資料２－１

十分な休養で、心も体もリフレッシュ!!

家族団らんの時間を作ろう

ボランティア体験をしよう

自然に親しもう

週休日のうち、一日は「部活動休養日」にあてよう！

しっかり体を休めよう

地域の活動に参加しよう

家の手伝いをしよう

１　週休日のうち、どちらか一日を休養日、家庭・地域で過ごす日とする

２　週に一日は、部活動休養日とする

（土・日が大会で休めない時は、平日に休養日を確保する）

郡山市立学校教職員安全衛生推進会議　　郡山市教育委員会

上段 ←男子生徒数
（下段） ←女子生徒数

平成28年度　郡山市立中学校の部活動名及び所属生徒数

資料２－２

2016/8/17　学校管理課

NO	学校名＼部活名	陸上	駅伝	水泳	野球	ソフトボール	サッカー	バスケットボール	ソフトテニス	テニス（硬式）	バレーボール	卓球	剣道	柔道	体操	新体操	バドミントン	ハンドボール	アイスホッケー	スピードスケート	スキー	相撲	その他	合唱	ブラスバンド（吹奏楽）	管弦楽	演劇	美術	科学	文芸	文化研究	手芸	英語	読書	パソコン	家庭	茶華道	音楽	ボランティア	創作	自然科学	国際交流	技術	文化部	情報処理	その他	運動部小計	文化部小計	合計
1	日和田中	8	18	1	16		36		20		33	17													5			2							3												149	10	349
		8	32						46		32	26													25			20							1												144	46	
2	行健中	18	40	9	20	0	34	24	25		19	8	10	10			38	9				3		0	4			3			13																267	20	587
		8	25	8	0	13	0	22	37		24	14	6	3			39	5				0		24	32			35			5															204	96	
3	明健中	23	13	3	27		46	32	39			18	11				43								7			3					2		11												255	23	516
		18	13	4		14		18	27		27	9	9				31								39			19					8		2												170	68	
4	安積中	23	19	5	15		23	25	30		25	22	9	12			0							12	5			0							38												208	55	482
		4	14	3	0		1	20	0		30	15	8	3			24							30	30			30							7												122	97	
5	安積二中	34	13	0	23		28	28	0		34						0								3																		22				160	25	353
		8	4	2	0		0	18	21		23						30								37																		25				106	62	
6	三穂田中	17	19		23						0	29																																			88	0	138
		6	5		0						19	20																																			50	0	
7	逢瀬中	24			15							12																																			51	0	106
		13							21		21																																				55	0	
8	片平中	6	7		20							20																1																			53	1	134
		16	10	1	1			19				23																10																			70	10	
9	喜久田中	14	25		15		18	12									23								1																		14				107	15	222
		17	14		1		1	12			24						14			2					5																		10				85	15	
10	熱海中	23	15		16	0	39				0	10							17	1				1											0												121	1	218
		16	14		0	11	0				18	19												14											4												78	18	
11	湖南中	14	10		13				13																2																						50	2	112
		11	6						20		13														10																						50	10	
12	守山中	28	70		29		24	35	20			14		7										13				8																			227	21	433
		16	16					23	22		20	27		4										41				16																			128	57	
13	高瀬中	10	10		23				23		0	9																											6								75	6	145
		6	6		1				17		14	19																											1								63	1	
14	二瀬中	12	9															18																													39	0	77
		12	6															20																													38	0	
15	郡山一中	16	12	9	41		48	21	36	1	17	21	16	5			54	32		0		2		0	12		1	5				0	1		30												331	49	755
		19	9	13	0	11	0	23	35	0	40	14	9	1			52	23		1		0		9	64		11	15				14	9		3												250	125	
16	郡山二中	29	13	1	25		30	36	27			18	11				40							10		18		3					2		29												230	62	574
		20	8	1				17	26		13	12	4				32							29		60		27					18		15												133	149	
17	郡山三中	19		4	24		33	34	38		22	21	15		13	0								3	6			4							14	0											223	27	523
		10		7	1		0	27	17		20	6	11		29	23								25	59			17							4	17											151	122	
18	郡山四中	10	12		15		26	19	29		28	0	2				39	15						2	3			3	13																		195	21	373
		15	11		0		0	9	20		0	0	10				0	0						32	34			20	6																		65	92	
19	郡山五中	29	15	10	27	0	26	34	0	38	30	35	8											11		10		7			1					1											252	30	600
		9	12	13	0	12	2	14	23	26	37	18	6		6									35		54		35								16											178	140	
20	郡山六中	22	27	23	26	16	44	33	30	33		36	14	18				19						1	6			0						15					0		8	9					341	39	745
		26	11	12		14		20	23	36	43	23	5	4										41	58			19						13					10		0	7					217	148	
21	郡山七中	22	50	20	29	21	63	38	60		34	28	28												6			7							33												393	46	825
		18	21	10		17	1	30	34		31	34	11			21								29	68			45				4							12								228	158	
22	緑ヶ丘中	38	30	24	15		23	36				59	17													9					9																242	18	470
		6	25					17	38		9	16	9													60		24									6											120	90	
23	富田中	17	110	7	32		46	40	84		0	35	31											0	5			0	5							3									29		402	42	813
		27	50	1	1		1	25	52		60	42	23											6	39			15	1							18									8		282	87	
24	大槻中	12	19		30		38	35	32		0	18	21									5		1	4										24	2											210	31	440
		9	14		0		0	14	37		33	20	5									0		17	33										6	11											132	67	
25	小原田中	17	15	2	25		18	12	20			30	11		9										3																						159	3	330
		20	14				1	15	15		18	27	7		16										19			16																			133	35	
26	西田中	16	15		9				17								18											2																			75	2	159
		13	15						15								34											5																			77	5	
27	宮城中	20	20									5																																			45	0	91
		12	12								12	10																																			46	0	
28	御舘中	15	14	1				26	0		0	13												5																								69	5	128
		10	9	0				0	13		12	0												10																								44	10	
合計		536	620	119	553	37	643	520	543	72	242	478	204	52	22	0	255	93	17	1	0	10	0	59	72	37	1	48	18	0	23	0	5	15	182	6	0	0	0	6	8	9	22	14	29	0	5,017	554	10,698
		373	376	75	5	92	7	343	559	62	593	394	123	15	51	44	256	48	0	3	0	0	0	342	552	174	11	368	7	0	5	18	35	13	42	62	6	0	22	1	0	7	25	10	8	0	3,419	1,708	
男女合計		909	996	194	558	129	650	863	1,102	134	835	872	327	67	73	44	511	141	17	4	0	10	0	401	624	211	12	416	25	0	28	18	40	28	224	68	6	0	22	7	8	16	47	24	37	0	8,436	2,262	10,698

※陸上、駅伝、水泳は他の部と兼ねている生徒を含んでいます。

※運動部合計20種類、文化部合計20種類、合計40種類

資料２-３

協議事項（２）部活動のあり方について

2016（平成 28）年 11 月 6 日（日）～11 日（金）

「赤旗」

シリーズ

部活って何　子どもから見る

①～⑤

赤旗 H28 11/6(日)

シリーズ 部活って何

子どもから見る①

「根性・気合」という暴力

「スポーツをすることの楽しさを学んだり、仲間ができた」「部活を支えに登校していた」（いずれも40代女性）―。卒業後も部活動の思い出を大切にしている人たちがいます。一方で休みのない過酷な練習に悩み、「孫が大けがをしたのに怒鳴られた」など暴言や暴力に苦しむ人たちもいます。子どもにとって部活って何？　考えてみました。

（5回連載の予定です）

「『体罰』という言葉をやめましょう。暴力は暴力以外の何物でもありません」

岩手県に住む近藤浩さん（仮名）の息子は高校時代、バレーボール部での暴力や暴言が原因で学校に行けなくなりました。心的外傷後ストレス障害（PTSD）と診断され、今も苦しんでいます。

真相解明を求め

浩さんは真相の解明と謝罪を求めて昨年9月、民事訴訟に踏み切りました。第三者調査委員会設置を求める準備も進めています。

だんだん元気がなくなり、学校への足が遠のいていく息子。何か変だと思いながらも、バレー部の顧問が原因だなどとは夢にも思わず、ほかの原因を一生懸命探し回りました。「息子が弱いんじゃないか」「私たちの育て方が悪かったのか」と、心に寄り添うことができなかったことを、今も悔いています。

近藤さんも発言した「指導死」親の会のシンポジウム＝9月17日、東京都内

「『何でも話し合える親子関係があれば気づくはず』などという評論家もいます。でも、子どもはサインを出すどころか必死に隠そうとすると思うんです」

「部員に手をあげたことはいっさいない」などと繰り返してきた顧問は、裁判が始まった途端、息子や部員に対する言動について詳細に話し始めました。

何度かこぶしで机をたたいた。鍵を壁に投げつけた。「ふざけるな」「なめんじゃねえぞ」と怒鳴りつけた―。

他の部員に対しても両手で頬をたたいたり、「おまえは駄馬だ」「駄馬がサラブレッドに勝てるわけねえんだ」などと言ったりしたと認めました。が、あきらめずに練習するようにとの思いからであり、「気合を入れるためだった」と言いました。

「根性とか気合とか指導とか言い訳するのは、根本的に間違っています」。母親の恵子さんは憤ります。

支えて励まして

浩さんは真相を知りたい、支援をしてほしいと奔走してきました。しかし、厳しくやってもらった方がいいという親もいます。「今はそんなことをやっている場合じゃない。息子さんは大学の受験勉強に力を注いだ方がいい」という人もいました。「そんな簡単なもんじゃないとどう説明するか、なかなか難しい…」

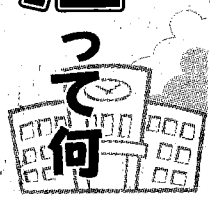
最近になって息子は「もっと自分をさらけ出せばよかったかな」と話しているといいます。「少し振り返ることができるようになったのかもしれません」と浩さん。「でもこのままでは、息子一人が苦しみを背負い続けることになります。そんなことは許せません」

恵子さんは言います。「子どもを支えて、励まして、希望に導くのが教育だと思うんです。暴力や暴言にあうかもしれないという疑念をもってわが子を学校に行かせるのは、とても悲しいことです」

（つづく）

赤旗 H28 11/7(月)

シリーズ 部活って何



暴力 なぜなくならない

子どもから見る②

学校という教育の場とは相いれない暴言や暴力。なぜ部活動からなくならないのでしょうか。

「殴って強くするというような非科学的な指導は減りました。かわりに増えているのは、生活指導的な暴力ではないでしょうか」

こう話すのはスポーツ史・スポーツ社会学を研究する高知大学地域協働学部の准教授、中村哲也さんです。

生活指導的な暴力とは、「規則を破る」「学校の宿題をやらない」というような場合の「指導」のこと。ここには、進学の際のスポーツ推薦が大きくかかわっていると指摘します。

非科学的な知識

部活動を3年間続ければ、進学の資料となる調査書（内申書）で評価されやすいため「生徒は暴力的な『指導』が嫌で部活をやめようと思っても、なかなかやめられない」といいます。

もう一つの原因は、「殴れば強くなる」という非科学的な知識しかない指導者がいまだにいることです。

「殴る『指導』が常態化すると、生徒が自分で瞬時に判断することができなくなります。大会成績がトップレベルのところでは、殴っても決して強くはならないという知識がありますが、いまだに殴って『指導』している大学の野球部もある」と中村さん。

中村哲也さん

「暴力でその場だけ言いなりにさせても、子どもは強くはなりません」

学校での事故・事件に詳しい京都精華大学人文学部の教授、住友剛さんは「競技団体の大会のあり方や選手の育成方法を根本から考え直すべきだ」といいます。

住友剛さん

大会スケジュールを過密化させ、選手の育成を部活動任せにして学校ごとに競わせるしくみが、教職員も子どもも追い立てていると批判。入学する中学校が選択できる地域では、学校の特色を押し出すために部活動の大会成績に重きをおかれがちだといいます。

ゆとりが不可欠

何より、適切な「あそび」の時間と空間、豊かな人間関係がつくれるぐらいのゆとりが、学校には欠かせないといいます。

「暴言や暴力の多くは本人がストレスをためて、いら立って、感情を抑えきれずに、子どもにキレてしまった結果なのではないかと感じるんです。すし詰め状態のお弁当箱に、さらに何もかも詰め込もうとするのには土台無理があります」

その上で住友さんは、「信念」をもって暴言を吐き、暴力をふるうような教員に対しては、腰をすえた対処が必要だといいます。「教員をいったん現場から離して、そういう『信念』が一体どこからくるのか、きちんと向き合わせなければいけないと思います」

（つづく）

(福井) H18. 11/9(木)

シリーズ 部活って何

長時間の過酷な練習や暴言・体罰など、部活動をめぐる問題が子どもたちにどんな影響を及ぼすのか。脳科学から見た問題点を福井大学子どものこころの発達研究センターの友田明美教授に聞きました。

福井大子どものこころの発達研究センター
友田教授に聞く

子どもから見る③

「うつ」など脳に影響

――長時間、休みなしの部活でどんな問題が起きていますか。

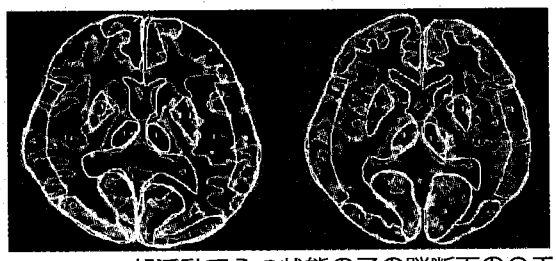
睡眠障害おきる

私が診た中学2年の女の子は、バスケットボール部で朝練習に始まり、夕練、土日も休みなく活動するオーバートレーニングでした。そのうち睡眠障害に見舞われ、私のところに来たときには、うつ状態で心が折れた状況でした。

――このとき脳はどんな状態なのですか。

脳の中は全体の血流が低下し、とくに前頭前野の機能が落ちていました。意欲が喪失し、自律神経にも影響がありました。こうなると回復までに時間がかかることが多い。

――体罰で追い詰める指導者もいます。



部活動でうつ状態の子の脳断面のCT画像（右）。正常な左に比べ、赤い部分が少なく、血流の低下がわかる。

私は長期に親から体罰を受けた子どもの脳が、萎縮することをつきとめました。虐待や体罰で脳がストレスホルモンを大量に分泌し、発達を一時的に止めてしまいます。それによって、感情や意欲にかかわる前頭葉の一部が最大約19％、集中力にかかわる前帯状回が16・9％、認知機能にかかわる前頭前野背外側部が14・5％ほど小さくなります。これは虐待を受けた子らの研究ですが、スポーツ指導にも共通すると考えています。

――脳の萎縮でどんな問題が生じますか。

前頭葉は思考や自発性、感情、理性などの中心です。さらに学習や記憶をつかさどる部分や本能的な欲求、衝動を抑える他の部位も萎縮します。つまり、人間が人間になるための大事な部分が育たなくなる。体罰には子どもたちをそうした状況に陥らせる大きな罪があると知るべきです。

――暴言の影響は。

暴言軽視できず

暴言も軽視できません。「おまえのせいで負けた」「死んでしまえ」などの怒声や暴言は、身体的な暴力より深刻な影響を及ぼしていることがわかっています。しかも、それは周囲の子にも及んでいるのです。

――指導者が心がけるべきことは何ですか。

子どもたちはストレスに弱い存在です。ストレスには三つの原則があります。一つは、要求度の高低。試合の勝敗や成績などの要求が高いとストレスが強くなります。二つ目は自由度。学業でもスポーツでも、その人の裁量権、自由度が小さいほどストレスは強くなります。三つ目は上に立つ人の姿勢です。指導者は生徒を突き放しただけで、認めてあげないとそれだけでボロボロになります。しっかり認め、サポートしてあげることが必要です。これらを踏まえて指導してあげてほしい。

（つづく）

赤旗 H28 11/10(木)

シリーズ 部活

子どもから見る ④

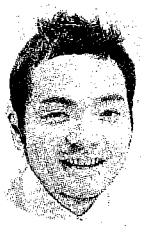
生徒主体で週3練習

東京都町田市の私立和光中学校はクラブ活動（部活動）を週3日と決めています。少ない日数でどんな練習をしているのでしょうか。

10月の学校公開日、男子バスケットボール部は紅白に分かれて練習していました。2年生のキャプテンは「部員は少なくてちょっとさびしいけれど、いっぱい試合に出られるのがいいところ。全員未経験者だけど、コーチが来てくれ週3日の練習でうまくなれる」と見学者に紹介します。

自信がプレーに

活動時間は1時間半～2時間。子どもたちの自主的な時間とクラスや生徒会の活動を保障するためです。顧問の河合民（たみと）さんは「学校では授業が一番大事。その他にも勉強や生徒会、クラス活動など一生懸命やれていることが多いほどその自信がプレーに表れる、と生徒に話しています」と話します。



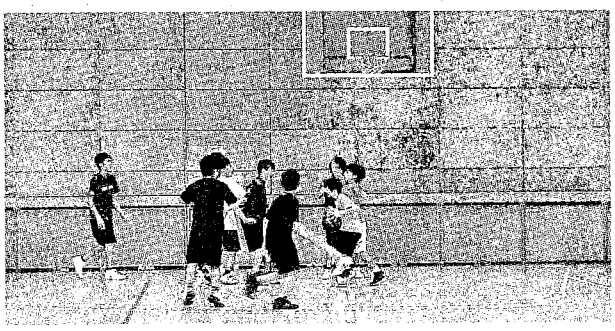
河合民さん

チームの主力になる2年生を中心に部員たちは自主的に朝、中休み、昼休みに集まって、学校の前の坂道を駆け上る「坂道ダッシュ」をしています。「体力がないと相手に勝てない、試合を楽しめないということに身をもって気付いた生徒から走り出します」

生徒会の顧問でもある河合さんは忙しく、練習に顔を出せる時間は週に1、2回で5～15分ほど。その間も卒業生のコーチと部員が練習を進めます。メニューはコーチや河合さんが考え、生徒に提示。どんなところを意識するべきか、互いに声を掛け合って確認して練習します。

「結果」より「姿」

チームの目標を決めるのも生徒。「結果」よりも「姿」を重視。自分たちがどのような「姿」になりたいかイメージして言葉にし、「なりたい自分」になるために必要な努力が何かを一人ひとりが考えます。〝自分史上最高のプレーをすることで「なりたい自分」や「勝ち」に近づける〟と考えて練習します。

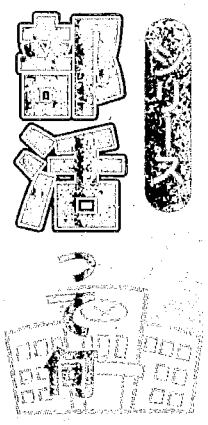


紅白に分かれて練習する男子バスケットボール部―10月8日、東京都町田市の和光中学校で

土日のどちらかは練習試合をすることが多く、獲得できたこと、足りなかったことを話し合い、次の練習試合までの目標を確認して解散。「対戦相手は『敵』ではなく、自分たちが成長するための『パートナー』」と河合さん。「相手に敬意をもってプレーすることは選手にも保護者にも浸透している」といいます。試合では先代の顧問から引き継いだ▽相手の不注意によるミスには拍手しない▽相手のフリースローの失敗に対しては拍手しない―ことなどを大切にしています。

実は河合さんは中学校のバスケ部時代、暴力を受けました。「暴力からは忍耐しか身につかなかった」と振り返ります。和光中のやり方のように、生徒を権利の主体として尊重してこそスポーツが好きになり、技術が身につくと感じています。（つづく）

赤旗 H28 1/11(金)



部員も監督も変わった

子どもから見る ⑤

「上からの一方的な練習には限界がある」

山口県東部のある公立高校野球部の監督は、そんな思いをずっと抱いていました。

監督が練習内容を決め、部員はただこなすだけ。他の学校が長時間練習をすると聞き、思わず練習が長くなることもありました。「このままでいいのか」

意見ぶつかった

7月、転機が訪れます。練習態度をめぐり、監督と部員の意見がぶつかったのです。

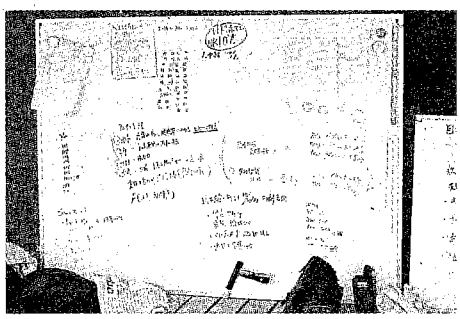
「練習の姿勢がよくない。おまえたちは練習しなくていい」という監督の言葉に、部員が反発。「いつも監督は決め付ける」「それではやる気がなくなる」などの意見が飛び出し、話し合いが続きました。

「一方的な姿勢ではいけない。お互い理解し合わなくては」。監督はそう痛感し、これまでのやり方の転換を決意します。

それ以後は、目標設定から時々の重点、日々の練習内容まで監督と部員が話し合いながら運営しています。

朝に監督とキャプテンが打ち合わせし、昼休みにはそれをもとに、弁当を食べながら部員同士で議論します。

「もとの練習メニューは基本的に僕らが考えます。何が足りないか、どうしたらよりよい練習になるか。みんなにも意見を求めます。とてもやりがいがあります」。キャプテンは目を輝かせます。



ベンチの中のホワイトボードには課題がさまざま書き込まれている

他の部員も係活動を通じ、チーム運営に参加します。「学校生活・学習係」のほか、「体重係」などユニークなものもあります。前者は部員の希望を募り、苦手科目の先生に頼んで勉強会を企画。後者はチームの課題でもある、野球に必要な体づくりの提案をします。

「甲子園を目指した活動を通して、社会で活躍する人間に成長することが大事。勉強もしっかりやり、民主的な関係を大事にした人になってもらいたい」。監督は話します。

「認めてほしい」

部員の姿勢も変わってきました。監督に提出する「野球ノート」の質問も増え、ある部員からはこんな要望が出ました。

「チームで取り組んでいるスイングが合いません。自分のやり方を認めてほしい」

話し合いの末、「11月までの練習試合で本塁打を打ったら認めよう」と監督が提案。すると1週間後に本塁打し、その後も好調で申し出は認められました。

「自分のやり方を認めてもらってうれしかった。いまはもっと頑張ろうという気持ちです」。その部員はいきいきと話します。

「生徒の納得感がない練習では、自主性も人間性も育たない。それは指導者の自己満足でしかなかった」。監督はしみじみと語ります。

話し合い路線が、監督と選手を着実に成長させています。

（おわり）

（「子どもから見る」編は和泉民郎、染矢ゆう子、堤由紀子が担当しました）

部活動をめぐる体験や思いをお寄せください。

hensyukoe@jcp.or.jp までメールで。（「部活って何」とお書きください）