大会を振り返って　～スタッフ総括～

JAPAN SPORT COUNCIL 日本スポーツ振興センター

第 8 回アジア太平洋ろう者競技会　～台湾・桃園～2015 年 10 月 1 日～9 日　　競技力向上事業

監督　齋藤　一茂

10/1 から 10/9 までアジア大会の日本代表監督として初めて務め、選手達と同じ気持ちで挑みました。
代表選手達を見て、コンディション、モチベーション、チームワークは全然問題ありませんでした。
試合期間中はスタッフと力を合わせて選手達をサポートして試合に集中出来るように準備し叱咤激励しました。
選手達はしっかり 1 ポイント 1 ポイント諦めずしっかりと全力で戦っていました。
9 日間のアジア大会はあっと言う間に終わりました。

アジア大会でメダル5個獲得する目標を宣言しましたが、それ以上の7個を獲得し目標達成しました。
しかし、メダル獲得したからと浮かれてはいけないです。今のままではデフリンピックのメダル獲得は難しいです。
アジア大会は単なる通過点です。アジア大会で学んだことを 2 年後のデフリンピックでメダルを獲得する目標を立てて、今まで以上に更にもっともっと頑張ってもらわないといけません。選手達にもそう伝えました。
日本から温かいご声援をいただき本当にありがとうございました。

選手達、スタッフ達本当にお疲れ様でした。
フィラを提供してくださいました藤沼様ありがとうございました。
日本でホームページレポート報告作成してくれた広報担当山本さんありがとうございました。
感謝してもしきれないくらいです。この感謝を忘れずに更にもっと向上していきます。

本当にありがとうございました。

コーチ　梶下　欣昭

日本チームのコーチとして就任してからアジア大会迄が早く感じました。月に 1 度の、合宿を繰り返し代表選手を決定するのは大変でした。
選手のスキルも大切ですが、ダブルスなども含めたチームプレイで成果が変わるので、メンバーの団結力が必要です。メダル獲得に向け団結力を高める事が必要と感じ、合宿などで話してきました。スタッフ一同アジア大会に力を入れていることは、メンバーに伝わり団結力もアップしてきました。静岡合宿ではメンタルに不安を感じる事もありましたが、最後の大阪合宿ではかなりチームの団結力も上がったと思いました。

10 月 1 日、台湾入り後メンバーと合流し、まず佐野村トレーナーが体調のチェックを行ったところ、全員問題なしでした。
2 日目大会会場で練習、日本との湿度の違いには少し違和感を感じましたが、メンバーもなんとか慣れた感じで安心しました。ドローも確認して、練習に入りました。メンバーの数名は緊張感もみられ、練習していて不安も正直ありましたが、なんとか慣れてきました。他国の練習もチェックする事ができました。ドローを確認し選手に対戦相手の試合に対する組み立てを話すなどして、本番に備えました。コーチとしてのアジア大会は初めてです。情報が少ないので過去の対戦などを斎藤監督や松下キャプテンから聞き、男子のメダルは期待できると思いました。

試合が始まり、初日から好発進でした！練習してきた事をしっかり出して勝利する。猛暑の中相手の棄権はありましたが、日本チームは、全員、最後の 1 ポイントまで諦めない強い気持ちで戦い抜きました。合宿の成果がでていました。佐野村トレーナーのおかげで暑さと湿度に対する準備も万全でした。
この大会でメダルを獲得する強い気持ちは、オーストラリアでも中国、インド、台北でもありません。日本が 1 番でした。かなりの温度差を感じました。大会期間中の練習、トレーニング、試合前後の身体のケア、何をとっても日本が優れていました。
この姿勢は、アジアの各国に多大なる影響を与えたと思います。次のアジア大会は他国も力を入れて来ると思います。アジア大会は通過地点でしかないと思い世界大会(デフリンピック)に目標を切り替えたいと思います。デフリンピックのメダル獲得は、アジア大会より困難です。ここからはスタッフ、選手一同さらに心.技.体 を磨き努力をしないと世界に通用しないと思います。与えられた時間をトレーニングに費やして練習あるのみです。デフリンピックのメダル獲得に向け準備を始めないといけません。選手には合宿で話したように、気持 80%　技術 15%　ラッキー5%で日々の練習に取り組んで欲しいと願います。

アジア大会の開会式もたいへん素晴らしいものでした。開催国である台北はメダル獲得数もトップでした。
こういう素晴らしい大会を日本で実現できればと思います。
日本政府の力を借りないと実現はならないと思いますが、叶う事であれば、東京パラリンピックの後、デフリンピックが開催されればと思う次第です。

コーチとしてアジア大会に参加出来たことを誇りに思います。

トレーナー　佐野村　学

この度、第 8 回アジア太平洋ろう者競技会のテニス競技にトレーナー（アスレティックトレーナー（Athletic trainer：以下，AT））として帯同させていただきました。
国際ろう者競技会およびテニス競技の AT としての帯同は初めてでありました。最初はトレーナーとして指名をいただくまでに、デフテニス競技そのものや本競技会に出場する選手、スタッフの方々との普段の交流（国内で開催されている数々の試合や各種イベントなどでの交流）が十分行われていない状態でのスタートとなり、AT としてどこまでサポートが出来るのか不安でした。

本競技会への帯同前に、出場選手、コーチ、監督、マネージャースタッフの皆さんとのコミュニケーションを計るとともに、AT として帯同に向けた準備のため、今年度国内で開催された強化合宿などに計 4 回参加させていただきました。まずは現在の選手の身体の状態やコンディションなどについて確認させていただく為にサポートカードを作成し、既往歴や現在の身体の状態などの基本的な情報を確認させていただきました。そしてコンディショニングチェックシートを作成し、日々の体調や競技意欲、食欲や睡眠時間などのコンディションの確認を本競技会帯同前に開催された 2 回の合宿期間中に毎日行わせていただきました。
帯同前、現地での選手のコンディショニングに関して最も気になった点は、台湾の気温と湿度の高さです。台湾桃園市（テニス競技会場である台湾国立体育大学がある市）の予想最高気温約 30℃、本大会に出場する選手と全スタッフのグループで構成されたコミュニケーションツール「LINE」などを用いて現地の最高気温や湿度などの気象情報を伝えるようにしました。
また、9 月 21・22 日に大阪で行われた最終合宿のミーティングでは、現在の台湾桃園市と東京・大阪の最高気温や湿度の違いについて、競技期間中の現地の気象予報などについて資料を作成して説明しました。そして出発数日前にも LINE を用いて現地の気象情報などを伝えました。これらの事前準備によって、高温・高湿度に対する心の準備は出来たのではないかと思っています。その他、合宿時のミーティングで競技期間中のコンディショニングについて、台湾での食事や水（香辛料の強い食事による胃腸の不調の注意や水道水の飲水禁止など）、捕食、体重コントロール、睡眠などについて説明させていただきました。また、ストレッチングや用具を

用いた身体のケアの方法などについて、実際の用具などを用いて説明させていただきました。

以上の内容（準備）を４回の合宿で行い、いよいよ日本を出発して現地に着いて最初に感じたことは、やはり湿度が高いことでした。

そして現地入りして 3 日目の練習日では、テニスコート（アスファルト）上の最高気温 36℃、湿度 60%を記録（筆者が持参した WBGT（Wet bulb globe temperature（湿球黒球温度））計（京都電子工業株式会社、熱中症指針計にて約１時間毎に WBGT、気温、湿度を測定）し、予想以上の気温の高さを示し、そして予想以上の湿度の高さによる不快感を覚えました。また，大会初日（帯同 4 日目）は、競技期間中最も高い 39℃を記録しました。その対策として、練習や試合時において、早めのスポーツドリンクなどによる（ナトリウムを含んだ）水分摂取と身体の疲労しやすい箇所や筋肉痛などを起こしやい箇所の早めのタイミングでのアイシングの実施です。特に競技期間中は、試合間においてビタミン C やクエン酸の摂取を目的として、100%オレンジジュースもしくは100%グレープフルーツジュースを積極的に摂るように促しました。また，朝食や夕食においてもグレープフルーツなどの柑橘系果物を摂るように話しました。帯同期間中のその他の主なサポートとしては、ウオーミングアップやクーリングダウンの実施、テーピング、ストレッチなどによる身体のケアやコンディションチェック、そして合宿時に行ったコンディションチェックシートによるコンディションの確認などでした。

結果的に競技期間中に大きな怪我や病気などを発症することなく選手皆さんが試合に出場できたことを本当に良かったと思っています。さらに競技結果として、金メダル２つ、銀メダル２つ、銅メダル３つの計７つのメダルを獲得し、日本チームの目標メダル数５個を上回ることができたことを本当に嬉しく思います。

帯同中の主な反省点としては，全ての選手のコンディションの把握が十分に行えなかったこと、そして AT とすべてのスタッフ間の報告・連絡などが完全ではなかったことです。この最大の要因は，私が手話がごく僅かしか出来なかったことによります。これらの反省点を今後の課題として、少しでも改善出来るように努めていきたいと思います。帯同前の合宿や本競技会の帯同で経験させていただいたことを、今後のデフテニス競技にさらに活かせられるように精進していきたいと思います。

最後に、本競技会のトレーナーに指名していただいた日本ろう者テニス協会関係者の皆様に深くお礼申し上げます。チームスタッフとして一緒に帯同させていただきました齋藤一茂監督、梶下欣昭コーチ、尾形滋子マネージャーの皆様に、このような素晴らしい経験をさせていただいたことを深く感謝いたします。帯同前、そして帯同中に激励メッセージをいただいた事務局長の梶野千賀子様からたくさんの元気をいただきました。

そして今回出場した選手、監督、コーチ、マネージャーの皆さんと日本ろう者テニスチームの目標に向かって一緒に戦えたことを誇りに思っています。

本当にありがとうございました。

マネージャー　尾形　滋子

前回の韓国のアジア大会で選手として出場したのを最後に、海外遠征でスタッフをやらせていただくようになって3年目になります。

開催地によって大会の運営方法はまちまちですが、共通しているのは到着から最初の2～3日間が非常に重要ということでした。ルーチンが定着するまでの間は、現地の実行委員も混乱しており、予定外のことも普通に起こります。事前はもちろん、当日も監督やスタッフと相談しながら、できる限り多くの情報を集め、チームの行動予定に沿ってひとつひとつ確認していく必要があります。選手も試合に向けてコンディションを整える大切な期間なので、時間のロスは最低限に抑えなければなりません。

ルーチンが定着すれば、後は毎日同じことの繰り返しになり、チームのペースも安定します。私にとっては、最初の3日間が勝負でした。
選手も協力的でしたし、斎藤監督、梶下コーチ、佐野村トレーナーともすぐ相談できる環境であり、チームとしてまとまりがよかったので、とてもやりやすかったです。
そして遠征までの渡航手続き等は全て梶野事務局が行ってくれていたので、私は現地でのことだけに集中することができました。広報担当の山本さんも、毎日の報告書を送るのが深夜になっても、内容をチェックし訂正補足し、写真を載せてレイアウトを整えて翌朝までにはホームページに掲載してくれていました。
日本にいる役員にも支えられた9日間でした。

選手のみなさん、スタッフのみなさん、役員のみなさん。そして応援してくだったみなさん。
本当にどうもありがとうございました。

（詳細については別途、マネージャー業務総括参照）