

体育の諸問題

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2017-10-03 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/2297/29951

体育の諸問題

1959

金沢大学体育研究室編

目 次

I

大 学 の 体 育	1
近代スポーツの生長と現勢	13

II

ス ポ ー ツ の 組 織	24
オ リ ン ピ ッ ク 競 技	36
ア マ チ ュ ア リ ズ ム と プ ロ フ ェ ッ シ ョ ナ リ ズ ム	48

III

ス ポ ー ツ ・ マ ッ サ ー ジ	56
ス ポ ー ツ の 健 康 管 理	61
体 操 の 効 用	73

IV

女 子 と ス ポ ー ツ	80
レ ク リ エ ー シ ョ ン	88
参 考 文 献	97

I

大 学 の 体 育

1 大学体育について

体育が、新制大学のカリキヨラムに加えられて、約10年の歳月が流れた。実は当時体育を大学で正課として課すことについては、非常な反対異論があって、幾度かの審議を重ね、辛じて、その誕生をみた過去の事実についても、われわれは之を心に留めおかねばならない。即ち、我国戦前の教育は、余りにも知育偏重に傾いていて、体育の位置は、余りにも低かったので、これを大学課程に加えるなどは、到底夢想だに出来なかったのは、先づ当時の通念でもあったわけである。戦後に生れた新学制には、各方面からその得失が種々論ぜられている。しかし、この大学体育の誕生は、正しい教育的見地からみて、大きな進歩であり、正に我国教育史の上からも画機的なことであった。

ここで、外国の実情に目を転ずると、米国では約1世紀も以前に、大学体育問題がとり上げられた史実がある。即ち、マサチューセッツ州のアマースト大学 (Amherst College Massachusetts) で、1861年、時の学長スターンズ博士 (Dr. W. A. Sterns) と体育主任ヒッチコック博士 (Dr. Edward Hitchcock 1828-1911) の協力によって、米国大学体育の最初の種子が蒔かれ、以来発達を重ねて、今日は大学教育の重要な分野として、揺ぎない位置を占めている。その構想、施設運営の実際は、我国の現情に照らして、甚だしい懸隔がある。しかし、その歴史的背景を考えれば、真に当然で止むを得ないわけである。今後われわれは、この大切な若芽を、正しく育て、やがて文化の香り高いものにせねばならない。このためには、特に学生諸君の深い理解と、燃える熱意と精進が望まれるわけである。

2. 体育の意義について

体育の意義については、歴史的にも幾多の変遷があり、又教育的性格からも、その社会性とも深い関連があって、簡潔な結論を得ることは仲々困難である。

しかし、一応科学的の立場から、その概念を明確にする必要があり、又その概念規定のためには、先づその対象を挙げる必要が生ずる。

学校体育科の目的を言って、「体育は、運動と衛生との実践を通じて、人間性の発展を企図する教育である。それは、健全で有能な身体を育成し、人生における身体活動の価値を認識させ、社会生活における各自の責任を自覚させることを目的とする。」と文部省が示している。これで、体育のすべてが包括されていると言えないが、一応ある程度、よく体育の内容を規定しているとみても差支ない。この中に、対象としてとり上げれば、人間性及び、身体が、その主なものであらう。この二者は、互に甚だ異質的な実在であり、唯心論、唯物論、又身心二元、一元論などの学説を胎む問題点であり、歴史的にも人類の課題でもあり、今日の人間学に迫るものといえる。

今日体育が、いわゆる身体的の面と、精神的面の両分野に亘って、陶冶性を有つという前提の下に、論を進めたい。

体育が、身体を通じての教育 (An education through Physical activities) であるとする考えは、その特質を明かにしている。即ち、全人教養 (Culture of Wholeman) の立場から、われわれの文化価値を真、善、美、聖、財、健などと、広い文化生活に求め、これらの価値が偏らず、調和的に具備した理想的人間性を、全人とよび、あるいは、人間の教養目標に知性 (Head)、情意 (Heart)、職能 (Hand)、健康 (Health)、信仰 (Holiness) など、即ち 4 Hs 又 5 Hs を挙げ、全人教養の基盤から、より温しく優れた体力、体質、体格の持主を希い、更に明朗、公正、尊敬、協力等の民主的態度の基準即ち スポーツマンシップ (Sportsmanship) を兼備した人間性をも、画いているわけである。

心身の二者は、厳密に区分することは、不可能で、一見両極端の観がするが、寧ろ相互に密接不離の関連性に立つものである。これについては、かの名句として、今日よく記憶されている。「健全なる身体に、健全なる精神の宿ることが望ましい。」(“Optandum est, ut sit mens sana in Corpore sano” D. J. Juvenalis, 40? -125?) にデュベナリスが説くように、心的なものが、身的なものに方向を与え、身的なものが、心のはたらきに力を与えるのである。すなわち、この密接不離の深い関連性に立つ二者が、往還するたえまない運動、それを体育とみるべきであるまいか。

さて更に、教育的観点からも、両者を身体的側面、又精神的側面とみて、各々関連する個別科学の法則によって、教育目的達成のために活用する立拠が認められるわけである。それは、身体的面では、自然科学が、又精神的面は人文、社会科学が用いられるように。しかしながら、教育では、あくまでも、全人陶冶を目的とするので単に身体のみを対象とすることは、認められないし、これを体育とはいえないわけになる。さてここで一応、体育の概念規定の問題も、対象を求める途を離れて、むしろ方法からの考察に移る方がよいように思われる。

体育が教育である限り、「如何なる」手段によって、「何」を求めるかについて、考究せねばならない。ウィリアムズは、彼の著「体育原理」(Jesse F. Williams, The Principles of Physical Education)で体育を、「身体活動を通じての、教育の一手段」(A means of education through physical activities)と述べているのは、けだしこの意味を言うのであろう。したがって、全人を対象とする立拠から、身体活動(Physical activities)主として、大筋肉活動による教育を体育、と解すべきである。稍々もすると、体育を身体「の」教育と簡単に考え勝ちである。しかし、これは、身体の教育といえは、教育の対象が、「身体」に限定されることになる。体育は、身体に対して向けられる教育活動であることは、間違いないが、しかし同時に、身体に「よる」教育である一面を忘れてはならぬ。

ここに又、問題となるのは、保健教育(Health Education)で、即ち直

接身体活動によらない、この教育の所在についてである。要約すれば、保健教育を、体育から除外するか、否かの態度見解である。一般的には、一応區別して、身体活動によるものを体育、他を保健教育とみている。勿論、両者が明確に區別されるわけのものでもなく、深い相関性に結ばれている。この考察によれば、体育とは、身体活動による全人的発達、又身体活動を、正しく生活に位置づけることによって、全人的進展を助長し、生活能力育成のために必要な理解力、態度、技能、習慣を涵養助長する領域であり、一方保健教育とは、健康生活に必要な欠くべからざる理解、技能、習慣育成のための領域と解釈しているのである。これは一応、便宜上区分して取扱っているので、これで各領域、目標について、明確な区分が出来るわけのものでもなく、両者の関連性については、幾多論議の余地があるわけである。

前項で研究したように、体育が、身体に「よる」教育である場合、教育対象は、身体的なものを通じて、更に止揚されて、他の何ものかの形式に関与するようになるので、この点は保健教育と又、異っているところでもある。これが所謂、体育の独自性とみられるわけである。そこで、体育とは、「人間の身体的活動、特に、大筋肉活動を手段とする身体の教育であり、かつ身体による教育である。」と考えられるのであるまいか。

3 大 体 育 の 目 標

前項で研究したように、体育は「身体の教育」(Education of the physical) であると共に、身体による教育 (Education through the physical) でもあるので、教育の重要な一分野であるのは勿論、さらに広く、教育一般的に通すべきもので、殊更に別個の体育の目的というようなものは、考えられないわけである。従って、結論すれば究極は、教育一般目的と、つねに一致するものと言えるのである。

さて、教育目的設定のための重要な条件とは、すなわちその社会的性格である。一応この課題は、教育哲学及び、社会学の研究領域になるが、今日わ

が国の現状が、民主主義を基盤とする文化国家の建設を目指しているからには、自然その目的も、この線に沿って求められるのは、当然のことである。

ここで、教育基本法をみると、「教育は、人格の完成をめざし、平和的国家及び社会の形成者として、真理と正義を愛し、個人の価値をたっとび勤労と責任を重んじ、自立的精神に充ちた、心身ともに健康な国民の育成を期して行われなければならない。」と示されており、一応その究極目的は、人格完成の語につきると言うことが出来よう。さてこの人格完成というのは、前項で述べた全く教養と、異語同義のものであり。既に解明したわけだが、この絶体的な生命体である人格と言うのは、極めて具体性をもったもので、われわれ日常生活を通じて表現され、且つその間に形成されるものであり、決して観念的なものを示すのではない。

ここで、デューイの教育説（John Dewey, *School and Community*）を引用すれば、「この人格とは、個人、社会両者の要求を、一致させる働きをもつもの」であるわけである。次に大学基準協会の示すところの、大学体育の目的を挙げてみれば、「大学における体育は、学生の健康を保持増進し、社会的道徳的精神を涵養し、以て学生生活を豊かならしめ、更に進んで社会生活を価値あらしめる基礎をつくるにある。」とあるので、更に進んで、個人と社会の在り方について考察を及ぼして、その立場を明かにする必要があるようである。

個人の尊重、又社会の形成とは、実は各個人の人格が、その社会を通じてこそ、はじめて具現完成出来るわけのものであるので、両者は高い立場での止揚の姿において、統一されるわけのものである。

したがって、大学体育の目的も、以上の様に個人、社会両者の要求を一致させる、人格の完成におかれねばならない。民主主義教育の真意も亦、ここにあるのではあるまいか。ここに教育学者ボードの近代教育学説（J. D. Bode, *The Modern Educational theories*）にある民主主義の定義を紹介して参考に供してみると、「民主主義とは、あくまでも、相互利益享受の立場に立って、各社会人が、他の諸団体と共に、協力を促進するための社会組

識である。」と解明している。大学体育の目的として挙げられている、「学生生活を豊かならしめ、」及び、「社会生活を価値あらしめる基礎」の教育内容は、上記の定義内容と照して、種々かがい識ることが出来るようである。

すると、その社会的関連性をよく保つ個人の伸展こそ、今日の教育の核心問題とも言えるわけである。したがって、体育の目的も、個人生活の要求を、その社会的関連に立って、充たすものでなくてはならないことになる。

ここで、一応目的の基本的考察に及んだことになるが、更にその具体的な目標について考察を進めてみることにしよう。そこで、その基本的な目標として、特に (1) 学生の健康の保持増進、(2) 社会的道徳精神の涵養。以上二項目に要約出来るようである。次に以上二項目の各々について、共に研究を進めてみよう。

(1) 健康の保持増進について

“A sound mind in a sound body is a short but full description of a happy state in the world, he that has these two has little more to wish for; that wants either of them, will be but little the better for anything else.” -Locke-

高い知性と、豊かな人間性を求めて、最高学府に学ぶ青年にとって、実に健康保持が、諸君の目的達成に欠くことの出来ない根本条件であることは、今更説明の要はない。健康に関する定義については、かの世界保健機関(W. H. O. = The World Health Organization) の提唱を引用したい。すなわち「健康とは、肉体的にも、社会的にも、最上の健全状態にあることをいうので、単に傷病にかかっていないという消極的状态ではない。」と述べられており、要約すれば積極的な活動の期待出来る身心の状態を指しているのである。

重ねてここで健康の解釈を進めれば、「健康とは、生命体の活動現象の一面であり、心身両面の内部活動が、外部よりの諸刺激に適当な反応を表わし、個人、社会両面に亘る各般の生活を完全に営み得る状態である。」と言うことが出来る。しかし、大学学生の健康という特殊性に立ってみれば、国

家、社会の両面の観点から、特に大学の存在価値からの観点から一言とその重要性は大きく認められるわけである。言うまでもなく、国家、社会の中核者として、その、活躍が期待される諸君の健康が、もし供たれぬ場合は、如何ほど学究研鑽が積まれても、すべてその成果は水泡に帰すことは勿論、寧ろ寧ろ、その学究に健全さが欠われ、果ては国家社会を暗黒の途に誘う危険少しとせぬ結果に陥る事例は、過去の如きの史実が、明かに証明するところである。

茲に、文部省が示した学校保健計画実施要領に基き、大学生の健康増進について考察すれば、その目標として、次の事項が挙げられる。

- (1) 健康増進の根柢として、適當な解剖学及び生理学上の知識
- (2) 生命的危険をもたらすもの、及びその予防法の理解、予防措置等の価値の認識と、その利用
- (3) 完全な家庭及び、社会生活をするために必要な習慣及び、態度の育成
- (4) 自己の健康の理解
- (5) 保健衛生的事業施設と利用

もし、以上の事項に基いて、諸君が健康生活の正しい理解と、態度を得るならば、寧ろ諸君個人の健全さに限らず、卒業後の諸君の社会的な指導的地位を思えば、その影響成果は寧ろ大きく、今更のように、国家の文化の基盤である健康の重要性を識るのである。

つづいて、健康は個人の生長に基くものであるもので、その完全な生長に作用影響する諸条件について、若干附註することは必要であろう。

- (1) 内的条件として、遺伝子及び、内分泌腺がその生活体に先天的に、又後天的にも大きな限界を示すものである。
- (2) 外的条件として、自然的及び、人為的環境が挙げられる。自然的環境とは、日光、空気、気候などがあり、その最も具体的なものは、居住の場所であろう。人為的環境とは、人間集団生活に関係する各般の文化的な条件をさすのである。

以上の内的及び、外的条件は、かのガルトン（註1）の三角形で示す関連原理にも学んだように、優種と優境の両面から、特に留意が必要である。

したがって、体育は、以上のように成長発達を制約する諸条件をよく識り、その作用影響を考慮せねばならない。決して単なる自然的成長に止るのではなく、発達促進の作用影響を十分考えねばならないのである。更に詳述すれば、各自の個性的状態を知り、現代生活の特質を詳かにし、その生活環境によく順応しつつ、それぞれの個体に望ましい成長や、発達を促進する身体運動の機会を設けることが、必要とされるのである。

最後に、体育が学生の健康の保持増進に果すべき目標を、具体的に列挙すれば、

- (1) 身体各部の調和的発達
- (2) 循環、呼吸、消化、排泄、栄養などの諸機能の促進向上
- (3) 力と、持久性の養成
- (4) 筋神経の支配力の養成
- (5) よい美しい姿勢と動作

これらが、何れもその個性に基いて、形態的に、又機能的にも、可能の限界にまで発達が計られることが大切になる。

(2) 社会的道徳的精神の涵養について

“There will be need of sports for the habits of the soul.”

-Plato-

前項の形而下的な目的と共に、更に形而上的なこの項に述べんとする目標も、亦、特に現今の社会情勢に鑑みて、諸君に重要なことである。

あくまでも高く、深い人間性と、知性を求めた、過去の最高学府について、その教養の方法手段や内容を省みると、徒らに偏知主義に陥り、広く豊かな社会性に関しての教養が、全く等閑視されていた恨みが非常に多かったのではあるまいか。今次の戦乱からわれわれが受けた痛々しい創も、実は過ぎし日の教育の禍根の結果と行って過言であるまい。この大きな苦杯の代償

に得たもの、即ち、民主主義に沿う国民教育の制度——われわれの新学制度も、もし過ぎし日の過誤欠点について、鋭く、正しい反省批判を試みず、ただ不自覺に享受されるならば、われわれ祖国の教育も、再び前轍を踏む懸念が、決してないと言えないわけである。この見地からも、特にわれわれの大学体育について、深い理解と、たくましい精進が望まれるのである。

常に、その社会的環境を鋭く視つめ、正しく順応しつつ、更に高い理想に向って進む個人の生活力が、社会的道徳的精神と言えるし、又広く社会生活の中に在って、明朗、同情、礼儀、誠実、正義感、克己、自制、服従、協同、敢闘等の心的態度の育成こそ、社会的性格を成長させるものと言るのである。

体育において、このような態度や、心の在り方を スポーツマンシップ (Sportsmanship) といっている。しかし、この教育が、単にスポーツを行う特定の場所にのみ限られるものとすれば、その教育的効果は極めて小さいもので、スポーツの体験から得た教養が、社会の実生活に具現実行出来ることによって、その教育的価値も認められるわけである。

英、米等の、この点での諸先進国が、この理想と、実践によい範をわれわれに示している。スポーツが、その国民生活によく溶け込んでいることはかの“A sportsman is a gentleman.” “An oarman is a gentleman”等の諺によく伺い知ることが出来る。「スポーツは、イギリス人にとって信仰であるともいわれるが、ある意味では決して誇張ではないといえる。少くともスポーツのもつ役割を無視して、パブリック・スクールの教育の価値は考えられないし、スポーツの行われてないパブリック・スクール生活が如何なるものであるかは、想像もつかないのである。さらに、スポーツをともしなわぬイギリス人そのものの生活が考えられないといってもよい。」は、よく愛読される岩波新書池田潔氏の「自由と規律—イギリスの学生生活」の中の一節であるが、イギリス国民の社会的資質の実態とも照らして、スポーツが国民教養に負う役割の大きさを伺い知ることが出来る。

「スポーツマンは、民主主義生活についての知識を、若き日に体得すべきであるとして、スポーツのもつ民主主義的特殊社会に立って、あらゆる体験

を希う人達である。その精神的要素をスポーツマンシップと謂う。」とは、ブリュク大学（Charles W. Kennedy, Self-Control and Chivalry Through Sports）のケネディ教授が、「スポーツを通じての自制心と武士道」に述べているところである。

さらに、そのゲームのなされる場について考察することは、ひいてわれわれの希う社会的道徳的精神涵養の機会についても、よく解明することになる。ゲームの場とは、①自己又自己のゲーム ②相手又相手のチーム ③審判員 ④観衆の4者によって構成される特殊的社会と、言うことが出来る。しかも、全くのゲームは一般社会の法に相当するルールに基いて、判定審判されるのである。すなわち、競技者相互は、審判員のルールの下に、ゲームで相競い、観衆は第三者的立場に立って、ゲームを觀賞し且つ、批判するわけである。体育は、以上の場において、競技者及び、観衆のスポーツマンシップ——社会的道徳的精神を培い高めることを、意図するものと言える。

さらに又、チームにおける競技者の行動を詳かにすると、①競技者相互のチームに対するもの、②相手チームに対するもの、③自己に対するもの、④ルール及び審判員に対するもの、⑤観衆に対するものなどが挙げられるが、一般にスポーツマンシップとは、以上の場に臨んで、なされる行為に対する、理想的な心的要素に他ならない。

ニューヨーク市学校競技連盟のスポーツマンシップ憲章綱領の一部は、競技の場の構成と、競技者の行動について、われわれにより示唆を与えるものである。掲げて参考としたい。

勝利の場合の態度として、

①寛容、②謙遜、③同情、④勝利を誇らざること、⑤得意の歓声を発せぬこと。

敗北の場合の態度として、

①祝福、②礼讃、③反省と矯正、④失望せぬこと、⑤抗議と弁明を懐むこと。

以上を挙げて訓えている。熟読玩味してわれわれの処世百般に活用すべき。

事項ではあるまいか。

要するに、ただゲーム自体に徹するときのみ、スポーツマンシップの涵養がなされるのであって、徒らに勝敗に捉われるときは、単に闘争にかわるのである。ここで、われわれは、かの近代オリンピック・ゲームズの創始者クーベルタンのオリンピック宣言「勝利にあらず、参加することが、より重要であり、征服にあらずして、敢闘こそ希わしい。」(註2)の内容に深い考慮を払わねばならない。

ゲームに臨むチーム構成の各員は、全力をその部署を通じて全体のために傾注し、いささかも、各個人の成敗は問題にしないのである。又、たとえ得た栄誉もチームのものであり、決して個人のものではないわけである。チームの各員は、よく自己の資質と、そのチームの使命を自覚して、統率指導するキャプテン及び各部署につくプレーヤーたるとにかかわらず、一切がただチーム全体のために、奉仕する愉悦を唯一の念願として、協力の下に結ばれるのである。秩序ある民主主義社会も、以上のような正しい意味での指導者、被指導者の責任の自覚に立って、各自その能力の分に応じた部署任務の完全遂行があって、はじめて保たれるのではあるまいか。

若い日に、真にゲームを愛し、忠実なプレーヤーとして精進した諸君が、健康と共に、正義と秩序を築き上げ、やがて近い将来に、祖国を明るく希望の途に導くことを希念して止まない。

註1 英国の人類遺伝学者 Galton, 1882—1911 は優生学、生物測定学の創始者である。彼の「遺伝的英才」(Hereditary Genius, 1892)は有名な書である。彼は優性、優境学の関係を三角形で示し、底辺は遺伝で成り立っているが、頂角と環境の二辺が変ることによって、影響、即ち面積(人格形成)が多様であることを説いている。

註2 "The important thing in the olympic Gampes is not winning but taking part, The essential thing is not conquering but fighting well."
--Baron de Coubertin--

設 問

- 1 体育の意義をまとめてみよう。
- 2 第二次世界大戦以前の我国大学教育について批判してみよう。
- 3 我国大学々生の健康状態は、現情どのようなようであるか調べてみよう。
- 4 我国の現情に鑑みて、社会的道徳的精神の欠除の諸事実について反省してみよう。
- 5 我国のスポーツ、特に学校スポーツの現情について批判してみよう。

近代スポーツの生長と現勢

ス ポ ー ツ の 生 長

イギリスで作られたスポーツという語は、気晴しとか娯楽の意味を持っており、19世紀には世界的に使用されるようになった。もともとは人々の遊びごと、遊戯が永い歴史と経験のふりにかけられ漸次精選されて今日のスポーツに生長した。もちろんその中には新しい時代に人手によって創案された運動やゲームもあるが、大抵のものはわれわれがその跡を辿って見てもその源を見極めることはむづかしい。発達の経過についても、基本的にはそれ程の差異なく當まれている人の生活様態から、また現に、日々子供たち自身で創り出している遊びの発生を見ても考えられるように、よく似たタイプのスポーツやゲームが世界の所々の地域で生れることはあり得ることである。従ってどのスポーツが何処で起ったかということは厳密には容易に測り知れない。

イ ギ リ ス

イギリスは近代スポーツの先達といわれるが、それは恐らく次のようなことからであろうと思う。その一つはテニス、ゴルフ、ラグビー、ボートレース、陸上競技など今日われわれが、親しんで行っている多くの競技がイギリスを発祥の地としていることである。イギリスはこれらスポーツの種子が育つのに相応しい土地の条件もあつたのであろう。孤立した島國、ヴァイキングなど闘争や活動的な血を継いでいる國民、豊富な資源や適度な気候、それに歐洲先進國との交易など。

テニスやラグビーは、8—12世紀フランスに非常な発達を見たボームやスールが確かに大きな影響を及ぼしているが、よく秩序だてられたゲームとして今日の普及を示している所以のものは、これらの好条件のもとに育てられたとはいえ、その榮譽はイギリスに贈られねばならないであろう。ゲームや

スポーツをいち早く学校に振り入れてチェントルマン 養成の資としたことは、結果としてスポーツ育成に一つの役割を果たして来た。これが又後代各画への伝播の仲介をつとめることになった。16世紀より始まった海外飛躍は、世界到る処にユニオンジャックを翻えしたが、その旗のもとにはイギリスの政治と共に常にラケットと運動場があったといわれる。更に近世における文化の交流や交通の進歩がこの国のスポーツを世界の隅々にまでもたらした。

第二の理由を理解するために、ここでこの画のスポーツの性格を伺って見ると、イギリスではスポーツやゲームを行う際に、なかなかやかましいマナーの要求があるということである。ゴルフを習う者はそのルールを覚えるのと同様に難かしいマナーを学ばなければならない。相手の打球が終らないうちに歩いてはいけないとか、打球中には決して言葉を発しないことがこれである。テニスでもラグビーでも夫々のルール以外に、いやそれ以上にマナーをやかましくいうのは、スポーツを楽しむと同時にこの精神を尙ぶ所から来ているのである。

もともとこの画のスポーツは貴族階級のもので、彼らの持つ荘園を舞台としての社交であった。そして学校とクラブの二つの発達場所を得て成長して来たが、そこでは、多分にジェントルマンの教養として、また独占的な特性を持っていた。即ちこれは、イギリスのカスト性を物語っているものであるが、同時にアマチュア精神が貴族性を根源としているのである。イギリスのスポーツマンは彼ら自身がチェントルマンであったり、この言葉が示すように資産階級の人々であった。従ってそのスポーツは、本質的には社交であり遊戯であったし、これを金銭その他の目的に従属させる要は全く無かったのである。そのスポーツマンシップはスポーツそのもののみ奉仕する精神となり、一面スポーツマンシップは、同意語ジェントルマンシップであったのである。これが、イギリス・スポーツを後代に光あらしめたのである。われわれがスポーツを行うと同時にその精神を学んでいるアマチュア精神の源がここに在るのである。

一方イギリスのテニスやゴルフのトレーナーである職業競技者は、この国

ではクラブのメンバーが雇っている人々を指している。米国のプロのように独立した職業で社会的に高い位置を持つものとは余程性格が違う。

イギリスのスポーツは、このような発展の過程を経ているので一面確かに大衆化の障害とはなったが、今日ではラグビー、サッカー、陸上競技を始め広く一般市民の間に行われている。スポーツを観る人々もサッカーなどシーズンの毎土曜日には平均100万人もあるといわれるほどである。

アメリカ

この国のスポーツは主にイギリスから持って来られたものでその名残りは随所に見られる。しかし、建国当初から貴族的なものを持たず、自由な選良市民だけを国民としたアメリカのスポーツは、イギリスのようなカスト性は全く見られず、強力なデモクラシーの線に沿うて著しく大衆化した。クリケットをベースボールとし、ラグビーをアメリカンフットボールに発展させたのは、イギリスにおいてこの競技が持つ社交性が、自由に伸びようとするアメリカの国民性にあわず、より大衆的な、より競技性の強いものにしようとした国民性と社会性なのであろう。ゴルフの球の大きさを変えたり、芝生のテニス・コートをクレイコートにしたのを見ても分るようにイギリスのスポーツを一層競技化し、また大衆的にしようと試みた米国スポーツの特質であると見ることができる。しかしながら、アメリカ・スポーツの著しい特長は何と云ってもスポーツの初の企業化である。近代性と規模において企業としての発展とその成功は、ボクシング、ゴルフ、更にテニスから陸上競技、最近ではレスリングやバスケット・ボールまでも有望な企業の対象となっている。そこで働く選手は勿論プロであるが、米国のそれは欧州諸国におけるような素人の競技者に技能を教える雇人ではなく、自分のスポーツ技術を一般に見せて生活しているのである。英国のプロの対象が何人かの人であるのに比して、その顧客は何万何千でそこに大衆性があり比較的高い社会的地位もある訳である。また、ここに新しいスポーツマンシップがあり、それは最早英国紳士のそれではなく、カストを越えた広範な市民のスポーツ精神にならなければならない。彼らの競技は単なる社交ではなく、よい競技的なゲ

ームであり、技術的に至高なものを求められると同様に、あくまで勝敗を争う進歩的な性格を持って来ている。知っての通り野球やレスリングにクレイムがつきもので、しかもそれが人気を呼ぶ米国プロ・スポーツの大衆性が出てくるのである。

米国のアマチュアリズムはこのような状態から出発するもので、アマとプロの差異は、見せるスポーツを行うか否かによって決するもので、プレイヤーがアマチュアの召使いになるか否かによって決せられるものではない。

要するにあアメリカのスポーツは市民のスポーツであり、大衆のそれである。英国的なカストも無く、また国家の統制的色彩もない。アメリカ社会が自由で市民的であるのと同様、そのスポーツもまた自由で市民的であり、プロもアマも同じく新しいスポーツ精神によってプレイを觀賞しているのがその性格であろうか。

ド イ ツ

前述のようにイギリスのスポーツが、産業革命と重商主義の発展の上に立つ貴族が余裕のある生活において紳士のスポーツとして築きあげたのに反してドイツ・スポーツの源流はユンカ階級に求められるといわれる。

当時フランスその他の強国に境を接して不安の状態におかれたこの国のスポーツは、最初から闘争的であり国家的色彩の濃いものであった。近代体操の父と呼ばれるヤーンによるドイツ式体操が、国家主義スポーツのらんしょうとしてプロシヤに奉仕した事実はよくこのことを説明している。勿論その後ナチスが断行した「スポーツ国家統制」のそれ程ではなかったけれども、すでにその温床は用意されておったといえよう。

第一次世界大戦の後、ヒットラーが全ドイツを支配してから、ワンダーフォーゲルやグライダースポーツが奨励された。また時の体育長官によってスポーツは次第に統制され上述のもの外、陸上競技も重量挙げも、サッカーもテニスも馬術も総てのスポーツは国家思想主義に馴らされ、しかもこれを甘受していた国民の間では、一層盛んになり統制は成功した。そして世界制覇がスポーツの唯一の目的となり、その頂点が1936年ベルリンで開かれたオリ

ンピック大会であった。この大会でドイツは各競技にその巨歩を示して勝った。勿論勝ったことに非難はされないが、この大会それ自身がナチス政策の世界に対するデモンストレーションという目的で開催された点に今日でも指摘される暗さがあったのである。

第二次世界戦争による敗北で東西に裂かれたドイツは、今日に至るも一つになる機会が得られない。ドイツの国家的スポーツが、ヒットラー・ナチスの出現を待って現われたものでなく、東プロイセンに発生したその頃のドイツ・スポーツの特性であったという歴史的事実を思いあわせて見る時、かれらの今後の発展に注目しなければならない。

北 欧 諸 国

スカンデナヴィア諸国におけるスポーツの特色は、端的に言ってそれが市民のスポーツもしくは農民のスポーツであるということである。イギリスにおける貴族的精神を持っていないし、アメリカに発達した企業の性格も見られず、かつてのドイツの国家主義的スポーツの色彩をも持ち合せていない。スウェーデン、デンマーク、フィンランド、ノルウェーなどのスポーツは前掲の国々のスポーツとはやや趣を異にした性格を持っている。

陸上競技で知られているフィンランドに例をとって見よう。北欧の1小国であるこの国は人口僅か400万を数えるに過ぎないが、スポーツ界におけるその位置はかなり高い。1952年のオリンピックの競技は首都ヘルシンキで行われ、その国は我々にも親しみ深い。中央の機関として大きく古い歴史のものは、フィンランド競技体操協会である。1900年の創立で学生、店員などがその構成員である。それに労働者、体育協会、スウェーデン語を話す競技者の協会などあるが、これらのクラブは全部で2500、60万近い人々が会員として登録されている。国民の7人に1人の競技者がいる訳である。1年の半分が雪に覆われているので、スキーが最もポピュラーなスポーツとなっている。小学校に入るまでにはスキーがやれるようになっていっているとされている。陸上競技、体操の競技者が約20万、フィンランド式の野球ペサパウロも盛んで10万位、サッカー、スエスタミニン（地図とコンパスで、示された地点を探し

ながら走るクロスカントリー)、水泳が各々7万5千から2万5千、バンデイが4万、レスリングが2万5千、その他スケート、射撃、ホッケー、カヌー、ヨットなど好まれる運動の種類も多彩である。

スポーツが國民の生活と密着している例は、リングを始祖とする体操で古くから知られているスエーデン、スキーやスケートのノルウェー、ニルスブックの体操で有名なデンマークがある。デンマークは比較的平坦な耕地が多く、酪農を主とする農業国であり、人口の殆んどが農民でその体格は農民特有の筋肉の硬ばったものであった。ニルスブックはこの不健全な体格を矯めて、彼らの健康を増進し、のびのびした体を作ろうと、あの振動を主とした体操を作り出したのである。このようにデンマークの体操は、正に農民のためのスポーであり、ひいては農業生産を高めるための原動力である。先年来日してよく知られているスエーデンのサッカーや、アイスホッケーが自由な市民をチームの単位としている点など、これらの國々のスポーツは、國民全体の生活と結びついて生れて来たものである。資本階級の社交としての消費的性格としてではなく、國民生活向上のための生産的な性格を多分に持っている。それは、これらの國が共に長い間社会民主党の政權において社会政策を維持し、資本主義改良に努力を示して来たことから生まれた結果である。また文化の一つとしてのスポーツが、一階級に独占される根柢もなかったために生じた現象であるとも言われ、スポーツが、全く自由市民、農民のものであって、権力による統制を受けていないことからであろう。

ソ ヴ ィ エ ト

カーテンを閉め切っていたかゝるの時期のスポーツは、國の方針に従った都鄙労働者のスポーツで、即ち生産のためのスポーツ、労働力増強のためのレクリエーションであった。その種目は陸上競技、水泳、体操の個人的な競技や集団的なサッカー、バスケットボールなどであったが、記録の向上やエキスパートの養成には熱心ではなかった。革命後の鎖國主義政策もあってオリンピック大会その他の國際試合には全く参加しなかった。

しかし今次大戦後ソ連はこの鎖國主義から抜け出て建国以来の大転換をな

した。サッカーチームの英国遠征、女子バスケットボール用のフランス遠征から始まって、日本におけるスピードスケートへの参加や、メルボルンオリンピック大会の選手派遣などそのスポーツ界も華々しく国際舞台へ登場した。しかも記録の向上を目指さず、エキスパートの養成も志さなかったはずの競技者たちは素晴らしい成果を示したのである。一体ソ連スポーツの目的は「生産向上」にあったがために、それは最初から国際的事業であったということが出来る。従って恐らく厚生的意味しか持たなかった段階から漸次生産の増強による国民生活の余裕を産み、更にその結果としてスポーツのエキスパートの産出とはなったものであろう。ソ連は何故、戦後突然国際スポーツ界に乗り出したのであろうか。他國のスポーツをブルジョア・スポーツと呼んだソ連が、国際試合に出場するに至ったそもその理由は何処にあるのだろうか。ある者は自國のスポーツが他國に追付いたために、これをソ連のスポーツ世界制覇第一歩と見ているし、また他の者はこの現象をコミンテルンの解消と結びつけて考えているともいう。いづれにしても理解は容易でない。しかし、当時あらゆる面が報道されなかったので今にして見れば、ソ連が独ソ戦4年の後これに勝って、直ちに第一次5カ年計画の実施にとりかかり、昔のボールは悉く軍靴になった時代から、体育についてもその施設の復興拡充に努めて、400万ルーブルという莫大な支出を決めたり、あるいは党中央委員会が1948年に指令を出してソ連スポーツの指導原理としたことを知れば自ら理解できるかも知れない。

かくの如く著しい進境を示して来たソ連のスポーツは、それが國家の最高目的に直結するもので「今やわが國では体育とスポーツは國民の資産になって来ている」と言っているように國家的意義を持ち、従ってスポーツマンに課せられた任務もまた重大なものになってきた。それは、ソ連のスポーツが國家に直結していると考えられるその褒賞制度や選挙などの國家的行事に動員されてること、あるいは平和運動の一翼を荷っており、党や政府の關係する新聞が關心を強く示して、これが國家の意志を反映している点を見ると明瞭であろう。

ソ連全体の体育やスポーツを統制指導している最高組織は、1936年に発足した中央体育委員会である。これは、閣僚会議に直屬して国際競技に参加する代表選手などもここで選出している。民間におけるスポーツ団体は、全国的に労働者、農民、教育者、一般勤労員、軍人など職業別に組織されその数は52団体にも及んでいる。「ディナモ」は電気労働者と学生、「ナウカ」は学生、そして炭坑労働者からなっている「シャフチョール」はその一例で共に有名な団体である。これらの団体は、各地に会員を擁して施設を持ち、「シャフチョール」は会員35万、競技場76、体育館82、スキー場186、プール20、バレー及びバスケットボールコート400を持っている。もってその大概が伺われようというものである。

大きな行事は年々7月に行われる全ソ体育デーで、これは法律で定められている。運営経費も大部分が政府の予算で賄われ、労働組合の補助金と各自の負担で補っている。用具の製作も国営で「中央スポーツ用具研究所」が「中央体育学術研究所」とタイアップして担当しているといわれる。

このような正規のスポーツ施設の外特殊のものは冬季のそれで、大公園の夏の通路には氷が張りつめられ至る処がスケート場と化し、夏季のテニス、バレー、バスケットボールのコート、陸上のトラックも総てスケート場と変ってウインタースポーツ熱が高められる。

ソ連のスポーツが国際的に余りにも目ざましい活躍を示しているので、その選手はプロではないかとの疑いが起ったがやはりアマチュアであることが認められている。彼らはどんな一流の選手でも一定の職を持ちクラブ費を払って運動しているアマチュア・スポーツマンであるという。しかし、重要な試合などの練習について便宜が与えられているという特典はあるがこれとてわが国などのそれと同様であろう。

そこで彼らの強さに対してはとかく話題とされるが、それには、全国民の6割が少くとも1つのスポーツに参加しているという大衆化された広い地盤を持っていること、スポーツに対する科学研究に学者の協力を得ていること、1種目に限らず多様なスポーツを学ぶよう便宜と指導が与えられること

などが挙げられるであろう。因に20年来行われている「体育検定章」制度においては、1950年度にマルテルスボルタ（最高度の技倆を持つもの）15,500人、第1級スポーツマン37,000人、第2級200,000人、第3級1,000,000人を記録している。

要は、ソ連スポーツの特質は、あくまで勤労者のスポーツ、生産向上のためのスポーツである点にある。政治も経済も文化も国をあげて一つの勤労者階級に奉仕しなければならぬ所に特長があり、またソ連が勤労者の国家であることから当然スポーツも一つの国家事業となる点に特徴が見られる。

アジアの国々

耳底に残る砲声も、波頭の激闘も10年の彼方に納めて唯平和を求めて相寄ったアジア諸国家は、未だ幾多の問題をそこに残してはいるが、スポーツを仲立ちとして手を握り合う日がやって来た。已に三回目を迎えているアジア競技大会、即ち1958年5月東京で行われた20ヶ国の青年たちの明るい表情に、真摯に競い合ったスタジアムにその確たる証拠を見出すことが出来よう。競技施設や選手受入れの心組にひたすら盟邦の若人たちを迎えた日本の熱意も容れられ、遙々海を越えて来たアスリートに快い印象を与えたことであろう。

インド、パキスタンのホッケー、イランのレスリングなど已に世界のスポーツ界に定評のある位地を占めるものの外、多くの優れた競技を展示した。しかしながら、いつれの国のスポーツにしても若い国々と歴史の浅いことから、その多くは将来に期待しなければならない。

中共はこの度のアジア大会には不参加であった、が戦後この国が国力回復に大々的に力を入れた多くの部門の一つにスポーツがある。組織ある中央の機関としては、中華全国体育総会、人民政府体育運動委員会がある。鉄路工会、五大大行政区などの各種の団体が加盟している。各人の所属しているクラブには夫々充実した施設が設けられ、誰でも自由にスポーツを楽しむことができる仕組みになっている。その為に、今までボールを見たこともない僻地の村の人々までスポーツを楽しんでいる。ソ連の指導を受けては来たが、独

自の指導者養成の機関には体育学院、中学体育学校、そして少年スポーツマン養成の業余体育学校があり、漸次その効果を發揮している。メルボルンのオリンピック大会には、折角多数の選手を派遣しながら台湾との関係から参加しなかったのは甚だ残念なことであった。農村では昔ながらの中国相撲、空手、棒術など武術をやる者が多い。年1回の中堅選手権大会は、広東にある人民競技場で青年、軍隊、労働者の代表たちが参加して行われるが、ここは10万人を収容できる東洋一のスタジアムであるといわれる。わが国では見ることも出来ぬ室内陸上競技練習場も3つを数えるという。

目覚ましい生業活動と新しい生活と相まって、6億を越えるぼう大な人口から優れたアスリートや優秀なチームが續々と輩出されつつある。最近の国内競技における水陸の世界的記録よりしても、國際舞台の活躍は期して待つべきものがある。

日 本

ひるがえってわが國のスポーツを視るとき、あまりにも日本的特性の見出されないのに驚く。日本のスポーツは、その殆んどが前述諸國からの移入で雜然とした形で行われている。日常目にし耳にしている各種のスポーツからその性格を検討して見ると、野球、バスケットボール、アメリカン・フットボールにはアメリカの香が濃く、サッカー、ラグビー、テニスなどには多分にイギリス色が見られ、体操には北歐的性格が反映されている。更に戦争当初から急激に深まったドイツスポーツ精神とわが武道的精神とのカクテルとは今日、なおその余香を止めている。

戦いに敗れて10余年、わが國のスポーツはどこを目標にして如何に進むべきか。この宿題は当然日本の民主化がいかなる線に沿うて進められるかによって解決されるかも知れないが、われわれが特に關心を示したいのは、そのものが逆に日本民主化の方向決定に強い影響を与えるかも知れぬということである。ヤーンによって創められたドイツ体操が帝國主義をいかに強力に發展させたか、あるいはチェコ・スロバキヤのマス・ゲームやフィンランドの陸上競技が、この國の民族精神をいかに奮い興させたかの歴史を省みる時、

決して看過さるべきことではないのである。

設 問

- 1、イギリスは何故近代スポーツの先達といわれるのであろうか。
- 2、イギリスとアメリカのスポーツについてその違いを検討しよう。
- 3、アジア競技大会の持つ意義について考えて見よう。

II

ス ポ ー ツ の 組 織

スポーツをアマチュア・スポーツとプロフェッショナル・スポーツとに別けることができる。プロ・スポーツは生活経済の為にするスポーツであるから、スポーツの本義からすればスポーツとは言えないかもしれないので、本問題から除外する。

ここで組織と言うのは英語などの Organization の意味で、機関とか機構などと言ったほうがよいかもしれない。

スポーツ組織はどうして現われてくるかというに、スポーツの発生につれてできてくる、単なるレクリエーションとは違って、競技には施設や競技規則や審判員が必要欠くべからざるものであるし、それらに関係して予算や管理や管理人即ち会長や理事長のようなものまで必要になってくるからである。

組織はスポーツの発生に伴って現われると言ったが、今日のスポーツにはどのくらいの種類があるかというに、かなり多いし、また無数に作り得るものであるから、スポーツが創造されると思われる我々の環境を挙げると次のようなものである。

- 1 地上スポーツ
- 2 水上スポーツ
- 3 雪上スポーツ
- 4 氷上スポーツ
- 5 空中スポーツ

この五大区分に夫々個人スポーツと団体スポーツとがあるし、個人スポーツにしても、団体スポーツにしても、施設、用具、規則の相違などで、また多種多様なスポーツができる。スポーツは始めから計画的に作られたものは少く、自然発生的にできたものに工夫や改良を加えてこしらえたものであるから、組織もまたスポーツ別に発達したものであって、かなり複雑であり、

大きな組織でも 発展的解消などして歴史に残っているに過ぎないものもある。

組織はスポーツの発達普及の程度とも深い関係にある。そしてスポーツの良い発達普及には組織の力がなくては望み難いし、スポーツと組織とは唇齒補車の関係にある。一般にはスポーツの勝敗やレコードのような面ばかりに興味や注意を払うようであるが、スポーツ組織との密接な関係から、組織の側にも関心を持ち研究すると面白いものである。

古代ギリシャにあって既に組織や組織力はかなり発達していたと想像される。オリンピア競技などにおいて、競技者の資格審査が厳格に行われたり、戦争中も一時戦争を中止して競技を行ったというような事は、単に神威を恐れるというような理由だけでなく、各国（都市国家）を通じての国際組織が強力であったと考えられるのである。

古代オリンピア競技などが停止してからは、スポーツやスポーツ組織は19世紀から発達したと言えるのであろう。中世は暗黒時代であった。それが文芸復興や産業革命の浪に揉まれて、恰も海岸にきらめく宝玉のように現われ、19世紀の後半になって漸く炬火のように輝き出したのである。その中で最も代表的なものは近代オリンピック組織である。

組織はそれを構成している個人が適当でないと威力は発揮できないし、また非常に優れた個人の現われた時は、組織やスポーツが異常な発達を遂げるものである。19世紀末、仏蘭西のクーベルタン男爵が古代オリンピックを復活しようとして東奔西走の努力を払い、遂にそれを組織したのであるが、全く彼一人の方であったと言いたいくらいである。蛇足であるが、1899年の第1回アテネ大会が組織にさきだって開催されたのではなく、それ以前既にクーベルタン男爵の頭の中にてできていたのである。そして1894年の kongress を経て完全なものとなったので、第1回アテネのオリンピック大会はオリンピック組織の上に咲いた一輪の花に過ぎなかったのである。とに角、個人の描いたオリンピック組織を契機として、如何に多くのスポーツが国内組織を作り、国際競技連盟を組織し強化したかしのれない。

スポーツは永い間、走、跳、投、組打、突合、道具使いなどの原始的基本的種目のみであったが、ひとたびバウンドするボールが発明されるとスポーツ界には異常な変化、即ちスポーツ界の革命をきたしたのである。勿論、この革命は国々の開化の程度が異ったり、交通の便が充分でなかったから一朝一夕ではなかったが、僅かボールという小器具の発明でその影響は実に大きく、球技の種類は増大し、そのためスポーツ組織は急速に発展したのである。また水泳プールや室内リンクなどが創造されて、シーズン外のものと思われていたスポーツが容易に行われるようになり、スポーツや組織の強化に貢献する所があった。プールやリンクなども競技者などの力のできるものではなく、組織の力を俟ってできるのであって、組織は蔭の偉大な力と言えるのである。

わが国ではスポーツは最近まで「遊び事」として軽く考えられていた。それが何時の間にか数えきれないような多くのスポーツが現われ、国内組織が確立し、多くのものは国際競技連盟に加盟し、4年目毎のオリンピック大会の組織にも加盟し、その形はまことに広大となり容易に抜くことのできない勢力となった。世界的には、今までオリンピック大会に参加した国は75の多きに至っているが、スポーツの規模の広大なことは、他の文化にこれと較ぶべきものがないくらいである。スポーツ組織はなぜこのように急激に拡大していったのであろうか。それは一考してみる価値がある。

第一はスポーツの性格からであろう。即ち政治的軍事的意味を持たず、単なるスポーツの勝敗であり、トレーニングであり、競技者は人種や国籍や宗教や階級などによって差別をつけられることはない。スポーツには言語の不便ということのない事も有利だし、誰にも公平で勝敗が明瞭である。第二は思想的に特色があって、インターナショナリズムであり、古代オリンピックのように神事祭典的で平和主義である。政治や経済や多くの文化が國家という城壁の下にナショナリズムで、またパトリオティズムの傾向を帯び易いものに対し、スポーツはフレンドシップ、徹底的デモクラシー、インターナショナリズム、ヒューマニズムなどの傾向が強く、それは生命を愛し自由を愛す

る人間の衷心よりの願望であるから、スポーツの精神は兩家制度を越えた理想世界ではないだろうか。

我々が組織と言っているものには2つの面があるのであって、1つは組織を成文化したものと、他の1つはその組織の中で活動する人的機能である。従って組織は代表であり、系統であり、機能であり、力であって、規則の設定改善、予算の捻出、施設の改良増加、競技者の便宜、スポーツの目的理想の徹底、競技会の開催など総て重要な事務を担当しているが、それによつて競技者は日々トレーニングと競技会に出場すれば足りるようになっているのである。

スポーツ組織には国内的なものと同際的なものがある。国の大小によってスポーツの数や組織の数にも相違はあるが、オリンピック大会に参加した国が75カ国もあるのであるから、世界の国々には夫々国内組織があり、国際競技連盟と関係があるだろうと想像される。国内組織の例としてわが国をみると、日本体育協会に加盟しているスポーツ組織と加盟していないスポーツ組織とがある。勿論、それらの何れにも属していない無組織のスポーツ乃至はレクリエーションは無数にある。

国内組織(日本)

一 日本体育協会に加盟しているもの

1	日本陸上競技連盟	大正14年加盟
2	日本水泳連盟	〃
3	日本蹴球協会	〃
4	日本スキー連盟	〃
5	日本庭球協会	〃
6	日本漕艇協会	〃
7	日本ホッケー協会	〃
8	日本アマチュア・ボクシング連盟	昭和2年
9	日本バレーボール協会	〃
10	日本体操協会	昭和5年

11	日本バスケット・ボール協会	〃
12	日本スケート連盟	昭和6年
13	日本アマチュア・レスリング協会	昭和10年
14	日本ヨット協会	〃
15	日本ゴルフ協会	昭和13年
16	日本自転車競技連盟	〃
17	日本ウエート・リフティング協会	〃
18	日本ハンドボール協会	〃
19	日本軟式庭球連盟	昭和14年
20	日本卓球協会	〃
21	日本軟式野球連盟	昭和21年
22	日本相撲連盟	〃
23	日本馬術連盟	〃
24	日本山岳会	〃
25	日本フェンシング協会	昭和24年
26	日本バドミントン協会	〃
27	日本弓道連盟	昭和25年
28	日本ソフトボール協会	〃
29	日本柔道連盟	昭和26年
30	日本射撃協会	〃
31	全日本剣道連盟	昭和30年
32	日本ラグビー・フットボール協会	昭和32年

二. 日本体育協会に加盟していないもの

1 野 球 連 盟

2 そ の 他

国際スポーツ組織はスポーツが国内だけでは満足せず、更に世界的にスポーツの技を競うことを欲し、いわゆる欧州のチャンピオンたらしめたり、或は世界選手権を獲得するようなことを望み、次第に国際競技連盟を作るよ

うになったのである。それが種目別の国際競技連盟の出現である。それにくらべると、オリンピック組織は古代オリンピックの精神や理想を生かそうとしたもので、かなり前者とは異っているが、国際スポーツ組織であることには変りはない。そしてこのオリンピック大会に準じて、規模の小さい多くのオリンピック小会ができたのである。

一. スポーツ別国際競技連盟組織 (オリンピック委員会の認めているインターナショナル、フェデレーションのみ)

国際アマチュア陸上競技連盟	ロンドン
国際フェンシング連盟	パリ
国際射撃連盟	ストックホルム
国際フ式蹴球連盟	チューリッヒ
国際馬術連盟	ニース
国際体操連盟	ジュネーブ
国際アマチュア・レスリング連盟	ヘルシンキ
国際アマチュア・ボクシング連盟	ロンドン
国際重量拳連盟	パリ
国際自転車連盟	パリ
国際バスケット連盟	ベルリン
国際アマチュア・ハンドボール連盟	ストックホルム
国際ホッケー連盟	ジュネーブ
国際現代5種競技連盟	ストックホルム
国際カヌー連盟	ストックホルム
国際漕艇連盟	モントル
国際アマチュア水泳連盟	ジェンキントン
国際ヨット帆走連盟	ロンドン
国際スケート連盟	ロンドン
国際アイス・ホッケー・リーグ	スイス
国際カーリング連盟	オーストリア

国際スキー連盟

オスロー

国際ポップスレー・トボガンニング連盟

パリ

二. 目的別国際競技大会 (多くは総合的であり、現在解消したものもある)

極東競技選手権大会

アジア競技大会

ソ連スパルタキアード大会

北欧 (スカンジナビア) 競技大会

地中海競技大会

大英帝国競技大会

中米競技大会

パン・アメリカン競技大会

国際大学競技大会

国際女子競技大会

カトリック競技大会

労働者競技大会

オリシピック大会

以上は国際総合スポーツ大会の主なものであるが、それぞれ母体たる組織を持っていることは勿論である。大学生に最も関係の深い、国際大学競技大会や国際大学競技連盟 (F. I. S. U.) について記して、他の国際競技大会の組織や事業などの一斑を伺うことにする。

国際大学競技連盟は1949年に成立した。主なる事業としては、夏季スポーツ週間と冬季スポーツ週間とをそれぞれ隔年に開催している。第1回は、1949年9月イタリーのミラノにおいて夏季週間を、1951年にオーストリアのバド・ガシュタインにおいて冬季週間をそれぞれ行った。わが国からは第3回 (1953年) にドイツのドルトムントの夏季週間に初めて出場して好成績をおさめた。

誰しも疑問に思う点は、なぜ大学生ばかりを対象とした競技大会や競技組織を作ったのであろうかということである。種目別な国際スポーツ組織があ

り、オリンピック等のように目的別国際総合競技大会や組織が数多くあるのではないか、なぜ大学生ばかりの国際競技が必要であるだろうか。

およそ若少年とスポーツ、学生とスポーツという問題は、古代ギリシャ当時の農からぬ因縁である。少しく教育学を学んだ者は、古代ギリシャの少年の教育がジムナスティックとミュージックとであり、青年達は旺んにアスレティックを行ったことを知っているであろう。それらの教師のことをパイタゴゴスといい、その語が今日のペダゴゴイやパイタゴジイの語源になっていることも知ることが出来る。

降って1896年、第1回の近代オリンピック大会が開催されるに至ったのは、フランスのクーベルタン男爵の異常な努力の賜であったことは誰でも知っているが、彼は19世紀末当時のフランスの大学生を見て非常に感心したのであった。学生達は普仏戦争の敗北で、すっかり無気力でデカタンになっていたのを、それを改善しようとして種々研究の末、英国の学生スポーツを輸入しようとしたのである。始めから古代オリンピックの復活を意図したのではなかったようである。教育家クーベルタンはフランスの大学生とスポーツを関係づけて考えたのである。

以上のように、学生とスポーツとは、古代ギリシャのその昔から農からぬ因縁があったのである。オリンピック競技が現われて、一応問題は解決したようであったが、なかなかそうはゆかず、国際大学スポーツ大会の思想は既に30余年前に抬頭している。ワールド・スチューデント・ゲームズ(W.S.G.)と言うのがそれであり。かなり良い出発をしたのであり、大戦前のこととて種々な事情が大学スポーツの発展を阻止して終った。

しかし、この学生スポーツの伝統はまたしても現われ、1947年 U. I. E. 又は I. U. S. と称するものが組織され、パリとスイスのダウオースとで競技を行い、なかなか盛大で25カ国も参加した。しかし、オリンピックのような大組織の前には組織運営など困難と見え、それに内部的拙劣さなどあって、なかなか困難であったようである。それが現在の国際大学競技連盟となったのである。正式な名称は、ラ・フェデラシオン・アンテルナショナル・

デュ・スポー・ムニヴェルシテリ (F. I. S. U.) と言う。どこまで発展するか世の注目の的である。国際大学スポーツ大会や連盟は、なぜに内外種々の困難に直面しながら、大学スポーツの独自の道を行こうとするのであろうか。若き大学生が熱望するからであろうか。それとも、大学教育関係者の要望であろうか。或はまたオリンピック大会などに対する不満などであるかも知れない。内面の詳しい事情は解らないが、F. I. S. U. の会長やその他の関係者の言っているところは、大学生の特異性、スポーツの品位、学生のスポーツに対する考え等を挙げている。

F. I. S. U. 会長はルクセンブルグのパウル・シュライマー氏である。26歳ぐらいで、物理と数学のドクター号をとった人であるが「スポーツをそれ自体に終らしめたり、粗野な強さの栄光や無意義なスピードやスキルの勝利とせしめてはならない。スポーツをして身体的啓発や発育に役立たせるばかりでなく、品性をトレーニングし、また道德原則を強固にせしめなければならない」などと言っている。モラル・プリンシプルなどと言う点は、カントやドイッチェ・イデオロギーなどのようでなかなか強い。米国のスポーツ観などよりは堅いような印象を受ける。このような点が、玉石混着のようなオリンピック大会の現実などに不満があるのではないかと思われる。

F. I. S. U. の組織は大体次のようである。

1 重要役員

会 長 秘 書 副会長 (3人) 委 員 (若干)

2 冬季技術委員会

会 長 委 員 (若干)

3 夏季技術委員会

会 長 委 員 (若干)

4 統制委員会

会 長 委 員 (若干)

5 会計委員

委 員 (若干)

6 スポーツ会議

委員

7 F.I.S.U. 会員 (1952年現在)

(イ) オーストリア	大学スポーツ連盟
(ロ) ベルギー	シ
(ハ) エジプト	シ
(ニ) 英 国	シ
(ホ) ドイツ	シ
(ヘ) オランダ	シ
(ト) イタリア	シ
(チ) レパノン	シ
(ツ) ルクセンブルグ	シ
(ヌ) モナコ	シ
(ヘ) ザール・ランド	シ
(ヲ) スペイン	シ
(ワ) スイス	シ
(カ) ブラジル	シ
(コ) 日 本	加盟申請中

8 夏季競技種目は次のようである。(1951年)

(イ) 陸上競技

100m 200m 400m 800m 1500m 5000m 110mH 400mH
走幅 走高 棒高 砲丸 槍投 円盤 4×100mR 4×400mR
アカデミックR 5種競技

(ロ) 陸上競技(女子)

100m 80mH 走幅 走高 砲丸 円盤 槍投 4×100mR

(ハ) 水 泳

100Y自由 400Y自由 1500Y自由 200Y平泳 100Y背泳
4×200Y自由R 3×100Y(自由、平泳、背泳)R 飛込

(ニ) 水 泳 (女子)

100Y自由 200Y平泳 100Y背泳 3×100Y (自由、平泳、背泳) R
飛込

(ホ) 庭 球

シングル ダブルス

(ヘ) 庭 球 (女子)

シングル ダブルス ミックスド・ダブル

(ト) ホッケー

(チ) バスケット・ボール

(リ) フット・ボール

(ヌ) バレー・ボール

(ル) フェンシング

フルレ…シングル ティーム エッペ…シングル ティーム

ダブル…シングル

(ロ) フェンシング (女子)

フルレ…シングル

9 冬季競技種目は次のようである。(1951年)

(イ) スキー

ダウンヒル・レース

ジャイアント・スラロム・レース

スラロム

ロング・ディスタンス・レース

ジャンピング

ノルデック・コンビネーション

リレー (4×10Km)

(ロ) スキー (女子)

ダウンヒル・レース

ジャイアント・スラロム・レース

スラロム

設 問

- (1) スポーツの組織団体とその特性について
- (2) F.I.S.U.の有する意義について考えて見よう

オリンピック競技

前述のスポーツの組織や各国のスポーツなどの内容からも知られる如く、今日全世界の各地には数多い諸種のナショナルな或はインターナショナルな競技会が、夫々の意義と目的とをもって開催されている。スポーツの問題の一つにこの競技会がある。競技会の目指す直接的なものとしては、言うまでもなくそのスポーツのより以上の発達と進歩ということであろうが、一面これら競技会という組織的な活動体も人間が築きあげた一つの文化として、直接又は間接に、よりよき人間社会への発展に寄与する機能を十分具えているものであることをあらためて認識してみると、この問題における意味はまことに深いものがある。即ちスポーツは本来人間のもつ活動本能の一つに根ざして発達してきており、このスポーツ競技の本質理解や価値判断には階級的な偏見や国策がなく、したがってスポーツのもつ美点を純粋に探求し、尊重し合えるところに競技の場としての文化的な、或は社会的な意義や価値が存在するのである。

さてこのような意義と目的とを最高度に具現しようとする場面として、最大のスケールを構成し最高の技術を展開する競技会にオリンピックゲームがある。以下オリンピックのもつ精神が幾多の問題をはらみつつ、古来複雑なこの人類社会の思想と文化の変遷の中に如何に躍動し続けたことであろうかを眺めてみることにより、現代社会におけるその存在価値をより確実に認めることができるであろうし、更にオリンピックゲーム以外のスポーツ・ミーティングの意義もこれに附随して同時に理解することができよう。

1. 古代オリンピック競技

1 競技の起源

古代ギリシャ民族は多くの独立せる都市国家を形成していたのであるが、互いに分立を超えて汎ギリシャ的精神に結ばれていた直接的な理由の一つに、ギリシャ諸国間に体育及び芸術の競技が国際的な祝祭としてとり行われていた面が挙げられる。

都市国家の対立性より競技は軍事演習の一つとも言えるが、行事としての性格は死霊弔慰のために行っており、これがやがて神に献ずるものとして催されたのである。これも当初は地方的小祭より国家的大祭、更には国際的な大祭典として祭展し、前6世紀の初期にはすでに、オリンピア、イストミア、ネメア、ピシアの四箇所に国際的な大競技会が開催されていた。このうち特に隆盛を誇ったものにオリンピア競技があり、エリス国のオリンピア平原で軍神ゼウスの祝祭として行われた。その起源は、前10世紀頃と推定されているが、その後一時エリス、ピーサ両市民間に管理権の争奪があって衰え、前776年に両市共同管理の下に復活し、これを起源としてその後スパルタ後援の下にエリスが管理し、ギリシからの選手を迎えて四年毎に開催し、紀元後393年東ローマ皇帝テオドシウス1世に廃止せられるまで293回繰返した。

2 競技の特長

イ、開催期間：紀元前776年以来、4年目毎の夏至後の満月の頃を中心として、初期は一日で終了したが、全盛時代は5日乃至6日間続行された。

ロ、神聖休戦令：競技開始の数週間前には、エリスより布告使が橄欖の冠を手に休戦宣言と開催案内のために出発して各都市を歴訪した。これより3箇月間は競技選手、応援見物客などを安全ならしめるため、全ての国家は理由の如何によらず交戦を停止した。

ハ、選手：純粋のギリシャ民族の男子とされ、過去に政治、宗教上の刑罰を受けたことがなく、10箇月以上故郷のギムナジオンで知育、徳育、体育を研修したものであることを、エリスの役人に承認されなければならない。これらの認定された選手は一定の日にオリンピアに参集し、エリス選出の10名の審判員の検閲を受けてゼウスの神殿に祈禱し、再び審判員監督の下に

オリンピアのギムナジオンで一箇月の訓練を受け、その嚴重な技能検査に合格したものが暗の大会に出場可能であった。

ニ、加盟國：初期はエリスのみとされたが次第にペロポネソス半島全域にわたり、第79回（前464年）頃よりギリシヤ本土はもちろん、エーゲ海諸島、イタリア、小アジア、シリア、エジプト、イスパニアなど全ギリシヤ民族の住するところ殆んど全ての國から代表を送った。

ホ、價目：第1回より第13回までは200馬走のみとされ、その後1往復、7往復、24往復競走などが加えられた。第18回より五種競技と相撲が行われ、第23回頃より武装競技が行われるようになった。なおオリンピア競技には、この他に音楽、詩歌、彫刻、繪画、演劇、弁論、陶器術など芸術的競技もとり行われた。

ヘ、審判員：最初はイフィタス1名で行われたが、死後はオキシリスの子孫がこれに当たると言われる。第50回より2名となり、エリス全民族から選出された。第57回より9名、第103回より12名、第108回以後最後まで10名が続いた。審判員は前の祭典終了後直ちに任命され、任務は競技会の管理、儀式、プログラムの進行など多面にわたり、そのオリンピアード全期にわたって運営上の責任に当たった。

ト、観覧者：大祭約1箇月前より全ギリシヤの各地より王侯使節、一般礼拝者、応援観客などがオリンピアを目指して参集、アルチスの森を中心にして一大キャンプ村を形成した。ここに商人は一大市場を現出し、国際交易の場となり、芸術家による妙技の演示や選手の活躍をモデルとした詩、彫刻、繪画などを創作した。それゆえオリンピア競技は汎ゆるギリシヤの文芸、文化の凝集となり源泉となった。

チ、優勝者：ギリシヤ人の管理下にあった時代は勝利者は審判員の手から、アルチスの森の聖木橄欖の冠をかぶせられ、右手に棕櫚の枝を持たされ、その名と出身國名を高唱せられたのみで、賞品は物質より神聖そのものを尊重した。しかしながら回を重ね、次第に熱狂の度を増し、ローマ人の完全管理下の競技となって以来賞品は極度に物質的となり、社会自体が優勝者

に厚い待遇を与え生活における多大の特典が附与せられるにいたった。

3 競技の衰亡

以上の如く前776年より4年毎に規則正しく行われてきたオリンピック競技も、汎ギリシヤ的民族主義が次第に世界主義、個人主義に轉れギリシヤよりローマと世界の覇権が移行する間に、初期の祖國愛、民族的団結、宗教的信仰の内面的支持を離れ、人間の陥り易い暗黒面が暴露して國家間や選手間の選手買収が起り、熱狂の度が増すにしたがって競技は職業化、興業化し、遂に大衆の純真な關心も、識者の尊敬も失っていった。かくて392年の第293回を最後として、394年東ローマ皇帝テオドシウス1世により異教神ゼウス崇拜の弾圧として廃止せられた。その後467年ゼウスの神像もコンスタンチノーブルに移されて焼かれ、加うるにゴート族による遺跡の侵害やアルフェオス河の氾濫、大震災による破壊など、さしも華やかに行われた1200年間の歴史的な大競技祭典も遂に跡を消滅し地に埋れ去った。

4 競技の影響

オリンピック競技がギリシヤの文化や教育に与えた影響は大きい。即ち体育と文芸はギリシヤ教育の最大目標であり、その最高水準がこの汎ギリシヤ的なオリンピックの舞台に展開されたのであり、ここにギリシヤの教育は最も輝かしい目標と熱意をもったのである。そして競技祭典は政治的には平和を、経済的には交通、商業の隆盛を、芸術的には最高の演技発表の機会を、宗教的には共通の崇拜の的であるゼウス神への敬意をもたらした。このようにオリンピック競技はギリシヤ文化の凡ての面においてその発展の基礎をなしたのである。なお、この競技が祖國愛と國際親善という二大目標をたて、これを更に助長し発展させることにあずかった力は実に多大なものがある。

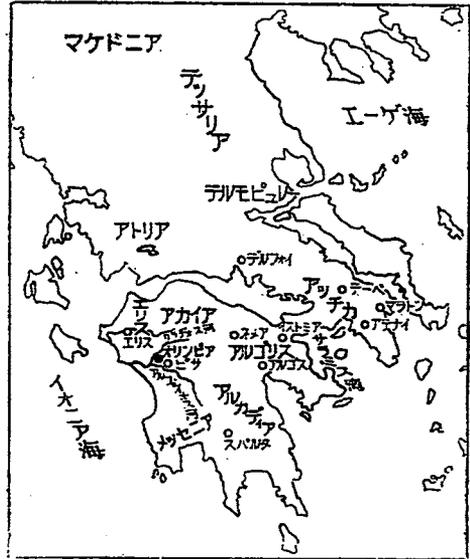
2 近世オリンピック競技

1 近世における復活

近代における古代オリンピック競技の復活の兆候は、すでに近代的人間觀の

中に文明文化へのリベラルな真理の探究として認められるとおり、イタリアに燃え上った文芸復興にその端を発し、古代の思想と古典の世界に撞かれてギリシャ・ローマ思想を概念的、意識的に明らかにし、宗教的、哲学的なものよりも美的、人文的な方面を求めつつ歩む間に、古代オリンピアの遺跡は地下に埋れ去って1300年を経過した。時のドイツの考古学者エルンスト・クルチウス(1814~1937)がその遺跡の発掘を思い立ち、

オリンピック関係地図



ドイツ皇帝の財政的援助の下に6カ年の努力の結果、1881年オリンピア遺跡は再び地上に現われた。そしてここに古代ギリシャ人の燃ゆる闘志と純真な祖国愛とその民族精神が彷彿として偲ばれたのであるが、この単なる懐古的感情が新しい未来への強い憧れとなり、全世界の青年の厚生のために古代オリンピア競技の祭典を、現世界の条件の下に近代オリンピック競技として汎世界的競技会たらしめんと計画したのは、フランスの一歴史研究家ビエール・ド・クーベルタン男爵であった。彼は青年時代に普仏戦争に際会し、敗戦の結果萎縮しきったフランスの青年を再興させるものは、純粹のアマチュアリズムに則ったスポーツであると確信し、歴史ある古代オリンピア競技に史眼を馳せ、これを近代に復興させてその意義を大ならしめると共に、スポーツを通じて国際親善、世界平和を促進しようとした。彼の愛国的熱情と世界平和の精神は、1893年に至り世界的スポーツ祭典として近代オリンピック競技大会を提唱するに至ったのである。

2 組織の確立

1893年クーベルタンは世界各国の競技運動の権威者にオリンピック競技復活の書状を送り、その苦心勸説の努力の結果、少数ながら熱心な共鳴者を見出したため、1894年1月再び各国スポーツ団体に復活の書状を送ると共に、自らアメリカ、イギリス、ドイツ、スウェーデンなど諸国に渡り、各国政府を歴訪して参加を勸説した。この結果彼の努力は遂に報いられ、1894年6月彼の招請に応じてパリーのソルボンヌ大学に集まった国々はイギリス、アメリカをはじめ13ヶ国代表14名であった。この会議で競技復興を全員一致で決議し、同時にその準備と統制を図るために国際オリンピック委員会（I.O.C.）の設置を決議し、その第1回I.O.C.総会を同年7月パリーで開催することを決定した。ここにI.O.C.は完全に結成され、この総会でクーベルタンは初代I.O.C.委員長に推薦され、オリンピック大会挙行の基本原則が制定され、1896年をもって近代オリンピックの第1年とし、その第1回オリンピック大会を由緒深いアテネにおいて挙行することになった。そして競技種目は古代競技に準じて行うことを議決し、この会議に参集した各国代表14名を最初の国際オリンピック委員に依嘱することとした。

かくて古代オリンピックの遺跡が発掘されて以来15年、クーベルタンの絶大な努力と忍耐とにより、世界文化史上に、世界スポーツ史上に特筆され、永久に記念すべき近代オリンピック大会がここに世界的意義を有って完全に誕生した。

3 近代大会の性格と問題

近代オリンピック競技大会の理想と根本精神の理解には、一応国際オリンピック委員会が制定せる大会競技憲章の認識が必要と思われるので、その一資として憲章第一部、根本原則を挙げることにする。競技憲章は1948年2月サンモリッツのI.O.C.総会で改正決議を行い、同年第14回ロンドン大会において正式に決定されたものである。

第一部 根本原則

第1条 オリンピック競技大会は、4年毎に開催し、出来得る限り完全な状

況の下に行われる公正にして平等な競技会に、万国のアマチュアを参集させるものである。

人種、宗教または政治上の理由によって、或は国家または個人に対して差別待遇をなすことを許さない。

第2条 競技会は1オリンピック年において必ず1回舉行することを原則とするが、万やむを得ないときは開かないこともできる。しかしその順序及び4ケ年の間隔を変更することはできない。近代オリンピックは、1896年アテネで開かれた第1回オリンピックから起算する。

第3条 各オリンピックにおける大会開催地の選定は、専らI.O.C.の権限に属する。オリンピック競技開催地の申込みは、I.O.C.の要求に応ずる適当な組織に対する保証をつけ、その国の国内オリンピック委員会(N.O.C.)の支持を得てなされなければならない。

第4条 オリンピック競技には次に述べる種目を必ず行わなければならない。

陸上競技、体操、諸闘技、水泳、馬術競技、近代五種競技及び芸術競技。

第5条 冬季競技大会は、オリンピック競技大会と同一の年に開催する。第1回冬季大会は、第8回オリンピックに属する1924年に開かれたのであって、その後の冬季競技大会は、右の年度から起算して開催毎に順号をつける。冬季大会にはオリンピックという語は使用しない。

第6条 オリンピック競技大会においては、その国の国民だけがその国旗の下に競技に参加する資格を有する。

第7条 本規約に規定する定義に従ってアマチュアであるもののみが、オリンピック競技大会に出場を許される。

第8条 オリンピック競技大会を舉行したために生じた一切の利得（大会組織のために要した一切の費用を支払い且つI.O.C.の基金への払込みを了した残額）は、大会を開催した国のN.O.C.に帰属するものとし、オリンピック運動及びアマチュア・スポーツ発展のためにこれを使用しなければならない。

以上の根本原則より認められるように、近代オリンピック精神は、スポーツの光栄のうちに人類の平和と国際親善促進の二大目標を目指すものであり、これを永遠の世界に貫いていこうとするクーベルタンの高遠な理想が反映されているのである。即ちクーベルタンは古代オリンピア競技の象徴としての思想であった「月桂冠」と「休戦」を近代大会において「より深く広いアマチュア規程の創造」と、「国際間における理解と友情の増進」としてその根本精神を確立したのであり、当時国際連合すら生れていなかった世界に、このような理想と思想をもったオリンピック委員会を組織したことは、古代オリンピックにも勝る彼の創造だと言えよう。

しかし乍ら、近代世界の条件の下にオリンピック競技会が復活して、近代より現代へと今日まで僅か60年であるが、競技会におけるスポーツそのものは、急速な科学の発達と共に初期の想像に絶する突に多大な進歩を示しているが、その反面著しい文明文化の進展につれて、ますます人間社会の生活機構が複雑となり、これが必然的に近代社会における民族独自の理想とする主義、思想を一層強く生起する結果をもたらし、その間には、ときとしてこれらの軋轢が国際間の緊迫や動乱を惹起し、意義ある大会の開催や参加の中止を余儀なくした幾度かのオリンピアードを経験しているのである。即ち大会の精神としてその高遠な理想を掲げつつも、現実には現代社会に芽生える多くの解決至難な政治思想上の諸問題に遭遇しつつも今日生きてきているのであって、必ずしも世界が時勢の国際的衝動を超越して、五輪の旗の平和と親情の理想の下に協調を続けてきてはいないのである。ここに複雑な近代世界におけるオリンピック競技思想推進の困難性が胎むといえるのであるが、これらの困難性を内包しながら、如何にして大会の精神がこの情勢の中に生きてゆくであろうかが、今日世界の大きな関心と期待の一つとして注目されているのである。以下過去の大会における実状を概観し、現代オリンピックの思想にかかわって起きつつある問題を眺めることとする。

先述した如く、近代世界における主義、思想の主張の結果としてかなり近代オリンピックはその正常な発展を阻害されてきているようである。即ち第

1 回のアテネ大会でのマラソンの優勝者ルイスに、その人類史的な思想を理解しなかったギリジャ国民が巨額の富を贈ったり、加うるに第1回の成功に氣を得て開催地を永久にアテネに確定しようとしたり、早くも近代オリンピックの創意に対して自殺的な症状をほのめかした。ここにクーベルタン以下の I. O. C. は執拗にこれらの偏向と闘い、アマチュア規程を条文化して前者に対する強力な防壁を築き、また大会開催地を他に移した処置は、国際性擁護のための後者に対する思い切った反抗だったと思われる。更に大会が直面した大きな障害は、第2回(パリ) 第3回(セントルイス)の両大会が博覧会の付録として催されたことである。言うまでもなく博覧会は、仏英両国の産業資本が自己の利益伸長のために催したものであり、大会が客寄せのための余興として催されたことは、とりもなおさずオリンピック精神の自殺的行為と考えられる。全く都市国家の権力者が近代産業資本に置き換えられただけのことで、オリンピックの理念は頭初からすでに踏みにじられていた観がある。クーベルタンの抵抗は多くの困難を克服して、第4回(ロンドン) 第5回(ストックホルム)に至ってようやくその理想を実現しだした。戦争に妨げられつつも、順調に伸びていったオリンピックは、第11回(ベルリン)にいたり、一部日、独両国の国家主義に災され、古代オリンピック末期の盲目的必勝主義が近代帝国主義の姿をとって現われたかの観があり、このオリンピアドが直ちに第二次世界大戦に続いたことを考えると、大会に潜在していたオリンピックの危期は意外に深刻なものであったことに気がつく。未曾有の華々しさを現出したこの大会の蔭に、オリンピックそのものを亡ぼす帝国主義が秘かに忍び寄っていたようでもある。

このような過去をもった大会が、現在第16オリンピアドを迎え、新しい現代世界の主義、思想の躍動の中でオリンピックはいろいろな複雑な問題を内包している。これは現代世界の生活機構の進化にも似て、余りにもオリンピックの大会機構が莫大化したために起るいくつかの問題と言えよう。

一つに、巨大な施設と機構を要する最近のオリンピックは、最早小国が主催し得る限度を越えたとする見解がある。しかしこれはオリンピックが全人

種のものである以上、明らかに好ましくない傾向である。しかしこの面に関しては、すでに種目の制限や予選制度（サッカー）の実施などにより、解決または緩和の方針が樹てられている。次に莫大になった選手派遣費の問題であるが、これらはオリンピックの商業化、ないしは政治化の問題と考えないわけにはいかない。しかしこれはN.O.C.への干渉を伴わない国家補助の方法によって解決されることと思われる。即ち、オリンピックの本質を理解し、またスポーツを全国民のものにしようとする政府であれば、補助金の支出は当然であろうし、更にその政府が真に国民の政府なら、これは少しもオリンピックの理想に背馳しないはずである。最後に、最近の米ソ両国民の動向をめぐって伝えられる「オリンピックは国民の勢力誇示の場になってしまう」との見解であるが、これは新しいアマチュアリズムにも関係する根深い問題で、人によっては一種の「末期的症状」とまで考えられている。これは現在世界の一部にまったく新しいアマチュアリズムが存在している事実であって、現今のソ連や中共の如き競技憲章から解釈すると、「プロでもアマでもない存在のスポーツ」が生れていることである。しかもこのような性格のスポーツ主義を排しては、現世界の中でのオリンピック理想推進に容易ならぬものが感じられるのである。以上三つの問題が今日の大会にまつわる主な問題と目されているようであるが、これらは全く近代大会当初に想像も及ばなかった今日の現実であろうし、また今日の大会実況が将来新しい世界の中にいかに変貌して生きて行くことであろうかも容易に予想し得ない現世界的情勢である。

このようにして近代オリンピックは、先述の如き多くの困難に災いされつつも進展してきた。しかしながらそれは競技における人種の差別や性格を撤廃し、主義や思想による凡ゆる社会的特権を許さず、平等と和親のうちに新しい世界を育み合わそうとする宏大な思想をもつものであって、古代のその性格に比してまことに素晴らしい発展と言わねばならない。

今回の第16回大会では、開幕寸前に国際政情の緊迫から突発した中東アジアの動乱により、結果的には遺憾ながらオランダ、中共はじめ7ヶ国が不参

加を表明し、これら7ヶ国の参加不能に再び一同和親に満つことができなかつたけれども、前第15回大会において異質国家のソ連が初参加し、次回メルボルン大会には中共も参加するとの表明に、全世界がかって希求した「共存と平和のメルボルン大会実現可能の純粋なよろこび」こそ、現代のオリンピック大会の根底によこたわるべき重大な精神であろうし、またこの精神が今日の大会に芽生える多くの困難な問題の解決に最も必要な鍵となろうし、大会を永遠に推進発展させる唯一の原動力ともなるう。

近代オリンピック競技会年表

オリンピック アード	開催年	開催地	主なる記事
1	1896	アテネ	マラソン競技初めて行われ、ギリシャ青年これに優勝
2	1900	パリ	万国博覧会の付属的大会の視あり、水泳競技セーヌ河で行う
3	1904	セントルイス	博覧会の附随的大会となり、外国の参加なし
	1906	アテネ	10周年記念臨時アテネ大会
4	1908	ロンドン	アマチュア問題議論さる。水泳にプール使用
5	1912	ストックホルム	日本初の参加。近代5種競技、芸術競技始まる
6	1916	中止	ベルリンと決定したが、第一次世界大戦で中止
7	1920	アントワープ	選手宣誓行わる。フィギュアスケート、アイスホッケー行わる。五輪旗公式大会旗として使用
8	1926	パリ 第1回冬季大会 はシャモニー	オリンピック冬季大会始まる。オリンピック村初めて作られる。織田選手三段跳入賞
9	1928	アムステルダム 第2回冬季大会 はサンモリッツ	オリンピック炬火燃える。陸上競技に女子種目加わる。織田三段跳優勝、鶴田水泳200米優勝、入見800米2位入賞
10	1932	ロサンゼルス 第3回冬季大会 はレークプラシッド	技術的進歩著しい。南部三段跳優勝、水泳五種目優勝
11	1936	ベルリン 第4回冬季大会 はガルミッシュ パルテンキル ン	大会の設備、技術共に向上。田島三段跳優勝、水泳1500米寺田優勝、100米平泳葉室優勝、200米平泳前畑優勝

12	1940	中 止	夏季は東京、冬季は札幌と決定したが、第二次大戦で中止
13	1944	中 止	ロンドンとコルチナダンベッツオに決定したが、同じく中止
14	1948	ロンドン 第5回冬季大会 はサンモリツ	日本、ドイツ参加せず、アメリカ圧倒的に優勝
15	1953	ヘルシンキ 第6回冬季大会 はオスロ	日本参加、ソ連初参加し各種目に活躍、石井レスリング優勝
16	1956	メルボルン 第7回冬季大会 はコルチナダンベッツオ	日本参加池田、笹原レスリング優勝、古川平泳優勝、小野鉄棒優勝

設 問

1. 古代オリンピック大会はどんな功績を生んだであろうか。
2. 古代と近代オリンピックに共通すると考えられる、大会の諸文化にどんなものがあるだろうか。
3. 近代オリンピック推進の困難性はどんなところにあるだろうか。
4. 今日のオリンピック大会が醸しているものは何であるか 考えて見よう。

アマチュアリズムと

プロフェッショナルリズム

スポーツの社会にも色々な問題があるが、この問題もその一つである。アマチュアリズムとはアマチュア主義ということであり、プロフェッショナルリズムとは職業選手気風ともいうような意味である。この問題はプロフェッショナルの側から言われたものではなく、アマチュア・スポーツ関係者から言われる問題であるから、プロフェッショナルリズムには好ましからぬ意味を含んでいることは当然である。

アマチュア・スポーツはそれぞれ目標を持っているが、それらの目標からアマチュア・スポーツ共通の目的や理想を描き出すことができる。スポーツマン・シップはその一例である。すべて目的や理想には際限はないが、最低限線というようなものはある。そのミニウム・ラインがアマチュア規程やアマチュア旅費規程などであるが、アマチュアの許し得るぎりぎりの線であって、その線を犯されることをアマチュア指導者達は忍び得ないのである。その規程には経済的な利得のようなことを厳禁してあるので、経済を目的としているプロ・スポーツと対立することは勿論である。目的理想の背反である。

まず1.2のアマチュア定義やアマチュア規程を挙げてみよう。

1. オリンピック憲章におけるアマチュア定義

アマチュアとは、現在においても過去においても、常にこれを愛好し、楽しむがゆえに、或は身体又は精神的満足の為に、スポーツの実行に没頭し、直接たると間接たるとを問わず、これによって何等の物質利得を得ず、かつ当該国際競技連盟の規程に従ってこれを行う者をいう。

2. 日本体育協会のアマチュア規程

1. アマチュアとは単に運動競技愛好のために競技する者をいう。
2. 如何なる運動競技を問わず金銭又は金銭に等しき報酬を得ようとする目的のために競技をする者は当該競技において職業競技者と判定される。
3. あらゆる競技において事情を知り職業競技者と共に競技をする者は職業競技者と判定される。
4. 金銭又は金銭に等しい報酬を受けて他人に運動競技を教授し又はこれを訓練し若しくは練習を指導することを業とする者は職業競技者と看做される。
5. 競技者がアマチュアであるか否かは下記の各項規程によって判定される。
 - イ. アマチュアは本会及び本会所属各競技団体若しくは同加盟地方団体以外の団体が運動競技会開催によって得る収入及びその収入の一部を社会事業又は慈善事業の基金に供せんとする目的のため開催せられる運動競技会に出場することはできない。
 - ロ. アマチュアは運動競技において獲得したる名声を資本化し次の行為をなすことはできない。
 - a. 商店又は製造業者若しくはその代表人から報酬を受けてその商品又は器具を使用すること。
 - b. 商店又は製造業者の広告或は推奨の手段として自分の氏名を使用すること。
 - c. 自分自身執筆せぬ新聞雑誌の掲載文に氏名を付して金銭を受受すること。
 - d. 演劇に出場したり映画の製作に出場したりすること。
6. 事情を知りて職業競技者となった者は再びアマチュアとして承認されることはない。
7. 職業競技者の判定を受けた者がアマチュアに復帰しようとする場合にはつぎの各条件が具備されかつ競技者の所屬する競技団体及び本会アマチュ

- ア資格審査委員会の承認を怪なければならない。
- イ。職業競技者としての判定を受けてから満2カ年を経過すること。
- ロ。翻意の情頭著にして再び職業競技者としての判定を受けるような行為をなさぬことを誓約した場合。
8. アマチュアは競技に参加し又はその準備のために欠勤し俸給給料の支払を受けることができなかつたとの理由でその填補のために直接又は間接に金銭を受領したり又は請求することができない。
 9. アマチュアが競技に参加するに際し如何なる名義でも別に定めたアマチュア旅費規程所定以上又は以外の金銭上の利得を受領することはできない。
 10. 経費支弁に要する金銭は全て競技者に直接交付せず該競技者の所属する団体に支払われるものである。
 11. 一つの競技団体において職業競技者と認められた者は他の競技団体においても職業競技者と認められる。
 12. 本規程は本会所属各競技団体の競技者全部に適用される。

付 則

- 1 本会所属各競技団体アマチュア規則は本規程を基準として定められる。競技者は所属競技団体アマチュア規則に従うかアマチュア規則のない場合は本規程に従うものとする。
- 2 本会所属競技団体が新たにアマチュア規則を制定する際には本会アマチュア資格審査委員会の承認を得なければならない。
- 3 本規則は本会所属各競技団体が直接加盟する国際競技団体が定めるアマチュア規程及び本会所属競技団体アマチュア規則に先行する。
- 4 アマチュアに関する問題を審議するため本会内にアマチュア資格審査委員会を設置する。
- 5 その他本規程以外の事件が新たに発生した場合は本会アマチュア資格審査委員会がこれを処理する。

アマチュア旅費規程

- 1 旅費 汽車二等賃金以下、汽船一等賃金以下、往復の場合は上記の二倍、急行料、寝台料及び自動車を用いる場合はその実費。
- 2 宿泊料 六大都市一般旅館の公定料金以下「但し八畳間一人泊り」（浴衣料、入浴料を含む）
- 3 食事 実費（但し宿泊料に含まれぬ場合）
- 4 雑費 一日参百円以下

スポーツ界即ち世のスポーツリーダー達は、なぜかようなアマチュア規程などを作ることにしたのであろうか。他の美術、音楽、科学等の社会に見られないような強い制裁ではないだろうか。しかるに、世にはスポーツの職業家いわゆるプロフェッショナルもあって、旺んにジャーナリズムに乗って活躍している現状であり、特別な弊害のない限りプロフェッショナルは法に罰せられることも禁止されることもない。プロは自由に跳梁し、これに反してアマチュアは極めて慎重な態度をとっているようにみえる。

この問題を歴史的に見れば、先ず古代ギリシヤ、中世・近代オリンピック復興期等に重点的限定をして管見することが便利であろう。しかしアマチュア規定を作ったりアマチュアリズムを高揚したりした者は、近代オリンピック復興期にあって、オリンピックを復活せしめた人クーベルタン男爵であるが、彼を研究することで十分だと思ふ。スポーツ界、体育界では彼の名を知らない者はないであろうが、それほど有名でルソーやフランス革命家達やナポレオンなどと、同様な血潮が流れていると思われるような天才型の偉人である。彼は古代オリンピックを研究して、如何にアスレチック・スポーツの良否が国家や民族の盛衰に重大な関係があったかを痛感したのであろうし、また中世紀の騎士階級の士道とスポーツ精神との関係、又はスポーツの野獸的演技などについて深く思いを致したのであろう。また19世紀の末期にあってアマチュアとプロフェッショナルとの区別にほとんど苦心したのであろう。1894年パリのソルボンヌ大学でスポーツ関係者を招じ、彼が近代オリンピッ

ク復活を提唱しようとした際、その問題が余りにも当時の一般社会の考えとは不似合なので、会議招集の名目を「アマチュア問題について」という議題にしたとのことであるが、かような経緯からみてもクーベルタン男爵がアマチュアリズムやプロフェッショナリズムについて強い関心を持っていたことは容易に想像されるし、またその強い批判力が他の社会に類例のないようなアマチュア規程の設定となったのだと思われるのである。

近代オリンピックの目的及び権限には次の事項が掲げられている。

第九条 1894年6月23日パリにおいて開かれた総会（コンGRESS）において、近代オリンピック競技大会を統制し、これを発展せしめることを委託された国際オリンピック委員は、次の使命を有する。

第1. 競技大会の定期的開催を確保すること。

第2. ビエル・ド・クーベルタン男爵及びその同志に、競技大会復活の決意を感銘せしめた光栄ある歴史と高遠な理想とに、益々値するように競技大会を導くこと。

第3. 一般にスポーツ競技組織を奨励するとともに、アマチュア・スポーツを正しい線に導き維持するように自己の勢力を用いること。

アマチュア規程を吟味すると、同規程の制定者達はアマチュア競技者を最も優れた階級即ち第一階級とみているようである。しかしてプロフェッショナルを最も下級な第三階級と考え、第一と第三以外の大衆を第二階級と考えているように思える。かような民主主義に反するような階級的思想も、要するに強烈な理想主義からは自然現われてくるものようである。スポーツと経済的利益とを関係づけたり、プロフェッショナルと競技を行う者は広汎なアマチュア・スポーツ界から除籍追放されるのである。而して容易なことでは再びアマチュア資格を得ることは難しいのであるが、それにひきかえ第二階級の者はアマチュア競技者になろうと思えば簡単な事務的手続でアマチュア競技者となり得るのであるから、アマチュア資格を剝奪された者は第二階級としては取扱われないので、第三階級への追放としか考えられないのであって、上記三階級があるものと考えざるを得ないのである。かような例は

中世紀の基督教に似ていて、宗教上の破戒によって破門されるようなものである。しかし、スポーツの方が宗教以上に厳罰主義のようであり、世界全アマチュア・スポーツ界から破門されることになるのである。従ってアマチュアリズムとは第一階級らしさと言う意味であり、プロフェッションナリズムとは第三級らしさと言う意味であって、これらは第一階級が多く用いる言葉であることは前述の通りである。アマチュア・スポーツの指導者達の理想が高いことやその違反者達に対しては妥協的ではなく強い態度を以て望むものである。

以上でアマチュア規程制定の理由やアマチュアリズム並びにプロフェッションナリズムについても大体理解できたと思うが、スポーツにおけるアマチュアリズムの直接の目的とするところや、その事業などについて良く考えてみるに、事業としては吾々がスポーツと呼んでいるようなものの競技会を開催するのみであって、技を闘わずにすぎないのである。それで果してアマチュア・スポーツの理想が達成されるか、と疑問を持たれる向もあるが、それでよいと思う。その理由に、スポーツには競技規則や審判規程などがあって、公平に作られており、スポーツの実施に当っては規則違反者には罰則が与えられるようになっているのであって、規程や規則の精神がスポーツの精神なのである。スポーツとは公平に闘うことなのである。スポーツの理想即ちアマチュアリズムは精神的には公正な理性と勝たんとする情意とであって、経済欲望を介在させないことであり、身体的には頑健で社会的には活動的であるような人格を目的としているのである。温情や博愛や知識などを直接の目的とはしていないが、前に述べたように目的や理想には上限がないのである。

公正で闘わんとする精神がなぜ重要であるかと言えば、人間は生物であり、極めて不完全なものであるから信頼ができず、闘争するようになっているからであって、人間の闘争に、公正という理性が必要欠くべからざるものと考えたのであろう。経済的な強い誘惑をできるだけ排除しないと、公正な闘いが為し難いからだと考えたのであろう。公正な理性が弱く、経済的に脆

い性格での闘争は危険この上もないであろう。社会の実情は余りにも猜疑、不正、貪欲に満たされて、無意義な闘争や破壊が数限りなく行われてきたが、それらは人類の人格的改造以外に是正し得る方法はないと考えたようである。クーベルタンなどにはスポーツによって新しい教育と手段、新しい行方のヒューマニズムを普及しようとする意図があったのではないかと想像されるのである。アマチュアリズムはヒューマニズムの別名であることと考えるが、アマチュア・スポーツは全世界に大きな組織を持っており、従って力であり、また近代オリンピックの大事業などはその結果において人間改造に偉大な貢献をする所がなかったであろうか。

アマチュア・スポーツからはプロフェッショナルやアマチュアのプロ化は、かなり悪いことのように非難されているけれど、普通一般の考え方としては、それほど悪いとは考えられないようである。プロフェッショナルはアマチュアから変っていくのであって、始めからプロを志望する者は尠からう。それはプロになり得るようなアマチュアは始めから予期できないと思われるからである。プロになり得るアマチュアは少くとも技術的にはよほど優れていないと難しいのである。社会がプロを要求するのは、小さな色々な理由はあるが、大きな基本的理由は大衆の職業的変化からくと思うのである。尖鋭頭脳勤労者などは精神的慰安としてスポーツを要求し、その傾向は益々強くなってゆくと思うのである。しかしてアマチュア・コンテストのようなものでは十分な満足は得られないのである。これは他の芸能に対しても同様なことが言えると思うが、平凡では精神的疲労回復等にならないのであろう。

プロフェッショナルは、社会的理由の社会的需要によって生ずるものだと考えられるのである。しかしてアマチュア・スポーツのアマチュア規程とかアマチュアリズムなどは少し神経質で時代錯誤の点もあるのではないかと試してみたりする。またプロフェッショナルは生活のため経済利得の為に行うものであるから、彼等の演技はスポーツでなく労働とか勤労と言われるべきものではないかと思うし、誰しも何等かのプロフェッショナルを持っているのだから、その活動とスポーツとが異なればアマチュアとして認めてよいの

ではないかとも思う。いずれにせよプロは技術的にも卓越し、社会の要求に充分応え得るようであることが公職に忠実だと思し、品性においてもプレーにおいても立派で悪影響などを与えないとしたら、そのプロの存在は意義が大いにあると思うのである。その意味でのプロフェッショナルリズムが言われるとよいのであるが、如何せんアマチュア・スポーツ界からの良からぬ意味でのプロフェッショナルリズムであるから致し方がない。アマチュアの最低線は強化されても寛大にはなりそうはない。

要するに本問題はアマチュアリズムとは高遠な理想実現を積極的に推進しようとしている主義であるし、プロフェッショナルリズムと呼ばれているものはアマチュア理想の障害であると考えられ、警戒されている警鐘であるからその点よく留意することと、プロフェッショナルは充分自戒してプロフェッショナルリズムの響きがアマチュアリズムに劣らないようになることを念願して精進すべきではないかと思う。幸いわが国のスポーツは殆んど外国からの輸入であってアマチュア・スポーツを採用したし、武道種目も精神を重視したので、外国におけるようなプロフェッショナルリズムは篩にかけたように思う。そのかわりアマチュアリズムの理想も低調なものではないかと思う。

設 問

- (1) スポーツにアマチュア規定が定められているのは何故であろうか。
- (2) わが国で、競技者がアマチュアであるか否かはどのようなことによって判定されているか。
- (3) プロフェッショナル・スポーツについてあなたの考えをまとめて見なさい。

III

スポーツ・マッサージ

マッサージは、独逸ではマッサージなどいって、スポーツにはつきもののように考えられている。そんな風で欧州でも米大陸でも、スポーツの影のようにつきまといっているといつてよい。

そのマッサージは何時の頃から始まったかとたずねられても、適確に答えることは出来ない。しかし、かの古代ギリシヤのアスレチックスのさかんであった頃に、このマッサージが行われなはずがないと思うのである。なぜかというに、走、跳、投、は勿論、パンクラチウムのようなボクシングとレスリングを併用した荒い競技などを行って、相手の戦闘力を失うまで闘つたのであるから、その激しい身体活動は思いやられるのである。そんな時に疲労の恢復策として、マッサージか、それと似たものを考え出せないような愚かなギリシヤ人ではなかつたと思うからである。

歯など病む時や頭痛のある時などに、よくほつぺたや頬に手を自然にあてるであろう。あれと同じでアスレチック・スポーツ等によって、脚部など痛んだりすると、それを少しでも早く治そうとして、患部に手をもってゆくの
は自然だし、軽く摩擦したりするのも自然である。マッサージの始めは、そんな風にして行われたのであると思うから、かなり以前からあったものと思うのである。

アスレチック・スポーツなどにおいて、マッサージの価値はどんなものであろうかと疑問をもたれるであろうが、それは一際にかくの如くであるとは答へにくい。マッサージの良し悪しにもよることだし、試合の直前に行うのもあれば、激しい試合の後や練習の後で行つたり、又何等かの理由で練習が出来ないような時に軽い練習のかわりにも行う場合があるからである。とに

かくマッサージを行ったら、止められない程快いものである。

いま少しく、マッサージの保健体育学上の位置というようなものについて考えてみよう。

保健体育実践上の助成学

- 一 実践心理学
- 二 実践生理学
- 三 実践物理学（力学）
- 四 実践美学
- 五 実践疲労学
- 六 実践回復学
- 七 実践環境学
- 八 実践指導学
- 九 実践普及学
- 十 其 他

上の（六）に挙げた実践助成学の回復学の中にはいっているものであって、其の仲間には沐浴、温浴、熱気浴、睡眠、レクリエーション、アミューズメント、注射（ドッピング）、電気器具によるもの等がある。これ等は精神的にも身体的にも、その他性別、年齢別等非常に厄介な人間が対象であるから、学問といっても仲々きちんと割り切れないので、其の權威が疑われるけれども、人間の最も大切なものは生命であるから、軽んずる訳にはゆかないのである。

マッサージというと、なにか変わったもののように思うかも知れないが、わが国の按摩のことであって、中国でも非常にさかんである。恐らく、マッサージは世界的に行われている疲労回復の手段ではないだろうか。わが国では昭和23年10月20日に法律217号で「あん摩師、はり師、きゅう師及び柔道整復師法」として出ている。きっと欧米各国でも中国でも法律となって公布されているだろうと思われる。欧州諸国の按摩は盲人ではないようだ。少なくともスポーツ・マッサージには1人も盲人は見られないといわれている。

マッサージは、外国では、浴場にもいるし、スタジアムには大抵いるようである。ローマは浴場で滅びたとまでいった人がある程、浴場が栄えたようであるが、マッサージなども相当さかんであったろうし、技術的にも発達していただろうと思う。スタジアムにはちゃんとマッサージ専用の部屋があって、数名のマッサージ師がいる。選手の競技前のコンディションの調整などについて十分な知識を持っているといわれている。

1930年にスケート競技会を追って、欧州各国の首都などを外人選手とともに廻った人の話によれば、スピード・スケートの選手がレース前にウォーム・アップをやらないうでいきなりスタートにつくのが通例で、我国の選手などとは違うので、まことに奇異な感に打たれたということである。欧州の選手はレース前に多くの者はマッサージを行って、相当強く筋肉をつまみあげたりしているのである。それで直ぐレースをやるのである。レースとなると精神が緊張し、呼吸状態なども促進しているから、レース前に滑走したりする必要はないのであろう。又激しいレース後には、必ずといっていい程、またマッサージを行うのである。これは疲労回復のため必要なことである。

マッサージの原理には、諸説がある。勿論始めは経験から始まったものであろうから、筋肉をマッサージすれば良いと思ったであろう。それが血液の疲労物質などを早く無くするというように、血液の流れる方向に行うようになった。それが、神経を刺戟するように考えたり、最近の考えでは淋腺となり、身体各部の淋腺の流れる方向に沿って行うようになっている。

方法としては、次の6つが普通知られている。

1 軽 擦 法

患部になるべく広く掌をあて、強からぬ程度の圧力で求心的に擦する。手は皮膚から離れぬように均等にさする。始めと終りは力を抜いて軽くすること、患部は大小により掌や指を用いることもある。すると皮膚は機械的な刺激によって神経末梢および毛細管が刺激され、赤くなり温まる。この皮膚の充血のために栄養を増し、栄養の悪い皮膚病や下腿の潰瘍に良い効果がある。又、神経に温和な刺激を与えて鎮痛、鎮静的に働き、全身に応用すれば全

身の鎮静を与える。これは前ならしとして用いられる。

2 柔 捻 法

皮膚を通して軟組織を握みながら求心的に移動する。これはスポーツ競技の前に筋を活動態勢に入れるためにおこなう本来の筋肉マッサージで、ウォーム・アップの代りに或は軽いウォーム・アップから試合までの時間におこなうことが多い。これにより代謝産物を流し出し、筋肉の機能を充進し、激しい筋活動にたえ得る状態を獲得する。又反射的に内臓諸器官に作用して血行をよくする。通常両手を使い、両手は互に反対側におき、両手で腕を握み、手は軽く回転運動をなしつつ求心的にもむ。

3 強 擦 法

手は皮膚に密着させて皮膚をとおして皮下組織をさぐる。多く求心性になし、血行淋巴行を促し、浸出液や病的産物を除去する。おもに関節マッサージに応用される。

4 圧 迫 法

指頭、掌球を用い、時には肘を使う。始めは軽く、次第に力を入れて圧迫するが、この時手は動かしてはならない。じっと圧え、はなす時も徐々に力を抜くが、圧えている際の力は均一である。おもに神経痛、頭痛に用いる。

5 叩 打 法

手を軽く握り軽く叩くが、拳打法・腕打法、および掌打法の二つあり、通常両手で交互または同時におこなう。作用は血行をさかんにし栄養をよくして、筋肉の興奮性をたかめ筋力を増す。神経に鎮静的に働き疲労を回復させる。また血圧を下げ、反射的に内臓諸器官に働く。

6 震 盪 法

手指をからだのある部分に当てすみやかに震盪する。この際皮膚から手を離してはいけない。震盪の速度は早くやり、おそいと不快となる。また幅は小さい方がよい。モーターによる機械を使う場合もよい。一般に弱い短時間のマッサージは興奮性をたかめ、強く長くやると減退する。この方法は胃腸の分泌をたかめ蠕動運動を増す。神経痛、リウマチスによい。マッサージを

実践するにあたっては、方法の併用、強度、順序、持続時間、回数などを考慮するのである。

マッサージを実施するうえの注意事項は、患部や術者の手は清潔にし、あまり毛の多い処は剃るか切るとよい。患者のリンパや血行をよくするために窮屈でない姿勢をとらせると共に、マッサージ筋をゆるめさせる。皮膚に澱粉または塗油をするが、通常滑石、亜鉛華澱粉、ワゼリン、オリーブ油、グリセリン、サロメチール等がよく使われる。術者の手は柔軟で汗ばむくらいがよく、爪は短かく、石けんはアルカリの多いのは用いないようにし、冬は手袋を使用するとよい。室温は20°~23°Cくらいがよく、マッサージ部位以外は毛布やタオルで覆っておくのがよい。

一般にスポーツ・マッサージ注意事項の要点を記すと、

- (1) 選手を寒くさせないこと。
- (2) マッサージ部だけ露出しておくこと。
- (3) 選手も術者も楽な姿勢をとること。
- (4) マッサージする局部を脱力しておくこと。
- (5) 毛深いところは剃るか、撒粉を十分に使うこと。
- (6) ウォーム・アップの後のほうが効果が大きい。
- (7) 緩やかな、リズムカルな軽擦から入ること。
- (8) 痛いところや傷の場所はマッサージしない。
- (9) 始めは軽く、終りも軽くすること。
- (10) 自分自身でのマッサージは効果が少ない。

以上のことは必ず守っておこなわねばならない。

設 問

1. 疲労回復手段としてのマッサージの効用について考えて見よう。
2. ウォーミング・アップとしてのスポーツ・マッサージについて考えて見よう。
3. マッサージについてのあなたの経験を思い起して見よう。

スポーツの健康管理

スポーツが盛んになり、スポーツ人口が増加するにしたがい、スポーツによる障害の予防対策が必要性を増し、スポーツ人の健康管理が重要性を増して来る。一般に強壯であるべきスポーツマンが病魔に冒されて中途にしてスポーツを断念したり、病気でまではならなくとも絶えず傷害に見舞われている例は少なくない。これは何故であろうか。

記録を争い、能力を競うスポーツマンは、絶えず他にぬきこんでるために激しい練習や、身体的な努力を積まなければならないので、絶えず身体的に危険な環境にその身をさらしているといわなければならない。これは、スポーツマンが一般の人々よりも身体的障害をうけ、病気になる機会が多いことを示しているのもであって、スポーツを実施している以上止むを得ないことであると思われる。それだけに、スポーツマンの傷害、疾病に対する予防対策が必要かつ重要な問題であるといえることができる。

従来、スポーツマンや、日頃頑健であった入々が、たまたま病魔に犯されたり早死にした時、スポーツをやっていたり、平素健康であったがために、ついその原因をスポーツのための過労とかその他スポーツによる原因に結びつけがちである。このようなことは美人薄命のたとえと同じく、一般的な考えなり希望なりに反した珍らしさ故に、人々の口の端にのぼるのであろう。それはそれとして、スポーツが健康ということとその目標の一端に考慮している以上、スポーツマンは健康ということについて十分なる注意を払い、健康の維持、増進に対して十二分の努力をし、慎重な対策を立てなければならないことは当然である。

現在スポーツには、非常に多くの運動形式があって、それぞれの種目によって使用する身体的部分には非常な差がある。運動形式が多ければ多いほど運動が特性化されるのは自然の理であって、従ってそれに応じた指導と管理

が重視されなければならないことは当然である。一定のスポーツに凝れば比較的一定の筋肉のみを使用し、それぞれの形式に応じて特定の筋肉を比較的遊ばせることになる。従って円満で均齊のとれた身体を作りあげるためには、これらの欠陥を是正するために、或は補償的な運動を必要とし、矯正的に異った運動を行うことが必要である。これを怠ることは、身体の円満な発達を阻害することは勿論であり、ひいては健康をそこね病気にもなる根源であって、スポーツマンとして絶えず留意しなければならない点である。

次に重要なことは、スポーツを実施するものは、スポーツの成果をあげるためにも健康を維持増進するためにも、それぞれの個性、体力に応じて種目を選択しなければならないということである。即ち、年齢、性別、体質、体力、性格、能力などに応じて、スポーツの種類と程度が決定されなければならない。「健康度」に応じて運動を調節することは非常にたいせつな問題であって、ここにまたスポーツの健康管理が重視されなければならない所以がある。

更には、スポーツマンは試合に勝つために、記録を更新するために、時には過激なしかも継続的「練習」を実施するのであるが、いかに万全の注意を払い、最善の予防法を講じても防ぎきれない所謂不可抗力的な障害に見舞われることがある。

スポーツの興隆と共に、スポーツに対する批判、殊に医学的に危惧を指摘している人は多数いるが、その代表的な人ともいえるベツナー (W. Bachtner) によると、「運動は運動器官に対して二種類の反応を起さしめる。その一は増殖的 *produktiv* であって、その二は退行的 *degenerativ* である。即ち主として骨、関節その他の運動器官にこの二つの変化を起すが、増殖的も退行的も共に病的状態であって疾患の原因となり、不利な状態である。」というのである。優秀なる選手が最高のコンディションにおいて、何等の外傷、偶然の事故なしに運動中に突然骨折を起すようなことがある。これはベツナーによれば、運動器官を生理的に使用するとそれ自身が退行的、消耗的病気の原因となるためであって、高年者に見られるような変化が

早期に起るといのである。なお彼は、こうした現象は単に運動器官のみに止まらず、内臓機能も同様であって、運動選手は肺炎、伝染病等に対して抵抗力が弱く、運動器官と同様の理由によって循環、呼吸及び代謝機能が能力を低下しているのであろうと述べている。

ベッツナー氏に限らずスポーツや運動が骨、関節等の運動器官に変化を生ずることは外科医によって指摘されている所であって、強く使用することによって退行性変化及び増殖性変化が生ずるといことは認められているようである。退行性変化は過動性萎縮であって手根骨軟化症、第二ケーラー氏症、離断性骨軟化症等を起すものであり、増殖性変化はシュラッテル氏病や剣道にて肘頭に、柔道にて橈骨結節部に、跳躍において踵骨に増殖性変化、即ち棘を生ずること等があげられている。

これ等の変化は総て不都合な状態であって、或は運動に際して抵抗力が弱く或は随時の疼痛を来す等のことがある。

こうした障害の原因は勿論過度の運動或は無理な運動ということになるのであるが、過度、適度の限界はきわめて難しい問題となる。ベッツナーのように生理的の運動によっても障害が発生すると考える学者もあり、運動の程度の問題であって或る一線に於いて病的となる限界があるのではないかと思われる。方法の如何によって或は年齢的時期の誤り等によって生理的刺戟と思つたものがそうでないというようなことになることもあり得るわけである。このことは勿論将来、より慎重な研究を待たなければならない。スポーツの指導者は勿論、スポーツマン自身またかかる障害をより少なくするため、病的状態にいたる一歩手前にてくいとめるよう細心の注意を払わなければならない。

以下スポーツと関係深いスポーツと疲労、スポーツと休養、疾病、スポーツと外傷について具体的に概観してみよう。

1. スポーツと疲労

スポーツを行えば、体力が消耗するにつれて心身ともに疲労するが、これは誰にも見られる生理的現象である。スポーツと疲労の関係は、きわめて重要な問題で、この因果関係について無知であることは正しいスポーツ生活を妨げ、過労を誘い、疾病を招くという結果を導く。

疲労とは、身体的或は精神的な作業によって起る能率の低下する状態をいうのであるが、詳しくいえば「一方生体内において行われる力源の消耗と、力源の補給との間のバランスの破綻、他方不要な代謝産物の蓄積と、その物質の排除との間のバランスの破綻によって、或は両者の同時的原因にもとづいて起る生体活動性の異常状態である。」といえる。

スポーツによる疲労の発生は、運動の種類、運動量並びに運動の環境条件によって異なる。即ち短時間だが激しい運動をする場合、さほど激しくないが非常に長時間運動する場合、きわめて緩慢な運動をする場合等、運動の方法や持続時間によって疲労は異なる。又、気温、湿度、照度、風力、風向等の気象環境、運動場の土質の硬軟、乾湿、整理の良否等が、疲労に及ぼす影響も又見逃せない大きなものがある。

かかる疲労の一般的徴候としては、

1. 色がすぐれず、何となく艶がなくなる。
2. 運動することが積極的でなくなり、すべてスローモーションになってくる。
3. 呼吸は乱れ、浅くなる。
4. 脈搏は遠く、且つ弱くなる。
5. 体温は上昇若しくは下降する。
6. 尿の量が少なくなり、濃い茶色になる。
7. 時としてはチアノーゼ（血液中に炭酸が増加するため、口唇や爪などが青赤色を呈する）を起す。
8. 体に腫物などができてくる。
9. 筋肉の硬度が増す。
10. 食事をとるのに時間がかかり、汁物や茶漬を欲する。

11. 神経が高ぶってきて、怒り易く感じ易くなってくる。

などがあげられる。さらにこの疲労状態が永続して、疲労が蓄積すると、疲労困憊、即ち疲憊の状態となって、回復が困難になり種々の障害を起す原因になる。この疲労状態の徴候としては次のようなものがあげられている。

1. 体重の減少。
2. 筋肉の弛緩。
3. 消化機能の低下。(胃酸過多症、便秘を起す)
4. 血圧の低下。(心臓機能が弱まるために起る)
5. 不眠。
6. 無気力。
7. 注意力が散漫になる。
8. 他の人との交際を嫌うようになる。
9. 悲観的な考えになってくる。
10. 能力低下を起す。

以上のような徴候が起ったときは、運動を中止して十分な休養をとり、元に戻さなければならぬことは当然である。

疲労の予防と回復の問題は、スポーツの成果をあげるためにも、病気予防の見地からも重要な問題である。健康人であれば、疲労しても身体に備わった生活力をもって疲労を回復してしまうものであるが、スポーツの社会では運動上達の過程において過労を招来するような猛烈な練習をしなければならぬ場合が多い。従って疲労の予防、回復の方法を心得ておれば、疲労を減少し、回復をそれだけ早くすることができるのであって、スポーツマンとしてはその方法は是非心得ておかなければならぬ問題である。

以下疲労の予防法、回復法を列挙しよう。

疲労の予防法

1. 常時身体を適度に鍛錬しておくこと。
2. 食物としては常にビタミン B₁、C を十分に補給しておくこと。
3. 規則正しい運動をすること。

4. 無暴な練習をしないこと。

疲労回復の方法

1. 力源の補充、即ち運動により失われたグリコーゲンを補うこと。
 2. 酸素の供給、即ち運動終了後、深呼吸によって酸素をつとめて多く取り入れてやること。
 3. ビタミンBの十分な摂取。
 4. アルカリ性食品の摂取。
 5. 適当な休養をとること。
 6. 睡眠を十分にとること。
 7. マッサージを行うこと。
 8. 入浴すること。
 9. 軽い体操の実施。
 10. 適度の嗜好品をとること。
- などである。

2 スポーツと休養

疲労が起っても、軽度のものならば休養することによって簡単に回復することができるが、慢性疲労や蓄積疲労は簡単に回復せず、長期にわたる医療的休養が必要である。

一日の疲労をその翌日まで持ちこさないことや、新しい疲労をつぎつぎに重ねないために、休養することが必要であり、ことに睡眠が最良の方法である。休養しなければならぬ期間は、主観的には元気回復、即ち激刺たる活動意欲が湧き出る気分になるまで、客観的には呼吸、体温、脈搏その他の生理機能が正常化するまで休養することが必要である。

休養の方法には次のようなものがある。

1. 睡眠による休養

睡眠は疲労を回復するのに最も手近かな、しかも有効な方法である。普通

一日の活動によって失われた活力は、定時の睡眠によって完全に回復することができる。

2. 入浴による休養

入浴は全身の血行をよくし、疲労物質の運搬、体外への排除を促進する。気分的にも入浴後の爽快さは疲労感を忘却させるものである。

3. 体操による休養

合理的な軽い体操は、血液の循環をよくし、酸素の供給を十分にし、筋肉中にたまった乳酸等疲労物質の処理を促進し、疲労を回復するに有効である。

4. マッサージによる休養

マッサージは体操と同じく血液の循環をよくし、筋肉に対する疲労物質の直接の悪影響を除くものである。

5. 栄養による休養

栄養は健康の基盤であり、活動の源泉である。スポーツは体力消耗の比較的大きい筋肉の労作であるから、その運動量に相応した食事内容により、栄養補給につとめなければならない。

3 スポーツと疾病

元来、スポーツは多くの場合比較的強健な身体を持つ人々が実施しており、健康を増進することを考えているのであるから、スポーツを実施した結果病気になることはそれ自体矛盾したことである。現実にはスポーツマン自身の無知、不摂生から、或は指導者の手落ちから病気になるもののがかなりある。疾病を未然に防ぎ、できるだけ早く治癒する第一の方法は、早期発見であり、初期療養である。スポーツを実施するものは、絶えず細心の注意をすることによって、疾病の早期発見につとめなければならない。

スポーツマンは、技術の向上を当面の目標に日頃の練習に励むのであるが、技術の基盤としての身体の健康をモットーとし、「身体の異常に対して

は細心なれ」でなければならない。かくしてこそはじめて、スポーツの成果を期待することができるのであり、真のスポーツマンといえることができるのである。

次に病気療養中のもの、病気ではないがツ反応陽性者のスポーツに対する問題がある。

病気には多くの種類があり、その程度によって一様には決められないが、いかなる病気であれ重症者は勿論スポーツを実施してはならない。軽症者は種類によっては許される程度にスポーツを実施することは、かえって回復を早める助けにもなる場合がある。この場合医師並びに指導者の指示に従って実施しなければならないことは当然である。

ツベルクリン反応陽性転化は、単に結核の感染を意味するだけで、発病を予告するものでもなく、ただ不幸にして発病する場合があるということを知らせるに過ぎない。鉄道従業員 625 名の発病者について、ツ反応陽転後発病までの期間を調査した報告は次の通りである。

発病後経過	0ヶ月	3ヶ月	6ヶ月	9ヶ月	12ヶ月	13~36ヶ月	合計
発病者数	394	111	75	29	16	0	625
発病率(%)	63.0	17.8	12.0	4.6	2.6	0	100.0

ツ反応陽転後一ケ年間を、発病阻止のために、保護生活指導を行わなければならない根拠はここにある。

結核の発病は、体質、体力が優秀であろうと貧弱であろうとあまり関係がない。従って、スポーツマンが自然陽転した場合は、自己の体力を過信して、無様な練習を継続するというような愚かしい生活をしないよう十分注意する必要がある。結核発病の動機は「過労」である。即ち、運動過多、睡眠不足、不良栄養、不摂生、暴飲暴食、精神疲労その他の疾患の発病が原因となる。また青春期は発病し易く、更に重症化し易いから注意しなければならない。

ツ反応陰性者は B・C・G 接種をすることが望ましいが、B・C・G 接種

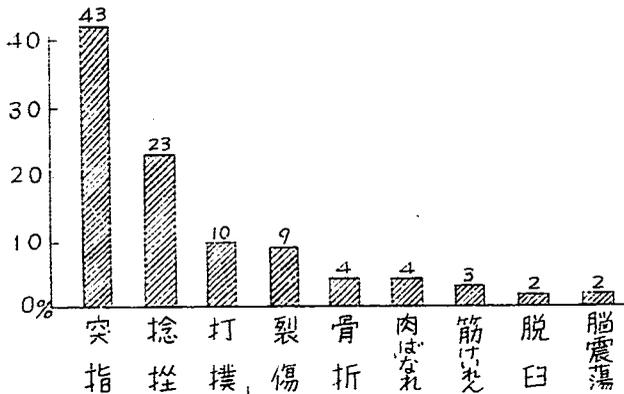
は結核予防にはたしかに効果がある。感染を予防することはできないが、未接種者に較べて発病を妨げ、死亡を妨げに減じ、発病しても重症化を激減することができる。

4 スポーツと外傷

スポーツは、運動器官のすべてを極度に働かせて速さ、巧みさ、強さなどを競うものであるから、これを実施したために起る外傷はかなり多い。しかしながらその原因を探究すると、その多くはスポーツ実施者及び指導者の注意と怠りない努力によって防止できるものが多い。

スポーツによる外傷には、突指、打撲、裂傷等の比較的軽度のものが多いが、時には突発的に起る外傷による死傷、或は水泳中の溺死、陸上競技の投てき実施中に発生する刺傷等の重傷事故も決して少なくないから注意しなければならない。

比較的頻発する外傷の百分率は、ある地方（福島県）の調査によれば次の図に見られる通りである。



又スポーツの種類別に見た外傷の発生率、種類をあげると次の通りである。

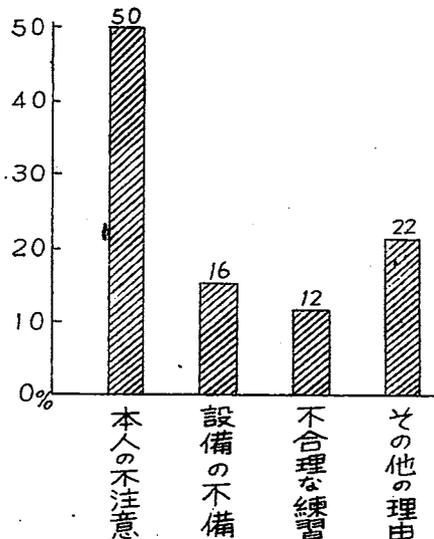
種 目	%	順位	比較的起り易い外傷
相 撲	28.35	1	骨折、擦過傷
野 球	17.85	2	突指、捻挫疼痛、骨折、裂傷
ラ グ ビ ー	16.41	3	捻挫、打撲、脱臼、骨折、脳震盪、擦過傷
バレーボール	15.61	4	突指、擦過傷
柔 道	15.42	5	骨折、捻挫、脱臼
バスケットボール	12.04	6	突指、捻挫、擦過傷、アキレス腱断裂
サッカー	9.77	7	捻挫、打撲、裂創、骨折
陸上競技	8.01	8	捻挫、肉ばなれ、アキレス腱断裂、骨折、骨膜炎
器械体操	7.31	9	捻挫、打撲、突指、骨折、脳震盪
水 泳	7.09	10	突指、骨折、筋けいれん
ボクシング	6.40	11	脱臼、骨折、打撲
スキ ー	3.18	12	捻挫、骨折、脱臼

更にスポーツ外傷を原因別に見ると、大体右図の通りであるが、その原因として次のようなものをあげることができる。

1. 施設用具の面から

- ① 運動場の整備が不十分なとき。
- ② 不適当な用具を使用したとき。
- ③ 照明不十分な体育館で運動したとき。

2. スポーツを行う人の面から



- ① 極度に緊張又は興奮しているとき。
- ② 著しく注意散漫なとき。
- ③ 過労に陥っているとき。
- ④ 極度に自己の力、技術を過信したとき。
- ⑤ 自信のない中途半ばな態度をとったとき。
- ⑥ からだの具合が悪く気のすすまないとき。
- ⑦ 準備運動を十分行わないとき。
- ⑧ 服装が不適當なとき。
- ⑨ 規則を守らないとき。
- ⑩ 体力以上の運動を行ったとき。

3. スポーツ運営の面から

- ① 管理運営がまずく混乱しているとき。
- ② 競技日程に無理があるとき。
- ③ 悪天候を無視して競技を続行したとき。
- ④ 審判がまずく競技が乱れたとき。

以上のような原因から生ずる外傷は、その原因を排除することによってかなり予防することができるが、外傷予防上特に重要と思われる事項を挙げれば次のようなものが考えられる。

- ① 如何なるときでも準備運動を実施すること。
- ② 健康検査を実施すること。
- ③ 運動場、運動用具について事前に点検し、整備すること。
- ④ ルール、約束の遵法励行を厳格にすること。
- ⑤ 常に事故防止を第一に立案、運営すること。

設 問

1. スポーツにおいて健康管理が重視されなければならない理由。
2. ツ反応陽性転化後一ケ年内のスポーツ活動はいかにあるべきか。
3. スポーツにおける外傷の原因。
4. スポーツにおける外傷予防について考えて見よう。
5. 捻挫、脱臼、骨折の手当について理解しよう。

体 操 の 効 用

体操は、スポーツが主として興味やスリルをもとにしてゲームを中心とした競技として組織され発達したのに対し、身体形成のための運動として組織された運動であるから、スポーツとは非常に異った性格を持ち効用もっている。次に其の主なものを挙げることにする。

体操は短時間に全身に亘る適度の刺激を合理的に与える事が出来る。

体操は身体各部の運動を含み、これを合理的に配列して組織された運動形式であるから、これを実施すると、至短時間に全身に亘る適度の刺激を得る事が出来る。体操のもつこの様な性質は、スポーツの抬頭に伴って、スポーツのためのウォーミング・アップとして次第にその適用範囲を拡げつつある。しかしこれは体操の効果が認められたというよりは寧ろ、スポーツ練習の標準化、規格化という線に副った形式的で無批判な傾向であるように思われる。近來ウォーミング・アップに対する関心が識者や有能なトレーナー達によって高められつつある事は、この意味に於て注目しよ。

スポーツのウォーミング・アップのための体操は、其の質に於ても量に於ても、一般に信ぜられているよりは遙かに強い程度の高いものである事が必要である。実施上の注意事項としては、伸び伸びと行う事、ゆるやかに大きく行う事、柔かく行う事が特に重要である。

又体操は一般人が健康保持の目的で行うための非常に有効な運動形式ということが出来る。体操が全身に亘る運動であり、適度の溫和な刺激を全身に与える事、更に運動の強さや量を自由に調節する事が出来、個人でも戸外でも屋内でも狭い場所でも出来ること、設備を必要としない事、又体力や特殊の技術を必要としない事等、健康を目的とする運動としては非常にすぐれた長所もっている点にスポーツオンリーの日本では関心が向けられる必要がある。

健康保持の目的の体操の実施上の注意事項は、断えず行う事、リズムカルに行う事、運動の量や質を徐々に向上させる事、なるべく新鮮な空気の下で行うようにする事、等である。又健康という問題は生活様式、生活態度等、生活と関係する問題が多いので、出来るだけ生活の中に調和するように生活化する必要がある。これは体操の長期間に亘る実施を円滑にし其の効果をあげる上からみて必要であると思われる。

体操は身体の関節構造や筋肉の可撓性や柔軟性を増す事が出来る。

体操は身体各部の大筋肉及び関節構造を屈伸、伸展するように形式化された運動であるから、これを実施する事によって我々は身体各部の筋肉の柔軟性を増し、関節の可動範囲を拡げる事が出来る。柔軟体操という言葉があるがこれは特に柔軟性の増大を目的として考案された体操をいうが、適切に行われる体操は広義に解釈すればすべて柔軟体操という事も出来よう。身体の柔軟性は成長期に於ては大きいけれども其の後は減退する一方である。身体の柔軟性の減退は動作の円滑を失わせ疲労を増大し身心の活動力を減退させる。若々しさと柔軟さは同居し、老いた感じと硬さは同居する。若々しさをシンボライズするものは実に軟かさである。この様な意味から、大人に於ける柔軟性の保持と増大は緊急且つ重要な問題である。子供はこれに反し成人程には柔軟性増大のための運動は必要としない。この様な意味から、成人達は体操などと馬鹿にしないで実行すると心身の健康上からみてもバイタリティーの面からも充分効果を期待する事が出来よう。

次にスポーツの面から可動性や柔軟性を考えてみよう。日本人は一般に身体が硬いと言われている。この事は遺伝学上の問題でもあるが、生活環境習慣の影響も亦大きいように思われる。いづれにもせよ、スポーツに於ける速さや強さ、それに種々の skill は身体の柔軟性に支えられている事実注目したい。柔軟性や可撓性は skill を成立させるための、要素の中の一つの重要で缺く事の出来ないものである。

更にすべての技の能率的な發揮は可動性や柔軟性を強く要求している。又柔軟性を欠いた技は發展性がない。それ故我々が能率的に技を習得しこれを

發揮しようとするためには身体の硬さという壁をどうしても突き破らなければならない。そしてこの場合の身体の可動性や柔軟性は一般人を対象にした場合より遙かに大きいものでなければならない。それ故スポーツの技術の習得に先だって、体操や柔軟体操を充分行う事が強調されるわけである。近來我國に於ても一時、全く軽視され忘れられていた体操に対する関心が、この可動性や柔軟性の面から、識者の間でようやく高まろうとするきざしがある。

可撓性を増大するための体操の実施上の注意事項としては、運動を最大限度にまで大きく、弾力的に、充分な回数を行う事が特に必要である。

体操は解緊を促進する事が出来る。

多くのスポーツや運動は其の結果として必然的に多くの緊張を作り出している。又、種々の形式の身体的労働も筋肉や関節の緊張を作り出している。又、長時間同一の姿勢をとる事も緊張の原因となる。この様な種々の緊張は動的なものと静的なものたるを問わず主として同一筋肉や関節を反復する事や部分的な身体の使用によるものであり、これが蓄積される事は好ましくない。この様な緊張は全身に亘る運動を組織的に実行する事によって除去される事が出来るし、蓄積は体操を継続的に実施する事によって防止する事が出来よう。この様な筋肉や関節の緊張を解除し解緊を促進する為には、強弱のリズムが交互に繰返される事、緊張と弛緩とを交互に繰返す事が必要である。

更にこの様な身体的解緊を促進する働きをもつ体操は精神の解緊と爽快感に貢献する事が出来る。この様にしてリズム感覚を盛った近代の体操は、スポーツの為の整理運動として利用される事が出来るし、学校や職場に於ける授業と授業との間や作業と作業との間の体操（業間体操などといわれている）として活用する事が出来る。又家庭等に於ける一般人の為の健康の保持や増進の為の体操としても利用される事が出来る。

この様な目的の為の体操の実施上の留意事項としては、ゴツゴツとした調子でしたり、力を入れてりきみすぎてやらないこと、柔かく、リズムカルに実施する事が必要である。

体操は良い姿勢の形成に貢献したり、姿勢や身体の個癖や障害を除去する事に役立たせる事が出来る。

よい姿勢は健康上、人格上、美容上黙視することの出来ない意味をもっている。合理的に組織された体操の実施は悪い姿勢を矯正する事に役立つし、悪い姿勢の発生やその形成を防ぐことに有効な方法である。悪い姿勢は、身体各部位間のバランスの不良、筋肉の薄弱、柔軟性の喪失、習慣の不良、生活環境の不良、遺伝的要素等種々の原因によるものと思われるが、身体各部の運動を含みこれを合理的に組織した体操はその運動の形式を通して、例えば猫背の者を正常にかえしたり、背骨の左彎を正常にかえしたりするように不良なる姿勢を矯正する事に非常に有効である。

又この様な体操は、例えば屈った脚や腕を伸ばすというように身体の障害のあるものを除去することに役立つ事が出来る。矯正体操として体操が組織化されることも可能である意味がここにあるとみる事が出来よう。米國を始め日本でも近来、姿勢の重要性が強調され、それに随伴して体操が注目されようとしているようである。

姿勢をよくする事や障害を除く事は、健康上からみても、又美容や人格の面からみても効果的であるということが出来る。古代の体操は、姿勢の為の体操といってもよいような体操であったが、近來リズムが体操の要素として投入されて以来、リズムに幻惑されて、姿勢の教育や訓練としての効果が等閑視されている傾向があることは批判されなければなるまい。

体操は、この目的のためには、実施上、特に断えずやる事や運動を正しく、そして大きく実施する事が必要である。

体操は身体の美容に役立たせる事が出来る。

美容が全身的なものとなり健康が美容の大きな要素として考えられるようになった現在、体操が美容の為に役立つ運動として注目され始めたのも又自然であろう。しかし現在一般に考えられている美容体操が美容体操そのものではないし、現在行われている美容体操を美容の特効薬かの如くに信ずるのは全く輕率であるといわねばなるまい。美容体操は現在ジャーナリズムやマ

スコミに毒されてきている傾向があるように思われる。

全身の健康にとって体操が有効である事は、美容にとっても有効であるということである。運動を通して筋肉や関節の柔軟性を増す事は姿勢をよくし美容上の効果があるし、器官の整調上にも効果がある。又運動の不足している女性に対してはぜい肉をとり脂肪を調節する事も或程度筋肉を発達させる事も出来よう、そしてこの様な結果は、全身がすんなりとし、ウエストが細くなり、バスト、ウエスト、ヒップの調和がとれ、美しいスタイルが生れる事を或程度副次的に可能にするではあろう。しかし、美容は現在喧伝されている美容体操のみによって可能なものではなく、又其れ程に効果のあるものでもなくて、正しく行われる近代の一般の体操はその本質的意味に於て、又その本質的働きに於て美容的效果をもつものであり、その意味において美容体操というべきものであるということを理解する必要がある。

体操の美容的效果を挙げようとする場合には、運動を絶えず行い、又正しく行う事が特に必要である。

体操の価値の潜在性

体操の価値は既にのべたように特筆すべきものであるが、体操の実施によって必ず深証されるというものでは決してない。この事は体操が形式的な運動形式である事によるし、又意味が全くないといってもよい程に薄いので、実施する場合やこれを継続する場合には色々と障害が出て来る事によるものである。それ故体操の価値や効果は、それが現われるためにはそこに種々の条件が必要となる。次に体操実施上の留意事項について述べよう。

1. 先づ実行すること。運動の効果はそれを実施することを通してのみ期待しうるものである。一般に体操の効果を知っている人は少なくないけれども、これを実行する人は少ないし、実行している人は更に少ない。現状をみれば、必要なのは理論ではなくて実行であると極言され得る。実施上の方法も留意事項もすべては、先づ実施してみからである。体操がすぐれた体育

的或は其の他の効果をもつにも係らず、寧ろ其効果を享げていたいの、実施されないからである。

体操が実施されないのは主として興味が無いからである。したがって興味という事が体育やスポーツの重大要素として考えられる教育や時代に於ては体操は後進し、その道の場合には前進して来た。金も時間も設備も技術も体力も必要としない、いつでも何処にどこでも出来る体操は、又それ故にこそ興味のない味気ないものであるかもしれない。しかし体操のもつ価値やその効用を考えるならば、日本の様に乏乏な国、生活様式が非健康的な国に於ては、国に於いても、個人に於ても、すこしは体操を活用してみたらどうかと思う。

2. 常に継続的に実施する事が必要である。健康や矯正や美事のための体操は時々行ったのでは余り効果がない。効果を強かなものにするためには継続的に実施する事がどうしても必要となる。

3. 常に幻惑されずに運動を目的に正確に実施しなければ効果は少ない。体操は形式の大運動であるから、その外にその形式にまどわされて、例えば腕を斜にあげて胸を反らせる胸の運動で、腕を正確な形にあげているが胸は後倒していないため、胸の運動を意味しているのに胸の運動にはなっていないというような事が多い。注意する必要がある。

4. 運動の主体（根幹）となる部分に重点を置き支葉となる部分に気を奪われてはならない。例えば体操では腕が倒される事が重要な事ではなく、軀幹が倒れる事が必要なのである。

5. 運動はゆっくりと大きく行うことが必要である。運動は最大限に行う事が大切である。この點にはゆっくり行う事が必要となる。活潑にキビキビとやるのがよいというような言ふことは出来てはならない。

6. 十分な回数を実施しなければ効果は少ない。毎日は8呼吸2分と思つてはいけない。少くとも32呼吸位は行う事が必要である。

7. 気持ちのよい程度に行っていたのでは余り効果はない。或程度のつらさやいたさをしのんで行わなければ早業を確かなものとする事は出来ない。

8. 柔かく弾力的に実施しなければならない。運動を大きく行ったり強く行ったりしようとする意志の爲運動を硬く行う傾向が生れる事がある。これは非常に場合の悪い事であるから弾力賜けなければならない。柔かく弾力的に行う事が大切である。

9. 体操による発達を期待する事は妥当ではない。体操は強い運動ではないから身体が発達の爲の運動形式としては妥当ではない。

10. 体操に精神的内容を投入する事は望ましくない。体操は形式の運動で精神的内容といったようなものがない。身体による身体の爲の働きである。この様な運動に精神的内容を添える事は自然でない。曾て臨戦時代に体操が精神昂揚や統一の爲の形式として利用された事があつたが、精神的内容の空虚さにつけ進むような動きに対しては警戒の必要があるように思われる。

体操程その実施の方法次第で其の効果が左右される運動は少ない。正しく適切に実施する者は充分効果を挙げるけれども、実施の方法が悪ければ殆んど効果は望まない。この点に対する注意はいくらなされすぎてもすぎるという事はない。

設 問

1. 体操がウチナーミ：グ・ア・マとして広く採用されつつある理由。
2. 体操のみがもっている体育的な価値にはどのようなものがあるか。
3. 可憐性と華やかさなどのような関係にあるか、又それと体操との関係について考えて見よう。
4. 体操が美術に対して果す役割とその程度について。
5. 体操の効果を期待する爲にはどの様な実施上の留意が必要とされてるか。

Ⅲ

女子とスポーツ

明治以降の封建社会の解体は、女子の家庭内における地位とその生活に变革を来し、学校体育の普及は、従来の作法芸道を主とする一部階級の家庭内における「お座敷体育」より一転して、万人の楽しめる明朗な体育によって心身の発達を計画される方向へと急速に発展し普及されて、今日の女子スポーツが登場した。

近年女子スポーツが著しく躍進し、国際ゲームにおいて種々の成果を挙げているが、女子スポーツとして独自の進むべき方向を考え、あくまでも女子のものである限り、女子本来の使命に則ったスポーツでなければならぬ。よりよい女性、より強い母性として将来役立つことが目的である。

スポーツをすることによって、精神的に立派な教養を身につけ、肉体的に強い母体を作りあげ、母として女子の養育に遺憾のない基礎を築くものでありたい。従って女子競技者にはあくまで女子としての競技が望ましい。ややもすれば言語、動作、態度に男性化したような女子の競技者を



見るが、女子スポーツは男性化を意味するものではない筈である。又、身体的にも女子は男子と違っている以上、その技術的なものにも独自の練習方法があり、さらに精神的にも女子のみが持っている心理があるので、実施はあくまでも女子のものとしての研究のもとに行わなければならない。

1 青年期における運動能力

女子の体力、体型は男子に比較して著しく差異がある。形態的な差異が機能的な差異を招来することは当然である。その機能的な能力を大きく分けると、力または強さ (strength) と巧さ (skill) との二つである。筋力、持久力は strength に、正確さは skill に属し、速力は両方にわたるが、主として strength の要素が大きい。

そこで強さのうちの筋力を比較してみる。女子は男子に比し、握力では69%、背筋力では67%、上腕屈曲では66%、耐筋力では78%である。いずれにしても筋力においては絶対値においても男子に劣っている。又、持久力においては、保持し得る力の大きさが関係する。即ち、女子は低いレベルの力を割合に永く保持することができる。

次に巧さについて男女を比較すると、強さとは異なった様相がみられる。巧さについては、全身運動についてと部分の動作について考えられる。全身運動についての巧さには筋力の大きさが関係してくる。部分の動作の巧さには筋力は割合に支配的でない。例えば手又は足の急速な反復運動の場合、発育に伴う男女の能力にあまり差異がないばかりか、動作の規則正しさの点からみると、少年期からすでに女子が男子よりすぐれている。

次に平衡能力 (balance) について調べると、年齢により女子が男子をしのぐ時期がある。女子がこの能力にすぐれているのは、動作の巧さが重要因子である。

以上から女子の運動能力の発達は、現実において、力量、運動能力などいわゆる大筋活動、持久力、力仕事の能率など、すべて男子に著しく劣り、甚

だしい劣等感をもっている。学生時代の女性のスポーツやゲームも、この力量の不足という劣等感からスポーツの場を遠ざかる傾向が強い。このことは、女性の生理的現象で如何ともしがたいことであるが、女性は生命の持続性に深い関係があるという点で、筋力不足の不利な点を補うことができるとみられている。

2 青年女子のスポーツ心理

青年期は一般に心理的離乳期といわれているように、あらゆる面で親や教師に依存的であったものが、それから離れて自己に頼り、自分の判断によって生きるための準備的な時代であると考えられる。即ち身体発達の不調和、性的成熟に伴う内的不安や動揺、社会人の態度などによって次第に自我に目醒め、自我の確立がなされてくる。又一方においては各種の文化的価値を認めて、精神生活の重要さを認め、種々の文化的活動に身を投ずるようになる。スポーツに興味をもつ者も相当多くなって来る。

スポーツは、比較的 자유表現の許される場であるが、身体的、心理的な制約を伴うため、自我意識が強く自尊心の高い青年は、自分の不器用さや醜い姿を多くの人々の面前で公表するような場を極力さけるものである。殊に感情的な女性においてはより強い。

ダンスに限らず、個人的スポーツは非常に好まれる要因を持ちつつ同時に嫌われる要因をも持っている。従って集団的に行われ、個人の能力が明確にされないレクリエーション的な種目が一般に好まれる。或る調査によると、「中学校では多方面にわたって分散的でありかなり激しいスポーツも好まれているが、高校になると、もっと静的なスポーツに集中的になる。第二次性徴の発現と共に、女性らしい運動が好まれてくるのがわかる。」と述べている。

中学校、高等学校別の抽出頻数の合計は、

中学校 (1)テニス (2)ダンス (3)ピンポン (4)ソフトボール

(5)バレーボール

高 校 (1)ピンポン (2)バレーボール (3)ダンス (4)テニス

(5)ローラースケート

大 学 (1)ピンポン (2)ダンス (3)テニス (4)ハイキング

(5)バレーボール

となっている。

尙、女子は男子よりも自己表現を抑圧し、抑圧される機会が多いのではあるが、行うことの好きな種目と、見たり聞いたりすることの種目には、相当大きな隔りがある。以上のようなことから、身体的、心理的特質をみて、女子に達するスポーツの選択が重要な問題として取り上げられる。ダンス、体操、ピンポン、テニス、バレーボールなどは望ましいものである。

3 女子スポーツと学校生活

女子スポーツは一人の大選手の出現も勿論大切であるが、それよりも真に女子とスポーツとの重大な関連性を認識し、一人でも多くのスポーツ愛好者を作り出すことが、國民的、社会的見地より必要なことである。

現在、各学校におけるクラブ活動の状況をみると、ほとんどが選手養成の傾向にある。又、最近のように上級学校進学のための予備校的存在の高校が多くなり尙その感が強いが、このようなことは大いに反省されなければならない点である。勿論、学校におけるスポーツは教育の一手段として実施されているが、その学校の課程において、もう少し教養のためのスポーツとしても考えることが大切である。

人間には各々個性があって、みな異なった趣味や興味をもっている。従ってすべての人がスポーツに深い興味をもっているとは限らない。しかし、遊戯やスポーツは人間の自然的な欲求で、本能的、衝動的な活動であるといわれる。勉強や作業後の調節作用としてのスポーツは、疲労の回復は勿論、次の仕事の能率を高めることに役立つものである。従って余暇をつくってスポ

ーツに親しむことは、学校生活として必要であるのみならず、社会に出たのち、自分の健康を保持増進し、又将来、子女を生み育ててゆく重大使命を持っている女子として、母におとらぬ立派な社会人を育成しなければならない立場からも、健全娯楽としての活動、即ちレクリエーションの技術を身につける上からも大切なことである。

4 女子スポーツとトレーニング

練習はスポーツ技能を強化する第一の条件であるが、学問とスポーツを両立させるためには、練習の合理化を考えなければならない。無秩序に長時間練習したからといって、必ずしも強くなるものではない。初歩のものと上達したものとは、練習時間の配当も違わなければならないことは当然である。時間的にも、体力的にも勉学のできる余裕を残しておくことは練習の合理化であるといってよい。単に勝敗とか記録だけにとらわれず、スポーツ本来の目的、使命を考えて行う必要がある。

5 スポーツと月経

健康な女子であれば思春期をむかえ、誰でも月経をみるようになる。月経は成熟期にある女子の生理的現象であって、決して病的現象ではないが、「月経は婦人の健否を知る最良の鏡である。」ともいわれているように、女子の身体のどこかに故障が生ずると、多くの場合月経に変調を来たすものである。しかし、月経が全く順調だからといって、必ずしも無病息災とはいわれない。又、月経時に病的意識にとらわれて、病気にかかったように思いこみ、極端に身体の安静を保とうと考えたりしたら、それは少し思いすぎであろう。

月経時に長時間立ち続けたり、長途の旅行に出かけたり、重い荷物を運んだりすることなどは、下腹部を圧迫して充血をうながし、月経によって充血

している骨盤内をいっそう充血させ、順調な月経の経過を妨げるおそれがあるからさけたほうがよい。又精神的にもあまり激しい動揺を受けることは、できるだけさけて平静な気持で過すことが望ましい。月経中はできるだけ激動を伴うバスケットボール、ハンドボール、陸上競技などはさけ、ダンス、徒手体操、軽いスポーツなどのおだやかな動きのものが好ましい。なお水泳は禁止すべきであり、スキーもよくない。

或る医師の、スポーツが月経に及ぼす影響について調査した結果をみると、

全然変化のなかったもの	13.9%
悪い影響のあったもの	81.1%
良い影響のあったもの	9.1%

で、悪い影響のあったものが最も多いことがわかった。

又、齊藤博士の「スポーツ医学論」では、

- 1 スポーツは女子の骨盤に一般に好ましくない影響を与えるという説が外国では発表されているが、日本ではよい結果が出ている。
- 2 出産状況については、女子運動選手の妊娠状態は一般婦人に比して低下してはいない。早産、流産、死産が少なく、出産速度も速く、出生児は強健である上にその死亡率が少ない。

など述べているが、博士はスポーツは必ずしも悪くないが、練習についての注意をして、種目、年齢、特に精神的指導面において警告している。練習中は特に保温に留意して直接腰をおろさないようにしたい。

6 女子スポーツと指導

アメリカの体育界の現状では、女子で男子の指導をしている人がたくさんいるという。競技会でも一人の男子も入れないで真に女子のみの手で立派に運営実施しているということである。日本では、男子の能力に依存しすぎているのではなかろうか。現在女子のスポーツの指導で問題になっていることは、スポーツ女性の男性化などである。男子の指導者が女子を思慮深く指導

することによって、彼女たちを男性化する危険が多いのではなからうか。

女子の指導者が、女性にふさわしい特殊な体育運動の技術を男子なみに身につけることが、女性として不可能であると思わない。又指導力の点でも男子に劣るとも思われない。スポーツの指導は男子の手で、ダンスの指導は女子の手でと思いついておられるとしたら、それは女子体育の領域を自らせばめるものである。女子体育の目標を明確にし、その心理の發育到達状況により、女子に適した種目、規則、方法などを研究してゆくことが重要な問題である。

7 家庭のスポーツ

家庭のスポーツはなるべく簡単容易なもので、家族全体が常に参加できるようなもの、例えば、体操、輪投げ、縄とび、ピンポン、キャッチボールなどがよい。一日の健康生活の中に朝の深呼吸や家庭体操、ラジオ体操などを絶えず続けて、家族全員で実行することは健康増進のためにも、所かゝる家庭生活のためにも最もよいことである。最近女子の美容体操が行われ、局部的美意識は今では総合的な美にあこがれ、女子の体格の向上は年を追って進歩しつつある。

休日や休暇には一家揃って行楽や慰安のための春はつみ草、夕干狩、夏は海水浴、秋は紅葉狩、栗拾い、冬はスキーなどにでかけ、大自然の清爽な空気と日光の恵みを満喫することがよい。尚郷土の山野を跋涉したり、キャンプ、ハイキングなどに一家揃って行くことも、楽しみの中に健康の増進を図るものである。

設 問

1. スポーツの実施に伴う献立や調理方法を研究してみよう。

2. 各国の女子スポーツにはどのような種目があり、それがどのように行われているか調べてみよう。
3. スポーツを選択するときどのようなことを考えたらよいであろうか。
4. わが国女子のスポーツの現状を考察し、どのような点を改良すべきか研究してみよう。

レクリエーション

レクリエーションの意義

レクリエーションとは英語の Recreation を日本語の片仮名で書き表わしたものである。何故適当な日本の言葉にしないのか、と疑問が生ずると思う。当然なことである。この日本語に訳そうとする試みは相当以前から行われていたのであるが、今日尙適訳が発見できないでいるというのが正直なところである。従来試みられた訳語のいくつかを拾ってみると、厚生運動、あくせくと働き倦んだ後の心身に与える静養、気分転換、休養、保養、慰安娛樂、慰安、気晴らし、健全娛樂、余暇善用、歓喜力行、元氣回復……等がある。これ等はいずれも外的には外れていないが、過があり、不足があるように思われる。そのため未だ何れも普遍的使用には至っていない。このため期せずして、適当な訳語の見つかるまでは、原語のまま使用した方がよいという点に落ちついていると見てよいだろう。

ではレクリエーションとは如何なる概念を持つものだろうか。一般的な英和辞典によって Recreation を引いて見ると、発音の仕方の異なる2つの意味を持っていることを発見する。一つは [ri:kri:ʃən] で改造、再生の意、もう一つは [ri:krɪ:ʃən] で休養、娛樂、気晴らしの意味を持つとある。ここで問題にしようとするのは勿論後者の方であって、この意味を持たせる場合はレクリエーションと発音しなければならないのである。よくリクリエーションと言ったり書いたりする人があるが、これは誤であろう。しかし [ri:kri:ʃən] と [ri:krɪ:ʃən] は無関係のものではなく、互に因果関係を持った言葉であることはいうまでもない。この関係をダーギン氏(Russel L. Durgin 戦前30年間 YMCA の名誉理事として在日、戦後再来した)は、「レクリエーションすることによってリクリエーションする」と言

っているのはこの関係を要領よく表現していると思われる。

更に詳細な辞典によれば、種々な方法による refreshment、骨折る仕事の後での心身を refresh すること、変化と転換によってくつろぎを持つこと……となっている。

以上で大体その概念を捕えることができると思うが、一応、抱括充足して次のように定義することができよう。

個人で行うか団体で行うかは別として、余暇に行う種々の活動で、それ自体自由意志に基く直接的の魅力を持つものであって、必要に迫られたり、それによって将来何かの報酬を期待するようなものではない。遊戯、勝負事、スポーツ、休養、気晴らし、娯楽、手なぐさみなどの言葉で表現されるものは総てこの範囲のものである。又如何なる年齢層においても行われるもので、その活動内容は年齢、地位、環境、季節、時間といった諸要因によって決定されるものである。

2 レクリエーションの必要性

レクリエーションの必要性について令更喋々する必要はないと思う。又その必要性を否定するものがあるとすれば、誤った観念に捉われた禁欲主義者か、つむじ曲りのニヒリスト位のものであろう。それ故ここでは所謂文化の進歩につれて益々レクリエーションの必要性を深めると思われる2つの要因のあることを指摘し、若干の解説を試みるに止めたい。その一つは余暇の増大ということであり、もう一つは自己表現の機会ということである。

余暇の増大

前述した如く、レクリエーションは余暇と表裏一体をなして、余暇があつて始めてレクリエーションが存在するといつてよい。余暇のない時代、境涯においてはレクリエーションは存在しないといつても過言ではない。では余暇とは何か。「余暇とは、拘束や仕事から解放されることによって与えられた自由時間」といえるだろう。更に簡単にいえば、「しなければならな

いことをした後の自由時間」である。「しなければならないこと」とは仕事、睡眠、休養、食事、身仕度……等であって、それ等に要する時間を24時間から差引いたものが余暇として現われて来るのである。ところが睡眠、休養、食事、身仕度……等は生命を維持するのに不可欠のもので増減は殆どないものと見てよいから、余暇の増減は仕事の増減と関係するといってよい。

余暇の説明はこれ位にしておいて本論に入ろう。言いたいことは益々余暇が増大する傾向にあるということである。何故か。

近代機械文明の急速な発達は人力の需要を激減した。原子力の平和利用、電子計算機、人工頭脳によるオートメーション……等が既に実用の緒についている現在、更にその傾向は拍車をかけられるだろう。一方、衣食住の生産力上昇に伴い人口は著しく増加している。人口の増加と人力需要の低下、そこに生じて来るのは失業という重大な社会問題である。これを解決する有力な方法の一つは就労時間の制限である。朝星夕月を戴いて仕事に励むことを美徳とした時代から、「使用者は、労働者に、休憩時間を除き1日について8時間、1週間について48時間を越えて、労働させてはならない……」（労働基準法第32条）。「アメリカの労働者は1日6時間1週5日制に向って突進している。」の時代に移行しつつあるのである。この結果余暇の増大するのは明々白々である。

俗に「小人閑居して不善をなす。」といわれているが、これは小人ならずとも神様でない大多数にとっても真理である。必要な知識や技術を持たずして余暇を善用できるはずがない。ここにレクリエーションの重要性を強調せねばならない理由がある。「真の文化は自分の時間から生まれる。」と喝破している識者さえいる。

自己表現の機会

人間は強い自己表現の本能をもっている。別言すれば自由意志に基づいた営み、或は創作の本能といってもよいかも知れない。この機会を持ち得なかった奴隷制度下の奴隷の生活を、人間の生活とは何人も認めないだろう。ところが極端に分業化の傾向にある近代機械文明は、少なくとも仕事の面におい

ては、人間を奴隷化しつつある。これを諷刺したチャプリンの「モダン・タイムズ」という映画を思い出して苦笑を禁じ得ない人もあるだろう。劇中、主人公は機械の責苦にあつて精神病者となり、入院させられ、退院すれば再びその責苦、遂に彼は文藝から逃れて放浪の世に上るのである。これはそのまま今後の我々の姿の一画であるとも見てよいだろう。このように我々は少なくとも仕事の間からは自己表現の機会を見出し難くなって来ている。

しからは何処にこの機会を求めるべきか。余暇においてしかない。余暇を利用して始めて我々は自由意志に基づいた楽しみを持ち得るのである。ここにもレクリエーションの必要性を強める因子がある。「部分的な、単調な、退屈な作業の繰り返しによって、近代人の大部分はノイローゼに陥っている。」と述べているのは精神衛生の研究者である。

3 レクリエーションとスポーツ

レクリエーションとしての活動内容は実に豊富である。舞踊、音楽、演劇、手工芸、蒐集、読書……は勿論のこと、疲れた後で一風呂浴びる、喉酌をする……に至るまでレクリエーションの対象といえる。日本人はどちらかといえば、自らは動かないで、眼や耳その他の末梢神経を楽しませるような、即ち坐業的なレクリエーションに強い魅力を感じるのである。しかし、ここで我々のおかれている生活様式に立ち返って、レクリエーションの内容について考えてみる必要がある。

この時忘れてならない事柄は、生物学的存在としての人間には、一定量以上の大筋肉活動 (Big muscular activity) が不可欠なものであるということである。「使えば使うほど発達する。」という生理学の原則は何人も認めるところである。「神経系統を発達させる最良の方法は胴体筋肉の激しい練習である。」、「近年におけるノイローゼの著しい増加は、何よりも大抵の近代人が若い頃から坐的生活を始め、激しい身体活動によって神経系統の基本的発達を遂げない事案による。」と専門家が発表しているのはこれを裏書きする

ものである。ところが、機械文明の発達は多くの人々の生活の各面特に仕事の面から大筋肉活動を奪いつつある。我々は活力に溢れた生命体を維持するため、計画的に大筋肉活動を補充する必要に迫られているのである。ここにレクリエーションの手段としてのスポーツの重要性がある。勿論、これが、スポーツの持つレクリエーション的価値の唯一最高のものであるというのでは決してない。しかし他のものについては殆ど常識的になっているので、触れないだけである。

近年猛烈な勢いでスポーツの普及発展を見ているのは、この意味において甚だ喜ばしいことであるが、その運営を誤れば弊害も又大きいことを忘れてはならない。このため、レクリエーションとしての目的を持たせてスポーツを運営する場合考慮せねばならない事柄を拾って見よう。

その第一は、勝負本位、選手中心主義に扱われてはならないことである。レクリエーションの本義からみて、忙しくとも、体力が強くなくても、勝っても負けても……多くの人々が一様にスポーツに親しみ満足する方向に運営されなくてはならない。

第二点は、生活の調和を失わないことである。スポーツに熱中するの余り、過労から作業の能率が下ったり、学業を放ってしまうようではレクリエーションの本来の意義が失われてしまう。生活、就中仕事との調和を失わない範囲でスポーツを楽しむということが重要なのである。

第三点は、健康管理に不十分であってはならないことである。スポーツをレクリエーションとする場合、楽しみを求めることに満足すべきであるが、楽しみは健康あってのものであって、健康を失ってまでの楽しみというものとは考えられない。スポーツは非常に体力を要し、その練習には身体の酷使が要求される。夢中になって勝利を追求する結果、思わず程度を越して深入りし易い。スポーツはこの故に人に喜ばれ、価値も尊いのであるが、そこには自ら限度がある。その限度は人により、種類により差異があって一定の標準は定め難いが、スポーツをする人は勝利を目指し精進しながらも理性を失わず、過労をさげ、栄養、休養に注意して規則正しい生活を行い、よりよい健

農生活の習慣を作ることに努めなければならない。

4 レクリエーションの在り方

レクリエーションは、肩のこらない楽しみではあるが、これが我々の日常生活に貢献するためには、いくつかの条件に従って行い、それから生ずる弊害を避けるために注意しなければならない。

その基本的条件として、余暇を利用すべきこと、自由意志に基づいたものであること、利害を伴う目的を持たないこと、生活の向上に役立つものであることの4つをあげることができよう。

第一の余暇を利用することについては、レクリエーションはあくまでも仕事との関係の中で生かされるべきもので、仕事を完全になしとげた後にレクリエーションのあることを忘れてはならない。レクリエーションに熱中するあまり、勉学の時間をはぶいたり、仕事を怠ることは許されない。余暇がないこと、少ないこと等の不満は、生活様式の改善や仕事の合理化等によって解消すべきものである。第二の自由意志に基づいたものであることについては、レクリエーションの本質上当然のことで説明の要はないだろう。第三の利害を伴う目的を持たないということは、それを練習し、行うに当って、金銭を得ようとか、名声をあげようとか、何等かの報酬を期待する場合は一種の職業であって、もはやレクリエーションではなくなるということである。スポーツの選手が学業や仕事を投げ出してタイトルのためだけに練習したり、演劇の収入を目的として上演したりするのは厳に戒めなければならない。第四の生活の向上に役立つものを選ぶことについては、生活を破壊するものはレクリエーションとしての意味を持たず、如何に愉快なものでも自分や周囲に悪い影響を及ぼすものは極力排斥せねばならない。更に一步進めてよい影響を及ぼすようなものへと向上させたいものである。

最後に、米国のレクリエーション協会(The National Recreation Association)が発表している「レクリエーション19原則」を引用して結論

としよう。

1. 児童の木登り、鬼ごっこ、宙返り、徒歩旅行、水泳、遊戯、スケート、球投げ、唱歌、楽器の演奏、劇、手工、砂遊び、積木、粘土細工、庭作り、動物の飼育、簡単な科学実験、団体遊戯、グループ活動と冒険の如く、児童に満足を与えつつ発育発達を促進させる諸活動は、各年齢の児童に最も必要なことである。
2. 児童には活動を通して直接自己の満足を発見させることが必要である。彼等は自らの活動により才能を啓発するのである。これらレクリエーション活動の若干のものは成人の後も、そのまま続け得る性質のものである。
3. 我々は、わずかの場所と時間でなし得るある種のレクリエーションを持つべきである。
4. 我々は、何をしてよいか考え及ばないことのないように、愛好する室内及び戸外遊戯の2、3を知っておくべきである。
5. 我々は、読書の楽しみを見出す習慣を作るべきである。
6. 我々は、何時でも歌いたいときは歌えるように、よい2、3の歌を知っておくべきである。
7. 我々は、物の線、形、色、音の形成する美しさ、また自分の身体の美しいこなし方を知るように努めるべきである。例え自分ではこれらの美的表現は知らなくとも絵画、彫刻、写真等に親しみを見出すべきである。
8. 我々は、太陽の下で活動し、太陽を呼吸する習慣の形成に努めるべきである。なぜならば人は太陽の下で最も健全なものとなるからである。仕事ではなく生活こそ人の目的である以上、事業の便のためばかりでなく、生活のためにも便なように都市は設計されるべきである。久遠の満足を与える陽光、空気、広場、公園、運動場は生活に必須のものである。
9. 我々は、1つあるいはそれ以上の趣味を見出すよう努めるべきである。
10. 我々は、何事にも調和を持たせなくてはならない。なぜならば調和を欠いた人間は完全とはいえないから。
11. 人生の1/10は食事に費す割合となる。食事は忙しい日常の雑事とせずに

親交を深める機会、健全な成長の機会となるよう、心の触れ合った楽しいものにすることが大切である。

12. 休息、反省、冥想はそれ自体レクリエーションで、徒らに他の活動によって除外されるものではない。
13. 自己を没入し、赤裸な姿を出現した、完全に個性的なレクリエーション活動こそ最も重要である。
14. レクリエーションを通じて得る究極の満足は、ある種のものを仕遂げることによって得られる。
15. 成人のレクリエーションは、他の日常生活ではあまり用いられない部分の力を利用するようなものであるのがよい。勿論、常にすべての人にとってはいえないが。
16. 仕事や日常の出来事の中にも愉快を見出す助けとなるように、ユーモアを創り出すようにしなければ、その人のレクリエーション生活は成功しないのである。
17. 子供時代の楽しい遊びは正常な成長に重要な役割を持っている。正常な人は子供の時、正しい楽しい遊戯をした人である。
18. 人生を豊かにしようとする協同労働に市民として参加することは、完全なレクリエーションそのものである。
19. すべての人々がこのような生活を送るためには次のような社会運動が必要であることは従来経験が示している。
 - 公共団体は、公共のレクリエーション計画を立てる委員会及びそれを実施する職員を持つ必要がある。
 - 公共のレクリエーション計画実施の費用は公費でまかなう。
 - 道路や下水道が必要であると同様に、運動場、公園、レクリエーション・センターを作る必要がある。
 - 子供達が学校で学ぶようなレクリエーション活動が校外でもできるように機会を与えるべきである。
 - 公共レクリエーションの計画を立てるに当っては広範囲な趣味と精神

的、的身体差異に応じて編成すべきである。

- 他の社会活動と同様、レクリエーション活動推進のため訓練された有識の人を必要としている。

設 問

1. レクリエーションの必要性は今後ますます増大するといわれている。その根拠を探ってみよう。
2. スポーツのレクリエーションにおける位置について考えてみよう。
3. 諸君の生活のレクリエーション的局面を分析してみなさい。

参 考 文 献

ここにあげる図書は、このテキストを一層深く理解するのに役立つためのものが主であるが、更に体育の原理や歴史を研究してみようとする人のための専門書、及びスポーツ書を趣味として読もうとする際の若干のものである。

尙比較的近刊のもの、求め易いものを選んでゐる。

1. スポーツについての随筆及び一般、特別の理論に関するもの。
 - スポーツ 織田幹雄、齊藤正躬共著 岩波新書 100円
 - スポーツの歴史 ジレ著、近藤等訳 クセジュ文庫 120円
 - スポーツの社会学 加藤 橋夫著 世界書院 280円
 - スポーツ随想 瓜生 卓造著 スポーツ新書 160円
 - 自由と規律（イギリスの学校生活）池田 潔著 岩波新書 100円
 - 私のスポーツ観 天野 貞祐著
 - スポーツの心（スポーツマンシップ美談集）
間中 進著 造遙書院 150円
 - スタートからゴールまで（やさしいスポーツの科学）
ア・スヴェトフ著、柚木信訳 スポーツ新書 180円
 - スポーツの本質 カール・デイム著 大島鎌吉訳万有出版社 170円
 - スポーツに学ぶ 天野 貞祐著 緋川書店 80円
 - スポーツと体力 古沢 一夫著 創元医学新書 130円
 - 私の信条（スポーツ精神） 織田 幹雄著 ダヴィット社 200円
 - スポーツと禅の話 岡部 平太著 不昧堂 300円
 - スポーツマンの医学 ルドルフ・ドブス・ブフサー著
スポーツ新書 180円
 - 世界記録は破れる（陸上） 織田 幹雄著 万有出版社 160円
 - スポーツ選手の健康管理 佐々木等、須藤春一著 開隆堂 180円
 - スポーツの生理学 ラボルト・ペイスロン共著
杉浦正輝訳 クセジュ文庫 120円

- 体育の力学 M.G.スコット著 宮畑虎彦訳 不味堂 480円
- 体育心理学 松井 三雄著 体育の科学社 400円
- 体育管理学 大石三四郎著 森北出版社 320円
- 体育運動医学概説 宮島 俊名著 小川書房 480円

3. 各種運動に関するもの。

スポーツ各種についての試合理論や練習方法について参考となるもの。

◎旺文社スポーツシリーズ

- | | | | |
|----------|--------------|----------|---------|
| 体 操 | 本間 茂雄著 | ◦ 体操競技 | 近藤 天著 |
| 陸上競技 | 織田 幹雄著 | ◦ 柔 道 | 金光弥一兵衛著 |
| レスリング | 八田 一朗著 | ◦ 相 撲 | 笠置山勝一著 |
| 剣 道 | 笠森 順造著 | ◦ フェンシング | 佐原 雅之著 |
| バスケットボール | 牧山 圭秀著 | ◦ バレーボール | 前田 豊著 |
| ラグビー | 大西鉄之祐著 | ◦ サッカー | 竹腰 重丸著 |
| 軟式野球 | 小川正太郎著 | ◦ ソフトボール | 吉田 清著 |
| ハンドボール | 外山 雄二・的場 益雄著 | ◦ 卓 球 | 野村 亮三著 |
| テニス(硬式) | 福田雅之助著 | | |

◎最新スポーツ新書(山海堂)

- | | | | |
|--------|--------|-------|--------|
| ◦ 体 操 | 松延 博著 | ◦ 水 泳 | 木村 象雷著 |
| ◦ 陸上競技 | 浅川 正一著 | ◦ 野 球 | 小野三千磨著 |

◎体育図書館シリーズ

- | | | | |
|-------------|------------|----------|----------|
| ◦ 水 泳 | 宮畑虎彦・杵淵政光著 | ◦ 図解サッカー | 田和 健雄著 |
| ◦ 図解バレーボール | 野田 直平著 | ◦ ハンドボール | 的場 利雄著 |
| ◦ 相 撲 | 永井高一郎著 | ◦ バドミントン | 上達法伊藤基記著 |
| ◦ タッチフットボール | 三隅 珠一著 | ◦ 柔 道 | 大滝 忠夫著 |
| ◦ 野 球 | 伊丹 安弘著 | ◦ 陸上競技 | 佐々木吉蔵著 |
| ◦ 図解スキー | 西山 実幾著 | ◦ テ ニ ス | 森 克礼著 |
| ◦ バスケットボール | 佐々木茂著 | ◦ 卓 球 | 定塚忠太郎著 |

- 陸上競技 浅川正一 古勝高良著 大修館 380円
- 若い人々のための陸上競技 G.V.コロフェュス著 大島鎌吉訳
ベースボール・マガジン社 250円
- ソ連の陸上競技 ホメンコフ著大島鎌吉訳 ベースボール・マガジン社
- 図解徒手体操 浜田 靖一著 小川書房 650円
- 図解器械体操(全) 竹本正男・浜田靖一著 万有社 450円
- スタッツの理論と実際 石田 保之著 逍遙書院 290円
- 図解柔道 小川長次郎・浜田靖一著 逍遙書院 320円
- 柔道 大滝 忠夫著 山海堂 220円
- 剣道の習い方 小沢 丘著 鶴書房 200円
- 剣道の習い方 高野 弘正著 大泉書房 180円
- 空手の習い方 大家 礼吉著 金園社 250円
- 空手道 遠山 寛寛著 鶴書房 180円
- ボールゲーム 桜井栄七郎著 蘭書房 400円
- バレーボール 基本技術編
高等技術編 2冊 豊田 直半著 大修館 220円
200円
- 近代ラグビー 伊集院浩著 万有出版社 350円
- オーストリアスキー教程 福岡孝行訳 法政大学出版局 500円
- 新しいスキー術 G・ジュブール・J・ヴェアルネ著 近藤等訳
三笠書房 350円
- 舞踊美の探求 松本千代栄著 大修館 650円
- 教育舞踊(理解と方法) 邦 正美著 万有社 230円
- フォークダンスの踊り方 中山 義夫著 鶴書房 380円
- ゴルフ上達法 モーリー・モリソン著 磯野計蔵訳
実業の日本社 380円
- ゴルフ球の打ち方 赤星四郎・三浦寅吉著 金園社 650円

4. 体育及びスポーツの辞典

- 体育大辞典 不昧堂 3,500円

◦ 体育大辞典				1,500円
◦ 遊戯大事典	中島 海編	不昧堂		1,500円
◦ 現代スポーツ用語辞典	大谷武一・稲見英久編	中和書院		150円
◦ スポーツ・ルールズ	日本体育協会編	不昧堂		600円
◦ スポーツ, ルール集		旺文社		200円
◦ レクリエーション辞典	総合生活文化研究所編	大同出版社		350円
◦ 体育書解題	野口岩三郎	不昧堂		500円

5. スポーツ読物

スポーツに関する興味のある読物で、ごく気易く読むことができ、広い知識も得られる。

- オリンピックの勇者 (古代ギリシヤの青少年物語)
 - I・エヴァンズ著 大島鎌吉訳 スポーツ新書 140円
- 勝利の誓い ガリーナ・ジビナ著 大島鎌吉訳
 - スポーツ新書 100円
- あおぐ感激の日章旗 南部忠平・山内リエ著 スポーツ新書 120円
- 柔道世界武者修行記 石黒 敬七著 スポーツ新書 120円
- オリンピック金メダルへの道 トニー・ザイラー著 朋文堂 240円
- バットに托す人生の記録 伝法谷英丸著 スポーツ新書 100円
- 野球スコアのつけ方 広瀬 謙三著 スポーツ新書 120円
- 早慶野球戦物語 広瀬 謙三著 スポーツ新書 150円
- ボクシング奇談 中村 金雄著 スポーツ新書 120円
- 行司と呼出し 木村庄之助・前原太郎著 スポーツ新書 140円
- 物語相撲部屋 小島 貞二著 スポーツ新書 160円
- 健康なあそび (レクリエーション案内)
 - 垣内 芳子著 スポーツ新書 130円
- エヴェレスト登攀史 M・モラン 中田義雄訳 スポーツ新書 180円
- 山の遭難 (初めて山へ登る人々のために)

小島 六郎著 スポーツ新書 150円
・楽しいサイクリング 前田安雄・菅沼達太郎著 スポーツ新書 130円

昭和31年4月1日 初版
昭和32年4月1日 2版
昭和33年4月1日 3版
昭和34年4月1日 4版

兼著
集行
編發

金沢大学体育研究室

金沢市賢坂辻通り41

印刷者

株式会社山越商店

(代 贈 写)