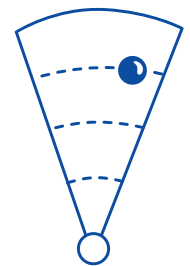
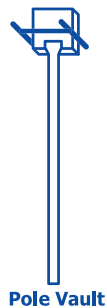
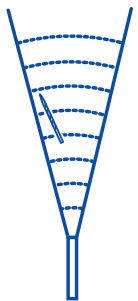
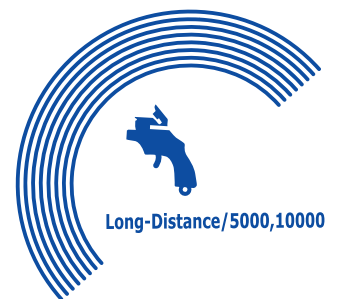


2015 競技者育成 プログラム



JAAF
Japan Association of
Athletics Federations

公益財団法人日本陸上競技連盟



はじめに



5年後に迫った東京オリンピック、この秋に計画されているスポーツ庁設置。スポーツ界は、大きな変革の渦に身を置いているといえます。この後、東京オリンピックに向けての種々の事業・活動が急加速して推進されていくことでしょう。これから続く激動のなか、世の流れに身を任せているだけでは、何もできないままに2020年を迎えてしまうことにもなりかねません。陸上競技界は、確固たるコンセプトとプランを持って活動を進めていく必要があります。

この活動の道標となるのが、「競技者育成プログラム」です。本プログラムを具現化することにより、設定した2つの目標に向けて競技者育成活動を計画的・継続的に展開していきたいと考えています。日本陸上競技連盟の当面の目標は、2016年のリオデジャネイロオリンピックであり、これに向けての1本のルールを敷いています。そして、これに並行して2020年東京オリンピックを目標とするもう1本のルールを設定しました。これは、新たに設置された2020東京オリンピックプロジェクトチーム（2020PT）が担当します。

2020PTでは、東京オリンピックで活躍できるようなタレントの獲得を目指した「タレントトランスファーマップ」の作成や「タレントマネージャー」の設置といった斬新な取り組みを行っていきます。これらの取り組みは、「目標とする競技成績を達成すること」に直結するものですが、それに加え、「オリンピック後にハード面（施設）のみならずソフト面（競技者育成および指導者育成のシステムや、強化育成拠点の構築など）の遺産（レガシー）を残すこと」を念頭に置いています。

もちろん日本陸連全体としても、東京オリンピック以降の陸上競技界全体の発展を目指さなければなりません。それは、あらゆる子どもたちが陸上競技に対して興味・関心を持ち、そして気軽に陸上競技を始められるような状況をしつらえていくことだと考えます。これこそがオリンピックレガシーとなり、のちの陸上競技界に受け継がれていくものです。その基盤の上に、陸上競技の底辺を拡大しながら頂点を引き上げていく活動を展開し、陸上競技をナンバーワンスポーツに育てていくのです。

小さな変化には小さな飛躍しか期待できません。「2020年」を合言葉に、大胆な改革を実行し、大きな飛躍を導きたいものです。これが、日本陸上の強化育成の根本を変えることにつながるものと確信しています。

本プログラムを実行するにあたり、47都道府県の陸上競技協会および5協力団体との連携が必須であり、加えて本連盟のすべての委員会との協力体制が強く求められます。関係各位におかれましては、どうかご協力のほど、お願い申し上げます。

平成27年4月1日

公益財団法人 日本陸上競技連盟
専務理事 尾 縣 貢

競技者育成プログラム2015 目次

はじめに

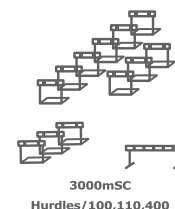
第1章	競技者育成プログラムを作成するにあたり	6
第2章	東京オリンピックに向けて陸上界が考えるべきこと	11
第3章	東京オリンピックに向けての強化施策における方向性	15
第4章	東京オリンピックに向けての強化ロードマップ	20
	1. 北京世界選手権、リオデジャネイロオリンピック、東京オリンピックにおける目標	
	2. リオデジャネイロオリンピックまでの強化方針とロードマップ	
	3. 東京オリンピックに向けた強化ロードマップ	
第5章	陸上競技における競技者育成の基本的な考え方	28
	1. 基本的な考え方	
	2. 日本陸連における競技者育成体制	
	3. 国際競技力向上の推進	
	4. 強化競技者の支援	
	5. 強化育成部としての各段階における競技者育成プログラム	
	6. 2020東京オリンピックプロジェクトチーム	
第6章	各年代におけるタレント発掘と強化のあり方	39
	1. タレント発掘におけるさまざまな考え方	
	2. 陸上競技におけるタレント発掘のあり方	
	3. 小学生（U13）などの普及段階における育成の考え方	
	4. 中学生（U16）段階における育成の考え方	
	5. 2020年東京オリンピックに向けた競技者の発掘と育成について	
第7章	関係団体との連携協力	54
	1. 日本実業団連合との連携協力	
	2. 日本学連との連携協力	
	3. 高体連との連携協力	
	4. 中体連との連携協力	
	5. 解決すべき共通の課題	
第8章	都道府県陸協との連携協力	58
第9章	強化拠点としてのナショナルトレーニングセンター	60
第10章	陸上競技カレンダーの整備	63
第11章	各委員会との連携協力	68
	1. 科学委員会との連携協力	
	2. 医事委員会との連携協力	
第12章	陸上競技における指導者育成の基本的な考え方	72

第13章	コーチングにおける体罰、暴力の根絶について	77
第14章	日本陸上界におけるアンチ・ドーピングの取り組みについて	79
別 添	各ブロックのリオデジャネイロオリンピックまでの強化ロードマップ	83
	・トラック&フィールド部門	
	男子短距離	
	女子短距離	
	ハードル	
	跳躍	
	投てき	
	混成	
	・中長距離・ロード部門	
	中距離	
	男子長距離・マラソン	
	女子長距離・マラソン	
	競歩	

【年代表記について】

日本陸上競技連盟では、2013年度より年代表記を、小学生→U13、中学生→U16、高校生→U19、大学生→U23に変更・統一しました。本書の記載もこれに準じていますが、対象者の範囲に合わせて、上記以外の表記が使用されている場合があります。また、他の団体主催の行事名や変更前に発行した書籍名等については、原本のまま掲載しています。

競技者育成プログラムを 作成するにあたり



1 競技者育成プログラム作成の方針

(1) 競技者育成プログラムの変遷

日本陸上競技連盟は、第29回オリンピック競技大会（北京）の惨敗を受け、2009年に競技者育成プログラムを根本的に改訂し、中・長期にわたる強化・育成活動の方針を明確にした。この改訂では、本連盟全体として競技者育成に関する方策を再構築した。

その方策の主なポイントは以下の通りであった。

- ・ 発育段階を考慮した強化・育成のあり方
- ・ 加盟団体および協力団体、強化・育成と関係のある各種委員会とのより強い連携
- ・ ナショナルトレーニングセンターの拠点化
- ・ 強化競技者制度、スポーツ活動支援制度の実態に合った修正
- ・ 指導者の質の向上
- ・ 強化委員会のブロックごとのロンドンオリンピックまでの短期、そしてロンドンオリンピック以降の中・長期の強化方針と具体的な強化計画

この大改訂の2年後の2011年には、広州アジア大会の結果を受け、ロンドンオリンピックに向けた短期重点強化策の修正を行うとともに、次期を担うタレントを「発掘」し、「育成」する中・長期の方針・計画を再検討した。

本プログラムで中期計画の目標競技会に設定していたロンドンオリンピックは、銅メダル1、入賞2という北京オリンピックと同レベルの成績に

終わった。ロンドンオリンピックの出場者46名のうち35名が初出場、学生（大学生、高校生）は13名であり、顕著な世代交代がみられた選手団であったが、この世代交代が経験不足という形になって表れ、目標を下回る結果につながったという分析をした。これは、裏返せばロンドンオリンピックまでの中期計画において、強化対象となった競技者の競技力を計画通りに強化できなかったことを意味するものであった。

中期計画の目標であったロンドンオリンピックの結果と現在の日本陸上競技界の状況を勘案して2013年8月に競技者育成プログラムの2回目の改訂を行った。これは、台頭してきた若い競技者が2016年のリオデジャネイロオリンピックに向かうための中期計画およびその先に向けた長期計画を考えるうえでの基礎となるものであった。

(2) 今回の改訂の趣旨

2020年東京オリンピックの開催が決定した。オリンピックは人類すべてのスポーツの祭典であるとともに、国の競技力を競う舞台でもある。開催国の活躍は、大会の盛り上がり左右する重要な要因であり、この盛り上がり国民の心を元気にするエネルギーになるであろう。日本陸上競技連盟は、オリンピックでの成功を大目標として、2020年に向けた強化育成の方策を展開していく。

そこで、これまでの活動を礎とし、2020年東京オリンピックに向けて、新たに協議をして明らか

になった「何ができるか」「何をすべきか」を今回の競技者育成プログラムに反映させた。目標とする競技成績の達成を第1の課題とするが、第2の課題としてオリンピック後に陸上競技界に財産（レガシー）を残すことを挙げたい。レガシーは、ハード面（施設）もそうであるが、特にソフト（競技者育成および指導者育成のシステムや、強化育成拠点の構築など）の面を重視したい。

この2つの課題を達成するために、強化委員会、普及育成委員会、科学委員会からなる2020東京オリンピックプロジェクトチーム（2020PT）を設置した。現行強化体制は、2016年リオデジャネイロオリンピックに向けた強化活動に取り組んでおり、これを1本のルールとした時に本プロジェクトは2020年に向けたもう1本のルールとなる。2020PTでは中学生から高校生を対象に優秀なタレントを獲得し、育成強化の一連の活動を円滑に進めていくために必要な環境整備を進めるミッショ

ンを持っている。これら2本のルールは、リオデジャネイロオリンピック以降に合体して1本になり東京オリンピックを目指すことになる。

この2本のルールを敷くことにより、若手の育成を進める一方で、中堅の強化およびベテランの競技生命の延長を図り、陸上競技界の循環を円滑にすることができるといえる。

競技者育成プログラムに謳われた内容が、机上の空論にならないように、今後、本プログラムを道標とし、我が国の陸上競技の強化・育成活動を展開していく。

2 我が国の競技力分析

まず、我が国の競技力の現状を評価することが、解決すべき課題、到達目標の設定、強化・育成の方針を構築するうえで必要となる。以下、その資料を収集する。

表1-1 2000年以降の4回のオリンピック大会での入賞種目

順位	シドニー 2000	アテネ 2004	北京 2008	ロンドン 2012
1	女子マラソン	男子ハンマー投 女子マラソン		
2				
3			男子400mR	男子ハンマー投
4		男子400mR 男子1600mR		
5		男子マラソン 女子マラソン	男子ハンマー投	男子400mR
6	男子400mR	男子マラソン		男子マラソン
7	男子10000m 女子マラソン	女子マラソン	男子50kmW	
8				

表 1 - 2 2000年以降の7回の世界選手権大会入賞種目

順位	エドモントン 2001	パ リ 2003	ヘルシンキ 2005	大 阪 2007	ベルリン 2009	テ グ 2011	モスクワ 2013
1						男子ハンマー投	
2	男子ハンマー投 女子マラソン	女子マラソン			女子マラソン		
3	男子400mH	男子200m 男子ハンマー投 女子マラソン	男子マラソン 男子400mH	女子マラソン	男子やり投		女子マラソン
4	男子400mR 女子マラソン	女子マラソン	男子マラソン		男子400mR		女子マラソン
5		男子マラソン		男子マラソン 男子400mR			男子マラソン 女子10000m
6		男子400mR	女子マラソン	男子マラソン 男子ハンマー投 女子マラソン	男子マラソン	男子50kmW	男子400mR 男子20kmW 男子棒高跳 男子ハンマー投
7	男子20kmW	男子1600mR		男子マラソン	女子10000m 女子マラソン 女子20kmW	男子マラソン	
8	男子マラソン		男子50kmW 男子400mR 男子棒高跳			男子20kmW	

表 1 - 1、2 は、2000年以降のオリンピック大会および世界選手権大会で入賞した種目を示している。

4回のオリンピックのメダル獲得は、ロンドン大会で銅1個、北京大会で銅1、アテネ大会で金2個、シドニー大会で金1個であった。競技種目別に見ると、男子ハンマー投2個、女子マラソン2個、男子4×100mリレー1個であった。4位以下の入賞では、男子4×100mリレー3、女子マラソン3、男子マラソン3、男子10000m、男子4×400mリレー、男子50km競歩それぞれ1であった。

2001年以降の7回の世界選手権でのメダル獲得も女子マラソンが6個と多く、男子ハンマー投が3個、男子400mハードルが2個、男子200m、男子マラソン、男子やり投がそれぞれ1個であった。

女子マラソンは1992年のバルセロナ大会からアテネ大会まで連続でメダルを取り続けてきた種目であるが、北京、ロンドンの2大会では入賞もできていない。また、2011年のテグ世界選手権でも

入賞が果たせなかった。この背景には、ケニアのマラソンへの本格的参戦があるが、ケニアのランナーの最高タイムは2時間18分37秒（Mary J Keitany、2012年、世界歴代2位）であり、日本の歴代金メダリスト（野口みずき：2時間19分12秒、高橋尚子：2時間19分39秒）と比較すると、埋められない差ではない。2013年のモスクワ世界選手権では、トラックで力を持つ福士加代子が炎天下のマラソンで3位入賞、木崎良子が4位に入り、女子マラソン復活の兆しを見せた。引き続き、女子マラソンの復活は、強化の第一課題に挙げられる。

ロンドン大会では、文部科学省が展開するチーム「ニッポン」マルチサポート事業（2013年度より「マルチサポート事業」に名称変更）のターゲット種目であった男子4×100mリレー、男子ハンマー投、男子やり投、女子マラソンが重点強化種目と位置づけられたが、このうち男子ハンマー投、男子4×100mリレーの2種目のみが入賞を果たした。

リオデジャネイロ大会に向けての重点強化種目は、各国際大会での日本選手の活躍、現在の強化現場の状況から、文部科学省が2013年4月1日付けで定めたマルチサポート事業のターゲット種目である男子4×100mリレー、男子ハンマー投、男子やり投、男女マラソンに、男子競歩、男子棒高跳を加えた7種目とする。

表1-3は、2000年以降のアジア大会での金メダル獲得種目を示している。

1991年のソビエト連邦崩壊後に、カザフスタン、ウズベキスタン、タジキスタンといった中央アジア諸国がアジア大会へ参加するようになった。これらの国は、これまで世界的競技水準のアスリートを多く輩出しており、2014年秋に開催された仁川大会でも金6個、銀3個、銅5個のメダルを獲得した。

2002年以降の釜山大会あたりからは、カタール、バーレーンなどの中東諸国にケニア、エチオピア、モロッコなどのアフリカ諸国のアスリートが国籍変更をして出場、中長距離マラソンの上位を独占するようになった。これは世界的な傾向といえる

が、アジアでは顕著であり、広州大会および仁川大会ではアフリカ出身のランナーがメダルの多くを獲得している。

また、仁川大会では、中国男子の世界レベルの活躍に圧倒された感があった。なかでも日本の金メダルが有望といわれていた男子4×100mリレーと男子やり投の2種目は圧巻であった。両種目ともアジア新記録での優勝であり、特にやり投の89m15は2014年世界リスト2位となる記録である。また、4×100mリレーの37秒99も同4位であり、ロンドンオリンピック3位の記録を上回る。北京オリンピックでは低迷を極めた中国男子の躍進の原因を分析することは、我が国の強化のヒントを見つけることにつながると思われる。

このように強豪ひしめくアジア大会でトップの座を目指すことも、強化活動の目標となる。

表1-4は、2004年以降の世界ジュニア選手権大会でのメダル獲得種目を示している。2020年の東京オリンピックに向けての競技力向上を考えると、ジュニア層の育成・強化をいっそう推進する必要がある。2010年のモンクトン大会、2014年の

表1-3 2000年以降の4回のアジア大会での優勝種目

	釜山 2002	ドーハ 2006	広州 2010	仁川 2014
金メダル	男子200m 男子ハンマー投	男子200m 男子400mH 男子棒高跳 女子10000m 女子走幅跳	男子やり投 女子100m 女子200m 女子やり投	男子1600mR 男子50kmW 男子十種競技

表1-4 2004年以降の6回の世界ジュニア選手権大会での入賞種目

順位	グロセット 2004	北京 2006	ビドゴシチ 2008	モンクトン 2010	バルセロナ 2012	ユージーン 2014
1				男子200m		男子10000mW
2				男子400mH 男子やり投	男子400mH	男子400m 男子400mR 男子1600mR
3	男子10000m 男子400mR 男子1600mR 女子5000m	男子10000mW 女子1500m		男子走高跳 女子400mH 女子10000mW	男子400mR	男子100m 男子走幅跳

ユージーン大会では、それぞれ6個のメダルを獲得したことから、現在、我が国のジュニアのレベルは世界のトップの水準にあるといえる。この世界水準にあるジュニア競技者のレベルを、オリンピックや世界選手権で入賞できるレベルに引き上げることを最重要課題に位置づけたい。

表1-5は、2000年以降の4回のオリンピック大会の陸上競技代表人数を示している。これまでオリンピックに参加できなかったり活躍がみられ

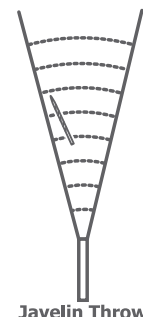
なかったりした中距離、跳躍、一部種目を除く投てき、混成を抜本的強化種目とし、まずはアジアで戦えるレベルへの競技力の底上げを図る必要がある。

これは、ナショナルトレーニングセンター（以下、NTC）を拠点とし、競技者の所属チームの理解と協力を得ながら、強化委員、専任コーチ、医事・科学委員などとの間で相互に連携をとり、強化・育成活動を展開する。

表1-5 2000年以降の4回のオリンピック大会の陸上競技代表人数

大会		シドニー 2000	アテネ 2004	北京 2008	ロンドン 2012
総数		40	39	40	46
男子	短距離	9	10	8	9
	中距離				1
	長距離	2	2	3	1
	ハードル	4	4	3	3
	マラソン	3	3	3	3
	競歩	4	2	3	6
	跳躍	5	3	2	1
	投てき	1	2	2	3
	混成				1
	小計	28	26	24	28
女子	短距離			5	5
	中距離		1		
	長距離	6	3	5	3
	ハードル	1			2
	マラソン	3	3	3	3
	競歩		1	2	3
	跳躍	2	2	1	1
	投てき		2		1
	混成		1		
	小計	12	13	16	18

東京オリンピックに向けて 陸上界が考えるべきこと



2020年の東京オリンピック・パラリンピック開催が決定した。2020年に向けて、スポーツ界にとどまらず、日本としてのさまざまな取り組みが「オリンピック・パラリンピックを契機に」という流れで考えられ、進められていくことになる。それらの取り組みが、後世にしっかりと実態として残り、子どもたちをはじめとする多くの国民が、オリンピック・パラリンピックが開催されて本当によかった、と思えるものをスポーツ界として残していかなければならない。

また、オリンピック・パラリンピック大会開催とともに、スポーツ全般の大きな動きとして、1961年に制定されたスポーツ振興法を50年ぶりに改定したスポーツ基本法の成立を挙げることができる。この成立を基盤としながら、競技団体としてさまざまな政策を考えていかなければならない。それとともに、スポーツ庁の成立が2015年の秋にも検討されており、スポーツ行政、制度の枠組みも大きく変わっていくことになる。

このように、ここ数年で陸上競技のみならずスポーツにおける周辺環境が著しく変化している。そんななかで我々は、この2020年に向けてどんなことに目を向け、考え、取り組んでいくべきであろうか。いくつかの観点から考えていきたい。

1 子どもがスポーツに 取り組むための仕組みづくり

1つ目は、子どもたちを取り巻く環境の変化や

スポーツ活動基盤自体の脆弱化に伴うスポーツ離れが進むなか、子どもたちがスポーツ、陸上競技に取り組みやすい仕組みを、どのようにつくっていくかということである。

(1) 子どもを巡るスポーツ環境の現状

社会環境と現状で捉えていくべき点としては、少子化と子どもの体力の低下、スポーツをはぐくむ「場」の脆弱化、が挙げられる。

少子化は既知といえるが、中学生の生徒数で見ると、1996年には男子が231万人、女子が221万人のところ、2012年には男子が181万人、女子が174万人となっている。減少率で見ると男女ともに21.5%の減少である。当然ながらこのようなスピードでの減少が、全般的な裾野の縮小につながることは想像に難くない。

また、子どもの体力低下がいわれるようになって久しい。理由はさまざまに考えられるが、共通するものとしては、子どもの遊び自体が、家の外での遊びや運動などから、ゲームなど家の中での遊び主体になってきていること、塾や習い事で子どもが忙しく、子ども同士で遊ぶという機会自体が少なくなってきていることなど、生活全般が大きく変わってきている背景がある。加えて、就寝や起床が遅く、朝ご飯などの食事をしっかりとっていないなど、不規則な生活を送りがちな子どもも増えている。また、何より、遊びのなかで身体を動かす機会が少なくなっていることに加え、子

どもがスポーツをする「場所」が少なくなっており、スポーツを行える環境の整備も重要な課題になっている。こうしたことが、子どもの体力の低下を全般的に招いているといえよう。

子どもから青少年に至る過程でも環境の変化やスポーツ活動基盤の脆弱化に伴う青少年のスポーツ離れが大きくなり始めている。

学校の部活動については、競技力向上の側面でも語られることが多いが、日本のスポーツ活動のさまざまな基盤になっていることは論を待たない。多くの方が学校の部活動を通して、スポーツに深く親しむことになる。また、学校の部活動は、「隣の友達が入った部に一緒に入る」という、気軽に、なおかつしっかりとスポーツに取り組むという普及的な側面がとて大きなものであり、その過程においてさまざまな経験をスポーツを通して体験していくことができるという点では、教育的にも重要な場といえる。

その学校部活動もさまざまな議論、課題が出てきている。現在、中学生年代においては、部活動としての運動部全体の参加率が、特に女子において急激に減ってきている。スポーツを行う子どもが大幅に減少しているのである。

2014年には男子が73.9%とほとんど変わらなかったのに対し、女子では52.7%と約10ポイントも減少している。そのなかで陸上競技についてみると、陸上競技の部員数は、2002年には男子で11.1万人、女子では8.2万人であったものが、2014年には男子が12.6万人と13.5%の増加、女子では9.3万人と13.4%の増加をしている。一方、陸上部の設置数でいうと、1996年には、男子では7472校、女子では6943校だったが、2014年には、男子で6509校と12.9%の減少、女子では6210校と10.5%の減少となっている。男子は1996年には全体の学校の66.3%に陸上競技部が設置されていたが、2014年には61.4%と4.9ポイントの減少、女子では1996年に61.6%であったものが、2014年には58.5%と3.1ポイントの減少であった。

こうしたことからみると、陸上競技部のある中学校は減少を続けているものの、少子化の影響下にあっても陸上競技部が存在する学校では陸上競

技部員数は増加傾向にあるといえる。

こうしたなかで我々は、どのような取り組みをしていく必要があるだろうか。

少子化自体について、陸上界で対策を考えるべきものではないが、体力の低下については、スポーツや陸上競技として、子どもが幼児期から小学校期の間にもどのような取り組みができるのか、行政や関係各所と連携を取り、考えていく必要がある。

陸上競技は、さまざまな身体運動の基盤となるスポーツであり、このような側面について、しっかりと果たしていくべき責務がある。日本のスポーツ界においては、小さい頃から「囲い込んで育てる」という側面が強いが、多くのスポーツ種目と並行して行うことや、あるスポーツを主体に行っている子どもでも補足的に他のスポーツを行うことを推奨するなどということも含め、スポーツ振興を広くとらえて自らの役割を考えていくべきである。

また、幼児期に遊びから親しめるようなプログラムなども競技団体として開発しながら、他のスポーツとともに「小さい頃から身体を動かすこと」により親しみ、行ってもらえるようにしていきたい。つまり、子どもの体力向上を図りながら、スポーツにかかわることを勧め、スポーツ全体の裾野を広げる活動を進めていく必要がある。

(2) 今後への期待と課題

少子化での生徒数の減少、陸上競技部設置校の減少のなか、陸上競技を行う人数が増加をみせていることはいくつかの考えるべき点も内包している。

まずは、このような増加をしていることは、厳しい状況にありながら、現場の学校の先生方が毎日献身的な努力をされていることのためものであるといえる。

それに加え、オリンピックや世界選手権のような大型イベントの誘致、とりわけその地元開催(2006年世界クロスカントリー選手権福岡大会、2007年の世界選手権大阪大会、2011年アジア選手権兵庫・神戸大会)による、競技に対するメディ

アを通じたアタッチメントを増やすことができたこと、常日頃あるさまざまなマラソン・駅伝などの大会放映が大きな力になっている。加えて、陸上競技のWEBプラットフォームへの投資・整備、それによるさまざまな大会のインターネット放送（アスレチックTV）の開始をはじめとして、大会のテレビやメディア露出を積極的に増やし、陸上競技の普及的な面でのプロモーション活動にも地道に力を入れながら競技としての露出を積極的に行っていることが大きな要因として挙げられる。これらの施策は引き続きトライアンドエラーを繰り返しながら新しい取り組みを新しい角度で進めていくことが必要である。とりわけ、女子がどのようにしたらスポーツによりかかわっていくようになるかについては、1つの目標として取り組みを進めていく必要がある。

一方、中学年代において部活動の設置率が減少していることは、気がかりなことである。指導者・顧問のなり手がいないことが大きな原因であるといえる。こうした減少は指導者をその学校に所属する教員に依存することが多い、ほとんどのスポーツ共通の仕組み上の悩みともいえ、スポーツ活動を行ううえでの基盤が脆弱化していることにほかならない。教員の業務の多忙による課外活動への参加の難しさ、課外活動への評価の課題、若手の教員採用自体が少ないことやそのスポーツ専門の教員が少なくなっていることなど、さまざまな理由があると思われる。

身近である中学校の部活動は、スポーツに本格的に親しむ入り口として、最も重要なものである。外部コーチを登用し、活動における専任者に据えるなど、さまざまな角度での善後策を講じて、部活動の設置を支えていくことは、スポーツならば陸上競技の普及発展には必須である。

また、すでに、そうした対応がとれない地域が多くなっている現状も踏まえて、部活動がない地域においては、地域クラブの育成もより検討していかなければならない。

地域クラブについては、指導者育成、指導者資質の課題、学校教育との連携の課題、登録制度の課題、保険制度の問題など、いくつもクリアすべ

き課題がある。定義論にとどまらず、1つ1つ課題点を整理して、学校部活動をサポートしていく仕組み、また地域クラブをサポートしていく仕組みを考え、二軸体制をとれるような整備を早急にとっていく必要がある。こうしたなかで一貫指導的なつながりを持てる場を地域で育成していく仕組みもまた、模索していきたいところである。

2 指導者の育成

2つ目は、指導者の育成である。指導者は、多くの子どもたちに真のスポーツの楽しさを伝え、スポーツを行うことへのサポートをすることで、人生の豊かさを感じてもらうきっかけをつくるものである。この指導者の育成は、本連盟の最も重要な責務の1つでもある。

昨今、体罰の問題が大きくクローズアップされている。もとより、そのような指導は言語道断である。

一方、多くの指導者が献身的な努力を重ね、子どもたちのため、地域のため、尽力してくださっていることを忘れてはならない。本連盟では、そうした指導者をサポートするとともに、本連盟が考える指導者哲学を全国の多くの指導者と共有していくことをより進めていく。

2013年4月には、指導者や保護者などに向けた、陸上競技指導教本（U16、U19）『基礎から身につく陸上競技（初級編）』『レベルアップの陸上競技（上級編）』（ともに大修館書店）を刊行した。既刊である『楽しいキッズの陸上競技』（大修館書店、2010年）とともに、これらを多くの指導者に向けた考え方の基盤としたい。

また、指導者資格の充実を図るべく2013年度からJAAF 公認ジュニアコーチ養成講習会を全国で大きく拡充した。詳細は、指導者育成の項目（第12章、P72～）に譲るとして、指導者をより多く育成していくための仕組みをより整備していくこと、これがスポーツを行う「場」を設定していくうえで決定的に重要と思われる。

また、指導者の環境は以前より厳しくなっている面が多い。前述したように教員の勤務環境の間

題をはじめ、スポーツ指導にかかわっていくためにはどのような課題があるのか、関係者と十分に協議し、環境整備、社会的な状況をどのように構築していくかを考えるのは、競技団体、スポーツ統括組織側の今後の重要な課題である。

3 マーケティング環境の整備

3つ目は、社会経済の変化に伴うマーケティング環境の厳しさのなかで、競技者が競技を続けていける環境をどのようにつくっていくか、組織や競技を取り巻く事業環境をどのように盛んにしていくかということである。

1990年前半のバブル経済の崩壊、そして2008年のリーマンショックに端を発する世界金融危機を経て、スポーツを取り巻く社会経済状況は大きく変貌してきた。

1964年オリンピック東京大会前後を契機に立ち上がってきた世界でも類を見ない「実業団チーム」も、全体的には減少の一途をたどっている。陸上競技でも、実業団チームは、マラソン・駅伝競技以外ではほとんどみられなくなってきた。

すなわち、トラック&フィールド種目の選手は、安定的な雇用のないなか、コーチや練習環境なども不十分な状況で、細々と競技を継続し、学生・大学生の身分のままで行っているのが現状である。そもそも、社会全体で安定的な雇用という概念は薄れつつあるのが現状ではあるが、実業団システムにおける、監督・選手の安定した競技生活、および引退後の雇用が保証された環境下で、長い視点の選手強化を図れてきたことが、日本の競技力を支えてきた大きな要因となっている。

こうしたなかで、実業団チームが企業経営に資することができないか、地域に貢献できることがないか、実業団チームの存在意義がしっかりと再定義され、選手強化としての機能を維持できる場として設定されるよう、関係各所とともに議論していかなければならない。

また、現在は、各スポーツのメディアでのコンテンツ価値の変動も激しくなっている。こうしたコンテンツ価値が、放映権料やスポンサー収入に

直結しているため、その推移はそのスポーツのマーケティング、ひいては最終的に競技の強化普及に大きな影響を与える。

陸上競技でいうと、トラック&フィールド種目の大会において、1980年代後半に開催されていたTOTOスーパー陸上の頃と現在を比較すると、マーケティング価値が大きく下がっていることは否めない。マラソン・駅伝競技についても、依然として価値水準はある一定レベルは維持し、陸上競技全体のマーケティングを担ってはいるものの、以前の驚異的なポテンシャルから比すれば、視聴率その他の減衰傾向に歯止めはかかっている。

いずれにせよ、これらは選手強化と密接に関係しており、活躍する選手が出てくるのが最大のマーケティング効果であり、要素でもある。「選手強化-競技普及(プロモーション)-事業(マーケティング)」という好循環を生み出す必要があるが、そのなかでも、選手強化がサイクル上、最も重要になってくる。

そのなかで、競技普及の概念は、広がりを持った「競技プロモーション」の概念で語られるべきである。地域における競技者向けの育成事業という「する側」向けのものだけでなく、「放映があること」「露出を持たせること」「社会的使命の役割を果たすこと」などの「見る側」や「社会での役割」などについても価値のあるものにしていくことが必要といえよう。これらはまさしく中央競技団体に取り組んでいくべきものである。

競技団体としては、まず選手強化を第一義としながらも、長期的な視点に立ちながらその競技の発展に資するよう、その活躍をマーケティング価値に結び、事業上の価値も生むことが求められる。さらに競技普及・プロモーションに再投資を行い、基盤を整備していくという施策の政策立案、実行力が必要とされるのである。

述べてきていること、スポーツを盛んにしていくことが、社会、国民の皆さんの生活にプラスになる、ということを前提としているのはいうまでもない。先の2011年3月に起こった東日本大震災では、「スポーツは何ができるのか、社会にどのような役割を果たすべきか」ということが改めて

注目されたが、これらについてさまざまな面から対峙し、競技団体関係者、選手、コーチのみならずスポーツ関係者すべてが、社会においてスポーツがどのような役割を果たしていくべきかを真摯に見つめる必要がある。

4 オリンピック・パラリンピックを契機に

1964年のオリンピック東京大会をきっかけに、スポーツ少年団の仕組みができたこと、実業団チームが多くできたこと、スイミングスクールが全国各地にできたことなどのように、後世に日本のスポーツの基盤となるべき仕組みができていく。来る2020年大会をきっかけに、どのような仕組みを考えていくかも早急に議論し、実施していくことが必要になる。

2020年オリンピック・パラリンピック開催まであと5年となったが、大会の成功に向け、その後の日本の発展に向け、さまざまな取り組みがすでに始まっている。日本陸連としてもこれを契機に、早急に、大会成功のためへの取り組みと大会後に残るレガシーとしての取り組みを、並行して進めていかなければならない。

大会成功のためには、まず、競技団体として競技者の育成、強化を行い、日本人選手の活躍を支え、大会を盛り上げていくことに全力を挙げ、一丸となって取り組まなければならない。また、参加する選手はもちろん、役員、バックヤードスタッフなど関係する人々すべてが快適かつ競技に集中できる環境づくりを目指すことにより、選手本位の大会に参加できたと思ってもらえるような大会運営を行いたい。こうした運営によって、世界各国から見に来ていただくことになる観客に、スポーツの感動をわかりやすく伝えられる大会を実現することができよう。

大会後のレガシーに向けては、まさに前述した課題への取り組みを進めていくことになるが、オリンピック・パラリンピックへ向けての取り組みの議論のなかでとりまとめ、進めていく必要がある。主な要素は下記の3つと考える。

1) 陸上競技という競技の枠を超え、小さな子ど

もの頃からスポーツ自体に親しむことのできる環境づくりを、競技別の視点を取り払って陸上競技が率先して考え、行っていくこと

2) 指導者の資質向上と社会的価値を高めるための支援を行うこと

3) 2020年オリンピック・パラリンピック開催を受けて、スポーツ界に多くの関係者が世代を越えてかかわることになる。こうした方々としっかり議論をするとともに、若い人材を育成し、スポーツ界の今後を支えていく素地をつくっていくこと

これらの実現には、現場への十分な理解やその声を集積していくことが極めて大切で、競技団体や関係する組織においては、現場の声に十分に耳を傾け、熟考しなければならない。そして何より自らがリーダーシップをとりながら、積極的かつ迅速に取り組みを進めていく覚悟が必要といえる。



写真/フォート・キシモト

東京オリンピックに向けての 強化施策における方向性



1 2020年強化普及オリンピック 特別対策プロジェクト

1964年東京オリンピック（以下：前東京オリンピック）の日本選手団団長を務めた大島鎌吉氏（1932年ミュンヘンオリンピック男子三段跳銅メダリスト）は、東京オリンピック開催の4年前となる1960年に、12項目について問題点を指摘した（表3-1）。これらは、先人たちが55年間改善しようと努力してきた事項であると思うが、本質的課題であることから、ほとんど問題点は変化していない。私たちは、今一度この原点に立ち返って整理し、強固な意志で1つでも多くの問題点を解決および改善するために、実行へ移すことが重要となってくる。

本連盟では2020年東京オリンピックに向けて、2014年11月に「2020東京オリンピックプロジェクトチーム」（以下、2020PT）の編成を公表した。2020PTの各施策は、2013年12月の本連盟理事会において承認された「2020年強化普及オリンピック特別対策プロジェクト」がベースとなっている。強化指導者、世界で活躍する現役あるいは元競技者、普及・育成の категорияで活躍する関係者など、さまざまな分野から意見を吸い上げ、取りまとめられたものである。

ここでは、前東京オリンピックから今日までの日本陸上競技界のレガシーと問題点を振り返り、「一歩踏み出そう」というテーマとともに、「2020年東京オリンピック強化普及特別対策計画」を作

表3-1 大島鎌吉氏 選手強化対策本部長
（1960年の分析：敗因要因）

- ① アマスポーツの評価が低い
- ② 学校体育が目標と指導力を失っている
- ③ スポーツの指導者、施設が不足している
- ④ 科学研究と現場の結びつきが弱い
- ⑤ 選手養成の一貫性、計画性に欠ける
- ⑥ 青少年層のつかみ方、指導方法が的確でない
- ⑦ 選手の健康管理が不十分
- ⑧ 選手を社会的有能者に導くことが不足している
- ⑨ 選手が非スポーツ的環境の東京に集中している
- ⑩ スポーツの種類が多い
- ⑪ 体協・競技団体の財源がない
- ⑫ 政府のスポーツ政策が十分でない

（大島鎌吉の東京オリンピック，2013より）

成した。

今後、「五輪の柱」とする5つの国際競技力向上のための強化システムを構築していく。五輪の柱とは、①強化組織の抜本的改変、②種目、競技トランスファー促進、③強化情報戦略の強化と拡充、④科学サポートの徹底的活用、⑤指導者養成の強化を推進していくことである。

2014年度は、まず育成の観点から早急に改善し

ていかなければならない事項から実行することとし、②の「種目、競技トランスファー促進」の第1弾として、タレントトランスフェーマップの作成に取りかかった。陸上競技において種目を変更しながら自身の才能を開花させること、また過去における国際的競技者の競技種目歴、記録変遷と競技ヒストリー、体力レベル、経年の技術および戦術などを多角的に調査することにより、若手競技者および指導者に指標を示すことができ、タレント発掘、トレーニングをより効率化、形態化することができる。

第2弾としてタレントマネージャーを配置し、中高生から将来国際的に活躍できるタレントを抽出した。2015年1月には「ダイヤモンドアスリート」を11名認定し、これらを2020PTの特別施策とリンクさせていく。より効率よくタレント発掘を推進するためには、タレントトランスフェーマップとの相互関係が重要であり、双方の整備を早急に進めている。その他のロードマップの詳細については、第4章3節（P25）で述べることにする。

2 方向性

2020年東京オリンピックでの成功とは、本大会で競技成績を上げることが目標に、過去の問題点も改善し、2020年の後にも耐えられる確固たる本質的な仕組みをつくることができ、初めて実現したということができる。なぜ過去から「一歩踏み出そう」というテーマと並行して、未来へ「一歩踏み出そう」ということが求められるのか？それは、ほとんどの問題点は、まだ見ぬオリンピックへの成功へ向かって走っている数々の問題点に遭遇したとき、過去の方法論的事項に照らし合わせた対応では解決できないことが多く生じると予想されるからである。従って、自国開催で想定される新たな問題点を考慮しながら対策を練ることが極めて重要になってくる。現段階で想定できる主な問題点や課題は以下の通りである。

（1）地元が地元ではなくなる

生活環境、競技会環境、練習環境など慣れ親し

んだホームグラウンドでの試合は、おそらく海外競技会よりも精神的不安が少なく、パフォーマンスを最大限出せるのが通常である。しかしながら、東京オリンピック開催時は、競技会という一場面をとっても、選手村からの動線の違い、サブトラックの雰囲気の違い、サブトラックから競技場へ向かうコールドルームからの動線の違い、オリンピックのディスプレイになっている新国立競技場など、おそらく日本でありながら国外で競技をしているような違和感に包み込まれるであろう。国際競技会初心者だけでなく、多くの経験を持つ競技者であっても異様な雰囲気に包まれ、これらは大きなストレスとなるかもしれない。そのため、ターゲットエイジであるU23、U19の有望競技者は、積極的に海外競技会へ参戦したり、異環境での生活に即時順化ができるスキルを身につけたりすることを長期的に実行していく必要がある。

また、ストレスという意味では、陸上競技の日程は通常、オリンピック開催期間であることが予想される。そのため、特に期間中は選手のプライバシーやセキュリティの保持が困難となることが予想される。オリンピックが開幕してから陸上競技の会期開始までは、選手村での滞在もしくは事前合宿地におけるキャンプとなり、選手は通常とは異なる自由の利かない状態に身を置かざるを得ない期間が発生する。この期間の過剰なストレスを避けるためにも、キャンプ実施地などを早めに検討しておく必要がある。2015年は世界選手権が北京で開催されるが、すでにこの北京世界選手権の事前合宿を日本で行うことを決めた強豪国も出てきている。この流れで諸外国が良い条件の合宿地を確保してしまうと、開催国である日本チームの合宿地がなくなってしまう。2015年中には候補地を数カ所に絞り、利用しながら検討を進めていくなどの対策を練ることが急務といえる。

（2）国内外拠点の確保と整備

前述（1）の対策を講じるために、東京オリンピックのターゲットエイジであるU23オリンピック育成競技者やタレントマネージャーの推薦のあったダイヤモンドアスリートは、すでに海外でのコー

チングを受けたり、個性性を重視した取り組みを始めたりにしている。デレゲーションを組んでの国際競技会参加だけでなく、国際陸連主催であるダイヤモンドリーグを筆頭に、個人で参加できる国際競技会に参加し、“日本の中の世界”ではなく、“世界の中の日本”と捉えられる国際感覚と強い精神力を身につけることを促進していく。

また、日本人競技者は長距離トラックレースを除く多くの種目において、国内におけるパフォーマンスよりも海外でのパフォーマンスが相対的に低い。この傾向はジュニア段階から始まっているため、海外競技会での記録を重視するなど、評価の基準と考え方を見直すことも検討しなければならない。

競技者の積極的海外進出を促進させるために、夏のトラック&フィールドシーズンにおいて多くの国際競技会が開催される欧州諸国での長期滞在や当地での移動効率を向上させるために、海外拠点を確認する。

国内拠点に関しては、ナショナルトレーニングセンターが存在する（第9章参照）が、国内に1カ所しかないために、指導者の常駐や選手が十分に活動することが可能な状況に至っていない。強化を進めていくうえでは日常的に質の高いトレーニング環境を整備していくことが不可欠であるため、各地域に拠点を設けたり大学等の既存施設を拠点化したりするなどして整備を進めていくことが重要となってくる。特にトラック&フィールド種目に関しては、大学を中心とした指導者の陸上競技コーチとしての時間の確保、対象学生に向けた資金援助等が急務といえる。また、長距離を中心とした実業団では、プロフィットコーチとしての質の向上や駅伝偏重ではない社会的理解を促進させていくことが重要である。

（3）期待値が高まること

（情報を正確にこちらから流すこと）

地元開催の東京オリンピックに向けては、メディアの期待も当然大きくなる。多くの関心を集めるために、メディアが競技者を実力以上に評価して報道するケースも起こりうる。このことにより、

一般世論だけでなく我々陸上競技界においても、競技者および強化関係者への期待感が正当な評価以上に高まる可能性がある。

オリンピックとは比較にならないが、2007年に大阪で開催された世界選手権の例をここに挙げる。終了後、日本選手団に対して、メディアが下した評価は「日本チーム惨敗」というものであった。しかしながら、実際に個々の戦績を1つ1つ分析していくと、自己記録からの競技会達成率をみても惨敗というものではなく、想定できる範囲内の結果であった。しかし、予想できる結果にもかかわらず、この時のチームの雰囲気は、メディアが報じた期待値に届かなかったという理由で競技終了後、競技者と指導者が次々と落胆する傾向にあった。

メディアが出す高い期待は、私たち陸上競技にとって、露出回数が上がることや評価が高まっているという点では好ましいことであるが、一方で、必ずしも正確とはいえない側面を持つ。正しい事前評価なき期待値を実力と自らが思い込んでしまうと、ほとんどが期待外れの結果であったということになりかねない。

こうした事態に備えるべく、今後、強化情報の一元化と循環整備を推進していく。なかでも強化情報については、陸上競技関係者内でさえ一元化されていないという大きな課題がある。これらを徹底することと同時に、一般の方々にも広く正しく知ってもらうようにすることで、スポーツおよび陸上競技の姿を理解してもらうようにする。

大きな骨子を日本陸連側から正しく発信していくことで、メディアによる実力以上の報道や強化施策に関する認識の誤りなども、極力抑制することができるだろう。

（4）オリンピックに向け強化資金は

増大するが終了後は縮小する

現在の日本陸連における一般財政は決して潤沢ではなく、強化資金に関しても厳しい状況を強いられているが、東京オリンピックに向けては強化、育成、普及への国などからの補助金増が見込まれるため、今後、その予算は増加していくことにな

るだろう。しかし、せっかく予算が増額されたとしても、それを有効に使える体制が伴わなければ、その準備なきまま現行の強化体制に、予算と、その執行にかかわる負担が上乗せされるだけとなってしまう、質の高いミッションをこなすことができないままになってしまう恐れがある。また、こうした予算の増加は、東京オリンピック後には縮小されることが必至であり、強化にかかわる予算が削減されてしまった場合、強化は上乗せされた負担を背負ったまま、少ない予算内での執行を余儀なくされることも懸念される。

このようなことを防ぐために、五輪の柱の①に挙げている強化組織の抜本的改変が必要となってきた。強化体制および強化方法は、既成概念にとらわれず、現在のうちに競技力向上に関する施策を整理して、スリム化していく準備をする。その後、強化資金が増額したときに、本質的な強化支援を行っていきけるようにしていく。願わくば、そうした施策を踏まえたうえで東京オリンピックが成功し、強化にかかわる予算が増額されたままの状態となるようであってほしい。

(5) ハイパフォーマンスコーチの養成

日本の指導者養成制度は、陸上強豪国に比べると遅れている。特にハイパフォーマンスコーチの

養成に関しては、全くといっていいほど手つかずの状態にある。

現在我が国の陸上競技におけるハイパフォーマンスコーチとされる認定制度は3種類存在する。1つは日本体育協会の上級コーチであるが、現在は養成制度を休止している。もう1つは全競技団体共通養成制度で、JOC ナショナルコーチアカデミー（NCA）である。そして最後の1つは国際陸上競技連盟（IAAF）が認定している Coaches Education and Certification System（CECS）レベル5以上であるが、これは現在、日本陸連とは互換がなく、実施されているものもレベル2までである。

日本のコーチ制度では、日本体育協会の公認コーチのレベルから CECS のレベル5、NCA の間に資格制度があると、日本トップクラスを養成することを目的としたクラスをカバーできると考えられる。

これらの基礎となる施策をリオデジャネイロオリンピックまでに実行していくこと、リオデジャネイロオリンピック後にさらに思い切った強化策が実行できるよう、我々の認識自体を変換する準備を早急に行う必要がある。

一歩踏み出すことに躊躇しない行動が極めて重要である。



写真 / JAAF

東京オリンピックに向けての 強化ロードマップ



1 北京世界選手権、リオデジャネイロオリンピック、東京オリンピックにおける目標

2012年ロンドンオリンピックでは、2008年北京オリンピックの惨敗を受けて強化策を敷いてきたが、メダル1、入賞2という前回大会と同程度の成績に終わった。そこでリオデジャネイロオリンピックまでの中期計画を大幅に見直すこととなり、新しい強化委員会を2012年11月よりスタートさせ、新体制のもとで2013年モスクワ世界選手権、2015年北京世界選手権、2016年リオデジャネイロオリンピックでの目標を、『競技者育成プログラム2013』において示した。

今回の改訂版においては、これらの流れを汲みつつ、2020年東京オリンピックを視野に入れた目標をさらに加えるとともに、各大会へ向けてのロードマップを論じることとする。

強化委員会は、2014年11月より、新たな体制で活動を開始しているが、目標を達成するために、より具体的で明確な「世界で戦う」指標を掲げ、従来との差別化を図っていく方針であることは、変わっていない。

(1) 北京世界選手権での目標

2015年に開催される北京世界選手権は、リオデジャネイロオリンピックの前年に開かれることもあり、リオデジャネイロオリンピックの前哨戦として位置づけ、目標はメダル2、入賞6とする。2013年モスクワ世界選手権、2014年アジア大会

(仁川・韓国)の結果をもとにして、各ブロック別に示す強化ロードマップ(別添、P83~)に則り、強化競技者を中心とした活躍を期待できる競技者の重点強化が順調に進めば、十分に達成可能であると考え。内訳は、男子やり投、男子20km競歩のメダル獲得、および男子4×100mリレー、男子400mハードル、男子マラソン、男子50km競歩、男子棒高跳、女子マラソンの入賞である。

北京世界選手権から、国際陸連のエントリールールが変更された。大きな変更点としては参加標準記録の一本化と、国際陸連の Invitation によるエントリーの2つが挙げられる。参加標準記録の水準は種目によって異なるが、今までの参加標準Aとほぼ同等な種目も見受けられる。ただ、ほとんどの種目が2013年モスクワ世界選手権までの参加標準記録Bより高い水準であり、今まで以上に突破が難しくなると予想される。

また、Invitation は国際陸連へのファイナルエントリー終了後に、参加標準記録より低い記録の競技者を各種目の Target number (国際陸連が各種目で目指すエントリー数)を目安に追加するシステムである。上記2点の変更により、日本陸連としての選考スケジュールも変わってくる。今までは約2カ月前には代表選手が決まっている状況であったが、今後は日本選手権以降に選考や追加される選手も出てくることが予想される。その点については、2015年3月に理事会で承認予定の選考要項でご確認いただきたい。

また、モスクワ世界選手権での選手選考については、国際陸連から公表される Qualification System をもとに、日本代表選考方針を日本陸連のホームページに明確に示し、競技者や指導者に情報共有を図った。今回の選考についても、モスクワ同様に選考に対して優位性を持つ派遣設定記

録を設定した（表4-1）。派遣設定記録は、世界選手権で8位入賞が期待される記録水準に設定された記録（P24、本章2節2項参照）である。目標達成につなげるために、より多くの競技者がこの水準に挑戦し、突破することを期待したい。

表4-1 第15回世界陸上競技選手権（2015/北京）参加標準記録・派遣設定記録

男 子		種 目	女 子	
派遣設定記録	参加標準記録		派遣設定記録	参加標準記録
10.01	10.16	100m	11.09	11.33
20.28	20.50	200m	22.60	23.20
44.89	45.50	400m	50.59	52.00
1.43.98	1.46.00	800m	1.58.86	2.01.00
3.32.95	3.36.20 (3.53.30) ※1	1500m	4.02.15	4.06.50 (4.25.20) ※1
13.06.63	13.23.00	5000m	15.06.34	15.20.00
27.31.43	27.45.00	10000m	31.23.17	32.00.00
13.30	13.47	110m H/100m H	12.75	13.00
48.74	49.50	400m H	54.66	56.20
8.14.86	8.28.00	3000m S C	9.26.42	9.44.00
2.31	2.28	走高跳	1.94	1.94
5.70	5.65	棒高跳	4.60	4.50
8.26	8.10	走幅跳	6.84	6.70
17.21	16.90	三段跳	14.48	14.20
20.87	20.45	砲丸投	19.07	17.75
66.53	65.00	円盤投	63.94	61.00
79.11	76.00	ハンマー投	73.39	70.00
84.32	82.00	やり投	63.34	61.00
8311	8075	十種競技/七種競技	6325	6075
2.06.30. ※2	2.18.00.	マラソン	2.22.30. ※2	2.44.00.
A) 1.20.12. B) 1.21.49.	1.25.00.	20kmW	A) 1.29.21. B) 1.32.27.	1.36.00.
A) 3.44.36. B) 3.53.09.	4.06.00.	50kmW		
2014ワールドリレーズ上位8カ国 + IAAF ランキング上位8カ国 ※3		4×100m R	2014ワールドリレーズ上位8カ国 + IAAF ランキング上位8カ国	
2014ワールドリレーズ上位8カ国 + IAAF ランキング上位8カ国		4×400m R	2014ワールドリレーズ上位8カ国 + IAAF ランキング上位8カ国	

※1 1500mカッコ内の記録は1マイル

※2 日本陸連設定記録として定めた記録

※3 男子4×100m Rは、すでに出場権獲得済み

(2) リオデジャネイロオリンピックでの目標

2016年リオデジャネイロオリンピックは、ロンドンオリンピック後に発足した現強化体制の集大成であることから、目標は、メダル2、入賞6とする。

男子やり投、男子競歩は、現在の日本のトップ選手の世界ランキングから見ても可能性があり、歴史的にみても日本が得意としてきた種目であることを考えると、これらの種目からメダル候補が輩出されることを願っている。また、具体的に名前を挙げることは困難であるが、マラソンの復活が現体制における大きな柱であることから、男女マラソンにおいても、ぜひメダルの獲得を期待したい。

これらの種目以外にも、4×100mリレー、男子棒高跳のほか、男子走高跳などでも若手で積極的に海外の大会に挑み、ダイヤモンドリーグなどで入賞するレベルの選手も出てきているため、オリンピックでの入賞を期待したい。

ロンドンオリンピック終了後に現体制で刷新した強化競技者制度によって、メダルおよび入賞に近い水準の競技者へのサポートの充実を図った。2015年1月現在、強化競技者はゴールドアスリートが4名、シルバーアスリートが16名指定されている。これらの競技者が確実に国際舞台で力を発揮することにより、目標を上方修正する必要があることを期待したい。特に、これまでの「より多くの選手を代表に送り込む」というスタンスとは異なり、「戦える選手を厳選して選考する」というスタンスは、選手の奮起を促すことにつながるものと考えられる。開催まであと1年半を切ったリオデジャネイロオリンピックに向けては、「オリンピックに出場する」という目標ではなく、「オリンピックでいかに世界と戦うか」を意識した競技者が増えることで、目標現時点では想像もつかないような結果を生み出す可能性もある。

(3) 東京オリンピックにおける目標

2020年東京オリンピックにおける成績目標は、第1に金メダルを獲得することである。東京オリンピックにおいて新国立競技場のセンターポール

に日の丸が掲げられ、君が代を聞くことを目標とすることができること自体が、陸上競技に携わる者にとっては、まさに夢ともいえる貴重な経験であり、そして、これが達成されることは、陸上競技に人生を捧げ、陸上競技とともに成長してきた者にとって、究極の目標ともいえよう。この「新国立競技場のセンターポールに日の丸を掲げること、そして君が代を聞くこと」を、陸上競技に携わる者全員の目標としたい。

次に、強化委員会として強化施策の成否を測るうえでの目標としては、プレイングテーブル世界10位を掲げる。この内訳としては、金メダル1つを含むメダル5つと、入賞7つとする。

このように成績目標を立て、しかもそれを数値として出すことに賛否があることや、「数値目標は空しい」という考えがあることも承知している。しかし、それでも敢えて、数値目標を挙げたい。なぜならば、明確な目標を設定することが、オリンピック開催という、とてつもなく多様化する関連業務に携わる、とてつもなく多くの人々の拠り所となるからである。日本陸上界としてのゴールは、新国立競技場のセンターポールに挙がる日の丸である。

もう少し現実味のある目標を立てるべきだとの意見もあるが、2014年に米国・ユージーンにて行われた世界ジュニア選手権における日本チームの成績は、プレイングテーブルで第4位であった。世界ジュニア選手権における日本史上最高の成績を収めた頼もしい世代と、これまでに世界を舞台に活躍してきたベテランの力が集結すれば、この目標を「無理だ」と断言することにこそ勇気が必要と考える。

問題は、これらの目標達成のために「何ができるか」および「何をすべきか」であろう。1964年の東京オリンピックでは、現在でも使用することのできる素晴らしいハード（施設）をレガシーとして後世に遺した。現在の日本は、経済の成長によって文化的にも成熟し、物質的にも非常に豊かになっている。この点を踏まえ、2020年東京オリンピックでは、長く利用することのできるソフト（競技者育成に関する施策）をレガシーとして後

世に遺したい。これらについて、現在検討あるいは推進されていることは、第2章、第3章、第5章5～6節、第6章4～5節でも示している。ぜひ、お読みいただき、よりよい競技者育成の在り方を、関係者全員で考え、方針を共有したい。

2 リオデジャネイロオリンピックまでの強化方針とロードマップ

(1) 骨太の方針

本章の第1節に北京世界選手権、リオデジャネイロオリンピック、そして東京オリンピックでの目標を示した。北京世界選手権およびリオデジャネイロオリンピックにおいて目標を達成するために、2012年11月に発足した強化委員会では、以下に示す3つの骨太の方針を掲げた。これについては、2013年度版の競技者育成プログラムで示した通りである。

1) 男女マラソンの復活

男女マラソンは、オリンピックおよび世界選手権において多くのメダルを獲得し、数々の世界的名ランナーを輩出してきた。このレガシーを重んじ、メダル獲得を目標に強い日本マラソンの復活を目指す。2012年までの中距離、長距離、マラソン部の3部門体制を見直し、新体制では中長距離マラソン部として統合したが、2014年11月に体制の見直しを行った際に、中距離部と長距離マラソン部とに再分割した。また、リオデジャネイロオリンピックで最高成績を残すため、選手や指導者がリオデジャネイロに向けてのロードマップを早期に作成するために、2013年6月の段階で、選考方針を発表し、その周知を図っている。

また、2014年3月にナショナルマラソンチームを立ち上げ、合宿や大会において暑熱対策を科学委員会と連携し進めている。冬のマラソンでは、ケニアやエチオピアの選手が現在の日本の競技者では太刀打ちできないレベルであることは否定できない。しかし、オリンピックが行われる8月においては、冬のマラソンと異なり暑熱環境下で行われることが多く、その点で医科学サポートと連携しながら暑熱対策を講じるによりチャンスは出てくる。

リオデジャネイロオリンピックは8月とはいえ冬の時期にあたる。北京世界選手権や2020年の東京ほど暑熱環境とはならない可能性は高いが、2014年の8月に現地を視察した時は日差しも強く、マラソンを行う環境としてはそれなりの暑さを感じた。さらに海沿いのコースでは直射日光の影響もあるため、対策を要する。このような環境のなかで、冬のレースの記録にいかに近づけるか、そのための対策をいかに講じて日本として蓄積していくかが、2016年リオデジャネイロ、2020年東京でマラソンのメダルを獲得するために重要となることは間違いない。

2) 強化育成部によるU19、U23の強化

強化育成部は2012年11月に新設された。これは既存のジュニア育成部を廃止し、カテゴリーをU19とU23の強化育成組織として稼働するものである（P34～、第5章5節参照）。日本代表競技者になるまでのジュニア競技者から若手シニア競技者までの一貫強化育成システムを構築することによって、次世代および若手競技者が、円滑にステップアップできるようにしていくことを目指したものである。

3) 強化競技者支援制度の大幅改正

2012年度までの強化競技者の支援は、国際重要大会入賞レベルの期待できる競技者に対して、既存の4段階（S、A、B、C）にカテゴライズされた支援方式をとっていた。2013年4月より2段階（ゴールドアスリート、シルバーアスリート）に絞り、大きなインセンティブが働くように改正した。これらの競技者の強化は、個人に配分された強化費をもとに、個人ごとでの強化を行う。

同時に、2012年11月の改正において、その下にディベロップメントアスリートを設けた。これは、従来から日本独自に継続しているブロック強化であるが、ブロックから特定競技者のピックアップをして、ブロック単位での強化をより鮮明にしていこうとするものである。これらにより強化費執行の効率化と差別化（個人強化とブロック強化および支援競技者とディベロップメント競技者）を図って競技力を向上させている（P32～、第5章4節参照）。

■若手競技者の選考について

世界選手権に準ずる国際大会の選考基準では、若手の積極的な選考を謳い、貴重な経験の場とすることを目指していくことは、2013年度版の競技者育成プログラムに記した。そして、2014年10月に行われた仁川アジア競技大会でそれを実施すべく、強化育成部からの推薦競技者を、8名を上限として優先的に選考した。このような若手に積極的にチャンスを与える方針を選考要項に明記したことは画期的であったといえる。

実施にあたっては、この枠によってチャンスが減ってしまう可能性のあるシニア競技者への周知や、この枠で選考された選手が棄権したことなど、いくつかの問題も散見された。しかし、この枠でアジア大会に出場する経験を得た競技者の中には、その後の国内競技会において大きく飛躍した競技者もみられるなど、成果も大きかったものと評価している。今後、問題点を1つずつ洗い出し、それらを解決して、さらによい選考にしていきたい。

(2) 世界で戦える基準づくり

前述した3つの骨太の方針以外にも、リオデジャネイロオリンピックまでの各重要国際競技会（世界選手権、アジア競技大会等）では、競技会参加のための派遣設定記録を設けている。すでに前強化体制から引き継いだ2013年世界選手権大会（モスクワ）選考要項では、国際陸上競技連盟（以下、IAAF）の提示する参加標準記録をもとにした選考基準ではなく、派遣設定記録を設けてより世界で戦えるレベルでの選考を行った。これは、世界大会で戦うために日本人競技者がより明確で高い目標を持てるようになることを狙いとしたものである。

モスクワ世界選手権以降、各国際大会の選手選考要項には、第1項としてチーム編成方針を示すこととする。そして、このチーム編成方針には、「戦える」という文言が頻出する。したがって、戦える基準をつくるのが急務である。

1) トラック&フィールド種目における

「戦える」基準

ロンドンオリンピック男子100m準決勝で山縣

亮太が善戦したことは記憶に新しい。彼の走りについて、メディアも含めて社会的に“世界と戦った”と評価していたといえる。したがって戦える基準とはトラックレースでは準決勝進出を示すものとする。ロンドンオリンピック以降、短距離トラックレースでは準決勝を3組で行っているため、24名が準決勝に進出することを考えれば、各国3名のみが入る（世界大会は各種目への1国からの出場者数は3人がマックスとなることから）世界ランキングで24位内に入っていれば、本番で準決勝に進出し、そこで戦えると評価できる可能性が高い。

しかし、24名全員がシーズンベストを出すことなど考えられないため、おおよそ32位までの選手で24枠を争う格好になるものと考えられる。これらのことから、トラック&フィールド種目においては、世界で戦える基準として、各国3名での世界ランキング32位相当を目指すことが妥当であろう。また、この記録をモスクワの世界選手権における参加標準記録に当てはめると、トラック種目ではA標準記録、フィールド種目ではB標準記録に相当することからも、この基準は戦える基準として妥当といえる。

これにより、それぞれのブロック強化の数値目標は、「各国3名での世界ランキング32位内となる選手の数をなるべく増やすこと」と言い換えることが可能となる。また、世界選手権およびオリンピックで“戦えたか否か”の基準は、メダルや入賞の数だけでなく、準決勝進出者および24位以内の成績を残した選手の数とすべきであろう。

2) マラソン、競歩における「戦える」基準

一方、マラソンや競歩など、日本のレベルが世界トップクラスに君臨する種目における戦える基準は、トラック&フィールド種目の戦える基準にとられることなく、高い基準を設ける必要がある。実際に、モスクワ世界選手権男女マラソンの派遣設定記録は、男子で2時間07分59秒、女子で2時間23分59秒と、トラック&フィールド種目と比較して高く設定した。したがって、マラソンおよび競歩における戦える基準は、それぞれの種目の強化方針等に照らし合わせて設定する必要がある

る。

(3) 指導者の育成

近年のスポーツに関する医学および科学の発展はめまぐるしく、選手の状態を客観的に把握する方法として、またトレーニング効果の検証や「より速く、より高く、より遠くへ」を達成するための技術や体力の明示など、その役割は多岐にわたる。幸い、本連盟には、多くの著名な医学者および科学者によって構成される医事委員会および科学委員会が存在し、これまでに多くの成果を残してきた。

1) 若手指導者の科学リテラシー育成

新しい強化体制になり、これらの委員会との連携を密にして、より高いパフォーマンスの発揮を実現したいと考えているが、強化委員会がこれらの委員会の活動について受動的な態度でいることは大きな問題である。選手がより高いパフォーマンスを発揮するために必要な情報を提示することがこれらの委員会の貢献の仕方であるとするならば、むしろ指導者からこれらの委員会に具体的な依頼をすべきであろう。

例えば、近年では定着してきた冬季トレーニング開始前のJISSでの測定合宿において、測定する項目を科学委員会と予め検討し、新しい項目を要求することも必要であろう。このような強化委員会としての主体的な態度を貫くためには、指導者に科学的データを解釈する能力、つまり科学リテラシーが必要になる。今後、強化委員会に携わることになるような若い指導者には、この科学リテラシーの獲得が急務である。

各委員会との連携についての詳しい内容については第11章に論を譲る（P68～）が、適切な予算配分のもと、若手指導者の科学リテラシー育成にも力を入れて取り組んでいく。

2) 若手指導者の国際経験推進

一方で、若手指導者は、指導者としての国際経験を積むことも必要であろう。これは、選手の国際経験以上に重要であるともいえる。また、国際経験とは、日本陸連として代表チームを組んで派遣するような大会は当然として、選手を数名引き

連れての海外合宿および転戦が円滑に行えるように、現地関係者と交渉できるマネジメント能力が求められる。このような経験を若手指導者に積ませるために、必要な予算の捻出も行っていくべきであろう。また、こうした中期間転戦の際の海外拠点となる住居および施設などを確保する必要もある。

これらについては、海外ネットワークを構築・推進できる人物を配置し、積極的にネットワークを広げ、情報収集や実動が行えるようにしていかなくてはならない。

3 東京オリンピックに向けた強化ロードマップ

2014年11月、2020東京オリンピックプロジェクトチーム（以下、2020PT）が編成され、2020年東京オリンピック強化普及特別対策計画を策定した。この内容に関しては、第3章に示しているため、本項では割愛し、ここでは本計画から派生する個別の強化施策と具体的なロードマップについて示すこととする。

(1) タレントトランスフェーマップの整備と運用

まず、タレントトランスフェーマップの整備を進めている。2013年度版競技者育成プログラムの第6章（各年代におけるタレント発掘と強化の在り方、P33）にあるように、ロンドンオリンピックでは、イギリス UK スポーツが実施したタレントトランスファーによって、女子ボート選手が金メダルを獲得した。トランスファーから金メダル獲得までに要した時間はわずか4年であった。また、これまでの国際大会において日本人が活躍した種目の多くが、全日本中学校選手権において実施されていない種目であることや、国際大会において活躍した選手の多くが当該種目に積極的に取り組むまでに他種目に取り組んでいた事実を考慮すると、タレントを種目間でトランスファーさせることを、戦略を持って意図的に行うことは、優秀な競技者を育成するうえで重要な施策といえる（P39～、第6章参照）。

このタレントトランスフェーマップの活用方法

については、大きく2つを計画している。1つ目は、指導の現場における活用である。指導者の方々に、選手のその時点での能力と潜在力を考慮した中長期のトレーニング計画立案に、役立てていただくことを考えている。2つ目は、2020PTにおけるタレントマネージャー主導によるタレント発掘である。また、選手およびそのコーチに種目間のトランスファーを勧めるうえで、このマップを説得の材料とすることも可能であろう。

これらは2014年度に一部種目の整備を終え、この種目に関する運用をスタートさせた。そして、その他種目についても、2015年度中の整備を目指すが、同時に進めている日本代表経験者の成育歴調査の結果をもとに、優先順位をつけて整備する可能性もある。具体的には、種目を転向した選手が優秀な成績を収めている種目や、現時点で世界選手権の参加標準記録を突破している選手がいない種目などが優先される可能性がある。なお、整備が終わった種目から運用を始める。

(2) タレント発掘システムの構築

第2にタレント発掘システムの構築である。スポーツを含めた娯楽が多様化する現代において、タレントと呼ばれる子どもたちは、競技種目間で取り合いの様相を呈している。東京オリンピック開催が決まったことにより、それはさらに激化するものと推測される。

そのため、タレントと呼ばれる子どもたちに陸上競技の魅力を伝え、陸上競技に取り組んでいない子どもたちには取り組むきっかけを与える。また、すでに陸上競技に取り組んでいる子どもたちには、長く続けることおよび陸上競技のさまざまな種目への挑戦を促したい。

このシステムの詳細については、第6章の5節に論を譲るが、2014年度では地区タレントマネージャーを選定し、情報を集め、11名のダイヤモンドアスリートを選定した。今後、彼らダイヤモンドアスリートには、積極的な海外派遣やシニアの練習への参加、タレントトランスフェーマップを用いた種目変更の可能性などを検討していくことになる。

(3) ハイパフォーマンスコーチの養成

第3に、ハイパフォーマンスコーチの養成である。現在、本連盟では日本オリンピック委員会(JOC)や日本体育協会と協力しながら指導者の育成に取り組んでいるが、都道府県陸協のリーダー養成を目指したJAAF公認コーチ(日本体育協会陸上競技コーチ;以下、公認コーチと呼ぶ)を取得すると、次に目指すのはJOCが実施するナショナルコーチアカデミーとなり、両者の間は1つのラインとして考えるには乖離しているのが現状である。

そもそも、ナショナルコーチアカデミーは競技種目横断的に実施され、競技連盟全体をまとめるオーガナイザーの育成を目指しており、公認コーチの延長線上に位置づけられるものではない。一方、東京オリンピックに向けて科学委員会の活動も活発化し、連盟は非常に多くの有益なデータを手にすることになるが、公認コーチの講習会ではここまでの高度な科学的データの読み取り方まで提供していない。

これらの問題を解決するためにも、上級公認コーチ資格の整備やナショナルコーチアカデミーに陸上競技に特化した専門科目を設置するなどの工夫が必要となってくる。そして、これが陸上競技に特化したハイパフォーマンスコーチにあたる(第12章3節参照、P73~)。

東京オリンピックに向けた強化の基本コンセプトは、ひと言でいえば「単身の海外武者修行の促進」である。それも、海外の温暖地域での強化を目的とした合宿の実施ではなく、海外の試合に出場することを想定している。多くの競技者を集めた合宿は、ジュニア競技者を対象としたものやリレーなどの一部種目を除いては、科学委員会からのデータフィードバック、各種測定の実施や研修会に絞られる方向にある。つまり、シニア競技者の強化は専任コーチに委ねる方向にあり、日本陸上競技界の競技力は専任コーチの能力に依存することになる。このため、ハイパフォーマンスコーチの養成は急務といえる。

また、2020年に東京オリンピックが開催されることが決まり、日本国内でもスポーツによる国際

開発の重要性が叫ばれるようになってきた。そして、連盟の担うべき国際開発として、高い専門性を有したコーチ、つまりハイパフォーマンスコーチを海外へ送り出すことが挙げられる。このことから、陸上競技に特化したハイパフォーマンスコーチの養成は急務となる。

◇

2020年東京オリンピックまで5年弱の期間があるが、強化・育成に費やすことのできる時間は4年半である。そして、本大会で活躍する最も若い世代を22歳程度と推測すると、その世代は現在の高校生である。つまり、すでに東京オリンピックに出場するであろう選手が、東京オリンピックでエントリーするであろう種目に取り組んでいる可能性が高い。したがって、東京オリンピックにおける目標を達成するための強化施策として、2015年度からタレント発掘やタレントトランスファー

を実施することの効果に関しては限定的であるといえる。また、ハイパフォーマンスコーチの養成に関しても、能力の高いコーチが輩出されてそのコーチが高い競技力を有した競技者を育成するまでには非常に長い時間を有する。

このように、2020年の東京オリンピックに向けた強化施策の東京オリンピックにおける効果は限定的とする見方もあるが、現在のオリンピックムーブメントの高まりのきっかけを持っても検討することができないようであれば、次の夏季オリンピックが日本で開催されるまで待たねばならなくなってしまう。

したがって、前述のとおり、これらの強化施策の整備を進めて2020年東京オリンピックのレガシーとしてソフト面の充実を図ることは、2020年に向けた強化策の策定を委ねられた我々に課せられた重大なミッションである。



写真/フォート・キシモト

陸上競技における競技者育成の 基本的な考え方



Relays/4×100,4×400

1 基本的な考え方

我が国の陸上競技は、競技人口の減少やタレントの不在、指導者数の減少などさまざまな問題が明るみになっている。しかしながら、オリンピック競技種目の存在する団体としては、依然として多くの競技人口と関係者および比較的潤沢な強化資金のなかで運営している競技団体の1つであるといっていよう。北京オリンピックの惨敗、ロンドンオリンピックまでの停滞、さらにはロンドンオリンピックにみる新世代の台頭を鑑みて、必ずしも長期計画に則った強化育成が実現していないことも明らかになった。これらの大きな問題点を抜本的に改善し、日本陸上界全体の考え方を周知、共有していくことが必要不可欠となっている。以下に具体的な考え方を示す。

(1) 夢の共有化

あらゆる最善と思われる理論を駆使して、将来有望であると思われるタレントに陸上競技をするよう競技トランスファーおよび勧誘するよりも、競技者が大きな夢の舞台で勝負し活躍することが、次世代の有望選手を育てる最も有力な方法であることは間違いない。まずは競技者育成プログラムの内容を充実させ、関係者すべての共有化が必要である。

記録と順位を向上させるのが陸上競技である。シンプルであるために人類の限界を超えることを

目的とする記録向上プロセスの道は非常に険しいが、それゆえに人類の原理に迫る感動を得られる競技ともいえる。その興奮と感動がピークに達する大会であるオリンピック競技大会および世界陸上競技選手権大会において、我が国の競技者が活躍することは、国民に大きな感動を与えるとともに陸上競技に携わる者たちの誇りとなるだろう。我が国ではオリンピック史上、走・跳・投種目それぞれにおいて合計6つの金メダルを獲得している。世界選手権大会を加えると計10個になる。この歴史は、我が国のメダル獲得が可能であることを物語っている。

これらの最重要競技会において「走る、跳ぶ、投げる」の3部門の関連種目で常時メダル獲得していくこと、そして金メダルを獲得することが大きな夢である。まずは「かけっこ」などの陸上運動を始める子どもたちから、トップ競技者、指導者ならびに競技役員等、陸上競技にかかわるすべての人々が、走・跳・投種目におけるメダル獲得を、大きな夢として共有することを意識していきたい。

(2) 強化育成組織の「連携」から「連動」へ

日本陸上競技連盟の専門委員会は、2013年4月から新体制を発足させ、現在は全部で10の委員会構成されている。同様に、強化育成の中心となる強化委員会の各部署配列も、多岐にわたっている。陸上競技界全体の一貫性は大きな課題である

が、まずは強化委員会から強化の一貫性をさらに充実させ、各専門委員会および強化委員会との連携を強固のものとしたい。すなわち一貫性と連携を合わせた「連動」というキーワードで、組織として強化育成を推進することを目指している。

なかでも、競技者育成を進めるうえで直接的な関係である医事委員会、科学委員会とは密な連携を保ち、国際競技力向上、ジュニア世代の育成および指導者の資質向上のために実践的活動を惜しまず行うことが望ましい。しかしながら各委員会の独自性や独立性を尊重してきた歴史的かつ組織的背景もあって、年間活動内容についてはそれぞれ個別に挙げているため、連絡・連携はできているも連動しているとはいえない現状でもある。

競技の高度専門化と成熟化に伴い、競技者の強化育成には莫大な時間を要するようになっている。さらに、高度専門知識に精通し、それらを十分に機能させることができる組織マネジメントも必須となってきた。

そのため、強化委員会は、リオデジャネイロオリンピックまでの活動方針と目標などの強化ロードマップを定めることはもちろん、その強化スケジュールに合わせた段階的な施策を、医事委員会と科学委員会に提示し、年次ごとのサポート内容、優先順位施策の絞り込みを行いながら連動させていかなければならない。

特に、初めて南米で開催されるリオデジャネイロオリンピックは、移動距離が大きいこと、季節が日本と逆であること、現地環境に関する経験値の少なさなどから、代表選手のコンディショニングについて、従来のオリンピック競技大会以上に早い段階から対策と準備に取りかかる必要がある。すなわち現行で機能しているコンディショニングチェックの高精度化に加え、2016年前年までにフライトスケジュールのシミュレーション、時差および環境調整のための事前合宿拠点の検討を繰り返すことのできる計画的な行動が必要となる。

科学委員会においても、各ブロック強化部からリクエストのある強化競技者を対象に画像分析を積極的に行っているが、こちらも2016年前年まで段階的な分析方法や活動の優先順位を決定し、強

化委員会との連動を促進することを考えていかなければならない。また、文部科学省が日本スポーツ振興センター（JSC）および筑波大学へ委託して進めているマルチサポート事業のターゲット種目（2014年度時点）に指定されている男子ハンマー投、男子やり投（以上、ターゲットB）、男子4×100mリレー、男女マラソン（以上、ターゲットC）に関しても、中期的なサポート計画を決定し、各委員会との連動を考えていくことが成功につながるであろう。

（3）強化育成システムの明確化と差別化

今日まで日本陸上競技連盟は、競技者、指導者、加盟団体および協力団体とのかかわりのなかで、強化における連携をとるために多様化を重視し、支援と協調の努力をしてきた。しかしながら、これら組織の多様化と競技特性の多様化を同時に進めていくことは、強化予算が年々増大していく一方で、必ずしも国際競技力の向上へはつながっていかなかった。

したがって強化育成の中軸となる強化委員会は、強化予算の見直しおよび国際競技力向上を実現するための明確化と差別化をしていくことが必要となった（これらは本章の2節、3節で詳細に触れていく）。さらには2016年に開催されるリオデジャネイロオリンピックまでの強化施策を、段階的に強化予算と強化活動に反映させていくこととした。

（4）国際的視野に立った日本陸上界を考えていく

（国際競技力の向上）

日本陸上競技界は、陸上競技を通じた積極的な国際交流と社会貢献をしていく。スポーツが備える力——世界の平和を考え、ともに発展していくこと——を活用することはいうまでもない。それらに加え、我々日本の側からアクションを起こして、競技団体、指導者、競技者および審判が積極的に海外諸国と交流していくことで、強化育成にかかわる競技力の向上や普及について実情報をとらえ、戦略的に国際競技力の向上を目指していく。

2013年5月には、フランス陸上競技連盟とのパートナー協定を締結した。今後はさらに具体的な活

動を行っていく。また、各アジア諸国連盟との連携を積極的にとり、適材適所に人員を配置する。このように、多数の競技者がアジア地域での競技会参加や活動ができるような行動を起こしていくことで、アジア地域での組織運営と競技力の面で体制を整え、リーダーシップをとっていくことを目指す。

国際競技力を向上させるためには、競技者の強化だけでなく指導者の資質向上が非常に重要となってくる。このための方策として、指導者が国際的な視野を持てるよう、海外指導者研修ならびに指導者間交流を積極的に行っていく。既存の制度として活用されている長期（2年）、短期（1年）でのJOC海外指導者研修への派遣、JSCのスポーツ指導者海外研修事業、JOC選手強化NF事業（コーチ派遣）などのほか、日本陸上競技連盟としての短期指導者研修なども戦略的に実施していく。

競技者は、デレゲーションを組む主要国際大会の参加だけでなく、積極的に海外の国際大会に参戦させ、国際大会でベストパフォーマンスを出せるような準備をしていく。国際大会は日本においても実施はされているが、従来に比べて規模が縮小され、開催回数も減少しているのが現状である。

また、諸外国での国際化が著しく進んでいるのに対し、我が国における競技者が国際的視野を広げる機会は非常に少なく、経験に乏しいという課題がある。国際大会で活躍するためには、海外での実戦値を高めていくことは非常に重要である。これらを推進するために、本連盟においてもIAAFダイヤモンドリーグをはじめとする国際大会へ参戦することを奨励し、その価値を高めていく努力をしていく。また、JOC海外研修制度や競技者支援制度などをうまく活用し、長期での海外研修へ挑戦することも促進していく。

（5）普及・育成・強化の連動

一貫性をもたせた連動が必要となるのは、強化育成のみに限ったことではない。国際舞台で活躍する競技者を増やすためには、競技者の強化育成と並行して、その裾野を広げ、陸上競技の基本を啓蒙していく普及育成の活動が不可欠となってくる。日本陸上競技連盟では、これらの拡大を進める普及育成委員会が、強化委員会と一貫した方向性で連動することによって、より確実かつ効果的な競技者育成の実現が可能と考えている。

普及育成と強化の連動は、図5-1に示したような形で、競技者の各年代における特性を十分に

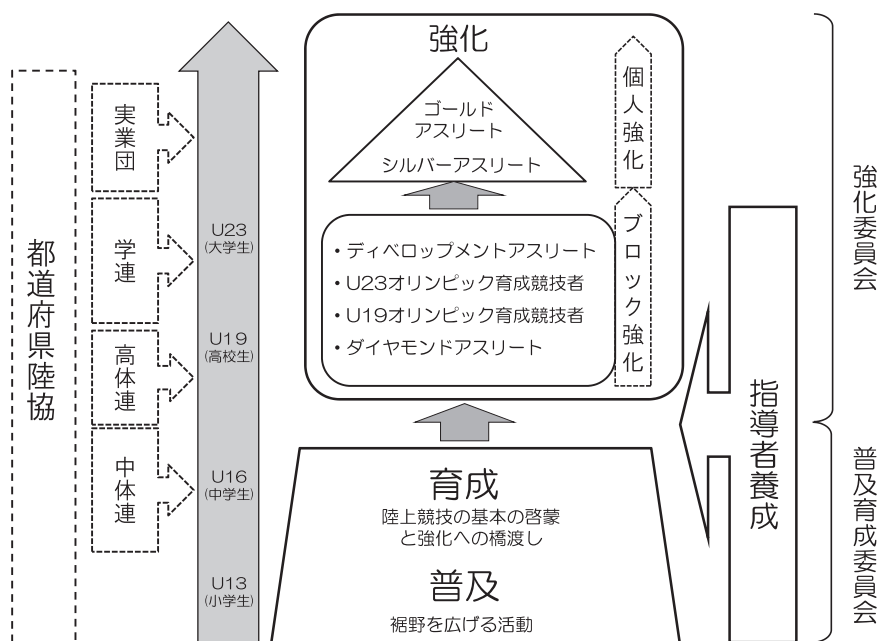


図5-1 日本陸連における競技者の普及育成および強化の流れと加盟・協力団体との連動体制

配慮しながら進めていく。さらには、加盟団体および協力団体とも認識を共有し、陸上競技界全体で競技者を育てていくことを目指したい。

(6) 指導の一貫性と連動

今般、スポーツ界において暴力を行使する指導が明るみに出た。ガバナンス・コンプライアンスの確立という対症療法的な方策だけでなく、根絶するためには指導者の資質向上と指導者養成が非常に重要な改善事項となった。これを受けて日本陸上競技連盟は、早急に指導者養成プログラムおよびシステムを再検討し、実施を目指していく。

これらの実施を目指すために注意しなければならないのは、指導の一貫性が重要であるということである。指導の一貫性というのは、同じ指導者が同じ競技者を一貫して指導していくという意味ではない。まずは競技者の個別性を重視し、ゴールセッティングを明確に定め、日本陸上界全体で、各カテゴリーの専門的な知識と実践力のある指導者が適材適所で指導に当たることを指す。

第一のゴールセッティングとして、オリンピック競技大会で活躍することを目標とした一貫性を保つことである。そのためには、どのカテゴリーの指導者も一流競技者のバックグラウンドデータを知ることや、常に競技者の完成型を想像しながら指導に当たることが重要である。これらは医事委員会・科学委員会と連携し、指導者との情報共有を図っていく。なぜなら競技者のゴールは、中学・高校生（U16、U19）年代ではなく、その先にあるからである。

一貫した強化育成指針のなかでシニアまで育成していくことを考慮するには、陸上競技の発育発達段階を知らなければならない（第6章）。指導者は、さらに競技者個々の発育発達状況をよく観察していかなければならない。なぜなら中学生などの発達段階の競技者は、同じ生年であっても誕生日で発達に大きな違いがみられること、また、骨年齢では最大で約3歳（約±1.5歳）もの差が生じるからである。

文部科学省は「スポーツ基本法」を2011年に策定した。このなかに心身の健全な発達、健康およ

び体力の保持増進、精神の涵養を謳っている。一流競技者に限らず、私たち陸上競技にかかわるすべての者が陸上競技の持つ素晴らしさを発展させていくためにも、一貫した姿勢でスポーツ基本法の指針に則って、教養、礼節、社会的常識を指導していくことが必要となる。また、各地域を啓発をしていくために、地域タレントマネージャーの設置、ナショナルトレーニングセンターの拠点化（フラッグシップモデルを作成）などについて普及育成委員会と連動し、推進していく。

2 日本陸連における競技者育成体制

強化委員会内の組織においても連動できるように改変した（図5-2）。

旧体制までのジュニア育成部を、強化育成部と名称を変更した。旧ジュニア育成部は19歳以下のカテゴリーであったが、強化育成部となってからは、U23までのカテゴリーを統括する。ジュニア

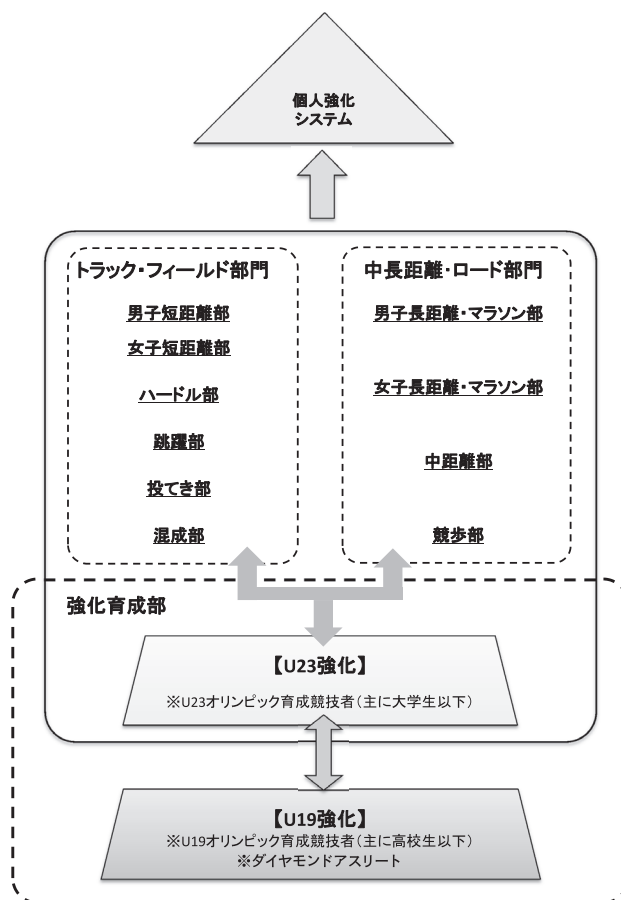


図5-2 強化委員会における競技者強化システム連動組織図

期とシニア期の間での競技成績の落ち込みがあることは、従来からの大きな課題となっていた。これらの原因としては、大学での高度専門的コーチングシステムの欠落、国内競技志向、競技継続環境の減少など、さまざまな指摘がある。国際大会のシステムおよび我が国の強化システム上、ジュニア期の日本代表として活躍する時期から、オリンピック、世界選手権代表になるまでの動機づけとなる大会に出場できるチャンスが減少すること、その間に競技者は記録の停滞を迎えていることから、ブランクが生じる競技者が多い。

そこで、強化育成部では、ジュニア期に突出して活躍し、将来も有望であるとされる競技者をターゲットとし、エリート教育をしていく。このターゲットエイジが、リオデジャネイロオリンピックでメダル獲得および入賞することを目標に、U19できわめて活躍した競技者およびポストU19で著しい成績向上を見せた競技者を対象に、「U23オリンピック育成競技者」という名称で指定していく。これに準じてU19における従来のジュニア強化指定選手という名称を「U19オリンピック育成競技者」に変更した。ジュニアという名称を取り払うことで、対象となる育成競技者およびその指導者に、オリンピックをさらに強く意識させることも狙いとしている。

3 国際競技力の向上を推進

2013年に開催された第14回世界陸上競技選手権大会（モスクワ）の派遣要項による選考方法第2項には、日本陸連独自の派遣設定記録を設定した。これは国際陸上競技連盟（IAAF）の定める世界選手権およびオリンピック競技大会の参加標準記録よりも高い設定であり、トラック種目では準決勝上位記録および決勝進出可能相当に、フィールド種目においては決勝進出可能相当に設定した。公表当初は、高い設定基準に現実的ではないという声も聞こえてきたが、最終的に代表を選考した段階（2013年6月10日）で8名の選手が派遣設定記録を突破した。このことから、設定の効果が出たといっていよう。

こうした派遣設定記録を設けた背景には、主要国際大会に1人でも多く輩出することを目的とするのではなく、1人でも多く主要国際競技会において活躍できる競技者を輩出することを目的としていることが理由として挙げられる。

同様の理由から、リオデジャネイロオリンピック対策としての中期的計画で、早い段階から強化方針および選考方針を打ち出している。これらによって強化現場の混乱がなくなるよう配慮し、現場におけるトレーニングおよび活動方針を変更・決定しやすくすることにより、陸連強化組織と強化現場との方針を一致させ、国際競技力を向上させていく。

4 強化競技者の支援

（1）強化費支援の現状

競技者の強化では、強化方針とその方法を考えたうえでの予算を考えていく必要がある点は明白である。また、設定された予算内での強化方法を考えていくことも、費用対効果をみるうえで重要となってくる。

■従来システムの問題点

図5-3は、強化システムの概要を模式化したものである。従来の強化競技者の支援は図5-3の左側に示した。このシステムは20年来大きな改訂が行われずにきたが、個人強化費が受け取れる強化競技者S、A、Bの世界選手権およびオリンピック出場率は全体の50%程度にとどまり、決して高くない数値が続いていた。また、強化競技者S、Aは、一度指定されると、その後、試合に出場しなくても強化競技者のランクダウンを続ける形で最大4年7カ月間の強化費授与を続けられる構造となっていて、この結果、オリンピックに出場しない競技者を次のオリンピック後まで支援し続けることになってしまうという事態が生じていた。また、あとからできた強化競技者Cの人数増加に伴い強化予算が漸増した。これらの使用方法などが実質的でなかったことも問題となってきた。さらに、ブロックごとの強化予算は、強化競技者の人数およびその他日本選手権上位競技者を対象

としたものと連動していた。これにより年々強化予算が膨れ上がり、5億円に近いものとなっていた。これは陸上大国であるアメリカの予算を大きく上回る金額である。しかしながら、国際競技会のメダルおよび入賞数は、横ばいが現状であった。

(2) 新しい強化システムと支援体制

強化委員長および幹部と、強化指定競技者およびその指導者とは、密接な関係にあり、強化委員会は短・中期的に競技者のパフォーマンスを最大限に向上させるためのメンターとなることが求められる。そのなかで、指導現場がどのような形で強化委員会を利用し、国際競技力を向上させていくか。それを可能にする仕組みをつくっていくことが鍵となってきた。

上記のことや、前述した従来の強化システムの反省から、2013年4月より新たな強化システム(強化システム2013)を導入した(図5-3の中央)。これが本章1節3項で触れた「強化育成システムの明確化と差別化」である。このシステムは、2年間の施行を経て挙げた課題を見直された。2015年度からはブラッシュアップした強化システム2015(図5-3の右側)を導入し、活動していく。

■ゴールドアスリートとシルバーアスリート

強化の差別化については、オリンピックおよび

世界選手権大会でのメダル獲得および入賞できる競技者に対してのプライオリティとインセンティブを重視した形となった。メダル獲得をした競技者および同等の設定記録(表5-1)に到達した競技者を、ゴールドアスリートとして年間1000万円の強化費を支給、入賞者および同等の設定記録に到達した競技者をシルバーアスリートとして年間500万円の強化費を支給することとした。2015年1月現在で認定されている競技者は20名(ゴールド4名、シルバー16名)である。これらは従来の強化指定競技者の個人強化費を倍以上させた形となっている。

■個人強化とブロック強化の予算を分ける

ゴールドアスリート、シルバーアスリートに続く階層として、ディベロップメントアスリートを設置した。こちらは、強化委員会の各ブロックから挙げられたブロックとして強化していきたい競技者を認定している。

ディベロップメントアスリートに対しては、従来のような個人強化費の授与は行わず、ブロック強化予算で計画に沿って強化していくこととした。また、ディベロップメントアスリートに準ずるU23オリンピック育成競技者は、ブロックと連動して強化していくこととなった。

以前は、個人強化とブロック強化の活動と活動費に重複がみられたが、新システムでは、予算に

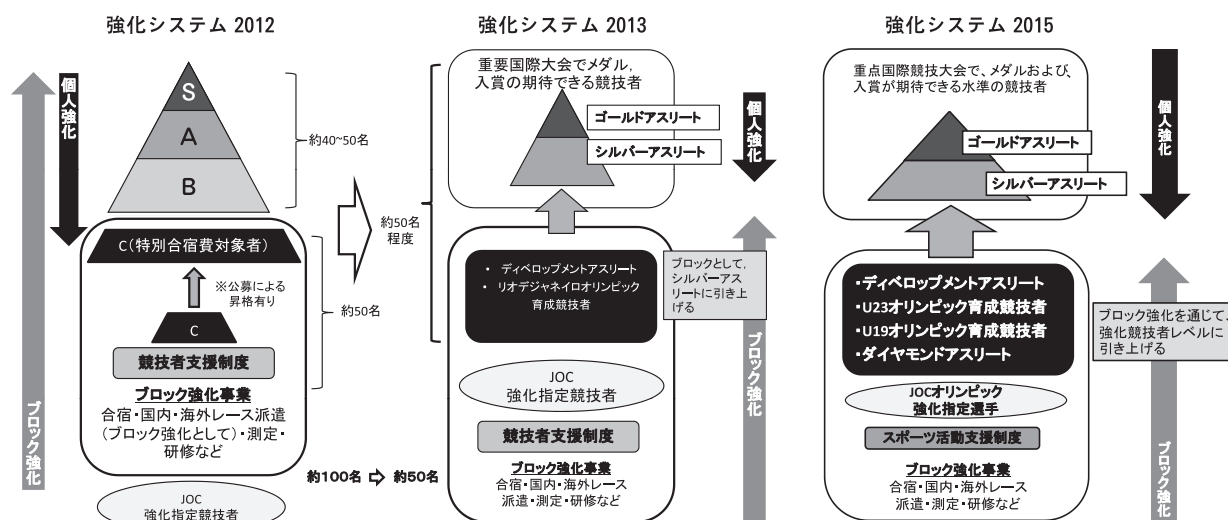


図5-3 日本陸連の強化システムの変遷
(左: 旧システム、中央: 2013年以降のシステム、右: 2015年度より施行している現システム)

表 5 - 1 2015年度強化競技者指定標準記録

男 子		種 目	女 子	
ゴールド	シルバー		ゴールド	シルバー
9.85	10.01	100m	10.87	11.09
19.86	20.28	200m	22.24	22.60
44.59	44.89	400m	49.69	50.59
1.43.05	1.43.98	800m	1.57.52	1.58.86
3.30.75	3.32.95	1500m	3.59.17	4.02.15
12.53.67	13.06.63	5000m	14.35.74	15.06.34
26.59.01	27.31.43	10000m	30.30.90	31.23.17
8.03.03	8.14.86	3000mSC	9.12.60	9.26.42
13.08	13.30	110mH/100mH	12.50	12.75
47.98	48.74	400mH	53.52	54.66
2.36	2.31	走高跳	2.01	1.95
5.86	5.73	棒高跳	4.78	4.63
8.39	8.26	走幅跳	7.00	6.84
17.61	17.21	三段跳	14.75	14.48
21.80	20.87	砲丸投	20.13	19.07
68.53	66.53	円盤投	66.64	63.94
80.63	79.11	ハンマー投	76.53	73.39
86.72	84.32	やり投	67.08	63.34
8490	8311	十種競技/七種競技	6549	6325
2.04.53	2.08.08.	マラソン	2.21.22.	2.24.21.
1.18.41	1.20.12.	20kmW	1.27.03.	1.29.21.
3.40.16	3.43.59.	50kmW		

については個人強化とブロック強化を完全に分けることにより、予算面の効率化を図った。これにより世界重要大会での入賞以上を目標とする差別化を推進し、リオデジャネイロオリンピックで活躍できるターゲットエイジ（U23）およびブロック推薦競技者（ディベロップメントアスリート）に焦点を当てることを明確化した。

このように強化活動予算についても、一貫性を重視した。

5 強化育成部としての各段階における競技者育成プログラム

競技者育成プログラム2011で掲げた重要なキーワードの1つとなった“連携”は、中体連、高体連、ジュニア育成部（当時）の間で、ほぼ達成できたといっていよう。その成果は、全国中体連合宿がU16の日本陸連主催と密にかかわることができた点、全国高体連合宿においても日本陸連U19との協力体制により、年々参加者数が増えるとともに全国ランキング上位者の参加も増加している点などに顕著に現れている。

また、世界ユース選手権、世界ジュニア選手権

において日本チームの活躍には目覚ましいものがあった。さらにシニアの記録と互角となるジュニアの記録が誕生し、活況をみせていることも、その成果の一端と考えるとよいだろう。

これらは、全国の指導者の日々の尽力によるものであることはもちろんだが、指導実績のある強化スタッフの充実や、関係スタッフの協調性が生んだ好循環の現れといえる。近年のオリンピックは、ジュニア育成部強化指定選手（2012年度までの名称）の約8割で構成されており、実質的にはジュニア世代がそのまま日本代表に育っていく仕組みができつつある。このジュニア世代の競技者を、今後、いかに高いレベルで国際的競技力を向上させていくかが非常に重要となってくる。

しかし、一方で本章2節「日本陸連における競技者育成体制」でも指摘したように、ジュニア期からシニア期にかけて記録の落ち込みがみられる競技者も依然として存在する。これらは一般論的に将来有望視されている競技者は、停滞しても代表になれるレベルであるため、大学在学時およびU23カテゴリーではなんとか活躍できるものの、大学卒業後の年代になったとき、国際競技会での大きな活躍が困難になっていく。すなわちU23以降に飛躍的に伸びる競技者と、停滞はしているが代表になっている層が存在するということである。

したがって、ジュニア期からシニア期にかけてのエリート育成に関して、特に組織的に強化育成していくことが必要となってきた。これらを踏まえて、2013年度からの強化体制ではU23カテゴリーまでを育成領域と位置づけ、強化育成部として主要国際競技会の代表になるまで段階的な育成を進めていくこととした。

(1) U23 (アンダー23)

■U23の現状と問題

ユース、ジュニア期での全国中学校選手権およびインターハイは、各カテゴリーで完結してしまう志向の強い加熱した勝利至上、発育発達を配慮しないオーバーユース、早期専門化によるバーンアウトなど、さまざまな問題点が未だ根本的に解決できていない。さらに、少子化やスポーツ離れ

および他競技との競合が激しいことから、タレント不足も取り沙汰されている。

しかしながら、世界的にみても類のない学校教育を中心とした組織体系および競技会運営システムの恩恵を受けて、ユース、ジュニアは高い国際競技力を維持している。また、同じ国土および人口を持つ陸上先進国といわれる国々と比較しても、我が国のユース、ジュニアにおける国際競技力や全国レベルに到達する選手層は極めて厚い。このことから、U19以上からの競技者育成は、U19以下の競技会的魅力と協同しながら組織化していくことが現状では望ましい。

U19以降になると、U19以前の段階で全国レベル以上に達した競技者が、大学入学を機に一部の競技者が停滞していく。競技レベル層としては依然として厚いものの、すべての種目について国際競技レベルというところからは徐々に遠ざかっているのが現状である。こうした背景には、U23という時期が競技人生の最高到達点には至らないことや、適度な実力を発揮できる国際大会の認知不足や競技会数の減少、カレッジスポーツにみるドメスティックな競技会を最大目標とする強化が進む傾向などが要因として考えられる。指導者に対する外的評価もこれに準じていることから、トレーニング形態や環境全般が国際的視野に立った形で進められていない。このため国内トップレベルの競技者層は厚いにもかかわらず、国際競技レベルの競技者層が増加していないのである。そこで、U23では、日本学生陸上競技連合との連動（第7章2節参照）を重視し、さらに国際競技レベルに到達する競技者の支援を組織化していくことを目的としている。

■ジュニア育成部から強化育成部へ

U23の現状と問題から、U19競技者までで育成を終了するのではなく、シニアにおける日本代表選手になるまでの育成が必要不可欠となってきた。そこで、強化委員会はU23を、重点的に強化育成していくカテゴリーとして挙げ、2012年11月に、その担当部門を従来のジュニア育成部から強化育成部という名称に改変し、活動をスタートさせた。

これらの伏線として、2011年よりU21というカ

テゴリーを試験的に設けた。ジュニア世代に顕著な活躍を示した競技者および絶大な将来性を感じる競技者をピックアップし、資金援助とシニアで活躍するための養成を実施した。これまでは、シニアカテゴリーの強化競技者に入らないと強化資金は利用できなかったが、若年層時代での海外進出やこの時期の内発的動機づけが、極めて有効なのは陸上競技のみならず、他競技においても周知の事実である。それまでは強化制度上困難であったが、2011年に組織化されたU21では、ディーン元気（やり投）をフィンランドナショナルチーム

へ合流させ、個人海外合宿を行った。そこでの合宿が技術や自信を上積みさせ、2012年の大幅な自己記録更新へとつながった。日本歴代2位記録の樹立（当時）とロンドンオリンピック決勝進出という成果を上げている。

このような試みから、さらに施策を進化させるべく、カテゴリーをU23に拡張し、強化育成を展開していくことになった。

■U23育成のミッション

U23は、2016年リオデジャネイロオリンピックへ参加するだけでなく、活躍が期待できる若年

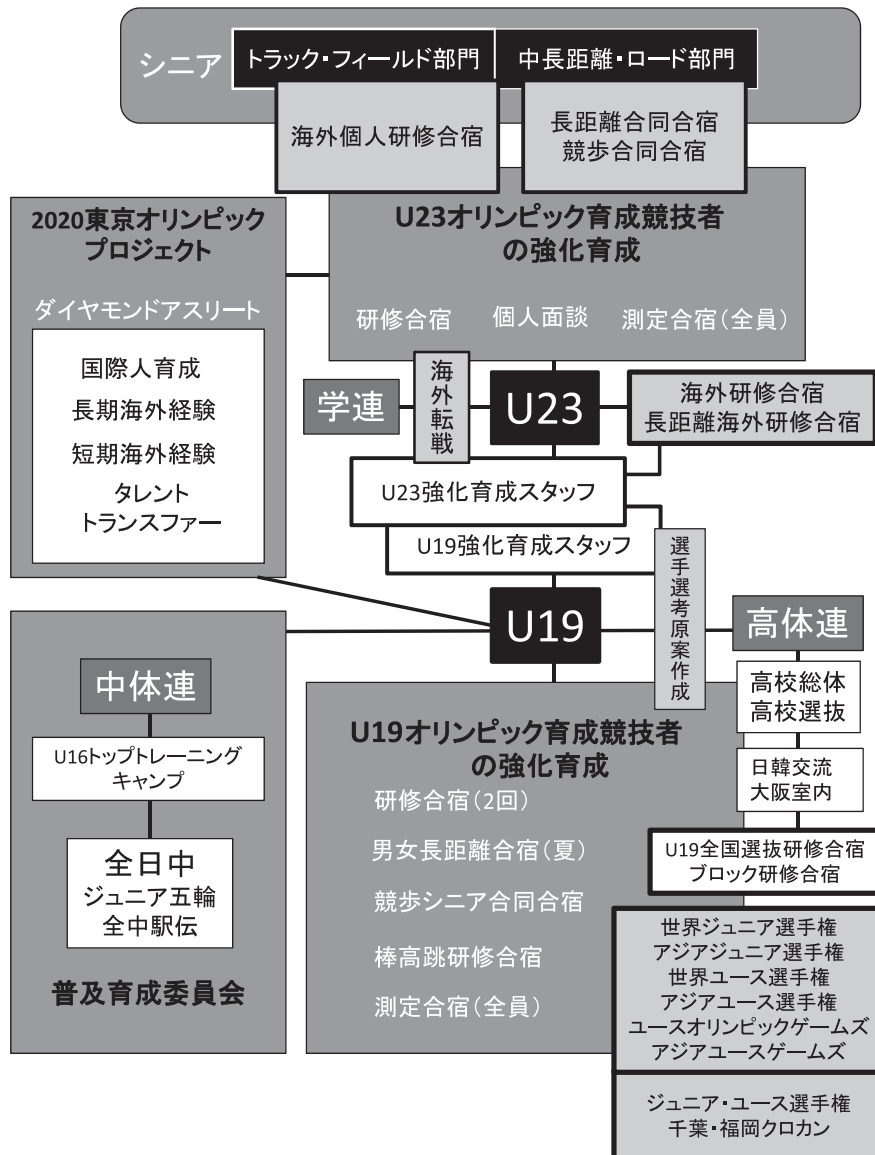


図5-4 強化育成部連携組織図

層をターゲットとする。該当競技者の海外への視野をより大きく広げさせ、個人競技力や経験を向上させながら、リオデジャネイロで主力となる競技者へと育成していく。これを「リオデジャネイロオリンピック育成競技者」（現称：U23オリンピック育成競技者）とし、2013年4月現在で13名が選出された。

トラック&フィールド種目の育成競技者は、長期間の海外著名コーチの指導を受けたり、少数での積極的な海外転戦を実施したり、個別性を重視した国際競技力の向上や重要国際競技会で通常のパフォーマンスが発揮できることを目指したりするほか、日本を代表する国際競技人としての品格を育成していく。ロード種目においては、シニア競技者のマラソン・ナショナルチームの編成に伴い、積極的な合同トレーニングおよび海外転戦を予定している。

具体的な活動内容として、U23、U19合同海外研修合宿は、徹底した実践的な自己管理能力を養成することを目的としている。自己管理能力とは内発的動機づけからくるものであり、決して指導者の強制によるものではない。自己管理能力を体得するプログラムとして、U23オリンピック育成競技者とU19オリンピック育成競技者の合同合宿を行っている。管理栄養士の監修のもと、自身の身体になる食物を、自身の手で料理することにより、自身で海外での栄養摂取方法や調理方法の習得はもちろん、食事への関心の動機づけを向上させることを目的としている。さらには自身の手配による交通機関移動などを実施したり自己管理能力や実践的な内発的動機づけを養成したりするための研修プログラムを実施している。このように競技的技術の改善を目的としたものと並行して、個としての包括的な競技力を向上させることを目的としている。

(2) U19 (アンダー19)

■U19育成のミッション

U19カテゴリーは、強化体制を図5-4のように整えた。担当スタッフは、U19カテゴリーにおける指導実績のある指導者を中心とした構成とし、

指導現場の意見を吸い上げ、組織に生かしていくことを心がけている。

競技者は旧ジュニア育成部の「ジュニア強化指定競技者」から「U19オリンピック育成競技者」へと名称変更し、将来シニア期に世界で活躍していくことをより強く意識づけしていく体制をとった。

ジュニア国際競技会等での記録・競技成績向上は、2010年をピークに活況を極めている。そこでの成功体験を、その後どのように生かすか、あらかじめ教育および育成をしていなければならない。また、ジュニア期の指導現場では、教育的な礼儀、陸上競技における協調性と絶えず努力するという継続性を育成していくことも大きな要素となる。日本陸連では、教育の枠内でできる指導のほかに、ハイパフォーマンスに至った際に起こり得る場面を想定して育成を図っていく。したがって、



写真/JAAF

その先にある人格形成や国際競技力の向上を、若手競技者に意識させられるかどうか、育成の目的である。

2013年度に体制を整えてからは、すでに図5-4に示した活動内容の通り、定期的に2回の研修、測定およびトレーニング合宿を実施している。これらの最も大きなコンセプトとして、単に体力や技術的向上を目指すだけにとどまらず、スポーツのリベラルアーツを向上させることが重要と考え、コミュニケーション（日本語、英語）スキルの向上、教養の向上、協調性、リスクマネジメントなどをプログラムに組み込んでいる。各選手の抱負を聞くと、まだインターハイでの活躍や記録向上など単年度目標を掲げるジュニア競技者が多いが、その先にある厳しいが夢のある世界を目指すべく育成していきたい。

強化育成部のなかにU19およびU23が組織化されているため、より連動しやすくなり、強化育成の一貫性が容易になった。海外研修合宿は、U23およびU19の合同開催で2013年2月、2014年2月、2015年2月とオーストラリアにて行った。参加メンバーには、U23とU19の精鋭が含まれており、強化育成のターゲットが絞れてきている。U19長距離海外研修合宿においてもオーストラリア・メルボルンにて行ったが、ロンドンオリンピックのオーストラリア代表や現地クラブとの合同練習を行うなど、トレーニングおよび現地交流が非常に円滑に行うことができている。また、帯同指導者からはトレーニングの幅が広がったという報告があり、人的な交流だけでなく指導者育成の面でも非常に意義のある合宿となっている。今後はさらにプログラムの質を上げて対応していきたい。

世界の指導現場では、ジュニア期にどれくらい活躍するかではなく、「誰が伸びて、誰がコーチングしていくか」ということのほうが重要視されている。こうした観点を踏まえて、早急に、日本独自の組織化された強化育成システムを構築していきたい。

■国際大会への派遣

2015年4月から2016年3月までに行われるU19カテゴリーの主な国際大会は以下の通りである。

- 1) アジアユース陸上競技選手権大会
(2015年5月)
- 2) 世界ユース陸上競技選手権大会 (2015年7月)
- 3) 日中韓ジュニア交流競技会 (2015年8月)
- 4) その他国際交流大会
(屋外、室内含む。毎年開催予定)

指導者および競技者の国際競争力の向上を目標に、これらの競技会には積極的に参加し、将来のある若手競技者の経験の場とする。

さらに日本陸上競技連盟は2013年5月1日にフランス陸上競技連盟とのパートナー協定を締結した。締結内容には、ジュニア世代の競技者および指導者の相互交流が含まれており、今後は競技会参加だけでなく、研修および合宿などを通じて競技者育成交流の幅を広げていく。

このようにジュニア世代の直接的な競技力向上だけが最大目的となってしまうないように、さまざまな国際感覚を身につけることを目指したい。また、ジュニアカテゴリーの指導者に対しても、国際的な指導者交流ができるように配慮していく。

6 2020東京オリンピックプロジェクトチーム

強化委員会では、2020東京オリンピックプロジェクトチームを委員会内の独立した組織として設置した。このチームの主な活動目的は、東京オリンピックに向けた強化システムの整備にあり、①タレントトランスフェーマップの整備と運用、②タレント発掘システムの構築、③ハイパフォーマンスコーチの養成の3つである。具体的な内容に関しては第3章および第4章で言及されているのでここでは述べないが、現段階では、東京オリンピック後にも残せる競技者育成体制を構築すべく、その改善に着手している。今後は具体的に強化施策に取り組む予定である。

また、この活動の一環として、2015年1月には中学3年生から高校3年生まで11名の男女ジュニアアスリートが「2020東京オリンピック『ダイヤモンドアスリート』」に選定された。この11名には特別なプログラムでの強化育成が施されることになる。今後の活躍を期待したい。

各年代におけるタレント発掘と強化のあり方



1 タレント発掘におけるさまざまな考え方

発育期の競技者育成は、発育発達特性に応じた一貫指導のもとに進められることが重要であり、「タレント発掘」もまたその一貫指導の一過程として実践されるべきものである。ただし、タレント発掘に関する考え方にはややまとまりに欠ける印象はぬぐえない。人類とスポーツの長い歴史のなかで、タレント発掘という新たな試みはまだ緒に就いた段階であり、こうした状況もやむをえないところであろう。

しかし最近になって、タレント発掘に関する実践的研究にはかなりの進展がみられ、その論考にも一定のまとまりがみられるようになってきた。ここでは、こうした学術的見解を拠りどころにこの問題を考えてみたい。

さらに競技者育成では、スポーツ種目の特異性を考慮することも重要な要件である。タレント発掘についても同様のことがいえる。大切なのは、スポーツ特性に応じた、すなわち陸上競技の特性に合わせたタレント発掘、育成のあり方を明らかにすることであり、そこから具体的な方策を導き出すことである。2012年、日本陸連では1960年以降のオリンピック、および世界選手権の日本代表選手を対象にアンケート調査を実施した。そこで、この資料を参照しながら陸上競技の特性を踏まえたタレント発掘・育成システムを、改めて考え直してみたい。

(1) タレント発掘と10年1万時間の法則

スポーツに限らず、科学技術、芸術、ビジネス、芸能などの分野で世界一流に到達した人たちの経歴を調べた結果によると、優れた才能はもとより、たゆまぬ努力の積み重ねのあることがわかった。心理学者のアンダーズ・エリクソン (Ericsson KA, 1993) は、多分野のいわゆる天才と称される人たちを対象に調査を積み重ね、彼らが世界一流のレベルに達するためには10年1万時間以上の練習継続が必要であったことを明らかにした。「氏か育ちか、遺伝か環境か」とはよく議論されるところであるが、エリクソンの10年1万時間はさしずめ環境要因よりの論旨とみなせる。

またエリクソンは、できるだけ早い段階から専門的に取り組んだほうが有利であり、逆に専門的取り組みが遅くなるほど先行した人に追いつくのが困難になると結論づけている (図6-1)。優れた人材を早く見つけ長く育てるとというのが、かつての東欧諸国が取り組んだタレント発掘・育成システムであった。エリクソンの見解が育ちを重視したとすれば、そこに素質 (遺伝) の要素を重ねたものが東欧諸国の目指した発掘・育成システムということになる。

ところで、エリクソンの結論はあくまでも成功事例の後追い調査に基づくものといわなければならない。成功事例をひもとき、生まれつきの才能だけでなくその後の練習や努力すなわち育成プロセスが重要である、そのためには早期から専門的

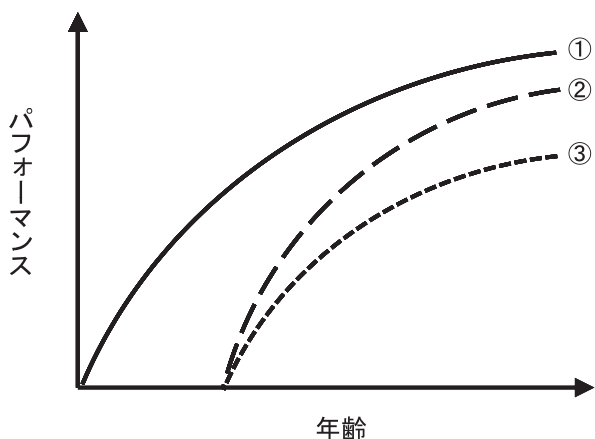


図6-1 年齢とパフォーマンス向上の推移 (Ericsson KA, 1993)

- ① 早期に高水準の専門的練習を開始した例
- ② 高水準の専門的練習を遅れて開始した例
- ③ 低水準の専門的練習を遅れて開始した例
- ①～③により、早期の専門的な練習開始を重視した

な訓練が必要である、というのがエリクソンの結論であろう。しかし、個々の対象者にはそれぞれ個別の事情があり、その動機はさまざまである。10年1万時間の練習が必ず成功へ導くという保証はどこにもない。一方、スポーツ団体や競技団体が主体となって実施するタレント発掘・育成シ

テムでは、組織としてのねらい、組織としての方法論に基づく。したがって、個別の事情はともかくとしてシステム全体がうまく機能したか否かをプロスペクティブに検証する必要がある。若年期においてタレントの潜在能力や将来性はどこまで予測できるのか？ その検証には、それこそ10年後を待たなければならないだろう。

近年、東欧諸国のタレント発掘・育成システムの科学的検証報告がようやくみられるようになってきた（表6-1：Vaeyens R, 2009）。これらの検証結果をみると、シニアに至るまでにはかなりの競技者が脱落し、国際級のレベルに到達できたのはほんの一部に過ぎないことがわかる。日本の例では、JOCが全日本中学生大会入賞者などかつてのジュニア優秀選手890人を対象に行った調査がある（回答率49.3%：日本オリンピック委員会選手強化本部、1996）。中学校期にトップレベルにあった選手がシニアレベルまで競技水準を維持できたのは16.8%であった。陸上競技の選手では、中学校トップ選手94人のうちシニアまで維持できたのはやはり17.1%に過ぎない。しかしこの存続率は、諸外国の数字と比較すればむしろ高

表6-1 ジュニア選手のタレント発掘後の経緯あるいは競技水準の推移

国	調査対象	追跡結果	報告者
東ドイツ	発掘テスト合格者(10-13歳); 20100人	1年間で25%が脱落(残存率75%)	Riecken(1993)
東ドイツ	ソウル五輪選手; 48人	上記発掘テスト合格者; 20人	Riecken(1993)
東ドイツ	レスリング選手(13歳); 120人	9年後、国内選手権に出場できた者; 5人	Kupper(1978)
西ドイツ	10歳児; 131人	2年間で32名に減少(残存率24%)	Rost(1989)
西ドイツ	6歳児; 483人	7年間で153人に減少(残存率32%)	Joch(1992)
西ドイツ	五輪強化指定選手; 4972人	7年後、シニア国際トップ10に達した者; 0.3%	Gullich(2001)
西ドイツ	エリートスポーツ学校生徒; 11287人	3年後、シニア世界選手権でのメダル獲得者; 1.7%	Gullich(2005)
ロシア	ユース・スポーツ学校生徒; 35000人	シニアレベルで大成したのは0.14%	Ljach(1997)
日本	中学生期トップレベルの選手; 256人 (陸上; 94人)	シニアレベルまでトップを維持; 16.8% (陸上; 17.1%)	JOC(1996)

(Vaeyens R: J Sports Sci, 2009より著者加筆改編)

いくらいである。

チャンピオンとは、長期間の育成過程を経て勝ち抜いたひと握りの競技者であり、このような低い存続率は驚くにあたらない。重要なのは、こうした実践例からまずは育成システムに内在するリスクや問題点を検証し、そこからよりよい競技者育成プログラムの構築を目指すことであろう。

(2) タレント発掘システムの課題

1) 子どもの将来性予測には無理がある！

思春期前後の子どもにテストを課して、果たしてどの程度その将来性を予測できるであろうか。結論からいえば、予測精度はかなり低いというのが多くの研究報告の指摘するところである。またその理由として、①成人期に発揮される能力が思春期前には現れてこない、②思春期前後の諸能力は発育速度に影響を受けることから将来性を予測することが困難、③横断的手法によって限られたテスト（ほとんどの場合1回の測定）で将来を予測することが困難、④タレントを識別する心理的、社会的尺度がほとんど開発されていない、などが挙げられている。したがって、小学校段階で1回のタレント発掘テストによってその子どもの将来性を予測することにはかなりの無理がある、といわなければならない。

2) 早期専門化の弊害

素質のある選手を早期に発掘、育成しようとするれば、必然的に早期専門化を助長することになる。小学校段階で本格的なトレーニングを過度に行えば、さまざまな弊害を覚悟しなければならない。若年期の過度なトレーニングは確実にスポーツ障害（オーバーユース症候群）を起こしやすくする。そればかりか、健全な発育を阻害し、スポーツ選択の幅をせばめ、好きであったスポーツが嫌いになり、そこから逃避しドロップアウトしてしまうリスクを高めることにもなりかねない。さらに早期専門化の弊害は、後に述べる「相対的年齢効果」といわれる社会的な現象としても顕在化している。こうした子どものスポーツの加熱による弊害は常に指摘されることではあるが、実際の現場ではしばしば無視されることが多い。

これに対して、早期専門化の弊害を回避するための具体的な対策として挙げられるのがシーズン制である。アメリカ、カナダでは上記のような弊害を回避するため、古くからスポーツ活動のシーズン制を導入している。またシーズン制は、こうしたリスク回避のためだけでなく、エリート競技者の育成にも貢献すると理解されている。アメリカのオリンピック選手を調査した結果では（Hill R, 2002）、15歳以上になって特定種目に専門化した後にも2種目以上のスポーツを楽しんでいる。またシーズン制をとらないヨーロッパにおいても、例えばドイツのオリンピック選手を対象とした調査結果では、国際的に活躍した選手ほどジュニア時代には専門外のスポーツをより多く経験していたという。

子どものスポーツをめぐる、専門種目に専心することと複数種目を経験することは二律背反の関係になる。アメリカのようなシーズン制を導入していない我が国では、そのバランスのとり方はスポーツ現場の指導に委ねられることになるが、それが早期専門化傾向に傾斜している状況は否定できない。指導者の立場からすれば、小学校から中学校にかけてのスポーツ活動では、ここにあげた早期専門化の弊害を十分理解したうえで指導に当たることが肝要である。



以上、東欧諸国に端を発した「よい人材を早く見つけ長く育てる」モデルには根源的な問題が指摘できる。第一に早期に将来性を予見することには無理があり、第二に早期専門化はさまざまな弊害を起こす、ということであった。こうした古典的なシステムの課題を克服し、新たなタレント発掘・育成システムを模索し始めているのが現在の世界的な動向といえるだろう。

(3) タレント発掘・育成システムの

新たな方向性

1) タレント発掘・育成はダイナミックなシステム

そもそも、タレントとは複雑で漠然とした概念といわなければならない。しかし今日、才能育成の研究領域ではタレントをより動的、多元的にと

らえ、そこから育成モデルを構築する考え方が主流になっている。図6-2は、この分野の第一人者であるフランシス・ギャグニー（Gagne F, 1993）が提唱するタレント育成モデルである。まず、天賦の高い能力を「才能（giftedness）」と定義し、ある分野で系統的に育成された高い能力を「タレント」と定義して区別する。本図は、そのタレントが動的、多元的に育成される様相を表している。

タレント発掘において子どもの将来を予測するために行われたテスト結果は、情報としてただちに固定される。しかし、実際の子どものタレントは日々ダイナミックに変化していく。将来予測は常に過去のものでしかないというパラドックスがあり、ここにタレント発掘の最大の課題がある。

優れたタレントへの憧れは、そこに遺伝子の影響を想定し、しばしばそれを固定的にとらえがちである。「あの選手は、もともとモノが違う」などという。親から引き継がれた遺伝的特性はスポーツパフォーマンスになんらかの影響を及ぼすことは紛れもない事実である。その意味で、スポーツパフォーマンスは個々人の遺伝子特性に依存することになる。「モノが違う」ことが希求されるゆえ

らである。

しかし、遺伝子は親から子への遺伝情報を伝えるだけではない。実際の生体内で起こっている遺伝子-細胞システムはよりダイナミックなものである。遺伝子は、身体をつくり生命活動を担うタンパク質の設計図であり、ホルモンをつくるのも、代謝に欠かせない酵素をつくるのも、免疫システムをつくるのも、すべて遺伝子の情報に基づく。日々のトレーニングを継続することによって筋が肥大したり持久力が高まったりするのも、やはり遺伝子情報に基づいている。いうまでもなく、トレーニング効果は極めて流動的である。つまり、遺伝子情報に基づくトレーニング効果は「やってみなければわからない」という側面を持つ。

タレントが動的・多元的であることをギャグニーは示したが、それはまさに遺伝子-細胞システムが具体化されていくプロセスと理解できる。我々は、タレント発掘・育成システムがこのような生体の動的平衡を基盤にして成り立っている動的・複合的プロセスであることを改めて認識しておく必要がある。そのうえで、「やってみなければわからない」ことに対して人事を尽くすのである。その具体策として、次に述べる「集中練習」およ

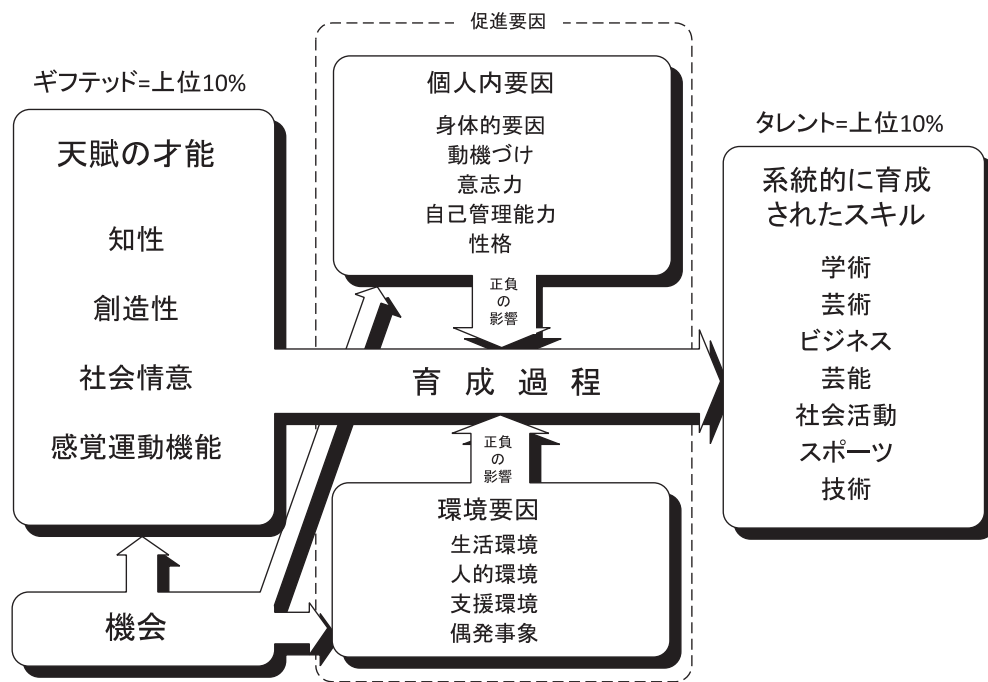


図6-2 F・ギャグニーが提唱するタレントの多元的・動的育成モデル

び後述する「タレントトランスファー」を挙げてみたい。

2) 集中練習 (deliberate practice) とは？

エリクソンは、10年1万時間の法則を提唱したとき、同時に練習内容こそが重要であると主張した。天才たちはただ漫然と練習したのではなく、高度に構造化された意図的、計画的練習を継続していたというのである。エリクソンはこれを、「集中練習 (deliberate practice)」と名づけた。競技者育成の観点からは、10年1万時間という時間的要因より、練習の内容こそが重要になる。ただし、ここでの集中練習とはあくまでも抽象概念である。肝心の中身は、それぞれの現場で具体化して行かなければならない。

さらに、この集中練習を発育発達段階のどの時期に配置すべきかも次の具体的な課題になってくる。心理学者ベンジャミン・ブルーム (Bloom B, 1985) は、やはり卓越した天才たちの経歴を追跡調査した結果から、育成のつながりを重視し、才能発達を3つの段階でとらえた (図6-3)。はじめは「導入期」であり、子どもたちが楽しく遊びの要素を多く含んだ活動に夢中になる時期である。続いて「専門期」になって集中練習が活動の中核になっていく。さらに「発展期」になると、ここではごく限られた才能の持ち主がいわばプロとして生活のすべてを集中練習に注ぎ込んでいく。陸上競技に当てはめてみれば、導入期と専門期の区切りをどのように設定するかが重要になり、これについては次節の「陸上競技の専門化」に関連して考えてみたい。

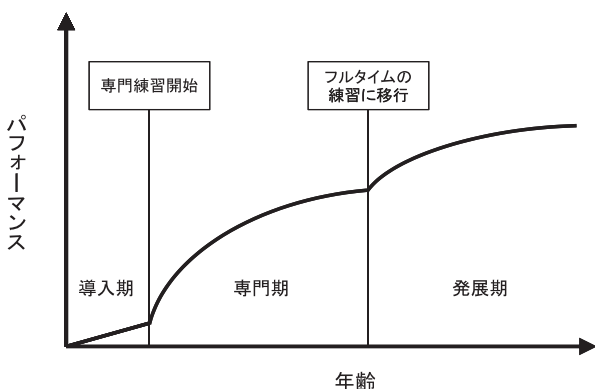


図6-3 才能発達過程における3つの段階 (Bloom BS, 1985を改変)

なお、エリクソンあるいはブルームの問題提起は、その後の競技者育成モデルに引き継がれていくことになる。イギリスおよびカナダで考案された「長期競技者育成計画」(Long Term Athlete Development ; LTAD) は、エリクソンの集中練習の内容を具体的に提示し、またブルームのシーケンスもやはり具体的な年齢区分で示している。現在、LTAD が世界的にも注目された競技者育成モデルになっていることは、時代の要請としてうなずけるところである。また日本陸連においても同様の発想から、すでに1990年代初頭に具体的な長期育成計画を提示しており、以来、本誌「競技者育成プログラム」においてもその根幹をなす理念となっている。

2 陸上競技におけるタレント発掘のあり方

(1) 陸上競技は専門化の遅い競技

スポーツを専門に取り組む年齢は、競技特性に大きく依存する。図6-4は、スポーツ種目ごとの競技開始年齢について、IOCが2004年アテネオリンピック参加選手4455人に対して行った調査結果 (Vaeyens R, 2009) に、日本陸連が2012年に行った調査結果を加えて示したものである。日本陸連の調査結果については、過去のオリンピック陸上競技、および世界選手権日本代表選手を対象にしたアンケート調査から回答のあった151人が対象になっている。また、表6-2は男子100mの全米歴代20傑のスプリンターについてその育成過程を種々の著作物から調べた結果である (Lombardo MP, 2014)。

他競技では比較的早くから専門化する競技もあるが、陸上競技はオリンピック種目のなかにおいて典型的に専門化の遅い競技である。多くの名スプリンターを輩出してきたアメリカ短距離界であってもその例外ではない。そして、我が国も同様の傾向にあることは図からも明らかである。

国内外における従来のタレント発掘事業の対象年齢層は、小学校段階が想定されてきた。しかしながら陸上競技においては、これまでの国内外の実績 (図6-4) をみる限り、中学校から専門化

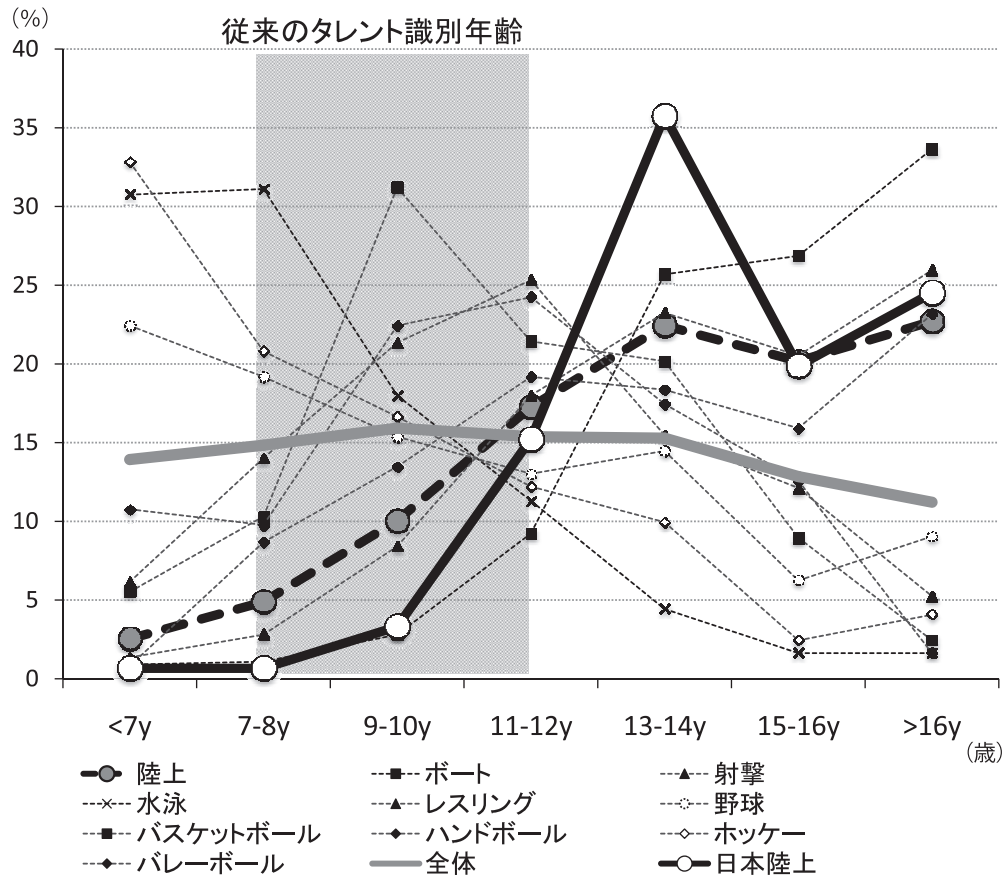


図 6-4 2004年オリンピック大会参加競技者 (n=4455, Vaeyens R: J Sports Sci, 2009) および日本陸上オリンピック、世界選手権代表選手(n=151)の専門種目を開始した年齢

表 6-2 男子100m 全米歴代20傑の育成過程と記録の変遷 (Lombardo MP, 2014から著者作成)

	n	平均	最高	最低
生年 (年)	20	1975 ± 8.5	1989	1961
専門化した年齢 (歳)	12	12.3 ± 3.2	16	6
19歳時の最高記録 (秒)	19	10.22 ± 0.15	10.00	10.51
最高記録 (秒)	20	9.88 ± 0.06	9.69	9.94
記録の伸び率 (%)*	19	3.30 ± 1.51	5.99	1.1
世界水準への到達期間 (年)	12	8.6 ± 3.8	15	4

* 19歳時の記録から自己最高記録までの記録の伸び率

するパターンが標準的なモデルになっている。ちょうど発育のスパークがみられる思春期を境に、陸上競技に専門化している。つまり、陸上競技への参加の様相は子どもの発育発達のパターンと連動していることになる。もともと、陸上競技は青少年にとって最も基本的なスポーツという特徴を有し、したがって後述する競技間トランスファー

(競技間の転向)なども導入しやすい素地を持つといえよう。

その他にオリンピック選手など国際舞台で活躍した選手の経歴を調べた結果をまとめてみると、競技水準の高い選手ほど、①世界的水準に達するまで必ずしも10年を要しない、②専門化する年齢が遅い、③単一種目だけを専心するのではなく思

春期前後に複数の種目を経験している、などの特徴がみられる。

陸上競技の育成モデルを考えると、こうした一流選手にみられる特徴は大いに参考になる。少なくとも陸上競技の育成では、専門化する段階は中学校期以降と捉えておくことが妥当であろう。専門化をあえて小学校段階に早める積極的な理由はない。小学校段階では身体活動、スポーツ活動の基礎を養うことに主眼を置き、専門化するのはいくまでも中学校以降と位置づけておきたい。

(2) 相対年齢効果（生まれ月問題）とは？

同じ学年で選抜された子どもやスポーツ成績のよい子どもを集めてみると、明らかに早く生まれた子どもの数が多いことに気づく。ただ生まれた月が早かったという理由だけでスポーツに秀でるチャンスが多くなると解釈され、この現象は「相対的年齢効果」と呼ばれている。現在、さまざまなスポーツ種目において、また多くの国において、ジュニア期の優秀選手にはほぼ例外なくこの相対的年齢効果の表れることが確かめられているが、ここでは陸上競技について改めてこの問題を考えておきたい。

図6-5は、日本のジュニア全国大会出場選手およびオランダ（Besters LM, 2009）のジュニア選抜選手について生まれ月ごとの分布を示している。両国とも、優秀なジュニア選手には明らかな相対的年齢効果の影響が認められ、その程度は

高校、中学校、小学校と年齢が低いほど顕著になっている。特に日本の小学生では、同学年で最も早く生まれた4～6月生まれの子どもの46%と圧倒的に多く、逆に1～3月生まれの子どもの10%以下になっている。

そもそも、生まれ月の遅速が身体能力に影響するという生物学的効果はあり得ず、社会的要因が原因と考えなければならない。学年の区切りは日本が4月、オランダが1月と異なっているが、両国とも学年の区切り自体で相対的年齢効果が鮮明に生じている。相対的年齢効果が生物学的要因に起因するものではなく社会的要因によって生じていることの何よりの証である。

相対的年齢効果は、子どもの本来の能力に関係なく育成環境の影響がいかに大きいかを意味するものでもある。生まれ月の違いによる発育の遅速は、タレント発掘・育成・選抜に影響し、晩熟で将来伸びる素質を秘めた子どもをタレントプールから除外してしまう危険性をはらむことになる。さらに、生まれ月の遅い子どもは心理的な負担も大きくなり、スポーツからドロップアウトしやすいという調査結果もある。

このように相対的年齢効果は、単に発育の遅速が招く一過性の現象だけでなく、競技者が育っていく過程の全般に影響する。優れた人材を求めて行ったタレント発掘が、一方で、かえって優れた人材を排除してしまうという皮肉な結果を招く可能性もある。先に述べた早期専門化の弊害が如実

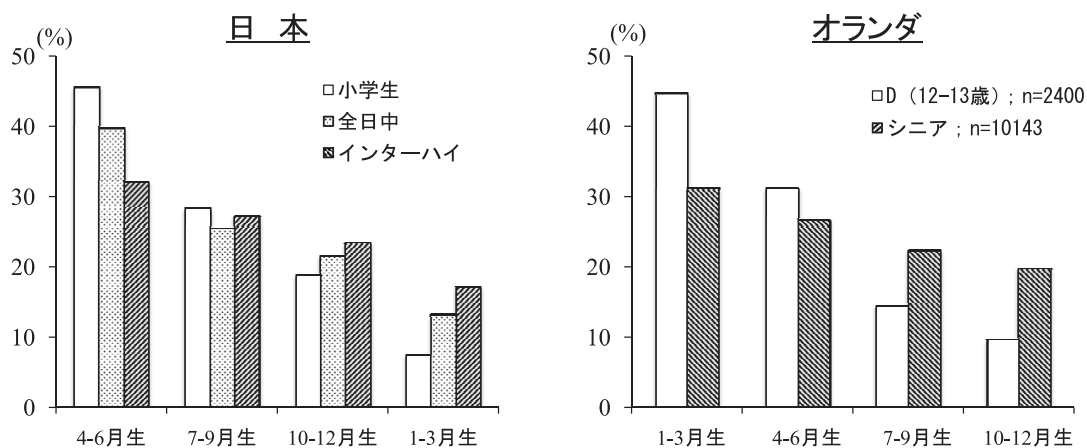


図6-5 日本およびオランダ男子陸上競技選手の生まれ月分布 (%)
(オランダでは1月1日誕生日を学年区切り日としている)

に表れている典型例でもある。タレント発掘・育成システムが相対的年齢効果を助長することにならないよう、少しでも解消する方向へ努力することが求められる。よりよいタレント発掘・育成システムを構築するうえで解決すべき課題ではあるが、今のところはっきりした解決の糸口は見つかっていない。少なくとも、コーチ、教師、親など子どもを支える大人たちは、生まれ月の問題を十分に理解したうえでその育成に当たる必要がある。何より、生まれ月が遅いという理由だけで、将来有望なタレントを結果的に取りこぼしてしまうことがないようにしたい。

(3) タレントトランスファーの試み

優れた人材を早く発掘し、よい環境で長く育てる、これがチャンピオンを生み出す要諦と考えられてきた。しかし、これは成功事例の一側面に過ぎず、内包する問題点はこれまでに述べた通りである。2012年ロンドンオリンピックに向け、イギリスUKスポーツはこうした従来モデルとは異なる新たな育成システムを導入した。その典型事例が「スポーツ・ジャイアンツ」と呼ばれる育成プログラムである(表6-3)。具体的には、まず4競技団体が連携し、シニア期の高身長競技者を募集し、適性を審査したうえで競技経験を問わず各競技に振り分けた。以前の競技経験、競技能力、スキルが次の競技に短期間で転移できるという発

想である。実際のロンドンオリンピックでは女子ボート選手が金メダルを獲得するなど、一定の成果がみられた。10年といわず、わずか4年の育成期間であった。

ロンドンの成果は、偶然の産物かもしれない。トランスファーのメカニズムや競技間の相性などは、今後明らかにして行かなければならない。しかし、「スポーツ・ジャイアンツ」のトランスファーは、単にタレント発掘をジュニアからシニアにずらしただけのものではなく、その背景にタレントの動的多元性が想起できる。日々のトレーニングで培う身体能力が動的多元的であればこそ、競技種目への適性も動的多元的になっていい。特に発育発達期にあっては、このことがよりダイナミックに起こってくるだろう。そうであれば、身体を競技種目に合わせるのではなく競技種目を身体にあわせるという発想は当然の帰結といえる。まさに、タレントトランスファーの本質ではないだろうか。

表6-4は、すでに紹介した2012年の日本陸連による調査結果から、オリンピック、世界選手権日本歴代代表選手が進学する機会に競技間あるいは種目間でトランスファーした様子を示したものである。中学校で陸上を経験した人をみると(71名)、小学校で別のスポーツを楽しみ中学になって陸上に転向した人がほとんどであることがわかる。高校で陸上を経験した人のなかでも(102名)、

表6-3 UKスポーツのタレントトランスファープログラム＝スポーツ・ジャイアンツ

ステージ	応募者	選抜結果	選抜方法
(1) 2007年2月	全国 4000人	3010人 平均年齢=19.6歳	最低身長; 男子=1.9m、女子=1.8m 年齢; 16-25歳
(2) 2007年5-8月	候補選手 1245人	ハンドボール15人 ボート69人 バレーボール7人 カヌー10人 合計101人	選抜試験(一般スキルおよび種目別スキル、戦術(ポジション別)、形態および機能、運動能力、心理・社会的分析)
(3) 2007年夏-秋	候補選手 101人	48人	フルタイムのトレーニングプログラム実施中にコーチ、スポーツ科学者が評価する

(Vaeyens R: J Sports Sci, 2009より、著者加筆改編)

表6-4 陸上日本代表選手の競技経歴において競技間あるいは種目間でトランスファーした割合

	競技間*	種目間**
小学校期→中学校期	92% (64/71)	
中学校期→高校期	30% (31/102)	55% (41/74)
高校期→青年期	2% (2/104)	32% (33/102)

* 陸上競技以外から陸上競技への転移

** 陸競技内で種目の変更

高校に入って他の競技から陸上へ転向した人は30%みられる。次に、種目間のトランスファーをみると、高校期において実に半数以上が種目を変更しており、高校卒業後においても30%以上は種目変更をしている。

日本の陸上エリート選手は、予想以上にダイナミックな競技間、種目間トランスファーを行ってきたようである。それはとりもなおさず、自己の種目適性を常に模索してきた証ともいえるだろう。ここでみられたトランスファーの様態は、それが意図的に行われたものであれ偶然生じたものであれ、ジュニア競技者のタレント発掘、育成システムを構築し実践するうえで、成功事例として極めて重要な視点になるだろう。従来モデルでは個人のタレントをしばしば固定的に考えてきたが、タレントを動的多元的に捉えるならば、タレントトランスファーの成功例は至極もっともなことである。個人の可能性を引き出す手段として、タレントトランスファーのあり方を今後も究明していく必要があるだろう。

最後に、陸上競技のタレント発掘・育成システムの全体像を概観するため、ブルームの育成モデル(図6-3)に我が国の陸上競技の状況を組み込んでみた(図6-6)。小学校段階での導入期では専門的なトレーニングを避け、身体リテラシー(基礎的スキルや身体活動のコンピテンス<有能感>など)の育成に努める。この時期には、さまざまな身体活動やスポーツを体験することも重要になる。

次に、陸上競技に専門的に取り組む段階は、これまで同様、中学校あるいは高校期からとする。この時期は、専門種目の基礎を学ぶ段階であるが、カナダ陸上LTADではこの段階のねらいとして「選択種目に対する自己の長所、短所を知る」ことを挙げている。自己の能力を最大限に引き出す努力がねらいであり、後のタレントトランスファーにもつながっていくことになろう。この時期の重要な指導目標として位置づけておきたい。

その後、大学、実業団に進み、高いパフォーマンスを目指し専門的なトレーニングに励む段階に

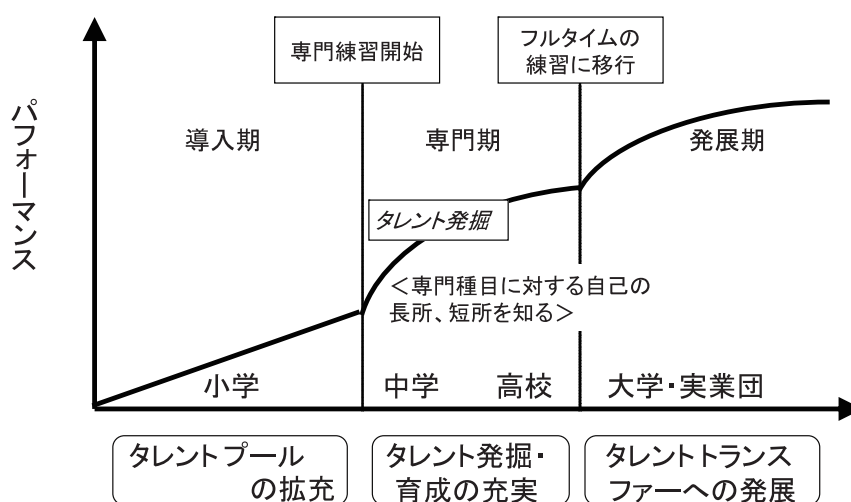


図6-6 陸上競技のタレント発掘・育成システムの進め方

において、タレントトランスファーという戦略が組み込まれてよい。その種目で伸び悩んでいるから別の種目に転向するといった消極的な姿勢ではなく、常に自己の競技能力を評価、認識するなかからスポーツ適性を見極め、その結果として種目トランスファーを試みるという積極的姿勢が大切になるだろう。専門的トレーニングを突き詰めればこそそのタレントトランスファーなのである。

(4) まとめ

陸上競技は早期タレント発掘、早期専門化の最もなじみにくい競技の1つと理解できる。とりわけ早期専門化の風潮は、競技者自身のドロップアウトを招きやすくするとともに、晩熟型で将来にタレント性を秘めた子どもを除外する傾向（相対的年齢効果）を助長する恐れがある。

陸上競技では、旧来のタレント発掘・育成モデルとは異なる、タレントの動的多元性に基づく競技者育成プログラムを率先して志向すべき、と考える。その具体策として、タレントトランスファーが挙げられる。幸い陸上競技では、種目間でトランスファーが行われやすく、また豊富な経験知もある。

その成功への鍵は、なんといってもコーチの力量によるところが大きい。本来、タレント発掘や

トランスファーは、あくまでも競技者育成の1つのツールとして機能するものであり、競技者育成プロセスの次のステップにプラスの効果を生み出してこそ意味がある。そのためには、競技者のタレント性と種目適性を的確に見抜き評価できる目が求められる。旧来のタレント発掘システムにおけるタレント識別テストには限界があることをすでに述べた。トランスファーの適否を見抜く目は、おそらくコーチの目において他にない。同様に、トランスファー以降のトレーニングの進め方についても、コーチングの手腕がさらに重要になることだろう。そうした意味で、陸上競技の種目トランスファーについてのこれまでの豊富な経験知を集約し、コーチ間で共有できる仕組みづくりも必要になってくるだろう。

3 小学生（U13）などの普及段階における育成の考え方

陸上競技の基本である「走・跳・投」は、すべてのスポーツの基本になる運動である。特に、神経系の発達著しい小学校期には、さまざまな運動の実践を通して、バランスのとれた身体づくりの必要性が高い。そのため、小学校低学年では遊びを通じていろいろな種類の運動を楽しむことが大切である。高学年になって陸上競技のトレーニ

【陸上競技の普及・育成に関する留意点】

- ・子どもの将来予測は難しい
- ・陸上競技は専門化の遅い競技
- ・高校生くらいまで(シニアまで?)生まれ月の影響が残る

指導者の力量

- ・運動有能感を高める指導
- ・タレントを取りこぼさない
- ・多様な種目を経験することが大切
- ・競技間・種目間トランスファーの促進

ングを行う際は、正しい動きを身につけるようにする。また、余力を残したトレーニングの実践と十分な栄養摂取と休養を心がけ、勝利至上主義に走ることなく、ゆとりを持つことが重要である。

この時期の子どもに対しては達成可能な目標を設定し、どんどんチャレンジさせ、達成感を得られるような工夫をすることが大切である。そして、それを達成できたときは褒めてやる。また、音楽などを利用し、ゲーム性を高めるなど楽しみながら、そして常に興味を持って活動できるように工夫する。

学校での部活動づくり、地域での総合型スポーツクラブづくりなど、陸上競技活動を支える組織づくりも大切になってくる。陸上競技に興味・関心を持った子どもたちが、いつでもどこでも気軽に陸上競技と触れ合うことができる環境をつくることにより、陸上競技の魅力に触れ、より強く陸上競技に傾倒することが期待できる。

(1) 地域の温度差をなくす

日本陸連が実施した全国の小学生陸上競技クラブの実態調査(2007年)によると、全国に2853クラブが存在し、その3分の2は学校内の部であったが、陸上競技単独クラブも537クラブが設立されており、スポーツ少年団の255を大きく上回り、小学生陸上競技クラブの充実ぶりが明らかになった。しかしながら、クラブ数には都道府県によりばらつきがみられ、200を超えるクラブを有している県から一桁のクラブ数の県まで存在し、小学生の陸上競技に対するそれぞれの都道府県の取り組みに温度差がみられる。

これらの温度差を小さくするために、クラブの運営や子どもの指導に関して成功事例をモデルとして、各都道府県に紹介するなどの対策が必要となってくる。普及育成委員会では、毎年、全国中央研修会を開催して小学生の指導者を対象に、発育発達段階における小学生の指導法からクラブ経営にいたるまで、現場の先生方に講習を実施してきた。2013年度からは、全国中央研修会を発展的に解消し、新しい指導者養成システム(JAAF公認ジュニアコーチ)に移行し、全国展開している



写真/オールスポーツコミュニティ

(第12章3節参照)。この新制度により、全国どこの地域においても全国統一の指導者の養成が期待できる。これらの制度により、これまで小学生陸上競技クラブ設立に消極的であった都道府県に対しても、小学生陸上競技クラブの充実・発展と新たなクラブの設立を働きかけが可能になると考えられる。

(2) 小学校期の指導者を育成する

また、小学校期の子どもたちを指導する指導者の養成が急務なのも事実である。なぜなら子どもをスポーツ好きにするかスポーツ嫌いにするかは、この時期の運動体験に左右されることが多いといわれているからである。競技者育成プログラムに則ったJAAF公認ジュニアコーチの確立により、発育発達期における正しい指導方法などを伝達することによって、優れた指導者を養成することができ、陸上競技愛好者人口の増加やタレント発掘などに貢献できると考えられる。

この時期の競技者育成に関しては、2009年より

「アスリート発掘・育成プロジェクト」を立ち上げ、競技者育成プログラムに則り、全国9カ所を巡回している。日本陸連と各都道府県陸協の普及・強化担当者が中心となりながら連携を図り、小学校期での陸上経験の重要性を再認識するとともに、さまざまな情報を共有することにより、1人でも多くの陸上競技愛好家を生む土壌づくりを進めることが大切である。

(3) 広く門戸を開いたイベント開催の推進

近年、各地で独自に「かけっこ選手権」や「ダッシュ選手権」といった、広く開かれたイベントを開催する地域が出てきた。U13世代に対しては特にこういった広く門戸を開かれたイベントの開催を行うことで、陸上競技の裾野を広げていくことが重要なことであると考えられる。普及育成委員会としてもこういったかけっこ選手権や、三種競技イベントの成功事例を各地に紹介し、全国展開することを検討していきたい。こういったイベントを通じて、より幅広く多くの子どもたちが、小学校期に陸上競技と出会うことで、陸上競技のみならず、すべてのスポーツにおける基礎となる「走・跳・投」に触れることができ、さまざまなスポーツを継続するうえで有益となり、陸上競技の発展・貢献はもちろんのこと、各種スポーツへの移行に関しても寄与できるものと考えられる。

4 中学生（U16）段階における育成の考え方

指導者は「木を見て森を見る」ように競技者一人一人の将来像を見ながら育成していかなければ

表6-5 日本代表選手の陸上競技実施率と競技レベル
渡邊、森丘（2013）

	全国大会		陸上 実施率
	入賞以上	出場	
小学校期	1.9%	3.8%	16.3%
中学校期	20.2%	40.4%	79.8%
高校期	61.5%	79.8%	98.1%

小学校期に陸上競技を行っていた者は少ない。中学から陸上競技を始めた者は約8割、全国大会出場の割合は4割程度。高校ではほぼ全員が陸上競技を実施し、8割が全国大会に出場、6割が入賞。

ならない。中学期において勝つことに対する賞賛は、大事なことである。しかしながら、勝つことに対する技術的方法論から見いだすことよりも、競技者が「続けること」の方法論を見いだすことがもっと重要であり、常に念頭においておかなければならない。表6-5のように日本代表経験選手における全日本中学校選手権出場の割合は40.4%で入賞率は20.2%である。すなわち、過半数は全国大会に出場しなくても日本代表選手になれるということである。また、陸上競技は素質の競技であるといわれているが、中学期におけるパフォーマンスの優劣で、将来が決定することは極めて困難であることがわかる。したがって、日本陸上界の将来の宝は、すぐそばにいてもかもしれないことから、U16段階の競技能力で評価や選手選抜をするのではなく、続けて努力することの価値を見いだす育成が極めて重要な時期であることは明らかである。すなわち、U16段階での指導力とは、競技者のパフォーマンスを上げる指導力もさることながら、先見性を明確に持つことも大きく求められているといえる。

(1) 各地域での中高情報連携体制をつくる

中体連登録競技者数は近年増加傾向であるが、学校体育現場の活動環境は非常に厳しい。陸上競技部の存在する中学校は、全国中学校数のほぼ半数となり、そのうち指導者本人が陸上競技経験者であった指導者はさらにその半分にとどまる。課外活動における外部指導者および学校外での陸上競技クラブなどは増加傾向にあるが、依然として厳しい状況であることには変わらない。陸上競技経験者でなくともJAAF公認ジュニアコーチなどの有資格者を今後も増加させ、指導者の質的向上を目指す必要がある。

また、中体連登録者から継続して高体連登録者になることが望ましいが、中学卒業を機に他競技への移行をする競技者も多く存在する。このため、中学期から高校期での競技継続推進が必要である。一方で、新たに高校時から陸上競技に転向して日本代表選手になったのは30%とかなり多く存在する。このことから、より優秀であると思われる競

技者の移行を促進させることが地域活性につながるといってよい。

この2つの層を増加させるためには、各県ごとに中学生の陸上競技実施者および陸上競技実施者以外の競技者情報を集約し、高校指導者とのシステムティックな情報連携の仕組みづくりを早急に行っていく必要がある。

(2) 種目トランスファーの促進

2020東京オリンピックプロジェクトは、種目トランスファーを促進させ、競技者の特性をさらに生かした競技者育成をしていくことが望ましいとしている。すでに本章第2節でも述べているように（表6-4参照）、日本代表選手は思春期前後に複数の種目経験をして、高校から大学にかけて種目変更をしていることが明らかになっている。これは、現U16段階では将来的な種目決定を予想することが困難であることから、指導者は身体リテラシーを高めるために、指導者が外発的動機づけを施し、さまざまな種目経験ができる環境づくりをしていくことが重要である（筆者も6種目の種目トランスファーを経て400mハードルに行き着き、世界選手権ファイナリストとなったことを付け加えておく）ことを示しており、これらのことから、U16段階では、決して指導者自身の指導種目の得意不得意で競技者への選択を迫ることをしてはならない。競技者自身の選択もさることながら、指導者が競技者のさまざまな種目への挑戦と動機づけを導き支えることが、高度専門化した種目トランスファーにも対応できる競技者を育成することになる。

日本陸連は、2020東京オリンピックプロジェクトチーム（以下、2020PT）においてタレントマネージャーの設置をした。詳細の解説は次節（5節）に譲るが、日本陸連では地区タレントマネージャーを選出し、その情報をもとにタレントマネージャーおよびプロジェクトディレクターの2名が、将来日本を代表する有望競技者を選出、「ダイヤモンドアスリート」という名称で数名を認定し、エリート教育を施していくシステムを構築しつつある。

(3) 種目の本質要素を見抜く

指導者は、発育発達段階への配慮はもちろん重要であるが、競技種目の本質を見抜き、技術的な一貫した発達に配慮することが必要である。

例えば、シニア期における100m走の種目的本質は、最大疾走速度が高い競技者ほどパフォーマンスが高いが、少年期やU16などの中学期においてはその付属要素であるスターティングブロックからのクラウチングスタート技術や後半疾走維持能力が高いと、パフォーマンスが高くなる場合が多い。しかし、これは、筋肉量や筋力および身長などの身体的発達度に依存度の関係性が高くなることが考えられることから、当然発育発達期の競技者におけるトレーニングの優先順位はスタート技術や後半疾走維持能力の向上は低くなるべきであろう。こうした知識を持ったうえで本質的要素に配慮しながら指導に当たることが大切である。

現在、2020PTではタレントトランスフォーママップの作成を急いでいる。これは各種目の本質的要素や過去の日本代表クラス競技者の調査をしており、U16段階の指導者が日本代表選手を指導していなくても種目や有望選手の明確な全体像を知ることが目的としている。

5 2020年東京オリンピックに向けた競技者の発掘と育成について

(1) タレントマネージャーの位置づけ

タレントマネージャーについては、2020PTの責任者である山崎一彦ディレクターによって作成された「国際競技力向上の強化システム構築」の内容と関連するものである。この「強化システム構築」では、5つの項目が挙げられており、そのなかでも「3. 種目、競技トランスファー促進」が該当する。そして、この項目のなかに「タレントマネージャーの配置」が明記されている。タレントマネージャーは、ほぼ同じ階層に位置づけられる、下記の役職者と種々の情報共有を行いながら、次世代グループといわれる「競技者の発掘」という役割を負うものである（図6-7参照）。

ストラテジスト（戦略計画作成者）：

日本陸連内の科学委員会や日本スポーツ振興セ

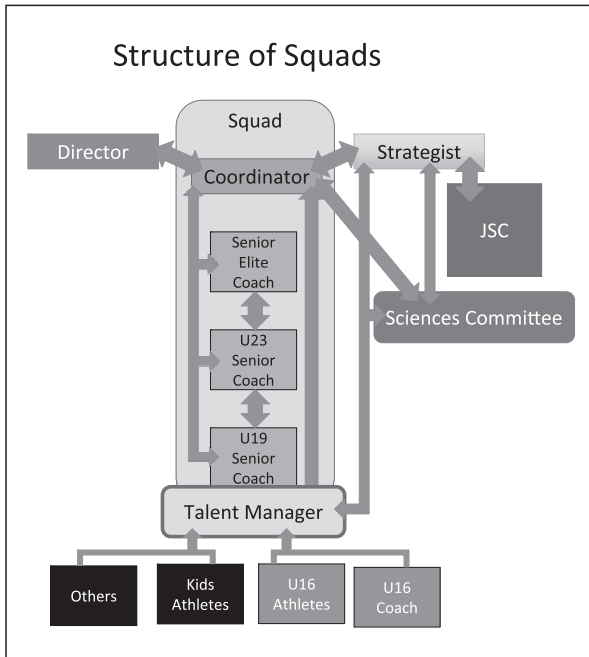


図6-7 タレントマネージャーの組織内における位置づけ（山崎，2013）

ンター等との連携を図る

コーディネーター：

ユースからシニアにわたる競技者の競技力向上にかかわる事項をマネジメントする

日本陸連が行った競技者の発掘にかかわる過去のプロジェクトとしては、2011年4月～2012年3月の間に、強化委員会内に設置された「跳躍復活プロジェクト」が挙げられる。この跳躍復活プロジェクトでは、将来性を有する競技者の発掘にかかわるさまざまな活動が行われ、当時の中学校3年生、高校1年生を対象として競技者の発掘がなされた。発掘された競技者には、その後、2014年に高い競技レベルを達成した者もいる。

この跳躍復活プロジェクトは、強化委員会の組織替えに伴い消滅したが、上記のような競技者を見いだしたことは、システム自体に有効な機能があり、目的を達成できたといえるであろう。また、このプロジェクトにおける特に重要な機能は、競技者の発掘に関する高い能力を有した中学校・高校の指導者を指名し、そこから情報提供を得たことである。「競技者の発掘に関する高い能力」とは、個々の競技者について、現時点を踏まえ、将来を見通す「目利き」が可能ということである。測定競技である陸上競技の場合、競技記録という

もので優劣を競うが、その競技記録だけでなく、将来性を含めた「目利き」ができるということである。指導者として、単に、中学校や高校の優勝者を何人育成したかということには、とらわれないということである。また、この「目利き」とは、競技者の形態面での発育発達過程、生育歴、それぞれの種目における動きの質的特性、性格的な特徴などといった面を総合的に捉え、記述できる能力ともいえる。一方で、人間の持つ能力を査定するという非常に困難で、怖さを含んでおり、常に、この点を自覚できることも前提となる。

(2) 将来オリンピック等で活躍できる 競技者の発掘にかかわる活動内容

跳躍復活プロジェクトで構築したシステムと、その内容を踏まえてタレントマネージャーとしての活動内容を新たに構築していくことで、2020年東京オリンピック、さらには、その後の競技力向上に寄与することが重要であると考えられる。これは、祭典として位置づけられるオリンピックを、一過性のものとして終わらせることなく、一方では、時代の変化に合わせて改変することは必要であるものの、基本システムとなるような形式で競技団体内のレガシー（遺産）となるようにすることを目指すものである。

そこで、すでに終了した跳躍復活プロジェクトではあるが、発掘した競技者のその後の活躍によって、成果は得ることができたと判断できる部分が多いため、第一段階としての競技者の発掘に関しては、このプロジェクトのシステムを踏襲した形式をとっている。日本全国を9地区（北海道、東北、関東、東海、北信越、近畿、中国、四国、九州）に分割し、それぞれの地区にタレント発掘にかかわる情報を提供する、地区タレントマネージャーを配置した。

委員の選出に当たっては、前述した「目利き」以外に、広範囲にわたる陸上競技の種目に対して十分な知識を持ち、さらには、さまざまな指導者から競技者のタレント性に関する情報を得ることが可能な方を、委員として選出した。選出された委員には、競技会を中心とした試合（競技会）観

察¹⁾や、合宿等でのトレーニング観察、さらには、関係する指導者との情報交換などを踏まえ、対象競技者の特徴をまとめたレポートの提出を依頼した。

(3) 発掘されたタレント性ある競技者への施策

競技者育成プログラムでは、学制によって小学校、中学校、高校、大学、さらには実業団というように、所属先が変わることによって指導者が変わることが問題とされている部分に対して、一貫指導という内容が1つの柱となっている。単に、指導者が替わることがあるかないかについては、日本代表選手になれば代表チームのコーチが指導をすることが起き、さまざまな場面で指導者が替わることが起きていてもいえる。一方では、国際的に活躍していくうえでは、海外に拠点を設けて活動をするとなると、全く日本国内と同じような環境をそろえることは難しい。また、場合によっては、海外の有名コーチに指導をお願いすることすら起き得る。海外のコーチに指導をお願いすることは、サッカーやテニスなどのスポーツでは、すでに起きている状況であり、これを陸上競技でも実施する可能性が残されている。実際には、海外合宿などでは種目特性に応じて合宿先を精査し、著名な海外コーチのもとでのトレーニングが実施されている。さらに、このような方式を、年間を通して展開する可能性がある。例えば、やり投の強化に関しては、フィンランドのユバスキラでの合宿が実施されており、ここには世界のトップクラスの競技者が集結し、トレーニングが展開されている。また、アメリカのフロリダ州には、スポーツマネジメント会社が展開しているスポーツ施設（IMG アカデミー；指導対象種目：テニス、ゴルフ、陸上競技など）があり、陸上競技では、アメリカの有名コーチが指導に当たっている。こうした場所に、発掘された選手を派遣し、年間を通して海外でトレーニングを行い、海外の競技会に参戦することが考えられる。

一方で、このようにして発掘された競技者に対しては、今後、次のような施策を実施し、2020年東京オリンピックを1つのターゲットとしつつ、

永続的に国際的な競技力向上を目指すこととする。

- エンブレム制度を設け、エンブレムを競技会でも着用（エンブレムを渡す認定式の実施のほかに、タレント性を有する競技者としての自覚を促し、発掘した競技者を観察し、育成していく指導者側への情報提供とするとともに、相互の緊張関係を創出する）
- 上記に関連して、主要な競技会への日本陸連のタレントマネージャーもしくは地区タレントマネージャーを派遣し、発掘された競技者の競技会観察とともに、直接的にコーチングをしている指導者や、その周囲にいる関係者（保護者や都道府県の陸上競技協会や高体連の強化担当者）との情報交換
- 強化委員会シニア合宿への参加（練習内容は別でも、シニア競技者をロールモデルとし、衣食住をともにするなかでトップ競技者の持つ空気感を肌で知る）
- 強化委員会強化育成部の合宿に参加（同世代の競技者とトレーニングをともにするなかで自らの持つ特性と弱点を自ら認識し、数年後の将来像を感知する）
- 発掘された競技者を対象とした、合宿や練習会の実施
- 国内で開催される国際競技会での研修（国際的なトップ競技者の練習やウォーミングアップ、さらには記者会見やミックスゾーンでの取材状況の見学など）
- 種目ごとの特性を生かした海外合宿（例：短距離－IMG アカデミー、ハードルや砲丸投－中国の上海体育運動技術学院、やり投－フィンランドのクオルタネン・ナショナルスポーツセンターなど）や海外での競技会参加
- その他

参考文献

- 1)：試合（競技会）観察：スポーツにおける試合状況、試合での行動、試合結果を査定したり評価するために行われる記述や分析（スポーツ科学辞典、エリッヒ・バイヤー編、朝岡正雄監訳、大修館書店、1993.）

関係団体との連携協力



1 日本実業団連合との連携協力

社会全体の景気の影響を受け、陸上競技に限らずスポーツにおける実業団チームは、減少傾向にある。一方、2020年の東京オリンピックの開催が決定したことで、1964年の東京オリンピック当時の実業団チーム設立の状況とは異なるが、企業として競技者をサポートしようという機運もみられる。

いわゆる「プロ」として陸上競技を続ける環境が限られている日本において、2回目の東京オリンピックを迎えようとしている現在でも、実業団チームの日本の競技力に果たす役割は非常に大きい。近年のオリンピック、世界選手権、アジア大会の代表選手の約6割は実業団に所属する選手であり、特に長距離・マラソン・競歩においては、そのほとんどが実業団所属選手である。将来有望な競技者に、高いレベルで競技を続ける環境を提供し、競技の面だけでなく社会人としての自覚と責任を持たせ人材を育成する実業団のシステムは、日本独自の文化であり、世界に誇れるシステムである。前回の東京オリンピックから56年後に開催される2020年の東京オリンピックに向けては、そのシステムのさらなる発展が期待される。

現在の強化委員会では、酒井勝充強化副委員長、宗猛男子長距離マラソン部長、武富豊女子長距離マラソン部長が実業団の強化を兼務し、今まで以上に連携を深め強化を推進する。

(1) 実業団スポーツの課題

実業団スポーツは、帰属意識の高まり（士気高揚）、広告宣伝効果、企業の社会的責任（CSR）の一環というメリットが存在し、バブル経済のもとで繁栄してきた。そのメリットが、アマチュアスポーツの持つ存在意義と一部合致し、実業団スポーツとして成り立ってきた。しかし、景気の悪化や、流動的な労働市場、株主重視の経営への変化が起こり、それらのメリットは低下し、大きなコストを伴う実業団スポーツチームの所有は難しい状況となり、相次ぐ廃部・休部が現在でも続いている。実業団スポーツの危機が景気の悪化のみを理由とするのであれば、この先、景気の回復とともに、自然と企業スポーツ自体も回復の兆しをみせるだろうと明るい見方ができたかもしれない。しかし、企業スポーツの存在意義であったメリットの希薄化により、もはや企業が所有するという従来の企業スポーツのかたちの存続は難しい状況に直面している。

(2) 今後の実業団と陸連の連携について

日本陸連と実業団だけの連携ではなく、その前の段階の大学生を取り込んだ強化の連携が必要となる。日本実業団連合や日本学連の強化関係者が日本陸連強化を兼務することで、強化に関する情報の流れを迅速にすることができる。

競技力の高い競技者の指導者だけでなく、実業団、学生等の枠を取り外した場（研修会・合宿）

を設け、日本陸連としての強化方針を共有することにより、日本として目指すべき目標を一つにして、まずは2020年東京オリンピックでの成功に向け、同じ方向を向き「一歩踏み出す」ということが重要である。

また、指導者育成の面に関しても、トップアスリートの受け皿となる実業団の指導者の資質向上のための取り組みへの着手も重要であり、その点については実業団との連携は必須である。競技者も指導者同様に実業団、学生の枠を外した研修会、強化合宿を実施し、意識改革、目標の共有を図りたい。

2 日本学連との連携協力

U23は当該年齢が日本学生陸上競技連合（以下、日本学連）の登録者であるため、今後はさらに学連との連携を図ることが急務である。近年多方で、学生期における競技の停滞が指摘されている。2020年東京オリンピックにおいて、大学生から多くの選手を選出することが予測できることから、日本陸連のU23の強化システムの構築と各大学との連携をしていかなければならない。また、日本陸連としては積極的な海外派遣ができるように支援していく。

日本学生陸上競技対校選手権大会および東京箱根間往復大学駅伝競走は、大学競技活動の動機づけとして大きな割合を占めている。我が国の競技力層を厚くすることに大きな貢献をしているといえるが、日本学連と日本陸連は、国際競技会の案内や情報の積極的相互理解を示し、国内レベルの競技力向上のみならず、国際的レベルに達する競技者育成ができる環境を相互で整えていく努力をしていきたい。

3 高体連との連携協力

2013年世界ユース選手権、2014年ユースオリンピック、2014年アジアジュニア選手権、2014年世界ジュニア選手権では、日本選手団は主要競技会で過去最高の成績であった。特にシニアの日本代表に直結しやすい世界ジュニア選手権では、プレイングテーブル（上位8位の得点換算）では世界第4位、メダルテーブル（金メダル数が重要）が世界第11位と、ジュニア世代では、強豪国入りを果たしたといつてよい。

2014年ユースオリンピックに当たっては、同大会アジア予選と全国高校総体都府県予選の日程が各地で重複していたなか、全国高体連の協力によりユースオリンピック日本代表選手は当該種目の



写真 / JAAF

免除が承認された。これによって若い競技者の世界への門が開かれたことが、ユースオリンピックでのメダル増加となった。また、2014年世界ジュニア選手権においては、その会期が全国高校総体直前というタイミングであったが、多くの高校指導者がジュニアの世界最高峰の競技会参加に理解を示したことから、過去最高の成績を収めることになった。それぞれにこうした経緯があってこそこの好成績ということができる。

合宿での連携はU19強化研修合宿（7地区ブロック）開催およびU19全国強化研修合宿で、高体連が主体となって運営協力を受けている。また競技会では全国高校選抜選手権および全国高校駅伝などの連携協力を得て大規模の競技会運営ができています。今後はタレントトランスファーマップの完成とともに、ジュニア期における適性種目の検討等を協議しながら連携を図っていきたい。

具体的な各種育成事業としては、

1. U19強化研修地区合宿
（11月～12月：7ブロック）
2. U19強化研修合宿
（上記地区合宿へのオリンピック育成競技者の高校3年生派遣）
3. オリンピック育成競技者測定合宿
（一般種目11月、長距離2月）
4. オリンピック育成競技者研修合宿
（一般種目1月、2月、長距離8月）
5. 種目別研修合宿（競歩、棒高跳）
6. ダイヤモンドアスリート海外研修合宿
を挙げることができる。

また、国際競技会の連携協力としては、

1. 世界ジュニア陸上競技選手権大会
（西暦の偶数年）
2. 世界ユース陸上競技選手権大会
（西暦の奇数年）
3. ユースオリンピック（2010年から4年間隔）
4. ユースオリンピックアジア予選
（2010年から4年間隔）
5. アジアジュニア陸上競技選手権大会
（西暦の偶数年）
6. アジアユース陸上競技選手権大会

（2015年より）

7. 日中韓交流協議会（日本体育協会事業）
8. 長距離海外遠征および研修（毎年8月）
を挙げることができる。

さらに、国内競技会においても連携協力を図ることが必須となっていく。ここでは、以下の競技会を挙げることができるだろう。

1. 全国高校総体
2. 全国高校駅伝
3. 日本ジュニアユース陸上競技選手権大会
4. 全国高校陸上競技選抜大会（2013年より）

日本陸連強化委員会の位置づけとしては強化育成部に属するが、育成の観点からみると種目の普及や将来有望と思われる競技者育成を兼ねていることから、普及育成の観点を常に配慮していきたい。国際的競技者としての第1歩を踏む積極的競技参加と全国規模の競技会運営をすることによってタレントプールの拡充をしていくことが、真の連携である。

4 中体連との連携協力

中学生の陸上競技人口は20万人を超える（2012年は中体連データによれば221,727人）。これは、各年代で一番大きい人数（例えば、高校では2012年は110,536人）であり、中学校年代が一番大きなボリュームゾーンである。

最近の傾向としては、陸上競技を小学校から始めている子どもも多くなり、またそれぞれのスポーツ種目において早くから専門化する傾向にあるが、依然として中学校部活動が「本格的にスポーツに親しむ最初の組織」である子どもも多い。このスポーツの入り口で、どのような体験をしていくかが、陸上のみならず、その子どものスポーツ体験にとっても大変重要である。一方、中学における特徴として、部活動の設置率が高校に比べて低いこと、顧問の先生方が必ずしも陸上競技の出身ではないことを挙げることができる。そのような点を踏まえて、どのようなサポートが重要かを考える必要がある。

そのなかで、今まで中学年代は普及側面からと

らえるか、強化側面からとらえるかを含めて、少々エアポケットになっていた面はぬぐえない。その反省を踏まえて、強化委員会、普及育成委員会とで「強化普及連絡協議会」を設けて、競技者に対しての一貫した育成という概念のなか、互いの指導における考え方においての摺り合わせを行い始めている。

現在、各種育成事業としては、

- ・アスリート発掘育成プロジェクトクリニック事業
- ・U16トップトレーニングキャンプ
- ・U16指導者講習会
- ・U16ジュニアブロック研修合宿

(2013年度より予定)

を行ってきた。そのなかで、2013年度より、地域ブロックごとの研修合宿も加え、選手指導、指導者同士の研修をより進めていく。

また、大会事業としては、

- ・通信陸上
- ・全日本中学校選手権
- ・全日本中学駅伝
- ・ジュニアオリンピック

の開催を行うことや、フォローを進めている。

また、日本陸連は中体連とも、年に2～3回、中体連連絡協議会を開催し、協議の場を設けて、意見交換や情報交換を進めることを行っている。

いずれにしても、いくつかここ数年で協同での事業を開始してきたが、今後、よりいっそうこの年代に対してのサポートについて、強化をしていきたい。

中学年代においても課題はあるが、強化概念として、「競技者育成として一貫的な視点を持った指導をどのように多くの指導者に理解してもらい、長い視点を持った指導を広く進めていけるようにするか」という観点と、普及概念としての、「多くの子どもたちが陸上に親しみ、陸上競技を通して得難いさまざまな経験を得てもらうようにするか」という双方を、充足できるように進めていきたい。

5 解決すべき共通の課題

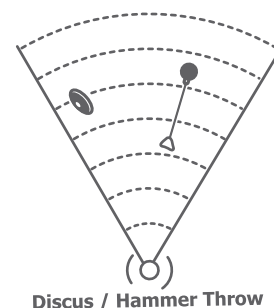
何回も触れてきたように、各年代での組織、地域での組織、多くの組織がマトリックス的にかかわりながら、競技者を育成していく。ここで重要なのは今さら繰り返すまでもないが、「連携」である。例えば、小学校、中学校、高校、大学、実業団と指導者が替わる我が国の現状では、各世代間での「連携」が極めて重要になる。将来的な選手の伸びしろ、適性を考え指導をしながら、どのように次の世代のところにより良い形で橋渡しするか、相互の「連携」のなかで、解決策を見出していきたい。各種の連携のための会議、現場での情報交換、ヒアリング、さまざまなものを積み重ねて「連携」を深めていく。

各組織と協同するもの、サポートするものさまざまであるが、本連盟として大きな役割を果たさなければならない共通の課題は主に以下の通りである。これらを踏まえて、本連盟でもサポートすべき事項を整理して順次行っていきたい。

- ・各組織運営へのサポート、アドバイス
- ・強化、普及をはじめとする競技者育成の方針、具体施策の策定、共有
- ・指導者資格制度の整理、充実、そしてその資格を生かす施策
- ・指導者に対する、有効な指導情報の提供
- ・タレント発掘に対してのエビデンスの整理、考え方、方針の広い浸透
- ・競技者育成における活動への組織運営、ファイナンス施策へのサポート、アドバイス
- ・行政などへの共同事業における共同提案
- ・競技者の雇用に対してのサポート、企業への依頼など
- ・地域（都道府県ごと）の拠点化

今後とも多くの協議を重ねて、取り組みをより強化していきたい。

都道府県陸協との連携協力



日本陸上界において都道府県陸上競技協会が、競技者育成から競技運営の審判団編成に至るまで日本の陸上界を支える一番の基盤であることはいうまでもない。まさしく、都道府県陸協が発展していくことが、陸上界の隆盛につながるようになる。

本連盟としては、さまざまな部分で各都道府県陸協と連携・協力し、競技者の育成、指導者養成をはじめとした陸上競技の発展に向けて、各陸協組織の活性化をサポートしていけるように体制を整えていきたい。現在サポートしている都道府県陸協の法人化についても、2014年度終了時点で43都道府県が完了し、ゆくゆく各組織の整備、強化の土台をつくりつつある。また、地域活性化を目指した助成制度も行っており、将来的には、ある一定の水準をベースにしながらいよいよ試みには別途のサポートをするなど、地域のパイロット的な試みをあと押ししていきたい。

競技者育成上の観点でいえば、第5章1節の図5-1（P30）にある通り、中体連、高体連、学連が年代ごとのラインを支え、都道府県陸協がエリア（地域）のラインを支えることで、各年代間をつないでいる。このように陸協のなかでも各々の連携がまさしく重要である。

各都道府県陸協に対しては、現状や課題点、日本陸連に求める事項などについてのヒアリングを重ねてきたが、競技者育成に関連する部分に関しては、以下の共通的特徴をみることができる。

■競技者育成がうまくいっている場合の共通項

- 基本的に陸協の活動が常日頃からいろいろな面で活発である。
- 小学校から中学校、高校と一貫的な連携ができている。
- 例えば、小学校の競技会の活動を中学校の先生方が協力する、中学校の競技会の運営を高校の先生方が協力することをはじめとして、相互の交流をもつなどをしている。それらが、地域としての一貫的な競技者育成につながっている。
- 県内で指導者の養成に、積極的に努めている。
- 指導者の重要性を十分に理解し、テキストを作成するなど、指導の考え方を広く行き渡らせている。早期専門化の是正や将来を見据えた指導の重要性などの認識が、各指導者に広く行き渡っており、第6章（P39～）にあるようなタレント発掘の考え方が理解されている。
- 各種普及事業を行い、小学校を含めて、裾野が広がっている。
- 小学校の活動や、地域クラブなどの活動を理解し、サポートし、将来的な陸上にかかわっている子どもを多くつくろうと活動している。
- 行政との連携がとれている。
- 教育委員会の方々との連携や意見交換が日常的にできている。

■課題として上げられる点や、うまくいっていない場合の共通項

- 学校現場での活動に対しての理解が低く、陸協

の中での部長あるいは委員長業務がなかなか思うに任せない。これは要因として、昨今の学校現場での教員の忙しさがあり、短期的な解決策はないものの、周囲に活動に対する理解を深めてもらうことで、改善されるケースもある。

- 競技会活動、国体への強化などで手いっぱい、なかなか陸協のほかの活動まで進めていくことができない。人的、金銭的にリソースが厳しい。
- 中学校、高校での連携に課題があり、その都道府県出身者が他の地域に多く流れているケースがある。
- ポジションや権限がなかなか若手にスムーズに

移行できていない。そのため、若手の志気が高くない。

- 県内の強豪校指導者に対してのサポートや協力・協同体制が整っていない。

具体的な課題事例は、各々の陸上競技協会によっても違うことも多いが、運営、活動は何より各陸協が主体的に行っていくべきものである。

日本陸連としては、これまで以上に積極的に地方の現状や要望を聞きながら、とるべき施策やサポートに努めるようしていきたい。そのため、地域対応窓口を事務局に設置し、より深い対応を進めていく。



写真/オールスポーツコミュニティ

強化拠点としての ナショナルトレーニングセンター



Relays/4×100,4×400

1 味の素ナショナル トレーニングセンターの拠点化

味の素ナショナルトレーニングセンター（以下、味の素トレセン）は、2000年に文部科学省から発表された「スポーツ振興基本計画」が2006年に改定され、「我が国の国際競争力の総合的な向上方策」の「ナショナルレベルのトレーニング拠点の整備」の必要性が示された際、それを受けて日本オリンピック委員会（以下、JOC）が作成した「JOC GOLD PLAN」に則ってつくられたものである。

我が国におけるトップレベル競技者の国際競争力の総合的な向上を図るトレーニング拠点として、2007年1月に陸上トレーニング場が先行開所し、2008年1月からトレーニング施設やアスリートビレッジなど、集中的・継続的な強化事業に使用することが可能になった。

また、2011年3月にはアスリートビレッジの南棟を増築し、現在は1日約448名の宿泊が可能となり、日本のさまざまなスポーツの強化拠点としてもその機能を高めている。

2 味の素トレセンの施設概要

味の素トレセンは主に、下記の3つの施設から構成される。また、隣接する国立スポーツ科学センター（以下、JISS）と連携を図ることにより、医科学・情報を取り入れた効果的なトレーニング

を行うことができる。

（1）屋内トレーニングセンター

地上3階、地下1階の建物に、10競技の専用練習場を設けているほか、プールやウェイトトレーニング室、研修室やコーチ室などの共用施設が設置されている。

（2）陸上トレーニング場

1) トラック

1周400mの6レーン、フィールド部分はすべての競技が問題なく実施できるようになっている第3種公認の全天候型走路の競技場である。トラック部分の6レーン全体には屋根が設置され、雨天による練習効率の低下を防ぐ構造となっている。

トラック部分を覆う屋根を外側から支えている柱は、スタートから10mおきに設置されており（1本ごとに電源も確保）、トラックの1レーン内側には5mおきにペイントマークが施されている。同様なペイントが傾斜走路にもなされており、トレーニングを実施する際の利便性を高めるよう配慮されている。さらに、4×100mリレーのバトンパスにかかわる分析のために、4レーンに1mおきの測定用のマークがペイントされ、練習時より家庭用ビデオカメラによる撮影および分析が即時的に行えるようになっている。

また、トラックの縁石部分は、すべて着脱が可能となっており、種々の実験・測定などを行う際

にさまざまな機器を配置できるほか、ランニングにかかわる実験場面などで自動車やバイクによる併走ができるようになっている。さらに、陸上競技の種目特性に配慮したなかで、各種の走、跳、投運動にかかわる地面反力測定を可能にするために、フォースプレートを埋設できるように整備されている。

2) フィールド

天然芝のインフィールド、砂場走路が60m、傾斜走路（傾斜部分の距離は60m、斜度は1.5度、2.0度、2.5度の3種類）が整備されている。陸上トレーニング場を利用するトップ競技者のトレーニングのために、走高跳・棒高跳で使用されるマット等が簡便に設置できるよう倉庫をトラック外側に分散して配置している。

3) その他

陸上トレーニング場の関連諸室として、シャワー完備の更衣室、トイレ、研修室（40人規模の広さ）、専任コーチングディレクター用のテクニカルルーム、マッサージ室、ウエイトトレーニング室が設置されている。また、第3種公認の陸上競技場であるため、競技会開催時に必要とされる種々の機器・備品類も完備している。今後は陸上競技、さらには他のスポーツ競技においても利用されることが予想されるトレーニング用の器具・備品（ミニハードルなど）をJISS、JOCとの協力を得て補充することで、味の素トレセンの陸上トレーニング場としての機能をさらに高める予定である。

(3) アスリートビレッジ（宿泊施設）

アスリートビレッジ内には宿泊室等、合宿・研修で利用する際に必要となる施設が完備している。本連盟関係者も多数がアスリートビレッジに宿泊し、合宿、研修会などに参加している。

・宿泊室：

1日約448名宿泊可能（ホテルタイプシングル・ツイン、マンションタイプ個室・グループ個室・和室、リビング、マッサージ室）

・共用施設：

食堂（SAKURA Dining）、大浴場（勝湯）、インターネットコーナー、ラウンジスペース

・研修施設：研修室、図書・学習室、ミーティング室等

【味の素トレセンサイトアドレス】

<http://www.jpnsport.go.jp/NTC/>

3 現状の利用状況と今後

現在、味の素トレセンはさまざまな用途で活用されている。利用目的としては下記の通りである。

- ・定期的なナショナルチームのブロック別強化合宿・研修・測定
- ・日本陸連の強化競技者やJOC強化指定選手など、味の素トレセンの利用資格を有する競技者の練習拠点
- ・大学や所属チームの練習拠点をホームグラウンドとする国内のトップ競技者においても、練習内容や競技会前の調整合宿などでスポット的な活用（マットの移動等の簡便さ、さらに棒高跳では、風の方向が一定となるように設計されているため、跳躍練習での使用といったように、トレーニング場の特性から使用される機会も多い）
- ・怪我によるJISSクリニックでの診察、復帰のためのリハビリ合宿
- ・国際競技会へ出発する前の事前調整練習場所
- ・研修・指導者向けのクリニック（例：砲丸投の回転投クリニック、ジャンプスカンファレンス等）
- ・都道府県および関係団体の強化合宿

今後は、このような研修会と連動させて、国内・海外のトップ競技者を招聘しての合同合宿も検討している。その際には、帯同するコーチへの指導者向けクリニックの開催や、先の科学的な分析も併せて実施することにより、種々の実験データなどの収集およびフィードバックも可能となる。

今後も、本連盟が実施する種々の研修・測定・合宿は、味の素トレセンを中心的な拠点として行い、スポーツ医・科学、情報の観点から隣接するJISSと連携し、強化事業が進められることになる。

4 味の素トレセン利用資格

(1) 利用対象者

味の素トレセンの利用対象者は、表9-1に示した通りとなる。

(2) 利用申し込みについて

施設の利用を希望する上記利用対象者は、下記まで問い合わせる。

問い合わせ先：日本陸上競技連盟 事務局

T E L : 03-5321-6580

F A X : 03-5321-6591

Eメール：ntc@jaaf.or.jp

表9-1 味の素トレセン利用対象者

(2014年10月現在)

No.	利用できる対象者 (注1)	陸上 トレーニング場	アスリート ビレッジ	J I S S クリニック
1	強化競技者（ゴールド・シルバー）	○ 無料	○ 有料	○ 有料
2	ディベロップメントアスリート	○ 無料	○ 有料	○ 有料
3	ナショナルチーム（リレー・マラソン）選手	○ 無料	○ 有料	○ 有料
4	JOC強化指定選手およびスタッフ	○ 無料	×	○ 有料
5	強化委員会の推薦者	○ 無料	×	○ 有料
6	医事委員会の推薦者	×	×	○ 有料
7	JOC専任コーチングディレクター-NTC担当の推薦者	○ 無料	×	×
8	強化委員会実施の合宿・研修会（注2）	○ 無料	○ 有料	○ 有料
9	地域・都道府県陸協の選抜合宿（注3）	○ 無料	△ 有料（注3）	×

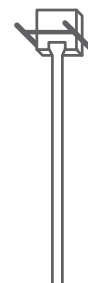
(注1) 専任コーチ・練習パートナーは、競技者に帯同して競技者と同様に利用できる。

(注2) 陸連強化委員会の主催する強化事業での費用は、日本陸連強化予算で負担する（一部個人負担もありうる）。

(注3) 地域・都道府県の選抜強化合宿の利用は気候的な理由等、地域的な事情により味の素トレセンの利用がその地域の強化策に寄与できると強化委員会で判断した場合。ただし、アスリートビレッジは稼働率が高まっており、原則受け入れが困難となっている。



陸上競技カレンダーの整備



Pole Vault

近年、主要大会のスケジュールが整備され、日本陸連加盟・協力各団体所属の競技者がそれぞれの最重要大会で力を存分に発揮できる日程が設定されるようになった。現在、日本のトラックシーズンは大きく分けて2シーズンで構成されており、トラックシーズン中は、ほぼ毎週さまざまなカテゴリー（一般、中学、高校、大学等）の大会が開催されている（表10-1参照）。これらは古くからの日程調整の結果であり、どこかの大会の日程を変更することは、玉突き式にすべての大会の日程変更を必要とすることから、安易な変更は困難である。また、リオデジャネイロオリンピックまでの世界選手権（2013年モスクワ、2015年北京）は8月に開催されるが、2013年の東アジア大会は10月、2014年のアジア大会は9月～10月にかけて開催と、秋のトラックシーズン中に開催されることとなるため、国内の競技会カレンダーを作成するにあたっては、これら海外の重点国際大会の日程（表10-2）も把握しつつ、調整する必要がある。

さらに、技術的要素を多く含む種目特性から、跳躍競技をはじめとする一部の種目では、室内競技会の重要性も否めない。男子棒高跳においては、室内競技会で好記録をマークし、その後、屋外競技会でさらに好結果を得たケースが散見されることを考えれば、室内競技会は強化上重要と考えてよい。ただし、新規に室内競技会を開催するには多額の費用を要することもあり、その費用対効果

については冷静に見極める必要がある。既存の室内競技会等を活用しながら、強化施策をうまく連動させることを検討する方法もあろう。

また、日本の競技会スケジュールが、大きく分けて2シーズン制であることを考えると、これに冬季室内シーズンを設けるのは基礎的な能力を高めるいわば充電期間を減らすことも意味するため、慎重に考える必要がある。年間を通じて競技会を乱立させるべきでないことは当然としても、2月あたりに2週間程度にわたって、3試合程度行われることは、冬季シーズンのトレーニング効果の検証という意義もあるため、今後、実現に向けた検討を進めたい。

1 リオデジャネイロオリンピックに向けた競技会カレンダー

リオデジャネイロオリンピックでの活躍を考えると、より多くの競技者が参加標準記録を突破することが重要であることはいうまでもない。しかし、近年のオリンピック、世界選手権における参加標準記録の高水準化や有効期間の短さを考慮すると、開催前年のシーズン後期に標準記録を切ることができる競技者はそれほど多くはなく、多くのトップ競技者が2016年シーズンに入ってから日本選手権までに標準記録を突破しなければならない状況になるものと予想される。このためには、前述の室内競技会の活用も考慮し、主に4月から始まる春のトラックシーズンへの移行をスムーズ

表10-1 2015年度 国際・国内主要大会スケジュール

		国際大会(日本代表派遣)	日本陸連	地域・都道府県	実業団	大学	高校
4月	上旬						
	中旬		日本選手権50km競歩 日本グランプリ 長野マラソン	都道府県選手権			
	下旬		日本グランプリ	〃		各地区学生対校	
5月	上旬	ワールドリレーズ アジアユース選手権	日本グランプリ ゴールデングランプリ	〃		〃	各都道府県高校総体
	中旬			〃	各地区実業団対抗	〃	〃
	下旬			〃	〃		〃
6月	上旬	アジア選手権		〃			〃
	中旬					日本学生個人選手権	各地区高校総体
7月	上旬		日本選手権	都道府県選手権			
	中旬	ユニバーシアード アジアグランプリ	日本選手権混成	都道府県選手権			
	下旬	日中韓3カ国交流 世界ユース選手権	南部記念陸上	〃			
8月	上旬				実業団・学生対校	実業団・学生対校	全国高校総体
	中旬		全国中学陸上				
	下旬	世界選手権 日・中・韓ジュニア交流競技会	全国小学生陸上 北海道マラソン	地区選手権 都道府県選手権			全国高校陸上選抜
9月	上旬			地区選手権			
	中旬					日本学生対校	
	下旬				全日本実業団対抗		
10月	上旬		国民体育大会				
	中旬		日本ジュニア・ユース選手権			全日本大学選抜駅伝	各都道府県高校駅伝
	下旬		日本選手権リレー 全日本50km競歩 ジュニアオリンピック		地区実業団駅伝	全日本大学女子駅伝	〃
11月	上旬				〃	全日本大学対校駅伝	〃 各地区高校駅伝
	中旬		国際女子マラソン(仮称)		〃		〃
	下旬		国際千葉駅伝		〃		〃
12月	上旬		福岡国際マラソン				
	中旬		小学生クロスカントリーリレー 全国中学駅伝		全日本実業団女子駅伝		
1月	上旬				全日本実業団駅伝	東京箱根間往復大学駅伝	
	中旬		都道府県対抗駅伝(女子)				
	下旬		都道府県対抗駅伝(男子) 大阪国際女子マラソン				
2月	上旬		別大マラソン				
	中旬		千葉国際クロスカントリー		実業団ハーフマラソン		
	下旬		日本選手権20km競歩 福岡国際クロスカントリー 東京マラソン				
3月	上旬		びわ湖毎日マラソン			日本学生ハーフマラソン	
	中旬	世界室内 アジア選手権・20km競歩	名古屋ウィメンズマラソン 全日本競歩能美 日本ジュニア室内				
	下旬	世界ハーフ				日本学生20km競歩	

にする必要がある。つまり従来のカレンダーではシーズン本番に向けてテスト的な意味合いで試合を重ねていく3月下旬および4月上旬といった時期に、世界選手権やオリンピックの出場を目指す競技者は、すでに自己記録を更新できるような競技的状态に仕上げておく必要があり、さらに日本選手権までに、どこで記録を狙うかということも戦略的に考えなくてはならない。

競技者の準備はもちろんであるが、大会としても日程やタイムテーブルを含めて、競技者が高いパフォーマンスを発揮し、競技会そのものが盛り上がるための工夫が必要となる。競技会全体のカレンダー整備で解決すべきこと、大会主催者として大会内で対応できる点を総合的に考慮し、関係各所との緊密に連携をとり、整備を進めていかなくてはならない。

表10-2 2015～2016年 主要国際大会カレンダー

年	シニアカテゴリ			ジュニア・ユースカテゴリ		
	月	大会	場所	月	大会	場所
2015	3	世界クロスカントリー	貴陽（中国）	3	世界クロスカントリー	貴陽（中国）
	5	ワールドリレーズ	ナッソー（バハマ）	5	アジアユース選手権	ドーハ（カタール）
	6	アジア選手権	武漢（中国）	7	世界ユース選手権	カリ（コロンビア）
	7	ユニバーシアード	光州（韓国）			
	8	世界選手権	北京（中国）			
2016	3	世界室内	ポートランド（アメリカ）		アジアジュニア選手権	未定
	3	世界ハーフ	カーディフ（イギリス）	7	世界ジュニア選手権	カザン（ロシア）
	8	オリンピック競技大会	リオデジャネイロ（ブラジル）			

2014年9月に行われた理事会において、2015年度の主要競技会日程が承認された。2015年度はワールドリレーズが5月の初旬に開催され、またアジア選手権大会が6月の初旬に開催される。このことから、織田記念を例年の4月29日から4月18～19日に前倒しし、この大会をワールドリレーズの代表選手選考に活用できるようにした。アジア選手権大会は、武漢（中国）で開催されることも決定し、しかもこの大会が6月第1週に開催されることになった。これにより、アジア選手権大会が例年の日本選手権開催時期とバッティングしてしまったため、日本選手権大会を6月下旬に遅らせた。

また、リオデジャネイロオリンピックの参加標準記録有効期間が、2015年5月1日から始まることが決定した。これにより、春の日本グランプリシリーズでも5月3日に開催される静岡国際は有効期間内になるが、4月中に開催されるその他の競技会は無効期間に入らないことになる。しかし、この時期の競技会スケジュールは、関係陸協においても非常にタイトである状況下で組まれており、すべてのグランプリシリーズを5月に移動させることは不可能であった。開催日が有効期間内であるか否かという点について、種目間で不公平感が生じることは非常に残念であるが、ご理解をいただかない。

加えて、2015年度の国際陸連カレンダーをみると、日本の国内競技会カレンダーとがうまくリンクしていないことが浮き彫りとなった。ワールドリレーズが開催される5月第1週は、日本では春のシーズン真っ盛りである。一方、国際カレンダーにおいて5月第1週といえば、まだ主要大会は開催されておらず、シーズンの初戦に位置づけられ

る。つまり、この時期にワールドリレーズを開催することは、国際的には最も他の競技会との調整が少なく済むと考えられるのである。

こうした国際陸連のカレンダーおよびアジア陸連のカレンダーと日本陸連のカレンダーとのミスマッチを解消していくためには、まず、国際陸連のカレンダーについては、日本のカレンダーをそこへ合わせていくしかないであろう。一方、アジア陸連のカレンダーに関しては、今後、加盟国間で協議を進めていくべきといえる。国際大会に1人でも多くの選手をアジアから送り込むこと、またその場において優れた成績を収めることを目的として、アジア陸連主催大会のカレンダーを検討する必要がある。

2 東京オリンピックに向けた競技会カレンダー

2015年度の国際陸連およびアジア陸連のカレンダーに伴った日本陸連カレンダーの変更には非常に多くの時間を費やして検討した。そして、これについて検討した際に、東京オリンピックにおいて目標を達成するための競技会カレンダーについても自然と議論が深まった。その際に、挙げられたポイントは以下の通りである。

- ダイヤモンドリーグをはじめとした世界の強豪と渡り合う武者修行を促進するためにも、これらの国際大会に参加しやすいスケジュールを検討する必要がある。
- これを考慮したうえで、日本選手権の日程を検討する必要がある。
- 記録の出やすい競技会を開催する必要がある。
- 国際大会も含めてすべての試合に優先順位をつけて、優先順位の高い試合がよい気候条件の日

程で開催されるように検討する必要がある。

これらについて、最短で2016年度の競技会スケジュールに盛り込むことを目標に、強化委員会内に小委員会を設けて検討を始めていく。特に、ダイヤモンドリーグへ参戦することを促すことができるカレンダーづくりは、強化方針に謳った武者修行の促進を可能にするうえでも急務である。なぜなら、カレンダーが整わないままに武者修行を促進しても、それは選手を苦しめるだけになってしまう恐れが生じるからである。

国内試合においては日本選手権の配置が、ダイヤモンドリーグへの参戦を可能にするものである必要がある。そして、現行の6月初旬（2015年度はアジア選手権の日程によって6月最終週に開催となっているが）に行くことが、それを可能にするものか否かについて検討を急ぐ。さらに、日本選手権を動かすことによって、結果的に玉突きで他の競技会も動かす必要が出てくる。その際に強化方針に則った競技会の優先順位を作成し、その順に検討していくことが必要であろう。まず、強化方針に則った競技会の優先順位を決定する作業が求められる。

しかし、競技会カレンダーは、関連組織との長年にわたる調整のうえで成立しており、変更には多くの組織から意見を頂戴する必要があることは承知している。よりよい国内競技会カレンダー整備のために、ぜひとも関係各所のお力をお借りしたい。

3 ジュニア、ユース年代の競技会カレンダー

本連盟は、国際陸連主催大会をはじめ、多くの国際大会へジュニア・ユース世代の日本代表選手を派遣している。これは、高校生、大学生の指導者に、国際大会を経験させることの重要性を理解していただき、国内競技会との調整を図っていた賜物と考える。

2012年に開催されたロンドンオリンピックの反省の1つとして、「国際経験の不足」が挙げられた。リオデジャネイロオリンピックや2020年東京オリンピックに向けて、「次世代を担う若手競技

者の国際大会への派遣」は、今後も重要な強化施策と考える。

2013年度以降の国際大会としては、2013年度に世界ユース選手権、アジアユースゲームズが開催され、2014年度には世界ジュニア選手権、ユースオリンピックゲームズアジア予選、ユースオリンピックゲームズ、アジアジュニア選手権など、多くの国際大会が開催された。ジュニア・ユース世代を「将来のオリンピック選手」として強化・育成するための強化施策の一環として、今後も積極的に派遣を計画している。

ただし、これらの大会派遣の中心となる高校生競技者は、従来から日程が高校生の国内主要大会と重なる傾向があり、選考が非常に難しい状況にあった。2010年度については、ユースオリンピックゲームズアジア予選出場の高校生は、全国高校総体の県予選を免除となる方法がとられ、一步前進したといえる。全国高校総体の日程は、統括団体（高体連）が異なるため、日本陸連が決定できるものではないが、関係団体と協力しながら、今後も国際大会の派遣の障害となる要素に対処していかなければならない。

4 長距離、クロスカントリー、駅伝の競技会カレンダー

ヨーロッパやアメリカでは、9月には大きな競技会が終了し、移行期間を経て翌年のトラックシーズンに向けたトレーニング期間となる。2シーズン制となっている日本の場合、日本学生対校選手権、全日本実業団選手権、国体などの大きな大会が秋に開催され、トラックシーズンは10月いっぱいまで続くことになる。さらに長距離の競技者はそこから駅伝等のロードレースのシーズンとなるため、アメリカやヨーロッパとは違う年間計画を求められることになる。

アメリカやヨーロッパでは冬の間クロスカントリーの大会が各地で開催され、同時進行で室内の競技大会が行われる。クロスカントリーでスピードや脚パワーを高め、室内競技会を経てトラックレースに備える流れが主流であるが、日本では冬の間各地で駅伝やロードレースが実施されてお

り、なかでも日本の伝統ともいえる駅伝の人気はとりわけ高い。競技会カレンダーが異なるなかでアメリカやヨーロッパと同じ流れを組むことは不可能であるため、日本の独自の強化としてはこのような駅伝をはじめとするロードレースを、強化の一環として活用しなければならない。

ただ、ここで我々が忘れてはいけないのは、あくまで駅伝は、長距離、マラソン強化のための手段であり、最終目標ではないということである。近年、世界選手権やオリンピックの参加標準記録に積極的に挑む大学生が増えてきたことは、大学の指導現場でも世界を見据えた指導者が増えてきた証と推察される。最終的にはトラックやマラソンで世界と戦う競技者を育成できるよう、駅伝、ロードレース、クロスカントリーのそれぞれの利点を理解しつつ、年間計画に組み込み、選手強化を推進していきたい。



写真/オールスポーツコミュニティ

各委員会との連携協力



1 科学委員会との連携協力

これまで強化委員会および日本代表レベルの指導者から、データをとってもフィードバックがないとの意見が出たことがあった。これについては、データをフィードバックしてもそれを読みとれる力がコーチに備わっていない場合があり、このことをフィードバックがないと認識している可能性もある。ただ、そのフィードバックが「渡しきり的なフィードバック」であったとすれば、噛み砕いてフィードバックしてもらふ必要もあると考えられる。接点を見出すためには双方の歩み寄りが必須であるといえるだろう。

以下に科学委員会との連携協力の内容として挙げられる項目を示した。

(1) 科学的データを活用できる指導者の育成

強化委員会としては、科学的データの重要性を認識し、そのデータを読みとる力（データに振り回されない力も含めて）を持ち合わせたコーチの育成と、その人材が適材適所に活動できる環境を整えていくことが急務である。

リオデジャネイロオリンピックに向けて、各ブロックに科学スタッフを1名配置した。これは、前述の相互関係を好循環させることや、科学的なデータを強化に取り入れることの有効性を認識したものであり、新しい試みといえる。今後、強化委員会とブロックつき科学委員との連携、および

ブロックつきの科学委員と科学委員会本体との連携について、さらに強化を図っていくことが期待できる。

そのためにも、指導者の科学的なデータの読み方およびその取り入れ方について、理解を深めていく必要がある。そこでブロック合宿等で、選手およびコーチを対象とした科学委員会による研修会を開催していく必要があるだろう。

(2) 日常的な科学サポートの重要性

科学サポートをするにあたり、科学的データが競技力向上に資するためには、莫大な時間と経験が必要になる。たとえ科学的なデータによって即効性の高いサポートができ、結果を残せたとしても、それは、客観的に現状を把握する作業を日々のトレーニングにおいて繰り返し、ある程度の高い頻度でデータを取っていたことによるものと認識しておく必要があるだろう。

これを踏まえて、強化委員会は、科学委員会と綿密な連携をとり、リオデジャネイロオリンピックまでの年次サポート内容（測定項目やその頻度など）を主体的に提案していく。また、文部科学省がJSCおよび筑波大学に委託して進めている「マルチサポート事業」を受けることのできる種目（男子ハンマー投、男子やり投、男子4×100mリレー、男女マラソン＝2014年度時点）に関しては、さらに事業を担当する団体の関係者を含めて綿密な計画と連携を行い、効果的に活用してい

くことが必要である。

(3) 東京オリンピック対策

東京オリンピックにおいて目標を達成する確率を高めるために、科学的なデータの活用は必要不可欠である。言い方を変えると、科学委員会との連携が東京オリンピックにおいて目標を達成するための鍵になる。具体的には、東京オリンピックで活躍が期待できるようなタレントの発掘に関して科学委員会との連携を検討することとし、日本代表経験のある競技者の競技歴調査や種目の変更を促すために種目トランスファーマップの整備を行う。これらについても具体的な内容については第4章および第6章に詳しく述べたが、日本を代表するような競技者の多くが、陸上競技を始めたころに専門とした種目とは異なる種目で日本代表に選出されている。特に、日本が得意とするマラソンや10000mなどの長距離種目、やり投、400mハードルは中学期の大会において種目が実施されていないことから、これらの種目で日本代表に選出された競技者で中学生のころから陸上競技に取り組んでいた競技者は、この時点ではこれらの種目とは異なる種目に取り組んでいたことになり、結果としてほぼすべての競技者が種目トランスファー組ということになる。したがって、種目トランスファーを促進することは、重要な強化施策の1つといえる。

さらに、2014年度に開催された世界ジュニア選手権に科学委員会が独自の事業としてスタッフを派遣し、ジュニア世代の科学的なデータの計測を行った。同大会においても、また過去の大会においても、シニアの世界選手権と比較して日本チームは優秀な成績を収めることができているが、この理由を明確にすることで、次の強化戦略につなげることができると考えている。さらには、同大会で得られた情報をもとにした戦力分析は、今後の強化戦略において非常に重要な意味を持つ。つまり、どの種目が狙いめとなる種目なのかを見極めることである。シニアの世界リストも上位にランクされるような記録を持つ選手が世界ジュニア選手権において活躍している種目は、東京オリ



写真/JAAF

ピックにおいてレベルの高い種目となっている可能性が高く、種目トランスファーマップによるこれらのレベルの高い種目への転向は積極的に進めないようなことも考えていく必要がある。このように、今後科学委員会から報告されるデータは、非常に興味深く、これをもとにした戦略の立案が実践に大きな効果をもたらすことも期待できる。

東京オリンピックは、2020年7月24日～8月9日の会期で実施される。この時期の東京は1年のなかで最も蒸し暑い時期といえ、2020年東京大会はオリンピック史上最も蒸し暑い大会になるものと考えられる。しかし、そもそもこの国に生きる我々にとってこの気候はチャンスである。過去を振り返ってみると、1998年アジア競技大会バンコク大会女子マラソンにおいて、高橋尚子選手が当時の日本最高記録で優勝し、この時も30℃を超える気温であった。この成功により彼女とコーチが非常に多くの実践知を手に入れたことは想像に難しくないし、おそらくそれらはすでに日本の長距離コーチ陣に共有されているものであろう。これらのことから、我々日本チームは、オリンピック史上最も蒸し暑いであろう気候をむしろ逆手にとって、チャンスに変えていくべきといえる。

しかし、多くの選手およびコーチが利用できる知見とするためには、これらの実践知の科学的な裏づけが不可欠となる。今後、これまでの経験的な実践知とそれを裏づける科学研究、さらには基礎的な科学研究から得られた知見をもとにした新しい実践事例など、科学の力を大いに活用する必要がある。これらを実現させるためにも、科学委員会と連携して暑熱環境への順応に関する実践研

究を進めていきたい。

2 医事委員会との連携協力

これまでの主要国際大会において、大会当日までの体調不良によって選考された選手が欠場するという例は極めて少ない。これは医事委員会の協力なくして考えられないことといえる。ここに記して協力を感謝し、今後とも競技者がスタートラインに立つまでの健康の維持と増進に対して、ご協力をお願いしたい。そしてここで歩みを止めるわけにはいかず、さらに強固な連携を模索する必要がある。

(1) コンディショニングチェックのさらなる充実

ロンドンオリンピックでは、トレーナー3名に加えて、ドクター1名が帯同した。シドニーオリンピックからドクターが帯同してきたが、選手村内にて活動することができたことはオリンピックとしては初めてのことで、予防と迅速な対症治療を受けることができた。したがって、今後もドクターの村内での活動を重要視していきたい。

また、メディカルチェックの結果についても、年々精度が増しており、必要に応じて個々に対応できるようになっている。今後は、医事委員会によるメディカルチェックの活用について、選手の健康の維持増進にさらに有益なものとなるよう検討を重ねていきたい。

しかし、一方でデータの共有には、個人情報取り扱い等、さまざまな検討すべき課題がある。実現に向けては、これらを1つずつ解決していく必要があるが、近い将来は日本代表レベルでの症例、ジュニア期における症例などを指導者へ提示できるようにすることで、ドクターおよびトレーナー間での知識や経験の拡大だけでなく、指導者および競技者への周知ができるようにしたい。これらが可能になれば、さらにサポート体制の深まりを見せることができるだろう。

医事委員会とトレーナー部が実施している日本代表選手選出以降に行うコンディショニングチェックは、経年的に実施し、精度を高めていった。開

始当時は、回答ツールとしてファクシミリを利用したため、継続した回答が得られないケースもあったが、電子メールに変更したことで回答率が格段に上がった。このことによって代表選手の些細な体調の変化なども、遠隔地にいる帯同トレーナーおよびドクターが把握することができたため、現地入りしたときの対応が容易となった。

これをさらに改良していくために、今後は、強化委員会との連動を意識し、連絡システムの整備、コンディショニング質問項目の精査、コンディショニングと競技会成績とのリンクなどについて検討を進めていく。

(2) アンチ・ドーピング精神の啓蒙

医事委員会の重要な活動としてアンチ・ドーピングに関する啓発活動が挙げられる。これまで、日本陸連では、日本アンチ・ドーピング機構(Japan Anti-Doping Agency; JADA)と協力しながら、指導者および強化競技者に対して講習会やドーピング検査を通じて、ドーピング防止の養育を行い、2～3年ごとに啓蒙冊子『クリーンアスリートを目指して』を改訂し、ドーピング防止にかかわる情報を提供してきた。さらに、ミウラ折の「ドーピング防止便利帳」を配布している。また、薬物使用に関して、「陸連アンチドーピングライン」を10年以上開設しており、指導者および競技者からの問い合わせに回答してきた。さらに、2004年以降は競技者のすべての「治療目的使用に係る除外措置 TUE」申請の指導・内容確認を行っている。

JADAとの連携において、医事委員会にドーピング防止担当の委員と日本陸連の事務局内にドーピング防止担当者を置き、JADAの競技団体連絡会議に参加している。

今後、さらに、

- ①日本陸連のホームページにアンチ・ドーピング関係のサイトを開設し、携帯電話からもアクセスできるようにすること、
- ②国体の陸上競技選手団に対し、各都道府県の体育協会、陸上競技協会などの医科学委員会が中心となってドーピング防止教育を行うこ

とを義務づけること、

- ③ジュニア時代からアンチ・ドーピングの考えを浸透させるために、日本学連、高体連でもドーピング防止教育を指導者、競技者に徹底すること、

などを医事委員会と協力しながら進めていく必要がある。第14章には、日本陸上界におけるアンチ・ドーピングの取り組みを述べた。あわせてご参照願いたい。

また、医事委員会ではスポーツ栄養にも力を入れており、陸連のジュニア合宿においてもブッフエスタイルの食事の取り方の実際や食育の講習会を行い、またU13、U16、U19などの研修会でもスポーツ栄養について講義を実施している。競技力向上およびケガをしないため、サプリメントに頼らない適切な食事による身体づくりから始めることの重要性について、引き続きさらに研修を深めたい。

(3) リオデジャネイロオリンピック対策

リオデジャネイロオリンピックへ向けては、メディカルチェック、コンディショニングチェックなどの対症措置的サポートのみならず、特に年次段階的サポートのトライを繰り返さなければならない。そのため、強化委員会からの早急な提案と医事委員会との協働作業は必須となる。なぜなら、初の南アメリカ大陸でのオリンピック開催であることや、競技者の現地環境経験の少なさなどから、競技者のコンディショニングには、通常よりも十分に配慮した対策が必要で、早急にその準備に取りかからなければならないからである。

すでに強化委員会、医事委員会および科学委員会は、3委員会共同の協議会を実施して連携を強めている。

(4) 東京オリンピック対策

東京オリンピックがオリンピックの史上もっとも蒸し暑い大会になる可能性があることは先述した通りである。そして、暑熱環境への適応に関して、科学委員会と連携する必要があることも先述した。一方で、これらの実践研究を実施するう

で、医事委員会の有する知見は非常に有用である。

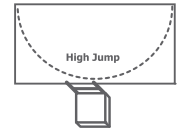
暑熱環境への適応を考えるうえで、まず検討が必要になってくるのは「何を負荷とするか」である。長距離種目における低圧酸素環境でのトレーニングでは、酸素分圧が低いことを負荷としていて、その酸素濃度に身体が適応することを期待している。ウエイトトレーニングでは、対象物の重量を負荷としていて、この重量に身体が適応して筋量が増えたり、単位面積当たりの出力が向上したりすることを期待している。これらはトレーニングの原理における過負荷の原理に則って、暑熱環境への適応を期待する場合、負荷は暑さであったり、少ない摂取水分であったりするはずである。つまり、本人が欲するままに水分を補給しては、筋の収縮に必要な電解質を身体に留めておくようには適応しない。したがって、少ない水分摂取でトレーニングを行う必要があるものとも考えられるが、これは選手を命の危険にさらす可能性がある。そこで、医師の立ち合いのもと、適切なモニタリングを行いながら、トレーニングを行う必要がある。この点に関して、医事委員会および科学委員会と連携しながら検討を進めていきたい。

さらに、医事委員会と連携を進めていきたい事業として、メンタルヘルスの部署の整備が挙げられる。オリンピックにおいて開催国の選手たちが、想像もつかないようなプレッシャーに襲われるであろうことは容易に想像できる。したがって、これらのプレッシャーから解放されるための方策およびプレッシャーを味方にする方法について、精神科の医師からも助言をいただきながら、選手サポートを充実させたい。



写真/JAAF

陸上競技における指導者育成の 基本的な考え方



1 指導者の役割

指導者の役割で重視されるのは、各学校段階の指導者が「一貫性」の考え方を重視し、それぞれの段階において、やるべきことを確実に実践していくことで長期計画を遂行することである。子どもから成人へと成長するにつれて、人間の形態やその機能は著しく変化していく。そこで、小学生や中学生の段階から競技者として育成するにあたっては、発育・発達に基づいた「長期計画」が必要となってくる。

特に、ジュニア期を担当する指導者は、選手一人ひとりにおける心身の成長に常に気を配りながら、トレーニングを課す必要性が生じてくる。成長のピークは、個人によって4歳くらいの差がみられることがあるので、それぞれの成長度合いによりグループ化するなど、選手個々に応じたトレーニングを処方することが大切である(図12-1)。

発育発達に則したトレーニングを課さなかったためにパフォーマンスが向上しなかったりバーンアウトに陥ったりするほか、早期専門化の影響からスポーツ障害で競技を断念せざるを得ない状況

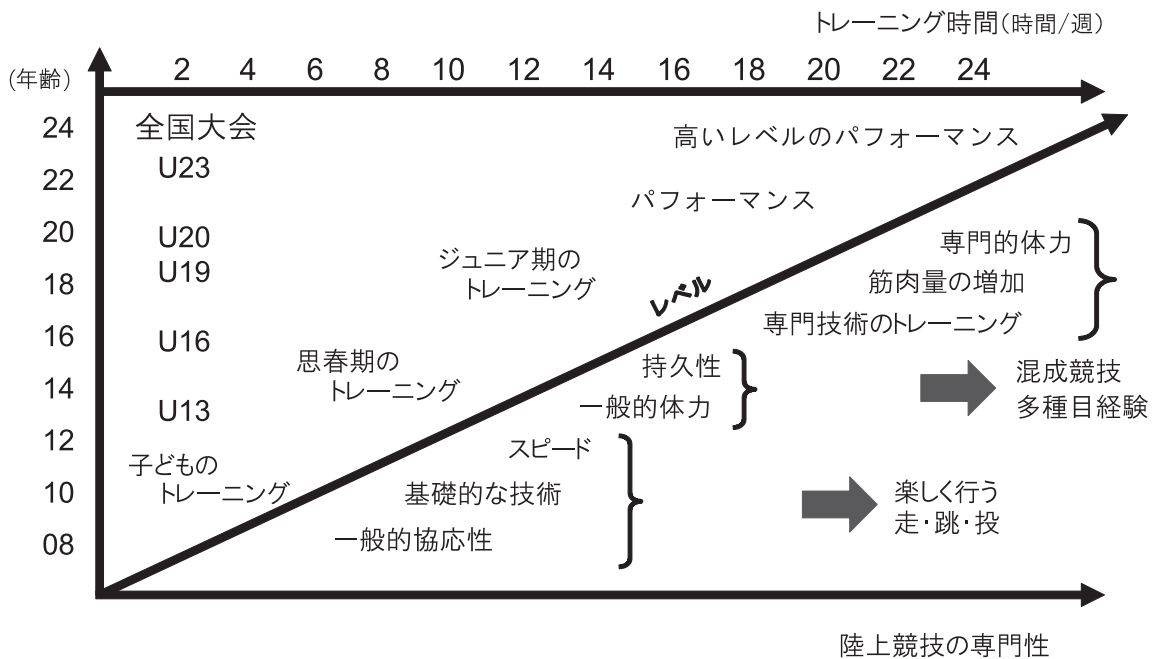


図12-1 年齢とトレーニング

になるなどの弊害が考えられる。そうならないためにも、選手一人ひとりの発育発達段階に応じた適切なトレーニング計画を課すためにも、指導者の役割は重要になる。

2 指導者育成の重要性

特に、発育発達の著しいU13、U16段階においては、指導者のひと言が選手の競技人生に大きな影響を及ぼすことが十分に考えられる。勝利至上主義に走るのではなく、選手の人間的成長を促したり、陸上競技の楽しさや特性に触れさせ陸上競技を好きにさせたりすることも、指導者の能力に頼るところが大きい。「アスリートが第一、勝つことは第二」（アスリートファースト、ウィニングセカンド）の精神のもと、選手一人ひとりの成長を応援できる指導者の育成こそが、今陸上界に求められている（図12-2）。

選手が陸上競技に出あい、いろいろな種目を経験しながら、徐々に専門化していくそのすべての過程で重要な役割を果すのが指導者である。タレント発掘のあり方の項（第6章）でも記載しているが、U16段階においてはさまざまな種目を経験し、そのなかで指導者とともに適性を見極めていくことが重要になる。このためには、指導者自身がさまざまな種目を経験していることも必要になる。そういった考えから、普及育成委員会ではより多くの幅広い知識を持った指導者の養成を目指して、活動に取り組んでいく。

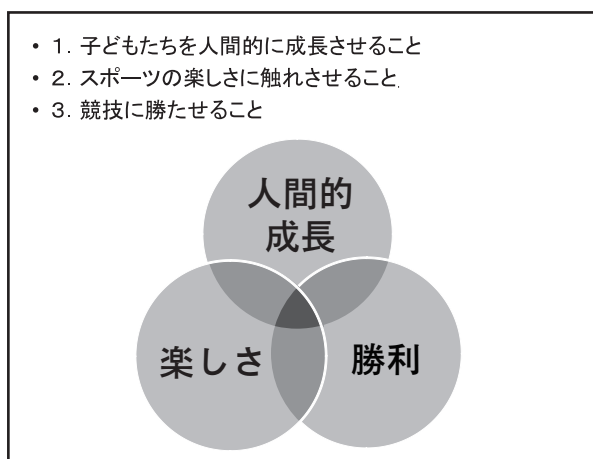


図12-2 U13・U16指導の目的は？

3 JAAF公認ジュニアコーチの全国展開

多くの競技者を発掘・育成していくために、2013年度よりJAAF公認ジュニアコーチの全国展開を開始した。全国10カ所でJAAF公認ジュニアコーチ養成講習会を実施し、年間約300名の有資格指導者の養成を目指す。

従来の指導者制度を改訂し、積極的に講習を開催することで、指導者数の増加・資質の向上を図る。以下の内容にて制度の改訂を行い、2013年度から新制度で全国展開を行った。

(1) 従来制度の課題について

日本陸連では、日本体育協会公認スポーツ指導者資格（昭和62年度～平成16年度までは文部科学省公認、平成17年度以降は日本体育協会公認）として4カテゴリー（上級コーチ、コーチ、上級指導員、指導員）について、指導者の養成・資格付与を行ってきた。上級コーチ、コーチに関しては本連盟が、上級指導員、指導員に関しては各都道府県陸協が、それぞれ講習を実施してきた。現在の有資格者数は、上級コーチ270名、コーチ767名、上級指導員111名、指導員1519名の合計2667名となっている（2014年10月現在）。この数字は水泳連盟の約7分の1、サッカー協会の約12分の1となっており、決して十分な数といえる状況ではない（表12-1）。

中学校における陸上部設置率（陸上部がある学校の割合）は約60%（2014年度）となっており、中学生の40%は陸上競技を行う機会を与えられていないともいえる。また、中学校の陸上部が減少している大きな要因は、指導者の不足であると考えられている。中学校から陸上競技を始める子どもが多いことを考えると、幅広く初心者指導を行える、基本的な知識をもった指導者の育成が急務となっている。

ところが従来の制度では、年間で育成が可能な人数は、現状で公認コーチ約60名、公認指導員約100名（全国で年間4会場程度開催）となっていた。公認コーチに関しては本連盟が直接講習を行っていることもあり、年間の受け入れ可能数には限

表12-1 日本体育協会公認スポーツ指導者登録状況

(人)

	競技名	指導員		コーチ		教師		合計
		指導員	上級指導員	コーチ	上級コーチ	教師	上級教師	
1	陸上競技	1,519	111	767	270	—	—	2,667
2	水泳	10,428	1,533	2,266	748	2,320	480	17,775
3	サッカー	27,587	—	4,011	1,775	—	—	33,373
4	スキー	612	2,851	92	15	366	386	4,322
5	テニス	2,522	1,328	292	218	335	141	4,836
6	ボート	413	2	266	69	—	—	750
7	ホッケー	190	0	333	80	—	—	603
8	ボクシング	7	—	229	17	—	—	253
9	バレーボール	12,450	912	554	388	—	—	14,304
10	体操	646	185	784	80	—	—	1,695
11	バスケットボール	6,214	115	450	138	—	—	6,917
12	スケート	361	—	186	62	82	—	691
13	レスリング	213	2	1	28	—	—	244
14	セーリング	340	140	99	83	—	—	662
15	ウエイトリフティング	90	0	126	54	—	—	270
16	ハンドボール	1,033	42	413	81	—	—	1,569
17	自転車	226	1	223	33	—	—	483
18	ソフトテニス	2,497	446	270	24	—	—	3,237
19	卓球	1,604	1,000	469	89	—	—	3,162
20	軟式野球	1,489	0	147	2	—	—	1,638
21	相撲	244	1	—	—	—	—	245
22	馬術	27	—	340	0	—	—	367
23	柔道	285	—	394	54	—	—	733
24	ソフトボール	11,369	694	172	54	—	—	12,289
25	フェンシング	296	0	89	39	—	—	424
26	バドミントン	2,079	445	289	60	—	—	2,873
27	弓道	3,894	390	90	—	—	—	4,374
28	ライフル射撃	8	0	213	19	—	—	240
29	剣道	1,158	291	—	—	—	—	1,449
30	近代五種	0	0	26	5	—	—	31
31	ラグビーフットボール	986	70	632	138	—	—	1,826
32	山岳	1,148	1,114	68	81	—	—	2,411
33	カヌー	188	6	259	28	—	—	481
34	アーチェリー	615	19	13	—	—	—	647
35	空手道	1,758	1,055	509	288	—	—	3,610
36	アイスホッケー	283	0	0	9	—	—	292
37	銃剣道	681	49	0	—	—	—	730
38	クレール射撃	208	—	3	1	—	—	212
39	なぎなた	927	115	124	43	—	—	1,209
40	ボウリング	759	7	136	7	0	0	909
41	綱引	39	—	—	—	—	—	39
42	ゲートボール	1,202	0	—	—	—	—	1,202
43	カーリング	280	76	0	0	—	—	356
44	パワーリフティング	161	0	—	—	—	—	161
45	グラウンド・ゴルフ	163	—	—	—	—	—	163
46	トライアスロン	159	—	—	—	—	—	159
47	ゴルフ	184	—	—	—	—	—	184
48	バウンドテニス	40	1	—	—	—	—	41
49	エアロビック	728	57	0	24	21	0	830
50	バイアスロン	3	0	27	2	—	—	32
51	ローラースケート	0	—	—	—	—	—	0
52	ダンススポーツ	163	—	59	—	—	—	222
53	アメリカンフットボール	303	—	—	—	—	—	303
54	プロゴルフ	—	—	—	—	106	123	229
55	プロテニス	—	—	—	—	161	147	308
56	職業スキー	—	—	—	—	40	103	143
57	スクーバ・ダイビング	417	92	—	—	—	—	509
58	その他	60	—	—	—	—	—	60
	合計	101,256	13,150	15,421	5,106	3,431	1,380	139,744

注：「—」は現在養成を行っていない資格・競技。
 競技別資格の登録者数を競技・資格別にまとめたものである。この表では同一資格で異なる競技を有する場合にはそれぞれの競技に1人分を計上した。
 (2014年10月現在、日本体育協会公認スポーツ指導者登録数競技資格別一覧による)

度がある。また、より多くの指導者を養成できる公認指導員が年間4会場程度しか開催されておらず、指導者の資格を取りたいというニーズに答えられる状況になっていなかった。

また講習のカリキュラムは提示しているものの、具体的な内容・講師の選定などを開催都道府県陸協に一任していることも課題であった。

そこで、JAAF公認ジュニアコーチでは、開催方法を全国的に統一し、同一テキストを使用することにした。これにより、全国どの地域においても同一の指導者養成を展開することが可能になると考えられ、より積極的な指導者養成を行うことができるようになった。

(2) 指導者養成システムの概要

従来の4カテゴリーから、2カテゴリーに資格を集約する(図12-3)。また名称に関しても、JAAF公認コーチ(日体協公認コーチ)、JAAF公認ジュニアコーチ(日体協公認指導員)として養成していく。

JAAF公認コーチに関しては、受講資格を「都道府県選手団の監督・コーチを担う者。都道府県で指導者育成の中心的作用を担う者」とし、都道府県陸協からの推薦者のみを受講対象者とする。講習は日本陸連が直接実施し、年1会場とする。

JAAF公認ジュニアコーチに関してはその役割を「地域クラブ、小中高の部活動で、幅広く指導を行う者」とし、特に初心者指導ができる指導者の大量養成を目指す。資格を取りたい人が手軽に受講できるように、地域拠点を設定し、各地域で1会場は毎年講習を実施する。年間10会場程度で開催し、300名程度を毎年養成していきたい。

また将来的には大学と連携し、認定校の指定授業の単位で専門科目を免除することも検討している。

※すでに公認上級コーチ資格取得者は、移行後はJAAF公認コーチ(日体協公認上級コーチ)、公認上級指導員資格取得者は、移行後はJAAF公認ジュニアコーチ(日体協公認上級指導員)となる。

(3) 現制度の課題

こうした制度改訂により、正しい知識を有した指導者を従来よりも多数に養成していくことが可能となったが、今回の改訂では、特に初心者を幅広く指導できる指導者の養成に重点を置いて実施したため、超一流のアスリートを指導するハイパフォーマンスコーチの育成に関しては、サポートできていない状況である。これに関しては、第4章においても、2020年東京オリンピックで活躍する選手育成のために急務な課題として掲げられて

<旧制度>	<新制度>				
資格名	資格名		役割・対象	年間養成 目標数	開催
	JAAF	日体協			
日体協公認 上級コーチ	JAAF 公認 コーチ	日体協公認 コーチ	都道府県選手団の監督・ コーチを担う者 都道府県で指導者育成の 中心的作用を担う者	60名/年	日本 陸連
日体協公認 コーチ					
日体協公認 上級指導員	JAAF 公認 ジュニアコーチ	日体協公認 指導員	地域クラブ、小中高の部 活動で、幅広く指導を行 う者	300名/年 (10会場)+α	地域 拠点
日体協公認 指導員					

※国体の監督に対する指導者資格の義務については、当面の間上記のすべての資格を対象とし、将来的にJAAF公認コーチのみを対象とする

※日体協公認上級コーチ、日体協上級指導員に関しては、今後は養成しない

図12-3 指導者養成システムの旧制度と現行制度との比較



写真/JAAF

いる。今後、強化委員会とも密な連携を図りながら、さらなる制度改訂の検討を進めていきたい。

4 指導教本の作成

上記の講習の際に使用することを目的として、各年齢期の指導に必要な知識・指導法を、日本陸連専門委員会の叡智を結集して、3冊の指導教本にまとめた。

今後この指導教本の内容をベースに、各種講習を実施していく。

■指導教本

『陸上競技指導教本アンダー13 楽しいキッズの陸上競技』（大修館書店刊）

『陸上競技指導教本アンダー16・19 [初級編] 基礎から身につく陸上競技』（大修館書店刊）

『陸上競技指導教本アンダー16・19 [上級編] レベルアップの陸上競技』（大修館書店刊）

5 U16（中学）指導者講習会

中学校では陸上競技の経験のない教員が、陸上部の担当になることがよくある。また陸上競技の種目は多岐にわたるため、経験者であっても専門種目以外は教えることができないということはよくあることである。そういった問題の解決を目指して、U16（中学）指導者講習会を2006年から開催している。各都道府県を回って、短距離、ハードル、跳躍、投てきの基本的な導入期の教え方についての講習を行っている。2014年度までに28会場で実施してきたが、今後もより多くの都道府県で実施していきたい。

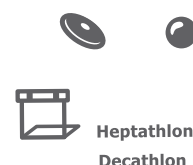
6 JAAFコーチングクリニック

指導者は、自分の知識に満足することなく、常に勉強し、研鑽する必要がある。また全国で陸上競技の指導にあたってくださっている指導者の皆さんは、非常に勉強熱心であると日々感じている。そういった指導者の欲求に対応するために、JAAFコーチングクリニックを開催している。中学校、高校の優秀な指導者の指導法や、最新の情報を提供して、毎回100名を超える指導者が全国から集まっている。こういった事業を通じて、指導者間の横のつながりができ、相互に訪問しあって交流を深めているということもよく聞く。我々が開催する講習などを通じて、全国の指導者が交流を深め、ネットワークができ上がっていくことは非常に意義深いことと考える。

7 U13（小学）指導者講習会

U16 指導者講習会に加え、各地で要望の多いU13（小学）指導者講習会の開催を各地域の教育委員会等と連携しながら実施していきたい。モデルケースとして2015年度中に数カ所で実施を計画しており、2016年度から本格的に全国展開していく。

コーチングにおける体罰、 暴力の根絶について



スポーツ現場における暴力が重大な社会問題になった。下村博文文部科学大臣は、この状況を我が国のスポーツ史上最大の危機だと憂い、「暴力を根絶すること」「新しい時代に相応しいスポーツの指導法を確立する」ことを表明した。これを具現化するために、2013年4月に「スポーツ指導者の資質能力向上のための有識者会議（タスクフォース）」が設置され、「新しい時代にふさわしいコーチング」についての論議がなされた。本タスクフォースの提言を踏まえ、2014年7月にスポーツの価値や持続可能性、健全性の維持・向上のための課題認識を共有し、コーチングの改善・充実のための連携した取り組みを推進するため、国、独立行政法人、スポーツ団体、大学その他のコーチングにかかわる主体から構成される「コーチング推進コンソーシアム」が設置された。

スポーツ基本法の冒頭に謳われている「スポーツは、世界共通の人類の文化」を目指すためには、スポーツ界の根本的な改革を断行し、スポーツの健全性を担保することは必須である。スポーツを熟成させて文化の域に引き上げるためには、それぞれの競技団体においてもコーチの資質能力を高め、コーチングのレベルアップを図ることが求められる。

そこで本連盟では、まず体罰、暴力の根絶を図るために、以下の4つの対策を講じた。

1 コーチの意識改革

コーチの意識を改革することが最重要課題である。体罰は、単なる暴力であり、コーチングの一環ではないことをコーチは強く認識する必要がある。また、コーチは、主役ではなく、競技者をサポートするのが役割であることを認識すべきである。主役は競技者であるという意識を持たずに、コーチングへの思い入れが強くなると、競技者を独占したくなり、自分の所有物のように思い込んでしまう。その気持ちが強くなりすぎると、コーチは、競技者に対して絶対的服従を求めて、体罰に走る場合がある。

これに加え、勝利がすべてでないことを改めて認識する必要がある。競技力はもとより、人間力に優れた競技者を育てていくことがコーチの役割である。すなわち、「知力」「実践力」「気力」「体力」および「コミュニケーション力¹⁾」から構成される「人間力」を高めることをコーチングの根底に置きながら、競技目標を達成するような的確なコーチングを進めていくことが望まれるのである。特にU13、U16、U19年代のコーチングにおいては、競技力と人間力を車の両輪と考える必要がある。

このようなコーチの意識改革をあらゆる機会を利用して推進していきたい。

2 コーチの資質の向上

「体罰は、コーチングのツールである」という考えを持つコーチもいる。コーチングにおいて体罰を用いることで、競技者の集中力を高めたりコーチへの服従の気持ちを強くしたりすることができ、コーチングの効率を上げるという誤解が、この考えの根底にある。これは、コーチの能力の欠如を体罰という間違った方法で補おうとするものであり、許されるものではない。コーチが高い能力を有していれば、体罰を用いなくとも大きな効果を得ることができるのである。

本連盟では、JAAF公認コーチ（日体協公認コーチ）、JAAF公認ジュニアコーチ（日体協公認指導員）の養成を重視することにより、コーチの資質の向上を図っていく（第12章参照）。それとともに、中堅、ベテランに該当するコーチに対しても研修の場を設定し、トレーニングや技術などに関する新しい情報や知識を紹介し、それまでの経験と合わせることで、より高いレベルのコーチングを構築できるしつらえを整えていく。コーチ自らが学ぶ姿勢を持つことは、競技者からの信頼を強くすることにつながるであろう。

3 コンプライアンス委員会の設置

本連盟では、平成14年にセクハラおよび暴力行為を根絶するために、「倫理に関するガイドライン」を作成した（<http://www.jaaf.or.jp/ethic/>）。今後、このガイドラインの存在をコーチおよび競技者に再認識させるとともに、競技者にかかわる諸問題にいち早く対応できるように日本陸連本部にコンプライアンス委員会を設置した。

4 相談窓口の設置

本連盟倫理に関するガイドラインに基づくセクシャルハラスメント・暴力行為相談窓口を新設した。窓口は以下を参照されたい。

【日本陸連セクシャルハラスメント・暴力行為相談窓口】

専用電話回線：TEL：03-5321-6582

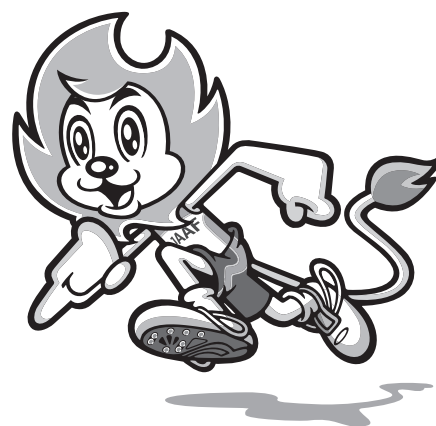
専用 URL（Eメールでのお問い合わせフォーム）：
<http://www.jaaf.or.jp/ethic/compliance.html>

参考文献

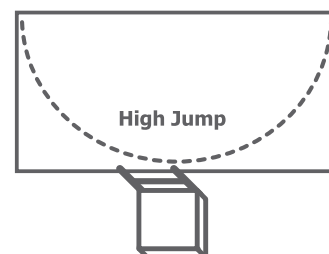
1) 鳥取大学. 人間力とは.

<http://www.tottori-u.ac.jp/dd.aspx?menuid=2382>

（参照日2014年7月28日）



日本陸上界における アンチ・ドーピングの 取り組みについて



1 日本陸上界における アンチ・ドーピングの現状

日本陸上競技連盟は、指導者、競技者とともに陸上競技界を挙げてアンチ・ドーピング活動に取り組み、国内中央競技団体のなかでアンチ・ドーピング活動のモデル団体であると自負している。日本陸連は1980年に競技会ドーピング検査（ICT）、1997年より競技会外ドーピング検査（OOCT）、そして2005年から血液検査を開始し、我が国では最も古くから、最も積極的に、かつ最も先進的にアンチ・ドーピング活動を行っている。2013年度のドーピング検査数は、尿検査としてICT475検体（IAAFが関与した大会を含む47競技大会）、OOCT 263検体で合計738検体、血液検査は113検体で、血液検査は2013年度より福岡、東京、びわ湖の男子マラソン、横浜、大阪、名古屋の女子マラソンで日本アンチ・ドーピング機構（JADA）の協力を得て、競技会前日に実施した。東京マラソンは World Marathon Majors の1つであるため、検査の一部は国際陸連指名競技者を対象とした競技会前血液検査を行った。血液検査はここ数年で急速に国際的に行われるようになった競技者生物学的パスポート（以下、ABP：Athlete Biological Passport）の一環として行われた。通常のドーピング検査は検体中の禁止物質や禁止方法を直接検出することを目的としているが、ABPは検体中のマーカーの変動を長期間観察することによって、マーカーの変動が生理学的に説明

のつかない事象をもって、間接的にドーピングを検出するものである。我が国の中央競技団体のなかで、競技会前に血液検査を実施しているのは日本陸連だけである。

一方、日本陸連が経験したアンチ・ドーピング規則違反（ADRV）例は、1989年に初例を経験して以来、2014年8月までにICT 12件、OOCT 2件、合計14件である。ICTで検出された禁止物質の多くは興奮薬であったが、2012年に我が国の競技者から初めてペプチドホルモンである赤血球新生刺激物質（エリスロポエチン）が検出された。また、使用してはいけないと教育をされていたにもかかわらず、禁止されているベータ作用薬（気管支喘息治療薬）が使用したユース競技者事例もあった。OOCTは2例ともに蛋白同化薬の乱用であった。ドーピング検査数の増加は、競技者における禁止物質の乱用を抑制するとともに、逆に禁止物質乱用者の検出数が増えることとつながるが、日本の陸上競技者では禁止物質乱用者は非常に少ないといえる。なお、血液を用いたABPによるADRVを日本陸連では認めていない。

競技レベルの高い競技者は、円滑なOOCT実施のためにJADAより居場所情報提出を求められる。これら競技者は検査対象者登録リスト（RTP）競技者と呼ばれ、3カ月ごとに居場所情報をJADAへ提出しなければならない。この居場所情報をもとにJADAはOOCTを計画するが、残念ながら居場所情報未提出や自ら提出した情報

に基づかない行動による検査未了となる陸上競技者がみられる。居場所情報義務違反例を陸上競技者で認めていないが、対象となっている競技者の自覚がさらに求められる。

ドーピングの抑制には、ドーピング検査とともにアンチ・ドーピング教育が重要である。日本陸連は、1996年に国際陸連による OOC T で蛋白同化薬が検出された事例を経験し、それ以降、急速にアンチ・ドーピング教育を拡大してきた。すなわち、1997年には陸上競技者のためのアンチ・ドーピング冊子「クリーンアスリートをめざして」を発行し、全国の陸上競技協会、実業団チーム、日本学連、高体連、スポーツ関係者などに無償配布した。以降2～3年毎に改訂を続け、2014年3月には8版を発行した。多くの医事委員の協力を得て、継続している事業である。指導者、競技者に対するアンチ・ドーピング講習会を適宜実施している。

また、競技会や練習会場にアンチ・ドーピング担当者が出向いて、現場で競技者、指導者に対してアンチ・ドーピングの教育・啓発を行う活動（アウトリーチプログラムと呼ぶ）が有効とされている。日本陸連は JADA と協力し、日本ジュニア選手権、日本インカレで継続して実施してきた。2014年6月には陸上競技大会のフラッグシップ大会である日本選手権（福島にて開催）において、JADA の全面協力によるアウトリーチプログラムを展開し、トップアスリートに対するアンチ・ドーピング教育を行った。また、2014年8月には医学生の大大会である東日本医科学生陸上選手権においてアウトリーチブースを設置し、医師の卵である医学生にアンチ・ドーピング教育を行った。医学生時代に陸上競技を行った医師が、陸上競技者の治療にかかわる可能性は高く、有効な啓発活動と考えられる。

国はスポーツ基本法を策定し、アンチ・ドーピング活動を国の責任として行うことを明記した。さらに高等学校学習指導要領においてもアンチ・ドーピング教育を高校生に対して行うことと定められている。

2 Go for Tokyo 2020 陸連アンチ・ドーピング活動

2020年東京オリンピック・パラリンピックを5年後に控え、陸上界においてジュニアおよびユース競技者を中心に、選手強化が盛んに行われている。その強化現場におけるアンチ・ドーピング活動は、ただ単に禁止物質・禁止方法を使わないことを教育するのではなく、競技者として「スポーツ精神」を守り、スポーツを通して人間の心身を賛美することをしっかりと教育することが重要である。

「スポーツ精神」とは、人間の心身両面を賛美し、倫理観、フェアプレー、誠意、健康、優れた競技能力、人格と教育、楽しみと喜び、チームワーク、献身と真摯な取り組み、規制・法令を尊重する姿勢、自分自身と他の参加者を尊重する姿勢、勇気、共同体意識と連帯意識などの価値観で特徴づけられる。ドーピングは、このスポーツ精神に根本的に反している。

スポーツにおけるドーピングは、スポーツ精神に反する以外に、選手の健康を損ね、場合によっては生命を奪う危険性があること、薬物の習慣性や青少年への悪影響など社会的な害を及ぼすこと、などの観点から厳しく禁止される。また、一般社会はスポーツ界に徹底したクリーンさを求め、国民を元気づける明るい話題を期待している。この崇高な目的達成のためには、中央競技団体としてアンチ・ドーピング教育および啓発がさらに重要になる。2015年1月1日から発効する世界アンチ・ドーピング規程2015では、中央競技団体は国際連盟と協同して競技者のアンチ・ドーピング活動を行うことが明記されている。

日本陸連は2020年東京オリンピックまで、ドーピング事例を一例も経験することなく、そして、そのレガシーをポスト東京においても持続的に発展させることが求められる。日本陸連のアンチ・ドーピング活動が、国内中央競技団体からのみではなく、アジア諸国からも指導的立場にあると認められるよう努力が必要である。これらの活動を通じ、室伏広治氏のような国際的にリードしている立場の競技者を育成する必要がある。

(1) アンチ・ドーピング活動の対象者

競技者、指導者に対する活動の優先度は最も高いが、彼らが安心して競技するための環境づくりが必要である。そのため、サポート要員（家族、同僚など）、医療関係者、メディア関係者および陸上競技を愛する人々も日本陸連にとってのアンチ・ドーピング活動の対象者となる。日本陸連の活動を陸連ウェブサイトに掲載する、メディア関係者に対して日本陸連の前向きな活動を紹介するなどして、日本陸連の理解者・応援者になってもらうことが重要である。

(2) ジュニア競技者、ユース競技者へのアンチ・ドーピング活動

すべての競技者はドーピング検査に協力する義務があり、この義務は「いつでも」「どこでも」適用される。シニア競技者はもちろんのこと、ジュニア競技者、ユース競技者、そしてマスターズ競技者も検査対象となる。ドーピングのハイリスク・グループは、トップクラスよりもトップを目指すグループやジュニア期であるといわれており、この年代への活動は積極的に行う必要がある。

我が国のジュニア競技者、ユース競技者の競技レベルは高く、国際大会においても活躍が目立っている。そのため、尿・血液を用いたドーピング検査を受ける頻度が高い。一方、国内ではこの年代に対するアンチ・ドーピング教育および検査の実施は乏しい。ジュニア競技者に対するドーピング検査は、日本ジュニア・ユース選手権、国民体育大会しか実施されていない。高等学校学習指導要領にアンチ・ドーピングが取り入れられた今こそ、2020年東京オリンピックに向け、高体連と協同し、高校生競技者に対する活動を積極的に進めていきたい。その方策として、高校生が高体連登録時に JADA ウェブサイトにある アンチ・ドーピング教育ビデオ“Real winner”の修了を義務づけたり、インターハイでのアウトリーチプログラムを実施したり、ドーピング検査そのものを実施したりすることを考える時期になっているといえよう。

競技者としての能力を高めるには、トレーニン

グのみならずバランスのいい食事、十分かつ良質な睡眠など、健康的な生活習慣とともに、長期的な目標設定のもと精神的に安定していることが重要である。思春期は身体が急に成長する関係で、一時的に競技能力が低下することも多く、薬やサプリメントに頼りたくなる場合が少なくない。しかし、スポーツ栄養士の指導を受けて、適切な内容で食事として摂れるようにすべきである。

(3) 指導者へのアンチ・ドーピング活動

アンチ・ドーピング活動の崇高な目的を理解せず、いまだドーピング検査をやっかいなもの程度にししか考えていない指導者も残念ながら存在する。インターハイでドーピング検査を実施するに当たっては、高校の指導者に対する協力依頼と教育啓発が必要である。都道府県陸上競技協会に設置された医務部により、教育啓発活動が行われることが望ましい。2020年東京オリンピック前には、どこの都道府県陸上競技協会にも医務部が設置されることを望んでいる。

また、JADAで養成している公認スポーツファーマシストを各地で活用することも可能である。公認スポーツファーマシストは、最新のアンチ・ドーピング規則に関する正確な情報・知識を持ち、競技者を含めたスポーツ愛好家などに対し、薬の正しい使い方の指導、薬に関する健康教育などの普及・啓発を行い、スポーツにおけるドーピングを防止することを主な活動としている。都道府県薬剤師会で適切なスポーツファーマシストを紹介している。

(4) 居場所情報の徹底化

日本陸連では居場所情報義務違反による ADRV 事例はないが、国際陸連にはそのような事例報告がある。国際陸連と JADA の情報共有が進化するにつれ、RTP 競技者に対するさまざまな対応がさらに厳格化していくと考えられる。RTP 競技者はもとより指導者およびサポート要員も、RTP 競技者が居場所情報義務違反にならないように声をかけ合う必要がある。また、居場所情報提出締め切り 3 日前までには、RTP 競技者は居

場所情報を JADA もしくは国際陸連へ送付し、ただちに日本陸連および指導者へ報告させるのも一法である。

(5) ABP への対応

2009年ベルリン、2011年テグ、2013年モスクワの各世界選手権で、参加した全競技者が競技会前血液検査を受けたように、競技者がドーピング検査として血液検査を受けることが増えている。血液検査は ABP の一環で血液中のマーカーの変動を経時的に観察し、ドーピング禁止物質の乱用を推定する方法である。年に 5～10 回採血が行われ、検査は長期間にわたり継続される。血液中のマーカーに異常が認められれば、競技会をはさんだ 1 週間のうちに、3～4 回の血液採取も行われることもある。同様に、尿中のマーカーの変動を観察する ABP も実施される。すなわち、ABP は血液だけではなく、尿も検体として採取されることがあり、それへの理解が必要になる。

(6) TUE 申請について

日本陸連のウェブサイトで、医事委員会は TUE について情報提供を行っているが、申請数が少なく、有効に活用されているとは言いがたい状況である。禁止物質、禁止方法を使わざるを得ない場合には、積極的に申請すべきである。ただし、当該禁止物質または禁止方法を使用する以外に、適切な治療法が存在しないことが前提となっているので、無闇な乱用は避けたい。

(7) トラベルワクチン接種について

2020年東京オリンピックに向けて、海外での競技会や合宿を行うことが増えると想定される。日本のように衛生状況のよい環境ばかりではないため、事前にワクチンを受けておくことが重要である。A 型肝炎、B 型肝炎、破傷風、ムンプス、水痘（水ぼうそう）、麻疹、風疹などに対するワクチンが必要である。これらの病気を未然に防ぐことにより、余計な薬剤の使用を減らすことができ、ひいては ADRV を予防可能となる。

(8) 覚せい剤・危険ドラッグなどへの注意

青少年のみでなく、いまや誰もが気をつけなければならないのが、覚せい剤・危険ドラッグなどである。覚せい剤・危険ドラッグなどの乱用は競技者としての将来を奪い、支えてくれる人を悲しませることになる。陸上競技者、指導者、関係者が絶対にこれらの物質を使用しないことを教育啓発する必要がある。2020年東京オリンピックはドーピングだけでなく、完全な DRUG FREE で臨まなければならない。

(9) 国際陸連医事

アンチ・ドーピング委員について

日本陸連として、アンチ・ドーピング情報入手およびアンチ・ドーピング規則の適用を行う担当者との友好関係を保つための重要なポジションである。2020年東京オリンピックまで他のアジア諸国にそのポジションを譲ることなく、そしてそれ以降も日本陸連から国際陸連医事アンチ・ドーピング委員を送り出せるように、日本陸連としてロビー活動も必要である。

3 ま と め

世界アンチ・ドーピング機構、日本アンチ・ドーピング機構を中心としたドーピング防止活動は非常に速く動いている。規則は変わるが陸上競技関係者が理解すべき根幹は普遍で、それは「アンチ・ドーピング規則は競技規則の 1 つであり、規則を守りクリーンで公平でフェアなスポーツを自ら築き上げていく」ことである。

2020年東京オリンピックまでの 5 年間の活動で、レガシーの善し悪しが定まることを念頭に、競技者、指導者、関係者のよりいっそうのご協力をお願いし、2020年東京オリンピック・パラリンピックでは、日本人選手はもちろん当たり前のことであるが、競技者全員がクリーンアスリートとして戦ってもらいたいと考える。

各ブロックのリオデジャネイロ オリンピックまでの強化ロードマップ

別 添

2016年リオデジャネイロオリンピック、2020年東京オリンピックへ向けた目標およびロードマップ、さらには競技者育成の基本的考え方を反映しながら、強化委員会各ブロックにおけるリオデジャネイロオリンピックまでの強化ロードマップを、トラック&フィールド部門、中長距離・ロード部門の順に示す。

トラック&フィールド部門



the Road to Rio

男子短距離

(1) リオデジャネイロオリンピックでの目標

- ・ 4×100m リレーでのメダル獲得
- ・ 4×400m リレーおよび200m での入賞

(2) ロードマップ

上記の目標を設定するためには、ナショナルリレーチームにおける活動を中心として、リレーメンバーの重点的な強化を行う必要がある。その前提として、オリンピック本番で戦えるメンバーをナショナルリレーチームメンバーとして選考する必要がある。そのために、本当に強いメンバーを選考するための選考方法についても今後検討を進める。

また、リオデジャネイロオリンピックにおいて活躍を目指すためには、その前年度に開催される北京世界選手権においても、ある程度の「戦った事実」が必要であろう。「世界選手権で戦えなければ、オリンピックでは戦えない」といってもよい。したがって、リオデジャネイロオリンピックの目標として具体的に名前を挙げた3種目については、世界選手権においても、それぞれメダルと入賞を目指す。

また、絶対的なエースの存在がチームの結束を高める可能性があることから、100m では日本人初となる9秒

台スプリンターの出現が望まれる。さらに、ブロック全体の底上げも必要であることから、北京世界選手権では出場すべての種目における決勝進出を目標としたい。

しかし、北京世界選手権までの間に解決すべき課題は多い。例えば、国際レースの経験不足、専任コーチとのコミュニケーション不足、種目縦割りの強化、医科学との連携内容の検討、ナショナルリレーチームメンバーとしての意識改革などである。特に、ナショナルリレーチームメンバーの意識改革は急務といえる。現状では、ナショナルリレーチームメンバーに選出されたこと、ワールドリレーズの日本代表に選出されたことへの自覚や誇りに乏しいように感じる。一方で、ワールドリレーズを目指す選手は、4月中旬から選考レースが始まり、日本選手権に向けた強化期間中に海外遠征に出ることになる。これは、日本選手権に向けたディスアドバンテージともなり得る。これらのことを総合的に判断すると、一方的に選手に誇りや自覚を求めることは酷ともいえる。したがって、ナショナルリレーチームの在り方そのものについても十分に検討したい。



the Road to Rio

女子短距離

(1) リオデジャネイロオリンピックでの目標

- ・ 4×100mリレーおよび4×400mリレーでの決勝進出
- ・ 100mおよび200mでの決勝進出
- ・ 複数名の個人種目出場（参加標準記録突破）

(2) ロードマップ

リオデジャネイロオリンピックにおいて両リレーで決勝進出を目指すために、まずは出場権の獲得が急務である。したがって、ロードマップとして、オリンピック出場権獲得の早期獲得を挙げたい。そのうえで、オリンピックの準備レースとなるような海外レースへの派遣、オリンピックの本番においてより良い競技的状态にあるように、トレーニングや出場試合スケジュールを戦略的および計画的に行う必要がある。

また、2020年東京オリンピックに向けた若い世代の研修および強化に取り組み、「U23から Top、Top から Top of Top へ」という強化システムの構築も必要である。近年、女子短距離では若い世代の台頭が目覚ましく、これらの競技者の適切な強化が必要である。さらに、味の素トレセンを強化拠点として活用し、医・科学委員会と連携を深めたい。医事委員会との連携によるコンディショニングチェックはもとより、科学データのフィードバックを高い頻度で求めることで、より良いトレーニングの立案に役立てたいと考えている。これらに加えて、選手、専任コーチ、強化スタッフとの連携を深め、強化戦略の共通理解やグローバルスタンダードで戦える競技者の育成を目指す。ワールドリレーズをはじめ、国際競技会スケジュールと国内の主要競技会スケジュールとが重なることがあり、武者修行と国内の優れた競技環境での記録向上というある種の究極の選択に迫られ、選手および専任コーチの苦悩は増すばかりである。このことに関しても、選手一人一人およびナショナルチームの置かれた状況を勘案しながら、より良い選択を導きたい。

一方で、日本の女子短距離にとって、世界選手権やオリンピックに多くの選手を派遣するチャンスはリレーにあるといえる。男子がリレーにおいて十分に世界で戦っていることを踏まえると、女子もリレーであれば戦える可能性は十分にある。しかし、この可能性について、選手の認識が十分ではないように感じる。つまり、現状では、国内で個人の能力を高めることに重きを置いているように受け取れるのである。リレー強化において、まずは個人の強化が重要であることを否定するわけではない。しかし、個々の選手たちが国際経験を積むことに、もう少し目を向けていく必要がある。



(1) リオデジャネイロオリンピックでの目標

- ・男子110mハードルにおいて2名の派遣と準決勝進出
- ・女子100mハードルにおいて2名の派遣と、1名の準決勝進出
- ・男子400mハードルにおいて2名の決勝進出とメダル

の獲得

- ・女子400mハードルにおいて決勝進出

(2) ロードマップ

ハードルブロックとして掲げたりオデジャネイロオリンピックにおける上記の目標は、非常に高い目標といえる。しかし、2015年1月に開催された全国強化責任者会議の冒頭に専務が述べた通り、思い切った目標を設定しなければ、大きなブレイクスルーを得ることはできない。そして、これらの目標を達成するためには、まず海外のレースでしっかりと結果を残すことができる選手の育成およびそれらを可能とする意識改革が必要であろう。

前者については、勝負強さなどもさることながら、自己記録の向上を目指すことが肝要である。

そこで、特に110mハードルと100mハードルでは日本記録の更新を目指す。これらの種目では、日本ランキング10傑の層が厚くなってきてはいるものの、日本記録が10年以上も更新されていない。そのうえで、海外レースの経験を増やしていきたいと考えている。世界選手権やオリンピックで結果を残すためには、その場を主戦場とする世界トップハードラーの仲間入りをする必要があり、自身が海外で生活すること、および彼らと行動を共にすることが当たり前にならなければいけない。また、世界トップハードラーには、成果最高峰の舞台で戦い続けていくための、特有の戦術が存在するように見受けられる。したがって、この戦術を学び、必要な部分を体得していくことも必要である。

一方、2015年8月に控えた北京世界選手権を、簡単にオリンピックのための準備と位置づけるわけにはいかない。つまり、世界選手権で戦えなければ、オリンピックでは戦えないと肝に銘じる必要がある。そのために、北京世界選手権においても、「男子110mハードルで2名を派遣して準決勝進出」や「男女400mハードルにおいて入賞者を出すこと」など、先に挙げたオリンピックでの目標と同程度の目標を設定した。特に、日本のお家芸たる男子の400mハードルの選手には日本国民が特別の期待を寄せていることを自覚してほしい。しかし、現状は力のある若手が殻を破れずにいる印象を受ける。つまり、レース前半から積極的に攻めるレースができないのである。これに関しては、科学委員会と連携してその必要性を客観的に示すことにより、意識の改革を進めていきたい。また、女子では長きにわたり日本の400mハードルをけん引してきたベテランに代わる若手の強化を進めていきたい。しかし、これらのベテランとて、スプリント力にはまだまだトレーナビリティがあるため、これを強化することで、さらなる記録の向上を期待している。

the Road to Rio 跳躍

(1) リオデジャネイロオリンピックでの目標

- ・メダルの獲得（男子棒高跳や男子走高跳が中心）
- ・“2020年東京オリンピック世代”の派遣

(2) ロードマップ

リオデジャネイロオリンピックで上述の成績を収めるためには、その前年の世界選手権、つまり北京世界選手権において世界トップジャンパーと勝負しておく必要がある。したがって、北京世界選手権では、確実に決勝に進出しておきたい。また、試合を日本チーム優位に進めるためには、複数名が決勝に進んでいることが必要となる。そのためにも、ヨーロッパなどで開催される室内競技会および屋外競技会に積極的に選手を派遣したい。

一方で、1人でも多くの選手に参加標準記録を突破してもらおうこと、そして、そのためには確かな技術および体力の獲得が必要である。

前者については、参加標準記録の突破者を増やすために、日本選手権までの間は、競技会環境のよい海外競技会への派遣も検討したい。日本では春季サーキットの試合数（開催種目数）が減り、記録を狙う試合が減少している。また、跳躍種目にとって大きな味方にも敵にもなりうる「風」に恵まれる試合と恵まれない試合とがはっきりしている。一方で、ヨーロッパでは、種目に特化した競技会が開催され、追い風と観客を味方につけながら選手が気持ちよく競技できるケースが多い。日本でもこのような競技会の開催が必要と考えられ、現状では春季グランプリを回避して、海外の競技会にチャンスを求める競技者も増えてくる可能性もあろう。このようなことは、グランプリの形骸化、さらには競技人口の減少にもつながりかねないため、早急に検討したい。

また、後者については、JISS や味の素トレセンを活用した合同練習会を実施し、2014年度までに積み上げてきた基礎的な体力・技術をベースとして、それに続く専門的な体力・技術の習得を目指す。しかし、他団体の使用者との予約の強豪が増えてきたことにより、近年、強化施策の要として位置づけてきた JISS の使用環境が非常に悪化している。こちらの先約が取り消されたケースも生じており、このようなことが続くようだと、ナショナルトレーニングセンターを中核とする方針自体を見直す必要にも迫られかねない。東京オリンピックに向けて、さらに予約が困難になることが予想されることから、このような状況を改善すべく、陸連として、他の競技団体から理解を得る、協力的体制をとってもらえるようにするなどのアプローチも必要と考える。

the Road to Rio 投てき

(1) リオデジャネイロオリンピックでの目標

- ・男子やり投において3名を派遣し、うち1人の入賞
- ・女子やり投において入賞

(2) ロードマップ

投てきブロックでは、男女やり投とそれ以外の種目との記録格差が大きい。そのため、男女のやり投とそれ以外の種目との強化施策とは、分けて検討する必要がある。まず、男子やり投では80m スローワーの層の充実が挙げられる。現在、すでに複数名の80m スローワーが存在し、指導方針を含めた選手を取り巻く環境は充実しているものと考えられる。そのため、さらに国内競争を激化させていくことを狙って、さらなる層の充実を図りたい。一方、女子では、ベテランの孤軍奮闘が続き、力のある若手の台頭が待たれている。このため、若手の強化にも力を入れたい。

しかし、世界選手権の参加標準記録を突破していないやり投以外の種目では、草の根的な強化が必要であろう。具体的には、投てき種目の選手が多く在籍する大学陸上競技部と連携して合同練習会を実施することや、海外の著名コーチを招聘して研修会を実施することが挙げられる。また、これらの研修会を通じて高校および大学のコーチとのコミュニケーションを密にして、互いの指導力アップに役立てたい。

the Road to Rio 混成

(1) リオデジャネイロオリンピックでの目標

- ・男子十種競技で8500点以上の記録でメダルを含む上位入賞
- ・男女混成種目での複数名の派遣

(2) ロードマップ

混成ブロックでは、北京オリンピック終了後に、リオデジャネイロオリンピックまでの長期強化計画を策定した。その内容は、国際大会における8000点突破および日本人2人目の8000点突破者の輩出である。現段階において、これらの目標は順調に達成することができたといえる。今後も、この途中経過に満足することなく、リオデジャネイロオリンピックでの目標達成に向けて強化を行っていく。

この目標達成の前提条件として、当然のことながらオリンピックの出場権を獲得しておく必要がある。したがって、2015年度に開催される北京世界選手権で、早々にリ

オデジャネイロオリンピックの出場権を獲得したい。それが達成できたと仮定して、2015年から2016年までの強化施策について検討する。

まず、この時点までに高いレベルの国際競技会出場経験が十分に積めているようであれば、当該シーズンにおいて海外での試合出場よりも国内でのコンディショニングを優先したい。これは、時差や気候などの変化に適応しながら競技することは身体的に大きな負担となることが想定されるため、オリンピックを控えた2016年シーズンでは、国内で地に足をつけたトレーニングを実施したいという考えによるものである。このためにも、2015年シーズンにおいては、十分な国際競技会出場経験を積んでおきたいと考えている。具体的には、IAAF 混成国際大会（ゲチス大会やタレンス大会）などに出場して8000点を突破すること、6月に開催されるアジア選手権で優勝することなどが挙げられる。特に、混成種目において世界選手権への複数名派遣を実現するためには、アジア選手権での優勝は大きなチャンスとなる。そのために、アジア選手権で8000点前後の記録を出すことのできる選手を複数名出場させることを目指したい。しかし、現在8000点を突破している選手とそれ以外の選手との格差が大きくなってきていることは懸念材料といえる。このことについて、複数名での合同合宿を行ったり、個別種目の能力向上のために混成ブロックの強化担当者以外の指導者を合宿に招聘したりすることで強化を図っていききたい。

一方、女子に関しては、高い目標（6000点突破と日本記録更新）を設定しながら、2020年東京オリンピックに向けた長期的な強化計画を策定する。また、社会人選手の停滞が目立つため、この原因を探りつつ、シームレスな強化と競技環境の確保を目指す。



中長距離・ロード部門



the Road to Rio

中距離

(1) リオデジャネイロオリンピックでの目標

- ・800m において男子は決勝進出、女子は1名の派遣
- ・1500m において男子は1次予選突破、女子は1名の派遣

(2) ロードマップ

日本チームの戦力からみて、リオデジャネイロオリンピックでの目標は、まず800mと1500mにおいて選手を派遣することである。そのためには、互いに手を取り合ってノウハウを共有し、強化を進める必要がある。具体的にはナショナルチーム構想を実現し、中距離の練習拠点を整備することでタレントの発掘から強化まで連動させる必要がある。そして、これらをマネジメントするために、ナショナル専任コーチを設ける必要があると考えている。

また、記録突破が期待されるレースを設定することも重要である。100m、200mや跳躍種目において追い風が吹いていると、トラックレースではトラックの半分は向かい風である。つまり、記録の狙える競技場は限られる。根本的な能力の向上も必要であることは疑う余地もないが、それと同じくらいに競技場選択も重要であるといわざるをえない。

リオデジャネイロオリンピックでの目標を達成するための強化施策の実施は2015年度において行う。具体的には、400mから800mへ、800mから1500mへと種目トランスファーを促進する。中距離においてもレースのスピード化は目覚ましい。スピードを持った選手の種目転向とスピードの強化を両輪として、このスピード化に対応したい。後者については、それぞれの種目に必要なスピードを検討して、短い距離へ転向することも促進したい。これまで、スピード化に対応するために、短い距離を得意とする選手を長い距離へ転向させることを主として考えてきたが、トレーニングの一貫として、短い距離に転向させてスピード強化に取り組むことも意義があると考えられる。これらの転向を進める際には、科学委員会と連携して、多くの客観的なデータからその可能性や目標となるスピードを見極めたい。

一方で、日本人の指導者が持ち合わせていないノウハウを、海外のコーチが有している可能性も考えられる。そのため、海外の優秀なコーチや専門スタッフの招聘も検討して、そこで得られたノウハウを、指導者研修会を

通じて共有していきたい。



(1) リオデジャネイロオリンピックでの目標

- ・3000mSCにおいて1名派遣
- ・5000mにおいて2名派遣と1名の決勝進出
- ・10000mにおいて3名派遣と1名の入賞
- ・マラソンにおいて3名派遣とメダル1つを含む2名の入賞

(2) ロードマップ

種目の特性上、長距離ロード種目では、目指すレースに向けて準備に多くの時間を要することから、リオデジャネイロオリンピックにおける目標達成のための強化施策の多くは2015年シーズンにおいて実施する必要がある。

具体的な強化方針は以下の通りである。

まず、ジュニア・シニア競技者合同での研修会および強化合宿、そして若手指導者の育成を継続することである。このような強化施策は単発で大きな成果を上げることができないのではなく、継続することにこそ意義がある。具体的には、JOCのナショナルコーチアカデミー受講者を本ブロックから継続的に出すことや、フランス陸連との協定をもとに選手の育成に関するノウハウの蓄積を行うことが挙げられる。

次に、日本代表を経験したことのあるような競技者を中心とした重点強化を実施することである。現強化体制における強化の方針は、海外レースへの転戦をはじめとした武者修行を促進する方向にある。このことは男子中長距離ロード部門においても大きな課題である。そのために、積極的に海外に派遣して、世界大会に向けた国際感覚や精神的な強靱さを身につけてもらいたい。

さらに、5000mから10000mへ、10000mからマラソンへといった種目トランスファーの促進である。より短い距離で得たスピードを、より長い種目で生かす試みを、ブロックを挙げて推進していきたい。マラソンにおいて「スピードマラソン」という言葉が使われるように、高いスピードを武器とすることは世界で戦ううえで非常に重要になっている。スピードを磨くことも行うが、もともとスピードがある選手を長い距離へ送り込むことも重要な施策であると考えている。また、転向した種目に出場する機会を設けるためにレースを設定することも検討したい。さらに、スピードの重要性を選手に認識してもらうためにも、科学委員会との連携を深めることにより、客観的なデータを活用し、選手の理解を促したい。

ここまで、2015年度中の実施を念頭においた強化施策について示した。上述のように、2016年になってから思

いきた強化施策を実施することは困難である。そのために、2016年シーズンは、オリンピック代表選手が確定次第、医事・科学委員会と連携して、身体およびメンタルのコンディショニングを充実させたい。このためには、リオデジャネイロへの現地視察なども必要であろう。さらには、2020年の東京オリンピックに向けた長期的な強化計画の作成も始める必要がある。



(1) リオデジャネイロオリンピックでの目標

- ・マラソンにおいて入賞1名およびそれに準ずる順位を1名
- ・長距離種目において入賞1名およびそれに準ずる順位を1名

(2) ロードマップ

現強化体制における強化方針の核が「マラソン復活」であるといえる。そのため、リオデジャネイロオリンピックにおいてもメダルの獲得を目標として掲げたいが、現状の戦力を冷静に分析した妥当な目標として入賞を挙げた。マラソンにおいて2時間22分30秒を突破する選手がいないことや5000mで14分台、10000mで30分台の記録を有する選手がいないことを考えると、あまり背伸びした目標は掲げづらい。しかし、レースは走ってみなければわからないことが多いのも事実で、この点に関しては万全の準備を施したい。例えば、オリンピック本番のコース攻略法や対策を専任コーチと共に考えることなどである。過去に行われた過酷なマラソンにおいて優秀な成績を多く収めてきた日本チームは、コース攻略に関しては他国と比較して一日の長があるといえる。特に、北京世界選手権からリオデジャネイロ、東京と、暑熱環境での国際大会が続く。医事委員会および科学委員会との連携を深めながら、科学データを蓄積し、勝つためのヒントを得たい。そして、現在進行しているナショナルチームを基盤とした強化によって、これら勝つためのヒントを現場にフィードバックし、トレーニングの内容に盛り込んでいきたい。

また、このような厳しい時ほど、大きなブレイクスルーを期待した斬新なプランを実行することもできる。強化担当スタッフおよび専任コーチとともにアイデアを出し合い、日本らしさと新しさを併せ持った選手育成プランを検討していく。



the Road to Rio

競歩

(1) リオデジャネイロオリンピックでの目標

- ・男子20km 競歩におけるメダル獲得を含む複数名入賞
- ・男子50km 競歩における入賞

(2) ロードマップ

リオデジャネイロオリンピックにおいて上記の目標を達成するために、ナショナルチームを整備し、重点強化選手を中心とした少数精鋭の強化体制を整える必要がある。これによって、男子50km 競歩では短期および長期強化合宿を実施し、男子20km 競歩では短期のプリアップ型合宿を実施する。また、IAAF 競歩グランプリへ積極的に選手を派遣し、世界レベルの把握と国際競歩審判員による判定への適応を図る。そして、オリンピック代表選手が出そろった時に、代表選手が競技に集中することができるような事前合宿地の設定や、そこでの環境づくりも必要である。そのためには、ライバル国の動向に関する情報も必要である。これについては、情報部と連携して正確な情報を得るためのシステムを構築する。

一方、北京世界選手権からリオデジャネイロ、東京と暑熱環境での国際レースが続く。そもそも日本の夏は高温多湿であるために、暑熱環境への適応は得意分野といえる。そのために、競歩ブロックでは、医事・科学委員会と連携を深めながら、暑熱環境への適応について科学的なデータの分析およびノウハウの蓄積を重ねていき、それらの有益な知見をナショナルチームでの合宿におけるトレーニング内容に反映させたい。

さらに、2020年の東京オリンピックを見据えて、タレントトランスファーを念頭においたタレントの発掘および育成を進めていきたい。これに対しては、強化育成部と連携した強化合宿を実施していく。また、タレントトランスファーに関する情報を科学委員会から提供してもらい、タレントトランスファーの必要性や可能性について客観的なデータを得たい。また、こうした若い世代の強化を進めるうえで、大きな課題となってくるのは競歩種目の指導者不足である。指導者研修会を積極的に開催し、ノウハウの共有化を図りながら、指導者の数的な拡大と質の向上を合わせて目指していくことを考えている。

執筆者一覧

監修：尾縣 貢

編集：山崎一彦・森 泰夫

執筆者：

はじめに

第1章 競技者育成プログラムを作成するにあたり	尾縣 貢
第2章 東京オリンピックに向けて陸上界が考えるべきこと	森 泰夫
第3章 東京オリンピックに向けての強化施策における方向性	山崎一彦
第4章 東京オリンピックに向けての強化ロードマップ	原田康弘・木越清信
第5章 陸上競技における競技者育成の基本的な考え方	麻場一徳・山崎一彦
第6章 各年代におけるタレント発掘と強化のあり方	
1. タレント発掘におけるさまざまな考え方	伊藤静夫
2. 陸上競技におけるタレント発掘のあり方	伊藤静夫
3. 小学生（U13）などの普及段階における育成の考え方	繁田 進
4. 中学生（U16）段階における育成の考え方	山崎一彦
5. 2020年東京オリンピックに向けた競技者の発掘と育成について	石塚 浩
第7章 関係団体との連携協力	
1. 日本実業団連合との連携協力	平野 了
2. 日本学連との連携協力	山崎一彦
3. 高体連との連携協力	山崎一彦
4. 中体連との連携協力	森 泰夫
5. 解決すべき共通の課題	森 泰夫
第8章 都道府県陸協との連携協力	森 泰夫
第9章 強化拠点としてのナショナルトレーニングセンター	平野 了
第10章 陸上競技カレンダーの整備	平野 了・木越清信
第11章 各委員会との連携協力	木越清信
第12章 陸上競技における指導者育成の基本的な考え方	繁田 進
第13章 コーチングにおける体罰、暴力の根絶について	尾縣 貢
第14章 日本陸上界におけるアンチ・ドーピングの取り組みについて	山澤文裕
別添 各ブロックのリオデジャネイロオリンピックまでの強化ロードマップ	原田康弘・麻場一徳・酒井勝充
男子短距離	苅部俊二
女子短距離	瀧谷賢司
ハードル	櫻井健一
跳躍	吉田孝久
投てき	等々力信弘
混成	本田 陽
中距離	平田和光
男子長距離・マラソン	宗 猛
女子長距離・マラソン	武富 豊
競歩	今村文男

写真提供：フォート・キシモト、オールスポーツコミュニティー

編集協力：児玉育美

公益財団法人日本陸上競技連盟
競技者育成プログラム2015

2015年4月1日発行

発行／公益財団法人日本陸上競技連盟

〒163-0717 東京都新宿区西新宿2-7-1 小田急第一生命ビル17階

TEL：03-5321-6580 FAX：03-5321-6591

<http://www.jaaf.or.jp>

<http://www.japanathletics.tv/>

印刷／株式会社あんざい

