

2020年6月8日

公園・遊び場の利用に関する研究
—大学生の新体力テスト及び健康と生活活動調査をもとに—（第2報）

共同研究者

高島 二郎（玉川大学）

近藤 洋子（玉川大学）

仁藤喜久子（仙台白百合女子大学）

木村 美佳（四條畷学園短期大学）

福田 誠（たまプラーザもみじ保育園）

荻須 隆雄（元玉川大学）

目次

- I. はじめに
- II. 目的
- III. 方法
- IV. 結果
 - 1. 属性
 - 2. 公園等の利用頻度
 - 3. 体力テスト結果
 - 4. 体力テスト結果と公園等利用の関係性
 - (1) 体力テスト評価と公園の利用頻度（幼児期から高校生）
 - (2) 体力テスト得点と公園の利用頻度（幼児期から高校生）
 - 5. 大学生の健康と生活活動
 - (1) 運動への意識
 - (2) 生活習慣
 - (3) 対人関係
 - (4) 健康状態
 - 1) 日頃の体調
 - 2) 現在の体調
 - 6. 体力テスト結果と遊具利用の関係性
 - (1) 体力テスト得点と遊び
 - (2) 体力テスト評価と遊具利用
 - 1) 幼児期
 - 2) 小学校低学年
 - 3) 小学校高学年
 - 7. 体力テスト得点と遊具利用の関係性
 - (1) 体力テスト得点と遊具利用の有無
- V. 考察
- VI. まとめ

付記

引用文献

参考文献

巻末

I. はじめに

本研究は、「公園の利用が子どもの発達に及ぼす影響について」をテーマとして、公園や遊び場（以下、公園等と表記）^(注1)の屋外施設の利用経験度、公園に関する要望等を調査報告することを目的とした。

第1報¹⁾では、幼児期は公園等を利用している。公園等に設置している遊具では、ブランコの利用頻度が多い。小学生は遊具を利用した遊びから鬼ごっこやドッジボールなどの集団での遊びに変化している。中学生以上になると公園等の利用頻度が減少し、利用目的は友人との会話になる。大学生になると公園等を利用する者は1割程度になる。年齢別の利用状況から、就学前の幼児の利用頻度が高いことから、幼児やその保護者のニーズに対応できるような遊具の設置や安全に配慮した環境整備のさらなる充実が望まれる。また、公園の管理状況について、トイレが汚い、禁止事項（例：ボールを使う遊びの禁止）が多いと感じている大学生が多かった。遊具、ベンチ、柵などが壊れている・汚れているなどの回答も多いことから、子どもたちが安心かつ安全に遊ぶことができる環境整備のための点検・管理体制も求められていると報告した。

II. 目的

第2報では、幼児期から大学生期までの公園等の利用頻度と大学生の新体力テスト（以下、体力テストと表記）及び健康と生活活動調査について考察、報告する。

III. 方法

公園等の利用状況の実態調査¹⁾については、2020年1月、東京都・神奈川県・宮城県3都県の保育士及び教員養成大学及び短期大学に通う大学生485名を対象に質問紙調査（付記）を実施した内容を一部参考にする（以下4項目の結果、①幼児期から現在までの公園・遊び場の利用頻度と利用内容、②-1授業以外で（汗をかくような）運動やスポーツを行っているか。②-2現在の健康状態）。

体力テスト及び健康と生活活動に関する調査については、2019年4月、東京都T大学に通う149名を対象に行った。主要項目は、属性（所属学部・年齢・性別）、新体力テスト²⁾（①握力、②上体起こし、③長座体前屈、④反復横跳び、⑤持久走、⑥50m走、⑦立幅跳び、⑧ハンドボール投げ）、健康と生活活動調査（①授業以外で（汗をかくような）運動・スポーツを行っていますか。②朝食を毎日食べていますか。③あなたは仲間から信頼されていると思いますか。④親しい友達が多いですか。⑤ふだんつぎのようなことがよくありますか。⑥あなたは同学年の友達に比べて自分は元気（健康）だと思いますか。）である。①③④⑤は5件法、②は3件法、⑥4件法で回答させた。

調査用紙は、対象の学生に対して体力テスト開始時に調査の趣旨を説明した上で配布し、調査に同意を得られたもののみ回収をした。回収145名（回収率97.3%）であった。

統計処理は SPSSStatistics24.0 を使用し、単純集計を行った。2 群間の検定には χ^2 検定を用いたクロス集計または t 検定を、多群間の検定には χ^2 検定または一元配置分散分析を行い、有意水準は 5 % 未満とした。

倫理的配慮：調査にあたっては、事前に書面及び口頭で研究趣旨、内容や方法及び、結果集計にあたっては個人が特定できないように配慮することを伝えた上で、同意を得られたものを対象とした。また、玉川大学研究倫理委員会において許可を得て実施した。

IV. 結果

1. 属性

所属は東京都の A 大学 145 名。年齢は 20.6 ± 0.9 歳。性別は男性 63 名 (43.4%) 女性 81 名 (55.9%)、不明 1 名 (0.7%) であった。

2. 公園等の利用頻度

幼児期から小学校までは公園等の利用頻度、中学から大学生について図 1 に示す。利用頻度については、「近隣に屋外の遊び場（公園等）はありましたか？」の質問項目に対して「遊び場あり」表 1 の回答者を対象とした。

表 1 近隣の遊び場の有無

	幼児期	小学校低学年	小学校高学年	中学校	高校	大学
遊び場あり	141	142	141	130	106	94
遊び場なし	3	3	4	15	34	32
わからない（欠損値含む）	0	0	0	0	5	19
合計	145	145	145	145	145	145

幼児期は、「ほとんど毎日」54 名 (38.3%) が多く、次いで「週に 3~4 回」48 名 (34.0%)、「週に 1~2 回」29 名 (20.6%)、「月に 1~2 回」6 名 (4.3%)、「ほとんどない」4 名 (2.8%) であった。

小学校低学年は、「ほとんど毎日」60 名 (42.3%) が多く、次いで「週に 3~4 回」38 名 (26.8%)、「週に 1~2 回」31 名 (21.8%)、「月に 1~2 回」5 名 (3.5%)、「ほとんどない」3 名 (2.1%)、不明 5 名 (3.5%) であった。

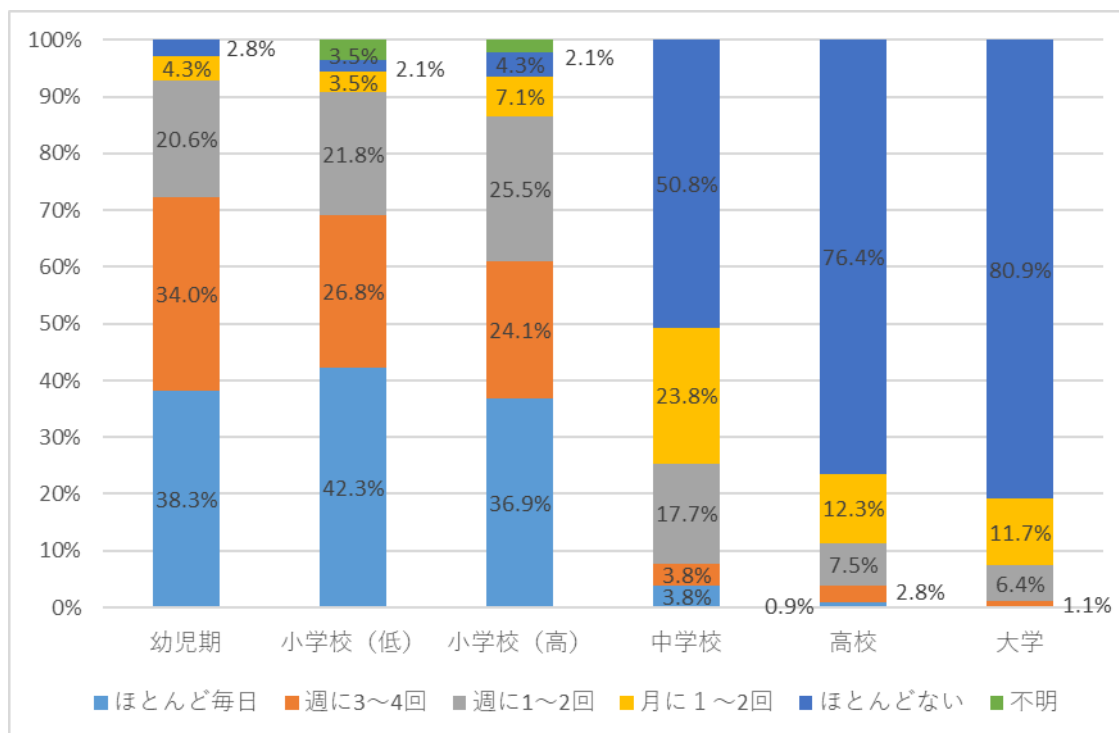
小学校高学年は、「ほとんど毎日」52 名 (36.9%) が多く、次いで「週に 3~4 回」34 名 (24.1%)、「週に 1~2 回」36 名 (25.5%)、「月に 1~2 回」10 名 (7.1%)、「ほとんどない」6 名 (4.3%)、不明 3 名 (2.1%) であった。

中学生になると、「ほとんどない」66 名 (50.8%) が多く、次いで「月に 1~2 回」31 名 (23.8%)、「週に 1~2 回」23 名 (17.7%)、「週に 3~4 回」5 名 (3.8%)、「ほとんど毎日」5 名 (3.8%) であった。

高校生は、「ほとんどない」81 名 (76.4%) が多く、次いで「月に 1~2 回」13 名 (12.3%)、「週に 1~2 回」8 名 (7.5%)、「週に 3~4 回」3 名 (2.8%)、「ほとんど毎日」1 名 (0.9%) であった。

大学生は、「ほとんどない」76名(80.9%)が多く、次いで「月に1~2回」11名(11.7%)、「週に1~2回」6名(6.4%)、「週に3~4回」1名(1.1%)、「ほとんど毎日」は0名であった。

図1 公園等の利用頻度



3. 体力テスト結果

新体力テスト(①握力、②上体起こし、③長座体前屈、④反復横跳び、⑤持久走、⑥50m走、⑦立幅跳び、⑧ハンドボール投げ)の結果をA~E評価で示す。総合評価は8種目全て測定することにより評価される。体力テストの総合評価を表2に示す。結果、B評価が多く55名(37.9%)、次いでA評価48名(33.1%)、C評価31名(21.4%)、D評価10名(6.9%)、E評価1名(0.7%)であった。また、8種目の総合得点は、平均値59.0、標準偏差9.4、最小29、最大76であった。

表2 体力テスト結果(評価)

評価	n	%
A	48	33.1
B	55	37.9
C	31	21.4
D	10	6.9
E	1	0.7

4. 体力テスト結果と公園等利用の関係性

幼児期から高校生までの公園の利用頻度別に体力テスト評価得点（8種目総合得点）平均値の比較を行った（表3）。平均値の差の検定を行った結果、幼児期から高校生までの利用頻度と体力テストの評価には統計学的有意差はみられなかった。

さらに、利用頻度を週1回以上（利用頻度が多い群）と月2回以下（利用頻度が少ない群）に分け、平均値の比較を行った。その結果、どの年代においても、利用頻度が高い方（週1回以上）に、体力テスト得点が高い傾向がみられ、小学校低学年において有意差（ $p < 0.05$ ）が認められた（表4）（図2）。

表3 体力テスト（8種総合得点）と幼少期の公園利用

	幼児期			小学校低学年			小学校高学年			中学			高校		
	平均値	度数	標準偏差	平均値	度数	標準偏差	平均値	度数	標準偏差	平均値	度数	標準偏差	平均値	度数	標準偏差
ほとんど毎日	57.5	54	10.6	59.8	60	9.3	59.3	52	8.9	59.0	5	8.5	69.0	1	0.0
週に3~4回	62.3	48	7.0	59.8	38	10.1	60.0	34	10.6	60.6	5	7.4	63.7	3	7.5
週に1~2回	57.9	29	10.0	58.4	31	9.2	59.4	36	8.8	59.9	23	8.9	56.5	8	4.6
月に1~2回	60.2	6	6.5	52.4	5	7.9	57.1	10	9.3	58.5	31	9.6	58.5	13	10.3
ほとんどない	52.9	8	10.3	52.5	6	11.6	53.7	10	11.8	58.9	81	9.9	58.9	115	9.7
合計	59.0	145	9.5	58.9	140	9.6	59.0	142	9.5	59.0	145	9.5	58.9	140	9.5

表4 体力テスト（8種目総合得点）と幼少期の公園利用（週1回以上と月2回以下）

	幼児期			小学校低学年			小学校高学年			中学			高校		
	平均値	度数	標準偏差	平均値	度数	標準偏差	平均値	度数	標準偏差	平均値	度数	標準偏差	平均値	度数	標準偏差
週1回以上	59.3	131	9.5	59.5	129	9.4	59.5	122	9.3	59.9	33	8.4	59.3	12	6.6
月2回以下	56.0	14	9.4	52.5	11	9.6	55.4	20	10.5	58.8	112	9.8	58.9	128	9.7
合計	59.0	145	9.5	58.9	140	9.6	59.0	142	9.5	59.0	145	9.5	58.9	140	9.5

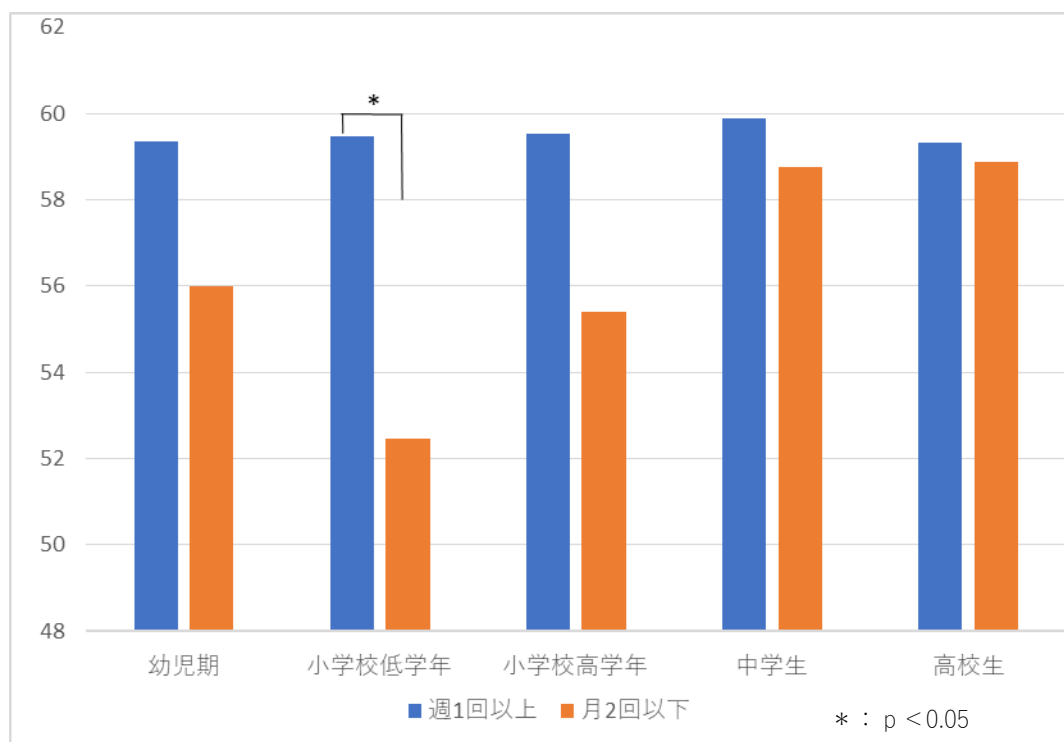


図2 公園等利用頻度別体力テスト得点

5. 大学生の健康と生活活動

(1) 運動への意識

「①授業以外で（汗をかくような）運動・スポーツを行っていますか」（表5）では、行っている96名（66.2%）、行っていない48名（33.1%）であった。

表5 日頃の運動習慣

Q 運動やスポーツを行っていますか？	n	%
行っている	96	66.2
行っていない	48	33.1
欠損値	1	0.7

次に、体力テスト結果と日頃の運動習慣の結果を図3に示す。

日頃授業以外で（汗をかくような）運動・スポーツを行っている場合は、A評価41.7%（40名）、B評価42.7%（41名）、C評価13.5%（13名）、D評価2.1%（2名）、E評価は0名であった。これに対して、日頃運動を行っていない場合は、A～E評価の順に16.7%（8名）、29.2%（14名）、35.4%（17名）、8%（16.7%）、1名（2.1%）であった。

日頃、運動・スポーツを行っている（運動習慣がある）と、体力テスト評価が高いものの割合が高い傾向がみられ、有意差が認められた（ $p < .000$ ）。

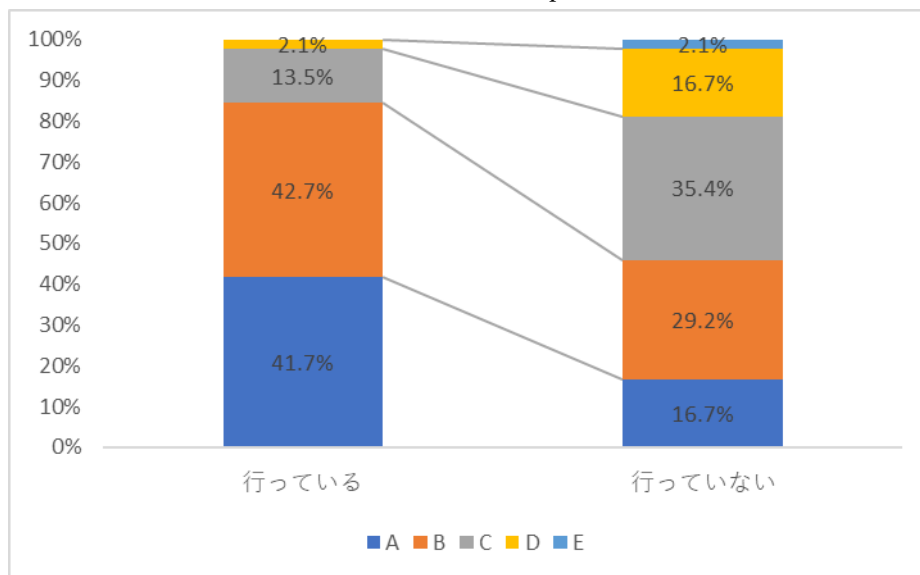


図3 体力テスト結果と日頃の運動習慣

また、図4は、小学校低学年時の公園利用状況と現在の運動習慣について示している。小学校低学年時に公園利用頻度が多い（週1回以上の利用）場合と少ない（月2回以

下) 場合の2群に分けて比較した結果、公園利用頻度が多い群において、現在の運動実施率が高く、有意差が認められた ($p < 0.05$)。

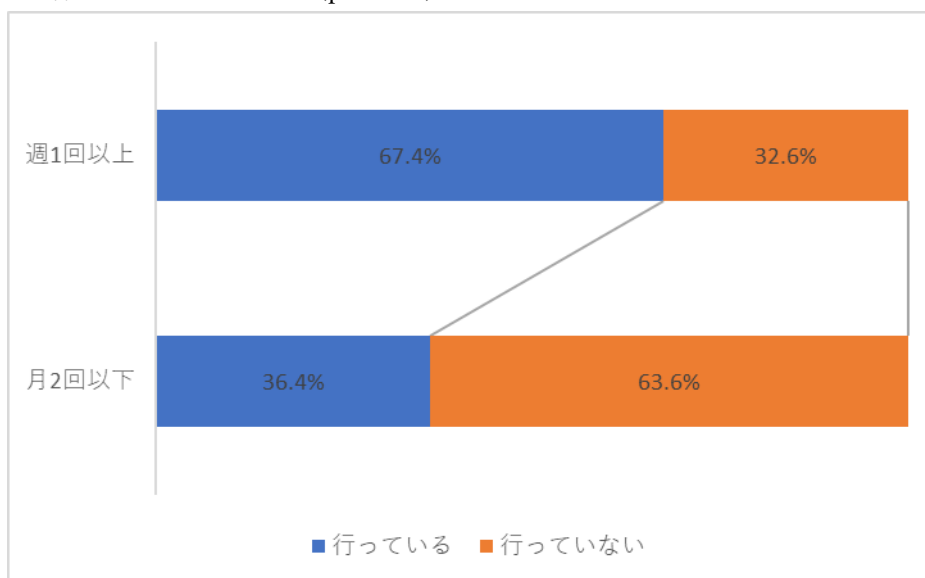


図4 小学校低学年の公園等利用と現在の運動習慣

(2) 生活習慣

朝食について、「②朝食を毎日食べていますか」(表5)では、(ほぼ)毎日食べる111名(76.6%)、ときどき食べる16名(11.0%)、全く(ほとんど)食べない2名(1.4%)、欠損値16名(11.0%)であった。体力テストと朝食の摂取状況との間には有意な差はみられなかった。

表5 朝食摂取

Q 朝食を毎日食べていますか?	n	%
毎日食べる	111	76.6
ときどき食べる	16	11.0
全く食べない	2	1.4
欠損値	16	11.0

また、図5は、小学校低学年時の公園等利用頻度と現在の朝食摂取について示している。小学校低学年時に利用頻度が多い(週1回以上の利用)方が、現在、朝食を毎日摂取する割合が高く、有意差が認められた ($p < 0.05$)。

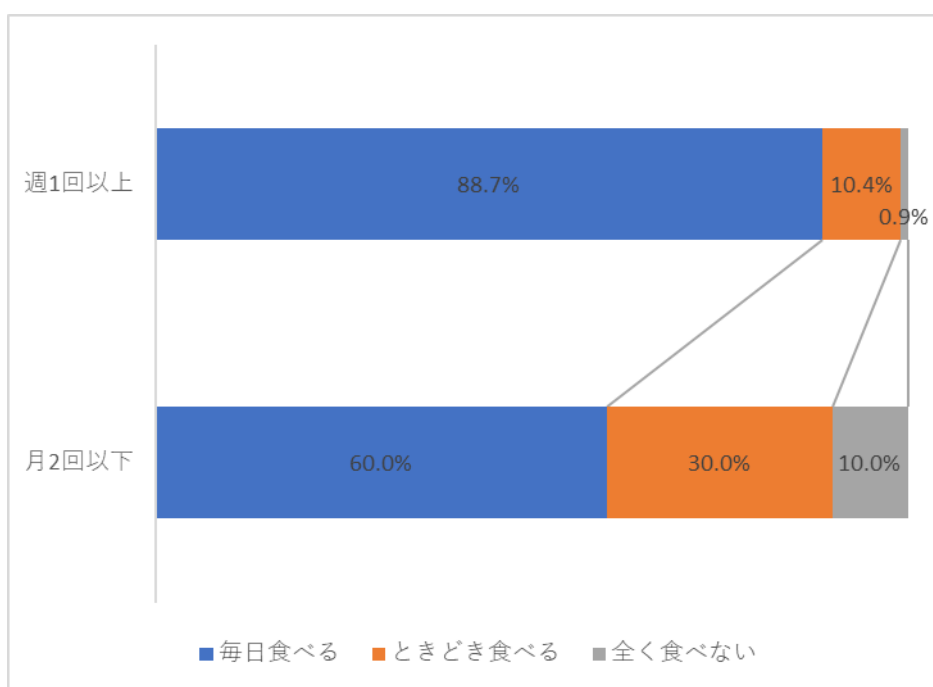


図5 小学校低学年の公園利用と朝食摂取習慣

(3) 対人関係

「③あなたは仲間から信頼されていると思いますか」(表6)では、とても思う7名(4.8%)、わりと思う46名(31.7%)、ふつう86名(59.3%)、あまり思わない5名(3.4%)、思わない1名(0.7%)であった。

表6 仲間からの信頼

Q 仲間から信頼されていると思いますか？	n	%
とても思う	7	4.8
わりと思う	46	31.7
ふつう	86	59.3
あまり思わない	5	3.4
思わない	1	0.7

また、「④親しい友達が多いですか」(表7)では、たくさんいる29名(20.0%)、わりといる58名(40.7%)、ふつう53名(36.6%)、あまりいない4名(2.8%)、であった。いずれも、体力テスト結果と対人関係には有意差はみられなかった。

表7 親しい友達

Q 親しい友達は多いですか？	n	%
たくさんいる	29	20.0
わりといる	59	40.7
ふつう	53	36.6
あまりいない	4	2.8

(4) 健康状態

1) 日頃の体調

「⑤ふだんつぎのようなことがよくありますか」の結果を表8に示す。体力テスト結果と普段の体調（不定愁訴）（15項目）との関係には有意差はみられなかった。

表8 普段の体調（不定愁訴）

Q 普段次のようなことがよくありますか？	毎日ある		ときどき		ほとんどない		全くない		欠損値	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1. 眠い	73	49.0	68	45.6	4	2.7	0	0.0		
2. 横になって休みたい	49	32.9	73	49.0	21	14.1	2	1.3		
3. 目が疲れる	25	16.8	87	58.4	30	20.1	3	2.0		
4. 体がだるい	15	10.1	84	56.4	40	26.8	4	2.7	2	1.4
5. 朝起きられない	31	20.8	65	43.6	37	24.8	12	8.1		
6. イライラする	4	2.7	63	42.3	65	43.6	13	8.7		
7. 頭が重い	5	3.4	58	38.9	71	47.7	11	7.4		
8. 肩がこる	21	14.1	54	36.2	51	34.2	19	12.8		
9. 大声を出したい	19	12.8	41	27.5	62	41.6	23	15.4		
10. やる気が出ない	12	8.1	74	49.7	46	30.9	13	8.7		
11. 立ちくらみ	10	6.7	51	34.2	59	39.6	25	16.8		
12. 人と話したくない	2	1.3	19	12.8	61	40.9	63	42.3		
13. 頭痛	5	3.4	51	34.2	62	41.6	26	17.4	1	0.7
14. 腹痛	6	4.0	62	41.6	56	37.6	21	14.1		
15. 便通	42	29.0	52	35.9	33	22.8	11	7.6	7	4.8

表9は小学校低学年～高校生の各時期の公園等利用頻度を週1回以上と月2回以下の2群に分け、現在（大学生）の生活習慣、健康状態、不定愁訴についての関連を検討するためクロス集計を行い、 χ^2 検定を行った結果を示している。

小学校低学年時に公園利用頻度が高い方が、不定愁訴項目の「眠い」「イライラする」で有意差（ $p < 0.01$ ）が認められ、また、「頭が重い」においても同様の傾向が認められた（ $p < 0.05$ ）。図6に「イライラする」図7に「頭が重い」の結果を示した。

表9 公園利用頻度と生活習慣、健康状態の比較

項目	幼児期	低学年	高学年	中学生	高校生
運動習慣		*			
朝食摂取		*			
仲間から信頼					
親しい友達が					
思いやり					
学校に行きたくない					
家庭が楽しい					
眠い		**			
横になって休みたい					
目が疲れる					
体がだるい					
朝起きられない					
イライラする		**			
頭が重い		*	*		
肩がこる					
大声を出したい					
やる気が出ない					
立ちくらみ					
人と話したくない					
頭痛					
腹痛					
便通					
自分は元気					

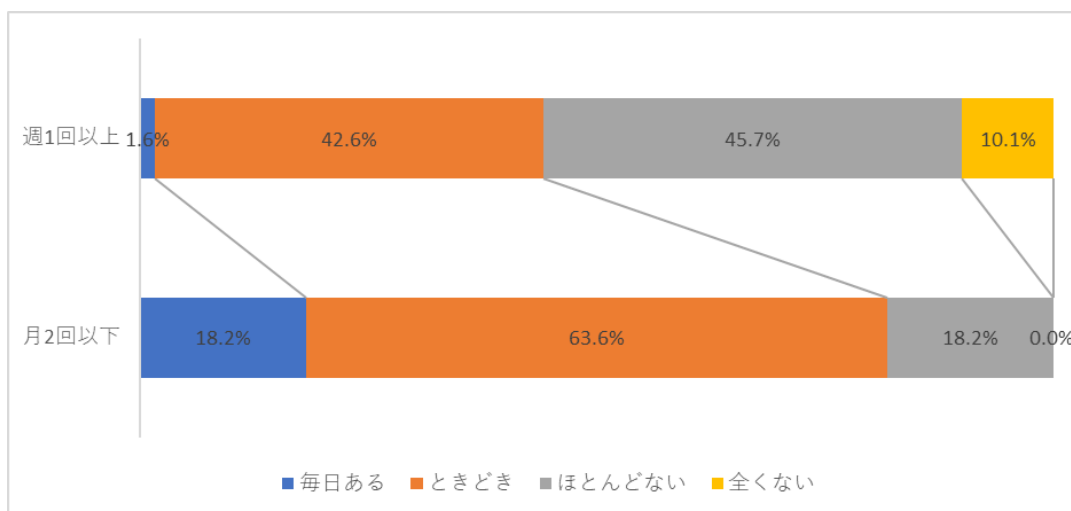


図6 小学校低学年の公園利用と不定愁訴（イライラする）

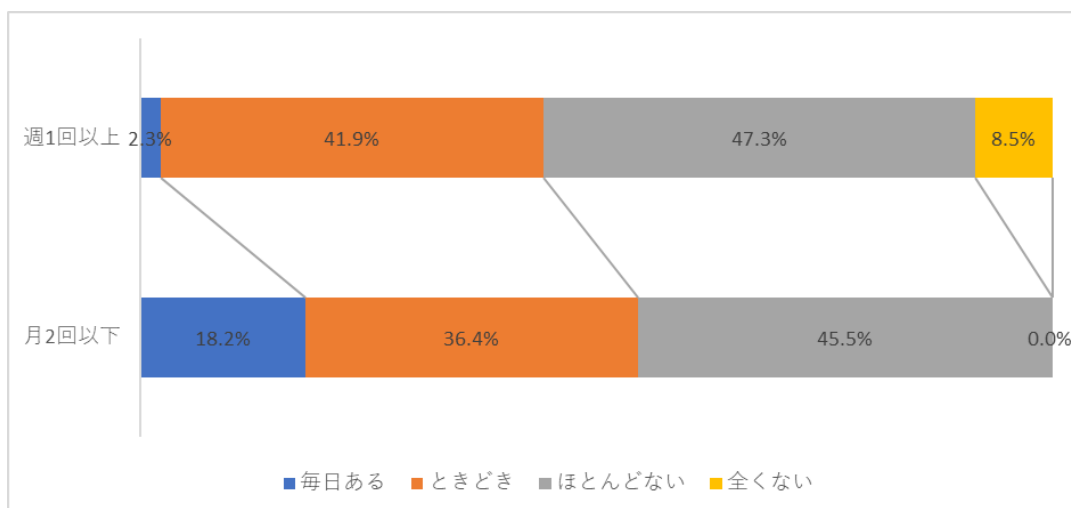


図7 小学校低学年の公園利用と不定愁訴（頭が重い）

2) 現在の健康

「⑥あなたは同学年の友人と比べて自分は元気（健康）だと思いますか」（表10）では、とても元気34名（22.8%）、どちらかという元気100名（67.1%）、どちらかという元気でない9名（6.0%）、元気でない4名（2.7%）、元気でない0名（0.0%）、欠損値6名（2.4.0%）であった。

表10 健康状態（仲間との比較）

Q 同学年の学生と比べて元気ですか？	n	%
とても元気	34	22.8
どちらかという元気	100	67.1
どちらかという元気でない	9	6.0
元気でない	0	0.0

次に、体力テスト結果と健康状態の結果を図9に示す。体力テスト結果と健康状態には有意差が認められた ($p < 0.03$)。

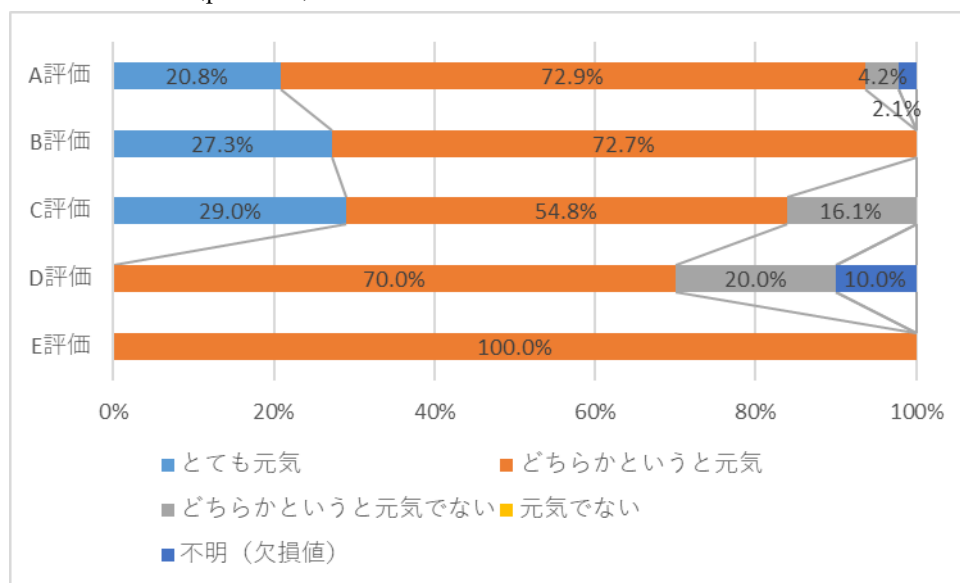


図9 体力測定結果と健康状態の関係

6. 体力テスト結果と遊具利用の関係性

(1) 体力テスト得点と遊び

第1報で報告した「公園等でよく遊んだ遊具または遊び」を参考に、遊具の利用状況や遊びと体力テスト結果の関係(表11)を検討した。

その結果、幼児期に「回転ジャングルジム」と「スプリング遊具」、小学生低学年では「鬼ごっこ」「ブランコ」、小学生高学年では「ジャングルジム」「はん登棒」でよく遊んでいたものにおいて、体力テスト得点が有意に高く、大学生期の体力測定結果が良好であることがわかった。

表 11 幼児期から学童期の公園等での遊び

幼児期			小学校低学年			小学校高学年		
順位	遊び	有意確立 (両側)	順位	遊び	有意確立 (両側)	順位	遊び	有意確立 (両側)
1位	ブランコ		1位	鬼ごっこ	*	1位	鬼ごっこ	
2位	滑り台		2位	ブランコ	**	2位	ドッジボール	
3位	砂場		3位	ドッジボール		3位	ブランコ	
4位	鬼ごっこ		4位	鉄棒		4位	サッカー	
5位	ジャングルジム		5位	ジャングルジム		5位	かくれんぼ	
6位	かくれんぼ		6位	滑り台		6位	縄跳び	
7位	鉄棒		7位	かくれんぼ		7位	鉄棒	
8位	複合遊具		8位	雲梯		8位	ジャングルジム	*
9位	シーソー		9位	サッカー		9位	自転車	
10位	サッカー		10位	縄跳び		10位	野球・ソフトボール	
11位	雲梯		11位	砂場		11位	滑り台	
12位	自転車		12位	自転車		12位	雲梯	
13位	回転ジャングルジム	*	13位	複合遊具		13位	複合遊具	
14位	ドッジボール		14位	シーソー		14位	砂場	
15位	縄跳び		15位	野球・ソフトボール		15位	回転ジャングルジム	
16位	スプリング遊具	**	16位	回転ジャングルジム		16位	シーソー	
17位	ロープウェイ		17位	ロープウェイ		17位	ロープウェイ	
18位	野球・ソフトボール		18位	スプリング遊具		17位	ネット遊具	
19位	ネット遊具		19位	ネット遊具		19位	はん登棒	*
20位	太鼓はしご		20位	はん登棒		19位	スプリング遊具	
21位	ロッキング遊具		21位	太鼓はしご		21位	太鼓はしご	
22位	はん登棒		22位	ロッキング遊具		22位	ロッキング遊具	

(2) 体力テスト評価と遊具利用

体力テスト結果と幼児期から学童期にかけて、利用頻度が高い遊具（ブランコ・滑り台・鉄棒）と比較した。

1) 幼児期

体力テスト結果と幼児期の遊具利用結果について表 12 に示す。「ブランコ」「滑り台」「鉄棒」をよく利用した大学生の約 3 割が A 評価であった。

表 12 幼児期の遊具遊びと体力テストとの関係

幼児期 評価	ブランコ		滑り台		鉄棒	
	n	%	n	%	n	%
A	32	34.4%	15	27.3%	6	27.3%
B	39	41.9%	21	38.2%	10	45.5%
C	14	15.1%	13	23.6%	5	22.7%
D	8	8.6%	5	23.6%	1	4.5%
E	0	0.0%	1	1.8%	0	0.0%
合計	93		55		22	

2) 小学校低学年

体力テスト結果と小学校低学年の遊具利用について表 13 に示す。「ブランコ」、「滑り台」をよく利用した大学生の約 7 割が A 評価または B 評価であり、「鉄棒」については約 8 割が A 評価または B 評価の高評価であった。

表 13 小学校低学年の遊具遊びと体力テストとの関係

小学生低学年	ブランコ		滑り台		鉄棒	
	n	%	n	%	n	%
A	10	23.9%	4	19.0%	10	29.4%
B	18	41.8%	10	47.6%	18	52.9%
C	3	20.9%	4	19.0%	3	8.8%
D	2	13.4%	3	14.3%	2	5.9%
E	1	0.0%	0	0.0%	1	2.9%
合計	67		21		34	

3) 小学校高学年

体力テスト結果と小学校高学年の遊具利用について表 14 に示す。「ブランコ」をよく利用した大学生の約 7 割が A 評価または B 評価であった。また、「滑り台」と「鉄棒」については約 8 割が A 評価または B 評価の高評価であった。

表 14 小学生高学年の遊具遊びと体力測定との関係

小学生高学年	ブランコ		滑り台		鉄棒	
	n	%	n	%	n	%
A	13	34.2%	3	42.9%	4	25.0%
B	14	36.8%	2	42.9%	9	56.3%
C	7	18.4%	1	14.3%	3	18.8%
D	4	10.5%	1	14.3%	0	0.0%
E	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
合計	38		7		16	

7. 体力テスト得点と遊具利用の関係性

(1) 体力テスト得点と遊具利用の有無

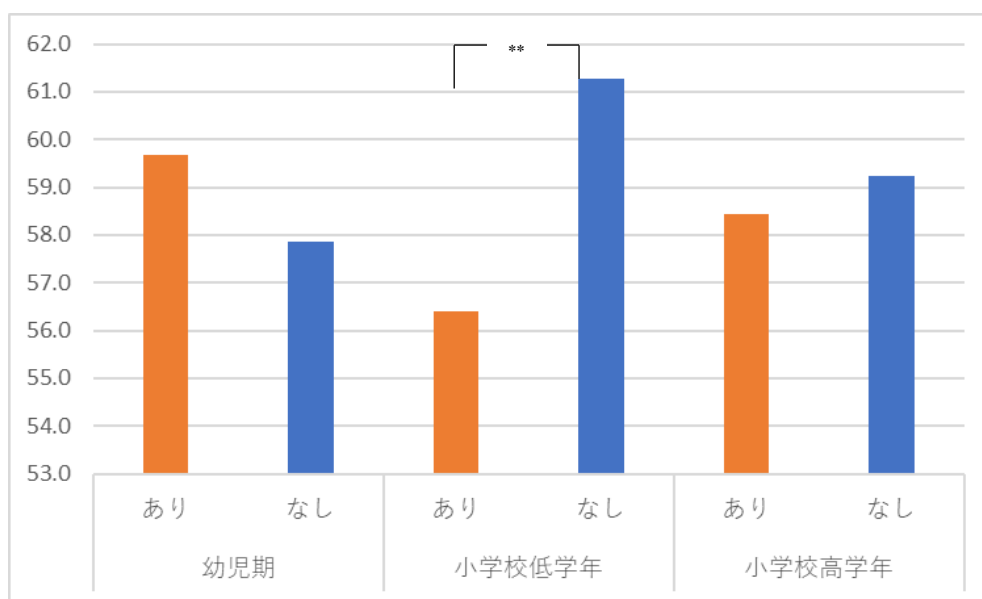
「ブランコ」「滑り台」「鉄棒」の利用の有無と体力テスト得点の平均値との関係について表 15 に示す。

ブランコを利用していた群と利用していない群を比較すると、小学校低学年と小学校高学年時にブランコを利用していた群の方が高得点であった。また、小学校低学年においては有意差が認められた ($p < 0.01$) (図 15)。次に、滑り台を利用していた群と利用してい

ない群では、利用していない群の方が高点であった。鉄棒では、幼児期と小学校低学年時に鉄棒を利用していた群の方が高点であった。

表 15 体力テスト得点の平均値と遊具利用の有無

		利用の有無	度数	平均値	標準偏差
ブランコ	幼児期	有	52	57.9	9.4
		無	93	59.7	9.5
	小学校低学年	有	78	61.3	8.6 **
		無	67	56.4	9.9
	小学校高学年	有	107	59.2	9.3
		無	38	58.4	10.2
滑り台	幼児期	有	123	59.0	9.7
		無	22	59.3	8.7
	小学校低学年	有	111	58.9	9.5
		無	34	59.5	9.7
	小学校高学年	有	129	58.7	9.7
		無	16	62.0	6.5
鉄棒	幼児期	有	90	60.2	8.7
		無	55	57.1	10.4
	小学校低学年	有	124	59.4	9.3
		無	21	56.7	10.6
	小学校高学年	有	138	59.0	9.3
		無	7	60.0	13.2



* : p < 0.01

図 15 体力テスト得点の平均値とブランコ利用の有無

V. 考察

1. 体力テスト結果と公園利用

幼児期から学童期では、公園等の利用頻度が多い方が、大学生の体力テスト得点が高い傾向がみられた。特に小学校低学年においては有意差が認められたことから、小学校低学年の公園利用は大学生になってからの体力に関連があると考えられる。

2. 公園利用と運動意識

小学校低学年時に公園等の利用頻度が多い方に、現在の運動習慣・スポーツ実施率に有意差が認められたことから、学童期の公園等の利用頻度は、大学生になってからの運動習慣に影響すると考えられる。

3. 公園利用と生活習慣

小学校低学年時に公園等の利用頻度が多い方に、朝食を毎日摂取する割合が高いに有意差が認められたことから、学童期に公園等の利用頻度は、規則正しい食生活習慣が身につくと考えられる。

4. 公園利用と不定愁訴

小学校低学年時に公園等の利用頻度が多い方に、不定愁訴の有意差が認められたことから、学童期に公園等の利用頻度は、大学生になり生活環境が変化しても、心身のバランスを崩すことなく、生活を送ることができるのではないかと考えられる。

5. 体力テスト結果と遊具利用

小学校低学年と小学校高学年時に、ブランコを利用していた群と利用していない群の2群に分け、体力テスト得点を比較したところ、ブランコを利用していた群の方が高値であった。また、小学校低学年においては有意差が認められたことから、学童期にブランコを利用して遊ぶことは、大学生になってからの体力テスト結果に影響すると考えられる。

以上、1から5の所見を総括すると、幼少期の公園利用の頻度が高いほど、大学生の体力、生活習慣、および健康状態が良好であるものの割合が高い傾向が認められ、特に、小学校低学年（1～3年生）において、公園等の屋外遊びの機会が多いことが、青年期以降に影響を及ぼしている可能性が示唆された。子どもたちの外遊びや身体活動の機会の減少が児童期だけでなく青年期以降の運動習慣だけではなく、意欲や社会性なども含めた心身の健康に影響を及ぼすことについては、多くの研究により関連性が指摘されている^{3) 4)}。本調査研究においては、幼児期から高校生までの公園利用が大学生の体力、生活習慣、健康状態との関連が認められたが、大学生の状況は、成人期以降に影響を与え、生涯の健康につながることを推測される。

文部科学省は、第2期スポーツ基本計画⁵⁾において、学校だけではなく、放課後や地域における子どものスポーツ機会を充実することにより、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育てることを目標としており、「幼児期運動指針」や「アクティブ・チャイルド・プログラム」などの実践を推奨している。公園利用は、子どもたちの身体活動の機会を保証し、健康の保持増進に寄与するとともに、生涯の健康につながる

ライフスタイルを形成するための、地域における実践活動の場として、大きな可能性を持つことになると考えられる。

VI. まとめ

第2報では、幼児期から大学生期までの公園等の利用頻度と大学生の体力テスト及び健康と生活活動調査を実施した。結果、幼児期から学童期にかけて、公園等の屋外施設の遊具を利用して遊ぶことで、大学生になってからの体力差、運動習慣、食生活習慣、心身のバランス等に影響をすることが示唆された。今後、幼児期から学童期にかけての公園等の屋外施設の整備が必要であり、特に「鉄棒」「滑り台」「ブランコ」で自由に遊べる環境設定が必要である。生涯健康な生活を送るためには、幼児期から学童期にかけての遊具遊びが必要と考えられるため、子どもたちが気軽に利用できる公園の整備と成長発達に見合った遊具の設置が望まれる。

今後について、引き続き公園等の遊具利用に関する研究調査を継続するとともに、児童を対象に調査を予定している

付記

(注1) 遊び場…マンション、公営住宅、UR（都市再生機構）、公社住宅、児童館・公民館等の広場等

引用文献

- 1) 荻須隆雄、近藤洋子、高島二郎、福田誠、木村美佳、仁藤喜久子、公園・遊び場の利用に関する研究－大学生のアンケート調査をもとに－第1報、日本公園施設業協会報告書、2020
- 2) 文部科学省,新体力テスト実施要項,https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/stamina/03040901.htm
- 3) 文部科学省 幼児期運動指針（平成24年3月28日）、https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319192.htm
- 4) 日本学術会議、我が国の子どもの成育環境の改善に向けて－成育時間の課題と提言－（平成25年3月22日）、<http://www.scj.go.jp/ja/info/kohyo/pdf/kohyo-22-t169-3.pdf>
- 5) 文部科学省スポーツ審議会、第2期スポーツ基本計画について（答申）（平成29年3月1日）、https://www.mext.go.jp/prev_sports/comp/b_menu/shingi/toushin/_icsFiles/afieldfile/2017/03/01/1382789_003_1.pdf

参考文献

荻須隆雄,子どもの発育・発達に及ぼす公園の利用に関する報告－2018年度－,日本公園施設業協会報告書,2019

巻末

【質問紙】

公園・遊び場の利用経験および公園の整備・維持管理に関する調査（2019年度）

研究代表者 荻須 隆雄（元玉川大学教授）
共同研究者 近藤 洋子（玉川大学教授） 高島 二郎（玉川大学教授）
福田 誠（たまプラーザもみじ保育園園長）
仁藤喜久子（仙台白百合女子大学講師）
木村 美佳（田園調布学園大学非常勤講師）

調査の目的

当共同研究は、「公園の利用が子どもの発達に及ぼす影響について」をテーマとして、研究を進めているところです。本調査は、将来、親として子育ての可能性が大きい大学生のご協力を得て、公園の利用経験度、公園に関する要望を伺いたく計画しました。ご協力頂ければ幸いです。

※参考…公園の中で最も代表的なものが都市公園です。都市公園は、都、区、市等により設置、管理されており、都市市民の余暇活動の場としてのほか、防災性・安全性の確保、良好な都市環境の形成、自然災害発生時の避難場所としての役割もあります。

★遊び場…マンション、都営・県営住宅、UR（都市再生機構）、公社住宅等の敷地内にある遊び場、公民館や児童館（児童センター・子ども文化センター）等の屋外の遊び場

★記入上のお願い

- アンケートへの回答は任意です。
- ご回答いただけても不利益を受けることは一切ありません。
- 答えたくない質問には答える必要はありません。未記入のままご提出下さい。
- 所要時間は5～10分程度です。質問文をゆっくりとよく読んでご回答下さい。

★ご回答内容の取扱い

- アンケートへの回答をもって研究協力を同意いただいたものとします。
- ご回答内容は集計値として学会や報告書および学術誌等で発表されますが、個人が識別される情報が公になることはありません。

★研究事務局（問い合わせ先） 玉川大学教育学部 高島研究室

(E-mail: takasima@edu.tamagawa.ac.jp)

★記入方法 ⇒ 各設問について、該当する答の番号を○で囲むか、具体的な数字や語句を記入してください。

【I】所属学部・大学院

1. 文学部 2. 農学部 3. 工学部 4. 経営学部 5. 教育学部 6. 芸術学部 7. リベラルアーツ学部 8. 観光学部 9. 人間学部 10. 子ども未来学部 11. その他（ ）

【II】年 齢

_____ 歳

【III】性 別

1. 男 2. 女

【IV】学籍番号 _____ (←玉川大学の方のご記入ください)

【A】 幼児期から現在までの公園・遊び場の利用頻度（A）、利用内容（B）について伺います。

①幼児期（小学校入学前まで）

A-1 近くに屋外の遊び場はありましたか？

1.あった 2.なかった 3.わからない

↓

1.あった に回答された方にご回答ください。

A-2 それはどこですか（複数回答可）？

1. 公園 2. 校庭 3. その他（ ）

A-3 利用頻度はどれくらいでしたか？

1.ほとんど毎日 2.週に3～4日 3.週に1～2回 4.月に1～2回 5.ほとんどない

B よく遊んだ遊具（または遊び）を3つまで選び、番号を○で囲んでください。

※印が付いている遊具については、末尾の図・画像を参照してください。

- 1.砂場 2.ブランコ※ 3.滑り台※ 4.鉄棒 5.ジャングルジム※ 6.回転ジャングルジム※
7.シーソー 8.はん登棒※ 9.太鼓はしご※ 10.雲梯〔うんてい〕※ 11.スプリング遊具※
12.ロッキング遊具※ 13.複合遊具※ 14.ロープウェイ※ 15.ネット遊具※
16.野球・ソフトボール 17.サッカー 18.鬼ごっこ 19.かくれんぼ 20.縄跳び
21.ドッジボール 22.自転車 23.その他 ⇒

②小学校低学年〔1～3年生〕の頃

A-1 近くに屋外の遊び場はありましたか？

1.あった 2.なかった 3.わからない

↓

1.あった に回答された方にご回答ください。

A-2 それはどこですか（複数回答可）？

1. 公園 2. 校庭 3. その他（ ）

A-3 利用頻度はどれくらいでしたか？

1.ほとんど毎日 2.週に3～4日 3.週に1～2回 4.月に1～2回 5.ほとんどない

B よく遊んだ遊具（または遊び）を3つまで選び、番号を○で囲んでください。

- 1.砂場 2.ブランコ※ 3.滑り台※ 4.鉄棒 5.ジャングルジム※ 6.回転ジャングルジム※
7.シーソー 8.はん登棒※ 9.太鼓はしご※ 10.雲梯〔うんてい〕※ 11.スプリング遊具※
12.ロッキング遊具※ 13.複合遊具※ 14.ロープウェイ※ 15.ネット遊具※
16.野球・ソフトボール 17.サッカー 18.鬼ごっこ 19.かくれんぼ 20.縄跳び
21.ドッジボール 22.自転車 23.その他 ⇒

③小学校高学年〔4～6年生〕の頃

A-1 近くに屋外の遊び場はありましたか？

1.あった 2.なかった 3.わからない

↓

1.あった に回答された方にご回答ください。

A-2 それはどこですか（複数回答可）？

1. 公園 2. 校庭 3. その他（ ）

A-3 利用頻度はどれくらいでしたか？

- 1.ほとんど毎日 2.週に3～4日 3.週に1～2回 4.月に1～2回 5.ほとんどない

B よく遊んだ遊具（または遊び）を3つまで選び、番号を○で囲んでください。

- 1.砂場 2.ブランコ※ 3.滑り台※ 4.鉄棒 5.ジャングルジム※ 6.回転ジャングルジム※
7.シーソー 8.はん登棒※ 9.太鼓はしご※ 10.雲梯〔うんてい〕※ 11.スプリング遊具※
12.ロックング遊具※ 13.複合遊具※ 14.ロープウェイ※ 15.ネット遊具※
16.野球・ソフトボール 17.サッカー 18.鬼ごっこ 19.かくれんぼ 20.縄跳び
21.ドッジボール 22.自転車 23.その他 ⇒

④中学生の頃

A-1 近くに公園はありましたか？

- 1.あった 2.なかった 3.わからない

A-2 利用頻度はどれくらいでしたか？

- 1.ほとんど毎日 2.週に3～4回 3.週に1～2回 4.月に1～2回 5.ほとんどない

B 公園で最も多くの時間を過ごす活動を1つ選び、その番号を○で囲んでください。

- 1.ソフトボール・野球の基礎練習 2.バスケットの基礎練習
3.サッカーの基礎練習 4.テニスの基礎練習
5.ジョギングなどの運動 6.散歩
7.友人との会話 8.読書 9.音楽を聴く 10.ゲームをする
11.その他（ ）

⑤高校生の頃

A-1 近くに公園はありましたか？

- 1.あった 2.なかった 3.わからない

A-2 利用頻度はどれくらいでしたか？

- 1.ほとんど毎日 2.週に3～4回 3.週に1～2回 4.月に1～2回 5.ほとんどない

B 公園で最も多くの時間を過ごす活動を1つ選び、その番号を○で囲んでください。

- 1.ソフトボール・野球の基礎練習 2.バスケットの基礎練習
3.サッカーの基礎練習 4.テニスの基礎練習
5.ジョギングなどの運動 6.散歩
7.友人との会話 8.読書 9.音楽を聴く 10.ゲームをする
11.その他（ ）

⑥現在

A-1 近くに公園はありますか？

- 1.ある 2.ない 3.わからない

A-2 利用頻度はどれぐらいですか？

- 1.ほとんど毎日 2.週に3~4日 3.週に1~2回 4.月に1~2回 5.ほとんどない

B 公園で最も多くの時間を過ごす活動を1つ選び、その番号を○で囲んでください。

- 1.ソフトボール・野球の基礎練習 2.バスケットの基礎練習
3.サッカーの基礎練習 4.テニスの基礎練習
5.ジョギングなどの運動 6.散歩
7.友人との会話 8.読書 9.音楽を聴く 10.ゲームをする
11.その他 ()

【2-1】授業以外で（汗をかくような）運動やスポーツを行っていますか。（いずれか1つに○）

- 1.行っている 2.行っていない

↓（1と回答した方へ）

週 日 1日合計 時間 分行う

【2-2】現在の健康状態はいかがですか。（いずれか1つに○）

- 1.よい 2.まあよい 3.ふつう 4.あまりよくない 5.よくない

【2-3】親しい友だちはいますか。（いずれか1つに○）

- 1.たくさんいる 2.わりといる 3.ふつう 4.あまりいない 5.いない

【3】公園の管理状況に関して気付くことがらについて

※該当する内容のすべての番号を○で囲んでください。

- 1.特に不満はない
2.遊具、ベンチ、柵などが壊れている・汚れているものが多い
3.ゴミが多い
4.雑草が多い
5.樹木や草花の管理が悪い
6.トイレが汚い
7.禁止事項（例：ボールを使う遊びの禁止）が多い
8.犬の糞が多い
9.わからない

【4】「よく行く公園」や「通りかかる公園」での幼児向けの遊具について

※いずれか1つに○。

- 1.整っていると思う 2.少ない（不十分）と思う 3.わからない

【5】「よく行く公園」や「通りかかる公園」に幼児を連れて行った場合の安心感・安全性について

※公園に幼児を「保護者、おじ・おば」として連れて行くことを仮定して、回答してください。

- 1.満足 2.やや満足 3.普通 4.やや不満 5.不満 6.わからない

【6】「よく行く公園」や「通りかかる公園」での小学生向けの遊具について

- 1.整っていると思う 2.少ない（不十分）と思う 3.わからない

【7】「よく行く公園」や「通りかかる公園」に小学生を連れて行った場合の安心感・安全性について
 ※公園に小学生を「保護者、おじ・おば」として連れて行くことを仮定して回答してください。

- 1.満 足 2.やや満足 3.普 通 4.やや不満 5.不 満 6.わからない

【8】 遊具等の「年齢表示シール」(例：右の画像)について

- 1.見たことがある
 2.見たことがない
 3.わからない



【9】 遊具等の「安全点検済」シール (例：右の画像)について

- 1.見たことがある
 2.見たことがない
 3.わからない



【10】 遊具利用時の「注意シール」(例：右下の画像)について

- 1.見たことがある
 2.見たことがない
 3.わからない



【11】 ケガや事故について

- 1.公園でケガや事故にあったことがある
 2.公園でケガや事故にあったことがない

↓

1.あると回答した方は
 いつ・どこで・どのようなケガや事故にあったのか記入してください。

★質問は以上で終わります。ご協力に感謝します。

2020年1月実施