

《調査報告》

ミニテニスのイメージに関する調査

—大学生を対象に—

竹 安 知 枝
青 木 敦 英
臼 井 達 矢

1. 研究の背景

2020年8月に我が国でオリンピック・パラリンピックが開催されるだけでなく、「ワールドマスターズゲームズ 2021 関西」(World Masters Games 2021 KANSAI) が2021年5月14日～5月30日までの17日間、関西の各地域で開催されることが決定しており、国内において人々のスポーツへの関心が高まることが予想される。「ワールドマスターズゲームズ」は、4年に1回行われる国際大会（これまでに、カナダ・アメリカ・オーストラリア・デンマーク・ニュージーランド等で開催してきた）であり、毎年約2～3万人の人々が競技に参加している。「ワールドマスターズゲームズ 2021 関西」は、第10回目の記念大会にあたり、5万人の参加を目標としている。この大会の競技種目は、全35競技（59種目）、オープン競技は全30種類により実施されることになっている¹⁾（※「オープン競技」とは、大会機運の醸成と大会参加機会を増やすことを目的に実施される競技）。また、パラリンピックの盛り上がりや共生社会の形成を目指す動きが活発になってきていることから、障がい者スポーツにも関心が集まっており、年齢・性別、または障害の有無を問わず誰でもが楽しむことができる様々なスポーツも注目されるようになってきた²⁾。

一方健康問題に目を向けてみると、近年多くの人々の身体活動（運動）量が減少していることが懸念されている。身体活動（運動）量の減少は、体力の低下だけでなく、病気の発症リスク（メタボリックシンドロームやロコモティブシンドローム等）を高める危険性が指摘されており、それらは決して高齢者に限った問題ではなく、年齢・性別を問わず大きな社会問題となっている。この問題の解決には様々な方面からの取り組みがなされているが、生涯スポーツに取り組むことでこれらの問題を解決しようとする動きもみられる^{3) 4)}。

生涯スポーツとは、健康の保持増進やレクリエーションを目的として、いつでも、誰でも、どこでも気軽に参加できるスポーツ⁵⁾と定義されており、より多くの国民がスポーツに参加することで健康の保持増進や生活習慣病の改善に貢献することが期待されている。

ところが、スポーツ庁が発表したスポーツ実施率に関する調査結果⁶⁾では、成人の週1日以上のスポーツ実施率は平成30年度では55.1%，平成29年度は51.5%であったことから、実施率は向上しており一定の効果が出ているように思われる。しかし、日本人の約2人に1人はスポーツを週に1日以上行っていないという結果と捉えることもできる。さらに「この1年間に運動・スポーツをしなかった」かつ「現在運動・スポーツはしてらず今後もするつもりがない」と答えた「無関心層」が平成30年度では14.8%，平成29年度では27.0%も存在していた。また、性別で比較すると女性は50代を除く全ての年代において、男性よりもスポーツの実施率が低いことが示されており、さらに、女性では「体力に自信がない」と回答した割合が男性より明らかに高いことが示されている⁷⁾。現在、我が国における第2期スポーツ基本計画（平成

29年度3月24日文部科学大臣決定)では、「成人のスポーツ実施率を65%程度となることを目指す」と策定している⁸⁾ことからも、運動習慣のない人々(運動に無関心な人々)や女性が運動やスポーツに関心をもつようなさらなる取り組みが必要であろう。そのためには、既存のスポーツよりも簡単に取り組むことの出来るスポーツ種目を提供することでこれらの問題を解決する糸口になるかも知れない。

この新たなスポーツとして本研究では、「ミニテニス」に着目してみた。ミニテニスの詳細について次項で説明する。

2. ミニテニスについて

2.1 ミニテニスの発祥と競技人口

ミニテニスは、昭和61年4月から立川市民体育館をはじめ、立川市の公共体育館において、60歳以上の市民を対象に巡回シルバー健康体力づくり教室(スポーツ教室)として、普及活動がスタートした。日本ミニテニス協会の本部は、東京都立川市にあり、現在、日本各地に支部がある。

ミニテニスが盛んな地域は、主に愛知県・岐阜県・埼玉県などが挙げられ、最近は、北海道や九州地方も盛んになってきている。日本ミニテニス協会によれば⁹⁾、ミニテニスの競技人口は、国内で約8万人(会員は約8000人)とされている。また、年齢層は60歳以上が多く、男女比では、女性の方が多いとされる。

このスポーツの全国大会は、年に1回開催されており、混合2ペア・女子ダブルス1ペアの計3種目(2019年度)で実施されている。そして、第68回国民体育大会(スポーツ祭典東京2013)においては、デモンストレーション競技の一つとして、このミニテニスが採用された。

2.2 主なルール

コートは、バドミントン用のコートを使用し(13.4m×6.1m)(図1)、ネットもバドミントン用のネットを使用し、ネットの高さは1m(中央)と決められている。

ボールは、直径約12cm(空気入りゴムボール(公式球)とし、1m50cmの高さから落下させて、床面から50~65cmの高さにバウンド(図2参照)をするものを使用する。

ラケットは、協会公認のミニテニス専用のラケット(写真1参照)を使用しなければならない(ラケットの長さは、57cm以内とされている)。(写真1)ガットは、テニス用のガットやバドミントン用のガットが使用されている。サービスは1回とし、自分の足元でワンバウンドをさせたボールをウエストよりも下(打球点)の位置で、対角線上の相手側コートに、交互に打つ。サービスは、1ゲーム中はサーバーの人が行う。サーブは、ネットに向かって右側(ベースラインの後ろ)のポジションから始め、左右交互に対角線上の相手側サービスコート内に入れる。

試合の方法は、1ゲームは6点(先取)であり(5ポイントに並んでもデュースは行わない)、3ゲーム中、2ゲームを先取すれば勝者となる。サーブを含めて、全てワンバウンドで返球する。

種目は、ダブルス(大会により異なる場合がある)を基本とし、個人戦と団体戦を原則としている(シングルスの種目はない)。サーブは、ジャンケンで勝ったチームがサーブかレシーブかの選択権をもつ。コートは、1ゲームごとに交替(エンドチェンジ)する。レシーブ以外は、2人うちどちらが返球をしても構わない(交互に打つ必要はない)。写真2は、練習風景を撮影したものである。

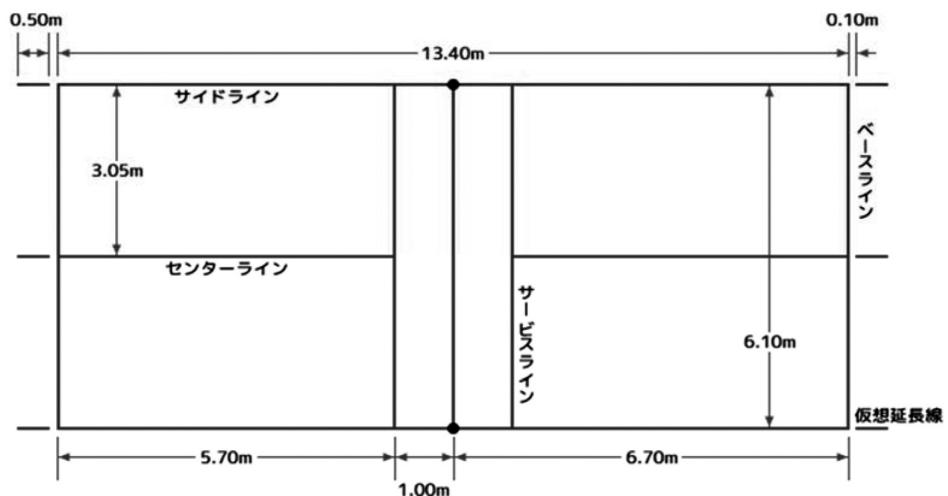


図1. コートの大きさ

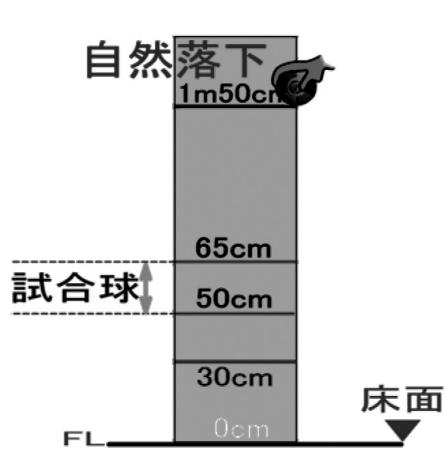


図2. ボールのバウンドの高さ（試合球）



写真1. ミニテニスのラケットとボール



写真2. ミニテニスの練習風景

3. 本研究の目的

前項に示したようにミニテニスは、年齢・性別を問わず誰でも簡単に取り組みやすいという特徴をもっており、これまで運動やスポーツに関心の無かった人たちにも取り組むことが出来る簡易的なスポーツであると考えられる。これまでミニテニスに対する意識や運動強度に関する調査はいくつかみられるものの^{10) 11)}、このスポーツの普及に向けた課題については、まだ十分には示されていない。

そこで、本研究ではミニテニスのイメージについて大学生を対象にアンケート調査を実施し、今後のミニテニスの普及・活性化に向けての手がかりを得ることを目的とした。

4. 調査方法

4.1 対象者および調査内容

対象は、大学生 103 名（兵庫県内の教育系学部所属の 1～4 年生男女、ミニテニス未経験者）とし、アンケート調査（2018 年 5～7 月）を実施した。対象者に対し、あらかじめミニテニスの競技の動画（中高年の混合ダブルスの練習と 2016 年全国ミニテニス親善大会の試合の動画を合わせて約 10 分）を鑑賞させ、ルールについて説明を行った後にアンケートに回答させた。

アンケートの設問内容は、下記の 8 項目とした。

- ①ミニテニスについて、知っていましたか？
- ②ミニテニスは、健康に良さそうなスポーツだと思いますか？
- ③ミニテニスは、簡単なスポーツだと思いますか？
- ④ミニテニスは、楽しそうなスポーツだと思いますか？
- ⑤ミニテニスは、経済なスポーツだと思いますか？
- ⑥ミニテニスは、他のスポーツと比べて、安全なスポーツだと思いますか？
- ⑦ミニテニスのルールは、簡単だと思いますか？
- ⑧ミニテニスが、今後、一般的に広がれば（普及すれば）良いと思いますか？

①の設問については、「よく知っていた」「少し知っていた」「全く知らなかった」から選択する方法で行い、②～⑧の設問については、全て「思う」「どちらかと言えば思う」「どちらでもない」「どちらかと言えば思わない」「思わない」から選択する方法で実施した。

4.2 分析方法

各アンケート項目について単純集計を行うとともに、アンケート調査質問項目⑧「ミニテニスが、今後、一般的に広がれば（普及すれば）良いと思いますか？」に対する回答について、認知度に関する設問①以外の回答とどのように関連しているのかについて、クロス集計を行うとともに、カイ 2 乗検定を用いて分析を行った。有意水準は 5% とした。

5. 結果と考察

全8項目の設問内容に関する回答の結果について、項目別に示した。

①「ミニテニスについて、知っていましたか？」の回答結果について図3で示した。

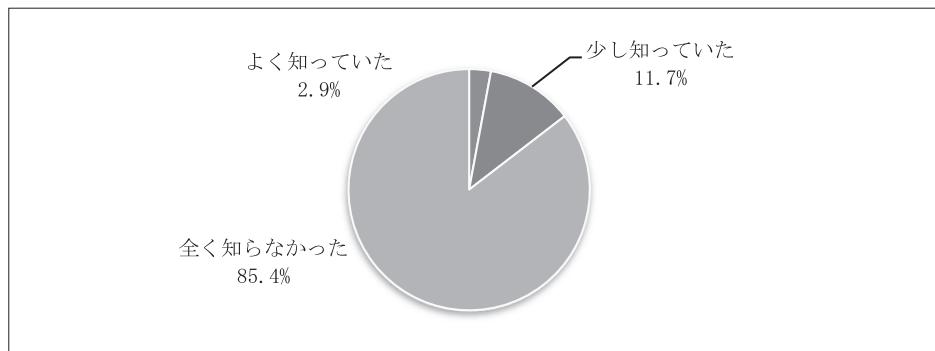


図3. ミニテニスを知っていた学生の割合

②「ミニテニスは、健康に良さそうなスポーツだと思いますか？」の回答結果について図4で示した。

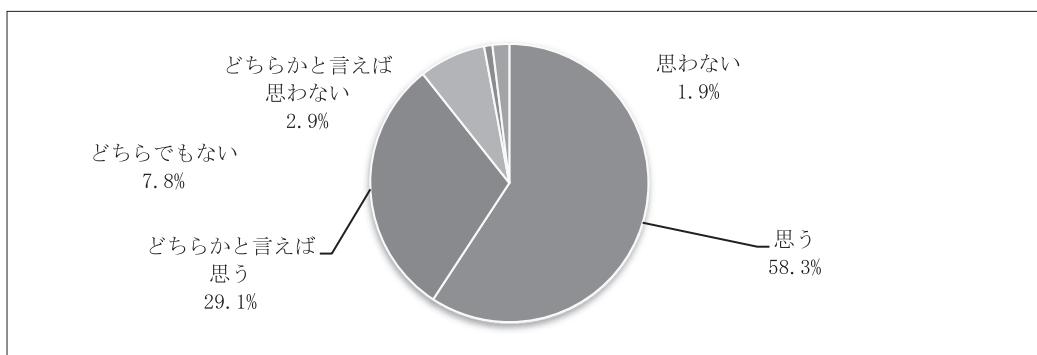


図4. ミニテニスは健康に良さそうなスポーツだと思いますか

③「ミニテニスは、簡単なスポーツだと思いますか？」の回答結果について図5で示した。

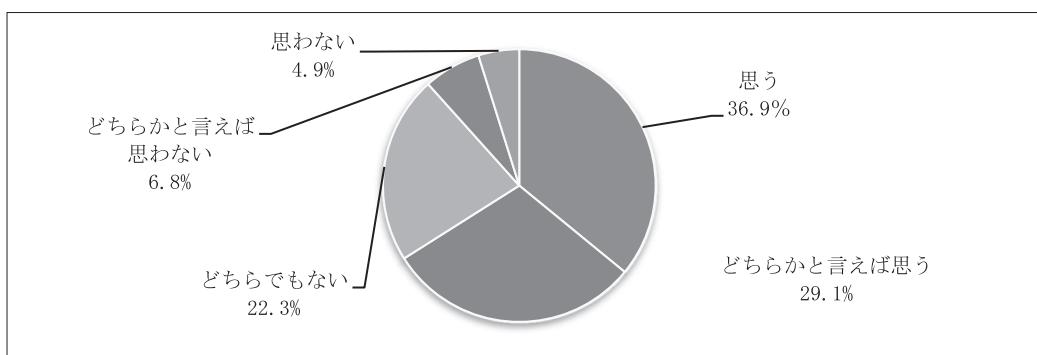


図5. ミニテニスは簡単なスポーツだと思いますか

④「ミニテニスは、楽しそうなスポーツだと思いますか？」の回答結果について図6で示した。

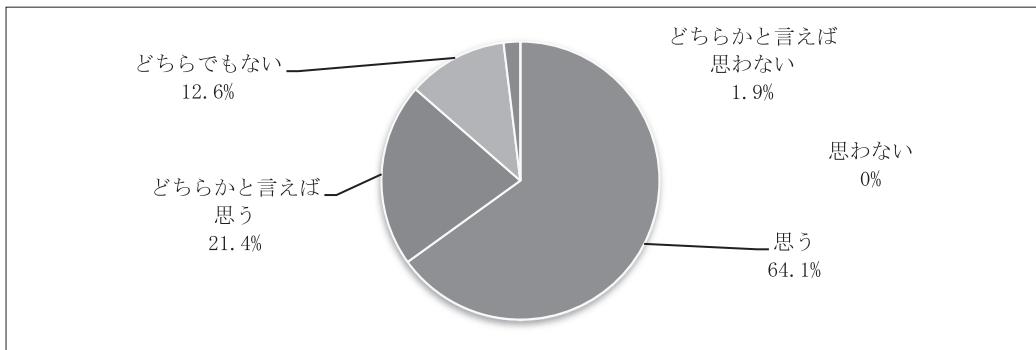


図6. ミニテニスは楽しそうなスポーツだと思いますか

⑤「ミニテニスは、経済的なスポーツだと思いますか？」の回答結果について図7で示した。

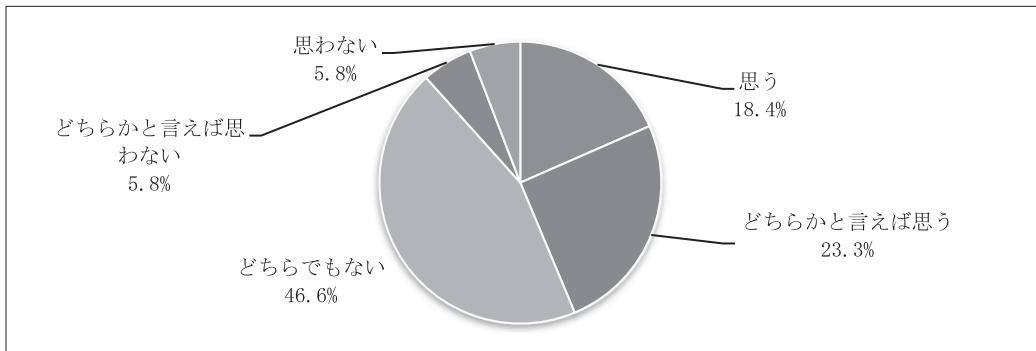


図7. ミニテニスは経済的なスポーツだと思いますか

⑥「ミニテニスは、他のスポーツと比べて、安全なスポーツだと思いますか？」の回答結果について図8で示した。

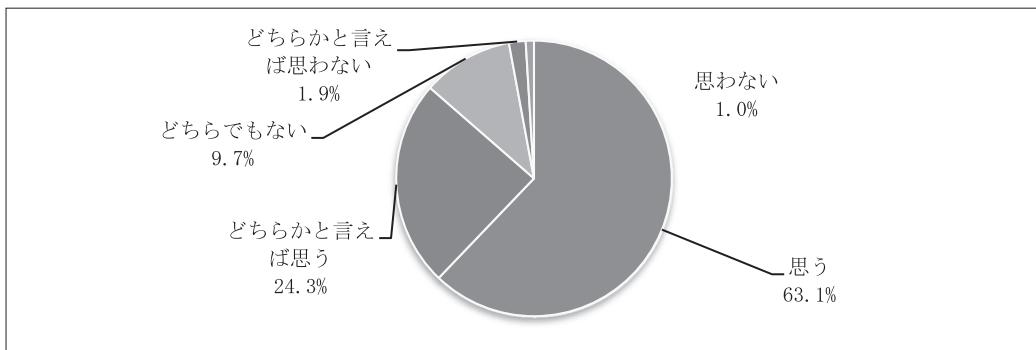


図8. ミニテニスは他のスポーツと比べて安全なスポーツだと思いますか

⑦「ミニテニスのルールは、簡単だと思いますか？」の回答結果について図9で示した。

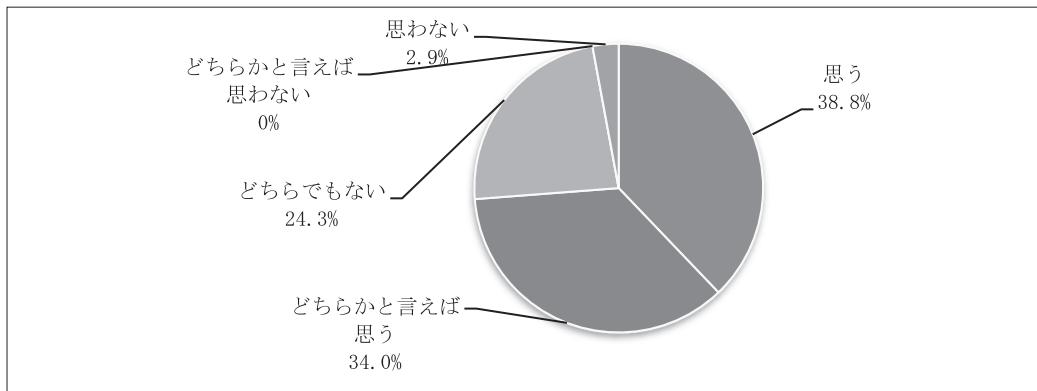


図9. ミニテニスのルールは簡単だと思うか

⑧「ミニテニスが、今後、一般的に広がれば（普及すれば）良いと思いますか？」の回答結果について図10で示した。

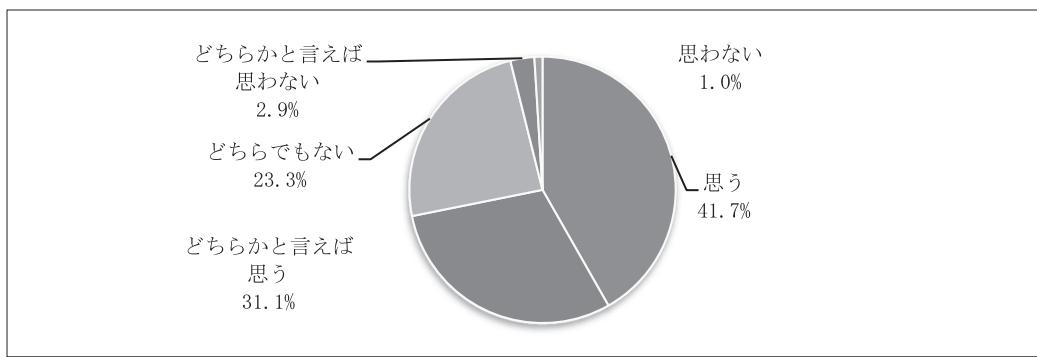


図10. ミニテニスが今後普及すれば良いと思うか

表1. ⑧の質問に対する回答度数とカイ2乗検定の結果

⑧ミニテニスが、今後、一般的に広がれば（普及すれば）良いと思いますか？						カイ2乗値	有意確率
	思う	どちらかと言え ば思う	どちらでもない	どちらかと言え ば思わない	思わない	計	
②ミニテニス は、健康に良 さそうなスー ポーツだと思 いますか？	思う	35	16	7	2	0	60
	どちらかと言え ば思う	6	12	11	1	0	30
	どちらでもない	2	2	3	0	1	8
	どちらかと言え ば思わない	0	1	2	0	0	3
	思わない	0	1	1	0	0	2
計		43	32	24	3	1	103
③ミニテニス は、簡単なス ポーツだと思 いますか？	思う	20	9	7	2	0	38
	どちらかと言え ば思う	14	11	5	0	0	30
	どちらでもない	4	9	8	1	1	23
	どちらかと言え ば思わない	2	3	2	0	0	7
	思わない	3	0	2	0	0	5
計		43	32	24	3	1	103
④ミニテニス は、楽しそうな スポーツだと 思いますか？	思う	39	18	8	1	0	66
	どちらかと言え ば思う	4	12	5	1	0	22
	どちらでもない	0	2	9	1	1	13
	どちらかと言え ば思わない	0	0	2	0	0	2
	思わない	0	0	0	0	0	0
計		43	32	24	3	1	103
⑤ミニテニス は、経済なス ポーツだと思いますか？	思う	14	2	2	1	0	19
	どちらかと言え ば思う	10	11	3	0	0	24
	どちらでもない	14	15	16	2	1	48
	どちらかと言え ば思わない	2	2	2	0	0	6
	思わない	3	2	1	0	0	6
計		43	32	24	3	1	103
⑥ミニテニス は、他のス ポーツと比べ て、安全なス ポーツだと思いますか？	思う	35	16	11	2	1	65
	どちらかと言え ば思う	4	11	10	0	0	25
	どちらでもない	3	4	2	1	0	10
	どちらかと言え ば思わない	0	1	1	0	0	2
	思わない	1	0	0	0	0	1
計		43	32	24	3	1	103
⑦ミニテニス のルールは、 簡単だと思います か？	思う	27	5	5	2	1	40
	どちらかと言え ば思う	11	17	7	0	0	35
	どちらでもない	5	9	10	1	0	25
	どちらかと言え ば思わない	0	0	0	0	0	0
	思わない	0	1	2	0	0	3
計		43	32	24	3	1	103

ミニテニスの認知度に関しては、「よく知っていた」と「少し知っていた」を合わせて14.6%しかなく、多くの学生はミニテニスを全く知らなかった。また、イメージに関しては各設問内容に対して「思う」あるいは「どちらかと言えば思う」と回答した人を合わせると、「健康によさそう（87.4%）」「簡単だと思う（66%）」「楽しそう（85.5%）」「安全だと思う（87.4%）」と肯定的に回答した人の割合が多くみられ、今後の普及に関しても72.8%の人が普及して欲しいと回答していた。

表1は⑧「ミニテニスが、今後、一般的に広がれば（普及すれば）良いと思いますか？」の質問に対してのクロス集計による回答度数とカイ²乗検定の結果を示したものである。②「ミニテニスは、健康に良さそうなスポーツだと思いますか？」、④「ミニテニスは、楽しそうなスポーツだと思いますか？」、⑦「ミニテニスのルールは、簡単だと思いますか？」の3項目で回答に有意差（p<0.01）が認められた。この回答結果からミニテニスが普及すれば良いと考えている学生ほど、健康に良さそうだ、楽しそうだ、ルールが簡単だといった好意的なイメージと捉えている傾向が示された。すなわち、大学生にとってミニテニスを普及させるためのイメージとしては「健康的」「楽しい」「ルールが簡単」がキーワードとして取り上げられる考察できる。さらに言及すれば、検定結果から大学生にとって「経済的であること」や「安全であること」はミニテニスの普及と関連のあるイメージではないことが示された。今後ミニテニスが「健康的」「楽しい」「ルールが簡単」といった特徴についてアピールすることで大学生などの若い年代において、ミニテニスの普及につながる可能性があると考えられた。

本研究の限界として、実際にミニテニスを体験した上での調査結果ではない点に留意する必要がある。スポーツにおいては見ることと実際にやってみるとこと異なる感覚を生みやすいからである。しかし、ニュースポーツやアダプティッドスポーツにおいて、実際に体験することで運動やスポーツに対する意識が肯定的に変容することが報告されており¹²⁾、本研究の対象となった大学生においても実際にミニテニスを体験することでさらに肯定的なイメージに変化する可能性も考えられる。この点については今後の課題としたい。

本調査の全体の結果から、ミニテニスに関する認知度は低いが、好意的・肯定的なイメージを持っている学生が多いということが読み取れる。

6. 結論

ミニテニスの認知度は低い（14.6%）が、このスポーツに関して、未経験であっても好意的に捉えた学生が多く、普及に関しても8割以上の学生が肯定的であることがわかった。また「健康的」「楽しい」「ルールが簡単」の3つのキーワードをさらにアピールすることで、大学生などの若い年代から普及につながる可能性があると考えられた。

今後、学校体育や地域社会のイベント等において、ミニテニスが積極的に取り上げられることで認知度が上がり、ミニテニスを青年期までに経験する人が増えることで、その後もこのスポーツに親しみをもって関わる人が増加し、結果的にミニテニスが国内において普及・活性化する可能性が高くなると考える。

【引用・参考文献】

- 1) ワールドマスターズゲームズ 2021 関西 : <https://www.wmg2021.jp/games/index.html> (2019.10.20 取得).
- 2) 竹安知枝・北林直哉・織田恵輔：障がい者スポーツの普及促進に向けた取り組みに関する一考察 —「近畿アーリミテッド・パラ陸上（ナイター）」における国内初の試みに着目して—， 芦屋大学論叢第 69 号, pp.49-59, 2018.
- 3) 高山千代：生涯スポーツに期待するもの —スポーツ教室参加者の調査から—， 新潟青陵女子短期大学研究報告第 31 号, pp.89-101, 2001.
- 4) 上田知行：地域住民による健康・スポーツ活動の普及と実践事例， 北翔大学北方圏生涯スポーツ研究センター年報第 1 号, pp.37-40, 2010.
- 5) 公益財団法人 長寿科学振興財団ホームページ：健康長寿ネット「生涯スポーツとは」,
<https://www.tyojyu.or.jp/net/kenkou-tyoju/shintai-shumi/sports.html> (2019.10.1 取得).
- 6) スポーツ庁ホームページ：平成 30 年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」について
～成人の週 1 日以上のスポーツ実施率は 55.1%（29 年度 51.5%）～向上～
http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/chousa_04/sports/_icsFiles/afieldfile/2019/05/07/1413747_001_1.pdf (2019.10.20 取得).
- 7) スポーツ庁健康スポーツ課：スポーツの実施状況等に関する世論調査 報告書 平成 31 年 1 月調査, p.6, 2019.
(2019.10.20 取得).
- 8) スポーツ庁ホームページ：国民のスポーツライフ
http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop_05/list/1371920.htm (2019.10.20 取得).
- 9) JMTA 日本ミニテニス協会 ホームページ : <http://www.minitennis.jp/> (2019.8.30 取得).
- 10) 高橋早苗：生涯スポーツ「ミニテニス」の活用， 日本橋学館大学紀要第 10 号, pp.103-108, 2011.
- 11) 平田久雄・石山恭枝・井上千枝子・青山昌二：中高年の軽スポーツ愛好者の意識調査分析 —ミニテニス・クラブの場合①継続実施意欲に作用する条件について—， 日本体育学会大会号第 45 号, pp.462, 1994.
- 12) 佐藤紀子：「アダプティッド・スポーツ」の授業が歯学部生のスポーツや障害者に対する意識に及ぼす影響， 日本大学歯学部紀要第 40 号, pp.49-56, 2012.