

JISS

Spring 2006



小清水 孝子
スポーツ医学研究部

クロスカントリースキー
サポート



SAJ18承認第0726号

トリノオリンピック本番に向けたコンディショニングを主な目的としたクロスカントリースキーの直前合宿(トリノ直前・高所合宿におけるコンディショニングサポート)に帯同し、栄養指導を実施しました。



SAJ18承認第0727号

合宿中の宿舎での選手の食事メニューの調整と、選手の食事のとり方や量についてアドバイスをするのが主なサポート内容でした。また、サブリメントに関する相談もチームのトレーナーさんと連携して行いました。選手からはリカバリーに関する相談を多く受けました。

このような活動のベースになるのは選手の手日常の栄養指導です。

クロスカントリースキートリノオリンピック代表の選手の中にはオフシーズンのトレーニングでJISSを利用している選手もいることから、電子メール等でこれまで栄養指導をしてきた選手も何人かいます。しかし、初対面の選手もいました。そうなる中、合宿中に、選手の現状を知ることで精一杯となり、なかなか具体的な栄養指導まではいきつきません。

今回のように合宿時のみのサポートではなく、複数年にわたったサポート活動により、選手の状態をよく知ることができ、よりよいサポート体制を築くことができているのではないかと感じました。

柳沢 香絵
スポーツ医学研究部

スピードスケート、スキージャンプ複合サポート

スピードスケート(イタリア; コラルボ、2006年1月23日出国)30日とノルディック複合(スイス; サンモリッツ、2006年1月31日)2月8日)のトリノオリンピック直前合宿において栄養面でのサポートをおこないました。具体的な活動内容はチームが宿泊するホテル側と食事内容について交渉すること、事前に入手したオリンピック選手村の食事メニューに関する情報を提供すること、必要に応じて各選手個別のアドバイスをおこなうことでした。スピードスケートの合宿地における食事の交渉例としては、現地にいくと、タンパク質が不足しがちであったため、朝食に卵を使ったメニューを提供してもらうことを要求しました。過剰な要求をするとホテル側から追加



SAJ18承認第0728号

料金を取られてしまうため、追加料金を請求されない範囲で必要な料理を提供してもらうよう交渉することが必要となります。そのほかにもバスタのソースがクリームやチーズをふんだんに使ったものが多かったためトマトソースやペペロンチーノなど、こってりしすぎないものに変更してもらいました。ノルディック複合では、事前に宿泊するホテルに電話し(JISS情報研究部、科学研究部研究員の協力を得ました)、選手に提供する食事について交渉しました。オリンピックでは各選手が貴重な経験を積んだと思います。若い選手も多いのでこの経験を生かして、バンクーバーでさらなる活躍することを期待したいと思います。

TORINO

トリノオリンピック サポート報告

「トリノオリンピックを振り返る」

センター長 笠原一也

トリノオリンピックで日本選手団が獲得したメダルはフィギュアスケートの荒川静香選手の金メダル1つでした。プレッシャーの中で金メダルを獲得した荒川選手には心からお祝いを申し上げたいと思います。オリンピックは参加することに意義があるといわれているものの、日本選手の活躍があつて多くの感動、感涙を与えてくれるものというのを荒川選手が金メダルは証明してくれたのではないかと思います。

国立スポーツ科学センター(JISS)は、トリノオリンピックにおいても、日本の国際競技力向上を支援するという目的の中で、スピードスケート、スキージャンプ、ノルディックコンバインド、クロスカントリースキー、フリースタイルスキー、スノーボードなどの競技を、フィットネス、メンタル、栄養、バイオメカニクスといった科学・医学の面からサポートしてきましたが、残念ながらメダル獲得には結びつきませんでした。トリノの代表選手やコーチがJISSのサポートを高く評価してくれていることがTVや新聞記事のコメントに見られたことは喜ばしいことです。しかし、アテネオリンピックでは、専用施設を利用し、トレーニングと医学のサポートが一体化して強化に取り組んだ競技が好成績を挙げたことを考えると、冬季競技においても、専用のトレーニング拠点を有し医学的サポートを受けられる環境を整備することが世界で活躍するために重要であると思われました。

2年後は北京オリンピックです。トリノオリンピックの結果を真に受け止め、JOC、NF、JISSが一体となって厳しい姿勢で選手強化に取り組むことが求められると思っています。

