

新型コロナウイルスによる運動・スポーツ活動への影響

横浜国立大学教育学部 教授 海老原 修

§0

はじめに

本調査は1992年に開始し、今回2020年調査で15回を数える。調査では、我が国の成人の運動・スポーツ実施率を的確に把握するため、過去1年間に実施した運動・スポーツ活動を頻度・時間・強度の3つの観点に基づく独自の指標・レベルを設定する(表A-1)。この基準に基づき、1992年から2020年までの年次推移を図A-1に示した。ここでは、①抽出方法に1992年から2006年までの8回でランダムサンプリングの一つである層化二段無作為抽出法を、2008年以降の7回は割当法を採用し、②調査年齢に1992年から2014年までの12回は20歳以上を、2016年からの3回は18歳以上を対象とする。さらに、③運動・スポーツ実施状況の設問は、1992年では主だった12種目ならびに自由選択3種目までの運動・スポーツを選出した後、7段階の頻度、6段階の時間、5段階の強度の固定的回答選択肢(Fixed Alternative Question)で、1994年では主だった12種目ならびに自由選択3種目までの運動・スポーツを取り上げて、その頻度と時間を自由記述し、強度を5段階の固定的回答選択肢で、1996年以降は主要5種目までの運動・スポーツ種目を取り上げ、その頻度と時間を自由記述し、強度を5段階の固定的回答選択肢で、それぞれ回答する形式を設定する。この3点の違いに加えて、④調査年度ごとに回収状況が異なる、という事情を勘案した上で、便宜的な連続する経年データとなる。

§1

新型コロナウイルスによる 運動・スポーツ活動への影響 ～SSFライフデータ1992～2020 レベル別横断的分析より～

1992年以降、隔年で実施する本調査の年次推移は、①まったく運動・スポーツを行わなかった・レベル0が、1992年49.3%が2020年26.7%にほぼ半減し、それは全体でも成人の4人に1人にまで減少し、これに応じて、②積極的な運動頻度水準を週2回以上に設定するレベル2+レベル3+レベル4の合算は1992年16.1%が2020年49.9%と3倍増となり、とりわけて、③レベル4では1992年6.6%が2020年22.1%と4倍に迫るほどに増加する。この28年間に、多くの成人が運動・スポーツに積極的に行うようになった、とひとまず理解できる。

がしかし、このような積極的に行うようになったとの言説は留意しなければならない。まったく運動・スポーツを行わなかった者が次第に積極的に親しむようになれば行動変容と断言できる。たとえば、5つのレベルの年次推移を俯瞰して確認できる変移点(クリティカル・ポイント)を2006年と見定めた場合に、2006年にまったく運動・スポーツを行わなかったレベル0のAさんが翌年の2007年には週1回の頻度で運動を始め(レベル1)、2年後の2008年には週2回の頻度で、時間も平均30分以上となればレベル3にまで変身した、と解釈できる。このような行動変容を的確に把握するためには同一人物を追跡しなければならない。

【表A-1】スポーツ実施レベルの設定

レベル0	過去1年間にまったく運動・スポーツを実施しなかった
レベル1	年1回以上、週2回未満(1～103回/年)
レベル2	週2回以上(104～/年)
レベル3	週2回以上、1回30分以上連続した運動時間
レベル4	週2回以上、1回30分以上、運動強度「ややきつい」以上

資料：笹川スポーツ財団「スポーツライフに関する調査」2020

この留意事項を踏まえた上で、予想外の外乱となる新型コロナウイルスが運動・スポーツ活動に及ぼす行動変容を惹き起こすか、という点に注目して図A-1の動向に焦点を絞った。直近の2020年調査の実施期間は調査員による調査票の配布を8月28日に始め、9月24日に調査票の点検・回収するスケジュールとなり、コロナ禍における成人の運動・スポーツ実施状況を反映すると判断される。したがって、2018年と2020年度の比較によってその影響を推察できる。注目すべきは、①レベル2が0.5ポイント、レベル3が0.2ポイント、レベル4が1.4ポイント、計2.1ポイント増加し、②レベル0もまた0.7ポイント増加し、それを反映して③レベル1が2.8ポイント減少し、それはコロナ禍の状況下での運動・スポーツ活動が、一方では積極的に、他方では消極的な、両極に分散する現況を示唆する。

§2

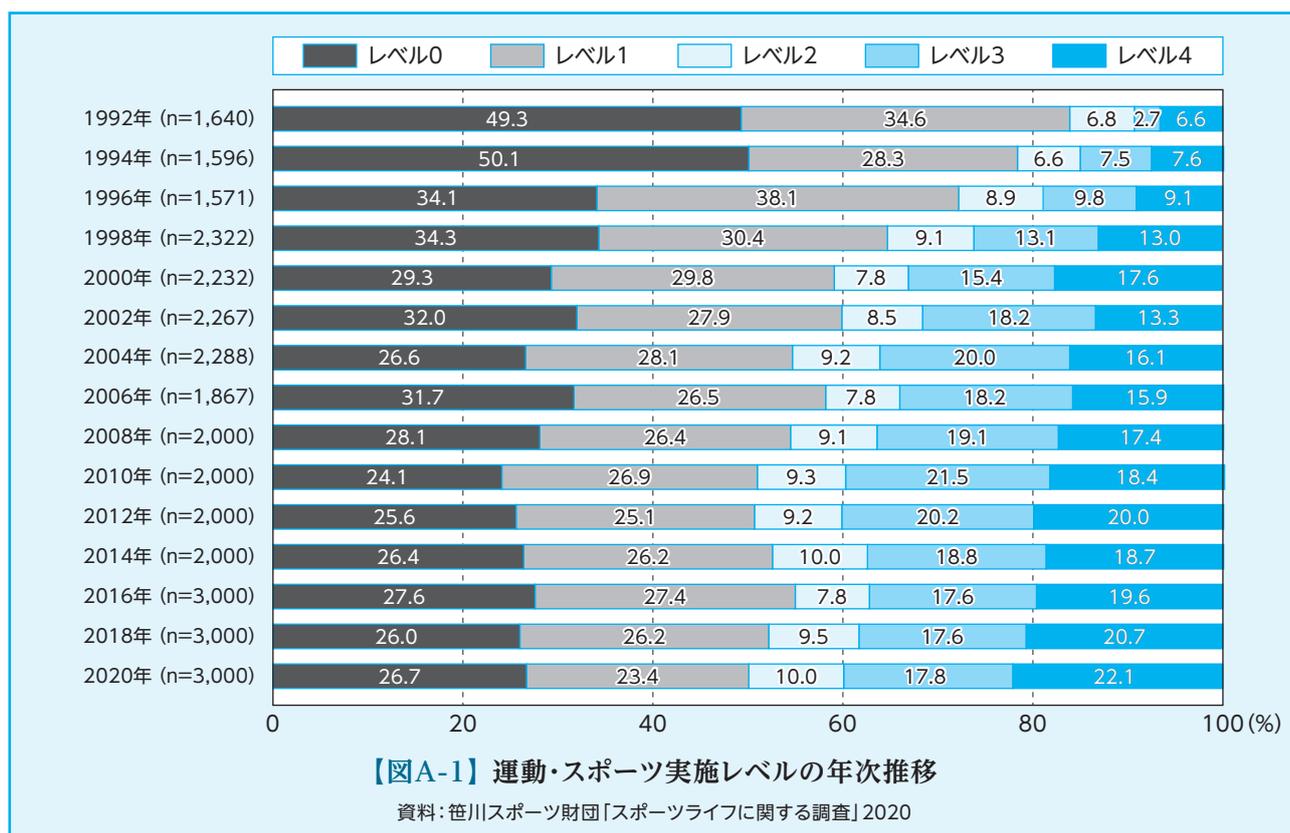
新型コロナウイルスによる運動・スポーツ活動への影響 ～SSFライフデータ1992～2020にみる年代別運動・スポーツ実施頻度の横断的分析～

前項ではSSFが設定する頻度・時間・強度の3つの観点に基づく独自の指標を手がかりに新型コロナウイルスによる運動・スポーツ活動への影響を検討したが、本項では、年間の運動・スポーツ実施頻度の平均値、標準

偏差、変動係数を取り上げ、年代別の動向を時系列的に俯瞰し、そのなかで2018年と2020年の変化を注目した。

2020年度調査における頻度は、まったく運動・スポーツを行わなかった者は800人にのぼり、全体の26.7%を占める。頻度を年間1回から実施回数を順次増やした時の人数は、年間1回では20人、2回21人と数え、週1回に相当する52回は83人、2回の104回では84人、3回の156回では83人となり、最多回数は1,612回に達する。この人物Bさんは、東京都在住、77歳、男性、身長170cm、体重70kg、筋トレ、ウォーキング、軽めの体操、散歩を毎日、週に3日の野球を行っている。日々の体調管理に気をくばり、いわゆる草野球を欠かせぬ楽しみとしている姿が浮かび上がろう。

このアクティブな70代の男性に比べ、年間にまったく運動・スポーツを行わない800人に占める70代は126名(全体の15.8%)であった。その内訳は男性357人、女性443人で、70代は男性48人(13.4%)、女性78人(17.6%)となる。このような状況にある、1,612回のBさんに0回の48人の男性と78人の女性を照らし合わせて70代の動向を評価するには、平均値の算出にとどまらず、バラツキを示す標準偏差が不可欠であり、その変動を比較するには標準偏差を平均値で除する変動係数が有効な指標となる。



図A-2は1994年度から2020年度に至る26年間、4半世紀にわたる14回の調査にみる年代別の年間運動・スポーツ実施頻度の平均値となる。2008年度までいずれの年代も右肩上がりに上昇するが、その勾配は20、30、40歳代よりも50、60、70歳代の方がやや急となる。この2008年度を第1の変移点と定める理由は、この時期を境に、①60歳代と70歳以上の上昇がこれまで以上に急となり、②50歳代が2016年度に向けて下降に転じ、この上昇と下降が、③40歳代以下の3つの年代の微増を際立たせる起点となるからである。

さらに第2の変移点は2014年度から2016年度に同定され、そこがすべての年代がこれまでの上昇もしくは横ばいから、一転して減少する分岐点となる。さらに、第3の変移点・2016年度は、①70歳以上と60歳代の逆転が目に見えるが、②この逆転現象は60歳代以外の年代が2018、2020年度に向けて漸増する中で60歳代のみが下降する特異点を示す。

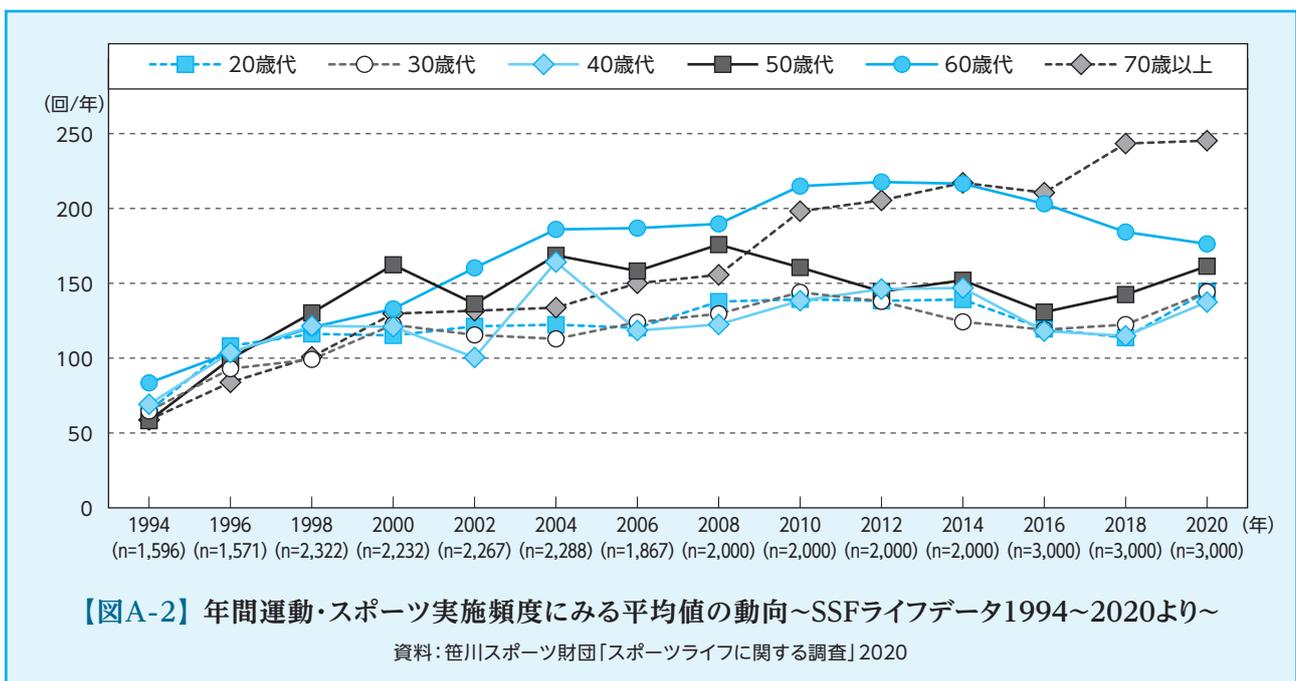
この3つの変移点を踏まえての2018年度と2020年度の比較は、新型コロナウイルスによる運動・スポーツ活動への影響を推察する題材を提供する。前述の通り、第3の変移点を同定する第2の理由がここでも注目され、60歳代が減少し、残りの5つの年代が上昇し、60歳代には抑制的に、他の5つの年代に促進的に機能しているが、拙速な判断は避けたい。むしろ2014年度に始まり2020年度までの4回の調査では、60歳代の減少とそれを除く5つの年代の漸増が続き、2018年度と2020年

度に際立つ変動は確認されず、コロナ禍による影響はないと判断できる。

図A-3は1994年度から2020年度までの、年代別にみる年間運動・スポーツ実施頻度の標準偏差を示した。いずれの年代ともに①1994年度から1998年度にかけて上昇し、②2002年度から2010年度まではほぼ横ばいとなるが、③2010年度以降は20歳代から50歳代の4本と60歳代と70歳以上の2本の折れ線が分岐し、この第3の特徴が変移点となる。図A-2の平均値と図A-3の標準偏差のトレンドはほぼ一致しており、平均値の上昇にともなって標準偏差も大きくなり、それは一方で同一人物が運動・スポーツ実施頻度をいままでより増やしたり、これまで運動しなかった者が新たに運動を始めたたりするが、他方では運動機会を減らしたり、止めたりする人が増えている、運動・スポーツ活動の二極化を呈示する。

しかしながら、この4半世紀にわたる運動・スポーツ実施頻度に見る14回の調査は生涯スポーツがすすむ姿を映し出す。この根拠は標準偏差を平均値で除する変動係数の変動に求められる(図A-4)。図A-2の平均値や図A-3の標準偏差の変動に比べて、年代間の変動は小さく、両図が示した変移点を図A-4には見いだせない。

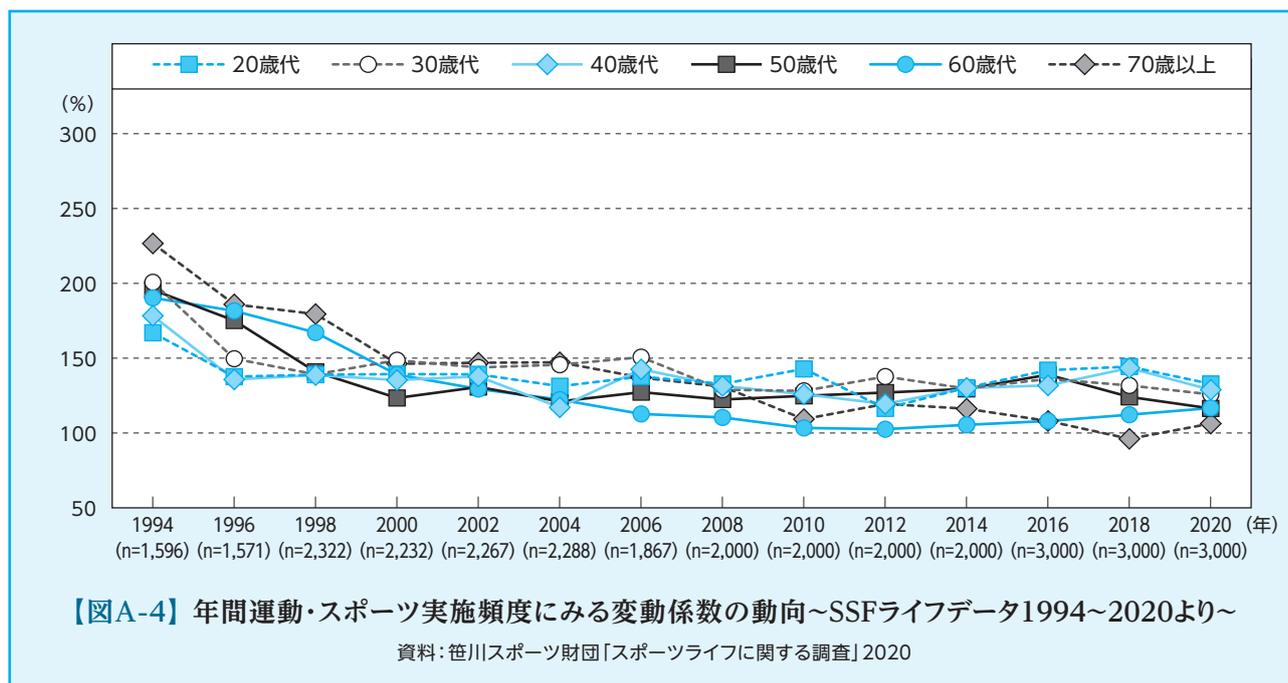
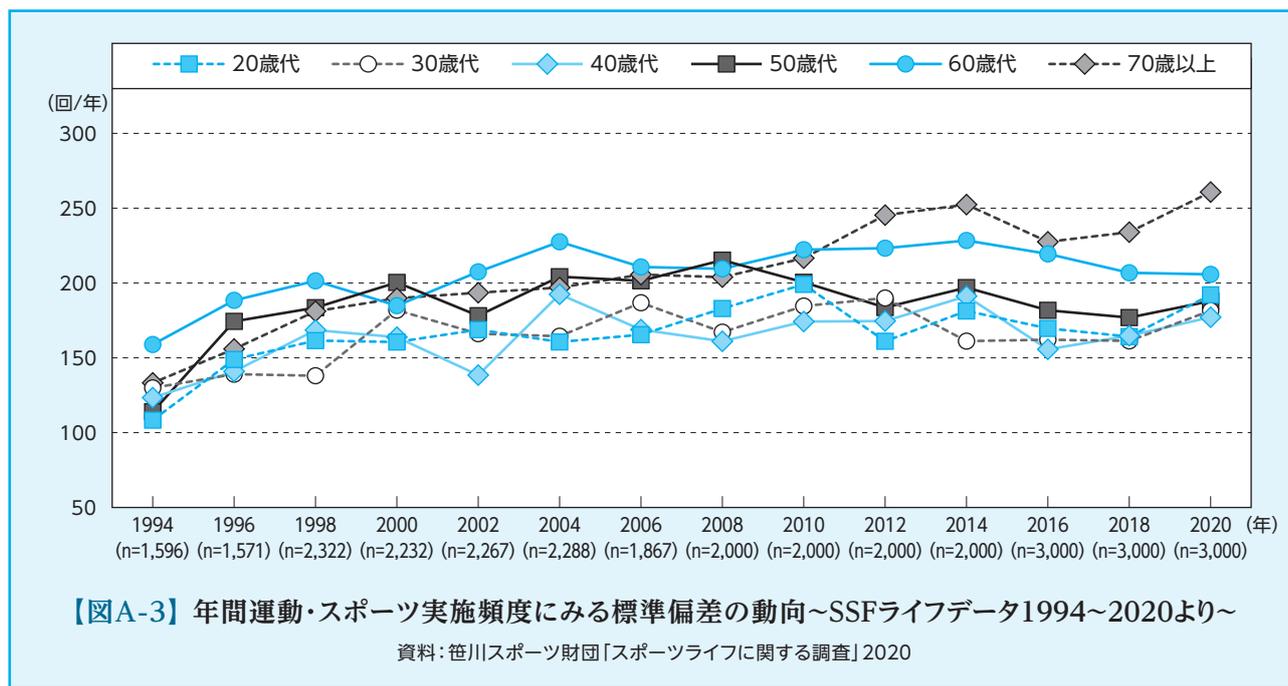
1994年度に始まる全体の年間運動・スポーツ実施頻度の平均値67.08回、標準偏差127.51回は、2020年度には平均値169.09回、標準偏差205.62回にまでそれぞれ上昇する。平均値は3倍弱、標準偏差は2倍弱に増加するが、反対に変動係数は1994年度190.08%か



ら2020年度121.60%まで減少する。平均値が上昇し、変動係数が減少した動向は、多くの人々が積極的に運動・スポーツを親しむ方向に変容していると判断できる。とりわけ、2010年度以降、2020年度までの6回の調査では、60歳代と70歳以上の変動係数は20歳代から50歳代の4つの年代より小さく、それは高齢者が若年層や壮年層よりも積極的に運動に親しむ現況を明らかにする。

このような年代別の変動に注目して2018年度と2020年度を比較すると、60歳代と70歳以上に変動係数の上

昇が、残る4つの年代で減少が確認できる。それは、高齢者にたいしては抑制的に、若年層や壮年層に促進的に影響するコロナ禍の実情を反映する。それでも、1994年度から2020年度に至る運動・スポーツ実施頻度の変動を追跡的に検討すると、生涯スポーツが広く浸透するムーブメントが浮かび上がり、新型コロナウイルスによって多くの社会・経済的活動が抑制される現下であっても、この大きな流れには抗えない。



§3

新型コロナウイルスによる
運動・スポーツ活動への影響
～SSF新型コロナウイルスによる運動・スポーツへの
影響に関する全国調査・2次分析より～

§2で論考した運動・スポーツ実施状況の積極と消極という両極への分散にたいするコロナ禍の影響はコロナ禍前後における同一人物の行動の追跡によって確認できる。コロナ禍直前までの1年間(2019年2月～2020年1月)と自粛期間相当(2020年2月～5月)の運動・スポーツ実施状況の2つの設問への同一人物による回答のクロス集計が有益な情報を提供する。前者への回答数は2,714件、後者のそれは2,504件となるが、両者への回答は2,410件にとどまる。

横軸の「1. 週に5日以上 (n=499)」～「8. わからない (n=154)」はコロナ禍直前までの1年間(2019年2月～2020年1月)の運動・スポーツ実施状況8区分とサンプル数を示し、それぞれを母集団とする自粛期間相当(2020年2月～5月)での8区分の実数と割合を示した(表A-2)。コロナ禍直前1年間の「週に5日以上」の対象者499名は、コロナ禍期間であっても、一方で82.8%がこの水準を維持するが、他方では「週に3日以上」6.8%、「週に2日以上」3.6%、「週に1日以上」2.8%と減少傾向にある。

同じ視点で、定期的な運動・スポーツ実施状況に着目すると、①「週に3日以上」406名は63.8%が維持し、減少となる「週に2日以上」10.8%、「週に1日以上」5.9%

にたいして、増加となる「週に5日以上」に13.5%が転じ、②「週に2日以上」362名は58.6%が維持、減少となる「週に1日以上」7.7%にたいして、「週に3日以上」18.0%、「週に5日以上」10.5%が増加し、③「週に1日以上」406名では57.9%が維持し、減少は「月に1～3日」4.4%となるが、「週に2日以上」15.0%、「週に3日以上」14.8%、「週に5日以上」5.9%が増加する。

上表の背景色のうち、が現状維持、が増加、が減少への変動をあらわす。注目すべきは表中の右側に集計する通り、①運動・スポーツ実施水準が高いほどその習慣の維持率が高く、実施頻度と維持率の間には高い相関性が確認でき、②実施水準の低下に伴って増減への分散が高まるが、③その分散では増加が減少を上回り、コロナ禍の影響によって運動・スポーツ実施が抑制されず、むしろ積極的な方向に変動したと結論できる。

過去のSSFスポーツライフデータの傾向と直近の2回となる2018年調査と2020調査の比較に基づき推察した両極への分散はかかる「新型コロナウイルスによる運動・スポーツへの影響に関する全国調査」2次分析によって確認できる。かかる論考はここにとどまらず、さらなる分析の視点に、①各水準の上昇・維持・下降グループ別にコロナ禍前後のスポーツ種目選好の変動であり、②とりわけ、より高い水準に移行しかつ現状を維持する人々のスポーツライフを解き明かす、を挙げたい。それは今後も継続する、あるいは、劣悪な状況にすすむと予見されるコロナ禍でのスポーツライフのあり方に多くの示唆を与える、と期待できる。

【表A-2】 コロナ禍にみる運動・スポーツ実施状況の変容

	1	2	3	4	5	6	7	8	上昇 (up)	維持 (even)	下降 (down)
1. 週に5日以上 (n=499)	413(82.8)	34(6.8)	18(3.6)	14(2.8)	7(1.4)	5(1.0)	5(1.0)	3(0.6)	0(0.0)	413(83.3)	83(16.7)
2. 週に3日以上 (n=406)	55(13.5)	259(63.8)	44(10.8)	24(5.9)	15(3.7)	2(0.5)	7(1.7)	0(0.0)	55(13.5)	259(63.8)	92(22.7)
3. 週に2日以上 (n=362)	38(10.5)	65(18.0)	212(58.6)	28(7.7)	11(3.0)	5(1.4)	2(0.6)	1(0.3)	103(28.5)	212(58.7)	46(12.7)
4. 週に1日以上 (n=406)	24(5.9)	60(14.8)	61(15.0)	235(57.9)	18(4.4)	2(0.5)	4(1.0)	2(0.5)	145(35.9)	235(58.2)	24(5.9)
5. 月に1～3日 (n=407)	17(4.2)	48(11.8)	64(15.7)	83(20.4)	183(45.0)	10(2.5)	2(0.5)	0(0.0)	212(52.1)	183(45.0)	12(2.9)
6. 3か月に1～2日 (n=176)	5(2.8)	12(6.8)	12(6.8)	32(18.2)	44(25.0)	49(27.8)	22(12.5)	0(0.0)	105(59.7)	49(27.8)	22(12.5)
7. 年に1～3日 (n=0)											
8. わからない (n=154)	3(1.9)	9(5.8)	7(4.5)	12(7.8)	13(8.4)	11(7.1)	24(15.6)	75(48.7)	79(51.3)	75(48.7)	0(0.0)

注1) コロナ禍直前1年間(2019年2月～2020年1月)別にみる自粛期間(2020年2月～5月)の運動・スポーツ実施状況

注2) 母数は自粛期間回答「わからない」を除く

笹川スポーツ財団「新型コロナウイルスによる運動・スポーツへの影響に関する全国調査(2020年6月調査) (2020)より作成