

1 JPCにおける女性スポーツの歩み ~女性アスリートのパフォーマンス向上のために~

JPC女性スポーツ委員会 ● 副委員長 桜間裕子

皆さんは「女性とスポーツ」と聞くとどんなことを思い浮かべますか。男性も女性も同じでしょう、という印象をもたれている方もいらっしゃるかもしれませんが、実は、想像以上に多くの課題が存在しています。例えば、月経ともなうコンディションの変化、妊娠・出産、更年期など。特に、障がい者アスリートは、長期間、競技を継続するケースが多いため、オリンピック選手よりも長い期間、自身のコンディションの変化と付き合いしていくことになります。

JPCでは、2008年から、女性とスポーツに関する取り組みを開始し、様々な調査・研究を実施しながらセミナーやシンポジウムなどを通して普及啓発を行ってきました。そして満を持して、

2017年4月1日に、日本パラリンピック委員会（JPC）発足以来、女性を対象とした初の委員会として「JPC女性スポーツ委員会」が設置されました。

今年度で3年目を迎えるJPC女性スポーツ委員会の活動内容やこれまで行ってきた調査・研究など、女性アスリートのパフォーマンス向上を目指す様々なトピックスについて、1年を通じて4回に渡り、発信させていただくことになりました。記念すべき第1回目は、発足までの約10年の歴史を振り返りながら、JPCにおけるこれまでの「女性スポーツ」の歩みを年表形式でご紹介します。“意外と知らなかった!” JPCにおける女性スポーツの取り組み。女性スポーツ委員会の今後の活動に、ぜひ、ご注目ください!

アジアパラリンピック委員会 女性スポーツワークショップ参加

アジアパラリンピック委員会（APC）に加盟している、各国パラリンピック委員会の担当者が女性スポーツについて学び、最終日に各国の活動目標を発表。日本は、2年以内に、調査の実施とキッズルーム運営を目指すことを表明した。



調査実施

「2012 ロンドンパラリンピック大会女子選手への競技環境比較調査」実施

セミナー

JPC 医・科学・情報サポート研修会において、初めて「女性スポーツの現状とこれからの取り組み課題」をテーマにパネルディスカッションを実施（12月20日）。

2016年4月1日 JPC女性スポーツワーキンググループ始動!

女性スポーツ委員会発足に向けたワーキンググループをJPC内に設置し、準備開始。

2008 2009 2010 2012

草創期

女性と障がい者スポーツに関する調査研究委員会設置

2008年APC女性スポーツワークショップにて実施を表明した「女子選手の競技活動に関する環境調査（2009・2010年度）」を実現。



前列右から、大久保委員、小笠原委員長、大日方委員、山崎委員、後列はJPC事務局メンバー



また、ジャパンパラ競技大会の水泳・陸上においてキッズルーム運営を開始。2009年以来継続して運営しており、2019年で10年目を迎える。

「リオ2016パラリンピック競技大会出場女性アスリートへの婦人科調査」実施。パラリンピック界で初めての婦人科に関する調査が実現。選手の関心も高く、回答率は95.6%に！報道関係者の関心も高かった調査。



調査実施

シンポジウム

JPC 医・科学・情報サポート研修会（11月27日）において、「女性アスリートのコンディショニングからみた可能性」と題して、リオパラ時に実施した婦人科調査結果を踏まえて発表。

2017年4月1日 JPC女性スポーツ委員会発足!

女性アスリートおよび女性スポーツに関わるコーチ、指導者、役員等の声が、JPCおよびJPC加盟競技団体の組織運営に有効的に活用され、パラリンピックムーブメントをより強力に推進することを目的に発足。

スポーツの男女平等を目指す宣言に署名!

4月10日、女性スポーツ発展のための国際的な提言文である「ブライトン・プラス・ヘルシンキ2014宣言」に、スポーツ庁、日本スポーツ振興センター、日本オリンピック委員会、日本障がい者スポーツ協会日本パラリンピック委員会、日本体育協会（現：日本スポーツ協会）が承認・署名。



セミナー

JPC 医・科学・情報サポート研修会（10月21日）において「女性選手の強化・育成」をテーマに、パネルディスカッションを展開。

初のJPC女性スポーツ委員会主催セミナー開催!

「女性アスリートの強化に向けたコンディショニング」と題して、婦人科やスポーツ栄養の最新情報を提供（11月11日）。

初 女性アスリート相談窓口設置!

選手、指導者、保護者が気軽に相談ができるよう、ジャパンパラ競技大会において水泳競技（9月2日）・陸上競技（9月23日）にて相談窓口を設置。女性特有の課題やスポーツ栄養に関して、専門的知識や最新情報を提供した。



JPC女性スポーツ委員会の紹介



前列右から、上出委員、土田委員、能瀬委員長、鈴木委員、後列右から4人目は門田委員、5人目に桜間

JPC女性スポーツ委員会は、産婦人科医の能瀬さやか委員長をはじめ、順天堂大学女性スポーツ研究センターシニアマネージャーの桜間裕子（副委員長）、トレーナーの門田正久委員、公認スポーツ栄養士の鈴木志保子委員、リハ科医師の上出杏里委員、アスリートの土田和歌子委員の6名で構成。

女性アスリート相談窓口設置

ジャパンパラ陸上競技大会（7月7-8日）、水泳競技大会（9月23日）において相談窓口を設置。相談したかったという選手や指導者が増え、相談内容はより専門的に!



第2回NFトレーナー会議

トレーナー部会からの要請を受け、婦人科の問題とその対策に関する講義を実施（11月16日）。JPC内における各委員会や部会との連携を図る。調査研究内容についても情報共有に努める。

セミナー

JPC 医・科学・情報サポート研修会において、「障がいのある女性アスリートの食生活のポイント」をテーマに、スポーツ栄養の最新情報を提供（1月26日）。

障がい者スポーツinfo 2019

JPC女性スポーツ委員会が担当し、スポーツ栄養、トレーナー、リハ科の観点から講義を実施（3月6日）。

2015 2016

発展期

2017 2018 2019

発展期 現在