6. スピードスケートにおける メディカルサポートの重要性

湯田　淳*[1,2]

●1. はじめに

冬季オリンピックにおいて，2014 ソチ大会でメダルゼロと惨敗した日本スピードスケート界はその後新強化体制を構築し,「国際化」と「ナショナルチーム体制」というキーワードの下で挑戦的そして革新的な取り組みを推進した．4 年後の 2018 平昌大会ではメダル総数 6 個（金 3, 銀 2, 銅 1）と躍進を遂げ，その後も高い国際競技力を維持するまでに成長した．2022 北京大会では「金メダルを複数含むメダル総数 7 個，入賞数 12（メダル含む）」を目標に掲げ，結果は「メダル総数 5 個（金 1, 銀 3, 銅 1），入賞数 13（メダル含む）」と，メダルは目標には届かなかったものの一定の成果を残すに至っている．本稿では，筆者が強化部長として推進した強化体制について紹介し，競技力向上のためのメディカルサポートの重要性について検討する．

●2. メディカルサポートの実際

躍進の原動力となったナショナルチーム体制（**図 1**）においては，トレーニング・栄養・休養といった競技水準向上の取り組みを効果的に進めることが念頭に置かれた．ドクターの定期的なチェックや年間を通しての複数トレーナーの帯同といったメディカルサポートを推進し，コーチだけではなく, 科学スタッフとの連携も重視された．選手とメディカルスタッフとで共有する様々な情報に，科学的分析による客観的データも加えて検討し，北京オリンピックのレース本番へ向けての強化やコンディショニングを進めたことは有意義であった．

2.1. ドクター活動事例

オリンピックの枠取りの戦い（ワールドカップ前半戦；11～12 月に 4 大会実施）はコロナ禍の下での実施となった．海外派遣にあたって,「新型コロナウイルスに関連した，日本代表選手団の健全な競技活動遂行に対する不測の事態が発生した場合，またはその発生が予想される状況に対して速やかに対応し，危機による不利益を最小限に抑える.」ことを基本方針とした危機管理体制を構築した．十分な感染対策を施しつつ臨んだ海外遠征であったが，ワールドカップ事前合宿（10 月下旬～11 月上旬）として訪れていたドイツ・インツェルにて，残念ながら 10 名（選手 4 名，スタッフ 6 名）の陽性判定者が発生する事態となった．陽性者発生の第一報後，速やかに危機対応本部（本部長は強化部長である筆者）を立ち上げて対応に臨んだが, ここでは, 1 ヶ月を超える海外遠征に全戦帯同して頂いた柳下ドクター（医学部門責任者）に，副本部長として大いにご活躍頂いた．重要な国際大会直前・そしてその最中での情報収集・分析，緊急対応，決定した対策の遂行等，多岐にわたる対応は緊張感の高いものであり，ハードな作業の連続であった．事前に準備していた危機管理体制が功を奏し, これらの選手・スタッフは全員，ワールドカップ第 2 戦スタヴァンゲル大会（ノルウェー）から大会に合流することができ，オリンピックの枠取りへ向けて壊滅的な状況は回避することができた．

2.2. トレーナー活動事例

2022 北京大会直近の 2 年間において，目標達成

*1　日本女子体育大学体育学部
*2　公益財団法人日本スケート連盟強化本部会
Corresponding author：湯田　淳（jyuda@jwcpe.ac.jp）

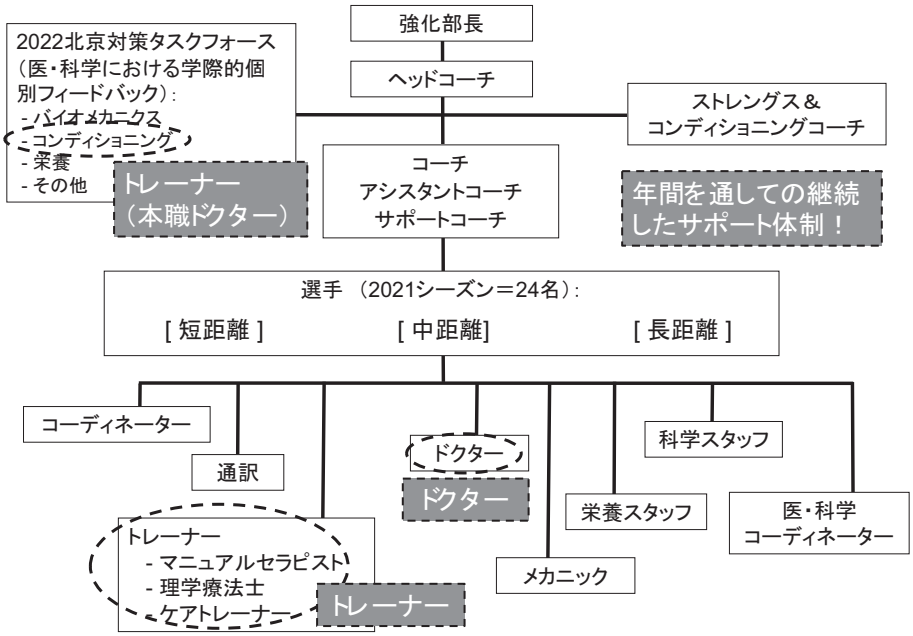

図 1　北京オリンピックシーズン（2021 年度）におけるナショナルチームの構造

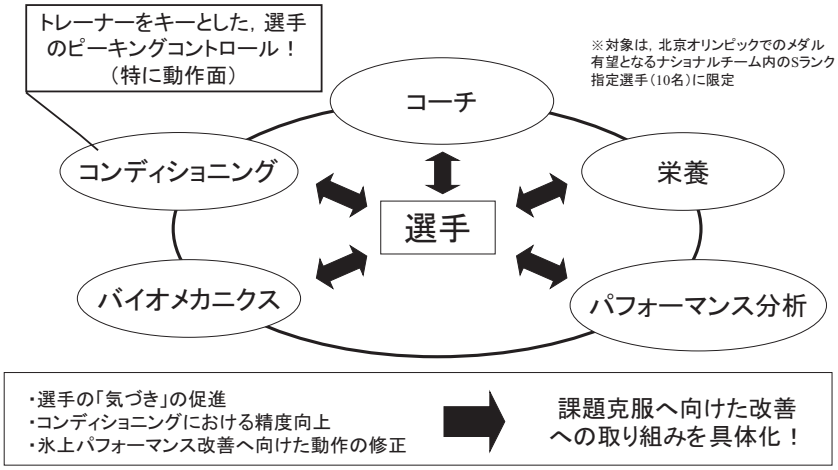

図 2　医・科学における学際的個別フィードバックによるナショナルチームの環境整備（2021 年度北京対策タスクフォース）

のための事業を一層推進する特別事業として北京対策特別プロジェクトを展開した．オリンピックイヤーとなる 2021 年度には，医・科学における学際的個別フィードバックによるナショナルチームの環境整備として「北京対策タスクフォース」(**図 2**)を設定し，個々の選手を中心とした，専門性を有するスタッフが関わった定期的な双方向コミュニケーションの機会（フィードバック・ディスカッション）を創出した（年間複数回の検討会を実施）．ここでは動作面から捉えた選手のコンディショニングを重視し，選手個々が自身の現状を把握し，オリンピック本番においていかに最高のパフォーマンスを発揮できるかの検討を進めた．ここで共有された情報は，特にトレーナーによるコンディショニングサポートに有意義であったと考えられ，メダル獲得の可能性を高める重要な活動であったといえる．2022 北京大会でのメダル獲得に関する評価としては，髙木美帆選手を中心とする女子中長距離選手たちのコンディショニング維持が好要因として挙げられる．特に，大会期間全体にわたって好調を維持し，疲労が蓄積する終盤においても最高の滑りで金メダルを獲得するといった髙木美帆選手の活躍は特筆に値するものであった．北京対策タスクフォースとして，選手を

中心とした医・科学サポート体制を強化した取り組みが活かされたといえ，選手に寄り添いながら濃密なサポートをし続けたトレーナーチームの活躍は高く評価できる．

●3. メディカルサポートに求めるもの

北京オリンピックへ向けたスピードスケートにおけるメディカルサポートを，ドクターおよびトレーナーの活動に絞ってまとめると，以下の通りとなる．

ドクター：

・選手のコンディション（特に怪我等の状態）を専門的見地から把握し，トレーニング実施へ向けての判断材料を提供してくれる．
・感染症に関する専門的意見(現状やリスク等)を示し，現場責任者の意思決定をサポートしてくれる．
・年間を通してチームと双方向のやり取りをし，必要に応じて具体的な対応（治療や啓発的活動等）を，自ら実施してくれる．

トレーナー：

・選手のコンディション（特に動作遂行上の問題点等）の維持や向上のため，トレーニング計画に従った適切なケアをしてくれる．
・年間を通して継続的にチームに帯同し，選手に寄り添いながら状況に応じたサポートをしてくれる．
・選手のみならず，コーチやスタッフとの信頼関係構築にも努め，選手のパフォーマンス向上に役立つ情報共有（コミュニケーション）を推進してくれる．

これらの良好な活動を進めてくれたメディカルスタッフの特徴として，優れた専門スキル，実行力そして協働性といった３つの要因を挙げることができる．チームの一員として高い専門性を十分に発揮できる人材は，強い制限下で僅かな差を競い合うトップスポーツでは特に重要になると考えられる．コロナ禍の下でのトレーニングや海外遠征において，メディカルの適切且つ迅速な判断は大きな支えとなり，北京オリンピックにおいても好成績を後押しする大きな要因となった．ハードな案件に真摯に向き合い，共に目標達成へ向けて歩んで頂いたメディカルスタッフの方々に，改めて謝意を表します．