

発刊にあたって

財団法人富山県健康スポーツ財団専務理事
富山県総合体育センター

センター長 二 上 栄 一

平成14年度の日本スポーツ界を振り返ると、日韓共催のサッカーワールドカップでの日本代表選手の活躍やサッカー・野球など海外で活躍する日本選手の姿が大きくメディアに取り上げられており、日本経済の不況やイラク問題等国際緊張が高まる中で明るい話題を提供してくれるものでした。

さて、富山県総合体育センターでは、本県の競技力向上の一翼を担う目的で「スポーツ医・科学的トレーニング推進事業」を実施しており、この事業の報告書ともいべき本誌「HOW TO WIN」を年1回発行しており今回はその9号目にあたります。

本事業は指定した選手達に医・科学的検査や測定を実施し、その結果にもとづいた適正なトレーニング方法等を指導・助言をするとともに各種研修会による指導者のレベルアップを図るものであります。

平成14年度はその前年から、これまでの事業をより充実したものとすべく、新たに駅伝・野球を指定競技に加えスタートした三ヶ年計画の2年目にあたります。今年度の各種事業の推進の結果、今年1～2月に開催された全国中学校スキー大会での女子大回転、男子リレーや、全国高校スキー大会での女子大回転の優勝、国体冬季大会スキー競技会の大回転において本県初の少年男女のアベック優勝など、本事業で指定した強化選手が大活躍しております。このことは、計画的に推進してきた本事業の成果の一端を実証してくれたものと考えております。

本報告書では、専門委員会委員の協力により高速度カメラによるバッティング動作の分析結果と、駅伝競技・クロスカントリー競技等の持久力を必要とする競技の呼吸循環器系機能測定の結果を掲載しております。また、全国高校スキー大会や国体冬季大会で、すばらしい成績を収めたアルペン競技選手の継続的測定結果の推移も紹介しております。

本県の指導者や選手の皆様が本誌をお読みいただき、それぞれの現場で『医・科学的トレーニング』の必要性を理解し、取り入れ、更なる競技力向上に役立てていただけることを期待して、発刊にあたってのことばといたします。

発刊にあたって

スポーツ医・科学的トレーニング推進委員会委員長
北陸電力㈱富山健康管理センター

産 業 医 山 野 清 俊

スポーツの競技力向上には医・科学的サポートが必要であることは、今日では常識とされています。富山県では平成3年度から本格的に科学的トレーニング推進事業を展開し、新世紀を迎えた2001年春に、10年間の事業の歩みをまとめ「科学的トレーニング推進事業報告書」を発刊すると共に、ポスト国体に向けて事業の方向性を検討いたしました。

まず、事業の内容を明らかにする意味で、名称を‘スポーツ医・科学的トレーニング推進事業’に改めました。これは従来のフィジカルトレーニング面のさらなる強化に加え、内科的・整形外科的メディカルチェックやスポーツ栄養学に加え、スポーツ心理学を広く活用し、各競技・選手に対し多角的な方面からサポートし、競技力の向上を意図したものです。

平成13年度からは、特別強化競技に野球と駅伝の2競技が加わり、一般強化5競技と共にジュニア層からの継続的強化を目指しています。平成14年度は、駅伝や野球の特別強化競技に対しては昨年と同様に、各種大会や合宿に専門委員会委員が出向し、指定選手の走りや動きをつぶさに観察しながら、つぎに展開すべき医・科学的トレーニングの課題を協議、検討してまいりました。いずれの競技もトレーニング効果の向上を認めていますが、難点は選手層が薄いことと、ジュニアからの一貫指導の継続が不十分なことなどのためにコンスタントな成績を維持できないことです。しかし、一般強化競技のスキーや陸上競技などではジュニア層に優秀な選手やチームが輩出し、大きな励みと夢を与えています。

高校野球については県高野連強化部の意向をもとに、まず選手の動きを分析してバイオメカニクス面から富山県チームの課題を検討することにしました。昨年は投手の投球動作を分析しましたが、今年度は打者の打撃動作を分析して報告することにしました。動作分析は堀田朋基、鳥海清司両専門委員を中心に行われ、その分析結果と課題は連続写真を豊富に使って分かりやすくまとめて頂きました。

一方、山地延佳・井口文雄らスポーツ専門員が継続的に実施してきた体力の‘専門測定’

から、昨年度は全国レベルの大会で優秀な成績を収めた選手がどのような「筋力・パワーのバランス」になっているかを競技別に分析しその目標値と達成度を分析しましたが、今回は「呼吸・循環器系測定」の結果をどのようにして有効なトレーニングにつなげることが出来るかについて考察を加えました。

「HOW TO WIN No.9」では本年度の諸事業のうち、高校野球の投球動作分析と呼吸循環器系測定結果の分析などを中心に紹介することにいたしました。より多くの指導者や関係の方々にお読みいただき、さらなる競技力向上に役立てて頂ければ幸いです。

