

研究課題	成人のスポーツライフスタイルが主観的幸福感に与える影響： ライフコースアプローチを用いた世代間比較分析		
氏名	林田 敏裕	所属	健康・スポーツ科学講座 芸術・スポーツ科学系
			職名 講師
APRIN e-ラーニングプログラムの受講 <input checked="" type="checkbox"/> ←受講済の場合はチェックをすること			
<p>【研究成果の概要】（文字の大きさ9ポイント・字数800字～1600字程度）</p> <p>国内外をみても、スポーツライフと主観的幸福感の関係について学術的な関心が寄せられている。しかし、スポーツライフの質的側面に着目し、主観的幸福感への影響を明らかにした研究は数少ない。加えて、発育発達やライフコース等に関する研究の知見を踏まえると、スポーツライフと主観的幸福感の関係は世代によって異なることが予測されるが、それらを実証的に明らかにした研究は管見の限りほとんどない。そこで本研究は、スポーツライフスタイル（以下、SLS）の質的側面を7つの観点（継続性、合理性、組織性、自律性、調和性、多様性、創造性）から捉えた上で、主観的幸福感に与える影響を世代間の差違に着目して明らかにすることを目的とした。</p> <p>本研究では、Web アンケート調査を2026年3月に実施した。調査対象は過去1か月間にスポーツ（軽い体操等を含む）を1日以上実施した20歳から69歳の成人2,000名とした。矛盾回答等を行ったと考えられるサンプルを除外した結果、分析に用いたサンプルはn=1,914となった（有効回答率：95.6%）。また、主な調査項目は、個人属性（性別、年齢、婚姻の有無、子どもの有無、最終学歴、世帯年収）、SLSの質的側面の実施頻度（各観点につき5項目、「1.全くあてはまらない」～「5.とてもあてはまる」）、主観的幸福感としてスポーツライフ満足度および生活満足度（各観点につき1項目、「1.全くあてはまらない」～「5.とてもあてはまる」）を設定した。</p> <p>主な結果は以下の通りである。</p> <p>(1) SLSの7つの観点ごとに設定した5項目を加算平均した結果、継続性（3.25）と調和性（3.24）の値のみが3を超えた。一方で、組織性（2.15）と多様性（2.04）が低い値を示した。これらの結果は、他の生活とのバランスを保ちつつスポーツライフを送っている者が多いが、仲間と一緒にスポーツ活動に取り組むことや、複数の種目やコミュニティに属しつつスポーツをする者は比較的少ないわが国のSLSの実情を示唆している。</p> <p>(2) 主観的幸福感を従属変数、SLSの7つの観点を説明変数とする重回帰分析を行った。分析にあたり、SLSの7つの観定の項目については、観点ごとに主成分分析を行い、主成分得点を算出した。分析の結果、SLSのいずれの観点についても、スポーツライフ満足度および生活満足度に対して有意な正の影響が認められた。ただし、SLSの7つの観点をすべて投入したモデルでは、継続性、組織性、調和性のみが有意な正の影響を示した。この結果は、SLSの7つの観点を個別でみた場合はそれぞれが主観的幸福感にポジティブな影響をもたらす可能性が看取されるものの、他の観点も含めた相対的な影響力については、継続的にスポーツをすること、仲間と共にスポーツ活動に取り組むこと、他の生活とのバランスを保つことがとりわけ重要になることがうかがえる。</p> <p>(3) SLSが主観的幸福感に与える影響の世代による差異を分析するために、世代ごとに重回帰分析を行った。その結果、世代によって変数間の影響関係に差異がみられた。例えば、生活満足度を従属変数とした場合、20代では継続性、組織性、創造性が有意な正の影響、合理性が有意な負の影響を示したが、60代においては調和性のみが有意な正の影響を示した。これらの結果からは、世代の違いがSLSと主観的幸福感の関係を調整することが示唆される。とりわけ、特定の世代では主観的幸福感に正の影響を与えながらも、他の世代では影響がない、あるいは負の影響を与える可能性がある点が本研究における特質すべき発見だと考えられる。</p> <p>以上を踏まえて本研究では、豊かなスポーツライフをライフコース等の個人の置かれた状況ごとに探究すること、スポーツライフの豊かさとは何かを今一度学術的に問う必要性を提起した。</p>			
<p>【研究成果発表方法】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ Sport Participation Styles and Subjective Well-being: A Survey of Japanese Adults, Toshihiro, Hayashida, The 19th Asian association for sport management conference. ※Poster Outstanding Presentation Award ・ 豊かな運動生活の条件に関する研究（1）成人に対するアンケート調査をもとに．林田敏裕，日本体育・スポーツ経営学会 第49回大会口頭発表． ・ どのようなスポーツライフが主観的幸福度に正の影響を与えるのか：成人に対するアンケート調査をもとに．林田敏裕，体育学研究（執筆中）． 			

※発表論文名（口頭発表を含む）、氏名、学会誌等名（投稿中・投稿予定・執筆中）を記入すること。

※本経費を用いて、報告書（冊子等）を作成した場合には、本様式とともに1部を提出すること。

なお、提出された報告書は教育実践研究推進本部を通じて附属図書館へ寄贈する。