

座長／東京女子医科大学東医療センター眼科／松原正男

スポーツにおいて見る事が重要であることは繰り返すまでもない。物を見て認識し身体運動へ出力するという一連の流れは多領域にまたがり極めて複雑である。動体視力やスポーツビジョンという単純な言葉では表しきれないものがある。近年スポーツと視覚の関連について関心が高まっていることもあり2年続けての視覚関連のシンポジウムを開催し、5人の先生方から講演をいただいた。

さど眼科の佐渡一成先生は『眼科臨床医から見た「スポーツと眼科の関係」と「視覚研究の現状」』と題して眼外傷対策と競技種目と視力矯正法の選択について解説をされ、適切な矯正方法を行うことの重要性を述べられた。また最近では情報量が多い故に専門家の意見よりもCMを信じる傾向があり、そのためにスポーツと視覚に関する誤った情報や誤解があることに警鐘を鳴らされた。

続く講演では慶應義塾大学環境情報学部の加藤貴昭准教授が「熟練スポーツ競技者の眼球運動」と題して、スポーツ選手のいわゆる「センス」について述べられ、その中で予測運動に基づく眼の使い方、多くの練習の中から知識構造が出来上がることが視覚情報を有効に利用できることへつながることを強調された。熟練者は無駄な眼の動きが少なく、意識を広く平静に保っていることによって目の視野の中から必要な情報を選出して総合している事を、実際の競技を例に引いて明瞭に示された。

えだがわ眼科クリニックの枝川宏先生は「スポーツにおける視力の実態と重要性」の中で、いわゆるスポーツビジョンとして従来行われてきた選手の視力、反応時間等を測定した研究の多くには不備が多く一般性がないことを明確に述べられた。現在のところ競技能力と関係があると認められる項目は静止視力のみであることを説明され、一流プレーヤーであってもこの基本的なことが十分に管理されていない恐れがある現状を説明された。

中本浩揮鹿屋体育大学体育学部准教授は「スポーツ選手の心の眼とその熟達」と題した講演の中で心理学において明らかになってきたスポーツの熟達に伴う「みる」の変化について解説された。「高速移動物体の動き」の視覚情報処理においては一種の錯視現象利用し、競技環境に特有の情報を認識して処理する専門的知覚を発達させていることを明らかにし、練習やイメージトレーニングの重要性を再認識させた。また「他者の動き」の分析における視覚情報処理については近年の重要な研究トピックであるミラーニューロンシステムを基に、他者の動きの正確な認識には単純に観察を重ねるだけでなく自己の運動経験が重要であることを述べられた。

最後に、2020年のオリンピック・パラリンピックを控え、国立障害者リハビリテーションセンター病院の西田朋美先生が「障がい者スポーツにみる視覚障がいについて」述べられた。視覚障害者スポーツにおける競技ルールと用具は視覚障害の特徴に合わせた独特なもので構成されている。今や競技数も増えて、一般人から見ると驚異的なボーリング、フットサル、クライミング、テニスなどの競技も行われている事を紹介された。クラス分けは視覚障害者としてのスポーツにおいて大事な事であるが、身体障害者手帳での等級分類の区分とのズレや、その他のパラリンピック視覚障害者競技特有の問題についてわかりやすく解説された。また、障害者スポーツも今や生涯スポーツとして広まりつつある事への理解を求められた。

「視覚」とスポーツトレーニングの関係は定まっているというよりもむしろ混沌としている状況であり、現場のアスリートや指導者にも混乱が起きている。本シンポジウムは「スポーツと視覚」との奥深い関係を科学的に考えるきっかけとなる充実したシンポジウムであった。