

公正さを求めるスポーツ本来の姿を求めて

北田和美（大阪女子短期大学）

2015年が始まった。東京オリンピック・パラリンピックはどんどん近づいてくる。先日、シンクロナイズドスイミングで初めての男女のペアが生まれたニュースが報道されていた。今までにないスポーツ文化が、次々と展開されようとしている。

第8代IOCロゲ会長が、2020年「TOKYO」と発表した感動的な瞬間から、世界では、この機会を好機にすべく、さまざまな動きが進んでいることであろう。

クーベルタン男爵が提唱し、崇高なオリンピア精神の理念を掲げ、時代の要請に答えながら、変化・発展してきた近代オリンピック。しかし、ものごとには、光と影がある。人類の平和のために大きな貢献をしているオリンピックだが、やはり、素晴らしい光輝く側面と暗い影の部分も持ち合わせている。毎日新聞のコラムに寄れば、富と名誉を得るために、古代オリンピックでも買収行為が相次いだようだ。

【2015年2月14日「スポーツ複眼思考」インテグリティーについて】今も、ドーピング、賭博、審判買収など、不正に富と名誉を得るための動きがうごめいている。国際的に、多くの機関が連携を強化し、これらを少しでもなくすために多大な努力をしていることも忘れてはならない側面である。

そして、もう一つ。なでしこジャパンなどの女性アスリートの活躍を目にしている学生たちに聞くと、「女性は、今までもずっと男性と同じようにスポーツが自由にできてきた」と考えている。しかし、その歴史はとても浅いこと、まだ道半ばであることなどを知ると、とても驚く。

なにしろ、クーベルタン男爵は、『女性の汗でこの祭典を汚したくない』と述べているように、女性の人権が認められていなかった時代にはじまった近代オリンピックである。まだまだ女性アスリートが活躍できるように環境を整えていく必要があちこちにある。

女性トップアスリートには、陥りやすい医学的な障害があると言われている。それは、激しいトレーニングによって、消費されたエネルギー量に見合ったエネルギーが摂取されないために起こる一連の現象で、「負のトライアングル」ともいわれている。「エネルギー不足」から、「無月経」がおこり、それが長引くと「骨粗しょう症」への連鎖が起きる。正常に月経があるということは、女性ホルモンのバランスがよく、エストロゲンが骨を強くしてくれているということだ。ところが、無月経が長期化すると、約1年半で疲労骨折が起こるともいわれている。激しいトレーニングを必要とするにもかかわらず、体の骨格である骨がすかすかになる骨粗しょう

症になれば、当然、アスリートとしても大成しない。また、将来、子どもを産む機能に障害が起きる不安も生じる。

『無月経』は、バランスの崩れ、『やり過ぎのサイン』であり、選手たちは自分の『体の危険信号』と認識しなければならない。女性の体は、男性の体と違い、子どもを妊娠・出産できる体である。だから、本物の女性アスリートは、「妊娠できる体」として成長していくことが当然のことである。エネルギーが充足し、正常に月経があり、骨密度が高い状態で十分なトレーニングができる「正のトライアングル」が重要だ。このような状況で、しなやかに鍛えられた体は、モデルさんにも負けない美しく洗練された体になる。ジュニア期から、このようなポイントを着実に抑えていくことは、女性アスリートの育成に欠かせない視点である。

ところが、一部の無知なコーチや指導者の中に、「月経が止まって、はじめて一流のアスリートだ！」などと指導している現実がある。科学的な知識不足の指導者たちが、スポーツに憧れ、今まさに花開かんとする若い力の芽を積み、大成を阻んでしまうことになる。これは、あってはならないことだ。今までの指導の仕方を見直し、大切な選手育成に取り組むことが、体育・スポーツの未来につながる。

スポーツの輝ける側面がますます広がり、マイナス面の側面が小さく是正されていくためのビックチャンスとして、2020年を迎えたい。世界には、スポーツはおろか、自分の人生を生きる権利すらもたない女性の存在も多い中で、日本はまだ、充分とはいえないが、世界の中では女性スポーツ先進国ということができるだろう。

女性スポーツ先進国として、少しでも負の遺産をなくすために、様々な分野の専門家が知恵を結集して取り組んでいく必要がある。そして、この営みは、さらなる女性スポーツの発展、女性の地位向上に留まらず、真のスポーツの発展に寄与するものだと信じている。