

# Beyond 2020+1 ハイパフォーマンススポーツから ライフパフォーマンスへ

久木留毅\*1,2

## ●はじめに

本シンポジウム5では、河野一郎先生による東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会(東京2020大会)の総括から始まり、ハイパフォーマンススポーツで得た知見をライフパフォーマンスへ展開していくための議論を行った。ここでは、日本スポーツ振興センター(JSC)が管理運営しているハイパフォーマンススポーツセンター(HPSC)が東京2020大会に関わった知見を中心として紹介した。

## ●HPSCについて

国は東京都北区西が丘地区に国際競技力の向上をスポーツ医・科学、情報面から後押しする目的で、2001年に国立スポーツ科学センター(JISS)を開所した。さらに、2008年にはナショナルトレーニングセンター(NTC/現NTCウエスト)が設置された。その後、2016年にハードとソフト面のさらなる機能の向上を図る目的でJISSとNTCを一体化してHPSCと位置づけた。さらに、2019年には、オリンピック・パラリンピック(オリパラ)一体を象徴とした施設であるナショナルトレーニングセンターイースト(NTCイースト)が完成した。NTCイーストもHPSCの一部であり、オリパラのアスリートが共存して利用している。

私たちはハイパフォーマンススポーツを「世界一を競い合うアスリートやチームが主戦場とする

スポーツ」と定義している。オリンピックやパラリンピックで頂点を目指すスポーツは、ハイパフォーマンススポーツであり、ワールドカップの頂点を目指すサッカーやラグビーもハイパフォーマンススポーツであると考えている。また、JISSでは外部有識者の意見も参考にして、ハイパフォーマンススポーツ研究の定義を検討した。その結果、ハイパフォーマンススポーツ研究とは「世界一を競い合うレベルのアスリートが発揮する卓越したパフォーマンスに関する研究」と定義付けを行った<sup>1)</sup>。

開所当時からJISSは、アスリートへの支援と研究を両輪として事業を行ってきた。ただ、これまで支援の基盤となる研究への取り組みが十分でなかった点を考慮し、現在、ハイパフォーマンススポーツ研究を推進してエビデンスベースの支援を確立することに努めている。

## ●東京2020大会に向けたHPSCの取り組み1

東京2020大会は、COVID-19によるパンデミックで史上初めて1年間の延期となった。その後、緊急事態宣言が発令されHPSCも閉鎖を余儀なくされた。閉鎖中、HPSCでは、電話等による診療相談やメンタル面での支援の継続とホームページ上に臨時特別サイト“NEW STYLE with HPSC”<sup>2)</sup>を設置し、スポーツ医・科学に関する情報を随時更新し掲載した(4/9—5/31)。その内容は、メディカル、栄養、心理、リハビリ、研究情報と、各種エクササイズに関する動画配信等であった。この間、臨時特別サイトへのアクセスは、総数で約

\*1 ハイパフォーマンススポーツセンター

\*2 国立スポーツ科学センターセンター長

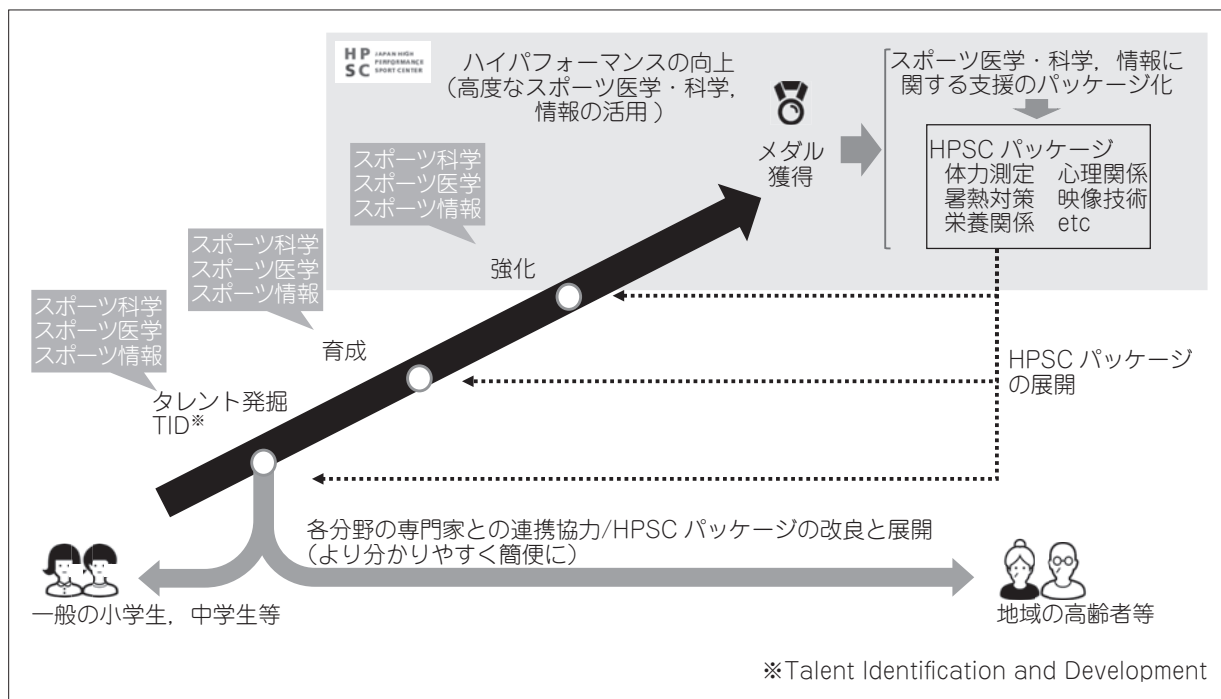


図1 ハイパフォーマンススポーツからライフパフォーマンスへ

49,000件となった。さらに、NEW STYLE with HPSCは、ツイッターでも紹介し、約100万件のインプレッション<sup>注1</sup>を獲得した。

また、緊急事態宣言後のHPSCの再開に向けて、2018年に設置したメディカルセンターのコンディショニング課が中心となりガイドライン<sup>3)</sup>を作成した。このガイドラインを基にして、日本オリンピック委員会(JOC)、日本パラリンピック委員会(JPC)と共同で各競技団体が活動を再開する基準を構築した。

## ●東京2020大会に向けたHPSCの取り組み2

JSCはスポーツ庁から受託している「ハイパフォーマンス・サポート事業」において、東京大会に出場するアスリート、コーチ、スタッフが競技に向けた最終準備を行うための拠点をHPSC以外に選手村の近郊に2カ所設置した。その目的は、アスリートが大会直前・中のコンディショニングに必要なスポーツ医・科学、情報に関する支援を包括的に行うためであった。オリンピックにおける選手村の外での支援活動は、ロンドン2012大会より始まった。パラリンピックへの同様の支援活動は、リオデジャネイロ2016年大会からである。

東京2020大会においても前述のガイドラインに則り、感染症対策を徹底した上でアスリートへの支援を行った。東京2020大会期間中にHPSCと2カ所の選手村近郊拠点を利用したアスリートやコーチ等は、延べ約5万人を超えた。また、この間クラスターを発生させることなく運営を行うことができた。

## ●HPSCにおける知見の社会への展開

JSCではネットワークの構築事業を通して、HPSCの各事業で培った様々なスポーツ医・科学、情報に関する方法をパッケージ化して地域のスポーツ医科学センターや大学等へ還元することを推進している。ここでいう“HPSCパッケージ”の定義は、「コンテンツ+研修+登録・支援のための条件」が一体となったものを言う。例えば、JISSで行ってきたフィットネスチェックをテキスト化(コンテンツ)して、一定期間の研修を準備した上で、修了した人がフィットネスチェックのパッケージを使ってもらえるようにする。なおHPSCパッケージの承認については、審査委員会を設置した上で各パッケージを審議して承認する仕組みとなっている。

現在、JISSで行っているフィットネスチェックを始めとして、栄養関係、心理関係、映像関係、

その他を HPSC パッケージとして準備している。これらがネットワーク事業を介して地域に広がっていけば、スポーツ医・科学を活用したアスリートやジュニアアスリートへの支援が浸透していく可能性が高い。

さらに、これらのパッケージに発育発達等の専門家の協力を得て応用することで、地域の子供達や高齢者への活用も考えられる。具体的な例としては、東京 2020 大会のアスリートを対象に実施してきた暑熱対策に関する手法をパッケージ化して地域の小学生や高齢者向けに改良し提供することで、夏の暑い時期でも安全で安心してスポーツを楽しむことが考えられる。

これらを段階的に具現化していくことにより、ハイパフォーマンススポーツで培った知見をライフパフォーマンスに展開していける可能性が十分に考えられる (図 1)。

## ●まとめ

HPSC は東京 2020 大会において、大活躍したアスリートやコーチたちをスポーツ医・科学、情報面から支えた。また、COVID-19 禍において、HPSC ではアスリートやコーチそして多くの関係者が、

それまでの日常とは異なる様々な経験を有する機会を得た。これらのことから With-COVID-19 の社会においても、ハイパフォーマンススポーツの知見を一般社会におけるライフパフォーマンスの向上に展開できる可能性は十分に考えられる。

## 注

注 1 利用者のタイムラインまたは検索結果にツイートが表示された回数

## 文 献

- 1) 久木留毅. COVID-19 に関するハイパフォーマンススポーツセンターの動向—国立スポーツ科学センターを中心とした取組—. 日本スポーツ栄養学研究. 2021; 14.
- 2) JSC. NEW STYLE with HPSC. Available at: <https://www.jpnsport.go.jp/hpsc/tabid/1715/Default.aspx> [Accessed 14 February, 2022].
- 3) JSC. 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) 対策としてのスポーツ活動再開ガイドライン (HPSC 版). 入手先: <https://www.jpnsport.go.jp/hpsc/Portals/0/resources/hpsc/katudouisaikaiguide.pdf> [参照日 2022 年 2 月 14 日].