

福岡大学文系学部におけるスポーツ外傷の実態調査

—法学部・経済学部・商学部によるアンケート調査(2017年度)—

寺田 光輝¹⁾, 重森 裕¹⁾²⁾³⁾, 大坪 俊矢²⁾, 福嶋 洋¹⁾²⁾, 館原 宗幸¹⁾
鶴崎 莉乃¹⁾, 山口 継太¹⁾

Field survey of sports injuries in the Faculty of Humanities in Fukuoka University Questionnaire survey by Faculty of Law, Commerce and Economics (2017)

Koki Terada¹⁾, Yutaka Shigemori¹⁾²⁾³⁾, Syunya Otsubo²⁾, Hiroshi Fukushima¹⁾²⁾, Muneyuki Tatihara¹⁾,
Rino tsurusaki¹⁾ and Keita Yamaguchi¹⁾

Abstract

In our country, we recommend that adults perform periodic exercises, but in recent years, the loss of interest in exercise among youth has become a problem. Therefore, support is urgently required to add a custom of sports practice to university education. Targeting university students of the Faculty of Liberal Arts at this school, questionnaire surveys were conducted regarding sporting events and sports injuries that were experienced in the past to clarify sports customs and the actual situation of sports injuries in this study. Responses were obtained from 182 individuals (37.4%); 90% percent of the respondents had some previous sports experience, but less than 30% of them actively practiced sports in college. Previous sports injuries were noted in approximately half of the respondents, and most involved bone fractures and sprains. It was predicted that the knowledge regarding the sports injuries was poor based on responses to questions about sports injury prevention.

Through this study, the importance of sports as well as various other aspects regarding the prevention of sports injuries were highlighted, which are necessary in university education to be subsequently applied throughout life.

-
- 1) 福岡大学大学院スポーツ健康科学研究科
Graduate School of Sports and Health Science, Fukuoka University
 - 2) 福岡大学スポーツ科学部
Faculty of Sports Health Science, Fukuoka University
 - 3) 福岡大学医学部脳神経外科
Department of Neurological Surgery, Faculty of Medicine, Fukuoka University

I 緒言

文部科学省のデータ¹⁾では、成人の週1回以上の運動・スポーツを行う者の割合は、2009年度は45.3%、2012年度では47.5%と向上傾向であった。しかし、2015年度の調査では40.4%であり、2009年度と比べると7.1%も減少しており、若者の運動離れが示唆されている。2012年に策定されたスポーツ基本計画の政策目標²⁾では、同割合を65%程度となることを目標にしていたことから、スポーツ実践の習慣をつける支援を行うことは急務である。また、大学生から積極的にスポーツ参加を行うことは、その後の生涯スポーツの実践に大きく寄与していることが指摘³⁾されている。このような背景からも、本学で行われている「生涯スポーツ演習Ⅰ・Ⅱ」の実施は、大学教育において非常に意味があるものと考えられる。しかし、運動実施者が増加するとともに各種スポーツ傷害の発生も増加すると予測される。そのため、スポーツ実践の支援を行うと共に、スポーツ傷害の予防や発生後の処置方法についても教育を行う必要がある。以上のことから、大学生のスポーツ実施状況やスポーツ傷害の有無、傷害予防のための知識についての実態を把握することは、大学教育を行う上で必要な資料になると考えられる。

本研究では、大学生の運動習慣やスポーツ傷害の実態を明らかにする目的で、文系学部の学生を対象に、過去に行ったスポーツ種目とスポーツ傷害の受傷歴についてアンケート調査を行った。

II 対象および方法

福岡大学文系学部に所属し、生涯スポーツ論を受講した学生を対象に、アンケート調査を行った。本アンケートは、2017年10月28日と12月21日に行われた生涯スポーツ論の「スポーツ頭部外傷」の講義後に実施した。アンケートの調査内容は、過去に行ったスポーツ種目とその競技歴、競技中のスポーツ傷害、脳振盪の既往の有無についてである (Figure.1)。なお、授業前にアン

ケート用紙を配布し、授業後に本調査の趣旨、調査協力は任意であることの説明をした後、退出時にアンケートの回収を行った。

アンケート調査を実施するにあたりヘルシンキ宣言の最新版の諸原則に従い、被験予定者に対して事前に十分に説明し、説明内容が適切に理解されたことを確認したうえで自由意思によるインフォームドコンセントを得た。また被験者に不明点があれば問い合わせをしてもらうことで対応した。なお研究中および研究終了においても被験者のプライバシーには十分配慮した。

なお本研究の一部は、福岡大学領域別研究 (脳振盪からの競技復帰：課題番号 206008) より助成を受けて報告をしている。

III 結果

2017年に生涯スポーツ論にて行った「スポーツ頭部外傷」の講義履修登録者は486名であった。うち236名 (48.6%) から回答を得て、有効回答は182名 (37.4%) であった。その内訳は、男性118名、女性64名であった。回答者の所属学部は、法学部26名、商学部58名、経済学部98名であった (Figure.2)。

1) 過去に経験したスポーツ経験の割合と経験時期

回答者の90.7% (165名) は、過去に何らかのスポーツ経験があることが明らかとなった。性別では、男性は96.6% (114名)、女性は79.7% (51名) であった。

運動経験がある学生のスポーツの経験時期は、小学生以下では23.6% (39名)、小学校低学年 (小学校1～3年生) では58.2% (96名)、小学校高学年 (小学校4～6年生) では77.6% (128名)、中学校では87.9% (145名)、高校では64.2% (106名)、大学では29.1% (48名) であった (Figure.3)。

性別の検討では、男性は小学生以下では25.4% (39名)、小学校低学年では64.9% (74名)、小学校高学年では81.6% (93名)、中学校では95.6% (109名)、高校では78.1% (89名)、大

	法学部	商学部	経済学部
男性	21	31	66
女性	5	27	32

Figure.2 福岡大学の文系学部の学生の内訳(人)

学では30.7% (35名)であった。女性では、小学生以下では19.6% (10名)、小学低学年では43.1% (22名)、小学校高学年では68.6% (35名)、中学校では70.6% (36名)、高校では33.3% (17名)、大学では25.5% (13名)であった。

2) スポーツ経験者 (184名) におけるスポーツ傷害の疫学

①スポーツ傷害発生率

スポーツ経験者の50.9% (84名) に何らかのスポーツ傷害の既往があった。性別のスポーツ傷害発生率では、男性は51.8% (59名)、女性は

49.0% (25名) であった。

②スポーツ傷害の種類

スポーツ傷害の主な既往は、上位から骨折、捻挫、肉離れであった。性別のスポーツ傷害の種類は、男性では1位骨折、2位捻挫、3位肉離れであり、女性では1位骨折・捻挫、3位突き指であった (Figure.4)。

3) 各世代で実践したスポーツ競技の種類

各世代で実践したスポーツ競技の種類は、小学校以下では1位水泳、2位サッカー、3位野球であった。小学校低学年は1位サッカー、2位水

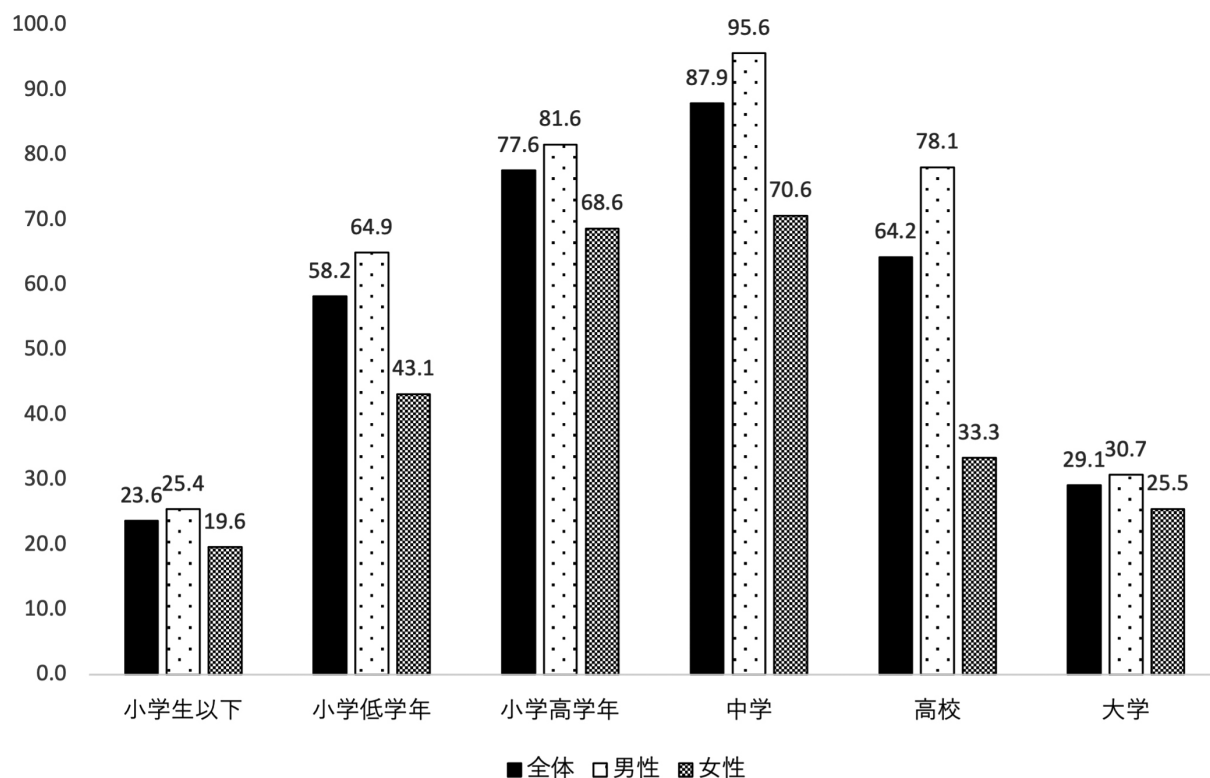


Figure.3 実施したスポーツ経験の時期(%)

	全体	男性	女性
骨折	39	31	8
捻挫	26	18	8
肉離れ	7	5	2
突き指	6	2	4
脱臼	5	2	3
脳振盪	4	4	0
靭帯損傷	4	1	3
靭帯断裂	3	2	1
打撲	3	3	0
腱鞘炎	2	1	1
熱中症	1	0	1
疲労骨折	1	1	0
半月板損傷	1	1	0
その他	15	8	7

Figure.4 発生した傷害の種類と件数

泳，3位野球であり，小学校高学年では1位サッカー，2位野球，3位水泳であった。中学校では1位野球，2位サッカー，3位バスケットボールであった。高校では1位サッカー，2位野球，3位陸上であった。大学では1位サッカー，2位ソフトボール，3位野球であった（Figure.5）。

4) スポーツ傷害の予防

スポーツ傷害の予防のために気をつけていることについての主な回答は，1位がストレッチに関する回答，2位が準備運動に関する回答，3位が水分補給に関する回答であった（Figure.6）。

IV 考察

文部科学省のデータ¹⁾やスポーツ庁のデータ²⁾では，若者や成人の運動離れが指摘されているが，近年の運動離れの原因の一つに，生活環境の変化⁴⁾が指摘されている。大学生の運動・スポーツの阻害要因⁵⁾については「何となく機会がない」や「身近に場所がない」，「アルバイトで忙しい」，「運動したいと思わない」が挙げられている。しかし，大学生から積極的にスポーツへの参加を行うことにより，生涯においてスポーツの実

践を継続しやすい³⁾ことが明らかとなっている。

今回我々は，大学生のスポーツや運動の実践状況とスポーツ傷害発生の現状を明らかにする目的で，本学文系学部の学生を対象に，過去に行ったスポーツ種目とスポーツ傷害の既往歴等についてアンケート調査を行った。

本研究では，文系学部学生のスポーツ経験（Figure.3）は，小学校低学年，小学校高学年と上昇し，中学校の87.9%がピークとなっていた。その後は，高校で64.2%，大学ではその半数以下の29.1%であり，大幅に減少していることが明らかとなった。本校において，スポーツを行っていない文系学部学生の学生は7割を超えており，過去の報告^{6,7,8)}と比べても，大学入学後の自発的なスポーツ実施率が低いことが明らかとなった。

実施率が低い原因として，学生生活の変化や，自由に行動を行える時間・範囲の拡大，活動の選択肢が増えることが，大学入学後の課外活動の参加率の減少につながっていると指摘⁷⁾されており，これらの要因が当校においてもスポーツ実施率の低い理由であると推測された。

性別でのスポーツ実施時期の検討（Figure.3）では，男性は中学校でのスポーツ実施率が最も高

小学生以下				小学低学年				小学高学年			
	全体	男性	女性		全体	男性	女性		全体	男性	女性
水泳	17	13	4	サッカー	29	28	1	サッカー	32	31	1
サッカー	8	8	0	水泳	28	21	7	野球	31	31	0
野球	6	6	0	野球	17	17	0	水泳	27	16	11
空手	4	3	1	空手	6	4	2	バスケットボール	11	4	7
ダンス	2	0	2	バスケットボール	5	3	2	ソフトボール	10	9	1
バレエ	2	0	2	ダンス	4	0	4	空手	6	5	1
バスケットボール	1	0	1	ソフトボール	4	4	0	バレーボール	6	1	5
テニス	1	0	1	バレーボール	3	0	3	ダンス	4	0	4
体操	1	1	0	柔道	2	2	0	ドッジボール	3	1	2
				ドッチボール	2	0	2	ソフトテニス	3	2	1
中学				バレエ	2	0	2	陸上	3	1	2
	全体	男性	女性		全体	男性	女性		全体	男性	女性
野球	31	31	0	剣道	1	0	1	卓球	2	0	2
サッカー	28	27	1	ゴルフ	1	0	1	バドミントン	2	1	1
バスケットボール	19	12	7	高校				ラグビー	2	2	0
ソフトテニス	13	8	5		全体	男性	女性	剣道	1	0	1
陸上	11	8	3	サッカー	23	22	1	ゴルフ	1	0	1
卓球	7	5	2	野球	20	20	0	柔道	1	1	0
剣道	6	2	4	陸上	12	10	2	少林寺拳法	1	0	1
テニス	6	3	3	ソフトテニス	9	7	2	テニス	1	1	0
バドミントン	5	2	3	バスケットボール	7	5	2	少林寺拳法	1	0	1
バレーボール	5	3	2	ラグビー	5	5	0	テニス	1	1	0
水泳	4	4	0	弓道	4	3	1	少林寺拳法	1	0	1
空手	2	2	0	ソフトボール	4	3	1	テニス	2	1	1
柔道	2	1	1	卓球	4	3	1	バドミントン	2	0	2
ソフトボール	2	0	2	ハンドボール	3	3	0	バレーボール	2	2	0
ダンス	2	0	2	水泳	2	2	0	ウエイトリフティング	1	1	0
軟式野球	2	2	0	ダンス	2	0	2	空手	1	1	0
駅伝	1	1	0	テニス	2	2	0	剣道	1	0	1
キックボクシング	1	0	1	バレーボール	2	2	0	サイクリング	1	1	0
ゴルフ	1	0	1	ウエイトリフティング	1	1	0	水上スキー	1	1	0
体操	1	0	1	剣道	1	0	1	卓球	1	1	0
ハンドボール	1	1	0	柔道	1	1	0	チアリーディング	1	0	1
ラグビー	1	1	0	少林寺拳法	1	0	1	ラグビー	1	1	0
				チアリーディング	1	0	1	大学			
				バドミントン	1	0	1		全体	男性	女性
				軟式野球	1	1	0	サッカー	9	9	0
								ソフトボール	5	4	1
								野球	5	5	0
								バスケットボール	4	2	2
								スカッシュ	3	3	0
								ダンス	3	0	3
								アメリカンフットボール	2	2	0
								ソフトテニス	2	1	1
								少林寺拳法	2	1	1
								テニス	2	1	1
								バドミントン	2	0	2
								バレーボール	2	2	0
								ウエイトリフティング	1	1	0
								空手	1	1	0
								剣道	1	0	1
								サイクリング	1	1	0
								水上スキー	1	1	0
								卓球	1	1	0
								チアリーディング	1	0	1
								ラグビー	1	1	0

Figure.5 各世代で実施したスポーツ競技(件)

く、95.6%であった。しかし大学でのスポーツ実施率は、30.7%であり大幅に減少していることが明らかとなった。女性では、スポーツ実践率が最も高い時期でも、中学校の70.6%であった。高校では33.3%、大学では25.5%であることから、女性のスポーツ実施率は中学校が最も高く、高校に進学すると大幅に減少することが明らかとなった。

このような背景からも、本校で行われている「生涯スポーツ演習Ⅰ・Ⅱ」の実施は、文系学部学生にとって意味があるものだと考えられる。しかしながら、クラブ活動のような長期的なスポーツ活動の場においては、劣等感や挫折感等の失敗経験や人間関係の軋轢等のような負の経験をする場となりえることもあり、経験内容によっては以後の動機づけにネガティブな影響を与えてしまうこともある⁹⁾。そのために授業でも同様に、スポーツを通じて経験する内容によっては受講する学生にネガティブな影響を及ぼす可能性がある。そのためスポーツの実技等を指導する教員は、授

業導入の際にアイスブレイクを取り入れるなど、教員と学生のコミュニケーションの円滑化や学生同士のチームワークを高めてから授業内容に進むことが大切である。

性別や世代により、経験あるスポーツや好みのスポーツには差がある（Figure.5）ことが本研究で明らかとなった。オリンピックなどの世界的なスポーツや身近なスポーツを紹介することにより、スポーツを「行う」だけでなく、「観る」スポーツや「支える」スポーツについても興味を持たせることが、様々なスポーツへの参加に繋がってくると考えられる。また将来的には、身体障害者により積極的に楽しく行えるようなニュースポーツを取り入れるなど、生涯スポーツ演習にも様々な工夫を行う必要があると考える。

本研究では、スポーツ経験者の約半数にスポーツ傷害の既往がある事が明らかとなった。学生が経験したスポーツ傷害の大半は、骨折と捻挫であった。また女性より男性に、多くのスポーツ傷害が発生していた。その原因として、一般に傷害

	件数
ストレッチ	54
準備運動	42
水分補給	8
体調管理	5
フォームや運動動作	5
無理をしない	4
怪我に注意する	3
防具の着用	3
筋力トレーニング	2
食事管理	2
道具の整備	2
受け身	1
クールダウン	1
睡眠管理	1
ランニング	1
ルールの厳守	1
その他	8

Figure.6 スポーツ障害の予防について(件)

が発生しやすいコンタクトスポーツを経験しているのは、男性に多いために傷害の発生率が高くなったと推測された。またスポーツ傷害の予防法として、準備運動とストレッチを行うといった回答が多かった (Figure.6)。準備運動やストレッチを実施していると回答した件数と比べると、競技時の体調に関する予防や注意、筋力トレーニングなどの回答が今回の研究では少なかった。文系学部学生は、中学時代にスポーツに最も接しており、大学でもスポーツに接しているのは、わずか3割程度であった。このことから、スポーツ競技中の傷害予防や傷害発生後の処置についての知識が乏しいと推測される。

これらの結果から、文系学部学生に対して講義を行うスポーツ関係の教員や指導者は、大学教育における生涯スポーツの支援と同様に、スポーツ中に生じた各種ケガなどに対する応急処置や救命処置法、スポーツ傷害予防に関する教育などを適切に指導する必要があると考えられる。

V 結語

本研究により、福岡大学における文系学部学生の90.7%は、過去に何らかのスポーツ経験があることが明らかとなった。しかし、多くの学生は中学時代に経験したのみで、大学でもスポーツを行っている学生の割合は、29.1%であった。このことから、スポーツ基本計画の政策目標を達成するためにも、大学教育で学生が興味を持つことができる生涯スポーツを実践する機会や支援を行うことは極めて重要である。

またスポーツ経験者の半数は、スポーツ傷害の既往があることが明らかとなった。このことから、大学教育で行う生涯スポーツ演習では、生涯スポーツを実践する機会や支援のみならず、競技中に発生する各種スポーツ傷害の予防や、安全に関する各種啓蒙、競技環境の整備学など、学生が安心して安全にスポーツを行う環境づくりを合わせて行うことが必要であると考えられる。

VI 参考文献

- 1) 成人の週1回以上運動・スポーツを行う者の割合の推移 平成27年10月スポーツ関係データ集 文部科学省
https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/shingi/001_index/shiryo/_icsFiles/afieldfile/2016/01/06/1365658_10.pdf 閲覧日2020年11月12日
- 2) スポーツ基本計画の概要 文部科学省(2012)
https://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/afieldfile/2012/10/16/1319399_2.pdf
- 3) 蔵本健太・菊池秀夫(2006) 大学生の組織スポーツへの参加動機に関する研究-体育会運動部とスポーツサークル活動参加者の比較- 中京大学体育学論叢 47巻1号 pp37-48
- 4) 須崎康臣・入部祐郁・杉山佳生・斉藤篤司(2016) 大学における運動部の実態調査：入部・不継続理由について 九州大学健康科学編集委員会 38巻 pp33-41
- 5) 飯干明・奥保宏・南貞己(2003) 大学生における運動・スポーツの実施状況と阻害要因に関する調査研究 鹿児島大学教育学部研究紀要 教育科学編 54巻 pp21-31
- 6) 相澤勝治・斉藤実・久木留毅(2014) 大学生における運動習慣の実態調査 専修大学スポーツ研究紀要 42巻 pp35-42
- 7) 野口和行・近藤明彦・加藤大仁・山内賢(2009) 慶應義塾大学大学生のスポーツ・運動行動に関する実態調査 体育研究所紀要 48巻 pp7-20
- 8) 新美尚行・馬場崇豪(2017) 大学生の運動・ス

スポーツ実施状況に関する実態調査-運動・スポーツ参与への阻害要因に着目して- 東海学院大学短期大学部紀要 43巻 pp45-52

- 9) 高山千代(2002) スポーツ参加の動機と過去のスポーツ経験 新潟青陵女子短期大 32号32巻 pp25-32

抄録

我が国におけるスポーツ基本計画の政策では、成人においても定期的な運動を推奨している。しかし近年、若者の運動離れが問題となっている。そのためにも、大学教育にてスポーツの実践習慣を身につける支援を行うことは急務である。本研究では、大学生におけるスポーツ習慣とスポーツ傷害の実態を明らかにする目的で、過去に経験したスポーツ競技とスポーツ傷害についてのアンケート調査を2017年に実施した。本研究では、福岡大学文系学部学生の182名(37.4%)から有効回答を得た。回答者の約90%が、過去に何らかのスポーツ経験があるものの、大学でスポーツを実践している割合は30%以下であった。また、スポーツ傷害の既往は約半数に認められた。その時々の流行にあわせて、性別や世代により、経験あるスポーツや好みのスポーツがあることが明らかとなった。

本研究の結果から、大学教育で学生が興味を持つことができる生涯スポーツを実践する機会や支援を行うことは極めて重要であり、学生が安心して安全にスポーツを行う環境づくりを合わせて行うことが必要であると考えられる。