

——研究ノート——

## スポーツの環境

平木 宏 児

Sports of Environment

Koji HIRAKI

### 要 約

わが国は、2003年10月の高齢化率（65歳以上人口が全体の人口に占める割合）が19%と発表され、2020年代にはこの高齢化率が28～29%と、10人に3人が65歳以上の高齢者となる超高齢社会を迎えることになるかと予測されている。思い起こせば、女性の平均寿命が80歳を超えたのが1984年で、その後毎年平均寿命は上がり2000年には84.60歳となった。

一方、65歳以上の有訴者は人口千人あたり500人（この割合を「有訴者率」という。）を超えているということになっている。

この超高齢化社会の中で有訴者とならないための方策の一つに身体活動が挙げられる。

キーワード：スポーツ、形態、ウォーキング

## はじめに

明治期に導入されたスポーツは、学校体育と企業を通して育ってきたといっても過言ではなく、それは他の国では類を見ない形態で発展してきた。そこにみられる独特のスポーツ観は、教育機関では、体格・体力の向上、人間形成に重点がおかれ、また、中学・高校では、初期のスポーツの担い手としてスポーツのエリート学生を生み出してきた。企業においては、福利厚生、広告・宣伝に時代ごとに目的が置かれ体育及びスポーツへの奨励という形ができた。

このようなスポーツは、財団法人日本体育協会において統括され、各スポーツ競技連盟、協会および各都道府県の体育協会を統括する団体で、略称JASA、体協、日体協などといわれている。スポーツが多様化するなかで、日本体育協会加盟団体は54種目にも及び、そこに各都道府県の体育協会も加盟しているように日本の体育・スポーツ界の屋台骨であるといってもよい。

今日のスポーツの代名詞にまでされ、世界の国々が参加する4年に一度開催されるオリンピック競技大会がありますが、これは国際オリンピック委員会（IOC）で統括され、その傘下に日本オリンピック委員会（JOC）があり、先述の競技連盟や各種目の協会が加盟している。

オリンピックは「オリンピック憲章」によって、競技大会の開催の条件が定められ、開催国はもちろんのこと参加競技者もこの憲章のもとで競技をしているが、この憲章が1984年改正され、従来から使われてきた「アマチュア」という語が削除された。これは大きな改正でオリンピックにプロ選手の出場が認められるなど、スポーツ界は大きな変容を見せた。

## I スポーツの形態

スポーツは従来の競技を主とするもの（アマチュアスポーツ）と商業としておこなうもの（プロフェッショナルスポーツ）があったが、1964年の国際スポーツ・体育協議会（International Conference on Sports and Physical Education）で、スポーツを「学校におけるスポーツ」、「競技選手のスポーツ」、「余暇時間におけるスポーツ」の3つに分類することが発表された。

それをうけてスポーツの区分はおのずから、従来のアマチュアスポーツをどのように位置づけるかが課題としてあげられてきた。

文部科学省の組織改編に見られるように、学校スポーツと競技スポーツは同一と考え、競技を主とするグループをチャンピオンシップスポーツ、余暇時間のスポーツを大衆スポーツとすることとし、従来のプロスポーツに加え大衆スポーツ、チャンピオンシップスポーツの三つに区分した。

スポーツへの関わり方も様々で競技者として関わることはもちろんのこと、監督、コーチなど指導者として関わる人たち、また、直接現場での観戦やマスメディアを通じての関わりなど多様

である。分類の方法は他にもあるが、上記について分類してみると表1のようになる。

表1 スポーツの関与の形態

一次的関与	二次的関与		
	消費者		生産者
	直接的	間接的	
大衆スポーツ	観戦	スポーツ番組の視聴者	リーダー 指導者 コーチ マネージャー
チャンピオンシップスポーツ		スポーツ記事の読者	
プロスポーツ			

## II 大衆スポーツ

大衆スポーツは前述したように余暇時間に行うスポーツをさし、競技を主とするスポーツとは違いがある。スポーツ本来の意味は、語源にあるように「自分を仕事から引き離す」あるいは「日常生活と違った場所で楽しむ」という意味があり、まさにスポーツは余暇時間に行うものと考えられる。カール・ディームの著書「スポーツの本質と基礎」によれば、労働が物質的、実利的目的を持っているのに対して、スポーツは、物質的、実利的価値から解放されているところに一つの特質があると述べています。したがって大衆スポーツや一部のチャンピオンシップスポーツ群は物理的・実質的価値から解放されたものと言ってよいだろう。一方、プロスポーツなどのようにフルタイムの競技者は前者のスポーツとは異なり正反対の位置にあり、それらのスポーツは、スポーツ的行為に基づいて仕事そのものといえます。

大衆スポーツは、1988年文部省の機構改革で従来の社会教育局を「生涯学習局」とし、体育局のスポーツ課を、「生涯スポーツ課」と「競技スポーツ課」に分けスポーツ関係団体の所管も変わったという所にも、競技スポーツとの区分が見られその重要性も感じられる。

競技スポーツについては後述のチャンピオンシップスポーツの項で述べるとして、生涯スポーツは、生涯スポーツ振興を主な目的とした事業、援助、助成を行うもので、国民一般を対象に指導を行う団体、身体的レクリエーションや競技性の低いスポーツを主として行うもの、ニューススポーツや軽スポーツの普及・振興、あるいは国民一般を対象としたスポーツ施設・クラブの運営などを目的としている。加盟団体の主なところは、(財)日本レクリエーション協会、(財)健康・体力づくり事業財団などがある。

健康・体力づくり事業財団では「健康日本21」と題して新世紀の道標となる健康施策、21世紀において日本に住む一人ひとりの健康を実現するための、新しい考え方による国民健康づくり運

動として指針を出しているものである。

それによると①栄養・食生活、②休養・こころの健康、③アルコール、④糖尿病、⑤がん、⑥身体活動・運動、⑦たばこ、⑧歯の健康、⑨循環器病などについて、人間の健康に関する多様な部分について現状と目標を掲げている。

### 1. 身体活動・運動について

身体活動量が多い人や、運動をよく行っている人は、総死亡、虚血性心疾患、高血圧、糖尿病、肥満、骨粗鬆症、結腸がんなどの罹患率や死亡率が低いこと、また、身体活動や運動が、メンタルヘルスや生活の質の改善に効果をもたらすことが認められている。このようなことから健康と身体活動は大きなかかわりを持っている。文部科学省の統計によると、人々が健康や体力についてどのような意識であるのかをみると、「健康である」と考えている人は85.5%、「あまり健康でない」と思っている人は14.4%、体力については「自信がある」13.7%、「普通である」65.7%、「不安がある」20.3%という調査報告があるように、健康でない・体力がない人が15%～20%ぐらいの人となっている。運動不足を感じるかについては、「感じる」と答えた人が67.6%と多くの人が運動不足を感じながら生活をしているのが垣間見られる。

運動不足を感じているならば、どの程度運動を実施しているのかについてみると、週2回以上・1回30分以上、少し汗ばむ程度の運動を1年以上継続している人を運動習慣とし、性別・年齢でみると図1のとおりである。

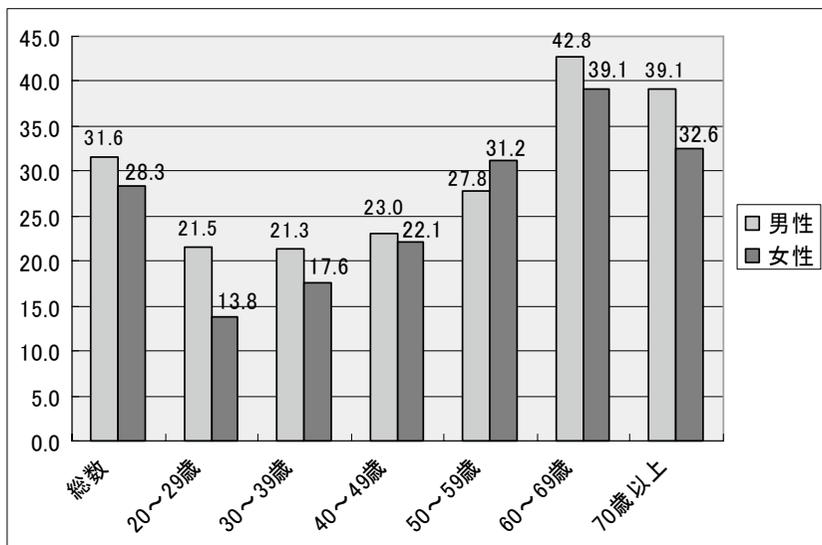


図1 年齢別にみた運動実施者

性別では50歳代の女性が男性に比べ実施者が多いが、他の年代は男性の方が若干多いようである。年齢別では男女ともに60歳代が多く、次で70歳以上と高齢者の運動実施者が多い。20代～50代の年齢層が低いのが気になるが、そのおもな理由として仕事で忙しく時間がないなどの社会状況が考えられる。

運動実施者のこの1年間に行った運動・スポーツ種目については図2で、男性43.0%、女性45.3%と男女共「ウォーキング」が一位であった。

運動実施については施設・時間・仲間・経費・指導者などが必要であることからみてもウォーキングは手軽に行えるものとして実施されているものと考えられる。

表2 1年間に行った運動・スポーツの種目（上位5種目）複数回答

	1位	2位	3位	4位	5位
男性	ウォーキング	体操	ゴルフ	軽い球技	ボウリング
	43.0	19.6	18.5	18.3	17.1
女性	ウォーキング	体操	ボウリング	軽い球技	軽い水泳
	45.3	25.3	12.4	12.0	11.7

## 2. ウォーキングについて

ウォーキングは施設や仲間をあまり必要としないで手軽に実施できるものとして、多くの人に行われているが、ここではウォーキングの効果について述べてみる。

ウォーキングは、体内に酸素を取り入れながら運動をするので有酸素運動として、脂肪燃焼から美容効果までであるといわれています。

脂肪の燃焼は肥満解消に役立つばかりか内臓機能の強化にもつながります。また、直接的ではありませんが骨の強化や脳を鍛える効果もあるとされています。骨の強化には運動のほか栄養・日光が必要です。足裏を刺激することで血行が良くなり脳への刺激にもなります。

身体活動量と死亡率などとの関連をみた疫学的研究の結果<sup>6)</sup>からは、「1日1万歩」の歩数を確保することが理想と考えられる(注)。日本人の歩数は、1日平均、男性8,202歩、女性7,282歩といわれている。平成9年度国民栄養調査によると1日1万歩以上歩いている者は男性29.2%、女性21.8%である。「健康日本21」では、最近10年間の歩数の増加傾向を考慮して、当面10年間の目標として、男女とも歩数の1,000歩増加を目指し、1日平均歩数を男性9,200歩、女性8,300歩程度にすると目標を設定している。

1日1万歩の根拠は、海外の文献によると週当たり2000kcal（1日当たり約300kcal）以上のエネルギー消費に相当する身体活動が推奨されている<sup>6)</sup>。歩行時のエネルギー消費量を求めるためのアメリカスポーツ医学協会が提示する式を用いて、体重60kgの者が、時速4km(分速

70m)、歩幅70cm、で10分歩く(700m、1000歩)場合を計算すると、消費エネルギーは30kcalとなる。つまり1日当たり300kcalのエネルギー消費は、1万歩に相当する。

歩くという単純作業で消費エネルギーがはかられ、生活習慣予防に役立つのでおおいに推奨したい。問題は長く続けるということですが、運動の習慣者を見ても男性31.6%、女性28.3%と低くなかなか継続するということは難しいものです。長く続けるポイントについて考えてみると、まず目的をもつということが大切です。そのほか仲間を作るとか地図を準備してコースに変化を持たせたり、万歩計で歩数を図ったりして「楽しく」歩くことが継続するのに必要と思われる。また、身体のケアも大切で腰や膝の故障が起こらないようウォーミングアップやクールダウンは充分することが大切です。自分の足に合ったシューズを選ぶことも、足の負担を軽くする意味でも重要なポイントです。

### Ⅲ チャンピオンシップスポーツ・プロスポーツ

チャンピオンシップスポーツとは旧来のアマチュアスポーツと考えていい、アマチュアとはスポーツ選手の状態を経済的側面から量ったもので、日本の場合は学校体育(大学スポーツ)や企業スポーツから成立してきた。

1980年代からオリンピック憲章の「アマチュア条項」を筆頭にして「アマチュア条項」や「アマチュア規定」と呼ばれるものが削除されたため、現在は「アマチュア」という規定は非常に曖昧である。アマチュアと真正面に位置するものがプロフェッショナル(Professional)である。プロフェッショナルとはスポーツ選手を職業としてなおかつ報酬を受け取っている人のことを指している。現代ではオリンピックや国際大会に参加するトッププレイヤーの多くはプロが参加している。

日本の企業スポーツは80年代まで、社員の士気高揚や広告宣伝という狙いで広がりを見せたが、90年代以降は不況に加え、コストの高さや広告効果への疑問から撤退企業が続出し、98~00年が撤退数のピークとなり現在も撤退する企業があるのが実情です。(図3)

最近では、オンワード(アメリカンフットボール)、プリンスホテル(アイスホッケー)、日産自動車(硬式野球部・陸上競技部・卓球部)、田崎真珠(女子サッカー)、沖電気(陸上部)、NEC(男子バレーボール)と、企業スポーツの名門チームが競技から撤退、あるいは休部するケースが相次いでいる。

そのような傾向のなか、サッカーのJリーグが打ち出したクラブ運営の方向性を表す地域密着型スポーツが現われている。

欧米に見られるスポーツクラブのように企業や学校と言う枠ではなく地域という枠で捉え、クラブが地域に対し、年齢・性別・競技レベルを問わずに行える総合スポーツクラブと捉え、スポーツ活動の場を提供したり、スポンサーや自身の活動によって得られた利益を地域へ還元すると

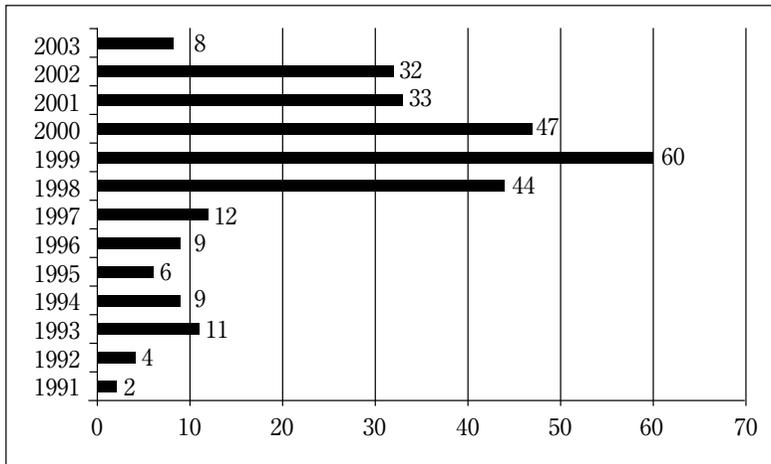


図3 企業スポーツから撤退した企業数

いったものである。第12回世界陸上2009ベルリン大会女子マラソンで7位入賞を果たした加納由理選手や2009年北海道マラソンで1位・2位と上位選手も「セカンドウィンドAC」所属の選手で、当該クラブは企業の情勢やチームの成績に左右されることなく独立運営方式で継続的に活動を推進していくことを目的とし、ジュニアから若手選手、一般ランナーに至るまでの育成を目指している。そこには多くのスポンサーが援助している。従来の企業スポーツ活動を、クラブの地元の企業から広くスポンサーを募って活動資金を集め、そこで地元住民と地元企業のマッチングを図り、一企業の業績に左右され難い経営体制となることを狙いとしている。

文部科学省も総合型地域スポーツクラブを推進しています。これは地域住民が実際にスポーツをすることを目的としていますが、トップチームとうまく連携できれば、プロとアマが共存する欧州型クラブチームのように発展する可能性があるものと期待されている。

プロフェッショナルスポーツ（Professional sports）とは、スポーツを職業とし、報酬を得ている選手や指導者などで構成されたスポーツ団体、またはスポーツ組織のことでプロスポーツと略されることが多い。

選手らは成績に応じて報酬を得るが、その評価対象は必ずしも競技成績のみになるとは限らず、その選手の人気（に伴う団体・組織の収益向上への貢献）などの要因も報酬を決定する際に重要になる。プロスポーツ選手になるための条件は競技ごとに異なっており、スポーツ団体とプロ契約すれば誰でもプロになれるもの（サッカーや野球など）、プロ試験を受験し合格する必要があるもの（ボクシングやゴルフなど）などその条件は様々である。それらはスポーツで報酬を得ない、またはスポーツで得た報酬を二次的なものにしていくアマチュア（学生スポーツなど）と対比される。

歴史は紀元前4世紀頃から、古代オリンピックにおいて、優秀な競技者を金品でスカウトしたり、優勝者に賞金が贈られたりするようになった。これがプロスポーツの起源だと言われている。しかし、19世紀には、フランス人クーベルタン男爵が近代オリンピックを提唱したとき古代オリンピックで衰退の原因ともなった買収問題などを厳しく制限してアマチュア憲章を作成したことから、プロスポーツの起源とオリンピックを直接結びつけるのは早計だろう。むしろアメリカ大衆文化の中から映画などの娯楽と一緒に20世紀になって華やかなスターダムへと押し上げられた産業であるとの見方が一般的だ。現在アメリカ四大スポーツとされるものにアメリカンフットボール・野球・バスケット・アイスホッケーがある。個人で行うスポーツとしてはボクシング・テニス・ゴルフなど広告戦略とともにスター選手及びその関連団体に巨額のマネーを生み出す一大産業となっている。

財団法人 日本プロスポーツ協会(JPSA)は1990年12月に『プロスポーツの水準の向上と発展を図ることにより、国民の余暇活動の充実に資するとともに、プロスポーツ選手の社会的地位の向上を図り、並びに国民のスポーツへの関心を高め、もって我が国のスポーツの発展に寄与する』ことを目的に設立され、現在加盟している団体は15団体と言われている。プロスポーツ協会は毎年活躍した選手団体を表彰している。2008年度日本プロスポーツ大賞に男子ゴルフの石川遼選手を選出した。

**おわりに**

スポーツ種目が多様化することは、参加する人々の欲求に答えるということから、また、参加者が増大するという点においても意味があるものです。

文部科学省はスポーツ振興法を2000年文部大臣告示として3つの方策を策定した。そのおもなものは次のとおりである。

**1. スポーツの振興を通じた子どもの体力の向上方策**

昨今、子どもの体力が低下傾向にあるため、その低下傾向に歯止めをかけ、上昇傾向に転ずることを目指すとしている。

**表3 小学生の体力テスト年次推移(10歳男子) 文部科学省発表**

年	種目	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ハンドボール投げ
2000		17.41	17.98	32.60	40.41	47.63	9.34	157.04	26.46
2003		17.49	18.65	32.67	41.71	48.26	9.36	153.47	25.20
2005		17.16	19.38	32.32	41.28	49.48	9.31	154.73	25.59
2007		17.40	19.90	33.02	42.10	50.95	9.28	156.29	26.46

表4 小学生の体力テスト年次推移（10歳女子）文部科学省発表

種目 年	握力	上体起こし	長座体 前屈	反復横 とび	シャトル ラン	50m走	立ち幅 跳び	ハンドボー ル投げ
2000	16.56	15.92	35.46	37.29	38.19	9.59	148.23	14.98
2003	16.93	16.82	36.03	39.50	38.68	9.62	145.62	14.80
2005	16.83	17.91	35.81	39.42	39.64	9.53	147.54	15.18
2007	16.55	17.61	36.02	39.23	40.18	9.61	146.20	15.12

## 2. 地域におけるスポーツ環境の整備充実方策

これは、成人の週1回以上のスポーツ実施率が50パーセントとなることを目指すもので、まさに、生涯スポーツ社会の実現のためである。

このために総合型地域スポーツクラブの全国展開を実現していく。2010年までに、全国の各市区町村において少なくともひとつは総合型地域スポーツクラブを育成する。そのために、指導者の養成、スポーツ施設の充実、スポーツ情報の提供、住民のニーズに即した地域スポーツの推進などを含まれている。スポーツ愛好家の受け皿として、地元の住民や企業が少しずつ出資し、自らスポーツ活動を行うクラブを支え、その中のトップチームは興行や広告で収入を増やし、競技施設を整備やスポーツ教室を開講、指導員の育成と派遣などで地域に還元する。というように地域と密着したクラブです。

地域におけるクラブ数は全国で2004年は635クラブだったのが2008年には2233クラブにもなった。この増加した要因の最も多いのが自治体のすすめによるものとなっている

国際競技力の総合的な向上方策も総合型地域スポーツクラブの育成には欠かせないものである。スポーツの競技人口はチャンピオンシップスポーツに大きく影響を受けているので、オリンピックのメダル獲得率が、夏季・冬季合わせて35%となることを目指すのも競技人口を増加させる上においても重要である。

ヨーロッパでは、「自分たちがスポーツに参加する」というのが第一義で、参加する人たちが自らの手でクラブを支えているのですが、日本の場合は、企業から離れ、独立採算制になっただけで、真の意味での総合型地域スポーツクラブにはまだ程遠い形態だと言えますが、今後ますます発展していくものと思われる。そのことが真に「国民の健康」につながるものと思われる。

## 参考

- ・内閣府大臣官房政府広報室 「体力・スポーツに関する世論調査」平成18年8月調査
- ・北川勇人 「ニュースポーツ事典」 株遊戯社 平成3年
- ・文部科学省 「平成20年度 文部科学白書」第6章 スポーツの振興と心身の健やかな発達に向けて

- ・厚生労働省 「平成20年版 厚生労働白書」
- ・財団法人 健康・体力づくり事業財団 「健康日本21」
- ・海老原修 他 「スポーツライフデーター2008」 笹川スポーツ財団
- ・スポーツと放送の興亡年表 (1945～2000)  
URL: [www.aa.alpha-net.ne.jp/mamos/data/sports.html](http://www.aa.alpha-net.ne.jp/mamos/data/sports.html)
- ・大橋道雄 他 「スポーツの哲学」 (株)不昧堂出版 平成4年
- ・中村敏雄 他 「現代スポーツ論」 スポーツの時代をどうつくるか 大修館書店 1991
- ・松田義幸 「スポーツ産業論」 大修館書店 1996