

MISSÄ HUHTASUON ASUKKAAT LIIKKUVAT?

Liikkumisympäristöt ja niiden kehittäminen

Stella Lehtokorpi

Liikunnan yhteiskuntatieteiden pro gradu -tutkielma

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Kevät 2023

TIIVISTELMÄ

Lehtokorpi, S. 2023. Missä Huhtasuon asukkaat liikkuvat? Liikkumisympäristöt ja niiden kehittäminen. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, Liikunnan yhteiskuntatieteiden pro gradu -tutkielma, 71 s., 3 liitettä.

Yhdenvertaisuus on noussut tärkeäksi teemaksi liikunta-alalla ja liikkumisen yhdenvertaisuutta on ryhdytty tutkimaan järjestelmällisesti liikunnan eri sektoreilla. Yhdenvertaisilla liikkumismahdollisuuksilla on tärkeä ja merkittävä rooli erilaisten asuinalueiden asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden kannalta. Yhdenvertaista liikkumista pyritään edistämään muun muassa poliittisilla toimenpiteillä ja interventioilla. Usein laajemmalle väestölle suunnatuilla fyysistä aktiivisuutta edistävillä parannuksilla on kuitenkin tavoitteiden vastaisesti taipumus lisätä liikkumista eniten sosioekonomisesti paremmassa asemassa olevilla yksilöillä, jolloin eriarvoisuus kasvaa entisestään.

Tämän pro gradu -tutkielman tavoitteena oli selvittää, missä ja miten Jyväskylän Huhtasuon asukkaat liikkuvat, kuinka sosioekonominen eriarvoisuus vaikuttaa huhtasuolaisten liikkumiseen sekä minkälaiset asiat koetaan Huhtasuolla liikkumista rajoittavina esteinä ja miten Huhtasuon liikkumisympäristöjä voitaisiin kehittää. Tutkimus oli kvantitatiivinen tapaustutkimus, jonka aineisto kerättiin sähköisenä kyselynä Maptionnaire-paikkatietojärjestelmää hyödyntäen. Tutkimusaineisto kerättiin kahdessa osassa ja siihen vastasi yhteensä sata iältään 17–85-vuotiasta Huhtasuon asukasta. Tutkimusaineisto analysoitiin tilastollisin menetelmin SPSS Statistics 26.0 -analysointiohjelmalla, jossa hyödynnettiin numeerisen aineiston analyysimenetelmiä, kuten prosenttilukuja, keskiarvoja, frekvenssejä ja ristiintaulukointia. Lisäksi avointen kysymysten analysoinnissa hyödynnettiin teemoittelua, jossa aineisto järjestettiin tutkimuskysymyksistä muodostettujen aihepiirien ja teemojen ympärille.

Tutkimukseen osallistuneista 76 prosenttia oli naisia ja 18 prosenttia miehiä. Ikäjakaumaltaan vastaajat painottuivat 31–40-vuotiaisiin. Yleisin koulutusaste vastaajilla oli toisen asteen tutkinto (44 %). Pääsääntöisesti vastaajat olivat palkkatyössä käyviä ja alimpaan tuloaluokkaan kuuluvia. Liikkujatyypiltään suurin osa vastaajista oli hyötyliikkuja. Kevään, kesän ja syksyn tärkeimpiä liikkumispaikkoja olivat rakennetut liikuntapaikat, kuten liikunta- ja toimintapuistot sekä rakentamattomat luontoympäristöt, kuten metsät ja luontopolut. Talven tärkeimpiä liikkumispaikkoja olivat rakennetut liikuntapaikat, kuten liikuntapuisto ja siellä erityisesti hiihtoladut ja luistelukentät. Suosituimmat liikuntamuodot olivat kävely ja talvella myös hiihto. Eniten liikuntapaikkoihin kuljettiin vuodenajasta riippumatta kävellen ja niissä käytiin enimmäkseen yksin, perheen tai puolison kanssa. Vastaajien kokemana turvattomuus liittyi muiden ihmisten arvaamattomaan käytökseen, rauhattomuuteen ja päihteiden käyttöön. Liikkumisen esteet liittyivät liikkumisympäristöjen käytön haastavuuteen ja talvikunnossapidon puutteeseen. Huonokuntoisten ja kehittämistä vaativien paikkojen kohdalla vastauksissa korostui liikkumisympäristöjen ja -paikkojen kunnostustarve, viihtyvyyden, siisteyden ja liikuntavälineiden puute sekä uusien liikuntapaikkojen rakentaminen. Tutkimus tuotti merkittävää tietoa Huhtasuon ja sen myötä lähiöiden asukkaiden liikkumismahdollisuuksista ja niihin vaikuttavista tekijöistä sekä liikkumista rajoittavista esteistä. Lisäksi tutkimustuloksia voidaan jatkossa hyödyntää lähiöiden liikkumisympäristöjen kehittämisen tukena.

Asiasanat: liikunta, esteet, ympäristö, yhdenvertaisuus, esteettömyys ja saavutettavuus.

ABSTRACT

Lehtokorpi, S. 2023. Where does the physical activity of Huhtasuo residents take place? Development of physical activity environments. Faculty of Sport and Health Sciences, University of Jyväskylä, Master's thesis in Social Sciences of Sport, 71 pp., 3 appendices.

Equality has become an important theme in the sports industry, and the equality of physical activity has been systematically studied in different sectors. Equal opportunities for physical activity play an important and significant role in terms of the well-being and health of residents of different areas. Efforts are made to promote equal physical activity, for example, through political measures and interventions. However, improvements on physical activity tend to increase physical activity among the most socioeconomically advantaged individuals, contrary to their objective, while further increasing inequality.

The purpose of this master's thesis was to investigate where and how the residents of Huhtasuo, Jyväskylä exercise, how socioeconomic inequality affects the physical activity of Huhtasuo residents, what kinds of things are perceived as barriers restricting physical activity and how Huhtasuo's physical activity environments and locations could be developed. The study was a quantitative case study, and the research data was collected as an electronic survey utilising the Maptionnaire GIS. The research data was collected in two parts and in total one hundred Huhtasuo residents aged 17–85 responded to it. The research data was analyzed with statistical methods using the IBM SPSS Statistics 26.0 analytics software, in which numerical data analysis methods were utilised, such as percentage, averages, frequencies and cross-tabulation. In addition, thematic analysis was utilised in the analysis of the open questions, in which the data was sorted around the subject matters and themes formed from the research questions.

Of the participants in the study, 76 percent were women and 18 percent were men. In terms of age distribution, the respondents emphasized of those aged 31 to 40. The most common level of education among the respondents was upper secondary education (44 %). The respondents were generally in paid employment and in the lowest income bracket. The majority of respondents did incidental activity. The most important places to exercise in the spring, summer and autumn were built sports facilities, such as sports and action parks, and unbuilt natural environments such as forests and nature trails. The most important places to exercise in the winter were built sports facilities, such as sports park and there especially ski trails and ice skating rinks. The most popular forms of exercise were walking and, in the winter also skiing. Most people walked to the sport facilities regardless of the season, and these facilities were mostly visited alone, with family or spouse. The insecurity experienced by the respondents was related to the unpredictable behavior of other people, restlessness and the use of intoxicants. The barriers to physical activity were related to the challenge of using physical activity environments and the lack of winter maintenance. In the case of places that are in poor condition and require development, the need to renovate physical activity environments and places, the lack of comfort, cleanliness and exercise equipment, and the construction of new sports facilities was highlighted in the responses. The study provided significant information about the physical activity opportunities of Huhtasuo's and suburban residents, the factors affecting it and the barriers restricting physical activity. The results can be utilised in the future to support the development of physical activity environments in the suburbs.

Key words: physical activity, barriers, environment, equality, accessibility.

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	1
2	SUOMALAISEN AIKUISVÄESTÖN LIIKUNTAKÄYTTÄYTYMINEN	4
2.1	Suomalaisten liikuntatottumukset.....	4
2.2	Suomalaisten suosituimmat liikuntaharrastukset.....	6
2.3	Harrastaminen liikuntaseuroissa ja yksityisissä yrityksissä	8
2.4	Suomalaisen aikuisväestön harrastamista koskevat tulokset.....	10
3	LIKKUMISTA MAHDOLLISTAVAT JA RAJOITTAVAT TEKIJÄT	12
3.1	Liikkumisympäristöt ja liikuntapalvelut.....	12
3.2	Sosioekonominen eriarvoisuus liikunnassa	14
3.3	Yhdenvertaisesti saavutettavat liikkumisympäristöt	16
3.3.1	Saavutettavuuden monet ulottuvuudet.....	18
3.3.2	Ulottuvuuksien roolit liikkumisen toteutumisessa	23
3.4	Esteettömyys liikunnassa.....	24
3.5	Liikuntapolitiikan yhteiskunnallinen merkitys	28
4	TUTKIMUSMENETELMÄT	31
4.1	Tutkimustehtävät	31
4.2	Tutkimuksen toteutus	31
4.3	Tutkimuskohde	34
4.4	Tutkimusaineiston analysointi	35
5	TUTKIMUKSEN TULOKSET.....	37
5.1	Sosiodemografinen ja liikunnallinen tausta.....	37
5.2	Tärkeät liikkumispaikat	42
5.2.1	Kevään, kesän ja syksyn tärkeät liikkumispaikat	43
5.2.2	Talven tärkeät liikkumispaikat	45

5.3 Turvattomat, esteelliset, huonokuntoiset ja kehittämistä vaativat paikat	46
5.3.1 Turvattomat paikat.....	47
5.3.2 Esteelliset paikat	48
5.3.3 Huonokuntoiset ja kehittämistä vaativat paikat.....	50
6 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET	53
6.1 Keskeiset tutkimustulokset.....	53
6.2 Tutkimuksen arviointi.....	56
6.3 Tutkimuksen luotettavuus.....	57
6.4 Jatkotutkimusehdotukset	59
LÄHTEET	61
LIITTEET	
Liite 1: Tutkimuskysely	
Liite 2: Tutkimustiedote kevät 2022	
Liite 3: Tietosuojailmoitus kevät 2022	

1 JOHDANTO

Liikuntaan ja urheiluun liittyvien yhdenvertaisuusnäkökulmien huomioimisen tarvetta on korostettu liikuntaa koskevissa poliittisissa kannanotoissa (Kokkonen & Kauravaara 2020, 3). Etenkin suomalaisessa liikuntatutkimuksessa tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta on tutkittu vähän ja yhdenvertaisuustyö on rakentunut pitkälti lyhytaikaisten projektien varaan, joka on myös osaltaan hankaloittanut asenteisiin ja käytäntöihin vaikuttamista (Berg ym. 2016, 64). Suomessa tasa-arvo on kehittynyt parempaan suuntaan, mutta siitä huolimatta liikunnassa edelleen sellaisia epäkohtia, jotka yhdenvertaisuudessa tulisi huomioida nykyistä paremmin ja joiden ratkaisemisessa tarvitaan tasa-arvoa edistäviä liikuntapoliittisia toimenpiteitä (Valtion liikuntaneuvosto 2018, 18). Yhdenvertaisuuden puuttuminen voidaan nähdä monimutkaisena ilmiönä, eikä sen edistäminen ole aina kovin yksinkertaista (ks. Therborn 2014).

Yhteiskunnan tulisi taata jokaiselle yksilölle yhdenvertainen mahdollisuus harrastaa ja liikkua, sillä liikkumisella on itseisarvoinen merkitys. Yksilön itseisarvon lisäksi liikunnalla on myös suuri välinearvo yhteiskunnan kannalta. Tieteellinen tutkimus osoittaa kiistatta liikkumisen hyödyn ja välttämättömyyden monien kansansairauksien sekä mielenterveysongelmien ehkäisyssä ja hoidossa. Hyvinvointia ja terveyttä edistämällä pyritään kaventamaan myös väestöryhmien välisiä hyvinvointiin ja terveyteen liittyviä eroavaisuuksia. Hyvinvoinnin ja terveyden lisäämisen ohessa liikunta on tärkeässä roolissa myös sosiaalisen integraation ja osallisuuden sekä yhteiskunnallisen aktiivisuuden edistämisessä. (Valtion liikuntaneuvosto 2018, 15–18)

Saavutettavuus on eräs yhdenvertaisuuden toteutumisen muoto ja esteettömyys liittyy olennaisena osana liikuntapaikkojen saavutettavuuteen. Saavutettavuus ja esteettömyys voidaankin nähdä sosiaalisen oikeudenmukaisuuden ja yhteiskunnallisen osallisuuden peruspilareina. (Pyykkönen 2013, 13; Valtion liikuntaneuvosto 2014, 32; Valtion liikuntaneuvosto 2018, 17) Esteettömät liikuntaympäristöt ja liikuntapaikat mahdollistavat jokaiselle yhdenvertaiset mahdollisuudet osallistua urheilu- ja kulttuurielämyksiin riippumatta heidän henkilökohtaisista ominaisuuksistaan (Jokela 2009, 7; Kuusiluoma 2019). Jotta liikkumisen saavutettavuutta ja esteettömyyttä voitaisiin kehittää paremmaksi, tulisi liikkumisen esteitä tutkia vieläkin laaja-alaisemmin.

Suomessa liikuntatoiminnan järjestäminen perustuu hyvinvoinnin ja terveyden sekä yhdenvertaisuuden edistämiseen. Liikunnassa ja urheilussa tarvitaan toimintamalleja, jotka turvaavat jokaiselle mahdollisuuden harrastaa liikuntaa toimintakyvystä, sosiaalisesta taustasta tai varallisuudesta riippumatta. Liikuntatoiminta, joka huomioi myös vähemmistöt, tukee kaikkien liikkujien osallistumista. Lisäksi monipuoliset liikuntapalvelut ja toimintatavat sekä mahdollisuus omatoimisen liikunnan harrastamiseen edistävät yhteisöllisyyttä ja osallisuutta. (Valtion liikuntaneuvosto 2018, 17–18)

Tämän pro gradu -tutkielman tavoitteena oli selvittää, missä ja miten Jyväskylän Huhtasuon asukkaat liikkuvat, kuinka sosioekonominen eriarvoisuus vaikuttaa huhtasuolaisten liikkumiseen, minkälaiset asiat koetaan Huhtasuolla liikkumista rajoittavina esteinä ja miten Huhtasuon liikkumisympäristöjä voitaisiin kehittää. Tämä tutkielma on myös osa Yhdenvertainen liikunnallinen lähiö (YLLI) -tutkimushanketta, jonka tieteellisinä tavoitteina on muun muassa tutkia ja ymmärtää lähiöiden asukkaiden liikkumista ja heidän yhdenvertaisia mahdollisuuksiaan liikkumiseen (Helsingin yliopisto 2022). YLLI-tutkimushankkeen lähtökohdiksi asetettiin lähiöiden elinvoimaisuuden lisääminen ja eriarvoisuuden ehkäiseminen yhdenvertaisten liikuntamahdollisuuksien kautta. Tavoitteena oli luoda uusia menetelmiä ja työkaluja päätöksentekijöiden käyttöön erityisesti liikunnan palveluverkkojen ja liikkumisympäristöjen suunnittelun ja kehittämisen tueksi (Jyväskylän yliopisto 2020). Tavoitteenani oli tämän tutkielman kautta edistää näitä tavoitteita tuottamalla uutta tutkimustietoa Huhtasuon liikkumisympäristöistä ja liikkumismahdollisuuksista. Tarve kyseiseen aihealueeseen keskittyvälle tutkimustiedolle on tunnistettu niin liikuntajärjestöissä, julkishallinnossa kuin tutkijoidenkin piirissä.

Tutkielmani aiheenvalinnan taustalla oli oma mielenkiintoni yhdenvertaisuuden teemoihin ja niiden kytkeytyminen liikunnan harrastamiseen. Graduprosessin edetessä minulle tarjoutui mahdollisuus osallistua Yhdenvertainen liikunnallinen lähiö -tutkimusprojektiin (YLLI), jonka tavoitteena on muun muassa parantaa liikkumisen yhdenvertaisuutta ja lisätä asukkaiden hyvinvointia Huhtasuon alueella. Huhtasuon alueen tuntemus ja omakohtaiset kokemukseni alueesta kirkastivat ajatukseni siitä, että haluan olla osaltani mukana tässä tutkimusprojektissa edistämässä Huhtasuon liikkumismahdollisuuksia.

Tutkielman toisessa luvussa käsitelen aiempaa tieteellistä tutkimusta ja tutkimuskirjallisuutta suomalaisen aikuisväestön liikuntakäyttäytymisestä. Kolmannessa luvussa käsitelen

liikkumista mahdollistavia ja rajoittavia tekijöitä liikkumisympäristöjen ja liikuntapalveluiden, sosioekonomisen eriarvoisuuden sekä saavutettavuuden ja esteettömyyden näkökulmista. Lisäksi tarkastelen, miten liikuntapoliittisilla ratkaisuilla voitaisiin edistää yhdenvertaista ja esteetöntä liikkumista. Neljäs luku on tutkielman menetelmäosuutta, jossa esittelen tutkielmalle asettamani tutkimustehtävät ja -kysymykset sekä avaan tutkielmani käytännön toteutusta ja esittelen tutkimusaineistoa ja analyysiä. Viidennessä luvussa avaan tutkimusaineistosta saatuja tuloksia ja vastaan asetettuihin tutkimuskysymyksiin. Viimeisessä luvussa pohdin tutkimusaineiston tuloksia, tutkimuksen arviointia ja luotettavuutta sekä tutkimusaiheeseen liittyviä jatkotutkimusehdotuksia.

2 SUOMALAISEN AIKUISVÄESTÖN LIIKUNTAKÄYTTÄYTYMINEN

Tässä luvussa käsittelen suomalaisen aikuisväestön liikuntakäyttämistä, liikuntaharrastuksia ja niiden ilmenemismuotoja sekä erilaisten taustatekijöiden yhteyksiä suomalaisen aikuisväestön liikunnan harrastamiseen. Aloitan luvun tarkastelemalla suomalaisten aikuisten liikuntatottumuksia. Seuraavaksi tarkastelen suomalaisten aikuisten suosituimpia liikuntaharrastuksia. Tämän jälkeen esittelen suomalaisten liikunnan harrastamista seuroissa ja yksityisten yritysten palveluiden käyttäjinä sekä harrastamisen jakautumista eri sukupuolten kesken. Käytän tarkastelussani apuna muun muassa KIHU:n laatimaa aikuisväestölle suunnattua liikuntakyselyä sekä Eurobarometrin kansallista analyysiä, UKK-instituutin KunnonKartta-tutkimuksen tutkimusaineistoa ja vuoden 2017 Vapaa-aikatutkimusta.

2.1 Suomalaisen liikuntatottumukset

Tässä tutkielmassa liikunta käsittää kaiken järjestetyn ja omatoimisen liikunta- ja urheilutoiminnan huippu-urheilua lukuun ottamatta (Liikuntalaki 2015). Arkiliikunta ja yleinen liikkuminen käsittää tässä tutkielmassa kaiken arjessa tapahtuvan liikkumisen, kuten kouluun, työhön, harrastuksiin ja ostoksiin liittyvän matkustamisen ja muun liikkumisen (Valtion liikuntaneuvosto 2018). Viimeisten vuosikymmenten aikana suomalaisten aikuisten päivittäinen arkiliikunta on vähentynyt selvästi muun muassa teknologian kehittymisen seurauksena. Vähentynyt arkiliikunta tulisi korvata harrastustavoitteisella liikunnalla, jotta liikuntasuosituksot toteutuisivat. (Vasankari ym. 2018) Liikkuminen ja fyysinen kunto ovat merkittävän tärkeitä väestön hyvinvoinnin, terveyden ja toimintakyvyn kannalta. Liikkuminen tukee myös monin tavoin niin fyysistä kuin psyykkistäkin terveyttä. Pitkäkestoinen ja liiallinen paikallaanolo kuormittaa kehoa yksipuolisesti sekä altistaa monille pitkäaikaissairauksille. Fyysiseen kuntoon sisältyy monia osa-alueita, jotka vaikuttavat toimintakykyyn ja terveyteen. Hyvän kunnon etuna on, että se lisää jaksamista ja helpottaa arkisten askareiden ja fyysisten suoritusten tekemistä. Hyvä kunto ylläpitää myös toimintakykyä ja suojaa erilaisilta sairauksilta. (Husu ym. 2022, 12) Liikunnan lisäämistä pidetäänkin tärkeänä tavoitteena myös kansanterveyden kannalta ja sillä on todettu olevan myös yhteiskunnallisia kustannuksia vähentävä vaikutus (Vasankari ym. 2018).

Aikuisväestöä koskevat liikkumissuositukset ovat muuttuneet koskemaan kaikkea liikkumista lyhyistä pätkistä pidempikestoiseen yhtäjaksoiseen liikkumiseen erilaisilla rasiustasoilla. Kun nykyisiä liikkumissuosituksia verrataan aiempiin suosituksiin, on merkittävin muutos se, että uudistetusta aikuisten liikkumissuorituksesta on poistettu vaatimus vähintään 10 minuutin mittaisista liikkumishetkistä. Nykyisten suositusten mukaan kaikki liikkuminen voi tuottaa terveyttä ja hyvinvointia parantavia vaikutuksia ja niissä huomioidaan entistä paremmin myös paikallaanolon tauottamisen ja kevyen liikuskelun merkitys. Nykyäänkin suositellaan sydämen sykettä nostavaa reipasta liikettä vähintään 2 tuntia 30 minuuttia viikossa tai rasittavaa liikkumista vähintään 1 tunti 15 minuuttia viikossa. On myös mahdollista yhdistellä reipasta ja rasittavaa liikuntaa. Lihaskunnan ja liikehallinnan harjoittamista tulisi tehdä vähintään kaksi kertaa viikossa. (Erkkola ym. 2021; UKK-instituutti 2022; Vähä-Ypyä ym. 2022)

KIHU:n aikuisväestölle suunnatun liikuntakyselyn mukaan suomalaisesta aikuisväestöstä 82,3 prosenttia on harrastanut liikuntaa tai urheilua viimeisen vuoden aikana, kun taas 17,7 prosenttia ei harrastanut lainkaan mitään liikuntaa tai urheilua. Suomalaisista 15–74-vuotiaista 62,7 prosenttia harrastaa liikuntaa tai urheilua vähintään kerran viikossa. (Mononen ym. 2018) Eurobarometrin (2022) kansallisen analyysin mukaan suomalaisista 71 prosenttia harrastaa urheilua tai liikuntaa vähintään kerran viikossa, mikä on muihin Euroopan maihin verrattuna eniten. Vain 8 prosenttia suomalaisista vastasi, ettei harrasta lainkaan mitään urheilua tai liikuntaa. Suomalaisista 18 prosenttia liikkuu säännöllisesti ja 53 prosenttia liikkuu jossain määrin säännöllisesti. Muihin Euroopan maihin verrattuna suomalaiset liikkuvat kaikista säännöllisimmän. (Special Eurobarometer 525 2022) Näistä ehkä korkeiltakin vaikuttavista prosenttiluvuista huolimatta enemmistö suomalaisesta aikuisväestöstä ei liiku terveytensä kannalta riittävästi. (Husu ym. 2022, 115)

KIHU:n liikuntakyselyn mukaan suurin osa (84,9 %) liikuntaa tai urheilua harrastavista on 35–44-vuotiaita. Seuraavaksi suurin (83,7 %) liikuntaa tai urheilua harrastava ikäryhmä on 65–74-vuotiaat. Vähiten (79,8 %) liikuntaa tai urheilua harrastava ikäryhmä on 15–24-vuotiaat. Korkealla koulutuksella ja korkeilla tuloilla on todettu olevan myönteisiä vaikutuksia liikunnan harrastamisen määrään, sillä ylempään koulutusryhmään kuuluvat harrastavat liikuntaa enemmän kuin alempaan koulutusryhmään kuuluvat. Yliopistotutkinnon suorittaneista 88,8 prosenttia harrastaa liikuntaa tai urheilua. Opistoasteen ammatillisen tutkinnon suorittaneet (80,0 %) ja ammatillisen perustutkinnon suorittaneet (77,8 %) harrastavat vähiten liikuntaa tai urheilua. Kotitalouksissa, joiden bruttovuositulot ovat 50 001–85 000 euroa vuodessa,

harrastetaan eniten liikuntaa tai urheilua. Yli 100 000 euroa ja alle 20 000 euroa vuodessa tienaavien harrastusosuudet ovat alhaisimpia. Ammattiryhmistä yrittäjät ovat aktiivisimpia liikunnan tai urheilun harrastajia. Eläkeläiset, työntekijät ja johtavassa asemassa olevat ylemmät toimihenkilöt ovat vähiten aktiivisia ammattiryhmiä. (Mononen ym. 2018)

Useissa tutkimuksissa on selvitetty, miten ihmiset ovat arvioineet oman liikkumisensa muuttuneen aikana ennen koronapandemiaa, sen aikana ja sen jälkeisenä aikana. Tutkimukset viittaavat siihen, että osan liikkuminen on vähentynyt, osan liikkuminen ei ole muuttunut ja osa on alkanut liikkumaan enemmän kuin aiemmin. UKK-instituutin KunnonKartta-tutkimuksen tulosten mukaan työikäisten keskimääräinen askelmäärä päivässä pienentyi keskimäärin viisi prosenttia korona-aikaa edeltävästä tutkimuksesta koronan jälkeisenä aikana tehtyyn tutkimukseen nähden. (Husu ym. 2022, 116) On selvää, että etenkin sisäliikunnan määrä laski, kun sisäliikuntapaikat olivat suljettuina ja ihmisiä haluttiin yksinkertaisesti välttää. Kotona ja rakentamattomissa luonnonympäristöissä liikkuminen enemmän lisääntyi kuin vähentyi. (Virmasalo & Pyykönen 2021; Virmasalo ym. 2023) Kaiken kaikkiaan päivittäinen askelten lukumäärä väheni huolestuttavasti kaikissa ikäryhmissä 20–69-vuotiailla. Korona-ajan voidaankin todeta aiheuttaneen yhteiskuntaan liikkumisvelkaa, jota täytyisi pienentää (Husu ym. 2022, 116).

2.2 Suomalaisen suosituimmat liikuntaharrastukset

KIHU:n liikuntakyselyn mukaan suomalaisen aikuisväestön yleisimmät liikuntaharrastukset ovat säilyneet samoina kuin vuoden 2009–2010 Kansallisessa liikuntatutkimuksessa, joita ovat perusliikuntamuodot, kuten kävelylenkkeily, juoksulenkkeily, pyöräily, uinti ja maastohiihto. (Mononen ym. 2018) Varsinaisista liikuntalajeista kävely on työikäisten tavallisin liikkumisen muoto (Husu ym. 2022). Eurobarometrin (2022) kansallinen analyysi osoittaa, että tutkimukseen osallistuneista suomalaisista 71 prosenttia kävelee vähintään kymmenen minuuttia kerrallaan vähintään neljänä päivänä viikossa. Vain kuusi prosenttia suomalaisista ei kävele koskaan edes kymmentä minuuttia kerrallaan viikon aikana. Niiden vastaajien osuus, jotka olivat kävelleet vähintään kymmenen minuuttia kerrallaan neljänä tai useampana päivänä viikossa, on kasvanut 11 prosenttia vuodesta 2017. Se on muihin Euroopan maihin verrattuna eniten. Suomalaisista vastaajista 49 prosenttia käyttää kävelemiseen 31–60 minuuttia päivinä,

jolloin he kävelevät vähintään kymmenen minuuttia kerrallaan. Vastaavasti 27 prosenttia sanoo käyttävänsä kävelemiseen 30 minuuttia tai vähemmän. (Special Eurobarometer 525 2022)

Toiseksi tavallisin ja suosiotaan kasvattanut liikkumisen muoto on kuntosaliharjoittelu (Husu ym. 2022). Se on kävelylenkkeilyn jälkeen suosituin liikkumismuoto (Mononen ym. 2018). Tulokset ovat samansuuntaisia vuoden 2017 Vapaa-aikatutkimuksen kyselyn tuloksien kanssa, joiden mukaan suosituimmat liikunnan muodot ovat kävely, kotona harjoittelu ja pyöräily. Kymmenen suosituimman liikuntapaikkoihin selkeästi liittyvän harrastusmuodon joukossa ovat myös kuntosaliharjoittelu, juoksulenkkeily, uinti ja vesiliikunta, sauvakävely, ohjattu liikunta ja voimistelu, hiihto ja jalkapallo. Jalkapallo on ainoa joukkuelaji, joka sijoittuu kymmenen suosituimman harrastuksen joukkoon. (Ruuskanen 2019)

Yleisimmät liikkumismuodot ovat sukupuolten kesken samankaltaisia, mutta sen jälkeen samankaltaisuus katoaa ja keskisuuret lajit haarautuvat naisten ja miesten suosimiin lajeihin. Tässä joukossa naisten suosimia lajeja ovat ryhmäliikunta, voimistelu, tanssi ja jooga, joista jokaisessa vähintään kolme neljästä harrastajasta on naisia. Voimistelun suosio väestötasolla perustuu ”jumppaan”, joka jakautuu alalajeihin, kuten esimerkiksi seniori- ja kuntojumppaan. Myös ryhmäliikunnan eri alalajeilla on paljon harrastajia ja niistä suosituinta on lihaskuntoa kohottava ryhmäliikunta. Uutena mielenkiintoisena ilmiönä jooga on noussut naisten harrastetuimpien lajien joukkoon. Lisäksi keskisuurien lajien ryhmään kuuluu myös ratsastus, jonka harrastajista 96 prosenttia on naisia. (Mononen ym. 2018)

Kuntosaliharjoittelua luukuun ottamatta suomalaisen aikuisväestön yleisimmin harrastamista liikuntalajeista yli 90 prosenttia harrastetaan joko omatoimisesti yksin tai ryhmässä. Valtaosa väestön liikunnasta on näin ollen omatoimista. Omatoimisen liikunnan osuus on kuitenkin pienentynyt huomattavasti esimerkiksi vuoden 2009–2010 Kansalliseen liikuntatutkimukseen verrattuna ja näyttääkin siltä, että osa liikunnan tai urheilun harrastajista on siirtynyt lähes kokonaan organisoidun liikunnan pariin. (Mononen ym. 2018)

Merkittävä osuus liikunnasta tapahtuu rakennettujen liikuntaympäristöjen tai liikuntapalveluiden ulkopuolella (Ruuskanen 2019). Eurobarometrin (2022) kansallisen analyysin mukaan suomalaiset ovat aktiivisimpia ulkona liikkujia ja suurin osa heistä liikkuu puistoissa ja muissa ulkoiluympäristöissä. Toiseksi eniten suomalaiset liikkuvat kotona. Kodin ja koulun sekä työpaikan ja kaupan välillä liikkuu 31 prosenttia suomalaisista vastaajista. Noin

joka viides suomalainen harrastaa urheilua tai muuta liikuntaa terveys- tai kuntokeskuksissa ja noin joka kymmenes urheilukeskuksissa. (Special Eurobarometer 525 2022)

2.3 Harrastaminen liikuntaseuroissa ja yksityisissä yrityksissä

Suomalaisista 16 prosenttia on jonkin urheiluseuran jäseniä ja 15 prosenttia omistaa jäsenyyden terveys- tai kuntokeskukseen ja vastaavasti 64 prosenttia suomalaisista ei ole jäsenenä missään seurassa tai omista minkäänlaista jäsenyyttä. (Special Eurobarometer 525 2022) Liikuntaseuroissa harrastavat pääsääntöisesti nuoremmat ikäluokat. Liikuntaseuroissa harrastavista 17,6 prosenttia on 15–24-vuotiaita ja 17,1 prosenttia 25–34-vuotiaita. Seuraharrastaminen vähenee iän lisääntyessä ikäryhmästä 35–44-vuotta lähtien. Tästä poikkeuksena ovat kuitenkin yli 65-vuotiaat (10,1 %), jotka harrastavat enemmän liikuntaseuroissa kuin 55–64-vuotiaat (9,4 %). (Mononen ym. 2018) Kosken ja Mäenpään (2018) havainto eläkeläisten osuuden kasvusta seuratoiminnassa tukee tätä ilmiötä. Yksityisten yritysten palveluja käytetään eniten 35–44-vuotiaiden ja 25–34-vuotiaiden keskuudessa. Vähiten yksityisten yritysten palveluita käytetään 65-vuotiaiden ja sitä vanhempien keskuudessa (Mononen ym. 2018).

Koulutustasoa tarkasteltaessa ylioppilaista liikuntaseuraharrastajia on 16,7 prosenttia ja ylemmän tai alemman korkeakoulututkinnon suorittaneista 15,9 prosenttia. Vastaavasti ammatillisen perustutkinnon tai ammattikoulun suorittaneista 11,5 prosenttia ja opistoasteen ammatillisen tutkinnon suorittaneet 8,3 prosenttia on mukana seuratoiminnassa. Yksityisten yritysten tarjoamien palveluiden käyttö painottuu ylimpiin koulutusryhmiin. Näistä käyttäjistä yliopistotutkinnon suorittaneita on 23,9 prosenttia. Vähiten yksityisten yritysten tarjoamia palveluita käyttää ammatillisen perustutkinnon suorittaneet tai ammattikoulun suorittaneet (8,4 %). Kun liikunta- ja urheiluseuroja tarkastellaan ammattiryhmittäin, harrastajista 21,6 prosenttia edustaa koululaisia ja opiskelijoita ja 20,1 prosenttia yrittäjiä. (Mononen ym. 2018) Vaikka Kosken ja Mäenpään (2018) mukaan eläkeläisten osuus seuratoiminnassa onkin kasvanut, on heidän seuraharrastuneisuutensa alhaisempaa muihin ammattiryhmiin verrattuna (9,4 %). Eniten yksityisten yritysten liikuntapalveluita käytetään johtavassa asemassa olevien ylempien toimihenkilöiden toimesta (22,3 %) ja vähiten eläkeläisten toimesta (9,6 %) (Mononen ym. 2018).

Liikunta- ja urheiluseuraharrastaminen painottuu yli 50 000 euron bruttovuosituloisiin kotitalouksiin. Eniten seuraharrastajia on 50 001–85 000 euroa tienaavien tuloluokassa ja vähiten alle 20 000 euroa tienaavien tuloluokassa. Kotitalouden bruttovuositulot ovat yhteydessä myös yksityisten yritysten palveluiden käyttöön. Kaupallisia liikuntapalveluita käytetään sitä enemmän, mitä korkeammat ovat kotitalouden tulot. Yksityisten liikuntapalveluiden käyttäjistä 23,2 prosenttia on yli 100 000 euron kotitalouksissa asuvia, kun taas 10,8 prosenttia vastaavien palveluiden käyttäjistä on alle 20 000 euron kotitalouksissa asuvia. Suurin liikunta- ja urheiluseuratoiminnan harrastajaryhmä on vanhempien luona asuvat (22,7 %) sekä puolison ja lasten kanssa asuvat (20,6 %). Vähiten seuraharrastamisessa ovat edustettuna yksin asuvat (8,4 %). Eniten yksityisten yritysten kaupallisia liikuntapalveluja käyttävät puolison ja lasten kanssa asuvat ja vähiten yksinhuoltajat. (Mononen ym. 2018)

Suomalaiset naiset ovat miehiä aktiivisempia liikkujia, sillä naisista 84,1 prosenttia kuuluu harrastamisen piiriin ja miehistä 80,5 prosenttia. Naiset liikkuvat useammin omatoimisesti yksin kuin miehet. Miehet puolestaan liikkuvat useammin omatoimisesti ryhmässä tai kaveriporukassa kuin naiset. (Mononen ym. 2018) Naiset harrastavat enemmän liikuntaa yksityisten palveluntarjoajien piirissä kuin miehet (Jokela 2009, 7). Naiset (22 %) käyttävät enemmän yksityisten yritysten palveluita kuin miehet (8 %). Naisten suosimia lajeja ovat kuntosaliharjoittelu, ryhmäliikunta ja fitness. Ryhmäliikunnan osuus on yksityisten yritysten palveluista suurin, sillä sen harrastamisesta 41 prosenttia tapahtuu yksityisellä sektorilla. Yksityisten yritysten osuus liikuntapalveluiden tuottamisessa on kasvanut, sillä aikaisempaan kansalliseen tutkimukseen nähden yksityiset yritykset ovat menneet liikuntapalveluiden tuottamisessa urheiluseurojen ohi. Kaupallisia liikuntapalveluita käytetään sitä useammin, mitä korkeampaan tuloluokkaan kotitalous kuuluu. (Mononen ym. 2018)

Miehet harrastavat naisia aktiivisemmin urheiluseuroissa. Tämä havainto on samansuuntainen vuoden 2009–2010 Kansallisen liikuntatutkimuksen kanssa. Sukupuolten väliset erot ovat kuitenkin hieman suurentuneet sekä yritysten että seurojen osalta. Miesten suosimat keskisuuret lajit ovat jääkiekko, salibandy, jalkapallo, lentopallo, koripallo, frisbeegolf, golf, tennis, biljardi, soutu ja ampumaurheilu. Näistä lajeista miesten osuus on alhaisin soudussa (61 %) ja korkein jääkiekossa (85 %). Miehet harrastavat monipuolisemmin eri lajeja kuin naiset, mitä selittää osittain näiden lajien pidempi eriytymishistoria. Joukkuepalloilulajeja yhdistää niiden seurakeskeisyys ja miehisharrastajilla on urheiluseuroissa suurempi osuus (16 %) kuin naisharrastajilla (10 %). Joukkuepalloilulajien harrastajia on myös selkeästi eniten alle 35-

vuotiaissa. Keski suuria harrastusryhmiä, joissa on yli 100 000 harrastajaa vuodessa, on myös sulkapallossa, suunnistuksessa, laskettelussa, keilailussa ja ratagolfissa. Näissä lajeissa harrastajaosuudet eivät kuitenkaan painotu selkeästi kumpaakaan sukupuoleen. Miehet liikkuvat naisia enemmän myös työpaikan tai seurakunnan järjestämässä yhdistyksissä ja järjestöissä. Naiset liikkuvat sen sijaan miehiä aktiivisemmin kuntien tai kaupunkien, kansalais- tai työväenopistojen ja koulujen tai oppilaitosten järjestämässä ohjatussa liikuntatoiminnassa. (Mononen ym. 2018)

2.4 Suomalaisen aikuisväestön harrastamista koskevat tulokset

Suomalaisten päivittäinen liikunta on vähentynyt viimevuosikymmenten aikana. Liikunnan lisääminen on tärkeää paitsi kansanterveyden, myös yhteiskunnan kustannusten vähentämisen kannalta. (Vasankari ym. 2018) 80 prosenttia suomalaisista harrastaa liikuntaa tai urheilua jossakin muodossa. Naiset ovat aktiivisempia liikkujia kuin miehet ja aktiivisimmat liikkujat ovat 35–44-vuotiaita ja puolison ja lasten kanssa asuvia, kun taas vähiten aktiiviset liikkujat ovat 15–24-vuotiaita ja yksin asuvia. Aktiivisimmat liikkujat edustavat ylimpää koulutusluokkaa ja yrittäjiä. Vähiten aktiiviset liikkujat edustavat puolestaan alimpaa koulutusluokkaa, eläkeläisiä, työntekijöitä sekä johtavassa asemassa olevia ylempiä toimihenkilöitä. Kotitalouden bruttovuositulojen mukaan aktiivisimmat liikunnan harrastajat ovat 50 001–85 000 euron talouksissa asuvat ja vähiten aktiivisimmat liikunnan harrastajat ovat matalimmassa ja korkeimmassa tuloluokassa. (Mononen ym. 2018) Koronapandemia on vaikuttanut aikuisväestön liikkumiseen siten, että osan liikkuminen on vähentynyt, osan pysynyt ennallaan ja osan liikkuminen on lisääntynyt (Husu ym. 2022, 116). Etenkin sisäliikunnan määrä laski. Sitä vastoin liikkuminen lisääntyi kotona sekä rakentamattomissa luonnonympäristöissä. (Virmasalo & Pyykönen 2021)

Aikuisväestön yleisimmin ilmoittamat liikuntaharrastukset ovat perusliikuntamuodot, joita ovat kävelylenkkeily, juoksulenkkeily, pyöräily, uinti ja maastohiihto. Varsinainen lajiharrastaminen jakautuu moniin eri lajeihin, joista suurin osa on väestötasolla marginaalisia. Naiset harrastavat liikuntaa tai urheilua monipuolisemmin kuin miehet ja suurin osa liikkumisesta tapahtuu omatoimisesti yksin tai ryhmässä. (Mononen ym. 2018) Merkittävä osuus liikunnasta tapahtuu rakennettujen liikkumisympäristöjen ja liikuntapalveluiden

ulkopuolella (Ruuskanen 2019). Lisäksi suurin osa suomalaisista liikkuu aktiivisesti kotona ja erilaisissa ulkoiluympäristöissä (Special Eurobarometer 525 2022).

Yksityisten yritysten tarjoamilla liikuntapalveluilla on enemmän harrastajia kuin urheiluseuroilla ja yksityisten yritysten palveluja käyttävät erityisesti naiset. Kaupallisia liikuntapalveluja käytetään sitä enemmän, mitä korkeammat ovat kotitalouden bruttovuositulot. Eniten kaupallisia palveluita käyttävät yliopistotutkinnon suorittaneet ja johtavassa asemassa olevat ylemmät toimihenkilöt. Seuroissa liikkuu eniten yrittäjiä, koululaisia ja opiskelijoita. Elämänvaiheen perusteella seuraharrastajia on eniten kotona vanhempien luona asuvissa sekä puolison ja lasten kanssa asuvissa. Vähiten seuraharrastajia on yksin asuvissa. (Mononen ym. 2018)

3 LIKKUMISTA MAHDOLLISTAVAT JA RAJOITTAVAT TEKIJÄT

Tässä luvussa käsittelen liikkumista mahdollistavia ja rajoittavia tekijöitä liikkumisympäristöjen, sosioekonomisen eriarvoisuuden, saavutettavuuden ja esteettömyyden näkökulmista. Aloitan luvun tarkastelemalla liikkumisympäristöjä ja sosioekonomista eriarvoisuutta liikunnassa. Seuraavaksi käsittelen yhdenvertaisesti saavutettavia liikkumisympäristöjä ja liikunnan esteettömyyttä. Luvun lopuksi tarkastelen, miten liikuntapoliittisilla ratkaisuilla olisi mahdollista edistää yhdenvertaista ja esteetöntä liikkumista.

3.1 Liikkumisympäristöt ja liikuntapalvelut

Tässä tutkielmassa liikkumisympäristöillä viitataan kaikkiin paikkoihin ja ympäristöihin, joissa suomalaiset aikuiset liikkuvat ja jotka ovat ihmisten vapaassa käytössä (Norra ym. 2015, 7–8, Salmikangas 2015, 101). Liikkumisympäristöillä voidaan tarkoittaa kaikkia elinympäristön paikkoja, joissa liikkumista harjoitetaan. Liikkumisympäristöt voivat olla esimerkiksi luonnonympäristöjä tai liikuntaan muovattuja ja rakennettuja paikkoja ja ympäristöjä. Luonnonympäristöiksi määritellään sellaiset paikat, jotka ovat luonnollisesti muovaamattomia liikkumisympäristöjä. (Salmikangas 2015, 101) Lähiliikuntapaikoilla tarkoitetaan sellaisia matalan kynnyksen liikkumispaikkoja, jotka sijaitsevat käyttäjien asuinalueella turvallisesti ja helposti saavutettavissa paikoissa. Lähiliikuntapaikkojen rakentamisen tarkoituksena on kansalaisten omaehtoisen liikunnan edistäminen (Norra ym. 2015, 7–8).

Aiemmissa liikuntatutkimuksissa liikkumisympäristöjä on määritelty monin eri tavoin (esim. Karvinen ym. 2011, Salmikangas ym. 2015). Hasasen (2017) kehittelemässä liikkumisympäristöjen jaottelussa liikkumisympäristöt on jaoteltu viiteen eri luokkaan, joita ovat ulkoliikuntaympäristöt, sisäliikuntapaikat, kotiympäristöt, luonnon ympäristöt sekä ympäristöt, jotka on rakennettu tai muokattu muuta kuin liikuntaa varten. Hasasen (2017) liikkumisympäristöjen jaottelu on toimiva myös oman tutkielmani kannalta, koska kyseinen jaottelu huomioi monipuolisesti liikkumisympäristöjen kattavuuden. Erityisesti omaehtoisen liikunnan harrastamisessa on tärkeää tiedostaa, että erilaisia liikkumismahdollisuuksia löytyy joka puolelta ympäröivästä elinympäristöstä. (Hasanen 2017) Esimerkiksi luonto jokamiehen oikeuksineen tarjoaa erinomaiset mahdollisuudet omaehtoiselle ulkoilulle ja liikkumiselle rakennettujen liikkumisympäristöjen lisäksi (Valtion liikuntaneuvosto 2014).

Liikkumisympäristöt ovat arvokkaita liikkumisen kannalta, koska ne tarjoavat konkreettisia ja fyysisiä puitteita liikkumiselle. Liikkumisympäristöt voivat parhaimmillaan kannustaa liikunnan pariin sekä mahdollistaa liikunnan harrastamisen, mutta niihin voi kytkeytyä myös liikkumista rajoittavia esteitä. (Kauravaara 2018, 56)

Suomessa liikuntapaikkaverkosto on ainutlaatuisen kattava asukasmäärään suhteutettuna (Valtion liikuntaneuvosto 2014). Suomessa on kaikkiaan 41 389 liikuntapaikkaa, jotka on koottu yhteen Jyväskylän yliopiston ylläpitämään valtakunnalliseen Lipas-tietokantaan. Lipas-tietokannan mukaan liikuntapaikan käsitteeseen sisältyy rakennetut liikuntapaikat sekä ulkoiluun, liikuntaan ja virkistykseen tarkoitettut reitit ja alueet palveluineen. Liikuntapaikat luokitellaan kahdeksaksi pääluokaksi ja niiden alaluokiksi. Pääluokkiin sisältyy sisäliikuntapaikat, virkistyskohteet ja palvelut, liikuntapuistot ja ulkokentät, huoltorakennukset, maastoliikuntapaikat, vesiliikuntapaikat, ilmailu, veneily ja moottoriurheilu sekä eläinurheilu. Liikuntapaikat ovat kuntien ja valtion omistamia tai yksityisten yritysten, yhdistysten säätiöiden tai muiden yksityisten toimijoiden hallinnoimia. (Jyväskylän yliopisto 2022a)

Suomessa kunnat ovat vastuussa muun muassa liikunnan edistämisestä ja liikuntasuunnittelusta sekä liikkumisympäristöjen ja liikuntapaikkojen rakentamisesta ja ylläpidosta. Eri väestöryhmien liikunta- ja harrastamismahdollisuuksien edistäminen, terveyden, hyvinvoinnin ja fyysisen toimintakyvyn ylläpitäminen ja parantaminen sekä eriarvoisuuden vähentäminen ovat esimerkkejä liikuntalain tavoitteista. Valtiolla ja kunnilla on vastuu liikuntalain tavoitteiden toteutumisesta paikallisella, alueellisella ja valtakunnallisella tasolla. Lisäksi kunnilla on vastuu järjestää eri kohderyhmille suunnattua terveyttä ja hyvinvointia edistävää liikuntaa. Kunnilla on merkittävä rooli myös kansalaistoiminnan tukemisessa seuratoiminta mukaan lukien. (Liikuntalaki 2015) Esimerkkinä kunnan järjestämästä liikunnasta voidaan mainita Jyväskylässä kaupungin liikuntapalvelut, jotka järjestävät maksullista ohjattua liikuntaa sekä maksutonta liikuntaneuvontaa (Jyväskylän kaupunki 2023a). Lisäksi urheiluseurojen ja muiden yksityisten toimijoiden toimesta järjestetään monipuolista ohjattua liikuntaa. Sisäliikuntapaikkojen lisäksi Jyväskylän kaupungin ylläpitämät virkistysalueet, ulkoilureitit, ulkokuntosalit ja uimarannat ovat jokaisen vapaassa käytössä. (Jyväskylän kaupunki 2023c)

Kuntien liikuntapolitiikan tavoitteena on aikaansaada kuntaan liikunnallista elämäntapaa edistävä arkiympäristö. Tämän toteuttaakseen kuntien täytyy luoda asukkaille asuin ympäristön läheisyyteen ja päivittäisen toimintaympäristön yhteyteen keskeiset liikuntapalvelut.

Keskeisenä tekijänä on ympäristö, joka mahdollistaa ihmisten arkiliikunnan ja houkuttelee ihmisiä liikkumaan riittävästi oman terveytensä kannalta (Jokela 2009, 6). Esimerkiksi erilaisten kävelyreittien mahdollisuus asuinympäristöjen läheisyydessä lisää asukkaiden liikkumista (Wang & Lee 2010).

3.2 Sosioekonominen eriarvoisuus liikunnassa

Tässä tutkielmassa sosioekonomisella eriarvoisuudella tarkoitetaan sosioekonomisen aseman, kuten koulutuksen, tulotason tai ammattiaseman mukaisia eroja terveyttä edistävässä liikunnassa. Eriarvoisessa tilanteessa kaikilla sosioekonomisilla ryhmillä ei ole samanlaisia edellytyksiä tai mahdollisuuksia terveyttä edistävän liikunnan harrastamiseen. (Mäki-Opas 2016) Aiempien tieteellisten katsausten perusteella monet eri tekijät voivat vaikuttaa liikunnan tai vähäisen liikkumisen sosioekonomisiin eroihin. Näitä voivat olla esimerkiksi psykologiset, biologiset, sosiaaliset ja elinympäristöön liittyvät tekijät, alueelliseen ja kansalliseen politiikkaan, kuten liikennejärjestelmiin, aluesuunnitteluun, virkistyspalveluihin, terveyspalveluihin ja koulutukseen liittyvät tekijät sekä globaaleihin ilmiöihin, kuten taloudelliseen kehitykseen, mediaan, markkinointiin ja kaupungistumiseen liittyvät tekijät (Ball ym. 2015; Bauman ym. 2012).

Työikäisten suomalaisten vapaa-ajan liikuntaan liittyvistä sosioekonomisista eroista on tehty useita tutkimuksia, joiden aineistot on yleensä rajattu joko alueellisesti tai jollain muulla tavalla. Liikunnan mittaaminen on ollut useimmiten karkeaa, jonka vuoksi liikunnan eri osa-alueita, kuten esimerkiksi kuntoliikuntaa tai hyötyliikuntaa, ja niiden kestoa, määrää ja rasittavuutta on ollut mahdotonta tarkastella. (Borodulin ym. 2008; Helakorpi ym. 2003; Lakka ym. 1996). Liikunnassa on selkeästi havaittavia eroja esimerkiksi sukupuolen, iän, siviilisäädyn, asuinpaikan ja etnisyyden mukaan (Bauman ym. 2012). Liikunnan sosioekonomisia eroja on yhtä lailla Suomessa kuin muuallakin Euroopassa (Beenackers ym. 2012). Mitä korkeampi koulutus, ammattiasema ja tulotaso on, sitä vähemmän tehdään ruumiillisesti rasittavaa työtä ja sitä enemmän liikutaan vapaa-ajalla tai työmatkan aikana (Borodulin ym. 2016; de Munter ym. 2013; Mäkinen 2011). Viimeisimmät väestötutkimusten tulokset viittaavat siihen, että viimeisten parin vuosikymmenen aikana koulutuksen mukaiset erot fyysisessä kokonaisaktiivisuudessa ovat kasvaneet (Haapala ym. 2016).

Tutkimustulosten perusteella Suomessa korkealla koulutuksella näyttää olevan yhteys terveyden kannalta riittävän liikunnan todennäköisyyteen (Husu ym. 2014). Useat kansalliset väestötutkimukset ovat selvittäneet, ovatko asetettujen tavoitteiden ja niihin kohdistuneiden toimenpiteiden vaikutukset olleet myönteisiä suhteessa liikunnan sosioekonomisiin eroihin (Helldán ym. 2013; Kaikkonen ym. 2014; Koskinen ym. 2012). Esimerkiksi liikuntapoliittiset tavoitteet ja toimenpiteet eivät määrittele ”matalassa sosiaalisessa asemassa olevia”. Ilman tätä määritelmää on epäselvää, tuleeko toimenpiteitä kohdistaa erikseen koulutuksen, ammattiaseman tai tulotason perusteella. Lähtökohtaisesti on vaikeaa arvioida, onko sosioekonomisesta eriarvoisuudesta ollut riittävästi ymmärrystä liikuntapoliittisia tavoitteita asettaessa ja onko sen myötä osattu määritellä tarpeellisia toimenpiteitä riittävän tarkasti liikunnan sosioekonomisen eriarvoisuuden kaventamiseksi. (Mäki-Opas 2016)

WHO on lähestynyt asiaa ”sosiaalisesti haavoittuvan ryhmän” näkökulmasta ja ryhmä voidaan määritellä 1) iän ja matalan sosiaalisen aseman, eli tulojen, ammattiaseman ja koulutuksen perusteella, 2) sosiokulttuurisen aseman, eli sukupuolen, etnisyyden, uskonnon, pakolaisuuden ja sosiaalisen pääoman perusteella sekä 3) sosiomaantieteellisen aseman, eli asuinalueen perusteella (WHO 2013). Nämä eri ulottuvuudet voivat vaikuttaa samanaikaisesti tai limittäin sosiaaliseen eriarvoisuuteen. Toisaalta liikunnan sosioekonomisiin eroihin vaikuttaa monet sosiaaliset ja taloudelliset tekijät, jotka voivat vaihdella elämäntulon eri vaiheissa. (Lynch & Kaplan 2000; Mäkinen 2011)

Sosioekonomiset erot vaihtelevat hieman, kun tarkastellaan terveysliikuntasuositusten täyttymistä, vapaa-ajalla liikkumista tai istumista, työmatkaliikuntaa tai työhön liittyvää ruumiillista rasittavuutta (Husu ym. 2014; Mäkinen 2011; Mäki-Opas ym. 2015). Sosioekonomisesti heikoimmassa asemassa olevat harrastavat hyötyliikuntaa yleisemmin kuin paremmassa sosioekonomisessa asemassa olevat (Saarela ym. 2015). Lajikohtaisesti erot ovat hiukan erilaiset, kun korkeammin koulutetut suosivat kuntosaliharjoittelua, juoksua ja hiihtoa enemmän kuin matalammin koulutetut (Purhonen ym. 2014). Jotta voitaisiin tarkemmin sanoa, mihin sosioekonomisiin eroihin liikunnassa olisi tarpeellista puuttua, tarvittaisiin syventävää lisätutkimusta. Lisäksi terveyden ja eriarvoisuuden näkökulmasta tarvitaan toimintapoliittisia linjauksia siitä, mihin näistä eroista halutaan kiinnittää huomiota. Myöskään Suomessa asuvien eri etnisten ryhmien sosiaalisen aseman mukaisia eroja liikunnassa suhteessa kantaväestöön ei tiedetä kattavasti. (Mäki-Opas 2016)

Kaikilla ei ole samanlaisia resursseja tai mahdollisuuksia liikkua terveytensä kannalta riittävästi, vaikka he itse niin haluaisivat. Yksittäisen sosioekonomisen ryhmän sisällä voi olla suuriakin eroja. Syynä tähän voi olla esimerkiksi ajan puute korkeasti koulutetuilla henkilöillä ja korkeat liikuntaan liittyvät kustannukset matalan tulotason henkilöillä. (Borodulin ym. 2016) Tutkimustiedon mukaan verotuspoliittiset päätökset voivat tukea liikunnallista elämäntapaa, kuten työmatkaliikkumista, mutta ne eivät mitä todennäköisimmin kohdistu tasapuolisesti eri sosioekonomisiin ryhmiin (Ball ym. 2015). Kuitenkin esimerkiksi liikkumista kannustavat ympäristöt vaikuttavat kaikkiin ryhmiin yhdenmukaisesti ja tehokkaasti (Ball ym. 2015; Bauman ym. 2012). Lupaavia liikunnallista valintaa myönteisesti ohjaavia toimenpiteitä voisivat olla liikkumisen houkuttelevuutta lisäävät ratkaisut, kuten esimerkiksi kaikkien käytössä olevat liikuntatilat tai työpaikkapyörät.

Liikuntapolitiikan avulla voidaan kaventaa sosiaalista eriarvoisuutta ja edistää liikunnallista elämäntapaa. Tämä on mahdollista, kun liikuntapolitiikka perustuu tieteelliseen näyttöön yksilötason liikuntakäyttäytymisen muutokseen vaikuttavista tekijöistä, yhteisön tuesta ja ympäristön kannustavista tekijöistä. (Ball ym. 2015; Bauman ym. 2012; Mäki-Opas ym. 2015) Erityisesti tiedolla johtamisen merkitys on kasvamassa liikuntapoliittisessa päätöksenteossa ja sen pohjaksi tarvitaan vankkaa tutkimustietoa (Valtion liikuntaneuvosto 2018). Lisäksi kansallisissa ja myös kuntatason suosituksissa tulisi eritellä liikunnan sosioekonomisen eriarvoisuuden vähentämisen tavoitetta, siihen vaikuttamisen keinoja, sekä täsmentää miten terveyttä edistävään liikuntaan halutaan vaikuttaa (Mäki-Opas ym. 2015; Mäkinen 2011; WHO 2013). Viimeisimpien väestötutkimuksien perusteella voidaan todeta, että Suomessa on edelleen paljon tehtävää liikunnan sosioekonomisten erojen kaventamiseksi (Haapala ym. 2016; Mäki-Opas ym. 2015; Mäkinen ym. 2012; Saarela ym. 2014).

3.3 Yhdenvertaisesti saavutettavat liikkumisympäristöt

Yhdenvertaisuudella viitataan siihen, että yhteiskunnassa jokainen yksilö on samassa asemassa erilaisista ominaisuuksistaan riippumatta. Näihin ominaisuuksiin lukeutuu esimerkiksi ikä, sukupuoli, kieli, alkuperä, uskonto, vakaumus, terveydentila, vammaisuus, mielipide tai joku muu yksilöön liittyvä asia. (Suomen perustuslaki 1999) Yhdenvertaisen yhteiskunnan tulee aina huomioida jokaisen erilaiset taustat ja lähtökohdat (Rönkkö 2019, 11). Suomalaisessa liikuntatutkimuksessa tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta on tutkittu vähän ja yhdenvertaisuustyö

on rakentunut pitkälti yksittäisten lyhytaikaisten projektien varaan, joka on myös osaltaan hankaloittanut asenteisiin ja käytäntöihin vaikuttamista (Berg ym. 2016, 64).

Eräs yhdenvertaisuuden toteutumisen muoto on saavutettavuus ja sen nähdään olevan yksi sosiaalisen oikeudenmukaisuuden ja yhteiskunnallisen osallisuuden peruspilareista (Valtion liikuntaneuvosto 2018, 17). Saavutettavuus nähdään myös liikkumisen mahdollistajana ja se luo edellytykset liikkumiselle (Hellén 2019, 88; Jokela 2009, 7; Pyykkönen 2016, 19). Liikkumisen yhdenvertainen saavutettavuus tukee muun muassa monipuolista mielen hyvinvointia, terveyttä ja vahvistaa osallisuuden tunnetta (ks. Jolanki ym. 2020, 349). Liikkumisen yhteiskunnallista saavutettavuutta voidaan tarkastella esimerkiksi fyysisen, psyykkisen, sosiaalisen ja taloudellisen saavutettavuuden ulottuvuuksien kautta (Vepsäläinen & Hiltunen 2001, 27). Fyysinen saavutettavuus on fyysisen aktiivisuuden edistämisen kannalta kohtalaisen selkeä saavutettavuuden ulottuvuus. Fyysinen saavutettavuus voidaan nähdä yhtäläisenä esteettömyyden kanssa. (Virmasalo & Hasanen 2022) Psykykkisellä saavutettavuudella viitataan yksilön riittävään ymmärrykseen ja käsitykseen omasta elinympäristöstään sekä sen rohkeaan ja monipuoliseen käyttöön (Vepsäläinen & Hiltunen 2001, 27). Sosiaalisella saavutettavuudella viitataan puolestaan ihmisten vuorovaikutukseen liittyvään ominaisuuteen. Siihen kytkeytyvät arvot, asenteet ja kulttuuriset piirteet ovat fyysisen aktiivisuuden esteitä, jotka tulee tehdä näkyviksi. Edellä mainituista saavutettavuuden ulottuvuuksista taloudellinen saavutettavuus nähdään merkittävänä liikunnan harrastamisen yhdenvertaisuuteen liittyvänä tekijänä. (Virmasalo & Hasanen 2022)

Rakennetut ympäristöt vaikuttavat siihen, miten kaupungeissa liikutaan ja kaupunkiympäristöissä asuvan väestön fyysiseen aktiivisuuteen vaikuttaa merkittävästi määränpäiden saavutettavuus (Kauravaara 2018, 56). Saavutettavuuden riittäväällä huomioimisella voidaan vaikuttaa liikkumisympäristöjen ja liikuntapaikkojen houkuttelevuuteen (Pyykkönen 2016, 19). Liikkumisympäristöjen ja liikuntapaikkojen saavutettavuudella tarkoitetaan niiden soveltuvuutta tarkoituksenmukaiseen käyttöön toiminnallisten ominaisuuksien sekä erilaisten käyttäjäryhmien suhteen ja ne ovat maantieteellisesti helposti saavutettavissa (Pyykkönen 2013, 12). Monipuoliset liikkumisympäristöt ja liikuntapaikat innostavat liikkumaan niin omatoimisesti kuin ohjatustikin ja niiden hyvä saavutettavuus tarjoaa mahdollisuuden käyttää niitä halutulla tavalla yksilöiden erilaisista ominaisuuksista riippumatta. (Jokela 2009, 7)

Liikunnan harrastamisen katsotaan edellyttävän käyntejä liikuntapaikoissa (Lehtonen & Kauronen 2017). Siksi liikuntapaikkojen saavutettavuuden kannalta onkin erityisen tärkeää ymmärtää, miten liikuntapaikat koetaan saavutettavan. Tällä tarkoitetaan vaivaa, jonka yksilö kokee liikuntapaikan käyttöä suunnitellessaan tai liikuntapaikkaa käyttäessään. Eri ihmiset voivat kokea saavutettavuuden eri tavoin. (Jokela 2009, 7) Saavutettavuus liittyy yleisesti tilaa koskeviin fyysisiin suhteisiin ja etäisyyksiin ulkotilassa (Vepsäläinen & Hiltunen 2001, 27). Liikuntapaikkojen hyvä saavutettavuus on keskeinen tekijä koko väestöä ja eri ikäryhmiä koskevan hyvinvoinnin, terveyden ja toimintakyvyn edistämisessä (Kotavaara & Rusanen 2016, 5). Suomessa liikuntapaikkojen saavutettavuudesta huolehditaan monin eri tavoin, sillä esimerkiksi perustuslaki, liikuntalaki sekä maankäyttö- ja rakennuslaki velvoittavat rakennetun liikuntaympäristön saavutettavuutta ja esteettömyyttä (Pyykkönen 2013, 13). Huonoon saavutettavuuteen liitettävät pitkät etäisyydet ja matka-ajat voivat osaltaan rajoittaa liikuntapaikkojen aktiivista käyttöä. Saavutettavuutta voidaan siis käyttää määreenä, joka kuvastaa aikaa tai etäisyyttä tietyn liikuntapaikan tavoittamiseen. (Lehtonen & Kauronen 2017)

3.3.1 Saavutettavuuden monet ulottuvuudet

Tutkimuksissa ei esitetä toistaiseksi laajempaa pohdintaa liikuntapaikkojen ja -palveluiden saavutettavuuden ulottuvuuksista kokonaisuutena. Saavutettavuuden eri ulottuvuudet on tiedostettu ja huomioitu selkeämmin esimerkiksi kulttuuripalveluiden alalla kuin liikuntapalveluiden alalla. (Virmasalo ym. 2022) Liikuntapaikkoja on tarkasteltu perinteisimmin, tyypillisimmin ja laajimmin palveluiden ja paikkojen spatiaalisen eli maantieteellisen saavutettavuuden, kuten sijainnin, matka-ajan, etäisyyksien ja matkan kustannusten kautta, joka on yleensä vahvasti mukana myös liikuntapaikkojen ja -palveluiden suunnittelussa (Virmasalo & Hasanen 2022). Liikuntapaikkojen saavutettavuutta on tarkasteltu tyypillisesti myös muun muassa toiminnallisten ulottuvuuksien, kuten palvelutarjonnan, aukioloaikojen ja esteettömyyden sekä taloudellisten ulottuvuuksien, kuten pääsymaksujen ja tilavuokrien kautta (Jokela 2009, 7). Saavutettavuuden tarkastelu näiden ulottuvuuksien kautta ei ole kuitenkaan riittävää, sillä yhdenvertaisten liikkumismahdollisuuksien tavoittelemisessa on liikuntapalveluiden sijainnin, esteettömyyden ja hinnan lisäksi otettava huomioon muitakin asioita (Jokela 2009, 7; Virmasalo ym. 2022). Liikunta-alalla onkin havaittu tarve liikuntapalveluiden saavutettavuuden ulottuvuuksien laajemmalle ja kokonaisvaltaisemmalle ymmärtämiselle.

Liikuntapaikkojen saavutettavuuden ulottuvuudet voivat olla luonnollisesti päällekkäisiä ja risteäviä keskenään. Esimerkiksi alueelliset, ajalliset ja taloudelliset ulottuvuudet liittyvät toisiinsa, sillä maantieteellinen sijainti (maantieteellinen ulottuvuus) vaikuttaa yleensä suoraan matka-aikaan (ajallinen ulottuvuus) ja matkakustannuksiin (taloudellinen ulottuvuus). (Virmasalo & Hasanen 2022) Kuvassa 1 on esitetty Virmasalon ja Hasanen (2022) uuden mallin mukaisesti liikunnan saavutettavuuden eri ulottuvuudet, joita ovat maantieteellinen, ajallinen, fyysinen ja teknologinen, tiedollinen, taloudellinen, taidollinen, mentaalinen, sosiaalinen, hallinnollinen ja kulttuuris-asenteellinen saavutettavuus.



KUVA 1. Kymmenen liikunnan saavutettavuuden ulottuvuutta. (Jyväskylän yliopisto 2022b)

Maantieteellisellä saavutettavuudella tarkoitetaan liikuntapaikkojen ja -palveluiden alueellista saavutettavuutta. Se on saavutettavuuden ulottuvuuksista tyypillisin ja kohtalaisen helppo todentaa nykyaikaisella paikkatietojärjestelmällä. Paikkatietojärjestelmä tukee myös hyvin liikkumisympäristöjen ja -palveluiden suunnittelua ja analysointia (esim. Kotavaara & Rusanen 2016). Yhdistämällä paikkatietoa esimerkiksi liikkumisympäristöihin, sosioekonomisiin ominaispiirteisiin ja alueiden väestörakenteeseen voidaan tarkastella paikkojen ja palvelujen tarjonnan tasa-arvoa. Myös niin sanottuja kontekstuaalisia alueellisia vaikutuksia on tutkittu, eli onko liikkuvuuteen liittyvässä infrastruktuurissa tai muissa tietyn alueen ulkoisissa tekijöissä jotain, joka rajoittaa tai estää yksilöiden toimintavaihtoehtoja, tai johtuvatko rajoitukset huonoista liikenneyhteyksistä tai palveluista, mikä eristää alueen muualla tarjotuista

mahdollisuuksista. Eri harrastuksiin käytettävän matka-ajan ja paikan sijoittamisen näkökulmasta asuinalueet poikkeavat paljon toisistaan. Suomessa asuinalueiden sosioekonomiseen rakenteeseen pohjautuvaa eriarvoisuutta ei ole kuitenkaan selkeästi havaittu. Esimerkiksi maankäytöllisistä syistä ja tietoisien rakentamispolitiikan ansiosta monissa lähiöissä on erinomaiset liikkumismahdollisuudet. Harvempaan asutetuilla alueilla saatetaan kokea rakennettuihin ympäristöihin liittyviä puutteita, mutta vastaavasti näillä alueilla on usein virkistyskäyttöön soveltuvia rakentamattomia luontoympäristöjä. (Virmasalo & Hasanen 2022)

Paikkatietopohjaiset järjestelmät tarjoavat teknisesti hyvän alustan analyyseille, mutta liikkumisympäristöjen sisällöntuotanto ei näytä olevan standardoitua ja tiedontuotantoon liittyvä resursointi vaihtelee paikallisesti, jonka vuoksi kattavan ja laadukkaan tiedon saatavuus on riittämätöntä. On erityisen tärkeää huomioida myös kansanterveyden näkökulma, jonka mukaan yleisimmät liikkumismuodot eivät ole yhteydessä liikuntapaikoiksi määritettyihin ympäristöihin, eivätkä ne edellytä sen erityisempää infrastruktuuria. (Virmasalo & Hasanen 2022)

Ajallisella saavutettavuudella tarkoitetaan esimerkiksi liikuntapaikan tai -palvelun aukioloaikaan liittyvää saavutettavuutta (Virmasalo & Hasanen 2022). Temporaalinen eli ajallinen saavutettavuus on yksilölle välttämätön ulottuvuus samassa laajuudessa kuin maantieteellinen ulottuvuus (Schirpke ym. 2021). Siihen liittyy käyttäjän näkökulma yksilön koetuista mahdollisuuksista hyödyntää sulkeutuvia aikaikkunoita. Ajallisuus liittyy saatavilla oloon ja toimijoiden arvostuksiin liittyvään tulkintaan käyttömahdollisuudesta sekä käytettävissä olevien liikuntapalveluiden käyttöresurssien jakautumiseen. (Virmasalo ym. 2022; Virmasalo & Hasanen 2022) Yksilön näkökulmasta tietyssä aikaikkunassa saattaa olla mahdollista siirtyä harrastamaan, mikäli hänellä on esimerkiksi oma auto käytettävissä, mutta ei välttämättä silloin, jos hänen täytyy käyttää julkista liikennettä tai kulkea jalan. (Virmasalo & Hasanen 2022) Ympäristön olemassaololla ei ole merkitystä fyysisen aktiivisuuden kannalta, jos sinne ei pääse esimerkiksi rajallisten aukioloaikojen takia. Ajalliseen saavutettavuuteen voi vaikuttaa olemassa olevat lait, säännöt ja resurssit sekä myös maantieteelliset tekijät. (Schirpke ym. 2021)

Fyysinen ja teknologinen saavutettavuus on maantieteellisen ulottuvuuden lisäksi tyypillisesti hyvin ymmärretty ja hyödynnetty esteettömyyden ulottuvuus erityisesti liikuntatilojen ja -palveluiden suunnittelussa rakennus- tai peruskorjaushankkeissa (Virmasalo & Hasanen 2022).

Fyysinen ja teknologinen saavutettavuuden määritelmä on lähellä sitä, mitä ”saavutettavuudella” yleensä tarkoitetaan – ratkaisuja, joita tarvitaan fyysisen aktiivisuuden mahdollistamiseen erilaisissa ympäristöissä esimerkiksi liikuntarajoitteisille (THL 2019). Fyysinen saavutettavuus kattaa myös fyysisen turvallisuuden, eli ympäristön tai välineiden fyysisen riskittömyyden. Teknologisella saavutettavuudella tarkoitetaan sitä, että paikan käyttöön liittyvä välineistö ei vaadi haastavaa teknistä osaamista. (Virmasalo ym. 2022; Virmasalo & Hasanen 2022) Fyysinen ja teknologinen saavutettavuus ovat selkeitä tasa-arvotekijöitä liikunnassa, koska ne liittyvät usein vammaisten tarpeisiin (Virmasalo & Hasanen 2022).

Tiedollisella saavutettavuudella tarkoitetaan liikuntapaikkoja ja -palveluita koskevaa ja kuntalaisten liikuntakäyttäytymiseen vaikuttavaa ymmärrettävän tiedon tarjontaa. Tiedollinen saavutettavuus on myös koettu liikkumisen käytännön toteutumisen kannalta yleisemmin jopa rajoittavammaksi tai esteellisemmäksi tekijäksi, kuin itse liikuntapaikkojen huono kunto tai niiden puute. Tähän havaintoon sisältyy myös selkeä yhdenvertaisuuden näkökulma, sillä tiedon saanti voidaan kokea liikkumista rajoittavana tekijänä etenkin silloin, jos äidinkielenä puhutaan muuta kuin suomea tai ruotsia. (Virmasalo ym. 2022; Virmasalo & Hasanen 2022) Kaupungit keskittyvät strategisesti digitaaliseen tietoon ensisijaisena tiedonvälityskeinona ja tämä voi vaikuttaa erityisesti ikääntyneiden kokeman tiedon saatavuuteen (Virmasalo & Hasanen 2022).

Taloudellinen saavutettavuus on yleisesti ottaen liikunnan harrastamisessa merkittävä yhdenvertaisuuteen ja segregatioon liittyvä tekijä (Virmasalo & Hasanen 2022). Erityisesti pienituloisten harrastamiskustannuksiin on pyritty vaikuttamaan julkishallinnon toimin kohdentamalla taloudellisia resursseja (Virmasalo ym. 2022). Vaikka liikuntaa voidaan halutessa ylläpitää hyvin vaatimattomilla taloudellisilla resursseilla, kyse on myös terveyskäyttäytymistä koskevista elämäntapavalinnoista (Hakamäki ym. 2014, 5). Kunnissa on kehitetty muun muassa avustuskäytäntöjä, tarjottu liikuntapaikkojen käyttöä helpottavia tukipalveluita erityistä tukea tarvitseville käyttäjille sekä määritelty liikuntapaikkokohtaisia hintakategorioita eri käyttäjäryhmille (Jyväskylän kaupungin liikuntapalvelut 2022, 3). Lisäksi kuntien maksuttoman harrastustoiminnan kehittämistä ja toteuttamista tuetaan muun muassa valtion ohjaamilla hankkeilla (Virmasalo ym. 2022).

Taidollisella saavutettavuudella viitataan tiedolliseen ja taidolliseen osaamiseen sekä kykyihin, joita yksilö tarvitsee liikkumiseen. Taidollinen saavutettavuus liittyy lähtökohtaisesti yksilön ominaisuuksiin, joihin liittyviä rajoituksia ei pysty havaitsemaan suoraan ympäristöistä. Saavutettavuuden edistämiseksi toimenpiteet voidaan kohdentaa suoraan yksilöön, suunnitteluun tai rakentamiseen. Kuntien tarjoaman liikuntaneuvonnan merkityksen, tarpeen ja suosion on havaittu kasvaneen eri ikäryhmissä. Taidollisten ulottuvuuksien huomioiminen yhdistyy myös fyysisen ja teknologisen saavutettavuuden ulottuvuuksien tarkasteluun. (Virmasalo ym. 2022)

Mentaalinen saavutettavuus Mentaalisella saavutettavuudella viitataan psyykeen toimintaan, kokemuksiin ja niihin liittyviin liikunnan toteutumisen todennäköisyyksiin (Virmasalo & Hasanen 2022). Fyysisen aktiivisuuden ja persoonallisuusrakenteiden välinen suhde on tieteellisesti todistettu. Persoonallisuusrakenteisiin sisältyy esimerkiksi kyvykkyyden kokemukset, havaitut esteet, koetut hyödyt, liikunnasta nauttiminen sekä sosiaalisten suhteiden merkitys. (Sallis & Owen, 1999) Mentaalisen saavutettavuuden ulottuvuus voidaan nähdä myös motivaationa sekä kyvykkyyden, kyvyttömyyden ja pelottomuuden tunteina (Virmasalo & Hasanen 2022). Mentaalinen saavutettavuus on viimeinen vaihe päätöksentekoprosessissa, jossa havainnot rakentuvat lopulta mahdollisesti aktivoiviksi päätöksiksi (Eitam & Higgins 2010, 252).

Sosiaalisella saavutettavuudella määritellään usein sellaiset saavutettavuuden tekijät, joiden merkitystä on empiirisesti vaikea todentaa. Sosiaalinen saavutettavuus määritellään usein myös sosiaalisten determinanttien perusteella, jotka liittyvät spatiaaliseen saavutettavuuteen. Silloin tarkastelu kohdistuu liikuntaympäristöjen spatiaalisen saavutettavuuden sekä tietyn asuinalueen väestön sosioekonomisen rakenteen välisiin yhteyksiin. Sosiaalinen ulottuvuus palautuu yksilöiden ja ryhmien väliseen vuorovaikutukseen ja siihen kytkeytyy yksilöiden ja yhteisöjen sosiaaliset pääomat. Merkityksellisen yhteisön asenteet saattavat muodostaa yksilölle liikkumisen esteitä. Yhteisössä saattaa vallita yleinen liikuntaan kannustamaton tai sitä arvostamaton ilmapiiri tai asenne. Tällöin henkilölle voi syntyä kokemus, ettei jokin tietty liikuntapaikka ole hänen saavutettavissaan. (Virmasalo ym. 2022)

Hallinnollisella saavutettavuudella kuvataan asetuksia ja sääntöjä, jotka rajoittavat liikuntapalveluiden ja -ympäristöjen käyttöä. Liikkumiselle voidaan asettaa monenlaisia esteitä lakien, asetusten ja muiden hallinnollisten päätöksien nojalla. Usein esimerkiksi monet

liikuntapaikat, kuten nurmikentät ja jäähallit ovat vain seurojen käytössä. Luontotyyppien käyttöä ohjaavat myös erilaiset säännöt. Luonnonsuojelualueilla toimintaa rajoitetaan monin tavoin ja tiukimmillaan liikkuminen on kielletty kokonaan. Julkisissa kaupunkitiloissa harrastetaan erilaisia liikunta-aktiviteetteja, vaikka kyseiset paikat eivät ole niihin tarkoitettuja ja voivat aiheuttaa haittaa ympäristölle ja ihmisille. Hallinnollinen saavutettavuus perustuu näin ollen yleensä tarpeeseen suojella ympäristöä ja ihmisiä tai resurssien käytön ohjaamiseen (Virmasalo & Hasanen 2022).

Kulttuuris-asenteellisen saavutettavuuden ulottuvuuden voidaan nähdä liittyvän laajemmin yhdenvertaisuuteen siinä, miten monimuotoisuus huomioidaan. Esimerkiksi sukupuoli, seksuaalinen suuntautuminen, uskonto tai kehon koostumus ei saa vaikuttaa liikkumisen toteutumiseen. Tähän ulottuvuuteen liittyy myös spatiaalinen ulottuvuus, sillä maantieteellinen sijainti voi vaikuttaa joidenkin ryhmien liikkumismahdollisuuksiin. Kulttuurisen saavutettavuuden puuttumisella voidaan tarkoittaa tiettyjen ryhmien kokemaa sopimattomuutta tai mahdottomuutta joidenkin liikkumismuotojen tai -paikkojen suhteen. Vaikka tietoisuus on kasvanut, ei tämä ulottuvuus ole vielä täysin vakiintunut Suomen toimintamalleihin. (Virmasalo & Hasanen 2022)

3.3.2 Ulottuvuuksien roolit liikkumisen toteutumisessa

Liikkumisen toteutumista voidaan ajatella prosessina, jossa eri ulottuvuuksilla on erilaisia rooleja (kuva 2). Saavutettavuus voidaan jakaa mahdollistaviin tekijöihin, tulkinnan tasoon ja yksilöllisen päätöksenteon tasoon. Mahdollistavista tekijöistä suurin osa on paikan tai palvelun ominaisuuksia. Yksilön ominaisuuksista taidollinen ulottuvuus on luokiteltavissa mahdollistavaksi. (Virmasalo & Hasanen 2022) Sosiaalinen ulottuvuus on liikkumisen mahdollistavien tekijöiden ja yksilöllisen päätöksenteon välinen välittäjä. Ihmisen näkemys ja kokemus itsestä ja omista toimintamahdollisuuksista perustuu hänen ajatteluaan muokkaavaan vuorovaikutukseen. Näin määriteltynä sosiaalinen ulottuvuus näyttäytyy niin sanotusti tyhjänä laatikkona tarkasteltaessa helpommin mitattavien ulottuvuuksien vaikutuksia.

Yksilö on ainoa mahdollinen toimija, mutta tästä huolimatta päätökset eivät synny yksilöllisissä prosesseissa, vaan ne ovat seurausta historiallisten vuorovaikutusten jatkumoista. Sosiaaliseen ulottuvuuteen sisältyy kaikki yhteisön ja yhteiskunnan tapahtumat. Se muotoutuu yksilön

omasta historiasta ja jopa historiasta ennen yksilöä. (Virmasalo & Hasanen 2022) Konkreettisenä esimerkkinä tästä voidaan ajatella tapahtumaa, jossa yksilö on saanut todistukseen aina huonon arvosanan koululiikunnasta. Tämän kokemuksen myötä hänen ajattelunsa on saattanut muokkautua siten, että hän kokee myös nykyhetkessä omat liikunnalliset taitonsa ja kykynsä huonoiksi.



KUVA 2. Fyysisen aktiivisuuden saavutettavuus prosessina. (Virmasalo & Hasanen 2022, 3)

3.4 Esteettömyys liikunnassa

Esteettömyys liittyy olennaisena osana liikuntapaikkojen saavutettavuuteen ja sen osa-alueisiin katsotaan kuuluvan kuulemisen, näkemisen ja liikkumisen esteettömyys (Pyykkönen 2013, 13; Valtion liikuntaneuvosto 2014, 32). Esteettömät liikuntaympäristöt ja liikuntapaikat mahdollistavat jokaiselle yhdenvertaiset mahdollisuudet osallistua urheilu- ja kulttuurielämyksiin urheilijana, harrastajana, katsojana, saattajana, ohjaajana, toimitsijana ja työntekijänä riippumatta heidän henkilökohtaisista ominaisuuksistaan (Jokela 2009, 7; Kuusiluoma 2019). Esteettömyyteen sisältyy vahvasti syrjimättömän ilmapiirin luominen, sillä kaikilla tulee olla mahdollisuus liikkua ja ylläpitää omaa toimintakykyään ja terveyttään sekä parantaa omaa elämänlaatuaan liikunnan keinoin (Liikuntalaki 390/2015, 2§; Valtion liikuntaneuvosto 2018; Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014, YK:n yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista 23/2016). Liikkumisen esteettömyys ei liity ainoastaan tiettyihin

käyttäjryhmiin, vaan se koskee jokaista liikkujaa, sillä esteettömyydellä pyritään helpottamaan kaikkien arkielämää ja liikkumista (Kuusiluoma 2019; Vepsäläinen & Hiltunen 2001, 23). Esteettömyyden korostaminen on tärkeää jokaisen ihmisryhmän kannalta, sillä esteettömät liikuntapaikat voivat palvella laaja-alaisesti kaikkia sen käyttäjiä yhtä aikaa (Valtion liikuntaneuvosto 2014, 32). Lisäksi on olennaista painottaa myös erilaisten liikkujien omien kokemusten ymmärtämistä (Valtion liikuntaneuvosto 2018).

Esteettömyys nähdään yhtenä rakennettujen ympäristöjen laatutekijänä. Ympäristöjen tai rakennusten esteettömyydellä tarkoitetaan tässä yhteydessä niiden toimivuutta, turvallisuutta ja helppokulkuisuutta kaikkien käyttäjien näkökulmasta. (Valtion liikuntaneuvosto 2014, 32) Liikuntaympäristöjen ja -paikkojen esteettömyyttä ei tulisi ajatella erillisenä suunniteltavana asiana, vaan sen tulee kulkea mukana luonnollisena osana koko liikuntaympäristöä tai -paikkaa koskevan suunnitteluprosessin ajan. Esteettömyyden mukanaan tuomat hyödyt auttavat kaikkia liikkujia ja toimijoita. (Kuusiluoma 2019) Saavutettavassa ja esteetömyssä liikuntapaikassa esteettömyyden eri osa-alueet tukevat toisiaan muodostaen toimivan ja katkeamattoman kokonaisuuden. Eri osa-alueet ovat myös riippuvaisia toisistaan, jolloin yhden tai useamman osa-alueen toimimattomuus voi pysäyttää koko palveluketjun. (Kuusiluoma 2019) Liikuntapaikkojen esteettömyys luo perusedellytykset liikunnan yhdenvertaiseen harrastamiseen (Jokela 2009, 7).

Ihmisten elinympäristön esteettömyyttä voidaan tarkastella esteettömyyden eri näkökulmista, joita ovat fyysinen, toiminnallinen ja sosiaalinen esteettömyys. *Fyysisen esteettömyyden* nähdään liittyvän rakennettuihin ympäristöihin ja maantieteellisiin olosuhteisiin. Huomio kiinnittyy muun muassa toimiviin, helppokäyttöisiin ja muunneltaviin sisä- ja ulkotiloihin sekä esteetömiin yhdyskuntarakenteisiin. (Vepsäläinen & Hiltunen 2001, 23–24) *Toiminnallisella esteettömyydellä* tarkoitetaan palveluiden määrää, monipuolisuutta, sijaintia ja saavutettavuutta. Toiminnallisessa esteettömyydessä huomio kiinnittyy usein esimerkiksi eri asukasryhmien eriarvoiseen asemaan palveluiden saavutettavuuden suhteen. Toiminnallinen esteettömyys liitetään usein myös esteetömiin matkaketjuihin, eli matkanteon sujuvuuteen, kulkuneuvojen hyvään saatavuuteen sekä aikataulujen yhteensopivuuteen. (Vepsäläinen & Hiltunen 2001, 24–25) *Sosiaalinen esteettömyys* puolestaan liitetään usein sosiaaliseen toimintaan ja ihmisten kohtaamisiin liittyviin vapaisiin ja turvallisiin liikkumisen mahdollisuuksiin. Sosiaalisen esteettömyyden tausta-ajatuksena on vähentää ja poistaa liikkumisen esteitä ihmisten vuorovaikutuksen tieltä. Sosiaalisella esteettömyydellä voidaankin

edesauttaa esimerkiksi yksilöiden ja eri asukasryhmien integroitumista yhteiskuntaan. (Vepsäläinen & Hiltunen 2001, 24–25)

Tutkimukset ovat osoittaneet, että julkisten politiikkaohjelmien tulisi tavoitella liikkumisen fyysisen esteettömyyden lisäksi myös kulttuurista ja sosiaalista esteettömyyttä. Liikkumisen esteettömyyttä arvioivien tutkijoiden, suunnittelijoiden ja poliittisten päättäjien on tehtävä tietoisia valintoja siitä, mitkä koetun esteettömyyden ulottuvuudet ja ominaisuudet olisi tarkoituksen mukaista sisällyttää arviointiin. (Koppen ym. 2014) Yksi yleisimmistä huolenaiheista on ollut kasvava epätasa-arvo, mikäli sosiaalisten tekijöiden vaikutus liikkumisen esteettömyyteen jätetään huomiotta päätöksenteossa (Gomez ym. 2015). Aiempien tutkimusten tulokset viittaavat siihen, että terveyserojen vähentämiseksi olisi hyödyllisempää keskittyä enemmän liikkumisen esteiden poistamiseen kuin liikkumista helpottavien ominaisuuksien lisäämiseen (Stappers ym. 2018). Liikkumisen esteiden poistaminen ei kuitenkaan välttämättä helpota liikkumista tai lisää siihen liittyvää sitoutumista (Biddle & Mutrie 2015).

Liikuntaa rajoittavilla esteillä on havaittu olevan yhteys sosioekonomisiin muuttujiin (Gray ym. 2016; Jones ym. 2021; Stappers ym. 2018). Sosioekonomisten tekijöiden, kuten iän, koulutustason, työllisyyden ja etnisen taustan on havaittu liittyvän terveysriskeihin, kuten liian vähäiseen liikkumiseen ja liialliseen istumiseen, jolloin esimerkiksi erilaisten sairauksien riskit kasvavat (Stappers ym. 2018). Liikkumiseen vaikuttavia esteitä on havaittu myös muiden sosioekonomisten muuttujien, kuten eri sukupuolten välillä (Thomas ym. 2019). Liikuntaa rajoittavia esteitä esiintyy enemmän asuinalueilla, joissa asuu matalaan sosioekonomiseen asemaan luokiteltuja ihmisiä. Tällaisilla asuinalueilla esimerkiksi turvattomuus on usein osoittautunut yhdeksi liikkumisen esteeksi. (Fontán-Vela ym. 2021)

Vaikka liikkuminen on riittämätöntä kaikissa yhteiskuntaluokissa, ovat terveyteen liittyvät ongelmat todennäköisempiä heikommassa sosioekonomisessa asemassa olevilla ihmisillä. Matalassa sosioekonomisessa asemassa olevilla yksilöillä on todettu olevan huonompi käsitys omasta ympäristöstään verrattuna korkeammassa sosioekonomisessa asemassa oleviin yksilöihin, mikä saattaa johtaa alhaisempaan liikunta-aktiivisuuteen ja heikompaan terveydentilaan. Tämä korostaa tarvetta yksilötason interventioihin, jotka tähtäävät liikkumisen lisäämiseen ympäristön, politiikan ja yhteiskunnan tason toimilla. Näitä laajemmalle väestölle suunnattuja liikkumiseen liittyviä interventioita suunniteltaessa tutkijoiden ja poliittisten

päättäjien tulee olla tietoisia ennaltaehkäisevien strategioiden ja rakenteellisten strategioiden välisistä eroista. Tutkimukset viittaavat siihen, että heikommassa sosioekonomisessa asemassa olevien ja korkean terveystarpeen omaavien yksilöiden huomioiminen saattaa itseasiassa lisätä terveyteen liittyvää eriarvoisuutta, koska heikommassa sosioekonomisessa asemassa olevilta yksilöiltä puuttuu terveystietämisen muuttamiseen ja ylläpitämiseen tarvittavia taitoja. Enemmän löytyy kuitenkin näyttöä siitä, että rakenteelliset, koko väestöä koskevat lähestymistavat vähentävät yleensä eriarvoisuutta. (Stappers ym. 2018)

Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että aikuisten liikkumiseen merkittävimmin vaikuttavia toiminnan esteitä ovat yksilötasolla motivaation, energian ja ajan puute, terveystietämisen ymmärtämisen ja liikuntakokemusten puute, huono terveyden tila, turvattomuus sekä sosiaaliset ja kulttuuriset esteet (Donnelly ym. 2018; Jones ym. 2021). Myös koronapandemian aikana liikkumisen esteet ovat pysyneet samoina, kuin sitä edeltävänä aikana. Koronapandemian aikana yleisimpien liikkumisen esteiden lisäksi ahdistuneisuus sekä seuran ja tuen puute ovat lisääntyneet, ja niistä on tullut huomattavasti yleisempiä liikkumisen esteitä kuin aiemmin. (Farah ym. 2021; Marashi ym. 2021) Koronapandemian aikana etenkin sisäliikuntatilojen käyttöä rajoitettiin merkittävästi, ja näiltä osin liikkumista korvaavat mahdollisuudet ovat löytyneet yleisimmin kotiympäristöistä sekä ulkoilu ympäristöistä, kuten viheralueista ja rakentamattomasta luonnosta (Porcherie ym. 2021; Virmasalo ym. 2023).

Liikuntatilojen käytön rajoituksista huolimatta myöskään alhaisella sosioekonomisella asemalla ei havaittu olevan selvää yhteyttä liikkumisen esteisiin, eikä liikkumisen ole havaittu merkittävästi vähentyneen koronapandemian aikana. Tämän voidaan nähdä johtuvan esikaupunkien monipuolisista liikkumisympäristöistä, jotka ovat mahdollisesti vaikuttaneet myös lieventävästi liikkumisen sosioekonomisen polarisoitumisen voimistumiseen. Tutkimukset viittaavat siihen, että esikaupunkien ja muiden asuinalueiden liikkumisympäristöjen suunnittelussa ja rakentamisessa tulee arvioida ja huomioida niiden monipuolisuus ja käyttö. (Virmasalo ym. 2023)

Monet tutkimukset osoittavat, että tietyn tyyppisillä liikuntaan vaikuttavilla esteillä on yhteys esimerkiksi etnisiin väestöryhmiin ja alhaiseen sosioekonomiseen asemaan (Bantham ym. 2021). Suomessa liikkumisen esteitä on tutkittu, mutta esimerkiksi monikulttuurisuutta ei ole juurikaan huomioitu tutkimuksissa. Suomessa liikuntaan liittyvät politiikat ja käytännöt suosivat kulttuurisesti suomalaisia liikkumismuotoja. Sen vuoksi olisikin tärkeää, että liikunta-

alalle saataisiin monikulttuurisempaa asiantuntijuutta, jonka myötä saataisiin mahdollisesti myös parempi kuva siitä, minkälaiset asiat vaikuttavat esimerkiksi maahanmuuttajien liikkumiseen ja minkälaisia mahdollisia erityistarpeita heillä on. On erittäin tärkeää, että jokaisella on yhtäläinen tiedonsaannin mahdollisuus hyvinvoinnista ja liikunnasta, sillä esteetön liikkuminen on jokaisen oikeus. (Rönkkö 2015; Vepsäläinen & Hiltunen 2001, 23) Aiemmissa tutkimuksissa on havaittu yhteyksiä myös esimerkiksi liikkumisen ja kielitaidon välillä. Kielitaito voi vaikuttaa merkittävästi liikkumismahdollisuuksiin liittyvään tiedonsaantiin sekä liikkumisen terveysvaikutusten ymmärtämiseen. (Langøien ym. 2017)

3.5 Liikuntapolitiikan yhteiskunnallinen merkitys

Liikunnan ja sen myötä väestön terveyden ja hyvinvoinnin sekä kilpa- ja huippu-urheilun ja niihin liittyvän kansalaistoiminnan edistäminen on kansallisen liikuntapolitiikan tavoite (Liikuntalaki 2015; Sosiaali- ja terveysministeriö 2013). Tutkimukset, selvitykset, tavoitteet ja lainsäädäntö sekä liikuntaan ohjatut budjetti- ja veikkausvoittovarot ohjaavat ja kehittävät liikuntapolitiikkaa. Tavoitteet on määritelty esimerkiksi liikuntalaissa, perustuslaissa ja kuntalaissa sekä pääministeri Sanna Marinin hallitusohjelmassa (Kuntalaki 2015; Liikuntalaki 2015; Pääministeri Sanna Marinin hallituksen ohjelma 2019; Suomen perustuslaki 1999).

Liikunnalla on itseisarvoinen merkitys ihmiselle ja jokainen on oikeutettu saamaan liikunnasta mielihyvää, nautintoa ja positiivisia kokemuksia. Merkittävän itseisarvon lisäksi liikunnalla on huomattavan suuri positiivinen ja yhteiskunnallinen välinearvo. Tieteellinen tutkimus osoittaa kiistatta liikunnan valtavan hyödyn ja välttämättömyyden esimerkiksi monien kansansairauksien, kuten tuki- ja liikuntaelinsairauksien, diabeteksen sekä mielenterveysongelmien hoidossa ja ehkäisyssä. Suomessa liikuntaa tulisi lisätä kaikissa ikä- ja väestöryhmissä ja jotta liikuntaa ja liikkumista voidaan edistää, tarvitaan koko elämäntähtämyksen tukeva selkeä ja tavoitteellinen toimintasuunnitelma, joka ylittää myös perinteiset ammatti-, organisaatio- ja hallintorajat. Liikunnan edistäminen tulee yhdistää suurempiin ja laajempiin kokonaisuuksiin, kuten koulutuksen ja olosuhteiden kehittämiseen sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen. Huomio tulisi kiinnittää erityisesti niihin yksilöihin, jotka eivät liiku hyvinvoinnin ja terveyden kannalta riittävästi. Yhteiskunnan näkökulmasta riittäväällä liikkumisella on myös valtava kansantaloudellinen merkitys. (Valtion liikuntaneuvosto 2018, 15–16)

Liikuntatoimen tuloksellisuuden tavoitteisiin ja keskeisiin toimenpiteisiin kuuluu liikunnan yhdenvertainen saavutettavuus, joka vahvistaa paikallisen liikuntatoimen edellytyksiä osoittamalla kunnille valtionosuuden liikuntatoiminnassa. Tämä tarkoittaa sitä, että liikuntapaikkarakentamisen avustamisessa painotetaan ensisijaisesti sellaisten laadukkaiden liikuntapaikkojen rakentamista ja peruskorjaamista, jotka on suunnattu laajojen käyttäjäryhmien käyttöön. Lisäksi tiedon tuotantoa tuetaan liikuntapaikkarakentamisen ja liikuntaa suosivan yhdyskuntasuunnittelun kehittämiseksi. Liikunnan edistämässä huomio kohdistuu läpileikkaavasti liikunnan yhdenvertaisuuteen ja tasa-arvonäkökulmiin, erityistä tukea liikunnan parissa tarvitsevien henkilöiden tarpeisiin sekä urheilun integriteettiin. Liikunnalla tuetaan myös lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä, suvaitsevaisuutta, monikulttuurisuutta sekä ympäristöjen kestävä kehitystä. (Suomi ym. 2012, 13)

Kuntien ja muun julkisen hallinnon tärkeänä tehtävänä on taata liikuntapalveluiden mahdollisimman yhdenvertainen saatavuus kaikille (Suomi ym. 2012). Hyvinvoinnin ja terveyden lisäämisen ohessa liikunta on tärkeässä roolissa sosiaalisen integraation ja osallisuuden sekä yhteiskunnallisen aktiivisuuden edistämässä. Liikunnassa ja urheilussa tarvitaan toimintamalleja, jotka turvaavat jokaiselle mahdollisuuden harrastaa liikuntaa riippumatta varallisuudesta, toimintakyvystä tai sosiaalisesta taustasta. Kaikille väestö- ja ikäryhmille tulee tarjota mahdollisuus organisoidun ja matalan kynnyksen liikunnan harrastamiseen. Suomessa liikuntatoiminnan järjestämisen lähtökohtana on yhdenvertaisuuden edellytys. Lisäksi liikuntatoiminta, joka huomioi myös vähemmistöt, tukee jokaisen liikkujan osallistumista. Vähemmistöjen kohtaamat yhdenvertaisuuden esteet saattavat kaventaa moninkertaisesti heidän mahdollisuuksiaan päästä mukaan liikuntatoimintaan ja pysyä siinä mukana. (Valtion liikuntaneuvosto 2018, 17–18). Liikunta on toiminnallinen ja helppokäyttöinen työväline esimerkiksi maahanmuuttajien kotouttamisessa, ja siten kuntalaisia pyritään aktivoimaan erilaisten toiminnallisten harrastusten pariin (Suomi ym. 2012). Maahanmuuttajaväestölle liikunta voi toimia oppimisen välineenä esimerkiksi yhteiskunnan toimintatapojen ja kielen oppimisessa. Monipuoliset liikuntapalvelut ja toimintatavat sekä mahdollisuus omatoimisen liikunnan harrastamiseen edistävät yhteisöllisyyttä ja osallisuutta. (Valtion liikuntaneuvosto 2018, 18)

Vaikka liikuntapoliittisilla toimenpiteillä ja interventioilla pyritään tähtäämään liikunnan edistämiseen, voivat ne kuitenkin joissain tapauksissa lisätä esimerkiksi sosioekonomiseen

asemaan perustuvaa eriarvoisuuta liikuntakäyttäytymisessä, koska usein laajemmalle väestölle suunnatut liikkumista edistävät parannukset hyödyttävät pääasiassa eniten sosioekonomisesti paremmassa asemassa olevia yksilöitä. (Smith ym. 2017; Stappers ym. 2018). Liikuntapolitiikkaan liittyvät ongelmat ovat melko monimutkaisia, eikä niihin ole toistaiseksi löydetty yksiselitteisiä ratkaisuja. Lisäksi myös ymmärrys liikuntapolitiikan vaikutuksista yksilöiden ja yhteiskunnan tasolla on edelleen puutteellista. (Hoekman & Scheerder 2021) Tästä syystä aiheesta tarvitaan nykyistä enemmän tutkimustietoa.

4 TUTKIMUSMENETELMÄT

Tässä luvussa käsittelen tutkielmani menetelmäosuutta. Ensiksi esittelen tutkielmalle asettamani tutkimustehtävät ja tutkimuskysymykset. Seuraavaksi avaam tarkemmin tutkielmani käytännön toteutusta, jonka jälkeen esittelen aineiston analyysia ja siihen vaikuttavia asioita.

4.1 Tutkimustehtävät

Tämän pro gradu -tutkielman tavoitteena on selvittää, missä ja miten Huhtasuon asukkaat liikkuvat, kuinka sosioekonominen eriarvoisuus vaikuttaa Huhtasuon asukkaiden liikkumiseen. Lisäksi tavoitteena on selvittää, minkälaiset asiat koetaan Huhtasuolla liikkumista rajoittavina esteinä ja miten Huhtasuon liikkumisympäristöjä voitaisiin kehittää.

Tutkimuskysymykseni olivat seuraavat:

1. Missä ja miten Huhtasuon asukkaat liikkuvat?
2. Kuinka sosioekonominen eriarvoisuus vaikuttaa Huhtasuon asukkaiden liikkumiseen?
3. Minkälaiset asiat koetaan Huhtasuolla liikkumista rajoittavina esteinä?
4. Miten Huhtasuon liikkumisympäristöjä voitaisiin kehittää?

4.2 Tutkimuksen toteutus

Tämä pro gradu -tutkielma on menetelmältään kvantitatiivinen tapaustutkimus ja se toteutettiin kyselytutkimuksena. Tapaustutkimukselle on ominaista tuottaa yksityiskohtaista tietoa yksittäisestä tapauksesta (Hirsjärvi ym. 2009, 134). Kyselytutkimus sopii erinomaisesti tutkimusmenetelmäksi silloin, kun halutaan tarkastella yhteiskunnallisia ilmiöitä sekä ihmisten toimintaa, mielipiteitä, asenteita ja arvoja (Vehkalahti 2014, 11). Tutkielman tutkimusasetelma on poikittaistutkimus. Analysoimalla poikkileikkausaineistoa voidaan kuvata ilmiötä (Vastamäki 2015). Tutkielman voidaan sanoa olevan myös kuvaileva tapaustutkimus, jolle ei ole yleensä tapana asettaa hypoteeseja (Hirsjärvi ym. 2009, 158). Tutkimuksen kohderyhmänä oli Huhtasuolla asuvat työikäiset aikuiset. Kyselytutkimuksen mittarina käytettiin sähköistä kyselyä, jonka avulla vastaukset saatiin helposti analysoitavaan muotoon (Valli 2015).

Kysymysten avulla pystyttiin mittaamaan erilaisia ilmiöitä, kuten arvoja ja asenteita (Vehkalahti 2014, 12).

Tutkimuksen aineisto kerättiin Maptionnaire-paikkatietokyselyllä (Liite 1). Kyselyn kysymykset koostuivat pääasiassa suljetuista monivalintakysymyksistä, karttaosiesta sekä avoimista kysymyksistä. Kysymysosiossa kartoitettiin vastaajien taustatietoja ja karttaosiossa liikuntapaikkakohtaisista tietoja, jolloin vastaajan liikkumista kuvaavat tiedot voitiin liittää paikkakohtaiseen tietoon. Kysymysosiossa kysytyt sosiodemografiset taustamuuttujat olivat vastaajan asuinalue, sukupuoli, ikä, koulutustaso, työtilanne, asumismuoto ja kotitalouden tulot. Taustamuuttujana hyödynnettiin myös vastaajien liikunta-aktiivisuutta, jonka määritteli se, kuinka monta kertaa vastaajat olivat säännöllisesti ja toistuvasti liikunnallisesti rasittaneet itseään viikoittain. Kyselyssä liikunnalla viitattiin urheiluun, liikuntaan, virkistykseen, vapaa-aikaan, aktiiviseen matkustamiseen ja aktiivisiin arjen askareisiin. Suljettujen monivalintakysymysten käyttäminen saattaa kasvattaa vastausprosenttia, sillä vastaajan on helppoa vastata niihin. Lisäksi vastausten analysointi on nopeampaa ja selkeämpää, vaikka toisaalta monivalintakysymykset voivat vaatia vastaajan valitsemaan vastauksista itselle sopimattoman vaihtoehdon (Parfitt 1997; Vehkalahti 2014). Tästä syystä kyselyssä oli valmiiden vastausvaihtoehtojen lisäksi tarkentavia avoimia kysymyksiä. Kyselyn pituus pyrittiin pitämään kohtuullisena, koska sen pituudella ja kysymysten määrällä on vaikutusta vastausprosenttiin ja vastaamisen huolellisuuteen (ks. Valli 2015). Kyselyn alussa varmistettiin vastaajan suostumus vastausten hyödyntämiseen tutkimuksessa (Liite 2) sekä informoitiin tietosuojakäytännöistä (Liite 3).

Kysely laadittiin ja toteutettiin YLLI-tutkimushankkeen tutkimusryhmän toimesta. Kyselyä testattiin ennen sen julkaisemista liikkumisympäristöjen suunnittelu -opintojaksoon osallistuneilla opiskelijoilla. Tutkimusaineisto kerättiin kahdessa osassa, joista ensimmäinen osuus syksyllä 2021 ja toinen osuus keväällä 2022. Aineistonkeruun aikaan vallinnut koronapandemia hankaloitti osaltaan aineistonkeruuta, sillä monet pysyivät kotona ja liikkuivat vähemmän julkisilla paikoilla kuin normaalisti. Ihmisiä oli haastavampaa tavoittaa kasvotusten ja myös kyselyyn oli vaikeampaa saada vastaajia. Keväällä 2022 koronatilanne helpottui, kun maskisuositus poistui. Ensimmäinen syksyllä 2021 toteutettu kysely sisälsi kysymyksen Huhtasuon liikuntapuistoon kohdistuvista kehitysehdotuksista. Toisesta keväällä 2022 toteutetusta kyselystä se rajattiin kuitenkin pois, sillä Huhtasuon liikuntapuiston kehittämiseen ja suunnitteluun on kohdistettu jo aiemmin erityistä huomiota muun muassa Jyväskylän

kaupungin ja Jyväskylän yliopiston toimesta. Näin ollen edellä mainittu kysymys ei ollut enää tarpeellinen kyselyssä esitettäväksi ja jälkimmäisessä kyselyssä kehitysehdotukset kartoitettiin yleisesti koko Huhtasuon alueesta.

Tutkimuskyselyyn vastasi yhteensä 100 iältään 17–85-vuotiasta Huhtasuon asukasta. Aineistoa kerättiin haastattelemalla ja jakamalla kyselylinkkiä Huhtasuon alueella sekä Facebookin välityksellä suljetussa Huhtasuon Puskaradio-ryhmässä. Tärkeimpiä aineistonkeruupaikkoja Huhtasuolla olivat muun muassa kirjasto, kylätoimisto, yhteistoimintapiste sekä Kangaslammen toimintapuisto. Kyselyyn pystyi vastaamaan itsenäisesti tai haastattelijan kanssa kyselylinkin kautta puhelimen tai tietokoneen välityksellä ja siihen pystyi vastaamaan suomeksi tai englanniksi. Lisäksi vastaajalla oli mahdollisuus halutessaan osallistua S-ryhmän lahjakorttien arvontaan. Arvonnalla pyrittiin motivoimaan vastaajaa vastaamaan kyselyyn, mutta arvontaan osallistuminen saattaa kyseenalaistaa vastaajan motiivit osallistua tutkimukseen. Voidaankin pohtia, motivoiko mahdollinen palkinto vastaajan vastaamaan kyselyyn vai pitääkö hän kyselyn aiheita todellisuudessa tärkeinä (ks. Vilka 2007, 66).

Kyselyaineistolla selvitettiin Huhtasuon asukkaiden tärkeitä liikkumispaikkoja ja liikkumismuotoja eri vuodenaikoina, miten sosioekonominen eriarvoisuus vaikuttaa Huhtasuon asukkaiden liikkumiseen, minkälaisien esteiden koetaan rajoittavan liikkumista ja miten Huhtasuon liikkumisympäristöjä voitaisiin kehittää. Lisäksi joihinkin kysymyksiin sisältyi avokysymyksiä, joilla oli mahdollista tarkentaa vastausta. Taulukossa 1 on esitelty, millä kysymyksellä pyrittiin selvittämään mitäkin tutkimusongelmaa.

TAULUKKO 1. Kyselyn kysymykset, joilla tutkimusongelmia on tutkittu.

Tutkimusongelma	Kyselyn kysymys, jolla ongelmaa on tutkittu
Liikkumispaikat ja liikkumismuodot	Mitkä ovat tärkeitä liikkumispaikkoja ja liikkumismuotoja eri vuodenaikoina?
Sosioekonomisen eriarvoisuuden vaikutukset liikkumiseen	Kysymykset taustatiedoista ja asuinalueesta
Liikkumisen esteet	Mitä liikkumispaikkoja ei voi käyttää ja miksi?
Liikkumisympäristöjen kehittäminen	Mitkä liikkumispaikat vaativat kehittämistä ja miksi?

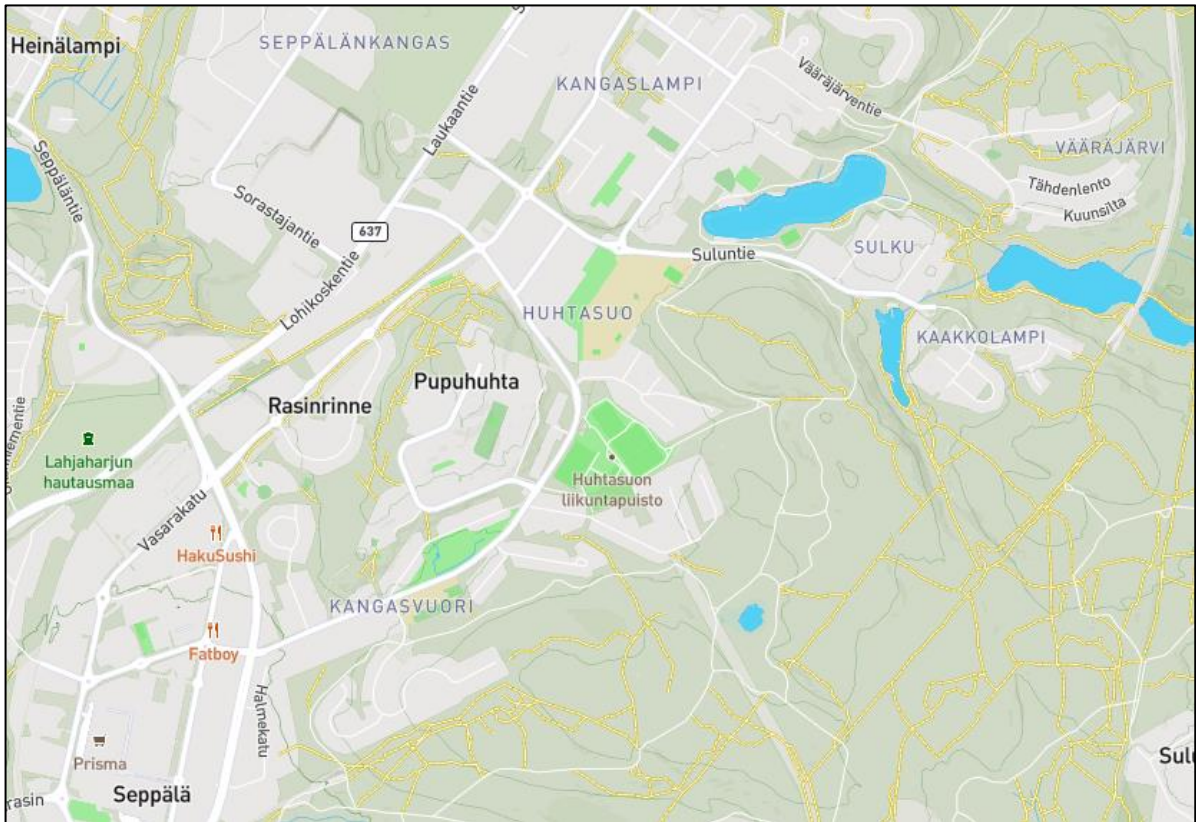
4.3 Tutkimuskohde

Tässä pro gradu -tutkielmassa tutkimuskohdeena toimi Jyväskylän kaupungin Huhtasuon kaupunginosan asukkaat. Huhtasuon kaupunginosa on alun perin 1970-luvulla rakennettu metsälähiö, joka tarjoaa enimmäkseen kerrostaloasuntoja viihtyisässä elinympäristössä viheralueiden ympäröimänä (Jyväskylän kaupunki 2022; Stjernberg 2019). Huhtasuo on pinta-alaltaan 5,3 km² ja vuoden 2021 lopussa asukkaita oli yhteensä 9 370 (Tilastokeskus 2021). Huhtasuo sijaitsee noin 3–8 kilometriä Jyväskylän keskustan koillispuolella ja sen asuinalueisiin kuuluvat Seppälä, Rasinrinne, Kangasvuori, Pysäkkivuori, Pupuhuhta, Kangaslampi, Sulku ja Kaakkolampi (kuva 3) (Jyväskylän kaupunki 2022).

Huhtasuolla on erinomaiset liikunta- ja ulkoilumahdollisuudet. Keskeisellä paikalla sijaitseva Huhtasuon liikuntapuisto tarjoaa monipuolisesti erilaisia ulkoliikuntamahdollisuuksia. Liikuntapuiston hiekkakenttä ja nurmikentät palvelevat etenkin kesäisin jalkapalloilijoita. (Jyväskylän kaupunki 2022) Liikuntapuiston yhteydessä sijaitsee myös frisbeegolfrata (Jyväskylän kaupunki 2023c). Luistinerata ja kaukalo ovat talvisin luistelijoiden käytössä, ja liikuntapuistoa ympäröivän metsän pururata- ja latuverkostoja pitkin pääsee muun muassa Halssilaan ja Vaajakoskelle. Ampujien majan suunnasta pääsee Peurunkaan ja Palokkaan asti. Kangaslammen toimintapuiston yhteydessä on Suomen ensimmäinen parkour-alue. Kaakkolammella sijaitsee uimaranta ja avantouintipaikka pukukoppeineen, joten siellä pääsee uimaan ympäri vuoden. (Jyväskylän kaupunki 2022) Huhtasuolla sijaitsee myös monipuolisesti erilaisia kuntoilualueita, kävelykatuja, pyöräteitä ja viheralueita sekä 12 sisäliikuntapaikkaa muukaan lukien kuntosalit ja koulujen liikuntasalit (Virmasalo ym. 2023).

Huhtasuo on mukana ympäristöministeriön koordinoimassa Lähiöohjelmassa, jonka tavoitteena on muun muassa edistää asukkaiden osallisuutta ja hyvinvointia, lisätä asuinalueiden elinvoimaisuutta, turvata hyvä asumisen ja palveluiden taso sekä ehkäistä alueiden eriytymistä (Jyväskylän kaupunki 2023b). Huhtasuon kaupunginosan katsotaan ilmentävän segregaatiota ja sen sosiokulttuuriselle kontekstille on ominaista keskimääräistä alhaisempi tulo- ja koulutustaso sekä suhteellisen suuri vieraskielisten ja etniseen vähemmistöön kuuluvien asukkaiden osuus. Lisäksi yhteiskunnalliset ja taloudelliset ongelmat, kuten korkea työttömyysaste, syrjäytyneiden ihmisten keskittymät, korkea väestön vaihtuvuus, terveyserot sekä epäjärjestyksen ja turvattomuuden tunne liittyvät läheisesti toisiinsa. Nämä

ovat myös Huhtasuolla yleisesti havaittuja ongelmia. (Stjernberg 2019; Tilastokeskus 2021; Vaattovaara ym. 2018)



KUVA 3. Huhtasuon kartta.

4.4 Tutkimusaineiston analysointi

Tutkimusaineisto analysoitiin tilastollisin menetelmin käyttämällä IBM SPSS Statistics 26.0 -analysointiohjelmaa. Monivalintakysymykset analysoitiin SPSS-ohjelmalla hyödyntäen numeerisen aineiston analyysimenetelmiä, kuten prosenttilukuja, keskiarvoja, frekvenssejä ja ristiintaulukointia. Kyselyn karttaosiota havainnollistettiin Maptionnaire-paikkatietojärjestelmästä saatujen karttojen ja analysointityökalujen avulla. Ristiintaulukoinnilla tutkittiin sosiodemografisten muuttujien sekä liikunta-aktiivisuuden välisiä eroja. Kahden ryhmän keskiarvojen vertailu tehtiin normaalisti jakautuneilla muuttujilla T-testillä. Useamman ryhmän keskiarvojen vertailu tehtiin normaalisti jakautuneilla muuttujilla yksisuuntaisella varianssianalyysillä (ANOVA). Yksisuuntaisella varianssianalyysillä pystytään vertailemaan useamman kuin kahden eri ryhmän keskiarvoja keskenään (Heikkilä

2014, 210). Kaikkien tilastollisten testien merkitsevyyden rajana käytettiin $p=0,05$. Tutkimuksessa on syytä huomioida tuloksien ja eroavaisuuksien vastauksissa olevan kuitenkin todellisia, vaikka tilastollista merkitsevyyttä ei välttämättä ilmenisi.

Otoksen koko ja tutkimusintressi huomioon ottaen useat sosiodemografiset muuttujaluokat luokiteltiin uudelleen tai yhdistettiin. Ikä esitettiin kuuden luokan muuttujana vastaajan itse ilmoittaman syntymävuoden mukaan. Sukupuoli esitettiin neljän luokan muuttujana, joita olivat mies, nainen, muu ja en halua kertoa. Koulutusmuuttuja koottiin seitsemäksi luokaksi, joita olivat perusasteen tutkinto, toisen asteen tutkinto, alempi korkeakoulututkinto, ylempi korkeakoulututkinto, muu tutkinto, koulutus kesken ja en osaa sanoa. Elämäntilanne esitettiin seitsemän luokan muuttujana, joita olivat palkansaaja, työtön, koululainen tai opiskelija, kotiäiti, koti-isä tai muu hoivatyö kotona, eläkeläinen, muu ammattiryhmä tai tilanne ja en osaa sanoa. Asumismuoto esitettiin viiden luokan muuttujana, joita olivat kerrostalo, rivitalo, paritalo, luhtitalo tai erillistalo, omakotitalo, muualla ja en osaa sanoa. Henkilökohtaiset vuosittaiset bruttotulot esitettiin kuuden luokan muuttujana. Asuinpaikka otettiin huomioon erillisellä karttakysymyksellä, johon asuinpaikan sijainti kohdennettiin. Liikkujatyypit esitettiin viitenä luokkana, joita olivat hyötyliikkuja, kuntoilija, urheilija, ei liiku ja en osaa sanoa. Aineiston analysoinnissa keskityttiin muuttujien välisiin vuorovaikutuksiin. Sosiodemografisten muuttujien ja liikunta-aktiivisuuden välisiä eroja tutkittiin ristiintaulukoinnin avulla, mutta se ei tuottanut tilastollisesti merkitseviä tuloksia tutkimuksessa käsiteltyjen muuttujien osalta.

Liikkumispaikkojen turvattomuutta, huonokuntoisuutta, esteettömyyttä ja kehittämisvaatimuksia koskevien avointen kysymysten analysoinnissa hyödynnettiin teemoittelua. Ensiksi tutkimusaineisto koottiin yhteen, jonka jälkeen se käytiin huolellisesti läpi. Sen jälkeen eriteltiin ne asiat, jotka toistuivat aineistossa moneen kertaan. Sitten luokiteltiin ja määriteltiin aineistosta esiin tulleet teemat. (Tuomi & Sarajärvi 2018) Esimerkiksi huonokuntoiset ja kehittämistä vaativat paikat yhdistettiin lopulta yhdeksi luokaksi, sillä vastaukset menivät osittain lomittain ja niitä oli suhteessa vähemmän, kuin muissa luokissa. Analyysissä huomioitiin ne aihepirit, jotka toistuivat aineistossa useamman kerran. Tutkimustulokset raportoidaan tulososiossa numeerisessa muodossa taulukoiden ja kuvien avulla sekä sanallisesti.

5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tässä luvussa tarkastelen tutkielmani kannalta tärkeimpiä tutkimustuloksia. Ensimmäisenä alaluvussa tarkastellaan Huhtasuon asukkaiden sosiodemografista ja liikunnallista taustaa. Toisessa alaluvussa tarkastellaan Huhtasuon asukkaiden tärkeäksi kokemia liikuntapaikkoja eri vuodenaikoina. Kolmannessa alaluvussa tarkastellaan paikkoja, jotka ovat Huhtasuon asukkaiden mielestä jollakin tavalla esteellisiä, huonokuntoisia, turvattomia tai kehittämistä vaativia.

5.1 Sosiodemografinen ja liikunnallinen tausta

Sukupuolijakauman mukaan vastanneista 76 prosenttia oli naisia ja 18 prosenttia miehiä. Muunsukupuolisia oli 2 prosenttia vastanneista. Tulosten perusteella kyselyyn vastanneista huomattava enemmistö oli naisia. Tulokset ovat sukupuolten osalta vinoutuneet, sillä kun tarkastellaan koko Huhtasuon väestöä, on se jakautunut keskimäärin sukupuolten osalta tasaisesti (Tilastokeskus 2022). Tämän perusteella voidaan ajatella, että naiset ovat keskimäärin aktiivisempia ja kiinnostuneempia vastaamaan liikkumista koskeviin kyselyihin sekä myös kiinnostuneempia omasta terveydestään.

Ikäjakauman osalta vastaajat jakautuivat ikävuosien 17–85 välille, joista yksi prosentti oli alle 18-vuotiaita. Enemmistö vastaajista (30 %) oli 31–40-vuotiaita ja 23 prosenttia vastaajista oli 18–30-vuotiaita. Vastanneista 41–50-vuotiaita oli 18 prosenttia. Vastausten perusteella voidaan todeta, että tutkimukseen osallistuneet koostuivat vanhemmista aikuisista, sillä 76 prosenttia vastaajista oli yli 30-vuotiaita. Iän puolesta vastaajajoukko edustaa hyvin koko Huhtasuon väestön ikäjakaumaa (Tilastokeskus 2022).

Tutkimustulosten mukaan kyselyyn vastanneista Huhtasuon asukkaista suurin osa (44 %) oli suorittanut korkeimpana koulutustutkintonaan toisen asteen tutkinnon. Tähän luokkaan sisältyi ammatillinen perustutkinto tai ammattikoulututkinto sekä ylioppilastutkinto. Alemman korkeakoulututkinnon suorittaneita oli yhteensä 24 prosenttia. Tähän sisältyivät opistoasteen ammatillinen tutkinto, ylemmän opistoasteen tutkinto, ammattikorkeakoulututkinto ja alempi yliopiston tai korkeakoulun akateeminen tutkinto. Perusasteen tutkinnon suorittaneita tai sitä vähemmän suorittaneita oli vastaajista 15 prosenttia. Ylemmän korkeakoulututkinnon

suorittaneita oli yhteensä 11 prosenttia vastanneista. He olivat suorittaneet yliopiston tai korkeakoulun ylemmän akateemisen tutkinnon tai korkeamman tutkinnon. Koulutuksen osalta vastaajajoukko edustaa hyvin koko Huhtasuon väestön koulutustasoa (Tilastokeskus 2022). Huhtasuon kaupunginosan sosiokulttuuriselle kontekstille on ominaista keskimääräistä alhaisempi työllisyys-, tulo- ja koulutustaso. Vuonna 2020 Huhtasuolla oli vähiten (21,4 %) korkea-asteen tutkinnon suorittaneita kaikista Jyväskylän asuinalueista. Sekä tutkimustulokset että tilastot antavat yhtenevän käsityksen siitä, että Huhtasuon asukkaat ovat keskimäärin matalammin koulutettuja kuin muiden Jyväskylän asuinalueiden asukkaat. (Tilastokeskus 2021)

Vastaajista palkansaajia oli Huhtasuon asukkaiden joukossa 41 prosenttia ja eläkeläisiä 16 prosenttia. Työttömiä oli yhteensä kaikista vastanneista 14 prosenttia. Koululaisia tai opiskelijoita oli yhteensä 14 prosenttia. Vastanneiden joukossa ei ollut yhtään yrittäjää tai yksityistä ammatinharjoittajaa. Työttömät ja eläkeläiset ovat tuloksissa aliedustettuina, kun vastaajajoukkoa verrataan koko Huhtasuon väestöön. Muilta osin työtilannetta kuvaavat tulokset ovat samankaltaisia koko Huhtasuon väestöön nähden. (Tilastokeskus 2022) Tilastokeskuksen (2021) mukaan vuonna 2020 Huhtasuon työllisten osuus 15–64-vuotiaista oli 51,4 prosenttia, mikä on samanikäiseen väestöön suhteutettuna vähiten kaikista Jyväskylän asuinalueista. Työttömiä oli Huhtasuolla puolestaan eniten (27,5 %) kaikista Jyväskylän asuinalueista. (Tilastokeskus 2021)

Yleisin tulotaso Huhtasuon asukkaiden joukossa oli 0–1999 euroa kuukaudessa, jonka tienasi 44 prosenttia vastanneista. Kuukaudessa 2000–3999 euroa tienavia oli 17 prosenttia ja 4000–5999 euroa tienavia oli yhteensä 15 prosenttia. Tulotason osalta vastaajajoukko edustaa hyvin koko Huhtasuon väestöä, sillä asukkaiden keskitulot ovat kuukausitasolla noin 1635 euroa (Tilastokeskus 2022).

Kyselyyn vastanneista Huhtasuon asukkaista enemmistö (66 %) asui kerrostalossa. 16 prosenttia asui omakotitalossa ja 15 prosenttia asui rivitalossa, paritalossa, luhtitalossa tai erillistalossa. Myös Tilastokeskuksen (2021) tilastot ovat Huhtasuon asuntokannan osalta samansuuntaisia. Vuoden 2021 lopussa Huhtasuon asuntokannasta 85,4 prosenttia oli kerrostaloasuntoja. Se on vain hiukan vähemmän kuin Jyväskylän kantakaupungissa (89,3 %), jossa kerrostaloasuntoja oli eniten suhteutettuna koko asuinalueen kaikkiin asuntoihin. Lisäksi

Huhtasuolla vuokra-asuntojen määrä on kaikista asuinalueen asunnoista suurin (56,4 %) kaikkiin Jyväskylän asuinalueisiin verrattuna. (Tilastokeskus 2021)

Yli puolet (55 %) kaikista vastaajista vastasi olevansa hyötyliikkuja. Hyötyliikkujiin luokiteltiin liikunta-aktiivisuutensa perusteella ne vastaajat, jotka kävelevät, pyöräilevät, kalastavat, metsästävät, tekevät kevyitä puutarhatöitä tai liikkuvat muulla tavalla useita tunteja viikossa. Kuntoilijoihin luokiteltiin liikunta-aktiivisuutensa perusteella ne vastaajat (19 %), jotka harrastavat varsinaista kuntoliikuntaa, kuten juoksua, lenkkeilyä, hiihtoa, uintia, pallopelejä tai rasittavia puutarhatöitä useita tunteja viikossa. Vastaajista 8 prosenttia oli urheilijoita. Urheilijoiksi luokiteltiin liikunta-aktiivisuutensa perusteella ne vastaajat, jotka harjoittelevat kilpailumielessä säännöllisesti rasittavia urheilumuotoja, kuten juoksua, suunnistusta, hiihtoa, uintia ja pallopelejä useita kertoja viikossa. Kyselyyn vastanneista 15 prosenttia ei liiku tai rasita itseään ruumiillisesti. Tutkimustulosten perusteella vastaajista selkeästi yli puolet ovat hyötyliikkuja, jotka liikkuvat vapaa-ajallaan enimmäkseen kävellen tai pyöräillen. Taulukossa 2 on esitelty tarkemmin vastaajien taustatietoja sosiodemografisten muuttujien osalta.

TAULUKKO 2. Vastaajien taustatiedot: Sukupuoli, ikä, koulutus, työtilanne, henkilökohtaiset bruttotulot kuukaudessa, asumismuoto ja liikkujatyyppe. (n=100).

	n	%
Sukupuoli		
Mies	18	18
Nainen	76	76
Muu	2	2
En halua kertoa	4	4
Ikä		
alle 18	1	1
18–30	23	23
31–40	30	30
41–50	18	18
51–65	14	14
yli 65	14	14
Koulutus		
Perusasteen tutkinto	15	15
Toisen asteen tutkinto	44	44
Alempi korkeakoulututkinto	24	24
Ylempi korkeakoulututkinto	11	11
Muu tutkinto	1	1
Koulutus kesken	3	3
En osaa sanoa	2	2
Työtilanne		
Palkansaaja	41	41
Työtön	14	14
Koululainen tai opiskelija	14	14
Kotiäiti, koti-isä tai muu hoivatyö kotona	3	3
Eläkeläinen	18	18
Muu ammattiryhmä tai tilanne	8	8
En osaa sanoa	2	2
Henkilökohtaiset bruttotulot vuodessa		
0–1999 euroa	44	44
2000–3999 euroa	17	17
4000–5999 euroa	15	15
6000–7999 euroa	7	7
8000 euroa tai enemmän	4	4
En osaa sanoa	13	13
Asumismuoto		
Kerrostalo	66	66
Rivitalo, paritalo, luhtitalo tai erillistalo	15	15
Omakotitalo	16	16
Muu	1	1
En osaa sanoa	2	2
Liikkujatyyppe		
Hyötyliikkuja	55	55
Kuntoilija	19	19
Urheilija	8	8
Ei liiku	15	15
En osaa sanoa	3	3

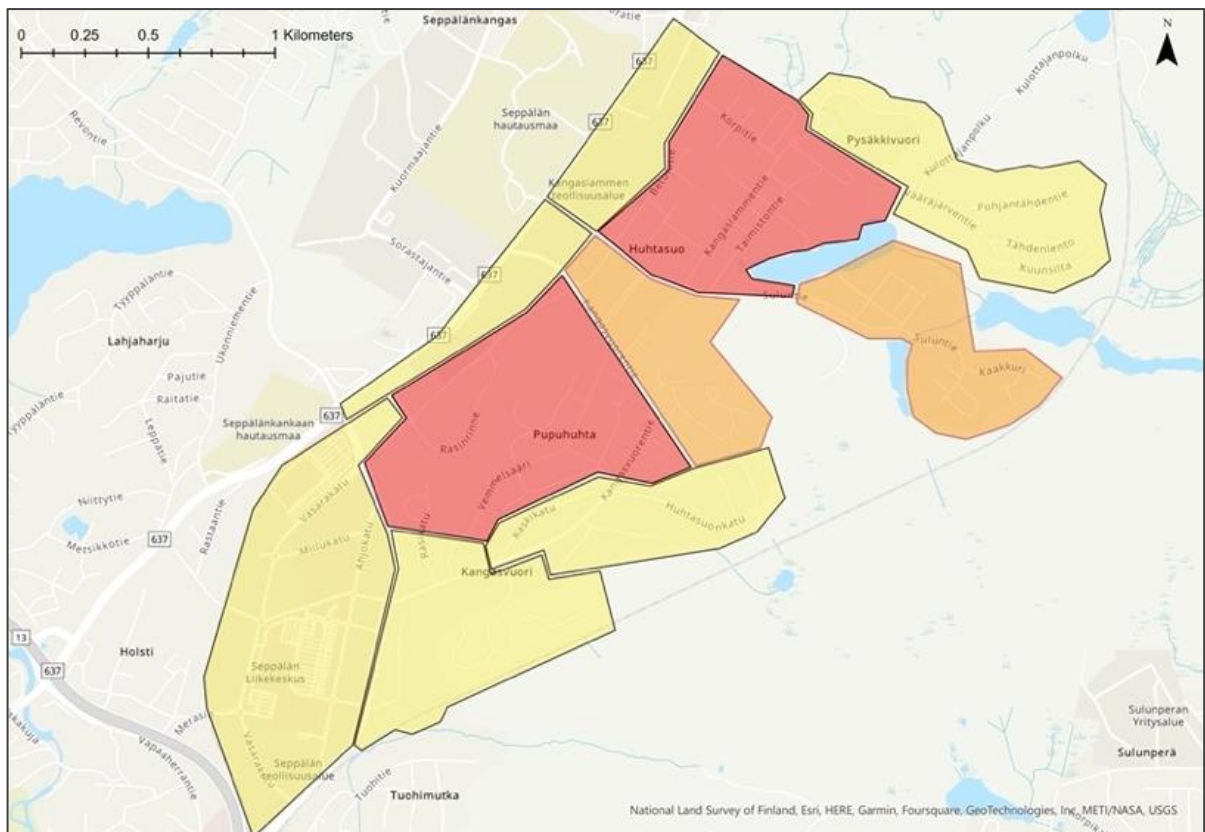
Tämän tutkimuksen yhtenä tavoitteena oli selvittää, miten sosioekonominen eriarvoisuus vaikuttaa Huhtasuon asukkaiden liikkumiseen. Tarkoituksena oli tutkia sosiodemografisten muuttujien ja liikunta-aktiivisuuden välisiä eroja ristiintaulukoinnin avulla ja siten saada tilastollisesti merkitseviä tuloksia (taulukko 3). Tilastollisesti merkitseviä tuloksia ei kuitenkaan saatu tutkimuksessa käsiteltyjen muuttujien osalta. Osasyynä oli suhteellisen pieni vastaajien määrä sekä vastausten jakautuminen. Tulosten perusteella ei havaittu koulutuksen, asumismuodon tai tulotason ja liikunta-aktiivisuuden välistä korrelaatiota. Tätä voi selittää esimerkiksi Huhtasuon asuinalueilla sijaitsevat monipuoliset liikkumisympäristöt ja matalan kynnyksen maksuttomat liikuntapaikat, jotka ovat helposti saavutettavissa asukkaiden sosioekonomisesta asemasta riippumatta (Norra ym. 2015, 7–8; Virmasalo ym. 2023). Työtilanteen ja liikunta-aktiivisuuden välillä ei ollut tilastollisesti merkitsevää suhdetta p-arvon ollessa 0,062. Se on kuitenkin todella lähellä tilastollisen merkitsevyyden rajaa. Sukupuolen ja liikunta-aktiivisuuden välinen suhde oli puolestaan tilastollisesti merkitsevä p-arvon ollessa 0,018. Tätä tarkasteltaessa miehet liikkuivat hiukan enemmän kuin naiset.

TAULUKKO 3. Yksisuuntainen varianssianalyysi (ANOVA) sosiodemografisten muuttujien ja liikunta-aktiivisuuden välisistä eroista.

Sosiodemografinen muuttuja	F-testi	p-arvo
Sukupuoli	4,197	0,018
Ikä	0,893	0,471
Koulutus	1,587	0,184
Työtilanne	2,323	0,062
Henkilökohtaiset bruttotulot vuodessa	0,638	0,637
Asumismuoto	2,081	0,130

Kuvassa 4 asuinalueet on merkattu kartalle eri väreillä sen mukaan, kuinka moni vastaajista asuu kullakin alueella. Keltaisella värillä on merkitty alueet, joissa vastaajia on 0–9. Oranssilla värillä on merkitty alueet, joissa asuu 10–19 vastaajaa ja punaisella värillä merkityillä alueilla asuu 20–29 vastaajaa. Tutkimustulosten mukaan suurin osa vastaajista asuu Pupuhuhdan ja Huhtasuon keskustan alueilla. Toiseksi eniten tutkimukseen osallistuneita asukkaita asuu Kangaslammen sekä Kaakkolammen alueilla. Näitä ympäröivillä reuna-alueilla vastaajia asuu

vähiten. Osaltaan tuloksia selittää se, että alueilla, joilla asukkaita on eniten, on muutenkin paljon asutusta. Vastaavasti reuna-alueilla asuinrakennuksia on vähemmän. Esimerkiksi Seppälän alue koostuu enimmäkseen erilaisista liiketiloista ja palveluntarjoajista. Alueella varsinaisia asuinrakennuksia on suhteellisen vähän, mikä selittää asukkaiden vähyyden tällä alueella.



KUVA 4. Vastaajien asuinalueet (keltainen: 0–9 vastaajaa, oranssi: 10–19 vastaajaa, punainen: 20–29 vastaajaa).

5.2 Tärkeät liikkumiskaikat

Tässä alaluvussa esittelen tutkimustulosten valossa kyselyyn vastanneiden tärkeitä liikkumiskaikoja kevään, kesän ja syksyn ajalta sekä talven ajalta. Lisäksi esittelen suosituimpia liikkumismuotoja, joita tärkeissä liikkumiskaikoissa on toteutettu ja avaan tarkemmin, miten ja millä liikkumiskaikoihin on kuljettu ja kenen kanssa.

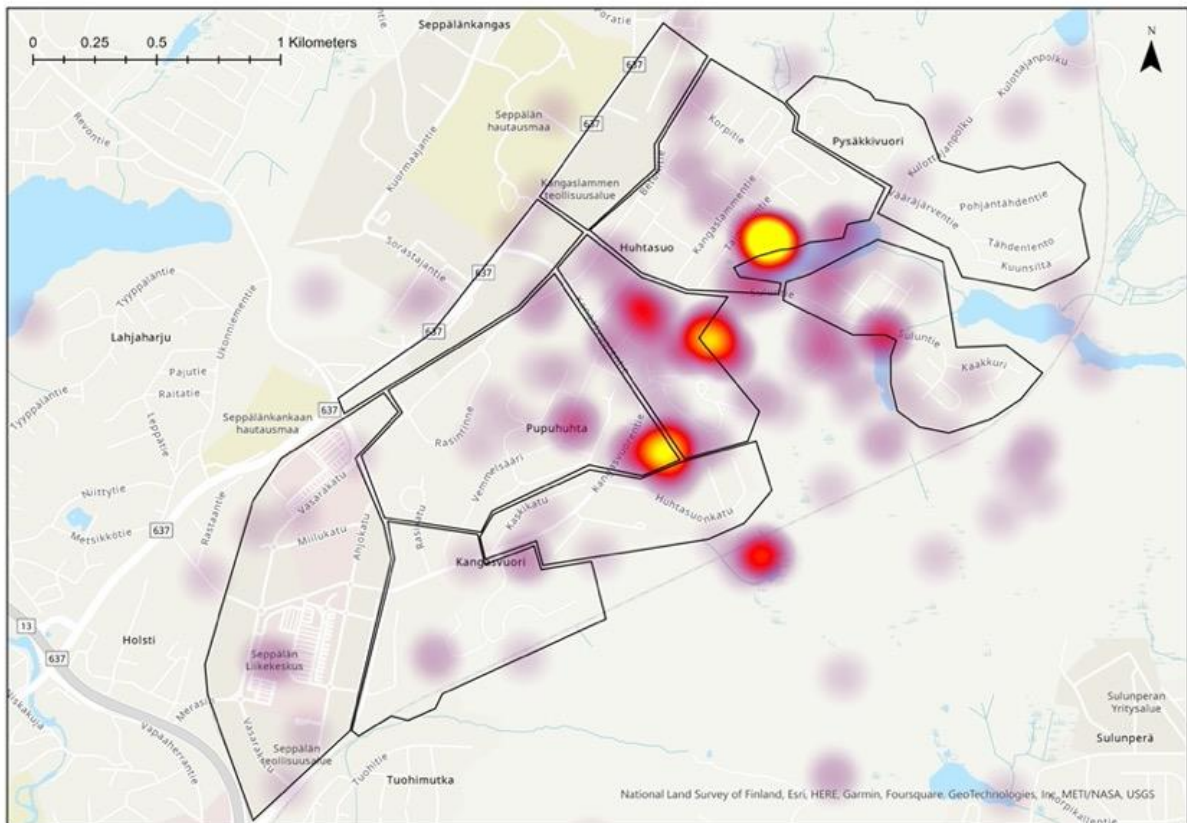
5.2.1 Kevään, kesän ja syksyn tärkeät liikkumisaikat

Tulosten perusteella voidaan todeta, että kyselyyn vastanneet harrastavat paljon luonnossa liikkumista sulan maan aikaan ja etenkin luonnon omat liikkumisympäristöt ovat heille hyvin tärkeitä vapaa-ajan liikkumisaikoja. Sijaintinsa puolesta Huhtasuon ympäristö soveltuu luontoliikuntaan erinomaisesti rakentamattomien luonnonympäristöjen ja asuinalueita ympäröivien metsien ansiosta ja ne ovat myös helposti saavutettavissa. Myös rakennetut liikunta- ja toimintapuistot ovat tärkeitä etenkin lapsiperheille ja ne tarjoavat monipuolisesti erilaisia liikuntamahdollisuuksia kaikenikäisille. Kyselyyn vastanneiden Huhtasuon asukkaiden suosituimpia liikkumisaikoja olivat muun muassa Huhtasuon liikuntapuisto ja siellä erityisesti jalkapallokentät, frisbeegolfrata, pumptrackrata ja tenniskenttä. Lisäksi Kangasvuoren luontopolut ja ulkoilureitit sekä Vuorilammen laavu olivat tärkeitä vapaa-ajanviettopaikoja monille. Kangaslammella etenkin lampea ympäröivä lenkkipolku oli monelle huhtasuolaiselle tärkeä ulkoilureitti. Kangaslammen toimintapuisto sekä Pupuhuhan toimintapuisto oli suosittu erityisesti lapsiperheiden keskuudessa. Kaakkolammen uimaranta mainittiin myös useamman kerran tärkeäksi liikkumisaikaksi. Lisäksi Huhtasuon keskusta ja siellä erityisesti kylätoimisto, sekä Seppälässä sijaitsevat palvelut, kuten ruokakaupat ja kuntosalit olivat huhtasuolaisille tärkeitä.

Tulosten perusteella voidaan todeta, että Huhtasuon asukkaat suosivat erityisesti erilaisia ulkoliikuntamuotoja ja luontoliikuntaa, mutta myös erilaiset sisäliikuntamuodot kuuluvat useamman huhtasuolaisten harrastuksiin. Kevään, kesän ja syksyn ajalta ylivoimaisesti suosituin liikkumismuoto oli kävely. Muita suosittuja liikkumismuotoja olivat juoksu, pyöräily, sauvakävely, jalkapallo, frisbeegolf, uinti sekä kuntosaliharjoittelu. Myös tennis, ryhmäliikunta, sienestys, marjastus, kalastus ja retkeily olivat Huhtasuon asukkaille tärkeitä liikkumismuotoja. Erilaisten ulkoliikuntamuotojen ja luontoliikunnan suosiota saattaa osaltaan selittää se, että monesti lähiöissä on maankäytöllisistä syistä ja tietoisesta rakentamispolitiikan ansiosta erinomaisia ja monipuolisia liikkumismahdollisuuksia (Virmasalo & Hasanen 2022). Tämän lisäksi ulkona liikkumisen suosiota saattaa selittää myös se, että tutkimusaineisto kerättiin koronapandemian aikana, jolloin sisäliikuntatilojen käyttöä rajoitettiin muutenkin merkittävästi (Virmasalo ym. 2023). Monet liikkumisaikat ovat Huhtasuon asuinalueiden välittömässä läheisyydessä ja siksi sinne on helppo kulkea esimerkiksi kävellen tai pyörällä. Lisäksi tulokset osoittavat, että Huhtasuon asukkaat harrastavat paljon hyötyliikuntaa kulkiessaan tärkeisiin liikkumisaikoihin. Ylivoimaisesti eniten tärkeisiin

liikkumispaikkoihin liikuttiin kävellen. Toiseksi eniten liikkumispaikkoihin pyöräiltiin ja kolmanneksi eniten kuljettiin autolla, mopolla tai muulla moottoriajoneuvolla. Vähiten liikkumispaikkoihin kuljettiin linja-autolla tai muulla tavoin.

Huhtasuon asukkaat kävivät liikkumispaikoissa enimmäkseen yksin sekä perheen tai puolison kanssa. Seuraavaksi eniten liikkumispaikoissa käytiin ystävän tai ystävien kanssa. Vähiten liikkumispaikoissa käytiin muiden kanssa tai ohjatun ryhmän, kuten seurajoukkueen tai ryhmäliikuntaryhmän kanssa. Vuoden 2021 lopussa Huhtasuolla asui 2221 perhettä, joista lapsiperheitä oli 39,4 prosenttia. Suurin osa lapsiperheistä oli yksinhuoltajaperheitä (34,2 %). Huhtasuolla yhden hengen asutokuntia oli 57,6 prosenttia kaikista alueen asuinkunnista. (Tilastokeskus 2021) Kevään, kesän ja syksyn tärkeät liikkumispaikat keskittyvät Huhtasuon liikuntapuiston lähiympäristöön, Kangasvuoren luontopoluille sekä Kangaslammen lammen ympäristöön (kuva 5). Huhtasuon liikuntapuistossa on monipuolisesti erilaisia liikuntamahdollisuuksia. Kangasvuoren luontopolut ja metsäalueet ovat myös erittäin suosittuja luontoliikkuville ja Kangaslammen ympäristön luontopolut sekä Kangaslammen vieressä oleva toimintapuisto ovat tärkeitä koiran ulkoiluttajille sekä lapsiperheille.



KUVA 5. Lämpökartta kevään, kesän ja syksyn tärkeistä liikkumispaikoista.

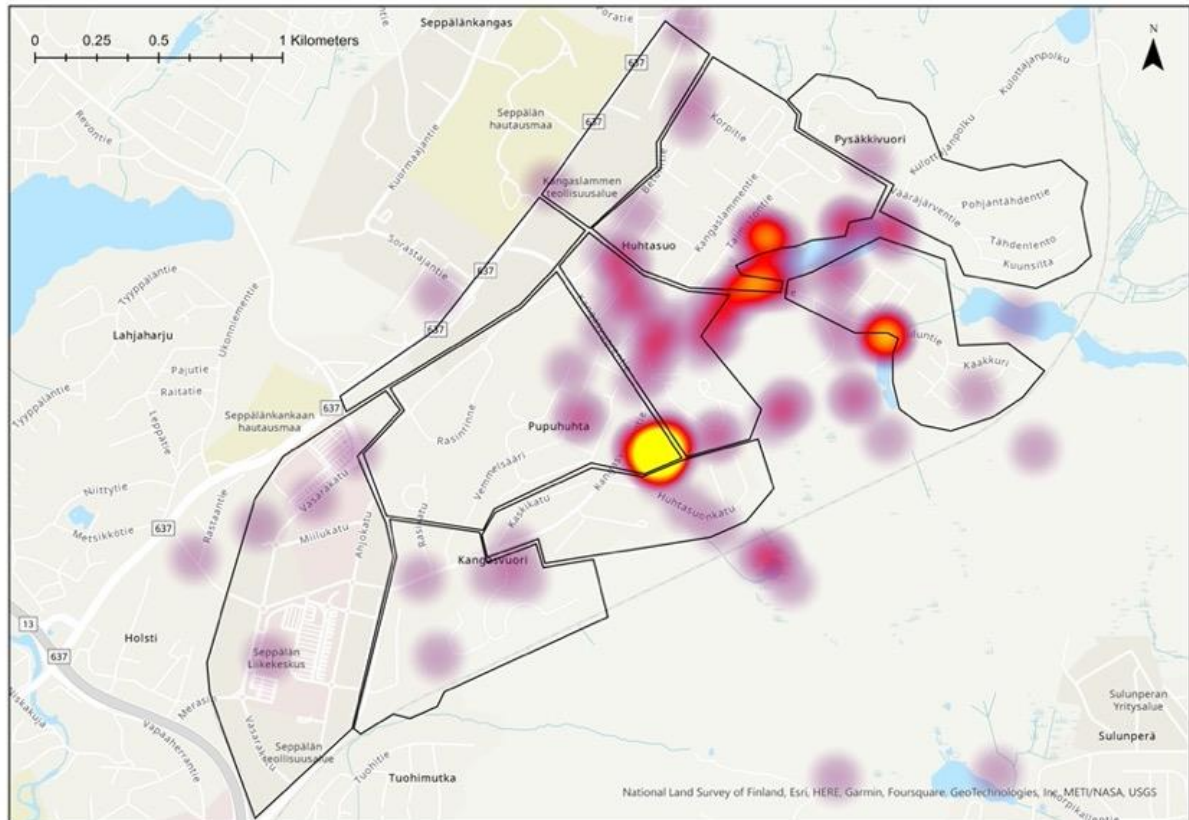
5.2.2 Talven tärkeät liikkumipaikat

Huhtasuon asukkaat harrastavat paljon luonnossa liikkumista myös talvella. Sijaintinsa puolesta liikunta- ja toimintapuistot ovat tärkeitä etenkin lapsiperheille ja ne tarjoavat monipuolisesti erilaisia liikuntamahdollisuuksia kaikenikäisille. Huhtasuon asukkaiden suosituimpia talven ajan liikkumipaikkoja olivat muun muassa Huhtasuon liikuntapuisto, jossa erityisesti hiihtoladut, luistelukenttä ja kaukalo olivat tärkeimpiä paikkoja (kuva 6). Myös Huhtasuon päiväkodin kenttä oli suosittu luistelupaikka. Lisäksi Kangasvuoren luontopolut, joille on tehty talvella hiihtoladut sekä Vuorilammen laavu olivat talvellakin suosittuja liikkumipaikkoja. Kangaslampea ympäröivälle lenkipolulle tehty hiihtolatu sekä Kaakkolammen avantouintipaikka olivat tärkeitä vapaa-ajan liikkumipaikkoja. Huhtakeskus ja siellä erityisesti kylätoimisto ja yhteistoimintapiste sekä Seppälä palveluineen olivat huhtasuolaisille tärkeitä liikkumipaikkoja.

Tulosten mukaan huhtasuolaiset harrastavat myös talvella monipuolisesti erilaisia liikuntalajeja. Yleisimmät talviliikuntamuodot huhtasuolaisten keskuudessa olivat kävely ja hiihto. Myös luistelu oli hyvin suosittu talvilaji erityisesti lapsiperheiden keskuudessa. Näiden liikkumismuotojen lisäksi avantouinti, jääkiekko, lasten kanssa leikkiminen, jumppa, lenkkeily ja kuntosaliharjoittelu olivat yleisiä liikkumismuotoja. Kuten kevään, kesän ja syksyn, myös monet talven liikkumipaikat ovat Huhtasuon asuinalueiden välittömässä läheisyydessä ja siksi sinne on helppo kulkea talvellakin kävellen. Huhtasuon asukkaat harrastavat myös talvella paljon hyötyliikuntaa kulkiessaan tärkeisiin liikkumipaikkoihin. Kevään, kesän ja syksyn tulosten mukaisesti myös talvella yleisin tapa kulkea tärkeisiin liikkumipaikkoihin oli kävellen, mutta myös autolla, mopolla tai muulla moottoriajoneuvolla kuljettiin ahkerasti. Huhtasuolaiset kulkevat tärkeille liikkumipaikoille huomattavan paljon myös hiihtäen. Lisäksi pyörällä ja linja-autolla kuljettiin jonkin verran.

Talven osalta tärkeisiin liikkumipaikkoihin kuljettiin kevään, kesän ja syksyn tavoin enimmäkseen yksin sekä perheen tai puolison. Seuraavaksi eniten liikkumipaikoissa käytiin ystävän tai ystävien kanssa. Vähiten liikkumipaikoissa käytiin ohjatun ryhmän, kuten seurajoukkueen tai ryhmäliikuntaryhmän kanssa. Talven ajan tärkeät liikkumipaikat Huhtasuolla keskittyvät selkeästi Huhtasuon liikuntapuiston lähiympäristöön, jossa on hyvät luistelumahdollisuudet jäädytetyn hiekkakentän ja kaukalon ansiosta. Lisäksi Huhtasuon

liikuntapuistosta aukeaa erinomaiset ja kattavat hiihtoladut ja -reitit. Huhtasuon liikuntapuistosta on helppo lähteä liikkeelle, sillä sieltä löytyy esimerkiksi ilmaiset parkkipaikat autolla liikkuville. Muita lämpökartan osoittamia suosittuja liikkumispaikkoja talvella ovat Kangaslammen lammen ympäristö sekä Kaakkolammen avantouintipaikka.

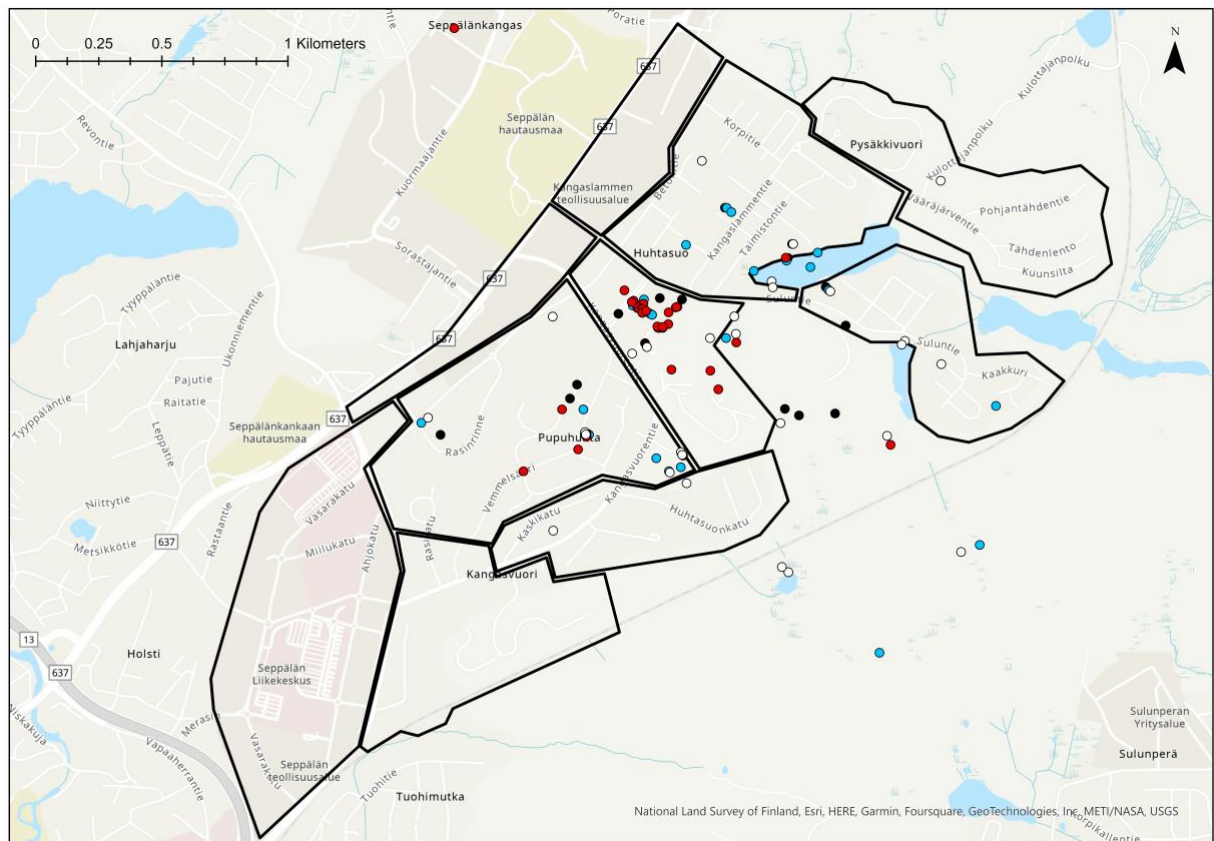


KUVA 6. Lämpökartta talven tärkeimmistä liikkumispaikoista.

5.3 Turvattomat, esteelliset, huonokuntoiset ja kehittämistä vaativat paikat

Tässä alaluvussa tarkastelen Huhtasuon asukkaiden liikkumiseen liittyviä turvattomiksi, esteelliseksi koettuja, huonokuntoisia sekä kehittämistä vaativia paikkoja.

Huhtasuolaiset kohdensivat kartalle turvattomiksi, esteellisiksi, huonokuntoisiksi ja kehittämistä vaativiksi kokemansa paikat (kuva 7). Punaisella värillä merkityt pisteet ovat turvattomaksi koettuja paikkoja. Sinisellä värillä merkityt pisteet ovat huonokuntoisia paikkoja. Mustalla värillä merkityt pisteet ovat esteellisiä paikkoja ja valkoisella värillä merkityt pisteet ovat kehittämistä vaativia paikkoja.



KUVA 7. Vastaajien merkitsemät turvattomat, esteelliset, huonokuntoiset ja kehittämistä vaativat paikat (punainen: turvaton paikka, sininen: huonokuntoinen paikka, musta: esteellinen paikka, valkoinen: kehittämistä vaativa paikka).

5.3.1 Turvattomat paikat

Vastaajien antamissa turvattomia paikkoja koskevissa avovastauksissa (n=31) korostui Huhtasuon keskustan alue, jossa etenkin Huhtasuon senioripuisto ja Huhtakeskus mainittiin useamman kerran. Turvattomuuden syitä olivat muun muassa päihteiden, kuten huumeiden ja alkoholin näkyvä käyttö alueella. Päihteiden vaikutusten alaisena olevat ihmiset ja heidän arvaamaton käytöksensä aiheuttavat ymmärrettävästi turvattomuuden tunteita. Turvattomuuden syistä seuraavat esimerkit toistuivat avoimissa vastauksissa useamman kerran:

”Huhtakeskus, koska siellä on humalaisia.”

”En lähde iltaisin pankkiautomaatille huumeporukan takia.”

”Päihteidenkäyttäjien kokoontumispaikka.”

”Senioripuisto. Niin paljon istuu ihmisiä juomassa siinä, ettei uskalla muut käydä.”

Myös Pupuhuhdan alue koettiin useamman vastaajan taholta turvattomaksi paikaksi. Vastausta perusteltiin alueen muiden asukkaiden arvaamattoman käytöksen, rauhattomuuden sekä päihteiden käytön vuoksi. Avoimista vastauksista nousi esiin seuraavia esimerkkejä:

” Asukkaat ovat huonokäyttöisiä. Esiintyy riitelyä ja rauhattomuutta. En mielellään mene sinne, jos ei tarvitse.”

” Ympäristö on turvaton. Puistoon kuuluu, kuinka taloista huudetaan apua.”

” Koen Pupuhuhdan perhepuiston usein turvattomaksi paikaksi käydä lapsen kanssa, koska puistossa on monesti leiriytyneenä ihmisiä, jotka nauttivat alkoholia. En halua, että lapseni näkee moista. Samat ihmiset ovat usein kovaäänisiä ja lapseni pelkää.”

Vastaajat välttivät käyttämästä turvattomaksi koettuja paikkoja, vaikka ne olisivatkin liikkumisen kannalta hyviä paikkoja. Toisin sanoen paikkojen hyvästä saavutettavuudesta huolimatta niiden käyttö jää vähäiseksi turvattomuuden tunteen takia. Turvattomuus liittyy vastaajien kohdalla selvästi sosiaalisiin tekijöihin, jotka luovat myös liikkumisen sosiaalisia esteitä. Sosiaalinen esteettömyys liitetään puolestaan usein mahdollisuuksiin liikkua vapaasti ja turvallisesti sosiaalisen toiminnan ja ihmisten kohtaamisen kannalta (Vepsäläinen & Hiltunen 2001, 24–25). Tässä tutkimuksessa huhtasuolaisten kokema turvattomuus liittyy vahvasti sosiaalisiin esteisiin.

5.3.2 Esteelliset paikat

Kyselyyn vastanneiden huhtasuolaisten liikunnan harrastamiseen vaikuttavat esteet liittyivät erityisesti talven ajan liikkumiseen. Avoimia vastauksia kirjoitettiin yhteensä 15. Niistä kolmasosassa kritisoitiin talvella lenkipolkujen ja pururatojen muuttamista hiihtoladuiksi, jolloin siellä ei voi kävellä, toisin kuin sulan maan aikaan. Kaikki sulan maan aikaan

lenkkipolkuja ja pururatoja käyttävät eivät omista esimerkiksi suksia, jolloin kyseisiä liikkumispaikkoja ei voi käyttää talvella. Vastaajat toivoivat, ettei kaikkia ratoja muutettaisi talvella hiihtoladuksi, jotta jalankulkijat voisivat käyttää lenkkipolkuja myös talvella. Seuraavat esimerkit toistuivat avoimissa vastauksissa:

”Kuntopolku talvella. En voi käydä hiihtämässä, koska en omista suksia.”

”Pururata. Talvisin ei voi lenkkeillä.”

”Talvella kaikki pururadat vedetään laduksi.”

”Koiran kanssa ei pääse moneen kuukauteen valaistulle ja ylläpidetylle reitille metsään.”

”Kangasvuoren hiihtoreitit talvella. Kun ladut tehdään, ei kävelijät pääse tälle alueelle.”

Kolmasosa liikunnan harrastamisen esteistä liittyi liikkumispaikkojen ja -ympäristöjen käytön haastavuuteen. Esimerkiksi ulkokuntosalien laitteiden käyttö koettiin haastavaksi. Lisäksi talvella hiihtoreitit koettiin paikoitellen vanhemmille ihmisille haastaviksi ja esteellisiksi. Huhtasuon asukkaat kokivat, että fyysistä esteettömyyttä ei ole huomioitu tarpeeksi. Fyysisessä esteettömyydessä huomio tulisikin kiinnittää muun muassa toimiviin, helppokäyttöisiin ja muunneltaviin liikkumistiloihin ja -ympäristöihin. (Vepsäläinen & Hiltunen 2001, 23–24) Hyvä saavutettavuus tarjoaa mahdollisuuden käyttää liikuntapaikkaa halutulla tavalla yksilöiden erilaisista ominaisuuksista riippumatta. (Jokela 2009, 7) Saavutettavuuden näkökulmasta vastaajien liikkumispaikat ja -ympäristöt eivät soveltuneet kaikille Huhtasuon käyttäjäryhmille niiden tarkoituksenmukaiseen käyttöön. Avoimista vastauksista nousi esiin seuraavia esimerkkejä:

”Senioripuisto. Liian haastavia senioreille. Tarvetta oikeille kuntolaitteille.”

”Kangasvuoren hiihtoreitit talvella. Vaarallisia laskuja vanhemmalle ihmiselle.”

”Epäselvät ohjeet ja esteellisiä välineitä.”

”Ulkokuntosali. Laitteet ovat esteellisiä, eivätkä sovellu kaikille.”

Vastaajien havaitsemat liikkumisen esteet liittyivät myös liikkumispaikkojen ylläpitoon. Talvisin ylläpitoa kaivattiin luistelukentille. Lisäksi liikkumisreitit, kuten luontopolut ovat paikoitellen esteellisiä kaatuneiden puiden takia. Avoimissa vastauksissa mainittiin seuraavat asiat:

”Sulun kenttä. Olisi mahtava lähikenttä luistelemiseen alueen lapsille. Kenttää ei ole jäädytetty vuosikausiin.”

”Kaadettuja puita luontopolun tukkeena.”

Sosiaalisiin suhteisiin liittyvien esteiden kohdalla mainittiin seuran puute. Mentaaliseen saavutettavuuteen liittyen persoonallisuusrakenteiden, kuten esimerkiksi sosiaalisen tuen ja fyysisen aktiivisuuden välillä onkin tieteellisesti todistettu olevan merkittävä yhteys (Sallis & Owen, 1999). Lisäksi mentaalisen saavutettavuuden ulottuvuus voidaan nähdä motivaationa sekä kyvykkyyden ja kyvyttömyyden tunteina (Virmasalo & Hasanen 2022). Vastaajat kokisivat liikkumiskynnyksen todennäköisesti matalammaksi, mikäli olisi mahdollisuus liikkua yhdessä jonkun kanssa.

5.3.3 Huonokuntoiset ja kehittämistä vaativat paikat

Huonokuntoisia ja kehittämistä vaativien paikkojen koskevissa avovastauksissa (n=46) mainittiin useamman kerran viihtyvyyteen liittyviä asioita ja esimerkiksi siisteyteen liittyviä ongelmia korostettiin. Avoimista vastauksista nousi esiin seuraavia esimerkkejä:

”Kangaslampi. Voisi siistiä ja myllätä uimarantaa sekä siivota kaislikkoa lammesta.”

”Koulun mopopojat meluhaitta”

”Senioripuisto. Tarkoitettu vanhuksille, mutta muiden ihmisten jäljiltä siivoton kesäisin.”

”Senioripuisto. Ympäristö täynnä kaljapulloja, roskia, tölkkejä.”

”Mansikkapuisto, valopylväs kumossa.”

”Huhtasuon koulun vieressä oleva puisto. Kesäisin kaljaveikot valtaavat puiston, roskat, tölkit ja tumpit ovat pitkin maata. Koska ei bajamajaa, käy porukka tarpeillaan puistossa.”

Vastaajien mielestä useat liikkumispaikat ja -ympäristöt vaativat kunnostusta. Muun muassa Huhtasuon koulun piha-alue sekä Huhtasuon liikuntapuiston tenniskenttä mainittiin kunnostusta vaativina liikkumispaikkoina. Talvisin kaukalon ja hiekkakentän jäädyttämiseen toivottiin parannusta ja leikkipuistoihin talvikunnossapitoa. Lisäksi Huhtasuon alueen pururatoja ja pitkospuita sekä Kangaslammen uimarantaa toivottiin parannettavan. Avoimissa vastauksissa mainittiin seuraavat asiat:

”Koulun piha-alueen kunnostaminen.”

”Huhtasuon kentän kaukalon jäätä pitäisi huoltaa enemmän talvella. Pitäisi jäädyttää sekä aurata enemmän kuin kerran päivässä.”

”Leikkipuisto. Talvikunnossapitoa.”

”Huhtasuon alueen pururadat ovat jokseenkin huonokuntoisia. Juokseminen oli ennen mukavampaa, kun käytettiin oikeaa purua. Nyt kivet ovat liian isoja.”

”Pitkospuut huonossa kunnossa.”

”Tenniskenttä pitäisi kunnostaa.”

”Kangaslammen uimaranta on huonossa kunnossa.”

Vastaajien mielestä useissa liikkumispaikoissa oli välineisiin liittyviä puutteita. Esimerkiksi Koirapuisto vaati kehittämistä sekä luontopolkujen opastetaulut kaipasivat kunnostusta. Lisäksi

liikkumispaikkojen, kuten avannon käyttöön liittyviin maksuihin kaivattiin muutoksia. Hallinnollisen saavutettavuuden näkökulmasta liikkumiselle voidaan asettaa asetusten ja muiden hallinnollisten päätösten nojalla erilaisia ehtoja, ja usein esimerkiksi monet liikuntapaikat ovat vain seurojen jäsenten käytössä (Virmasalo & Hasanen 2022). Esimerkiksi seuraavat asiat toistuivat avoimissa vastauksissa:

”Koirapuisto. Todella apaattinen. Ei inspiroi ollenkaan. Kesäkuumalla ei voi käyttää, koska aurinko paistaa suoraan kohteeseen. Voisi olla puita, runkoja, renkaita, ryömintäpaikkoja. Mitä vain.”

”Opastetaulut kuluneet”

”Avanto saisi olla ilmainen kaikille.”

Kyselyyn vastanneet ehdottivat myös useita kokonaan uusien liikkumispaikkojen rakentamista. Vastanneilla oli kehitysehdotuksia muun muassa erilaisten puistojen ja talviliikuntapaikkojen rakentamisesta. Avoimissa vastauksissa mainittiin seuraavia asioita:

”Pielespuisto. Voisi rakentaa puiston lapsille. Lisäksi olisi kiva, jos tänne saisi myös aikuisille kuntoilupisteen. Talvella tähän saisi myös lapsiystävällisen hiihtoladun tai pienen luistelukentän.”

”Vuorilammen laavu. Sinne menevät pilaavat talvella ladut. Heille oma opastettu kävelyreitti poluille.”

”Pieneen metsikköön, jossa on polkuja ja vanhat rauniot voisi kehitellä jonkun nuotiopaikan ja seikkailuradan lapsille ja aikuisille.”

”Kulottajanpolun metsikkö. Sinne voisi tehdä aidatun koirapuiston. Olisi metsää ja puita.”

6 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä luvussa esittelen tutkielmani keskeisimmät tutkimustulokset ja arvioin tutkimusprosessin onnistumista kokonaisuutena. Lisäksi arvioin tutkimuksen luotettavuutta sekä esitän muutamia tutkimusaiheeseen liittyviä jatkotutkimusehdotuksia.

6.1 Keskeiset tutkimustulokset

Tyypillisin tutkimukseen osallistunut ja kyselyyn vastannut Huhtasuon asukas oli toisen asteen tutkinnon suorittanut, palkkatyössä käyvä ja alimpaan tuloluokkaan kuuluva, kerrostaloasunnossa asuva ja hyötyliikuntaa harrastava 31–40-vuotias nainen. Vastaajissa korostui naisvastaajien suuri osuus (76 %) verrattuna miesvastaajiin (18 %). Vastaajista miehiä oli merkittävästi vähemmän kuin naisia, josta voi päätellä, että naiset ovat innokkaampia vastaamaan tämän tyyppisiin liikuntaan liittyviin kyselyihin. Kun tulosta tarkastellaan suhteessa koko Huhtasuon väestöön, jakautuu se sukupuolten kesken tasaisesti miehiin ja naisiin (Tilastokeskus 2022). Naiset ovat tulosten perusteella kuitenkin aktiivisempia Huhtasuon kylätoimiston, yhteistoimintapisteen ja muiden Huhtasuon julkisten paikkojen käyttäjiä kuin miehet.

Huhtasuolla asuu kaikista Jyväskylän kaupunginosista eniten (17 %) vieraskielisiä asukkaita (Tilastokeskus 2021), mutta tässä tutkimuksessa äidinkieltä tai etnisyyttä koskevat taustatiedot eivät muodostaneet tilastollisesti merkitseviä tuloksia, sillä vain muutama vastaaja kaikista vastanneista oli äidinkieleltään muita kuin suomenkielisiä. Muun kuin suomenkielisiä vastaajia ei siis tavoitettu. Tästä voisi päätellä, että Huhtasuon alueen vieraskieliset asukkaat eivät vietä paljon aikaa Huhtasuon julkisilla paikoilla tai ainakaan yhdessä suomenkielisten asukkaiden kanssa. Tähän voi mahdollisesti vaikuttaa esimerkiksi kielitaidon puute, joka voi rajoittaa esimerkiksi liikuntaan ja hyvinvointiin liittyvää tiedonsaantia ja sen kautta myös vieraskielisten asukkaiden liikkumista. Liikunta-alalla tarvitaan monikulttuurisempaa asiantuntijuutta ja tutkimusta, jotta esimerkiksi maahanmuuttajien liikkumista ja heidän erityistarpeitaan ymmärrettäisiin paremmin (Rönkkö 2015; Vepsäläinen & Hiltunen 2001, 23). Kielitaito voi vaikuttaa merkittävästi liikkumismahdollisuuksiin liittyvään tiedonsaantiin ja liikkumisen terveysvaikutusten ymmärtämiseen (Langøien ym. 2017). Lisäksi liikunta voi toimia

maahanmuuttajaväestölle myös oppimisen välineenä esimerkiksi yhteiskunnan toimintatapojen ja kielen oppimisessa (Valtion liikuntaneuvosto 2018, 18).

Tutkimusaineisto ei tuottanut tutkimuksen tavoitteiden mukaista tilastollisesti merkitsevää tietoa sosioekonomisen eriarvoisuuden vaikutuksista Huhtasuon asukkaiden liikkumiseen. Osasyynä oli suhteellisen vähäinen vastausten määrä ja niiden jakautuminen. Aiempien tutkimusten perusteella alhaisella sosioekonomisella asemalla ei havaittu olevan selvää yhteyttä liikkumisen esteisiin, jonka voidaan nähdä johtuvan etenkin esikaupunkien monipuolisista liikkumisympäristöistä. (Virmasalo ym. 2023) Eriarvoisessa tilanteessa kaikilla sosioekonomisilla ryhmillä ei kuitenkaan ole samanlaisia edellytyksiä tai mahdollisuuksia terveyttä edistävän liikunnan harrastamiseen (Mäki-Opas ym. 2016).

Huhtasuon asukkaiden kevään, kesän ja syksyn tärkeimmät liikkumispaikat olivat rakennetut liikuntapaikat, kuten liikunta- ja toimintapuistot sekä rakentamattomat luontoympäristöt, kuten metsät ja luontopolut. Suosituin liikkumismuoto oli kävely. Talven tärkeimmät liikkumispaikat olivat rakennetut liikuntapaikat, kuten liikuntapuistot ja siellä erityisesti hiihtoladut, luistelukentät ja kaukalo. Lisäksi Seppälässä sijaitsevat palvelut mainittiin tärkeiksi liikkumispaikoiksi vuodenaikasta riippumatta. Talven suosituimmat liikuntamuodot olivat kävely ja hiihto. Liikuntapaikkoihin kuljettiin enimmäkseen kävellen ja liikuntapaikoissa käytiin enimmäkseen yksin, perheen tai puolison kanssa vuodenaikasta riippumatta. Tämä havainto on samansuuntainen aiempien tutkimuksien kanssa, sillä valtaosa suomalaisen aikuisväestön liikunnasta tapahtuu omatoimisesti yksin tai ryhmässä. (Mononen 2018) Tutkimustulokset ovat pääosin linjassa aikaisempien tutkimusten kanssa, sillä suomalaiset ovat aktiivisia ulkona liikkujiä, ja heistä suurin osa liikkuu puistoissa ja muissa ulkoiluympäristöissä (Special Eurobarometer 525 2022). Huomattavin eroavaisuus tämän tutkimuksen tulosten ja aiempien tutkimusten välillä on kuitenkin se, että merkittävä osuus liikunnasta tapahtuu aiempien tutkimusten mukaan nimenomaan rakennettujen liikkumisympäristöjen tai liikuntapalveluiden ulkopuolella (Ruuskanen 2019). Tämän tutkimuksen tulosten osalta tärkeimmät liikkumispaikat painottuivat kuitenkin vuodenaikasta riippumatta rakennettuihin liikuntapaikkoihin. Tätä selittää osaltaan varmasti Huhtasuon erityisen hyvät ja monipuoliset matalankynnyksen rakennetut liikuntapaikat ja liikkumisympäristöt, joita ylläpidetään eri vuodenaikoina ja jotka soveltuvat hyvin erilaisten liikkujien käyttöön. Suosituimpien liikkumismuotojen osalta tutkimustulokset ovat linjassa aiempien tutkimusten kanssa (Mononen ym. 2018).

Huhtasuolaisten kokema turvattomuus liittyi pääasiassa sosiaalisiin tekijöihin, kuten muiden ihmisten arvaamattomaan käytökseen, rauhattomuuteen ja päihteiden käyttöön. Tämä loi myös liikkumiseen vaikuttavia sosiaalisia esteitä. Turvattomuutta koettiin erityisesti sijainniltaan keskeisillä liikkumispaikoilla. Liikkumispaikkojen hyvästä saavutettavuudesta huolimatta niiden käyttö jää vähäiseksi turvattomuuden tunteen takia. Tutkimusten valossa turvattomuus onkin melko yleinen liikkumiseen vaikuttava ja sitä rajoittava tekijä etenkin asuinalueilla, joissa asuu matalaan sosioekonomiseen asemaan luokiteltuja ihmisiä (Fontán-Vela ym. 2021).

Huhtasuolaisten kokemat esteet liittyivät etenkin talvella liikkumisympäristöjen talvikunnossapidon puutteeseen ja niiden käytön rajoittamiseen. Esimerkiksi talvella pururadoille vedetään hiihtoladut, jolloin siellä ei voi kävellä. Asukkaat toivoivatkin, ettei kaikkia latuja muutettaisi hiihtoladuiksi, jotta jalankulkijat voisivat liikkua myös talvella lenkkipoluilla. Toinen vaihtoehto voisi olla esimerkiksi kävelyreittien tekeminen, jotta metsässä voisi kulkea ongelmitta myös talvella. Eräs vastaaja kertoi myös, että hän kävisi hiihtämässä, jos vain omistaisi sukset. Vastauksesta ei kuitenkaan selvinnyt, liittyykö suksien hankintaan taloudelliset esteet vai jokin muu syy. Toisin kuin eräissä aiemmissä tutkimuksissa, tässä tutkielmassa taloudellisten resurssien puutteen ei havaittu olevan yleinen este vastaajien keskuudessa (ks. Ashton ym. 2015). Taloudellisten esteiden puuttuminen selittyy osittain suomalaisen hyvinvointiyhteiskunnan taloudellisilla ja sosiaalisilla piirteillä, sillä kunnilla on Suomessa merkittävä vastuu edullisten terveyttä ja hyvinvointia edistävien liikunta- ja harrastamismahdollisuuksien tarjoamisesta eri väestöryhmille (Liikuntalaki 2015). Sosiaalisten suhteiden puutteen havaittiin olevan myös liikuntaa rajoittavana esteenä. Vastausten mukaan kynnys liikkumiseen tuntuisi matalammalta, jos olisi mahdollisuus liikkua yhdessä jonkun kanssa.

Huonokuntoisten ja kehittämistä vaativien paikkojen kohdalla vastauksissa toistui liikkumispaikkojen ja -ympäristöjen viihtyvyys, siisteys, kunnostustarve, ylläpidon tarve, välineiden puute sekä kokonaan uusien liikuntapaikkojen rakentaminen. Kehitysehdotuksissa korostettiin etenkin talvisin ikääntyneemmän väestölle helppokulkuisempien hiihtoreittien tekeminen. Olisikin tärkeää tehdä vaihtoehtoisia kulkureittejä, jotta jokainen voisi liikkua hiihtoladuilla turvallisesti. Asukkaat toivoivat myös esteettömiä laitteita ulkokuntosaleille, jotka soveltuisivat kaikille käyttäjille. Esteettömillä liikuntaympäristöillä ja -paikoilla mahdollistetaan jokaiselle yhdenvertaiset mahdollisuudet osallistua urheilu- ja

kulttuurielämyksiin riippumatta heidän henkilökohtaisista ominaisuuksistaan (Jokela 2009, 7; Kuusiluoma 2019).

Kaiken kaikkiaan Huhtasuon liikkumismahdollisuudet koettiin kattaviksi ja monipuolisiksi ja lähellä sijaitsevat liikkumisympäristöt ja liikuntapaikat koettiin tärkeänä osana Huhtasuon asukkaiden arkea ja elämää. Tutkimus tuotti merkittävää tietoa Huhtasuon ja sen myötä lähiöiden asukkaiden liikkumismahdollisuuksista ja niihin vaikuttavista tekijöistä sekä liikkumista rajoittavista esteistä. Lisäksi tutkimustuloksia voidaan hyödyntää myös jatkossa lähiöiden liikkumisympäristöjen kehittämisen tukena.

6.2 Tutkimuksen arviointi

Tämän tutkimuksen tekemisessä on ollut toisinaan haasteista, mutta se on ollut parhaimmillaan myös hyvin antoisa ja mielenkiintoinen prosessi. Tutkimuksen ehdottomana ansiona ja vahvuutena voidaan pitää onnistunutta Maptionnaire-paikkatietokyselyä, josta kiitokset kuuluvat sen laatineelle YLLI-tutkimushankkeen tutkimusryhmälle. Maptionnaire-paikkatietokyselyä ei ole aikaisemmin paljoa hyödynnetty liikuntatieteellisessä tiedekunnassa tehdyssä tutkimuksessa ja se tuotti merkittävää lisähyötyä tälle tutkimukselle. Lisäksi valmis tutkimuskysely vauhditti tutkimustyöni etenemistä jo prosessin alkumetreillä, sillä pystyin itse aloittamaan tutkimustyön suoraan aineistonkeruusta. Valmis tutkimuskysely rajasi lähtökohtaisesti tutkimukseni aihetta ja sen tavoitteita. Tutkimuskysymysten laatiminen tuntui osittain sen takia haastavalta, sillä valmiiksi tehty tutkimuskysely vaati itseltäni syvällisempää paneutumista itse kyselyyn, jonka pohjalta tutkimuskysymykset muodostettiin. Tutkimuskysymysteni sopivuus selkeytyikin vasta aineiston analysointivaiheessa.

Kyselymuotoinen tutkimusaineiston keruumenetelmä oli määritelty ennalta osana YLLI-tutkimushanketta ja se ohjasi määrällisen tutkimusmenetelmän käyttöön. Määrällinen tutkimusmenetelmä osoittautui tutkittavan aiheen ja tutkimuskysymysten kannalta tarkoituksenmukaiseksi, vaikka kaikkiin tutkimuskysymyksiin ei saatu tilastollisesti merkitseviä tuloksia. Laajempi otos olisi ollut todennäköisesti tutkimusmenetelmän kannalta tuloksellisempi. Vaihtoehtoisesti laadullisen tutkimusmenetelmän, kuten haastattelujen avulla olisi voitu saada yksityiskohtaisempaa tietoa sosioekonomisen eriarvoisuuden ja liikunnan välisestä suhteesta, mutta silloin tieto olisi pohjautunut vain yksittäisten vastaajien

näkemyksiin, eikä ilmiöiden todenmukaista mittakaavaa olisi pystytty välttämättä selvittämään. Tutkimuksen laajentaminen useampien tutkimusmenetelmien kautta ei olisi ollut pro gradu -tutkielman laajuuden puitteissa enää tarkoituksenmukaista. Lopulliset tutkimustulokset tarjosivat kuitenkin kattavan kuvan huhtasuolaisten tärkeistä liikkumispaikoista ja -ympäristöistä, liikkumista rajoittavista esteistä sekä liikkumisympäristöihin liittyvistä kehittämiskohdista.

Pro gradu -tutkielman tekeminen oli oppimiskokemuksena erittäin mielenkiintoinen myös sopivasti haastetta tarjoava prosessi. Koen tutkimus- ja kirjoitustaitojeni sekä tutkimuskokonaisuuden hahmottamisen kehittyneen työn edetessä. Haastavinta oli aiheen rajaaminen, sillä tietoa on paljon ja sitä tulee helposti haalittua liikaa, jolloin aiheisiin ei myöskään pysty paneutumaan riittävän syvällisesti. Lisäksi valmiin tutkimuskyselyn hyödyntäminen ja yhteensovittaminen tutkimukseen tuntui ajoittain haasteelliselta, mutta olen silti tyytyväinen tutkielmani kokonaisuuteen, joka antaa tutkittavasta aiheesta suhteellisen kokonaisvaltaisen kuvan.

Vaikka en ollut itse mukana valmistelemassa tämän tutkimuksen kyselylomaketta, sain kuitenkin paljon eväitä ja uusia näkökulmia siihen liittyen. Olen oppinut suhtautumaan kyselyn laatimiseen kriittisesti sekä tunnistamaan siihen liittyviä kehityskohtia. Pääsin tekemään käytännöntyötä aineistonkeruun osalta, ja siitä on varmasti hyötyä myös tulevaisuudessa. Yhteenvetona todettakoon pro gradu -tutkielman antaneen paljon uutta osaamista projektiluonteisesta työskentelystä, aikataulutamisesta sekä tietysti huhtasuolaisten tärkeistä liikkumispaikoista ja -ympäristöistä, liikkumisen esteistä sekä liikkumisympäristöihin liittyvistä kehittämiskohdista.

6.3 Tutkimuksen luotettavuus

Kvantitatiivisissa tutkimuksissa luotettavuutta mitataan ja arvioidaan reliabiliteetin ja validiteetin käsitteillä. Tutkimuksen luotettavuus eli reliabiliteetti tarkoittaa tulosten toistettavuutta, tarkkuutta ja luotettavuutta. (Heikkilä 2014, 28; Hirsjärvi ym. 2009, 231). Tulosten luotettavuuteen vaikuttaa muun muassa se, kuinka totuudenmukaisesti vastaajat ovat vastanneet kyselyyn. Pätevyydellä eli validiudella tarkoitetaan puolestaan tutkimuksen mittarin

tai tutkimusmenetelmän kykyä mitata juuri sitä, mitä on tarkoituskin mitata (Hirsjärvi 2009, 231).

Tulosten analysoimisessa ja esittämisessä tulee huomioida, että saadut tulokset ovat luotettavia ja ne esitellään totuudenmukaisesti. Tutkimuksessa käytettiin sähköistä kyselyä, jonka etuna on, että vastaukset saadaan suoraan tutkijan käyttöön tiedostoina, eikä aineiston syöttöön liittyviä mahdollisia virheitä synny. Sähköiset kyselyt voidaan myös ohjelmoida niin, että kysymyksiin on pakko vastata ennen kuin kyselyssä voi edetä, jolloin vastauksista ei puutu oleellisia tietoja. (Valli 2015)

Kyselyn tulkinnessa tehdyt väärinymmärrykset voivat vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuteen. Kyselylomakkeen testaaminen onkin tärkeää, jotta saadaan varmasti todellinen käsitys siitä, onko kyselyn ohjeet ja kysymykset ymmärretty oikein. Kyselyn esitestaajiksi sopivat hyvin esimerkiksi tutkimuksen kohderyhmää vastaavat henkilöt. (Vehkalahti 2014, 48) Kyselyssä oli paljon avoimia kysymyksiä ja vastauksista päätellen kysymyksissä oli hahmottamisen vaikeutta. Esimerkiksi turvattomia, huonokuntoisia, esteettömiä sekä kehittämistä vaativia paikkoja koskevissa kysymyksissä vastaajien oli hankala erottaa käsitteitä toisistaan. Tämä ilmeni siten, että useat vastaukset menivät keskenään lomittain ja niissä oli päällekkäisyyksiä, joka hankaloitti myös vastausten analysointia ja luokittelua. Tähän on vaikuttanut oletettavasti osaltaan se, että kysymykset olivat keskenään melko samankaltaisia ja siksi niitä oli hankala erottaa toisistaan. Vaikka kysely suunnitellaan ja toteutetaan huolellisesti, on olemassa mahdollisuus, että vastaaja ymmärtääkin kysytyt asiat eri tavalla, kuin tutkija on tarkoittanut.

Tutkimukseen vastanneista monet olivat verrattain iäkkäitä. Heidän kohdallaan vastaajien haastattelu todettiin toimivaksi tavaksi kerätä aineistoa sähköistä kyselylomaketta käytettäessä, sillä sähköinen kysely voi olla erityisesti iäkkäille haastava käyttää, mikä saattaa heikentää vastausprosenttia (Valli 2015). Pieneksi jääneen otoksen (n=100) vuoksi aineistoa on joiltakin osin jouduttu tiivistämään, jolloin on menetetty tietoa. Luokittelun seurauksena tulokset eivät välttämättä välity yhtä selkeästi. Valli (2015) suosittelee, että tilastollisin menetelmin suoritettavassa tutkimuksessa otos tulisi olla kolmenumeroinen luku, jotta merkitsevyystestejä tehdessä eri luokkiin tulee riittävä määrä vastauksia. Vaikka tässä tutkimuksessa otoksen koko olikin kolminumeroinen luku, ei merkittäviä eroavaisuuksia tulosten välille saatu.

Tutkimuksen tarkoituksena on saada tietoa Huhtasuolla asuvien työikäisten aikuisten liikkumispaikoista ja -muodoista eri vuodenaikoina, sosiaalisen eriarvoisuuden vaikutuksista liikkumiseen sekä liikkumista rajoittavista esteistä ja liikkumisympäristöjen kehitysehdotuksista Huhtasuolla, minkä vuoksi tutkimustuloksia ei voida yleistää edustamaan kaikkia Suomen työikäisiä aikuisia. Tästä huolimatta tutkimuksen tuottamia tietoja voidaan joltain osin verrata aiempiin tutkimuksiin.

6.4 Jatkotutkimusehdotukset

Tämä tutkielma tuotti merkityksellistä tietoa Huhtasuon liikkumismahdollisuuksista. Lähiöihin kohdistuvia tutkimustuloksia voidaan mahdollisuuksien mukaan hyödyntää myös tulevilla tutkimuksissa, jolloin tutkimusta olisi hyödyllistä laajentaa koskemaan muita aihealueita sekä erityyppisiä lähiöitä.

Tulevassa tutkimuksessa tulisi syventyä enemmän liikkumisen ja sosioekonomisen aseman välisiin eroihin, jotta niiden välisistä erojen syistä saataisiin tarkempaa tietoa. Sen myötä olisi mahdollista pyrkiä vaikuttamaan vieläkin paremmin siihen, että liikunta olisi tulevaisuudessa vieläkin yhdenvertaisempaa. Liikkumisen sosioekonomisten erojen selvittämisen myötä tarvitaan myös toimintapoliittisia linjauksia siitä, mihin näistä eroista on erityisesti syytä kiinnittää huomiota terveyden ja eriarvoisuuden näkökulmista.

Tässä tutkimuksessa kohderyhmänä toimi työikäiset aikuiset, jotka asuvat Jyväskylän Huhtasuon kaupunginosassa. Huhtasuolla asuu kaikista Jyväskylän kaupunginosista eniten vieraskielisiä asukkaita, mutta tästä huolimatta tutkimus ei juuri tavoittanut ulkomaalaistaustaisia asukkaita, joiden kautta olisi voitu saada tietoa esimerkiksi äidinkielen tai etnisyyden ja liikunnan välisistä eroista. Jatkotutkimusta ajatellen olisi tarpeellista ja mielenkiintoista tutkia syvällisemmin myös etnisten ryhmien sosiaalisen aseman mukaisia eroja liikunnassa verrattuna kantaväestöön. Lisäksi oli kiinnostavaa tutkia, minkälaisia liikkumiseen liittyviä esteitä etnisissä ryhmissä koetaan.

Lopuksi julkisen liikuntapalvelutarjonnan eli liikuntapaikkojen ja ohjattujen liikuntapalveluiden saavutettavuuden ulottuvuuksia tarkastelu on herättänyt pohtimaan, mitkä tekijät ylipäättään vaikuttavat asukkaiden liikunnan harrastamiseen. Saavutettavuuden ja tasa-

arvon näkökulma olisi saatava entistä selkeämmin esiin erityisesti liikunta-alalla ja siksi aiheesta olisi tarpeellista tehdä lisätutkimusta.

LÄHTEET

- Ashton, L., Hutchesson, M., Rollo, M., Morgan, P., Thompson, D. & Collins, C. (2015). Young adult males' motivators and perceived barriers towards eating healthily and being active: A qualitative study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12 (1), 93. <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0257-6>.
- Ball, K., Carver, A., Downing, K., Jackson, M. & O'Rourke, K. (2015). Addressing the social determinants of inequities in physical activity and sedentary behaviours. *Health Promotion International*, 30 (2), 8–19.
- Bantham, A., Ross, S. E. T., Sebastião, E. & Hall, G. (2021). Overcoming barriers to physical activity in underserved populations. *Progress in Cardiovascular Diseases*, 64, 64–71.
- Bauman, A., Reis, R., Sallis, J., Wells, J., Loos, R. & Martin, B. (2012). Correlates of physical activity: Why are some people physically active and others not? *The Lancet*, 380 (9838), 258–271.
- Beenackers, M., Kamphuis, C., Giskes, K., Brug, J., Kunst, A., Burdorf, A. & van Lenthe, F. (2012). Socioeconomic inequalities in occupational, leisure-time, and transport related physical activity among European adults: A systematic review. *International Journal for Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9, 116.
- Berg, P., Kokkonen, M., Harjunen, H., Kavoura, A., Laukkanen, T., Ojajärvi, A. & Kokkonen, M. (2016). Urheilun takapuoli: Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus liikunnassa ja urheilussa. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura.
- Biddle, S. J. & Mutrie, N. (2015). *Psychology of physical activity: Determinants, well-being and interventions*. New York: Routledge.
- Borodulin, K., Laatikainen, T., Lahti-Koski, M., Jousilahti, P. & Lakka, T. A. (2008). Association of age and education with types of leisure time physical activity among 4437 Finnish adults. *Journal of Physical Activity and Health*. 5 (2): 242–51. <https://doi.org/10.1123/jpah.5.2.242>.
- Borodulin, K., Sipilä, N., Rahkonen, O., Leino-Arjas, P., Kestilä, L., Jousilahti, P. & Prättälä, R. (2016). Socio-demographic and behavioral variation in barriers to leisure-time physical activity. *Scandinavian Journal of Public Health*, 44 (1), 62–69. <https://doi.org/10.1177/1403494815604080>.
- de Munter, J., Agyemang, C., van Valkengoed, I., Bhopal, R., Zaninotto, P., Nazroo, J., Kunst, A. & Stronks, K. (2013). Cross national study of leisure-time physical activity in Dutch

- and English populations with ethnic group comparisons. *The European Journal Public Health*, 23 (3), 440-446.
- Donnelly, T. T., Al-Thani, A.-A. bint M., Benjamin, K., Al-Khater, A.-K., Fung, T. S., Ahmedna, M. & Welch, A. (2018). Arab female and male perceptions of factors facilitating and inhibiting their physical activity: Findings from a qualitative study in the Middle East. *PLoS ONE*, 13 (7), e0199336. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0199336>.
- Eitam, B. & Higgins, E.T. (2010). Motivation in mental accessibility: Relevance of a representation (ROAR) as a new framework. *Social and Personality Psychology Compass*, 4 (10), 951–967.
- Erkkola, R., Vasankari, T. & Erkkola, R. (2021). Opinion paper: Exercise for healthy aging. *Maturitas*, 144, 45–52.
- Farah, B., do Prado, W., Malik, N., Lofrano-Prado, M., de Melo, P., Botero, J., Cucato, G., de Almeida Correia, M. & Ritti-Dias, R. (2021). Barriers to physical activity during the COVID-19 pandemic in adults: A cross-sectional study. *Sport Sciences for Health*, 17, 441–447. <https://doi.org/10.1007/s11332-020-00724-5>.
- Fontán-Vela, M., Rivera-Navarro, J., Gullón, P., Díez, J., Anguelovski, I. & Franco, M. (2021). Active use and perceptions of parks as urban assets for physical activity: A mixed-methods study. *Health & Place*, 71, 102660. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2021.102660>.
- Gomez, L., Sarmiento, R., Ordoñez, M., Pardo, C., de Sá, T., Mallarino, C., Miranda, J., Mosquera, J., Parra, D., Reis, R. & Quistberg, D. (2015). Urban environment interventions linked to the promotion of physical activity: A mixed methods study applied to the urban context of Latin America. *Social Science & Medicine*, 131, 18–30. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.02.042>.
- Gray, P. M., Murphy, M. H., Gallagher, A. M. & Simpson, E. E. (2016). Motives and barriers to physical activity among older adults of different socioeconomic status. *Journal of Aging and Physical Activity*, 24 (3), 419–429. <https://doi.org/10.1123/japa.2015-0045>.
- Haapala, A., Borodulin, K., Silventoinen, K. & Mäki-Opas, T. (2016). Fyysisen kokonaisaktiivisuuden koulutusryhmittäiset erot ja muutokset työikäisillä suomalaisilla 11 vuoden seurannassa. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti*, 53, 119–32.
- Hakamäki, M., Jaako, J., Kankaanpää, A., Kantomaa, M., Kämppi, K., Rajala, K. & Tammelin, T. (2014). Sosioekonomisen taustan yhteys lasten ja nuorten liikuntaan. Teoksessa Valtion liikuntaneuvosto (toim.) *Mikä maksaa*, 11–49.

- Hasanen, E. (2017). ”Me ollaan koko ajan liikkeessä”: Tutkimus nuorten omaehtoisen liikkumisen muodoista ja merkityksistä tilan kehyksissä. University of Jyväskylä. *Studies in Sport, Physical Education and Health*, (261). Väitöskirja. Viitattu 13.10.2022. <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/55883>.
- Heikkilä, T. (2014). *Tilastollinen tutkimus*. 9. uudistettu painos. E-kirja. Helsinki: Edita. Viitattu 31.1.2023. <https://www.ellibs.com/fi/book/9789513769420/tilastollinen-tutkimus>.
- Helakorpi, S., Patja, K., Prättälä, R., Aro, A. R. & Uutela, A. (2003). Suomalaisen aikuisväestön terveyskäyttäytyminen ja terveys, kevät 2003. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B17/2003. Helsinki. Viitattu 13.10.2022. <https://www.julkari.fi/handle/10024/78775>.
- Helldán, A., Helakorpi, S., Virtanen, S. & Uutela, A. (2013). Suomalaisen aikuisväestön terveyskäyttäytyminen ja terveys, kevät 2013. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Hellén, A. E. (2019). Kielimaiseman vaikutus maahanmuuttajien liikkuvuuteen pääkaupunkiseudulla. *Alue ja Ympäristö*, 48 (1), 85–100. doi:10.30663/ay.71010.
- Helsingin yliopisto. (2022). Yhdenvertainen liikunnallinen lähiö (YLLI). Verkkosivu. Viitattu 13.10.2022. <https://blogs.helsinki.fi/yhdenvertainen-liikunnallinen-lahio/tavoitteet/>.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2009). *Tutki ja kirjoita*. 15. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.
- Hoekman, R. & Scheerder, J. (2021). Sport policy practice and outcome: Theoretical and empirical approaches. *European Journal for Sport and Society*, 18 (2), 103–113. <https://doi.org/10.1080/16138171.2021.1926772>.
- Husu, P., Tokola, K., Suni, J., Luoto, R., Sievänen, Harri., Mäki-Opas, T., Vasankari, T. & Kaikkonen, R. (2014). Istuminen ja terveysliikuntasuosituksen toteutuminen suomalaisilla aikuisilla vuonna 2013 – ATH-tutkimuksen tuloksia.
- Husu, P., Tokola, K., Vähä-Ypyä, H. & Vasankari, T. (2022). Liikuntaraportti: Suomalaisten mitattu liikkuminen, paikallaanolo ja fyysinen kunto 2018–2022. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja: 2022:33. Viitattu 13.10.2022. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/164370/OKM_2022_33.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Itkonen, H. & Simula, M. (2016). Paikallisen liikkumisen jatkuvuudet ja murrokset. Teoksessa P. Rannikko, M. Sireni, P. Härkin, H. Itkonen, S. Knuuttila, M. Lähtenmäki, J. Oksa

- & M. Simula (toim.) Kotona, kylässä, liikkeellä: Sivakka ja Rasimäki arjen ja mielen tiloina. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 175–208.
- Jokela, A. (2009). Vantaan liikuntapaikkasuunnitelma vuosille 2009–2025. Vantaan kaupunki, Vapaa-aika ja asukaspalvelut, liikuntapalvelut.
- Jolanki, O., Rappe, E. & Suhonen, R. (2020). Hyvinvointia ja osallisuutta asuinympäristöjä kehittämällä. *Gerontologia*, 34 (4), 349–353.
- Jones, N., Dlugonski, D., Gillespie, R., DeWitt, E., Lianekhammy, J., Slone, S. & Cardarelli, K. M. (2021). Physical Activity Barriers and Assets in Rural Appalachian Kentucky: A Mixed-Methods Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18 (14), 7646. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147646>.
- Jyväskylän kaupungin liikuntapalvelut. (2022). Liikuntatilojen hinnasto. Verkkosivu. Viitattu 31.1.2023. https://www.jyvaskyla.fi/sites/default/files/2022-04/liikuntapalvelujen_korjattu-hinnasto-2022.pdf.
- Jyväskylän kaupunki. (2022). Huhtasuo. Verkkosivu. Viitattu 8.10.2022. <https://www.jyvaskyla.fi/asuminen-rakentaminen-ja-liikenne/asuminen/kotikulmat-jyvaskylan-asuinalueet/huhtasuo>.
- Jyväskylän kaupunki. (2023a). Aikuisten liikunta. Verkkosivu. Viitattu 24.1.2023. <https://www.jyvaskyla.fi/liikunta/ohjattu-liikunta/aikuisten-liikunta>.
- Jyväskylän kaupunki. (2023b). Lähiöohjelma 2020–2022: Hyvinvointia ja elinvoimaa Huhtasuolle. Verkkosivu. Viitattu 16.3.2023. <https://www.jyvaskyla.fi/kaupunki-ja-paatoksenteke/strategia-ja-kehittaminen/hankkeet/lahioohjelma-2020-2022-hyvinvointia-ja>.
- Jyväskylän kaupunki. (2023c). Reitit, ulkoilu ja virkistys. Verkkosivu. Viitattu 28.5.2023. <https://www.jyvaskyla.fi/liikunta/reitit-ulkoilu-ja-virkistys>.
- Jyväskylän yliopisto. (2020). Maantieteilijät ja liikuntatieteilijät tutkimaan liikunnan yhdenvertaisuutta lähiöissä. Tutkimusuutinen. Verkkosivu. Viitattu 25.5.2022. <https://www.jyu.fi/fi/ajankohtaista/arkisto/2020/06/maantieteilijat-ja-liikuntatieteilijat-tutkimaan-liikunnan-yhdenvertaisuutta-lahioissa>.
- Jyväskylän yliopisto. (2022a). Lipas-järjestelmän esittely. Verkkosivu. Viitattu 24.1.2023. <https://www.jyu.fi/sport/fi/yhteistyo/lipas-liikuntapaikat.fi/esittely-2>.
- Jyväskylän yliopisto. (2022b). Koko lähiö liikkeelle yhdenvertaisesti – tutkimus selvitti laajasti liikkumisen saavutettavuuden ulottuvuuksia. Verkkosivu. Viitattu 11.5.2023. <https://www.jyu.fi/fi/ajankohtaista/arkisto/2022/12/koko-lahio-liikkeelle>

yhdenvertaisesti-2013-tutkimus-selvitti-laajasti-liikunnan-saavutettavuuden-
ulottuvuuksia.

- Kaikkonen, R., Murto, J., Pentala, O., Koskela, T., Virtala, E., Härkänen, T., Koskenniemi, T., Ahonen J., Vartiainen, E. & Koskinen, S. (2014). Alueellisen terveys- ja hyvinvointitutkimuksen perustulokset 2010–2014: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Kansallinen liikuntatutkimus 2009–10 (2010). Vapaaehtoistyö. SLU:n julkaisusarja 8/2010. Suomen Liikunta ja Urheilu SLU ry; Helsinki.
- Karvinen, E., Kalmari, P. & Koivumäki, K. (2011). Ikäihmisten liikunnan kansallinen toimenpideohjelma: Liikunnasta terveyttä ja hyvinvointia. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2011:30. Viitattu 13.10.2022. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75388/OKM30.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Kauravaara, K. (2018). Liikunta ja urheilu aikuisen hyvinvoinnin tukena. Asiantuntijatyo liikkujan polun aikuisuusvaiheesta. Suomen Olympiakomitea.
- Kokkonen, J. & Kauravaara, K. (2020). Eriarvoisuuden kasvot liikunnassa. Liikuntatieteellinen seura. Liikuntatieteellisen seuran julkaisuja no 175.
- Kotavaara, O. & Rusanen, J. (2016). Liikuntapaikkojen saavutettavuus paikkatietoperusteisessa tarkastelussa: Liikuntapaikkojen saavutettavuusindeksi (LINDA) -hankkeen loppuraportti. Nordia Tiedonantoja, (1), 1–58.
- Koppen, G., Tveit, M. S., Sang, Å. O. & Dramstad, W. (2014). The challenge of enhancing accessibility to recreational landscapes. *Norsk Geografisk Tidsskrift - Norwegian Journal of Geography*, 68(3), 145–154. <https://doi.org/10.1080/00291951.2014.904399>.
- Koski, P. & Mäenpää, P. (2018). Suomalaiset liikunta- ja urheiluseurat muutoksessa 1986–2016. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:25. Viitattu 14.10.2022. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160926/okm25.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Koskinen, S., Lundqvist, A. & Ristiluoma, N. (2012). Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa 2011. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 68/2012. Viitattu 20.12.2022. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90832/Rap068_2012_netti.pdf.
- Kuntalaki. (2015). Verkkosivu. Viitattu 14.10.2022. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150410>.
- Kuusiluoma, R. K. (2019). Esteettömyys liikuntapaikkarakentamisessa. Verkkosivu. Viitattu 26.1.2023. <https://prezi.com/view/XblWrNYji7ApZkqhrP9A/>.

- Lakka, T. A., Kauhanen, J. & Salonen, J. T. (1996). Conditioning leisure time physical activity and cardiorespiratory fitness in sociodemographic groups of middle-ages men in eastern Finland. *International Journal of Epidemiology*, 25 (1), 86–93.
- Langøien, L. J., Terragni, L., Rugseth, G., Nicolaou, M., Holdsworth, M., Stronks, K., Lien, N. & Roos, G. (2017). Systematic mapping review of the factors influencing physical activity and sedentary behaviour in ethnic minority groups in Europe: A DEDIPAC study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14, 99. <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0554-3>.
- Lehtonen, O. & Kauronen, M. (2017). Liikuntapaikkojen saavutettavuus fyysisesti inaktiivisilla miehillä Kymenlaakson taajamissa. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti*, 54 (4), 327–344.
- Liikuntalaki. (2015). Verkkosivu. Viitattu 24.1.2023. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150390>.
- Lynch, J. & Kaplan, G. (2000). Socioeconomic position. Teoksessa L. Berkman, I. Kawachi (toim.) *Social Epidemiology*. New York: Oxford University Press, 13-35.
- Marashi, M. Y., Nicholson, E., Ogrodnik, M., Fenesi, B. & Heisz, J. J. (2021). A mental health paradox: Mental health was both a motivator and barrier to physical activity during the COVID-19 pandemic. *PLoS ONE*, 16 (4), e0239244. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239244>.
- Mononen, K., Blomqvist, M., Hakamäki, M., Laine, K. & Mäkinen, J. (2018). Liikunnan ja urheilun harrastaminen. Teoksessa J. Mäkinen (toim.) *Aikuisväestön liikunnan harrastaminen, vapaaehtoistyö ja osallistuminen*, 8–27.
- Mäki-Opas, T., Rahkonen, O. & Borodulin, K. (2015). Terveys sosiologinen näkökulma liikunnallisen elämäntavan polarisoitumiseen – valinnat vai mahdollisuudet. *Yhteiskuntapolitiikka*, 80, 3.
- Mäki-Opas, T. (2016). Liikunta kuuluu kaikille – liikuntapolitiikan mahdollisuudet sosiaalisen eriarvoisuuden vähentämiseksi. Teoksessa M. Holmila, S. Karvonen & M. Sihto (toim.) *Terveyden edistäminen ja eriarvoisuus: Lähestymistapoja ja ratkaisuja*. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 111–123.
- Mäkinen, T. (2011). Liikunnan sosioekonomisia eroja selittävät tekijät aikuisilla. Teoksessa P. Husu, O. Paronen, J. Suni & T. Vasankari (toim.) *Suomalaisten fyysinen aktiivisuus ja kunto 2010: Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2011:15*, 53–9. Viitattu 20.12.2022.

- <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75444/OKM15.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Mäkinen, T., Valkeinen, H., Borodulin, K. & Vasankari, T. (2012). Fyysinen aktiivisuus. Teoksessa S. Koskinen, A. Lundqvist & N. Ristiluoma (toim.) *Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa 2011*. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Raportti 68/2012. 55–8. Viitattu 20.12.2022. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90832/Rap068_2012_netti.pdf.
- Norra, J., Ruokonen, R., Ehrlén, V., Polari, A. & Ahonen, A. (2015). *Lähiliikuntapaikkarakentamista 15 vuotta – seurantaselvitys*. Valon julkaisusarja nro 7/2015.
- Parfitt, J. (1997). Questionnaire design and sampling. Teoksessa R. Flowerdew & D. Martin (toim.) *Methods in Human Geography: A guide for students doing research projects*, 76–109.
- Porcherie, M., Roué Le Gall, A., Thomas, M., Montiège, Q., Faure, E., Rican, S., Vaillant, Z., Simos, J. & Cantoreggi, N. (2021). Staying active during Covid-19 crisis: Why it would have been important to keep public parks opened. *European Journal of Public Health*, 31 (3), 165–221. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckab165.221>.
- Purhonen, S., Gronow, J., Heikkilä, R., Kahma, N., Rahkonen, K. & Toikka, A. (2014). *Suomalainen maku: Kulttuuripääoma, kulutus ja elämäntyylien sosiaalinen eriytyminen*. Helsinki: Gaudeamus.
- Pyykkönen, T. (2013). *Liikuntaympäristöt kulttuuriperintönä*. Opas arviointiin. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu, 170. Viitattu 14.10.2022. <https://webshop.jyu.fi/tuote/liikuntaymparistot-kulttuuriperintona/>.
- Pyykkönen, T. (2016). *Yhdenvertaisuus ja tasa-arvotyö valtion liikuntapolitiikassa – taustaselvitys valtion liikuntaneuvostolle ja sen yhdenvertaisuus- ja tasa-arvojaostolle*. Helsinki: Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:1. Viitattu 25.1.2023. https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2019/09/VLN_YT_FINAL.pdf.
- Pääministeri Sanna Marinin hallituksen ohjelma 2019. (2019). *Osallistava ja osaava Suomi – sosiaalisesti, taloudellisesti ja ekologisesti kestävä yhteiskunta*. Valtioneuvoston julkaisuja 2019:31. Viitattu 25.1.2023. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/161931>.
- Ruuskanen, T. (2019). *Perinteinen kävelylenkkeily edelleen suosituin koko kansan liikuntaharrastus*. Tilastokeskus. Verkkosivu. Viitattu 30.1.2023.

- <https://www.tilastokeskus.fi/tietotrendit/artikkelit/2019/perinteinen-kavelylenkkeily-edelleen-suosituin-koko-kansan-liikuntaharrastus-1/>.
- Rönkkö, E. (2015). Muutosta liikkeellä! – Liikuttaako se kaikkia, Suomeen muuttaneitakin? Teoksessa H. Itkonen & K. Kauravaara (toim.) Liikunta kansalaisten elämäkulussa: Tulkintoja liikkumisesta ja liikunnanedistämisestä. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja, 296, 33–38.
- Rönkkö, E. (2019). Moninaisuus ja yhdenvertaisuus: Opas vanhusneuvostoille. Helsinki: Eläkeläiset ry. Viitattu 20.12.2022. https://elakelaiset.fi/wp-content/uploads/opas_valmis_netti.pdf.
- Saarela, H., Mäki-Opas, T., Silventoinen, K. & Borodulin, K. (2015). Sosiodemografiset erot suomalaisten hyötyliikunnassa. *Liikunta & Tiede*, 52, 55–63.
- Salmikangas, A. K. (2015). Liikkumisen monet ympäristöt. Teoksessa H. Itkonen & A. Laine (toim.) Liikunta yhteiskunnallisena ilmiönä. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Tutkimuksia 1/2015, 101–115.
- Schirpke, U., Tasser, E., Ebner, M. & Tappeiner, U. (2021). What can geotagged photographs tell us about cultural ecosystem services of lakes? *Ecosystem Services*, 51, 101354.
- Smith, M., Hosking, J., Woodward, A., Witten, K., MacMillan, A., Field, A., Baas, P. & Mackie, H. (2017). Systematic literature review of built environment effects on physical activity and active transport – an update and new findings on health equity. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14, 158. <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0613-9>.
- Special Eurobarometer 525. (2022). Sport and Physical Activity. European Commission. Viitattu 18.1.2023. https://www.spordiinfo.ee/Sport_physical_activity_2022_eb525_report_en.
- Stappers, N. E., Van Kann, D. H., De Vries, N. K. & Kremers, S. P. (2018). Do physical activity friendly neighborhoods affect community members equally? A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15 (6), 1062. Scopus. <https://doi.org/10.3390/ijerph15061062>.
- Stjernberg, M. (2019). Concrete Suburbia: Suburban housing estates and socio-spatial differentiation in Finland. Väitöskirja. Helsingin yliopisto. Viitattu 31.1.2023. <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/301865>.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. (2013). Muutosta liikkeellä! Valtakunnalliset yhteiset linjaukset terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikuntaan 2020. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2013:10. Viitattu 24.1.2023.

- https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/69937/URN_ISBN_978-952-00-3412-2_korj.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Suomen perustuslaki. (1999). Verkkosivu. Viitattu 14.10.2022. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>.
- Suomi, K., Sjöholm, K., Matilainen, P., Nuutinen, L., Myllylä, S., Glan, V., Pavelka, B., Vehkakoski, K., Vettenranta, J. & Lee, A. (2012). Liikuntapaikkapalvelut ja väestön tasa-arvo: Seurantatutkimus liikuntapaikkapalveluiden muutoksista 1998–2009. Jyväskylän yliopisto.
- THL. (2019). Liikunta. Verkkosivu. Viitattu 31.1.2023. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/elintavat/liikunta>.
- Therborn, G. (2014). Eriarvoisuus tappaa. Suom. T. Henttonen. Tampere: Vastapaino.
- Thomas, A. M., Beaudry, K. M., Gammage, K. L., Klentrou, P. & Josse, A. R. (2019). Physical activity, sport participation, and perceived barriers to engagement in first-year Canadian university students, 16 (6), 437–446.
- Tilastokeskus. (2016). Kotitalouksien kulutusmenot viitehenkilön iän mukaan 1985–2016. Verkkosivu. Viitattu 14.10.2022. https://pxweb2.stat.fi/PxWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin__ktutk/statfin_ktutk_pxt_005.px/.
- Tilastokeskus. (2021). Jyväskylä suuralueittain. Jyväskylän kaupunki. Väestötilastopalvelu. Verkkosivu. Viitattu 29.1.2023. <https://www.jyvaskyla.fi/jyvaskyla/tilastotietoa>.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Tilastokeskus. (2022). Paavo – tilastoja postinumeroalueittain. Arkisto. Kaikki tietoryhmät. Viitattu 30.5.2023. https://pxdata.stat.fi/PxWeb/pxweb/fi/Postinumeroalueittainen_avoin_tieto/Postinumeroalueittainen_avoin_tieto__arkisto__2022/paavo_pxt_12f7_2022.px/table/tableViewLayout1/.
- UKK-instituutti. (2022). Liikkumisen suositukset. Verkkosivu. Viitattu 26.1.2023. <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-suositukset/>.
- Vaattovaara, M., Joutsiniemi, A., Kortteinen, M., Stjernberg, M. & Kempainen, T. (2018). Experience of a preventive experiment: spatial social mixing in post-world war ii housing estates in Helsinki, Finland. Teoksessa D.B. Hess, T. Tammaru, and M. van Ham, (toim.) Housing estates in Europe: poverty, ethnic segregation and policy

- challenges. Cham: Springer Open, 215–240. The Urban Book Series. https://doi.org/10.1007/978-3-319-92813-5_10.
- Valli, R. (2015). Paperinen kyselylomake. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineiston keruu: virikkeitä aloittelevalla tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Valtion liikuntaneuvosto. (2014). Liikuntapaikkarakentamisen suunta-asiakirja. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2014:4. Verkkosivu. Viitattu 17.10.2022. <https://www.liikuntaneuvosto.fi/lausunnot-ja-julkaisut/liikuntapaikkarakentamisen-suunta-asiakirja/>.
- Valtion liikuntaneuvosto. (2018). Valtioneuvoston selonteko liikuntapolitiikasta. Verkkosivu. Viitattu 27.1.2023. <https://valtioneuvosto.fi/paatokset/paatos?decisionId=0900908f805e5361>.
- Vasankari, T., Kolu, P., Kari, J., Pehkonen, J., Havas, E., Tammelin, T., Jalava, J., Koski, H., Pihlainen, K., Kyröläinen, H., Santtila, M., Sievänen, H., Raitanen, J. & Tokola, K. (2018). Liikkumattomuuden lasku kasvaa – vähäisen fyysisen aktiivisuuden ja heikon fyysisen kunnan yhteiskunnalliset kustannukset. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 31/2018. Viitattu 24.1.2023. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160724/31-2018-Liikkumattomuuden%20lasku%20kasvaa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Vastamäki, J. (2015). Kyselylomaketutkimus: Tutkimusasetelman ja mittareiden valinta. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalla tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus, 121–132.
- Vehkalahti, K. (2014). Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Finn Lectura. <https://doi.org/10.31885/9789515149817>.
- Vepsäläinen, M. & Hiltunen, M. J. (2001). Liikkumisen arkea Muu-Suomessa: Liikenteen ja tienpidon sosiaalinen ja alueellinen tasa-arvo. Joensuun yliopisto. Maantieteiden laitos. Julkaisuja no 9.
- Vilka, H. (2007). Tutki ja mittaa: Määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Tammi.
- Virmasalo, I. & Pyykönen, J. (2021) Puhelinkyselyillä saatiin tietoa myös COVID-19-pandemian vaikutuksista lähiöiden asukkaiden fyysiseen aktiivisuuteen. Blogi. Viitattu 28.3.2023. <https://blogs.helsinki.fi/yhdenvertainen-liikunnallinen-lahio/category/blogs/>.

- Virmasalo, I. & Hasanen, E. (2022). Defining the accessibility of physical activity. Tracing the social dimension. Blogi. Viitattu 3.1.2023. <https://blogs.helsinki.fi/yhdenvertainen-liikunnallinen-lahio/files/2022/12/Liite-2-Saavutettavuuden-ulottuvuudet-ennakkoteksti.pdf>.
- Virmasalo, I., Simula, M. & Muukkonen, P. (2022). Liikuntapaikkojen ja -palveluiden saavutettavuuden ulottuvuudet spatiaalisesta sosiaaliseen. Blogi. Viitattu 30.1.2023. <https://blogs.helsinki.fi/yhdenvertainen-liikunnallinen-lahio/2022/02/14/liikuntapaikkojen-ja-palveluiden-saavutettavuuden-ulottuvuudet-spatiaalisesta-sosiaaliseen/>.
- Virmasalo, I., Hasanen, E., Pyykönen, J., Nurmi, M., Simula, M., Salmikangas, A. K., & Muukkonen, P. (2023). Closed due to COVID-19: effects of indoor sports restrictions on suburban adults' physical activity behaviours. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 1–21. <https://doi.org/10.1080/19406940.2023.2178479>.
- Vähä-Ypyä, H., Sievänen, H., Husu, P., Tokola, K., Mänttari, A., Heinonen, O. J., Heiskanen, J., Kaikkonen, K. M., Savonen, K., Kokko, S. & Vasankari, T. (2022). How adherence to the updated physical activity guidelines should be assessed with accelerometer? *European Journal of Public Health*, 32, 50–55.
- Wang, Z. & Lee, C. (2010). Site and neighborhood environments for walking among older adults. *Health & Place*, 16 (6), 1268–1279.
- WHO. (2013). Physical activity promotion in socially disadvantaged groups: principles for action. PHAN Work Package 4. Final report. Verkkosivu. Viitattu 9.1.2023. <https://www.who.int/europe/home?v=welcome>.

LIITTEET

Liite 1. Tutkimuskysely

Kysely Huhtasuon liikkumispaikoista

Tervetuloa vastaamaan Huhtasuon asukkaiden liikkumista ja alueellisia liikkumismahdollisuuksia käsittelevään kyselyyn. Kyselyn avulla parannetaan Huhtasuon liikkumismahdollisuuksia.

Tämä on karttapohjainen kysely, jossa voit sijoittaa osan vastauksistasi suoraan kartalle. Kyselyyn vastaaminen vie noin 10–15 minuuttia. Kyselyn päätyttyä voit osallistua S-ryhmän lahjakorttien arvontaan.

Tietosuoja

Henkilötietojasi käsitellään yleisen edun mukaisessa tieteellisessä tutkimuksessa. Taustatietoina kysymme esimerkiksi tulotietoja ja asumismuotoa. Kyselyssä ei kerätä suoria tunnistetietoja, mutta vastauksia yhdistelemällä voi olla mahdollista tunnistaa vastaaja. Voit tutustua kyselyn tietosuojailmoitukseen alla olevasta kilpi-ikonista klikkaamalla (Tietosuojailmoitus karttakyselytutkimuksesta - Kevät 2022).

Lisätietoja henkilötietojen käsittelystä saat Jyväskylän yliopiston tietosuojavastaavalta (tietosuoja@jyu.fi). Lisätietoja tutkimuksesta saat Janne Pyyköselältä (janne.t.pyykonen@jyu.fi). Kyselyyn osallistuminen on vapaaehtoista. Aloittamalla vastaamisen annat luvan vastaustesi hyödyntämiseen tutkimuksessa.

Liikkuminen

Ajattele liikkumistasi viimeisen 12 kuukauden ajalta. Ota huomioon kaikki säännöllisesti viikoittain toistuva liikunnallinen rasitus.

Kuinka paljon liikutte ja rasitate itseänne ruumiillisesti vapaa-aikana?

- Luen, katselen televisiota ja teen askareita, joissa en paljonkaan liiku ja jotka eivät rasita minua ruumiillisesti
- Kävelen, pyöräilen tai liikun muulla tavalla useita tunteja viikossa. Tähän lasketaan mm. kävely, kalastus ja metsästys, ja kevyt puutarhatyö
- Harrastan varsinaista kuntoliikuntaa useita tunteja viikossa. Tähän lasketaan mm. juoksu, lenkkeily, hiihto, kuntovoimistelu, uinti, pallopelit ja rasittavat puutarhatyöt
- Harjoittelen kilpailumielessä säännöllisesti rasittavia urheilumuotoja useita kertoja viikossa. Tähän lasketaan mm. juoksu, suunnistus, hiihto, uinti ja pallopelit kilpailumielessä
- En osaa sanoa

Miten rasittavaa työnne on ruumiillisesti?

- En ole työssä tai työni on pääasiassa istumatyötä enkä kävele paljoakaan
- Kävelen työssäni melko paljon, mutta en joudu nostelemaan tai kantamaan raskaita taakkoja
- Joudun työssäni kävelemään ja nostelemaan paljon tai nousemaan portaita tai ylämäkeä

- Työni on raskasta ruumiillista työtä, jossa joudun nostamaan tai kantamaan raskaita esineitä, kaivamaan, lapioimaan tai hakkaamaan jne.
- En osaa sanoa

Kesä, kevään ja syksyn tärkeimmät liikkumispaikat

Merkitse karttaan sinulle tärkeät liikkumispaikat kesän, kevään ja syksyn ajalta Jyväskylän alueella. Voit merkitä kartalle myös paikkoja, joita käytit ennen koronaviruksen aiheuttamia rajoituksia.

Merkitse esim. kenttä tai puisto kartalle suoraan sen sijaintipaikkaan klikkaamalla "Lisää paikka". Reittityyppisten liikkumispaikkojen osalta tee merkintä kaukaisimpaan kohteeseen kyseistä reittiä tai aluetta.

Voit liikuttaa ja zoomata karttaa tarpeesi mukaan. Zoomaamalla näet myös enemmän paikkojen ja katujen nimiä kartalla. Voit merkitä myös Huhtasuon ulkopuolisia kohteita tai alueita.

Kun olet lisännyt yhteensä 1–5 kohdetta, siirry alta seuraavalle sivulle. Jos sinulla ei ole yhtään tärkeää liikkumispaikkaa, merkitse se alle.

- Minulla ei ole tärkeää liikkumispaikkaa

Lisää tärkeä paikka

Tarkentaisitko mitä paikkaa tai aluetta tarkoitat?
(Avoin tekstikenttä)

Mitä olet tehnyt tässä paikassa sulan maan aikaan? Voit vastata useampia harrasteita.

(Avoin tekstikenttä)

Kenen kanssa olet ollut tässä paikassa? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Yksin
- Ystävän tai ystävien kanssa
- Perheen tai puolison kanssa
- Ohjatun ryhmän kanssa (esim. seurajoukkue tai ryhmäliikuntatunti)
- Muiden kanssa

Jos vastasit "Muiden kanssa", tarkentaisitko keiden?
(Avoin tekstikenttä)

Kuinka usein tavallisesti käyt tässä paikassa?

- Harvemmin kuin kerran kuukaudessa
- 1–3 kertaa kuukaudessa
- Kerran viikossa
- 2–3 kertaa viikossa
- 4–6 kertaa viikossa
- 7 päivänä viikossa tai useammin

- En osaa sanoa

Miten olet kulkenut tälle paikalle? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Kävelen
- Pyörällä
- Muulla fyysisesti aktiivisella tavalla (esim. Potkulaudalla tai rullalaudalla)
- Autolla, mopolla tai muulla moottoriajoneuvolla
- Linja-autolla
- Muulla tavoin

Jos vastasit "muulla tavoin", tarkentaisitko miten?

(Avoin tekstikenttä)

Muuta kommentoitavaa paikasta?

(Avoin tekstikenttä)

Tärkeimmät talven liikkumispaikat

Merkitse karttaan sinulle tärkeät liikkumispaikat talven ajalta Jyväskylän alueella. Voit merkitä kartalle myös paikkoja, joita käytit ennen koronaviruksen aiheuttamia rajoituksia.

Merkitse esim. luistelukenttä tai puisto kartalle suoraan sen sijaintipaikkaan klikkaamalla "Lisää paikka". Reittityyppisten liikkumispaikkojen osalta tee merkintä kaukaisimpaan kohteeseen kyseistä reittiä tai aluetta.

Voit liikuttaa ja zoomata karttaa tarpeesi mukaan. Zoomaamalla näet myös enemmän paikkojen ja katujen nimiä kartalla. Voit merkitä myös Huhtasuon ulkopuolisia kohteita tai alueita.

Kun olet lisännyt yhteensä 1–5 kohdetta, siirry alta seuraavalle sivulle. Jos sinulla ei ole yhtään tärkeää liikkumispaikkaa, merkitse se alle.

- Minulla ei ole talvisin tärkeää liikkumispaikkaa

Lisää tärkeä paikka

Tarkentaisitko mitä paikkaa tai aluetta tarkoitat?

(Avoin tekstikenttä)

Mitä olet tehnyt tässä paikassa lumisen maan aikaan? Voit vastata useampia harrasteita.

(Avoin tekstikenttä)

Kenen kanssa olet ollut tässä paikassa? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Yksin
- Ystävän tai ystävien kanssa
- Perheen tai puolison kanssa
- Ohjatun ryhmän kanssa (esim. seurajoukkue tai ryhmäliikuntatunti)
- Muiden kanssa

Jos vastasit "Muiden kanssa", tarkentaisitko keiden?
(Avoin tekstikenttä)

Kuinka usein tavallisesti käyt tässä paikassa?

- Harvemmin kuin kerran kuukaudessa
- 1–3 kertaa kuukaudessa
- Kerran viikossa
- 2–3 kertaa viikossa
- 4–6 kertaa viikossa
- 7 päivänä viikossa tai useammin
- En osaa sanoa

Miten olet kulkenut tälle paikalle? Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Kävelen
- Pyörällä
- Muulla fyysisesti aktiivisella tavalla (esim. potkukelkalla)
- Autolla, mopolla tai muulla moottoriajoneuvolla
- Linja-autolla
- Muulla tavoin

Jos vastasit "muulla tavoin", tarkentaisitko miten?
(Avoin tekstikenttä)

Muuta kommentoitavaa paikasta?
(Avoin tekstikenttä)

Huhtasuon liikkumispaikkojen kehitysehdotukset

Oletko havainnut Huhtasuolla tai sen lähialueilla epäkohtia liikkumispaikkoihin liittyen?
Merkitse kartalle huonokuntoiset, turvattomat tai muuten parantamista vaativat paikat.

Lisää huonokuntoinen paikka

Mitä paikkaa tarkoitat ja miten se on huonossa kunnossa?
(Avoin tekstikenttä)

Lisää turvaton paikka

Mitä paikkaa tarkoitat ja miksi se on turvaton?
(Avoin tekstikenttä)

Lisää muuta kehittämistä vaativa paikka

Mitä paikkaa tarkoitat ja mitä parannettavaa siinä on?
(Avoin tekstikenttä)

Liikkumispaikat, joita et voi käyttää

Onko lähialueellasi liikkumispaikkoja, joita haluaisit käyttää mutta et jostain syystä voi? Este voi liittyä paikan kuntoon, käyttömaksuihin, vuorojakoon, aukioloaikoihin, muihin käyttäjiin, läheistesi kielteiseen suhtautumiseen tai mihin tahansa. Merkitse esteelliset paikat kartalle.

Lisää paikka jota et voi käyttää

Mitä paikkaa tarkoitat ja miksi et voi käyttää sitä? Voit vastata useampia syitä.
(Avoin tekstikenttä)

Mitä tekisit tässä paikassa?
(Avoin tekstikenttä)

Kuinka usein todennäköisesti käyttäisit tätä paikkaa jos voisit?

- Harvemmin kuin kerran kuukaudessa
- 1–3 kertaa kuukaudessa
- Kerran viikossa
- 2–3 kertaa viikossa
- 4–6 kertaa viikossa
- 7 päivänä viikossa tai useammin

Asuinalue

Millä asuinalueella asut Huhtasuolla? Merkitse kartalle asuinalueesi. Sinun ei tarvitse merkitä kotisi tarkkaa sijaintia, merkitse vain oikea alue kymmenestä vaihtoehdosta.

Voit liikuttaa ja zoomata karttaa tarpeesi mukaan.

Taustatiedot

Lopuksi vielä kysymyksiä taustatiedoistasi.

Sukupuolesi?

- Nainen
- Mies
- Muu
- En halua kertoa

Syntymävuotesi?

(Avoin tekstikenttä)

Koulutuksesi?

- Perus-, kansa- tai keskikoulu tai vähemmän
- Ammatillinen perustutkinto, ammattikoulu
- Ylioppilas
- Opistoasteen ammatillinen tutkinto
- Ylempi opistoasteen tutkinto, ammattikorkeakoulututkinto, alempi yliopiston tai korkeakoulun akateeminen tutkinto
- Yliopiston tai korkeakoulun ylempi akateeminen tutkinto tai korkeampi
- Koulutus kesken
- Muu

- En osaa sanoa

Asutko?

- Kerrostalossa
- Rivitalossa, paritalossa, luhtitalossa tai erillistalossa
- Omakotitalossa
- Muualla
- En osaa sanoa

Mikä seuraavista kuvaa parhaiten tilannettasi?

- Asun kotona vanhempien luona
- Asun yksin
- Asun kaksin puolison kanssa
- Asun puolison ja lasten kanssa
- Olen yksinhuoltaja
- Muulla tavoin
- En osaa sanoa

(Jos vastaaja valitsee tässä kohtaa ”Asun puolison ja lasten kanssa” tai ”Olen yksinhuoltaja”, aukeaa kaksi lisäkysymystä:)

Kuinka monta 0–6-vuotiasta lasta taloudessasi asuu?

- Taloudessani ei asu 0–6-vuotiaita lapsia
- 1
- 2
- 3
- 4
- 5 tai enemmän
- En halua vastata

Kuinka monta 7–17-vuotiasta lasta taloudessasi asuu?

- Taloudessani ei asu 7–17-vuotiaita lapsia
- 1
- 2
- 3
- 4
- 5 tai enemmän
- En halua vastata

Mikä seuraavista kuvaa parhaiten ammattiryhmääsi tai työtilannettasi?

- Koululainen tai opiskelija
- Eläkeläinen
- Kotiäiti, koti-isä tai muu hoivatyö kotona
- Työtön
- Palkansaaja
- Yrittäjä tai yksityinen ammatinharjoittaja
- Muu ammattiryhmä tai tilanne
- En osaa sanoa

Työskenteletkö...

- Osa-aikaisesti (30 tuntia viikossa tai alle)

- Kokoaikaisesti (yli 30 tuntia viikossa)
- En osaa sanoa

Millaiset työaikasi ovat?

- Säännöllinen päivätyö
- 2- tai 3-vuorotyö
- Muunlainen työaika
- En osaa sanoa

Jos vastasit muunlainen työaika, millainen on työaikasi?
(Avoin tekstikenttä)

Teetkö etätyötä ja jos teet, niin kuinka paljon?

- Teen etätyötä säännöllisesti
- Teen etätyötä osan ajasta
- En tee koskaan etätyötä
- En osaa sanoa

Kuinka paljon kotitaloutesi yhteenlasketut bruttotulot ovat kuukaudessa? Bruttotulo tarkoittaa tuloa, josta ei ole vähennetty veroja. Bruttotuloja voi kertyä palkasta, eläkkeestä, yritystoiminnasta, työttömyysturvasta, muista sosiaalietuuksista tai pääomatuloista. Jos et tiedä tarkkaa lukua, voit kertoa arviiosi.

- 0–1999 euroa
- 2000–3999 euroa
- 4000–5999 euroa
- 6000–7999 euroa
- 8000 euroa tai enemmän
- En osaa sanoa

Oletko syntynyt Suomessa?

- Kyllä
- En
- En tiedä
- En halua vastata

Mikä on äidinkielenesi?

- Suomi
- Ruotsi
- Viro
- Venäjä
- Arabia
- Somalia
- Muu
- En osaa sanoa

Millainen on suullinen suomen kielen taitosi?

- Äidinkielen tasoinen
- Edistynyt
- Keskitasoinen
- Aloittelija

- En osaa lainkaan
- En osaa sanoa

Vastasitko kyselyyn...

- Itsenäisesti saamani linkin avulla
- Haastattelijan kanssa

Suuri kiitos vastauksistasi! Seuraavalla sivulla voit vielä halutessasi osallistua arvontaan.

Palkkioarvonta kyselyyn vastanneille.

Kiitos osallistumisesta Huhtasuon liikkumisolosuhteita koskevaan kyselyyn. Kyselyn vastaajat voivat halutessaan osallistua myös kolmen S-ryhmän 20 euron lahjakortin arvontaan.

Jos et halua osallistua arvontaan, voit sulkea tämän sivun.

Jos haluat osallistua arvontaan, valitse alla oleva ruutu ja jätä seuraavalle sivulle yhteystietosi (nimi, puhelinnumero ja sähköpostiosoite). Yhteystietojasi käytetään vain arvannon suorittamiseen. Kaikki vastaukset poistetaan arvannon suorittamisen jälkeen. Arvonta suoritetaan kesäkuussa 2022 ja voittajalle ilmoitetaan henkilökohtaisesti.

Haluatko osallistua arvontaan?

Kyllä, haluan osallistua arvontaan.

Tietosuoja

Henkilötietojasi (Nimi, puhelinnumero ja sähköpostiosoite) käsitellään arvannon suorittamista varten. Voit tutustua kyselyn tietosuojailmoitukseen alla olevasta kilpi-ikonista klikkaamalla (Tietosuojailmoitus arvontakyselystä - Kevät 2022).

Lisätietoja henkilötietojen käsittelystä saat Jyväskylän yliopiston tietosuojavastaavalta (tietosuoja@jyu.fi). Lisätietoja yhdenvertainen liikunnallinen lähiö-tutkimuksesta saat Janne Pyyköselältä (janne.t.pyykonen@jyu.fi). Arvontaan osallistuminen on vapaaehtoista. Aloittamalla vastaamisen annat luvan henkilötietojesi tallentamiseen arvontaa varten.

Lahjakortin arvonta suoritetaan kesäkuussa 2022. Otamme henkilökohtaisesti yhteyttä voittajaan. Kiitos osallistumisesta tutkimukseen.



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

LIIKUNTATIETEELLINEN
TIEDEKUNTA

7.4.2022

TIEDOTE TUTKIMUKSESTA - YHDENVERTAINEN LIKUNNALLINEN LÄHIÖ

Tiedote annetaan karttakyselyn ensimmäisellä sivulla ennen vastaamisen aloittamista.

Tervetuloa vastaamaan Huhtasuon asukkaiden liikkumista ja alueellisia liikkumismahdollisuuksia käsittelevään kyselyyn. Kyselyn avulla parannetaan Huhtasuon liikkumismahdollisuuksia.

Tämä on karttapohjainen kysely, jossa voit sijoittaa osan vastauksistasi suoraan kartalle. Kyselyyn vastaaminen vie noin 10-15 minuuttia. Kyselyn päätyttyä voit osallistua S-ryhmän lahjakorttien arvontaan.

Tietosuoja

Henkilötietojasi käsitellään yleisen edun mukaisessa tieteellisessä tutkimuksessa. Taustatietoina kysymme esimerkiksi tulotietoja ja asumismuotoa. Kyselyssä ei kerätä suoria tunnistetietoja, mutta vastauksia yhdistelemällä voi olla mahdollista tunnistaa vastaaja. Voit tutustua kyselyn tietosuojailmoitukseen alla olevasta kilpi-ikonista klikkaamalla. (Kilpi-ikonin kautta vastaaja ohjataan tutkimuksen verkkosivuille, jossa linkki tietosuojailmoitukseen osoitteessa <https://blogs.helsinki.fi/yhdenvertainen-liikunnallinen-lahio/tietosuojailmoitus/>)

Lisätietoja henkilötietojen käsittelystä saat Jyväskylän yliopiston tietosuojavastaavalta (tietosuoja@jyu.fi). Lisätietoja tutkimuksesta saat Janne Pyyköselältä (janne.t.pyykonen@jyu.fi). Kyselyyn osallistuminen on vapaaehtoista. Aloittamalla vastaamisen annat luvan vastaustesi hyödyntämiseen tutkimuksessa.

Y-tunnus:
02458947
Sähköposti:
etunimi.sukunimi@jyu.fi

Puhelin:
(014) 260 1211
Faksi:
(014) 260 1021

Jyväskylän yliopisto
PL 35
40014 Jyväskylän
yliopisto
www.jyu.fi



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

LIIKUNTATIETEELLINEN
TIEDEKUNTA

7.4.2022

Kuvaus henkilötietojen käsittelystä tieteellisessä tutkimuksessa (tietosuojailmoitus EU (679/2016) 13, 14, 30 artikla)

YHDENVERTAINEN LIIKUNNALLINEN LÄHIÖ –TUTKIMUKSEN KARTTAKYSELYSSÄ KÄSITELTÄVÄT HENKILÖTIEDOT

Tämän tieteellisen tutkimuksen tavoitteena selvittää Jyväskylän Huhtasuon ja Helsingin Kontulan asuinalueiden asukkaiden liikkumista ja liikunnan paikkoja sekä liikuntamahdollisuuksien saavutettavuutta tutkimusalueilla.

Tämä tietosuojailmoitus koskee tutkimuksen karttakyselyosuutta. Tietosuojailmoitus on julkaistu tutkimuksen verkkosivulla. Tutkittaville on aineistonkeruun yhteydessä kerrottu hänen henkilötietojensa käytöstä sekä annettu suora linkki tietosuojailmoituksen sisältävälle verkkosivulle.

Tutkimuksen karttakyselyssä Sinusta kerätään seuraavia henkilötietoja: sukupuoli, ikäluokka, asumismuoto, elämänvaihe, kotonasi asuvien lasten ikäluokka ja määrä, äidinkieli, suomen kielen suullinen taito, koulutus, ammattiryhmä, työn osa- tai kokoaikaisuus, työaikasi, etätöiden määrä, tärkeimmät fyysisen aktiivisuutesi muodot, sijainnit ja useus eri ympäristöissä ja ajankohtina, koronaviruksen vaikutus fyysiseen aktiivisuuteesi, fyysisen aktiivisuuden esteesi, kuukausitulosi ja sen oletko syntynyt Suomessa ja jos et, kuinka vanha olit, kun muutit Suomeen.

Karttakysely on osa tutkimukseen kuuluvaa laajempaa aineistonkeruuta. Muita tutkimuksen aineistonkeruumuotoja ovat liikuntaympäristöjen havainnointi, kevyen liikenteen liikennevirtamittaukset, henkilökohtaiset- ja ryhmässä toteutettavat haastattelut, koululaiskyselyt sekä sosiaalisen median julkiset julkaistu ja erilaiset paikkatietoaineistot.

HENKILÖTIETOJEN KÄSITTELYN OIKEUDELLINEN PERUSTE TUTKIMUKSESSA/ARKISTOINNISSA

Tutkimuksessa kerättävien henkilötietojen käsittely on tarpeen tieteellistä tai historiallista tutkimusta taikka tilastointia varten ja se on oikeasuhtaista, sillä tavoiteltuun *yleisen edun mukaiseen*

tavoitteeseen nähden (tietosuojain 4 §:n 3 kohta). Karttakyselyyn vastaamalla annat suostumuksesi edellä mainittuja henkilötietoja sisältävän aineiston käsittelyyn.

Henkilötietojen siirto EU/ETA ulkopuolelle

Tutkimuksessa tietojasi ei siirretä EU/ETA -alueen ulkopuolelle.

HENKILÖTIETOJEN SUOJAAMINEN

Henkilötietojen käsittely tässä tutkimuksessa perustuu asianmukaiseen tutkimussuunnitelmaan ja tutkimuksella on vastuuhenkilö. Henkilötietojasi käytetään ja luovutetaan vain historiallista/ tieteellistä tutkimusta taikka muuta yhteensopivaa tarkoitusta varten (tilastointi) sekä muutoinkin toimitaan niin, että Sinua koskevat tiedot eivät paljastu ulkopuolisille.

Tunnistettavuuden poistaminen

Aineisto analysoidaan epäsuorin tunnistetiedoin tieteellisen tutkimuksen tarkoituksiin.

Tutkimuksessa käsiteltävät henkilötiedot suojataan

- käyttäjätunnuksella
- salasanalla
- muulla tavoin, miten: tutkimuksen kyselyaineistoa säilytetään Jyväskylän yliopiston tutkimusaineiston käsittelyä koskevien tietoturvakäytänteiden mukaisesti.

Tutkimuksen karttakyselyllä kerättävästä aineistonhankinnasta on tehty **erillinen tietosuojan vaikutustendarvio**, ja tietosuojavastaavaa on kuultu vaikutustendarvioinnista.

Kyllä Ei, koska tämän tutkimuksen vastuullinen johtaja on tarkastanut, ettei vaikutustendarviointi ole pakollinen.

Tutkijat ja tutkimusavustajat ovat suorittaneet / tulevat suorittamaan tietosuoja ja tietoturvakoulutukset

Kyllä

Sopimukset tutkimusavustajien ja/tai henkilötietojen käsittelijöiden/yhteisrekisterinpitäjien kanssa on tehty / tullaan tekemään.

Kyllä

HENKILÖTIETOJEN KÄSITTELY TUTKIMUKSEN PÄÄTTYMISEN JÄLKEEN

Tutkimusrekisteri arkistoidaan epäsuorin tunnistetiedoin

Henkilötietoja sisältävän aineiston (=tunnisteellinen aineisto) arkistoinnilla tarvitaan aina perustelu ja erillinen oikeusperuste.

Aineisto arkistoidaan tunnisteellisena:

Yleisen edun perusteella. Henkilötietoja sisältävien tutkimusaineistojen käsittely arkistointitarkoituksessa on tarpeen yleisen edun mukaiseen tavoitteeseen nähden (tietosuojalaki 4.4§)

Lisätietoa arkistoinnin kestosta ja paikasta: Aineisto arkistoidaan Jyväskylän yliopiston palvelimille 10 vuodeksi tutkimuksen päättymisen jälkeen (vuodet 2023–2033). Tämän jälkeen aineisto anonymisoidaan tai tuhoetaan.

Rekisterinpitäjä(t) ja tutkimuksen tekijät

Tämän tutkimuksen yhteisrekisterinpitäjät

Jyväskylän yliopisto, Seminaarinkatu 15, PL 35, 40014 Jyväskylän yliopisto. Vaihde (014) 260 1211, Y-tunnus

0245894–7. Jyväskylän yliopiston tietosuojavastaava: [tietosuoja\(at\)jyu.fi](mailto:tietosuoja(at)jyu.fi), puh. 040 805 3297
Helsingin yliopisto, Helsingin yliopisto, PL 3, 00014 HELSINGIN YLIOPISTO. Puhelinvaihte: 02941 911 Tietosuojavastaavan yhteystiedot: tietosuoja@helsinki.fi Palveluosoite: digiviestinta@helsinki.fi

Hankkeen vastuullinen johtaja

Petteri Muukkonen, puh. +358 50 448 9195, petteri.muukkonen@helsinki.fi, PL 64 (Gustaf Hällstömin katu 2), 00014 Helsingin yliopisto.

Tutkimuksen vastuulliset johtajat

Mikko Simula, puh. +358 40 8053126, mikko.simula@jyu.fi, PL 35 ((Keskussairaalantie 4), 40014 Jyväskylän yliopisto;

Petteri Muukkonen, puh. +358 50 448 9195, petteri.muukkonen@helsinki.fi, PL 64 (Gustaf Hällstömin katu 2), 00014 Helsingin yliopisto.

Tutkimuksen yhteyshenkilö

Janne Pyykönen, puh. +3583229410, janne.t.pyykonen@jyu.fi, PL 35 (L), 40014 Jyväskylän yliopisto.

Tutkimuksen suorittajat

Henkilötietoja käsittelevät ovat sopimussuhteessa Jyväskylän yliopiston liikuntatieteelliseen tiedekuntaan ja Helsingin yliopistoon. Lisätietoja henkilöistä saa tutkimuksen johtajalta.

Tutkimuksen yhteisrekisterinpitäjiä ovat Jyväskylän yliopisto ja Helsingin yliopisto. Aineisto arkistoidaan tutkimuksen päätyttyä Jyväskylän yliopiston järjestelmiin.

Rekisteröidyn oikeudet

Oikeus saada pääsy tietoihin (tietosuoja-asetuksen 15 artikla)

Sinulla on oikeus saada tieto siitä, käsitelläänkö henkilötietojasi ja mitä henkilötietojasi käsitellään. Voit myös halutessasi pyytää jäljennöksen käsiteltävistä henkilötiedoista.

Oikeus tietojen oikaisemiseen (tietosuoja-asetuksen 16 artikla)

Jos käsiteltävissä henkilötiedoissasi on epätarkkuuksia tai virheitä, sinulla on oikeus pyytää niiden oikaisua tai täydennystä.

Oikeus tietojen poistamiseen (tietosuoja-asetuksen 17 artikla)

Sinulla on oikeus vaatia henkilötietojesi poistamista tietyissä tapauksissa. Oikeutta tietojen poistamiseen ei kuitenkaan ole, jos tietojen poistaminen estää tai vaikeuttaa suuresti käsittelyn tarkoituksen toteutumista tieteellisessä tutkimuksessa.

Oikeus käsittelyn rajoittamiseen (tietosuoja-asetuksen 18 artikla)

Sinulla on oikeus henkilötietojesi käsittelyn rajoittamiseen tietyissä tilanteissa kuten, jos kiistät henkilötietojesi paikkansapitävyyden.

Vastustamisoikeus (tietosuoja-asetuksen 21 artikla)

Sinulla on oikeus vastustaa henkilötietojesi käsittelyä, jos käsittely perustuu yleiseen etuun tai oikeutettuun etuun. Tällöin yliopisto ei voi käsitellä henkilötietojasi, paitsi jos se voi osoittaa, että käsittelyyn on olemassa huomattavan tärkeä ja perusteltu syy, joka syrjäyttää oikeutesi.

Oikeuksista poikkeaminen

Tässä kuvatuista oikeuksista saatetaan tietyissä yksittäistapauksissa poiketa tietosuoja-asetuksessa ja Suomen tietosuojalaissa säädetyillä perusteilla siltä osin, kuin oikeudet estävät tieteellisen tai historiallisen tutkimustarkoituksen tai tilastollisen tarkoituksen saavuttamisen tai vaikeuttavat sitä suuresti. Tarvetta poiketa oikeuksista arvioidaan aina tapauskohtaisesti.

Profilointi ja automatisoitu päätöksenteko

Tutkimuksessa henkilötietojasi ei käytetä automaattiseen päätöksentekoon. Tutkimuksessa henkilötietojen käsittelyn tarkoituksena ei ole henkilökohtaisten ominaisuuksiesi arviointi, ts. profilointi vaan henkilötietojasi ja ominaisuuksia arvioidaan laajemman tieteellisen tutkimuksen näkökulmasta.

Rekisteröidyn oikeuksien toteuttaminen

Jos sinulla on kysyttävää rekisteröidyn oikeuksista, voit olla yhteydessä yliopiston tietosuojavastaavaan. Kaikki oikeuksien toteuttamista koskevat pyynnöt toimitetaan Jyväskylän yliopiston kirjaamoon. Kirjaamo ja arkisto, PL

35 (C), 40014 Jyväskylän yliopisto, puh. 040 805 3472, e-mail: kirjaamo(at)jyu.fi. Käyntiosoite: Seminaarinkatu 15 C-rakennus (Yliopiston päärakennus, 1. krs), huone C 140.

Tietoturvaloukkauksesta tai sen epäilystä ilmoittaminen Jyväskylän yliopistolle
<https://www.jyu.fi/fi/yliopisto/tietosuojailmoitus/ilmoita-tietoturvaloukkauksesta>

Sinulla on oikeus tehdä valitus erityisesti vakinaisen asuin- tai työpaikkasi sijainnin mukaiselle valvontaviranomaiselle, mikäli katsot, että henkilötietojen käsittelyssä rikotaan EU:n yleistä tietosuoja-asetusta (EU) 2016/679. Suomessa valvontaviranomainen on tietosuojavaltuutettu.

Tietosuojavaltuutetun toimiston ajantasaiset yhteystiedot: <https://tietosuoja.fi/etusivu>