

東京 2020 オリンピック

国民のスポーツ・運動実践に影響を与えず（2006-2020 年調査分析）

——レガシー実現に向けた戦略的な身体活動促進の取り組みが必要——

1. 発表者：

鎌田真光（東京大学大学院医学系研究科 公共健康医学専攻 健康教育・社会学分野 講師）

天笠志保（東京大学大学院医学系研究科 公共健康医学専攻 健康教育・社会学分野 客員研究員）

2. 発表のポイント：

- ◆ 東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会の開催が決定した 2013 年の前後 7 年間（2006～2020 年）のスポーツ実施率・身体活動に関する複数の全国調査データを分析した結果、開催決定をきっかけとした国民のスポーツ実施率や身体活動量の変化は確認されなかった。
- ◆ 東京 2020 大会の「アクション&レガシーレポート」では、達成されたレガシーとしてスポーツ実施率が向上したと報告されているが、この根拠となる調査では、スポーツ実施率の算出方法が途中で変更されており、経年変化の分析に利用することは適切でない。今回、他の複数の調査で一貫して変化が確認出来なかったことから、少なくとも 2020 年時点では、国民のスポーツ実践に関わるレガシーはまだ達成されていなかったと評価できる。
- ◆ スポーツ実践・身体活動の普及には、普及戦略に関する科学的知見に基づき、関係機関が一体となって多面的・計画的に国民の行動変容に向けた施策に取り組む必要があると考えられる。

3. 発表概要：

オリンピックなどの大規模スポーツイベントの開催においては、そのレガシー（注1）として、開催国・都市の人々のスポーツ実践や身体活動（注2）を促進する機会となることが期待されています。

東京大学大学院医学系研究科の鎌田真光講師、天笠志保客員研究員らの研究グループは、東京 2020 大会の開催が決定した 2013 年の前後 7 年間（2006～2020 年）の複数の全国調査の公開データを用いて、国民全体および東京都民の身体活動・スポーツ実践がどのように変化したかを検証しました。その結果、どの調査データにおいても、オリンピック開催決定前後で身体活動量やスポーツ実施率に変化は見られませんでした。この研究は、オリンピック開催国において、開催決定をきっかけに身体活動・スポーツ実施率が大会前の期間に変化するか（大会前効果：pre-Games effect）を検証した初めての研究になります。

本研究の成果は、国際誌「International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity」に掲載されます。なお、本研究は、早稲田大学の宮地元彦教授、東京医科大学の井上茂教授、シドニー大学の Adrian Bauman 教授との共同研究による成果で、科研費「身体活動の格差を生み出すメカニズムの解明と新たな普及戦略の構築（課題番号：19H03996 研究代表 鎌田真光）」の支援に

より実施されました。

4. 発表内容：

身体活動の不足（運動不足）が世界的に広がる中、オリンピック開催のレガシーとしても、身体活動・スポーツ実践の普及が注目されるようになりました。しかし、過去のオリンピックの開催は、大会後の国民や開催都市住民のスポーツ実施率・身体活動量の向上にほとんど影響していなかったことが報告されています。オリンピックと開催国の身体活動をテーマにしたこれまでの研究では、大会前後における身体活動の変化を検証していますが、大会前に生じたスポーツに対する関心の高まりは、大会が終わると消失してしまう可能性が考えられます。したがって、スポーツ実施率などの行動の変化も、実際には生じていても大会開催「前」の期間に限られていた可能性があります。

本研究では、東京でのオリンピック・パラリンピックの開催が決定した2013年の前後7年間、すなわち2006年から2020年までの身体活動に関する全国及び東京都の調査データを用いて、開催が決定して以降、国民・都民の身体活動量やスポーツの実施率がどのように変化したかを分析しました（厚生労働省による「国民健康・栄養調査」の歩数・運動習慣、笹川スポーツ財団による「スポーツライフに関する調査」のスポーツ実施率、東京都による「都民のスポーツ活動に関する世論調査」のスポーツ実施率のデータ）。その結果、国民の歩数、運動習慣、スポーツ実施率はいずれも開催決定（2013年）前後で変化がみられず、開催決定の影響は確認できませんでした。開催都市である東京都においては、2009年以降にスポーツ実施率の増加がみられているものの、2014年以降は変化がみられず、開催決定に起因するものではなく、他の要因が影響している可能性が考えられます。

東京2020大会の組織委員会が作成した「アクション&レガシーレポート」では、東京大会のレガシーとして国民のスポーツ実施率が2016年の42.5%から2020年には59.9%に向上したことが挙げられています。しかし、このスポーツ実施率の評価に用いられた調査では、スポーツ種目に「階段昇降」が2017年から追加されるなどスポーツ実施率の算出方法が変更されており、経年変化の分析に利用することは適切でないと考えられます。また、本研究の分析データには含まれていませんが、東京都の直近の調査でも、スポーツ実施率の増加（2020年：60.4%→2021年：68.9%）が報告されています。しかし、これは回収率が大きく下がり（2020年：56.8%→2021年：42.9%）、調査の名称も「都民生活に関する世論調査」（2020年、他のテーマと合同の調査）から「都民のスポーツ活動に関する実態調査」（2021年）に変わっており、スポーツに関心のある人ほど回答する傾向にあったことが影響している可能性があります。したがって、注意して解釈する必要があります。したがって、本研究では、調査方法に変更がないか、あるいは結果への影響が小さいと考えられる調査データのみを用いて分析しましたが、身体活動量やスポーツ実施率の向上は確認できませんでした。複数の調査で一貫して変化が確認出来なかったことから、少なくとも2020年までの時点では、国民のスポーツ実践に関わるレガシーはまだ達成されていなかったと評価できます。

東京2020大会の「アクション&レガシープラン」には、国民の身体活動やスポーツ実施を促進するための様々な取り組みが記載されています。しかし、関係機関の既存事業やイベント・プ

プログラムの列記に留まっており、科学的知見に基づき、どのように国民全体の「行動」を変えていくのか、その具体的な普及戦略やロジックは示されていません。東京 2020 大会の開会式や閉会式においては、日本や世界の人々に「からだを動かそう」というメッセージが明確に発信されることもありませんでした。スポーツを「みる」こととスポーツを「する」ことは、もともと異なる行動であるため、オリンピックを契機としたスポーツ実施率の向上というレガシーの実現には、この2つを結びつける具体的な仕掛けや工夫も必要となります。

今後、オリンピック開催国で身体活動の向上やスポーツの普及といった「行動」の変容につながるレガシーを実現するためには、大会前から大会期間中、そして大会後に至るまで、大会組織委員会、国際オリンピック委員会 (IOC)、開催国のオリンピック委員会 (JOC 等)、国・地域の行政機関、そしてスポンサー企業などが一体となって、より戦略的に取り組む必要があると考えられます。日本においても、東京大会開催で高まったスポーツへの関心を一時的なもので終わらせないためには、関係機関が一体となって多面的・戦略的に国民の行動変容に向けた施策に取り組む必要があると考えられます。また、こうした普及の取組みに加えて、今後は、専門家も関与した上で、国民のスポーツや身体活動の実践を継続的に評価し、長期的なレガシーの検証を積極的に進め、世界に発信していく必要もあります。

なお、本研究では障がいのある人におけるスポーツ実施率への影響については検証できておらず、オリンピック・パラリンピック双方が与えたその他の影響とともに、今後の検証とレガシー実現に向けた取り組みが望まれます。

5. 発表雑誌：

雑誌名：International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity

論文タイトル：Evaluation of pre-Games effects of the Tokyo 2020 Olympic Games on Japanese population-level physical activity: a time-series analysis

著者：Shiho Amagasa, Masamitsu Kamada*, Adrian Bauman, Motohiko Miyachi, Shigeru Inoue
(*責任著者)

DOI 番号：10.1186/s12966-022-01332-x

URL：<https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-022-01332-x>

6. 問い合わせ先：

東京大学大学院医学系研究科 公共健康医学専攻 健康教育・社会学分野

講師 鎌田 真光 (かまだ まさみつ)

kamada<アット>m.u-tokyo.ac.jp <アット>を@に変えてください

7. 用語解説：

(注1) レガシー：

遺産とも訳される英語の「legacy」のことであり、オリンピックにおいては、その開催を契機に社会に生み出される持続的な影響のことを意味します。スポーツ、社会、環境、都市、経済など、様々な分野が含まれます。

(注2) 身体活動：

からだを動かすことの総称（英語の「physical activity」の訳語）。健康増進や体力づくりなどを目的に意図的・計画的に行われる「運動」だけでなく、移動・家事・仕事においてからだを動かす「生活活動」も含まれます。身体活動は様々な疾病のリスクを低下させ、健康の維持・増進に重要であることが知られています。

8. 添付資料

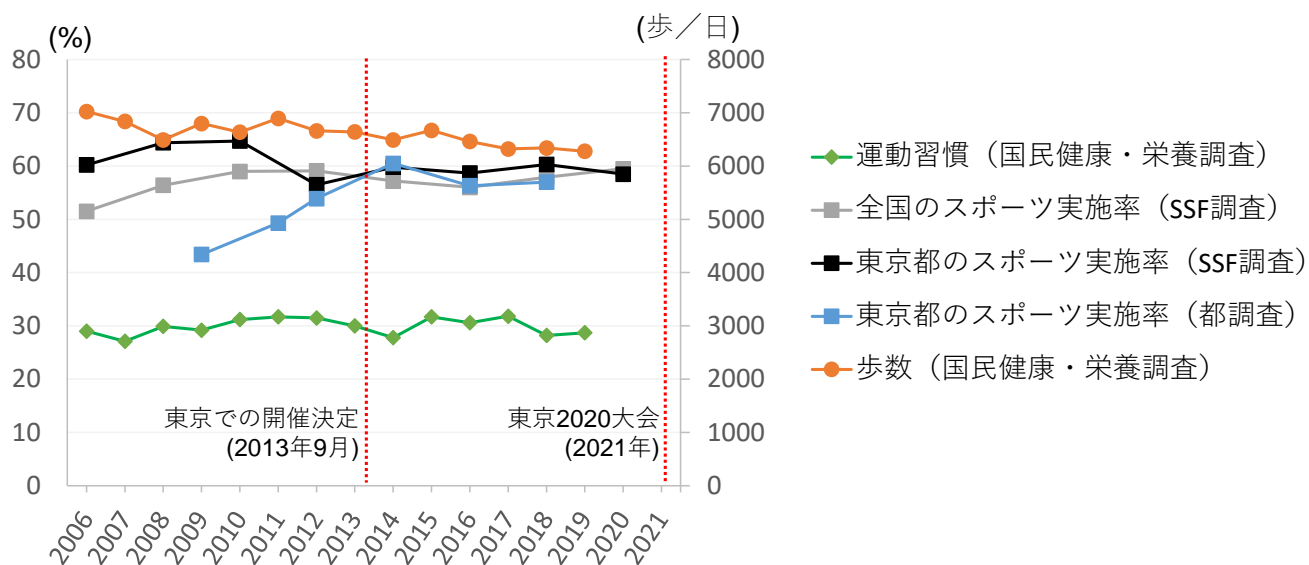


図1. オリンピック開催決定前後における国民および東京都民の身体活動・スポーツ実施率

スポーツ実施率：週に1回以上スポーツする者の割合

運動習慣：1回30分以上の運動を週に2回以上、1年以上継続している者

データ元：国民健康・栄養調査（厚生労働省）、SSF調査：スポーツライフに関する調査（笹川スポーツ財団）、都調査：都民のスポーツ活動に関する世論調査（東京都）