

## TOYAMA アスリートマルチサポート事業について

この事業は、本県で開催された平成6年度全国高等学校総合体育大会及び平成12年第55回国民体育大会に向けて、競技選手の競技力向上・体力増強を目的として開始されたものである。体力増強には体力トレーニングが欠かせないが、近年ではスポーツ医・科学の進歩により、選手の体力を科学的に測定し、そのデータに基づいて実施される科学的トレーニングが効果を上げていることは周知のとおりである。本県においても平成3年に財団法人富山県スポーツ振興財団に「科学的トレーニング推進委員会」が設置され、本県における科学的トレーニングの実施状況や今後の推進策について協議がなされ、「科学的トレーニング強化推進策について（中間報告）」が提出された。その提言を受け、平成4年に「科学的トレーニング推進専門委員会」が設置され、具体的な取り組みが始められた。そして、平成12年度には、それまでの10年間の事業をまとめた「科学的トレーニング推進事業報告書」を発刊し、一つの区切りを迎えた。平成13年からは、特別強化指定競技（野球、駅伝）、一般強化指定競技（スキー、水球、ウエイトリフティング、アイスホッケー、ソフトテニス）の7競技、約160名を指定し、「スポーツ医・科学的トレーニング推進事業」としてスタートし成果を上げてきた。そして、平成22年度より、さらに富山県の競技力向上を目指すために事業を拡充し、トータルサポート強化指定競技（10競技12種目）、フィジカルサポート強化指定競技（11競技11種目）、成年サポート強化指定競技（10競技13種目）、スペシャルサポート指定競技（3競技）の4つに分けて、約600名のサポート選手を指定し、「強化指定選手スポーツ医・科学的サポート推進事業」として新たにスタートした。平成23年度より、富山県総合体育センターの指定管理者が（財）富山県健康スポーツ財団から（財）富山県体育協会になり、さらに、（財）富山県体育協会が公益財団法人になり、事務局が富山県総合体育センター内に移転した。そのことによって、富山県総合体育センターがより競技力の中核施設としての役割を担うこととなった。事業名も「スポーツ医・科学的サポート推進事業」と改称し、サポート競技・サポート選手の指定や事業内容をより競技団体の要望に応じた方法に変更し、トータルサポート競技（11競技13種目）、フィジカルサポート競技（10競技11種目）、スペシャルサポート競技（2競技）の3つに分けて約640名の選手を指定し各種サポートを実施した。また、平成24年度より、サポート内容は同じであるが、トータルサポート競技とフィジカルサポート競技に分けず、スタンダードサポートに統一した。平成26年度から事業名を「TOYAMA アスリートマルチサポート事業」とし、（公財）富山県体育協会の強化事業として実施することとなった。組織も「推進委員会」と「専門委員会」が、スピード感をもって事業に取り組むため発展的に「TOYAMA アスリートマルチサポート委員会」として新たにスタートした。サポート選手は、東京オリンピック代表選手の対象になる年代が中学生までとなることから、600名から800名とし、また、競技指導者と指導現場に関わっているドクター、トレーナー、（公財）富山県体協スタッフで、現場での成果や課題、様々なスポーツ医・科学情報を共有するために、アスリート・マルチサポート・スタッフミーティングを行った。充実したサポート体制を構築するため、富山県総合体育センターに加え、（公財）富山県体育協会が管理運営している富山県西部体育センター、富山県高岡総合プールと連携をしながら、スポーツ医・科学トレーニングの一貫したサポート体制を構築してきた。

令和6年度より、（公財）富山県スポーツ協会競技力向上対策課を事務局に加え、組織強化を図るとともに、富山県スポーツ協会強化指定選手と、エリートユース育成事業対象者へサポート対象を広げ、富山県全体のスポーツ医・科学の普及啓発を含めたサポートを一層推進していくことにしている。

## 1 事業の目的

全国や世界の檜舞台で活躍できるアスリートの育成のために、各種強化事業と併せ、監督、コーチ、スポーツドクター等の連携のもとスポーツ医・科学的サポートを積極的に展開するとともに、県内施設を活用したトレーニングの一貫指導体制の構築を目指す。

## 2 内容

スポーツ医・科学情報による専門的かつ高度な支援を戦略的・包括的に提供できる体制を構築し、各分野の専門スタッフによるサポートを実施する。

## 3 実施主体

事務局

公益財団法人富山県スポーツ協会 競技力向上対策課  
富山県総合体育センター

連携機関

富山県西部体育センター  
富山県高岡総合プール

## 4 委員会等の開催

### (1) TOYAMA アスリートマルチサポート委員会

目的 全国・世界の檜舞台で活躍を目指しているアスリートに対して、スポーツ医科学に基づいたサポートを実施するため、次に掲げる事項を審議する。

- ① スポーツ医・科学に基づいたサポートを推進するための方策
- ② スポーツ医・科学に基づいたサポートに関する技術的・専門的事項
- ③ その他

参加者 学識経験者、スポーツ団体関係者、行政機関等職員、他  
公益財団法人富山県スポーツ協会理事長が2年の任期で委嘱する。

### (2) スタッフミーティング

目的 サポート内容の報告により、サポートスタッフの共通理解を促進する。競技団体やサポート選手、サポートスタッフや指導員の抱えている課題に対し多方面からの専門スタッフを介し、さらに充実したサポートができるよう対策を協議する。

参加者 TOYAMA アスリートマルチサポート委員、富山県スポーツ協会担当者、富山県スポーツ協会アドバイザー・トレーナー招聘事業推薦トレーナー、学生トレーナー、競技団体推薦トレーナー、各競技団体指導者、他

## 5 サポート対象競技及び選手（マルチサポート選手）

(1) 富山県スポーツ協会強化指定選手（国民スポーツ大会実施41競技団体）

(2) 富山県スポーツ協会エリートユース育成事業生（以下 エリートユース生）

\*競技団体から事業への参加希望があった選手に限る。

## 6 スポーツ医・科学サポート内容

\*希望する競技団体に対して事務局が調整する。

(1) スポーツ医学サポート

① メディカルチェック

ア 強化指定選手、女性アスリートに対する問診票

\*国スポ強化指定選手はスポーツ協会事業にて実施必須とする。

イ ドクターによるメディカルチェック

\*富山県総合体育センタースポーツクリニックによるメディカルチェック活用

\*国スポ前の競技団体別メディカルチェック 等

② スポーツドクターによるスポーツ障害相談

富山県総合体育センターで実施するスポーツクリニックにて関節弛緩性（関節の緩さ）、筋柔軟性、スポーツ障害のリスクの把握、スポーツ障害相談 等

③ 血液検査

問診票で、貧血や女性アスリート特有の問題があると思われる選手、貧血に問題があると思われる競技へ提携機関にて血液検査を実施する。

(2) 測定・トレーニングサポート

\*科学的根拠のもと強化を行う事を目的とし下記のいずれかの測定を行うことを事業参加の条件とする。

- ・連携機関でのア～カの測定いずれか
- ・各競技団体のトレーナー監修の元、実施するフィールドテスト
- ・マルチサポートスタッフが現場に出向き実施するフィールドテスト

\*マルチサポート選手には2回分の連携機関トレーニング室利用チケットを配布。

\*同日に2種目の測定を実施する際は1回分のチケットで対応する。

① 体力測定

実施機関：富山県総合体育センター、富山県西部体育センター

ア 形態計測（身長、体重、周径囲、体脂肪率（Inbody））

イ 一般測定（握力、背筋、上体起こし、垂直跳び、長座体前屈、有酸素性持久力、反復横跳び、閉眼片足立ち、全身反応時間、脚・腕パワー）

ウ 筋力・パワー測定（Biodex、脚・腕パワー、PowerMax 測定）

エ 呼吸循環器系測定（心肺持久力測定）\*富山県総合体育センターのみ

オ 姿勢チェック \*

カ 動作分析（競技動作の撮影・分析、足圧測定 他）\*

- ② 体力測定結果分析
  - ア 課題の抽出
  - イ トレーニング効果の判定
  - ウ トレーニングプログラムの立案

測定数値について

本事業ではスポーツ医科学調査・研究の一環として競技・年代別に測定数値を蓄積・分析し、競技力向上に貢献する。

- ③ トレーニング・コンディショニング指導
  - ア トレーニング概論に基づいたトレーニング計画の立案と指導
  - イ 体力測定結果を基にしたトレーニングプログラムの作成、指導
  - ウ 年間計画に基づいたトレーニングプログラムの立案、指導
  - エ 正しいトレーニングのやり方、負荷設定、姿勢の指導
  - オ 年齢に応じたトレーニング指導
  - カ 障害予防のためのトレーニング指導
  - キ 事業主催の集合講習会

\* マルチサポート選手には連携機関のトレーニング室利用チケットを6回配布。

(トレーニング指導時または個別利用の際に利用可能。)

\* 連携機関でのトレーニング指導、活動拠点への出張指導、外部指導者派遣等は月2回まで(指導料は月2回までは事業で対応、それ以上は個人負担とする。)

\* チームで指導を受ける際は指導料はマルチサポート選手以外の選手も含めて指導可。

\* サポート選手以外の選手は施設使用料個人負担。

(3) スポーツ栄養サポート

- ① 集合講習会(栄養・食事に関する理論等)
- ② 栄養調査(一週間の食事内容の分析・フィードバック) 1人1回/年
- ③ 栄養調査に基づいたカウンセリング
  - \* 原則講習会にてフィードバックを行うが、講習を受けない場合は個別カウンセリングで対応
- ④ 課題に応じた講習・現場指導(選手・指導者・保護者対象)
  - \* 各競技団体2回/年までとし、それ以上は競技団体・個人負担とする。
  - \* 栄養サポートを受ける際は、体組成測定と栄養調査を実施すること。

(4) スポーツメンタルサポート

- ① 集合講習会（メンタルトレーニングの理論等）
- ② 課題に応じた講習・現場指導（選手・指導者・保護者対象）  
\*各競技団体2回/年までとし、それ以上は競技団体・個人負担とする。

(5) 映像・情報技術サポート

- ① 競技中の映像撮影や分析  
\*希望に応じて適宜対応
- ② インソールによる足圧測定 1人2回/年まで

(6) 女性アスリートサポート

- ① 集合講習会（女性アスリート特有の障害等）
- ② 課題に応じた講習・現場指導（選手・指導者・保護者対象）  
\*各競技団体2回/年までとし、それ以上は競技団体・個人負担とする。

(7) アンチドーピングサポート

- ① 集合講習会（アンチドーピング啓蒙・大会時留意点等）
- ② 課題に応じた講習・現場指導（選手・指導者・保護者対象）  
\*各競技団体2回/年までとし、それ以上は競技団体・個人負担とする。
- ③ スポーツファーマシストの紹介
- ④ 富山県薬剤師会との連携によるホットライン

(8) サポートスタッフ・中央講師の派遣

- ① 強化合宿・下記大会以外の帯同サポート
  - ア 大会期間中のコンディショニング指導、スポーツ障害予防、食事指導、競技撮影、スポーツメンタル等指導員の派遣。
  - イ 本委員会が認めた有資格者とし、事業前に計画書、事業後に報告書を提出すること。
  - ウ 所定の体力測定を実施し、年間を通してサポートを受けていること。
  - エ 交通費・旅費については競技団体負担とする。
- ② 北信越国スポ・国民スポーツ大会・JOC大会サポート
  - ア 大会期間中のコンディショニング指導、スポーツ障害予防、食事指導、競技撮影、スポーツメンタル等指導員の派遣。
  - イ 本委員会が認めた有資格者とし、事業前に計画書、事業後に報告書を提出すること。
  - ウ 所定の体力測定を実施し、年間を通してサポートを受けていること。
  - エ 各競技団体でスポーツドクター、アスレチックトレーナー、栄養士、メンタルトレーナー、トレーニング指導員のいずれか1名の交通費、宿泊費、謝金を事業負担とする。
  - オ JOC大会はエリートユース事業参加競技に限る。

## 7 スポーツ医・科学調査、研究

- (1) 県内大学、ハイパフォーマンススポーツセンター、他県との連携
- (2) 大会・トップ選手の競技力調査
- (3) 各種講習会・研修会などへの参加

## 8 スポーツ情報

- (1) 報告書 『HOW TO WIN』(年1回)の発行
- (2) 情報誌『スポーツ医・科学的トレーニング情報』の発行

## 9 スタッフの資質向上

- (1) 報告書スタッフミーティングや研修を実施し、富山県スポーツ協会サポートスタッフのレベルアップを目指す。
- (2) スポーツ医・科学に通づる資格を取得・更新により、最新の知識を得て現場サポートに活かす。