

青年後期におけるスポーツ活動の実態および

心理的影響に関する研究

—スポーツ振興における日本とカナダの文化比較—

岡安 功*

伊藤央二** Gordon J. Walker** 山口志郎*** 野川春夫****

抄録

スポーツ・レジャー活動はポジティブな気分の高揚に大きな影響を及ぼすことは広く認められているが、この影響に関する文化間の相違・類似点についてはあまり論じられていない。文化心理学の知見によると、北米の文化は高覚醒の気分（イキイキ等）を強調するのに対し、東アジアの文化は低覚醒の気分（落ち着き等）を評価する傾向がある。そこで、本研究ではアクティブなスポーツ・レジャー活動と文化が日本とカナダの大学生のポジティブな気分にどのような影響を与えるのかを明らかにすることを目的とした。

経験抽出法を用い、神戸大学ならびにアルバータ大学の学部生を対象に調査を実施した。41名の日本人参加者と36名のカナダ人参加者は、一日に6回アラームが鳴るように設定された時計を週末の8日間携帯し、アラームが鳴る度に事前に配られた質問紙に回答を行った。調査日に関しては、午前10時から午後10時までを2時間ごとの6ブロックに分け、アラームが1ブロックで1回鳴るように設定した。

階層線形モデリングの結果、文化間では統計的な有意差は認められなかったが、スポーツ・レジャー活動が両覚醒面の気分にもポジティブな影響を与えることが明らかとなった。加えて、スポーツ・レジャー活動と気分の関係性において文化が調整変数としての役割を担っていることが示唆された。具体的には、スポーツ・レジャー活動が高覚醒の気分にも及ぼす影響に関してはカナダ人よりも日本人の方が、低覚醒の気分にも及ぼす影響に関しては日本人よりもカナダ人の方が大きいことが認められた。本研究の結果より、文化によって異なるスポーツ・レジャー活動の効果を理解することは、青年後期のスポーツ・レジャー振興政策を考える上で非常に重要であることが示唆された。

キーワード：スポーツ・レジャー活動，文化，青年後期，気分，経験抽出法

* 広島経済大学経済学部

〒731-0192 広島市安佐南区祇園 5-37-1

** アルバータ大学体育レクリエーション学部

E-488 Van Vliet Centre, Edmonton, Alberta T6G 2H9, Canada

*** オレゴン大学・ワーススポーツマーケティングセンター

Lundquist College of Business 1208 University of Oregon Eugene, Oregon 97403-1208, US

**** 順天堂大学スポーツ健康科学部

〒270-1695 千葉県印西市平賀学園台 1-1

Late Adolescent Sport Activities and Its Psychological Effects

—A Cross-Cultural Study Between Japan and Canada—

Isao Okayasu*

Eiji Ito** Gordon J. Walker** Shiro Yamaguchi*** Haruo Nogawa****

Abstract

It is widely acknowledged that sport and leisure activities largely contribute to the enhancement of people's positive mood. However, little research has been conducted to discuss cultural similarities and differences for this effect. Some cultural psychologists find that while North American culture values high-arousal positive mood (e.g., elated), East Asian culture stresses low-arousal positive mood (e.g., calm). Thus, the purpose of this study was to examine the effects of active sport and leisure activities and culture on university students' positive mood.

The experience sampling method was employed in Japan and Canada. Forty-one Japanese and 36 Canadian undergraduate students from the Kobe University and the University of Alberta, respectively, received a watch alarm that was programmed to ring randomly six times a day, every weekend (i.e., Saturday and Sunday), for four weekends. Days were divided into six 2-hour time blocks between 10 am and 10 pm, and one signal was randomly programmed per block.

Hierarchical linear modeling results indicated that: (a) culture does not affect positive mood; (b) active sport and leisure activities increase both high- and low-arousal positive mood; and (c) culture moderates the relationship between active sport and leisure activities and positive mood. More specifically, in terms of the moderator effects, the effects of active sport and leisure activities on high-arousal positive mood are significantly larger, and those on low-arousal positive mood are significantly smaller, for Japanese participants than Canadian participants. These results demonstrate that understanding cultural similarities and differences in the effects of sport and leisure activities would play a prominent role in contributing to the development of a sport and leisure promotion policy for late adolescents.

Key Words : sport and leisure activities, culture, late adolescent, mood, experience sampling method

* Hiroshima University of Economics

5-37-1, Gion, Asaminami-ku, Hiroshima, Japan, 731-0192

** University of Alberta

E-488 Van Vliet Centre, Edmonton, Alberta T6G 2H9, Canada

*** University of Oregon, Warsaw Sports Marketing Center

Lundquist College of Business 1208 University of Oregon Eugene, Oregon 97403-1208, US

**** Juntendo University

1-1, Hiragagakuendai, Inzai, Chiba, Japan, 270-1695

1. はじめに

青年後期の若者を取り巻く社会環境は、依然として厳しい状況が続いている。子ども・若者白書（内閣府，2012）によると，大学生の就職率は約60%という低水準とも言える値を記録するだけでなく，若者失業率においても全年齢層で最も高い値を示している。さらに無業者，ひきこもり，フリーター等，解決すべき課題が多いのが現状である。

デュマズディエ（1972）がスポーツやレジャー活動を含む余暇の機能として休息，気晴らし，自己開発を挙げているように，このような現代社会においてスポーツ・レジャー活動の果たす役割が大きいことが窺える。しかしながら，青年後期のスポーツ参加状況は決して高いものではない。笹川スポーツ財団の青少年のスポーツライフ・データ（2012）によれば，大学期に移行するに伴いスポーツ実施が低頻度群に分類される若者が急激に増加する。このような背景を打破するには，まずスポーツ・レジャー活動が彼ら・彼女らにどのような影響をもたらし，また生活の質の向上にどのような影響を与えるのかを明らかにすることが重要な課題であると考えられる。

数多くの先行研究（e.g., Kleiber, Walker, & Mannell, 2011）において，スポーツ・レジャー活動は気分の高揚に大きな影響を及ぼすことが報告されている。一方で，この影響に関する文化間の相違・類似点についてはあまり論じられていないのが現状である。Tsai, Knutson, and Fung (2006) は，気分における覚醒面（arousal）には，文化差が存在することを明らかにしている。具体的には，理想のポジティブな気分として，ヨーロッパ系アメリカ人は香港人に比べ高覚醒の気分（イキイキ等）を強調するのに対し，香港人はヨーロッパ系アメリカ人に比べ低覚醒の気分（落ち着き等）を評価することを報告している。また，スポーツ活動に関連した結果として，Tsai (2007) は，ヨーロッパ系アメリカ人学生はアジア系アメリカ人学生よりもアクティブなスポーツに参加することを報告している。また，理想的な休暇として，ヨーロッパ系ならびにアジア系アメリカ人学生は香港の学生よりも身体的な負荷が大きいスポーツ活動（サーフィンやランニング）を行うことを明らかにしている。加えて，休暇中の心理状態として，ヨーロッパ系アメリカ人は多くの高覚醒の気分状態を記述したのに対し，香港人は低覚醒の気分状態に関する回答が多かったことを報告している。これらの Tsai の一連の研究結果から，スポーツ・レジャー活動が気分及び影響においても，覚醒面の違いにおける文化差が存在することが推察される。

以上のことを踏まえ，本研究は青年後期の大学生を対象を絞り，日本とカナダの大学生のスポーツ・レジャー活動の実態及び気分への影響を検証する事で，スポーツ・レジャー活動が彼らの生活の質の向上にどのような影響を与えるのかを明らかにする。さらに日加比較を通し，気分における覚醒面の文化差を考察することで，大学生におけるスポーツ振興の文化背景を考慮する事の重要性を指摘する。

2. 目的

本研究の目的は，スポーツ・レジャー活動と文化が日本とカナダの大学生のポジティブな気分にとどのような影響を与えるのかを明らかにすることである。

3. 方法

3-1. 調査方法

本研究におけるデータ収集は，2012年4，5月にかけて神戸大学の大学生を対象に，また2012年9，10月にかけてカナダのアルバータ大学の大学生を対象に調査を実施した。本研究では，上記の研究目的を達成するために，経験抽出法（experience sampling method）を用い調査を進めた。経験抽出法とは，調査参加者がランダムにアラームが鳴るように設定された腕時計やポケットベルを携帯し，そのアラームが鳴る度に参加者がその時点の活動状況や種目および心理的経験をあらかじめ配布された質問紙にできるだけ速やかに回答するという調査方法である（Reis & Gable, 2000）。金銭的（調査参加者への謝金等），時間的（調査マネジメントや膨大なデータ入力等）に非常に労力のかかる調査方法ではあるが，一般的な想起法による質問紙調査法とは異なり，参加者の“リアルタイム”の心理的経験を明らかにできるという利点がある（Hektner, Schmidt, & Csikszentmihalyi, 2007）。本研究では，参加者は一日に6回アラームが鳴るように設定された時計を週末の8日間（一ヶ月間）携帯し，アラームが鳴る度に事前に配られた質問紙に回答を行った。調査日に関しては，午前10時から午後10時までを2時間ごとの6ブロックに分け，アラームが1ブロックで1回鳴るように設定した。土曜日，日曜日の週末に限定した理由は，スポーツ・レジャー活動中・直後の回答率を上げること，ならびに曜日が及ぼす気分への影響を最小限に留めるためである（気分は平日よりも週末の方が一般的にポジティブなことが報告されている，Zuzanek & Mannell, 1993）。参加報酬として，日本人参加者には5,000円，カナダ人参加者には50カナダドルを支給した。本研究では，調査実施前に調査の目的や時計の使

い方、並びに質問紙の記入の仕方をあらかじめ参加者に説明するため、オリエンテーションを実施した。その際、参加者の属性を把握するための質問紙調査も同時に行った。

3—2. 調査対象者

調査対象の大学として、様々な類似点(公立で著名な大学、約百年の歴史、市街地に近い等)のある神戸大学とアルバータ大学を選択した。参加者の募集は、授業中のアナウンスとキャンパス内のポスター掲示を通して、参加を呼びかけた。最終的に41名の日本人学部生と36名のカナダ人学部生が本調査への参加意志を示した。本調査の前提事項として、日本人参加者は、自分自身を日本人と認識する大学生を対象とし、カナダ人参加者は、自分自身をカナダ人と認識し、カナダの市民権を保有するとともに、英語を第一言語として使用する学部生を調査対象として選出することとした。

3—3. 調査項目

調査参加者は、アラームが鳴った際に、以下の3つの質問に対して回答を行った(表1)。

表1. 経験抽出法における質問項目

(1) いつ	時刻
(2) 何を	活動種目
(3) どんな気分で	高覚醒 イキイキ(Elated)
	ワクワク(Enthusiastic)
低覚醒	落ち着き(Calm)
	穏やか(Peaceful)

Note. 参加者は(3)の項目を7段階尺度を用い回答

本研究では、気分の項目として、Tsai et al. (2006) が用いた項目の中から、ポジティブな高覚醒気分として“イキイキ”と“ワクワク”，低覚醒気分として“落ち着き”と“穏やか”の4項目を援用した。本調査で用いられた質問紙は、まず始めに英語で作成を行い、日本人の共同研究者と翻訳家によって日本語へのバックトランスレーション(Brislin, 1970)が行われた。その後、共同研究者ならびに神戸大学の学部生によって、日本語の最終チェックを行い、いくつかのワーディングの修正を行った。

3—4. データ分析

まず始めに記入済み質問紙の精査を行い、アラーム後30分以上経過した後に記入された回答は全て削除した(Scollon, Kim-Prieto, & Diener, 2003)。

また、Paterson and Goldstein (1991) が推奨する階層線形モデリングを実施するために必要なサンプル数の基準を満たすために、全48回のアラームのうち、記入済みの回答が25票未満の参加者のデータは全て削除した。

次にアラームが鳴った際、参加者が行っていた活動種目を、Fast and Frederick (2004) の19のカテゴリーに基づき分類を行った。コーディングは、一人の共同研究者によって行われた。コーディング結果の信頼性を確保するために、本研究の目的を知らされていない日本人、カナダ人各1名がそれぞれの国で得られたデータのコーディングを実施した。続いて、k統計量(Cohen's kappa)が共同研究者とそれぞれのコーダー間のコーディング結果を元に計算され、日本のデータでは0.85、カナダのデータでは0.95という数値が算出された。なお、Landis and Koch (1977)によれば、0.81から1.00の間の数値は、“完全に近い一致”と見なされている。コーディング結果の不一致は、共同研究者とそれぞれのコーダーとの議論によって解決された。これらのコーディング結果より、“アクティブスポーツ”ならびに“アクティブレジャー”のカテゴリーに分類された回答を“1”に、それ以外の17のカテゴリーに分類された回答を“0”に設定したダミー変数を生成した。なお、“アクティブスポーツ”のカテゴリーには、一般的なスポーツの他に、キャンプやハイキングといった野外活動も含まれている(Fast & Frederick, 2004)¹

レスポンスレベルのデータを基に、従属変数である4種類の気分の平均値ならびに標準偏差を、統計パッケージSPSS 20を用いて算出した。

最後に上記の結果(プロセス)を基に階層線形モデリングを実施した。階層線形モデリングは一般的な個人レベルに加え、それらの根底にあるレスポンスレベルの統計的ばらつき(variability)を考慮した分析を可能にするため、経験抽出法における“gold standard”と呼ばれる統計手法である(Reis & Gable, 2000)。経験抽出法の分析デザインでは、レスポンスレベルがレベル1となり、個人レベルがレベル2となる。同様に本研究では、スポーツ・レジャー参加のダミー変数(スポーツ・レジャー活動 vs. スポーツ・レジャー以外の活動)がレベル1の独立変数として用いられ、

¹ 研究計画段階では、“アクティブスポーツ”のみのデータを使用する予定だったが、本カテゴリーに分類されたデータが予想以上に少なく、以降の統計手法の結果の信頼性に大きな悪影響を与えることが懸念されたため、“アクティブレジャー”のカテゴリーに分類されたデータを分析に加えることとした。

文化のダミー変数(日本 vs. カナダ)がレベル 2 の独立変数として使用された。2 つの独立変数は、二分変数であるため、両者ともセンタリングは行わずに階層線形モデリングを行った。“X”をスポーツ・レジャー参加，“Z”を文化とすると、本分析で用いられる階層線形モデリングの方程式は以下のように表すことができる。

$$\text{レベル 1: } Y_{ij} = \beta_{0j} + \beta_{1j}x_{ij} + R_{ij}$$

$$\text{レベル 2: } \beta_{0j} = \gamma_{00} + \gamma_{01}z_j + U_{0j}$$

$$\beta_{1j} = \gamma_{10} + \gamma_{11}z_j + U_{1j}$$

なお、本分析では統計パッケージ HLM 6 を用いた。

4. 結果及び考察

4—1. 有効ならびに無効回答数

日本人参加者の全 1,968 回のアラームのうち、665 票 (33.8%) が無回答もしくはアラームの 30 分以降に回答されていた。カナダ人参加者の全 1,728 回のアラームのうち、323 票 (18.7%) が同様の理由で無効回答であった。また、カナダ人参加者が回答した 5 票の質問紙において活動種目の欄が未記入だったため、これらのデータも削除した。加えて、7 人の日本人ならびに 2 人のカナダ人参加者の回答数が 25 票未満であったため、彼らのデータはこれ以降のデータ分析からは除外した。これらの結果から、残った 34 人の日本人参加者の 1,181 のデータならびに 34 人のカナダ人参加者の 1,411 のデータを以降の分析に使用した。

4—2. 参加者のデモグラフィック特性

表 2 には、国別ごとに計 68 人の参加者のデモグラフィック特性を示した。

日本人参加者の主な専攻科目は、経済学 (29.4%)、国際文化学 (23.5%)、文学 (23.5%) であった。カナダ人参加者の主な専攻科目は、科学 (47.1%)、人文学 (15.2%)、農学 (12.1%) であった。また、カナダ人参加者の人種背景は、44.1%がアジア系、41.2%がヨーロッパ系、14.7%が南米系、アフリカ系、もしくは混血の人種背景であった。

4—3. スポーツ・レジャー参加の割合

日本人の回答のうち、51 票 (4.3%) がスポーツ参加中もしくは直後に記入されていた。一方で、カナダ人の回答は 49 票 (3.5%) がスポーツ参加中も

表 2. 参加者のデモグラフィック特性

項目	日本		カナダ	
	%	(n)	%	(n)
性別				
男性	67.6	(23)	23.5	(8)
女性	32.4	(11)	76.5	(26)
生まれた年				
1981—1989	0.0	(0)	20.5	(7)
1990—1992	35.3	(12)	44.1	(15)
1993—1994	64.7	(22)	35.3	(12)
婚姻				
未婚	100.0	(34)	73.5	(25)
既婚	0.0	(0)	14.7	(5)
その他	0.0	(0)	11.8	(4)

Note. 表のパーセントは縦に見る

しくは直後に記入されていた。同様に、日本人の回答のうち 121 票 (10.3%) とカナダ人の回答のうち 177 票 (12.5%) がアクティブレジャー参加中もしくは直後に記入されていた。これらの結果から、日本人およびカナダ人参加者の週末のアクティブスポーツ参加頻度ならびにアクティブレジャー参加頻度はほぼ同じであることが明らかとなった。

4—4. 従属変数の記述統計

表 3 には、本研究の従属変数である 4 種類の気分の平均値ならびに標準偏差を示した。

4—5. 階層線形モデリングの結果・考察

本研究では、階層線形モデリングを 2 段階に分け実施した。まず、文化ならびにスポーツ・レジャーの 2 つの独立変数を含まないヌルモデル (null model) の検証を行った。ヌルモデルの結果を元に、それぞれの従属変数における級内相関係数 (intraclass correlation coefficients) を算出した。級内相関はグループ間の類似性を示し、もし級内相関があるなら一般的な統計手法において重要な観測値の独立性という仮定が成り立たないと言われている (Snijders & Bosker, 2011)。つまり、本研究においては、級内相関が認められれば、参加者個人個人の回答傾向に類似性があるということになる。それぞれの従属変数における級内相関は 0.29 (イキイキ)、0.21 (ワクワク)、0.32 (落ち着き)、0.34 (穏やか) であり、これらの数値は級内相関が存在することを示し、階層線形モデリングの使用を

表3. 従属変数の記述統計結果

項目	日本				カナダ			
	スポーツ		非スポーツ		スポーツ		非スポーツ	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
イキイキ	4.41	1.84	2.89	1.70	3.49	1.83	2.46	1.46
ワクワク	4.04	1.87	2.37	1.53	3.36	1.87	2.52	1.49
落ち着き	3.98	1.71	3.88	1.62	4.49	1.65	4.06	1.60
穏やか	3.90	1.72	3.81	1.64	4.32	1.62	3.84	1.62

Note. 参加者は7段階尺度を用いて回答。“スポーツ”はアクティブスポーツ・レジャー活動の略称。“非スポーツ”はアクティブスポーツ・レジャー以外の活動の略称。

サポートする結果であった。具体的には、イキイキの従属変数において、29%の分散が個人レベルで、71%の分散がレスポンスレベルで認められたことを意味する。

次に、前述した方程式である独立変数を含んだ階層線形モデリングを行った。表4には、階層線形モデリングの固定効果 (fixed effect) に関する結果を示した。

“文化”に関しては、全ての従属変数で統計的な有意差は認められなかった。つまり、週末の日常生活において、日本人大学生とカナダ人大学生が経験するポジティブな気分は類似していることが明らかとなった。本研究では、理想の気分ではなく実際の気分を測定したことを考慮すると、この結果は、文化は実際の気分よりも理想的な気分に影響を及ぼすという Tsai et al. (2006) の結果と一致する。これらの結果は、Scollon, Koh, and Au (2011) が推察するように、気分に関する文化差は実際に感じる度合いにあるのではなく、その経験を文化というフィルターを通して想起した時に生み出されるためだと考えられる。

“文化”とは対照的に“スポーツ”では、全ての従属変数において統計的な有意差が認められた。全ての推定値はポジティブな値を示し、アクティブスポーツ・レジャー参加が覚醒の種類を問わずポジティブな気分を高めることが明らかとなった。本結果は、数多くのレジャー研究者 (e.g., Kleiber et al., 2011) が報告しているように、一般的に内発的動機によって行われるスポーツ・レジャー活動はポジティブな気分を高めるという主張と一致する。Tsai (2007) も主張するように、スポーツやレジャー活動は個人が望む理想の気分状態に近づけることを可能にするため、青年後期の心理的健康を促進する上で非常に重要な活動である。実際に、Mannell, Ito, and Walker (2013) は理想の気分、レジャー活動中の気分、ならびに工作中的の気分を想起法を用いカナダ人に尋ね、レジャー活動中の気分が工作中的の気分よりも理想の気分に近いことを明らかにしている。また、理想の気分とレジャー活動中の気分のギャップが理想の気分と工作中的の気分よりも、著しく小さいことを報告し、レジャー活動が心理的健康に大きな影響を及ぼすことを報告している。

表4. 階層線形モデリングの結果

	イキイキ		ワクワク		落ち着き		穏やか	
	推定値	標準誤差	推定値	標準誤差	推定値	標準誤差	推定値	標準誤差
切片	3.00**	1.90	2.94**	0.17	4.29**	0.18	4.13**	0.20
文化	0.24	1.83	-0.14	0.21	-0.27	0.23	-0.17	0.24
スポーツ	0.47**	1.66	0.44*	0.18	0.26*	0.13	0.24*	0.11
文化×スポーツ	0.80**	1.68	0.58*	0.29	-0.63**	0.22	-0.62**	0.20

Note. “スポーツ”は“アクティブスポーツ・レジャー”の略称。“文化”(0=カナダ, 1=日本)。“スポーツ”(0=アクティブスポーツ・レジャー以外の活動, 1=アクティブスポーツ・レジャー活動)。

* $p < .05$. ** $p < .01$.

“文化×スポーツ”はクロスレベルの交互作用であり、スポーツ・レジャー活動と気分の関係性における文化の調整変数 (moderator variable) としての役割を示している。全ての従属変数において有意差が認められたが、高覚醒の気分ではポジティブな推定値が、低覚醒の気分においてはネガティブな推定値が算出された。つまり、日本人参加者におけるスポーツ・レジャー活動が高覚醒の気分にも及ぼす影響がカナダ人参加者よりも大きいことが明らかとなった。対照的に、スポーツ・レジャー活動が低覚醒の気分にも及ぼす影響に関しては、日本人参加者よりもカナダ人参加者の方が大きいことが明らかとなった。この結果は、西洋人に比べ、アジア人はより高い低覚醒の気分とより少ない高覚醒の気分をレジャー活動中に求めるという Kleiber et al. (2011) の推察と相反するものとなった。この相反する結果は、スポーツ活動がもたらす非日常の経験といった側面を反映していると推察される。一般的に、日常生活で低覚醒の気分が理想とされる東アジア、高覚醒の気分が理想とされる北米において (Tsai et al., 2006)、スポーツ活動は普段の理想的な心理状態とは異なる非日常的な心理的な経験を求めるために行われているのかもしれない。また、本研究が“アクティブ”なスポーツ・レジャー活動に焦点を当てたことも本結果の原因であると考えられる。特に、レジャー活動の種類はアクティブな活動だけではなく多岐にわたるので Kleiber et al. の仮説を検証するには、社交活動や受動的なレジャー活動等を含めた上での分析が必要となるであろう。同様に、スポーツにおいても日本文化を内包する柔道のような日本文化を色濃く反映する伝統的スポーツや外来スポーツといった違いが存在する (Ito, Nogawa, Kitamura, & Walker, 2011)。スポーツがもたらす気分と文化の関連について言及する際には、このようなスポーツの文化特性を考慮する必要もあるだろう。最後に、日本人参加者がカナダ人参加者に比べ平均年齢が低いという調査参加者のデモグラフィック特性も本結果に影響を及ぼしている可能性があることを付け加えておきたい。

5. まとめ

本研究は、経験抽出法を用い、スポーツ・レジャー活動が日本とカナダの大学生のポジティブな気分にも及ぼす影響を検証した。週末のスポーツ・レジャー活動の頻度は両文化において大差はないものの、階層線形モデリングの分析結果からスポーツ・レジャー活動がポジティブな気分にも及ぼす影響において文化差があることが明らかとなった。具体的

には、スポーツ・レジャー活動を通して、日本人参加者はカナダ人参加者に比べ、ポジティブな高覚醒の気分を高めることが明らかとなった。一方で、カナダ人参加者は日本人参加者に比べ、ポジティブな低覚醒の気分をスポーツ・レジャー活動を通して高めていることが確認された。ポジティブな気分の高揚は心理的健康の一つの要因であることを考えると (Tov & Diener, 2007)、スポーツ・レジャー活動の促進は青年後期の心理的健康の増進に効果があると考えられる。しかしながら、本研究結果は、スポーツ・レジャー活動が及ぼす心理的影響に文化差があることを示し、近年の文化心理学者が主張するように、文化背景を踏まえた上でのスポーツ・レジャー活動の効果を議論する必要があるだろう。例えば、ポジティブな高覚醒を高める日本の大学生のスポーツ・レジャー活動は、抑うつ症などの精神疾患を改善させるのに大いに役立つかもしれない。一方で、ポジティブな低覚醒気分を高めるカナダの大学生のスポーツ・レジャー活動は、極度の興奮状態や怒りを鎮める時に有効であると考えられる。このように文化によって異なるスポーツ・レジャー活動の効果を理解することは、青年後期のスポーツ・レジャー振興政策を考える上で非常に重要となるであろう。また、感情の機能は社会で異なる解釈を得ていることから (大石, 2009)、欧米の知見や比較研究によって得られたものだけでなく、我が国の歴史や文化を踏まえた独自の視点も必要であろう。

2011年に制定されたスポーツ基本法では、野外活動およびスポーツ・レクリエーション活動の普及奨励が明記されている (文部科学省, 2011)。Stiglitz, Sen, and Fitoussi (2010) は、過去の研究結果を踏まえた上で、レジャー・余暇時間は生活の質の向上にとって重要な要因になると述べている。したがって、今後は青年後期における若者の生活の質の向上について、個々人の状況にも対応できる社会システムとしてのスポーツ・レジャー振興を考える事が必要不可欠となる。その為には、岡安・伊藤・山口 (印刷中) が指摘するように、当該分野における研究の蓄積ならびにそれらの研究結果に基づいた (evidence-based) 政策の推進が求められるであろう。

参考文献

- Brislin, R. W. (1970). Back-translation for cross-cultural research. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 1, 185-216.
- Dumazedier, J. (1962). *Vers une civilisation du loisir?* Seuil: France. (J. デュマズディエ, 中島巖訳 [1972] 余暇文明に向かって. 東京: 東京創

- 元社)
- Fast, J., & Frederick, J. (2004). *The time of our lives: Juggling work and leisure over the life cycle*. Ottawa, Canada: Statistics Canada.
- Hektner, J. M., Schmidt, J. A., & Csikszentmihalyi, M. (2007). *Experience sampling method: Measuring the quality of everyday life*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Ito, E., Nogawa, H., Kitamura, K., & Walker, G. J. (2011). The role of leisure in the assimilation of Brazilian immigrants into Japanese society: Acculturation and structural assimilation through judo participation. *International Journal of Sport and Health Science*, 9, 8-14.
- Kleiber, D. A., Walker, G., & Mannell, R. C. (2011). *A social psychology of leisure* (2nd ed.). State College, PA: Venture Publishing.
- Landis, J., & Koch, G. (1977). The measurement of observer agreement for categorical data. *Biometrics*, 33, 159-174.
- Mannell, B., Ito, E., & Walker, G. J. (2013). *Ideal and actual affect deficiency during leisure and work*. Manuscript submitted for publication.
- 文部科学省 (2011) スポーツ基本法, <http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/kihonhou/attach/1307658.htm>
- 内閣府 (2012). 平成24年度版子ども・若者白書. 東京: 内閣府.
- 大石繁宏 (2009). 幸せを科学する. 東京: 新曜社.
- 岡安功, 伊藤央二, 山口志郎 (印刷中). カナダ・アルバータ州の生涯スポーツ・レジャーと地域関連性について. *生涯スポーツ学研究*.
- Paterson, L., & Goldstein, H. (1991). New statistical methods for analysing social structures: An introduction to multilevel models. *British Educational Research Journal*, 17, 387-393.
- Reis, H., & Gable, S. (2000). Event-sampling and other methods for studying everyday experience. In H. Reis & C. Judd (Eds.), *Handbook of research methods in social and personality psychology* (pp. 190-222). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- 笹川スポーツ財団 (2012). 青少年のスポーツライフ・データ2012: 10代のスポーツライフに関する調査報告書. 東京: 笹川スポーツ財団.
- Scollon, C. N., Kim-Prieto, C., & Diener, E. (2003). Experience sampling: Promises and pitfalls, strengths and weaknesses. *Journal of Happiness Studies*, 4, 5-34.
- Scollon, C. N., Koh, S., & Au, E. W. M. (2011). Cultural differences in the subjective experience of emotion: When and why they occur. *Social and Personality Psychology Compass*, 5, 853-864.
- Sniders, T. A. B., & Bosker, R. J. (2011). *Multilevel analysis: An introduction to basic and advanced multilevel modeling* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Stiglitz, J.E., Sen, A., & Fitoussi, J. (2010). *Measuring our lives: Why GDP doesn't add up*. New York, NY: The New Press.
- Tov, W., & Diener, E. (2007). Culture and subjective well-being. In S. Kitayama & D. Cohen (Eds.), *Handbook of cultural psychology* (pp. 691-733). New York, NY: Guilford Press.
- Tsai, J. L. (2007). Ideal affect: Cultural causes and behavioral consequences. *Perspectives on Psychological Science*, 2, 242-259.
- Tsai, J. L., Knutson, B., & Fung, H. H. (2006). Cultural variation in affect valuation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90, 288-307.
- Zuzanek, J., & Mannell, R. (1993). Leisure behaviour and experiences as part of everyday life: The weekly rhythm. *Society and Leisure*, 16, 31-57.
- この研究は笹川スポーツ研究助成を受けて実施したものです。