

女性スポーツの促進方策

平成 30 年 11 月 7 日
スポーツ庁

はじめに

- スポーツを通じた女性の活躍促進については、「第 2 期スポーツ基本計画」（平成 29 年 3 月 24 日 文部科学大臣決定）において重要な施策の柱の一つとして位置付けられた。そのため、平成 29 年 6 月 19 日、「スポーツを通じた女性の活躍促進会議」（座長：山口香 日本オリンピック委員会理事）を設置し、これらの取組の着実な実施に向けて、女性のスポーツ参加に関わる各方面の関係者が参加して課題と具体的な実施方策を議論、検討を行ってきた。当会議における御意見を踏まえ、スポーツ庁として、当面取り組むべき方策を取りまとめた。
- 女性の「する」「みる」「ささえる」スポーツへの参加を促進するための環境を整備することにより、スポーツを通じた女性の社会参画・活躍を促進することが重要である。
- 女性のスポーツ実施率が男性に比べて低いこと、中学生の女子の約 20%が「スポーツが嫌い」「やや嫌い」と答えるなど、運動習慣の二極化が見られることや、20 代～40 代の女性のスポーツ実施率が特に低いこと、スポーツ指導者やスポーツ団体における女性役員の割合が低いことなど、スポーツの様々な側面で女性の活躍や女性の参画の拡大が期待されている。
- 従来から、スポーツにおける女性の活躍促進について、例えば、オリンピック・パラリンピックに向けた競技力強化の取組や、女性特有の課題に着目した医科学的なサポートなどの取組を進めてきたところであるが、より幅広くスポーツに関する女性の参画を拡大するための施策を進める必要がある。
- このため、スポーツ庁では、「第 2 期スポーツ基本計画」で新たに具体的施策として推進することになった項目を中心に、「スポーツを通じた女性の活躍促進会議」を設置し、検討を進めてきた。
- この促進方策は、その検討を踏まえて、当面の対策を具体化し、関係者が協力して取り組んで行く道筋とそれぞれの役割を提示するものである。
- 取組の柱は、以下のとおり。
 - ・世代ごとのスポーツ実施率の向上
 - ・団体の女性役員の増加
 - ・女性指導者の育成
- これらは、相互に連動して好循環を実現していく必要がある。例えば、女性役員が増加することにより女性指導者の活動が円滑になる、指導者が指導内容として女性の健康や女性が好む楽しみ方に配慮することにより、女性のスポーツ実施率の向上が促進される、といった効果が期待できる。
- また、例えば、スポーツ実施率の向上については、9 月 6 日に策定した「スポーツ実施率向上のための行動計画」も踏まえて取組を進めるなど、スポーツの振興に関する他の様々な施策とも連動していく必要がある。

1. スポーツ実施率向上の取組

<世代別の論点>

女性のスポーツ実施率向上に向けた取組は、若年層をメインターゲットに置くものとするが、世代別の論点は以下のように考えられる。

(1) 幼児から学生時代までの世代の背景

- ・運動実施頻度が低い人ほど、「運動・スポーツが苦手である」と回答する割合が高く、苦手意識はスポーツを実施しない要因となりうると考えられる。そして、「運動・スポーツが苦手である」と認識している人は、特に学校体育と運動部活動について「楽しくなかった」「どちらかといえば楽しくなかった。」と回答する割合が高い。このため、小学校～高校までのスポーツのイメージ改善が必要。
- ・子供の頃にクラブ活動や少年団等で週6日以上活動していた人は、「この1年間に週5日以上運動・スポーツを実施している」と回答する割合がそうでない人より高く、外遊びを週に1日未満しか実施していなかった人は、「この1年間全く運動・スポーツを実施しなかった」と回答する割合がそうでない人より高い。したがって、子供（幼児期）の頃の運動・外遊びの経験が重要である。
- ・運動・スポーツを実施していない人は、「スポーツ」に対するイメージが限定的であり、競技性の低い身体活動を「スポーツ」として認識していないため、その改善が必要である（全世代的に対策が必要であるが、特に低年齢時のスポーツの捉え方が重要であり、イメージの変革が必要である。）。
- ・中学では運動部活動に入っていたが高校では入らず、その時点でスポーツ習慣が断絶する人も多い。他方で、大学ではサークル活動等でスポーツを再開する人なども存在する。要因は様々と思われるが、一つには、大学ではレベルやスケジュール等に応じて、いくつかの選択肢の中から自分に合った組織を選べるということが挙げられ、本来は、中学や高校でもそのような環境を作っていくことが必要。

(2) 働く世代の背景

- ・仕事をしながらスポーツをする際の条件として、休暇や早帰りなどまとまった時間を確保できることよりも、労働時間が規則的で計画を立てやすいことを選ぶ人が多いこと。また、スポーツの実施に充てている時間は、実は平日と休日とそれほど違いがないことから、平日に短時間で取り組めるスポーツを促していく必要がある。
- ・メタボ対策は主に男性向けで女性に対してはインパクトが小さいので、女性向けのメッセージを発することが必要である。
- ・職場環境において、既婚者が家事・育児と仕事の両立を重視する一方、独身者は「女性ならではの労働上の制約に理解があり、働きやすいような配慮がなされていること」を求めており、女性特有の健康問題への配慮などが求められている。
- ・20代は仕事、30代～40代は家事・育児が運動・スポーツを実施しない要因の一つとなっている。子供を預かってもらえる、子供と一緒に運動できるといった施設、スポーツプログラムの増加を促すなどの取組が必要である。
- ・「エアロビクス・ヨガ・バレエ・ピラティス」「ランニング（ジョギング）・マラソン・駅伝」は、現在実施している人と比較して、今後実施したいと考える人の割合が高い。平日に気軽にスポーツをできる取組を推進し、女性が実施したいと

思っているスポーツも取り入れながらの普及啓発を図っていくことが必要である。
・スポーツそのものの楽しさが必ずしも主である必要はなく、場の雰囲気やファッションなどスポーツ以外の付加価値も楽しんでもらいながら、スポーツの捉え方を変えていくことが有効である。

(3) 中高齢の世代の背景

相対的には、実施率が高い層であり、加齢による体力低下の中でもいかに継続できる環境を作っていくかが鍵である。高齢者に関しては、男性よりも女性の方が、スポーツ実施率が高いこともあり、基本的には、地方自治体の取組や民間での取組を支援するなど、他の事業と連携して取組を進めていく。

<平成 30 年度の事業の具体化>

(1) 女性のスポーツ参加促進プログラムの策定

「平成 29 年度スポーツを通じた女性の活躍促進のため現状把握調査」の結果や当該調査の深掘調査を踏まえて、ライフイベントの変化があっても継続してスポーツを実施できる仕組み・仕掛けを作り出し、女性のスポーツ参加を促す「女性のスポーツ参加促進プログラム」を策定する。

具体的には、個々人に対して、運動しないことによる健康上のリスクについて正しい知識を浸透させるとともに、年代等の属性（特に若年層の女性をターゲットとする）毎に、日常の生活シーンの中で気軽に取り組めるスポーツメニューを設定し、その実施を促していく。また、企業・団体等による、スポーツの実施機会の拡大に効果的な取組の紹介などにより横展開を図り、女性がさらにスポーツを実施しやすい環境を整備していく。

[プログラム策定のポイント]

「平成 29 年度スポーツを通じた女性の活躍促進のための現状把握調査」では、女性がスポーツを実施しない要因として、1) ライフステージ上の制約に起因するもの、2) 過去のスポーツ経験に起因するもの、3) 女性らしさに関する社会の考え方に起因するものがあることなどが検証された。また、スポーツ実施の促進要因としては、スポーツそのものの楽しさが主である必要はなく、場の雰囲気やファッションなどスポーツ以外の付加価値を楽しんでもらいながらスポーツの実施を促すことも重要であることが示唆された。これらを背景として以下の①～④の要素を盛り込むものとする。

- ①「食べない」「運動しない」ことによる「やせすぎ」の問題を取り上げ、病気（糖尿病、骨粗しょう症等）になりやすいことなど、そのリスクを周知することにより、骨密度測定の普及のきっかけ作りも含め、スポーツ実施を促進していく。
- ②年代等のセグメント毎に「日常生活の中で楽しみながら体を動かす。」ことを訴え、ほとんどスポーツを実施していない人向けに、ゆったりスポーツを楽しむ意義や、妊娠・出産・子育て期など時間・場所に制限がある中でも気軽にスポーツを楽しめることを発信していく。特に若年層の女性をターゲットとして、生活シーンの中で取り入れられるスポーツメニューをわかりやすく示す。当該メニューの普及拡大についてはメディアとの連携も図っていくこととする。
- ③企業・団体等による、スポーツの実施機会の拡大に効果的な取組（健康や美をきっかけとしたスポーツへの誘引策、スポーツ以外の付加価値を楽しみながら

のスポーツの実施)を紹介し、その効果を示すことなどにより、他企業・他団体への普及拡大を図っていく。結果として、これらの取組が拡大していくことにより、女性がさらにスポーツを実施しやすい環境を整備していく。

- ④スポーツの実施という「する」以外のスポーツへの参加(「みる」「ささえる」)の楽しさも訴えかける内容とする。

(2)プログラムの普及を含む女性スポーツ促進キャンペーンの企画及び実施

女性のスポーツ実施を促進するため、女性スポーツ促進キャンペーンを企画し、実施する。具体的には、ワークショップやシンポジウム等の開催、また、ホームページやSNS等を活用した情報発信を行っていく。

その際、キーメッセージとして、「楽しくスポーツをする」と「生涯の健康のためにスポーツが重要である」ことを訴えかけ、上述①で策定する「女性のスポーツ参加促進プログラム」を紹介しつつ、スポーツ実施の促進を図っていく。

これにより、例えば、総合型地域スポーツクラブの裾野拡大や若い女性も気軽に参加できるスポーツ機会の充実を促し、多様な選択肢の中から自分に合ったスポーツ環境を選べる状況を創り出していく。

また、現在、スポーツ庁で実施している「FUN+WALK PROJECT」や「スポーツエールカンパニー」、体育の日中央イベント(スポーツ祭り)等との連携も図りつつ、スポーツの楽しさを積極的に発信していく。

なお、その際には、配偶者や家族の理解も促し、一緒にスポーツのきっかけづくりを図ることができる環境づくりを目指していく。

(3)スポーツ施設の利便性向上

女性のスポーツ施設の利用しやすさの向上を促進するため、更衣や授乳のスペースを確保するなど女性のスポーツ施設の利用に関して、公共スポーツ施設を管理する地方公共団体等に情報提供を行う。

このため、地方公共団体、(公財)日本体育施設協会等と連携して優良事例の収集・整理を行い、年度内に事例集等としてとりまとめる。

<平成31年度予算の方向性>平成31年度概算要求額：19,808千円

(1)「女性スポーツ促進キャンペーン」の充実

上述した「女性スポーツ促進キャンペーン」を引き続き実施していく。その際、平成30年度に策定予定の「女性のスポーツ参加促進プログラム」の更なる普及とともにプログラムのブラッシュアップを図る。また、発信力強化のため、以下の①～③の取組を実施する。

- ①インフルエンサーとして期待できる人材の発信力を活かしてメッセージを伝えていくため、SNSメディア等との連携を強化していく。
- ②特にメッセージ発信を担う人材として、ご当地女性アンバサダーを任命し、「女性のスポーツ参加促進プログラム」も活用しながらPRを行う。なお、アンバサダーの選定に当たっては、運動経験等が自分と同じくらいであるといった、より共感を得られるという観点にも考慮していく。
- ③「適切に食べて、適切に運動する」ことへの健康への効果に関する研究等のエビデンスを収集・分析し、ホームページやガイドブックでわかりやすく発信する「健康リテラシー向上事業」を推進する。

<関連するスポーツ庁の取組>

- ①幼児期に関しては、「アクティブ・チャイルド・プログラム」(ACP) (幼児期) の活用、「運動習慣アップ支援事業」(幼稚園等へのプレイリーダーの派遣)
- ②小学校期に関しては、「アクティブ・チャイルド・プログラム」(ACP) (児童期) の活用、「運動習慣アップ支援事業」(放課後子供教室等へのプレイリーダーの派遣)
- ③学校体育に関しては、「学習指導要領等趣旨徹底」
- ④運動部活動に関しては、「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」
- ⑤ビジネスパーソンに関しては、「FUN+WALK PROJECT」及び「スポーツエールカンパニー」
- ⑥高齢者に関しては、「健康寿命延伸プログラム」
- ⑦地方自治体の取組に関しては、「運動・スポーツ習慣化促進事業」
- ⑧スポーツ機会を企画・提供する関係者等に関しては、「スポーツ推進アクションガイド」

*アクティブ・チャイルド・プログラム(ACP)については、児童期用を文部科学省の委託により(公財)日本体育協会が作成(平成22年10月初版)。幼児期用を(公財)日本体育協会が自主事業として作成(平成27年2月初版)。(公財)日本体育協会は、平成30年4月より(公財)日本スポーツ協会。)

<関連する団体・大学・企業等及び関連省庁との連携>

女性のスポーツ実施率の向上については、スポーツ団体、大学、企業等においても様々な取組が進められており、連携を取りながら取組を進める必要がある。

スポーツ団体の取組としては、例えば、(公財)日本スポーツ協会において、新たに女性スポーツ委員会が設置され、女性のスポーツ参加の促進や女性指導者の支援などについて協会としての取組を進めることとされているなど各団体における取組が行われるところである。

大学における取組としては、例えば、順天堂大学の女性スポーツ研究センターにおいて、英国におけるThis Girl Canの取組の調査や女性指導者に対する研修などが行われている。

企業においては、女性を主な対象者としたサービスやイベントが展開されている。例えば(株)カーブスにおいては女性を主な対象としていることを発信して参加しやすい環境づくりを工夫している。

また、例えば女性の健康問題等についての厚生労働省の取組等、関係省庁とも連携を図っていく必要がある。

こうした多様な関連する取組と連携することにより、幅広い世代と地域において取組の効果を高めることを目指していく。なお、このような取組や普及啓発の効果が一過性のものにならないよう、継続的な連携体制の構築とさらなる広がりが図られるよう努めていく。

2. 団体の女性役員増加

<取組の背景>

- ・日本は2017年4月10日に Brighton・Plus・ヘルシンキ 2014 宣言に署名。この宣言は、スポーツ組織・団体において意思決定の地位における女性の割合を、2020年までに40%に引き上げられるべきだとしているが、現状JOC加盟団体の女性役員の比率は10.59%と未だ低い水準にある。
- ・日本の産業界全体の女性役員登用率も6.4%(2015年 帝国データバンク調べ)と低い水準であるのが現状。
- ・スポーツのさらなる普及発展には女性の視点や考え方が必要であり、意思決定の役員に女性がいなければ意見を反映することは困難であることから、女性役員育成の研修を立ち上げるとともに、研修受講者及び民間企業を含めた女性役員候補者の人材バンクを形成し、各競技団体とのマッチングを推進させる。

<平成30年度の事業の具体化>

(1) 研修会の実施

女性がスポーツ団体の役員となるために必要な専門知識やスキル、スポーツ団体において女性役員が期待される役割についての調査を行い、研修プログラムを開発する。また、モデル研修会の実施も行う。

(2) 役員候補のデータベース化

モデル研修によって構築されたネットワークから女性役員候補者リストを作成し、スポーツ団体がリストにアクセスできる状況を整備する。さらに必要に応じて役員になりたい女性や、民間企業で役員を務める女性からの自薦・他薦を募り、役員にふさわしい人材をデータベース化する。

(3) 団体内での幹部候補の育成

委員長、部長、専門スタッフ、外部有識者など、各NFにおける業務に参画する女性を増やすため、幹部職員数を数えるとともに、各団体内での目標設定などを推奨する。また、各団体内での女性委員会の設置、活動充実を推奨する。

<平成31年度予算の方向性>平成31年度概算要求額：12,000千円

(1) 研修の充実

女性役員に向けた専門的知識の研修プログラムをモデル研修から本格的な研修へ充実させる。

(2) 公募の充実

スポーツ団体に女性役員となる人材を紹介する目的で、女性アスリートOBや女性コーチ、一般企業の女性経営者などの人材を確保する人材バンクを構築する。

(3) 団体内の育成の先進事例形成

女性役員の採用及び養成システムの構築・改革を目指すスポーツ団体を支援する。

<関連するスポーツ庁の取組>

- ①中期事業計画作成ガイドラインの検討
平成30年度予算(成長産業化)で実施。→女性スポーツの充実を提起。
- ②団体ガバナンス充実のためのガイドラインの検討
平成30年度予算(コンプライアンス)で実施。→女性役員の必要性を提起。
- ③国際人養成
平成30年度予算(国際戦略)で実施。→女性の進出を意識して支援。
- ④UNIVAS設立準備委員会
平成30年度予算(大学スポーツ)で実施。→大学における女性スポーツの活性化をテーマとして取り上げる。

<関連する参加機関の取組>

※SPORT ENGLAND など、海外での取組はあるが、日本では未実施。

3. 女性スポーツ指導者の育成

<取組の背景>

- ・女性スポーツ指導者の割合は低く、27.5%にとどまる。
- ・前述のとおり、若い女性に対しては、「食べない」「運動しない」ことによる「やせすぎ」の問題を訴えかけ、病気になりやすい(糖尿病、骨粗しょう症)ことなどのリスクを周知することや、「楽しくスポーツをする。」ことを訴えかけることによって、運動・スポーツの促進を働き掛けていくことが効果的であり、その指導に際しては、女性スポーツ指導者の活躍が期待される。
- ・出産等、女性特有のライフイベントにより女性スポーツ指導者のキャリアが断絶してしまうことを踏まえ、女性スポーツ指導者が復帰・活躍できる場を拡大する必要がある。

<平成30年度の事業の具体化>

(1) 女性スポーツ指導者の活動状況に関する調査

出産など女性特有のライフイベントにより女性スポーツ指導者のキャリアが断絶してしまうことを踏まえ、女性スポーツ指導者の活動状況を把握するための調査を行い、女性スポーツ指導者が活動しやすい環境整備のための基礎資料を得る。

(2) 女性に対するスポーツ指導の際に利用できる素材の作成

女性スポーツ指導者の活躍が期待される、女性に対するコーチングや運動実施を呼びかけるような活動を促す研修プログラムの開発に向けた取組を実施する。スポーツ未実施・無関心層と定期・不定期にスポーツを実施する層では働きかけ方や支援の方法が異なると考えられるが、まずは、共通で利用可能な医・科学的な知見をまとめた素材を作成する。

<平成31年度予算の方向性>

(1) 女性スポーツ指導者の活動継続支援

女性スポーツ指導者が自身の様々なライフイベントを経ながらも継続的にス

スポーツ指導に携われるよう、指導の継続や再開に寄与する知見の整理や提供を充実する。

(2) 若年層を主に想定した場合のスポーツ促進

スポーツを楽しむ活動を充実するため、楽しむことに重点を置いた機会の設定や指導方法に関する知見の整理、発信を充実する。また、運動不足がもたらす疾病リスクなど医・科学的な側面の知見の整理、発信を充実する。

(3) 働く世代を主に想定した場合のスポーツ促進

働く世代が忙しい中でスポーツに時間を充てるためには、優先度を上げること、時間を確保しやすくする工夫を行うことなど、環境の改善を含む取組を行う必要があり、スポーツ指導者に対してそのような知見の整理、発信を充実する。

<関連するスポーツ庁の取組>

※女性エリートコーチ育成プログラム

<関連する参加機関の取組>

※順天堂大学「女性コーチアカデミー」

今後の予定

今後、女性スポーツの促進方策に沿って、予算要求に努めるとともに、必要に応じて見直しを行っていく。また、本年度事業の成果については、適切な時期に「スポーツを通じた女性の活躍促進会議」に報告を行う。

(以上)