

令和6年度 スポーツ指導者海外研修事業 帰国者報告書

2024



スポーツ指導者海外研修事業 令和6年度帰国者報告書目次

令和4年度長期派遣（2年）

青木 晋平（バレーボール／ビーチバレーボール）	3
海老沼 匡（柔道）	19
忽那 静香（トライアスロン）	41

○令和4年度 長期派遣（2年）3名

競技団体		(フリガナ) 氏 名	研修項目	研修先	研修時期
1	バレーボール (ビーチバレーボール)	アオキ シンペイ 青木 晋平	• NFとクラブチームとの連携、という視点から、強化、育成、普及の関係性を研究 • EURO内での各国連携による、パリ五輪に向けた強化策の研究	スロベニア (リュブリャナ)	令和4年8月7日～ 令和6年8月6日
2	柔道	エビヌマ マサシ 海老沼 匡	• 指導者研修	イギリス (ウェールズ) イギリス (キャンバリー)	令和4年4月15日～ 令和5年3月12日 令和5年3月13日～ 令和6年4月13日 ※研修受入先の組織改編に伴い、研修拠点変更。
3	トライアスロン	クツナ シズカ 忽那 静香	• アメリカ合衆国におけるジュニア育成プログラムと、タレントIDシステムを学ぶ	アメリカ合衆国 (アリゾナ州)	令和5年1月10日～ 令和6年12月11日

研修員報告

〈バレーボール(ビーチバレーボール) 青木 晋平〉



令和4年度・長期派遣(バレーボール／ビーチバレーボール)

I. 研修題目

- NFとクラブチームとの連携、という視点から、強化、育成、普及の関係性を研究
 - ・フィロソフィーに基づいたアスリートキャリアパスウェイの調査、考察
 - ・各カテゴリでのコーチング、人材配置及び連携の調査、考察
- EURO内での各国連携による、パリオリンピックに向けた強化策の研究
 - ・強化合宿、強化練習会、大会等、EURO単位での各国の横連携の調査、考察

II. 研修期間

2022年8月7日～2024年8月6日

III. 研修地及び日程

(1) 主な研修先

Slovenia/Ljubljana Ludus Beach Park Ljubljana

(2) 受入関係者

Tomislav Šmuc (ヨーロッパビーチバレーボール委員会副委員長)

Tine Sattler (スロベニア男女ナショナルチームヘッドコーチ)

(3) 研修日程

①通常研修

- 1) Ludus Beach Park Ljubljanaが運営するアカデミーコーチとして活動
- 2) スロベニアナショナルチーム活動期にアシスタントコーチとして活動
- 3) Ljubljana市のスポーツ育成事業にてコーチとして活動

②特別研修

- 1) 2022/08/17-18 ヨーロッパ選手権視察
- 2) 2022/08/26-31 バレーボール世界選手権視察
- 3) 2022/09/26-10/01 ELITE16 Pari大会帯同
- 4) 2023/03/17-19 MEVZA Club選手権帯同
- 5) 2023/04/28-30 Ljubljana大学ビーチバレーボールコーチング集中授業視察
- 6) 2023/07/10-15 CHALLENGE Espinho大会帯同
- 7) 2023/07/27-29 MEVZA Championship視察
- 8) 2023/08/02-05 ヨーロッパ選手権帯同
- 9) 2024/07/01-06 SloBeachCamp主催のSummer camp視察

Ⅳ. 研修概要

(1) 研修題目の細目

- ①ヨーロッパの構成
- ②中央ヨーロッパにおけるクラブチームの状況とクラブチーム間の連携
- ③パリオリンピックに向けた各国連携
- ④ビーチバレーボールにおけるピリオダイゼーション
- ⑤ヨーロッパにおけるビーチバレーボールの位置付けと展望

(2) 研修方法

Ludus Beach Park Ljubljanaにて

- ・ナショナルチームのコーチとして各国の連携を考察する
- ・アカデミーのコーチとしてクラブチームの運営状況と実態を知る
- ・スポーツ強化事業のコーチとしてカテゴリ別の強化方法を学ぶ

(3) 研修報告

①ヨーロッパの構成

スロベニアはヨーロッパの中央に位置し、CEV（ヨーロッパバレーボール連盟）の所属的にはMEVZA（中央ヨーロッパバレーボール連盟）に在籍している。左にイタリア、上にオーストリア、右にクロアチアという、旧ユーゴスラビアの色を残しつつも、オーストリア帝国の影響も大きく受けている様子を感じられる、バランスの取れた国である。

恥ずかしながら、スロベニアに来て、クラブの活動に関わっていく中で、ヨーロッパのビーチバレーボール連盟が6つ（重複あり）に分かれていることを初めて知った。先述した通り、スロベニアが在籍するMEVZAの他、WEVZA（西ヨーロッパバレーボール連盟）、NEVZA（北ヨーロッパバレーボール連盟）、EEVZA（東ヨーロッパバレーボール連盟）BVA（バルカンバレーボール連盟）、SCA（小国連盟）の6つから構成されている。勿論、バレーボールも含めてである。

それぞれの連盟毎に委員会設置され、強化、育成など様々な活動を行っている。その中で、シニア、アンダーカテゴリの大会が行われ、ヨーロッパ選手権、世界選手権へと繋がっていく構造となっているので、同じ連盟に所属している国、NF、選手、スタッフは自然と近い関係になり、連携が自然とできている印象であった。各国でのオーガナイズ、6連盟でのオーガナイズ、ヨーロッパ全体でのオーガナイズが存在し、実戦する機会が非常に多いことで、各国のPDCAが他の大陸よりも早く回っていると推測される。強化の観点から言えば、PDCAを早く回さなければ、置いていかれてしまう、という状況になっている。つまり、全体性の中でも独自性を明確に打ち出していかなければ、取り残されることを意味している。

別途、日本におけるアジア大会に位置する大会として、メディテラニアンゲームスが存在し、これは地中海沿岸の国による大会で、各オリンピック委員会が管理していた。

各連盟と所属国（下線＝オリンピック参加経験国、二重下線＝オリンピックメダル獲得国）

- MEVZA（中央ヨーロッパバレーボール連盟）
スロベニア/スロバキア/ルクセンブルク/チェコ/ハンガリー/クロアチア/キプロス/イスラエル/オーストリア
- WEVZA（西ヨーロッパバレーボール連盟）
ベルギー/フランス/ドイツ/イタリア/ポルトガル/スペイン/スイス/オランダ
- NEVZA（北ヨーロッパバレーボール連盟）
デンマーク/イングランド/フェロー諸島/フィンランド/グリーンランド/アイスランド/アイルランド/ノルウェー/スウェーデン
- EEVZA（東ヨーロッパバレーボール連盟）
グルジア/ラトビア/ポーランド/リトアニア/エストニア/アゼルバイジャン/ベラルーシ/ロシア/ウクライナ/アルメニア
- BVA（バルカンバレーボール連盟）
アルバニア/ボスニアヘルツェゴビナ/ブルガリア/ギリシャ/コソボ/モルドバ/モンテネグロ/マケドニア/ルーマニア/セルビア/トルコ
- SCA（小国連盟）
アンドラ/フェロー諸島/ジブラルタル/グリーンランド/アイスランド/アイルランド/リヒテンシュタイン/マルタ/モナコ/北アイルランド/サンマリノ/スコットランド/ウェールズ

②中央ヨーロッパにおけるクラブチームの状況とクラブチーム間の連携

日本にはビーチバレーボールのクラブチームがほとんど存在していない。存在していたとしても、ヨーロッパのクラブとは意味合いが異なり、あくまで個人の集合体という意味合いが強い。一方ヨーロッパでは、多くのビーチバレーボールクラブがあり、強豪国に入るか入らないかという国が多く存在するMEVZA内にも、多数存在していた。スポーツ文化とクラブ文化が、イコールになっていると感じるほど、ヨーロッパでは当たり前のことなのかもしれないが、ビーチバレーボールクラブの多さと、それが社会に根付き、生活の一部としての地位を確立していることに大きな衝撃を受けた。クラブのコーチはプロフェッショナルとしてリスペクトされており、それがまたモチベーションとなり、コーチのクオリティ、組織の運営力を高めているように感じた。またまた、恥ずかしながら、こんなにも多くのビーチバレーボールクラブが存在していることを初めて知った。

日本とヨーロッパの大きな違い、文化的な違いとも言えるかもしれないが、ビーチバレーボールにおいては、大きな差、と表現したい。大きな驚きと共に、あまりに大きな差に愕然とした記憶が簡単に蘇ってくるほど鮮烈であった。

ここではスロベニアが在籍しているMEVZAについて、特にスロベニア、オーストリア、ハンガリーについて言及していく。

〈MEVZAの活動〉

MEVZAでは、MEVZAクラブ選手権とMEVZA選手権が年に1回開催され、オープン大会、U16、U18、U20、U22の大会はそれぞれ、年に複数回開催されていた。この中で、MEVZAクラブ選手権という、クラブ対抗戦が存在することに驚いた。ビーチバレーボールと言えば、国単位、チーム単位の大会が主であったが、ヨーロッパ、とりわけMEVZAではクラブ単位での大会が開催され、盛り上がりを見せていた。

〈U16、U18、U20、U22〉

アンダーカテゴリーの世界大会は、U17、U19、U21、U23、に年齢区分されているが、ヨーロッパでは、それぞれマイナス1年の年齢区分を採用している。つまり、前年度大会の成績上位者から翌年の世界選手権への出場権を得る、という形である。メリットとデメリットが混在しているように見えるが、そんなことは承知の上、大会に向け、1年の準備期間を作るという、ヨーロッパのビーチバレーボールが進むべき道を示している。他の大陸の一步先を見据え、実行動に移しているように感じている。

MEVZAもCEVの年齢区分に則って、大会開催、強化、育成に取り組んでいる。中でもスロベニアはアンダーエイジ全体の大会開催数はMEVZAの中で最も多く開催しており、どこに注力していくのか、という方針が明確になっていた。

〈スロベニアでのアンダーカテゴリーの練習〉

練習というよりも、大会数が多く、試合経験を多く積ませている、という印象が強い。大会に向けた練習計画を作成、実行していくことで、大会でのパフォーマンス、結果を出すことが、最重要である、ということを自然に理解することになる。

大会が長期間行われない際の練習は、単独スキルのドリルではなく、対人形式で向上させたいスキルを狙い、実際の試合で起こりうる動作や状況の中で、常に行われていた。その中でも、要素が分解され、再構築されていく段階的なメニューは、選手時代、単独スキルの練習に没頭していた私には目から鱗であった。ヘッドコーチと話しをしてみると、ある程度の練習メニューは考えているが、重要なのは、その練習のゴール設定と、選手の理解を促すことにあり、それはゲーム性の理解やスキルの向上、発揮はもちろん、お互いを高め合うと同時に信頼を構築する一助となることを、強く感じた。その日、その日の選手たちの実際の状況に鑑みて、練習メニューや対話の雰囲気、内容を柔軟に変え、双方向のコミュニケーションになる日もあれば、一方通行になる日もあった。

何より重要なことは楽しむことにある。そして、何を楽しむのか、何に楽しさを見出すかを個々に見つけさせることにある。アンダーカテゴリーへの、その機会の多さとアイデアの多さは見習わなければならないだろう。そもそもの価値観や考え方に変化が必要だと感じている。最終的には人と人であり、人を敬うことが、自分を活かすことなのだと。

また、スロベニアではアンダーカテゴリーの練習会や大会に向けての強化練習に、

大学でコーチングを学んでいる学生が参加し、実際のコーチングを見て学びながら、学生自身も積極的にアンダーカテゴリーの選手たちとコミュニケーションを取りながら、コーチングをしていた。

ビーチバレーボールを実施する授業は、少数だが、日本でも行われている。しかし、ビーチバレーボールのコーチングを大学の授業の一環として実施していることは、世界的にも聞いたことが無く、衝撃的であった。話は少し脱線するが、ここで、リュブリャナ大学スポーツ学部が実施している、ビーチバレーボールのコーチングクラスを少し紹介したい。



ポルトロシュでの模擬研修

ビーチバレーボールのコーチングクラスは座学と模擬研修に分かれており、大学構内で行われる座学では、ビーチバレーボールの構造論とゲーム理論を学習し、模擬研修はポルトロシュという、リュブリャナから車で1時間ほどの沿岸部にて1週間集中的に行われ、生徒が交代制でコーチ役になり、設定された人数、年代、スキルレベルを加味し、ウォーミングアップからクールダウンまでを考え実行していた。

生徒達はビーチバレーボールのみならず、バレーボールの初心者が大半であったが、座学で得た知識をフル活用し、様々なメニューを考え、作成していたことに、とても驚かされた。ウォームアップから始まり、各スキルのドリル、ミニゲーム、などなど、練習の目的、ゴール設定から逆算し、時間配分にも気を付けながら、1回の練習を構築していた。自分自身、知識としてはあるものの、それを土台に状況に合わせてアレンジして練習を構築している中で、基礎の基礎、という部分が少し薄くなってしまっていたように感じ、土台の大切さを学んだ。原理原則、構造、ゲーム理論、を把握すれば、誰でもここまではできるということで、誰でもできることだからこそ重要であり、オリジナリティを産み出す母となる。と、生徒へのフィードバックの際に2名の教授が言っていた。

とても印象的だった。生徒へのフィードバックは問答形式で行われ、内容、量、時間配分、声かけ、安全への配慮、などなど、様々な観点から質問がなされ、生徒が誰でも回答できる、という形であった。

情けない話かもしれないが、私が生徒役として参加したら、と考えた時に、果たして学生よりも優れたプログラムを提供できたのだろうか、と自分自身に問いかけてしまったほどに、よく考えられていたと思う。

このように、大学でビーチバレーボールのコーチングを学び、卒業後も選手として活動をしようとしている選手、もしくは在学中に活動をしている選手が、アンダーカテゴリーの強化練習やキャンプを手伝う仕組みになっている。

〈MEVZAクラブ選手権のシステム〉

・大会形式

4チームもしくは3チームのグループ戦を行った後、上位2チームが準々決勝に進む。その後はシングルトーナメントで敗退したクラブから終了となる。

・試合形式

Aクラブ 対 Bクラブの場合

必ず2チーム対2チームの構図となる（=A1対B1、A2対B2）。

2勝0敗となった場合は、その時点で勝敗が決するが、1勝1敗となった場合は、既に試合を行った4名の内、試合でペアとして参加していないペアで、ゴールデンマッチを行う（=A1、A2、B1、B2は不可）。つまり1チームのみ強いペアがいたとしても、1勝1敗になった場合は、そのペアで試合に出られないことから、クラブとしては早期敗退も考えられるというシステムで、クラブ対抗戦という総力戦に相応しいシステムになっている。

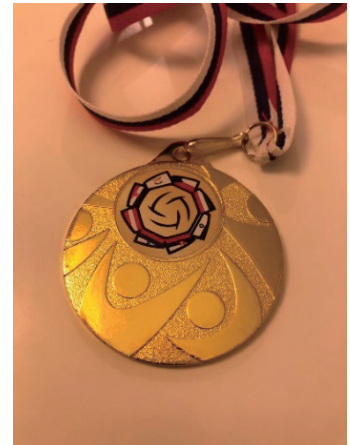
この大会システムは通常の各チーム単位の試合に比べると、エンターテインメント性が強く、ゴールデンマッチは観客も興奮していた。

〈2023MEVZAクラブ女子選手権〉

Ljubljanaで開催されたこともあり、Ludus Beach Park Ljubljanaヘッドコーチとして大会に参加させていただいた。選手は全員大学生だが、既にビーチバレーボールのキャリアは長く、全員が小学生年代からバレーボールと共に、ビーチバレーボールに接しているメンバー構成となった。

予選グループでは、オーストリア、チェコ、ハンガリーのクラブチームと同グループになり、オーストリアに敗れ、2位通過となったが、最終的に決勝でリベンジを果たし、優勝という最高の結果を収めることができた。

そして、コーチを始めてから初めてメダルを貰ったと思う。コーチとしてメダルを貰うという経験が無かったため、驚きと嬉しさと同時に、コーチという立場、役割がリスペクトされていると感じ、コーチとしての自分を少し誇らしく思えた瞬間でもあった。



〈クラブ間連携〉

年に数回、スロベニアのコーチがオーストリアのクラブやクロアチアのキャンプのコーチをしていた。また、その逆も見られた。

キャンプの対象は小学生～成人と幅広く、お互いに知識、知恵を共有しながら、柔軟に対応していた様子を見て、文化と教育の違いに触れながら、このように育んでいくもの、育まれていくものなのだなと感じた。

また、Ludus Beach Park Ljubljanaでは、年間を通して、Ludus Beach Ligaを毎週末開催し、男子はディヴィジョン1～6まで、女子はディヴィジョン1～3

まであり、上位と下位を入れ替え、年間チャンピオンを決めていた。このLudus Beach Ligaにはクロアチア、セルビア、などの他クラブからも選手が参加していた。

運営面での連携は見られず、選手、コーチ、スタッフなどの人材交流は、想像以上に活発であった。

Ludus Beach Liga

〈クラブの状況〉

MEVZA全体で見ると、バレーボールクラブとビーチバレーボールクラブが併設されているのが半分半分ほどで、ビーチバレーボール単独のクラブはオーストリア、チェコ、スロベニアに見られた。スロベニア、オーストリア、ハンガリーについて言及していく。

・スロベニア

バレーボールクラブとビーチバレーボールクラブが分かれていることが多く、その両方のクラブに所属登録を行う形で管理されていた。どちらが裁量を持っているかと言えば、バレーボールクラブになり、その理由は単純にサラリーの大きさと契約内容に依る。バレーボールクラブに所属している選手は高校生年代からサラリーをもらうプロ選手も出てきているが、多くは大学生になるタイミングでスロベニアリーグディビジョン1に在籍するクラブに所属することになる。

そして、大学卒業後、もしくは在籍中に、ビーチバレーボール専門になるかどうかの判断を、選手自身が行い、ビーチバレーボールクラブに所属し多少のサラリーを受取りながら、クラブのアカデミー事業等の仕事も請け負いつつ、スポンサー獲得や、国や市の支援を受け、競技を継続していく。この、ビーチバレーボールクラブのアカデミー事業のアカデミー生は、200名近くおり、事業としても成立していて、ファンの獲得にも役立っている。競技を継続している選手にとっては、生計を立てる大きな一助になっており、更にアカデミー生の中から、パトロン的に遠征費などの援助を申し出てくる人もいた。構造的に素晴らしい循環が生れているなど体感できて、ビーチバレーボールの持つ力を再認識すると共に、日本に置き換えた時



アカデミーコーチのTadej氏とAnja氏



アカデミーの様子



サマーキャンプの様子

に、どのように行動すべきなのか、深く考えさせられることになった。

スロベニアにおいて、バレーボールクラブとの契約は、シーズンの契約になるので、6月～8月中旬まではフリーの期間になることから、ビーチバレーボールを行い、大会に参加する選手も多く見られる。世界的に見ても、バレーボールとビーチバレーボールの距離が近い国であると言える。日本に置き換えると、SVリーグ（旧Vリーグ）に所属している選手が、ビーチバレーボールに数週間取り組むことは非常に稀であり、近年では例がない。

また、ほぼ全てのバレーボールクラブは夏のホリデーシーズンになると、子供向けにビーチバレーボールを主としたサマーキャンプを実施している。日本人の感覚として、金額は高い設定だと感じたが、子供を丸一日預かってもらえること、内容を考えると、適正価格であると考えに至った。実際、サマーキャンプは子供たちで溢れ、とても賑わっていた。ビーチバレーボール選手は、こういった各バレーボールクラブ運営のサマーキャンプ経験者が多く、サマーキャンプ運営を手伝い、対価を得ていた。

サマーキャンプは日帰りと宿泊の2タイプに分かれ、どちらも毎日ビーチバレーボールの練習を行いながら、その他、様々なアクティビティがプラスされていた。夏の思い出として大人になっても刻み込まれる体験になっているのだろうと推測できる。このサマーキャンプがビーチバレーボール競技との初めての接触となる子供も多く、ビーチバレーボールを介したコミュニティの形成とコミュニケーションの発生により、分母の拡大とファン獲得に好影響を与えていることは言うまでもない。

このことから、バレーボールとビーチバレーボールがアンダーカテゴリから共存していることが窺える。アンダーカテゴリのバレーボール代表選手が、ビーチバ

レーボールの代表選手として、ヨーロッパ選手権等に参加していることから、距離の近さを感じる。

更に、複数のバレーボール男子スロベニア代表選手が自身のビーチバレーボールサマーキャンプを実施していた。話を聞いてみると、選手自身がビーチバレーボールのサマーキャンプに毎年参加していた経験があり、子供たちに経験させたい、という、至ってシンプルな理由であった。

バレーボールではなく、ビーチバレーボールがサマーキャンプには適していると判断しているのだろう。

・オーストリア

オーストリアには中規模以上の都市に一つ以上ビーチバレーボールクラブが存在しており、確認できただけでも、50を超えるクラブチームが存在していた。中でも、首都ウィーン、毎年大会を開催しているクラゲンフルト付近には数多くのクラブが存在していた。

オーストリアのトップチームになると在籍しているクラブの活動と、ナショナルチームでの活動がおおよそ半々となり、スタッフ同士、スタッフと選手がコミュニケーションを取り、スケジュールを分け、活動していた。

スロベニアと同様に、アカデミーやキャンプを実施しており、こちらも事業として収益化されていた。

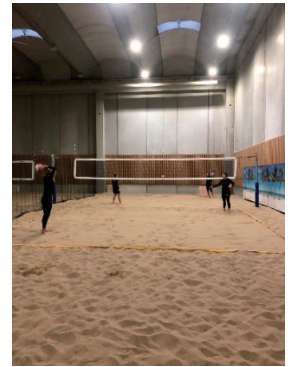
また、オーストリアではビーチバレーボールのトップ選手は知名度も高く、広告にも使用されるほど注目されている。



2023ウィーンヨーロッパ選手権

・ハンガリー

インドアクラブと併設されているクラブが主で、インドアのクラブの練習の一環としてビーチバレーボールを行いながら、その中でビーチバレーボールに高い適正を示した選手をビーチバレーボール専門の選手として選出



ハンガリークラブチームとの合同練習

し、強化、育成していく方策を取っていた。ビーチバレーボール専門の選手に選出されると、国から支援を受けているクラブから、コーチ、トレーナー、住居、食事、賃金が与えられ、研鑽に集中する環境が整えられる。

また、ルーマニアなど近隣国から、二重国籍を持つ選手が流入しており、オリンピックを狙えるレベルと判断した時点で、長期的な契約に変更し、国籍をハンガリーに決めてもらうと話していた。

ハンガリーのクラブとLudusは定期的に合同練習を行っており、親交を深めながら、お互いに強化策を話し合い、改善に取り組んでいた。

ハンガリーはまだ強豪国とは言えないが、上記のように、既に二重国籍の選手を2名獲得しており、専属のコーチと共に、合同練習に参加していた。2名とも、20代前半で、フィジカルが強く、ポテンシャルを秘めた選手であった。今後の強化次第では、次のオリンピックレースに絡んでくる可能性があると感じたほどであった。

〈CEVクラブ選手権〉

2023年にトルコでCEVクラブ選手権が初めて開催された。本研修で受け入れていただいた、Tomi氏が大会の仕掛け人で、運営責任者となり、大会を管理していた。

参加クラブは下記、男女各10チームであった。

男子

- ・BEACH VOLLEY TRAINING BEINASCO（イタリア）
- ・ABC WORTHERSEE（オーストリア）
- ・Beachbol La Malva VALENCIA（スペイン）
- ・Kartal Anadolu Spor Kulubu ISTANBUL（トルコ）
- ・Murov BAKU（アゼルバイジャン）
- ・Beach Club STRAHOV（チェコ）
- ・MONTPELLIER Beach Volley（フランス）
- ・TVF Spor Lisesi Voleybol Ihtisas Kulubu ANKARA（トルコ）
- ・SRSE BUDAPEST（ハンガリー）
- ・Ludus LJUBLJANA（スロベニア）

Pool A	Pool B
Beach Volley Training BEINASCO (ITA)	Telocvična Jednota Sokol BRNO (CZE)
RÉ Beach Club (FRA)	CV Majadahonda MADRID (ESP)
BERGSTRAND BV (AUT)	Ludus LJUBLJANA (SLO)
Altinyurt Spor Kulübü ISTANBUL (TUR)	BALIKESİR Büyükşehir Belediyespor Kulübü (TUR)
Azerrail BAKU (AZE)	ÉDRA TATA (HUN)

女子予選プール

Pool A	Pool B
Beach Volley Training BEINASCO (ITA)	Beach Club STRAHOV (CZE)
ABC WÖRTHSEE (AUT)	MONTPELLIER Beach Volley (FRA)
Beachbol La Malva VALENCIA (ESP)	TVF Spor Lisesi Voleybol Ihtisas Kulübü ANKARA (TUR)
Kartal Anadolu Spor Kulübü ISTANBUL (TUR)	SRSE BUDAPEST (HUN)
Murov BAKU (AZE)	Ludus LJUBLJANA (SLO)

男子予選プール

女子

- BEACH VOLLEY TRAINING BEINASCO（イタリア）
- RE Beach Club（フランス）
- BERGSTRAND BV（オーストリア）
- Altinyurt Spor Kulubu ISTANBUL（トルコ）
- Azerrail BAKU（アゼルバイジャン）
- Telocvicna Jednota Sokol BRNO（チェコ）
- CV Majadahonda MADRID（スペイン）
- Ludus LJUBLJANA（スロベニア）
- BALIKESİR Buyuksehir Belediyespor Kulubu（トルコ）
- EDRA TATA（ハンガリー）

MEVZA内だけで行われていたイベントが、ついにCEV全土に拡大された形で、大会形式もMEVZAの大会形式を踏襲していた。

男子においては、クロアチアの選手がスロベニアのLudusに加わり、大会に参加していた。さらに、ロシアの選手がアゼルバイジャンのクラブに加わるなど、多国籍のペアが見られた。

国としての強化活動、個々の強化活動、クラブの強化活動、様々な選択肢があり、少しの混乱の後、急速にプロ化が進行していく可能性があり、各分野のプロフェッショナルが求められるようになるだろう。



チームLudus Beach Park



写真中央、クロアチアのJosip選手

〈2024CEVクラブ選手権（フランス/モンペリエ）〉

2023年のCEVクラブ選手権の成功をきっかけに、参加希望クラブが増加した結果、各国で国の代表クラブを決める大会開催が義務付けられた。

2024年度は18カ国が参加予定で、各国のクラブ間で予選が行われている。

特にオーストリアの国内予選では男子48クラブ、女子30クラブが参加するほど、大規模な大会になっている。

今年参入した国は、アルメニア/クロアチア/キプロス/イングランド/ギリシャ/リトアニア/ルーマニア/スウェーデン/ウクライナの9カ国で、今後はクラブチームが多い、ドイツの参加が焦点となり、起爆剤となるだろう。

③パリオリンピックに向けた各国連携

・ビーチバレーボールは同国の選手同士でチームを組み、大会参加することが主であり、オリンピックランキングの対象となり、また主戦場となる賞金大会のプロツアーも、勿論、他国の選手と大会に参加することはできない。また、個々のチーム活動は、ナショナルチーム化されている国も見られるが、シニアに近づくほど、またランキングが高ければ高いほど、NFと連携を取りつつ、個別に活動しているチームが大多数である。

更に、ロンドンオリンピック以降、コンチネンタルカップ（＝各大陸予選）勝者がオリンピックの出場権を得るというシステムが導入され、各国の連携は鈍化していった。

こういった現状を踏まえつつ、様々な国、様々な人に話を聞いていると、NF間では分類された6つの連盟で連携を取っており、その他となると、連携と言えるほどのものではなく、多くは個別の活動の中での、連携となっていることが、判明した。選手間の連携、個別のコーチ間の連携が強いということである。

大きな部分を個に依存していることから、組織的な連携を取れば、一步先に行く可能性を秘めている、という解釈もできる。

シーズンイン直前には、選手間の連携、個別のコーチ間の連携により、ヨーロッパのトップチームが、スペイン領のテネリフェ島に集結し、合同で強化合宿を行っていた。以前から行われていたようだが、近年、テネリフェ島の一つの産業として成立するほどの規模感になっている。宿泊施設に専用のビーチバレーボールコートがあり、トレーニング施設、ジャグジー、ケアルーム、など、ビーチバレーボールの強化に必要と思われる全てを詰め込んだ施設も複数見られた。また砂場でウエイトトレーニングも可能となっていて、一般のゲストは、トレーニング期間、宿泊できないようになっていた。

勿論、ヨーロッパ以外のトップチームも見られたが、少数であった。

④ビーチバレーボールにおけるピリオダイゼーション

選手時代を含めて、今まで、ブラジル人コーチ、オーストラリア人コーチ、イタリア人コーチ、フランス人コーチに師事してきたが、ビーチバレーボールにおける、可視化されたピリオダイゼーションを見たことが無かった。ビーチバレーボールは特に、大会開催が不安定だったこともあり、流動的な部分が多く、スケジュール的にも臨機応変な対応が求められる中で、ピリオダイゼーションを構築することが困難であ

と思われていたことが大きな要因だと考えている。しかしながら、本研修で師事したTine Sattler氏は、その中でも明確なピリオダイゼーションを構築し、修正と改善を図っていた。

Tine氏はリュブリャナ大学スポーツ学部の教授であり、アカデミックにバレーボール、ビーチバレーボールを研究している人物である。ビーチバレーボールの歴史は浅く、近年、医科学的な側面からのアプローチは増えてきているものの、私自身は先進的な要素を感じる事がとても少なかったため、Tine氏の考える、目的からのピリオダイゼーションの組み方と、そのディテールはとても刺激的であった。ピリオダイゼーション、計画、PDCAといった言葉は耳にしていたし、自分なりの解釈もある程度には理解していたつもりだったが、とても浅はかだったと恥ずかしい気持ちである。やはり、自分の言葉にできて、文字に起こして、という作業を繰り返す中で、磨きがかかっていくもので、より鋭利になっていくのだと、自分の戒めとなった。

ここではTine氏の考えるビーチバレーボールのシニアにおけるピリオダイゼーションを取り上げる。

大会の優先順位

大会が多くある中で、大会ごとの重要度を定めていく。重要度が低いと判断されれば、時期的にスキップすることも検討される。

フィジカル

選手はまず、リュブリャナ大学にて、各種の体力的、機能的な測定を受け、メゾサイクルごとに、マイクロサイクルごとにターゲットとなる身体的な指標が提示される。これは年代毎に異なる設定があり、各マイクロサイクル終了時に見直されていく。また、マイクロサイクルごとに目安となるジャンプの回数、インテンシティ、アタック本数が決められていた。

シーズン

シーズンは移行期、準備期、大会準備期、大会期の大きく4期に分類され、更にその中でメゾサイクルに分類されていた。メゾサイクルでは、要素ごとに設定がなされ、目標となる大会に向かっていく。

メゾサイクル

どういう時期かを具体的に示し、1つの期間を4週間前後にしたもの。

ビーチバレーボールの場合は、毎週大会が入ってくる場合もあるので、このサイクルが繰り返されるケースが多く見られる。

また、各要素はメゾサイクルの期間ごとに目的やゴール設定が為されるので、1メゾサイクルが終わると、レビューした後、計画の修正、見直しが入る。

マイクロサイクル

メゾサイクルを更に細かくして、1つの期間を1週間にしたもの。

Tine氏は大きく4分類して、時期に合わせて設定していた。

- Fitness/Technic
- Technic/Fitness
- Tactic/Fitness
- Off

である。

何にフォーカスする時期なのかをより具体的に示し、怪我の予防も含め、身体と心の健康を保ちつつ、右肩上がりでシーズンが終わるように設計されていた。



【女子代表年間スケジュール】

[illegible]

【女子代表メゾサイクル+マイクロサイクル例】

MESOCYCLE 3									
Tjaša & Tajda									
SEASON 2023									
Tjaša & Tajda									
Period:									
Phase:									
Mesocycle:									
Microcycle:									
General preparation									
22-23									
Main training tasks, objectives and performance factors									
Technical:									
Advanced skills for setting									
Setting forward/side and backward after free ball, defense									
and reception (to target and player)									
Tactical:									
Freedom to use any setting in atypical situation									
Mental & Physical:									
Max strength, skill specific aerobic, agility									
Develop goals									
Week									
1 2 3 4 5 6 7									
Day									
MONDAY 29-mar.-23									
TUESDAY 30-mar.-23									
WEDNESDAY 31-mar.-23									
THURSDAY 1-jun.-23									
FRIDAY 2-jun.-23									
SATURDAY 3-jun.-23									
SUNDAY 4-jun.-23									
AM									
Mic ro 22									
OFF									
PM									
Mic ro 22									
OFF									
Day									
MONDAY 5-jun.-23									
TUESDAY 6-jun.-23									
WEDNESDAY 7-jun.-23									
THURSDAY 8-jun.-23									
FRIDAY 9-jun.-23									
SATURDAY 10-jun.-23									
SUNDAY 11-jun.-23									
AM									
Mic ro 23									
relation and connection									
1. double set									
2. dig - set									
3. block-dig-set-shot (behind) (16 jumps)									
4. block-dig-set-shot-sec. att (32 jumps)									
5. block against Tajda (12 jumps)									
PM									
Mic ro 23									
OFF									

令和4年度・長期派遣（バレーボール／ビーチバレーボール）

⑤ヨーロッパにおけるビーチバレーボールの今後と展望

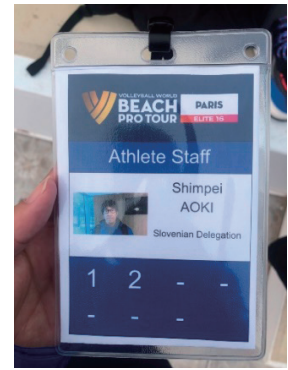
本研修ではヨーロッパの中でも、中央ヨーロッパをメインに取り上げてきたが、ドイツ、フランス、スペインなどの強豪国にもクラブチーム文化はあり、今後、こういった強豪国がクラブ選手権に全面的に参加することが予測され、伴って、クラブチーム同士の交流や、選手の移籍など、国という単位ではなく、プロフェッショナルな個人としての活動が活発になっていくことが予想される。

また、オリンピックサイクルを考えた時には、国単位となるので、シーズンを明確に分けるなどの工夫が必要になってくる。従来のビーチバレーボールの在り方を根底から覆すようなアクションが起こってもおかしくないだろう。

トップ選手の若年化が進んでいるヨーロッパを基点に、クラブチームの活性化により、プロフェッショナルな選手、チームが更に現れ、選手、スタッフのクオリティが更に高まっていくだろう。一気に加速する気配を感じている。

この潮流を把握した上で、日本独自の、日本に適した手段と方法を、目的を見失わず実行できる構造を構築しなければならない。

また、パリオリンピックのデモ大会となった2022ELITE16パリ大会では、ローランギャロスで大会が行われるなど、人気の高さが伺えた。



(4) 研修成果の活用計画

今後、研修で得た知見を日本の発展に最大限活かす為、下記3点に注力する。

- ・男女別に強豪国との連携強化
- ・アンダーカテゴリへのアプローチ方法の検討
- ・指導者育成

日本の課題として、小学生年代でビーチバレーボールに触れる機会が極めて少ないことが挙げられる。バレーボールクラブは沢山あるが、ビーチバレーボールクラブはほぼ存在しない。第一歩として、この年代で少しでもビーチバレーボールとの接点を持ってもらい、家族の記憶の一部に残すことが肝心だと考えている。その中で、指導者育成に着手していきたい。

バレーボールに依存せず、バレーボールと共存する、日本のビーチバレーボール界の未来を切り開いていきたい。

(5) その他

東京オリンピックで敗退直後に感じた、日本は島国だな、だから誰かが外に出なければならぬ、という直感に従い、本研修へ応募した2年前が鮮明に思い出される。それほど私にはインパクトが強かったからだ。

この直感は正しかった。私自身が証明していくことになるが、私はそう信じているし、そのように感じられる2年間の日々があった。

細かい所は沢山あるが、信念と情熱を持ち、人として、人と人として価値観と未来を語り合う。人としての成長を自分自身が認めて良いと思えたことに大きな価値を感じ、そのように思わせてくれた仲間たちが最大の財産となった。

最後に、本研修にあたり、独立行政法人日本スポーツ振興センター、公益財団法人日本オリンピック委員会、公益財団法人日本バレーボール協会、ならびに受け入れていただいた、Ludus Beach Park Ljubljanaの皆様、その他、ご協力いただいた皆様に感謝を申し上げます。

今後のビーチバレーボール界の発展に貢献すべく、この2年間で得た成果を目に見える形にできるよう、邁進していきます。

ありがとうございました。

研修員報告〈柔道 海老沼 匡〉



令和4年度・長期派遣（柔道）

I. 研修題目

指導者研修

II. 研修期間

2022年4月15日～2024年4月13日

III. 研修地及び日程

2022年4月～2023年3月までウェールズ

2023年3月～2024年4月までキャンバリー

（1）主な研修先

Welsh Judo Association

Camberley Judo club

（2）受入関係者

Michael Jeremy CALLAN

（3）研修日程

2022年4月～2023年3月までウェールズ

2023年3月～2024年4月までキャンバリー

IV. 研修概要

2年間日本を離れ、イギリスの地で様々な経験をすることができました。私の人生、こんなにもたくさんの事柄を経験したことがなかったので、本当にこの制度を利用させて頂き、良かったと心から思っています。関係者の皆様に感謝申し上げます。

この研修で経験したもの、感じたものを今後の人生に活かせるよう、ここに記させていただきます。

私と私の家族は、2022年4月14日に日本を出国し、イギリスのウェールズにあるカーディフ市に行きました。最初はサービスアパートメントに住みながら、新居を探しました。何も持っていない私達にとっては家具も揃っているサービスアパートメントがすごく有り



飛行機の大きさにびっくりしている我が子

難く、とても助かりました。到着してすぐに新居を探し始めましたが、家を借りるのにも銀行口座が必要であり、銀行を開設しようにも家の住所が必要ということでとても困りましたが、ウェールズの柔道連盟の方が助けて下さり、なんとか新居を借りることもできました。私自身渡英を決意してから約10ヶ月、英語を毎日欠かさず、勉強してきました。基本はしっかりと身につけてきたつもりでしたが、本場の英語は聞き取りも難しく、コミュニケーションをとるのも大変でした。ですが私は指導者として様々な経験をし、成長するために渡英を決意しましたので、早急に語学の習得が必要でした。午前中は語学学校に通い世界共通語の英語習得に励み、午後はウェールズ柔道連盟にて指導を学ぶ毎日でした。それと個人的なことになりますが、私が渡英を決意した際に妻に相談したところ、妻は二つ返事で一緒に行きたいと言ってくれ、子供達と共に家族で渡英することになりました。

それとコロナ期間が終息に差し掛かっている時期でしたので、イギリスは誰もマスクをしていませんでした。イギリスにきた途端、マスクからも解放され、とても嬉しかったのを覚えています。しかし洗礼の如く到着後、4日目に息子が嘔吐と下痢を繰り返し、救急病院に行くことになりました。この時もウェールズ柔道連盟の方が帯同下さり、とても心強く感じましたが同時に早く語学を習得しなければとも思いました。その後、処置をしてもらい無事夜中に帰宅することができましたが、次の日から私を含め全員が嘔吐と下痢を繰り返しました。なんらかのウイルスが流行っているとドクターからは言われ、免疫力の低下とマスクからの解放、様々なことが重なったなと感じました。

そんなハプニングが早々にありましたが、まずウェールズでの基本的なスケジュールを記載します。

- ① 09:00～12:30 語学学校
- ② 16:00～17:00 トレーニング
- ③ 19:00～20:30 柔道

- ① Capital school of English
- ② ③Welsh Judo Association (WJA)

日によってスケジュールや、メニューが異なったりはしますが基本はこのような毎日を過ごしています。

家探しの方はなかなか決まらず、決まったのは1ヶ月以上経ってからでした。家が決まってからも銀行口座の作成や、GP（かかりつけの病院）の登録、子供達の小学校や幼稚園の選定など慌ただしい生活を送りました。最初の不安が少しずつ小さくなり、解消していくところがとても嬉しく思いましたが、手続きをするのにも面と向かっての会話であればなんとかボディランゲージを使い伝わるのですが、電話での会話は本当に難しくときに電話が鳴るのが怖い時期でもありま



私達のビザ作成のお手伝いをしてくれたマイクさんと

した。もちろん今でも電話になるとドキッとします。

語学学校では年齢関係なく、さまざまな生徒と共に受講しています。毎週金曜日にはテストがあり、ときには嬉しく、ときにはへこんだりしながら少しずつ成長しているなと感じています。

WJAでは素晴らしい考えを持つ先生方と共に話し合いを行いながら、柔道の指導に携わっています。WJAの道場を訪れて最初に思ったのが勝ち負けよりも教育に軸があるということでした。だから指導者の方の言動や振る舞いもしっかりしていて、見習う点が多いと感じました。当たり前のことを当たり前のように行える指導者の方々のもとで学べて私はWJAを拠点にして良かったと改めて思いました。

そんな先生方と議論をしていくなかで、私は練習メニューに疑問をもつようになりました。日本では考えたこともなかったことです。

先生方は今のWJAの選手にはこれが足りないと言っていました。実際の練習メニューをみると、その足りないと言っている部分を補う練習をしていない。日本ではこの部分の練習をこんなふうに行っているよ！と助言をしてみると次の日からその練習を取り入れてくれました。

なぜこの練習をするのか？どんなときに必要なのか？目的はなにか？常に疑問をもちながら、改善していく方法を練る必要があると思いました。そんな疑問をもつことで日本での練習はどうだったか？自分は現役時代どんな練習をしていたか？目的を理解していたか？を再確認することができ、より指導に対し考えるようになりました。それと選手には例などを上げて意味を理解させ、取り組むことの大切さを知りました。

基本の生活とは別に5月21日にWindsorへ行き、柔道教室を行い、大人の方々が楽しく取り組む柔道にも触れました。日本にはあまりない環境かなとも思いました。WindsorにはQueenのお城もあり、歴史や文化に触れて日本の文化をもっと知る必要があるなと感じました。また上手い出来ないことや、どうしようもないことが多く、頭を悩ませたり、日々の不安を感じたりしながら生活するこの機会はとても充実していると感じました。

また6月25-26日とBirminghamのNational training centerにてUK全体のトレーニング合宿に参加しました。この日初めてわかったのですがWalesは人口が少ないこともあり、柔道環境も良くなく、他の地域と比べてレベルの違いを感じました。お世話になっている以上、少しでもWales柔道に貢献し、EnglandやScotlandのレベルまでもっていかれたらと思いました。そのことで選手の育成や、組織の強化など発展途上だからこそ学べるものがたくさんあるなと感じました。

3ヶ月弱でこちらの生活も少しずつではありますが落ち着いてきたので、いろいろな国に出向き、たくさんの事柄に触れ、吸収できたらと思います。

次に少しだけ英語について。English school



ヘッドコーチのマークさんと練習を視察している写真

で3ヶ月に1回のビックテストが行われました。このテストの結果次第で昇進したり、継続してそのクラスだったり、また降格したりなどのクラス入れ替えが行われました。1回目は上がることができず、継続して同じクラス。今回のテストでやっと上のクラスに上がることができました。素直に嬉しかったですが、安心したという気持ちの方が大きかったです。私は話すよりも机に向かって勉強する方が得意なのかもしれません。先生にもWritingがあなたの強みだと言われました。それと同時に会話のPracticeが必要だと。なんでもいいから話題を見つけ会話し、間違ってもいいから話すこと。そのアドバイスを受け、実践していますが上達するのは難しく、改めてPracticeの重要性を思い知りました。

普段の日常ではWelsh Judo Association (WJA) での指導を継続して行っています。後に記載しますがCommonwealth's gamesという4年に1回のビックイベントがありました。その大会が終わり、役員なども変わり練習メニューなども変更されました。そこに力を貸してくれと言われ、メニューの変更なども一緒にお手伝いさせてもらうことができました。これはとても良い経験だと思います。現状を受け入れ、修正する機会に立ち会えることは嬉しいと思うと同時にとても重要で責任があるものだと感じています。

そんな転換期を迎えているWJAだが、技術指導だけでなく、「今日のWorning upはあなたがやって！」などと任せて頂けることが増えてきました。いつもいきなりなので困惑しますが、とても嬉しいことだと思っています。何か少しでも力になれるよう今後もしっかりと準備していきたいと思います。

また7月～9月は私にとってとても忙しい時期でもありました。

- ・7月1 - 5日にはフランスに行き、Fouesnant training campに参加しました。知り合いの方に招待して頂き、柔道教室を行ってきました。日本以外での柔道教室は初めてでしたが、どうやって教えたらかかりやすいか？年齢に合わせてアドバイスを変更したり、指導する上でより考えた時間となりました。そのFouesnantに私を招待してくれた方は日本の柔道家でオリンピックチャンピオンの佐々木 光さんという方でした。单身フランスに渡り、今では自身の柔道クラブを持ちながら様々な活動をされています。その方の偉大さに触れながら一緒に活動でき、とても良い経験となりました。

- ・8月1 - 3日 Commonwealth's games Birmingham 2022があり、視察とメダル授与をさせて頂きました。今回はInternational Judo Federation (IJF) の方に招待して頂きました。この大会は4年に一回のビックイベントであり、日本でいうとアジア大会と同じ規模だと聞きました。選手村なども設備されており、TVでも放映されていました。そしてこの大会はThe UKとしての参加ではなく、England、Scotland、Northern Ireland、Walesの4つに分かれて参加します。これがとても良かったです。私はWalesの選手を応援しました。選手もWales



柔道教室主催者の佐々木 光さんと

として戦えるのはこの大会だけだから嬉しいと意気込んでいました。また様々な国の選手が参加するのでレベルの差が激しく、すぐに勝敗が決する試合もありましたが、勝敗に限らず選手がこの大会に出場し、試合を経験することは今後の人生にとってすごく貴重で意味のあることだなと感じました。柔道普及にもつながっていると私は思います。それと同時にこの大会後にWalesの選手は何人か引退し、第二の人生を歩み始めました。それ程の大きな大会が今年はイギリスで行われ、視察できたことは幸せだったと感じています。

・8月22-27日 IJF Academy Practicalがありました。これは国際大会のコーチボックスに座るために必要なライセンスを取得するものです。3月からオンラインで講義と試験が行われ、最終の実技試験がBirminghamでありました。説明も含めて、全てが英語で行われたので不安も大きかったですがなんとか合格し、ライセンスを取得することができました。一週間、他のコーチと形を学び、毎日投げて投げられてを繰り返し、朝起きたら足を引きずりながら参加しているコーチもいて、ハードな期間でしたが最後にみんなで合格したときにはとても達成感があり、嬉しかったです。食事中も形の名称を確認しあったりとても楽しい時間となりました。

・9月8-11日 Stage Judo Madrid 2022に参加しました。私が現役時代、同じ階級でよく練習をしていた戦友に招待され、柔道教室ができたことを嬉しく思います。この柔道教室でなにより不安だったのが、英語で全部説明しなくてはいけないということです。リスニングは少しずつ慣れてきましたが、自分の言葉で説明するのはまだまだ難しかったです。1時間、8セッションを全て英語で説明し、技術だけでなく自分の柔道や生き立ちについても説明することができました。こんなにもたくさん英語で説明したことはなかったので、終了後はどっと疲れましたが、少し自信にも繋がりました。それと、もう一つ気付いた点がありました。イギリスは母国語がEnglishであるため、イギリス人同士で話すと速くて全く理解できません。私はいつも全然上達しないな！いつになったら会話に入れるのかなと思っていました。でもスペイン人と話したら普通に会話することができました。スペイン人には母国



大会視察の様子



形の実演を拝見している私



柔道教室での記念撮影（合計で738人の柔道家が集結）

語のスペイン語があり、外国語としてEnglishがあります。私たち日本人と一緒に第二外国語として英語を使います。それに気付くと心が少し楽になりました。もちろん目指すところはイギリス人のプロフェッショナルな英語ですが、できないのではなく、ちゃんと上達しているのだと感ずることができ、これに気付けたことはとても嬉しく、また頑張ろうと思うことができました。

また私の子供達も学校と幼稚園にそれぞれ通い、泣きながら言葉の壁と闘っています。私だけでなく、家族で日本ではできない様々な経験ができていることを嬉しく思うと同時に、この貴重な経験、時間を大切にしていきたいと感じています。

イギリスに来て8ヶ月が経過しましたが、本当にあっという間に過ぎたと感じています。こちらでの生活にも慣れてきましたが、まだまだ私の英語は上達しません。笑

でも会話はある程度できるようになりました。相変わらず文法はぐちゃぐちゃですが、言いたいことは伝わっているみたいです。会話ができるととても嬉しいです。でも会話ができないと様々な憶測や誤解が生まれます。どんな形でも会話し、自分の言いたいことを伝える、相手の話をしっかりと聞くことはとても大切だなと改めて感じています。

・10月1-14日、ウズベキスタンで行われたWorld Judo championships Tashkent 2022に行きました。

まず現地に到着して思ったのが、柔道への熱気が凄いこと。とても人気があるため、観客も良く柔道を観ているなという印象を受けました。キッズ柔道もとても盛んであり、今後はさらに強豪国になりうる存在だなと感じました。



団体戦終了後の集合写真

私は全日本のコーチとして初めて世界選手権に帯同致しました。選手の洗礼された調整練習や、研ぎ澄まされた緊張感。あらゆる場面を想定して準備する力。選手が全身全霊で戦うために準備する練習は圧巻でした。また試合はそれ以上で選手全員が命をかけて戦う姿がとても頼もしく感じ、それに応えるコーチ、スタッフも全力でサポートしていました。まさに日本チーム一丸となって戦っているなという印象でした。

私はまだまだ勉強の身で力になれたか、わかりませんが私もみんなについていこうと必死に戦った期間だったかなと思います。世界を相手に戦う選手、コーチ、スタッフ、全員が輝いて見えました。その戦場の中で、たくさんのことを学べたことを嬉しく思いますし、そこで私ももっと力を発揮できる人間になりたいと思いました。選手としてではなく、コーチとして参加したWorld championshipは全く別なものに感じました。

・10月24-31日 Scotlandに行きました。Edinburghにあるナショナルの道場に行き、指導させて頂いた後にGlasgowに移動し柔道教室を行いました。

ナショナルではコーチに北原さんという日本人の方がいます。その方は学年としては私の三個下の方で筑波大学、大学院を卒業し、単身イギリスに渡り、Scotlandで柔道指導を行っている方です。その方の影響なのか、他のスコットランドの指導者も日本的な考え方をし、教えていました。指導者の意向で組手、崩し、足技を教えてほしいとの

ことで自分の技術をその範囲内で教えさせて頂きました。日本をリスペクトしてくれているのがわかるととても嬉しいです、それを外国人にどう落とし込むのかがまた勉強になりました。

Glasgowの柔道教室では、イギリスのレジェンドNeil Adamsさんの講習も拝見し、とても面白く、勉強になったのを覚えています。それと妻も元柔道選手のため、妻も講習を行いました。私は英語での柔道教室は2回目でしたので前回より少し良くなったかなと感じることができました。

・11月19日にWelsh Judo Associationにて柔道教室を行いました。普段Walesで柔道を教えているため、拠点の地で柔道教室ができてとても嬉しかったです。私の得意技や柔道についての英語はある程度説明できるようになったかなと思います。普段のやりとりはまだまだと感じています。ある程度こちらの環境にも慣れてきたので英語のレベルアップを早急にしたいと考えています。

でも嬉しかったことがあります。12月に入ってWalesもいきなり寒くなりました。長男が風邪をこじらせて一週間高熱が続きました。流石に一週間は長いので登録してあるGPに行ったり、電話で相談してみたりしましたが、なんとか拙い英語で乗り切ることができました。翻訳を使わず、自分の持っている英語力でなんとか乗り切れたことは嬉しかったですし、自身にも繋がりました。長男が無事に回復しましたが、娘と妻、そして私が体調を崩したのは言うまでもありません！笑

今もそうですが、イギリスの風邪はしつこいみたいで12月はほとんど家族で順番に体調を崩していました。今イギリスの風邪にも免疫がつけば、来年の冬は乗り切れるかなと安易な気持ちでもあります。イギリスは風邪を引いてもGPの予約を取るのに時間がかかるため、市販の風邪薬で治すのが一般的みたいです。医療面に関してはまだまだ不安が払拭できていませんが、家族みんなで免疫力を高め、強い体をつくりたいと思います。

・2023年1月7日～8日までWalsallで行われた年始のナショナルトレーニングキャンプに参加しました。ナショナルの合宿には今までも何回か参加したこともあり、だいぶ顔見知りが増え、会話が増えてきました。そうするとあの選手が良い！とか、どうしたらもっと力を引き出せるか？とか具体的な会話をすることができ、練習を見学していても、コーチと会話していても、勉強になることが多く、良い合宿だったかなと思います。

ジュニア選手くらいになると具体的な質問も生まれるので、より専門的な知識を共有



スコットランドの技術講習中の写真



技術講習中の写真

することもできました。ナショナルの合宿には何度も参加し、私も良い練習方法や考え方を吸収できています。

・21日にLondonのBUDOKWAIという柔道クラブで柔道教室をしました。BUDOKWAIはヨーロッパで最古のクラブとして知られています。とても伝統があり数々の有名選手を輩出したクラブです。私も一度は訪れてみたいと思っていた場所でした。ロンドンの中心地に建てられており、隣は繁華街、その隣は大きい家ばかりがあるそんな場所に位置していました。

そこでは柔道だけでなく、柔術も行われており、とても大勢の人が出入りしていました。有名な俳優が体を鍛えたり、健康のために習っていたり、目的は様々ですが、とても皆さん良い顔をしているなという印象でした。日本でいう講道館という感じでしょうか。その場所でも良い時間を過ごすことができました。

・28日、29日はまたWalsallの合宿に参加しました。ですが今回は全体の合宿ではなく、Englandのジュニア、カデの選手を対象にした合宿でした。私にも1日2時間ずつテクニックを教える時間を頂き、私の技術を共有することもできました。また他の先生の指導法もわかりやすく、とても勉強になりました。

私は所属のパーク24株式会社の選手に教えていますが、ある程度プロ集団です。わからないこと、疑問に思ったことを質問されたり、少しアドバイスをしたりして手助けがメインとなります。ですが、ウェールズでも今回の合宿でもそうですが、ジュニア、カデの選手が対象となると、こちらからある程度たくさんの技術を詳しく教える必要があります。対象選手の年齢によって、教え方も伝え方も違うので、まだまだ経験が浅いなど感じる場合があります。でも日本で経験できないことを体験できているので、難しいと感じる反面、やりがいも感じるできています。

ヨーロッパの選手の練習を見ていく中で、フランス選手に対して私見がでてきたので記載させていただきます。

私が7月に柔道教室でフランスに行った際に乱取りしている選手を止めて、ある先生が「こんな練習じゃダメだ！試合みたいだ！」



合宿に参加したコーチ人との集合写真



BUDOKWAIにて



参加した選手とコーチの集合写真

と怒っていました。私にはその先生の言っていることが理解できませんでした。

私が選手の時、武者修行で単身1ヶ月フランスに行った経験があります。そこでの練習は乱取りの時間が日本ほど多くなく、その分立技の反復稽古が多く、投げ込みをたくさんしたのを覚えています。相手がこういう場面ではこう攻める。こう来たらこう返す。立技のパターンが構築されており、もの凄い数のパターンを反復練習しました。

少し前から日本チームが立技から寝技への移行を重視し、パターン化して練習する。それと同じ要領でたくさんのカードを予め準備しておき、相手に合わせて攻撃する。そんな練習をしていました。フランスの選手がポイントを獲ったシーンを見返すと同じパターンが複数回あるのがわかります。

さて、先生が言っていた「ダメだ!」には続きがあります。

「こんな練習じゃダメだ! 試合みたいだ! もっと試しあって練習しろ! もしも相手が上手に技を仕掛けてきた時には無理せず、しっかりと受け身を取りなさい。」

日本で、もし試合に近い激しい練習をしていたら良い練習だ! と褒められると思います。また、試合に近づけた練習をなさい! と私も教えられてきました。

「乱取り」の捉え方が日本とは違い、フランスでは自分のパターンを練習する、試す場が乱取りなのかもしれません。視点が変わっただけで、物の捉え方が変わる。日本にいたらこれも気付かなかったことかなと私は思いました。

私は3月14日からEnglandのCamberleyにあるCamberley Judo Clubに拠点先を変更しました。Walesではジュニア、カデの選手が多かったですが、Camberleyにはシニアの選手まで満遍なく在籍しているので、また異なったレベルでの指導が体験できると思います。あと1年強、充実した研修にしていけます。

3月中旬から研修地も変更になりましたので、まずは私の普段のスケジュールから報告させていただきます。キャンベリーには語学学校もないため、柔道クラブを中心に活動しており、柔道のコーチや選手との英語での会話も積極的に行っております。

スケジュールは以下になります。

月曜日

10時 ランニング 11時30分 テクニカル（技の研究や反復練習）

16時 キッズ柔道

火曜日

9時45分 テクニカル（技の研究や反復練習） 11時30分 ウェイトトレーニング

20時 実践練習（乱取り）

水曜日

11時 実践練習（乱取り）

木曜日

9時45分 テクニカル（技の研究や反復練習） 11時30分 ウェイトトレーニング

20時 実践練習（乱取り）

金曜日

9時45分 サーキットトレーニング 11時 テクニカル（技の研究や反復練習）

午後の実践練習（乱取り）もそうですが、午前中のテクニカルのほうが楽しい時間で、そんな技もあるんだと私自信、学んでいます。その時間には私のセッションを設けて頂き、教え方を学びながら日々励んでいます。また、新しい地での新しい生活。困難が待ち構えているだろうなと腹をくくって迎えたのですが、意外とすんなりと馴染むことができました。

それはウェールズでの一年間の経験が活きているということとCamberleyの人達が暖かく私達を迎えてくれたことの2つの理由が考えられます。いつもたくさんの人達に支えられ、生活できているので私は人に恵まれているなど常々感じています。感謝の気持ちを忘れず、私も助けてもらっている分、人助けができる人間になりたいと思っています。

また、もうひとつの心配事だった子供の学校ですが、ふたりとも同じ場所の学校に行けるということと子供達が英語の理解度が進歩しているということが重なり、泣くことなく楽しく学校に通ってくれています。それが私達家族の不安を吹き飛ばしてくれました。子供の力はすごいなと改めて感じています。

・4月7－8日のEaster HolidayにSt Ivesへ柔道教室に参加してきました。

St Ivesは海の近くにある街でとても綺麗なところでした。物語にもでてくる有名な場所みたいです。イギリスの観光スポットでもあるこの場所は、人気も高く、国内外からたくさんの観光客が訪れます。イギリスの休日にも被っていたため、とても人が多く、混み合っていました。

そんな場所で行われた柔道教室で、私と妻はシニアとキッズを対象に柔道教室を行いました。スケジュール表にはシニア・ジュニアと書いてあったのでアスリートに教えるものと思い、準備していくと集まっていたのは、大人の皆さんでした。笑

日本では大人向けの柔道教室はほとんどなく、また大人が柔道する環境も少ないかと思っています。

しかし、イギリスに限らず、ヨーロッパでは大人の習い事として柔道を習っている人がたくさんいます。私の考えていたプランでは体の事情で難しい技術が多く、プランを変更して講習を行いました。

柔道が楽しい。知りたい。そんな大人の方に教えるのはどうしたら良いか？年齢、状況に応じながら教えてきましたが、大人の方に教える経験が少なかったため、思っていた以上に難しく、試行錯誤しながらの時間となりました。満足して頂けたかはわかりませんが、私にとってはとても貴重な経験となりました。

また「強くなりたい！」ではなくて、「知りたい！やってみたい！」の柔道もあるということをこちらに来てから私は学んでいます。もちろん、アスリートは別の話です。笑

それと柔道教室とは別に、息子が海で拾ってきた石を鼻に詰め込み取れなくなるというハプニングもありましたが、救急病院を2件ハシゴした結果、無事にくしゃみで取れるという珍事



St Ivesでの柔道教室の様子

件も経験しました。笑

イギリスに来て、英語が喋れるか喋れないかの私が息子のお陰で、今までで3回も救急病院に行くハメになりましたが、なんとか乗り切ることができました。これも良い経験だと自分に良い聞かせ、研修に励んでいます。

・5月3－15日までカタールで行われた世界選手権にアシスタントコーチとして帯同してきました。

カタールはとても暑いため、空調も効いており、室内外の温度差で体調を崩す選手やスタッフもありました。そんな地で行われた世界選手権ですが、やはり毎回思うのが最前線で戦うアスリートやコーチ、スタッフと共に過ごす時間は刺激が多く、得るものも大きい時間だったなと思います。今回の世界選手権は、男子選手団としてとても厳しい結果に終わりました。



団体戦終了後の集合写真

柔道に限らず、勝負の世界は少しの感覚のズレや、思い違い、一瞬の判断ミスによって結果が一変する恐ろしい世界だなと改めて思うと同時に、そうならないためにどういった声掛けが必要で、どういった軌道修正が必要だったのか？を考えさせられる時間となりました。

今回の世界選手では私自身、意識していたことが2つあります。

1つ目は選手第一で選手のためになんでも応えること。選手が勝つために、全力を注ぐこと。

2つ目は監督、コーチ陣、スタッフの指導法を観察し、勉強することです。指導法というと大袈裟かもしれませんが、どのタイミングで選手に声をかけるのか？どんな声掛けをするのか？どういった方法で選手とコミュニケーションをとっているのか？

私は指導者としてまだまだ未熟者です。先生方がどんな方法で選手と接しているのかを見て、感じて、学ぶことができました。世界選手権という大舞台では、特別な緊張感があります。指導者のひとことは、より大切になります。だからこそ、選手の背中を後ろから押せる指導者になれたらと思っています。

それと最近、私自身意識して考えていることは

もし自分が～だったら？

なぜそう思う？なぜそれが必要なの？

もしとなぜを使って普段から考えるようにしています。

そのことによってより深く考えることができますし、考える時間も増えます。それと考える時間がある今だからこそ、様々なことを学べるチャンスだと思うからです。今回の世界選手権での経験や課題としっかりと向き合い、今後活かしていきます。

・6月2－5日までスイスのジュネーブに行ってきました。

今回もいざ行ってみると大人向けへの柔道教室が2回とアスリート向けへの柔道教室がありました。でも大人向けへの柔道教室は経験済みでしたので、考えて工夫しながらできたかなと思います。スイスではフランス語とドイツ語の言語を使うため、英語を使

う人がほとんどいませんでした。それとスイスから一度フランスへ行きましたが、ボーダーラインでチェックする人はいなく、パスポートなしで行き来できました。とても不思議な感覚でした。

またスイスやフランスでは、どこの高校・大学出身でどこの地方出身なのかが大切なのだと聞きました。だから初対面の相手を質問攻めにとすると。笑

階級社会なのでとても大変だとお聞きしました。イギリスから飛行機で数時間ですが、文化も考え方も当たり前前に違うのにびっくりしました。それと見て感じたことですが、やはり柔道も異なっておりました。それについてフランス人に聞いたところ、道場が広いためということでした。フランスやスイスでは動きの多い、動く範囲の大きい柔道をしますが、イギリスでは動く幅がコンパクトな柔道をし、力強い柔道をします。どちらが良いという訳ではないですが、道場の広さもやはり関係しているのかもと感じました。

・6月6-12日までギリシャのアテネに行ってきました。

アテネでは1896年に初めてオリンピックが行われた競技場（Anathinaiko Stadium）やアクロポリスに行くことができました。オリンピックの競技場はとても感深く、行って良かったと思える場所でした。

アテネの指導者は親日で日本の柔道を徹底的に教えており、まるで日本のキッズ柔道のようなセッションでした。私がイギリスで指導しているときに気をつけているのが、イギリス人に日本の柔道を教え込んでいいものか？ということです。体型や骨格、手足の長さ、柔らかさ、小さい頃から学んだ基礎も違います。そんな選手に日本はこうやっているから、こうやれ！というのは違う気がするのです。その選手に合った、その選手の基礎にあった形で合うものを教えていきたいと私は考えています。

ギリシャの先生は日本柔道を教え込んでいたので、将来その選手たちがどんな選手に育つのがすごく気になりました。私もコーチからの要望に応え、柔道教室でもきっちり基礎を教えたという形になりました。指導者の影響ってとても大きいなと感じると共に、子供は指導者を選べないなとも感じました。

・6月24・25日はイギリス・バーミンガムで行われたジュニアのヨーロッパ大会があり、視察を行いました。イギリスのジュニア選手の応援やヨーロッパの選手の戦いを観戦し、ジュニアのレベルを感じることができました。フランスやオランダの選手が多く入賞していたように思います。



ジュネーブにて



アテネにて

その後の合宿にも参加し、コーチ陣と交流したり、選手にアドバイスをしたりととても充実した時間を過ごすことができました。ジュニア選手の育成はとても大切なので、コーチ陣がより親身に教えているなとも感じました。

・7月6～12日はバルセロナで柔道教室を行いました。

今回の柔道教室は私の高校と大学の際に大変お世話になった先輩がスペインで柔道クラブの指導をしていると連絡があり、先輩の道場が主催する柔道教室に行ってきました。

それとカステイダフェルスは、私が現役時代に毎年国際合宿が行われていた地でとても思い出深く、自分の子供を連れて思い出の場所へ行ってみたいと思ったからです。

現地から当時合宿が行われていた道場や街は近く、フリーの時間に私たちはそこに行くことができました。懐かしの道場は普段、駐車場として使われているみたいで車がいっぱい停まっていますが、ここで海外の選手と汗を流し、目標に向かって励んだのだと思うととても懐かしく、当時を思い出し、熱い気持ちになりました。

柔道教室は小さい子から大人まで幅広く、教えさせて頂きました。教えているときにも何度か、一本背負い投げと小内巻き込みは教えてもらえますか？という質問がありました。

各国によって、人気のある技が異なって存在しますが、スペインの選手は一本背負い投げと小内巻き込みが最も使う技なのだということがわかりました。これはマドリードで柔道教室を行ったときにも感じたことです。

取り組み方もそうですが、乱取りを見るとその国の主流になっている技がわかります。スペインの選手にはその質問を何度か受けたので、最終日に教えるから全日程参加してね！と冗談混じりで返答しました。

皆さん、真剣に聞いてくれて質問も多く、とても楽しい時間を過ごすことができました。スペインは男女ともにレベルが高く、強豪国になりつつあります。柔道の人気もそうですが、この真剣に取り組む姿勢が結果に繋がっているなと感じました。

・9月1～3日と15～17日とミズノさん主催の柔道教室に参加してきました。

ミズノフランスの方にお声がけ頂き、週末に様々な場所で行われる柔道教室でした。金曜日に現地に移動し、土曜日に2回セッションを行い、場所を移動して日曜日に1回行い帰国というハードスケジュールでした。場所を変えての柔道教室は初めてで移動が



メダル授与後の記念撮影



バルセロナにて

多く、休み時間も少なくで大変でした。柔道教室をやってみて感じたことは、場所によってももちろんですが、道場の先生によって道場の色も異なり、生徒の取り組み方も異なるということです。先生の影響は大きいと改めて感じました。私がコーチをする上で、心掛けていることは「柔道選手である前に一人の人間である。」ということ。人としてどうか？ということですね。選手を強くしたい、勝たせてあげたいは、もちろんですが、一人の人間として当たり前のことを当たり前にできる人間であってほしいというのが私の願いです。その部分は厳しく注意できる指導者になりたいと考えています。それとは別にやはりフランスでの柔道人気はすごく、たくさんの人が参加してくれました。残念ながら日本の柔道人口は減少していますが、フランス柔道の母体の大きさはものすごいものがあります。良い部分を取り入れ、文化や習慣は異なっても母体を大きくできるような方法を模索できればと思っています。

・9月18～26日までグランドスラム・バクー大会にコーチとして帯同しました。

今回の大会は全日本柔道連盟としてではなく、会社派遣ということで私の所属するパーク24株式会社から6名の選手と他の企業の選手数名が派遣されました。

選手登録から始まり、ドローや計量、そして試合と、私にとって貴重な時間となったのは間違いありません。結果としては弊所の選手からは優勝者なしという厳しいものでした。試合前や試合中の選手と向き合う中で、たくさんのことを感じ、疑問が生まれ、最前線でしかできない緊張感も味わうことができました。ただ私の中で、もっとこうしておけば良かった！こうすれば選手が勝てたかも！など反省する部分も多く、自分の力不足も痛感することとなりました。選手時代と一緒に、良かったところを伸ばし、悪かった部分を改善する。指導者も、人としてもこの繰り返しなのだと思いを再確認致しました。

いくら後悔しても、時間は戻らない。だからこそ、最善の準備をすること。この準備の大切さを改めて感じ、今後はより慎重に、もっと丁寧に準備する必要があると思っています。この経験を糧に必ず今後の自分に活かしていきたいと思っています。それと英語ができるようになったおかげで、現地の柔道の仕組みや、状況やアスリートの現状などを聞くことができ、日本とは全く異なったアゼルバイジャンの仕組みを知ることができました。英語によって世界が広がっているなど改めて感じています。今後も英語力向上に励んでいきます。

私ごとになりますが、娘の学校で運動会や演奏会があり、子供の成長を嬉しく感じる



フランスにて



ファイナルブロックの写真

とともに、もう英語の世界でもしっかりと生活できている子供達を頼もしく感じています。私自身たくさんの経験を経て、自分の持っていた固定概念や、人生観の狭さにびっくりしています。どんなことにも挑戦できる環境がイギリスにはあり、その挑戦を皆で応援したり、立ち止まっている人を当たり前にも助ける文化はとても良い習慣だなと感じています。日本という国を離れてわかることは多く、本当にイギリスに来ることができて良かった、この時間はとても貴重なのだと日々感じています。

・9月28日から10月1日まで、昨年に続き、スコットランドに家族で柔道教室に行ってきました。昨年より、スムーズに英語で説明することができ、より細く教えることが出来たかなと思います。ですが、二度同じ場所で教えるのは初めてだったので、昨年とは違う技術を教える必要がありました。その部分では苦労するかなと思ったのですが、様々な場所での柔道教室の経験や、拠点のキャンベリー柔道クラブでの指導のおかげで、なんとか教えることができました。

また、北原さん（筑波大学出身で現在スコットランドのナショナルコーチ）に助けて頂きながら楽しく充実した時間を過ごせたかなと思います。今年は同じくJOCの研修でスコットランドを拠点としている大野将平さんがいたため、一緒にセッションを盛り上げることができ、楽しさも二倍だったかなと思います。私自身も彼の講習を聞き、技術を学ぶことができました。

また私の子供達も色々な人に可愛がって頂き、とても安心して過ごせたと思います。イギリスに来てから学ぶ楽しさを改めて感じています。たくさんの経験をしたい。何かを吸収したい。取り入れてみたい。この気持ちは選手時代よりも、指導者になってからの方が大きくなったと思います。それはもちろん指導者として、未熟だから成長したいという気持ちもあると思いますが、私自身のマインドがより、オープンで前向きになったのかなとも感じています。

また10月10日には、知人から柏崎克彦先生がイギリスに来るとお聞きし、ぜひ一目お会いしたいと思い会いに行ってきました。先生も以前イギリスで研修していた先輩であり、その時の旧友に会いに行くというのが主な目的だったみたいですが、その中でロンドンにあるBUDOKWAIで少しセッションを行うということでした。このチャンスを逃すまいと私も訪



スコットランドのコーチ陣と大野さんと



大先輩の柏崎先生と

れ、大先輩にあたる先生のお話を聞いてみたいという気持ちがありました。

そして光栄にも先生のセッションの受けをすることができ、身をもって先生の技術を体感することができました。現在73歳ですが、信じ難いような動きとパワーに圧倒されました。私自身も学ぶことが多く、夢のような時間でした。講習後にはご飯を御一緒させて頂き、お話させて頂きましたが先生からの言葉は一つ、一つが重く、今後の教訓になるものばかりでした。先生から教えて頂いたことを実践し、先生と同じ日本人の柔道家としてしっかりと歩んでいこうと思います。

ちなみに次の日、私の足は交通事故にあったみたいに腫れていました！笑

・10月後半から11月はキャンベリーで過ごす期間が多かったのでキャンベリー柔道クラブでの日常について書きます。

最近ではある程度選手の柔道も理解し、アドバイスを的確にできるようになったかなとも感じます。そんな日常の中で選手と練習をしていると投げれなくなってきたと感じます。もちろん私自身も年齢と共に落ちてきているのはありますが、私の技術を選手に教えるとどんどん吸収していくため、強くなってきてるなーと実感します。何より受けに対する意識をするようになったおかげで、格段に進化し、練習の内容が変わったなと私は思います。ある選手は急激に強くなり、ある選手はコツコツと日々進化している。スピードは違いますが必死に取り組む選手を見ていると私自身も嬉しく、力になってあげたいと感じます。



クラブにて指導中

もちろん結果が出るのが一番ですが、すぐに結果に繋がらないのが柔道です。でも諦めずにやり続けることで必ず形となっていきます。ですので、継続して努力し続けてほしいと願うと同時に選手が継続できるよう、促すのも指導者の役割かなとも思っています。

ある日、ヘッドコーチなどが不在で私が練習のメニューを決める必要がありました。メニューを決めるのに戸惑っていた私に「私達はあなたを尊敬しているよ。あなたが2時間練習しろ！と言えば私達は従うよ。」と選手から言ってもらいました。嬉しい気持ちと同時にもっとしっかりしなくてはいけないと感じました。まだまだ準備力が足りず、リサーチ不足だなどと感じ、また同じ失敗をしないようしっかりと準備し、選手をリードしていきたいと思います。

それと研修期間が残り少なくなってきたので、何かキャンベリー柔道クラブに残せたらとも考えています。それが何かまだわかりませんが、私がキャンベリーで研修させて頂いて良かったと思ったように、キャンベリーの方々にも、「海老沼を受け入れて良かった！」とっていただけたらと思っています。

・11月11日～12日にWales時代のコーチに招待して頂き、久しぶりにWalesへ柔道教室に行ってきました。

小さなクラブチームでしたがみんな真剣に聞いてくれて、充実した時間を過ごすこと

ができました。またお世話になった先生や選手とも会えて日本帰国の前にWalesに帰れて良かったなと思いました。

またある日、娘が体調を崩し一緒に病院へ行く機会がありました。私はつたない英語で娘の状態をドクターに説明をしました。先生は診察しながら私に質疑応答を始めましたが、娘はその内容を全部理解し、先生に返答し始めました。すると先生は娘と会話できると判断し、娘と質疑応答を繰り返しました。普通に会話し、自分の状況を説明する娘を私はただただ見つめ、もう語学力抜かれたのかーと思うと複雑な気持ちになりました。子供の適応力にはびっくりすることばかりです。私も負けずに残りの期間、語学習得に励んでいこうと思いました。

・12月9日～10日にシェフィールドでイギリスの全国大会がありました。私はこの試合がとても楽しみでした。柔道の試合を観るのはもともと好きなのですが、普段一緒に練習しているクラブの選手や、以前拠点にしていたWalesの選手。たくさん知っている選手が出場するこの試合は私の中で特別でさまざまな刺激を得ることができました。



全国大会後に選手とコーチで記念撮影

それと試合では普段みている選手が見違えるように強かったり、また逆であったり、また試合の中で進化していたり、さまざまな形が現れるのが試合なので、練習とはまた異なった姿を見ることができ、とても嬉しく思いました。しかし、指導者の私でさえ、もっとできた！こうすれば良かった！など悔しい思いが多いので、アスリートはもっと悔しい思いをしているだろうなとも感じました。

日本とイギリスは文化が異なっているので、全てを当てはめることは良くないですが、強くなりたい！勝ちたい！と思っているアスリートの力になってあげたいなと改めて感じ、そのためには私自身がもっと考えて、たくさんの経験をし、様々な角度から背中を押せる存在になりたいと考えています。いろいろなことを考えるきっかけになる、刺激多い大会でした。

またその中でも怪我で戦線離脱していた選手が復帰し、勝ち上がる姿は特別で、応援していて熱いものが込み上げてきました。人の心を動かせる選手をより多く輩出できたらとも思いました。

・12月15日～17日までミズノさん主催の柔道教室でイタリアに行ってきました。イタリアに行くのは初めてで、とても楽しみでした。

柔道教室では子供から大人までたくさんの人が集まってくださり、歓迎してくれました。特に畳を使って「EBINUMA」と表現して出迎えてくれるあたりは、すごくおしゃれですがイタリアだなーと感じました。柔道教室はハードなスケジュールでしたが、たくさんの人に助けて頂き、充実した時間を過ごすことができました。特にイタリアといえば、食事です。何を食べても美味しくて、ここで生活したら太るなと思うようなも

のばかりでした。それとやはり国によって文化も違えば、習慣も違う。私はやはり日本の文化に似ているイギリスが一番心地よく過ごしやすいなと感じました。

今年も本場のクリスマスをイギリスで過ごし、年明けを待とうと思います。立ち止まることなく、来年もたくさんの経験をして成長していきたいと思います。

この3ヶ月は柔道だけでなく、また異なった経験もさせていただきました。

・2024年1月6－7日にイギリス全体の合宿がありました。

二日間の短期集中でしたが、イギリス全体で集まるのが貴重なためか、濃い練習内容だったと思います。欲を言えば定期的にこのような合宿が開催されれば、お互いに刺激し合い高められるのにと感じました。ちなみに今は年に2回のみ全体合宿を行っているみたいです。

今回からスコットランドで研修をしている大野将平さんとも一緒に参加しました。大野さんはスコットランドから私はキャンベリーから選手を育成し、イギリスの強化に少しでも貢献できたらと思っています。1年をスタートする上でとても充実した合宿となりました。

・13－14日とイタリアのミラノでコーチセミナーと柔道教室をしてきました。去年はナポリに行ったのですが、同じイタリアと思えないほど異なっていたように思います。もちろん柔道熱は変わらず熱く、柔道が人気のスポーツになりつつあることを感じましたが、景色や料理は全くの別物でした。ナポリは海沿いで海産物を使った料理。ミラノは海沿いではないことから野菜や穀物を使った料理が多かったです。どちらも美味しく、さすがイタリアだなとも感じました。

柔道のスケジュールはびっしりでしたが、たくさんの人が参加してくださり、積極的に習おうとする姿が素晴らしく、技術を磨く事が好きな人達だなとも感じました。イタリア選手の技術に光るものを感じるのはこのような探究心からきているのかとも思いました。また今回は技術を教えるだけでなく、試合前のウォーミングアップをどのように行うかを聞かれ、それを実際に一緒に行って欲しいと言われました。これはコーチからの要望で、若い年齢からどのように自分の体を起こし、試合に向けて準備をするのかを感じてもらいたいとのことでした。コーチの着眼点が面白く、実用性に優れているなど



イタリアの人が畳で作成して下さった文字



スコットランドコーチの北原さんと研修中の大野さんと

感じました。

19日に立教英国学院にて講演をさせていただきました。質問形式のものは今までも行ったことがあったのですが、自分が教壇に立ち約1時間話すということは今までになく、このようなちゃんとした講演会は初めてでした。資料作りから発表まですべてが初めてで不安ばかりでしたが、とても良い経験となりました。これもイギリスに来てから挑戦する大切さを改めて感じ、失敗を恐れず挑戦するみんなの姿から刺激をもらえたからです。イギリスでは挑戦してどうだったか？の結果に対してではなく、挑戦したことに対して周りが称えます。だからみんな失敗を恐れず、挑戦することができる。これはとても良い文化だなと感じています。

講話内容は学校側の期待に添える内容だったかは少し不安ですが、人前で話すということに挑戦してみて、今の自分に少しだけ自信を持つことができました。自分自身でもなぜ？と疑問に感じています。少し成長したかも？と思っている自分がいます。私はこの経験が必ず、今後に生きてくると確信しています。この講演依頼を受け、挑戦して良かったと思うと同時にこの機会を頂いた立教英国学院の皆様にも感謝の気持ちでいっぱいです。

2月は家族が先に帰国するということもあり、引越しの準備に追われました。ですがイギリスで過ごす貴重な時間を最後に家族で共有することができました。

英語が理解できなくて学校に行きたくない毎朝泣いていた私の子供達が、今や友達と離れたくない泣いている。学校の最終日に別れを惜しんで泣いてくれる友達。「頑張って友達作ったのに〜。」と泣きじゃくる娘。イギリスから離れるのが辛いと漏らす私の妻。

イギリスに来る際にはこうなることを全く予想もしておらず、不安ばかりが先行していたのを今でも覚えています。

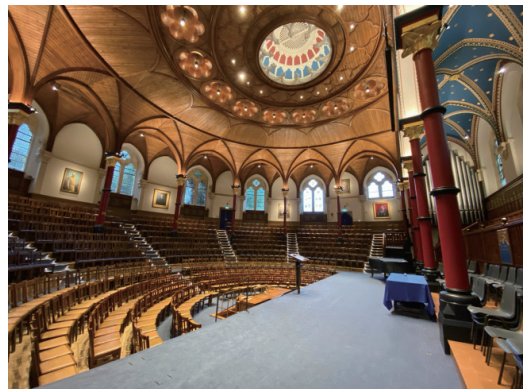
ですが私達家族はたくさんの優しさに触れ、イギリスの素晴らしさを知りました。離れるのが辛いと思うくらいイギリスでの生活は充実したものになったんだと思うと今まで手を差し伸べてくれた、たくさんの人の顔が浮かびました。この経験は私達にとって



とても大切で、かけがえのないものだったと心から思っています。

・2月22日にはHarrow schoolという私立の学校に出向き、柔道教室を行ってきました。

そこは実際にハリーポッターが撮影された場所でもありました。イギリスは歴史を大切に、建造物をいかに長く綺麗に保てるかということを重視しているように思います。古くなったものを壊すのではなく、その良さを残しつつ修繕する。だから歴史を感じる建物がたくさんある。すごく神秘的で不思議な感覚に陥りました。



また柔道のセッションではみんなが真剣に聞いて下さり、短い時間でしたがとても充実した時間となりました。やはり何事にも真剣に取り組む人の姿は良いと感じることができました。

またその週末の25日にはEnglish Openという大会の視察に行きました。やはり試合は格別で得るものが多いと感じつつ、選手の頑張りを結果に変える難しさを実感しました。まだまだ若い選手が多いからこそ、1つのアドバイスで試合が左右される。改めて自分自身もっと力をつけ、選手を良い方向に導けるような指導者になりたいと思いました。

3月16日には私と同じJOCの研修を利用し、イングランドでフィールドホッケーを教えている藤本さんのところに行ってきました。フィールドホッケーを観戦するのは初めてでしたが、とても楽しかったです。



藤本さんは渡英してからコーチ兼選手として活動しており、私が観に行ったときにも試合に出場されていました。奥様も一緒に渡英されており、奥様もホッケーの選手ということでルールを教えてもらいながらの観戦ができ、とてもわかりやすく楽しい時間となりました。また藤本さんはフィールドホッケーから発の研修生ということもあり、苦勞されたお話しなどもありましたが、フィールドホッケーから指導者研修という新たな道を切り開かれたことは今後のフィールドホッケーにとって間違いなくプラスであると感じ、目が離せなくなりました。柔道とはまた異なった状況であるホッケーのお話しや、試合後のミーティングまでとても興味深く、得るものが大きかったです。また日本でもぜひ観戦に行きたいと思いました。

また17日には私の拠点であるキャンベリー柔道クラブで柔道教室をさせて頂きました。これは日頃からとてもお世話になっている柔道クラブで最後に柔道教室をさせて頂きたい！と私からお願いしたものです。何か少しでも恩返しをしたい！何か残したい！

という想いから志願し、ヘッドコーチが承諾して下さいました。当日は子供から大人までたくさんの方が参加してくださり、とても楽しい時間となりました。

子供達には私の願いを込めて、担ぎ技を中心に教えました。というのも技を仕掛ける上で難しいのは、回転する技だと気付いたからです。小さい頃に背負い投げや体落としといった回転して担ぐ動きを練習しておくと思わず、将来に活きると感じたからです。これも私が小さい頃に通っていた道場の先生からの教えです。引退が近づいた頃に気付いた点ではありますが、練習してほしいという願いを込めて教えさせて頂きました。それと大人の方も積極的に取り組まれている、大人が趣味で行う柔道も日本でもっと増えてほしいなとも感じました。

1日を通してたくさんの方と触れ合い、開催できて良かったと感じ、思い出の日となりました。

・29-31日にはスペイン・バレンシアの柔道教室に行きました。スペインには4つのナショナルセンターがあり、その1つがバレンシアにあります。

道場もすごく大きく、トレーニング施設も完備し、宿泊施設もある。強くなるためには完璧な環境がある場所でした。また選手の意識もレベルも高くてびっくりしました。その道場には、スペイン人だけでなく、さまざまな国の選手が近くに住み、練習、生活をしているとのことでした。そのおかげもあって柔道教室に参加してくださった子供から大人までの方々も凄くレベルが高く、教えが良かったです。そのヘッドコーチは私が現役時代、よく練習していた選手で、世界選手権の銀メダリストです。もの凄く強く、試合でやりたくないと思っていた選手でした。その選手が先生となり、普段から80人を超える選手をまとめていると聞き、凄いと思うと同時に私も頑張らなくてはと思いました。相変わらずスペイン料理はとても美味しく、つい食べすぎてしまいましたが、とても充実した時間となりました。今回お誘い頂いた、カメラマンのGabiさんや道場のヘッドコーチSugoi先生にとっても感謝しています。

ヨーロッパで行う最後の柔道教室と思うと特別で感慨深いものがありました。英語で説明することにも自信がつき、携帯のメモも使わずできるようになっている自分にびっくりです。ですが、帰国後も英語の勉強を引き続き行い、忘れることがないようにすることが重要だとも感じています。引き続き勉強していきます。

帰国前に柔道クラブの方がお別れのパーティーを開いて頂きました。Walesで語学学校に行き、英語の基礎を学び、柔道連盟で柔道の位置付けやイギリスの習慣や文化を知りました。その後、Camberleyで柔道クラブに通い、午前中から柔道に触れることでよ



り細部に渡り指導にも打ち込めました。またクラブはどうやって経営していくのかも学びました。どちらかが欠けていたら、成り立たなかったと私は思っています。場所を移動するきっかけがなかったら、この経験はできなかった。この2年間本当に充実した期間となりました。

今後はこの研修で経験をしたことを必ず活かしていきます。私は全日本のコーチもさせて頂いておりますので、パリオリンピックに向けてすぐに選手とコーチとコミュニケーションを取り、少しでもサポートができるよう精進していきます。また私自身がいま考えていることは、所属の選手の強化、育成とコーチの意識改革、組織の強化です。私はパーク24株式会社で柔道部のヘッドコーチをしています。柔道部ができてまだ日が浅いということもあり、コーチ達もまだやるべきことが確立されていません。コーチの意識を変えることで、選手をもっと高い位置に押し上げることができると私は思っています。

その部分は積極的に改革し、まずは所属から変えていきたいと考えています。私の所属している柔道部は今の全日本ではトップにいる選手が多いです。所属を変えることで日本全体にも影響を与えることができると考えています。それとより思い知らされたことがあります。やはりヨーロッパの選手のポテンシャルはすごいです。身体能力も考え方も日本人とは違います。日本人が世界で勝っていくには、やはり細かい練習を毎日積み上げていくしかありません。ですが今の外国人選手も練習の質が上がり、勝てなくなっているのも現状です。そこで感じたのが日本人は練習が一番といい、実践練習ばかりに頼っているということです。日本は選手とコーチの距離感が遠く、反省や研究も選手に任せっきりになっています。試合前にコーチがビデオを観て、アドバイスをします。そんな程度です。もちろん全日本のコーチと選手が会う機会が少ないので、難しいと思います。でも所属のコーチはほぼ毎日一緒にいる時間があります。日本にもポテンシャルの高い選手はたくさんいます。でもそういう細かい部分を詰め切ることができず、同じ失敗を繰り返し、勝ちきれない選手を私は見てきました。私は見てきたからこそ、試合後に自分の試合映像を繰り返し観て、反省、課題を明確にし、次の試合に活かしていました。

海外の選手はコーチと選手の距離が近く、想定、反省、復習を必ずしています。課題が明確になるため、同じ失敗を繰り返しにくいのです。

練習量、質もちろん大切ですが、やる目的、改善する課題を明確にし、それを選手とコーチで再認識し、練習に取り組むということができたならもっと強い、隙のない選手を育成できると考えています。まずはその細かい部分というのを詰める作業を所属からしていきたいです。

それともちろん柔道人口の歯止めにも取り組まないといけません。その部分での具体的な策はまだ見つけることはできなかったのですが、これも小さい事から取り組むしかないと思いますので、柔道の素晴らしさをもっと広めていけたらと思っています。

世界から日本をみることによって様々なことを感じることができました。この経験を自信に変え、自分から意欲的に行動し、心のある指導者になっていきたいと思っています。

そして「渡英して海老沼は変わった！進化した！」と言ってもらえるよう、今後も歩んでいきます。

この貴重な機会を活用させて頂き、本当にありがとうございました。

研修員報告〈トライアスロン 忽那 静香〉



令和4年度・長期派遣（トライアスロン）

I. 研修題目

アメリカ合衆国におけるジュニア育成プログラムと、タレントIDシステムを学ぶ。

II. 研修期間

2023年1月10日～2024年12月11日

III. 研修地及び日程

（1）主な研修先

USA Triathlon



（2）受入れ関係者

Scott Schnitzspahn (USA Triathlon High Performance Director)

Aleck Hewett (USA Triathlon High Performance manager)

Parker Spencer (Team Project Podium head coach)

Morgan Hoffman (Team PlayTri head coach)

（3）研修日程

〈通常研修〉

2023年1月10日～9月18日及び2024年1月2日～2024年11月末日をTeam Project Podiumにて研修を行った。

2023年9月23日～12月30日までを、Texas州DallasにあるジュニアチームPlayTriにて研修を行った。

〈特別研修〉

「アメリカ国内のジュニアレース及び普及レース等の視察」

2023年4月13日～16日 Americas Cup St. Peters帯同

2023年4月22日～23日 USAT Multisport National Championship Festival (Dallas)
視察

2023年7月13日～16日 Americas Cup Long Beach視察

2023年8月3日～5日 USAT Youth & Junior National Championships (Milwaukee)
帯同

2023年8月25日～27日 XTERRA World Cup Beaver Creek視察

2024年3月6日～9日 North America Junior championships (Miami) 帯同

2024年4月5日～7日 Ironman 70.3 Ocean Side視察

2024年 4 月21日	Rip Roar Triathlon (Arizona) 視察
2024年 4 月28日	Cactus man Triathlon (Arizona) 視察
2024年 7 月11日～14日	USAT Youth & Junior National Championships (West Des Moin) 帯同

Ⅳ. 研修概要

研修題目の細目

(1) 米国のジュニア育成プログラム

- ①USA Triathlonとは
- ②米国ジュニア育成チーム「Team Project Podium」とは
- ③Parker Spencer コーチ
- ④学業と競技の両立
- ⑤主なチームサポート
 - 1) Intermountain Health
 - 2) Cyclologic
 - 3) INSCYD
 - 4) Alphabeats
- ⑥チーム文化
- ⑦練習環境
 - 1) スイム練習環境
 - 2) バイク練習環境
 - 3) ランニング練習環境
- ⑧一般的なジュニアチームの例（テキサス州ダラスPlayTri）
 - 1) チーム構成
 - 2) 練習日数及び内容
 - 3) 目標設定
 - 4) MorganHoffmanコーチの日常
 - 5) このチームで感じた事
- ⑨SNSの活用

(2) タレントIDプログラム

- ①エリート・タレントIDプログラム
- ②高校生リクルートメントプログラム

Ⅴ. 研修を終えて

- (1) 研修全体を通して
- (2) 謝辞

(1) 米国ジュニア育成プログラム

①USA Triathlonとは

まずは今回私を研修生として受け入れてくれたUSAトライアスロン協会（以下USATとする）とはどのような団体なのかを説明したい。USATは1982年に設立され、年間3,500を超えるマルチスポーツイベントとレースを認可し、毎年300,000人を超え

る会員をサポートしている世界最大のマルチスポーツ団体である。トライアスロン競技発祥の国として、常に世界のトップで戦える選手を輩出し続けており、その舞台はオリンピックのみならずIronman、70.3、T100、XTERRAなど多くの種目でヨーロッパと肩を並べている。2000年からオリンピックの正式種目になったトライアスロン競技でのメダル獲得数は金メダル1、銅メダル2と女子選手が獲得している。USAトライアスロン協会には慈善部門として2014年にUSAトライアスロン財団が設立され、主に水泳、自転車、ランニング、それに付随するマルチスポーツを行う機会をアメリカ国民へ提供することで、アメリカ国民の生活を「健康的」「活動的」に変え、より健康的な国作りという使命を追求している。どうしても敷居が高いと思われがちなトライアスロンだが、アクアスロンやデュアスロン、アクアバイク、アクアランなど取り組みやすい方法で、マルチスポーツファミリーへ迎え入れる工夫をしている。また、慈善寄付や助成金を通じて、若い選手やパラリンピック選手の育成にも貢献しており、「資金がなくトライアスロンに挑戦する機会がない」という事が起こらないようなプログラムとリソースを用意し、すべての人にトライアスロンへ挑戦できる機会を提供することに力を入れている。

②米国ジュニア育成チーム「Team Project Podium」とは

今回、研修先のUSATハイパフォーマンスチームから紹介してもらったのが、世界的にも類を見ないジュニア育成チームのProject Podiumだった。2028年のロサンゼルスオリンピックへ向けて、10年計画で男子選手を育成していくこのプログラムは2018年からスタートした。近年米国は、女子選手の活躍は目覚ましいが、男子選手はトップ選手の層が薄く未だかつてオリンピックでのメダル獲得



に至っておらず、自国開催に危機感を感じた事がこのチーム発足に繋がっている。力のある選手でも経済的な点から、プロとしてより賞金が稼げる大会（Ironman、70.3、Super Tri、T100など）へとシフトしていく傾向がある。また、大学卒業後のタレントIDプログラムは現存するものの、競技転向時にはすでに年齢が23歳以上、NCAAで競技してきたハイレベルな人材ではあるが、育成に数年を要し競技人生が短い。このことから、高校卒業後、他のスポーツへ流れて行ってしまう選手をトライアスロンへ向かせ、トップ選手を育てる方針でチームはスタートした。創立当初はジュニア期にトライアスロンで結果を出してきた選手を集めて来ていたが、なかなか思うように育たなかった。そこで2023年からHigh School Recruitment Programを開始。全米の高校生の水泳や陸上、クロスカントリー、自転車競技の大会の結果をリサーチする人材を雇い、そこから有望な選手をピックアップしコンタクトを取る。その後、選手、家族の同意が得られれば18歳からこのチームで世界を目指すべくトレーニングを開始する。23歳に達した選手はProject Podiumを卒業し、米国代表選手やオリンピックを指導する、ライアン・ボルトンコーチやイアン・オブライアンコーチなどの元でトラ



イアスロンのキャリアを続けていける道筋を作り、世界で上位に食い込む選手を輩出し続ける事がチームの目的である。

・Project Podiumの特徴として主に以下の事が挙げられる。

- 1) 18歳～23歳までの男子選手。
- 2) 3種目のうち、1～2種目は専門種目において特出した才能を持っている。
- 3) コーチはNFの専任コーチ。
- 4) チーム員全員アリゾナ州立大学に入学し、練習、寝食、遠征を共に過ごす。
- 5) 活動資金は独自のスポンサーやドナーにより賄われている。

現在は18歳2名、19歳1名、20歳4名、21歳2名、計9名の選手が在籍しており、うち1名は2024パリパラリンピックに初出場したアメリカ代表PTVIのOwen Cravens選手である。彼は視覚障害を持っているが、天性の運動神経の良さで健常者と変わりなく同年代の選手達と同じメニューを行っている。また、この若いチームと共に練習している38歳のChris Hummer選手もまた2024パリパラリンピックPTS5の金メダリストだ。こうして、健常者のジュニア選手とパラ選手が同じチームで練習することにより、相乗効果が得られているのはParkerコーチの意とするところでもある。

③Parker Spencerコーチ

Team Project Podiumを率いるのが、USAT専任コーチのParker Spencerヘッドコーチである。現在36歳の彼は、2022年にUSATオリンピック部門年間最優秀コーチ賞を最年少で受賞した。リバティ大学在籍中は運動生理学を専攻し、大学卒業後はバージニア州リッチモンドにあるエンドルフィン・フィットネス社でトライアスロンのパーソナルトレーナーとして就職。その後は出身校のリバティ大学のトライアスロンチームのコーチと、その他にも自転車競技やスイムチームのヘッドコーチにも就任するなど、いくつもの顔を持つコーチである。現在もUSATハイパフォーマンスチーム・シニアマネージャーとして、アメリカの強化における重要人物であり、Project Podiumの指導をしながら自転車競技の若手選手やトライアスロンのエイジグループのパーソナルトレーニングも行っており、若くして経験豊富なコーチと言える。

彼のコーチングは非常に科学的で、すべてにおいて各分野のスペシャリストと連携を取る事でそれぞれの選手の最高のパフォーマンスを引き出す事に成功している。水泳が不得意な選手は専門のコーチにフォーム指導を依頼し、自転車はUSAサイクリング協会のコーチを雇い定期的なスキル練習や集団走行を徹底的に行い、ランニングは代謝テストから分析されたゾーンをベースに練習を組み立てるのが、彼のやり方だ。その他にも、栄養士、スポーツ心理、フィジカルセラピスト、フィ



日本の次世代選手とParkerコーチ

ジカルトレーナー、病院との連携(定期的な血液検査と体組成測定など)、バイクフィッティングなど、数多くのスタッフやサポーター、寛大な寄付者達がParkerコーチを手助けしてくれており、年々チーム環境が改善され進化している。そのすべてをマネジメントするのもParkerコーチの役割でもあるので、彼の仕事量は計り知れないものである。2024年時点ではチーム運営は軌道に乗っているように見えるが、ここまでの道のりは険しく6年目にしようやく成績が伴ってきた。現にチーム発足3～4年までの在籍していた選手で現在も最前線で戦い残っているのは2名のみである。Parkerコーチは自分の役目は、プロジェクトポディウムのヘッドコーチとして多くの若きアスリート達と出会い、様々な面から「選手」として強化するだけでなく、少年達が自立した「大人」になるのを手助けし、彼らがチーム員同士で絆を深め団結するのを助けることである、と話してくれた。それもあってか、大概の事は選手同士で解決する逞しさも身につく。日本の同年代の選手より遥かに自立している印象である。

2023年には現チーム員Luke Anthony選手の父親でもあるJhon Anthony氏と共同で「Podium Coaching Groupe」を創設。同年に有力なコーチ陣を保有するBAM (Balanced Art Multisport) を買収した。BAMのヘッドコーチであったWes Johnson氏は2021年のUSA Triathlon Developmental Coach of the Yearにも選ばれ、2024年からはアリゾナ大学にてNCAAディビジョンI女子チームのヘッドコーチとしても活躍中の若き有能なコーチである。これにより、Project Podiumへ参加できない有望な選手達は、Podium Coaching Groupeのコーチ陣により指導を受け、ここでもハイパフォーマンス選手育成を同時に行っている。2024年5月でチームを卒業したAndrew Shellenberger選手は選手活動を行いながら、ここでトライアスロンコーチも行っており、選手が一線を退いた後の道筋もできていると感じた。

2024年にはSuper Triシリーズへ新規参入し、有望な18歳～20歳の若手選手が世界のトップ選手と共に闘える場所を作り出すなど、常に新たな視線と世界の動きをキャッチした強化体制を目指しており、世界的に見ても唯一無二の育成プログラムと言っても過言ではない。



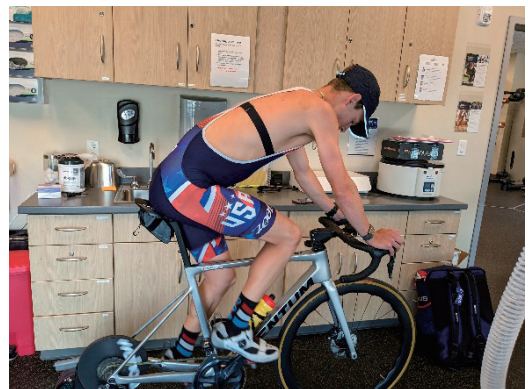
④学業と競技の両立

Project Podiumはアリゾナ州立大学（以下ASUとする）とパートナーシップを締結しており、チーム員は高校卒業後にASUへ入学する。（入学金、授業料などは免除）オンラインコースに在籍する為、世界中どこへ遠征していても授業が受けられる体制である。アリゾナにいる10月～5月までは基本的に朝のスイム練習、午後からバイクかランニング練習をチームとして集まって行うので、その他の時間帯に選手達はその日の授業を受ける事になっている。そのおかげで選手達は週7日、1日4時間～6時間のプロ並みの練習を、学校の授業の時間を気にせず行う事ができている。授業は自分の都合の良い時間に受講する形態だ。また大学の素晴らしい施設も使える事は非常にありがたい。

⑤主なチームサポート

1) Intermountain Health

ユタ州ソルトレイクに本社を置く、非営利医療システム。夏季に選手が活動するパークシティにも病院があり、スキー、スノーボード、自転車競技に特化した医師やフィジカルトレーナーを保有する。中でもDr.Testaは長年プロサイクリングチームのドクターや世界選手権三連覇を達成したPeter Sagan選手のコーチも行っており、現在もパークシティでバイクのコーチングを続けている経験豊富なドクターである。ここでチーム員は乳酸カーブテストやバイクフィッティング、定期的な血液検査、怪我や故障時の診察、リハビリを無料で受診できるのは2拠点で練習を行う彼らにとって非常に安心できる環境である。



2) Cyclologic

アリゾナ州スコッツデールにあるバイクショップ

Cyclologicで、選手達はバイクのメンテナンスやバイクフィッティングを受けている。選手がお世話になっているバイクフィッターのParaic McGlynn氏は2012年にCyclologicを設立し、TREK北米技術インストラクターでもあり、全米からフィッティングを受けに選手が集まってくるほどである。選手達は年に数回、ここでのバイクフィッティングをチームルールで決められている。体の柔軟性、可動域など計測後、モーションキャプチャーを用いて動作分析を行う。これにより、1年の中でも微妙な調整を続けていく事で常に良いポジションでレースに挑めていると感じた。

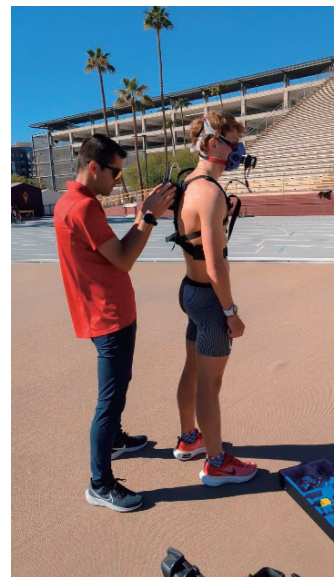


3) INSCYD

INSCYDはスイスに本社を持つアスリートの持久力パフォーマンスを分析する運動パフォーマンス ソフトウェア会社である。元々は自転車選手へのサービスがメインだったが、チームは2023年からスポンサーシップを結び、INSCYD独自のデータ分析結果によりバイクとランの強度及び練習内容などを決定して行ってきた。これにより、今まで以上に「個」に対する練習内容へと変わっていった。選手それぞれ身長、体重、体脂肪、エネルギー代謝も違う中で、スプリント能力を育てるのか？持久系能力を育てるのか？このINSCYD社の分析でははっきりと示されているようだった。またゾーンもはっきりするため、それに基づいて行う練習の効果は大きかった。このデータは個人情報でもあり、共有させてはもらえなかった。しかしこのシステムを利用するようになり、明らかに結果は現れており、日本でもこのようなサービスを利用できるようになると面白いだろう。



Vo2maxはトレッドミルではなく、実走感を大事にしたいというParkerコーチの意向により、写真右側のように背負って計測できるタイプを使用していた。



4) Alphabeats

オランダの脳波トレーニング機器会社。朝、練習前後や就寝前などに専用ヘッ

ドバンドを装着し、脳波のモニタリングを行う。モニタリング中にはアプリで好きな音楽を流し集中力を維持する。これにより、睡眠、集中力、回復力を向上させる高度なメンタルパフォーマンスツールで、定期的に使用することにより、不安が減り、より落ち着いた気分になれるという事から、練習やレースのパフォーマンス向上へ繋がっていく。ここも2023年夏からLA2028までの4年間、チームをサポートすることが決まっている。



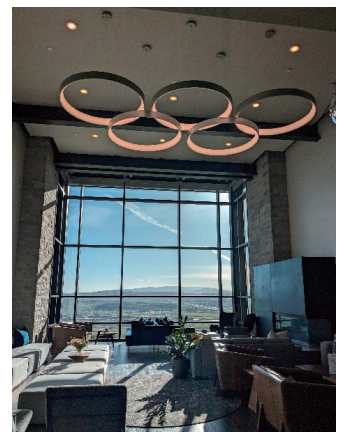
⑥チーム文化

Parkerコーチがチーム結成時から大切にしている部分に「チーム文化の継承」というのがある。毎年新しい選手を受け入れていく中で、チーム内でのいわゆる先輩が新入生に対し「チーム員たるもの」を教えていく事である。日本人として非常に共感の持てる部分であった。「練習開始5分前には集合すること」や「コーチが話をしている時は集中して話を聞く」など、基本的な事ではあるが今までそういう環境にいなかった選手達にはなかなか守れない事でもある。また週に1～2度の体のケア、数か月に1度のバイクフィッティング、月末の経費精算提出など、ひとつでも遅れた者には罰金など、期日を守る事には厳しく指導が入っていた。アメリカ人は日本人に比べると他人に介入、詮索することは少ない。特に若い選手は他の選手がどうだとかはあまり気にしない。これについては良い面もあるが、「助け合い」「思いやり」という面からは少々ネガティブさを感じた。しかし、こういう面も月日経って成長するにつれ、優しい一面を見られたり、チーム員を気遣う一面を見られたり、コミュニケーションがスムーズに行われていたりすると1日1日が彼らの土台となっていることは間違いない。

⑦練習環境

1年の約8か月間（10月～5月）、ASUのあるアリゾナ州テンピに拠点を置き、チームが契約しているアパートメントで共同生活を行い活動している。このルームメイトを決めるのにはクリフトンストレンクス（性格テスト）を用い、その選手の性格の特徴を考慮して組み合わせる徹底ぶりである。18歳で家を出てきた選手達は、学業とハードな練習に加えて自分の身の回りの事（掃除、洗濯、食事の買い物やレース準備など）から覚えなくてはならない。

日本のように寮食がある訳ではなく、ハードな練習をする中、適切な栄養を補う能力が自然と養われていく。必要に応じて栄養士とミーティングをする選手もいる。ロン



グランをする環境、バイク練習のできる自転車道や州立公園、大学（プール、陸上トラック、ジム）、フェニックス空港もすべてアパートの傍にあり、非常に良い環境だと言える。この環境もまた、チーム発足時にParkerコーチが全て考え作り上げてきた物だ。ASUとのパートナーシップにより、チームの選手達は一流の運動施設を利用できている。ASUなどのNCAAディビジョン1の学校は、優れた運動リソースを提供しているため、チームにとっても非常に有益だ。ASUのスイミングチームには、世界的にも有名なレオン・マルシャン選手やそのコーチであるボブ・ボウマン氏とトレーニング環境や雰囲気を共有することができ、選手達のモチベーションにも繋がっている。

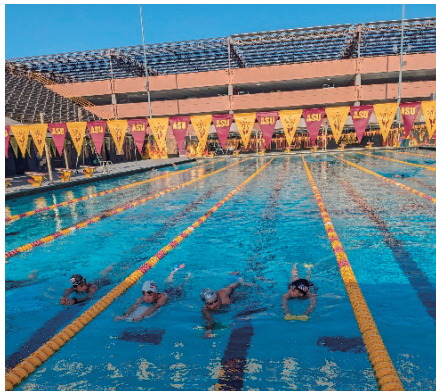


夏の期間滞在するユタ州パークシティでも、ユタオリンピックパークレジデンスを2人1部屋で借り共同生活を行うが、ここでも基本的に食事は自炊。冬のアリゾナは避寒地としても有名なだけにオフシーズンを快適に過ごせるが、夏は灼熱になる為、計画的なトレーニングは見込めない。気温45度を超えることもよくあり、運動できる時間は早朝の数時間のみ。夜も気温が下がっても30度以下になるのは夜中ぐらいなので、理想的なトライアスロン トレーニングを行うことはほぼ不可能だ。この課題を克服するために、チームは夏の4か月間の練習拠点をユタ州パークシティに移し、高地トレーニングブロックとしていた。パークシティは標高約2,000メートルに位置し、高地トレーニングには理想的な環境。選手の滞在先であるUtah Olympic Park Residenceは、主にウィンタースポーツに使用される宿泊施設ではあるが、夏の間は混雑が少ない。選手達はキッチン付きのアパートメントタイプに長期滞在するのでアリゾナとほぼ変わらぬ生活を行える。夏の期間は世界的なサイクリストやMTBの選手、陸上選手も合宿で訪れる事がある場所でもある。車でわずか30分で約800メートル下降して低地に容易に移動できるので、高地トレーニングと低地トレーニングの完璧なバランスを有している。また、パークシティの練習環境は多用途であり、陸上トラックやプール、ジム、ランニングとMTB向けのトレイル、多様なバイクコース、オープンウォーターの出来るチームドナー宅が使用できる事や湖へ簡単にアクセスできる事、Intermountain Health（病院）との連携も、高地トレーニングで有名なフラッグスタッフよりもパークシティを選ぶ要因のひとつだそう。選手達は夏場のレースはここから各自のレースへと出発していく。

1) スイム練習環境

〈アリゾナ州〉

通常の練習はASUの大学プールを使用し、週5日チーム練習を行う。週末の自主練習ではEldorado AquaticかCactus Aquaticsで行っていた。選手拠点から車で30分ほどの所にSaguaro湖があり、4月末～5月末までの約1か月間は週1でOWSを行う。



〈ユタ州〉

通常のスイム練習はPark City Aquatic Centerの25ヤードプールを使用して行う。週末の個人練習時にはBasin Recreation FieldhouseもしくはPark City Municipal Athletic & Recreation Centerのプールを使用。ソルトレイクに降りればSteiner Aquatic Centerの長水プールも利用できる。パークシティにはチームドナーの家があり、そこには人口の池がある。3角形で1周約200mほどの距離が取れるので、短時間で練習する分には申し分ない環境である。水は常にろ過されており非常にきれいだ。デッキや人口の砂浜もあるので、ビーチスタートやポンツーンスタートを見立てた練習もできる。ここで週に1度のOWS練習を行う。ここが使えない場合は車で30分ほど移動したJordanelle State Parkへ移動し、湖で練習を行う事もあった。



ここでは大きなボートや水上スキーも乗り入れているので、練習時はParkerコーチがSUPに乗ってサポートを行う。

2) バイク練習環境

〈アリゾナ州〉

バイク練習に向いているか？と言うと選手達の拠点からはやや車通りの多い通り沿いを1時間ほど走らせないと、走りやすくはならない。しかし、どこの練習場所へも拠点から自走で移動することが出来る為、ベース時期に距離を乗りたい選手は自主的に集合場所まで自走する。登坂を用いたパワートレーニングを行う場合はSouth Mountain Regional Parkへ。ここは約10kmの登りがあり、砂漠地帯のテンピ周辺ではなかなかここまで整備された長い登りを見つけるのは大変である。ま

た、集団走やペースライド、インターバルではBush Highway Roadを使用。ここもなだらかな起伏があり、単調ではあるが車も少なく集中して練習できる環境。

テンピから南へ160km離れたTucsonという町では毎週土曜日の早朝に地元バイクショップが開催するShootout Rideという練習会があり、サイクリストも参加するのでレベルも高い。100kmほどの行程をスタート時は100名ほどの大集団で走行する中、最後まで先頭集団に残る事がひとつの目標で参加していた。これに参加することにより、チームメイト以外の選手との集団走も経験できるのと、スピード変化への対応力も自然と身につく。

〈ユタ州〉

選手達はそれぞれMTBも持っているため、パークシティではオフロードの練習も日々のバイク練習に取り込んで行っている。MTBライドは自転車のスキルアップ（ペダリング、ライン取り、バランス感覚など）にも繋がるのでParkerコーチは積極的に取り入れている。ロードバイクの練習も申し分ない。最高到達地点標高2,962mへは、滞在先から1時間以内で到着できる。年々交通量は増えているようだが、夏場はアメリカ国内や海外からもサイクリストが集まってくるので、サイクリストに対するドライバーの意識は高いと感じた。ここでもまた、毎週水曜の夜にWednesday Night Worldというプロサイクリストも参加するような練習会が開催しており、選手達は参加していた。このように誰でも気軽に参加でき、かつレベルの高い練習会が身近にあるのは非常にうらやましい環境である。



3) ランニング練習環境

〈アリゾナ州〉

日々のベースとなるロングジョグなどはCanal沿いのオフロードパスを利用。整備されたアスファルトを走る事はほとんどない。週に1度、ASUのトラックを利用してインターバル走を行う。



〈ユタ州〉

唯一の欠点は、滞在先が坂の上にあるのでどこへ走りに行くにも車で移動しなくてはならないという点だが、トレイルは無

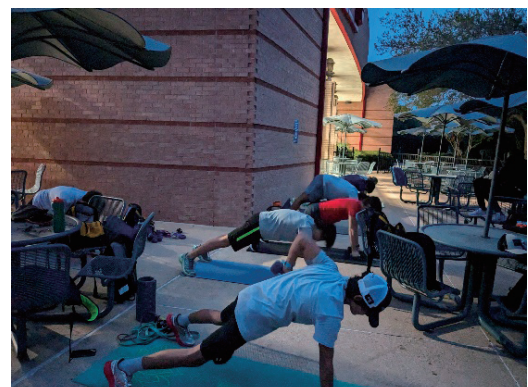
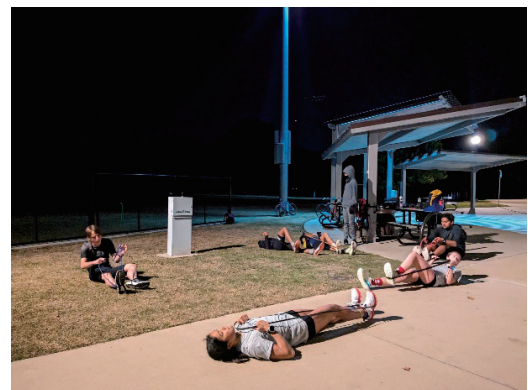


数にあり走る環境に困る事はない。1年目のロングランは選手の疲労感を見ながら平地の不整地を選ぶこともあったが、2年目はJeremy Runchという起伏コースのみとなった。合宿に来た日本人選手は「地面が硬い」と言っていたが、チーム内で故障する選手は居なかった。週に1度のトラック練習は標高1,300mのソルトレイクに降りる事がほとんどで、ソルトレイクの高校のグラウンドを使用して行った。アメリカでは高校の競技場は一般開放されていて、近所の人達も自由に使えていたが、コロナ以降は敷地内への立ち入りが制限されるようになったようだ。その為、自由に使える学校も限られており当日現場に行っても使えないと言う事もしばしばあった。標高2,000mにあるPark City高校は更にルールが厳しく、事前申請は必須で競技場へ入場した後はゲートの鍵の施錠が原則とされていた。

⑧一般的なジュニアチームの例

2023年9月～12月の期間、Project Podiumはオフトレに入るのので、テキサス州ダラスを拠点にしているジュニアチームPlayTriの視察に行った。このチームのヘッドコーチはMorgan Hoffmanという女性コーチで、自分と同性ということもありParkerコーチとはまた違う距離感で研修することができた。アメリカ国内にはこのようなUSATが認定する(ある一定の基準をクリアしたコーチが在籍するチーム) High Performance Teamが多く存在しており、真剣に競技を取り組みたい選手の問い合わせに対し、居住地近くのチームを紹介するシステムも存在する。もちろん、そのコーチと会わない場合は、遠隔地でもコーチングを受ける事ができるのがアメリカでは一般的だと感じた。

PlayTriのあるテキサス州はトライアスロンが盛んな場所でもありジュニアチームも多



く存在する。州内の横のつながりも大切にしており、夏にはテキサス州内でも地域で集まって合同合宿を行う等、選手同士のつながりや向上心に繋がっていると感じた。実際には冬の3か月間に研修を行ったので、そのような合宿の見学はできなかったが、私が着目したのはUSAT育成プログラムに入れないジュニア期の選手達が、どのようにトライアスロンと関わりどのような練習をし、コーチはどのような対応をしているのかなどに興味を持ったからだだった。

1) チーム構成

PlayTriは言わば、日本でのジュニアトライアスロンスクールである。しかし前述した通り、USAT認定のHigh Performance Teamであることから、年に一度

カテゴリー	対象年齢	月謝
Junior Development Athlete	13～19歳	\$200
Junior Distance Athlete	13～19歳	\$200
Junior High Performance Athlete	13～19歳	\$250
U23 Local Athlete	19～22歳	\$250

のYouth&Junior National Championshipsでの上位入賞を目標に、日々の練習に励んでいる。コーチング費用は月謝制。このチームでは3か月に1度のBenchmark Testで基準タイムをクリアした選手は、上のカテゴリーへ上がる資格がもらえるシステムだ。Distance Athleteとは、ダラス近郊には住んでおらず他の州やテキサス州でも通常の練習に通えない選手



の事で、スイムは地元の水泳チームでの練習、バイクとランはMorganコーチと週に1回のTraining Peaksを使用したトレーニング提供及びZOOMコールで進捗とコミュニケーションを図っている。

2) 練習日数及び内容

練習日数は週6日。スイムは公共プールを時間で借りての練習。夏の期間は毎週土曜日に湖でのOWS練習を行う。バイクは公道を走る事が多く、スキル練習などは公立の中学校の駐車場などを利用して行う。ランも学校のグラウンドは一般開放されているので、そのグラウンドを利用して行う。この年代のトレーニングで重要視されていたのは、基礎体力、体づくり、バイクを安全に走る為のスキル練習だった。特に体づくりについては、アメリカトライアスロン界を代表する、Barbara LindquistやGwen Jorgensenなど多くのオリンピックメダリストを見てきたBobby

Training Schedule	Mon	Tue	Wed	Thur	Fri	Sat	Sun
Swim	1.5h	—	1.5h	—	2h	1h	—
Bike	—	1.5h	—	1.5h	—	2h	—
Run	—	1h	—	1h	—	—	—
Strength & Core	1h	—	1h	—	30min	—	—

McGeeコーチとも協力関係で、ランニングに生きる内容をサーキット形式で行っていた。土曜日のバイク練習は基礎体力向上のためのロングライド。ナショナルホリデーなどは休みとなる。

3) 目標設定

各レベルでの目標設定も大事にしており、入会直後は練習について行くのがやっとなレベルだが、補強トレーニングの正しい動きから教わり、徐々に体力も付き、他の選手達と同じような練習ができるようになる。2～3か月に1度のBenchmarkの更新、最終的な目標としては国内最大イベントでもあるJunior Nationalsでの上位入賞である。私から見れば非常に整った練習環境だと思うのだが、Morganコーチの目標は「他の恵まれた環境で育つ選手」に勝てる選手を育てる事だそう。つまり、自分たちの居る環境の中で、できる事を模索し続ける事がコーチの役目である。選手達の実力を最大限に発揮させてあげることが、コーチのモチベーションに繋がっている。

4) Morgan Hoffmanコーチの日常

ここでは彼女のコーチとしての生活も垣間見ることができた。アメリカのコーチ全員がこのようなスタイルではないが、一部を垣間見ることができたのは貴重である。PlayTriの母体はテキサス州を拠点にしているバイクショップで、テキサス州とフロリダ州合わせて12店舗を持つ。また国内のアイアンマンのメカニックチームも編成している。ダラス本店には通常のバイクショップの店内にトレッドミル、流水プール、バイクトレーナー、バイクフィッティング施設、スウェットテストやラクテートテストなども完備しており、あらゆるサービスを提供している。Morganコーチは夕方の指導以外はこの本店で、バイクフィッティング、スイム指導、スウェットテスト、ラクテートテスト、選手やスタッフとのZOOMコールなどを分刻みのスケジュールで行っていた。学校の休みの期間やナショナルホリデーにはジュニアアスリートやエイジアスリート向けの合宿も行っており、この点では日本のコーチ達と同じような生活なのだと感じた。また、チーム内のコーチ育成やリクルートも彼女の役目なので、10月にはコーチ向けの勉強会の資料作りの為に研究記事を探す手伝いも行った。



5) このチームで感じた事

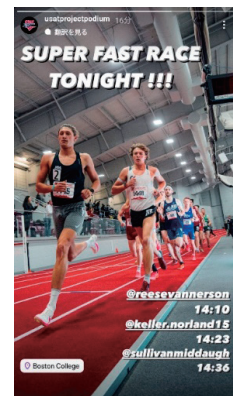
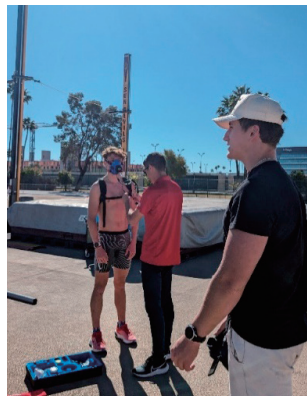
最初にチームを訪れた時に持った印象は「幼い」だった。

このチーム在籍している選手は13歳～18歳。大学に入ると同時にチームを卒業していく。想像以上に練習頻度が多かったのには驚いた。ここではナショナルチャンピオンシップでの上位入賞を目的としており、選手達はその目標へ向けて日々惜しみない努力を行っていた。冬場の平日夕方のバイク練習は暗くて危険度も高いが、落車などなく、逆にチームワークや危険回避能力を育んでいると感じたほど。アメリカ国内でも日本と同じように強くなるためには地道な努力が必要で、選手達が一途に頑張る姿は万国共通である。根底にあるのは「トライアスロンが好き」という気持ちだった。Morganコーチのチームビルディングもあって、子供達はPlayTriというチームも仲間も大好きだったのが印象的。

⑨SNSの活用

アメリカではスポーツ選手のアピールの場として、SNSが活用されている。ほとんどの選手がアカウントを持っており発信しているほどだ。

Project Podiumでも2023年から専属カメラマンをインターンとして迎え入れ、躍動感のある写真や動画などを使用し、主にインスタグラムを利用してチームと選手の魅力を発信していた事は国内外のスポンサーやドナーを集める上で、非常に大きな役割を果たしていた。チーム専属カメラマンのTrevorはチーム員のKeller Norland選手の幼馴染でもあり、チーム員とも年が近いこともあり、合宿や遠征先ではカメラマン兼マネージャーとして大活躍していた。彼もLA2028までをMAXとしてチームと契約を交わしている。映像は臨場感を出すため、ドローンや車、自転車、電動スケートボードなどを駆使して選手目線や息遣いを感じられる動画づくりを心掛けていた。



(2) タレントIDプログラム

①エリート・タレントIDプログラム

USAトライアスロンタレントIDプログラムは、ドラフティングが認められているWorld Triathlonのレースにのみ焦点を当てており、特別に選ばれたアスリートが2年間かけてトライアスロンというスポーツを、入門から自立したプロのトライアスリートになるまでの過程を支援することを目的としている。このプログラムのハードルは高く、毎年わずか数人のアスリートのみが選ばれている。現在までのこのプログラムの卒業生は以下の通り。

- 2016年リオ・オリンピック金メダリスト Gwen Jorgensen
- 2021年東京・オリンピック銀・銅メダリスト Katie Zaferes

- 2021年東京・オリンピック銀メダリスト Morgan Pearson
 - 米国エリートトライアスロンナショナルチームのメンバー
Summer Rappaport、Taylor Spivey、Matthew McElroy、Kristen Kasper
- これらの結果を見ても、大変成功しているプログラムだと言う事が分かる。

以下選抜プロセスの流れ。

Step1：タレントIDコーディネーターが指定したタイム基準をクリアする。

まずは基準タイムをクリアすることが第一条件。このステップが完了すると、タレントIDコーディネーターがタレントIDキャンプへの招待が適切かどうかを判断する。

Step2：コロラドスプリングスのオリンピック＆パラリンピックトレーニングセンターでのキャンプに参加。

Step1を通過した選手はこのキャンプで、世界クラスのコーチから徹底的な指導を受け、トライアスロン（ドラフティング許可レース）についてすべてを学ぶ。選手たちは、スイムやバイクのスキルに加え、態度、精神、そして献身性も評価される。

Step3：タレントIDプログラムに合格する。

選手がオリンピック選手としての可能性を示し、前向きな考え方と姿勢を持ち、自立したプロトライアスリートになることに前向きで熱意があれば、最大2年間プログラムに受け入れられる。

Step4：選手契約書を受け取る。

この契約には、タレントIDプログラムがアスリートに提供できる資金とインセンティブについての説明が含まれる。資金には、以下の月額手当が含まれる。

- 月額約500ドル
- 最大5,000ドルの用具代：適切なトレーニングとレースを行うための用具の購入に使用（例：ロードバイク、パワーメーター、バイクコンピューター、シューズ、キットなど）
- レース旅行費3,000ドル（レースごとに750ドルずつ4回に分けて支払い）
- 各レースにボーナス制度があり、選手がすべての目標を達成すると、1レースあたり最大3,000ドルを獲得できる。

Step5：契約書にサインをして送付。

契約書に署名した後、アスリートはタレントIDコーディネーターと協力してシーズンの大まかな計画を立てる。必要な書類をすべて完成させ、適切なコーチング/トレーニング環境に所属し、パフォーマンス メトリックを実行する。

2023年はNCAAクロスカントリー競技から女子選手2名（Danielle Orie選手、Eleanor Lawler選手）が選出され、現在コンチネンタルカップを中心に活動を行っている。今後、この2名がどのような形でWTSやWTCSで戦っていくのか、今後も追っ

ていきたい。

②高校生リクルートメントプログラム

USATの高校生リクルートメントプログラム（以降HSRP）は世界クラスのデュアルスポーツ（ランニングとスイム）選手の発掘、アドバイス、サポートに重点を置いたハイパフォーマンスプログラムである。主な目的は前述したタレントIDプログラムと同様に選抜されたアスリートへ、ドラフトリーガルトライアスロンを紹介することだ。選抜されたアスリートがトライアスロンというスポーツを始め、USATの認定を受けるまでを支援し、オリンピック育成パスウェイを目指すことを目的とする。以下は、選考プロセスとアスリートが特定され選抜される方法の一例。



USATタレントIDプログラム担当のTommy Zaferes氏

Step1：スイムとランの両方で「国際大会出場レベル」以上のタイムを突破する。

基準タイムを突破すると、USATはミーティングを設定しHSRPキャンプ、ジュニア開発レースシリーズ、大学奨学金の機会、世界トライアスロンレース、開発ナショナルチーム資格、オリンピック・パスウェイについて説明を行う。選手がこの機会に興味を持った場合は、次のステップへ進む。

Step2：必要な機材とHSRPキャンプ参加準備について話し合う。

HSRPキャンプへの招待を受け入れ、ジュニア・デベロップメント・シリーズの初戦に出場する選手は、USATから指導と財政的支援を受けることができる。

このサポートは、アスリートがトライアスロン大会やキャンプに出場するために必要な装備をできる限り整えることを支援する。参加準備はフィットネスに重点を置くのではなく、バイクスキルに重点を置く。アスリートは、キャンプに参加する前に基本的なバイクスキルのビデオをUSAT HPスタッフに提出する必要がある。基本的な技術でバイクに乗ることができれば、ステップ3に進む。

Step3：HSRPプログラムに参加する。

HSRPキャンプに参加し、ジュニア・ディベロップメント・シリーズの初レースに出場することを約束した選手には、以下の特典が与えられる。

資金援助

- キャンプ及びジュニア・ディベロップメント・シリーズ初戦の費用は全額サポート（旅費、宿泊費、コーチング、地上交通費、手荷物など）機材（トライアスロン用シューズ、ペダルなど）
- ジュニア・ナショナルズへの旅費500ドル（出場資格を得た場合）
- 1,200ドル（100ドル／月）
- 今後12か月間のコーチング費用。（アスリートはUSATのパートナーから厳選され

たギアも入手できるが、これは入手可能なものに応じてキャンプ間近に決定されます)

Step4：最終ステップ

キャンプとジュニア・ディベロップメント・シリーズの初戦終了後、USATのHPスタッフは、選手の将来の競技キャリアに関するすべての可能性について話し合うため、再度選手と保護者にコンタクトを取り、選手の将来の競技キャリアの選択肢について話し合いを行う。トライアスロン競技がその選手の進みたい道である場合、USAT HPチームと協力して次のシーズンを大まかに計画し、必要な書類を作成し、適切な（コーチング／トレーニング／クラブの状況）トライアスロンチームと契約を結ぶ。

★USAT タイム基準

以下の基準で各種目のタイム設定が行われている。

世界トップレベル (World Leading)：スイムとランニングのタイムは、WTCSレベルのトップアスリートが個々の種目で達成できる平均。

国際大会出場レベル (Internationally Ranked)：スイムとランニングのタイムは、WTSのトップアスリートが個々の種目で達成できる平均。

国内・コンチネンタルカップ出場レベル (Nationally competitive)：水泳とランニングのタイムは、アメリカズカップレベルのトップアスリートが個々の種目で達成できる平均。

発展の可能性 (Development Potential)：タイムは世界トップの基準と組み合わせて、競技移行するアスリートを特定するために使われる。ある競技で世界トップのタイムを持ち、別の競技で発展の可能性のタイムを持っているアスリートは、採用対象として考慮される。育成の可能性は、National Triathlon Development Raceで期待できるものと同様。

バイクデータ：バイクデータは、実際のドラフティングレースで期待される数値。

研修先のProject Podiumでも今年7月より、HSRPで選ばれたBlake Bullard選手（高校2年生）が夏休み期間を利用し、パークシティでの練習に合流した。彼はスイムとランで基準タイムをクリアしていたが、最初は体もできておらずバイクにもそんなに乗った事がなかった。しかし3か月間という短期間ではあったが見違えるほど体とパフォーマンスの変化が見られた。この事からは、アメリカ全土にはまだまだ埋まっている才能は多いにあり、うまくチャンスに引っかかったダイヤの原石だけが輝けるシステムなのだと感じた。日本でも安定した財源確保と継続的な強化システムが確

USATタレントID タイム基準

		エリート女子	ジュニア女子	エリート男子	ジュニア男子
World Leading	スイム(200m)	2'08	2'15	1'55	1'58
	スイム(400m)	4'36	4'40	4'08	4'12
	スイム(800m)	9'15	9'40	8'30	8'44
	スイム(1500m)	16'50	18'15	16'05	16'30
	バイク(5')	5.5w/kg	5.0w/kg	5.8w/kg	5.5w/kg
	バイク(20')	5.0w/kg	4.7w/kg	5.3w/kg	5.0w/kg
	バイク(60')	4.7w/kg	4.4w/kg	5.1w/kg	4.8w/kg
	ラン(800m)	2'10	2'15	1'55	1'57
	ラン(1500m)	4'20	-	3'50	-
	ラン(3000m)	9'02	9'20	8'05	8'12
	ラン(5000m)	15'50	16'15	13'45	14'25
	ラン(10km)	33'00	33'30	28'45	29'40
Internationally Ranked	スイム(200m)	2'18	2'25	2'03	2'08
	スイム(400m)	4'56	5'00	4'20	4'32
	スイム(800m)	9'55	10'20	8'50	9'24
	スイム(1500m)	17'30	19'30	16'30	17'45
	バイク(5')	5.2w/kg	4.9w/kg	5.5w/kg	5.2w/kg
	バイク(20')	4.5w/kg	4.4w/kg	5.0w/kg	4.7w/kg
	バイク(60')	4.2w/kg	4.0w/kg	4.8w/kg	4.5w/kg
	ラン(800m)	2'15	2'20	2'03	2'02
	ラン(1500m)	4'40	-	4'00	-
	ラン(3000m)	9'20	9'40	8'22	8'32
	ラン(5000m)	16'10	16'55	14'20	15'00
	ラン(10km)	33'45	34'50	30'00	31'15
Nationally Competitive	スイム(200m)	2'26	2'25	2'08	2'26
	スイム(400m)	5'12	5'20	4'30	5'12
	スイム(800m)	10'14	11'00	9'05	10'14
	スイム(1500m)	18'00	20'45	16'55	18'00
	バイク(5')	5.0w/kg	4.6w/kg	5.2w/kg	5.0w/kg
	バイク(20')	4.2w/kg	4.1w/kg	4.7w/kg	4.5w/kg
	バイク(60')	4.0w/kg	3.8w/kg	4.5w/kg	4.2w/kg
	ラン(800m)	2'25	2'25	2'11	2'07
	ラン(1500m)	4'50	-	4'10	-
	ラン(3000m)	9'35	10'00	8'34	8'52
	ラン(5000m)	16'30	17'35	15'00	15'50
	ラン(10km)	34'30	36'10	31'15	32'20
Development Potential	スイム(200m)	2'40	2'40	2'30	2'40
	スイム(400m)	5'40	5'50	5'10	5'40
	スイム(800m)	11'40	11'40	10'40	11'40
	スイム(1500m)	22'00	22'00	22'00	22'00
	バイク(5')	4.5w/kg	4.2w/kg	4.6w/kg	4.6w/kg
	バイク(20')	3.7w/kg	3.7w/kg	4.0w/kg	4.2w/kg
	バイク(60')	3.5w/kg	3.5w/kg	3.7w/kg	3.8w/kg
	ラン(800m)	2'30	2'30	2'20	2'16
	ラン(1500m)	5'20	-	4'33	-
	ラン(3000m)	10'55	10'30	9'30	9'28
	ラン(5000m)	18'05	18'45	16'55	16'55
	ラン(10km)	37'20	38'30	34'30	34'30

令和4年度・長期派遣（トライアスロン）

立できれば、継続的な強化が可能になるはずなので、常に強い選手を輩出できるシステムの構築に努めていく。

V. 研修を終えて

(1) 研修全体を通して

この研修への参加が決まってすぐにビザの取得に取り掛かった。事前情報や前任者が非常に苦労したと言う情報もあり、早くに取り掛かったつもりだが、最終的に出国まで1年を要してしまった。まずは「どのビザで滞在するか?」という事から始まる。指導者研修という本来の目的からすると、「学生ビザ」は除外されるため、残る可能性として最大2年間滞在許可の下りる「研修ビザ(H-3)」に的を絞り手続きを進めた。これはワーキングビザの一種なので、受け入れ先のUSA Triathlonから米国労働局へI-98の書類提出をお願いし、許可が降りるのを待つ。書類作成には米国の弁護士を雇う必要があるのと、特急申請料も支払ったためかなり高額な予算が必要となった。ビザの発行を待つ期間には、受け入れ先のUSATとのミーティングを行い、私がアメリカで行いたい事とUSATが用意できる環境との擦り合わせを行った。米国労働局の許可書類(I-797B)を国際郵便で受け取り、ようやく日本のアメリカ大使館への申請が可能となる。アメリカ大使館へ申請2週間後、ビザの貼られたパスポートを受け取りようやく出国日が決まった時の安堵は忘れられない。今まで何人もの研修生がビザについては言及しているので、国別に資料としてまとめてあると後任者も理解しやすいと感じた。

2年間の研修が終わりに近づくにつれ、月日の流れが早く感じ選手達との距離も近くなり、研修を終えるのが非常に惜しく感じた。しかし4年後のLAオリンピックへ向けて時間がない中で、文化や練習環境の違いですべてを同じようにはできないが、日本でできる事、日本の良さ、日本の強みを再確認しながら、世界のトップで戦える選手の育成並びに社会で必要とされる選手(人材)育成に携わっていきたいと思う。

(2) 謝辞

最後になりましたが、このような研修の場を提供してくださいました日本オリンピック委員会へ心から感謝申し上げます。また、本研修参加にあたり研修前よりサポートして頂きましたNF関係者の皆様、研修の受け入れを快く賛成して下さったアメリカトライアスロン協会、ならびに情報や練習環境などを惜しまずに共有してくれたParker Spencerコーチには心から感謝申し上げます。

以上、令和4年度派遣海外研修員(長期)の研修報告書とさせていただきます。



資 料

1. スポーツ指導者海外研修事業実施要項
2. スポーツ指導者海外研修事業 研修員一覧
3. スポーツ指導者海外研修事業 研修員名簿

スポーツ指導者海外研修事業実施要項

1. 趣旨

本会加盟団体に所属している新進気鋭の若手指導者をスポーツ指導者海外研修員（以下「海外研修員」という）として海外に派遣し、その専門とする競技水準の向上に関する具体的な方法等について研修させるとともに、海外の選手強化対策、指導者養成の実態等について調査・研究に当たらせ、将来我が国のスポーツ界を担う指導者を育成する。

2. 海外研修員の種類と研修期間

- (1) 海外研修員は長期派遣者（研修期間2年以内）と短期派遣者（同1年以内）とする。
- (2) 海外研修員は、原則として1ヶ所において集中的に研修するものとする。

3. 海外研修員としての条件

海外研修員は、次の条件を全て満たしている者でなければならない。

- (1) 研修先の受け入れの保証があること。
- (2) 勤務先等の所属長より本研修の承諾を受けていること。
- (3) 外国での研修に堪えうる語学力を有すること。
- (4) 当該年度の8月末日までには渡航先に出発できる見込みがあること。
- (5) 原則、帰国後、本会の強化スタッフまたは競技団体における指導者として活動できること。

4. 海外研修員の募集人数

募集人数については、若干名。

5. 海外研修員候補者の選考

- (1) 本会は本会ならびに本会加盟団体を対象に、海外研修員にふさわしい者（以下「候補者」という）を募集する。
- (2) 前項により当該団体（本会含む）が候補者を推薦する場合には、別に細則で定める海外研修員候補者推薦書を本会に提出するものとする。
- (3) 本会は、ひとりでも多くの「指導者」を、ひとつでも多くの団体（研修員派遣中の団体も含む）から派遣するよう選考する。同一団体から複数名の推薦を行う場合は、団体内で優先順位を付ける。

6. 海外研修員の決定

- (1) 本会は前項の推薦書に基づき書類選考ならびに面接の上、海外研修員を正式決定するものとする。
- (2) 海外研修員は、別に細則で定める誓約書及び研修計画書を本会に提出しなければならない。
- (3) 出発まで各自語学研修を行う。

7. 海外研修員に支給する経費

海外研修員に対する経費は、別に細則で定める要領で支払うものとする。

8. 海外研修状況の報告

海外研修員は3ヶ月毎に別に細則で定める研修状況報告書を本会に提出しなければならない。

9. 海外研修の中止

本会は海外研修員が本要項に違反したり、不適当な行為があったときは、その研修をとりやめ、帰国を命じることができるものとする。当該者は、その指示に従うものとする。

10. 海外研修報告書の提出

海外研修員は、帰国日より1ヶ月以内に別に細則で定める研修報告書を提出しなければならない。

11. その他

- (1) 海外研修員は帰国後、本会の開催する諸事業において研修報告を行う。
- (2) その他、海外研修員の派遣に関し必要な事項については別に細則で定めるものとする。

*平成12年4月1日	一部改訂
*平成14年4月1日	一部改訂
*平成16年4月1日	一部改訂
*平成18年11月1日	一部改訂
*平成22年12月22日	一部改訂
*平成27年1月20日	一部改訂
*平成28年4月1日	一部改訂
*平成30年4月1日	一部改訂
*令和2年3月31日	一部改訂（令和2年4月1日より適用）

スポーツ指導者海外研修事業 派遣者一覧

競技／年度	昭和54	昭和55	昭和56	昭和57	昭和58	昭和59	昭和60	昭和61	昭和62	昭和63	平成元	平成2	平成3
陸上	澤木啓祐	宮川千秋	鬼塚純一	村木征人	室伏重信		永井 純		宮下 憲		吉田雅美		
水泳	*田口信教	松井 守	宮原利幸 二木広幸				元好三和子			高橋繁浩 高橋繁浩 坂本 弘	中森智佳子	*田中 京	
サッカー	森 考慈		松本育夫			田村 脩		山口芳忠					田嶋幸三
スキー	*笠谷幸生 *富井澄博					古川年正					*八木弘和		北島光則
テニス		本村 行									田村伸也		
ボート													
ホッケー													
ボクシング*									荻原千春				
バレーボール			古沢久雄		荒木田裕子	荒木田裕子							
体操		監物永三		北川淳一					*具志堅幸司		加納弥生	秋山エリカ	
バスケットボール	西尾末広	田中徹雄											
スケート					入沢孝一								
アイスホッケー													
レスリング*	*市口政光			藤本英男		富山英明				高田裕司	宮原厚次		
セーリング*		松山和興											
ウエイトリフティング*	福田 弘		*山下 修			*細谷治朗					三宅義信		
バドミントン	早川清孝		檜塚正一										
自転車													
卓球										須賀健二			前原正浩
相撲													
馬術									石黒健吉				
フェンシング*			*藤沢義彦										
柔道	中村良三		重岡孝文		柏崎克彦			山下泰裕			細川伸二		松岡義之
バドミントン				関根義雄							蘭 和真		
ライフル射撃	栗田俊昭		*香西俊輔					市村 忠					
剣道	巽 申直	志沢邦夫											
近代五種			富安一朗										
ラグビー				水谷 真									
カヌー		本田宗洋					福里修誠						
空手道			真野高一									西村誠司	佐久本嗣男
なぎなた	田中ミヤ子												
ボブスレー・リュージュ			市橋善行								鈴木省三		
野球													
武術太極拳													桑原典子
トライアスロン													
デコンター													
パ・イスロン													
合計	13	8	13	5	4	5	3	3	4	3	10	3	8

※合計数は延人数

*印は長期(2年)派遣者

平成4	平成5	平成6	平成7	平成8	平成9	平成10	平成11	平成12	平成13	平成14	平成15	平成16	平成17
		青戸慎司		内田孝男		*土江寛裕				吉田孝久	近野義人		今村文男
		緒方茂生	緒方茂生		鈴木大地					岩崎恭子	林 享		*立花美哉
	野地照樹										木村孝洋		
			*佐藤 晃				菅野範弘		斗澤由香子	斗澤由香子			
				西野真一		米沢 徹				*植田 実			
			杉藤洋志	杉藤洋志									
						本 博国							
*田中幹保					佐藤浩明							山田晃豊	
			梶谷信之		瀬尾京子	瀬尾京子	三浦華子	*畠田好章		菅原リサ	*松永里絵子	橋口美穂	原田睦巳
								青柳 徹	青柳 徹	和田貴志	和田貴志		
	清野 勝										坂井寿如		
		*佐藤 満			赤石光生					嘉戸 洋			
							松本真也						
田口 隆			東根明人		松井幸嗣		玉村健次		*田中 茂			*山田永子	
			大門 宏										
								渡辺理貴			河野正和		
	齋藤一雄												
	*後藤浩二郎												
山口 香	中西英敏			田辺陽子	岡田弘隆	持田達人	増地千代里	金野 潤	長井淳子	中村行成	檜崎教子	中村兼三	阿武教子
	金坂広幸						*藤井 彌		三野卓哉				
			勝田 隆				山本 巧						
	成田寛志												
		栗山浩司											
筒井大助								小島啓民					
					二宮秀夫				神庭裕里				
									佐藤吉朗				
4	7	4	7	4	7	5	7	5	7	8	8	4	4

競技／年度	平成18	平成19	平成20	平成21	平成22	平成23	平成24	平成25	平成26	平成27	平成28	平成29	平成30
陸上			山崎一彦		高岡寿成	柳澤 哲	杉林孝法	今井美希	谷川聡	岩水嘉孝			
水泳		*稲田法子				原田早穂		中村真衣	*塩田義法	*三木二郎			
サッカー			猿澤慎治			今泉守正	廣山 望	田村奈津枝	山尾光則 坂尾美穂	広瀬統一		小川秀樹	*須藤啓太
スキー	*工藤昌巳	佐々木耕司								安食真治		久保貴寛	*河野恭介
テニス	谷澤英彦								土橋登志久	*岩渕聡			近藤大生
ボート				中村さなえ				*大戸淳之介		*白井祐介			
ホッケー													
ボクシング*													
バレーボール	松本洋			*中垣内祐一 小林 敦				*菅野幸一郎		荻野正二	大久保茂和		山村宏太
体操			*村田由香里	上村美揮			原 千華	黒田真由	*鹿島丈博 大島杏子	*遠藤由華 *森起人		桑原俊	古城梨早
バスケットボール													
スケート			白幡圭史	神野由佳					*出島茂幸				*小原英志
アイスホッケー													
レスリング*							*笹本 陸			*米満達弘			
セーリング*				中村健一		橋元郷							
ウエイトリフティング*													
バドミントン								*高橋豊樹		*舎利弗学			
自転車				沖 美穂				*福島晋一 *小田島梨絵					
卓球					三原孝博		*梅村 礼						
相撲													
馬術													
フェンシング*	岡崎直人						*和田武真		長良将司				
柔道			*井上康生			*塚田真希	*谷本歩実					金丸雄介	
バドミントン													
ライフル射撃													
剣道													
近代五種													
ラグビー													
カヌー				上原茉莉		*栗本宣和							
空手道													
なぎなた													
ボクシング・リージュ													
野球													
武術太極拳													
トライアスロン													
デコンター													中川貴哉
バドミントン					小舘 操					進藤隆			
合計	4	2	5	8	3	6	7	9	9	12	1	4	7

※合計数は延人数

*印は長期(2年)派遣者

競技／年度	令和1	令和2	令和3	令和4	令和5	令和6	令和7	計
陸上	*松岡佑起							22
水泳							*高波寿華	22
サッカー	松原英輝	*見汐翔太	片桐央視					19
スキー				金城芳樹				15
テニス								9
ホート								5
ホッケー					*藤本一平		永井友理	2
ボクシング*								2
バレーボール	*塚田圭裕			*青木晋平		*白鳥 歩		16
体操						内山由綺		25
バスケットボール								2
スケート								9
アイスホッケー	*山中武司							3
レスリング*			*湯元進一			*乙黒圭祐		12
セーリング*								4
ウエイトリフティング*								4
バドミントン			*嘉数陽介		*富田恭介			12
自転車								4
卓球								6
相撲								1
馬術								2
フェンシング*	*松岡慧						*櫛橋茉由	6
柔道				*海老沼匡	*大野将平	平岡拓晃	*羽賀龍之介	26
バドミントン								2
ライフル射撃								6
剣道								2
近代五種								1
ラグビー								3
カヌー								4
空手道								4
なぎなた								1
ホフスレー・リュージュ								3
野球								2
武術太極拳								3
トライアスロン	*福井英郎			*忽那静香				3
デコント*								1
パイスロン								2
合計	6	1	3	4	3	4	4	261

スポーツ指導者海外研修事業 研修員名簿

発行日現在

	氏 名	研修区分	競技名	研修期間	国名・都市名	研修施設名等	研 修 内 容
1	田口 信教	54年長期	水泳(競泳)	昭和54年10月24日 ～昭和56年10月31日	アメリカ インディアナ州 ブルーミントン	インディアナ大学 ジェームズ・E・カンシルマン	競泳の指導技術の理論と実践
2	市口 政光	54年長期	レスリング (グレコローマン)	昭和54年9月20日 ～昭和56年9月18日	アメリカ ウィスコンシン	ウィスコンシン大学 ウィリアム・P・モーガン	レスリング競技の運動構造と 技術分析に関する比較研究
3	笠谷 幸生	54年長期	スキー(ジャンプ)	昭和54年11月29日 ～昭和56年12月3日	オーストリア インスブルック	オーストリア国家検定 ジャンプコース 養成コース	ジャンプ競技におけるコーチング トレーニング法の修得
4	富井 澄博	54年長期	スキー(アルペン)	昭和54年9月5日 ～昭和56年5月15日	オーストリア インスブルック	オーストリア国家検定 アルペンコーチ 養成コース	滑降競技における運動機能技術 分析に関する比較研究
5	森 孝慈	54年短期	サッカー	昭和54年11月21日 ～昭和55年11月20日	ドイツ ケルン	西ドイツ プンデス フットボールリーグ IFCケルン	ナショナルコーチにふさわしい 知識の習得、指導実践の現地研修
6	沢木 啓祐	54年短期	陸上競技(中・長距離)	昭和54年9月16日 ～昭和55年7月7日	アメリカ オレゴン州	オレゴン大学 オレゴントラッククラブ	米国における中・長距離 コーチング法の修得
7	早川 清孝	54年短期	ハンドボール	昭和54年10月11日 ～昭和55年9月25日	ドイツ ケルン	ケルン ドイツ体育大学 (D・S・H・S)	西ドイツハンドボール組織のあり方 選手育成・ナショナルチームの指導体制
8	西尾 末広	54年短期	バスケットボール	昭和54年9月18日 ～昭和55年9月15日	アメリカ レキシントン	ケンタッキー大学 ジョー・B・ホール	バスケットボールについての コーチング論の研修
9	福田 弘	54年短期	ウエイトリフティング	昭和54年11月5日 ～昭和55年10月30日	アメリカ ロサンゼルス	ロサンゼルス マーベリッククラブ他	ウエイトリフティングの理論 育成コーチ・システム
10	栗田 俊昭	54年短期	ライフル射撃	昭和54年12月5日 ～昭和55年11月24日	ドイツ ヴィスバーデン	西ドイツ ヴィスバーデン射撃学校	射撃技術の修得・コーチ学 トレーナー課程の研修
11	中村 良三	54年短期	柔道	昭和54年10月6日 ～昭和55年10月30日	フランス パリ	フランス柔道連盟	外人選手の特性への対応策 コーチング学の研修
12	巽 申直	54年短期	剣道	昭和54年10月18日 ～昭和55年9月10日	イギリス ロンドン	ネンリキ道場 英国剣道連盟	英国人の剣道観に関する実態調査
13	田中 ミヤコ	54年短期	なぎなた	昭和54年10月18日 ～昭和55年10月18日	アメリカ ロサンゼルス	アメリカ なぎなた連盟他	アメリカにおける武道(スポーツ)の 動向等調査
14	監物 永三	55年短期	体操	昭和55年10月30日 ～昭和56年10月24日	アメリカ カリフォルニア	カリフォルニア大学 ロサンゼルス校	体操競技のコーチング 体操競技国際公認用語の習得
15	松井 守	55年短期	水泳(水球)	昭和55年10月17日 ～昭和56年10月16日	ハンガリー ブタペスト	ハンガリー ブタペスト B. V. S. Cクラブ	水球の技術研修
16	松山 和興	55年短期	ヨット	昭和55年11月15日 ～昭和56年11月12日	イギリスワイト島	英国ナショナル・ セイリングセンター 王立ヨット協会	ヨット・コーチ学の研修・選手強化 施設、方法の調査
17	本田 宗洋	55年短期	カヌー	昭和55年11月11日 ～昭和56年12月10日	ドイツ デュイスブルグ	西ドイツスポーツシュレー 西ドイツカヌー協会	カヌーの漕法および指導法
18	田中 徹雄	55年短期	バスケットボール	昭和55年10月15日 ～昭和56年10月15日	アメリカ ケンタッキー	ケンタッキー大学 ジョー・B・ホール	バスケットボールコーチ指導法 ウエイト・トレーニング他
19	宮川 千秋	55年短期	陸上競技(短距離)	昭和55年11月8日 ～昭和56年9月20日	アメリカ カリフォルニア	カリフォルニア大学 ヘイワード	陸上競技における指導法 (特に短距離走について)
20	本村 行	55年短期	テニス	昭和55年11月5日 ～昭和56年11月4日	アメリカ カリフォルニア	カリフォルニア大学 ロサンゼルス他	テニス指導法(特にジュニアの指導法)
21	志澤 邦夫	55年短期	剣道	昭和55年12月26日 ～昭和56年12月27日	オーストラリア シドニー他	オーストラリア剣道連盟	オーストラリアの剣道実態調査 コーチ法の研修
22	香西 俊輔	56年長期	ライフル射撃	昭和56年11月15日 ～昭和58年11月15日	アメリカ テキサス	ラニー・パシヤム射撃学校	射撃技術の研修 メンタル・マネージメント・プログラムの研修
23	藤澤 義彦	56年長期	フェンシング	昭和56年8月2日 ～昭和58年8月1日	フランス パリ	国立スポーツ研究所 (I. N. S. E. P)	フェンシング基礎技術、競技規則 審判技術指導法等の研修
24	山下 脩	56年長期	ウエイトリフティング	昭和57年1月29日 ～昭和59年1月28日	ドイツ ミュンヘン	ナショナルスポーツセンター バイエルン州ウエイトリフティング連 盟	ウエイトリフティング理論、育成システム クラブ組織、コーチングシステム
25	古沢 久雄	56年短期	バレーボール	昭和56年12月15日 ～昭和57年10月13日	ブルガリア ソフィア	ソフィア体育大学 ブルガリアバレーボール連盟	バレーボール指導法の体系とスポーツ 社会学理論およびゲーム分析
26	鬼塚 純一	56年短期	陸上競技 (混成競技)	昭和56年9月10日 ～昭和57年9月11日	アメリカ カリフォルニア州	カリフォルニア州立大学 ロングビーチ校	混成競技における技術水準および競技水準向上に關する 具体的方法論の研修
27	宮原 利幸	56年短期	水泳(水球)	昭和56年10月25日 ～昭和57年10月31日	アメリカ カリフォルニア州	アメリカ水球 ナショナルチーム	水球競技におけるコーチ学の研修と技術の研修
28	二木 廣幸	56年短期	水泳(飛込)	昭和56年10月13日 ～昭和57年10月2日	アメリカ カリフォルニア州	ミッションビエホ・スイム・クラブ マイアミ大学	飛込技術の修得およびエーजी・グループの指導法の研修
29	松本 育夫	56年短期	サッカー	昭和56年10月9日 ～昭和57年10月8日	ドイツ ケルン	西ドイツサッカー協会 I. F. C. ケルン	西ドイツにおけるジュニア選手の育成とその方法
30	櫻塚 正一	56年短期	ハンドボール	昭和56年10月13日 ～昭和57年9月9日	ドイツ ケルン	ケルン・ドイツ体育大学 (D・S・H・S)	ナショナルプレーヤーの指導内容と指導体系、クラブチー ムシステム等研修
31	富安 一郎	56年短期	近代五種	昭和56年9月1日 ～昭和57年8月31日	アメリカ テキサス州	サンアントニオ近代五種トレーニ ング・センター	選手強化策の現状把握、ジュニア底辺の普及対策 指導者養成の実態調査
32	真野 高一	56年短期	空手道	昭和56年11月25日 ～昭和57年11月25日	アメリカ ニューヨーク州	コロンビア大学体育学部 全米空手道連盟	競技力向上に関する研究(体力・技術) 空手におけるパ ワー、体力向上のための理論と実践
33	市橋 善行	56年短期	ボブスレー	昭和56年11月10日 ～昭和57年11月10日	スイス サンモリツ他	スイスボブスレー連盟 イタリア・コルチナ ボブスレー製造メーカー	ボブスレー競技、技術向上のための実技研修 ボブス レー機の修理調整研修

	氏 名	研修区分	競技名	研修期間	国名・都市名	研修施設名等	研 修 内 容
34	重岡 孝文	56年短期	柔道	昭和56年12月3日 ～昭和57年12月2日	ドイツ ケルン	西ドイツ柔道連盟 ドイツ体育大学 (D. S. H. S)	ヨーロッパ各国の指導体制、トレーニング方法の研究、選手強化対策・ヨーロッパ選手権大会の研修と分析
35	村木 征人	57年短期	陸上競技(跳躍)	昭和57年10月21日 ～昭和58年10月14日	アメリカ サンティエゴ	カルフォルニア州 サンティエゴ大学	跳躍競技の技術研修
36	北川 淳一	57年短期	体操	昭和57年9月1日 ～昭和58年9月2日	カナダ トロント	ヨーク大学 カナダ体操協会	体操競技の技術水準向上のための指導法研修
37	藤本 英男	57年短期	レスリング (グレコローマン)	昭和57年10月14日 ～昭和58年10月15日	ハンガリー ブタペスト	ハンガリー レスリング協会	グレコローマンスタイルの高等技術の修得技術分析と実践での応用トレーニング法の研究
38	関根 義雄	57年短期	バトミントン	昭和57年12月1日 ～昭和58年11月29日	イギリス ロンドン	ウインブルドン スカッシュ&バトミントンクラブ	世界トッププレイヤーの強化方法およびジュニア対策についての調査研究
39	水谷 眞	57年短期	ラグビー	昭和57年9月2日 ～昭和58年10月29日	イギリス ロンドン	イングランド ラグビー協会	戦法、技術論、およびコーチ学
40	入澤 孝一	58年短期	スケート(スピード)	昭和59年2月20日 ～昭和60年3月19日	ノルウェー オスロ	ノルウェースケート連盟 オスロ大学	ヨーロッパスピードスケートの強化体制およびコーチングの研修
41	柿崎 克彦	58年短期	柔道	昭和58年5月1日 ～昭和59年4月7日	イギリス ロンドン	BUDOKWAI イギリス柔道連盟	イギリスを中心としたヨーロッパ柔道技術およびトレーニング研究
42	室伏 重信	58年短期	陸上競技(投てき)	昭和58年10月16日 ～昭和59年10月4日	アメリカ ロサンゼルス	カリフォルニア大学 ロサンゼルス	アメリカ投てき選手を中心としたトレーニングおよび技術研究
43	荒木田 裕子	58年短期 59年短期	バレーボール	昭和58年10月12日 ～昭和60年10月30日	スイス ドイツ	スイスバレーボール連盟 西ドイツバレーボール連盟	ヨーロッパ諸国のバレーボール戦術 技術研修と情報収集
44	細谷 治朗	59年長期	ウエイトリフティング	昭和60年1月15日 ～昭和62年1月10日	ハンガリー ブタペスト	タタバナスポーツクラブ ハンガリーナショナルチーム	ウエイトリフティング理論、クラブ組織論、育成システム、コーチシステム
45	富山 英明	59年短期	レスリング (フリースタイル)	昭和59年12月16日 ～昭和60年12月15日	アメリカ アイオワ州	アイオワ州立大学	レスリング競技のコーチ学
46	田村 脩	59年短期	サッカー	昭和59年9月19日 ～昭和60年9月24日	ハンガリー ブタペスト	ハンガリー大学他	サッカーの指導方法および実践
47	古川 年正	59年短期	スキー(アルペン)	昭和59年10月25日 ～昭和60年10月21日	アメリカ バーモント	アメリカ・スキー ナショナルチーム	アルペン競技における運動構造と技術分析
48	本間 三和子	60年短期	水泳 (シンクロナイズドスイミング)	昭和60年8月15日 ～昭和61年8月23日	カナダ カルガリー	アクア・ベル スイミングスクール カルガリー大学	シンクロナイズドスイミングのコーチ法
49	永井 純	60年短期	陸上競技(中距離)	昭和60年11月16日 ～昭和61年11月15日	オーストラリア メルボルン	メルボルン大学	陸上競技のコーチング法
50	福里 修誠	60年短期	カヌー	昭和60年10月8日 ～昭和61年10月3日	ドイツ デュセルドルフ	西ドイツカヌー協会	カヌーの指導法と双方漕法
51	山下 泰裕	61年短期	柔道	昭和61年8月25日 ～昭和62年8月26日	イギリス ロンドン	イギリス柔道連盟	英国及びヨーロッパ各国の柔道強化対策と指導法
52	山口 芳忠	61年短期	サッカー	昭和61年10月24日 ～昭和62年10月30日	ドイツ ミュンヘン	西ドイツサッカー協会 F. C. バイエルン ミュンヘン	西独プロサッカーにおける指導方法及びゲームの戦い方
53	市村 忠	61年短期	ライフル射撃	昭和61年11月9日 ～昭和62年11月8日	ドイツ グイスバーデン	西ドイツ射撃協会 国立射撃学校	ライフル射撃における力学及び心理学的要素についての個人間の差異の解析に関する研究
54	具志堅 孝司	62年長期	体操	昭和62年9月17日 ～平成元年9月4日	ドイツ チュービンゲン	チュービンゲン大学	体操競技の指導方法
55	萩原 千春	62年短期	ボクシング	昭和62年10月1日 ～昭和63年10月5日	アメリカ クラマスフォール	オレゴン工科大学	アメリカにおけるボクシングのトレーニング法
56	宮下 憲	62年短期	陸上競技(障害)	昭和62年8月26日 ～昭和63年8月29日	ドイツ ケルン	ケルン・ドイツ体育大学	ハードル種目に関する技術・トレーニング方法論の研究
57	石黒 建吉	62年短期	馬術	昭和62年11月12日 ～昭和63年11月12日	イギリス ウィストン	アッシュグローブファーム トレーニングセンター	人馬の育成・審判員、翻訳、乗馬育成に関する研修・調査
58	高橋 繁浩	63年短期 元年短期	水泳(競泳)	昭和63年10月14日 ～平成2年9月16日	アメリカ コロラドスプリングス	コロラドスプリングス スポーツ科学研究所	運動生理学を中心に水泳の科学的トレーニング及びコーチングについて
59	須賀 健二	63年短期	卓球	昭和63年10月13日 ～平成元年10月8日	イギリス ヘスティング	国際卓球連盟	卓球コーチ学研修及び国際卓球連盟について
60	高田 祐司	63年短期	レスリング (フリースタイル)	昭和63年11月5日 ～平成元年10月26日	アメリカ ペンシルバニア	ペンシルバニア大学	レスリングのトレーニング方法、指導法及び科学性について
61	八木 弘和	元年長期	スキー	平成元年11月11日 ～平成3年9月18日	オーストラリア ザールフェルデン	オーストラリア スキー連盟	ジャンプ一流国の強化システムとトレーニング方式の研修
62	吉田 雅美	元年短期	陸上競技(やり投)	平成元年9月15日 ～平成2年9月14日	アメリカ シアトル	ワシントン大学	投てき競技者に必要な基礎的トレーニング法、栄養学、素材発掘の要点等の研修
63	坂本 弘	元年短期	水泳(競泳)	平成元年10月25日 ～平成2年10月24日	アメリカ コーバリス	オレゴン州立大学	競技者の指導テクニック及び泳法テクニック
64	田村 伸也	元年短期	テニス	平成元年10月3日 ～平成2年10月2日	アメリカ フロリダ	Harry Homman Tennis Camp	テニスコーチ学の全般についての研修
65	宮原 厚次	元年短期	レスリング	平成元年11月1日 ～平成2年10月31日	ドイツ フランクフルト	西ドイツ レスリング協会	グレコローマンスタイル技術研修及びコーチ学研修
66	三宅 義信	元年短期	ウエイトリフティング	平成元年11月6日 ～平成2年11月2日	アメリカ サンフランシスコ	アメリカ ウエイトリフティング協会	ウエイトリフティングのコーチ学、スポーツクラブ組織におけるシステムと指導方法、軍隊における選手指導とそのシステム

	氏 名	研修区分	競技名	研修期間	国名・都市名	研修施設名等	研 修 内 容
67	細川 伸二	元年短期	柔道	平成元年11月4日 ～平成2年11月3日	フランス バリ	フランス柔道連盟	フランスを中心としたヨーロッパにおける科学的トレーニングの理論を含む選手強化の対策の現状と比較検討及び社会体育としての普及発展状況とその指導方法について
68	蘭 和真	元年短期	バトミントン	平成元年10月10日 ～平成2年10月9日	イギリス ロンドン	英国バトミントン協会	イギリスを中心としたヨーロッパ各国の選手強化策、特にオリンピック対策(体制、組織、方法)の調査
69	鈴木 省三	元年短期	ボブスレー	平成元年12月10日 ～平成2年12月9日	カナダ カルガリー	カルガリー大学	医・科学的サポートの現状、選手育成システム、トレーニング計画と年間計画
70	加納 弥生	2年短期	体操	平成2年9月26日 ～平成3年9月19日	アメリカ	ユタ大学	体操競技の指導方法(コレオグラフィ)と選手育成システム
71	西村 誠司	2年短期	空手道	平成2年11月1日 ～平成3年10月31日	アメリカ シアトル	アメリカ空手道連盟	アメリカ大陸の空手道近代技術の研究
72	水野 智佳子	2年短期	水泳(競泳)	平成2年10月27日 ～平成3年10月26日	アメリカ コロラドスプリングス	USOCスポーツ科学研究所	競技者の泳法及び指導法
73	田中 京	3年長期	水泳 (シンクロナイズドスイミング)	平成3年9月12日 ～平成5年9月11日	アメリカ	Walnut Creek Aquanuts Synchronized Swimming Club	ウォールナットクリークでの実践トレーニング方法及びコーチング研修他
74	秋山 エリカ	3年短期	体操(新体操)	平成3年10月5日 ～平成4年8月15日	ロシア	Ретной Вокзал (Динамо) Москва	新体操の指導方法とソビエトにおける選手育成システムの研修
75	田嶋 幸三	3年短期	サッカー	平成3年10月7日 ～平成4年9月27日	ドイツ イタリア	サンブドリア ジェノバ他	サッカー選手の一貫指導、特に10～18歳迄のトップ選手の指導システムの研修
76	松岡 義之	3年短期	柔道	平成3年11月8日 ～平成4年11月7日	アメリカ	アメリカ柔道連盟(VSJF)他	アメリカにおける科学的トレーニング理論・方法を含む選手強化対策の現状と比較検討。社会体育としての柔道の普及発展状況とその指導方法について研修
77	前原 正浩	3年短期	卓球	平成3年9月16日 ～平成4年9月15日	イギリス	国際卓球連盟	イギリスを中心としたヨーロッパ各国卓球協会の指導体制、強化体制、トレーニング方法の研修
78	勝部 典子	3年短期	武術太極拳	平成3年11月27日 ～平成4年11月26日	中国 北京	北京体育学院	武術競技「南拳」の競技技術及びコーチングメソッドを北京市、中国武術研究会にて研修
79	佐久本 嗣男	3年短期	空手道	平成3年11月3日 ～平成4年11月2日	ドイツ	ドイツ トレーナーアカデミー他	ヨーロッパにおける空手道近代トレーニングの実態を視察調査、研究するとともにその指導法の研修
80	北島 光則	3年短期	スキー(コンバインド)	平成3年6月20日 ～平成4年6月19日	ノルウェー	ノルウェー スキー連盟他	ノルデックコンバインド競技指導技術の研究とコーチングをノルウェーナショナルチームにおいて研修
81	田中 幹保	4年長期	バレーボール	平成4年9月20日 ～平成6年8月15日	アメリカ イタリア	アメリカ ナショナルチーム イタリアプロリーグ他	世界最強イタリアチームの技術、戦術の研究と修得 イタリアリーグの運営システムの研究、アメリカのスポーツ医科学から見た選手強化策
82	田口 陸	4年短期	ハンドボール	平成4年11月16日 ～平成5年11月15日	ドイツ	ケルン体育大学他	ヨーロッパでのトレーニング指導方法、理論の研修及び新戦術の研究
83	山口 香	4年短期	柔道	平成5年2月15日 ～平成6年2月14日	イギリス	ハイウイカム柔道センター	イギリス柔道の強化の実態他
84	筒井 大助	4年短期	野球	平成4年8月31日 ～平成5年8月30日	アメリカ	ジョージア南大他	アメリカ式ベースボールの考察
85	野地 照樹	5年短期	サッカー	平成5年12月8日 ～平成6年12月7日	イギリス	イプスウィッチ フットボールクラブ	イングランドサッカーのコーチング イングランドサッカーの指導者養成
86	斎藤 一雄	5年短期	相撲	平成5年10月3日 ～平成6年10月2日	オーストラリア	オーストラリア相撲連盟	オーストラリアのタレント発掘方法とジュニアからトップまでの選手育成システム、および体力強化の実情等についての研修
87	中西 英敏	5年短期	柔道	平成5年12月21日 ～平成6年12月20日	イギリス	エジンバラクラブ	英国および欧州を中心に欧州柔道の技術と指導法の研究および指導体制、強化体制ならびにトレーニング方法の研修(強化現状把握・指導体系・練習体系・強化システム)
88	金坂 広幸	5年短期	ライフル射撃	平成5年10月31日 ～平成6年10月30日	ドイツ	U. Sオリンピック シューティングセンター	エア・ライフル、スモール・ライフル射撃の指導技術およびメンタルトレーニング
89	成田 寛志	5年短期	空手道	平成5年10月23日 ～平成6年10月22日	アメリカ	ジョージタウン大学	選手強化法を含むスポーツ医学全般の研修 空手道における動作の分析 脊椎のスポーツ傷害の診断と治療の研修
90	清野 勝	5年短期	アイスホッケー	平成5年8月26日 ～平成6年8月25日	カナダ	カルガリー・フレイムス(NHL)他	カナダナショナルチームのスタッフとして、アイスホッケーのコーチ学、心理学、技術の習得
91	後藤 浩二郎	5年長期	馬術	平成5年11月18日 ～平成7年11月17日	フランス ル・マン	ル・マン乗馬クラブ他	総合馬術競技に係わる選手の育成と競技馬匹の調教
92	青戸 慎司	6年短期	陸上競技	平成6年11月7日 ～平成7年11月6日	アメリカ コロラド	コロラド大学 ボルダー校	陸上競技、主として短距離走のトレーニングについて研修し実践的にトレーニングを積み競技力向上のための指導法を研究する
93	栗山 浩司	6年短期	リュージュ	平成6年10月16日 ～平成7年10月15日	ドイツ	ドイツ ボブスレー・リュージュ連盟 (DBSV)	リュージュ競技の科学的なトレーニングシステムの現状、ジュニア選手の発掘および選手育成プログラムについて
94	緒方 茂生	6年短期 7年短期	水泳	平成6年11月14日 ～平成8年11月22日	アメリカ ミシガン州他	ミシガン大学 アメリカ水泳連盟他	アメリカの水泳とコーチングの実習
95	佐藤 満	6年長期	レスリング	平成6年11月17日 ～平成8年11月16日	アメリカ ペンシルバニア	ペンシルバニア州立大学	アメリカレスリング協会のシステムの研究トレーニング指導法及び処方の研究 レスリング技術の研究
96	梶谷 信之	7年短期	体操	平成7年9月1日 ～平成8年8月29日	アメリカ サンフランシスコ	スタンフォード大学	体操競技の指導方法について 選手育成システムについて
97	東根 明人	7年短期	ハンドボール	平成7年8月30日 ～平成8年8月29日	ドイツ ライプチヒ	ライプチヒ大学	ハンドボール競技におけるトレーニングコーチ方法全般について
98	大門 宏	7年短期	自転車	平成8年2月2日 ～平成9年2月1日	イタリア	スポーツグループエキップ93	ロードレースの新しい技術、高度な指導技術の研究開発 諸外国の競技力の分析・戦術・戦法について
99	勝田 陸	7年短期	ラグビー	平成7年9月25日 ～平成8年9月24日	イギリス	イングランド・ラグビー フットボール・ユニオン	最新ラグビーとコーチングの理論と実際について ラグビー先進国の強化システムと内容について

	氏 名	研修区分	競技名	研修期間	国名・都市名	研修施設名等	研 修 内 容
100	佐藤 晃	7年長期	スキー (スペシャルジャンプ)	平成7年10月25日 ～平成9年10月25日	フィンランド	クオピオ市 プイヨスキークラブ	フィンランドジャンプトレーニング内容指導法(ジュニア含む)
101	内田 孝男	8年短期	陸上競技	平成8年9月30日 ～平成9年9月25日	オーストラリア	オーストラリア 国立スポーツ研究所(AIS) キャンベラ	各種測定、トレーニングの研修 コーチングの実施研修
102	西野 真一	8年短期	テニス	平成8年10月31日 ～平成9年10月30日	アメリカ	ウィローツリーテニスクラブ他	アメリカのジュニア育成システムの環境医療とデータの重要性 アメリカのテニス界について
103	杉藤 洋志	7年短期 8年短期	ボート	平成7年9月1日 ～平成9年8月31日	カナダ 他	カナダ国立コーチング研修所	コーチングの実践研修
104	田辺 陽子	8年短期	柔道	平成8年11月24日 ～平成9年11月25日	イギリス スコットランド	クサック柔道クラブ	イギリスの柔道強化策及び環境について
105	佐藤 浩明	9年短期	バレーボール	平成9年10月1日 ～平成10年9月28日	オーストラリア キャンベラ市	The Australian Institute of Sport(AIS)	オーストラリア・スポーツ研究所の心理的支援体制の調査
106	赤石 光生	9年短期	レスリング	平成9年10月23日 ～平成10年10月30日	アメリカ アリゾナ州テンピー市	ARIZONA STATE UNIVERSITY	アメリカ合衆国が、世界へ向けたコーチングの実習
107	松井 幸嗣	9年短期	ハンドボール	平成9年10月23日 ～平成10年10月22日	ドイツ ケルン	ドイツスポーツ大学ケルン	ドイツにおけるチーム強化の為の練習法・指導法と強化対策の実態及び指導者の育成
108	岡田 弘隆	9年短期	柔道	平成9年10月6日 ～平成10年9月30日	イギリス ロンドン	武道会	ヨーロッパ柔道のトレーニング方法及びコーチングについて
109	二宮 秀夫	9年短期	武術太極拳	平成9年9月26日 ～平成10年9月25日	中国 北京	北京体育大学	長拳三種目・武術全般のトレーニング法
110	鈴木 大地	9年長期	水泳	平成10年2月4日 ～平成12年2月3日	アメリカ マサチューセッツ州	ハーバード大学 アメリカ水泳連盟 他	アメリカにおける競泳のコーチングの実習
111	米沢 徹	10年短期	テニス	平成10年10月31日 ～平成11年10月30日	フランス アキテーヌ州 アルカッション市	アルカッションテニスクラブ	フランスの指導法と練習内容の把握、フランスシステムの把握、世界レベルのテニス研究、ヨーロッパテニスの研究
112	瀬尾 京子	9年短期 10年短期	体操	平成9年10月5日 ～平成11年10月4日	アメリカ オクラホマ州 オクラホマ市	Dynamo Gymnastics Club	アメリカでの体操競技における指導方法
113	本 博国	10年短期	ボクシング	平成10年9月8日 ～平成11年9月6日	ウズベキスタン タシケント市	"DINAMO"STADIUM PUSHKIN SQUARE 他	科学的トレーニング、指導法、栄養管理
114	持田 達人	10年短期	柔道	平成10年11月10日 ～平成11年10月31日	フランス パリ	INSEP(国立スポーツ体育研究所)	フランスの国立スポーツ、体育研究所の指導体系
115	土江 寛裕	10年長期	陸上競技	平成11年1月15日 ～平成13年1月13日	オーストラリア シドニー・キャンベラ	NSW Institute of Sport、 Australian Institute of Sport(AIS)	オリンピック地元開催に向けた強化体制と、競技力向上のためのトレーニング方法の習得
116	藤井 彌	11年長期	ライフル射撃	平成11年10月29日 ～平成13年10月27日	フランス パリ	フランス射撃協会	ジュニア期からの一貫指導システムの研究
117	菅野 範弘	11年短期	スキー(ジャンプ)	平成11年10月3日 ～平成12年10月2日	スロベニア ブレッド市 他	SLOVENIA SMUCARSKI KLUB TRIGLAV KRANJ	スロベニアにおけるスキージャンプの強化システム、トレーニング指導方法、転載におけるコンディショニング
118	三浦 華子	11年短期	体操	平成11年8月10日 ～平成12年8月8日	アメリカ ボイシー市	Bronco Elite Gymnastics Club Boise State University(BSU)	アメリカ体操競技におけるジュニア、大学生の指導方法
119	松本 真也	11年短期	セーリング	平成11年12月20日 ～平成12年12月18日	アメリカ アナポリス	United States Naval Academy	セーリング先進国のアメリカ合衆国におけるコーチング研修及び実態調査
120	玉村 健次	11年短期	ハンドボール	平成11年10月12日 ～平成12年10月10日	スウェーデン イエーテボリ市	IK Savehof Tus Shutterwald	北欧のハンドボール技術におけるチーム強化のための練習法・指導法、コーチング全般
121	増地 千代里	11年短期	柔道	平成11年9月11日 ～平成12年9月12日	イギリス ロンドン	武道会、ハイウィカム柔道センター キャンベリー柔道クラブ	イギリスを中心としたヨーロッパ柔道のトレーニング方法及びコーチングについて
122	山本 巧	11年短期	ラグビー	平成11年6月14日 ～平成12年6月10日	イギリス ケンブリッジ	Cambridge University Rugby Union Football Club 他	ラグビー先進国の強化体制及びコーチングに関する研修
123	畠田 好章	12年長期	体操	平成12年10月28日 ～平成14年10月27日	アメリカ カリフォルニア	スタンフォード大学	アメリカにおけるトップ選手への指導法及び練習環境や強化育成方法の研究
124	青柳 徹	12年短期 13年短期	スケート(スピード)	平成12年8月27日 ～平成14年9月12日	オランダ ブローニンゲン市	オランダスケート連盟	スピードスケート王国・オランダにおけるコーチングスキルの習得及び選手強化体制の見極め
125	渡辺 理貴	12年短期	卓球	平成12年9月14日 ～平成13年9月9日	イギリス ノッティンガム	イギリス卓球協会 他	ヨーロッパのクラブシステムとコーチング
126	金野 潤	12年短期	柔道	平成12年9月10日 ～平成13年9月9日	アメリカ コロラドスプリングス	アメリカ柔道連盟	USOCでの格闘技グループのコーチング方法アメリカ柔道連盟の強化システム
127	小島 啓民	12年短期	野球	平成12年10月13日 ～平成13年10月10日	アメリカ キューバ	スタンフォード大学 サンタクララ大学 他	アメリカ大学野球トップのスタンフォード大学チーム、キューバのナショナルチームのコーチング
128	田中 茂	13年長期	ハンドボール	平成13年8月18日 ～平成15年8月7日	スペイン バルセロナ	カタルーニャハンドボール協会	スペインのハンドボール技術及び練習法、指導法の習得
129	長井 淳子	13年短期	柔道	平成13年9月24日 ～平成14年9月23日	イギリス バッキンガムシャー	National Judo Academy、 Cambely Judo Club、 High Wycombe Judo Centre	イギリスを中心としたヨーロッパ柔道の現状と選手強化の体制、指導法について
130	三野 卓哉	13年短期	ライフル射撃	平成13年9月17日 ～平成14年8月11日	ドイツ ウィスバーデン	ドイツ射撃協会 ブルガリア射撃協会	仕事と競技を両立することができるシステムの調査、ならびにそのシステムによる選手への指導方法
131	神庭 裕里	13年短期	武術太極拳	平成13年10月19日 ～平成14年10月18日	中国 北京	北京体育大学	長拳3種及び武術全般のコーチ研修
132	佐藤 吉朗	13年短期	トライアスロン	平成14年1月19日 ～平成15年1月20日	オーストラリア キャンベラ	Australian Institute of Sport	ASIをトレーニング拠点として活動しているジュニアナショナルチームに帯同

	氏 名	研修区分	競技名	研修期間	国名・都市名	研修施設名等	研 修 内 容
133	斗澤 由香子	13年短期 14年短期	スキー	平成13年8月14日 ～平成14年8月28日 平成14年11月5日 ～平成15年12月27日	カナダ ヴィクトリア	National Coaching Institute(B.C)	フリースタイルスキーに関するコーチングの実戦研修
134	植田 実	14年長期	テニス	平成14年12月9日 ～平成17年1月23日	スペイン バルセロナ	サンチェス&カサル テニスアカデミー	コーチングの実践研修
135	吉田 孝久	14年短期	陸上競技	平成14年7月27日 ～平成15年7月26日	イギリス レスターシャー	ラフバラ大学UK陸連ハイパフォー マンズセンター(HIPC)	跳躍種目コーチング技能の修得
136	岩崎 恭子	14年短期	水泳	平成14年10月4日 ～平成15年9月30日	アメリカ ロサンゼルス	ミッションビエホ・ナダドーズ・スイミ ングクラブ	ジュニアコーチングの実戦研修
137	菅原 リサ	14年短期	体操	平成14年8月31日 ～平成15年8月31日	オーストラリア キャンベラ	Australian Institute of Sport	コーチングの実践研修
138	和田 貴志	14年短期 15年短期	スケート(スピード)	平成14年7月25日 ～平成15年7月24日 平成15年9月1日 ～平成16年8月31日	アメリカ ソルトレークシティ	ユタ・オリンピックオーバル	コーチング及び強化システム研修
139	嘉戸 洋	14年短期	レスリング	平成14年8月16日 ～平成15年7月21日	ウクライナ キエフ	ウクライナ国立スポーツ専門大学	コーチングの実践研修
140	中村 行成	14年短期	柔道	平成14年8月18日 ～平成15年8月17日	イギリス エジンバラ	イギリス柔道連盟及びEdinburgh Club	ヨーロッパ柔道のトレーニング方法及び コーチングについて
141	松永 里絵子	15年長期	体操(新体操)	平成15年10月5日 ～平成17年10月4日	カナダ バンクーバー	War Memorial Gymnasium	選手強化育成システム及びコーチングの 実戦研修
142	林 享	15年短期	水泳	平成15年10月16日 ～平成16年10月15日	アメリカ バークレー	カリフォルニア大学バークレー校	コーチング及びトレーニング理論の研修
143	檜崎 教子	15年短期	柔道	平成15年9月19日 ～平成16年9月18日	アメリカ オマハ	Offutt Air force Base Judo Team	コーチング及びトレーニング方法の研修
144	近野 義人	15年短期	陸上競技	平成16年1月19日 ～平成17年1月18日	アメリカ デーヴィス	カリフォルニア大学デーヴィス校	中距離トレーニング及びコーチング研修、 バイオメカニクス研究
145	河野 正和	15年短期	卓球	平成15年9月23日 ～平成16年9月22日	イギリス ノッティングハム	英国ナショナルトレーニングセン ター、イギリス卓球協会	英国及び欧州各国の卓球コーチング システム、クラブ運営システムの研修
146	木村 孝洋	15年短期	サッカー	平成15年8月1日 ～平成16年7月31日	イギリス ロンドン	アーセナル	若手有望選手の指導・育成方法の研修
147	坂井 寿如	15年短期	アイスホッケー	平成15年8月6日 ～平成16年8月5日	カナダ エドモントン	Concordia大学	コーチングの実戦研修
148	山田 永子	16年長期	ハンドボール	平成16年8月1日 ～平成18年7月12日	ノルウェー オスロ	Bekkelagets Sport Club	ハンドボールの指導法、強化システムの研修
149	中村 兼三	16年短期	柔道	平成16年10月12日 ～平成17年11月23日	イギリス ロンドン	Budokwai柔道クラブ	コーチング、ナショナルチームとの交流
150	橋口 美穂	16年短期	体操	平成16年11月28日 ～平成17年11月30日	オーストラリア ブリスベン	Moreton Bay College	ジュニア選手の育成、ナショナル強化選手の指導方法、 環境施設運営面等の研修(Moreton Bay Collegeで研修)
151	山田 晃豊	16年短期	バレーボール	平成16年9月29日 ～平成19年9月2日	イタリア ラベンナ	イタリア女子バレーボール・ナショ ナルユースチーム(CLUB ITALIA)	世界トップレベルのセリエAを中心に ヨーロッパバレーリーグの視察と コーチング、チームプレーの研修
152	立花 美哉	17年長期	水泳 (シンクロナイズドスイミング)	平成17年10月13日 ～平成19年11月12日	アメリカ サンタクララ	Santa Clara Aquamaid Synchronized Swim Club	語学研修を主とし、シンクロの歴史の深いアメリカで指導を 中心にスポーツマネジメントを学ぶ
153	今村 文男	17年短期	陸上競技	平成17年9月9日 ～平成18年9月1日	イタリア サルツツォ	Scuola di Marcia e degli sport in Saluzzo	競歩選手におけるトレーニング方法及びコーチングに関する 研修
154	原田 睦巳	17年短期	体操	平成17年9月13日 ～平成18年9月11日	アメリカ バロアルト	Men's Gymnastics Arrillage Family Center	選手強化に関する指導方法の研修および、大学組織の 競技運営方法の比較の調査
155	阿武 教子	17年短期	柔道	平成17年8月25日 ～平成18年8月24日	フランス パリ	INSEP(国立スポーツ体育研究所)	柔道競技人口が世界一のフランスにおいての指導方法や 他の欧州各国の柔道事情を学ぶ
156	工藤 昌巳	18年長期	スキー(アルペン)	平成18年5月26日 ～平成20年5月24日	オーストリア インスブル ック	オーストリアスキーチーム帯同	アルペンスキーコーチングについて学び、オーストリア国 家検定アルペンスキーコーチ資格取得を目指す
157	谷澤 英彦	18年短期	テニス	平成18年11月30日 ～平成19年11月29日	オーストラリア ゴールドゴースト	バッドキャッシュインターナショナル テニスアカデミー	ジュニアからプロ選手までの指導方法
158	松本 洋	18年短期	バレーボール	平成18年11月30日 ～平成18年12月27日	ブラジル リオデジャネイロ	Centro de desenvolvimento de Voleibol	ブラジルバレーボールの強化システムとスキル、プロフェ ッショナルリーグの現状について
159	岡崎 直人	18年短期	フェンシング	平成18年11月20日 ～平成19年11月19日	フランス パリ	INSEP(国立スポーツ体育研究所)	トレーニング方法全般の修得およびマネージメント
160	稲田 法子	19年長期	水泳	平成19年12月16日 ～平成21年12月14日	アメリカ アリゾナ フェニックス	Brophy College Preparatory	アシスタントとしてトレーニング方法を学ぶ
161	佐々木 耕司	19年短期	スキー(スノーボード)	平成19年8月26日 ～平成20年8月24日	カナダ カルガリー	National Coaching Institute Calgary	コーチング技術、トレーニング方法を習得し施設を視察。カナダの コーチングシステムやその構築背景を研究
162	村田 由香里	20年長期	体操(新体操)	平成20年12月19日 ～平成22年12月18日	ロシア イルクーツク	ディナモスポーツクラブ	ロシア新体操の選手育成システム及び指導方法について 学ぶ
163	井上 康生	20年長期	柔道	平成21年1月11日 ～平成23年1月10日	イギリス エジンバラ	イギリス柔道連盟	英語研修及びイギリスを拠点として、ヨーロッパにおける柔 道指導法及びヨーロッパ各国の柔道事情を学ぶ
164	山崎 一彦	20年短期	陸上競技	平成20年9月20日 ～平成21年9月19日	イギリス レスター	ラフバラ大学	イギリスのオリンピック強化システムと対策の調査および コーチングを学ぶ
165	猿澤 真治	20年短期	サッカー	平成20年8月13日 ～平成21年8月5日	フランス クレーズフォンテーヌ	フランスナショナルフットボールクラ ブ	フランスナショナルフットボール学院にて、U-13～15年代 の育成プログラム全般を学ぶ

	氏 名	研修区分	競技名	研修期間	国名・都市名	研修施設名等	研 修 内 容
166	白幡 圭史	20年短期	スケート(スピード)	平成20年6月1日 ～平成21年5月31日	オランダ フローニンゲン	ヘーレンフェーン室内リンク	スピードスケートコーチングテクニックおよび選手強化、選手育成システムを学ぶ
167	沖 美徳	21年長期	自転車	平成21年5月9日 ～平成23年3月31日	イタリア ベルガモ	Selle Italia-Ghezzi	自転車コーチング技術・語学研修及びイタリアサイクリングコーチングライセンスの習得
168	中垣内 祐一	21年長期	バレーボール	平成21年8月3日 ～平成23年5月2日	アメリカ アナハイム	アメリカバレーボールトレーニングセンター	世界トップレベルの指導法習得
169	中村 さなえ	21年短期	ボート	平成21年9月9日 ～平成22年9月8日	ドイツ ポツダム	Olympia Stutz Punkt Brandenburg	ナショナルチームのマネジメント、コーチング、選手育成システム、選手選考方法、コーチ育成プログラムを研修
170	小林 敦	21年短期	バレーボール	平成21年7月22日 ～平成22年7月20日	アメリカ アナハイム	アメリカバレーボールトレーニングセンター	各国シニア・ジュニア等トップチームの合宿にて指導者としての研修を行い、指導法、強化システムについて学ぶ
171	上村 美揮	21年短期	体操(体操競技)	平成22年2月27日 ～平成23年2月26日	アメリカ テキサス	Bela Karolyi Gymnastics Center	アメリカ体操界のジュニア育成システム及びその指導方法について学ぶ
172	神野 由佳	21年短期	スケート(ショートトラック)	平成21年4月27日 ～平成22年4月26日	カナダ カルガリー	Calgary Olympic Oval	ショートトラックにおける指導方法及び選手強化、選手育成システムについて
173	中村 健一	21年短期	セーリング	平成22年3月31日 ～平成23年3月30日	イギリス サザンブトン	Royal Yachting Association	ユース世代の育成・強化について学ぶ
174	上原 茉莉	21年短期	カヌー	平成21年10月11日 ～平成22年10月10日	ドイツ マグデブルク	ドイツカヌー連盟	日本カヌー界のレベルアップとロンドンオリンピックでメダルを獲得するための技術・トレーニング方法を研修する
175	高岡 寿成	22年短期	陸上競技	平成22年8月31日 ～平成23年8月30日	アメリカ マンモスレイク	マンモストラッククラブ	高地トレーニングなどの科学的なトレーニング及びアメリカの選手強化方法
176	三原 孝博	22年短期	卓球	平成22年8月30日 ～平成23年8月11日	中国 河北省	正定国家訓練基地	若年層からトップまでの育成方法
177	小館 操	22年短期	バイアスロン	平成22年6月21日 ～平成23年6月20日	オーストリア ザルツブルグ	オーストリアスキー連盟 オーストリアバイアスロン連盟	バイアスロン競技におけるスキー技術、射撃技術、指導法を習得し、バイアスロン連盟組織のあり方についても学ぶ。
178	塚田 真希	23年長期	柔道	平成23年9月7日 ～平成25年9月6日	イギリス ロンドン	エジンバラ柔道クラブ 武道会	英語研修、そして国外における柔道指導法および、諸外国の柔道事情を学ぶ。また諸外国コーチとのネットワークを構築する。
179	栗本 宣和	23年長期	カヌー	平成23年7月17日 ～平成25年7月16日	ハンガリー ブラハ	ハンガリーカヌー連盟	ハンガリーにおけるカヌー・カヤックスポーツの組織体制とコーチングシステム・強化プログラムのあり方について学ぶ。
180	柳澤 哲	23年短期	陸上競技	平成23年10月8日 ～平成24年10月7日	オーストラリア ブリスベン	Australian Institute of Sport (AIS)	各世代における体系化された練習方法の習得と組織としての運営方法
181	原田 早穂	23年短期	水泳 (シンクロナイズドスイミング)	平成23年5月15日 ～平成24年5月14日	マルタ共和国 スリーマ	Aquatic Sports Association of Malta	語学の鍛錬とともに、シンクロの中心であるヨーロッパにおいて指導力を磨く。
182	今泉 守正	23年短期	サッカー	平成23年7月13日 ～平成24年6月1日	アメリカ フロリダ	フロリダ州立大学(FSU)	US ODPプログラムの研修、IMGアカデミーでの育成プログラム研修等
183	橋元 郷	23年短期	セーリング	平成23年9月1日 ～平成24年8月31日	イギリス サザンブトン	国際セーリング連盟 英国セーリング連盟	英国における主にユース世代(U-19)の育成システム、およびセーリング組織の運営方法
184	佐本 睦	24年長期	レスリング	平成24年6月2日 ～平成26年6月1日	ドイツ ミュンヘン	Sportinternat Schifferstadt	ヨーロッパにおけるレスリングのコーチングスキルの習得と語学習得とプロクラブの運営システム等。
185	梅村 礼	24年長期	卓球	平成24年6月27日 ～平成26年6月26日	オーストリア ザルツブルグ	Werner Schlager Academy	欧州の強豪クラブにてヨーロッパの強化育成システムを学ぶ。
186	和田 武真	24年長期	フェンシング	平成24年7月25日 ～平成26年7月24日	ハンガリー ブタペスト	Budapest Honved(旧軍隊チーム)	元ナショナルチームの所属クラブにてビギナーからトップ選手に対し指導を行いながら指導技術、マネジメントを学ぶ。
187	谷本 歩実	24年長期	柔道	平成25年3月31日 ～平成27年3月30日	フランス パリ	INSEP(国立スポーツ体育研究所)	欧州の強豪国の1つであるフランスにおいて、柔道指導法、強化システムの調査、研究及び周辺諸国の柔道事情を学ぶ。
188	杉林 孝法	24年短期	陸上競技	平成24年9月15日 ～平成25年9月14日	スウェーデン ヨーテボリ	エルグリーテIS	世界トップレベルチーム及びコーチのもとでコーチングの研修を行うとともに語学研修を行う。
189	廣山 望	24年短期	サッカー	平成25年1月8日 ～平成26年1月7日	スペイン マドリッド	RCDエスパニョール	欧州のプロクラブにおけるトップ、育成、普及各レベルのコーチングを学ぶ。また、ヨーロッパの指導者ライセンスを取得する。
190	原 千華	24年短期	体操(新体操)	平成24年11月1日 ～平成25年10月31日	ベラルーシ ミンスク	National Center of Olympic Training in Rhythmic Gymnastics	ベラルーシのジュニア期の選手発掘・育成方法から、日本選手が国際試合で結果を残すための指導方法について学ぶ。
191	大戸 淳之介	25年長期	ボート	平成25年9月14日 ～平成27年9月13日	イギリス ロンドン	Staines Boat Club	チームマネジメント、コーチ育成プログラム他
192	昔野 幸一郎	25年長期	バレーボール	平成25年7月4日 ～平成27年4月27日	アメリカ	テキサス大学	バレーボール指導方法、世界レベルのチーム強化方法
193	高橋 豊樹	25年長期	ハンドボール	平成25年8月17日 ～平成27年8月16日	デンマーク スベンボー	オーレボイスコーレ ハンドボルトレーナリエ	ジュニア育成、コーチ育成システムおよびその指導方法、強化システムについて学ぶ
194	福島 晋一	25年長期	自転車(ロード)	平成25年11月18日 ～平成27年11月17日	フランス	SA Vendee Cyclisme	チームマネジメント、コーチング、フランス語、IF関係等
195	小田島 梨絵	25年長期	自転車(MTB)	平成25年8月2日 ～平成27年7月31日	スイス	Velo Club Tamaro	地域チーム運営、ジュニア選手のトレーニング方法、英語・イタリア語習得
196	中村 真衣	25年短期	水泳(競泳)	平成25年9月8日 ～平成27年9月7日	アメリカ ミッションビエホ	ナタドールズスイミングクラブ	普及、強化、指導者育成等全般
197	今井 美希	25年短期	陸上競技	平成25年7月1日 ～平成26年6月30日	スウェーデン ヴェクショー	IFKヴェクショー	跳躍(特に走り高跳)指導論・トレーニング論・トップアスリートの男性選手・女性選手の育成方法の違い、スウェーデン陸連関連
198	田村 奈津枝	25年短期	サッカー	平成25年6月13日 ～平成26年6月12日	ドイツ フライブルグ	フライブルグFC	トップチームの普及、強化、指導者養成等全般を学ぶ

	氏 名	研修区分	競技名	研修期間	国名・都市名	研修施設名等	研 修 内 容
199	黒田 真由	25年短期	体操(体操競技)	平成25年8月3日 ～平成26年8月26日	アメリカ テキサス	World Olympic Gymnastics Academy	ジュニア期の育成方法
200	塩田 義法	26年長期	水泳 (水球)	平成26年11月18日 ～平成28年11月17日	アメリカ(ロサンゼルス)	USA Water Polo, Inc.	アメリカの代表チーム及び大学水球チームのコーチング、マネジメント方法、選手育成システム、コーチ育成プログラムを研修
201	鹿島 丈博	26年長期	体操 (体操競技)	平成26年11月30日 ～平成28年11月29日	アメリカ(バロアルト)	スタンフォード大学	アメリカにおける体操競技の実態と強化について研修
202	出島 茂幸	26年長期	スケート (スピードスケート)	平成26年9月12日 ～平成28年9月11日	アメリカ(ソルトレークシティ)	ユタオリンピックオーバル	アメリカナショナルチームにてコーチング研修、育成システム、医科学サポートの活用方法、マネジメントについて学ぶ
203	谷川 聡	26年短期	陸上 (ハードル)	平成26年7月30日 ～平成27年7月29日	アメリカ(フロリダ)	University of Central Florida ほか	アメリカにおけるトレーニング理論、トレーニングシステム、コーチング論を学ぶ
204	山尾 光則	26年短期	サッカー	平成26年9月10日 ～平成27年9月9日	ドイツ(ライムスバッハ)	IFC. Reimsbach	グラスルーツ・育成年代・トップチームのトレーニング研修、ゲーム分析、ゲーム環境等の調査等
205	坂尾 美徳	26年短期	サッカー	平成26年5月10日 ～平成27年5月9日	ドイツ(デュイスブルグ)	MSV デュイスブルグ	ドイツプロクラブの育成カテゴリーのプランニング・トレーニングの構築およびコーチング、プロクラブの普及・育成・強システムについて研修
206	土橋 登志久	26年短期	テニス	平成26年10月31日 ～平成27年10月30日	フランス(パリ)	フランステニス連盟 ほか	フランスのプロ・ジュニア選手の育成・強化システム、トレーニング方法、メンタルアプローチ、大会でのコーチング等ほか、国による強化・組織の運営システムを学ぶ
207	大島 杏子	26年短期	体操 (体操競技)	平成26年10月12日 ～平成27年10月11日	アメリカ(サクラメント)	Elevate Gymnastics Academy	アメリカ体操界のジュニア選手育成システム及びその指導方法、跳馬の技術指導方法について学ぶ
208	長良 将司	26年短期	フェンシング (サーブル)	平成26年7月27日 ～平成27年7月26日	アメリカ(ポートランド)	Oregon Fencing Alliance	世界トップのナショナルチームの技術指導及びマネジメントを学ぶ
209	三木 二郎	27年長期	水泳 (競泳)	平成28年3月14日 ～平成30年3月7日	イギリス(ロンドン)	イギリス水泳連盟	イギリス水泳連盟の運営システム・強化システム・指導プログラムを学びながら、ヨーロッパ諸外国コーチとのネットワークを構築する
210	岩渕 聡	27年長期	テニス	平成28年2月24日 ～平成30年2月23日	イギリス(ロンドン)	イギリステニス協会(LTA)	LTAがロンドンオリンピックにおける自国選手の金メダル獲得(男子シングルス)を成し遂げた強化策を学ぶ
211	白井 祐介	27年長期	ボート	平成27年8月27日 ～平成28年8月26日	デンマーク(コペンハーゲン)	コペンハーゲン大学	世界トップレベル選手のトレーニング方法、コーチングおよびサポートの実態や、医科学データの活用方法を学ぶ
212	遠藤 由華	27年長期	体操 (新体操)	平成27年10月11日 ～平成29年10月10日	アメリカ(シカゴ)	North Shore Rhythmics	アメリカ在住のロシア人コーチのもとで技術・トレーニング方法、コーチング方法を研修し、またアメリカの段別・レベル別選手育成システムとその構築された背景を研究について学ぶ
213	森 勉人	27年長期	体操 (体操競技)	平成27年7月10日 ～平成29年7月9日	イギリス(バジルトン)	South Essex Gymnastics Club	イギリスにおけるジュニア・シニアへの一貫教育システムおよびナショナルチームでの指導方法を学ぶ
214	米満 達弘	27年長期	レスリング (フリースタイル)	平成27年8月31日 ～平成29年8月30日	アメリカ(ペンシルバニア)	ペンシルバニア大学	世界に勝ち抜くためのフリースタイルの専門技術及び戦略・戦術を修得し、強豪国の強化対策等の研修並びに世界のトップクラス選手情報を収集・分析する
215	舍利弗 学	27年長期	ハンドボール	平成27年8月31日 ～平成29年8月30日	ドイツ(ベルリン)	Fusch Berlin	欧州のプログラムや男子ドイツ代表チーム各年代のコーチングやスカウティング方法を学び、また海外遠征、合宿時に活かせるネットワークの構築をはかる
216	岩水 嘉孝	27年短期	陸上競技	平成28年12月20日 ～平成29年12月19日	オーストラリア(メルボルン)	メルボルントラッククラブ	メルボルントラッククラブにおける中長距離とマラソンの実践的トレーニングと指導内容を学ぶ
217	広瀬 統一	27年短期	サッカー	平成27年9月6日 ～平成28年9月5日	アメリカ(サンノゼ)	San Jose State University	フィジカルトレーニングの実地研修およびアスレティックトレーニング指導論の研修を行う
218	安食 真治	27年短期	スキー (アルペン)	平成27年6月12日 ～平成28年6月11日	オーストリア(インスブルック)	オーストリアスキー連盟	オーストリアにおけるスキー競技のコーチングシステムと強化環境の調査及びコーチングスキルを学ぶ
219	荻野 正二	27年短期	バレーボール	平成27年8月29日 ～平成28年8月28日	ブラジル(サンパウロ、リオ・デ・ジャネイロ)	ブラジルバレーボール協会	指導法や世界トップチームの強化方法を学ぶ
220	進藤 陸	27年短期	バイアスロン	平成27年7月27日 ～平成28年7月26日	ノルウェー(リレハンメル)	ノルウェーバイアスロン連盟	バイアスロン射撃術、クロスカントリースキー技術、トレーニング法およびその指導要領を学ぶ
221	大久保 茂和	28年短期	バレーボール	平成28年9月15日 ～平成29年9月14日	アメリカ(カリフォルニア)	アメリカバレーボール協会	アメリカにおけるバレーボールの最新コーチング及びトレーニングプログラムを学ぶとともに、アンタiguaコアにおけるイベント発掘・育成プログラムを観察する
222	小川 秀樹	29年短期	サッカー	平成29年6月19日 ～平成30年6月18日	ドイツ(インゴシュタット)	FC Ingolstadt04	ドイツ・ブンデスリーガのクラブにおけるチーム強化及び選手育成、地域におけるプロクラブのあり方を学ぶ
223	久保 貴寛	29年短期	スキー	平成29年5月14日 ～平成30年5月13日	フィンランド(ヴォッカッティ)	Vuokatin Urheilupuisto	フィンランドの強化拠点となっているヴォッカッティを中心に夏季及び冬季におけるジャンプトレーニング、クロスカントリートレーニング、その他トレーニング内容の把握
224	桑原 俊	29年短期	体操 (体操競技)	平成29年8月29日 ～平成30年8月28日	アメリカ(スタンフォード)	Ford Burnham gymnastics gym	スタンフォード大学にて体操競技の指導、他国の指導・技術分析の方法を学び実際に指導を行う。
225	金丸 雄介	29年短期	柔道	平成29年4月5日 ～平成30年3月31日	イギリス(カーディフ)	Sports Wales National Centre	イギリスをはじめとするヨーロッパ諸国のトップクラス、及びナショナルチームにおける柔道指導法、強化システムの調査、研究および周辺諸国の柔道事情を学ぶ。
226	須藤 啓太	30年長期	サッカー	平成30年7月9日 ～令和2年6月9日	スペイン/バスク	ATHLETIC CLUB	世界トップレベルを走るスペインの育成年代の日常に触れ、スペイン人と日本人の技術、戦術、フィジカル、メンタル面における違いから日本人が海外でプレーする際にアドバンテージとなる部分を見極める。
227	河野 恭介	30年長期	スキー	平成30年7月10日 ～令和2年12月27日	オーストリア/インスブルック	Arlberg Ski club	アルペンスキーのコーチング理論、育成方法(日本との違い)を海外チームから学ぶ。
228	小原 英志	30年長期	スケート	平成30年8月10日 ～令和2年8月9日	カナダ/カルガリー	カナダスケート連盟 Canadian Sport Institute Calgary	カナダにおけるスピードスケートのコーチング技術の習得、カナダのスピードスケートナショナルチームにおけるサポート体制の調査、カナダにおけるコーチ養成システムの調査
229	近藤 大生	30年短期	テニス	平成30年11月1日 ～令和2年10月31日	フランス/パリ	フランステニス連盟	今年のデビスカップで優勝したフランスから、地域や県からトップ選手までの育成システムを学ぶ。
230	山村 宏太	30年短期	バレーボール	平成30年8月20日 ～令和2年8月19日	イタリア/ラツィオ	Fonteviva Livorno/ Paolo Montagnani	世界スタンダードのバレーボール習得と日本人に合わせたインバプション、そして日本人におけるブロックシステムの構築とコーチングスキルの向上について
231	古城 梨早	30年短期	体操 (新体操)	平成30年8月22日 ～令和2年8月21日	カナダ/トロント	Jusco Rhythmic Gymnastic Club	カナダのチームで指導しているブルガリア人コーチのもとで、語学の研修と手具の技術やトレーニング等、各年代の指導プログラムを学ぶ。

	氏 名	研修区分	競技名	研修期間	国名・都市名	研修施設名等	研 修 内 容
232	中川 貴哉	30年短期	テコンドー	平成30年8月24日 ～令和2年8月23日	イギリス/マンチェスター	GB Taekwondo (GaryHall)	ナショナルアテコンドーセンターにおける強化活動、運営についての研修、練習映像および試合映像の撮影方法および分析方法、活用方法についての研修。
233	松岡 佑起	31年長期	陸上競技	令和2年3月17日 ～令和3年1月22日 令和4年4月1日 ～令和5年3月31日	イギリス/ロンドン オランダ/ナイメーヘン イギリス/カーディフ	Saint Mary's University Global Sports Communication Cardiff Metropolitan University	中長距離種目のトレーニング方法、コーチング論、選手強化体制について学び、日本選手の強化育成に向けた新たなトレーニングプログラム、強化育成システムを構築する基礎とする。 ※令和2年3月 イギリス/ロンドンへ渡航後、新型コロナウイルス感染症の影響等により一時帰国。 ※令和4年4月 新型コロナウイルス感染症等により研修地をオランダ/ナイメーヘンへ変更 ※イギリスにおけるトップレベルのコーチング及びトレーニング方法を学ぶため、研修先をイギリス/カーディフへ変更。
234	塚田 圭裕	31年長期	バレーボール	令和元年8月7日 ～令和3年8月6日	アメリカ/ペンシルベニア	Temple University	世界レベルの選手・チームの強化方法並びにアメリカナショナルチームの視察・大学スポーツ(NCAA)の研究。
235	山中 武司	31年長期	アイスホッケー	令和元年6月26日 ～令和3年6月25日	カナダ/オタワ	KANATA Lasers	ジュニア世代の育成指導方法を学ぶ。アイスホッケーの新しい戦術の習得。
236	松岡 慧	31年長期	フェンシング	令和元年8月20日 ～令和3年8月19日	フランス/パリ	フランスフェンシング協会	フェンシング競技指導に必要な技術並びに技能習得。 強豪国の育成並びに強化システムの調査・研究。
237	福井 英郎	31年長期	トライアスロン	令和元年6月28日 ～令和3年9月30日	フランス/オルレアン	フランストライアスロン連盟	2024年パリオリンピックに向けた若手育成・強化方法を学ぶ。種目転向型・専門型などの選手発掘方法を調査する。
238	松原 英輝	31年短期	サッカー	平成31年4月1日 ～令和2年3月17日	フランス/ランブイエ	Toulouse FC 育成センター	フランスにおけるプロクラブの主に10歳から12歳までの育成プログラムを学ぶ。
239	見汐 翔太	2年長期	サッカー	令和4年1月13日 ～令和6年1月20日	イギリス/バーミンガム	イングランドサッカー協会 (FA)	イングランドサッカー協会 (FA) の強化拠点から、そのフィロソフィーとデータ分析の活用を学ぶ。 ※新型コロナウイルス感染症の影響等により、令和4年1月13日より研修開始
240	湯元 進一	3年長期	レスリング	令和3年8月28日 ～令和5年8月27日	ロシア/ウラジカフカス	ロシアレスリング協会	ロシア国内の育成年代からトップ選手までのコーチング方法及びトレーニング方法を学ぶ。
241	嘉敷 陽介	3年長期	ハンドボール	令和3年10月29日 ～令和5年10月28日	デンマーク/オーフス	Sports Academy in Aarhus	①競技力向上に関する具体的取り組みの調査・研究 ②コーチングの方法論に関する調査および実践
242	片桐 央規	3年短期	サッカー	令和3年9月19日 ～令和4年9月18日	ドイツ/ミュンヘン	バイエルン・ミュンヘン	選手へのコーチング方法を中心に、データの活用方法、育成や指導者への関わりなどを学ぶ。
243	青木 晋平	4年長期	バレーボール (ビーチバレーボール)	令和4年8月7日 ～令和6年8月6日	スロベニア/リュブリャナ	Ludus Beach Park Ljubljana	NFとクラブチームとの連携、という視点から、強化、育成、普及の関係性の研究など。
244	海老沼 匡	4年長期	柔道	令和4年4月14日 ～令和6年4月13日	イギリス/カーディフ キャン/リリー	Welsh Judo Federation Camberley Judo club	語学の習得や様々な人脈構築を目的に研修を行なっていき、総合的スキルを向上させていく。
245	忽那 静香	4年長期	トライアスロン	令和5年1月10日 ～令和6年12月11日	アメリカ/コロラド州・ アリゾナ州テンピ	USA Triathlon	2028年の自国開催となるアメリカ(USATriathlon)の強化策を習得。2028年ロスオリンピックの競技環境の把握・情報収集も兼ねる。
246	金城 芳樹	4年短期	スキー	令和4年12月5日 ～令和5年12月4日	スロベニア/プラニツツァ	Nordijsko društvo Rateče-Planica	スキージャンプの技術向上のためのコーチング、ジュニアからシニアまでの一貫性のある強化育成システムなど。
247	藤本 一平	5年長期	ホッケー	令和5年9月5日 ～令和7年9月4日	イギリス/ロンドン	Indian Gymkhana Hockey Club	・ジュニアからシニアまで一貫性のある強化育成システム構築のための情報収集及び地域のホッケークラブと学校のクラブ活動の連携システムの研究など。
248	富田 恭介	5年長期	ハンドボール	令和5年9月1日 ～令和7年8月31日	ドイツ/ライプツィヒ	SC DHfK Leipzig	ドイツブンデスリーガ・プロクラブにおけるトップチームの練習法と指導法及び育成カテゴリーにおける育成プログラムとタレント発掘システムについて学ぶ。
249	大野 将平	5年長期	柔道	令和5年8月1日 ～令和7年7月31日	イギリス/スコットランド	JudoScotland South Platt Hill, Ratho Edinburgh EH28 8AA	拠点のスコットランドやイギリス国内のトップ柔道選手への柔道指導、地方クラブチームでの柔道指導を通してイギリスにおける指導法を学ぶ。
250	白鳥 歩	6年長期	バレーボール (ビーチバレーボール)	令和6年9月1日 ～令和8年8月31日	アメリカ/ロサンゼルス	Mbsand Volleyball Club USA Volleyball	コーチング及び強化育成バスウェル(NCAA)若年層からトップへの連携)、ナショナルチーム強化マネージメント及びアメリカ強化拠点設置に向けた視察と連携。
251	乙黒 圭祐	6年長期	レスリング	令和6年8月20日 ～令和8年8月19日	アメリカ/アイオワ州	アイオワ大学 Carver Hawkeye Arena	2028年ロサンゼルス五輪に向け、日本チームの強化に役立つ情報収集及び世界トップのアメリカで技術、トレーニング方法、強化育成システム、スポーツ科学的サポートの活用方法、メンタルアプローチ方法などの調査と研究
252	内山 由綺	6年短期	体操 (体操競技)	令和6年4月20日 ～令和7年4月20日	オーストラリア/メルボルン	メルボルン ジムナステックスセンター	体操競技におけるジュニアアスリートの段違い平行棒の強化。
253	平岡 拓晃	6年短期	柔道	令和6年9月1日 ～令和7年8月31日	アメリカ/シアトル	Official Business Name: Budokan Dojo	アメリカで学ぶトップアスリートを支える最先端技術や指導方法。
254	高波 寿華	7年長期	水泳 (アーティスティックスイミング)	令和7年4月1日 ～令和9年3月31日	イギリス/ロンドン	Swim England/ Hengrove Leisure Centre	コーチングスキルの取得及びアーティスティックスイミング国際TC資格の取得。ジュニアからシニア選手までの強化育成システム構築の情報収集とクラブチーム及びナショナル選手の競技と学校生活の連携システムの研究。
255	永井 友理	7年短期	ホッケー	令和7年8月1日 ～令和8年7月31日	オランダ/アムステルダム	Hockey Club Pinoke	トップチームでの戦術の考え方や分析の仕方、新しい戦術の生み出し方を学ぶ。オランダのホッケー協会やトップクラブチームにおける強化体制、強化育成プログラム、練習方法の研究等を学ぶ。
256	櫛橋 茉由	7年長期	フェンシング	令和7年8月31日 ～令和9年8月30日	ハンガリー/ブダペスト	ハンガリー体育大学,Törökbalint Gerevich Aladár Vívó Egyesület(クラブ)	ナショナルチームが多数所属するフェンシングチームにて、競技指導に必要な技術習得と実践、大学にて、強豪国の育成並びに強化システムの調査・研究、現地のコーチ資格取得、国際的なコミュニケーションの構築。
257	羽賀 龍之介	7年長期	柔道	令和7年4月1日 ～令和9年3月31日	ドイツ/デュッセルドルフ	JC71 dusseldorf	クラブチームにおける柔道の普及、指導、経営、ナショナルチームのトップ選手の強化方法について学ぶ。 ブンデスリーガの大会運営、選手のスポンサー獲得について、IJF(国際柔道連盟)との関係構築。

**スポーツ指導者海外研修事業
令和6年度帰国者報告書**

発 行 日 令和7年3月31日
編集・発行 公益財団法人 日本オリンピック委員会
〒160-0013
東京都新宿区霞ヶ丘町4番2号
Japan Sport Olympic Square13階
TEL03-6910-5957 FAX03-6910-5960

