

特集 東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会サポート特集

東京 2020 パラリンピック競技大会における
日本パラリンピック委員会医・科学・情報サポートについて
～トレーナーサポートおよび心理サポートから～
Japanese Paralympic Committee of Sports Medicine Science
Information Support for the Tokyo 2020 Paralympic Games.
—From Conditioning support and Psychological support—

橋口泰一¹⁾, 荒谷幸次²⁾

Yasukazu Hashiguchi¹⁾, Koji Aratani²⁾

キーワード：パラアスリート、ハイパフォーマンスサポート、コンディショニング

**I. 公益財団法人日本パラスポーツ協会における
医・科学・情報サポート**

公益財団法人日本パラスポーツ協会（以下、JPSA）における医・科学・情報サポートは、アテネ 2004 パラリンピック後から実施され、2006 年に日本パラリンピック委員会（以下、JPC）によってその必要性が打ち出された。同年より JPC 医・科学・情報サポート事業として、パラリンピック競技大会等のハイパフォーマンス環境下でのサポートが行なわれ、現在では日本スポーツ振興センター（以下、JSC）や国立スポーツ科学センター（以下、JISS）においてサポートがなされている。一方、JPSA では競技力向上を目指すのみならず、「障がい者とスポーツ」を基盤とした研究・支援もなされている。

リハビリテーションの一環として開始された障がい者スポーツ（以下、パラスポーツ）は、健康の保持増進等といった「健康スポーツ」の側面と、国内外の競技大会といった「競技スポーツ」の側面の二極に分かれている。特に、パラリンピック

などの競技大会では、定められた標準記録の突破や、世界ランキングの上位へのランクインが達成されなければ参加できない「競技スポーツ」として成熟している。わが国でこのようにパラスポーツを取り巻く環境が大きく変わる契機となったのは、長野 1998 パラリンピックである。それ以降、プロとしての活動や競技志向の高い選手が輩出され、東京 2020 パラリンピック競技大会の開催が決定したことも影響し、強化費や補助金も含め、強化体制や組織など多くの場面で変化してきた。

パラスポーツにおける競技大会等でのサポートは、医師・看護師の帯同に加え、2000 年頃の各競技団体におけるトレーナーサポートや栄養サポート、心理サポート等が行われ始めた。そして、アテネ 2004 パラリンピックからは、選手団に帯同する形でトレーナーサポート、栄養サポートがなされた。その後のロンドン 2012 パラリンピックより、心理サポートが帯同し、総合国際大会におけるトレーナー、栄養、心理サポートにおける連携サポートの土台が築かれた。

¹⁾ 日本大学, ²⁾ 日本パラリンピック委員会

¹⁾ Nihon University, ²⁾ Japanese Paralympic Committee

E-mail : hashiguchi.yasukazu@nihon-u.ac.jp

2006 年からスタートした JPC 科学支援事業(当時)では、心理と栄養のサポートから始まり、現在は JPC 医・科学・情報サポート事業と名称を変え、「心理」「栄養」「映像・技術」「バイオメカニクス」「フィットネスチェック」「トレーナー支援」の 6 領域にてトータルサポートが行われている。ここでは、サポートに関する調査、合宿・大会時の帯同サポート、競技団体や選手・コーチ等に向けた研修会等を実施している。各領域において、サポートの実践と領域での事例検討がなされており(図 1)、領域によっては研究者としても活発な活動をしている。なお、各領域のスタッフは、JPC より専門スタッフとしての委嘱がなされ活動を行っている。

そこで本稿では、これまでの JPC における医・科学・情報サポートを根底として、東京 2020 パラリンピック競技大会における大会前から大会期間中のサポートについて報告する。

II. 東京 2020 パラリンピック競技大会に向けた JPSA および JPC における研究・調査について

ここでは、東京 2020 パラリンピック競技大会までの取り組みについて報告する。JPSA には、

専門委員会として「医学委員会」「科学委員会」「技術委員会」の 3 委員会が設置されている。これらは、トップアスリートのハイパフォーマンスに関与することだけではなく、障がい者とスポーツに関する検証と情報提供を行なっている。また、JPC においては「アスリート委員会」「女性スポーツ委員会」「強化委員会(現 強化本部^{注1)})」が設置されている。

東京 2020 パラリンピック競技大会も含め、パラスポーツの普及・振興に向けて、各委員会にて様々な角度から検証がなされ、競技団体、選手、コーチ、スタッフ等への情報提供、研修会等が開催されている。その詳細は、JPSA の web ページに掲載されている。特に強化に関する報告等は表 1 の通りで、パラアスリートのための熱中症対策⁵⁾、女性アスリートへの婦人科調査報告書³⁾、女性パラアスリートの課題抽出のためのアンケート調査²⁾、脊椎損傷のアスリートにおける暑熱環境下(屋内外)での実証測定と水分摂取に関する調査および自律神経バランスの測定⁴⁾、2004 年から 2016 年までの総合国際大会における栄養⁶⁾および心理⁷⁾に関する調査など、多岐に渡り実施された。

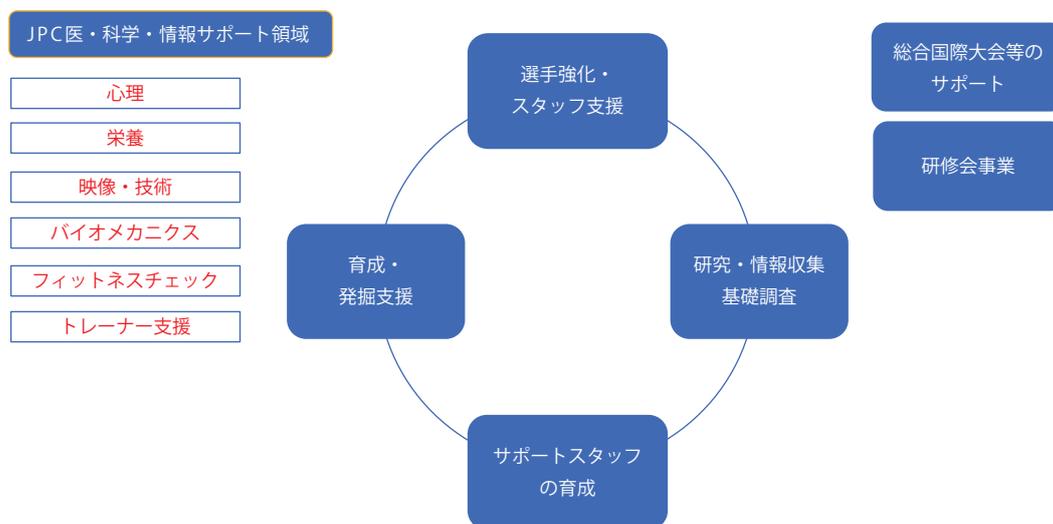


図 1. JPC 医・科学・情報サポート事業 イメージ図

Ⅲ. 東京 2020 パラリンピック競技大会における 出場選手のサポート拠点の利用状況および 大会後の自己評価等について

本調査は、東京 2020 パラリンピック競技大会に出場した選手を対象に、JPC 強化委員会にて実施した調査の一部をまとめたもの（内部資料）である。調査期間は、令和 3 年 9 月 27 日～令和 3 年 10 月 17 日である。回答数は 168 名（有効回答率 66.14%）で、回答者の平均年齢は 32.52 ±

10.42 歳であった。したがって、パラリンピックに参加した全ての選手について網羅したものではないが、本調査結果をもとにサポート拠点や競技成績や内容に関する満足度について報告する。

調査の結果、パラリンピック出場回数（表 2）は 1 回目（初出場）の回答者が多く、競技年数（表 3）は 6～10 年の選手が最も多かった。また、パラリンピック期間中に利用した拠点（表 4）では、西が丘ハイパフォーマンススポーツセンター（ナ

表 1. JPSA および JPC における研究報告

委員会	報告内容
JPSA 医学委員会	パラアスリートのための熱中症予防に関するリーフレット
JPSA 科学委員会	パラアスリート暑熱対策研究事業：暑熱対策に関する実証測定と練習時および試合時の水分摂取に関する調査、自律神経バランス測定等の報告書
JPC 女性アスリート委員会	リオ 2016 パラリンピック競技大会女性アスリートへの婦人科調査報告書 女性パラアスリートの課題抽出のためのアンケート調査結果
JPC 強化委員会	【栄養領域】障がいのあるスポーツ選手を対象としたエネルギーおよび栄養素摂取、生活習慣および食生活に関する報告
JPSA 科学委員会	【心理領域】2004 年～2016 年における心理基礎調査の報告
JPC 医・科学・情報サポート	【フィットネスチェック領域】パラアスリートの体力測定値データベース化とフィットネスチェック

表 2. パラリンピック出場回数

1 回目（初出場）	116 名
2 回目	21 名
3 回目	16 名
4 回目	9 名
5 回目	5 名
6 回目	1 名

表 3. 競技年数

0～5 年	34 名
6～10 年	51 名
11 年～15 年	39 名
16 年～20 年	27 名
21 年～25 年	10 名
26 年～30 年	5 名
31 年以上	2 名

表 4. パラリンピック期間中に利用した拠点

JSC 晴海拠点のみ	36 名
JSC 豊洲拠点のみ	12 名
JSC 晴海拠点・JSC 豊洲拠点	10 名
西が丘 HPSC (NTC、JISS)	37 名
西が丘 HPSC (NTC、JISS)・JSC 晴海拠点	30 名
西が丘 HPSC (NTC、JISS)・JSC 豊洲拠点	1 名
西が丘 HPSC (NTC、JISS)・JSC 晴海拠点・JSC 豊洲拠点	2 名
利用していない	40 名

※ JSC：日本スポーツ振興センター
 ※ HPSC：ハイパフォーマンスセンター
 ※ NTC：ナショナルトレーニングセンター
 ※ JISS：国立スポーツ科学センター

ショナルトレーニングセンター、JISS)、JSC 晴海拠点の利用が多く、利用していない選手も一定数見受けられた。

1. 成績とパフォーマンスの自己評価について

選手自身の成績 (図 2) およびパフォーマンスの評価 (図 3) について示した。図 3 は、東京 2020 パラリンピック競技大会を省察し、成績については「不満足であった 1・2・3・4・5 大変満足している」といった指標で、パフォーマンスについては「全く発揮できなかった 1・2・3・4・5 十分発揮することができた」といった指標で評価したものである。そして、出場回数による

成績およびパフォーマンスの比較は χ^2 検定を、自己評価における成績とパフォーマンスの関係性については pearson の積率相関係数を用いて相関分析を行った。有意水準はいずれも 5% 未満とし、分析ソフトは SPSS statistics 22 を用いた。

その結果、出場回数から成績およびパフォーマンスの満足度について比較したところ、有意な違いがみられなかった。また、成績とパフォーマンスの関係については、全体 ($r = .547, N = 168, p = .000$) であり、初出場 ($r = .544, N = 116, p = .000$)、2 回目以上 ($r = .551, N = 52, p = .000$) であった。この結果より、成績に対する満足度が高い選手はパフォーマンスの評価も高いという傾向が明らかに

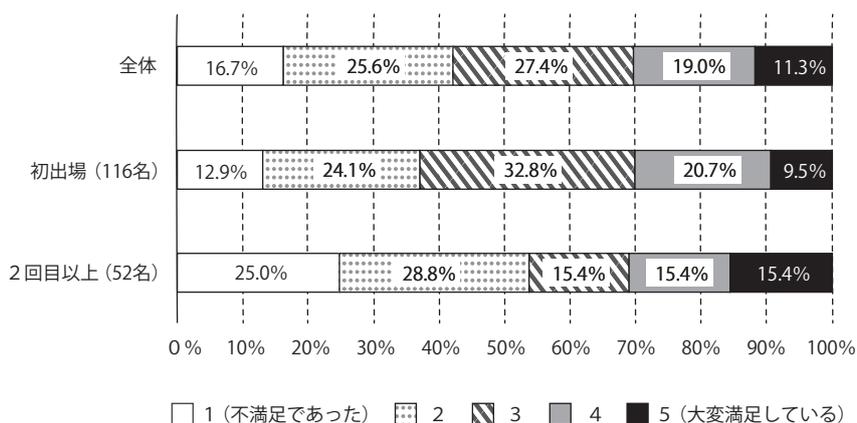


図 2. 自身の成績について

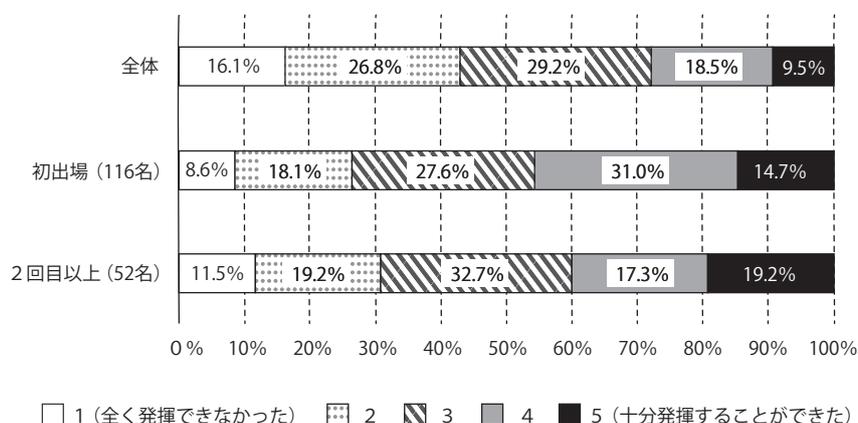


図 3. 自身のパフォーマンスについて

なった。

2. 東京 2020 パラリンピック競技大会期間中および終了後に足りないと感じた事前準備等について

本調査で回答された自身が競技終了後に感じた「大会前・大会中にもっとやっておけばよかった事」や「足りなかったと思うこと」について、KJ法を用いて集計した。この回答内容の整理・集約は、パラスポーツに精通する2名の作業者によって行われた。ここでは、回答を1つの意味を持つ単位（意味ユニット）ごとに分解し、それらを1つずつのカードにした。次に、作業者間で議論を行い、作業者間で同意にいたるまで吟味・検討した上で、それらのカードを整理・集約した。なお、内容があいまいな回答および意味が不明瞭な回答は、分析の過程で除外した。KJ法の分析

結果については表5に示した。表中の（ ）内の数字は、回答数を表している。

その結果、トレーニング量の確保や計画といった「身体的要因 (21)」、コーチやスタッフ間、選手間でのコミュニケーションといった「コミュニケーション (14)」、メンタルトレーニングの必要性や心理的な準備や思考といった「心理的要因 (11)」、試合への分析などといった「戦術・戦略 (5)」、競技パートナーの人選やマテリアルの調整といった内容の「競技環境 (3)」、大会期間中の食事・栄養といった内容の「栄養的要因 (2)」、パラリンピックでの試合経験といった「パラリンピックの経験 (1)」というカテゴリに集約され、合計7つのカテゴリが得られた。それぞれのカテゴリをみると、トレーニング量や計画、密なコミュニケーションといったことが多くを占めていた。これは、コロナ禍における試合やトレーニングの

表 5. パラリンピック期間中および終了後に足りないと感じた事前準備等について

カテゴリ	項目
身体的要因 (21)	トレーニング量 (5)
	トレーニング計画 (4)
	フィジカルトレーニング (4)
	競技スキル (3)
	日常生活 (2)
	トレーニング場所 (2)
	体調コントロール (1)
コミュニケーション (14)	チームとのコミュニケーション (6)
	コーチとのコミュニケーション (4)
	コート内でのコミュニケーション (2)
	スタッフとのコミュニケーション (2)
心理的要因 (11)	メンタルトレーニング (3)
	心理サポート (2)
	認知・思考 (2)
	目標設定 (2)
戦術・戦略 (5)	集中力 (1)
	心理的コンディショニング (1)
競技環境 (3)	試合に向けた分析
	競技パートナーの人選 (2)
栄養的要因 (2)	マテリアル調整 (1)
	大会期間中の食事・栄養 (2)
パラリンピックの経験 (1)	パラリンピックの経験 (1)

制限ということも大きく関係していると考えられる。なお本調査は、JPC における競技力向上のための調査であり、一部の報告である。今後、JPC にて詳細な分析が期待される。

IV. 東京 2020 パラリンピック競技大会における JPC が設置したサポート

JPC は、東京 2020 パラリンピック競技大会の日本選手団本部役員として、医師 3 名、看護師 3 名に加え、トレーナー 2 名を派遣した¹⁾。また、JPC 村外本部役員に、JPC 専任スタッフの立場でトレーナー 1 名と栄養スタッフ 1 名、JPC 村外スタッフとして心理スタッフ 3 名（延べ）が帯同した。パラリンピック日本代表選手団名簿に掲載されている各競技団体の帯同スタッフは、医師については 3 団体に帯同し、看護師については 1 団体に帯同していた。トレーナーは、フィジカルコーチやケアトレーナー等の様々な名称ではあるが、3 団体を除き帯同している。また、アナリストの帯同は 6 団体、車いす等のメカニックが 3 団体、栄養が 3 団体、心理が 1 団体、映像分析が 1 団体であった。その他に、各競技団体でパラリンピック日本代表選手団名簿に掲載されていない医・科学・情報サポートスタッフを帯同させていた。

JPC におけるパラリンピック日本代表選手団役員および選手に提供した村外サポート（トレーナー支援領域、心理サポート領域）について、下記に報告する。なお、トレーナー支援領域および心理サポート領域は、パラリンピック開催期間中において競技団体からの要望はもちろん、選手ならびにコーチ・スタッフからの要望を受け、サポートを受けることができるというものである。

1. トレーナー支援領域

1) 目的

JPC 医・科学・情報サポートトレーナー支援領域は、本大会のみならず、国内外の競技大会、合宿などで実施されている。トレーナー支援の目的は、パラリンピック出場競技団体へのスポーツ傷害予防、健康管理、コンディショニング、トレー

ニング指導を中心とした強化事業全般の支援、必要に応じた競技団体トレーナー部門のコンサルテーションである。なお本大会期間中においては、上記に加え、選手団本部トレーナー室の設営および運用、JSC との連携体制構築を目的としてサポートを実施した。

2) 大会期間中のサポートおよびサポートスタッフ

サポート期間は、令和 3 年 8 月 18 日～9 月 5 日（一部 NTC 直前合宿から対応）であった。サポートスタッフは、鳥居昭久（本部チーフトレーナー）、荒谷幸次（村外支援スタッフ）の 2 名体制で実施された。

3) サポート拠点および対象

パラリンピック日本代表選手団居住等に設置した本部トレーナー室を拠点とし、西が丘 HPSC、JSC 村外サポート拠点（豊洲、晴海）、競技会場にて、競技団体および対応選手に応じてトレーナー支援を実施した。本サポートの対象は、全ての選手を対象としており、競技団体からの要望に応じて対応した。

4) サポートについて

a) 選手のコンディショニングおよびトレーニング対応

入村前の NTC での直前合宿期間中では、トレーナー不在の競技団体に対してコンディショニングサポートを実施した。大会期間中は、対象選手に対して、試合前後のアクティブなコンディショニングやリカバリーの重要性を指導し、競技団体トレーナーと連携してトレーナーサポートを実施した。実際には、JSC 村外拠点を有効活用し、競技直前のトレーニング（写真 1）や、炭酸泉、交代浴、プール（写真 2）などを活用し、試合後のリカバリーを促した。また、本部トレーナー室においては、希望選手に対して物理療法や徒手的なコンディショニングサービス、セルフケアを実施できるフリースペースを提供した。

b) JSC との連携

入村後、JSC の村内支援としてパラリンピック日本代表選手団宿泊棟地下に設置されたアイスバ



写真1



写真2

スにて、移乗用ボードの取付けや浴槽への移乗の安全性をJSCトレーナーと確認した。また、アイスバスの予約方法や、物理療法機器などのトレーナー備品の借用など本部トレーナー室の円滑な運用となるようJSC担当者と密に連携を図った。

c) 競技団体スタッフとの情報交換

NTCでの直前合宿期間中、各競技団体のコーチやトレーナーと対面し、村内生活の様子、PCR検査の実施やJSC村外サポート拠点、選手村フィットネスセンターの状況など、大会期間中のコンディショニングに関する情報共有を行った。

d) 会場視察

各競技会場において、選手や会場のコンディション、アクセシビリティの確認、競技団体スタッフとの情報交換、および会場医療体制の確認をした。

5) 成果と今後の課題

本大会に向けて、令和3年7月13日に競技団体とのトレーナー連絡会議をオンラインで開催し、各競技団体トレーナーとの顔合わせを行い、トレーナー体制を確認した。その後、大会本番まで密に情報交換をし、競技団体のニーズを把握できたことで、JSC担当者と連携しながらの事前準備も可能となり、パラリンピック日本代表選手団へのコンディショニングサポートに活かすことができた。組織間の連携が重視される中で、パラリ

ンピック日本代表選手団全体として概ね良好なコンディションで競技に臨むことができたことは、一定の成果であり、今回のメダル獲得数にも貢献できたのではないかと考える。

一方、現在日常的に西が丘HPSCを拠点に活動しているパラアスリートが多くなってきており、今回のメダリストの中でもJSCの直接的なサポートを受けている選手も少なくない。今後、さらに同施設を個人利用する選手が増えてくる可能性があり、コンディショニング関連においても、JSCとより一層組織的な連携体制を構築していくことが今後の課題である。

2. 心理サポート領域

1) 目的

心理面におけるサポートは、国内外の大会や合宿に要望した競技団体および個人に対して、継続的に実施された。今回のJPC心理サポートでは、これまでの総合国際大会と同様に、表6を目的としてサポートを実施した。

心理サポートにあたり、JPC医・科学・情報サポート事業心理サポートチームにて、派遣前に調査を実施したJISS競技心理検査(J-PATEA)および基礎調査(心理的課題やサポートニーズ等)を、大会中のサポート参考資料として使用した。

サポートは、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点からオンラインによる心理サポートが実施

表 6. 心理サポート実施内容

・パラリンピック期間中の心理的コンディショニングの維持
・生理的指標を用いた心理的コンディションの測定
・心理的スキルの確認
・チームビルディング
・目標設定および確認
・競技後の振り返り
・特別強化指定選手の継続サポート

されたケースが多かった。また、これまで心理サポートの利用経験のない選手やスタッフからの要望も十分に考えられるため、競技直前の心理的コンディショニング維持、生理的指標を用いた面談と心理的スキルの習得と確認、選手のみならず競技団体への心理サポートの理解を促すことも視野に入れてサポートを実施した。

2) 大会期間中およびサポートスタッフ

心理サポートスタッフ（以下、心理スタッフ）が JPC 村外拠点に配置されたのは、令和 3 年 8 月 24 日～9 月 5 日のパラリンピック期間中のみであった。また、基本的なサポート対応時間は、9:00～21:00 であった。

心理スタッフは、JPC 医・科学・情報サポート事業に委嘱され、過去に国際大会や合宿に帯同した経験のあるスタッフであった。また、そのスタッフは JPC 特別強化指定選手を継続的にサポートしており、それぞれの担当選手から帯同サポートを要望されているスタッフであった。心理スタッフの氏名および担当した日程は、橋口泰一（令和 3 年 8 月 24 日～9 月 5 日）、中山亜未（令和 3 年 8 月 23 日～8 月 30 日）、内田若希（令和 3 年 8 月 29 日～9 月 5 日）であり、基本的に 2 名体制で実施した。

3) サポート拠点および対象

サポートは、オンラインならびに対面サポートにて実施された。オンラインでは、心理スタッフが滞在した JPC 村外ホテルをオンラインサポート拠点とした。そして選手村内に個室ブースを設置

し、オンラインサポート拠点と繋げた。対面サポートは、JSC の村外サポート拠点の 2 拠点（豊洲、晴海）にて実施された（写真 3）。

4) サポートについて

本サポートの対象は、パラリンピック日本代表選手団の選手、コーチ、スタッフであった。

心理サポートの申し込みは、特別強化指定選手を除くすべての選手、コーチ、スタッフに関しては、オンライン上の申し込みフォームで行うこととし、開催前および開催中の監督・ヘッドコーチ会議等での案内、村内の掲示にて周知した。そして、特別強化指定選手に関しては、継続サポート時と同様の連絡方法を用いた。

開催前から自国開催の心理的なプレッシャー等について指摘され⁹⁾、加えて、コロナ禍での開催となり、競技団体、JPC・JSC 心理サポートにおいて対策がなされてきた。心理サポートでは、生



写真 3

理的指標を用いたコンディショニングチェックからの面談、心理的スキルの確認を実施した。また、面談の中で、目標の確認や振り返り、情動のコントロール等を整理し、専門的な立場の心理スタッフへアウトプットすることで、自己省察に繋げた。これまでパラリンピック後に様々な心理スタッフが、パラリンピック競技大会特有の準備や振り返り、心理的コンディショニングの調整等の重要性について報告してきた。今回も、心理サポートを実施した選手も含め、パフォーマンス発揮を図れた選手は、パラリンピック競技大会での独特の雰囲気はもちろんのこと、感染症対策や行動制限、SNS等の影響、期待やプレッシャーなどに対して、事前の準備のみならず、期間中も対応できたと思われる。今後も、選手やコーチの活躍が注目される中で、パフォーマンス発揮を目指すための心理的側面に関する事項は重要であると考え。

十分な感染対策の中で対面サポートを実施し、競技団体に帯同した心理スタッフとの情報共有やケース検討ができたことは、心理サポートをする上で非常に有用であった。さらに、心理スタッフのみならず、心理サポート前後に栄養士やトレーナーとの情報共有をする機会を得られたことの重要度は高い。これは、スケジュールに余裕がないパラリンピック期間において、オンラインでは難しかったことであり、対面サポートが可能であったことによる大きな利点となった。

JSCの村外拠点については、JPC村外拠点本部を中心とし、シャトルバスが運行され、移動もスムーズであり、コンパクトにまとまっていた。拠点施設の予約は、当初競技団体のみの予約・手配であったが、JPCからも予約可能となり、心理サポートにおいても、滞りなく使用することができた。

なお、パラリンピック競技大会に帯同した心理スタッフ3名以外のJPC心理スタッフが、それぞれ継続してサポートしている競技団体に対し、大会前および大会中に必要に応じてオンライン等で対応するケースもあった。このことから、大会前から大会中における心理サポートの有用性が

認められたことを付記したい。

5) 今後の課題

本大会において、目標としていた成果を達成できた競技団体および選手は、当然ながら他国の強化に関する詳細な分析、強化方針に則した科学サポートの設置と取り組みがなされていた。

本大会の開催前から、行動の制限、メンタルヘルス不調の危惧、自国開催での影響等、様々な懸念事項に対する対策がなされてきた。心理サポートでは、各競技団体でのサポート体制の整備、JPCやJSCサポート体制の有効な利用、大会期間中の最善のバックアップがとられたことが、好成績と比例して、適切に実施されていたと思われる。

本大会では、これまでの総合国際大会に比べて、心理サポートの利用が少なかった。これまでの総合国際大会では大会1週間前から開始されていたが、コロナ禍での開催、自国開催に伴うNTCの効率的な利用等から、開会式直前となったことも要因として考えられる。もちろん利用が少ないことは問題ない（競技団体での心理サポートが行われている等）が、心理面のトレーニングやケアの重要性を理解していない（感じていない）可能性が懸念される。「心理サポートを理解していれば、事前の取り組み、期間中の調整、競技後の振り返りから今後の目標設定等ができた」ということにならないよう、今後の強化に繋げるためには強固で持続的なサポート体制を検討していく必要がある。加えて、村内に個室サポートブースを設置したが、フリーWi-Fiの電波が非常に弱く、オンラインサポートには適さなかった。そのため、オンラインサポートを希望した選手・コーチに対して、JPC村内本部よりポケットWi-Fiを一時的に貸与し、緊急的に村内からオンラインにてサポートした事例があった。

本大会を振り返ると、選手村において選手やコーチ・スタッフと心理スタッフが対面で会話をする機会があれば、新たな気づき等を促すことも可能であったと考えられる。心理的なコンディショニング維持の手段として、サポートを受けやすい環境整備（心理的安全からの場づくり）も有

効かつ重要となる。それは、村内であるか村外拠点であるかという場所に関することや、選手のみならずコーチやスタッフのサポートの受けやすさについて、さらなる検討が必要となろう。

引き続き、心理サポートは、「競技力が低いから、心理的に弱いから利用する」のではなく、競技力向上のため一つの方法であることを、選手やコーチ、競技団体スタッフに情報共有していくことが必要であろう。

V. 今後の展望

パラスポーツは、同じ競技であっても、先天性、事故や疾病等による中途障害、また運動・スポーツ経験の違い等といった経緯が異なり、個性性が重要視される。加えて、パラスポーツ独特の競技や種目もあり、様々な視点での特徴的なサポートの要望も見受けられる。このような理由から、パラアスリートを取り巻く競技環境には、競技スタッフ（監督・コーチ、メカニック、医科学情報スタッフ等）、医務スタッフに加え、ガイドランナーやパイロット、競技アシスタントといった選手を支える様々な体制がある。

医・科学・情報サポートは、選手とサポートスタッフの良好な関係性だけではなく、監督やコーチはもちろんのこと、競技パートナーやアシスタント、スタッフとの関係性も重要となる。サポートの理解や情報共有は監督・コーチのみならず、選手に近いスタッフにもそれが望まれる。そして、これらのサポートは、東京 2020 パラリンピック競技大会に向けた一時的なものではなく、様々な障害特性に鑑みた研究や医・科学・情報サポートが継続的に行われていくことが必要である。前述した東京 2020 パラリンピック競技大会後に不足していると感じた事前準備等の調査では、トレーニングに関する要因も多かったが、コミュニケーションを含む心理的要因が多く挙げられていた。トレーナー支援領域は、ほぼ全ての競技団体に帯同しているが、心理サポート領域は十分とは言えない。これは、今に始まった訳ではなく、過去の総合国際大会でも報告されている¹⁰⁾。特

に、今回は大会の延期やトレーニングの制限などがあった。大会期間中の心理サポートはもちろのこと、パラリンピック競技大会等の大会に向けた選手間、選手とコーチ間などといったコミュニケーションの課題も含めた長期間での心理サポートも必要であろう。また、心理に限ったことではないが、オンラインサポートと対面サポートのメリット・デメリットに鑑みたサポート方法の検証と構築も急がれる。そして、様々な領域でのサポートに加えて、パラスポーツの競技力向上を目的とした調査・研究についても領域ごとに実施されているが、様々なパラアスリートへのサポート事例のみならず、横断的・縦断的な調査や分析、少数の事例も含め、学際的な検討の必要性がある。

ヨーロッパにおいては、フルタイムでのコーチングを実施しているのは 25% であり、多くのコーチが偶然にパラスポーツのコーチとして活動を行なったと報告している⁸⁾。わが国においても、フルタイムで競技に携わっているコーチはまだま少なく、偶然のパラスポーツとの出会いなど様々な類似点がある。加えて、パラスポーツは、健常者のスポーツに比べ、多くのコーチやスタッフが必要である。これは、様々な視点から意見や情報を共有できる面もあるが、選手やコーチ、スタッフ間の継続的な連携も難しいことも考えられる。そのような競技環境の中では、サポートスタッフと競技団体スタッフとの連携やマネジメントが重要となる。それには、学際的な事例や検証された情報を選手・スタッフに正確に伝達し、それらを医・科学・情報サポートスタッフと共に今後の競技に活かすことができる強化体制の構築も必要であろう。パラスポーツに注目が集まっている今だからこそ、パラアスリートの競技力向上を目的とした医・科学・情報サポートや調査・研究を定着させ、アスリートはもちろん、様々な障がいを持った方へのスポーツ参加や継続の促進等にも寄与できることを期待している。

振り返れば、東京 1964 パラリンピックの翌年である 1965 年に「日本身体障害者スポーツ協会（現 日本パラスポーツ協会）」、長野 1998 パラリ

ンピックの翌年に「日本パラリンピック委員会」が設立された。東京2020パラリンピック競技大会が今後の日本のパラスポーツにいかなる変化をもたらし、いかなるレガシーを残していくのか期待したい。

注 本稿執筆時は、JPC強化委員会であった。掲載時は、令和4年1月1日より「JPC強化本部」となったことでサポート体制や名称が変更になっている。

文献

- 1) 日本パラリンピック委員会. 東京2020パラリンピック競技大会日本代表選手団名簿. 日本障がい者スポーツ協会日本パラリンピック委員会, 2021.
- 2) 日本パラリンピック委員会女性スポーツワーキンググループ. 女性パラアスリートの課題抽出のためのアンケート調査結果. 日本障がい者スポーツ協会日本パラリンピック委員会, 2020.
- 3) 日本パラリンピック委員会女性スポーツワーキンググループ. リオ2016パラリンピック競技大会女性アスリートへの婦人科調査報告書. 日本障がい者スポーツ協会日本パラリンピック委員会, 2017.
- 4) 日本障がい者スポーツ協会科学委員会. パラアスリート暑熱対策研究事業: 暑熱対策に関する実証測定と練習時および試合時の水分摂取に関する調査、自律神経バランス測定等の報告書. 日本障がい者スポーツ協会, 2020.
- 5) 日本障がい者スポーツ協会医学委員会. パラアスリートのための熱中症予防 Q&A. 日本障がい者スポーツ協会, 2019.
- 6) 日本障がい者スポーツ協会科学委員会, 日本パラリンピック委員会医・科学・情報サポート・栄養領域. 障がいのあるスポーツ選手を対象としたエネルギーおよび栄養素摂取、生活習慣および食生活に関する報告. 日本障がい者スポーツ協会, 2021.
- 7) 日本障がい者スポーツ協会科学委員会, 日本パラリンピック委員会医・科学・情報サポート・心理領域 (永田直也, 橋口泰一). 令和2年度心理基礎調査報告「これまでの心理基礎調査のまとめ」. 日本障がい者スポーツ協会, 2021.
- 8) ParaCoach EU . ParaCoach Infographic. https://uploads-ssl.webflow.com/5c5cb7542b0f592f0f82db34/5eb2aee2e6e2d94e481a0d08_Para%20Coach%20Infographic.pdf (2021年12月15日)
- 9) 佐々木丈予, 福井邦宗, 鈴木敦, 米丸健太, 奥野真由, 立谷泰久. 自国開催の国際大会における実力発揮に至る心理的過程の質的研究. *Journal of High Performance Sport*, 79-93, 2019.
- 10) 内田若希. 障がいの立場から考えるスポーツ3- 競技スポーツにおける心理サポート -. *体育の科学*, 67(3): 195-199, 2017.