

子どもの身体活動増強のための保護者からのサポートについて

木下勝統（福岡市立若久特別支援学校）・上地広昭（山口大学教育学部）
丹信介（山口大学教育学部）・森田俊介（山口大学教育学部）

The Parental Support for Promoting Physical Activity in children.

Katsunobu KINOSHITA, Hiroaki UECHI, Nobusuke TAN, Shunsuke MORITA.

(Received September 26, 2008)

The Parental Support for Promoting Physical Activity in children.

This study sought to develop the parental support scale for children's physical activity, and to examine the relationship between the parental support pattern for children's physical activity and the physical activity level of children. In study 1, subjects were 230 parents with elementary school children (Grades 4 through 6). Factor analysis revealed that the parental support scale for children's physical activity had a two factor structure (Factor I : parental encouragement/facilitation, Factor II : parental modeling/involvement), consisting of 15 items ; the scale showed high reliability and validity. Participants in study 2 conducted to examine the relation between the parental support patterns for children's physical activity and the physical activity level of children, were 230 elementary school students and their parents. As a result of Cluster analysis, it revealed that there are 4 clusters ("No Modeling/Involvement type", "No Support type", "No Encouragement/Facilitation type" and "Support type") concerning with the parental support pattern for children's physical activity. ANOVA was conducted to examine the relationship between the parental support patterns for children's physical activity and the physical activity level of children. As result of ANOVA, it revealed that the scores for the physical activity of children differed significantly across the 4 types of parental support

Pattern. The children belonging to "Support type" and "No Modeling/Involvement type" have almost higher scores for physical activity level than "No Support type". The results of this study suggested that it needs the parental supports for promoting physical activity among elementary school children.

序 論

現在、子どもにおける身体活動量の減少傾向は深刻な社会問題の一つである（高橋、1997）。身体活動量が減少してきている背景には、様々な要因が考えられる。まず、コンピューター社会の拡充や、生活の利便性および効率化を目指した製品の登場により、身体活動の機会が減少したことが挙げられる。次に、テレビゲームのような娯楽機器やパソコンなどの情報機器の普及によって、子どもが座位で過ごす時間が増え、外遊びやスポーツをする時間が減少している

ことも要因の一つである。また、急速な都市化に伴う公園や空き地などの遊び場の減少や、少子化の進行による同世代の遊び仲間の減少もその一因として挙げられる。さらに、保護者をはじめとする大人たちが、子どもの学力向上に重点を置いた指導を優先することにより、塾通いや家庭教師の利用頻度が増加したことも子どもの身体活動量が減少している要因と考えられる。

身体活動量の減少や運動不足は、ガンや心疾患などの生活習慣病を引き起こす原因の一つとされており、身体活動量の減少に伴う生活習慣病の罹患率の上昇も危惧されている（アメリカスポーツ医学会、2003）。さらに、このことは成人のみならず、子どもにも当てはまる。実際に、子どもの身体活動量の減少傾向に伴って、肥満傾向の子どもが年々増加している（中村、2006）。肥満は生活習慣病と密接な関係があり、このような子どもたちが成人になった際にも生活習慣病の急激な罹患率上昇が予想される。

健康の観点からみた場合、子どもの時期の運動習慣はその時期の子どもの生活習慣病のリスクファクターの低下に役立つと同時に、その習慣はそれ以降のライフスタイルにも影響を与えるので成人後の生活習慣病の予防にも貢献するという二重の意味がある（加賀谷、1999）。また、身体活動を行うことは、身体的な健康面のみならず精神的および社会的健康の増進にもつながる。上地ほか（2002）は身体活動を増強することがメンタルヘルスの改善や社会性の獲得に役立つ可能性があることを報告している。これらのことを踏まえると、現代社会において、子どもの時期における健康教育への取り組みは、重要な意味を持つ。

子どもの身体活動量が減少傾向にあることをうけて、中央教育審議会答申（2002）は子どもの体力向上を促す総合的な対策を提唱した。その中で、体力向上キャンペーン、スポーツ選手ふれあい指導事業、スポーツ・健康手帳の作成・配布、および生活習慣改善などの対策案を具体的に提示している（高井、2005）。さらに、文部科学省が力を注いでいる「子どもの体力向上推進事業」や「子どもの居場所づくりプラン」などの取り組みも実施されている。前者では、全国各地の小学校が大学や研究機関などと連携して、子どもの体力・身体能力向上のためのプログラムを実践している。また、それとは別に休み時間などを利用して、子どもの体力向上を目指した取り組みを独自に行っている小学校もある（上地、2006）。後者では、放課後や週末などの休日を利用して、学校の校庭を開放することで子どもの活動場所を確保し、スポーツや運動を行うなどの取り組みも実施されている（文部科学省、2004）。また、大学などの研究機関によって、子どもの身体活動を増強させるための様々な介入研究も行われている（上地、2006）。

子どもの身体活動を増強させるための働きかけを行う場所としては学校、地域、および家庭が考えられる。その中でも、子どもに及ぼす影響が大きいとされる家庭からのアプローチは、特に重要な役割を果たすと考えられる。家庭、特に保護者からのサポートは、人的・経済的コストの面を考慮しても、非常に効率的な方法であるといえる。Troost et al. (2003) は、子どもの健康行動の増進にとって重要な立場である親のサポートの重要性を明らかにしている。この研究では、親のサポートが子どものセルフエフィカシーを増加させ、また同時に直接的に子どもの身体活動水準にも影響を与えるということが明らかにされている。また、子どもの身体活動における心理・社会的要因と親の及ぼす影響についての研究において、親による「送迎サポート」が有意に子どもの身体活動に影響を及ぼすことが認められている（近藤ほか、2002）。さらに幼児を対象とした研究ではあるが、西ほか（2003）の研究では、親が幼児の身体活動をサポートすることによって、幼児の身体活動が増加することが報告されている。

Welk (1999) は、親が子どもを活動的にさせるための具体的なサポートとして、親からの「励

まし」、「参加」、「促進」、および「モデル」の4つを挙げている。親の「励まし」とは、子どもが活発に行動するために行う言語的、または非言語的な働きかけであり、子どものテレビの視聴時間を減らすように働きかけるような直接的な働きかけはもちろんのこと、運動やスポーツについての興味や関係を促進させる間接的な働きかけも含まれる。間接的な働きかけとしては子ども自身の能力、特に運動やスポーツの自信感（セルフエフィカシー）を高めるということが挙げられる。そのためには、子どもの運動行動を賞賛したり、積極的なフィードバックを心がけたりすることが重要になる。親の身体活動・運動への「参加」とは、子どもと一緒に遊んだり、親が子どもに様々な遊び方を教えたりすることなどである。親からの「促進」としての具体的な方法としては、子どもを公園や運動施設へ連れて行ったり、健康教育関連のプログラムへの参加を勧めたり、運動用具を揃えてあげたりすることが挙げられる。親の「モデル」とは、子どもの前で親自身が活動的な姿を見せてあげることである。

以上のことを踏まえると、子どもの身体活動の増強には保護者、特に親からのサポートが非常に重要であることが示唆されている。そこで、本研究では、保護者用身体活動サポート尺度を開発し、保護者における子どもの身体活動に対するサポートパターンと子どもの身体活動水準の関連について検討を行う。

研究 I

目的

研究 I では、保護者用身体活動サポート尺度を開発し、その信頼性および妥当性を検証することを目的とした。

方法

1. 調査対象

研究 I では、中国地方の国立小学校に在籍する小学4－6年生児童の保護者230名を対象に質問紙調査を行った。調査票の回収後、記入漏れや記入ミスのある回答を除外し、最終的に、213名（児童との続柄：母親150名、父親22名、その他1名、続柄回答なし40名；有効回答率92.6%）の回答を分析対象とした。

2. 調査内容

保護者用身体活動サポート尺度の作成に当たり、子どもの身体活動のためのサポートに関する既存の尺度（Welk, 1999；竹中, 2006）を参考に項目を収集した。さらに、子どもの身体活動を増強させるためのサポートとして適当であると思われる項目を独自に付け加えた。

その結果、最終的に子どもの身体活動増強のためのサポートに関する23項目を選出した、選出した23項目について行動科学を専攻する教員および大学院生で検討を行った結果、これらの項目は、子どもの身体活動を増強させるために保護者が行うサポートとして内容的に妥当であると判断された。回答形式は、「あてはまらない(1)」から「あてはまる(5)」までの5件法を採用した。

3. 分析方法

保護者用身体活動サポート尺度の因子構造に関しては、最尤法・プロマックス回転に基づく探索的因子分析による検討を行った。本尺度の信頼性に関しては、内的整合性による信頼性指標であるクロンバックの α 係数を用いて検討した、妥当性に関しては、既存の保護者の身体活動サポートの変容ステージを測定する尺度と比較することにより併存的妥当性を検証した。

結 果

1. 保護者における子どもの身体活動サポートの因子構造

保護者における子どもの身体活動サポートに関する項目について、探索的因子分析を行った。その結果、因子の解釈可能性の観点から、2因子解が最適であると判断されたため、因子負荷量が、40以下の項目および二重負荷のかかった項目を除き、再度同様の因子分析を行った。この結果、2因子15項目が、保護者における子どもの身体活動サポートに関する項目として抽出された。

2. 保護者用身体活動サポート尺度の信頼性および妥当性の検討

1) 内部一貫性の検討

保護者用身体活動サポート尺度の各因子の内部一貫性を検討するためにクロンバックの α 係数を求めた。その結果、保護者用身体活動サポート尺度の各因子の α 係数は、「励まし・促進」因子が、.83「モデル・参加」因子が、.85であった。本結果に示された α 係数の値は十分な内部一貫性を示した。

2) 併存的妥当性の検討

保護者の身体活動サポートの変容ステージを測定する尺度を用いて、保護者を5つの変容ステージ（前熟考ステージ：子どもの身体活動を増進させるための支援を行っていないし、これから行うつもりもない。熟考ステージ：子どもの身体活動を増進させるための支援を行っていないが、これから行うつもりである。準備ステージ：子どもの身体活動を増進させるための支援をたまに行っている（行うこともある）。実行ステージ：子どもの身体活動を増進させるための支援を常に行っている。しかし、まだ支援を始めて6ヶ月以内である。維持ステージ：子どもの身体活動を増進させるための支援を6ヶ月以上常に行っている。）に割り当て、ステージ間の保護者用身体活動サポート尺度の2因子について一元配置の分散分析を用いて比較した。その結果、両因子ともに、有意な変容ステージの主効果が認められた（「励まし・促進」因子： $F(4/196) = 12.63, p < .001$ ；「モデル・参加」因子： $F(4/196) = 8.84, p < .001$ ）。このことから、本尺度の併存的妥当性が示された。さらに、多重比較（Tukey法）を行った結果、第I因子「励まし・促進」に関して、保護者における子どもの身体活動に対するサポートの変容ステージの維持ステージに属する保護者は前熟考ステージ、熟考ステージ、および準備ステージに属する保護者に比べて、因子合成得点が有意に高く、実行ステージに属する保護者は前熟考ステージに属する保護者に比べて、因子合成得点が有意に高いことが明らかになった。また、第II因子「モデル・参加」に関して、保護者における子どもの身体活動に対するサポートの変容ステージの維持ステージに属する保護者は前熟考ステージ、熟考ステージ、および準備ステージに属する保護者に比べて、因子合成得点が有意に高いことが明らかになった。

考 察

研究Iでは、保護者用身体活動サポート尺度を開発し、その信頼性および妥当性の検証を行った。その結果、2因子15項目が、保護者における子どもの身体活動サポートに関する項目として抽出された。抽出された因子とそれらに含まれる項目および共通性を表1に示した。第I因子には、合計9項目が含まれ、その内容は、「お子さんの運動、スポーツ、外遊びを行うことに理解を示してあげましたか」、お子さんに、勉強と同様に身体を動かすことが大事であることを教えましたか」など子どもの身体活動に対する保護者からの励ましや促しを表す項目群で

あった。したがって、第 I 因子は、「励まし・促進」に関する因子であると考えられることができる。同様に第 II 因子には、合計 6 項目が含まれ、その内容は「あなたは、お子さんに運動や遊びのお手本を見せましたか」、「お子さんと一緒に身体を動かして遊びましたか」など、子どもの身体活動を増強するために、保護者がモデルを見せたり、一緒に参加したりすることを表す項目群であった。したがって、第 II 因子は、「モデル・参加」に関する因子であると考えられることができる。

表 1 保護者用子どもの身体活動サポート尺度 (因子負荷量、共通性、および α 係数)

No.	項 目	因子負荷量		共通性
		I	II	
[第 I 因子：励まし・促進因子 ($\alpha = .83$)]				
9	お子さんの運動、スポーツ、外遊びを行うことに理解を示してあげましたか	.66	-.12	.35
2	お子さんに、勉強と同様に身体を動かすことが大事であることを教えましたか	.65	-.03	.40
3	お子さんがスポーツや運動を行った際に、ほめるなどの声かけをしましたか	.62	-.01	.38
17	お子さんとスポーツや運動に関する会話をしましたか	.61	.01	.38
10	お子さんがテレビばかり観ずに外で遊ぶように仕向けましたか	.60	.00	.36
8	お子さんが遊べそうな場所を調べたり、場所を教えてあげたりしましたか	.56	.21	.49
5	お子さんを公園など身体を動かして遊べる場所へ連れて行きましたか	.56	.12	.40
4	お子さんに何か身体を動かす目標を立てさせましたか(例：縄跳びの二重跳びの回数など)	.55	.06	.34
7	お子さんが身体を動かすために運動道具 (TVゲームなどのおもちゃは除く) を準備してあげましたか	.46	.15	.32
[第 II 因子：モデル・参加因子 ($\alpha = .85$)]				
19	あなたは、お子さんに運動や遊びのお手本をみせましたか	-.21	1.06	.91
18	あなた自身が、運動やスポーツをして、子どもに対し、よいモデルになりましたか	-.09	.91	.73
11	お子さんと一緒に身体を動かして遊びましたか	.21	.54	.47
12	お子さんに、運動のやり方や新しい遊び方を教えてあげましたか	.29	.52	.53
16	家族みんなで身体を動かすような機会を設けましたか	.11	.52	.35
15	お子さんの友達と一緒に遊びましたか	.14	.41	.26

因子間の相関 $r = .60$

以上、探索的因子分析の結果から、保護者用身体活動サポート尺度は第Ⅰ因子が「励まし・促進」に関する9項目、第Ⅱ因子が「モデル・参加」に関する6項目から構成されることが明らかになった。このように、保護者用身体活動サポート尺度は2因子構造であることが明らかになったが、第Ⅰ因子には「励まし」、「促進」の2つ、第Ⅱ因子には「モデル」、「参加」の2つ、合計4つのサポートに関する項目が含まれていた。これらのサポート項目は、Welk (1999) が子どもを活動的にさせるための親からのサポートとして示した「励まし」、「参加」、「促進」、および「モデル」に合致することから、本研究の結果は Welk (1999) の主張を支持しているものと考えられる。

信頼性に関して、保護者用身体活動サポート尺度の各因子の α 係数は、比較的高い水準を示したことから、保護者用身体活動サポート尺度の信頼性が示された。

また妥当性に関しても、ステージ間の保護者用身体活動サポート尺度の2因子について一元配置の分散分析を用いて比較した結果、両因子とも有意な変容ステージの主効果が認められ、本尺度の併存的妥当性が認められた。

研究Ⅱ

目的

研究Ⅱの目的は、保護者における子どもの身体活動に対するサポートを取り上げ、サポートのパターンを明らかにし、それらのパターンと子どもの身体活動水準の関連を検討することである。

方法

1. 調査対象

研究Ⅱでは、中国地方の国立小学校に在籍する小学4－6年生児童230名およびその保護者を対象に質問紙調査を行った。調査票の回収後、記入漏れや記入ミスのある回答を除外し、最終的に、213名（4年生75名、5年生68名、6年生70名；児童との続柄：母親150名、父親22名、その他1名、続柄回答なし40名；有効回答率92.6%）の回答を分析対象とした（なお、研究Ⅱの対象である保護者は、研究Ⅰと同一の保護者である）。

2. 調査期間

調査期間：平成19年10月下旬（研究Ⅰと同時にを行った）

3. 調査内容

フェイスシート：児童は、氏名、性別、年齢、学年、クラス、出席番号および登下校手段を記入した。保護者は、児童との続柄を記入した。

児童の身体活動水準：児童の身体活動水準の測定には、子ども用身体活動尺度（上地ら、2000）を用いた。子ども用身体活動尺度は、5つの時間帯（体育の時間、授業と授業の間の休み時間、昼休み、放課後、および帰宅後）について、どのくらい身体を動かしたかを3件法（「あまり身体を動かさなかった(1)」から「よく身体を動かした(3)」まで）による自己評定を行い、児童の日常の身体活動水準を測定する尺度である。本尺度の信頼性および妥当性は十分認められている。

保護者の身体活動サポート：研究Ⅰで作成した保護者用身体活動サポート尺度を用いた。本尺度は「励まし・促進」因子および「モデル・参加」因子の2因子15項目で構成されている。

分析方法

まず、保護者における子どもの身体活動を増強させるためのサポートの実施パターンを調べ

るために、保護者用身体活動サポート尺度のそれぞれの因子合成点を標準得点（Z得点）に換算し、K-means法によるQモードのクラスター分析を行った。

また、保護者のサポートの実施パターンにより、子どもの身体活動水準に差があるかどうかを検討するために、子ども用身体活動尺度の得点について、サポートの実施パターンを独立変数とする一元配置の分散分析を行った。

結 果

1. 保護者における子どもの身体活動に対するサポートの実施パターンについて

保護者における子どもの身体活動に対するサポートの実施パターンについて、2-4のクラスターを設定して分析を試みたところ、以下に示すように、4つのクラスターによる分類が、各クラスターの人数の比およびサポートの実施パターンを最もよく表していると考えられた(図1参照)。

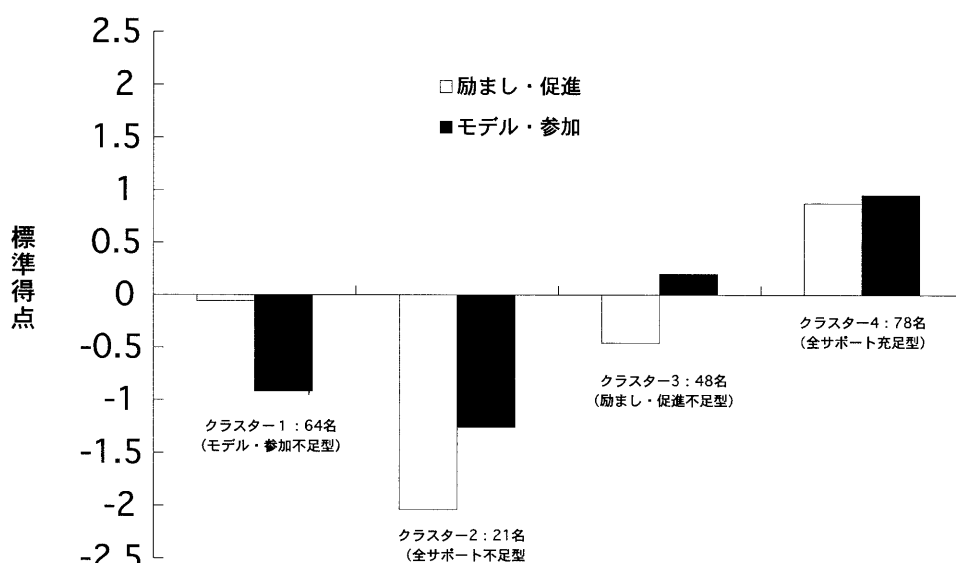


図1 保護者における子どもの身体活動サポートパターン

クラスター1（以下、「モデル・参加不足型」と記す）：「モデル・参加」因子の得点が低い群。
 クラスター2（以下、「全サポート不足型」と記す）：「モデル・参加」因子および「励まし・促進」因子の得点がともに低い群。
 クラスター3（以下、「励まし・促進不足型」と記す）：「励まし・促進」因子の得点が低い群。
 クラスター4（以下、「全サポート充足型」と記す）：「モデル・参加」因子および「励まし・促進」因子の得点がともに高い群。

2. 健康行動の実施パターンと心身の健康の関係について

子ども用身体活動尺度の得点について、保護者における子どもの身体活動に対するサポートの実施パターンを独立変数とする一元配置の分散分析を行った。その結果、サポートの実施パターンの主効果 ($F(3/207) = 5.29, P < .01$) が認められた(表2参照)。多重比較 (Tukey法) を行った結果、全サポート不足型は、モデル・参加不足型および全サポート充足型に比べて、子どもの身体活動水準得点が有意に低い得点を示した。

表2 保護者におけるサポート・クラスター別の子どもの身体活動水準得点の平均値および標準偏差

保護者の クラスター	モデル・ 参加不足型	全サポート 不足型	励まし・ 促進不足型	全サポート 充足型	主効果
n	64	21	48	78	F
子どもの身体活 動得点	12.41 (2.57)	10.81 (2.86)	11.98 (2.17)	12.93 (1.89)	5.29** 全不足<モ・参&全充足

() 内は標準偏差

**p<.01

考 察

研究Ⅱでは、保護者における子どもの身体活動に対するサポートを取り上げ、サポートのパターンを明らかにし、それらのパターンと子どもの身体活動水準の関連の検討を行った。保護者における子どもの身体活動に対するサポートの実施パターンについて、2-4のクラスターを設定して分析を行った結果、「モデル・参加不足型」、「全サポート不足型」、「励まし・促進不足型」、および「全サポート充足型」の4つに分類するのが最適であると考えられた。

また、全サポート不足型は、モデル・参加不足型、および全サポート充足型に比べて、子どもの身体活動水準得点が有意に低い得点を示した。このことから、保護者からの身体活動を増進させるようなサポートが少ない児童は、強くサポートを受けている児童に比べて身体活動水準が低いことが明らかになった。

さらに、「モデル・参加」のサポートが少ないながらも、「励まし・促進」のサポートを平均レベルで行っている保護者を持つ児童は、全てのサポートが不足している保護者を持つ児童よりも有意に高い身体活動水準を示していることから、子どもの身体活動水準を上げるためには、保護者の「励まし・促進」が、より重要である可能性が示唆された。このことは、子どもの身体活動とソーシャル・サポートの関連性を調査した研究における、最も強力な予測変数は、「両親の励まし」であるという報告（水谷・竹中、2002）を支持している。特に、子ども自身による自己報告での身体活動と両親の励ましとは関連が強いことから、両親の励ましに注目することが子どもの身体活動を増加させるために重要であると考えられている（水谷・竹中、2002）。

総合論議

研究Ⅰにおいて、保護者用身体活動サポート尺度の因子構造は「励まし・促進」因子と「モデル・参加」因子の2因子15項目であることが明らかになった。因子分析の結果、漏れた項目を見てみると、「お子さんに、スポーツ少年団などの団体への参加を勧めましたか」という項目があったが、この場合は、子どもたちが既にスポーツ少年団等に入団していたことが原因である可能性が考えられる。また、「あなたは、日常生活において身体を動かしている（家事など）ところを、子どもに見せましたか」という項目も準備していたが、これも、モデルとなる保護者は身体を動かしているところを、日頃意識して子どもに見せているという認識ではなく、ごく自然な行動であると考えていると考えたため、最終的に漏れたのかもしれない。

今後、この保護者用身体活動サポート尺度は、子どもの身体活動を増強させるための保護者（親）のサポートについての介入とその評価の視点を明らかにするものとしての活用が期待される。

研究Ⅱにおいて、保護者における子どもの身体活動に対するサポートの実施パターンは、「モデル・参加不足型」、「全サポート不足型」、「励まし・促進不足型」、および「全サポート充足型」の4つに分類できると考えられた。「全サポート不足型」は、「モデル・参加不足型」および「全サポート充足型」に比べて、子どもの身体活動水準得点が有意に低い得点を示した。しかし、「全サポート不足型」と「励まし・促進不足型」の得点に有意な差は見られなかった。このことは、保護者の「モデル・参加」は、子どもの身体活動水準に及ぼす影響がそれほど強くない可能性を示しており、子どもの身体活動水準を上げるためには、保護者の「励まし・促進」がより重要である可能性が示唆された。

最後に、本研究の限界について述べる。本研究の調査は、中国地方の1つの小学校を対象に実施したに過ぎないため、今後は地域や対象学校、および児童数を増やして、さらに検討していく必要がある。

引用文献

- アメリカスポーツ医学会編：日本体力医学会体力科学編集委員会監訳（2003）運動処方指針 運動負荷試験と運動プログラム、第6版 南河堂：東京。
- 上地広昭（2006）子どもの体力・身体能力向上への効果的なアプローチ法、体育科教育、10：20-24。
- 上地広昭・竹中晃二・岡浩一郎（2000）子どもの身体活動とストレス反応の関係、健康心理学研究、13：1-8。
- 上地広昭・Leonard D. Zaichkowsky・竹中晃二・鈴木英樹（2002）子どもにおける身体活動の行動変容段階と健康の関連、日本体育協会スポーツ医・科学研究報告、1：129-133。
- Welk, Gregory J. (1999) Promoting physical activity in children : parental influences. ERIC Digest.
- 加賀谷淳子（1999）日常運動させるには、モダンフィジシャン、19(7):875-879 新興医学出版。
- 近藤麻智子・小室啓子・竹中晃二（2002）子どもの身体活動における心理・社会的要因と親の及ぼす影響、日本体育協会スポーツ医・科学研究報告、1：161-172。
- Stewart G. Trost, James F. Sallis, Russell R. Pate, Patty S. Freedson, Wendell C. Taylor, Marsha Dowda. (2003) Evaluating a model of parental influence on youth physical activity. American Journal of Preventive Medicine, 25(4) : 277-282.
- 高井和夫（2005）子どもの身体活動を支える要因とその方策、文教大学教育学部紀要、39：43-50。
- 高橋香代（1997）子どもの日常の身体活動からみた体力づくりのポイント、スポーツと健康、29：11-14。
- 竹中晃二（2005）身体活動の増強および運動継続のための行動変容マニュアル、Book House HD：東京。
- 竹中晃二（2006）子どもの健康づくり計画（小学生編）、早稲田大学応用健康科学研究室：埼玉。
- 竹中晃二（2006）子どもにおける身体活動・運動、現代のエスプリ、463：52-61。
- 竹中晃二（2006）子どもの身体活動増強プログラム、現代のエスプリ、463：121-133。
- 竹中晃二（2006）まとめと将来展望、現代のエスプリ、463：203-211。
- 中央教育審議会（2002）子どもの体力向上のための総合的な方策について（答申）。
- 中村和彦（2006）子どもの体力と身体能力のいま、体育科教育、10：10-15。

西夏美・水谷恵理子・上地広昭・竹中晃二（2003）幼児の身体活動量増強を意図した親のソーシャル・サポート介入. 日本体育協会スポーツ医・科学研究報告, 1 : 171-176.

松本千明（2004）保健スタッフのためのソーシャル・マーケティングの基礎. 医歯薬出版株式会社：東京.

水谷恵理子・竹中晃二（2002）子どもの身体活動とソーシャル・サポートの関連性. 日本体育協会スポーツ医・科学研究報告, 1 : 31-33.

文部科学省（2004）地域子ども教室推進事業 子ども居場所づくりプラン.

付 記

本研究は、平成19年度山口大学大学院教育学研究科修士論文として発表された研究に加筆・修正を加えたものである。