

スポーツの魅力

10月10日はスポーツの日です。内閣府ホームページ等を調べてみたところ、現在、スポーツの日は「国民の祝日に関する法律」により、「スポーツを楽しみ、他者を尊重する精神を培うとともに、健康で活力ある社会の実現を願う」ものと定められています。かつてのスポーツの日（1961(昭和36)年に公布の「スポーツ振興法」で定められたスポーツの日(10月第1土曜日))は、1966(昭和41)年「国民の祝日に関する法律」に基づく体育の日に改められました。

体育の日は、1964(昭和39)年の東京オリンピック開会式の日(10月10日)を記念して制定されました。日本で初めて開催されたこのオリンピックでは、開会式の入場行進曲「オリンピック・マーチ」(作曲:古関裕而氏)、三波春夫さんの「東京五輪音頭」、日本女子バレーの金メダル、マラソン優勝者アベベ・ビキラ選手(エチオピア)の力強い走りなどが特に印象に残っています。また、10月10日は晴れる確率が高いことから、開会式に選ばれた理由の一つであったと聞いたことがあります。

体育の日は、2000(平成12)年以降、ハッピーマンデー制度(他に、成人の日・海の日・敬老の日)により10月10日から10月の第2月曜日となりましたが、2020(令和2)年から名称がスポーツの日に改められました。2つの東京オリ・パラを契機に、名称が「スポーツの日」→「体育の日」→「スポーツの日」へと変遷した過程を理解することができます。因みに、今年は10月の第2月曜日がたまたま10日に当たっていますが、1966年最初の体育の日も10日は月曜日だったとのこと。

さて、今まさに秋です。秋といえば、「芸術の秋」「読書の秋」「収穫の秋」「食欲の秋」などと形容されますが、「スポーツの秋」もよく使われるフレーズです。たくさんの方がスポーツを実践したり観戦を楽しんだりしています。スポーツのどのようなところが多くの人々を魅了するのでしょうか。この機会に考えてみました。

(1) 一年を通して、多種多様なスポーツが存在する。

前述した「スポーツの秋」と限定するまでもなく、日本には四季があり、季節毎に様々なスポーツに出会うことができます。例えば、冬にはスキー、スケート、ジャンプなどのスポーツがあります。また、施設設備の充実により色々なスポーツが屋内外で行われ、一年を通して途切れることはありません。

(2) 「実践 or 観戦」「個人 or 団体」

「実践してよし」「観戦してよし」ということもスポーツの魅力と考えられます。また、個人・団体のどちらでも実践あるいは観戦が可能です。その中で、「楽しい」「うれしい」「悲しい」「悔しい」「感動する」…等、様々な感情が沸き起こります。

(3) 「心技体」の充実、心身の健康、ストレスの解消・・・

スポーツの実践を通して「心(精神力) 技(技術) 体(体力)」が充実するとか、例えば剣道では「気剣体の一致」という言い方がされます。心身の健康やストレスの解消などにも繋がります。

(4) スポーツを通して多くの人と出会い交流することができる。

共通のスポーツを通じて、いろいろな人と出会い、思いを共有することができます。感動の場面に一緒に立ち会ったり喜びを分かち合ったりするなど、一種の一体感が生まれます。

スポーツの魅力について思いに任せてあれこれ勝手なことを述べましたが、10人居れば10通りのスポーツ論があるように、スポーツは今も、そしてこれからも、多くの人々によって愛され続けていくに違いありません。