

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）

「積雪寒冷地における子供の運動機会の増加方策」

「国立大学法人 北海道教育大学岩見沢校」

2021年2月12日

1. 事業の実施概要

「北海道教育大学岩見沢校」

事業概要

- ・積雪寒冷地である岩見沢市内の子供（主に未就学児～小学校低学年）を対象として、「Nチャレンジとバルシューレを活用した活動の拠点づくり（市内商業施設、空き倉庫の活用など）」【事業①】ならびに、ヒールフリーのスキーを活用した「ウインタースポーツ教室（ヒーヒトマー）」【事業②】を実施し、楽しみながら多様な動きを身に付けるためのプログラムに触れる機会を増やす事業を展開した。
- ・また、動画を活用して「保護者向けの講習会等を通した子供の運動に対する啓蒙活動」【事業③】を行い、運動の価値や認知機能の発達を含んだ運動の効果についての認識を深める取組を展開。一番身近な指導者（保護者）として知識を深め、子供と保護者が一緒に運動を楽しむ機会を増やす。

実証フィールド

岩見沢市

代表団体

国立大学法人 北海道教育大学岩見沢校

構成団体

一般社団法人 SLDI

ターゲット

- ・ターゲット①：子供（主に未就学児～小学校低学年）【事業①・②】
- ・ターゲット②：保護者（上記子供の保護者）【事業③】

プロジェクト 実施内容

- 事業①「拠点づくり（Nチャレンジおよびバルシューレ）」 Nチャレンジ：イオン岩見沢（2回実施：計223名参加）、であえーる（2回実施：計124名参加）、バルシューレ：中央小学校（8回実施：計426名参加）
- 事業②「ウインタースポーツ教室（ヒーヒトマー）」 旧上幌向小学校跡地（2回実施：計40名参加）、中央小学校（3回実施：計160名参加）
- 事業③「保護者向けの講習会等を通した子供の運動に対する啓蒙活動」 土別体育協会・イベントホール赤レンガ・北海道教育大学岩見沢校・南町コミュニティセンター・あそびの広場・オンラインで計6回実施（計30名参加）、保護者用リーフレット作成及び配布（4,000部）、専用HP作成およびプログラム動画を公開、HPのプログラム動画視聴と運動実施の質問紙調査（質問紙回収数：243）

*** 実施事業については、新型コロナウイルス感染拡大による影響を受け、複数のイベントを中止せざるを得なかった。また、参加者数も当初の予定を大幅に下回った。**

事業①Nチャレンジ



事業①バルシューレ



事業②ヒーヒトマー



事業③保護者講習会



2. スポーツ実施頻度や実施意欲の改善効果

「北海道教育大学岩見沢校」

効果検証の概要

ターゲット	現状	目標	実績	効果検証方法
①子供	運動実施意欲があまり高くない	運動実施意欲の向上	実施した運動プログラムにおいて、高い運動実施意欲が確認された	事業①および事業②のプログラム体験後の質問紙調査の分析
	冬期の運動実施機会が少ない			
②保護者	運動実施に関する意欲があまり高くない	子供の運動に関する理解を深める	講習会の内容によって子供の運動に関する理解の深まる可能性が確認された	事業③の保護者講習会後の質問紙調査の分析
		運動実施の意欲の向上	動画で提供した運動プログラムにおいて高い運動実施意欲が確認された	事業③の動画視聴及び運動実施後の質問紙調査の分析

効果検証の結果

ターゲット ①	事業①はNチャレンジ・バルシューレ、事業②はヒーヒトマーを実施した。Nチャレンジは、事前に告知はせず、商業施設のスペースで実施しにもかかわらず約80名/日の参加があり、重要な拠点となることが伺えた。バルシューレ・ヒーヒトマーは特定の小学校のほぼ全児童を対象として実施した。 各運動プログラム実施後のアンケートにおいて、「楽しかった」は87%~100%であり、「またやってみたい」は87%~95%と高い結果を示した（表1）。「楽しさ」は次の運動に対する動機付けとして作用し、「またやってみたい」という感想は、本プログラムに対する直接的な子どもの運動実施意欲を示すと考えられ、有用プログラムであることが示唆された。
	事業③は保護者講習会および家庭動画プログラムを実施した。保護者講習で新たに得た知識や大切だと感じた内容について調査をしたところ、特に子どもの発達、指導の際の留意点についての理解、楽しさと運動継続の重要性についての出現頻度が高く、講習会による子どもの運動に対する理解の深まりが示唆された（表2）。表3は家庭で動画視聴及び運動実施後の保護者の意識調査である。「またやらせたい」が82%であった。また、この内、普段定期的に運動していない子供107名においても、91%が「楽しかった」、82%が「またやらせたい」と回答しており、身近な家庭で子供と一緒にできる運動プログラムを提供することが、運動実施意欲の改善につながる可能性が示唆された。

表1 チャレンジ・バルシューレ・ヒーヒトマーの実施後アンケート

	Nチャレンジ (n=123)				バルシューレ (n=424)				ヒーヒトマー (n=164)			
	楽しかったか		またやってみたい		楽しかったか		またやってみたい		楽しかったか		またやってみたい	
	度数 (%)	度数 (%)	度数 (%)	度数 (%)	度数 (%)	度数 (%)	度数 (%)	度数 (%)	度数 (%)	度数 (%)	度数 (%)	度数 (%)
強くそう思う	82	(100%)	93	(87%)	348	(92%)	375	(95%)	113	(87%)	127	(90%)
そう思う	41		14		43		25		29		19	
どちらかと言えばそう思う	0	(0%)	8	(8%)	22	(6%)	15	(5%)	18	(12%)	13	(9%)
どちらかと言えばそう思わない	0		1		6		6		3		2	
そう思わない	0	(0%)	1	(5%)	2	(1%)	0	(0%)	1	(1%)	0	(1%)
全くそう思わない	0		6		3		2		0		2	

表2 保護者講習会後の自由記述の分類（20名）

No.	カテゴリ（自由記述内の出現数）
1	子どもの運動スポーツの取り組みや成長段階について考え直す（5）
2	子どもが運動・スポーツをする際の親（指導者）の留意点（11）
3	子どもの発達に応じた指導方法（12）
4	楽しさを感じながら運動継続（11）
5	講習会の内容を職場等で役立てる（4）

表3 親子運動プログラム実施後の保護者アンケート（n=243）

	楽しそうだった		子供と一緒にできる		またやらせたい	
	度数 (%)	度数 (%)	度数 (%)	度数 (%)	度数 (%)	度数 (%)
そう思う	143	(93%)	128	(91%)	100	(82%)
ややそう思う	65		79		85	
あまりそう思わない	10	(7%)	14	(9%)	29	(18%)
そう思わない	6		6		11	
無解答	19		16		18	
合計	243	100%	243	100%	243	100%

スポーツ実施改善要因の分析結果概要

ターゲット	スポーツ実施の阻害要因、促進要因（事業実施前の仮説）	スポーツ実施の阻害要因、促進要因（検証結果）
①子供	積雪寒冷地のため、自宅を含め身近な場所で運動を行うこと、およびウィンタースポーツに親しむ環境が求められている。	商業施設など身近なスペースで運動を行う環境はスポーツ実施の促進要因となり、楽しさや達成感につながる用具・環境・プログラム工夫によって、積雪寒冷地におけるスポーツ実施の阻害要因を減少させる可能性がある。
②保護者	上記に加え、運動に対する保護者の理解が子供たちの運動環境に影響を与えることから、保護者の啓蒙活動が求められている。	保護者が子どもの運動の効果を理解すること、また住居環境に対応した運動プログラムの提供が家庭での子供の運動機会改善を促進すると考えられた。

スポーツ実施改善要因の分析結果詳細

ターゲット
①

事業②プログラム後の楽しかった内容の記述から（表1）、スポーツ実施の促進要因となる「楽しさや達成感」を得るためには、高揚感が得られる用具・フィールド設定、チャレンジできる課題の工夫、また仲間と一緒に活動できる集団ゲームの導入が必要と考えられた。商業施設のスペースで実施したNチャレンジ(事業①)では、実施後アンケートにおいて、「楽しかった内容」としてハードル（57%）とスラローム（27%）が高い割合を示した。この一方でNチャレンジを「難しかった」と回答したのは23%であった。これらことから、あまり難しくなく楽しさや達成感を感じるような場の設定やプログラムの工夫がスポーツ実施の阻害要因を減少させることにつながると考えられた。

ターゲット
②

事業③について、家庭で運動実施後の保護者の感想と子供の運動頻度の関係を検討した結果（表5）、家庭での運動に対する保護者の実施意欲は子供自身の運動頻度とは関係ないものと考えられた。保護者の運動実施意欲に関する要因について、回収したアンケート243件のうち41件に否定的感想が記載され、そのうち約80%が居住環境であった（表6）。このことから、積雪寒冷地の北海道では、保護者の運動実施意欲を阻害する大きな要因として居住環境が考えられた。また、保護者講習会に参加した保護者への調査によって、家庭の運動について表7の感想を得た。これらは、子どもの運動継続において重要な意識であり、保護者の運動に対する理解が深まった結果といえる。したがって、子どもの運動に関する保護者への啓蒙はスポーツ実施の促進要因になる可能性があると考えられた。

表4 ヒーヒトマーに対する子どもの「楽しかった」感想の内容

カテゴリ		楽しかった内容についての概念抽出	
運動の楽しさ・達成感	28	滑ることが楽しい、バランスをとること、もともと運動が好き	20
		うまくできた、最初はできなかったけどできるようになった	8
初めての体験・高揚感	28	初めて体験した運動だった	6
		初めての使用した用具だった	13
		ドキドキ感、転ぶところ	9
楽しめるフィールド設定	21	坂や、雪山から滑り降りること	21
プログラムや課題の工夫	42	回数の計測や片足でのチャレンジ	15
		リレーやゲーム等	27
仲間との活動・指導者の関わり	13	仲間と一緒にできたこと	8
		指導者の励ましや指導	5

表5 子供の運動頻度と家庭運動実施後の保護者の感想の関係

	楽しそう	自ら進んでやっていた	息が上がっていた	もっとやりたがっていた	定期的な運動に有用	またやらせた
通学期間中の運動頻度	0.031	0.100	0.120	0.125	-0.023	-0.001
冬休み期間中の運動頻度	-0.030	0.055	0.026	0.049	-0.053	-0.108

Spearmanの相関係数, **: p<0.01, *: p<0.05

表6 家庭の運動プログラムに対する否定的な感想の分類

カテゴリと出現頻度	概念と出現頻度
居住環境	部屋にスペースにより部分的に実施できないものもあった 15
	部屋にスペースがなくできるものが限られた 11
	周囲の居住者への配慮のため実施できない 7
兄弟・友達	兄弟や同じ体力レベルの友達同士でできる方がよい 6
その他	動画見ようと思わない、簡単すぎる 2

表7 保護者講習会後の参加者の感想

意見例
子供のあそびは面倒だが意味があると頑張れる
家庭でできる範囲のものを選ぶべき
親が根気強く関わるのが大切
親も一緒に楽しんでやるのが大切

4. 今後の展開

事業継続や 横展開に向けた ポイント、課題

本事業によって得られた成果は、次の4つにまとめられる。それは、1) 運動プログラム「バルシューレ」「Nチャレンジ」「ヒーヒトマー」は子供に高い運動実施意欲を与えるプログラムであること、2) 商業施設のスペース利用は運動実施拠点になりえること、3) 動画を用いた家庭での運動プログラムの提供は、保護者の子供に対する運動実施意欲を高める可能性があること、4) 保護者講習会によって保護者の子どもの運動への理解が深まり、子供に対する運動実施意欲が高まる可能性があることであった。

これらの事業継続に向けたポイントは、子供にとって適切な運動プログラムを提供できる指導者の育成、多くの保護者に作成した動画プログラムとリーフレットの配布および講習会を開催することによる啓蒙活動である。指導者育成および保護者啓蒙の講習会と、育成した指導者によるプログラム実施をパッケージとすることが課題となる。この事業継続を横展開（他地域での実施）するためには、総合型地域スポーツクラブ北海道ネット等のネットワークの構築や、他地域で実施するための財源獲得も課題となる。

次年度以降の 事業継続、 横展開の計画

本事業によって得られた知見やノウハウを活用して、SLDIが中心となってイベントや運動・スポーツ教室を継続して実施していく。また、SLDIも所属している総合型地域スポーツクラブ北海道ネットを活用して横展開する。具体的には、例年10月と1月に開催されている総合型地域スポーツクラブ北海道ネットの研修会等において今回の成果を共有するとともに、各クラブが事業を展開している地域において、商業施設を利用した「拠点づくり」や「ウィンタースポーツの活性化事業」を展開していく。また、併せて北海道教育大学岩見沢校の教員が中心となって、リーフレットやHPを活用した保護者向けの講習会を開催し、保護者の啓蒙活動を進めていく。

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

Sport in Lifeコンソーシアムや中央幹事会には、広報および加盟団体との情報共有等による側方支援を期待している。具体的には、北海道以外の地域で展開されている子供を対象とした運動プログラムの開発や地域特性を踏まえたプログラム展開のあり方などについての情報を共有できる機会の提供を期待している。