



クレールフォンテーヌ内にある、サッカー・フランス代表が合宿時に使用する宿舎

フランス・スポーツの “メディカル最前線”

「選手を支えるスポーツメディカルセミナー」を実施している株式会社アスリートギャラリーでは、2月3～8日にわたって、「SMS 2010 海外スポーツメディカル視察研修」を行った。訪問先は、フランス。同国でも屈指のスポーツ施設においてメディカルサポートの機能と実際を学んだ。株式会社アスリートギャラリー代表の小田雅志氏にレポートしていただく。

文・写真提供／小田雅志（株式会社アスリートギャラリー代表）



インセップ内の体操競技用体育館（左）とレーシングメトロ92のトレーナーズルーム



はじめに

株式会社アスリートギャラリーでは、初の海外セミナーとして、ヨーロッパのスポーツ大国、フランスのメディカルサポート体制を視察する研修会を行った。

今回は選手の発掘・育成・強化という一連の流れを組織的にを行い、世界的な実績をもつ国営施設2カ所を中心に、フランスで最も人気の高いスポーツであるサッカーとラグビーのプロフェッショナルチームを訪問。それぞれのチーム組織のなかでのメディカル部門の機能や、そこに携わるスタッフの実務の多様性を視察することを目的とした。

国立スポーツ体育学院 (略称：INSEP)

まず、最初に訪問したのはフランス国立スポーツ体育学院である。総面積32ヘクタールの敷地に約650名のアスリートが在籍し、そのうち約半数が、ロジング（寄宿制）体制で強化を受けている。フランス青少年スポーツ省が管轄しており、1945年に創設されたトップアスリート専用の強化トレーニング施設だ。

ここをトレーニング拠点とする選手は、国際レベルで優秀な記録や成績をもつ選手、もしくはフランス代表チームのメンバーとしてオリンピックや世界選手権に参加できるレベルの選手に限定される。全国の各競技団体は、この条件に見合う選手を独自のルートでピックアップし、毎年INSEPの入学候補者として推薦する。

現在26競技にわたる“寄宿生”の平均年齢は27歳（最年少は16歳）であり、敷地内に統合された居住施設と練習・教育施設の中で、将来のメダリストとしての徹底した強化と教育を受けるのであ

る。フランスではこのように、育成・強化施設内に選手専用の学校が完備されていることが珍しくなく、公立学校などに通いながら強化を受ける日本の育成環境とは、大きく異なる点である。

96年のアトランタ五輪でフランスが獲得した37個のメダルのうち、20個をINSEPに所属する選手が獲得したことをきっかけに国内外から注目され、現在では約40カ国との間で定期的な国際交流が進められている。日本からも柔道、フェンシングなどのさまざまな競技種目で、コーチ留学や短期留学で訪れる選手や関係者が絶たない。

一昨年の北京五輪においても、フランスが獲得したメダル総数40個中、21個をINSEPの選手が獲得（金3個、銀11個、銅7個）しており、その占有率は52.5%にも上る。この実績には、優秀なコーチや最新の強化システムが背景にあるのはもちろんであるが、総勢70名にも及ぶメディカルスタッフ体制も大きく寄与するものと考えられる。

医療サポートの中核的な機能を果たすメディカルセンターだけでも12名のドクターと10名のフィジオセラピスト（理学療法士、フランスではキネと呼ばれている）、2名の歯科医師、ポドロジーと呼ばれる足病医が3名という陣容である。これ以外にも、競技種目施設ごとに設置されているメディカルルームには専門スタッフが配置され、緊急処置にも万全の対策が施されている。

特徴的なのはポドロジーの存在である。足部全般を専門領域とするこのスタッフがドクターやフィジオセラピストと連携し、あらゆる足部のトラブルやシューズのフィッティング、選手個別のインソール（シューズの中敷き）成形ま



広大な敷地にさまざまな施設が揃うインセップ。競技別、目的別に建物があり、ハード・ソフトともにフランス・スポーツの最前線をリードし続けている。(左)屋内陸上競技場、(右)リハビリルーム、(右下)ケアルーム



で扱う。

スポーツシューズを使用するすべての競技種目において、選手個別の足に関するカルテが保管されていることから、足部ケアの重要度は高い。ドイツにおける靴のマイスター制度の流れをくむ、足への注目度の高さは欧州独自の文化でもあり、スポーツの世界においても変わることがない。このあたりも、足やシューズのフィッティング、インソール成形を扱う専門家がほとんどいない日本の現状とは大きく異なる。

PSG (パリ・サンジェルマン) 【サッカー】

次に訪問したのは、フランスサッカー1部リーグに所属するパリ・サンジェルマンである。70年にフランスリーグに参戦した古豪はフランスリーグ優勝2回、フランス杯優勝7回、欧州カップ優勝1回の実績を誇る。

メディカルチームが拠点とするパリ郊外のクラブハウスは昨年新築され、選手のトレーニング施設とともに充実した設備が完備されている。フランスリーグのなかでもリヨン、マルセイユなどに次ぐ充実ぶりは、経営力の高さと安定性もうかがえる。

ここでも主として、新しいクラブハウスのメディカル部門を中心に視察した。対応していただいたのは、ヨーロッパ屈指の名外科医と呼ばれるエリック・ローラント専任ドクター。今年F1に復帰するミハエル・シューマッハをはじめ、世界中のサッカー選手がローラント医師の執刀を目的にパリを訪れるという（現役時代の相撲・貴乃花関を執刀したことも有名である）。フランスではチームのトレーニングにも医師の帯同が義務づけられており、ローラント医師の指示の下、12名のメディカルスタッフが勤務に当たって

いる。車で45分以内に到着するパリ市内の病院と連携し、緊急事態にも対応する。

トレーニング施設自体に目新しさはないが、かなり科学的な疲労分析からトレーニングメニューを組むことは以前から知られており、フランス空軍とも技術協力している。なかでも“選手の練習への集中度は科学的な分析により数値に表れる”という観点から、唾液の成分を分析して集中度合いや疲労度を計測。選手個々の疲労度を管理して“練習しすぎ”によるケガをセーブし、質の高い練習を目指している。

チーム専属のフィジセラピストいわく、トレーニングの根拠となる科学的な分析に必要な設備投資のほうが、実際にケガをしてしまった選手の治療費や、勝利を逃す代償よりもコストは低いとのこと。試合前の金曜日から当日のキックオフまでの間は完全に管理される以外は、比較的、選手のコンディショニングに対する関与はあまりない。

ここでも足部のケアに関しては2名のポドロジーがシューズのフ

ィッティングからインソール成形までを行い、必要な設備・機材が整っている。

このクラブハウス滞在中に、約2ヵ月前の試合中に足を負傷したグレゴリー・クーベ選手（元フランス代表GK）がリハビリのために姿を見せ、数時間のトレーニングを実施した。クーベ選手にはドクター、フィジセラピスト、ポドロジーがチームを組んで回復訓練メニューを作成。共有されたゴールイメージに向かって行われる連携業務の質の高さを感じた。

クーベ選手を担当するフィジセラピストによると、足部のケガや不具合に対応する手段としては、シューズやインソールのもつ役割も、非常に重要なファクターであると認識しているとのことだった。

フランス・サッカー連盟 ナショナルテクニカルセンター

パリから南西へ車で50分行ったところに、通称“クレールフォンテズ”がある。フランスサッカーの本拠地に付けられた名前は、この地域に広がる美しい“クレールフォンテズの森”が名前の由来である。

ここはサッカーフランス代表チームの合宿地であり、世界に名を馳せる前育成システム（フランスの育成システムは13～15歳の“前育成段階”と16～18歳の“育成段階”に分かれている）の本拠地であるINF（国立フットボール学院）も88年に併設された、いわばフランスサッカーの総本山である。

今回は、この施設内に3年前に新築されたメディカルセンターを訪問。フランスの各代表チームをはじめ、フランスリーグの各クラブからも治療に訪れる選手が後を絶たないメディカル部門の中核で、その実務を視察した。対応者はバスカル・マイエ専任ドクター

と、INFの学院長でもあるアンドレ・メレル氏。

このメディカルセンターの役割としては、INFに在籍する106名の選手（男子66名、女子40名）に対する医療サポートはもちろん、フランス代表の各年代チームの医学検査・生理学検査（いわゆるメディカルチェック）やフランスリーグのプロクラブに所属する選手のリハビリのほか、この地域に居住する住民の診療まで行う。

メディカルスタッフは総勢10名。内訳はドクター2名、フィジセラピスト4名、ポドロジー1名、歯科医1名、カウンセラー1名という陣容である（フィジセラピストはメディカルセンター新設に伴い増員された）。

それほど人数は多くないが、ほとんどの実務は医師の指示の下でフィジセラピストがこなしている。ここでのフィジセラピストの業務は医師とほとんど同内容のものであり、午前中の一般住民の診察から始まり、午後はINFの選手のメディカルケア、長期でリハビリに取り組むプロ選手とかなり多忙である。時には“サブドクター”として代表チームの試合に足を運ぶことも珍しくなく、ほとんどが敷地内に居住していることから、緊急の対応も万全である。

経歴はそれぞれだが、そのほとんどが過去にプロクラブのメディカルスタッフとしてのキャリアがあるという。ここでトレーニングを受けるINFの選手は、1人当たり年間平均で2週間の治療期間を要するケガをするとのこと。そのうち1ヵ月以上の休養、リハビリが必要な受傷が約1割。受傷部位は圧倒的に足部が多く、骨格と筋肉との成長バランスに起因する問題が多いようだ。成長期特有の問題に悩まされているのは、ここでも例外ではない。



(上) パリ・サンジェルマンのローランドドクター。(下) フィッティング調整中のスパイク(元フランス代表、クロード・マケレレ選手のもの)



クレールフォンテーヌにも充実した施設が整っている。(左) メディカルセンター内の“水治療用プール”も複数のタイプがあり、中には手すりも備え付けられている。(中) 選手は足型の特徴に合わせたカスタムメイドの成形インソールを使用しており、SIDAS社製の各種成型用マシンが完備されている。(右) ボドログー専用ルーム

そのため、足部ケアの重要性に対する認識度は極めて高く、メディカルセンター内の、主にボドログーが働く部署の設備の充実度には目を見張るものがある。INFに在籍する選手にはオスグッド病をはじめとする足のトラブルも多い年代であることから、シューズのケアや特別に成形されたインソールの使用を積極的に勧めているという。

インソールについてはすべての問題を解決に導くものではないが、成長期に筋や骨格のバランスが著しく崩れることによって起こる身体の歪みを修正するものとして、多くの予算を投じて機材設備を導入している。多岐にわたるメディカルサポート業務であるが、扱う領域が細分化、分業化されればされるほど、その職務につくスタッフの人数が増え、連携はより難しい仕事となることはいうまでもない。

最新の医科学設備のなかにおいても、絶え間ない研究に没頭するメディカルスタッフのミッションは、“サッカー選手を育てる”という、グラウンドで仕事をするコーチ陣のミッションと完全に一致する。

レーシングメトロ92 (ラグビー)

最後は、フランスでもサッカー

と人気を二分するラグビー、そのなかでもパリに本拠を置く人気チーム「レーシングメトロ92」を訪問した。創設は1882年と古く、フランスで最も古い総合地域スポーツクラブである。ラグビーのほか、ハンドボール、フェンシング、サッカーでも国際的な選手を輩出する名門クラブで、ラグビーセクションは2001年にプロ化され、昨年度2部リーグで優勝。1部リーグで戦う今季も、訪問当時は4位と好位置をキープしていた。

対応していただいたのは、チームドクターのヨハン・ボーユー氏。メディカルスタッフはドクター1名、フィジカルコーチ2名、ボドログー1名、マッサージ、栄養士ら8名体制。トレーニングルームは民間のフィットネスクラブを大規模にしたようなイメージで、所狭しとマシンやフリーウェイト系の機材が並び、フィジカルを重視する考えがうかがえる。

コーチは3名。イタリア、南アフリカ、アルゼンチンと国際色豊かで、むしろサッカーよりもワールドワイドである。現在のパワーラグビーに対応すべく、週4日のトレーニングでは隣接するグラウンドでの技術練習のほか、みっちりとウェイト・トレーニングに取り組む。

トレーニング部位は、主に①背中～腰、②肩、③下半身の強化と

いう順に優先度が決まっている。試合時間の約半分は走っている時間だという特異性を考えると、かなり走力重視のトレーニングをイメージするが、そうではない。

グラウンドで行う練習のすべては、ゲーム形式による細かな戦術チェックの繰り返しである。1シーズンに26試合をこなすが、特に前半戦はスケジュールが厳しく、4ヵ月で20試合を消化する。試合の翌日は40名の在籍選手中、ほぼ半数は負傷する激しさであり、メディカルチームは選手個々の管理よりも、チーム全体のパフォーマンスがどのレベルにあるかを常にチェックするという。毎週の尿検査で疲労度をチェックし、体重やBMI（身長から見た体重の割合を示す指数）までも2週に1度は計測して壁に張り出すが、数値への強制的な関与はしない。

主としてグラウンドでの技術練習に多くの時間を費やすサッカーとは違い、明らかにフィジカルトレーニングに費やす時間の比重は大きい。このチーム特有のトレーニング方針ともとれるが、現在のトップリーグで勝ち抜くためには、まずフィジカルを強化しない限り勝利は遠い。最初にそれがあっての、戦術である。

ここでも、やはりボドログーの業務は広範囲で忙しい。ラグビーは特に地面との摩擦が激しい競技

であり、シューズの消耗の激しさは容易に想像できる。安定した足場の確保にインソールは不可欠であるが、最近の試合では必須アイテムであるマウスピース同様、使用する・しないは選手個々の判断に任せ、強制はしない。足部のトラブルの多さはいうまでもないことから、インソールの使用率はかなり高いという。



以上、4カ所にわたって主にメディカルサポート体制を中心とした視察を行った。最先端医療のスポーツ現場における物質的な浸透度合いだけを議論すれば、日本のスポーツ現場も遜色ないレベルにあることは間違いないが、広範囲な業務に対応する専門職の活躍の場が確保されている裏には、メディカルサポートに対する潤沢な予算が背景にある。これには、安定したチーム（組織）経営力が不可欠であることはいうまでもない。

もう1つ特筆すべきこととして、主として欧州の多くのスポーツ現場で活躍するポドロジーは、日本のスポーツ現場においても十分に



レーシングメトロ92のウェイトルーム（上）と練習風景（下）

その役割が期待できることであり、競技力の向上に寄与するだけでなく、一般スポーツ愛好者やシニア層の安全なスポーツ参加にも貢献する専門職として、その養成が望まれる分野であると考えます。

最後に、本研修の実施においてご協力いただいた現地Emi Travel Parisに、お礼を申し上げます。

「スポーツシューフィッター」養成

「足」「靴」「インソール」のスペシャリストを養成することを目的とした、NPO法人日本フットトレーナー協会（JAFT）が認定する「スポーツシューフィッター」養成講座の第1ステップのライセンス、「スポーツシューズスペシャリスト」資格の認定講習会が開講される。本稿でも出てきた「足部」に関するケアや正しいスポーツシューズ選び、インソールの効果と使用法をアドバイスできる認定資格講習会となっている。

◇「スポーツシューズスペシャリスト（SSS）」資格認定講座スケジュール

第4期（平日昼間2日間コース）

3月17日（水）、18日（木）

第5期（休日昼間2日間コース）

3月21日（日）、22日（月・祝）

※以下、第4・5期に共通

- ・時間／1日目が13：00～17：00、2日目が10：00～16：00
- ・会場／中野サンプラザ研修室（東京都中野区中野4-1-1）
- ・講座受講料／4万8300円（税込み。資料代、材料費、認定試験料込み）
- ・定員／30人（到達次第、受け付け終了）
- ・申し込み／㈱アスリートギャラリー（講習会主催事務局）HPより
（<http://www.athlete-g.co.jp/jaft/>）
- ・問い合わせ先（下記のウェブサイトから講習会の資料請求が可能）
- ・㈱アスリートギャラリー
（TEL03 - 5207 - 6036、<http://www.athlete-g.co.jp/jaft/>）
- ・NPO法人日本フットトレーナー協会（TEL03 - 3222 - 9898）