

本学学生のスポーツと健康に関する意識および実態：
『TWCPEウィメンアスリートのためのスポーツ指導・健康手帳
スポーツダイアリー』指導を通して
—「手帳の目的」の理解とスポーツとジェンダーの考え方—

A Study on the Consciousness and Actual Behavior of TWCPE Students as Regards Sport and Health: During Instruction of “Handbook and Diary of Sport Coaching and Health for TWCPE Women Athletes”
—Their Understanding of The Purpose of The Handbook and Their Way of Thinking about Sport and Gender—

キーワード：栄養，ダンス，武道
Keywords: Nutrition, Dance, Martial Arts

掛水 通子

KAKEMIZU Michiko

1. 問題および目的

本学は日本で最も伝統がある女子のための体育学校であり、その基礎を築いたのは再興者であり実質的な創設者である藤村トヨである。トヨは東京女子医学専門学校に学んだ医学的根拠に基づき、女子の健康のための体育を研究し指導した。本学はトヨの教えを踏襲し、女子の健康を目指して指導している。トヨが生きた時代と今日では時代は異なるが、女子の身体そのものは変わらない。

学生の本学へ入学した目的は、保健体育科教員になるため、運動部で活動したいことが上位を占める。本学学生が取得を目指すのは保健体育科教員免許状であるが、学生の高校時代の成績を入学試験時に概観する限り、総じて体育の成績は優秀であるが、保健の成績は体育に比べて芳しくないという状況である。一昨年度(平成27年度)女子体育研究所が実施した本学新生生に対する調査でも、新生生は健康に

関する知識に乏しいことが明らかとなっている(戸田・鶴澤, 2016)。

入学後は授業だけでなく、運動部の練習や様々な部の仕事に追われ十分な休養を取れない学生がいる。また、学生食堂の不十分さと昼休みの多忙さ(部活動や各種オリエンテーションの実施)、金銭的事情からバランスの取れた昼食を摂っていない学生が多く、学生の現在と将来の健康が危惧される。

このような学生の状況を背景にして、女子体育研究所では、昨年度(平成28年度)、『TWCPEウィメンアスリートのためのスポーツ指導・健康手帳 スポーツダイアリー付き』(以下、「手帳」と略すことがある)を作成した。「手帳」は学生の健康を願い、指導者になった時に役立てるためのもので、詳細は東京女子体育大学女子体育研究所所報11号に報告した(掛水ほか, 2017)。

今年度(平成29年度)4月のフレッシュウイーク(オリエンテーション)時に、全学生に「手帳」を配布し

要点を指導した。以後、1年生に対しては、時折必修授業のなかで「手帳」活用を促した。さらに、7月19日2校時の1年生必修授業「藤村トヨの教育」のなかで、「手帳」とダイアリーの振り返りと指導をした。

こうした「手帳」指導と併せて、今後の指導の資料とするために、大学1年生に対して、スポーツと健康に関する意識および実態を調査した。

本研究は、「手帳」の内容のうち、「手帳の目的」と「スポーツとジェンダーの考え方」に対する理解の調査結果を考察し、今後の教育に生かすことを目的とする。

II. 方法

調査対象者は本学体育学部1年生367名であり、調査実施日は2017(平成29)年9月29日であった。大学1年必修授業「スポーツ栄養学」の中で質問紙を配布し100%回収した。質問紙は、『ウィメンアスリートのためのスポーツ指導・健康手帳』の内容に沿った形で、手帳の使用実態や記載内容の理解度を尋ねる内容で、「スポーツと健康に関する意識および実態調査—体育学科—」として行われた。

なお質問紙調査の実施に際しては、本学研究倫理審査委員会による承認(研倫審・平29-7)を得た上で、無記名で実施し、調査結果は統計的に処理され、個人の結果を公表することはないこと、他の目的のために使うことはないことを断ったうえで、答えられない質問は答えないで構わないことを確認して実施した。調査は質問紙法で実施し、質問数は56で多肢選択法を用いて回答を求めた。

本研究では、「手帳」の内容のうち、「手帳の目的」と「スポーツとジェンダーの考え方」に関して行った8問の調査結果を取り上げる。「手帳」の内容中、「手帳の目的」は2ページ分およそ千字、「スポーツとジェンダーの考え方」は3ページ分およそ二千字であった。

III. 結果および考察

1. 三大健康要素に対する意識

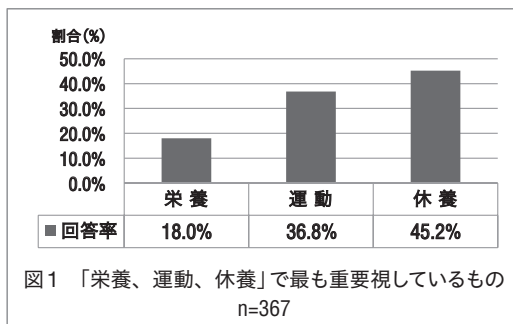
「手帳の目的」の冒頭に、「昔から、『栄養』、『運動』、『休養』を人間が健康を維持するために必要な三大健康要素と呼んでいます。みなさんは『バランスの取れた栄養・食生活』、『適度な運動』、『心身の疲労の回復と充実した人生を目指す休養』に気を付けて生活していますか」(東京女子体育大学女子体育研究所編, 2017, p. 4)と述べた。この記述中、最も紙幅を費やしたのは「栄養」であり、カップラーメン等で昼食を済ます学生たちに対して、バランスの取れた食事をして欲しいとの思いを込めた。

質問1は、「『栄養、運動、休養』であなたが最も重要視しているものは何ですか」であった。三つとも大切であるが、敢えて一つを選択する質問である。学生は授業や運動部活動で運動をしているので、「運動」を重要視せず、「栄養」か「休養」を選択するのではないかとの仮説を立てた。表1、図1に示すように、「休養」の選択者が45.2%(166人)で第一位、次いで「運動」が36.8%(135人)で、「栄養」は18.0%(66人)と最下位であった。

質問1は、「『栄養、運動、休養』であなたが最も重要視しているものは何ですか」であった。三つとも大切であるが、敢えて一つを選択する質問である。学生は授業や運動部活動で運動をしているので、「運動」を重要視せず、「栄養」か「休養」を選択するのではないかとの仮説を立てた。表1、図1に示すように、「休養」の選択者が45.2%(166人)で第一位、次いで「運動」が36.8%(135人)で、「栄養」は18.0%(66人)と最下位であった。

表1 「栄養、運動、休養」で最も重要視しているもの

		回答率	回答数
1	栄養	18.0%	66
2	運動	36.8%	135
3	休養	45.2%	166
	合計	100.0%	367



授業、運動部活動で毎日疲れていると思われる学生のおよそ半数が「休養」を選んだことは仮説通りであったが、およそ三分の一が「運動」を選択したことは仮説外であった。くたくたに疲れていても運動できるのは、健康のためだと思っていると見ることができるのであろうか。

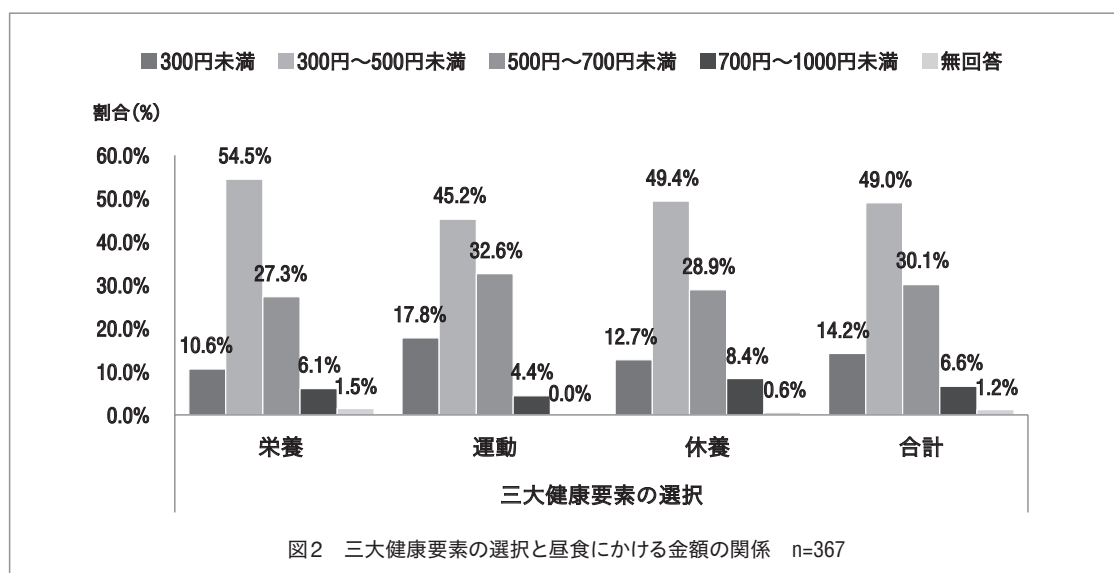


図2は三大健康要素の選択と昼食にける金額の関係を分析したものである。全体では「昼食にける金額300円未満」の学生は14.2% (52人) であるのに対して、「栄養」を選択した学生中では10.6% (7人) であった。「栄養」を考えているから昼食にける金額300円未満の割合は他の要素の選択者より低かったことが明らかとなった。このことから、「栄養」を選択した学生は、おそらく「バランスの取れた栄養・食生活」を心がけているとみることができる。

2. 「手帳の目的」と「スポーツとジェンダーの考え方」に対する理解

「手帳の目的」と「スポーツとジェンダーの考え方」に関連した質問8問のうち、質問2, 3, 8の3問は内容を正しく理解しているかどうかを問う質問であった。

表2に示したように、「『真面目なことから人々を選び去る』を語源とするのは」の問いに対して正答である「スポーツ」と答えたのは67.2% (246人) であった。「社会的・文化的性差を何といいますか」の問いに対して正答である「ジェンダー」と答えたのは88.3% (323人) であった。「東京女子体育大学の前身は、女子のために日本で何番目に設立された体操学校ですか」の問いに対して正答である「1番目」と答えたのは76.0% (272人) であった。

表2 「手帳の目的」と「スポーツとジェンダーの考え方」の正しい理解

「真面目なことから人々を選び去る」を語源とするのは

		回答数	回答率
1	体育	71	19.4%
2	正答 スポーツ	246	67.2%
3	教育	49	13.4%
	合計	366	100.0%

社会的・文化的性差を何といいますか

		回答数	回答率
1	セックス	43	11.7%
2	正答 ジェンダー	323	88.3%
	合計	366	100.0%

東京女子体育大学の前身は、女子のために日本で何番目に設立された体操学校ですか

		回答数	回答率
1	正答 1番目	272	76.0%
2	2番目	73	20.4%
3	3番目	10	2.8%
4	4番目	2	0.6%
5	5番目	1	0.3%
	合計	358	100.0%

表3は3問の回答の状況をクロスさせて分析したものである。3問全て正しく答えたのは44.4% (163人)で、2問正解については、ジェンダーと設立順のみ正解が64.3% (236人)、スポーツ語源と設立順のみ正解が50.7% (186人)、スポーツ語源とジェンダーのみ正解が15.5% (57人)であった。1問のみ正解では、ジェンダー29人、設立順13人、スポーツ3人の計45人 (12.3%)で、3問不正解は1.4% (5人)であった。

スポーツの語源をおよそ7割の学生が、本学が最も歴史がある女子体育学校であることをおよそ8割の学生が、ジェンダーの言葉の意味をおよそ9割の学生が理解していた。全学生に全てを理解させることを目標にして指導しているが、定期試験は60点以上で合格であることから、学生全員が全問正解ということは望めず、この数字は合格点であると見做されるという見方もできるが、正しく理解していない学生があることに改めて驚かされる。

指導の成果があったと見ることができる一方で、普段の授業同様に、指導してもそれが身につかない学生がある。

3. スポーツとジェンダーに関する意識

「手帳」で、戦前の国家主義の時代には女子は逞

しい兵士を産むために体育をすることが必要とされ、女子の体育は優雅で出産の弊害とならないものでなければならなかったこと、特に中等学校では、唱歌遊戯及行進遊戯 (現在はダンスという) が女子のみに課され、他の教材のようにそれらに相当する男子の教材がない事から容儀と結びつきながら女子の教材として定着したこと、女学校には男女の体育教師が配置されており、女子教師はダンスを教える立場に立たされることが多くなったことを記述した。しかし、今日では、文科省学習指導要領上においては、制度上の男女差はないが、女子生徒はダンス、男子生徒は武道を選択するなどの男女差が残っていること、スポーツをするのは健康な子供を産むためではなく、自身が豊かで楽しい人生を送るためであることを記述した。その上で、スポーツとジェンダーに関する4つの質問をした。

表4と図3はスポーツとジェンダーに関する意識を示したものである。最初の3問は「ややそう思う」、「大変そう思う」の回答はジェンダーにとらわれている意識と考えることができ、最後の質問は全くそう思わない、ややそう思わないがジェンダーにとらわれている意識と考えることができる。

「女性には優美でおとなしくしているべきである」は342人 (93.2%)、「女性が運動するのはたたくましい子ども

表3 「手帳の目的」と「スポーツとジェンダーの考え方」の正しい理解 回答状況

			東京女子体育大学の前身は、女子のために日本で何番目に設立された体操学校ですか						合計
			1番目	2番目	3番目	4番目	5番目	無回答	
「真面目なことから人々を選び去る」を語源とするのは	体育合計		54	15				2	71
	社会的・文化的性差	1 セックス	7	1					8
		2 ジェンダー	46	14				2	62
	無回答		1						1
	スポーツ合計		186	49	4		1	6	246
	社会的・文化的性差	1 セックス	23	1				2	26
		2 ジェンダー	163	48	4		1	4	220
	教育合計		32	9	6	2			49
	社会的・文化的性差	1 セックス	5	3	1				9
		2 ジェンダー	27	6	5	2			40
無回答							1	1	
1年合計		272	73	10	2	1	9	367	

注) 太字の163人は3問正解者、背景灰色は全問不正解者

もを産むためである」は309人(84.2%)、「ダンスは女性にふさわしい身体運動である」は273人(74.4%)、「武道は女性にふさわしい身体運動である」は268人(73.8%)がジェンダーにとらわれない回答をしていた。

なかには従来からの女性観によるジェンダーにとらわれた意識を持つ学生があるが、大多数の学生はジェンダーにとらわれない意識を持っていることが明らかとなった。「手帳」指導の成果が現れていると思われる。

表4 スポーツとジェンダーに関する意識

		回答数	回答率
1	全くそう思わない	116	31.6%
2	やや そう思わない	127	34.6%
3	どちらでもない	99	27.0%
4	ややそう思う	23	6.3%
5	大変そう思う	2	0.5%
	合計	367	100.0%

		回答数	回答率
1	全くそう思わない	31	8.4%
2	やや そう思わない	46	12.5%
3	どちらでもない	196	53.4%
4	ややそう思う	68	18.5%
5	大変そう思う	26	7.1%
	合計	367	100.0%

		回答数	回答率
1	全くそう思わない	89	24.3%
2	やや そう思わない	90	24.5%
3	どちらでもない	130	35.4%
4	ややそう思う	55	15.0%
5	大変そう思う	3	0.8%
	合計	367	100.0%

		回答数	回答率
1	全くそう思わない	24	6.6%
2	やや そう思わない	71	19.6%
3	どちらでもない	222	61.2%
4	ややそう思う	40	11.0%
5	大変そう思う	6	1.7%
	合計	363	100.0%

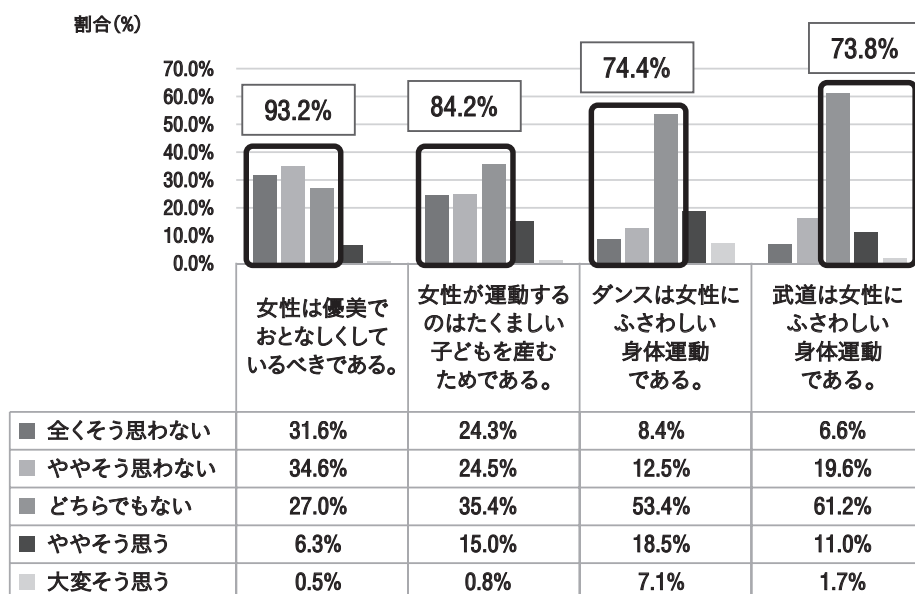


図3 スポーツとジェンダーに関する意識 n=367

IV. まとめ

本研究では、本学体育学部1年生367名に対して平成29年9月29日に『ウィメンアスリートのためのスポーツ指導・健康手帳』の内容に沿った形で実施した「スポーツと健康に関する意識および実態調査—体育学科—」結果のうち、「手帳の目的」と「スポーツとジェンダーの考え方」に関して行った8問の調査結果を考察してきた。その結果以下のことが明らかとなった。

『「栄養、運動、休養」であなたが最も重要視しているものは何ですか』の質問に対しては、「休養」の選択者が45.2% (166人)、次いで「運動」が36.8% (135人)、「栄養」18.0% (66人)であった。「栄養」を選択した学生は昼食金額300円未満の割合は他の要素の選択者より低かった。

「手帳の目的」と「スポーツとジェンダーの考え方」に対する正しい理解をみる質問に対してはスポーツの語源を67.2%が、本学が最も歴史がある女子体育学校であることを76.0%が、ジェンダーの言葉の意味を88.3%が理解していた。3問全部正解は44.4%、3問全部不正解は1.4%であった。指導の成果があったと見ることができる一方で、普段の授業同様に、指導してもそれが身につかない学生があった。

スポーツとジェンダーに関する意識の質問では、「女性は優美でおとなしくしているべきである」は93.2%、「女性が運動するのはたくましい子どもを産むためである」は84.2%、「ダンスは女性にふさわしい身体運動である」は74.4%、「武道は女性にふさわしい身体運動である」は73.8%がジェンダーにとらわれない回答をしており、大多数の学生はジェンダーにとらわれない意識を持っていることが明らかとなった。

今回の調査結果から「手帳」指導の成果が現れているとみることができる。今後も学生が健康で豊かな人生を送るための指導と、学内の様々な環境整備が望まれる。

文献

掛水通子ほか6名(2017)『TWCPEウィメンアスリー

ツのためのスポーツ指導・健康手帳 スポーツダイアリー付き』作成報告. 東京女子体育大学女子体育研究所所報, 11:3-30.

戸田芳雄・鶴澤文子(2016) 本学新入生の高校時代における科目保健授業に関する調査研究. 東京女子体育大学女子体育研究所所報, 10:37-43.

東京女子体育大学女子体育研究所編(2017) TWCPEウィメンアスリートのためのスポーツ指導・健康手帳. 東京女子体育大学女子体育研究所;東京.