

子どもたちの、スポーツする

アタマ

ココロ

カラダ

カカワリ

を育てよう！

子どものフィジカルリテラシー習得に関する

家庭環境調査（2018）



独立行政法人日本スポーツ振興センター（JSC）

フィジカルリテラシーとは (Physical Literacy)

生涯にわたるスポーツ参画を通じ、心身ともに健康で幸福な社会生活を営む上で持つべき基礎的素養として、諸外国で着目されている概念です。



リテラシーとは、「読み書きそろばん」のように、社会でよりよく生きていくためには必須の能力であり、いまでは IT リテラシーやメディアリテラシーなど、様々な「リテラシー」が提起されています。どのようなリテラシーであれ、**生まれながらに自然に備わっているものではなく、良い指導によって育まれ、使いこなせるようになるもの**だと理解されています。

フィジカルリテラシーはその理論上、下図に示すように大きく 4 つの領域から成り立つとされ、我が国の幼児期運動指針ともなじみが良いものです。なかでも、走ったり、跳んだり、投げたりといった**基礎的な身体の動き（基礎的動作）**は、読み書き能力でいえば「**あいうえお**」に相当し、様々なスポーツに親しむために不可欠なもので、**プレ・ゴールデンエイジと呼ばれる未就学期にしか身につけることができません**。したがって子どもに運動に苦手意識を持たないようにするためには、この時期を逃さず、一人ひとりの身体的な機能や発達に合わせ、スキルや適性を伸ばしてあげることが重要です。

それ以外の認知・心理・社会性の 3 領域は、**年齢・性別や障害の有無を問わず、生涯を通じて養い続けるべきもの**とされています。カナダや豪州では、フィジカルリテラシーが全ての国民の生涯スポーツ参画の土台として位置付けられ、スポーツ・レジャー界だけでなく、教育、医療・公衆衛生、福祉、地域関係者などを巻き込んだ推進運動が始まっています。

(参考) スポーツ・オーストラリア (Sport Australia) ホームページ [英語]
https://www.sportaus.gov.au/physical_literacy



JSC 子どものフィジカルリテラシー習得に関する家庭環境調査 (2018) について

幼児期のフィジカルリテラシー習得には、地域や学校での取り組みはもちろんのこと、家庭での働きかけが重要です。そこで JSC では今回、各家庭における運動や健康に関する生活習慣や普段の決まり事、親の子育てについての価値観、子どもの習い事や外遊びといった幅広い事項について、実態把握を目的としたオンラインアンケートを行いました。幼児期向けの運動機会提供に取り組むにあたってのソーシャル・マーケティングに、ぜひ本調査をご活用ください。

調査の概要	
実施時期:平成 30 (2018) 年 11 月 16 日 (金) ~18 日 (日) 業務委託先: (株) ショッパーズアイ (オンラインアンケートの画面作成、回答の回収並びに簡易分析を担当) 回答者: 5-15 歳の子どもの持つ全国の男女 1,000 名 (子どもが複数いる場合は末子について回答) 回答者属性情報: 性別、年齢、居住地 (都道府県)、職業、未既婚、子どもの有無	
セクション	質問項目の例
家庭生活や子育てについて	健康三原則の実践状況、家庭の決まり事、子育て上の価値観、親自身の地域参画状況 など、9 項目
子どもの習い事について	習っている (習わせたい) 習い事、実際にかけている費用や時間、そのうちスポーツ関連の習い事が占めている時間 など、5 項目
子どもの運動やスポーツについて	子ども自身の運動時間 (通学/ 遊び/ クラブや部活)、強度・レベル 子どもの運動主観 (好きか嫌い、クラブなどへの誘因・阻害要因) 親の子どもスポーツへの主観 (親はどう関わるべきか) など、15 項目
親の運動やスポーツについて	親のスポーツ歴、親のスポーツ TV 観戦時間、親の運動時間 (親単独/ 子どもと一緒に) 親の運動主観 (好きか嫌い、クラブなどへの誘因・阻害要因) 親のスポーツへの主観 (する・みるスポーツに期待する価値観) など、8 項目
本調査の質問の一覧、並びに回答の集計 (GT 票) については、以下のページからダウンロード可能です。 https://www.jpnsport.go.jp/corp/Portals/0/joukoku/gt%20kodomo2018.pdf	

ソーシャル・マーケティングについて

英米では、公共政策など社会性の求められる事業に、消費者マーケティングの手法を使い、市民の立場にたった事業計画策定を行うことが増えてきています。

事前準備	プログラムの課題および目標設定 組織づくり・連携パートナーシップ構築
戦略決定	事前調査 対象者のセグメント化・ターゲット決定*
プログラム開発	フォーカスグループについての深掘りの調査 (インサイト) 4P (4C) の組み合わせの特定 具体的な介入プログラムの内容決定
実行	パイロットテストの実施 (場合によっては評価指標の決定) 介入プログラムの実施・改善
評価	介入プログラムの評価および追跡調査の実施

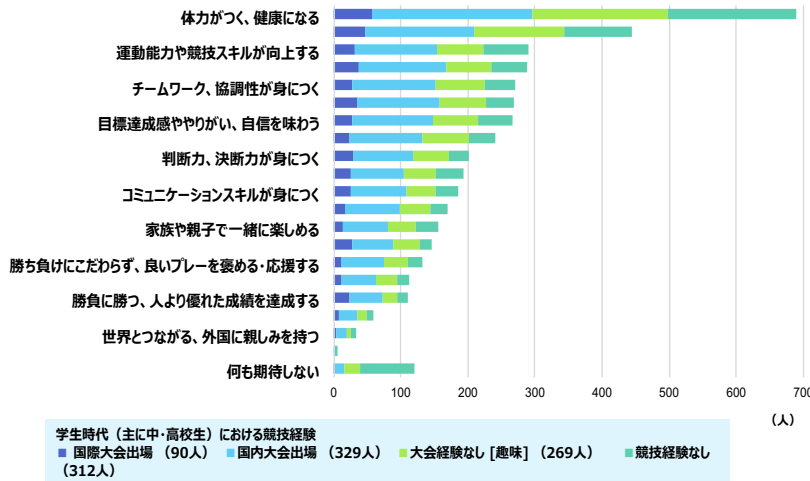
* プログラム効果をあげるためには、個人の行動変容をうまく導くこと (行動変容ステージ理論) に加え、社会全体の変革のステージを促すターゲット設定 (イノベーション普及理論) も有効とされる。

上地・竹中 (2012) 「行動変容のためのソーシャル・マーケティングの活用」『日本健康教育学会誌』20 (1) を参考に JSC にて作図

調査結果のポイント①

スポーツ全般に期待されるのは、心身の健康。また親からは習い事としても人気がある。しかし親が子育てで重視している、チームワークや達成感、判断力といったフィジカルリテラシーにつながる要素は、スポーツの効果としてはあまり期待されていない。

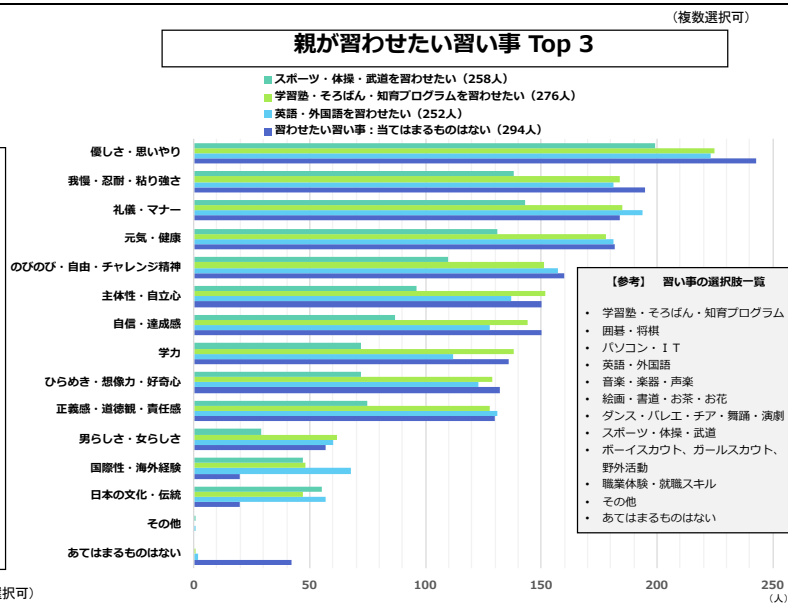
スポーツ全般に期待すること 親自身のスポーツ経験



- 自身のスポーツ嗜好や競技歴にかかわらず、心身の健康効果を認めている親は多い。
- それ以外の効果について期待しているのは、学生時代に何らかの競技を経験している親が多いが、それでも競技経験のある人全体の数に比べると低い割合にとどまる。

親の子育てで重視している価値観

親が習わせたい習い事



- スポーツは学習塾や英会話などと並び、習い事として、親に人気がある。これは親が子育てにおいて重視している価値観が何であれ、共通の傾向。
- 一方で、子育てにおいて重視している価値観が一つもない親は、そうでない親に比べ、習わせたい習い事もない場合が多い。

JSC からヒトコト

スポーツや運動をすることはもちろん、観戦やボランティア経験などを通じてスポーツに関わることによって、子どもたちのフィジカルリテラシーを養うことが期待できます。これは我が国のスポーツ基本計画が示している、スポーツの多様な価値を享受する第一歩にもつながります。また東京オリンピック・パラリンピック大会でも、スポーツの持つ力を子ども達が感じ学びとるための教育プログラムが展開されています。これからは子どもたちを取り巻く家庭や地域でも、スポーツが持つ力について、もっと知識や理解を深めていく必要があります。

- 自治体やスポーツ界の関係者は、**幼児期に運動やスポーツに関わることでもたらされる多様な意義を、もっと具体的にアピール**しましょう。

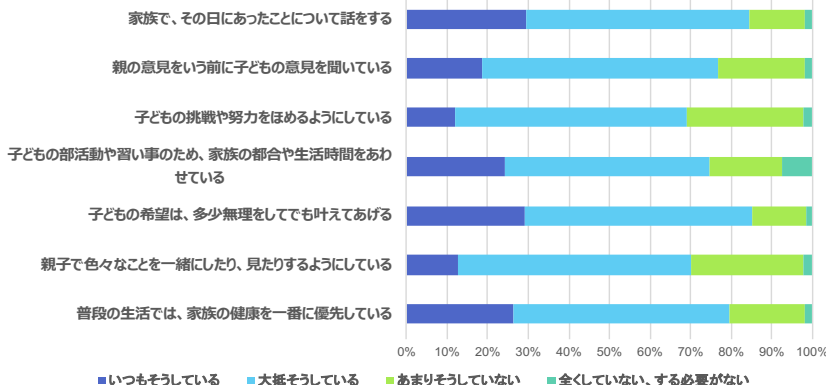
もっと知りたい方は...

- ◆ スポーツ庁 DEPORTARE「数字で見る！「6」歳までの幼児期における運動習慣が与える影響」
<https://sports.go.jp/special/value-sports/importance-of-sport-habit-until-6-years-old.html>
- ◆ スポーツ庁「日本スポーツの5か年計画がスタート」
http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop01/list/detail/1383656.htm
- ◆ 東京 2020 組織委員会「東京 2020 教育プログラムとは」
<https://education.tokyo2020.org/jp/about/>

調査結果のポイント②

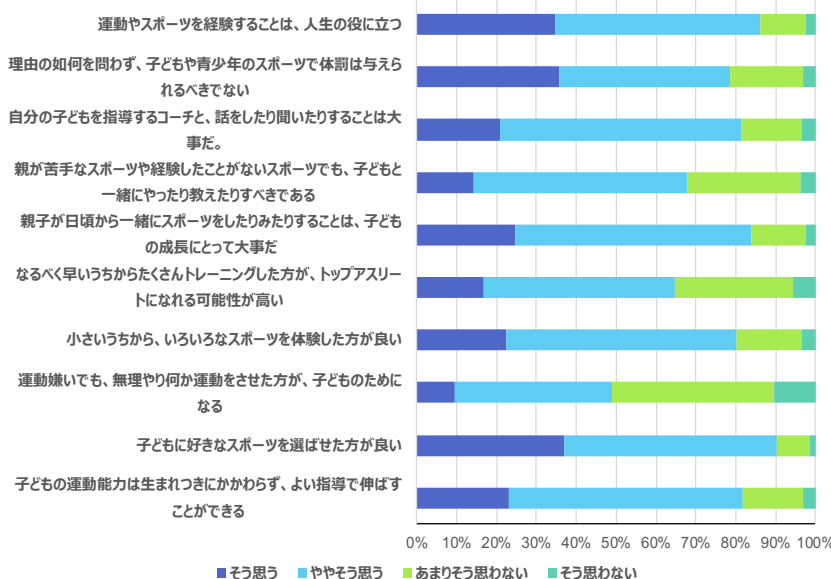
普段の生活では、家族の健康を優先している親が多い。また子どもの意志や希望を優先させてあげようとする傾向も強い。その一方で、無理にでもスポーツをさせることや、スポーツでの体罰を容認する傾向も見られる。

家庭生活での優先事項



- 多くの親が、幼児教育において推奨される子どもへの接し方について意識している。
- 習い事や部活動のために家庭生活の都合を合わせている傾向は、子どもの年齢が上がるほど高くなる。

青少年スポーツに対する考え



- 青少年スポーツについて、多くの親が概ね好意的な印象を持っている。
- 実際に子どもがクラブやスクールなどで良い経験をしている親ほど、子どものスポーツへの自らの関わりを重視している。
- 低年齢から一つのスポーツに特化することの弊害といった、スポーツ医・科学に基づく知識はあまり広まっていない。

JSC からヒトコト

文字が読めなければ本や新聞が読めないように、フィジカルリテラシーなくして、様々なスポーツを行うことはできません。幼児期にいきなり専門的なトレーニングを始めるのではなく、まず基礎的動作や身体を動かすことの楽しさを身につけさせることが、結果的には生涯スポーツ愛好家への道を開くということが、先行研究でも既に明らかになっています。何よりも子どもにとってスポーツや遊びは、何度失敗してもチャレンジを繰り返すことができる「経験の場」なのです。

- 自治体やスポーツ界の関係者は、**スポーツトレーニングや子どもの発達に関する正しい知識**を、指導者だけでなく、親御さんに向けても積極的に発信していきましょう。
- 子どもたちに様々な動きを楽しみながら自発的に体験させることを通じ、無理なくスポーツに導けるよう、**適切な「しつらえ」**づくりをしましょう。
- 自治体は親御さんが**安心して子どもを預けられる環境整備**を徹底することはもちろん、**体罰を一切用いないスポーツ指導**が社会的に求められていることを、親御さんにも明確に伝えましょう。

もっと知りたい方は...

- ◆ 日本陸上競技連盟「JAAF 競技者育成指針 (普及用リーフレット)」 <https://www.jaaf.or.jp/pdf/development/model/Leaflet150dpi.pdf>
- ◆ 日本スポーツ振興センター 学校安全部 パンフレット「熱中症を予防しよう- 知って防ごう熱中症-」 https://www.jpnsport.go.jp/anken/anken_school/taisaku/nettyuusyo/tabid/114/Default.aspx

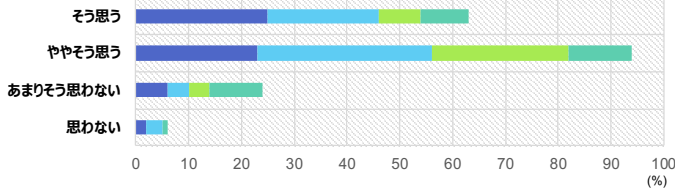
調査結果のポイント③

親子で一緒にスポーツをすることは大事だと思っている親は多いが、日常生活ではなかなか実践できていない。しかし子ども自身が学校や地域で楽しい経験ができていれば、スポーツ嫌いにはなりにくい。

親子一緒にスポーツすることの意義
親の意識と行動のずれ

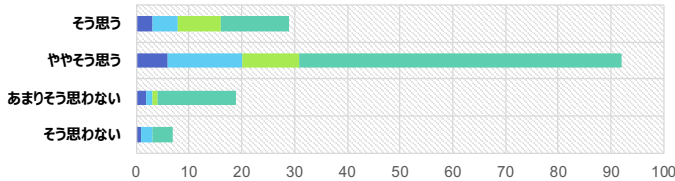
「親子が日頃から一緒にスポーツをしたりみたりすることは、子どもの成長にとって大事だ」

5歳児のみ



(n=187)

中学生のみ



(n=147)

親自身の休日の運動時間のうち、子供と一緒にやっている頻度

- 中学生の子どもを持つ親に限って見た場合、一緒にスポーツすることを大事と思いつつも、実際に一緒に行くことはほとんどない。
- 5歳児の親の回答に限って見た場合でも、その傾向は既に現れ始めている。

子どもごとのように影響するか
親の運動好き嫌いは

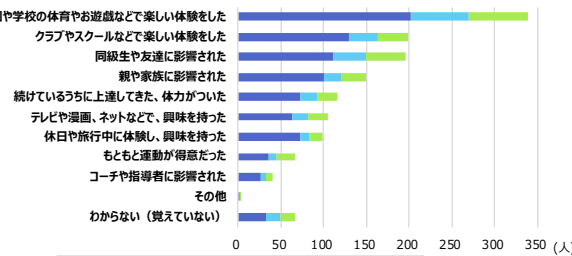
Q あなたのお子さんは運動が好きですか？

そう思う 364人
まあそう思う 350人

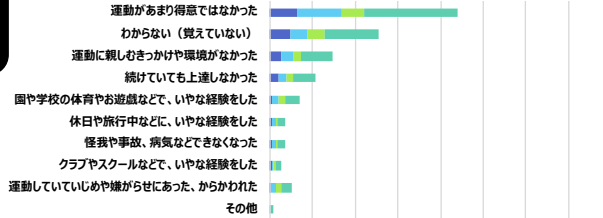
余りそう思わない 186人
全く思わない 52人

わからない 48人

Q お子さんが運動を好きになったきっかけ？ (複数回答可)



Q お子さんが運動を嫌いになったきっかけ？ (複数回答可)



親のスポーツ嗜好
■好き(492人) ■嫌い(255人) ■どちらでもない(253人)

- 自分の子どもがスポーツ好きと答える親は、自身もスポーツ好きである傾向が強い。ただし子ども自身が学校や地域などで楽しい経験ができていれば、親が運動嫌いでも運動好きになっているケースも多く見られる。
- 自分の子どもが運動嫌いになった理由の第一位は、子ども自身があまり運動が得意ではなかったことである。

JSC からヒトコト

幼児期に親子で一緒にスポーツすることが、子どもの運動習慣形成に重要であることは、既に多くの研究が示しています。多くの親御さんが、ご自身のスポーツの好き嫌いにかかわらず、そのことを意識していますが、現代のように親子ともに忙しい日常生活の中でできることには限りがあるでしょう。しかしフィジカルリテラシーは、お子さんの様々なことへの興味関心が高まることから育まれていくと言われています。

- 親御さんは、家庭生活の中では、**スポーツに限らず様々なことについて、一緒に見たり話したりすることで、お子さんの好奇心やチャレンジ精神を育むように**しましょう。

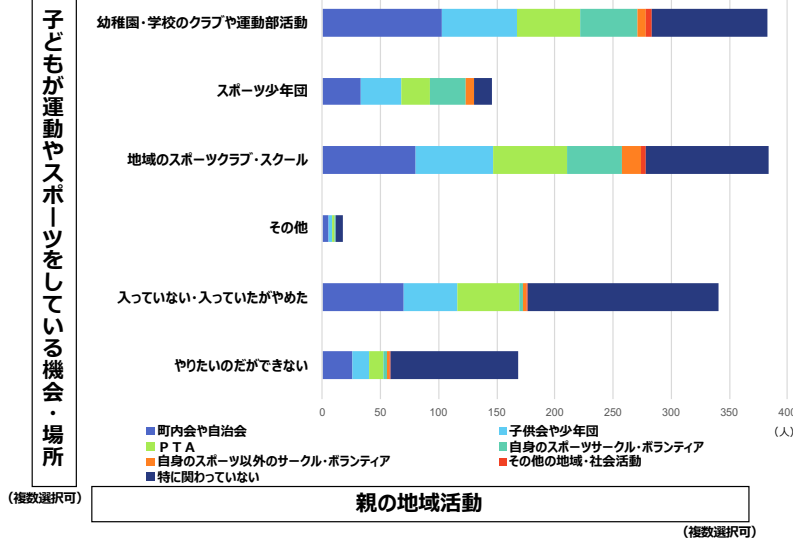
もっと知りたい方は...

- 日本スポーツ協会アクティブチャイルドプログラム「アニメ:子どものからだ、動かさないとうなるの？」 https://www.japan-sports.or.jp/portals/0/acp/hogosyakodomo_childbody.html
- 日本レクリエーション協会「子どもの体力向上」ホームページ <https://www.recreation.or.jp/kodomo/download/#dl2>

調査結果のポイント④

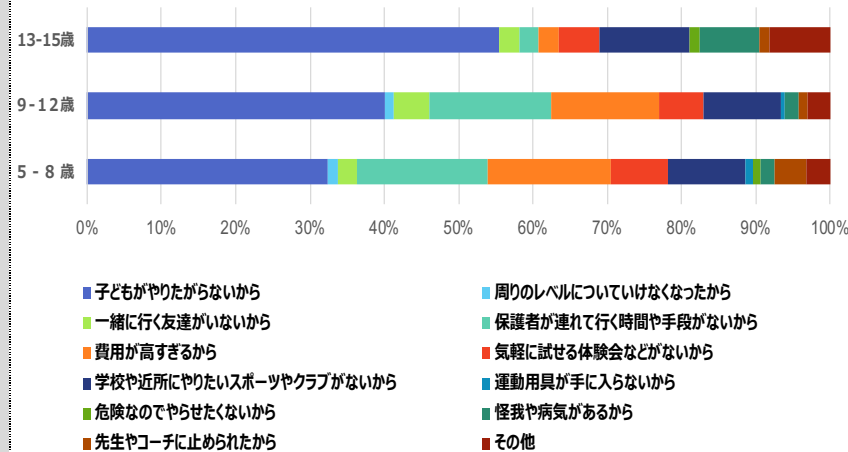
家庭以外にも子どもたちにとって身体を動かす様々な機会がある中、そこに参加していない、あるいはできない理由について、多くの親が「子どもに動機がない」と回答。また家庭における時間的、物理的、経済的な負担もあげている。

家庭以外での子ども
の運動参加機会と
親の地域参画



- 子どもが運動部活動やスポーツの習い事を行っていない場合、その親が地域とのつながりを持っていない割合が多い。

子どもが運動系の部活動や習い事をしていない理由



- 子どもが運動部活動や習い事を行っていない具体的な理由としては、「子どもがやりたいがらない」が最も多く、子どもの年齢が上がるほどその割合が増える。
- 一方で子どもが低年齢の場合、親の状況が制約になっていることが多い。

JSC からヒトコト

家庭以外での運動参加機会の確保は、フィジカルリテラシー習得において重要ですが、その参加には障壁も多いことが分かります。現代の家庭のあり方やライフスタイルを踏まえ、親子の両方にとって少しでも参加しやすい状況を作ることが必要でしょう。また子どもが運動をやりたいがらない状況を減らしていくためには、幼児期のうちに「**やってみたら楽しかった**」という経験をたくさんさせてあげることが大切です。

- 自治体やスポーツ関係者は、親子にとって参加の負担が少ないプログラム設計を検討しましょう。気軽に試せるトライアルプログラムなども有効です。
- 自治会やPTAなど地域とのつながりを持っていない親御さん、スポーツにあまり興味がない親御さんにも働きかけができる、新たなコミュニケーションの確立を工夫する必要があります。

もっと知りたい方は...

- 笹川スポーツ財団「小学生のスポーツ活動における保護者の関与・負担感に関する調査研究」<http://www.ssf.or.jp/report/category4/tabid/1510/Default.aspx>
- 文部科学省「体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動のあり方に関する調査研究報告書」http://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsfiles/afieldfile/2011/04/07/1304371_13.pdf

What's next?

JSC 情報・国際部では今回の調査結果を活用いただけるパートナーを募集しています。

- 今回の調査結果を、家庭への働きかけに活用したい現場の関係者
- 自分たちの自治体でもソーシャル・マーケティングやインサイト調査の実施を考えている関係者
- 子どもの体力、運動習慣形成に関する介入調査を考えている研究者 など

～ ぜひお声掛けください ～

～ JSC 情報・国際部 情報戦略課 業務のご案内～

国内外のスポーツ政策・施策に係る情報を多角的に収集・分析・提供し、
日本のスポーツ推進のための政策提案に取り組んでいます。

情報戦略課について、詳しくはこちら:

<https://www.jpnsport.go.jp/corp/tabid/429/Default.aspx>

また JAPAN SPORT NETWORK (JSN) 事業と連携し、地方公共団体における
地域スポーツ政策イノベーション（新規事業の創設等）のためのお手伝いをしています。

JSN について、詳しくはこちら:<https://www.jpnsport.go.jp/corp/gyoumu/tabid/514/Default.aspx>

発行: 独立行政法人日本スポーツ振興センター

情報・国際部 情報戦略課

〒 107-0061 東京都港区北青山 2-8-35

Tel: 03-5410-9161 (情報・国際部 直通)

ホームページ: <https://www.jpnsport.go.jp/>

JAPAN SPORT COUNCIL

日本スポーツ振興センター



(2019年3月発行)