



一般社団法人  
日本パラリンピアンズ協会

# ハイパフォーマンス選手の強化について

～パラリンピアンへのナショナルトレーニングセンター設置議論を受けて～

平成26年7月29日  
一般社団法人日本パラリンピアンズ協会

# 背景

- スポーツ基本法の施行（平成23年）、2020年オリンピック・パラリンピック競技大会の東京開催決定（平成25年）、スポーツ振興の観点から行う障害者スポーツに関する事業が厚生労働省から文部科学省に移管されたことなどにより、障害者スポーツの選手強化環境を整備する好機が訪れました。

# 主旨

- こうした環境のなか、一般社団法人日本パラリンピアンズ協会（PAJ）では、ハイパフォーマンス選手（高度な競技能力を有する選手）を生み出し、育成していくために求められる取り組み等を検討・検証すべく、パラリンピック全競技の選手・強化関係者からの意見を収集しています。

# 意見収集の概要

実施機関

一般社団法人日本パラリンピアンズ協会（PAJ）  
（会長 河合純一）

〒141-0021 東京都品川区上大崎3-5-1 YKビル2階  
[TEL:03-6277-0160](tel:03-6277-0160) / [info@paralympians.jp](mailto:info@paralympians.jp)

内容

「ハイパフォーマンス選手の輩出・育成のためにどのような取り組みが必要か」について、会員向けに発行しているメールマガジンを通じて意見を募集。集まった意見を、PAJが過去に実施した調査結果等や各種公表情報等を参照のうえ、理事会にて整理し、最終案を作成した。

※2014年7月現在、PAJ 正会員178名



## 概括

強化  
拠点

コーチ、  
サポートスタッフ

医・科学  
サポート

# パラリンピックで勝つために必要なこと ⇒オリンピックとのイコールフィッティング

## 強化拠点

### オリンピック選手同様の強化拠点 (資源の共有)

- オリンピック選手に必要な強化がパラリンピック選手にも同様に必要である



## コーチ・サポートスタッフ

### オリンピック選手に対する競技指導 のノウハウの活用 (人材の共有)

- いわゆる「障害者」に関する知識だけを有するより、競技に関する高い専門性を有する指導者・スタッフが必要



## 医・科学サポート

### オリンピック選手同様のサポートを基本とし、より高いパフォーマンスを実現するための医科学支援の構築 (知見の共有)

- スポーツ医・科学支援 (知見の共有)
- 競技特性、障害特性にかかわるフィジカルトレーニングの理論研究・実践への応用
- パラスポーツの器財開発



# 1. 強化拠点

## オリンピック選手同様の強化拠点 (資源の共有)

- ▶ 選手の意識は「ハイパフォーマンスを実現するための強化」を起点としています。決して障害の補完やリハビリテーションからアスリートを目指す道のりを辿ろうとしているではありません。したがって、**すべての強化の対しての捉え方はオリンピック選手と同様であるべき**と考えています。具体的には、以下の2点です。
  1. オリンピック選手と同様のハイパフォーマンスに特化した強化拠点（共有できるところは共有することを基本的な考え方とする）。
  2. スポーツ傷害への対応や科学的トレーニング、いわゆる科学サポートについては、NTC、JISSのオリンピック選手に対する**サポートノウハウを転用することが効率的である**と考えています。

## 2. コーチ・サポートスタッフ

### オリンピック選手に対する競技指導の ノウハウの活用（人材の共有）

- ▶ 競技団体間の連携強化と人材交流

例：コーチ、スタッフ間の人材の交流。パラリンピック選手の強化に係る人材の派遣と人材の育成。

### 3. 医・科学サポート

オリンピック選手同様のサポートを基本とし、より高いパフォーマンスを実現するための医科学支援の構築（知見の共有）

- ▶ **スポーツ傷害への研究・科学支援**  
スポーツ活動において起こりうる傷害を予防する研究・科学支援を基本とし、加えて障害特性により起こりうるスポーツ傷害に対する科学支援。  
例：車いすの選手に多くみられる肩の傷害など
- ▶ **競技特性、障害特性にかかわるフィジカルトレーニングの理論研究・実践への応用**  
例：脊髄損傷者の運動特性に即したフィジカルトレーニングの理論研究、実践への応用
- ▶ **競技用具の開発**  
例：義足、車椅子、シットスキー、自転車の開発。ブレーキ痕のつきにくいタイヤ開発。パフォーマンスをあげるためのプロテクターの開発、など

# 最後に

## パラリンピック強化システムの構築の必要性

パラリンピックという競技大会も、世界のレベルも、そして国内における障害者スポーツを取り巻く環境も、めまぐるしく変化しています。

## 国内外のスポーツ関係者との連携強化

今後とも現状の把握、選手の生の声の収集、競技を超えて議論を深めることはもちろんのこと、パラリンピック以外の関係者との意見交換の場を持つなど、積極的に活動していきます。

## PAJの取り組み

1. PAJでは、継続的に強化に関する選手、関係者の声を集め、強化策の策定プロセスに貢献してまいります。さらにはパラリンピックの発展、わが国の障害者のスポーツの発展に寄与してまいりたいと考えております。
2. 競技団体の組織力強化を希望します。
3. 2020年後も、継続可能で、国を代表するオリンピック・パラリンピックの強化支援システムの構築を希望します。

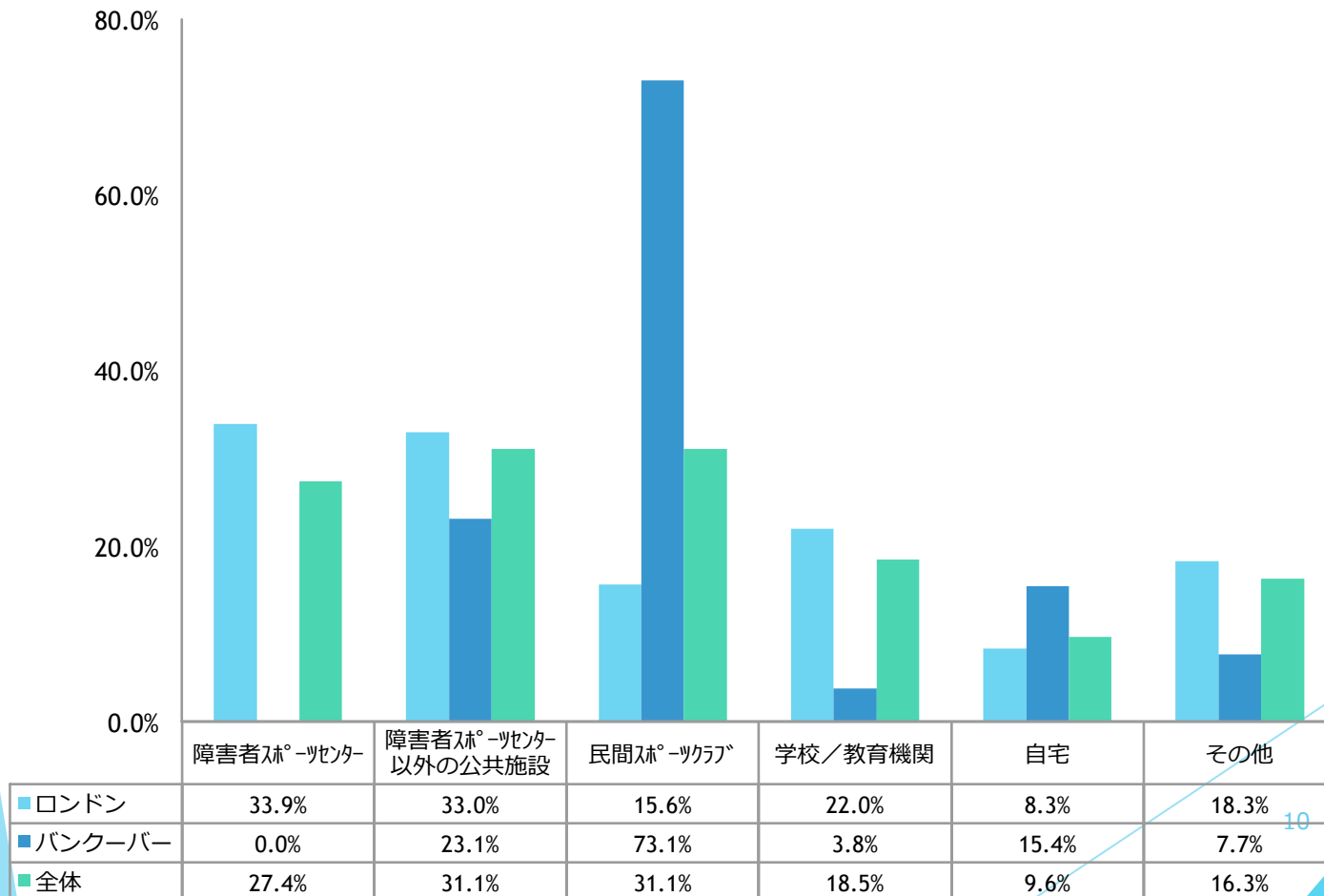


# 参考資料 1

第2回パラリンピック選手の競技環境  
その意識と実態調査より (2012年6-8月実施)

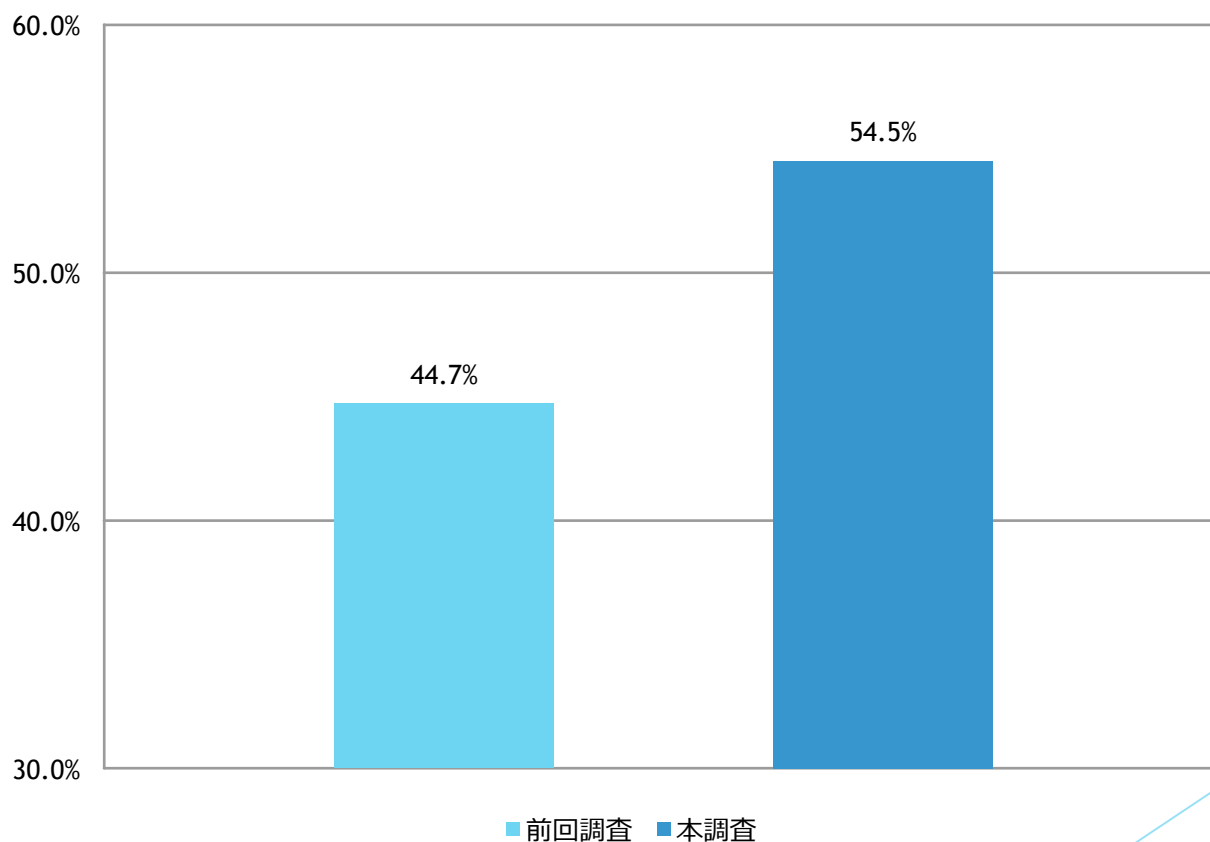
## 主な練習拠点は？

練習場所は、地域・生涯スポーツを支援する障害者スポーツセンターよりも民間スポーツクラブが増加



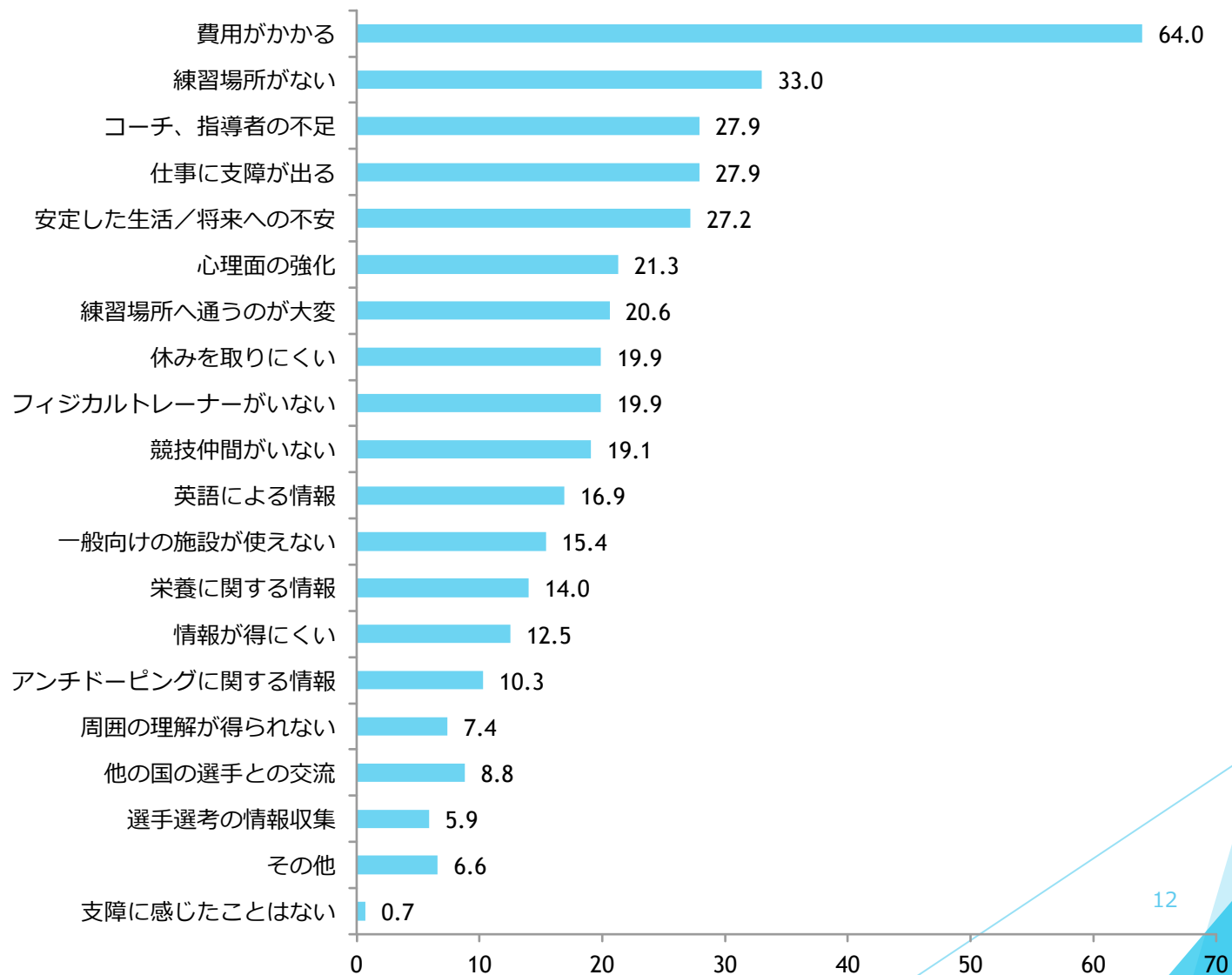
## コーチの有無

専属のコーチをつける選手が増加。一方で、コーチをもたない人には資金面の問題をあげる人も。



# パラリンピック選手が感じる競技活動上の課題

## 費用、練習場所、コーチ指導者の不足が大きな課題が多い



# 参考資料 2

パラリンピック選手、コーチ・スタッフの声  
(2014年春季 意見収集)

# 選手、コーチングスタッフの声

- ▶ 障害者専用にするのではなく、オリンピック、パラリンピック双方が使える形が良い。
- ▶ 障がい者のみの使用により現在と同じように「障害者スポーツは別物」となり障がい者スポーツへの理解、**共生社会の実現に繋がらない**から。
- ▶ 障害者に特化させるより、健常者選手と共用できる施設であるほうが、**双方にメリット**があると思う。パラNTCの設置による拠点総数の増加。
- ▶ ナショナルトレセンについては、特に障害者スポーツについては、医療的な観点も必要な部分を見ますと、障害特有の医療的な分野の研究・分析を国リハに、競技力向上の専門機関としてナショナルトレセンの敷地内にトレセンを建設するのが望ましいと思いました。
- ▶ パラ選手は、リハビリ施設ではなくトレーニング施設を使う必要がある、という認識を一般に持ってもらいたい。**五輪選手とパラ選手が区別なく利用できることが前提**。
- ▶ オリンピック、パラリンピックの両組織が同施設を使うメリットパラ選手は、リハビリ施設ではなくトレーニング施設を使う必要がある、という認識を一般に持ってもらいたい。一般競技団体と障害者競技団体の接点も発生することがあげられます。これにより**情報共有・交換・連携が生まれる可能性**もあるかと思います。
- ▶ (オリンピック選手とパラリンピック選手の) **どちらでも使用可能**であればいいと思います。まずは、その壁をなくして欲しいです。

- ▶ 一般の日本陸上競技連盟医科学サポートメンバーが行う。動作解析、高所トレーニング効果分析、栄養サポート、医師による診断、リハビリ→足関節などの故障が多いランニング系の選手には下半身を無重力としたランニングマシンを使用。定期的な血液検査や酸素摂取能力や体脂肪検査など基礎データ収集、分析。
- ▶ 視覚障害選手にとって、自分のフォームをチェックするのはかなり難しいことです。そこで、複数の方向からフォームを撮影した画像を解析して、3Dプリンタで再現することができれば、視覚障害選手のフォーム修正に大きく貢献できると思います。
- ▶ 専門家によるメンタル講座の開催
- ▶ コーチ・スタッフは「福祉の専門家」ではなく「スポーツの専門家」であってほしい。
- ▶ 日本陸上競技連盟と障がい者陸上競技連盟の組織統一をはかる。
- ▶ ボランティアスタッフの待遇改善。ボランティアであるために、仕事が止まらないような体制づくり。
  - ➡️アドミニストレーション体制の見直しと強化。

## ▶ ユニバーサルデザインを

1. 車いすスポーツに対して：体育館体育館（コート）の床面にブレーキ痕が付くため使用に消極的な意見を聞くが現在は、メーカーがタイヤ跡が付きにくいタイヤの開発なども行われている。
2. 視覚障害者への配慮：（1）視覚障害(特にロービジョン)への配慮。視覚障害には全盲だけでなくロービジョンの人への配慮を求めたい。たとえば、文字を大きくしたり、表示の位置を工夫したり、色のコントラストをはっきりさせたり、段差の存在をわかりやすくするなどの工夫が必要。

▶ 医療サポートと拠点に対して：リハビリテーションではなく、スポーツ傷害に対応する医療サポートを基本として体制を構築してほしい。

▶ 交通の便の良い場所：

- （1）施設までの交通等移動利便性の確保。
- （2）自力で安全に来れる場所、移動が容易な場所がいいですね。
- （3）設置場所は全国から選手がアクセスしやすい場所。選手の移動手段は電車、飛行機、クルマなどさまざま。これらに対応できる場所がよい。

▶ 海外遠征前の事前合宿の際に時差調整が行えるように体育館や食堂など施設が24時間に。

▶ パラリンピック選手のNTC利用については、JOC加盟競技団体と連携している先行競技団体の使用実態、使用実績の中で見えてきた課題を検証することも有用。例えば、水泳、卓球、テニス、自転車など。