

# 運動・スポーツのボランティアに参加する 高齢者の特徴は？

～個人と地域の特徴、計23要因を解明～

スポーツ基本計画では「する」のみならず「ささえる」スポーツに関わる人口を増やすことが目指されています。高齢者の「ささえる」スポーツを促進する手がかりを得るために、本研究では2019年に全国60市町村の20,877人の高齢者を対象とし、運動・スポーツに関するボランティア活動への参加状況を尋ね、どのような特徴を持つ者や地域に暮らしている者で参加が盛んなのかを調べました。その結果、「男性」「高年齢」「飲酒習慣あり」「社会参加・ネットワーク・サポートが豊か」などの個人要因や、「人口密度が低い」「スポーツグループ参加割合が高い」などの地域要因から、計23個の特徴が明らかになりました。

お問合せ先：筑波大学体育系 助教 辻大士 [tsuji.taishi.gn@u.tsukuba.ac.jp](mailto:tsuji.taishi.gn@u.tsukuba.ac.jp)

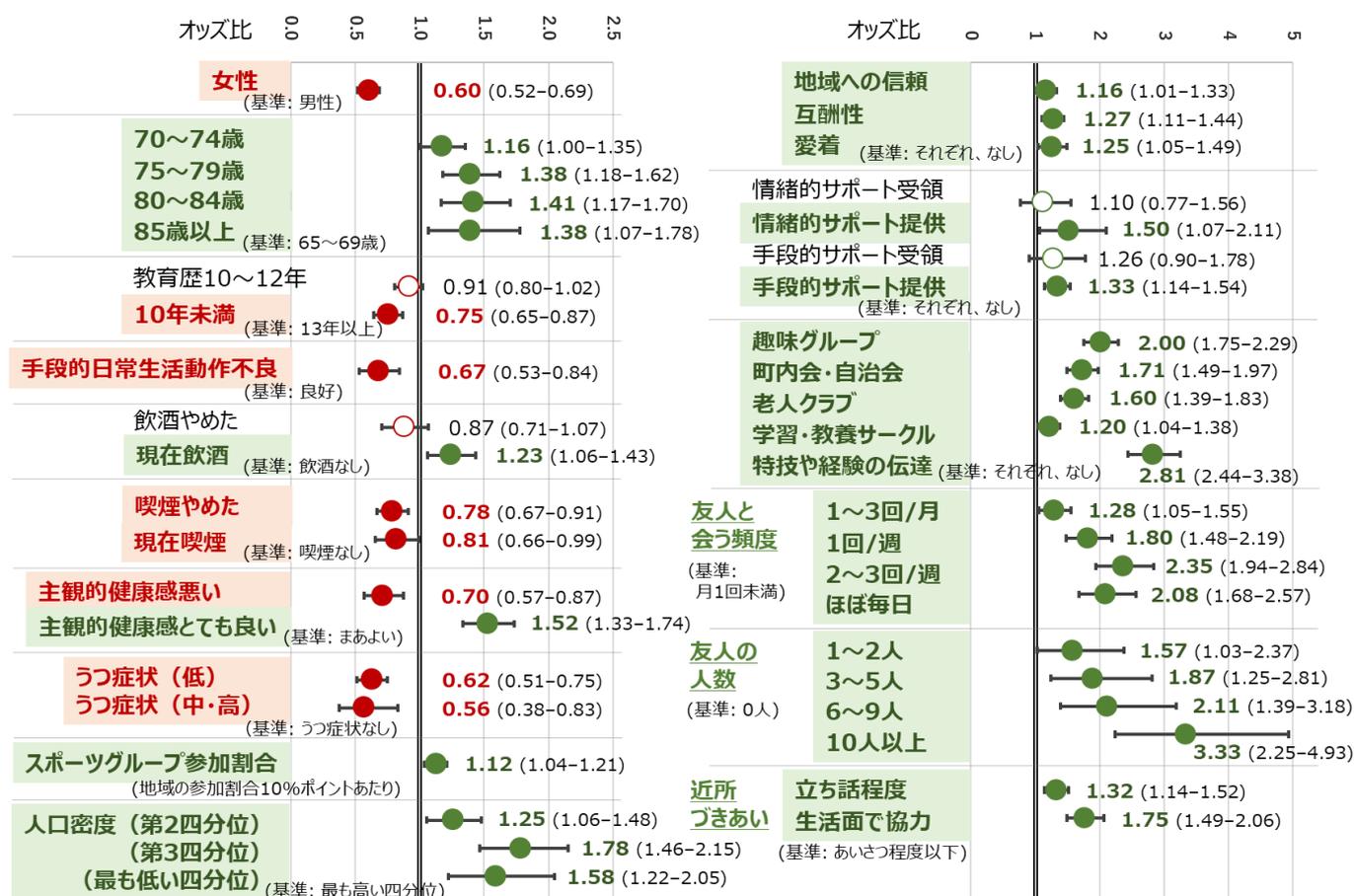


図. 運動・スポーツに関するボランティア活動の関連要因(緑: 促進要因、赤: 阻害要因), n = 20,877

## ■背景

令和4年3月に示された第3期スポーツ基本計画では第2期に引き続き、「する」のみならず「ささえる」スポーツへの参画人口の拡大を目指しています。「する」スポーツを行う高齢者の特徴を調べた研究は多く存在しますが、「ささえる」スポーツに着目した研究はほとんど見当たりません。本研究では、運動・スポーツに関するボランティア活動に参加する高齢者個人の特徴や、参加者が多い地域の特徴を調べました。

## ■対象と方法

日本老年学的評価研究(Japan Gerontological Evaluation Study: JAGES)の2019年の調査データを用い、横断研究を行いました。全国60市町村(1,139地域≒学区)の20,877人の高齢者に対して、過去1年間の運動・スポーツに関するボランティア活動(例: 指導や審判、クラブ・団体・大会・イベントの運営や世話など)への参加頻度を尋ね、年に数回以上参加している者を「参加あり」と定義しました。さらに、性、年齢、疾患などの【人口統計・生物学的要因: 16項目】、飲酒・喫煙などの【行動要因: 2項目】、うつ、幸福感などの【心理・認知・情緒的要因: 3項目】、人口密度、スポーツグループ参加割合などの【環境要因: 3項目】、社会参加・ネットワーク・サポートなどの【社会・文化的要因: 15項目】を調査しました。マルチレベルロジスティック回帰分析(レベル1: 個人、レベル2: 地域、レベル3: 市町村)を用いて、各項目と運動・スポーツに関するボランティア活動への参加との関連性を分析しました。

## ■結果

年に数回以上、運動・スポーツに関するボランティア活動に参加している高齢者は1,580人(7.6%)でした。参加を促す(正の)関連を示した項目は、70歳以上、現在飲酒あり、主観的健康感がとても良い、地域への信頼・互酬性・愛着が高い、情緒的・手段的サポート提供あり、各種社会参加(趣味、町内会・自治会、老人クラブ、学習・教養サークル、特技や経験の伝達)あり、友人と会う頻度が高く人数も多い、近所づきあいが豊か、市町村の人口密度が低い、地域のスポーツグループ参加割合が高いことが挙げられました。一方、参加を妨げる(負の)関連を示した項目は、女性、教育歴10年未満、手段的日常生活動作が不良、現在・過去に喫煙歴あり、主観的健康感が悪い、うつ症状ありが挙げられました。

## ■結論・本研究の意義

運動やスポーツのボランティア活動に参加する高齢者が多い(=普及・促進の可能性が高い)集団や地域と、参加が少ない(=手厚い支援が必要な)集団や地域のそれぞれが明らかになり、高齢者に対して、戦略的に「ささえる」スポーツの普及・促進を図るための手がかりが得られました。

## ■発表論文

Tsuji T, Kanamori S, Yamakita M, Sato A, Yokoyama M, Miyaguni Y, Kondo K. Correlates of engaging in sports and exercise volunteering among older adults in Japan. *Scientific Reports* 12: 3791, 2022.

## ■謝辞

本研究は独立行政法人日本学術振興会、厚生労働省、国立研究開発法人日本医療研究開発機構、国立研究開発法人科学技術振興機、公益財団法人健康・体力づくり事業財団などから研究費の助成を受けて行われました。