

特集 国際総合競技大会における医・科学サポート拠点の設置

オリンピックにおけるハイパフォーマンス・サポートセンターケア部門の活動

松田直樹

Naoki Matsuda

I. ケア部門の村外拠点設置による

支援活動の充実

オリンピックやアジア競技大会のような国際総合競技大会では、選手村に入村できるメディカルスタッフの人数が限られているため、村外にもメディカルスタッフを配置することが多い。

また、村外支援スタッフは入村時間に制約のあるゲストパスで入村し活動することになる。その場合大会規程にもよるが退村時間が 20～21 時と制限され、夜の試合後のケアなどの活動時間が十分に確保できないことがある。また、これまでの大会によっては、ゲストパス入村者が治療機器や鍼灸の治療機器を持ち込めない大会もあった。

高濃度人工炭酸泉やアイスバスを用いた入浴や交代浴といった、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) 内で選手たちが日常利用している疲労回復手段は、村内の居室にバスタブの設置がほとんどの大会でないことや、セキュリティの関係で炭酸ガスポンペを選手村に持ち込むことができず、実施できないといった実状がある。

日本代表選手団本部メディカルにはアスレティックトレーナーが 2～3 名体制で配置されているが、競技現場での支援活動をしようとした場

合、選手村医務室を不在にすることになり有効な現場活動が行えない実状があった。

以上をまとめると、選手村でのケア活動では、

- ・各競技団体には村外のメディカルスタッフがあり、ゲストパス入村では活動時間や持ち込み物品に制約がある
- ・選手たちが普段実施している疲労対策が行えない場合がある
- ・本部メディカルを不在にしないようにすると、本部スタッフが競技エリアに出ることが困難となる

国際総合競技大会では以上の様な制約が生じるため、村外拠点の設置によって支援活動の充実を図ることが望ましいと考えられる。

II. 活動内容

ケアスタッフのより効果的な支援を実現するために、これまでに設置したすべてのハイパフォーマンス・サポートセンター (HP サポートハウス) においてケア部門の支援を実施している。ケア部門の支援内容は以下の通りである。

- ① 各競技団体スタッフがケア活動できる共有ベッドスペースの設置

国立スポーツ科学センター

Japan Institute of Sports Sciences

〒115-0056 東京都北区西が丘 3-15-1

E-mail : naoki.matsuda@jpnnsport.go.jp

- ② 各種物理療法機器の設置・共有
- ③ 選手がセルフコンディショニングできるストレッチスペースの設置
- ④ 人工炭酸泉と冷水浴を設置したリカバリープール
- ⑤ 減量・疲労回復に利用可能なサウナ施設
- ⑥ 屋外プールでのコンディショニング（2016年リオデジャネイロ大会のみ）
- ⑦ 選手団メディカルへのトレーナー派遣

1. 共有ベッドスペースの設置（図1）

各競技団体村外スタッフや HP サポートハウスのトレーナーが利用できるように 8~10 台のトレーナーベッドを設置した。利用するアスリートやトレーナーによってベッドの幅や長さに好みがあるので複数の種類のベッドを用意して設置した。HP サポートハウスのトレーナーがケアを行う際

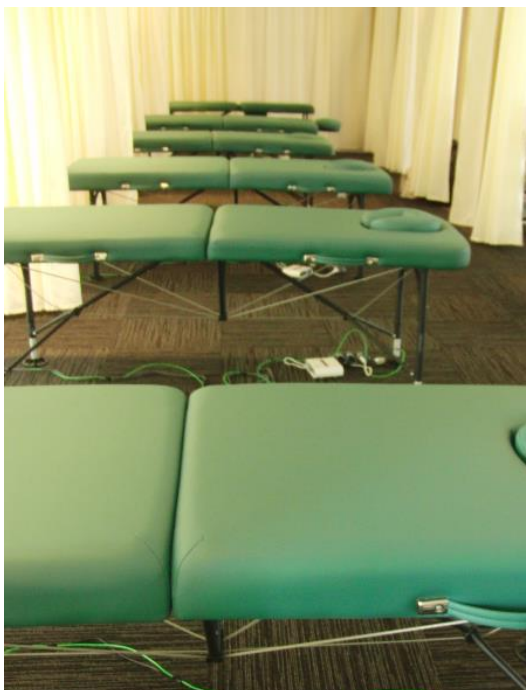


図1. 共有トレーナーベッド
大会の規模にもよるが、夏季五輪では8~10台程度のベッドを設置し、各競技団体メディカルスタッフやハイパフォーマンスサポートセンタートレーナーのケアを実施した。

には、選手村の本部ドクターとも状況の共有を図って実施した。

2. 物理療法機器の設置（図2）

物理療法機器は非常に高額であり、各競技団体で多数の機種を用意するのは予算的にも非常に困難である。国内でよく使われているメーカー他機種を選択して、共有して使用できるように設置した。機材については、日本オリンピック委員会（JOC）医学サポート部門と密接に連絡をとりながら選択し配置した。

3. ストレッチスペースの設置（図3）

ケアスペースと隣接したスペースにコンディショニングエリアとしてのストレッチスペースを設置し、ストレッチマットや各種ボール、フォームローラーやリリース機器を用意し、選手が自由に利用できるようにした。大会によってスペースは異なったが、ケアを待っている間などちょっとした時間でも選手は利用していた。

4. リカバリープール（図4）

NTCにも、リカバリープールと人工炭酸泉とアイスジャグジーが設置され、選手たちは練習後の



図2. 物理療法機器
様々なスポーツ外傷・障害に対応するために、多くの機能を持った治療機器を用意し各競技団体スタッフにも活用してもらった。関税等の関係もあるために、JOCなどとも協力して手続きを行うことが重要である。



図3. ストレッチスペース
フリーエリアにストレッチマットや、セルフコンディショニンググッズを用意し普段から選手が行っているコンディショニング手段を実施できるようにした。



図4. リカバリープール（炭酸泉浴、交代浴）
人工炭酸泉（39～40℃）と13、15、19℃の冷水を用意し、炭酸泉浴や交代浴を選手の目的に応じて実施できるようにした。

リカバリーとして利用している。国際総合競技大会においても同様のリカバリー手段を利用できるようにした。人工炭酸泉は二酸化炭素ガスポンベの調達が現地で必要であり、またポンベ栓等の規格も国によって異なり、事前の調査が必要となる。またこれらの浴槽の温度管理をする機器が海外製の物で非常に故障が多く、メンテナンスに毎回難渋した。国内メーカーとの共同設計なども今後必要と思われる。

リオデジャネイロ大会では現地スポーツクラブに設置してあるジャグジー施設のバスタブと加温装置を利用したが、日本とヒーターの材質が異なり pH の低い人工炭酸泉でヒーターの腐食による故障が発生し、海外での実施では事前のヒーターの材質調査が不可欠である。

5. サウナ施設（図5）

サウナは減量やリカバリーに選手は利用する。選手村にもサウナ施設は設置されている。しかし選手村のサウナ施設は海外選手のマナー（嘔吐きや汗の処理）の問題や、次の対戦相手とサウナ室で一緒になるなど、選手にとっては利用に適した場所とは言いにくい。現地施設にサウナがない場合は、電気式のサウナ室を設置する等、日本選手が安心してリラックスして入ることのできるサウナ室の準備が必要であろう。

6. 屋外プール施設（図6）

リオデジャネイロ大会では現地のスポーツクラブを借用したこともあり、屋外プールもコンディショニングとして利用可能とした。NTCには競泳やアーティスティックスイミング用のプールの他に、コンディショニング・リカバリー用のプール



図5. サウナ設備
試合直前の減量において、選手村でのサウナ施設利用は衛生面や心理面等で様々な影響が考えられ、可能であれば日本選手団専用の設備設置が望ましい。

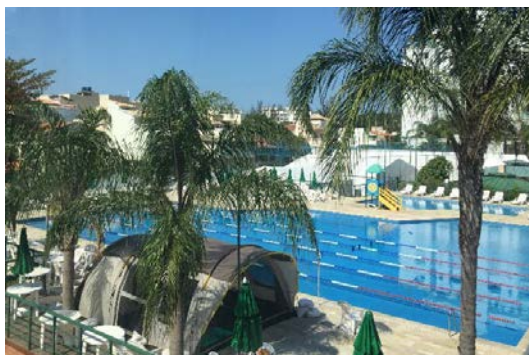


図 6. 屋外プール

リオデジャネイロ大会では屋外プールをそのまま利用し、選手たちのリハビリに役立てた。蚊対策として周囲の殺虫や虫よけ対策・テント設置などの対策を実施した。

として 25m プールも設置されており、普段から選手はトレーニング後のリハビリとして水中運動を実施している。リオデジャネイロ大会は屋外で水温等も気温に左右される環境であったが、選手たちはコンディショニングの一環で屋外プールを

利用していた。水中での事故防止や水質管理等のために、日本ライフセービング協会から協力を受け、専門のライフセーバーを配置した。

7. 選手村へのトレーナー派遣

前述のとおり、選手団本部のメディカルスタッフの練習・競技会場へのオールアクセスの権限を有効に生かすために、HP サポートハウスからトレーナーを選手村に派遣し本部スタッフの現場活動中の選手村メディカルの機能を補填した。この選手団への派遣トレーナーは過去にオリンピックの選手団トレーナーとして稼働経験のあるスタッフを中心に人選し、選手団本部スタッフや JOC スタッフとのコミュニケーションが密に取れるようにして、最大限の選手団本部メディカルの機能支援を可能とした。