

# 日本におけるパークランの参加者の属性と類型化 ー参加者へのアンケート調査よりー

中川 真輝<sup>1)</sup>・宮岸 凌也<sup>1)</sup>・中村 圭汰<sup>2)</sup>・高井 優紀<sup>1)</sup>・山岡 祐貴<sup>1)</sup>・萩谷 洋紀<sup>1)</sup>・樋野 公宏<sup>1)</sup>

1) 東京大学大学院 工学系研究科 都市工学専攻

2) 東京大学大学院 学際情報学府 学際情報学専攻

太字：スライド作成担当

リンク：[https://www.jstage.jst.go.jp/article/reportscij/23/2/23\\_305/\\_article/-char/ja/](https://www.jstage.jst.go.jp/article/reportscij/23/2/23_305/_article/-char/ja/)

# parkrunとparkrun研究のこれまで

## parkrunのこれまで

- ✓ 世界22カ国で開催される
  - ✓ 日本には2019年に上陸  
現在は38箇所で開催
  - ✓ 「Sport in Life2022大賞」受賞
- ⇒ parkrunは国内外で広がり、  
評価されてきた

## parkrun研究のこれまで

- ✓ 海外parkrunの研究は多数
    - 明らかにされてきたこと
      - 女性や35歳以上の参加が多い
      - 社会的交流がイベント参加の理由
      - 身体、精神に好影響を及ぼす。
      - イベントでコミュニティが育まれる
- ⇒ 海外parkrunの実態は  
明らかになってきている

## 課題意識

- 海外研究の豊富さと対照的に、  
日本のparkrunについての研究がない

# 研究の目的

- ① 日本で開催されるparkrunを対象として、参加者の属性と参加者が重視している点を明らかにする。
- ② 日本におけるparkrunの特徴を海外における特徴と比較する。
- ③ 参加者の類型と会場との関係について考察する。

# 調査実施会場

6月~7月にかけて、首都圏6会場で調査を実施  
(5月~6月に、一部会場でプレ調査を実施)

## 新河岸川浮間

2024/7/6  
調査人数:2人  
(プレ: 2024/5/18)

## 光が丘公園

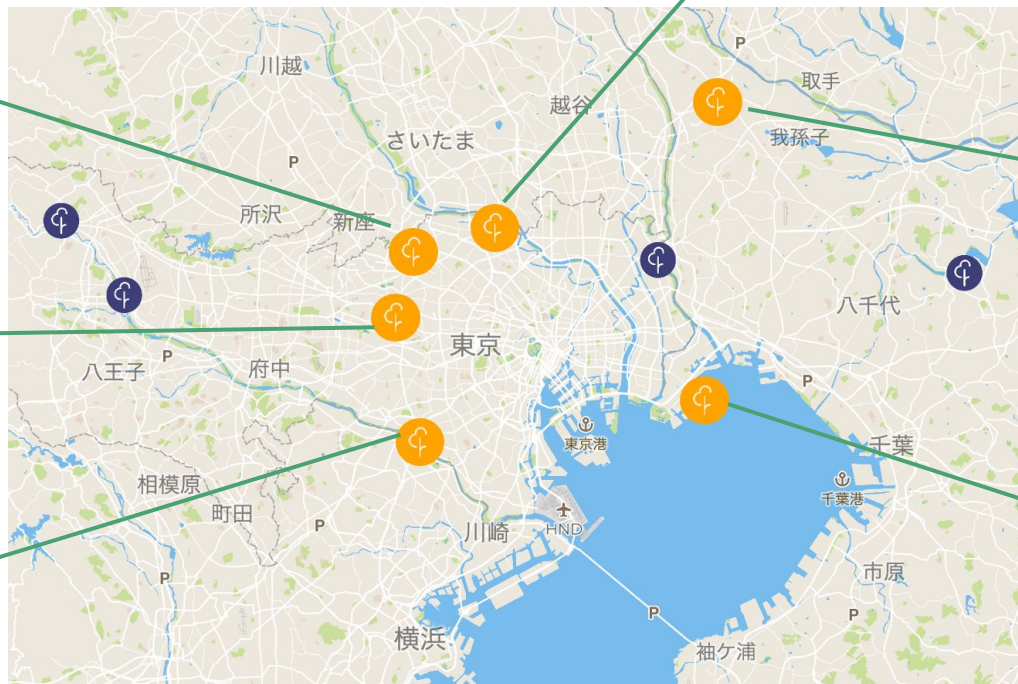
2024/7/13  
調査人数:2人

## 桃井原っぱ公園

2024/7/13  
調査人数:2人  
(プレ: 2024/5/18)

## 二子玉川

2024/6/29  
調査人数:3人  
(プレ: 2024/5/25  
2024/6/1)



## 柏の葉

2024/7/6  
調査人数:2人  
(プレ: 2024/6/1)

## 浦安市総合公園

2024/6/29  
調査人数:2人

# 研究方法

イベント終了後に、ランナー/ウォーカー及びボランティアに対して、  
アンケート調査・観察調査・インタビュー調査を実施

## アンケート調査

参加者が  
Google formかアンケート用紙で回答  
(それぞれに日本語版/英語版を用意)

### 内容

- ・参加会場
- ・年齢
- ・性別
- ・居住地
- ・1週間の運動日数
- ・最新の走行タイム
- ・ボランティアとしての参加回数
- ・parkrunで交流している人
- ・parkrunで重視している点

## 観察調査

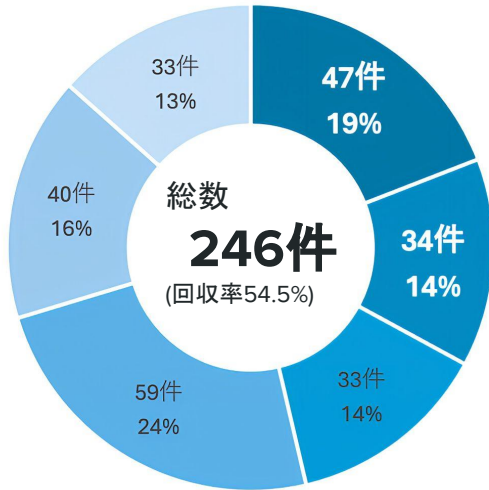
調査員がparkrun会場に赴き、  
「参加者個人の様子」「イベント全体の様子」  
を客観的に観察・記録

## インタビュー調査

「参加者の属性」「参加の内容」  
「イベントへの思い」  
の3つのテーマを設定し、  
インタビューを実施

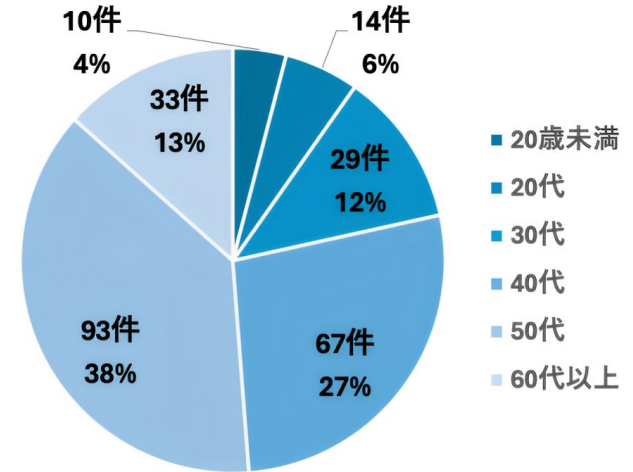
# アンケート結果(単純集計)

## 総回収数と会場別回収件数

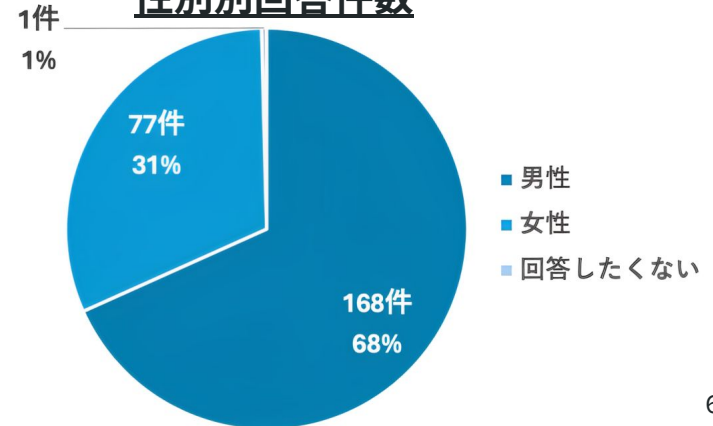


- 二子玉川
- 浦安市総合公園
- 新河岸川浮間
- 柏の葉
- 光が丘
- 桃井原っぱ公園

## 年齢別回答件数

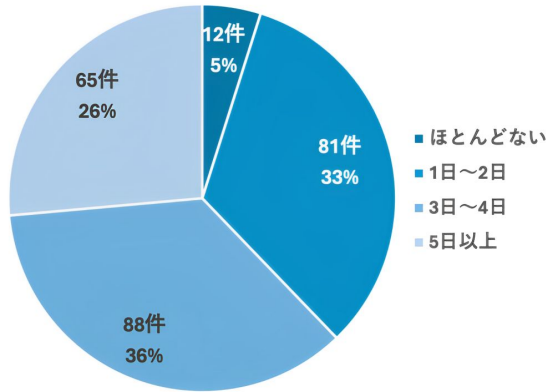


## 性別別回答件数

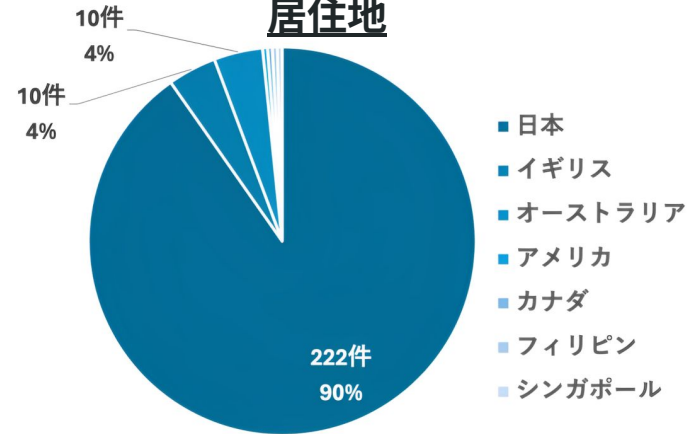


# アンケート結果(単純集計)

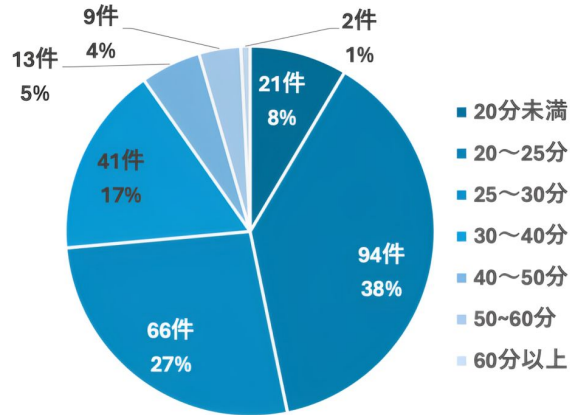
## 一週間の運動日数



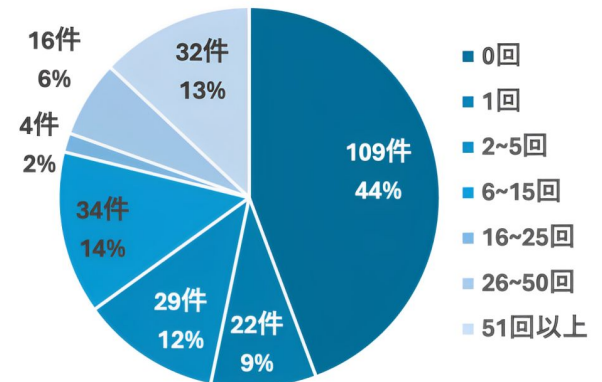
## 居住地



## 最新の走行タイム

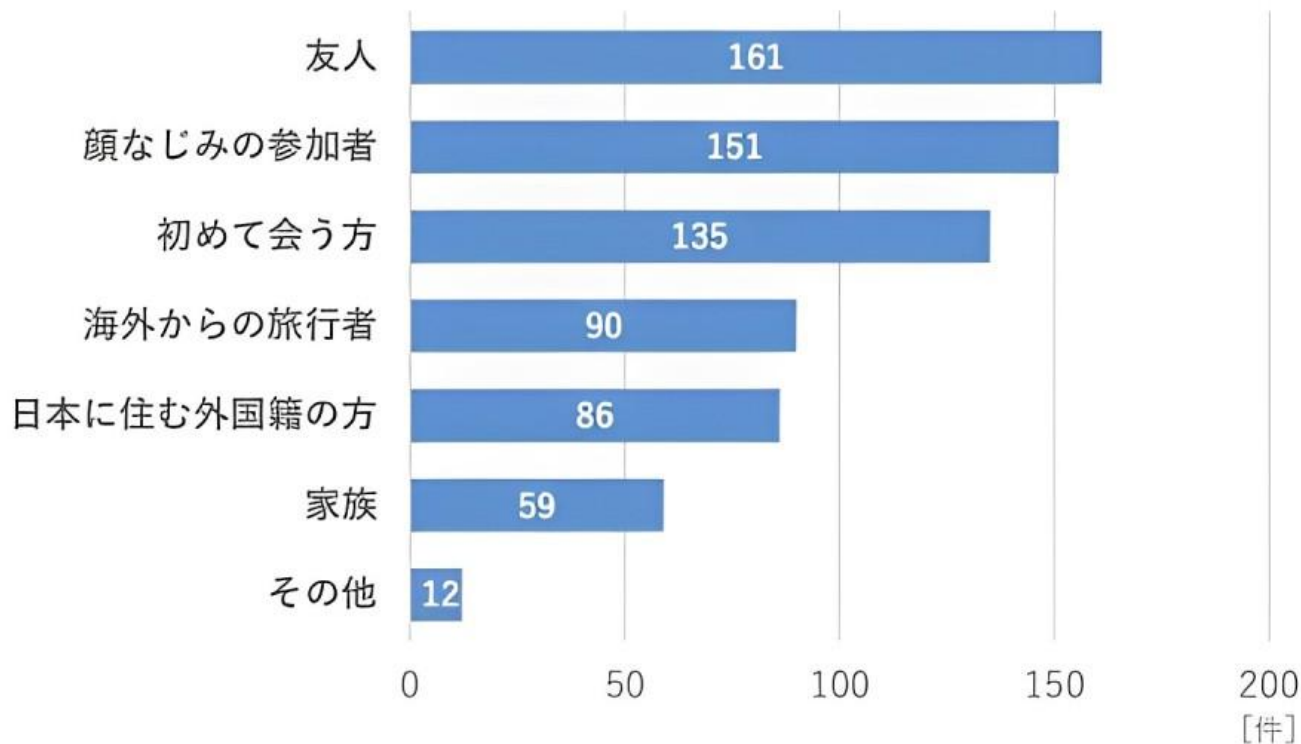


## ボランティア参加回数



# アンケート結果(単純集計)

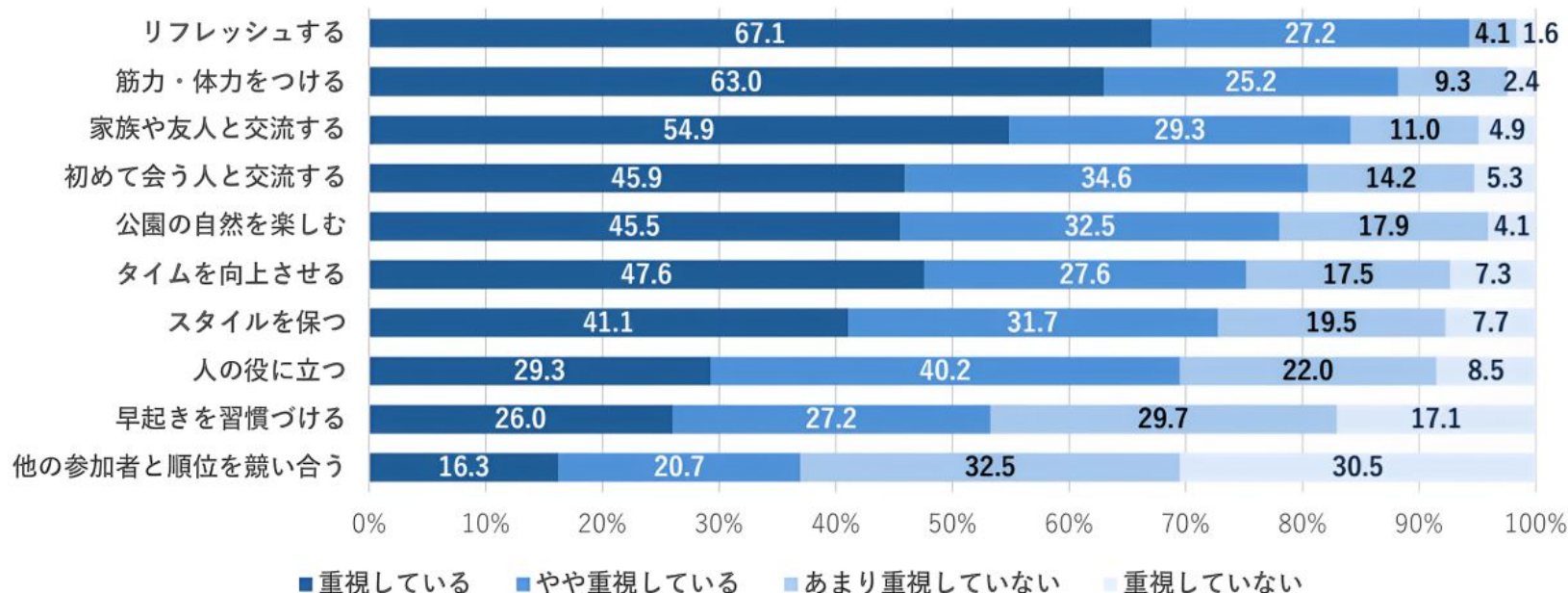
## parkrunで交流する人





# アンケート結果(単純集計)

## parkrunで重視する点



# クラスター分析結果

◎ 「parkrunで重視している点」の回答から、参加者を4つのグループ(クラスター)に分類することができた。

## 自然非重視型

<自然>を重視しないが、<運動>と<交流>を比較的重視する

## 運動重視型

<交流>を重視せず、<運動>を重視する

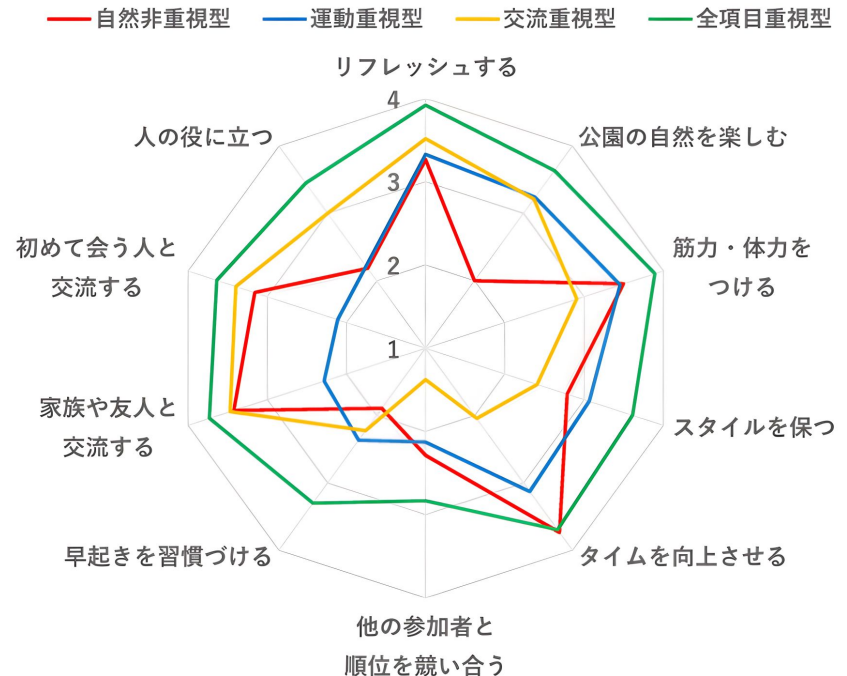
## 交流重視型

<運動>を重視せず、<交流>を重視する

## 全項目重視型

<運動><交流><自然>全て重視する

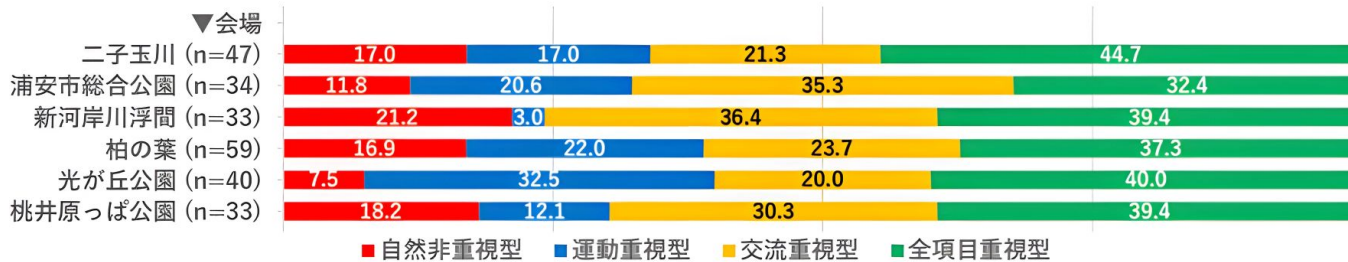
## クラスターごとの重視項目



# クラスター分析結果 —他アンケート回答との関係性

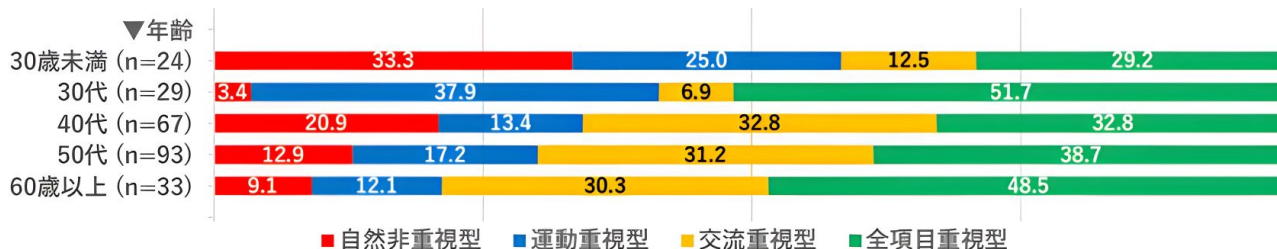
## ・会場との関係

会場ごとに差異がみられ、新河岸川浮間や浦安市総合公園では「交流重視型」が多く、光が丘公園では「運動重視型」が多い。



## ・年齢との関係

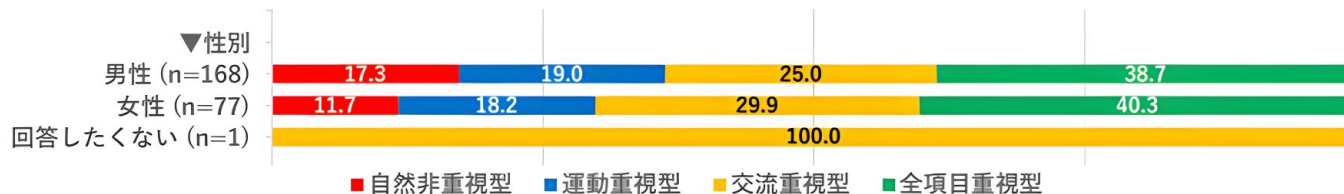
30歳未満および30代の層では「運動重視型」の割合が高く、40-50代および60歳以上の層では「交流重視型」の割合が高い。



# クラスター分析結果 —他アンケート回答との関係性

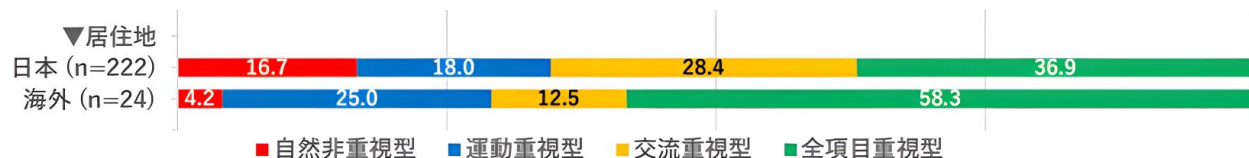
## ・性別との関係

男性に比べて女性の方が「交流重視型」の割合が高い。



## ・居住地との関係

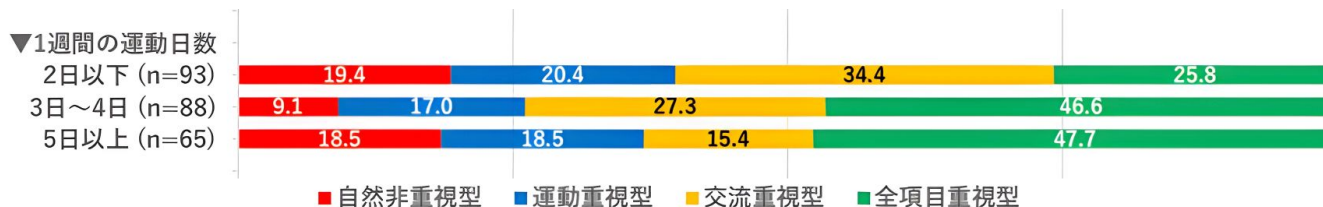
海外居住者は国内居住者と比較して「運動重視型」の割合が高く、「自然非重視型」と「交流重視型」の割合が低い。



# クラスター分析結果 —他アンケート回答との関係性

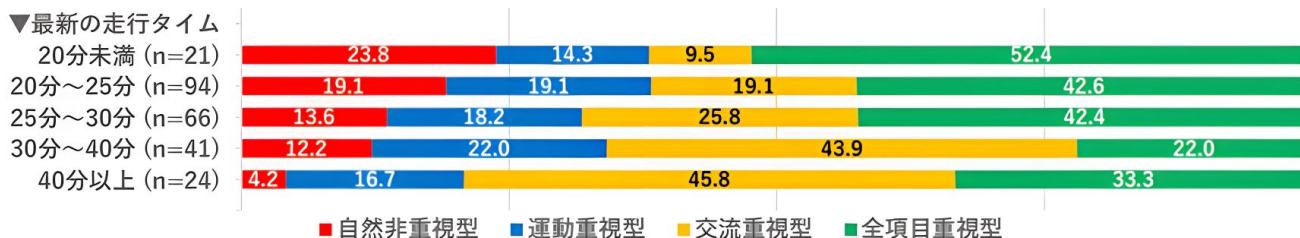
## • 最新の走行タイムとの関係

走行タイムが速い層ほど「交流重視型」の割合が低く、「自然非重視型」の割合が高い。



## • 1週間の運動日数との関係

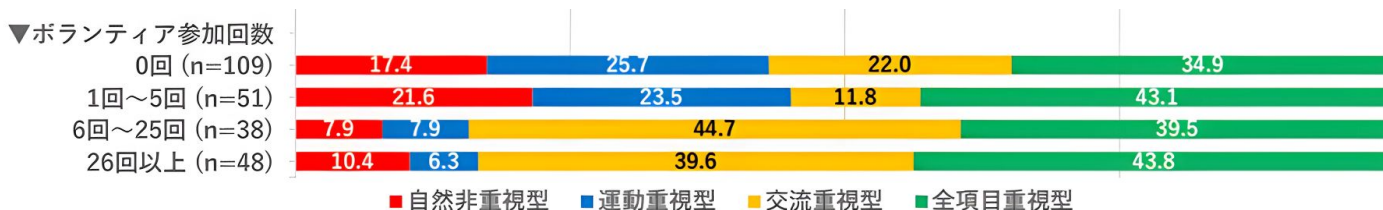
運動日数の少ない層では「交流重視型」の割合が高い。



# クラスター分析結果 ー他アンケート回答との関係性

## ・ボランティア参加回数との関係

ボランティア参加回数との関係について、回数の多い層では「交流重視型」の割合が高い。



# アンケート結果のまとめ

## parkrunで重視する点

- 「リフレッシュする」「筋力・体力をつける」「他の参加者と交流する」などを重視する人が多い。
- 一方で「他の参加者と順位を競い合う」は重視されにくい。

## 「交流重視型」と「運動重視型」間の割合の比較

- 新河岸川浮間や浦安市総合公園では「交流重視型」の方が多く、光が丘公園では「運動重視型」の方が多い。
- 30代以下は「運動重視型」の方が多く、40代以上では「交流重視型」の方が多い。
- 女性は男性に比べて「交流重視型」の方が多い。
- 海外居住者は国内居住者に比べて「運動重視型」の方が多い。
- 一週間あたりの運動日数が少ない層は「交流重視型」の方が多い。
- ボランティア参加回数が多い層は「交流重視型」の方が多い。

# 観察・インタビュー調査結果

ー参加者同士の交流について

## 週例の交流

- 毎週の会話を楽しみにしているボランティアが見られた。
- parkrun終了後、参加者同士がカフェで交流を行うケースも（例: 二子玉川、浦安市総合公園、新河岸川浮間）

## 会場を越えた交流

- 首都圏や西日本のparkrun会場間でボランティアを通じた交流が盛んに行われている。
- 首都圏内で複数会場のparkrunに参加する参加者も複数確認された。

## 海外からの旅行者との交流

- 日本在住者と海外参加者の交流が複数確認された。
- parkrunが旅行の一環として利用されることも多く、他のマラソンイベントの開催前は海外参加者が増加する場合があることが分かった。
- イベント前の全体説明が日本語と英語の両言語で行われる対応も複数確認された。



# 観察・インタビュー調査結果

—運動や自然の側面について

## 運動の機会としてのparkrun

- 参加者の中には、持病の回復に効果があった例も確認された。
- トレーニングの場として利用する団体も見られる（例: 柏の葉、光が丘公園）

## 自然環境の評価

- 光が丘公園parkrunの参加者から、会場の景観や自然要素の評価が高かった。

## 多様な参加者の属性

- 高齢者、妊婦、家族連れ、犬を連れた参加者など、従来のマラソンイベントでは見られない多様な参加者が複数確認された。

# 考察

## 国内外parkrunの比較

### ✓ parkrunの国外調査結果

- ①他のスポーツでは参加が少ない層の参加
- ②社会的交流が参加理由の一つとなっている
- ③身体的・精神的な健康への良い影響がある

### ✓ 今回の調査結果

- ・参加者の属性の多様さ
- ・参加を通じた活発な交流
- ・parkrun参加を通じた健康や精神的な効果

⇒ これらの特徴は日本でも共通

⇒ 会場を超えた交流の仕組みやネットワークがあるといい

## 参加者類型と会場の関係

- ✓ 参加者は4つの類型に分類され、これらは年齢や居住地、ボランティア参加回数などで異なる傾向

<u>自然非重視型</u>	<u>運動重視型</u>
<u>交流重視型</u>	<u>全項目重視型</u>

- ✓ 各会場によって多数派の参加者類型が異なり、会場ごとの特色が表れる

⇒ 立地や景観などのコースの特徴、周囲の地域性などが影響している可能性

⇒ 公園の自然景観を楽しむことができる仕組みがあるとより良い

# 参考文献

- 1) parkrun 「join us」 [online] (英語)  
<https://www.parkrun.com/about/join-us/>
- 2) Sports in Life 「第2回「Sport in Lifeアワード」受賞団体一覧」 [online] (日本語)  
<https://sportinlife.go.jp/award/result-2022/>
- 3) Grunseit, A. C., Richards, J., Reece, L., Bauman, A., & Merom, D. (2020). Evidence on the reach and impact of the social physical activity phenomenon parkrun: A scoping review. *Preventive Medicine Reports*, 20, 101231.
- 4) Peterson, B., Withers, B., Hawke, F., Spink, M., Callister, R., & Chuter, V. (2022). Outcomes of participation in parkrun, and factors influencing why and how often individuals participate: A systematic review of quantitative studies. *Journal of Sports Sciences*, 40 (13), pp. 1486–1499.
- 5) Stride, A., Fitzgerald, H., Rankin-Wright, A., & Barnes, L. (2020). The en/gendering of volunteering: “I’ve pretty much always noticed that the tail runner is always female”. *Sport Management Review*, 23 (3), pp. 498–508.
- 6) Wiltshire, G.R., Fullagar, S., & Stevinson, C. (2018). Exploring parkrun as a social context for collective health practices: running with and against the moral imperatives of health responsabilisation. *Sociology of Health Illness*, 40 (1), pp. 3–17.
- 7) Cleland, V., Nash, M., Sharman, M.J., & Claflin, S. (2018). Exploring the health-promoting potential of the “parkrun” phenomenon: what factors are associated with higher levels of participation? *American Journal of Health Promotion*, 33 (1), pp. 13–23.
- 8) Fullagar, S., Petris, S., Sargent, J., Allen, S., Akhtar, M., & Ozakinci, G. (2020). Action research with parkrun UK volunteer organizers to develop inclusive strategies. *Health Promotion International*, 35 (5), pp. 1199–1209.
- 9) Grunseit, A., Richards, J., & Merom, D. (2018). Running on a high: parkrun and personal well-being. *BMC Public Health*, 18, 59.
- 10) Hindley, D. (2020). “More than just a run in the park”: An exploration of parkrun as a shared leisure space. *Leisure Sciences*, 42 (1), pp. 85–105.
- 11) Bowness, J., Tulle, E., & McKendrick, J. (2021). Understanding, the parkrun community; sacred Saturdays and organic solidarity of parkrunners. *European Journal for Sport and Society*, 18 (1), pp. 44–63.
- 12) Bowness, J., McKendrick, J., & Tulle, E. (2020). From non-runner to parkrunner: Subjective athletic identity and experience of parkrun. *International Review for the Sociology of Sport*, 56 (5), pp. 695–718.
- 13) Stevinson, C., & Hickson, M. (2014). Exploring the public health potential of a mass community participation event. *Journal of Public Health*, 36 (2), pp. 268–274.

# 参考文献

- 14) Morris, P., Scott, H. (2019). Not just a run in the park: a qualitative exploration of parkrun and mental health. *Advances in Mental Health, Promotion, Prevention and Early Intervention*, 17 (2), pp. 110–123.
- 15) Rogerson, M., Brown, D.K., Sandercock, G., Wooller, J.-J., & Barton, J. (2016). A comparison of four typical green exercise environments and prediction of psychological health outcomes. *Perspectives in Public Health*, 136 (3), pp. 171–180.
- 16) Pedlar, C. R., Myrissa, K., Barry, M., Khwaja, I. G., Simpkin, A. J., Newell, J., Scarrott, C., Whyte, G. P., Kipps, C., & Baggish, A. L. (2021). Medical encounters at community-based physical activity events (parkrun) in the UK. *British Journal of Sports Medicine*, 55(24), pp. 1420–1426.
- 17) Wiltshire, G., & Stevinson, C. (2018). Exploring the role of social capital in community-based physical activity: Qualitative insights from parkrun. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 10 (1), pp. 47–62.
- 18) Quirk, H., Bullas, A., Haake, S., Goyder, E., Graney, M., Wellington, C., Copeland, R., Reece, L., & Stevinson, C. (2021). Exploring the benefits of participation in community-based running and walking events: A cross-sectional survey of parkrun participants. *BMC Public Health*, 21 (1), 1978.
- 19) McIntosh, T. (2021). parkrun: a panacea for health and wellbeing? *Journal of Research in Nursing*, 26 (5), pp. 472–477.
- 20) 山口 志郎, 押見 大地, 福原 崇之 (2018) 「スポーツイベントが開催地域にもたらす効果：先行研究の検討」『*体育学研究*』 63 巻 1 号 p. 13-32
- 21) 近藤 祐一郎, 鎌田 優, 小澤 千幸, 齋藤 圭司 (2022) 「パークヨガによる都市公園の新たな利用可能性」『*日本デザイン学会研究発表大会概要集*』 日本デザイン学会 第69回研究発表大会
- 22) parkrun Japan公式webサイト [online] (日本語)  
<https://www.parkrun.jp/>
- 23) parkrun ブログ「parkrun 20年の歴史 - 初めの5年間」 [online] (日本語)  
<https://blog.parkrun.com/jp/2024/01/31/20-years-of-parkrun-the-first-five-years/>
- 24) parkrun Support「ボランティアになる」 [online] (日本語)  
<https://support.parkrun.com/hc/ja/sections/200112523-%E3%83%9C%E3%83%A9%E3%83%B3%E3%83%86%E3%82%A3%E3%82%A2%E3%81%AB%E3%81%AA%E3%82%8B>
- 25) 山口一臣 (2019) 「「パークラン」が日本でも開催！5km走る（歩く）だけのイベントがなぜ人気？」『*朝日新聞DIGITAL*』 [online] (日本語)  
<https://www.asahi.com/and/article/20190412/1582963/>