

# 「女性スポーツ」改革プロジェクト

立教大学 松尾ゼミ C グループ

○朝倉 菜緒、宮崎 亜美、阿部 まどか、小川 貴世依  
楠部 由莉、佐久間 遥香、並木 美百合

## 1 緒言

女子中学生は、男子と比べて運動頻度が低い。そして、高校生になると中学生の頃より運動頻度の低い女子生徒が増えるというデータがある（笹川スポーツ財団、2015）。その一方で、8割の女子が運動好きという統計もある（文部科学省、2014）。このことから、女子中高生は運動が好きだが、実際にはしていないと言える。また、健康日本21では将来的に運動しないことで高血圧・糖尿病などの生活習慣病の罹患率を高めることになることと記載されている。

そこで私たちは、運動頻度が格段に低い女子高校生への運動促進策を提案する。

## 2 研究の方法

### (1) 先行研究にみる女性スポーツの現状と課題

女性スポーツに関する先行研究として、以下の研究があげられる。

- ・荒井(1991)の研究によると、女子のスポーツの低下原因は仲間間でのステータスの差異とマスメディアによる固定概念の操作の2つが挙げられる。男性はスポーツの優劣で仲間に認められ、またスポーツ技能に秀でた個人の話が多く取り上げられるのに対し、女性は服や容貌によって仲間に認められ、また服装やセクシャリティに関わる話が多く取り上げられるという違いがある。
- ・笹沼(2005)の研究によると、男性は外で闘い、女性はそれをサポートするといった社会的性役割が、スポーツにも反映している。例えば、スポーツに主体的に取り組むのは男子で、マネージャーは女子が当たり前という風習はそれを顕著に表している。
- ・堀籠(2013)の研究によると、現代社会でも女性差別は存在し、地位を低いものとみなされることが多い。また、「女性=やわらかい、こわれやすい」というイメージは、屈強な肉体を必要とするスポーツと相反する。女子はスポーツにおいて賞賛されても、ジェンダー的な意味で「女らしさ」の規範を兼ね備えていることが要求されている。
- ・大野(2015)の研究によると、スポーツにおいて軽快で優美な動きを演じる役を女性が担われている。また女らしいとされるスポーツで女性が取り上げられることが多く、それが原因で女性らしいとされないスポーツにおいては男性性が強調されてしまう。

以上の先行研究から、スポーツにおけるジェンダーの差が、女子が運動・スポーツをしない背景にあることが示唆された。

## (2) 分析の枠組み・作業仮説

なぜ女子高生の運動頻度は低いのか。先行研究をふまえて、「周囲の視線」「女性らしさへの固定概念」「女子の集団心理」「運動・スポーツの男性性」という4つの枠組みから考えた(図1)。ここで「周囲の視線」とは主に汗によるにおいや化粧崩れを気にすること、「女性らしさへの固定概念」とは女性はおしとやかで華奢なほうが良いと考えること、「女子の集団心理」は友達と一緒にでなければやらないという考え、「運動・スポーツの男性性」は運動やスポーツの競技制に男性らしさを感じることを表す。

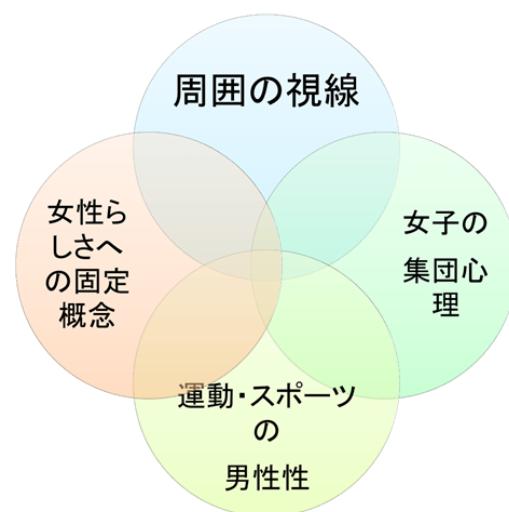


図1 分析の枠組み

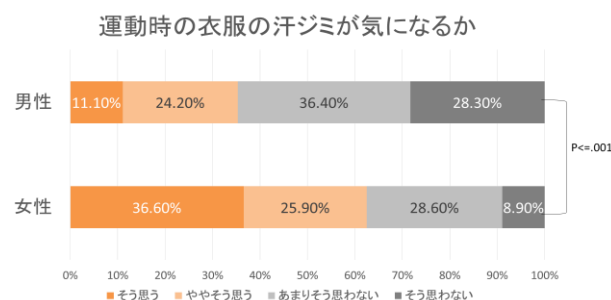
## (3) 調査結果

### ア. 調査1

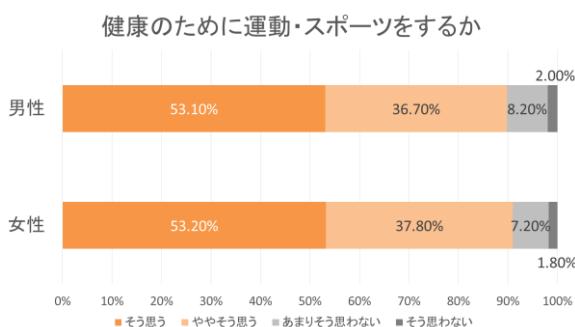
#### ①調査概要

- ・ 調査対象:立教大学学生 1~4年生
- ・ 方法:集合法による質問紙調査
- ・ 調査時期:2016年7月
- ・ 有効回答部数:212部
- ・ サンプル特性:男性47.2% 女性52.8%

#### ②調査結果1



#### ③調査結果2



#### ④得られた知見

- ・ 女子は男子に比べて汗ジミを気にしている
- 男子よりも周囲の視線を気にしている
- ・ 男女問わず健康のための運動・スポーツへの関心が高い

### イ. 調査2

#### ①調査概要

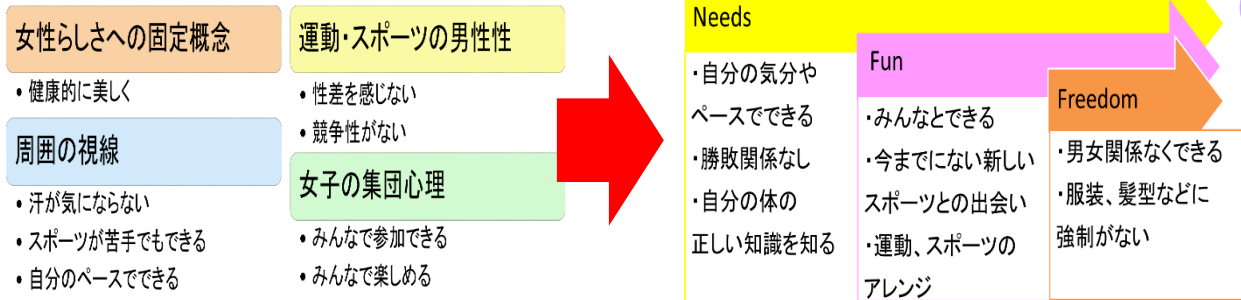
- ・ 調査対象:女子高校生 13人
- ・ 方法:半構造化インタビュー調査
- ・ 調査時期:2016年9月
- ・ サンプル特性:①1年生9人 2年生4人
- ・ ②運動部7人 それ以外6人

#### ②得られた知見

- ・ できる競技、みんなとやれる運動は好き
- ・ 部活の拘束感が嫌
- ・ 体育祭などのイベントは好き
- ・ 順位、成績がつくのは嫌
- ・ かわいい/おしゃれなウェアなら着替える

### 3 まとめ・提言

#### (1) まとめ (得られた結果からみた提言のポイント)



#### (2) 提言：(トータルファッシュナブルプログラム TFP)

##### ア. TFP 春フェス

3月に一つ目のイベントを対象の高校にて開催する。チェックシートを用いてからだの動きチェックを行い、改善運動を実施する。このチェックは(昼休み)の毎月第3週に行い経過を確認し、夏フェスで行った際に変化を感じることを目指す。また、競争性のないやわらかいニュースポーツをみんなで体験し体を動かすことを楽しむことを目的とする。

##### イ. TFP レクチャー

4~7月の4か月間は、週に一回昼休みと放課後にプログラムを実施する。これは「知る・楽しむ・感じる」の3要素からなる。昼休みは「知る」をテーマとし、かっこいい歩き方や姿勢、汗の種類や汗をかいた後の手入れ、効果的な間食の取り方などについての講習を行う。放課後は「楽しむ・感じる」をテーマとし、ドッジビーといったニュースポーツやヨガ・ピラティスなどの身体にアプローチするもの、ダンスなど友達と楽しく体を動かせる種目を実施する。並行して夏フェスにむけてイベントウェアを作成し、開催場所や具体的な進行について高校生主体で考える。

##### ウ. TFP 夏フェス

8月に二つ目のイベントとしてファッションショーを開催する。自分たちで作成したウェアを身にまとい、TFP レクチャーによって知ったかっこいい歩き方や、継続によって理想に近づいたプロポーションを披露する。また、チェックシートを用いてからだの動きをチェックする。最後に全員でニュースポーツを楽しむ。

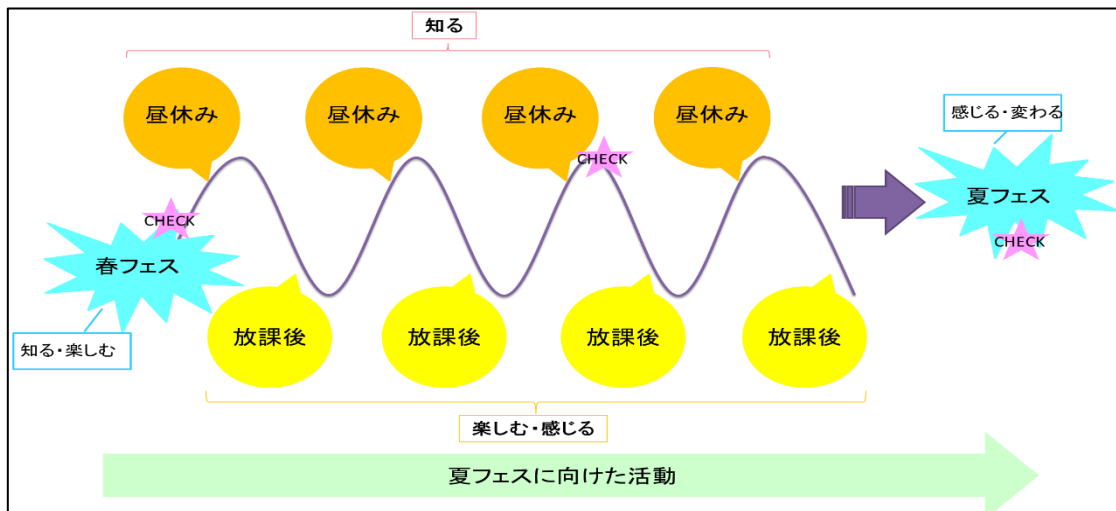
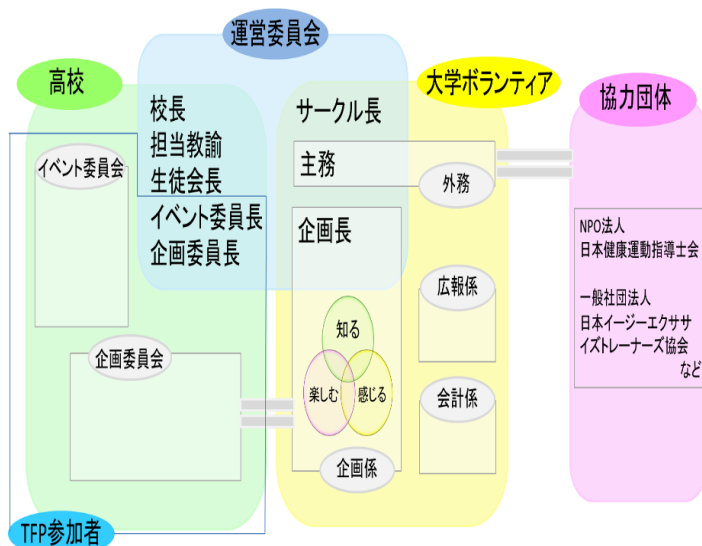


図2 トータルファッシュナブルプログラムの流れ

### (3) 運営体制

大学生のボランティアサークル・高校の代表者と校長先生からなる運営委員会が主体となっていく。大学生が連絡を取り月に一回講師をお招きする。サークルは週に2回の活動がメインとなり、一回は高校への訪問、もう一回はフィードバック・次回の準備を行う。履修との兼ね合いで高校を訪問するメンバーを決め、交代で訪問する。



### 4 期待される効果

- ・運動をすることが好きであるが普段運動をしていない女子高校生が、体育で主に行っているいわゆる「スポーツ」とはちがう、自分のペースで楽しめる運動があることを知り、実践することで運動を行うきっかけを与え、運動機会の増大につながる。
- ・ジェンダーによって阻害されてきた女性スポーツ・運動を、この支援策を通して、スポーツは男性が主体的に取り組むだけのものではないと理解し、ジェンダーフリーな世の中への足掛かりとなる。
- ・高校生の間に運動の楽しさを知り、実践することで、卒業後も運動を継続し健康被害のリスクを軽減し、食事制限などによる無理なダイエットの抑制にもつながる。
- ・女子における学校体育のあり方への問題提起。女子が授業外での運動・スポーツをしないことに対して、体育のカリキュラムにさらなる変更が求められていることを教育界に指し示す。

#### <資料・参考文献>

- ・文部科学省、[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/kodomo/zencyo/1353812.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/kodomo/zencyo/1353812.htm)、(参照日 2016年10月4日)
- ・笹川スポーツ財団 青少年のスポーツ・ライフデータ p.22.
- ・厚生労働省、健康日本 21、[http://www1.mhlw.go.jp/topics/kenko21\\_11/b2.html#A21](http://www1.mhlw.go.jp/topics/kenko21_11/b2.html#A21)、(参照日 2016年10月4日)
- ・荒井啓子 (1991) 女性のスポーツ行動に働く社会的圧力に関する一考察：Ken F. dyer による社会科過程の検討を通して (一般教育関係)、武蔵野短期大学研究紀要、5 : 25-32.
- ・大野哲也 (2015) スポーツと平等性：ジェンダーと障がい者スポーツの視点から、桐蔭論叢 33 : 23-37.
- ・笹沼朋子 (2005) スポーツとジェンダー、日本労働研究機構、No.537
- ・堀籠美佳 (2013) スポーツ少女にみるジェンダー：1970年代と2000年代のマンガ比較による、東北学院大学教養学部論集 137 : 139-177.