

スポーツで汗を流して、健康増進。現代ニッポン女性のこんなライフスタイルは、大正時代の神田にルーツがあった。ちょうど今から百年前、東京YWCAが女性向けのスポーツ教室を開講している。「女性専用フィットネスクラブ」のさきがけとなった、その歩みとは。

千代田区神田駿河台。平日の午前中、東京YWCA会館地下一階にあるプールで、年配の女性らがインストラクターの指導で水中エクササイズに励んでいた。同じフロアのジムでは、黙々とマシントレーニングに取り組む姿も。

この「YWCAフィットネスウォオ」は、日本最古とされる女性専用フィットネスクラブの流れをくむ。一九九〇年四月、新しい会館がオープンした際に発足。会員数は約九百人で、六十〜八十歳代が58%、九十歳代のメンバーもいる。

運営母体の東京YWCAは〇五(明治三十八)年、現在の千代田区麹町で誕生した。当初は、女子学生の寄宿舎や保育所の運営、助産師の巡回など社会福祉活動が中心だった。その後、拠点を神保町に移し、一六(大正五)年に体育部を設け、地域の女性に体育館で体操や球技の指導を始めた。

関東大震災で施設は全焼した

東京YWCA YWCAはYoung Women's Christian Association(キリスト教女子青年会)の頭文字で、英国で19世紀半ばに生まれた女性の国際団体。世界120カ国・地域に広がる。東京YWCAは、青少年と女性に焦点を当て、平和と人権、健康の実現を目指す公益財団法人。全国に24ある地域YWCAのうち最古で、初代会長は津田塾大創始者の津田梅子。

日本最古の女性専用フィットネスクラブ100年

東京YWCAの歩み



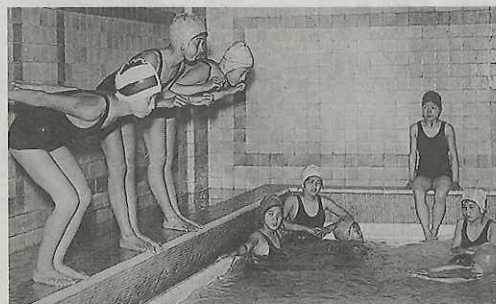
が、二九(昭和四)年に国内初の温水式室内プール、体育館、宿泊施設のホステルも備えた駿河台会館が現在地に落成する。水泳、体操、球技、モダンダンスなど、女性を対象に幅広い教室を開講し、勤労者向けの夜のクラスも置いた。

温水プール 戦前から

心は少なく、自身の健康を考える習慣も乏しかった」と小笠原さん。梶さんは「スポーツエリート」の育成でなく、一般の女性、主婦



戦前、戦後の東京YWCAでスタッフを務めた梶美津保さん(左)と小笠原悦子さん。1929年に完成した東京YWCAの駿河台会館。東京YWCA提供



地下のプールでエクササイズをする現代の女性たち。戦前のプールでの指導風景(1934年撮影。東京YWCA提供)



の健康度を高める狙いだった」と強調する。戦局激化に伴い、駿河台会館は四四年に旧日本海軍水路部が接収。終戦で、米軍の女性将校向けの宿舎となった。その際、梶さんから戦前のメンバーが集められ、隣接する公園や小学校を借りてゲームやフォークダンスなどの活動をしている。

四九年に米軍から返還されると、使用再開されたプールは大盛況に。水を汚さないよう、備付けの木綿製水着を使用したという。

「東京YWCAは早くから体育・キャンプ施設があり、女性の精神と成長を助けてきた」と梶さん。フィットネスクラブ担当職員西銘春香さん(左)は「女性が安全に運動を楽しみ、健康を保てるよう、力を尽くしていきたい」と語る。クラブは、会員はもちろん、インストラクターらスタッフも全員が女性。女性を大切にする精神は、ずっと変わっていない。

文・加藤行平
写真・中西祥子、加藤行平
紙面構成・野村修平