連載　Dr. 大関の複眼インタビュー ── スポーツメディスン・プロフェッショナルとの対談　5

[対談] プロフェッショナル 高澤祐治　順天堂大学医学部・大学院医学研究科准教授

ラグビーワールドカップ2015・歴史的勝利を支えた4年間

インタビュアー：大関信武　一般社団法人日本スポーツ医学検定機構代表理事、東京医科歯科大学再生医療研究センター
（企画：日本スポーツ医学検定機構）

世界に衝撃を与えた南アフリカ戦

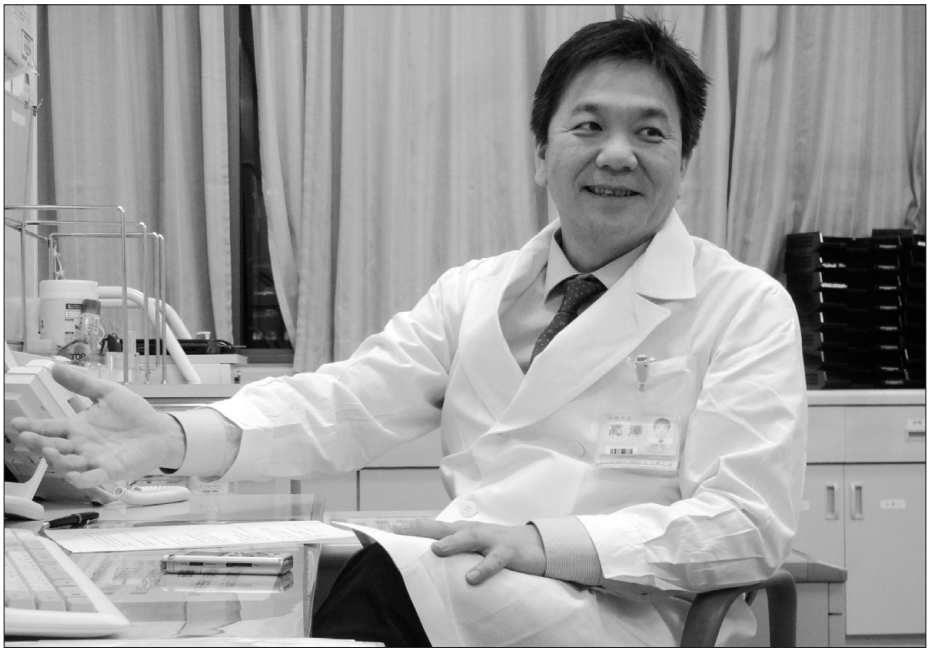
大関：覚えている方も多いでしょう、ラグビーワールドカップ第8回イングランド大会。2015年9月19日、これまでワールドカップに1987年の第1回大会より8回出場し、第2回大会（1991年）での1勝のみという成績だった日本代表は、世界ランキング3位の南アフリカと初戦で対戦。番狂わせがないと言われているラグビーで、日本代表が劇的な逆転トライを決めて32-34と歴史的勝利を納め、世界に衝撃を与えました。残念ながら、次のスコットランド戦では破れ、サモア、アメリカには勝利しながら決勝トーナメント進出はなりませんでした。しかし、エディー・ジョーンズヘッドコーチ（以下エディーHC）率いる日本代表の活躍によって、2019年日本で開催されるラグビーワールドカップ第9回大会にも大きな弾みをつけました。

今回はこのラグビー日本代表であるエディー・ジャパンでチームドクターを4年間務めた高澤祐治先生にお話を伺います。

現在、あの興奮から1年以上経過しましたが、帯同を終えられたときはどのようなお気持ちでしたか？

高澤：「終わったな」という感じでした。始まりは2012年3月31日、エディー・ジャパンのスタッフが集結してのミーティングです。そこで日本ラグビーの歴史を変えると決意し、出てきた言葉が「JAPAN WAY」でした。日本人が日本人らしく戦い、ラグビー界の歴史を変える、ここからチームがスタートしたので、「これで4年間、終わったな」という感じでした。

大関：4年間本当にお疲れさまでした。



高澤祐治（たかざわ・ゆうじ）先生
1969年生まれ。神奈川県逗子市出身。小学1年生から藤沢ラグビースクールでラグビーを始める。順天堂大学医学部卒業。整形外科医となり、1997年からサントリーサンゴリアスのチームドクターとして活動。2012年から日本代表のチームドクターに就任。現在は、順天堂医学部・大学院医学研究科准教授で順天堂医院整形外科・スポーツ診療科に勤務。日本体育協会公認スポーツ医。日本オリンピック委員会（JOC）情報・医・科学専門委員会委員など。

日本代表を支えたメディカルスタッフ

大関：高澤先生ご自身も昔はラグビーをされていました。日本代表のチームドクターになった経緯について教えていただけますか。

高澤：そうですね。私が医者になったときは、ラグビーチームにドクターが携わるということがあまりありませんでしたので、非常に重宝してもらいました。そこからスタートして、日常のなかにラグビーチームのサポートがずっとありました。そしてラグビー協会の方々や監督、コーチ、選手などいろいろな人脈ができ、医局にない横の

つながりがたくさんできたことが代表チームドクターになるきっかけになったと思います。

大関：代表のチームドクターは何人体制でやっていましたか。

高澤：2人ですが、ほとんどメインは1人。私が行けないときにサポートしてもらうという感じでした。

大関：メディカルに関わるスタッフはどうでしたか。

高澤：トレーナーはおもに井澤秀典さんと青野淳之介さんの2名ですが、ワールドカップのときには、もう1名佐藤義人さんという方がサポートに入って3名いました。スタート当初は、各スタッフ間の情報をシンプルに伝えるというエディーHCの意向があり、非常に少ないスタッフでやっていました。

大関：なるほど。そのスタッフで4年間一緒だったと。

高澤：そうですね。メディカルのドクターと2人のトレーナーは4年間、最初から最後までずっと一緒でした。

所属チームとのコミュニケーション

大関：代表選手はラグビーを長くやってきた選手たちですので、さまざま身体的な問題を抱えていたと思いますが、最初にメディカルチェックを行ってどうでしたか。

高澤：だいたい日本のシーズンが終わってから身体のメンテナンスをする時期にジャパンがスタートするので、多くの選手が何らかのケガを抱えていました。

大関：選手にはそれぞれ所属チームがあって、チームドクターがいます。高澤先生は代表のドクターということで、ドクター同士の連携は難しくなかったですか。

高澤：もともとサントリーのチームドクターをやっていたときから、他の社会人チームのドクターやトレーナーとはコミュニケーションがとれていたので、少しアドバンテージはあったと思います。どこのチームドクターも、非常に信頼のおける先生方ばかりなので、メディカル同士でのコミュニケーションでストレスは感じませんでした。

大関：それは選手の体調管理という意味では大きいですね。

高澤：大きいと思います。お互いに知らないと信頼して選手を預けてもらえませんから。

大関：チームともうまく連携しながら、選手を診ていくことができたということですね。

エディーHCとのコミュニケーション

大関：合宿や遠征の帯同では、どのようなケガや病気に対応することが多かったですか。

高澤：そうですね、腹痛や発熱などの内科的な処置が多かったです。ケガでは肉離れです。とくに最後の年は軟部組織のケガをコントロールしながらフォローしていました。

大関：そのときの先生の判断でエディーHCの選手起用も決まるわけですね。

高澤：そうですね。基本的にラグビーはコンタクトスポーツで、痛いスポーツです。ですから痛いけどできるのか、痛いからできないのか、痛くてもやらせたほうがいいのか。そのあたりの判断は、監督とメディカルでしっかりコミュニケーションをとらないといけません。診断と治療方針だけ伝えるのであれば、病院に行けばいい話です。そこをエディーHCといつも相談していました。

会話のなかで、「この選手はこのケガでこういう状況ですが、プッシュしますか？プロテクトしますか？」ということをよく聞きました。つまり行かせるか、行かせないかです。所属チームからすると、「うちの選手はみんなプロテクトしてください」となりますが、今日ここで頑張らないと1週間後は残っていないかもしれない、という状況で来ている選手もいます。それを判断するのは私の仕事ではありませんから、「どうしますか？」という聞き方をします。そこを決めるのはエディーHCの仕事です。しかし、「どうしますか？」と聞くときは、今この選手はこういう状況で、こういうリスクがありますけれど、どうしますか？というように聞きます。

大関：状況をすべて提示して、最終判断するのはエディーHCということですね。

高澤：はい。

大関：そのあたりは、先生との信頼関係が非常に大きいですね。

高澤：ジャパンの前のサントリー時代からの付き合いなので、非常に長いお付き合いです。

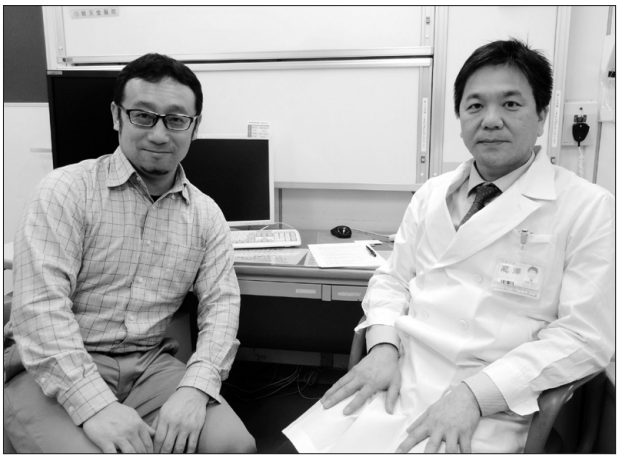
大関：なるほど。ちなみに遠征や合宿で地方にも行くとき、現地の医療機関と連携する仕組みはあったのですか？

高澤：宮崎県に合宿に行ったときはラグビー協会が、しっかりとしたサポート体制を作ってくれたので、こちらは非常にストレスなくできました。何かあればすぐに相談して、電話すれば、すぐに病院を手配してくれました。

すべての積み重ねでひとつのチームに

大関：ワールドカップ2015の南アフリカ戦の劇的な逆転勝ちは本当にエキサイティングな試合でした。ワールドカップが開幕するとき、ドクターとしてはどのような気持ちで臨みましたか。

高澤：あの日本代表チームに関して言うと、やはり4年間をかけて1つのチームが出来上がったという思いがとても強かったです。選手31人、スタッフ合わせて50人でイギリスに向かいました。ですが、2012年からワールドカップに臨むまで、チームにいいカルチャーを残していった選手たちがたくさんいました。なかには最後の年にケガをして、残念ながら現地に行けなかった選手もいました。そういう選手たちすべてが積み上げてきたなかで、最後にできたチームでした。それは私だけではなく、みんながそういう気持ちで南アフリカ



高澤祐治先生（右）と大関信武先生

戦に臨んだと思います。

大関：すべての積み重ねで１つのチームになったのですね。最後はパズルを合わせるというような儀式的なことも行っていましたね。

高澤：そうです。主将のリーチ・マイケルが一人ひとりにパズルを渡して、「試合の前日までにパズルを埋めてください」と言って、前日のミーティングでいつも埋めました。ですが、それはそこにあるパズルのピースだけではなくて、もっと多くの人たちがチームに関わってひとつのパズルが完成する、という意図があったのかなと思うのです。

想定内で想定外だった スコットランド戦

大関：そして南アフリカ戦に臨んで、歴史的な勝利につながりました。しかし次のスコットランド戦までの日程がタイトでしたね。短期決戦で強豪チームと連続して対戦するスケジュールでは、選手の疲労も大きく調整が難しかったでしょうか。

高澤：はい。ですが、組み合わせが決まった時点から、中３日を想定したスケジュールを何度もリハーサルしていましたし、ワールドカップの１カ月前にも同じようなスケジューリングで練習と試合をやりました。ですので、想定したとおりでした。エディー HC は、ほとんど同じ時間帯でタイムスケジュールを組み、実際に中３日で動いていました。ただひとつ違うことがありました。それは、トレーナーの井澤さんが言ったのですが、南アフリカに勝つための準備をずっとやり続けたけど、勝った後の準備をしていなかったと。

大関：勝った後というのはどういうことですか。

高澤：翌日からスケジュールどおり動くのですが、携帯電話にはたくさん祝福のメールが来るし、食事会場での会話は前日の試合の話になります。移動中でもずっとそういう感じでした。ですから頭のなかの切り替えが完全にできたのは２日目でした。その翌日はゲームリハーサル。そこではスコットランド戦に集中していましたが、次への準備という意味では、少しチームのスタートが遅れたという印象は、スタッフはみんなもっています。

大関：身体のリハーサルはしていたけれども、歴史的な勝利に対するさまざまな反響までは想定しきれていなかったということですね。

高澤：はい、そこまでは想定していませんでした。

ラグビーワールドカップ 2019、日本大会への準備

大関：スコットランドには敗れましたが、サモア、アメリカと身体の大きな選手が多い強豪チームとの対戦は続きます。選手の身体的なダメージはとしてはいかがでしたか？

高澤：サモア戦までの間は逆に９日間空いたので、選手のコントロールは非常にしやすかったと思います。ただ、その後、何人かの選手に少しマッスルダメージのケアが出たので、そこは練習量などを、トレーナーとストレングスコーチとコーチ陣が毎日ディスカッションして決めていました。あくまでもターゲットはサモア戦でベストパフォーマンスを出せるように調整することです。そこにドクターのケガの診断などが少し入りますが、その対応としてはストレングスコーチとトレーナーが、非常にいい仕事をしたと思います。

大関：ワールドカップ中の現地の医療機関との連携はいかがでしたか。

高澤：「ワールドラグビー」（世界のラグビーの統括団体）が、今回のワールドカップをしっかりと準備をしてくれており、医療機関を探して受診することに関しては、比較的スムーズにいったと思います。ですから普段の遠征に比べればかなり楽でした。ワールドカップということもあったのと、やはり日本が南アフリカに勝ったので、どこの病院に行っても「よくやった！」という風に好意的でした。

大関：2019 年は日本でラグビーワールドカップが開催されます。今度は日本がホスト国になりますが、メディカル体制の構築は進んでいるのでしょうか？

高澤：そうですね。今はまだ準備段階だと思います。

大関：順天堂大学病院にはサッカー代表のチームドクターを務められている池田浩先生もおられます。ひとつの大学の整形外科に、ラグビー代表ドクターとサッカー代表ドクターがおられます。お互いに、情報交換や相談などすることはありますか？

高澤：はい、よく相談していました（笑）。いろんなことをサッカーから教わっています。実は私だけではなく、エディー HC も池田先生に何度も話を聞きにきました。サッカーのワールドカップのときの日本の選手のコンディショニングやスケジューリングのほか、選手の状態や疲労はどうだったか、など。エディー HC は厚いメモ帳を持って一生懸命話を聞いていました。日本人がワールドカップのような大舞台でどういう振る舞いをするのか、また疲労についてとても興味があったようで、詳しく聞いてメモを取っていました。

大関：そうですか。エディー HC は準備をすごくされていたのですね。

そして今、伝えたいこと

大関：2019年には日本でワールドカップもあり、今後ラグビー界が注目されると思いますが、保護者のなかには、ラグビーはちょっと危険だから、というイメージもあります。ラグビーの安全面を考えたときに、高澤先生が選手だったときと今とでは変わっていますか？

高澤：変わっていますね。それは危険だからその競技をやらないという発想ではなく、危険を伴う競技だからこそ、そこに携わる人たちがしっかりと準備と対応策を練って、その競技をしっかりと発展させていきましょう、というスタンスが最近は非常に強いです。だから、この競技に携わっているメディカルの人は、もっと安全対策を発展させていく必要があると思っており、もちろんそれは選手もコーチも同じです。そういう意味で、非常にいい方に進んでいることを実感しています。

大関：みんなでつくっていく、ということですね。メディカルだけでなく、選手も保護者も指導者も含めて。

高澤：そうです。危険だと言い始めたら、スポーツは何をやっても危険が伴うものです。ですから、リスクがあるからやめようではなく、そのリスクと向き合いながら競技を発展させていこうというのが、スポーツ医学の根元になる部分だと思っています。

大関：そうやってラグビーやスポーツ界全体が発展していけばいいですね。本日はどうもありがとうございました。

おおぜき・のぶたけ　1976年生まれ。兵庫県川西市出身。2002年3月 滋賀医科大学医学部医学科卒業。2014年3月 横浜市立大学大学院修了（医学博士）、2015年3月 より東京医科歯科大学再生医療研究センタープロジェクト助教。現在、東京医科歯科大学スポーツ医学診療センター、八王子スポーツ整形外科非常勤医師としても勤務。整形外科専門医、日本体育協会公認スポーツドクター。2015年12月「一般社団法人日本スポーツ医学検定機構」を設立し、代表理事を務める。また、自身も高校と大学でラグビー歴10年（CTB, SH）。関東学院大学ラグビー部チームドクターの経歴をもつ

スポーツ医学検定にチャレンジ！
―― 一般社団法人日本スポーツ医学検定機構

スポーツ医学検定は、一般の人を対象にした、身体のことやスポーツによるケガの知識を問う検定試験です。

第1回スポーツ医学検定（略称：スポ医検）

おかげさまで、第1回スポーツ医学検定はのべ650名の申し込みをいただき、申し込みを終了させていただきました。
今年度中に開催予定の第2回の詳細につきましては、改めてご案内申し上げます。
第1回検定にチャレンジするみなさん！
しっかり勉強して、合格目指して頑張ってください。

問い合わせ／一般社団法人日本スポーツ医学検定機構
https://spomed.or.jp/
https://www.facebook.com/spoiken.for.all.athletes/

『**スポーツ医学検定公式テキスト**』
東洋館出版より出版
Amazon、大手書店などで販売。
＊本テキストは2級と3級に対応しています。