

生まれ月の差 遅生まれ運動能力高い？

「早生まれは損」。日本ではかねて、1月～4月1日が誕生日の「早生まれ」の子供は4月2日以降の「遅生まれ」に比べ、運動能力などで劣るとされてきた。そうした生まれ月による差「相対的年齢効果」について、奈良女子大(奈良市)の研究チームが大規模な調査を改めて実施。『経験則』で語られることが多かった課題を科学的に分析した。

(神田啓晴)

奈良女子大の研究チームが調査



プロスポーツ界では

「早生まれは損」とされてきた根拠の一つが、プロスポーツ界にある厳然とした事実。プロ野球やJリーグの選手には、4～6月生まれが圧倒的に多い。

今回、研究成果を米運動科学誌(電子版)に発表した奈良女子大の中田大貴准教授(スポーツ科学)によると、4～6月生まれのJリーグ選手は全体の34・7%で、プロ野球選手も32・8%。一方、1～3月の「早生まれ」選手はJリーグで14・6%、プロ野球も14・2%にとどまっている。

今年、小学校に入学できたのは平成22年4月2日～23年4月1日に生まれた子供。考えてみれば、成長期間には最

大12カ月間ものばらつきがある。その集団が「同年生」として運動の練習や試合を繰り返せば、相対的に成長の遅い「早生まれ」は不利であろうことは、想像に難くない。

中学2年男子で顕著

中田准教授らの研究チームは今回、一般の児童・生徒でも生まれ月によって運動能力に差があるかを明らかにするため、奈良県内の小学1年～中学3年の男女3610人が昨年行った体力測定の結果を分析。学年、男女別に4～9月生まれを「前期」、10～3月を「後期」として、身体的特性と体力測定相対的年齢効果を調べた。

その結果、男子は小学1年～中学3年の全学年で、前期の方が後期より身長、体重や握力などの身体的特性と運動能力の数値が高かった。特に小学5年以降は差が顕著で、中学2年男子の場合は平均身長に4・6センチ、体重には3・3キログラムの開きがあった。体力測

定では、立ち幅跳びで14センチ、握力で4・2キログラム、50メートル走で0・4秒もの差があった。中学3年になっても、身長に2センチ、握力に2・6センチもの差があった。多感な時期の男子に、この差はつらい。中田准教授は「高校生でも、男子は差が残るのかも知れない。研究の余地がある」と話した。

女子は2つの仮説

一方、女子では小学1～4年では男子と同様の傾向となったが、小学5年～中学3年ではほとんど差がなかった。中田准教授は「詳しい原因は不明」としつつ、①生まれ月の差より、第二次性徴期の発生在り成長に与える影響が大きい可能性がある②運動を好む女子、好まない女子の運動量の差が、身体能力に影響を与えている可能性がある③と2つの仮説を提示。「初期の時期などのデータがあれば、明確な理由が分かるかもしれない」としている。



高校野球奈良県大会で優勝し、喜ぶ天理ナイン。プロ選手には「遅生まれ」が圧倒的に多いとされる野球だが、高校球児にもその傾向はあるのだろうか。――7月28日、橿原市の佐藤薬品スタジアム

ラグビートップリーグ「クボタスピアーズ」の選手にラグビーを教わる子供たち。「遅生まれ」のほうが有利なのだろうか――天理市(※本文と写真は直接関係はありません)

早生まれにも有名選手存在

同じ学年同士で競い合うわけではなく、プロのアスリートに「遅生まれ」が多い背景について、中田准教授は「一流選手たちは幼少の頃から突出した運動パフォーマンスを見せ、レギュラーに選ばれて活躍する機会が多く、さまざまな練習や試合経験を通じて自信

につながり、さらに技術も上達するのだから」と分析。集団内で優位に立つことで、さらなる能力向上につながっているとみる。

だが、「早生まれ」にも有名選手は存在する。元プロ野球選手の長嶋茂雄さん(2月20日生まれ)や桑田真澄さん(4月1日)、元サッカー

日本代表の中田英寿さん(1月22日)、サッカー日本代表の香川真司選手(3月17日)が代表的存在だ。また、早生まれが「有利」なプロスポーツもあるという。中田准教授によると競馬の騎手の場合は4～6月生まれが全体の12・3%なのにに対し、1～3月の「早生まれ」は35・5%と圧倒的に多い。平成28年にJRA通算3800勝を記録した武豊さんも3月15日の早生まれだ。