



オリ・パラー体と夏・冬一体、 融合と社会還元、新たな価値の創出

一HPSC全体の役割と東京2020大会に向 けてどのような取組が行われているのですか。

勝田 HPSCは、JISS及び味の素ナショナル トレーニングセンター(NTC)の機能を一体的に 捉えた強化及び研究拠点です。JISSは、トップ スポーツを対象とした医・科学の研究、支援を 行う拠点であり、NTCは、国内最高峰のトップ アスリートのトレーニング拠点として、日本のトッ プスポーツの基幹的な役割を担っています。 HPSCの機能や目指す姿などについて、「オリ・ パラー体」「夏冬一体」「社会的価値の創出」 といった視点などから説明したいと思います。

HPSCは、さまざまな競技・種目のトップアス リートや組織、関係者の皆さんに利用していた だいています。したがって、共用のトレーニングエ リアや、食堂、廊下など、さまざまな空間で、異な る競技・種目の人たちが、日常的に間近に接す ることとなります。この状況は、他分野同十が影 響を与え合うことになり、他分野から学ぶことが できる「場」ともなっていると思います。私はこの ことを重要視しています。たとえば、他競技のトッ プレベルの人たちはどういう食べ方や、どういう 行動をしているのかなど、立ち居振る舞いも含 めて良い刺激を自然に受けることのできる環境 が自然に生まれます。そのような環境を大切に し、その良さが競技力向上に結びつくように配 慮したいと思っています。そのためには常に、高 いレベルの行動がスタンダードとなっていること が不可欠です。これは、ここを利用していただく アスリートだけではなく、我々スタッフにも求めら れます。

巻頭インタビュー

東京2020、そしてその先へ

味の素ナショナルトレーニングセンター屋内トレーニングセンター・イースト(味の素 NTC・イースト)のオープンに際し、ハイパフォーマンススポーツセンター(HPSC)の勝 田降センター長並びに、国立スポーツ科学センター(JISS)の久木留毅センター長に、 HPSCにおける東京オリンピック・パラリンピックに向けた取組と大会後に向けた展望 について聞きました。(聞き手:元川悦子)

昨年、夏に竣工した味の素NTC・イーストに よって、パラリンピック・トップアスリートの利用 も加速されました。これにより、HPSC全体に おいて、異なった競技が好影響を与え合う環 境がさらに大きく促進されています。オリ・パラ 一体としての総合かつ融合機能を効果的に カタチにしていきたいと思っています。

また、HPSCは東京2020大会だけでなく、 2022年冬の北京大会、そしてその先に向け て準備するアスリートや関係者が利用してい ます。つまり、冬季競技の人たち、あるいは次 世代のアスリートやその関係者もHPSCを日 常的に活用していただいています。

繰り返しますが、オリンピックもパラリンピッ クも、夏も冬も、世界の頂点をねらうさまざまな 競技や種目のトップアスリートとそれに関わる 人たちがHPSCに集い、ポジティブな刺激を 相互に与え合う環境づくりを、引き続き大切に し、その拡大に努めていきたいと思います。

そして、そこから生まれる課題や成果をス ポーツ界はもとより、地域や学校など社会的に 価値あるものとして展開していくこともHPSC の重要な役割であると思っています。

「スポーツは社会を映す鏡」という言葉があ ります。特に、トップアスリートを中心としたトッ プスポーツは、社会から注目を浴び、社会に大 きな影響を与える存在であると思います。トップ アスリートに関わる関係者の活動や行動も同 様と思います。単に「応援してください。頑張り ます。 一ではなく、自身が頑張れるのは、誰に よって、何によって支えられているのかを忘れ てはならないこと。社会に好影響を与えるよう に努めること。私たちの研究も支援も運営も、 社会の支えがあり成り立っています。そして、そ れを少しでも社会に、未来に、役立てようと努 めることを忘れてはならないと思っています。

地元はもとより、多くの皆さんから愛され、応 援される拠点でなければ建設的かつ継続的な 強化に必要なエネルギーは生まれないと私は 考えています。トップアスリートが集中的に利用 する拠点というHPSCの根本的な姿は変わる ことはありませんが、そこで行われている取組を 多くの人に紹介することも私たちの重要な使 命と考えています。新しく誕生した味の素NTC・ イーストの「見学コース(ツアー)」は、そのような 観点を重視して運営していきたいと思います。

久木留 JISSは選手団を編成する各競技の 中央競技団体(NF)、日本オリンピック委員会 (JOC)、日本パラリンピック委員会(JPC)に 対し、スポーツ科学、医学、情報の面から、普 段どおりの力がしっかり発揮できるよう、最大 限の支援をしています。とはいえJISSが単独 でできることには限りがあります。JOC、JPC、 日本スポーツ協会(JSPO)、各NFと連携し、 アスリートやチームのパフォーマンスを最大化 できるように支援しつつ、そこで培った知見や 資源を国民に還元できるような設えを作ってい く、その準備をしている段階です。

-基幹拠点としてのHPSCについて詳しく教 えてください。

勝田 「トレーニング場」は「実験場」であり、逆 に「実験場」が「トレーニング場」にもなります。 そして、このHPSCでの取組自体を、学校安全 や健康、共生社会などのモデルとして地域や 学校などに展開したい、その可能性と具体化 について検討しています。これまでもHPSCで は競技力向上に関連するさまざまな取組を、モ デル的な事業も含めて展開しています。一例を あげると、タレント発掘、アスリートパスウェイ、 コーチング・メンタリング、キャリア形成、女性ア スリート支援、用具・技術開発、データ活用およ びコンディショニングなど。これらを地域からトッ プレベルへ、パラアスリートへ、検証も入れなが ら強化に展開されるよう取り組んできました。

サポートする側も「一つのチーム」に

久木留 HPSCではトップアスリートが日々こ こを利用し、その過程を測定することができま す。どれぐらい伸びたのか、どこが自分の弱点 なのか、測定しながらトレーニングが行えます。

味の素NTC・イーストの存在が、まさに象徴 です。射撃、競泳、フェンシング、卓球、アー チェリーの専用施設を有しています。これらは オリ・パラともに実施する競技で、HPSCがこ れまで「オリ」の5競技団体に提供してきた支 援を、「パラ」に応用することができますし、その 逆もあります。パラ固有の特殊性や強みを、オ リに転換することも考えられます。HPSCには 「チーム」一丸でサポートできるという強みがあ ります。栄養、心理、トレーニング、ケア等が 別々ではなく、チーム一丸で選手、チームをサ ポートしています。

また、見学コースを備え、フェンシング場や卓球 場等を上の階から視察することができる構造で す。これも特徴の一つです。

今、われわれが次に取り組もうとしているのは、 「ハイパフォーマンススポーツから(全国のアマチュ ア選手が出場する)国民体育大会、全国障害 者スポーツ大会に」といった社会への展開です。

東京大会だから特別なサポートということでは なく、いかに普段どおりのサポートを提供していくか ということが重要です。年が明け、完全に「2020 モード」で、いろいろな形で準備をしていきます。

2020年に向けた暑熱、メンタル対策

一普段どおりとはいえ「2020モード」としての 取組があれば教えてください。

久木留 われわれは「2020対策プロジェク ト」という特別対策プロジェクトで暑熱対策の 研究、本番に向けたメンタル面の研究に取り 組み、各NFと情報を共有しています。基本的 な情報はウェブサイトでも紹介しています。

例えば従来、首筋や脇を冷やすことが推奨 されてきましたが、手掌(てのひら)、手首から先 を冷やすことと前腕までを冷やすことで最も効 果があります。

メンタルの研究も、自国開催未経験の現役 アスリートやスタッフの方々がどういったサポート を望むのか、してもらいたいと思っているのか、 コーチ陣の考え、アスリートの考えを取りまとめて 冊子化し、セミナー等の開催も重ねています。

また、今年度で3回目となった、ハイパフォー マンススポーツカンファレンスでは、リオ・オリン ピックで、チームのマネジメントのリーダーを務 めた方に経験を語ってもらいました。

勝田 JISSがオリ・パラに向けてこれまで培っ たものを展開するのは当然ですが、唯一の [国立]を冠したスポーツ科学のインスティ テュートとして、歴史的な自国開催の取組を学 術的に発信していくことはひとつの重要な使 命と考えています。

久木留 2019年1月からジャーナルを 「Journal of High Performance Sport」と改 題しました。ハイパフォーマンススポーツに関する 学術的な知見、ハイパフォーマンススポーツに関 わる支援、サポートの知見を集約しています。投 稿数はこの2~3年で2倍以上になっています。

世界に180ぐらいの学術雑誌があります が、「High Performance Sport」を冠したもの は一つもありません。世界に先駆けて 「Journal of High Performance Sport」と銘 打った雑誌に知見を載せ、発表の場にしたい と考えています。大会後の然るべきタイミング で、アスリートが「今だったらいいですよ」と言わ れた時点で掲載できるようにします。「2020に 向けて」と「2020以降に向けて」を両立させな がら並走している段階です。

一カンファレンスは年々、一般来場者が見学し ても、理解しやすい展示が増えつつあります。

久木留 今年度から会費制で運営していま す。従来はNFやJSCのような団体や機関が お金を取って、こういうカンファレンスを開くこと はありませんでした。無料だから来てもらうので はなくて、有料でも来場してもらえるような設え にシフトチェンジをしています。視覚的に楽しめ て、来場者が「ためになった」と感じて帰っても らえるような展示や発信を意識しています。

20年目のJISSの未来とHPSCのあり方

-2020年はJISS開設から20年目の節目の 年でもあります。オーストラリアや英国などライ



バル各国の動向を見ながら、時代とともに JISSをいかに発展させていくかが課題である ように思われます。国際競争を勝ち抜く戦略に ついて教えてください。

久木留 一例を挙げるなら、世界のハイパ フォーマンススポーツセンターの動向は、二つ の潮流に収斂されてきています。一つは、 HPSCのような「基幹拠点型」。これはAIS (オーストラリア)モデルです。韓国もそうでした し、夏冬の関係はありますが、USOC(米国)も そのような形です。

ただ、今の世界の主流はネットワーク型、分 散型になっていて、例えばイギリス、フランス、ド イツ、オランダ、カナダは分散型になっていって います。ただし、「他がそうだから日本もそうする べきだ」ではなく、日本の風土やスポーツ文化に 合ったやり方を模索しないと見誤りかねません。

一極集中型から分散型にシフトしたオースト ラリアは、もともと国内6州内にトレセンが存在 し、そこから中央に集め、再びそれを戻したとい う経緯です。日本では、分散型が無い状況から スポーツ界が懇願してJISSを開設したという 経緯があります。中央でトレーニングが行えな い冬の競技、水辺の競技等は競技別強化拠 点を設けています。いろいろなことがあるので、 ネットワークというのは併設して考えていかなけ ればいけないと思うのですね。ただ、世界中か らの人がここに来て驚くのは、やはりこの施設 です。「多分、世界で1番だ」と言われます。

今後はナレッジシェア、ここで培った経験、 知識、資源をいかに国内にシェアしていけるか だと思います。



Journal of High Performance Sport のURL2次元コード

ハイパフォーマンススポーツセンター 味の素ナショナルトレーニングセンター

屋内トレーニングセンター・イースト

ハイパフォーマンススポーツセンター(HPSC)にオリンピック競技とパラリンピック競技のさらなる共同利用化を図るための新施設が加わりました。

文部科学省が、東京都北区西が丘に建設を進めてきた味の素ナショナルトレーニングセンター屋内トレーニングセンター・イースト (味の素NTC・イースト)は、2年4か月の工期を経て、2019年6月末に竣工を迎えました。その後、9月に独立行政法人日本スポーツ振興センター(JSC)に出資され、これまで管理・運営を行ってきた国立スポーツ科学センター(JISS)、味の素ナショナルトレーニングセンター(NTC)と合わせてHPSCとして、オリンピック競技・パラリンピック競技の継続的な国際競技力の向上を支援していきます。

味の素NTC・イースト施設の概要

建物は、地下1階・地上6階、建築面積は約10,000㎡、延床面積は約29,400㎡、建物高さは約30m、構造は鉄骨造・一部鉄骨鉄筋コンクリート造で、オリンピック競技とパラリンピック競技の共同利用を踏まえたユニバーサルデザインに考慮した設計となっています。

施設の概要としては、オリンピック競技とパラリンピック競技に共通する、水泳(50m×10レーン、水深3m)、卓球(コート数:28面)、射撃(25m/50m射場は15射座、10m射場は25射座)、フェンシング(30ピスト)、アーチェリー(射長70m、12標的)の5つの国際規格に対応する専用練習場の他に、オリンピック競技とパラリンピック競技が利用できる4面の共用コート(約44m×24mの4面)、長期合宿も可能な宿泊施設(約80室)、食堂(96席)も完備し、トレーニング施設と宿泊施設をエレベーターで往復できる一体化構造となっています。

競技力向上支援のための設備

競技力向上支援としては、動作分析のため の高機能・高精度カメラ(専用練習場、共用 コート)、空調・換気流がボール等の軌道に影響を与えない空調システム(卓球、共用コート) 水プール、人工炭酸泉設備を設ける他、地下 ピットの観察窓と水泳場内のカメラから泳者 の飛び込み・水中動作の映像が収録できま す。卓球では電動間仕切りにて全体を3つの エリアに区分して練習することができます。射 撃では最新の電子標的システムを使用して練 習を行うことができます。フェンシングでも電動 間仕切りにて全体を3つのエリアに区分でき、 ピスト、リール等を床埋込式とし、フラットな床 面を実現し、安全かつ利便性の高い環境と なっています。アーチェリーでは夜間照明設備 を有し、屋内射場のガラス戸を開放すること で、夜間や降雨時にも練習することができま す。屋外射場には横風を発生させる設備があ り、過酷な条件下での競技をシミュレーション することができます。

を採用しています。水泳ではプールサイドに流

また、5階にはトレーニングルームを設けるとともに、6階部分に一周100mの雨天時・暑さ対策に利用できる屋内走路も設けています。 3階にはアスリートが効率的にリカバリーに専念できるリカバリー専用エリア、交代浴スペースなども設けています。リラクゼーションゾーンとして、中央の吹き抜けに面したラウンジを中 心に2階、3階、4階に宿泊室を配置し、1階の 食堂、5階の大浴場とあわせて、スペースを有 効に活用しました。

バリアフリー環境の実現

パラリンピック競技者への対応としては、館 内は段差の無いバリアフリー化を図り、出入 口はスライドドアとするとともに、人と車いす利 用者が一度に利用できる30人乗り大型エレ ベーターを設置し、ユニバーサルデザインに配 慮しています。トイレでは全個室車いす利用で きる広さを確保し、扉は折り戸を採用するととも に、さらに介護者等も同伴できる「誰でもトイ レ」を全フロアに設置しています。更衣室では 共用更衣室(男女別)に加えて、介助者が同 伴できる個別更衣室を6カ所(内、2カ所はシャ ワー使用可能)設けています。浴室では大浴 場(男女別)に加えて、介助者が同伴できる個 別浴室を2カ所設けています。宿泊室では全 室車いすのまま入退出ができる回転スペース を確保するとともに、介助者の同室・別室化を 簡単に行うためのコネクティング扉を12室設 けています。また、宿泊室の浴室はアスリート の状況を考慮し、シャワータイプと浴槽タイプを









設けています。その他、シャワー用車いす、車 いす用空気入れ(コンプレッサー)、手摺・案内 看板への点字などを設置しています。

環境への配慮としては、再生可能な循環型 資源として、多くのアスリートが利用するエント ランスホール、トレーニングルーム、ラウンジ等 のリラクゼーションスペースには、木材を利用 し、暖かみと潤いのある空間を設けるとともに、 雨水利用、中間期の外気冷房などの自然エ ネルギー活用、コジェネ発電機の廃熱の利用 等、省資源化を含めた設計としています。

専用の見学コースの概要

味の素NTC・イースト内には、施設を見学したいとの要望を踏まえ、アスリートがトレーニングに専念できる環境を確保する中で、見学者の専用通路を設け、時間が合えば練習風景を見ながら選手の活動及び施設をご理解いた

だくための専用の見学コースを設けました。予 約申込方式の中で、トップアスリートが持つ能 力のすごさが体感できる展示や、アスリートを 支える様々なサポートや最新のテクノロジーで 支援する仕組みなどをご覧いただけます。(有 料公開)

※2020年3月から一時休止、2020年秋以降グランドオープン予定

施設利用者の声

実際に味の素NTC・イーストを利用している車いすうグビー日本代表の岸光太郎選手(右)と島川慎一選手(左)。代表合宿が毎月1回ペースで行われている中、イーストでの合宿は2019年8月、10月、11月に行われ、2020年1月に4回目の合宿が行われている最中、施設の使い心地などについてお話を伺いました。



スポーツに詳しい医師が居る安心感

「ここで行う合宿最大の特徴は、練習施設と宿泊施設が1カ所でまかなえること。毎日、練習場所と宿泊場所を車で移動する負担がなく、たいへん便利です。ソフト面では栄養や心理に関して明確なアドバイスが受けられることが心強いです。他の練習施設とは異



なり、合宿を離脱せずに練習の合間にスポーツに詳しい医師に見てもらえる安心感があります。チーム単独の合宿では外に意識が向かわなくなりがちですが、ここでは連日いろいろな競技の代表選手と顔を合わせます。競技は異なっても同じ日本代表という立場のアスリートから良い刺激をもらえます。良い環境をフル活用してパラリンピックでは良い色のメダルを取りたいです。」(岸選手)

豊富な練習環境とバランス良い食事

「ここには食堂やランドリーが併設しているので、練習着の洗濯もできて、合宿中にほぼ外出しないで事足ります。11月の合宿では初日はまだ暖かかったのに、最終日に外へ出ると

冷え込んでいて季節の変化に気付きました。 いかに体育館とホテルの移動がなく、合宿に 専念できていたかと実感しました。食事も冷 めた弁当ではなく栄養士による栄養バランス の良いメニューが温かい状態で頂けます。栄 養に関する知識が得られたことで、日常の食 事にも注意を払えるようになりました。宿泊は 一人部屋を使用しているとプライベートが確 保され快適です。トレーニング施設も豊富で 合宿中にマシントレーニングやプールを利用 する者もいます。僕も次回利用する時は水着 を持参しようと思います。代表チームの合宿 環境としては最高です。この環境を生かして パラリンピックでは1位を取りたいです。」(島 川選手)

ハイパフォーマンス スポーツ・カンファレンス2019を開催

~東京2020、そしてその先へ~Tokyo 2020, Ahead and Beyond

味の素ナショナルトレーニングセンター 屋内トレーニングセンター・ウエストほか

独立行政法人日本スポーツ振興センターは2019年10月28日~29日、東京・西が丘のハイパフォーマンススポーツセン ター(HPSC)の味の素ナショナルトレーニングセンター屋内トレーニングセンター・ウエスト(味の素NTC・ウエスト)等でス ポーツ医・科学に関する研究や取組の成果、国内外の情報等を一堂に集めた「ハイパフォーマンススポーツ・カンファレン ス2019 を開催しました。3回目となる今回は2日間通算470名が来場し、東京2020大会に向けて研ぎ澄まされた最先端の スポーツ医・科学に関する知見やトップアスリートを取り巻く課題を共有するとともにその解決策を追求するプログラムが展 開されました(表)。また、希望者を対象に味の素NTC・イーストの見学ツアーも実施されました。





[Day 1]

自国開催後もメダル数を増やした英国の 取組を紹介

オープニングを飾ったキーノートスピーチで は、英国スポーツ研究所(EIS)所長、ナイジェ ル・ウォーカー氏が登壇し、「世界をリードする 英国代表サポートチームとしてのEISの役割と 機能」をテーマに講演しました。ウォーカー氏は EISの成り立ちや役割、関係機関との連携や アスリートとの関係、資金調達の変遷に触れ ながら自国開催のオリンピック・パラリンピック を経てさらにメダル獲得数を増加させたハイパ フォーマンススポーツへの支援について説明 しました。

ハイパフォーマンススポーツに関する研究 のあり方についてウォーカー氏は、「研究のた めの研究ではなく、次のブレイクスルーは何か を特定しながら取り組むことが国民やスポン サーの支持を得てメダル獲得に結びついてい る」といった分析を示しました。

自国開催がアスリートへの過大な重圧と なったリオの事例

「自国開催のプレッシャーを克服する」をテーマ としたセミナーでは、地元開催のリオ2016大

会でオリンピック・パラリンピックを経験したグス タボ・ハラダ氏、JISSスポーツメディカルセン ター先任研究員の立谷泰久氏が登壇しまし た。ハラダ氏は元ブラジルオリンピック委員会 (COB)で、メダル獲得を確実視されていたア スリートやチームが本番でのパフォーマンスが 振るわず、期待通りの結果を出せなかったケー スがあったことや、プレッシャーとの関係に触 れ、最高のパフォーマンスを発揮するためのサ ポートのあり方、メディアやスポンサー、家族と の距離のとり方など自国開催特有の課題を指 摘しました。

立谷氏はHPSCにおける心理面の研究や ナショナルチームへの講習会の開催や、アス リートへの個別サポートなど東京20202大会 に向けた研究と支援について報告しました。

Day1では「東京2020、暑熱対策~暑さを 克服して最大限のパフォーマンスを発揮する ~」、フェンシングや陸上競技の日本代表を例 に「中長期計画を活かす戦略思考」をテーマ にしたセミナーやゴールドパートナー企業の富 士通株式会社によるICTがスポーツの未来を 切り開く事例紹介のセミナーが行われました。



キャリア支援、栄養のサポートも

HPSCではトレーニングや医・科学のサポー トとともにアスリートのキャリアについても支援 しており、「女性アスリート支援のその先~みん なでつくるスポーツの未来~」、「ポスト2020 のスポーツ界におけるデュアルキャリア支援の 在り方 | では、右の表の通り女性アスリートらが 登壇しました。自身の体験を交えながら、出産 後の競技復帰やパフォーマンスの維持、仕事 に対する取り組み方、多分野で連携した支援 体制などについて意見を交わしました。

味の素株式会社の協賛によるランチセッ ションとして、同社が行っているスポーツ栄養 研究を通じた科学的知見の開発、研究と選 手サポートの実践との連動について、研究者 の視点とサポートを受けてきたトップ選手の視 点からの紹介が行われました。

陸上競技実験場でポスター展示

表に掲載した以外に、カンファレンス期間 中には、JISS陸上競技実験場において HPSCや大学などによる研究成果をまとめた ポスター展示やスポンサー企業によるブース 展示が行われ、前回以上に拡充された内容で 盛り上がりを見せていました。







Keynote Seminar ■世界をリードする英国代表サポートチームとしてのEISの役割と機能

▽ナイジェル・ウォーカー 英国スポーツ研究所(EIS)所長

Seminar■自国開催のプレッシャーを克服する~研究成果と実際の対策~

▽グスタボ・ハラダ 国内オリンピック委員会連合(ANOC)ワールドビーチゲームズ国際連携担当ディレク ター▽立谷 泰久 HPSC JISS スポーツメディカルセンター 先任研究員

Seminar ■東京2020、暑熱対策~暑さを克服して最大限のパフォーマンスを発揮する~

▽浅田 佳津雄 ウェザーニューズ スポーツ気象チーム チームリーダー▽田島 孝彦 日本テニス協会 ナ ショナルチーム統括マネージャー▽細川 由梨 早稲田大学 スポーツ科学学術院 専任講師▽中村 真理 子 HPSC JISS スポーツ科学部 研究員▽内藤 貴司 HPSC JISS スポーツ科学部 契約研究員

Seminar■中長期計画を活かす戦略思考

▽福田 佑輔 日本フェンシング協会 強化本部 強化本部長▽山崎 一彦 日本陸上競技連盟強化委員会 ディレクター(トラック&フィールド)

Mini Session ■自国開催のプレッシャーを克服する~実践編~

▽JISS 心理グループ

Seminar Sponsored by FUJITSU■【ゴールドパートナーセミナー:富士通株式会社】スポーツ ビジネス新時代。革新をもたらすスポーツICT

▽阪井 洋之 富士通執行役員常務 東京オリンピック・パラリンピック推進本部 スポーツ・文化イベントビジ ネス推進本部担当

Day 2

Seminar■トップアスリートのためのコンディショニング戦略~大会当日に最高のパフォーマンス を発揮する~

▽笠原 政志 国際武道大学 准教授▽早川 直樹 V·ファーレン長崎 フィジカルコーチ▽星川 雅子 HPSC JISS スポーツ研究部 先任研究員

Seminar■女性アスリート支援のその先~みんなでつくるスポーツの未来~

▽本橋 麻里 ロコ・ソラーレ代表理事▽高木 エレナ 三重花菖蒲スポーツクラブ 三重バイオレットアイリ ス 選手▽関根 明子 日本トライアスロン連合 理事/関根スポーツマッサージ治療院▽東海林 祐子 慶 應義塾大学大学院 政策・メディア研究科准教授/日本ハンドボール協会 監事▽梶原 晃 三重花菖蒲ス ポーツクラブ 三重バイオレットアイリス 監督・GM代行▽三枝 大地 JOC専任コーチングディレクター バ レーボール/日本バレーボール協会 女子U17・U18日本代表監督▽土肥 美智子 HPSC JISS スポーツメ ディカルセンター 副主任研究員▽松井 陽子 HPSC ハイパフォーマンス戦略部 開発課 主任専門職

Special Seminar ■【特別講演】最適なパフォーマンスのためのテーパリングとリカバリー ▽イニゴ・ムジカ バスク大学 准教授

Seminar■競技別育成パスウェイモデル構築の試み~日本版FTEM活用のすすめ~

▽櫻井 誠一 日本身体障がい者水泳連盟 常務理事・技術委員長▽舩先 康平 日本カヌー連盟 第一強 化部 アスリートパスウェイ部門長▽古幡 陵介 日本自転車競技連盟 BMX強化コーチ▽ジェイソン・ガルビ ン International Sport Advisory Services (ISAS) ディレクター▽衣笠 泰介 HPSC ハイパフォーマン ス戦略部 開発課 主任専門職

Luncheon sponsored by AJINOMOTO ■味の素株式会社のトップアスリートに対する科学的 栄養サポート~研究と選手強化の融合~

▽加藤 弘之 味の素 食品研究所 主任研究員▽松田 丈志 セガサミーホールディングス▽亀井 明子 HPSC JISS スポーツメディカルセンター 先任研究員

Seminar■トップアスリートのためのトレーニング戦略~最新知見と実践応用~

▽仙石 泰雄 筑波大学 体育系 助教▽萩原 正大 JOC アシスタントナショナルコーチ(セーリング)/日 本セーリング連盟▽鈴木 康弘 HPSC JISS スポーツ研究部 先任研究員

Seminar ■ポスト2020のスポーツ界におけるデュアルキャリア支援の在り方

▽田中 研之輔 法政大学キャリアデザイン学部・大学院 教授▽松本 薫 ジャスビコ 新規事業開発本部 (ダシーズギルトフリーアイスクリームラボ)▽宮脇 信介 日本フェンシング協会 専務理事▽河合 純一 HPSC ハイパフォーマンス戦略部 開発課 主任専門員

Seminar ■東京2020、そしてその先へ

▽ナイジェル・ウォーカー▽グスタボ・ハラダ▽久木留 毅 HPSC JISSセンター長/ハイパフォーマンス戦略 部長▽石毛 勇介 HPSC JISS 副センター長/スポーツ科学部長▽奥脇 透 HPSC JISS 副センター長 /スポーツメディカルセンター長▽髙橋 英幸 HPSC JISS スポーツ研究部長





科学的な根拠に基づいた アスリート育成パスウェイの構築

~「日本版FTEM | の取組み~

ハイパフォーマンス戦略部 開発課 パスウェイ科学チーム

アスリート育成パスウェイ※1に関する取組 みは世界各国で取組まれ、代表的なモデルと して、一流になるまでの期間を表す"10年(1 万時間) ルール" (Ericssonら, 1993) や

個人の発達段階に合わせて整理さ れた"長期競技者育成理論 (LTAD: Long Term Athlete Development) " (Balyi 6, 2004) 等がありま す。2013年に オーストラリア において根拠 に基づいた スポーツとア スリート育成

の枠組みと

して「FTEM

普及・発掘・育成・強化活動を推進するため、 日本の競技スポーツの基盤を踏まえたスポー

スポーツへの参加 ください。 スポーツ スポーツ/競技大会への タレントの 顕在化 / スポーツタレントの クラス分け 動作の獲得と シニア代表 成功 [個人] ・インテグリティ ・心技体知 持続的な成功 育成の基軸

図1.日本におけるスポーツとアスリート育成パスウェイの枠組み「日本版FTEM」(衣笠ら, 2019)

フレームワーク | ※2 が提唱されました (Gulbin ら, 2013)。国際オリンピック委員会 (IOC) では、ユース年代の育成に関する合意声明 において、「柔軟性のある実行可能な根拠に 基づいたアスリート育成の包括的な枠組み」 を取り入れることを推奨しています(Bergeron

基本的動作の

習得と習動

2012年度に文部科学省がアスリート育成 パスウェイに関連する事業を立ち上げてから、 JSCは、27の中央競技団体や26の地方公 共団体等とアスリート育成に関して現場での 実践知や研究論文からの理論知を蓄積して きました。

これらの結果、JSCでは、根拠に基づいた

ツとアスリート育成の包括的な枠組み「日本 版FTEM」(図1)を開発しました(衣笠ら, 2019)。

「日本版FTEM」は、スポーツを「する」者の一 連の経験をアスリート育成パスウェイと捉え、 11段階(F:3段階、T:4段階、E:3段階、 M:1 段階) に分けています。また、スポーツを「す る」者の視点だけでなく、「ささえる」者の観点 である「育成の基軸(個人・スポーツ・システ ム)」を加えた独自の枠組みとなっています。

現在、JSCでは、中央競技団体2団体と 「日本版FTEM」を活用して、競技別育成パ スウェイモデルを構築しております。また、この

枠組みをアスリート育成に関わる幅広い関係 者と共有するために広報ツールとして扇子(図 2) やウェブサイトを制作しました。ぜひご活用

> 今後、JSCは2021年以降を見据 えて、「日本版FTEM」を活用し てアスリート育成に関わる幅

広い関係者(保護者、 コーチ・指導者、競 技団体関係者等) と協働して、様々 な視点(マクロ・ メゾ・ミクロ) からアスリート 育成パスウェ イを整備して いきたいと考

えています。

※1:子どもがスポーツに触れてからトップアスリートに なるまでの消すじ

※2:スポーツとアスリート育成の最適化のために根 拠に基づいて開発された枠組みで、アスリートの育成 段階が「Foundation」「Talent」「Elite」「Mastery」 に分かれる。



日本版FTEMのウェブサイトはこちら https://pathway.jpnsport.go.jp/ftem/index.html



