平成27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に向けた調査研究

実態に即した女性アスリート支援のための調査研究

報告書

目　次

1.　背景 ---- 1
2.　目的 ---- 1
3.　予備調査 ---- 1
3.1.　調査概要 ---- 1
3.2.　調査結果 ---- 1
4.　アンケート調査概要 ---- 1
5.　女性アスリートの実態調査 ---- 2
5.1.　アンケート結果 ---- 2
5.1.1.　属性別内訳 ---- 2
5.1.2.　女性アスリートが必要と考えるサポート ---- 2
5.1.3.　女性アスリートが抱える課題 ---- 3
5.1.4.　女性アスリートのサポート利用状況 ---- 3
5.1.5.　女性アスリートのサポート満足度 ---- 3
5.2.　アンケート結果の分析 ---- 3
5.2.1.　サポートの利用状況と満足度の関連 ---- 4
5.2.2.　女性アスリートの身体面について ---- 4
5.2.3.　女性アスリートの心理面について ---- 5
5.2.4.　女性アスリートの金銭面について ---- 6
6.　指導者の実態調査 ---- 8
6.1.　アンケート結果 ---- 8
6.1.1.　属性別内訳 ---- 8
6.1.2.　指導者が必要と考えるサポート ---- 8
6.1.3.　指導者のサポート利用状況 ---- 9
6.1.4.　指導者のサポート満足度 ---- 9
6.2.　アンケート結果の分析 ---- 10
6.2.1.　サポートの利用状況と満足度の関連 ---- 10
6.2.2.　指導者の金銭面について ---- 10
7.　資金制度の提案 ---- 11
7.1.　資金制度の現状と問題点の把握 ---- 11
7.1.1.　調査結果 ---- 11
7.2.　資金制度の提案 ---- 11
7.2.1.　調査結果 ---- 11
8.　まとめ ---- 12

実態に即した女性アスリート支援のための調査研究
平成 27 年度　女性アスリートの戦略的強化に向けた調査研究

1.　背景

女性アスリートの近年の活躍、オリンピックでのメダル獲得数の伸びしろとしての期待から、女性アスリートサポートをより強化していく使命が高まっている。スポーツ基本計画（文部科学省、2012）では「競技力の向上は重要な課題となっているが、女性アスリートに対する効果的な支援の在り方については、いまだ研究・開発の途上にある」と記載されている。そこで 2013 年度から文部科学省委託事業として「女性アスリートの育成・支援プロジェクト」が始まり、2014 年度からよりアスリートが望んでいるサポートや現場に即した研究を施行するために、新たに本調査研究が加わった（図 1 参照）。

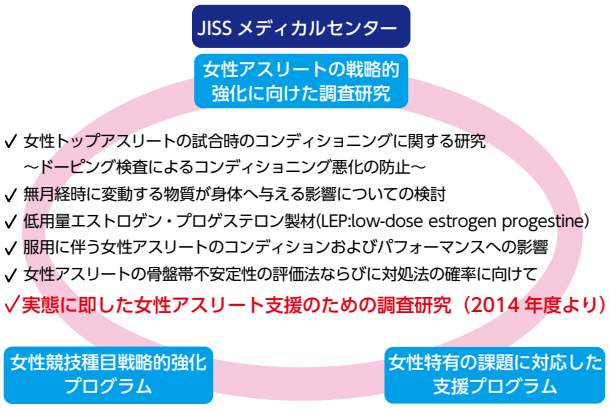


図 1：プロジェクトの全体像と JISS メディカルセンターが行っている調査研究の各項目

2.　目的

希望する支援の内容は人様々である。支援者が主観的に考える一方的な支援内容では、被支援者の精神的・物理的環境が必ずしも改善するとは限らない。本調査では、女性アスリート及び指導者の人数や年齢、配偶者・子供の有無、どのようなサポートを希望しているか等の実態調査を行う。現場の希望に即したサポートを効率的・効果的に行うための基礎資料を作成することを第一の目的とする（「5. 女性アスリートの実態調査」「6. 指導者の実態調査」）。

また、2012～2013 年度に国立スポーツ科学センター（以下「JISS」という。）が行ったライフサポート支援で、女性アスリートから「サポートの費用の使い方に柔軟性がない」と問題提起がなされた。そこで、我が国のアスリートにおける金銭面の現状と問題点を把握し、アスリートへの資金制度の情報提供を第二の目的とする。そのため、新たな資金制度の模索・検討について、専門家を交えた調査・研究を行い、サポートの改善を図る（「7. 資金制度の提案」）。

3.　予備調査

実態調査はアンケートで実施する。質問事項を決めるため、予備調査を行った。サポートに関する質問項目の収集、及び言葉の表現や言い回しといったワーディングの検討を目的に、女性アスリート及び指導者にアンケートとヒアリングを行った。

3.1.　調査概要

【対象】女性アスリート 5 名、強化スタッフ 4 名
【調査方法】質問紙によるアンケート調査、及びインタビュー形式によるヒアリング調査
【期間】2014 年 11 ～ 12 月

3.2.　調査結果

過去の調査報告や引退したアスリートや強化スタッフなどの意見を基に、女性アスリートが求めるサポートを 9 つのカテゴリに分け調査項目を作成した。

図 2：調査項目

図 2 のように、身体面のケア、心理面のケア、人的サポート資源の充実、的確な情報提供、競技（指導）環境の整備、金銭的な支援、キャリアプランの支援、競技スポーツに対する社会的評価の向上、家庭生活・育児との両立といった 9 カテゴリとなる。

また、サポートを提供するのは競技団体、企業、JISS、家族などを含め「全ての関係者からの支援」と定義した。

4.　アンケート調査概要

【対象】公益財団法人日本オリンピック委員会（以下「JOC」という。）強化指定選手、及び JOC 加盟競技団体（以下「NF」という。）の強化対象選手 856 名、JOC 強化スタッフ 598 名　　計 1454 名（表 1 参照）

表 1：JOC 加盟競技団体（52 団体 67 種目）

陸上競技	バドミントン	ソフトテニス
水泳（競泳）	ライフル射撃	軟式野球
水泳（飛込）	近代五種	相撲
水泳（水球）	ラグビーフットボール	ソフトボール
水泳（シンクロナイズドスイミング）	カヌー	弓道
サッカー	アーチェリー	剣道
テニス	クレー射撃	山岳
ボート	トライアスロン	空
ホッケー	ゴルフ	銃剣道
ボクシング	テコンドー	なぎなた
バレーボール（バレーボール）	スキー（アルペン）	ボウリング
バレーボール（ビーチバレー）	スキー（クロスカントリー）	野球
体操（体操）	スキー（ジャンプ）	武術太極拳
体操（新体操）	スキー（ノルディック複合）	スカッシュ
体操（トランポリン）	スキー（フリースタイル）	ビリヤード
バスケットボール	スキー（スノーボード）	ボディビル
レスリング	スケート（スピードスケート）	ダンススポーツ
セーリング	スケート（フィギュアスケート）	
ウエイトリフティング	スケート（ショートトラック）	
ハンドボール	アイスホッケー	
自転車	ボブスレー	
卓球	スケルトン	
馬術	リュージュ	
フェンシング	カーリング	
柔道	バイアスロン	

【調査方法】質問紙によるアンケート調査

【期間】2015 年 1 ～ 3 月

【手順】

①電話にて NF に依頼

②本調査内容に詳しい各 NF の担当者に調査内容の説明及び配布方法の相談

③アンケート配布、回収

④分析

⑤報告書作成

【返信方法】下記のいずれかの手段で回答を得た。

①返信用封筒等による郵送

②E メールによる返信

③合宿時訪問等によりアンケート回収

【分析】2015 年 3 月 31 日までに回収された女性アスリート 578 名、指導者 316 名分の単純集計、及びデータの分析を行った。

【アンケート回収率】

女性アスリート 68%、指導者 53%

5.　女性アスリートの実態調査

女性アスリートがどのような環境・状況で競技を行い、どのようなサポートを望んでいるのか等を把握することを目的として、質問紙によるアンケート調査を実施した。

5.1.　アンケート結果

2015 年 3 月 31 日までに回収された女性アスリート 578 名（アンケート回収率は 68%）について、データ集計及び分析を行った。

5.1.1.　属性別内訳

○年齢：回答者 577 名の平均年齢は、23.25 ± 5.13 歳、最年少 14 歳、最年長 50 歳であった（図 3 参照）。

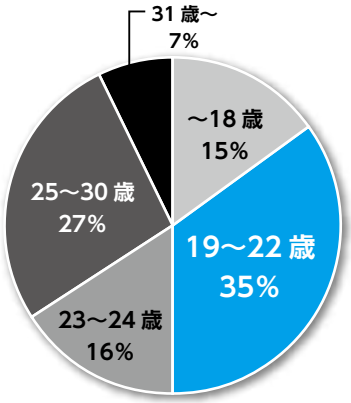


図 3：女性アスリートの年齢 (N=577)

○競技種目：回答者 569 名のうち、オリンピック競技が 495 名（87%）と大多数を占めた。夏季競技が 419 名（74%）、冬季競技が 76 名（13%）、非オリンピック競技は 74 名（13%）であった（図 4 参照）。

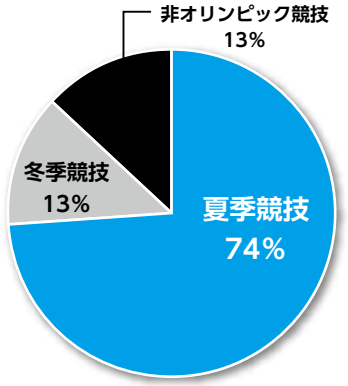


図 4：女性アスリートの競技種目 (N=569)

○配偶者・子供の有無：無回答を除く 575 名のうち既婚者が 23 名（4%）、未婚者が 552 名（96%）と大多数を占めた。また無回答を除く 566 名のうち、9 名（2%）の女性アスリートに子供がいる。

○選手区分：無回答を除く 529 名のうち、プロ選手が 84 名（16%）、アマチュア選手が 445 名（84%）であった。

○職業：無回答を除く 569 名のうち、学生・大学院生 235 名（41%）が最も多く、続いて正社員 193 名（34%）という結果であった。

5.1.2.　女性アスリートが必要と考えるサポート

女性アスリートが必要と考えるサポートを知るために、「必要と考えるサポートから順に上位 3 つを選ぶ」という質問を実施した。1 位を 3 点、2 位を 2 点、3 位を 1 点とし、項目ごとに合計点を算出した。

図 5 のように、「身体面のケア」の合計点が 788 点、「金銭面の支援」が 663 点と、女性アスリートが必要とするサポートの上位に挙がった。

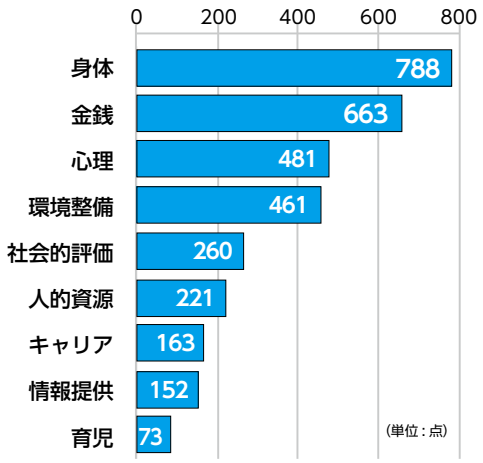
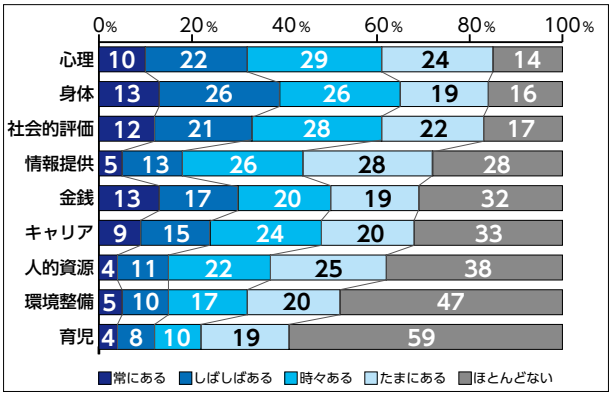


図 5：女性アスリートが必要とするサポート（N=544）
上位 3 つを順位づけ：1 位 3 点、2 位 2 点、
3 位 1 点として合計を比較

5.1.3. 女性アスリートが抱える課題

9 カテゴリについて、それぞれどの程度課題を抱えているかを質問した。心理面に注目すると、86％の女性アスリートが、程度の差はあるが何らかの心理的な問題を抱えていることが分かった（図 6 参照）。



※％は小数点以下を四捨五入

図 6：女性アスリートが抱える課題

5.1.4. 女性アスリートのサポート利用状況

女性アスリートがサポートをどの程度利用しているかについて質問したところ、249 名（47％）が「全く利用していない」と回答した（図 7 参照）。

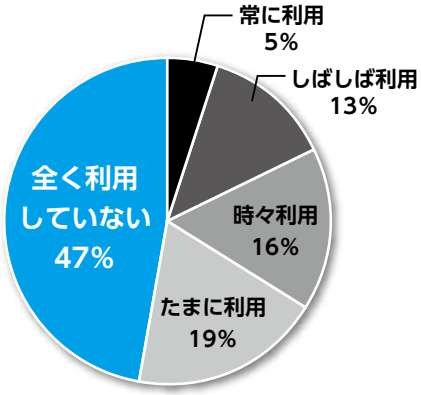


図 7：女性アスリートのサポート利用状況 (N=530)

5.1.5. 女性アスリートのサポート満足度

現行のサポート体制に対する満足度を調査した。「総じてどの程度満足しているか」という質問では「少し満足である」が 158 名（35％）と最も多く、「満足である」が 125 名（28％）と続いた（図 8 参照）。

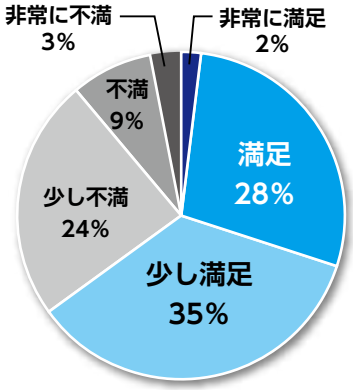


図 8：女性アスリートのサポート満足度 (N=453)

満足の理由として自由記述では、「婦人科の診療を受け、身体の悩みについて相談できた」「女性スタッフが 1 人いるだけで、気持ちが安定する」「競技に集中できる環境を提供してもらっている」ことが具体的に挙げられた。しかし「特に問題なく競技ができているので満足」という意見もあり、「サポート体制を理解できていない」と自由記述の中で記載したアスリートが 9％（19 名 / 215 名）いた。

不満の理由としては、「地方居住であると利用が難しい」「男性スタッフが多いため、女性ならではの悩みを打ち明けることができない」「結婚、出産後も競技を続けている人はどのように両立させているのかもっと情報がほしい」と答える一方、「サポートがない / 知らない」とサポート内容・周知・機会の不足に対する不満が数多く挙げられた。

5.2. アンケート結果の分析

アンケート結果をみると、女性アスリートが必要とするサポート内容が分かった。女性アスリートは「身体面のケア」と「金銭的支援」、「心理面のケア」が特に求められる。また約 5 割のアスリートがサポートを「ほとんど利用していない」ことが分かった。自由記述におけるサポート体制に対する不満の理由から、“多様性（多選択性）” とサポートの周知、サポートを利用する時間・機会の創出が必要と考えられる。以下アンケート結果の分析として、女性アスリートが特に求める支援に対し、支援度合等様々な観点で支援体制の改善ポイントを考察する。

5.2.1. サポートの利用状況と満足度の関連

自由記述においてサポート内容・周知・機会の不足に対する不満が多く挙げられ、その確認のためサポートの利用状況と満足度の関連を分析した。「常に利用している」「しばしば」「時々」「たまに」を「利用あり」群、「まったく利用していない」を「利用なし」群、また「非常に満足している」「満足」「少し満足」を「満足」群、「少し不満である」「不満」「非常に不満」を「不満」群としてクロス集計を行った。

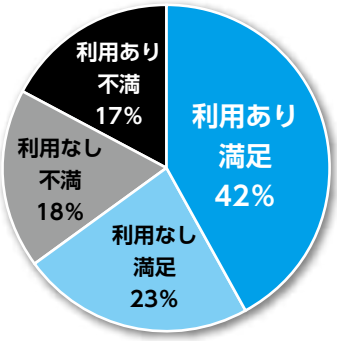


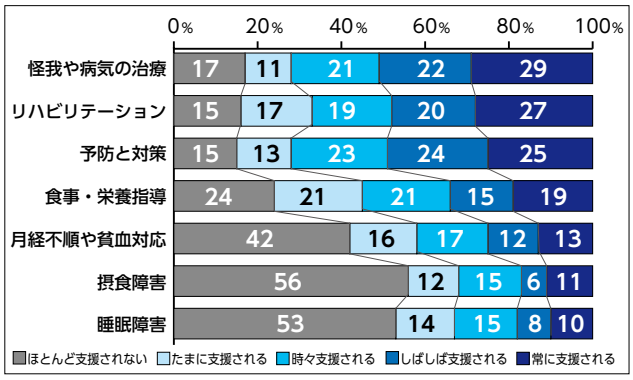
図 9：女性アスリートにおけるサポート利用と満足度の度合（N=443）

「サポート体制を利用せず、不満である」と答えた女性アスリートが2割存在した。これはサポート内容・周知・機会の不足に対し、アンケート対象者の2割が不満を持つと推測される（図9参照）。

5.2.2. 女性アスリートの身体面について

5.2.2.1. 支援度合

身体面のケアについて「怪我や病気の治療」「リハビリテーション」など7つの下位項目を設定した。「あなたが身体的な問題を抱えた場合、下記の項目について、今の競技環境ではどの程度支援がなされると思いますか」と質問した。



※%は小数点以下を四捨五入

図 10：女性アスリートにおける身体面の支援度合

図10に表したように、月経不順や貧血の対処については42%が「ほとんど支援されない」と答えた。自由記述にも不満を訴える声があり、支援の必要がある。また、睡眠障害は53%、摂食障害は56%が「ほとんど支援されない」と過半数を占めた。

5.2.2.2. 夏季 / 冬季 / 非五輪競技別

身体面のケアにおける7つの下位項目について、「常に支援」を5点、「しばしば支援」を4点、「ときどき支援」を3点、「たまに支援」を2点、「ほとんど支援されない」を1点として7項目の支援度合を合計し、「身体支援得点」と定義した。

表2は夏季競技、冬季競技、非オリンピック競技別にみた身体支援得点の平均と標準偏差である。

また図11に示したように、条件①と条件②（$p<.01$）、条件①と条件③（$p<.01$）の間に有意差がみられた。オリンピック冬季競技や非オリンピック競技の方が夏季競技より、身体面でのケアについて支援されないと思っていることが示唆された。

表 2：競技別にみた身体支援得点の平均と標準偏差

	平均（M）	標準偏差（SD）
① 夏季 (N=400)	20. 5	7. 75
② 冬季 (N=72)	16. 1	7. 17
③ 非五輪 (N=69)	14. 7	7. 53

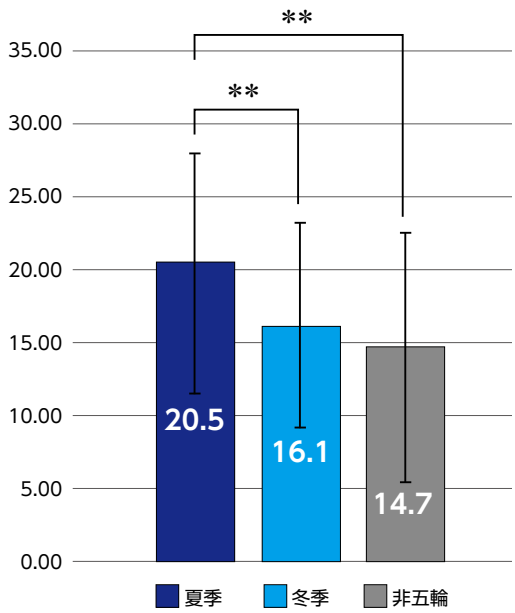


図 11：競技別にみた身体支援得点の比較

5.2.2.3.　女性競技者登録数の規模別

女性の競技者登録数（2014年度）が10万人以上を「大規模」群と定義した。陸上競技、水泳、バレーボール、バスケットボール、卓球、バドミントン、ソフトテニス、剣道の8競技団体となる。「大規模」以外を「中小規模」群と定義した。

表3は女性競技者別にみた身体支援得点の平均と標準偏差である。t検定を行った結果、図12に示したように、条件①と条件②の間に有意差があった（p<.01）。女性競技者の登録数が10万人以下のNFの方が大規模なNFより、身体面でのケアについて支援されないと思っていることが示唆された。

表3：規模別にみた身体支援得点の平均と標準偏差

	平均（M）	標準偏差（SD）
① 大規模 (N=185)	20. 6	8. 08
② 中小規模 (N=356)	18. 4	7. 81

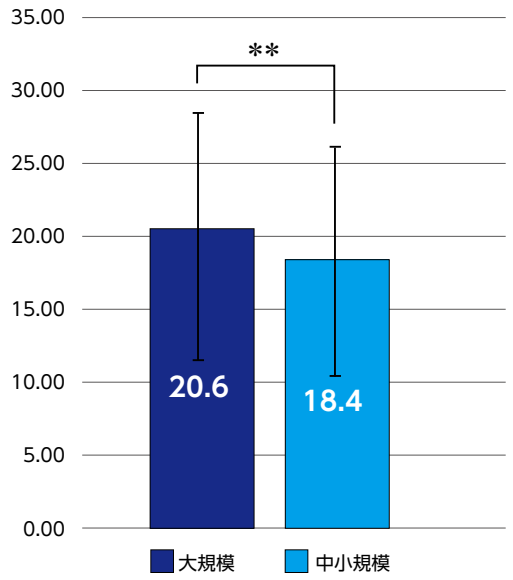


図12：規模別にみた身体支援得点の比較

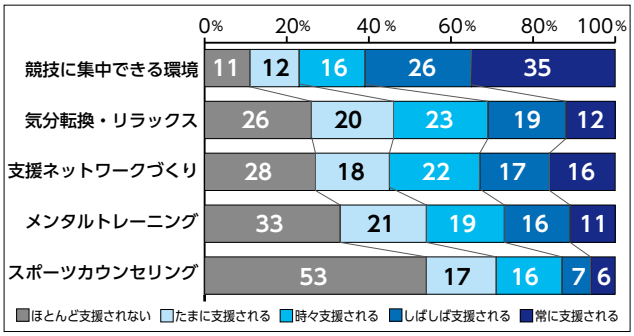
5.2.2.4.　身体面に関する自由記述

身体面のケアに関する女性アスリートの自由記述から「体重、体脂肪増加、月経前症候群に対しての対処の方法や情報がもう少しほしい」（20代、記録系）、「現在の活動拠点の近くにアスリートを対象にできる婦人科がないに等しい」（20代、持久系）、「合宿中の栄養管理。トレーニングに見合った栄養がとれているのか不安」（20代、球技系）という声が挙がった。

5.2.3.　女性アスリートの心理面について

5.2.3.1.　支援度合

心理面のケアについて「メンタルトレーニング」「スポーツカウンセリング」など5つの下位項目を設定した。「あなたが心理的な問題を抱えた場合、下記の項目について、今の競技環境ではどの程度支援がなされると思いますか」を質問し、その支援度合を図13に表した。



※%は小数点以下を四捨五入

図13：女性アスリートにおける心理面の支援度合

スポーツカウンセリングは53%、メンタルトレーニングは33%が「ほとんど支援されない」と回答した。ともに自由記述においても不満を訴える声があり、支援の必要があると考察できる。

5.2.3.2.　夏季 / 冬季 / 非五輪競技別

身体面同様、心理面においても「心理支援得点」を計算し、夏季競技、冬季競技、非オリンピック競技別に比較を行った。表4は夏季競技、冬季競技、非オリンピック競技別にみた心理支援得点の平均と標準偏差である。t検定を行った結果、図14に示したように、条件①と条件②（p<.01）、条件①と条件③（p<.01）の間に有意差がみられた。オリンピック冬季競技や非オリンピック競技の方が夏季競技より心理面でのケアについて支援されないと思っていることが示唆された。

表4：競技別にみた心理支援得点の平均と標準偏差

	平均（M）	標準偏差（SD）
① 夏季 (N=405)	14. 1	5. 09
② 冬季 (N=74)	12. 1	5. 05
③ 非五輪 (N=74)	11. 9	5. 04

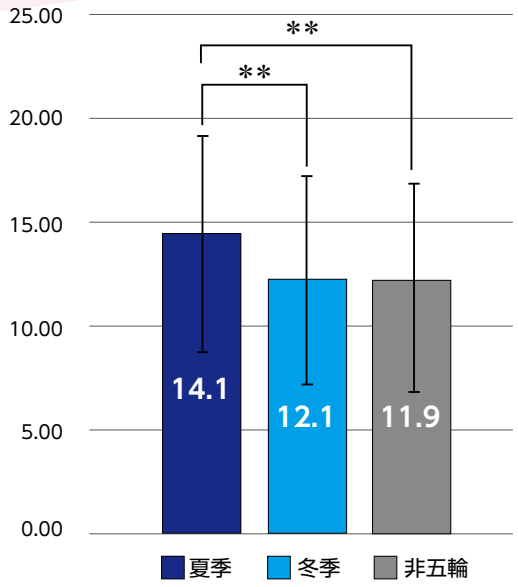


図 14： 競技別にみた心理支援得点の比較

5.2.3.3. 女性競技者登録数の規模別

登録数別に心理支援得点を比較するためにt検定を行った結果、条件①と条件②の間に有意差があった（p<.05）。女性競技者の登録数が10万人以下のNFの方がより心理面でのケアについて支援されないと思っていることが示唆された。

表 5：規模別にみた心理支援得点の平均と標準偏差

	平均（M）	標準偏差（SD）
① 大規模 (N=188)	14. 3	5. 14
② 中小規模 (N=365)	13. 2	5. 14

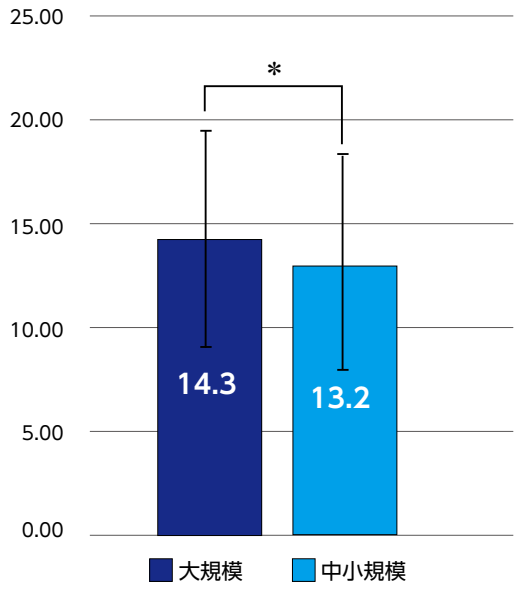


図 15：規模別にみた心理支援得点の比較

5.2.3.4. 心理面に関する自由記述

「精神面のサポートは、ほとんどありません。競技に関しては、コーチと両親だけがたよりで、常に不安定な状況です」（10代、氷上系）、「心理的なサポート、精神的なサポートをして欲しい。私のまわりにもたくさん悩みをかかえている選手ばかりである」（20代、採点系）、「メンタルトレーニングの必要性」（40代、標的系）という声が挙げられた。

5.2.4. 女性アスリートの金銭面について

5.2.4.1. 年収

図16に示したように、収入なしが164名（32%）で最も多く、200万～300万円未満が84名（16%）と続き、0～400万円未満で79%と8割近くを占めた。

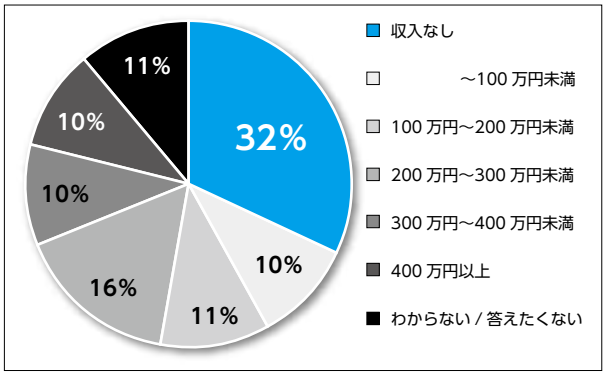


図 16：女性アスリートの年収 (N=518)

5.2.4.2. 競技に要する費用

50万～100万円未満が66名（26%）と最も多く、次いで100万円以上が63名（25%）と続き、半数を占めた。

5.2.4.3. 金銭的問題の有無

表6に示した通り「あなたは金銭面で問題があると思うことがありますか」という質問では、「ほとんどない」が176名（32%）と最も多く、次いで「時々ある」が109名（20%）、更に「たまにある」が107名（19%）と続いた。

表 6：女性アスリートの金銭的問題の有無（N=554）

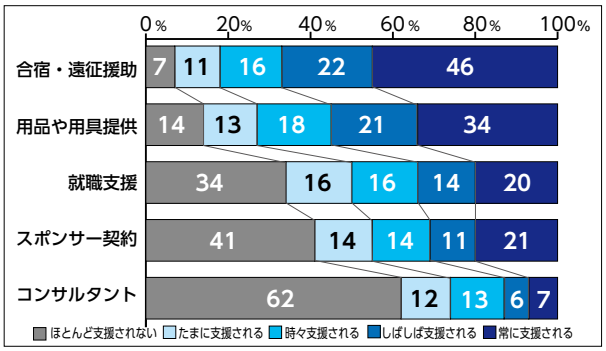
ほとんどない	たまにある	時々ある	しばしばある	常にある
176名 32%	107名 19%	109名 20%	92名 17%	70名 13%

※%は小数点以下を四捨五入

5.2.4.4.　支援度合

「あなたが金銭面での問題を抱えた場合、今の競技環境ではどの程度支援がなされると思いますか」と質問し、その支援度合を図17に表した。

合宿・遠征費への資金援助では「常に支援される」が46%、就職支援は34%、スポンサー契約は41%が「ほとんど支援されない」と回答した。自由記述にも不満を訴える声があり、支援の必要がある。コンサルタントを行う支援団体の紹介は62%が「ほとんど支援されない」と過半数を超えた。



※%は小数点以下を四捨五入

図 17：女性アスリートにおける金銭的支援

5.2.4.5.　夏季 / 冬季 / 非五輪競技別

金銭支援得点について競技別に比較を行った結果、条件①と条件②（p<.01）、条件①と条件③（p<.05）の間に有意差がみられた。オリンピック冬季競技や非オリンピック競技の方が、夏季競技より金銭面について支援されないと思っていることが示唆された（表7、図18参照）。

表 7：競技別にみた金銭支援得点の平均と標準偏差

	平均（M）	標準偏差（SD）
① 夏季 (N=397)	15. 1	5. 33
② 冬季 (N=72)	12. 1	5. 11
③ 非五輪 (N=68)	13. 3	5. 92

5.2.4.6.　女性競技者登録数の規模別

金銭支援得点について規模別に比較を行った結果、条件①と条件 ②の間に有意差があった（p<.01）。女性競技者の登録数が10万人以下のNFの方が、より金銭面について支援されないと思っていることが示唆された（表8、図19参照）。

表 8：規模別にみた金銭支援得点の平均と標準偏差

	平均（M）	標準偏差（SD）
① 大規模 (N=182)	16. 2	5. 75
② 中小規模 (N=355)	13. 6	5. 14

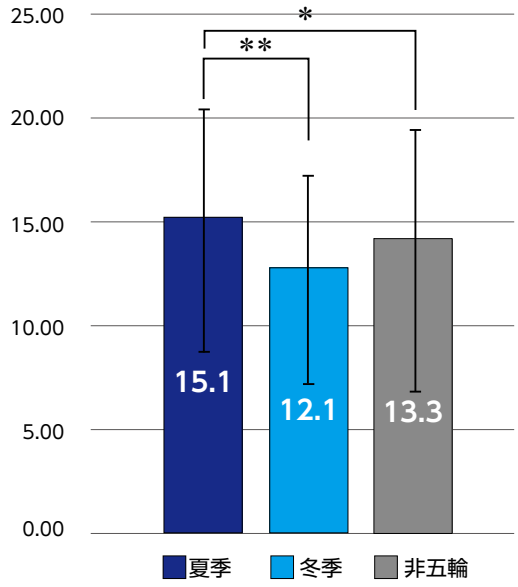


図 18：競技別にみた金銭支援得点の比較

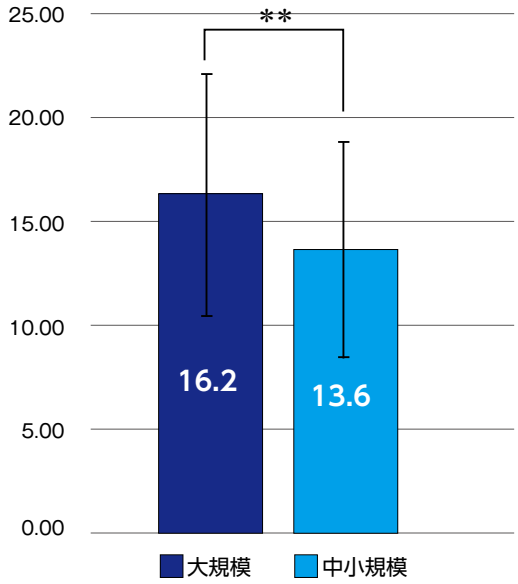


図 19：規模別にみた金銭支援得点の比較

5.2.4.7.　金銭面に関する自由記述

金銭的な支援に関する女性アスリートの自由記述から「協賛がつかない」（30代、球技系）、「大学卒業後、競技を続けたいと考えているが、受け入れてくれるところがあるか探したい」（20代、技術系）、「海外遠征をしてポイントを獲得していくことがオリンピックまでの絶対条件だが、遠征費が足りない現実もある」（20代、持久系）と記述されていた。