

スポーツ庁委託事業

令和 6 年度「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト」

事業報告書

令和 7 年 3 月
学校法人順天堂



本報告書は、スポーツ庁委託事業として、学校法人順天堂が実施した令和6年度「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト」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6年度「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト」

事業報告書

目次

本事業の趣旨及び実施概要	03
第1章 幼児期からの「運動遊び」普及事業の実施	12
1. 普及事業の公募・採択	
2. 事業推進委員会の設置	
3. 普及事業の審査	
4. 普及事業の支援、進捗管理等	
5. 事業推進委員の視察報告	
第2章 子供の姿と運動習慣に関する保護者・保育者への実態調査	39
1. 全国の保護者に対する定量調査（追跡調査）	
2. 全国の保育者の意識・行動に対する探索的調査	
第3章 保護者・指導者等に対する効果的な情報提供の実施	66
1. 昨年度の取組内容等からの情報提供	
2. シンポジウムの開催	
第4章 専門的な視点からの「幼児期からの運動習慣形成」について	71
1. 誰もが運動・スポーツを楽しむために	(事業推進委員 青野 博)
2. 「プレイフルネス」を強調した運動遊び	(事業推進委員 竹中 晃二)
3. 自治体の取組まとめと幼児の運動遊びを促進していくための工夫	(事業推進委員 武長 理栄)
4. 子どもにスポーツをさせていない保護者についてのインサイト	(事業推進委員 中村 宏美)
5. 幼児期から小学校低学年にかけての運動習慣形成の取り組み：女川町の事例	(事業推進委員 原田 直信)
6. 幼児期から継続的に運動に取り組むために	(事業推進委員 松崎 洋子)
7. 後期早産や早期正期産が幼児期のメンタルヘルスに及ぼす影響についての検討	(順天堂大学 東海林 宏道)
8. 事務局運営と取組の視察を終えて 一取組の発展につなげていただくために一	(順天堂大学 木藤 友規)
9. 幼児期の運動能力等セルフチェックツール開発の検討	(順天堂大学 鈴木 宏哉)
第5章 まとめにかえて-プロジェクト3年間と今後の展望-	108
付録 クロス集計表・調査票	110

本事業の趣旨及び実施概要

子供の運動習慣は、子供を取り巻く大人の考え方が大きく影響することから、保護者や先生等（以下「保護者等」という。）の意識・行動が変化する取組や、子供の運動習慣形成につながる取組等が重要である。この幼児期からの運動習慣形成プロジェクト（以下「本事業」という。）では、普及事業及び調査等を行い、その効果を検証し、効果的な取組等を全国に普及することで子供の運動習慣形成を目指した。

本学は、令和4年度から令和5年度まで本事業を受託してきたため、実施体制が整っており、迅速な事業の開始と前年度までの本事業の課題を踏まえた取組によって事業効果の最大化を目指した。

（1）事業背景の整理

（1）－1. 幼児からの運動習慣形成の重要性～これまでのスポーツ教育政策～

2007年から3年間にわたる文部科学省「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在り方に関する調査研究」では、幼児は児童と同様に、生活習慣の改善や幼稚園・保育所で運動遊びプログラムを実践することで体力が向上すると明示され、「体力・運動能力調査」では、幼児期からの運動習慣形成は、就学後の運動習慣、体力向上、成人期以降のスポーツ習慣や高齢期以降の健康保持に大きく影響することが明らかになっている。

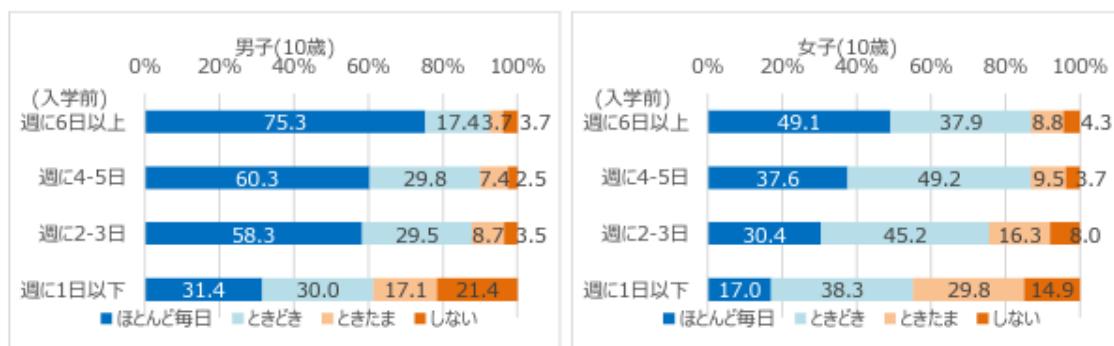


図1. 小学校入学前の外遊びの実施状況別に見た現時点（10歳）の運動・スポーツ実施状況

令和元年度スポーツ庁「体力・運動能力調査」より転載

その後、以下のように様々な事業が展開されている。

- 2008年 文部科学省「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」開始
- 小学生と中学生の体力・運動能力に関する全国的な実態把握が新たに開始
- 日本体育協会 文部科学省委託事業「発達段階に応じた体力向上プログラムの開発事業」実施
→小学生対象の運動遊びプログラム「アクティブ チャイルド プログラム（ACP）」発表
- 2012年 我が国で初めて「幼児期運動指針」策定（内藤久士が策定委員会委員、同WG委員長）

- 第2期スポーツ基本計画（2017～2021年） 幼児期運動指針の浸透を図り、ACPなどの運動遊びプログラムを活用した運動経験の充実を図ることが記載
- 2017年 スポーツ庁「子供の運動習慣アップ支援事業」実施
「子供」の主な対象であった小学生からさらに若年へ幼児まで引き下げ、幼稚園・保育所での運動習慣アップの全国的実践事業
- 2017年 日本学術会議提言「子どもの動きの健全な育成をめざして～基本的動作が危ない～」いわゆる力強さのような体力要素よりも、1～9歳に獲得する基礎的動作の未習得を問題視するなど、体力向上から子供が適切な動きを獲得することへ問題意識が変化

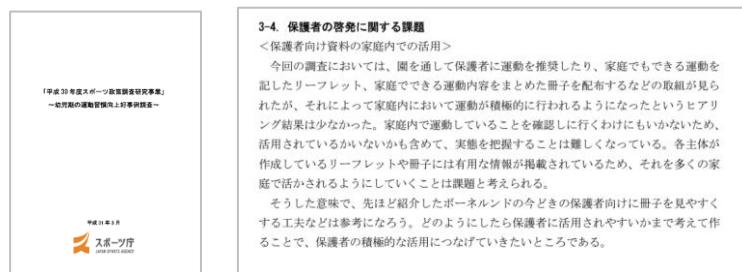
このように、近年、幼児期の運動習慣形成は我が国のスポーツ教育政策として重点的に取り組まれている。

（1）－2. 保護者・先生等への運動遊び啓発の必要性

幼児が体を動かして遊ぶことを習慣化するためには、保護者の意識が大きく影響する（スポーツ庁「幼児期の運動習慣向上好事例調査（平成30年度）」）とする一方、運動・スポーツ実施に係る保護者・保育者に対する普及啓発が不足している（同「第3期スポーツ基本計画」）とされる。これまで、多くの施策が行われてきたが、現時点では、これらの知見を幼稚園教諭や保育士へ普及・全国展開したり、全国の保護者の行動が変容したりするまでには至っていないと言える。

子供の運動遊びに関して、「子どもは身体を動かす遊びや運動・スポーツをする時間が特に重要である」「たくましい身体や体力や体力は人生の幸せに役立つ」と考える保護者はそれぞれ90%を超える（平成19～21年度文科省「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在り方に関する調査研究」）。つまり、子どもが運動することの重要性（「フィジカルリテラシー¹」の高低はともかく）を保護者は認知していると考えられる。

一方、子供と一緒に遊ぶ時間は1日1時間を切る親が8割である（プレイフルラーニング：幼児の「遊びと学び」プロジェクト「幼児期の子育てに関する意識・実態調査」、2013）ことや、保育園・幼稚園ではケガや事故のリスク軽減を優先して園庭を積極的に開放しにくくなど、認知と実践のギャップが課題であると考える。



¹ フィジカルリテラシーは、「人生における身体活動の価値を認め、身体活動に従事することへの対策を講じるための動機、自信、身体的能力、知識および理解（International Physical Literacy Association）」や「我々が活動的な生活を送るのに役立つスキル、知識、行動を構築することである。それは運動動作や身体活動を通して生じ、身体的、心理的、社会的、認知的能力を統合する総合的学習である。（Sport Australia）」と定義される。また、第3期スポーツ基本計画では、「生涯にわたって運動やスポーツを継続し、心身共に健康で幸福な生活を営むことができる資質や能力」と説明されている。

(1) – 3. 保護者・先生等が高いフィジカルリテラシーを持つことの重要性

近年注目される「フィジカルリテラシー」は、単に体力を高めることだけにとどまらず、自ら運動やスポーツを継続し、豊かなスポーツライフを送ることができる資質・能力という概念が研究者や教育者を中心に認知されるようになってきた。

幼児を取り巻く大人（保護者、幼稚園教諭、保育士、体育・スポーツ指導者）のフィジカルリテラシーの重要性は明白であるが、単に運動の重要性を知っているだけではなく、スポーツ医科学に基づく知識等、高いフィジカルリテラシーを持つことが重要である。

日本スポーツ振興センター（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）では、約半数の保護者が「無理やり運動させたほうが子供のため」と

思う・やや思うと回答し、また、2割程度の保護者が「スポーツの体罰を容認」と回答したとの報告があった。

保護者・先生等のフィジカルリテラシーへの「理解」とその「実践」の実態、そして理解と実践のギャップの要因を明らかにすることは、運動遊びの普及や子供の運動習慣形成には不可欠である。

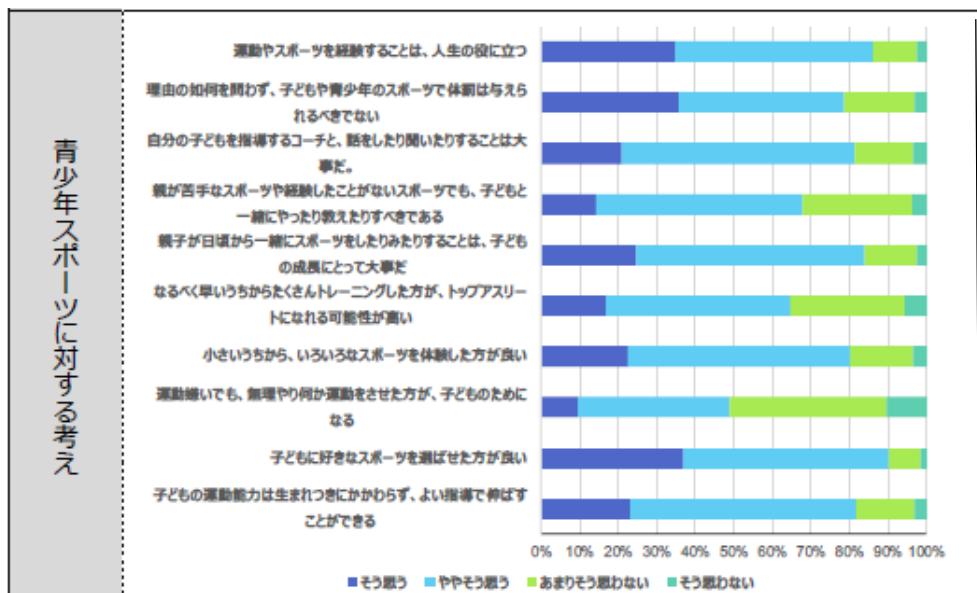


図2. 保護者の青少年スポーツに対する考え方

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）

(1) – 4. 幼児を取り巻く新たな課題に取り組む必要性

近年の子どもを取り巻く環境の変化はさらに大きく、スマートフォンなどのデジタルデバイスの浸透や、家族形態の変化（共働き家庭の増加、核家族化）、また地域住民からの苦情発生などにより外遊び時間は減少している（スポーツ庁担当者ヒアリングより）。また、新型コロナウィルス感染症の蔓延も幼児の身体活動や運動習慣に影響する新たな課題である。

一方で、幼児期以前の発育発達過程（特に胎児期や乳児期）における様々な環境がその後や将来の肥満・疾病リスクに関与するという Developmental Origins of Health and Disease (DOHaD) 学説が小児科学の分野では広く知られており、幼児期の運動習慣や健康

を考える際に、幼児期以前の保護者等の意識・行動の幼児期への影響についても加味する必要がある。

このように複雑化する課題は、例えば、発育発達学の専門家のみといった単一の専門家だけでは解決できない課題であり、多分野の専門家による多角的なアプローチが不可欠である。そのため本学では、複数の分野の専門家で構成するプロジェクトチームを立ち上げて本事業に取り組んできた。

(2) 前年度までの取組の概要

(2) – 1. 令和4年度の調査結果

令和4年度の「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト」の2つの事業のうち、本学がスポーツ庁から受託した「保護者等の運動遊びに関する行動変容調査」では、5,253人からの回答を得て、幼児期からの運動習慣に関する保護者の具体的な意識や行動を4つの学問分野（スポーツ科学、理学療法学、心理学、小児科学）の視点から分析した（参考資料1）。

主な結果は次の通りである。

【スポーツ科学的視点】保護者のフィジカルリテラシーと子供の運動習慣形成の関係

- フィジカルリテラシーが高い保護者は子供と一緒に遊ぶ頻度が高く、子供の活発な遊びにつながっていた。
- 子供の運動習慣の形成には、居住地域等の環境要因よりも、より身近にいる保護者の影響が強く関連していた。
- 肥満者や不活動な保護者の子供では、スクリーンタイム²が増加し、不活動時間が増加していた。

【理学療法学的視点】子供の「姿勢・関節可動域」と運動習慣形成の関係

- 1日のスクリーンタイムが2時間以上の子供は、姿勢不良になりやすく、関節可動性や基本的動作能力が低い傾向にあった。
- 週1日以上、保護者と一緒に体を動かす遊びをしている子供は、身体が柔らかく、基本的動作能力が高かった。

【心理学的視点】幼児と児童の運動習慣、スクリーンタイムと非認知スキル³の関連

- 非認知スキルが高い子供ほど、運動頻度が高く、屋外での運動時間が長く、運動をする仲間が多い傾向にあった。
- 1日のスクリーンタイムが5時間を超える子供では、非認知スキルが低かった。

【小児科学的視点】胎児発育と幼小児期の体格、生活習慣との関連について

- 胎児発育には母親の体格が関係しており、ひいては幼少時期（1歳半から3歳時）の体格に影響していた。
- 胎児発育不全児は活発な遊びが苦手な傾向にあるため、母親への栄養や生活に対する指導が子供の発育不良の防止に寄与し、結果として子供の運動習慣の形成にもつながることを示す結果であった。

以上の調査結果から、次のことが示唆された。

- 子供の運動習慣には、保護者自身のフィジカルリテラシーを高めるプログラムを実践することが有効であると考えられる。このとき、保護者自身の「体を動かす習慣を促進することと「体を動かさない時間を減らす」ことの2つの側面から改善を図ることが大切である。

² スクリーンタイムは、ゲーム機やタブレット等の画面を見ている時間をいう。

³ 非認知スキルは、5つの下位尺度から構成される「強みと困難さ尺度（Strength and Difficulty Questionnaire: SDQ）」（Goodman, 1997）で測定した。①情緒の問題（項目例：心配ごとが多くいつも不安なようだ）、②行為の問題（項目例：カッとなったり、かんしゃくをおこしたりすることがよくある）、③仲間関係の問題（項目例：他のこどもから、からかわれたりする）、④多動不注意（項目例：すぐ気が散りやすく、集中できない）の4尺度は「困難さ」を示し、⑤向社会的行動（項目例：自分から進んで他人を手伝う）は「強み」を示す指標である。

- 子供のスクリーンタイムを2時間以内にとどめること、また、保護者が子供と一緒に運動する機会を設けることが子供の基本的動作能力等を高めるために有効である。
- 非認知スキルの発達の観点では、運動量や運動する環境にも配慮することと、長時間のスクリーンタイムを避けることが必要である。
- 幼児期からの運動習慣の形成には、胎児発育不全とならないよう母親への指導が大切であるほか、母子手帳の情報を活用するなどして医療関係者等が胎児発育不全児の運動習慣に留意することも必要である。

(2) – 2. 令和5年度の普及事業の実施と調査結果

令和5年度は、『保護者等の運動遊びに関する意識・行動変容調査等の実施』に加えて、自治体が実施する『幼児期からの「運動遊び」普及事業』の進捗管理等の事務局機能や事業推進委員会の設置等、本学が本事業全体の運営を担った。

本学の主な工夫として、普及事業と調査事業の連携を念頭に、令和4年度の調査結果を令和5年度の各自治体の普及事業の評価指標等として活用した。また、事業推進委員会、スポーツ庁、採択自治体及び本学プロジェクトチームで構成する情報交換会を設け、採択自治体の計画の修正段階から情報共有と連携強化を図った。

調査事業では、令和4年度の回答者を対象とした追跡調査を実施し、2,000人から回答を得た。主な結果は次の通りである。

【保護者のフィジカルリテラシーと子供の運動習慣等との因果関係】

- フィジカルリテラシーが高い保護者は、子供への積極的なサポート行動（活動を観る、一緒に過ごす、送迎する等）があり、その結果として子供の活発な身体活動があった。
- 保護者のサポート行動が子供の身体活動に与える影響は、年齢が低い方がわずかに強かった。

【保護者のフィジカルリテラシーの変化と子供の運動習慣の変化】

- 前年よりもフィジカルリテラシーが高くなった保護者の子供は、フィジカルリテラシーが低い保護者の子供よりも活発な身体活動があった。
- ⇒ ただし、保護者のフィジカルリテラシーの変化と子供の身体活動の変化には相関がなかった。

【子供の身体活動による発育発達への影響】

- 身体活動が増えると運動能力だけでなく、心理社会的健康が改善し、望ましい生活習慣（朝型になる）につながっていた。

以上の結果は、保護者のフィジカルリテラシーが子供の運動習慣につながるプロセスを示すものであったが、保護者の変化が子供に影響するまでの時間や影響しやすい時期については解明途上にある。また、保護者が積極的に子供をサポートできない場合の方策を検討するためには、子供の運動習慣に対する保護者以外の大人の影響やかかわり方を調査する必要がある。

本年度の事業計画では、これまでの体制を基盤として各自治体の事業の推進と効果検証を支援するとともに、効果的な施策や取組につながるエビデンスを得るための調査を実施した。

（3）企画提案の概要

『エビデンスに基づく保護者等の意識・行動変容と幼児期からの運動習慣形成を促進する地域の取組支援』

本年度は、前年度に引き続き、自治体の『幼児期からの「運動遊び」普及事業』と大学等の『保護者等の運動遊びに関する行動変容調査』の連携を一層重視したスキーム（図3）であることを踏まえ、エビデンスに基づいた自治体の事業推進と効果検証を本学が支援した。

本年度の計画は前年度の計画の枠組みと内容を踏襲したものであるが、『幼児期からの「運動遊び」普及事業の実施』に当たっては自治体の声を踏まえて支援体制等の細かな改善を図り、『保護者等の運動遊びに関する意識・行動変容調査等の実施』では具体的な施策や取組につながるエビデンスの獲得を重視した調査を行った。

【前年度までの本事業の課題と今年度のポイント】

課題1. 自治体による「運動遊び」普及事業の早期開始

⇒前年度の事務局機能、事業推進委員会、公募の手続き等をベースとしてことで、6月上旬までに採択先自治体が普及事業に着手できる体制を整えた。

課題2. エビデンスにもとづく自治体の普及事業の支援と連携強化

⇒令和5年度の本事業では、情報交換会（メンバー：有識者で構成される事業推進委員会、スポーツ庁、採択自治体及び本学プロジェクトチーム）を設けて、自治体の普及事業の効果を高めるための知見の提供と情報共有のための連携を図った。

令和6年度は、情報交換会に加えて各自治体に事業推進委員を割り当てて連携を強化し、計画全体を通して取組を支援した。

課題3. 具体的な施策や取組につなげるための調査研究の展開

⇒（調査1）保護者のフィジカルリテラシーと子供の運動習慣に関する縦断的調査

子供の年齢が低いほど保護者のフィジカルリテラシーが子供の運動習慣に影響しやすい可能性がある（令和5年度の調査結果）。そこで追跡調査を実施して保護者のフィジカルリテラシーが子供の運動習慣形成に影響しやすい時期を分析することで、施策や取組の効果が高い対象を明らかにする。また、令和4年度、令和5年度と追跡した対象を令和6年度も継続して追跡することで、保護者のフィジカルリテラシーがその後の子供の運動習慣形成に及ぼす影響を検討した。

⇒（調査2）子供の運動習慣形成に対する保護者以外の大人の影響

保護者のフィジカルリテラシーは、子供への積極的なサポート行動がある場合に子供の運動習慣の形成につながりやすい（令和5年度の調査結果）。しか

し、共働き世帯等、家庭環境によっては親のサポート行動に限界がある。そこで幼児期に関わる保護者以外の大人として保育士に着目し、保育士のフィジカルリテラシーと子供の活動量等の関係を調査することで、家庭以外へのアプローチの効果に関するエビデンスを示した。

課題4. 誰もが手軽に子供の運動習慣形成に取り組める施策等の検討

⇒ 検討会議（メンバー案：スポーツ庁、本事業の事業推進委員、本学メンバー）

を設けて、誰もが手軽に子供の運動習慣形成に取り組める施策等を検討した。

⇒併せて、これまでの本事業での調査結果等をもとに、保護者自身のフィジカルリテラシーや子供の運動能力・生活習慣等に関する改善のきっかけとして活用できるセルフチェックツールを試作する。セルフチェックツールの試作にあたっては日本スポーツ協会が作成したアクティブ・チャイルド・プログラムや運動適性テストⅡのチェック方法を参考にし、日本スポーツ協会と連携した。

事業の運営に当たっては、令和4年度、5年度の体制を基盤とし、スポーツ庁の「体力・運動能力調査」や「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」にも携わる専門家（鈴木宏哉）がリーダーとして携わった。また、前スポーツ庁長官の鈴木大地が事業全体を統括するとともに、成果を周知するための情報発信の中核を担った。

本事業の成果については、年度末にシンポジウムを実施するほか、引き続きコラムリレー等を制作し、ホームページ等の広報媒体を通じて広く周知する。また令和5年度までの事業成果は、普及事業の公募説明会などで情報提供を行うことで、応募自治体からより多く、より効果的な事業提案となるように働きかけた。

普及事業と調査事業の連携により、エビデンスに基づく効果的な自治体の取組を推進し、幼児期からの運動習慣形成につながる子供と保護者の生活習慣の改善機会を提供することで、生涯を通じた豊かなスポーツライフを送る国民が長期的に増加することが期待される。

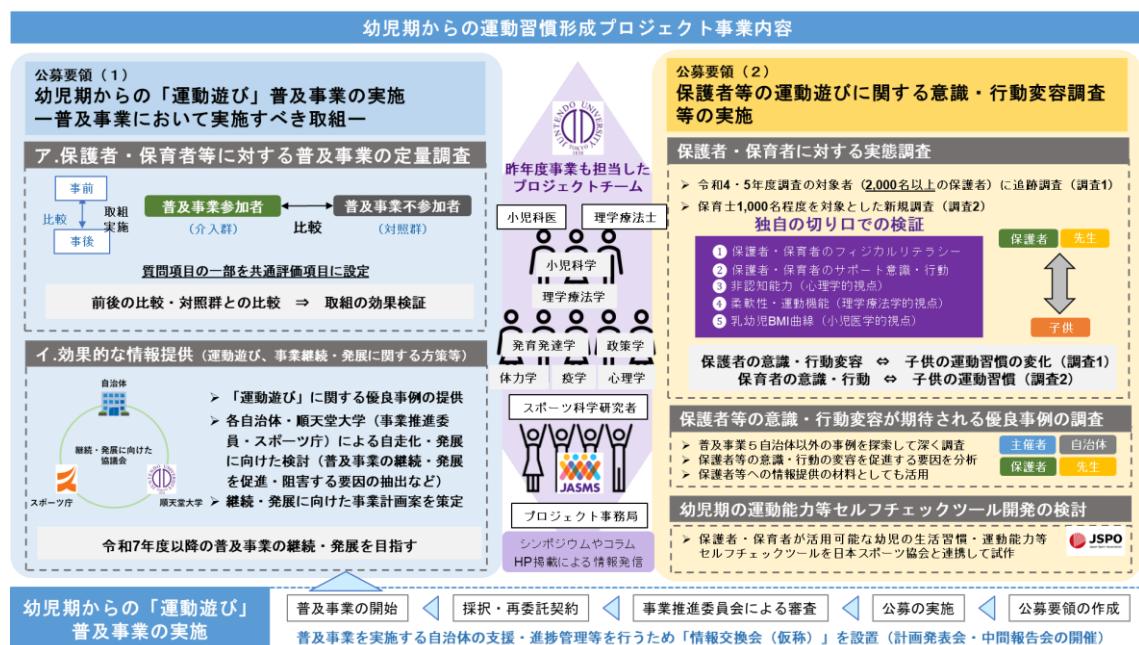


図3. 令和6年度事業の概要

3. 事業実施体制

本プロジェクトメンバーの専門分野などの知識・知見や実績は以下の通り。

鈴木 宏哉	プロジェクトリーダー 【所 属】順天堂大学スポーツ健康科学部 先任准教授 【専門分野】発育発達学、体力学、測定評価学 【学位・資格】博士（体育科学）、中学校・高等学校教諭専修免許（保健体育）
東海林 宏道	【所 属】順天堂大学医学部 教授 【専門分野】小児科学、新生児学、小児栄養学 【学位・資格】博士（医学）、医師
川田 裕次郎	【所 属】順天堂大学スポーツ健康科学部 准教授 【専門分野】スポーツ心理学 【学位・資格】博士（スポーツ健康科学）、公認心理師、スポーツメンタルトレーニング指導士、中学校・高等学校教諭専修免許（保健体育）
染谷 由希	【所 属】順天堂大学スポーツ健康科学部 准教授 【専門分野】スポーツ医学、運動疫学 【学位・資格】博士（スポーツ健康科学）、中学校・高等学校教諭専修免許（保健体育）、健康運動指導士、健康運動実践指導者
中村 絵美	【所 属】順天堂大学保健医療学部 助教 【専門分野】スポーツ理学療法学 【学位・資格】博士（保健学）、理学療法士、認定理学療法士（スポーツ）、JSP0公認AT、中学校・高等学校教諭一種免許（保健体育）
木藤 友規	【所 属】順天堂大学スポーツ健康科学部 先任准教授 【専門分野】スポーツ政策学 【学位・資格】博士（スポーツ健康科学）
松井 公宏	【所 属】順天堂大学スポーツ健康医科学研究所 博士研究員 【専門分野】発育発達学、スポーツ医学 【学位・資格】博士（スポーツ医学）、幼稚園教諭免許、小学校教諭免許、中学校・高等学校教諭一種免許（保健体育）
松永 美咲	【所 属】順天堂大学スポーツ健康医科学推進機構 リサーチアシスタント 【専門分野】スポーツ健康科学 【学位・資格】修士（スポーツ健康科学）、中学校・高等学校教諭専修免許（保健体育）

第1章 幼児期からの「運動遊び」普及事業の実施

1. 普及事業の公募・採択

本事業の趣旨・内容に合致した取組が可能な自治体を募集するため、スポーツ庁と以下の内容を協議の上、公募要領、審査基準等を作成し、公募を実施した。

・事業内容

- a) 保護者等の意識・行動の変化が得られる取組
- b) 事業終了後も、子供や保護者等が日常的に運動遊びに取り組むことにつながる取組
- c) 事業の内容や成果等を各都道府県又は政令指定都市内に広く周知・普及する取組
- d) 令和7年度以降も継続的・発展的に域内で実施されることが計画されている取組

・スケジュール 公募期間 令和6年4月10日（水）～4月30日（火）

審査 令和6年5月10日（金）

契約締結 令和6年5月中旬以降

事業期間 令和6年6月上旬～令和6年3月5日（水）

・採択件数 6件

・事業規模 1件当たり5,400千円（税込）

・自治体の計画をよりよくするための工夫

自治体からの普及事業の内容が、本事業の趣旨と内容に合致したものとなり、適切な効果検証が行われるよう、前年度までの調査事業の結果等のエビデンスを基に子供の運動習慣の形成に有効と考えられる具体例やその評価方法の例について、公募の際に情報を共有した。ただし、各自治体の実施体制や自治体独自のねらいに配慮して、普及事業の効果を高めるための情報については実施要件とはしない（共通の評価項目については、必ず実施するものとする）

【開示する情報の例】

- 子供の運動習慣の形成には、居住地域等の環境要因よりも、より身近にいる保護者の影響が強く関連していることを踏まえて普及事業を計画すること。
- 運動遊び等を実施する際には子供と保護者が一緒に参加できる等の工夫を図ること。
- 保護者の意識・行動の変化については、例えば、保護者自身のフィジカルリテラシーを高めたり、子供に対する保護者のサポート行動・意識を高めたりするプログラムを実践することが有効であると考えられること。
- 子供の運動習慣形成の阻害要因の一つとなっているスクリーンタイムの増加防止に配慮すること。
- 普及事業に応募する自治体は、評価項目を設定する際に、保護者のフィジカルリテラシー等、前年度までの本学の調査事業の項目が活用でき、また、その分析に対する助言を本学に依頼できること。

・普及事業の前後で実施する共通の評価項目*

- 保護者のフィジカルリテラシー
- 保護者及び子供のスクリーンタイム
- 保護者及び子供の生活習慣、意識、行動

*評価項目については、共通の評価項目以外に自治体の取組に合わせた独自の評価指標も設定することとする。

また、公募開始のタイミングで、希望する自治体に対して説明会を実施し、事業の目的や期待される提案内容の理解を促進した。

2. 事業推進委員会の設置

本事業の実施に当たっては、普及事業の応募書類の審査及び効果検証のために、本学及び本学以外から有識者を選出し、事業推進委員会を設置した。

委員の選定については本学より候補者を選出し、スポーツ庁と協議の上で決定した。また、事業推進委員会には、オブザーバーとしてスポーツ庁地域スポーツ課にも参画いただいた。

【委員】※50 順

＜本学以外の有識者＞

- 青野 博（公益財団法人日本体育協会スポーツ科学研究室 室長）
子供の運動習慣の形成に関する研究者。アクティブ・チャイルド・プログラムの普及に携わる。
- 春日 晃章（岐阜大学教育学部 教授）
文部科学省やスポーツ庁の実践事業や調査事業を数多く受託した経験があり、発育発達学の研究者として幼稚園の経営者であり幼児教育現場に精通している。
- 武長 理栄（公益財団法人 笹川スポーツ財団 シニア政策オフィサー）
子ども・青少年のスポーツライフ・データやスポーツ白書の編纂や、文部科学省やスポーツ庁の委託事業に携わった経験がある。
- 中村 宏美（独立行政法人日本スポーツ振興センター（JSC）連携・協働推進部産学協働推進課主任専門職、国立スポーツ科学センター先任研究員）
JSCが行った「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」において、中心的な役割を果たし、調査結果を学会等で発表している。
- 原田 直信（株式会社つなぐ 代表取締役）
宮城県女川町で保育所や幼稚園を対象としたキッズスポーツプログラムを展開。 産業カウンセラー兼キャリアコンサルタントとしても活動中。
- 松嵜 洋子（明治学院大学心理学部 教授）
乳幼児期における遊びと学びの発達過程に関する研究。保育・幼児教育実践と保育環境との関連に関する研究を専門としている。

＜本学に所属する者＞

- 木藤 友規（スポーツ健康科学部 先任准教授）
元スポーツ庁参与。スポーツ庁の技術審査委員を務める。本事業の推進と各団体の取組の調整等のサポートを担当。
- 鈴木 宏哉（スポーツ健康科学部 先任准教授）
子供の運動・生活習慣の変容を研究。本調査事業のリーダーを務める。スポーツ庁の「体力・運動能力調査」分析委員や「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」有識者委員。
- 竹中 晃二（スポーツ健康医科学研究所 客員教授）
2023年3月に早稲田大学人間科学学術院教授を退職するまで、心理・行動科学的手法を用いて健康と運動に関する研究を数多く行い、行動変容に関する理論や実践的取組に精通。

3. 普及事業の審査

【審査方法】

本事業で採択される取組については、他の自治体の参考になり、事業効果の検証が可能な取組であること、また、運動の習慣化が一時的な取組だけでは困難であることから、自治体が継続的な取組を目指していることが期待される。加えて、本事業が広域の自治体を対象としていることを踏まえ、事業の成果を域内に広く展開する発展方策が計画されていることも重要である。それらのポイントを踏まえた評価項目を作成し、事業推進委員による書類審査（点数化）、集合審査（合意形成）を行った。

【審査の主なポイント】

- 子供の運動習慣の形成及び子供の運動習慣の形成につながる保護者の意識と行動変容が期待できること
- 汎用性の程度
- 普及事業の評価の適切性
- 事業の継続性
- 事業規模に合った効果

【審査から契約までのステップ】

■ 審査前

応募書類（企画提案書）の受領後、事務局で不備の確認

■ 事業推進委員による書類審査（10日間程度）

事業推進委員による応募書類の審査

【評価項目】

- 事業実施主体に関する評価
 - 事業実施・事業管理に必要な人員・組織体制が整っており、事業を円滑に遂行するための実施体制に工夫がなされている。
 - 事業の趣旨・目的に合致した適切な成果目標が定量的に設定され、適切に評価できる方法・体制が整っている。
 - 事業を適切に遂行するために必要な実績、ノウハウ、ネットワーク等を有している。
 - 業務従事予定者が事業の成果を最大化するために必要な当該分野及び関連分野に関する知識・知見を有している。
- 事業内容に関する評価
 - 公募要領で定める全ての事業内容が提案されている。
 - 事業背景と目的が、本事業の趣旨・目的に合致し、地域の課題を踏まえた具体的な内容となっている。
 - 適切な成果目標が設定されている。
 - 取組内容が具体的であり、実現性が高いと感じられる。
 - 対象者が明確であり、効果的に募集する方法が計画されている。
 - 子供の運動習慣の形成、又は子供の運動習慣の形成につながる保護者等の意識・行動の変化を促す工夫に具体性がある。
 - 事業終了後の継続又は発展が期待でき、域内に広く展開することが期待できる。
 - 妥当な経費が示されている。

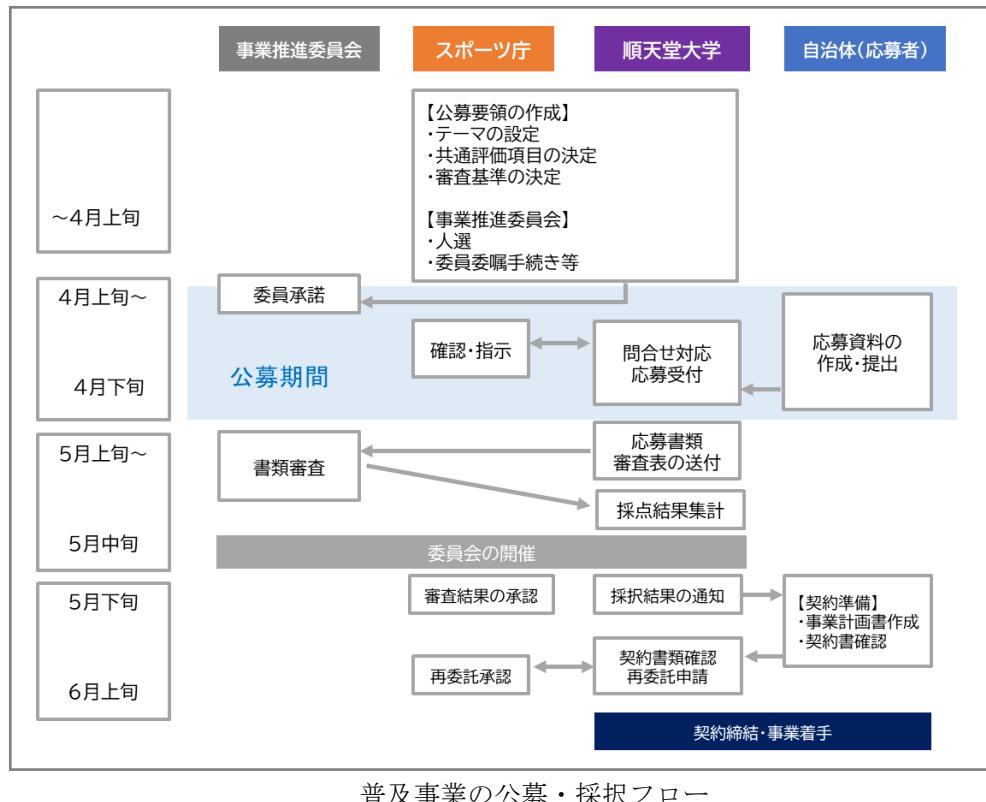
■ 事業推進委員会の開催

事業推進委員会で内容を確認し、得点や順位について協議して採択自治体を決定する。また、事業内容に関する助言等についてもまとめる。

採択自治体については、スポーツ庁の承認を経て確定する。

■ 事業計画書の承認と契約

採択自治体は、事業推進委員会からの評価と助言等を参考に作成した事業計画書を提出し、スポーツ庁の承認を経て本学と契約する。



4. 普及事業の実施、支援、進捗管理等

採択自治体の普及事業の実施に当たっては、本学スポーツ健康医科学推進機構 (JASMS) 等のスタッフで構成する事務局が窓口となり、事業推進委員会及び調査事業にも携わるプロジェクトチームと連携して、支援、指導助言及び進捗管理を行った。

各自治体には個別に進捗管理を行うほか、事業の関係者間の連携強化と情報共有を図るため前年度と同様に情報交換会を設け、関係者の過度な負担にならない程度で事業の着手段階での計画発表会、中間報告会等を開催し、事業推進の過程でも他の自治体の取組を参考にできるように工夫した。

また、有識者である事業推進委員が各採択先自治体担当者からの質問に対応したり、取組視察などを通じたりして計画全体を通じた支援を行った。

・事業計画作成支援・契約調整

審査の結果採択予定となった自治体とは速やかな委託契約に向けて調整を開始したが、昨年度の振り返りから、効果的な事業と効果検証を行うためには、事業計画の設計が重要であることから、採択自治体への事業推進委員会を契約前、契約後の2回開催し、個別の支援を強化した。

【委員会の開催】

・第1回事業推進委員会（情報交換会）

各自治体の事業計画の精度を高めるため、事業計画案に対して、事業推進委員（審査委員）、スポーツ庁と意見交換を行った。

【開催日時】2024年5月16日（木）10:00～12:00

【開催方法】オンライン開催

プログラム		
【開催日時】2024年5月16日(木) 10:00～12:00		
10:00～10:10	本日の進行打合せ	審査委員、 スポーツ庁、順天堂大学
10:10～10:30	栃木県（自治体説明5分+意見交換15分）	栃木県、審査委員、 スポーツ庁、順天堂大学
10:30～10:50	神奈川県（自治体説明5分+意見交換15分）	神奈川県、審査委員、 スポーツ庁、順天堂大学
10:50～11:10	岐阜県（自治体説明5分+意見交換15分）	岐阜県、審査委員、 スポーツ庁、順天堂大学
11:10～11:30	奈良県（自治体説明5分+意見交換15分）	奈良県、審査委員、 スポーツ庁、順天堂大学
11:30～11:50	鹿児島県（自治体説明5分+意見交換15分）	鹿児島県、審査委員、 スポーツ庁、順天堂大学
11:50～12:00	富山県へのコメント確認	審査委員、 スポーツ庁、順天堂大学

・第2回事業推進委員会

各自治体の事業計画の発表（自治体間の共有）に加え、自治体事業実施の参考として、事業推進委員の竹中委員より「効果的な情報の伝え方」「普及啓発プランディング」についての講話を行い、また武長委員より保護者や保護者や保育者向けの啓発・情報発信ツール【日めくりうんどうあそびカレンダー】について情報提供した。

【開催日時】2024年7月24日（木）13:30～16:00

【開催方法】リアル/オンラインのハイブリッド開催

【開催場所】順天堂大学 本郷・お茶の水キャンパス7号館9階カンファレンスルーム

【出席者】スポーツ庁、事業推進委員

自治体（栃木県・神奈川県・富山県・岐阜県・奈良県・鹿児島県）

※オンライン参加、順天堂大学

プログラム		
【開催日時】2024年7月24日(木) 13:30～16:00		
13:30～13:40	ご挨拶・本日の趣旨について	鈴木宏哉
13:40～13:55	講演「効果的な情報の伝え方について」	竹中晃二委員
13:55～14:00	質疑応答	
14:00～14:30	事業計画の共有：栃木県・神奈川県・富山県 ※各県10分を自らにご発表ください	各県代表者
14:30～14:35	事業推進委員、他自治体からの内容確認	事業推進委員、自治体
14:35～15:05	事業計画の共有：岐阜県・奈良県・鹿児島県 ※各県10分を自らにご発表ください	各県代表者
15:05～15:10	事業推進委員、他自治体からの内容確認	事業推進委員、自治体
15:10～15:20	休憩	
15:20～15:50	全体を通じての感想・意見交換	各県・事業推進委員
15:50～15:55	スポーツ庁よりコメント	スポーツ庁
15:55～16:00	総括	鈴木宏哉

【採択団体の事業内容（事業実施計画）】

団体名	事業概要
栃木県	<p>◇保護者等を対象とした子どもの運動遊びの重要性に関する普及・啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 幼児期からの運動遊び普及検討委員会の開催【県事業】 ・ 運動遊びに関する普及・啓発動画の作成【県事業】 ・ 運動特性に応じた運動遊び動画集及び配信サイトの作成【県事業】 ・ 運動会等の行事における運動遊び出前講座の実施【県事業】 ・ 幼稚園教諭等に運動遊びに関する研修会の開催【鹿沼市及び茂木町業務委託】 ・ 親子対象の運動遊び教室の開催【鹿沼市及び茂木町業務委託】 <p>◇幼児及び小学校児童を対象とした「運動遊び」の提供</p> <p>スポーツ関係団体等の指導者を幼稚園等に派遣</p>
神奈川県	<p>【幼児期及び児童期】（スポーツ課と保健体育課の協働事業）</p> <p>◇運動遊びの意義や例を紹介するパンフレット、運動遊び通信の作成・配付</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 親子ふれあい体操パンフレット（保護者編・指導者編） ・ 運動遊び通信（運動遊びブック・スポーツクロスワード） <p>◇幼児期と児童が一緒に取り組む運動遊びの場の提供</p> <p>【幼児期】（スポーツ課）</p> <p>◇幼稚園等における運動遊び指導者育成の取組 講習会の開催（計6回開催、計76名参加）</p> <p>◇親子ふれあい体操教室の実施（計5回、延べ162組参加）</p> <p>【児童期】（保健体育課）</p> <p>◇わくわく先生派遣事業の様子を保護者等が参観する機会の設定（計7回）</p> <p>◇わくわく先生派遣事業の実施（計18回）</p> <p>◇子どもの適切な運動習慣形成のための先行的な事業を実施している都道府県（大阪府）の視察</p>
富山県	<p>スポーツ主管課であるスポーツ振興課と県教育委員会保健体育課、拠点自治体（小矢部市）が連携して、豊かな人生を送るための基盤づくりにつながるよう、幼児期からの運動習慣形成ための環境整備を実施。また、取組みを県内に広く普及させるため、県全域に向けた取組みを合わせて実施。</p> <p>◇保護者等を対象とした子供の運動遊びの重要性に関する普及・啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 研修会、講習会の開催 ・ 映像資料の活用 <p>◇幼児及び児童を対象とした「運動遊び」の提供</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 繙続的な運動教室の開催（拠点自治体） ・ スポーツイベントの開催
岐阜県	保護者、保育者の「フィジカルリテラシー」をさらに高めるために県内6大学の大学教員11人が各専門分野を活かして記事を書く「子育て・保育情報誌～つよいぞ！ぎふっ子通信～」を作成し、各推進園の保護者、保育者に月2回配

	付することで意識・行動変容を促進。そして、2年間の実践で定着した各推進園での取組を推進園以外の園や、小学校にも提供するために5圏域すべてで公開授業を実施し、大学教員が5圏域の小学校に出前指導を行うことで幼小連携を促す。3年間の実績、効果検証結果等をまとめ、蓄積したデータを基に、保護者、保育者が読んだり、視聴したりすることで園、小学校、家庭ですぐに実践できる参考リーフレット、参考動画を作成し県内に普及。
奈良県	これまでの取組の集大成として、総合型地域スポーツクラブが、教育・保育施設と連携し、そこに通う子どもに対して「定期的な運動遊び」を実施する。当該取組方法を通じて、それぞれがお互いの強みを発揮しながら、地域単位で「幼児期からの運動習慣の形成」の事業展開ができるかを検証し、将来的な中学校部活動の地域展開も見据えた「地域のスポーツは地域で行う」意識を醸成するツールとなり得るかも併せて確認。 また、継続的な取組として、幼児期の運動遊びの意義・効果、指導方法等に関する「指導者等向け講習会」を実施。 さらに、新たな視点として、普段、運動になじみのない子育て世代の方々に対し、子どもと一緒にスポーツを体験できる場を用意することで、体を動かすことの楽しさに気づき、運動を始めるきっかけ作りに繋げられるように、「商業施設等を活用したスポーツ体験会」を実施。
鹿児島県	市町村、総合型地域スポーツクラブ、保育園、幼稚園、小学校へ再委託先の鹿屋体育大学より指導者を派遣し、親子運動遊びや指導者講習会を実施。事業の具体的な内容については、鹿屋体育大学が科学的根拠に基づいたExseed体操（R5に親子バージョンを開発）と運動遊びを実践。また、指導者講習会を開催し、理論と実技の講習を実施し、試験合格者には指導者認定書を付与し、実技と幼児の運動遊びの重要性を理論的に理解した指導者を増やすことができ、イベント実施時には保護者のフィジカルリテラシー向上につながる説明等を実施。

5. 事業推進委員の視察報告

【自治体の取組視察・意見交換】

(敬称略)

訪問日	訪問先	訪問者
2024年10月2日	富山県	武長委員・原田委員
2024年10月4日	栃木県	原田委員・木藤委員
2024年11月24日	富山県	鈴木委員・松井（順天堂大学）・松永（順天堂大学）
2024年12月3日	神奈川県	竹中委員・原田委員・木藤委員
2024年12月14日	鹿児島県	スポーツ庁・原田委員・木藤委員
2024年12月17日	岐阜県	木藤委員
2024年12月22日	奈良県	原田委員・武長委員・中村委員・松嵜委員・鈴木委員
2025年1月18日	富山県	スポーツ庁・中村委員・松嵜委員・山本（順天堂大学事務局）

令和 6 年度 幼児期からの運動習慣形成プロジェクト

富山県 取組視察報告書

記入者名	武長 理栄
視察日時	2024 年 10 月 2 日(金) 15:30~17:00
場所	ありそドーム アリーナ、研修室
取組内容	<p>富山県内15市町村で住民の健康づくりの役割を担っている派遣社会教育主事(スポーツ担当)が集まる会議での実技研修を見学した。研修の講師は富山福祉短期大学の小川教授であり、富山県が幼児期運動プロジェクト1年目と2年目に開発した「みんなでやってみようパピッペぽぽん体操」といくつかの運動遊びが行われた。派遣社会教育主事の先生方には、幼稚園や保育園で運動遊びを行っている方もいるため、今回の研修はこの体操を各市町村で普及してもらうことを目的としている。</p> <p>実技研修の他に、研究協議として①今年度事業の課題とその解決策、次年度新規事業の目的と概要について(市町村のスポーツ振興の課題を踏まえた事業の見直しと企画)、②市町村のスポーツプラン等に基づいたスポーツ振興の実績と課題というテーマでミーティングが行われた。</p>
出席者	<p>【自治体】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・富山県生活環境文化部 スポーツ振興課 地域スポーツ係 主任 木下 登喜子(富山県教育委員会 保健体育課 指導主事) ・富山県教育委員会 保健体育課 学校体育係 指導主事 安川 夏樹、松浦 高士 主幹・学校体育係長 宮脇 哲也 <p>【教室指導者・運営者等】 富山福祉短期大学 幼児教育学科 学科長 小川耕平教授</p> <p>【事業推進委員】 原田(株式会社つなぐ)、武長(笹川スポーツ財団)</p>
視察報告	<p>① 現状把握(計画通りに進んでいるか)</p> <p>事業は計画通りに進んでいる。今後の予定として、12月14日に富山大学での親子参加型シンポジウムの開催が計画されている。日本体育大学の野井教授による講義と、別会場で子どもには学生が行う「キッズムーバーアカデミー」、幼児には保育士による運動遊びと、親子がそれぞれ学び、運動に親しめるイベントとなるとのこと。小川先生もパネリストとして参加予定。キッズムーバーアカデミーは、ミズノのプレーリーダー資格を取得した学生が運動遊びを行うとのことであった。</p> <p>② この事業・教室の特長、強み</p> <p>・小学生の体力向上の取り組みでは、(株)ゴールドワインのバッカアップが大きく(運動の記録を管理するアプリの作成や協賛品の提供など)、今後企業との連携の可能性がある。</p>

	<p>③ 教室・事業改善へのアドバイス</p> <p>(原田委員より)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・開発したダンス(パピップペぽぽん体操)を家庭でも踊っているか、保護者にアンケートをしてはどうか。 ・子どもに飽きずに継続して取り組んでもらえるためのしきけとして、①ダンスのバリエーションを増やすとよい(パターンを変えて、2カ月に1回配信するなど)、②子どもの好きな他のダンスとの組み合わせなどの提案を行った。 ・お遊戯室、ホールにダンスの映像を流しておくのも効果的である。子どもたちが勝手に動き出すので、保育士の負担が少ない。 <p>④ 事業継続(自走化)へのアドバイス</p> <p>(武長より)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保育者による勉強会の開催について <p>外部講師による研修や指導、情報提供ばかりでなく、保育者が普段の子どもの様子を振り返り、目の前の子どもの運動や健康に関する問題を自分たちが取り組むべき課題として認識すること、それに基づき、子どもたちのために何ができるかという視点でお互いに知恵を出し合っていく対話型の勉強会が必要ではないか。大学の先生から情報提供をしてもらう場合でも、最後は保育者同士で話し合う時間が取れるように、講師にはファシリテーターの役割をしてもらう。</p> <p>まずは同じ園の先生の中で話し合う機会があればよいが、忙しくて時間が取れないとのことであれば、職員の会議などを活用してはどうか。遊びのアイデアを持ち寄って、普段の保育に取り入れてみた感想を共有するなど。このような活動を、他の園の保育者にも広げたり、小学校の教員とも共有したりし、園同士の連携、幼小連携につなげていく。</p> <p>持続可能な取り組みにしていくためには、現場の方が主体的に関わる必要があり、県や市町村の行政の役割としては、保育者(できれば保護者も)の対話の機会をつくる支援をすること。また、日常の保育が改善されているか、子どもの様子が変化しているかなど、量的なデータだけでなく、コメントなどの質的なデータも収集し、現場に還元する。保育者や保護者への支援には、取り組みの効果(前進している様子)を実感してもらうようなプロセスがあるとよいと思う。</p> (原田委員より) <ul style="list-style-type: none"> ・女川町の保育園にドッヂビーや鉄棒などの用具を貸出することで、運動遊びの取り組みにつながっている。保育者の負担を減らすことができ、かつ運動の機会が増えるとのことで好評である。 ・地域おこし協力隊を活用して、スポーツ事業に取り組んでもらうのは良いのではないかと提案。宮城県では既に女川町以外でもスポーツを通じた町づくりに取り組む協力隊が数名おり、総合型地域スポーツクラブの設立など積極的に取り組んでいる。事業継続のために富山県でも実施できるのではないかと提案した。 <p>⑤ ④特に事業のビジネス化や資金確保のアドバイス</p> <p>(原田委員より)</p>
--	--

・ふるさと納税を活用するのも方法の一つ(企業版、個人版)。女川町では、ふるさと納税の税収を使って、小学生の放課後スポーツプログラムを実施している。

・スポンサーを募って資金調達することができるのではないかと提案。特に保険会社などは社会貢献に対して感度が高いため、協力したい企業は多くいるのではないか。

(武長より)

・笹川スポーツ財団のアクティビシティ推進事業の紹介を行った。市町村のスポーツによるまちづくりを推進する取り組みであり、事業やイベント実施に対する助成、自治体職員のスキルアップ研修や人的ネットワークの提供など、資金・人的リソースの支援を行うことが可能。

【笹川スポーツ財団 WEB】

<https://www.ssf.or.jp/dotank/activecity/index.html>

⑥ その他、全体を通しての気づき

(武長)担当者らは、事業を県内に広げていこうと努力されている様子がわかった。昨年度の成果として保護者の意識や行動に変容がみられていたが、事業を計画的に行い、様々な取組を一つひとつ積み上げていくことの重要性を改めて感じた。

参加者の社会教育主事の方々も真剣に実技研修に取り組んでいた。今後は、園の保育者や保護者、学校、地域の指導者や企業なども巻き込んで、「我がまちでどのような子どもを育てていきたいか」、それぞれが主体的に考えて動いてもらえるような仕組みづくりを進めていけるとよいと思う。

(原田委員より)

他自治体の事例等を共有させていただいたところ、富山県でも参考にできる部分が多くあった。今回の訪問前に1回でもフィードバックの機会があればより良いと感じた。例えば2週に1回オンラインで、進捗確認やアクションプランを練ることができれば、更にスピード感を持って事業展開できると感じた。自治体のアドバイザー的な役割で委員が伴走者として進めて行くのも良いのではないかと感じた。

令和 6 年度 幼児期からの運動習慣形成プロジェクト

栃木県 取組視察報告書

記入者名	木藤 友規
視察日時	2024 年 10 月 4 日(金) 8:40~10:30
場所	社会福祉法人みづばさ 認定こども園 上三川幼稚園 〒329-0611 栃木県河内郡上三川町上三川 3209
取組内容	運動会での親子体操(出前講座)
出席者	<p>【自治体】栃木県教育委員会:大矢 哲平 様、塩田 久美子 様、野村 様</p> <p>【教室指導者・運営者等】大矢 哲平 様(指導主事)、猪瀬 英彦 様(上三川幼稚園園長)</p> <p>【事業推進委員】原田 直信 委員</p> <p>【順天堂大学】木藤 友規</p>
視察報告	<p>① 現状把握(計画通りに進んでいるか)</p> <p>事業計画については、概ね順調に進んでおり、問題はない。</p> <p>② この事業・教室の特長、強み</p> <p>こども園の協力を得ながら、保護者も参加する運動会を利用して、親子が一緒に体を動かすに機会を確保している。また、保護者には、アンケートを実施するだけでなく、栃木県が作成した運動遊びの動画情報を周知するなどして、子どもの運動遊びや保護者のフィジカルリテラシーを高めるきっかけづくりに取り組んでいる。</p> <p>③ 教室・事業改善、④事業継続(自走化)、④のうち特に事業のビジネス化や資金確保のアドバイスへのアドバイス</p> <p>事業の継続性や発展性、波及効果を高めることについて、次のような意見交換を行った。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 地域の資源を活用することを念頭に、たとえば、イベントに地元の商店や企業、商工会などを呼ぶなど、連携して取組むことで、地元の団体にとっては広報の、事業にとっては寄付の機運を高める機会とすることも考えられる。地域のさまざまな団体の理解を得る工夫が必要である。 2) 幼児期の運動遊びに関する教室などの担い手については、公的スポーツ施設の指定管理者が当該管理施設で教室開催を収益事業として実施することや、地元のプロチームの広報戦略と連携すること、地域の民間スポーツクラブのサービス活用など、官民連携で、事業化の可能性や仕組みを関係者と相談しながら構築する必要がある。 3) 地域貢献にかかわりたい民間団体がいても、どこで、どのような課題に行政が取組んでいるのか、どのような貢献の方法が可能であるのかが見えにくいことも課題である。各地域の商工会などと連携して支援団体と事業のマッチングを促すことも考えられる。 4) 運動遊びなどの動画作成にも力を入れているが、アクセス数を高めるためには、個人情報や望まない映り込みにも配慮しながら、自分の子供が運動している様子を見られるようにして保護者が興味を示す仕組みをつくる工夫も必要である。

⑤ その他、全体を通しての気づき

1回のイベントの親子体操だけで、保護者が子どもの運動に関心を持つようになることは難しい。たとえば、イベントに併せて、子どもの運動能力の発達段階などが客観的に評価できるように工夫すると、子どもの能力評価をきっかけに、保護者のフィジカルリテラシーや子どもの運動習慣への関心を高めやすいかもしれない。

令和 6 年度 幼児期からの運動習慣形成プロジェクト

富山県 取組視察報告書

記入者名	鈴木 宏哉
視察日時	2024 年 11 月 24 日(日) 10:00~12:30
場所	小矢部市文化スポーツセンター
取組内容	<p>小矢部市教育委員会が主催し、NPO 法人おやべスポーツクラブが実施する「親子運動教室～運動遊びを通して親子でふれあい」(全 5 回)の 1 回目の教室を視察した。市内の保育園、こども園にチラシを配布し、3 歳～5 歳児とその親を対象に各回 15 組限定についていた。複数回参加する対象者もあり、全 5 回で延べ 75 組が参加予定。今回は 10 時 30 分～11 時 30 分の 1 時間の中で、おやべスポーツクラブのインストラクター 1 名とアシスタント 1 名が親子でからだを動かす取り組みを行った。場所はセンターのスタジオで、内容はジャンケン遊び、移動遊び、バランス遊び、3B 体操のようなことを親子で関わり合いながら行っていた。</p>
出席者	<p>【自治体】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・富山県生活環境文化部 スポーツ振興課 地域スポーツ係 主任 木下 登喜子(富山県教育委員会 保健体育課 指導主事) ・富山県教育委員会 保健体育課 学校体育係 指導主事 安川 夏樹 ・NPO 法人おやべスポーツクラブ クラブマネージャー 沼田秀樹 インストラクター 松井 <p>【事業推進委員】鈴木、松井、松永(順天堂大学)</p>
視察報告	<p>① 現状把握(計画通りに進んでいるか)</p> <p>事業は計画通りに進んでいる。※10 月の視察の際に確認済み</p> <p>② この事業・教室の特長、強み</p> <p>・小矢部市の 0～5 歳児の人口は約 500 人でおそらく 3～5 歳に限定すると 300 人程度だが、そのうちの 20%以上の対象が親子運動教室に参加していることは、ひとつの強みといえる。こういった週末イベントとしては特異な多さである。背景には、小矢部市が行っている保育園・こども園体力向上支援事業におやべスポーツクラブが指導者派遣で関わっており、指導者が市内の園児や保護者に認知されていることがある。</p> <p>③ 教室・事業改善へのアドバイス</p> <p>親子運動教室について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特殊な道具を使っていたが、その道具がなくてもご家庭でできる方法などを教室後に紹介しても良いのではないか。 ・小矢部市はグランドホッケーが盛んなので、グランドホッケーをアレンジしたような遊びを導入しても良いのではないか。例えば、幼児でも扱えるスティックやボールを使ったホッケー遊びなど。 <p>④ 事業継続(自走化)へのアドバイス</p>

<p>・予算がなくてもできることとして、県が各自治体に対して幼児の現状と現状を踏まえた改善策を示してもらうよう通達することで、自治体の意識を醸成することができるのではないか。そのときに、自治体に県から派遣されている派遣社会教育主事が改善のサポートができるのではないか。</p>
⑤ ④のうち特に事業のビジネス化や資金確保のアドバイス
10月の視察で指摘した通り。
⑥ その他、全体を通しての気づき
<p>富山県では、県内の全15市町村に対して、社会教育主事を派遣する制度が50年以上前からあり、人件費を市の場合半額負担、町村は3分の1負担で雇用することができる。そしてその派遣社会教育主事に対して県側が研修などを通して県の考え方や方針を伝えることができる。単に県が市町村にお願いするだけでなく、人的サポートをすることでそのお願いが市町村で実現しやすい形がある。県は自治体で活動する実働部隊ではないので、各自治体が事業化しない限りは継続的な取り組みは実現しない。そして事業化するためには自治体が予算を確保したり、人材を確保したりする必要があるが、富山県では少なくとも県のメッセンジャーとして、指導者として派遣社会教育主事が実働部隊になる仕組みがある。予算化については、様々な形で成果をPRすることにつきる。また、成果については、幼児の場合短期的な成果だけでなく、青少年期あるいは成人期の健康との関連など長期的視点で評価する必要があることもPRし、将来的な医療費削減につながる出発点だという認識を共有したい。</p>

令和 6 年度 幼児期からの運動習慣形成プロジェクト

神奈川県 取組視察報告書

記入者名	木藤 友規
視察日時	2024 年 12 月 3 日(金) 10:00~13:30
場所	鎌倉市立小坂小学校 〒247-0055 神奈川県鎌倉市小袋谷587
取組内容	小学生を対象とした運動遊び(出前講座)
出席者	<p>【自治体】神奈川県教育委員会 保健体育科:藤田 崇史 様、荒居 晋太郎 様、川口 弘幸 様 スポーツ課:高野 様 鎌倉市教育委員会:石坂 様</p> <p>【教室指導者・運営者等】那須 乗斗 様(スポーツ能力発見協会)</p> <p>【事業推進委員】竹中 晃二 委員、原田 直信 委員</p> <p>【スポーツ庁】なし</p> <p>【順天堂大学】木藤 友規</p>
	<p>① 現状把握(計画通りに進んでいるか)</p> <p>事業計画については、概ね順調に進んでおり、問題はない。</p> <p>② この事業・教室の特長、強み</p> <p>事業に自ら参加を希望した小学校と相談しながら、体育授業や業間休みを利用して運動遊びの教室を開催することにより、児童に運動遊びを体験してもらうだけでなく、身近な大人である教師の運動遊びの指導スキルを高めることを企図している。また、体育授業には、保護者も参観できるようにすることで、運動遊びに対する保護者の関心やフィジカルリテラシーを高める工夫も行っている。</p> <p>③ 教室・事業改善、④事業継続(自走化)、④のうち特に事業のビジネス化や資金確保のアドバイスへのアドバイス</p>
視察報告	<p>事業の継続性や発展性、波及効果を高めることについて、次のような意見交換を行った。</p> <ol style="list-style-type: none"> 業間休みの運動遊びについては希望者のみであり、運動嫌いの子どもに対するアプローチが不足しているように感じた。 複数の教師が参加・見学できるように教室を開催する時間帯などを工夫することで、運動遊びを指導できる教師を増やせるのではないか。「わくわく先生」という運動遊びのリーダーを増やす工夫を期待したい。 他県ではあるが、体育館などの学校施設を使って、放課後に希望者に対して運動遊びを提供している事例がある。これは、共働きなどで保護者が不在の家庭に需要があり、何か習い事をさせてあげたいと考えている保護者や、子どもが一人で家にいる間に不安を感じている保護者に人気がある。地域によっては受益者負担でも多くの希望者がいる。小学校を対象にして事業展開するときには参考になるのではないか。 地域貢献にかかわりたい民間団体がいても、どこで、どのような課題に行政が取

組んでいるのか、どのような貢献の方法が可能であるのかが見えにくいことも課題である。また、PTA にボランティアとして事業に協力していただくことも考えられる。

⑤その他、全体を通しての気づき

今回の学校では年間 5 回の教室開催を通じて、児童に運動遊びを体験してもらうとともに、子どもの運動遊びへの教師や保護者の関心と指導技術の向上を促そうとしている。この事業や運動遊びの広報的な効果が期待できるが、実際に参加する教師や保護者の数を増やす工夫も検討いただきたい。

令和 6 年度 幼児期からの運動習慣形成プロジェクト

鹿児島県 取組視察報告書

記入者名	木藤 友規
視察日時	2024 年 12 月 14 日(土) 13:00~15:00
場所	志布志運動公園体育館 〒899-7104 鹿児島県志布志市志布志町安楽 190-46
取組内容	キッズダンス／キッズスポーツ元気塾(Exceed 体操 + 親子運動遊び)
出席者	<p>【自治体】神園様(鹿児島県教育庁保健体育課指導主事)</p> <p>【教室指導者・運営者等】桝様(鹿屋体育大学)、莊司様(総合型クラブ・レインボー 424)</p> <p>【事業推進委員】原田委員</p> <p>【スポーツ庁】山木様、内山様</p> <p>【順天堂大学】木藤 友規</p>
視察報告	<p>① 現状把握(計画通りに進んでいるか)</p> <p>事業計画については、概ね順調に進んでおり、問題はない。</p> <p>② この事業・教室の特長、強み</p> <p>子どもの運動能力の向上をねらいとして鹿屋体育大学が開発した Exceed 体操を、県内の学校や総合型クラブで子どもや保護者、教員に体験してもらうことで、運動遊びに対する参加者の関心やフィジカル・リテラシーを高めることを目指している。また、Exceed 体操の指導者を育成する講習会も実施することで、同体操を県内へ広く普及できるよう工夫している。</p> <p>加えて、鹿屋体育大学では、KKB 鹿児島放送の協力により、Exceed 体操で使用するオリジナルの楽曲の提供を受けたり、メディアを通じた普及活動にも着手したりしている。</p> <p>③ 教室・事業改善、④事業継続(自走化)、④のうち特に事業のビジネス化や資金確保のアドバイスへのアドバイス</p> <p>事業の継続性や発展性、波及効果を高めることについて、次のような意見交換を行った。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動嫌いの子どもに対するアプローチが不足しているように感じた。 ・KKB というメディアの協力を得られていることは、普及啓発に向けた大きな強みである ・他県ではあるが、体育館などの学校施設を使って、放課後に希望者に対して運動遊びを提供している事例がある。これは、共働きなどで保護者が不在の家庭に需要があり、何か習い事をさせてあげたいと考えている保護者や、子どもが一人で家にいる時間に不安を感じている保護者に人気がある。地域によっては受益者負担でも多くの希望者がいる。総合型クラブの安定的な運営にとってもメリットがある。 ・地域貢献に関心がある企業等の民間団体へのアプローチが必要ではないか。地元の企業や商工会との情報共有や相談の機会を増やすことを検討してはどう

か。

・指導者講習会やイベントへの申し込み者が増加していることは、運動遊びに関する県の事業への関心が高まっていることを示している。成果指標の一つとしても使えるのではないか。

⑤その他、全体を通しての気づき

年明けの県のスポーツ振興審議会の議事に、この事業を取り上げる予定のことである。行政計画の中に子供の運動を位置づけることで、今後はさらに計画的な施策と事業の展開が期待できる。積極的な広報活動によって、協力団体を増やす工夫も併行して検討いただきたい。

令和 6 年度 幼児期からの運動習慣形成プロジェクト

岐阜県 取組視察報告書

※視察時は下記の項目を把握いただき、枠内に記載して後日事務局にご共有ください。

記入者名	木藤 友規
視察日時	2024 年 12 月 17 日(火) 10:00~11:30
場所	大垣市立綾里幼保園 〒503-0984 岐阜県大垣市綾野 5 丁目57番地
取組内容	推進園への巡回指導
出席者	<p>【自治体】水谷様(岐阜県清流の国推進部)、清水様(岐阜県清流の国推進部) 【岐阜県スポーツ協会】若松様、美濃島様 【教室指導者・運営者等】篠田様(岐阜協立大学)、大坪様(岐阜協立大学) 【幼保園】國枝様(園長)、黒田様(担任) 【順天堂大学】木藤 友規</p>
視察報告	<p>① 現状把握(計画通りに進んでいるか) 事業計画については、概ね順調に進んでおり、問題はない。</p> <p>② この事業・教室の特長、強み</p> <p>岐阜県では、知事直属の部局がこの事業の推進を担い、岐阜県スポーツ協会及び県内の大学と連携して、県内を5つに分けた地域のそれぞれで2から3程度の幼稚園または保育園を運動習慣形成の推進園と位置付けて、アクティブ・チャイルド・プログラムなどの運動遊びを幼稚園教諭や保育士が指導できるようになるための巡回指導を実施している。</p> <p>域内の関係団体が連携した広域の事業であり、保育士等の運動遊びの指導力とフィジカル・リテラシーの向上を目指して、この3年間、計画的に事業を実施してきた。</p> <p>園長や保育士からの評判はよく、無理のない事業展開ができている。この事業を通じて、園児が多様な動きを身につけることができ、目に見える効果が現れている。</p> <p>③ 教室・事業改善、④事業継続(自走化)、④のうち特に事業のビジネス化や資金確保のアドバイスへのアドバイス</p> <p>継続性や発展性、波及効果を高めることについて、次のような意見交換を行った。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保育士等の先生方は、実際に巡回指導を受けることで、例えば、園児のボール投げの能力が飛躍的に向上したと感じている。今後は、縄跳びや鉄棒などの指導方法についても学んでみたい、とのことだった。 ・園児は1日1時間以上は園庭で遊ぶ機会を設けている。この事業によって遊ぶ量が増えたように感じないが、普段の遊びだけでは獲得できない運動スキルの向上が感じられる。 ・日常の業務があるため、保育士等が園外で一斉に講習等を受けることは難しく、実際に巡回指導で園に来ていただけることはありがたい。 ・幼児期の運動習慣形成に関する県の予算は乏しい。地元企業の協力を得ることも検討していきたいが、金銭的なことに対する抵抗をもつスポーツ団体関係者も多い。

	<p>・県の予算獲得でも、量的なエビデンスを求められていることなので、保育士等の現場の意見も積極的にエビデンスの一つとして活用すべきではないか。</p>
	<p>⑤その他、全体を通しての気づき</p> <p>岐阜県スポーツ協会に加入している県内の団体は多数あり、県内への影響力は大きいと思われるが、活発な子供や、運動スキルが高い子供が増えることは、スポーツ協会のメリットでもあるはずなので、積極的な関与を期待したい。</p>

令和 6 年度 幼児期からの運動習慣形成プロジェクト

奈良県 取組視察報告書

※視察時は下記の項目を把握いただき、枠内に記載して後日事務局にご共有ください。

記入者名	武長 理栄
視察日時	12月 22日(日) 15:00~16:30
場所	イオンモール奈良登美ヶ丘 3階ならとみコート
取組内容	<p>親子スポーツ体験会(ボッチャ・TENNIS PLAY&STAY 体験)</p> <p>【内容】</p> <p>イオンモールのスペースを活用し、ボッチャとテニスを体験できるスポットを設置。普段運動になじみのない保護者も子どもと一緒に体を動かすことで、その良さに気付いてもらうこと、保護者のフィジカルリテラシーの向上、家庭での運動遊びを含めた親子で体を動かす実践を促すことがねらいであった。</p> <p>【参加者】 商業施設内の来場者</p> <p>【評価方法】 体験参加者数、事前事後アンケート調査</p> <p>【継続性】 参加者意見等を取りまとめ、参考事例として県HPやSNSで展開することで事業継続性を確保する</p>
出席者	<p>【自治体】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・奈良県地域創造部スポーツ振興課 課長補佐 市井 稔 氏 ・奈良県地域創造部スポーツ振興課 地域スポーツ係 主任主事 下村 幸生 氏 <p>【教室指導者・運営者等】 スペシャルオリンピックス日本・奈良 スタッフ、奈良県テニス協会常任理事 西口 省三氏</p> <p>【事業推進委員】</p> <p>松崎委員、原田委員、中村委員、鈴木委員、武長委員</p>
視察報告	<p>① 現状把握(計画通りに進んでいるか)</p> <p>奈良県スポーツ振興課が進める事業は、概ね計画通りに進行しているが、一部に遅れがあった取り組みや未確認の点が見受けられた。</p> <p>保護者への働きかけに関する取り組み(本日視察のイベント)には約 42 組の参加があり、一定の成果を収めている。</p> <p>また、指導者向けの講習会は 11 月 4 日に実施され、幼稚園・保育園の教職員 24 名が参加した。これらの講座内容は、各園に持ち帰り、運動プログラムとして展開されることが期待される。しかし、講習会の参加が希望者のみに限られたため、全園への普及には至っていない。参加した園の反応やプログラムの展開状況については、現時点で十分に確認できており、フォローアップが必要である。</p> <p>② この事業・教室の特長、強み</p> <p>このイベントの特長は、商業施設という日常的な空間を活用し、普段スポーツに触れる機会の少ない親子が気軽に参加できる点にある。これは、商業施設の利便性が参加へのハードルを下げる要因となり、運動やスポーツへの関心が薄い層にアプローチできる強みを持つ。</p>

また、プログラムは15分程度と短時間で構成されており、幼児の集中力や体力に合わせた内容である点が評価できる。さらに、今後は地域のスポーツクラブなどと連携するといった工夫があれば、運動イベントが一過性で終わらず、継続的な活動に繋がる可能性を秘めている。

③ 教室・事業改善へのアドバイス

【出口戦略の強化】

イベント終了後に地域クラブや園での定期プログラムへ参加を促す具体的なフォローワー体制を構築するべきである。参加者に対して、イベント後の継続的なプログラムや教室の案内を積極的に行い、運動習慣の定着を図る必要がある。

【情報発信と啓発活動】

園での取り組みを紹介する展示やパンフレットを作成し、イベント会場でも事業の認知度向上を図るべきである。加えて、ACP(アクティブ・チャイルド・プログラム)などの運動遊びプログラムを保護者に紹介し、スポーツの重要性を理解してもらう機会を増やすことが重要である。

【親子での関わり強化】

親が積極的に関与できるプログラム設計を行い、親子が一緒に楽しむ場を提供することが求められる。親が子どもと一緒にスポーツに取り組むことで、家庭内での運動習慣の定着が期待される。

【行動変容ステージを踏まえたアプローチ】

商業施設を場とした運動参加のきっかけ作りという本イベントの一番の強みは、「我が子を定期的な運動プログラムを参加させること」を目的とした親の行動変容ステージ上の、【前関心期】にもアプローチできることである。これらの層について、まずは次の【関心期】へ移行を狙いとすることが適當ではないか。「運動に苦手意識をもつ保護者」や、「子どもの運動の重要性を十分理解していない親」に対し、次のステップとして、いきなり金銭面や時間面、精神面の負担が大きい本格的なプログラムを紹介することなく、「ナッジ」の手法を活用したゆるやかなアプローチを活用することも検討していただきたい。

④ 事業継続(自走化)へのアドバイス

自走化のポイントは、「地域ぐるみの参加意識」と「多様なステークホルダーの関与」。行政が単独で推進するのではなく、地域の企業、クラブ、住民にも主体的に関与してもらい、事業の担い手となつてもらうことが必要。対話の機会(会議体をつくる、定期的なミーティングなど)を設けるなどの取り組みも行い、持続可能な仕組みの構築につなげたい。

⑤ ④のうち特に事業のビジネス化や資金確保のアドバイス

①企業・地域資源の活用

地元企業をスポンサーとして巻き込み、資金面や人的支援を受ける体制を整えることが求められる。CSR活動の一環として企業がプログラムに参画することで、事業の持続可能性が高まる。また、地元のスポーツチームと連携し、地域に根付いた活動へ発展させることも効果的である。

② 笹川スポーツ財団のアクティブラシティ推進事業の紹介

市町村のスポーツによるまちづくりを推進する取り組みであり、事業やイベント実施に対する助成、自治体職員のスキルアップ研修や人的ネットワークの提供など、資金・人的リソースの支援を行うことが可能。

【 笹川スポーツ財団 WEB】

<https://www.ssf.or.jp/dotank/activecity/index.html>

⑥ その他、全体を通しての気づき

今回視察したイベントについて、波及性を求めるならば、イオンのある自治体のスポーツ関連部局の担当者と県の担当者が連携しておくのが良かったのではないか。

令和 6 年度 幼児期からの運動習慣形成プロジェクト

富山県 取組視察報告書

記入者名	山本 康貴（事務局）
視察日時	2025 年 1 月 18 日(日) 10:00~12:30
場所	小矢部市文化スポーツセンター
取組内容	<p>小矢部市教育委員会が主催し、NPO 法人おやべスポーツクラブが実施する「親子運動教室～運動遊びを通して親子でふれあい」(全 5 回)の 5 回目の教室を視察した。参加者は全 5 回の開始前に、5 回分をまとめて募集済みであった。</p> <p>3~5 歳児とその保護者の計 12 組が参加。複数回参加する対象者もいた。10 時 30 分~11 時 30 分の 1 時間の中で、おやべスポーツクラブのインストラクター 1 名とアシスタント 2 名が親子でからだを動かす運動遊びを行った。場所はセンター内のスタジオで、内容はジャンケン遊び、すずらんテープを使用した遊び、大小のボールを使用した遊びのようなことを親子で関わり合いながら行っていた。</p>
出席者	<p>【自治体】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・富山県生活環境文化部 スポーツ振興課 <ul style="list-style-type: none"> 副主幹 山田 二郎 主任 木下 登喜子 ・小矢部市教育委員会 文化スポーツ課 <ul style="list-style-type: none"> 主任 武内 勇一 主任 福永 圭純 ・NPO 法人おやべスポーツクラブ <ul style="list-style-type: none"> クラブマネージャー 沼田秀樹 インストラクター 松井 <p>【スポーツ庁】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域スポーツ課 <ul style="list-style-type: none"> 係長 吉野 憲司 研修生 下石 和樹 ・技術審査委員 <ul style="list-style-type: none"> 古川 ワカ (新宿区立四谷こども園 園長) <p>【事業推進委員】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・松㟢 洋子 (明治学院大学) ・中村 宏美 (日本スポーツ振興センター)
視察報告	<p>① 現状把握(計画通りに進んでいるか)</p> <p>事業は計画通りに進んでいる。※10 月、11 月視察時に確認済み</p> <p>② この事業・教室の特長、強み</p> <p>・おやべスポーツクラブは、当文化スポーツセンターの指定管理を受託していて運営上の余裕もあり、また各年代に対して豊富な指導経験を持つ沼田氏がクラブマネージャーにいることからも、本事業の委託を受けて、安定的に幼児期に向けた取組が継続できている。</p>

<p>・加えて、5回シリーズの5回目となれば、複数回参加している親子も多く、円滑な教室運営がされていた。</p>
<p>③ 教室・事業改善へのアドバイス</p>
<p>市に対して 計5回の取組を通じて親子にどのような変化が見られたかという問い合わせに対して、特に明確な回答が無かった。終了後にアンケートを行っているよう情報集約という意味では心配ないと思われるが、できるだけ各回で得られるフィードバックや振り返りを、指導者間で早めに共有し、小さな改善を積み重ねて頂きたい。その上で、市としては、ACP等の運動遊びを指導する側の豊富なノウハウを、あまり運動指導が得意ではない園の先生方へも共有する取組を強化して頂きたい。沼田氏には、そういった市内の環境整備のためのリーダーになって頂けると有難い。</p>
<p>県に対して ③に記載の通り、小矢部市の取組をモデルとして、ぜひ他の市町村へ波及させて頂きたい。その過程で、県の基本計画への明文化、必要な財源の予算化、派遣社会教育主事の積極活用はもちろん、国事業への応札などの選択肢が生まれてくると思われる。小矢部市の取組に対して、他市町村からの視察などを積極的に企画するなど、県内横展開への具体的な政策を検討いただきたい。</p>
<p>④ 事業継続(自走化)へのアドバイス</p>
<p>市やクラブについては、これまで2回の視察時の通り。 県に対しては④に記載の通り。</p>
<p>⑤ ④のうち特に事業のビジネス化や資金確保のアドバイス</p>
<p>10月の視察で指摘した通り。</p>
<p>⑥ その他、全体を通しての気づき</p>
<p>本事業の普及事業実施県は、県主導の強弱で2つに大別されるが、富山県の場合は小矢部市が主導であり、県がそれに応じた形。 この場合、当該市内での取組は大変活性化され、事業期間内に狭範囲内で多くの取組がなされることから、対象の園の先生や保護者が意識変容、行動変容する確率は高くなる。 今後は県内全体へと波及させる取組に着手いただきたい。</p>

第2章 子供の姿と運動習慣に関する保護者等への実態調査

1. 全国の保護者に対する定量調査（追跡調査）

鈴木宏哉、川田裕次郎、染谷由希、木藤友規（順天堂大学スポーツ健康科学部）

東海林宏道（順天堂大学医学部）

中村絵美（順天堂大学保健医療学部）

松井公宏（順天堂大学スポーツ健康医科学研究所）

松永美咲（順天堂大学スポーツ健康医科学推進機構）

※報告者：松永美咲・鈴木宏哉

一昨年度（令和4年度）の本事業では、子供の運動習慣形成に関する保護者の要因を明らかにするために、全国の3歳から小学校2年生の子供をもつ保護者男女約5,000名を対象にWebアンケート調査を実施した。昨年度（令和5年度）は、そのうち2,000名を追跡調査し、さらに本年度は885名に対して継続して再調査を行なった。本事業のコンセプトである「大人が変われば子供が変わる」を踏まえ、保護者のフィジカルリテラシーと、子供の姿（生活習慣・運動習慣・運動能力・非認知能力）との関連を分析した。加えて、本年は新たに余暇時間に関する項目を追加し、保護者の意識・行動と子供の姿の因果関係の検証を試みた。

【調査概要】

- 対象地域：全国
 - *令和4（2022）年度調査時における子供の人口動態（都道府県・性別・年齢）に準拠した割付
 - 対象者：令和4（2022）年12月に3歳から小学校2年生の子供をもち、令和5（2023）年度と令和4（2022）年度に調査に協力した保護者男女885名（対象者属性については表1参照）
 - 方法：パネル登録モニターを対象としたWEBアンケート調査
 - （業務委託：マイボイスコム株式会社）
 - 期間：2024年12月1日から12月16日（昨年度、一昨年度の調査時期と同時期）
 - 調査内容：保護者自身についてと保護者から見た子供の状況
 - （調査項目や詳細については表2参照）
- 人口動態学的項目（昨年度、一昨年度調査で収集済み項目を含む）
保護者（回答者）の年齢・性別、居住場所（都道府県、都市階級区分、住居構造（一戸建て、集合住宅など））、婚姻状況、職業、所得、家族構成（同居家族、兄弟姉妹数）、子供から見た回答者の続柄（父、母、祖父、祖母など）
- 子供の発育発達、生活習慣・住環境に関する項目（昨年度、一昨年度調査で収集済み項目を含む）
子供の年齢、性別、胎児数、出生順位、妊娠期間（在胎週）、出生時の身長・体重、1歳6ヶ月児・3歳児健康診断時の身長・体重、四足歩行開始年齢、歩行開始年齢、食事・間食の状態、食事の好き嫌い、就寝・起床時刻、昼寝の有無、スクリーンタイム、教育の有無と種別（保育園、幼稚園、こども園、小学校の種別など）

➤ 子供の現在の姿に関する項目（昨年度、一昨年度調査より継続）

・運動能力

オーストラリアで用いられている Physical Literacy in Children Questionnaire における身体領域（Physical domain）の質問項目及び日本整形外科学会作成の児童・生徒等の運動器の健康ならびに運動器検診を参考に、基礎的な運動能力を調査した。運動能力は、バランス・平衡性、敏捷性、巧緻性、持久性、筋力、敏捷性・協調性、スピード、瞬発力、協応性の体力要素を含む 11 の動きが上手・得意だ／上手・得意な方だ／上手・得意ではない方だ／上手・得意ではない、の 4 段階で評価

・運動習慣

体を活発に動かす遊びの頻度、遊ぶ場所（屋内、屋外）、外遊びの時間、60 分間以上の身体活動の頻度、遊び時の人数、遊びへの保護者の関与度、スポーツスクール・レッスンの参加有無と頻度、習い事の種別や有無など

・非認知能力（心理社会的健康）

強みと困難さ尺度（Strength and Difficulty Questionnaire : SDQ）を使用した。SDQ は、4 歳～16 歳の子供の日常行動の評価によって情緒や行動面の特徴を把握する質問紙として英国で開発されたものである。親または学校の先生が回答でき、選択肢の数と項目数の少なさから簡便に測定できることで注目され、近年では欧米諸国をはじめ多くの国で使用されている。SDQ は 5 つの下位尺度（各下位尺度 5 項目で全 25 項目）で構成されている。①情緒の問題（項目例：心配ごとが多くいつも不安なようだ）、②行為の問題（項目例：カッとなったり、かんしゃくをおこしたりすることがよくある）、③仲間関係の問題（項目例：他のこどもから、からかわれたりする）、④多動不注意（項目例：すぐ気が散りやすく、集中できない）、⑤向社会的行動（項目例：自分から進んで他人を手伝う）である。①情緒の問題、②行為の問題、③仲間関係の問題、④多動不注意は「困難さ」を示し、⑤向社会的行動は「強み」を示す指標とされている。全 25 項目について 3 件法（あてはまらない：0 点、ややあてはまる：1 点、あてはまる：2 点）で回答を求めた。また困難さを示す 4 つの特徴（①情緒の問題、②行為の問題、③仲間関係の問題、④多動不注意）の得点を足し合わせて「総合的な困難さ」得点を算出した。各下位尺度の得点範囲は 0-10 点、総合的困難さは 0-40 点となり、得点が高いほど困難さが大きいこと（非認知能力が低いこと）を示す。

・柔軟性（関節可動域）

子供の運動器の状態について、小学校等で実施されている子供の運動器（ロコモ）の状態に関する保健調査（運動器検診）の内容を参考に、3 つの柔軟性に関する項目「立った姿勢から膝を曲げずにつま先を触れることがありますか（前屈動作）」、「足の裏を床につけたまま、後ろに倒れずにしゃがむことはできますか（蹲踞）」、「ばんざいをすることができますか」を調査した。柔軟性（関節可動性）は 3 項目のうち「床に手のひらがつく・しゃがんでいられる・耳の後ろまで両手をあげられる」を最高評価、「つま先をさわれない・しゃがめない・両手をあげられない」を最低評価とし、4～1 点の 4 段階で評価した。

- ・クロノタイプ（朝型/夜型）（昨年度調査より継続）

クロノタイプの評価には、日本語版 Children's Chronotype Questionnaire を用いた。Children's Chronotype Questionnaire は子どもの睡眠習慣およびクロノタイプを評価するために開発され、日本語版の妥当性が確認されている（Ishihara et al., Chronobiol Int 2014）。日本語版 Children's Chronotype Questionnaire は保護者回答の質問紙であり、27 項目から構成されている。本調査では、Morningness/Eveningness (M/E) 得点（クロノタイプの指標）を評価するために、10 項目を使用した。M/E 得点の範囲は 10～48 点であり、23 点以下が朝型、24～32 点が中間型、33 点以上が夜型と判定される。

➤ 保護者の意識・行動に関する項目

- ・保護者のフィジカルリテラシー（昨年度、一昨年度調査により継続）

本調査で使用したフィジカルリテラシーの尺度は、日本スポーツ協会の令和 3 年度スポーツ医・科学研究プロジェクトである「身体リテラシー（Physical Literacy）評価尺度の開発」の中で行った実態調査に使用した尺度である。具体的には、身体領域 6 問、感情領域 4 問、認知領域 3 問、社会領域 3 問で構成される。実際の質問項目は表 2 を参照されたい。4 領域に関するそれぞれの質問について、選択肢としてレベル 1（低い）からレベル 3（高い）まで示されており、自身に最もあてはまる回答を 1 つ選択する。そしてレベル 1 を 1 点、レベル 2 を 2 点、レベル 3 を 3 点として、領域ごとの合計点を算出した。また、4 領域のフィジカルリテラシー（PL）得点をそれぞれ得点率に変換し、個人ごとに PL 得点率（各領域得点率の平均値）を求めた。

- ・保護者のサポート意識・行動（昨年度調査より継続）

保護者のサポート意識・行動の評価には、Trost ら（Am J Prev Med 2003;25(4)）の身体活動に対する保護者のサポート尺度を、日本語に翻訳して使用した。この尺度では、子どもの身体活動やスポーツに対して、どのくらいの頻度で保護者がサポートをするかを調査できる。具体的には、身体活動やスポーツの推奨や見守り、メリットの説明、活動ができる場所への送迎、一緒に活動することについての質問が含まれ、全く行わないから毎日行うまでの 5 段階で保護者本人から回答を得るものである。これら 5 項目の質問の合計得点を保護者のサポート得点とした。

➤ 今年度調査新規項目

- ・保護者の余暇時間と就労の状況

現在の余暇時間について、1 年前、2 年前と比較して、その変化を「だいぶ増えた」、「増えた」、「変わらない」、「減った」、「だいぶ減った」の 5 段階で評価した。また、現在の就労の状況については、1 年前、2 年前と比較して、就労日数や 1 日あたりの就労時間が「増えた」、「変わらない」、「減った」の 3 段階で調査した。

【データ数】

- 有効回収数 計 885 件（男性：300 名、女性：585 名）

【分析の観点】

以下の 5 つの概念および項目について、横断的および縦断的に解析を行った。

- 保護者の身体活動：1 日 30 分以上の身体活動日数
- 保護者のフィジカルリテラシー：身体領域、心理領域、社会領域、認知領域
- 保護者のサポート意識・行動：励まし、関与、促進支援
- 子供の身体活動：活発な遊び、1 日 60 分以上の身体活動日数
- 子供の姿：運動能力、柔軟性、非認知能力（心理社会的健康）、クロノタイプ（朝型・夜型）

表1 回答者属性

居住都道府県	度数	%
北海道	37	4.2
青森	6	0.7
岩手	5	0.6
宮城	12	1.4
秋田	6	0.7
山形	6	0.7
福島	13	1.5
茨城	14	1.6
栃木	8	0.9
群馬	14	1.6
埼玉	53	6.0
千葉	46	5.2
東京	105	11.9
神奈川	73	8.2
新潟	18	2.0
富山	12	1.4
石川	7	0.8
福井	6	0.7
山梨	3	0.3
長野	16	1.8
岐阜	14	1.6
静岡	21	2.4
愛知	52	5.9
三重	8	0.9
滋賀	9	1.0
京都	30	3.4
大阪	52	5.9
兵庫	45	5.1
奈良	17	1.9
和歌山	6	0.7
鳥取	6	0.7
島根	3	0.3
岡山	15	1.7
広島	23	2.6
山口	8	0.9
徳島	5	0.6
香川	11	1.2
愛媛	11	1.2
高知	7	0.8
福岡	37	4.2
佐賀	1	0.1
長崎	8	0.9
熊本	10	1.1
大分	3	0.3
宮崎	5	0.6
鹿児島	10	1.1
沖縄	8	0.9
未記入	-	-
その他	-	-
不明	-	-
合計	885	100.0

地域分類	度数	%
北海道	37	4.2
東北	47	5.3
関東	313	35.4
北陸	42	4.7
中部	104	11.8
近畿	167	18.9
中国	55	6.2
四国	35	4.0
九州	85	9.6
未記入	-	-
その他	-	-
合計	885	100.0

年齢階層	度数	%
10代	-	-
20代	8	0.9
30代	378	42.7
40代	454	51.3
50代	43	4.9
60代	2	0.2
70代	-	-
80代以上	-	-
未記入	-	-
その他	-	-
合計	885	100.0

性×年代	度数	%
男性10代	-	-
男性20代	1	0.1
男性30代	90	10.2
男性40代	173	19.5
男性50代	34	3.8
男性60代	2	0.2
男性70代	-	-
男性80代以上	-	-
女性10代	-	-
女性20代	7	0.8
女性30代	288	32.5
女性40代	281	31.8
女性50代	9	1.0
女性60代	-	-
女性70代	-	-
女性80代以上	-	-
その他	-	-
合計	885	100.0

未既婚	度数	%
結婚していない（未婚・離死別）	36	4.1
結婚している	849	95.9
未記入	-	-
合計	885	100.0

表2 単純集計

SQ0. 「幼児期からの運動習慣形成プロジェクトに関するアンケート」にて、お子様についてご回答いただきましたが、今回もこちらのお子様についてご回答をお願い致します。こちらのお子様の現在の状況についてお答え頂けますでしょうか。

	度数	%
はい	885	100.0
いいえ	-	-
無回答	-	-
合計	885	100.0

Q1. この調査票への記入はお子様（対象児）から見てどなたがされていますか。

	度数	%
父親	299	33.8
母親	586	66.2
祖父	-	-
祖母	-	-
その他	-	-
無回答	-	-
合計	885	100.0

Q2. お子様の現在の身長はいくつですか。【身長】

	度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
Q2	885	885	125.94	176.00	125.00	80.00	120.00	160.67	12.68

Q3. お子様の現在の体重はいくつですか。【体重】

	度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
Q3	885	885	25.29	83.00	24.80	10.00	25.00	65.44	8.09

Q4. 現在お子様に、運動を制限しなければならないようなケガや持病がありますか。

	度数	%
ない	865	97.7
ある	20	2.3
無回答	-	-
合計	885	100

Q5. あなたの生年月日を教えてください。

	度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
【年】	885	885	1982.05	1998.00	1982.00	1961.00	1984.00	27.84	5.28
【月】	885	885	6.68	12.00	7.00	1.00	9.00	11.36	3.37
【日】	885	885	15.64	31.00	15.00	1.00	10.00	77.76	8.82

Q6. あなたの性別をお知らせください。

	度数	%
男	300	33.9
女	585	66.1
どちらでもない、答えたたくない	-	-
無回答	-	-
合計	885	100.0

Q7. あなたの身長を教えてください【身長】

	度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
Q7	885	885	162.74	189.00	162.00	143.00	160.00	69.37	8.33

Q8. あなたの体重を教えてください【体重】

	度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
Q8	885	885	57.11	110.00	55.00	36.50	50.00	132.19	11.50

Q9. 現在あなたに、運動を制限しなければならないようなケガや持病がありますか。

	度数	%
ない	866	97.9
ある	19	2.1
無回答	-	-
合計	885	100.0

Q10. あなたの世帯収入を教えてください。

	度数	%
200万円未満	21	2.4
200～300万円未満	28	3.2
300～400万円未満	43	4.9
400～500万円未満	81	9.2
500～600万円未満	113	12.8
600～700万円未満	97	11.0
700～800万円未満	106	12.0
800～900万円未満	96	10.8
900～1000万円未満	79	8.9
1000万円以上	138	15.6
わからない、答えたたくない	83	9.4
無回答	-	-
合計	885	100.0

Q11. あなたは結婚していますか。

	度数	%
結婚していない（未婚・離死別）	36	4.1
結婚している	849	95.9
無回答	-	-
合計	885	100.0

Q12. あなたの職業にあてはまるものを選択してください。

	度数	%
自営業（農林漁業、小売店・飲食店、理髪店・団体の経営者・個人営業主などの商工サービス業、開業医、弁護士事務所経営者、芸術家、茶道道師など）	27	3.1
家族従事者（農家や個人商店などで自分の家族が経営する事業を手伝っている者）	4	0.5
勤め人【正社員・正職員】（会社員、公務員、研究者、教員など）	416	47
勤め人【契約社員・派遣社員・非常勤】（会社員、公務員、研究者、教員など）	48	5.4
専業主婦・主夫（パートタイムをしていない方）	190	21.5
パートタイムやアルバイト	193	21.8
無職	6	0.7
その他 具体的に：	1	0.1
無回答	-	-
合計	885	100.0

Q13. あなたの居住場所について教えてください。（都道府県）

	度数	%
北海道	37	4.2
青森	6	0.7
岩手	5	0.6
宮城	12	1.4
秋田	6	0.7
山形	6	0.7
福島	13	1.5
茨城	14	1.6
栃木	8	0.9
群馬	14	1.6
埼玉	53	6.0
千葉	46	5.2
東京	105	11.9
神奈川	73	8.2
新潟	18	2.0
富山	12	1.4
石川	7	0.8
福井	6	0.7
山梨	3	0.3
長野	16	1.8
岐阜	14	1.6
静岡	21	2.4
愛知	52	5.9
三重	8	0.9
滋賀	9	1.0
京都	30	3.4
大阪	52	5.9
兵庫	45	5.1
余良	17	1.9
和歌山	6	0.7
鳥取	6	0.7
島根	3	0.3
岡山	15	1.7
広島	23	2.6
山口	8	0.9
徳島	5	0.6
香川	11	1.2
愛媛	11	1.2
高知	7	0.8
福岡	3/	4.2
佐賀	1	0.1
長崎	8	0.9
熊本	10	1.1
大分	3	0.3
宮崎	5	0.6
鹿児島	10	1.1
沖縄	8	0.9
無回答	-	-
合計	885	100.0

Q14. あなたの居住場所について教えてください。（都市階級区分）

	度数	%
大・中都市（人口15万人以上の市、政令指定都市、東京都区部）	457	51.6
小都市（15万人未満の市）	340	38.4
町村	88	9.9
無回答	-	-
合計	885	100.0

Q15. あなたはお子様がいらっしゃいますか。

	度数	%
いない	-	-
1人いる	230	26
2人いる	465	52.5
3人いる	164	18.5
4人いる	23	2.6
5人以上	3	0.3
無回答	-	-
合計	885	100.0

Q16. お子様がよく一緒に遊ぶ仲の良い友達は何人いらっしゃいますか。

	度数	%
1人で遊ぶことが多い	125	14.1
2-3人	406	45.9
3-4人	199	22.5
5人以上	155	17.5
無回答	-	-
合計	885	100.0

Q17. お子様は習い事をしていますか。

	度数	%
している	635	71.8
していない	250	28.2
無回答	-	-
合計	885	100.0

Q18. お子様の習い事の種類について教えてください。

	度数	%
学習や文化・芸術系（ピアノ、そろばん、英会話、学習塾など）の習い事	416	47.0
球技系（野球、サッカー、バスケットボール、テニスなど）の習い事	139	15.7
球技以外のスポーツ（スイミング、ダンス、剣道、空手など）の習い事	372	42.0
無回答	-	-
合計	635	100

AQ1. あなたの筋力（筋肉が力を発揮する能力）について最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】日常生活の場面で、力を発揮することが難しい（例：貢物袋を持ち運ぶことができない、起き上がることができない、座っている時に適切な姿勢を維持できないなど）	8	0.9
【レベル2】通常の身体活動の場面で、力を発揮することができる（例：日常的な家事作業や、腕立て伏せ、腹筋運動、懸垂運動など）	767	86.7
【レベル3】激しい身体活動の場面で、より大きな力を発揮することができる（例：重い物を持ち上げる、ウエイトトレーニングやザーキットトレーニングといった激しい身体活動など）	110	12
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ2. あなたのスタミナ（長時間にわたり身体活動を維持する能力）について最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】軽い身体活動でも継続することが難しい（例：休憩を取りながらでないと階段を登ったり歩き回ることができないなど）	8	0.9
【レベル2】少し息がはずむような身体活動ができる（例：軽い荷物を運ぶ、一定のペースで走る/自転車をこぐなど）	670	75.7
【レベル3】身体的にきつい感じ、息がかなりはずむような身体活動ができる（例：重い荷物を運ぶ、エアロビクス、長時間にわたり速く走る/自転車をこぐなど）	207	23
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ3. あなたのある地点から別の地点へ移動する能力について最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】人の助けを借りずに移動することが難しい（例：歩行のために補助が必要であるなど）	7	0.8
【レベル2】通常の身体活動場面で、さまざまな動作で移動できる（例：走る、跳ぶ、登るなど）	699	79.0
【レベル3】激しい身体活動の場面であっても、さまざまな動作で移動できる（例：試合やレースで走る、バスに乗るために疾走する、登りに上り壁を登るなど）	179	20
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ4. あなたの用具を使用してある地点から別の地点へ移動する能力について最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】用具を使用して移動することが難しい（例：自転車に乗ることができないなど）	21	2.4
【レベル2】通常の身体活動場面で、用具を使用して移動することができる（例：自転車、キックボード、スケートボード、スキーなど）	674	76.2
【レベル3】用具を使用した身体活動が難しい場面であっても、移動することができる（例：坂道で自転車をこぐ、難しいコースでスキーをするなど）	190	21
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ5. あなたのコーディネーション（調整）能力とバランス（平衡）能力について最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】自分の動きを調整したりバランスをとったりすることが難しい（例：補助なしで立っていることができない）	4	0.5
【レベル2】通常の身体活動場面で、自分の動きを調整したりバランスをとったりすることができる（例：ダンスをする、平均台の上を歩く、体操をするなど）	782	88
【レベル3】難易度の高い身体活動場面であっても、自分の動きを調整したりバランスをとることができます（例：スピードのある振り付けでダンスをする、動く台の上でバランスをとる）	99	11
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ6. あなたの物を操作する能力について最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】身体活動において、物を操作することが難しい（例：物を投げられない、キャッチできない）	9	1.0
【レベル2】通常の身体活動場面で、物を操作することができます（例：ボールを投げる/キャッチする/ドリブルする/キックする、バトンを回す、ボールを打つ）	748	85
【レベル3】難易度の高い身体活動場面であっても、物を操作することができます（例：試合でボールをコントロールする、物を操作しながら踊る）	128	14.5
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ7. あなたが身体活動を行う理由について最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】身体活動を行う気にならない	183	20.7
【レベル2】身体活動を行うのは、他者からの承認、評価、報酬が得られるからである	279	31.5
【レベル3】身体活動を行うのは、喜び、楽しみ、自己実現が得られるからである	423	47.8
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ8. あなたの身体活動場面における（自分の能力を発揮できる）自信について最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】身体活動を行う自信がない	68	7.7
【レベル2】通常の身体活動場面（例：自転車や徒歩による通勤・通学、スポーツ、フィットネスなど）であれば、自分ならできるという自信	689	77.9
【レベル3】身体活動を行うことが難しい場面（例：新しい、未知の状況、時間がない、疲れているなど）であっても、自分ならできるという自信がある	128	14
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ9. あなたの身体活動場面における身体の変化（疲労や痛みなど）への気づきおよびその調整・制御について最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】身体活動場面において自分が疲れていることに気づくのが苦手である	28	3.2
【レベル2】身体活動場面において自分が疲れていることがわかる	675	76.3
【レベル3】身体活動場面において様々な方法（例：ペース配分、呼吸のコントロールなど）で自分の疲労を管理できる	182	20.6
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ10. あなたの身体活動に関連する感情（例：喜び、悲しみ、恐れ、怒りなど）とその結果としての行動の調整・制御について最もあてはまるレベルをお答えください

	度数	%
【レベル1】身体活動場面において自分の感情の変化に気づくのが苦手である	46	5.2
【レベル2】身体活動場面において自分の感情の変化を認識できる	632	71.4
【レベル3】身体活動場面において自分の感情をコントロールすることができる（例：ポジティブな考え方・意識を向ける、感情のまま行動する前に心を落ち着かせる）	207	23
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ11. あなたが身体活動に関する知識や情報（例：身体的、感情的、社会的、認知的なメリットなど）を知っているか、また、伝えることができるかについて最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】身体活動のメリット（効果）を理解していない	46	5.2
【レベル2】身体活動の一般的なメリット（効果）を理解している	631	71.3
【レベル3】さまざまな種類の身体活動（例：自転車や徒歩による通勤・通学、リズミカルに身体を動かす、各種スポーツなど）とそれぞれのメリット（効果）を関連づけることができる	208	24
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ12. あなたが身体活動の場面で遵守すべき規則、ガイドライン、原則、あるいは手続き（例：安全や衛生面のルール、試合中のルールなど。それらは、明示的なもの、口頭で言われるもの、あるいは暗黙の了解の場合がある）、また目標達成のために、その場で行われる計画的かつ臨機応変な意思決定や行動について最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】身体活動に参加するためのルールや戦術を認識するのが苦手である	46	5.2
【レベル2】行っている身体活動のルールや戦術を理解し守っている	655	74.0
【レベル3】自分が行う身体活動の場面や状況に合わせて、ルールや戦術を調整できる	184	20.8
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ13. あなたが身体活動において目標を設定して実行する能力（例：自転車や徒歩による通勤・通学のルートを計画する、エクササイズの計画を立てる、試合に勝つ）について最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】身体活動において、計画を立て自分の目標を達成することが苦手である	86	9.7
【レベル2】身体活動において、計画を立て自分の目標を達成する方法を知っている	597	67.5
【レベル3】状況にあわせて自分の計画を柔軟に変えることができる（例：自宅でトレーニングするためにトレーニング計画を柔軟に変える、天候に応じて練習場所を変えるなど）	202	23
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ14. あなたの公平さや正義に関わる道徳的原理について最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】身体活動において、公正であり、他者を尊重し、インクルーシブ（共に支え合う）であることが苦手である	32	3.6
【レベル2】身体活動において、公正であり、インクルーシブであろうとしている	711	80.3
【レベル3】身体活動において、他者の尊重、公正、インクルーシブの状況を改善に向かわせることができる	142	16.0
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ15. あなたの文化的な価値観（シンボル、ゲーム、礼儀作法、習慣など）の正しい理解について最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】身体活動における文化的な価値観や習慣を認めることが難しい	29	3.3
【レベル2】身体活動における文化的な価値観や習慣を認識し、それに参加することができる	706	79.8
【レベル3】身体活動における文化的な価値観や習慣を尊重して積極的に取り組む姿勢である	150	16.9
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ16. あなたの他者と上手に交流する社会的スキル（コミュニケーション、協力、リーダーシップ、争いごとの解決など）について最もあてはまるレベルをお答えください。

	度数	%
【レベル1】身体活動において、他者と協力・協調することが苦手である	39	4.4
【レベル2】身体活動において、他者を尊重して協力・協調できる（例：他の参加者のスペースを尊重する、道具やボールを共有する）	680	76.8
【レベル3】身体活動において、他者がうまくいくように積極的にサポートし、励ますことができる	166	18.8
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ1/. あなたが過去/日間のうち、歩きなどの運動や各種バーバーのような身体活動を30分以上行った日数は何日ですか。

	度数	%
行っていない	466	52.7
1日	105	11.9
2日	96	10.8
3日	59	6.7
4日	33	3.7
5日	64	7.2
6日	21	2.4
7日	41	4.6
無回答	-	-
合計	885	100.0

AQ18. あなたの過去6ヶ月および現在、これから先の6ヶ月間の運動することについてお聞します。以下に示す項目から、あなたに最も当たるものの1つを選んでください。なお、質問項目の中に「定期的な運動」という内容がでますが、ここでいう「定期的な運動（たとえば、ウォーキング）」というのは、「週2~3回以上、運動時間1回20~30分以上の運動」のことを指しています。

	度数	%
私は現在、運動をしていない。また、これから先もするつもりはない。	203	22.9
私は現在、運動をしていない。しかし、近い将来（6ヶ月以内）に始めようとは思っている。	269	30.4
私は現在、運動をしている。しかし、定期的ではない。	168	19.0
私は現在、定期的に運動をしている。しかし、始めてから6ヶ月以内である。	47	5.3
私は現在、定期的に運動をしている。また、6ヶ月以上継続している。	198	22.4
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ1. あなたのこの1週間では、強い身体活動（重い荷物の運搬、自転車で坂道を上ること、ジョギング、テニスのシングルなど）を行った日は何日ありましたか？

度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
BQ1	885	885	0.84	7.00	0.00	0.00	2.37	1.54

BQ1B. あなたが強い身体活動を行った日は、平均で、1日合計してどのくらいの時間そのような活動を行いましたか？

度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
【時間】	885	289	0.98	8.00	1.00	0.00	1.00	1.32
【分】	885	289	14.83	59.00	8.00	0.00	259.79	16.12

BQ2. あなたのこの1週間では、中等度の身体活動（軽い荷物の運搬、子供との鬼ごっこ、いっつり泳ぐこと、テニスのダブルス、カードを使わないゴルフなど）を行った日は何日ありましたか？歩行やウォーキングは含めないでお答え下さい。

度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
BQ2	885	885	1.26	7.00	0.00	0.00	3.32	1.82

BQ2B. あなたが中等度の身体活動を行った日には、平均で、1日合計してどのくらいの時間そのような活動を行いましたか？

度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
【時間】	885	415	1.01	8.00	1.00	0.00	0.00	1.72
【分】	885	415	13.89	50.00	2.00	0.00	239.17	15.41

BQ3. あなたのこの1週間では、10分間以上継続で歩くことは何日ありましたか？ここで、歩くとは仕事や日常生活で歩くこと、ある場所からある場所へ移動すること、あるいは趣味や運動としてのウォーキング、散歩など、全てを含みます。

度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
BQ3	885	885	3.13	7.00	3.00	0.00	0.00	6.96

BQ3B. そのような日には、平均で、1日合計してどのくらいの時間歩きましたか？

度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
【時間】	885	659	0.96	13.00	1.00	0.00	0.00	2.07
【分】	885	659	15.59	50.00	15.00	0.00	252.64	15.89

BQ4. 過去7日間のうち、あなたの半日に座って過ごしていた時間は1日平均どのくらいありましたか？

度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
【時間】	885	885	5.27	21.00	5.00	0.00	5.00	13.85
【分】	885	885	3.75	50.00	10.00	0.00	0.00	101.75

BQ5. 過去7日間のうち、あなたの休日に座って過ごしていた時間は1日平均どのくらいありましたか？

度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
【時間】	885	885	4.62	23.00	4.00	0.00	3.00	11.23
【分】	885	885	2.90	50.00	10.00	0.00	0.00	83.85

BQ6. 過去7日間のうち、あなたの平日1日のテレビやパソコン、スマートフォン、ゲーム機等のスクリーンの視聴時間は平均どのくらいですか？

度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
【時間】	885	885	3.61	18.00	3.00	0.00	2.00	8.42
【分】	885	885	3.70	59.00	10.00	0.00	0.00	98.41

BQ7. 過去7日間のうち、あなたの休日1日のテレビやパソコン、スマートフォン、ゲーム機等のスクリーンの視聴時間は平均どのくらいですか？

度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
【時間】	885	885	3.29	18.00	3.00	0.00	2.00	6.66
【分】	885	885	3.47	50.00	10.00	0.00	0.00	97.50

BQ8. お子様と家族の方が一緒に体を動かす遊びをしていますか。

	度数	%
まったくしない	212	24.0
月に1~2回くらい	334	37.7
週に1回くらい	195	22.0
週に2~3回くらい	116	13.1
週に3~4回くらい	15	1.7
ほとんど毎日	13	1.5
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ9B. 普段あなたは、お子様が身体活動やスポーツができる場所へのくらい連れて行きますか。

	度数	%
全くない	171	19.3
月に1~3回	359	40.6
週に1~2回	284	32.1
週に3~6回	59	6.7
毎日	12	1.4
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ9D. 普段あなたは、お子様に身体活動をすることは/健康に良いとのくらい言っていますか。

	度数	%
全くない	244	27.6
月に1~3回	300	33.9
週に1~2回	211	23.8
週に3~6回	79	8.9
毎日	51	5.8
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ9F. 自由に使える時間を一般的に「余暇時間」と言いますが、全体的にあなたの余暇時間は1年前と比べて増えたと思いますか、それとも減ったと思いますか。

	度数	%
だいぶ増えた	13	1.5
増えた	121	13.7
変わらない	569	64.3
減った	145	16.4
だいぶ減った	37	4.2
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ9H. あなたの就労について、1年前と比べて頻度（日数）や1日当たりの時間は増えたと思いますか、それとも減ったと思いますか。

	合計	増えた	変わらない	減った	無回答
【頻度】	885	140	696	49	-
	100.0	15.8	78.6	5.5	-
【時間】	885	163	657	65	-
	100.0	18.4	74.2	7.3	-

BQ9I. あなたの就労について、2年前と比べて頻度（日数）や1日当たりの時間は増えたと思いますか、それとも減ったと思いますか。

	合計	増えた	変わらない	減った	無回答
【頻度】	885	160	668	57	-
	100.0	18.1	75.5	6.4	-
【時間】	885	185	618	82	-
	100.0	20.9	69.8	9.3	-

BQ9A. 普段あなたは、お子様に身体活動やスポーツをするようにどのくらいすめますか。

	度数	%
全くない	237	26.8
月に1~3回	201	22.7
週に1~2回	303	34.2
週に3~6回	103	11.6
毎日	41	4.6
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ9C. 普段あなたは、お子様が身体活動やスポーツをするのどのくらいしますか。

	度数	%
全くない	162	18.3
月に1~3回	353	39.9
週に1~2回	286	32.3
週に3~6回	62	7.0
毎日	22	2.5
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ9E. 普段あなたは、お子様と一緒に身体活動やスポーツをどのくらいしますか。

	度数	%
全くない	318	35.9
月に1~3回	378	42.7
週に1~2回	153	17.3
週に3~6回	30	3.4
毎日	6	0.7
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ9G. 自由に使える時間を一般的に「余暇時間」と言いますが、全体的にあなたの余暇時間は2年前と比べて増えたと思いますか、それとも減ったと思いますか。

	度数	%
だいぶ増えた	23	2.6
増えた	148	16.7
変わらない	505	57.1
減った	162	18.3
だいぶ減った	47	5.3
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ10. お子様は立った姿勢から膝を曲げずにつま先を触れることができますか

	度数	%
床に手のひらがつく	264	29.8
床に指がつく	277	31.3
床に少し指がぶれる	193	21.8
つま先をわれない	151	17.1
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ12. お子様は「はんざい」をすることができますか

	度数	%
耳の後ろまで両手をあげられる	771	87.1
耳の位置まで両手をあげられる	92	10.4
耳の前まで両手をあげられる	17	1.9
両手をあげられない	5	0.6
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ14. お子様は鬼ごっこやドッヂボールなどで人や物にぶつからずに動くことはできますか

	度数	%
上手・得意だ	187	21.1
上手・得意なほうだ	450	50.8
上手・得意ではないほうだ	208	23.5
上手・得意ではない	40	4.5
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ16. お子様はボールを捕ることはできますか

	度数	%
上手・得意だ	124	14.0
上手・得意なほうだ	328	37.1
上手・得意ではないほうだ	368	41.6
上手・得意ではない	65	7.3
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ18. お子様は雲梯（うんてい）や鉄棒などにぶら下がっていることはできますか

	度数	%
上手・得意だ	189	21.4
上手・得意なほうだ	356	40.2
上手・得意ではないほうだ	272	30.7
上手・得意ではない	68	7.7
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ20. お子様はかけっこ（速く走ること）はできますか

	度数	%
上手・得意だ	240	27.1
上手・得意なほうだ	367	41.5
上手・得意ではないほうだ	226	25.5
上手・得意ではない	52	5.9
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ22. お子様はストライダー、自転車、キックボード、スケートボードなどに乗ることはできますか（三輪車、補助輪車は除く）

	度数	%
上手・得意だ	271	30.6
上手・得意なほうだ	325	36.7
上手・得意ではないほうだ	187	21.1
上手・得意ではない	102	11.5
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ11. お子様は足の裏を床についたまま、後ろに倒れずにしゃがむことはできますか

	度数	%
しゃがんでいられる	626	70.7
不安定だがしゃがむことはできる	189	21.4
お尻を下げることができない（踵が浮いてしまう）	52	5.9
しゃがめない	18	2.0
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ13. お子様は不安定な場所で立っていることはできますか

	度数	%
上手・得意だ	196	22.1
上手・得意なほうだ	442	49.9
上手・得意ではないほうだ	212	24.0
上手・得意ではない	35	4.0
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ15. お子様はボールを投げることはできますか

	度数	%
上手・得意だ	170	19.2
上手・得意なほうだ	369	41.7
上手・得意ではないほうだ	295	33.3
上手・得意ではない	51	5.8
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ17. お子様は長い時間、運動を続けることはできますか

	度数	%
疲れずに続ける（得意だ）	175	19.8
疲れずに続ける（得意なほうだ）	414	46.8
疲れで止めてしまう（得意ではないほうだ）	264	29.8
すぐに疲れで止めてしまう（得意ではない）	32	3.6
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ19. お子様はスタートの合図（よーいどん）で、すぐに動きだすことはできます

	度数	%
上手に動き出せる	336	38.0
上手に動き出せる（得意なほうだ）	411	46.4
上手に動き出せない（得意ではないほうだ）	126	14.2
動き出せない	12	1.4
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ21. お子様はけんけんなどの片脚連続ジャンプすることはできますか

	度数	%
上手・得意だ	240	27.1
上手・得意なほうだ	367	41.5
上手・得意ではないほうだ	226	25.5
上手・得意ではない	52	5.9
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ23. お子様は重いものを持ち上げることはできますか

	度数	%
上手・得意だ	149	16.8
上手・得意なほうだ	412	46.6
上手・得意ではないほうだ	284	32.1
上手・得意ではない	40	4.5
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ24. 過去7日間のうち、お子様の平日1日のテレビやパソコン、スマートフォン、ゲーム機等のスクリーンの視聴時間は平均どのくらいですか

	度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
【時間】	885	885	1.88	14.00	2.00	0.00	1.00	2.45	1.56
【分】	885	885	5.78	45.00	0.00	0.00	0.00	139.44	11.81

BQ25. 過去7日間のうち、お子様の休日1日のテレビやパソコン、スマートフォン、ゲーム機等のスクリーンの視聴時間は平均どのくらいですか

	度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
【時間】	885	885	2.74	15.00	2.00	0.00	2.00	4.76	2.18
【分】	885	885	4.20	50.00	0.00	0.00	0.00	112.11	10.59

BQ26. お子様は体を活発に動かす遊びをどのくらいしていますか

	度数	%
まったくしない	47	5.3
すこししかない	319	36.0
よくする	409	46.2
非常に良くする	110	12.4
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ27. お子様が外遊びをする時間（晴天の日）はどのくらいですか

	度数	%
まったくしない	63	7.1
30分以内	186	21.0
30分~1時間くらい	295	33.3
1~2時間くらい	235	26.6
2~3時間くらい	78	8.8
3時間以上	28	3.2
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ28. お子様は最近の7日間に、1日当たり少なくとも合計60分間の身体活動（運動・スポーツ、運動遊び、登降園・登下校までの歩行を含む）をした日は何日ありましたか

	度数	%
まったくしなかつた	98	11.1
1日	124	14.0
2日	129	14.6
3日	102	11.5
4日	76	8.6
5日	191	21.6
6日	60	6.8
7日	105	11.9
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ29. お子様のここ半年くらいの行動についてお訪ねします。以下のそれぞれの質問項目について、あてはまる、まああてはまる、あてはまらない、のいずれかを選択してください。答えに自信がなくても、あるいは、その質問がわからないと思えたとしても、全ての質問に答えてください

	合計	あてはまる	まああてはまる	あてはまらない	無回答
【他人の気持ちをよく気づかう】	885	363	412	110	-
	100.0	41.0	46.6	12.4	-
【おちつきがなく、長い間じっとしていられない】	885	119	282	484	-
	100.0	13.4	31.9	54.7	-
【頭がいい、おなかがいい、気持ちが悪いなどと、よくうたえる】	885	66	216	603	-
	100.0	7.5	24.4	68.1	-
【他の子どもたちと、よく分け合う（おやつ・おもちゃ・鉛筆など）】	885	319	457	109	-
	100.0	36.0	51.6	12.3	-
【カッとなったり、かんしゃくをおこしたりする事がよくある】	885	127	308	450	-
	100.0	14.4	34.8	50.8	-
【一人でいるのが好きで、一人で遊ぶことが多い】	885	102	332	451	-
	100.0	11.5	37.5	51.0	-
【素直で、だいたいは大人のいうことをよく聞く】	885	255	472	158	-
	100.0	28.8	53.3	17.9	-
【心配ごとが多く、いつも不安なようだ】	885	54	203	628	-
	100.0	6.1	22.9	71.0	-
【誰かが心を痛めていたり、落ち込んでいたり、嫌な思いをしているときなど、すすんで助ける】	885	248	468	169	-
	100.0	28.0	52.9	19.1	-
【いつもわざわざしたり、むじむじしている】	885	51	231	603	-
	100.0	5.8	26.1	68.1	-
【仲の良い友だちが少なくとも一人はいる】	885	560	250	75	-
	100.0	63.3	28.2	8.5	-
【よく他の子とけんかをしたり、いじめたりする】	885	29	137	719	-
	100.0	3.3	15.5	81.2	-
【おちこんでしづんでいたり、涙ぐんでいたりすることがよくある】	885	50	218	617	-
	100.0	5.6	24.6	69.7	-
【他の子どもたちから、だいたいは好かれているようだ】	885	342	476	67	-
	100.0	38.6	53.8	7.6	-
【すぐに気が散りやすく、注意を集中できない】	885	132	324	429	-
	100.0	14.9	36.6	48.5	-
【新しい場面に直面すると不安ですがりついたり、すぐに自信をなくす】	885	98	326	461	-
	100.0	11.1	36.8	52.1	-
【年下の子どもたちに対してやさしい】	885	406	407	72	-
	100.0	45.9	46.0	8.1	-
【お子様の年齢によって質問が異なります。お子様の年齢に応じて次の質問に回答してください。（3歳児の場合）よく大人に対して口答える（4歳児以上の場合）よくうそをついたり、ごまかしたりする】	885	93	290	502	-
	100.0	10.5	32.8	56.7	-
【他の子から、いじめの対象にされたり、からかわれたりする】	885	44	171	670	-
	100.0	5.0	19.3	75.7	-
【自分からすんでよく他人を手伝う（親・先生・子どもたちなど）】	885	273	436	176	-
	100.0	30.8	49.3	19.9	-
【よく考えてから行動することができる】	885	173	446	266	-
	100.0	19.5	50.4	30.1	-
【お子様の年齢によって質問が異なります。お子様の年齢に応じて次の質問に回答してください。（3歳児の場合）他の人に対していじわるをする（4歳児以上の場合）家や学校、その他からかわれたりする】	885	33	120	732	-
	100.0	3.7	13.6	82.7	-
【他の子どもたちより、大人といわる方がうまくいくようだ】	885	88	277	520	-
	100.0	9.9	31.3	58.8	-
【こわがりで、すぐにおびえたりする】	885	104	307	474	-
	100.0	11.8	34.7	53.6	-
【ものごとを最後までやりとげ、集中力もある】	885	198	510	177	-
	100.0	22.4	57.6	20.0	-

BQ30. お子様は朝ご飯を食べますか

	度数	%
毎日食べる	779	88.0
食べる日の方が多い	76	8.6
食べない日の方が多い	18	2.0
ほとんど食べない	12	1.4
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ31. お子様が平日に寝る時刻は平均してだいたい午後何時頃ですか

	度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
【時間】	885	885	8.86	11.00	9.00	0.00	9.00	2.42	1.55
【分】	885	885	13.12	59.00	0.00	0.00	0.00	251.69	15.86

BQ32. お子様が休日に寝る時刻は平均してだいたい午後何時頃ですか

	度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
【時間】	885	885	9.11	11.00	9.00	0.00	9.00	2.50	1.58
【分】	885	885	11.46	59.00	0.00	0.00	0.00	240.01	15.49

BQ33. お子様が平日に起床する時刻は平均してだいたい午前何時頃ですか

	度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
【時間】	885	885	6.38	11.00	6.00	0.00	6.00	0.81	0.90
【分】	885	885	16.38	55.00	15.00	0.00	0.00	296.52	17.22

BQ34. お子様が休日に起床する時刻は平均してだいたい午前何時頃ですか

	度数	統計量母数	平均値	最大値	中央値	最小値	最頻値	分散	標準偏差
【時間】	885	885	7.14	11.00	7.00	0.00	7.00	1.46	1.21
【分】	885	885	11.15	55.00	0.00	0.00	0.00	231.37	15.21

BQ35. お子様は寝起きしますか

	度数	%
30分以内	43	4.9
1時間くらい	59	6.7
1時間以上	19	2.1
しない	764	86.3
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ36. お子様を起こさなければならない場合、朝起こすのはどの程度難しいですか？

	度数	%
非常に困難	16	1.8
かなり困難	58	6.6
どちらかといえば困難	136	15.4
わずかに困難	326	36.8
まったく困難ではない/子どもを起こさなければ	349	39.4
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ38. お子様自身で決めることがでて、その日の予定を全く自由に計画できるとしたら（例：休暇）あなたの子様の「最も調子が良いリズムを考慮すると、お子様は何時に起床すると思われます

	度数	%
午前6時30分以前	155	17.5
午前6時30分～7時14分	386	43.6
午前7時15分～9時29分	303	34.2
午前9時30分～10時14分	26	2.9
午前10時15分以降	15	1.7
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ40. あなたの子様が、精神的に消耗する2時間の試験で、最高の結果を出さなければならないと仮定します。お子様の「最も調子が良いリズムを考慮して、あなたの子様の1日を全く自由に計画できるとしたら以下の3つのうちどの時間帯を試験時間に選びますか？

	度数	%
午前7時00分～11時00分	449	50.7
午前11時00分～午後3時00分	393	44.4
午後3時00分～8時00分	43	4.9
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ37. 朝起こされてから最初の30分間に、お子様はどの程度しっかり目が覚めていますか？

	度数	%
まったく目が覚めていない	7	0.8
わすかに目が覚めている	129	14.6
どちらかといえば目が覚めている	300	33.9
かなり目が覚めている	257	29.0
非常にしっかり目が覚めている	192	21.7
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ39. お子様自身で決めることがでて、翌日の予定を全く自由に計画できるとしたら（例：週末）、あなたの子様の「最も調子が良いリズムを考慮すると、お子様は何時に就寝すると思われますか？

	度数	%
午後6時59分以前	104	11.8
午後7時00分～7時59分	203	22.9
午後8時00分～9時59分	426	48.1
午後10時00分～10時59分	122	13.8
午後11時00分以降	30	3.4
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ41. あなたがお子様に何か運動の習い事（例：水泳）をさせようと決めたら（例：週末）、あなたのお子様の「最も調子が良いリズムを考慮すると、あなたがお子様の1日を全く自由に計画できるとしたら以下の3つのうちどの時間帯を試験時間に選びますか？

	度数	%
非常に調子よくできると思う	41	4.6
調子よくできると思う	183	20.7
まあまあできると思う	289	32.7
難しいと思う	283	32.0
非常に難しいと思う	89	10.1
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ42. 何時頃になれば、お子様は疲れて眠そうになりますか？

	度数	%
午後6時30分より前	28	3.2
午後6時30分～7時14分	52	5.9
午後7時15分～9時29分	337	38.1
午後9時30分～10時14分	314	35.5
午後10時15分以降	154	17.4
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ44. もし、あなたのお子様が常に午後7時30分に就寝しなければならないとしたら、それはお子様にとってどのくらい難しいと思します？

	度数	%
非常に難しい	140	15.8
かなり難しい	164	18.5
どちらかといえば難しい	165	18.6
やや難しいが、大きな問題ではない	147	16.6
まったく難しいない	269	30.4
無回答	-	-
合計	885	100.0

BQ43. もし、あなたのお子様が毎朝午前6時に起きなければならぬとしたら、それはお子様にとってどのくらい難しいと思いますか？

	度数	%
非常に難しい	53	6.0
かなり難しい	98	11.1
どちらかといえば難しい	213	24.1
やや難しいが、大きな問題ではない	335	37.9
まったく難しいない	186	21.0
無回答	-	-
合計	885	100.0

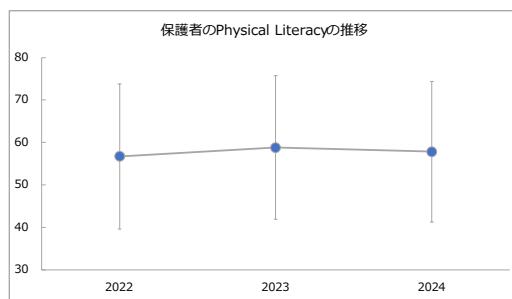
BQ45. あなたのお子様が朝日を覚ますとき、完全に目が覚めるまでどのくらい時間がかかりますか？

	度数	%
0分(たまに)	83	9.4
1～4分	207	23.4
5～10分	374	42.3
11～20分	186	21.0
21分以上	35	4.0
無回答	-	-
合計	885	100.0

(1) 各項目の経年変化

3回の調査を通じて、各項目の縦断的な変化に及ぼす要因を検討することが可能である。ここでは、まず主要な項目の経時的变化を確認した。

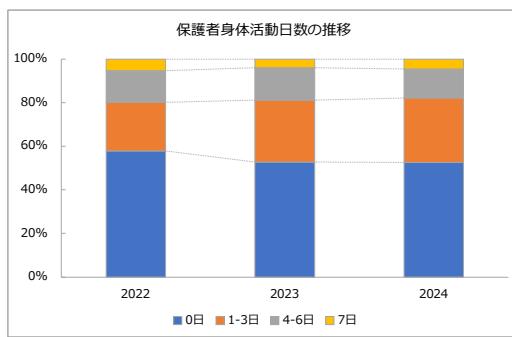
● 保護者のフィジカルリテラシー



保護者のフィジカルリテラシー得点率（平均値±標準偏差）は、2022年に $56.76 \pm 17.08\%$ 、2023年に $58.83 \pm 16.87\%$ 、2024年に $57.83 \pm 16.57\%$ であった。これらの値に統計的に差があるかを確認するために、反復測定一元配置分散分析を行った。その結果、保護者のフィジカルリテラシーには統計的な有意差が認められた。

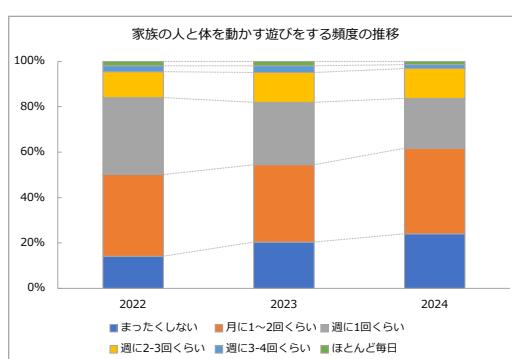
($F = 1.99$ $p < 0.001$)。さらに、Bonferroni 補正を用いた事後検定の結果、2022年と2023年の保護者のフィジカルリテラシーに統計的な有意差が認められた ($p < 0.001$)。

● 保護者の身体活動

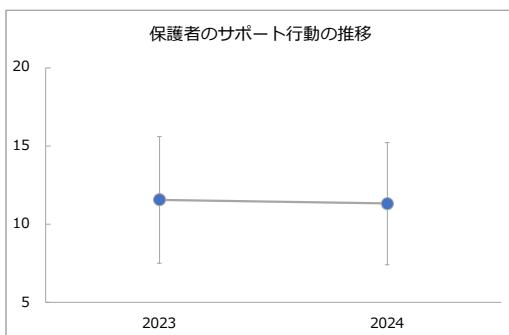


保護者の1日30分以上の身体活動日数について、0日、1-3日、4-6日、7日の4群に分類し、2022年から2023年、2023年から2024年の変化を検討するために、マクネマー検定を行った。その結果、2022年から2023年には統計的に有意な変化が認められ ($p = 0.002$)、2023年から2024年には統計的に有意な変化は認められなかった ($p = 0.447$)。

● 保護者のサポート意識・行動

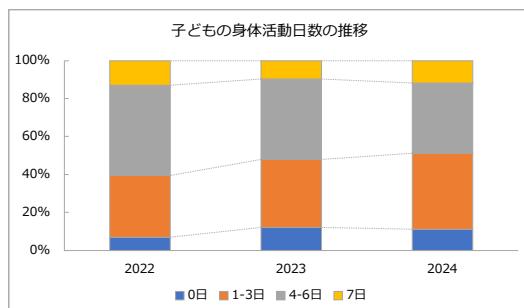


3年間調査した家族の人と身体を動かす遊びをする頻度（まったくしない、月に1-2回、週に1回くらい、週に2-3回くらい、週に3-4回くらい、ほとんど毎日）について、2022年から2023年、2023年から2024年の変化を検討するために、マクネマー検定を行った。その結果、2022年から2023年には統計的に有意な変化が認められ ($p = 0.002$)、2023年から2024年にも統計的に有意な変化が認められた ($p = 0.004$)。

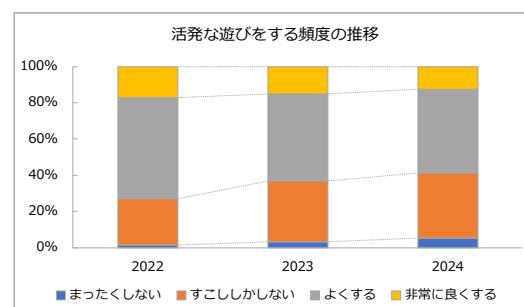


2023年から調査した、保護者のサポート意識・行動の合計得点（平均値±標準偏差）は、2023年は 11.56 ± 4.05 点、2024年は 11.32 ± 3.91 点であった。これらの値に統計的差があるかを確認するために、対応のある *t* 検定を実施した結果、統計的な有意差が認められた ($p = 0.048$)。

● 子どもの身体活動



保護者の 1 日 30 分以上の身体活動日数について、0 日、1-3 日、4-6 日、7 日の 4 群に分類し、2022 年から 2023 年、2023 年から 2024 年の変化を検討するために、マクネマー検定を行った。その結果、2022 年から 2023 年には統計的に有意な変化が認められ ($p < 0.001$)、2023 年から 2024 年にも統計的に有意な変化が認められた ($p = 0.008$)。



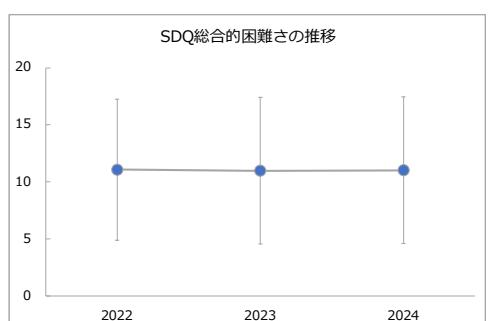
活発な遊びの頻度（まったくしない、すこしかしない、よくする、非常によくする）について、2022 年から 2023 年、2023 年から 2024 年の変化を検討するために、マクネマー検定を行った。その結果、2022 年から 2023 年には統計的に有意な変化が認められ ($p < 0.001$)、2023 年から 2024 年にも統計的に有意な変化が認められた ($p = 0.001$)。

● 子どもの姿

○心理社会的健康

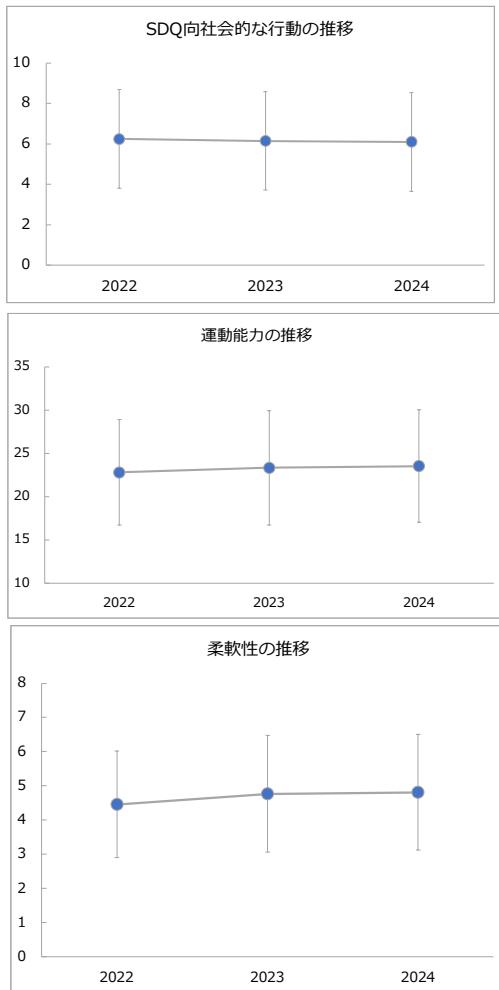
SDQ から算出した総合的困難さ（平均値±標準偏差）は、2022 年は 11.09 ± 6.18 点、2023 年は 10.99 ± 6.41 点、2024 年は 11.03 ± 6.43 点であった。これらの値に統計的差があるかを確認するために、反復測定一元配置分散分析を行ったところ、統計的な有意差は認められなかった ($F = 0.16 p = 0.854$)。

また、向社会的行動（平均値±標準偏差）は、2022 年は 6.25 ± 2.44 点、2023 年は 6.15 ± 2.43 点、2024 年は 6.10 ± 2.45 点であった。これらの値に統計的差があるかを確認するために、反復測定一元配置分散分析を行ったところ、統計的な有意差は認められなかった ($F = 2.05 p = 0.129$)。なお、総合的困難さは点数が高いほど困難さが高く、向社会的行動は点数が高いほど強みが高いこと表す。



なお、総合的困難さは点数が高いほど困難さが高

く、向社会的行動は点数が高いほど強みが高いこと表す。



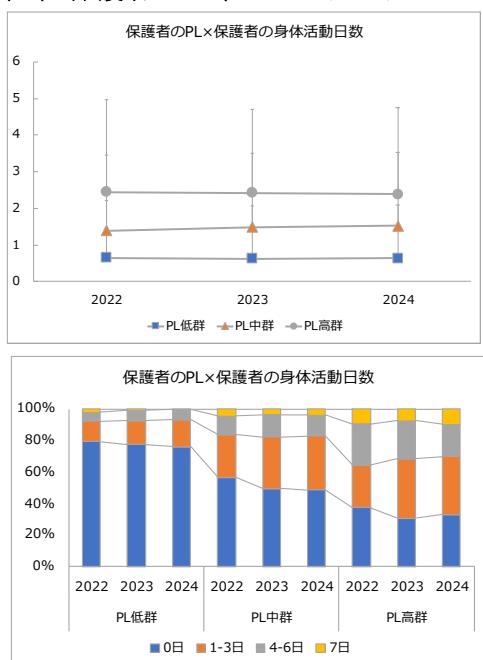
○運動能力

運動能力（平均値±標準偏差）は、2022年は 22.81 ± 6.08 点、2023年は 23.33 ± 6.61 点、2024年は 23.52 ± 6.50 点であった。これらの値に統計的に差があるかを確認するために、反復測定一元配置分散分析を行ったところ、統計的な有意差が認められた ($F = 9.89$ $p < 0.001$)。さらに、Bonferroni 補正を用いた事後検定の結果、2022年と2023年 ($p = 0.003$)、2023年と2024年 ($p < 0.001$) の運動能力には統計的な有意差が認められた。なお、運動能力は得点が高いほど運動能力が低いことを表す。

○柔軟性

柔軟性（平均値±標準偏差）は、2022年は 4.46 ± 1.56 点、2023年は 4.77 ± 1.70 点、2024年は 4.81 ± 1.69 点であった。これらの値に統計的に差があるかを確認するために、反復測定一元配置分散分析を行ったところ、統計的な有意差が認められた ($F = 22.11$ $p < 0.001$)。さらに、Bonferroni 補正を用いた事後検定の結果、2022年と2023年 ($p < 0.001$)、2023年と2024年 ($p < 0.001$) の柔軟性には統計的な有意差が認められた。なお、柔軟性は得点が高いほど柔軟性が低いことを表す。

(2) 保護者のフィジカルリテラシーと保護者の身体活動の関連

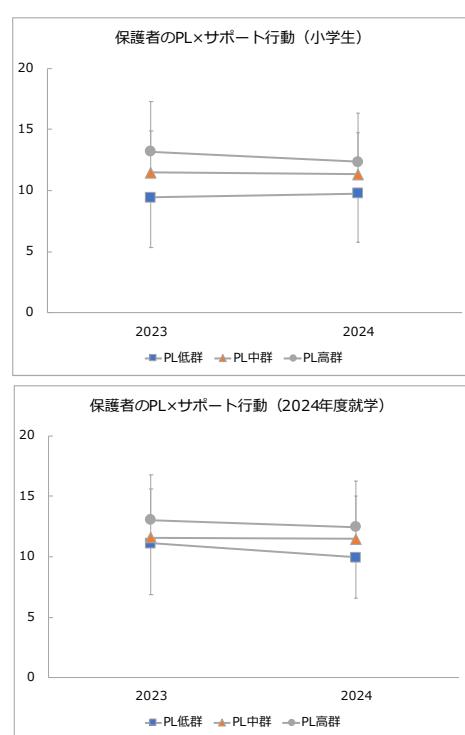


保護者のフィジカルリテラシーは、3年間で大きな変動はみられなかった。そこで、3年間のフィジカルリテラシー得点率の平均値を算出し、この平均値をもとに3分位で分類した（PL低群、PL中群、PL高群）。保護者自身の身体活動の日数の3年間の変化を、PLの3群別に確認するために、二元配置分散分析（対応あり：時間、対応なし：PL群）を行った。時間×PL群の交互作用は統計的に有意ではなかった ($F = 0.51$, $P = 0.72$)。一方で、PL群による主効果は統計的に有意であった ($F = 82.3$, $p < 0.001$)。このことから、保護者のフィジカルリテラシーは、保護者自身の身体活動と関連していると考えられる。

(3) 保護者のフィジカルリテラシーとサポート意識・行動の関連

保護者のサポート意識・行動の2年間の変化を、保護者のフィジカルリテラシーの3群別に検討するために、二元配置分散分析（対応あり：時間、対応なし：PL群）を行った。分析は、子どもの進学の影響を考慮し、小学生、2024年度に就学した学年、幼児の3つのグループで層別解析を行った。

小学生の分析では、時間×PL群の交互作用が統計的に有意であった ($F = 5.56, p = 0.004$)。また、PL群の主効果は統計的に有意であった ($F = 42.98, p < 0.001$)。



2024年度に就学した学年の分析では、時間×PL群に統計的な交互作用が認められなかった ($F = 0.71, p = 0.496$) が、PL群による主効果は統計的に有意であった ($F = 5.30, p = 0.006$)。

幼児の分析でも、時間×PL群に統計的な交互作用が認められなかった ($F = 1.56, p = 0.212$) が、PL群による主効果は統計的に有意であった ($F = 7.44, p < 0.001$)。

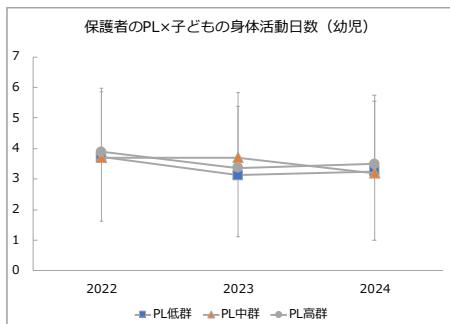
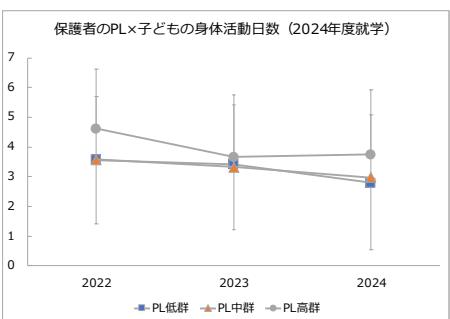
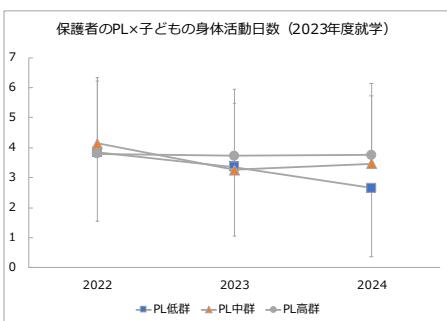
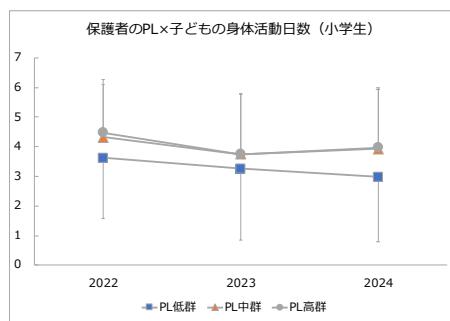
いずれのグループにおいても、保護者のPL群による主効果は統計的に有意であり、保護者のフィジカルリテラシーとサポート行動は関連していると考えられる。

(4) 保護者のフィジカルリテラシーと子どもの身体活動

子どもの身体活動の3年間の変化を、保護者のフィジカルリテラシーの3群別に検討するために、二元配置分散分析（対応あり：時間、対応なし：PL群）を行った。分析は、子どもの進学の影響を考慮し、小学生、2023年度に就学した学年、2024年度に就学した学年、幼児の4つのグループで層別解析を行った。

小学生の分析では、時間×PL群に統計的な交互作用は認められなかった ($F = 0.95, p = 0.43$) が、PL群の主効果は統計的に有意であった ($F = 10.79, p < 0.001$)。Bonferroni補正を用いた事後検定の結果、PL低群とPL中群 ($p < 0.001$)、PL低群とPL高群 ($p < 0.001$) に統計的な有意差が認められた。

2023 年度に就学した学年の分析では、時間×PL 群に統計的な交互作用は認められず ($F = 1.77, p = 0.13$)、



時間×PL 群に統計的な交互作用は認められなかった ($F = 0.78, p = 0.54$) が、PL 群の主効果は統計的に有意であった ($F = 3.15, p = 0.046$)。

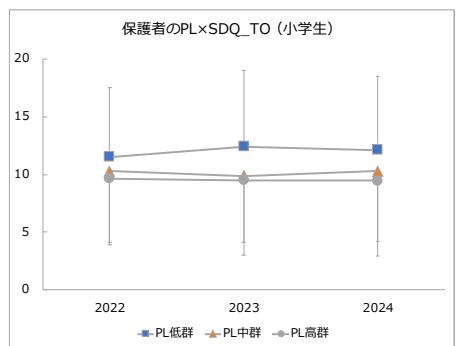
幼児の分析では、2023 年度に就学した学年の分析では、時間×PL 群に統計的な交互作用は認められず ($F = 0.89, p = 0.47$)、PL 群にも統計的な主効果は認められなかった ($F = 0.30, p = 0.74$)。

以上の結果から、グループによって保護者のフィジカルリテラシーと子どもの身体活動の関連性に違いがあるものの、小学生においては、保護者のフィジカルリテラシーが低いことが、子どもの身体活動の頻度の低さと関連していると考えられる。

(5) 保護者のフィジカルリテラシーと子どもの姿

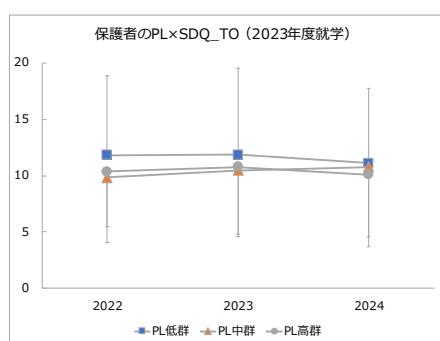
子どもの姿（心理社会的健康、運動能力）の3年間の変化を、保護者のフィジカルリテラシーの3群別に検討するため、二元配置分散分析（対応あり：時間、対応なし：PL 群）を行った。分析は、子どもの進学の影響を考慮し、小学生、2023 年度に就学した学年、2024 年度に就学した学年、幼児の4つのグループで層別解析を行った。

○心理社会的健康（総合的困難さ）

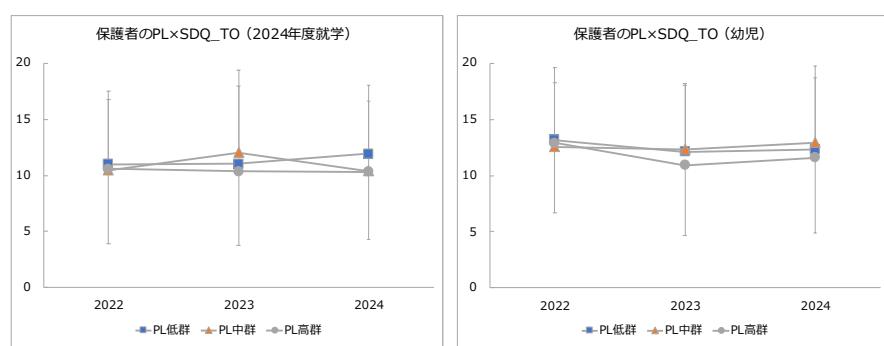


小学生の分析では、時間×PL 群に統計的な交互作用は認められなかった ($F = 1.38, p = 0.24$) が、PL 群の主効果は統計的に有意であった ($F = 7.45, p < 0.001$)。Bonferroni 補正を用いた事後検定の結果、PL 低群と PL 中群 ($p < 0.001$)、PL 低群と PL 高群 ($p < 0.001$) に統計的な有意差が認められた。

2023 年度に就学した学年の分析では、時間×PL 群に統計的な交互作用は認められず ($F = 0.72, p = 0.58$)、PL 群にも統計的な主効果は認められなかつた ($F = 0.84, p = 0.44$)。



2024 年度に就学した学年の分析では、時間×PL 群に統計的な交互作用は認められず ($F = 1.20, p = 0.31$)、PL 群にも統計的な主効果は認められなかつた ($F = 0.29, p = 0.75$)。



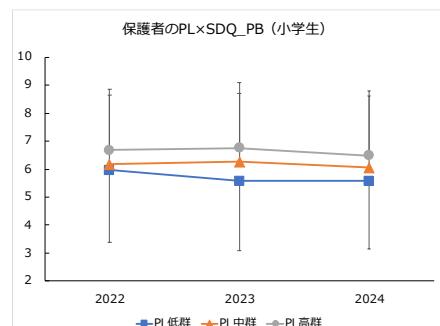
幼児の分析では、時間×PL 群に統計的な交互作用は認められず ($F = 1.21, p = 0.31$)、PL 群にも統計的な主効果

は認められなかつた ($F = 0.44, p = 0.65$)。

このことから、小学生においては、保護者のフィジカルリテラシーが低いことと、子どもの総合的困難さは関連していると考えられる。

る。

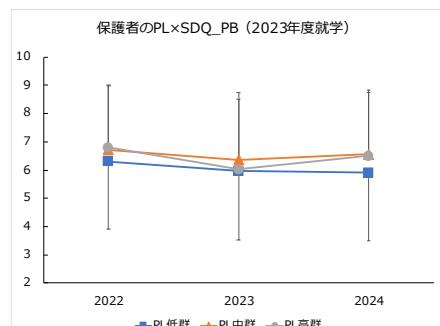
○心理社会的健康(向社会的行動)



小学生の分析では、時間×PL 群に統計的な交互作用は認められなかつた ($F = 1.07, p = 0.37$) が、PL 群の主効果は統計的に有意であった ($F = 6.61, p = 0.001$)。

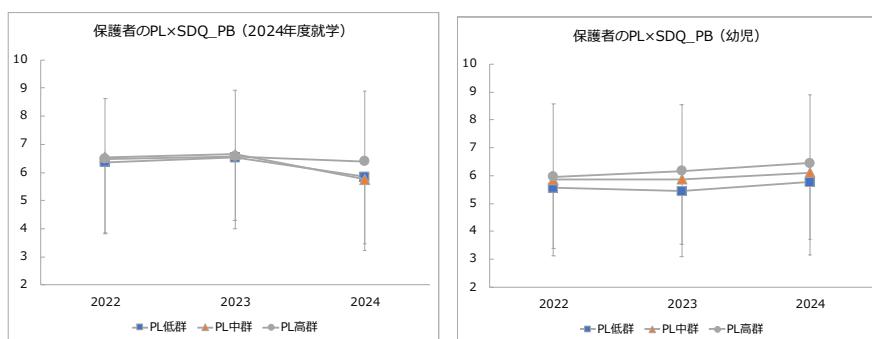
Bonferroni 補正を用いた事後検定の結果、PL 低群と PL 高群 ($p < 0.001$) に統計的な有意差が認められた。

2023 年度に就学した学年の分析では、時間×PL 群に統計的な交互作用は認められず ($F = 0.56, p = 0.69$)、PL 群にも統計的な主効果は認められなかつた ($F = 0.86, p = 0.43$)。



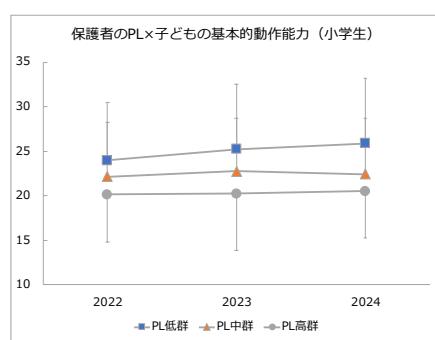
2024 年度に就学した学年の分析では、時間×PL 群に統計的な交互作用は認められず ($F = 0.63, p = 0.64$)、PL 群にも統計的な主効果は認められなかつた ($F = 0.15, p = 0.86$)。

幼児の分析では、時間×PL群に統計的な交互作用は認められず ($F = 0.22, p = 0.93$)、PL群にも統計的な主効果は認められなかった ($F = 1.45, p = 0.24$)。



これらのことから、小学生においては、保護者のフィジカルリテラシーと子どもの向社会的行動は関連していると考えられる。

○運動能力



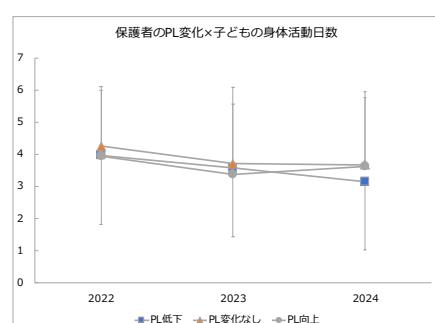
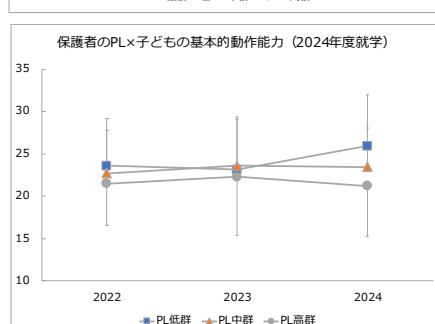
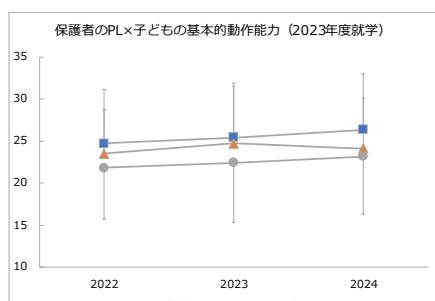
小学生の分析では、時間×PL群に統計的な交互作用が認められた ($F = 2.74, p = 0.028$)。

2023年度に就学した学年の分析では、時間×PL群に統計的な交互作用は認められなかったが ($F = 0.94, p = 0.44$)、PL群には統計的な主効果が認められた ($F = 3.59, p = 0.03$)。Bonferroni補正を用いた事後検定の結果、PL低群とPL高群 ($p = 0.025$) に統計的な有意差が認められた。

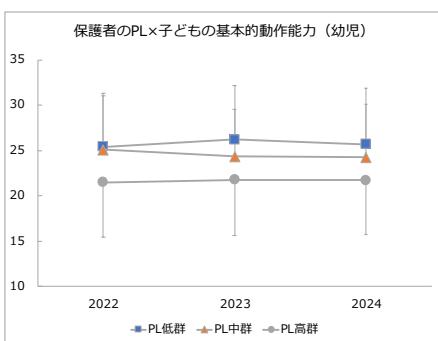
2024年度に就学した学年の分析では、時間×PL群に統計的な交互作用が認められた ($F = 3.06, p = 0.018$)。

幼児の分析では、時間×PL群に統計的な交互作用が認められなかったが ($F = 0.90, p = 0.467$)、PL群には統計的な主効果が認められた ($F = 11.60, p < 0.001$)。Bonferroni補正を用いた事後検定の結果、PL低群とPL高群 ($p < 0.001$)、PL中群とPL高群 ($p = 0.005$) に統計的な有意差が認められた。

これらのことから、調査年によって若干の違いはあるものの、保護者のフィジカルリテラシーが高いと子供の運動能力が高い傾向があるががえる。



(6) 保護者のフィジカルリテラシーの変化と子どもの身体活動



保護者のフィジカルリテラシーには、3年間で大きな変動は見られなかったが、3年目のPL得点率から1年目のPL得点率を差し引き、3年間を通じてPLが向上した群、3年間を通じて変化しなかった群、低下した群に分類した。これらの分類と、子どもの身体活動との日数の変化の関連を、二元配置分散分析（対応あり：時間、対応なし：PL変化）で検討した。その結果、時間×PL変化群には、統計的に有意な交互作用が認められた ($F = 3.89, p = 0.004$)。

このことから、保護者のフィジカルリテラシーの変化と子どもの身体活動日数の変化には関連があることが示唆された。そして子どもの身体活動日数の変動傾向をPL変化の3群で比べると、PL低下群は2022年から2024年にかけて子どもの身体活動に明日が減少する傾向がグラフから確認できるが、PL変化なし群とPL向上群においては、2023年から2024年の低下が抑制されている様子がうかがえる。

(7) 分析まとめ

2022年の調査開始時に年中児から小学2年生までの子どもを持つ親を3年間追跡した結果、1) 保護者のフィジカルリテラシーと保護者自身の身体活動量は関連していること、2) 保護者のフィジカルリテラシーとサポート意識・行動は関連していること、3) 保護者のフィジカルリテラシーが低いとその子ども（小学生低学年）の身体活動日数が少ないと、4) 保護者のフィジカルリテラシーとその子ども（小学生低学年）の心理社会的健康が関連すること、5) 保護者のフィジカルリテラシーの高いとその子どもの運動能力の高いこと、6) 保護者のフィジカルリテラシーが向上し、高い状態で維持されていることが子どもの身体活動に良い影響を及ぼすことが示唆された。

2. 保育者の意識・行動に対する探索的調査

鈴木宏哉（順天堂大学スポーツ健康科学部）

松井公宏（順天堂大学スポーツ健康医科学研究所）

松永美咲（順天堂大学スポーツ健康医科学推進機構）

※報告者：松永美咲・鈴木宏哉

子どもを取り巻くもう一方の大人である、保育者に着目し、保護者同様、フィジカルリテラシーとサポート意識・行動には関連があるかを、横断的に検討した。

【調査概要】

- 対象地域：関東圏
- 対象者：保育施設運営会社に所属する保育者
- 方 法：グーグルフォームを使用したアンケート調査
- 期 間：2024年11月22日から12月19日
- 調査内容：保育者のフィジカルリテラシーとサポート意識・行動
 - 保育者の属性に関する情報
年齢、性別、担当クラス、勤務年数
 - 保育者のサポート意識・行動
保護者と同様の項目（身体活動やスポーツの推奨や見守り、メリットの説明、活動ができる場所への送迎、一緒に活動をする）に加え、保育者のサポート行動として重要なと考えられる「道具を出す」という項目を追加した。
 - 保育者のフィジカルリテラシー
保護者と同様の項目を使用し、評価した。得点化は、保護者同様4領域のフィジカルリテラシー（PL）得点をそれぞれ得点率に変換し、個人ごとにPL得点率（各領域得点率の平均値）を求め、使用した。

【データ数】

- 有効回収数 計202件（男性：20名、女性：181名、他1名）
- 対象者の基本属性は次の通り。

対象者の属性

	女性(n = 182)		男性(n = 19)	
年齢	32.06	± 11.88	30.78	± 6.56
勤務年数	7.32	± 7.75	8.21	± 5.63
身体領域得点率	59.84	± 15.66	64.04	± 15.97
感情領域得点率	61.81	± 18.98	60.53	± 18.29
認知領域得点率	54.67	± 20.68	57.02	± 25.04
社会領域得点率	56.23	± 16.83	57.02	± 17.84
得点率平均	58.14	± 14.35	59.65	± 14.78

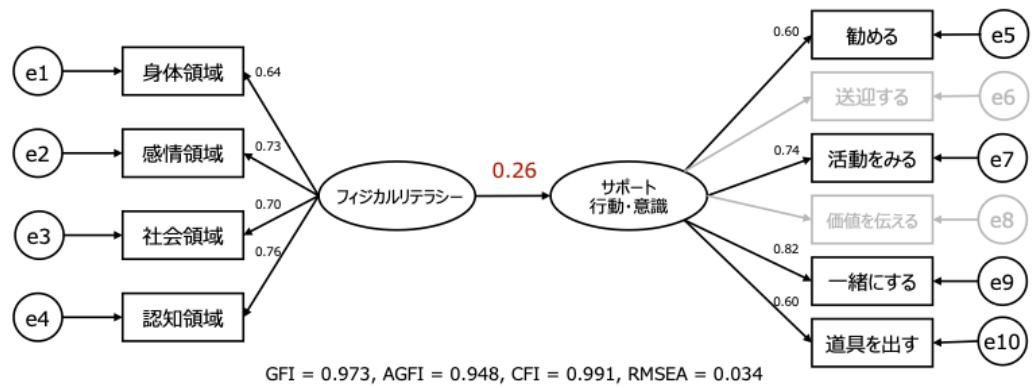
（1）保育者のフィジカルリテラシー

保育者のフィジカルリテラシーを調査した報告はこれまでにない。本プロジェクトの今年度（2024年度）に行った保護者調査では、保護者のフィジカルリテラシーの得点率平均は、57.83

±16.57%であるのに対して、保育施設に勤務する者は女性が 58.14±14.35%、男性が 59.65±14.78%であり、保育者のフィジカルリテラシーは保護者よりもやや高い傾向にあった。

（2）保育者のフィジカルリテラシーとサポート意識・行動

構造方程式モデリング (Structural equation modeling : SEM) を用いて、保育者のフィジカルリテラシーと保育者のサポート意識・行動の関連を分析した。潜在変数として、保育者のフィジカルリテラシーと保育者のサポート意識・行動を設定し、それぞれの潜在変数に対応する観測変数を仮定した。その結果、サポート意識・行動の「送迎する」「価値を伝える」は因子負荷量（パス係数）が低かったため、項目として除外した。その結果、モデルとデータの適合度は良好であり ($GFI = 0.973$, $AGFI = 0.948$, $CFI = 0.991$, $RMSEA = 0.034$)、潜在変数から観測変数へのパス係数は、0.60~0.82 と良好であった（下図）。その上で、保育者のフィジカルリテラシーから、サポート意識・行動へのパス係数は 0.26 であり、統計的に有意であった ($p = 0.004$)。このことから、保育者のフィジカルリテラシーは保護者と同様に、サポート意識・行動と関連し、子どもの身体活動に影響を及ぼす可能性があると考えられる。一方で、保育者においては、「送迎する」と「価値を伝える」のパス係数が低くかったことから、保育者のサポート意識・行動は保護者とは異なる側面を持つ可能性が示唆された。この調査では子どもを取り巻く大人であり、幼児が 1 日の大半を過ごす保育施設にいる大人、その中でも最も関わりの深い保育者に着目した。保育者の言動は幼児にとって多大な影響を及ぼすことは容易に想像できる。この調査では幼児が体を動かすことを支援する意識が高かったり実際の支援が多かったりすることで幼児は保育施設内でよく体を動かすという暗黙の前提がある。園庭に連れ出して一緒に遊ぶことや遊具を出して幼児に体を動かす遊びを促し、それを見守るということが幼児の身体活動量を増加させることは想像に難くない。したがって、そのサポート意識・行動の源にあるものが何か、その何かを明らかにできれば、幼児に体を動かすことを積極的に促す保育者を育成するための手掛かりとなる。今回の調査結果では保育者のフィジカルリテラシーはサポート意識・行動に対して強い影響があることは確認できなかった。しかしながら関連性の強さとしてはリーズナブルな結果であったといえる。なぜならば、保育者はその保育施設の方針や施設長の考え方の影響を強く受けるし、その方針や考えに従うことになるからである。保育者自身のサポート意識が低かったとしても施設長の指示によりサポート行動が多く現れることもあるだろうし、その逆もあり得る。また、保育施設の物理的環境、例えば広い園庭があるとか、近くに広い公園があるといったように保育施設による影響も保育者のサポート行動のし易さに影響するだろう。したがって、本プロジェクトのテーマである幼児期の運動習慣形成という視点では、保育者自身だけでなく、その保育者が働く環境（施設環境、人的環境）を含めて検討する必要がある。そのうえで、保護者自身の幼児に対するサポート意識を醸成し、サポート行動を増やす手立てのひとつとして、フィジカルリテラシー教育が一定の意義を有していることが示唆された。



第3章 保護者・指導者等に対する効果的な情報提供の実施

1. 昨年度の取組内容等からの情報提供

昨年度までの取組内容等に関する情報提供

本学が過去2年間に実施した全国調査定量調査や指導者インタビュー調査、シンポジウムの内容、これまでに公開したコラムリレーの内容を、普及事業採択先自治体へ提供した。

また、情報交換会やシンポジウム等（後述）において、採択自治体が相互に情報共有ができる機会を提供した。

・令和7年度以降を見据えた普及事業の継続・発展に向けた各自治体との検討会

各自治体において、次年度以降も本事業を自走化し、継続・発展（県内への普及）していくためには、効果的な「運動遊び」についての情報以外にも、資金（予算）獲得や、人的・組織的な体制整備や仕組みづくりなどに関する情報やノウハウが必要である。

昨年度は、本学プロジェクトメンバーを各採択自治体の「サポート担当」に割り当て、効果検証に関する相談・支援などを実施した。今年度はそれらのサポートに加えて、事業推進委員の一部にも協力いただきながら、各自治体とマネジメントや事業運営に関する情報提供や意見交換を行い、令和7年度以降の事業継続・発展の方策を助言した。

2. シンポジウムの開催

本学が実施した調査の結果や、6自治体の「運動遊び」普及事業の結果など、本年度の事業の成果報告とそこから得られる示唆の共有を目的とし、普及事業6自治体、事業推進委員、スポーツ庁、本学が一堂に会するシンポジウムを開催した。

本年度のシンポジウムは、「保護者等の意識・行動変容を促す効果的な取組を目指して」をテーマとし、自治体間の横連携や情報交換を通じて次年度以降の効果的な普及事業の継続へ結び付けるべく、意見交換に特に重点を置いて実施。本学のプロジェクトメンバーがファシリテーターとなり、6自治体の担当者と事業推進委員、スポーツ庁も交えて、今後に向けた課題や具体策について議論を行った。

シンポジウムは現地参加とウェビナー参加のハイブリッド形式で実施した。6自治体の担当者は対面形式での参加を推奨することとし、さらに本事業の活動に参加した保育者・指導者等もオンライン形式で聴講可能とした。さらに録画した映像は視聴希望者に公開するなど、ユーザビリティの高いものとなるよう工夫した。

シンポジウム実施の結果、会場参加者37名（スポーツ庁4名、自治体関係者18名、事業推進委員6名、順天堂大学関連登壇者9名）、オンライン参加者27名の合計64名が参加し、積極的な意見交換と交流が行われた。シンポジウムの発表内容は、広く全国に情報を展開する目的でアーカイブ動画として配信する。

令和6年度「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト」シンポジウム 実施概要

項目	内容
タイトル	令和6年度「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト」シンポジウム（成果報告会）～保護者等の意識・行動変容を促す効果的な取組を目指して～
主催	スポーツ庁、順天堂大学
日時	2025年2月26日（火）13:00～15:30
開催方法	現地参加/オンライン参加のハイブリッド開催
開催場所	現地参加：順天堂大学本郷・お茶の水キャンパス7号館13階 有山登メモリアルホール オンライン：ZOOMウェビナー
登壇者	スポーツ庁、普及事業6自治体、事業推進委員、順天堂大学プロジェクトメンバー等
参加者	令和6年度「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト」関係者（スポーツ庁、順天堂大学関係者、自治体関係者及び普及事業に参加した指導者・保育関係者等）
視聴者	
内容	<p>【第1部：事業成果の共有】</p> <ul style="list-style-type: none">・主催者挨拶・スポーツ庁挨拶・全国調査結果の報告・自治体の取組結果共有・事業推進委員からの情報提供・閉会挨拶 

・シンポジウムご案内

令和6年度 幼児期からの運動習慣形成プロジェクト
シンポジウム(成果報告会)
～保護者等の意識・行動変容を促す効果的な取組を目指して～

令和7年2月26日(水) 12:30~15:30
リアル&ウェビナー ハイブリッド開催

プログラム

12:30-12:33 **主催者挨拶**
順天堂大学 スポーツ健康医科学推進機構 機構長 鈴木大地

12:33-12:36 **スポーツ庁挨拶**
スポーツ庁 地域スポーツ課長 大川晃平

12:36-12:56 **全国調査結果の報告**
順天堂大学 スポーツ健康科学部 先任准教授 鈴木宏哉
順天堂大学 スポーツ健康医科学推進機構 リサーチアシスタント 松永美咲

12:56-13:48 **自治体の取組結果共有**
各自治体代表者(栃木県、富山県、神奈川県、岐阜県、奈良県、鹿児島県)

13:58-15:28 **事業推進委員からの情報提供**
順天堂大学スポーツ健康医科学研究所 客員教授 竹中晃二
公益財団法人笠川スポーツ財団 経営企画グループ 経営戦略チーム 武長 理栄
公益財団法人日本スポーツ協会 スポーツ科学研究室研究員・室長代理 青野博
株式会社つなぐ 代表取締役 原田直信
明治学院大学 心理学部 教育発達学科 教授 松崎洋子
独立行政法人日本スポーツ振興センター ハイパフォーマンススポーツセンター
連携・協働推進部 産学協働推進課 主任専門職 中村宏美
岐阜大学教育学部 教授 春日晃章
順天堂大学 スポーツ健康科学部 先任准教授 鈴木宏哉
順天堂大学 スポーツ健康科学部 先任准教授 木藤友規

15:28-15:30 **閉会挨拶**
順天堂大学 スポーツ健康科学部 先任准教授 鈴木宏哉

参加方法

■事前申込制 (申込締切:令和7年2月25日18:00)

【参加対象】令和6年度「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト」に関わる

自治体関係者および自治体の取組に参加した指導者・保育関係者等

参加をご希望の方は、右の申込フォームよりお申込みください。

ご登録いただいたメールアドレスに、前日までにご参加用URLをお送りいたします。

申込フォーム:
<https://x.gd/7gBOC>



主催

スポーツ庁/順天堂大学

同合 せ先

順天堂大学 幼児期からの
運動習慣形成プロジェクト 事務局
youjiki-sports@juntendo.ac.jp

シンポジウムの様子





第4章 専門的な視点からの「幼児期からの運動習慣形成」について

1. 誰もが運動・スポーツを楽しむために

事業推進委員 青野 博（公益財団法人日本スポーツ協会）

本稿では、子どもの運動習慣を形成するために、子どもを取り巻く大人（指導者や保護者）が配慮すべきことを解説することとする。

幼少期の子どもは発育発達の個人差が大きく、これは月齢や運動経験による影響が大きいと考えられる。なお、「発育」とは体のサイズが大きくなることで、これは適切な栄養や睡眠が必須ではあるが、何よりも月齢による影響が圧倒的に大きいと考えられる。一方、「発達」とは体の機能が向上することで、これは運動経験による影響が大きいと考えられる。すなわち、大人ができることとして、子どもの発育を促すことはできないため気長に見守ることしかできないが、子どもに適切な運動経験を届けることで子どもの発達を促すことは可能だと考えられる。

また、「発育」は「発達」にも影響を及ぼすと考えられる。体のサイズが大きいということは、より強い力を発揮することが可能となるため、速く走ることや遠くへ跳ぶことへ有利に影響する。例えば、日本陸上競技連盟の調査によると、小学生の全国大会へ出場した選手について、4~6月生まれは約50%だった一方で、1~3月生まれは10%以下であった。この相対年齢効果（生まれ月がスポーツや学業の成績に与える影響のこと）は、年齢が小さいほど顕著に見られ、高校生の年代頃までその影響が残ると言われている（図1）。

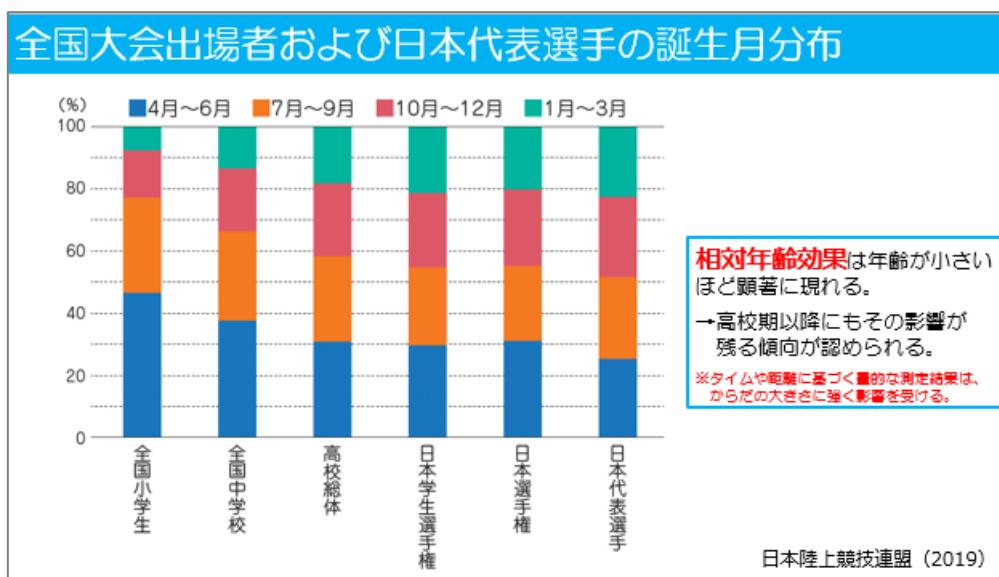


図1：全国大会出場者および日本代表選手の誕生月分布

＜出典＞日本陸上競技連盟（2013）

体力・運動能力について、年齢に応じた一般的な発達モデルが広く知られている（図2）。これによると、10歳頃までは動作（動き）の修得に適した時期であるため、様々な運動を経験することにより、多様な動きを身につける（動きの多様化を図る）ことが重要であると理解できる。なお、動きの修得に関して、経験することでのみ、その動きを身につけることができると考えられる。したがって、幼少期の子どもは多様な動きを経験するこ

とが重要で、さらにトライ＆エラーを繰り返すことで、できなかつたことがどんどんできるようになる（動きの洗練化を図る）時期でもあると考えられる。

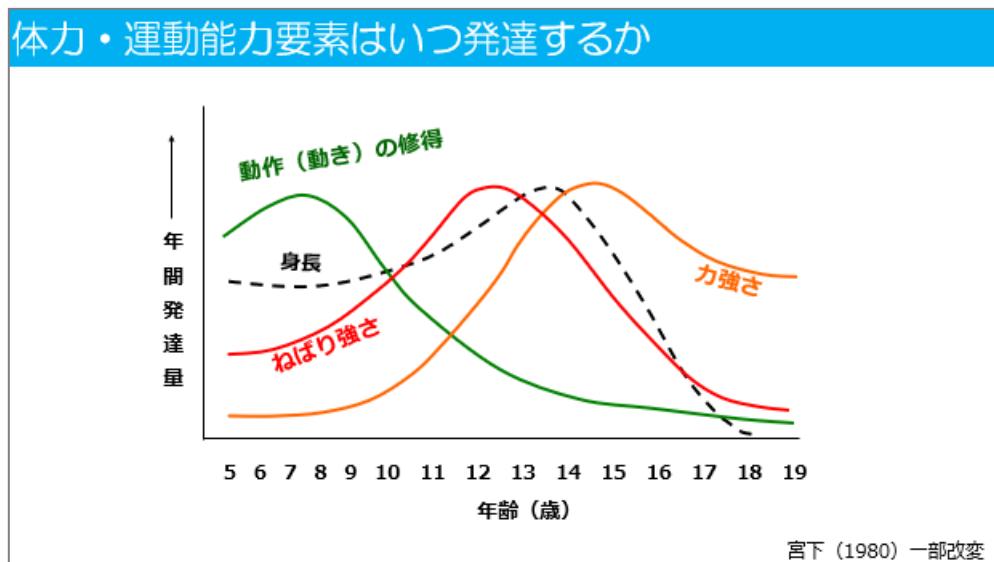


図 2：体力・運動能力要素はいつ発達するか

＜出典＞宮下充正 (1980) 子どものからだ 科学的な体力づくり. pp159-165, 東京大学出版会.

運動・スポーツを継続的に行うためには、運動・スポーツへの動機付けを高める必要があるが、運動有能感が運動・スポーツへの参加動機に影響することが示唆されている。この運動有能感は、「身体的有能さの認知」、「統制感」と「受容感」により構成されており（図3）、子どもの指導においては、これらの因子を高めることが重要であると考えられる。また、この3因子は運動・スポーツの本質的な面白さであると表現できるのではないだろうか。なお、幼児における有能感の判断基準については少し異なるため、幼児を指導する際はさらなる配慮が必要だと考えられる。杉原によると、① 難しい課題や他者と比較する必要はない。② 大人の発言を素直に受け取るため、肯定的な言葉掛けを積み重ねる必要がある（否定的な言葉掛けは必要ない）、③ 一生懸命やれていることをできていると判断するため、意欲的に取り組んでいることを評価してあげる、といった配慮が求められる（図4）。



図3：運動有能感とは<出典>岡澤祥訓・北真佐美・諏訪祐一郎（1996）
運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究. スポーツ教育学研究, 16: 145-155.

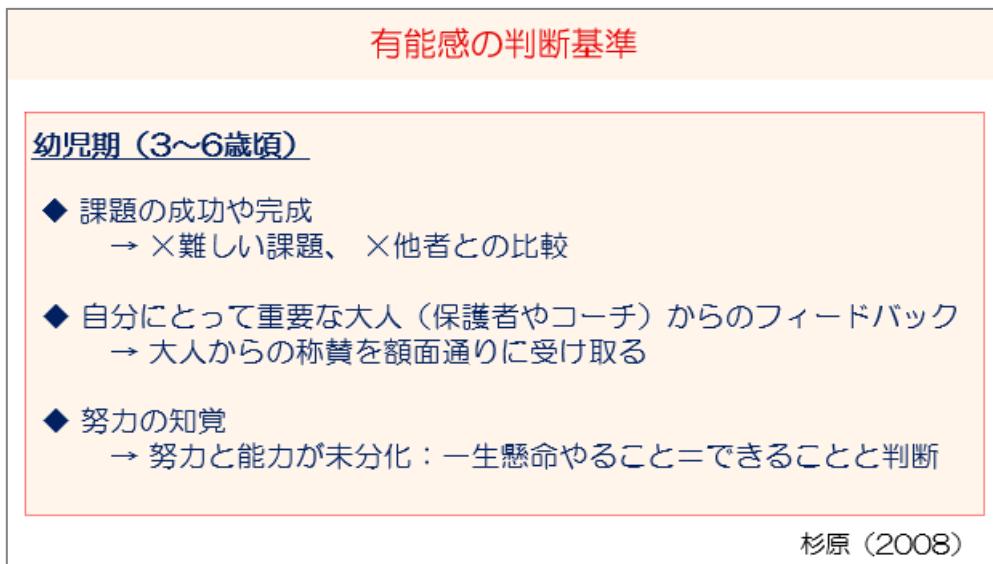


図4：有能感の判断基準

運動・スポーツの場面において、大人が子どもを見守る際は、「できる/できない」といった観点だけではなく、その子なりの取り組みを「認める」「褒める」といった関わりを意図する必要があるのではないだろうか。あるいは、子どもがある課題を克服してしまうと、もはやその課題はその子どもにとってつまらないものになりがちである。むしろ、できないことに挑戦しているその過程を、子どもと大人が一緒になって楽しむような姿勢が求められるのではないだろうか。

2. 「プレイフルネス」を強調した運動遊び

事業推進委員 竹中 晃二 (順天堂大学スポーツ健康医科学研究所)

幼児期にいる子どものうちから、将来、有望なスポーツ選手に育てようという試みは無理があるように思える。例えば、あるスポーツにこだわって、子どもが望んでいるかどうかにかかわらず、保護者や周りの指導者が行う厳しい指導は、あたかも「虐待」のようで、誰もが眉をひそめて見るに違いない。たとえ、子どものスポーツ活動が大人の影響を受けるとしても、子どもが将来に同じスポーツを続けていけるかどうかは、本人の能力や資質に、また何よりも周りの環境に大きく影響を受ける。しかし、なによりも子どもが遊びを含む運動・スポーツを行うことについて、いまの「好き」を続けていくことは、現在のみならず将来において、からだを動かすことを厭わない、またその経験を様々なことに挑戦するための活力となっていくに違いない。本稿では、その「好き」を強化するために、「プレイフルネス」という概念に置き換えて話を進める。

目的指向の運動遊び、例えば体力増強のため、肥満予防のため、スポーツ・スキルの獲得のため、というように「～のために」という目的を果たすために行う活動は、大人の視点はともかくとしても、子どもにとって本当に楽しめるものになっているのかを一度考えてみる必要がある。最終的に、継続的していければ、その結果としてこれらの目的を達成できるかもしれないが、継続できなければそれらの結果を得ることもできない。そのために、継続（習慣化）させるために、どのような要素が必要であるかを知っておく必要がある。

一般に「プレイ（遊び）」という用語は、ゲームやスポーツ、演劇などさまざまな場や状況の中で引用され、多くの異なる意味を包括している。ただ、心理学者が述べる「プレイ」には、いくつかの基準が存在する。それらの基準とは、①自然発生的、自発的であり、実践者にとって行うこと自体に価値があること、②内発的に動機づけられ、行うこと自体が目的となっていること、③実践者が行うことによりストレスを感じることなく、安全な状況で行えていること、④内容は、通常、実践者自身にも明確に定義できていないこと、および⑤繰り返し行われる内容であること、である (Bateson and Martin, 2013)。

そこで、子どもの運動習慣の形成に関わる「プレイフルネス (playfulness)」という用語は、プレイがプレイとして成り立つために、プレイが持つ内部の要素、あるいは特徴を強調する必要がある。子どもに関わる「プレイフルネス」の研究は、大きく2つの領域で発展してきた。一つは、子どもの発育発達について、遊びを通して観察する作業療法の研究であり、もう一つは心的外傷を抱える子どもの回復に及ぼす遊びの要素を示した研究である。特に、後者においては、虐待や災害を経験した結果生じた子どものトラウマ（心的外傷）を回復させることを目的に、どのような遊びが有効であるかが明確にされている。実際、トラウマの回復支援を目的とした「プロジェクト・ジョイ」と呼ばれる非営利活動の中で奨励されている「プレイフルネス」は、「陽気でふざけ、遊ぶこころ」と定義されており、以下の4要素が強調されている。それらは、①うれしく感じること、②人とのつながりを感じること、③安全であり、有能感をもてていること、④没頭して活動的なかかわりをもてること、である。

子どもの運動遊びに注目したプレイフルネス研究 (Lee, Takenaka, and Kanosue, 2013; 高井・島崎・Lee・竹中, 2015) では、図1に示すように、プレイフルネスの要素を①没頭、②自己決定、③有能感、④集団ルール、および⑤人とのつながり、の5因子を抽出し、それらの要

素を強調した運動遊びが子どものこころを癒し、継続に影響を与えやすいことを示している。子どもの習慣づくりに貢献する行動変容介入は、大人とは若干異なり、大きく環境の影響を受けやすい。その環境とは、道具を提供する、また公園につれていくなど大人の関与が必要である。しかし、それ以上に、大人自身がロールプレイとして実践したり、口頭で励ましを与えたなど、大人がどのように子どもに関わっていくかという視点がきわめて重要である。「プレイフルネス」の要素を強調した大人から子どもへの関わりは、例えば図2に示すように、子どもを受動的にさせることから、自ら行うという能動的態度を引き出し、子どもの習慣づくりに貢献できると考える。

<引用文献>

- Bateson, P. and Martin, P. (2013). *Play, playfulness, creativity and innovation*. Cambridge University Press, Cambridge: UK.
- Lee, Y., Takenaka, K., and Kanosue (2015). An understanding of Japanese children's perceptions of fun, barriers, and facilitators of active free play. *Journal of Child Health Care*, 19, 334-344.

高井真佐代・島崎崇史・Lee, Y.・竹中晃二 (2014). 運動遊びにおけるプレイフルネス尺度の開発 平成25年度日本体育協会スポーツ医・科学研究報告Ⅱ 社会心理的側面の強化を意図した運動・スポーツプログラムの開発および普及・啓発—第一報—, 27-33.

<web情報>

- ・プレイフルネス運動遊び <https://www.youtube.com/watch?v=XPIK5cFK-U&t=36s>
- ・子どもの運動、毎日合計60分以上を推奨。習慣化させる6つの要素とは?パラサポWEB.
<https://www.parasapo.tokyo/topics/119025>
- ・楽しさの概念『プレイフルネス』に基づいた幼児期の運動習慣づくりとは～自発的な活動によって生じる楽しさを醸成させる～ Good Health Journal
<https://goodhealth.juntendo.ac.jp/sports/000347.html>

<その他の参考文献>

- 竹中晃二 (2010). アクティブ・チャイルド 60min.—子どもの身体活動ガイドライン サンライフ企画.
- 竹中晃二・小松ゆみ子 (2017). 児童のライフスタイル変容を目的としたエキスパートシステムの開発および評価: 予備的研究 *Journal of Health Psychology Research*, 30, Special Issue, 99-106.
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jhpr/30/Special_issue/30_160912061/_pdf/-char/ja
- 竹中晃二 (2018). 子どものプレイフルネスを育てるプレイメーカー: プレイフルネス 運動遊びへの招待 サンライフ企画.

プレイフルネスを満たす6つの要素



図 1. プレイフルネスを満たす 6 つの要素

心理社会的効果を高める全体像

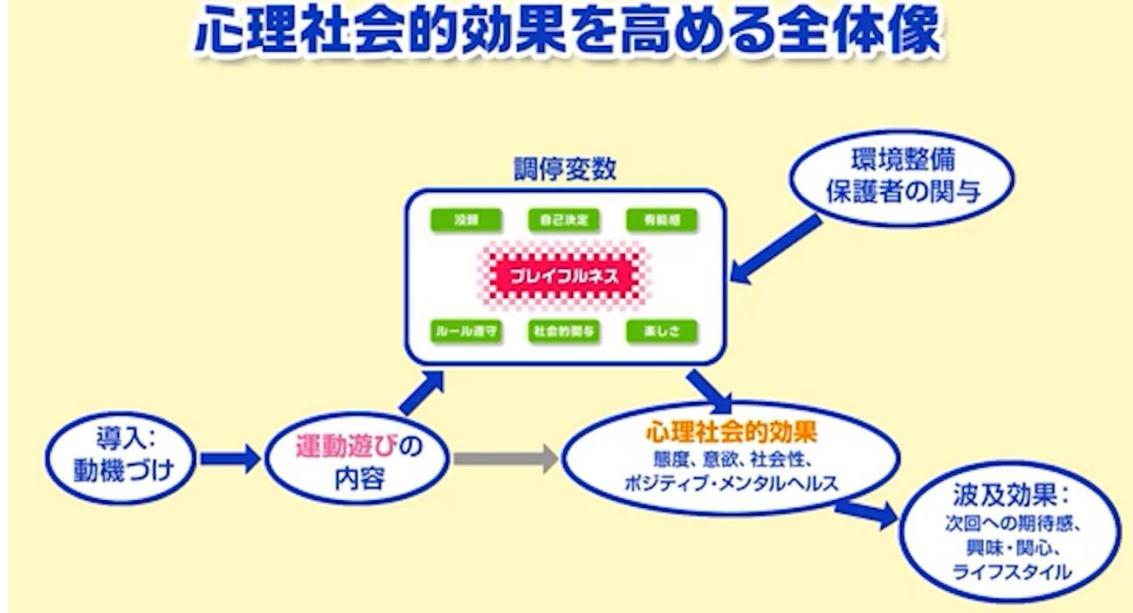


図 2. プレイフルネスを調停変数と捉えた運動遊びの概要

3. 自治体の取組まとめと幼児の運動遊びを促進していくための工夫

事業推進委員 武長 理栄（公益財団法人 笹川スポーツ財団）

（1）他の自治体に参考になる好事例

本プロジェクトにおいて、各自治体が実施した幼児期の運動習慣形成に向けた取り組みを整理し、他の自治体にとって参考となる好事例をまとめた。以下に、特に有効と考えられる事例を示した。これらの事例から、専門人材やスポーツ以外の多様な場、保育園の行事、地域メディアなどの活用の工夫がみられた。

＜他の自治体に参考になる好事例＞

事例	内容
富山県： 派遣社会教育主事制度の活用	<ul style="list-style-type: none">・県が自治体へ派遣社会教育主事（スポーツ担当）を配置し、人的支援を行う仕組みを確立・地域スポーツ振興の専門職を育成し、自治体間で人材を共有する体制づくりを推進
奈良県： 商業施設を活用したスポーツ体験イベント	<ul style="list-style-type: none">・イオンモールで親子スポーツ体験会を実施し、運動に関心のない層へアプローチ・普段運動する機会の少ない親子が気軽に体験できる環境を整備
栃木県： 親子参加型の運動イベントと フィジカルリテラシー向上	<ul style="list-style-type: none">・こども園の運動会に親子体操を組み込み、保護者のフィジカルリテラシー向上を促進。・親子で楽しむきっかけを通じて、家庭内での運動習慣の定着を図る
鹿児島県： メディアを活用した運動習慣の啓発	<ul style="list-style-type: none">・KKB 鹿児島放送と連携し、「Exceed 体操」の認知度を高めるプロモーションを実施。・地域メディアを活用し、子どもの運動に対する地域全体の関心と理解を高める

（2）各県の取り組み全体にみられる共通課題

各自治体の取り組みには一定の成果がみられるものの、運動習慣の定着や運動無関心層へのアプローチ、財源確保、事業の自走化に課題がみられた。単発のイベントが多く、継続的な運動習慣につながりにくい点や、運動が苦手な子どもが取り残される問題が指摘されている。運動無関心層や運動が苦手な子どもに対しては、楽しさを重視したアプローチが求められる。神奈川県や鹿児島県では、競争ではなく遊びを中心とした運動を導入し、運動への抵抗感を減らす工夫が進められていた。

また、多くの自治体が単年度予算で運営していることから、本プロジェクト終了後の財源確保が不透明であった。今後は、自治体や教育機関、スポーツ団体、企業が連携し、多様な財源を活用しながら、継続的な運動環境を整備することが重要である。

＜各県の取り組み全体にみられる共通課題＞

課題	内容	
①運動の定着支援	現状	<ul style="list-style-type: none"> ・単発のイベントや運動教室の実施はあるものの、継続する仕組みが不足。 ・「体験して終わり」ではなく、地域クラブや学校の放課後活動へつなげる必要がある。
	提案	<p>提案：イベント参加者に「継続プログラム」や地域スポーツクラブを紹介。</p> <p>学校や園と連携し、休み時間や放課後、保育の中に運動習慣を組み込む。</p>
②運動無関心層・運動嫌いの子どもへのアプローチ	現状	<ul style="list-style-type: none"> ・希望者のみの参加が多く、運動を苦手とする子どもが取り残されがち ・「楽しさ」を前面に出し、無関心層への入り口を工夫する必要がある
	提案	<ul style="list-style-type: none"> ・放課後の活動の充実（校庭や体育館の開放・運動プログラムの実施） ・幼稚園・保育園での運動遊びの充実 ・保護者向けのアプローチの工夫
③事業の自走化に向けた財源確保	現状	<ul style="list-style-type: none"> ・多くの自治体が単年度予算で動いており、継続が困難 ・自治体予算だけに頼らず、民間資金の活用や事業のビジネス化を進める必要がある
	提案	<ul style="list-style-type: none"> ・ふるさと納税（企業版・個人版）を活用 ・地域企業のCSR活動と連携し、スポンサーシップを確保 ・受益者負担の考え方を導入し、一部有料化も視野に入れる

（3）幼稚園・保育園での運動遊びの充実に向けて

－毎日いくつかの運動遊びをプラス。動きに着目して遊びのバリエーションを増やそう－

日本の子どもを対象とした身体活動の目安を示したものは、幼児期では文部科学省の幼児期運動指針があり、「様々な遊びを中心に、毎日、合計60分以上、楽しく体を動かすこと」が推奨されている。幼児期は「走る」「跳ぶ」「投げる」などの基本的動作が身につき、それらの動きが上達する時期であり、幼児期に獲得した動作は将来の生活やスポーツで必要な運動スキルの基礎となる。

全国の年少児から年長児における、在園時以外での基本的な動作の経験状況をみると（笹川スポーツ財団, 2024）、①「走る動き」は比較的よく経験できている、②幼児の7割が「物を打つ動き」、6割が「逆さまになる動き」を十分に経験していない、③体のバランスをとる遊びや物を操作する動きは経験の機会が限られているという実態が示されている。園での取り組みとして、家庭や地域では経験されにくい動きが含まれる遊びを意識的に取り入れるほか、園舎や園庭で過ごす中で様々な動きが出現するような環境の設定なども有効であるといえる。

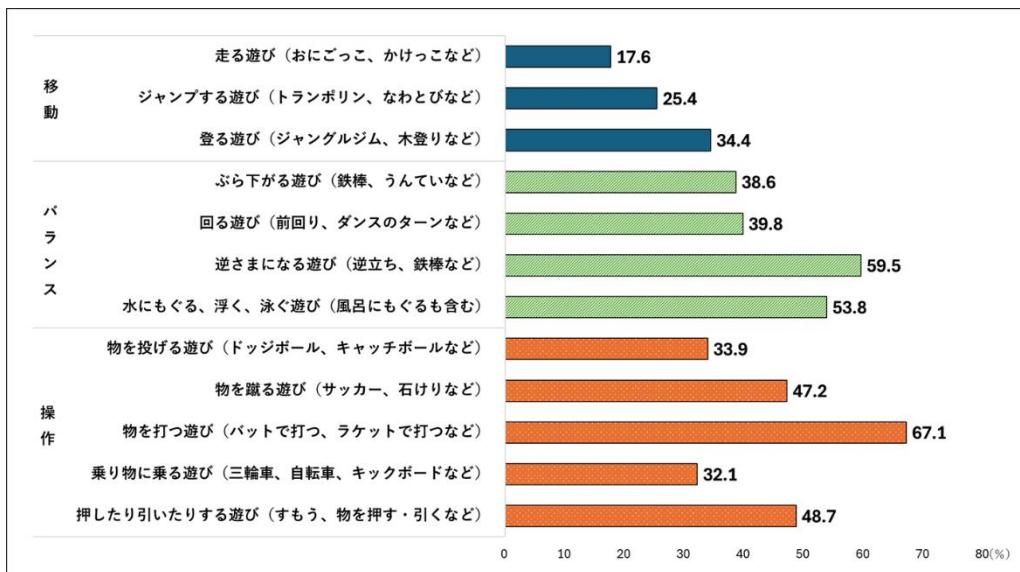


図1 幼児が園外で経験していない基本的な動き (n=2,903)

笹川スポーツ財団 (2024)「全国の幼児（3～6歳）を対象とした運動実施状況に関する調査研究—園外の幼児の運動遊びの実態—」より

(4) 幼児の運動機会と家庭環境の関係

—様々な家庭の子どもにも運動遊びの環境を。親同士のネットワークづくりも必要—

笹川スポーツ財団の調査（2024）によると、幼児の運動機会は家庭の経済状況と関連し、経済的に恵まれた子どもの方が運動・スポーツの習いごとや外遊びの機会を得やすいことが示されている。また、保護者のネットワークの有無と幼児の運動実施との関連も見られている。保護者の友人が多いほど子どもが毎日運動する割合が高く、逆に友人がいない場合、全く運動をしない幼児の割合が増える傾向がある（図2）。保護者の友人関係が豊かであるほど、子どもは運動の機会を得やすくなると考えられ、家庭での運動習慣を促進するには保護者同士の交流を深め、コミュニティ形成を支援する施策も重要と言えるだろう。

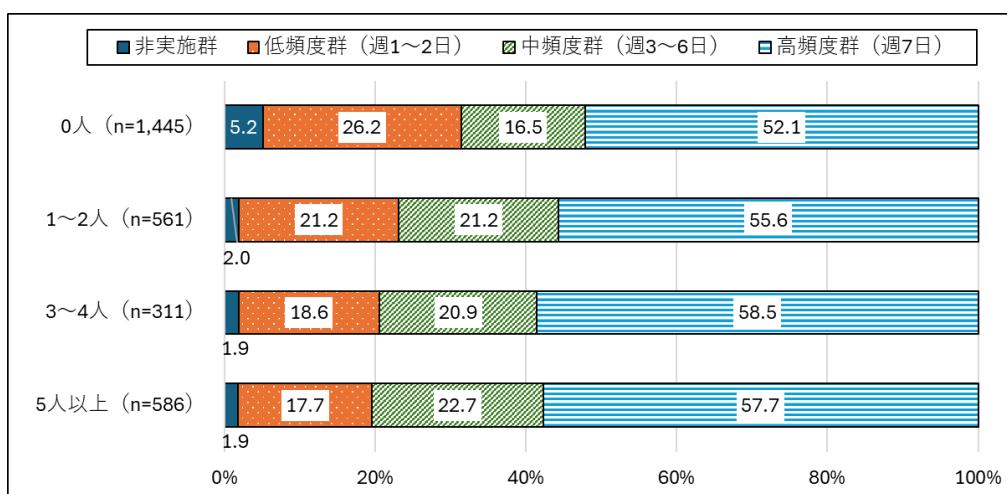


図2 ママ友・パパ友の人数と子どもの園外での運動実施頻度との関係

笹川スポーツ財団 (2024)「全国の幼児（3～6歳）を対象とした運動実施状況に関する調査研究—園外の幼児の運動遊びの実態—」より

（5）まとめ

—子どもの運動習慣を支えるための社会的支援の必要性—

子どもの問題は、家庭や地域・学校などにおける養育・保育や教育の問題として語られることが多いが、子どもの問題は様々な要因が連動しており、各部門の個別的な対応では根本解決にはならない。幼児の運動習慣の形成には、親子で一緒に体を動かす機会の促進が重要であるが、親の負担に依存せず、忙しい親をサポートするための支援環境の整備や家族で参加できる運動機会の拡充など、企業や行政を含めた社会全体の取り組みが求められる。幼児の運動実施は心や社会性の発達、日常生活の適応力とも深く関連しており、地域や社会全体で支える包括的な支援体制の構築が重要である。

参考文献：

笹川スポーツ財団（2024）「全国の幼児（3～6歳）を対象とした運動実施状況に関する調査研究～幼稚園・保育園以外における幼児の運動実施の実態調査～」

4. 子どもにスポーツをさせていない保護者についてのインサイト

事業推進委員 中村 宏美（独立行政法人日本スポーツ振興センター）

（1）はじめに

日本スポーツ振興センター（JSC）は2012年に情報・国際部を設置し、コミュニティスポーツ事業を通じて、生涯スポーツ推進の参考となる諸外国の政策・施策の調査・分析・提供を行ってきた。その中でも特に重要な概念として取り扱ってきたのが、「インサイト（Insight）」と「フィジカルリテラシー」の2つである。2018年度から2022年度にかけて実施した『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（以下、JSC調査）』は、こうした流れを踏まえたもので、2023年4月にウェブサイトで公開した報告書は、[家庭環境調査版]、[インサイト版]、[フィジカルリテラシー版]から構成されている⁴。

JSC調査は、フィジカルリテラシーの名を冠した調査としては、国内ではかなり早い時期に行われており、概念整理の面では試行錯誤の部分も多かった。だが家庭環境に関する分析結果については、スポーツ庁委託事業（以下、本委託事業）の一環として行われた順天堂大学による全国調査とも概ね一致するものであった。本報告では、このJSC調査の結果を踏まえつつ、本委託事業で行った自治体視察の所感を述べることとした。

（2）『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』について

① フィジカルリテラシー

JSC調査を企画した2017年当時、我が国においてフィジカルリテラシーはまだ学術的な概念整理や⁵、主要スポーツ団体会合などでの本格的議論が十分には行われてはおらず⁶、調査にあたってはフィジカルリテラシーの概念整理から行う必要があった。既にJSCのハイパフォーマンススポーツセンターでは、『アスリート育成パスウェイ』構築の取組が進んでおり⁷、カナダのLong Term Athlete Development (LTAD) や、豪州のFTEMフレームワークといった国ぐるみの海外先行事例において、国民のあらゆるスポーツ参加の入り口になる概念としてフィジカルリテラシーが配置されていることを把握していた。

一方、上述のJSCコミュニティスポーツ事業では、海外学会においてMargaret Whitehead博士本人の発言を聞く機会に恵まれた⁸。スポーツ学者である彼女が提唱するフィジカルリテラシー概念のあり方、すなわち幼児期の運動の実践とは、単なる競技力向上目的の取組や基礎

⁴ 日本スポーツ振興センター（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』報告書および普及資料の公開」（2023年4月5日）。 <https://www.jpnsport.go.jp/corp/Tabid/157/ItemID/1047/Default.aspx>

⁵ 三上「Margaret Whiteheadによる「身体リテラシー」概念の検討：日本における議論の動向を踏まえて」『スポーツ教育学研究』41:2 (2021): 37.

⁶ スポーツ庁の2017年の会議で、JSCがフィジカルリテラシーについて紹介したが、これは後述するような概念整理を行う前のことであった。JSC「スポーツイングランドによる女性スポーツの取組について」スポーツ庁『スポーツを通じた女性の活躍促進会議（第2回）』（2017年8月30日）https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/shingi/014_index/shiryo/_icsFiles/afieldfile/2017/09/11/1395318_1.pdf

⁷ JSC『アスリート育成パスウェイ』事業ホームページ。 <https://pathway.jpnsport.go.jp/>

⁸ 具体的には、2013年の国際女子体育連盟（IAPESGW）、並びに2013年の国際高等教育体育・スポーツ学会（AIESEP）の2つの学会であった。

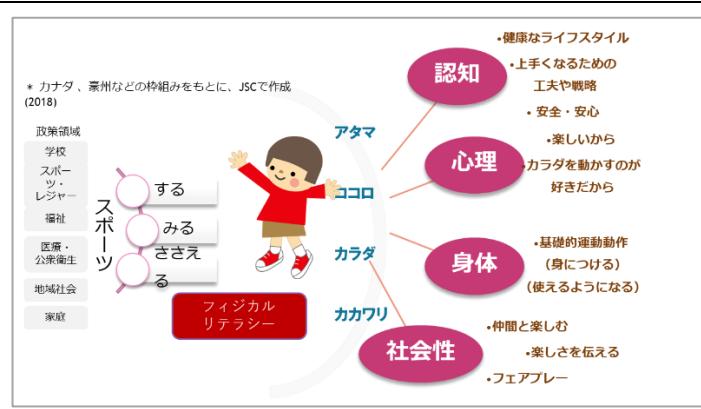
的動作の獲得を超えて、子どもがよりよい人生のあり方を実現する一助となるものであるという、実存主義的なアプローチについても理解することができた。さらにユネスコが2015年に示した、「質の良い体育教育 (QPE)」に関するガイドライン⁹において、Whitehead の2010年の著作¹⁰を踏まえつつ、フィジカルリテラシーとは「プログラムではなく、構築された体育教育の提供のアウトカムである」(JSCによる仮訳)という一文が示されたことを踏まえると、フィジカルリテラシーとは、すべての子どもが身につけなければならないものであり、なおかつ、その獲得は子どもや家庭の自助努力に委ねるのでなく、「よい指導」によってもたらされるべきものであると位置付けることが好ましいと考えられた。

そこでJSC調査の設計にあたって、まずフィジカルリテラシーの概念を、図1に示すように位置付けることとした。またフィジカルリテラシーを構成する要素としては、図2に示すように、「認知」「心理」「身体」「社会性」の4つを設定することとした¹¹。構成要素として「社会性」を含むこととしたのは、人と社会とのかかわり方を重視するWhiteheadの定義を踏まえてのことであるが、それ以上に、我が国における学校運動部活動等の風土を考えれば、スポーツを全人的成長の観点からとらえることは、専門家だけでなく、広く国民にも受け入れやすいのではないかと考えたからである。

図1 フィジカルリテラシー概念図



図2 フィジカルリテラシー構成要素図



またこうした位置付けは、文部科学省の幼児期運動指針との親和性はもちろんのこと、日本スポーツ協会(以下、JSPO)の「アクティブチャイルドプログラム(以下、ACP)」や、日本レクリエーション協会の「おやこ元気アップ!事業」といった既存の幼児向け取組の普及資料において、単に運動遊びの紹介といった身体面のみならず、大人から子どもへの声かけといった子どもの心理面も踏まえた育みのありかたが含まれていたことにも影響されている。

しかしながらこうした国内の優良なプログラムの存在にもかかわらず、我が子を地域のスポーツクラブやスクールに通わせていない保護者が大勢おり、かかる学校外教育機会の格差が、子どものフィジカルリテラシー獲得の格差、ひいては人生におけるライフチャンスの格差を生

⁹ MacLennan and Thompson, *Quality Physical Education (QPE) : Guidelines for Policy Makers*, UNESCO (2015), 26. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231101>

¹⁰ Whitehead ed. *Physical Literacy: Throughout the Lifecourse* (London, UK: Routledge, 2010).

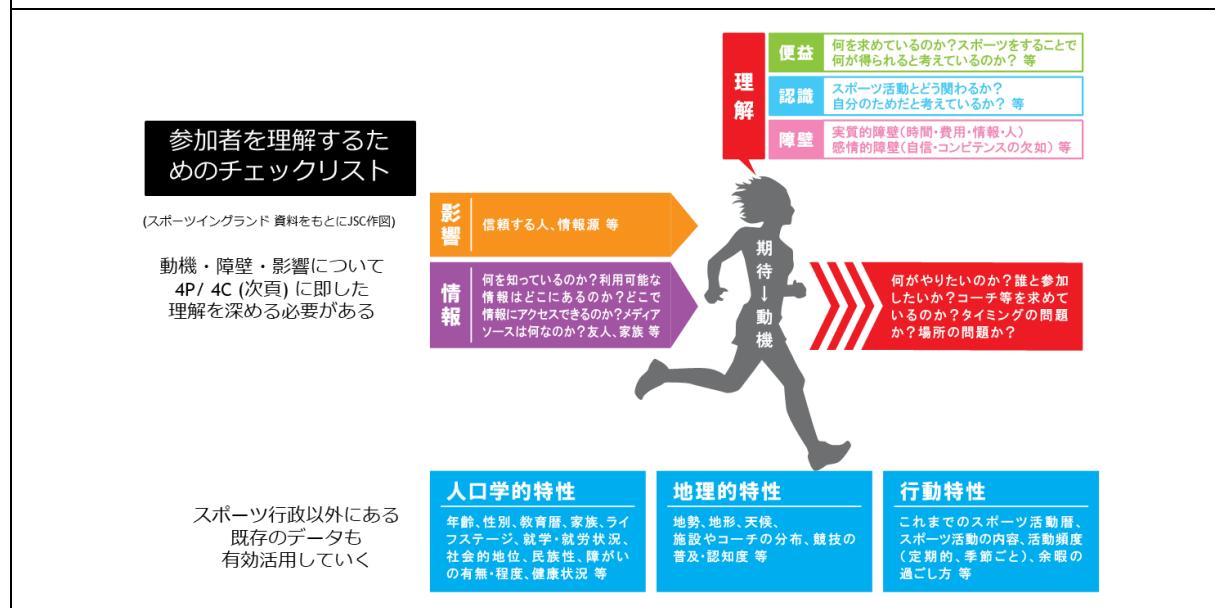
¹¹ JSC、News Release (2019年8月7日)。 <https://www.jpnsport.go.jp/corp/Portals/0/News-Release/H31/190807.pdf>

み出す要因となりうることが、先行研究でも指摘されている^{12、13}。前述のようにJSC調査においては「子どものフィジカルリテラシー習得を家庭の自助努力のみに委ねない」ことが重要な観点のひとつであり、それゆえにJSC調査では、「自治体や地域スポーツ関係者がどのような支援や働きかけを行えば、いま我が子を地域のスポーツ活動に参加させていない保護者が、子どもたちを参加させられるようになるか（あるいは参加させても良いと思うようになるか）」を問うことが最も重要な目的（リサーチクエスチョン）となった。

②インサイト

「インサイト」とは、消費者マーケティングの手法の一種であり、「消費者を動かす、本人も気がついていない欲求」のことを指す¹⁴。それをスポーツ参加促進の手法、とりわけスポーツ未関心層へのアプローチ手法としていち早く組織的に導入したのは、豪州や英國イングランドの公的機関である。彼らが2014年に示したスポーツ参加における行動モデル¹⁵（図3参照）は、JSC調査を行う上でも大いに参考とした。

図3 スポーツイングランドによる、スポーツ参加を理解するための分析図



¹² 長野、足立「親の運動嗜好と子どもの体力との関連性の検討」『発達学研究』(78) 27: 24-34 (2018). DOI: 10.5332/hatsuhatsu.2018.78_24

¹³ 清水『子どものスポーツ格差: 体力二極化の原因を問う』(大修館書店、2021)。

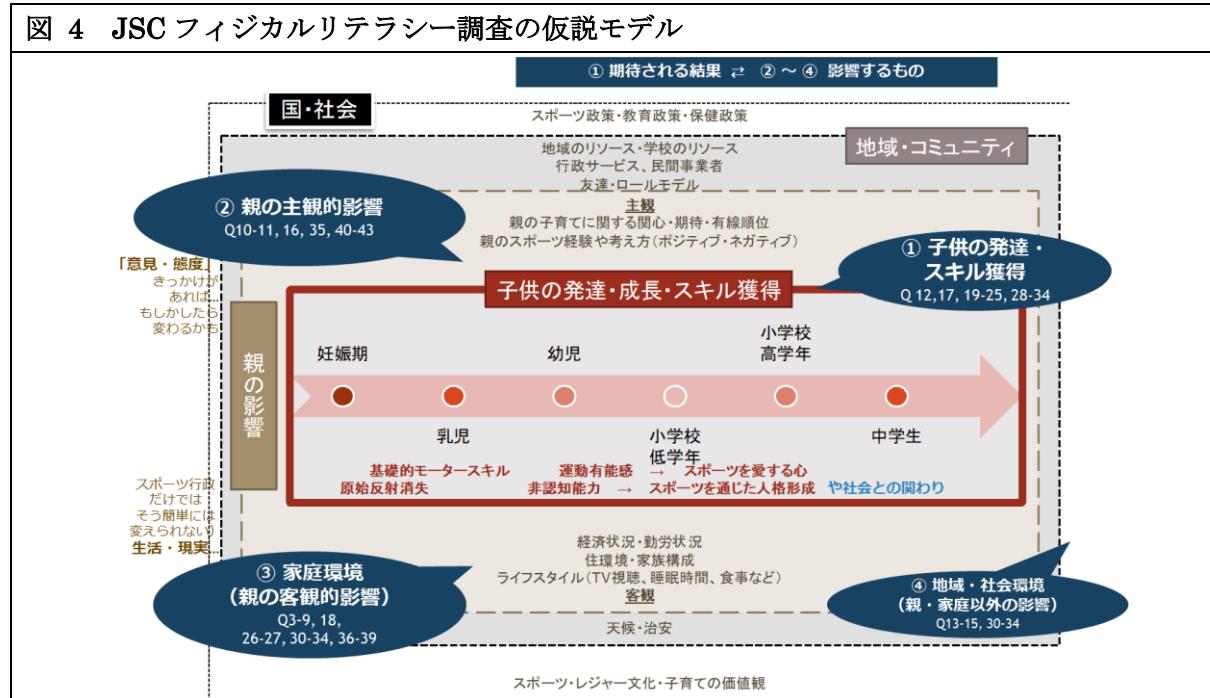
¹⁴ 大里「インサイトとは？消費者の深層心理から需要を掘り起こす」Micoworksマーケティングブログ (2023年9月30日)。 <https://www.mico-cloud.jp/blog/marketing/insight-marketing/>

¹⁵ Fraser (on behalf of O'keefe, Insight Project Director, Sport England), "Understanding Your Participants," presentation at *Sport and Recreation Alliance Sport Summit 2014*, 5 June 2014, London UK. <https://www.slideshare.net/slideshow/carol-fraser-20140529-sra-summit-se-slides/35571888>

③調査設計について

JSC 調査では、上述のスポーツイングランドのモデル図、並びに豪州 ASC による「保護者のセグメンテーション分析」¹⁶を踏まえ、子どものフィジカルリテラシー習得に関する影響要因について、図 4 のように仮説を立てた。具体的にはモデルの中央に、被説明変数となる子どもの発達・成長やスキル獲得を置き、それに影響しうる説明変数を周囲に置いている。これは子どもが周囲からよい影響をうける場合は、発達やスキル獲得が促進される、ということを意味する。

図 4 JSC フィジカルリテラシー調査の仮説モデル



さらに、子どもに一番身近な存在として家庭（保護者）、より具体的には②保護者の主観（知識や考え、感情）と、③保護者の客観（お金や時間）に分けて配置した。後者（保護者の収入や仕事時間）を左右することはスポーツ行政だけで難しいが、子育てやスポーツに関する保護者の考え方を変える、つまり行動変容を起こさせることは、きっかけがあればできるかもしれないと考え、家庭が置かれる④「地域や国」を、外側に置くこととした。

具体的に JSC 調査は、量的（5～15 歳のお子さんを持つ男女 1,000 人へのオンラインアンケート）と、質的（運動系の部活動や習い事をしていない 5～15 歳のお子さんを一人でも持つ首都圏の母親 8 人へのデプス・インタビュー）の 2 段階からなる。アンケートに関しては表 1 のとおり、仮説モデルを踏まえた計 40 間を設問とした。

表 1 JSC フィジカルリテラシー調査 アンケート調査の構成

A	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
B	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
C	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(好きか嫌いか、クラブなどへの誘引・阻因)、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

¹⁶ Latitude Insights, "Parents: Market Segmentation," *National Sport Research*, Australian Sports Council (2015). https://www.clearinghouseforsport.gov.au/_data/assets/pdf_file/0003/802596/14066_ASC_Market_Segmentation_Parents_FA_WEB.pdf

D	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/子どもも一緒に）、親の運動主観（好きか嫌いか、クラブなどへの誘引・阻因）、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
スクリーニング: 保護者の年齢、性別、職業、婚姻状態、居住地、世帯収入	

調査の詳細は、JSC のウェブサイト⁴に置いているが、主な知見として、保護者が「我が子を地域のスポーツクラブやスクールに通わせてもよい」と思えるためには、保護者の客観面（収入・時間）において、ある程度の余裕が必要なのはもちろんだが、加えて保護者の主観面、特に【青少年スポーツへの知識・関心】や、【健康・子育てへの価値観】、さらには町内会やPTA、ママ友ネットワークのような【地域とのつながり（いわゆる社会関係資本・ソーシャルキャピタル）】が、子どもの地域スポーツ参画に相關していることが示唆された。言い換れば、これらの条件がそろえば、自身のスポーツ経験や嗜好を問わず、ほとんどの保護者は時間や家計が許す限り、子どもの先程の「親のサポート行動」が生まれてくることが、JSC 調査においても確認できた。

したがって子どものフィジカルリテラシー習得においては、まず保護者に対し、【青少年スポーツがもたらす価値】や、【健康・子育て上の価値観】をしっかりと伝える必要があると考えられる。JSC 調査において、子どもが運動系のクラブやスクールに通っていない理由の最多は、子どもの年齢を問わず「本人がやりたがらない」だった。しかし子どものやる気を積極的に引き出したり、あるいは受験のために部活や習い事を辞めた後でもスポーツや運動を続けるように勧めたりする保護者はさほど多くなかった。デプス・インタビューで現在、地域スポーツにかかわっていない子どもがいる母親にその理由を尋ねたところ、「無理やりやらせても身につかないから」「うちの子がオリンピックに出るわけじゃないから」との回答が多く聞かれた。

しかしながらフィジカルリテラシーとは、すなわち子どもが心身ともに健康で幸福な社会生活を送れるようにするための素地を育くむことが主眼であって、競技者としての成功を目指すものではない。またフィジカルリテラシーとは生まれつきのものではなく、よい指導がなければ身につかないということ、そのためには仮に保護者が一緒に運動できない場合でも、まずは学校や地域で子どもが楽しく身体を動かす機会を確保でき、保護者がそのがんばりをほめてあげられればそれでよい、というメッセージを伝える必要がある。

とはいって、子どものスポーツのためだけに家族のライフスタイルを変えることは、実際には容易ではない。家族の限られたお金と時間の中で保護者が優先順位をつけるとしたら、子どものスポーツ系習い事はどうしても下の方になるという現実を、事業設計上は受け入れる必要がある。そこで JSC 調査においては、具体的に地域のプログラム提供をどのようにしたら、未関心層の保護者が「我が子を地域のスポーツに通わせてもいい」というサポート行動を引き出せるか、デプス・インタビューの結果を踏まえ、提案している。

図 5 地域における子どものスポーツプログラム提供における提案

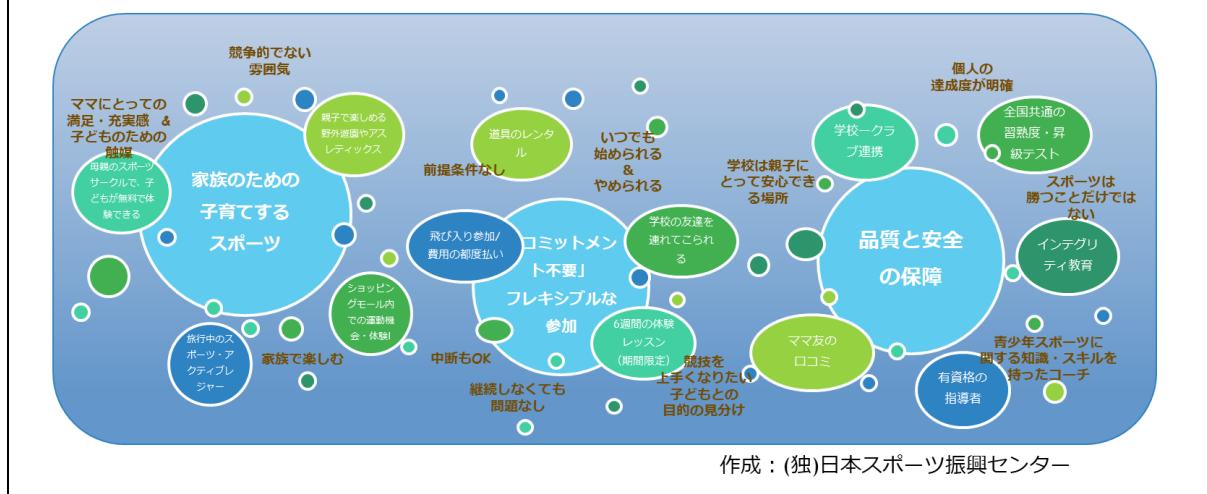


図 5 の右側に示しているように、まず保護者が子どもを預ける上では、スポーツクラブのプログラムや指導者の【品質】、あるいはいじめや体罰がないかなども含めた【安全・安心】を保障することが大切である。特に質（プログラムの効果）という点では、実際に我が子を通わせている保護者が実感している、子どもの成長面に良い影響（言い換えれば青少年スポーツの価値）を、顔が見えて信頼できる【ママ友のネットワーク】を介しての口コミとして広めてもらうのも一案である。

図の中央の【コミットメント不要】とは、通う場所と費用の面での、親子の負担の少なさを意味する。加えて、運動することに意欲を示していない我が子を通わせてもよい、保護者に思ってもらうためには心理的負担の軽減、つまり「嫌だったら辞めても休んでもよいし、やりたくなったらまた来てくれればよい」という、行動変容にむけて繰り返しトライできる仕組みを示すことも考えていく必要がある。

最後に図の左側の「子どものスポーツのために、保護者のライフスタイルを犠牲にさせない、という発想も重要である。従来の青少年スポーツの根底には、良くも悪くも「子どものスポーツためなら、保護者は多少の無理ならしてくれる」という暗黙の了解があった¹⁷。だが未関心層の保護者にアプローチするためには、親子のニーズ（子育ての都合）に併せて、生活の中にスポーツから入り込んでいくという姿勢が必要になってくるといえよう。

これらの事柄は言うのは簡単であり、営利目的でない地域のクラブや運動部活動がどこまで実現できるのかは、慎重なバランスや事業設計が求められることもまた事実である。

(3) 本委託事業の一環で行った自治体視察についてのフィードバック

①奈良県：2024年12月に、県が中心となって、郊外のベッドタウンにある大規模ショッピングモールで、休日に実施された親子のスポーツ体験会を視察した。

【良かった点】

スポーツ未関心層の保護者にもリーチできる場所で、事前予約不要、またボッチャやTENNIS PLAY & STAY（日本テニス協会による子ども向け普及プログラム）をプログラムとし

¹⁷ 宮本、清水「小学生のスポーツ活動における親の関与・負担感に関する調査研究 2021年度速報値」（笹川スポーツ財団、2022）。Retrieved 1 September 2022 from https://www.ssf.or.jp/files/2021_Prts_01.pdf

て提供するなど、気軽な体験機会としては適切な設えであった。また体験時間も 15 分間程度と、事前に何も知らずにショッピングモールに来ている家族が費やせる時間としては現実的なもので、結果として「楽しく身体を動かす」という機会提供が実現していた。何よりも、親子の普段の週末の時間の中に、スポーツ体験の機会を持ち込む（すなわちスポーツの方から未関心層に出向いていく）という試みを、全国に先駆けて実施したことは高く評価される。

【今後にむけた工夫】

従来のスポーツ体験機会は、多くの場合が市民スポーツ祭、あるいはスポーツ観戦等、多少なりともスポーツに興味・関心を持つ人たちが訪れる場で提供されることが多かった。それに対して本取組は行動変容の観点上、何の心の準備もない状態にある来場者に対してスポーツ実施を呼びかけるものであるから、次の一手（行動の選択肢）として、いきなり定期的な活動参加を前提とするような地域のクラブ等への誘導を試みることは余り現実的でない。この点において、本年度の奈良県の取組は、教育・保育施設がすべての子どもにむけた運動習慣形成の役割を担い、そこに総合型スポーツクラブが関与するという、バランスのとれた取組になっていたといえよう。

それよりは県の取組として、この場を直接的な「保護者の主觀への働きかけ（動機付け・啓蒙）」として活用できればよかったのではないか。実施後に保護者向けのアンケートを実施していたが、例えはそれに合わせて、成長期の子どもが運動することの様々なメリットや、保護者による我が子への効果的な声掛け方法（よくできたね、楽しかったね、等）などを書いたチラシを配布することなどが考えられる。またモール内の売場とタイアップした食育などの取組も、財源確保の観点からもおもしろいかもしれない。

またこの点に関し、子どもがスポーツ体験をしている 15 分間の間に、自身はスマホをいじったり、周りの店舗に入っていたりするなど、子どもが運動する様子に関心を示していない保護者もいたことが気にかかる。自身は運動の苦手な保護者に、大勢が見ている中で無理に一緒に体験してもらうことにこだわる必要はないかもしれないが、保護者が意識・関心を持つことの重要性を伝える必要がある。さらには今回、体験コーナーの前で子どもたちが興味を示しても、それに構わずスーと通り過ぎてしまう保護者もいたことも事実である。主催者側にとつては「気軽な体験の場」として設定したつもりであっても、保護者が敬遠する（阻害要因を感じてしまう）場合、それが客観的なものなのか、あるいは主観的なもののかは、デプス・インタビューなどで深堀しないと分からぬといえ、行動変容を起こさせるのが最も難しいセグメント層である可能性が高い。そういう保護者は、どの県にも必ず一定数いるはずであり、共通の課題として認識しておきたい。

②富山県：県と拠点自治体である小矢部市が連携し、地域のスポーツ施設の指定管理者になっている地元の総合型スポーツクラブに対し、モデル事業として全 6 回（各回事前申込み制、複数回の参加が可能）の親子運動教室提供を依頼しており、その最終回を 2025 年 1 月に視察した。

【良かった点】

プログラム主担当であるクラブの指導者が、未就学児への運動指導経験を豊富に有していることもあり、1 時間のプログラムの中で親子ともに楽しみながら十分な運動量を確保できるように工夫されていた。対象年齢的に、時々集中できなくなる子どももいたが、指導者や補助者がほどよく放っておくことで親も気まずい思いをせずに済み、結果的に親子が自然体で過ご

せ、自らのペースで運動できていた。フィジカルリテラシー習得の場にふさわしい好事例であったといえよう。

また本教室受講後のいわゆる「出口戦略」として、参加者を当該クラブが拠点とするスポーツセンターでの子ども向けプログラムにつなげられていることも伺えた。実は保護者にとって、子どもたちを預ける指導者がどん

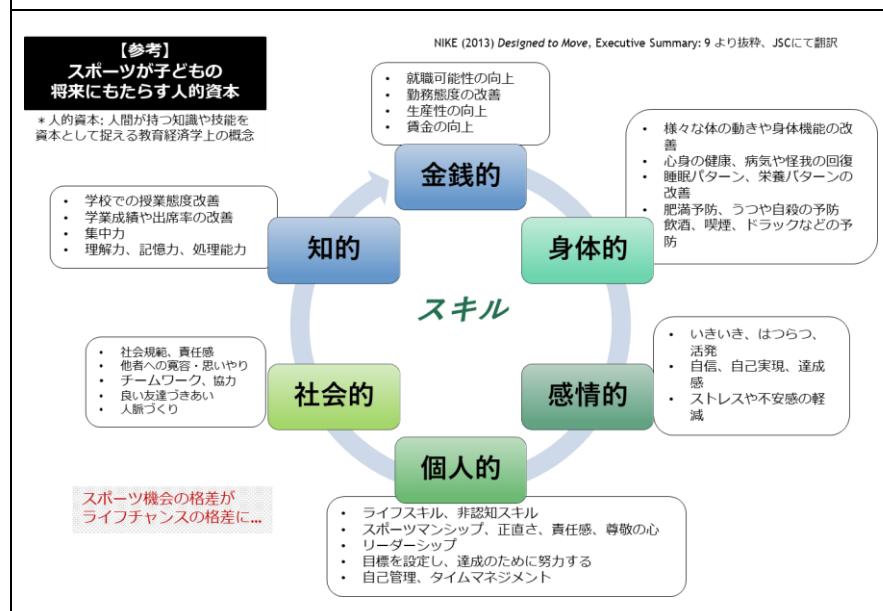
な人か予め分かり、安心して通わせられるということは、非常に重要である。JSC調査においても、平日午後に子どもたちだけで通え、かつ値段も手ごろな総合型クラブの活動は、共働きの家庭にはとてもニーズがあった一方で、「身近すぎるからこそ、万が一、子どもが嫌になって辞めた時に、普段の成果で気まずくなる」といった声も聞かれた。とりわけ地域社会とつながりを持ってない家庭の場合、総合型のような地域密着型の組織は、町内会などと同様、必ずしも顔を出しやすい場ではない。本介入においては、複数回参加した親子が多かったと聞いており、このように親子ともにクラブの雰囲気をよく知った上、通常のプログラムにつなげるという道筋をつくることは、非常に有効であると思われる。

【今後にむけた工夫】

本取組は必ずしも複数回参加を前提としていなかったこともあり、プログラム終了後の保護者への働きかけが検討されていなかった。この点において、フィンランドでの2か月の定期的な親子運動プログラムの介入中は子どもの運動量が増えたものの、半年後にはその効果が持続していなかったという研究がある¹⁸。本取組においては特に総合型という受皿もあることから、保護者向けのLINEの発信などにより、事後の定期的な働きかけをすることを検討したい。その際、発信者になるべく負担がかからないよう、行政やスポーツ団体等が作成した既存の資料を発信用コンテンツとして活用できるようにすることも一案である。

もう一点は、本委託事業の主目的でもあるところの「未就学児を対象とした取組に関する知見の横展開」についても、積極的に行っていくことが重要である。本取組においては、介入現場の異動を総合型クラブが担っており、また本委託事業における富山県の取組体制に、県の総合型クラブ連絡協議会が入っていることからも、現場のノウハウをボトムアップ型で共有していく素地があると思われる。

図6 ナイキによる青少年スポーツと人的資本の説明図



¹⁸ Laukkanen, A. et al. 2017. Parental Support and Objectively Measured Physical Activity in Children: A Yearlong Cluster-randomized Controlled Efficacy Trial. Research Quarterly for Exercise and Sport, 88 (3): 293-306. DOI: 10.1080/02701367.2017.1329924

(4) 最後に

JSC 調査におけるデプス・インタビューでの最後の質問として、青少年スポーツに関する人的資本をまとめた図 6¹⁹を被験者に見せ、これらのメリットを知っていたか、またこれらがもたらされるならば、今スポーツをやっていない子どもにもやってみるように勧めるかどうかを尋ねたところ、8 人中 7 人の母親が、これまで身体面や感情面での青少年スポーツのメリットについてなじみがなかったものの、少なくとも試してみるようにもっと強く説得する余地があると同意した。今後のフィジカルリテラシーの推進にあたり、スポーツの価値を、保護者や指導者に伝えていくことの重要性を示唆する結果として示しておきたい。

¹⁹ NIKE, *Designed to Move*, Executive Summary (2013): 9 より抜粋、JSC にて翻訳

5. 幼児期から小学校低学年にかけての運動習慣形成の取り組み：女川町の事例

事業推進委員 原田 直信（株式会社つなぐ）

（1） 幼児期の子ども及び保護者に対する日常的なアプローチ

女川町では、2つの保育所で年間100回程度、体操を中心としたさまざまなスポーツプログラムを実施した。主な目的は、幼児期の子どもたちが好きなスポーツを見つけることと、運動習慣の形成である。体操に加え、サッカーや野球、テニスなど多様なスポーツを提供することで、子どもたちに運動の楽しさを体験してもらった。さらに、保護者へのアプローチも重要視され、プログラムの様子を撮影した動画を編集し、限定公開のサイトで保護者に提供した。これにより、保護者が子どもの運動する様子を見て、自宅でも運動を促すきっかけを提供した。加えて、町内で実施された3歳児健診の空き時間に、女川町在住の全ての3歳児の保護者に向けて幼児期に身体を動かすことの大切さを伝え、運動意識の高揚を図った。このように、保育所での活動に加え、健診の場を活用した取り組みも実施された。

（2） 小学校低学年に向けた運動習慣定着のためのプログラム

女川町では小学校に進学した後も、運動習慣を維持するために、放課後の時間に運動プログラムを提供している。現在、参加率は1~3年生の約70%に達しており、特に保護者からは「送迎が不要で、学校内で実施されるため負担が少ない」との声が多い。さらに、さまざまなスポーツを体験できることや、知っている友達と一緒に運動できる安心感が、参加の動機となっている。また、他の地域でも同様のプログラムが実施されており、長崎県桜町小学校では受益者負担で運営され、現在60名以上が参加を希望する状況となっている。気仙沼市でも好評を博しており、全国的な展開が期待されている。

放課後運動プログラムの様子



（3） イベントを通じた運動習慣定着に向けたアプローチ

女川町では、「スポーツフェスティバル」というイベントを開催し、子どもたちに多様なスポーツを体験させる機会を提供した。このイベントは、スタンプラリー形式で参加を促進し、全てのスポーツを体験した参加者にはお菓子の掴み取りができる特典を設けた。地域のクラブチームやスポーツ少年団も協力し、各ブースでスポーツ体験とクラブ紹介が行われた。このイベントを通じて、実際に5名の子どもがスポーツ少年団に入会した。また、600名以上の来場者を迎えることができたことから、日常的な体験会に対して保護者の参加のハードルが高い場合でも、イベント形式での参加は積極的に促進できることが分かった。

（4） 財源確保と企業の役割

女川町では、事業の財源を確保するために、地元企業との連携を強化した。特にスポーツイベントでは、企業名をTシャツに掲載するだけでなく、実際にイベント当日にブースを出展してもらい、商品PRや販売につなげた。このように、企業にとってもメリットがあり、地域と共に成長できる可能性を広げた。また、ふるさと納税を活用し、民間企業の営業活動を通じて事業への寄付を募ることで、財源を確保することができた。

ブース出展の様子



(5) 人員の確保と地域の協力体制

女川町では、「地域おこし協力隊」が中心となって事業を推進しており、また、学習塾を運営する会社と連携し、保育所での運動指導をサポートしている。さらに、近隣の石巻専修大学とも連携し、将来保育士や教員を目指す大学生がアルバイトとして参加し、子どもとの接し方を学びながら活動している。このように、地域の多くの人々と協力し、事業を運営している点が大きな特徴である。

(6) まとめ

女川町における運動習慣形成の取り組みを通じて、幼児期から小学校低学年にかけての運動習慣の重要性を再確認した。保護者への理解と学びを促進し、負担なく運動機会を提供する仕組みが必要である。また、地域と企業、そして行政の連携によって事業の持続可能性が高まることが示された。今後は、この成功事例を全国へ展開し、さらなる運動習慣形成の促進に寄与できるようしていく。

6. 幼児期から継続的に運動に取り組むために

事業推進委員 松寄 洋子（明治学院大学心理学部）

（1）幼児期の育ちに関するビジョンの策定

令和5年12月にこども家庭庁は、「幼児期までの子どもの育ちに係る基本的なビジョン（はじめの100か月の育ちビジョン）」を策定した（図1）。これは、令和4年6月に、「こども基本法（令和4年法律第77号）」が成立し、翌年4月に施行されたことが元になっている。その中で、「こどもは、生まれながらにして権利の主体であり、その固有の権利が保障されなければならない。」「権利主体としての子どもの最善の利益を常に第一に考え、こどもに関する取組・政策を社会のまんなかに据えていく『こどもまんなか社会』の実現を目指すという、大きな価値転換である。」と述べられている。

「はじめの100か月の育ちビジョン」では、「こども基本法」の趣旨を実現するものである。この「『子どもの誕生前から幼児期まで』を人の生涯にわたるウェルビーイングの基盤となる最も重要な時期である」ととらえ、「子どものウェルビーイング向上を支えていくことができれば、「こどもまんなか社会」の実現へ社会は大きく前進する。これは社会全体の責任であり、全ての人のウェルビーイング向上につながる。」とされている。

ビジョンは、次の5つからなっている。



図1「はじめの100か月の育ちビジョン」（こども家庭庁）

ビジョン01 子どもの権利と尊厳を守る

全ての子どもに権利があります。

子ども一人ひとりの思いや願いを大切にしています。

ビジョン02 「安心と挑戦の循環」を通して子どものウェルビーイングを高める

子どもは、おとなとの「アタッチメント（愛着）」〈安心〉を土台として、「遊びと体験」〈挑戦〉を繰り返しながら成長していきます。

ビジョン03 「子どもの誕生前」から切れ目なく育ちを支える

子どもの成長に応じた環境の変化が育ちの「切れ目」を生まないように、全ての関係者で連携して育ちを支えることが重要です。

ビジョン04 保護者・養育者のウェルビーイングと成長の支援・応援をする

子どもに最も近い存在の保護者・養育者が子どもとともに育つことができるよう、様々な人や機会で支えていきます。

ビジョン05 子どもの育ちを支える環境や社会の厚みを増す

子どもや子育てに直接関わりがある人も、ない人も、全ての人が子どもの育ちにとって大切な役割を担っています。

（こども家庭庁、「幼児期までの子どもの育ちに係る基本的なビジョン（はじめの100か月の育ちビジョン）」、2023より抜粋）

ビジョン01は、「子どもの権利と尊厳を守る」である。子どもには、大人と同様に権利があることを大人は理解すること、さらに思いや願いなど子どもの気持ちを尊重して、子どもと関わることが求められている。

ビジョン 02 からビジョン 05 は、大人の直接的、間接的な関わりについてである。ビジョン 02 では、子どもに対する直接的な指導や援助や、その土台となるアタッチメント・安心が重要である。ビジョン 03 では、「切れ目のない育ち」とあり、子どもの発育発達に応じた継続的な育ちの支えが重要である。ビジョン 04 では、子どもだけでなく、保護者・保育者等の子どもを取り巻く大人のウェルビーイングと大人自身の成長が扱われている。ビジョン 05 では、直接的に関与する人だけでなく、間接的関与や、環境、社会が、子どもの育ちにとって有益な役割を果たすことが求められている。

「はじめの 100 か月の育ちビジョン」は、子どもの育ち全般について述べているものであるが、この子どもを主体とした考え方は、子どもに関わる全ての人が幼児期の運動習慣を形成する取り組みを検討・実施するための重要な観点として、念頭におく必要がある。

(2) 幼児期における運動と遊び

幼児期の子どもは、遊びと生活、遊びと学び（学習）、遊びと運動を明確に意識して区別しているわけではない。子どもは遊びとその他の活動を意識して分けるわけではなく、ただ「楽しい」と感じて遊んでいる。もちろん子どもの生活は遊びだけでなく、食事や着替え、うがいや手洗い、入浴などの清潔、排泄、就寝等の日常生活を営む上で必要である活動がある。しかしながら、大人のように明確に区別して行動しているわけではない。生活に関わる活動についても遊び的な要素が入ることが少なからずある。児童や生徒、大人は、遊びと、学習やスポーツ、仕事等と明確に区別していることから、小学校以上の児童・生徒や大人にとって遊びが、余暇や気分転換、気晴らし等ととらえていることとの大きく異なる。

幼児期の子どもにとって、運動（体を動かす活動）も遊びの 1 つである。決められた特定の用具や道具を用いて厳格なルールに従う活動に従事することは、子どもにとって「楽しい」活動ではなく、「やらされる」活動になってしまう可能性がある。そのため、子どもの運動習慣形成のための活動は、例えは厳格なルールがありやり方が決定しているスポーツのような活動は適しているとはいえない。むしろ幼児期は、特別な道具を用いるよりも身近なものを用いて、子どもの発達や状況に即した柔軟な決まりを用いる運動遊びが望ましい。

(3) 幼児を取り巻く環境

一般論として子どもは常に外を駆け回って遊んでいるイメージを持たれことが多いが、現実には日常的に体を動かしたり長時間体を使って遊んだりする場面がそれほど潤沢にあるわけではない。

幼児の住居がマンション等の高層ビルである家庭は少なくなく、密接した住宅地に居住している場合には音や振動が大きくならないように自宅の中で走ったり跳んだりすることを制限される子どもが存在する。戸外においても、ボール遊びが禁止される等子どもが遊びを思い切りすることができない公園が多くみられる。少子化により、降園後や休日に一緒に遊ぶ友達が少なかつたり、存在しなかつたりする子どもも多く、特に戸外で友達と過ごす子どもが少ない。家庭生活においては、車や自転車で移動することもみられ、歩く機会が少ない。さらに、働く親が増えて保育所や認定こども園、幼稚園の預かり保育等に通う子どもが多い。そのため、園で過ごす時間が長くなり、その結果として在宅時間が減少して家族と活動する機会が少なくなっている。

その一方で、就学前施設においては、園庭がなかったり狭かったりする保育施設がある。園庭があっても活動時間や場所を制限されたり、乳児など他年齢を意識して活動したりする必要があるなど、思い切り体を動かす活動をする条件が十分でない園も存在する。もちろん、それぞの園で幼児が体を動かす環境や機会を工夫し、努力しているケースもみられるが、十分であるとは言い難い。

(4) 幼児期の発達特徴

(4) - 1. 幼児期の発達

幼児期の子どもは年齢や月齢による違いが大きい。また、個々の子どもの発達の状況が個人差も大きい。発育や身体的発達、認知・社会情動的発達により、同じ年齢や月齢であっても、個人による差異が大きい。能力やスキル習熟、動作の獲得だけではない。例えば、新奇なことに興

味を示し行動する子どもがいる一方で、慎重でなかなか行動しない、あるいは、できない子どもが存在する。

(4) - 2. 運動に関わる身体的、認知的、社会情動的発達

幼稚園教育要領（文部科学省、2017）等には、「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿（10の姿）」が挙げられている（図2参照）。この10項目は、卒園の時期である幼児期の終わりまでにみられる子どもの姿を示したものである。運動に関する場面でも、10の姿に即して見取ることができる。幼児の運動に関わる身体的、認知的、社会情動的発達を取り上げ、10の姿の例を以下にいくつか挙げる。

幼児期は、身体的発達が著しい時期である。乳児期には手足を自由に動かすことができず、移動がままならなかった段階から、次第に自分の体を自由自在に動かすことができるようになる。この時期は多様な動作を習得する時期である。自分の体を思った通りに動かすことができるようになると、複数の動作を組み合わせたり連動させたりすることができるようになり、粗大運動、微細運動、等、調整しながら自分の意図や意思を行動できるようになる。運動することによって、体と心が健康になる（「健康な心と体」）。

しかしながら、幼児期はまだ十分な運動の経験があるわけではない。単純な動作に見えて、これまで経験したことのない動作はできなかったりぎこちなかったりする。これまで経験した動作と異なることに敏感であり、できない状況が起こることもある。経験を積み重ねることにより習得することが容易にできることも少なくない。

幼児は、体を動かすことが、スポーツに取り組むことではなく、運動の取り組みを通して、特定のスキルや運動能力の向上に直結してつながるわけでもない。それよりも、運動の取り組みを通して、体を動かす経験を「楽しい」と感じることが運動習慣の形成につながっていく。

この「楽しい」と感じることは、「もっとやりたい」という意欲、「できる（できた）」という自己肯定感、「仲間と一緒に取り組む」中で育まれる対人関係スキル、感じたことや考えたことの表現等の促進につながる。これらのスキルは、非認知スキル、あるいは、社会情動的スキル（OECD、2019）が育まれる。

また、意欲や興味・関心が運動（体を動かす遊び）の取り組みに影響を与える。運動を継続するためには、面白い、やってみたい、興味や関心をもつ、「できた」と感じるなど、運動に対して意欲をもつようになる。自己肯定感、自己効力感、自信をもって取り組み、自分でやってみたいという「自立心」をもつ。

さらに幼児期は、最初は自分のことを気にかけたり自分の運動を満足したりするなど自分自身のことしか考えられない時期から、年齢が高くなるにつれて次第に他者の行動にも目を向け、気になるようになる。その結果、勝ち負けなど競争することを好むようになったり、仲間と一緒に数人やグループで取り組んだりする遊びをするようになる。これは「協同性」を呼ばれるものであるが、子どもが集団意識を持ち、協同的な遊びを好むようになる。



図2 「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿(10の姿)」（文部科学

幼児期は、様々なことを理解する認知的発達が見られる。特に、遊びにおいてはルールに気づいて守ることができるようになる（「道徳性・規範意識の芽生え」）。この道徳性や規範意識は、年齢によって楽しさと感じるルールが異なる。最初は「逃げる一追いかける」ような単純な行動のルールの遊びを好む時期から、年齢が高くなるにつれて、次第にドロケイや色オニ、手つなぎオニ等の複雑なルールを理解して好むようになる。ルールに关心をもつようになると、次第に勝ち負けを意識して、ルールを逸脱したり、ルールを逸脱した子どもを批判したりするなどモラル（道徳性）に関して敏感になることが多くなる。

物事の原因や結果を理解したり、遊びや生活の中での役割を理解したり、それらを意識して行動することができるようになり（「思考力の芽生え」），語彙習得が著しい時期でもある。例えば、ドロケイで勝つための作戦を考えたり、話し合ったりすることが出現する。言葉で自分の思いを伝えること（「言葉による伝え合い」）や様々な形で自分の思いや考えを表現するようになる（「豊かな感性と表現」）。

（1）健康な心と体

幼稚園生活の中で、充実感をもって自分のやりたいことに向かって心と体を十分に働かせ、見通しをもって行動し、自ら健康で安全な生活をつくり出すようになる。

（2）自立心

身近な環境に主体的に関わり様々な活動を楽しむ中で、しなければならないことを自覚し、自分の力で行うために考えたり、工夫したりしながら、諦めずにやり遂げることで達成感を味わい、自信をもって行動するようになる。

（3）協同性

友達と関わる中で、互いの思いや考えなどを共有し、共通の目的の実現に向けて、考えたり、工夫したり、協力したりし、充実感をもってやり遂げるようになる。

（4）道徳性・規範意識の芽生え

友達と様々な体験を重ねる中で、してよいことや悪いことが分かり、自分の行動を振り返ったり、友達の気持ちに共感したりし、相手の立場に立って行動するようになる。また、きまりを守る必要性が分かり、自分の気持ちを調整し、友達と折り合いを付けながら、きまりをつくったり、守ったりするようになる。

（5）社会生活との関わり

家族を大切にしようとする気持ちをもつとともに、地域の身近な人と触れ合う中で、人との様々な関わり方に気付き、相手の気持ちを考えて関わり、自分が役に立つ喜びを感じ、地域に親しみをもつようになる。また、幼稚園内外の様々な環境に関わる中で、遊びや生活に必要な情報を取り入れ、情報に基づき判断したり、情報を伝え合ったり、活用したりするなど、情報を役立てながら活動するようになるとともに、公共の施設を大切に利用するなどして、社会とのつながりなどを意識するようになる。

（6）思考力の芽生え

身近な事象に積極的に関わる中で、物の性質や仕組みなどを感じ取ったり、気付いたりし、考えたり、予想したり、工夫したりするなど、多様な関わりを楽しむようになる。また、友達の様々な考えに触れる中で、自分と異なる考えがあることに気付き、自ら判断したり、考え直したりするなど、新しい考えを生み出す喜びを味わいながら、自分の考えをよりよいものにするようになる。

（7）自然との関わり・生命尊重

自然に触れて感動する体験を通して、自然の変化などを感じ取り、好奇心や探究心をもって考え方葉などで表現しながら、身近な事象への関心が高まるとともに、自然への愛情や畏敬の念をもつようになる。また、身近な動植物に心を動かされる中で、生命の不思議さや尊さに気付き、身近な動植物への接し方を考え、命あるものとしていたわり、大切にする気持ちをもって関わるようになる。

（8）数量や図形、標識や文字などへの関心・感覚

遊びや生活の中で、数量や図形、標識や文字などに親しむ体験を重ねたり、標識や文字の役割に気付いたりし、自らの必要感に基づきこれらを活用し、興味や関心、感覚をもつようになる。

(9) 言葉による伝え合い

先生や友達と心を通わせる中で、絵本や物語などに親しみながら、豊かな言葉や表現を身に付け、経験したことや考えたことなどを言葉で伝えたり、相手の話を注意して聞いたりし、言葉による伝え合いを楽しむようになる。

(10) 豊かな感性と表現

心を動かす出来事などに触れ感性を働かせる中で、様々な素材の特徴や表現の仕方などに気付き、感じたことや考えたことを自分で表現したり、友達同士で表現する過程を楽しんだりし、表現する喜びを味わい、意欲をもつようになる。

(5) 幼児期の育ちの可能性

幼児期は、自分の意志で意欲的に体を動かすことは、心地よい体験となる。主体性を発揮して、日常生活の中で運動（体を動かすこと）が習慣化すると、食事、睡眠、排泄、清潔、着替え等の基本的生活習慣が整って、身体だけでなく、心理的にも大きな影響を及ぼす。

また、自分で姿勢を保持することができるようになり、様々な動作を取ることが可能になると、取り組むことができる運動遊びの種類が多くなり、活動を楽しむことができ、身体の育ちにつながる。さらに、意欲や好奇心、探求心、挑戦をすることは、健全な心身の育ちを促すことができる。

(6) 幼児の指導の留意点

第一に、幼児の身体の発達、心理的な発達を理解した上で、実施する。保育・幼児教育施設やその他の施設や場面において指導する際に、子どもはそれぞれの家庭における経験の違いがあること、能力の違いができる、できないに反映しているわけではなく、それまでの経験の有無であることを理解した上で、指導することが必要である。

第二に、幼児が運動に取り組む際に、子どもを集団の一員として扱うのではなく、一人一人を尊重し、特性を把握して、応対することができる。子どもには、その子どもの性格特徴を持っており、子どもによっては、初めてのことにもすぐに挑戦したがる子どもがいる一方で、簡単な動きであってもなかなか取り組むことができない子どもがいる。そのため、運動習慣を形成するという大人の願いを持つと同時に、個人を尊重して「相互的な主体的関係」（無藤ら、2025）を構築していくことが重要である。

第三に、子どもは「できそうなこと」を経験して「できること」を積み重ねていくことで、できることを獲得していく。動きの多様性を保証するためには、子どもの興味・関心に適合した環境設定をすることや、ある程度の柔軟なルールを提示することなど、許容範囲を作ることが望ましい。最初から出なくとも、いつでもどこからでも参加できる、と子どもが理解することが必要である。

第四に、運動に継続して取り組むために、面白い、やってみたい、興味・関心をもつことが不可欠であることから、魅力的な運動遊びであることが必要であり、子どもが次第に人間関係を広げて、集団意識をもてるプログラムであることが望ましい。

(7) 成果と今後の課題

これまで、対象となって取り組んできた自治体は、様々な媒体を使用しての実施、他機関と連携した取り組みなど、地域の実情や課題に対応して様々な工夫がなされていた。取り組み内容も工夫されており、子どもはもちろんのこと、保護者や、保育者・教師等関係者の意識が高まっていることが成果として見られた。幼児の運動習慣形成につながる成果が出ているといえる。

その一方、今後、事業に継続して取り組むための課題が明らかになってきた。

今回取り組みを実施した地域と取り組んでいない地域によって、子どもの運動経験や関係者の意識の差がさらに拡大する懸念がある。また、今回の事業が今後も継続できるか不明な自治体も見られる。特にイベントとして実施されたケースが多数見られたが、これらの事業が、今後子どもの主体的な遊びとなるか、主体的な遊びとして子どもに定着して継続するかを、引き続き検証する必要があると考えられる。

幼児・児童の運動に対して、大人の意識を高めてさらに広めると共に、今後も継続して取り組むことができる方策の検討が必要である。

そのためには、以下の点を検討することが望まれる。

① 事業の目的・対象、方法の整理

事業の取り組みの目標を明確にする。また、目標を達成するために適した対象者や方法、内容を整理して明示化する。

② 終了後の取り組みの検討

今後、事業が継続するための方法や内容等を具体的に検討する。

③ 他の部署（保育課等、子ども関連部署）との連携・協働

今回の事業取り組みにおいて、自治体では他機関や他部署と連携されていたケースが見られたが、今後はさらに多角的視点をもって連携や協働を促進していくことが望まれる。

【参考文献】

文部科学省、幼稚園教育要領、2017.

https://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/_icsFiles/afieldfile/2018/04/24/1384661_3_2.pdf

こども家庭庁、「幼児期までの子どもの育ちに係る基本的なビジョン（はじめの100か月の育ちビジョン）」2023.

https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/6e941788-9609-4ba2-8242-42f004f9599e/64c1f5ab/20230928_policies_kodomo_sodachi_07.pdf

無藤隆・古賀松香・岸野麻衣、「愛と知の循環」としての保育実践、北大路書房、2025.

OECD 保育の質向上白書——人生の始まりこそ力強く:ECECのツールボックス 2019. (秋田 喜代美・阿部真美子・一見真理子・門田理世・北村友人・鈴木正敏・星三和子) (OECD Starting Strong II: Early Childhood Education and Care Education and skills, OECD Publishing, 2006)

7. 後期早産や早期正期産が幼児期のメンタルヘルスに及ぼす影響についての検討

東海林 宏道（順天堂大学 医学部）

1. はじめに

在胎 34 週～36 週で出生した後期早産 (late preterm: LP) 児や在胎 37～38 週で出生した早期正期産 (early term: ET) 児は呼吸障害や低血糖等のため新生児期に入院管理を要することがあるが、退院後は乳児期に成長、発達とも在胎 38 週以降で出生した児と遜色がなくなることが多いため、幼児期以降は小児科専門外来でフォローアップを受けていないことが多い。近年、海外では LP 児の認知機能低下や行動障害が注目されているが、上記の理由から本邦では LP 児の長期発達予後について大規模な検討が行われていないのが実情である。

SDQ (strength and difficulties questionnaire: 子どもの強さと困難さアンケート) は、4～18 歳の子どもの日常行動を評価し、情緒や行動面などの精神状態を把握する 25 の質問で構成され、保護者や教育関係者でも回答可能で、子どものメンタルヘルス全般をスクリーニングする尺度として広く利用されている。各質問は下位尺度として、情緒の問題 (emotional symptoms: ES)、行為の問題 (conduct problems: CP)、多動/不注意 (hyperactivity/inattention: HI)、仲間関係の問題 (peer problems: PP)、向社会的な行動 (prosocial behavior: PB) に分類され、PB を除く 4 つの下位尺度の合計点は総合的困難さ (total difficulties score: TDS) として評価される。そこで我々は、子どもをもつ保護者を対象に全国アンケート調査を実施し、子どもの出生時の情報と SDQ を用いて LP 児および ET 児における幼児期のメンタルヘルスの特徴を検討した。

2. 対象・方法

本調査で実施した全国 web アンケートのうち 3～5 歳児を対象とした。子どもの在胎週数、既往妊娠および出生時体格測定値について母子手帳を用いて入力した項目と、SDQ の各項目を解析した。出生体重 10 パーセンタイル未満を胎児発育不全 (fetal growth restriction: FGR) とした。在胎 34 週以前の早産児や在胎 42 週以降の過期産は除外した。在胎 34～36 週出生を LP、在胎 37～38 週出生を早期正期産 (early term: ET)、在胎 39～41 週出生を正期産 (Term) とし、FGR の有無、性別と SDQ の 5 つの下位尺度の点数との関連について回帰分析を用いて評価した。統計解析は Stata ver. 15.1 を用いて実施し、 $p < 0.05$ を有意差ありとした。また、本研究は順天堂大学医学系研究等倫理委員会の承認を得て実施した (承認番号: E23-0123)。

3. 結果

本研究のアンケート調査には当初 5,253 人の子どもが登録された。このうち 2,682 人は 6 歳以上のため除外した。在胎 34 週以前出生の 56 人、在胎 42 週以降出生の 76 人、子どもの年齢が不詳であった 239 人も除外した。最終的に 2,200 人を解析対象とし、LP 群、ET 群、Term 群はそれぞれ 151 人、748 人、1301 人であった (表 1)。SDQ スコアについて、5 つの下位尺度のスコアと TDS を LP 群、ET 群、Term 群ごとに示した (表 2)。回帰分析の結果、5 つの下位尺度スコアおよび TDS は Term 群と比較して ET 群には関連を認めなかった。しかし、LP 群では Term 群に比べて ES、PP、TDS の高値と PB 低値に関連していた (表 3)。さらに、FGR は PB の低値と、女児であることが HI、PP、TDS 低値と PB 高値に関連していた (表 3)。

4. まとめ

本検討から、一般的に小児科専門外来で定期的なフォローアップを受けていない LP 児において、幼児期にメンタルヘルス、特に情緒や仲間関係の問題、向社会的な行動に影響し、FGR を伴

って出生した児においても向社会的な行動に影響する可能性が示唆された。また、男児に多動/不注意や仲間関係の問題があることも示された。一方、ET児では幼児期のメンタルヘルスに及ぼす影響はみられなかった。保護者や医療者、幼児教育関係者は、未熟性の強い超早産児のみならずLP児やFGR児にもメンタルヘルスにリスクがあることを認識する必要がある。早期に抽出して専門外来や発達相談での介入につなげるためにも、母子手帳を用いた周産期情報の共有やSDQを用いた評価は有用と考えられた。

表1. 各群の背景データ

	Late preterm (151)	Early term (748)	Term (1301)
母の年齢(歳)	36.5 ± 5.0	36.5 ± 5.4	36.0 ± 5.3
在胎週数(週)	36.0 ± 0.8	38.1 ± 0.6	40.1 ± 0.7
出生体重(g)	2622.5 ± 448.6	2853.8 ± 420.0	3059.9 ± 422.9
出生身長(cm)	49.1 ± 9.3	50.1 ± 9.4	51.2 ± 9.4
性別(男児[%])	83 (55.0)	408 (54.6)	659 (50.7)
胎児発育不全(%)	13 (8.6)	58 (7.8)	137 (10.5)

表2. SDQスコア結果

	Late preterm (151)	Early term (748)	Term (1301)
ES(情緒の問題)	2.79 ± 2.31	2.27 ± 2.13	2.39 ± 2.14
CP(行為の問題)	3.25 ± 2.04	2.90 ± 1.97	2.92 ± 1.91
HI(多動/不注意)	4.06 ± 2.41	4.00 ± 2.40	4.00 ± 2.36
PP(仲間関係の問題)	2.68 ± 1.76	2.40 ± 1.85	2.28 ± 1.80
TDS(総合的困難さ)	12.79 ± 6.07	11.56 ± 5.85	11.59 ± 5.76
PB(向社会的な行動)	6.13 ± 2.57	6.41 ± 2.39	6.59 ± 2.45

表3 回帰分析の結果

		Coefficient	95%CI	P-value
ES(情緒の問題)	Term			
	Early term	-0.12	-0.31 to 0.08	0.24
	Late preterm	0.41	0.43 to 0.78	0.03*
	FGR	0.004	-0.30 to 0.31	0.98
	Sex (female)	0.04	-0.14 to 0.22	0.63
CP(行為の問題)	Term			
	Early term	-0.03	-0.20 to 0.15	0.78
	Late preterm	0.32	-0.002 to 0.65	0.05
	FGR	0.11	-0.17 to 0.39	0.43
	Sex (female)	-0.16	-0.32 to 0.007	0.06

	収入	-0.13	-0.30 to -0.04	0.14
HI (多動/不注意)	Term			
	Early term	-0.02	-0.23 to 0.19	0.84
	Late preterm	-0.03	-0.36 to 0.43	0.87
	FGR	0.12	-0.21 to 0.47	0.45
	Sex (female)	-0.16	-0.81 to -0.41	0.00*
	Income	-0.24	-0.45 to -0.03	0.03*
PP (仲間関係の問題)	Term			
	Early term	0.11	-0.05 to 0.27	0.18
	Late preterm	0.39	0.09 to 0.70	0.01*
	FGR	0.17	-0.09 to 0.43	0.19
	Sex (female)	-0.36	-0.52 to 0.21	0.00*
	収入	-0.11	-0.27 to 0.05	0.17
TDS (総合的困難さ)	Term			
	Early term	-0.05	-0.57 to 0.47	0.85
	Late preterm	1.15	0.18 to 2.13	0.02*
	FGR	0.42	-0.41 to 1.25	0.32
	Sex (female)	-1.08	-1.57 to -0.60	0.00*
	収入	-0.48	-1.00 to 0.03	0.07
PB (向社会的な行動)	Term			
	Early term	-0.16	-0.37 to 0.06	0.16
	Late preterm	-0.43	-0.83 to 0.03	0.04*
	FGR	-0.47	-0.82 to -0.13	0.007*
	Sex (female)	0.95	0.75 to 1.15	0.00*
	収入	-0.06	-0.28 to 1.49	0.56

8. 事務局運営と取組の視察を終えて 一取組の発展につなげていただくために— 木藤 友規 (順天堂大学 スポーツ健康科学部)

3年に亘って実施された「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト（以下「本プロジェクト」という。）」では、初年度は順天堂大学（以下「本学」という。）が全国調査を、自治体が運動遊びの普及事業の実施をスポーツ庁からそれぞれ受託していたが、2年目からは本学が事務局運営を担い、引き続き全国調査等を行いながら普及事業を委託する自治体の選定からその進捗管理までをさせていただくことになった。

本学では、全国調査の結果等をもとに自治体が行う普及事業の評価項目を設定したり、受託自治体が参加する中間報告会を開催したり、運動習慣形成の参考になるような学術的知見を提供したりして、自治体の取組の効果を少しでも高められるように努めてきた。

スポーツ庁の一つの事業を複数の団体に委託することは珍しくないが、受託した団体同士がお互いの取組や事業全体の効果を高めるために、事業実施中から情報共有や連携を図るものは少ないうに思われる。もちろん、途中で事業計画を大きく変更することはできないが、他の自治体の取組を参考にしながら自身の取組の効果を高めるための修正を加える機会が生まれるし、何より、他のモデル事業も参考にして次年度以降の事業の発展方策を検討しやすくなる。そのような効果もあってか、審査に当たった事業推進委員からは、事業計画や実際の取組が年々充実してきたという声が多く聞かれた。本プロジェクトの様々なチャレンジはあくまでも事例に過ぎないが、これまでの工夫や気づきが今後の施策や事業の参考になることを願って、小稿では、各自治体の取組を振り返り、各地域での事業計画の策定や今後の取組の発展につなげていただくためには何が必要かという所感を述べてみたいと思う。

・エビデンスや自走化のための財源確保よりも地域のビジョンと課題の認識が大切

国の委託事業は「国が行うべき事業を国に代わって受託者が行う」という性格のものであるが、本プロジェクトのような自治体を対象としたモデル事業の場合には、それが国の委託事業であっても、当該地域における政策ビジョンと、そのビジョンを実現するための課題にもとづいた事業として計画されるべきである。

そのテーマに関する自治体の政策体系の中で、受託するモデル事業の位置付けが明確であるほど、事業終了後も連続性のある事業展開が期待できるし、受託自治体の便益も大きくなり、延いては国の委託事業としての成果も高まることになる。

事業計画の策定に当たっては、その事業の妥当性を担保する根拠として、

- 1 自治体として目指す方向性（ビジョン）を持っていること
- 2 地域の課題を分析しているか、または認識していること

と、いう2つがあつてこそ「何をすべきなのか」を考えることができるし、考えた事業計画の妥当性を説明することができるであろう。これらの前提があった上で「何をすべきなのか」という事業計画を策定しなければ、適切なエビデンスや評価方法を考えることも困難となる。

・適切な Evidence Based Policy Making（証拠に基づく政策立案）とその評価

政策科学や公共政策学の発展の契機となった米国ジョンソン政権下の計画プログラム予算システムや偉大な社会プログラムの失敗は、「実証主義的な政策分析による政策を推進すれば、政治の介入も排除でき、望ましい政策が実現できる」という自動化の選好（高度な政策分析によ

る合理的な政策決定) の限界を示している。自動化の選好の失敗や限界の要因については様々な指摘があるが、政策決定の特性に着目すると、分析者によって提供される知識と政策決定者が求める知識とがかけ離れることによって、政策問題の解決につながるような役立つ知識とはならない可能性が指摘されている (Lindblom & Cohen, 1979)。また、政策分析の結果は政策決定者が行う判断に代わるものではなく、その一助である (George & Bennett, 2005)、と、いう見方もある。

いずれにしても、自然科学の研究者はもとより、政策学のような「政策」を冠する分野の研究者であっても、実際に政策を決定する現場で求められる知識と研究者らが認める知識とには違いがあることを行政担当者も知識を提供する研究者も認識しておく必要があり、証拠に基づく政策立案や事業評価に当たっては、

- 1 政策分析を行う前に、何が政策課題であり、何を目標とすべきかを明確にすること
- 2 費用便益等の経済的合理性や科学的根拠のみでは政治的に受け入れられない場合があること
- 3 分析やエビデンスは必要ではあるが、分析よりも具体的な政策の実施や実現に税金を活用することが期待されていること

を理解して、分析やエビデンスの収集にかかる費用や負担の軽減を意識することが大切である。

・本プロジェクト終了後の発展方策に期待されること

本プロジェクトの受託自治体については、地域の特徴を詳細に把握している取組が多かつた。他方、(本プロジェクトの委託対象には自治体だけでなく、知事等の首長をトップとする行政機関とは性格の異なる教育委員会も含まれていたことも背景にあるが、) 幼児を含む子どもの運動習慣形成に関する政策ビジョンや課題、当該自治体での位置付けについては明確ではない自治体もあったかもしれない。当該自治体で政策ビジョンや課題が設定されていない場合に、受託事業を担う部局がそれらを勝手に決めるることはできないが、今後の取組につながるよう政策ビジョンや課題を「想定して」事業計画を立案することは可能であるだろう。

事業終了後の発展方策については、自走化のための財源確保に目が向がちだが、

- 1 行政が行う直接的なサービスよりも地域での仕組みづくりを意識していること
- 2 事業効果や取組の受け皿を想定していること
- 3 自治体の政策体系又は教育委員会の中・長期計画等での事業の位置付け又は関連付けがあること
- 4 可能性のある協力者・協力団体 (首長や議員、行政が設置する委員会の委員を含む) 報を伝えて共感を得るような工夫があること

という4つのポイントを考えていただくことが、事業の継続や発展の土台になる。

とりわけ政策やその事業においては、協力者や財源を取引やメリットによって一過性に確保することができても長続きはせず、そのビジョンや取組への「共感」を得られてこそ発展につながるのではないだろうか。

参考文献

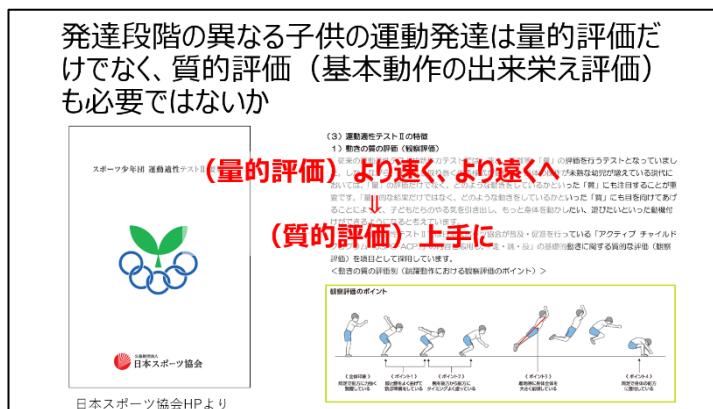
- Lindblom, C. E. and Cohen, D. *Usable Knowledge*, Yale U. Press. 1979.
- George, A. L. and Bennett, A. *Case Studies and Theory Development in the Social Sciences*, The MIT Press, 2005 (泉川泰博訳、社会科学のケース・スタディ、勁草書房、2013) .

9. 幼児期の運動能力等セルフチェックツール開発の検討

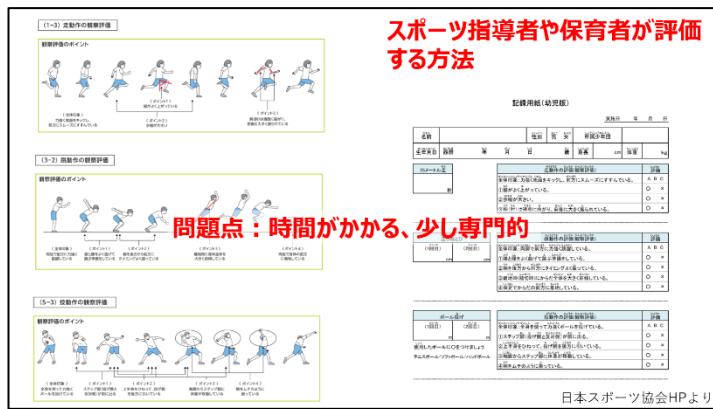
鈴木 宏哉 (順天堂大学スポーツ健康科学部)

1. はじめに

今年度のプロジェクトでは、事業計画の中に「幼児期の運動能力等セルフチェックツール開発の検討」が含まれていた。幼児期からの運動習慣形成プロジェクトでは、その運動習慣形成を支える大人に着目している。その大人である保護者や保育者が子供の運動発達に関する現状を把握することは、日常生活での運動促進や保育に役立つ。また、運動発達の評価の視点では、発達段階が著しく異なる幼児期の運動発達を評価する際に、短距離走のタイムやボール投げの遠投距離のような量的観点だけに着目すると、発育レベルの影響を強く受けた評価になってしまう恐れがある。そのため、走・跳・投といった基本動作の出来栄え、すなわち、質的観点を加えた評価が望ましいといえる。



日本スポーツ協会は、一生涯にわたってスポーツや運動を楽しむという観点から、特に発育発達期の子供の身体の動きやスポーツや運動の適性を評価することをコンセプトとした「運動適性テストⅡ」を開発し、その中で、動きの「質」を評価する観察評価を紹介している。観察評価はスポーツ指導者や保育者が子供の走動作・跳躍動作・投動作の出来栄えを現場で簡易に評価できることを狙い、全体印象として3段階（よい動き、まあよい動き、よくない動き）の評価、3～4つ程度の部分観点を満たしているか、満たしていないかの評価のような単純な判定方法が採用されている。しかし、1度に複数の観点を評価する難しさや、動きを動画で記録して映像を何度も確認しながら評価する場合もあるため手間と時間がかかるのが課題である。



他方で、画像処理技術や人工知能の発展に伴い、近年では映像から人を自動で検出して骨格を推定する技術もいくつかの企業が製品化している。このような技術を動きの質的評価に応用することができれば、スポーツ指導者のような専門家のみならず、保護者や保育者が簡単に評価できる可能性がある。今年度のプロジェクトでは、運動能力の一観点である動きの質的評価を映像を用いて自動化するための方法を検討した。

2. 実験内容と結果の一部紹介

今回は予備的な実験として、年中児から小学2年生までの6名（男子3名、女子3名）を対象に、走動作・跳躍動作・投動作の基本動作として、短距離走、立ち幅跳び、ボール投げの3つの動作を対象者が実施した。そして、その様子を4台のカメラで撮影し、富士通株式会社が開発した高精度な姿勢認識AI技術をベースとした、コンピュータビジョンを活用したデータ解析プラットフォーム（富士通マーカレスモーションキャプチャ：FMMC）を用いて対象者の骨格推定を行った。



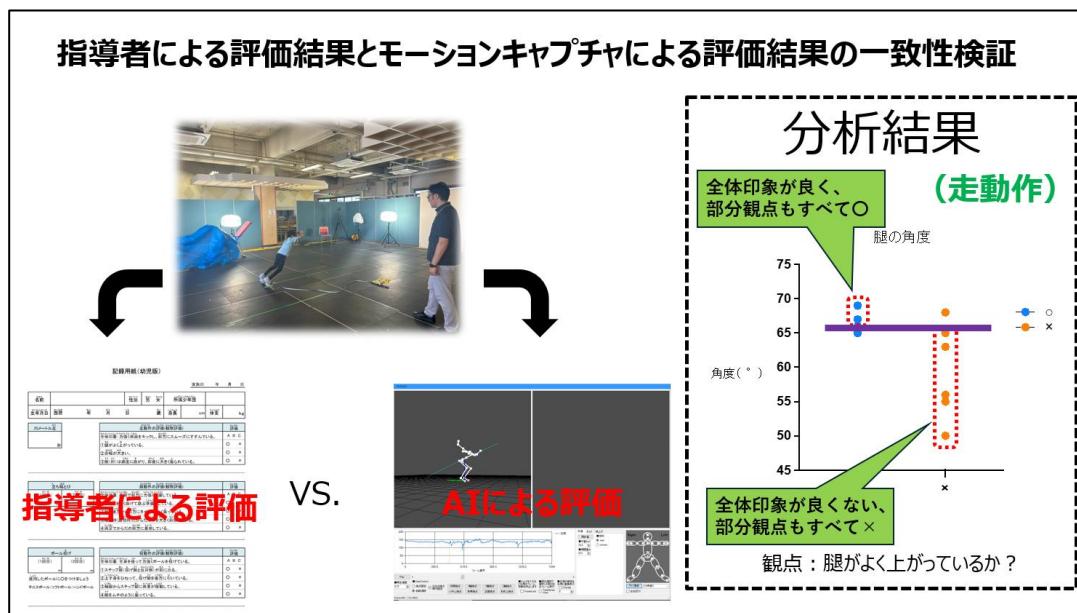
骨格推定は、4台のカメラで撮影した映像をFMMCにより合成し、リアルタイムに21箇所の骨格点とともにスティックピクチャとして対象者の動きが再現される。日

本スポーツ協会の運動適性テストⅡで示されている観察評価の観点は、走動作が全体印象と3つの部分観点、跳躍動作は全体印象と4つの部分観点、投動作は全体印象と4つの部分観点で構成されている。これらの全体印象とすべての部分観点を骨格推定情報（関節角度や特定の骨格点位置や骨格点の安定性・変化など）から判定するための評価観点を検討した。検討にあたっては体育・スポーツ科学を専門とする研究者・大学院生複数名が評価観点案を作成し、富士通の技術者との協議を経て決定した。そしてそれらの評価観点案を用いて、6名の動作の評価（関節角度等の計測）を行った。



また、FMMCによる評価とは独立して、運動適性テストⅡの測定方法に準拠した基本動作の観察評価を行った。観察評価に際しては、4台のカメラで撮影した映像そのものを用い、運動適性テストⅡの観察評価の経験豊富な研究者と大学院生が6名の観察評価を行った。

なお、基本動作の出来栄えをモーションキャプチャした情報から判断するための質的評価観点の具体案については、富士通株式会社と順天堂大学との共同研究として位置づけており、検証作業を継続している段階のためここでは公表しない。このプロジェクト内で行った検証作業の一端を紹介すると、下図のように、運動適性テストⅡの方法に準拠した指導者による評価結果とFMMCによる評価結果の一致性を一つひとつ検証した。この図では、走動作の部分観点「腿がよく上がっているか？」の検証結果を示している。対象者6名、各2回、計12試技のうち、指導者は6試技を○（腿がよく上がっていると判断）、6試技を×（腿がよく上がっていないと判断）と判定した。そしてFMMCによる評価観点として、走動作中の腿の最大持ち上げ角度（股関節点から走行面へ下ろした線と股関節点と膝関節点を結ぶ線とのなす角）を算出したところ、65度付近を境に指導者による評価が分かれる傾向が確認できた。特に、指導者が全体印象が良く、部分観点もすべて○と判定した対象者らとその反対に全体印象が良くなく、部分的観点もすべて×と判定した対象者らに限定すると、明らかな違いがあることが分かった。このような手続きで他の観点も検証を行っているところである。今後は対象データを増やしていくとともに、FMMCによる判定のアルゴリズムをどのように設定するかを検討し、判定精度を高めていくことが課題である。



3. 今後の展望

体育・スポーツ指導を専門としない、保護者や保育者が子供の運動発達に関する現状を把握する簡易な方法を開発することを目標とするならば、スマートフォン・タブレットのアプリを用いて、2D(スマートフォン・タブレットの単眼カメラ)での評価が可能になることが必須条件だろう。それが実現すれば、家庭や保育施設・学校やスポーツ教室での利用が促進されるだろう。

子供の体力・運動能力評価の視点では、スポーツ庁の新体力テストが広く教育現場に普及し、それを背景として幼児の体力・運動能力評価も類似したテストが実施されている。いずれもそれらは量的評価に偏っているため、動きの質的評価を含めた総合的な評価にシフトしていく必要がある。そして、その評価指標や考え方はすでに日本スポーツ協会が運動適性テストⅡとして提案している。さらに今回検証したように映像から自動的に評価が可能になれば、タブレット一人1台が実現した教育現場へは容易に導入が可能である。

第5章 まとめにかえて-プロジェクト3年間と今後の展望

鈴木 宏哉（順天堂大学 スポーツ健康科学部先任准教授）

本事業「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト」の事業趣旨は次の通り。

子供の運動習慣は、子供を取り巻く大人の考え方方が大きく影響することから、保護者や先生等の意識や行動が変化する取組や、子供の運動習慣形成につながる取組等が重要である。本事業は、普及事業及び調査等を行い、その効果を検証し、効果的な取組等を全国に普及することで子供の運動習慣形成を目指すものである。

（「令和6年度幼児期からの運動習慣形成プロジェクトの公募について」より）

他方、令和4年度から令和6年度まで実施された本プロジェクトと同じように、スポーツ庁が幼児期の運動習慣や体力・運動能力、そして健康との関連等に関する調査事業を行ったものとして、平成19年度から平成21年度まで実施された「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在り方に関する調査研究」がある。その事業趣旨は次の通り。

生涯にわたって、健康を維持し、積極的な学習活動や社会的な活動に取り組み、豊かな人生を送るためにには、幼児期に望ましい生活習慣や運動習慣を身に付け、体力を培うことが重要であり、そのためには、幼児期における体を動かす機会や環境を充実させていくことが不可欠である。このため、幼児期に習得しておくことが望ましい基本的な動作（走る、跳ぶ、投げる等）、生活習慣及び運動習慣を身に付けるための効果的な取組などについて実践的な研究を行い、その成果を全国に普及することを目的とする。

（「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在り方に関する調査研究報告書」より）

平成に行われた幼児期の事業と令和に行われた本事業との趣旨の違いから社会の変化が垣間見える。第1に、体力を培うことを目指した取組を探るのか、運動習慣形成を目指した取組を探るのかといった違いであり、事業タイトルにそのコンセプトが表現されている。第2に、子供に対するアプローチを重視するか、子供を取り巻く大人に対するアプローチを重視するかの違いである。平成に行われた事業後多くの学術研究の成果が蓄積され、幼児に対して体を動かすことを促す取組が継続的に実施されることで体力向上などの成果が現れる、すなわち「やれば伸びる」ことが分かっている。そのうえで令和の事業は、やり続ける環境をどのように構築するかに事業趣旨がシフトしたといえる。

3年間続いた「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト」は結果的に順天堂大学が3年連続で受託した。1年目に順天堂大学が受託した内容は、幼児期からの運動習慣形成につながる、「大人の関わり」を主題に据え、大人のフィジカルリテラシーが子供の運動・スポーツ環境を改善し、運動習慣形成そして元気な体を育むのではないかという仮説を全国調査から検証した。1年目の事業では順天堂大学が受託した全国調査とは別に、自治体向けに、運動習慣形成につながる普及事業があり、栃木県、富山県、神奈川県、岐阜県、奈良県、山口県、鹿児島県の7つの自治体が各自立的に取組を行った。普及事業では、効果を検証すること、そして大人に影響を与える事業とすることを狙いとした。逆に言えば、子供に直接働きかける取組はすでに過去の事業で実践しており、令和の普及事業としての意義は大人に影響を与えることを介して間接的に子供を変える取組にすることであった。

2年目は山口県に代わり福島県が新たに普及事業を受託し、その他の自治体は2年連続で普及事業を受託した。そして2年目の特徴としては、1年目は調査事業と普及事業は別々に受託していたものを、順天堂大学がプロジェクト全体を受託した。すなわち、プロジェクトの事務局機能も受託し、普及事業を順天堂大学が自治体に再委託することで、連携を強化することに努めた。自治体と大学、そして新たに設置した事業推進委員会の有識者らとをつなぎ、プロジェクト事務局は自治体間の情報共有や効果検証の質を高めることに努めた。

そして3年目となる今年度は栃木県、富山県、神奈川県、岐阜県、奈良県、鹿児島県の6つの自治体がこれまでの2年間の知見を生かし、持続可能性を意識した取組を進めるように努めた。持続可能性を意識した理由は、事業が終われば取組も終わるということを回避するためである。スポーツ庁の事業予算を足掛かりとして、自治体が独自で事業化する、あるいは、自治体と連携したり、民間企業の力を借りたりするなどして、現場で取組を行った当事者らが、その取組を令和7年度以降も継続できることが理想であった。

大人が変われば子供が変わる、子供が変わる姿を見ると大人も変わる、このような循環が生まれるきっかけをこのプロジェクトで作ることができたのかもしれない。大人の変化という意味では、近年体育・スポーツ指導の場面で話題となっている「フィジカルリテラシー」に着目し、大人のフィジカルリテラシーを高めることの必要性を全国調査の結果から明らかにした。フィジカルリテラシーは体力を包含する広義な概念であり、生涯を通じたスポーツライフの実現に資する資質・能力と言い換えても良い。体力と学力は学校教育の中で同じような文脈で登場することが多いが、その一方で、学力は高ければ高いほど良いという認識に異を唱える者はいないが、体力はどうだろうか？健康を害しない程度の最低限の体力があれば十分という認識は決して少数派ではないだろう。スポーツの価値を考える場合、することだけでなく、みる・支える・知るといった多様なスポーツへの関わりの重要性を主張することで価値が高まっていく。フィジカルリテラシーはその多様なスポーツへの関わりを促進することに役立つ資質・能力である。大人の高いフィジカルリテラシーは大人自身のスポーツライフの充実につながり、そのような大人達に支えられた子供は体を動かすことをいとわない子供に育ち、その子供は体力が高いだけでなく、フィジカルリテラシーが高くなる。その子供が大人になれば、それぞれの社会的立場で子供のスポーツ（体を動かす）環境改善に努めるだろう。その子供が保護者になれば、我が子に体を動かすことの価値を伝え、場を提供し、体を動かすことを促進するだろう。本事業に限らず、多くの官公庁の事業は単年度の成果が求められる。しかしながら、子育ての成果は、その子がどのように老いるかまで見届けてはじめて成否を判断できるのではないか。3年間の本事業によって、子育てに関わる多くの方々の意識・行動が少しでも変わり、社会が少しでも変わり、その先の未来が変わっていることを願う。