

生涯スポーツとしての中老年者の国際競技会について(3)

塩満勝麿, 前田恵子
(武庫川女子大学文学部教育学科体育専攻)

An International Athletic Meeting of the Middle Aged and the old Aged for Life Sports(Ⅲ)

Katsumaro Shiomitsu and KeiKo Maeda

*Physical Education Major,
Department of Education, School of Letters,
Mukogawa Women's University, Nishinomiya 663, Japan*

In recent years, We are recognized that peoples have interesting especially for the health. Clothing, eating, and residence are fundamental conditions for the human life. Peoples have kept healthy life as a result of filling these conditions. In the countries which keep these conditions sufficiently, it still remained the problem that how to improve the level of peoples living life, and promote the health. Through all ages and countries, the longevity is a common desire for all human beings.

As a way of it, there is a pursuit for health by sports activities.

Japan is top of the long life country in the world, still more, peoples are concerned with healthy long life, especially among the middle and the old aged. In these peoples, the participation of sports activities are remarkable. It shows the total figure of economy, culture, medicine, science.

The 10th world Veterans' Athletic championships Miyazaki Japan was held on October 7-17 in 1993. This event purposed to promote the sports activities for the middle and the old aged.

The purpose of this study is to investigate the international sports events for the middle and the old aged, and to accurate its substance.

緒 言

毎年厚生省より人口動態の統計が発表されているが、各項目で改善が目立つ中で寿命の伸びはきわだっている。男性 76.57 歳女性 82.98 歳と、世界一の数値となつて久しい。敬老の日を前に発表された 100 歳以上の人口も、男性 1255 人女性 5123 人となっている。この数も毎年増加の一途で、31 年前と比べ、1963 年度 153 人で、42 倍の伸びとなっている。一方死亡率等は、医学・薬学・衛生・食糧事情等の好転で改善されている。一生が長くなると、如何に健康で長生きするかが問題となつてくる。長生につれて羅病する割合も増えてくる。単なる人生の長さだけでは、苦痛の長さとなる危険性もある。身体活動による、体力・健康の維持増進といった事が、併行してクローズアップされてくる。近年中老年者のスポーツ活動への参加は、目覚ましいものがある。行政も積極的に支援して一般市民対象のスポーツ行事が、各種各様に催されている。中老年者が、喜々としてスポーツ行事に参加する表情は人生の幸せの極であろう。又、一方商業ベースでは、体力づくり施設も華やかで、エアロビック・プール・テニス・トレーニングジム・ミニゴルフなど各種林立している。この様な目的の一環として、中老年者対象の陸上競技大会が実施されて久しい。各都道府県単位の大会が充実して、ブロックの大会から全日本大会へと発展している。

(塩 満)

国内大会の充実から国際大会への飛躍をみて、アジア地区大会・世界大会も充実整備されている。
1993年10月に日本の宮崎県で、第10回世界ベテランズ陸上競技選手権大会が開催された。アジア地区で初めての開催であったが、盛大に挙行された。この大会について参加の実情を調査研究し、現状を明確にしたい。

研究調査の内容

調査対象……THE10th WORLD VETERANS' ATHLETIC CHAMPIONSHIPS MIYAZAKI JAPAN

調査期日……1993年10月7日～10月17日

調査場所……MIYAZAKI PREFECTURAL SPORTS PARK

競技要項……女子35歳以上・男子40歳以上の者が、5歳きざみで分れて競技する。

女子は35～39歳の者が、W35として競技する。

男子は40～44歳の者が、M40として競技する。

共通競技種目……100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 10000m, 400mR, 1600mR, 80mH, 100mH, 300mH, 400mH, 2000m障害物(S・C), 10Kmクロスカントリー(C・C), 5000m競歩(T・W), マラソン(MARA), 棒高跳(P・V), 走高跳(H・J), 走幅跳(L・J), 三段跳(T・J), 砲丸投(S・P), 円盤投(D・T), 槍投(J・T), ハンマー投(H・T), 重量5種(W・P)

男子種目……3000m障害物(S・C), 20Km道路競歩(R・W), 10種競技(DECA)

女子種目……10Km道路競歩(R・W), 7種競技(HEPT)

結果と考察

1. 参加国と国別競技参加者数

若人の祭典として、全世界が注目するスポーツ行事「オリンピック大会」が、古代・近代と永い伝統を築いている。近代の大会でも1896年に第1回大会が開かれてから、4年に1度の開催で現在までに至っている。世界ベテランズ陸上競技選手権大会は、1975年にカナダのトロントで第1回大会が開かれ1400人の参加をみて、以後2年に1度の開催で1993年第10回宮崎大会78ヶ国12000人の参加をみている。大会の普及発展ぶりは加速度的である。この大会の基盤としては、各国内での各種大会が充実して国際大会へと発展しているものである。スポーツによる健康・体力の維持増進の願いは根強いものがある。日常の生活が落ち着くと、生活の余裕から自己の生きがいに眼がむけられ、健康・体力の維持増進として、生きがいとして、趣味として、人生の充実として実施される様になる。

大会に参加するための費用は全て自己負担であるので、世界各国からの参加は競技者にとって家庭生活の上で大きな負担の金額で、経費の負担は大きいものである。又、大会は急速に普及して規模も大きくなっているので11日と長期になり、職業をもっている者にとっては、簡単に大会の為に休暇を取りにくい。これらの問題を上回ってそれ以上の価値をこの大会参加に見込んでいるのであろう。単に身体面だけに終わらず、新しい見聞・観光・交友といった面の効果も大きい。参加国・参加者の多少を見ることによって、文化・政治・経済等を広く含めた先進国といわれる一端をみる事ができる。開催国日本が、最も参加者が多いのは納得できる。自国開催の為、費用・時間の負担が少ないので、参加しやすいのは当然であろう。参加者の多い順に、日本・独・米・インド・オーストラリア・英・ブラジル・台湾・フィンランド・南アフリカ・ニュージーランド・カナダ・ロシア・スウェーデン・イタリア・仏があげられる。世界的に、先進国といわれる国が含まれ重なっている。やはり経済力に裏付けされた事を、如実に示している。インドの参加状況には特徴がある。アジア地区における同種のアジアベテランズ陸上競技選手権大会には、けっして多いとは言えない(1)。レベルの高い格上の世界大会には、急に参加者が増えている。開催地日本が、同じ地区で近いこともあるが、世界規模の大会での交流・他民族との交流など、何か目的があるのかと思わせる。ブラジルは、移民等で日系人の多い国であり、第二の古里でもある。

生涯スポーツとしての中高年者の国際競技会について (3)

Table 1. Participating Countries

Country	M	W	T	Country	M	W	T
SOUTH AFRICA	49	35	84	SPAIN	15	5	20
KENYA	2		2	BELGIUM	10	9	19
MAURITIUS	1	1	2	NETHERLANDS	8	9	17
CONGO	1		1	IRELAND	12	5	17
CAPE VERDE	1		1	DENMARK	12	3	15
NAMIBIA		1	1	POLAND	12	3	15
NIGERIA	1		1	ESTONIA	7	6	13
AFRICA TOTAL	55	37	92	SLOVENIA	8	3	11
JAPAN	8154	1546	9700	TURKEY	5	2	7
INDIA	151	47	198	UKRAINE	5	1	6
CHINESE TAIPEI	74	16	90	SLOVAKIA	1	3	4
KOREA	34	5	39	CROATIA	2		2
HONG KONG	15	11	26	MOLDOVA		1	1
SINGAPORE	19	4	23	ROMANIA	1		1
CHINA	13	8	21	EUROPE TOTAL	793	307	1100
INDONESIA	6	12	18	UNITED STATES	228	84	312
SRILANKA	16		16	CANADA	37	23	60
MALAYSIA	13	2	15	MEXICO	27	12	39
ISRAEL	4	2	6	PUERTO RICO	3		3
BRUNEI	4		4	DOMINICA	1		1
PHILIPPINES		4	4	EL SALVADOR		1	1
LEBANON	2		2	TRINIDA&TOBAGO	1		1
MONGOLIA	1	1	2	N.C.AMERICA TOTAL	297	120	417
MALDIVES	2		2	AUSTRALIA	102	50	152
KAZAKHSTAN	1		1	NEW ZELAND	36	29	65
ASIA TOTAL	8512	1659	10171	GUAM	1	2	3
GERMANY	211	105	316	N.MARIANA	1		1
G.BRITAIN	85	39	124	OCEANIA TOTAL	140	81	221
FINLAND	69	18	87	BRAZIL	62	42	104
RUSSIA	46	12	58	CHILE	15	6	21
SWEDEN	32	22	54	ARGENTINA	7	11	18
ITALY	40	10	50	COLOMBIA	3	5	8
FRANCE	38	9	47	GUYANA	5		5
SWAZILAND	26	9	35	BOLIVIA		2	2
PORTUGAL	33	1	34	PELU	1		1
NORWAY	22	9	31	URUGUAY	1		1
GREECE	27	2	29	S.AMERICA TOTAL	94	66	160
HUNGARY	18	9	27				
CZECHREPUBLIC	20	2	22				
AUSTRIA	12	8	20				

その様な関係で日本を訪ねてみたい、血縁の人々を訪ねたい、発展した日本を訪ねたいといった意思が強いようである。フィンランド・スウェーデンの北欧も参加者が多い。前回の大会を開催したのはスウェーデンである。福祉国家と言われる国々であるが、人生の生きがいといった意識が強いと推察される。南アフリカは、この大会に初参加であるが多いのに驚かされる。永らく政治上の問題から、世界のスポーツ界と交流を閉ざされていたのであるが、国際舞台復帰と共にこの大会へも登場している。アフリカ地区の生活向上と相俟って、この種の大会も開催される様に願ひ、南アフリカがリーダー的存在になる事を願うのである。ロシアも初参加である。国の再編など政治・経済上の問題を抱えた国であるが、この大会に参加できる余裕をもつ事は喜ばしいと思われる。世界の六大州からみて、開催国の近さから経費・時間的にはアジア地区が負担が少なくなるので、参加者が増えても良いかと思う。

男女の割合でみると、男子 82.1% 女子 17.9% である。男性にとっては、一家の主人として大会参加の為長期間家を明ける事・経費の負担・職場を明けにくい等の問題もある。しかし、健康・体力の維持増進は、それ以上に大切であると意識している様である。金銭・時間を投資してより人間性を追求したいとの考えがあらわれている。職場は、有給休暇等の利用で理解を得ているようである。女性の場合一家の守りとして、家庭を明けにくいものである。家事・育児は、一時も手を離す事ができない。男性よりも家を明けにくいと一般に考えられる。参加者の中には、夫婦揃って出場している人もいる。同じ趣味を末永く実施でき、共通の話題がもてる、一緒に外国旅行をして見聞を広め、観光・交友などできると、理想的な参加形態であると思われる。家族知人等のグループで、名所・旧跡の観光も組み入れたら、気分的に余裕のある旅行となる。尚、大会本部も、その辺の事情も考慮して、期間半日単位のバス観光旅行コースを予定している。参加者の競技予定にあわせて、競技のない日など気分転換の為にも利用しても良い。又、大会本部は、期間中競技を実施しない日を設けて休養日としている。その日に学会を開催しているが、学術的交流や情報交換などもできて良い企画である。又、選手間の国際的交流の場ともなるので、大変有意義である。

2. 年齢別参加者

男女によって競技参加年齢が違っているのだから比較はできない。男子でみたら、最も若い年代 40 才代の参加者が最も多く、年代が高くなるにつれて参加者が減少している。女子と同じ様に、35 才代と若い年代があったら、もっと多い参加があるのではないかと思わせる状態である。競技スポーツ経験者であると、一般的に 20 代で競技者としてのスポーツは終わるが、10 数年して体力低下を意識し、スポーツによって健康・体力の維持・増進と行動を始める年代でもあるので、参加が多いのも頷ける。競技スポーツの経験者でなくとも、20 代 30 代は職場において仕事一筋の生活で、趣味娯楽等に対して時間的に精力的になかなか手を出しにくい。その様な状況で健康問題が後回しにされ、ひとまず職業も確立して一段落すると、健康の問題・体力低下・運動不足など、否応なく意識させられる時期である。

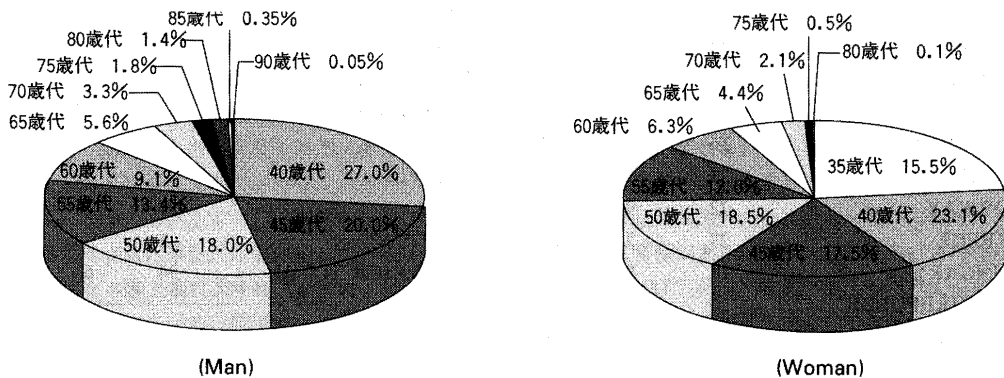


Fig. 1. Participants Classified by age

一方金銭的な面を考えると、スポーツに要する費用・遠征等家庭における出費も問題であろう。子育ての時期を考えたら、第1子が小学校高学年から中学生と考えられ、子供の成長につれて学業の為の出費も増え出すところである。自分の健康あっての一家の主であるので、そういった考えと併せて趣味健康も大切にしたいとの意思をみる事ができる。後年代を迫って減少している。日本人男性の寿命が76.57歳である事を考えると、端的に比較して、その様な年代で自分の身のまわりの事が自分で出来、外国旅行が出来て、トレーニングが出来て、その上に競技が出来る事は、健康上の大変な喜びである。高齢者の健闘ぶりをみると、身体的に負担が大きいと考えられる10km クロスカントリー M80に3ヶ国8人 M85に1人 M90に1人、更にマラソンに挑戦されているのに M80 3ヶ国8人で、6時間13分で完走されている。20Km 道路競歩 M80には4ヶ国4人、女子でみると10Km 道路競歩に W80に、外国の方1人挑まれている。マラソンでみると W653ヶ国7人、W70では2ヶ国2人で5時間26分で完走されている。いずれも、その健康度・体力度を考えたら、選手のみならず中高年者の目標となる羨ましい例であろう。又、この様な年齢で挑戦される意欲には、ただ感心させられるのみである。

3. 競技種目別参加者

中高年者が、健康を目的としてスポーツをする場合、加齢に伴う体力低下といった現実がある。その状況で目的に合致した種目がある。持久的な競技種目が最適であろう(2)(3)。体形的変化・筋力低下等で、瞬発力を必要とする競技は身体的負担が重くなるので、不向きになる傾向がある。男子で参加の多い種目順にみるとマラソン・10kmc.c・100m・5000m・200m・1500m・走幅跳・400m・10000m・砲丸投・800m・円盤投・槍投・5000m 競歩・三段跳・走高跳で、女子ではマラソン・100m・10Kmc.c・砲丸投・200m・5000m・円盤投・槍投・走幅跳・800m・1500m・5000m・400m・ハンマー投・10KmR.W・走高跳・10000m・三段跳である。

この大会の参加者で、最も目につくのはマラソンである。参加者の35.3%の人がマラソンに出場されている。この数値は非常に高い。前回までの大会では17%前後である。2番目に関連種目10Km クロスカントリーが13.2%、3番目に100m8.6%と続いている。これは現代風潮として、日本では特に健康に対する意識が急に高まっている。公害・住宅事情・食品問題・成人病・通勤事情・勤務条件等の問題で、今日ほど健康が脅かされている時はない。疎外された人間生活から、人間性を取り戻そうと個人生活を見直す風潮が非常に強い。その一つで、健康の追及といった考えがある。中高年若男女一般の人が、スポーツをするのが物珍しい時代から、今や当り前の時代となっている。健康産業といった、商業ベースによって繁昌している現状である。その中で、ジョギングは、誰にでも手軽にでき現在はジョギングブームとあって良い。健康を目的としたジョギング大会は、全国至る所で実施されている。その様な実情の中でランニングの世界大会という場、ましてや国内で開催されるという事で参加者が急激に増えたと思われる。日本人の参加者が多いのであるが、現在は一般市民の間で‘健康マラソン’と称して、さまざまな距離での長距離レースが、ロードレースとして全国至る所で実施されている。競技ランナーでなくとも、潜在的持久走愛好家が多いのは、街中・川原・公園等をみると、ランナー・ジョガーが目につくので納得できる。それらの人々が、権威ある世界大会に少ない機会を捕らえて挑戦したいとして、一念発起して参加している。又、行政側の積極的な支援もあって、他種目より傑出した参加者数となっている。

次にクロスカントリーが多い。日本では馴染みが薄いが、外国では良く実施されている。野山を駆け巡るといったものである。競技場外レースで自然を満喫できて自然の景色の変化がある。マラソンの関連種目として兼ねて出場している。100mは脚部に故障をきたしやすいのであるが、人気の高い種目である。短い距離を全力で疾走するのは、人間の運動本能であると思われる。走幅跳は、その関連種目といった事で実施されている。用器具を必要とする種目ほど、手間暇をとるので実施しにくく、参加者が少なくなるのも頷ける。用器具の揃った競技場で、トレーニングする人の割合は低いので、実施者が少なくなるのは当然である。さらに加齢と共に全般的筋力低下に加えて、体重増加等の身体的条件の変化といったことで、競技に不適な要素が増えていくので、競技者も少なくなると指摘できる。投擲競技では、トレーニングに於いて練習の場が重要になってくる。トレーニング効果・安全面を考えると手軽にどこでも実施するわけにはいかない。広さが確保できる場所がないと当然競技者も減る。一方筋力強化を考えると、最近では、トレーニングジムが公共で民間で数多く開設されていて、それがトレーニングの一環に利用されている事が面談の中でうかがえた。

(塩 満)

Table 2. Event Age Participant (Man & Woman)

M	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	T
100m	154	100	107	114	106	83	43	30	22	7	1	767
200m	98	60	69	72	70	48	28	19	12	5	1	482
400m	50	45	49	55	51	29	22	19	8	6	1	335
800m	52	44	54	41	41	24	22	16	10	3	1	308
1500m	76	53	61	52	45	26	25	16	13	5	1	373
5000m	103	91	107	67	66	53	33	13	12	2	1	548
10000m	42	46	60	52	43	31	25	9	6	1	1	316
80mH							9	7	6			22
100mH			17	22	15	18						72
110mH	19	14										33
300mH					20	18	9	5	2			54
400mH	18	13	12	15								58
2000mSC					18	13	10	3	2			46
3000mSC	15	14	11	20								60
10KmC.C	350	289	270	179	124	71	40	19	8	1	1	1352
5000mTW	26	22	35	39	33	21	11	10	6	2		205
20KmR.W	15	12	33	29	22	13	8	3	4			139
MARATON	1379	959	835	512	225	116	58	14	8			4106
P.V	11	12	17	11	21	12	10	4	5	1		104
H.J	22	17	26	20	21	23	17	12	16	1		175
L.J	66	50	45	52	34	37	31	18	12	4		349
T.J	23	27	26	26	27	24	19	11	9	3		195
S.P	35	31	40	45	42	31	34	28	20	5	2	313
D.T	24	28	36	43	44	39	31	24	17	6	1	293
J.T	27	30	27	33	33	26	20	15	12	3		226
H.T	14	10	14	21	16	12	21	15	8	2	1	134
DECA	29	22	19	22	18	16	4	5	4			139
W.P	14	8	13	11	11	10	11	9	4			91
W	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	T
100m	29	38	48	50	36	29	14	16	4	4		268
200m	22	29	26	33	25	19	10	11	3	3		181
400m	12	13	10	16	11	11	7	5	3	3		91
800m	13	21	20	18	5	11	8	2	2	3	1	104
1500m	14	19	15	13	11	10	12	4	2	3		103
5000m	16	36	26	26	17	16	13	3		2	1	156
10000m	10	5	13	16	9	4	5	2		2		66
80mH		12	13	12	7	5	3					52
100mH	7											7
300mH				7	4	4	2					17
400mH	9	5	3									17
2000mSC	4	3	2	4	5	2	1					21
10KmC.C	31	41	60	55	23	14	11	5	2			242
5000mTW	5	8	21	19	8	9	15	5	5	2		97
10KmR.W	6	6	19	10	7	5	14	4	3	1		75
MARATON	105	201	159	118	67	15	7	2				674
P.V	4	4	3	4	5	2	1					23
H.J	7	4	11	16	15	9	6	3	1			72
L.J	14	15	18	20	7	7	4	1				86
T.J	9	4	6	10	15	9	4	2	2	1		62
S.P	21	21	27	33	30	17	21	11	6	4		191
D.T	12	20	16	22	19	18	19	11	6	1		144
J.T	13	20	13	18	22	11	14	9	4	1		125
H.T	6	13	8	20	8	10	8	5	5	1		84
HEPTA	12	6	8	8	4	5	3					46
W.P	5	10	8	8	3	5	5	5	4	1		54

Table 4. Results

Country	1	M	W	2	M	W	3	M	W
AFRICA									
South Africa	23	6	17	14	4	10	12	5	7
ASIA									
Japan	89	54	35	89	61	28	99	60	39
India	1	1		2		2	1		1
Indonesia	1		1	0					
Hong kong				2		2	2		2
Chinese Taipei				1	1		1	1	
Korea							1	1	
Philippines							1		1
Singapore							1		1
N & C. AMERICA									
United States	72	47	25	59	37	22	46	24	22
Canada	15	6	9	10	4	6	8	2	6
Trinidad & Tobago	3	2	1						
Mexico	1		1	2		2	2		2
OCEANIA									
Australia	34	18	16	40	16	24	28	18	10
New Zealand	13	3	10	8	1	7	11	2	9
EUROPE									
Germany	68	26	42	58	24	34	57	24	33
Great Britain	38	13	25	25	14	11	24	14	10
Sweden	22	5	17	13	5	8	9	4	5
Finland	17	15	2	27	18	9	19	12	7
Italy	13	12	1	8	5	3	7	5	2
Portugal	9	9		10	10		6	6	0
Belugium	9	8	1	5	3	2	8	1	7
Swaziland	7	5	2	10	4	6	3	1	2
Holland	6	4	2	7	2	5	5	2	3
Austria	6	3	3	3	1	2	4	1	3
France	5	1	4	7	4	3	6	6	
Norway	4	2	2	11	8	3	7	3	4
Russia	4	4		4	1	3	5	5	
Denmark	3	2	1	5	3	2	5	2	3
Slovenia	3	1	2	1	1		2	2	
Czch Republic	2	1	1	4	3	1	4	4	
Estonia	2		2	3	2	1	3	2	1
Poland	1	1		2	2		1	1	
Spain	1	1					5	3	2
Slovakia	1		1						
Ireland	1		1						
Croatia	1	1							
Hungary				4		4	7	2	5
Ukraine							2	1	1
Turkey							1	1	
S. AMERICA									
Brazil	7	3	4	12	6	6	12	5	7
Colombia	2	2		1	1		1	1	
Chile	1	1		1		1	4	4	
Argentina				3	1	2	2		2
Guyava							2	2	

4. 成績

参加者の多数と成績は、比例の関係にあって当然である。開催国の日本は、参加者が表1のごとく最も多いのでその点から好成績を収めている。但し、女子の部だけでみたら独が最も良い。続いて日本である。米、英が同数で続いている。優勝の数でみたら、成績は一部の国・地域に片寄っている。日本とアメリカで3割を占めている。独・英・オーストラリアを加えた5ヶ国で6割を占め、南アフリカ・スウェーデンを加えた7ヶ国で全体の7割を占めている。

開催国の成績はその時の参加者に大きく影響されるが、他の国は海外遠征の為ほぼ定まっているとみて良い。ヨーロッパの成績が良く、北米の米・カナダ、オセアニアのオーストラリア・ニュージーランド、南アフリカと限定されている。アジア地区は、全体的に成績が上がっていないと言える。

5. 大会運営上の諸問題

大会の実施種目をみると、現役の競技会に準じて、陸上競技の全種目が実施されている。数多くの人を競技に推める意図もあろう。若人と比較して、身体的負担の軽減が配慮されているのは、障害防止等で好判断である。距離の短縮で110mHが100m・80mへ、3000m障害物が2000mへ、砲丸・ハンマー・円盤・槍は、年齢によって重量を軽くしている。

女子種目としては、若い現役の競技者にも実施されていない2000m障害物、最近奨励されだした棒高跳び・ハンマー投がある。三段跳も実施されだして日が浅い。ましてや、ベテランズの選手は未体験で参加する事になるので、その心意気に感心させられる。これらの種目に、参加者の少ないのも無理からぬ事である。男子10種競技女子7種競技は、競技の特質は同じ故に、男女に全く同じ種目が実施されている。

男子に比べて、制限のあった女子競技種目であるが、中老年者の大会ではその壁を取り除くべく、若人の大会にさきがけて実施していると言える。

大会期間が11日間と、すでに大規模になっているが、参加の意思がある者は全て受入れる、理想的な姿勢との問題もある。一社会人として11日間、家庭・職場を留守にするのは、困難な事でもある。各自の出場種目中心に、数日間の参加をすれば良いのであるが、開催国日本の選手は簡単

にできても、外国選手ではツアー等の旅程を組んでくるので容易にはできない。開会式・閉会式・大会途中の催物と、できるだけ多くの競技者に参加して欲しい主催者の意図もあろう。競技日程も膨らみすぎぬ様に意図したものである。10000mのトラック周回では実力の違いで混雑してしまう。時間差で1位と最後尾の差がM55で30分53秒、W65で31分51秒も開いている。事前に実力を申告して組み分けでは同程度の力の者が同じ組になる様に工夫はされている。2・3週の遅れとなると、役員の確認の努力は並大抵ではない。競技者も、ゴールを間違えそうになるケースも多々見受けられる。10000m以上は、ロードレースかクロスカンントリーに吸収して良いのではないと思う。一方通行か折り返しのレースにしたなら、順位判定上の困難さは解消される。トラックの周回で、上位下位が入り交じるとレースとしての興味も削がれる。長距離走者なら、同じ場所を何回も走るより風景の変化を感じて走りたいと思っている。

6. 結 論

中高年者の世界陸上競技選手権大会を調査検討し、以下の事が明確になった。この大会は2年に1回開催されることになって10回と日も浅いのであるが、71ヶ国12057人と全世界への普及は早い。ただし先進国と言われる国を中心として、開催地日本・ヨーロッパ・北米・オセアニアの参加が多い。尚、過去の大会に比較すると2.5倍増と突出している。これは開催地日本の急激な増加で、中でもマラソン・クロスカンントリーの参加に集中している。中高年者を対象とする行事には、生活の余裕、文化の程度等その背景が大きく影響している。生活力向上によって、参加者・参加国の増加を望みたい。

どの年代が参加し易いか年代別の参加者をみると男子では40歳代が最も多い。職務上多忙な年代、家庭においても負担のかかる年代である事を考えるとその上で健康に留意する余裕をもてて望ましい。後年代の進むにつれて減少している。女子では、40歳代・45歳代・50歳代で続いて35歳代となり、後年代が進むと共に減少している。35歳代までは育児・学童期の子供を抱える為、家庭における役割が影響している。

種目別の参加者をみると長距離走のマラソン・クロスカンントリーが多く、短距離走・中距離走・投てき・跳躍となっている。身体に徐々に刺激を加える長距離種目が多いので、健康の追求として、望ましい傾向であると思われる。競技成績をみると、開催地日本と米・カナダ・独・英・スウェーデン・フィンランド・イタリア・オーストラリア・ニュージーランドの成績が良い。

この大会の最終目的は単に記録・成績の争いだけでなく、中高年者に、健康・生きがいの場を提供することで、人間性の回復・発見となる事である。全人類が生活上の余裕をもってこの種の大会に意義・価値を見出し、その恩恵を享受できる様になって欲しい。

参 考 文 献

- 1) 塩満勝麿 武庫川女子大学起要 37巻, 102-108 (1989)
- 2) 猪飼道夫 スポーツの生理学, 同文書院, 196 (1964)
- 3) カルボビッチ 運動の生理学, ベースボールマガジン社, 290 (1963)