

知的障がい者フットサル日本代表  
INAS GLOBAL GAMES 2019 ブリスベン トレーナー報告

2019.10.5 ～10.9(直前合宿)10.10 ～ 10.20(本大会).

作成者：島田 靖丈 (トレーナー)

※今回の直前合宿、本大会での外傷・障害は別紙参照

### 1、外傷報告：

今大会で大きな外傷（骨折・脱臼等）はみられず、選手10人全員が全ての試合に登録、出場出来たという事はトレーナーとして最も嬉しい結果であった。大会期間中では、参加国中で唯一5日間連続試合というハードな日程になり、フィジカル的に非常に屈強な外国人選手との試合で打撲や疲労を含めて筋肉的な問題があったことは否めなかった。



1 試合 4-5 人のテーピング



ストレッチの重要性を繰り返し伝えた

### 2、コンディショニング報告：

コンディショニング面では主に「ドーピング検査について」と「飛行機内での過ごし方」を中心に8月、9月の合宿と直前合宿で確認した。特に「ドーピング」については薬を常用している選手は少なかったが、目薬や塗布する薬なども引っかけられる可能性があるため常用している物は日々変化する可能性があるため、禁止物に含まれないか専門家のスポーツファーマシストの方と連絡を取り合い確認を行った。また、カフェインを多く含む飲み物であるエナジードリンクやコーヒーなどを含めて、試合前に飲まないように日頃から注意するように何度も伝えた。どうしても使わなければならない物に関しては必ず連絡するように言ってきた。しかしながら、9月の合宿や直前合宿でケガに対する痛み止めの薬を連絡せずに隠れて飲んでいたり、塗布していたのがわかり、私自身の伝え方に問題があったと反省するとともに、今後世界大会ではドーピング検査は当たり前に行われるので、各地域の指導者の方々やご家族などの選手の身の回りの方々にも注意をしていただく必要があると感じた。

体調面では、前回大会でも行った東洋医学的な健康診断を測定する機会を用いて合宿や飛行機の前や後など、数回行い体調の変化や疲労度などに気を配った。結果、緊張からくる精神的な下痢のような症状が出た選手はいたものの、他競技の日本選手団で多く出ていた様な発熱等の体調を崩す選手は、フットサルチームで一人も出なかったのは誇らしい事であった。

### 3、総括：

前回大会から2大会連続で世界大会に帯同させてもらい、強化合宿を含めた活動を通して感じた事は、海外の選手に比べて日本の選手は、年齢的にも非常に若く、一生懸命取り組むが、メンタル的にまだまだ未熟で波があると感じた。大会期間中はトレーナールームを木村監督の配慮で充実した環境にしてもらった。選手各々で精神的に非常に繊細なので、言葉かけ一つにもかなり注意をしながらコミュニケーションを取るように心掛けた。これは木村監督をはじめ、小林コーチ、柳沢主務が注意する役割に回って、私自身は選手の癒し役に回るような役割設定をチームスタッフで話し合いやらせてもらった。そのおかげで選手にとっては連戦とホテルでの暮らしで疲労がかなり溜まっていたと思われるが、リフレッシュの場になっていたと感じた。

フィジカル面では柔軟性、リズム感、バランス能力が悪く、屈強な海外の選手を相手にすると、大きな差となり、球際のあと一歩やあと数センチの差がサッカーに比べて狭いコートやゴールのフットサルにおいて非常に重要であると感じた。実際にスライディングができない選手や、相手に寄せることはできてもしっかり止まる事ができずに、かわされてしまう選手がいたのは、失点が多くなった原因の一つであると感じた。

4年以上この活動に関わらせてもらい常にストレッチを含めたトレーニングやケアの重要性を選手には伝えてきたが、習慣にして継続している選手は数名で、意識の差はもちろんあるが、まだまだ足りないと感じるので、ドーピングの件も含めて私自身の伝え方も、もう一度見直さなければならぬと感じたと同時に各地域の指導者の方々や家族を含めて、選手の周りの方々の協力も必要不可欠であると感じた。

今回世界大会にサッカーを含めて初めて出場する選手がほとんどだったので、今後は精神的に大人になった選手達が、今回の大会の経験を次回の大会までに継続して各地域の選手の手本となる様な人間に成長し、引っ張って行って欲しいと願う。実際前回の大会を経験している2名の選手は、今回チームを引っ張っていたし、プレー面でも活躍し、世界でも十分戦えていた。その2人にプラスしてより多くの若い選手たちが継続して代表選手に選ばれ続けてくれれば、きっと世界の頂点を取れるチームになると感じた。

