

地域住民のスポーツクラブ継続参加理由の 日独比較

The reasons for habitual participation of community dwelling elderly in sports club activities according to a comparative study between Japan and Germany.

神野宏司* 鈴木智子* 嶋崎博嗣** 松尾順一*
Hiroshi KOHNO, Tomoko SUZUKI, Hirotsugu SHIMAZAKI, Junichi MATSUO

要旨

本研究はドイツの総合型地域スポーツクラブに継続して参加している地域高齢者の意識をインタビューおよびアンケート調査し、日本でのフィットネスクラブ継続参加者の意識と比較検討することを目的とした。ドイツでは総合型地域スポーツクラブにおいて3人のマネージャーおよび5名の参加者に対するインタビューと66名の参加者に対するアンケート調査、日本ではフィットネスクラブを利用して1年以上、または過去に1年以上利用した経験を有する50歳以上を対象に57名からアンケート調査を実施した。インタビューの結果、ドイツでは運動・スポーツは対人交流、社交の重要な機会であり、スポーツクラブや指導者もそれを推進するよう配慮している姿勢が伺われた。アンケート調査の結果、日本人の参加理由を基準とするとドイツは病気治療のため（オッズ比 23.578、 $P < 0.001$ ）、運動が楽しい（オッズ比 8.259、 $P = 0.001$ ）、運動すると気持ちが良い（オッズ比 5.298、 $P = 0.039$ ）と運動実施自体への評価が高く、また、運動後に交流する機会が多い（オッズ比 3.253、 $P = 0.002$ ）、スポーツクラブ以外でもメンバー間で交流する機会が多い（オッズ比 4.639、 $P < 0.001$ ）と対人交流に積極的と考えられる参加動機となっていることが明らかとなった。性別で比較すると、男性は女性と比較して友人との交流期待が有意に低く（オッズ比 0.390、 $P = 0.041$ ）、スポーツクラブ外での交流が有意に低値（オッズ比 0.423、 $P = 0.044$ ）であった。

以上、スポーツクラブに継続して参加する理由に日独で違いが認められた。しかしながら社会的交流を促す場としての可能性を有するものと考えられる。

キーワード：スポーツクラブ 継続参加動機 社会交流

*東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ学科 Toyo Univ. Faculty of Human Life Design
連絡先：〒115-8650 東京都北区赤羽台1-7-11

**東洋大学ライフデザイン学部生活支援学科 Toyo Univ. Faculty of Human Life Design
連絡先：〒115-8650 東京都北区赤羽台1-7-11

I. 背景と目的

世界的に生活習慣病の予防、健康寿命の延伸に運動、身体活動の果たす役割の重要性が認識されており、日本においても2013年に発表された健康日本21（第2次）においても身体活動量をどのようにして増加させるかが重要なテーマとして取り上げられている¹⁾。

その健康日本21において健康的な習慣を促す生活環境の整備が新たな方策として提示され、誰もが身近に運動、身体活動を行える環境の整備が行政に求められている。身体活動を行える環境として総合型地域スポーツクラブの創設が促されている。2014年には総合型地域スポーツクラブを持つ自治体は80.1%、数にして3512となること文部科学省から発表された。ただし、市部では92.2%に対して町村部では69.4%と開きがあるという問題が残っている。この値は2018年度で全国の80.5%、市部の94.1%に対して町村部では68.6%と伸び悩み状態がみられる²⁾。

このような環境の整備が早くから進められ、総合型スポーツクラブとして地域に根ざした運動環境を持つ国がドイツである。日本の総合型地域スポーツクラブのモデルはドイツにある。ドイツの総合型地域スポーツクラブで最大規模を誇るTurn und Sportverein Bayer 04 Leverkusen (TSV) は、広く一般の人々の健康づくりを100年以上支援している。鈴木ら³⁾は100年あまりの伝統を持つ総合型地域スポーツクラブであるTSVが幼児、その保護者から高齢者に至る幅広い参加者を対象にプログラムだけでなくどのように運営しているかを調査してきた。その過程から参加者にとって総合型地域スポーツクラブが身体的な健康、精神的な健康を維持する場であるとともに仲間づくりの場としても大きな役割を果たしていることが伺われたと報告している。

日本では高齢化率の高まりとともに高齢者の健康志向が高まり、フィットネスクラブ、スポーツクラブ（以降日本での同様な組織をフィットネスクラブ、一方ドイツの総合型地域スポーツクラブをスポーツクラブと表記して区別する）の高齢者利用者数が増加している。会員数に60歳以上が占める割合は2014年に30.3%と10年間で11.7%増加している。フィットネスクラブ利用料に占める年齢別割合も2014年に60歳以上が65.1%、50歳代を加えると83.8%という高率である⁴⁾。

高齢者が健康を維持するために社会的なつながりが重要であることを示す報告が多く発表されている。齋藤ら⁵⁾は同居者以外との対面・非対面交流をあわせて週に1回未満がその後の要介護状態や認知症と関連し、月1回未満になると早期死亡とも密接に関連することを10年間の縦断研究から報告し社会とのつながりの重要性を示唆している。また、運動を週一回実施していてもスポーツ組織へ参加していなければ要介護状態になる危険性が1.29倍に増加しているという報告⁶⁾からも社会的な交流の重要性が示唆される。

以上をふまえ本研究はドイツの総合型地域スポーツクラブ参加者がスポーツクラブへ参加する動機を日本におけるフィットネスクラブ参加者と比較し差違を明らかとすることを目的とした。

II. 方法

ドイツにおける調査はSC Bayer 05 Uerdingen (SCバイヤー05) にて実施した。このクラブはドイツ、ノルトライン・ヴェストファーレン州、クレーフェルト市に1905年に開設され、2014年9月の調

査時に6200名の会員を有し、そのうち850名がシニアクラスの参加者であった。クラブには調査の目的、質問内容を伝えた上で運営スタッフへのインタビューをクラブに依頼した。また、シニアクラス参加者にアンケート調査およびインタビューの依頼がある旨の周知を依頼し、インタビューには個人的な内容を尋ねないことを了解の上で回答を得られた。インタビューおよびアンケートは2014年9月に実施した。比較対照として日本に在住し調査時点でフィットネスクラブを利用して1年以上ある、または過去に1年以上利用した経験を有する50歳以上を対象に、インターネット調査機関への登録者からアンケート回答者を募集した。日本での調査は2015年2月に実施した。

1. インタビュー

ドイツスポーツクラブでのインタビューはシニアクラス・マネージャー、現場責任者、指導担当者の3人に対して集合形式で実施した。質問内容はクラブのプログラム実施頻度、参加者数などの全体像およびクラブが参加者間の交流、仲間づくりを図るためのしくみを設けているか、とした。インタビュー時間はおよそ1時間であった。また、シニアクラスの参加者にアンケートへの回答と同時に参加年数、目的や参加者間の交流についてインタビューを実施した。参加者へのインタビュー時間は1人当たり5-10分であった。どちらのインタビューにもアンケートの作成時に翻訳を依頼した日本人の通訳を介しながら実施した。

2. アンケート調査

2-1 アンケート項目

アンケート項目は参加歴、参加理由（体調維持、病気治療、病気予防、参加者間の交流期待、運動すると気持ちよくなる、運動が楽しい、運動後の食事・会話が楽しい）、参加メンバー間の交流状況、健康度自己評価、健康不安感を尋ねる項目を作成した。回答は4択形式とした。

2-2 アンケート取得方法

ドイツ在住者に対する調査用紙の作成に当っては、まず日本語で質問紙を作成し、ドイツに長期間在住する日本人によるドイツ語への翻訳およびドイツ人の習慣に合わせた表現の修正を繰り返して作成した。シニアプログラム参加者にプログラム終了後その場で回答を得る集合調査法と留め置き法の両者を用いて回答を得た。日本人に対してはインターネット調査会社へ登録している会員に対してスポーツクラブへ所属して参加している者、ないし過去に参加経験がある者を対象として回答者を募集した。アンケート項目はドイツでの調査と同じ質問の日本語版を用いた。回答は匿名とし、データは回答者がインターネット調査会社に対して開示を認めている居住県、性別などの情報以外は追跡できないよう匿名化された形式で提供を受けた。

2-3 回答者

SC Bayer05 シニアクラス参加者60歳以上66名（男性19名、年齢73.4±8.6歳、女性47名、年齢70.8±7.1歳）、および日本では57名（男性20名、年齢57.4±6.1歳、女性37名、年齢59.0±7.7歳）から回答を得た。スポーツクラブの参加年数はドイツでは10年以上が50.0%、そのうち40.7%は25年以上であっ

た。一方日本は10年以上で35.1%、そのうち15年以上が20.1%という割合であった。

2-4 解析

4件法で得た回答を上下の2区分に分割したうえでCochranとMantel-Haenszelの統計量よりオッズ比を算出した。日本とドイツの比較には性別を調整変数としオッズ比は日本を基準とした。同様に性別の比較では所属国を調整変数とし、女性を基準とした。オッズ比の算出、有意差検定および95%信頼区間の算出にはIBM社、SPSSver.27を用い、有意水準を5%未満に設定した。

3. 倫理上の配慮

参加者にはクラブからインタビューの依頼、同意の上で年齢等の個人情報に関することは質問しないことを説明し、同意を得た上で回答を得た。ドイツでのアンケートは開始前にアンケートの主旨、無記名での回答、中断の自由とその後のクラブ参加へ影響がないこと、クラブとは無関係であり個々人の回答結果をクラブに開示することはないことを口頭、およびアンケート用紙の冒頭部に記載し、同意できる人のみ同意欄にチェックした後回答するように依頼した。日本におけるアンケートは開始前に無記名、匿名化すること、中断の自由を記載し同意できる場合のみ承諾のボタンをクリックした後アンケート回答画面に進むように記載し、承諾ボタンを押さない場合には回答できないシステムとした。

Ⅲ. 結果

主要なインタビュー結果を表1に示した。インタビューの結果、ドイツでは運動、スポーツは対人交流、社交の重要な機会であり、スポーツクラブや指導者もそれを推進するしぐみに配慮している姿勢が伺われた。

日独の参加者の意識比較を表2に示した。アンケートの結果から病気の治療を目的とする回答がドイツにおいてオッズ比23.578と日本に比べて顕著に高かった。有意差は確認できなかったものの体調維持への関心はドイツの方が低い傾向（オッズ比0.250、 $P=0.239$ ）が見られ、対して日本人よりも病氣予防が強い参加動機となっている（オッズ比1.936、 $P=0.225$ ）様子がうかがわれた。

ドイツ在住者からは体調、病氣への意識ではなく身体を動かすことが楽しいから参加している（オッズ比8.259、 $P=0.001$ ）、運動すると気持ちが良い（オッズ比5.298、 $P=0.039$ ）というように運動実施自体への評価が高く、また日本在住者と比較してスポーツクラブで運動後に交流する機会は多い（オッズ比3.253、 $P=0.002$ ）、スポーツクラブ以外でもメンバー間で交流する機会が多い（オッズ比4.639、 $P<0.001$ ）という回答が有意に高い割合で得られた。

調査国を調整変数におき性別で回答を比較した結果を表3に示した。男性は女性と比較して友人との交流期待が有意に低く（オッズ比0.390、 $P=0.041$ ）、スポーツクラブ外での交流が多いかという質問に対しても「いいえ」との回答が有意に高値（オッズ比0.423、 $P=0.044$ ）であった。一方、健康状態が良いかという質問に男性は「良い」と回答している者の割合が女性よりも有意に高い値（オッズ比4.066、 $P=0.036$ ）を示した。

表1 インタビュー結果の要約

・クラブ運営者
・月一回会員間の交流を促す軽食パーティを実施
・年数回クラブ運営者と会員間の意見交換会の実施
・体力等のデータを取ることはあまり関心を持っていない、参加者からも希望はない
・指導者
・新規参加者と従来からの参加者との交流を促す働きかけ(声かけ、紹介、グループ実施型のプログラム)
・参加者
・教育システムを背景に「運動はクラブでするもの」という価値観に基づく運動実施・継続
・参加者は「皆、古くからの顔なじみ、友人たち」という安心感が共有されている
・スポーツ後に誘い合って食堂に寄り軽食を取りながらする、おしゃべりを楽しみで参加している。

表2 日本とドイツのスポーツクラブ参加者の意識

	ドイツ				日本				オッズ比	P=	95%CI	
	はい		いいえ		はい		いいえ					
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性				
体調維持のため	17	46	1	3	19	37	1	0	0.250	0.239	-3.698	0.025
病気の治療のため	9	16	3	6	2	4	18	33	23.578	<0.001	7.554	73.591
病気の予防のため	11	28	1	5	15	29	5	8	1.936	0.225	0.666	5.630
友人との交流期待	10	36	5	5	12	28	8	9	1.835	0.189	0.742	4.540
運動すると気持ちが良い	16	43	1	1	16	32	4	5	5.298	0.039	1.090	25.754
運動が楽しい	16	43	1	2	14	26	6	11	8.259	0.001	2.268	30.084
運動後にとる食事がおいしい	8	15	3	16	10	15	10	22	1.653	0.503	0.730	3.741
運動後の交流機会が多いか	13	37	6	12	8	18	12	19	3.253	0.002	1.533	6.902
スポーツクラブ外での交流が多いか	14	36	6	9	5	15	19	18	4.639	<0.001	2.095	10.269
健康状態は良いか	18	44	2	1	15	34	5	3	0.302	0.095	0.074	1.230
健康不安があるか	11	19	9	26	14	19	6	18	0.634	0.219	0.307	1.310

オッズ比：日本人を基準(1)とした比

表3 スポーツクラブ参加意識の男女比較

	男性				女性				オッズ比	P=	95%CI	
	はい		いいえ		はい		いいえ					
	ドイツ	日本	ドイツ	日本	ドイツ	日本	ドイツ	日本				
体調維持のため	17	19	1	1	46	37	3	0	0.570	0.558	0.087	3.743
病気の治療のため	9	2	3	18	16	4	6	33	1.027	0.965	0.312	3.376
病気の予防のため	11	15	1	5	28	29	5	8	1.051	0.929	0.353	3.129
友人との交流期待	10	12	5	8	36	28	5	9	0.390	0.041	0.158	0.962
運動すると気持ちが良い	16	16	1	4	43	48	1	9	0.565	0.384	0.156	2.043
運動が楽しい	16	14	1	6	43	26	2	11	0.938	0.907	0.321	2.742
運動後にとる食事がおいしい	8	10	3	10	15	15	16	22	1.865	0.163	0.778	4.474
運動後の交流が多いか	13	8	6	12	37	18	12	19	0.703	0.389	0.316	1.567
スポーツクラブ外での交流が多いか	14	5	6	15	36	19	9	18	0.423	0.044	0.183	0.976
健康状態は良いか	18	15	2	5	44	34	1	3	4.066	0.036	1.093	15.124
健康不安があるか	11	14	9	6	19	19	26	18	1.905	0.105	0.874	4.151

オッズ比：日本人を基準(1)とした比

IV. 考察

日本とドイツのスポーツクラブ参加者に対する参加意識のアンケートは参加者の意識の違いを示す結果であった。疾病とスポーツクラブへの参加の関連性を比較すると日本では疾病予防のために参加している者がドイツと比較して有意に高く、ドイツでは疾病治療のためという回答が日本に比べて顕著に高い値であった。この差には日本とドイツの医療制度の差異が関係していると考えられる。2010年のデータではあるがシュレー⁷⁾が述べているようにドイツ全体で約40000のスポーツクラブが心臓病、糖尿病、ガンなどに対して運動リハビリテーションプログラムを提供している。本研究のアンケート回答者が有する疾患を尋ねることが出来なかったため確認できないが回答者のうち一定数がリハビリテーションプログラムに参加していた可能性がある。一方、日本では医療リハビリテーションがフィットネスクラブで実施されることは希であり、参加者の意識も一次予防として運動を捉えている者が大多数と考えられる。向山と中村⁸⁾の民間フィットネスクラブ会員に対する運動継続理由の調査でも健康維持とともに病気になる不安があげられ、「医師に勧められたから」は平均点以下であった。このような2国間の差違についてはシステムのみならず文化的背景が関わっている可能性があり、今後の検討が必要であろう。

スポーツクラブへの参加理由として認められた日本との違いにドイツでは「運動すると楽しい」、「運動すると気持ちが良い」という回答が日本と比べて有意に高い割合であった。日本における研究にはスポーツクラブ会員が望む効果として「体力がつく」、「達成感が得られる」、「集中力がつく」といった健康・体力増進への志向が強い傾向が見られ、これらの志向が強い者ほど継続して参加していると報告されている⁹⁾。一方ドイツでの回答は「体調維持のため」への志向は日本に比べて低い傾向（オッ

ズ比0.250、 $P=0.239$) にあり、クラブ運営者も「体力測定をすることもない」というインタビュー結果からも体力増進がスポーツクラブへの参加意欲を高めているとは言えない様子がうかがわれた。

日本とドイツの間に見られた大きな違いとして運動後の交流があげられる。運動後にメンバー間で食事をする、あるいはスポーツクラブ外でメンバー同士の交流があるという回答はいずれもドイツが有意に高い割合を示した。これにはスポーツクラブが「月に一回参加者間の交流を促すパーティを実施している」、指導者が「新規参加者と従来からの参加者を交流できるよう促すように配慮している」、また参加者自身からも「運動後に誘い合って軽食を取りながらするおしゃべりを楽しみとして参加している」というインタビュー結果からも見て取れる。先行研究を見ると、日本の研究からフィットネスクラブに週2回以上参加する者に尋ねた参加理由として「クラブ内の友人の存在」をあげる須藤⁹⁾の研究や海外でも運動を継続するうえで「運動の楽しさ」に関する心理的要因の重要性を指摘するGjestvangら¹⁰⁾の報告が見られる。また、菊賀ら¹¹⁾は新規にスポーツクラブに入会した者を追跡調査し、10ヶ月間に24.7%が退会する現状を報告するとともに、対策として運動実施による爽快感や楽しさを感じられるプログラム作りや参加者の交流イベントの企画等をあげている。Kanamoriら¹²⁾による運動継続にはグループで運動を行うなど連帯的サポートが重要という指摘もあり、日本においても検討する価値がある結果と考えられる。

参加者の意識を性別から比較した結果、男性は女性と比較して参加者間の交流機会が少なく、スポーツクラブ外での交流が多いと回答した割合が有意に低値であった。日本人のみを対象として検討した向山⁸⁾の研究でも男性は参加者との交流がクラブへの継続参加に繋がらない様子が報告されており、共通した結果となったことは興味深い。江尻ら¹³⁾は都市高齢者7015名に対して実施した質問紙調査から孤立を予防するには社会活動への定期的な参加が有効である可能性を示唆している。スポーツクラブへの参加は社会活動と捉えることが出来る¹⁴⁾ものの、交流がない状態はKanamoriら⁶⁾が述べるスポーツ組織に参加していない運動では要介護状態となる危険性が高い結果を招くかもしれない。参加者間の交流がスポーツ活動の継続に繋がるとともに継続によりQOLの向上に繋がることが求められるよう。インタビューに示されているようにドイツは「運動は学校ではなく、スポーツクラブであるもの」、「スポーツクラブには長年の友人が集い楽しく交流する場」と捉えており、日本とは異なる価値観が伺える。体力測定など自身の身体機能を客観的に評価するのは病院で行うことであり、スポーツクラブの目的ではないという考え方が日本とは異なることも伺えた。近年、スポーツを通じた町づくりや地域の活性化に総合型スポーツクラブを位置づける試みがなされている。いずれも対人交流を促し住民間のソーシャルサポートを強化するものであるが、ドイツのように幼少期からスポーツを通じたコミュニティ形成が一般化されていない日本では時間が必要と思われる。

IV. 結論

地域住民がスポーツクラブに継続参加する理由をインタビューおよびアンケート調査から検討した結果、以下のことが明らかとなった。

- 1) ドイツでは病気治療を目的として総合型地域スポーツクラブに参加している者が日本に比べて顕著に高い値を示した。

- 2) ドイツでは特に、身体を動かすこと自体が楽しいから参加している、運動すると気持ちが良い、と運動実施を快感情から捉えており、また、運動後の食事のみならずスポーツクラブ外の参加者間の交流が強い参加動機となっていることが明らかとなった。

以上のようにスポーツクラブに継続して参加する理由には日独で歴史、文化からくる差異が認められた。しかしながら社会的交流を促す場としての可能性を有するものと考えられる。

謝辞

本研究は2014年度ライフデザイン学部学部研究プロジェクトの助成を受けて実施しました。関係者の皆様に感謝します。また、本研究を進めるに当たって調査にご協力頂いた参加者の方々、調査の機会、会場を設定して頂いたTSVバイヤー05の各位に感謝申し上げます。

文献

- 1) 厚生労働省：健康日本21（第2次）。URL：https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/kenkou/kenkounippon21.html（アクセス日2021/10/8）
- 2) スポーツ庁：令和元年度総合型地域スポーツクラブ育成状況調査, 2018.
- 3) 鈴木智子、神野宏司、嶋崎博嗣、松尾順一：ドイツのスポーツクラブに関する調査研究 ―子ども及び高齢者を対象としたプログラム及び指導法を中心に― ライフデザイン学研究, 10,317-326,2015.
- 4) 経済産業省：シニア層の健康志向の高まり、そして地域別人口に影響されているフィットネスクラブ ～初めての経済センサス―活動調査結果も踏まえて～産業活動分析 URL：<http://www.meti.go.jp/statistics/toppage/report/bunseki/index.html>（アクセス日2021/10/8）
- 5) 齊藤雅茂、近藤克則、尾島俊之、平井寛、JAGESグループ：健康指標との関連からみた高齢者の社会的孤立基準の検討 10年間のAGESコホート。日本公衆衛生雑誌, 62,95-105,2015.
- 6) Kanamori S, Kai Y, Aida J, Kondo K, Kawachi I, Hirai H, Shirai K, Ishikawa Y, Suzuki K, The JAGES Group : Social Participation and the Prevention of Functional Disability in Older Japanese : The JAGES Cohort Study, PLoS One. : 9 (6) : e99638. 2014.
- 7) シューレ クラウス：ドイツにおけるリハビリテーションスポーツの現状：スポーツセラピー連盟の活動を通して。リハビリテーションスポーツ 29,20-23, 2010.
- 8) 向山晶貴、中村恭子：民間フィットネスクラブ会員における運動習慣継続要因の検討。順天堂スポーツ健康科学研究, 3,176-183,2012.
- 9) 須藤英彦：スポーツクラブにおける中高年女性の運動継続の規定要因に関する研究。スポーツ科学研究, 5, 96-107, 2008.
- 10) Gjestvang C, Stensrud T, Abrahamsen F, Stensrud T, Haakstad L.A.H : Motives and barriers to initiation and sustained exercise adherence in a fitness club setting : a one-year follow-up study. Scand J Med Sci Sports, 30 : 1796-1805, 2020.
- 11) 菊賀信雅、福島教照、澤田亨、松下宗洋、丸藤祐子、渡邊夏海、橋本有子、中田由夫、井上茂：フィットネスクラブ新規入会者の退会に関連する心理的要因：前向きコホート研究。日本公衆衛生雑誌, 68,230-240,2021.
- 12) Kanamori S, Takamiya T, Inoue S. : Group exercise for adults and elderly : determinants of participation in group exercise and its associations with health outcome. J Phys Fitness Sports Med., 4,315-320,2015.
- 13) 江尻愛美、河合恒、藤原佳典、井原一成、平野浩彦、小島基永、大瀧修一：都市高齢者における社会的孤立の予測要因：前向きコホート研究。日本公衆衛生雑誌, 65,125-133,2018.

- 14) 橋本修二、青木利恵、玉腰暁子、柴崎智美、永井正規、川上憲人、五十里明、尾島俊之、大野良之：高齢者における社会活動状況の指標の開発. 日本公衆衛生雑誌, 44,760-768,1997.

The reasons for habitual participation of community dwelling elderly in sports club activities according to a comparative study between Japan and Germany.

Hiroshi KOHNO, Tomoko SUZUKI, Hirotsugu SHIMAZAKI, Junichi MATSUO

Abstract

There are some different reasons to participate sports club activities between two countries. It might be come from culture and history behind these differences. There might be some ideas to facilitate people to participate sports club long periods. The purpose of this study is to compare motivations for habitual participation in sports club activities between Germany and Japan. Interviews were done with three club managers and five club members, and questionnaires were given to sixty-six club members in Germany. Questionnaires were answered by fifty-seven habitual club participants in Japan. The data shows a significantly higher rate of German club members participate in club exercise programs for treatment. It is rare in Japan. On the other hand, many Japanese participate in club activities for disease prevention rather than treatment. Another difference between the two countries is attitude towards club activities. German members have the idea that exercise itself is fun and hope to feel well by doing exercise. Japanese hope to be fit by doing exercise. Another difference is that German members enjoy conversation with other members after the exercise class, often sharing a meal. There are different reasons to participate in sports club activities between the two countries. These differences may be due to culture and history, and these things might give us some ideas to facilitate sports club participation over long periods.

Keywords : Sports Club, Motivations of continuous participation, Social activity