

トレーナーと聞いて、どのような人を想像するでしょうか。フィットネストレーナー、ストレングストレーナー、アスレティックトレーナー。スポーツに関わるトレーナーの業種はたくさんあります。今回はスポーツの現場でアスリートをサポートするアスレティックトレーナー（以下 AT）について紹介します。

AT の具体的な業務は、監督、コーチ、スポーツドクターとの親密な連携のもと、日々の健康管理から試合前の選手のウォーミングアップのサポート、テーピング、医療機関と連携してのケガからの復帰のサポートなどです。

アスレティックトレーナーを活用するメリット

01 ケガの予防と管理

AT は選手の健康管理を行い、障害の予防や障害が発生した際の適切な対応を行います。これにより、選手たちのパフォーマンスを向上させるだけでなく、ケガによる長期の離脱を防ぎます。

02 緊急時の応急処置

AT は緊急時に即座に応急処置を行うことができます。一次救命処置や応急処置などのスキルを持ち、事故や緊急事態に対応することが可能です。

03 パフォーマンスの最適化

AT は適切なトレーニングやリカバリー戦略を提供し、選手たちのパフォーマンスを最適化するサポートをします。体力や技術向上に対する効果的なプログラムを構築し、継続的な改善を促進します。

04 選手との信頼関係の構築

AT には選手との密な連携を築くことが期待されます。信頼関係により選手はケガや不調を早期に報告しやすくなり、問題の解決がスムーズに進みます。

05 健康教育の提供

AT は選手やスタッフに対して、選手の健康に関する情報を提供します。適切な栄養、トレーニング、リカバリーの方法などについての指導を通じて、競技者としての健康管理の啓発が期待できます。

06 大会運営の支援

大会本部での AT の活動は、選手や関係者の安全を確保するだけでなく、スムーズな大会運営にも寄与します。緊急時の対応や事前のリスク管理を通じて、イベントの成功に寄与します。

07 ネットワークの活用

AT は医療やフィットネスの専門家と連携し、適切なサポートを提供することができます。これにより、総合的かつ高度なケアが実現しやすくなります。

これらのメリットにより、AT を積極的に活用することが、選手や競技団体にとって競技力の向上に寄与できると考えます。

山口県スポーツ協会では、令和4年度より「トレーナー紹介事業」として、県内のスポーツ大会において安心・安全が確保されるよう、大会主管団体に救急救命および救急外傷に対応できるトレーナーを「大会本部トレーナー」として紹介する事業を実施しています。この本部トレーナー紹介事業へは山口県の AT の集まりである「山口県 AT 協議会」から毎年、中学校サッカー大会や中学校駅伝大会など各大会にトレーナーを派遣しています。

また、山口県スポーツ協会には県内アスリートのスポーツ活動をサポートする事を目的に山口県 AT 協議会と連携して「スポーツトレーナーバンク」も整備されており、理学療法士・柔道整復師など現在、81名のトレーナーが登録しています。トレーナーバンクに登録されているトレーナーは、国体関係の大会帯同が主な活動となっていますが、「トレーナー紹介事業」を通して、日々の活動をサポートする「日常活動トレーナー」としても利用できる体制が整っています。

ぜひ、アスレティックトレーナーやトレーナーバンクをご活用の上、競技力の向上に役立ててください。



選手を見守る大会本部トレーナー