

COMEBACK 女子柔道プロジェクト

「女性未来ミーティング2020」実施報告書

開催日	2021年 ①1月3日(日)・②2月7日(日)
開催方法	オンライン(ZOOM)
参加人数	① 17名 ②14名(学生5名)

【 目的 】

昨年度より、本県では様々なライフスタイルに合わせ、柔道を「する・みる・支える・知る」といった視点で関わっていただける人材を発掘・女性柔道の普及振興を目的とし活動いたしております。

【実施内容】

今年度はコロナ感染へのリスクなく安心・安全の環境下で活動に参加していただく為にオンラインセミナーを実施。また、昨年度の活動後の課題として「どこで柔道をしているのか分からない・柔道をしたが参加方法が分からない」とのことから簡単に県柔連HPにアクセスできるようにポスターイラストを募集・作製(QRコードを記載)を行いました。

① オンラインセミナー：テーマ「柔道とヨガ」「郷土を感じる」

東京在住でヨガインストラクターの門脇みな美先生(島根県出身)と繋がり、ヨガセミナーを実施しました。

参加者は柔道経験者・保護者・未経験者といった幅広い方々に参加していただきました。また、オンラインということで県外の島根県出身者にも参加していただきました。(愛媛・東京・宮城)



参加者からは

・久しぶりに島根県の柔道に携わられている皆様のお顔も拝見できて、とても懐かしく、今回のテーマの1つでもあった「郷土を感じる」ことができました。

・近年柔道から遠ざかっている者からすると、激しく柔道をするのはハードルが高いですが、ヨガだと気負いせず、仲間とともに楽しく心身をほぐすことができ、柔道とも人とも繋がりを保てる素敵な取り組みだなと思いました。

・島根県柔道連盟が様々な活動をしていてビックリしました！
また色々と参加させてもらいたいです！

・すごくよかったです！またぜひヨガしたいです。とても気持ち良かったです！懐かしいお顔が拝見嬉しかったです！

・柔道からは長く離れているのですが、柔道界のみなさんにごく自然に受け入れていただけて嬉しく思いました。

・柔道を「する、みる、支える、知る」といった、柔道との様々な携わり方を受容し、今回のように一緒に活動できる場を提供して頂けるのは、凄く有り難いです。ヨガは、柔道を楽しむ前段階としても、とても良いなと思いました。今後も、柔道をするだけでなく、どの方面の人も参加できるような活動も取り入れていただけると嬉しいです。

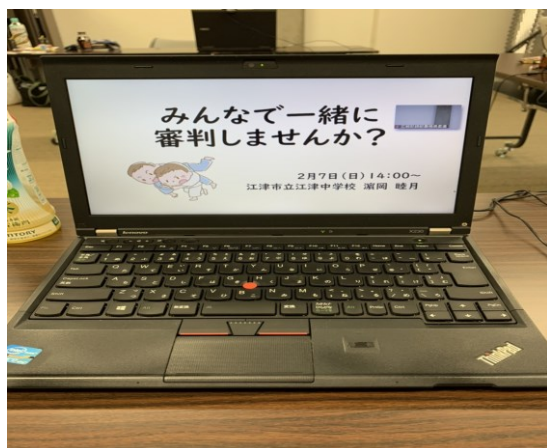
門脇先生自身「地元に貢献したい・何かお役に立てないかな」と模索されておられ、こういった繋がりを通して、今後も島根県の活動に協力したいと言っていました。

県外でも活躍されている方と繋がり、色々な視点で柔道を見つめるきっかけになりました。先生より「ヨガを通して、素直に今の自分を受け入れる」とお話ししていただき、柔道との共通した部分に共感いたしました。

② オンラインセミナー：テーマ「審判・ルールを身近に感じてみよう」

本県柔道連盟審判長：濱岡睦月先生より現状のルール・今年度4月からの変更点等、動画を交えて大変分かりやすく説明していただきました。

参加者は審判活動をされている方・今からライセンスを取りたいと思っている方・競技者・観戦を楽しんでおられる方・など様々であり柔道の楽しみ方の幅を広げる良い機会にもなりました。



参加者からは

- ・ 審判活動が今年度は少なく審判の感覚が忘れそうでしたが、いい機会になりました
- ・ 審判目線で試合を見たことがなかったので緊張しました
- ・ 今年度はあまり試合がなく審判をする機会があまりなかったので改めて学ぶことができて本当に良かったです。
- ・ 自分が知らない反則があったのでとても勉強になりました
- ・ 柔道についてより考えるきっかけになった。また、ルールをしっかりと理解することで自分の柔道に良い影響を与えることができたと思った
- ・ 自分の知らない事や、抑え込みや技の判断が難しく、知る良い機会になりました
- ・ 映像を見ながらとはいえ、すごく緊張しました。でも、審判は4人ですものという話を聞いて、安心しました。でも、やっぱりまだまだハードルが高く感じました。
- ・ 審判の難しさがよく分かった。自分も審判資格をもっているが、経験を積むことはもちろん、たくさんの試合を見て勉強していく必要があると感じた。また今まで自分が試合をできてきたのも、ルールの下、試合をさばいてくださる審判員がいたからだ、改めて感謝しなければならないと思った。

③ ポスター作製

簡単に身近にある稽古場所を検索できるようにイラスト募集しポスターにQRコードを掲載し作製

1：11月 県柔連HPにて「女子柔道のコーナー」を作り、あわせてポスターイラストを募集

2：2月 会長・理事長・女性指導推進のメンバーで選考・ポスター内容の決定



県内運動施設・教育現場・道場へ掲示していただけるように依頼予定

【参加者へのアンケート】

Q：女性が柔道をより身近に（ライフスタイルの一部として）取り入れるには、どのような方法があると思いますか？または、弊害となっているものは？

・形の普及活動

（柔道の乱取り・試合となると、歳を取ってからは、なかなかやろうとは思わなくなってくる）ダイエットや美容目的の要素を取り入れた練習内容（細くて可愛くて、でも強い！）

・見るのを楽しむのが目的なら、YouTube やテレビでいいと思うのですが、健康目的で自分ひとりやろうと思うと、まず今の環境で通える道場を探すところからで、なかなかハー

ドルが高い感じがします。

競技者として本格的に取り組むのが目的だと、道場や先生も選ばないといけない気がします。ますますハードルが高い気がします。

とくに未経験で、大人になってから取り組むとなると、危ない、怖いイメージもあって、女性はとくにいきなり始めるのは壁がある気がします。

- ・女性は結婚をして、子育てや家事をしなくてはいけない方が多く、柔道をする時間等が取れなくなる。なので、お子さんと柔道場に行き、柔道の楽しさを教えてほしいです。
- ・女性の柔道人口は少ないうえに柔道は一人ではできないので、場所や機会を準備するだけでなく、積極的に声をかけて人を集める行為が必要だと思う。また、競技としての柔道だけでなく、形の練習や子どもの柔道指導なども楽しめる柔道をやってみたいと思う。
- ・行った道場が自分一人で行っても安心できる場所になるまでは、気軽に話すことの出来る人が側にいてくれること。離れると「ここは私が居て良い空間なのだろうか・・・」と不安になると思います。稽古は、一人で道場に来ることが出来るようになってから！で良いかと思います。弊害は、格闘技のイメージだと、痛い、恐いだと思いますのでまずはやはり道場と柔道に慣れることだと思います。あと子どもがいると、決まった日時に出かけにくくなるのはあると思います。
- ・家事や育児がまだ女性中心の社会なので、子どもを気軽に連れていける環境作り。
- ・女性の活躍をSNSなどで取り上げ、誰でもできることを色々な人に知ってもらう。

Q：未来の島根県柔道はどのようなになっていることを望みますか？

- ・本格的に競技者として頑張りたい人のための環境（人、施設など）がきちんとある。
- ・体を動かすことが目的で、長くたしなみたい人が柔道を楽しめる環境がある。
- ・子どもが、柔道やってみたい！と思うきっかけになる、子どものための場所がある。
- ・いつでも誰でもウェルカム、「はじめまして」「久しぶり」でも入りやすい、オープンマインド。
- ・柔道との出会い、経験を大人になって0にせず、生涯柔道を実践しやすい機会・場の提供

や繋がり。

- ・月に一度、19時より夜間練習会を行っています。仕事終わりのOGに声をかけていましたが、最近は小中学生が多くなってきました。来る人は楽しそうに柔道をしています。そういう練習会がもっと出来ると良いですね。
- ・柔道人口が増え、日本だけでなく世界で活躍する人や、柔道を心から楽しむ人が増えている。
- ・人口は多少減少するかもしれないが、競技力の向上だけでなく、柔道精神（精力善用・自他共栄）を学びながら、幅広い年齢の人が柔道を楽しめるような未来。所属などに関係なく練習できる場所や機会がたくさんあるといいと思う。

【 課題と今後 】

- ・コロナ禍で活動が難しい状況下においてオンラインを活用することで、手軽に参加していただくことができた（県外在住者・移動時間無い・親子参加可能）
- ・今回は参加していただく方を「知り合いの知り合い」の形での募集となった（SNSで募集すると企画目的と一致しない方の参加も考えられる。プライバシーの管理問題等のリスクがある為）
- ・参加者がほとんど女性になったが、普及振興活動の為にも多種多様な方々の参加が必要となる。（競技者・経験者のみならず。男女問わず）

県柔連会長・理事長をはじめ役員の方先生方大変お世話になりました。今後ともより「する・見る・支える・知る」の視点で個々のライフスタイルにあった活動を継続し女性柔道の普及振興に努めていきます

また昨年度より引き続きこのような機会を頂き、全日本柔道連盟の女性柔道推進委員会の皆様に感謝申し上げます。

島根県柔道連盟 永井康子