

中学の部活動の現場から

大月 千晶

中学校の陸上部の顧問として、駅伝で女子生徒と念願の近畿大会へ出場。良い結果に喜びつつも印象に残ったのは、予想以上に少ない女性指導者と、まだまだ子どもの体型の細い細い女子選手たちでした。そのことがきっかけで、私はWSFジャパンに入会しました。

「女性」を否定する男性指導者

あの大会から一年半、女子長距離界は中・高校においても、ブームによる選手層増加の一方で、気になる面が数多くあります。中学では、子どもの体型から女性の体型に変化し始めると、指導者たちの会話は、「太ったからだめだ」「中学も三年になるとだめだ」。「そこでは、この年代の女子生徒がかかえている思春期の不安定な精神面を考慮した言葉や、食事面のアドバイスはほとんど聞かれません。

さらに高校で競技を続ける一部の選手には、中学以上にハードな練習が待っています。生理（月経）が止まってしまふこともあると、よく耳にします。ここでもまた指導者の間では「生理があるようでは練習が足りない」「今な

くても競技生活をやめれば、またあるようになるから」といったことが囁かれています。

選手たちにしても生理がないのは楽だということ、自分が無月経であることに全く無頓着な高校優秀選手がいるということも聞きました。たとえ生理痛などで体調が悪くても、相談する相手はほとんど男性指導者という現実の中では「病気ではない」の一言で片づけられ、選手が本音で体のことについて話をする機会は持てません。



▲駅伝で近畿大会出場を決めた大月さん（右列後）とメンバー

とにかく、今を少しでも速く走ること、指導者も選手も全神経を使い、女性の体として本来あるべき生理のこたとさえにできない現状。正常に機能し

ていない体で、記録の向上をめざし走る若い女子選手たちの姿を想像したとき、本当の強さを感じないのは、私だけではないはずだ。

日本陸上競技連盟が発行した「ハッピアスリートをめざして」（前号で紹介）編集部）は、私など待ってましたとばかりに期待を寄せた本でした。しかし、現場では知らない人、無関心な人が多く、また一部にはそういう本を選手に見せたがらない「寝た子を起すな」式の考え方をしている指導者もいないとは言いきれません。

指導現場で必要なこと

しかし、もちろん「真の強さ」をめざしている指導者もいます。陸上競技の雑誌には、栄養面から無理のない減量を考えたり、生理のことなども大切に考え模索している男性指導者が紹介されています。

このほか、中・高校の指導者の悩みとして私も含め切実な問題があります。顧問である前に教師であり、時間的な制約が常にあることです。一週間に一度も部活動に顔をみせずという時も当然あります。そんな環境の中で、疑問

活況を呈している女子陸上長距離界。その一方で「病巣」も根深くなりつつあるようです。女子中学生の指導者はどんな悩みを抱えているのでしょうか。

や不安を持ちながらも、指導者や選手は練習に前向きに取り組んで具体的な知識を得たいと思っています。例えば、女子選手が気楽に相談にいける婦人科は近くにあるのか。貧血や無月経にならないよう体脂肪を減らすにはどのような方法があるのか。家庭の経済的な負担も考慮した上での定期的な血液検査の間隔はどのくらいが適当か。特別メニューでなく家庭での食生活に生かせる栄養の本（中学生でも読める）はないか。

私も以前は、競技を記録の面からばかり考え、男性指導者に負けないように声を張り上げて指導してきました。が、ここに来てやっと女性指導者として違った角度から競技を考え、じっくりと生徒と接することができるようになってきました。スポーツについて専門的な勉強をしていない私には、今後まだまだ課題が山積みですが、男性指導者ともっと気楽に女子選手の話ができ、明るく強く走り続けられる選手が一人でも身近な所から増えていってくれればと願っています。

〈おおつきちあき〉 神戸市立鴨台中学校数学科教諭、WSFジャパン会員