

令和 5 年 5 月 29 日現在

機関番号：32689

研究種目：若手研究

研究期間：2020～2022

課題番号：20K19492

研究課題名（和文）参加型・観戦型スポーツと幸福感の関係の解明

研究課題名（英文）Exploring the relationship between spectator/participation sport and well-being

研究代表者

佐藤 晋太郎（Sato, Shintaro）

早稲田大学・スポーツ科学大学院・准教授（テニユアトラック）

研究者番号：50867421

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 2,500,000円

研究成果の概要（和文）：本研究課題を通して、スポーツ観戦ならびにスポーツ参加は幸福感と正の関係を持つことが分かった。本研究では、大規模スポーツイベントとその開催地の住民、関東圏にある大学のスポーツチームに所属する学生アスリートを対象に調査を行なった。その結果、スポーツイベント開催地住民は、国際的スポーツ観戦を通して「おらがまち」に好影響があると認識しており、結果として彼女らの幸福感の向上に繋がることが示された。一方学生アスリートは、ウェルビーイングの中でも人との繋がりを核とする社会的幸福感が高く、それはチームにとって有益な組織市民行動と関連していることが示された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究の成果は大きく二つに大別される。現段階では大規模国際イベントに限定されるものの、スポーツは日本社会にポジティブな影響を与えるということが明らかにされた。同様に、大学生アスリートに母集団は限定されるものの、スポーツに取り組むことはウェルビーイングの向上に寄与し、結果として人に優しくできたり、組織が良い方向に向かうための建設的な行動の生起と関連していることが明らかにされた。これらの研究結果をまとめると、スポーツ政策に関わる意思決定者だけでなく、日常生活でスポーツに参加する一般の方々まで、積極的にスポーツに関わることが社会全体に直接的また間接的にポジティブな影響をもたらすことが示された。

研究成果の概要（英文）：In the current research project, we found that sport spectating and sport participation are positively related to well-being. In this study, we surveyed residents in the host communities of the large-sized sporting event as well as student-athletes who belong to university sports teams in the Kanto region. The results showed that residents of the host communities perceived international sporting events as giving a positive impact on their hometowns, which in turn leads to an increase in their sense of well-being. Student athletes, on the other hand, showed a higher sense of social well-being, which is centered on human connections among a broad wellbeing concept, being associated with organizational citizenship behaviors that are beneficial to the teams.

研究分野：スポーツマネジメント

キーワード：ウェルビーイング 幸福感 人生満足度 スポーツイベント アスリート スポーツ観戦 スポーツ参加

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

私たちはスポーツで汗を流したり、好きなチームの試合を観戦して熱狂したりなど、日々の生活の様々な場面でスポーツと関わりを持っている。働き方改革関連法が成立し、2019年に時間外労働に関する規制が導入されたことで、個人が望めば多くの余暇時間を確保できるようになった。多くの余暇時間を持つことができる社会において、余暇活動の1つであるスポーツがどれだけ人間の幸福に貢献できるかという学術的期待が高まっている。また幸福感が高い人は、様々な社会活動において積極的で生産性も高いため、社会の持続的発展を考える上で、人間の幸福の醸成は必要不可欠と言える。

2. 研究の目的

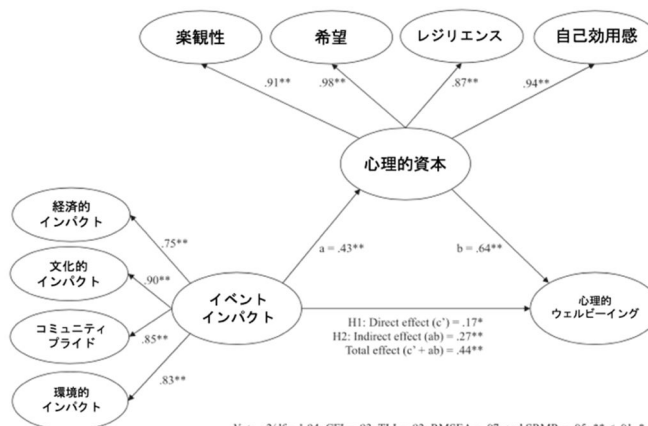
本研究では、参加型・観戦型スポーツと幸福感の関係を整理・検証し、人々の幸福感向上のためのスポーツを用いた方策を見出すことを目的とした。

3. 研究の方法

参加型スポーツならびに観戦型スポーツと幸福感に関する先行研究を体系的に整理し、人々の幸福感に影響を及ぼす要因を顕在化させ、スポーツと幸福感の理論的仮説モデルを構築した。その後、参加型・観戦型スポーツを対象にデータ収集を行い、スポーツと幸福感の理論的仮説モデルの整合性・妥当性を検証した。観戦型スポーツに関しては、(1)2019年に行われたラグビーW杯日本大会の開催地住民と、(2)米国のプロスポーツチームの観戦者を研究対象として設定した。参加型スポーツに関しては、(3)関東圏の大学に所属する大学生アスリートを対象とし、それぞれ設定された仮説モデルの検証を行なった。

4. 研究成果

(1)2019年ラグビーW杯日本大会の開催地住民を対象に行われた研究では、開催地住民が感じた大規模スポーツイベントのインパクトが心理的資本を介して2ヶ月後の心理的ウェルビーイングに影響を与えることが示された。特に異文化に触れる機会の獲得に代表される文化的インパクトや、「おらがまち」への誇りの醸成に代表されるコミュニティプライドは、多次元で構成されるイベントインパクトの中でも顕著に強い感覚であることが分かった。また、これらのイベントイン



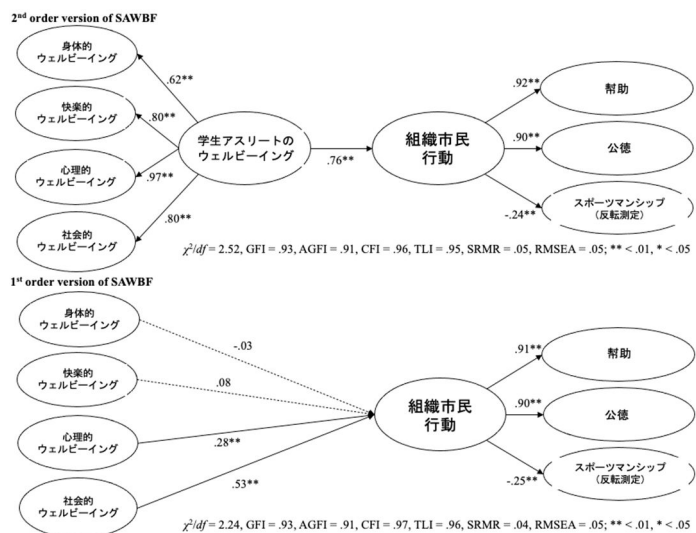
パクトは、困難があっても明日への希望を持ち、柔軟に立ち向かうためのしなやかな心のエネルギー(心理的資本)と関連しており、スポーツイベント閉幕の少なくとも2ヶ月後の心理的ウェルビーイングを予測することが明らかとなった。すなわち、大規模スポーツイベントを招致することは、開催地住民のしなやかな心のエネルギーの醸成において重要な役割を担い、彼女らの幸福感を向上させる可能性が示唆された。本プロジェクトは学術雑誌の投稿・受理も完了し、Current Issues in Tourism(2021年 IF = 7.58)に公開中である。

(2)米国のプロスポーツチームの観戦者を対象に行われたオンラインアンケート調査においては、プロスポーツが形作るコミュニティに対する人々の関与度と幸福感の関係を検証し、その関係を「心理的資本」ならびに「日常のストレスレベル」が媒介するか調査した。その結果、心理的資本が幸福感にもたらすポジティブな効果は、日常のストレスレベルが低い方がより顕著であることが示された。また、2022年の研究発表当時10-23歳の年齢カテゴリーに属するZ世代のスポーツファンは、スポーツチームが形作るコミュ

ストレスのレベル	被験者の世代	効果	ブートストラップ標準誤差	ブートストラップ95%信頼区間	
Low	Non-gen Z	0.27	0.11	0.10	0.53
Low	Gen Z	0.72	0.21	0.35	1.16
Median	Non-gen Z	0.06	0.06	-0.07	0.16
Median	Gen Z	0.12	0.05	0.02	0.23
High	Non-gen Z	0.01	0.07	-0.15	0.12
High	Gen Z	-0.03	0.05	-0.13	0.06

ニティに積極的に参加することで、他の世代よりもより一層幸福感を得られることが明らかとなった。本研究の成果をまとめると、米国のスポーツファンに限定されるものの、プロスポーツ観戦ならびにプロスポーツチームの活動に積極的に関わることは、日常的に強いストレスを感じている場合を除き、幸福感の醸成に一役買うことが示唆された。逆説的に考えれば、日常的なストレスを解消しない限り、観戦型スポーツがもたらす幸福感への影響は取るに足らないものであることを示している。今後の研究では、スポーツの力を活用しながら、日常のストレスをどのように解消するべきかを検討する必要がある。なお、本プロジェクトは学術雑誌の投稿・受理も完了し、Frontiers in Psychology (2021年 IF = 2.99) にオンライン公開中である。参加型スポーツと幸福感の関係の検証についてはやや遅れているものの、観戦型スポーツと幸福感の関係の検証は、今年度の研究プロジェクトを通して概ね順調に進展したと言える。

(3) 本研究課題の最後のプロジェクトでは、関東圏の大学に所属する大学生アスリートを対象とし、ウェルビーイングの結果要因を探索した。組織市民行動を従属変数に設定し分析を行った結果、学生アスリートのウェルビーイングは組織市民行動を関連があることが明らかになった。特に心理的ウェルビーイングや社会的ウェルビーイングは組織市民行動と密接な関わりを持つことが示された。すなわち、アスリートとしての自己成長や意義を強く感じていたり(心理的ウェルビーイング)、チームメイトやスタッフと良い人間関係を築けている(社会的ウェルビーイング)といった感覚が強い学生アスリートは、チームに対して献身的に尽くしたり、チームがより良く機能するための建設的な働きかけをする傾向が強いことが明らかにされた。これらの研究結果から、学生アスリートのウェルビーイングを向上することは、彼女ら個人個人のベネフィットとなるだけでなく、チームにとってもポジティブな影響をもたらすことが示唆された。近年、我が国では大学スポーツを活用した経済的発展を推し進める動きがある中で、学生アスリートのメンタルヘルスが重要な課題と認識されている。本研究を通して、スポーツ参加においてもウェルビーイングの醸成が重要であることが示された。なお、本プロジェクトは学術雑誌の投稿・受理も完了し、Frontiers in Psychology (2022年 IF = 4.23) に正式に受理され、オンライン公開準備中である。



< 引用文献 >

Sato, S., Kinoshita, K., Kim, M., Oshimi, D., & Harada, M. (2022). The effect of Rugby World Cup 2019 on residents' psychological well-being: A mediating role of psychological capital. *Current Issues in Tourism*, 25(5), 692-706.

Park, J., Uhm, J. P., Kim, S., Kim, M., Sato, S., & Lee, H. W. (2022). Sport Community Involvement and Life Satisfaction During COVID-19: A Moderated Mediation of Psychological Capital by Distress and Generation Z. *Frontiers in Psychology*, 13.

Sato, S., Kinoshita, K., Kondo, M., Yabunaka, Y., Yamada, Y., & Tsuchiya, H. (accepted). Student athlete well-being framework (SAWBF): An empirical examination of elite college student athletes. *Frontiers in Psychology*.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計3件（うち査読付論文 3件/うち国際共著 1件/うちオープンアクセス 3件）

1. 著者名 Park Juho, Uhm Jun-Phil, Kim Sanghoon, Kim Minjung, Sato Shintaro, Lee Hyun-Woo	4. 巻 13
2. 論文標題 Sport Community Involvement and Life Satisfaction During COVID-19: A Moderated Mediation of Psychological Capital by Distress and Generation Z	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 Frontiers in Psychology	6. 最初と最後の頁 1-12
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.3389/fpsyg.2022.861630	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 該当する

1. 著者名 Sato Shintaro, Kinoshita Keita, Kim Minjung, Oshimi Daichi, Harada Munehiko	4. 巻 -
2. 論文標題 The effect of Rugby World Cup 2019 on residents' psychological well-being: a mediating role of psychological capital	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 Current Issues in Tourism	6. 最初と最後の頁 1~15
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1080/13683500.2020.1857713	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 Sato, Shintaro, Kinoshita, Keita, Kondo, Midori, Yabunaka, Yuki, Yamada, Yaeko, Tsuchiya, Hironobu	4. 巻 -
2. 論文標題 Student athlete well-being framework (SAWBF): An empirical examination of elite college student athletes	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 Frontiers in Psychology	6. 最初と最後の頁 -
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

〔学会発表〕 計5件（うち招待講演 0件/うち国際学会 3件）

1. 発表者名 Sato Shintaro, Kinoshita Keita, Kim Minjung, Oshimi Daichi, Harada Munehiko
2. 発表標題 The effect of Rugby World Cup 2019 on residents' psychological well-being: A mediating role of psychological capital
3. 学会等名 2020 Sport Management Association of Australia and New Zealand Conference（国際学会）
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 Sato, Shintaro, Kinoshita, Keita, Kondo, Midori, Yabunaka, Yuki, Yamada, Yaeko, Tsuchiya, Hironobu
2. 発表標題 Student athlete well-being framework (SAWBF): An empirical examination of elite college student athletes
3. 学会等名 World Association for Sport Management Conference (国際学会)
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 森林浴により刺激されるウェルビーイング経験: 自然とのつながり、ストレス低減、PERMAに着目した 介入実験
2. 発表標題 佐藤晋太郎, 木下敬太, 呉雲帆
3. 学会等名 日本スポーツマネジメント学会
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 スポーツを見るのがウェルビーイングに及ぼす 影響: オンライン実験とfMRI実験からのエビデンス
2. 発表標題 木下敬太, 中川剣人, 佐藤晋太郎
3. 学会等名 日本スポーツマネジメント学会
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 Wu, Yunfan, Sato, Shintaro
2. 発表標題 Nature Connectedness and Mental Health Among Skiing Participants in Japan: A 2-Wave Longitudinal Survey
3. 学会等名 World Association for Sport Management Conference (国際学会)
4. 発表年 2023年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

イベント開催都市住民の幸福度
<https://www.waseda.jp/top/news/71553>

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
--	---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------