

## 2022年度 COMEBACK 女子柔道プロジェクト 実施報告書

### 【福井発 女子柔道ハンドブック～つなげよう！つながろう！柔道ガールの輪～の製作】

作成期間 2022年7月16日～2023年3月15日  
場 所 取材：県立武道館 編集作業：各自宅  
人 数 編集：6名  
配布先 県内中学・高校柔道部 県内柔道教室各団体 県内小・中・高等学校  
北信越地区各柔道連盟 全日本柔道連盟  
配布部数 500部

### 【ハンドブック製作に至るまで】

2010年に本県柔道連盟は、女子柔道の振興を図るべく「レディース柔道教室」を開催しました。以来2022年まで定期的に継続して行い、女性自身の柔道に対する理解や競技することへの意欲向上に力を注いできました。

しかし、少子高齢化や他競技ブームの波と共に、近年、徐々に柔道人口が減少し、県内の女子柔道人口においても競技者の減少が否めない状況にあり、女子柔道が活性化するには何が必要か、何ができるかを模索し、2022年「キッズルームの開設」と「新・レディース柔道教室」の事業を展開しました。

そして、「福井県女子柔道の現状を多くの方に知ってもらい、女子柔道振興のきっかけを作りたい」、「女子にとって柔道がより身近で親しみあるものとなり、生涯続けたいものとなっていくように」という願いのもと、この「福井発女子柔道ハンドブック」を製作することにしました。

### 【ハンドブックの内容（20p構成 表紙を含む）】

- 女子柔道の発展を目指して <女子部のあゆみ> 1 p-2 p
- つなげよう！つながろう！柔道ガールの輪 <柔道女子アンケートより> 3 p-6 p
- 知っ得・知識 <Part①減量編／Part②生理編／Part③身だしなみ編> 7 p-14 p
- 福井県内外で活躍！女性柔道家プロフィール<応援メッセージ> 15 p-17 p
- 女子柔道のこれから <協同社会の生涯柔道> 18 p

上記の通り、アンケートから分かった県内女子柔道関係者の悩みや疑問に対する回答のほか、柔道女子への応援メッセージ、県柔連女子部の取り組み紹介などを記載し、最後に本県女子柔道の活性化のための重点項目（5つ：下記）をまとめました。

#### 1. 女子が集まれる機会を増やす

- ・女子合同練習日（毎月）を設ける 対象：小学生から一般まで
- ・各地区の女子柔道推進担当者が連絡を取りあうネットワークを拡充し、練習場所を確保

#### 2. 悩み相談窓口の開設

- ・フォームに悩みを直接いつでも書き込める（女性スタッフが対応）
- ・「県柔連 HP」から「悩み相談窓口」へ / QRコード読み取り

