

スポーツを通じた女性の活躍促進会議(第1回～第5回)における主な御意見

平成31年3月26日
事務局

【スポーツ実施率の向上に関する意見】

- ・20年前からずっと女性のスポーツ実施率は低い。ヨガは30代～60代の女性の間で、やりたい運動のトップ。低年齢の女性をもっとヨガに親しめないか(第1回)。
- ・スポーツの意味の捉え方にまだ狭い部分があり、もっと広く捉えられると思う(第1回)。
- ・身近な方にアンケートをしてみたところ、スポーツをする人は大学、社会人で一気に減る。スポーツがそんなに好きではないけれど体を動かしたい、ただし機会がないという方もいる。それから、スポーツはやっていないけれどヨガはしているという方もいる。激しく運動するのがスポーツだという印象があるなど、ヨガがスポーツだという認識が少し薄いのかなと思う(第1回)。
- ・女性の健康体操教室をしている。会員の大半が運動習慣のなかった方。運動を始める一番の理由は友達からのロコミ。運動すると気分が良くなるとか楽しくなることがロコミで伝えられて参加することになった方がいて、大切なアプローチだと思う(第1回)。
- ・(フィットネスクラブで)運動を始めるに当たり、自分は上手にできない、運動経験がないので挑戦できないのでは、恥をかくのではと思いつつながら、来店する人が多い(第2回)。
- ・(フィットネスクラブの)新規会員の大半は既存のお客様からの紹介やクチコミであり、人との結びつきが強いと感じる(第2回)。
- ・運動を始めるに当たり、自分もできた、意外に自分の体も動くんだ、という経験を積んでいただくことが大切(第2回)。
- ・スポーツイングランドやアメリカのマーケティングを見ていると、欧米では女性が「もっと強くありたい」というようなメッセージがあるように思うが、日本ではそれは拒否される、あまり響かない。運動を始めようと思う動機や興味、きっかけにおいて日本独自の部分があると思う(第2回)。
- ・「This Girl Can」のプロモーションは、映像メディアとしてわかりやすく、多様性(多国籍、年代等)にアプローチしていて素晴らしい。日本でもどこかでやっていかなければと感じた(第2回)。
- ・日本テレビでは毎年11月に「カラダWEEK」を展開し、体と健康をテーマにしている。知識を持つことが重要だとあったが、メディアを通して何かを知っていただき、近くに民間フィットネスクラブや自治体の体育館等があれば行くなどして、運動に触れるきっかけにつなげてほしい(第2回)。
- ・24時間テレビのマラソンでブルゾンちえみさんのメイクが崩れないことに関する問合せが多かった。女性がスポーツをする上でメイクを直すのに抵抗があると改めて感じた(第2回)。
- ・広告に関してはモデルのような見た目の良い人を使うということもあるが、いかに共感できる人を使うかという観点が重要(第2回)。
- ・学校(一般校に通学している障害児や支援学級にいる障害児)の体育では障害児は見学というようなイメージをもたれているので、スポーツの楽しさをどう体験できるかと言われても、おそらくそのような意識を高めるのは難しいと感じている(第2回)。
- ・知的障害者が特別支援学校等を卒業後、各地域に戻ったときに受け皿がない。総合型地域スポーツクラブやその他クラブ等の受皿の検討が必要だが、なかなか距離感が埋まらない。動機づけがあってもそれを継続する環境がないことが課題(第2回)。
- ・競技者の更衣室やトイレ等の競技をする場所に付随する施設環境を考えていかなければならない。障害者の場合は、おむつ交換等が必要なケースもある(第2回)。
- ・人の手を借りないと移動ができないという点で、荷物等のサポートもしていかないと継続していくのが難しい(第2回)。
- ・日本においては10代の思春期の女性が痩せたい意識が高く、痩せ問題(月経が止まる、骨粗しょう症)が深刻。10代の骨密度のデータが日本には全くないことも問題。10代のうちから骨密

度の検診や健康を意識した取組、学校での健康に関する教育をもっと取り入れていく必要があるのではないか(第2回)。

- 若い痩せた女性は骨がもろい人が多く、特徴としては食べないで、動かない、筋肉量が少ないエネルギーの低回転型の人が多い。楽しく運動することと合わせて、病気の予防という視点をもっと強調する必要があるのではないか(第2回)。
- 運動をやめたら数値がどうなった等、体に感じづらい変化がわかりやすいようなデータを数値化できるとよいと思う(第2回)。
- 体力・運動能力調査で35歳～39歳の女性の体力が過去最低とのことだったが、若い時の体力レベルが10年後に反映されてくるとも読めるので、若年層に対するパーソナリティに応じたアプローチが大切なのではないかと感じた(第3回)。
- 日本も含めASEAN地域は決して女性スポーツの先進国ではないので、だからこそ一緒にロールモデルを作っていくために何かやっていたらよいと考えている(第3回)。
- 現在、企業の多くは働き方改革に取り組んでいるが、そこで生まれた時間を仕事に役立つ自己研鑽に充てることを推奨している。20代～40代の女性にも自身の健康の大切さを自己研鑽という視点から認識してもらうことが大切ではないか(第3回)。
- 所得格差や環境の不穏は外国の方が顕著であることは確かだが、日本においても20代～40代は金銭的にも時間的にもゆとりが生まれにくい世代である。子供を預けてまでジムに行くことは難しいので、子供と一緒に運動ができるような施策があるとよいと思う。実際は地域でやっているのだが、まだまだ目につきにくい(第3回)。
- 男性も働き盛り世代のスポーツ実施率は低い。自分のことにはなかなか注意がいかない世代であるのに加えて、女性は妊娠、出産、育児の負担が加わっているのだと思う(第3回)。
- サッカーや柔道をしている子供を持つお母さんが、子供の送り迎えで待っている間、おしゃべりしながら見ているだけになっていたりもするので、一緒にスポーツをするなど、この世代には子供と関連したアプローチをするといいかもかもしれないと感じた(第3回)。
- アメリカの西海岸で、これまではダイエット目的だったが、セルフマネジメントも含めた「セルフディフェンス」という意識の高まりから、女性のフィットネス通いの需要が増えているという話を聞いた。また、近年はフィットネスクラブがコミュニティスペース(居場所)・サードプレイスとしての機能を果たしていると感じる(第3回)。
- コミュニティということでは、弊社では人とのつながりをとても大切にしており、入会して1か月以内に仲間を作れるような仕掛けをしている。仲間が増えれば増えるほど継続しやすい。運動を始めるときも続けるときも人とのつながりは大切(第3回)。
- 骨密度の点からいうと、中高生が一番重要で年間の骨量増加率は中学生が最も大きい時期であるが、アスリートを対象とした調査でもこの時期はひどい現状だということが分かっている。最大骨密度は20歳くらいがピークで、後は減る一方であり、ここを過ぎると治療は難しいという教育は重要。また、骨密度を測定する機会がなかなかないという問題もある(第3回)。
- カナダの事例で、親の干渉度と子供のスポーツ実施率と関係性を調べた調査がある。それによると、親の干渉度が低い家庭はもちろん子供の実施率は低いですが、親が干渉しすぎても実施率は低い。ちょうどよい干渉度は70～80%であった(第3回)。
- 国は女性活躍ということで背中を押してくれるが、仕事も頑張れ、子育ても大変、その上、スポーツもということで女性の悲鳴も聞こえてきそうである。応援と同時にサポート体制が必要(第3回)。
- 子供が早いうちから自分の身体をセルフマネジメントするという点から、学校の保健体育の時間は大変重要だが、そこでの教育がきちんとされておらず、また、先生に知識がないといったことを垣間見ることがある(第3回)。
- 体力やスポーツ実施率の調査があり、その低下が課題として挙げられているが、女性は意味のある経験を求めているということが若者の特徴でも報告されていたように、なぜ体力やスポーツをすることが必要なのか、どんな意味があるのかをきちんと説明することが大切だと思う(第3回)。

- ・対象者が少なく、また、表に見えにくいこともあり、女性に関する研究そのものがまだまだ少ない。障害のあるなしにかかわらず、「自分は大丈夫」「やらなくても大丈夫」と思っている人に、健康の大切さを何度も繰り返し伝えることが必要(第3回)。
- ・5月のプレミアムフライデーに企業対抗リレーを丸の内で開催した。一人だとなかなか続かないが、目標があって仲間と一緒に続けられることができること、また、自分が走らなくても自分の企業・仲間を応援するという一体感が生まれた点がよかった。スポーツをするという意識よりも、みんなで何かに参加するという視点だとより多くの人が行動するのではないかと思う(第3回)。
- ・スポーツフェスティバルを毎年開催し、社員とその家族と5,000人くらいが参加している。社員の絆づくりにもなるし、家族サービスにもなっている(第3回)。
- ・女性が健康や楽しいといったポジティブな価値観を求めているとすれば、それに応じて、スポーツプログラムそのもののイノベーションが必要である。また、実施している場所のデータから考えると、スポーツの届け方、チャンネルも検討する必要がある。将来への投資という意味では、幼少期のスポーツ経験に対するイメージが影響を及ぼしていることがわかるので、部活動やスポーツ少年団等の改革も必要である(第4回)。
- ・スポーツをできなかった理由について、様々な調査において、時間がない、面倒くさいというのが出てくるが、そこまでしてやりたくないというのがこのように出ていると解釈するのが一番いいのではないかと思う。スポーツや運動に対して、好きじゃない、楽しくないというのが根底にあって、苦痛ではなく楽しいと改善しない限りは、根本的な問題解決にならないように感じた。また、幼稚園や小中高時代に運動を習慣化させるというのが長い目で見ると重要であると感じた(第4回)。
- ・女子の学校体育における記述が抜けているように感じる。会議の中ではあまり議論がされなかったところかと思うが、フィジカルリテラシーの観点からも重要であると思われる。参考までに、英国の学校体育を統括している組織が女子の体育を対象としたワークショップに取り組んでいる事例があり、そこで作ったカリキュラムが非常に好評だったと聞いている(第5回)。
- ・健康被害についても、2つに分けて考える必要がある。1つはスポーツをやりすぎることからの健康被害、もう1つはスポーツをしないことによる健康被害。いずれにしても、やはり10代・中学・高校の時期は重要な時期で、学校といった組織と連携するシステムは重要だと思う(第5回)。
- ・何処をターゲットにするかだと思うが、運動しないことによるリスクを訴えても、若い健康な人たちがきちんと理解できるかは疑問。スポーツは体に良いと分かっているけど、できていない。これまでの正統派なアプローチではない方が、運動に参加しやすいのではないか(第5回)。
- ・日常のどういったシーンで運動や健康・美容を意識するのかを明らかにしていくと、どんな場面で普及すると効果的なのかを把握できると思う(第5回)。
- ・プログラムの開発については、非現実的なプログラムを出しても届かないと思うので、今の生活の中でスポーツは特別なものではないことがイメージできるものにしてほしい(第5回)。
- ・障害者スポーツの世界では「パラリンピック」のイメージが強く「体を動かすことそのもの」という概念が、より一層少ない。障害者に対してスポーツの大切さを届けるには、異なる切り口が必要だと思う。特別支援学校を地域の核として、スポーツの捉え方を変えていくことを推進している。学校内にスポーツ系の先生がいると進むが、そうでないとなかなか進まないのが現状(第5回)。

【スポーツ団体における役員、指導者について】

- ・JOCのナショナルコーチアカデミーは2008年に設立して10年目。日本人はこれまで335名が受講し、そのうち女性は52名だった。割合では約16%。年によって違いがあるものの、少しずつ女性が増えている傾向がある。受講者は、自分が男性だから、女性だからということではなく、担当しているチームを勝たせたいという気持ちで活躍していると思う。若いスポーツ指導者の中には女性も増えてきた(第1回)。
- ・1985年の男女雇用機会均等法、2016年の女性活躍推進法と、法令が整備される中で、企業ではKPIを設定しそこを目指しながら環境整備をする風土が根付いてきた。そうして貴重な人材が

活躍できるよう努力してきた。先ほどの話をお聞きしていると、スポーツ界ではまだ役員や指導者の立場に女性が参画していないということだったので、企業もまだ足りないところはあるけれど、企業が先に歩んできた道を紹介することによって何か知恵を出したい(第1回)。

- スポーツ指導者で医学的に正しい知識を持っていない方が少なくないと思う。2014年から女性アスリート健康支援委員会を立ち上げて全国のスポーツ指導者と養護教諭の方に講習会を開いて啓発活動を始めた。トップだけでなくみんなが健康な状態でスポーツに参加していただけるように医学の立場から協力したい(第1回)。
- スポーツ団体の役員における女性比率について、女性が増えたということだけでなく、女性が役員になったことでこういうことに変化があったとか、よくなったというところに注目し、問いかけながらその意義を公にしていく努力をしていかないと、なかなか難しい問題に当たると思う(第1回)。
- (日障協の)スポーツドクターやスポーツトレーナーの女性の比率は25%前後である。専門性が高い資格について女性の比率が他と比較して低い(第1回)。
- 現在、スポーツ団体でのリーダー的立場の者やスポーツ指導者にも約10%の女性がいる。その方々が輝いて仕事ができるために必要な支援についても議論が必要だと思う。リーダー育成に必要なことは、メンターシップ(アドバイスをもらう相手)とリーダーシップスキルの養成。スポーツ団体の役員になってリーダーとしての職責を果たすためにサポートが必要だと思う。メンターシップには、各界とのネットワークが必要で、スポーツ界だけでなく、ビジネス界でも活躍している方が既にいる、そういったところでのネットワークが必要(第1回)。
- 国際トライアスロン連合(カナダに本部を置く)では、カナダ自体が開かれた国であり女性に対して勇気づける環境があることや、会長が女性の登用に熱心だったこともあり、国際トライアスロン連合女子委員会も比較的早い時期に設立されていた(第1回)。
- 国際トライアスロン連合女子委員会の取組として、色々な経験者、例えばオリンピックだとか、それから、トライアスロンでなくても水泳やスキーなど競技を超えて色々な方を呼んで経験談を伺った。(第1回)。
- (ダイバーシティの重要性において)女性だけでなく、障害者や高齢者、外国人などいろいろな方たちによる多様性でイノベーションが生まれ、アイデアが創出されるということだと考えている。また、それらは結果的に企業価値の向上に繋がり、外部(資本市場や労働市場)からの評価も高まることになる(第4回)。
- (経産省の発表を踏まえて)スポーツ界においても非常に参考になると思う。エビデンスも踏まえ、女性の活躍はこういうところで必要性があるということや、成功事例を示して、コンセプトとしてまとめ、役員を増やさなければいけない理由がここにあるのだということを将来的に打ち出していくとよい(第4回)。
- 女性の団体役員の増加にはNFとの連携がとても重要。2020の先への女性役員や指導者につながるといったキャリアの指針を示してフックをかけられるとよいかと思う。ご当地女性アンバサダーの話では、女性が活躍していくには、男性・夫婦・家族の理解があってこそ成り立つと思うので、アンバサダーには男性や夫婦、家族、親子なども選考の対象とすると広がりもあるかと感じた(第5回)。
- 現在開催されているアジア大会では女性の活躍が目立ってきているように思う。女子の競技力といった点では東アジアの日本、韓国、中国の力が突出して高い。指導者、コーチの育成という観点では日本にとどまらず、特に東アジアへ日本から女性コーチを派遣することも可能なのではないかと思う(第5回)。
- JOCのナショナルコーチアカデミーのなかで、選手時代にアカデミーを受けて、そのあと出産をして世界大会でメダルを取ったような人もいる。そのような人は非常に発信力もあるので、それぞれの立場でできることがたくさんあると感じる(第5回)。
- 企業でも女性の団体役員を増やすための研修プログラム等に取り組んでいる。本人の知識やスキルを上げるといった点もちろん大切だが、なかなか改善が難しい上司や周囲の意識改革も

必要である。参加促進プログラムの策定の部分では、働き方改革の中で、単に残業を無くすといったことだけでなく空いた時間を健康への意識に向けられると良いのではと感じる(第5回)。

【女性スポーツ全体について】

- 選手、コーチ、トレーナー、マネジメント側、サポーターなどの立場がある。とにかく参加すること、ハードルを下げる、それから、いったん参加したらとりあえずネットワークを作ること。ネットワークを広げて何をするかという、今後は地元に戻って、あるいは団体に帰って同じようなことを自分から仕掛けていく。そして、自分から輪を広げていく。そのためには、リーダーシップを持つとともに、意思決定機関に女性が入っていかなければいけない(第1回)。
- スポーツイベントや研修会、コーチ育成講習などの従来のやり方が果たして本当に女性が参加しやすい形になっているかというアクセシビリティの観点を持つ必要がある(第1回)。
- 国際協力の観点も重要。特にアジア諸国に対する女性のスポーツに関する支援の視点を含んではどうか(第1回)。
- 審判も非常に重要な存在であり、審判の女性の活躍の視点も忘れてはならない(第1回)。
- カザン行動計画のフォローアップについて、来年よりアジア各国で開催される国際会議や競技大会などを活用して日ASEANでの共同プロジェクト提案を行うことは効果的である(第3回)。
- パラスポーツと関わっていて、各競技団体に女性の若手選手が見つからないという課題があるので、今日の話を持って帰って考えてみたいと思う(第3回)。
- 具体的なアクションを起こすにあたって、一番の関係者はここにいらっしゃると思っており、ここでアクションを起こしていくことを意識するべきと思っている。皆さんにご意見をいただいて、スポーツ庁の活動を皆さんに共有していただいたり、皆さんの活動を横に展開して共有していただいたりすることが考えられる(第4回)。
- この会議でも関連省庁からの情報提供をもらって、大変参考になった。関係団体・大学以外にも関連省庁との連携についての記載があっても良いのではないかと(第5回)。
- 収集した事例をどのように発信、普及させていくかまで記述しておく必要があるのではないかと。企業を統括する組織に話をしても、その組織止まりになってしまうことが多い。企業側へのメリットをきちんと提供して、広報の予算組みをしてもらって展開してもらうことが大切(第5回)。
- アンバサダー等を活用する際には、トップアスリートではなくて、共感を呼びやすい方にやってほしい。身体生理的な課題や女性指導者の部分では、日本版NCAAが女子に重きを置いたルール化をしているので、それをうまく活用するとよいのではないかと。そこから高校や中学に波及していく可能性があると思う(第5回)。
- 日本がこのASEANの女性スポーツの中で、そのようにイニシアチブをとっていくのかを、しっかりと戦略を練って取り組んでいくことが大切であると思う(第5回)。
- 東京オリパラの時にサイドイベントを開催するとあるが、2020年の9月に日本体育学会主導で国際会議を実施することになっている(横浜)。参考情報だが、確かジェンダーの部分も入っていたとも思うので、何かジョイント企画ができればと思う(第5回)。
- アジア大会ではアジア各国の交流拠点を初めて作った。また、JSCと香港とシンガポールとカタールでアジアのハイパフォーマンスセンターのネットワークを作った。スポーツ外交やスポーツ交流の場の創出としてアジアにおける日本へのリーダーシップの期待は非常に大きい。競技力の側面で目についたのは香港、シンガポールとカタール。特にシンガポールでは女性の役員登用率も非常に高い(第5回)。
- 日本にはアジア地域にも必要とされるものがたくさんあると思う。例えば、指導者や医療、スポーツ科学の知見という強みもあるので、各国のニーズに応えていくといったことができるのではないかと(第5回)。