

# レスリング U-12 世代における競技環境の実態に関する研究

河野 隆志\*

## 抄録

本研究は、公益財団法人日本レスリング協会に登録されている U-12 世代レスリングクラブの代表者 263 名を対象にクラブ経営やトレーニング、U-12 世代から U-15 世代での移行段階における競技活動の継続状況、コーチングなどの競技環境に関する実態の把握及び課題抽出を調査し、競技環境の整備についての検討を行うための基礎的知見を得ることを目的として実施した。調査方法は、質問紙調査法を活用し、182 名（回収率 69.2%）から回答を得た。

調査の結果、クラブの事業形態については、レスリングを通じた人材育成を目的に非ビジネス型のクラブが 90%以上あった。日常の活動場所については、高校のレスリング場や公共の体育施設などを中心に活動していた。1 クラブに所属する競技者は平均 16 名であった。会費については、月会費として徴収しているクラブが多く、1 ヶ月あたり平均 2,066 円であった。U-15 世代での競技継続率は 52.3%であった。トレーニングについては、1 週間において平均 2.9 回実施されており、1 回あたりのトレーニング時間は平均 127 分であった。平日の活動は平均 120 分であるが、土曜日は 145 分、日曜日は 153 分であった。また、試合期と通常期におけるトレーニング内容については、技術練習 ( $t=4.57, p<0.05$ )、スパーリング ( $t=6.68, p<0.05$ )、クーリングダウン ( $t=2.01, p<0.05$ )、その他 ( $t=2.10, p<0.05$ ) において有意な差異が認められ、大会が近づくと実践的なトレーニングに傾斜していた。コーチングにおいては、男性を中心に無報酬にて活動しているクラブが 80%以上であった。1 週間におけるレスリングの活動に費やす時間は平均 11.3 時間であり、仕事や家庭、プライベートに無理を感じながらコーチングが行われていた。

競技環境については、コーチへの負担が強いられている実態が明らかとなり、中央競技団体や関係団体においては、コーチの負担が軽減されるような競技環境の改善が求められる。

キーワード：競技環境，レスリング，U-12 世代，クラブマネジメント，コーチ

\* 東都リハビリテーション学院 〒153-0044 東京都目黒区大橋 2-4-2

# Research on the reality of the sports environment surrounding the U-12 category in wrestling

Takashi KAWANO \*

## Abstract

The objective of this study is to understand the reality of the sports environment surrounding 263 U-12 wrestlers registered with the Japan Wrestling Federation through club management, pathway (continuation of the sport into the U-15 category), training, coaching, etc. and to find issues and obtain basic knowledge regarding the realities of the sports environment to examine the possibility of improving it. The study was conducted through a questionnaire survey and a mail survey and 182 responses were obtained (69.2% response rate).

Results showed that, in terms of club management, over 90% were non-business type clubs that aimed to provide personal development through wrestling. Regarding the location for daily activities, the respondents mainly used high school wrestling rooms and public gyms. A club had, on an average, 16 members. Most of the clubs collected monthly membership fees, and the average monthly fee was JPY 2,066. The rate of continuation of the sport at the U-15 level was 52.3%. Regarding training, the respondents had an average of 2.9 sessions per week, and each training session lasted 127 minutes on average. The average training time was 120 minutes on weekdays, 145 minutes on Saturdays, and 153 minutes on Sundays. In addition, there was a significant difference between the training program during competitive periods and regular periods for skills practice ( $t = 4.57, p < 0.05$ ), sparring ( $t = 6.68, p < 0.05$ ), cooling down ( $t = 2.01, p < 0.05$ ), and others ( $t = 2.10, p < 0.05$ ). The training program became more practical as competitions drew near. In terms of coaching, over 80% of the clubs had people working for free (mainly men). The average hours spent on wrestling activities were 11.3 hours per week, and coaching was provided while it was conflicting with work, family, and private life.

The study revealed that the sports environment is putting a lot of burden on the coaches; therefore, there should be some improvements in the environment to reduce the load on the coaches through the National Sports Federations and relevant associations.

Key Words : Athletic Environment, Wrestling, U-12Category, Club Management, Coach

---

\* Touto Rehabilitation College 2-4-2,Oohashi,Meguro-ku,Tokyo 153-0044

## 1. はじめに

2016年に開催された第31回オリンピック競技大会（ブラジル・リオデジャネイロ）において、男子レスリングは、第15回ヘルシンキ大会（1952年）より16大会連続でメダルを獲得した。女子レスリングにおいては、正式種目として採用された第28回アテネ大会（2004年）より4大会連続で複数の金メダルを獲得しており、我が国における国際競技力の中核を担っている。国際競技力を維持・向上させるためには、有能な競技者を発掘・育成・強化し続けることが重要であり、競技者やコーチ、スタッフなどが活動しやすい競技環境の整備は不可欠である。林・土屋（2011）は、競技環境やその変化が競技者のパフォーマンスに大きな影響を及ぼしていると報告しており、競技の普及や競技者の育成・強化環境の整備などについて検討する上では、競技環境の実態について把握することが肝要である。

中本ら（2006）は、大学ラグビー48チームを対象にグラウンドやウエイトトレーニング場、寮・合宿所などのハード面、指導者や練習用具・分析ソフト、スポンサー契約などのソフト面、部員に関する調査を行い、関東地区に所属するチームは他地区のチームよりも充実した競技環境にあることを示した。奈良ら（2009）は、大学野球選手を対象に、中学期における指導者や練習環境・内容についての実態調査を行い、指導者の人数や監督の最終競技歴、練習頻度・時間・メニューなどについて示し、中学時代に硬式クラブに所属していた選手の方が、中学時代の技術や戦術指導が現在にも活かされていることを示唆した。公益財団法人日本テニス協会（公財）日本テニス協会（2015）におけるテニス環境等実態調査においては、指導者資格の活用や中学校における硬式テニス部に関する部員数、日常の顧問のコーチング状況、外部指導者の有無、コート面数などの実態を明らかにした。一般社団法人日本パラリンピアンズ協会（（一社）日本パラリンピアンズ協会、2012）では、ロンドンパラリンピック日本選手団の代表選手、コーチ、スタッフを対象に競技環境に関する調査を実施し、第1回目の北京パラリンピック時と比較した。練習量や海外遠征日数が増加し、それに伴う自己負担金の増加、コーチやスタッフらの作業量増大による負担など、競技環境が改善されていないことを報告した。

これまで他競技における競技環境に関する調査や研究においては、調査対象となる競技種目の施設、トレーニング、コーチなどに関する実態や課題が報告されており、レスリング競技を対象にした競技環境に関する調査や研究は行われていない。

2014年度の公益財団法人日本レスリング協会（以下、日本レスリング協会）への競技者登録数は、U-12世代では4,538名であるのに対し、U-15世代では673名と85.2%も減少した<sup>注1)</sup>。U-12世代からU-15世代への進学を契機とする競技者離れは、大きな課題として挙げられる。

## 2. 目的

本研究は、日本レスリング協会に登録されているU-12世代レスリングクラブにおけるクラブ経営やトレーニング、U-12世代からU-15世代での移行段階における競技活動の継続状況、コーチングなどの競技環境に関する実態の把握及び課題抽出を調査し、競技環境の整備についての検討を行うための基礎的知見を得ることを目的とした。

## 3. 方法

### 3-1. 調査対象

日本レスリング協会に登録されているU-12世代レスリングクラブ代表者263名を対象とした。有効回答者は182名（69.2%）であった。調査回答に不備があった場合は、その調査項目のみ除外した。

### 3-2. 調査方法

質問紙調査法を用い、質問紙調査票を郵送する際に、調査の趣旨、プライバシーの保護、調査協力への拒否の自由などに関する説明資料を同封した。調査に協力を得られた対象者からは書面にて同意を得た。質問紙などの回収については、質問紙調査票郵送時に同封した返信用封筒に入れ、郵送してもらった。

### 3-3. 調査時期

2016年5月20日から6月11日

### 3-4. 調査内容

2013年9月、U-12世代レスリングクラブのコーチ5名を対象に競技環境に関する半構造化インタビュー調査を実施した。その調査結果を参考に、クラブ経営（18項目）、トレーニング（3項目）、U-12世代からU-15世代での移行段階における競技活動の継続状況（1項目）、コーチング（18項目）に関する項目から構成された質問紙調査票を作成した。

質問紙調査票の作成においては、レスリングの元トップレベル競技者及びコーチである研究者、U-12世代レスリングクラブコーチ、全国少年少女レスリ

ング連盟からの助言も得た。

### 3-5. 分析方法

データの分析においては、表計算ソフト Microsoft Office Excel 2013 及び IBM SPSS Statistics21 を用いた。はじめに、全体的な実態を把握するため各調査項目の単純集計を行った。

また、競技成績に対する重さを確認するため、試合期（大会間近のトレーニング）と通常期（大会が予定されていない時期のトレーニング）のトレーニング内容の差異について t 検定を行った。有意水準は 5% 未満とした。

### 3-6. 倫理的配慮

本研究は、専修大学スポーツ研究所研究倫理委員会の承認を得て実施した（承認番号 2016-0613）。

## 4. 結果及び考察

### 4-1. クラブ経営に関する結果

表 1 のクラブ運営方針では、レスリングを通じた人材育成（57.5%）を目的とするクラブが最も多く、次いでレスリング競技の普及（13.4%）、基礎体力及び運動能力の向上（11.7%）であった。

クラブの運営形態では、ビジネス（レスリングクラブの経営を生業）として行っていないクラブが 92.3% であった。クラブに所属する競技者の世代構成は、U-12 世代と U-15 世代を対象にしたクラブが最も多く（64.8%）、U-12 世代のみで活動しているクラブは 13.7% であり、1 クラブに所属している競技者は平均 16 名であった。

クラブの活動資金にあたる会費については 85.2% のクラブが月会費として徴収しており、1 カ月あたり平均 2,066 円であった。年会費は 22%、入会金は 31.4% のクラブで徴収していた。

表 2 の活動場所は、高校レスリング場（29.6%）が最も多く、次いで公共体育館（25.3%）、クラブ専用施設（16.4%）であり、マット<sup>注2)</sup>の設置面数は 1 面のクラブが 68.7% であった。

年間における所属競技者の途中退会については平均 2.5 人であり、クラブ側から退会命令を発令したクラブは 7.1% であった。退会命令は、保護者がクラブ規則に反する行為を繰り返すことや忠告を無視することなどを挙げる回答が多数であった。

クラブ広報について、クラブ専用の広報媒体を保有しているクラブは 64.3% であり、媒体の種類は、ホームページ（41.3%）が最も多く、次いで Facebook（30.2%）、ブログ（20.7%）の順であった。

親睦会を開催しているクラブは 89.6% であり、年

表 1. クラブ経営に関する実態

	n	%
<b>クラブ設立年 (n=182)</b>		
1960年代	1	0.5
1970年代	15	8.2
1980年代	43	23.6
1990年代	39	21.4
2000年代	55	30.2
2010年代	29	15.9
<b>クラブ運営方針 (n=247)</b>		
レスリングを通じた人材育成	142	57.5
レスリング競技の普及	33	13.4
基礎体力及び運動能力の向上	29	11.7
トップアスリートの育成	15	6.1
オリンピックチャンピオンの育成	11	4.5
地域貢献	6	2.4
競技力向上	4	1.6
高校の部員確保	3	1.2
クラブ会員間の交流	2	0.8
身体活動の楽しさを教える	1	0.4
学校体育の補助	1	0.4
<b>クラブの運営形態 (n=182)</b>		
ビジネスとして行っている	14	7.7
ビジネスとしては行っていない	168	92.3
<b>クラブ所属競技者の世代 (n=182)</b>		
U-12世代のみ	25	13.7
U-12世代・U-15世代	118	64.8
U-12世代・U-15世代・高校生世代	10	5.5
U-12世代・U-15世代・高校生世代・大学生世代	2	1.1
上記のいずれかに成人も対象	25	13.7
その他	2	1.1
<b>所属競技者数 (n=182) ※U-12世代のみ</b>		
1人～9人	51	28.0
10人～19人	86	47.3
20人～29人	27	14.9
30人～39人	13	7.0
40人～49人	3	1.6
50人～59人	1	0.6
60人～69人	1	0.6
Mean: 15.91 Min: 1 Max: 67 SD: 10.039		
<b>月会費 (n=182)</b>		
0円	27	14.8
1円～999円	13	7.1
1,000円～1,999円	61	33.5
2,000円～2,999円	42	23.1
3,000円～3,999円	16	8.8
4,000円～4,999円	3	1.6
5,000円～5,999円	4	2.2
6,000円～6,999円	6	3.3
7,000円～7,999円	5	2.7
8,000円～8,999円	2	1.1
9,000円～9,999円	1	0.5
10,000円以上	2	1.1
Mean: 2,066.37 Min: 0 Max: 15120 SD: 2,205.776		
<b>年会費 (n=182)</b>		
0円	142	78.0
1円～999円	1	0.5
1,000円～2,999円	6	3.3
3,000円～4,999円	6	3.3
5,000円～6,999円	18	9.9
7,000円～8,999円	2	1.1
9,000円以上	7	3.8
Mean: 1,255.93 Min: 0 Max: 16,800 SD: 2,892.302		
<b>入会金 (n=181)</b>		
0円	126	69.6
1円～1,999円	8	4.4
2,000円～3,999円	27	14.9
4,000円～5,999円	10	5.5
6,000円～7,999円	2	1.1
8,000円～9,999円	4	2.2
10,000円以上	4	2.2
Mean: 1,169.94 Min: 0 Max: 10,000 SD: 2,347.460		

表2. クラブ経営に関する実態

	n	%
クラブ掛かりつけの医療機関(n=182)		
ある	41	22.5
ない	141	77.5
活動場所(n=202)		
高校レスリング場	54	29.6
公共体育館	46	25.3
クラブ専用施設	30	16.4
公共武道館	11	6.0
大学レスリング場	9	4.9
中学校武道場	7	3.8
企業体育館	7	3.8
高校武道場	6	3.3
小学校体育館	6	3.3
公共レスリング場	5	2.7
民間スポーツ施設	5	2.7
中学校レスリング場	4	2.2
中学校体育館	4	2.2
高校体育館	2	2.2
公共空きスペース	2	2.2
中学校空き教室	1	0.5
大学体育館	1	0.5
保育園	1	0.5
公民館	1	0.5
マット面数(n=182)		
0.5面	15	8.2
1面	125	68.7
1.5面	4	2.2
2面	36	19.8
3面	2	1.1
親睦会開催(n=182)		
0回	19	10.4
1回	31	17.0
2回	66	36.3
3回	41	22.5
4回	16	8.8
5回以上	9	4.9
Mean: 2.45 Min: 1 Max: 8 SD: 1.150		
年間の退会人数(n=182)		
0人	66	36.3
1人	38	20.9
2人	37	20.3
3人	21	11.5
4人	2	1.1
5人	14	7.7
6人以上	4	2.0
Mean: 2.55 Min: 0 Max: 10 SD: 1.738		
退会命令(n=182)		
ある	13	7.1
ない	169	92.9
広報媒体所持数(n=182)		
0	65	35.7
1	76	41.8
2	30	16.5
3	9	4.9
4	4	2.2
広報媒体(n=179)		
ホームページ	74	41.3
Facebook	54	30.2
ブログ	37	20.7
Twitter	6	3.4
その他	4	2.2
広報誌	3	1.7
Instagram	1	0.6
学校の成績管理(n=182)		
行っている	31	17.0
行っていない	151	83.0
所属競技者への減量(n=182)		
させている	11	6.0
させていない	171	94.0

間の開催数は平均約2.5回であった。学校の成績管理を行っているクラブは17%であり、所属競技者に減量をさせているクラブは6%であった。

4-2. トレーニングに関する結果

1週間におけるトレーニング頻度は平均2.9回であり、1回あたりのトレーニング時間は平均127分(平日:120分, 土曜日:145分, 日曜日:153分)であった(表3)。活動日については、土曜日(58.8%)が最も多く、次いで水曜日(47.3%), 火曜日(42.9%)の順に多かった(表4)。

試合期と通常期でのトレーニング内容については、技術練習(t=4.57, p<0.05), スパーリング(t=6.68, p<0.05), クーリングダウン(t=2.01, p<0.05), その他(t=2.10, p<0.05)で有意な差異が認められ、大会が近づく実践的なトレーニングに傾斜していることが明らかとなった(表5)。

表3. トレーニングに関する実態

	n	%
1週間のトレーニング回数(n=181)		
1回	10	5.5
2回	57	31.5
3回	73	40.3
4回	22	12.2
5回	11	6.1
6回	5	2.8
7回	3	1.7
Mean: 2.97 Min: 1 Max: 7 SD: 1.192		
1週間の総トレーニング時間(n=181)		
120分~179分	11	6.1
180分~239分	17	9.4
240分~299分	37	20.4
300分~359分	19	10.5
360分~419分	35	19.3
420分~479分	20	11.0
480分~539分	12	6.6
540分~599分	5	2.8
600分~659分	9	5.0
660分~719分	3	1.7
720分~779分	1	0.6
780分~839分	2	1.1
840分~899分	2	1.1
900分~959分	2	1.1
960分以上	6	3.3
1回あたりのトレーニング時間(n=181)		
89分以下	6	3.3
90分~119分	41	22.7
120分~149分	98	54.1
150分~179分	21	11.6
180分~209分	9	5.0
210分以上	6	3.3
Mean: 127.06 Min: 70 Max: 300 SD: 30.490		

表4. 1週間における活動状況

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
クラブ数	57	78	86	64	69	107	77
クラブ数(%)	31.3	42.9	47.3	35.2	37.9	58.8	42.3
平均(分)	129.6	114.1	122.2	116.6	119.9	145.8	153.1
Me	120	120	120	120	120	120	150
SD	45.3	27.8	38.1	25.1	36.2	44.8	43.7
最小値	60	60	60	60	60	60	90
最大値	300	210	300	210	300	300	300

表 5. 試合期と通常期におけるトレーニング内容の差異

	通常期		試合期		t(181)	p
	M	SD	M	SD		
ウォーミングアップ	30.4	10.6	29.3	11.9	1.75	.083
技術練習	29.7	10.8	25.7	11.2	4.57**	.000
スパーリング	25.4	8.5	30.6	11.6	6.68**	.000
クーリングダウン	9.2	5.9	9.8	6.3	2.01*	.046
その他	5.6	9.3	4.6	8.6	2.10*	.037

\*: p<.05 \*\* : p<.01

4-3. U-12 世代から U-15 世代での移行段階における競技活動の継続状況に関する結果

表 6. U-15 世代でのレスリング競技活動継続状況 (n=182)

	n	%
0%	20	11.0
1%~9%	7	3.8
10%~19%	15	8.8
20%~29%	15	8.8
30%~39%	7	3.3
40%~49%	6	2.7
50%~59%	26	14.3
60%~69%	10	5.5
70%~79%	17	9.3
80%~89%	15	8.2
90%~99%	16	8.8
100%	28	15.4
Mean: 52.27	SD: 35.120	

U-15 世代でのレスリング競技活動継続率は 52.3%であったが、日本レスリング協会への競技者登録数を参照 (U-15 世代では U-12 世代からの競技登録者が 85.2%減少する) すると大きな誤差が生じた。

4-4. コーチに関する結果

表 7 のコーチに関する実態においては、チームに所属するコーチは平均 5 名であり、平均年齢は 42.1 歳±12.4 (男性: 42.9 歳±12.2, 女性: 34.6 歳±12.4) であった。女性コーチが所属するクラブは 34.1%であり、コーチの男女比は、男性 724 名 (89.9%), 女性 81 名 (11.1%) と圧倒的に男性が多く、毎回の活動に参加するコーチは平均 2.6 名であった。スポーツ指導に関する資格保有者は 56%であり、その中の 57.5%は日本体育協会公認スポーツ指導者資格であった。所属コーチの最終競技活動歴は、大学生までが最も多く、現役時代、最も優秀な競技成績については、オリンピックメダリストをはじめとするシニア世代での国際大会出場経験を有するコーチが 21%, 国内で最も権威のある全日本選手権のメダリストも 18.5%であった。

コーチへの報酬については、87.3%のクラブが無報酬であり、報酬金額についても十分に生計がたてられるものではなかった (表 9)。遠征に際するコー

表 7. コーチに関する実態

	n	%
所属チームにおけるコーチの人数 (n=182)		
1人	14	7.7
2人	26	14.3
3人	30	16.5
4人	25	13.7
5人	27	14.8
6人	21	11.5
7人	10	5.5
8人	3	1.6
9人	8	4.4
10人以上	18	9.9
Mean: 4.98	Min: 1	Max: 20
SD: 3.327		
所属チームにおける男性コーチの人数 (n=182)		
0人	1	0.5
1人	22	12.1
2人	23	12.6
3人	31	17.0
4人	26	14.3
5人	34	18.7
6人	14	7.7
7人	4	2.2
8人	6	3.3
9人	7	3.8
10人以上	14	7.7
Mean: 4.52	Min: 0	Max: 19
SD: 3.004		
所属チームにおける女性コーチの人数 (n=182)		
0人	120	65.9
1人	49	26.9
2人	8	4.4
3人	3	1.6
4人以上	2	1.0
Mean: 0.46	Min: 0	Max: 6
SD: 0.818		
毎回の活動に参加するコーチの人数 (n=182)		
1人	49	26.9
2人	54	29.7
3人	35	19.2
4人	24	13.2
5人	11	6.0
6人	5	2.7
7人	1	0.5
8人以上	3	1.6
Mean: 2.63	Min: 1	Max: 10
SD: 1.623		
男性コーチの年齢 (n=724)		
10代	4	0.6
20代	96	13.3
30代	181	25.0
40代	247	34.1
50代	117	16.2
60代	61	8.4
70代	15	2.1
80代	3	0.4
Mean: 42.89	Min: 18	Max: 81
SD: 12.175		
女性コーチの年齢 (n=81)		
10代	3	3.7
20代	26	32.1
30代	24	29.6
40代	22	27.2
50代	5	6.2
60代	1	1.2
Mean: 34.62	Min: 18	Max: 63
SD: 10.861		
所属コーチの中でスポーツ指導に関する保有資格者数 (n=182)		
0人	80	44.0
1人	42	23.1
2人	25	13.7
3人	19	10.4
4人	6	3.3
5人	6	3.3
6人	1	0.5
7人	1	0.5
8人	1	0.5
10人	1	0.5
所属コーチのスポーツ指導に関する保有資格 (n=87)		
日体協公認スポーツ指導者	50	57.5
スポーツ少年団認定員	26	29.9
トレーニング指導士	3	3.4
健康運動実践指導士	3	3.4
スポーツトレーナー	2	2.3
幼児体育指導者	2	2.3
NSCA	1	1.2
所属コーチの最終競技活動歴 (n=313)		
社会人	85	27.2
大学	119	38.0
高校	77	24.6
中学校	3	1.0
小学校	0	0.0
経験なし	29	9.2

表8. クラブ運営に関する実態

	n	%
所属コーチの中で最も高い競技成績(n=124)		
オリンピックメダリスト	4	3.2
オリンピック出場	5	4.0
世界選手権メダリスト	9	7.3
世界選手権出場	8	6.5
アジア選手権メダリスト	1	0.8
アジア選手権出場	1	0.8
社会人世界大会メダリスト	1	0.8
全日本選手権メダリスト	23	18.5
全日本選手権出場	8	6.5
全日本社会人選手権メダリスト	10	8.1
世界ジュニア選手権メダリスト	2	1.6
全日本大学選手権メダリスト	15	12.1
全日本大学選手権出場	2	1.6
大学地区大会メダリスト	2	1.6
世界カデット選手権メダリスト	1	0.8
アジアカデット選手権メダリスト	1	0.8
全国高校総体メダリスト	9	7.3
高校地区大会メダリスト	4	3.2
国民体育大会メダリスト	11	8.9
国民体育大会出場(少年)	4	3.2
全国高校総体出場	3	2.4
コーチへの報酬(n=181)		
ある	23	12.7
ない	158	87.3
遠征に際してのコーチングスタッフに対する旅費の負担(n=181)		
全額クラブより負担	49	27.1
一部クラブより負担	78	43.1
全額自己負担	54	29.8
レスリングの活動に対する家族からの協力(n=181)		
ある	139	76.8
ない	42	23.2
レスリングの活動に対する職場からの協力(n=181)		
ある	85	47.0
ない	96	53.0
レスリングの活動をする上での仕事や家庭、プライベートへの影響(n=181)		
大変無理が生じている	20	11.0
やや無理が生じている	75	41.4
どちらでもない	49	27.1
あまり無理が生じていない	30	16.6
全く無理が生じていない	7	3.9
ジュニアのためのレスリングブックの活用(n=181)		
ある	103	56.9
ない	58	32.0
存在を知らない	20	11.0
育成映像の活用(n=181)		
ある	73	40.3
ない	78	43.1
存在を知らない	30	16.6
指導者講習会への参加(n=177)		
ある	88	49.7
ない	89	50.3
指導者講習会への不参加理由(n=46)		
都合がつかない	22	47.8
開催日程が不明	9	19.6
遠方のため	7	15.2
旅費等の費用的問題	5	10.9
機会がない	2	4.3
必要性を感じない	1	2.2
1週間のレスリング活動に費やす時間(n=181)		
5時間以下	35	19.3
6時間～15時間	109	60.2
16時間～25時間	28	15.5
26時間～35時間	5	2.8
36時間以上	4	2.2
Mean: 11.27 Min: 2 Max: 64 SD: 8.199		
中央組織から希望する情報提供: 3つまで選択可(n=397)		
アンチ・ドーピングに関する情報	10	2.5
医・科学に関する情報	72	18.1
競技に関する情報	126	31.7
キャリア形成に関する情報	18	4.5
トレーニング方法に関する情報	129	32.5
スポーツ政策に関する情報	27	6.8
海外に関する情報	9	2.3
その他	6	1.5

チの旅費については、70.2%のクラブにおいてクラブが負担していた。

レスリングの活動に対する家族からの協力は76.8%であり、職場からの協力は47%であった。また、52.4%のコーチは、レスリングの活動を行うことで仕事や家庭、プライベートに支障を来していると実感していた。1週間におけるレスリングの活動に費やす時間は平均11.3時間であった。

コーチの職業については、民間企業勤務者が53.5%と最も多かった(表10)。

日常のトレーニングやコーチングにおいて、ジュニアのためのレスリングブック<sup>注3)</sup>を活用しているクラブは56.9%であり、育成映像<sup>注4)</sup>の活用については40.3%であった。

指導者講習会については、50.3%のコーチは参加経験がなく、不参加の理由で最も多いのは、都合がつかないであった。

コーチが希望する中央組織からの情報提供については、トレーニング方法(32.5%)が最も多く、次いで競技(31.7%)、医・科学(18.1%)に関することであった。

表9. コーチへの報酬金額

	n	%	
時給	1,000円	1 4.3	
	500円	2 8.7	
	800円	1 4.3	
	2,000円	1 4.3	
	3,000円	1 4.3	
1回	1,500円	1 4.3	
	1,800円	1 4.3	
	2,000円	1 4.3	
	3,000円	3 13.0	
	4,000円	1 4.3	
	5,000円	2 8.7	
	7,000円	1 4.3	
	10,000円	2 8.7	
	50,000円	1 4.3	
	月	10,000円	1 4.3
20,000円(代表のみ)		1 4.3	
30,000円		1 4.3	
年間		50,000円(監督) / 20,000円(コーチ)	1 4.3

表10. コーチの職業

	教職員	国家公務員	地方公務員	民間企業	自営業	その他
人数	94	34	92	475	138	55
割合(%)	10.6	3.8	10.4	53.5	15.5	6.2

#### 4-5. 考察

活動場所は、高校のレスリング場や公共の体育館及び施設などを借用しているクラブが多く、時間的な制約を受けた活動が強いられ、その活動施設の規模(広さ)により、受入れられることができる競技者数も決まる。すなわち、競技者獲得においては抑制が強いられている。したがって、レスリングクラブをビジネスとして経営するのであれば、月会費や年会費などをこれまで以上に高額に設定し、競技者

の目的志向別による活動日の拡大を図り、競技者の獲得を増大させることが必要である。しかし、活動場所が借用であるため、活動時間を拡大することは難しく、また、会費の高額設定が競技者の入会を妨げる可能性も考えられる。加えて、人口規模も影響することから、レスリングクラブをビジネスとして経営することは至難であることがうかがわれる。

全国少年少女レスリング連盟では、発育発達の観点から競技者に対する減量を禁止しているが、6%のクラブにおいては減量が行われていた。過度な減量においては、特に女子において、将来的な月経異常や骨粗鬆症などの問題が生じる可能性もある。このように禁止されている減量が行われている背景には、競技成績が影響していると考えられる。試合期と通常期におけるトレーニング内容においては、大会が近づくと実践形式のトレーニングに多くの時間が配分されている。また、1週間に5回以上の活動をするクラブが約10%あり、1回のトレーニング時間が180分以上を超えるクラブも約8%あった。大会の競技成績は競技者にとっては重要なことであると思われるが、競技者の競技活動に対する最終目標という観点から、U-12世代での過度な減量や発育発達を無視したトレーニング及びコーチングなどは、競技者の競技活動を歪めてしまう可能性があることを認識する必要がある、コーチや保護者への適切な情報提供が重要である。

U-15世代競技者の減少については、U-15世代の受入れクラブが約85%もあったことから、競技者が希望すれば競技活動を継続できる可能性がある。自らの意志で競技種目の転向や競技活動を止める者もいるだろうが、それよりも学校部活動との併用が困難なために競技活動を継続しない要因も考えられる。調査結果において、U-15世代での競技活動継続状況が52.3%であり、日本レスリング協会への競技者登録者が85.2%減少する実態と大きな差異があった。この差異については、競技者登録をせずに、趣味やトレーニングの一環として活動している可能性も考えられる。競技の普及を検討する上で、これらの実態を明らかにすることは今後の課題である。

コーチング現場は、男性を中心に無報酬にて展開されており、女性コーチが所属するチームは34.1%しかなかった。女性競技者へのコーチングや身体的相談の対応など、女性コーチの育成は今後の課題である。レスリングの活動を行うことで、仕事や家庭、プライベートに無理を感じながらもコーチングが行われており、土曜日や日曜日の活動時間は平日よりも長く、コーチへの負担は増大するが、これらは、所属競技者に対する熱意や責任感などにより自己

解決されているように推察される。しかしながら、今後の社会環境や価値観などの影響により、この状況を受入れることができないコーチも出てくる可能性が考えられる。有能なコーチが集わなければ競技者にとっては不利益となるため、コーチが無理なく活動できる競技環境の整備に努めることが重要である。

多くのコーチは、所属する競技者の育成に情熱を注いでおり、専門的知識及び技能の習得には食欲である。しかし、その機会であるスポーツ指導に関する資格保有者が56%であることや指導者講習会への参加経験が49.7%と低調であるように、研鑽の機会が機能しているとは言い難い。資格が無くても、自ら研鑽し、性差や発育発達に応じたコーチングを展開し、有能な競技者の育成に努めるコーチは沢山いる。しかし一方で、試合での勝敗に固執し、勝つことだけを前提に掲げると、子どもたちの成長度合いを無視したトレーニングにより大きな成長は望めなくなる(石塚, 2013)。また、それらを原因とする傷害の誘発にも繋がり、コーチングに関わる者は、スポーツ指導に関する資格取得及び指導者講習会への定期的な参加が望まれる。

競技活動と最初に出会うU-12世代のコーチングにおいては、その競技者の未来やさらには次世代の競技者に大きな影響を与えるものと考えられ、コーチには高い倫理観と高度な知識と技能が求められる(文部科学省, 2013)。したがって、コーチの育成においては、コーチの内在的価値を動機とする資格取得や講習会への参加となるよう、開催主体者においては、これまでの課題として挙げられていた地域ごとの開催により、参加者の時間的・経済的な問題の解消を図ることが必要である。それらに加え、高品質なプログラム提供も求められる。

2014年度の日本レスリング協会に登録されている競技者は8,996名であり、競技人口が少ないながらも、オリンピック競技大会をはじめとする国際大会や国内最高峰の大会にてメダルを獲得したコーチがコーチングを行っていた。このことから、競技者の育成や強化手法などのナレッジや人的資源は国内に蓄積されていると考えられる。一方、ボランティアでの組織経営やコーチングなど、限界に達している現実も垣間見られた。今後は、それらのナレッジや人的資源を有機的に活用する設えについて検討することも課題であると考えられる。

## 5. まとめ

本研究は、U-12世代レスリングクラブのクラブ経営やトレーニング、U-12世代からU-15世代で



の移行段階における競技活動の継続状況、コーチングなどの競技環境に関する実態の把握及び課題抽出について調査し、競技環境の整備を行う上での基礎的知見を得ることを目的に実施した。

クラブ経営においては、レスリングを通じた人材育成を目的とした非ビジネス型の事業形態クラブが最も多く、高校のレスリング場や公共の体育館及び施設などを借用して活動していた。1週間の活動回数は平均2.9回、1回のトレーニング時間は平均127分であり、平日よりも週末の方が活動時間は長く、大会が近づくと技術練習、スパーリング、クーリングダウンなどのトレーニング内容に費やされる時間が多くなった。

コーチにおいては、男性を中心とし、無報酬にて活動しているクラブが大半であった。日常の活動において、2人以上のコーチが参加しているクラブも多数あるが、1人で活動しているクラブも26.9%あった。安全に配慮したコーチングを推進する上では、2人以上のコーチによる活動が望まれる。1週間におけるレスリングの活動に費やす時間は平均11.3時間であり、家族や職場からの協力は得られている割合は高いが、レスリングの活動を行うことで仕事や家庭、プライベートに支障を感じながらコーチングが行われていた。

定期的な活動機会が創出される背景には、活動する施設、コーチの仕事、家庭、プライベートなどが調整され、その機会が競技者へ提供される。これらのコーチの理解が、今日の国際競技力の維持や向上を支えている礎といえよう。競技者の発掘・育成・強化は多様化、高度化、高強度化へと加速度的に推進しており、最早、個人の負担や理解だけに頼るものではない。これらの課題解決は急務であり、競技者やコーチなどが活動しやすい競技環境を整備することは、中央競技団体や関係団体の責務である。

今後は、地域別の実態に加え、本調査で差異が生じたU-15世代での競技活動継続状況を詳細に分析することが必要であると考えられる。

#### 注

- 1) 2013年度のU-12世代競技者登録数は3,963名、U-15世代は676名、減少率は82.9%であった。2012年度のU-12世代競技者登録数は3,662名、U-15世代は664名、減少率は81.7%であった。一方、柔道競技の2014年度の全日本柔道連盟への競技登録者数は、U-12世代は35,676名、U-15世代は36,673名であった。
- 2) 国際レスリング連合認定の競技用マット1面の大きさは、縦12m×横12mの正方形である。
- 3) 日本レスリング協会スポーツ医・科学委員会では、

毎年4月にレスリングに関する「コンディショニング」、「減量」、「トレーニング・栄養」、「こころとからだのケア」、「情報提供」などについてまとめた冊子を発刊し、ジュニア世代のアスリート及びコーチングスタッフなどへの配布を行い、スポーツ医科学に基づいたトレーニングやコーチングを推奨している。

- 4) アスリート育成システム構築事業では、フリースタイル及びグレコローマンスタイルの基本的な技術映像を作成した。また、身体づくりとしてレスリングの基礎的な動きについてのトレーニング映像を作成し、YouTubeにて公開した。誰でも、何処でも、何時でもアクセスでき、コーチや保護者への啓蒙を推進した。

#### 参考文献

- 石塚浩 (2013) ジュニア期のスポーツ：発育発達期のプログラム、公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目I、公益財団法人日本体育協会、pp.142-148.
- 林晋子、土屋裕陸 (2011) オリンピアンが語る体験と望まれる心理的サポートの検討—出来事に伴う心理的変化と社会が与える影響に着目して—、スポーツ心理学研究 39 (1) 1-14.
- 一般社団法人日本パラリンピアンズ協会 (2012) 第2回パラリンピック選手の競技環境その意識と実態調査報告書。
- 公益財団法人日本テニス協会 (2015) 平成26年度テニス環境等実態調査報告書。
- 中本光彦、安達隆博、金澤陸 (2006) わが国の大学ラグビーをとりまく環境についての調査研究、中京大学体育学論叢 47 (1)、49-60.
- 奈良隆章、川村卓、島田一志、坂本幸信 (2009) 大学野球選手における中学時代の競技環境の違いが自己の技能に与えた影響について—中学校部活動と硬式クラブの比較から—、スポーツコーチング研究 7、12-25.
- 文部科学省編 (2013) 私たちは未来から「スポーツ」を託されている。学研パブリッシング：東京。
- 全日本柔道連盟ホームページ  
<http://www.judo.or.jp/> (アクセス：2017年2月10日)
- 全国少年少女レスリング連盟ホームページ  
<http://kidswrestling.jp/rule/> (アクセス：2017年2月10日)

この研究は笹川スポーツ研究助成を受けて実施したものです。