

プロフェッショナル

[対談] 泉 重樹

法政大学スポーツ健康学部 スポーツ健康学科教授、ゴールボール日本代表男子チームトレーナー

ゴールボールとの接点

インタビュー：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)

泉先生（左）と大関先生

アスレティックトレーナーになるまで

大関：今回はゴールボール日本代表のメディカルサポートに携わっておられる泉先生にお話をうかがいます。よろしくお願いします。

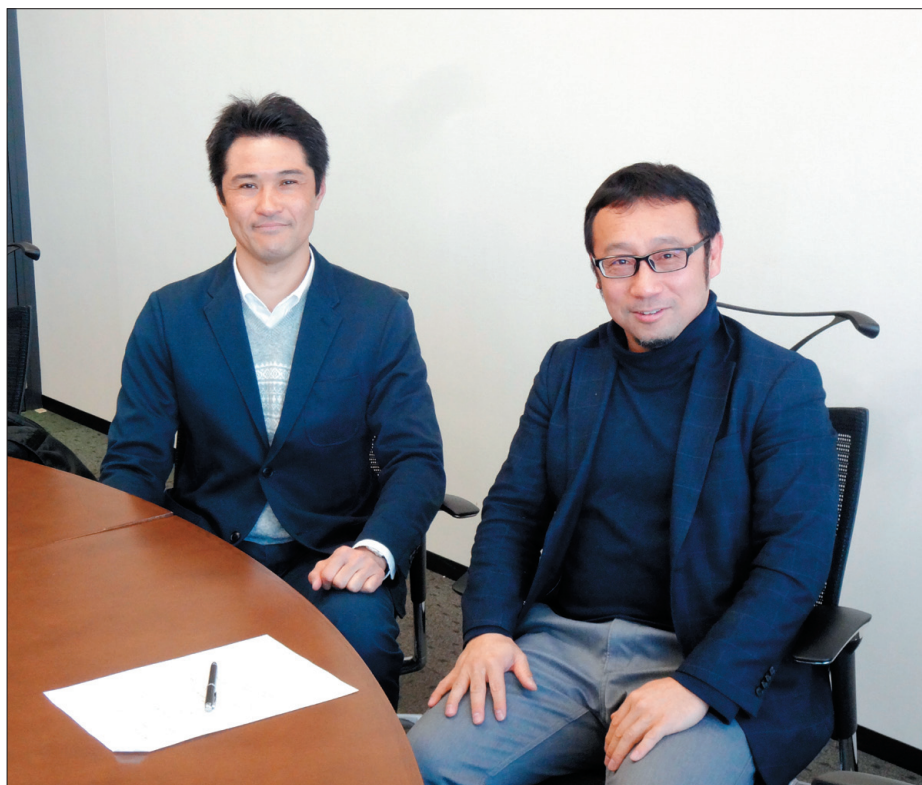
泉先生は現在、法政大学スポーツ健康学部におられますが、先生は研究も行っているのでしょうか。

泉：はい、私は博士課程まで主に筋電図や動作分析を使った「スポーツ動作における体幹の挙動」の研究を行い、現在も研究ベースとして続けています。ただ現在はアスレティックトレーナーの教育がメインになりますので、アスレティックトレーナーの教育に関する報告や法政大学の体育会における傷害予防に関する研究を行っています。なかでもメインになるのはフィールドの研究ですが、傷害を記録してインジャーリーダーを出すような研究をコツコツと続けております。

大関：先生ご自身もかなり立派な体格ですが、どのようなスポーツをやられていたのですか。

泉：小さい頃はいろいろなスポーツをやっていましたが、中学2年から近所のボクシングジムでボクシングをやっていました。ボクシングは中学2年から社会人になってからも続け、25歳までやっていました。法政大学が母校なのですが、体育会でもボクシング部に所属していました。

大関：なるほど。その頃からアスレッ



クトレーナーを目指していたのですか。

泉：私は、経営学部だったのですが、当時日体協アスレティックトレーナー制度ができたばかりの頃でした。トレーナーになりたいという夢があったので、卒業後は鍼灸マッサージの専門学校に行きました。それからトレーナーの活動を始めたのです。

現在の法政大学に務める前は、帝京平成大学で教鞭をとっており、そこではじめてアスレティックトレーナーの教育に関わることができました。そこからいろいろな人とのご縁もあり、日体協のアスレッ

泉 重樹（いずみ・しげき）

法政大学経営学部経営学科を卒業後、鍼灸マッサージ師を養成する専門学校へ。

鍼灸マッサージ師の国家資格を取得後、筑波大学理学療法科教員養成施設を卒業し盲学校などで鍼灸マッサージを教えることのできる教員免許を取得。その後、北海道高等盲学校に赴任。3年間の教員生活を経て、2004年筑波大学大学院修士課程体育研究科の修士課程に入学。2006年同大学院博士課程に進学し、並行して帝京平成大学などで専任講師として教鞭をとる。2008年法政大学現代福祉学部の専任講師となり、2009年法政大学スポーツ健康学部 専任講師。2012年法政大学 スポーツ研究センター 副所長、2013年法政大学スポーツ健康学部 准教授を経て、2017年4月現職。

盲学校特殊教科教諭免許（理療）、日本体育協会公認アスレティックトレーナー、NSCA Certified Strength & Conditioning Specialist、NASM Performance Enhancement Specialist

トレーナーの認定資格も取得しました。

ゴールボールとは

大関：ゴールボールを知らない読者の方もいると思いますので簡単に説明していただけますか。

泉：ゴールボールはもともと第二次世界大戦後に目に障害を負った傷病兵士たちのリハビリとして始まったものです。パラリンピックの大会では1972年ハイデルベルグ大会（当時西ドイツ）で公開競技となって1976年トロント大会（カナダ）で正式種目となっています。

パラリンピックは、多くのオリンピック種目がパラリンピック種目になっているのですが、ゴールボールに関しては視覚障がい者だけの競技ですので、オリンピックにも競技種目のない、パラリンピックだけの競技です。そういう意味では非常にユニークな団体競技です。

大関：1チームは何人で構成されるのですか。

泉：男子も女子も同様に1チーム3名でエントリーは6名です。3対3の対戦形式で前半12分、後半12分、ハーフタイム3分で戦います（延長は3分×2、ゴールデングォール形式）。

コートは縦9m×横18m（バレーボールのコートと同様）で、ゴールはコートの両サイドに幅9m×高さ1.3mのサッカーゴールのようなゴールポストがあります（写真1）。そこに1.25kgの鈴の入ったゴムボールの音を聞きながら投げ合って点数を競う競技です。ちなみに10点差がつくとコールドゲームとなります。

大関：視覚障害にも等級がありますが、参加資格はどのように決まっているのですか。

泉：基本的には視覚に障害があれば参加できます。選手は全員、目にガーゼを当てて、完全に見えないようにアイパッチし、その上からアイシェードというスキーマのゴーグルのような目隠しを着けます。これはまったく見えない状態になります。晴眼の方で

もゴーグルを着けてゴールボールを行うことができます。

大関：晴眼者も同じ条件になるので一緒にプレーできるということですね。

泉：パラリンピックや視覚障害の大会では参加できませんが、競技を楽しむことはできます。

大関：ポジションは決まっていますか。

泉：ポジションとしては、3名が横一列に並び、真ん中の選手を「センター」、左側の選手を「レフト」、右側の選手を「ライト」と呼びます。「ウィングプレイヤー」であるレフトとライトの選手はメインで攻撃をする役割です。センターは戦術や戦略、守備がメインとなります。守る陣地は3名で9mになるので、一人3mずつ守ればいいのですが、ボールは真ん中に来やすい傾向にあり、センターは相手がどこから投げってくるのか音を聞き分けてサーチをして、「左」「右」と指示を出しながらブロックします。ですからセンターは攻守の要です。ウィングの選手はゴールぎりぎりのコースをブロックすると同時に攻撃の要になります。

金メダルを獲得した女子チーム

大関：これまでの日本チームの成績はどうでしょうか。

泉：私は男子チームに帯同しておりますが、パラリンピックに出場したことはまだありません。リオ・パラリンピック大会のアジア予選も惜しいところまではいったのですが、残念ながら出場権は獲得できませんでした。アジアでは中国が非常に強く、なかなか勝てないのですが、2020年東京パラリンピックは開催国なので出場できます。今年6月に開催される世界選手権大会へ



写真1 ゴールボールのコート（「2018 Goalball Japan Mens Open」にて）

の出場が決まりましたので、その大会でちょっとした成績を残せるよう、ヘッドコーチを中心に強化が進められています。

また、女子チームがはじめてパラリンピックに参加したのが2004年アテネ大会でしたが、女子はパラリンピックには連続出場しており、ロンドン大会では金メダルを獲りました。しかし、次のリオ大会ではベスト8でした。

大関：主に練習はどこで行っているのですか？

泉：練習できる施設の数は少ないですが東京地区では筑波大附属盲学校、所沢にある国立障害者リハビリテーションセンター、茨城の筑波技術大学とかそういった盲学校に関連した視覚障がい者の集まるセンターなどの施設が練習の拠点になっていることが多いです。なかでも所沢国立障害者リハビリテーションセンターのある所沢市はパラリンピックに向けて練習拠点として練習場を提供してくれるということになっています。全国的にも京都や岐阜、福岡などそれぞれの地区の盲学校や障害者センターが中心となって拠点として合同で練習を行っています。

大関：ゴールボール以外にも視覚障がい者の方が行っている競技として、水泳、陸上、柔道、スキー、5人制サッカーなどがパラリンピックにありますね。

泉：はい、他にもさまざまな競技がありま



写真2 日本ゴールボール協会 HP (<http://www.jgba.jp/>)

す。「グランドソフトボール」という鈴が入ったボールをバットで打つという、視覚障がい者用のソフトボールや、「フロアーバレーボール」といってバレーボールの中に鈴が入っていて、ネットの下をくぐらせて行うバレーボールがあります。他に「サウンドテーブルテニス」といって卓球ボールの中に鈴が入っていて、卓球台の四方に枠をつくってその中で転がして卓球をやるというものもあります。

伝統的にそうした競技は視覚障がい者に広く行われています。ゴールボールは視覚障がい者スポーツとしては新しい種目になります。日本ゴールボール協会でも、もっとゴールボールを広めていきたいと考えていて、若い選手の発掘やゴールボールの普及を行っているところです（写真2）。

ゴールボールでのスポーツ外傷・障害

大関：ゴールボールではポジションによって発生するケガも異なりますね。

泉：攻撃では基本的には「グラウンダー」と言いますが、1.25kgのボールを地面に転がす動きがあります。世界レベルになると速くて強いボールを投げて来ます。そのためにはしっかり踏み込んでボールを強く転がすための筋力・スタミナが重要になります。

大関：ゴールボールで生じやすいケガや障害にはどのようなものがありますか。

泉：選手たちはボールを投げる（転がす）という動作が多いので指先には非常に気を配っています。ボールを転がしたときに地面に指が当たってのケガがありますし、繰り返し投げるのでテーピングを含めて指先のケ

アが大事です。

オーバーヘッドスポーツではないですが、ボールを強く投げるといって肩の障害や体幹を横に倒しながら投げるので腰の障害があります。右投げの選手では、左足でしっかり踏み込んで、右足で蹴るフォームになりますので左右の使い方が違ってきます。踏み込み足である左足では殿部や内転筋の張りが出てきますし、後ろ足だと下腿の張りがみられます。

大関：1.25kgものボールを何度も投げるのですから、股関節や腰椎の障害も生じやすいでしょうね。投げる練習も数多く行いますよね。

泉：必然的に投げ込み練習は多くなりますね。視覚を奪われた状態でコースに投げ分ける技術が要求されるので、音をしっかりと聞き分けると同時に、自分の身体がどの位置やどの向きにあるのかを逐一確認しながら正確に投げ分ける技術やトレーニングが要求されます。

大関：ディフェンスで生じるケガや障害はありますか。

泉：ディフェンスは地面に寝て転がって来るボールを止めるということになります。ボールが身体にぶつかりますので結構痛いと思います。

大関：ボールは結構硬いですよね。

泉：はい。その硬いボールが身体に当た

りますので、顔に当たらないように横向きになって腕で顔を隠す姿勢でブロックします。それでも顔に当たることがあります。

今年1月7日～8日に「2018 Goalball Japan Men's Open」という大会が千葉県佐倉市民体育館で開催されたのですが、その大会でも日本選手で顔面にボールが当たって鼻血が出るケガがありました。打撲で多い部位もやはり指ですね。指にスピードボールが当たって痛めることが多いです。

大関：プロテクターは着けるのでしょうか。

泉：男子選手では股間にプロテクターをしており、他の部位にも着けている選手はいますが、基本的に着けない選手のほうが多いですね。首の下から体幹前面を覆い隠すようなプロテクターもあり、その上にユニフォームを着る選手もいますが、動きが制限されてしまいますし、暑くなるので敬遠する選手が多いのかもしれない。

視覚障害のある選手とのコミュニケーション

大関：視覚障害のある選手とコミュニケーションとすることで気をつけていることはありますか。

泉：私のキャリアのスタートが盲学校の教員で、鍼灸マッサージを教える過程で3年間教員を行っていました。そうした経験もありパラスポーツに関わりたと思っています。その頃から心がけていましたが、見えていれば何も言わなくても相手の動きはわかるのですが、見えない・見えにくい方たちは足音で誰が来ているか判別できることもあります。できるだけ積極的に声を出すようにしています。「おはよう」「こんにちは」の挨拶だけではなく、誰に向かって話をしているのかわかるように、必ず相手の名前を言ってから挨拶や話を始めるようにしています。これは非常に重要なポイントだと思います。

大関：実際に選手のケアをする場合も同じですね。

泉：そうです。ばやっと見えている選手に

は、新しい動きやトレーニングを見せてやらせますが、全盲に近い選手ですと動きを実際にやらせてみながら「ここでこういうふうになったときに力が入るから、こういう姿勢をとるんだよ」と丁寧に教える必要があります。そういうところに丁寧にしっかり時間をかけるということはこの競技のみでなく、視覚障がい者競技においては肝だと思っています。

2020 に向けた メディカル体制について

大関：2020 年パラリンピックが東京で開催されますが、メディカル面で今後改善していきたいと思っていることを教えてください。

泉：現在、男子チームは3名のトレーナーで関わっています。これまで月1回合宿を行って来て、次年度はさらに回数が増えることになっています。代表チームとして集まって練習ができる時間は限られていますので、そこでは選手に話を聞いて、この1カ月はどうだったかなどメディカルの対応として話を聞くことができますが、普段の練習のときにどのような練習を行っているのか、とくにメディカルの面ではオーバーユースや急性のケガなど身体の何らかの不調をどのようにモニターしていくかが一番難しいと感じています。

大関：視覚障害という点では眼科ドクターの関わりもありますよね。

泉：おっしゃるとおり、視覚障害のスポーツなので見えにくさによってクラス分けが必要になってきますが、その専門的なクラス分けに関わるドクターに眼科医が多いので、必然と眼科医と関わる機会は多いです。ただし、そうした先生方とのコンタクトは協会本体のほうが行っていることが多いようです。

トレーナーの立場から言うとオーバーユースが多い競技なので、整形外科のドクターとどのようにコンタクトしていくかが課題です。視覚障がい者は行動や移動が制

限されてしまうので、「この病院の先生に診てもらいたいよ」と薦めても、とくに地方の場合はなかなか一人で行きにくいという現状もあり、選手が「大丈夫です」と我慢してしまいがちです。そういう課題はあると思います。

視覚障がい者の社会参加

大関：2020 年も近づいてきましたが、取り巻く環境は変わってきていますか。

泉：そうですね、東京オリンピック・パラリンピックが開催されるということもあって、ゴールボールを中心にやっていきたいという選手たちに支援をしてくれるスポンサーが増えています。パラリンピアンたちが競技しやすい環境になってきているということは実感します。

大関：ゴールボールを知らないという方へメッセージはありますか。

泉：実際に見る機会は少ないと思いますが、ゴールボールに限らずパラスポーツ全体が広まって欲しいと思っています。Facebook やインターネットなどで、日本ゴールボール協会でも大会情報を発信しており、是非、生の試合を見ていただきたいです。

女子はパラリンピックでもメダルを獲得しており、メディアに出る機会も多いですが、男子はスピードとパワーが全面に出て、実際にご覧になると驚かれると思います。また、ルールは非常にシンプルですが、技術や戦術も奥深いのでどうやって点が入るのかということまで見ていただきたいです。

大関：視覚障がい者の方の社会参加についてはどうでしょうか。

泉：視覚障がい者の数自体は減ってきているのですが、それでも糖尿病や網膜色素変性症や遺伝や生活習慣によって視覚障害になってしまう方はいらっしゃいます。日本の場合、視覚障がい者の社会参加というと、伝統的に鍼灸マッサージということになります。それはそれでいいことだと思いますが、それ以外の選択肢はまだ難しいところ

です。視覚障がい者の皆さんがどのように社会に参加していくのかは課題として、晴眼者と同じように働ける環境が広がっていくことを期待しています。

大関：最後に今後の抱負をお願いします。

泉：私はゴールボールのトレーナーをやっておりますが、大学ではアスレティックトレーナーや学生トレーナーの教育に携わっています。その立場から言うと、ケガを予防してサポートするスタッフを目指す若者たちが、あらゆるスポーツ現場で活躍できる環境づくりが大事だと思います。

さらに多くの方々にスポーツ参加を促せて、ハッピーなスポーツライフを送れるという環境を2020年までのレガシーにする必要あるだろうと考えています。オリンピック・パラリンピックを成功させるのはもちろんですが、子どもから高齢者までスポーツを安全に誰でも参加できるような環境になればと思っています。

大関：そうなるといいですね。今日はどうもありがとうございました。

スポーツ医学検定のお知らせ



第3回：2018年5月20日（日）開催

* 詳細および申し込み方法はホームページで参照ください。

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/>

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。日本障がい者スポーツ協会公認障がい者スポーツ医。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。