

2021



*ACCION
REPORT*

福岡県立スポーツ科学情報センター

目 次

I 事業報告

1 研修事業

- (1) 指導者研修会一覧 1
- (2) 指導者研修会概要
選手強化指導者研修会 2

2 新型コロナウイルス感染症予防対策

- (1) 広報事業 8
- (2) アクション福岡における新型コロナウイルス感染症予防対策 12
- (3) 福岡県タレント発掘事業における新型コロナウイルス感染症予防対策 14

II 研究報告（抄録）

【研究主題及び副題】

- 「運動・スポーツへの興味・関心をスポーツ参加へつなげるための研究」 16
～スポーツスクールの取り組みを通して～

福岡県立小郡高等学校 教諭 桑野 友裕

I 事業報告

1 研修事業

(1) 指導者研修会一覧

令和2年度福岡県スポーツ振興センター主催（共催を含む）研修会

開催期日	研修会名	受講者数	実施内容	主な参加対象
5月1日(金)	市町村 スポーツ 関係者研修会			
5月17日(日)	福岡県 スポーツ リーダーバンク 登録指導者 研修会			
6月14日(日)	体力づくり 運動指導者 研修会			
10月21日(水)	トレーニング 指導者研修会			
			新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止	
11月19日(木)	選手強化 指導者研修会	77名	<p>基調講演：「アスリートの実力発揮に役立つスポーツ心理学 ～多角的なコーチングの在り方～」 立谷 泰久 氏 (ハイパフォーマンスセンター 国立スポーツ科学センター 心理グループ 前任研究員)</p> <p>講義：「継続的・計画的な競技力向上を目指して ～望ましい競技者育成・強化システムの構築に向けて～」 森丘 保典 氏 (日本大学 スポーツ科学部 教授)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・県内各競技団体の選手強化委員長、又は国民体育大会（九プロ含む）監督、コーチなど ・県高体連各競技専門委員長 ・県中体連各競技専門部長 ・県高野連理事長、副理事長、常任理事、理事等
1月16日(土)	選手強化 研修会			
1月22日(金)	スポーツ 医・科学 専門講座			
			新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止	

(2) 指導者研修会概要

選手強化指導者研修会

1 目 的

選手強化推進実行委員会が指定する指導者等を対象とし、最新のスポーツ推進方策とスポーツ医・科学に関する情報を提供することにより、指導者の資質を高め、もって本県の競技力向上を図る。

2 主 催

福岡県選手強化推進実行委員会 (公財) 福岡県スポーツ振興センター
(公財) 福岡県スポーツ協会 福岡県高等学校体育連盟 福岡県中学校体育連盟

3 共 催

福岡県教育委員会

4 期 日

令和2年11月19日(木)

5 会 場

福岡県立スポーツ科学情報センター 第3・4研修室

6 対 象

- (1) 県内各競技団体の選手強化委員長、又は国民体育大会(九プロ含む)監督、コーチ等から1名
- (2) 県高体連各競技専門委員長等から1名
- (3) 県中体連各競技専門部長等から1名
- (4) 県高野連理事長、副理事長、常任理事、理事等から1名

※ 本研修の内容を、各団体の関係者に周知することが可能な人材を派遣

7 参加人数

77名

8 内 容

- (1) 基調講演「アスリートの実力発揮に役立つスポーツ心理学～多角的なコーチングの在り方～」

講師 ハイパフォーマンスセンター 国立スポーツ科学センター
心理グループ 前任研究員 立谷 泰久 氏



【講師 立谷 泰久 氏】

ア コーチのジレンマ・ストレス

- ・コーチは選手選考、選手評価、選手とのコミュニケーションにジレンマ、ストレス、葛藤を抱えている。
- ・コーチは専門家のサポートの必要性を感じている。

イ コーチングとは

- ・戦略的なコミュニケーションスキルの一つであり、コーチとは、会話を広げ、会話を促進するコミュニケーションのファシリテーターである。
- ・優秀なコーチは指導する際、選手のこころの状態を考えて、効果的な声掛け、言動、行動、態度をとりながら指導している。

- ・優秀なコーチは、優秀なスポーツ心理学者であり、優秀なカウンセラーである。

ウ コミュニケーションについて

- ・コミュニケーションとは、もともと英語で「伝達、報道、連絡すること」である。
- ・「上手に伝える」「上手に聴く」という基本的なコミュニケーションスキル
→ここで言う「上手な人」とは、うわべだけ誰とでも仲良くなる人でなく、きちんと相手のことを考えて心が通じ合ったコミュニケーションのとれる人のことを言う。
- ・コミュニケーション力=(内容+声+態度)×思いやり

エ 「上手に伝える」方法

- (ア) 伝えたいことは、相手に直接伝える。
 - ・伝えたいことを大げさに言ったり、思いを隠して言ったりせず、直接「そのまま」をありのままに伝えることが大切。
- (イ) 自分の気持ちや考えを伝える。
 - ・あいまいな表現では、きちんと伝わらないことがある。
- (ウ) 相手に理解できるように伝える。
 - ・相手がきちんと理解できるように、伝えたい全ての情報を伝達することが大切。
- (エ) 表現・内容は一つにする。
 - ・一つのことにポイントを絞ってメッセージを送ると効果的な伝達ができるようになる。
- (オ) 「事実のメッセージ」と「自分の意見のメッセージ」を混同しない。
 - ・事実を伝えた後に、自分の意見や感想を述べる。
- (カ) 伝えた方がいいことはすぐに伝え、また、相手に配慮してメッセージを送る。
 - ・相手の気持ちや立場を配慮して、相手を支持・支援する姿勢を伝える。
- (キ) 「言葉のメッセージ」と「態度やしぐさのメッセージ」は同じにする。
 - ・相手に「ミスしても大丈夫」と言っても、態度やしぐさでは「許さない！」では混乱してしまう。
- (ク) 受け止めてから伝える。
 - ・まずは相手の言いたいことを受け止めてから、こちらの言いたいことを伝える。
- (ケ) できるだけ、「でも（否定形）」を使わない・But（否定）マンにならない。
 - ・「でも」という言葉は性質上、後に続く言葉が相手を否定して自分を肯定する内容になりがちなので、「あるいは」という言葉に置き換えると伝わりやすい。

オ 「上手に聴く」方法

- (ア) 「聴いているよ！」という態度で聴く
 - ・聴く姿勢を作り、話に集中できる心身や環境の準備をすることが大切。
- (イ) 共感を持って聴く
 - ・傾聴：耳を傾けて聴くこと。熱心に聴くこと。
 - ・「オウム返し」を活用する。人から言われた言葉をそっくりそのまま返答すること。
→相手が言いたいこと・話したいこと・伝えたいことを受容的・共感的な態度で真摯に聴く。

(ウ)「大きな心」で聴く

- ・相手の話を聴く時に評価するような態度や批判する姿勢で聴くと話をしてくれなくなる。

(エ)「本題」を聴く

- ・話の中心となることをきちんと聴く。

(オ)「言葉のメッセージ」と「態度やしぐさのメッセージ」が同じか注意する

- ・言葉で表現されることよりも、態度やジェスチャーに本心があるとも言われている。

(カ)先入観を持たずに聴く

- ・相手の見かけや評判で判断しないことが大切。

(キ)「よい聴き手」になる努力をする

- ・日頃から周りの人に関心を持つ習慣を身に付けることが大切。

(ク)やめるべき聴き方

- ・腕組みをする
- ・足を組む
- ・目をつぶる
- ・頬杖を突く
- ・反応をしない
- ・「～しながら」話を聴く

カ 話をする、聴くときの座り方

(ア)対面法：正対して座る方法。正対し、両者が緊張関係となるため、指導・命令に有効。

(イ)90度法：90度の角度で座る方法。両者がリラックスできるため、お互いが共通のものを見ることができ、必要によっては相手のことも見ることができる。

(ウ)平衡法：隣に並んで座る方法。両者が最も親しくなれるため、お互いが共通のものを見ることができ、考えていることが違くと平行線（交わらない）のままになってしまうことがある。

キ 指導者からのコミュニケーション技能

- ・ほめることは、運動技能の獲得と定着を促すことが科学的に証明されている。
- ・短期的な結果ではなく、部分的にできているところやプロセスをほめることでプレイヤーの主体性を引き出すことになる。

ク 一流の指導者が注目する「素直さ」

→ここで言う「素直さ」とは、言われたことを何でも受け入れるということではなく、一度受け入れ、本当にそれが自分に合うのかを考えて、選択できるということ。

- ・「素直さは『心の才能』」（アーティスティックスイミング日本代表ヘッドコーチ：井村雅代）
- ・「伸びる選手には3つの要素がある。素直さ、謙虚さ、朗らかさ。」（読売巨人監督：原辰徳）
- ・「一流選手は『素直』。素直でないと伸びない。」（日本大学大学院教授：林成之）
- ・「『素直』、『負けず嫌い』、『野球が好き』この3つが大事。」（九州共立大学：仲里清）

ケ パフォーマンスに影響するコーチの行動・言動

(ア)「悪影響」となるコーチの行動・言動

- ・試合に向けた最終の準備段階で過度に神経質になる。
- ・試合に向けて、選手の気持ちを無理に引き上げようとする。
- ・試合間際に技術的なアドバイスを過度にする。
- ・自信を強化するフィードバックをし損なう。
- ・計画性の低さ及び責任、組織化、心理的・身体的準備が欠如。
- ・試合の結果で「コーチの首がかかっている」という印象を与える。
- ・順位を予想してプレッシャーをかける。
- ・適切な回復・休息時間を与えない。
- ・熱意や努力の欠如、あるいは職業倫理の欠如。(プロフェッショナルでない)
- ・重要な情報を提供しない。(貧弱なコミュニケーション)

(イ)「効果的」となるコーチの行動・言動

- ・心理的準備を提供(指導)する。
- ・有効な技術・身体的コンディショニングを提供(指導)する。
- ・選手をコーチングで落ち着かせ、リラックスさせることができる。
- ・選手が一人である時間をとれるようにする。(適度な距離感)
- ・注意散漫にならないように見守る。
- ・良いコミュニケーションをとる。
- ・言葉によるサポートと自信の向上のフィードバック。(客観的指標があるとなお良い)
- ・チーム(個人)の持ち味を作り上げる。
- ・うまく組織化する。
- ・選手が目標を見通せるよう支援する。

コ 教育評価の特質～代表的なもの～

- ・ピグマリオン効果：指導者が期待した方向に選手の成績が向上してしまう現象。逆に成績は向上しないだろうという期待を抱けば、選手が本来持っている能力とは無関係に選手の成績は下がってしまう。
- ・ハロー効果(光背効果)：ある人物が望ましい特性を持っていると考えたと、適切な観察や調査を行わずに他の特性も望ましいと評価してしまう。望ましくない特性を持っている場合には、他の特性も望ましくないと推測、判断してしまう。評価を行う者は、評価すべき対象に先入観を持たずに接し、より客観的な判断を下すことが求められる。

サ 防衛的悲観主義

- ・防衛的悲観主義とは、前に上手くいったにも関わらず、これから迎える状況に対して最悪の事態を予想する認知的方略のことである。
- ・防衛的悲観主義は、不安傾向が強い人に有効とされる認知的方略である。

シ リスクマネジメント

- ・常に最悪を想定し、その準備をしておく。
- ・ネガティブからは何も生まれないため、リスクが起きたら、楽観的に考え、対処する。

(2) 講義「継続的・計画的な競技力向上を目指して ～望ましい競技者育成・強化システムの構築に向けて～」

講師 日本大学 スポーツ科学部
教授 森丘 保典 氏



【講師 森丘 保典 氏】



【講義中の様子】

ア 相対年齢効果とは

- ・同じ学年であっても、先に生まれた人の方が日単位で計った実年齢が上であるため、肉体的、精神的にも成長が早く、学業やスポーツでよい成績を収めやすい傾向にあること。
- ・陸上競技における小・中学校の全国大会出場者は相対年齢効果の影響を大きく受けているが、日本選手権・オリンピック世界陸上代表選手となると相対年齢効果の影響を一切受けず、各誕生日が均等な割合に分布している。

イ 陸上競技日本代表選手の競技ヒストリー調査

- ・小学校期：ほとんどが陸上競技を行っていない。
 - ・中学校期：約6割が全国大会に出場していない。
 - ・高校期：約8割が全国大会に出場し6割が入賞しているが、高校で全国に出場していない2割がその後、日の丸を背負っている。
- 日本代表選手は子どもの頃から常にトップ選手であったわけではない。

ウ ユース・ジュニア期以降のパフォーマンス発達曲線

- ・早熟型：成長因子の変化が停止し、トレーニング因子の変化のみに依存するが、その変化は容易には起こらない。発達速度は低下し、やがてプラトーになる。
- ・晩熟型：成長因子の変化が著しく、形態・筋力の増大、ホルモン量やバランスの変化、身体の機能的な要因の向上などトレーニング因子の変化が容易。

エ 運動有能感とは

→運動行動に対する有能さの感覚を大きく分けて次の3つから感じ取ることが出来る。

- (ア) 運動できるという自信「身体的有能さの認知」
- (イ) 努力すればできるようになるという自信「統制感」
- (ウ) 指導者、仲間から受け入れられているという自信「受容感」

オ 競技力のピークとは

- ・競技力は身体能力、発揮能力、考察力に分けられる。
- ・早熟型が大成しにくいのは、早くに競技力がトップレベルに達してしまったことで環境が変化し、考察力、発揮能力が成長しにくいことに原因がある。

→早熟型の特徴を理解し、身体能力以外の部分の向上を目指すなら、そのピークの高さはどのタイミングであろうとも変化はないと考える。

カ ジュニア指導に望むもの

- ・身体の基本（土台）となる体力に目を向ける。
- ・トレーニングを早期に専門化しない。
- ・決められた動きの習得を目指すのではなく、動きの調整力（応用力）をつけさせる。
- ・自分や他人の動きの観察や動きや感覚を言葉で表現する機会を増やす。
- ・自ら考え、行動する選手を育てる。

キ 競技者育成に関する国際的な動向

- ・生涯にわたってスポーツを継続し、楽しむことのできる生活習慣を獲得するためにジュニア期には組織化されていない様々な運動への参加を積極的に奨励する。
- ・多種目のスポーツを経験させること、あるいは、1つのスポーツの中で変化を持たせることを積極的に実践すべきである。
- ・若い競技者のタレント発掘、育成に関する基本理念は個々の競技者の長期にわたる幅広い発達過程に基づくものでなければならない。

9 総 括

本研修会は、各競技団体を代表する指導者が参加する研修会として位置付けられている。

講師それぞれが各競技団体に向けて、福岡県の競技者育成・強化システムを構築していくために、「多角的なコーチングの在り方」と「パフォーマンスの発達段階」について述べられた。

立谷氏の講演は、伝え方や聴き方をはじめとする戦略的なコミュニケーションスキルと高いパフォーマンスを効果的に引き出す行動・言動を活用した多角的なコーチングに関する内容であった。

森丘氏の講演は、陸上競技の相対年齢効果やパフォーマンス発達段階を例示し、競技者育成における国際的な研究動向に関する内容であった。

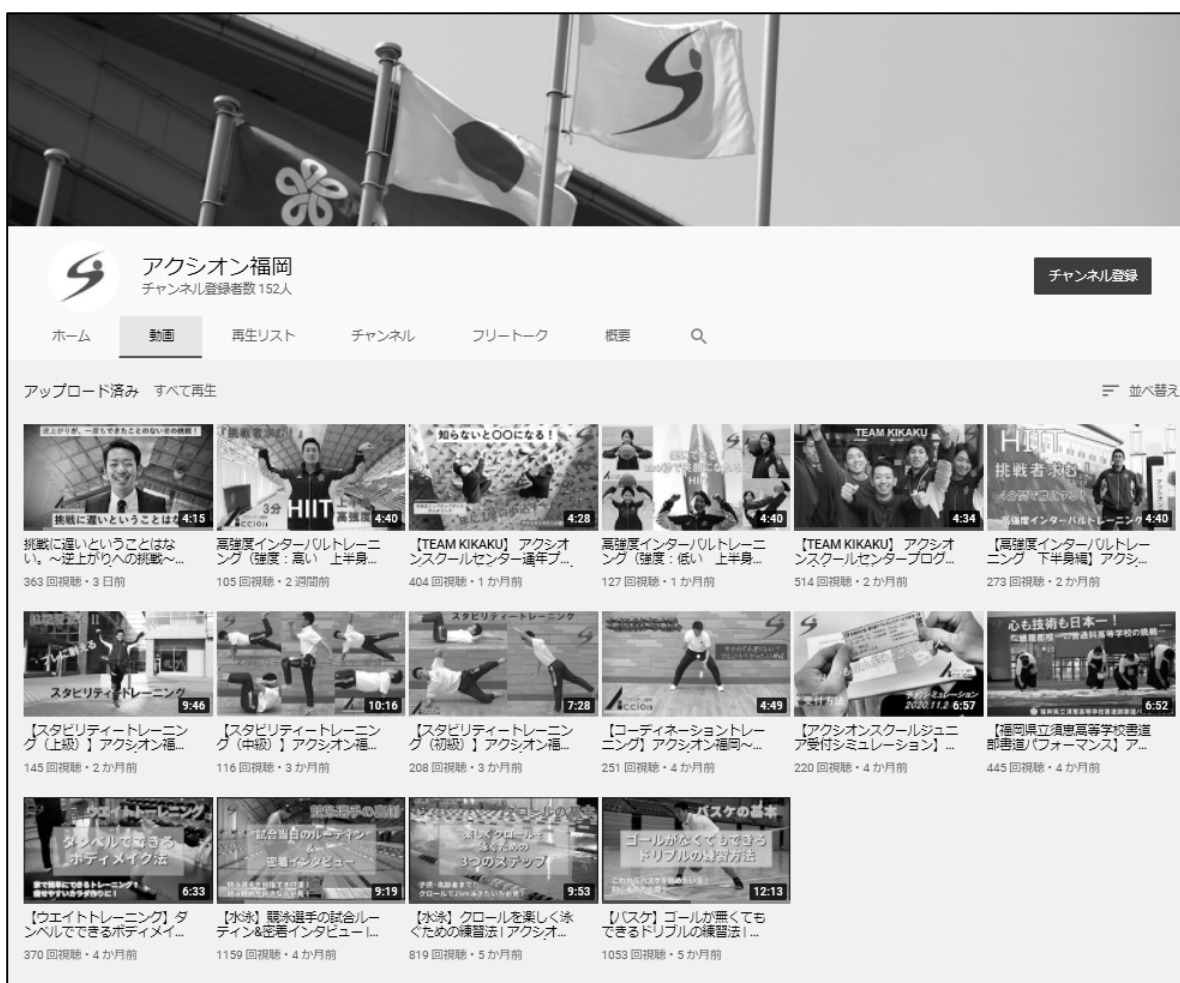
本研修会は、参加した各競技団体にとって、継続的・計画的な競技力向上を目指した望ましい競技者育成・強化システムの構築につながる研修会となった。

2 新型コロナウイルス感染症予防対策

(1) 広報事業

例年、アクションフェアにおいて体験型および集客型イベントを中心に行ってきたが、新型コロナウイルス感染症拡大の状況を踏まえ、新しい生活様式に沿うかたちで内容を見直し、スポーツを「する」だけでなく、「見る」、「知る」等の様々な関わり方を通して、豊かなスポーツライフにつながることを目指すこととした。そこで、情報配信を通してスポーツの価値を追求していく内容とし、情報発信ツールSNSのYouTube「アクション福岡」とInstagram「【公式】アクション福岡」を開設した。

① YouTube 動画配信



【YouTube「アクション福岡」ホーム画面】

○ 配信 16件 ○ チャンネル登録数 153人 (令和3年3月31日現在)

ア バスケットボール「ゴールがなくてもできるドリブルの練習法」

(ア) ボールの扱い方

- a 基本的に指の腹
 - ・手のひらがあたると、コントロールが難しい
- b 指の腹を使うことに慣れる
 - ・キャッチング



【ボールの扱い方動画】

(イ) クロスオーバー（フロントチェンジ）

- a ボールを振り子のように動かす
 - ・できるだけボールは大きく動かす
- b ドリブルを少しつきながら、大きく振り子のようにボールを動かす
 - ・逆の手を近くにサポートして行う

(ウ) レッグスルー

- a 8の字にボールを回す
- b 右足から交互に、アキレス腱を伸ばすように、足を動かし、内側からボールを入れる
- c 8の字にボールを動かしながら、股を通すときにドリブルをつく
 - ・ドリブルをついたら、すぐにキャッチをする
 - ・できるようになったら、キャッチをせずに連続してドリブルをついていく
- d 足を前に出して、股の間にボールを通す
 - ・クロスオーバーを脚の下で行うイメージ

(エ) バックビハインド

- a ボールを体の後ろに通す（ボールが見えない状態で行う）
- b 振り子のように、体の後ろでハンドリングを行う
 - ・のけぞらないで、背筋を伸ばした状態
- c 右手から左手にパスをしてキャッチ（背面）
 - ・背中の中の後ろを通す
 - ・キャッチは片手でも両手でも良い
- d ドリブルをつく際は、ドリブルをつかない逆の手をボールに近づけてボールを受ける準備をする
 - ・慣れてきたら、徐々に左右の手の間隔を離していく
 - ・手首の向きとドリブルを強くつくイメージ

(オ) パワーポジション

- a 重心を低くする
- b 足は肩幅に広げる
 - ・一番体を動かしやすい位置に足を置く
- c ドリブル
 - ・パワーポジションで、腰の位置でドリブルをつく。その際、指の腹を使って行う。



【クロスオーバー動画】



【レッグスルー動画】



【バックビハインド動画】



【パワーポジション動画】

イ オリンピアンからのメッセージ

リオデジャネイロオリンピックバドミントンダブルス元日本代表の栗原文音氏（日本ユニシス）からの子どもたちへのメッセージ動画を配信した。

「日々何かの目標に向かって頑張っていると思います。その中には、楽しいこと嬉しいことはもちろん、たくさんの壁にぶつかることがあると思います。ですが、自分の決めた目標に対して強い志を持っていれば、これからの人生においてもまた違った道が開け、新たな可能性を見つける大きなきっかけをつかむことができると思います。これからの未来に向かって頑張りましょう。」



【栗原氏のメッセージ動画】

ウ その他の配信動画

- (ア) アクション福岡施設紹介
- (イ) クロールを楽しく泳ぐための練習法
- (ウ) 競泳選手の試合ルーティン&密着インタビュー
- (エ) ダンベルでできるボディメイク法
- (オ) 福岡県立須恵高等学校書道部書道パフォーマンス
- (カ) コーディネーショントレーニング
- (キ) スタビリティトレーニング
- (ク) 高強度インターバルトレーニング
- (ケ) アクションスクール申込方法
- (コ) 鉄棒逆上がりレクチャー



【須恵高等学校書道パフォーマンス動画】



【スクール申込方法動画】

② Instagram 配信



【Instagram「アクション福岡」ホーム画面】



accionfukuoka ・ フォローする
アクション福岡

accionfukuoka 【令和2年度国民体育大会 第40回九州ブロック大会冬季大会 速報】

12月12日(土)・13日(日)福岡県立総合プール スケートリンクにて令和2年度国民体育大会第40回九州ブロック大会冬季大会アイスホッケー競技が行われました🏒

hashimotosengyo.co.jp、他14人が「いいね!」しました

2020年12月13日

コメントを追加... 投稿する

【冬季国体九州ブロック予選速報】



【Instagram 投稿一覧】



【メモリアル卓球大会 平野早矢香 氏】

○ 投稿 51 件 ○ フォロワー192 人 ○ フォロー中 11 人（令和3年3月31日現在）

（2）アクション福岡における新型コロナウイルス感染症予防対策

① 業種別ガイドライン及び県から示された感染防止対策の遵守

ア スポーツ庁が作成した業種別ガイドラインや県が示した感染防止対策を遵守

イ 同ガイドライン及び感染防止対策が改訂された場合、当施設における感染予防対策も改訂して実施

ウ 利用者が遵守すべき事項をチェックリスト化し、正面玄関に掲示

② 個人利用者入館時の対応

ア 入館者に連絡カード（使用施設、氏名、連絡先）の提出を依頼、保存期間（2ヶ月）を定めて保管

イ 検温を行い、発熱者の入館を制限

ウ アルコールを用いた手指消毒

エ 入館者は必ずマスク着用（活動時以外）

オ 入館対応を行うスタッフはマスクとフェイスシールドを着用



【入館時対応】

③ 団体利用者入館時の対応

ア 団体責任者による参加者の連絡先の把握

イ 検温（事前検温若しくは当日会場で検温）

ウ アルコールによる手指消毒

エ 使用施設に応じた出入口の設定（メインアリーナ出入口・正面玄関）

オ 使用備品の定期的な消毒

④ 定期的な巡回・確認

ア 各事項がきちんと遵守されているか施設内を定期的に巡回・確認

⑤ 注意喚起（館内掲示、サイネージ、声かけ等）

ア 近距離での発声や会話等を控える

イ 大声の発声を控える

ウ 人との十分な間隔（できるだけ2m）を確保する

エ COCOAのインストールを周知する

オ 各競技団体が作成するガイドラインを遵守する

カ 飲食物のゴミ等は持ち帰る

キ 咳エチケットを守る

ク 利用後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合、速やかに濃厚接触者の有無等について報告する



【サイネージ動画】

⑥ 来館者動線の整理

ア 入口と出口の一方通行化（県内の感染状況と利用者の利便性を考慮し、8月に一方通行化を解除）

イ エレベーターの使用制限（5月の営業再開時は使用禁止。県内の感染状況と利用者の利便性を考慮し、館内移動時のみ使用可に変更）

ウ 床に目印を表示し行列を整理

⑦ 手指衛生の管理

ア 消毒液等を設置し、スタッフや利用者に対してこまめな手洗いや消毒の徹底を周知

イ 各施設の出入口に消毒液を設置

⑧ 換気

ア 各施設の窓や扉等を常時開放し、換気を実施

⑨ 施設の消毒

ア 多くの人がかかる机、椅子、照明スイッチ、ドアノブ、内線電話等を定期的及び次の利用者が使用する前に消毒

⑩ 各施設における利用人数の制限

ア 研修室や観客席など定員が設定されているものについては定員の50%以内の人数に制限

イ 各アリーナ等、定員が設定されていない施設については、1人当たり4㎡の広さが確保できる人数を設定し制限

ウ エントランスや情報コーナーの椅子を減らし、利用人数を制限

エ トレーニング室の利用人数を制限

オ 福岡県立総合プールでは利用人数を制限し、完全予約制にした

⑪ 施設利用同意書

- ア 利用団体に実施していただく感染予防対策についてまとめた同意書を作成
- イ 施設利用前までに確認後提出

⑫ 宿泊施設利用同意書

- ア 宿泊施設における新型コロナウイルス対応ガイドラインを元に利用者が遵守する事項をまとめた同意書を作成
- イ 施設利用前までに確認後提出

⑬ 施設予約方法の変更

- ア 来館予約で受け付けていた一般利用や定期利用の予約について、密集を避けるために電話受付に変更

⑭ 取り組み内容の周知

- ア センターで取り組んでいる感染予防対策について館内掲示及びふくおかスポネットに掲載し、利用者に周知

⑮ 感染防止宣言ステッカーの取得

- ア 県が定める感染防止対策を全て満たし、感染防止宣言ステッカーを取得

⑯ スタッフの検温

- ア スタッフに毎日の検温や体調確認を義務づけ、記録簿に記入

⑰ アクリル板、ビニールカーテンの設置

- ア 人と人が対面する場所では、アクリル板やビニールカーテンを設置

⑱ アクシオンスクール

- ア エアロビクス室の人数制限
- イ 使用物の消毒
- ウ 受講者カードの提示（入館時・入退室時）
- エ 保護者観覧の不可（一部を除く）
- オ プールプログラムの退水時間の分散



【アクリル板設置】

(3) 福岡県タレント発掘事業における新型コロナウイルス感染症予防対策

① プログラム参加時の対応

- ア 受講者が以下の事項に該当する場合は、参加の見合わせをする。
 - (ア) 体調がよくない場合（例：発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合）。
 - (イ) 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合。
 - (ウ) 過去 14 日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合。

② プログラム当日の対応

ア 発熱や軽度であっても咳・咽頭痛などの症状がある者は参加ができないことを周知させる。

イ 受講生から以下の情報の提出を求める。

(ア) 氏名、保護者名、生年月日、年齢、性別、連絡先、住所、学校名、所属クラブ名

③ 選考会の対応

ア 混雑を避けるために、会場への入場制限を行いながら実施。

イ 2次選考会・3次選考会に参加する者は、2週間前からコンディション用紙に体温チェック等を行う。

④ その他の留意事項

ア 能力開発・育成プログラムの保護者観覧は、時間帯と人数を制限する。

コンディショニングチェック用紙 名前 (平熱: °C)

2次選考会の2週間前から、毎朝、必ず検温した上で、あてはまるものに○をつけましょう。

1月/2月	体温	せきの症状 はない※1	のどの異常 はない※2	味覚の異常 はない※3	同僚の人も ※1-3の状態である	保護者印
例	36.8℃	○	○	○	○	福岡
23	土					
24	日					
25	月					
26	火					
27	水					
28	木					
29	金					
30	土					
31	日					
1	月					
2	火					
3	水					
4	木					
5	金					
6	土					
7	日					

保護者の方は、お子様の記入後、確認の上、押印をお願いします。

【コンディショニングチェック用紙】

II 研究報告（抄録）

【研究主題及び副題】

「運動・スポーツへの興味・関心をスポーツ参加へつなげるための研究」 ～スポーツスクールの取り組みを通して～

福岡県立小郡高等学校 教諭 桑野 友裕

1 研究内容の概要

(1) 主題設定の理由

ア 大規模国際スポーツ大会の観点から

2019 年に行われたラグビーワールドカップ、約 1 年の延期で 2021 年開催予定となった東京オリンピック・パラリンピックなどのスポーツの祭典が身近になっていることが影響し、国内でのスポーツへの興味・関心が高まってきている。特に、ラグビーワールドカップは、“ワンチーム”、“ジャッカル”、“にわかファン”など、新語・流行語大賞をうみだし、日本戦のテレビ視聴率が平均 39.2%、最高視聴率 53.7%を記録するなど、日本中でラグビー熱が高まった。しかしながら、スポーツ庁が目指す「する」、「みる」、「ささえる」のスポーツ参画人口の拡大をさせていく点においては、発展途上であり、大きな課題となっている。スポーツ庁（2019 年）では、①成人のスポーツ実施率を 42%から 65%へ、②スポーツをする時間を持ちたいと思う中学生の割合を 58%から 80%へ上昇させるという数値的目標を掲げている。これを達成するためには、スポーツ無関心層にスポーツの魅力を伝え、スポーツ無関心層を減少させること、幼少時にスポーツ経験のある人のスポーツ習慣を継続させることが重要となる。

イ 新型コロナウイルス感染症拡大と基礎疾患との関わりからの観点から

2020 年、新型コロナウイルス感染症拡大が世界中で問題となっている。基礎疾患を持った方が新型コロナウイルスに感染すると、重症化してしまうことが多く、場合によっては命を落としてしまうなど、基礎疾患と新型コロナウイルス感染症の問題は深刻化している。重症化する基礎疾患の中には、糖尿病や心不全といったものが含まれている。これらの疾患は、生活習慣の乱れが生み出す生活習慣病と大きく関連している。医科学が進歩し、“従来の基礎疾患は完治する”、“新型感染症の拡大にも打ち勝つことができる”のではないかという我々の期待があった。しかし、疾患に立ち向かうためには、医学の力だけでなく、個人個人が正しい生活習慣で、健康的な生活を送ることが大切であると改めて考えられるようになった。免疫力を高めるため、基礎疾患を持たないためには、正しい食習慣や適度な飲酒、禁煙だけではなく、適度な運動をすることも大切と考え、スポーツ無関心層から関心層へ変化している。

(2) 研究の目標

県民のスポーツ参加率を高めるため、幼少時のスクール経験や中学校・高等学校時代の運動経験を調査し、スポーツ経験のつながりを明らかにする。幼児期から高齢期にわたるまで、全てのライフステージで途切れることなく、スポーツ経験をもってもらうために、部活動や地域のスポーツチーム・クラブに所属しない県民に、スポーツを経験する場所や機会を紹介する。

(3) 研究の仮説

幼少時のスポーツ経験と、中学生、高校生時のスポーツへの取り組みについて調査することで、幼少時のスポーツ経験の重要性を明らかにする。県民の需要に沿うように、アクションスクールの情報提供や集客方法などの課題を検討し、課題を解決することで、運動・スポーツ実施率が向上すると考える。

(4) 成果と課題

ア アンケート対象者（高校生、大学生は無作為に抽出、社会人は現スポーツ実施者を対象とした）

・ 県立高校生徒	623 名	（高校男子 304 名）	（高校女子 319 名）
・ 大学生	415 名	（大学生男性 210 名）	（大学生女性 205 名）
・ 社会人	244 名	（社会人男性 130 名）	（社会人女性 114 名）
合計	1,282 名		

イ 各世代のスポーツ経験率について

a 各世代の幼少時のスポーツ経験

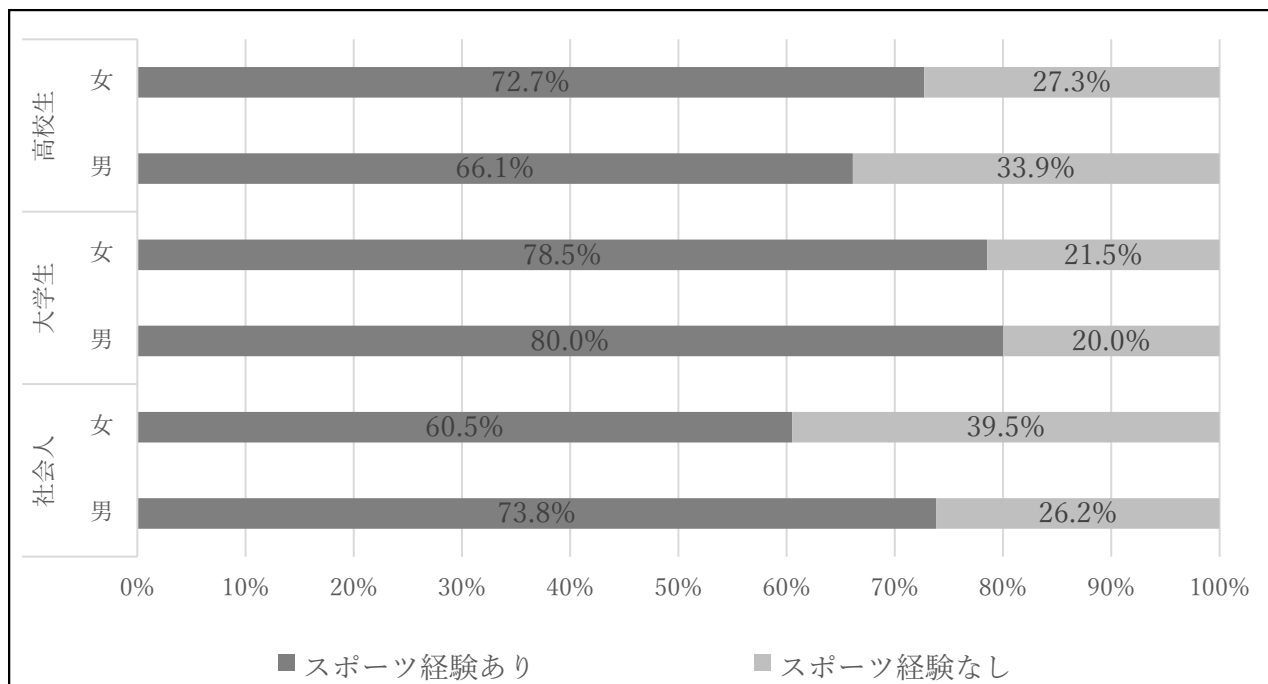


図1 各世代の幼少時のスポーツ経験

各世代の幼少時のスポーツ経験を見ると、男性（男子生徒）と女性（女子生徒）の違いは世代ごとに異なる。今回のアンケートでは、スイミングスクールや体操スクールといったものから、地域のスポーツチームの経験を調査しており、あそびの中で行われる運動は含まれていない。

ウ 幼少時のスポーツ経験と中学生・高校生時スポーツ継続の関連

図2から図4は、幼少時にスポーツ経験があり、中学生でも継続して、スポーツを経験している人を表している。幼少時にスポーツ経験がある人の81.6%が、中学生時にスポーツを継続する傾向にある。現高校生世代では、男子生徒が92.4%と非常に高い数値である。中学生時、スポーツ活動経験が高かった社会人世代では、87.5%と非常に高い数値を示している。幼少時にスポーツ経験がある人の68.3%が、高校生時にスポーツに関わる傾向にある。しかし、現高校生世代は、54.3%と低い結果になっている。社会体育での活動やマネージャーとしてスポーツを支える立場を含んでいるにも関わらず、低い数値となっていることから、現高校生世代の運動部離れがあると考えられる。

表1 幼少時にスポーツ経験と中高時の継続率

団体名	スポーツ（中学時）		スポーツ（高校時）	
	高校生（女子）	62.3%	76.0%	45.4%
高校生（男子）	92.4%	70.4%		
大学生（女性）	84.2%	85.7%	80.2%	81.5%
大学生（男性）	89.4%		85.4%	
一般大人（女性）	82.5%	87.5%	76.8%	86.4%
一般大人（男性）	88.5%		88.1%	
全体		81.6%		68.3%

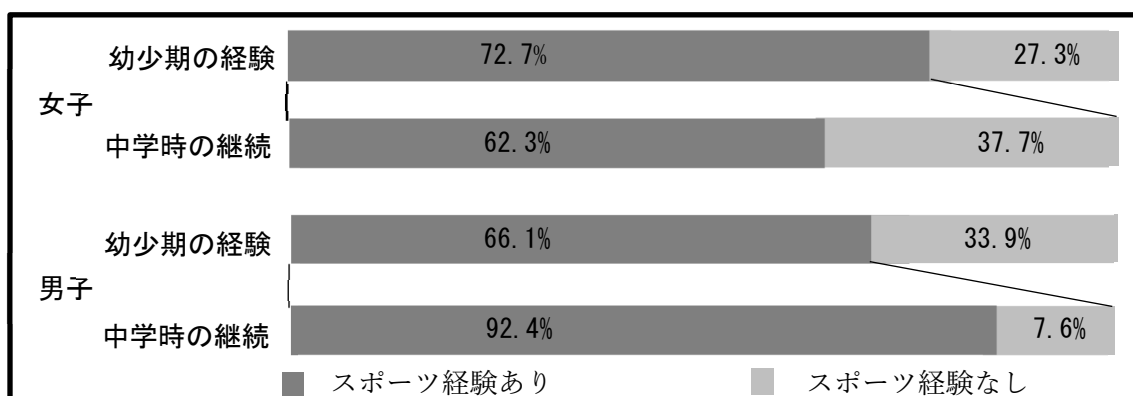


図2 現高校生の中学生時のスポーツ経験

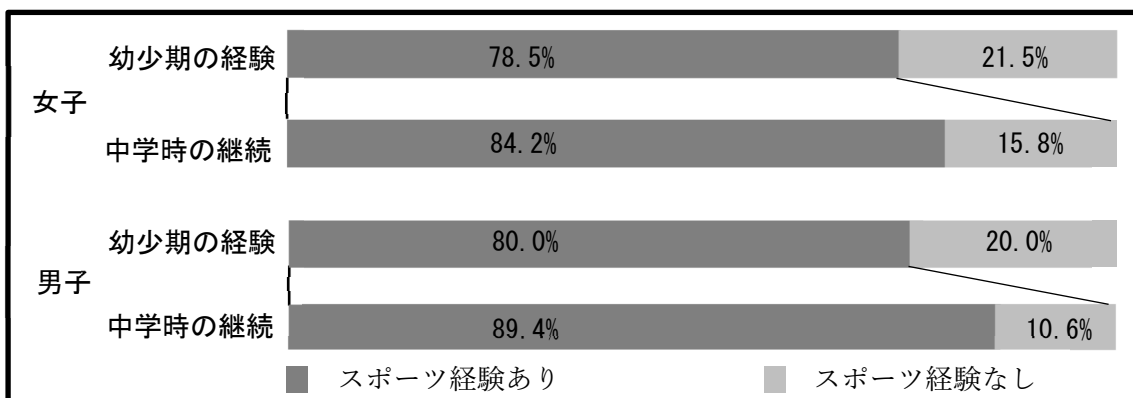


図3 現大学生の中学生時のスポーツ経験

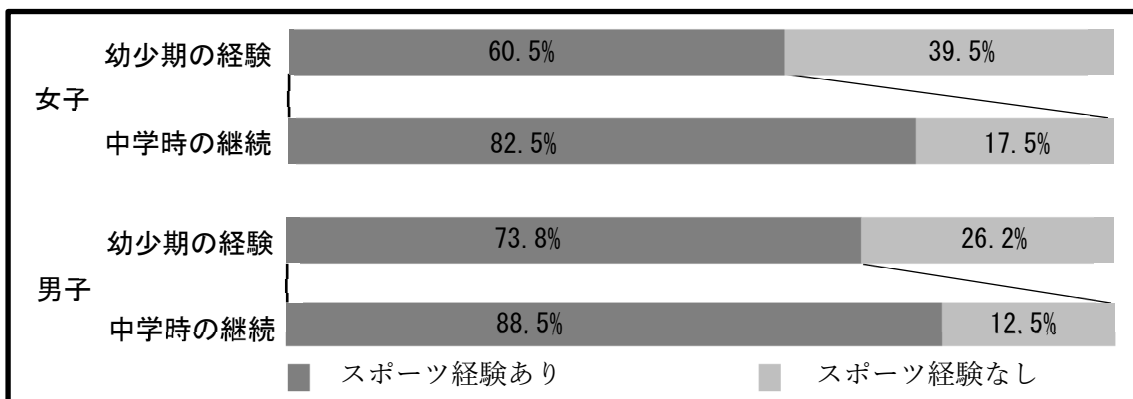


図4 現社会人の中学生時のスポーツ経験

エ 幼少時のスポーツ満足度と中学生時のスポーツ継続の関係

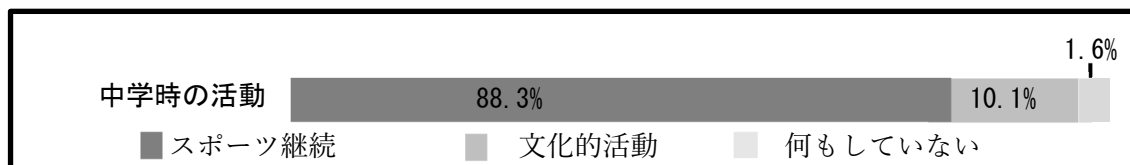


図5 幼少時のスポーツ満足度と中学生時のスポーツ継続の関係

幼少時のスポーツ経験満足度が高い人の88.3%が、中学生時もスポーツを継続して行っている傾向がある。継続していない人が文科系の活動をしているわけではなく、特別活動（社会体育活動や社会文化活動を含む）そのものを行っていないことがわかる。

2 スポーツスクールの運営

(ア) スポーツスクールの4つの特性

スポーツスクールは、第三次産業の一つであり、商品は“サービス”となってくる。当然、レストランやお弁当の“大盛りサービス”とは異なり、視覚的には映らないものとなる。

間野は、『サービスとは、ある主体が別の主体に対して提供する行為であり、その受け手は形ある物ではなく無形の価値を手に入れることを求めている。そしてその特性には、主として「無形性」、「非貯蔵性」、「一過性」、そして「変動性」の4つがある』としている。

アクションスクールにおいても、スクールの内容はチラシやHP、SNSの活用、見学などの広報活動で、楽しさや効用などをアピールすることができても、県民が実際に体験するまでは、その内容や質を正確に推し量ることはできない。このことが、新規の参加者の獲得や、新たなスクールプログラムへの参加ができない要因となる。

「非貯蔵性」の観点でも、視覚的に映る商品とは異なり、作り置きしておくことができない。需要が低くなった時に、今後のために貯蔵することができないだけでなく、需要が増えたとしても、多く供給することはできない。運営側（スクール依頼講師）と受講者が同時に存在し、両者が関わり合って、初めてサービスが作られ、消費されるのである。このことを間野は『「生産と消費の同時性」、あるいは「生産と消費の非分離性」であり、「非貯蔵性」に起因する特性である。』としている。

また、スクール内容はスタジオといった施設で作られ、その場で消費される「一過性」の特性を持っている。視覚的に映る商品とは異なり、不良品の返品や取り換えができない。スクールにおけるサービスはやり直しができない上に、長期間にわたり、信頼を失うこともありうる。仮に、社会性や人間関係形成能力が十分に備わっていない幼少期の受講者が、誤った指導を受けると、スポーツ無関心層となってしまうといっても過言ではない。このように、スクール運営とは、新規獲得が難しく、需要と供給のバランスを取りにくい、取返しがつかない難しいサービスとなる。

しかし、「変動性（非均質性）」については、その特性が大いに活用できると考える。サービスは物財のようにすべてが同質ではない。同じ場所で、同じ方法で、同じ指導者によってスポーツのプログラムが提供されても、参加者や会員が2度と全く同じ経験をするのではない。また、同じ時間に、同じ場所同じプログラムに参加した人々は、それぞれ異なった経験をしている（間野）。受講者がどのような経験をしたかを運営側が十分に把握することができれば、サービスの質向上に向けて準備することができる。講師に受講者の様子を確認してもらうことや、講師自身にも自らのスクール実施内容について記録してもらうことで、様々な角度で、サービスを確認する。特に、幼少期の受講者の受講態度や出来事は、すぐに保護者に連絡を取り、報告を行うようにしている。状況によっては、依頼をしている講師から、保護者に連絡してもらうことで、保護者も子どものスクール経験の良き理解者となる。幼児期の受講者がメインとなるスクールにおけるサービスでは、学校現場と共通しており、受講者の不満＝保護者の不満となることが多く、時には受講者である

子どもの反応とは関係のないところで、保護者の不満となってしまうことも少なくないために、十分な連携が必要となってくる。4つの特性を念頭に置き、今年度のスクール運営を実施した。

(イ) アクシオンスクールの取組

「無形性」の点においては、受講者である県民が一番何を求めているかを十分に理解し、広報した。令和2年度にいたっては、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止＝“安全性”であった。アクシオンスクールでは、一般社団法人日本フィットネス産業協会が作成したF I Aフィットネス関連施設における新型コロナウイルス感染拡大対応ガイドラインをもとに、スクールを実施した。受講希望者へ“安全性”があることを理解してもらわなければ、受講につながらないために、様々な感染対策を実施することが求められた。社会全体で行われる体温測定、消毒、マスク着用、3密を防ぐといった対策をどのようにしてスクールに取り入れていくかを検討した。レッスン中にマスクを外さずに運動することへの不安や、接触を伴わない指導を行うことで、受講者のスキル向上の妨げにならないかなど、様々な検討余地があったが、講師と受講者への丁寧な説明と、講師との打ち合わせを繰り返すことで、目には見えてこない“安全性”を理解してもらった。特に、3歳から12歳までのジュニア水泳プログラムの指導では、講師に水泳指導者用のマスクを着用してもらい、接触を控えた指導を依頼し、“安全性”を高めた。新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点とは少し異なるが、ジュニアのスクールにおいて、保護者の存在が大きなことは言うまでもないことである。特に、保護者の送迎がなければ参加が難しいアクシオンスクールにおいては、提供するスクールの時間設定を誤れば、受講者は増えない。平日の時間設定と休日の時間設定では、休日の方が、受講者は増える傾向にあった。このような目に見えてこない受講者の要望も掴んで行くことも重要なこととなる。

また、ガイドラインでは、レッスンが行われる空間のフィジカルディスタンスの確保も必要であった。定員をスクールスタジオであれば、24人を15人と変更しなければならなかった。「非貯蔵性」の特性を持っているため、プログラムによっては、定員数を越える希望者となるために、広い施設を急遽利用させてもらったり、1つのプログラムを2班に分けたりなど、対応を行った。定員数を越えるプログラム全ての対応が難しく、希望していても受講できない状況が生まれた。このような状況を避けるために、センタープログラムにおいては、申込の方法の工夫が必要であった。接触回数を減らすために、事前に申込用紙の記入をお願いしたり、当日の申込方法の手順を動画で配信したり、希望者が安全に申込に来る態勢を作らなければならなかった。「一過性」の点においては、クラスターを起こさないために、受講者の体調や欠席の連絡に最善の注意を払った。職場や学校での感染者発生などでレッスンを欠席するか否かを悩まれる方が多かったが、職場や学校での指示内容の確認や現在の体調、最終的には受講者（保護者）の判断に任せるといったやりとりが多かった。日頃から、十分な感染拡大防止対策を行っていることを十分に理解してもらっていたため、欠席の場合、返金などの特別な対応ができないにも関わらず、自主的に欠席する、または休講することを選択される受講者が多かった。受講者に安全ではないと一度感じられたら、その信頼を取り戻すためには、とても時間がかかるために、日々取り組みをした。

参加した受講者が安全に体を動かすことができた満足感は、人伝えに新たな受講者へつながるため、レッスン終了後に受講者の意見を即座に集め、係内で共有し、改善につなげた。講師とも、“安全性”を高めるために、足りないものや、講師のやりにくさを聞き、その都度対応をした。講師の口の動きがわかりにくいために、マウスシールドを着用してのレッスンを希望されたが、施設担当とのやりとりで、着用の許可ができず、指導法の工夫でわかりやすさを高めてもらった。

3 まとめ

幼少期のスポーツ経験は、中学生時のスポーツ経験へつなげるために、一定の効果があることが見て取れた。幼少期のスポーツ経験とは、家庭内で行われる鬼ごっこといった“あそび”から、競技

団体等が行うスポーツ競技まで非常に幅広い。幼少期に、アクションスクールのような受講料が必要な水泳、ダンス、体操などのスポーツ経験を行っている傾向も見られた。中高生時のスポーツ経験を高めるために、スクール受講率を高め、満足度の高い経験をしてもらうことが有効だと考える。

また、成人世代では、継続してスポーツを行う機会を提供するために、受講希望者の需要に応えることが必要であると考え。さらに、“安全性”ということは、スポーツ活動において重要なことだとわかった。

今後、若い世代から高齢世代まで、スポーツへの関心の高まりを、「する」、「みる」、「ささえる」の行動へつなげるために、県民の意向を十分に理解していく必要性を感じた。2021年7月には東京オリンピック・パラリンピック、2022年2月には北京オリンピック・パラリンピックが行われ、2021年度は2つのオリンピック・パラリンピックが開催される。これらの大会への関心の高まりを継続させるために、県内のスポーツ大会やスポーツイベントといったスポーツ関連の情報発信に取り組んでいきたい。

4 研修を修了しての感想

この研究を通して、県民のスポーツに対する関心の高さや、中高生時のスポーツ継続のために、幼少期のスポーツ経験が大きな役割を持っていることを、改めて感じさせられました。単に、スポーツの機会を提供するといっても、県民の需要は様々であり、情報の取得方法もそれぞれであることを学ぶことができました。特に新型コロナウイルス感染症拡大防止の状況下で、スポーツの機会を提供すること、情報を発信すること、地域のスポーツを支えることなど、今まで考えたことがなかったことを本研究で学ぶことができました。また、幼少時に鬼ごっこといった“あそび”から、スポーツスクールの参加、また地域のスポーツチームで活動したスポーツ経験が、中高生のスポーツ経験と深い関わりがあることも学ばせてもらいました。これらの経験が指導現場で一人でも多くの生徒に還元できれば、この研修で支えてくださった多くの方への恩返しになるのではないかと思います。多くの皆さんに支えられ研究を進める事ができました。本当にありがとうございました。

最後になりましたが、本研究を進めるにあたり、御協力頂きました県立高等学校、そして大学関係者、スポーツクラブの皆様にご心より感謝申し上げます。また、長期にわたり貴重な研修の機会を与えてくださいました福岡県教育委員会、福岡県立小郡高等学校長、数多くの温かい御指導と御支援を頂きました福岡県立スポーツ科学情報センター所長をはじめ職員の皆様にご厚くお礼申し上げます。これからも児童・生徒の生涯にわたって豊かなスポーツライフを育む力の育成に取り組んでいきたいと思っております。

今後ともより一層の御指導、御鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



福岡県立スポーツ科学情報センター

〒812-0852 福岡市博多区東平尾公園2-1-4

TEL 092-611-1717

FAX 092-611-1600