

南九州地域短大生の運動・スポーツに対する意識と行動

Study on the Women's College Students' Opinion and Behavior to the Exercises
/ Sports in the Region of South part of Kyushu

大村一光*・橋本公雄**
Ikko Omura, Kimio Hashimoto

*鹿児島女子短期大学 **熊本学園大学

抄録：本研究では、九州地区大学生を対象に実施した運動・スポーツに関するアンケート調査結果をもとに本学アンケート調査結果と比較検討し、各大学種別との違いや、特に北九州地区の短期大学との相違や特徴について明らかにすることを目的とした。その結果、本学のサークル所属率は、短期大学（北九州地区）と比較して高い傾向にあるとともに、MHP（Mental Health Pattern）も良好な学生が多かった。今後はこのような良環境を増加させるべく、多様なサークル活動のあり方について検討する必要がある。一方、本学学生の運動に対する行動変容ステージは「前塾考型」や「熟考型」が多くみられたことから、将来にわたる身体活動教授の必要性が示唆された。

Key words：九州地区大学、短期大学生、運動・スポーツ、意識、行動変容

1. はじめに

今日、スポーツやレクリエーションなどの身体運動には、医学・生理学的効果はもちろんのこと、不安低減効果（Petruzzello, 1991）や抑うつ改善効果（Armstrong, 2004）、さらにはソーシャルスキルやライフスキルの向上（上野、1998；石倉、1999）等々、心理学的・社会的にみて多くの効果のあることが明らかになっている。このことは、大学（短期大学）におけるスポーツ・レクリエーション活動等においても例外ではなく、とりわけ学生時代の課外活動等におけるスポーツ活動、特に組織化され日常的に活動を行っている運動部活動は、自己実現、自己鍛錬、人間関係の醸成など多くの心理的・社会的・身体的恩恵があり、学生生活のクオリティを高める一助となることと十分に推察される。しかしながら、近年どこの大学においても、運動部活動への入部者は減少し、同様の傾向は同好会・愛好会といったサークルへの入部者についてもみられるようになってきている。事実、九州地区の大学体育協議会により企画運営される九州地区大学体育大会の参加者数の推移をみると、1992年度をピーク（10630名）として、それ以降減少傾向にあり、2008年度の総参加者数は7250名（1992年度の68.2%）となっている。参加大学も80大学から70大学へと減少しており、大学によってはチームが組めず、各種大会出場を断念せざるを得ない運動部も現れはじめています。

一方、図1は、本学における近年のサークル加入率の変化を示したものであるが、学生全体数に対するサークル加入率は年度により変動がみられるものの、近年においては徐々に減少傾向にあり、2013年度は40.4%とこれまでで最低を示した。また、サークル数も2005年度の35を最高に徐々に少なくなり2013年度は25まで減少している。その中で、運動部サークルにおける加入率は大きく減少を示し、12.7%とこれまでの最低となった。本学におけるこのようなサークル加入率や特に運動部における加入率の低下は、1つには2009年のキャンパス移転が影響しているとみられる。つまり、紫原キャンパスから高麗キャンパスへの移転に伴い、キャンパス全体がコンパクトになり、グラウンドもなくなったために、特に屋外で活動を行っていたサークルの活動場所がなくなってしまったことが大きな原因とみられる。本学を含めた近年の大学（短期大学）におけるこのような運動部活動への参加者の減少は、九州地区大学体育大会の衰退を意味するのみならず、近年の大学生の体力の低下やメンタルヘルスの悪化、さらにはコミュニケーションスキルの低下などにも影響をおよぼすものとみられる。

九州地区における各大学の保健体育教員を中心に組織されている九州大学体育連合では、このような大学スポーツの現状を憂慮しつつ、その改善に向けて2005年より研究プロジェクト「大学生の心身の健康問題に対処しうる独創的

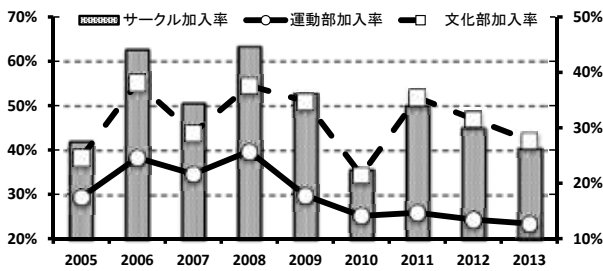


図1 本学におけるサークル加入率の変化 (%)

体育プログラムの開発」を2005年より3年間かけて組織的に展開してきている。その中で、2007年においては、九州地区の国立大学、公立大学、私立大学、短期大学26校、男女合わせて2006名を対象に「運動・スポーツに対する意識および活動の実態に関する調査」を実施し、大学種別による意識や活動の違いや男女による考え方の相違等多くの知見を得てきている。しかし、一方で各大学の位置する地域（北九州地区や南九州地区等）による違いや大学種別の特徴等詳細な検討は十分になされているとは言えないようである。特に本学の所属する短期大学については、鹿児島県出身者がその大部分を占めていることから、北九州地区の短期大学との比較については、学生の気質等を明らかにする上で非常に興味深いところがある。

そこで、本研究では、2007年に九州地区大学体育連合の実施した運動・スポーツに関するアンケート調査結果をもとに本学アンケート調査結果と比較検討し、各大学種別との違いや特に北九州地区の短期大学との相違や特徴について明らかにし、本学学生の運動・スポーツに対する意識や価値観等を考察することを目的とした。

2. 方法

1) 対象者

分析対象とした学生は九州地区の大学および短期大学の男女学生2006名（男子642名、女子1364名）であり、その内訳は図に示す通りであった。国立大（女子338名）、公立大学（429名）、私立大学（276名）、短期大学（321名）。

<国立大学：8大学>

九州工業大学、九州大学、大分大学、長崎大学、熊本大学、宮崎大学、鹿児島大学、琉球大学

<公立大学：6大学>

福岡県立大学、宮崎公立大学、県立長崎シーボルト大学、長崎県立大学、福岡女子大学、沖縄県立看護大学

<私立大学：8大学>

九州産業大学、九州情報大学、福岡女学院大学、西九州

大学、日本文理大学、保健医療経営大学、鹿児島国際大学、福岡工業大学

<短期大学：4大学>

（北九州地区）：九州女子短期大学、精華女子短期大学、福岡女子短期大学、

（南九州地区）：鹿児島女子短期大学

2) 調査時期

平成20年12月初旬～中旬にかけて九州大学体育連合加盟校および協力校に対して実施した。なお、本学については平成25年11月に実施し、学科による偏りを是正するために各学科30名程度（合計で95名）の学生を対象に2007年に九州地区大学体育連合の実施したものと同様のアンケート調査を実施した。

3) 調査項目

調査項目は、大きくデモグラフィック要因、運動行動、計画行動理論の諸変数、運動・スポーツ関連要因、学生気質、部活動イメージ、メンタルヘルスの7項目にわたったが、本研究では、この中から以下の3つの項目に絞り検討した。

(1) デモグラフィック要因

大学、性、高校時代の部活動の有無、大学入学後の部活動・サークル活動の有無、学外でのスポーツクラブ所属、住居形態、通学時間について調査した。

(2) 運動行動

・ 運動参加タイプ

運動参加タイプは、「スポーツ競技型」、「健康維持増進型」、「レクリエーション型」、「ストレス解消・気晴らし型」、「運動不足型」、「非運動型」の6段階で質問し（橋本, 2002）、いずれかの1つを選択させた。

・ 行動変容ステージ

行動変容ステージは Prochaska と DiClemente (1983) により提唱されたもので行動の変容課程を5つに分類したものであるが、本研究においては、岡 (2000) のものを使用した。実際の行動と、その行動に対する準備性（レディネス）により「前熟考期」、「熟考期」、「準備期」、「実行期」、「維持期」に分けられる。「前熟考期」は、現在において行動を起こしておらず、今後においても行動変容する期もない段階、「熟考期」は、現在行動を起こしていないが、今後行動を起こす意図のある段階、「準備期」は、望ましい水準ではないが、自分なりに行動変容を行っている段階、「実行期」は、行動変容してまだ日が浅い段階、「維持期」は、行動変容して半年以上継続している段階

を意味している。

(3) メンタルヘルス

メンタルヘルスの測定には、橋本ら（1999）が作成したメンタルヘルスパターン診断検査（Mental Health Pattern：MHP-1）を用いた。MHP-1尺度は、ストレス（Stress Check List：SCL）と生きがい（Quality of Life：QOL）の2つの次元からなる尺度であり、SCL尺度は6つの下位尺度（こだわり、注意散漫、対人回避、対人緊張、疲労、睡眠・起床障害）で構成され、QOL尺度は2つの下位尺度（生活の満足度、生活意欲）で構成されている。また、SCL尺度得点とQOL尺度得点を用いて「はつらつ型」、「ゆうゆう型」、「ふうふう型」、「へとへと型」の4つのメンタルヘルスパターンが判定される。

(4) 統計的処理

各変数の出現率については、 χ^2 検定を行った。また各大学と本学における諸変数の検定には2群間のt検定を行い、いずれの場合も5%以上を有意差ありとした。

3. 結果

1) 対象者の属性

① 高校時代の部活動所属

図2は、調査対象とした女子学生の高校時代の部活動所属について、大学種別に比較したものである。

運動部への所属についてみると、女子全体の平均値は40.4%であり、男子の平均値（68.6%）と比較すると所属率は有意に低い結果となった（ $\chi^2=190.63$, $df=2$, $p<.01$ ）。大学種別に女子の値をみると、国立大学および短期大学の運動部所属率が高い傾向にあり、特に本学の所属率は53.3%と最も高い値を示し、文化部を含めた所属率も82.6%と他の大学種や短期大学（北九州地区）と比較して最も高く高校時代に積極的に部活動を行ってきた学生が在籍していることが伺えた（ $\chi^2=29.48$, $df=8$, $p<.01$ ）。

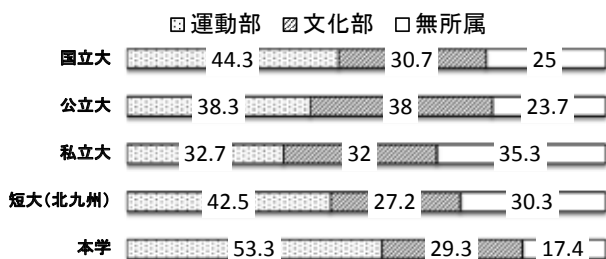


図2 女子学生の大学種別にみた高校時代の部活動所属率 (%)

② 大学期における定期的なアルバイト

図3は、調査対象とした女子学生の現在のアルバイトの実施率について、大学種別に比較したものである。

女子全体の平均値は65.0%であり、男子の平均値（60.8%）と比較するとやや高い値を示したものの、統計的有意差はみられなかった。大学種別に女子の値をみると、国立大学が最も高く、短期大学で最も低くなる傾向を示し、特に本学の場合は、42.4%と短期大学（北九州地区）と比較しても低い結果となった。女子学生の大学種別にみたアルバイトの実施率については統計的に有意差がみられた（ $\chi^2=32.37$, $df=4$, $p<.01$ ）。

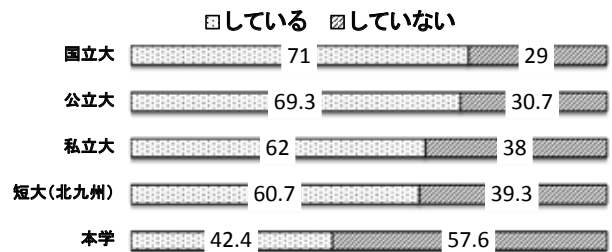


図3 女子学生の大学種別にみたアルバイト実施率 (%)

③ 住居形態

図4は、調査対象とした女子学生の住居形態について、大学種別に比較したものである。

女子全体の平均値をみると、「自宅」が53.7%で最も多く、次いで「アパート」の31.4%であった。一方、男子では逆に「アパート」が54.9%と最も高く、次いで「自宅」が35.4%であり、両群間には統計的に有意差がみられた（ $\chi^2=118.57$, $df=4$, $p<.01$ ）。大学種別に女子の値をみると、特に本学においては、他の大学種別に比べて「自宅」が71.7%と圧倒的に多かった。また、短期大学（北九州地区）では逆に「アパート」や「学生寮」がそれぞれ19.7%、30.6%で合わせるとほぼ半数と、本学と比較して異なることなどをみると、本学が地元志向あるいは地元根ざした短期大学であることが伺える（ $\chi^2=147.44$, $df=16$, $p<.01$ ）。

④ 通学時間

図5は、調査対象とした女子学生の大学および短期大学までの通学時間について、大学種別に比較したものである。

女子全体の平均値をみると、「15分未満」40.0%、「15～30分未満」13.5%と合わせて53.5%であったのに対して、男子全体で「15分未満」57.8%、「15～30分未満」13.7%と合わせて71.5%であった。また、女子では、「1時間～1時間

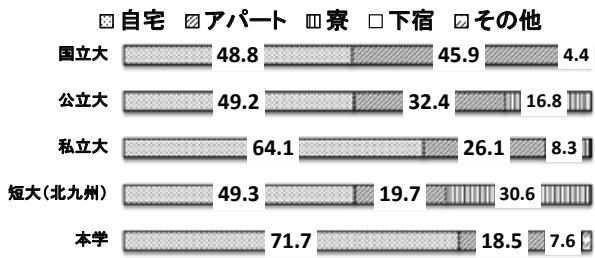


図4 女子学生の大学種別にみた居住形態 (%)

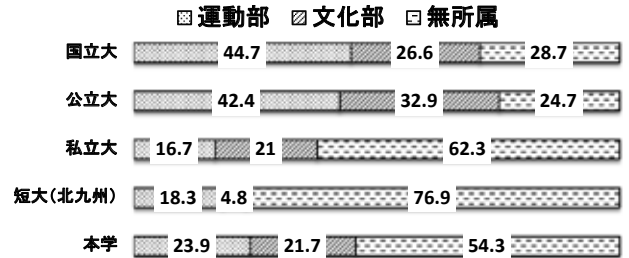


図6 女子学生の大学種別にみた運動・サークル活動所属率 (%)

30分」が17.7%で、男子の9.9%と比較すると多い傾向にあった。このような、男女による通学時間の差は図3でも示したように居住形態が男子では大学周辺のアパート等、自宅以外からの通学者が多かったのに対して、女子では自宅通学学生が半数以上を占めていたことが影響しているとみられる ($\chi^2=69.28$, $df=5$, $p<.01$)。一方、女子の大学種別の通学時間をみると、特に本学においては、図3に示したように自宅通学学生が圧倒的に多く、通学時間においても、「1時間～1時間30分」が26.1%を占めており、他の大学種別や短期大学(北九州地区)と異なり、多くの学生が長時間かけて通学していることが示された ($\chi^2=131.81$, $df=20$, $p<.01$)。

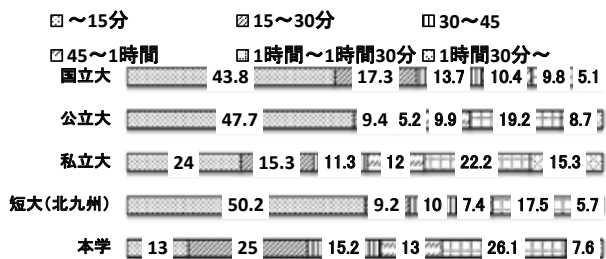


図5 女子学生の大学種別にみた通学時間 (%)

2) 大学(短期大学)における運動・スポーツ活動の実態

① 大学学内の部活動・サークル活動への所属

図6は、調査対象とした女子学生の大学学内における部活動・サークル活動への所属について、大学種別に比較したものである。

所属率は、国立大学(運動部44.7%、文化部26.6%)、公立大学(運動部42.4%、文化部32.9%)で高く、私立大学、短期大学(北九州地区)、短期大学(南九州地区)とは、明らかに異なる傾向を示した。

一方、短期大学生における所属率をみてみると、本学学生は、短期大学(北九州地区)と比較して、運動部、文化部への所属率がいずれも高かった。

② 大学学外のスポーツクラブへの所属

図7は、調査対象とした女子学生の大学学内における大学学外のスポーツクラブへの所属について、大学種別に比較したものである。

所属率は、いずれの大学および短期大学においても低く、そのなかで国立大学(運動部2.7%)が最も低く、私立大学、本学で最も高い値を示した(7.6%)が、統計的に有意差はみられなかった。本学においては、バスケットボール、弓道、水泳など本学サークルにない種目への所属がみられた。



図7 女子学生の大学種別にみた学外スポーツクラブ所属率 (%)

③ 運動の参加タイプ

図8は、調査対象とした女子学生の運動部、サークル活動への参加タイプについて大学種別に比較したものである。

いずれの大学および短期大学においてもスポーツを楽しむ、友達との親睦を深めることを目的とした「レクリエーション型」が最も多く、次いで気分転換や気晴らし程度に運動を行う「ストレス解消・気晴らし型」となった ($\chi^2=49.00$, $df=20$, $p<.01$)。一方、スポーツ大会等で勝つことを目的として練習やトレーニングをする「スポーツ競技型」はいずれの大学および短期大学においても低い傾向にあるなか本学が最も高い値を示した。

④ 運動の行動変容ステージ

図9は、調査対象とした女子学生について「現在」および「これから先の6ヶ月間」について運動やスポーツ活動

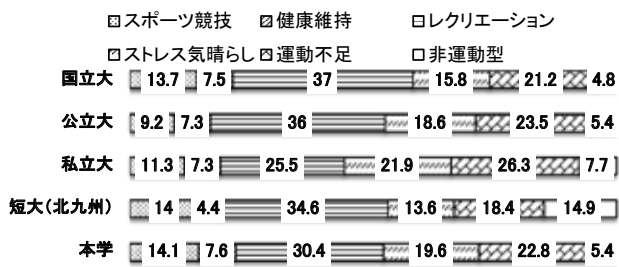


図8 女子学生の大学種別にみた運動の参加タイプ (%)

の関わりについて大学種別に比較したものである。ここで、それぞれの項目について簡単な説明を行うと、

「前熟考期」・・・現在、運動やスポーツ活動をしていない。またこれから先（6ヶ月以内）もするつもりはない。

「熟考期」・・・現在、運動やスポーツ活動をしていない。しかし、これから先（6ヶ月以内）に始めようと思っている。

「準備期」・・・現在、運動やスポーツ活動をしている。しかし、定期的ではない。

「実行期」・・・現在、運動やスポーツ活動をしている。しかし、始めてからまだ間もない（6ヶ月以内）。

「維持期」・・・現在、運動やスポーツ活動をしている。また、長期にわたって（6ヶ月以上）継続している ($\chi^2=72.26, df=16, p<.01$)。

各大学種別にみても、国立大学、公立大学および私立大学で「準備期」、「実行期」、「維持期」の占める割合が大きく、特に3つの合計は国立大学で最も大きく、大学期において何らかの形で運動に親しんでいることが示された。一方、短期大学についてみると、北九州地区、本学のいずれも「準備期」、「実行期」、「維持期」の占める割合は小さく、特に本学においては北九州地区と比較しても小さく、運動の習慣が形成されていないことが示された。

図10は、調査対象とした女子学生におけるMHP (Mental Health Pattern) の結果について大学種別に比較したものである。なお、メンタルヘルスの測定については、メンタル

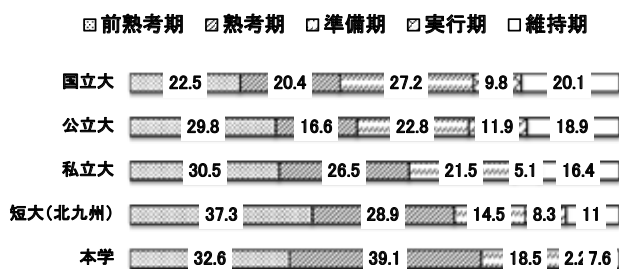


図9 女子学生の大学種別にみた運動の行動変容ステージ (%)

ヘルスパターン診断検査を用いて行った。

まず、男子学生と女子学生についてこれまでの報告をみると男子学生では「はつらつ型」が女子学生よりも高く（男子学生35.0%に対して女子学生29.1%）、逆に「へとへと型」については女子学生が男子学生よりも高い傾向にあり（男子学生24.1%に対して女子学生31.4%）、両者の間には統計的に有意差がみられた ($\chi^2=22.93, df=3, p<.01$)。

女子学生について大学種別毎にみると、「はつらつ型」は、国立大学で最も高い値を示し（42.1%）、公立大学、私立大学、短期大学（北九州地区）と徐々に値が減少する傾向にあるなか本学は32.6%で国立大学について高い値を示した。一方、「はつらつ型」の対極を示すとみられる「へとへと型」をみると、国立大学が最も低い値を示し（22.3%）、公立大学、私立大学、短期大学（北九州地区）と徐々に値が増大するなか、本学は25.0%と国立大学に次いで低い値を示した。

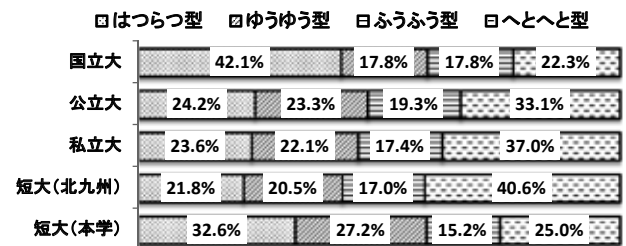


図10 女子学生の大学種別にみた MHP パターン (%)

図11は、調査対象とした女子学生におけるMHP (Mental Health Pattern) の各ストレス因子別、ストレス度 (SCL) および生きがいで (QOL) の結果について大学種別に比較したものである。また、各因子別の有意差検定については、本学と他大学および短期大学との結果のみ示した。

まず、男子学生と女子学生についてこれまでの報告をみると身体的ストレスについて女子学生の方が、男子学生よりも高い傾向が示され両者の間には5%水準で有意差がみられ、また生きがいで (QOL) については、男子学生の方が女子学生よりも高く1%水準で有意差がみられたと報告されている。このような結果をもとにすると、女子学生の方が、男子学生よりもややストレス度が高い傾向にあることが示された。

女子学生について、大学種別に各測定項目をみると、国立大学学生と本学学生との間には、ほとんど差はみられなかったものの、その他の大学種別においては、本学との間に差がみられた。心理的ストレスについては、公立大学、

私立大学および短期大学（北九州）と本学の間に5%水準で統計的有意差が、また身体的ストレスについては、私立大学と本学の間に5%、短期大学（北九州）と本学の間に1%水準で有意差がみられた。さらに、ストレス度（SCL）については、公立大学、私立大学および短期大学（北九州）と本学の間に5%水準で統計的有意差がみられた。

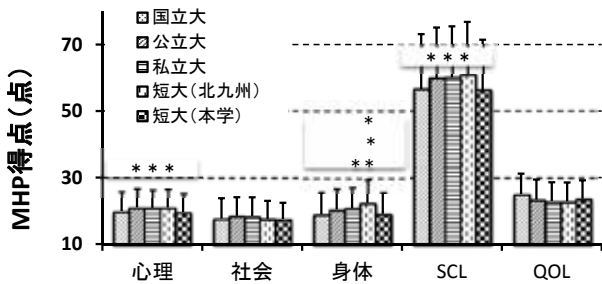


図11 女子学生の大学種別に応じた因子別メンタルヘルス値(点)

図12-1は、本学女子学生を「運動部所属」、「文化部所属」および「所属なし」に分類し、MHP（Mental Health Pattern）の結果について比較したものである。なお、参考として図12-2には、短期大学（北九州地区）の結果について示した。

本学学生と、他大学種別との比較については図10に示したが、本学学生のMHPは、国立大学に次いで良好の傾向にあることや、短期大学（北九州）と比較すると、明らかに異なる傾向を示していたことが示された。そこで、本学学生について部活・サークル活動所属ありと所属なしで比較してみると、「はつらつ型」については「運動部」が45.5%と最も高く、次いで「文化部」となり、「所属なし」のグループの値は28.0%と最も低くなった。一方、「はつらつ型」と対極関係にあるとみられる「へとへと型」の占める割合は逆に「所属なし」のグループが最も高く32.0%となり、「運動部」や「文化部」と比較すると約2倍近くになったものの、統計的有意差はみられなかった。次に、図12-2に示した短期大学（北九州地区）の結果をみると、本学の結果と同様に「はつらつ型」については、「運動部」が33.3%と最も高く、次いで「文化部」、「所属なし」の順に値は低くなった。一方、「へとへと型」の割合は、「所属なし」が44.3%と最も低く、「運動部」と「文化部」についてはほとんど差がみられなかった。本学結果や短期大学（北九州地区）にみられた結果をもとにすると、いずれの場合においても「運動部」への所属率が20%程度のため統計的に有意差はみられなかったが部活動やサークル活動に所属している学生の方が「生き生き」と短期大学生生活を送れている

ことが示された。

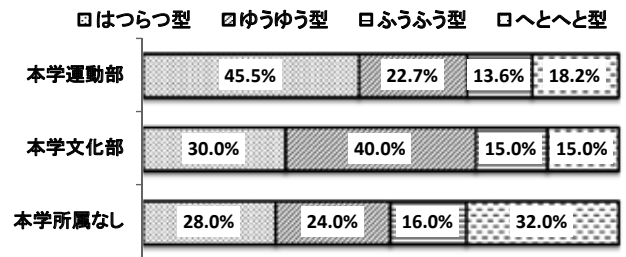


図12-1 本学学生の部活動・サークル所属別に応じた MHP パターン (%)

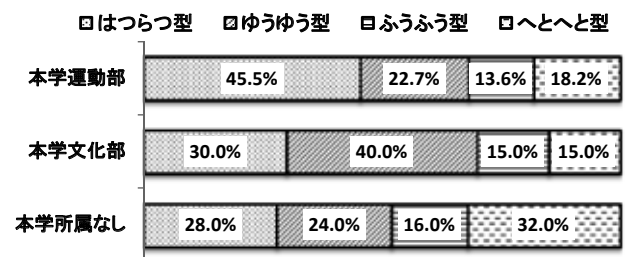


図12-2 短期大学（北九州地区）の部活動・サークル所属別に応じた MHP パターン (%)

図13-1は、本学学生におけるMHP（Mental Health Pattern）の各ストレス因子別、ストレス度（SCL）および生きがい度（QOL）の結果について示したものである。また、図13-2には、参考として短期大学（北九州地区）のMHP結果について示した。なお本学、短期大学（北九州地区）いずれにおいても各因子別の有意差検定については、「運動部」、「文化部」と「所属なし」との検定結果について行った。

本学におけるMHP結果をみると、いずれの因子についても統計的な有意差はみられなかったが、「身体的ストレス」や「生きがい度（QOL）」において特徴がみられた。すなわち、「身体的ストレス」については、「運動部」や「文化部」では「所属なし」と比較して低い傾向にあった。一方、「生きがい度（QOL）」については、「運動部」が最も高く、学生生活に対して生きがい（充実感）を感じている学生が多いことが示され、その傾向は「文化部」、「所属なし」で徐々に減少していた。

次に、短期大学（北九州地区）についてMHP結果をみると、「身体的ストレス」および「生きがい度（QOL）」については、本学と同様の傾向を示しており、特に「生きがい度（QOL）」については「運動部」、「文化部」と「所

属なし」の間に5%水準で統計的有意差がみられ、「運動部」、「文化部」所属学生の方が生きがい度が高い傾向にあった。また、短期大学（北九州地区）においては、「心理的ストレス」、「社会的ストレス」について「文化部」や「所属なし」の値と比較して低く、3つの因子を合計した「ストレス度（SCL）」も最も低い傾向にあった。

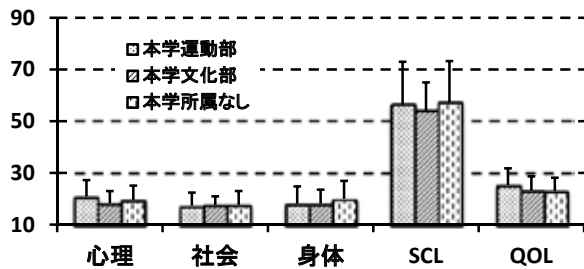


図13-1 本学学生の運動部・サークル所属別にみた因子別メンタルヘルス値 (点)

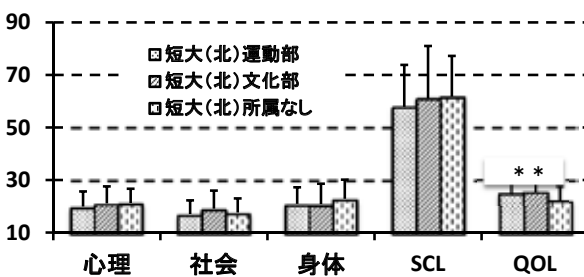


図13-2 短期大学（北九州地区）の運動部・サークル所属別にみた因子別メンタルヘルス値 (点)

4. 考察

本学学生の高校時代の運動部への所属率についてみると、九州地区大学体育連合の調査した九州地区大学および短期大学全体の女子平均値は40.4%であるなかで、本学の所属率は53.3%と最も高く、文化部を含めた所属率も82.6%と高く、高校時代に積極的に部活動を実施していた生徒が本学に入学していることが示された（図2）。本学へは、毎年鹿児島県内各地域から500名を超える多様な生徒が入学しているが、多くの学生が高校時代に部活動に所属していたことについては、今回九州地区の各大学の実態調査や大学種別間の比較を通してはじめて明らかとなった。この結果をもとにすると本学学生の学生生活のニーズを高めるためには、1つにサークル活動のあり方について検討していく必要があることが示唆された。

九州地区全体的女子学生における居住形態、通学時間およびアルバイト実施率をみてみると、居住形態については、

多くの大学種で50%程度が「自宅通学生」であったのに対して、本学では70%を超える学生が「自宅通学生」であった（図4）。一方、通学時間についてみると、特に本学においては、他の大学種別や短期大学（北九州地区）と異なり、「1時間～1時間30分」かけて通学している学生が全体の26.1%を占めるなど、自宅から長時間かけて通学していることが伺えた（図5）。また、アルバイトの実施率についてみると、九州地区全体の女子の平均値が65.0%と高いアルバイト実施率を示すなかで、短期大学については、北九州地区、南九州（本学）ともに低い値を示し、なかでも本学は42.4%と最も低いアルバイト実施率を示した（図2）。このような結果は、本学学生が他の4年生大学や特に短期大学（北九州地区）と比較して、やや異なる生活様式を送っていることを示しているとみられる。本学や北九州地区の短期大学にみられたアルバイト率の低さは、短期大学では修業年限が2年と他の大学種と比較して短いことに加えて、多くの免許や資格等の修得のために時間割が過密であることなどをもとにすると致し方ないことであるとみられる。一方、本学において特に低いアルバイト実施率を示したことについては、上述したことに加えて、遠方からの自宅通学生が多いため、通学時間に時間がとられアルバイトに当てる時間がとれないこと、アルバイト等の求人件数が北九州地区と比較して少ないこと、本学の場合、免許・資格修得のための必修科目の数等が、他の短期大学と比較して多く、時間割がかなりタイトであることなどが影響していると考えられる。

大学入学後の女子学生の部活動・サークル活動への所属について大学種別に比較してみると、所属率は、国立大学（運動部44.7%、文化部26.6%）、公立大学（運動部42.4%、文化部32.9%）で高く、私立大学、短期大学（北九州）、短期大学（南九州）と比較して、明らかに異なる傾向を示した（図6）。短期大学生における所属率をみてみると、本学学生は、短期大学（北九州地区）と比較して、運動部、文化部への所属率がいずれも高かった。本学にみられたこのような高い所属率は、1つには、前述したように高校時代の運動部、文化部の所属率が高いこと（図2）や、図3にみられるようにアルバイトの実施率が低いことから、放課後の時間を部活動やサークル活動に当てていることなどが影響していると考えられる。本学にみられるこのような傾向は、短期大学入学後の学生生活のあり方としては、望ましいことであるとみられるが、運動部・文化部合わせた所属率45.0%は、高校時代の運動部・文化部所属率82.6%（図2）と比較するとかなり低くなっている。短期大学という4年

生大学とは異なる多忙さや、コンパクトな都市型大学で活動場所も制限されるなどいくつかのデメリットもあるなか、所属率をアップすることはなかなか困難であるとみられるが、近隣施設や自然環境等を利用した新しいサークル活動の模索等、今後検討していくことが必要であろう。

ところで、本研究においては、上述したようにサークル活動への所属の有無については調査したものの、1週間当たりの活動頻度や活動時間といった活動の質の部分についての調査は実施できていない。本学体育教員の立場から、本学におけるサークル活動の実態を間接的に観察してみると、いくつかのサークルを除けば、1週間当たりの活動頻度や、活動時間など非常に減少していると思われる。事実、本学学生支援課の調査においても詳細な検討はなされていないが、「紫原キャンパス時代と比較して、学生の活動頻度や活動時間が少なくなった印象をうける」とのコメントも伺っており、何よりも放課後に学生の姿があまりみられなくなっているようである。今後は、サークル活動の質の向上へ向けても取り組んでいく必要がある。

大学入学後の学外スポーツクラブへの所属率についてみると、所属率は、いずれの大学および短期大学においても5%前後と低いなかで、本学が7.6%と最も高い値を示した(図7)。本学における学外サークルとしてはバスケットボール、弓道、水泳など本学では施設不備のため実施できないサークルへの所属が多くみられ、また競技レベルもかなり高い学生が所属していることが示された。キャンパスの面積が狭いことなどハード面での課題は克服できないことから、今後はこういった学生の活動に対する精神面や活動に対する経済面等からの支援を短期大学として行っていくことは有効な手段の1つであるとみられる。例えば、現在優れた競技成績を示した学生や団体に対して学長表彰制度等を行っているが、こういった表彰制度の充実や、活動費の支給、外部指導者(団体)との連携などが考えられる。

「現在」および「これから先の6ヶ月間」における運動やスポーツ活動への関わりについて調査した運動の行動変容ステージについて各大学種別にみると、国立大学、公立大学および私立大学で「準備期」、「実行期」、「維持期」の占める割合が大きく、特に3つの合計は国立大学で最も大きく、大学期において何らかの形で運動に親しんでいることが示された。それに対して、短期大学をみると、北九州地区および本学のいずれも「準備期」、「実行期」、「維持期」の占める割合は小さく、特に本学においては北九州地区と比較しても小さく、運動の習慣が形成されていない

ことが示された(図9)。上述したこのような4年生大学(国立大学、公立大学、私立大学)と短期大学の違いは、図6に示したような大学における運動部、サークル活動所属率の違いの他に、前述したような在学年数の違いやカリキュラムの過密さなどが大きく影響しているともみられる。つまり短期大学では4年生大学と比較して、2年という短期修業期間に多くの授業(単位)を修得する必要がある、必然的にカリキュラムが過密となり放課後に自主的に運動を行なう、あるいはサークル活動に参加する機会が少なくなっていることが影響していると考えられる。短期大学にみられるこのような傾向は、いたしかたかないことではあるが、一方で、短期大学における「前熟考期」の行動変容が多いことにはやや問題があると考えられる。「前熟考期」とは、「現在、運動やスポーツ活動をしておらず、またこれから先(6ヶ月以内)もするつもりはない」と回答している学生のことである。短期大学在学期間中に運動実施を行う必要性を持たない学生を示す。短期大学在学中に、このような行動変容が形成され、卒業後においてもこのような行動が継続されていくとするならば健康の維持・増進や体力の向上、さらには人間関係形成のうえでも何らかの影響を及ぼす可能性があると考えられる。短期大学における体育・スポーツ領域の教員は、このような短期大学における実情を理解した上で、学生に対して生涯にわたり運動・スポーツに親しむ態度やその必要性などについて、体育講義や体育実技等の体育・スポーツ関連授業科目を通してしっかりと教授していく必要がある。

学生のMHP(Mental Health Pattern)について、大学種別毎にみると、精神的に充実しているとみられる「はつらつ型」は、国立大学で最も高い値を示し(42.1%)、公立大学、私立大学、短期大学(北九州)と徐々に値が減少する傾向にあるなかで、本学は32.6%と国立大学について高い値を示した。一方、「はつらつ型」の対極を示すとみられる「へとへと型」をみると、国立大学が最も低い値を示し(22.3%)、公立大学、私立大学、短期大学(北九州地区)と徐々に値が増大するなか、本学は25.0%と国立大学に次いで低い値を示した。また、MHP(Mental Health Pattern)の各ストレス因子別、ストレス度(SCL)および生きがい度(QOL)の結果について大学種別に比較してみると、国立大学学生と本学学生との間には、ほとんど差はみられなかったものの、その他の大学種別においては、本学との間に差がみられた。心理的ストレスについては、公立大学、私立大学および短期大学(北九州)と本学の間には5%水準で統計的有意差が、また身体的ストレスについ

ては、私立大学と本学の間には5%、短期大学（北九州）と本学の間には1%水準で有意差がみられた。さらに、ストレス度（SCL）については、公立大学、私立大学および短期大学（北九州）と本学の間には5%水準で統計的有意差がみられた。本研究でみられたこのような結果は、本学学生が他大学や短期大学（北九州地区）と比較して日常生活においてあまりストレスを感じることなく健全な学生生活を送れていることを示しているとみられる。このことは、大学在学期間が4年の国立大学、公立大学、私立大学と比較して、在学期間の短い短期大学では、単位の取得や免許・資格取得へ向けての各種実習等日々の生活に追われ、忙しい学生生活を送っていると推察されることから、「ふうふう型」や「へとへと型」の占める割合が多くなる傾向があると予想されることをもとにすると、本学の結果は、やや意外であった。本学において「はつらつ型」がこのように高い値を示した理由については、その根拠を示すことは難しいことではあるが、1つには、本学が鹿児島県内において短期大学であるにも関わらず県内の高等学校において高い信頼を得られていることや、特に児童教育学科をはじめとして、50年にもなろうとする地域への貢献度が高いことなどが影響しているとみられる。その結果として、鹿児島県内における本学の知名度が高く、また知名度の高い本学に入学したことで学生本人の満足度も高まったことによるものとみられる。しかしながら、本研究におけるアンケート調査は、各大学とも1年次の12月に実施したものであることから、大学生活1年目の学生気質を示したものである。その意味では、この後、短期大学においては約1年後、その他の大学種別においては、約3年間経過した後、本研究で示された種々の結果がどのように変化していくのか非常に興味深いところであるが、今後の検討課題としたい。

本学学生のMHP（Mental Health Pattern）について部活・サークル活動の「所属あり」と「所属なし」で比較してみると、「はつらつ型」については「運動部」が45.5%と最も高く、次いで「文化部」となり、「所属なし」のグループの値は28.0%と最も低くなった。一方、「はつらつ型」と対極関係にあるとみられる「へとへと型」の占める割合は逆に「所属なし」のグループが最も高く32.0%となり、「運動部」や「文化部」と比較すると約2倍近くになったものの、統計的有意差はみられなかった。次に、図12-1に示した短期大学（北九州）の結果をみると、本学の結果と同様に「はつらつ型」については、「運動部」が33.3%と最も高く、次いで「文化部」、「所属なし」の順に値は低くなった。一方、「へとへと型」の割合は、「所属なし」が44.3%と最

も低く、「運動部」と「文化部」についてはほとんど差がみられなかった。本学結果や短期大学（北九州地区）にみられたこのような結果をもとにすると、いずれの場合においても全学生に対する「運動部」への所属率が20%程度のため統計的に有意差はみられなかったが部活動やサークル活動に所属している学生の方が「生き生き」と短期大学生生活を送れていることが示された。このような、本学や短期大学（北九州地区）にみられた特に「運動部」におけるMHPにおける「はつらつ型」の高い割合は、1つには、入学時の各スポーツ特待生制度（本学においてはバレーボール部）の影響が考えられよう。また、特待生制度のないサークルについても高校時代から引き続き部活動やサークル活動を継続している学生も多くみられることから、サークル活動を通して短期大学においても自分の所属学部（学科）のみならず、他学部（他学科）学生との交流も深まり、コミュニケーション機会も増加することなどにより、学生生活の充実につながっていると推察される。さらには、本学には、高等学校のサークル活動としてみられない「ヤング踊り連 team 鹿女短」や幼児教育に関連した「幼児体操」サークルがみられ、同様のことは、短期大学（北九州地区）においてもみられ「エイサー」、「よさこい」、「軟式野球」などユニークなサークルが存在している。このような高等学校においては、あまり存在しないサークルとの出会いを通して新たな自分の発見につながるなど短期大学生生活の充実にもつながっているとみられる。

5. 結論

本研究では、2007年に九州地区大学体育連合の実施した運動・スポーツに関するアンケート調査結果をもとに本学アンケート調査結果と比較検討し、各大学種別との違いや特に北九州地区の短期大学との相違や特徴について明らかにし、本学学生の運動・スポーツに対する意識や価値観等を考察することを目的とした。その結果、以下のことが明らかとなった。

1. 本学学生の高校時代の運動部への所属率は53.3%で、九州地区の他の大学種（国立大学、公立大学、私立大学、短期大学（北九州地区））と比較して最も高い値を示した。
2. 本学学生は、九州地区の他の大学種と比較して「自宅通学」学生が多く、長時間かけて通学しており、そのためかアルバイトの実施率は最も低い傾向にあった。
3. 本学学生の大学入学後の部活動・サークル活動への所属率は47.5%であり、国立大学や公立大学と比較する

と低い傾向にあったが、短期大学（北九州地区）の23.1%と比較すると高かった。

4. 短期大学生全体の運動に対する行動変容ステージは、「前熟考期」や「熟考期」が圧倒的に多く、本学は、短期大学（北九州地区）と比較してもその割合は高かった。
5. 学生のMHP（Mental Health Pattern）をみると、精神的に充実しているとみられる「はつらつ型」は、国立大学で最も高く、本学は、国立大学に次いで高い値を示した。
6. 本学学生のMHP（Mental Health Pattern）について「運動部」、「文化部」、「所属なし」で比較してみると、「はつらつ型」は、「運動部」所属学生で最も高く、同様の傾向は、短期大学（北九州地区）においてもみられた。

これらのことから、本学学生に対しては、今後身体運動の必要性について体育系教員の連携のもと講義や実技等を通して教授し理解させていくとともに、高校時代に多くの部活動を経験している学生のニーズに応えるべく多様なサークル活動のあり方についても検討していく必要があることが示唆された。

7. 引用・参考文献

- 1) 橋本公雄、飯干明、根上優：大学新生の運動・スポーツに対する意識と行動 —運動部活動離れと同好会・愛好会思考の解明—、九州地区大学体育連合、2009
- 2) 橋本公雄：メンタルヘルスパターン診断検査の作成に関する研究 —MHP尺度の信頼性と妥当性—、健康科学、No21, pp53-62, 1999
- 3) 橋本公雄：体育会系運動部離れ現象の解明とその対策に関する研究（1） —運動部所属者の諸特性—、九州地区大学体育協議会 報告書、2003
- 4) 橋本公雄：体育会系運動部離れ現象の解明とその対策に関する研究（2） —大学生の諸特性および運動部入部関連要因—、九州地区大学体育協議会 報告書、2004
- 5) 橋本公雄：体育会系運動部離れ現象の解明とその対策に関する研究（3） —なぜ学生は運動入部をさけるのか—、九州地区大学体育協議会 報告書、2005
- 6) 岡浩一郎：行動変容のトランスセオレティカル・モデルに基づく運動アドヒアレンス研究の動向、体育学研究、No.45, pp543-561, 2000
- 7) Petruzzello S. J, Landers, D. M., Hatfield, B. D. et. Al : A meta-analysis on the anxiety-reducing effects of acute and chronic exercise. Sports Medicine 11(3), pp143-182, 1991

- 8) 上野耕平、中込四郎：運動部活動への参加による生徒のライフスキル獲得に関する研究、体育学研究、No.43, pp33-42, 1998

(平成26年1月10日 受理)