

▶特集 スポーツする女性たち

自分らしくスポーツを楽しむ

これまで、男性主流と考えられてきたサッカーや野球などのスポーツにおいても、今では多くの女性アスリートが活躍できるようになりました。さまざまな環境で、それぞれのカタチでスポーツを楽しんでいる女性を紹介します。

練習に励み
精一杯楽しみたい
野球選手・小島佑果子さん

私立村田女子高等学校の野球部に所属する小島佑果子さん。小島さんと野球との関わりについて聞きました。

私は小学生の頃から運動が好きで、サッカーが野球をやりたいと思っていました。小学4年生の時、友達が所属している地域の野球チームで野球を体験させてもらい、そのチームに入りました。女子は私ひとりでしたが、ピッチャーをはじめ、内野手などいろいろなポジションをやらせてもらい、一打逆転でゲームがひっくり返る「何が起るかわからない」野球のおもしろさにはまっています。

中学生の時は、学校の野球部に入り、それとは別に、女子野球チームにも所属しました。学校の野球部でも、女子はひとりでしたが、特にやりにくさなどを感じたことはありません。中学生になると、男子と女子では体つきが変わってくるため、筋力の差を感じることはありませんが「練習を人一倍やってカバーしよう」と



得意な球種はカーブ。中学時代は球速98km/hを記録

と思い、日々、練習に打ち込みました。

本当は、中学生で野球はやめようと思っていたのですが、中学3年生の最後の大会ですごく悔しい思いをし、その時、先生や母が「これで野球をやめてしまっているの？」と言ってくれ、高校でも野球を続けることを決めました。

今の悩みは、野球部員が4人しかないことです。9人に達しないと、他校との合同チームで試合に出場するので、できれば同じ学校の仲間とチームワークを築いていながら試合に出たいです。高校卒業後は、野球を続けるかはわかりません。今は精一杯、野球を楽しみ、早くマウンドに立って、バッターを打ち取りたいです。

仲間の大切さを 子供たちへ

空手指導員・岡時子さん

全日本空手道連盟公認四段 日本協公認上級指導員の資格を持つ岡時子さん。自身の稽古に励むかたわら、子供たちの指導に携わっています。岡さんが子供たちに伝えたいこととは。

私が空手を始めたのは、41歳の時です。それまで、スポーツに真剣に打ち込んだ経験はありません。息子たちに武道を習わせようと、台東区主催の親子空手教室に参加したのがきっかけです。「形」を打ってみるとすごくおもしろかったですよね。それで、息子たちと一緒に拳心会の教室に通い始め、現在に至っています。

指導員は、8年ほど前からやっております。地域の大会などでは審判員を務めることがあります。スポーツ組織は、女性の占める割合が低いと言われていますが、空手の世界も同様、女性の審判員や指導員は非常に少ないと思います。「試合で、ひとつのコーターの審判員6名に対して女性審判員が一人、いるかないか程度です。指導に携わっている中で、性差を

心身の健康のために ゲートボールチーム そめいよしの

台東区には、現在12チームあり、なかでも、そめいよしは30年以上続く強豪シニアチームです。そめいよしのの皆さんにとって、ゲートボールとは、どのようなものなのでしょう。メンバーの方にお聞きしました。

●ゲートボールは、戦略を駆使して、臨機応変に、的確な判断を要します。頭をフル回転させるスポーツなので、とてもいい刺激になっています。また、チームワークが必要不可欠の競技です。年齢や性別、技術の違いを、みんなで補い合っています。この歳でも『もっとうまくやりたい』という向上心を持っているのもうれしいですね。

●私はゲートボール歴27年です。ゲートボールはよく歩くスポーツで、1回の練習で2500歩ほど歩きます。87歳になりますが、こうして元気でいられるのはゲートボールをやってきたからです。

●私は親の介護が終わって、しばらく何もする気が起きなかったこと



吉野公園で週4回活動、メンバーは男性6人・女性6人、60~90代で構成

●ずっと仕事をしてきましたが、今はしていません。朝きちんと起きて、ここに来て、仲間と練習するのが今の楽しみです。娘に孫の面倒を見て頼まれ「私は明日、試合があるからダメだよ」と返すと「お母さんアスリートみたいだね」なんて言われています。

●私は健康のために始めました。ここに来ると仲間がいて、みんなが教えてくれ、支えてくれます。だから、がんばって練習に行こうと思えます。体が動く限り、ずっと続けていきたいです。

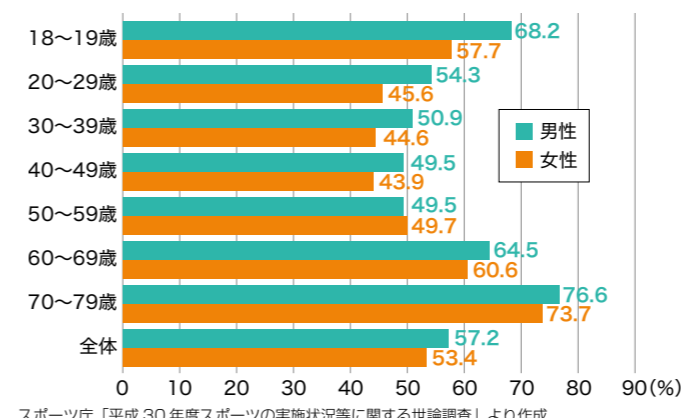


今戸社会教育館ホールで週2回活動する拳心会石浜クラブスポーツ少年団、岡さんは子供たちの指導にあたっている。(岡さんは後列一番右)

感じたことは特にありませんが「岡先生の技術指導は、実践的アプローチだけでなく、理論的に細かく教えてくれるのでわかりやすい」と言われたことがあります。それは、女性特有の細やかさというのが活きているかもしれません。

空手教室には、女の子もたくさん習いに来てくれています。子供たちには、空手を続けていって欲しいという願いと、仲間(先生、生徒も含む)の存在を感じてもらえたらと思っています。私自身、これまで空手を通して出会った仲間から日々刺激を受け、支えてもらっています。仲間がかけがえのない存在です。私も、仲間と共に、切磋琢磨し、精進していきます。

年代別・性別の週1回以上スポーツ実施率(10代~70代)



男性より低い女性のスポーツ実施率

成人の週1回以上のスポーツ実施率をみると、女性は50代を除くすべての年代において男性より実施率が低くなっています。運動・スポーツの頻度が減ったり増やせない理由としては「仕事や家事が忙しいから」(45.1%)が最も多く、「面倒くさいから」(28.4%)「年をとったから」(26.4%)などが続いています。

女性のスポーツ促進にはまだまだ余地があるわけです。