

# 都道府県陸協におけるトレーナー活動ガイドライン

2015年4月 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

## ◎トレーナー活動の優先順位

1. 救護活動
2. 応急手当
3. 心身の状態の評価
4. 選手への体調管理方法の啓蒙
5. 治療やトレーニング等の処方

## ◎人数に応じた活動形態

競技会運営時には、医務室に医師・看護師1名ずつ、競技場内の救護担当者（トレーナー）をおくことが望ましい

### トレーナーの人数

2~3名：救護を中心とし、選手への啓蒙は配布資料を準備するなどして対応

トレーナーが少数の場合には、搬送補助のための人員を確保する

5名前後：救護を中心とするが、治療や処置の必要な選手を優先して対応

10名以上：救護を中心とするが、処置必要者の対応だけでなく、セルフケアの教育も含めコンディショニング全般を構築していく

## ◎準備すべき事項

- ・活動拠点（医務室やトレーナーステーション等）と救護待機場所の確認
- ・搬送経路や救急要請方法の確認。
- ・審判に対する救護の役割と対応方法の確認。
- ・トレーナー間の連絡手段の確認。
- ・トレーナーステーションの利用方法の告知。
- ・テーピング利用の際には、場合により、選手に持参してもらうか、トレーナーステーションにて購入できる等の方法を連絡する。
- ・審判登録は必須ではないが、陸上経験の浅いトレーナーに関しては講習を受けることが望ましい。陸協の方針で審判登録が求められる場合は、登録を行う。
- ・トレーナーステーション利用の際、特に高校生以下の選手には、指導者、もしくは保護者の同意書を提出してもらうことが望ましい。
- ・大会運営としての大会サポートと、パフォーマンス向上を目的にした強化の活動は線引きして考えられるべきである。