

スポーツと運動の違い ——一般的な認識についての調査——¹⁾

大橋 恵*・藤後悦子*・井梅由美子*

Difference between Sports and Exercise in Japanese: A Survey on Laypeople

Megumi M. OHASHI*, Etsuko TOGO* and
Yumiko IUME*

“Sports” in English includes competition and fun. It is recognized as different from “physical activities” and “exercise,” which refers to the body’s physical movement. “Sports” in Japanese, on the other hand, is often used as synonymous to exercise. This study examined how Japanese laypeople perceive the meaning of “sports” and “exercise.” Half of the study participants considered sports and exercise as synonymous. Regarding competition and purpose, participants considered exercise for health and sports for fun. Interestingly, those who regarded sports as different from exercise had negative perceptions of sports, suggesting that rules and competitiveness should be avoided.

key words: sports, image, indigenous psychology

問 題

英語の sports には競争性や楽しさが含まれており、身体を物理的に動かすことを指す physical activities や exercise とは異なると認識されている。浜口 (1983) は、「スポーツ」の定義は色々あるが、身体活動 (運動) に加えプレイの要素と競争性の要素が含まれ、「運動」は余暇における身体活動を指すことが共通しているとまとめている。彼はさらに、活動の意図や目的が英語の sports では「楽しみ・気晴らし」だが、スポーツ振興法 (1961) などに示される日本の定義では「心身の健全な発達」とされている点に注目している。

このような経緯のため日本語のスポーツは運動とあまり区別なく用いられるようだ。日常場面に限らず、スポーツ・運動の実施意図に関する研究においても多くの場合、この二者を並列で質問などに用いており、特に用語の説明もされないことが多い (鎌田, 2020; 松下・久保田, 2021; 谷・長ケ

原・彦次・藪田・松村, 2016; 上地, 2011 など)。しかし、この二者が異なるのなら、どちらを強く念頭に置いて答えたかにより回答が異なってくる可能性がある。そこで、日本語のスポーツと運動のそれぞれの意味を、実際に一般の日本人はどのように認識しているかを検討した。

方 法

回答者と手続き 2022年1月下旬の日曜日にクラウドソーシングサービスでアルバイトとしての回答者を募集した (謝金55円)。別の実験の予備調査を兼ねていたため、条件は20歳から69歳までの歩数計か身体活動量計を使っている者とした。

その結果、男性89名、女性111名から回答を得た。回答者の年代別内訳は、20代男性13名・女性28名、30代男性35名・女性52名、40代男性23名・女性20名、50代男性13名・女性7名、60代男性5名・女性4名であった。

質問項目

スポーツ・運動への好意度 スポーツと運動が異なるものとして認識されていれば、スポーツは好きだが運動はそうではないなどそれぞれへの好意度にも違いが表れるだろうと考えて質問した。「スポーツをすることが好きですか」と質問し、「4. はい」「3. やや、はい」「2. やや、いいえ」「1. いいえ」で回答を得た。次に、「運動をすることが好きですか」と尋ね、同じ4件法で回答を得た。

スポーツと運動の異同 「スポーツと運動は異なると思いますか」と質問し、「1. はい」または「0. いいえ」で回答を得た。「はい」と回答した人には、さらに、どのように異なると思うか自由記述で説明してもらった。

倫理的配慮 本研究は日本応用心理学会倫理綱領、及び投稿倫理規程を満たす形で実施され執筆された。参加は任意であり途中で辞めてもよいこと、データは統計的に処理されることを事前に説明し、同意した者が回答した。

結 果

記述統計 スポーツへの好意度の平均値は2.55 ($SD=0.97$)、運動への好意度の平均値は2.68 ($SD=0.93$) であった。この二者には強い正の相関が認められた ($r(198)=.86$, $p<.001$)。

スポーツと運動の異同に関し、同じ (異なる) という回答が100名 (50%) から得られ、 χ^2 検定では性別や年代による有意差は認められなかった ($\chi^2_{(1)}=0.18$, $V=.03$, $p=.67$; $\chi^2_{(2)}=7.17$, $V=.19$, $p=.07$)。相関の差の検定の結果、スポーツへの好意度と運動への好意度との関係は、異なると認識する者よりも ($r(98)=.79$, $p<.001$)、同じと認識する者で ($r(98)=.96$, $p<.001$) 有意に大きかった ($z=6.07$, $p<.001$)。

¹⁾ 本研究は、日本学術振興会科学研究費補助金 (20K11346) の助成を受けた。

* 東京未来大学こども心理学部

Faculty of Child Psychology, Tokyo Future University,
34-12 Senjuakebono, Adachi, Tokyo 120-0023, Japan.

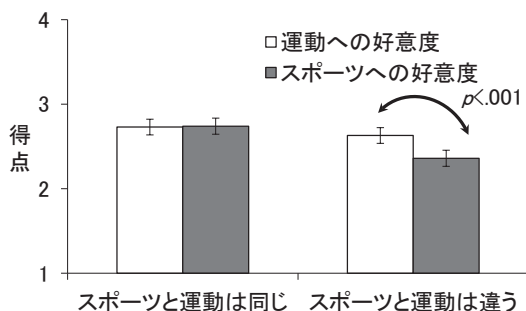


Figure 1 スポーツ・運動への好意度

スポーツ・運動への好意度 評価対象、スポーツと運動の異同の認識、性別を独立変数とし、年代を共変量とした共分散分析を行ったところ、性別 ($F(1,195) = 15.94, p < .001$) および評価対象の主効果 ($F(1,196) = 16.68, p < .001$) が有意であった。これは、男性のほうが女性よりもスポーツや運動への好意度が高く、スポーツと運動は同じと認識する者のほうが異なると認識する者よりもスポーツや運動への好意度が高いことを示す。

さらに、評価対象とスポーツと運動の異同の認識の交互作用効果が有意であった (Figure 1: $F(1,196) = 18.58, p < .001$)。単純主効果の検定では、スポーツと運動は異なると認識する者は運動よりもスポーツに対する好意度が有意に低いことが示された ($F(1,392) = 35.00, p < .001$) 一方、スポーツと運動が同じだと認識する者ではこのような差は見られなかった ($F(1,392) = 0.03, p = .87$)。評価対象毎に見れば、同じと認識する者のほうが異なると認識する者よりもスポーツへの好意度が有意に高いが ($F(1,392) = 8.49, p = .004$)、運動への好意度には差が認められなかった ($F(1,392) = 0.48, p = .49$)。

内容分析：スポーツと運動の違い スポーツと運動が異なると答えた 100 名について、どのような違いが挙げられているのかを検討した。具体的には 5 名以上が挙げた特徴について、言及されているかどうかをコードした (著者のうち 2 名が独立にコードし、一致しない箇所については 3 人目と相談した：初期の一致率 96%)。その結果を Table 1 にまとめた。半数が競技性に言及しており、目的の違いやルールへの有無を挙げる者が多かった。

その他 (11 名) には、運動は日常的に行えるが、スポーツはたまにしかやらない、スポーツにはラケットなど道具が必要、スポーツは怪我をする可能性があること、スポーツをするには技術が必要であることが挙げられた。

考 察

本研究では、日本語においてスポーツと運動を異なると認識する者と同じだと認識する者が同程度いることが示された。またこの二者の異なる点として、スポーツには他者と競

Table 1 スポーツと運動の異なる点 (複数回答可)

競技性：スポーツは他の人と競い、勝敗が付く (57 名)
ルールの有無：スポーツにはルールがあり、運動は自由である (20 名)
目的：運動は健康のために行うもの (23 名)
目的：スポーツは楽しみのために行うもの (11 名)
目的：スポーツは技術向上を目指すもの (4 名)
関係性：運動にスポーツが含まれる (15 名)
参加人数：運動は一人でできるが、スポーツは他の人とするもの (14 名)
体の活動量：スポーツは体に負担が大きい (7 名)

う面があり、ルールに則って行うが、運動はそれよりも広く身体を動かすこと全般を指し、一人でできて、健康を目的とすると認識されていた。欧米の sports に含まれる目的としての楽しさを挙げる者は多くはなかった。この二者が異なると認識した者は、同じであると認識した者よりもスポーツへの好意度と運動への好意度に差があったため、この 2 つの内容が異なる用語を分けて用いる必要性が示唆される。ただし、異なると答えた場合にはどのように異なるか説明するように求めたため、説明が面倒であるために違いはないと答えた者が一定数いた可能性、また逆に、先にスポーツと運動への好意度を聞いたり、「異なると思いますか」と質問したりしたために違いが過度に意識された可能性があることは考慮する必要がある。

興味深いことに、運動に対してはどちらの群も好意的であったが、スポーツに対しては、スポーツと運動が異なるとみなす者のほうが好意度が低かった。異なる点として挙げられたスポーツの持つルール性や競争性が敬遠されたのではないかと考えられる。

引用文献

- 浜口義信 (1983). スポーツ概念の意味論的研究——特に言語学的意味論を手がかりとして—— スポーツ教育学研究, 2, 73-80.
- 鎌田真光 (2020). オリンピック・レガシーと国民の身体活動・運動・スポーツ実施率 日本健康教育学会誌, 28, 107-115.
- 松下宗洋・久保田晃生 (2021). 日本人成人における社会経済的地位と運動・スポーツ実施の関連——スポーツライフ・データの 2 次分析—— 生涯スポーツ学研究, 18 (1), 15-22.
- 谷めぐみ・長ヶ原誠・彦次 佳・藪田大地・松村雄樹 (2016). 成人の運動・スポーツの実施意図と行動の予測性に関する縦断研究 生涯スポーツ学研究, 13 (2), 15-26.
- 上地広昭 (2011). 運動・スポーツ場面における同一視と動機づけの関係 体育学研究, 56, 215-228.

(受稿：2022.3.21；受理：2022.8.20)