

July Special

トレーナーは何をする人か

私のトレーナー論



弊誌創刊の1979年以前から、日本にもトレーナーは存在し、野球やその他の球技、陸上競技や水泳などの個人競技で日本のスポーツを支えてきた。アメリカのNATA（全米アスレティックトレーナー協会）の存在も知られており、渡米してそのトレーナー資格を取得する人も出てきて、今ではそういう人は珍しくなくなった。日本では、鍼灸指圧マッサージの資格を有する人がスポーツ現場に立つことが多かったが、柔道整復師や理学療法士もいれば、日本体育協会（現日本スポーツ協会）のトレーナー制度が始まると、体育学士の人もそのなかに加わった。トレーナーはさまざまなバックグラウンドを持ち、その役割や仕事もまたさまざま。今月は、改めて「トレーナーは何をする人なのか」、6人に取材した。

- 1 直接選手に手を当てて、生で感じとって診て調べて、治療する 小沢邦彦 P.2
—— 信念は「手当」の精神
- 2 選手の求めている感覚とトレーナーの答えを一致させることが大事 伊藤由記子 P.7
- 3 車いすバスケのクラブチームをサポート 永盛雅子 P.12
—— 2020東京パラリンピックに向けて
- 4 視覚障がい者スポーツ、ゴールボールの女子日本代表チームを支える 辻美穂子 P.16
- 5 アスレティックトレーナーはディレクターであれ 稲葉晃子 P.21
—— アメリカと日本でのトレーナー活動から
- 6 バレーボール現場で求められるスキル「コミュニケーション」と「客観的評価」 緒方勝 P.29

1

トレーナーは何をする人か——私のトレーナー論

直接選手に手を当てて、生で感じとって 診て調べて、治療する ——信念は「手当」の精神

小沢邦彦

株式会社小沢塾代表取締役
REFRESH 指圧 CENTER 小沢指圧治療院院長
トレーナー養成塾 小沢塾主宰
はり師、きゅう師、あん摩マッサージ指圧師

1999年のユニバーシアード競技大会（スペイン・バルマデマヨルカ）から水泳日本代表のトレーナーとしてのキャリアをスタートさせ、現在も水泳選手だけではなく、多くのトップアスリートのケアをし続けてきた小沢邦彦氏。選手を“治療”するトレーナーの本質はどこにあるのか。長年の経験から小沢氏が導き出した答えに迫った。

スランプから脱出させてくれた 体育の先生の対応

——小沢さんがトレーナーの道を選んだきっかけを教えてください。

日大豊山高校の2年生の冬でした。ずっと水泳をやってきて、出身地の長野県の中学にいたとき、全国中学のバタフライで3位になりました。高校でも本格的に競泳を頑張ろうと思って、日大豊山高校に進学しました。高校での練習は中学時代から比べても、格段にきつくて厳しい練習でした。でも、全然タイムが伸びない。中学時代の自己ベストを超えられなかったんです。

中学までは、身体の成長過程で筋肉が自然とついていくなかで、それに伴って自然と結果もついてきました。でも、高校生になって身体の成長が止まったときには、自然に任せては記録は伸びません。だから本当に一所懸命練習しました。でも、全くタイムが出ない。高校に入学してからすぐ、2年半くらいのスランプに陥ってし

まったんです。

そんな状態で悩んでいた、高校2年生の冬のことでした。水泳の授業があったんですけど、当時の体育の先生がすごくよい先生で、いろんな話をしていたんです。そうしたら、たまたまその先生が整体の心得がある人で、「じゃあ、ちょっと身体を診てあげるよ」って言ってくれて、私の身体を触って診ていただきました。そしたら、「ちょっと身体の歪みが出てるね、こういうふうにしてみたらどう？」と教えてくれたんです。

先生に身体を診てもらった1週間後に試合があったんですけど、そこで中学3年生時から2年以上出ることができなかった自己ベストを、一気に1秒くらい縮めることができました。それがすごくうれしかったと同時に、衝撃的でした。

自分が頑張ってきた練習は間違っていなかったんですけど、その出力の仕方が悪かったというか、身体の状態が悪かったために、練習の成果を出せなかった。スランプという暗いトンネルのなかから、身体の状態を診てもらったことで、そのスランプから一気に脱出することができたんです。

そのとき、きっと自分と同じようにスランプになっている選手はたくさんいる。そういう自分と同じ悩みをもつ選手たちに対して、自分がしてもらったように、身体を診てあげることで暗いトンネルから脱出させてあげることができたら、どんなにうれしいことだろう、と思いました。そういう喜びを選手に与えることができるような仕事に就きたい。そう思ったのが、トレーナーを志したきっかけです。

——その後は、どのような資格を取ったので



小沢邦彦（おざわ・くにひこ）先生

1969年11月17日生まれ。長野県下諏訪町出身。日本大学卒業。花田学園日本鍼灸治療専門学校卒業。（財）日本オリンピック委員会強化医科学スタッフ、（公財）日本オリンピック委員会強化スタッフ、（公財）日本水泳連盟 医科学委員会 医事部連携組織 日本水泳トレーナー会議副代表。自身も競泳選手経験が長く、オリンピック、世界選手権、アジア大会に競泳代表のトレーナーとして帯同。現在も競泳選手を主にさまざまな競技アスリートのボディメンテナンスを行う。株式会社小沢塾代表取締役、リフレッシュ指圧センター小沢指圧治療院院長。

すか？

高校3年生のインターハイで結果が出せなかったら、大学に行かずに専門学校に通おうと思っていました。でも今まで以上に身体のメンテナンスをしたり、使い方がわかったりしたこともあって記録も伸びていたので、インターハイで個人では決勝に残れなかったのですが納得のいくタイムも出て、リレーでは2位にもなれました。なので、あと4年は水泳を頑張ろうと、日本大学に進学しました。

学部は、文理学部の体育学科を選んで、水泳とは別のスポーツをやっている人たちとのつながりをつくること、また大学で身体のことを学ぼうと思ってその学部を選びました。4年間水泳を頑張りながら身体の

ことを学んで、大学を卒業してから夜間の花田学園 日本鍼灸理療専門学校に進学しました。

大学のときの恩師から「トレーナーになりたいなら、武藤芳照先生（ロサンゼルス・ソウル・バルセロナオリンピック水泳チームドクター、現 東京健康リハビリテーション総合研究所所長）のところで勉強しなさい」と言われていたので、昼間は武藤先生のところで勉強をしながら、夜間に専門学校に通うという生活でした。

そのとき、武藤先生と一緒に水泳の代表チームに帯同していた堀内政亜希先生（1988～2000年（財）日本オリンピック委員会・強化スタッフ、（財）日本水泳連盟強化スタッフ・トレーナー、現「YOUR シアツセンター」「経絡 care」院長）が授業に来て話をしてくださったときがありました。そのお話を聞くと、自分がやりたい、と思っていたことを先駆けてされていた方だったので、すぐに堀内先生に自分の思いを話に行きました。すると、「一度治療院を見においで」と言ってくださいました。

すぐに堀内先生の治療院を見にいくと、当時のトップアスリートたちがみんなそこで治療を受けているわけです。それを見たときに、「こういうトップの現場で修行をしないといけない」と感じたので、お願いして堀内先生のところで修行させてもらうことになりました。堀内先生の技術に加えて、自分が19年間やってきた水泳の経験も生かして対応していけば、選手が喜んでくれるような治療ができるのではないかと、そう思ったのです。

ですから、2年間専門学校に通いながら、武藤先生の授業を受けつつ、堀内先生のところで勉強させてもらう。そんな毎日でした。堀内先生のところでは、5年間も修行させてもらいました。

身体に触れて治療をする 手当てこそが信念

——かなりハードな毎日でしたね。そうして小沢さんは資格を取られた。現在の資格は？



写真1 2年前のハンガリー・ブダペストでのケア風景

国家資格の「鍼」、「灸」「あん摩・マッサージ・指圧」です。基本、身体を動かすのは筋肉ですし、その筋肉をきちんとリセットできるようなプロフェッショナルになろうと思っていたので、これらの資格を選びました。

でも、鍼も灸も、今はほとんどやっていません。ツボはわかりますし、押したところの固さはわかるので、そこに鍼を打てばよい。でも、実は自分が鍼をやられるのが嫌いなタイプなので……。

鍼に関して言うと、自分がやられるのが嫌いな分、治療を受けている側の気持ちがわかりにくい。要するに同じツボを刺激するのであれば、鍼なのか指なのかの違いです。だったら、自分も揉まれるほうが好きですから、指でほぐして緩めていってあげたほうがよいと考えて、私は指圧を中心にしています。

——指で直に身体に触って、部位の固さや症状を感じとって自分の手で治療していく、というのが小沢さんの目指すものに近かった、ということですね。

私の信念を表す言葉があるんです。それは「手当て」。治療することを表す言葉ですよ。この手当ては、手を当てている時間が長ければ長いほど、本当の手当てにな

ると思っています。ですから、揉んだりほぐしたり、押したりということをやっているほうが、漢字のごとく、本当の意味で手当てをしていることになる。そんなふうに私は考えています。

治療する側と治療される側のお互い、もっている気が合うから相乗効果が生まれると思うんですね。そこに手を長く当てることによって、相手ももつ痛みとかその原因が私の手に伝わりますし、私からどうやって治療をするのかという意図も伝わるといいます。そうすると、さらに相乗効果が生み出されるのではないのでしょうか。

——直接選手に手を当てて、生で感じとって診て調べて、治療する。それが小沢さんの信念なのですね。

それと、人は手で触ってもらえると安心するんですね。安心感があると、脱力もしやすくなる。そこに選手との信頼関係が入ると、さらに効果的に身体をほぐすことができますと思います。

もちろん、物を使うことが悪いわけではありません。鍼灸師の方なら、鍼を使いながら自分の感覚を研ぎ澄ませながら、選手たちの身体をどうしたらほぐしたり、よくしたりすることができるのかを考えて治療しています。それと同じように、私は自分

2

トレーナーは何をする人か—私のトレーナー論

選手の求めている感覚とトレーナーの答えを一致させることが大事

伊藤由記子

Body Function Studio
BFS 鍼灸マッサージ施術院
財団法人日本スポーツ協会公認アスレティック
トレーナー
鍼師、灸師、あんまマッサージ指圧師

「女性がトレーナー？」

—まず、伊藤さんがトレーナーを目指したきっかけは何だったのでしょうか？

私は高校時代ソフトテニスをやっていました。私がいた高校はスポーツが盛んな学校で、ソフトテニスも県のトップ校と言われるレベルでした。私はレギュラーとして毎日練習に打ち込んでいましたが、あるとき、ヘモグロビンの数値が6.2g/dlというとんでもない貧血になってしまいました。いまだにこの数値よりひどい選手を見たことがありませんが、当然、血液検査の結果が出ると同時にドクターストップがかかりました。さらには、腰痛が生じ腰椎椎間板ヘルニアになりました。しかしトップチームのレギュラー選手でもあったので休むこともせず、近所の治療院に通っていました。しかし私の腰痛がひどかったため、そのとき私に鍼を打ってくださっていた女性の先生のお母様が1964年の東京オリンピックで女性で唯一トレーナー活動された方ということもあって、お母様にも治療していただきました。そのときにお母様にトレーナーの仕事についてお話を聞いて、アスレティックトレーナーといった仕事があることを知りました。私の治療に関わってくださる先生方がすごく熱心に患者さんを診ている姿をみて、こういう仕事もいいなと思ったのがトレーナーを目指したきっかけです。

—それは高校何年生のときですか？

高校3年のインターハイが終わったときに進路を決めました。それまでの私は教師か養護教諭になろうと思っていました。テニスで大学推薦の話もあったのですが、これからは自分が一生懸命やっていたスポーツのなかで、誰かのためになる仕事としたい、私の鍼の先生やそのお母様も花田学園出身ということもあり、花田学園に入学して、鍼灸・マッサージの資格を取ることにしました。

—花田学園に入学してから、希望どおりスポーツ選手に関わることができたのですか？

私が入学した年は1984年のロサンゼルスオリンピックの開催年でした。当時、国立オリンピック記念青少年総合センター(参宮橋)内にあった日本体育協会スポーツ診療所におられた川野哲英先生(現在はちすばクリニック)がロサンゼルスオリンピックに帯同されるということで、その間、手薄になる診療所の受付などを手伝う人を探しておられました。そこで花田学園の溝口秀雪先生にその話が来て、私がトレーナー志望でいたので薦めてくださったのです。それが18歳の夏でした。

—当時から花田学園ではアスレティックトレーナーの育成を行っていたのですか？

はい。溝口先生を中心に、アスレティックトレーナーを志す方たちが集まっていました。ただ、当時は女性トレーナーがあまり多くなく、女性はトレーナーになるのはむずかしいと普通と言われるような時代でした。

—卒業前にどこかチームに行かれましたか？

チームではないですが川野先生のご紹介で、スポーツ選手を多く診られていた、城



伊藤由記子(いとう・ゆきこ)先生

神奈川県大和市出身。学校法人花田学園日本鍼灸医療専門学校卒。学生時代に日本体育協会スポーツ診療所、城所整形外科等で学び、株式会社ゴールドウイン、有限会社トータルケアシステム、江戸川区総合体育館、治療院ミムラを経て、2017年12月にBody Function Studio BFS鍼灸マッサージ施術院を開院。医療法人社団昇英会はちすばクリニック非常勤勤務

所整形外科の城所靖郎先生のところでお世話になりました。また、当時は前十字靭帯再建術後のリハビリの過程で、サイベックスを使った測定が盛んに行われておりましたが、サイベックスの測定ができる人がまだ多くありませんでした。そんななか日本体育協会スポーツ診療所で川野先生にサイベックスの測定の技術を教えていただいたこともあって、渡會公治先生が帝京大学医学部附属病院にスポーツ整形外科を立ち上げたとき、測定係としてアルバイトで行かせていただきました。大学病院でしたから、図書館で論文をみることもでき本当に勉強になりました。

—具体的にトレーナー活動を始めたのはいつからですか？

株式会社ゴールドウインに入社してからです。たまたま前任の方が退職するという



写真1 JR 横須賀線・総武各駅停車「新小岩駅」南口より徒歩10分。『Body Function Studio』(http://bfs.main.jp/)

写真2 身体機能に着目して日常生活やスポーツ動作の解析を行い、主に徒手療法や運動療法を用いて施術を行っている

院ミムラで2013～2017年までお世話になりました。

『Body Function Studio』のオープン

— 2019年3月、新小岩に治療院ミムラを受け継ぐかたちで『Body Function Studio』をオープンされましたが、具体的にどのようなことをされているのですか？

患者さんの傾向として、陸上競技の選手が多く、大学レベルからトップアスリートまで多く来院されています(写真1、写真2)。

彼らの訴えは、肉離れなどの外傷(ケガ)もありますが、ケガの後遺症への対応や練習や試合のなかで起こっている不定愁訴をどうにかしてほしいということが多いです。ですからリコンディショニングおよびコンディショニングが中心になっています。走れない理由とか、不具合が出ている理由を探して、それに適した調整をします。そしてアライメントおよび筋の状態をいかに選手にとってベストな状態にもっていかつ、いかに競技特性に合わせたパフォーマンスを出せるようにするかということを中心にやっています。

— 鍼も使う？

鍼はまったく打っていません。現在は徒手療法と徒手抵抗の運動も含めたエクササイズの指導も入れてやっています。

— 鍼を打たないというのには何か理由があるのですか？

私もゴールドウインにいたころは、対症

療法として鍼も打っていました。しかし、グラウンドサイドなどで鍼を打つことに抵抗もありました。鍼の技術が高い方でしたら選手のコンディショニングに有効かと思いますが、あるときに、鍼を施行して痛みが緩解した後に、すぐに走り、何度も再発し、悪化してしまっていた選手に出会ったことがあります、これは対症療法だけではなく、もっとやるべきことがあるのではないかと……と思ったことで、鍼を打つことから離れたと思います。

— 鍼だけではなくてもっとやるべきことがあるのではないかと。

そうです。資格は「鍼師・灸師」ですが、鍼と併用していくのがベストだと思うのですが、技術が高ければ鍼は1回でかなり効果があることもあり、逆に鍼への依存度が高まってしまうことがあります。そこが最初の疑問符で、私が鍼から遠のいたきっかけかもしれません。

— といって今後勉強をしていきたいと思えます。私は女性ですし、徒手療法だけで選手や患者さんのコンディショニングをベストにもっていくのは、限界がくると思えます。そのためにも鍼の技術を学びたいと考えています。

— 逆に言えば、鍼がどうしても必要な選手というのがあまりいない？ 根本的にやるべきことのほうが大事という選手のほうが多い？

そこに関して言うと、鍼のことに関してまだまだ勉強すれば違う方向に答えが出るのかもしれませんが。鍼のメリット、デメ

リットを含めて考えたうえで、どう使っていくのかを考えていかなければと思っています。

鍼灸の資格をもっているトレーナーは鍼を打つ方がほとんどなので、私みたいに鍼灸の資格をもっているのに徒手療法だけで選手をみるという例は少ないのかもしれませんが。

— 徒手療法と運動療法で症状は改善できているということですか？

できる限り改善していくように努めています。

アスリートをみるポイント

— 競技によっても違うと思いますが、伊藤さんがアスリートの方たちを見るポイントというのは？

まず本人の主訴が何なのかということに重要視しています。何を訴えてくるのか、何が一番気になるのか、ということ必ず確認しています。たとえば陸上選手であれば、足の接地が安定しないとか、股関節がうまく駆動しないという主訴に対して、まず視診で立位姿勢、診療室へ入ってくるときからアライメントを見て、各関節の可動域とか、筋機能などの確認をします。たとえば、短距離だったら気になるのが直線なのかコーナーなのか、本人によってあると思います。コーナーのときに右足が出づらいつつという話になったとしたら、腕振りが崩れているか、上半身から全部、首、肩、腰の位置、股関節、膝、足関節というアライメントのなかで、どこが本人に問題があっ

3

トレーナーは何をする人か——私のトレーナー論

車いすバスケのクラブチームをサポート

——2020東京パラリンピックに向けて

永盛雅子

埼玉ライオンズ トレーナー兼マネージャー
理学療法士
医療法人秀志会 たなか整形外科クリニック
リハビリテーション科勤務

1960年のパラリンピック第1回大会から実施されている競技である車いすバスケットボール。障がい者スポーツのなかでも、世界的に知名度、人気ともに高い。

日本各地にクラブチームがあるが、埼玉ライオンズは男子強化指定選手も多く擁する強豪チームのひとつだ。2019年3月に行われた「車いすバスケットボール全国選抜大会」で優勝、5月に開催されたクラブチームの日本一を決める頂上決戦「天皇杯 日本車いすバスケットボール選手権大会」では準優勝を果たしている。

その埼玉ライオンズに約10年にわたって所属し、トレーナー兼マネージャーとして活躍する永盛雅子さんに話をうかがった。

トレーナーを目指し医科大学に進学

——まずは、トレーナーを目指したきっかけを教えてください。

中学・高校時代は、バスケットボールをしていました。ケガをして顧問の先生に足首のテーピングの巻き方を初めて教わったとき、こうしたことで選手のパフォーマンスを支えられるのはすごいなと感じました。では、プロの世界でテーピングを巻いたりしているのは誰なんだろう？ そんな疑問をもったことから、トレーナーという職業を知りました。それが、トレーナーに興味をもった原点です。高校1年生のとき

でした。

——高校卒業後は、埼玉医科大学・理学療法科に進学されていますね。

トレーナーになりたいという思いは持ち続けていたのですが、アスレティックトレーナーを目指すのか、柔道整復師なのか、理学療法士なのか。鍼灸師という選択は自分のなかではなかったのですが、ずいぶん悩みました。オープンキャンパスに行きながら、体育系の大学に進学するか、理学療法士を目指すのかはギリギリまで迷っていましたね。体育系大学の入試も最後まで視野に入れ、実技の練習もしていたほどです。

それでも最終的に理学療法科に進もうと決めたのは、自分がケガをしたときに毎回お世話になったのが理学療法士さんだったという理由が大きいですね。

また、私のまわりには体育系大学を卒業した後、スポーツメーカーや一般企業、教員などトレーナーではない道に進む人が多かったんです。体育科を卒業した後にアスレティックトレーナーを目指して他の学校に入ったり、鍼灸師の資格を取ったりする先輩や友人もいました。それならば、最初から医療知識を学んでしまったほうが早いのかなと考えた末、決断をしました。

——その選択はよかったですと感じていますか。

感じていますね。当時は障がい者スポーツに関るとはまったく思っていませんでしたが、実際にトレーナーとして関わってみると、疾患を知らないと対応できないことも多いですから。健常者スポーツのトレーナーの場合、整形外科的なことが最も多いと思いますが、障害者スポーツではどうしても内部疾患系の話も出てきます。ですから、大学で整形外科にとらわれず、広



永盛雅子（ながもり・まさこ）先生

1988年生まれ。東京都出身。埼玉医科大学保健医療学部理学療法学科卒業。医療法人秀志会 たなか整形外科クリニック リハビリテーション科（埼玉県志木市）勤務。車いすバスケットボールのクラブチーム、埼玉ライオンズ トレーナー兼マネージャー。大学在学中から埼玉ライオンズに所属。2019年3月の「車いすバスケットボール全国選抜大会」での優勝、5月の「天皇杯 日本車いすバスケットボール選手権大会」準優勝などにスタッフとして貢献。

く学べたことはとても大きかったと思います。

あとは、レントゲンなどの画像が読めるようになったことは、今の活動に役立っています。選手に病院に行ってもらう際も自分が同行できるわけではないので、撮ってもらったレントゲン画像を自分が確認できます。

車いすバスケに魅了された

——現在トレーナーをしている車いすバスケと出会ったのは、いつだったのでしょうか。

大学2年生のとき、大学に貼ってあった車いすバスケの日本選手権のポスターを目

にして、初めて実際のプレイを見に行きました。自分がやっていたバスケと似ているけれど違うプレイもたくさんあり、魅了されました。バスケというとボールがあるところを集中して見てしまいがちですが、車いすバスケではボールがないところでいろいろなプレイが起きています。オフボールがとても面白いのが車いすバスケです。友人と1日だけ観戦するつもりが、一人でまた会場に足を運んでしまったほど興味をもちました。

そのとき、大会のボランティアを募集していることも知りました。私は大学でもバスケをやっていたのですが、3年生の春で引退になることもあって3年生のときにそのボランティアに応募しました。

その際、バスケ経験者ということから体験会の手伝いをしたのですが、選手とも触れ合うことができ、ますます車いすバスケに惹かれましたね。それで、チームの見学に行こうという気持ちになり、インターネットでホームページを見たりして探したのです。

大学が埼玉だったこと、体験会のときに感じたチームの雰囲気良さなどから、最初に連絡したのが埼玉ライオンズでした。私は人見知りで、本気でやりたいことでなければ動かないタイプです。でも、まれに謎の行動力が発揮されることがあるんです。まさに、そのときがそうでした。

当時は、トレーナー活動をしたいというより、とにかくこの競技をもっと知りたいという気持ちでした。とりあえず、車いすバスケって面白い、自分も関わりたいという感じでしたね。

見学に行ったのは偶然、選手権後の最初のミーティングがある日で、チーム態勢を整えるそのミーティングにまで私もなぜか参加してしまいました。そこで「チームに入る？」と誘っていただき、所属することになりました。「え、いいの？」という感じでしたが……。

当初は、基本的にはマネージャーとして入りましたが、理学療法士の先輩トレー



写真1 永盛さんが所属する車いすバスケットボールチーム「埼玉ライオンズ」

ナーにトレーナー業務的なことも教わりながらいろいろやっていました。今もそうですが、アマチュアチームではトレーナー業務とマネージャー業務の線引きをあまりしていないところがあります。医療資格をもったスタッフが多く、トレーナーとマネージャー業務の両方ができる。というか、どちらもやらざるを得ないという感じです。ですから、ポジションとしてこの日からトレーナーになったという感じではないですね。

ただ、一昨年8月に日本障がい者スポーツ協会公認障がい者スポーツトレーナーの資格の受講を始め、昨年2月に資格を取得した後は、業務としてトレーナー色が強くなったように思います。

クリニックに勤務しながらの活動

——大学卒業後の進路について教えてください。

大学の先生の紹介で、現在勤務しているクリニックに就職しました。先ほどお話ししたように大学3年生から埼玉ライオンズに所属していたので、クリニックの面接でもその活動を続けたいことを申し出ましたし、大学の先生も事前にその旨を伝えてくれていました。

やはり、学生時代に実際に現場に飛び込んだことがよかったと思っています。当時、車いすバスケに興味をもっていた友人も何人かいたのですが、まだ理学療法士の資格がないから、資格を取ってから動くという考えで、誰も現場には行きませんでした。でも、実際に理学療法士になったときには、仕事が忙しくて活動ができなくなってしまう。早いタイミングで現場に飛び込んだことにより、就職の際にも自分がやりたいことをアピールできたと思います。

勤務しているクリニックではスポーツ選手や高齢の方など1日十数人、1週間で少なくとも50人以上の患者さんをみています。決められた時間で結果を出さなければならず、それはある意味ではトレーナー活動の武者修行にもなっていますね。クリニックや患者さんも活動を応援してくれています。

チームの練習は週3回。そのうち1日は私の休みの日と同じなので練習に行くことができ、残りの2日は休みとの兼ね合いで参加しています。平均すると週2回程度。大会のときには、クリニックにお休みをいただいているという感じになります。

——チーム内ではどんな活動をされているのでしょうか。

4

トレーナーは何をする人か——私のトレーナー論

視覚障がい者スポーツ、ゴールボールの女子日本代表チームを支える

辻美穂子

一般社団法人 日本ゴールボール協会 女子強化部 トレーナー 副部長
鍼灸マッサージ師
日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー
松浦治療勤務

視覚に障がいをもつ選手たちが行うチームスポーツ、ゴールボール。1チーム3人のプレーヤーが鈴入りボールを転がすように投球し、防御しながら相手ゴールにボールを入れて得点を競う。障がいの重さに関わらず、すべての選手がアイシェード（目隠し）を着用するため、全員が同じ条件。人間は視覚によって情報の8割を得ているとも言われるが、選手たちは音だけを頼りにバレーボールと同じ広さのコート内で戦う。そこでは音を消した移動攻撃や変化球攻撃、投球者以外のプレーヤーがわざと音を出して相手を翻弄するなど高度な駆け引きが行われる。高い集中力と技術力、チームワークが求められる競技だ。

日本での歴史はさほど長くはないが、アテネ、北京と2大会連続でパラリンピックに出場した女子日本代表が2012年のロンドン・パラリンピックでは日本のパラスポーツ史上初めて団体競技で金メダルを獲得。現在は、2020年東京パラリンピックに向けて強化が図られている。

そこでトレーナーが果たす役割とは何か。女子日本代表のトレーナーを務める辻美穂子さんに業務内容や選手をみるポイントなどについてうかがった。

スポーツ選手をサポートする医療系の職業を目指して

——トレーナーを目指したきっかけは何だったのでしょうか。

高校までバスケットボール、大学ではチ

アリーディングをしていました。それほど高いレベルには及ばず県内レベルだったのですが、スポーツはずっと好きでした。

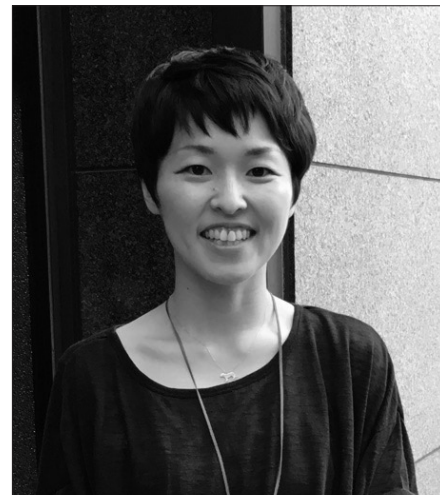
実はもともと医学部を目指していたのですが、大学はまったく違う学部で医療系とは異なる方向に進みかけていました。それでも、やはり医療系に携わりたい、スポーツに関わる仕事がしたいという気持ちが頭から離れず、大学を中退して四国医療専門学校・鍼灸マッサージ科に入りました。

大学に入学したときは、鍼灸がスポーツに関わりがあることもまったく知りませんでした。チアリーディングをしているとき、たびたびケアしてくださったのが鍼灸師さんでした。その方との出会いがあり、「鍼の道が合っているんじゃない？」と勧められたのが鍼灸マッサージ科に進んだきっかけです。

入学時は鍼灸師マッサージ師の資格を取り、スポーツに携わる仕事に就きたいと考えていました。ところが、私が専門学校に入学した翌年、その学校にアスレティックトレーナーの資格を目指すことができるスポーツ医療学科が新設されたのです。以前からスポーツ傷害やテーピングなども詳しく学びたいと思っていたので、これはもう入るしかない、と。2年生になるとき迷わずスポーツ医療学科を受験し、夜間と昼間で鍼灸マッサージ科、スポーツ医療学科の両方に通いました。

——取得した資格を教えてください。

在学中に日本トレーニング指導者協会認定トレーニング指導者の資格を取得し、卒業のタイミングで国家資格の鍼灸マッサージ師、日本体育協会公認アスレティックトレーナーの資格を取得しました。



辻美穂子（つじ・みほこ）先生

1984年生まれ。岡山県出身。2008年、岡山大学農学部中退。2011年、四国医療専門学校鍼灸マッサージ科、スポーツ医療学科卒業。2011～2012年、陸上競技インターハイ、国体岡山県選手団帯同。2014～2015年 倉敷中央高校バドミントン部、高知中央高校バドミントン部外部トレーナーとして大会帯同、またトレーニング指導を行う。2016年1月からゴールボール女子日本代表チームトレーナー。2016年8月 パラリンピックリオデジャネイロ大会、2017年8月 アジアパシフィック大会、2018年5月 世界選手権、2018年9月 アジアパラ競技大会などの海外遠征にも帯同。

障がい者スポーツとの出会い

——専門学校卒業後は、治療院に就職されたんですね。

スポーツのなかで鍼治療をしていきたいという思いから、スポーツ系の学生さんが多く通う治療院に就職しました。最初のうちは、そこで働きながら県内レベルでのトレーナー活動をしていました。

2011～2012年は陸上インターハイ、国体岡山県選手団に帯同。2014～2015年には倉敷中央高校バドミントン部、高知中央高校バドミントン部外部トレーナーとして大会に帯同したり、トレーニング指導を行ったりしました。

——ゴールボール女子日本代表チームのトレーナーになったきっかけは何だったので

しょうか。

2015年、ゴールボール男子日本代表チームのトレーナーをしていた小椋賢二先生と鍼灸の学会で出会ったのがきっかけです。そのときに「ゴールボールの女子チームが女性トレーナーを探しているんだけど、どう？」と声をかけていただきました。当時のチームは、外部スタッフとしてトレーナーが入っているものの、専任トレーナーはいない状態でした。

女子チームはロンドン・パラリンピックで金メダルを獲得していましたが、私は障がい者スポーツにまったく関わっていませんでしたので、実はどんな競技か知らなかったのです。でも、せっかくお話をいただいたのだからと一度見学に行かせてもらいました。

ゴールボールは視覚障がい者のスポーツですが、鍼灸では視覚障がいの先生が多いので、その点では戸惑いは少なかったですね。ただ、障がい者スポーツに関する知識はまったくなかったもので、チームに入るなら勉強しようと思い、日本障がい者スポーツ協会認定障害者スポーツトレーナーの資格を取りました。

そして2016年1月から現在に至るまで、現場でのトレーナー活動は女子日本代表チームに専念しています。

——未知だったボールゴールに携わってみていかがでしたか。

ゴールボールを知っていくなかで、どんどんその魅力にとりつかれていきました。

ゴールボールは、一見すると単純な競技です。何も知らずに見ていたら、ボールが行き来しているだけ。選手は見えていない状態でプレイしているので、最初はどこまでわかって投げ合っているのかもわからず、闇雲に投げて当たっているのだと思っていました。ところが、実際はとても奥が深いのです。相手のどこを狙うか、相手に狙われている部分をどう防ぐか。その戦術的な奥深さに魅了されていきました。

——それで、ゴールボールという競技に専念することにしたのですか。



写真1 ゴールボールは、相手のどこを狙うか、相手に狙われている部分をどう防ぐか。その戦術的な奥深さに魅了された

チームの選手やスタッフとの出会いも、私にとっては大きかったですね。

また、私がチームに関わり始めたのはリオデジャネイロ・パラリンピックの時期でした。私もリオまで一緒に行かせていただいたのですが、5位という結果に終わってしまいました。自分について行っただけで何もできていないという悔しさはとても強かったですね。そして、4年後2020年には自分がチームの力になりたいという気持ちから、この競技に専念したいと思いました。

合宿や海外遠征に帯同

——日常の業務について教えてください。

ふだんは治療院勤務ですが、チームの強化合宿には常に行っています。合宿は昨年までは月に1～2回、土・日曜で行っていましたが、今年度からはそのなかに年に3回ほど1～2週間の長期合宿が加わりました。ゴールボールの拠点は所沢市民体育館で、私は岡山県・倉敷市在住ですから、その都度上京することになります。その往復も、もうすっかり慣れましたが……。また、大会や海外遠征にも帯同しています。

治療院ではたくさんの患者さんを見させ

ていただいています。チームの選手にも鍼をしたりするので、ふだんの治療の技術を生かしていると思います。鍼の技術もトレーナーとして選手に受け入れてもらえるか否かのひとつの要素だと思うので、本来の仕事が役立っています。一方で、外に出て現場で得てきたことを治療院に持ち帰るといったような相乗効果があります。

現在は専任トレーナーとして謝金をいただきながらチームの活動をしていくことができていますので、治療院勤務とトレーナー活動は半々といったところです。

ベンチスタッフとしての役割も

——トレーナーとしての業務内容はどんなものですか。

突発の外傷に対する処置や選手のケア、テーピングなどですね。でも、実はそういったことは割合としてはけっこう少なく、チームのスタッフとして行っている業務が多いんです。

アシスタントコーチに近いというか……。たとえば、情報分析や選手の投球動作の分析をしたり。試合中も一緒にベンチに入ってスコアを取りながら、監督からの指示を選手に伝えたりしています。

5

トレーナーは何をする人か——私のトレーナー論

アスレティックトレーナーは ディレクターであれ ——アメリカと日本でのトレーナー活動から

稲葉晃子

米国 NATA 認定アスレティックトレーナー (ATC)、ロマージュ株式会社代表

日本の実業団女子バレーボールチームのなかでも、輝かしい実績を誇り、強豪名門チームとして知られた「ユニチカ」。2007年7月の活動休止までの間、そのユニチカのキャプテンを5年間勤めていたのが稲葉(旧姓 松下)晃子さんである。バレーボール引退後、アメリカに渡り、NATA 認定アスレティックトレーナー(以下ATC)の資格を取るまでの経緯やアメリカでATCとしてプロフェッショナルの心がまえや組織のあり方など聞いた。

バレーボール選手から引退まで

——稲葉さんは、1989年には全日本チームにも選出されたトップアスリートだったわけですが、なぜ引退後指導者ではなく、トレーナーの道に進まれたのか。

私がユニチカに入部したのは1981年です。1985年の春から1990年の春まで5年間ユニチカの女子バレーボール部のキャプテンをしていました。1989年には全日本チームにも選ばれましたが、実は子どものころは運動があまり得意でなく、中学時代はバレーボール選手ではなく、当時「エースをねらえ」というアニメの影響もあってテニス選手になりたかったのです。ですから神戸市立須佐野中学校ではテニス部に入部しようと思っていましたが、入部希望者が多く、断念して友人の誘いでバスケットボール部に入部しました。バスケットボール部はどちらかという弱小チームでした。ただ、私は当時身長がぐんぐん伸びていて、中学卒業時には180cm近くあ

たと思います。ですからバスケットボールで有名な私立高校からスカウトの話もあったのですが、もともと運動よりも理科が好きで将来は理系の仕事に就きたいという希望をもっていましたので、スカウトを断り、兵庫県立夢野台高等学校に進学しました。——高校からバレーボールを始められたのですか？

そうです。ただ、バレーボール部に入部する気持ちはまったくありませんでした。私は生物部に入部を決めていたのですが、やはり身長が高いのでバスケットボール部以外にも陸上競技部などいくつかの運動部から勧誘されていました。そうした勧誘のなかで一番しつこかったのがバレーボール部だったのです(笑)。それでもずっと断り続けていたのですが、クラス担任の先生とバレーボール部の顧問の先生の勧誘戦略に見事にはまって結局バレーボール部に入部することになってしまったのです。バレーボールをやるつもりがなかったので、バレーボールのルールもわからないですし、技術もないまま試合に出され、いつの間にかレギュラーになっていましたが、チームは県大会止まりで全国大会に出場するような強豪校ではありませんでした。そのバレーボールも高校卒業するまでと決めて卒業後は希望どおり東京農業大学に進学するつもりでいました。しかし、父から東京の大学に行くことを反対され、希望の大学に行けないのなら、自立して生活しようと決めて、実業団のバレーボールチームからスカウトが来ていたので、ただ単に親からの自立したい思い一心でユニチカバレー部に入部しました。

——当時のユニチカは名将・小島孝治総監督



稲葉晃子(いなば・あきこ)先生

元全日本女子バレーボール選手(ユニチカキャプテン)。引退後、米国に渡りカリフォルニア州立大学にて身体運動学(Kinesiology)を学び、米国NATA認定ATC(アスレティックトレーナー資格)を取得。全日本女子バレーボールチームや実業団等にてオリンピック選手の育成に従事。マウントサンアントニオカレッジの教員としても10年間勤務し、現地アスリートの指導を行う。世界に挑める日本人アスリート育成のため、南カリフォルニア大学など米国各地にてコアトレーニングを研究する。その後、自らの腰痛をきっかけに、体幹強化と固有受容覚の適正姿勢での有効性を目的としたコアヌードルを開発。コアヌードルを使用した体幹トレーニングを用いて腰痛指導を日米で行う。2012年に帰国しロマージュ株式会社を設立。現在は東京オリンピックを目指す陸上選手の育成にも注力している。

と吉田国昭監督が率いるチームで、厳しい練習で知られていましたよね。

家から出たいという思いだけでしたので、あとから練習の厳しさを知って入部を後悔しました(笑)。実際に入社3日目には「辞めたい」とマネージャーに言ったのですが、3日くらいでユニチカの何がわかるのかと言われ、それもそうだなと思い、辞めずに結局引退まで10年近く所属することになりました。最初の一年は筋力も体力もなかったので、会社のグラウンドでひたすら走る毎日でした。しかし、このときに小島総監督からはからだの使い方やバ



写真1 バレーボール選手から渡米してATC資格を取得した稲葉さん。体幹のPNFもどき練習中

ランスなど細かく教えていただき、その教えやからだの見方は今の活動に活かされています。

——現役時代、ケガなどの経験は？

キャプテンになった2年目のリーグ戦開幕の2週間前の練習中に右手の甲を骨折してしまいました。そのリーグではケガ人が多く、開幕から負けが続いてしまい、降格の危機でした。なので、手の甲を骨折していてもキャプテンの責任から、右手に添え木を当ててテープでぐるぐる巻きにして試合に出ていました。幸い降格にならずに済みましたが、チームとしての反省から、当時ではまだ珍しいことでしたがチームでオフシーズンにしっかりと基礎トレーニングを行うようになりました。この経験も今思えば、その後の経験に生きていますね。

——そのケガの経験でトレーナーに？

それまで大きなケガをしたことがなかったので、ケガの経験は結果的には学ぶことが多かったですが、トレーナーをめざそうと思ったのは1990年に引退してからでした。自分のセカンドキャリアを考えたときに指導者という選択肢もありましたが、当時はトップチームには女性監督も女性コーチもない時代でした。ですから指導者の道をやめて、アシックススポーツ工学研究所に入社しました。入社後、部長面接で「アシックスで何がしたいのか？」と問われて「トレーニングに関係あることがやりたい

です」と答えると、部長さんがアメリカにはNATA（全米アスレティックトレーナーズ協会）という資格があるよと教えてくださったのです。そのときはまったくNATAについて知らなかったのですが、直感的に「これだ」と思って、その場で「私、アメリカに行きます」と言っていました。結局、アシックスを半年で退社して、

NATAのATC資格を取るために1991年6月にロサンゼルスに住むユニチカの後輩を頼りに渡米したのです。

アスレティックトレーナーを目指して

——英語の壁はなかったのですか？ 稲葉さんが在籍されたカリフォルニア州立大学フラトン校には日本人は多かったのですか？

英語はまったく話せませんでした。最初は自宅の近所であった南カリフォルニアの最大級のカレッジだったマウントサンアントニオカレッジ（以下マウントサック）で2年間学びました。その後カリフォルニア州立大学に3年生で編入することになるのですが、マウントサックではひたすら英語を学ぶ日々でした。そのときマウントサックのバレーボールチームで1シーズン選手としてプレーしたことも英語上達に役立ったと思います。

1990年代はNATAの資格を取得するには、認定大学で決められたカリキュラムを実習すること、もしくは認定大学以外の大学のATCのもとインターンシップで必要な実習時間を修了することと決められていました。カリフォルニア州立大学フラトン校に編入するときにカリキュラムを実習することを選択してもよかったのですが、私はそのままマウントサックでインターンシップを行うことを選択し、最終的に卒業

するときには3,000時間におよぶインターンシップを行いました。

その後編入したフラトン校はヘッドトレーナーがNATAのトップでもあったジュリー・マックス氏ということもあって、フラトン校への編入を決めた経緯もありました。しかし、結局のところ、ジュリー・マックス氏の授業は受けこそしましたが、プログラムに入ることはなく、彼女に直接教わることはありませんでした。

——NATAにも学校によってそれぞれのシステムがあるのですね。

そうですね。フラトン校では他の人たちと同じように授業をとっていましたが、実習はマウントサックでそのまま続けていました。その選択はよかったのか、悪かったのかは今となってはわかりませんが、フラトン校のシステムでは一対一の手技の部分がすごく少なかったのです。ヘッドトレーナーのジュリー・マックス氏の下にさらにアシスタントトレーナーが5～6人で、各スポーツにそれぞれトレーナーとして振り分けられていました。ケガした選手は、次はテーピング、次はリハビリといったように各担当のトレーナーに順番に回されてきて分業制のようなシステムでした。しかしマウントサックでは担当の選手が来たらすべての過程をみられるようにという教えでしたので、一人ですべての過程をやらなければいけなかったシステムのほうが私にとっては非常に勉強になりました。

「選手をもっと強くできないか」と思いトレーナーに

——選手をみる心構えや選手と向き合う姿勢はどのように指導されましたか？

まず第一にプロフェッショナルであるということの自覚です。あるとき用事があってバレーボール部の監督と練習場で立ち話をしているときに、たまたまボールが私の右手に直撃して人差し指をひどく突き指してしまいました。かなり腫れてしまって、その後すぐにアメフトの選手にテーピングをしなればいけなかったのですが、テー

6

トレーナーは何をする人か—私のトレーナー論

バレーボール現場で求められるスキル「コミュニケーション」と「客観的評価」

緒方 勝

バレーボールパナソニックパンサーズ
トレーナー

日本代表やVリーグのパナソニックパンサーズなど、バレーボールチームにトレーナーとして帯同する緒方勝氏。自身は大学まで野球選手としてプレーしてきたが、ケガが多く、その経験がトレーナーを知り、志すきっかけになった。

柔道整復師の資格をもつ緒方氏だが、チームに帯同するうえでは、異なる資格を有したほうがいいのか、と悩んだこともあると言う。ハードスケジュールのなかで試合が組まれ、膝、腰、肩に慢性疲労を抱える選手も多いバレーボール競技のトレーナーとして重視していることを話していただいた。

ケガの多かった球児時代

元高校球児だった緒方氏がトレーナーを目指したのは、自身が選手時代に負ったケガが一因だった。

肩、肘、腰、相次ぐケガで苦しんだこと。そのとき、選手はどんな心理なのか。自身の経験は、トレーナーとして歩むためのベースになっている、と緒方氏は語る。

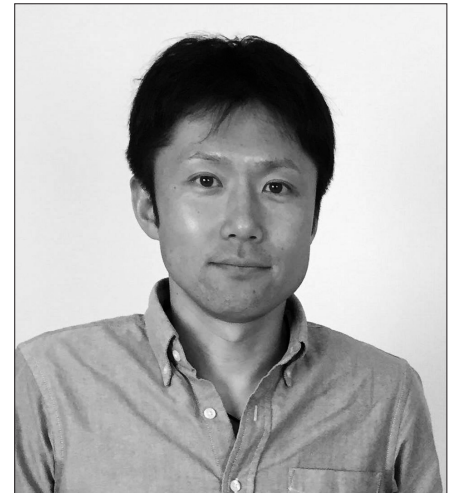
中学の頃からケガが多い選手でした。ベースランニングで足首を捻り、翌日病院へ行くと「成長期のときに生成される骨が剥がれてはく離骨折になっているから、手術して剥がれた骨を取ったほうが良い」と言われたのですが、何しろ中学生ですから、手術などしたいはずがありません。嫌だと断り、そのまま野球を続けました。

高校へ入学後もケガは続き、2年時には肩痛と右肘の疲労骨折。右肘のレントゲン

を撮るときれいに線が入っていて、今振り返ると、あの状態でよくやったな、というほどでした。本来ならきちんと治療をしなければならなかったのですが、2年生ながらレギュラーに選ばれていたこともあり、ケガで離脱すればそのポジションを奪われてしまう。絶対に休みたくない、という思いが勝りました。そのときのポジションはサードだったので、ファーストまで投げるのも痛くて仕方がなかったのですが、ケガをした時期が冬のオフシーズンの前だったということもあり、きちんとした治療を受けることなくごまかしながら続けました。今の仕事の立場でそんな選手がいたら、私は確実に怒るでしょうね(笑)。

腰痛が発症したのは3年時。甲子園出場に向けた選手権前に病院へ行くと椎間板ヘルニアでした。手術をしたほうが良い、と言われましたが、最後の大会前なので絶対にやりません、と。とにかく野球に打ち込み、本格的に治療を始めたのは夏の大会が終わってから。私は専門的な知識などありませんでしたし、今ほど「トレーナー」という職業、立場の人が身近にいたわけではありません。体育教師だった父が情報を集め、整形外科や整体、気功や鍼、灸などできることはすべて取り入れ、半年以上を費やし、ようやく痛みがなくなりました。

思えば、医師以外でケガを治療する職業というものがあるんだ、と認識したのはそのときだったのかもしれませんが。高校卒業後に進路を描く際も、高校定時制で体育教師だった父が、いろいろな人から慕われ、誰からも尊敬される姿を見て育ったこともあり、ごく自然に私も「教師になりたい」と思っていました。頭の片隅に「トレーナー」も芽生えた。体育学部のある大学へ



緒方勝(おかた まさる)先生

1979年8月、熊本県出身。東海大学第二高(現東海大付熊本星翔高)を経て、東海大学体育学部体育学科。在学時は硬式野球部に所属。卒業後は両国柔整鍼灸専門学校(現了徳寺学園医療専門学校)で柔道整復師を卒業し、柔道整復師の資格を取得。男子バレーボール日本代表シニア、ジュニア(U21)、ユース(U19)、東海大女子バレーボール部、下北沢成徳高校女子バレーボール部にトレーナーとして帯同した。

進学し、教職を取ろうと思い、地元の九州にある大学へ進学しようと考えていましたが、ありがたいことに東海大学野球部から推薦の話をいただき、ケガの不安はありましたが、東海大野球部への進学を決めました。

とはいえ実際はそう容易いものではありませんでした。腰の状態も完治したわけではなかったため、何度も痛みがぶり返し、野球部に在籍しながらもほとんど満足行くプレーはできませんでした。小さい頃の夢はプロ野球選手になりたいと思っていましたがケガで諦め教員を志していたので、教員になるためにしっかり頑張ろう、と思った矢先、転機がありました。

母校へ教育実習に赴いた際、目の前にあった現実はいわゆる高校時代の頃とは大きく変わっていました。まず先生に対して

も「先生」と呼ぶのではなく「〇〇ちゃん」と親しさを乗り越えて接していたり、敬語も使わない。朝から雨が降ると平気で遅刻してきたり、私が見てきた学生生活、学校生活とは大きなギャップがあることにショックを受けました。

母校で教員となり、野球部の監督をするという将来がなかったわけではありません。ですが、その道だけではない将来があるのではないか。そう考えたとき、私のなかで大きな比重を占めたのがトレーナーという仕事でした。

繰り返すようですが、当時は今ほどトレーナーという仕事、立場が認知されていたわけではありません。ですが幸いなことに東海大学はトレーナーになるために学ぶ環境もあり、実際、解剖学やスポーツ医学、テーピングなど、教職だけでなく、トレーナーになりたい、と思ったときに役立つような授業も選択していました。そして大学3年時には野球部にトレーナーの方が来ました。ストレングストレーナーだったので、治療というよりはトレーニング指導が専門でしたが、初めてトレーナーという職業と接し、私が目指す道も自然に定まりました。

大学4年時にはラグビーのトレーナーをしている方との出会いもあり、「トレーナーになるためにはどうしたらいいですか」と聞くと、「国家資格を取りなさい」と。柔道整復師や鍼灸師の資格がトレーナーになるためには必要になると聞き、ならばその資格を取ろう。まずそのための準備をしよう、と道筋が見えました。

柔道整復師の資格を取得

大学卒業後、すぐに国家資格を取るための専門学校へ進学しようと思いましたが、まずはそのための学費を稼ごうと考えました。両親にも負担をかけたくなかったからです。同時に、スキルを備えるための実践、勉強ができるなら、と考え、いろいろと調べたら整体師の民間資格があることを知りました。国家資格ではなく民間の資格なので、資格取得までの時間がかからず、その

資格をもって治療院で働くこともできる。それが当時の私にとっては一番望ましい形で、最初に入ったのはカイロプラクティックです。

マッサージや骨盤矯正、骨格矯正などに加え、美容系のO脚矯正や小顔矯正など幅広く行っているところだったこともあり、働きながらいろいろな経験を重ねることができました。ちょうど3年働いた頃に、整体師の学校へ通っていた際の講師から「この業界は3年周期でいろいろなことが変わる。ある程度の技術を覚えれば1人前になるし、また違うことを学ぼう、学びたいと思うようになるから、働く場所を変えることをいとわず、いろいろな勉強をしたほうがいい」と言われたことを思い出しました。自分でも「新しいことをやってみよう」と思う気持ちもあったなか、タイミングとご縁に恵まれ、国家資格を取るための専門学校へ入学することになりました。25歳のときでした。

数ある国家資格のなかから私が選んだのは柔道整復師です。本当は「トレーナーになりたいなら鍼灸師の資格を取ったほうが良い」と言われました。ですが、私自身がヘルニアの治療で鍼治療を受けた際、あまりよい思い出がなく、自分が鍼を打つイメージがわきませんでした。実際に現場へ出ると鍼灸師の資格をもったトレーナーが多いし、「鍼灸師の資格のほうがいいかも」と言われた理由も納得できます。でも自分が選び、続ける仕事ですから、私は柔道整復師を選び、トレーナーになろう、と決意しました。

バレーボールとの出会い

国家資格を取ったからといって、すぐに「トレーナー」としての道が拓けるわけではない。

出口はあっても入口がない、と言われる業界のなか、緒方氏は自ら積極的に動く。そのバイタリティーが人と人の縁をつなげ、野球ではなく選手としては接したことのないバレーボールの世界へと導いた。

求人雑誌を端から端までチェックしました。スポーツトレーナーを派遣している、この競技を見ている、というところをピックアップして、話を聞き、面接をして、そのなかから選んだのが株式会社ケッツトレーナーです。23歳でこの世界に飛び込み、国家資格を取り、ケッツトレーナーに入ったのが29歳のとき。今からちょうど10年前でした。

ケッツトレーナーは治療院があり、基本的には患者さんが治療院へ来て、治療する。それが通常の流れです。そんななか、私がスポーツの世界、バレーボールにつながる最初のご縁をいただいたのは下北沢成徳高校でした。

下北沢成徳高校の小川監督は、トレーニングや体づくり、コンディショニングという面に対しての意識、理解が高く、選手を非常に大切にしている監督です。ただ単に勝利至上主義ではなく、将来を見据え、体づくりに重きを置く小川監督のもとでトレーナーを務めることができたのも、私にとっては貴重な経験になりました。

下北沢成徳高校のトレーナーとして試合があれば帯同するようになって間もなく、今度は男子バレーボール日本代表チームに帯同しないか、という話をいただきました。まだ入社2年目、そんな若手が大丈夫か、と思われるかもしれませんが、会社の方針としてまだ経験が浅くても、意欲があれば積極的に現場へ出す、という考えだったこともあり、男子バレーボール日本代表チームのトレーナーとして活動させていただくことになりました。

振り返れば、トレーナーになるときも、トレーナーになってからも、すべて、大切なのは人と人のつながりだったような気がします。最初は私自身が野球をやっていたので、野球のトレーナーになりたかった。でも結果的にチーム帯同したのはバレーボールだけです。下北沢成徳高校から始まり、男子日本代表のトップカテゴリー、U21、U19、東海大女子、Vリーグのパナソニックパンサーズといろいろなチームに