

## 中学生の運動有能感と学校生活満足度および Self-Esteemとの関連

山田 浩平\* 池田 裕貴\*\* 赤田 信一\*\*\*

\*養護教育講座

\*\*西尾市立西尾中学校

\*\*\*静岡大学教育学部

### Relationships among Physical Competence, Satisfaction with School Life, and Self-Esteem of Junior High School Students

Kohei YAMADA\*, Yuki IKEDA\*\* and Shinichi AKADA\*\*\*

\*Department of School Health Sciences, Aichi University of Education, Kariya 448-8542, Japan

\*\*Nishio Junior High School, Nishio 445-0063, Japan

\*\*\*Faculty of Education, Shizuoka University, Shizuoka 442-8529, Japan

Keywords: junior high school students, physical competence, satisfaction with school life, Self-Esteem

中学生, 運動有能感, 学校生活満足度, セルフエスティーム

#### I はじめに

中央教育審議会は、2016年12月に「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（以下、答申）」を具申し、これを受け2017年3月には小・中学校の学習指導要領（以下、新学習指導要領）が、同年6月には小学校学習指導要領解説が、7月には中学校学習指導要領解説が告示された。小・中学校新学習指導要領の総則の第3章第1節<sup>3)</sup>では<sup>1) 2)</sup>、学校における体育・健康に関する指導、いわゆる学校健康教育が学校の教育活動全体を通じて適切に行われることが明記されている。また、同節の教育課程の編成の中では、各学校において「各教科の特性を活かしつつ、教科等の横断的な視点から教育課程の編成を図るものとする」としている。この教科等を横断する現代的な諸課題に対応して求められる資質・能力の一つとして、答申では「健康・安全・食に関する力」が挙げられている<sup>3)</sup>。

この健康・安全な社会づくりに必要な資質・能力の育成にあたっては、上述した学校健康教育が中核を占めるが、その一翼を担う保健体育科の目標は<sup>4) 5)</sup>、「体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を

育成することを目指す」とされ、「体育や保健の見方・考え方が新設された。答申では全教科にわたって、その教科を学ぶ本質的な意義の中核となる「見方・考え方を明らかにするとともに重視されている。そのうち「保健の見方・考え方」としては、「疾病や傷害を防止するとともに、生活の質や生きがいを重視した健康に関する観点を踏まえ、個人及び社会生活における課題や情報を、健康や安全に関する原則や概念に注目して捉え、疾病等のリスク軽減や生活の質の向上、健康を支える環境づくりと関連づけること」が求められている。

ヘルスプロモーションという言葉は用いられていないが、「生活の質（Quality of Life：QOL）や生きがいを重視した健康」はヘルスプロモーションの目的であり、「健康を支える環境づくり」はヘルスプロモーションの戦略である。このことは、新学習指導要領下での学校健康教育活動においては、ヘルスプロモーションの観点からの改善が求められていることを示唆しており、これまで以上に教育現場では、ヘルスプロモーションについて理解を深める必要がある。

ヘルスプロモーションとは、1986年のオタワ憲章で「人々が自らの健康をコントロールし、改善することができるようにする過程」と定義され、先進国を中心に注目されるようになった<sup>6)</sup>。その後2005年のバンコク憲章では、「人々が自らの健康とその決定要因を

コントロールし、改善することができるようにする過程」と定義された<sup>7)</sup>。この定義では、生活者づくりとしての健康教育と環境づくりとが相俟って健康をつくる過程であることを示すとともに、その最終目標が理想の生き方の実現となっている。さらに、ヘルスプロモーションは人々の健康の格差をなくし、各人が平等かつ公正に健康を確保でき、生活の質を向上できることを目指している。そのため、最終目標が理想の生き方の実現となっている。

生活の質については、学校現場での教育が困難、理念はわかるが実際の活動としてどのようにすればよいのか、などこれまで多くの現場教員からの声を聞いてきた。その疑問に答えるべく、筆者らは生活の質の内容を具現化するために、生活の質と目標の有無との関わりについて調査したところ、日常生活で目標を持っている子どもは生活の質が高いことが明らかとなった<sup>8)</sup>。さらに、目標が見つからなくても、生活習慣がある程度規則正しくすることで、夢や目標が見つかることが報告されている<sup>9)</sup>。

生活の質の構造については、Green LW<sup>10)</sup> や Ian M et al<sup>11)</sup> などの多くの研究者によって報告されており<sup>12) 13)</sup>、その中身として、満足感、達成感、自己有能感、Self-Esteemなどが挙げられている。これらのうちSelf-Esteemは、自尊感情や自己肯定感などと訳されるが<sup>14)</sup>、これは学校の教育活動全体を通して高めていくべきであり、近年では文部科学省でもその旨が示されている<sup>15)</sup>。筆者らのこれまでの研究によると、Self-Esteemは自己効力感(Self-Efficacy)、即ち行動の遂行に対する自信と強い関連がみられており、自己効力感を高めることでSelf-Esteemが高められる可能性を報告した<sup>16)</sup>。つまり、自分の得意な分野の自己効力感を高めることがSelf-Esteemを高め、最終的には対象者の生活の質を高めることに繋がると考えられる。

このある特定の場面における自己効力感として、今回は運動有能感に視点をあてた。運動有能感とは、岡沢ら<sup>17)</sup>によると「運動場面における自信」と定義されており、その構成要素として「身体的有能さの認知(自己の運動能力に対する肯定的認知)」、「努力による運動行動の認知(努力や練習によって運動をどの程度遂行できるという認知)」、「受容感(運動場面で仲間や教師から受け入れられているという認知)」の3因子が挙げられている。また、運動有能感は学習意欲や運動意欲に大きな影響を与えることが報告されており<sup>17)</sup>、子どもの自発性や学習意欲を引き出すと考えられる。

さらに大城戸ら<sup>18)</sup>によると、小学生で運動有能感の高い者はストレスが低いことを、松平ら<sup>19)</sup>は心と体が一体として相互に関連し合うことで努力や克服あるいは仲間との協同を含む学校全体で取り組む運動領域全般への意欲向上に大きな役割を果たすこと、そして学校生活を中心とする生活全般への積極性と適応感に貢

献することを報告している。また、運動を好意的に評価している者は、学校生活に対しても好意的に評価していることも報告されている<sup>20)</sup>。これらの報告から、運動有能感と学校生活満足度にも何らかの関係があると推測される。

そこで本研究では、Self-Esteemが下がりはじめるといわれている中学生を対象として<sup>14)</sup>、運動有能感と学校生活満足度、Self-Esteemとの関連を検討し、生活の質を高めるための基礎資料を得ることを目的とする。

## Ⅱ 方法

### 1. 調査時期・対象者

2016年12月に、愛知県2校、静岡県2校、三重県2校の公中学校に通う中学1、2年生1,414人(男子725人、女子689人、1年生697人、2年生717人)、を対象に自作の無記名自記式の質問紙調査を行った。調査は集合形式で行い、一斉回答を得た。また、調査を行う際は、プライバシーを十分に配慮し、教員による机間支援をしないようにするとともに、調査用紙は封筒に入れてもらい、さらに密封してもらってから回収した。なお、有効回答者は1,263人で有効回答率は89.3%であった。

### 2. 調査内容

調査内容は、基本属性3項目(学年、性別、部活動について)、学校生活満足度尺度(21項目)、運動有能感尺度(12項目)、Self-Esteem尺度(10項目)である。

#### 2.1. 部活動について

部活動への所属の有無を尋ね、所属していると答えた者に対しては、運動系部活動か文化系部活動を尋ねた。

#### 2.2. 運動有能感尺度

岡沢ら(1996)<sup>16)</sup>による運動有能感尺度を使用した。3因12項目で構成されており、主な質問項目は、身体的有能さの認知「運動能力がすぐれていると思うなど」、努力による運動行動の認知「練習をすれば必ず技術や記録は伸びると思うなど」、受容感「一緒に運動する友達がいるなど」である。これらの項目について「全くあてはまらない～よくあてはまる」の5件法で評価した。

#### 2.3. 学校生活満足度尺度

小杉(2014)<sup>21)</sup>による学校生活満足度尺度を使用した。6因21項目で構成されており、主な質問項目は、友人関係因子「悩みを話せる友達がいるなど」、安心感因子「クラスに居づらいつと感することがある(逆転項目)など」、社交性因子「友達が話しているところに気軽に入ることができるなど」、生活満足因子「学校生活に満足しているなど」、教師支援因子「困った時に助けてくれる先生がいるなど」、家族支援因子「私の家族は仲が良いと思うなど」である。これらの項目について「全くあてはまらない～よくあてはまる」の5件法で評価した。

## 2.4. Self-Esteem尺度

Rosembergが開発したSelf-Esteem Scale (1965)<sup>22)</sup>をMimura & Griffiths (2007)<sup>23) 24)</sup>によって日本語訳されたものを使用した。主な質問項目は「私はだいたい自分に満足している、私にはいくつかの長所があると感じているなど」の10項目である。これらの項目について「強くそう思わない～強くそう思う」の4件法で評価した。

## 3. 分析方法

データの分析には統計ソフトSPSSver.23.0Jを使用し、各尺度を得点化した後、 $\chi^2$ 検定、1要因分散分析、2要因分散分析（第1水準：性別、第2水準：学年）および重回帰分析（強制投入法）を行った。

## 4. 倫理的配慮

調査の実施にあたっては、対象中学校管轄の教育委員会と、中学校校長および教務主任に本調査の趣旨を説明し、調査への協力に対して承諾を得た。また、調査票の冒頭にも本調査の趣旨を記載し、対象者本人にも本調査の趣旨が伝わるようにした。さらに、対象者本人が調査への協力に同意するか否かを答える回答欄を設け、これに回答した上で調査を実施した。質問紙調査協力の同意が得られなかった場合には、その場で調査を打ち切るように配慮した。

なお、調査の実施にあたっては愛知教育大学倫理委員会の承諾を得て実施した。

# Ⅲ 結果

## 1. 対象者の属性

本研究の分析対象者は1,263人であり、その内訳は、男子652人、女子611人、1年生606人、2年生657人である。さらに細分すると、1年生男子313人、1年生女子

293人、2年生男子339人、2年生女子318人である。

このような対象者に、部活動の所属の有無について尋ねたところ、所属者は75.3% (951人)であり、うち運動系部活動所属者は59.8% (569人)、文化系部活動所属者40.2% (382人)であった。これらの割合について、地域、性別、学年の差を確認したところ( $\chi^2$ 検定)、性別のみ有意差がみられ、男子の方が女子に比べて運動系部活動所属者の割合が有意に高かった ( $\chi^2=3.57$ ,  $p=0.02$ )。

さらに、運動有能感、学校生活満足度、Self-Esteemの得点について、地域、性別、学年の差を確認したところ(1要因分散分析)、性別 ( $F=2.56\sim 4.78$ ) および学年 ( $F=3.02\sim 6.21$ ) に有意差がみられた。

## 2. 各尺度の得点

### 2.1. 運動有能感尺度

運動有能感の因子別の得点について性別(2)×学年(2)の2要因分散分析を行った。その結果、Table 1に示すように運動有能感尺度の「具体的有能さの認知」に有意な学年の主効果 ( $F=6.42$ ,  $p=.012$ ) がみられ、1年生の方が2年生よりも有意に得点が高かった。また性別の主効果も有意であり ( $F=12.42$ ,  $p=.000$ )、女子の方が男子よりも有意に得点が高かった。

一方、「努力による運動行動の認知」は、学年の主効果のみ有意であり ( $F=4.13$ ,  $p=.043$ )、1年生の方が2年生よりも有意に高い得点だった。また、「受容感」も学年の主効果のみ有意であり ( $F=4.01$ ,  $p=.046$ )、1年生の方が2年生よりも有意に得点が高かった。なお、すべての因子において交互作用はみられなかった。

### 2.2. 学校生活満足度尺度

学校生活満足度の因子別の得点について2要因分散分析を行った。その結果、Table 2に示すようにすべての因子で学年差がみられ ( $F=5.71\sim 21.52$ )、1年生の方が2年生に比べて有意に得点が高かった。さらに家族

Table 1. 運動有能感尺度の2要因の分散分析 (Grade × Gender)

Junior High School Students	身体的有能さの認知		努力による運動行動の認知		受容感	
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD
Boys (n=652)						
First Grade (n=313)	12.54	5.04	15.92	3.87	15.65	5.15
Second Grade (n=339)	11.14	4.47	15.02	4.16	14.77	3.85
Girls (n=611)						
First Grade (n=293)	10.57	4.51	15.31	4.00	15.89	3.46
Second Grade (n=318)	10.01	4.48	12.56	4.87	14.78	5.98
Grade	F=6.42* 1>2		F=4.13* 1>2		F=4.01* 1>2	
Gender	F=12.42*** B>G					
Grade × Gender						

\* $p<.05$ , \*\*\* $p<.001$

Table 2. 学校満足度尺度の2要因の分散分析 (Grade × Gender)

	対人適応						環境適応					
	友人関係		安心感		社交性		生活満足		教師支援		家族支援	
Junior High School Students	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD
Boys (n=652)												
First Grade (n=313)	15.93	6.19	12.03	5.72	7.23	3.86	13.29	5.87	13.93	5.37	8.02	3.98
Second Grade (n=339)	14.49	5.87	10.32	4.85	5.98	2.47	11.74	5.53	12.03	4.87	6.23	2.24
Girls (n=611)												
First Grade (n=293)	15.78	6.23	12.25	5.78	7.43	4.02	13.49	5.36	13.45	5.09	9.73	4.12
Second Grade (n=318)	14.32	5.94	10.75	5.32	5.90	3.89	11.85	5.87	12.13	4.54	7.98	4.36
Grade	F=6.47* 1>2		F=9.67** 1>2		F=13.74*** 1>2		F=21.52*** 1>2		F=8.87** 1>2		F=5.71* 1>2	
Gender												F=3.29* B<G
Grade × Gender												

\* $p<.05$ , \*\*\* $p<.001$

支援因子では、女子の方が男子に比べて有意に得点が高かった( $F=3.29, p=.031$ )。なお、すべての因子において交互作用はみられなかった。

### 2.3. Self-Esteem 尺度

Self-Esteemの合計得点について2要因分散分析を行ったところ、学年の主効果( $F=14.21, p=.000$ )がみられ、1年生の方が2年生に比べて有意に得点が高かった。また性別の主効果も有意であり、男子の方が女子に比べて有意に得点が高かった( $F=7.21, p=.008$ )。

### 3. 運動有能感と学校生活満足度およびSelf-Esteemとの関わり

運動有能感の3因子を目的変数、学校生活満足度の各因子、Self-Esteemの合計得点を説明変数として重回帰分析を行った。これらの関係を検討するにあたり、交絡因子として性別、学年、運動系部活動への所属の有無を説明変数のリストに加えた。なお、運動有能感と学校生活満足度の得点およびSelf-Esteemの間には相関関係がみられることが予測されたが、VIFは1.077~1.976とそれほど高くなかったため、説明変数として投入することが可能であると判断した。

その結果、Table 3に示すように運動有能感のすべての因子で有意差がみられた( $adjR^2=.28-.49$ )。特に、「努力による運動行動の認知」については、学校生活満足度のすべての因子およびSelf-Esteemと有意な関わりが認められた。一方、「受容感」は学校生活満足度の中でも、友人関係や社交性、教師支援、保護者支援といった対人適応に関する因子と、「身体的有能さの認知」は安心感や生活満足といった因子と強い関わりがみられた。

なお、運動有能感尺度の各因子は、交絡因子の学年と運動系部活動所属の有無と、「身体的有能さの認知」は性別と関わりがみられた。

Table 3. 運動有能感の各因子を目的変数とした重回帰分析

	運動有能感		
	身体的有能さの認知	努力による運動行動の認知	受容感
性別	-.185 *	-.113	-.101
学年	-.147 *	-.195 *	-.247 **
部活動	.213 *	.295 **	.262 **
学校満足度			
友人関係	.195 *	.356 ***	.493 ***
安心感	.293 **	.184 *	.006
社交性	.189 *	.331 **	.092 **
生活満足	.331 **	.354 ***	.015
教師支援	.009	.184 *	.191 *
家族支援	.008	.295 **	.221 *
Self-Esteem	.221 *	.388 ***	.312 **
adj R <sup>2</sup>	.283 **	.493 ***	.476 ***

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$

## IV 考察

本研究では、中学生を対象として運動有能感と学校生活満足度およびSelf-Esteemとの関連を検討することになった。

まず、運動有能感の得点について2要因分散分析を行ったところ、すべての因子で1年生の方が2年生よりも有意に得点が高かった。これは岡沢らの先行研究と同様の結果であり、発達段階別に運動有能感の得点をみると、小学生や大学生では得点が高いものの、中学生や高校生では低くなっている<sup>17)</sup>。年齢が低い者ほど、体育の授業等で上手にできる、努力すればできる、友達が応援してくれるといった体験を多く経験してい

ると考えられる。また、中・高校生では運動の競技性も高まり、試合など他者と比較する機会が増えることからできなかったという経験が生まれ、運動有能感を下げるのではないかと考えられる。

さらに、身体的有能さの認知の項目では男子の方が女子に比べて有意に得点が高かった。これも先行研究と同様の傾向であり<sup>17)</sup>、他の先行研究ではスポーツ種目のイメージには性差があることが報告されている<sup>25)</sup>。運動有能感の性差については、もともと男子が潜在的に持ち備えている生理的な要因が影響しているのか、運動は男子のイメージなどといった社会的なジェンダーバイアスが働いているのかについて今後詳細に検討していく必要がある。ただ、先行研究では「受容感」も性差があることが報告されており、その点も含めて詳細に検討をしていく必要がある。

次に、学校生活満足度およびSelf-Esteemの得点についてみると、こちらもすべての因子で1年生の方が2年生よりも有意に高い得点だった。竹下らの先行研究でも、学校生活スキルや学校満足度は1年生の方が2年生よりも得点が高い結果が出ており<sup>26)</sup>、1年生は入学したばかりでやる気や満足度が高い生徒が多いことや、学年が上がるにつれて自分の将来や高校受験に向けての不安を持つ時期であるために、得点が低かったのではないかと考えられる。なお、従来の調査から、中学生は成績や進学などに関する悩みを多く持つことや<sup>27)</sup>、中学生は小学生に比べて学業についてのストレスを高く評価していることが報告されている<sup>28)</sup>。

このような対象者について、運動有能感と学校生活満足度およびSelf-Esteemとの関わりをみるために重回帰分析を行った。その結果、運動有能感の「努力による運動行動の認知」については、学校生活満足度のすべての因子およびSelf-Esteemと有意な関わりが認められ、「受容感」は学校生活満足度の中でも対人適応に関する内容と、「身体的有能さの認知」は環境適応の内容と関わりがみられた。「努力による運動行動の認知」は努力や練習によって運動をどの程度遂行できるかという認知であり、練習や努力によって目標や課題を達成することで成功経験や自信を高め、そのことが学校生活満足度やSelf-Esteemを高める可能性が考えられる。

これに対して、「受容性」は「一緒に運動をしよう」と誘ってくれる友達がいる、「運動をしているときに先生が励ましたり応援してくれたりする」など運動場面で仲間や教師から受け入れられているという認知である。この得点が高い生徒は、運動を通して友人や教師、家族との関係を築いていく可能性があるため、学校生活満足度の中でも対人適応に関する内容との関わりがみられたのではないかと考えられる。また、友人と良い関係ができていくほど、一緒に励まし合ったり、アドバイスを送り合ったりすることも考えられ

る。一方、「身体的有能さの認知」は「運動能力がすぐれていると思う」など自己の運動能力に対する肯定的な認知であり、この因子の得点の高い生徒は運動能力の高い生徒であると考えられる。先行研究では県大会、全国大会、国際大会など競技レベルの違いや、レギュラー、準レギュラーなどといったチーム内の地位の違いによって自己肯定感の得点に差があることが報告されている<sup>29)</sup>。そのため、本研究でも競技能力が高いと認知している生徒は満足感やSelf-Esteemと関わりがみられたと考えられる。

なお、運動有能感のすべての因子は運動系部活動への所属の有無とも関わりがみられた。運動有能感が運動場面における自信であることから、運動部に所属して日常的に運動経験をしている者の方が、そうでない生徒に比べて運動有能感が高いのではないかと考えられる。

## V まとめ

愛知県内の中学生1,414人を対象として自作の無記名式質問紙調査を行い、運動有能感と学校生活満足度およびSelf-Esteemとの関連を検討した。主な結果は以下の通りである。

- 1) 運動有能感の各因子について2要因分散分析〔性別(2)×学年(2)〕を行った結果、すべての因子で1年生の方が2年生に比べて有意に得点が高かった。また、身体的有能さの認知因子に関しては男子の方が女子よりも有意に得点が高かった。
- 2) 学校生活満足度とSelf-Esteemについても2要因分散分析を行った結果、すべての因子で、1年生の方が2年生に比べて有意に得点が高かった。また、家族支援因子とSelf-Esteemは女子の方が男子に比べて有意に得点が高かった。
- 3) 運動有能感と学校生活満足度およびSelf-Esteemとの関わりをみるために重回帰分析を行った結果、運動有能感のすべての因子と関わりがみられた。特に、「努力による運動行動の認知」については、学校生活満足度とSelf-Esteemすべてで有意な関わりが認められた。

一方、「受容感」は学校生活満足度の対人適応の各因子と、「身体的有能さの認知」は環境適応の各因子と関わりがみられた。

以上のことから、運動有能感の「努力による運動行動の認知」については、学校生活満足度とSelf-Esteemで強い関わりが認められ、「受容感」は学校生活満足度の対人適応と、「身体的有能さの認知」は環境適応と関わりがみられた。

今後は運動有能感を高めていくような、多角的なアプローチを検討していきたい。

## 参考文献

- 1) 文部科学省：小学校学習指導要領解説 総則編，2017  
[http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/micro\\_detail/\\_icsFiles/afiedfile/2017/07/12/1387017\\_1\\_1.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/_icsFiles/afiedfile/2017/07/12/1387017_1_1.pdf)
- 2) 文部科学省：中学校学習指導要領解説 総則編，2017  
[http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/micro\\_detail/\\_icsFiles/afiedfile/2017/07/04/1387018\\_1\\_2.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/_icsFiles/afiedfile/2017/07/04/1387018_1_2.pdf)
- 3) 中央教育審議会：幼稚園，小学校，中学校，高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（答申），中教審第197号，2016  
[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/\\_icsFiles/afiedfile/2017/01/10/1380902\\_0.pdf](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/_icsFiles/afiedfile/2017/01/10/1380902_0.pdf)
- 4) 文部科学省：小学校学習指導要領解説 体育編，2017  
[http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/micro\\_detail/\\_icsFiles/afiedfile/2017/07/25/1387017\\_10\\_1.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/_icsFiles/afiedfile/2017/07/25/1387017_10_1.pdf)
- 5) 文部科学省：中学校学習指導要領解説 保健体育編，2017  
[http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/micro\\_detail/\\_icsFiles/afiedfile/2017/07/25/1387018\\_8\\_1.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/_icsFiles/afiedfile/2017/07/25/1387018_8_1.pdf)
- 6) World Health Organization: The Ottawa Charter for Health Promotion, 1986  
<http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/index.html>, Accessed by September 2017
- 7) World Health Organization: The Bangkok Charter for Health Promotion in a Globalized World, 2005  
[http://www.who.int/healthpromotion/conferences/6gchp/bangkok\\_charter/en/](http://www.who.int/healthpromotion/conferences/6gchp/bangkok_charter/en/), Accessed by September 2017
- 8) 山田浩平，嵯峨楓，桐谷紗代他：中学生における目標意識と生活習慣および生きがい感との関連，東海学校保健研究，40：89-96，2016
- 9) 島村敦子：活動と休息，高齢者の健康と障害，堀内ふき他，第4版，メディカ出版，大阪，242-251：2013
- 10) Green LW, Kreuter M W: Health Program Planning: An Educational and Ecological Approach. 4th edition. New York: McGraw-Hill Higher Education, 2005.
- 11) Ian M, Claire N: Measuring Health. A Guide to Rating Scales and Questionnaires, Oxford University Press, New York, 1996
- 12) 大津一義，柳田美子：中高年者のクオリティ・オブ・ライフも影響を及ぼす要因に関する研究，体育科学，29，148-167：1992
- 13) 永田文子，水野正之，平山祐子等：わが国における高齢者のセルフエスティームに関する論文検討，国立看護大学校研究紀要，13，26-36：2000年
- 14) 遠藤辰雄，井上祥治，蘭千壽：セルフエスティームの心理学 自己価値の探求，第5版，ナカニシヤ出版：京都，2001
- 15) 文部科学省，子どもの徳育に関する懇談会：子どもの発達段階ごとの特徴と重視すべき課題，2009  
[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chousa/shotou/053/gaiyou/attach/1283165.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shotou/053/gaiyou/attach/1283165.htm), Accessed by September 2017
- 16) 山田浩平，大津一義，前上里直他：自己表現スキルとセルフエスティーム及び一般性自己効力感との関連：千葉県学校保健研究，1，14-24：2003
- 17) 岡沢祥訓，北真佐美，諏訪祐一郎：運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究 スポーツ教育学研究 16.2：145-155，1996
- 18) 大城戸道生，神谷全人，綿引清勝他：小学生への運動介入が運動有能感とストレス状態に及ぼす影響—唾液クロモグラニンAからの検討—，体力科学，63，149：2014
- 19) 松平宗之，高井和夫：子どもの運動意欲を支える心理社会的要因，文教大学教育学部紀要，44，129-142：2010
- 20) 山本さつき，徳永幹雄：中学生の学校生活満足度と運動に関する研究—学年・性・部活所属及び運動に対する態度との関係—，日本体育学会大会号，52，245：2001
- 21) 小杉考司：学校適応感尺度FITの開発，研究論叢，第3部，芸術・体育・教育・心理，山口大学教育学部広報部編，64，69-82：2014
- 22) Rosenberg M: Society and reconsiderde: The concept of competence, Psychological Review, 66, 297-333：1965
- 23) Mimura C, Griffiths P: A Japanese version of the Rosenberg Self-Esteem Scale, Translation and equivalence assessment, Psychosomatic Review, 62, 589-594：2007
- 24) 内田知宏，上埜高志：Rosenberg自尊感情尺度の信頼性及び妥当性の検討について—Mimura & Griffiths訳の日本語版を用いて—東北大学大学院教育学研究科研究年報 58.2：257-266，2010
- 25) 北真佐美，岡沢祥訓，岡沢祥訓他：運動種目の性度と有能感との関係，日本体育学会第45回大会号，664：1994
- 26) 竹下友里，杉田弥生，山田浩平：中学生における学校生活スキルと保健室来室状況との関連，愛知教育大学保健環境センター紀要，11，23-28：2013
- 27) 前田洋一：学業成績に対する中学生の認知，教育心理学研究，44，311-322，1996
- 28) 岡安孝弘，嶋田洋徳，丹羽洋子他：中学生の学校ストレスの評価とストレス反応との関連，心理学研究，63，310-318：1992
- 29) 續木智彦，上野敦史，園部豊他：小学校高学年児童における自尊感情と運動有能感，身体的自己評価及び新体力テスト結果との関連，日本体育大学紀要，41，139-144，2012

(2017年9月25日受理)