

## 【女性未来ミーティング～島根の柔道について語ろうよ～】 実施報告書

開催日時	2020年1月13日(月) ・ 2月21日(金) ・ 2月22日(土)
開催場所	松江南高校柔道場 ・ 益田中学校柔道場 ・ 江津中学校柔道場
参加人数	20名(子ども3名) ・ 11名 ・ 20名(子ども5名)

※出雲地区は、中止

### 1 目的

柔道に関わる場所として競技スポーツがメインであり、競技をやめたら柔道に関わらない方が多く、指導者として選手を指導する立場にない方は柔道から離れる傾向にあります。この度の「COMEBACK 女子柔道プロジェクト」を受け、現在島根県で柔道から離れている女性柔道経験者や、これから柔道を始めてみたいと考えている女性の新規開拓も含めて、現在柔道に関わっている女性が中心となり女子柔道の普及振興に繋がる様々なイベントを島根県で考えてきました。

今回、豊かなスポーツライフをつくりだす中で、「する・見る・支える・知る」といった視点で柔道に関わっていただける人材を見つけ出し、柔道への関わり方としてどのような関わり方ができるのか、それぞれの立場で意見を出し、今後の女性における柔道普及に生かすことを目的としています。

### 2 交流イベント(松江・益田・江津&浜田・出雲)

島根県は西から東まで車で5～6時間かかる東西に長い県です。島根県の女性のつながりを持続可能なものにするために、「地域」に光を当て、それぞれに交流の場を設けて実施しました。

県柔連ホームページや各地区と連携して、柔道経験者に声をかけてもらいながら周知し、参加した記念として全員にオリジナル T シャツをプレゼント。(3月中旬配布予定) 座談会や交流会を通して柔道について女性の立場からの率直な意見を伺いました。

#### (1) 松江地区 「道場 yoga」 担当：岡崎綾子

令和2年1月13日(月) 松江南高校柔道場にて開催。講師には元柔道家の門脇みな美先生をお招きして実施。指導者、審判員、競技者、元競技者、キッズ柔道教室の保護者の皆さんが参加。苦しいポーズにも、自分の呼吸に集中することで苦しさから解放されて、心地よさがやってくる。そんな不思議な感覚をヨガから味わうことができ、参加の皆さんは心身ともにリラックス。畳の上は気持ちいいとの感想もいただき、大好評の企画となりました。



(2) 益田地区 「座談会」 担当：三浦瑛奈

令和2年2月21日(金) 益田中学校柔道場にて座談会を開催。元競技者、柔道教室の保護者で「柔道」について意見交換をしました。女性が気軽に柔道に関われる環境について特に意見が出され、「ライフスタイルに柔道を入れる」「柔道がある生活をいかに実現できるか」「これからの柔道教室の在り方」等、様々な立場から率直に語っていただき、有意義な時間となりました。



(3) 江津・浜田地区 「ストレッチ講座」 担当：濱岡睦月

令和2年2月22日(土) 江津中学校柔道場にて開催。講師には、ながい接骨院院長の永井康子先生をお招きし、「代謝アップ!! ストレッチ&トレーニング教室」を開催。「久しぶりに畳の上で動くことができ、気持ちよかった」「人生初受け身で、全身を使うことがわかった」「柔道の動きを取り入れた動きを知ることができてよかった」などの感想をいただき、地域の方々に喜ばれる企画となりました。



(4) 出雲地区 「運動教室」 担当：藪田千佳子

令和2年2月29日(土) 出雲市立第一中学校柔道場にて開催予定だった「運動教室」は新型コロナウイルス感染予防の観点から中止となりました。

☆オリジナルTシャツ図案(担当：佐々木弥嘉) ☆



## (5) 意見の集約

今回実施した3地域の意見・アンケートに綴られた内容や提案は以下のとおりです。

### 【柔道について】

- 柔道はどこに行けばできるのか、どこで練習ができるのかがわからない。
- 柔道のルールやマナーがわからない。
- 柔道は敷居が高いと感じてしまう。
- 道場に入りづらい。
- 大会の在り方→申込に合わせて体重区分をする（軽い選手にも活躍の場を！）
- 顧問がいない部活動のために、土日中心に指導できるスタッフや場所の提供
- 地域の方が練習を見に来られたり、一緒に参加できたり「入りやすい道場・Welcome 道場・Open 道場」
- 女性柔道家が集まって自由に練習できる場所（フットサル場みたいに自由な感じで気軽に）
- 柔道を通じて、動く機会を作ってほしい。
- 本気で柔道はできない。（楽しく、気軽にやってみたい）
- 高齢でも受け身ができ、楽しかった。
- 道着を着ないと柔道できない。

### 【知名度を上げるには（柔道知らない方に）】

- チラシ等で宣伝する。
- 体験イベント活動（気軽に柔道ができる場）
- 柔道できる場の発信「道場・部活・交流の場一覧表」「県柔連ホームページの充実」

### 【女性保護者の思い】

- 少し運動できる場がほしい。
- 子どもと一緒に体を動かす機会を増やしてほしい。（いろいろな年齢の人との交流）
- 体を動かす機会が少ないので、月に1回ペースでやってもらいたい。
- 女性だけで柔道できる機会があればいい。
- 松江は遠い。西地区でやってほしい。
- 栄養指導やスポーツ障害、練習やり過ぎ注意の講習会に参加する等「保護者の成長の場」
- 体を動かす活動だけでなく、栄養学やトレーニング論なども学んでみたい。
- 柔道をやっていた人だけでなく、たくさんの人を巻き込んで、このようなイベントを続けてほしい。

### 【地域の課題】

- 益田市に1つの中学校にしか柔道部がないこと。  
⇒ほかの中学校で柔道するにはどうしたらよいか。

## (6) 成果

様々な立場（保護者、指導者、愛好家など）の方々が集まり、柔道についてどう考えているかをじっくり話し合うことができ良い機会となりました。皆さん共通して生活の中に「心地よさ」「健康づくり」「成長の場」「交流の場」を求めていることがわかりました。

今回は、豊かなスポーツライフをつくりだす中に、「する・見る・支える・知る」といった視点で柔道に関わっていただけの人材を見つけ出し、柔道への関わり方でどのような関わり方ができるのかを模索し、今後の普及につなげることを目的としていましたが、今後活動する上でのヒントをたくさん頂くことができました。



## (7) 課題

今回のイベントを通じて、以下の5点が課題として挙げられました。

- イベントの周知の仕方 ⇒県柔連ホームページの活用（出雲・江津）  
ロコミ（松江・益田）  
地域で統一できなかった。
- 各地域女性リーダーに企画・周知・運営依頼 ⇒リーダーにかかる負担が大きくなった。  
継続するには地域の理解者をいかに増やし巻き込んでいけるかが肝心。
- 会場はすべて学校関係の柔道場を使用 ⇒学校関係者以外の方がリーダーになったときの会場準備の問題（気軽に道場を借りられないことも負担となる）。
- 県柔連でイベントの予算化がされていない ⇒今年限りの予算なので、継続した取組となりにくい。県柔道連盟にもお願いし、来年度活動の予算化をしてもらっている現状。
- 男性へのサポート依頼 ⇒女性のみで今回はイベントを実施したが、今後男性の協力も仰ぎながら一緒に心地よい柔道ライフ実現のために力を合わせていきたい。（旦那さんの協力で参加できたメンバー有り）

## ③ 今後の取組みについて

今回の内容を島根県柔道連盟の会長、理事長に報告。来年度以降、女性の柔道振興・普及のための企画を継続して行えるよう、活動の予算化をしてもらっている状況です。

来年度も4地域に分かれて、地域の実情に応じた企画を考えていきたいと思えます。たとえば、「保護者の成長の場としての勉強会」や「親子運動教室」、「親子yoga・道場yoga」や「女性練習会」などを実施し、女性柔道の普及振興に努めたいと思えます。その為には、県柔道連盟の会員の皆様のご理解が必要となります。柔道界は男性社会ともいわれていますが、地域で女性を大事にする土壌を広げるためにも男性の協力が必要不可欠です。また県柔道連盟・地区の会議やホームページ等で女性の活動の周知や理解を促すことも同時に行っていく必要があります。

## ④ おわりに

競技スポーツで発展してきた柔道から、社会の変化につれ、柔道に対して多様な関わりを模索する方々が増えてきています。その中で今回、全日本柔道連盟のカムバック女子柔道の企画がきっかけとなり女性に光を当てることができました。

今後、女性が「柔道のある生活」を選んでくれるかが普及振興への鍵だと感じており、そうなるとような仕掛けを工夫していきたいと考えています。「柔道があるから毎日が充実している」、「柔道があるから学びがある」、「柔道があるから交流が持てる」、「柔道があるから健康になれる」、「柔道があるから・・・」とわくわくするようなライフスタイルを柔道が提供できるよう少しでもみんなで知恵を出し合い楽しく前進したいと思います。

こう思えるきっかけを与えてくださった全日本柔道連盟の女子柔道推進委員会の皆様に感謝申し上げます。

島根県柔道連盟  
岡崎 綾子