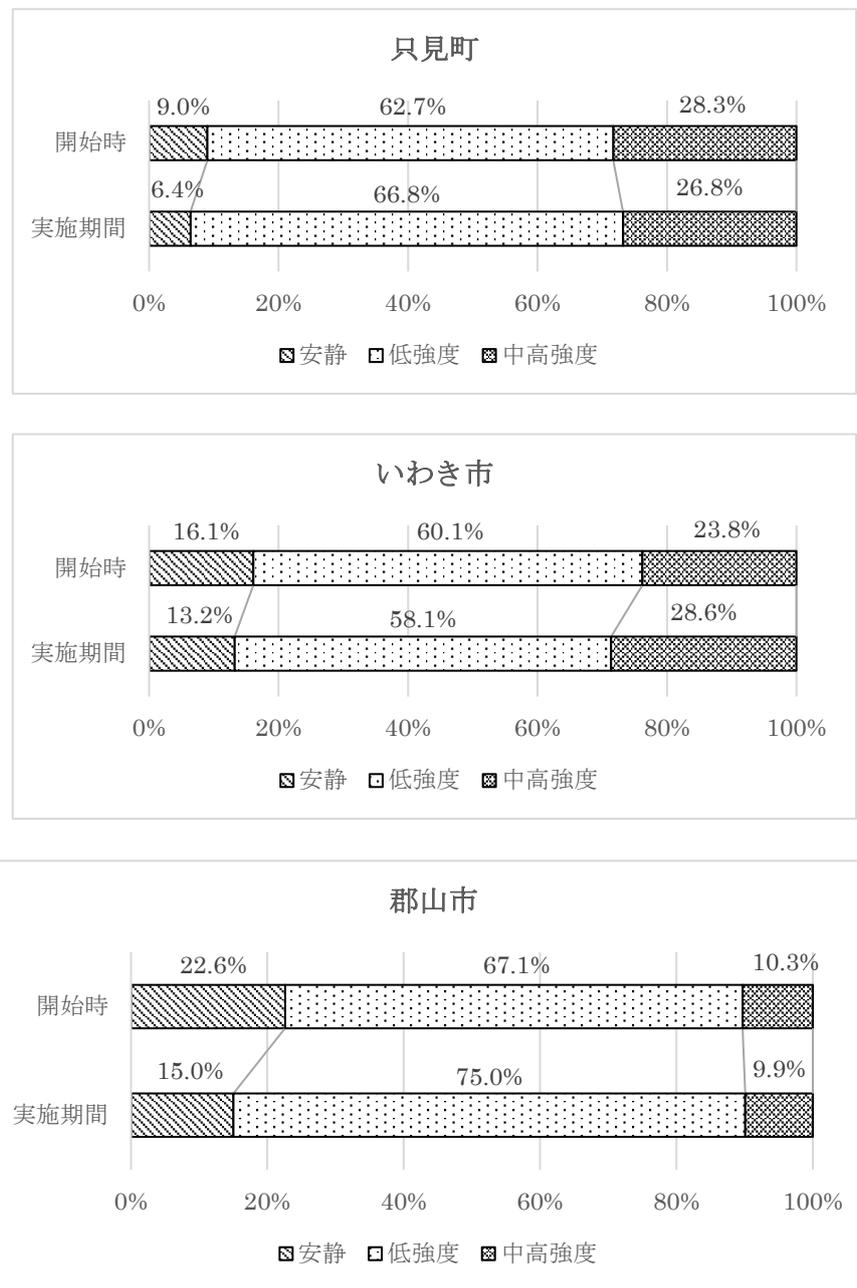


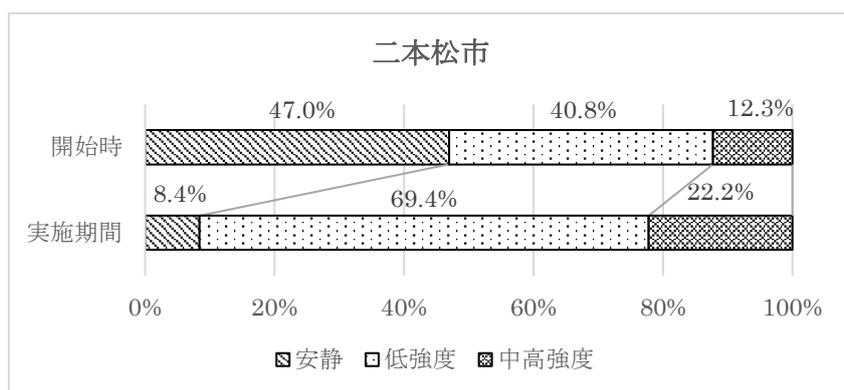
②中高強度の運動時間の確保

運動あそび実践プログラム提供期間中(開始時～終了時まで継続)にウェアラブル端末を利用して活動量計測を実施し、本事業への参加を通して継続的に中高強度の運動時間が確保されているかについて、事業実施拠点毎(4拠点)に比較分析を行った。プログラム開始時と事業期間中を比較すると、いわき、二本松、郡山の3地区では中強度の運動時間の増加傾向が見られた。只見地区では中強度の運動時間の増加は見られなかったが、安静の

時間が減ると同時に低強度の運動時間の増加が見られた。事業全体としては中高強度の運動時間の確保に改善が見られた。

図表 21 運動あそびプログラム実施拠点別「子ども運動強度別変化の比較（実施前後）」





また、WHO 基準では子供は 1 日 60 分以上中・高強度の運動時間の確保が推奨されており、中高強度の運動時間を、プログラム実施期間中、1 日 60 分以上確保できている割合が 70% 以上を目標として集計分析を行った。結果、地区別の結果は以下に示すとおりであり、4 地区中 3 地区において、1 日 60 分以上の中高強度の運動時間の確保ができていた。

図表 22 1 日 60 分以上の中・高強度の運動時間確保割合

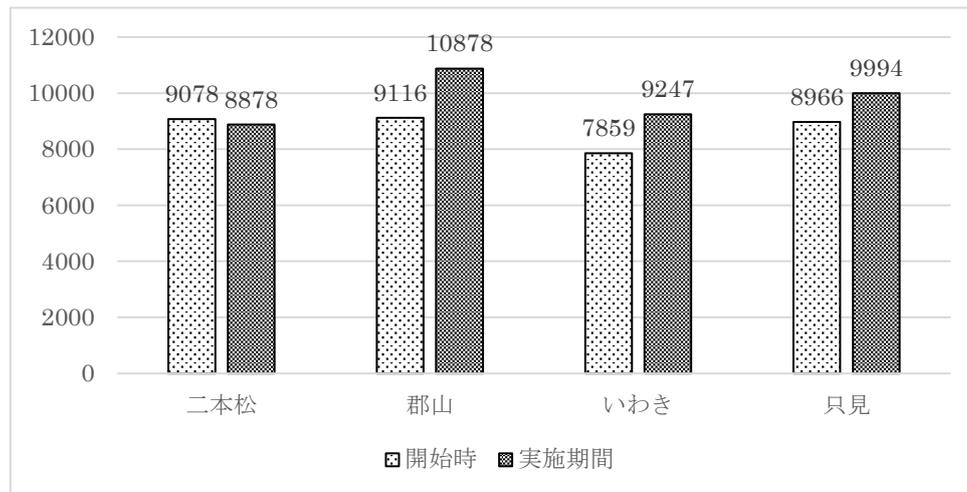
	只見町	いわき市	郡山市	二本松市
60 分以上の割合	86.9%	90.1%	64.5%	76.2%
60 分未満の割合	13.1%	9.8%	35.5%	23.8%

③一日の活動時間の増加

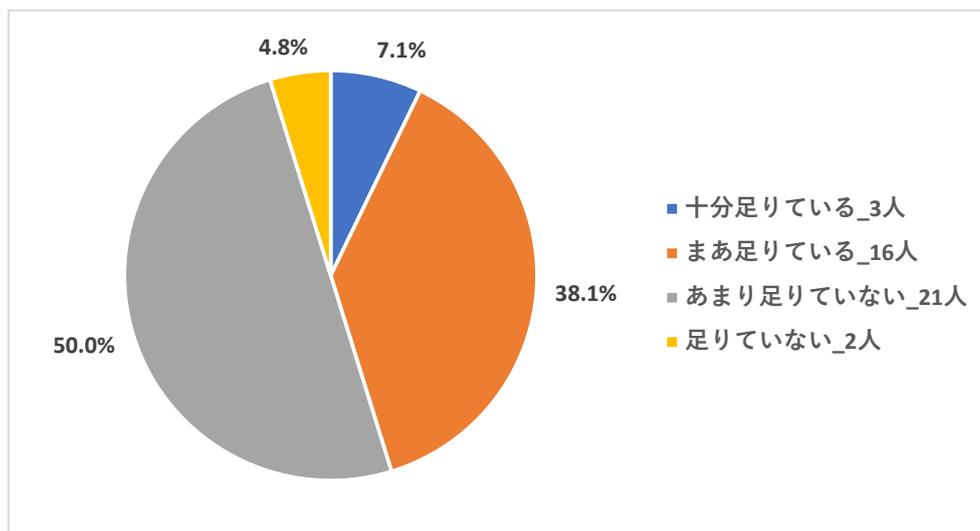
運動あそび実践プログラム提供期間中（開始時～終了時まで継続）にウェアラブル端末を利用して事業実施拠点毎（4 拠点）に平均歩数を調査し、1 日の活動時間の増加効果の検証を行った。プログラム開始時と事業期間中を比較すると、只見、いわき、郡山の 3 地区の 1 日の平均歩数は目標値の現状プラス 1,000 歩を達成した結果となった。二本松は開始時よりマイナス 412 歩の結果となった。（いずれも P 値>0.05 のため有意差はなし）

また、運動あそび実践プログラムの参加者アンケート調査（保護者が回答）を見ると、事前調査では日頃の子どもの活動量についての設問で「足りていない」と回答した割合が 4.8%、「あまり足りていない」の 50.0%と合わせると半数を超えているが、事後調査で「講座参加を機に子どもが身体を動かす時間が増えたか」を聞くと、「(そう) 思う」が 13.6%、「どちらかという (そう) 思う」の 86.4%と合わせると 100%の結果となった。事業全体として 1 日の活動量の増加（改善）が見られた。

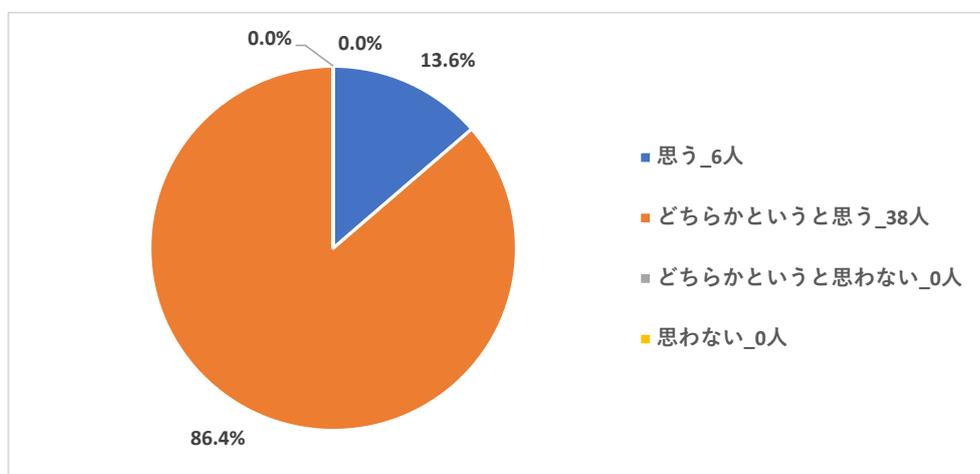
図表 23 運動あそびプログラム実施拠点別「こどもの1日の平均歩数比較（実施前後）」



図表 24 子どもの活動（歩数などの運動量）の充足状況【事前アンケート】



図表 25 運動あそび実施期間でカラダを動かす時間の増加状況【事後アンケート】



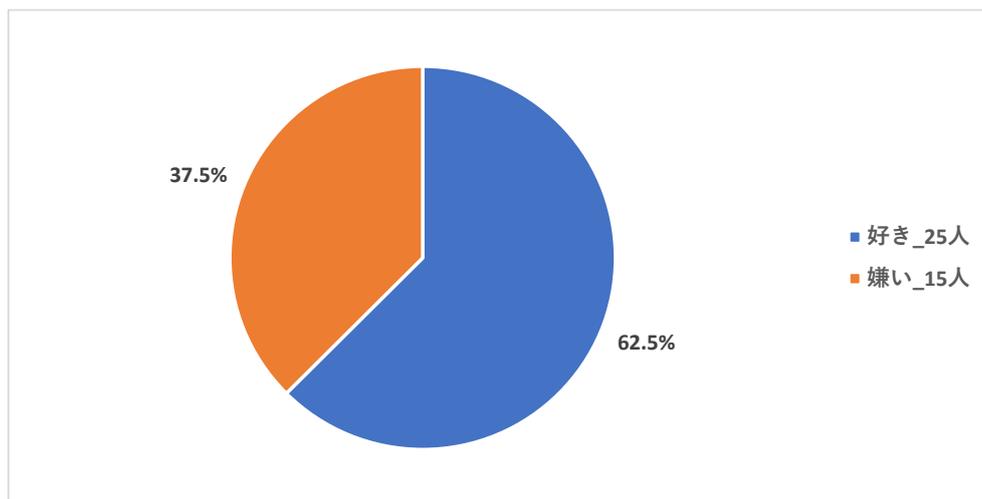
②子どもをもつ保護者（女性）

①3～8歳の子どもの持つ母親（父親等家族を含む）に対して期待される効果の検証結果は下記の通り。

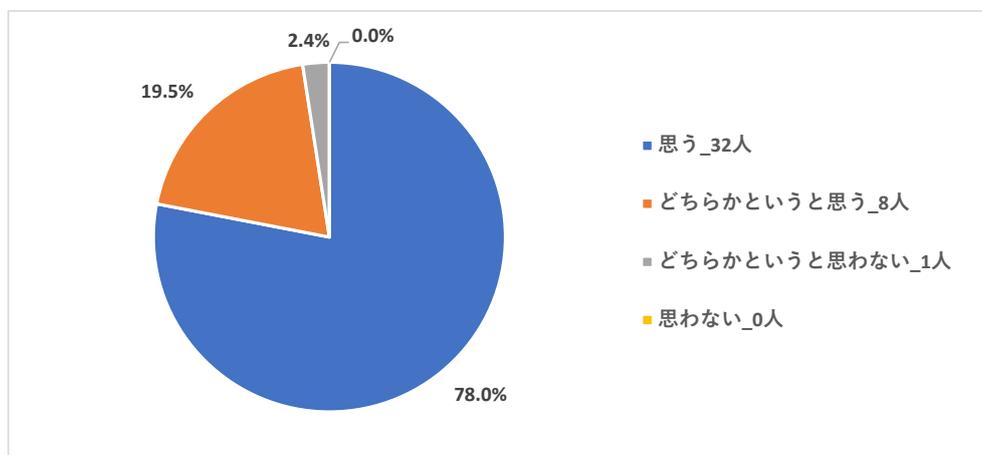
①運動実施意欲の改善

運動あそび実践プログラムの提供前（事前調査）とプログラム提供後（事後調査）に事業参加者アンケート調査を実施し、プログラム提供前後における運動への取組み意欲について比較分析を行った。事前調査において、運動実施意欲を測る「身体を動かすことの好き嫌い」の設問で「好き」と回答した割合は62.5%である一方、「嫌い」の割合は37.5%と約4割が嫌いという結果であった。プログラム提供後に「親子の運動あそび等を通じてカラダを動かす機会を増やしていきたいか」を聞いたところ、「（そう）思う」の割合は78.0%で、「やや（そう）思う」の19.5%と合わせると9割を超え、以前より身体を動かすことを意識している傾向がうかがえる。運動実施意欲の向上につながる当該項目の分析の結果、講座への参加が運動実施意欲の改善に寄与したと考えられる。

図表 26 身体を動かすことが好きか【事前アンケート】



図表 27 運動あそび参加後、カラダを動かすことを増やしたいか【事後アンケート】

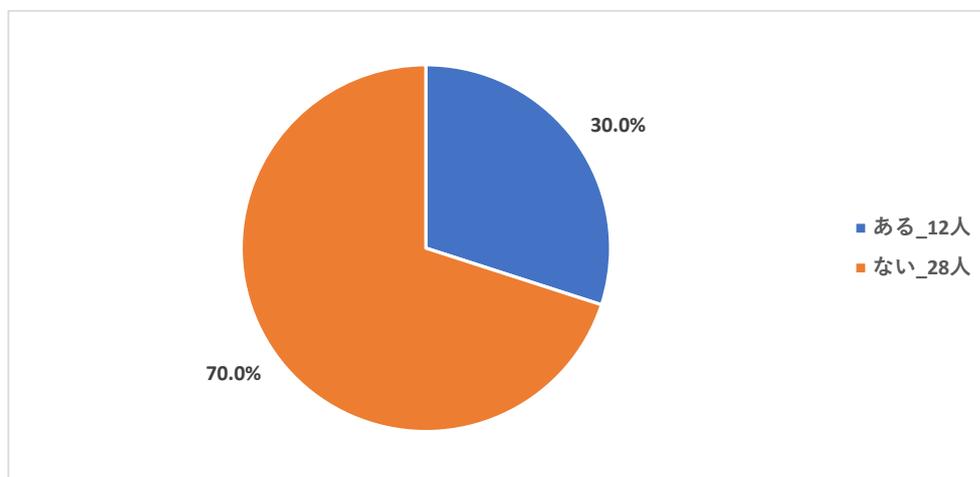


②運動実施の習慣化

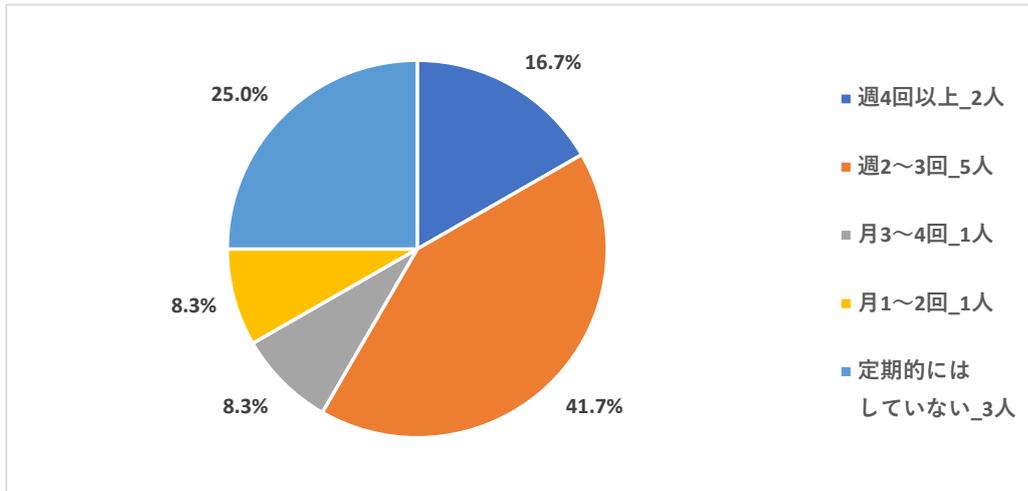
運動あそび実践プログラムの提供前（事前調査）とプログラム提供後（事後調査）に事業参加者アンケート調査を実施し、プログラム提供前後における運動実施の習慣化に関する分析を行った。事前調査において、「運動実施（習慣）の有無」を聞いたところ、「ある」と回答した割合は30.0%、「ない」の割合は70.0%との結果が見られた。次に運動実施習慣がある参加者（全体の70.0%）に「運動実施の頻度」を聞いたところ、週1回以上と回答した割合は58.4%であった。運動実施習慣がない参加者を含む全体での割合は17.5%の結果であった。プログラム提供後に「家庭でどれくらいの頻度で子どもと一緒に運動あそびを行ったか」を聞いたところ、「週1回以上」と回答した割合は8割近く（79.5%）、運動実施習慣化の改善効果が見られたと考えることができる。

また、運動あそび実践プログラム提供期間中（開始時～終了時まで継続）にウェアラブル端末を利用して活動量計測を実施し、本事業への参加を通して継続的に運動時間が確保されているかについて、事業実施拠点毎（4拠点）に比較分析を行った。プログラム開始時と事業期間中を比較すると、只見、いわきの2地区では中強度の運動時間の増加傾向が見られた。二本松、郡山の2地区では中強度の運動時間の増加は見られなかったが、低強度の運動時間の増加は見られた。事業全体としてはターゲットの運動時間の確保に改善が見られた。

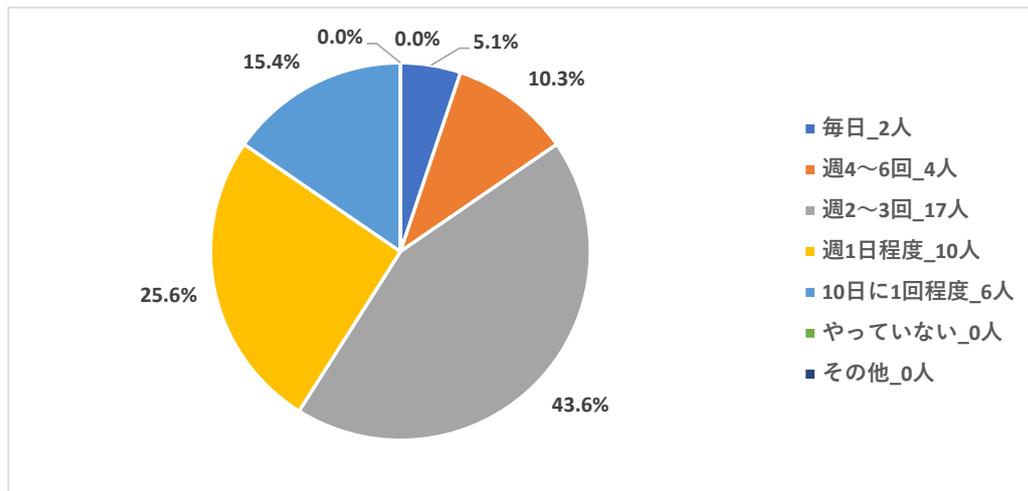
図表 28 運動の習慣の有無【事前アンケート】



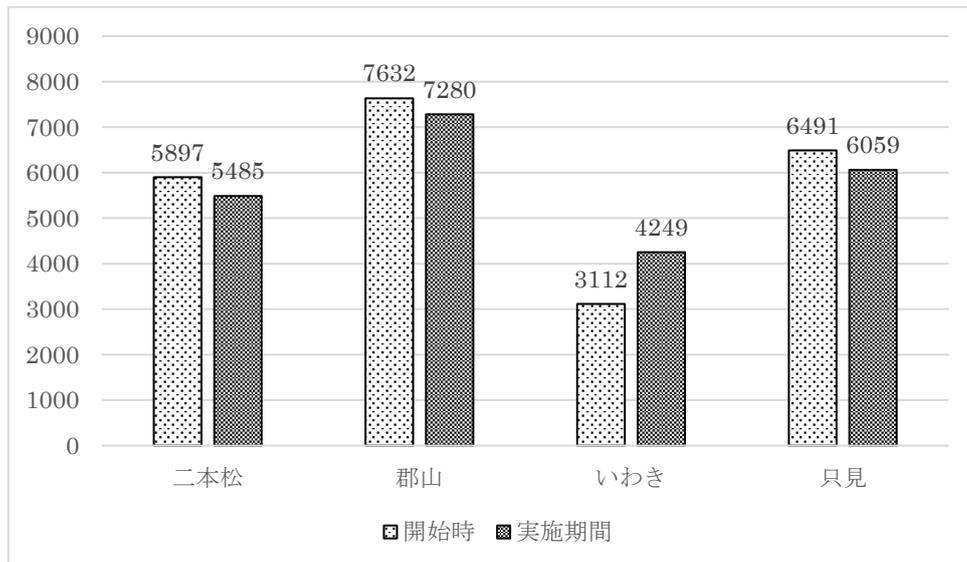
図表 29 運動の実施状況【事前アンケート】



図表 30 講座で実施した運動あそびの家庭での実施状況【事後アンケート】



図表 31 運動あそびプログラム実施拠点別「保護者の運動強度別変化の比較(実施前後)」

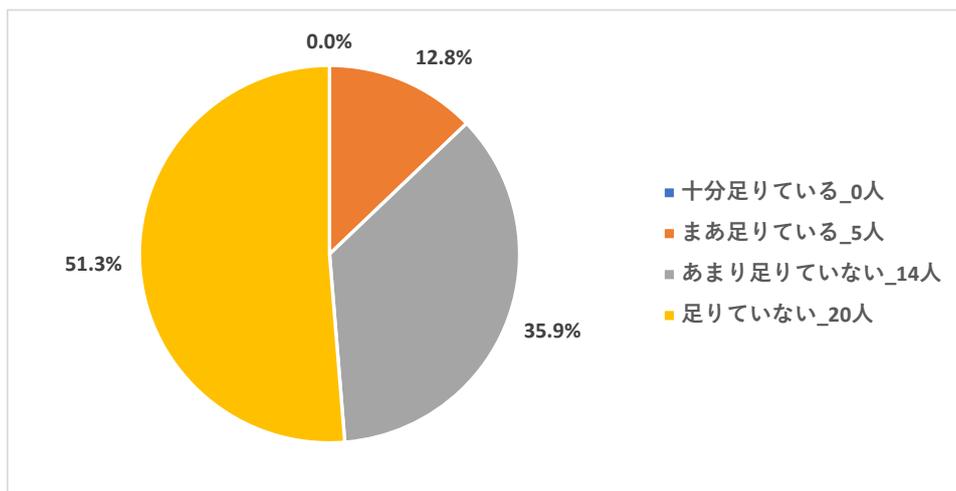


③一日の活動時間の増加

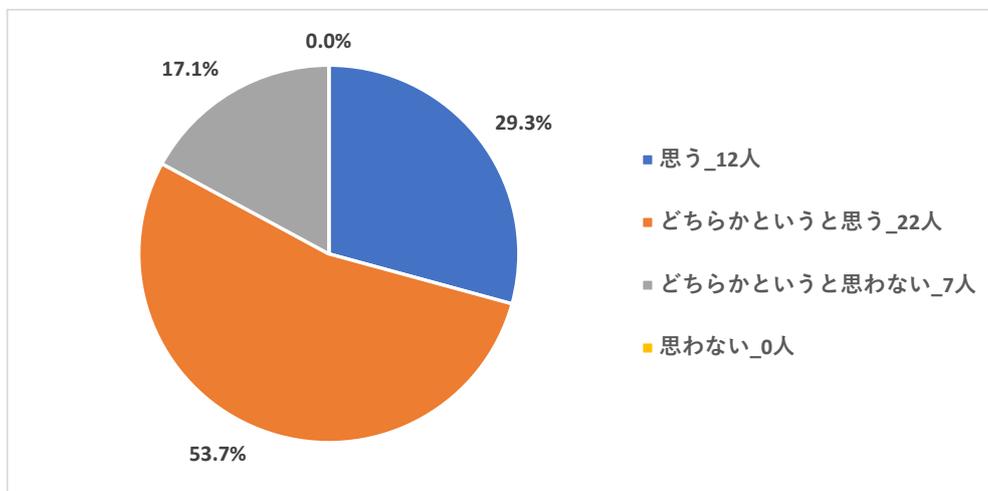
運動あそび実践プログラム提供期間中（開始時～終了時まで継続）にウェアラブル端末を利用して事業実施拠点毎（4 拠点）に平均歩数を調査し、1 日の活動時間の増加効果の検証を行った。プログラム開始時と事業期間中を比較すると、いわき地区のみが 1 日の平均歩数は目標値のプラス 1,000 歩を達成した結果となった。只見、二本松、郡山の 3 地区ではほぼ横ばいの結果となった。また、運動あそび実践プログラムの参加者アンケート調査を見ると、日頃の保護者自身活動量についての設問で「足りていない」と回答した割合が 51.3%、「あまり足りていない」の 35.9%と合わせると 87%を超えているが、事後調査で「講座参加が運動不足解消につながったか」を聞くと、「(そう) 思う」が 29.3%、「どちらかという(そう) 思う」の 53.7%と合わせて 8 割を超える結果が見られた。

1 日の活動量の増加については、事業参加により運動不足が解消されたと感じている参加者は多く見られたが、歩数を 1,000 歩増加させるという目標は達成できなかった。ただし、運動強度においては安静の割合が減り、低・中強度レベルの運動レベルが増加している。

図表 32 日頃の活動（歩数などの運動量）が足りているか【事前アンケート】



図表 33 運動あそび講座の実施前後で運動不足の解消ができたか【事後アンケート】



図表 34 運動あそび講座の実施による運動強度の変化

	歩数／運動強度	開始時	事業期間
只見	歩数	6,492	6,059
	安静時間割合	16.5%	18.1%
	低強度時間割合	77.7%	76.0%
	中強度時間割合	5.8%	5.9%
いわき	歩数	3,113	4,250
	安静時間割合	19.8%	17.3%
	低強度時間割合	75.4%	77.0%
	中強度時間割合	4.8%	5.7%
二本松	歩数	5,898	5,485
	安静時間割合	20.4%	20.8%
	低強度時間割合	67.6%	69.9%
	中強度時間割合	12.0%	9.3%
郡山	歩数	7,633	7,280
	安静時間割合	22.6%	15.0%
	低強度時間割合	67.1%	75.0%
	中強度時間割合	10.3%	9.9%

※  改善効果が確認された数値

5. スポーツ実施改善の要因の分析（阻害要因や促進要因の仮説検証）

（1）仮説検証①

スポーツ実施の阻害要因 （事業実施前の仮説）	スポーツ実施の促進要因 （検証結果）
<ul style="list-style-type: none"> 新型コロナウイルス感染症対策などの影響で屋外遊びや運動ができない 	<ul style="list-style-type: none"> 屋内でも運動ができる環境整備（新しい生活様式に合わせた運動あそび実践応援チャンネル（WEB 配信）） 活動の充足状況を見える化（ICT 技術を使ったモニタリング・情報提供）

図表 35 取り組み内容と結果

取り組み内容	実施結果
<ul style="list-style-type: none"> 運動あそび実践応援チャンネル（WEB 配信）を実施し、屋内でも運動ができる環境を整備 	視聴状況 ①572 回、②447 回、③424 回、④329 回、⑤244 回、⑥200 回、⑦185 回、⑧165 回（2021 年 2 月 15 日時点） 運動あそび実践応援チャンネルが活用されることにより、運動実施改善効果が見られた。
<ul style="list-style-type: none"> 子ども及び保護者の運動実施状況を ICT 技術によりモニタリングし情報提供し、活動の充足状況を見える化 	2020 年 11 月～2021 年 1 月までの期間測定実施 ①こども 31 名 ②保護者（女性）および父親含む者 26 名 活動量計測・情報提供により、活動量の増加および歩数が増えていない場合も運動強度の増加が見られた。

図表 36 運動あそび応援チャンネル例



リズムに合わせて楽しく反復運動が可能で、楽しいので運動に対する意欲を高め継続して行うことが可能。

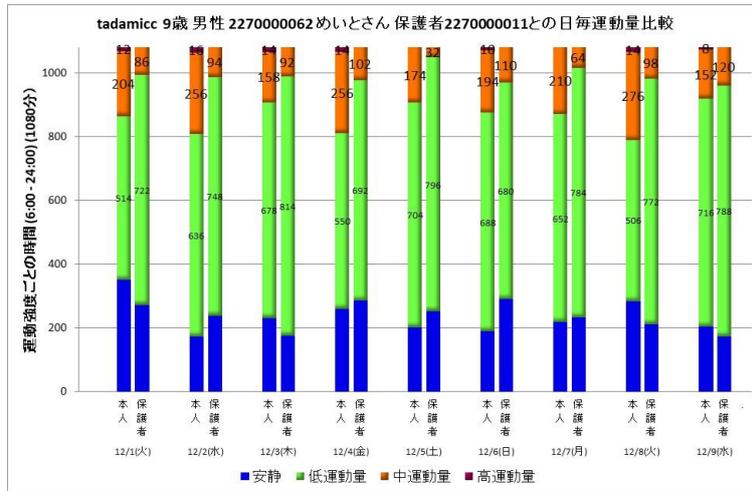
■36 のうごき
-たつ -とぶ(垂直)



不規則な飛び方をするボールにより、どこの筋肉に力を入れれば良いのか、どこに投げれば取りやすいかを自身が考えながら体を使う経験が可能。

■36 のうごき -たつ -もつ -つかむ -なげる -ける -あてる -とる -うつ

図表 37 活動量計の測定結果（個別レポート）



図表 38 活動量計の測定結果（歩数／運動強度）

	歩数／運動強度	開始時	事業期間
只見	歩数	8,967	9,994
	安静時間割合	9.0%	6.4%
	低強度時間割合	62.7%	66.8%
	中強度時間割合	28.3%	26.8%
いわき	歩数	7,859	9,248
	安静時間割合	16.1%	13.2%
	低強度時間割合	60.1%	58.1%
	中強度時間割合	23.8%	28.6%
二本松	歩数	9,078	8,878
	安静時間割合	47.0%	8.4%
	低強度時間割合	40.8%	69.4%
	中強度時間割合	12.3%	22.2%
郡山	歩数	9,116	10,878
	安静時間割合	20.5%	9.3%
	低強度時間割合	64.2%	71.7%
	中強度時間割合	15.3%	19.0%

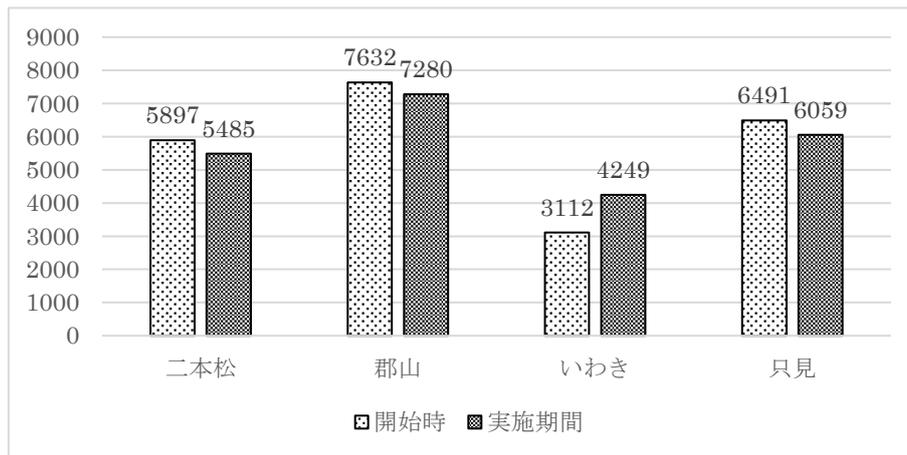
※ 改善効果が確認された数値

■保護者：母親および父親含む

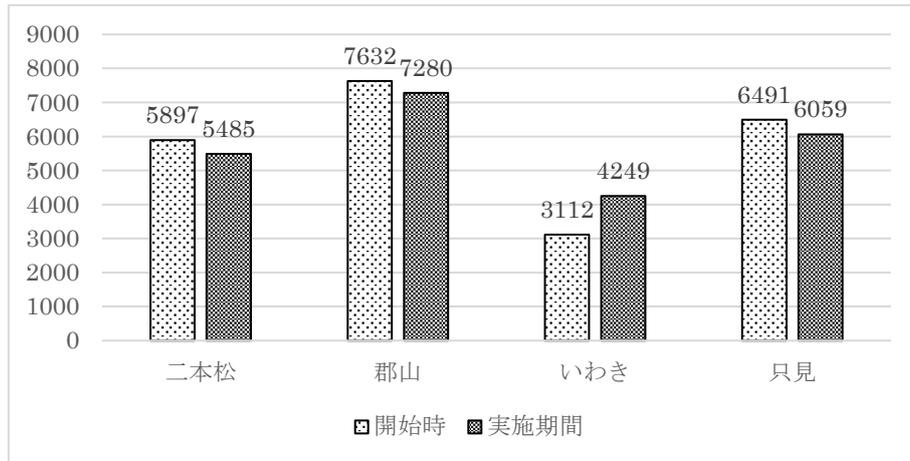
	歩数／運動強度	開始時	事業期間
只見	歩数	6,492	6,059
	安静時間割合	16.5%	18.1%
	低強度時間割合	77.7%	76.0%
	中強度時間割合	5.8%	5.9%
いわき	歩数	3,113	4,250
	安静時間割合	19.8%	17.3%
	低強度時間割合	75.4%	77.0%
	中強度時間割合	4.8%	5.7%
二本松	歩数	5,898	5,485
	安静時間割合	20.4%	20.8%
	低強度時間割合	67.6%	69.9%
	中強度時間割合	12.0%	9.3%
郡山	歩数	7,633	7,280
	安静時間割合	22.6%	15.0%
	低強度時間割合	67.1%	75.0%
	中強度時間割合	10.3%	9.9%

※ 改善効果が確認された数値

図表 39 子どもの歩数の変化



図表 40 保護者の歩数の変化



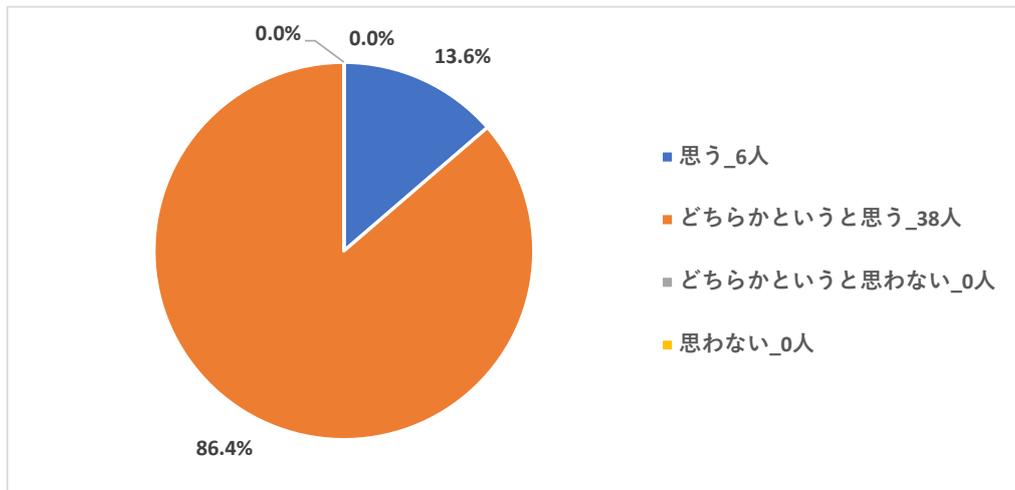
(2) 仮説検証②

スポーツ実施の阻害要因 (事業実施前の仮説)	スポーツ実施の促進要因 (検証結果)
<ul style="list-style-type: none"> 長期的に運動あそびが制限されたことにより、多様な動きを経験する機会が乏しく、動きが不慣れで、運動に対する苦手意識を持つ人が少なくない 	<ul style="list-style-type: none"> 子どもが楽しく思わず夢中になって取り組むような「遊び」の考え方を土台にしたプログラムにより、運動実施意欲と日常の活動量の向上 (ICT 技術を使ったモニタリング・情報提供) が見られた。

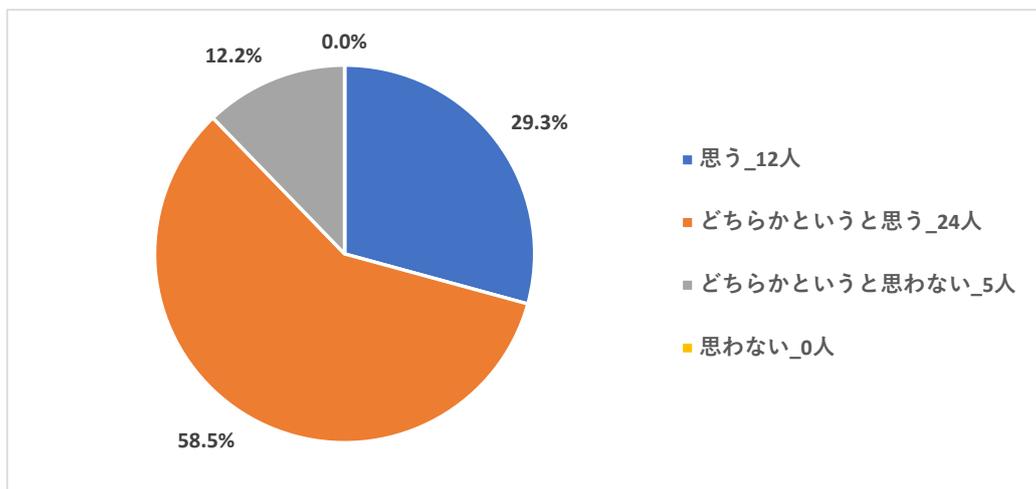
図表 41 取り組み内容と結果

取り組み内容	実施結果
<ul style="list-style-type: none"> 新しい生活様式に合わせた運動あそび実践プログラムを実施し、家庭等で運動を習慣化する機会づくりを行う 	運動あそび実践プログラム参加を機に、子どもたちがカラダを動かす活動時間が増えた割合は増加しており (100%)、大人 (主に母親) も子どもとカラダを動かす機会が増えたと感じている割合が高かった (87.8%)、運動実施改善効果が見られた (参加者アンケートより)
<ul style="list-style-type: none"> 子ども及び保護者の運動実施状況を ICT 技術によりモニタリングし情報提供し、活動の充足状況が見える化 	2020年11月~2021年1月までの期間測定実施 ①こども 31名 ②保護者 (女性) および父親含む者 26名 活動量計測・情報提供により、活動量の増加および歩数が増えていない場合も運動強度の増加が見られた。

図表 42 運動あそび講座の実施を通じて子どもがカラダを動かす活動時間が増えたか



図表 43 運動あそび講座の実施前後の変化（子どもとカラダを動かす機会の増加）



図表 44 活動量計の測定結果（歩数／運動強度）

	歩数／運動強度	開始時	事業期間
只見	歩数	8,967	9,994
	安静時間割合	9.0%	6.4%
	低強度時間割合	62.7%	66.8%
	中強度時間割合	28.3%	26.8%
いわき	歩数	7,859	9,248
	安静時間割合	16.1%	13.2%
	低強度時間割合	60.1%	58.1%
	中強度時間割合	23.8%	28.6%

二本松	歩数	9,078	8,878
	安静時間割合	47.0%	8.4%
	低強度時間割合	40.8%	69.4%
	中強度時間割合	12.3%	22.2%
郡山	歩数	9,116	10,878
	安静時間割合	20.5%	9.3%
	低強度時間割合	64.2%	71.7%
	中強度時間割合	15.3%	19.0%

※  改善効果が確認された数値

■保護者：母親および父親含む

	歩数／運動強度	開始時	事業期間
只見	歩数	6,492	6,059
	安静時間割合	16.5%	18.1%
	低強度時間割合	77.7%	76.0%
	中強度時間割合	5.8%	5.9%
いわき	歩数	3,113	4,250
	安静時間割合	19.8%	17.3%
	低強度時間割合	75.4%	77.0%
	中強度時間割合	4.8%	5.7%
二本松	歩数	5,898	5,485
	安静時間割合	20.4%	20.8%
	低強度時間割合	67.6%	69.9%
	中強度時間割合	12.0%	9.3%
郡山	歩数	7,633	7,280
	安静時間割合	22.6%	15.0%
	低強度時間割合	67.1%	75.0%
	中強度時間割合	10.3%	9.9%

※  改善効果が確認された数値

(3) 仮説検証③

スポーツ実施の阻害要因 (事業実施前の仮説)	効果スポーツ実施の促進要因 (検証結果)
<ul style="list-style-type: none"> ● 新しい生活様式で安全・安心に配慮して楽しく遊ぶ環境を整えるノウハウが不足している 	<ul style="list-style-type: none"> ● コロナ禍でも安全・安心に配慮して楽しく遊ぶ環境の整備(プレイリーダー育成) ● 新しい生活様式で安全・安心に配慮して楽しく遊ぶ環境を整えるノウハウの提供(モデルプログラム運用ガイドブックの作成)

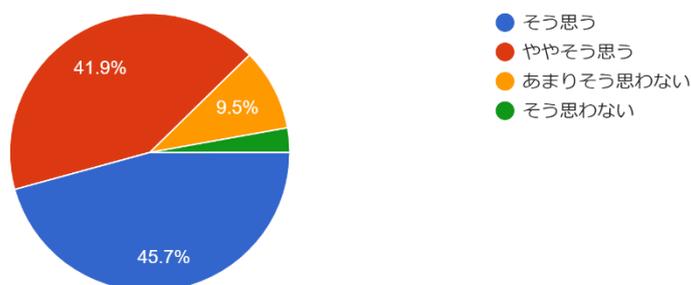
図表 45 取り組み内容と結果

取り組み内容	実施結果
<ul style="list-style-type: none"> ・ 新しい生活様式に合わせた運動あそび実践者「プレイリーダー」養成講座の実施 	体育協会、スポーツ少年団指導者、総合型地域スポーツクラブのスタッフ、保育所・幼稚園、小学校などの先生、その他同様の取り組みをしている団体関係者 全7講義視聴回数： 講義1：641回、講義2-1：627回、講義2-2：150回、講義2-3:205回、講義3-1：134回、講義3-2：109回、講義3-3:143回（2021年2月15日現在） アンケート回収数：107（2021年1月30日現在） 運動あそび実践者「プレイリーダー」の養成講座の参加者は、講座で学んだ新しい生活様式で安全・安心に配慮して楽しく遊ぶ環境づくり等について、他社との話し合いやシェアを行う傾向が見られた。

図表 46 受講者アンケート結果

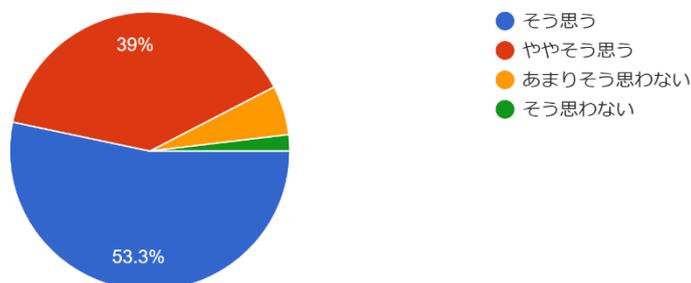
講座の受講後、学んだことを人に紹介したりシェアしたりしましたか。

105件の回答



講座の受講後、子どもの遊びについて話し合う機会が増えたと思いますか。

105件の回答



6. 今後の事業展開予定

(1) 事業継続や横展開に向けたポイント、課題

本事業実証地域においては、就学前である5歳児の肥満傾向児出現率が男女ともに平成29年度全国ワースト1位と非常に高い状況である。これらを踏まえて幼児期からの取り組みが必要であると考えられるため、本事業を実施する意義は大きい。

幼児期および学童期の子どもに関し、身体活動量の低下、それに伴う体力低下や、関連する様々な健康課題は昨今特に注目されているが、日頃どの程度活動できているのか、日常生活の活動制限下でどの程度活動量が低下しているのかを把握する方法や仕組みはない。そのため、これまで現状や課題をタイムリーに把握しながら適切なアドバイスや運動実践支援につなげることが出来ていない状況にあったが、本事業で用いるさんさんキッズシステムは、子どもたちの日常の状況を安全かつ簡便に把握することができ、これらのデータの保護者への情報提供や、分析結果を実践支援者で確認しながら、地域課題解決に寄与する具体的な事業計画や方向性を検討することが可能となる。

また、本事業コンソーシアムメンバーは、福島県内で地域の運動・スポーツの拠点や実践支援団体として鍵となる団体で構成しており、これらの団体と取組むことでの波及効果が期待できる。さらに、運動あそびの専門家や社会環境としての政策構築の専門家が加わり、包括的な連携による課題解決に向けた先駆的モデルの構築が可能である。

具体的には、代表団体である「ただみコミュニティクラブ」は、総合型地域スポーツクラブとして、平成20年に設立し、子どもから高齢者まで各世代を対象にしたスポーツ推進に寄与する事業を展開している。中でも、昨今の子どもたちが抱える心身の課題解決に向け、地方創生事業等により5か年にわたり地域での運動あそびの環境づくりや、学童を対象とした子育て広場などを実施し、地域の運動・スポーツ拠点として先駆的な取り組みを行ってきた団体である。加えて、子どもたちの東北震災以降の心身の課題解決にむけた子どもの居場所づくりとしての拠点ペップキッズ郡山を運営する「郡山ペップ子育てネットワーク」や、県内の総合型地域スポーツクラブの統括をしている「福島県体育協会」がメンバーに参画している。これら、従来それぞれの領域で活動してきた各団体が協力・連携して

包括的な取組みを行うことで、課題先進地域である福島県から先駆的なモデルな事業を横展開していくことが可能である。

本事業終了後は、関係団体・自治体等の想定顧客から既に顕在化しているニーズや課題等をヒアリングし、それらを踏まえて事業継続に向けた体制を整備、構築していきたい。

（２）次年度以降の事業継続、横展開の計画

事業継続や横展開の計画については、検証結果に基づき、次の２つの方向性を想定している。

【事業継続】

①自治体におけるwithコロナ時代の子どもたちの運動・スポーツ実践の環境づくり

自治体（教育委員会、子育て支援部署、健康づくり推進部署等）の新型コロナウイルス感染症予防に伴う生活環境の変化に対応した取組み施策を検討していきたいというニーズを踏まえた事業にする。

②総合型地域スポーツクラブの新たな事業領域の展開

総合型地域スポーツクラブの課題の１つとして、持続的なクラブ経営がある。事業収益が見込める新たな事業創出が必要であるが、各地域においては、自治体が抱える地域課題解決の支援や、クラブの自主事業として、運動あそびを踏まえた学童クラブの運営受託や、学童クラブ向けの人材育成などの事業を実施することで、新たな事業領域の展開支援につなげていくことが可能になると考える。

【横展開先】

①福島県生涯学習課や県体育協会と連携した事業の展開

福島県の生涯学習課を窓口に関連し、福島県内の各小学校等にも当該モデルを展開し県内全域を対象に自治体と連携した事業としての展開可能性がある。

②全国総合型地域スポーツクラブ（約3500）と連携した事業の展開

自治体が抱える地域課題解決の支援や、クラブの自主事業として、運動あそびを踏まえた学童クラブの運営受託や、学童クラブ向けの人材育成などの事業を実施することで横展開の可能性がある。

③全国自治体（約1700の市町村）と連携した事業の展開

既にいくつかの自治体で当該モデル事業内容を課題とする相談を受けており、withコロナ時代の子どもたちの運動・スポーツ実践の環境づくり事業支援委託の可能性はある。

（３）今後の事業展開に向けて期待される sport in Life プロジェクトにおける取組

今後の継続的な事業展開については、中央幹事会の方で既にご予定をいただいている加盟団体間の事業連携マッチング機能に期待を寄せるところである。事業基盤の維持・拡充においても他団体との連携は望ましいことであると考えます。

また、事業の事例紹介をしていただくことにより、他地域での展開（横展開）につなげていきたいと考える。

7. 終わりに

本事業はコロナ禍での実施が余儀なくされたが、企画段階から with コロナ時代の子どもたちの運動・スポーツ実践の環境づくりを目指し、事業構築を行った。

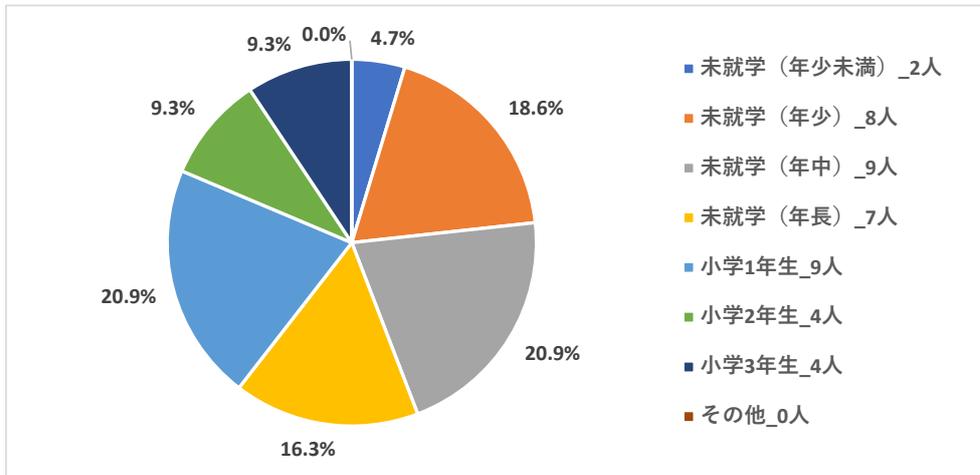
対面での各講座実施に加えて、オンラインを活用したコンテンツ配信を計画していたため、事業実施期間中、実際にコロナ感染の影響を受け一部の（対面）講座で参加者が減少したが、web によるプレイリーダー養成講座の平均視聴回数は 189 回、運動あそびの配信の視聴回数は 231 回という結果であり、web で配信できるメリットを活かし、新型コロナ感染症対策下においても多くの方に学びと実践の機会を提供することができ、全体としては計画に近い事業実績を収めることができた。

今後は、今年度の事業成果を踏まえ、地域内の事業の充実および他地域における運動あそび実践の普及・啓発支援に取り組んでいきたいと考える。

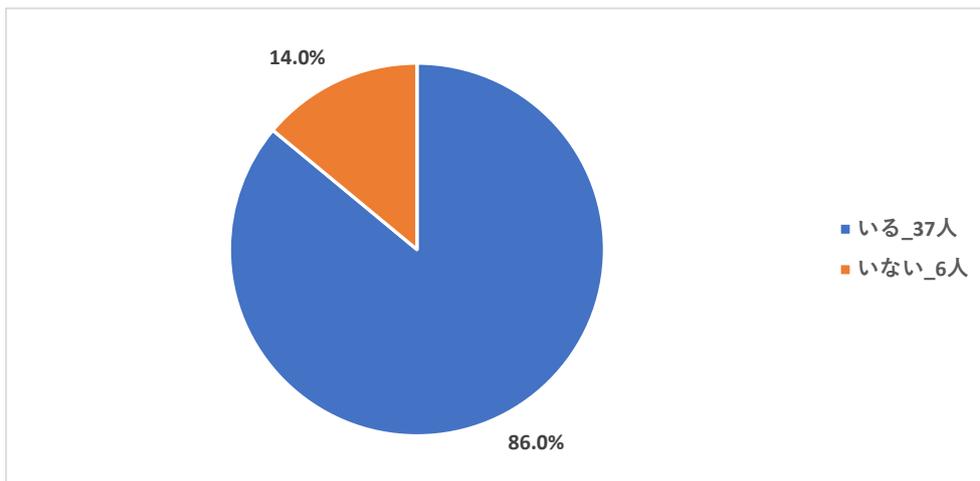
参考資料 アンケート調査票・分析結果詳細

【運動あそび実践プログラム（講座）事前アンケート】

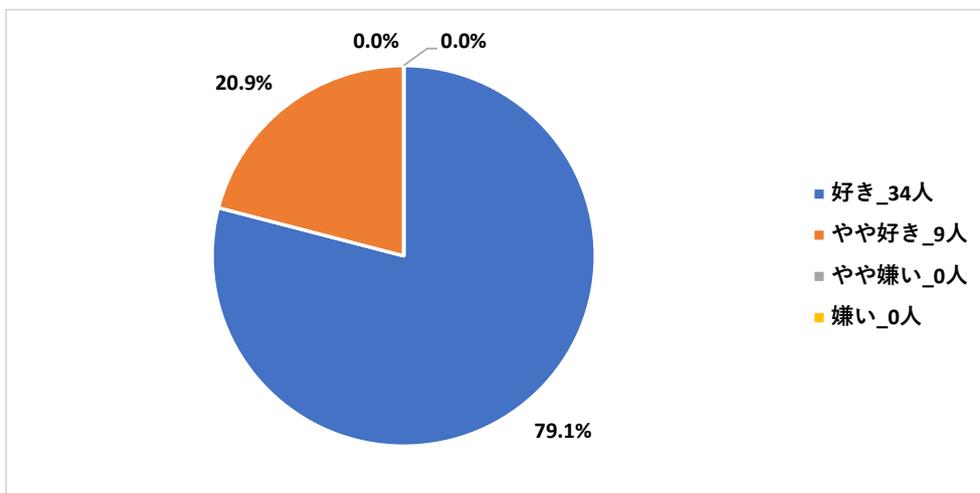
問1 今回親子運動講座に参加されるお子様についてお答えください。



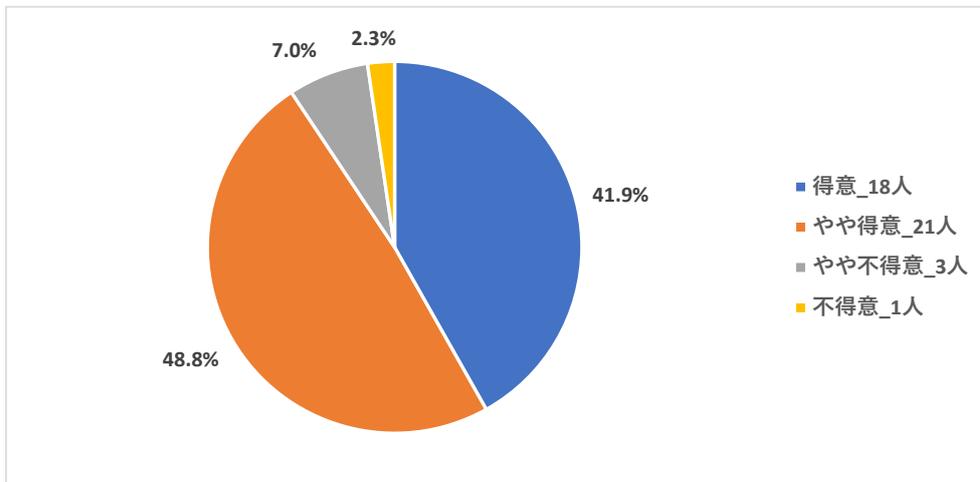
問2 お子様にきょうだいはいますか。



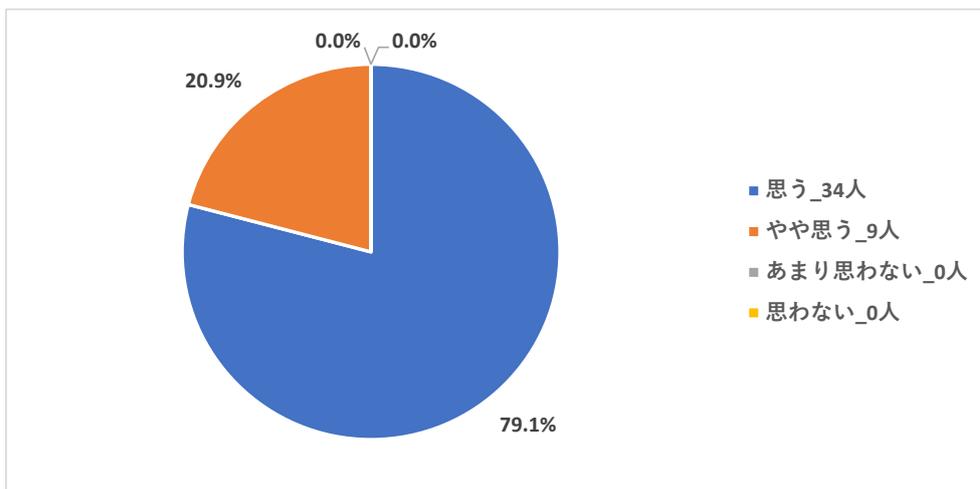
問3 お子さんは、運動・スポーツやからだを動かす遊びは好きですか。



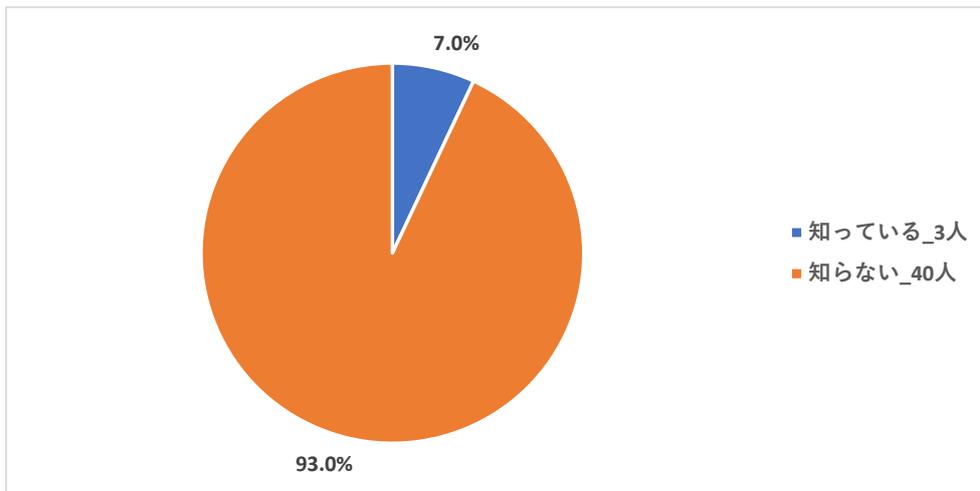
問 4 お子さんは、運動・スポーツやからだを動かす遊びをすることは得意ですか。



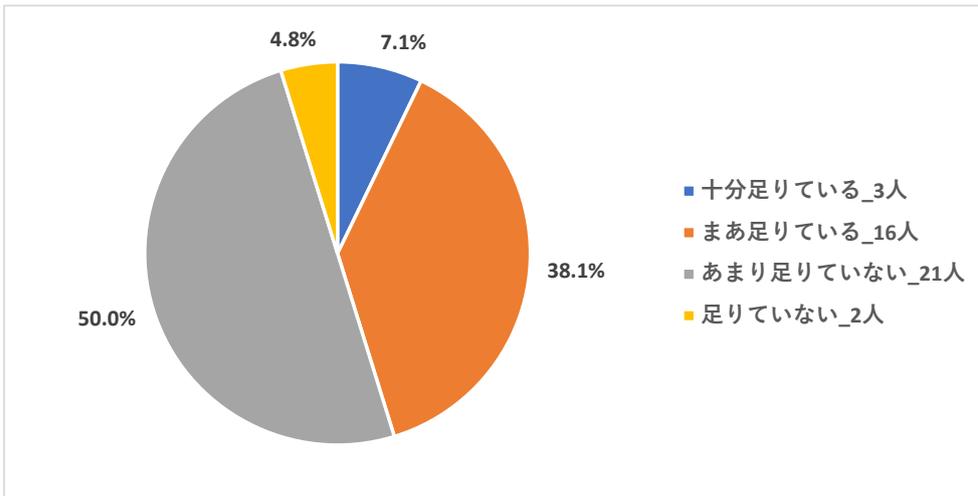
問 5 お子さんには、運動・スポーツやからだを動かす遊びをもっとさせたいと思いますか。



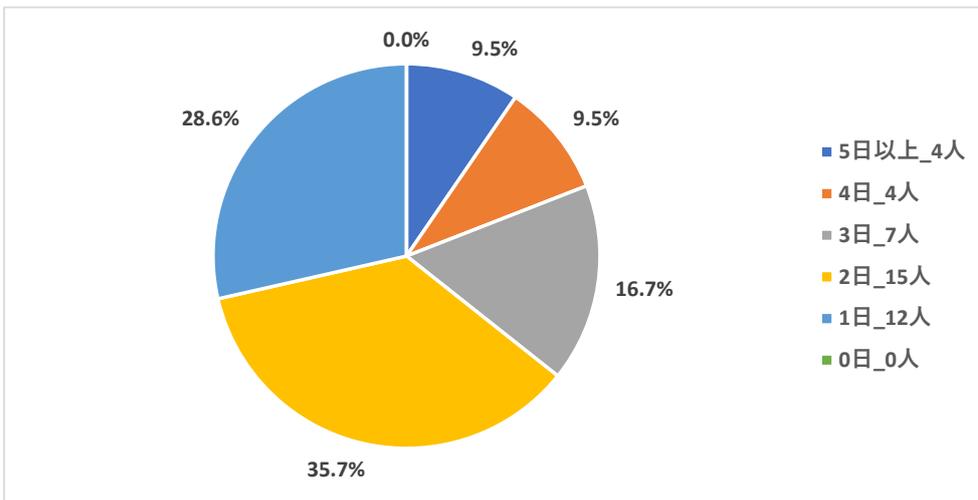
問 6 日頃のお子様がどれくらい活動できているか(歩数などの運動量)を知っていますか。



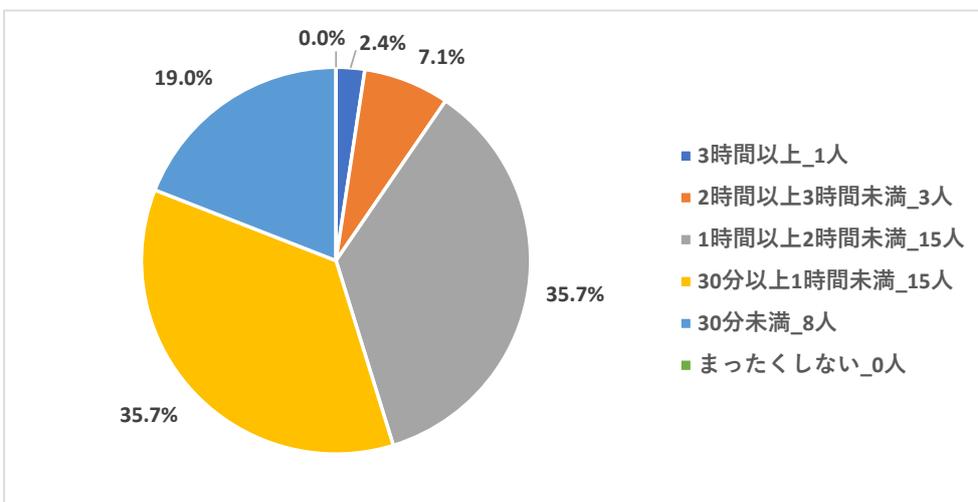
問 7 日頃のお子様の活動(歩数などの運動量)は、足りていると思いますか。



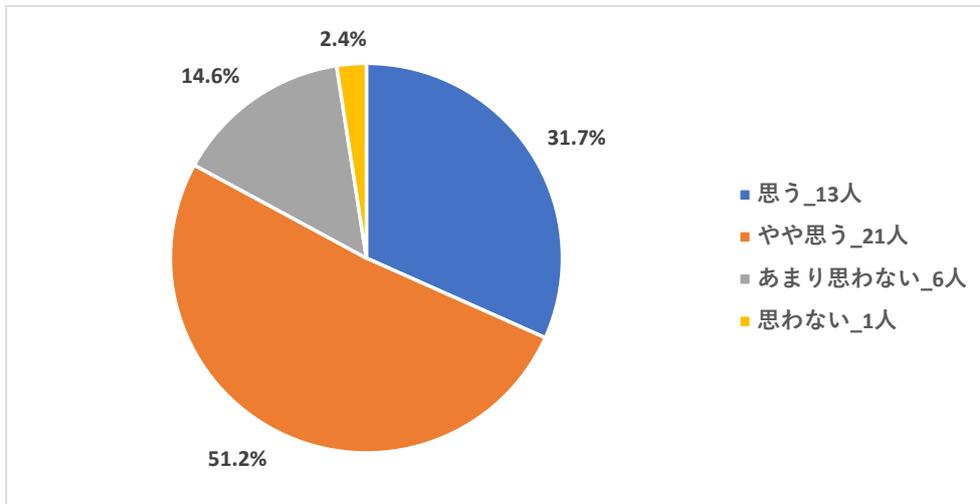
問 8 スポーツ・運動あそびをするのは週あたりどのくらいですか。※保育所・幼稚園や学校で過ごす時間以外の時間をお答えください。



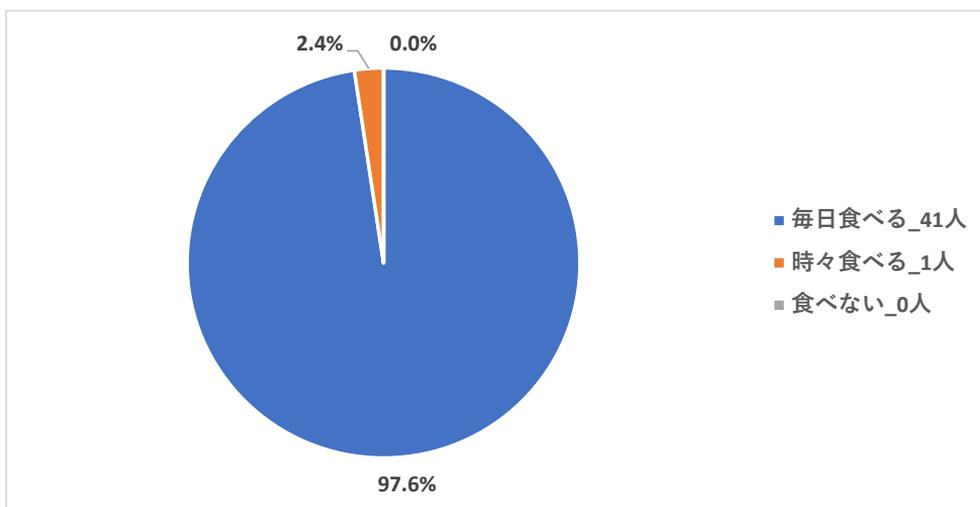
問 9 スポーツ・運動あそびをする時間は1日あたり（週の平均）どのくらいですか。※保育所・幼稚園や学校で過ごす時間以外の時間をお答えください。



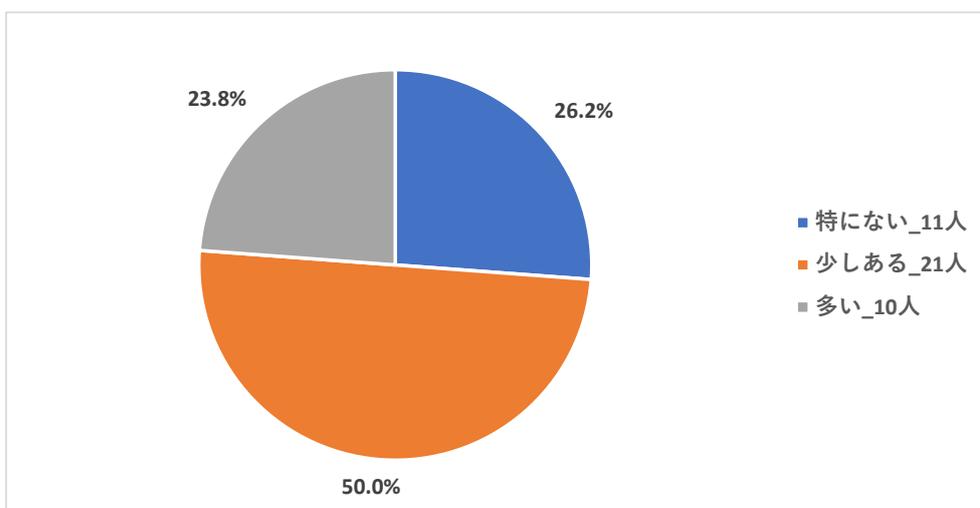
問 10 新型コロナウイルス感染が広がりだして以降、従来よりもお子様がカラダを動かす機会や友達と遊ぶ機会は減っていると思いますか。



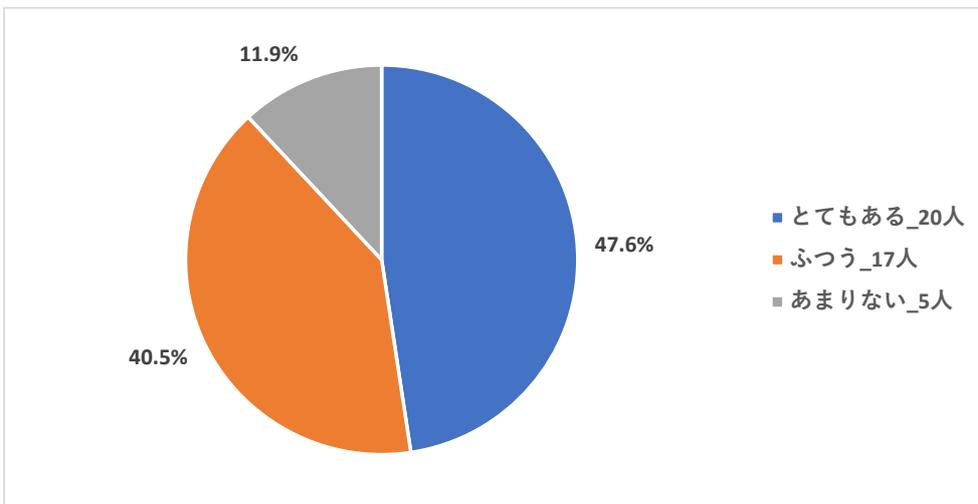
問 11-① お子様は朝食を食べますか。



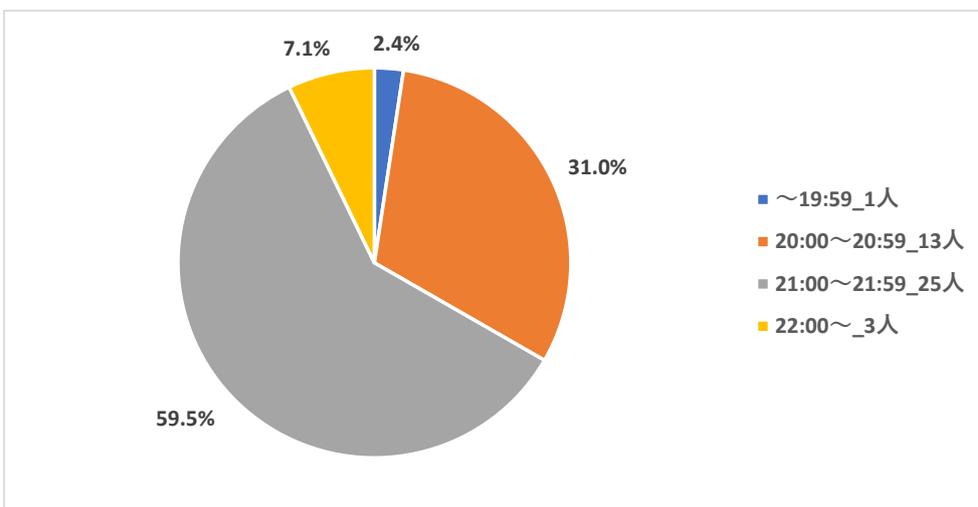
問 11-② お子様は食べ物の好き嫌いがありますか。



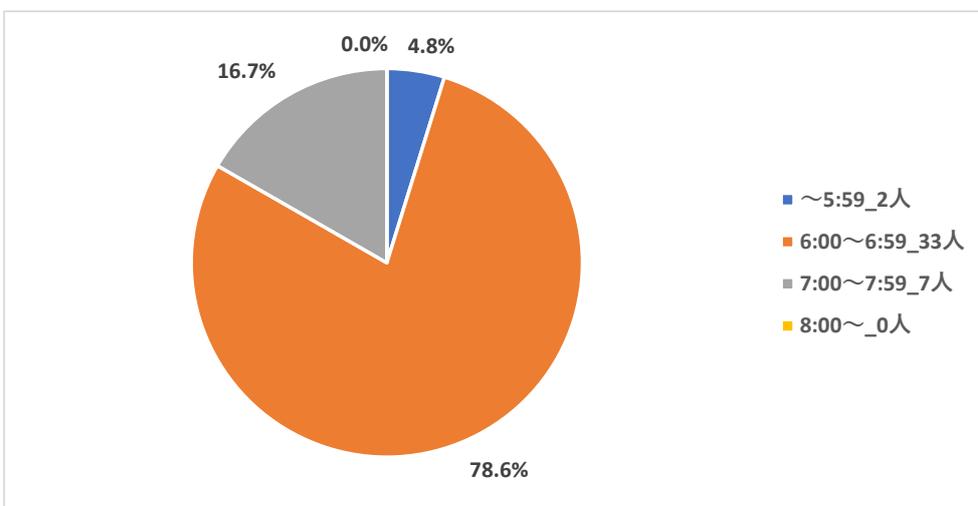
問 11-③ お子様に食欲はありますか。



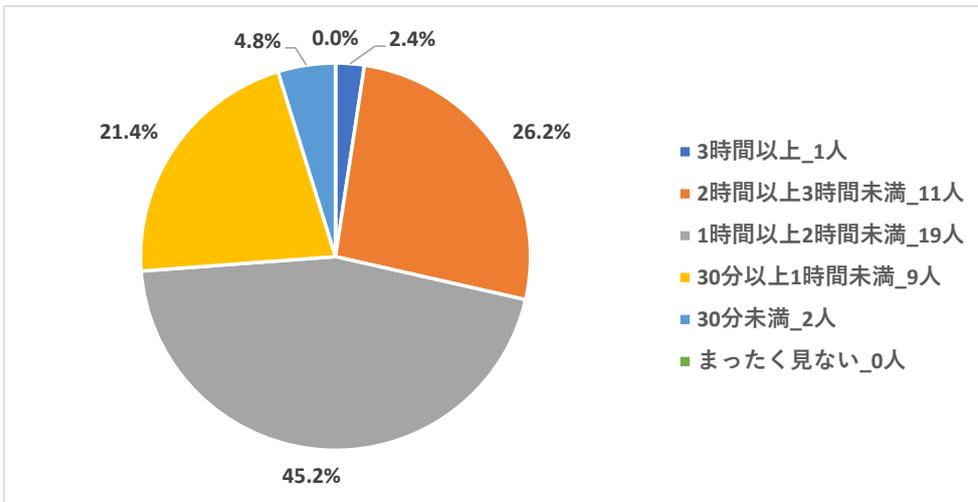
問 12-① お子様の平日の就寝時間は何時くらい（週の平均）ですか。



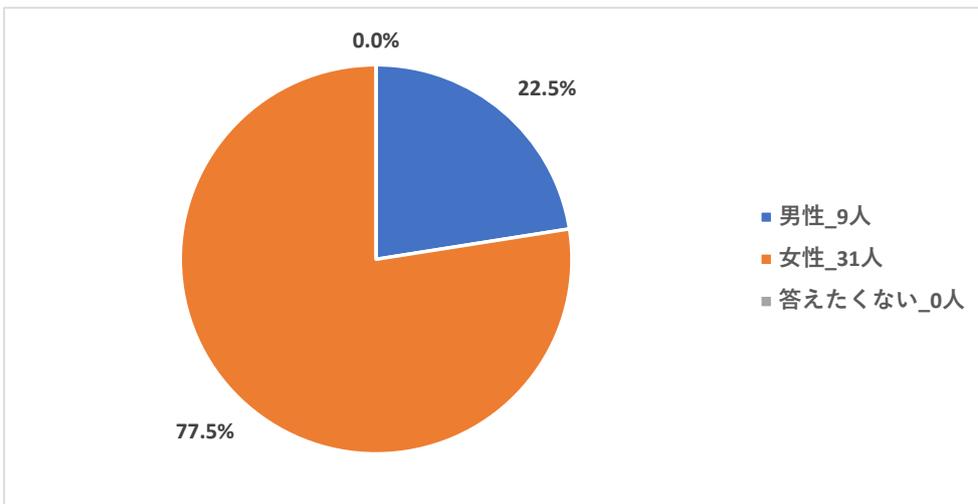
問 12-② お子様の平日の起床時間は何時くらい（週の平均）ですか。



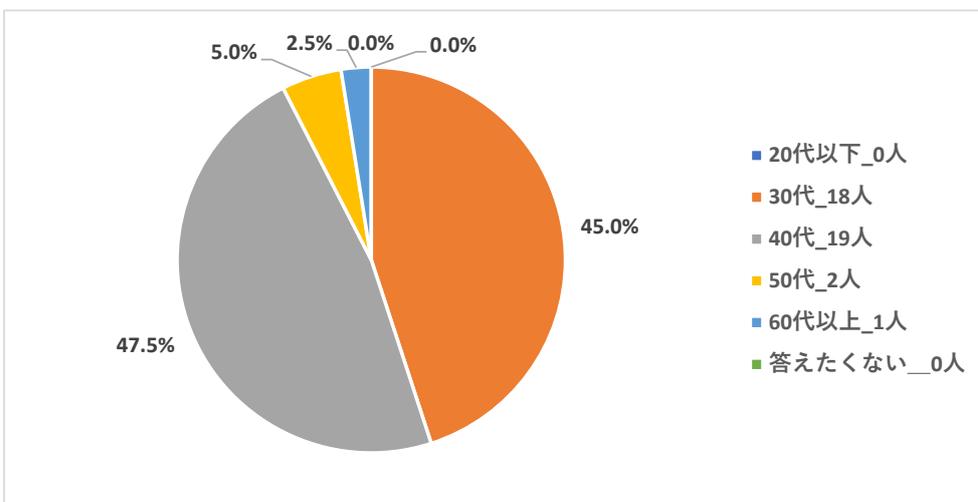
問 13 お子様、テレビ・ゲーム・インターネットなどに触れる時間は1日あたり（おおよその平均時間）どのくらいですか。



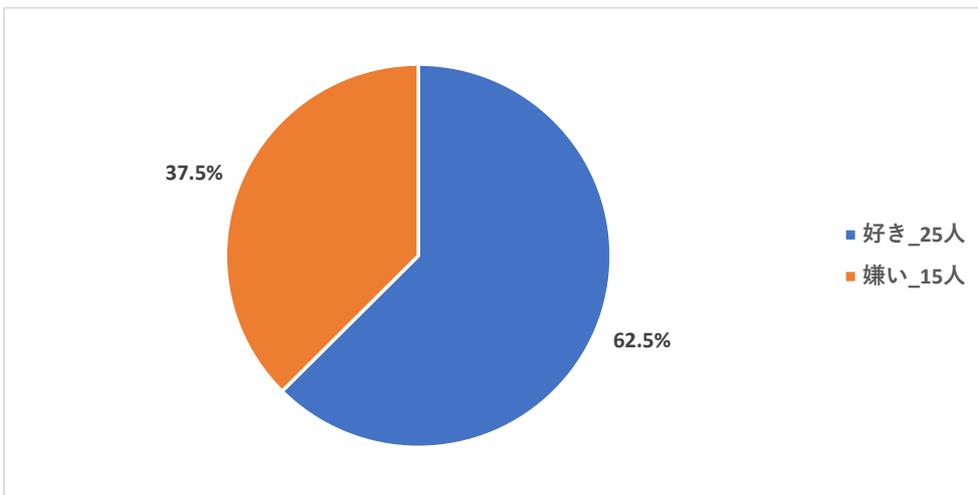
問 14 あなたの性別を教えてください。



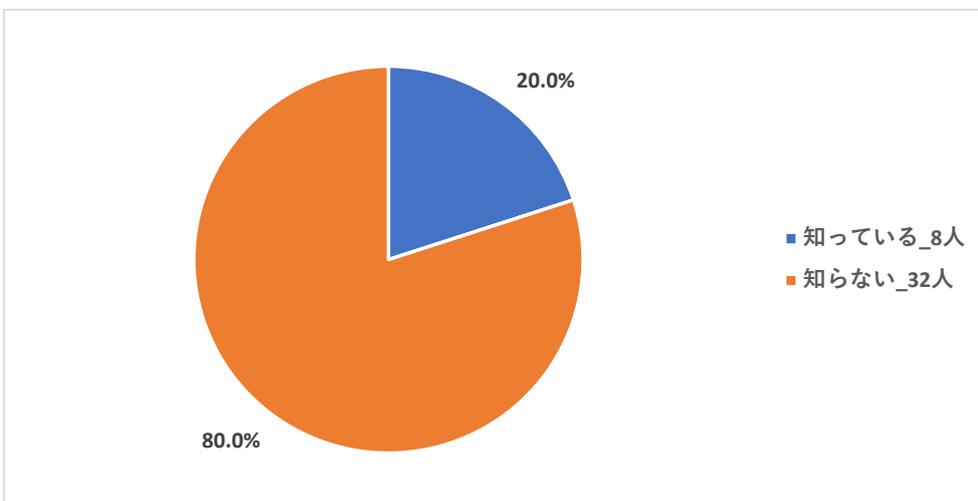
問 15 あなたの年代を教えてください。



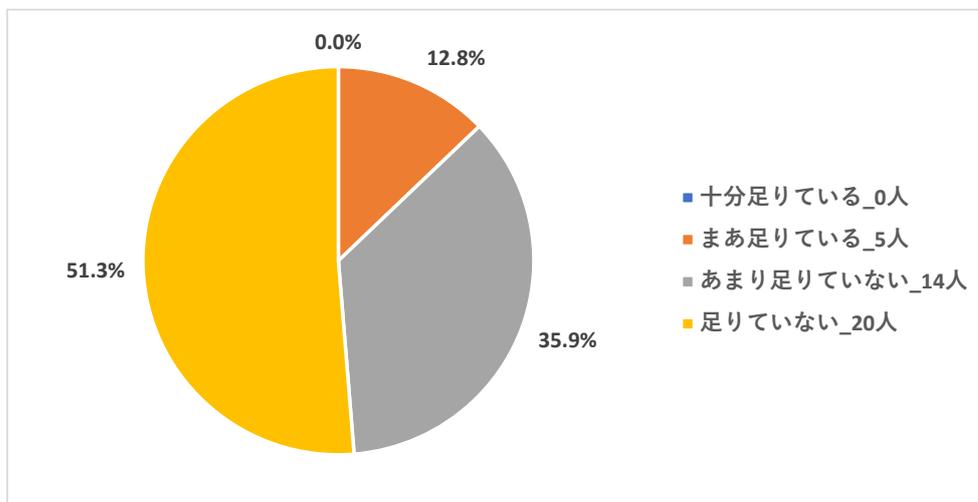
問 16 あなたは身体を動かすことが好きですか。



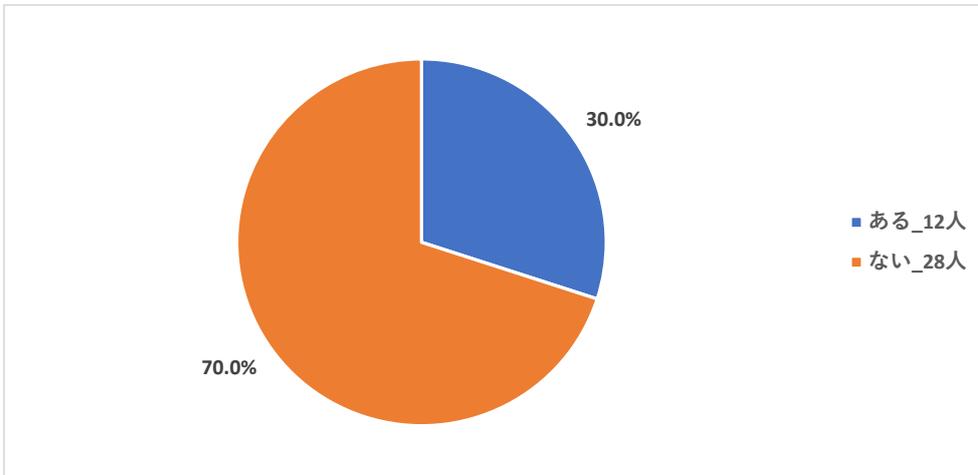
問 17 あなたは日頃どれくらい活動できているか(歩数などの運動量)を知っていますか。



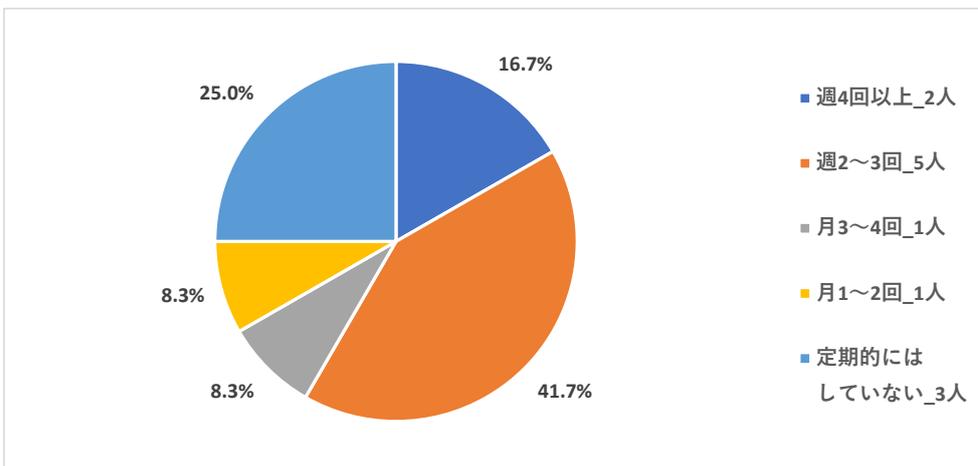
問 18 あなたの日頃の活動(歩数などの運動量)は、足りていると思いますか。



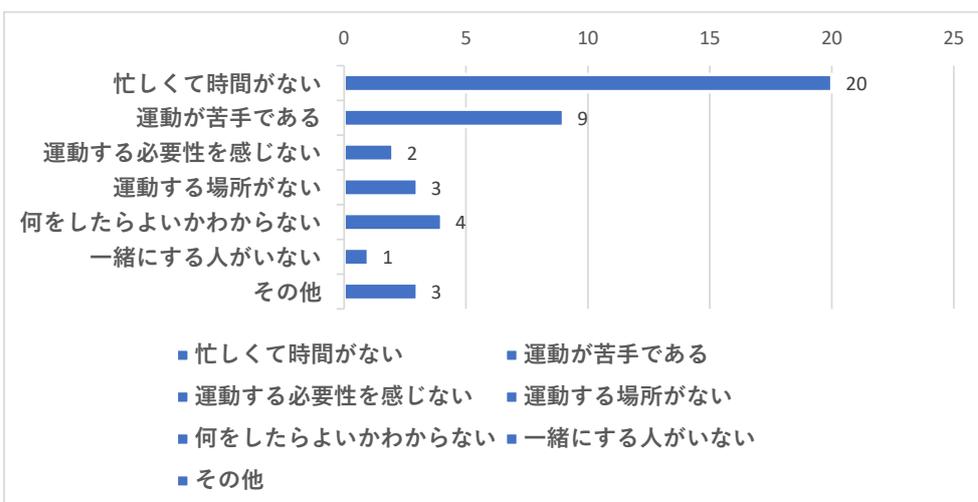
問 19 あなたは、運動をすることがありますか？



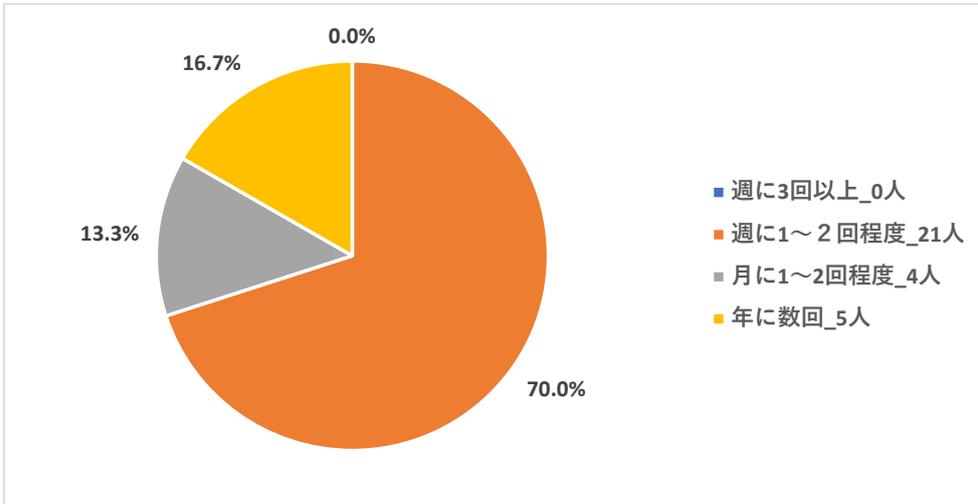
問 20 あなたが、運動をする頻度は平均するとどの程度ですか？



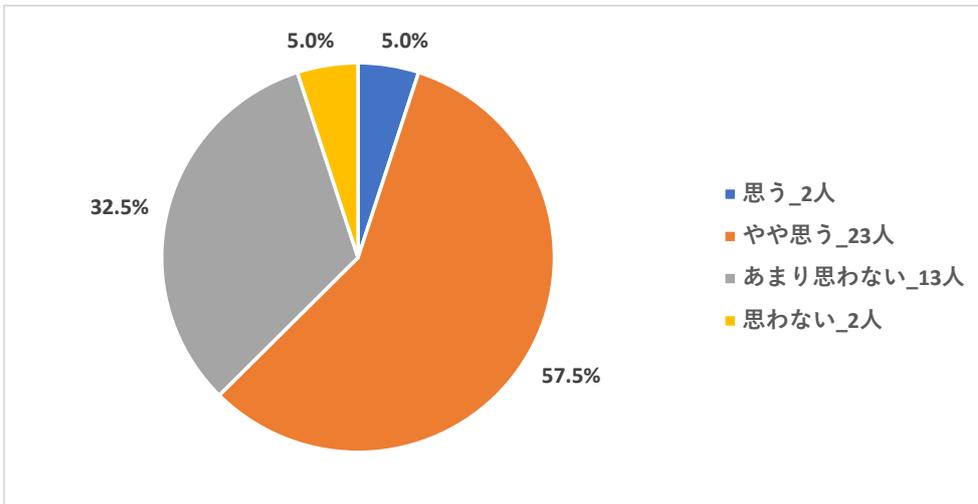
問 21 運動をしない、定期的にしていない理由は何ですか。



問 22 お子様と一緒に体を動かすのは週にどのくらいありますか。



問 23 子どもとの関わり方や遊び方（遊ばせ方）悩むことはありますか。

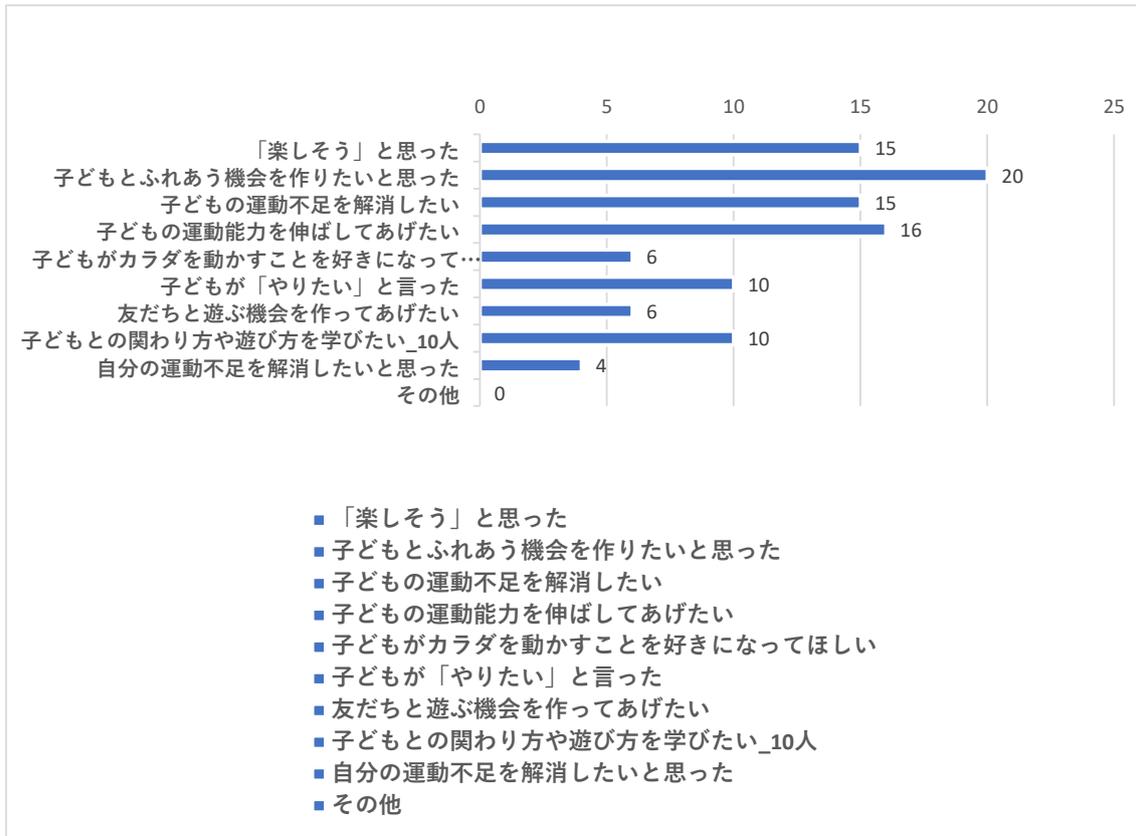


問 24 具体的にどのような点で悩むことがありますか。

- ・子どもが飽きてしまう
- ・どんな遊びがいいかわからない
- ・安心して遊ばせられる場所がない
- ・自分が運動するのが苦手

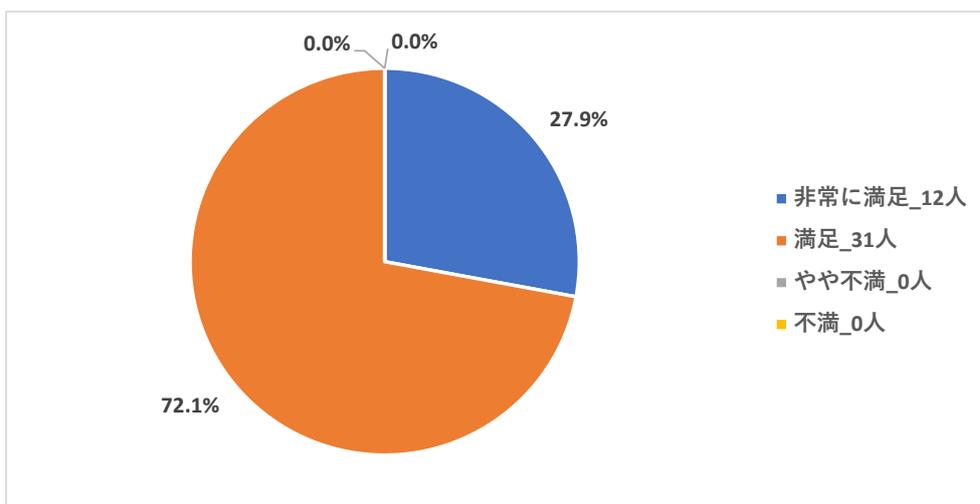
等

問 25 (本事業の) 参加の目的をお聞かせください。(主な理由上位3つ以内のみに○)

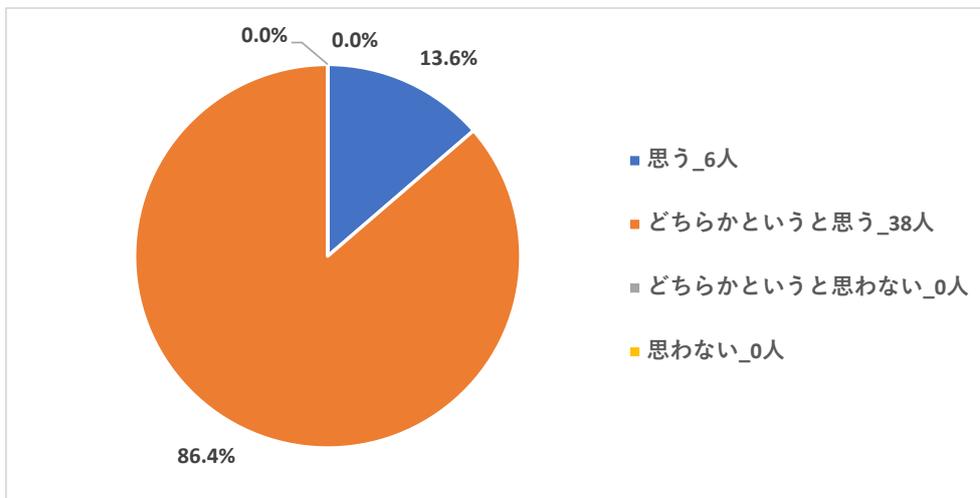


【運動あそび実践プログラム（講座）事後アンケート】

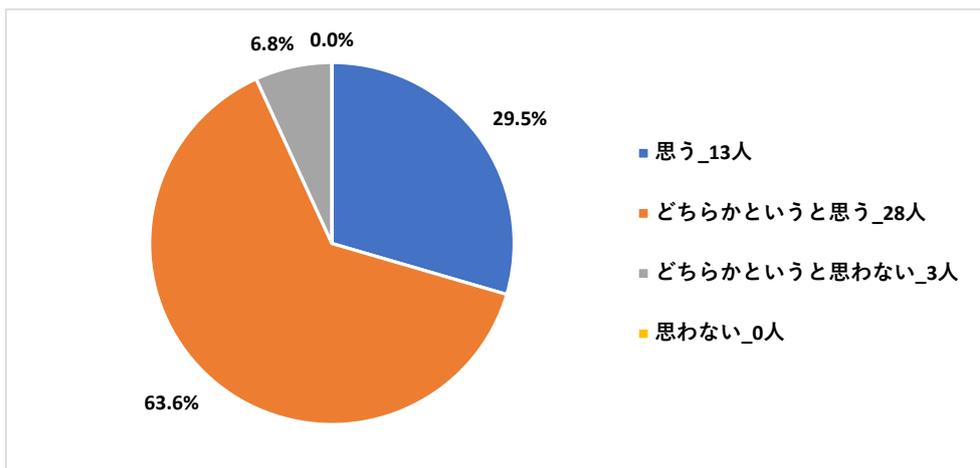
問 1 運動あそび講座の満足度をお聞かせください。



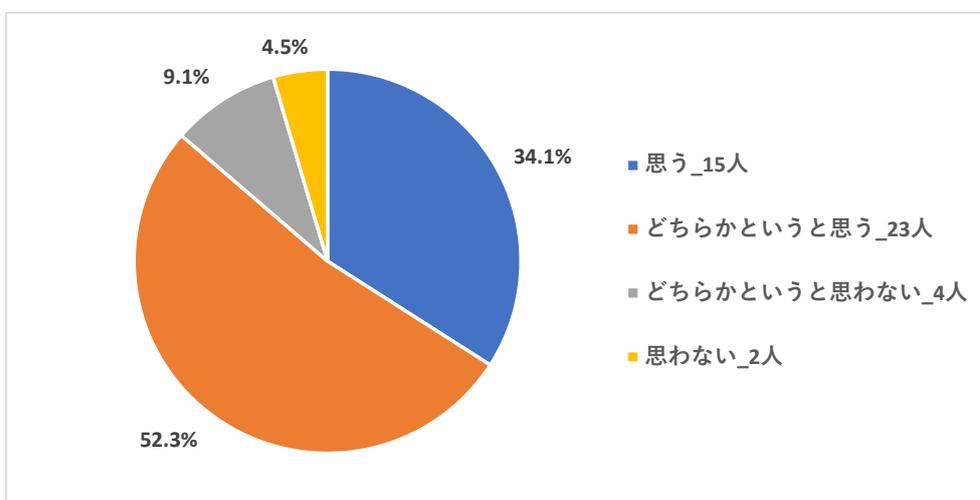
問 2-① 運動あそび講座を実施した 3 か月の間（参加前と参加後）に、お子さんが日頃カラダを動かす活動時間が増えましたか。



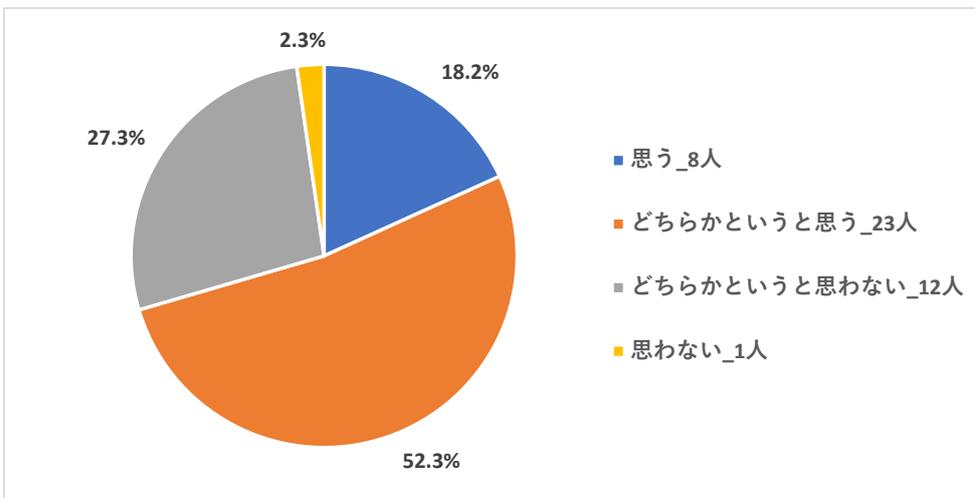
問 2-② 運動あそび講座実施前後で、子どもがより運動あそび（カラダを動かすこと）が好きになりましたか。



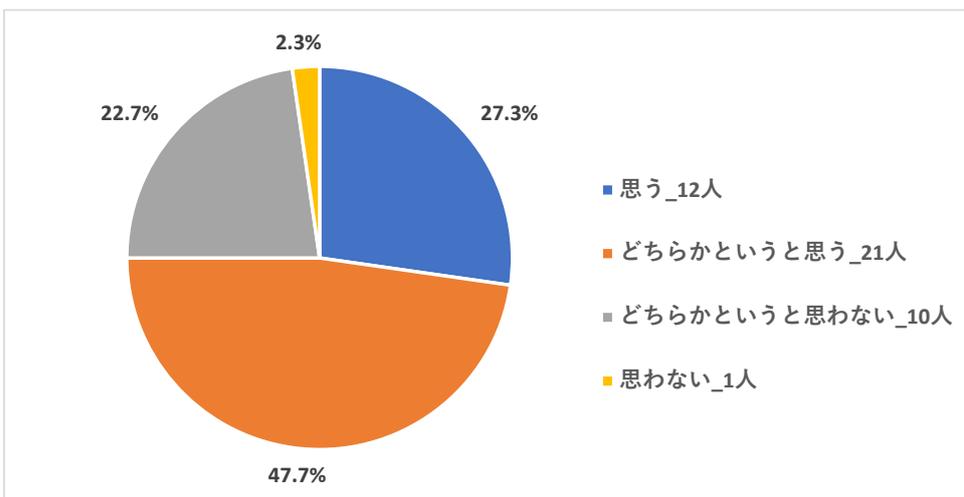
問 2-③ 運動あそび講座を実施した 3 か月の間（参加前と参加後）に、お子さんがより自分で工夫して遊ぶなどの姿がみられましたか。



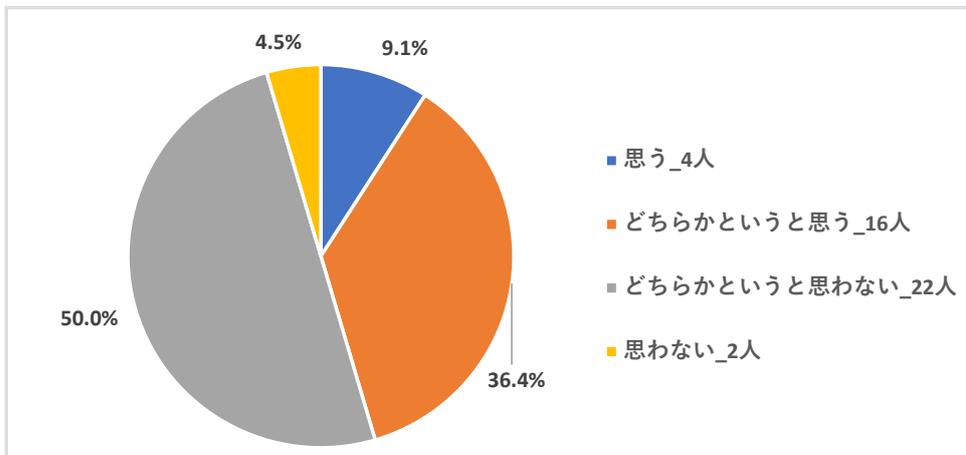
問 2-④ 運動あそび講座を実施した 3 か月の間（参加前と参加後）に、お子さんの体の動きが、よりスムーズになりましたか。



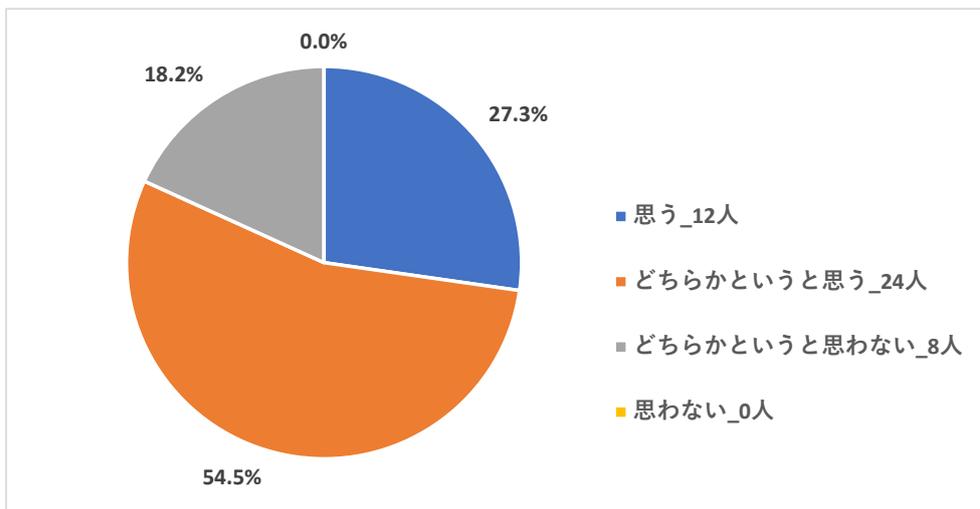
問 2-⑤ 運動あそび講座を実施した 3 か月の間（参加前と参加後）に、お子さんがより自分のやりたいことなどの意志を伝えられるようになりましたか。



問 2-⑥ 運動あそび講座を実施した 3 か月の間（参加前と参加後）に、お子さんがテレビやゲームをする時間が減りましたか。



問 2-⑦ 運動あそび講座を実施した 3 か月の間（参加前と参加後）に、お子さんがよりご飯をしっかり食べられるようになりましたか。



問 3 問 2 の理由として、どんなことが影響したと思いますか。

《変化があった理由》

- ・体を使って遊ぶ楽しさが分かった
- ・家庭でも意識したから
- ・運動が好きになったよう

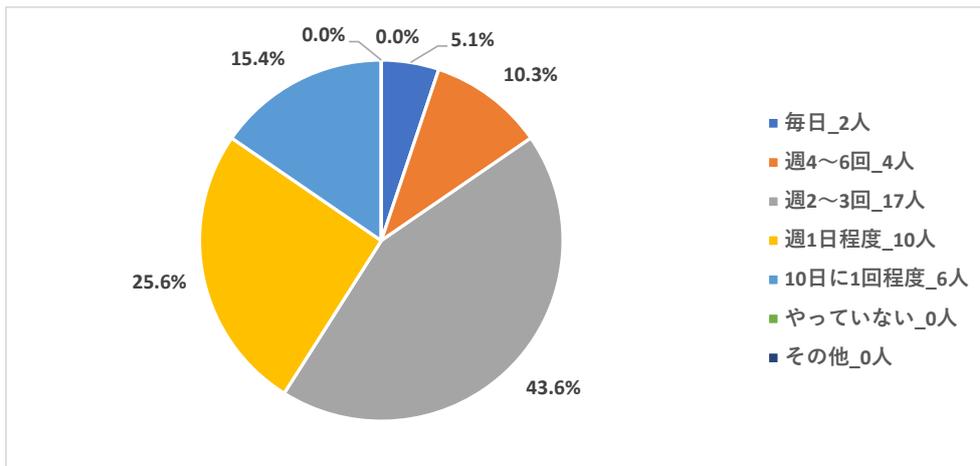
等

《変化がなかった理由》

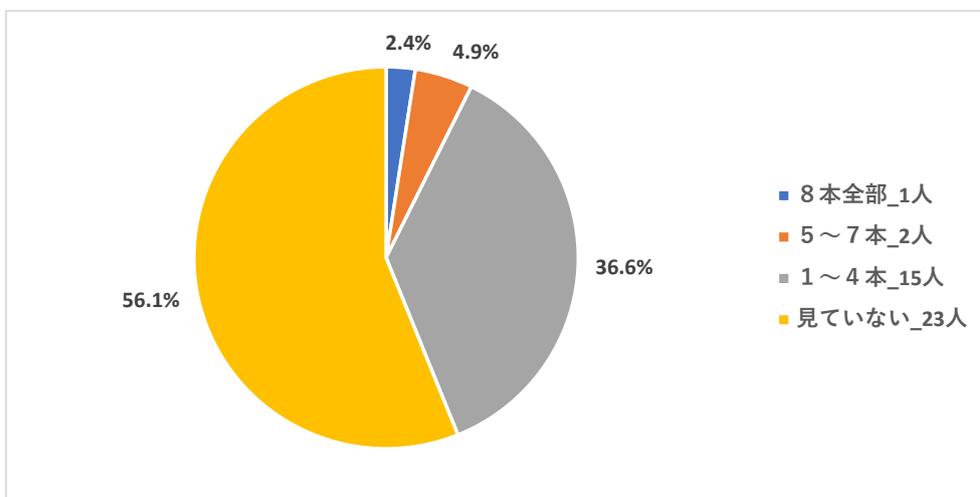
- ・日々の中で遊ぶ時間を作るのが難しかった
- ・親から声掛けすることができなかった
- ・参加時は楽しんでいるが家では実践ができなかった

等

問 4 運動あそび講座で実践したプログラムは、家庭でどれくらいの頻度で行いましたか。



問 5 本事業の youtube で配信している運動あそび動画をどのくらい見ましたか。

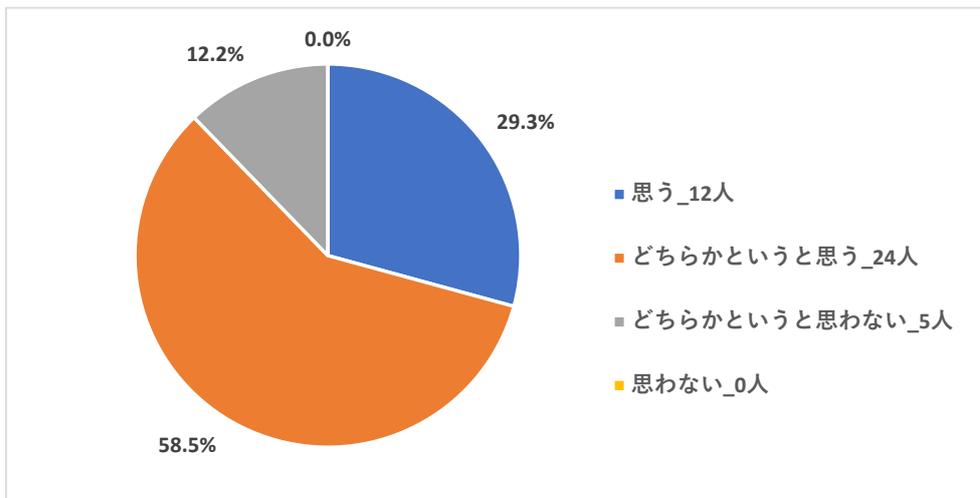


問 6 講座の動画を見た感想・ご意見

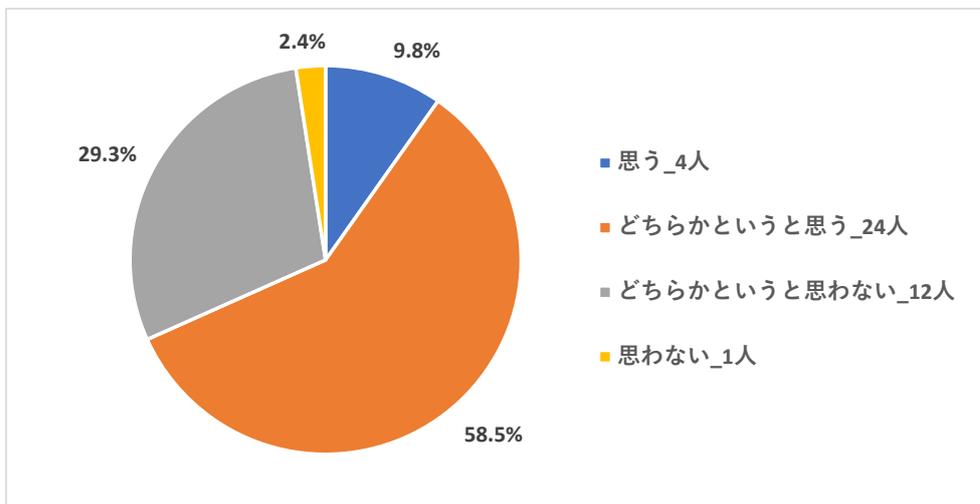
- ・子どもへの関わり方が学べた
- ・遊びの参考になった
- ・すごく楽しそうに見えた

等

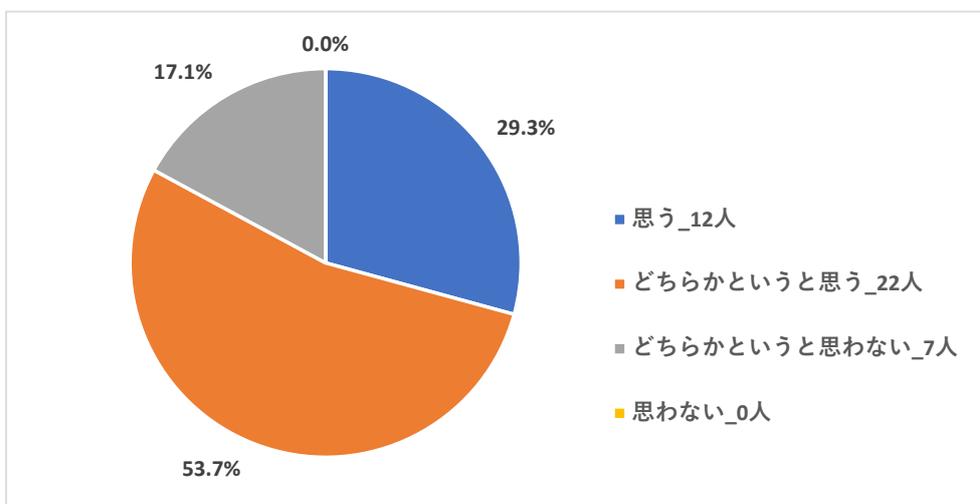
問 7-① 運動あそび講座実施前後で、子どもと一緒にカラダを動かす機会が増えましたか。



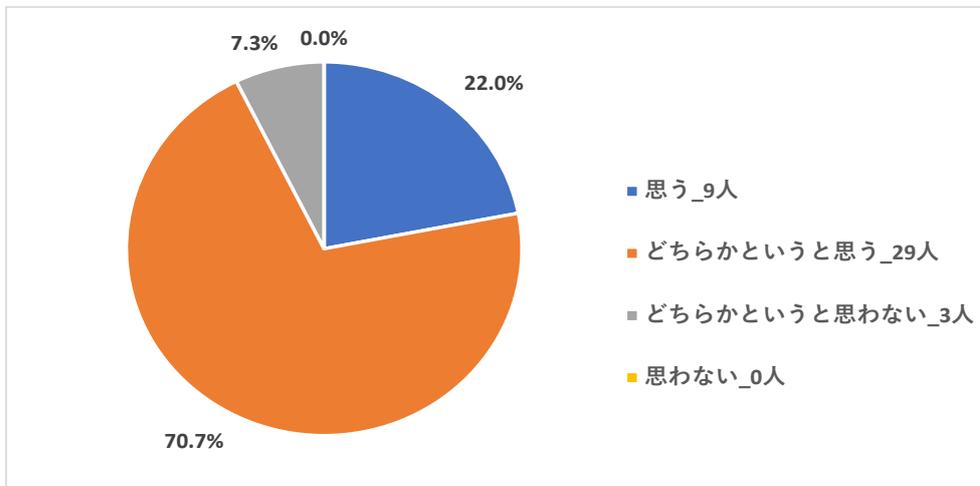
問 7-② 運動あそび講座実施前後で、他の親子との関わりが増えましたか。



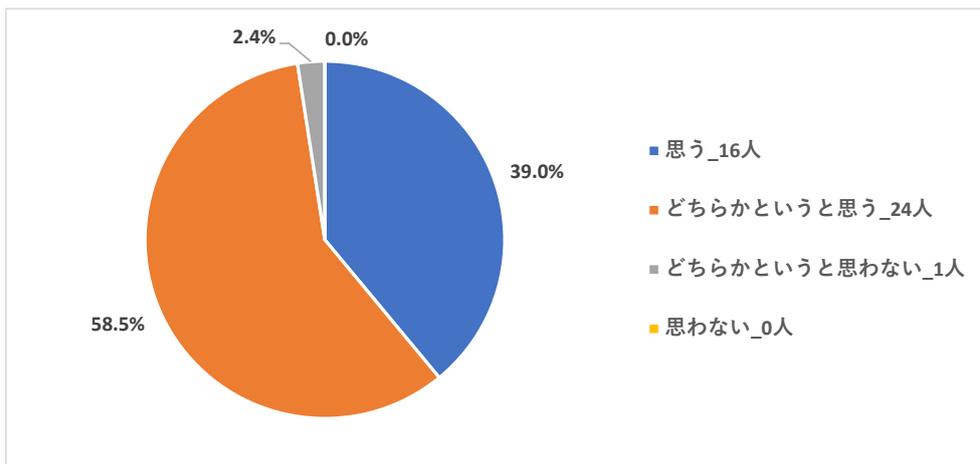
問 7-③ 運動あそび講座実施前後で、あなた自身の運動不足の解消につながりまりましたか。



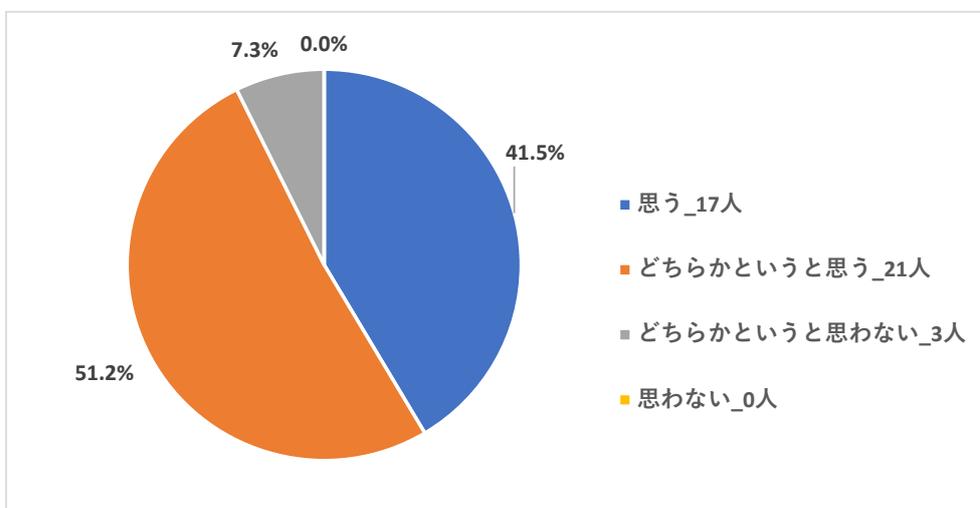
問 7-④ 運動あそび講座実施前後で、あなた自身は子どもとの関わり方・遊び方がわかりましたか。



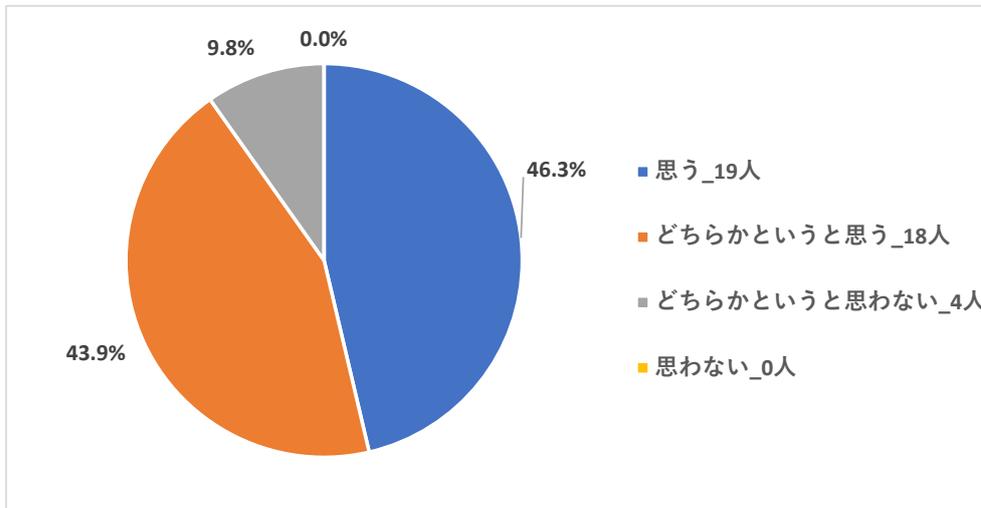
問 7-⑤ 運動あそび講座実施前後で、あなた自身は子どもと一緒に遊ぶことに対する関心が高まりましたか。



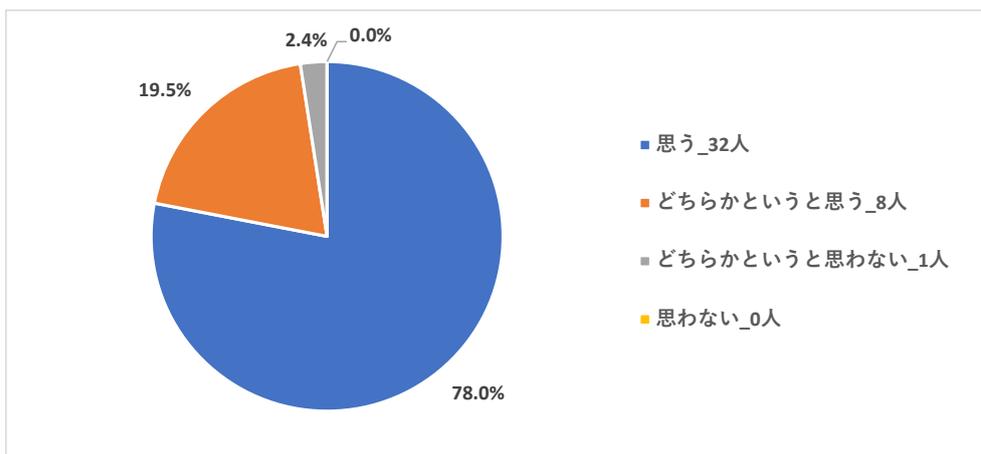
問 7-⑥ 運動あそび講座実施前後で子どもの日頃の活動量を意識するようになりましたか。



問 7-⑦ 運動あそび講座実施前後で、あなた自身の日頃の活動量を意識するようになりましたか。



問 7-⑧ 運動あそび講座の参加以降、今後も親子の運動あそび等を通じてカラダを動かす機会を増やしていきたいと思いましたか。



問 8 問 7 の理由として、どんなことが影響したと思いますか。

《変化があった理由》

- ・動かない日が減った
- ・子どもがやりたがるようになった
- ・子どもとのコミュニケーションが増えた
- ・自分の運動不足を認識し、運動を意識するようになった

等

《変化がなかった理由》

- ・子どもの意識をむけさせる事が上手くできなかった
- ・時間をとって実践するのは難しかった

等

問9 本事業全体の感想・ご意見

- ・親子で楽しく身体を動かすいい機会となった
- ・体を使う大切さ、楽しさを子ども達に感じてもらいたい
- ・身近なもので運動あそびに通じるたくさんのアイデアをもらえて良かった
- ・このような講座があると良いと思った

等

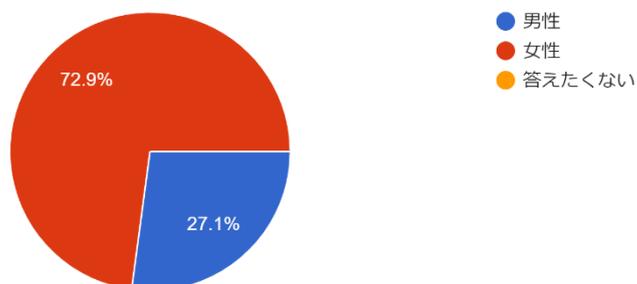
【プレイリーダー養成講座参加者アンケート】

1) 回答者属性 (性別)

107名の回答のうち、男性は27.1%、女性は72.9%であった。

あなたの性別を教えてください。

107件の回答

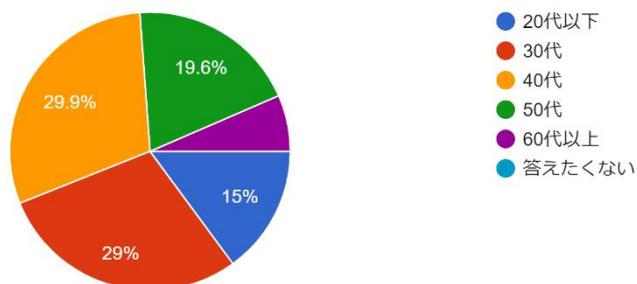


2) 回答者属性 (年代)

107名の回答のうち、最も多い年代は、30代29.0%、次いで40代が29.9%であった。

あなたの年代を教えてください。

107件の回答



3) 回答者属性（所属）

107名の回答のうち、最も多い所属は、総合型地域スポーツクラブスタッフ、次いで、学童指導員、保育士であった。

あなたの立場で一番近いものを教えてください。

107件の回答



4) プレイリーダーの認知度

プレイリーダーという言葉も意味も理解している人は、45.8%であり、初めて聞いた人は、26.2%であった。

プレイリーダーという言葉を知っていましたか。

107件の回答

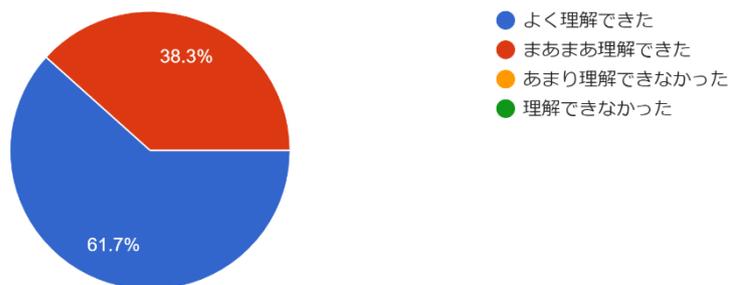


5) 今の子どもの現状と課題の理解

講座を受講して、「こどもの現状と課題の理解」に関しては、「よく理解できた」「まあまあ理解できた」併せて100%の方が理解できていた。

講座を受講して、今の子どもたちの現状と課題が理解できましたか。

107件の回答

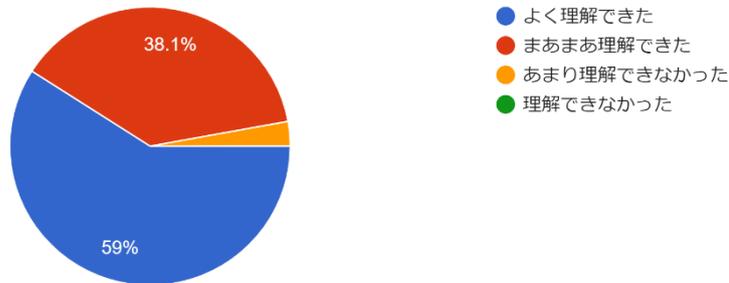


6) プレイリーダーの役割の理解

講座を受講して、「プレイリーダーの役割の理解」に関しては、「よく理解できた」「まあまあ理解できた」併せて 97%の方が理解できていた。

講座を受講して、プレイリーダーの役割を理解できましたか。

105 件の回答

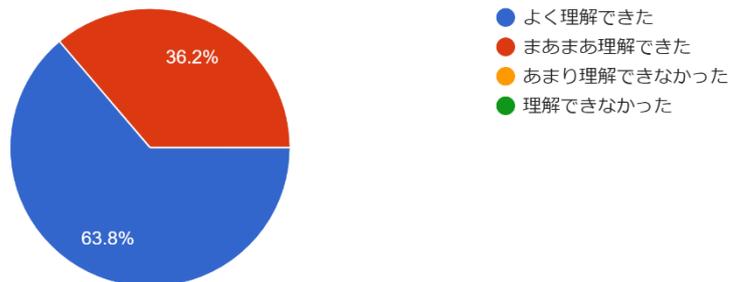


7) 子どもたちにとっての運動あそびの必要性と意義の理解

講座を受講して、「子どもたちにとっての運動あそびの必要性と意義の理解」に関しては、「よく理解できた」「まあまあ理解できた」併せて 100%の方が理解できていた。

講座を受講して、子どもたちにとっての運動あそびの必要性と意義を理解できましたか。

105 件の回答

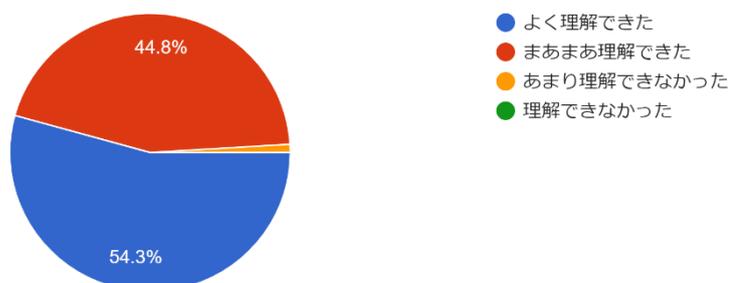


8) 幼児期におけるプレイリーダーとしての関わり方と意義の理解

講座を受講して、「幼児期におけるプレイリーダーとしての関わり方や意義の理解」に関しては、「よく理解できた」「まあまあ理解できた」併せて 99%の方が理解できていた。

講座を受講して、幼児期におけるプレイリーダーとしての関わり方や意義を理解できましたか。

105 件の回答

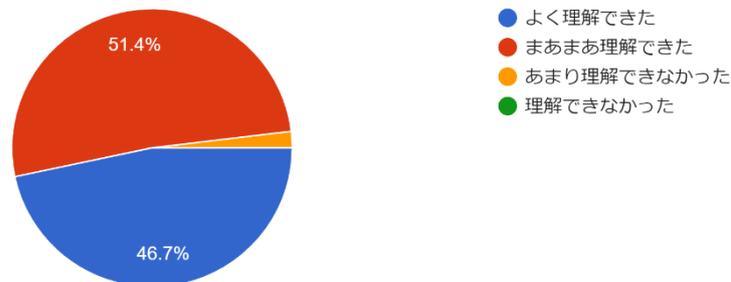


9) 学童期におけるプレイリーダーとしての関わり方と意義の理解

講座を受講して、「学童期におけるプレイリーダーとしての関わり方や意義の理解」に関しては、「よく理解できた」「まあまあ理解できた」併せて 98%の方が理解できていた。

講座を受講して、学童期におけるプレイリーダーとしての関わり方や意義を理解できましたか。

105 件の回答

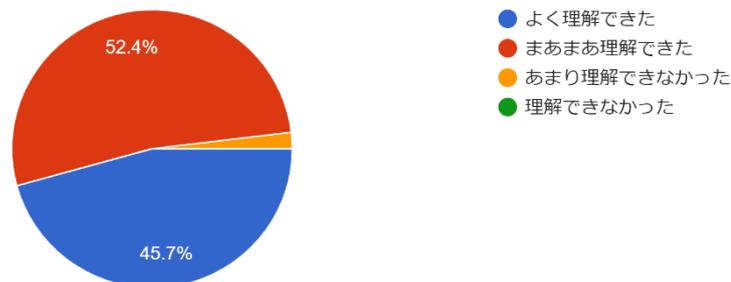


10) 地域におけるプレイリーダーとしての関わり方と意義の理解

講座を受講して、「地域におけるプレイリーダーとしての関わり方や意義の理解」に関しては、「よく理解できた」「まあまあ理解できた」併せて 98%の方が理解できていた。

講座を受講して、地域におけるプレイリーダーとしての関わり方や意義を理解できましたか。

105 件の回答

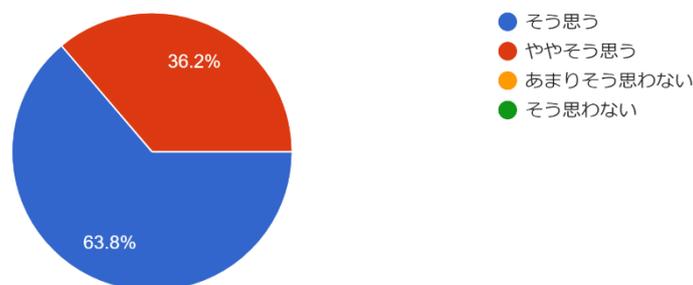


11) 講座受講後の意識の変化（子どもたちの日頃の様子を意識してみるようになった）

講座を受講後、「子どもたちの日頃の様子を意識してみるようになったか」に関しては、「そう思う」「ややそう思う」併せて 100%の方に意識・行動の変化が見られた。

講座の受講後、子どもたちの日頃の様子をより意識してみるようになったと思いますか。

105 件の回答

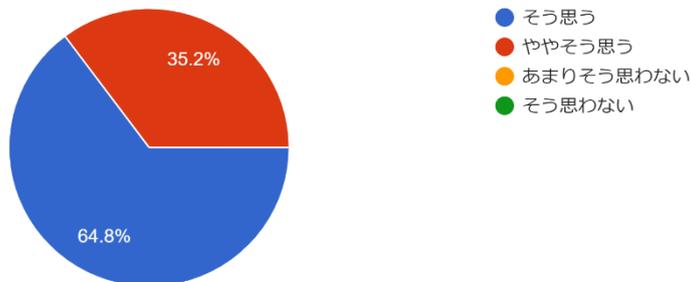


12) 講座受講後の意識の変化 (子どもにとってどうかの視点で考えるようになった)

講座を受講後、「子どもにとってどうかの視点で考えるようになった」に関しては、「そう思う」「ややそう思う」併せて 100%の方に意識・行動の変化が見られた。

講座の受講後、子どもにとってどうなのかという視点でより考えるようになったと思いますか。

105 件の回答

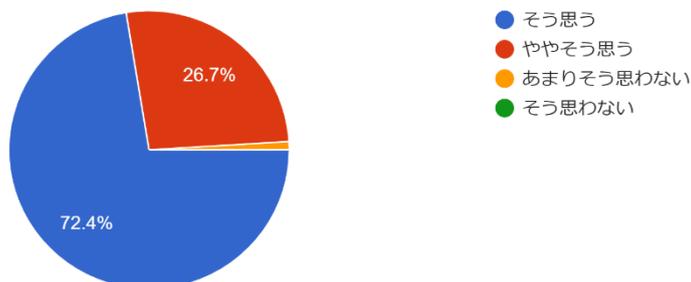


13) 講座受講後の意識の変化 (やりたいという気持ちの応援やチャレンジを褒める)

講座を受講後、「子どものやりたいという気持ちを応援したり、チャレンジしたことをより褒めたりできるようになった」に関しては、「そう思う」「ややそう思う」併せて 99%の方に意識・行動の変化が見られた。

講座の受講後、子どものやりたいという気持ちを応...より褒めたりできるようになったと思いますか。

105 件の回答

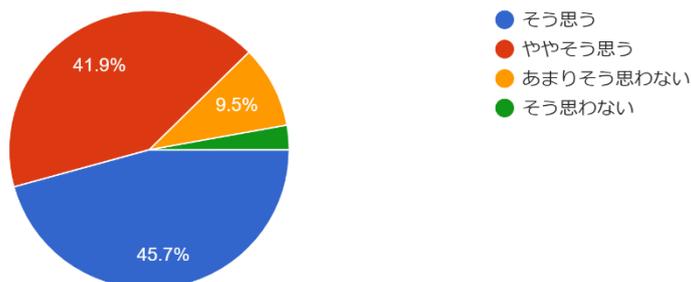


14) 講座受講後の意識の変化 (学んだことを人に紹介したりシェアする)

講座を受講後、「学んだことを人に紹介したりシェアしたりしたか」に関しては、「そう思う」「ややそう思う」併せて 87%の方に意識・行動の変化が見られた。

講座の受講後、学んだことを人に紹介したりシェアしたりしましたか。

105 件の回答



どうしたら、今の子ども達がおもしろくのめりこんで、からだを動かして遊ぶことができると思いますか。

- 子どもの自発力を大切に、遊びのルールなど自分たちで考えてやらせること
 - 大人がかんきに合わせて工夫する必要がある
 - 大人も一緒に遊ぶ
 - 正しい知識の元、子ども一人一人と向き合い、一緒にあそびを楽しむこと、受容すること
 - 子どもを尊重
 - あそびはいつでもどこでもできる！と親子で体感してみる
 - 自分たちで作出した遊びなどを実践する
- 等

プレイリーダーの講座の内容に対するご意見や、今後学びたいテーマ・内容についてのご意見をお聞かせください。

- 発達に合わせたプログラムや、発達に伴う子どもの行動傾向を学びたい。また親御さんへのアプローチの仕方など、合わせて勉強したい
- 保育士はどのような知識を有しているかの大枠
- とてもわかりやすく、聞きやすい内容でした
- 運動遊びの具体的な事例
- 子どもの心を知る、育てる学び
- 子供自身の気付きを引き出すような手法を作り出すべき。
- 子どもがのめりこむような運動遊びの方法
- 講師の方の進め方がよかった。

【親子で運動あそび講座参加者アンケート（事前）】

お子さんのことについてお聞かせください

問1. 今回親子運動講座に参加されるお子様についてお答えください。（1つだけ〇）

学年	1. 未就学（年少未満） 2. 未就学（年少） 3. 未就学（年中） 4. 未就学（年長） 5. 小学1年生 6. 小学2年生 7. 小学3年生 8. その他（ ）
----	--

問2. お子様にきょうだいはいますか。（1つだけ〇）

1. いる	2. いない
-------	--------

問3. お子さんは、運動・スポーツやからだを動かす遊びは好きですか？

（1つだけ〇）

1. 好き	2. やや好き	3. やや嫌い	4. 嫌い
-------	---------	---------	-------

問4. お子さんは、運動・スポーツやからだを動かす遊びをすることは得意ですか？

（1つだけ〇）

1. 得意	2. やや得意	3. やや不得意	4. 不得意
-------	---------	----------	--------

問5. お子さんには、運動・スポーツやからだを動かす遊びをもっとさせたいと思いますか？（1つだけ〇）

1. 思う	2. やや思う	3. あまり思わない	4. 思わない
-------	---------	------------	---------

問6. 日頃のお子様がどれくらい活動できているか（歩数などの運動量）を知っていますか。

1. 知っている	2. 知らない
----------	---------

問7. 日頃のお子様の活動（歩数などの運動量）は、足りていると思いますか。

1. 十分足りている	2. まあ足りている	3. あまり足りていない	4. 足りていない
------------	------------	--------------	-----------

問8. スポーツ・運動あそびをするのは週あたりどのくらいですか。（1つだけ〇）

※保育所・幼稚園や学校で過ごす時間以外の時間をお答えください。

1. 5日以上	2. 4日	3. 3日	4. 2日	5. 1日	6. 0日
---------	-------	-------	-------	-------	-------

問9. スポーツ・運動あそびをする時間は1日あたり（週の平均）どのくらいですか。

(1つだけ○)

※保育所・幼稚園や学校で過ごす時間以外の時間をお答えください。

- | | | |
|---------------|---------------|---------------|
| 1. 3時間以上 | 2. 2時間以上3時間未満 | 3. 1時間以上2時間未満 |
| 4. 30分以上1時間未満 | 5. 30分未満 | 6. まったくしない |

問 10. 新型コロナウイルス感染が広がりだして以降、保育施設・学校などの休校や、イベントなどの中止、外出自粛など日常生活に変化が出ていると思いますが、これにより、従来よりもお子様がカラダを動かす機会や友達と遊ぶ機会は減っていると思いますか。

- | | | | |
|-------|---------|------------|---------|
| 1. 思う | 2. やや思う | 3. あまり思わない | 4. 思わない |
|-------|---------|------------|---------|

問 11. お子様の食生活についてお答えください。それぞれ該当するものを1つ選んで番号に○をご記入ください。(「②好き嫌い」については、アレルギーは含まない)

設問項目	回答
①朝食	1. 毎日食べる 2. 時々食べる 3. 食べない
②好き嫌い	1. 特にない 2. 少しある 3. 多い
③食欲	1. とてもある 2. ふつう 3. あまりない

問 12. お子様の平日の就寝・起時間は何時くらい(週の平均)ですか。それぞれ該当するものを1つ選んで番号に○をご記入ください。

設問項目	回答
①就寝	1. ~19:59 2. 20:00~20:59 3. 21:00~21:59 4. 22:00~
②起床	1. ~5:59 2. 6:00~6:59 3. 7:00~7:59 4. 8:00~

問 13. お子様が、テレビ・ゲーム・インターネットなどに触れる時間は1日あたり(おおよその平均時間)どのくらいですか。(1つだけ○)

- | | | |
|---------------|---------------|---------------|
| 1. 3時間以上 | 2. 2時間以上3時間未満 | 3. 1時間以上2時間未満 |
| 4. 30分以上1時間未満 | 5. 30分未満 | 6. まったく見ない |

あなたのことについてお聞かせください

問 14. あなたの性別を教えてください。

問1. 運動あそび講座の満足度をお聞かせください。

1. 非常に満足	2. 満足	3. やや不満	4. 不満
----------	-------	---------	-------

問2. 運動あそび講座を実施した3か月の間で、参加前と参加後で、お子様の様子に変化はありま

したか。それぞれ該当するものを1つ選んで番号に○をつけてください。

設問項目	回答
①子ども日頃のカラダを動かす活動時間が増えた	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない
②子どもが、より運動あそび（カラダを動かすこと）が好きになった	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない
③子どもが、より自分で工夫して遊ぶなどの姿がみられた	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない
④子どもの体の動きが、よりスムーズになった	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない
⑤子どもが、より自分のやりたいことなどの意志を伝えられるようになった	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない
⑥子どもがテレビやゲームをする時間が減った	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない
⑦子どもが、よりご飯をしっかり食べられるようになった	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない

問3. 問2でお答えいただいた内容の変化がみられた理由（変化がなかったものに関しては変化がなかった理由）として、どんなことが影響したと思われますか。

①変化があったと思われる理由（例：楽しい内容だったから、家庭でも意識したから・・・など）
②変化がなかった部分の理由（例：家で行う時間がなかった、子どもがやりたがらない・・・など）

問4. 運動あそび講座で行った内容の家庭での実践状況についてお尋ねします。

講座で行った運動あそびはどれくらいの頻度で行いましたか。（1つだけ○）

1. 毎日	2. 週4~6日	3. 週2~3日	4. 週1日程度
-------	----------	----------	----------

5. 10日に1回程度	6. やっていない
7. その他 ()	

問5. 本事業の youtube で配信している運動あそび動画をどのくらい見ましたか。

1. 8本全部	2. 5～7本	3. 1～4本	4. 見ていない
---------	---------	---------	----------

問5. で「1本以上みている」と回答された方にお聞きします。

問6. 講座の動画を見た感想・ご意見、特にお気に入りなどをお聞かせください。

--

問7. 運動あそびプログラム実施前後において、あなた（保護者）の意識や行動に変化がありましたか。それぞれ該当するものを1つ選んで番号に○をつけてください。

設問項目	回答
①子どもと一緒にカラダを動かす機会が増えた	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない
②他の親子との関わりが増えた	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない
③自分の運動不足の解消につながった	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない
④子どもとの関わり方・遊び方がわかった	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない
⑤子どもと一緒に遊ぶことに対して、より関心が高まった	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない
⑥子どもの日頃の活動量を意識するようになった	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない
⑦自分の日頃の活動量を意識するようになった	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない
⑧今後も親子で運動あそびなどを通じてカラダを動かす機会を増やしていきたいと思った	1. 思う 2. どちらかというと思う 3. どちらかというと思わない 4. 思わない

問8. 問7でお答えいただいた内容の変化がみられた理由（変化がなかったものに関し

ては変化がなかった理由)として、どんなことが影響したと要因と思われますか。

①変化があったと思われる理由(例:楽しい内容だったから、家庭でも意識したから・・・など)

②変化がなかった部分の理由(例:家で行う時間がなかった、子どもがやりたがらない・・・など)

問9. 本事業全体を通じた感想・ご意見などをお聞かせください。

【プレイリーダー養成講座参加者向けアンケート】

問1. あなたの性別を教えてください。(1つに○)

1. 男性	2. 女性	3. 答えたくない
-------	-------	-----------

問2. あなたの年代を教えてください。(1つに○)

1. 20代以下	2. 30代	3. 40代	4. 50代	5. 60代以上	6. 答えたくない
----------	--------	--------	--------	----------	-----------

問3. あなたの立場で一番近いものを教えてください。(1つに○)

1. 保育士	2. 幼稚園教諭	3. 教員	4. 行政職員(教員等の資格がない行政職員)	5. 学童指導員	6. 民生委員・児童委員	7. 総合型地域スポーツクラブスタッフ	8. 子どもの運動指導従事者(民間・地域団体)	9. 子どもの教育関係指導者(民間・地域団体)	10. 医療職	11. 子どもを持つ親	12. その他()
--------	----------	-------	------------------------	----------	--------------	---------------------	-------------------------	-------------------------	---------	-------------	------------

問4. プレイリーダーという言葉を知っていましたか。(1つに○)

1. 言葉も意味も知っていた	2. 言葉は聞いたことあったが意味は知らなかった	3. 初めて聞いた
----------------	--------------------------	-----------

問5. プレイリーダー講座の内容理解度についてお聞かせください。(1つに○)

設問項目	回答
①今の子どもたちの現状と課題が理解できた	1. よく理解できた 2. まあまあ理解できた 3. あまり理解できなかった 4. 理解できなかった
②プレイリーダーの役割を理解できた	1. よく理解できた 2. まあまあ理解できた 3. あまり理解できなかった 4. 理解できなかった
③子どもたちにとっての運動あそびの必要性と意義を理解できた	1. よく理解できた 2. まあまあ理解できた 3. あまり理解できなかった 4. 理解できなかった
④幼児期におけるプレイリーダーとしての関わり方や意義を理解できた	1. よく理解できた 2. まあまあ理解できた 3. あまり理解できなかった 4. 理解できなかった
⑤学童期におけるプレイリーダーとしての関わり方や意義を理解できた	1. よく理解できた 2. まあまあ理解できた 3. あまり理解できなかった 4. 理解できなかった
⑥地域におけるプレイリーダーとしての関わり方や意義を理解できた	1. よく理解できた 2. まあまあ理解できた 3. あまり理解できなかった 4. 理解できなかった

問6. プレイリーダー養成講座の中で気づいたことや、大切だと思うことにはどのようなことがありましたか。

問7. プレイリーダー養成講座受講後、意識や行動にどのような変化がありましたか。
(1つに○)

設問項目	回答
①子どもたちの日頃の様子をより意識してみるようになった	1. そう思う 2. ややそう思う 3. あまりそう思わない 4. そう思わない
②子どもにとってどうなのかという視点でより考えるようになった	1. そう思う 2. ややそう思う 3. あまりそう思わない 4. そう思わない
③子どものやりたいという気持ちを応援したり、チャレンジしたことをより褒めたりできるようになった	1. そう思う 2. ややそう思う 3. あまりそう思わない 4. そう思わない
④プレイリーダー講座で学んだことを人に紹介したりシェアしたりした	1. そう思う 2. ややそう思う 3. あまりそう思わない 4. そう思わない
⑤子どもの遊びについて話し合う機会が増えた	1. そう思う 2. ややそう思う 3. あまりそう思わない 4. そう思わない
⑥子どもたちと運動あそびの取り組みなどを通じて関わる機会をより増やしていきたいと思うようになった	1. そう思う 2. ややそう思う 3. あまりそう思わない 4. そう思わない

問8. どうしたら、今の子ども達がおもしろくのめりこんで、からだを動かして遊ぶことができると思いますか。

問9. プレイリーダーの講座の内容に対するご意見や、今後学びたいテーマ・内容についてのご意見をお聞かせください。