

# 女性スポーツ促進に向けた日本スポーツ協会の取組 (女性スポーツ委員会アクションプラン)

**日本スポーツ協会**  
(JSPO)

(コーポレートメッセージ)  
**スポーツと、望む未来へ。**

スポーツがあらゆる人々に一切の差別、格差なく享受されるよう取り組むことで、誰もが望む社会の実現を目指す

## 女性とスポーツに関する現状と課題(一例)

### 現状

女性特有の疾病予防を含む心身の健康増進や生きがいづくりにつながる運動・スポーツの実践が奨励されている一方で、女性のスポーツ実施率、スポーツ観戦率、スポーツボランティア実施率は、全世代平均すると男性と比較して低い  
(平成29年度スポーツの実施状況等に関する世論調査より)

### 課題

- 月経周期異常を抱える女性競技者  
(Health Management for Female Athlete Vol.3-女性アスリートのための月経対策ハンドブックより)
- 運動不足の女子小中学生  
(平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査より)
- スポーツを嫌いと感じる女子中学生  
(平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査より)
- 「面倒くさい」を理由にスポーツしない女性  
(平成29年度スポーツ政策調査研究事業[スポーツを通じた女性の活躍のための現状把握調査]より)

### 従来

事業毎に女性のスポーツ環境の改善に取り組む

国民体育大会

スポーツ少年団

スポーツ指導者養成

日本スポーツマスターズ

総合型地域スポーツクラブ

スポーツ医・科学研究

### 今後

既存の取組の充実・改善だけではなく、「女性」をキーワードとして、既にスポーツに参加している女性が「**もっと楽しみたい**」と思う取組や、現在スポーツに参加していない女性が「**スポーツってイイな**」と思う取組が必要

女性スポーツに関する取組を総合的に検討・実施する

## 女性スポーツ委員会

(目的)

**もっと、女性が、スポーツを楽しむ社会へ**

女性のスポーツに関する活動環境の改善を通じて、女性のスポーツ参加(参画)を促し、より公平なスポーツ文化を確立する

JSPOの事業横断的な活動方針として

**女性スポーツ委員会アクションプランを策定(2019.3.18)**

### アクションプラン2019-2022 取組の視点

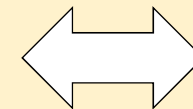
**1** 女性にとって安心・安全・気軽な  
スポーツ環境づくり

**3** 女性役員の育成・登用

**2** 女性指導者の育成

**4** 女性の参加機会の拡充

スポーツ庁などが示す  
各種方策との連携



スポーツ庁

第2期スポーツ基本計画

女性スポーツ促進方策

スポーツ実施率向上のための  
行動計画

# 【女性スポーツ委員会アクションプラン2019-2022(ロードマップ)】

網掛け＝女性スポーツ委員会が中心となり実行する取組。他の取組は、各担当部署が所管する委員会が中心となり実行し、女性スポーツ委員会では提言・要望などを行う。  
 ※網掛けの実行にあたってはスポーツ庁等関係団体との定期的な情報共有・連携を図る。また、今後の状況変化に応じて、取組の早期実行、追加・変更にも随時対応する。

| 目的              | 目標  | 取組の視点  | 取組   | 年次計画  |                 |         |        | 評価指標   | 担当部署                                   | 推進方策2018との関連    |                 |                |                 |
|-----------------|---|--|--|---|-----------------|---------|--------|--|--|-----------------|-----------------|----------------|-----------------|
|                 |   |  |  | 2019年度  | 2020年度          | 2021年度  | 2022年度 |  |  |                 |                 |                |                 |
| 女性にちと安心安全な環境づくり | ①女性にちと安心安全な環境づくり  |  | (1)女性スポーツに関する医・科学的知見の普及・啓発                                       | 「女性スポーツハンドブック」を活用した研修会等の開催  |                 |         |        | ○「女性スポーツハンドブック」を活用した研修会等を年3回開催する(対象:指導者、児童・生徒、等)<br>○企業等が実施する社内研修等への「女性スポーツハンドブック」を活用した啓発セミナーを2022年度までに3回以上実施する<br>○ハラスメントに関するスローガンを2021年度中に策定し、広く一般の意識改革が促されるようSNS等を活用した広報活動を展開する(月2回以上投稿)<br>○女性のスポーツ参加や健康維持・増進に関する指針を2022年度中に策定し、広く一般の意識改革が促されるようSNS等を活用した広報活動を展開する(月2回以上投稿)<br>○シンポジウム等を開催する(対象:指導者、競技団体関係者、等)※2022年度まで(スポーツ庁等関係団体との共催含む。例:生涯スポーツ・体力づくり全国会議) | 国内課                                    | p23-24<br>2)①②③ |                 |                |                 |
|                 |   |  | (2)ハラスメント防止に向けた普及・啓発   | プロジェクト設置  | 検討              | スローガン策定 | 広報展開   |  |  |                 | シンポジウム等の開催      | 国内課            | p23-24<br>2)①②③ |
|                 |   |  | (3)女性が気軽に参加できるスポーツプログラムの提供や楽しいスポーツイメージの普及・啓発                     | 「女性のスポーツ参加促進プログラム」等のスポーツ少年団・総合型クラブ等での活用<br>「女性スポーツ促進キャンペーン」の活用等                                     |                 |         |        |  |  |                 | 国内課(少年団課)クラブ育成課 |                |                 |
|                 |   | 【スポーツ医・科学研究】<br>(4)国体女子選手における医・科学サポートシステムの構築(女性アスリートをサポートする環境を整備するとともに、女性アスリートの諸問題に対応するためのサポートシステムを構築する) | 女性アスリート、関係者への普及・啓発   | 新たな取組の検討<br>関係者への啓発   | 各種調査の実施、関係者への啓発 |         |        | スポーツ科学研究室  | p28<br>4)②                             |                 |                 |                |                 |
|                 |   | 【スポーツ少年団】女性指導者の拡充  |  |   |                 |         |        |  |  |                 |                 |                |                 |
|                 |   | (1)女性指導者の拡充に向けた取組みについての事例収集、調査(都道府県スポーツ少年団との情報共有)  | 支援策等の検討  | 支援策等の実施   |                 |         |        |  |  |                 |                 |                |                 |
|                 |   | (2)女性指導者が活躍しやすい環境の整備(スポーツ少年団登録規程の見直し検討等)   | 登録規程見直し検討・改定   | 登録規程・新規程施行  |                 |         |        |  |  |                 |                 |                |                 |
|                 |   | 【スポーツ指導者養成】資格取得に向けた環境整備  |  |   |                 |         |        |  |  |                 |                 |                |                 |
|                 |   | (3)女性有資格者を増やすための基盤を整備するために、女性指導者に関する各種調査・分析を行う   | 基礎調査の実施  |   |                 |         |        |  |  | p25<br>1)②      |                 |                |                 |
|                 |   | (4)女性指導者に資格取得・登録更新を促すために、養成講習会や研修会等における女性特有のライフイベントの適切な配慮を講じる  | 実態把握   | 課題整理/<br>各種調査の実施  | 具体策の検討          | 具体策の実施  |        |  |  | 25<br>1)②       |                 |                |                 |
|                 | (5)指導現場における多様性や受容性をより高めるために、特に女性競技者が多い競技において女性指導者に資格取得を促すなど、中央競技団体との連携を図る | 実態把握   | 対象団体との協議・対象者への周知   |   |                 |         |        |  | 25<br>1)②                              |                 |                 |                |                 |
| 女性指導者の育成        | ②女性指導者の育成   |  | (1)女性役員の育成・登用に向けた情報収集・発信   | モニタリング・情報共有<br>先進事例の収集・発信   |                 |         |        | ○加盟(準加盟)団体及び関係団体等の女性後援者の登用をモニタリングし、情報を共有する。<br>○加盟(準加盟)団体における女性スポーツ委員会設置に向けた先進事例の収集・発信   | 国内課                                    | p23-24<br>2)①②  |                 |                |                 |
|                 |   |  | (2)女性役員の育成・登用に向けた情報交換・共有の場の創出                                    | 「研修プログラム」等情報収集<br>具体策の検討<br>情報交換・共有の実施  |                 |         |        |  |  |                 | 国内課             | p23-24<br>2)①② |                 |
|                 |   |  | 【総合型地域スポーツクラブ】<br>(3)クラブ運営を担う人材の強化<br>クラブマネジメント人材の発掘・育成(女性部会の設置) | 検討  | 実施              |         |        |  |  | クラブ育成課          | p21<br>2)①      |                |                 |
| 女性役員の育成 登用      | ③女性役員の育成 登用   |  | 【国民体育大会】<br>(1)女子種別の拡充   | 「国民体育大会における2020年オリンピック対策・実行計画」(2016～2022年)において5競技5種目〔水泳(水球)、ボクシング、レスリング、ウエイトリフティング、自転車〕の女子種別を段階的に導入 |                 |         |        | ○導入状況、各都道府県の参加実績を検証する  | 国内課                                    | p9<br>2)        |                 |                |                 |
|                 |   |  |  | 「21世紀の国体像～国体ムーブメントの推進～」に基づき、女子種別の充実について、各競技団体と個別に調整を行う  |                 |         |        | ○女子種別の拡充競技を増やす   |  |                 |                 |                |                 |
|                 |   |  | 【日本スポーツマスターズ】<br>(2)実施競技の種別等見直し                                  | 見直し基準作成   | 種別等見直し          | 種別等見直し  | 種別等見直し |  | ○2022大会までに5競技で種別等見直し(その中に女子種別の追加が含まれる) | 国内課             | —               |                |                 |

※スポーツ庁等関係団体＝スポーツ庁、JSC:日本スポーツ振興センター、JOC:日本オリンピック委員会、JPSA:日本障がい者スポーツ協会、JPC:日本パラリンピック委員会、女性アスリート健康支援委員会、等 ※推進方策2018＝日本スポーツ協会スポーツ推進方策2018

## 日本スポーツ協会女性スポーツ委員会 アクションプラン

### 【はじめに】

日本スポーツ協会(以下「当協会」という。)では、「スポーツと、望む未来へ。」のコーポレートメッセージの下、スポーツがあらゆる人々に一切の差別、格差なく享受されるよう取り組むことで、誰もが望む社会が実現されることを目指しています。

しかし、「女性」に目を向けると、我が国では、女性特有の疾病予防を含む心身の健康増進や生きがいづくりにつながる運動・スポーツの実践が奨励されている一方で、女性のスポーツ実施(する)率、スポーツ観戦(みる)率、スポーツボランティア実施(ささえる)率は、全世代を平均すると男性と比較して低いことから<sup>1</sup>、我が国のスポーツ享受には男女差が生じている現状にあります。

その背景には、月経周期異常を抱える女性競技者<sup>2</sup>、運動不足の女子小中学生<sup>3</sup>、スポーツを嫌いと感じる女子中学生<sup>4</sup>、「面倒くさい」を理由にスポーツしない女性<sup>5</sup>など、女性とスポーツに関する様々な課題があると考えられています。

当協会では、これまで事業毎に女性のスポーツ環境の改善に取り組んできましたが<sup>6</sup>、これらの課題を解決するためには、既存の取組の充実・改善だけでは十分とは言えず、「女性」をキーワードとして、既にスポーツに参加している女性が「もっと楽しみたい」と思う取組や、現在スポーツに参加していない女性が「スポーツってイイな」と思う取組が必要であると考えています。

こうした取組を総合的に検討・実施するべく、当協会では 2017 年 11 月に「女性スポーツ委員会」を設置しました。当委員会の目的は、女性のスポーツに関する活動環境の充実や改善を通じて、女性のスポーツ参加(参画)を促し、より公平なスポーツ文化を確立することです。言わば「**もっと、女性が、スポーツを楽しむ社会**」の実現を目指しています。

この目的の実現に向けた歩みを着実に進めるため、当委員会では、当協会の事業横断的な活動方針(アクションプラン)を策定しました。プランの実行にあたっては、男女限らず多くの方々のご理解とご協力が必要となります。関係者皆様からの一層のご支援を引き続きよろしく申し上げます。

2019年3月18日

女性スポーツ委員会委員長 ヨーコ ゼッターランド

<sup>1</sup> スポーツ庁(2018)平成 29 年度スポーツの実施状況等に関する世論調査。

<sup>2</sup> 東京大学医学部付属病院 女性診療科・産科(2018)Health Management for Female Athlete Vol.3-女性アスリートのための月経対策ハンドブック-(第 3 版)東京大学医学部付属病院 女性診療科・産科。

<sup>3</sup> スポーツ庁(2018)平成 30 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査。

<sup>4</sup> 脚注 3 と同様

<sup>5</sup> 日本総合研究所(2018)平成 29 年度スポーツ政策調査研究事業(スポーツを通じた女性の活躍のための現状把握調査)。

<sup>6</sup> 当協会では、これまで国体女子種別の拡充、スポーツ少年団女子団員の加入促進、女性指導者の資格取得促進、国体女子選手への医・科学サポート構築、総合型地域スポーツクラブ全国協議会における都道府県代表委員の女性割合の増加などに取り組んできました。当協会が展開するスポーツ推進事業については、日本スポーツ協会(2018)日本スポーツ協会スポーツ推進方を参照。

【女性とスポーツに関する現状と課題(一例)】 ※詳細・出典は「参考資料」参照

〔課題〕

|  |   |
|--|---|
| <p><b>月経周期異常を抱える女性競技者</b><br/>競技レベルを問わず<br/><b>約 40%</b><br/><small>大須賀・能瀬(2016)</small></p>                           | <p><b>運動不足の中学 2 年生</b><br/>1 週間の総運動時間が 60 分未満<br/><b>19.8%</b>(男子 11.4%)<br/><small>スポーツ庁(2018a)</small></p>            |
| <p><b>高齢女性における要介護の主要因</b><br/>骨折・転倒 <b>15.2%</b>(男性 7.1%)<br/>若年期の運動・栄養不足による骨量不足に起因<br/><small>厚生労働省(2017)</small></p> | <p><b>仕事の生産性に影響を与える疾患・症状</b><br/>1 位 <b>メンタル面の不調</b><br/>健康経営からみた運動・スポーツへの期待<br/><small>健康日本 21 フォーラム(2013)</small></p> |
| <p><b>スポーツ指導における暴力</b><br/>女子競技者は、男子競技者と比較し、指導者から物を投げつけられたり、暴言を言われるリスクが高い傾向<br/><small>高峰(2016)</small></p>            | <p><b>スポーツ指導におけるセクシャルハラスメント</b><br/>ハイレベル女性競技者は、指導者からのセクシャルハラスメント的行為に対する認識が低い傾向<br/><small>Takamine(2012)</small></p>   |
| <p><b>運動・スポーツを「嫌い」「やや嫌い」と回答した女子中学 2 年生</b><br/><b>21.3%</b>(男子 11.4%)<br/><small>スポーツ庁(2018a)</small></p>              | <p><b>女性の運動・スポーツ未実施理由</b><br/>1 位 <b>面倒くさいから(37.6%)</b><br/><small>日本総合研究所(2018)</small></p>                            |
| <p><b>日本スポーツ協会公認スポーツ指導者における女性割合</b><br/><b>21.9%</b>(38,005 名)<br/><small>日本スポーツ協会(2018)</small></p>                   | <p><b>スポーツ団体における女性役員の割合</b><br/><b>10.7%</b>(336 名)<br/><small>スポーツ庁(2018b)</small></p>                                 |



〔現状〕 する・みる・ささえるの男女差(全世代平均)

|   |                           |                 |                 |
|---|---------------------------|-----------------|-----------------|
| <b>スポーツ実施率(する)</b><br><small>スポーツ庁(2019)</small>    | 週 1 回以上                   | <b>女性 53.4%</b> | <b>男性 57.2%</b> |
|   | 週 3 回以上                   | <b>女性 27.1%</b> | <b>男性 28.7%</b> |
| <b>スポーツ観戦率(みる)</b><br><small>スポーツ庁(2019)</small>    | 過去 1 年間に直接現地へ足を運んだスポーツ観戦者 | <b>女性 21.2%</b> | <b>男性 32.4%</b> |
| <b>スポーツボランティア実施率</b><br><small>スポーツ庁(2018c)</small> | 過去 1 年間のスポーツボランティア実施率     | <b>女性 8.3%</b>  | <b>男性 13.0%</b> |

## 【アクションプラン 2019-2022 における「取組の視点」】

スポーツ庁では、2017年3月に策定した第2期スポーツ基本計画<sup>7</sup>において、今後5年間に総合的かつ計画的に取り組む施策におけるターゲット(対象)の一つに「女性」を取り上げました。

その後、スポーツ庁では、女性とスポーツに関する現状と課題を踏まえて、2018年11月には女性スポーツの促進方策<sup>8</sup>を取りまとめ、今後、当協会を含むスポーツ団体・関係者が一致協力して取り組む女性スポーツ推進の柱を「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」の3つに集約しました。

我が国における女性のスポーツ環境を充実・改善する上では、スポーツ庁をはじめとする関係団体と連携・協力し、スポーツ界が一体となって女性スポーツの推進に取り組むことが求められます。したがって、当委員会における取組もスポーツ庁などが示す各種方策との連携を見据えた展開が必要になると考えられます。

なお、「世代ごとのスポーツ実施率の向上」に関しては、2018年9月にスポーツ庁が取りまとめたスポーツ実施率向上のための行動計画<sup>9</sup>を踏まえると、女性のスポーツ参加機会を拡充するだけでなく、女性の身体的特徴に応じた安全・安心な指導や、年代・ライフステージ・志向などにより変化する女性の意欲・ニーズに合わせて、気軽に楽しめる働きかけが求められると言えます。

以上のことから、2019～2022年度の4年間にわたる当委員会のアクションプランでは、次に示す4つを「取組の視点」として掲げることとしました。

### 女性スポーツ委員会アクションプラン 2019-2022

#### 【取組の視点】

- (1)女性にとって安心・安全・気軽なスポーツ環境づくり
- (2)女性指導者の育成
- (3)女性役員の育成・登用
- (4)女性の参加機会の拡充

<sup>7</sup> スポーツ庁(2017)第2期スポーツ基本計画

<sup>8</sup> スポーツ庁(2018)女性スポーツの促進方策

<sup>9</sup> スポーツ庁(2018)スポーツ実施率向上のための行動計画～「スポーツ・イン・ライフ」を目指して～



# 【参考資料】 女性とスポーツに関する現状と課題(一例)詳細版

## 女性にとって安全・安心・気軽なスポーツ環境づくりに関する現状と課題

### スポーツの継続実施に伴う健康課題

#### ◆「女性アスリートの三主徴(FAT:Female Athlete Triad)」

(①利用可能エネルギー不足 ②視床下部性無月経 ③骨粗鬆症)

利用可能エネルギー不足が視床下部性無月経を招き、無月経は骨密度の低下につながり、疲労骨折リスクを高める。また、女性競技者においては、競技レベルを問わず、約4割が月経周期異常となっており、また、疲労骨折は16～17歳の高校生時に多くみられている。10代からのFAT対策が求められている。

#### ※女性アスリートの三主徴(FAT)と疲労骨折の関連

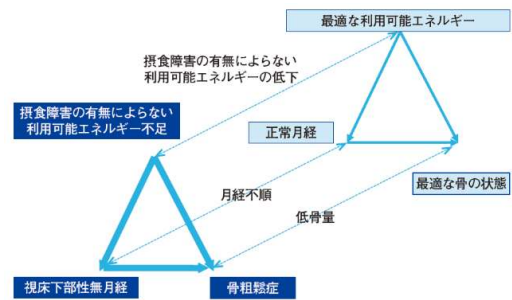
FATの内、1つの疾患を有する場合:疲労性骨障害リスクが2.4～4.9倍

FAT全ての疾患を有する場合:疲労性骨障害リスクが6.8倍との報告もある



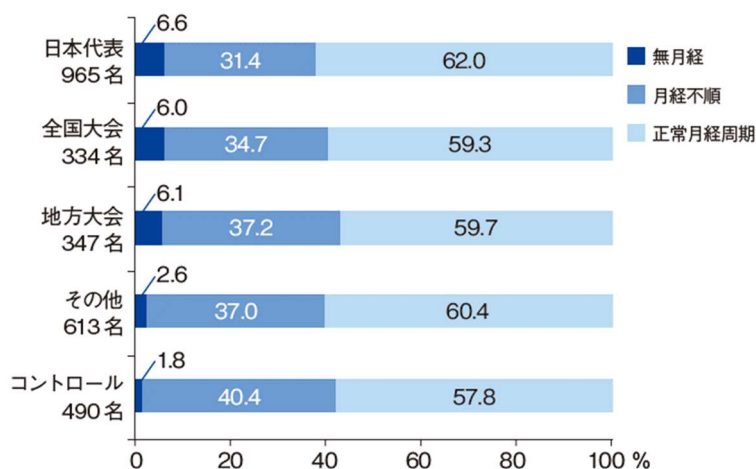
Mountjoy et al., 2014

図1 スポーツにおける相対的なエネルギー不足の健康への影響



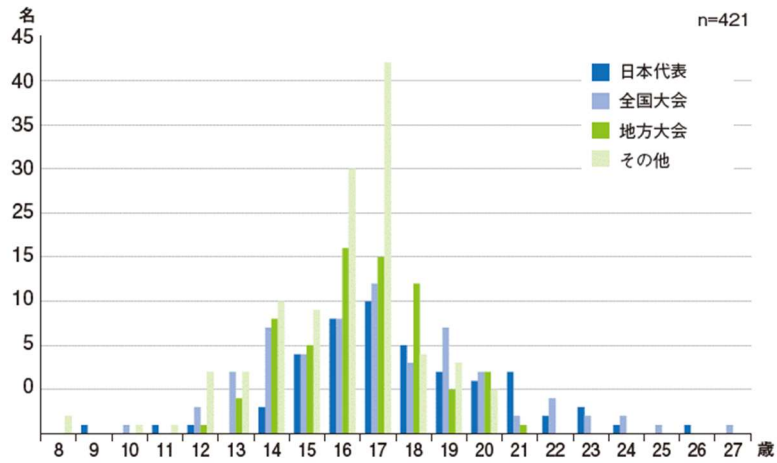
De souza et al., 2014

図2 女性アスリートの三主徴



大須賀 穰・能瀬 さやか (2016)

図3 競技レベル別にみた月経周期異常の頻度



大須賀穰・能瀬さやか(2016)

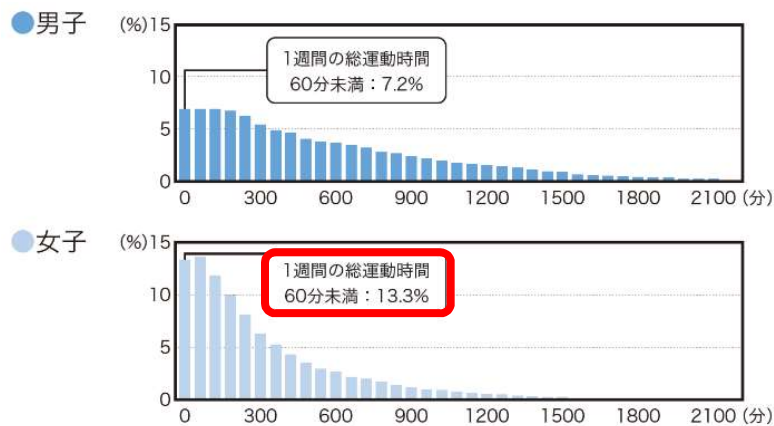
図4 競技レベル別にみた疲労骨折時の年齢

### スポーツ未実施に伴う健康課題

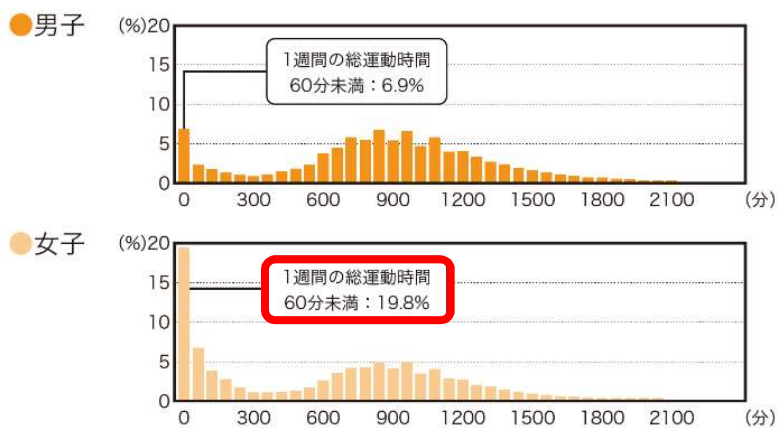
#### ◆10代女子の運動不足と体力低下

1週間の総運動時間が60分未満の10代女子は、小学5年生で13.3%、中学2年生で19.8%存在する。子供時代の身体活動は、成人後の運動習慣や健康状態に影響すると考えられており、10代女子への運動・スポーツ実施の促進が求められる。

小学5年生



中学2年生

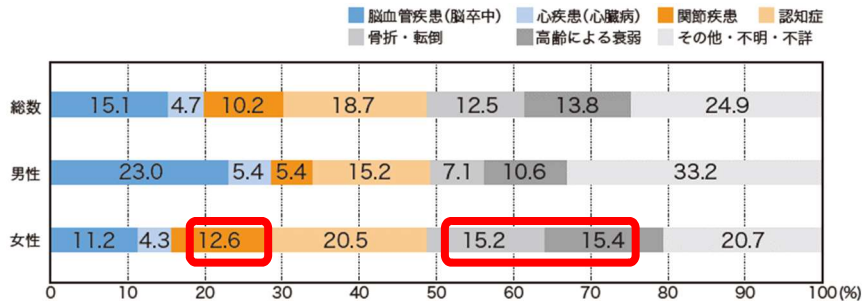


スポーツ庁(2018a)

図5 体育の授業を除く1週間の総運動時間

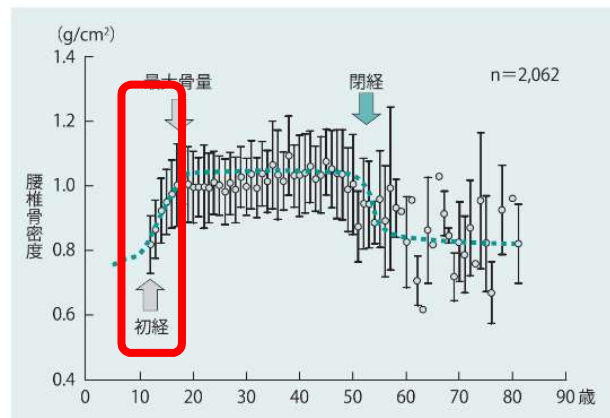
## ◆日本女性の疾病リスクと痩せ

高齢女性が要介護となる主要な原因は、運動不足・筋力不足・骨粗鬆症による転倒・骨折、膝・股関節の変形性関節疾患である。女性が最大骨量を獲得するのは20歳頃であることから、高齢期の骨粗鬆症リスクを減らす上でも、若年期の運動・スポーツ不足、栄養不足による「痩せ」への対策が求められる。



厚生労働省(2017)

図6 女性における腰椎骨密度の年齢分布(獲得から喪失まで)



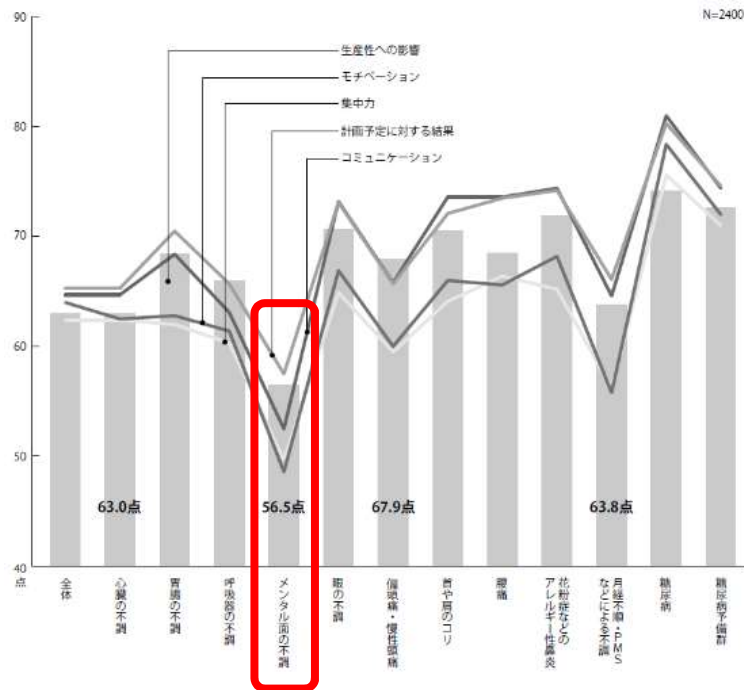
厚生労働省(2017)

図7 65歳以上の要介護者等の性別にみた介護が必要になった主な原因



## ◆健康経営と運動・スポーツ

心身の健康(特にメンタル面)が、仕事の業務遂行能力に影響を及ぼすことが報告されている。従業員の生産性の向上等の観点から、現在、企業における「健康経営」が推進されており、その取組の一つとして運動・スポーツを通じた健康維持・増進に期待が寄せられている。



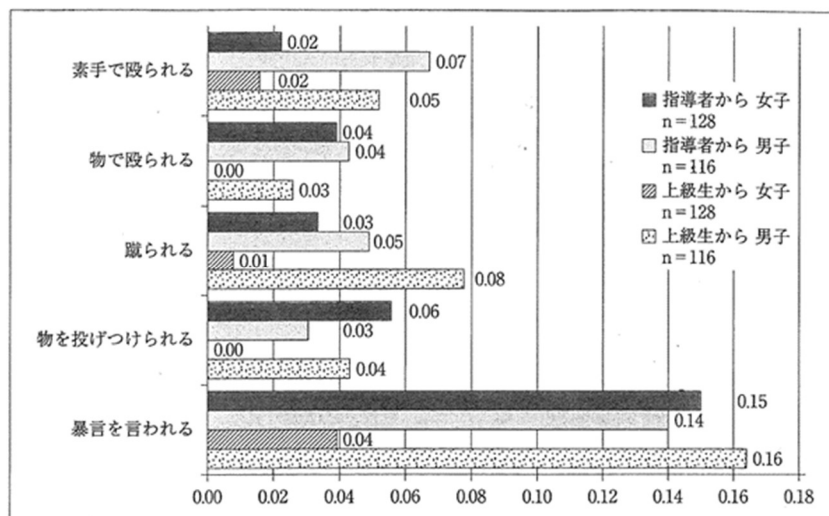
健康日本 21 推進フォーラム(2013)

図 8 健康時と比べた不調時の業務遂行能力の自己採点

## スポーツ指導におけるハラスメント

### ◆暴力

指導者や上級生から暴力的言動を受けるリスクは、女子よりも男子において高い傾向を確認できるが、その中でも指導者から物を投げつけられたり、暴言を言われるリスクは、女子が男子を上回る傾向がみられる。暴力行為の根絶に向けた取組が求められている。



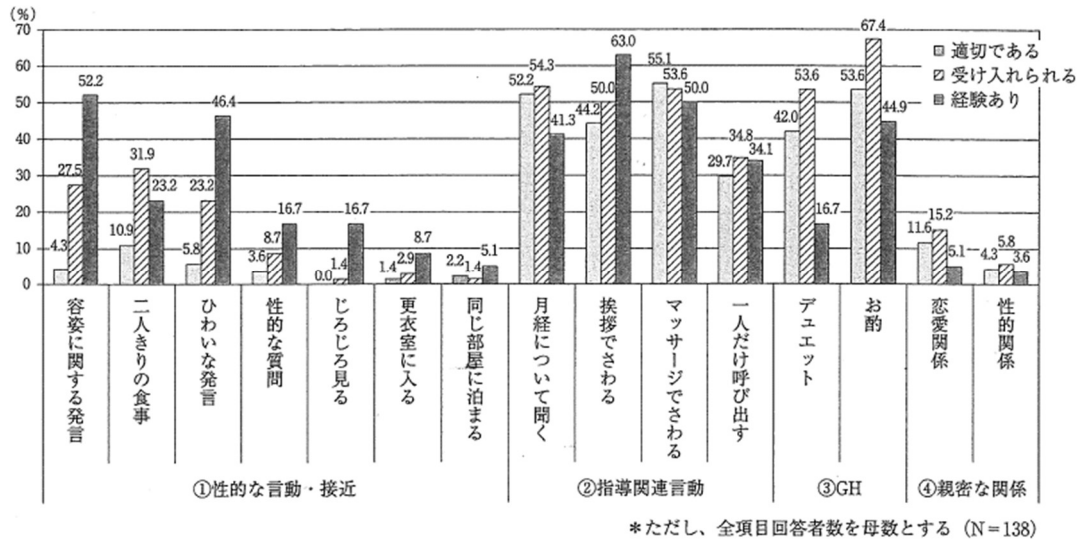
高峰(2016)

図 9 高校時代の運動部活動において 5 種の暴力・暴言を経験する男女別リスク<sup>1</sup>

<sup>1</sup> ここでのリスクは、カテゴリ総数に対する暴力的言動を受けた割合である。例えば男子運動部員 100 名のうち 10 名が暴力的言動を受けた場合、リスク=10/100=0.10 である。

## ◆セクシャルハラスメント

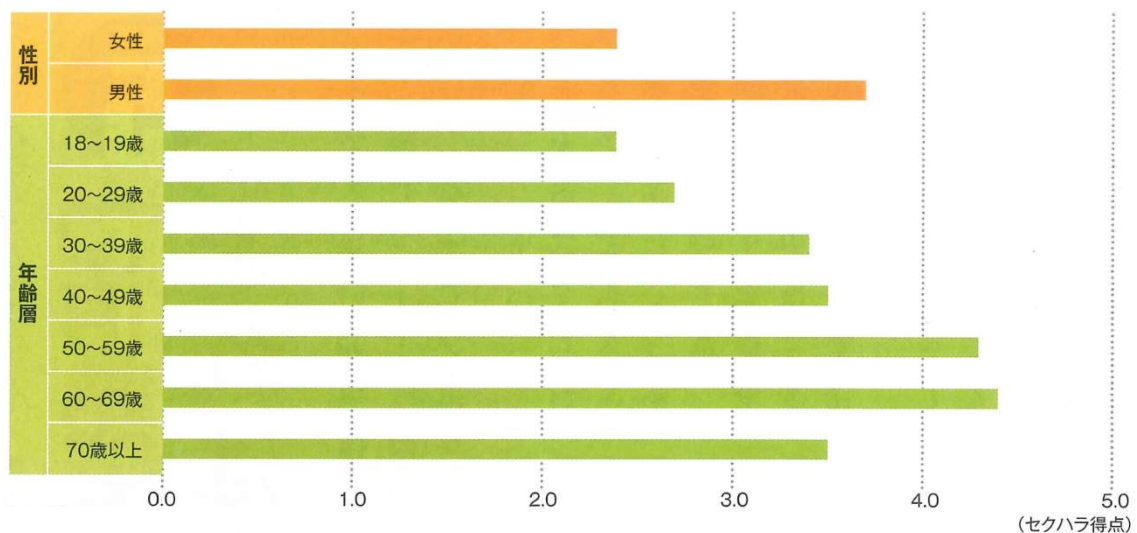
セクシャルハラスメント的行為の内、「①性的な言動・接近(例:容姿に関する発言、ひわいな発言)」に関しては、ハイレベル女子競技者は、「適切である」とは思っていないが「受け入れられる」と回答する傾向にある。不適切な行為と認識しつつも、これら行為を否応なしに数多く経験していくうちに、受容せざるを得ない状況に置かれている可能性があり、セクシャルハラスメント防止に向けた対策が求められている。



高峰(2016)

図 10 ハイレベル女子競技者のセクシャルハラスメント的行為に対する認識・受容・経験<sup>2</sup>

男性指導者から女性競技者に対するセクシャルハラスメント的行為に関して、その認識の度合いを確認すると、女性競技者はセクシャルハラスメントであるという認識をしない傾向にある。



Takamine(2012)

図 11 ハイレベル女子競技者のセクシャルハラスメント的行為に対する認識

<sup>2</sup> 図中にある「③GH」とは「ジェンダーハラスメント」の略。

## スポーツ参加の気軽さ、スポーツに対するイメージの改善

### ◆10代女子の運動・スポーツ嫌い

運動・スポーツを「嫌い」「やや嫌い」と回答する女性は中学2年生で約20%おり、運動・スポーツに対するイメージの改善が求められている。



スポーツ庁(2018a)

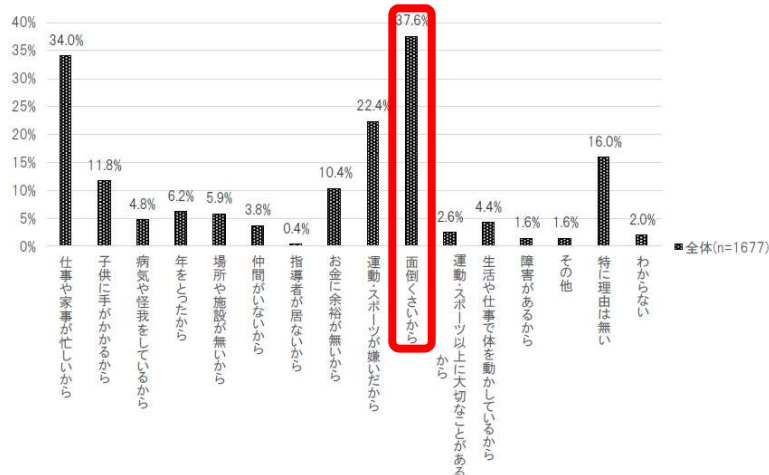
図12 運動やスポーツの好き・嫌い【中学生】

### ◆女性の運動・スポーツ未実施理由、実施する上で求める条件

女性の運動・スポーツ未実施理由の第1位には、「面倒くさい」が挙げられている。また、特に20~40代は、家事・育児、仕事で忙しく自由な時間を確保することが難しいことから、ウォーキングなどを含めて手軽に運動・スポーツできる環境整備が求められている。

(女性の運動・スポーツ未実施理由)

- 第1位 面倒くさいから(37.6%)
- 第2位 仕事や家事が忙しいから(34.0%)
- 第3位 運動・スポーツが嫌いだから(22.4%)

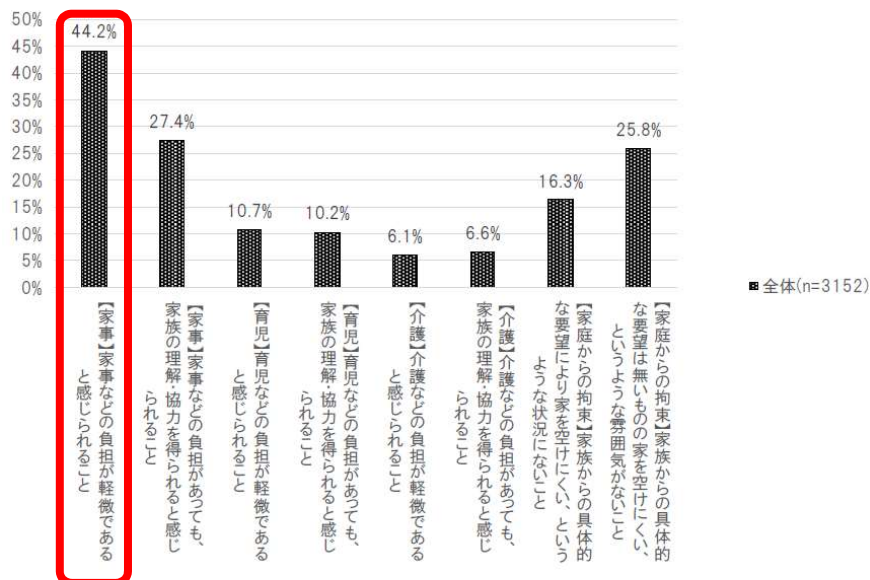


日本総合研究所(2018)

図13 この1年間に運動・スポーツを実施できなかった理由

(女性の運動・スポーツ実施条件[家庭])

- 第1位 家事などの負担が軽微であると感じられること(44.2%)
- 第2位 家事などの負担があっても、家族の理解・協力を得られると感じられること(27.4%)
- 第3位 家族からの具体的な要望は無いものの家を空けにくい、というような雰囲気がないこと(25.8%)

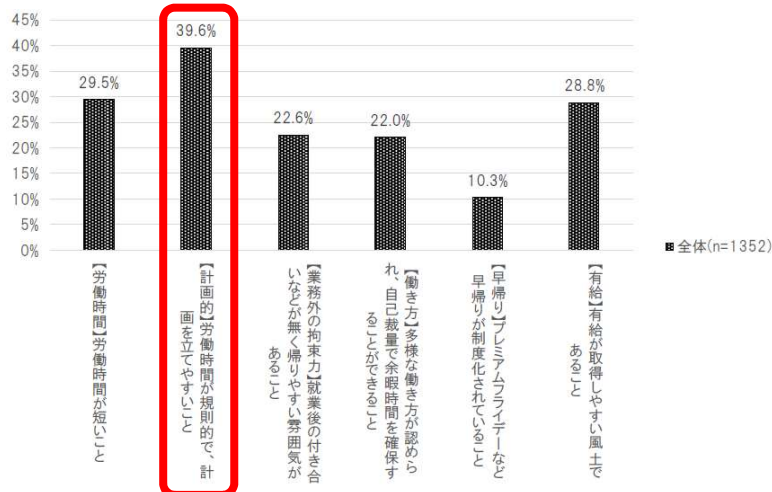


日本総合研究所(2018)

図14 家族の世話をしながら運動・スポーツを実施する際に重要だと感じる条件

(女性の運動・スポーツ実施条件[仕事])

- 第1位 労働時間が規則的で、計画を立てやすいこと(39.6%)
- 第2位 労働時間が短いこと(29.5%)
- 第3位 有休が取得しやすい風土であること(28.8%)



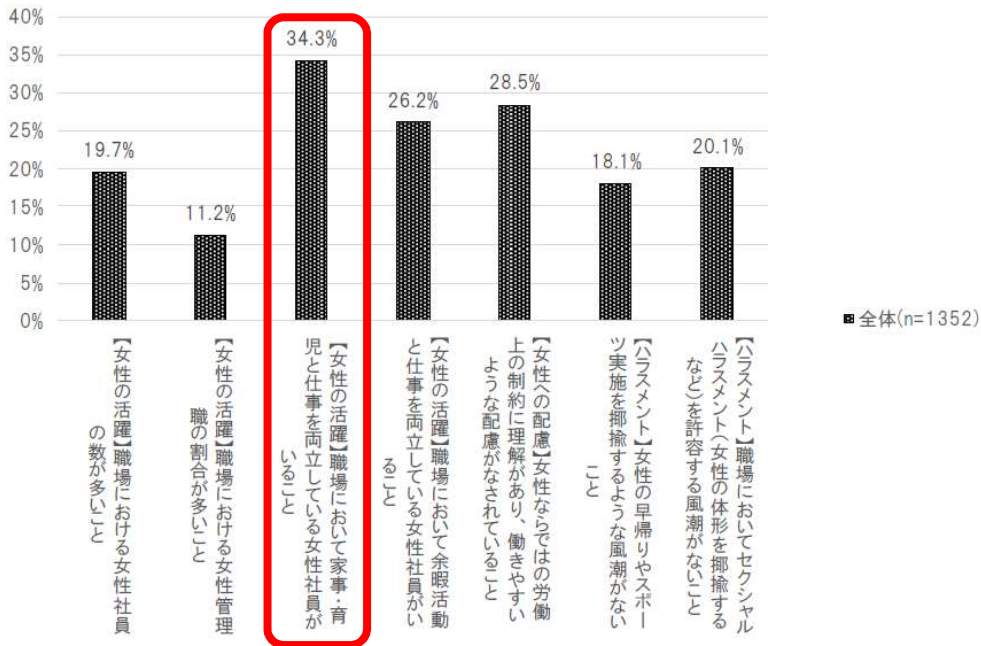
日本総合研究所(2018)

図15 仕事をしながら運動・スポーツを実施する際に重視する条件

◆女性が自由な時間を獲得する上で重要な職場環境・雰囲気

- 第1位 職場において家事・育児と仕事を両立している女性社員がいること(34.3%)
- 第2位 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(28.5%)
- 第3位 職場において余暇活動と仕事を両立している女性社員がいること(26.2%)





日本総合研究所(2018)

図 16 女性が自由な時間を作ることへの理解を得る上で、重要だと感じる職場環境・雰囲気

### 女性指導者の育成に関する現状と課題

スポーツ指導者に占める女性指導者の割合は約 20%であり、女性が資格取得しやすい環境の整備が求められている。

(全体)

|       | 20代以下  | 30代    | 40代    | 50代    | 60代    | 70代以上  | 合計      | 割合    |
|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|-------|
| 男性    | 12,628 | 24,862 | 34,883 | 31,204 | 21,114 | 10,515 | 135,206 | 78.1% |
| 女性    | 5,337  | 6,069  | 8,337  | 8,318  | 6,524  | 3,420  | 38,005  | 21.9% |
| 合計    | 17,965 | 30,931 | 43,220 | 39,522 | 27,638 | 13,935 | 173,211 |       |
| 女性の割合 | 10.4%  | 17.9%  | 25.0%  | 22.8%  | 16.0%  | 8.0%   |         |       |

女性指導者の割合が多い競技(種別)

| 競技(種別)   | 人数    | 割合    |
|----------|-------|-------|
| なぎなた     | 1,129 | 95.3% |
| 新体操      | 432   | 94.7% |
| チアリーディング | 23    | 92.0% |
| エアロビック   | 669   | 91.6% |
| 体操       | 607   | 83.2% |
| 水泳       | 9,336 | 54.8% |
| ダンススポーツ  | 130   | 45.8% |
| スケート     | 330   | 44.2% |
| 卓球       | 1,321 | 41.8% |
| バウンドテニス  | 19    | 39.6% |

20代以下の女性指導者の割合が多い競技(種別)

| 競技(種別)   | 人数    | 割合    |
|----------|-------|-------|
| フェンシング   | 240   | 37.6% |
| チアリーディング | 5     | 20.0% |
| 新体操      | 91    | 20.0% |
| ハンドボール   | 324   | 19.3% |
| サッカー     | 7,150 | 19.0% |
| ホッケー     | 139   | 18.6% |
| 体操競技     | 113   | 16.1% |
| ボート      | 105   | 13.5% |
| 陸上競技     | 494   | 11.2% |
| アーチェリー   | 86    | 11.1% |

2018年10月1日付日本スポーツ協会公認スポーツ指導者登録者数  
\*複数資格保有者も1人分で算出

図 17 女性の公認スポーツ指導者資格保有数



## 女性役員の育成・登用に関する現状と課題

スポーツ団体における女性役員の割合は約 10%であることから、スポーツ団体において多様な視点が確保されるよう女性役員の育成や登用に向けた検討が求められている。

|        | 平成 28 年 10 月 | 平成 29 年 8 月 |
|--------|--------------|-------------|
| 回答団体数  | 116 団体       | 119 団体      |
| 総役員数   | 3,091 名      | 3,129 名     |
| 女性役員数  | 301 名        | 336 名       |
| 女性役員比率 | 9.7%         | 10.7%       |

※119 団体＝日本体育協会(当時)における加盟競技団体(59 団体)、加盟都道府体育協会等(47 団体)、加盟関係スポーツ団体(7 団体)、準加盟団体(4 団体)、日本体育協会、日本オリンピック委員会

スポーツ庁(2018b)

図 18 日本のスポーツ団体における役員数

## 女性の参加機会の拡充に関する現状と課題

### 国体女子種別の拡充

|             |  |
|-------------|--|
| 2016 年 岩手国体 | オープンウォータースイミング、ボクシング、レスリング、ウエイトリフティング、自転車、ラグビーフットボール |
| 2017 年 岩手国体 | ビーチバレーボール  |
| 2019 年 茨城国体 | 水球、トランポリン  |

図 19 国体未実施のオリンピック競技種目の内女子種別が追加された競技

### 日本スポーツマスターズ女子種別の拡充

|          | 男子種別 | 女子種別 |        | 男子種別 | 女子種別 |
|----------|------|------|--------|------|------|
| 水泳       | ●    | ●    | サッカー   | ●    | なし   |
| テニス      | ●    | ●    | バレーボール | ●    | ●    |
| バスケットボール | ●    | ●    | 自転車競技  | ●    | ●    |
| ソフトテニス   | ●    | ●    | 軟式野球   | ●    | なし   |
| ソフトボール   | ●    | ●    | バドミントン | ●    | ●    |
| 空手道      | ●    | ●    | ボウリング  | ●    | ●    |
| ゴルフ      | ●    | ●    |        |      |      |

図 20 日本スポーツマスターズにおける実施種別

## その他（スポーツのする・みる・ささえるの男女差）

### スポーツ実施率

週 1 回以上:男性 53.4% 女性 50.2% 週 3 回以上:男性 27.2% 女性 25.1%

|         | 全体   |        | 男性   |        | 女性   |        |
|---------|------|--------|------|--------|------|--------|
| 成人のみ    | 55.1 | (51.5) | 57.6 | (53.0) | 53.0 | (50.0) |
| 全年代平均   | 55.3 | (51.8) | 57.2 | (53.4) | 53.4 | (50.2) |
| 18歳・19歳 | 63.0 | (63.3) | 68.2 | (67.5) | 57.7 | (58.8) |
| 20代     | 50.1 | (50.0) | 54.3 | (54.3) | 45.6 | (45.4) |
| 30代     | 47.8 | (45.4) | 50.9 | (50.0) | 44.6 | (40.7) |
| 40代     | 46.7 | (42.2) | 49.5 | (46.4) | 43.9 | (37.8) |
| 50代     | 49.6 | (45.5) | 49.5 | (45.5) | 49.7 | (45.4) |
| 60代     | 62.5 | (58.4) | 64.5 | (56.0) | 60.6 | (60.5) |
| 70代     | 75.0 | (71.3) | 76.6 | (71.1) | 73.7 | (71.5) |

( )内は29年度数値

|         | 全体   |        | 男性   |        | 女性   |        |
|---------|------|--------|------|--------|------|--------|
| 成人のみ    | 27.8 | (26.0) | 29.1 | (26.9) | 26.7 | (25.1) |
| 全年代平均   | 27.9 | (26.2) | 28.7 | (27.2) | 27.1 | (25.1) |
| 18歳・19歳 | 33.1 | (33.1) | 36.3 | (38.4) | 29.7 | (27.6) |
| 20代     | 21.4 | (22.9) | 24.6 | (26.7) | 18.0 | (19.0) |
| 30代     | 19.5 | (19.2) | 19.8 | (21.0) | 19.2 | (17.3) |
| 40代     | 21.5 | (18.6) | 22.6 | (20.0) | 20.4 | (17.1) |
| 50代     | 23.9 | (21.6) | 22.6 | (21.0) | 25.2 | (22.3) |
| 60代     | 34.2 | (32.4) | 35.0 | (32.3) | 33.4 | (32.4) |
| 70代     | 46.5 | (44.0) | 49.7 | (45.0) | 43.7 | (43.0) |

( )内は29年度数値

スポーツ庁(2019)

図 21 スポーツ実施率

### スポーツ観戦率(みる)

年 1 回以上の観戦率 男性 32.3% 女性 21.6%

Q25.この1年間にどんなスポーツを観戦しましたか

|                               | (直接現地で) (%) |      |      | (TV・インターネットで) (%)        |      |      |      |
|-------------------------------|-------------|------|------|--------------------------|------|------|------|
|                               | 全体          | 男性   | 女性   | 全体                       | 男性   | 女性   |      |
| プロ野球(NPB、メジャーリーグ含む)           | 13.7        | 17.2 | 10.1 | 47.3                     | 53.1 | 41.5 |      |
| Jリーグ(J1、J2、J3)                | 5.1         | 6.9  | 3.3  | 44.3                     | 53.1 | 35.6 |      |
| 高校野球                          | 4.9         | 6.9  | 2.9  | 43.2                     | 54.3 | 32.1 |      |
| マラソン、駅伝                       | 2.5         | 2.8  | 2.1  | 42.3                     | 43.6 | 41.1 |      |
| ゴルフ                           | 2.0         | 3.1  | 0.9  | 38.7                     | 30.7 | 46.6 |      |
| その他野球、ソフトボール                  | 1.9         | 2.4  | 1.4  | 32.4                     | 39.0 | 25.9 |      |
| ラグビー(トップリーグ、大学、高校ラグビー、海外ラグビー) | 1.7         | 2.3  | 1.1  | 31.2                     | 33.1 | 29.3 |      |
| サッカー-日本代表                     | 1.6         | 2.2  | 1.1  | 21.3                     | 20.3 | 22.3 |      |
| 大相撲                           | 1.6         | 2.0  | 1.3  | Jリーグ(J1、J2、J3)           | 19.8 | 27.0 | 12.7 |
| バスケットボール(Bリーグ、NBA 含む)         | 1.5         | 1.6  | 1.3  | バレーボール(Vリーグ、日本代表含む)      | 19.7 | 20.2 | 19.2 |
| その他サッカー                       | 1.1         | 1.3  | 0.9  | 陸上競技                     | 19.3 | 21.5 | 17.0 |
| バレーボール(Vリーグ、日本代表含む)           | 1.0         | 1.1  | 0.9  | ゴルフ                      | 19.1 | 26.2 | 12.1 |
| テニス                           | 1.0         | 1.2  | 0.9  | バドミントン                   | 16.9 | 18.9 | 14.8 |
| 陸上競技                          | 1.0         | 1.2  | 0.8  | 体操・新体操                   | 16.5 | 15.2 | 17.8 |
| フィギュアスケート、スピードスケート、アイスホッケー    | 1.0         | 0.7  | 1.2  | 武道(剣道、柔道、空手)、ボクシング、レスリング | 15.3 | 20.2 | 10.4 |
| 見た                            | 26.8        | 32.4 | 21.2 | 見た                       | 75.7 | 79.8 | 71.6 |
| 見なかった                         | 73.2        | 67.6 | 78.8 | 見なかった                    | 24.3 | 20.2 | 28.4 |

スポーツ庁(2019)

図 22 スポーツ観戦率

スポーツボランティア実施率(ささえる)

年1回以上のスポーツボランティア実施率 男性 13.0% 女性 8.3%

この1年間のスポーツに関するボランティア活動への参加有無

|            | 男性    | 女性    |
|------------|-------|-------|
| 定期・不定期に行った | 13.0% | 8.3%  |
| 行っていない     | 87.0% | 91.8% |

スポーツ庁(2018c)より抜粋

Q27.この1年間にスポーツに関するボランティアを行いましたか

Q28.(Q27で「日常的・定期的に行った」「イベント・大会で不定期に行った」と答えた者に)その活動の具体的な内容

n=20,000

|                 |       |
|-----------------|-------|
| 日常的・定期的に行った     | 3.8%  |
| イベント・大会で不定期に行った | 6.8%  |
| 行っていない          | 85.3% |
| わからない           | 4.0%  |

n=2,127

|                               |       |
|-------------------------------|-------|
| 大会・イベントの運営や世話                 | 27.6% |
| 運動・スポーツの指導                    | 23.7% |
| スポーツクラブ・団体の運営や世話              | 23.4% |
| 自身やお子様が所属するスポーツ団体やクラブでの補助的な活動 | 20.9% |
| スポーツ施設の管理の手伝い                 | 19.3% |
| スポーツの審判                       | 17.2% |
| わからない                         | 9.4%  |
| その他                           | 1.4%  |

※「運動実施状況」とのクロス集計

n=20,000

|                 | 週1日以上 | 週1日未満 | 未実施   |
|-----------------|-------|-------|-------|
| 日常的・定期的に行った     | 5.7%  | 2.6%  | 1.0%  |
| イベント・大会で不定期に行った | 9.5%  | 6.5%  | 1.7%  |
| 行っていない          | 82.3% | 85.8% | 90.9% |
| わからない           | 2.4%  | 3.2%  | 6.3%  |

※「未実施」は「しなかった」「わからない」の計

スポーツ庁(2018c)

図 23 スポーツボランティア実施率

## 【出典】

- De Souza, M.J. , Nattiv, A. , Joy, E. , Misra, M. Williams, Nl. Mallinson, Rebecca JM, Gibbs, J. C. , Olmsted, M. , Goolsby, M. , Matheson, G. and Barrack, M. (2014)Female Athlete Triad Coalition Consensus Statement on Treatment and Return to Play of the Female Athlete Triad:1st International Conference held in San Francisco, California, May 2012 and 2nd International Conference held in Indianapolis, Indiana, May 2013. , British journal of sports medicine. 48:289.
- 健康日本 21 推進フォーラム(2013)疾病・症状が仕事の生産性等に与える影響に関する調査.
- 厚生労働省(2017)平成 28 年度国民生活基礎調査. <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa16/index.html>
- 厚生労働省(2018)平成 29 年国民健康・栄養調査報告. [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/eiyuu/h29-houkoku.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/eiyuu/h29-houkoku.html)
- Mountjoy, M. , Sundgot-Borgen, J. , Burke, L. , Susan, C. , Naama, C. , Constance, L. , Nanna, M. , Roberta, S. , Kathrin, S. , Richard, B. , Arne, L. (2014)The IOC consensus statement: beyond the female athlete triad—Relative Energy Deficiency in Sport(RED-S). British journal of sports medicine, 48(7):491-497.
- 日本総合研究所(2018)平成 29 年度スポーツ政策調査研究事業(スポーツを通じた女性の活躍のための現状把握調査).
- 大須賀穰・能瀬さやか(2016)アスリートの月経周期異常の現状と無月経に影響を与える因子の検討. 若年女性のスポーツ障害の解析, 日本医療研究開発機構:4-15.
- Osamu Takamine(2012)Factors Concerning Perceptions of Sexual Harassment in Sports Settings among Top-Ranking Japanese Coaches and Athletes, Proceedings for World Congress of Sociopolgy of Sport 2012
- スポーツ庁(2018a)平成 30 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査. [http://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922.htm](http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922.htm)
- スポーツ庁(2018b)第 1 回スポーツを通じた女性活躍促進会議 資料 3 役職員等の女性比率推移. [http://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/shingi/014\\_index/shiryo/1393976.htm](http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/shingi/014_index/shiryo/1393976.htm)
- スポーツ庁(2018c)平成 29 年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」について. [http://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/houdou/30/02/1401750.htm](http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/houdou/30/02/1401750.htm)
- スポーツ庁(2019)平成 30 年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」について. [http://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/houdou/31/02/1413747.htm](http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/houdou/31/02/1413747.htm)
- 高峰修(2016)8 暴力とセクシャル・ハラスメント. 日本スポーツとジェンダー学会編, データでみる スポーツとジェンダー. 八千代出版:130-149.
- 東京大学医学部付属病院 女性診療科・産科(2018)Health Management for Female Athlete Ver.3—女性アスリートのための月経対策ハンドブック(第 3 版). 東京大学医学部付属病院 女性診療科・産科.