



©フォート・キシモト

Women's Sports Foundation Japan

WSF Japan News

'00 September Vol.39

- Mail Box / 前略 会員の皆様へ ミツ谷洋子…2
- Interview / 政治の世界でも歴史を作る 橋本聖子さん…3
- Women's Sports / スポーツとセクシャル・ハラスメント 阿江美恵子…6
- Opinion / 時代錯誤のFIVB 高橋昭子…7
- Column / 女子レスリングを五輪の正式種目に 福田富昭…8
- Focus / スポーツ栄養システムとトレーニング効果(上) 中村久子…8
- Hot Line / 会員の広場…9
- Topics / 各紙掲載記事より…10
- Information / 事務局だより…11



女性スポーツ財団日本支部

Mail Box

前略 会員の皆様へ〈第11信〉

WSFジャパン代表

三ッ谷洋子



先の見えない不況のトンネルの中を、倒れないよう何とか走り続けています。このところ会報の発行が滞りがちで申し訳なく思っています。業績悪化に苦しんでいるのは、大企業も同様です。実業団チームの活動を停止したり、手放したりしています。しかし、一方では多くの企業の社会貢献活動も続いています。(社)企業メセナ協議会によれば、上場企業の約2割がメセナ活動をしているとのこと。

～女性たちの支援を続けるエイボン～

社会でさまざまな活動をしている女性を支援している企業の一つに化粧品会社のエイボン・プロダクツ(本社:ニューヨーク)があります。訪問販売で化粧品を売るシステムを初めて導入した会社で、百年以上の歴史を持っています。日本法人ができたのは68年。79年に「エイボン女性文化センター」を設立しました。「社会における女性の地位向上と、広く社会全体の発展に寄与すること」を目的としています。一般的には「エイボン年度賞」が有名かも知れませんが、私は昨年未まで6年間、顧問委員として「年度賞」「グループサポート」などの選考をお手伝いしました。

同社は女性スポーツと非常に深いかわりを持っています。米国本社では77年から世界初の女性マラソン大会を開催していました。日本から代表選手の派遣もしています。この大会の実質の生みの親は当時、広報課長だったキャサリン・スウィツァーです。67年、女人禁制だったボストンマラソンで、係員の制止をふりきり女性初の完走者となりました。その後、女性のマラソン大会を実現するため、女性に理解のある同社に入社し目的を果たしました。さらにオリンピック種目への採用運動を中心になって推進し、84年のロサンゼルス大会で実現にこぎつきました。日本ではオリンピックのたびに男子以上にメダルを期待される種目ですが、こんな歴史を多くスポーツファンに知って欲しいと思っています。

ところで同社日本法人のここ数年の業績は、新聞で知る限り非常に厳しいものでした。しかし、79年から続いている「女性年度賞」の副賞の賞金総額と受賞者の指名団体への寄付総額は共に300万円です。83年からの「グループサポート」に対しては、昨年からは倍額の400万円となりました。この支援活動が日本の女性たちに対して果たしてきた役割の大きさは、毎年秋の「年度賞」表彰ディナーレセプションに出席する第一線の女性たちの豪華な顔ぶれが、物語っています。

～多額のご寄付、有り難うございました～

支援といえば、会員の旗昭二さんから多額の寄付をいただきました。旗さんは日本初のモデルエージェンシーであるソサエティ・オブ・スタイルの創業社長で、現在も銀座の本社で忙しい毎日を送っていらっしゃいます。大学(旧東北大学)では建築を専攻され、野球部で選手としても活躍。卒業後は新東宝を経て巨人軍に移籍し、プロ選手も経験されました。歌が上手な高校生の弟さんをジャズシンガー「旗照夫」として売り出した敏腕マネージャーでもありました。10年ほど前、JOCの委員会で同席した山岸二三夫さん(現日本スポーツ少年団常任委員)のご紹介で、入会していただきました。

久しぶりにお会いすると「ようやくお金ができました。受け取っていただけますか」と、分厚い封筒をテーブルの上に置かれました。「好きなように使ってください」と寄付への一言。WSFジャパンの現状や活動については、会報で十分に理解しているとおっしゃっていました。

来年はWSFジャパンも20周年を迎えます。後に残るような事業のために使わせていただきたいと考えています。昨年、脳梗塞で入院され後遺症が少し残っているとおっしゃる旗さんの、温かいお気持ちに思わず涙が出ました。紙面でもう一度、心よりお礼を申し上げます。「旗さん、ありがとうございました」

Interview

政治の世界でも歴史を作る

橋本 聖子さん



●橋本(現姓・石崎)聖子(はしとけい)さん

写真撮影/高橋昭子

4月12日に無事、せいちゃんを出産し、その一週間後には職場復帰をした参議院議員の橋本聖子さん。女性のオリンピック選手としては小野清子さん(東京オリンピック・体操銅メダリスト)に次ぐ2人目の国会議員です。彼女の妊娠がきっかけで、国会議員の産休制度が認められました。今回は出産前の橋本さんのインタビューです。(編集部注:出産はその1カ月半後でした。)

◇

》政治も耐えることが大切《

—橋本さんは選手として現役中の1995年7月に比例代表区選出で政界入りされたわけですが、きっかけとそのときのお気持ちをお聞かせください。

「義理の兄が衆議院議員をやっていたので、政治は私自身から離れた世界ではありませんでした。30歳になって参議院議員として被選挙権を得たとき、出馬してはどうかと自民党の方に声をかけていただきました。

現役時代、私は病気がちでリハビリをしながらオリンピックを目指していた時期がありました。そんなとき、病院で体の不自由な子供たちと一緒にいることも多く、スポーツをやりたいとできない人たちがいることを身近に感じました。

そんな子供たちが私に夢を託して応援してくれました。いつか、こういう子供たちへ恩返しをしたい、力になりたい。ずっと福祉の仕事はしたいと思っていたのです。ということで、福祉の仕事が直接できるならと決心しました」

—政治にかかわるようになって、予想外のことはありましたか。

「私自身、何ら中身は変わらないのに、政治家イコール悪い人間、とレッテルを貼られてしまうことがありました。『オリンピック選手がなぜ政治家に?』という批判がたくさんありました。オリンピック同様、政治家としても目標をもって頑張ろうとしているのに…周りの

1964年10月5日、北海道生まれ。駒沢大学附属苫小牧高校卒業。3歳からスケートを始める。高校2年生でスピードスケートの全日本選手権、全日本スプリントの2冠を制覇。高校卒業後、富士急株式会社入社。冬季オリンピックには84年サラエボ大会を初め、計4回出場。92年アルバービル大会の1500mで日本女性としてスピードスケート初の銅メダルを獲得。自転車競技にも取り組み、88年ソウル大会では自転車スプリント競技の日本代表となり日本人初の夏、冬両オリンピック出場を果たす。7回の出場数は女子選手として世界最多、日本では男子も含め最多記録。95年、参議院議員自由民主党比例代表区選出。98年、警視庁防衛官の石崎勝彦氏と結婚。

◆ ◆ ◆ ◆

人の見る目が全く違って来るのを感じました。立場が変わっただけで、こちらから働きかける前に先方の都合で壁をつくられてしまうことがあるのだと強く感じました」

—議員を務められて5年になりますが、スポーツ界で培ってきた経験で役立ったことはありますか。

「耐えることだと思います。私の場合スケートと自転車、異なる世界を経験してきました。自転車を始めたとき、やはり多くの批判がありました。スケートの選手が何で自転車にまで、と。

人と違うことをするのは大変です。それをわかってもらうには結果を出さなければだめです。スポーツの世界は結果がすべてです。人より何倍も辛いこと、苦しいことをやることで結果がついてきます。そして、それが嬉しさや喜びにつながります。苦しさとは喜びは裏腹です。良い意味で自分自身を追いつめることで、より大きなものが返ってくる。これは私にとって、とても大きな経験です。



▲ カルガリー大会出場後5種目に入賞 ©フォト・キジト

「すごく思います。海外の選手は、出産をしてから記録を伸ばす人がたくさんいます。それはなぜなんだろうとずっと思っていました。彼女たちは怪物じゃないかと思っていました。自分で妊娠してみて、自分の体を知るこの上ない経験だと感じています。母体として子供との一体感を感じる。

スポーツ選手が、今、自分の体が何を欲しているのか、例えば水を飲みたいとき、肉体が欲しているのか、ただ精神的に欲しているのか、その違いがはっきりとわかる時期がきます。そしてその二つが一緒になって本当に体が欲していることがわかる時が来ます。一流選手になれるかどうかは、こういう部分にも出てきます。自分の体に関して、母体になってからわかること、感じるものが精神的なことも含めて全く違うんです。

今の水泳や体操のように、若年層で戦う種目は難しいかもしれませんが、マラソンやスケートなどのように技術も体力も必要な種目なら妊娠、出産を経験してからでもできるのでは。今になって思うのは、出来るなら出産をしてから現役の選手をやってみたかった。実際には年齢的、立場的に難しい部分があるので、趣味の範囲でまた、スポーツを一生懸命やってみたいと思います」

— 現在は議員の仕事と家庭の仕事と、毎日お忙しいと思いますが、どのように両立されているのですか。

「私の立場を理解してくれたの結婚だったので、周りの協力がありずいぶんと助かっています。主人の連れ子が3人いますが、高一(女)、中二(男)、小六(女)と手はかかりません。主人の両親と一緒に暮らしてくれているので、私が家に帰れないときは面倒をみてくれます。早めに帰れるときはご飯を作ったり、次の日のお弁当の

政治の世界でもいろいろ風当たりの強いことがありましたが、それをいやだと思うのではなく、まず、受けとめて、どうしたらより良い方向へ持っていけるか、風当たりを少なくしていけるかを考える。スポーツでも政治でも同じです。耐えること、努力することが大切です」
— 政治の世界はまだまだ男性社会だと思えますが、女性としてハンディを感じることはありますか。

「今回、私の妊娠、出産ということに対して皆さんが戸惑いを感じているのは確かです。でも、産休制度の問題は、はっきりと声を発するべきだ、と応援してくださる人も大勢いました。国会議員も子供を産み、育て、職務をこなすのは当然だと。

日本には『男は外、女は内』という考えがまだまだ根深くあります。男女平等の制度が取り入れられても、精神的に変わらなければ意味がありません。お互いにないものを理解しあい、思いやる気持ちが大切です。ここが変わらなければ日本は世界からどんどん遅れてしまいます」

《女性是最年長イコール引退》

— スポーツの世界でも女性選手にとって結婚、出産はひとつの分岐点だと思うのですが、現役のときそのように感じたことはありますか。

「23歳のときカルガリー(冬季)とソウル(夏季)オリンピックに出場しました。その後、次のオリンピックはどうしますかと聞かれて、「私は27歳のオリンピックまでやります」と答えたら、周りからは無理だといわれました。今は岡崎(朋美)選手のように30歳近くても頑張っている人がいますが、当時は、23歳の私が日本のトップクラスの最年長で『最年長イコール引退』と頭から決めつけられていました。

(当時の)東ドイツやポーランドには出産をしてメダルをとった選手がいました。日本のマスコミは“外国人選手だからあり得るんだ”と言っていました。考えてみたら、日本ではそこまで思いきってやる選手がいませんでした。応援してくれる人はいるけれど、自分で何となくやりづらいついて感じていた部分もあって、できなかったんじゃないでしょうか」

— 橋本さんは、選手として、またやってみたくらいと思いませんか。

仕度します。子供たちの相談にのったりもします。

土・日のどちらかはなるべく家に帰ろうと思っ

ていますが、比例区の仕事は土・日に地方へ行くことが多いので、難しい部分があります。それでも家族とのコミュニケーションはなるべくとるように努めています」

— ご家族の全面的なバックアップがあるのですね。ちなみに一日の平均的なスケジュールは。
「朝、自宅から来るときは5時に起きて、5時半に家を出ます。車で主人と一緒に出勤します。軽く食べられるお弁当を作っておいて車の中で食べます。途中で主人が出勤(警視庁)して、私は8時頃こちら(議員会館)に着きます。その後、勉強会や朝食会、会議などに出席します。夜遅い会合があると泊まりは議員宿舎なんです。早ければそのまま家へ帰ります。主人も仕事の関係で、帰れるときと帰れないときがあります」

《次の女性のための産休制度》

— 2月22日、国会議員も産休をとれることになりました。橋本さんの妊娠がそのきっかけですね。

「産休をとるのは、私自身のためというより、次の方たちのためという思いがあります。国会が理解を示せば、地方議員の女性が働きやすくなると思います。国会議員では私が50年ぶりの出産だそうですが、県議会、市議会では若い女性の進出が多くなっていて、現在、出産や育児を経験しています。そういったことに、周りからなかなか理解してもらえない、と女性議員たちの声がありました。そういう人たちのためにも理解を得ていかなければいけないと思います。また、今回の制度導入までの動きに、たくさんの方が協力をしてくれました。とてもありがたいことです」

— 出産後1~2週間で復帰される予定とか。

「立場的に仕事を休めない事情もあるのですが、今回、「産休」という言葉への理解を得るために、そしてもちろん自分のため子供のためにも、出来るかぎり休みをとり、出来るかぎり仕事もしていきたいと思っています。ここ(議員会館の部屋)にベッドを入れて子供を連れてこようと思っています」

— 9月にシドニーオリンピックが開催されますが、これまでに7回、オリンピックに出場されて感じたこと、オリンピックに寄せる思いをお聞かせください。また、

シドニーへむけて動いている選手へメッセージをお願いします。

「7回全部そうでしたが、そのときは人生のすべてがこのオリンピックだという思いでした。でも、過ぎてしまうとそれは人生のほんの一部でしかない。一握りもないかもしれない。何年か経ってみたいところは感じられないのかもしれませんが、もちろん、オリンピックにすべてをかける思いはとても大切です。でも、オリンピックでの経験、思いが活かされるのは、そのときだけではない。その後の人生に活かされる。もし、シドニーが自分にとって良い経験でなかったとしたら、もっと素晴らしいものが次の人生に来るでしょう。シドニーがとても素晴らしい経験だとしたら、今度は、それ以上に高い目標を掲げなければ、意味のないオリンピックになってしまうと思うのです。

私自身すごく思うのは、苦しい経験をするからこそ、それに対するご褒美を神様が与えてくれる。でもそのご褒美は、先に与えられることもあるし、

後からついてくることもある。オリンピックを体験することが、先に与えられたご褒美なのか、後からついてきたご褒美なのかを決めるのは自分。自分自身なんです。なぜ、オリンピックに出て、その



▲ '92年、バルセロナ大会 ©フォト・キジト
後どうしていくか。周りに惑わされず、自分でその世界を作っていってほしいと思います」



大変お忙しい中、貴重な時間を割いてインタビューに応じてくださいました。言葉を丁寧に選んで、答える。スポーツに限らず、人生そのものに真摯に向き合っている橋本さんに敬服しました。

バイオニア精神を持ち続ける橋本さんの今後の活躍に期待しています。

(2月23日取材・聞き手/WSFジャパン事務局長・高橋昭子)

Women's sports

スポーツとセクシャル・
ハラメント
阿江 美恵子

大阪府知事であった横山ノック氏が、強制わいせつ罪に問われた裁判で、懲役1年6カ月、執行猶予3年の判決を受けたことは記憶に新しいが、一般社会でさえ性的嫌がらせ（セクシャル・ハラメント、以後セクハラと略す）が罪に値するという認識が、まだまだ乏しい。ましてや一般社会以上に男性優位のスポーツ界のセクハラ対策はどうであろうか。

■表面化するスポーツ界のセクハラ■

セクハラは社会的に弱い立場にいる、つまりほとんどが構造的に弱者の立場にいる女性に対して、男性が行う性差別であると考えられている。具体的には性的な欲求に従わないと、差別的扱いをされる「対価型」と、具体的な不利益は伴わないが屈辱的、敵対的発言や動作が繰り返されることで不快を感じ、個人の能力の発揮に身体的・心理的に深刻な悪影響を及ぼす「環境型」の2つの型がある。（渡辺和子・女性学教育ネットワーク編「キャンパス・セクシュアル・ハラメント」、啓文社 1997）。

スポーツ界でも少しずつセクハラが問題になり始めている。昨年（1999年）の新聞記事から拾ってみると、空手部の指導で女子学生の体に触れた佐賀大学の男性教授が停職（1月）、和歌山県の公立中学校で女子バレーボール部の男性顧問がセクハラや体罰をしたと裁判で認定（5月）、熊本国体で日本クレイ射撃協会役員が女子中学生の身体にさわったことに知事が厳重抗議（11月）などが見られる。男性が女性を指導することが多いので、男性からのセクハラが出現しやすい環境がある。

コーチからのセクハラを回想録のなかで告白したのは旧ソ連のミュンヘン・オリンピック（1972年）体操競技選手のオリガ・コルプトである（1999年6月）。出版物の宣伝というのを割り引いても、そんなこともあるに違いないと思わせるくらい、実は競技選手とコーチの関係は支配-従属関係になりやすいのである。

国立大学では近年、果敢に大学内でのセクハラ問題に取り組んでおり、友人の国立大学の男性体育教員は「授業でちょっと手を触れるだけでも気を使う。手取り足と

りなんてとんでもない。でもどうしても必要な身体感覚的運動指導はセクハラになるのか」などとぼやき、言外にチョット行き過ぎではないかと匂わせた。

しかし、日本の男性たちは、セクハラを感じる女性の苦しさにあまりにも鈍感だったと指摘したい。スポーツ指導者の中には、女性競技者を女性だと思わないと言う方が結構いる。これはどういう意味であろうか。もう少し女性の嫌悪を認識してもバチは当たらない。むしろまだ気の使い方が不十分であるとさえ言えよう。



▲回想録でコーチからのセクハラを告白したオリガ・コルプト（モトリオール五輪での演技一週刊「カイ臨時増刊'76.8.15号」）

また、チアガールの太腿スレスレのアンクル、新体操や体操競技の写真では、競技者を美しく撮影するのではなく、性的鑑賞物として撮っているとしか思えない写真がしばしば見られる。

しかし、オーストラリアの女子サッカーチームが競技強化費用を稼ぐためにヌード写真集を出版したというのは、どう評価すべきであろうか。セクハラに脅える男性を逆手にとった「したたかな」行動と言うべきであろうか。

両性とも自分の性で差別されない、自分の性をきちんと認識する、他の性を尊重する、これらのことが実行されればセクハラは死語となるに違いない。

〈あえ・みえこ〉 WSF ジャパン会員。東京女子体育大学助教授。専門：体育・スポーツ心理学。

Opinion

★★★時代錯誤のF I V B★★★
★★★女子選手は胸やお尻でセクスパピール!?!★★★
★★★高橋 昭子★★★

シドニー五輪が近づいてオリンピック関連の話題が増えしてきたが、今年1月、気になる記事を新聞の片隅で目にした。ビーチバレーの女子選手のユニフォームについてである。五輪を目指す豪州のトップ選手が「9月のシドニーはまだ肌寒いので、小さめのビキニ着用を義務づけているF I V B（国際バレーボール連盟）の規定を破って、水着の上にタイツをはくかもしれない」と発言したことが、物議をかもしたという内容である。

ストーカーや赤外線カメラでの隠し撮りなどが問題となっている現代社会の流れに、完全に逆行している。世の中のフェミニストがF I V Bに乗り込んで行ってもおかしくないと思っている。

F I V Bのプレスリリースを読んでみると、規定では選手の水着はワンピースでもツーピースでもよい。女子選手の長めで幅の広いショーツも、男子の長いショーツもOKとなっている。また、オリンピックを含むF I V Bの大会では、気候条件によってはタイツやトラックスーツの着用も認めており、スポーツメーカーは「天候が変わりやすいシドニー用に、特別なウェアを開発している」とある。さらに、選手代表の意見に耳を傾け既成の規定を少しずつ緩和しており、この選手は規定の理解不足であると述べている。結局、この件は単なる「騒動」として処理されたが、これに関連して、以前にもバレーボールでユニフォームが話題になったことを思い出した。

昨年11月に日本で開催された男女の6人制バレーボール世界選手権大会の記事に、こうある。大会参加の女子5チーム（ブラジル、ロシア、イタリア、ブルガリア、クロアチア）が女子選手のユニフォームの身体への密着度が低いという理由で、3,000ドル（約35万円）の罰金を課せられた。だぶだぶのユニフォームは新しい基準に反するというのである。

その新しい基準によると大きめのシャツはダメで、ボディーラインがしっかり出るようにフィットしていなければならない。また長袖は禁止。女子選手のショーツはブルマータイプではコマネチカットに近いハイレグカット。ショートパンツタイプでは股上5cm以内となっている。

この基準設定についてF I V Bは「男子バレーは国際的にも人気が出てきたが、女子はまだだ。派手な水着姿でプレーするビーチバレーからも刺激を受け、人気アップのために、身体へのフィットや肌の露出にこだわる」と説明する。

女子選手は人気のない分、胸やお尻を強調しろということか。このルールがテレビ映りや観客へのアピールを狙ってのものだとしたら、本末転倒も甚だしい。私も女性の一人として、またスポーツファンとして不愉快極まりない。

選手にとってベストのユニフォームとは、あちこちに気をとられることなく、100%自分のプレーに集中できるもの。だぶだぶだろうが、ぴちぴちだろうが、選手が動きやすく、なおかつそれがチームカラーにつながっていればそれで十分ではないだろうか。

この大会では、The World Most Fashionable Team という賞ができて、女子はハイレグカットのレオタードで試合をしたキューバが受賞し、賞金10,000ドルを獲得した。スポーツはアスリートが鍛え抜かれた肉体と技を競うのであって、ファッションショーではない。デザイン賞があるのはおかしい。



▲"Fashionable Team" 賞を受賞したキューバ

©フォト・キネト
どんなユニフォームであろうと選手がひたむきにプレーしている姿は美しい。テニスプレーヤー、アガシの超バギーなシャツを見て、みつともないという人はいない。それは私たちは彼のシャツではなく、彼のテニスに感動しているからだ。

アスリートが晴れの舞台で着るユニフォームは、ある程度の基準はあっても基本的には選手が決めるべきではないだろうか。何しろ主役は選手なのだから。

Vリーグの試合をテレビで観戦していて、F I V Bで禁止されている長袖を着ている選手や、股上5cm以上あるショーツのチームを目にし、国内には国内の基準があることを発見。ちょっと安心した。

〈たかはし・あきこ〉 WSF ジャパン事務局長

Column

女子レスリングを 五輪の正式種目に 福田富昭

女子レスリングが初めて行われたのは、1950年代のことだといわれています。フランスの女性活動家、ピカベエイ女史が男性スポーツ、特に格闘技について「男性にできて女性にできない格闘技はないはずだ」と信じ、北フランスの片田舎ツルコアン市で柔道の女子選手を集めてレスリングを始めたということです。

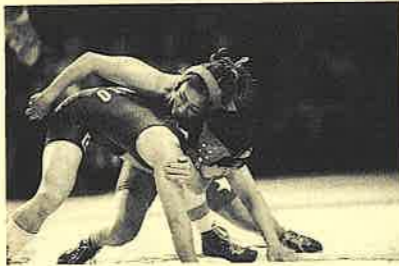
その後フランスを中心に、ヨーロッパ諸国に広がりを見せ、特にスカンジナビア諸国やベネルクス3国、スウェーデン、ノルウェー、オランダ、ベルギー等の諸国が積極的に女子レスリングの普及に努めました。

日本では1984年に日本レスリング協会の組織普及委員会の中に女子部を正式に発足させました。その後、5年間で日本は女子レスリング世界チャンピオンを出せるまでになりました。

昨年、スウェーデンのルレア市で行われた女子レスリング世界選手権大会では、実に25か国が参加して行われ

ました。現在は世界の5大大陸でも徐々に普及して来ました。シドニーオリンピックには残念ながら正式種目には入りませんでした。しかし、2004年のアテネオリンピックには是非、正式種目として認められるよう、女子レスリング実施国を中心として、世界レスリング連盟も動き始めました。

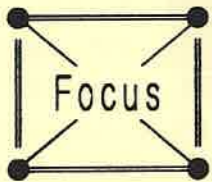
2000年1月、奇しくも女子レスリング発祥の地、フランスのツルコアンで国際女子レスリング大会があり、参加した女子レスラーたち自身が、IOCサマランチ会長宛、オリンピック種目への採用の嘆願書にサインをして提出していたことは印象的なできごとでした。



万五輪では是非
正式種目に!
©フォト・キネト

〈ふくだ・とみあき〉 WSFジャパン会員、全日本女子レスリング連盟理事長

スポーツ栄養システムとトレーニング効果 (上)



21世紀に向けて、私たちの最大関心事の一つは健康ではないでしょうか。現代社会に住む私たちは、3度の食事をきちんととり、適度なスポーツをつづけるだけでは、健康が保たれるという保証はありません。食品には過酸化物質、食品添加物、保存料、着色料などが使われています。これらは体内に入ると、遺伝子や免疫系細胞を傷つけるのです。

また、スポーツをすると体内には活性酸素が発生します。細胞の酸化を引き起こし、病気の原因ともなります。こうしたスポーツのマイナス効果に対して、体を正常にもどし運動能力向上のための「スポーツ栄養システム」を提唱しているのが、米国のファーマネックス社です。天然植物性原料だけを使った栄養補助食品(サプリメント)を開発したのです。薬のような形ですが薬品ではなく、副作用は全くありません。それどころか「医薬品と同等の効果がある」ため最大手の製薬会社が、サプリメントでなく薬として売すべきだと訴えて裁判になり、それに勝訴したことで一躍マスコミの注目を集めました。

スポーツに親しんでいる皆さんにお知らせしたいのは、「アスリートのためのニュートリション」です。全12種のサプリメントのうち、ここでは特に3種について少しご説明します。体内の活性酸素を消去する抗酸化物質を含む「ライフバック」と「オーバードライブ」。内蔵を丈夫にし持久力を向上させる「コーディマックス」です。これらをつつ、どのように摂取しどのような効果が得られるかについては、次回ご説明します。

※資料請求先: ファーマネックス取扱代理店: 中村久子 FAX: 045-974-3944 E-mail: hisacom@jp.bigplanet.com

Hot Line

会員の広場

♥対象は赤ちゃんから障害者まで

佐藤 雅子 (日本3B体操協会 理事)



日本3B体操協会は来年、創立30周年を迎えます。1961年、福岡にて創始者、大迫テル子により始められた3B体操は、体験に基づいて編み出され普及してきたものです。

最も心を砕いた点は、スポーツから一番遠く離れた人たち(運動嫌い、未経験者、健康を害している人たち)に、どうすれば楽しんで続けてもらえるかということでした。そして模索を続けた結果、手具の活用(運動を助ける)、音楽の活用(楽しさや飽きない動きづくりのため)そして誰もが取り組みやすく身体に優しい効果のある繰り返しの動き——を特色とする、現在の3B体操が完成しました。

現在、1,800人の指導者が全国各地の公民館、学校、病院のほか、企業や行政が主催する講座等で活躍しています。対象は赤ちゃんから高齢者、障害を持つ方々まで様々です。指導者と愛好者の生涯学習の成果を発揮する場としては、国体や各種イベントへの出演、全国レクリエーション大会への参加等も積極的に勤めています。この30年間に指導資格を取る年代が30代半ばから40代後半になり、高齢化しています。それだけ女性の体力・気力が充実してきたと受け止め、21世紀の社会でより信頼されるよう、心に期しています。(大阪市)

◆女子の“甲子園大会”を開催

堀 秀政 (市島シニアクラブ 代表)



我々の市島シニアクラブは町内在住者の40歳以上で構成し、次のような目的を掲げ活動しています。

①生涯スポーツ: 各自、どれだけの高齢者になろうとスポーツを続ける。 ②青少年健全育成: 進んで活動支援を行う。 ③ボランティア活動: 協力の要請があれば進んで活動に参加する。

今年②の青少年健全育成の一環として、全国高等学校の女子硬式野球選抜大会を4月1日~3日、町立運動公園で開催しました。女子に目を向けたのも、女性の自主独立の精神の確立とスポーツの底辺の拡充を目的としたからです。今後は女性だけの役員、審判員、ボランティアが中心となり、長く続けられる事を願っています。

現在のスポーツは男性主体の中に女性スポーツがあるように思えてなりません。これでは女性は男性についていくだけ。付録に過ぎません。今後いずれかのスポーツが女性主体の大会、女性専用の施設が出来ることを期待しています。女性選手に男性の監督・コーチが早く無くなることを願っています。(兵庫県市島町在住)

♥女性が活躍の超長距離水泳界

大貫 映子 (海人(うみびと)クラブ 代表)



南半球の豪州は日本と季節が逆。それを利用して日本が冬の時にもう一度、夏を楽しもう!と、西豪州パースで行われているオープンウォーター水泳(OWS=自然の水場、海、河での長距離泳)大会参加ツアーを企画しています。

2月には、今や世界最大規模の海峡横断水泳大会となった「ロットネス海峡スイム」へ、日本から7チーム(スイマー18人と、そのサポーターを含む総計24人)が参加しました。種目は単独泳、2人リレー、4人リレーとあり間口は広くルールも柔軟な大会です。今回、3回目の単独泳に成功した尾辻朝美さん(35)が、自己ベストの5時間59分11秒をマークし、女性14位となりました。尾辻さんは仕事をやめて、この日のために3カ月間、現地で泳ぎ込みました。日本では国際福岡OWSの25kmで、唯一の日本人女性3年連続出場者。

この他、リレーは全チーム完泳。全員女性で4人の合計年齢が160歳以上というクラスでは、日本からの「ポコアポコ」チームが1位でした。陸上の女子マラソンのように、水の世界でもこうした超長距離に必要な精神的なタフさは、30~40代の女性の見せ所かも知れません。実は西豪州WSF前事務局長のマリアン・ペイトンさん(40代)も参加し、5時間台の前半のタイムで、好成績を納めました。(東京都渋谷区在勤)