

ON THE SPOT

現場から

●スポーツ分析

スポーツアナリティクス ジャパン 2014

去る2014年12月21日、SAPジャパン株式会社イノベーションカフェ（東京都千代田区）にて、スポーツアナリティクスジャパン2014が開催された。これは、データや情報の収集や分析を担うスポーツアナリストによる集まりで、米国では同様の催しがマサチューセッツ工科大学において2007年に始まっており、日本では初めてのカンファレンスとなった。

最初に、日本スポーツアナリスト協会代表理事で、バレーボール界でアナリストとして活動する渡辺啓太氏が講演した。「スポーツアナリティクスの未来を拓く」と題して、これまでの自身の経緯と、機材の進化を含めた技術的な発展について10年前と比較しながら紹介した。人や物については大きく変化したが、情報を集めて、分析し、提供するというプロセスは10年間変わらないとし、アナリストの価値についても、「いてくれたらいいな」というものから「なくてはならない」存在になったという。今後は次世代の育成として職能の研鑽や職域開発、体系化を図り、職業にしていく必要性を語った。

次に馬場渉氏（SPAジャパン）が、「スポーツアナリティクスの可能性」と題して講演。ビジネスの世界で、データをどのように経営に活用しているかを例にしながら、スポーツにおけるアナリストの仕事の可能性に

ついて紹介した。現代において、強い企業はなかなか取れないデータを取って、それを活用している。たとえばタイヤメーカーのピレリは、タイヤから得られるデータを高頻度で取得しており、かつては取りようのなかった、そして処理できなかったデータを大量に得て処理することで、道路工事などに応用することができるのだという。ここで出てきたpreventive maintenanceという考えは、ケガ人を減らすための予防にも応用できる。このほか、「お金がないからできない、は本当か？」と、ビジネスを柔軟に考えて仕組みをつくり出す具体的な方法を紹介していった。そして「スポーツアナリティクスを通じて、日本を変えていきましょう」と締めくくった。

河合季信氏（日本スポーツ振興センター）は、「アナリティクスを用いたチームジャパン強化戦略」と題して、マルチサポート事業として各競技に関わっている業務の内容（パフォーマンス分析やメディカル、マネジメント、心理、栄養など）を紹介した。河合氏はスピードスケート競技のコーチとして、またマルチサポート事業のディレクターとしての顔を持つ。アナリストに期待することとして、コーチの立場からは「仮設や推論の確認、自分では気づかなかった新しい発見、リザルトだけではなくソリューションも出してほしい」とし、違った視点からデータを見せてもらうことを挙げた。またディレクターとしては、「プロフェッショナルとしてのスキル、付加価値を出すためのチャレンジを期待した

い」と話した。

卓球に関わる池袋晴彦氏（日本スポーツ振興センター）は、映像の撮影や分析、提供などサポートの様子を紹介し、「サーブからの3球目に特徴が現れる」といったことや、その際の得点率とゲーム勝敗の関係についても紹介した。「打法やコースを項目として分析していくことで、有用なデータを提供したい」とまとめた。

千葉洋平氏（同上）は、フェンシングにおいて分析に関わっている。情報の活用で優位をつくる、と位置づけ、情報は収集、分析、提供という過程を経る中で量は少なく、質は高めていくと紹介。フェンシングの競技について、「優先権」などのルールと特性を紹介し、一瞬の応酬が勝負を決めること、さらにこの一瞬に選手ごとの癖が現れるとした。実際の分析においては誰が、いつ、どこで何をして、どうなったかについて映像にタグをつけていき、分解して「見える化」する。これにより不確実なものを確実にするという。こうして得られた情報をもとにフィードバックする。このような経緯を経て、中国の金メダル選手との対戦で勝利を得たケースを紹介した。

小用圭一氏（Yahoo Japan、スポーツナビ）は、「スポーツアナリティクスとメディア」と題して講演。スポーツに関するコンテンツを提供する部門でプロデューサーを務める小用氏は、データ関連の閲覧者が非常に少ないこと、つまりマスマーケティングには向かず、別の形で提供する必要のあることを紹介した。パ



渡辺氏の講演「スポーツアナリティクスの未来を拓く」



馬場氏による講演



メディアという立場から語る小用氏



大学教育に携わる長野氏

ーショナルメディアの時代であること、スタツからプロセスへという流れが一般化するとし、今後はインターネット放送をテレビで見ることが一般化するという意味で「黒船」の到来を予測している。その際のキラーコンテンツはスポーツであり、その流れの中心にスポーツアナリティクスがあるのではないかと、そして「スポーツはもっと豊かになる」とまとめた。

教育分野については、金沢慧氏（データスタジアム）と長野智久氏（慶應義塾大学）が講演。まず金沢氏は、チーム内部向けに職域の確立、外部向けには職域の拡大を、ということを課題と捉え、高校でスポーツアナリティクスについての講義を行ったり、大学で教えたりといった活動を

行っている。スポーツアナリティクスのリテラシーを高め、その教育の可能性について、必要性和需要は確実にあると述べた。続いて長野氏は、慶應義塾大学湘南藤沢キャンパスにおいてデータサイエンス科目が必修化されていること、その授業の様子について紹介した。2015年度には「スポーツ・データ・アナリティクス」が開講予定であり、手を動かして情報を集めてみる体験など、分析や活用に関する教育が行われるという。

スポーツに限らず、ビジネスやメディア、教育といった他分野にわたって、スポーツアナリティクスの可能性を広げるセミナーとなった。終了後にはキックオフパーティーが行われ、講演者や参加者の間で活発な交流が生まれていた。（浅野将志）

●リカバリー

入浴の効果

2月8日、Obra（東京都渋谷区）にて「入浴生理と運動生理Ⅱ」と題したセミナーが開催された。このセミナーは温泉入浴指導員であり睡眠改善インストラクターでもある石川泰弘氏（株式会社バスクリン）が講師を務める入浴を中心とした生理学セミナーの第2弾である。

はじめに、トレーニング効果を高めるリカバリーのためにはエネルギー物質の補給・運搬と休息としての良質の睡眠が重要であることから、その補助的役割として入浴による血流改善や体温上昇が効果的だと考えられることがさまざまなデータから示された。また浴槽に何も加えない

「さら湯」より、炭酸ガスを含む入浴剤を加えたときにその効果は大きいという。入浴剤の利用は、ただ身体を温めるだけでなく、国内で入浴剤を使用している選手は海外遠征時にも入浴を継続するという調査結果や、約2週間の継続利用で内分泌機能の向上が認められたという研究結果からも使用が勧められる。ただし入浴剤の選択には注意が必要だ。入浴剤は医薬部外品、浴用化粧品、雑貨品にわけられるが、医薬部外品のみが厚生労働省の定める基準を満たした上で薬効審査の必要があり、薬事法上で安全性と効果が保証されているものである。医薬部外品の入浴剤にも多くの種類があるので、最初に書かれている効能を参考にしながら、色や香りも含めて好みのものを選択するとよい。

色や香りを含めた入浴剤の選択は、入浴によるリラックスを促進する。とくに全身浴は半身浴と比較して自律神経系への影響が大きくリラックスするのに有効だ。これも大切な入浴の効果だという。また強化指定レベルの選手を対象とした調査で、入浴の目的は疲労回復のほかリラックス目的でもあることがわかっている。入浴剤を用いてコンディション調整を図ったオリンピック選手の実例も報告された。リラックスのためには、ぬるめのお湯にゆっくり浸かるのがよい。目安は40℃で20分。これを入眠1時間から1時間半ほど前に行う。これにより、体温を一過性に上昇させた後スムーズに下降させ、睡眠の質を高めることができる。夏場は浴室が暑く感じられるため、換気扇を使って浴室環境を整備すると心

地よい入浴につながる。

このようにお風呂は血行をよくして栄養を身体に運び、睡眠の質を高め、ストレスマネジメントにつながる効果が考えられる。さらに今後は日焼け対策として保湿効果の検証も深めたいという。入浴の注意としては、入浴に伴い500ml近く発汗することもあるため、水分補給を忘れずに行うこと。また時々公衆浴場などの大きな浴槽に浸かることもリラックスのためには有効だという。

(紀平晃功)

on the spot欄では、学会やセミナーなどへ参加していただいた様子を執筆していただいたり、最近の話題をニュース記事としてお届けしています。下記のメールアドレスへ情報提供をお願いします。

bhhd@mx.d.mesh.ne.jp

Training Journal