

国スポが県民のスポーツ習慣に与える影響

【はじめに】

2026 年 10 月 10 日、『青の煌めきあおもり国スポ』の本会期がついにスタートします。青森県で国民スポーツ大会（国スポ）が開催されるのは、1977 年の『あすなろ国体』以来、49 年ぶりです。

国スポは、全国から都道府県代表の選手が集い、日頃の鍛錬の成果を懸けて競い合う、国内最大規模のスポーツの祭典です。また、スポーツを“する”だけでなく“みる”・“ささえる”といった形で、県民がスポーツと関わる機会を広げる役割もあります。

今回は、国民スポーツ大会が開催地住民に与える社会的効果を検証する目的で実施された調査¹⁾をもとに「国スポが県民のスポーツ習慣に与える影響」について考えてみたいと思います。

【青森市民のスポーツ習慣】

2026 年 8 月に公表された第 1 回調査報告では、過去 1 年間に運動・スポーツを「実施していない」と回答した人は 52.6%と半数を上回っていました。

一方で、過去 1 年間にテレビやインターネットなどを通じてスポーツを観戦した経験のある人は 73.7%にのびりました。

この結果から、スポーツを“する”習慣がある人は限られる一方、“みる”ことを通じてスポーツと関わっている人は多いことが分かります。

【青森市民の国スポ観戦意向】

今回の調査では国スポの観戦意向についても尋ねています。国スポを「観戦したい」と回答した人は 37.5%でしたが、過去 1 年間にスポーツ観戦をした経験があると回答した人に限ると、その割合は 62.0%にのびりました。

このことから、スポーツに対して日頃から“みる”ことで関わりを持っている人ほど、国スポへの観戦意識も高い傾向があることが示唆されています。

【国スポはスポーツ習慣を変えるのか】

今回の調査報告だけで「国スポ」が県民の「スポーツ習慣」にどのような影響を与えるかは分かりませんが、「スポーツ観戦」が「スポーツへの関心」を高めるきっかけとなる可能性はあるのではないかと考えます。国スポは、選手が日頃の鍛錬の成果を発揮する場であると同時に、開催地の地域住民がスポーツと関わりを持つ大きな機会でもあります。「選手の競技を間近で見る。」「家族や友人と応援する。」「知らなかった競技を知る。」といった『スポーツを“みる”』ことから始まるスポーツとの関わりは、運動やスポーツへの関心を高めるきっかけとなり、日常的なスポーツ習慣をより身近なものにしてくれるかもしれません。そして、その関心が「自分もスポーツを始めてみようかな」という思いにつながり“みるスポーツ”から“するスポーツ”へと広がっていく可能性もあるのではないのでしょうか。

【まとめ】

10 月 10 日から本会期となる『あおもり国スポ』。ぜひ、会場へ足を運び、選手たちの熱戦を見てみてはいかがでしょうか。そして国スポが「スポーツを始めてみよう」と思うきっかけになれば、健康づくりや日々の楽しみなど、県民の豊かなスポーツライフの広がりにもつながってゆくのではないのでしょうか。そんな未来のことも期待しつつ、まずは国スポという祭典を県民の皆様に楽しんでもいただければ、青森県でスポーツに携わる仕事をする者として、非常にうれしく思います。

【参考文献】

- 1)公益財団法人 笹川スポーツ財団 (2026)
「国民スポーツ大会に関する開催地住民調査」