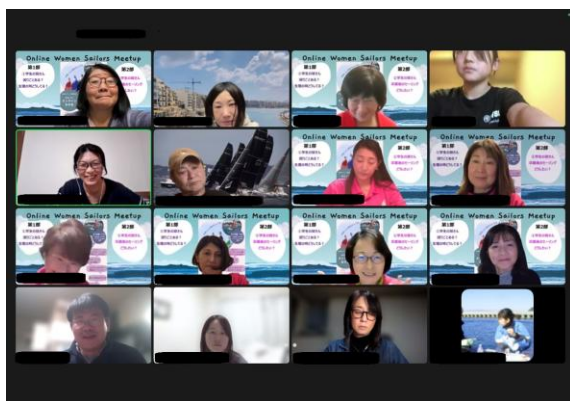


# 女性セーラー座談会 @ゆるっとオンライン女子会 報告書

2026.2.28

## 女性セーラー座談会「ゆるっとオンライン女子会」

開催日:2026年2月28日(土)20:00～  
場 所:オンラインzoom  
参加者:41人



### 【1部】

ヨット部・ウィンドサーフィン部の  
女子の困りごと

### 【2部】

卒業後のセーリングどうしたい？

グループトークによって皆さんの  
本音を聞かせていただきました

## 練習や合宿での困りごと

女性の生理	トイレ問題	コーチの理解不足
<ul style="list-style-type: none"><li>・生理の対応のためにトイレに行きたいが、タイミングがない</li><li>・生理の時の海上での苦労</li><li>・生理で体調が悪くてもコーチや男子の先輩に言えない</li><li>・生理への不安</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・トイレに行くタイミングがない</li><li>・合宿所のトイレには女性への配慮がない</li><li>・トイレが近くないと生理の対応ができず不安になる</li><li>・クルーザーにはトイレがあるが、男性ばかりで行きづらい</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・女性の身体への理解</li><li>・生理の理解</li><li>・選手の困りごとに対処する</li><li>・理解者を増やす機会の創出</li><li>・男性の方に女子の現状をもっと知ってもらいたい</li><li>・女性コーチが少ない</li></ul>

## 卒業後のセーリングどうしたい？

セーリング継続への意欲	マッチングの情報	コーチや運営、委員会などへの参加
<ul style="list-style-type: none"><li>・学生の時お世話になった人への恩返し</li><li>・OBとして学生と理事との架け橋になる</li><li>・女性の先輩が、なんでも相談できる頼れる存在</li><li>・クルーザーばかりで、ディングーにも乗ってみたい</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ジュニアからユースへの移行、大学生から成年への移行期にもっと情報がほしい</li><li>・ヨットとウィンドを繋げるイベントの開催(体験会など)</li><li>・大人と学生を繋げるイベントの開催(体験会など)</li><li>・大きい大会の観戦の機会がほしい</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・地元の体験会の手伝い等で、地元へ恩返しする</li><li>・大会にスタッフとしてかかわる</li><li>・JSPO公認指導者資格の取得</li><li>・セーリングの普及に携わる</li></ul>

## 【参加者からの情報共有】

皆さんから最新情報を共有しながら輪をひろげました

医事委員会(川副先生)



4月より 湘南鎌倉総合病院  
整形外科・スポーツ整形・ウィメンズヘルス

メルジェス協会(廣中さん)



e-sailing委員会(尾形さん)



レディース委員会  
(中村さん)

国民スポーツ大会  
(SS協会 中村さん・島根県連 服部さん)  
成年女子(大学生・一般)は3種目  
・セーリングスピリッツ級(SS)2人乗り  
・ILCA6級(レーザー)1人乗り  
・国スポ ウィンドサーフィン級

2026	青森県
2027	宮崎県
2028	長野県
2029	群馬県
2030	島根県
2031	奈良県
2032	山梨県
2033	沖縄県
2034	鳥取県



## 感想アンケートより よかった点

女性セーラーの生の声:

女性の生理、トイレ事情、コーチの理解不足、女性コーチの不足などの課題が明らかになった。

セーリング継続への意欲:

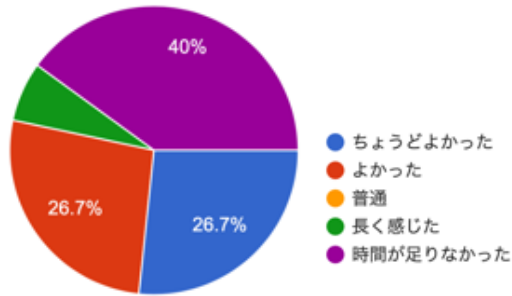
学生を中心にセーリングを続けたいという声が多かった。一方で、マッチング情報の不足も課題として挙げられた。

情報共有と理解促進:

様々な世代、バックグラウンドの参加者による情報共有が行われた。男性参加者による女性の体への理解も深まった。

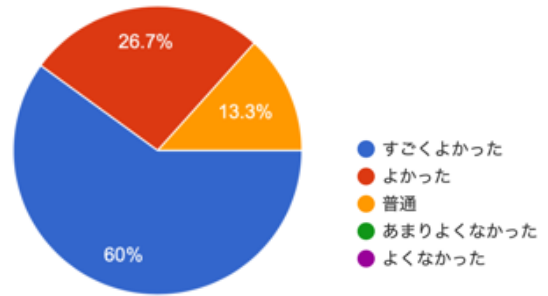
## 時間配分は

時間配分は  
15件の回答



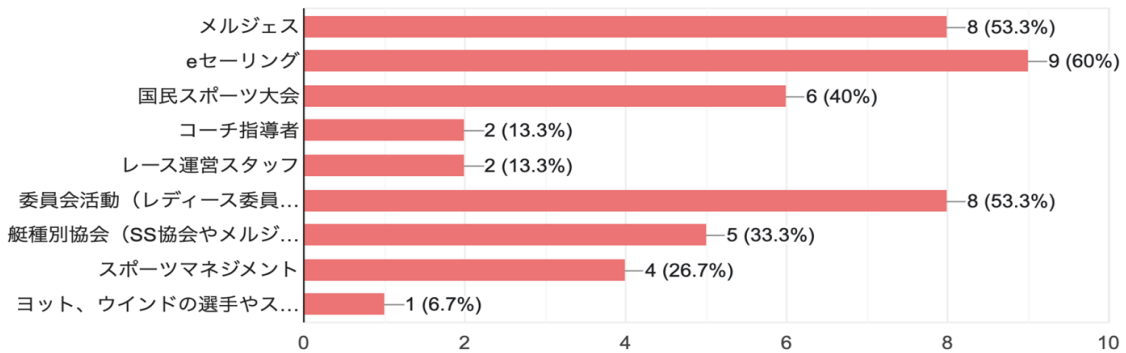
## 内容は

内容は  
15件の回答



## 興味を持ったことは

興味を持ったことは？  
15件の回答



## 今後取りあげて欲しいテーマは

### 女性セーラーのためのサポート:

生理などの女性特有の悩みを部活や一緒になる相手に伝えられない場合の対処法、解決した方の事例、病院に行く際のサポート、講習会の実施。

### セーリングと生活の両立:

セーリングと学業、仕事、育児との両立方法。セーリングに関わり続けるために必要な環境整備とは

### 普及のための情報収集セーリングへの動機ときっかけ:

大学生の方の入部動機、その他の方のセーリングを始めようと思ったきっかけを知りたい

## レディース委員会へのご意見ご要望

### 女性セーリング選手の継続支援:

卒業後のセーリング活動への参加継続を促す施策や、セーリング界との関わりを維持するための対応が重要となる。

### グループワークの有効性:

参加者とのグループワークを通して意見交換を行うことは、課題解決や新たな視点獲得に有効である。

### セーリングへの参加促進:

セーリングへの参加意欲はあるものの、積極的な参加には躊躇する女性も多い。誘いやサポートを通して参加を促進できる可能性がある。

### 委員会への参加:

ヨット経験は浅いが、zoom運営やSNS運用でレディース委員会のお手伝いをしたい