

科学的エビデンスに基づく「スポーツの価値」の普及の在り方に関する委員会  
(第24期・第10回) 議事要旨

1 日時 令和元年12月9日(月) 10:00~12:00

2 場所 日本学術会議 2階 大会議室

3 出席者： 渡辺 美代子(委員長)、山口 香(副委員長)、高瀬 堅吉(幹事)、  
田原 淳子(幹事・記)、井野瀬 久美恵、神尾 陽子、  
喜連川 優、美濃 導彦、福林 徹、山極 壽一

参考人： 藤井 知行(東京大学大学院医学系研究科産婦人科学講座)、  
(欠席) 遠藤 謙、川上 泰雄、萩田 紀博、酒折 文武、田嶋 幸三、  
來田 享子  
(事務局) 高橋 雅之、酒井 謙治、牧野 敬子、中島 和

#### 4 議事要旨

##### (1) 話題提供

藤井参考人より、資料1「女性アスリートの健康の現状」に基づき、話題提供が行われた。要旨は以下の通り。

- ・無月経のアスリートでは、女性アスリートの三主徴(利用可能エネルギー不足、視床下部性無月経、低骨量/骨粗鬆症)を念頭に置いた対応が必要であり、治療は利用可能エネルギー不足の改善である。
- ・女性アスリートの低骨量に対する確立した治療法がないことから、10代からの予防や適切な介入が必要である。
- ・月経随伴症状は、女性アスリートのコンディショニングに影響を与える疾患であり、近年、対策を希望するアスリートは増加傾向にある。
- ・パラアスリートについては、基礎疾患や障がいの部位、レベル毎により個別の対応が必要である。
- ・選手の月経状態を把握していない指導者が多い。
- ・月経異常の治療が必要と思っていない指導者が多い。選手から相談を受けても適切な対応がとられていない可能性がある。

本話題提供について意見交換が行われた。要旨は以下の通り。

・初潮の開始時期の遅延や無月経が出産に与える影響はあるのか。

→コホートのデータを採る必要があるため、明確に回答できないが、無月経だった方の月経が開始されるまでには、身体のコンドィションが戻ってから、一定の年月が必要であるため、出産への影響はあると推察される。

・科学的エビデンスが知られていないのは、提示の仕方に問題があるのか。

→女性アスリートの健康に対する意識が低く、あまり関心が持たれてこなかったし、データすら存在しなかった。エビデンスを揃えることと周知することが重要である。

・女子プロゴルフ界では、女性の講師に講演をしてもらっている。積極的にピルを使用するように伝えているが、トップレベルの選手が使用しないと普及していかないのではないのか。

・女性コーチへの周知・教育も必要である。

・女性アスリートにとっては、体重のコントロールとの関連がある。ピルは太ると言われてきた。ピルを飲むことで、コンディショニングが悪くなると思っている選手もいる。

・社会一般に、女性がピルを使うことに否定的な考え方があると思う。

・日本の女性は一般に低体重と無月経が多い。一般に経済と体重は相関するものだが（男性）、女性は低体重が多い。

・小さく生まれると、大人になって生活習慣病のリスクが高まる。

・幼少期のデータはないのか。

→小児科で聞いてみないとわからない。

・摂食障害が多いことに関心を持った。結果としての低体重・無月経が問題になっているが、その元になる管理はどうなっているのか。

・オリンピッククラスはいいが、その下のインカレクラスだとコーチも知識が不十分である。

・サルの月経は、一定の体重に達するかどうかで決まる。人間では、女子が小さな体で抑えられているのが気になる。

・月経の遅れが一、二年のことであればそれほど問題はないが、それが継続すると問題になる。月経は一度止まると、体重を戻しただけではなかなかこない。

## (2) 提言・回答の内容と作成について

資料2-1に基づき、提言と回答の内容と作成について意見交換を行った。要旨は以下の通り。

### ①提言案について

・何を提言するのかを最初に明記する。提言は多いので、4項目にした。

- ・配置は、2を最初に、その次に3とし、1は3番目にするとよい。
- ・スポーツにおける科学的エビデンスがなぜ今必要なのかがわかっていない。コーチの主観と客観があるが、今何を知っておかないといけないのか、何を考えるべきかを冒頭に書いておく必要があるのではないか。
- ・スポーツはいじめの温床にもなる。親と教師の負担が大きすぎることも考慮しないといけない。高校野球で投球数のルールが定められたように、責任の問題に関わるので、この提言ではどこで線を引くのかを科学的エビデンスに基づいて言うべきである。リスクはつきものなので、誰がどういった責任を負うのかである。
- ・1.「スポーツ経験を促す」という表現は、責任が個人に帰せられている。参加を阻む問題が社会の側にもあるので、環境整備（公園を造る等）なども必要である。参加したくてもできないという不平等がある。年齢だけでなく、地域、障害の有無など、スポーツに参加する以前の様々な違いにも目を向ける必要がある。
- ・1.「寄与する」という表現は、エビデンスがあることが前提になる。
- ・提言の1つは教育だと思う。激しいトレーニングの陰にはリスクを伴うものである。
- ・1.に教育のことを入れていくといいのではないか。
- ・2.「関係者の若手への移行が急務」という表現を変更した方がいい。
- ・2.「合理的に体験主義を活用する」という表現は後で矛盾しないか。メッセージ感がエビデンス重視と体験活用の両方になる可能性がある。
- 現場を見ないで進めるのは問題だと言いたい、メジャーな部分が変わっていくべきである。
- これまでのように経験知だけで行うことを変えたい。
- ・3.「データが散在している」という箇所については、エビデンスの積極的な収集を推進することが重要である。また、データは出さないといけないのか、そうなると、アスリートは競争する立場にあるので、データを取らなくなる可能性がある。
- ・3.「データを集めて一元管理」よりも、皆で利用できるシェアリングが重要である。
- ・4.eスポーツの内容が強くなるのではないか。
- ・早くチャンピオンになりたい子どもは、リスクがわかかっていてもやる。そういう子どもを止められないものか。
- ・その議論に資するデータを収集するのがこの提言の意義ではないか。このくらい危ないと言うのを見せるのか見せないのか。

## ②提言目次案について

- ・提言の順番に合わせて語っていく方がいい。

- ・「はじめに」で問題を書く。それを受けて科学的でエビデンスにつなげる。
- ・今、なぜスポーツに科学的エビデンスが必要かを書く。
- ・先端性のために科学的エビデンスが必要だし、スポーツの広がりの中で科学的エビデンスが必要だ。その後に歴史的経緯が来る。
- ・5. 「科学的エビデンスの意義と限界」を最初に配置する。次に、2. 「スポーツの意義と歴史的变化」を置く。
- ・5. 「科学的エビデンス」は、4. 「スポーツの変革」に関係する。問題を明らかにして必要な科学的エビデンスや、日本が目指すべきスポーツについて記述する。
- ・エビデンスには、活用されているエビデンスと活用されていないエビデンスがある。
- ・スポーツは盲目的にいいものだという認識があるが、本当はスポーツでなくてもいいことがある。リスクを明確にする必要がある。
- ・3. 「スポーツの価値」を「スポーツの価値とリスク」にする。
- ・スポーツは感動するものだというように洗脳されている。
- ・6. 「e スポーツ」は独立させなくてもいい。スポーツに関する社会的問題をあげる中に、e スポーツが含まれる。
- ・e スポーツを特出ししない。e スポーツを出すと、パラは出さなくていいのかという議論になる。
- ・e スポーツの内容の具体性を避ける（電子機器とネットワーク等）。
- ・新たなスポーツが生まれたときに、常に科学的エビデンスを持って対処する必要があるという流れにする。
- ・スポーツに関する固定概念、スポーツの変化、エビデンスの必要性、エビデンスによってスポーツがどう変わっていくのか。
- ・科学的エビデンスがないと変えられない、エビデンスのレベルの定義をしてはどうか。
- ・4. メンタルヘルスの問題は新しくはないが見逃されてきた問題で、スポーツに限らない。アスリートだけではなく指導者にもアルコール依存がある。共通した課題を挙げる。
- ・メンタルヘルスについては、FIFA は現役選手を対象にしているが、現役後の選手のメンタルヘルスも重要である。
- ・人生を通したスポーツという見方、アスリートが終わった後の教育も大切である。

### ③今後のスケジュールについて

- ・提言については、以下の分担執筆とする。
  - ・はじめに（渡辺）
  - ・スポーツの科学的エビデンスがなぜ必要か（山口・神尾）

- ・科学的エビデンスの意義と限界（喜連川）
- ・科学的エビデンスを活用したスポーツの変革（田原・川上）
- ・スポーツの価値とリスク・可能性を含めて（山口）

全体の調整（高瀬）

1 ページ 1000 字弱

1 月 2 0 日頃 執筆案の提出

1 月末頃 委員会を開催し検討

4 月初旬に提出（査読）

4 月末の幹事会で承認

### （3）学術フォーラムについて

- ・学術フォーラムの候補日は、スポーツ庁の基本計画への反映を視野に入れて、6 月 4 日、6 月 1 8 日を候補とする。
- ・資料 3-2 の学術フォーラム企画案について検討すること。

### （4）公開シンポジウム「スポーツと暴力」について

- ・資料 4 『「スポーツと暴力」に関するシンポジウム企画案』について、山口副委員長より説明がなされ、意見交換を行った。要旨は以下の通り。
- ・開会挨拶：田嶋委員
- ・終了後にフロアとの対話の時間を 1 時間程度設ける。
- ・閉会挨拶：渡辺委員長
- ・ジェンダーバランスに配慮して、女性の登壇者を入れるとよい。
- ・（3）「アスリートの立場から」を最後に配置し、女性の登壇者を入れる。また、話題提供などで登壇者を増やす。
- ・個人スポーツとチームスポーツで違いはないのか。  
→複雑になるので、今回は分類せず、仕組みに着目する。
- ・暴力が発生した後、いろいろな展開が見られるので、その辺りもあればいいのではないか。
- ・ポスター作成：高瀬幹事
- ・事前申し込みの登録方法：検討する（申し込み制にした方が参加者が多くなる）

以上