公益財団法人日本陸上競技連盟
陸上競技研究紀要
第19巻, 210-212, 2023
Bulletin of Studies in Athletics of JAAF
Vol.19,210-212,2023

ブダペスト2023世界陸上競技選手権大会トレーナーレポート

砂川 祐輝（Well鍼灸整体）
公益財団法人 日本陸上競技連盟　医事委員会トレーナー部

ブダペスト2023世界陸上競技選手権大会は、8月19日から27日の9日間でハンガリーのブダペストにて開催された。選手団の構成は､選手76名（男性48名、女性28名)、コーチ24名、渉外5名、ドクター3名、トレーナー4名であった。昨年のオレゴン大会と比べると、新型コロナウイルスに関する規制緩和が大きく進み、出国前検査や選手村への入村時検査等は不要であった。その点では、出国から選手村入村まで精神的なストレスは最小限であった。日本チームの結果は、金メダル1、銅メダル1、入賞9であり､様々な種目で活躍した大会であった。

＜メディカルスタッフ＞

・ドクター
　鎌田　浩史　整形外科
　金子　晴香　整形外科
　塚原　由佳　整形外科
・トレーナー
　砂川　祐輝　鍼灸師、あん摩マッサージ指圧師、JSPO-AT
　早野健太郎　鍼灸師、柔道整復師、JSPO-AT
　大桃　結花　理学療法士、JSPO-AT
　村井　志帆　鍼灸師、JSPO-AT

＜現地情報＞

ブダペストは､日本との時差がマイナス7時間(サマータイム時間）であり、緯度は北海道と同等の位置である。現地入り前は涼しい気候を想定していたが、大会期間中の最高気温が35℃前後になる日が多く、日差しも強く感じられた。長距離種目の一部では気温上昇による熱中症のリスクが高まり、午前セッションから午後セッションへ変更になることがあった。こまめな水分補給や日焼け止めの使用、暑熱時におけるウォーミングアップの対応も必要に応じて実施された。

水や氷は、選手村や練習会場、試合会場で自由に補充でき、随時一定数を確保するよう努めた。水は硬水であった。胃腸に不安のある選手のために、選手村入村当初はチームで軟水を一定数準備した。

＜選手村＞

ブダペスト市内のホテルが割り当てられ、日本チームのほか、南アフリカなど数カ国のチームが滞在した。昨年のコロナ対策と比べると、選手村での行動規制等は大きく緩和され、選手やスタッフは自由に選手村ホテルに出入りができ、一般客も宿泊可能であった。市内のスーパーマーケットで食料や生活用品を購入することも可能であった。

居室は選手、スタッフ共に1～2人部屋で、シャワー、浴槽が設置されていた。食事は選手村内の食事会場で3食ともビュッフェ形式であった。主食、主菜、副菜等、種類は豊富であったが、食事のメニュー自体がほぼ同様であったため、選手は次第に飽きていた印象であった。選手村外で食事をする選手の姿も見られた。

＜現地でのトレーナー活動＞

・選手村内での活動

会議室を日本チーム専用のトレーナールーム（図1）として活用した。ドクターによる診察や処置のもとで、トレーナーがケアやコンディショニングを行った。また、選手状況に応じて、鍼治療、物理療法、エクササイズ等も実施した。ONE TAPシステムや公式LINEを用いてコンディションチェックを行い、入村から大会終了まで選手のコンディション把握に努めた。

選手村内には大会オフィシャルのフィジオルームがあり、理学療法士が各国の選手にメディカルサー

図１．選手村トレーナールームでの活動の様子

図３．練習会場でのトレーナー活動の様子

図２．大会会場チームテントでのトレーナー活動の様子

図４．大会会場メインスタジアム

ビスを提供していた。

・大会会場での活動

National Athletics Stadium のサブトラックでの活動がメインであった。サブトラック横に、国毎のチームテントが割り当てられた。日本チームには、２つのテントが用意されたため、主に選手がリラックスするテントと、トレーナーが対応するテント(図２)に分けて活用した。ドクターとともにトレーナーも常に１人はサブトラックに常駐し、競技前後のケア・コンディショニング を行った。出場選手数によってトレーナーを２名体制にするなど、状況に合わせて適宜対応した。

・練習会場での活動

Hungarian University of Sports Science の陸上競技場やウエイトトレーニング場で練習を行った。ドクターとともにトレーナーも帯同し、チーム待機付近で練習前後のコンディショニングを実施した。また、コーチとの情報共有や連携を密に行い、選手のコンディション調整に努めた（図３)。

・トレーナー利用者数

現地入村から大会終了までの 15 日間で、利用者数は延べ 257 名（男性 191 名、女性 66 名）であった。対応別の内訳は、マッサージが 217 件、ストレッチ 38 件などであった。テーピング、鍼治療、物理療法、エクササイズ等の対応も行った。欠場の１選手とリレーのリザーブ選手を除き、全選手が試合に出場することができた。

＜所感＞

今大会の選手数は、昨年のオレゴン大会を超える、過去最多の 76 名となった。インビテーションで追加された選手が 13 名と例年よりも多く、コンディション把握のためのメディカルアンケートの収集や公式 LINE 等のスムーズな運営が１つの鍵であった。メディカルチームとして、代表選手のコンディション把握は最重要項目の１つであり、大会当日に向け、

より良いコンディションサポートを行ううえで欠かせないサポートである。

今大会のメディカルチームは、ドクター３名、トレーナー４名の構成で、過去最多の選手数をサポートするには、必要な人数であったと考える。選手村および大会会場（図４）、練習会場と常にメディカルスタッフが帯同し、問題のある選手にはドクターから迅速にアプローチした。その後、トレーナーがケアやコンディショニングを行い、コーチへの情報共有など、選手がより良いパフォーマンスを発揮できるようなサポートをしていく流れを作ることができた。今大会の活動で気づいた改善点については、次大会でより良い形として実施していきたい。

トレーナー４名は、前月に開催されたアジア選手権大会と同じメンバーであり、事前の準備期間から各自の役割分担を明確にして、コミュニケーションも密にとる事ができた。現地入りしてからも、各々の仕事をまっとうし、互いに協力し合うことで、比較的余裕を持って日本チームをサポートすることができたと感じた。また、トレーナー全員がサブトラックや練習会場、ロード種目の会場で活動を行うことができた。全員の経験に繋がるように活動形態を工夫できたこともトレーナー間の連携がスムーズであった要因だと感じた。また、今大会はパーソナルトレーナーの帯同が多く（16 名）、日本代表メディカルチームと連携しながら選手をサポートしていくという一連の流れがコロナ禍前のように戻りつつある印象を受けた。日本代表チームをサポートするにあたり、現地ではもちろんのこと、日本からも各選手の専任コーチやパーソナルトレーナーの方々から多くの情報をいただくことができた。選手に関わる多くの方々とともに日本チームをサポートできたことに感謝するとともに、今後も連携を密に取りながら選手にとってより良いメディカルサポート体制を構築していきたい。