

【研究報告（平成 29 年度）】

## チーム② 学童期・思春期の学校適応支援・活力ある人間形成の研究チーム 児童の体格（肥満）が体力に及ぼす影響について

安方惇<sup>1)</sup>、泉原嘉郎<sup>1)</sup>、田場昭一郎<sup>1)</sup>、築山泰典<sup>1)</sup>、檜垣靖樹<sup>1)</sup>、乾真寛<sup>\*1)</sup>

1) 福岡大学スポーツ科学部、\*) 責任者

### 要 旨

本研究は、体格（肥満）と体力の関係について明らかにすることを目的とした。対象者は福岡市内の児童 1～6 年生 2413 名（男児 1227 名、女児 1186 名）とした。肥満傾向児は握力が他の 2 群に比べ有意に高値を示し、女児の反復横とび、男女児の 20m シャトルラン、50m 走、立ち幅とびは有意に低値を示した。男児の反復横とびにおいて、肥満傾向児は標準児に比べて有意に低値を示した。また、肥満傾向児は睡眠時間が標準児に比べて有意に低く（25.2 分）、TV 視聴時間は有意に高かった（19.0 分）。児童の肥満が生活習慣とは独立して新体力テストの一部項目と関連していることが明らかとなった。

### 1. 緒 言

近年のライフスタイルの変化が子どもの体格に影響を及ぼし、肥満児を増加させ、子どもの体力・運動能力の低下を招いている可能性がある。以上のことから本研究では、体格（肥満）と体力の関係について生活習慣などを考慮し明らかにすることを目的とした。

### 2. 方 法

調査対象者は福岡市内にある 5 校の小学校の児童 1～6 年生で、児童及び保護者に調査参加の同意が得られたもののうち、データ欠損のない児童 2413 名（男児 1227 名、女児 1186 名）とした。調査内容は、文部科学省新体力テストの 8 種目を測定した。また、生年月、出生体重、運動習慣、生活習慣（朝食状況、睡眠時間、TV 視聴時間、通学時間）に関するアンケートを保護者に記載してもらった。文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課監修「児童生徒の健康診断マニュアル(改訂版)」に基づき、「痩身傾向児」、「標準児」、「肥満傾向児」の 3 群に分類した。統計処理は、新体力テスト結果におけ

る全国との比較には対応のない t 検定、体格別新体力テストの差の検定には、SPSS を用いて分散分析、多重比較（Scheffe）を行った。生活習慣などを調整するために、共分散分析を行った。統計的有意水準は危険率 5% 未満とした。

### 3. 研究結果

肥満傾向児は睡眠時間が標準児に比べて有意に低く（25.2 分）、TV 視聴時間は、有意に高かった（19.0 分）。

図は体格別各種目の比較を示している。握力において、男女児ともに肥満傾向児は他の 2 群に比べて有意に高値を示した ( $p<0.05$ )。これは体が大きいほど筋断面積が大きく、より大きな筋力発揮ができることが関係していると考えられる。女児の反復横とび、男女児の 20m シャトルラン、50m 走、立ち幅とびにおいて、肥満傾向児は他の 2 群に比べて有意に低値を示し、男児の反復横とびにおいて、肥満傾向児は標準児に比べて有意に低値を示した ( $p<0.01$ )。これらは、敏捷性や全身持久力、スピード、筋パワーの要素があり、動的な運動のため体重の重さが動きに関

係していると考えられる。長座体前屈は、3 群間において有意差はみられず、柔軟性の要素が強いことから体格の優劣とは関係性が薄い項目であると推測される。また、生活習慣や運動習慣を体力テストの各項目に調整しても、調整前と同様の結果が得られた。

#### 4. 結論

児童の肥満が新体力テストの一部項目と関連しており、生活習慣などを考慮しても同様の結果が得られることが明らかとなった。

次年度も体力測定の補助を継続して行い、学会発表、論文作成を進めていく。

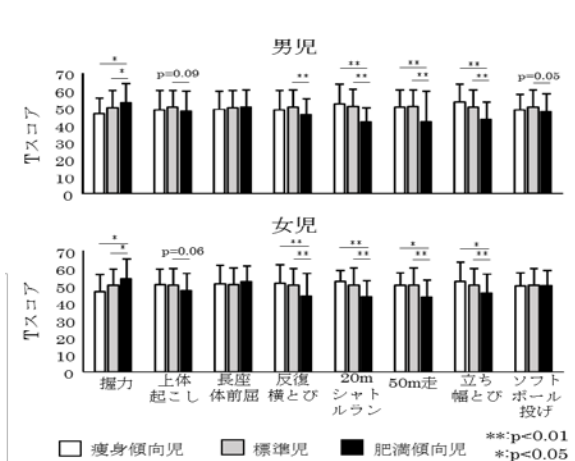


図 体格別各種目の比較