

# 運動不足病時代と地域における社会体育

大瀬戸町・波佐見町を事例として

岡 崎 寛

## はじめに

近年、健康法をテーマとした書物が多く出版され、マスコミにおいても健康・体力問題を多く取り上げ、ランニング・ジョギングがブームとなっているように、国民が健康に関心を持たざるう得なくなった表われであろう。また統計的にみて健康の指標といわれる、平均寿命、死亡率、乳児死亡率等において良い結果がでているにもかかわらず、経済成長と国民医療費は、ほぼ同じ割合で上昇しているといわれるように、有病率〔表-1〕は昭和51年まで上昇の一途をたどり、一時停滞したものの昭和56年には急増し、国民1人当りの医療費は約10万円にも至っている〔表-2〕。このことは、平均寿命の伸長を考える時、極言すれば国民は病気になっても簡単に死ななくなり、半健康人が多く存在するといえよう。また平均寿命の伸長は人口構成の歪をつくり、未だ経験した

ことのない高齢化社会に進み、それに伴い成人病や半病人が著しく増加している。ところで経済成長や食糧事情からくる栄養摂取の過剰、機械化やモータリゼーションに起因する運動不足、さらに社会生活の複雑化に伴う精神的ストレスの増大等生活をとりまく多くの因子が健康を脅かしている。成人病の発生は医療費の爆発的な上昇につながり（表-2参照）現在国民の体力や健康の問題は緊急に対処しなければならない最も重要課題となっている。そこで本稿では、大瀬戸町・波佐見町の世界体育の現状を若干の調査結果を基に運動不足病時代という立場から分析し住民の意識も含め、行政の対応を、施設面、組織面などから若干の方向づけを行なうため本調査研究を行なった。

〔表一1〕 傷病分類別にみた有病率の年次推移 (人口 1,000 対)

(国民健康調査概況, 昭和56年)

	昭和30年	40	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56
総数	37.9	63.6	93.6	110.3	130.2	127.7	101.2	109.9	116.4	115.7	110.9	109.4	110.4	130.5
1 感染症および寄生虫	7.7	4.4	3.7	4.0	3.9	4.1	2.8	2.25	3.7	3.6	2.8	2.9	2.5	2.3
2 新生生物	0.5	0.9	0.8	1.0	1.3	1.3	0.8	0.9	0.8	0.9	0.9	0.8	0.9	1.0
3 内分泌, 栄養および代謝疾患並びに免疫障害	0.7	1.2	2.0	2.6	2.9	3.3	2.6	2.6	3.1	3.5	3.3	4.9	5.4	6.3
4 血液および造血器の疾患	0.2	0.5	0.7	1.0	1.4	1.2	0.8	0.8	0.8	0.8	0.8	0.9	0.8	1.2
5 精神障害	0.4	1.1	1.1	1.0	1.2	1.3	1.2	0.9	1.1	1.0	1.0	1.2	0.9	1.4
6 神経系および感覚器の疾患	4.8	7.9	11.2	11.6	10.8	12.6	9.3	10.4	12.0	9.8	9.3	5.4	5.8	6.6
7 循環系の疾患	3.3	11.9	21.6	23.7	26.2	26.5	21.9	23.3	28.7	30.1	26.6	31.3	36.6	43.3
高血圧性疾患(再掲)	1.3	8.0	14.6	15.8	17.7	16.7	14.1	15.6	19.5	20.1	17.5	20.8	24.1	29.0
8 呼吸系の疾患	5.5	8.2	14.4	19.9	32.0	27.6	22.1	30.8	26.3	25.8	25.5	17.9	15.5	20.3
急性上気道感染(再掲)	...	...	9.6	13.8	26.6	22.3	17.6	25.3	20.9	20.2	20.0	13.5	9.6	13.7
9 消化系の疾患	6.5	13.8	17.9	21.7	23.2	23.0	17.5	15.4	16.2	16.4	16.5	15.9	14.4	18.3
歯および歯の支持組織の疾患(再掲)	1.9	5.0	6.9	8.7	7.8	7.1	5.1	3.8	3.8	3.9	3.9	3.4	3.4	4.5
10 泌尿生殖器系の疾患	0.8	1.6	1.8	2.4	2.2	2.7	2.2	2.3	2.4	3.6	2.9	2.4	2.4	2.9
11 妊娠, 分娩および産じょくの合併症	0.2	0.2	0.1	0.2	0.3	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.2	0.1
12 皮膚および皮下組織の疾患	2.0	2.1	3.2	4.4	4.6	4.7	3.3	3.5	3.7	3.1	2.7	3.0	3.3	3.1
13 筋骨格系および結合組織の疾患	1.5	3.6	5.6	5.8	6.2	7.0	6.1	6.3	6.5	7.6	7.3	11.9	10.7	14.0
14 先天異常	0.1	0.2	0.3	0.3	0.3	0.5	0.2	0.2	0.2	0.3	0.1	0.2	0.3	0.2
15 周産期に発生した主要病態	0.0	0.1	-	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	-	0.0	0.0
16 症状, 徴候および診断名不明確の状態	1.0	1.2	2.5	2.8	3.7	2.8	2.6	2.5	1.9	2.4	2.4	2.7	2.2	2.2
17 損傷および中毒	2.3	4.2	6.2	7.2	9.6	8.7	7.3	7.4	8.8	7.4	8.5	7.6	8.5	7.1
18 歯の補綴	0.4	0.5	0.6	0.6	0.4	0.3	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.0	0.1

注: 昭和54年から第9回国際疾病, 傷害および死因統計分類を適用している。

とくに6と13における53年と54年の有病率の変動の主な理由は, 神経痛が第8回分類の6から第9回分類の13へ移されたことによるものである。

運動不足病時代と地域における社会体育

〔表-2〕国民医療費と国民総生産・国民所得・総人口の年次推移

(国民衛生の動向, 昭和57年)

	国民医療費		国民1人当り医療費(千円)	国民医療費のしめる割合		国民総生産額(億円)	国民所得額(億円)	総人口(千人)
	総額(億円)	増加率(%)		対国民総生産(%)	対国民所得(%)			
昭和29年度(1954)	2,152	…	2.4	2.75	3.26	78,246	65,917	88,239
30 ('55)	2,388	11.0	2.7	2.69	3.27	88,646	72,985	* 89,276
31 ('56)	2,583	8.2	2.9	2.60	3.16	99,509	81,734	90,172
32 ('57)	2,897	12.2	3.2	2.58	3.10	112,489	93,547	90,928
33 ('58)	3,230	11.5	3.5	2.74	3.36	117,850	96,161	91,767
34 ('59)	3,625	12.2	3.9	2.66	3.29	136,089	110,233	92,641
35 ('60)	4,095	13.0	4.4	2.53	3.09	162,070	132,691	* 93,419
36 ('61)	5,130	25.3	5.4	2.58	3.26	188,528	157,551	94,287
37 ('62)	6,132	19.5	6.4	2.83	3.46	216,595	177,298	95,181
38 ('63)	7,541	23.0	7.8	2.95	3.66	255,921	206,271	96,156
39 ('64)	9,389	24.5	9.7	3.17	4.01	296,619	233,904	97,182
40 ('65)	11,224	19.5	11.4	3.35	4.22	335,502	266,066	* 99,275
41 ('66)	13,002	15.8	13.1	3.30	4.18	394,520	311,066	99,036
42 ('67)	15,116	16.3	15.1	3.27	4.11	461,756	367,782	100,196
43 ('68)	18,016	19.2	17.8	3.29	4.18	546,892	431,260	101,331
44 ('69)	20,780	15.3	20.3	3.20	4.09	648,508	508,591	102,536
45 ('70)	24,962	20.1	24.1	3.32	4.10	750,916	608,754	* 103,720
46 ('71)	27,250	9.2	25.9	3.29	4.14	827,258	658,456	105,145
47 ('72)	33,994	24.7	31.6	3.53	4.38	964,240	776,021	107,595
48 ('73)	39,496	16.2	36.2	3.39	4.13	1,166,363	955,260	109,104
49 ('74)	53,786	36.2	48.6	3.90	4.80	1,380,446	1,120,816	110,573
50 ('75)	64,779	20.4	57.9	4.27	5.26	1,517,970	1,231,843	* 111,940
51 ('76)	76,684	18.4	67.8	4.50	5.54	1,702,900	1,384,468	113,089
52 ('77)	85,686	11.7	75.1	4.54	5.61	1,888,043	1,526,902	114,154
53 ('78)	100,042	16.8	86.9	4.84	6.00	2,067,625	1,668,549	115,174
54 ('79)	109,510	9.5	94.3	4.93	6.16	2,219,656	1,778,401	116,133
55 ('80)	119,805	9.4	102.5	5.01	6.18	2,391,548	1,937,350	* 116,916

注：1) 国民総生産・国民所得は、経済企画庁発表(昭和56年12月発表)による。

2) 国民1人当り医療費を算出するために用いた人口は、総理府統計局発表による10月1日人口である。

\*は国勢調査による人口を示す。55年人口は国勢調査1%抽出人口である。

資料：厚生省「昭和55年度国民医療費」

## 1. 運動不足病時代と体育・スポーツの重要性

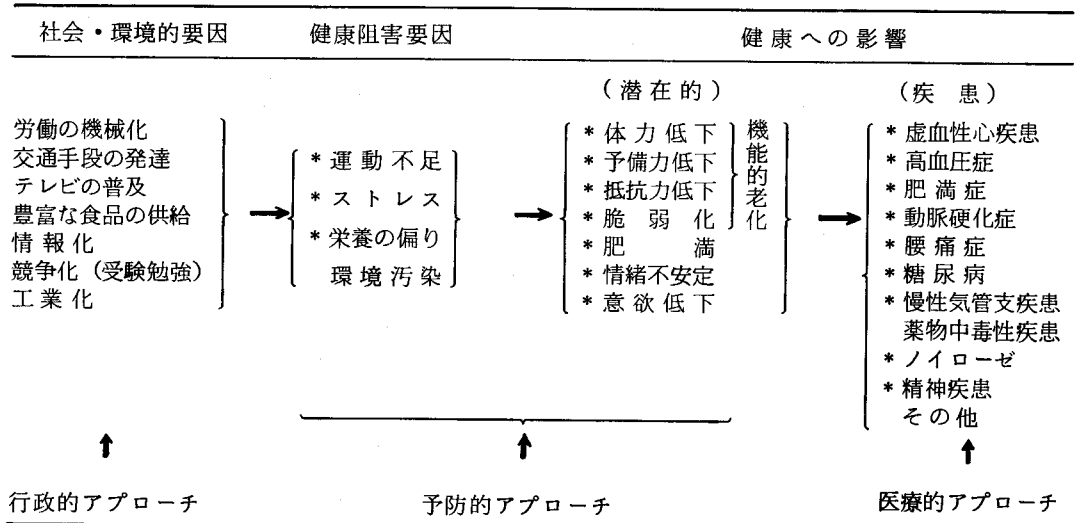
### (1) しのびよる運動不足病

近年になって日本人の生活様式や自然環境や社会環境が急激に変化し、現代における疾病構造の背景について〔表-3〕、筑波大学の池上晴夫教授は、変化した生活条件や環境条件の背景となった社会的要因を示し、これらの条件の変化は人類の歴史というスケールからみれば極めて最近になって急激に起った新しい経験であり、われわれはそれらに対して適応し、防衛する能力を欠いている。だからその影響も顕著であり、このような要因は現代社会における健康上のリスクファクターであり、人体にいろいろな影響をもたらすが要約

すると運動不足、ストレス、栄養の偏りおよび環境汚染である。これらの現代生活のリスクファクターはしばらくの間はその影響を潜在的な範囲にとどめているがやがて各種の疾患として結果があらわれてくるとのべ、これらの健康阻害要因の中で運動不足は特に重要なもので、その影響は深くかつ広範囲にわたるとのべている。運動不足病（Hypokinetic disease）とは運動不足が直接あるいは間接的にその発生に原因しているいくつかの疾患（虚血性心疾患・高血圧症・肥満症・動脈硬化症・腰痛症・糖尿病等）の総称である。また長崎大学の平田文夫博士は長崎新聞昭和56年1月14日付の「運動をしよう」という連載の中で、わが国における虚血性心疾患死、脂肪摂取量、自動車台数、運動不足病の年次推移について〔図-1〕のように表わし、豊さを象徴するモータリゼ

〔表-3〕 現代における疾病構造の背景

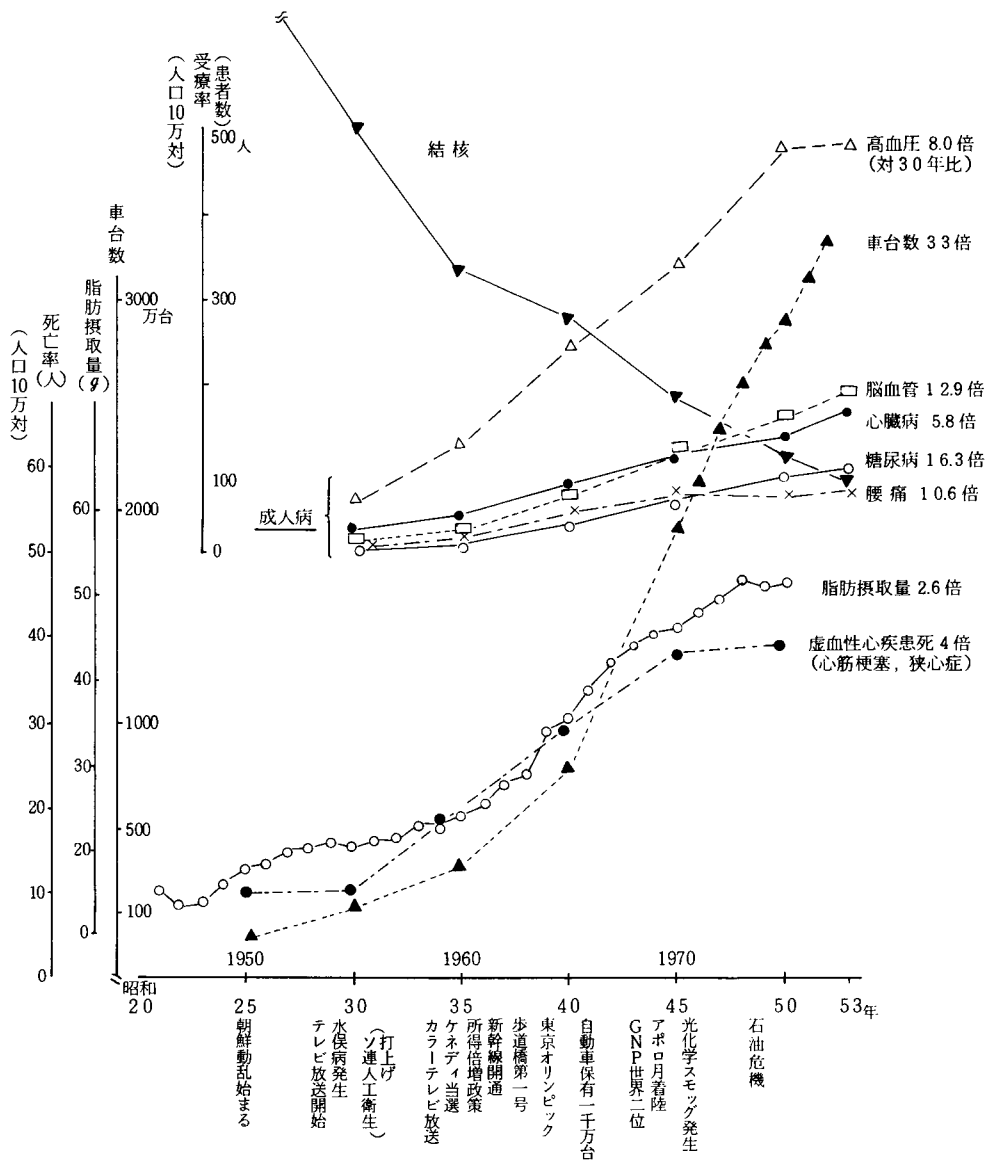
（\*スポーツが有効なもの）



「モダンメディスン 82-12 池上晴夫 しのびよる運動不足病」より

運動不足病時代と地域における社会体育

〔図一〕 わが国における虚血性心疾患死・脂肪摂取量・自動車台数・成人病の年次別推移



ーションの発達や栄養過剰と運動不足病との関係について、一目瞭然とわかる図を示しています。運動不足病の影響が明らかな疾患となって顕在化するまでには長い潜在的な過程がある。運動不足

病は厄介な慢性疾患でありいったん発病すると治りにくく、発病してから治療を始めても効果が限られている。したがって治療よりも予防という原則が対策の基本であり、正しい対策さえすれば疾

病への移行は容易に予防できる、すなわち運動不足病から逃れるためには、正しく「動くこと」「食べること」しかないわけである。医学が進歩し細菌によって起こる病気が激減したなかで運動不足病はゆっくりとしかも確実にふえつづけている。巨万の富と権力を有し世界の名医と薬を集めることのできた海運王オナシスやプレスリー、大平前首相もこの心臓病による死（運動不足病）をどうすることもできなかったのである。

## (2) 身体活動による予防・治療効果

運動不足病のなかで、米国で死因トップ、我が国第3位の心臓病、特に心臓の血管に血の塊がつかまる病気、虚血性心疾患（心筋梗塞、狭心症）に関して、身体運動が予防・治療にいかにも効果があるかを、英国の医師モリス博士の有名な論文により紹介する。ロンドンの2階建てバスの運転手と車掌の心疾患の発生や死亡率を統計的に調査した結果、車掌の方が冠状動脈性疾患の発生率が30%少なく、心筋梗塞は50%少ないことを見いだした。運転手は終日座席に座っているのに対して、車掌は階段を日に幾度となく昇降していることから身体運動の多寡がこの差の原因としてクローズアップされたわけである。この発表以来、身体活動的職業に従事している人々は座業の人よりも、また歩行かスポーツによって日頃より鍛えている人には、そうでない人よりも虚血性心疾患が少ないという報告が相次いでなされている。このような知見によって身体運動と虚血性心疾患の因果関係は動かさないものとなり、この疾患の予防と治

療には、身体運動が欠かせないものであることが医師の常識として認められることになった。

心筋梗塞の発生に関連する要因として、高血圧、高脂血症、喫煙、運動不足、ストレス、肥満、高齢があげられるが、この中で運動不足が特に重要視される理由は、単に運動不足という一つの危険因子の解消にとどまらず他の危険因子を同時に解消する作用がある。すなわち、運動すると催動脈硬化作用のあるといわれる血中脂質、特に低比重リポタンパク（悪玉コレステロール）やトリグリセライドが減少し、抗動脈硬化作用のある高比重リポタンパク〔HDL（善玉コレステロール）〕が増加する。その他、運動には血圧を低下させる作用や、交感神経の緊張を抑えて自律神経のバランスを迷走神経緊張側に移行させる作用もあり、肥満や糖尿病に対しても予防ないし治療の効果があることが知られている腰痛症においても同様なことがいえる。

## (3) 諸外国、我が国における施策および事例研究

米国においては、1960年代、故J. F. ケネディ大統領が「ソフトアメリカン」（柔軟なアメリカ人）という論文を発表し、政令で「体力に関する大統領審議会」を組織し青少年の体力向上の強化に加えて、国民病である心臓病の撲滅に国家的努力を払うことを発表し、青少年に1日15分の激しい運動をという勧告をし、全国民的な生活改善（運動奨励、栄養改善、節煙）を精力的にキャンペーンし続け、20年目にして虚血性心臓病

## 運動不足病時代と地域における社会体育

死の上昇を食い止めるに至っている。また西ドイツにおいては、西ドイツオリンピック協会が中心となり、医学、体育生理学者たちが成人病（文明病）の90%は身体運動によって治る等のアピールを受け入れ官民一体となって全国民が日常生活を通して身体活動を楽しむことのできるスポーツ施設の確保運動（総額1兆数千億円）を実行し、記録や勝利から離れたレクリエーションとしてのスポーツ、体力づくりのためのスポーツ「第2の道」（ゴールデンプラン）として結実している。

我が国においても東京オリンピックを契機として体力のなさが指摘され、体力づくり国民会議が発足し、官民一体となって全ての国民の健康の増進と体力の増強を図ることになったのである。

三木前首相提案の「ライフサイクル」（生涯設計計画）を中心に第3次総合計画における余暇社会の予測ならびに屋外自由活動の増大とその受け皿（施設の整備）をめぐる問題の提起がみられ、またHAW研究会（健康と福祉）の国民健康運動（トリム運動）の提唱や社団法人国民体力づくり運動協会の発足や文部省においては、保健体育審議会答申に基づき「体育・スポーツ普及振興に関する基本方策について」にそって施策をおしすすめているが充分とはいえない。

米国、西独、我が国における施策をのべたが筑波大学国民体力特別研究プロジェクトチームが、一般住民の体力や健康の現状を把握するために、茨城県下大穂町（専業あるいは兼業の農業従事者）において、スポーツやその他の身体活動と体力、健康との関係を明らかにするため追跡調査をおこなった結果を紹介しておく。身体運動が多くを生

理的な有用な効果を得たこと、政府管掌健保の1世帯当りの負担額をみると、調査研究を始めた昭和50年度には大穂町で約5万円であり、周辺諸町村では年々15～20%の増大率、即ち全国の医療費（表-2参照）とほぼ同率で高騰を続けたのに対し、大穂町のそれは増加率が通減し、逆に昭和53年度においては増加率がほとんど0となった。この結果、大穂町の世帯当りの負担額は約6万円であり周辺諸町村のそれより約2万円少い結果となったと報告している。

大瀬戸町・波佐見町の社会体育の現状と課題

1. 大瀬戸町社会体育の現状と課題

(1) 大瀬戸町社会体育の現状

昭和54年度大瀬戸町社会教育要覧によると、教育方針の中に、健康を喜び健全なスポーツ精神の涵養に努め体位と体力の向上をはかることと、社会教育の中に当然とはいえスポーツの重要性を認識した教育方針である。また社会教育費の中でも社会体育費の予算の伸びが大きく48.4%となっている〔表-5〕。また大瀬戸町の体育施設は

〔図-2〕に示すように各地域を考慮した配置であり、学校開放も合せて考える時、日常生活圏域における長崎県体育・スポーツ施設整備基準〔表-6〕と比較して、大幅にうわまわっている。また、昭和61年度完成予定の総合運動場の建設も進行中であり、プールが学校施設として整備されれば、町当局の体育・スポーツ活動の重要性の認識に対し、体育学を学ぶ者として、施設の充実ぶりに関して賞賛をおくりたい。

〔表-5〕 社会教育の予算

(単位：千円)

区 分	町予算総額 A	教育費総額 B	社 会 教 育 費					
			総 額 C	総 務 費	公 民 館 費	セ ン タ ー 費	文 化 財	社 会 体 育
53年度 当初予算	1,780,500	382,771	25,146	10,977	3,411	7,523	312	2,923
54年度 当初予算	2,193,400	292,650	28,441	9,692	5,318	6,061	3,031	4,339
伸 び 率	23.2%	△ 23.5%	13.1%	△ 11.7%	5.6%	△ 19.4%	971.4%	48.4%

現有の施設の設置年月、指導者の有無、使用時間、その他、利用者数を体育・スポーツ施設の概要として〔表-7〕に示した。設置年も51年以降とまだ日が浅く、利用者の数は、比較する対象がないが、単純に各施設の利用者数を年間365日で除しても利用者数は少ないのではなからうか。夜間照明の充実ぶりを考える時、今後利用者は増加するものと考えられる。しかし各施設の共通の

問題点として、町内3ヶ所の運動場は、ソフトボールの使用が中心であり、スポーツ教室、技術講習会等も少ない。テニスコート、体育館、プールにおいては指導者の配置を必ず考慮すべきである。指導者の配置は財政的な面で我が国のもつ最大の欠点でもあるが、施設を十分に機能させるためには、指導者の配置は必要である。町当局のスポーツ活動の重要性の認識に対し賞賛をのべたが、総



運動不足病時代と地域における社会体育

〔表-6〕 日常生活圏域における長崎県体育・スポーツ施設整備基準

人口規模 施設		1 万	2 万	3 万	5 万	7 万	10 万
		屋外 運動場	面積 10,000㎡ 1カ所	面積 10,000㎡ 2カ所	面積 10,000㎡ 2カ所	面積 10,000㎡ 3カ所	面積 10,000㎡ 5カ所
コート	” 1,560㎡ 2カ所	” 1,560㎡ 3カ所	” 2,200㎡ 4カ所	” 2,200㎡ 6カ所	” 2,840㎡ 8カ所	” 2,840㎡ 10カ所	
屋内 運動場	体育館	床面積 720㎡ 1カ所	床面積 720㎡ 2カ所	床面積 720㎡ 2カ所	床面積 720㎡ 3カ所	床面積 720㎡ 4カ所	床面積 720㎡ 5カ所
	柔剣道場	” 200㎡ 1カ所	” 200㎡ 1カ所	” 200㎡ 1カ所	” 200㎡ 1カ所	” 200㎡ 1カ所	” 200㎡ 1カ所
プー ル	水面積 400㎡ 1カ所	水面積 400㎡ 2カ所	水面積 400㎡ 2カ所	水面積 400㎡ 3カ所	水面積 400㎡ 5カ所	水面積 400㎡ 6カ所	

昭和52年8月17日 県スポーツ振興審議会答申より

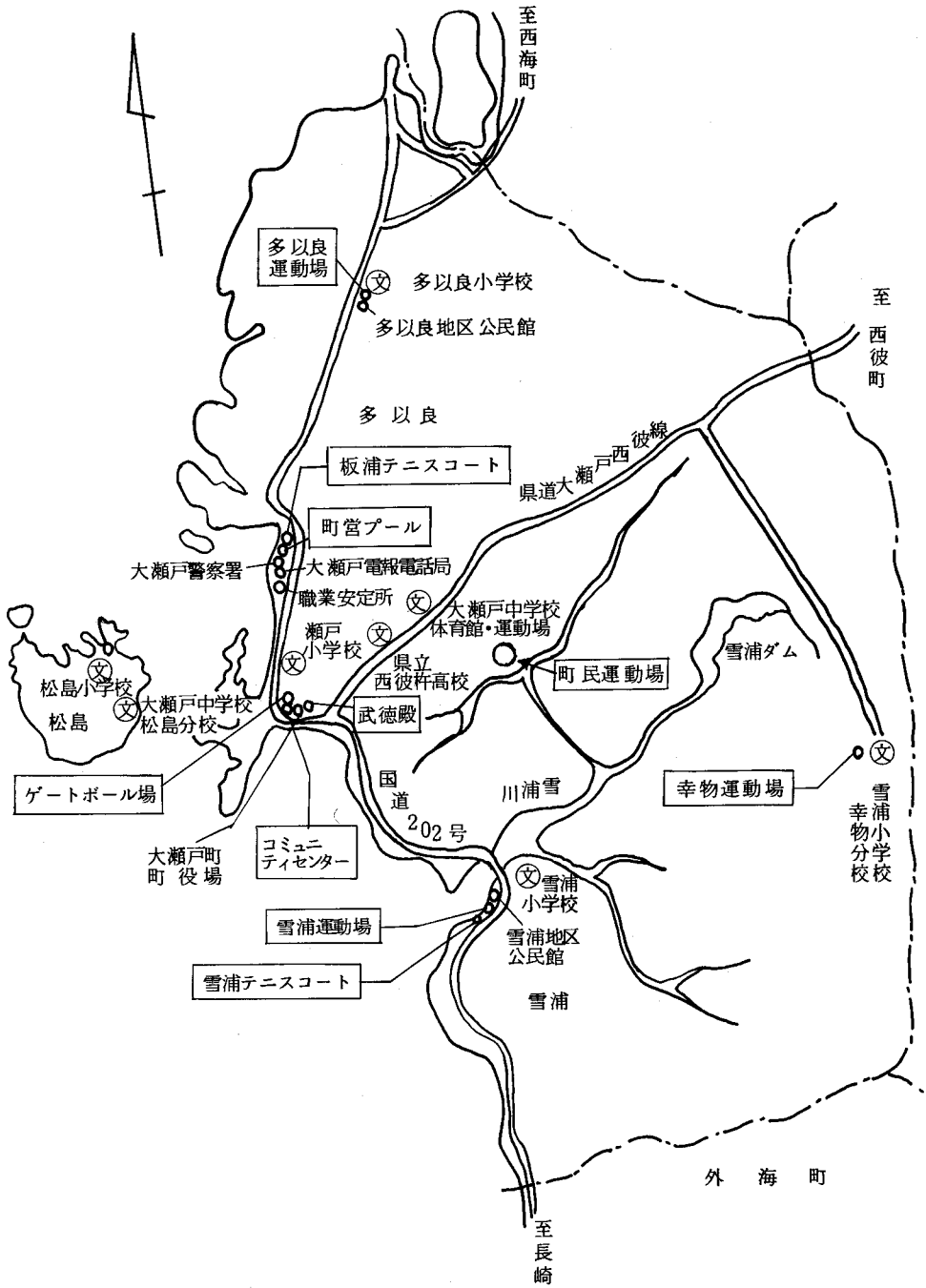
合運動場建設も進行中であり、スポーツ指導員、体育指導委員の充実を含め、施設に常時指導者が配置され地域住民の体育・スポーツの技術指導も含め、健康、体力の相談にも対応できるような態勢ができることを望むものである。

資料は古いが昭和51年度県スポーツ振興審議会答申によると、大瀬戸町における体育・スポーツ関係指導員の現状は〔表-8, 9〕に示すとおりであり、他の町村も充分とはいいがたいが大瀬戸町においては、体育協会との連携等により、スポーツ指導者の充実と体育指導委員の資質の充実を計るべきではなからうか。

それによって、町内の社会体育・スポーツ活動を推進し、スポーツ教室、スポーツクラブの育成

指導を含め日常生活におけるスポーツ活動の定着につながると思われる。体育協会加盟団体名、活動状況、会員数を〔表-10〕、スポーツ行事名を〔表-11〕、昭和55年度の体育協会事業計画を〔表-12〕にあげておく。大瀬戸町の社会体育の現状は施設面では、今後町総合運動場の完成を考えると学校施設としてプールの整備の要望があるが、理想的な整備状況と思う。しかし、施設の活用の面で、行事が中心であり、スポーツ教室等なされているが、利用者数を考える時、日常の体育スポーツ活動において、今後の課題があると思われる。

〔図-2〕 大瀬戸町の体育・スポーツ施設



運動不足病時代と地域における社会体育

〔表-7〕 大瀬戸町体育・スポーツ施設の概要

(S55年度)

施設名	設置年月日	指導者	使用時間	その他	利用者
板浦プール	S49.3	無	7/20～8/31 AM10:00～PM7:00	幼児～一般 幼児用プール 25Mの6コース	(人) 360
板浦テニスコート	51.7	〃	日の出～日没	管理はテニス協会へ委託	790
多以良運動場	54.3	〃	日の出～日没 照明 PM10:00	ソフトボール運動会	4,905
雪浦運動場	54.3	〃	〃	ソフトボール・ゲートボール	5,883
雪浦テニスコート	54.3	〃	日の出～日没	管理はテニス協会 軟式2面	1,400
幸物運動場	54.3	〃	日の出～日没 照明 PM10:00	ソフトボール・運動会・小学校 の専用運動場	3,581
武徳殿	6.4	〃	AM9:00～PM7:00	柔道	238
ゲートボール場	54.3	〃	日の出～日没	ゲートボール	624
中学校体育館	51.3	〃	平日以外 AM6:00～PM9:00	バレーボール・バドミントン・ インディアカ・バスケットボール	1,303
瀬戸小体育館	55.3	〃	〃	〃	800
雪小運動場	32.7	〃	祝・祭・休日 日の出～日没	運動会・ゲートボール	3,150
松小	46.7	〃	〃	〃	2,312
多以良小	32.4	〃	〃	〃	2,724
瀬戸小	30.3	〃	〃	〃	6,643
中学校	50.2	〃	平日以外 日の出～日没	ソフトボール・運動会・野球	16,078

岡 崎 寛

〔表-8〕 市町村別体育指導委員設置状況

昭和51年度長崎県社会体育実態調査

市 町 村 名	指 導 委 員 数	人 口 ( 50 年 度 ) ( 国 勢 調 査 )	体 育 指 導 委 員 1 人 あ た り の 人 口	報 酬 ( 1 人 年 額 )	費 用 弁 償 ( 1 人 年 額 )
県 計	1,028	1,571,912	1,529	—	—
市 計	241	968,086	4,017	—	—
郡 計	787	603,826	767	—	—
長 崎 市	65	450,194	6,926	11,800	10,400
佐 世 保	48	250,729	5,224	10,500	—
島 原	30	45,179	1,506	12,000	4,400
諫 早	20	73,341	3,667	17,500	2,100
大 村	20	60,919	3,046	15,000	—
福 江	18	32,018	1,779	9,375	3,873
平 戸	20	30,728	1,536	9,000	3,000
松 浦 郡	20	24,978	1,249	22,000	3,900
西 彼 杵 郡	221	141,423	640	—	—
香 焼	—	5,506	—	—	—
伊 王 島	10	1,887	189	18,400	5,000
高 島	20	8,232	412	14,400	550
野 母 崎	13	10,693	823	18,000	—
三 和	13	8,510	655	26,000	15,000
多 良 見	10	9,426	943	30,000	20,000
長 与 津	29	18,597	641	20,000	—
時 津 海	20	15,818	791	18,000	2,116
琴 海	17	8,328	490	4,400	10,000
西 彼 海	19	9,705	511	3,000	15,000
西 海 島	13	9,910	762	17,100	11,925
大 崎 戸	11	8,359	760	19,000	12,727
大 瀬 戸	7	4,348	621	6,000	—
大 外 海	15	9,619	641	16,000	4,213
東 彼 杵 郡	24	12,485	520	13,000	5,000
東 彼 杵 郡	33	38,976	1,181	—	—
東 彼 杵 郡	8	10,335	1,292	37,500	14,375
川 棚	15	13,912	927	13,400	—
波 佐 見	10	14,729	1,473	17,000	—
北 高 来 郡	28	32,055	1,145	—	—
森 山	4	5,842	1,461	15,000	25,000
飯 盛	8	7,978	997	11,000	10,000
高 来	8	10,645	1,331	17,600	—
小 長 井	8	7,590	949	22,000	—
南 高 来 郡	168	139,976	833	—	—
有 明	8	12,110	1,514	10,000	10,000
国 見	15	12,407	827	11,000	10,000
瑞 穂	11	6,104	555	10,000	—
吾 妻	15	8,357	557	10,000	—
愛 野	6	4,417	736	11,000	—
千 々 石	13	6,788	522	12,000	—
小 浜	5	16,107	3,221	6,000	3,000
南 串 山	10	5,927	593	6,600	—
加 津 佐	20	10,425	521	30,000	14,069
口 津	15	9,136	609	2,700	12,000

運動不足病時代と地域における社会体育

市 町 村 名	指 導 委 員 数	人 口 ( 50 年 度 ) ( 国 勢 調 査 )	体 育 指 導 委 員 1 人 あ た り の 人 口	報 酬 ( 1 人 年 額 )	費 用 弁 償 ( 1 人 年 額 )
南 有 馬	3	8,414	2,805	26,000	19,000
北 有 馬	10	5,783	578	22,000	14,700
西 有 家	15	10,023	668	5,000	11,000
有 家	12	10,361	863	15,000	6,000
布 津	5	6,018	1,204	10,000	12,000
深 江	5	7,599	1,520	6,000	5,000
北 松 浦 郡	130	84,794	652	—	—
大 島	5	2,753	551	12,000	5,000
生 月	10	10,008	1,001	12,000	8,000
小 値 賀	8	6,374	797	16,000	36,500
宇 久	11	6,689	608	10,000	—
田 平	10	8,921	892	22,800	—
福 島	5	3,923	785	50,000	—
鷹 島	10	4,141	414	8,000	2,000
江 迎	11	7,601	691	13,636	—
鹿 町	16	6,300	394	30,000	12,000
小 佐 々	10	6,800	680	24,000	10,000
佐 々	15	11,035	735	—	7,500
吉 井	10	5,505	551	6,400	—
世 知 原	9	4,744	527	10,000	17,835
南 松 浦 郡	109	72,259	663	—	—
富 江	19	9,306	490	14,000	—
玉 ノ 浦	10	3,883	388	5,000	594
三 井 楽	4	6,329	1,582	10,000	—
岐 宿	7	6,062	866	5,200	2,000
奈 留	7	5,812	830	8,500	—
若 松	—	7,214	—	—	—
上 五 島	15	9,611	641	2,800	5,000
新 魚 目	12	8,305	692	24,000	300
有 川	25	10,058	402	15,000	3,000
奈 良 尾	10	5,679	568	15,000	—
老 岐 郡	36	41,871	1,163	—	—
郷 ノ 浦	10	15,135	1,514	18,200	4,240
勝 本	10	8,982	898	9,430	1,300
芦 辺	9	12,080	1,342	28,889	24,000
石 田	7	5,674	811	14,000	6,000
対 馬	62	52,472	844	—	—
岐 原	12	18,460	1,538	16,200	805
美 津 島	15	9,692	646	12,666	9,980
豊 玉	14	5,790	414	4,800	4,800
峰	6	4,277	713	6,750	9,387
上 県	7	6,305	901	8,700	4,605
上 対 馬	8	7,948	994	14,125	2,875

岡 崎 寛

〔表-9〕市町村別社会体育関係指導者数

昭和51年度 登録者数

種 別 市 町 村 名	ス 指 導 員	野 外 活 動			レ ク リ エ ー ン	ト レ ー ナ ー	合 計
		キ ャ ン プ	テ ィ リ ン グ オ リ エ ン	ユ ホ ス テ ル			
県 計	396	487	206	166	126	99	1,480
市 計	150	299	123	111	120	83	886
郡 計	246	188	83	55	6	16	594
長 崎 県	59	176	34	55	78	46	448
佐 世 保	26	43	42	20	29	14	174
島 原	30	11	10	14		6	71
諫 早	9	35	9	10	4	10	77
大 村	23	20	10	3	9	4	69
福 江	1	8	4	4		7	18
平 戸	1	3	3	2			9
松 浦	1	3	11	3		2	20
西 彼 杵 郡	23	36	15	14	4	7	99
香 焼	1						1
伊 王 島	1						1
高 島	1			1			2
野 母 崎		1		1		1	3
三 和		2	1				3
多 良 見	1		2	3			6
長 与	3	9	2	4	3	4	25
時 津	9	4	3			1	17
琴 海	4	1	4	1	1		11
西 彼 杵 郡	2	2		1			5
西 海	1	2	1				4
大 島		5					5
崎 戸		2		2			4
大 瀬 戸 郡		7		1		1	9
外 海		1	2				3
東 彼 杵 郡	6	3	5	1	1	-	16
東 彼 杵 郡	3	1	1	1	1		7
川 棚	3	2	4				9
波 佐 見							-
北 高 来 郡	5	1	4	1	-	1	12
森 山	4	1					5
飯 盛			4				4
高 来 郡	1			1		1	3
小 長 井							-
南 高 来 郡	57	27	12	19	-	2	117
有 明	4	1	1				6
国 見	9	3	1	2			15
瑞 穂		1					1
吾 妻	3	1					4
愛 野	4	1					5
千 々 石	7	2	1	2			12
小 浜	5	4		9		1	19
南 串 山	2	2	1	2			7

運動不足病時代と地域における社会体育

種別 市町村名	指導員 スポーツ	野 外 活 動			レクリエーション	トレーナー	合計
		キャンプ	テオリエン オリエン	ホス ユース ス			
加津佐	6	5	2			1	14
口ノ津		6	1				7
南有馬		1	2	4			7
北有馬	3						3
西有家	1		1				2
有有家	4		2				6
布津	7						7
深江	2						2
北松浦郡	20	48	37	12	—	4	121
大島	1	1	1				3
生月	3	1					4
小値賀		5	1				6
宇久		5		4			6
田平	1	5	3	1		1	11
福島	1		1				2
鷹島		2					2
江迎	3	9	5	3			20
鹿町	5	10	8	2		2	27
小佐々	1	4	2				7
佐々々		3	8	2		1	14
吉井	2	2	4				8
世知原	3	4	4				11
南松浦郡	104	15	2	2	—	—	123
富江		2					2
玉ノ浦		4					4
三井	2	1					3
岐宿							—
奈留							—
若松	14						14
上五島	28	1	1	1			31
新魚目	18	4	1	1			24
有有川	33	2					35
奈良尾	9	1					10
老岐郡	4	8	4	1	—	1	18
郷ノ浦	2	1	2			1	6
勝本			1	1			2
芦辺	2	7	1				10
石田							—
対馬	27	50	4	5	1	1	88
厳原	10	13	1	5			29
美津島	1	8				1	10
豊玉	5	4	1				10
峰	5	8			1		14
上県	5	9	2				16
上対馬	1	8					9

岡 崎 寛

〔表一〇〕加盟団体名・会員数・活動状況

加盟団体名	会員数	活動状況
バレーボール協会	20チーム 342	大会年4回
ソフトボール協会	30チーム 527	大会年3回
テニス協会	480	大会年4回
陸上クラブ	30	大会への派遣2回
剣道クラブ	140	大会1回 派遣2～3回
柔道クラブ	50	
インディアカクラブ	20	大会1回
バドミントンクラブ	120	大会2回
計	1,709人	

〔表一〇〕スポーツ行事名

スポーツ行事	
ソフトボール大会	3回
バレーボール大会	4回
テニス大会	4回
柔剣道大会	1回
インディアカ大会	1回
バドミントン大会	1回
少年スポーツ大会	1回
運動会	1回
福祉スポーツ大会	1回

〔表一一〕昭和55年度大瀬戸町体育協会事業計画

部門	主な事業	予算配当額	部門	主な事業	予算配当額
バレー ボール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・6人制審判講習会(4.27)長与</li> <li>・バレーボール教室(5.9～6.6)</li> <li>・9人制審判講習会(5.18)長与</li> <li>・春季バレーボール大会(6.16)</li> <li>・郡一般男女9人制選手権(6.29)</li> <li>・地区対抗バレーボール大会</li> <li>・郡婦人団体バレーボール大会(9.7)</li> <li>・郡一般男女6人制大会(9.7)</li> <li>・郡家庭婦人バレー大会(10.26)</li> <li>・秋季バレーボール大会(11.17～)</li> <li>・郡一般男女9人制大会(12.7)</li> </ul>	70,000円	テニス	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地区対抗テニス大会(5月)</li> <li>・春季テニス大会(6月)</li> <li>・秋季選手権大会(9月)</li> <li>・男女混合テニス大会(12月)</li> <li>・新春テニス大会(1月)</li> <li>・その他親善試合</li> <li>・テニス教室 (9.27～毎週土曜)</li> </ul>	50,000円
ソフト ボール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・審判講習会(4.7)</li> <li>・春季ソフトボール大会(4.12～)</li> <li>・会長杯大会(8.18～)</li> <li>・壮年スローピッチ大会</li> <li>・秋季ソフト選手権大会</li> </ul>	80,000	陸上	<ul style="list-style-type: none"> <li>・郡町村対抗駅伝大会(2月)</li> <li>・その他</li> </ul>	30,000
柔道	<ul style="list-style-type: none"> <li>・少年柔道大会</li> <li>・少年剣道大会</li> <li>・郡柔道大会</li> </ul>	50,000	その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バドミントン教室</li> <li>・軟式野球対外試合</li> <li>・その他</li> </ul> ※11月8～9日に開催される県民体育大会に本町よりサッカー(1名),軟式庭球(1名),陸上(3名),ラグビー(23名)が参加予定	120,000



運動不足病時代と地域における社会体育

(2) コミュニティ・スポーツ、健康・体力に関する調査結果からの考察

長崎大学教養部保健体育学教室が、昭和53年6月～10月にかけて、県内のコミュニティ・スポーツ、健康・体力に関する調査を実施しているが、その調査対象として大瀬戸町内においては、瀬戸小、大瀬戸中、西彼杵高校の父兄137名の調査がなされていたので、この調査結果を考察することにより、町民の健康・運動の現状や、体育

・スポーツに対する考え方を把握し、社会体育スポーツの推進に役立てるため、考察を試みることにした。

① 調査対象とその数および職業

調査対象と数を〔表-13〕、職業を〔表-14〕に示した。調査対象が西彼杵高校の父兄においては比較的広範囲であるにせよ、瀬戸地区に片寄せた傾向にあることは否めない。

〔表-13〕 調査対象とその数

対象校	男	女	計
瀬戸小	37	22	59
大瀬戸中	15	24	39
西彼杵高	27	12	39
計	79	58	137

〔表-14〕 職業

職 種	男	女
農 林 漁 業	23(29.1) <sup>%</sup>	9(15.5) <sup>%</sup>
技能, 竹業 職	23(29.1)	6(10.3)
サービスマ	3(3.8)	4(6.9)
事 務	11(13.9)	9(15.5)
小 企 業 主	7(8.9)	3(5.2)
専 門 管 理	8(10.1)	2(3.5)
主 婦	0(0)	21(36.2)
無 職	0(0)	1(1.7)
そ の 他	4(5.1)	3(5.2)
計	79(100)	58(100)

② 健康・運動について

④ 健康について

このことを病気について質問した結果が〔表-15〕である。

男子では、腰痛37.2%、神経痛14.1%、関節痛、胃、十二指腸かいよう11.4%、高血圧10.3%という順になり、特に腰痛が著しく高い

割合となっている。女子でも腰痛は17.2%と最も高く、神経痛、高血圧13.8%、慢性胃炎となっている。労働による一定の姿勢が原因の腰痛もあるだろうが、運動不足が要因となる腰痛が大いにあるのではなかろうか。神経痛も腰痛と関係があるし、高血圧も多くなっていることから、運動不足の人が多いといえよう。また、健康状態について、

岡 崎 寛

項目ごとに特に問題ない、少し問題がある、かなり問題があるという質問をした結果が〔表-16〕である。病気についてと同じように、男女とも腰

痛、肩痛その他関節痛、胃の調子、疲れやすさに少し問題があるという結果がでている。

〔表-15〕 病気について

病 気 名	男				女			
	かとかが つな たい こ	治 入 っ 療 院 た し し な た が か	入 治 院 療 し し て た	計	かとかが つな たい こ	治 入 っ 療 院 た し し な た が か	入 治 院 療 し し て た	計
高 血 圧	70(89.7)	8(10.3)	0( 0)	78(100)	50(86.2)	8(13.8)	0( 0)	58(100)
狭 心 症	78(100)	0( 0)	0( 0)	78(100)	58(100)	0( 0)	0( 0)	58(100)
心筋こうそく	78(100)	0( 0)	0( 0)	78(100)	58(100)	0( 0)	0( 0)	58(100)
その他の心臓病	78(100)	0( 0)	0( 0)	78(100)	58(100)	0( 0)	0( 0)	58(100)
脳 卒 中	78(100)	0( 0)	0( 0)	78(100)	58(100)	0( 0)	0( 0)	58(100)
慢性気管支炎	77(98.7)	1( 1.3)	0( 0)	78(100)	57(98.3)	1( 1.7)	0( 0)	58(100)
ぜ ん そ く	77(98.7)	1( 1.3)	0( 0)	78(100)	57(98.3)	1( 1.7)	0( 0)	58(100)
結 核	76(97.4)	1( 1.3)	1( 1.3)	78(100)	58(100)	0( 0)	0( 0)	58(100)
胃・十二指腸かいよう	68(86.1)	9(11.4)	2( 2.5)	78(100)	54(93.1)	3( 5.2)	1( 1.7)	58(100)
慢 性 胃 炎	72(92.3)	6( 7.7)	0( 0)	78(100)	51(87.9)	6(10.4)	1( 1.7)	58(100)
が ん	78(100)	0( 0)	0( 0)	78(100)	58(100)	0( 0)	0( 0)	58(100)
糖 尿 病	74(94.9)	2( 2.6)	2( 2.6)	78(100)	58(100)	0( 0)	0( 0)	58(100)
腎 臓 病	76(94.7)	0( 0)	2( 2.6)	78(100)	55(94.8)	2( 3.4)	1( 1.7)	58(100)
肝 臓 病	73(93.6)	4( 5.1)	1( 1.3)	78(100)	57(98.3)	1( 1.7)	0( 0)	58(100)
痛 風	74(94.9)	4( 5.1)	0( 0)	78(100)	56(96.6)	2( 3.4)	0( 0)	58(100)
リューマチ熱	78(100)	0( 0)	0( 0)	78(100)	58(100)	0( 0)	0( 0)	58(100)
関 節 痛	69(88.5)	9(11.5)	0( 0)	78(100)	54(93.1)	4( 6.9)	0( 0)	58(100)
腰 痛	48(61.5)	29(37.2)	1( 1.3)	78(100)	57(81.1)	10(17.2)	1( 1.7)	58(100)
神 経 痛	65(83.3)	11(14.1)	2( 2.6)	78(100)	50(86.2)	8(13.8)	0( 0)	58(100)
神経症・ノイローゼ	78(100)	0( 0)	0( 0)	78(100)	57(98.3)	1( 1.7)	0( 0)	58(100)

運動不足病時代と地域における社会体育

〔表-16〕健康状態について

健康状態	男				女			
	特 問 題 な い	少 問 題 が あ る	か 問 題 が あ る	計	特 問 題 な い	少 問 題 が あ る	か 問 題 が あ る	計
食 欲	74(93.7) <sup>%</sup>	4(5.1) <sup>%</sup>	1(1.3) <sup>%</sup>	79(100) <sup>%</sup>	55(94.8) <sup>%</sup>	2(3.4) <sup>%</sup>	1(1.7) <sup>%</sup>	58(100) <sup>%</sup>
睡 眠	72(91.1)	6(7.6)	1(1.3)	79(100)	47(81.0)	10(17.2)	1(1.7)	58(100)
疲 れ や す さ	61(77.2)	16(11.3)	2(2.5)	79(100)	29(50.0)	24(41.4)	5(8.6)	58(100)
運 動 時 の 息 切 れ	68(86.1)	11(13.9)	0(0)	79(100)	43(74.1)	12(20.7)	3(5.2)	58(100)
胃 の 調 子	56(70.9)	21(26.6)	2(2.5)	79(100)	39(67.2)	19(32.8)	0(0)	58(100)
便 通	68(86.1)	10(12.7)	1(1.3)	79(100)	46(79.3)	11(18.9)	1(1.7)	58(100)
か ぜ を ひ き や す い	65(82.3)	12(15.2)	2(2.5)	79(100)	44(75.9)	12(20.7)	2(3.4)	58(100)
腰 痛 ・ 肩 痛 そ の 他 関 節 痛	43(54.4)	32(40.5)	4(5.1)	79(100)	36(62.1)	19(32.8)	3(5.2)	58(100)
肩 こ り	49(62.0)	24(30.4)	6(7.6)	79(100)	23(39.7)	32(55.2)	3(5.2)	58(100)
い ら い ら	61(77.2)	17(21.5)	1(1.3)	79(100)	33(56.9)	20(34.5)	5(8.6)	58(100)
勤 労 意 欲	72(91.1)	7(8.9)	0(0)	79(100)	48(82.8)	10(17.2)	0(0)	58(100)

次に日頃実施している健康法について質問した結果が〔表-17〕である。特に行なっていないが男子78.5%、女子84.5%というように、ほとんどの人が健康法に無関心のようなのである。男子で運動、スポーツ15.2%であるが女子は、8.6%と少なくなっている。運動の満足度に関しては〔表-18〕、大いに満足している、満足している人よ

り、まあまあ満足している、不満である人の方が割合が多くなっている。また運動不足と思う人が運動をしない原因を〔表-19〕に示した。自分の運動に対して不満を持ち、運動をしない原因では時間がない、やる気がしないといった消極的な回答が多くなっている。

〔表-17〕日頃実施している健康法

項 目	男	女
特に行なっていない	62(78.5) <sup>%</sup>	49(84.5) <sup>%</sup>
運 動 , ス ポ ー ツ 等	12(15.2)	5(8.6)
その他(食事療法, 座禅など)	2(2.5)	3(5.2)
無 回 答	3(3.8)	1(1.7)
計	79(100)	58(100)

〔表-18〕運動の満足度

項 目	男	女
大いに満足している	3(3.8) <sup>%</sup>	2(3.5) <sup>%</sup>
満足している	14(17.7)	8(13.8)
まあまあ満足している	31(39.2)	26(44.8)
不 満 で あ る	24(30.4)	18(31.0)
大いに不満である	3(3.8)	1(1.7)
無 回 答	4(5.1)	3(5.2)
計	79(100)	58(100)

〔表-19〕現在運動不足であると思う者の運動をしない原因

項 目	男	女
時間がないから	26(65.0)%	20(47.5)%
場所がないから	3( 7.5)	4( 9.5)
やる気がないから	11(27.5)	11( 6.2)
相手がいないから	0( 0)	2( 4.8)
指導者がいないから	0( 0)	1( 2.4)
やる必要がないから	0( 0)	2( 4.8)
体がわるいから	0( 0)	2( 4.8)
みっともないから	0( 0)	0( 0)
お金がないから	0( 0)	0( 0)
そ の 他	0( 0)	0( 0)
計	40(100)	42(100)

〔表-20〕余暇を利用の意欲

項 目	男	女
あ る	38% (48.1)	32% (55.2)
な い	19 (24.1)	12 (20.7)
わからない	20 (25.3)	11 (18.9)
無 回 答	2 ( 2.5)	3 ( 5.2)
計	79 (100)	58 (100)

③ 余暇活動について

今後やってみたい余暇活動について質問に対する回答が〔表-20〕である。「ある」と回答した人に、具体的に項目をあげてやりたいと思う順に2つ平日、休日、連休または休暇では、というように分けて回答した結果が〔表-21〕である。

今後余暇を利用してやりたいことでは、男子では、平日は休養をし、休日にはつりやスポーツ、連休または休暇には旅行という回答をし、女子では、平日は庭いじり、手芸など趣味活動や家族とだらん、休養をし、休日はスポーツをし、連休または休暇では旅行という回答になっている。

〔表-21〕今後余暇を利用してやりたいと思っていること

項 目	順位											
	1 位					2 位						
	平 日		休 日		連休又は休暇	平 日		休 日		連休又は休暇		
作 業 別	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
ハイキングやキャンプなどの屋外活動	1( 2.7)	0	2( 6.1)	1( 3.1)	1( 2.7)	2( 6.9)	0	0	1( 3.1)	2( 7.1)	6(20.8)	7(29.1)
旅行	1( 2.7)	1( 3.1)	1( 3.0)	1( 3.1)	22(59.5)	16(55.2)	1( 2.9)	1( 3.7)	0	2( 7.1)	5(17.3)	5(20.8)
ご、しょうぎ、マージャンなど	4(10.8)	0	0	0	0	0	2( 5.9)	0	1( 3.1)	1( 3.6)	1( 3.4)	0
休 養	11(29.8)	6(18.8)	4(12.1)	4(12.5)	3( 8.1)	1( 3.4)	12(35.4)	4(14.8)	4(12.5)	2( 7.1)	2( 6.9)	3(12.5)
庭いじり、手芸などの趣味活動	4(10.8)	9(28.1)	3( 9.1)	1( 3.1)	2( 5.4)	3(10.4)	8(23.6)	7(26.0)	5(15.6)	3(10.7)	3(10.4)	1( 4.2)
野球、テニス、バレーボールなどのスポーツ	2( 5.4)	4(12.5)	8(24.2)	8(25.0)	1( 2.7)	0	1( 2.9)	2( 7.4)	1( 3.1)	2( 7.1)	1( 3.4)	0
団体の活動や講習会に参加	2( 5.4)	0	0	1( 6.3)	0	1( 3.4)	1( 2.9)	3(11.1)	0	3(10.7)	1( 3.4)	1( 4.2)
つ り	2( 5.4)	0	9(27.3)	0	3( 8.1)	1( 3.4)	1( 2.9)	0	8(25.0)	0	2( 6.9)	0
家族や子供とだらん	6(16.2)	7(21.9)	4(12.1)	5(15.6)	2( 5.4)	2( 6.9)	5(14.7)	4(14.8)	4(12.5)	5(18.0)	5(17.3)	1( 4.2)
映画、観劇、音楽会など	0	0	0	3( 9.4)	0	0	0	0	1( 3.1)	3(10.7)	1( 3.4)	3(12.5)
パ チ ン コ	0	0	0	0	0	0	0	0	2( 6.3)	0	0	0
買 物 、 訪 問	0	1( 3.1)	2( 6.1)	7(21.9)	2( 5.4)	3(10.4)	0	0	3( 9.4)	5(18.0)	1( 3.4)	3(12.5)
読 書	4(10.8)	4(12.5)	0	0	1( 2.7)	0	3( 8.8)	6(22.2)	2( 6.3)	0	1( 3.4)	0
計	37(100)	32(100)	33(100)	32(100)	37(100)	29(100)	34(100)	27(100)	32(100)	28(100)	29(100)	24(100)

運動不足病時代と地域における社会体育

④ スポーツや運動について

スポーツや運動について、在学中（体育の授業以外）の実施程度〔表-22〕，スポーツや運動の好き、嫌い〔表-23〕，実際にするか好き、嫌い〔表-24〕、テレビ、ラジオの放送をみたり、聞いたりする程度〔表-25〕，スポーツの実施度〔表-26〕というようにいろいろな角度から質問したのから判断し、スポーツや運動は好きであるが、実際にスポーツをしたかというと、時たまとか、ほとんどしなかったという回答が多くなっている。

〔表-22〕在学中スポーツや運動の活動の状況

項目	性別		計
	男	女	
非常によくやった	9 (11.4) <sup>%</sup>	6 (10.4) <sup>%</sup>	15 (61.3) <sup>%</sup>
かなりやった	25 (31.6)	16 (27.6)	41 (29.9)
あまりやらなかった	41 (51.9)	34 (58.6)	75 (54.7)
無回答	4 (5.1)	2 (3.4)	6 (4.4)
計	79 (100)	58 (100)	137 (100)

〔表-24〕スポーツや運動をするのが好きな人

項目	性別		計
	男	女	
好き	40 (78.4) <sup>%</sup>	31 (79.5) <sup>%</sup>	71 (78.9) <sup>%</sup>
好きでもきらいでもない	8 (15.7)	7 (17.9)	15 (16.7)
きらい	3 (5.9)	1 (2.6)	4 (4.4)
計	51 (100)		90 (100)

そしてスポーツを行なわない理由として〔表-27〕暇がない、仕事で疲れてやる気がないと前述した（表-19），運動不足であると思うが運動をしない理由と同じになっている。

スポーツの実施程度〔表-26〕において、たびたび、時たまだと答えた人に対して具体的にその実施種目を平日、休日、連休または休暇と分けて回答してもらった結果が〔表-28〕であり、実施場所についても同じように回答してもらった結果が〔表-29〕である。種目においては、男子では、平日、休日ともソフトボールが多く、体操、テニスの順となっている。

女子では、テニスが多く、体操、バレーボールの

〔表-23〕スポーツや運動の好ききらい

項目	性別		計
	男	女	
好き	48 (60.8) <sup>%</sup>	36 (62.1) <sup>%</sup>	84 (61.3) <sup>%</sup>
好きでもきらいでもない	22 (27.8)	19 (32.8)	41 (29.9)
きらい	7 (8.9)	2 (3.4)	9 (6.6)
無回答	2 (2.5)	1 (1.7)	3 (2.2)
計	79 (100)	58 (100)	137 (100)

順となっている。連休または休暇では、積極的な回答はなされなかった。また実施場所においては、平日、休日、連休および休暇とも学校外の公共施設での実施が多く、あと家の庭や周辺、学校、男子では道路や空地も使われている。

実施種目、実施場所について実施時間を回答し

てもらった結果が〔表-30〕である。

スポーツ実施時間帯は、男子では平日の勤務時間後が多く、次に平日の早朝（出勤前）と続き、女子では平日の午前中、平日の勤務時間後、平日の夜間と男女ともに平日の実施が多くなっている。その実施時間〔表-31〕では1時間から2時間が多く、男子で20分以下の回答もかなり多くなっている。

また、スポーツの実施程度（表-27）でたびたび、時々と回答した人にスポーツをする

〔表-25〕 テレビやラジオのスポーツ放送をどの程度みたりきいたりするか

項目	性別		計
	男	女	
ほとんど毎日	21(26.6)	3(5.2)	24(17.5)
た び た び	35(44.3)	19(32.8)	54(39.4)
と き ど き	17(21.5)	26(44.8)	43(31.4)
ほとんどない	4(5.1)	8(13.8)	12(8.8)
無 回 答	2(2.5)	2(3.4)	4(2.9)
計	79(100)	58(100)	137(100)

〔表-26〕 スポーツの実施程度

項目	性別		計
	男	女	
たびたび（1週間に2～3回）	5(6.3)	6(10.3)	11(8.0)
ときたま（2週間に2～3回）	22(27.8)	8(13.8)	30(21.9)
ほとんどしなかった（1年に12回）	31(39.3)	23(39.7)	54(39.4)
したいと思ったができなかった	10(12.7)	15(25.9)	25(18.3)
しなかつたと思わなかつた	9(11.4)	5(8.6)	14(10.2)
無 回 答	2(2.5)	1(1.7)	3(2.2)
計	79(100)	58(100)	137(100)

理由を回答してもらったのが〔表-32〕である。

男女とも、楽しみや気晴しのためが多く36.2%を占めている。健康のためが次に多く、体力養成、精神力養成、仲間づくりと続いている。次にスポーツ団体、クラブ加入の有無および種目であるが〔表-33〕、男女とも加入者は少なく、種目では男子でテニス、ソフトボール、剣道、女子は、バレーボール、テニスとなっている。

〔表-27〕 スポーツを行なわない理由（2つ選択）

項目	性別		計
	男	女	
体が弱く体力がない	1(2.0)	5(11.6)	6(6.5)
好きでない	7(14.0)	4(9.3)	11(11.8)
近くに施設がない	5(10.0)	5(11.6)	10(10.8)
費用がかかりすぎる	0	0	0
まわりの人の理解がない	0	1(2.3)	1(1.1)
運動がへた	8(16.0)	6(14.0)	14(15.1)
仲間がいない	2(4.0)	5(11.6)	7(7.5)
指導者がいない	1(2.0)	4(9.3)	5(7.5)
暇がない	38(76.0)	30(69.8)	68(73.1)
仕事で疲れてやる気がしない	27(54.0)	23(53.8)	50(53.8)
計	50(100)	43(100)	93(100)

運動不足病時代と地域における社会体育

〔表-28〕スポーツを行なった人の種目

項目	平日		1 位				2 位					
	順位		休日		連休または暇		平日		休日		連休または暇	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
野 球	2(7.7)	0	2(10.0)	0	2(14.4)	0	0	0	0	0	0	0
バレーボール	1(3.8)	3(16.6)	1(5.0)	4(30.7)	0	2(16.7)	2(10.0)	0	0	0	0	0
バスケットボール	0	0	0	0	2(14.4)	0	0	0	0	0	0	0
テ ニ ス	3(11.6)	5(27.7)	2(10.0)	3(23.1)	1(7.1)	1(8.3)	3(15.0)	0	1(5.6)	0	1(7.7)	1(16.7)
卓球(ピンポン)	2(7.7)	1(5.6)	0	0	0	0	0	1(9.1)	2(11.1)	0	1(7.7)	1(16.7)
散 歩	0	1(5.6)	2(10.0)	0	0	0	1(5.0)	1(9.1)	2(11.1)	0	2(15.4)	0
体操(ラジオ体操, 美容体操)	5(19.3)	3(16.6)	1(5.0)	1(7.7)	1(7.1)	3(25.0)	0	2(18.2)	0	0	0	0
陸上競技	2(7.7)	1(5.6)	0	0	1(7.1)	1(8.3)	1(5.0)	1(9.1)	1(5.6)	0	0	1(16.7)
フォークダンス 民 謡	0	1(5.6)	0	0	0	0	1(5.0)	1(9.1)	0	1(25.0)	1(7.7)	0
ゴ ル フ	0	0	1(5.0)	0	0	0	0	1(5.6)	0	0	0	0
ボーリング	0	0	0	0	1(7.1)	0	0	0	0	0	0	0
バドミントン	0	1(5.6)	0	1(7.7)	0	0	0	1(9.1)	2(15.6)	1(25.0)	0	1(16.7)
ス キ ー	0	0	0	0	1(7.1)	0	0	0	0	0	0	0
水泳・海水浴	0	0	0	0	0	0	0	1(5.6)	1(25.0)	2(15.4)	0	0
剣 道	1(3.8)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
柔 道	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
す も う	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
サイクリング	0	0	0	1(7.7)	0	2(16.7)	0	0	0	0	0	0
ハイキング, オリ エンテーリング, 登山	0	0	0	0	1(7.1)	2(16.7)	0	0	0	0	1(7.7)	1(16.7)
キャンプ	0	0	1(5.0)	0	0	0	0	0	0	0	0	0
なわとび	0	2(11.1)	0	0	0	0	1(5.0)	1(9.1)	0	0	0	0
か け 足	0	0	0	2(15.4)	0	0	2(10.0)	2(18.2)	1(5.6)	1(25.0)	1(7.7)	0
キャッチボール	1(3.8)	0	2(10.0)	0	1(7.1)	0	1(5.0)	0	2(11.1)	0	1(7.7)	1(16.7)
ソフトボール	7(26.9)	0	8(40.0)	1(7.7)	3(21.5)	1(8.3)	3(15.0)	1(9.1)	3(16.4)	0	1(7.7)	0
筋力トレーニング	2(7.7)	0	0	0	0	0	2(10.0)	0	1(5.6)	0	1(7.7)	0
体力づくり トレーニング	0	0	0	0	0	0	3(15.0)	0	1(5.6)	0	1(7.7)	0
	26(100)	48(100)	20(100)	13(100)	14(100)	12(100)	20(100)	11(100.1)	18(100)	4(100)	13(100.1)	6(100.2)

岡 崎 寛

〔表-29〕スポーツを行った人の実施場所

項目	順位		1 位						2 位					
	平日	休日	平 日		休 日		連休又は休暇		平 日		休 日		連休又は休暇	
			男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
家の庭や周辺	7%	7%	2%	2%	3%	0%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	1%	
	(26.9)	(38.9)	(10.0)	(15.4)	(21.4)	0	(12.5)	(25.0)	(16.7)	(33.3)	(22.2)	(16.7)		
道路や空地	3	1	4	1	0	0	3	2	0	2	0	2		
	(11.5)	(5.6)	(20.0)	(7.7)	0	0	(18.7)	(25.0)	0	(33.3)	0	(33.3)		
学 校	6	4	3	4	2	2	4	1	4	0	2	0		
	(23.1)	(22.2)	(15.0)	(30.7)	(14.3)	(18.2)	(25.0)	(12.5)	(33.4)	0	(22.2)	0		
学校外の施設	7	4	10	3	4	4	0	2	1	2	1	2		
	(26.9)	(22.2)	(50.0)	(23.1)	(28.7)	(36.3)	0	(25.0)	(8.3)	(33.3)	(11.1)	(33.3)		
公民館	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0		
	(3.9)	0	0	0	(7.1)	(9.1)	(6.3)	0	(8.3)	0	0	0		
寺、神社の境内	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0		
	0	0	0	0	(7.1)	0	(6.3)	0	0	0	0	0		
勤務先の施設	2	2	1	2	0	3	3	1	1	0	0	0		
	(7.7)	(11.1)	(5.0)	(15.4)	0	(27.3)	(18.7)	(12.5)	(8.3)	0	0	0		
ボーリング場、ゴルフ場など商業施設	0	0	0	0	2	0	0	0	2	0	1	0		
	0	0	0	0	(14.3)	0	0	0	(16.7)	0	(11.1)	0		
スキー場、海、山、川など屋外	0	0	0	1	1	1	2	0	1	0	3	1		
	0	0	0	(7.7)	(7.1)	(9.1)	(12.5)	0	(8.3)	0	(33.3)	(16.7)		
計	26	18	20	13	14	11	16	8	12	6	9	6		
	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)		

〔表-30〕スポーツ実施時間帯

項目	性別	男	女	計
平日の早朝（出勤前）		6(20.7)%	0%	6(12.8)%
平日の昼休み		1(3.4)	0	1(2.1)
平日の勤務時間後		9(31.1)	4(22.2)	13(27.7)
平日の午前中		1(3.4)	7(38.8)	8(17.0)
平日の午後		3(10.4)	1(5.6)	4(8.5)
平日の夜間		1(3.4)	3(16.7)	4(8.5)
休日の早朝		2(6.9)	0	2(4.3)
休日の午前中		1(3.4)	0	1(2.1)
休日の午後		3(10.0)	2(11.1)	5(10.6)
土曜日の午前		0	0	0
土曜日の午後		2(6.9)	1(5.6)	3(6.4)
計		29(100)	8(100)	47(100)



運動不足病時代と地域における社会体育

〔表-31〕 平日における運動実施時間

項目	性別	男	女	計
20分以下		11(33.3)%	5(26.3)%	16(30.8)%
30分ぐらい		4(12.1)	2(10.5)	6(11.5)
1時間～2時間		15(45.5)	10(52.7)	25(48.1)
2時間以上		3(9.1)	2(10.5)	5(9.6)
計		33(100)	19(100)	52(100)

〔表-32〕 スポーツをする理由

項目	性別	男	女	計
楽しみや気晴らしのため		26(36.6)%	15(35.8)%	41(36.2)%
精神力をやしなうため		6(8.5)	3(7.1)	9(8.0)
体力をやしなうため		12(16.9)	4(9.5)	16(14.2)
健康のため		23(32.4)	11(26.2)	34(30.1)
美容のため		0	2(4.8)	2(1.8)
仲間ができるから		3(4.2)	4(9.5)	7(6.2)
勝利や記録を得るため		0	0	0
肥満防止		1(1.4)	3(7.1)	4(3.5)
老化防止		0	0	0
計		71(100)	42(100)	113(100)

〔表-33〕 スポーツ、団体、クラブ加入の有無および種目

項目	性別	男	女	計
はいっている		12(15.2)%	10(17.2)%	22(16.1)%
はいっていない		61(77.2)	39(67.3)	100(73.0)
無回答		6(7.6)	9(15.5)	15(10.9)
計		79(100)	58(100)	137(100)
所属 種目	地域		職場	
	男	女	男	女
種目別	テニス 2	バレーボール 3	野球 2	なし
	剣道 1	テニス 4		
	ソフトボール 3			
	(6)	(7)	(2)	

⑤ スポーツの大会や行事への参加について

地域で行なわれたスポーツ大会や行事に参加したことがあるか〔表-34〕，また参加した理由を〔表-35〕で回答してもらった結果である。約半数の人が参加し，参加した理由として，運動をす

ることが好きだからも多いが，毎年出場しているから，役員や係の人に頼まれたからもちろ高い参加の理由となっている。参加しなかった理由〔表-36〕では，参加する暇がなかった，仕事で疲れてやる気がしなかったと回答している。

〔表-34〕 スポーツの大会や行事への参加有無

( )は%

項目	性別	男	女	計
参 加 し た		41 ( 51.9 )	28 ( 48.8 )	69 ( 50.4 )
参 加 し な か っ た		32 ( 40.5 )	23 ( 39.6 )	55 ( 40.1 )
無 回 答		6 ( 7.6 )	7 ( 12.1 )	13 ( 9.9.5 )
計		79 ( 100 )	58 ( 100 )	137 ( 100 )

〔表-35〕 参加した理由

( )は% ( 2つ選択 )

項目	性別	男	女	計
運動することが好きだから		17 ( 41.5 )	13 ( 46.4 )	30 ( 43.5 )
その運動が好きだから		11 ( 26.8 )	7 ( 25.0 )	18 ( 26.1 )
順番がまわってきたから		4 ( 9.8 )	4 ( 14.3 )	8 ( 11.6 )
くじ引きであたったから		1 ( 2.4 )	1 ( 3.6 )	2 ( 2.9 )
毎年出場しているから		23 ( 56.1 )	13 ( 46.4 )	36 ( 52.2 )
役員や係の人にたのまれたから		19 ( 46.8 )	16 ( 57.1 )	35 ( 50.7 )
出ないと人にうるさくいわれるから		0 ( )	1 ( 3.6 )	1 ( 1.4 )
家のものにすすめられたから		2 ( 4.9 )	2 ( 7.1 )	4 ( 5.8 )
計		41 ( 100 )	28 ( 100 )	69 ( 100 )

〔表-36〕 参加しなかった理由

( )は% ( 2つ選択 )

項目	性別	男	女	計
家のものが反対した		0	0	0
運動することがきらいだから		5 ( 15.6 )	2 ( 8.7 )	7 ( 12.7 )
運動がへただから		11 ( 34.4 )	4 ( 17.4 )	15 ( 27.8 )
参加するひまがなかったから		19 ( 59.4 )	14 ( 60.9 )	33 ( 60.0 )
体が弱かったから		3 ( 9.4 )	4 ( 17.4 )	7 ( 12.7 )
仕事疲れてやる気がしなかった		9 ( 28.1 )	8 ( 34.8 )	17 ( 30.9 )
計		32 ( 100 )	23 ( 100 )	55 ( 100 )

⑥ 今後やってみたいスポーツや運動について

今後スポーツ運動をもっとしたいと思っているかを回答してもらった結果が〔表-37〕であり，

やってみたい種目を〔表-38〕に，またもっとスポーツ運動をするために必要なことについて〔表-39〕に示した。

運動不足病時代と地域における社会体育

〔表-38〕 今後もやってみたい種目

( )は%

種 目 別	順位 平日・休日 性別		1 位						2 位					
			平 日		休 日		連休又は休暇		平 日		休 日		連休又は休暇	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
野 球	3 (7.5)	2 (5.9)	5 (12.8)	1 (3.4)	1 (3.2)	1 (3.4)	0	0	1 (2.8)	0	0	0	0	0
バレーボール	2 (5.0)	3 (8.8)	0	3 (10.4)		3 (10.4)	1 (3.0)	2 (6.7)	2 (5.6)	4 (15.5)	0	2 (7.4)	0	2 (7.4)
バスケットボール	0	0	0	0		0	1 (3.0)	1 (3.3)	0	0	0	0	0	1 (3.7)
テ ニ ス	6 (15.0)	4 (11.8)	5 (12.8)	3 (10.4)	3 (9.7)	2 (6.9)	2 (6.1)	1 (3.3)	1 (2.8)	4 (15.5)	1 (3.7)	1 (3.7)	1 (3.7)	1 (3.7)
卓 球	3 (7.5)	3 (8.8)	1 (2.6)	2 (6.9)		3 (10.4)	1 (3.0)	1 (3.3)	2 (5.6)	3 (11.5)	0	0	0	0
散 歩	2 (5.0)	4 (11.8)	3 (7.7)	3 (10.4)		1 (3.4)	6 (18.3)	0	1 (2.8)	1 (3.8)	2 (7.4)	1 (3.7)	2 (7.4)	1 (3.7)
体 操 (ラジオ・美容体操)	7 (17.5)	6 (17.6)	2 (5.1)	2 (6.9)	1 (3.2)	2 (6.9)	3 (9.1)	5 (16.8)	1 (2.8)	5 (19.3)	0	1 (3.7)	0	1 (3.7)
陸上競技 (運動会)	0	2 (5.9)	1 (2.6)	0		0	0	0	0	0	0	1 (3.7)	0	0
フォークダンス 民 謡	0	1 (2.9)	0	3 (10.4)		3 (10.4)	1 (3.0)	1 (3.3)	0	1 (3.8)	0	0	0	0
ゴ ル フ	0	0	4 (10.2)	0	4 (12.9)	0	1 (3.0)	1 (3.3)	2 (5.6)	1 (3.8)	1 (3.7)	2 (7.4)	1 (3.7)	2 (7.4)
ボーリング	0	0	2 (5.1)	0	1 (3.2)	0	1 (3.0)	1 (3.3)	3 (8.2)	1 (3.8)	2 (7.4)	2 (7.4)	0	0
バドミントン	0	2 (5.9)	0	2 (6.9)		1 (3.4)	3 (9.1)	5 (16.8)	2 (5.6)	2 (7.7)	2 (7.4)	2 (7.4)	1 (3.7)	1 (3.7)
ス キ ー	1 (2.5)	0	0	0		0	0	0	1 (2.8)	0	1 (3.7)	4 (14.8)	1 (3.7)	4 (14.8)
水泳・海水浴	0	0	1 (2.6)	0	1 (3.2)	1 (3.4)	0	0	2 (5.6)	0	0	0	0	0
剣 道	0	0	0	0		0	1 (3.0)	0	0	0	0	0	0	0
柔 道	0	0	0	0		0	0	0	0	0	0	0	0	0
す も う	0	0	1 (2.6)	0	1 (3.2)	0	0	0	2 (5.6)	0	1 (3.7)	0	1 (3.7)	0
サイクリング	0	0	0	2 (6.9)		3 (10.4)	0	0	0	0	1 (3.7)	0	1 (3.7)	0
ハイキング・オリエン テーリング・登山	0	0	3 (7.7)	4 (13.8)	6 (19.5)	4 (13.8)	0	1 (3.3)	1 (2.8)	1 (3.8)	2 (7.4)	2 (7.4)	6 (22.3)	6 (22.3)
カ ャ ン プ	0	0	0	0	1 (3.2)	5 (17.2)	0	0	0	1 (3.8)	3 (11.2)	3 (11.2)	1 (3.7)	1 (3.7)
な わ と び	1 (2.5)	6 (17.6)	0	1 (3.4)		0	1 (3.0)	6 (20.0)	0	0	1 (3.7)	1 (3.7)	1 (3.7)	0
か け 足	2 (5.0)	1 (2.9)	1 (2.6)	1 (3.4)	1 (3.2)	0	2 (6.1)	4 (13.3)	1 (2.8)	2 (7.7)	2 (7.4)	2 (7.4)	1 (3.7)	1 (3.7)
キャッチボール	5 (12.5)	0	3 (7.7)	0	3 (9.7)	0	3 (9.1)	1 (3.3)	3 (8.2)	0	1 (3.7)	1 (3.7)	1 (3.7)	1 (3.7)
ソフトボール	2 (5.0)	0	5 (12.8)	1 (3.4)	3 (9.7)	0	3 (9.1)	0	8 (22.2)	0	2 (7.4)	2 (7.4)	0	0
筋力トレーニング	2 (5.0)	0	0	0		0	0	0	0	0	2 (7.4)	2 (7.4)	1 (3.7)	1 (3.7)
体 力 づ く り ト レ ー ニ ン グ	4 (10.0)	0	2 (5.1)	1 (3.4)	5 (16.1)	0	3 (9.1)	1 (3.3)	3 (8.2)	0	2 (7.4)	2 (7.4)	4 (14.8)	4 (14.8)
計	40 (100.0)	34 (100.0)	39 (100.0)	29 (100.0)	31 (100.0)	29 (100.0)	33 (100.0)	30 (100.0)	36 (100.0)	26 (100.0)	27 (100.0)	27 (100.0)	27 (100.0)	27 (100.0)

〔表-37〕 今後のスポーツ活動要求度 ( )は%

項目	性別	男	女	計
非常にしたいと思っている		9 ( 11.4 )	6 ( 10.8 )	15 ( 10.9 )
できればしたい		50 ( 63.3 )	37 ( 63.8 )	87 ( 63.5 )
したいとは思わない		16 ( 20.2 )	11 ( 19.0 )	27 ( 19.7 )
無 回 答		4 ( 5.1 )	4 ( 6.9 )	8 ( 5.8 )
計		79 ( 100 )	58 ( 100 )	137 ( 100 )

〔表-39〕 今後スポーツや運動をするために必要なこと ( )は%( 2つ選択 )

項目	性別	男	女	計
もっと経済的に楽になればよい		9 ( 11.4 )	10 ( 17.2 )	( 13.9 )
もっと時間的なひまがほしい		52 ( 65.8 )	37 ( 63.8 )	( 65.0 )
もっと仕事や通勤が楽になればよい		16 ( 20.3 )	9 ( 15.5 )	( 18.2 )
もっとまわりの人の理解がほしい		4 ( 5.1 )	1 ( 1.7 )	( 3.6 )
もっと使える場所がほしい		16 ( 20.3 )	10 ( 17.2 )	( 19.0 )
手軽に参加できる行事があればよい		18 ( 22.8 )	15 ( 25.9 )	( 24.1 )
指導者がほしい		3 ( 3.8 )	9 ( 15.5 )	( 8.8 )
手軽に入れるクラブがあればよい		5 ( 6.3 )	9 ( 15.5 )	( 10.2 )
計		79 ( 100 )	58 ( 100 )	( 100 )

非常にしたいと思っている10.9%、できればしたい63.6%と今後スポーツや運動をしたいという要求は強いといえる。その種目であるが男子では、平日は体操、テニス、休日は、テニス、ゴルフ、連休または休暇ではハイキング、オリエンテーリング、登山が多く、体力づくりトレーニング、ゴルフと続いている。女子では、平日は、体操、なわとび、テニス、散歩、バドミントン、休日は、ハイキング、体操、テニス、バレーボール、連休または休暇では、キャンプ、ハイキング、登山などが多くなっている。それらをやるために必要なことでは、もっとひまがほしいが65.0%と最も多く、手軽に参加できる行事があればよい24.1

%、もっと使える場所がほしい、仕事か通勤が楽になればよいと続いている。

### ⑦ 地域のスポーツについて

地域のスポーツをさかんにするために何が大切であるかたずねた結果が〔表-40〕である。

場所や施設がスポーツをさかんにするうえで大切なことは理解できるが、暇な時間、生活のゆとりも大切な要因となっている。あと仲間やグループ、スポーツに対する意識の向上、指導者の順になっている。次に指導者について、要望の有無〔表-41〕、望まれる指導者像を〔表-42〕に示した。半数以上の人が指導者がいた方が良いと回

運動不足病時代と地域における社会体育

答し、技術の指導でもあるがグループの面倒をみてくれる人を望んでいるようである。

〔表-40〕スポーツをさかんにするため大切なこと

( )は%(2つ選択)

項目	性別	男	女	計
ひまな時間		21 ( 26.6 )	17 ( 29.3 )	38 ( 27.7 )
場所や施設		36 ( 45.6 )	25 ( 43.1 )	61 ( 44.5 )
生活のゆとり		19 ( 24.1 )	22 ( 37.9 )	41 ( 29.9 )
仲間やグループ		14 ( 17.7 )	13 ( 22.4 )	27 ( 19.7 )
用具		4 ( 5.1 )	3 ( 5.2 )	7 ( 5.1 )
大会や行事		7 ( 8.9 )	3 ( 5.2 )	10 ( 7.3 )
指導者や世話をする人		17 ( 21.5 )	10 ( 17.2 )	27 ( 19.7 )
スポーツに対する意識の向上		20 ( 25.3 )	11 ( 19.0 )	31 ( 22.6 )
いつ、どこで、何があるかのPRが必要		3 ( 3.8 )	4 ( 6.9 )	6 ( 4.4 )
計		79 ( 100.0 )	58 ( 100 )	137 ( 100 )

〔表-41〕運動やスポーツをするうえで指導者の要望の有無

( )は%

項目	性別	男	女	計
ほしい		41 ( 51.9 )	36 ( 62.1 )	77 ( 56.2 )
ほしいと思わない		28 ( 35.4 )	19 ( 32.7 )	47 ( 34.3 )
無回答		10 ( 12.7 )	3 ( 5.2 )	13 ( 9.5 )
計		79 ( 100 )	58 ( 100 )	137 ( 100 )

〔表-42〕望まれる指導者像

( )は%

項目	性別	男	女	計
技術の指導をしてくれる人		22 ( 53.6 )	17 ( 47.2 )	39 ( 50.6 )
施設の世話をしてくれる人		4 ( 9.8 )	5 ( 13.9 )	9 ( 11.7 )
グループの面倒をみてくれる人		11 ( 26.8 )	11 ( 30.6 )	22 ( 28.6 )
試合やゲームの審判やコーチをしてくれる人		4 ( 9.8 )	3 ( 8.3 )	7 ( 9.1 )
計		41 ( 100 )	36 ( 100 )	77 ( 100 )

岡 崎 寛

最後に学校開放についての意見を聞いた結果を〔表-43〕に示した。学校開放より地域住民のための別のスポーツ施設をつくるべきだという意見

が多く、児童・生徒にもっと使わせるべきだという意見もかなり多くなっている。

〔表-43〕 学校開放についての意見

( )は%

項目 \ 性別	男	女	計
積極的に開放すべきだ	11 ( 13.9 )	12 ( 16.8 )	23 ( 16.8 )
学校開放より児童・生徒にもっと使わせるべきだ	15 ( 19.0 )	7 ( 16.1 )	22 ( 16.1 )
夜間・日曜日のみ開放された方がよい	7 ( 8.9 )	6 ( 9.5 )	13 ( 9.5 )
管理面など問題が多いので開放しない方がよい	3 ( 3.8 )	2 ( 3.6 )	5 ( 3.6 )
学校開放より地域住民のためにスポーツ施設をつくるべきだ	32 ( 40.5 )	27 ( 43.1 )	59 ( 43.1 )
無 回 答	11 ( 13.9 )	4 ( 10.9 )	15 ( 10.9 )
計	79 ( 100 )	58 ( 100 )	137 ( 100 )

運動不足病時代と地域における社会体育

(3) 大瀬戸町総合運動場建設計画の概要

大瀬戸町総合運動場建設計画の概要

- ◎ 建設予定場所 西彼杵郡大瀬戸町瀬戸西濱郷
- ◎ 用地買収面積 75,899 m<sup>2</sup> 地権者 64 名
- ◎ 用途別計画面積

種 別	面 積	備 考
主 競 技 場	21,634 m <sup>2</sup>	トラック一周 400m 野球 ソフト サッカー兼用
テニスコート	4,936	5面 一面硬式
サブグラウンド	10,470	ソフトボール場兼用
駐 車 場	4,660	収容台数 178台
家 族 広 場	4,807	フィールドアスレテックス設置 その他
体 育 館 用 地	5,406	建物延面積 4,885 <sup>77</sup> m <sup>2</sup>

- ◎ 事業の開始及び完成の時期 財源内訳
 

昭和57年8月 1日	総工費	1,894,124千円
昭和61年3月31日	起債	1,520,000千円
- ◎建設年次
 

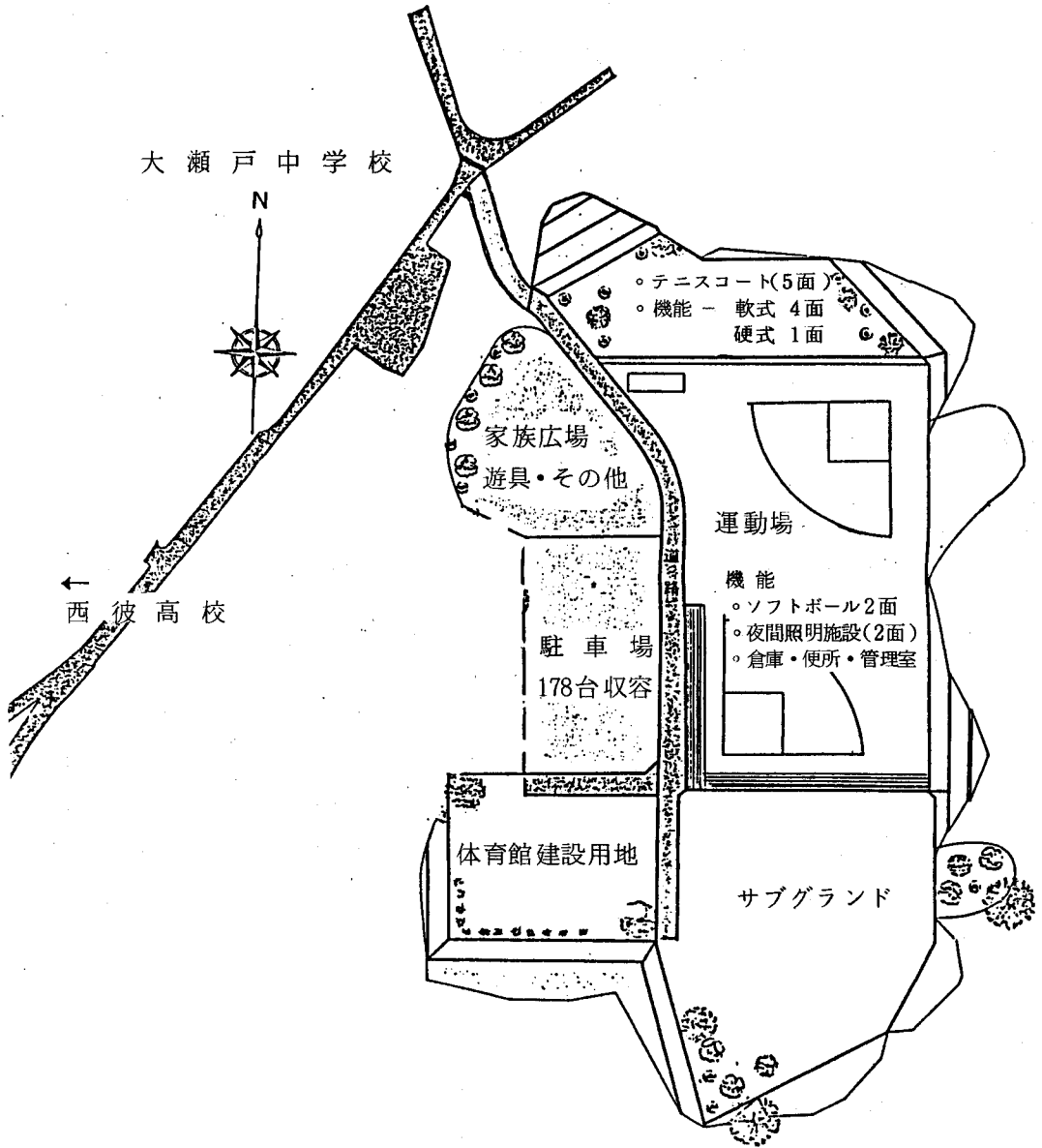
土地造成 排水施設 (昭和57年度～昭和58年度)	一般財源	232,244千円
施設の建設 (昭和59年度)	補助金	140,980千円
体育館建設 (昭和58年度～昭和59年度)		(体育館建設補助金)

昭和58年11月着工

工 費 8億3千9百万円

工 期 昭和58年11月7日から昭和60年1月31日まで

〔 図 - 3 〕 大瀬戸町総合運動場完成図





## 運動不足病時代と地域における社会体育

### 大瀬戸町の総合運動場の概要と完成図〔図-3〕

を示したが、総合運動場（名称としては総合運動公園が良いと思う）は、施設の種類、配置において住民の要望も多く組み入れられ理想的である。特に家族広場があり家族でスポーツを楽しめるという点が配慮されていることは大いに評価できる。将来の計画としては住民の調査にプールの建設を望む親が多く出ているので総合運動公園内にプールを建設したらより良いと思う。体育施設の建設には多大な経費が必要となるが住民の健康生活の達成、特に運動不足病がクローズアップされる時医療費の上昇を考えると近い将来健康の保持増進のため重要な役割を果たすと確信する。しかし、施設が十分に機能するためには、いかに利用されるかである。住民のニーズに合ったサービスが必要となろうし、コミュニティ・スポーツ、健康・体力の調査にもあったが、住民が気楽に利用でき、利用しやすい時間（平日勤務時間後）に利用でき、指導者を配置し、スポーツ教室、スポーツクラブなどグループ作りをすることが必要となろう。夜間照明施設もあり、大いに利用されると思う。しいて要望をあげるなら、体育館の指導室に技術指導員は当然であるが健康相談コーナーをもうけ、医学、体育学、栄養学など幅広い教養を持った指導員の配置が望まれる。そこで相談はもとより積極的に住民への体育スポーツの重要性についての指導啓蒙が必要である。財政面もあり当面は派遣社会主事（スポーツ担当）や体育指導委員、スポーツ指導員の増員、体育協会等との連携で対処しなくてはならない。

### (4) 大瀬戸町社会体育の課題

大瀬戸町における社会体育の現状について、昭和54年度大瀬戸町社会教育要覧・教育委員会資料および長崎大学教養部保健体育学教室が実施したコミュニティ・スポーツ、健康・体力に関する調査によって考察を行なったが課題として次の5点をあげる。

① 運動不足による疲労が多く発生し、主要死因の年次別死亡率においても増加している時、大瀬戸町においても、腰痛、神経痛、高血圧、肩痛など運動不足に起因する疾病（運動不足病）が多い。

② 体育スポーツ施設に関しては、町民総合運動場の計画が進行中であり、国、県の基準と比較して、その充実には賞賛をおくるものである。しかし、その利用に関しては充分といいがたい。町民の体育、スポーツに対する認識も低いと思うが、全国的な傾向でもあるが施設に指導者の配置が皆無に等しいことである。昭和61年には町民総合運動場も完成するが立派な施設があってもそれがいかに利用されたかが問題であろう。夜間照明施設もありあとは指導者の配置を行うべきである。財政的な面もあり当面は体育協会との連携等によりスポーツ指導員、体育指導委員の充実も計り、スポーツ教室、それを機会にスポーツクラブへの移行などグループ作りを積極的に推進し、また気楽に参加できる行事を多くしてもらいたい。総合運動公園内に家族広場があるが家族ぐるみでスポーツをということでのこの配置は非常に理想的である。

③ 体育・スポーツ活動に関して、運動をすることが好きであるが、時間がないのでスポーツをしない、スポーツをするためには施設（場所）と生活のゆとりをと答えている。施設は充実しつつあるが、経済力の低さも体育・スポーツ活動ができない原因になっている。経済力の問題についてはここでは論じないがスポーツをさかんにする要因に、スポーツの意識の向上もあげられるように、体育、スポーツの重要性の認識が低いようである。行事参加理由などからもいえる。そこでスポーツ医学・生理学の専門家による講演等も必要である。また施設に指導者を配置し、技術の指導はもちろん、健康相談も含め多様化する住民のニーズに答える体制が必要となる。

④ 現在実施されている種目は、男子ではソフトボール、女子ではテニス、バレーボール、今後やってみたい種目には、男子では平日にテニス、ゴルフ、連休ではハイキングなど野外活動、女子では体操、なわとび、テニス、バドミントン、連休ではキャンプ、ハイキングなどの野外活動となっている。

⑤ 昭和 61 年完成予定の町総合運動場の概要と完成図を示したが町の中央に位置し、バランスの面からも理想的な施設である。施設建設のためには多大な経費がかかるが住民の健康のことを考えれば医療費の高騰を考えると、住民の健康生活達成のため近い将来必ず良い結果が表われることを確信するものである。

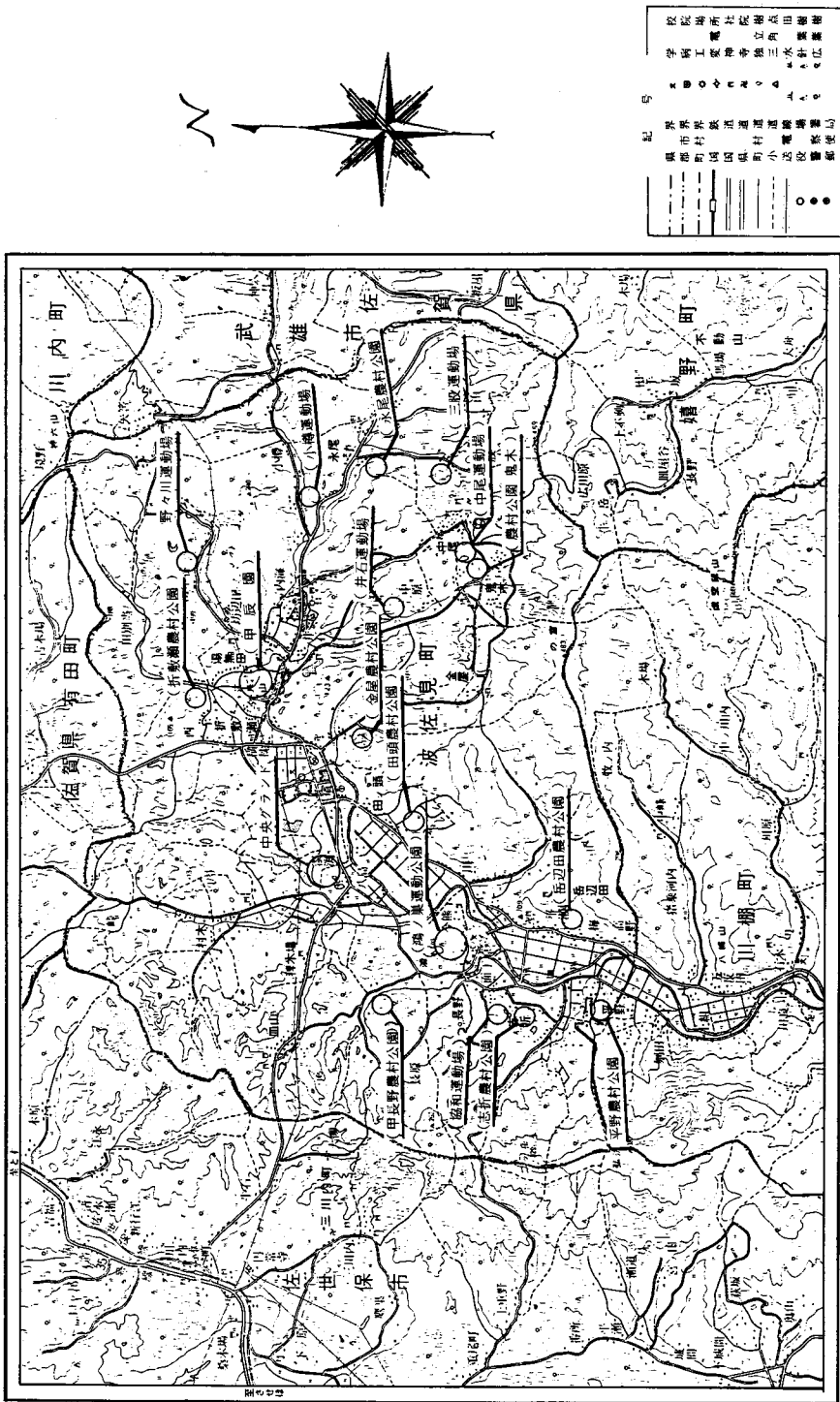
## 2. 波佐見町の社会体育の現状と課題

### (1) 波佐見町の社会体育の現状

波佐見町の社会体育施設の現状を〔図-4〕、〔表-45〕に示した。運動広場がほとんどの地区（郷）にあり、鴻ノ巣グラウンド、甲辰園グラウンド（中央小運動場）、地区ゲートボール場などを加えると日常生活圏域における長崎県体育スポーツ施設整備基準〔表-6〕と比較し、運動広場のみを考えると理想的な数といえよう。しかし体育館がなく、町民意識調査結果からその設置を望む回答が多くなっている。〔表-46〕

また、プール、庭球場、武道場の設置も望まれている。次に利用状況であるが学校開放施設は完全に利用されている。郷有の運動広場においてはその利用状況は正確なところは判らないが（郷管理）社会体育行事〔表-47〕からみるとソフトボール大会と運動会が主な行事であり、特にソフトボールの練習が中心ではなかろうか。しかし夜間照明施設がないため使用時間はかぎられてくる。その他の施設の利用であるが社会体育行事およびグラウンド施設予定表から推測すると行事中心で郷有運動場でものべたがソフトボールが中心で冬は駅伝大会がさかんであるといえる。ソフトボールであるが住民の意識調査にも多くの批判的な意見もあり、その加熱ぶりを考える時、何かのスポーツをとということでソフトボールをやることに異論はないのであるが、試合中心では運動量も少なくなるし、健康面からは全身的なスポーツも併用することを望むものである。

〔図-4〕波佐見町の運動場・公園



岡 崎 寛

〔表-45〕 町内社会体育施設

運動広場		
	面 積	ゲ ー ト ボ ー ル 場
中 尾 郷	6,000㎡	
三 又 郷		200㎡
永 尾 郷	6,600㎡	
小 樽 郷	7,300㎡	
野々川郷	5,000㎡	400
湯無田郷		1,490
井石郷	2,450㎡	400 (大巳)
鬼木郷	3,630㎡	
金屋郷	3,343㎡	
折敷瀬郷	5,630㎡	250
宿 郷	8,400㎡	550
村木郷		546
皿山郷	3,500㎡	
稗木場郷		300
田頭郷	3,500㎡	
川内郷		500 (児童公園)
岳辺田郷	1,980㎡	
甲長野郷	5,400㎡	
乙長野郷		
協和郷	4,047㎡	374
志折郷	4,156㎡	
平野郷	3,000㎡	
		69,889㎡ (郷有施設)
鴻ノ巣グラウンド	16,800㎡	(専 用) 社会体育 → ナイター施設 公共施設 62,770㎡
甲辰園グラウンド	8,300㎡	
中 学 校	22,609㎡	
東 小	8,000㎡	
南 小	7,061㎡	

郷有グラウンド 69,889㎡  
 公共施設 62,770㎡ } 132,659㎡

地区ゲートボール場(10ヶ所)約 5,010㎡

プールについては町内小中学校(4校)完備

改善センターゲートボール場

594㎡

ローンボールス場

525㎡ 1119㎡

他に中央小, 波佐見高校

運動不足病時代と地域における社会体育

〔表-46〕 特に望まれる施設 (回答 2つ)

施設名	地区	東	中央	南	計	%
図書館		79	89	74	242	38
町民体育館		46	60	64	172	27
町民プール		17	34	28	79	12
町民会館		34	68	56	158	25
郷土資料館		34	33	39	106	17
児童館		12	15	10	37	6
町民テニスコート		11	11	13	35	5
フィールドアスレチック		33	40	28	101	16
老人憩の家		41	44	40	125	19
その他		1	2	4	7	1

「町民意識調査」より

指導の面は、運動広場が中心で、あと学校開放の利用であり、全ての施設に指導者の設置はない。行事が中心であり、町立の体育館、テニスコートもない現状では、指導者の面は体育指導委員、スポーツ指導員、その他ボランティアの活動で行なわれている現状でも充足しているといえよう。しかし日常生活時における体育指導はほとんどなされておらず、体育協会事業報告書〔表-48〕および社会体育事業報告書〔表-49〕においてもスポーツ教室の実施・数も少なく、参加者も少

なくない。これまた行事中心であることを表わしている。行事をやればその練習の過程で身体運動がなされるがその参加者も多いとはいいがたい。日常生活におけるスポーツ活動の推進、またクラブの形成を含め住民の健康面を考えれば行事中心でなく、日常生活における身体活動を考えれば現在の陣容（特に人数も含めて）ではどうしようもなく、体育指導委員、スポーツ指導員の増員ならびに資質の向上が必要となろう。

〔表-47〕 昭和57年度 波佐見町社会体育行事

月	町公民館(教室)主催	町体育協会主催	青年団・青年会・壮年スポーツ会主催	地区(郷)主催	その他の
4		3. 軟式野球開リーグ戦大会(第1節) 3. 近接中学校女子ソフトボール大会 4. 第4回常陸の鶴舞コート大会 4. 第22回常陸の鶴舞青年会 4. 町民ソフトボール大会		4. 田頭運動会 4. 鹿山地区運動会 4. 湯原町運動会 4. 永尾町運動会 4. 北石郷ソフトボール大会	4. 生地組合運動会 4. 元郷商業組合球技大会
5	4. 昭和57年度ナイト開放交付(第1回目)	5. 町民ソフトボール大会 5. 一般男子ソフトボール大会 5. 第7回常陸中学校バスケットボール大会 5. 町民野球大会 5. 春季町民式庭球大会	5. 井石郷青年会ソフトボール大会 5. 壮年スポーツソフトボール大会 5. 青年団 6. 中央小青年会ソフトボール大会 6. 青年会 6. 青年会 6. 中央小青年会ソフトボール大会 6. 青年会	5. 津地区壮年スポーツ会早朝ソフトボール大会 5. 三枝郷運動会 6. 田頭ソフトボール大会 6. 湯原町ソフトボール大会 6. 湯原町運動会 6. ソフトボール大会	
6		6. 町民野球大会 6. バスケットボール審判講習会 6. 卓球審判講習会 6. 町民バレーボール大会		6. 湯原町ソフトボール大会 6. 湯原町運動会 6. ソフトボール大会	6. 芳徳町茶屋運動会ソフトボール大会 6. 老人クララア対抗ゲーム(福祉)
7		7. 一般男子ソフトボール大会	7. 壮年スポーツ会ソフトボール大会 7. 湯原町ソフトボール大会 7. 湯原町ソフトボール大会	7. 村木郷ソフトボール大会	
8		8. 第10回少年親善ソフトボール大会 8. スポーツ教室 8. スポーツフェスティバル	8. 中学校青年会ソフトボール大会 8. 東小青年会ソフトボール大会	8. 田頭ソフトボール大会 8. 田頭ソフトボール大会 8. 田頭ソフトボール大会 8. 田頭ソフトボール大会	8. 飲食店組合ソフトボール大会
9		9. 第6回中年ソフトボール大会 9. (東原町民体育大会) 9. 体育指導委員会	9. 中央小青年会ソフトボール大会 9. 青年団ソフトボール大会	9. 湯原町運動会 9. 湯原町運動会 9. 湯原町運動会 9. 湯原町運動会 9. 湯原町運動会	9. 芳徳町茶屋運動会
10		10. 壮年 10. 少年体カチスト 10. 婦人ミニバレー教室		10. 湯原町青年スポーツ会早朝ソフトボール大会 10. 湯原町運動会	10. 元郷商業組合ソフトボール大会
11		11. 壮年体カチスト 11. 第5回開放型制少年剣道大会 11. 体育指導委員会		11. 折敷郷運動会 11. 乙上野運動会 11. 小樽郷ソフトボール大会 11. 湯原町運動会	11. 湯原町ソフトボール大会
12		12. 町民バレーボール大会 12. 近接高校バスケットボール大会	12. 青年団バレーボール大会		
1		1. 第27回波佐見一高軟球大会		1. 村木郷軟球大会	
2		2. 近接中学校ソフトボール大会 2. 対抗バスケットボール大会 2. 婦人バレーボール大会	2. 壮年スポーツ会軟球大会 2. 波佐見町青年スポーツ会軟球大会		
3		3. 町民バスケットボール大会	3. 青年団バレーボール大会		

運動不足病時代と地域における社会体育

〔表-48〕 昭和56年度 波佐見町体育協会事業報告書

競技	期 日	事 業 名	参 加	会 場	備 考
陸 上	4・5	第3回陶器祭り協賛ロードレース大会	400	町内コース	
	7・12	10km, 5km記録会(県下一周予選会)	36	八島~三川内	
	11・15	記 録 会 (佐世保高専合同)	30	佐世保高専	
野 球	3・8	年間リーグ戦第1節	13チーム	鴻ノ巣グラウンド	
	3	第2節	"	"	
	6・7	第3節	"	"	
	6・22	近接市町村少年野球大会		波佐見中グラウンド	
	4・19	町民野球大会	16チーム	鴻ノ巣グラウンド	雨天中止
	7・5	年間リーグ戦第4節	13チーム	"	
	8・15	第5節	"	"	
	10・11	町民野球大会	13チーム	中央グラウンド	1位 湯無田 2位 永尾
	10・5	審判講習会	32名	町公民館	
	11・8	年間リーグ戦第6節	13チーム	中央グラウンド	
球	11・15	第7節	"	"	
		郡体予選	12チーム	"	宿, ジャイアンツ
	3・29	近接中学校 女子ソフトボール大会		波佐見中グラウンド	
	4・12	一般男子ソフトボール大会	17チーム	甲辰園グラウンド	1位 波佐見 club 2位 ガッツ
	5・31	町民ソフトボール大会	16チーム	鴻ノ巣グラウンド	1位 宿 2位 湯無田
ソフト ボ ー ル	7・19	一般男子ソフトボール大会	15チーム	"	1位 ガッツ 2位 役場
	8・23	"	10チーム	"	1位 コメット 2位 NSクラブ
	3・21	町民ソフトボール大会		鴻ノ巣	雨天中止
	7・19	町民バレーボール大会	19チーム	波佐見中体育館	男 1位 野々川 2位 西海 女 1位 皿山 2位 鬼木
バレー ボ ー ル	12・6	同 上	7チーム	同 上	男 1位 野々川 2位 とだのたね 女 1位 野球会 2位 波佐見 club
	4・5	陶器祭り協賛県下弓道大会	68チーム	中央小講堂	
弓 道	7・19	町民バトミントン大会	19チーム	波佐見中体育館	1位 松本, 松尾 2位 渋江, 松尾
	12・27	バトミントン(個人戦)大会	20名	"	A 1位 松本 B 1位 西日本A
	2・14	町民バトミントン大会	18チーム	"	
	1/2~11	技術審判講習会	延 240名	"	
バス ケ ッ ト	7・19	バスケット講習会(ミニバスケット)	30名	"	
	12・21	第6回隣接高校 バスケットボール大会		"	
	2・21	第6回隣接中学校バスケットボール大会		"	
	3・20 27	町民バスケットボール大会		"	1位 神木場 2位 皿山陶器
卓 球	6・7	町民卓球大会(個人戦)	5チーム	中央小講堂	1位 田中(男) 1位 荒木(女)
	12・13	"	6チーム	"	1位 田崎商店 2位 中尾
	9・8	愛好者大会	25名	"	1位 一瀬(男) 1位 荒木(女)
銃剣道	2・	県下銃剣道大会出		東 彼 村 町	3位入賞
剣 道	8・17	剣道親睦大会(少年含)	15チーム	波佐見中体育館	
	8・29	審判講習会	12名	"	
	8・30	昇級審査会	121名	"	
山 岳	5・23 24	県登山大会		虚空 破山	
軟 庭 式 球	4・26	春季町民庭球大会	35チーム	波佐見中庭球場	1位 渡辺, 小出 1位 藤, 高塚 1位 樋口, 田島(社) 1位 中島, 山下
	8・30	秋季町民庭球大会	37チーム	"	1位 谷村, 松島 1位 富永, 富永
本 部	5・8	理 事 会		町公民館	
	11・26	第26回駅伝大会説明会	25名	"	
	1・8	理 事 会		"	
	1・24	第26回波佐見一周駅伝大会	30チーム	町内コース	
	3・28	社会体育使用施設 清掃		学校施設 他	

〔表-49〕 昭和56年度 社会体育事業報告書

期 日	事 業 名	参加者・対象		会 場
4・20	第1回ナイトー受付(地区外)		32団体	町 公 民 館
4・22	地区体育部長会, ナイター受付		22名	〃
4・24	体育指導委員会議		9名	〃
5・14	壮年体力テスト(中央小学校区)	男 59	女 27	甲辰園(ナイター)
5・28	〃 (東小学校区)	男 36	女 12	〃
6・20	野外活動(キャンプ)講習会		47名	中 央 小 講 堂
7～9	スポーツ教室(バドミントン)	当初 55名	26名	南 小 学 校
	〃 (卓球)	12名	6名	弓 道 場
	〃 (軟式庭球)	52名	23名	波 佐 見 中
	〃 (硬式庭球)	46名	23名	波 佐 見 高 校
7・5	第5回婦人ソフトボール大会	16チ-ム		甲 辰 園 他
8・2	第9回少年親善ソフトボール大会	34チ-ム		波 佐 見 中 他
9・1～7	第5回中年ソフトボール大会	29チ-ム		甲辰園(ナイター)
9・ <sup>13</sup> / <sub>20</sub>	(第28回東彼杵郡民体育大会)			波 佐 見 中 他
9・1～10月	スポーツ教室(サッカー)	15名	17名	甲辰園(ナイター)
9・29	体育指導委員会議		11名	町 公 民 館
10・18	町民大運動会			波 佐 見 中
11・29	第4回少年剣道大会	41団体		波 佐 見 中 体 育 館
12・19	体育指導委員会議		10名	三 角 屋 別 館
1・24	(第26回波佐見一周駅伝大会)	30チ-ム		町 内 コ-ス
3・26	昭和57年度社会体育グランド調整	13団体		町 公 民 館
3・29	〃 (優先団体の部) (一般団体の部)	9団体		町 公 民 館



運動不足病時代と地域における社会体育

(2) 波佐見町の疾病統計および成人健康調査からの考察

波佐見町においては、昭和47年度総合振興計画書の保健衛生の現状と問題点において日常の健康管理について気楽に利用できる施設に恵まれていないとのべ死亡については、長崎県平均を上ま

わり、成人病関係の死亡率は非常に高く、特に脳血管疾患及び心臓病疾患が全国あるいは県平均よりはるかに高いと述べている。その後の成人病の調査をみると昭和52年の調査によると〔表-50〕昭和50年成人病（脳血管疾患、がん、心疾患等）による死亡率は55.6%で内訳は脳血管疾患25.8

〔表-50〕 成人病（循環器系・悪性新生物・心疾患）による死亡率

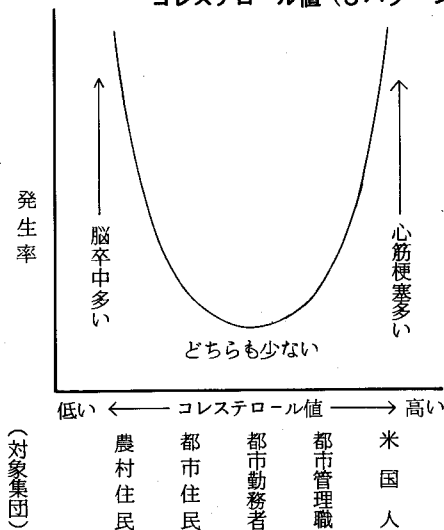
全国・長崎県・波佐見町の比較（年間死亡100対比）

年	摘要	区分	脳血管疾患	悪性新生物	心疾患	合計
48		全国	—	—	—	—
		長崎県	24.1	18.8	12.4	55.3
		波佐見町	31.4	14.3	15.7	61.4
49		全国	28.3	18.9	15.0	62.2
		長崎県	23.4	18.4	12.8	54.6
		波佐見町	25.7	12.9	14.9	53.5
50		全国	—	—	—	—
		長崎県	23.6	19.5	13.2	56.3
		波佐見町	25.8	11.5	18.3	55.6
51		全国	26.9	20.4	16.5	63.8
		長崎県	23.3	19.2	14.4	56.9
		波佐見町	27.6	11.1	10.1	48.8
52		全国	—	—	—	—
		長崎県	22.3	20.3	14.7	57.3
		波佐見町	34.6	9.3	9.9	53.8

「波佐見町成人病健康調査報告書」昭和50年度～昭和53年度より

％，がん11.5％，心疾患18.3％となっている。これが昭和52年には，成人病による死亡率は53.8％と減少しているものの，この内訳をみると脳血管疾患34.6％，がん9.3％，心疾患9.9％となっている。脳血管疾患による死亡率が9％も増加しているとのべ，今後の課題として血圧測定，心電図検査，眼底検査による総合的な健診と管理の強化が必要であるとのべている。また婦人に貧血が多いことから昭和46年度より健康調査を実施し，血液，尿など生化学，生理学的諸検査を多項にわたり実施し，多くの角度から分析が行なわれ，特に産業形態別（農家・非農家など）の分析では，農家群に貧血が多いこと，血圧異常者が多いことなど多くの貴重なデータが報告されている。脳卒中と心筋梗塞とコレステロールに

〔図-5〕高くても低くてもいけないコレステロール値(Uパターン)

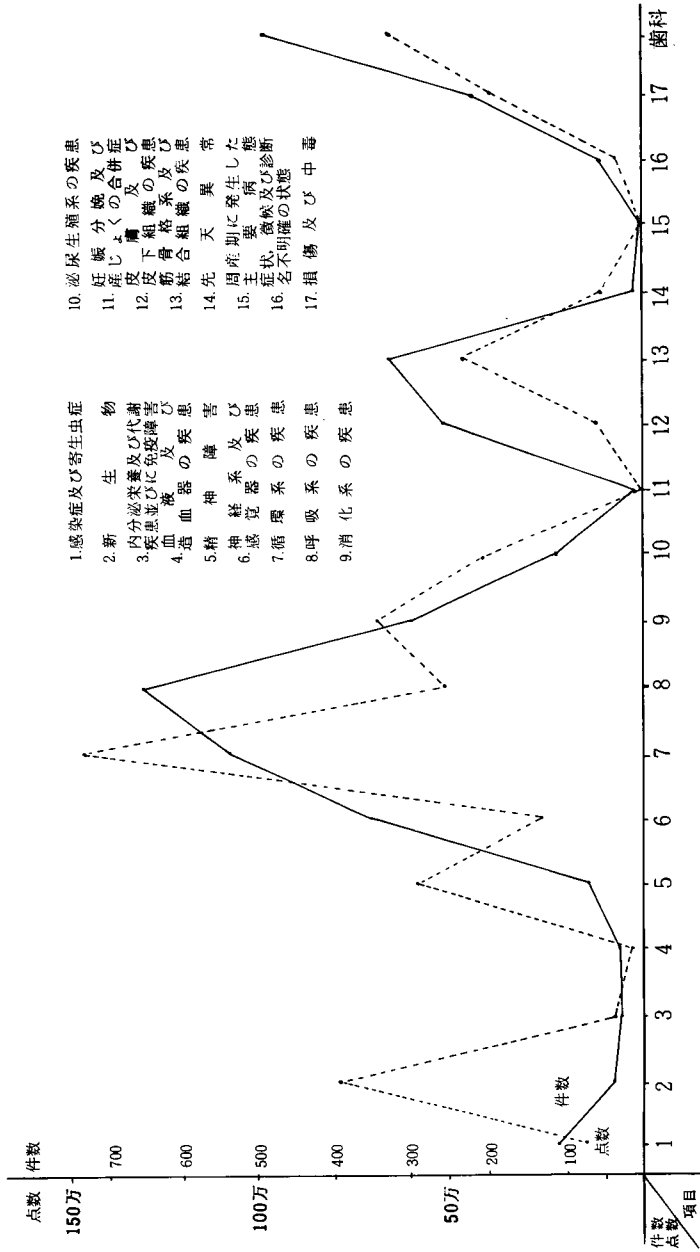


コレステロール値は，低すぎても高すぎてもいけない。低すぎれば脳卒中につながるし，高すぎると心筋梗塞につながるというわけで，ちょうどよい値は，Uの字のいちばん下の部分にあるという図です。

ついて，筑波大学の小野喜男博士はその著書「脳卒中は予防できる」においてコレステロールのUパターン〔図-5〕を表現しています。すなわちコレステロール値が低いと脳卒中に，高いと心筋梗塞になると，コレステロール値は低ければ良いという説に警告をしています。波佐見町の場合，この説から考えれば栄養摂取についての指導を再度徹底し，心疾患も多いことを考えれば，運動不足も考慮しなくてはならないし，今後このことは調査研究を深め行政の施策に期待するところがある。その基礎的な資料として，昭和57年5月の疾病別，地区別の疾病統計がある〔表-51〕，〔表-52-1～表-52-22〕。これは行政が住民の実態を迅速に把握し，前述した成人病（特に脳血管疾患，心疾患）の多発に対処しようとする表われである。この表より次のようなことがいえる。全般的にみて，循環器疾患，呼吸器，歯科，筋骨格系及び結合組織の疾患が多く，またいくつかのグループとしてとらえることができる。すなわち，順位が循環器系疾患，呼吸系の疾患は永尾，野々川，湯無田，折敷瀬。呼吸系，循環器系疾患は血山，甲長野，協和。呼吸系，筋骨格系及び結合組織系疾患，循環器系疾患は金屋，村木，岳辺田。呼吸系，循環器系，筋骨格系及び結合組織の疾患は稗木場，川内，乙長野。筋骨格系及び結合組織の疾患は平野。循環器系の疾患は宿，中尾となっている。これらのグループ構成の要因としては産業構造の違い，交通の便，栄養状況，等が考えられるが今回はそれらについて明確な回答は出せない。今後において調査研究がなされると思う。がこの疾病統計は貴重な資料である。

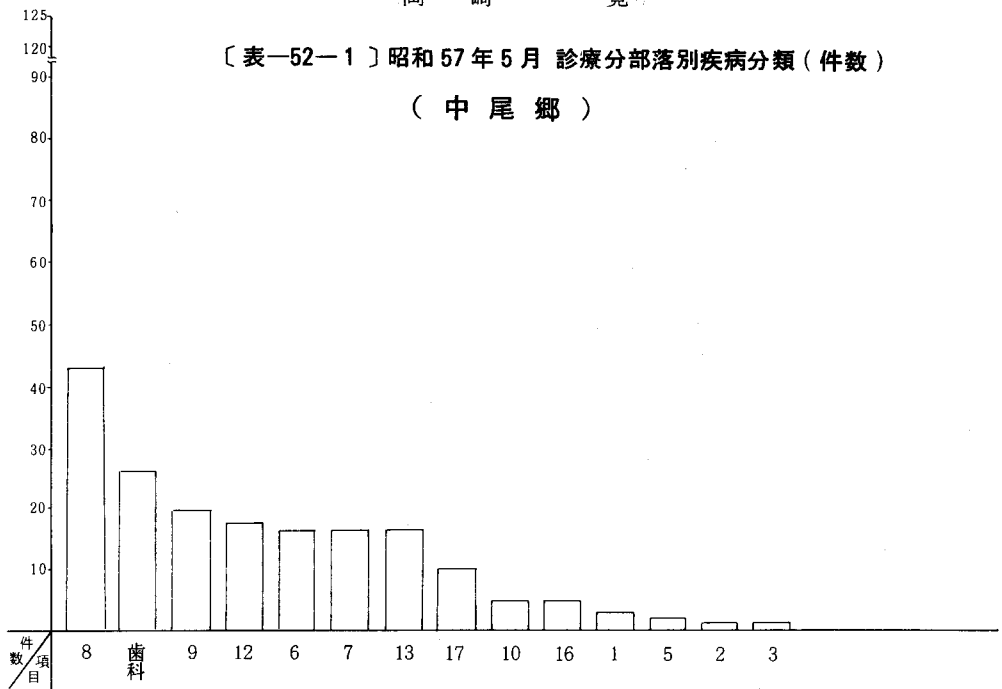
運動不足病時代と地域における社会体育

[表-51] 昭和57年5月診療分・疾病分類表 (全体)

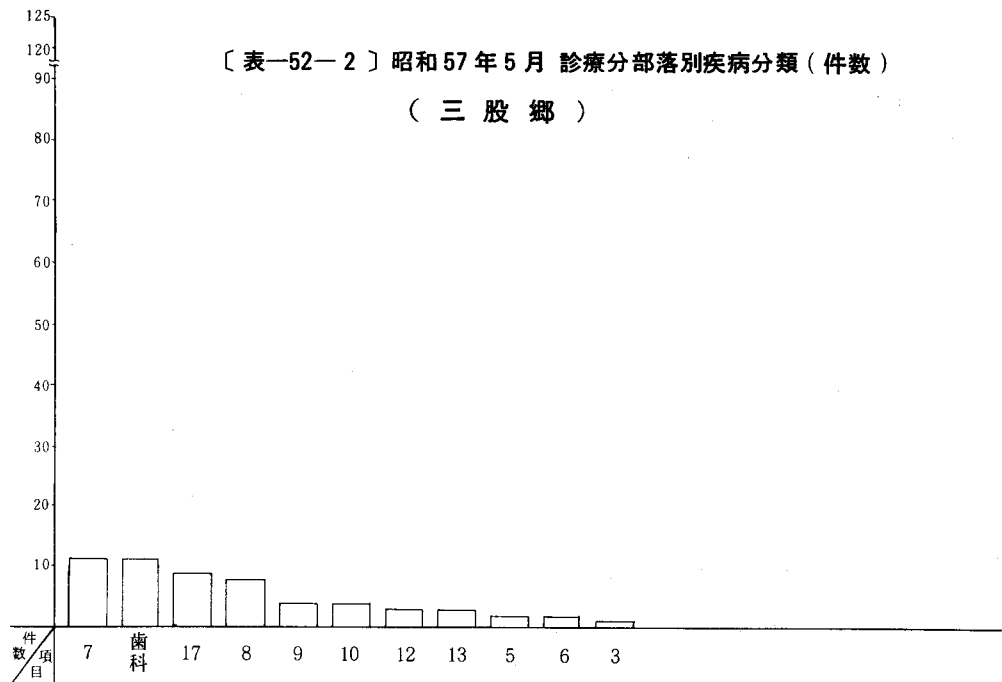


岡 崎 寛

〔表—52—1〕昭和57年5月 診療分部落別疾病分類（件数）  
（中尾郷）

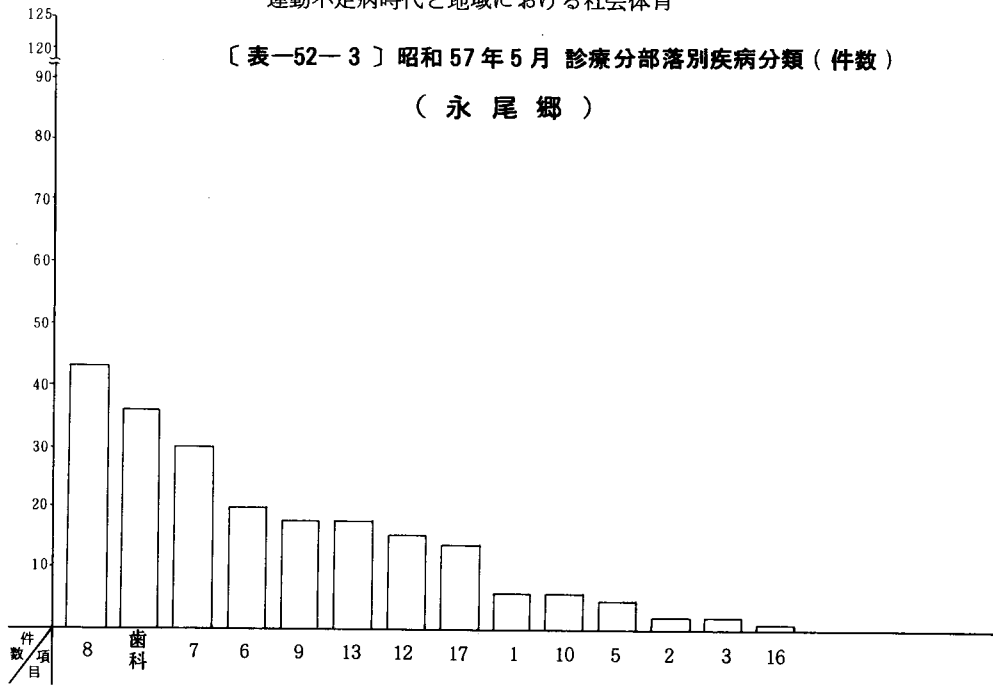


〔表—52—2〕昭和57年5月 診療分部落別疾病分類（件数）  
（三股郷）

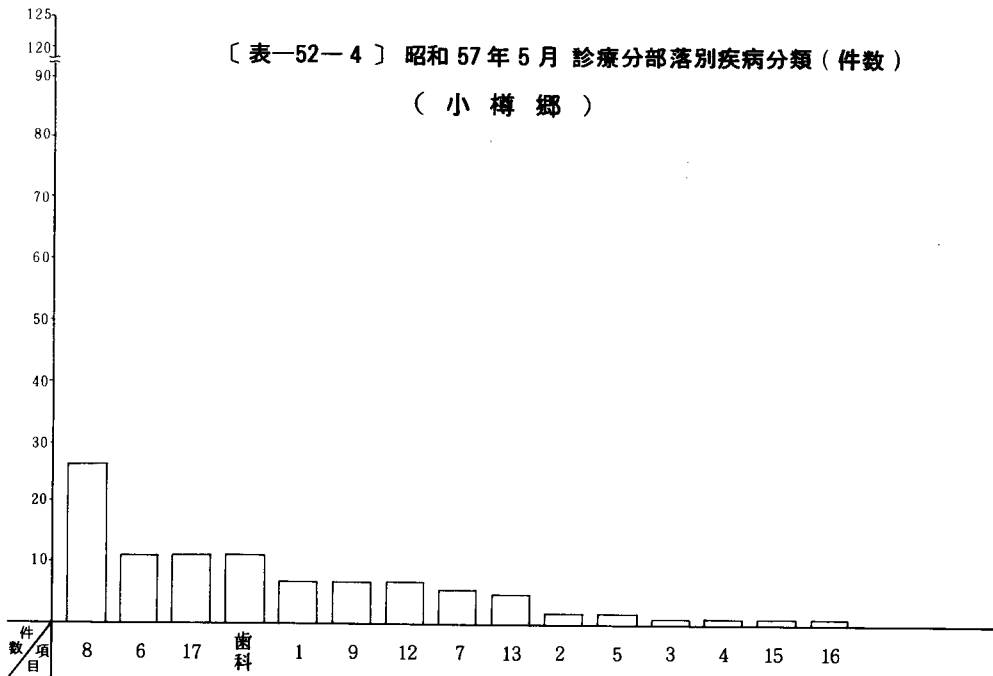


運動不足病時代と地域における社会体育

〔表-52-3〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類 (件数)  
(永尾郷)

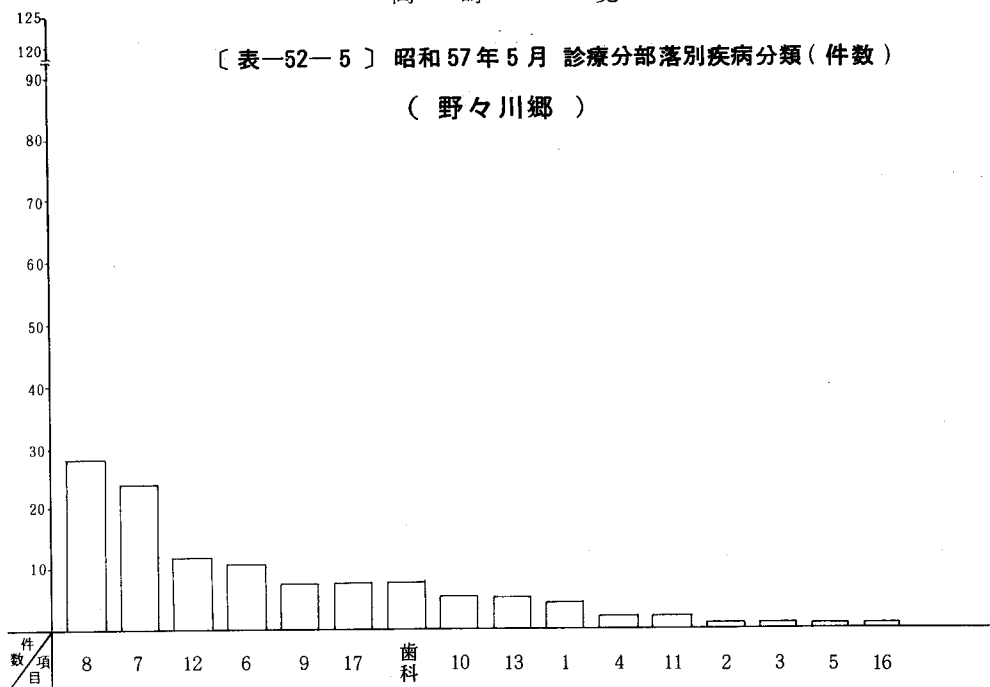


〔表-52-4〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類 (件数)  
(小樽郷)

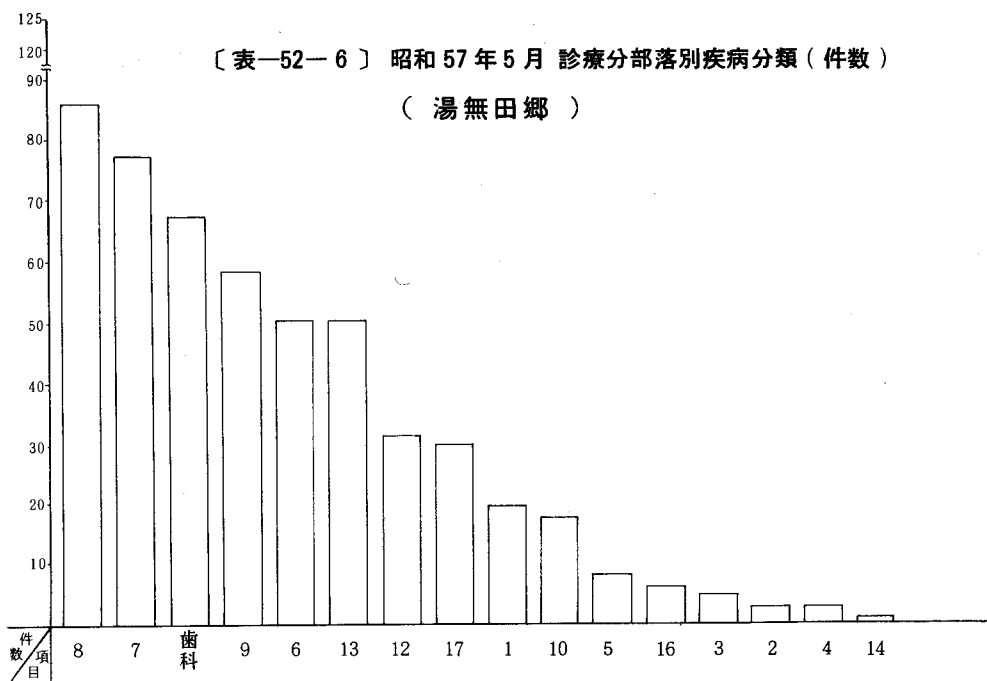


岡 崎 寛

〔表—52—5〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類 (件数)  
(野々川郷)



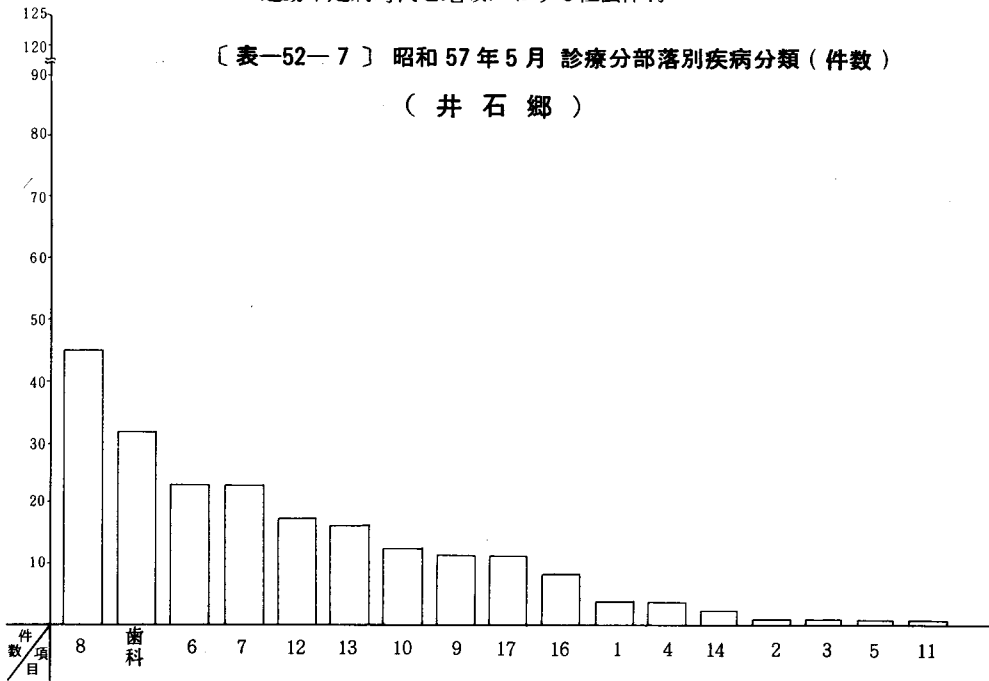
〔表—52—6〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類 (件数)  
(湯無田郷)



運動不足病時代と地域における社会体育

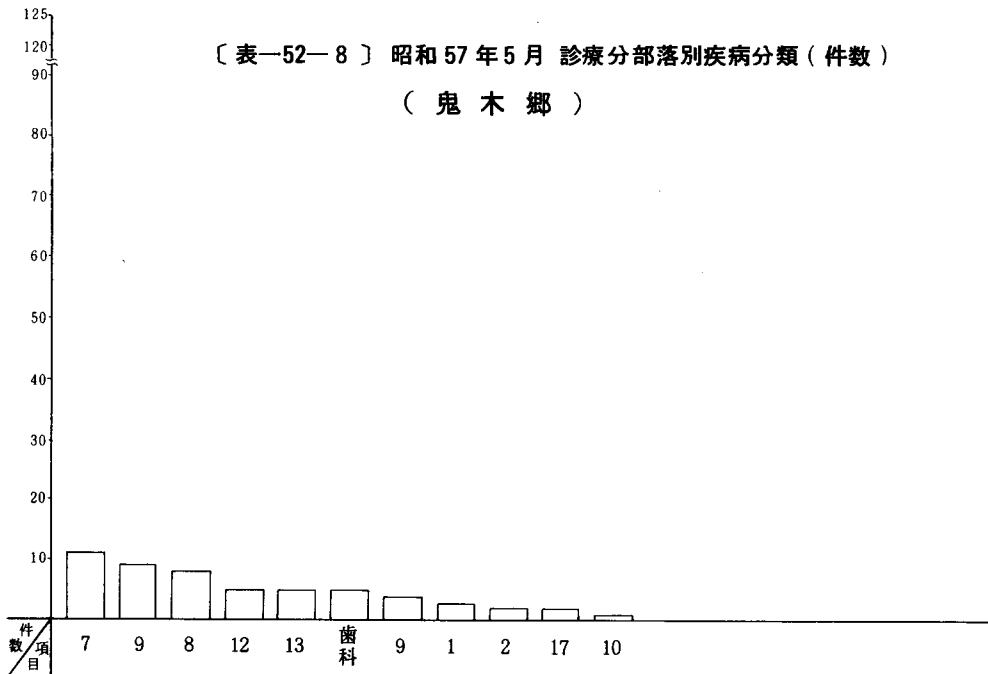
〔表-52-7〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類 (件数)

(井石郷)



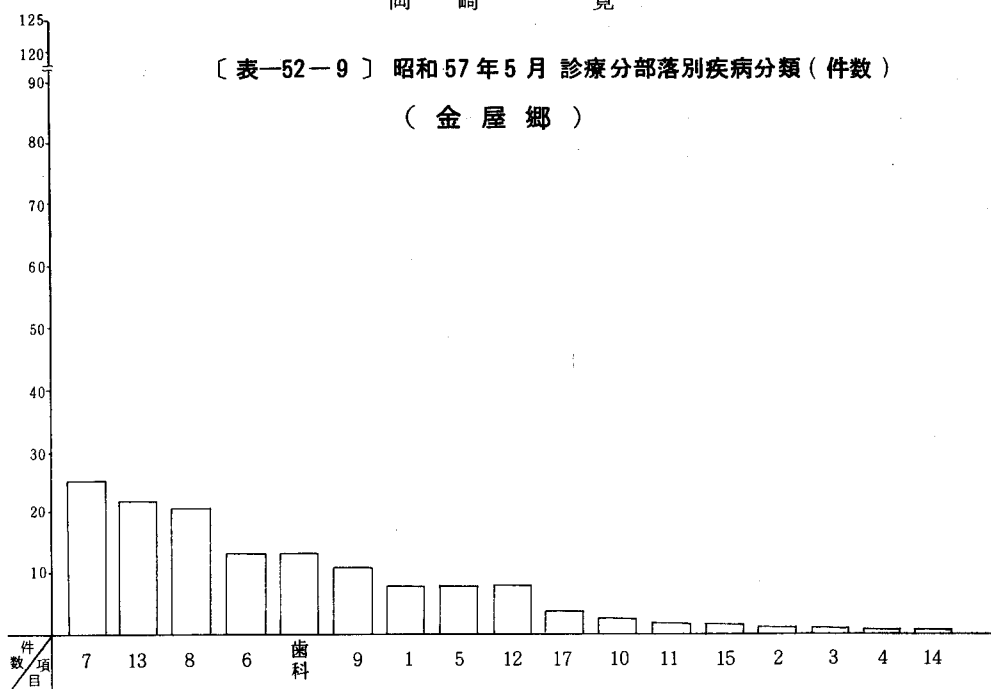
〔表-52-8〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類 (件数)

(鬼木郷)

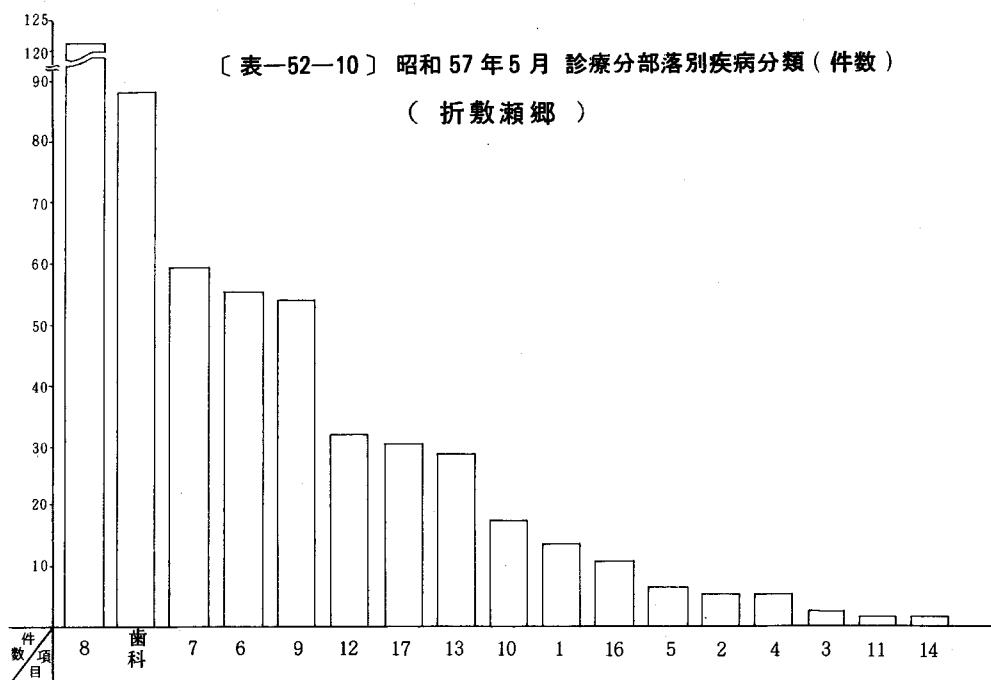


岡 崎 寛

[ 表-52-9 ] 昭和 57 年 5 月 診療分部落別疾病分類 ( 件数 )  
( 金屋 郷 )



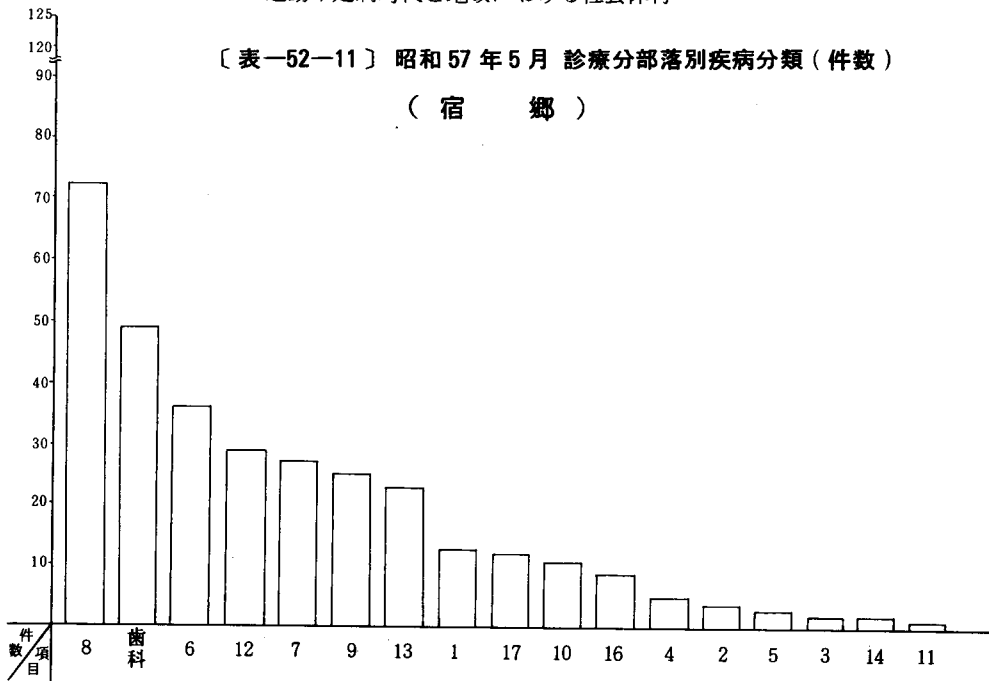
[ 表-52-10 ] 昭和 57 年 5 月 診療分部落別疾病分類 ( 件数 )  
( 折敷瀬 郷 )



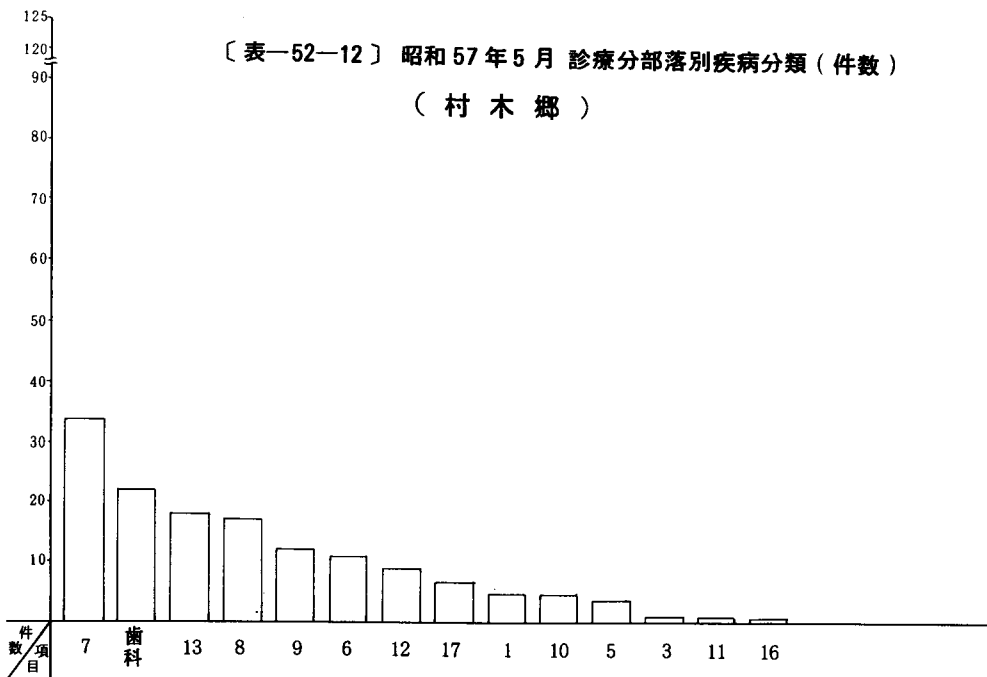


運動不足病時代と地域における社会体育

〔表-52-11〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類（件数）  
（宿 郷）



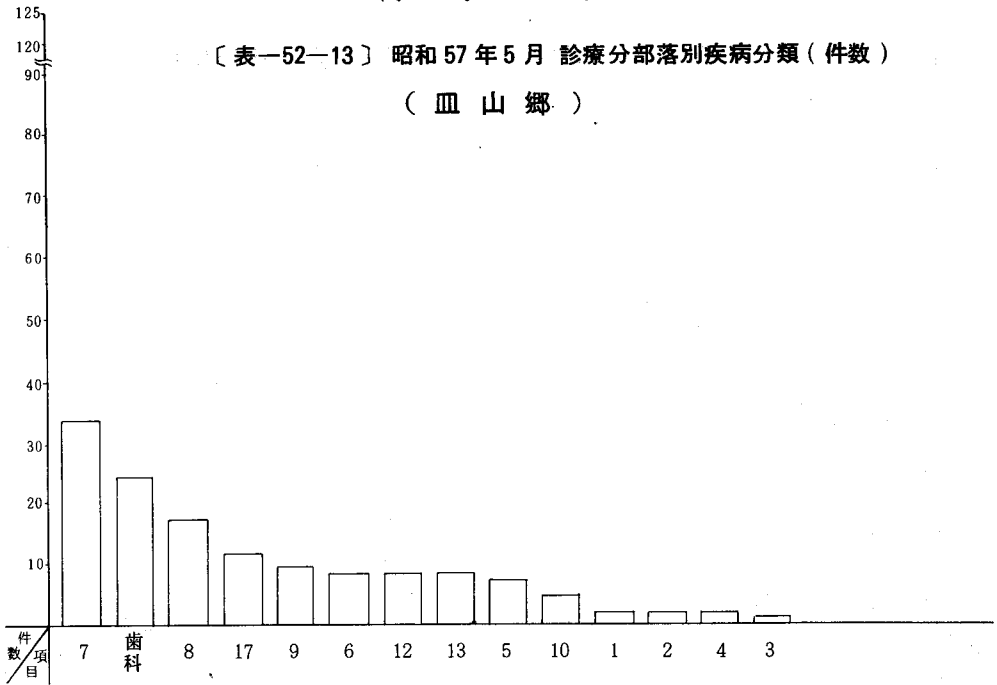
〔表-52-12〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類（件数）  
（村木郷）



岡 崎 寛

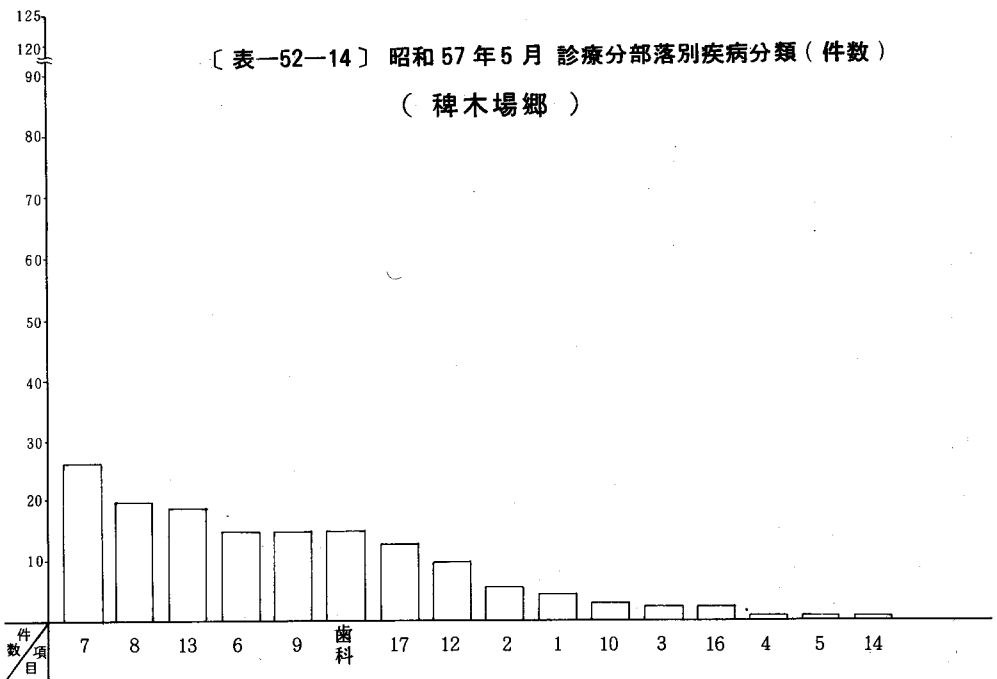
〔表—52—13〕 昭和 57 年 5 月 診療分部落別疾病分類 ( 件数 )

( 皿 山 郷 )



〔表—52—14〕 昭和 57 年 5 月 診療分部落別疾病分類 ( 件数 )

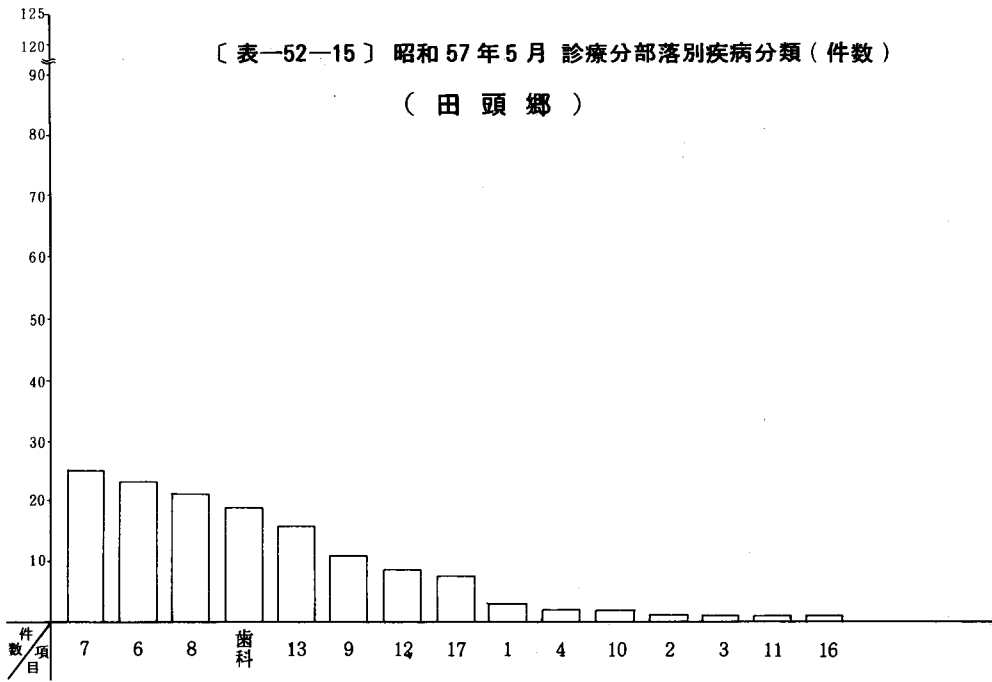
( 稗木場郷 )



運動不足病時代と地域における社会体育

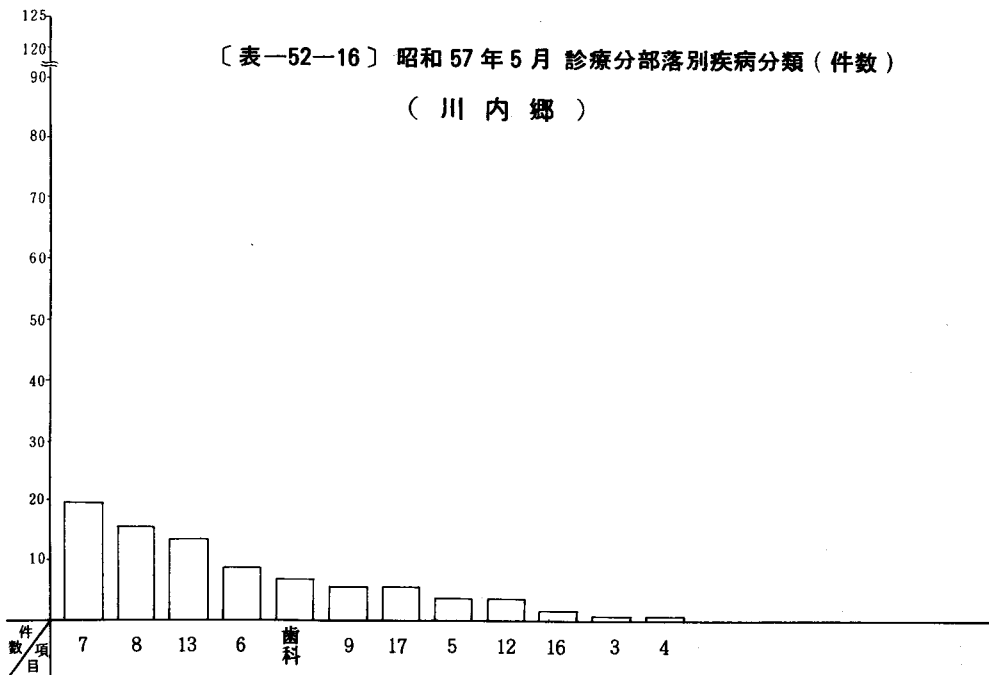
〔表一52—15〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類 (件数)

( 田 頭 郷 )



〔表一52—16〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類 (件数)

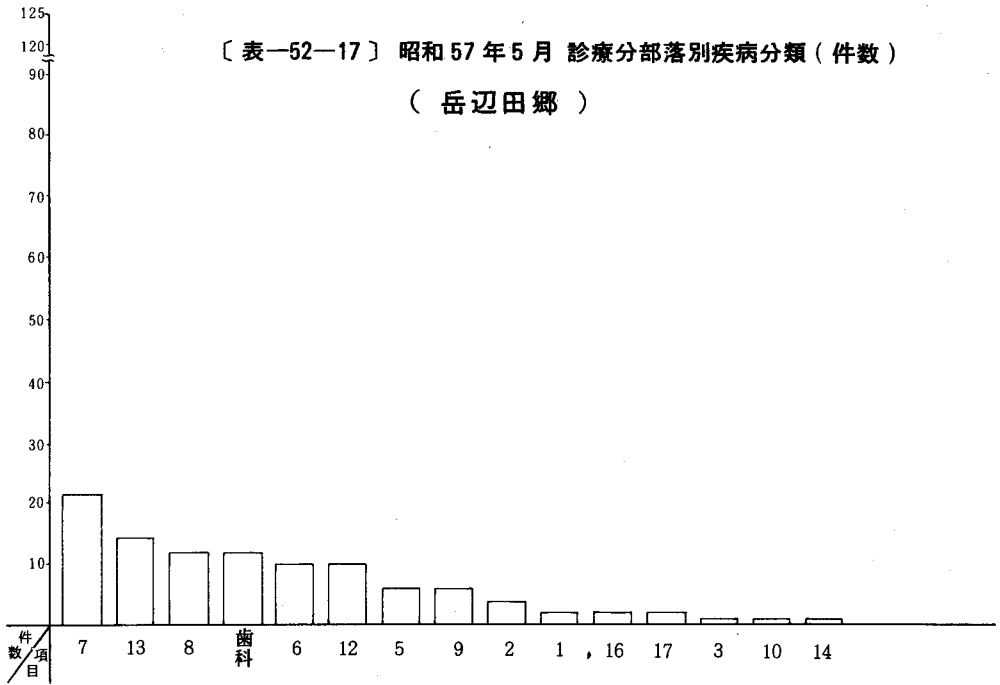
( 川 内 郷 )



岡 崎 寛

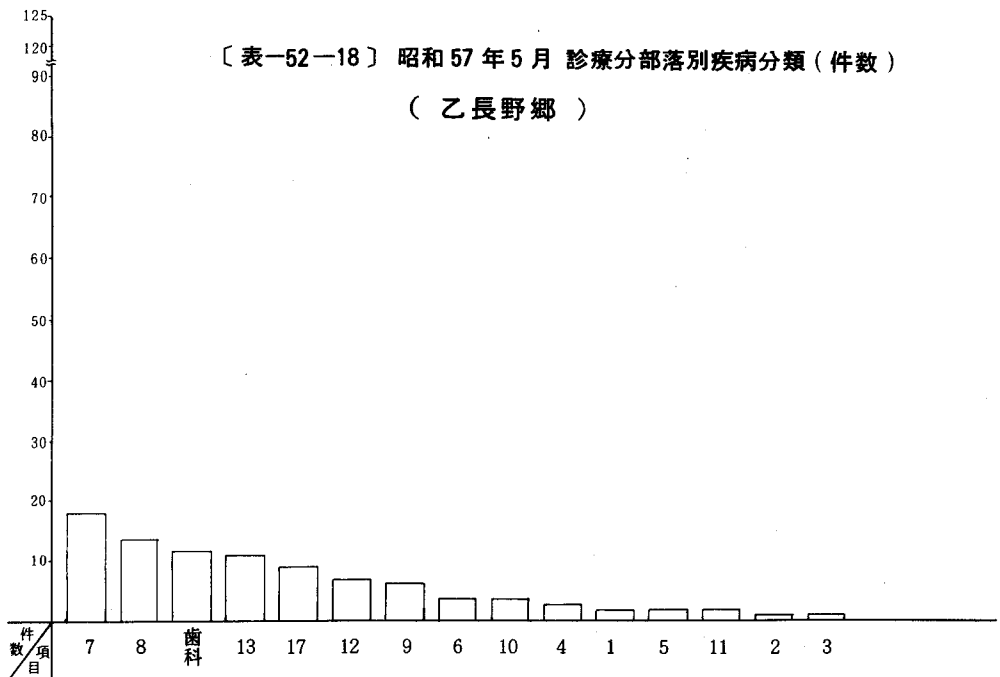
〔表—52—17〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類 (件数)

( 岳辺田郷 )



〔表—52—18〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類 (件数)

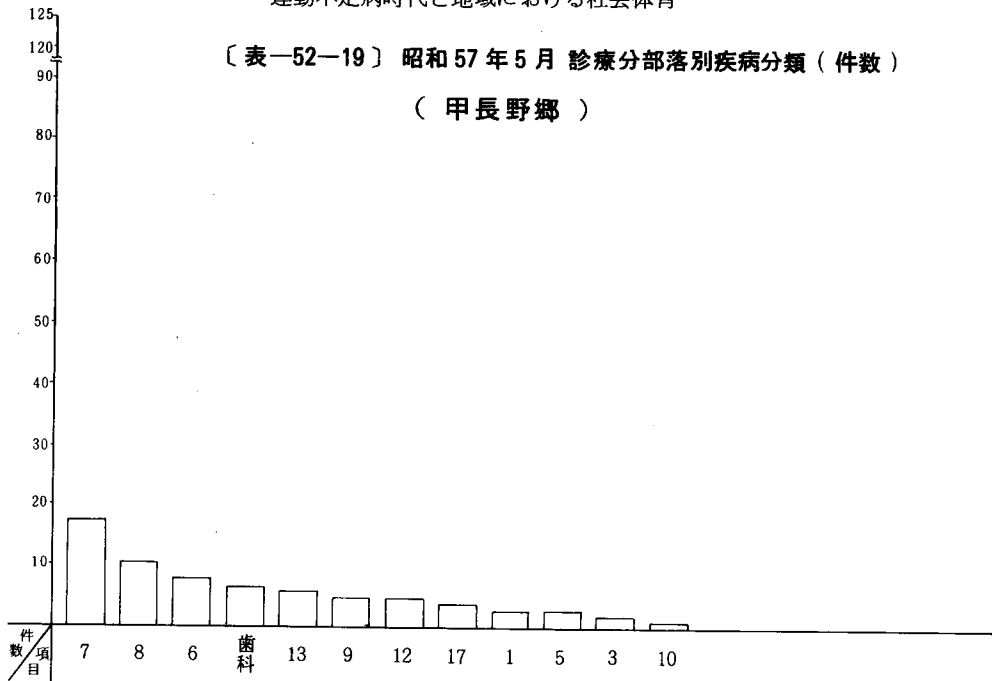
( 乙長野郷 )



運動不足病時代と地域における社会体育

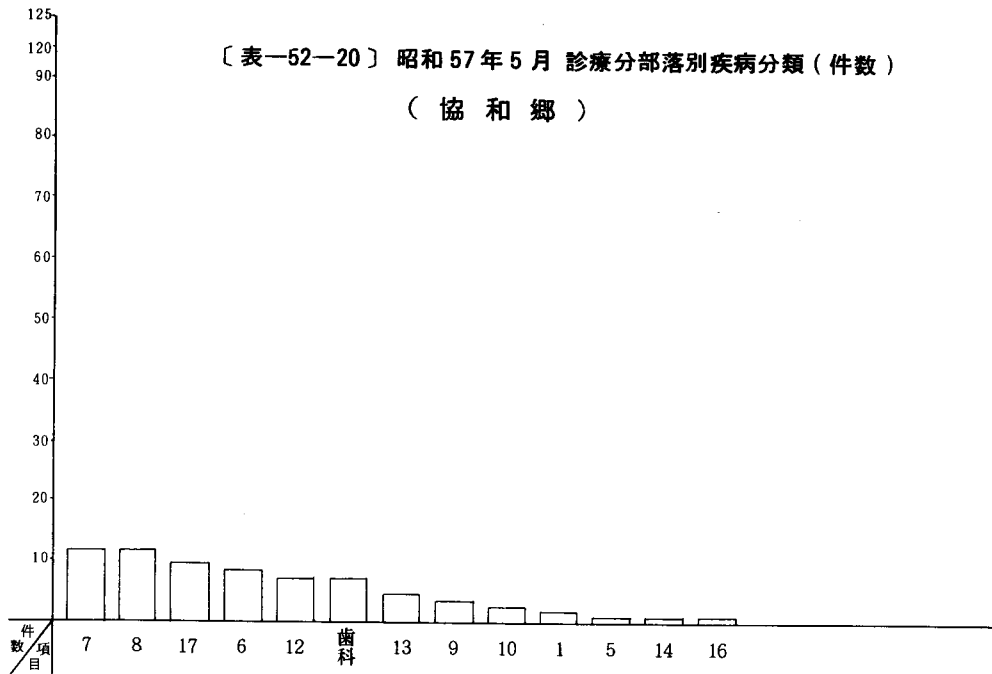
〔表—52—19〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類 (件数)

( 甲長野郷 )



〔表—52—20〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類 (件数)

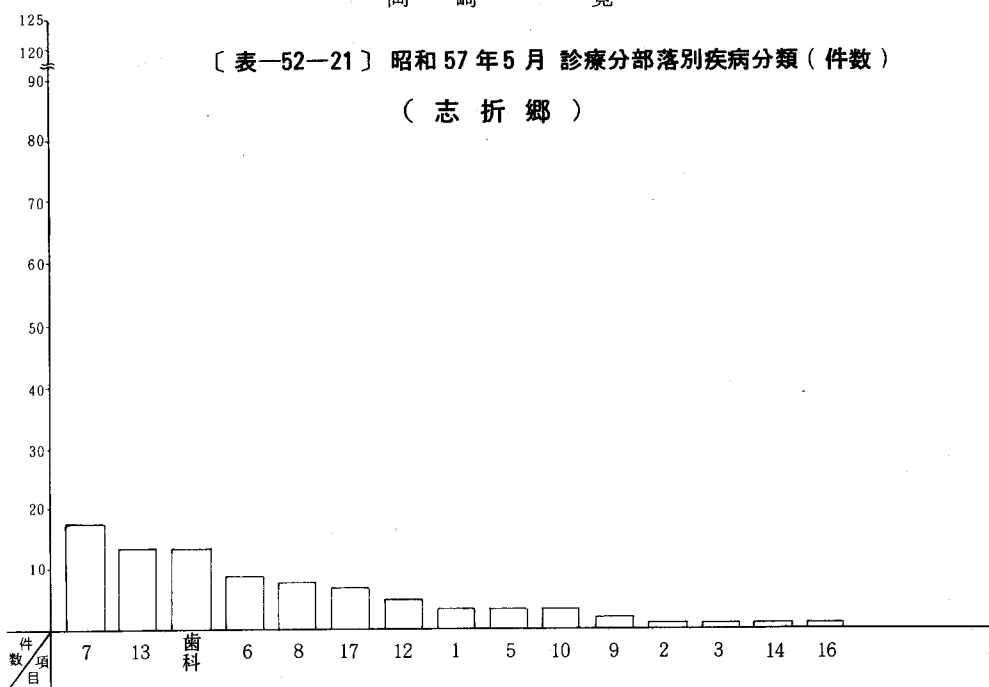
( 協和郷 )



岡 崎 寛

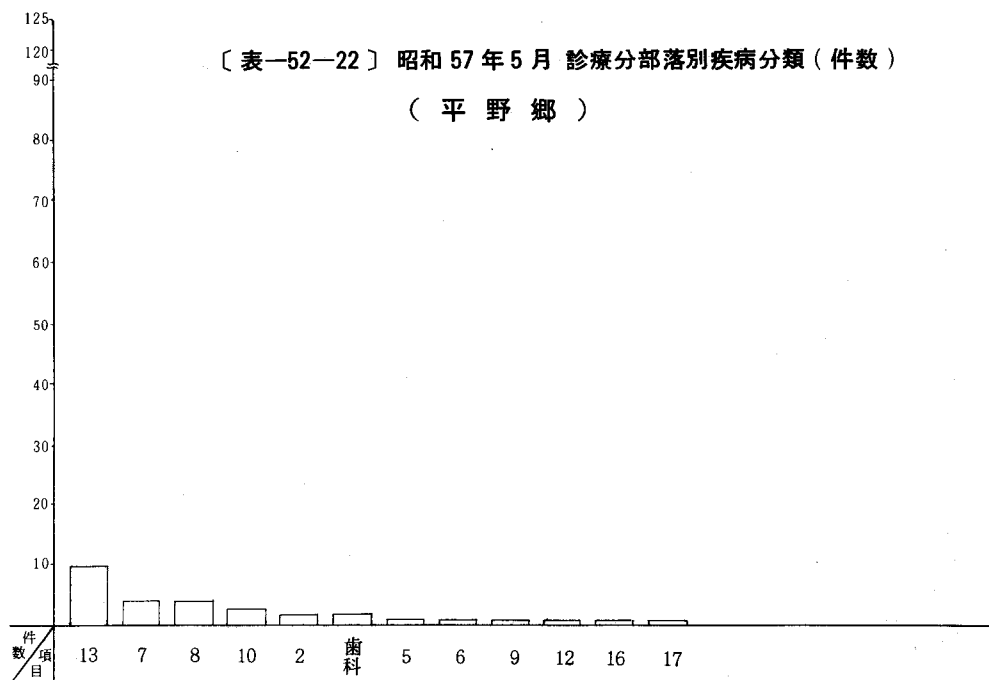
〔表-52-21〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類 (件数)

( 志 折 郷 )



〔表-52-22〕 昭和57年5月 診療分部落別疾病分類 (件数)

( 平 野 郷 )



### (3) 波佐見町社会体育の課題

波佐見町社会体育の現状を展開したがその課題として次の4点を挙げておく。

① 運動広場がほとんどの郷にあることは非常に望ましいが、今後夜間照明等の設置をし、全ての住民が身近な施設でいつも利用できる施設として、その機能を十分に発揮できるようにしてもらいたい。運動の場があるからあとは運動の重要性の啓蒙のため、健康増進センターを中心に指導者の育成にかかっている。

② 町立体育館の設置であるが住民の強い要望もあり必ず実現すべきである。学校開放も実施されているが充分とはいえない。学校開放も必要であるができれば専用の体育館をという意見〔表-43〕参照〕もあり、また体育館を核としたプール、庭球場、児童公園（遊園地、フィールドアスレチック等）ゲートボール場、ランニングコースなど総合運動公園として、住民がいつも気楽に楽しめるスポーツをと構えてやるのではなく生活の中でスポーツがやれ、家族ぐるみで楽しめる施設としたいものである。

また体育館に健康増進センターを併設し、住民の健康を医学、体育学、栄養学の面から考え、住民の健康相談を始め指導員の育成強化、調査研究等も行ない、運動不足時代の予防的見地から社会体育を行政は真剣に考える時期に来ていると思う。

次にダム周辺の利用であろう。自然環境を生かしたキャンプ場、ミニゴルフ場など用途は多い。また山、丘陵を利用したハイキングコースも考えられる。

③ 最後に施設面の充実を課題としてあげたが、大瀬戸町の調査でもスポーツをしない理由として運動不足ということは判っていても、暇がない、経済力のことをあげている（表-39）。このような時前述もしたがスポーツをと構えるのではなく生活の中での身体運動ということで指導者その方法を健康増進センターが中心となり十分なプログラムを与えるような体制が必要であろう。そこでこれからの指導者はスポーツの技術の指導はもちろん社会学、運動生理学、栄養学等の知識が必要となろうし、また対象となる人のスポーツ観その他多様化に対応する指導者が必要となり、その育成には行政として本腰を入れ取り組まねばならない。

④ 波佐見町は成人病調査や疾病統計など過去に多くの調査研究が実施され、一部は表として示したが貴重なデータがある。そこでそれらの調査を基に行政として前述もしたが健康増進センター（仮称）等を中心に社会学、医学、体育学、栄養学等から行政が何をすべきか真剣に考える必要にせまられている。それらの具体的な施設については今後の課題としたい。

ま と め

運動不足病時代の社会体育の実態を、大瀬戸町、波佐見町の事例について論じて来たが、行政に対しての要望も含め、次に挙げる6項目をもってまとめとする。

① 施設（運動の場）は両町とも県の基準と比較して充実している。特に大瀬戸町においては、総合運動場が建設中であり、住民の要望を十分に組み入れ施設が完成しつつあり、大いに評価したい。波佐見町においても大瀬戸町と同じように中央部に核になる施設作りが望まれる。

② 施設の利用に関しては、夜間照明施設のない施設もあり充分とはいえない。また行事中心の利用が多く、日常生活において、クラブなどのグループとして利用できる体制作りが必要となろう。そのためには指導者の配置が急務である。財政的なこともあり、当面は体育指導委員、スポーツ指導員の増員で充足することになろう。この場合、技術指導はもちろん多様化する住民のニーズに対応し、また運動の重要性を認識させるなど資

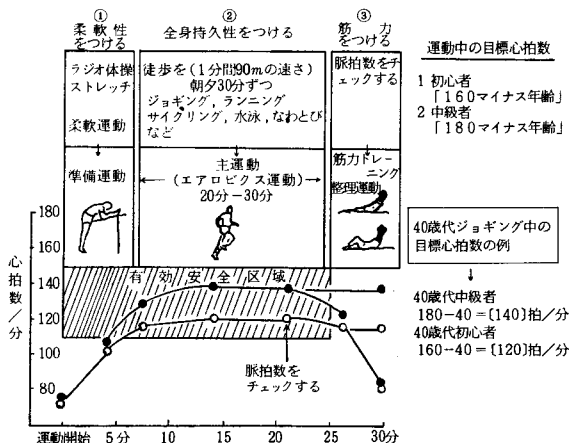
質の向上を計らねばならない。そのためには機会をとらえ研修会等への参加を積極的に推進すべきである。

③ コミュニティ・スポーツ、健康・体力に関する調査結果から大瀬戸町の住民の体育、スポーツに対しての考え方が把握できる。町はこれらの結果を充分考慮した行政をすべきである。波佐見町においても大いに参考になると思う。

④ 波佐見町の貧血、成人病調査および疾病統計など貴重なデータが多く、すでに町においてこれらの調査を基に多くの施策が実施され改善されつつあるが、脳血患疾患による死亡率の増加や循環器系の疾病の多発等まだ多くの問題があると思う。町として抜本的な対策が必要である。体育、スポーツの面からのアプローチは特に重要と思われる。

⑤ 運動不足病時代ということで運動を行なう施設（場）は必要であるが、スポーツをと構えるのではなく生活の中に体を動かす機会を多く取り入れたいものである。自分自身でやれる運動、特に有酸素運動（エアロビクス）の例を挙げておく。

〔図-6〕いつでも・どこでも・一人でできる  
1日30分 3つの運動





## 運動不足病時代と地域における社会体育の展開

また運動の効果についても示しておく。

### 運動の効果

#### 生理的効果

- 1) 血液の循環が良くなる  
毛細血管が発達して血圧を下げる } 動脈硬化の予防になる
- 2) 冠動脈の血流を盛んにする  
心臓を強くして酸素摂取能力を高める } 心筋梗塞の予防になる
- 3) エネルギー代謝を盛んにして肥満を防ぎ  
耐糖性を増して糖尿病を予防する
- 4) 体温調節能力が高まる  
暑さ寒さに強くなりかぜもひきにくくなる
- 5) 腰痛，肩こりなどの防止
- 6) 骨に刺激を与えて太く強い骨をつくる
- 7) 脳細胞の老化を防ぐ
- 8) ガンの予防効果がある

#### 血液，生化学的効果

- 1) 血中の脂肪を燃焼する。肥満防止，虚血性心疾患の予防
- 2) 繊維素溶解能が高まる。動脈硬化の予防
- 3) HDLコレステロール（良いコレステロール）が増える

#### 心理的効果

- 1) ストレス解消に役立つ

⑥ 自分の健康は，自らが保持，増進するのが建前であろうが，住民が健康生活を実践できる場とその指導（動機づけも含め）が必要となる。そのために体育館への併設が望ましいが健康増進センター（仮称）を設置して，そこに指導員（相談員）として，2・3名の常勤が望ましいが，一部非常勤（相談日を定め）でもよいから配置し，医学，体育学，栄養学等の多くの面からの相談に応じたり，実践，指導はもちろん調査研究，講演会など住民の健康増進のためのサービス機関を設置

すべきである。これらのことは施設も含め多大の経費が必要となるが，はじめにのところでのべたようにしのびよる運動不足病と，いわれるように運動不足によって多くの疾病が発生している。そして予防的見地の重要性をのべたが疾病になってからではおそく，医療費の高騰を考えると，行政として将来必ず開花することを確信し，両町ともこれらの点を配慮した行政の実践を期待し，まとめとする。