

HPSC

JAPAN HIGH PERFORMANCE
SPORT CENTER NEWS LETTER

NEWS LETTER

HP JAPAN HIGH
SC PERFORMANCE
SPORT CENTER

2024
VOL. **39**

特集

ハイパフォーマンススポーツ・カンファレンス

High Performance Sport Conference 2023



4年ぶりの
会場開催

TOPICS

- 競技別アスリート育成パスウェイモデルの協働
- 杭州アジア競技大会・アジアパラ競技大会 JSC現地サポート
- スポーツ医・科学支援事業の取組 ~パリ2024大会に向けて~
- 味の素NTC・イースト見学ツアー団体予約受付中!

ハイパフォーマンススポーツ・カンファレンス High Performance Sport Conference 2023

ハイパフォーマンススポーツセンター (HPSC) は、日本のハイパフォーマンススポーツにおける競技力向上およびそれに寄与する取組の推進に資するため、年1回「ハイパフォーマンススポーツ・カンファレンス」を開催し、HPSCにおける各事業の

取組・知見の紹介、国内外のハイパフォーマンススポーツに関する情報・先進事例の提供等を行っています。2023年度はオンデマンド配信に加えて、一部のセッションについては4年ぶりに会場開催で実施しました。

セッション概要

Session 1

JISSスポーツ医・科学支援事業の新しい取り組み「総合型サポート」

<モデレーター> 窪康之 (HPSC/JISS スポーツ科学・研究部)
<出演者> 中村真理子 (HPSC/JISS スポーツ科学・研究部)
※以下は動画での出演になります。
飯塚太郎 (公益財団法人日本バドミントン協会)

Session 2

パラアスリートを対象とした支援と研究 パラリンピック競技におけるクラス分けテストの現状と課題

<モデレーター> 稲葉優希 (HPSC/JISS スポーツ科学・研究部)
<出演者> 笹代純平 (HPSC/JISS スポーツ医学・研究部)
元永恵子 (HPSC/JISS スポーツ科学・研究部)
坂光徹彦 (HPSC/JISS スポーツ医学・研究部)
中島大貴 (HPSC/JISS スポーツ科学・研究部)
※以下は動画での出演になります。
石毛勇介 (JISS副所長)
小林章郎 (医療法人社団松山下会白庭病院)
指宿立 (医療法人社団唱和会明野中央病院)
清水朋美 (IPC/IBSA公認視覚障がい国際クラシファイア)
宮崎伸一 (中央大学)

Session 3

持久性運動の生理学における新たな知見： サブ2マラソンの挑戦で得た教訓

<モデレーター> 山下大地 (HPSC/JISS スポーツ科学・研究部)
山岸卓樹 (HPSC/JISS スポーツ科学・研究部)
<出演者> Andrew Jones (イギリス・エクセター大学)

Session 4

世界に勝つための「トータルコンディショニング」

<モデレーター> 久木留毅 (HPSC長/JISS所長)
<出演者> 中嶋耕平 (JISS副所長 スポーツ医学・研究部長)
清水和弘 (HPSC/JISS スポーツ科学・研究部)
高澤祐治 (順天堂大学)
菅野淳 (公益財団法人日本サッカー協会)

Session 5

カーリングの競技支援を目的とした工学的アプローチによる実証型研究

<モデレーター> 相原伸平 (HPSC/JISS スポーツ科学・研究部)
<出演者> 榊井文人 (北見工業大学/JISS客員研究員)
伊藤毅志 (電気通信大学)
山本雅人 (北海道大学)
小笠原歩 (公益社団法人日本カーリング協会)

Session 6

HPSC研究アワード受賞講演

<モデレーター> 中村真理子 (HPSC/JISS スポーツ科学・研究部)
<出演者> 松田知華 (HPSC/JISS スポーツ科学・研究部)
高井恵理 (HPSC/JISS スポーツ医学・研究部)
能瀬さやか (HPSC/JISS スポーツ医学・研究部)

Session 7

アスリート・ウェルビーイングの向上に向けた心理サポート

<モデレーター> 立谷泰久 (HPSC/JISS スポーツ医学・研究部)
<出演者> 高橋由衣 (HPSC/JISS スポーツ医学・研究部)
岩崎晋 (Fort Lewis College, U.S.A./大阪大学)

Session 8

アスリート育成パスウェイの構築に向けて

<モデレーター> 衣笠泰介 (HPSC ハイパフォーマンス戦略部)
<出演者> 加茂谷賢一郎 (HPSC ハイパフォーマンス戦略部)
猿舘祐子 (岩手県文化スポーツ部スポーツ振興課)
平野英功 (一般社団法人ワールドスケートジャパン)
橋香織 (一般社団法人日本車いすバスケットボール連盟)

Session 9

スポーツ・インテグリティ・ユニット (SIU) 企画 サポートスタッフが気をつけるべきアンチ・ドーピング規則違反

<モデレーター> 上東悦子 (HPSC/JISS スポーツ医学・研究部)
<出演者> 蒲原一之 (HPSC/JISS スポーツ医学・研究部)
鈴木章 (HPSC/JISS スポーツ医学・研究部)
浅川伸 (公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構)

ご挨拶

この度、「ハイパフォーマンススポーツ・カンファレンス 2023」を、オンデマンド形式に加え、一部のセッションについては4年ぶりに会場開催で実施しました。今回のカンファレンスでは、「Total Conditioning Research Project」の研究成果を踏まえ、HPSCが新たに提唱するコンディショニングのコンセプトである「トータルコンディショニング」の概念や知見を、世界一を競い合う国際競技大会での事例を交えて紹介しました。中でもAndrew Jones博士が「持久性運動の生理学における新たな知見」の中で提示したキーワードの「レジリエンス」は、今後のハイパフォーマンススポーツ研究の課題の一つです。それを解明していくヒントも「トータルコンディショニング」の中にあるのではないかと考えています。また、HPSCにおける国立スポーツ科学センター (JISS) の特長を活かした支援である「総合型サポート」や「パラアスリートを対象とした支援と研究」に関する知見などの紹介を通じて、「パフォーマンス」の最適化について探求しました。オンデマンド形式によるセッションでも、様々な領域での研究成果等を踏まえた情報発信を行い、合わせて、ご来場された方々からは、示唆に富んだご意見も頂きました。今後も外部の方々のご意見も活かしつつ、さらに良い活動につながられるように尽力していきます。本カンファレンスが、多くの参加者・視聴者の皆様にとりまして、「HPSCだからこそ」の情報提供になったのであれば幸甚です。また、HPSCでは、東京2020大会以降、『ハイパフォーマンス

からライフパフォーマンスへ』という考え方にに基づき、ハイパフォーマンス領域で得た知見をライフパフォーマンス領域に展開していくことを目指しています。本カンファレンスがきっかけとなり、ハイパフォーマンス領域における様々な知見が皆様と共有され、何らかの形でライフパフォーマンスの課題解決につながる機会になることを期待しています。私たちは引き続き、持続可能な国際競技力向上に貢献するため、特にJISSにおいては、常に10年先を見据えエビデンスベースト (根拠に基づく) のスポーツ医・科学、情報面からの支援を推進していきます。また、支援の課題を解決するための研究においてはハイパフォーマンススポーツ研究に取り組み、ハイパフォーマンススポーツにおける支援と研究を一体的に捉えた体制の強化にも力を入れていきます。最後に、ご聴講いただいた皆様、ご登壇いただいた皆様並びに本カンファレンスを実施するにあたり、ご協賛、ご協力いただいた皆様や企業・団体様へ厚く御礼申し上げます。引き続きHPSCの活動へのご理解とご協力をお願いいたします。

ハイパフォーマンススポーツセンター長
国立スポーツ科学センター所長

久木留毅



Session 1 JISSスポーツ医・科学支援事業の新しい取り組み「総合型サポート」



窪康之



中村真理子



飯塚太郎

本セッションでは、JISSスポーツ医・科学支援事業において2022年からスタートした「総合型サポート」におけるバドミントン競技の活動事例を紹介しました。日本バドミントン協会ナショナルチームパフォーマンス分析スタッフである飯塚氏にご登壇いただき (動画出演)、HPSCの窪およびバドミントン種目担当者のHPSCの中村とともに総合型サポートにおける分野横断的なスタッフの関わり、支援の基礎となる研究のあり方やパフォーマンス構造モデルに基づいた課題の抽出と成果の評価の可能性について検討しました。冒頭、窪から支援事業の目的および総合型サポートがスポーツ科学の

研究成果に基づき競技力向上を支援するとはどういうことかを改めて問い直し、対象競技を絞り、JISSの人的、物的資源を集中し実施している支援であることについて説明がありました。中村からは現在実施しているサポート内容について紹介があり、飯塚氏から総合型サポートに対する感想や、パフォーマンス構造モデルの活用可能性についてご意見をいただきました。課題発見、トレーニングやコンディショニングに関する方法の提案、効果の検証というサイクルを基に支援を進めること、さらに、サポートの全体を研究論文として残していくことが重要であることが再確認されました。

Session 2 パラアスリートを対象とした支援と研究 -パラリンピック競技におけるクラス分けテストの現状と課題-

国際パラリンピック委員会 (IPC) はクラス分けが科学的根拠に基づいて行われること (evidence-based classification) を推奨しており、そのための研究の推進が国内外で必要とされています。本セッションでは evidence-based classification のより一層の普及において必要とされる研究について、パラリンピック競技の支援と研究に携わる HPSC メンバーが、日本パラリンピック委員会 (JPC) クラス分け委員会の先生方の講演映像に基づいて議論しました。講演では、JPC クラス分け委員会副委員長の

指宿氏より肢体不自由カテゴリに関して、IPC/国際視覚障がい者スポーツ連盟 (IBSA) 公認視覚障がい国際クラシファイアの清水氏より視覚障がいカテゴリに関して、中央大学法学部の宮崎氏より知的障がいカテゴリに関して、クラス分けにおける国内外の動向と課題についてお話しいただきました。各講演の最後に JPC クラス分け委員会委員長の小林氏と各先生方で議論していただき、クラス分け研究の推進においては、各競技団体と研究機関がクラス分け研究の必要性を理解し、協力して研究を進めていく必要性が

ることが述べられました。HPSC としては、クラス分けに直接的に寄与する研究実績はまだ少ない現状ではありますが、各競技の特性やパフォーマンスの構成要素を理解し、パフォーマンスを向上させるために必要な支援を検討してきた研究実績があり、そのような取組を進展させることでクラス分け研究に貢献できると考えられました。セッションを通して、今後 HPSC も各機関との連携をより一層強化して、evidence-based classification の更なる普及に資する研究を進展させていく必要性が確認されました。



Session 3 持久性運動の生理学における新たな知見：サブ2 マラソンの挑戦で得た教訓

スポーツ庁委託事業「スポーツ支援強靱化のための基盤整備 (パフォーマンスを最適化するためのトレーニング処方)」の一環として、英国エクセター大学から Andrew Jones 氏を招へいしました。本セッションでは、Jones 氏が携わったナイキ社の「Breaking 2」プロジェクトに関して主にエリウド・キプチョゲ選手の話を中心に、世界のトップランナーの生理学的特性について惜しみなくご紹介いただきました。さらには、Jones 氏の最新の論文 (The fourth dimension: physiological resilience as an independent determinant of endurance exercise performance) をもとに、持久系パフォーマンスにおける新たな決定要因である「レジリ

エンス (疲労耐性)」に関する知見についても提供していただきました。伝統的な生理学的指標 (最大酸素摂取量やランニングエコノミー) のみでは、世界の超一流と一流の差を説明することは困難であり、今後は長時間レースにおける「レジリエンス」の測定評価や改善方法が持久系パフォーマンス研究のホットトピックとなることが予想されます。また、マラソン2時間切りという一つの偉業を達成するために工学や空気力学、栄養学など多分野の知見を集結させ、試行錯誤した例も紹介していただきました。本セッションをきっかけに新しい知識が普及し、日本人アスリートの国際競技力の更なる向上につながることを願います。



Session 4 世界に勝つための「トータルコンディショニング」

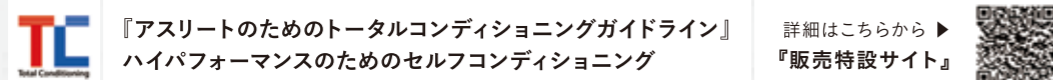
HPSC は新たなコンディショニングのコンセプトとして『トータルコンディショニング』を提唱しています。これは「アスリートの効果的なコンディショニングのために各エキスパートが協力・協調して連携を組み包括的な活動を行うこと」を意味します。トータルコンディショニングの成功には、それぞれの専門家が自身の分野のエキスパートになり、他分野の知識・技術を理解して連携することが重要です。エキスパートチームをマネジメントできるジェネラリストの存在も不可欠です。

さらに、アスリートが自立して考え、コンディショニングの知識・技術を備え実践できることが鍵であり、そのための支援が非常に重要です。本セッションでは、これらについて HPSC の清水が紹介し、改めて認識合わせをさせていただいた上で、中嶋より HPSC のトータルコンディショニングサポートに関する支援と研究について、順天堂大学の高澤氏より競技復帰に向けたエリートラグビーのトータルコンディショニングの事例と研究について、日本サッカー協会の菅野氏よりフィジ

カルサポートを中心としたエリートサッカーのトータルコンディショニングの事例と人材育成についてご講演いただき、HPSC の久木留がモデレーターとなって総合討論を行いました。各エキスパートがお互いを理解した上で密にコミュニケーションを図り連携し、シームレスな支援を実現することの重要性とともに研究と支援の一体化の必要性が改めて示されました。トータルコンディショニングが広く実践され、更なる国際競技力向上につながることを期待されます。



Session 4 ご紹介の『トータルコンディショニング』の詳細はこちら▼をご覧ください!



編集/発行：独立行政法人日本スポーツ振興センター
ハイパフォーマンススポーツセンター

判型：B5 判 / ページ数：484 ページ
本体価格：9,000 円 (税込 9,900 円)

内容

独立行政法人日本スポーツ振興センター (JSC) と大塚ホールディングス株式会社による国際競技力向上を図るためのコンディショニングを中心とした研究プロジェクト「Total Conditioning Research Project」で得られた成果等をもとに、アスリートによるハイパフォーマンス発揮のためのセルフコンディショニングの知見や方法をまとめたガイドラインです。

主な読者対象

アスリート、スポーツ指導者、トレーナー、ドクター、栄養スタッフ、体育・スポーツ系教員/学生等

ガイドラインの構成

- 第1章 - トータルコンディショニング
- 第2章 - コンディション評価と調整法
- 第3章 - 実践的なトレーニング法
- 第4章 - 効果的なリカバリー
- 第5章 - ジュニアアスリートのコンディショニング
- 第6章 - 女性アスリートのコンディショニング
- 第7章 - パラアスリートのコンディショニング

購入者特典

ご購入者は、本ガイドラインの全30分について知見や方法 (表・図・写真) が盛り込まれた **プレゼンテーションスライド** をダウンロードできます!



Session 5 カーリングの競技支援を目的とした工学的アプローチによる実証型研究



近年、スポーツにおけるデータサイエンスやAIの導入、利用が始まっています。HPSCでは、スポーツ庁委託事業「スポーツ支援強靱化のための基盤整備事業」の一環として、競技スポーツの支援推進を目的として、データサイエンスやAIの研究に取り組んでいます。本セッションでは、氷上のチェスと呼ばれるほど、高い戦術・戦略が必要とされるカーリングを対象として、工学的アプローチによる実証型研究を紹介しました。まず、北見工業大学/JISS客員

研究員の榎井氏よりカーリングを対象とした工学的研究の全体像について、次に電気通信大学の伊藤氏よりカーリングの物理シミュレートについて、北海道大学の山本氏よりカーリングのスタッツ分析やAIについての講演をいただきました。工学的研究の背景から具体的な事例まで、最先端の知見が惜しみなく提供されました。最後に、日本カーリング協会 理事/日本オリンピック委員会 (JOC) ナショナルヘッドコーチの小笠原氏に登壇いただき、

前述した研究者らとの議論を実施しました。カーリング競技の実態や競技力向上の視点から工学的研究に期待すること、今後の展望などが述べられ、示唆に富む議論が展開されました。本セッションを通して、競技団体関係者、スポーツ科学研究者、工学研究者等、様々な立場からスポーツと工学のクロスポイントを考える一助になることが期待されます。

Session 6 HPSC研究アワード受賞講演

HPSCでは、トップアスリートの国際競技力向上を目的にハイパフォーマンススポーツ研究を推進しています。その中で、優秀な研究員を表彰するため、2020年度にHPSC研究アワードを創設し、HPSCにおいて年間で最も多く論文を執筆した研究員やグループを表彰しています。2022年度のHPSC研究アワードはコンディショニング研究グループの松田が受賞し、受賞の対象となった3編の論文を紹介しました。3編の論文ともに月経周期に着目しており、

月経周期が運動時の筋グリコーゲン利用、運動後の短期間の筋グリコーゲン回復に及ぼす影響、ならびに運動後の短期間の回復に効果的な対応策に関する研究です。論文内容と併せて現在の女性研究の課題や疑問点、推奨されている月経周期の確認・フェーズの規定方法などを説明しました。総合討論では、HPSCの能瀬、高井とともに、3編の論文に関する質疑応答を行い、本研究結果を現場や支援に活かすためにはどのように

したらよいかなどについて議論し、婦人科医師や管理栄養士、研究者と様々な立場から女性アスリートに関して考える機会となりました。女性のパフォーマンス向上や健康に関する問題は、今回紹介した正常月経周期のみでなく無月経、ホルモン剤服用等様々な側面からの検討が必要であり、研究・支援ともに、今後もグループを超え、より一層の連携が必要であることを改めて確認しました。



Session 7 アスリート・ウェルビーイングの向上に向けた心理サポート

近年、アスリートのウェルビーイング（メンタルヘルスを含む）に関する研究が世界中で増えています。その大きなきっかけは、COVID-19のパンデミックによるアスリートへの影響です。JISS・心理グループは、「アスリート・ウェルビーイングの向上に向けた心理サポート」（スポーツ庁委託・スポーツ支援強靱化のための基盤整備事業）に関する研究を行いました。その中に、COVID-19がトップアスリートに及ぼした影響、トップアスリートのメンタルヘルスと心理的競技力との関係の研究があります。また、JISS・心理グループが20年以上行ってきたトップアスリートの個別サポートでは、アスリート・ウェルビーイングに関わることを実施しています。これらの研究をまとめることに

より、本テーマである「アスリート・ウェルビーイングの向上に向けた心理サポート」がさらに充実していくと考えています。本発表では、Fort Lewis College (米国) /大阪大学の岩崎氏を指定討論者としてお迎えし、議論を行いました。岩崎氏は、米国で動機づけの観点からアスリートのメンタルヘルス、ウェルビーイングの研究を行っており、米国におけるアスリートのウェルビーイング（メンタルヘルス

を含む）の情報を提示していただきながら、我々が行ってきた研究についてのご意見や今後についての示唆を複数いただきました。その中でも、「競技現場におけるアスリート・ウェルビーイングやメンタルヘルスに関するリテラシー（知識）を高めることが重要」という貴重なご助言は、今後の「アスリート・ウェルビーイングの向上に向けた心理サポート」がより進化することにつながると考えられます。



Session 8 アスリート育成パスウェイの構築に向けて



HPSCでは、国際競技力向上のための様々な取組を行っています。その取組のひとつであるアスリート育成パスウェイの構築支援事業では、中央競技団体 (NF) や地域タレント発掘育成事業団体 (地域TID) 等が抱える課題を解決するために様々な取組を実施しています。本セッションは、「アスリート育成パスウェイの構築に向けて」をテーマに、NFや地域TIDの関係者を交えてディスカッションを行いました。HPSCの衣笠をモデレーターとし、HPSCの加茂谷よりHPSCで開発したアスリートの発掘・育成を支援するデータシステムである「アスリートパスウェイシステム (APS)」について紹介しま

した。また、アスリート育成パスウェイに関する活動や課題について、地域TIDでの取組を岩手県文化スポーツ部スポーツ振興課の猿舘氏、NFでの取組を一般社団法人ワールドスケートジャパンの平野氏、一般社団法人日本車いすバスケットボール連盟の橋氏よりご紹介いただきました。様々な取組をご紹介いただく中で、地域TID修了生の追跡調査が困難なこと、地域及びNFとの連携・協働するための情報を共有するプラットフォームが存在しないこと等の問題点が明らかになりました。それらの問題点を踏まえ、今回新たに開発したAPSを活用し、タレントの成長軌跡に関するデータの蓄積を

していくことで、タレントからアスリートに至るパフォーマンスの移行という点で期待できることについてディスカッションを行いました。アスリート育成パスウェイに関わる要因・要素は多様かつ複雑であり、時系列によって変化していく事象です。本セッションにおいても、タレントやアスリートを取り巻く関係者が発掘段階から中長期的視野を持ち、有機的に連携することの重要性が確認できました。APSがこれらの課題解決のために有効なプラットフォームになり、今後とも関係者のアスリート育成パスウェイ構築のために必要な支援に努めていく予定です。



アンチ・ドーピングの世界統一ルールである「世界アンチ・ドーピング規程」の初版が発行されてから20年、もはやアスリートのみが注意を払えばよいルールではなく、アスリートに多大な影響を与え得るサポートスタッフの重要性が益々高まっています。本セッションでは、初めにJADA専務理事の浅川氏より、日々の活動における「サポートスタッフが留意すべき事項」について、国内外のアンチ・ドーピング規則違反の事例等を用いながら講演

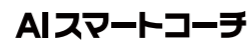
いただき、例えば、日頃から違反とならないよう十分配慮していたことを立証するための手段等、アスリート本人だけでなくその周囲の者も心に留めておくべき事項をお話いただきました。また、研究活動やその公募情報の入手先等、多くの研究者に参照いただきたい情報も提供いただきました。セッション後半ではHPSCの上東(薬剤師)による進行のもと、蒲原(内科医)、鈴木(理学療法士/AT)が加わり、各々これまでの経験をもとにして、アスリート

の身近な存在であるサポートスタッフが果たすべき最も大切な事項や心構え等、現場を知る専門家ならではの視点による意見交換が行われました。本セッションを通じて、サポートスタッフが自身の立場や影響力を改めて認識し、クリーンなアスリートがクリーンな環境で最高のパフォーマンスを発揮するために、彼らを支える者として日頃からどのように振る舞うべきかを再考する一助となることが期待されます。

協賛企業様



感動のそばに、いつも。



ATHLETE DEVELOPMENT PATHWAY

競技別アスリート育成パスウェイモデルの協働
Co-designing sport-specific athlete development pathway models

中央競技団体(NF)とともに、 トップアスリートに至るまでの地図を作っています

ABOUT 競技別アスリート育成パスウェイモデル(パスウェイモデル)とは何ですか?

NFは、スポーツの普及、アスリートの発掘・育成・強化の活動を推進しています。競技別アスリート育成パスウェイモデル(パスウェイモデル)は、NFにとってその競技の「地図」にあたるもので、子どもがスポーツに触れてからトップアスリートに至るまでの過程であるアスリート育成パスウェイの理想の

姿を図解したものです。

JSCは、NFの幅広い関係者(コーチ・指導者、競技団体関係者等)と協働して、HPSCニューズレターVol.32(2020年3月発刊)でも紹介した「日本版FTEM」を活用したパスウェイモデル構築を支援しています。

WHY なぜパスウェイモデルの構築が必要なのですか?

競技ごとにパスウェイモデルが構築されると、アスリート育成パスウェイを段階的に一般の方にも分かりやすく示すことができます。これにより、競技の普及・発掘・育成・強化の関係者が共通言語を持つことでお互いにコミュニケーション

しやすくなります。アスリートの育成段階に合わせてこの道すじ(アスリート育成パスウェイ)を最適化するためには、国内外の動向を踏まえて常に最善の方法(ベストプラクティス)を模索する必要があります。

HOW パスウェイモデルはどのように構築されるのですか?

JSCは、2022年度からNFに対してパスウェイモデルの構築・活用のためのワークショップ(全3回/年)を開催しています。ワークショップでは、①アスリート、②コーチ・指導者、③関係者・アントラージュの視点(マクロ・メゾ・ミクロの視点)から、メダリストのプロフィール等の現状分析等を通して普及・発掘・育成・強化活動に必要な要因や要素を整理し、エビデンスに基づくパスウェイモデル構築の試みを行っています。アスリート育成パスウェイは、NFの普及・発掘・育成・強化活動の全過程に関わる

ものであるため、アスリートの声や、ハイパフォーマンスディレクターやナショナルコーチだけでなく、各段階のコーチ・指導者、医・科学支援スタッフ等、様々な関係者からの視点が集約される必要があります。ワークショップでは、こうした関係者が一堂に会して各段階の最適な取組について話し合う場と機会を提供しています。参加者からは、「NFのコアメンバーが集まること自体が少ないため、貴重な機会となった」、「他のNFと意見交換することで、新しい発見を得ることができた」、「今まで認識していなかった段階も含めて、パス

ウェイを見える化することができて有意義だった」、「オリンピック競技、パラリンピック競技双方のモデルを知ることができて良かった」などの声がありました。



ワークショップの様子

FUTURE 今後、パスウェイモデルはどのように活用されるのですか?

NFが構築したパスウェイモデルは、地域レベルからトップレベルの全体指針として幅広く活用され、今後は強化戦略プランの立案やコーチ養成等の新しいプログラムの計画、実行、検証、評価に活用されることが期待されています。また、パスウェイモデルをより活用していくためには、国内外の動向に合わせて適宜検証を行い、数年ごとにパスウェイモデルが更新され続けることも重要です。JSCは、第3期スポーツ基本計画の施策の一つでもある、持続可能な国際競技力向上に向けたNFにおける競技別パスウェイモデルの構築を、「日本版FTEM」を活用しながら、引き続き支援してまいります。

参照Webサイト:<https://pathway.jpnsport.go.jp/fitem/competition.html>



日本版FTEMを活用した
パスウェイマップ(アスリート向け)

エアリアル

ブラインドサッカー



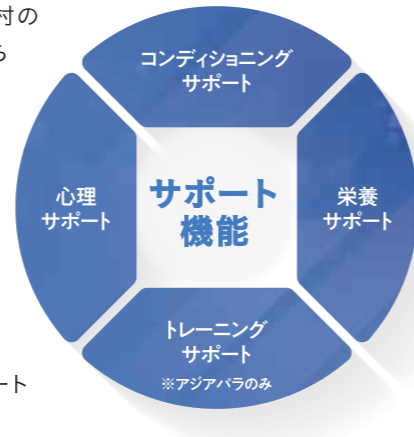
杭州アジア競技大会・アジアパラ競技大会 JSC現地サポート

JSCがスポーツ庁から受託しているハイパフォーマンス・サポート事業では、大規模な国際競技大会において我が国がより良い成績を取めることができるよう、スポーツ医・科学、情報等のサポートを実施しています。2023年9月から10月にかけて中国の杭州市で開催された第19回アジア競技大会及び第4回アジアパラ競技大会では、競技に向かう選手、コーチ、

スタッフのコンディショニングに関するサポートを実施しました。今大会は、2022年に開催予定とされていましたが、新型コロナウイルス感染症の影響で1年延期された開催となりました。また、パリ2024大会前最後の夏季競技の国際総合大会であり、パリ2024大会において効果的なサポートを実施するためのトライアルと位置付けて、様々な活動を行いました。

アジア競技大会では、選手村が開村した9月16日から10月8日までの間、JOCと連携し、選手村内でのサポートを実施しました。選手村の宿泊棟内に設置したコンディショニングルーム内に、マッサージボールなどを配置したストレッチスペースと交代浴（温浴・冷浴）の環境を整えるとともに、選手が各自の宿泊室にて自身で温浴や冷浴ができるように貸出用の簡易バスタブを準備しました。選手村内にバスタブがなかったこともあり、多くの選手が体重調整や疲労回復、リラクセスを目的として活用していました。また、栄養サポート

として、JISSの栄養スタッフが選手村のダイニングに配置されている栄養士から入手した食事内容に関する情報や現地で購入可能な食品情報等をポスターやレポートとしてまとめ、現地でのコンディショニングにご利用いただきました。心理サポートとして、現地での対面サポートができる体制と、日頃からJISSの心理サポートを利用しているアスリートが、継続してサポートを受けることができるよう、HPSCとのオンラインサポート体制を構築しました。



アジアパラ競技大会では、選手村が開村した10月16日から10月28日までの間、JPCと連携し、アジア競技大会と同様のサポートに加えて、トレーニングサポートを実施しました。日頃から選手をサポートしているJISSのスタッフが選手村内のフィットネスセンターにて、試合直前期におけるコンディション調整、リカバリーを目的とした運動プログラムの処方、及びトレーニングの補助サポートを実施しました。栄養情報については、選手村の中での掲示に加え手元で見ることができるよう、印刷して各所に設置したことで、より手軽に役立ててもらうことができました。



サポート全体の利用実績としては、アジア競技大会では40競技団体中37競技団体（延べ922名）、アジアパラ競技大会では22競技団体中15競技団体（延べ292名）の選手、スタッフ、コーチ等の活用がありました。

今大会で実施したサポートの経験を踏まえ、JOC、JPCと連携しつつ、パリ2024大会で日本代表選手団の皆様がより活躍できるよう、サポートの準備を進めてまいります。

JISSスポーツ医・科学 支援事業の取組

～パリ2024大会に向けて～



JISSスポーツ医・科学支援事業では、競技団体が行う強化活動に対し、スポーツ医・科学、情報等の各分野からサポートを行い、様々な分野の研究者と専門家が、強化の課題とその達成方法を競技団体とともに考えることで、アスリートのパフォーマンス向上に尽力しています。今回は半年後に迫ったパリ2024大会に向け、各競技団体の強化活動に資するための科学的測定・分析に基づいた情報提供の取組をご紹介します。



体格、身体組成、筋力・パワー、有酸素性持久力などの基礎的なフィットネス項目を測定するフィットネスチェックでは、今年度は12月末の時点で29種別298人（男子152人、女子146人）を受け入れて各種測定を行いました。測定によって得られた情報は、個々の選手の過去の測定結果や現在のチーム内の平均値、過去の同一競技の選手の平均値などと比較した上で、日常的に行われているトレーニングの効果を検証するのに活用されています。また、パリ2024大会に向けた強化のマイルストーンに位置づけられる国内外の重要な競技会では、フィールド上で得られる競技パフォーマンスを測定・分析する活動も行っています。例えばトランポリン競技では、福山市で行われた全日本選手権において、JISSスポーツ科学・研究部の研究員が、演技中の動作をビデオカメラで撮影しました。この映像は、競技会運営事務局から入手した各種目（わざ）の滞空時間と着地位置に関する情報とともに整理して競技団体に提供しました。

パラ陸上競技においては、パリで行われた世界選手権にスポーツ科学・研究部研究員を派遣し、競技団体のスタッフと協力して車いす競争種目（男女の100m、400m、800m、1500m、5000m、10000m）のレースの様子をビデオカメラで撮影しました。得られた映像から、選手の走速度の推移を算出するとともに、どのような因子（最高走速度、最高走速度出現位置など）がパフォーマンスと関連が強いかを分析して競技団体に提供しました。これらの競技会におけるパフォーマンス分析は、積み重ねてきたトレーニングが目標に対して有効なものであったかを確認したり、世界の有力選手のパフォーマンスと比較してどのような課題があるかを検討したりするのに活用されます。今後もJISSは、フィットネスチェックとパフォーマンス分析をはじめとする各種サポート活動をパリ大会直前



まで継続し、日本人アスリートの皆さんが最高の準備をした上で本番に臨めるようサポートしていきます。

味の素NTC・イースト「見学ツアー」

団体予約受付中!



東京都北区の今話題のスポットといえば、真っ赤な「NTC」のオブジェがひととき目立つ、味の素NTC・イースト（ナショナルトレーニングセンター）です!

味の素NTC・イーストは、オリンピック競技とパラリンピック競技の更なる共同利用化を図るため新たに建設された施設で、2019年にオープンしました。

味の素NTC・イーストでは、ガイドによる有料の見学ツアーを1日3回開催しています。ガイドの説明や体験型の展示を通じてトップアスリートの高い能力やすごさを知って、見て、楽しむことができます。

2023年12月からは、見学ツアーをより多くの方に楽しんでいただきたく、催行人数を増やして、21名から40名までを対象とした「**団体見学ツアー**」を開始しました!

修学旅行やさまざまな研修等にぜひ団体見学ツアーをご活用ください! 皆様のご来訪をお待ちしております。



団体見学ツアーのお申込み詳細はこちらから



個人(20名以下)での見学ツアーへのご参加はこちらから

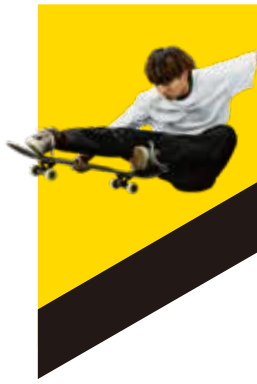
※団体見学ツアーの申込期間は希望日の6か月前から2か月前までです。開催日時、料金、申込方法等の詳細はHPをご覧ください。

味の素NTC・イースト 見学



すべてのスポーツにエールを

スポーツくじの収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。



くじを買うはエールになる



Ⓜ 19歳未満の方の購入又は譲り受けは法律で禁じられています。払戻金も受け取れません。運営・販売：独立行政法人日本スポーツ振興センター

