

risei + trip

vol.
18

特集

ススメ！ 現場実習
(アスレティックトレーナー篇)



ススメ！ 現場実習

（アスレティックトレーナー篇）

スポーツ現場でチームや選手を支えるアスレティックトレーナー（AT）。

学生たちは知識を習得しながら、実習現場で技術や人との関わり方を学ぶ。

学科コースの垣根を越え、ひたむきに取り組む2人の女子学生の姿を追った。



1 ゼミの前後も実習の打ち合わせをする田中さん(右)と小山さん(左) 2 本校教員・部谷祐紀。ポルト日本代表チームのトレーナーを務め、ロンドン、リオ、東京と3大会連続で五輪に帯同 3 4 AT実習は少人数制。履正社高校をはじめとするスポーツ強豪校で行う

photographs by Naohiro Kurashina

12月初旬、アスレティックトレーナーコースの実習室では自主ゼミが開かれていた。トレーニングをさらに深く学ぼうと、学生有志が空き時間に集まる。彼らの視線の先には、教員の部谷(ひだに)祐紀だ。この日は「呼吸」がテーマ。解剖学的に機能を解説しながら、評価の仕方や、選手のパフォーマンスにどう関与するのかなど、部谷自身の経験を交えて語られる。学生はひたすらにメモを取っている。一言一句たりとも聞き逃したくない、という表情で。

彼らが目指すのはアスレティックトレーナー(以下、AT)だ。ケガや障害の予防、応急処置、リコンディショニングなど、競技の現場でメディカルチームの一員として重要な役割を担う。ATに必須と言われるのが、日本スポーツ協会が公認する「JSPOR-AT」だ。この資格はとりわけプロチーム、日本代表クラスの競技団体から重要視されており、部谷いわく「ナショナルチームのトレーナーの基本装備」だという。

「初めは全然ダメだった」

ATの資格取得には現場実習が必須だ。本校では実習は水曜と金曜に行われ、学生は週に1度、どちらかに参加する。部谷の担当は履正社高校陸上部で、水曜と金曜のそれぞれにリダー的存在の学生がいた。

水曜の実習を引っ張るのは柔道整復学科2年(柔整AT)の小山香織さん。適度な運動で疲労回復を促す「アクティブレスト」等を行う。担当選手に声をかけ、身体の状態を丁寧に聞き取る。必要なトレーニングを処方し、練習が終わるギリギリまでケアをしていた。

金曜はATコース2年の田中愛咲さんが学生をまとめる。てきぱきとサポートし、堂々とした印象だ。だが、話を聞くと「初めは全然ダメだった」という。

「部谷先生には『根拠を持って行う』よう言われていました。選手にトレーニングを提案するときは『今、あなたの身体はこういう状態です。だから、これを行います』と、説明できるようにしておきます。解剖学の知識が頭に入っていなかった頃は、選手に『(足の)ここが痛い』と言われても診きれなくて。先生に評価・処方してもらいしかなく、すごく悔しかったです」

根拠を持つのに必要なことも、指導されている。「準備をすることです。『現場でうまくできない、失敗する原因のほとんどは準備不足』と言われました」

「愛咲ちゃんは心強い味方」

田中さんと小山さんは、担当する選手たちの情報を2人で詳細に共有している。ケガの状況、心の状態。課題は何か。どんなトレーニングをして、どんな変化があったのか。休日以外は毎日、LINE等をメインにやりとり。試行錯誤を繰り返して、「当日までどこまで準備できるか」を実践する日々だったという。

履正社高校陸上部での実習も終盤を迎え、お互いについて、どんな人ですか、と改めて聞いてみた。

「香織ちゃんの準備力、選手を思っている行動は本当にすごい。実習内の説明だけではわかりづらそうなことを紙にまとめて、一言添えて選手に渡していたりとか」と田中さんが言えば、小山さんも田中さんの存在に励まされていたという。

「この1年、必死で実習に向き合いました。私一人では絶対、ここまでできなかった。愛咲ちゃんは心強い味方でした。彼女の熱意に引っ張ってもらいました」田中さんはBリーグ・大阪エヴェッサへのインターンが内定し、春からプロの現場へ足を踏み入れる。

小山さんの実習日。終了後のミーティングで、実習を見学していた1年生が言った。

「私も香織さんみたいになりたいです」今年もまた、情熱のバトンが引き継がれていく。