

昭和45年度 日本体育協会スポーツ科学研究報告

No. VII 元オリンピック選手のその後の健康調査

財団法人 日本体育協会

スポーツ科学委員会



# 元オリンピック選手のその後の健康調査

## 体力トレーニング研究小委員会

オリンピック出場選手は超一流のスポーツマンであることは言う迄もない。超一流の選手になるためには身体的にも精神的にも一般人よりすぐれたものを持ち、また選手生活を維持する背景にも厳しい生活習慣を維持することが必要であろう。

かれらが、現役選手としてスポーツを実施していた時代の身体的・精神的特徴や生活が、現役を引退したあと、現在までどのような形で残り、現在の健康や生活習慣において一般人とどのような相違を示しているか、また現役時代と現在のかれらの健康や生活習慣にどのような変化があるかを明らかにするのが本調査の目的である。

このような目的で、かつてオリンピックに出場したわが国の選手についてアンケート方式によって健康や生活習慣について調査を実施した。

わが国が初めてオリンピック大会に参加した夏季は第5回ストックホルム大会（1912年）から第17回ローマ大会（1960年）まで、冬季は第2回サンモリッツ大会（1928年）から第9回インスブルック大会（1964年）までの日本代表選手の生存者中、住所の確認できた者を対象として、郵送法によりアンケート調査をおこなった。

アンケート調査の用紙は巻末に添えたが、健康状態に深い関係をもつ食習慣と運動習慣をみると主眼として項目を作成した。

昭和44年4月に郵送したアンケートの発送数は612通であり、転居先不明、または該当地には居らずなどで返送されてきたものが106通あり、回答数は359通（回答率59%）であった。

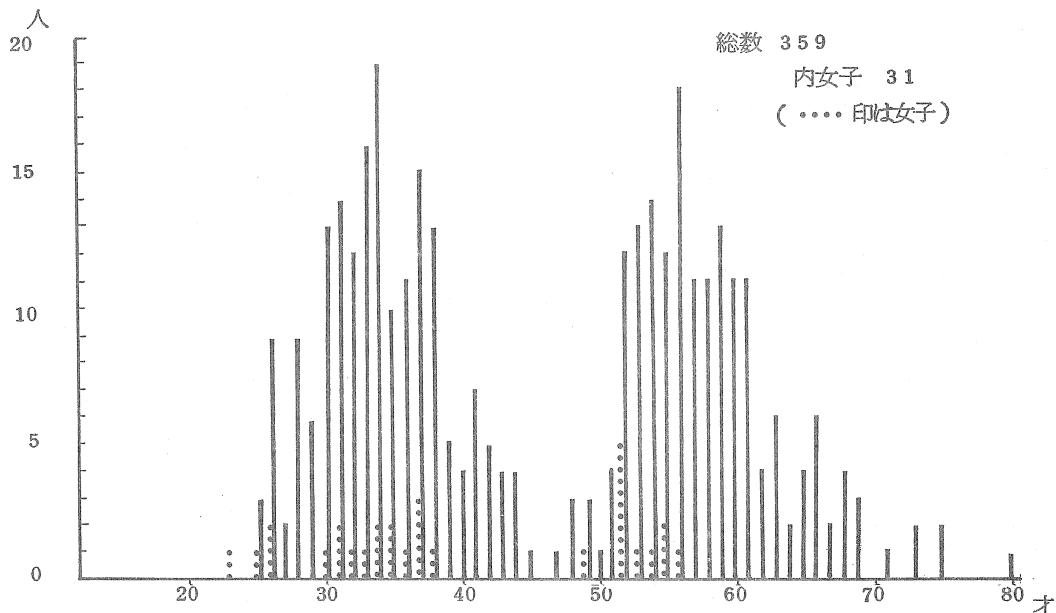
この359通の回答について分析をおこなった。

アンケート発送数	612
返 送	106
回 答	359

## 1. 回答者の年令別、種目別、出場大会別構成

アンケート回答者359名の年令別構成を図1に示した。回答者の中で最年少は23才（インスブルック冬季大会出場のフィギュアスケート選手・女子）であり最年長は80才（アムステルダム、ロスアンゼルス両大会に出場の馬術選手・男子）であった。年令別にみると30～40才代、

図1. 回答者の年令別構成



50～60才代の2つの頂点をもつ2峰性分布を示している。40～50才代が少ないので第二次大戦によってオリンピック大会が中断されたことが大きな原因であるが、又戦争により死亡した人

表1. 大会別にみた回答者数

夏季オリンピック		
1912 第5	ストックホルム	0 (2)
1920 第7	アントワープ	3 (15)
1924 第8	パリ	9 (20)
1928 第9	アムステルダム	15 (43)
1932 第10	ロスアンゼルス	53 (137)
1936 第11	ベルリン	73 (171)
1952 第15	ヘルシンキ	41 (72)
1956 第16	メルボルン	46 (117)
1960 第17	ローマ	65 (167)

がかなり居たことにも依る。

回答者を大会別にみると表1のようである。夏季大会では1932年ロスアンゼルス大会以後急増し、1936年ベルリン大会が最高で73名、1960年ローマ大会がこれに次いで65名とな

っていた。冬季大会では1964年インスブルック大会が27名で最高であり、1960年スコーバレー大会は22名でこれに次いだ。回答率は大会によりあまり変動せず、回答の多かった大会は出場者もまた多かった。

冬季オリンピック

1928 第2	サンモリッツ	6 (6)
1932 第3	レークプラシッド	8 (17)
1936 第4	パルテンキルヘン	19 (32)
1952 第6	オスロー	7 (13)
1956 第7	コルチナダンペッオ	7 (10)
1960 第8	スコーバレー	22 (41)
1964 第9	インスブルック	27 (48)

( ) は大会出場者数

回答数 401 内女子 37

出場者数 911

尚、回答者359であるのに大会別回答者数が401になっているのは二回、或いは三回の大会にわたくて出場した人がかなり居るためである。

回答者を種目別にみたのが表2である。陸上競技61名、水泳55名、漕艇40名、ホッケー21名、アイスホッケー20名、蹴球18名、スピードスケート16名で他は15名以下であった。

表2 種目別回答者数

陸 上	61
水 泳	55
漕 艇	40
ホ ッ ケ ー	21
アイスホッケー	20
蹴 球	18
スピーダースケート	16
レスリング	13
スキーディスタンス	12
体 操	12
水 球	11
バスケットボール	10
ボクシング	10
スキージャンプ	8
ヨ ッ ト	7
フィギュアスケート	7
スキー複合	6
馬 術	5
ライフル射撃	5
スキーアルペン	5
ウエイトリフティング	4
自 転 車	3
庭 球	3
クレ一射撃	2
飛 込	2
バイヤスロン	2
近 代 五 種	1
合計	359

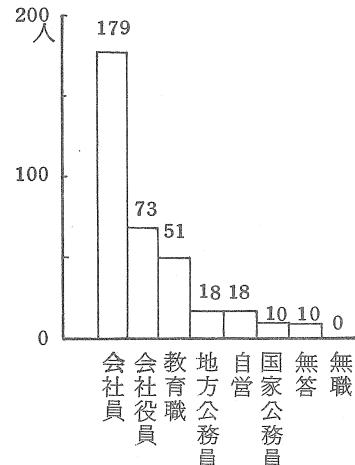
## 2.

回答者の職業別分布をみたのが図2である。

252名が会社勤務、51名が教育職、28名が公務員、18名が自家営業であった。回答者の中で31名は女性であるが、そのうち18名は教育職（大学、高校、中学の教師）8名は会社勤務、残りの5名が無答であった。

無職と答えたものは0であったが、無答（女子5名、男子5名）を無職と考えてもわずか10名の者が無職であり、相当な高令者でも現在何らかの仕事に従事していると考えられる。

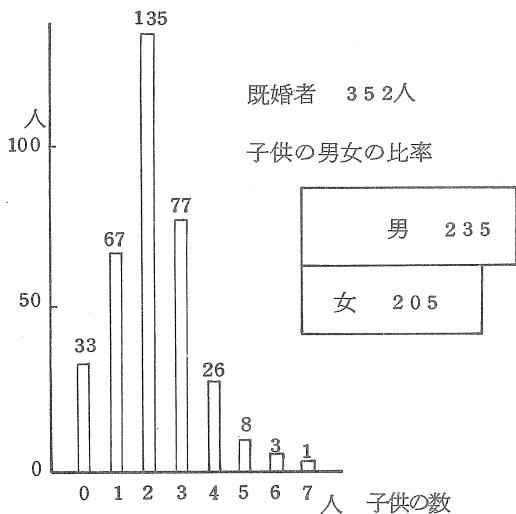
図2 回答者の職種別分布



## 3. 回答者の婚姻関係と子供数

359名のうち352名が既婚者であった。図3のように既婚者の子供数は既婚者の39%にあたる135名の人が2人であり、22%にあたる77名の人が3人で、19%にあたる67名の人が1人であった。すなわち約80%の人の子供数は1～3人である。子供がないのは33名でありまた子供が4人以上の人はなかった。子供の男女の比率は男子235、女子205(114:100)であった。

図3 既婚者の子供数



#### 4. 競技的スポーツの開始年令と中止年令

オリンピック大会に出場したスポーツを開始した年令と中止した年令をまとめたのが図4、図5である。開始年令は15才を頂点とした分布を示しているが、大半は10～20才の間に開始し、早くは6才、遅くは29才（例外的には33才）の年令にわたっている。中止した年令は24、25

開始年令を個人的にみると一番若くして始めたのが6才でその種目はアイスホッケー（1名）、サッカー（1名）、スピードスケート（2名）、レスリング（1名）、スキーアルペン（1名）であった。次いで7才で始めたのが陸上競技（1名）アイスホッケー（1名）、水泳（1名）、スキーパラグライダー（1名）であった。

図4 競技的スポーツ開始年令

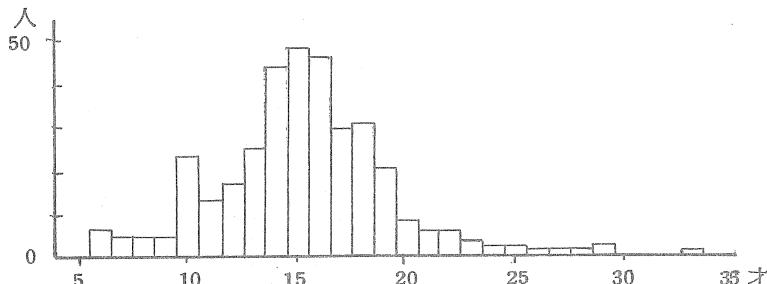
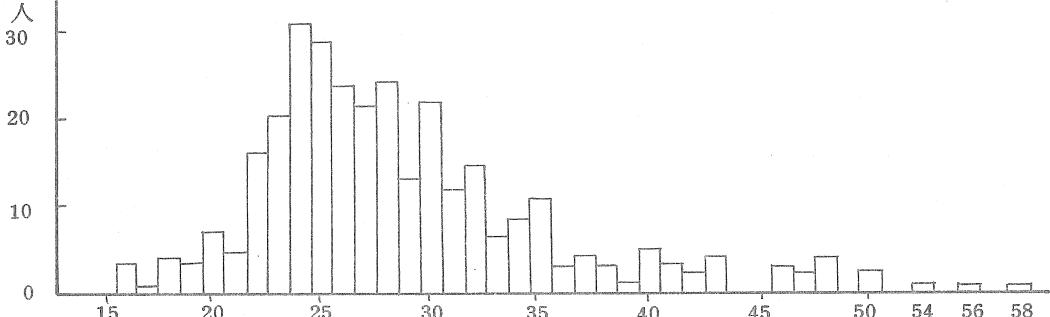


図5 競技的スポーツ中止年令



を頂点とした分布を示している。早くは16才、遅くは40才代の後半の年令にわたっている。このことからレクリエーションではなく、競技的にスポーツをおこなうのは主として20数才～30数才にわたる青年期の12、13年の間であると言える。

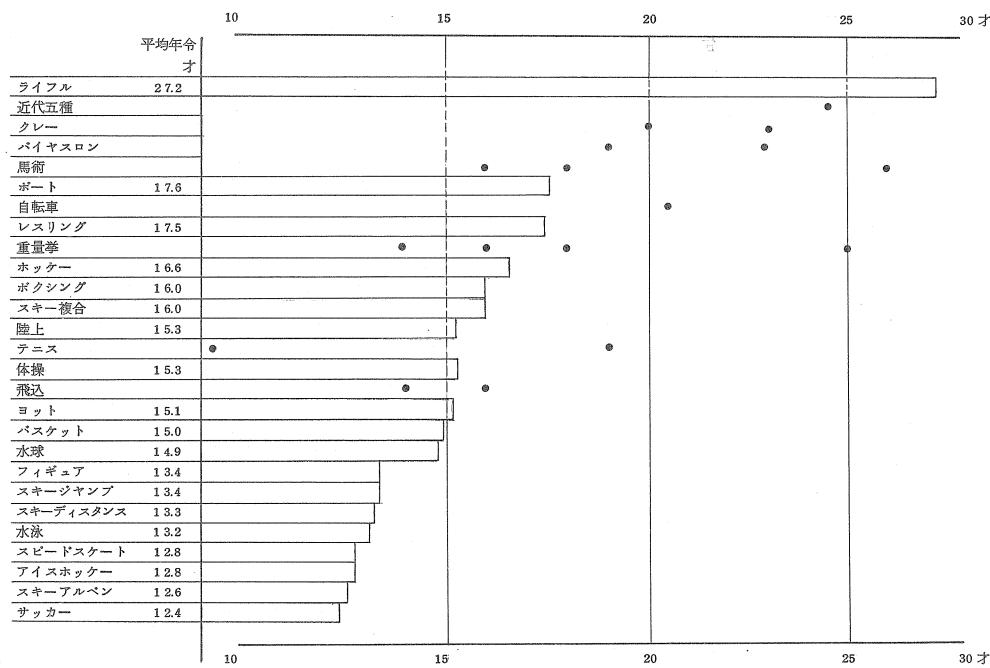
競技的スポーツを開始した年令をスポーツの種目別にみたのが図6である。一番若い平均年令ではじめるのがサッカーの12.4才、次いでスキーアルペン、アイスホッケー、スピードスケート、水泳とつづく順になる。最も高年令ではじめるのがライフルの27.2才である。射撃が許される法的年令が20才であるが、用具を揃える経済的条件などがととのってからおこなえるものであるからはじめるのが遅いのであろう。一般にスポーツをおこなうためには社会的、経済的条件が深く関係している。

ジャンプ（1名）、ボクシング（1名）であった。これらの年令は非常に若く専門種目をこの年令で開始したのかどうかは明らかでないが、一般的にスポーツを開始してから、暫く経てから競技的にスポーツをおこなうものであるからこの場合も遊戯的にスポーツを開始した年令と解すべきであろう。

種目別平均でみると、巧緻性が重要な部分を占める種目では若い年令で開始している。持久性や筋力が重要な部分を占める種目では開始するのは遅いといえよう。

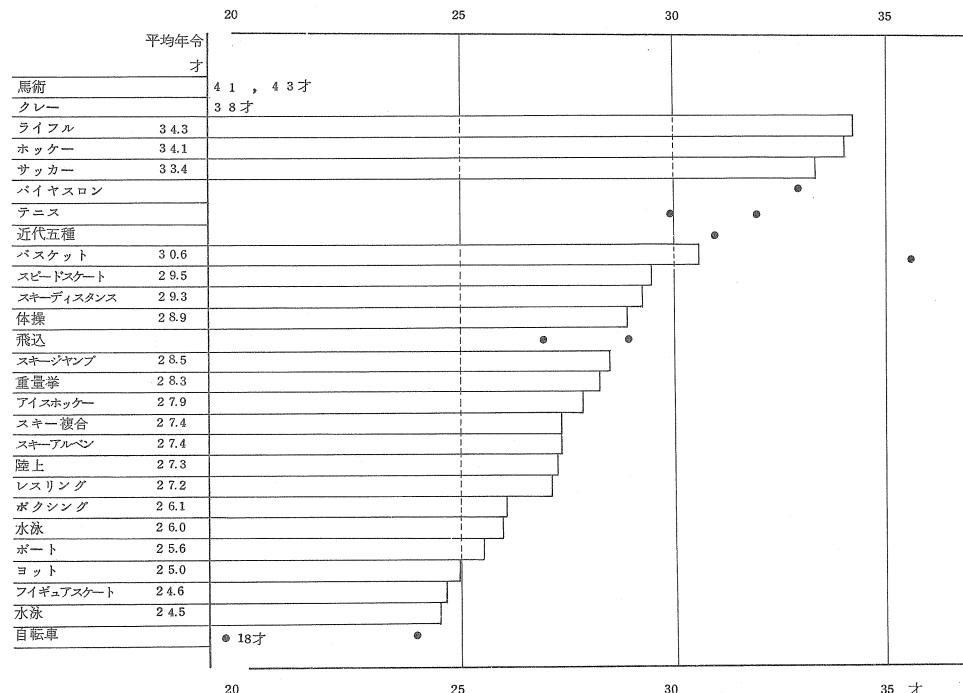
競技的スポーツを中止する年令の最も早いのは自転車、水泳、フィギュアスケート、ヨットとなっている。高年令までつづけているのは馬術、クレー、ライフル、ホッケーなどの種目である。

図6. 競技的スポーツ開始年令



(回答人数の少い種目は平均値を出さず個人の値をそのままプロットした)

図7. 競技的スポーツ中止年令



(回答人数の少い種目は平均値を出さず個人の値をそのままプロットした)

そのスポーツを開始してから、中止するまでの年数が最も長いのがサッカーの20.8年、次いでホッケーの17.6年、スピードスケートの16.6年、スキーディスタンスの16.0年、バスケットボールの15.6年、アイスホッケーの15.1年、スキージャンプの15.1年、スキーアルペン14.6年などであった。

スポーツ競技においてその個人の最高能力を記録した年令の分布をみたのが図8であり、種目別にみたのが図9である。自己の最高記録をだすのは23～24才を頂点とした正規分布をしめし、早くは11才から、遅くは35才までにわたっている。このことから競技で自己の最高記録を出すのに、始めてから8～10年の歳月を要すると言うことができる。種目別にみるとフィギュアスケートの15.4才が最も若く、次いで自転車の20.0才、水泳の20.5才、ボクシングの20.8才である。大半の種目で20～24才で最高記録を出している。クレー、ライフルなどは開始する年令もおそいので、最高記録を出す年令も遅くなっている。

図8 競技で最高記録を出した年令

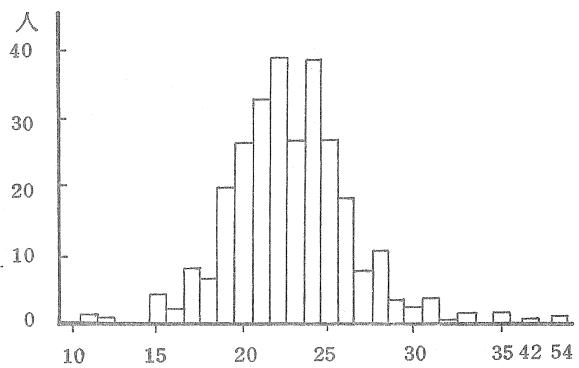
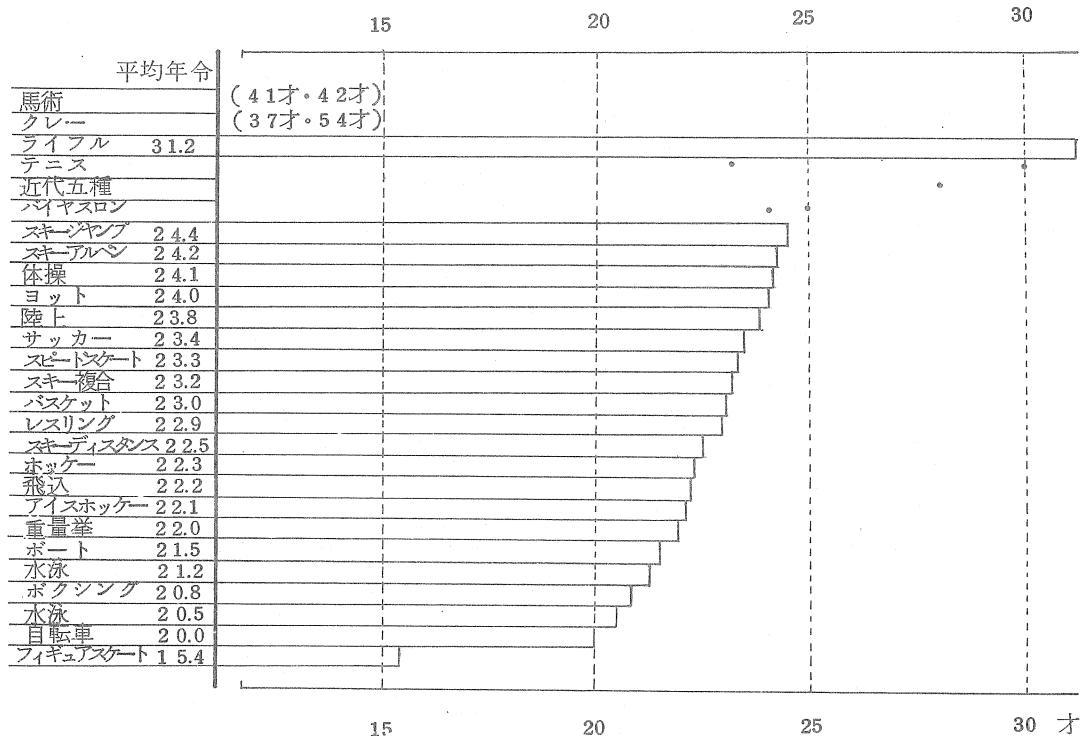


図9 最高記録を出した年令



(回答人数の少い種目は平均値を出さず個人の値をそのままプロットした)

## 5. 選手生活に入った理由、中止した理由

選手生活に入った理由として最も多いのはスポーツが好きだということで233名をしめしている(図10)。ついで先生や指導者あるいは家族知人の影響によるものが163名である。選手生活に入った理由は自己の判断によるものが大半を占めているが、先生、指導者、家族、知人などにすすめられて入る場合も約25%あり、環境の影響を無視できない。

選手生活を中止する理由をみたのが図11である。一番多いのが1)自己の能力に限界を感じた(140名)、次いで2)時間がなくなった(137名)である。競技的スポーツをおこなうには常に激しいトレーニングが要求されるが、激しいトレーニングをつづけることには年令によ

る体力の低下という限界が関与する。また規則的にトレーニングをおこなう条件として時間的余裕が必要であるが、学校を卒業し、仕事に従事するようになれば勤務の拘束時間が生活の大部分を占めるようになりスポーツに没頭できる時間的余裕がなくなる。選手のなかでは社会人もいる訳であるが、職場での年数を経るにつれて勤務上でより責任ある地位につくことになり勤務が多忙となりスポーツをおこなう時間的余裕がなくなる。また年をとるにつれて激しい競争的なスポーツをおこなう欲求も次第に減少していくであろう。その他の理由として多いのは49才以上の人があげた"兵役、戦争のために中止せざるを得なかった"である。

図10 選手生活に入った理由

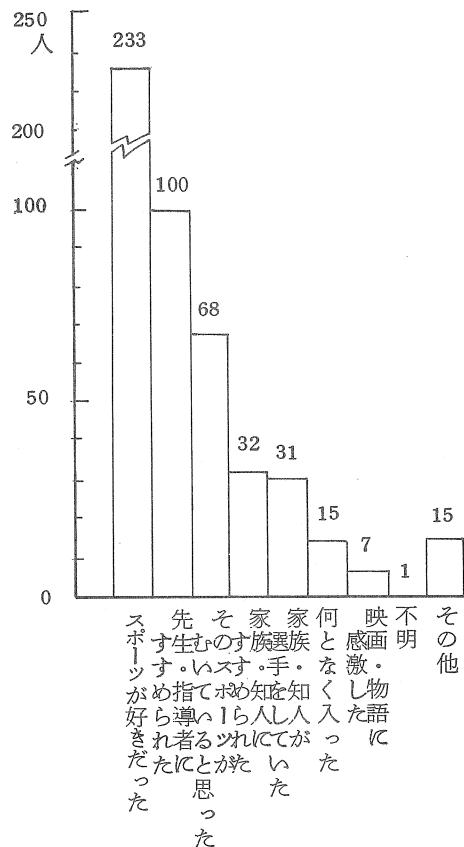
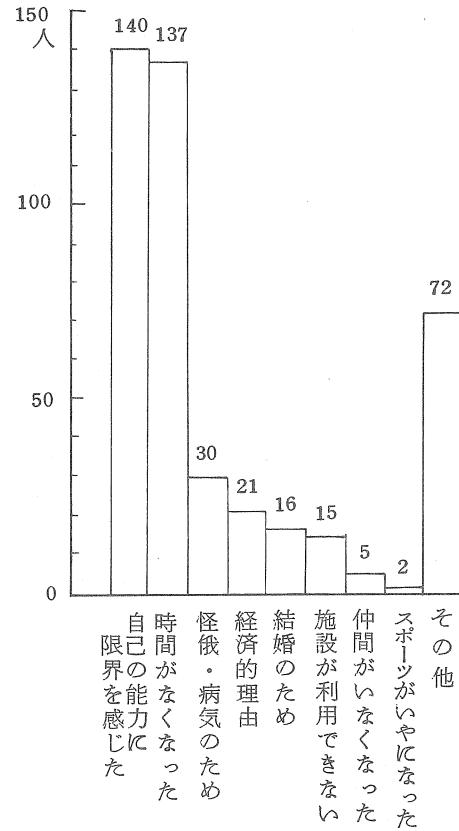


図11 選手生活を中止した理由

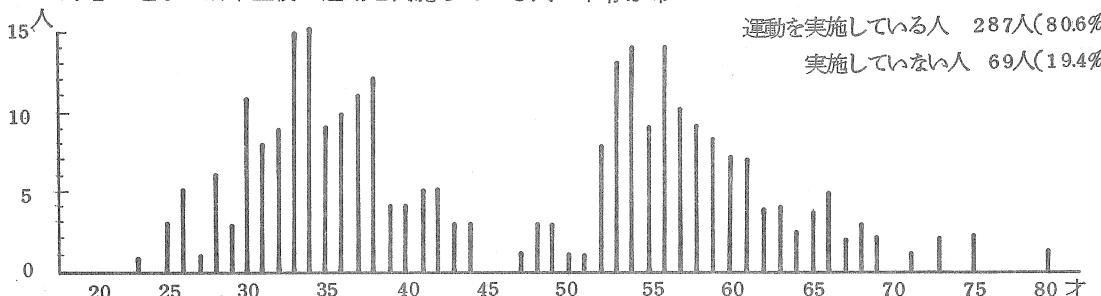


## 6. 選手生活中止後の運動及び健康法

選手生活を中止する理由としてはその競技において高い能力を維持することが不可能となるという体力的限界によるものや、学校を卒業し社会人として勤務に専念せざるを得ないという社会的な

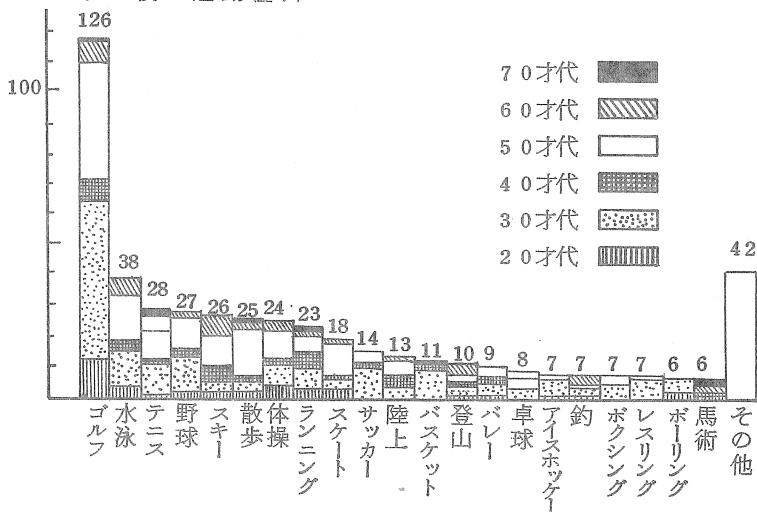
が、それ以下の年代では40～50才の実施者が一番多く89%である。30才以下の実施者は一番少なく67%である。30才以下で実施者が少ないというのは激しい競技的スポーツのために多

図12 選手生活中止後の運動を実施している人の年令分布



原因によるものが多かったが、選手生活を中止した後でも287名(81%)の人は何らかのスポーツや身体運動的を健康法を実施している(図12)これらの人々は健康に注意を払い、運動の習慣が

図13 選手生活中止後の運動種目



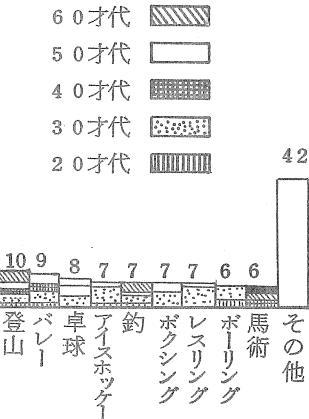
身についていることを示している。

選手生活中止後の運動種目の多い順に挙げると①ゴルフ ②水泳 ③テニス ④野球 ⑤スキーの順となる。これらの種目は比較的軽い運動で、レクリエーションナルスポーツとして適当なものである。また、選手時代と同じ種目を、後進の指導を通じて行っていたり、またはレクリエーションナルにつづけている人も多い。

実施している人達の年代別にみた特徴は(表3)

70才以上では回答者6人中全員が実施している

大な時間と犠牲を払い社会人としての他の能力の開発を怠ってきたことへの反動とか、勤務に専念するためにとか、また現在の体力、健康への自信などによると考えられる。しかし、これは一時的



な中断状態であり、数年後になればまた何らかの健康維持のためのスポーツを始めるものが多いと思われる。

表3. 年代別にみた選手生活中止後の運動

	実施している人	実施していない人
30才迄	30人(66.6%)	15人
30～40才	87人(82.9%)	18人
40～50才	24人(88.9%)	3人
50～60才	97人(79.5%)	25人
60～70才	33人(80.5%)	8人
70才以上	6人(100%)	0

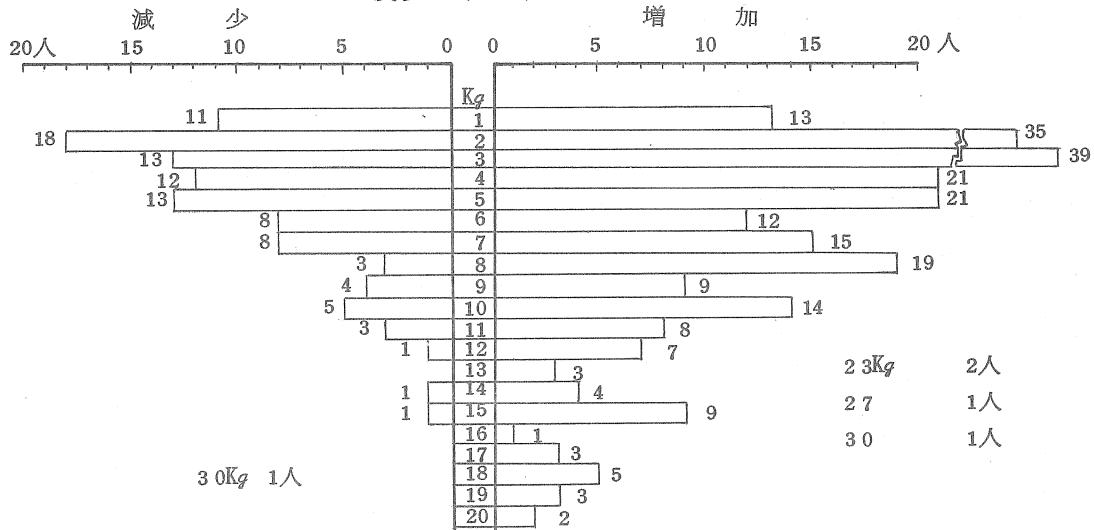
## 7. 選手時代と現在の体重の変化

選手時代の体重は本人の記憶による記入であるが、スポーツマンは自らの体調につねに注意を払うもので多少の誤差はあってもほぼ正確なものと考えて現在の体重との変化をみた（図14）

全体の10%の人は体重の変化がみられず、26%の人は減少、64%の人は増加していた。

減少の顕著な例は陸上選手（66才）の30Kgがある。このほか10Kg以上減少したものが11名であるが、多くの者は5Kg以下の減少である。増加で顕著な例は陸上選手（63才）の30Kgがある。このほか20Kg以上増加したものが5名あった。

図14 選手時代と現在の体重の変化  
変らない人39人



体重の変化の年令的特徴をみると次のようであった（表4、表5）。30才以下の人では93%の人に変化があり、変化のあった人の63%が平均3.9Kgの増加であり、37%が平均3.7Kgの減少であった。30～40才では89%の人に変化があったが、変化のあった人の87%が平均6.0Kgの増加、13%の人が平均3.5Kgの減少であった。一般に選手生活中止後、体重の増える人が多いが（64%）、増加の著しい年代は40～50才でこの年代の変化のあった人の94%が平均7.26Kg増加である。70才以上では変化のあった5人のうち減少した人、増加した人の割合は半々であるが、増加は9.5Kg、減少は6Kgと増減の差が大きくなっている。

体重の変化にスポーツ種目の特殊性はみられなかった。

表4 年代別にみた選手時代と現在の体重の変化

	変わらない人	変わった人
30才迄	3人	42人 (93.3%)
30～40才	16人	125人 (88.7%)
40～50才	6人	23人 (79.3%)
50～60才	12人	101人 (89.4%)
60～70才	4人	37人 (90.2%)
70才以上	1人	5人 (83.3%)

表5. 体重の変わった人の増減の割合とその平均値

	減 少	増 加
30才迄	3.7Kg (36.6%)	3.9Kg (63.4%)
30～40才	3.5 (13.1%)	6.0 (86.9%)
40～50才	2.3 (6.0%)	7.3 (94.0%)
50～60才	5.2 (23.7%)	7.4 (76.3%)
60～70才	6.6 (30.6%)	7.2 (69.4%)
70才以上	6.0 (49.0%)	9.5 (51.0%)

## 8. 選手時代の競技による疾病、傷害

選手時代、競技によって疾病、傷害をうけたとするものは155名、うけなかつたものは188名であった。無しが予想以上に多かったが、これは一流選手になるためには身体的コンディションがよくなければならず、そのために傷害や疾病も少いのであろう。傷害と疾病の種類を示したのが図15である。疾病は非常に少なく傷害が大部分である。傷害の中で捻挫が32件でもっとも多く骨折20件、腰痛15件、関節炎15件、肉離れ14件であり、これらは全てスポーツでおこりやすい傷害である。これらの疾病や傷害を競技種目別にみると表6のようである。種目によるスポーツ傷害の特性がみられ、たとえば体操に脱臼が多く陸上競技に肉離れが多く、またライフルの聴力低下、ボクシングの顔面切創、ウェイトリフティングの腰痛などがみられた。

スポーツ傷害発生の外的原因にはトレーニング場の不備などがあげられるが、傷害発生原因の多くは選手側にある。原因を列挙すると①過労のため②未熟、トレーニング不足のため、③準備不足のため④注意散漫のため等である。

一流選手になるためには多少の傷害を経験するのは通常であり、傷害を克服して一流選手になっているとも言える。しかし傷害の程度が深ければ十分に実力を発揮できずそのため選手生活を断念した人も多いことは事実である。原因の多くは選手側にあり、適正なトレーニング、細心の注意疲労を蓄積させない努力などで多くの傷害は防ぎ得るものと言えよう。

図15 競技中の疾病、傷害

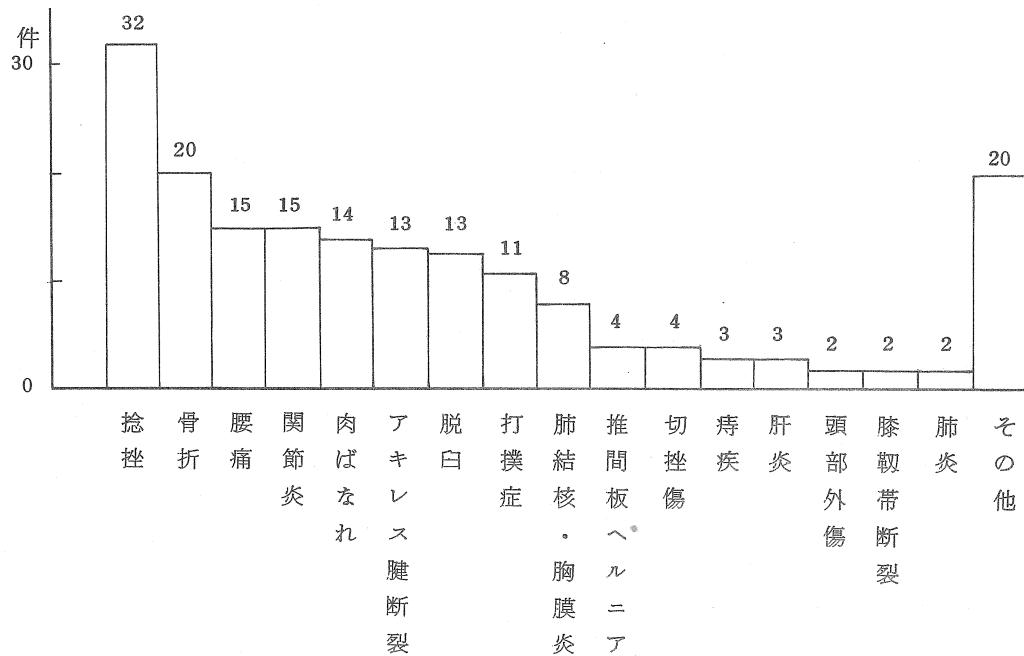


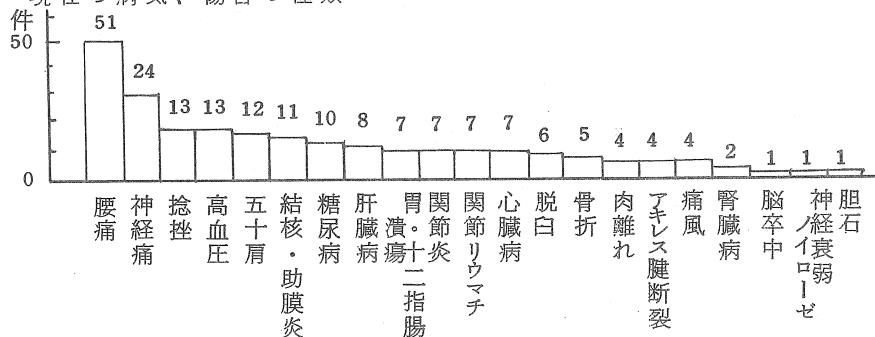
表6. 種目別にみた選手時代の傷害と疾病

陸 上 競 技	肉離れ 1 2 神経痛 3 腰 痛 3 骨 折 1	アキレス腱断裂 5 関節炎 5 捻挫(足首) 5 切挫創 1	肺結核 2	肋膜炎 2
サ ッ カ 一	アキレス腱断裂 2 膝靭帯断裂 1 捻 挫 3 脊髄腫瘍 1	関節炎 3 骨折 5 腰椎椎弓分離 1	肺結核 1	
ボ ー ト	アキレス腱断裂 1 関節炎 1 脱臼 1	神経痛 2 腰痛 3	胸膜炎 2	肺炎 1 痔疾 1 瘻疽 1
体 操	脱臼 7 アキレス腱断裂 2 捻 挫 1	腰痛 4 骨折 1	打撲 2	
水 泳	骨 折 2 神経痛 1	関節炎 1 肉離れ 1	腰痛 1	外耳炎 1 結膜炎 1
バ ス ケ ッ ト	腰痛 1	アキレス腱断裂 2 関節炎 1	捻挫 5 骨折 1 脱臼 1	
レ ス リ ン グ	腰痛 1	アキレス腱断裂 1	捻挫 3 骨折 1 膝靭帯断裂 1	急性肝炎 1 尋麻疹 1
ポ ク シ ン グ	腰痛 1	顔面切創 3	脱臼 1 捻挫 1	肝炎 2
ウエイトリフティング	腰痛 1	椎間板ヘルニア 1		
自 転 車	腰痛 1	打撲 1	擦過傷 1	
ホ ッ ケ 一	腰痛 1	打撲 3 頭部外傷 1	捻挫 2 椎間板ヘルニア 1	
テニス				発疹チフス
ライフル	筋肉炎 1			聴力低下 1 右眼中心性網膜炎 1
水 球	裂傷 1			
近 代 五 種	腰痛 1			
飛 込	腰痛 1			
バイヤスロン	腰痛 1			
ヨ ッ ト				痔疾 2
馬 術	腰痛 1			
スピードスケート	腰痛 1	切挫創 2 打撲 1	捻挫 1 骨折 1	神経痛 1 痔疾 1 腎臓病 1 十二指腸瘻 1
アイスホッケー	腰痛 1	椎間板ヘルニア 1 関節炎 2	骨折 3 打撲 1	腰痛 2 頭部外傷 1 急性肝炎 1
アルペンスキー	腰痛 1	捻挫 3	骨折 1	頭部外傷 1
スキーフレンド	腰痛 1	捻挫 2	骨折 1	肉離れ 1
スキージャンプ	腰痛 1	骨折 2	関節炎 2	捻挫 2
スキーディスタンス	腰痛 1	頭部外傷 1	捻挫 1	骨折 1
フィギュアスケート	腰痛 1	アキレス腱炎 1		肺結核 1

## 9. 現在の疾病と傷害

現在の疾病と傷害の種類を図16に示した。腰痛、神経痛がそれぞれ51件、24件あり、また関節炎、関節リウマチなど筋肉・関節・骨などの運動器官の傷害が多く過度の身体活動の影響をあ

図16 現在の病気、傷害の種類



らわしているものと考えられる。疾病は高血圧、五十肩、糖尿病などが主で加令による一般的の傾向であり、スポーツ活動による特別な傾向はみられない。

## 10. 飲酒、喫煙

飲酒についての調査結果を図17に示す。毎日飲む人は、選手時代は9名であったのが、現在では124名に増えている。選手時代に飲酒しなかった169名は現在殆ど飲まない人も含めて111名と減って選手時代飲まなかった人でも現在飲むようになったことをあらわしている。選手時代に常飲する人は少なかったが全く飲まないというわけではなく、意識的に節制をしていたのであろう。現在でも殆ど飲まない人と全く飲まないを合せると111名(32%)である。

喫煙についての結果を図18に示した。タバコは選手時代にも毎日喫う人が78名いるが、喫煙の習慣がない人が204名(56%)であった。現在は毎日喫う人が193名に増えているが、喫わない人も142名(41%)である。選手時代に比較して現在の喫煙者の増加率は、飲酒者の増加率よりも少ない。

逆に喫煙をしない人の減少率も、飲酒しない人の減少率より少ない。

飲酒でも喫煙でも、殆どは若い時に習慣がつくものであり、スポーツマンは一般に飲酒、喫煙が習慣化している人が比較的多いようである。

図17 飲酒について

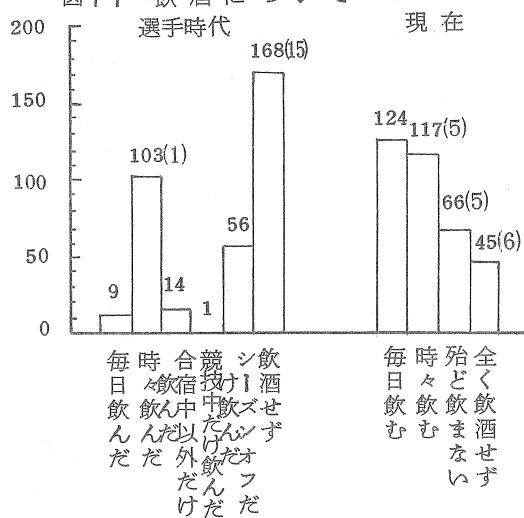
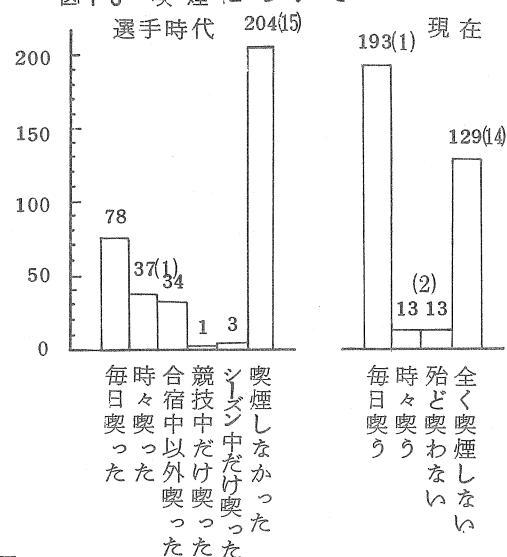


図18 喫煙について

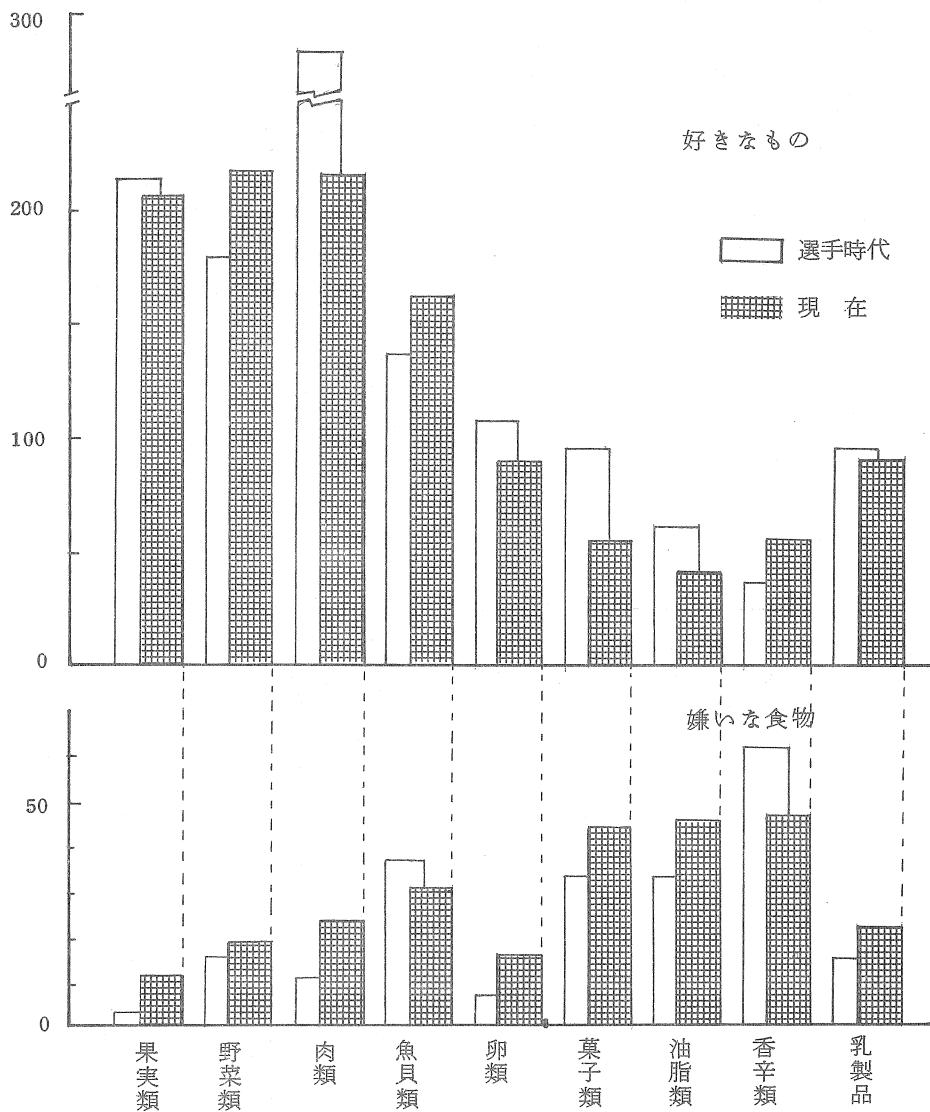


## 11. 食物の嗜好

選手時代と現在の好きな食物と嫌いな食物を図19に示す。選手時代に一番好きな食物は肉類であったが現在は野菜類、魚貝類に変わった人が多い傾向がみられる。選手時代には卵類、菓子類も好んで食べていた。

これはスポーツ活動を中止したこともあるが、加令による嗜好の変化でもある。

図19 好きな食物、嫌いな食物

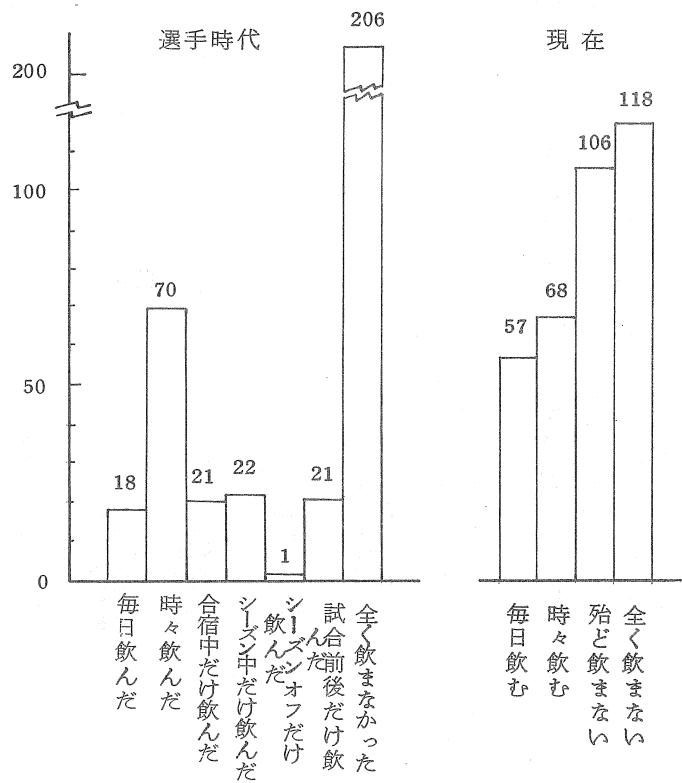


## 12. 栄養剤、保健薬の飲用

栄養剤、保健薬の飲用状況を図20に示した。選手時代に飲んでいる人（毎日或いは時々）は88名で、全く飲まない人は206名であった。選手時代には合宿中、シーズン中、また試合の前後に飲用するという特別な事情もある。それは激しいトレーニングによる疲労の回復を促進するためとかまた精神的緊張を緩和させるために飲用す

ることなどが考えられる。現在飲まない人（殆ど飲まない、全く飲まない）は224名もあり全体の数のうえでは大きな変化はない。薬品名を列挙すれば内容的にはビタミン剤及びそれに準ずるもののが大部分である。また薬品には時代的変遷もうかがわれた。

図20 栄養剤、保健薬の飲用について



### 選手時代

ビタミン剤	アリナミン	エピオス
マムシ粉末	ビタミンB1	リポビタン
オリザニン	わかもと	グロンサン
消化剤	ビタミンC	肝油 メタボリン
ぶどう糖	アスパラ	パンビタン ストレスカッピ
総合栄養剤	ニンニク	ハチミツ 養命酒
オクナール	ハイシー	ブルトーゼ

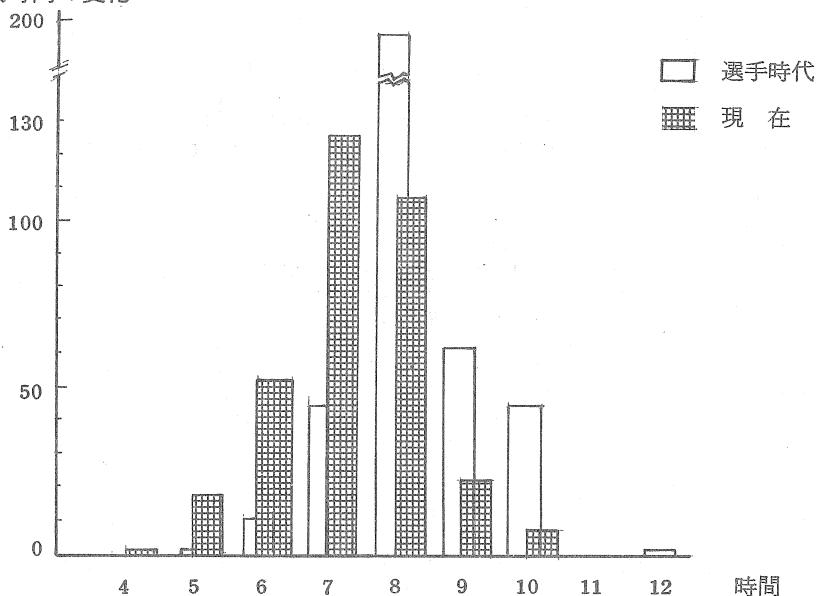
### 現在

ビタミン剤	アリナミン	ビタミンB1
グロンサン	アスパラ	
エピオス	マムシ粉末	リポビタン わかもと
消化剤	ユベロン	胃腸薬 漢方薬
ぶどう糖	肝臓薬	パンビタン オロナミン
チオクタン	総合栄養剤	ニンニク
ハチミツ	パロチン	ポポンS リウマチ剤
ビタミンB2	タチオニン	キョーレオピン
ポリグロン	ビオフェルミン	ジセタミン
ハイベストン	朝鮮人参	

### 13. 睡眠時間

選手時代と現在の睡眠時間を比較したのが図21である。選手時代の睡眠時間は8時間が一番多く(54.4%) 9時間、10時間、7時間がこれ

図21. 睡眠時間の変化



についている。現在では7時間が一番多く(33.4%) 8時間(32.0%) 6時間も多い。選手時代平均8.2時間の睡眠が現在平均7.3時間に減っている。年代別にみれば30才迄は選手時代平均8.4時間から現在平均7.4時間、30~40才は8.4時間から7.4時間、40~50才は8.2時間から7.1時間、50~60才は8.3時間から7.1時間、60~70才は8.3時間から7.7時間、70才以上は8.0時間から8.4時間と変化している。選手時代に睡眠時間が多いのは激しいトレーニングによる疲労を充分な休息と睡眠によって回復させる必要性があることを示し、現在の睡眠時間が少なくなっているのは日常の勤務に多大な時間を費やし、スポーツ活動にほとんど時間をかけえないという社会生活上の変化によるものであることを示唆している。

### 14 女性生理

激しいスポーツ活動が女性の生理に与える影響はないものであろうかを調べたのが表7である。初経年令は11才~18才の幅であるが、13、14、15才が一番多く全体の68%をしめている。結婚年令は19才~27才にわたるが、22

才~25才の間が一番多い。50才で結婚した人もいた、未婚者も4名いる。月経とトレーニングの関係をみると月経中にも大半はトレーニングを

やっており、また月経期間中に会社、学校をたまに休むものが2名だけであり、(一度も休まないのが28名) 月経が日常生活に支障とならないことを示していた。

競技的スポーツをやっている選手時代には月経は順調なのが19名、不順なのが10名と二つのグループに分れるが、選手をやめてからは順調なのが26名と増え、不順なのは3名であった。つまりスポーツ中心の選手生活では競技会とか過度のトレーニングのため生理周期に対して心身両面から負担となり不順の原因となるのではないか。競技の成績がいちばんよかったのは月経前6名、月経後11名、不变12名であり、月経中には競技成績がよくないことを示している。女性がスポーツをおこなうための条件は男性より限定されるが、結婚をするということが大きな限定条件となる。既婚者27名のうち、結婚後も選手生活をつけた人は8名であるが、その期間は僅かであり数ヶ月ないし2年間であった。激しいトレーニングが結婚後の出産にどんな影響を及ぼすかをみると妊娠の経験のない4名を除いて流産は2名、死産はなし、またお産の状況は軽いと普通が多くを

占め、出産は正常であり、女性の生理に激しいトレーニングが悪影響を及ぼすことはないと言えよう。

表7. 女性の生理について

- 月経中にも競技の練習をやりましたか。(いづれか○印)
 

(1)はい	(2)いいえ	(3)ときどき	無記入	計
25	2	3	1	31
- 月経中に月経障害で、会社、学校を休みましたか。(いづれか○印)
 

(1)しばしば休む	(2)時々休む	(3)たまに休む	(4)一度も休まない	計
0	0	2	28	31
- スポーツ選手になる前に月経はどうでしたか。(いづれか○印)
 

(1)順	18	(2)不順	5	その他	3	なし	2	無答	3	計	31
------	----	-------	---	-----	---	----	---	----	---	---	----
- スポーツ選手中の月経はどうでしたか。(いづれか○印)
 

(1)順	19	(2)不順	10	その他	1	無答	1	計	31
------	----	-------	----	-----	---	----	---	---	----
- 競技をやめてからの後の月経はどうでしたか。(いづれか○印)
 

(1)順	26	(2)不順	3	その他	1	無答	1	計	31
------	----	-------	---	-----	---	----	---	---	----
- 競技の成績はいつもいちばんよかったです。(いづれか○印)
 

(1)月経前	6	(2)月経中	0	(3)月経後	11	(4)変らない	12	無答	2	計	31
--------	---	--------	---	--------	----	---------	----	----	---	---	----
- 結婚後も選手生活をつづけましたか。
 

(1)はい	8	(6ヶ月, 4ヶ月, 2年)	(2)いいえ	19	未婚	4
-------	---	----------------	--------	----	----	---
- 更年期障害。(いづれか○印)
 

(1)経験した	6	(2)経験しない	16	無答	9	計	31
---------	---	----------	----	----	---	---	----
- 妊娠回数
 

未婚	4	0回	4	6回	0
		1 //	3	7 //	0
		2 //	10	8 //	1
		3 //	3	9 //	0
		4 //	4	10 //	1
		5 //	1	計	31
- (1)流産 ①あり 2 ②なし 21  
 (2)死産 ①あり 0 ②なし 23  
 (3)人工妊娠中絶 ①あり 5 ②なし 18
- 未婚 4 妊娠なし 4
- 出産 男 人 女 人
 

男1 + 女4	1
男2 + 女2	1
男3 + 女1	1 (双生児)
男2 + 女1	2
男1 + 女1	5
男3	1
男2	6
男1	3
女2	2
女1	1
0	4
未婚	4
計	31
- お産はどうでしたか。(いづれか○印)
 

(1)軽かった	11	(2)重かった	3	(3)普通	8	なし	5	未婚	4	計	31
---------	----	---------	---	-------	---	----	---	----	---	---	----
- 現在の月経
 

(1)ある	19人	(2)閉止した	9人	才(42, 48, 50×4, 51, 53)
無答	3	計	31	

## 考 察

我が国を代表してオリンピック大会に出場したスポーツマンを対象に、選手時代のその後の生活健康状態をアンケート法によって調査し、スポーツが彼らの健康や生活に及ぼす影響を明らかにしようと試みた。オリンピック大会の出場選手は、その時代の影響を受け、ロスアンゼルス大会（1932年）、ベルリン大会（1936年）メルボルン大会（1956年）、ローマ大会（1960年）などの出場選手が多く、したがってこれらの大会の出場選手の回答者が多く、回答者の年令構成が二峰性を示したが、それを引っくりて集計した。

まず出場選手の生活の重要な部分を占めているスポーツ活動について考察してみよう。競技スポーツの開始年令が10～20才に集中していたがこれは当然といえよう。10才以前では心身の発育が不十分のために、競技的スポーツを開始するには不適当であり、20才以後では一般に余暇があまりなく、高度の競技力を獲得することが不可能である。クーラー<sup>1)</sup>はいろいろなスポーツで競技練習の開始時期を述べているが、短距離走、水泳などを除き9～16才としている。このことは本調査のスポーツ開始年令と大体一致しているといえよう。

種目別にみれば、本調査ではサッカー、スキーアルペン、アイスホッケー、スピードスケート、水泳、スキーディスタンス、スキージャンプ、フィギュアースケートでは平均開始年令が12～13才でもっとも早かった。この成績はナゴルニー<sup>2)</sup>が器用さ、巧緻性、平衡性を要するスポーツとして水泳、スケート、キー、体操、卓球をあげ、これらのスポーツの基礎的専門的トレーニングの開始時期を12～15才としていることと合致する。いっぽう、射撃を含んでいる種目すなわち、ライフル、近代五種、クレー、バイアスロンの開始年令がおそいのは、社会的条件のためと思われる。また、ポート、レスリング、重量挙のようないい筋力が必要な種目の開始年令が17～18才で比較的おそかった点もナゴルニー<sup>2)</sup>の記述（基礎的専門的トレーニング17～21才）と合致している。いっぽう、競技的スポーツの中止年令は、開始年令の時期に左右されるのみならず

社会的条件にも左右される。すなわち、一般に大学卒業の年令（23～24才）以後は職業活動の中でスポーツ活動を続けなければならないために大部分のスポーツ種目では25才から30才までに競技的スポーツを中止する。

最高記録を出した年令が20～25才に集中していたがスポーツの開始年令、中止年令からも、このことは当然予想される結果であろう。したがって、最高記録の出る年令はスポーツ開始後8～10年であり、選手生活は約10～15年といえよう。レーマン<sup>3)</sup>はアメリカオリンピック選手について調査し、種目別に最高記録の出る年令を記載しているが、この年令は大部分の種目で20～30才であった。フィギュアースケートは日本の場合15.4才で、アメリカの23～27才と比較するとはるかに年令が若い、また日本の場合、大部分の種目では最高記録の出る年令は25才以前であるが、アメリカでは25才以後の場合がかなりみられる。これは社会的条件の違いと思われ日本でも最近は陸上競技、サッカーなどで、実業団チームが学生チームよりも競技成績がすぐれていることを考えると、最高記録を出す年令も今後25才以後になることが予想される、このことは選手生活を中止した理由として「時間がなくなった」を挙げている者が13.7例にみられることからもわかる。余暇時間の増大は職業生活に入ってからも、競技的スポーツの継続を可能とするであろう。

選手生活の効用の一つとして、選手が競技的生活を中止した後も、選手時代の運動が習慣化されて、その後の生活の上に反映することにある。本調査によれば競技的スポーツを中止した後に約80%が何らかのスポーツや身体運動的な健康法を実施していることが明らかになった。勝木<sup>4)</sup>の40才以後の中高年者に対する調査によれば現在運動を実施しているのは31.2%（学生時代にある程度運動した人では40.5%が現在運動をしているが、学生時代に運動をしなかった人では16.7%が現在運動をしている）であったので、本調査の数字ははるかに勝木の結果を上回っているのみならず、勝木の調査では、ゴルフ、体操、散歩などごく軽い運動が大部分であるが、本調査では40才以上の者でも水泳、テニス、野球、ス

キーなどかなりはげしいスポーツを実施している者が多かった。したがって、オリンピック出場選手は、競技的スポーツを中止した後にも、大部分の者がスポーツを実施しており、この点がオリンピック出場選手の特徴といえよう。

しかしながら、選手生活を中止した後は1日の運動量が減少するために、肥満の傾向に傾き、本調査では約2/3の者が選手時代と比較して現在の方が体重が増加していた。このような傾向は東京オリンピック大会出場選手のフォローアップでもすでにみられている。<sup>5)</sup>また、選手時代の生活規制が解かれたために、飲酒、喫煙者が選手時代よりも増加しているのは当然の結果といえよう。

競技中の疾病、傷害において、捻挫、骨折、骨痛、関節炎、肉ばなれが多かったが、これらはスポーツで多発する傷害であり、とくに変った点とはいえない。種目別では陸上競技の内離れ、アキレス腱断裂、体操の脱臼、バスケットボール、スキーの捻挫、ライフルの聴力低下などが特徴的であるが、これらもすでに報告されている点と異なっていない。また、現在の疾病、傷害中でもっとも重かったのは腰痛、神経痛であるが、これらが果してスポーツによるものかどうか明らかでないこの点を明らかにするためには、アンケート調査でなく、直接診断することが必要であろう。

女子の生理に対するスポーツの影響は、むかしから注目されているが、本調査に関する限り、初経年令、結婚年令、出産状態は正常であった。また月経中にも大部分の者がスポーツ活動を続けており、月経中の障害が少なかったものと思われる。しかし月経が競技成績に影響を与えることは事実であり、月経中に競技成績が一番よかったですと答えた者は一人もいなかった。

我々のこの調査では死亡者の死因、死亡年令などは調べられなかったがモントイエの研究でスポーツ活動が寿命に及ぼす影響という観点から調査した結果ではスポーツ活動をしている人とそうでない人との間に大学在学中では身体的能力その他の特徴には明瞭な差が認められるが、中年あるいはもっと後年になってその差は殆ど認められないということである。スポーツ活動が長寿に益することはないが在学中にスポーツ活動をしていた人はトレーニングの習慣、活発な運動とタバコ、

アルコールの節制が後年までもちこされ活動的な健康生活を送っているという結論であった。

この調査の結果全体としていえる事は、オリンピック大会出場選手が、社会に出た後にも、一般に健康な社会生活を続いているということである。彼らは会社員、教員、公務員などの職業につき、無職が1人もなく、相当の高年令になる迄、職業活動に従事している。彼らの子供の数は2~4名が多く、結婚生活も順調であることがうかがわれ食習慣、睡眠時間などもとにくつた点が認められなかった。そのうえ、選手生活を中止した後にも、大部分の者が運動を続けており、一般的にみて健康であることが推定される。

## 結論

- 1) かつての日本のオリンピック選手のその後の健康状態について推定するためアンケート調査をおこなった。  
調査を実施したのは昭和44年4月である
- 2) 調査対象は日本がはじめて参加した夏季大会第5回ストックホルム大会から第17回ローマ大会、冬季大会第2回サンモリッツ大会から第9回タンスブルク大会までの出場者911名である。
- 3) 911名のうち死者102名であり、現住所の確認できた612名に調査用紙を発送した。アンケート調査に回答をよこした359名（回答率59%）の内容について考察をおこなった。
- 4) 回答者の年令構成分布は30~40才、50~60才の二つの頂点をもつ二峰性分布であった。
- 5) 現在高令者まで仕事をもつていて活動的な生活を続いている。
- 6) 既婚者の80%の人が子供数は3人迄であった。
- 7) 競技的スポーツを開始する年令は15才を頂点とした分布を示し大半は10~20才の幅にわたる。
- 8) 巧敏性、敏捷性を要するスポーツ種目の開始年令ははやく、筋力、持久性を要するスポーツ種目の開始年令はそれよりおそい。

- 9) 競技的スポーツを中止する年令は25才を頂点とした分布を示し22~32才の幅にわたる。
- 10) 最高記録を出した年令は24才を頂点とした分布を示し大半は19~26才の幅にわたる。
- 11) 自己の最高記録を出すのにはトレーニングを開始してから8~10年の年月を要する
- 12) スポーツをはじめる動機は社会環境の影響を強くうける。
- 13) 選手生活を中止して後、81%の人はスポーツや身体運動的な健康法を実施している
- 14) 選手生活を中止した後に体重が増えるのは加令による肥満の傾向と同じであった。
- 15) 大抵、選手時代にスポーツ傷害の経験をもっている。
- 16) 飲酒、喫煙の習慣は一般に少ない。
- 17) 睡眠時間は選手時代平均8.2時間が現在7.3時間になり短くなっている。

擷筆にあたり本調査に御協力下さった方々に謝辞を述べさせていただくと同時に今後とも健康を維持し、御活躍をお祈りいたします。

#### 参考文献

- 1) 児玉、石河、黒田、猪飼共著 スポーツ医学入門 南山堂 P 234
- 2) ナゴルニー 体育とスポーツ 1959年 M.1.2 P 4
- 3) 児玉、石河、黒田、猪飼共著 スポーツ医学入門 南山堂 P 227
- 4) 勝木新次 体力研究 1963年 M.1 P 14
- 5) 黒田善雄他 東京オリンピック記念体力測定ースポーツ科学委員会研究報告 1968年
- 6) 児玉、石河、黒田、猪飼共著 スポーツ医学入門 南山堂 P 364
- 7) Montoye Longevity & Morbidity of College Athletes



## アンケート回答者一覧

アンケート回答者一覧 (アイウエオ順)

( ) は旧姓

氏名	年令	出場大会名	種目
ア			
赤松 清(安達)	55	ベルリン	陸上
赤木 完次	36	メルボルン	陸上
阿部 一男	34	ローマ	レスリング
荒木 雄豪	44	ローマ, メキシコ	馬術
安部 正俊	37	ローマ	ホッケー
麻生 武治	69	サンモリツ	スキー
浅間 善次郎	57	ロスアンゼルス, ベルリン	水泳
浅川 増幸	67	ロスアンゼルス	ホッケー
浅野 辰三	60	ロスアンゼルス	陸上
相原 豊次	55	ベルリン	陸上
青地 球磨男	54	ベルリン	陸上
有賀 豊文	27	インスブルック	スケート
有坂 錠	26	インスブルック	スケート
青木 正則	41	オスロー	スケート
イ			
猪原 淳三	59	ロスアンゼルス	ホッケー
伊藤 登	51	ベルリン	水泳
市原 正雄	55	ベルリン	陸上
石原 省三	59	レークプラシッド, パルテンキルヘン	スケート
市川 辰雄	53	パルテンキルヘン	アイスホッケー
伊黒 正治	55	パルテンキルヘン	スキー
入江 淳夫	31	スコオーバレー, インスブルック	アイスホッケー
稻津 秀則	30	スコオーバレー, インスブルック	アイスホッケー
伊藤 三郎	54	ベルリン	水泳
池内雪江(荒田)	54	ロスアンゼルス	水泳
池田敬子(田中)	35	メルボルン, ローマ, 東京	体操
石本 隆	34	メルボルン	水泳
糸山 隆司	36	メルボルン, ローマ	バスケット
今泉 健一	35	メルボルン, ローマ	バスケット
岩崎洋三	32	メルボルン	ボート
今村 孝	34	メルボルン	ボート
岩田 徳三郎	68	メルボルン	クレー射撃
岩淵 功	36	メルボルン	サッカー
石丸 利人	38	ヘルシンキ, メルボルン	ボクシング

氏名	年令	出場大会名	種目
井上治	36	ヘルシンキ	陸上
市口光	29	ローマ、東京、メキシコ	レスリング
石倉俊太	32	ローマ	レスリング
井筒賢造	28	ローマ	水泳
石井正行	38	ローマ、東京	ヨット
飯室芳男	44	ヘルシンキ	陸上
石井金一郎	68	アムステルダム	ポート
入江稔夫	57	アムステルダム、ロスアンゼルス	水泳
石田恒信	63	パリ	水泳
岩橋学	61	ベルリン	馬術
伊藤赳夫	53	ベルリン	ホッケー
伊藤通弘	54	ベルリン	ホッケー
ウ			
梅村すみ子(渡辺)	52	ロスアンゼルス	陸上
上田義秀	42	メルボルン	ライフル射撃
白田金太郎	63	アムステルダム	ボクシング
鶴藤俊平	50	ベルリン	水泳
エ			
蝦名純	30	ローマ	陸上
榎本吉夫	58	ロスアンゼルス	ポート
江遠要甫	34	スコオーバレー、インスブルック	スキー
江田利児	31	メルボルン	ポート
オ			
大崎喜子(佐藤)	30	メルボルン、ローマ	水泳
大川久美子	23	インスブルック、グルノーブル	フィギュアースケート
岡野栄太郎	38	ヘルシンキ	陸上
太田富夫	32	ローマ、東京	陸上
大崎剛彦	30	ローマ	水泳
岡本豊	44	ローマ	ヨット
落合治	37	ローマ、東京	ライフル射撃
大島鎌吉	60	ロスアンゼルス、ベルリン	陸上
大木正幹	62	ロスアンゼルス	陸上
小野田一雄	68	パリ	水泳
太田芳郎	69	パリ	テニス

氏名	年令	出場大会名	種目
織田幹雄	64	パリ、アムステルダム、ロスアンゼルス	陸上
大浦留市	73	アントワープ	陸上
大滝清太郎	75	ベルリン	馬術
種田孝一	55	ベルリン	サッカー
岡本曠三	58	ベルリン	ボクシング
大津敏雄	57	ベルリン	ホッケー
岡山忠雄	56	パルテンキルヘン	スキー
蒂谷龍一	61	レークプラシット、モントリオール	スケート
老松一吉	57	レークプラシット、パルテンキルヘン	スケート
力			
門脇和子(曾我部)	33	メルボルン、ローマ	体操
笠原茂	35	メルボルン	レスリング
河野昭	39	メルボルン	体操
加藤順一	33	メルボルン	ポート
加藤忠	34	ヘルシンキ	自転車
神田和夫	39	ヘルシンキ	ポート
梶川孝義	34	ヘルシンキ	水泳
兼子隆	36	ローマ	レスリング
川野俊一	32	ローマ、東京、メキシコ	レスリング
鎌田正司	34	ローマ	バスケット
上海徳敬次郎	47	ヘルシンキ	体操
河津憲太郎	54	ロスアンゼルス	水泳
河野四郎	58	ロスアンゼルス	ポート
風岡栄一	53	ベルリン	レスリング
加茂正五	52	ベルリン	サッカー
川日本泰三	55	ベルリン	サッカー
加茂健	54	ベルリン	サッカー
鹿子木健日子	54	ベルリン	バスケット
片岡憲次郎	54	ベルリン	水球
風張喜民夫	33	インスブルック	アイスホッケー
川島弘三	43	オスロー	スキー
亀井信吉	58	パルテンキルヘン	アイスホッケー
キ			

氏名	年令	出場大会名	種目
鬼海タカ(柴田)	52	ロスアンゼルス	陸上
北口晃	34	メルボルン	サッカー
北野祐秀	39	ヘルシンキ	レスリング
北村光治	34	ローマ	レスリング
木原征治	28	ローマ, 東京	ホッケー
木村清兵衛	57	ロスアンゼルス	水球
木南道孝	48	ヘルシンキ	陸上
北村久寿雄	51	ロスアンゼルス	水泳
清川正二	56	ロスアンゼルス, ベルリン	水泳
北本正路	60	ロスアンゼルス	陸上
木村象雷	61	アムステルダム	水泳
城戸俊三	80	アムステルダム, ロスアンゼルス	馬術
木村一夫	60	アムステルダム, ロスアンゼルス	陸上
北沢正辰	53	パルテンキルヘン	アイスホッケー
ク			
桑原美代(宮下)	38	ヘルシンキ	陸上
久保田恭子(沢村)	36	メルボルン	体操
久保田正身弓	37	メルボルン	体操
窪田登	38	ローマ	ウエイトリフティング
熊谷賢一	42	ローマ	クレー射撃
栗田栄治	30	スコオーバレー	スキーアーチ
工藤祐信	41	オスロー	スケート
栗谷川千五郎	60	レークプラシッド	スキーアーチ
コ			
小宮悦子(西)	49	ベルリン	陸上
児島フミ	52	ベルリン	陸上
紺野仁	35	メルボルン	バスケット
五藤隆二	37	ヘルシンキ	ボート
小島芳夫	33	ローマ	ホッケー
小島博	31	ローマ	ホッケー
小掛照二	36	メルボルン	陸上
小池礼三	53	ロスアンゼルス, ベルリン	水泳
小西健一	61	ロスアンゼルス, コルチナダンペッオ	ホッケー
小谷澄之	65	ロスアンゼルス	レスリング
小柳信男	52	ベルリン	水泳

氏 名	年 令	出 場 大 会 名	種 目
五 味 芳 保	3 6	オスロー, コルチナダンペッオ	スケート
木 暮 茂 夫	3 3	ローマ	ウエイトリフティング
サ			
沢 田 文 吉	4 8	ヘルシンキ	陸上
佐 藤 多 美 治	2 9	ローマ	レスリング
斎 藤 直	3 0	ローマ	ボート
斎 藤 宏	3 1	ローマ	ボート
佐 土 市 良	2 8	ローマ	ホッケー
斎 裕 教	2 8	ローマ	ボート
阪 上 安 太 郎	5 7	ロスアンゼルス, ベルリン	水球
佐 野 敏	5 6	ロスアンゼルス	ボート
佐 藤 八 郎	6 6	アムステルダム	ボート
佐 野 幸 之 助	7 5	アントワープ	陸上
佐 野 理 手	5 6	ベルリン	サッカー
佐 藤 和 男	3 1	スコオーバレー, インスブルック, グルノーブル	スキー
佐 藤 信 夫	2 7	スコオーバレー, インスブルック	スケート
佐 藤 耕 一	3 7	コルチナダンペッオ, スコオーバレー	スキー
沢 海 東 助	5 9	ロスアンゼルス	水球
左 右 田 秋 男	6 0	ロスアンゼルス	ホッケー
シ			
城 一 枝	5 2	ロスアンゼルス, ベルリン	水泳
柴 田 宏	3 4	メルボルン, ローマ	陸上
下 村 幸 男	3 7	メルボルン	サッカー
白 石 勇	4 9	ヘルシンキ	重量挙
清 水 洋 二	2 8	ローマ, 東京	水球
清 水 啓 吾	3 0	ローマ	水泳
酒 井 義 雄	5 8	ロスアンゼルス, ベルリン	ホッケー
白 坂 力	5 6	ベルリン	ボート
島 田 繁	3 3	スコオーバレー, インスブルック	アイスホッケー
庄 司 敏 彦	6 0	パルテンキルヘン	アイスホッケー
塩 鮑 玉 男	6 3	ベルリン	陸上
ス			

氏名	年令	出場大会名	種目
菅谷初穂(松沢)	55	ロスアンゼルス	水泳
須永走博	34	メルボルン	ポート
鈴木弘	35	ヘルシンキ, メルボルン	水泳
鈴木進悦	30	ローマ	ボクシング
鈴木大吉	56	ロスアンゼルス	ポート
菅原兵衛	62	アムステルダム	ポート
鈴木善照	59	ベルリン	ポート
杉浦重雄	51	ベルリン	水泳
鈴木恵一	26	インスブルック, グルノーブル	スケート
杉山進	37	コルチナダンペッオ	スキー
セ			
関川主水	56	ベルリン	ポート
瀬川昭義	34	スコオーバレー	アイスホッケー
関口勇	58	パルテンキルヘン	スキー
ソ			
早間雅博	59	パルテンキルヘン	アイスホッケー
タ			
財部実	60	ベルリン	ヨット
竹中正一郎	57	ロスアンゼルス	陸上
竹節作太	63	サンモリツ	スキー
高橋昂	66	サンモリツ	スキー
谷口金蔵	58	レークプラシフオ	スキー
竹村晋吉	38	コルチナダンペッド, スコオーバレー	スケート
谷口明見	31	スコオーバレー, インスブルック, グルノーブル	スキー
田名部国省	34	スコオーバレー, インスブルック	アイスホッケー
田口正治	53	ベルリン	水泳
竹岡みさを	52	ロスアンゼルス	水泳
高橋カネ子	26	インスブルグ	スピードスケート
谷島訥	35	メルボルン	水泳
竹島行男	37	メルボルン	陸上
高橋隆	37	メルボルン	サッカー
高森泰男	35	メルボルン	サッカー
武内利弥	38	ヘルシンキ	ポート
田中純夫	38	ヘルシンキ	水泳

氏名	年令	出場大会名	種目
田中守	36	ヘルシンキ	水泳
高橋進	48	ヘルシンキ	陸上
田辺清	28	ローマ	ボクシング
高木毅	32	ローマ、東京	水球
田中和広	33	ローマ	近代五種
田村滋美	30	ローマ	ボート
高貫亘弘	30	ローマ	自転車
田崎洋佑	30	ローマ	ボート
田中秀雄	59	ベルリン	陸上
田中寧夫	37	ヘルシンキ	水泳
武村清	59	ロスアンゼルス	水泳
高橋六郎	60	ロスアンゼルス	ボート
高島保男	56	ベルリン	サッカー
田野耕清	55	ベルリン	水泳
立原元夫	56	ベルリン	サッカー
チ			
近成保	40	ヘルシンキ	自転車
千葉建郎	31	ローマ	ボート
ツ			
塚脇伸作	38	メルボルン、東京、メキシコ	体操
鶴見修治	31	ローマ、東京	体操
鶴田正憲	43	メルボルン	サッカー
鶴田義行	65	アムステルダム、ロスアンゼルス	水泳
テ			
手島太郎	56	ベルリン	ボート
ト			
徳丸順子(志田)	34	メルボルン	陸上
富永利三郎	39	ヘルシンキ	ボクシング
遠山喜一郎	59	ベルリン	体操
富井一	28	インスブルック	スキー
富田正一	33	スコオーバレー	アイスホッケー
時任巖	61	ロスアンゼルス	水球
伴素彦	64	サンモリッツ	スキー

氏名	年令	出場大会名	種目
ナ			
長井百合子(広橋)	5 2	ロスアンゼルス	陸上
長沼 健	3 8	メルボルン, 東京, メキシコ	サッカー
中村 敏治	3 3	ローマ	ホッケー
長沢 二郎	3 7	ヘルシンキ	水泳
中川 重雄	5 9	ロスアンゼルス	水泳
中尾 明	5 9	ロスアンゼルス	ボクシング
中沢 米太郎	6 5	アムステルダム	陸上
南部 忠平	6 5	アムステルダム, ロスアンゼルス	陸上
中川 春好	5 8	ベルリン	ボート
永松 英吉	5 4	ベルリン	ボクシング
中江 孝男	5 6	ベルリン	バスケット
中村 礼吉	5 3	パルテンキルヘン	スケート
南洞 邦夫	5 2	パルテンキルヘン	スケート
奈良岡 良二	6 0	ベルリン	陸上
永田 実	6 3	サンモリッツ	スキー
納戸 徳重	6 6	パリ	陸上
長久保 文雄	3 2	スコオーバレー, インスブルック	スケート
二			
西文子(坂口)	3 5	ヘルシンキ	水泳
西野 恭正	4 4	ヘルシンキ	水泳
西 拓	4 2	ヘルシンキ	水泳
西田 勝雄	4 0	ヘルシンキ	陸上
西 貞一	6 1	ロスアンゼルス	陸上
西田 修平	5 9	ロスアンゼルス, ベルリン	陸上
西邑 昌一	5 6	ベルリン	サッカー
二峰 良四男	2 6	インスブルック	近代2種
西殿 太郎	5 8	ロスアンゼルス	ボート
ネ			
根上 博	5 6	ベルリン	水泳
ノ			
登坂 哲朗	3 5	メルボルン	バスケット
野田 一雄	6 1	パリ, アムステルダム	水泳
野戸 恒男	2 5	インスブルック, グルノーブル	スキー
納戸 徳重	6 6	パリ	陸上

氏名	年令	出場大会名	種目
浜松ヨシ江(高橋)	37	メルボルン	陸上
原正雄	34	メルボルン	ボート
浜口喜博	42	ヘルシンキ	水泳
橋爪四郎	40	ヘルシンキ	水泳
浜田駿吉	58	ロスアンゼルス、ベルリン	ホッケー
浜田義明	66	アムステルダム	ボート
原田武一	69	パリ	テニス
畠山孝	52	ベルリン	ボート
葉室鉄夫	51	ベルリン	水泳
長谷川次男	55	パルテンキルヘン	スケート
蓮見宏	73	アントアーブ	陸上
芳賀勝男	30	ローマ	ボクシング
ヒ			
平松純子(上野)	26	スコオーバレー、インスピルック	スケート
兵藤秀子(前畑)	55	ロスアンゼルス、ベルリン	水泳
比企能樹	35	メルボルン	ボート
平山綽保	36	ヘルシンキ	水泳
平田孝	33	ローマ	レスリング
フ			
古川勝	33	メルボルン	水泳
古山征男	31	メルボルン、ローマ、東京	ウエイトリフティング
古橋広之進	40	ヘルシンキ	水泳
藤守博之	34	ローマ	ホッケー
藤本重信	29	ローマ、東京	水泳
藤田明	61	ロスアンゼルス	水球
古山一郎	62	アムステルダム	陸上
福田雅一助	71	パリ	テニス
藤村紀雄	54	ベルリン	ヨット
藤江正夫	56	ベルリン	陸上
藤沢隆	26	インスピルック、グルノーブル	スキー
藤沢良一	41	オスロー	スキー
古屋健一	57	パルテンキルヘン	アイスホッケー
木			

氏名	年令	出場大会名	種目
堀越 保(木暮)	38	ヘルシンキ	ポート
細田 富男	43	ヘルシンキ	陸上
穂積 八州雄	32	ローマ	ヨット
堀江 忠男	56	ベルリン	サッカー
堀 武男	56	ベルリン	ポート
本間 敏栄	33	スコオーバレー, インスブルック	アイスホッケー
本間 信一	34	スコオーバレー, インスブルック	アイスホッケー
堀 吉孝	26	スコオーバレー, コルチナダンペッオ	スケート
本間 悅次	58	パルテンキルヘン	アイスホッケー
保科 武雄	62	サンモリッツ, レークプラシッド	スキー
マ			
松田 靖子	32	ローマ	陸上
前島 靖子(鷹野)	25	オスロー	スピードスケート
真保 正子	56	(第4回女子オリンピック)	陸上
馬淵 良	26	メルボルン, ローマ	水泳
丸山 知一	49	メルボルン	ライフル射撃
松尾 浩介	38	ヘルシンキ	ポート
増田 貴史	28	ローマ, 東京	バスケット
松本 隆重	60	ロスアンゼルス, ベルリン	ポート
松浦 説雄	61	ロスアンゼルス	水泳
松村 盛	54	ロスアンゼルス	馬術
松井 麻之助	68	ベルリン	体操
松延 博	53	ベルリン	バスケット
松井 聰	54	ベルリン	アイスホッケー
松浦 弘幸	31	インスブルック	スキー
牧田 光武	61	レークプラシッド	
ミ			
三村 恪一	37	メルボルン	サッカー
三栗 崇	30	ローマ, 東京	体操
水木 初彦	29	ローマ	ポート
峰島 久吉	57	ロスアンゼルス	水泳
三浦 四朗	59	ロスアンゼルス	ホッケー
三木 義雄	63	アムステルダム	陸上
宮畑 虎彦	66	パリ	水泳
三井 卓雄	59	ベルリン	ヨット

氏 名	年 令	出 場 大 会 名	種 目
宮 崎 宜 広	3 8	スコオーバレー	アイスホッケー
見 谷 昌 福	3 1	スコオーバレー	スキー
宮 尾 辰 男	4 1	コルチナダンペッオ	スキー
水上悟一(久)	4 3	オスロー	スキー
宮沢留十(閨間)	6 6	レークプラシッド	スケート
溝 尾 武 夫	3 2	スクオーバレー	スケート
ム			
村 岡 敏	5 3	ベルリン	ホッケー
村 上 正	5 6	ベルリン	陸上
モ			
望月紀美子(塚田)	3 1	ローマ	体操
森山時雄(福田)	5 3	ベルリン	陸上
森 島 勝 司	2 6	インスブルック, グルノーブル	アイスホッケー
ヤ			
山 下 真 子	3 7	ヘルシンキ	水泳
矢野まさみ(宮本)	3 4	ヘルシンキ	水泳
山崎晶子(福田)	3 1	ローマ	陸上
山 本 完 子	5 3	ベルリン	陸上
山本康子(大石)	3 7	ヘルシンキ	水泳
八 木 清 三 郎	3 2	ベルボルン	水泳
山 本 忠 司	4 5	ヘルシンキ	陸上
山 本 弘 一	4 1	ヘルシンキ	陸上
山 田 敬 藏	4 1	ヘルシンキ	陸上
矢 口 照 夫	3 3	ローマ	ホッケー
山 崎 久 寿	3 3	ローマ	ホッケー
安 間 之 重	3 1	ローマ	陸上
山 田 兼 松	6 6	アムステルダム	陸上
山 田 太 一	5 2	ベルリン	ボート
矢 田 喜 美 雄	5 5	ベルリン	陸上
矢 沢 正 雄	5 4	(ブタペスト) ベルリン	陸上
山 中 勇 二	3 3	インスブルック	近代2種
山 田 伸 三	5 5	バルテンキルヘン	スキー
山 田 銀 藏	5 3	バルテンキルヘン	スキー
山 口 梢	5 7	バルテンキルヘン	アイスホッケー

氏 名	年 令	出 場 大 会 名	種 目
柳 武 彦	5 3	ベルリン	ホッケー
八 島 健 三	6 7	アントワープ	
ヨ			
米 倉 健 司	3 4	メルボルン	ボクシング
横田和市郎(大村)	3 6	メルボルン	サッカー
吉 村 昌 弘	3 2	メルボルン	水泳
吉 川 貴 久	3 3	ローマ, 東京, メキシコ	ライフル射撃
米 山 弘	6 1	アムステルダム	水泳
米 谷 利 治	5 7	ベルリン	ボート
横 山 堅 七	5 2	ベルリン	バスケット
吉 田 力 雄	2 9	スコオーバレー	スキー
ワ			
和 田 君 子 (江坂)	2 5	ローマ, 東京	水泳
渡 辺 靖 国	3 2	メルボルン	ボート
渡 辺 勝 治	2 9	ローマ	ボクシング
渡 部 竜 雄	4 1	オスロー	スキー
渡 辺 善 次 郎	5 4	パルテンキルヘン	スケート
若 狹 繁 行	2 8	インスブルック	スキー
了 泉 庵 文 男	4 2	ローマ	射撃



# アンケート記入用紙



## オリンピック選手のその後の健康に関する調査

- 本調査の記入年月日 年 月 日
- 氏名 旧姓 (性別、男、女)
- 生年月日、明治、大正、昭和 年 月 日、満 才
- 現住所
- 職歴(勤務先と職名)と勤務年数
- |        |      |   |
|--------|------|---|
| 勤務先、職名 | 勤務年数 | 年 |
- 婚姻関係……………既婚、未婚、(いづれか○印)
- 結婚後の年数 年
- 子供の数

現在生存者数	人(内訳、男 人、女 人)	人)
死亡者数	人(内訳、男 人、女 人)	人)

下欄に参加したオリンピック大会名、種目、成績をご記入下さい。

大会名 ① ② ③

競技種目

成績

備考、皆様の中には3回もオリンピック代表選手に選出された方がいるかと存じます、そのような方は参加順に記入して下さい。競技種目は重量挙、バントム級とできるだけ詳細にお願い致します。成績の記入は1位、10秒3と記録のない種目の方は1位とだけで結構です。

○ あなたの行なったすべての競技について記入して下さい。

競技種目名

- |                  |               |   |
|------------------|---------------|---|
| →その競技の開始年令       | 才、対外試合に参加した年令 | 才 |
| →もっとも優秀な記録を出した年令 | 才、競技をやめた年令    | 才 |

競技種目名

- |                  |               |   |
|------------------|---------------|---|
| →その競技の開始年令       | 才、対外試合に参加した年令 | 才 |
| →もっとも優秀な記録を出した年令 | 才、競技をやめた年令    | 才 |

競技種目名

- |                  |               |   |
|------------------|---------------|---|
| →その競技の開始年令       | 才、対外試合に参加した年令 | 才 |
| →もっとも優秀な記録を出した年令 | 才、競技をやめた年令    | 才 |

○ 選手生活に入った理由（オリンピック参加種目）

下記いずれか○印

- |                   |                       |
|-------------------|-----------------------|
| (1) スポーツが好きだった。   | (2) 先生、指導者にすすめられた。    |
| (3) 家族、知人にすすめられた。 | (4) 家族、知人が選手をしていた。    |
| (5) 映画、物語に感激した。   | (6) そのスポーツが向いていると思った。 |
| (7) 何となく入った。      | (8) 不明                |
| (9) その他の理由。       |                       |

○ 選手生活を中止した理由（オリンピック参加種目について）

- |                  |                   |
|------------------|-------------------|
| (1) スポーツがいやになった。 | (2) 自己の能力に限界を感じた。 |
| (3) 時間がなくなった。    | (4) 経済的な理由        |
| (5) 仲間がいなくなった。   | (6) 施設が利用できなくなった。 |
| (7) 結婚           | (8) けが、病気         |
| (9) その他の理由       |                   |

- 選手生活を終えてから現在までに行って来た運動、スポーツ及び健康法  
種 目 年 代 暗 度 (いづれか○印)

毎日、週2～3回、週1回、月1回、年数回

毎日、週2～3回、週1回、月1回、年数回

毎日、週2～3回、週1回、月1回、年数回

毎日、週2～3回、週1回、月1回、年数回

毎日、週2～3回、週1回、月1回、年数回

備考：冷水摩擦、ゴルフ何んでも結構です。また年代の記入は30～45才  
40才～現在までゝ結構です。

- オリンピック大会参加当時の身長及び体重をご記入下さい。

大会名 身長 cm 体重 Kg

大会名 身長 cm 体重 Kg

大会名 身長 cm 体重 Kg

- 現在の身長、体重をご記入下さい。 身長 cm 体重 Kg

- あなたは競技によって病気、けがを起としたことがありますか。

いづれか○印…………ある、ない

あると答えた方は下欄にご記入下さい。

病気、けがの種類 全治するまでの期間 その原因と考えられる  
ことをご記入下さい

年 月～ 年 月

年 月～ 年 月

年 月～ 年 月

○ 下記の病気、けがを競技外に経験したことがありますか。（あるものに○印を記して下さい）

- |                      |                          |                    |
|----------------------|--------------------------|--------------------|
| (1) 高 血 壓            | (2) 心 臟 病                | (3) 脳 卒 中          |
| (4) 腎 臟 病            | (5) 結 核 ・ 肋 膜 炎          | (6) 脚 気            |
| (7) 糖 尿 病            | (8) 痛 風                  | (9) 関 節 リ ュ ー マ チ  |
| (10) 神 経 痛           | (11) 神 経 衰 弱 ・ ノ イ ロ ー ゼ | (12) 肝 臟 病         |
| (13) 胃 ・ 十 二 指 腸 潰 瘍 | (14) 胆 石                 | (15) 腰 痛           |
| (16) 関 節 炎           | (17) 五 十 肩               | (18) ア キ レ ス 腱 断 裂 |
| (19) 骨 折             | (20) 脱 白                 | (21) 捻 挫           |
| (22) 肉 ば な れ         | (23) そ の 他 ( )           |                    |

○ 現在下記の病気がありますか。（あるものに○印を記して下さい）

- |                      |                          |   |
|----------------------|--------------------------|---|
| (1) 高 血 壓            | (2) 心 臟 病                | (3) 脳 卒 中 お よび 後 遺 症                          |
| (4) 腎 臟 病            | (5) 結 核 ・ 肋 膜 炎          | (6) 脚 気                                       |
| (7) 糖 尿 病            | (8) 痛 風                  | (9) 関 節 リ ュ ー マ チ お よび<br>そ の た め の 変 形 ・ 障 害 |
| (10) 神 経 痛           | (11) 神 経 衰 弱 ・ ノ イ ロ ー ゼ | (12) 肝 臟 病                                    |
| (13) 胃 ・ 十 二 指 腸 潰 瘍 | (14) 胆 石                 | (15) 腰 痛                                      |
| (16) 関 節 炎           | (17) 五 十 肩               | (18) ア キ レ ス 腱 障 害                            |
| (19) 骨 折 後 の 変 形 障 害 | (20) 脱 白 後 の 変 形 障 害     | (21) 捻 挫 後 の 変 形 ・ 障 害                        |
| (22) 肉 ば な れ 後 の 障 害 | (23) そ の 他 ( )           |   |

○ あなたは選手時代酒類を飲みましたか。（下記いづれか○印）

- (1) 毎 日 飲 ん だ (2) 時 々 飲 ん だ (3) 合 宿 中 以 外 は 飲 ん だ  
(4) 競 技 中 だ け 飲 ん だ (5) シ ー ズ ン オ フ だ け 飲 ん だ (6) 飲 ま な か っ た

飲 む 場 合 の 酒 類 の 種 類 と 1 回 の 量 を ご 記 入 下 さい

種 類	量
種 類	量
種 類	量

○ あなたは選手時代たばこを吸いましたか。 (下記いづれか○印)

- (1)毎日吸った (2)時々吸った (3)合宿中以外吸った  
(4)競技中だけ吸った (5)シーズン中だけ吸った (6)吸わなかった

たばこを吸った方は 1 日の本数をご記入下さい。

1 日 本

○ あなたは選手時代コーヒーを飲みましたか。 (下記いづれか○印)

- (1)毎日飲んだ (2)時々飲んだ (3)ほとんど飲まなかった  
(4)まったく飲まなかった

○ あなたの選手時代の好きな食べ物。 (下記いづれか○印)

- (1)果実類 (2)野菜類 (3)肉類 (4)魚・貝類 (5)卵類 (6)菓子類  
(7)油脂類 (8)香辛料 (9)乳製品

○ あなたの選手時代の特に好きな食べ物を記入して下さい。

(例 すし, カレーライス)

○ あなたの選手時代の主食。 (下記いづれか○印)

- (1)米 飯 3 食 2 食 1 食 たまに なし  
(2)パン 3 食 2 食 1 食 たまに なし  
(3)麺類 3 食 2 食 1 食 たまに なし

○ あなたは選手時代に栄養剤、保健薬を飲んでいましたか。

(下記いづれか○印)

- (1)毎日飲んだ (2)時々飲んだ (3)合宿中だけ飲んだ  
(4)競技中、シーズン中だけ飲んだ (5)シーズンオフだけ飲んだ  
(6)試合前後だけ飲んだ (7)飲まなかった

飲んだ方は、その種類と量をご記入下さい。

種類 量

種類 量

- あなたの選手時代の睡眠時間 時 間
- あなたは現在酒類を飲みますか。（下記いづれか○印）
- (1)毎日飲む (2)時々飲む (3)ほとんど飲まない  
(4)まったく飲まない
- 飲む場合の酒類の種類と1回の量をご記入下さい
- |    |   |
|----|---|
| 種類 | 量 |
| 種類 | 量 |
| 種類 | 量 |
- あなたは現在たばこを吸いますか。（下記いづれか○印）
- (1)毎日吸う (2)時々吸う (3)ほとんど吸わない  
(4)まったく吸わない
- たばこを吸う方は1日の本数をご記入下さい。
- 1 日 本
- あなたは現在コーヒーを飲みますか。（下記いづれか○印）
- (1)毎日飲む (2)時々飲む (3)ほとんど飲まない  
(4)まったく飲まない
- あなたの現在の好きな食べ物。（下記いづれか○印）
- (1)果実類 (2)野菜類 (3)肉類 (4)魚・貝類 (5)卵類 (6)菓子類  
(7)油脂類 (8)香辛料 (9)乳製品
- あなたの現在の嫌いな食べ物。（下記いづれか○印）
- (1)果実類 (2)野菜類 (3)肉類 (4)魚・貝類 (6)菓子類  
(7)油脂類 (8)香辛料 (9)乳製品
- あなたの現在の特に好きな食べ物を記入して下さい。
- （例 すし、カレーライス）

○ あなたの現在の主食。（下記いづれか○印）

- (1) 米 飯 3 食 2 食 1 食 たまに な し  
(2) パ ン 3 食 2 食 1 食 たまに な し  
(3) 麵 類 3 食 2 食 1 食 たまに な し

○ あなたは現在栄養剤、保健薬を飲んでいますか。（下記いづれか○印）

- (1) 毎日飲む (2) 時々飲む (3) ほとんど飲まない (4) まったく飲まない

飲む方は、その種類と量をご記入下さい。

種 類 量

種 類 量

○ あなたの現在の睡眠時間 時 間

5. 女子のみ記入

1. 初経年令 才
2. 結婚年令 才
3. 月経中にも競技の練習をやりましたか。 (いづれか○印)  
(1)はい (2)いいえ (3)ときどき
4. 月経中に月経障害で、会社、学校を休みましたか。 (いづれか○印)  
(1)しばしば休む (2)時々休む  
(3)たまに休む (4)一度も休まない
5. スポーツ選手になる前に月経はどうでしたか。 (いづれか○印)  
(1)順 (2)不順
6. スポーツ選手中の月経はどうでしたか。 (いづれか○印)  
(1)順 (2)不順
7. 競技をやめてからの後の月経はどうでしたか。 (いづれか○印)  
(1)順 (2)不順
8. 競技の成績はいつがいちばんよかったです。 (いづれか○印)  
(1)月経前 (2)月経中 (3)月経後 (4)変わらない
9. 結婚後も選手生活をつづけましたか。  
(1)はい 年 (2)いいえ
10. 妊娠回
11. (1)流産 ①あり ②なし  
(2)死産 ①あり ②なし  
(3)人工妊娠中絶 ①あり ②なし
12. 出産 男 人 女 人
13. お産はどうでしたか。 (いづれか○印)  
(1)軽かった (2)重かった (3)普通
14. 現在の月経  
(1)ある (2)閉止した 才
15. 更年期障害。 (いづれか○印)  
(1)経験した (2)経験しない