

社会教育映画

文部省選定

いつまでも 若く美しく

—ミセスとスポーツ—

企画／日本体育協会

劇 16ミリ カラー 25分 ￥140,000

♣製作意図

主婦が育児教育家事一切と、目のまわる毎日を過ごしているうちに、やがて子どもは成長し、ほっとひと息つく時、自分のことを考える。

この映画の主人公は、子どもから「教育ママゴン」などといわれてきたが、ふとしたことからスポーツに取組むチャンスにめぐりあう。彼女が家庭への埋没から立上って、明るく元気な若々しい主婦によりみがえり、スポーツを生活に取り入れて楽しい家庭づくりを力強く進める姿を通して、主婦とスポーツのかかわりあいの重要性を示唆したい。

なお、スポーツに縁のうすい女性に、その楽しさと意味（効用）を知らせ、スポーツをおこなっている人びとには、自分たちの活動について改めて考える機会としたい。

♣対象

青年、成人（婦人） 各団体指導者、社会教育指導者

♣用途

体育・レクリエーション（スポーツ）
家庭生活

♣利用方法

学級・講座の学習計画「主婦とスポーツ」「婦人をいつまでも若く美しくするスポーツ」「主婦とスポーツと家庭生活」等の教材。

青年、婦人団体リーダー、有志指導者、社会教育関係者の研修会、「婦人の健康美とスポーツ」「主婦とスポーツと明るい家庭生活」等講演資料として活用する。

映画会—公民館、図書館、

PTA、町内会、母の会、婦人会等の主催する映画会に上映して、婦人が日常生活におけるスポーツに心がける示唆を与える。



♣製作スタッフ

製作 村山和雄
福間順子
脚本 瀬藤 祝
郡 長昭
監督 金子精吾
撮影 藤井敏貴
照明 本橋俊男
編集 沼崎梅子

製 作 株式会社 桜映画社

東京都新宿区西新宿 1-22-1
スタンダード・ビル TEL (342) 5768

取 扱 店

♣ あらすじ

三田久子、36才。静かな住宅街の一角に住むサラリーマン家庭の主婦である。

サッカーに熱中して勉強に身の入らない小学生の息子一郎と、本ばかり読んでいて最近反抗的になっている中学生の娘和子とに振りまわされぎみな生活の中で、ほっと一息ついてみると、いつのまにか青春が終り中年に達しようとしている自分に気付いてがく然とする。

そんな時、同窓会の案内状が届いた。久しぶりに出席した同窓会で久子は、かつての親友留美子に会った。昔と変わらず若々しく生き生きとした友に久子は羨望を感じる。

帰り道、留美子は久子をスポーツセンターにさそった。若さの秘訣は、ここでのトレーニングだったのだ。

次の日、久子は体中の節々が痛んで閉口する。けれど留美子の送ってきたパンフレットをみているうちに、見よう見まねの体操をやってみようかと思う。

学校から帰ってきた一郎も、一諸に体操をはじめた。汗だくになりながら、思わず大笑い。久子は久しぶりに一郎と心からうちとけることができたと思う。和子は「ばかみたい」と仲間にも入らないのだが。

久子は、トレーニングをはじめた。偶然その事を知った八百屋の照江はPTAのバレーボールチームに誘う。

こうして久子の生活は変わった。朝は一郎と二人でラジオ体操。もうばんやりむなしさをかみしめるといふ事もない。

そんなある日、和子が体操の時間にたおれたと電話がかかってくる。あわててかけつけた久子に養護教諭は、減食と運動不足からくる貧血だと告げる。美しさは健康から生れる事、発育ざかりの、特に女性は、まず丈夫な体をつくることと、教諭にさとされた和子は、帰り道「私も一諸にスポーツするわ」といいだして久子を驚かせた。「生き生きしてる今のママすてきだもん」という。

日曜日、一家でスポーツをする三田家の人々の中で久子の顔はとりわけ輝いている。

♣ スポーツを貴女に……

「25才からお肌の曲り角」と化粧品品の宣伝文句ではありませんが、女性の体力は中学時代をピークにその後は下降線をたどっています。

いつまでも若くありたいとは、誰でもが願うことですが、それには「必要な栄養と適度な休養をとり、充分な運動を行なうこと」が原則です。

健康で明るい家庭生活を営むうえで、主婦は主役であり、リーダーです。

スポーツを通じ家庭や近所とのコミュニケーションを図り、健康の維持増進につとめましょう。

サア、今からでも遅くはありません。おおいにからだを動かしましょう。!!

向佐恵一



♣ 話し合い学習の要点

1. 事前の話し合い

「婦人と健康とスポーツ」について経験、工夫・効果など自由に話し合う。

2. 内容についての話し合い。

(1) 久子がスポーツをやり始めた動機は何だったか。(子どもの成長、家事に余裕ができ、自分を考えるゆとりができた。同窓会で旧友にめぐり会う。)

(2) 久子が一郎と共に室内運動をやって、何を感じたか。(運動の心よさ、一郎と心からうちとけ合ったうれしさ)

(3) 久子が学生の競歩をみて、感じたことは何か。(やる気があれば、運動(スポーツ)はどこでも、いつでもやれる。)

(4) 町内会バレーメンバーに加った久子の実感についてどう思うか。(夢中になることのすばらしさ、生きているんだという実感。人間としての喜び。大事なことだ)

(5) 真向うから反対の一郎のサッカーに賛成する久子の心境の変化は何か。(スポーツのよさがわかってきて、一郎が夢中になる理解がついた)

(6) 真の健康美とは何をいうのか。(身心の健康さが発するはつらつたる若さの溢れる美しさ。表面的なきれいさではない。)

(7) スポーツをやり出した久子の変わり方?(生々とした明るく若々しく、楽しさ一ぱい。教育ママゴンからの変化は大きい)

(8) 日曜日の家族揃ってのスポーツはどう考えるか。(健康的で家庭のふんいきが明るくあたたかくなった)

(9) 一郎はサッカー、母親はバレー・ボール、「ママ、ナイス、キック!」このふんいきはいかがが。(この一言は実にピリッとく。健康的で家族の人間関係によく、久子自身もさぞ身心爽快、若さ一ぱいの感。スポーツのよさ)

(10) 久子がスポーツに出会わなかったらどうか。

3. まとめ

(1) スポーツは婦人の健康美の根源になる。

(2) スポーツはやる気になれば、誰でも、どこでも、いつでもやれるものだ。

(3) スポーツは一人でもよし、親子でもよし、家族でもよし、グループ、サークルでもよし。やる気さえあれば、身の廻りにいくらかもある。

(4) スポーツは単に健康美だけでなく、家庭内、地域内、グループやサークルの人間関係を明るくあたたかくする。

(5) よいと思ったことはやろう! 一人より組織で。そしてこの輪を広げよう。

映映画社関連作品

ス ポ ー ツ の 科 学

カラー16ミリ19分80,000円

トレーニングの効果を科学的に分析する記録映画

体力づくりからコミュニティづくりへ!!

生活の中のスポーツ

カラー16ミリ28分140,000円

現代生活におけるスポーツの必要性を明快に描く