

## 参考文献・出所

---

- ・「4～9歳のスポーツライフに関する調査」  
笹川スポーツ財団（2010）
- ・「スポーツ・コーチングに関する国際枠組み」  
国際コーチング・エクセレンス評議会 夏季オリンピック競技国際連盟連合 リーズ・メトロポリタン大学
- ・『第6回男女共同参画基本計画に関する専門調査会議事録』  
「2.5 女性とスポーツについての課題」表5各競技団体の女性とスポーツについての課題』  
内閣府男女共同参画局  
男女共同参画基本計画に関する専門調査会
- ・『女性社員の活躍を推進するためのメンター制度導入・ロールモデル普及マニュアル』  
平成24年度 厚生労働省委託事業 公益財団法人 日本生産性本部 平成25年3月作成
- ・『Making Mentors』  
AUS Australian Sports Commission
- ・『Mentor Training Deliverer's Guide and Curriculum』  
AUS Australian Sports Commission
- ・『Mentor Training Manual』  
AUS Australian Sports Commission
- ・『Recruit into Coaching Mentoring Guide』  
GBR Sports Coach UK
- ・『The Mentee's Guide Making Mentoring Work for You』  
Lois J.Zachary with Lory A. Fischler
- ・『メンタリング研修』  
株式会社キャリアネットワーク 平成29年9月

## あとがき

日本スポーツ振興センター 女性アスリートの戦略的強化・支援プログラム  
事業マネージャー 山下 修平

本事業は多くの方にご協力を賜り、実施することができました。この場をお借りして、深く御礼を申し上げます。

本書を書いている今、ちょうど平昌オリンピックが行われており、女性アスリートたちの活躍を見ながら、女性アスリートが国際大会で金メダルを獲得するための強化や支援について思いを廻らせております。ハイパフォーマンススポーツにおいての成功要因である、良いコーチングを受け、良いライバルがいて、良いトレーニング環境の中で努力した人が勝つといったことに性差はないと思います。一方で、女性は身体的な性差である月経だけでなく、妊娠、出産、育児といった特有のライフイベントがあります。特に、競技年齢が上がっている現在においては、それらのライフイベントが、競技生活と並行して起こることが多くなると考えられます。そのような点も考慮しつつ、男性と女性の「同じ」と「違い」を見極めた上で、「女性だからこそ」実施すべき支援を考える必要があると思います。

我が国では、女性の活躍を推進する施策が進められていますが、女性の活躍を後押ししようとすればするほど、社会制度や仕組みは男性目線で作られているという構造的なアンバランスがある現実に気が付きます。機会やチャンスは全員にあるべきですが、男女平等であるために、全員に同じような支援をすることがよいわけでもないと思います。しかし、スポーツには社会に横たわるアンバランスを打破できる可能性があるのではないかと感じています。ハイパフォーマンススポーツの中で、男女平等であるべき点と、公平に女性が活躍できる点との双方に目を向け、取り組み、発信していくことが重要だと思います。ただ単に、女性コーチが増えればよいということではなく、事業を展開していくプロセスの中に女性の視点が入るということも、また重要であると考えます。本事業においても、女性スタッフが多く携わりました。

このように、女性アスリートを支える女性コーチ、女性コーチを支えるスタッフ、女性スポーツを支える全ての人に向けて、本書を活用して頂き、女性の活躍がハイパフォーマンススポーツの現場から増えていくことを願っています。

## 【編者】

- 久木留 毅 日本スポーツ振興センター スポーツ開発部 部長  
白井 克佳 日本スポーツ振興センター スポーツ開発部 企画・推進課 課長

## 【執筆者】

- 女性アスリートの戦略的強化・支援プログラム 事業マネージャー  
山下 修平 日本スポーツ振興センター スポーツ開発部 企画・推進課 主任専門職  
スタッフ  
最首 映代 日本スポーツ振興センター スポーツ開発部  
女性アスリートの戦略的強化・支援プログラム 専門スタッフ  
寺澤 奈津季 日本スポーツ振興センター スポーツ開発部  
女性アスリートの戦略的強化・支援プログラム 専門スタッフ  
藤野 彩花 日本スポーツ振興センター スポーツ開発部  
女性アスリートの戦略的強化・支援プログラム 専門スタッフ  
若井 江利 日本スポーツ振興センター スポーツ開発部  
女性アスリートの戦略的強化・支援プログラム 専門スタッフ  
鈴木 裕明 日本スポーツ振興センター スポーツ開発部企画・推進課事業管理第一係長  
三宅 真理子 日本スポーツ振興センター スポーツ開発部企画・推進課  
山元 真理子 日本スポーツ振興センター スポーツ開発部企画・推進課

## 【コラム】

- 大部 由美 公益財団法人日本サッカー協会  
山口 香 筑波大学 体育系 教授

本書は、平成29年度スポーツ庁委託事業女性アスリートの育成・支援プロジェクト「女性アスリートの戦略的強化・支援プログラム」で作成しました。

---

## ハイパフォーマンススポーツにおける女性の戦略的強化 女性が伸ばす競技力、女性だから出来ること

発行日：2018年3月1日

発行：独立行政法人日本スポーツ振興センター スポーツ開発部

女性アスリートの戦略的強化・支援プログラム

〒115-0056 東京都北区西が丘3丁目15番1号

URL <http://www.jpnsport.go.jp/hpc/>

制作：株式会社ブレインワークス

〒141-0031 東京都品川区西五反田6-2-7 ウエストサイド五反田ビル3F

編集：二木由利子

写真撮影：株式会社ヒゲ企画

写真提供：inamine

印刷：本郷印刷株式会社

ISBN978-4-906903-21-4

---

※本書の内容の一部あるいは全部を無断で複製複製（コピー）することは、法律で認められた場合を除き、権利侵害となるため著作権者の許諾が必要です。

---

ハイパフォーマンス  
スポーツにおける

# 女性の 戦略的 強化

女性が伸ばす競技力、  
女性だから出来ること

スポーツ庁委託事業  
女性アスリートの育成・支援プロジェクト  
女性アスリートの戦略的強化・育成プログラム

**JAPAN SPORT**  
COUNCIL

日本スポーツ振興センター