

令和7年10月

厚生センターだより



栃木市生活環境部 人権・男女共同参画課 厚生センター係

人権啓発コーナー

スポーツの秋「スポーツの日」

長く厳しい残暑もようやく収まり、やっと秋の訪れを感じるようになってきました。涼しい部屋に閉じこもりだった生活から、外へ出て軽い運動で健康作りはいかがでしょうか。

10月13日は『スポーツの日』です。1964年（昭和39年）に開催された東京オリンピックの開会式にちなんで10月10日を『体育の日』として制定されました。2020年（令和2年）、2度目の東京オリンピックを機に名称が『体育の日』から『スポーツの日』に改められました。（ハッピーマンデー制度の適用で休日が10月の第2月曜日になりました）

この名称変更は、単に体を鍛えようというだけでなく、**国際的な潮流に合わせ、より開かれたスポーツ文化を育む**という意図が込められています。この祝日の趣旨も、「スポーツに親しみ、健康な心身を培う」から、「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」に改められました。

「他者を尊重する精神を培う」という文言が加えられました。スポーツにおいては、いろいろな人たちとのかかわりがあるからです。

チームスポーツの場合、チーム内でカバーし合う（助け合う）ことが大切です。一人一人の個性を尊重しながら、チーム全体の力を高めていく姿勢が求められます。また、試合ができるのは相手チームがいるからこそ、という感謝の気持ちを持つことも大切です。勝敗に関係なく相手チームの努力や健闘を認め、敬意を払うことで、自分たちもより大きな喜びや成長を感じることができます。ライバルや対戦相手に対して敬意を払い、フェアプレーの精神で戦うことは、スポーツにおける他者尊重の基本です。

また、選手を応援してくれる観客や大会運営に関わるスタッフなど、スポーツに携わるすべての人々への感謝と敬意も大切です。個人で行うスポーツにおいても、日頃から支えてくれる家族や応援してくれる身近な人たちが、自分たちのスポーツを成り立たせていることを忘れてはいけません。

このようにスポーツでの他者尊重精神は、より豊かなスポーツ体験を得るとともに個人の大きな成長につながっていくものです。そして、その個人の成長は「健康で活力ある社会の実現」へとつながっていくのです。

『スポーツの日』は、スポーツを通して人々と交流を図りながら、生き生きとした社会を作っていくことを目指しているのです。



厚生センターでは生活上の各種相談をお受けしています。

お気軽にご相談ください。

（人権・生活・健康・年金に関することなどの相談に対応しています）

相談受付（電話でのご相談も可能） ☎0282（24）2444

日時：月～金曜日（土・日・祝日は休み）

午前8時30分～午後5時15分

巡回相談 場所：新栃木コミュニティ会館

日時：10月6日（月）午前10時～午前11時

