

令和7年度

第22回 東京都高等学校体育連盟

研究大会 紀要



期日 令和8年2月14日(土)
会場 国立オリンピック記念
青少年総合センター
小ホール

主催 東京都高等学校体育連盟
主管 東京都高等学校体育連盟研究部
東京都高体連ホームページ

<http://www.tokyo-kotairen.gr.jp>

令和7年度 第22回 東京都高等学校体育連盟 研究大会

表紙 デザイン協力

東京都立小平南高等学校 美術部 2年 木藤日南



今こそ、慣例や前例からの脱却を図る部活動教育を目指して

東京都高等学校体育連盟

会長 小高 潤子

本研究大会の開催にあたり、企画・運営に尽力された関係各位ならびに、研究発表された全ての先生方に深く感謝を申し上げます。

さて、本研究大会は、本連盟における体育・スポーツ活動の充実と発展を目的として開催されており、研究成果の共有をはじめ、具体的な指導方法に至るまで、教員相互に研鑽を深める貴重な機会となっています。近年、高等学校における運動部活動を取り巻く環境は大きく変化し、部活動改革の推進に伴い、持続可能な運営体制の構築や地域との連携が求められています。スポーツ庁及び、文化庁においても、「学校部活動及び新たな地域クラブ活動の在り方等に関する総合的なガイドライン」を策定し、各都道府県の自治体や各学校へ地域移行を進めているところです。

特に、中学校の部活動が令和8年度からの6年間を「改革実行期間」と位置づけ、「休日については次期改革期間内に原則、全ての部活動において地域展開の実現を目指す」ことから、地域全体で部活動を支える新しい在り方が広まろうとしています。

このような現状を踏まえ、高等学校における部活動は、量的、時間的な積み重ねに重きを置くことなく、個々のニーズに応えるべく、生徒の生命と健康を守る目的を踏まえた上での学校と地域がタッグを組んだ支援体制が必要となりました。併せて、教職員の働き方改革の観点から、指導の質を維持・向上させる適切な業務遂行についての検討も不可欠です。

こうした状況の中、令和8年1月15日、16日に「常識をアップデート！」～部活動の新たな視点を探る～を掲げた第60回全国高等学校体育連盟研究大会が開催され、各校の最先端の取組が発表されました。各分科会では、時間を惜しむことなく熱のこもった議論が展開され、この全国大会の主題とも深く通じるものとなり、変化の激しい時代だからこそ、高等学校体育・運動部活動の在り方を再考し、実践を更新していく重要性を示すものとなりました。

結びに、本研究大会および本研究紀要を通して、得られた知見を全国に発信することは、生徒数や学校規模の多様性、都市部特有の教育環境を有している東京都にとって重要な責務であり、各校が実践した取組により明確となった課題が全国の高等学校における教科「保健体育」を考える上で大きな示唆を与えると期待し、挨拶とさせていただきます。

令和7年度 第22回東京都高等学校体育連盟研究大会 役員

会長	小高 潤子								
副会長	畑澤 正一	浅見 浩一郎	高取 克明	清水 直樹	堀川 勝史	山田 智美	山室 俊浩		
	梶原 敏幸	高見澤 健吾							
参与	池戸 成記	高野 幸代	牟田 浩	鞠子 智秋	横山 彩	渡辺 洋司	栞原 信一郎		
	田中 康之	松ノ井 覚	松谷 茂	高松 久一	各専門部部長				
委員長	高取 克明								
副委員長	田中 康之	鞠子 智秋	森 政憲	中島 弘貴					
委員	竹内 宗章	堀越 和彦	阿部 一臣	田中 隆晴	中村 豪介	小嶋 信太郎			
	坂入 崇	関野 泰之	秋月 隼	真鍋 健治	篠原 大生	相馬 芳紀	大倉 由尚		
	各専門部代表	研究部委員							

運 営 役 員

総務	田中 康之
総務員	中島 弘貴 森 政憲
渉外・接待	東京都高体連事務局 田中 康之 中島 弘貴
会場(来賓席確保)	小嶋 信太郎 阿部 一臣 堀越 和彦
会計	篠原 大生 相馬 芳紀
紀要	田中 隆晴
表紙	東京都立小平南高等学校
記録(ビデオ撮影)	阿部 一臣 坂入 崇
受付	秋月 隼 相馬 芳紀 関野 泰之
司会者	鞠子 智秋
報告者	(全国研究大会報告)
	第一分科会 田中 隆晴
	第二分科会 堀越 和彦
	第三分科会 阿部 一臣
	課題研究 中島 弘貴

発表者

「東京都高校アメリカンフットボール公式戦運営における安全対策と Shoulder Tackling の取り組みについて」	アメリカンフットボール専門部 中村 豪介 (麻布高等学校)
「教育研修大会」	ハンドボール専門部 奥 正克 (東京都立野津田高等学校)
「柔道競技における強化と普及上の課題」	柔道専門部 金持 拓身 (桐朋高等学校)
「事故防止を視野に入れた部活動練習への提言」	水泳専門部 堀川 祐司 (千代田区立九段中等教育学校)
「東京都におけるバドミントン競技の現状と課題」	バドミントン専門部 津田 弘毅 (東京都立南平高等学校)
「部活動の活性化～東京都の剣道部を例に～」	剣道専門部 松坂 輝夫 (東京都立葛飾商業高等学校)

【紙上発表】

「インターハイ大会分析報告」	東京都高体連研究部 第一分科会
	サッカー専門部 小嶋 信太郎 (都立三田高等学校)
	田中 康之 (都立小平南高等学校)

令和 7 年度
第 22 回東京都高等学校体育連盟研究大会
開 催 要 項

- 1 趣旨 東京都高等学校体育連盟に加盟する各専門部の体育・スポーツ指導者の資質向上を図るために日ごろの研究、指導の成果を発表するとともに高体連の直面する諸問題について情報交換し、高等学校教育の一環としての体育・スポーツの振興発展に資する。
- 2 主催 東京都高等学校体育連盟
- 3 後援 東京都教育委員会
- 4 主管 東京都高等学校体育連盟研究部
- 5 期日 令和 8 年 2 月 14 日（土）13 時 30 分（受付）14 時 00 分～16 時 00 分
- 6 会場 国立オリンピック記念青少年総合センター 小ホール
〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町 3-1 小田急線 「参宮橋駅」下車 徒歩約 7 分
- 7 参加者 東京都高等学校体育連盟加盟校の体育・スポーツ指導者 東京都高等学校の部活動に興味関心を持つ指導者・研究者・学生
- 8 内容（1）全国高体連研究大会 3 分科会からの報告
（2）講話「トラブル対応の第一歩 弁護士への相談の効果的な進め方」
～部活動・大会運営のトラブルを防ぎ、適切に対応するために～
講師 上杉 昌隆 氏（弁護士 桜田通り総合法律事務所）
（3）東京都高体連 6 専門部からの研究発表
※各発表テーマ・講演内容は、<http://www.tokyo-kotairen.gr.jp> に掲載します。
- 9 時程 13 時 30 分 受付
13 時 45 分 研究部全体委員会
14 時 00 分 開会式
14 時 05 分 講話「トラブル対応の第一歩 弁護士への相談の効果的な進め方」
15 時 00 分 休憩 —（5 分）—
15 時 05 分 全国研究大会報告各分科会 報告、各 3 分
15 時 25 分 東京都高体連専門部 研究発表、各 5 分
(ハンドボール、アメリカンフットボール、バドミントン、柔道、剣道、水泳)
15 時 55 分 閉会式

10 参加申込み

参加希望されているすべての先生方は、下記申込 URL もしくは QR コードを読み込み、個々に申し込みください。

申込 URL

<https://forms.gle/TTyk1kyKHkFaw3mQ6>

QR コード



申込期限 令和 8 年 1 月 14 日（水）入力締切

申込問い合わせ先 〒176-0023 東京都練馬区中村北 4-8-26 富士見高等学校 中島 弘貴 宛
TEL 03-3999-2136 FAX 03-3999-2129 h.nakajima@fujimi.ac.jp

【講演】

「トラブル対応の第一歩 弁護士への相談の効果的な進め方」
～部活動・大会運営のトラブルを防ぎ、適切に対応するために～

講師 上杉 昌隆 （弁護士 桜田通り総合法律事務所）

論題「トラブル対応の第一歩 弁護士への相談の効果的な進め方」

副題 部活動・大会運営のトラブルを防ぎ、適切に対応するために

桜田通り総合法律事務所

弁護士 上 杉 昌 隆

弁護士への相談の効果的な進め方

1. トラブル発生を未然に防ぐには
2. 相談のための事前準備：情報の整理
客観的な情報をまとめることの重要性。
 - ① 時系列のメモ
 - ② 関係図の作成
3. 「何をしてほしいか」の明確化と弁護士ができること
「建物を明け渡して欲しい」「賃料を上げたい」「相手に謝らせたい」「お金を請求したい」「とにかく今の紛争を終わらせたい」「訴訟での解決はしたくない」「刑事事件にできないか」等、自らが希望するゴールと実現可能性
4. 相談における資料の確認（証拠の確認）～どのような資料が必要か
5. 相談中の注意点～リスクの所在を正直に伝える
6. 費用（弁護士費用）の確認
7. どのような弁護士に委任すべきか
8. 部活動や大会運営で想定されるトラブル例
 - ①不当な処分・排除・出場資格の問題
※処分の結果とプロセスの双方の検討
 - ②ハラスメント・体罰
 - ③事故・怪我（安全配慮義務）
 - ④その他、SNS や写真・動画問題等
9. 具体的な「落としどころ」を探る
10. その他

「東京都高校アメリカンフットボール公式戦運営における安全対策と Shoulder Tackling の取り組みについて」

東京都高等学校体育連盟アメリカンフットボール専門部

麻布高等学校

中村豪介

はじめに

アメリカンフットボールは身体接触を伴うコンタクトスポーツであり、特に高校生年代においては選手の安全確保が極めて重要な課題となる。本論文では、東京都における高校アメリカンフットボール公式戦運営における安全対策の現状と、選手の脳震盪及び頭部・頸部損傷予防を目的とした「Shoulder Tackling」技術の導入・運用について、図表や統計データを交えて客観的にまとめ、現状の取り組みと今後の方向性について述べる。

1. 高校アメリカンフットボールの現状と安全対策の重要性

東京都のアメリカンフットボール部を持つ学校は現在 29 校で現在 776 名の生徒が競技を行っている。コンタクト伴う競技特性上、外傷リスクや気温が高い時の熱中症リスクなどが少なからず存在する。そのため、公式戦運営における包括的な安全対策が行われている。

2. 公式戦運営における安全対策の現状

公式戦運営では、以下のような具体的な安全対策が実施されている。

- ルール遵守の徹底（頭部への危険なタックルの禁止、ターゲティング規定の厳格化）
- 防具・ヘルメットの適切な管理・定期点検
- 安全対策セミナーの実施（指導者・選手・チームスタッフ向け）
- 秋季公式戦の開催時期の配慮（9 月下旬開催）
- アイスバスの設置（熱中症対策）
- トーナメントの分類化（通常トーナメント・マスタリートーナメント）
- 試合時間の流動的な変更（1Q10 分→8 分）
- 選手の健康管理のためのタイムアウト設定（1Qにつき 1～2 回）
- グラウンド整備（安全な人工芝での試合開催）
- 医療体制の強化（ゲームドクターの帯同、チームトレーナー帯同、担架・AED の設置）

医療体制に関しては、試合の各段階に応じた準備および対応が不可欠である。まず「事前準備」段階においては、防具の点検およびチームの健康状態の調査を実施し、各試合会場ゲームドクターの手配を行う。また、試合会場にはドクターバッグ、担架、ならびに AED（自動体外式除細動器）を設置し、緊急時に迅速な対応が可能となる体制を整える。

「試合当日」には、救急医療体制の再確認を行い、負傷者が発生した場合には速やかに応急処置を実施する。

また、選手の健康状態を継続的に観察し、復帰の可否についてチームスタッフに対して的確な助言を行う。さらに、ゲームドクターが現場に帯同することにより、現場対応の迅速化および的確化が期待される。

「試合後」には、負傷者に対する継続的な対応を実施し、外傷等の発生報告を取りまとめる。加えて、試合を通じて明らかとなった課題や改善点をチーム内で共有し、次回以降の安全対策に反映させる。この一連のプロセスを通じて、選手の安全および健康を確保するための医療体制が確立される。

事前準備	試合当日	試合後
防具点検・健康調査	救急体制確認	負傷者対応
担架・AED 設置	負傷者への処置	外傷報告
ゲームドクター手配	選手状態観察	改善点共有

3. Shoulder Tackling の取り組み

（１） 技術的解説と導入背景

アメリカンフットボールのショルダータックリングは、頭部への衝撃リスクを大幅に防ぐために導入された。米国での安全基準見直しを背景に、日本でも 2017 年以降、大学や高校を中心に普及が進んだ。タックルを行う際は肩と胸で当たり、頭部を外し、体幹と重心を安定させる。日本アメリカンフットボール協会は、講習会や教材の整備し、東京都だけでなく全国的にこの技術を公式戦および日常の練習に取り入れている。

1. 頭部を上げて視線を前方に保つ
2. 背筋を伸ばし、体幹を安定させた姿勢で相手に接近
3. 肩から胸で相手に当たり、相手の進行方向と反対に頭部を外す
4. 足をしっかり踏み込み、重心を低く保つ
5. 両手で相手を包み込むようにし、しっかりとホールド（バインド）
6. タックル時は絶対に頭を下げない
7. 相手の動きをよく観察し、無理な姿勢や不意の衝突を避ける

（２）指導方法とサポート体制

- 指導者及び選手向け安全対策講習会及び合同練習会の定期開催
- 選手への実技指導（動画教材・実演）
- 練習時のフォームチェック、映像フィードバック



Shoulder tackle の写真

(3) アメリカンフットボールのヘルメットの進化

アメリカンフットボールにおけるヘルメットの進化は、選手の頭部保護および安全性向上を目的として、時代とともに段階的な発展を遂げてきた。初期のヘルメットは 20 世紀初頭に登場し、主に革製で構成されていたが、衝撃吸収性に乏しく、実効的な保護機能は限定的であった。その後、1940 年代にはプラスチック素材が導入されることで、耐久性と保護性能が著しく向上した。1970 年代以降は、パッドやエアクッションを内部に備えた構造が標準となり、脳震盪等の頭部外傷リスク低減に寄与している。近年では、多層構造の採用やセンサー搭載型ヘルメットの開発が進み、さらなる安全性の向上が図られている。近年ヘルメットに着用するヘルメットカバーも発売され、練習時の衝撃緩和の一助となっている。

図 1 に、アメリカンフットボールヘルメットの進化を示す代表的な例を示す。



図 1. アメリカンフットボールヘルメットの進化（左：プラスチック製、中央：現代型多層構造、右：ヘルメットカバーを装着したヘルメット）

このようなヘルメット技術の進化は、安全なタックル技術と相まって、競技者の頭部外傷発生率の低減に貢献していると言える。

東京都公式戦における外傷総数に対する脳震盪発生割合の推移（関東 AF 高校連盟外傷報告より）

年	割合
2018	7.5%
2019	8.8%
2022	6.3%
2023	6.5%
2024	4.8%

4. 今後の方向性

安全対策およびショルダータックリング技術の普及により、高校生アメリカンフットボール競技における事故リスクが着実に低減している点に着目した。加えて、近年では高校生選手の筋力向上に関する取り組みおよびヘルメット等防具の技術的進化が、競技環境の安全性向上に大きく寄与していることが示唆される。今後の安全対策における方向性として、以下が挙げられる。

- 新規指導者および選手に対する継続的な安全対策指導の構築
- 安全な技術指導の均質化
- 練習時のコンタクト制限
- 選手の筋力・体力向上に向けたトレーニングプログラムの充実および普及
- 最新ヘルメット及び防具の導入及び普及

特に筋力強化の意義については、選手自身の身体的耐久性向上だけでなく、タックル時の頭部および頸部への衝撃低減にも有効であると考えられる。現場においては、頸部を中心とした専門的な筋力トレーニング指導を行い、安全なフォームおよび身体の使い方の習得が医師からも推進されている。

ヘルメットや防具に関しても、衝撃吸収材や形状における技術的進化、ならびにフィット感向上を目的とした最新モデルの導入が進展しており、頭部外傷リスクの低減に大きく貢献している。今後の方向性としては、デジタル技術を活かしたフォーム解析、練習時のコンタクト制限など全国的な安全基準の統一、最新防具の標準化など、より高い安全管理体制の確立が期待される。

5. まとめ

東京都における高校アメリカンフットボール公式戦運営においては、ルール遵守・設備管理・医療体制強化を含む安全対策が多角的に展開されている。Shoulder Tackling についての技術の導入に加え、筋力トレーニングの充実およびヘルメット技術の革新が、外傷リスクの軽減に顕著な効果をもたらしていると考えられる。今後も安全対策講習会の定期開催、合同練習会などを活用した指導改善など、具体的な取り組みを通じて、より安全な競技環境構築を継続して行う。

参考文献

- 日本アメリカンフットボール協会（2024）『安全対策ガイドライン』
- 「アメリカンフットボールにおける Heads Up Tackling (HUT) 指導 プログラムがタックルの安全性およびパフォーマンスに与える影響」 松尾 博一, 山田 幸雄, 増地 克之, 松元 剛
- 「脳振盪予防におけるアメリカンフットボールヘルメットの 可能性 Potential of American football helmets in concussion prevention」 山元 勇樹, 福田 崇 原 賢二
- 関東高等学校アメリカンフットボール連盟 安全対策委員会 『外傷報告集計（2017～2024）』

「教育研修大会」

東京都高等学校体育連盟ハンドボール専門部

東京都立野津田高等学校

奥 正克

1. はじめに

競技人口が少なく、俗に言う「マイナー競技」に分類されるハンドボール競技は、競技人口の増加という点でいうと、バスケットボールやバレーボールと比べてもあまり有利な立場とはいえない現状がある。ただ、そうであればこそ、クラブチームや中高の部活動指導者のハンドボール指導は熱心であるともいえる。

今回の発表では、ハンドボール専門部の活動のうち、とくに強化普及委員会の取り組みについて紹介したい。高校のケースに限定されるが、指導者のいないチームでもハンドボールに一生懸命取り組める環境を整備することが、強化普及委員会の大きな役割であると考えているからである。

2. ハンドボール専門部の組織

東京都高等学校ハンドボール専門部（以下ハンドボール専門部と記す）は、男女同一の専門部である。総務委員会・競技委員会・審判委員会・強化普及委員会・会計委員会で組織される。各分掌の委員長経験者から専門部副部長を4名、互選によって選出している。また、部長は専門部に所属する都立高管理職が就任するのが通例となっている。卓球専門部のように副部長を「委員長」と位置づけている競技の専門部では、委員長が担当する業務が多岐にわたるかつ集中しているケースも見られるが、それと比べるとハンドボール専門部では業務は分掌ごとに分担されているので、関東大会・関東選抜大会のような大きな大会もスムーズに運営できているといえよう。

つぎに、常任委員の選出方法を示そう。改選は2年ごとである。改選の年の前年の最後の常任委員会（通例は1月）に、常任委員が有望な人物を推薦人として推薦し、翌年度4月の常任委員会で承認するという流れで、人材を確保している。2025年度現在では常任委員48名のうち体育以外の教科の教員が17名いるというのもハンドボール専門部の特徴の1つといえよう。

それでは、以下にハンドボール専門部の各委員会の概要を示そう（令和6～7年度）。

① 総務委員会 常任委員10名

…チーム登録の管轄、各大会などの表彰の管理、高体連ハンドブックの作成・送付など

日本ハンドボール協会の選手登録の窓口ともなっている

② 競技委員会 常任委員12名

…秋季新人大会・春季関東大会予選・総体予選の会場確保・運営など

ベスト8決定戦からは体育館で試合が行われるため、その確保は大変である。また、屋外開催もあるため、雨天順延の場合、大会運営は非常に困難になる。

③ 審判委員会 常任委員 10 名

…各大会の審判割、上級審判の育成など

ルールの改訂・解釈の変更などを周知するため、チーム指導者や選手への講習会もおこなっている

④ 強化普及委員会 常任委員 12 名

…国スポ少年チームの編成・競技力向上のための講習会の開催など（以下に詳述）

⑤ 会計委員会 常任委員 3 名

…予算案の作成・予算の執行・決算案の作成・会計の管理など

3. 強化普及委員会の業務

（1）国民スポーツ大会少年チーム（強化）

国スポチームを関東ブロック大会（ミニ国）から本大会に導くための練習会や遠征などが中心で、その費用等を会計委員会との協議で決定している。少年チームの監督は、男女とも直前の高校総体予選の優勝監督が就任するのがここ数年では通例である。選手の選出・コーチ陣の選出は監督に大きく委ねられていて、混成チームを結成するか単独チームで構成するかは各監督の個性が表れるといえる。インターハイ予選が激戦であった年度は、混成チームになる傾向がある。

（2）夏季技術講習会（普及） 7 月 終業式の前後の土日祝日に開催

もともとは、指導者のいないチームを対象に、夏季合宿のメニューを示すことを目的に行っていた。午前：技術講習会、午後：参加校で練習試合、が基本の流れである。午前中の講習会で教わったことを練習試合で試そう！と呼びかけて参加チームを募り、ハンドボール専門部の教員がベンチに入ったり、練習試合の審判をしたりしながら参加校を指導するといったケースもあった。技術講習会の内容は多彩で、詳細な年度は示さないがいくつか例示しよう。

- ① 強化普及委員会の教員による合宿メニューの紹介と実践
- ② 強豪チームの練習紹介と実践
- ③ 将来を嘱望されている若手指導者（ハンドボール専門部の常任委員から選出）による講習と実践
- ④ 著名な指導者による講習と実践
- ⑤ 日本リーグのチームによる講習
- ⑥ 宮崎大輔選手の講習

なお、今年度（令和7年度）は、猛暑による熱中症被害を警戒し、夏季技術講習会の実施を見送った。

（3）東西対抗・指導者講習会（強化・普及）

例年2月第3日曜日に実施している。東西選抜チームの監督は基本的には専門部の経験の浅い指導者から選出し、チームスタッフおよび選手の選出を一任している。祭典の要素が強い大会ではあるが、各チームの中心選手が集結し強豪校の選手ともチームを組むことで、選抜選手どうしの交流が生まれたり、選抜

チームの練習を各チームに持ち帰ったりするなどして、各チームの強化にもつながっている。

同日には、コロナ前は指導者向けにNTS伝達講習会を行っていた。日本協会の練習プログラムを紹介することで、講習に参加する各指導者にとっては大きな刺激となった。さらに、講習会のデモンストレーターを担当した選手たち（明星高校女子が担当）にも得るものは多かった。コロナ後も指導者を対象に審判講習会やハンドボール戦術の講習会などをおこなって、指導者の専門性向上に努めている。今年度（令和7年度）2月には、指導者向けの技術講習会・アンチドーピング講習会・審判講習会を予定している。

4. 教育研修大会

平成20年度からは、秋季新人大会初戦負けのチームを対象に実施している。それ以前は、夏休みの中ころ（お盆前後）に、総体予選初戦敗退チームを対象に、夏季休業中の練習の成果の確認、練習試合をうまく組めないチームに対する試合機会の提供、新チームの公式戦（秋季新人大会）に向けてのチーム力強化という目的で実施していた。

（1）大会の形式

12月に3日間かけて開催している。大会初日はグラウンドで1～2回戦を行い、大会2日目・3日目に体育館で準々決勝以上を行う。通常の公式戦と同様に男女同時に開催する。3位決定戦は行わない。

令和6年度は、大会初日に3校でのリーグ戦を行って、ベスト8を決定する方式に変更した。初戦負けのチームを対象としているので、試合数を確保することがおもな狙いである。この大会形式は、夏季休業中に実施される公立高校大会（高体連主催の公式戦ではない）でも採用されている。

なお、令和7年度は、従来のトーナメント形式に戻した。

ダブルヘッダーを余儀なくされることから、試合時間は前後半20分・ハーフタイム10分である。公式戦よりも前後半10分ずつ短くすることで、選手の負担を軽減している。

（2）大会結果

まず令和7年度大会の結果を示そう。

男子 優勝：駒大高 準優勝：都調布南 第3位：都小平・都豊多摩

女子 優勝：都保谷 準優勝：都豊多摩 第3位：日体荏原・都小岩

つぎに、令和2年から令和6年までの大会上位チームと、それらのチームの翌年度の春の大会（関東大会予選・総体予選）の結果を表に示した。○数字は勝利数を示している。なお、関東大会予選でベスト8以上の成績を残したチームは総体予選ではベスト16にシードされるため、初戦負けでもベスト16の成績が残る。

男子					女子			
R6	日大二	都豊多摩	明法	都桜町	農大一	昭和第一 文華女子	都保谷	都豊多摩
翌年度 関東予選	3 回戦②	1 回戦①	1 回戦①	2 回戦①	ベスト 8 ③	2 回戦①	ベスト16②	3回戦①
翌年度 総体予選	3 回戦①	2 回戦①	2 回戦①	2 回戦①	ベスト16①	3 回戦①	3回戦①	1回戦①
R5	都東大和	都日野台	都小平南	都国分寺	都小平	都上野	都調布南	都小平西
翌年度 関東予選	ベスト 8 ⑥ →関東大会 第 5 代表	ベスト16③	2 回戦①	ベスト16③	2 回戦①	2回戦①	3回戦①	3回戦①
翌年度 総体予選	ベスト16①	ベスト16③	ベスト16③	2 回戦①	2 回戦①	2 回戦①	2 回戦①	1 回戦①
R4	都国分寺	都小平	都広尾	都保谷	都武蔵野北	都小平	青山学院	都小平西 都拝島 東海大菅生
翌年度 関東予選	ベスト16③	ベスト16③	2回戦①	3回戦②	3回戦①	2回戦①	2回戦①	2回戦①
翌年度 総体予選	ベスト16③	4 回戦②	2 回戦①	3 回戦①	3 回戦②	2 回戦①	1 回戦①	1 回戦①
R3	八王子	足立学園	八王子実践	都立川	都武蔵野北	都八王子東	創価	八王子
翌年度 関東予選	2 回戦①	2 回戦①	2 回戦①	1 回戦①	ベスト16②	3 回戦①	3 回戦①	2 回戦①
翌年度 総体予選	1 回戦①	3 回戦①	3 回戦①	4 回戦②	ベスト16②	3 回戦①	1 回戦①	1 回戦①
R2	駒大高	八王子実践	大成	麻布	農大一	都本所	都拝島	都武蔵野北
翌年度 関東予選	ベスト 8 ④	2 回戦①	3 回戦②	2 回戦①	3 回戦②	2 回戦①	1 回戦①	2 回戦①
翌年度 総体予選	ベスト 8 ①	2 回戦②	4 回戦②	2 回戦①	2 回戦①	3 回戦②	1 回戦①	3 回戦②

(3) 分析

令和 5 年度の男子優勝校の東京都立東大和高等学校（都東大和と略記）や令和 2 年度の男子優勝校の駒澤大学高等学校（駒大高と略記）は、長い期間ベスト 8 以上を維持しているチームで例外的である。ただ、秋季新人大会の初戦負けのチームが、関東大会まで出場したケースは、唯一である。

都東大和や駒大高も含め、多くのチームは、教育研修大会を以後のチーム力向上につなげ、春の大会で 1 勝以上あげている。ベスト 16 に進出チームも少なくない。

合同チームが上位に来ることも 2 例あり、秋季大会の合同チームがそのまま継続されて翌年度の春季関東予選・総体予選にも出場して、どちらかの大会で 1 勝している。教育研修大会で上位の成績を残したことが、各校の選手の意欲向上の大きなきっかけの 1 つとなったといえる。強化普及委員会が目指す教育研修大会の大きな成果と位置づけることができる。

(4) 日程上の課題

12 月 23 日が天皇誕生日だった平成の時期は、12 月の第 2 日曜日を大会初日とし、12 月第 3 日曜日を大会 2 日目、12 月 23 日を大会最終日としていた。令和になってこの日が祝日ではなくなってしまったため

に、大会初日を12月第2日曜日に設定することになり、多くの学校の期末テスト期間に重なるようになった。そのため、出場校の減少や、大会会場の確保に支障を来すようになっている。2024年度は試験的に予選リーグを実施したが、修学旅行が大会日程と重なってしまう学校もあったことから、2025年度は従来のトーナメント形式に戻した。

5. まとめ

教育研修大会で上位に入って、体育館での試合を経験したことが、出場校の春の大会へのモチベーションを向上させている。公式戦の目標を体育館で試合をする＝ベスト16以上に定めるからである。

もともと、本大会を夏季休業中から12月に時期変更した目的は、秋季新人大会敗退（10月）から春季関東大会予選（4月）までの期間が長いため、部員のやる気が低下して退部したり、練習に身が入らなかったりする、ことへの対処であった。秋季新人大会で敗れても、もう1回チャンスがある、という大会を運営することが、各校のハンドボール部の維持・強化に大きく貢献してきたと、高体連強化普及委員会は自負している。

柔道競技における強化と普及上の課題についての検討
～全国総体における競技成績および高体連加盟人数のブロック間比較と関連性～

東京都高等学校体育連盟柔道専門部
桐朋高等学校
金持 拓身

1. 緒言

日本伝講道館柔道（以下、柔道）は、1882年に嘉納治五郎によって創始された日本国発祥の武道である。柔道は1964年オリンピック競技大会（東京）において正式種目に採用されて以降、競技スポーツとしての性格を強めながら国際的に普及し、現在では200を超える国・地域が国際柔道連盟に加盟している。柔道の国際的普及の進展に伴い各国の競技力は向上し、2016年オリンピック競技大会（リオデジャネイロ）では、26か国がメダルを獲得した。特にフランスは50万人を超える競技人口を背景として、2021年（東京）、2024年（パリ）と2大会連続でオリンピック競技大会・男女混合団体戦で金メダルを獲得する¹⁾など、普及と競技力向上の相互作用を示す代表例である。

一方で日本国内における柔道の競技人口は、1964年オリンピック競技大会（東京）あたりに高度経済成長とともに学校教育や地域活動が拡充し、ピークを迎えている²⁾。しかし、近年になると全日本柔道連盟（以下、全柔連）の個人登録者数が、2004年度の20万2025人から2022年には12万4060人にまで大幅に減少し、深刻な問題となっている。特に高校生（56%減）、中学生（45%減）、小学生（44%減）と若年層での減少が顕著である³⁾。都市化や少子化に伴う人口減少は、他競技にも共通する課題であるが、小学生・中学生・高校生の人口減少率（12～17%）と比較しても柔道の減少幅は著しく、柔道固有の要因が存在する可能性が指摘されている。

有山は、柔道が武道としての価値よりも競技性を強調し、勝敗を重視する傾向が強まったことにより、勝敗における成績が優先して評価されるようになった結果、強者だけが柔道を継続する意欲を保てる仕組みが形成されていると述べている⁴⁾。

全柔連個人登録者数と同様に、高等学校体育連盟（以下、高体連）における加盟校数・加盟人数も全国的に減少している。現場の指導者からは、加盟校数・加盟人数などに地域差が存在し、これが更なる競技力の格差を生んでいるとの声が挙がっている。

しかし、これまで高校柔道において、競技成績や加盟人数を地域間で比較し、その関連性を検討した研究は見当たらない。

高校柔道が抱える競技人口の減少や地域間格差など課題を客観的データに基づいて明らかにすることは、今後の強化および普及施策を立案するうえで重要であると考ええる。

2. 研究目的

本研究では、全国高等学校総合体育大会柔道競技（以下、インターハイ）の競技成績および高体連加盟人数を地区（以下、ブロック）間で比較し、それらの関連性を検討することで、高校柔道における強化と普及上の課題を明らかにすることを目的とした。

3. 研究方法

（1）対象データ

競技成績は、2023年～2025年のインターハイの男子個人戦・7階級の公式記録を用いた。また、高体連加盟人数は、同期間の高体連統計資料の柔道・男子の加盟登録状況を用いた。

(2) 集計方法

競技成績については、各年度の1位～5位の入賞者8選手を抽出し、所属する都道府県に順位により点数を与えてスコア化（以下、競技成績スコア）した。各順位の点数は1位＝5点、2位＝4点、3位＝3点、5位＝2点として換算した。これを全国9ブロック（北海道、東北、関東、北信越、東海、近畿、中国、四国、九州）ごとに平均化した。

高体連加盟人数については、各都道府県の3年間の平均値を算出し、ブロックごとに平均化した。

(3) 分析方法

ブロック間の比較については、等分散性を確認したうえで、一元配置分散分析（ANOVA）またはKruskal-Wallis検定を用いた。有意な差が認められた場合には多重比較を行った。競技成績スコアと高体連加盟人数の関連性については、ピアソンの相関係数を用いて分析した。有意水準は $p<0.05$ とした。

4. 結果

(1) 競技成績スコアのブロック間比較

競技成績スコアの各ブロックの平均値±標準偏差は、北海道 10、東北 4.8 ± 5.8 、関東 23.0 ± 17.1 、北信越 2.4 ± 1.8 、東海 10.5 ± 10.0 、近畿 13.5 ± 5.0 、中国 5.4 ± 6.1 、四国 2.5 ± 3.0 、九州 10.4 ± 9.9 であった。ブロック間で比較したところ、関東が東北、北信越、中国、四国に対して有意に高値を示した（いずれも $p<0.05$ ）。（図1）

(2) 高体連加盟人数のブロック間比較

高体連加盟人数の各ブロックの平均値±標準偏差は、北海道 162.3、東北 565.7 ± 38.7 、関東 1190.9 ± 263.5 、北信越 438.8 ± 54.3 、東海 951.5 ± 206.9 、近畿 768.5 ± 213.2 、中国 380.4 ± 71.2 、四国 329.8 ± 54.7 、九州 604.8 ± 155.6 であった。ブロック間の比較で統計的有意差は認められなかった（ $p<0.1$ ）。（図2）

(3) 競技成績スコアと高体連加盟人数の関連性

競技成績スコアと高体連加盟人数の間で相関係数 $r=0.676235$ （ $p<0.05$ ）と有意な正の相関が認められた。（図3）

5. 考察

本研究では、競技成績スコアにおいて関東が東北、北信越、中国、四国と比べて有意に高値を示した一方で、高体連加盟人数には、ブロック間で有意差は認められなかった。また、競技成績スコアと高体連加盟人数の間には正の相関がみられた。これらの結果は、現在の高校柔道において競技力の地域差が存在し、その差について単純な競技人口の大小だけでは説明できず、質的要因（強化体制、競技者・指導者の質、練習環境、競技機会の密度など）が大きく寄与している可能性を示唆する。

競技成績スコアの差については、近年のインターハイ団体戦における優勝校（2021年：千葉県、2022・2023年：東京都、2024年：埼玉県、2025年：東京都）や上位校の分布とも整合する。この背景には、強豪校の集中、指導者ネットワークの充実、練習試合や合同稽古の豊富さなど、競技環境の密度の高さという質的要因が関与していると考えられる。一方で、高体連加盟人数に有意差がみられなかったことは、ブロック内の都道府県数や人口規模の違い、分散の大きさが影響したと考えられ、単純な人数比較では地域差を捉えにくいということを示唆する。さらに競技成績と競技人口の間に認められた正の相関は、競技人口が大きいほど上位選手が出現しやすいという確率的要因や競技人口の多さが指導者・練習相手・競技機会の充実につながるスケール効果を反映していると考えられる。ただし、相関は因果を示すものではないため競技力の高さが競技人口の増加を促しているという逆方向の影響（因果）やその他の要因が両者に影響している（交絡因子）ことについても考慮する必要がある。

以上のことから高校柔道においては、競技人口の拡大（普及）と強化体制の充実（強化）を相補的に推進する施策が重要であり、地域間格差の縮小に向けた戦略的な取り組みが求められる。

6. まとめ

関東の競技成績スコアの優位は、競技人口では説明できない質的な強化体制の充実を反映している可能性が高い。一方、全国的には高体連加盟人数に明確な地域差は認められなかった。しかし、競技成績スコアと高体連加盟人数の正の相関からは、普及と強化を両輪として捉えることが地域間格差の縮小と高校柔道全体の競技力向上に寄与することが示唆された。

7. 参考文献

- 1) 星野映・中嶋哲也・磯直樹ほか：フランス柔道とは何か，青弓社，初版，(2024)
- 2) 古田英毅・星野映・石井孝法：柔道人口を考える，武道学研究，55号-2，P151-173，(2023)
- 3) 全日本柔道連盟 個人登録者数推移 2004年～2022年（男女計），全日本柔道連盟，(2023)
- 4) 有山篤利：「わざ」を忘れた日本柔道，大修館，初版，P251，(2023)

8. 図表

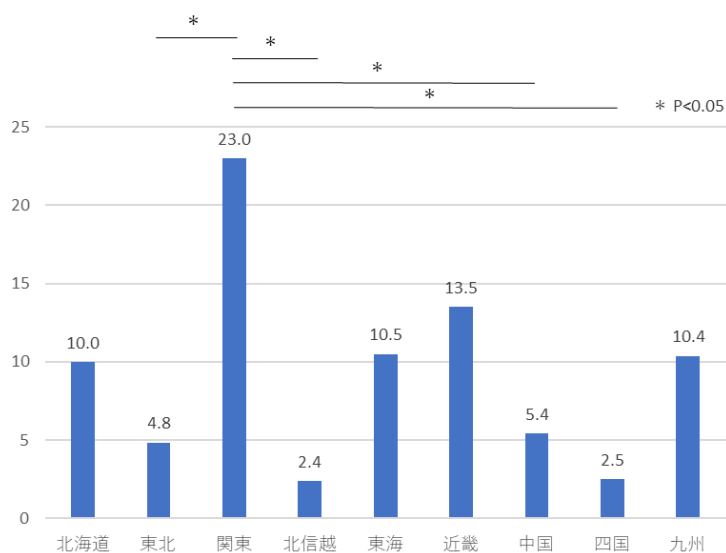


図1. 成績スコアのブロック間比較

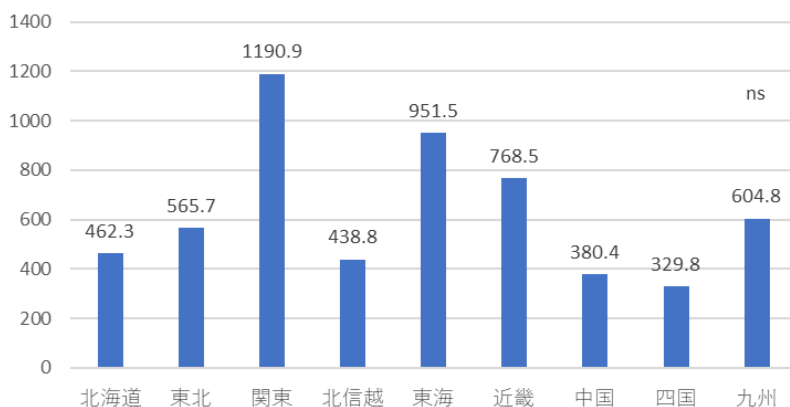


図2. 加盟人数のブロック間比較

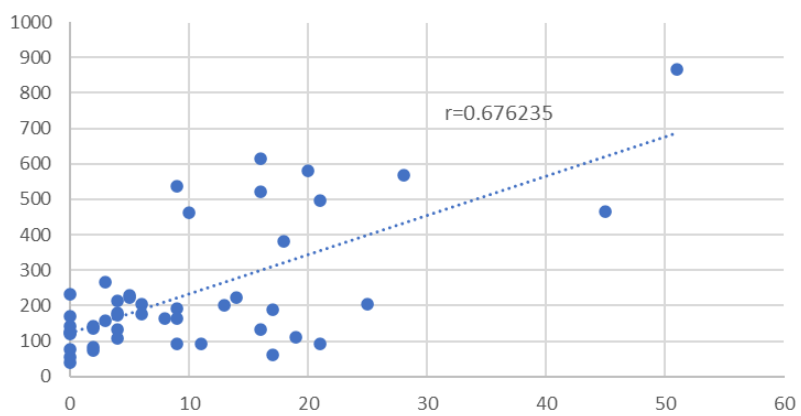


図3 成績スコアと高体連加盟人数の相関

事故防止を視野に入れた部活動練習への提言

東京都高等学校体育連盟水泳専門部

東京都高体連水泳専門部では、2015 年から「水泳の練習中、競技中の事故防止」をテーマに、現在は水泳専門部委員であり、大学研究者の井口成明教授を中心に研究を重ねてきた。2018 年に井口教授らが発表した「飛び込みスタートにおける水底衝突事故の現状と防止」は、全国的に問題視され、授業でのスタートは水中から行うか、段階的指導法によって指導することが義務付けられた。さらに水泳部の練習についてもスタート台前方 5m 付近の水深が 135 cm 以下の場合には、原則練習を禁止するようになり、スタート台が撤去されることになった。しかしその影響もあり東京都の学校の部活動水泳練習では、競技会を目指す生徒のスタート技術は低迷した。どのような安全配慮と指導をおこなえば水底衝突事故という一生を左右してしまうような事故を防止し、安全を確保しながら生徒の技術向上を目指すことができるのか、井口教授と共に水泳専門部員全員で練習・教材研究に打ち込んできた。この研究紀要には、この 10 年間の研究実践を纏めて発表することとする。

2016 年 9 月におこなわれた東京都水泳新人競技大会において井口教授らは、およそ 2000 人の出場選手に飛び込みスタートにおける事故経験とヒヤリハットの経験についての質問調査を実施した。その結果、水泳の活動中に飛び込みスタートを行ったことによって、身体の一部を水底にぶつけた経験があると答えた生徒は、全体の 35%、およそ 700 人であった。さらに驚くことに全体の 10%、200 人近い生徒が自らの水泳歴で、頭部を水底で打っていることがわかった。

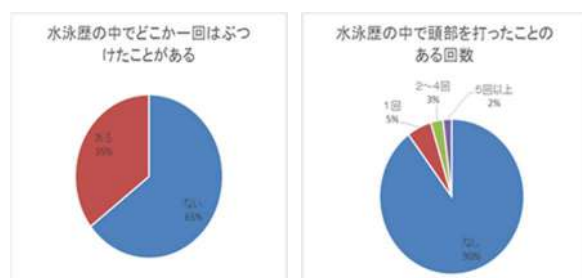


図 1:「水泳競技歴で 1 度は体の一部を推定でぶつけたことがある」

ない 65% ある 35%

図 2:「水泳歴で頭部を打ったことがある」1 回 5%100 人、2~4 回 3%60 人、5 回以上 2%40 人

そこで井口教授は、競泳におけるスタート技術にはどのくらいの入水深度に差が発生するかを測定することにした。その結果、競泳歴 10 年以上の生徒であっても飛び込みスタートを実施するにあたって、複数回は入水深度に異常をきたし深く入水することがあることを明らかにした。

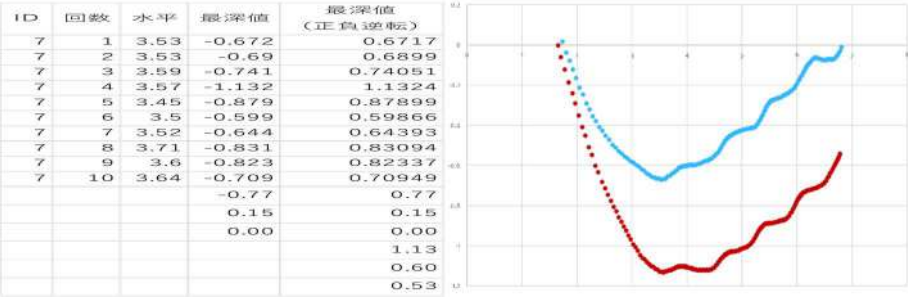


表 1「飛び込みスタートにおける」
入水深度差について 2018 井口

図 3 I D7 の生徒の 4 回目と平均値との入水
深度差について 2018 井口

次に飛び込みスタート事故はどのような時に発生しやすくなるのか、生徒の体調面、教師の指導言語、練習場面等に分けて測定実験を行い集計することにした。危険動作が生成された時の練習状況を複数回答可で回答させた(図 4)。生徒の集中力が低下すると考えられる「アップ・ダウン・練習間」といった状況よりも、

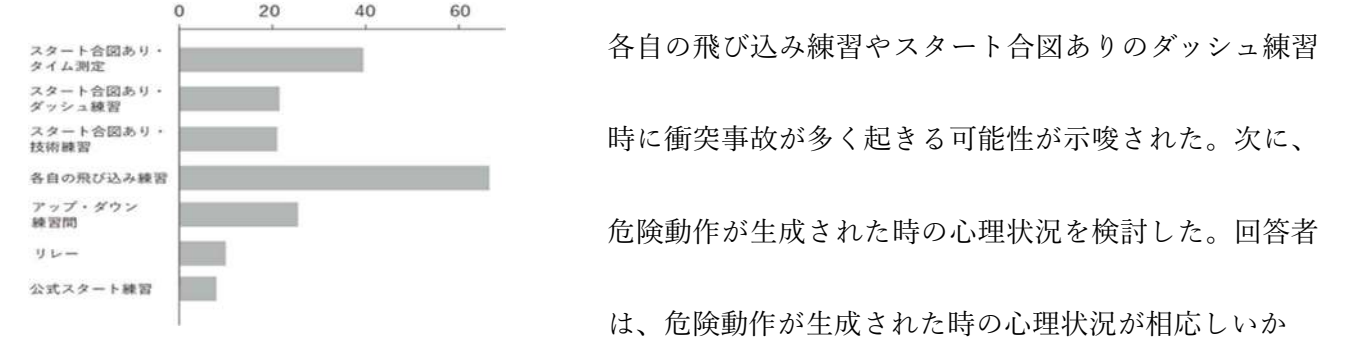


図 4: 衝突事故時の練習環境

どうか 5 件法で回答した。危険動作経 (n=268) の回答は以下の通りである(表 2)。事故につながりうると考えられる「集中力の低下」のスコアには有意差はなく、早く泳ぐことに集中していた、新しい動作を試すことに集中していたといった項目が有意に正であった。疲労していたといった項目では、有意傾向が見られた。一方で、指導者に見られていることを意識していたと言った項目では、有意に負のスコアを示した。さらに新たな動作を試すような心理状況と既存の動作にこだわるような心理状況のスコアを比較したところ、有意に新しい動作を試そうとする心理状況が高いことが明らかになった。以上の結果は「指導者に見られて

いることを意識していない」「素早い動作に集中する」「新たな動作を探索する」と言った心理状況が事故の背後にある可能性を示唆した。

心理状況	アンケート結果					スコア 平均値 (中央値)
	とても そう思う	そう思う	どちらで もない	そう思わ ない	とても そう 思わない	
早く泳ぐことに集中していた	59	77	48	39	35	0.28 (1) ***
リラックスしていた	23	66	69	76	34	-0.12 (0)
新しいスタート動作を試すことに 集中していた	71	86	41	42	28	0.49 (1) ***
いつも通りのスタートを実行することに 集中していた	44	71	69	54	30	0.17 (0) †
緊張していた	42	68	55	70	33	0.06 (0)
集中力に欠けていた	39	56	69	67	37	-0.03 (0)
疲労していた	39	83	66	54	26	0.21 (0) †
指導者が見ていることを意識していた	24	48	59	87	50	-0.34 (-1) ***

*** p < 0.001 * p < 0.05 † p < 0.1

表 2：危険動作生成時の心理状況

実験 1 では、飛び込みスタートを反復した際の身体操作と深度の関係性を検討することで、ばらつきを引き起こす要因を解明することを目指した。表 3 は、最大深度（入水時の深さ）と試行順の関係を示している。全ての危険動作試行は初回試行（第 1 試行）において観察されており（被験者 3, 7, 8, 9, 12）、危険な飛び込み動作は実験の最初に集中して生じていることが明らかとなった。さらに、危険動作には該当しなかったものの、第 1 試行で最大深度を記録した被験者も 2 名（被験者 4, 6）確認された。一方で、第 1 試行で最も浅い深度を示した被験者も 2 名（被験者 1, 2）おり、第 1 試行において動作のばらつきが生じやすい傾向が示唆された。

ID	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
試行1	-82.8	-71.8	-94.3	-91.7	-71.8	-67.1	-129.2	-96.2	-153.9	-74.2	-78.9	-87.4
試行2	-93.8	-84.2	-73.5	-66.3	-82.9	-60.7	-104.1	-77.3	-124.3	-89.9	-77.3	-73.1
試行3	-84.5	-94.8	-71.4	-60.9	-67.9	-61.0	-110.7	-79.5	-109.8	-67.4	-78.3	-67.0
試行4	-98.9	-88.3	-77.2	-83.7	-72.8	-61.0	-103.5	-83.0	-112.8	-76.1	-87.1	-69.8
試行5	-98.8	-88.1	-77.2	-83.8	-73.4	-61.1	-103.5	-83.0	-112.6	-76.1	-87.1	-69.8
試行6	-112.6	-73.8	-71.1	-84.3	-90.3	-65.1	-111.3	-86.7	-99.9	-77.2	-85.7	-71.1
試行7	-86.1	-89.6	-63.5	-51.1	-78.8	-64.0	-108.5	-76.5	-93.8	-66.9	-73.6	-67.1
試行8	-100.5	-74.7	-66.1	-72.7	-83.8	-60.5	-108.7	-81.5	-90.6	-66.7	-88.2	-77.4

最大深度 (cm)

実験 2 では、指導者が学習者（選手）へかけた指導の内容（言語）について着目し実施することにした。

質問調査では、以上のような結果が出たのだが、具体的に事故発生率が高くなるのはどのような状況なのかを実験調査で明らかにすることにした。次の研究では 2 つの実験を実施することにした。

表 3: 試行ごとの被験者の最大深度

入水深度差は、第 1 試行に集中していることがわかった。従って、事故を防止する時には、危険を伴う練習の一番初めの時に集中させ事故防止することが重要である。

本研究では、実験 1 同様に都大会出場レベルの選手 10 名(男性 6 名、女性 4 名)を対象に、実験を実施した。競技レベルや性別を合わせ、2 群に分けた。普段練習をしているプールで、新たに飛び込み台を設置し、15m のスタートダッシュ練習を 14 回実施させた。環境に慣れるために、ウォーミングアップで 1 試行実施したのちに、被験者には実験の概要を説明した。まずいつも通りの飛び込み動作で 15m を全力で泳ぐよう指示した通常試行を、8 試行 2 ブロックに分けて 3 分サークルで実施した。

通常試行を行ったのちに、被験者は事前に分けた 2 群ごとに 2 種類の介入を、順序を変えて実施した。介入 A では、「後ろ足で強く蹴る」ことを求めた。この動作は飛び込み深度には大きく影響をもたらさないと考えられている一方で、重心速度を高めると示唆されており、より速い飛び込み動作にとって重要であると考えられている。介入 B では、「15m 全力で泳いだのちにクイックターンをする」こと、クイックターンで壁を強く蹴るように求めた。介入 A の「後ろ足で強く蹴る」という指導言語を繰り返し選手に提示した指導では、従来飛び込み深度には大きな影響を及ぼさないと考えられてきた一方、競技レベル向上には不可欠であり、重心速度を高めることで速い飛び込み動作に寄与するとされている。実際、前脚を揃えるグラブスタートではなく、後脚で強く飛び込み台を蹴るクラウチングスタートが現在では主流となっている。この介入により、選手が従来経験したことのない速度や身体操作を求められることが、姿勢角度や最大深度にどのような影響を及ぼすかを検証した。介入 A は最大深度および姿勢角度に影響を与えた。1 要因の繰り返し測定分散分析の結果、介入 A によって姿勢角度が有意に変化することが示唆された。この結果は、介入 A による新奇な環境での動作実行が、姿勢角度の上昇を促し、その結果危険動作につながりうることを示した。一方、介入 B では、飛び込みへの集中を阻害する指示を行い、その影響を検討した。1 要因の繰り返し測定分散分析の結果、最大深度のいずれにおいても有意な変化は認められなかった。

この結果から、飛び込み動作そのものへの集中を阻害しても、危険動作につながるような変化は生じないことが示唆された。むしろ、競技力向上を目的とした重心速度の増加を促す介入によって、新奇な運動環境

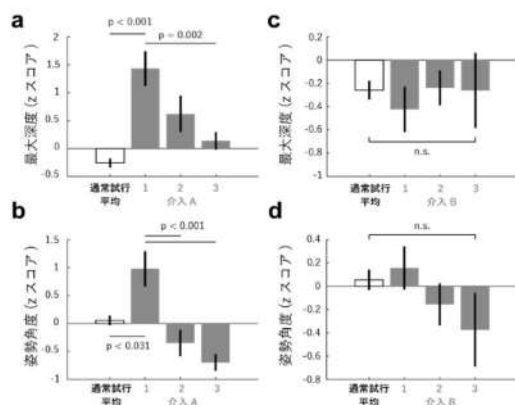


図5 介入による深度と姿勢角度の推

図5: 介入による深度と姿勢角度の変化

a-b, 介入 A による最大深度(a)と姿勢角度(b)の変化。c-d, 介入 B による最大深度(c)と姿勢角度(d)の変化。被験者ごとに正規化して比較した。

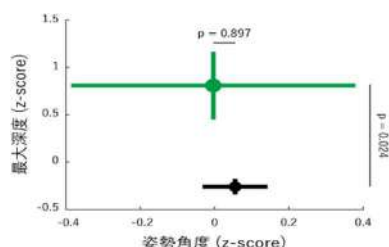


図6: クールダウンによる深度と姿勢角度の変化

クールダウン試行における最大深度と姿勢角度を通常試行の平均と比較した。姿勢角度には有意な変化がないものの、最大深度は有意に上昇した。

まとめと今後の課題

本研究は、飛び込みスタートにおける危険動作の生成要因を科学的に解明し、安全指導の実践に向けた基盤を提供することを目的とした。特に、これまで危険性に関与しないとされてきた「指導言語による介入」が、慣れない身体操作を促すことで危険な動作を誘発する可能性を示し、危険行動の背景にあるメカニズムを明らかにした。この知見は、井口教授らの先行研究とも整合し、競技現場における技術指導と安全性の両立に新たな課題を提起するものである。さらに本研究の示唆は、柔道・器械体操・ラグビーなど、接触や衝突によって事故が生じやすい他の競技にも応用可能な普遍的原理として、今後のスポーツ安全教育の発展に寄与することが期待される。

が生じ、それに適応する過程で危険動作が発現する可能性があることが示された。さらに本研究では、14 回のスタートダッシュ練習後に実施したクールダウン時の入水動作についても測定を行った。姿勢角度と最大深度の関係を検討するため、1 要因の繰り返し測定分散分析を実施したところ(図 6)、姿勢角度と最大深度との間に有意な交互作用が認められた ($F(1,9) = 6.644, p = 0.030$)。単純主効果の分析により、姿勢角度には有意な変化が認められなかった ($F(1,9) = 0.018, p = 0.897$) 一方で、最大深度には有意な変化が観察された ($F(1,9) = 7.395, p = 0.024$)。

以上の研究成果を踏まえ、現場の指導者に対しては、以下のような運動時の実践的な安全指導に関する提言が可能である。

- (1) 初回試行や技術指導を行った直後の試行では、必ず安全確認を行うこと。特に、選手がいつもと違うと感じた場合には、安全対策となる動作を指導することで、危険動作の抑制につながる。
- (2) スピードを伴う実践的な練習では、あえて新たな技術指導を行わず、日常的な動作を再現するように促すこと。試合会場などの新規な場所は選手が不慣れな環境であることが多く、通常と異なる動作は危険性を高める要因となり得る。
- (3) 危険度の高い環境では、新たな技術指導を行わない。やむを得ず指導が必要な場合には、安全対策を強化した形で実施すること。
- (4) クールダウン時でも、できる限り同じ身体操作を行うよう指導する。極端に速度を落とすと、危険動作につながる恐れがある。

以上の提言を守り、どの運動種目においても安全で確実な練習を心がけていただくことを期待する。

参考・引用文献

- 1) 文部科学省 (2006). 『第 2 期スポーツ振興基本計画』
- 2) 井口成明, 内田良, 加藤一晃, 他: 『中学・高等学校水泳部におけるスタート練習時の事故発生状況とその危険性についての考察』 桐蔭スポーツ科学: 1, 15-20, 2021.
- 3) 井口成明, 牧野勇登: 『飛び込みスタートの危険動作を生み出す心理的状況や指導言語』 安全教育学研究: 23 (2), 15-23, 2024. ほか

東京都におけるバドミントン競技の現状と課題

東京都高等学校体育連盟バドミントン専門部

東京都立南平高等学校

津田弘毅

1. はじめに

東京都高体連バドミントン専門部は、令和7年度全国高等学校体育連盟加盟・登録状況において、男子315校（6091人）、女子339校（4934人）と、全国で最も多い高校生の大会運営を行う組織である。

東西ブロックに分かれて、高体連主催の大会を個人・団体合わせて年間に10回実施するため、大会の無い7月と12月以外は、常に大会に照準を合わせた練習を行うことになる。高体連主催の大会を公式戦とするのならば、これ以外にも市民大会をはじめとする非公式戦の大会も多く、生徒は日々過密なスケジュールを過ごしている。

2. 調査の目的と方法

本専門部は年度末の大会に、「⑩新人戦Ⅱ部ブロック大会（個人）」というものを実施している。この大会は、「その年度の①～⑨の大会に出場していない選手」のみエントリー可能としている。競技人口が増え続けているこの競技は、高校生からバドミントン部に入部した生徒も多い。そのため、3年間公式戦に出場できず引退してしまうこともありうる。そういった選手への、練習に向かうモチベーションにつながることを意識して設定されたのが、この大会である。

東京都高体連バドミントン専門部は、令和6年度の「⑩新人戦Ⅱ部ブロック大会（個人）」に参加した選手に、任意でアンケート調査（Google Formsを使用）を行った。高校から競技を始める選手が多く出場するこの大会において、出場選手のモチベーションや意識を調査し、バドミントンの現状と課題を把握するためである。

3. 調査の内容

以下が質問項目である。

- 1) 所属校は東西どちらのブロックですか？
- 2) 令和7年3月現在、何年生ですか？
- 3) 学校名を教えてください。
- 4) 中学時代に主に活動していた部活動（学校外での活動も含む）を教えてください。（例：バドミントン部→バドミントン）
- 5) 高校でバドミントン部へ入部した理由を教えてください。（自由記述）
- 6) あなたが日々の部活動の中でモチベーションにしていることで、当てはまるものを全て選んでください。
- 7) あなたが今、日々の部活動の中で悩んでいることで当てはまるものを全て選んでください。
- 8) バドミントン部の活動を活発なものにするために、最も必要な活動はどのようなことだと考えますか。
- 9) Ⅱ部大会への意気込みや思いを教えてください。（自由記述）

今回のアンケートに対して、西ブロック（西東京）48校、東ブロック（東東京）68校、合計540人の選手から回答を得ることができた。

4. 調査結果

以下、調査結果をまとめる。自由記述などは全てを載せられないが、要点を絞り、今後の課題につなげたいと思う。

1) 所属校は東西どちらのブロックですか？

西東京	222 人 (41.1%)
東東京	318 人 (58.9%)

2) 令和7年3月現在、何年生ですか？

高校1年生	421 人 (78.0%)
高校2年生	119 人 (22.0%)

4) 中学時代に主に活動していた部活動（学校外での活動も含む）

バドミントン部	188 人 (34.8%)
運動部	260 人 (48.1%)
文化部	73 人 (13.5%)
所属無し	19 人 (3.5%)

※運動部は、バドミントン部以外の部活動とした。

5) 高校でバドミントン部へ入部した理由を教えてください。（自由記述）

・中学校からバドミントン部

バドミントンが好きだから／もっと上達したいと思ったから／入る気はなかったが、友達に誘われたから／運動は続けようと思ったから／部員とともに技術を向上させることにやりがいを感じたから／高校のバドミントン部が強豪だったから／中高一貫で、続けようと思ったから／中学最後の大会で悔しい結果だったから、ペアと続けようと思ったから／中学でうまくいかないことやいざこざがあり、悔いが残ったから／仮入部で雰囲気が良かったから／運動不足解消のため／文化部に入ろうとしたが、先輩からのアドバイスを受けて

・中学校は別の運動部

楽しそうだったから／部活の雰囲気が良かったから／中学でやりたかったが、無かったため／ソフトテニス無く、硬式テニスでは違和感があったから／陸上での動きを活かしたいと思ったから／体育の授業で楽しかったから／やったことのないスポーツをやりたいと思ったから／初心者でも始めやすそうと思ったから／チームスポーツ以外に個人スポーツをやってみたかったから／消去法／中学でやっていた部活をやりたいくなかったから／漫画で見て興味があったから

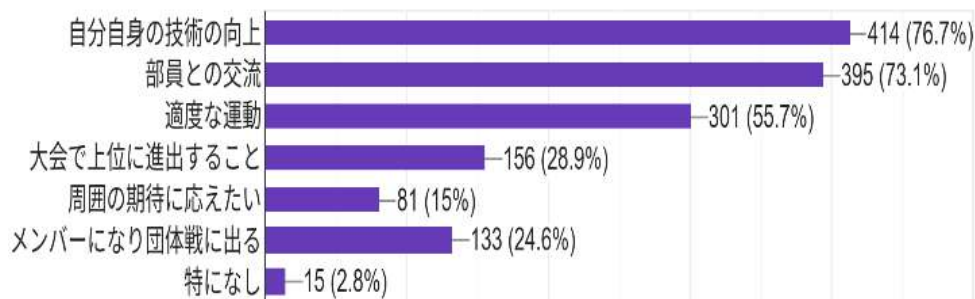
・中学校は文化部

運動したかったから／仮入部で打った時に楽しそうだったから／もともと興味はあったが、中学時代にバドミントン部が無かったから／親がバドミントンをしていたから／新しい高校生活で夢中になることをしたかったから／習い事で別の競技をしているが、体力をつけたいと思ったから／運動部のほうが統計的な成績が高いと聞いたから／初心者から高校で始める人が多くて、入りやすそうだったから／運動不足解消のため／友人がやっていたから

- ・中学校では所属無し

中学の時から興味があったから／運動部の中では入りやすそうだったから／体育でやった時楽しかったから／体力作り／友人と市民体育館で打ち合うことがあり、本格的に始めたかったから

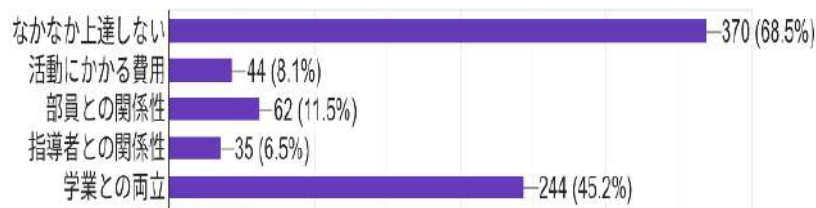
6) あなたが日々の部活動の中でモチベーションにしていることで、当てはまるものを全て選んでください。



その他の意見

中学の時の部員と大会や練習試合で再会する

7) あなたが今、日々の部活動の中で悩んでいることで当てはまるものを全て選んでください。



その他の意見

指導者がいない／大会の交通費が高い／休みが無くて疲れる／人数多くて未経験練習させてもらえない／部員が多すぎてほとんど練習できない

8) バドミントン部の活動を活発なものにするために、最も必要な活動はどのようなことだと考えますか。

練習に参加しやすい環境を作る	306 人 (56.7%)
試合（公式戦／オープン戦）に参加しやすい環境を作る	181 人 (33.5%)
身近な地域の練習会／講習会に参加する	35 人 (6.5%)

その他の意見

部活としておかしいかもしれないけど、試合の機会はまだあるから他のエンジョイできる機会があるといいなと思う／指導者／行きやすい場所での試合／初心者向けの大会を増やす／もっと厳しくやり、声も出す／練習試合を増やす／部活動において後輩にも平等に権限や意見を言う環境が必要／大会への出場費用をもう少し安くするか、無償化にして大会へ出場しやすくする／休み／遅刻者を少なくする、男女の特性を理解して平等になるように練習メニューを組む、強い人が弱い人に教えてあげる／都立の部活の活動時間を増やす／普段羽がかけていても（部費などの関係で使えるシャトルの個数が限られているため、）新品に変えられず、そのシャトルを使い続けています。東京都が補助金を出すなど練習でも常に綺麗なシャトルを使ったほうがより、試合で活かせる練習になると思います／シャトルを必要な分確保できること

5. 調査結果を受けて

今回の調査対象は、「⑩新人戦Ⅱ部ブロック大会（個人）」へ出場した選手であった。アンケートに回答してもらった内容から、選手のうち約65％は高校からバドミントンを始めている。高校でバドミントンという競技を選ぶ理由は様々だが、バドミントンという競技に対して純粋に興味を持っている生徒は多かった。

(6)、(7)、(8)の結果から、選手たちの考える部活動へのモチベーションや課題として、「上達しない、できない」という「技術の向上」に関する内容が大きな割合を占めている。「適度な運動」として部活動に参加している生徒も過半数いた。

また、「学業との両立」を懸念している生徒も半数近くいた。他の専門部と比較しても大会数が多く、練習日が多くなることで時間を使うことが難しくなってしまう生徒も少なくはないだろう。

活動の活発化に向けて、「練習に参加しやすい環境を作る」という生徒が多い。バドミントンコート3面で練習することが多いにも関わらず、部員数が1・2学年で70人近い学校もあると聞く。部活動の規律の面も含めて、一人ひとりが望んでいる練習を行うことは極めて難しい。男女で分かれずに、同じメニューを行っている部活も多い。指導者も、バドミントンを専門に指導できるとは限らない。学校によって課題は異なるが、競技人口の増加に対して、後述するシャトル代の値上げも含め、様々な課題が考えられる。

「試合に参加しやすい環境を作る」という意見について、その中身までを追っていないので詳細は分からないが、冒頭でも記述したように公式戦以外にも非公式戦が多いバドミントンについて、試合が少ないことはあまり考えられない。自身の学校や住んでいる地域の市民大会や、市区町村の垣根を超えるオープン大会が毎月実施されているため、それらに参加しにくい現状が別にあるのかもしれない。

6. 今後の課題とまとめ

(1) バドミントンという競技をみて

課題点として「活動にかかる費用」を選択した生徒は全体で8.1％と少ないが、個人的には今後より大きな課題になると感じている。どの競技も同じだと思うが、物価の高騰、とりわけバドミントンシャトルの価格の見直しは、この2年でも著しく変化している。以下に、参考となる表を載せた。

価格改定された日	価格（税込）
2023 年 4 月 1 日	5,280 円
2024 年 1 月 1 日	5,500 円
2024 年 9 月 1 日	5,830 円
2025 年 4 月 1 日	6,435 円
2025 年 8 月 1 日	7,040 円

表. 水鳥シャトル AS-700（第二種検定球）の価格推移

なお、1 ダース（12 球）の値段である。通常、1 箱で 10 ダース購入することが多い。メーカー希望小売価格であるため、店頭ではそれよりわずかに安いことが多いが、値上げの上昇幅が著しく大きいことがわかる。ラケット 1 本当たりの値段も、5～6,000 円ほど値上がりしている。

公式戦だけでなく、それ以外の大会も出場費用がここ数年で少しずつ上がっている。大会運営を行うための、シャトル代高騰が理由として挙げられるだろう。自宅から大会会場への遠征費も含めると、金銭的な負担は大きい。

(2) バドミントン専門部として

今回のアンケート数は、東京都の加盟登録状況を考えると少ないものになる。1つの公式戦に出場した選手のみを対象としたためである。「部活動の活性化」を主軸にしている第三分科会において、どのような気持ちで高校からバドミントンを始めようと思ったのか、継続しようと思ったのか、課題として感じていることは何か、という内容をメインに調査を行った。継続してアンケートを実施して経年変化を比較しつつ、対象を拡大し、より多角的な視点からの調査も必要だと考える。調査結果をもとに、専門部としてもどのように自身の部活運営や大会運営に活かしていくか、常に考えながら活動していきたい。

7. 謝辞

今回の調査を行うにあたり、以下の学校に協力していただいた（正式名称省略）。大会期間中にもかかわらず、対応していただいた各学校の顧問の先生、並びに快く回答してくれた生徒の皆さんに、この場を借りて感謝申し上げます。

【西東京】

永山／久留米西／駒場学園／国立／鷺宮／日体大桜華／小金井北／小平／小平西／小平南／昭和／昭和第一学園／松が谷／上水／神代／杉並／杉並学院／世田谷総合／清瀬／石神井／青梅総合／創価／多摩工科／拓殖大学第一／中央大学附属／南平／東海大菅生／東京学芸大学附属／東京純心女子／町田工科／東大和／日大鶴ヶ丘／日大櫻丘／白梅学園／八王子／八王子東／八王子北／富士森／府中西／府中東／武蔵野大学／武蔵野北／文化学園大学杉並／保谷／明治学院東村山／明治大学附属八王子／明星／翔陽

【東東京】

トキワ松学園／安田学園／郁文館／王子総合／科学技術／葛飾野／関東第一／岩倉／京華／京華商業／共栄学園／共立女子／広尾／江戸川／江北／高島／豊島学院／淑徳／潤徳女子／小山台／小松川／昭和鉄道／上野／城東／城北／新宿／深川／神田女学園／成立学園／正則／正則学園／青井／青山／青山学院／跡見学園／雪谷／川村学園／総合工科／足立／足立東／足立西／大崎／大森／大東文化第一／竹早／中央大学／田園調布雙葉／東／板橋有徳／文京／豊島／墨田川／目黒／東海大付属高輪台／東京／東京実業／東京成徳大学／飛鳥／東洋／東洋女子／忍岡／板橋／瑞江／文教大学附属／朋友学院／豊南／北園／本郷

8. 参考文献

① 公共財団法人 全国高等学校体育連盟.” 令和 7 年度加盟登録状況”. <https://www.zenkoutairen.com/pdf/reg-reiwa07.pdf?re> . (参照 : 2025 年 11 月)

② YONEX.” NEWS 商品価格改定のお知らせ”. <https://www.yonex.co.jp/news/?category=badminton> . (参照 : 2025 年 12 月)

1. はじめに

東京都における中学校・高等学校の剣道部は、伝統的な武道教育の柱として長い歴史を持ち、多くの学校で活動が行われている。しかし、近年は少子化や学校活動の多様化に伴い、部員数の減少や指導者不足といった課題が顕在化している。本稿では、東京都の剣道部に焦点を当て、現状と課題を整理するとともに、活性化に向けた取組の報告と今後の展望について述べる。

2. 現状と課題

東京都の剣道部では、学校によって活動の充実度に大きな差が見られる。強豪校では安定した部員数と専門性の高い指導が行われている一方、地域や学校規模によっては部員不足のために大会参加が難しい学校も存在する。

主な課題は以下の通りである。

（1）部員数の減少

兼部の難しさや活動時間の確保が難しいことなどから、新入生の入部が伸び悩んでいる。

（2）指導者の負担

顧問が他の業務と兼務しており、専門的な指導や安全管理に十分な時間を割くのが難しい。

（3）設備・環境の制約

他の部活動との体育館の使用調整や防具等の確保など、活動環境改善が必要な学校もある。

（4）地域連携の不足

学校外の剣道団体との連携が難しく、活動の機会が限定されている場合がある。

3. 研究内容の報告

本研究では、東京都内の複数の高等学校に剣道部の活動実態や顧問・部員への聞き取り調査を行った。特に、部活動の活性化に成功している学校の取り組みを中心に調査・分析を行った。

調査の結果、以下のような取り組みが活性化につながっていることが明らかになった。

（1）高体連以外の団体との連携

武道系部活動合同稽古（東京武道館との共催）を年3回実施している。練習試合形式及び初心者指導、警視庁選手を招いての合同稽古等を行い、技術向上と他校の生徒や指導者との交流機会が増えた。

外部指導者の招へいや部活動指導員を活用することで部員の技術向上や、モチベーション向上につながっている。

（２）初心者への配慮ある指導

普及指導講習会を年２回実施し、学校に技術指導ができる指導者のいない剣道部員への指導や基礎練習を段階的に行い、初心者でも参加しやすい環境を整えることで新入部員の継続率が向上していた。

さらに東京都剣道連盟からの委託事業である一級審査会、段級位審査会を年２回実施することで、部員のモチベーションの向上につながっている。

（３）設備や環境の充実

体育館や剣道場だけでなく、グラウンドや廊下等を使用することで施設の工夫し、剣道防具や竹刀だけにとどまらず、トレーニング用のチューブやバランスボール等を使用することで設備や環境を充実させ、体力等の向上につながった。

さらに各校顧問や部活動指導員を対象として指導者講習会を年１実施し、指導法・審判講習・剣道形講習を実施している。

（４）大会や行事の共有化

校内での公開稽古や体験イベントを開催し、中学生や保護者に活動を広く知ってもらうことで、部活動に対する理解と参加意欲が高まった。

さらに関東大会個人都予選への全校参加を可能とした。従来の予選には、団体戦都ベスト６４のチームから参加可能であったが、団体戦に出られない学校の選手に出場機会を確保した。

これらの取り組みは、部員の獲得だけでなく、剣道部の教育的価値を学校だけでなく、近隣の地域に広く伝えることに寄与している。

４．まとめ

東京都の剣道部では、伝統ある武道教育を継承しつつ、現代の学校環境に応じた柔軟な取り組みが求められている。部員数や指導体制などの課題は依然として存在するが、地域連携の強化や初心者に配慮した指導法などの取り組みによって、活動を活性化させることは十分可能である。

５．最後に

剣道は技術の向上のみならず、礼節や忍耐力を養う教育的価値の高い武道である。東京都の学校における剣道部活動が、今後もより多くの生徒に開かれ、活発な学びの場として発展していくことを期待したい。今後も学校・地域・行政等の様々な団体が連携し、持続可能な部活動のあり方を模索していくことが重要である。

1. はじめに

第 82 回全国高校サッカー選手権大会から TSG（テクニカル・スタディ・グループ）を立ち上げ、大会におけるテクニカル分析を行っている。サッカー競技における高校生年代の全国大会は 7 月下旬から 8 月初旬の夏場に行われる「全国高等学校総合体育大会（以下：インターハイ）」と 12 月下旬から 1 月中旬の冬場に行われる「全国高校サッカー選手権大会」の 2 つがあるが、「インターハイ」の 1 回戦から準々決勝のテクニカル分析が少ない現状があった。

本研究は、高校サッカーにおける戦術分析の重要性に着目し、インターハイという国内最大規模の大会を対象に日本サッカー協会指導者ライセンス保有者 2 名がゲーム分析を行ったものである。夏場と冬場の気候的な違いや、試合の日程の違いから生まれる試合の様相の変化、戦術的な観点からゲーム分析を行い指導現場での戦術の構築をしていくことは、今後高校生年代の部活動指導の在り方を構築する一助となっている。

2. 目的

近年、高校サッカーでは戦術の高度化が進み、攻守の切り替えやプレス強度、試合における攻撃の組み立て方等が試合の勝敗に大きく影響している。しかし、これらの傾向を体系的に整理した研究は、高校サッカーにおいて数が限られているのが現状である。本研究の目的は、複数の試合の詳細なゲーム分析から、勝利チームと敗戦チームの戦術的特徴を比較し、指導現場における改善点を明らかにすることである。

3. 研究方法

（1）視察した試合は以下の通りであり、インターハイ 1～3 回戦のゲームである。

- ①7/26（土）：桐蔭学園 5-0 京都橘（前半 2-0）／9:30KO／住鋤エナジーマテリアル NARAHA ピッチ
- ②7/26（土）：帝京 4-2 金沢学院大附属（前半 2-0）／12:30KO／広野町サッカー場
- ③7/27（日）：流通経済大柏 2-0 四日市中央工業（前半 0-0）／9:30KO／J ヴィレッジ P3
- ④7/27（日）：大津 3-0 野辺地西（前半 3-0）／12:30KO／J ヴィレッジ P3
- ⑤7/29（火）：昌平 2-0 阪南大高（前半 1-0）／9:30KO／J ヴィレッジ P1
- ⑥7/29（火）：神村学園 2-0 岡山学芸館（前半 2-0）／12:30KO／J ヴィレッジ P7・8（前半のみ視察）
- ⑦7/29（火）：帝京長岡 3-2 滝川第二（前半 3-0）／12:30KO／J ヴィレッジ P1（後半のみ視察）

（2）ゲーム分析におけるプレーの 4 局面について

プレーの 4 局面について分解するにあたり、双方のチームにおいて次のように定義した。

- ① フィニッシュ vs ブロック
- ② プレス vs ビルドアップ

③ ブロック vs フィニッシュ

④ ビルドアップ vs プレス

(3) 大会分析傾向から取り組むべき重点課題の検討

試合分析の結果から、指導の際に重点課題となる項目を示し、トレーニングにおける課題を明確にする。

4. 結果

3 - (1) に示した試合について、日本サッカー協会指導者ライセンス所有者 2 名、の視察結果から記載する。

7 月 26 日 (土)

桐蔭学園 5 (2 - 0) 0 京都橘 9:30KO @住鋤エナジーマテリアル NARAHA ピッチ (人工芝)

○桐蔭学園

攻撃面：ロングボールを相手 DF ライン背後へ供給し FW 競り合いからセカンドボール回収を狙うが、競り合いで優位性を出せず。セットプレーで得点。サイドハーフへのサポート距離に課題。

守備面：前半は高い位置からプレスで相手ポゼッションを阻害。後半は暑さでプレス強度低下し守備が後手。

○京都橘

攻撃面：ポゼッション志向もプレス対応でビルドアップ不安定。後半は楔パス増加もフィニッシュ前でミス。

守備面：前線プレス弱く、DF ラインと GK の連携に課題。

帝京 4 (2 - 0) 2 金沢学院大附属 12:30KO @広野町サッカー場 (人工芝)

○帝京

攻撃面：ロングボールと FW への楔パスを組み合わせるが中盤省略傾向。左 SH 起点も相手プレッシャーで機能せず。

守備面：序盤は相手 3 バック対応に苦戦。修正後は高い位置で奪取も終盤失点。

○金沢学院大附属

攻撃面：序盤は 3 バックで安定も相手修正後に対応できず失点。

守備面：前からプレッシャーをかけるが DF ラインと GK の関係に課題。

7 月 27 日 (日)

流通経済大柏 2 (0 - 0) 0 四日市中央工業

○流通経済大柏

攻撃面：背後へのロングボールを駆使し試合を支配。

守備面：球際・空中戦で圧倒。

○四日市中央工業

攻撃面：相手プレスに対応できず攻撃糸口なし。

守備面：ハイプレス実施も背後対応に課題。

大津 3 (3 - 0) 0 野辺地西

○大津

攻撃面：ポゼッションで相手を押し込み、セットプレーで先制。

守備面：終始安定。

○野辺地西

攻撃面：後半 FW 起点狙うも機能せず。

守備面：押し込まれブロック形成もプレス不足。

7 月 29 日 (火)

昌平 2 (1 - 0) 0 阪南大高

○昌平

攻撃面：相手 541 に対し縦パス多用でロスト。後半押し込みペース握る。

守備面：前半背後対応に課題。

○阪南大高

攻撃面：WB 高位置で攻撃参加できず孤立。

守備面：幅のある守備も迎撃強度低く FK 献上。

神村学園 2 (2 - 0) 0 岡山学芸館

○神村学園

攻撃面：FW・MF の走力で相手を押し下げ、クロスやスルーパス成功。

守備面：前線ハイプレスで高位置奪取。

○岡山学芸館

攻撃面：前線プレッシャーでロングボール多用しロスト。

守備面：前後分離で中盤を使われる。

帝京長岡 3 (3 - 0) 2 滝川第二

○帝京長岡

攻撃面：後半プレス対応でロング主体、攻撃停滞。

守備面：守備意識強くなるも競り合い甘く失点。

○滝川第二

攻撃面：背後狙い奏功し 2 得点。

守備面：前半 3 失点が敗因。

5. 考察

本研究で分析した複数試合から、勝利チームと敗戦チームの戦術傾向には明確な差異が見られた。勝利チームは攻撃面でロングボールやセットプレーを効果的に活用し、攻撃の優先順位を明確にして相手 DF ラインの背後を狙う戦術を徹底していた。また、守備面においては暑熱化の中でも 70 分間前線からのハイプレスを実施し、相手にビルドアップを許さず、ミドルサードでのボール奪取を成功させる場面

が多く見られた。一方、敗戦チームは DF ラインと GK の連携不足や、プレス強度の低下が試合が進むにつれ見られるようになることが顕著に起こっており、特に後半における運動量の低下が失点の要因となっていた。攻撃面ではポゼッションをする志向を持ちながらもフィニッシュの局面に至る前の段階でのミスが多く、決定機を作り出す機会が少なかったことも大きく試合結果に影響しているように見えた。

これらの結果から、暑熱環境下でのプレス強度の維持や攻撃時のサポートの距離の改善が重要な課題であることが示唆される。さらに交代選手の活用や相手に合わせた戦術的柔軟性が勝敗に影響する可能性も確認された。今後は定量的なデータを用いた分析を加え、戦術選択と試合結果の因果関係をより明確に示していくことが必要と考える。

6. まとめ

本研究では、インターハイサッカー競技における複数試合のゲーム分析を通じて、高校サッカーにおける戦術傾向と課題を明らかにした。勝利チームは攻守両面で強度を維持し、状況に応じたプレーの選択を行うことで優位性を確保し試合を掌握していた。一方敗戦チームは連携不足や運動量の低下により戦術的な狙いを遂行できずに失点を重ねてしまう傾向が見られた。今後は暑熱環境下でのコンディショニングや攻撃時のサポートの距離、守備時の連携（GK との連携も含め）を強化することに焦点を当てた指導が求められる。また、映像解析やデータ分析を活用した戦術理解の深化が指導現場における重要な課題となるであろう。さらに、選手個々のフィジカルデータや心理的要因を含めた総合的な評価を行うことで、より実践的な指導の構築が可能になると考えられる。これらにより、全国大会での競技力向上と、熱中症等の事故が起こらないようにする安全性確保の両立が期待される。



東京都高等学校体育連盟「研究部」規約

第一章 名称及び事務局

第1条 本研究部（以下「本部」という）は、東京都高等学校体育連盟研究部と称する。

第2条 本部の事務局は、会長指定の高等学校におく。

第二章 目 的

第3条 本部は、東京都高等学校体育連盟が教育活動の一環として実施する体育・スポーツ活動に関する調査並びに研究を行い、その発展に寄与することを目的とする。

第三章 事 業

第4条 本部は、前条の目的を達成するために、次の事業を行う。

- 1) 競技力向上、普及振興、安全対策に関する調査研究
- 2) 研究会並びに講習会の開催
- 3) その他本部の目的達成に必要な事項

第四章 組織及び委員

第5条 本部は、各競技専門部及び定通制部から選出された委員を以て組織する。
委員の任期は、2カ年とし、再任は妨げない。

第五章 役 員

第6条 本部に下記の役員をおく。

- 1) 部 長 1名
- 2) 副 部 長 2名 （1名は委員長及び本連盟の常任理事を兼ねる）
- 3) 常 任 委 員 10名
- 4) 監 事 2名

第7条 役員は、委員会において選出する。

第8条 役員の任務

- 1) 部 長 部長は、本部を代表し、会務を統括する。
- 2) 副 部 長 副部長は、部長を補佐し、部長事故ある時はその職務を代行する。
委員長を兼ねる副部長は、会務を執行する。
- 3) 常任委員 常任委員は、会務の企画、運営にあたる。
- 4) 監 事 監事は、本部の会計を監査する。

第9条 役員の任期は、2カ年とし、再任は妨げない。補充によって就任した場合は、前任者の残任期間とする。

第六章 会 議

第10条 委員会は、委員を以て構成し、必要事項を審議決定する。

第11条 常任委員会は、役員を以て構成する。常任委員会は、部長が招集し、必要事項を審議する。なお、緊急事項が生じた場合は、常任委員会で審議決定し執行する。
執行内容については、委員会に報告しなければならない。

第七章 会 計

第12条 本部の経費は、本連盟の一般会計・研究部費、その他を以てこれにあてる。

第13条 本部の会計は、毎年4月1日に始まり、翌年3月31日に終わる。

第八章 附 則

第14条 本規約は、本連盟常任理事会の議決を得て変更することができる。

第15条 本規約は、平成13年11月16日より施行する。

- （経過）
1. 平成19年 4月 26日 第一次改定
 2. 平成21年 4月 18日 第二次改定

役員の選出に関する細則

- 1) 部長は、都内高等学校長より選出する。
- 2) 副部長2名（1名は委員長及び常任理事を兼ねる）は、委員の互選により選出する。
- 3) 常任委員は、委員の互選により10名を選出する。
（各分科会代表3名、団体種目系3名、個人種目系2名、武道系2名）
- 4) 委員は、各専門部・定通制部の互選とする。（各専門部より若干名、定通制部より1名）
- 5) 監事は、委員の互選とする。

都高体連研究部 申し送り事項

令和 5 年 1 月 20 日

- ①都高体連の両輪とは、「研究部」と「専門部」とあるという考えのもと、その活動を活性化していく。
- ②研究部規約は、平成 13 年 11 月 16 日より施行されており、委員の任期は 2 ヶ年で、平成 13 年 14 年そして平成 15 年 16 年、平成 17 年 18 年、平成 19 年 20 年となっている。平成 28 年度現在、各専門部において、任期がずれることも多く見られる。
- ③実質的な活動は、平成 14 年からで、会報発行が中心であった。この年に、全国総体において、各県の研究部の実情を調査した。
- ④関東において、東京だけが研究大会を実施していなかったため、平成 16 年 2 月 28 日に、東京都の研究大会開催に向けて準備を進めたが、実施にはいたらなかった。
平成 16 年度に、第一回都高体連研究大会を実施。毎年実施中。
- ⑤平成 15 年度の全国研究大会において、空手道専門部が発表を行った。3 年に 1 度、発表予定である。
平成 18 年度は、サッカー専門部が発表した。平成 21 年度は、剣道専門部が発表した。平成 24 年度は、空手道専門部が発表した。平成 28 年度は、少林寺拳法専門部が発表した。令和 2 年度はソフトボール専門部が発表をする。
- ⑥平成 15 年 16 年に全国高体連研究部監事(都高体連研究部委員長)となり、常任委員会などの会議に出席。
平成 17 年(香川大会)18 年(茨城大会)は、全国高体連研究部事務局(部長・事務局長・事務局次長)を担当。
- ⑦平成 16 年度より、研究部の発展的な活動の為に、都高体連の予算活用をし、その会計処理も研究部で行う。予算上の金額は 20 万円程度であるが、予備費からの支出も可能。
平成 17 ・ 18 年度は 50 万円が予算化され、平成 19 年度は 100 万円、平成 21 年度は 120 万円、平成 22 年度は 110 万円、平成 23 年度は 100 万円が予算化された。
全国高体連研究大会への都高体連研究部からの派遣に関わる諸経費は、都高体連より支出される。
平成 28 年度より、全国高体連活性化委員会へのオブザーバー参加は、その交通費(実費)を東京都高体連から支出するものとする。
- ⑧研究部の会議は、勤務時間外に行うものとする。
- ⑨役員選出に関する細則の 3) の団体種目系・個人種目系・武道系の分類は、次の通りとする。
団体種目系 計 14
バスケットボール 男・女 バレーボール 男・女 ソフトボール
軟式野球 ラグビー サッカー ハンドボール アメリカンフットボール
ホッケー 登山 ボート チアリーディング
個人種目系 計 15
陸上 男・女 体操 男・女 ソフトテニス 男・女 スキー
スケート 卓球 男・女 バドミントン 水泳 テニス
自転車競技 ウエイトリフティング
武道系 計 12
柔道 剣道 相撲 弓道 レスリング ボクシング
ライフル射撃 フェンシング 空手道 アーチェリー
なぎなた 少林寺拳法
- ⑩研究部における業務を、会計、紀要作成、研究大会運営、総務の 4 つの業務に分担する。
- ⑪令和 5 年度より令和 11 年度までの期間、副委員長を 2 名とする。
令和 11 年、東京都研究大会開催予定。東京都研究部においては研究の活性化と研究部員の研究大会運営業務の把握は今後も課題。東京都研究部員間で業務を分担することや全国大会運営の実態を複数人で把握することは必要。これらのことを踏まえ、研究部のこれからの業務を検討するために副委員長を 2 名とする。
- ⑫「東京都高等学校体育連盟研究大会における発表団体についての申し合わせ」
これまでと同様に研究部各分科会内で調整して各分科会から研究発表する。また、各競技種目からも研究発表する。各競技団体の発表年度は下記表の通りとする。なお、各競技団体からの研究発表は令和 5 年度から行う。

東京都高体連研究部 競技団体表題提出順

	競技団体目	第一分科会	第二分科会	第三分科会	
1	陸上	○			令和5年度
2	体操		○		
3	バスケットボール			○	
4	バレーボール	○			
5	ソフトテニス		○		
6	ソフトボール			○	
7	スキー	○			令和6年度
8	スケート		○		
9	卓球			○	
10	軟式野球	○			
11	ラグビー		○		
12	サッカー			○	
13	ハンドボール	○			令和7年度
14	アメリカンフットボール		○		
15	パドミントン			○	
16	柔道	○			
17	剣道		○		
18	水泳			○	
19	相撲	○			令和8年度
20	弓道		○		
21	レスリング			○	
22	ホッケー	○			
23	テニス		○		
24	ウエイトリフティング			○	
25	登山	○			令和9年度
26	ボクシング		○		
27	ボート			○	
28	自転車競技	○			
29	ライフル射撃		○		
30	フェンシング			○	
31	空手道	○			令和10年度
32	アーチェリー		○		
33	なぎなた			○	
34	少林寺拳法	○			
35	チアリーディング		○		
36	定通部・通信			○	

第一分科会：競技力向上 / 第二分科会：健康・安全 / 第三分科会：部活動の活性化

(ローテーション導入の趣旨)

・発表機会の均一化、発表の活性化を図る。

(申し合わせ事項)

・東京都研究大会における発表は、各分科会からの発表(公募3題)と各競技団体からの順番での発表(6題)。

合計で9題の発表を予定する。

・令和5年度より実施し、令和10年度に発表ローテーションについての見直しを実施する。

・発表に際しては、常任委員会において、発表内容の修正・調整を依頼することがある。

東京都高等学校体育連盟

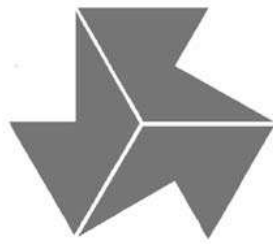
< 研究部 >

組織と名簿

令和7年度

2025年

役職名	氏 名	専門部	属系	勤務校	〒	所在地	電 話	役職/役割分担	
部長	高取克明			都立 福生	197-0005	福生市北田園2-11-3	042-552-5601	都高体連副会長	保健体育
副部長 (委員長)	田中康之	18 サッカー	団体	都立 小平南	187-0022	小平市上水本町6-21-1	042-325-9331	都高体連副理事長	保健体育
副部長 (副委員長)	鞠子智秋	18 サッカー	団体	都立 東大和南	207-0022	東大和市桜が丘3-44-8	042-565-7117	都高体連副理事長	保健体育
副部長 (副委員長)	森 政憲	18 サッカー	団体	私立 桐朋	186-0004	国立市中3-1-10	042-577-2171		保健体育
副部長 (副委員長)	中島弘貴	29 テニス	個人	私立 富士見	176-0023	練馬区中村北4-8-26	03-3999-2136	都高体連常任理事	社会 (地歴・公民)
常任委員	竹内宗章	02 陸上競技女子	個人	私立 田園調布学園	158-8512	世田谷区東玉川2-21-8	03-3727-6121	第1分科会チーフ	保健体育
〃	堀越和彦	34 自転車競技	個人	私立 日本学園	156-0043	世田谷区松原2-7-34	03-3322-6331	第2分科会チーフ	英語
〃	阿部一臣	10 ソフトテニス女子	個人	都立 足立工科	123-0841	足立区西新井4-30-1	03-3899-1196	第3分科会チーフ	英語
〃	田中隆晴	18 サッカー	団体	都立 保谷	202-0005	西京市住吉町5-8-23	042-422-3223	常任委員 (紀要)	国語
〃	中村豪介	20 アメリカンフットボール	個人	私立 麻布	106-0046	港区元麻布2-3-29	03-3446-6541	常任委員	保健体育
〃	小嶋信太郎	18 サッカー	武道	都立 三田	108-0073	港区三田1-4-46	03-3453-1991	常任委員	保健体育
〃	坂入 崇	14 卓球男子	個人	都立 白鷗	111-0041	台東区元浅草1-6-22	03-3843-5678	常任委員	社会 (地歴・公民)
〃	関野泰之	12 スキー	武道	私立 日大二	167-0032	杉並区天沼1-45-33	03-3391-0223	常任委員	保健体育
〃	秋月 隼	26 弓道	武道	都立 美原	143-0012	大田区大森東1-33-1	03-3764-3883	常任委員	理科
〃	眞鍋健治	40 少林寺拳法	武道	私立 桜丘	114-8554	北区滝野川1-51-12	03-3910-6161	常任委員	保健体育
会計	篠原大生	11 ソフトボール	団体	私立 日大豊山女子	174-0064	板橋区中台3-15-1	03-3934-2341	会計	数学
監事	相馬芳紀	18 サッカー	武道	都立 府中西	183-0036	府中市日新町4-6-7	042-365-5933	監事	数学
〃	大倉由尚	チアリーディング	団体	都立 国際	153-0041	目黒区駒場2-19-59	03-3468-6811	監事	社会 (地歴・公民)
(第一競技 分科 向技会上力)	竹内宗章	02 陸上競技女子	個人	私立 田園調布学園	158-8512	世田谷区東玉川2-21-8	03-3727-6121	第1分科会チーフ	保健体育
	平石顕治	01 陸上競技男子	個人	私立 京華商業	112-8612	文京区白山5-6-6	03-3946-4491	研究大会	保健体育
	柳田裕子	04 体操女子	個人	私立 駒場学園	155-0032	世田谷区代沢1-23-8	03-3413-5561	研究大会	保健体育
	常泉基幸	06 バスケットボール女子	団体	私立 明治学院	108-0071	港区白金台1-2-37	03-5421-5011	研究大会	英語
	青谷美佳	08 バレーボール女子	団体	都立 広尾	150-0011	渋谷区東4-14-14	03-3400-1761	研究大会	保健体育
	橋本美月	08 バレーボール女子	団体	都立 狛江	201-0013	狛江市元和泉3-9-1	03-3489-2241	研究大会	保健体育
	黒田崇仁	13 スケート	個人	私立 早稲田実業	185-8505	国分寺市本町1-2-1	042-300-2121	研究大会	理科
	大川原恒	13 スケート	個人	私立 明大中野	164-0003	中野区東中野3-3-4	03-3362-8704	研究大会	技術
	樋口 遼	16 軟式野球	団体	私立 武蔵野	114-0056	北区西ヶ原4-56-20	03-3910-0151	研究大会	数学
	森 政憲	18 サッカー	団体	私立 桐朋	186-0004	国立市中3-1-10	042-577-2171	研究部副委員長	保健体育
	奥 正克	19 ハンドボール	団体	都立 野津田	195-0063	町田市野津田町2001	042-734-2311	研究大会	社会 (地歴・公民)
	児玉朋隼	25 相撲	武道	私立 明大中野	164-0003	中野区東中野3-3-4	03-3362-8704	研究大会	英語
	関口 孝	32 ボクシング	個人	私立 駿台学園定時	114-0002	北区王子6-1-10	03-3913-5735	研究大会	保健体育
	角本大貴	33 ローイング	個人	都立 本所	131-0033	墨田区向島3-37-25	03-3622-0344	研究大会	数学
	遠藤千秋	36 フェンシング	個人	私立 本郷	170-0003	豊島区駒込4-11-1	03-3917-1456	研究大会	技術家庭科
(第二健康と安全 分科会)	篠崎正男	37 空手道	武道	都立 富士森	193-0824	八王子市長房町420-2	042-661-0444	研究大会	数学
	堀越和彦	34 自転車競技	個人	私立 日本学園	156-0043	世田谷区松原2-34-7	03-3322-6331	第2分科会チーフ	英語
	栗原 廉	09 ソフトテニス男子	個人	私立 昭和鉄道	170-0011	豊島区池袋本町2-10-1	03-3988-5511	研究大会	国語
	関野泰之	12 スキー	武道	私立 日大二	167-0032	杉並区天沼1-45-33	03-3391-0223	常任委員	保健体育
	坂入 崇	14 卓球男子	個人	都立 白鷗	111-0041	台東区元浅草1-6-22	03-3843-5678	研究大会	社会 (地歴・公民)
	藤岡純也	15 卓球女子	個人	都立 瑞穂農芸	190-1211	西多摩郡瑞穂町石畑2027	042-557-0142	研究大会	国語
	田草川直希	17 ラグビー	団体	都立 足立	120-0011	足立区中央本町1-3-9	03-3889-2204	研究大会	数学
	田中隆晴	18 サッカー	団体	都立 保谷	202-0005	西京市住吉町5-8-23	042-422-3223	常任委員 (紀要)	国語
	中村豪介	20 アメリカンフットボール	団体	私立 麻布	106-0046	港区元麻布2-3-29	03-3446-6541	常任委員	保健体育
	堀川祐司	24 水泳	個人	区立 九段	102-0073	千代田区九段北2-2-1	03-3263-7190	研究大会	保健体育
	秋月 隼	26 弓道	武道	都立 美原	143-0012	大田区大森東1-33-1	03-3764-3883	常任委員	理科
	小泉香織	28 ホッケー	団体	私立 大学院	177-0044	練馬区上石神井3-31-1	03-5991-4151	研究大会	英語
	齊藤駿介	03 体操男子	個人	私立 日大豊山	112-0012	文京区大塚5-40-10	03-3943-2161	研究大会	社会 (地歴・公民)
	森田信二	30 クエイトリフティング	個人	私立 東亜学園	165-0026	中野区上高田5-44-3	03-3387-6331	研究大会	保健体育
	増山秀樹	31 登山	個人	私立 早稲田実業	185-8505	国分寺市本町1-2-1	042-300-2121	研究大会	社会 (地歴・公民)
(第三活動 分科会 普及 科性化)	山口真二	32 ボクシング	武道	都立 足立東	120-0001	足立区大谷田2-3-5	03-3620-5991	研究大会	国語
	小沼克己	38 アーチェリー	個人	都立 東	136-0074	江東区東砂7-19-24	03-3644-7176	研究大会	保健体育
	上田桜矢香	39 なぎなた	武道	都立 南多摩	192-0046	八王子市明神町4-20-1	042-656-7030	研究大会	保健体育
	阿部一臣	10 ソフトテニス女子	個人	都立 足立工科	123-0841	足立区西新井4-30-1	03-3899-1196	第3分科会チーフ	英語
	鈴木伴之助	05 バスケットボール男子	団体	都立 町田総合	194-0037	町田市木曽西3-5-1	042-791-7980	研究大会	理科
	武田雅文	07 バレーボール男子	団体	私立 東京農大第一	156-0053	世田谷区桜3-33-1	03-3425-4481	研究大会	国語
	篠原大生	11 ソフトボール	団体	私立 日大豊山女子	174-0064	板橋区中台3-15-1	03-3934-2341	常任委員 会計	数学
	小嶋信太郎	18 サッカー	団体	都立 三田	108-0073	港区三田1-4-46	03-3453-1991	常任委員	保健体育
	相馬芳紀	18 サッカー	団体	都立 府中西	183-0036	府中市日新町4-6-7	042-365-5933	監事	数学
	津田弘毅	21 バドミントン	武道	都立 南平	191-0041	日野市南平8-2-3	042-593-5121	研究大会	理科
	金持拓身	22 柔道	武道	私立 桐朋	186-0004	国立市中3-1-10	042-577-2171	研究大会	保健体育
	松坂輝夫	23 剣道	武道	都立 葛飾商業	125-0051	葛飾区新宿3-14-13	03-3607-5178	研究大会	英語
	齊藤 潤	27 レスリング	武道	私立 日体大桜華	189-0024	東村山市富士見町2-5-1	042-391-4133	研究大会	保健体育
	中島弘貴	29 テニス	個人	私立 富士見	176-0023	練馬区中村北4-8-26	03-3999-2136	研究部副委員長	社会 (地歴・公民)
	佐野 哲	32 ボクシング	個人	都立 府中東	183-0012	府中市押立町4-21	042-365-7611	研究大会	国語
15名	六車健吉	35 ライフル射撃	個人	私立 明大中野	164-0003	中野区東中野3-3-4	03-3362-8704	研究大会	芸術
	眞鍋健治	40 少林寺拳法	武道	私立 桜丘	114-8554	北区滝野川1-51-12	03-3910-6161	常任委員	保健体育
	大倉由尚	41 チアリーディング	団体	都立 国際	153-0041	目黒区駒場2-19-59	03-3468-6811	監事	社会 (地歴・公民)
	山室俊浩		全国	都立 若葉総合	206-0822	稲城市坂伏1434-3	042-350-0300	全国研究部副部長	



令和 7 年度 第 6 0 回全国高等学校体育連盟 研究大会紀要

常識をアップデート！

～ 部活動の新たな視点を探る～

期	日	令和 8 年 1 月 15 日（木）・16 日（金）
会	場	岡谷鋼機名古屋公会堂
主	催	公益財団法人全国高等学校体育連盟
共	催	読売新聞社
後	援	スポーツ庁、愛知県教育委員会 名古屋市教育委員会 愛知県公立高等学校長会 愛知県私学協会 公益財団法人日本教育公務員弘済会愛知支部
主	管	公益財団法人全国高等学校体育連盟研究部 愛知県高等学校体育連盟

課題研究・分科会発表者一覧

「課題研究」発表者一覧

分類	テ　　マ	パネリスト
パネルディスカッション	外から見た部活動の現状と未来	名古屋大学大学院教育発達科学研究科 教授 内田 良 氏 早稲田大学スポーツ学学術院 教授 中澤 篤史 氏 読売新聞社編集局編集委員 田中 富士雄 氏

「分科会」発表者一覧

分科会 テーマ	県名	テ　　マ	発表者	所　属　校
第1分科会 (競技力の向上)	岩手	ACWRを用いたトレーニング負荷計画の作成とピーキングに関する考察	おいかわ ゆうき 及川 雄輝	岩手県立南 ^{なんしやう} 昌 ^{しやう} みらい高等学校
	新潟	バレーボールにおける小中高一貫指導の試み ～佐渡島から全国大会へ～	げんじ かつし 源氏 篤史	新潟県立佐 ^{さど} 渡高等学校
	三重	スポーツの“価値”意識の醸成が“勝ち”につながるのか	さかい ゆづ 酒井 佑紀	三重県立川 ^{かわごえ} 越高等学校
	高知	高知県カヌーチームの挑戦 ～活性化から競技力向上へ～	ながい かいと 長井 海斗	高知県立須 ^{すさきそうごう} 崎総合高等学校
第2分科会 (健康と安全)	広島	運動部活動における障害の予防 ～生徒が自ら主体的に心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツ ライフを実現するために～	たなか しゆんすけ 田中 春助 いわた ゆうじ 岩田 侑士	おのみち 尾道高等学校 広島県立総 ^{そうごうぎじゆつ} 合技術高等学校
	静岡	「顧問は辛い!？」 今こそ考える部活動運営のwell-being ～昭和、平成、令和における顧問の意識変化と今後の部活動のあり方～	きむら たけのり 木村 剛典	はままつこなん 静岡県立浜 ^{はままつ} 松湖 ^{こなん} 南高等学校
	香川	香川県高校生の部活動所属別に見た実態調査	うえだ まさと 上田 将人	かがわとうぶしやう 香川県立香川東 ^{そうごうぎじゆつ} 部支援学校
	山梨	スピードスケート競技における安全対策について ～ルール作りから考える～	ちば りやうたろう 千葉 瞭太郎	ふじほくりやう 山梨県立富 ^{ふじほくりやう} 士北 ^{しほくりやう} 稜 ^{りやう} 高等学校
第3分科会 (部活動の活性化)	群馬	部活動の未来を語る ～水球の先進的ハイブリッドモデル【クラ部】の取組～	しが さとし 志賀 諭	まえばししやうぎやう 群馬県立前 ^{まえばししやうぎやう} 橋商業高等学校
	山口	生徒の主体的な組織的活動が部の活性化につながる ～活性化にともなう新たな視点～	にしお やすし 西尾 泰	山口県教育庁学校安全・体育課
	秋田	陸上競技 長距離種目の記録会を盛り上げ ランナーの活性につなげる ～長距離種目のイベントが競技人口と競技力に影響があるか～	こだま ひろゆき 児玉 弘幸	おおだてほうめい 秋田県立大 ^{おおだてほうめい} 館鳳 ^{だてほうめい} 鳴高等学校
	愛知	地域連携が拓く部活動の未来図	わかこ ゆうだい 若子 雄大	あぐい 愛知県立阿 ^{あぐい} 久 ^く 比 ^ひ 高等学校

第1分科会 競技力の向上

会場：岡谷鋼機名古屋公会堂 大ホール

- 1 ACWR を用いたトレーニング負荷計画の作成と
ピーキングに関する考察

岩手県立南昌みらい高等学校 及 川 雄 輝

- 2 バレーボールにおける小中高一貫指導の試み
～佐渡島から全国大会へ～

新潟県立佐渡高等学校 源 氏 篤 史

- 3 スポーツの“価値”意識の醸成が“勝ち”につながるのか

三重県立川越高等学校 酒 井 佑 紀

- 4 高知県カヌーチームの挑戦
～活性化から競技力向上へ～

高知県立須崎総合高等学校 長 井 海 斗

【助言者】 中京大学スポーツ科学部
准教授 後 藤 晃 伸

【司会者】 静岡県高等学校体育連盟
理事長 片 山 直 恵

スポーツの“価値”意識の醸成が“勝ち”につながるのか

【三重県】三重県立川越高等学校 酒井 佑紀

1. 動機・目的

私が指導する川越高校空手道部では、例年、部員の約半数以上が高校から空手道を始めている。同じスタートラインに立ち、同様の指導を受けているにもかかわらず、3年後には競技力に顕著な差が生じることに、私は以前から疑問を抱いていた。その要因を探る中で、チームに関わるメンタルトレーナーの助言もあり、「スポーツの価値意識」の違いが競技力の差を生んでいるのではないかと考えるようになった。

先行研究でも、認知能力を効果的に発揮するには非認知能力が重要であることが示されている（国立教育政策研究所（2017））。また、自ら学ぶ意欲が高い者ほど学業成績も高い傾向があり（櫻井（2020））、中でも「人の役に立ちたい」「社会に貢献したい」といった向社会的な学習意欲や、将来の目標達成を目指す自己実現への学習意欲は、内発的な学習意欲とともに、積極的な学習関与を促すとされている。このような学習意欲の在り方は運動部活動でも同様に、単なる技術や体力の向上にとどまらず、活動に価値を見出し、社会との関わりと結びつけて主体的に取り組む姿勢が、競技力の向上に影響を与える可能性があると考えられる。

そこで本研究では、まず三重県内の高体連所属の高校生を対象に、「スポーツの価値意識」と競技成績の関係を調査した。その結果を踏まえ、川越高校空手道部においてスポーツの価値意識を高める実践的取組を行い、複数回のアンケートを通じて部員の意識の変容と競技成績の推移を検証することを目的とする。

本研究を通じて、指導者が技術や戦術の指導に加え、生徒の内面に働きかける「スポーツの価値意識の醸成」を重視する視点を再考する契機としたい。また、競技種目を問わず、競技力向上の新たな視点として「スポーツの価値意識」に着目する本研究は、今後の指導実践の可能性を広げる一助となると考える。

2. 仮説

本研究では、「スポーツの価値意識」の向上が競技成績の向上に影響を与えるという仮説を検証する。具体的には、日本体育協会（2016）で開発された「スポーツ価値意識評価尺度（簡易版）」を用い、「する」「みる」「ささえる」の3視点における個人的価値・社会的価値、本質的価値・手段的価値を測定した。

三重県内の高体連所属の生徒 1,034 名を対象に実施した調査結果から、全国大会出場以上の競技実績を有する生徒層では、「する」スポーツに関する社会的価値意識が他の競技成績群と比較して高い傾向があることが明らかとなった。

この結果を踏まえ、川越高校空手道部においては、スポーツの社会的価値意識の向上に着目し、その意識を高めるための具体的な取組を実施した。具体的な実践内容としては、①目的設定を基盤としたチーム運営、②練習前の1分間スピーチ、③月1回の読書感想発表会の実施、④月1回の幹部会議、⑤試合・練習試合前の危機管理トレーニングの5つを行った。これらの活動を通じて、部員一人ひとりが、スポーツを通じて社会や他者とのつながり、貢献、責任といった社会的側面を実感できるような環境づくりを目指した。

これらの取組の効果を検証するため、川越高校空手道部員を対象に3回のアンケート調査を実施し、時間的变化におけるスポーツ価値意識の推移を追跡した。また、あわせて各種大会における競技成績の推移変化も分析し、スポーツの価値意識の向上が競技力の向上にどのように関与するのかを検証した。

特に、スポーツの社会的価値意識の高まりと競技成績との間に一定の相関が確認されれば、指導実践において「スポーツの価値意識の醸成」を重視する意義を示す有効な知見となり得ると考える。

3. 調査方法

(1) 高体連所属生徒へのアンケート調査

本研究では、まず三重県内の高体連に所属する高校生を対象に、スポーツの価値意識と競技成績に関する実態を明らかにすることを目的として、インターネット調査を実施した。アンケートはウェブフォーム形式で実施し、回答期間は2024年5月23日から6月30日までとした。三重県高体連研究部を通じて、各競技専門部の研究部員へ依頼し、さらに各専門部から各校の顧問を通じて生徒に調査協力を要請する形式をとった。競技種目は問わず、三重県高体連に所属するすべての生徒を対象とした。

(2) 質問項目と調査内容

調査には、日本体育協会（2016）で開発された「スポーツ価値意識評価尺度（簡易版）」を用いた。評価項目は、「する」「みる」「ささえる」の3側面から、個人的価値と社会的価値、本質的価値と手段的価値など多岐にわたる視点を含んでいる。加えて、回答者には以下の情報を回答してもらった。

- ・学年
- ・所属競技名
- ・中学時代および高校時代の最高競技成績

競技成績については、以下の8つの選択肢から該当するものを選んでもらった。

- ①国際大会出場・入賞（日本代表）レベル、②全国大会入賞レベル、③全国大会出場レベル
- ④地区大会（東海大会等）入賞レベル ⑤地区大会（東海大会等）出場レベル ⑥県大会入賞レベル
- ⑦県大会出場レベル ⑧その他

各質問に対する回答は、7段階リッカート尺度（1＝強くそう思う、7＝まったくそう思わない）を用いて求めた。ただし、解析にあたっては数値の方向性を反転させ、「7＝強くそう思う」「1＝まったくそう思わない」と再定義し、統一的に集計・分析を行った。

(3) 回収結果とデータ処理

最終的に1,037件の回答が得られたが、競技名の記載において明らかに競技スポーツに該当しない回答が3件あったため、これらを除外し、最終的な分析対象は1,034件とした。

競技成績は中学・高校いずれかの最高成績を採用し、以下の5群に分類した。

- ・全国大会出場以上（①～③）
- ・ブロック大会出場以上（④・⑤）
- ・県大会入賞（⑥）
- ・県大会出場（⑦）
- ・その他（⑧）

各群に「する」「みる」「ささえる」の各側面における価値意識について、尺度項目ごとの平均値（AVE.）を算出し、競技成績群間での比較を行った。その結果、全国大会出場以上の成績群は、「する」スポーツにおける社会的価値意識の全概念において、他の群に比して平均得点が高い傾向を示すことが明らかとなった。

する・みる・ささえる 価値		するスポーツ 個人の価値										するスポーツ 社会的価値										
		健康・体力 づくり		医療		心理的健康		プレイ欲求 充足		発達		社交		国際的価値		経済的価値		社会生活上		教育的価値		
競技成績	質問項目	1	3	5	8	6	11	7	4	1	2	2	1	1	1	2	3	7	9	4	5	8
		体力を向上させることができる	体型の維持・改善につながる	病気を予防することができる	病気の治療に役立つ	ストレスの発散ができる	不安やイライラを解消すること	達成感を得ることができる	目標を達成することに夢中になることができる	社会的なマナーを身につけることができる	協調性を養うことができる	人間関係を改善することができる	新たな人との出会いの機会になる	地域住民や国民における国際交流の機会を創出する	地域住民や国民の異文化理解につながる	地域や国における新しい観光誘致を創出する	地域住民や国民の生活に張りが出る	地域住民や国民の仲間を作る機会を創出する	地域住民や国民の夢かな心を養うことができる	地域や国におけるリーダーの育成に役立つ	地域住民や国民の生涯学習につながる	
	全国大会出場以上	サンプル数150	6.373	5.020		5.063	6.263	6.300	6.120	5.363	5.080	5.540	5.413									
	ブロック大会出場以上	サンプル数138	6.482	5.301	5.540	6.330	6.290	6.225	5.337	4.946	5.406	5.370										
	県大会入賞	サンプル数129	6.450	5.209	5.450	6.368	6.360	6.287	5.267	4.942	5.488	5.292										
	県大会出場	サンプル数318	6.368	5.075	5.535	6.159	6.143	6.088	5.217	4.950	5.390	5.367										
	その他	サンプル数299	6.261	5.236	5.450	6.119	6.022	6.054	5.344	4.950	5.346	5.323										
	三重県全体平均	サンプル数1034	6.363	5.161	5.432	6.211	6.177	6.126	5.297	4.967	5.413	5.352										

② 練習前の1分間スピーチ

練習開始前に、日替わりの当番が任意のテーマを設定し、小グループで1分間スピーチを実施した。本活動は、創造的思考の促進、自らの意思によるテーマ設定を通じた自己決定の機会の提供、および内発的動機づけの喚起を目的としている。

また、発話内容の構成や表現においては、考えを他者に的確に伝える表現力の育成に資するものであった。さらに、聞き手には、うなずき・笑顔・相槌などを通じて傾聴姿勢の涵養を促し、こうした相互的なやりとりを通じて、チーム内の信頼関係や相互理解の深化が図られた。

スピーチ運用に際しては、以下の2視点を明示し、内発的動機づけと行動表現の一体化を促した。

- ・モチベーション（入力）：何のために、誰のために、なぜ目指すのか
- ・テンション（出力）：明るく、楽しく、堂々と振る舞えているか

③ 月1回の読書感想発表会の実施

月に1回、起業家やトップアスリートの生き方や考え方に関する文章を読み、読後の気づきや学びを感想文として作文・発表する機会を設けた。本活動は、優れた実践者の思想や行動に触れることを通じて、自分自身の活動や価値観と重ね合わせて考える姿勢（自己関連付け）を育むことを目的としている。

具体的には、「成功者が実践している行動は、部活動でもこう活かせるのではないか」と考えさせることで、ひいては「自分たちが日々部活動で実践していることも、将来社会で活かされ得るのではないか」という視点の転換を促した。こうした認識の積み重ねが、部活動の社会的価値を自覚する態度の形成につながると捉え、継続的な取組とした。

感想文には必ず「明日から実行する具体的な行動」を含めるよう求め、読書で得た気づきを日常の行動へとつなげるよう指導した。このようにして、他者の考え方に学びながらそれを自分自身の実践へと転化するプロセスを通じて、生徒の主体性と「自分の活動が社会とどう関わっているかを考える力」の育成を図った。

④ 月1回の幹部会議の実施

月に1回、キャプテン・副キャプテン・メンタルリーダーなどの幹部生徒による会議を実施し、チーム全体の運営や課題について主体的に話し合う機会を設けた。本活動は、部員自身がチームの現状を「自分ごと」として捉え、自ら課題を見出し、その改善に向けた方針を前向きに構想・発言・決定する力を育むことを目的としている。会議においては、「脳は決断した数が多いほど強くなる」という考えに基づき、可能な限り幹部自身に決断を委ね、小さな判断経験を積み重ねていくことを重視した。また、チームの重点事項などを決定する際には、「～しなければならない」といった義務的な語尾や、「～しないようにする」といった否定表現を避け、「～する」といった肯定的な言い回しを用いることを指導の方針とした。

こうしたプロセスを通じて、幹部のみならず、全体への波及的な意識変容として当事者意識・課題発見力・建設的な言語感覚の育成を図った。

⑤ 試合・練習試合前の危機管理トレーニングの実施

公式戦や練習試合の前に、試合中に起こりうるトラブルや想定外の状況について検討し、対処方法を考えるワークを実施した。本活動は、プラス思考を単なる楽観主義として捉えるのではなく、事前にリスクを予測し、具体的な対応を準備するという姿勢（＝最強プラス思考）を育むことを目的としている。たとえば、突発的なミス、けが、試合中の焦る状況などの混乱要因に対して、「起きたらどうするか」などを事前にシミュレーションさせた。これにより、困難な状況でも冷静に判断し、感情に流されずに行動できる力の育成を目指した。このように、リスクと正面から向き合いながらも前向きに構え、現実的かつ建設的な行動選択を可能にする視点を鍛えることで、困難な状況でも前向きに発言し行動できる姿勢の育成を図った。

これらの実践を通じて、部活動を単なる競技技術の習得や勝利の追求の場として捉えるのではなく、社会的価値を体現する場、すなわち未来の社会に貢献できる人材を育成する場として再定義した。その上で、スポーツの社会的価値意識を育みながら、競技力の向上も同時に実現できるような取組を意識的に構築した。

5. 実践の検証と意識変容の分析

前章で示した5つの実践を通じて、生徒のスポーツ価値意識にどのような変容が生じたかを検証するため、川越高校空手道部の部員を対象に、「スポーツ価値意識評価尺度（簡易版）」を用いたアンケート調査を計3回実施した。第1回は2024年5月25日（県全体対象の調査と同時期）、第2回は2025年2月7日～10日、第3回は第1回から約1年後にあたる2025年5月19日～21日に実施し、意識の変化を時系列的に追跡した。

第1回調査時点において、川越高校空手道部の部員は、三重県全体の平均値を上回るだけでなく、全国大会出場以上の成績を有する層の県平均と比較しても、同等あるいはそれ以上の得点水準を示していた。その後の第2回・第3回調査では、部員の平均得点はさらに上昇し、特に第3回においては、すべての項目で県平均を明確に上回る結果となった。

なかでも「社会生活向上」の項目については、第1回から第2回にかけて顕著な向上が確認された一方で、第3回ではやや減少傾向を示した。しかしながら、その得点は依然として県全体の平均値、および全国大会出場以上の層の平均値の双方を上回っており、高水準を維持していることが示唆された。

これらの結果は、前章で紹介した実践的取組を日常的かつ継続的に導入してきたことにより、部員のスポーツに対する社会的価値意識が段階的かつ着実に育まれていった可能性を示している。加えて、この変容が一過性の高揚ではなく、複数回にわたる調査を通じて持続的かつ一貫した傾向として観察された点は、日々の取組が生徒の内面に深く定着し、意識の深化につながったことを裏付けるものである。

なお、分析にあたっては、調査期間を通じて実践を継続的に経験した2025年度在籍の2・3年生の部員を集計対象とし、2024年度の3年生および2025年度の1年生については、継続的な実践への参加期間が不十分であると判断し、集計から除外した。

	第1回(R6年5月25日回答)					第2回(R7年2月7～10日回答)					第3回(R7年5月19～21日回答)				
	するスポーツ					するスポーツ					するスポーツ				
	社会的価値					社会的価値					社会的価値				
	国際的価値	経済的価値	社会生活向上	教育的価値		国際的価値	経済的価値	社会生活向上	教育的価値		国際的価値	経済的価値	社会生活向上	教育的価値	
川越高校空手道部	5.588	5.088	5.843	5.804		6.237	5.711	6.596	6.263		6.357	6.071	6.571	6.460	
三重県 全国大会出場以上	5.363	5.080	5.540	5.413											
三重県 全体	5.297	4.967	5.413	5.352											

6. スポーツ価値意識と競技力の関連に関する考察

本研究では、スポーツの社会的価値意識に焦点をあて、その意識の醸成を目指した実践が、生徒の内面的な変容および競技力向上にどのような影響を与えるのかを検討した。

アンケート調査の結果からは、国際的価値、経済的価値、社会生活向上、教育的価値の全項目で意識の向上が確認され、特に第3回調査では県平均を大きく上回った。これは、「自分たちの行動が他者や社会に価値をもたらす」という実感を部員が得ていったプロセスが、意識の変化として可視化されたものと捉えられる。

こうした内面的な変容は、競技への姿勢や成果にも影響を及ぼした可能性がある。2024年10月の三重県高等学校空手道選手権大会では、団体組手で男女とも準優勝にとどまったが、約7か月後の2025年5月に開催された県総体ではライバル校を追い抜き、団体組手でアベック優勝を果たした。さらに個人組手でも男女ともに1・2位を独占し、創部以来の最高成績を挙げた。その後、県代表として東海総体に出場し、女子団体組手で3位入賞を果たした。この結果は、個人・団体を通じて三重県勢として2年ぶりの入賞となった。

この快進撃の背景には、選手たち自身の「勝利の意味」への内省があった。県総体直前に行われた幹部会議

では、「なぜ他校ではなく私たちが優勝する必要があるのか」という問いを立て、目的意識を再確認する機会を設けた。その中で、ある幹部生徒がこう語った。

「三重県の空手道の競技レベルは決して高くありません。過去に県内の他校の選手が東海大会へ出場した際、『どうせ勝てない』と言っていたのを聞いたことがあります。だからこそ、私たちが県大会で優勝し、さらにその先の大会で活躍することで、『私たちにもできるかもしれない』という夢や希望を伝えたい。三重の空手界の常識を変えられるのは、私たちしかいないと思っています。」

このような発言は、単なる競技成績の向上を超えて、スポーツ活動そのものを通じて社会に影響を与えようとする姿勢、すなわち、スポーツの社会的価値意識の深まりを象徴するものであった。

また、2025 年 4 月には本校初の日本代表選手が誕生し、第 12 回東アジア空手道選手権大会で 5 位入賞という国際的成果も挙げた。これらの実績は、生徒の意識変容とチームとしての一体感が、競技力に波及した結果と考えられる。

なお、本研究ではアンケートの集計結果を平均値で分析しており、統計的な有意差の検定や相関係数などの詳細な統計処理は行っていない。したがって、定量的な変化は把握できたものの、因果関係や確かな傾向を論証するには至っていない。今後は統計的な有意差の検証や多変量的分析を取り入れ、他競技・他校との比較や長期的な追跡調査を通じて、より実証的な検証を進める必要がある。

7. 結論 “価値” が“勝ち” を変えるとき

本研究は、「スポーツの価値意識」の醸成が競技成績の向上に寄与するかを、川越高校空手道部における実践的アプローチを通じて検証を試みたものである。調査および分析の結果、スポーツを通じた社会的意義の自覚、すなわち「自らの行動が他者や社会に良い影響を与える」という価値意識の高まりが、競技への取り組みに肯定的な変容をもたらし、それが一定の成果として競技力向上に結びついた可能性が示された。

実際に川越高校空手道部では、部員が「勝利の意味」を再考しながら活動に取り組むことで、単なる成績向上にとどまらず、社会との接点や貢献意識を伴った主体的な姿勢が培われた。複数回にわたるアンケート調査においても、「する」スポーツにおける社会的価値意識の向上が定量的に確認されており、こうした価値の自覚が部活動の内実を豊かにし、それが結果的に“勝ち”の質にも影響を与えていると考えられる。

もっとも、競技成績は多因子的な要素に左右されるため、価値意識の向上のみを要因として断定することはできない。現段階では、意識の変容と競技成果の関連性を示唆する傾向を得たにとどまる。

今後は、統計的な有意性の検定や多変量的な要因分析に基づいた比較検証を進めることで、実証性の高い知見の蓄積が必要である。本研究はその端緒として、「価値」が「勝ち」を変える可能性を提示するものであり、教育的・競技的な両面からのアプローチを提起するものである。

8. 参考文献

- ・ 国立教育政策研究所 (2017) 『非認知的 (社会情緒的) 能力の発達と科学的検討手法についての研究に関する報告書』
- ・ 櫻井茂男 (2020) 「非認知能力を育てより高い学業達成を目指そう―「自ら学ぶ意欲」と「向社会性」に注目して―」『公益財団法人日本教材文化財団 研究紀要 第 49 号』
- ・ 日本体育協会 (2016) 『平成 28 年度スポーツ医・科学研究報告 I 新たなスポーツ価値意識の多面的な評価指標の開発―第 3 報―』
- ・ 日本経済団体連合会 (2022) 『採用と大学改革への期待に関するアンケート結果』
- ・ 経済産業省 (2022) 『未来人材ビジョン』
- ・ 日本財団 (2019) 『18 歳意識調査 第 20 回 (国や社会に対する意識)』

第2分科会 健康と安全

会場：岡谷鋼機名古屋公会堂 第7集会室

1 運動部活動における障害の予防

～生徒が自ら主体的に心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するために～

尾道高等学校

田 中 春 助

広島県立総合技術高等学校

岩 田 侑 士

2 「顧問は辛い！？」 今こそ考える部活動運営の well-being

～昭和、平成、令和における顧問の意識変化と今後の部活動のあり方～

静岡県立浜松湖南高等学校

木 村 剛 典

3 香川県高校生の部活動所属別に見た実態調査

香川県立香川東部支援学校

上 田 将 人

4 スピードスケート競技における安全対策について

～ルール作りから考える～

山梨県立富士北稜高等学校

千 葉 瞭太郎

【助言者】 名古屋学院大学スポーツ健康学部
教 授 丸 山 洋 生

【司会者】 三重県高等学校体育連盟
理事長 宮 本 真 輝

「顧問は辛い！？」 今こそ考える部活動運営の well-being ～昭和、平成、令和における顧問の意識変化と今後の部活動のあり方～

【静岡県】静岡県立浜松湖南高等学校 木村 剛典

1. はじめに

「運動部の顧問はちょっと・・・」

若手教員のこのような声に、私は10年以上の教員経験の中で何度も出会ってきた。静岡県高等学校体育連盟テニス専門部の委員長としても、指導経験が乏しい中、日々の運動部活動に懸命に取り組む先生方の姿を目の当たりにしてきた。筆者もこの10年で職場での役職や家庭環境の変化に伴い、自身の部活動への意識や取り組み方が変わってきたことを実感している。部活動運営において生徒に直に向き合う顧問（教員）の健康や部活動への意識は、参加する生徒の健康・安全な部活動の実施に直接的に関わる。そして、各学校で顧問を受け持つ先生方の協力なくしては、高体連として大会等の運営を継続していくことは難しい。

働き方改革やワークライフバランスの重要性が叫ばれる中で、部活動が今後も生徒の成長につながる健康・安全な取組として発展していくために、今回は顧問の先生方の意識にフォーカスし、今後の部活動のあり方を考えアップデートしていきたいと思い、研究を行うことにした。

2. 目的

学校の教育活動の一環として運動部活動が果たしている役割は大きなものであり、人間形成や生徒の自主的で多様な学びの場として、教育的意義を有している。また、顧問の熱意あふれる指導は、生徒の各競技における技術の習得や体力の養成にとどまらず、社会性の育成にもつながり、有為な人材を世に輩出している。

一方で、部活動指導中の生徒に対する不適切な言動が、体罰やハラスメントにつながるケースも見受けられるなど、指導の資質向上や指導方法の改善、部活動改革が求められている。部活動改革の一つとしては、教員の働き方改革の観点から、時間外指導となる活動時間の短縮が求められている。今後は、運動部活動の教育的効果を最大限引き出し、持続可能な運動部活動の環境を整備するためにも、あらゆる角度から分析と対策を考えていくことが必要である。

静岡県高等学校体育連盟研究部の顧問調査では、実態把握や課題の解決のための一助とすることを目的に、部活動現場の状況や生徒・顧問の意識を調査している。本調査は対象ごと10年ごとに実施し、過去に行った調査との比較や、時代の変化に対応していく運動部活動の役割を確認するための分析を併せて行っている。

本研究では、改めて昭和、平成、令和の3つの時代のアンケート結果を分析し、顧問の意識の変化や差異を正確に捉え、顧問の現状を把握することで今後の健康・安全な部活動の実施に活かしていくことを目的とする。

3. 調査の方法

(1) 調査の対象

静岡県高等学校運動部正顧問（全日制）

(2) 調査年度と人数

昭和63年度：2,035人、平成16年度：1,813人、平成24年度：1,514人、令和5年度：1,421人

(3) 調査の方法

質問紙によるアンケート調査

(4) 調査の内容

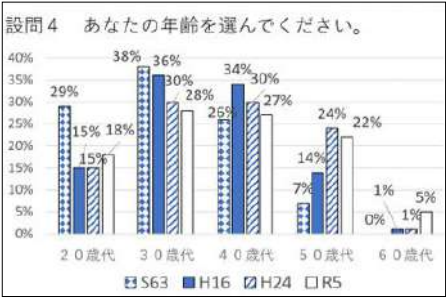
- ・種目 ・性別 ・年齢 ・所属校 ・教科 ・顧問数 ・副顧問の役割 ・選手経験
- ・顧問歴 ・コーチ、トレーナーの有無 ・指導方針 ・部目標 ・指導力 ・部の強化
- ・コーチの必要性 ・指導上の支障 ・顧問の負担 ・顧問の継続 ・活動時間 ・活動日数
- ・指導上の悩み ・運動部活動の地域移行

4. 結果と考察

(1) 運動部活動を巡る状況について（令和5年度と過去調査との比較）

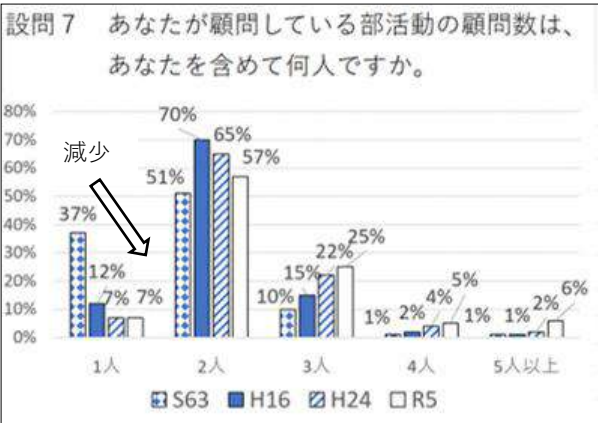
① 年齢構成（設問4）

平成24年度と比べて20歳代の割合が微増した。60歳代の割合は、平成24年度と比べて4%増加しており、定年延長の影響がうかがえる。



② 顧問数・副顧問の役割（設問7・8）

顧問数【設問7】は、昭和63年度には「顧問数1人」が37%であったものが、平成16年度には12%となり、令和5年度においても平成24年度と同様に7%であったことから、複数顧問体制が一般化したといえる。そして、「顧問数2人」が平成24年と比べて8%減少し、「3人・4人・5人」が増加したことから、特に3人以上の体制を採用する部活動が増えている。副顧問の部活動への関わり方【設問8】は、平成24年度と比べてさほど違いは見られなかったが「副顧問は複数おり、運営に携わらない副顧問もいる」が5%増加した。設問7と合わせて考えると、複数顧問体制を採用している現場は増えたが、部活動に関わらない顧問は約30%と過去調査より増加している。

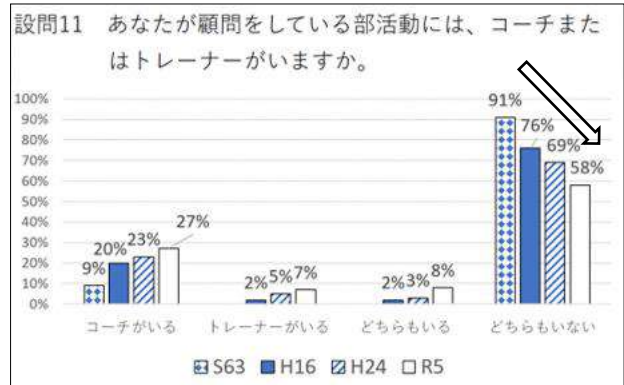


設問8 あなたが顧問している部活動の、副顧問の役割について該当する項目を選んでください。

選択肢	H16	H24	R5
副顧問はいない	11%	7%	5%
副顧問は1人いるが、運営には携わらない	17%	17%	17%
副顧問は1人おり、補助的に運営に携わる	39%	38%	34%
副顧問は1人おり、正顧問と同等に運営に携わる	15%	14%	13%
副顧問は1人おり、正顧問よりも主体的に運営に携わる	2%	1%	2%
副顧問は複数おり、運営に携わらない副顧問もいる	4%	7%	12%
副顧問は複数おり、それぞれが役割を持ち運営に携わる	11%	15%	16%
その他	1%	1%	2%

③ コーチ・トレーナー（設問11・19）

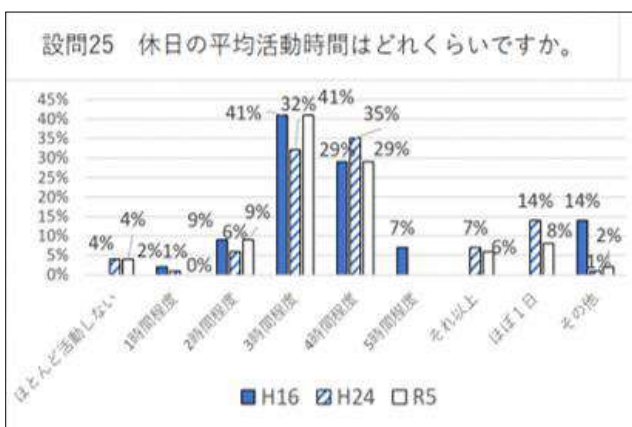
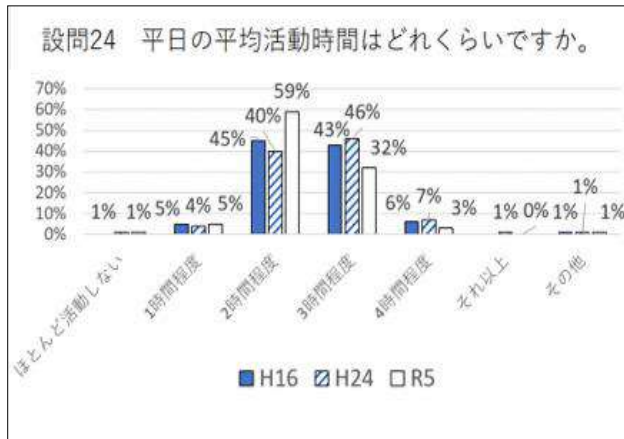
コーチ・トレーナーの有無【設問11】は、平成24年度と比べて「コーチ、トレーナーのどちらもない」が69%から58%へと減り、42%もの部で外部スタッフを受け入れている結果となり、外部スタッフの活用は調査毎に増加傾向にある。コーチ・トレーナーの必要性【設問19】は、必要との回答が約70%を占め、そのニーズは依然として高い。



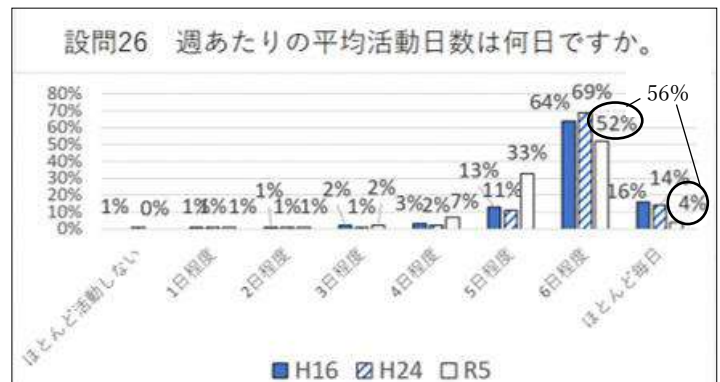
設問19 あなたが担当している部活動に、外部コーチ等の顧問以外は指導者は必要だと思いますか。 必要が約70%

選択肢	S63	H16	H24	R5
必要ない	46%	28%	43%	31%
より強化をはかるために必要である	30%	47%	34%	37%
自分に指導力がないため、必要	16%	20%	15%	22%
その他の理由で必要である	9%	4%	8%	11%

④ 活動時間・活動日数（設問 24・25・26）

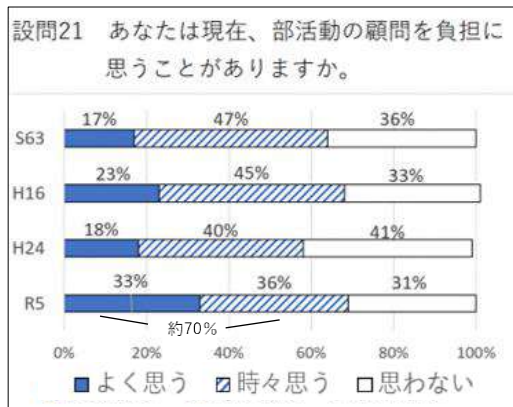


平日の平均活動時間【設問 24】は平成 24 年度までは大きな変動の無い項目であったが、今回は「2 時間程度」が 40%から 59%と大幅に増加し、「3 時間程度」が 46%から 32%と大幅に減少した。また、休日の平均活動時間【設問 25】においても「ほぼ 1 日」が減少し、「3～4 時間」が 70%を占めた。平日、休日問わず部活動ガイドラインに準拠した活動時間に移行しているため、活動時間は短くなる傾向にあるといえる。週あたりの平均活動日数【設問 26】は、週 4～5 日程度の活動が平成 24 年と比べて 13%から 40%と大幅に増加し、週 6 日以上と毎日活動する部活動の合計は 83%から 56%と大幅に減少した。前述のとおり部活動ガイドラインに準拠した活動に移行している。

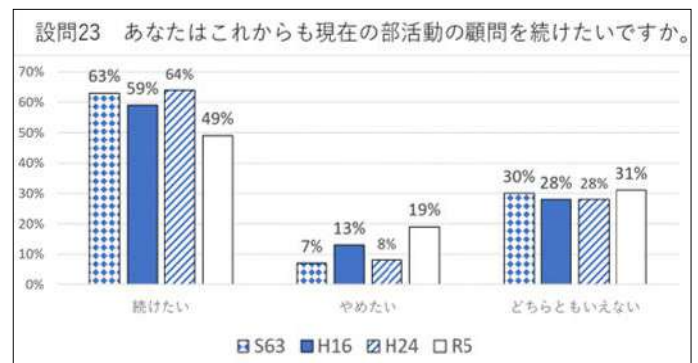
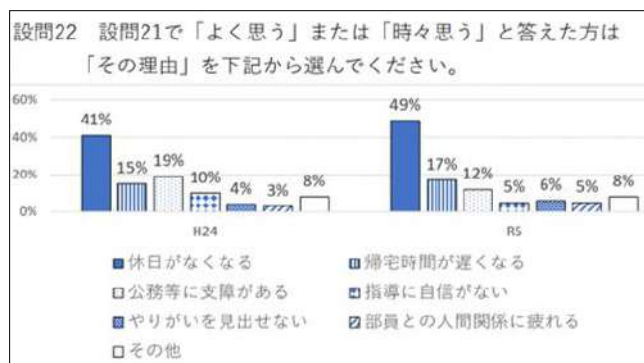


(2) 運動部顧問の意識の変化について（令和 5 年度と過去調査との比較）

① 負担感の増大について（設問 21・22・23）



部活動顧問を負担に思う割合【設問 21】は約 70%であり、「よく思う」は昭和 63 年度と比べて約 2 倍となった。負担感を感じる主たる理由【設問 22】は「休日がなくなる」「帰宅時間が遅くなる」「公務等に支障がある」であり、特に休日・帰宅時間の項目が増大した。指導上の支障となる要因として「公務多忙」が最も多かった。これらのことから、プライベートの時間が割かれてしまうことが主たる理由であり、公務多忙やワークライフバランスを確保できないことに負担感を感じていることが推察される。



② 顧問の継続について（設問 23）

平成 24 年度までは変動の少ない質問項目であったが、今回の調査では「続けたい」が 15%減少し、49%にまで下がった。また、「やめたい」が 11%増加し、19%に達する結果となった。

(3) クロス集計（令和 5 年度の調査結果をクロス集計）

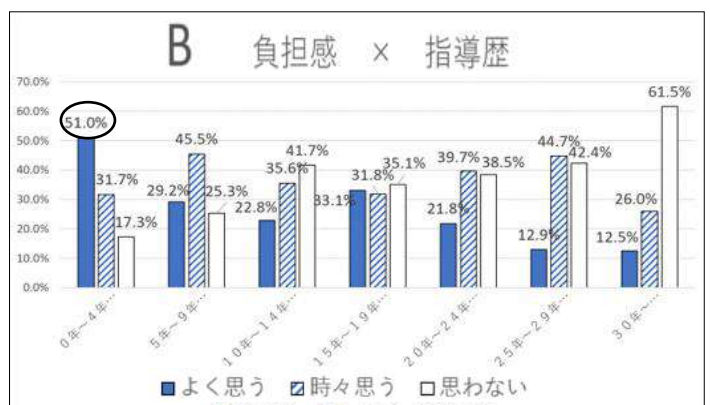
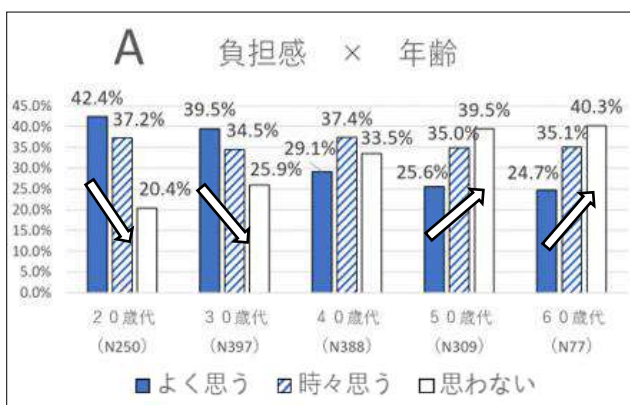
健康・安全というテーマのもと顧問の意識（負担感）に着目し、分析するためにクロス集計を行った。

① A 負担感×年齢

「よく思う」は 20 歳代が最多で 42.4%であった。世代間の意識差は顕著であり、若い世代ほど負担に思う割合が高く、40 代を境に「よく思う」と「思わない」の割合がほぼ真逆となる結果となった。

② B 負担感×指導歴

「よく思う」は指導歴 0～4 年が最多で 51%であった。指導歴を重ねることで負担感が少しずつ減っていく傾向があることが分かった。指導者（教師・顧問）も生徒と共に学び成長している。

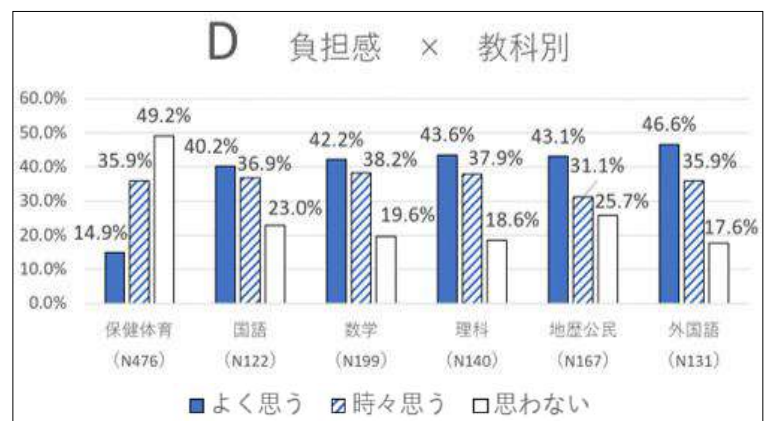
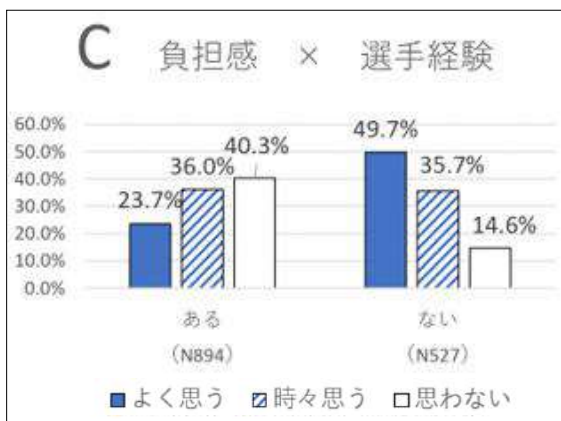


③ C 負担感×選手経験

「よく思う」は選手経験ありが 23.7%であるのに対し、なしは 49.7%と倍以上の割合の違いが見られた。競技経験のない種目の顧問を務める際に負担感が大きくなる傾向にあることが分かる。

④ D 負担感×教科別

「よく思う」は保健体育科が最も少なく 14.9%であったが、他教科は 40%を超える割合であった。専門性や知識、競技経験の違いが結果に表れていると推察できる。この結果をきちんと認識し、保健体育科の教員を中心に周囲の運動部顧問に働きかける役割が求められると考える。

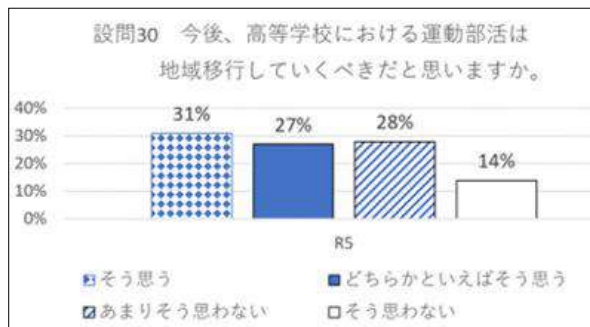
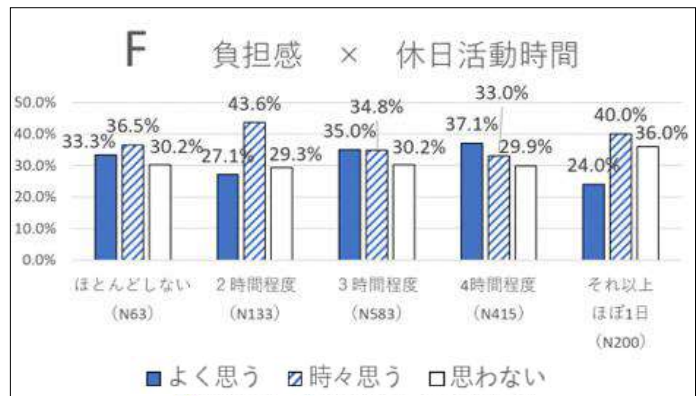
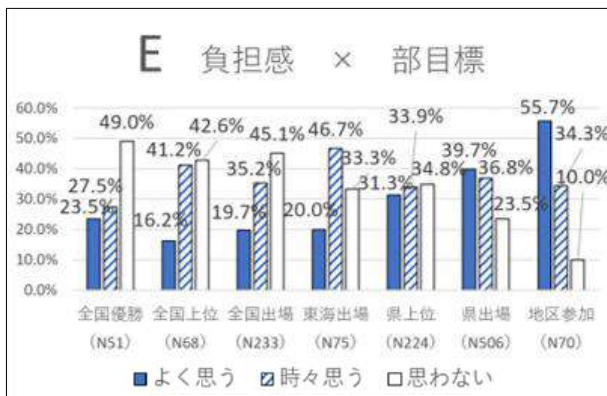


⑤ E 負担感×部目標

「よく思う」は地区大会参加が目標の顧問が最も多く 55.7%であった。東海出場～全国大会上位を目標に掲げる顧問は「よく思う」率が 20%以下という結果となった。競技レベルが上がるほど負担と感じる割合は減っていくことが分かった。ただし、全国優勝を狙う学校は 23.5%に上がっている。

⑥ F 負担感×休日活動時間

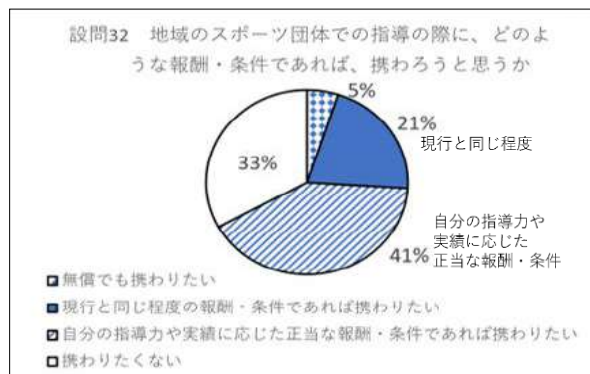
「よく思う」は、休日活動時間ほぼ 1 日が最も少なく 24%であった。興味深い結果として、「思わない」は、ほとんど活動しないが 30.2%であるのに対し、ほぼ 1 日は 36.0%という結果となった。



(4) 地域移行（展開）に関する意識

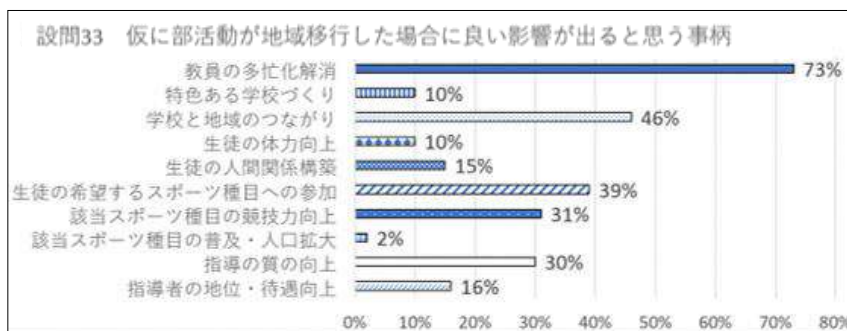
① 地域移行していくべきか(設問 30)

令和 4 年 12 月にスポーツ庁・文化庁より「学校部活動及び新たな地域クラブ活動の在り方等に関する総合的なガイドライン」が策定された。中学校において地域移行が進む中、「高等学校における地域移行の是非」に「そう思う」との回答が 31%であった。平成 24 年度の調査では 7%であったため大幅な増加である。



② 地域のスポーツ団体での指導の際に、どのような報酬・条件であれば、携わろうと思うか(設問 32)

41%が自分の指導力や実績に応じた正当な報酬・条件であれば携わりたいと思っている。現行の報酬程度でよいと考えている割合は 21%しかいないことが分かる。

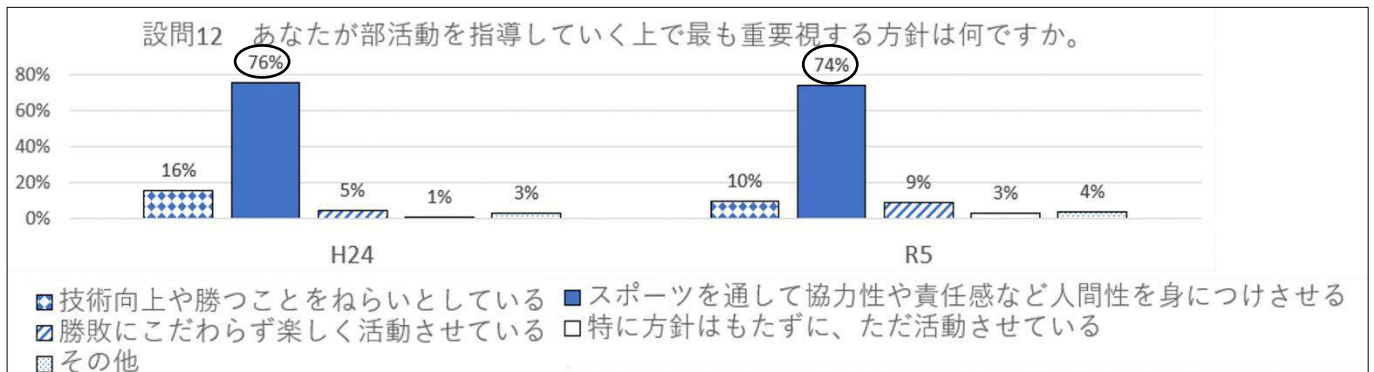


③ 仮に部活動が地域移行した場合に良い影響が出ると思う事柄(設問 33)

「教員の多忙化解消」が 73%を超えている。「学校と地域とのつながり」、「生徒の希望するスポーツ種目への参加」、「該当スポーツ種目の競技上」、「指導の質の向上」が 30%を超えた。

5. まとめ

本研究でこれまで実施してきた意識調査を改めて分析することで、時代における意識の変化を捉えることができた。さらに、調査年度が同じであっても多様な顧問の意識があることが分かった。働き方やワークライフバランスなど価値観の違いがあることを再認識した。年齢・専門教科・経験など立場によってその価値観は様々であるが、まずはこうした顧問間の差があることを認識し、認め合うことで運動部を受け持つ顧問の先生の意識を変えていけるのではないだろうか。しかしながら、時代の変化や多様な価値観が共存する中でも部活動指導で重要視する方針【設問 12】は、「人間性を身に付けさせる」がアンケートの回答で約 75%と最も多く、教育的意義は不変であるということが印象に残った。



顧問の意識について分析を進めると、部活動顧問を負担に思う割合【設問 21】は約 70%であるが、顧問の継続【設問 23】において、「やめたい」は 19%に留まっていることが分かる。指導やワークライフバランス等で悩み、部活動運営を負担と感じながらも多くの顧問は人間性を育む教育的意義に魅力を感じ、日々部活動に向き合っている実態が見えてくる。部活動は、生徒の人間形成や生徒の自主的で多様な学びの場のためのものである。それゆえ、直に生徒に関わる顧問やスタッフの健康・安全に寄り添う研究はまだ少ないように思う。今後も部活動を健康・安全に継続していくために、顧問の視点も含めた部活動運営の well-being を再構築していく必要性を強く感じた。そして、それがひいては、生徒の健康や安全、充実につながっていくだろう。

今回、静岡県高等学校体育連盟研究部としては顧問の意識を正確に捉え、部活動に対しての様々な価値観に耳を傾けることがまず重要であり、現場の顧問の意識を分析し、継続的な健康・安全な部活動運営につながるための手立てをいくつか考えるまでしか辿りつけなかった。部活動の意義や喜び、障壁に思うことなど部活動の捉え方は十人十色であり、部活動運営に明確な答えはないのかもしれない。しかしながら、部活動が生徒は もちろん顧問や関わるすべての人にとって豊かな時間になることを目指し、今後も静岡県高等学校体育連盟研究部として、定期的に生徒・顧問の意識調査を継続し、検討や実践を繰り返す中で顧問の意識の変化にもつながる取組を模索し続けていきたい。

【参考】運動部顧問調査報告書 令和5年4月 静岡県高等学校体育連盟研究部
詳細については静岡県高等学校体育連盟ホームページに掲載しています。



URL: <https://shizuoka-koutairen.com/>

⇒ 特集 ⇒ 研究部 運動部顧問調査

第3分科会 部活動の活性化

会場：岡谷鋼機名古屋公会堂 4階ホール

1 部活動の未来を探る

～水球の先進的ハイブリッドモデル【クラ部】の取組～

群馬県立前橋商業高等学校 志賀 諭

2 生徒の主体的な組織的活動が部の活性化につながる

～活性化にともなう新たな視点～

山口県教育庁学校安全・体育課 西尾 泰

3 陸上競技 長距離種目の記録会を盛り上げランナーの活性につなげる

～長距離種目のイベントが競技人口と競技力に影響があるか～

秋田県立大館鳳鳴高等学校 児玉 弘幸

4 地域連携が拓く部活動の未来図

愛知県立阿久比高等学校 若子 雄大

【助言者】 東海学園大学スポーツ健康科学部
准教授 黒須 雅弘

【司会者】 岐阜県高等学校体育連盟
理事長 三浦 昇太郎

地域連携が拓く部活動の未来図

【愛知県】愛知県立阿久比高等学校 若子 雄大

1. はじめに

近年、高等学校の部活動は生徒数の減少、価値観の多様化などにより運営が大変難しく、教員の働き方改革も相まって、その在り方が問われている。そのような中、部活動の地域展開・地域連携が各地で叫ばれているが、指導者の確保や費用負担等に課題があり、一筋縄ではいかない状況にある。「部員の減少」「生徒にとっての部活動の意義の疑問視」「指導者の負担」など、活動を持続させるためには様々な問題点を解決しなければならない。

本研究では、阿久比高校男子新体操部が地域・全国で活躍するために、約10年間で行った「部員の増やし方」「地域展開の方法」「部活動の価値の高め方」を紹介していく。

2. 阿久比高校新体操部の歴史

阿久比高校は昭和54年に知多半島中央部にある自然豊かな阿久比町に開校し、令和7年に創立47年を迎えた全日制普通科高校である。男子新体操部も創立当初から活動をスタートし、過去には、団体戦で愛知県体優勝やインターハイ2位を収めた実績がある。しかし、10年前頃から中学校の部活動の縮小により体操経験者の入部が減少した。また、体操器具も老朽化し、安全な練習が出来なくなり、全国大会に出場することが遠のいてしまった。それどころか、部員数の減少により、廃部の危機が迫っていた。

3. 部員数の増やし方

衰退した新体操部を復活させるためには部員数を増やすことが最優先であった。私が赴任した平成27年は6人の部員で活動をしており、1人が怪我をするだけで練習もままならない状態であった。また、中学校から経験者が入部する流れも途切れてしまっていた。未経験者を勧誘し、超マイナースポーツである新体操を始めてもらうのは想像を絶するほどハードルの高いことであった。

(1) 勝つことよりも楽しさを大切にする

私が、まず実践したのは、新体操という競技で強くなり、勝つ事よりも活動自体が充実して楽しいということを生徒に感じてもらう事である。部活動の顧問というのは、どうしても目の前の練習や試合に目を向け、勝つ事に重きを置いてしまいがちである。そこで「どうしたら今日の練習が最高に楽しいものになるか」「自主的に活動するには、何を仕掛けたらよいか」など生徒目線の活動に重点を置いた。ウォーミングアップにドッジボールやサッカーなど他の競技を取り入れたり夏の暑い日にはクーリングダウンでプールを活用したりした。また、トレーニングと称し、部員全員で登山やバーベキューもよくやった。もちろん、そのような甘い考え方では試合で結果を残すことは難しく、なかなか勝つことができない日々が続いた。しかし、生徒は本当に楽しそうに活動に取り組み、その噂は中学校まで伝わり、阿久比高校新体操部に入部する事を目標に進学を考える中学生が徐々に増え始めた。

(2) 楽しい活動をより多くの人に知ってもらう

次に実践したのは、より多くの人に新体操部の活動を知ってもらうことであった。地元新聞社やケーブルテレビ局に直接連絡をし、部活動の様子や競技会、小中学生との合同練習会など、事あるごとに取材のお願いをした。また、阿久比町広報誌への掲載やSNSを駆使し情報を発信し続けることで「阿久比町を新体操の町にしたい」と訴え続けた。現在年間10本ほどテレビ番組の取材や新聞の掲載を通して「新体操の町、阿久比」

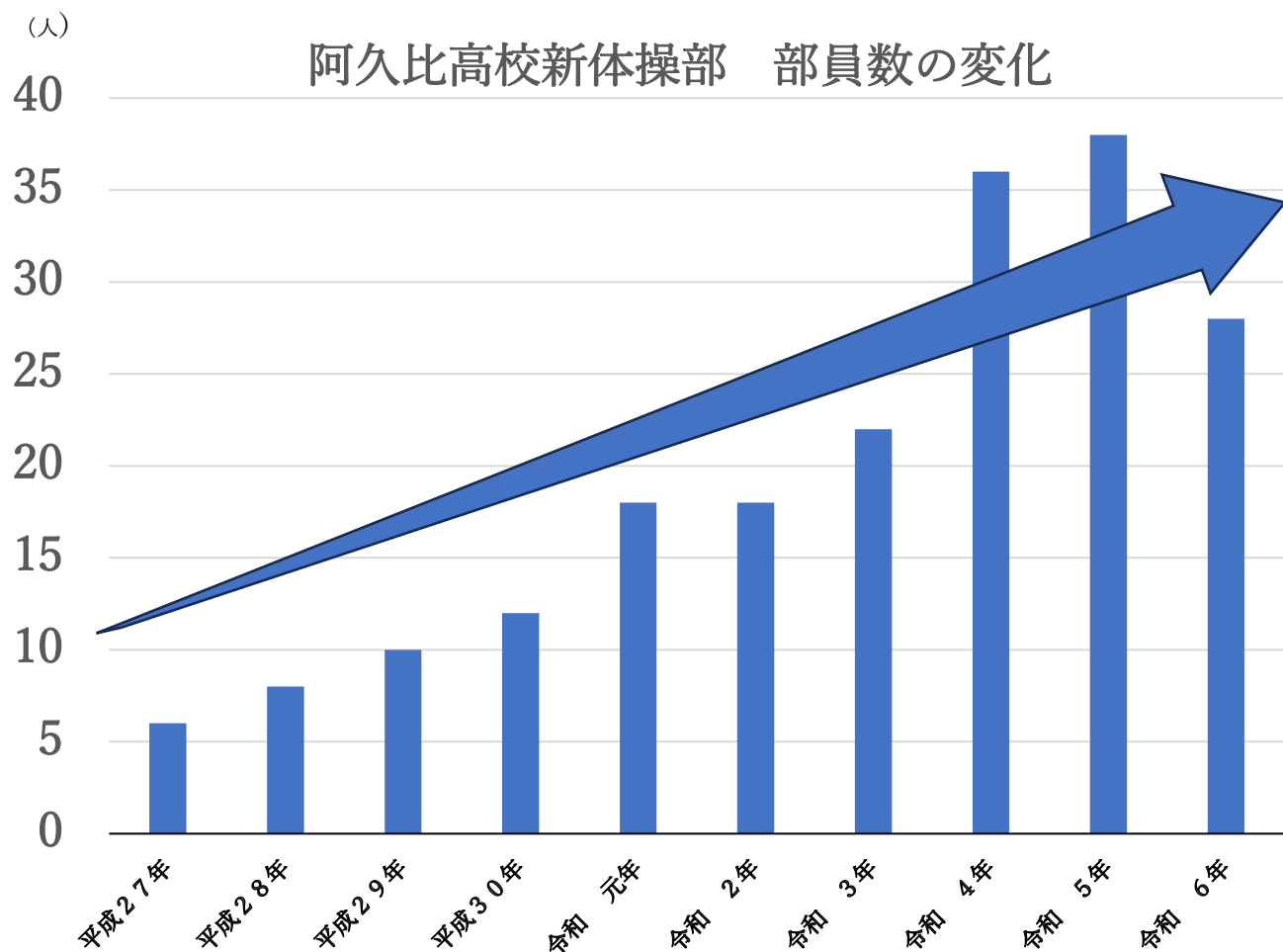
のキャッチフレーズもかなり浸透してきたように感じる。

校内では、今まで新入生に対する部活動紹介においてバク転などを披露していた。しかし、「すごい」「カッコいい」などの感想で終わってしまい、新入部員獲得にはつながらなかった。そこで、男子新体操部の紹介ビデオを作成し披露すると、これがとても効果的であり、紹介ビデオを放映した年から入部希望者が殺到するようになった。紹介ビデオの内容はただただ楽しい場面や青春を感じる内容ばかりだが、現代の生徒はコロナ禍の影響で思ったような活動が出来ておらず、「一緒に仲間に加わりたい」という心理が働いたようである。

(3) 楽しみたいから勝ちたいへ

部活動を楽しみたいだけで入部してきた生徒達であったが、部員数が増えるにつれ、ある変化が生まれてきた。それは、部員間で競争が生まれ、楽しみながらも練習量が増えてきたことであった。新体操競技の団体演技は5名で行うため、部員が少ない頃は全員が大会に出場できた。しかし、部員数の増加に伴い、レギュラー争いがおき、練習も熱を帯びるようになった。練習2時間前からアップを始め、練習後1時間以上も自主練習をする者が多くなった。この頃から、他県のチームにも勝てる事が多くなり、もう一度インターハイへ行きたいという気持ちがチームに芽生えてきた。

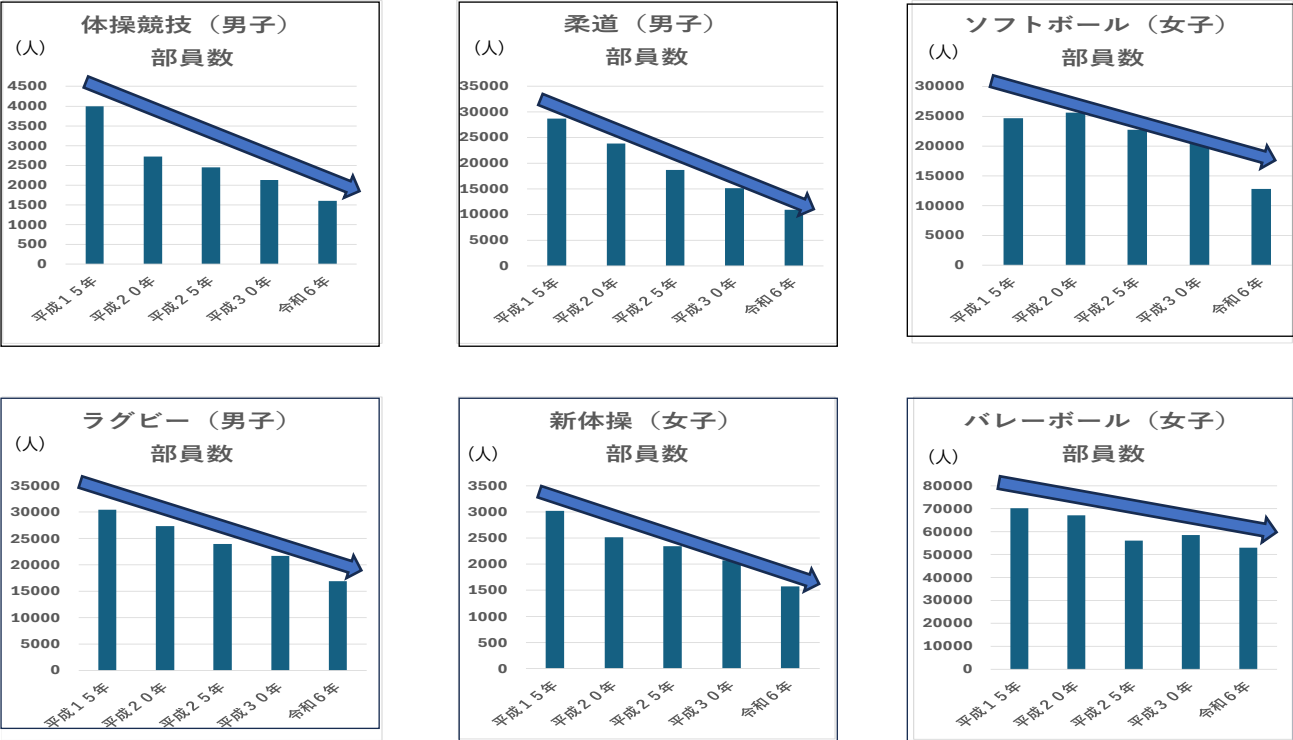
このように、部員を増やすことには大変苦労したが、現代の生徒達が部活動に何を求めているのかを正確に察知し、工夫を重ね、勧誘をすることで、超がつくほどのマイナースポーツである男子新体操でも部員を確保できるようになった。



※令和3. 4. 5年インターハイ出場

4. 部活動の現状

(1)様々なスポーツでの部員数の減少



※公益財団法人 全国高等学校体育連盟

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
種目	陸上競技	体操	新体操	競泳	弓道	登山	ローイング	ヨット	相撲	柔道	剣道	フェンシング	サッカー	ラグビー	ホッケー	バレーボール	ハンドボール	バスケットボール	軟式野球	野球	
R6(人)	6060	269	352	2538	4697	486	101	83	9	692	2117	90	8301	1367	126	8134	5822	7915	455	6105	
H22(人)	6656	386	337	3181	5334	266	156	66	13	1533	3156	37	8409	1502	117	6447	6176	8786	555	7509	
H12(人)	5980	859	469	3489	5240	508	177	102	12	2032	3365	52	7838	1356	154	7907	5091	9327	534	6803	
R6/H12 (%)	101	31	75	73	90	96	57	81	75	34	63	173	106	101	82	103	114	85	85	90	
No.	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	部登録数	在籍生徒数	加入率 (%)
種目	ソフトボール	卓球	バドミントン	テニス	ソフトテニス	スキー	スケート	自転車	ウエイトリフティング	レスリング	空手道	ボクシング	アーチェリー	なぎなた	カヌー	ライフル射撃	馬術	少林寺拳法			
R6(人)	1382	5387	6805	5213	4353	159	12	55	41	68	226	121	142	53	48	35	23	64	84201	176582	47.7
H22(人)	2265	5886	6013	7803	5634	143	14	60	26	69	237	110	192	35	40	41	93	115	91030	185406	49.1
H12(人)	1971	5317	5814	7700	6217	171	22	57	34	83	296	60	206	58	65	61	139	152(H16)	90600	207152	43.7
R6/H12 (%)	70	101	117	68	70	93	55	96	121	82	76	202	69	91	74	57	17	39	93	85	

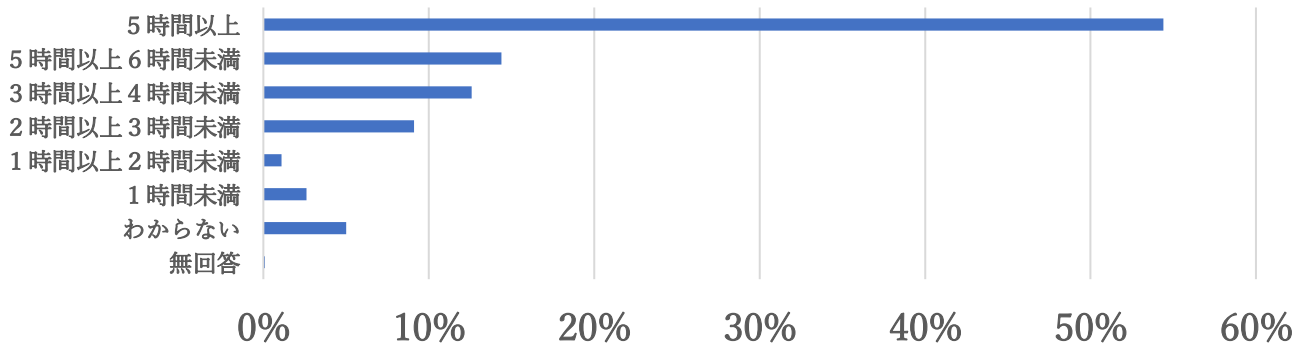
※愛知県高等学校体育連盟

上記のように、多くの部活動で部員数の減少がみられる（一部の競技では増加傾向もある）。理由としては「少子化」「運動習慣の二極化」「家庭の経済格差」など様々な問題が絡み合っていると考えられる。部員数の推移は本県でも同様の傾向にあるが、部活動の加入率は25年前と比較して増加している。

(2)生徒にとっての部活動の意義の疑問視

本来、部活動は学校教育活動の一環として行われており、興味と関心を持つ同好の生徒によって自主的に組織され、より高い水準の技能や記録に挑戦する中で楽しさや喜びを味わい、豊かな学校生活を経験する活動である。しかし、目まぐるしく変化していく時代の中で部活動に参加する生徒が減少した理由としては、運動することよりデジタル機器を使用したゲームやSNSなどの娯楽が増えたことや経済的な理由により部活動に参加する余裕がなくなってきたこと、また、地域のスポーツクラブで活動する機会が増えたことなどが要因ではないかと考える。

高校生の平日におけるインターネット利用時間

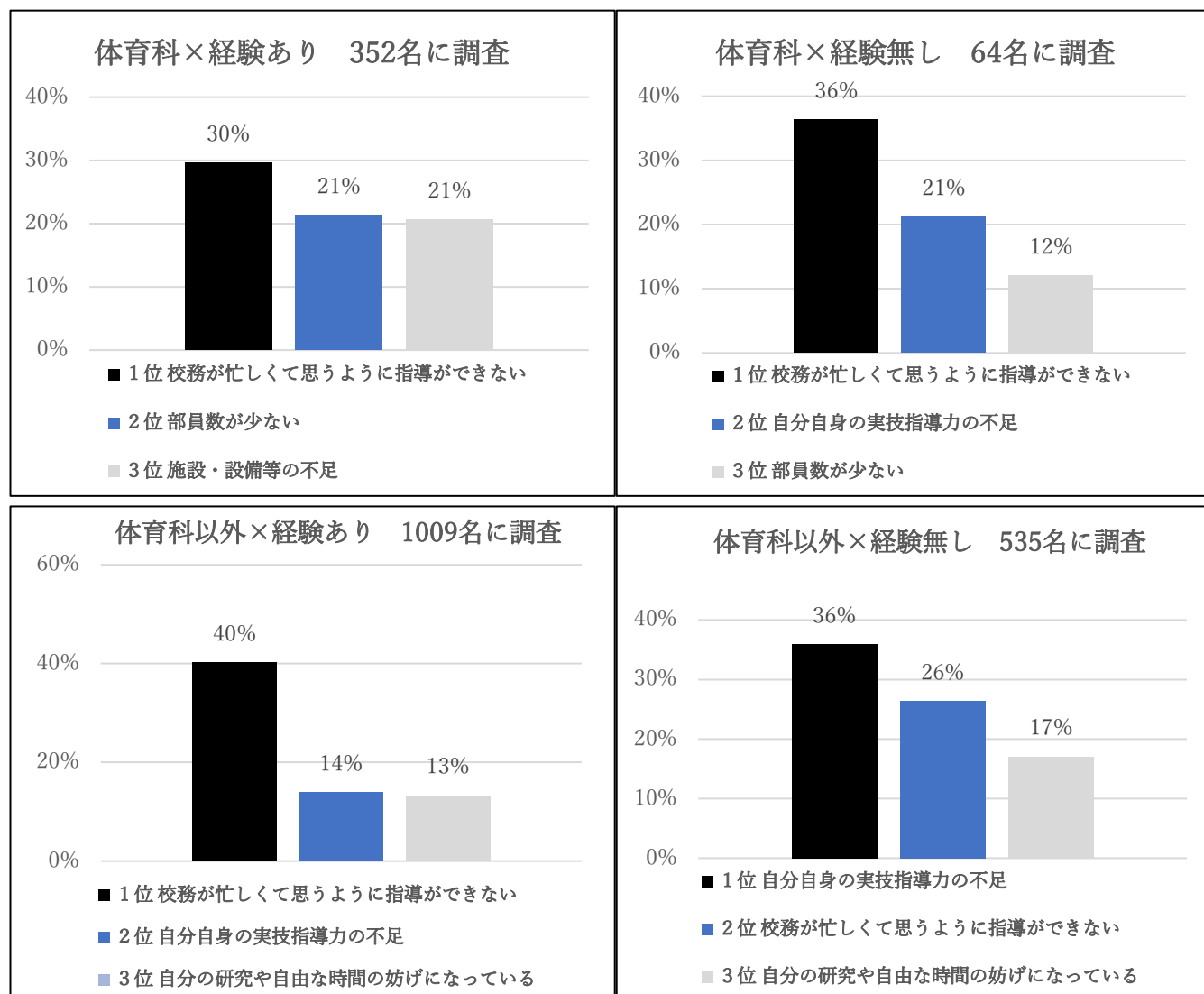


※令和6年3月 子ども家庭庁「青少年のインターネット利用環境実態調査」 高校生 1044 名が回答

(3)指導者の負担

部活動の顧問を担当する教員は多くのストレスを抱えている場合が多い。下のグラフからも分かるとおり、「校務が忙しくて思うように指導ができない」「自分自身の実技指導力不足」「部員数が少ない」など様々な問題があり、それらが解決しないまま部活動が運営されている状況が考えられる。

【教員が部活動を負担に思う理由】

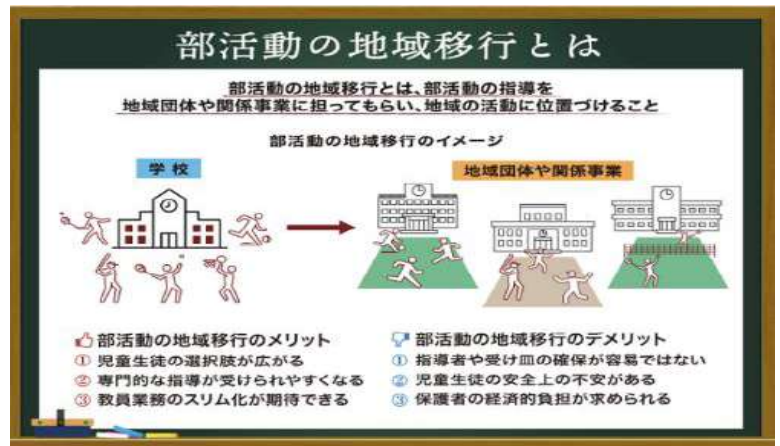


※日本スポーツ協会

5. 地域展開の方法

部活動の地域展開とは、これまで公立の中学校・高校で教員が実質的に無償で担ってきた部活動を地域のスポーツクラブなどに移行（展開）する事である。まず文部科学省は 2023 年から、公立中学校の休日の部活動を段階的に地域展開し、高校についても同様の考え方を基に改革を進めるとしている。

地域展開の大きな課題として、「地域の受け皿」の問題がある。地域に移行（展開）した際に、子どもたちの監督・管理をする指導者が、その地域にいるかどうかということである。地域によっては、教員よりもその部活動に関して高度なスキルを持った人材がいる可能性もあるが、多くの地域ではそうした人材を確保するのに苦勞する事が予想され、指導者が全く見つからない可能性がある。



※朝日新聞

(1) 阿久比町にクラブチーム創設

阿久比高校に赴任した平成 27 年、部活動の地域展開は世間では謳われていなかったが、私はすでに中学校の新体操部から入学してくる生徒に頼っている状態に限界を感じていた。そこで阿久比町で以前より取り組んでいた総合型地域スポーツクラブ（会員登録をした人がバドミントンやバレーボールなど、町で主催しているスポーツ活動に参加できる取組）に新体操クラブを創設し、地元の小中学生の指導を開始した。

週に 1 回、高校生が小中学生にボランティアで指導する形を取り、地域との連携を深めた。始めは 3 人の小学生からスタートした新体操クラブだが、5 年後には会員数 70 名を超え、現在はキャンセル待ちの状態が続いている。クラブの中には本格的に競技として新体操をしたいという小中学生も多く、選手コースとして週 5 回、阿久比高校で高校生と部活動の時間に一緒に練習し各大会に参加するようになった。

現在では新体操クラブ出身の生徒の多くが阿久比高校に入学するようになり、安定して選手が入学してくるようになった。

(2) クラブ創設の流れについて

- ① 阿久比高校男子新体操部の部活動としての垣根を超え、地域全体で新体操というスポーツを盛り上げた旨を学校長に相談した。阿久比町の社会教育課に総合型地域スポーツクラブの一員として、阿久比新体操クラブ一般クラス（週 1 回練習）を創設の依頼をした。代表者には阿久比高校新体操部の卒業生や町役場の社会教育課にお願いし、円滑な運営が継続的に行えるよう会則を定め練習場所として阿久比中学校の体育館を活用した。

また、阿久比高校男子新体操部の卒業生に連絡をし、指導者として協力してくれるメンバーを募った。保護者には広報担当をお願いし、チラシや SNS、ホームページ等で知多半島の小中学生へ周知を図った。なるべく沢山の人の声をかけ指導に携わっていただき、多いときには 5 名以上の指導者に参加いただいた。「新体操部」ではなく「新体操クラブ」中心で練習が行われるようになったため、スタッフも豊富で業務的にも大変助かるようになった。

- ② 一般クラスが軌道に乗ってきた頃、選手クラスを創設し、練習の場を阿久比高校へ移した（週 5 回、高校生のボランティア指導も兼ねての合同練習という形）。この頃には高校の新体操部の練習にも、新体操クラブのコーチが毎日 3 名以上参加し、高校生も一緒に指導してもらえるようになった（謝礼や交通費など細かな規定を作り、新体操クラブで管理をしてもらった）。また、高校生もクラブ登録をし、小中学生

と一緒に団体チームを組み、全日本クラブ選手権等のクラブチーム主催の大会へ出場するようになった。

- ③ 施設面においても、阿久比町と協力し、町の総合体育館に体操用の競技マットを2面調達する事ができた。この総合体育館は阿久比高校、阿久比新体操クラブだけでなく、地元の新体操チームも活用することができる場とし、さらに多くの人たちを巻き込んで活動ができるようにした。部活動という枠組みを超えて地域全体で関わることで、人や物、資金が集まり子ども達を健全に育成できる場所が整った。

6. 活動の価値の高め方

現在の愛知県の高校生の動向をみると、部活動を目的に公立高校へ入学してくる生徒は少ないと感じる。高いレベルの活動を求める生徒は、より施設の整っている私立高校を目指すことが多いと思われる。また、生徒が持つ部活動へのニーズが合わず、その結果「やらされている感」のある活動では顧問にもかなりのストレスがかかることになり、双方にとって価値の高い活動とは言えないだろう。今、部活動が衰退傾向にあるのは、子ども達や保護者のニーズを軽視し旧態依然の指導を続け、指導方法のアップデートができずに時代に取り残されていることが要因と考えられる。私が思う高い価値の活動とは、求める人の数が多いということである。一部活動だけで練習をしていると顧問・生徒の間でしか活動ができない。そこに地域を結び付け、幼保小中高、保護者、また卒業したOB、応援する人などが一緒になって取り組むことによって、その競技を求める人の数が爆発的に上がる。

阿久比高校新体操部では、毎年12月に地元の新体操クラブ・小中学校・ダンスチームやOBなど沢山の人が集まり発表会を開催している。阿久比町長をはじめ300名を超える地域の方にご来場いただき、その輪は毎年広がっている。また、企業と連携することでクラブ生としてロシアへ遠征しクラスノヤルスクで公演会を開催するなど活躍の場を広げることができた。

高校生がボランティアで指導している中学生も令和7年には日本で唯一、中学生で全日本選手権の出場枠を獲得することができるようなチームとなった。指導する高校生も自分事のように喜び自信となったようである。

このように、少し外に目を向けるだけで公立高校の部活動も価値を高められる可能性が大きくなる。

7. まとめ

明治時代に学校制度が確立された頃から始まった部活動だが、このままでは衰退どころか廃止も免れないだろう。顧問として目の前の生徒の指導に一生懸命になることはとても大切だが、それだけでは活動自体が飛躍的に広がることはない。大切なことは、関わっている人に「場を設ける」ことである。高校生が小学生に指導できる場、OBが指導者として活躍できる場、様々な世代の人がそのスポーツに関わることができる場。このような「場を設ける」ことにより、これからの部活動の可能性は大きく変わっていく。変化することは大変な労力と怖さがあるが、これからも勇気をもって進んでいきたい。

最後に、本研究が「何とかしてこの部活という文化を守っていこう！」と全国の現場で頑張っている先生方へ少しでも参考になれば幸いである。



※高校生と小中学生が一緒に練習する様子