

スポーツは学生まで？ 女性アスリートの未来を見つめる

中学・高校・大学の現役アスリート男女 200 人、過去に競技スポーツを行っていた 20～30 代の男女 200 人、子どもが競技スポーツを行っていた 30～50 代の保護者 200 人を対象に「ジェンダーギャップやセカンドキャリア不安による若年層アスリートのスポーツ離れ」をテーマに行った調査¹では、「就職後もプロ・社会人アスリートとして競技を続ける予定」と答えた男子は 10%、女子学生アスリートはわずか 1% という衝撃的な結果となりました。女子学生アスリートの多くが競技を続ける未来を描けていない理由には何があるのでしょうか。

女性アスリートを取り巻く課題

競技継続に消極的になってしまう背景には、練習時間の制約や引退後のセカンドキャリア、収入面への不安、結婚・出産・育児などのライフイベント、女性アスリートの三主徴（エネルギー不足・無月経・骨粗しょう症）へのリスクなど様々な要因が存在しています。上記同調査¹によれば、女子学生アスリートの 75% が「周囲の反対で」社会人での競技継続を断念していることが分かっています。また、女子学生アスリートの親の 79% が「競技スポーツは学生まで」と考えているという結果も示されています。こうした周囲の価値観や期待も、女子学生アスリートの選択肢を狭める大きな要因となっています。

周囲が反対したり、スポーツは学生までと考えてしまうのは、女性アスリートのロールモデルが少なく、社会人として競技を続ける道筋が見えにくいことにあるのかもしれません。

スポーツと仕事を両立する、企業の挑戦

2025 年 7 月、三井住友銀行は、女子バスケットボールチーム「SOLUA！プロジェクトⁱⁱ」が始動することを発表しました。「仕事とスポーツの両立」をコンセプトに掲げ、女子アスリートが競技を続けながら社会人としてのキャリアを築ける新しいモデルの確立を目指しています。具体的には、定時まで社内業務や研修等をしっかりと行いながらも、夕方の限られた時間で効果的に練習できる体制を整えること。また、選手が仕事と競技の双方にイキイキと取り組めるよう、メンタルケアを含めた環境整備も進めています。加えて、引退後のキャリア形成のために、現役中から、さまざまな業務を経験する機会を設ける等、未来に向けた支援を続けていく考えを示しています。

アスリートの可能性を広げる「デュアルキャリア」とその支援のために

デュアルキャリアとは、競技を続けながら学業や仕事を両立する考え方です。これを実現するには周囲の人の支援が欠かせません。例えば、学校では進路指導の際に「スポーツを続けながらキャリアを築ける道がある」ことを伝えたり、スポーツから学ぶ可能性や目標について共に考え、生徒の成長と今後の進路を支援することができます。また、現役アスリートや引退後に活躍するアスリートのロールモデルについて話をしたり、結婚・出産・育児など、ライフイベントとの両立について、具体的なイメージを示すことも重要です。そのほか、「スポーツは学生まで」という親や周囲の大人の固定観念を見直し、学生アスリートの夢や意欲を尊重する姿勢も求められます。

スポーツを愛する全ての学生が、競技を続ける勇気と選択肢を持てる社会の構築が期待されます。



【出典・引用・参考文献】

i. 三井住友銀行「競技スポーツに対する意識調査 2025」 https://www.smbc.co.jp/solua/survey_2025/

ii. 三井住友銀行 仕事とスポーツの両立を支援する「SOLUACTION！プロジェクト」 <https://www.smbc.co.jp/solua/news/20250717-2/>