

アスリートが抱える悩みや、問題等の
実態把握調査報告書 2025

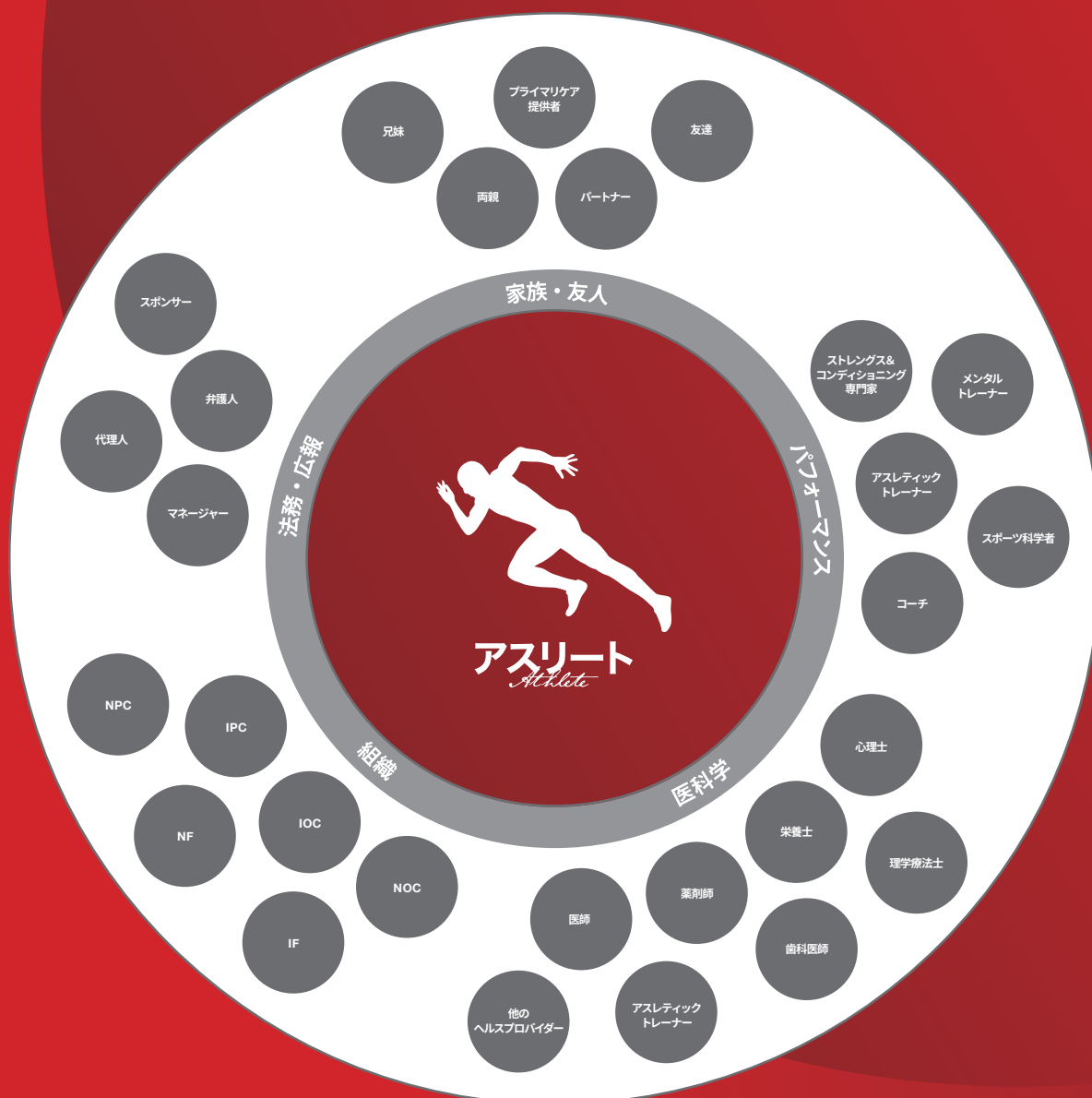
Entourage 日本オリンピック委員会
アントラージュ専門部会

▶ アントラージュとは

フランス語で取り巻き、環境という意味で、競技環境を整備し、アスリートがパフォーマンスを最大限発揮できるように連携協力する関係者のことを定義しています。

日本オリンピック委員会アントラージュ専門部会について

平成 25 年度第 3 回理事会（平成 25 年 6 月 28 日開催）において、選手たちの最善の環境を提供し支援することを目的として、①選手に最善の環境を提供する活動に関すること②選手の健康、社会的発展と倫理の保護に関すること③選手を支援するすべての関係者の連携及び連絡調整に関すること④選手、コーチ及び選手を支援するすべての関係者の教育・研究に関することの 4 つの役割を担うアントラージュ専門部会を設置することが提案され、活動を行っています。公益財団法人日本オリンピック委員会アントラージュ専門部会では、アスリートの年代に合わせて起こりうる課題への対応および危機管理方法の教育を行い、アスリート育成の周辺環境を整える活動を行っています。



アスリートが抱える悩みや、問題等の 実態把握調査報告書 2025

調査概要

対象：2024 年度 JOC 強化指定選手

形式：オンラインアンケート調査

期間：2024 年 11 月 20 日～2025 年 2 月 14 日

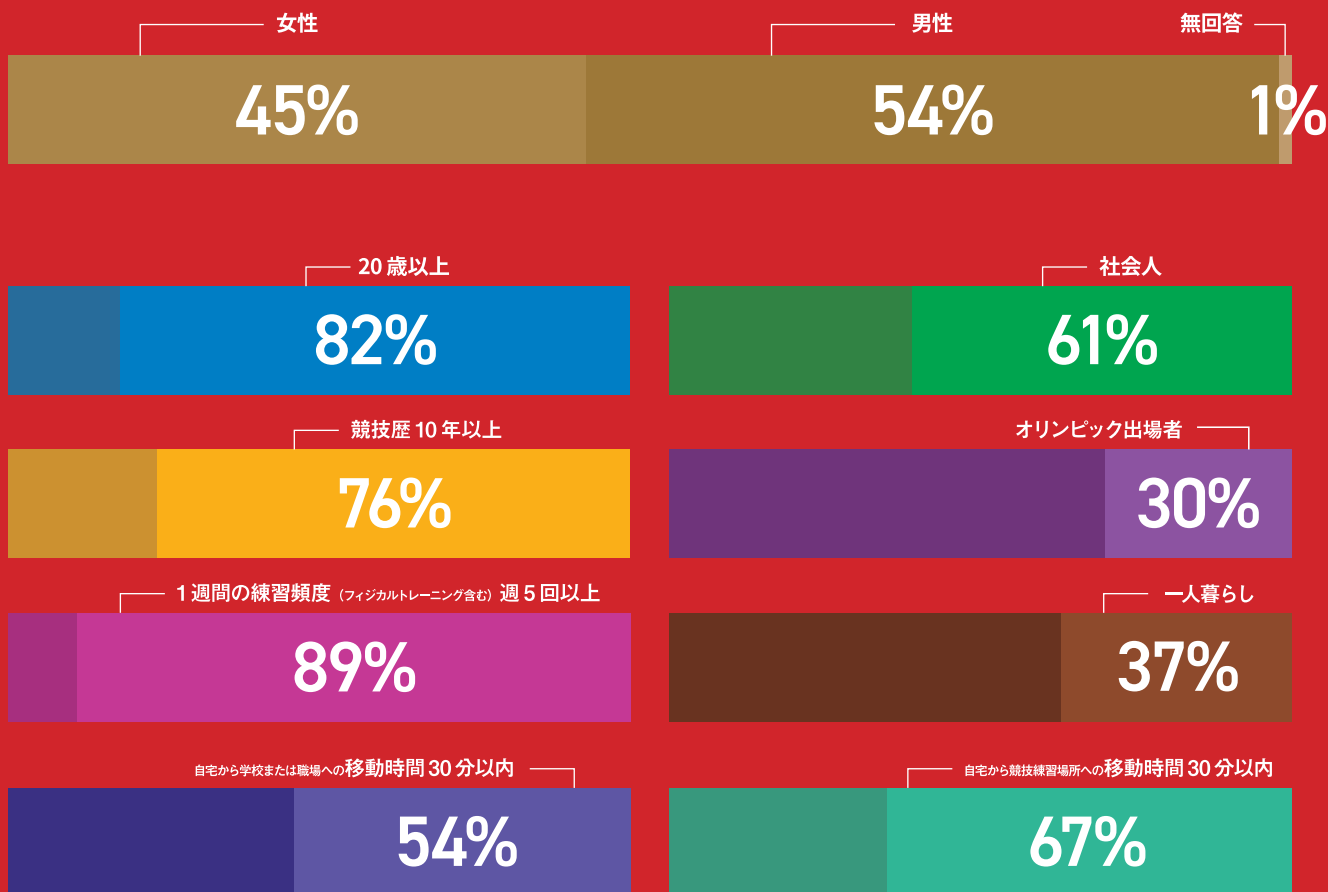
回答率：45.3% (818/1803 人)

内容：①競技内外における不安や悩みについて

②ハラスメントについて

③写真・動画による性的ハラスメントおよび SNS での誹謗中傷について

回答者の基本情報



▶ ストレスや不安に関する調査

現在の競技生活に少しでも
不安があると答えた
アスリート

82%

これまでに睡眠を困難に感じたことがあるアスリート

42%

これまでにうつ傾向だと感じたことがあるアスリート

24%

不安を抱えた際に相談できる相手がいるアスリート

92%

▶ 何に不安や悩みを感じていますか？(複数回答可)

・経済的問題	63%
・引退後の進路・キャリア	72%
・学業あるいは仕事と競技生活の両立	57%
・練習環境・施設設備	57%
・コーチやチームメイト等、周囲の対人関係	62%
・スポーツ障害や体調不良	62%
・家庭生活（育児や介護を含む）と競技生活との両立	29%
・スポーツ医科学・情報戦略・アンチドーピングなどの情報提供	40%
・メディア対応	41%
・SNS による影響	39%

D ストレス発散方法（複数回答可）

好きなものを食べる	65%
睡眠	61%
映画・ドラマ鑑賞	43%
入浴	42%
ショッピング	39%
音楽鑑賞	33%
旅行	27%
さらに競技に打ち込む	25%
SNS 鑑賞	21%
散歩・ランニング	20%
他のスポーツをする	14%
スポーツ観戦	13%
恋愛	12%

JOC 強化指定選手の 82 %が「現在の競技生活に少しでも不安を感じている」と回答しました。睡眠を困難に感じたことがある者は 42 %、うつ傾向の自覚は 24 %に達し、92 %が「相談相手がいる」と回答しています。ストレス解消手段としては「好きなものを食べる」（65 %）と「睡眠」（61 %）が多かったです。JOC は各種セミナーや個別サポートの内容をより充実させ、場所に限定されることのないサポート体制が構築できるように検討していきます。

▶ 競技引退後のキャリア（仕事）に関する調査

競技引退後のキャリア（仕事）について
考えた経験があるアスリート

95%

75%

競技引退後のキャリア（仕事）に少し
でも不安があるアスリート

▶ 競技引退後のキャリア（仕事）について現在、取り組んでいることはありますか？

はい

いいえ

何に取り組んだら良いか
わからない

25%

47%

28%

自身に取り組んでいる競技の「運動部活動に携わる教員」
「スポーツクラブなどのコーチ」の職に就きたいアスリート

自身が所属している協会や連盟の役員・スタッフ
になりたいアスリート

38%

18%

JOC 強化指定選手の 95 % が「競技引退後のキャリアを考えた経験がある」と回答し、そのうち 75 % が何らかの不安を抱えています。しかしながら、現在具体的な準備に着手している選手は 25 % にとどまり、47 % は「何も取り組んでいない」、28 % は「何から始めればよいかわからない」と回答しました。業種や働き方の多様化に伴い、キャリア支援の在り方も変容していることから、JOC はより一層キャリアサポートに関するコンテンツを充実させていきます。

家庭生活（育児・介護を含む）との両立に関する調査

配偶者やパートナーがいるアスリート	25%
子供がいるアスリート	7%

ご自身やパートナーが妊娠を希望する際、不安に感じることはなんですか？（複数回答可）

遠征中の家族やパートナーへの負担	39%
練習時間の確保	39%
産休の取得・期間	27%
パートナー・家族の理解	27%
スポンサーや会社の理解	24%
競技団体やチームメイトの理解	22%
立場の降格（強化指定選手から外れる）	17%
不妊治療が必要となった場合の競技との両立	12%

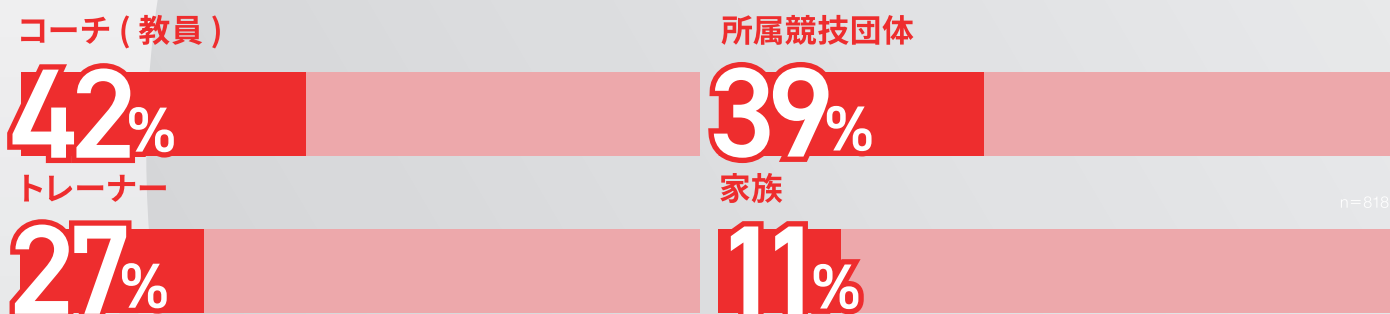
配偶者・パートナーを有する選手は全体の 25%、子どもを有する選手は 7% でした。自身やパートナーが妊娠・出産を希望する際にアスリートが抱く主な不安としては、遠征期間中に家族やパートナーへ負担がかかること (39%)、練習時間の確保が難しいこと (39%)、産休の取得とその期間設定 (27%)、パートナー・家族の理解を得ること (27%) などが挙げられました。JOC は配偶者やパートナーおよび子供を有しているアスリートから意見を伺い、より具体的な対応策を検討していきます。

人的サポート資源に関する調査

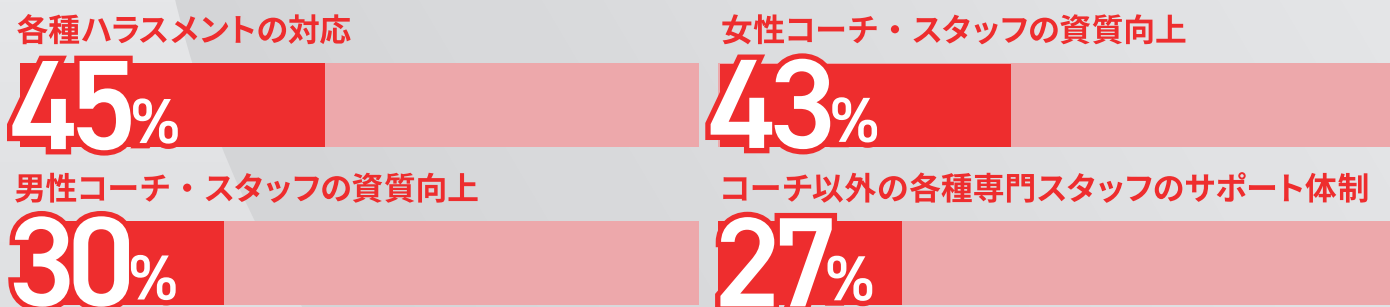
コーチやスタッフなどの人的サポート資源が
充実していないと少しでも
感じているアスリート

56%

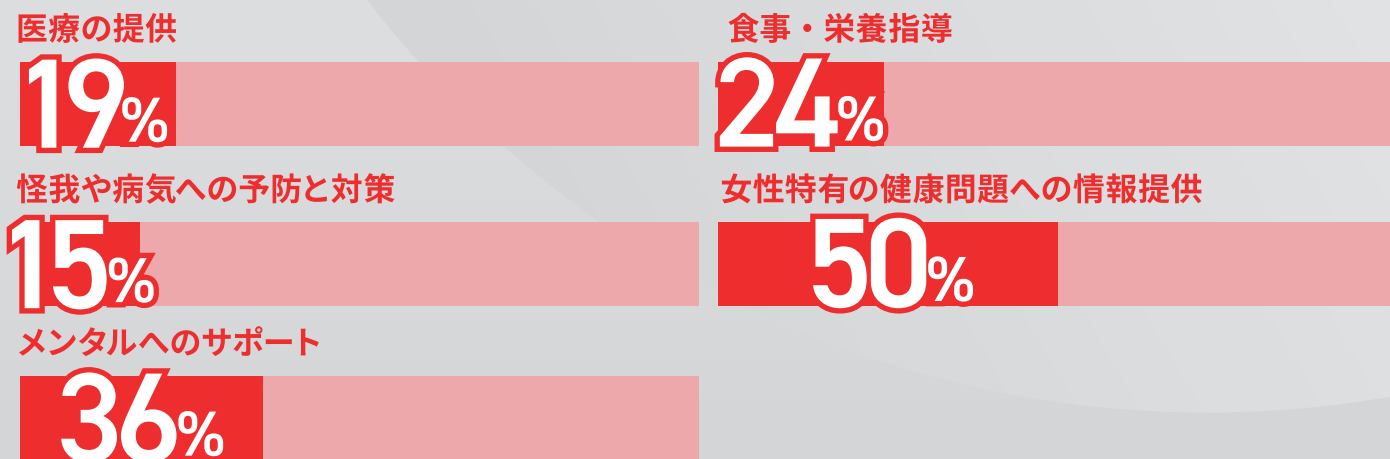
サポートする側の資質向上が必要と感じる関係性（複数回答可）



支援体制が整っていないと感じている項目（複数回答可）



身体的な問題を抱えた場合の支援体制（複数回答可）



金銭的な問題を抱えた場合の支援体制（複数回答可）

コンサルティングを行う支援団体の紹介
（法律・税務のマネジメントなど）

60%

就職支援・雇用の促進、企業とのスポンサー契約

38%

医療費やケアへの資金援助

35%

スポーツ用品や用具などの提供

28%

合宿・遠征費への資金援助

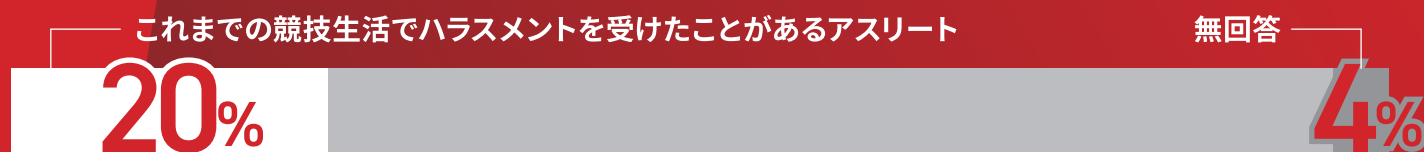
22%

コーチやスタッフなどの人的支援体制が「十分ではない」と少しでも感じている選手は全体の56%に達し、特に支援体制が整っていないと認識された領域は、各種ハラスメントへの対応が45%、次いで女性コーチ・スタッフの資質向上が43%でした。また、資質向上が必要と感じられている対象はコーチ（教員）が42%で最多となり、所属競技団体が39%でした。JOCは、各競技団体へのコンプライアンス教育と組織ガバナンスの強化および女性指導者育成プログラムの拡充などの支援に努めます。

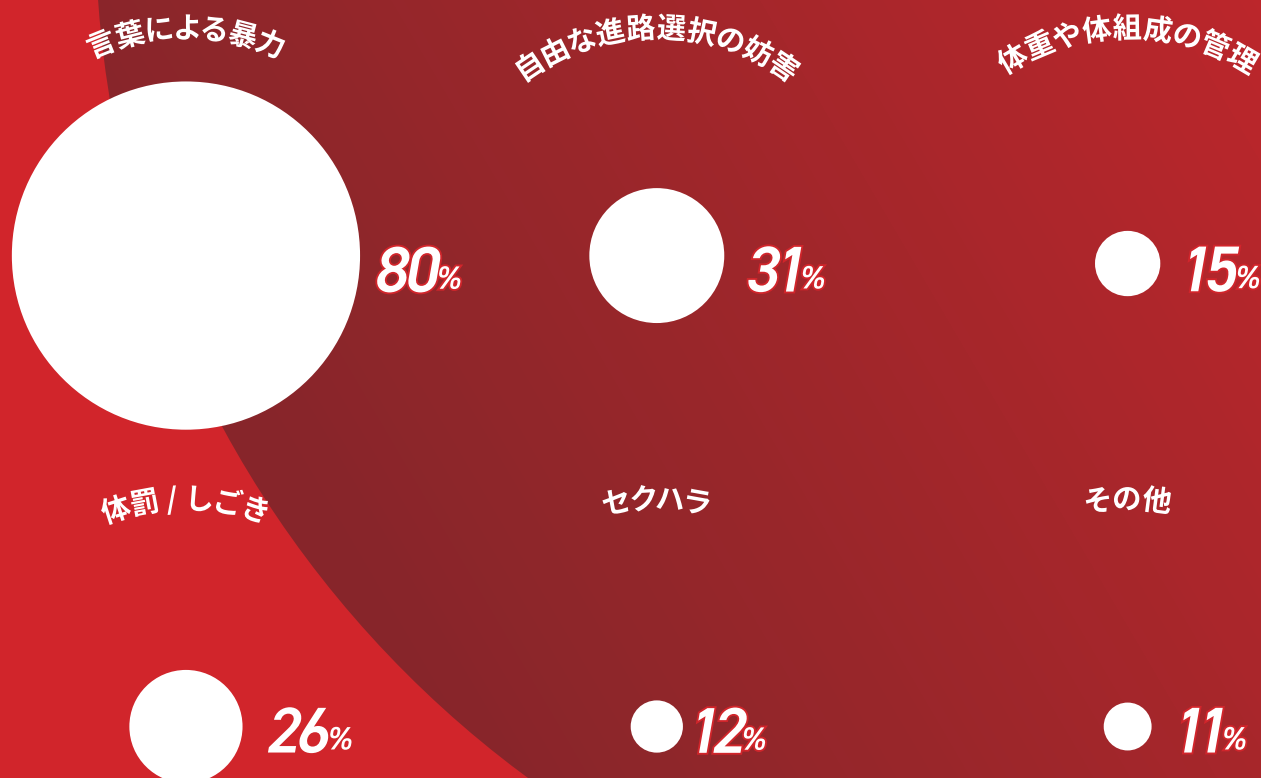
身体的および金銭的な問題が生じた場合の支援についても適切なサポート体制が構築できるように検討していきます。

ハラスメントに関する調査

回答前に回答者には、ハラスメントの定義を明示しました。以降の設問は、トラウマやフラッシュバックを引き起こす可能性があるため、その旨を記載し、回答継続の意思確認を行いました。その結果 76% が回答を継続する意向を示し、24% が中止する意向を示しました。そのため以降の設問は、回答者 622 名 (76%) を対象としています。



ハラスメントの内容（複数回答可）



JOC にハラスメントに関する通報相談窓口があることを知っているアスリート



これまでに JOC や各競技団体のハラスメント相談窓口を利用したことがあるアスリート

ハラスメントに関する調査

これまでの競技生活で各ハラスメントを見聞きしたことがあるアスリート

無回答

29%

6%

ハラスメントの内容（複数回答可）

言葉による暴力

自由な進路選択の妨害

体重や体組成の管理

80%

34%

19%

体罰 / しごき

セクハラ

その他

47%

31%

2%

被害内容では、「言葉による暴力」が 80% と突出して多く、「自由な進路選択の妨害」が 31%、「体罰・しごき」が 26%、「体重や体組成の過度な管理」が 15%、「セクハラ」が 12%、その他が 11% という実態が明らかになっています。一方で、JOC にハラスメント通報・相談窓口があることを認知している選手は 72% と 高水準であるものの、実際に JOC または各競技団体の窓口を利用したことがある選手 はわずか 3% にとどまりました。認知度と利用率の間に大きな乖離が存在しています。アスリートが利用しやすい相談窓口を構築するとともに、JOC はハラスメントのないスポーツ社会を目指します。

写真・動画による性的ハラスメント及び SNS での誹謗中傷に関する調査

これまで盗撮や写真の悪用の被害に遭ったことがあるアスリート

8%

これまでに SNS 等を利用した「他人を傷つけるような投稿（誹謗中傷）」の被害に遭ったことがあるアスリート

11%

SNS などでの不適切な投稿をされたときに、誰が投稿したかを特定する制度（プロバイダ責任制限法）が 2022 年 10 月に改正されたのを知っていますか？

知らなかったアスリート

77%

プロバイダ責任制限法とは？

2022 年 10 月 1 日に施行されたプロバイダ責任制限法（正式名称：特定電気通信役務提供者の損害賠償責任の制限及び発信者情報の開示に関する法律）は、SNS などで誹謗中傷や名誉毀損投稿が行われた際、被害者が速やかに投稿者を特定できるよう発信者情報開示制度を大幅に刷新しました。この制度では、被害者が一度申立てを行うだけで、SNS 事業者（コンテンツプロバイダ）と通信事業者（アクセスプロバイダ）の双方に対して発信者情報の開示を同時に命じることが出来ます。プロバイダ責任制限法により、被害者は一度の裁判手続で短期間のうちに発信者を特定できるようになりました。SNS 上で誹謗中傷やプライバシー侵害に遭った際には、速やかに証拠を確保し、弁護士や専門機関に相談したうえで本制度を活用することが有効といえます。

ウェルフェアオフィサーの「役割」および「活動」を理解しているアスリート

3%

ウェルウェアオフィサーとは？

IOC が「ウェルフェアオフィサー」を設置した背景には、2010 年代以降世界各地で表面化した暴言・体罰・性的虐待などの人権侵害問題があります。とりわけ若年アスリートの保護とメンタルヘルス支援を包括的に担保する必要性が求められています。ウェルフェアオフィサーは、選手のメンタルヘルス支援を行い、ハラスメント通報を受理・調査機関へ連携し、未成年選手の保護を確保するとともに、関係者への啓発活動と大会期間中のリスク評価・報告を担います。

盗撮や写真・動画の悪用被害を受けたことがある JOC 強化指定選手は 8%、SNS 上で誹謗中傷を受けたことがある選手は 11% でした。さらに、SNS 等で不適切な投稿の発信者を特定できるようになった改正プロバイダ責任制限法 (2022 年 10 月施行) を「知らなかった」選手は 77% と高く、被害救済手段の周知が不十分であることが明らかになりました。また、ウェルフェアオフィサーの役割・活動を理解している選手はわずか 3% にとどまり、認知度が極めて低いという課題も浮き彫りになりました。これらの結果を踏まえ、JOC は改正プロバイダ責任制限法の内容と手続き方法をまとめたリーフレットや動画の作成およびウェルフェアオフィサーの役割を紹介するガイダンス実施し、被害の抑止と迅速な救済を実現できるように努めます。

アンケート協力団体

(公財) 日本陸上競技連盟 (公財) 日本水泳連盟	陸上競技 水泳	水球 飛込 競泳 アーティスティックスイミング マラソンスイミング	(公財) 日本ハンドボール協会 (公財) 日本自転車競技連盟 (公財) 日本卓球協会 (公社) 日本馬術連盟	ハンドボール 自転車	ロード トラック マウンテンバイク
(公財) 日本サッカー協会 (公財) 全日本スキー連盟	サッカー スキー	ジャンプ ノルディック複合 クロスカントリー フリースタイル スノーボード アルペン	(公社) 日本フェンシング協会 (公財) 全日本柔道連盟 (公財) 日本バドミントン協会 (公社) 日本ライフル射撃協会 (公社) 日本近代五種協会 (公財) 日本ラグビーフットボール協会 (公社) 日本山岳・スポーツクライミング協会	卓球 馬術 フェンシング 柔道 バドミントン 射撃 近代五種 ラグビーフットボール スキーモ スポーツクライミング カヌー	ライフル射撃 山岳スキー スプリント スラローム
(公財) 日本テニス協会 (公社) 日本ローイング協会 (公社) 日本ホッケー協会 (公社) 日本ボクシング連盟 (公財) 日本バレーボール協会	テニス ローイング ホッケー ボクシング バレーボール	バレーボール ビーチバレーボール 体操競技 トランポリン 新体操	(公社) 日本カヌー連盟 (公社) 全日本アーチェリー連盟 (公社) 日本クレイ射撃協会 (公社) 日本ボブスレー・リュージュ・スケルトン連盟	アーチェリー 射撃 ボブスレー リュージュ カーリング トライアスロン ゴルフ	クレイ射撃 ボブスレー リュージュ カーリング
(公財) 日本バスケットボール協会 (公財) 日本スケート連盟	バスケットボール スケート	3x3 バスケットボール ショートトラック スピードスケート フィギュアスケート アイスホッケー レスリング セーリング ウエイトリフティング	(公社) 日本カーリング協会 (公社) 日本トライアスロン連合 (公財) 日本ゴルフ協会 (公社) 日本スカッシュ協会 (一社) 全日本テコンドー協会 (一社) 日本バイアスロン連盟 (公社) 日本サーフィン連盟 (一社) ワールドスケートジャパン (公社) 日本アメリカンフットボール協会 (一社) 日本クリケット協会	スカッシュ テコンドー バイアスロン サーフィン ローラースポーツ アメリカンフットボール クリケット	バイアスロン スケートボード フラグフットボール

作成者

本報告書は、日本オリンピック委員会アントラージュ専門部会のメンバーにより作成されました。

作成者一覧 (五十音順)

荒木絵里香、太田雄典、新谷昂、杉田正明、杉本文野、田口亜希、谷本歩実、土屋裕睦、寺尾悟、能瀬さやか、古谷利彦、山口理恵子

**TEAM JAPAN**

© 2024 JAPANESE OLYMPIC COMMITTEE

日本オリンピック委員会アントラージュ専門部会
『アスリートが抱える悩みや、問題等の実態把握調査報告書 2025』



TEAM JAPAN



TEAM JAPAN

© 2024 JAPANESE OLYMPIC COMMITTEE

日本オリンピック委員会アントラージュ専門部会
『アスリートが抱える悩みや、問題等の実態把握調査報告書 2025』