

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

パラ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

鈴木章

Akira Suzuki

I. 概要

パラ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としては、仁川アジアパラ競技大会（2014年）でトライアルとして選手村にリカバリープールを設置するなどの村内支援を実施したのが最初である。リオデジャネイロパラリンピック（2016年）では初めての村外拠点として設置した。機能としては、オリンピックと同様に、ケアエリアやリカバリープールの設置など国立スポーツ科学センター（JISS）アスリートリハビリテーションにおける機能を再現し、普段通りのコンディショニングが実施できること及び、パラアスリートの障害特性に配慮した。

また、パラリンピックの場合もゲストパス利用の村外に滞在している各競技団体のメディカルスタッフがいることから、入村できない時間帯の選手対応に配慮した。

II. リオデジャネイロパラリンピックでの実績

リオデジャネイロパラリンピックにおいては、「アクセシビリティ」をテーマに掲げ、選手村の近くのオフィスビルのワンフロアに全ての機能を完備した。

ケアエリアでは、マッサージベッド、各種物理療法機器等を設置し、様々なメディカルケアができる環境を提供した。パラアスリートの中には通常のマッサージベッドでは移乗できない場合もあるので、医療機関のリハビリテーション室で使用しているプラットホームという高さ40cm程度で幅の広いベッドを用意した（図1）。障害の程度によっては床に敷いたストレッチマットから車椅子に移乗できないこともあるので、幅広く利用していただけるように設置した。このプラットホームはケア用だけではなく、リラックススペースにも同様の配慮にて設置した。物理療法機器ではGame Ready（CoolSystems社製）という冷却と圧迫が同時に行えるものがあるが、切断の選手など



図1. プラットホーム

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 : akira.suzuki@jpnsport.go.jp

が利用できるように断端のサイズに合わせて複数のスリーブを用意した。切断等により欠損のある選手の場合、競技後の熱感と腫脹を訴えることがあり、この機器の場合両方の症状に対して一度に対応できることから好評であった（図2）。

リカバリープールでは、温浴・冷水浴用のバスタブを設置し、交代浴等が実施できる環境を提供した。利用者の利便性を考慮し、オリンピックで使用していたソフトな浴槽ではなく、ハードタイプのバスタブを設置した（図3）。選手村にはバスタブがなかったので、普段のコンディショニングとして浴槽に入ることが習慣化している選手には好評であった。初めての試みではあったが様々な競技団体に利用いただき（図4）、開設期間中も最後まで利用が絶えなかった（図5）。

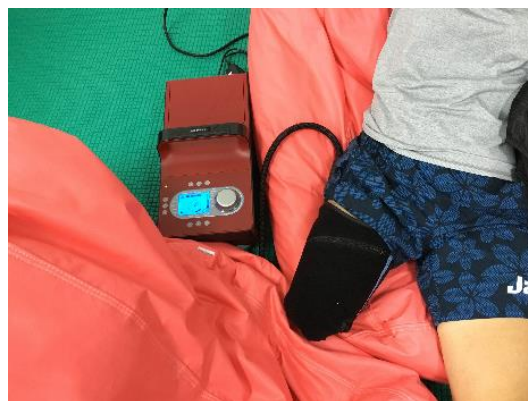


図 2. Game Ready®と断端専用スリーブ



図 3. リカバリープール

Ⅲ. 平昌パラリンピックでの実績

常設2台のマッサージベッドと物理療法機器・コンディショニング関連グッズを用意した（図6）。

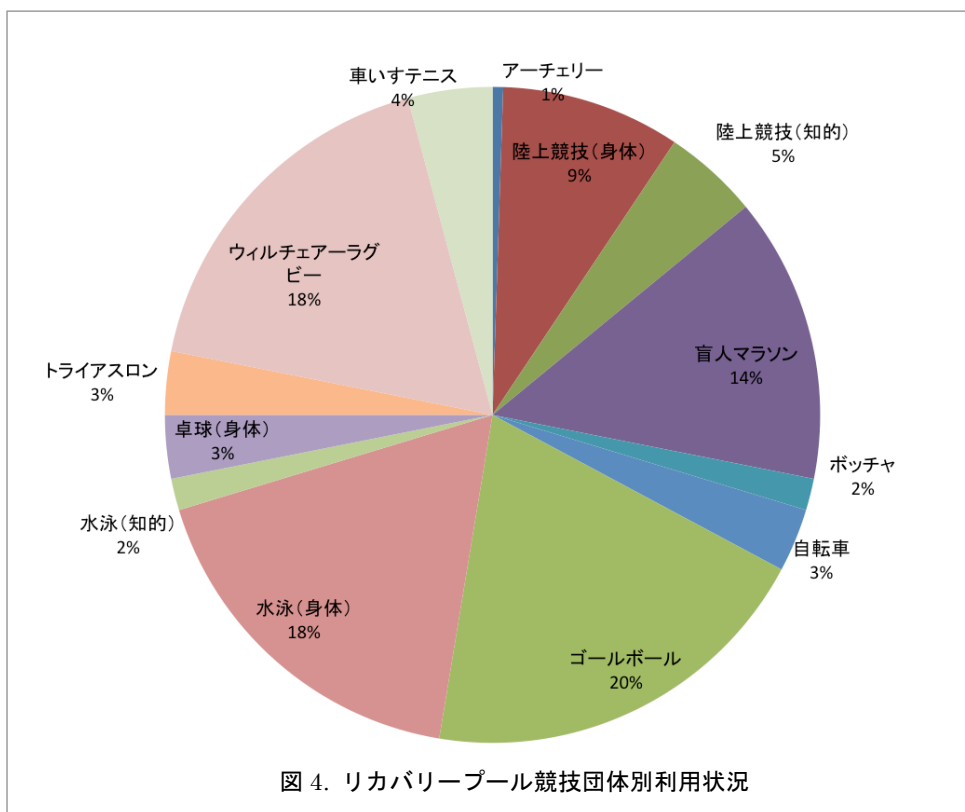


図 4. リカバリープール競技団体別利用状況

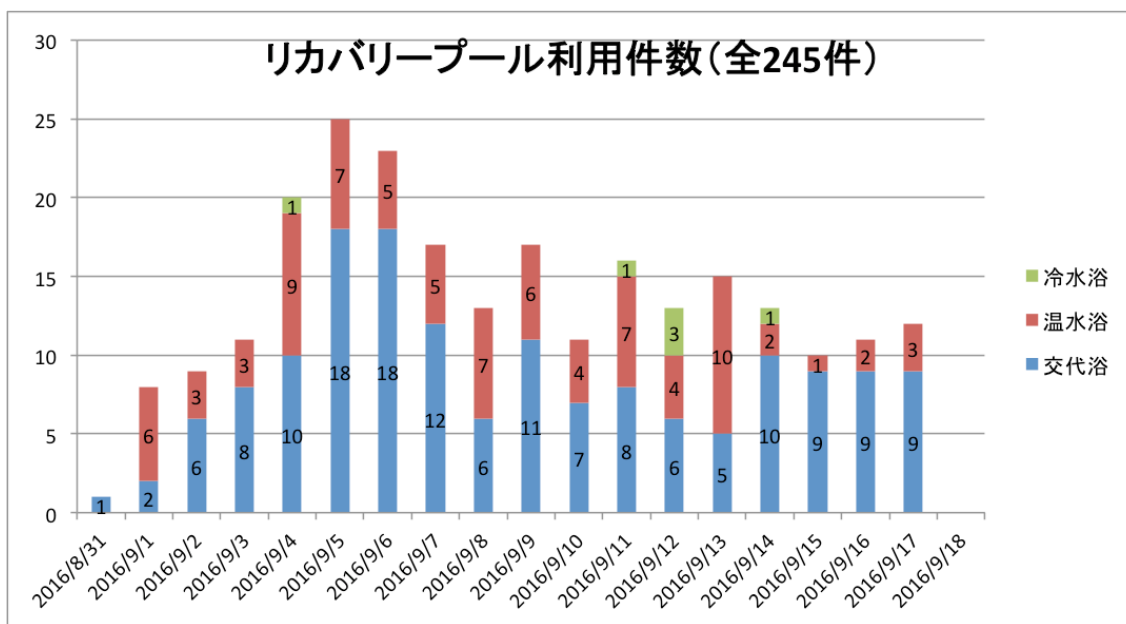


図 5. リカバリープール期間中利用件数

平昌パラリンピック（2018年）ではトレーニングエリアに併設することで、トータルコンディショニングを実現した。冬季競技ではJISSのフィットネスチェックやトーニング体育館を利用している選手が多いこともあり、ケアスタッフも顔見知りが多く普段通りのコンディショニングが実施できるような環境であった。

リカバリープールでは、リオデジャネイロ大会同様に温浴だけではなく交代浴にも対応できるように浴槽を2台常設した（図7）。オンドルを完備し、部屋の移動の際にも寒さを感じない環境を整備した。温浴においては、より効果的に循環改善、疲労回復ができるように炭酸泉タブレットを使用し、非常に好評であり利用も多かった（図8）。

IV. 2大会を通じての今後の課題

海外でのケアやリカバリープール実施においては、環境要因が大きく左右し、生活習慣の差により現地で調達できるものに限りがある。リオデジャネイロ大会では蚊の対策が必須であり、施術中に刺されないような配慮が必要であった。リカ



図 6. ケアエリア



図 7. リカバリープール

バリアプールにおいては、浴槽に入る習慣がない地域では浴槽内の滑り止めマットなどは現地調達が困難である。また水の性質の違いも重要な要素である。冷水浴を準備する場合、リオデジャネイロ大会の場合は元の水道水の温度が 25℃程度あり、15～17℃まで下げるのに大量の氷を必要とした。平昌大会の場合は反対に水温が低く、冷水浴でも熱湯を足す必要があった。

利用全体の傾向としては、オリンピックとは異なり競技開始時刻が深夜になることはなく、開設時間を大幅に変更することなく実施できた。パラアスリートの場合の交代浴利用はどの程度あるのか不確定な部分であったが、2大会ともにリカバリープール利用の6割が交代浴であった(図9)。

これまでの経験から、開設準備として重要性を感じるのは事前の現地調査である。前述の水温や現地調達できるものなど現地に入るスタッフが直接現地で確認し準備することが重要である。

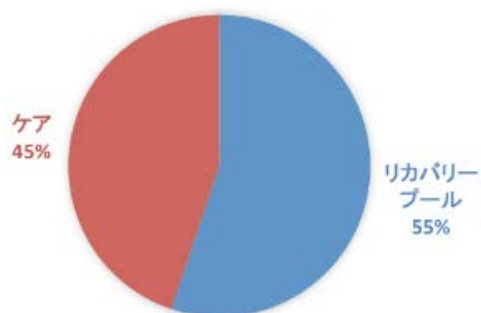


図 8. 平昌大会の利用内容

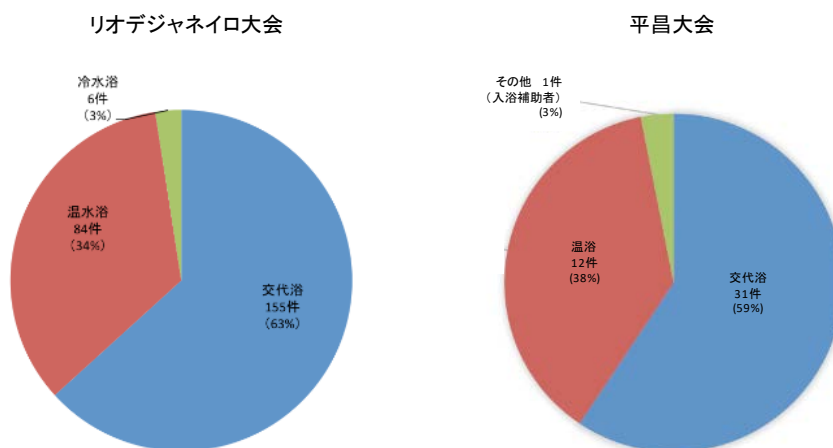


図 9. リオデジャネイロ大会 (左) と平昌大会 (右) のリカバリープール利用内訳