

# スポーツトレーナーの存在意義と課題

## ～高知県を例に～

1190548 宮川 詩織

高知工科大学経済・マネジメント学群

### はじめに

私は幼いころからスポーツに携わってきた。小学校四年生でバレーボールを始め、大学四年の秋まで続けてきた。高校まではもっぱらプレイヤー（する人）として活動してきたが、大学でスポーツマネジメントを学んだこともあって、見る人や支える人の存在も意識するようになった。同時に私がバレーボールをする際に、とても多くの人たちによって支えられてきたことに感謝するようになった。

支える人については、監督やコーチ、トレーナー、チーム関係者、大会運営者など多種多様である。その中でも初めはコーチなどの指導者全般に興味を持った。特に大学でコーチングについて触れる機会が多くあった。他大学では学生が様々な役職を担っており、学生コーチや学生トレーナー、学生アナリストが存在している。このように様々な指導者という立場に触れたことで次第にトレーナーという存在に関心を抱き、実際にスポーツトレーナーの指導に触れ、スポーツトレーナーの魅力に惹かれ、それ以来私は将来スポーツトレーナーを目指すようになった。大学卒業後は香川県にある四国医療専門学校に進学し、スポーツトレーナーの基礎を学び卒業した後には資格取得し、いずれは資格を生かし高知県のスポーツ活動に尽力していきたいと考えている。

日本のスポーツ業界において、スポーツトレーナーの存在は徐々に知られつつある。日本代表やプロスポーツチームにスポーツトレーナーが所属していることが当たり前になってきている。また、大学や高等学校など学校機関に所属するスポーツトレーナーも少なくない。

海外では、大学やプロスポーツチームだけではなく、中学校や高等学校、余暇スポーツチームなど様々なスポーツチームにスポーツトレーナーが所属し大体的に活動している例も多々ある。更に、アメリカなどでは資格取得環境が整えられており、認知度は高い。

しかし、日本は海外と比べ、スポーツにおいてトレーナーの存在を重要視し始めることが遅れた為、認知度の低さやインフラ整備が整っていないなどの現状がある。インフラ整備が整っていない例として、資格取得の重要性があまりないことや雇用機関が少ないことがあげられる。特に、この現状は地方であればあるほど顕著である。私の住む高知県もその一つである。高知県の資格取得者は数名いるにも関わらず、資格を活かし大体的に活動しておらず、存在があいまいであり、各団体にスポーツトレーナーを雇うお金がないという金銭面の問題もあるのではないかと考えられる。

そこで本研究では、日本と高知県におけるスポーツトレーナーの現状と課題を明らかにし、スポーツ医科学の重要性を明らかにすると共に活躍の場を拡大させ、スポーツトレーナーのありべき姿を模索していく。

## 第1章 スポーツトレーナーとは

### 第1節 スポーツトレーナーの定義

スポーツトレーナーは、スポーツ選手が最高の状態で競技できるようにサポートをする、トレーニングとコンディショニングのプロである。アスレティックトレーナーとコンディショニングトレーナーなどの種類があり、プロスポーツチームやスポーツジムなどに所属し、怪我の予防に細心の注意を払い、トレーニング方法から生活リズムやメンタルの整え方まで幅広く指導を行う。

### 第2節 スポーツトレーナーの分類

#### (1) アスレティックトレーナー

練習や試合といったスポーツ現場で、選手が打撲や裂傷といった怪我をした場合、アイシングや止血、テーピングなどの応急処置を行い、障害の度合いを見て救援を呼ぶのかを判断し、復帰までの手順を考えるトレーナーのことである。アスレティックトレーナーとして仕事をするために、取得が義務づけられ

ている資格は特にない。

しかし、オリンピックのような国体種目においてトレーナーとして働く場合は、公益財団法人日本体育協会が認定する資格の取得が必須となる。アスレティックトレーナーは選手の体調管理、怪我の手当などが主な仕事となるため、柔道整復師や作業療法士などのように、医療系の国家資格を取得している人も少なくない。

### (2) ストレングストレーナー

スポーツトレーナーの中でも、全体的な筋力、パワー、筋肉の立ち上がり速度、筋持久力などの向上、骨や腱、靭帯の強化、怪我に強い身体づくりなど、スポーツ選手のパフォーマンス向上のために必要な様々なトレーニングの指導を行うトレーナーのことである。スポーツジムやフィットネスクラブなどはもちろん、プロスポーツチームや実業団チーム、スポーツクリニックなど幅広い場面での活躍が期待されており、経験と実力が認められるとプロのスポーツ選手と個人で契約できる可能性もある。取得が義務づけられている資格はないが、ストレングストレーナーの認定資格を取得しておくことで大きなアピールポイントとなる。

### (3) メディカルトレーナー

スポーツ選手が骨折などの怪我をしたとき、その復帰を手助けするトレーナーのことである。

しかし、怪我そのものを治療するのは医師の仕事であり、歩行訓練のリハビリなどは主に理学療法士が担当する。メディカルトレーナーが担当するのは、選手が一通りの治療、運動療法や物理療法などを用いたリハビリを終えた後、少しでも早く競技生活に戻れるようにするためのサポートである。

メディカルトレーナーになるために必要な資格は特にないが、基礎医学やメディカルマッサージ、スポーツ医学、東洋医学概論など、幅広い知識を身につけておく必要がある。柔道整復師や理学療法士など、医療系の国家資格を取得している人も多い。メディカルトレーナーが活躍する場所としては、スポーツチームなどはもちろん、近年では介護施設などで高齢者の回復トレーニングに携わる人も増えている。

### (4) フィジカルトレーナー（コンディショニングトレーナー）

スポーツ現場の選手に対して、筋肉や心肺機能の強化、能力の向上のためのトレーニングを指導し、フィジカル面を担当している。

フィジカルトレーナーとして仕事をする上で、取得が義務づけられている資格は特にないが、選手の健康管理や能力向上を

任されているため、専門的な知識は欠かせない。多くの人が、理学療法士などのように信頼の高い医療系国家資格を取得している。

以下では、「キング・オブ・トレーナー」といわれ、トレーナーの中でも大きな地位を占めて最も注目されているアスレティックトレーナーについて述べる。

## 第2章 アスレティックトレーナー

### 第1節 アスレティックトレーナーの役割

スポーツ現場で選手が受傷した際の応急処置や障害の評価、復帰までの手順を考え、障害予防のために働くスタッフの一員である。現在ではスポーツ現場に限らず、高齢者の健康づくりなどの職域が広がっている。

図1 (公財)日本体育協会公認アスレティックトレーナー役割



出所：<http://jasa-at-okayama.com/about/>

図1のようにアスレティックトレーナーの役割は、7種類あるが大別すると、スポーツ外傷・障害の予防、スポーツ現場での救急処置、アスレティックリハビリテーション、健康管理に関する記録の作成と管理、教育に分けることができる。

#### (1) スポーツ外傷・障害の予防

スポーツ外傷・障害の予防を行うためには、傷害発生の原因となる要因を把握し、競技者の有する傷害発生要因の影響をできる限り少なくするような改善策を検討することが必要となる。特定の筋力が不足していることや左右の筋力のバランスが悪い、柔軟性が低下している、フォームが適切ではない、シューズが合わないなど傷害発生の原因となる点を見つけ出し改善することが欠かせない仕事となる。これらの傷害発生の根本的な問題を解決しないまま対症療法に終始する限り傷害は何

度も繰り返す可能性が高くなる。このようなスポーツ外傷・障害に対する予防的なアプローチは、競技者をサポートする多くの医科学スタッフの中でも、アスレティックトレーナーが最も積極的に関わる立場にある。

アスレティックトレーナーは必要に応じて競技者に必要な予防対策を検討するために、スポーツ傷害と関連のある要因を測定評価し、これに基づいて競技者に適切なコンディショニングの方法をアドバイスし、コーチと協力して傷害の予防を目的として基礎体力づくりの基本である筋力、柔軟性、持久力の向上などをバランスよく含んだシーズン前、シーズン中、シーズンオフのコンディショニングプログラムを実施する。その他に、シューズなどのスポーツ用具やヘルメットなどの防具のチェックと選択、サーフェイスを含む練習環境の定期的な点検などを行う。また、傷害予防のためにテーピングを行うことや、ブレースやマウスガードを選択し、作成することも重要な仕事の一部である。更に気温・湿度などの環境因子を定期的にチェックし、暑熱障害予防のためにコーチに練習の延期あるいは中止についてアドバイスする。

傷害の予防に関わるコンディショニングに関しては、スポーツに精通したアスレティックトレーナーが専門的な立場で、積極的な関わりを持たなければならない。

#### (2) スポーツ現場での救急処置

アスレティックトレーナーは、スポーツ医科学チームのメンバーとして傷害が発生した時点で最もその現場に近いところにいる。このためアスレティックトレーナーは、傷害を正しく評価できる能力を有していなければならない。それに対して最も適切な救急処置を行えるだけの能力を有していなければならない。このため、アスレティックトレーナーとなるためには、救急法および救命処置としての心肺蘇生法の能力が必須とされている。

#### (3) アスレティックリハビリテーション

競技者の障害後のリハビリテーションは、日常生活への復帰を目標としたメディカルリハビリテーションとは異なり、その目標は専門的な競技活動への復帰である。したがって、競技活動を行うためのハイレベルな身体機能を回復させることが必要とされる。それゆえアスレティックトレーナーは、可能な限り短時間でより効率よく機能回復と体力の維持ができるようにプログラムを処方する。その際、ドクターの医学的な指示に従い、必要に応じて理学療法士と協力体制を持つことが大切である。

ドクターからの指示に従ってアスレティックトレーナーは、温熱療法や寒冷療法、電気療法、マッサージ療法などの理学療法を用いて傷害の治療を行う。また治療を継続しながら、障害の種類や回復状態などに合わせて種々の運動療法のテクニックを用いて関節可動域、筋力、筋持久力全身持久力などを回復させるためのリハビリテーションを指導する。また、競技者の競技復帰の可否決定権をもつドクターに対して、アスレティックトレーナーの立場からアドバイスをすることも重要な仕事である。

アスレティックリハビリテーションの期間内には、ドクターの医学的管理下の内容から競技動作により近いトレーニングへと徐々に移行し、特に競技復帰直前の最終段階では、スポーツ現場の監督やコーチの管理に強く影響を受ける内容へと変わっていく。その際、アスレティックトレーナーは、ドクターサイドとスポーツ現場の指導者サイドの両者の間に立ち、競技者の安全で早期の競技復帰が円滑に進められるように、微調整をしながらプログラムを管理していく。

ドクターは通常の練習やリハビリテーショントレーニングの場に立ち会えないので、アスレティックトレーナーが競技者のトレーニング中の自覚症状や動作観察などの機能評価を現場の指導者と情報交換しながら最終的な競技復帰の可否に必要な情報を収集することが必要になる。特に復帰直前の最終段階では、競技者個々の身体特性や各競技の特性も考慮し、再発予防しながら、より負荷が高く、受傷リスクの高い動作へと段階的に行わせることが大切である。

#### (4) 健康管理に関する記録作成と管理

メディカルチェックや体力テストの結果の管理はもとより、傷害の発生状況、救急処置の実施状況、治療およびリハビリテーションの実施状況など、各競技者の健康状態などを含む個人情報記録やファイルを作成し、管理する必要がある。特に傷害の発生状況を分析することにより、傷害と関わりの深いトレーニング内容や練習環境、用具・防具の適合性をチェックすることができる。特に競技者個人の身体的な記録の管理については、個人情報保護法との兼ね合いも含めてその取り扱いには十分な注意が必要である。

また、日々のテーピング利用状況とその消耗品の使用状況なども予算管理の観点からもしっかりと記録管理することが大切である。これらの記録・管理は監督やコーチに報告したり、チーム運営側に活動報告と予算申請をする際には必要不可欠である。

## (5) 教育

適切な栄養摂取や体重の減量・増量についてアドバイスしたり、特に傷害を受けた競技者の心理的問題に対してカウンセリングしたり、ドクターからの医学的な注意点を分かりやすく解説したりと競技者に対して教育的な指導を行う機会が多い。また、コーチや競技者がスポーツ医科学に対して正しい認識を持つことができるように指導・教育することも重要な仕事の一部である。

スポーツ現場におけるアスレティックトレーナーの役割は競技者がベストコンディションで競技できるように努めることだが、競技者自身による身体の管理が最も重要であり、アスレティックトレーナーはそれをサポートする役割であるべきである。したがって、競技者の健康管理に間違いがあることや他人に依存する気持ちが強かったりするならば、正しい方向に指導する必要がある。競技者自身も、アスレティックトレーナーはマッサージする人であり、疲れたらアスレティックトレーナーに身体をゆだねれば良いという考え方が当然のように認識されることも少なくない。クーリングダウンもせずにマッサージを求める競技者や疲労や痛みが出れば、すぐに治療を求める競技者も多い。そのような傾向は、競技者側だけの問題ではなく、それを教育する役割であるアスレティックトレーナーの責任でもある。競技者の自己管理に対する意識改革で大幅に怪我が減ったという事例もある。なぜ毎回同じ部位に怪我をしたり、疲労しやすいのかを指導・教育してあげることが重要であり、筋力強化や柔軟性の改善、フォームの修正など、原因に応じた再発予防の対策を考えさせることも重要である。

競技者の要望通りに、常に痛みや疲労の対処療法を行っているだけでは本質的な競技者のサポートとはいえない。最も多くの時間、自分の身体に接している競技者自身が自己管理を心がけ、自分の身体を把握することが大切である。それを教育することが競技者の教育である。

## 第2節 日本におけるアスレティックトレーナー

アスレティックトレーナーの仕事は、スポーツ現場において、怪我が発生した場合に障害の程度を評価し、応急処置にあたり救急車を呼ぶなどの対応と判断をすることである。また、怪我の予防のためのトレーニングや選手への教育、再発予防や障害発生を抑えるためのテーピングなど必要に応じて行っている。チームスタッフの一員として、選手の体調管理や怪我からの復帰に関する情報交換の要としての役割を果たしている。

日本でのアスレティックトレーナーという名称や認知度は

高くない。またアスレティックトレーナーとしての基準や教育、専門職としての技術、知識などの統一、基準作成が成されていない。しかし、プロスポーツでは専属のアスレティックトレーナーが存在し、一流選手に対するサポートが行われている。

日本でアスレティックトレーナーは国家資格ではなく団体の認定資格であり、資格としての法規制はない。国内の認定組織は、日本体育協会とジャパン・アスレチック・トレーナーズ協会の二種類が存在する。ジャパン・アスレチック・トレーナーズ協会は柔道整復師、はり師・きゅう師、あん摩マッサージ指圧師、理学療法士、作業療法士向けの認定資格である。一方、柔道整復師や理学療法士といった国家資格と共に日本体育協会認定資格を取得する者もいる。こうした流れにより、高齢者など一般患者のリハビリへの応用も行われている。

現場で用いられる技術としては、テーピング、ストレッチング、アイシングなどがある。またシューズのインソールをセミオーダーで作成する場合もある。

## 第3節 日本におけるアスレティックトレーナーの歴史

1977年以降、アスレティックトレーナー制度の必要性は、幾度となく議論されてきたが、設置には至らなかった。その理由は、すでにトレーナーを生業として活動している多くの人がいたこと、医療資格の位置づけについてコンセンサスが得られなかったこと、基礎資格に関わるアイデンティティの整理などである。

1984年ロサンゼルスオリンピック以降、オリンピックに帯同するトレーナーの数は増加し、トレーナーの重要性への理解も高まってきており、1992年バルセロナオリンピックを機に、日本におけるトレーナー制度発足の必要性が強く認識されるようになってきたと考えられている。

日本では様々なバックグラウンドを持った人たちがトレーナーとして活動してきた。何らかの医療資格を持ち治療することを中心に活動する者もいれば、体育系の大学で体育・スポーツを学び、トレーニングを中心に選手のコンディショニングを担当する者などがいた。それぞれの長所を生かしスポーツ選手に関わり、選手のコンディショニングの維持・向上を目的に活動してきたが、それぞれのバックグラウンドが異なるために共通言語を持たないことが問題として挙げられてきた。そこで1994年に日本体育協会が日本においてトレーナー活動に特化した全国レベルのトレーナー制度を設立した。それが日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーという認定資格制度であ

る。

長い期間議論を重ねてきた成果が形となり、公認アスレティックトレーナーの養成事業が開始され、1998年には事業が認定されることとなった。

現在でもトレーナーの中にはこの資格を持たずに活動している方もいるが、オリンピックや世界大会、国民体育大会や日本代表チーム、プロスポーツチームのトレーナーとして活動するためには、この資格を有していることを条件としていることがある。

#### 第4節 アメリカにおけるアスレティックトレーナー

アメリカにおけるアスレティックトレーナーは、健康関連従事職として、受傷時の応急処置や障害の管理、障害の評価、リハビリテーションを担当している。医師や看護師、作業療法士、理学療法士などと緊密な連携をとりながら働いている。

アメリカでは、ほとんどのアスレティックトレーナーが中学校や高校、大学プロチーム、余暇スポーツのスポーツ現場で雇用されている。しかし、医療従事者間でのアスレティックトレーナーの社会的地位の向上に従って、クリニックや企業、病院などに職場が広がっている。

アメリカでは州によって独自のアスレティックトレーナーとしての業務内容を設定しており、標準化された教育によってアスレティックトレーナーはいくつかの領域における知識を有していることを保証されている。

そもそも、アメリカのアスレティックトレーナーは、19世紀末に大学間競技の組織設立として確立されたことが始まりである。構成員は正式な医学的トレーニングを受けておらず、主にマッサージを行い、その他ホメオパシー療法や民間療法を行っていた。数年間アスレティックトレーナーの需要は劇的に高まった。1950年には、ミズーリ州カンザシティにアスレティックトレーナーが集まり、公式に National Athletic Trainer's Association (NATA) と呼ばれる組織を設立し、プロフェッショナルとしての職業の基準を確立した。1990年にはアメリカ医学会 (AMA) によって、アスレティックトレーナーは健康管理の専門職の一員と認知された。

1990年のAMAによる認知以降、アメリカにおけるアスレティックトレーニング教育の基準は変化してきた。現在、公認アスレティックトレーナー (ATC) は最低限大学卒業と総合テストに合格することが必要とされる。資格を維持するために、アスレティックトレーナーは3年間に80時間の継続教育を受ける

必要がある。NATAのメンバーの半数近くが学士以上、つまり修士や博士その他の健康分野における資格を持っている。2004年1月1日より、国家資格の受験には、アスレティックトレーニングの教育プログラムを持つ大学卒業が必要となった。この変更は、アスレティックトレーニングの分野における最低限の基礎的な知識を得ていることを受験の前提とするものである。アスレティックトレーニング教育プログラムは、アスレティックトレーニングにおける教育プログラムの合同審査委員会によって決定され、健康関連教育認定委員会に報告される。

総合試験に合格し、学士を持つことで、公認アスレティックトレーナーを得ることができる。更に、多くの州では実地で業務を行う前に州の資格が必要となる。多くの州では認定試験合格をもって州における最低限の基準を満たしているとするが、テキサス州では独自の試験が必要となる。また、この資格保持者のみアスレティックトレーナーの称号の使用が認められている。

アメリカは日本と比べ、早くからスポーツ業界におけるアスレティックトレーナーという仕事に着目していた。大学などでの教育体制が整っており、プロスポーツチームや学校のスポーツチームをはじめとする雇用機関が多くあり、インフラ整備がなされている。

### 第3章 全国的なスポーツトレーナー現状と課題

日本でトレーナーとして活動している者の多くは、マッサージ師、鍼灸師、柔道整復師、理学療法士等の国家資格取得者で、スポーツ現場や医療現場において活躍しているが、そのうち、(財)日本体育協会公認アスレティックトレーナーの資格者以外に健康運動実践指導者やトレーニング指導者 NSCACSCS 等のトレーニング系資格を取得している者も少なくない。また、アメリカのNATA公認アスレティックトレーナー資格取得者や体育系大学や体育系専門学校出身者でトレーナーとして携わっている者も多い。

プロ野球におけるトレーナーは、マッサージ師、鍼灸師、柔道整復師、理学療法士、日本の医療資格を取得している者とされており、これらの資格に加え(財)日体協公認アスレティックトレーナーの資格を有する者も多い。また、サッカーJリーグのトレーナーにおいても、日本の医療資格取得者が大半であり、プロ野球界同様、日体協公認アスレティックトレーナー資格取得者も多く所属している。プロ野球やJリーグ等のプロスポーツのトレーナーは、チームの専属として契約している者が多い。

野球、バスケットボール、バレーボール、ソフトボール、ハンドボール等、社会人スポーツチームにおいては個人で契約をする者、医療機関や治療院、トレーナー派遣会社等に勤務・開業するなどトレーナー業に携わっている者も多く存在する。

スポーツ選手は、より高いレベルでの競技力の向上が求められている。また、国民の多くがスポーツを楽しむようになり、トレーナーの必要性や重要性がクローズアップされている。このような状況で、種々の資格や経歴を持つ者が様々な状態でトレーナーとして活動するようになってきている。

1995年発行のSportsmedicine Quarterlyでは、日本で活動しているトレーナーを以下のように分類している。

- ①鍼灸師・あん摩マッサージ指圧師・柔道整復師のいずれかの資格をもち、その資格の技術内でトレーナーをしている人
- ②鍼灸師等、いずれかの資格をもち、+αとして様々な知識と技術をもっている人
- ③鍼灸師等、いずれかの資格をもっているが、トレーナーとしてはその技術を使用することは少なく、他の技術を用いることが多い人
- ④資格はもっていないが、体育学とスポーツ医学を学び治療はしないが様々な指導と実践を行っている人
- ⑤アメリカのNATAの資格を取得して帰国し、日本の法律の範囲内でアスレティックトレーナーとして活躍している人
- ⑥特に何の資格もないが、トレーナーをしている人
- ⑦その他として、理学療法士の資格を持ち、選手のリハビリテーションを中心に活動している人

また、マッサージ師、鍼師、灸師、柔道整復師の免許取得者で「トレーナー業務に携わっている者もトレーナー業務に対する認識」については次も三つに大別される。

- ①資格を最大限突き詰め、トレーナー業務に生かそうとしている人
- ②取得した資格はトレーナーとしての手段の一つでしかなく、トレーナー全体の業務はもっと幅広いものであるという人
- ③上記二つの間にある人

このことは、マッサージ師、鍼師、灸師、柔道整復師の資格を取得し、その資格を取得し、その資格を活かすためにトレーナーになった人と、NATAのATCに憧れ、日本におけるトレーナー活動の手段として資格を取得した人との間では、トレーナー及び資格に対する認識が異なることを示している。

この他、「トレーナーを仕事として行う場面の日本での問題点」として、以下のことがあげられる。

- ①チームの予算の面やスタッフの必要性への理解不足の面など、経済的報酬が十分でないことが多い
- ②有償での仕事の間が短い
- ③資格が公的ではなく、業務範囲が一定でない
- ④トレーナーの教育の間が短い
- ⑤将来性

現在のトレーナーの業務内容や契約形態、報酬についてはJASA-AT マスタープランで見ることができるが、従来のトレーナーに関する資料としては1995年当時の資料でしか見ることができない。当時の資料とJASA-TA マスタープランの資料を比較すると、日本のトレーナー事情については、1994年に日本体育協会公認アスレティックトレーナー制度が確立されてからのトレーナーの意識は変化しつつある。トレーナーの活動の間は少しずつであるが広がっていることが分かる。しかしその反面、契約形態や報酬など改善されるべき点も多くあるように思われる。

## 第4章 高知県におけるスポーツ事業とスポーツトレーナー

高知県におけるスポーツトレーナーの現状と課題について、高知県文化生活スポーツ部スポーツ課土居直也様、土居史仁様、高知工科大学前田和範先生とのヒアリング調査を参考に述べておく。

### 第1節 高知県のスポーツの現状と課題

高知県は2016年度までは、教育委員会の中にスポーツ振興施策があり、地域福祉部に障害者スポーツがあり、観光振興部にスポーツツーリズムがある状態であった。翌年度(2017年度)から高知県の政策である、スポーツ行政の一本化により、スポーツ課が発足した。子どもの運動のみ教育委員会が担当し、その他はスポーツ課が担当するようになった。

スポーツ課発足の目的として、次の3点があげられる。

- ①スポーツ参加の拡大
- ②競技力向上
- ③スポーツを通じた活気ある県づくり

スポーツ参加の拡大の活動例としては、総合型地域スポーツクラブが中心となり、他の地域も巻き込んでスポーツに参加できる体制をつくる取り組みがなされている。

競技力向上の大目標としては、オリンピック・パラリンピックなどに出場する日本代表選手を多数輩出することにある。そのために、全高知チームを設置し、各競技の有望選手の重点強

化に当たっている。特別強化コーチを配置し、指導者の実践研修を行い、スポーツ医科学面からのサポートも行っている。

スポーツを通じた活気ある県づくりは、スポーツを通じた経済・地域の活性化を目指し、スポーツツーリズムの推進や知己におけるスポーツサービスの提供などの取り組みを行っている。

そもそも高知県はプロスポーツチームの数に限りがあることや行政を含めた一本化制作が他の県と比べ遅かった。そのこともあって、国民体育大会への対策も遅く、基本目標が総合順位 30 位以内、総合得点 900 点なのに対し、総合順位は最下位、総合得点も 500 点と目標とは程遠い。

また、情報発信があまりされていないため、学生や地域の人々がスポーツのイベント情報や講演会を知る機会が少ない。講演会への参加人数に限りがあり、スポーツに触れる機会も他の県と比べ少なく、その結果、スポーツに関わる機会も減少しているという悪循環が生じる。

## 第2節 高知県のスポーツトレーナーの現状と課題

高知県においてスポーツトレーナーとして登録している人数は 15 名で、その中でもアスレティックトレーナーは 13 名登録されている。プロスポーツチームに所属している人と国民体育大会に同行している人はひとりずついるが、その 2 名以外本格的なトレーナー活動はしていないのが実情である。

各団体はスポーツ医科学の重要性は理解しているが、専属トレーナー程は必要としていない。その理由としては、企業がトレーナーを雇うにあたり金銭的に厳しい状態であることや全高知チームのように定期的集まるチームに専属トレーナーを置いておく必要はないこと、各競技専門のトレーナーが各団体には求められており、なかなか上手くマッチングしないなどがあげられる。

高知県自体の考え方としても、トレーナーを新たに育成するのではなく、教師のように今現在居る指導者にトレーナーやコーチングの知識を身につけさせる方向性をとっている。

また、実際にトレーナーの資格をもっている人は、ベースとなる職があり、派遣などによりトレーナーとして活動している。

## 第3節 高知県スポーツトレーナーの今後について

上記のように高知県の現状と課題を考えると、日本にスポーツ医科学の重要性が広まったと同様に高知県も徐々にではあるが、スポーツ医科学の重要性は知られつつあるが、スポーツ医科学を効果的に活用するのならば、高知県のスポーツ行政の一本化政策にもあるように、スポーツ推進のための環境整備が

必要である。そのためには、活気のある県づくりによるスポーツ経済と地域の活性化を行う必要がある。

自然豊かな高知県の特徴を活かし、自然に特化したサーフィンやカヌーといったスポーツを推進すべきなのではないかと考える。イベントなどを行うことで人を高知県に呼び込むことができれば経済も活性化し事業が安定すれば、その他の競技の普及や強化にお金を利用できるようになる。

また情報発信の視点も変える必要がある。チラシやポスター、新聞よりも現代社会は電子機器が発達している。これを利用し、SNS などを活用すべきである。若年層が今よりもスポーツに関心を持てる環境づくりをすることで、今後高知県のスポーツ活性化に繋がる。

こうしたスポーツトレーナーの活躍の場として、例えば、大学スポーツに入り込むことも検討されるべきではないだろうか。メリットとして、文武両道を目指すのならば、スポーツトレーナーが大学スポーツを統括することで一つのスポーツだけでなく全体競技力向上が見込まれる。大学生は、今までの学生スポーツとは異なり環境の変化が大きく、体調を崩しやすい。ウエイト管理も難しいため、怪我也多くなる。選手一人一人に寄り添うことのできるスポーツトレーナーがいることで、大学生スポーツ選手のコンディショニングを整えることができる。また、大学生がスポーツトレーナーという仕事に触れる機会ができ、知識が身につくことで選手同士のケアができる。更に入らば、今後指導者を目指す人材の財産にもなると考えられる。

## おわりに

これまで何気なく将来スポーツトレーナーを目指してきたが、本研究において、改めてスポーツにトレーナーの重要性を実感し、より一層スポーツトレーナーへの意欲が高まり強く志すようになった。

高知県のスポーツ選手のコンディショニングはもちろんのことだが、学校機関のスポーツに入り込むことにより、様々なスポーツに触れる機会となり、自らの知識の幅も広がる。また、各市町村に出向き、子どもたちへの身体の使い方指導や高齢者への健康指導などを行うことで、地域に根づいた活動がスポーツによる地域活性化に繋がると考える。

ここでは高知県を例にしてきたが、このスポーツトレーナーの現状と課題は、多かれ少なかれ他の県にも言える。インフラを整えながら若い世代にスポーツ界に貢献できる人材がいる



ことを願っている。

## 謝辞

本研究を進めるにあたり、ヒアリング調査にお応え頂きました高知県文化生活スポーツ部スポーツ課、土居直也様、土居史仁様、高知工科大学前田和範先生、そして大学生活におきまして多くのご指導を頂きました生島淳准教授、約2年間を共に過ごした生島研究室の皆様、心から感謝申し上げます。

## 参考文献

梅津真織「早稲田大学競技スポーツセンター体育各部の指導者におけるアスレティックトレーナーに対する意識調査  
ー今後の大学スポーツにおけるアスレティックトレーナー普及のための提言ー」

(<http://www.waseda.jp/sports/supoka/research/sotsuron2010/1K07A032.pdf>)

公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト1 アスレティックトレーナーの役割

<http://trainer1985.kir.jp/books/ATtext2007.html>

わが国のアスレティックトレーナーの歴史

[https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data0/publish/pdf/h25atttext\\_p6\\_8.pdf](https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data0/publish/pdf/h25atttext_p6_8.pdf)

財団法人日本体育協会指導者育成専門員会 アスレティックトレーナー部会「公認アスレティックトレーナーの役割」

[https://www.jara.or.jp/info/2008/at\\_role.pdf](https://www.jara.or.jp/info/2008/at_role.pdf)

スポーツトレーナーの種類

<http://careergarden.jp/sports-trainer/shurui/>

アスレティックトレーナーについて

<https://www.kansai.ac.jp/course/medical/acupuncture/trainer/>

日本におけるトレーナーの変遷

<file:///C:/Users/Owner/AppData/Local/Microsoft/Windows/INetCache/IE/1VXJFZ6U/10.pdf>

我が国における「スポーツトレーナー」資格制度の成立過程とその課題

[file:///C:/Users/Owner/AppData/Local/Microsoft/Windows/INetCache/IE/VE00SR8K/55\\_201\\_218.pdf](file:///C:/Users/Owner/AppData/Local/Microsoft/Windows/INetCache/IE/VE00SR8K/55_201_218.pdf)

我が国におけるアスレティックトレーナーの制度化に関する研究 ～制度の変遷に着目して～

<file:///C:/Users/Owner/AppData/Local/Microsoft/Windows/>

[INetCache/IE/NN87UJ20/contentscinii\\_20190118142516.pdf](INetCache/IE/NN87UJ20/contentscinii_20190118142516.pdf)

第2期高知県スポーツ推進計画 Ver.1の施策の全体像

[http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141801/files/2018062800061/file\\_20186284134454\\_1.pdf](http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141801/files/2018062800061/file_20186284134454_1.pdf)

平成29年度スポーツ振興施策の概要

[http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141801/files/2017060700229/file\\_2017673175415\\_1.pdf](http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141801/files/2017060700229/file_2017673175415_1.pdf)

スポーツ行政の一元化に伴う施策の体系図

[http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141801/files/2017060700229/file\\_201767317598\\_1.pdf](http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141801/files/2017060700229/file_201767317598_1.pdf)

高知県スポーツ推進計画における取組の総括 【生涯スポーツの推進】

[http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141801/files/2017060700229/file\\_2017622413426\\_1.pdf](http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141801/files/2017060700229/file_2017622413426_1.pdf)