

# 正解がないからやりがいがある！ ケア、予防からパフォーマンス向上まで…… すべてを支える醍醐味がここに

スポーツシーンで欠かせない存在となっている「アスレティックトレーナー」。  
なかでも「JSPO-AT」は、さまざまな医・科学的な知識、スポーツ現場での実技、  
コミュニケーション力などの幅広い知識や能力が必要とされる。実際に求められる能力や活動実態とは？

## 多岐にわたる業務内容 幅広い知識が求められる

JSPO-ATと聞いて、どんな仕事を想像するだろうか？ スポーツに関するアスレティックトレーナー(AT)といえば、選手のトレーニング計画をつくったり、トレーニングをしたり、あるいはストレッチングをしたり……などいろいろなお姿を思い浮かべる方も多いことだろう。「実際、その業務内容は本当に幅広いです」と笠原政志氏は語る。

「トレーナー」というとケアケガから復帰するまでの過程(補助)のニーズが多いと思われがちですが、ATはケアをした際の手当てやケガを予防するためのコンディショニングの仕事が主な役割になります。

「高校時代まで野球部でプレーしていましたが、資格取得をめざしたきっかけも、体の根本的な改善からの競技力向上を支えたい……というところが大きな理由だった。」

## 根本的な改善って何だろう？ からスタートしたATへの道

実際笠原氏が資格取得をめざしたきっかけも、体の根本的な改善からの競技力向上を支えたい……というところが大きな理由だった。

「サポーターとして、学びながら実践の経験を積んだ。」

「そして、大学時代にカリキュラムを受講し、大学院1年時に取得することができた。」

## JSPO-AT 現場力のあるAT

近年、さまざまな資格も増えているというが、一般的な資格との違いは、圧倒的に学ぶ量が多いところだと語る。

「カバリーする領域が広い、さらに試験を受けるにあたって、現場実習、いわゆる実技実習が設定されており、これもほかの資格と比べて取得に関するハードルが高い点だといえます。」

「幅広い知識や経験、取得に至るまでのプロセスや勉強を重ねること、医療資格を持つ方と医・科学的知識に基づく専門的な会話ができる、ひいては選手たちにとりよくなる情報を提供できることとつながっています。」

「ただし、そういった知識だけでは現場では通用しない。知識を知恵に変えるのが、JSPO-ATだ」と、常々学生に説いている。

## 「例えばケガをしたら練習を休む」というのは正論ですが、再来週大事な試合がある。そこに選手生命のすべてがかかっている……」

「現場では通用しない。知識を知恵に変えるのが、JSPO-ATだ」と、常々学生に説いている。「例えばケガをしたら練習を休む」というのは正論ですが、再来週大事な試合がある。そこに選手生命のすべてがかかっている……」

となると、優先順位が変わってくるとか、優先順位が変わってくるとか、優先順位が変わってくるとか……

もちろん無理はさせられませんが、選手や医療関係者、指導スタッフと密に連携を図り、最適な方法を導き出すためにも知識を知恵に変える必要があります。そうすると必然的にそこに人間力やコミュニケーション力が必須になってくるのです。

そのことを、現場感や現場力という表現を使われる方も多くいますね。知識があっても、現場感

がないと対応できない場合がある。例えば、必要な道具がなかったときに何で代用するのか。柔軟な対応力や、どんな場面でもへこたれずやり遂げるメンタル、フネスも必要になってきます」

「幅広いアンテナを張り、応用する……」

「研究が深まされていく観察眼」

「現在笠原氏は、大学に勤務しながら学外でのサポーターを行っている。担当するのは、野球、ライフ

セービング……と多岐にわたる。さらに国民体育大会では千葉県

の全競技におけるトレーナーを統括する役割を担った。その競技それぞれの特徴を理解し、最低限のルールは知識として得ておくなどの準備も必要となる。

「さらに、競技特有の動き、パフォーマンスを観察したり分析したり……。しなければいけないことは枚挙にいとまがない。」

「個人的に動作を見たり分析したりするのが好きというところもありますが、周りを見渡しても、複数の競技を担当している方は多いですね。ついに絞らずにいろいろな視点で観察する、そうすることにより、必要な観察眼が研ぎ澄まされていくと思っています」



野球部の選手たちに指導を行う笠原政志氏。JSPO-ATの資格は信頼感につながっていると感じる。「逆に言えば、絶対に中途半端なことはいないし、常にアップデートしていく姿勢を持ち続けています」



予防からケアまで幅広く選手をサポートできるところも大きな魅力だ

「ATやスポーツの世界には正解がないと私は思っています。正解とは、正しい解。なので、つじかには、選手をサポートするためには、正解ではなく、それぞれの選手の答えを探さないで、学生に話します。型にはめず柔軟に、選手やスタッフと密にコミュニケーションを取って、相手が必要としているものに対して、相手が必要としているものを提供することができるといいます。」

「ATやスポーツの世界には正解がないと私は思っています。正解とは、正しい解。なので、つじかには、選手をサポートするためには、正解ではなく、それぞれの選手の答えを探さないで、学生に話します。型にはめず柔軟に、選手やスタッフと密にコミュニケーションを取って、相手が必要としているものに対して、相手が必要としているものを提供することができるといいます。」

「ATやスポーツの世界には正解がないと私は思っています。正解とは、正しい解。なので、つじかには、選手をサポートするためには、正解ではなく、それぞれの選手の答えを探さないで、学生に話します。型にはめず柔軟に、選手やスタッフと密にコミュニケーションを取って、相手が必要としているものに対して、相手が必要としているものを提供することができるといいます。」

「ATやスポーツの世界には正解がないと私は思っています。正解とは、正しい解。なので、つじかには、選手をサポートするためには、正解ではなく、それぞれの選手の答えを探さないで、学生に話します。型にはめず柔軟に、選手やスタッフと密にコミュニケーションを取って、相手が必要としているものに対して、相手が必要としているものを提供することができるといいます。」

「ATやスポーツの世界には正解がないと私は思っています。正解とは、正しい解。なので、つじかには、選手をサポートするためには、正解ではなく、それぞれの選手の答えを探さないで、学生に話します。型にはめず柔軟に、選手やスタッフと密にコミュニケーションを取って、相手が必要としているものに対して、相手が必要としているものを提供することができるといいます。」

「ATやスポーツの世界には正解がないと私は思っています。正解とは、正しい解。なので、つじかには、選手をサポートするためには、正解ではなく、それぞれの選手の答えを探さないで、学生に話します。型にはめず柔軟に、選手やスタッフと密にコミュニケーションを取って、相手が必要としているものに対して、相手が必要としているものを提供することができるといいます。」

「ATやスポーツの世界には正解がないと私は思っています。正解とは、正しい解。なので、つじかには、選手をサポートするためには、正解ではなく、それぞれの選手の答えを探さないで、学生に話します。型にはめず柔軟に、選手やスタッフと密にコミュニケーションを取って、相手が必要としているものに対して、相手が必要としているものを提供することができるといいます。」

JSPO-ATとは？

安全と安心を確保したうえで、パフォーマンスの回復や向上を支援するアスレティックトレーナー

- ①スポーツ活動中の外傷・障害予防、②コンディショニングやリコンディショニング、③安全と健康管理、④医療資格者へ引き継ぐまでの救急対応などを行う。



PART 1 PART 2 PART 3 PART 4 PART 5 PART 6

**ATHLETIC TRAINER**

かさはら まさし

## 笠原政志氏

国際武道大学体育学科教授、  
同大学院武道・スポーツ研究科教授、  
千葉県アスレティックトレーナー協議会代表理事

知識を知恵に変えるのが、  
JSPO-AT。正解ではなく答えを  
探す姿勢が必要で、だから楽しい