



東海大学における学生トレーナーの活動について

花岡美智子 (体育学部競技スポーツ学科) 寺尾 保 (スポーツ医科学研究所)

中村 豊 (体育学部生涯スポーツ学科) 宮崎誠司 (体育学部武道学科)

The Activities of the Student Trainer in Tokai University

Michiko HANAOKA, Tamotsu TERAOKA, Yutaka NAKAMURA and Seiji MIYAZAKI



Abstract

The purpose of this study is to investigate the actual activity of the student trainer in Tokai University, is to the material for the future of the student trainer training.

Many of Tokai University of student trainers belong to the "Sports Support Study Group" which was established in 2010. The main activities are "Sports Medical Clinic", is "injury consultation", "regular study sessions", "trainer activities in each club."

Students of 46 people in 25 people are entrained to 13 clubs. The main role in the club was "injury prevention" and "emergency treatment". Specific activities, "taping" is most often, followed by "athletic rehabilitation", "stretching", it was a "first aid".

Everyone has felt they were acquired specialized skills such as "taping" and "stretching" through the activities. In addition, that said the won also unprofessional ability such as "communication skills".

On the other hand, that it said the specialized skills such as "Athletic rehabilitation" and "Anatomy" is insufficient. Also, in unprofessional ability, that it said the "communication skills" is not enough.

Through the activities of many students in the club, it has been answered and was able to obtain a "personal growth" and "practical experience" on the other hand, many students had answered "have no time".

In the future, in order to acquire available in the field and knowledge and technology, and to make a lot of opportunities to feed back their abilities, by firmly time management, it seems to be able to perform the activities better student trainer.

(Tokai J. Sports Med. Sci. No. 28, 67-74, 2016)

I. 日本におけるトレーナー制度

アスレティックトレーナー（以下：AT）の役割は、「スポーツドクター及びコーチとの緊密な協力のもとに、スポーツ選手の健康管理、傷害予防、スポーツ外傷・障害の応急処置、リハビリテ

ーション及び体力トレーニング、コンディショニングなどを担当する」¹⁾と定義されており、主にスポーツ現場において、スポーツ選手の競技力向上や傷害予防などコンディショニングを担当するスタッフとして認識されている。

近年では、オリンピックや各競技におけるワールドカップ、世界選手権、世界大会などにおいて

日本人選手が活躍する姿がメディアを通して報道される中で、そのスポーツ選手を支えるATの存在が注目されることも多くなってきた。その影響を受けて将来ATを希望する学生も増加している傾向にある。

日本におけるATの制度は、1994年より日本体育協会において「公認アスレティックトレーナー」として認定事業が開始され、その後1996年より正規のAT養成講習会が実施され、本格的な養成が始まった。それから約20年が経過し2015年10月時点で資格取得者数は2623名に上っている。ATの講習・試験免除が適応される承認校の数も年々増加し、2015年には大学44校、専門学校43校の計77校が認定されている。

東海大学は2000年より認定校に承認され学生AT（以下：学生トレーナー）の養成に携わってきた。しかし、学生トレーナーの活動について詳細に検証はされてこなかった。そこで、本研究では、東海大学における学生トレーナーの活動実態を調査し、今後の学生トレーナー育成における一資料とすることを目的とする。

II. 東海大学におけるスポーツサポート体制

1. スポーツサポートシステム

東海大学では、1996年よりスポーツ医科学研究所と東海大学体育学部、そしてスポーツ教育センターとの連携のもと「スポーツサポートシステム」として、学内のスポーツ選手を対象とした総合的なスポーツ医科学サポート活動を展開している²⁾。スポーツサポートシステムは、トレーニング・科学的サポート・メンタルサポート・栄養サポート・メディカルサポートの5つの部門に分かれており、その中で、メディカル部門はスポーツ傷害の予防やコンディショニング、アスレティックリハビリテーションの活動を主にしている部門である。

2. スポーツサポート研究会

2010年、先述したスポーツサポートシステムの「トレーニング」、「メンタル」、「メディカル」の3部門に関わり活動する学生から構成された「スポーツサポート研究会」が設立され、2011年正式にサークルとしての活動が開始された。これにより東海大学において活動する学生トレーナーの多くはこのスポーツサポート研究会メディカル部門（以降メディカル部門）に所属し、日々トレーナー活動を行っている。2015年12月時点での所属学生は46名である。

III. 東海大学における学生トレーナー活動

1. スポーツメディカルクリニック補助

週2回（月・金）、17時から19時の間で、本学教員でもある整形外科医（スポーツドクター）によるスポーツメディカルクリニック（以降クリニック）が開室されている。クリニックの主な内容は、スポーツドクターによる診察、診断、物理療法並びに運動療法の処方である。

学生トレーナーは、2～3人の担当を決め、開室前の準備から閉室作業までクリニック業務に従事している。その活動内容は、スポーツドクターの診察の見学、診断のための評価方法やスポーツ傷害に関する知識・技術の習得である。また開室前の準備や閉室後の清掃、カルテ整理や紹介状の準備等クリニックの運営補助を行っている。

2011年から2014年までの5年間の利用者総数は1029名で³⁾、2015年の総利用者数は99名であった。

2. 傷害相談

メディカル部門での定期活動の一つであり、週4回（月・火・水・金）、17時から20時（水曜日は17時から18時30分）の間で学内スポーツ選手を対象に傷害相談を実施している。利用者は①スポーツメディカルクリニックから紹介された選手、②学生トレーナーが所属するチームの選手、③応急処置が必要な選手の大きく3つに分類される。

学生トレーナーは月ごとにシフトを組み、開室時間に2～3名が担当となり、来室した選手に対してトレーナー活動を行っている。その内容は、選手への問診、傷害の程度の評価、検査・測定、ドクターからの指示を受けての物理療法の指導・補助、アスレティックリハビリテーション指導、ストレッチング等コンディショニングの処方・指導などである。また、開室前の準備、閉室作業、来室者のカルテ作成など、トレーナールームを運営していく上で必要な役割も担っている。

傷害相談の利用者は、2010年から2014年の5年間で2352名であった。一年の平均利用者数は470.4名、一日当たりの平均利用者数は5.20名であった³⁾。2015年の利用者は465名であった。

3. 定期勉強会

メディカル部門の学生は傷害相談が実施されている時間帯に、定期勉強会を開催している。主な内容は、救急処置（RICE 処置、搬送、固定）、検査・評価・測定、スポーツ傷害レポートの発表等である。この勉強会は下級生を中心に、アスレティックトレーナーとしての基礎的な知識を学んでいくために設けている。

また水曜日の19時以降は、学生が主体となり栄養やコンディショニング、救急処置など興味がある分野について調査し発表するグループワーキングを実施している。大人数で一つのテーマについて学んでいくことで、他競技の取り組みについても聞くことが出来、トレーナー活動の幅を広げることを狙いとしている。

4. 各クラブにおける活動

メディカル部門に所属する学生の中で、46名中25名大学内のチームに学生トレーナーとして帯同し活動を行っている。ここでは、現場において学ぶことが出来る専門競技特有の傷害についての知識や救急処置の技術、テーピングやストレッチングなどの知識・技術の獲得、スタッフ間や選手間におけるコミュニケーション力などを獲得することを目的としている。活動内容に関しては次項目

において詳細に記述する。

5. その他

啓蒙活動として、コンディショニングに関する資料の掲示、東海大学学園オリムピックスポーツ大会におけるトレーナーブースの設営、高校生対象の救急処置やセルフケアの知識の提供や指導などを実施している。

IV. 各クラブにおける学生トレーナー活動

2015年12月現在、メディカル部門では46名の学生トレーナーが所属し活動を行っている。その中で学内13クラブに対して25名が学生トレーナーとしてチームに帯同し活動を行っている。

しかし各クラブによって、所属する選手数、スタッフ数、社会人トレーナーの有無など環境に違いがあり、一言で学生トレーナーと言っても、各クラブにおいて求められている役割や活動内容は異なっている。そこで本研究では、現在クラブに帯同している学生トレーナーの中から活動期間が1年以上の者15名（11クラブ）を対象にアンケートを実施し、クラブから求められている役割と自分が行っている活動内容、現場で身についた力と不足していると感じる力、クラブに帯同して良かった点、大変だった点について回答を得、現場での学生トレーナー活動の実態について検証を行った。

1. スタッフの現状

社会人のトレーナーがいるクラブは11クラブ中5クラブであり、そのうち常勤で帯同しているクラブは2チームであった。11クラブの半数以上にあたる6クラブは学生トレーナーだけでトレーナー活動を行っていた。

2. 活動内容

アスレティックトレーナーの主な活動内容として、日本体育協会は、表1に示す7つの項目を挙

表1 アスレティックトレーナーの役割¹⁾
Table 1. The role of the athletic trainer

傷害予防
検査・測定と評価
救急処置
アスレティックリハビリテーション
コンディショニング
健康管理と組織運営
教育的指導

表2 帯同クラブでの役割
Table 2. Role in the Club

	回答者数(名)	割合(%)
傷害予防	14	93.3
検査・測定と評価	11	73.3
救急処置	14	93.3
アスレティックリハビリテーション	11	73.3
コンディショニング	13	86.7
健康管理と組織運営	12	80.0
教育的指導	13	86.7

げている。

学生トレーナーに求められている役割として最も多かった項目は「傷害予防」と「救急処置」でそれぞれ15名中14名(93.3%)であった。7つの項目全てを任されていると回答した者は15名中9名(60.0%)であり、チームや学生トレーナーの経験年数によって、学生トレーナーに求める役割は異なっている現状が明らかとなった。(表2)

また帯同時の具体的な活動内容として、「テーピング」と回答した者が最も多く14名(93.3%)、次いで「アスレティックリハビリテーション」13名(86.7%)、「ストレッチング」、「救急処置」がそれぞれ11名(73.3%)であった。また「ウエイトトレーニングも含めたトレーニングの指導」も10名(66.7%)の学生トレーナーが担当していた。今回の調査から学生トレーナーは怪我をした後の

救急処置やアスレティックリハビリテーションだけではなく、競技力向上や傷害予防のためのトレーニングにおいても指導を任されることが多いことが明らかとなった。(表3)

3. 現場において身についた力と不足している力

クラブに帯同している学生トレーナーに、トレーナー活動を通して身についた力と、現場で不足していると感じる力について自由記述にて回答をもらった。得られた回答を、アスレティックトレーナーの役割を遂行する上で必要な知識や技術などの「専門的能力」と、組織の中で人間関係を円滑に構築していくうえで必要なヒューマン・スキルに代表される「専門外能力」とに分類し、検証を行った。

表3 学生トレーナーの活動内容
Table 3. Activities of student trainer

活動内容	回答者数(名)	割合(%)
テーピング	14	93.3
アスレティックリハビリテーション	13	86.7
ストレッチング	11	73.3
救急処置	11	73.3
トレーニング指導(ウエイトなど)	10	66.7
ウォーミングアップ、クーリングダウンの指導	7	46.7
物品管理(テーピング、トレーナーバッグなど)	7	46.7
コンディショニング(マッサージ含む)	7	46.7
アイシング	5	33.3
病院帯同	5	33.3
検査・測定(メディカルチェックなど)	3	20.0
教育的指導	3	20.0
物理療法の補助	3	20.0
その他	4	26.7

1) 身についた力

(1) 専門的能力

アンケート対象者15名全員が身についたと回答しており、中でも「テーピング技術」や「ストレッチング技術」、「解剖学的知識」などを挙げた者が多く見られた。(表4)

(2) 専門外能力

15名全員が身についたと回答しており、中でも「コミュニケーション能力」や準備の大切さや迅速な対応など「トレーナーとしての行動」、「礼儀・マナー」を挙げた者が複数名見られた。これはトレーナー活動を通して、監督やコーチ、選手など多くの人と接する機会が多いことが影響していると思われる。(表4)

2) 不足していると感じる力

(1) 専門的能力

最も多く挙げられたのは「アスレティックリハビリテーションの知識と技術」であり、次いで、「解剖学的知識」、「救急処置」、「テーピング」、「傷害に関する知識」であった。ここで挙げられた項目は、先述した身についた力で挙げられていた項目と同様である傾向が見られた。現場で実践してはいるが、その質がクラブや選手、あるいは学生トレーナー自身が求めているレベルに達しておらず、ギャップを感じているためこのような結果が得られたのではないと思われる。専門的な能力が全般的に足りていない、と回答する者もあり、現場で活用できるだけの十分な基礎知識と技術の獲得が必要であると感じた。(表5)

(2) 専門外能力

「コミュニケーション能力」や「判断力」などが挙げられていた。専門外能力は、学生トレーナーに限らず、組織の中で活動していく上で必要な

表4 現場において身についた能力
Table 4. The ability to obtain the sport field

専門的能力	回答者数(名)	割合(%)	専門外能力	回答者数(名)	割合(%)
テーピング	7	46.7	コミュニケーション能力・重要性	12	80.0
ストレッチ	5	33.3	トレーナーとしての行動	9	60.0
解剖学的知識	4	26.7	礼儀・マナー	4	26.7
傷害予防	3	20.0	スタッフとの連携	3	20.0
アスレティック リハビリテーション	3	20.0	努力・忍耐	2	13.3
救急処置・エクササイズ指導・検査測定と評価・競技特性・傷害に関する知識・教育的指導	各 2	13.3	理解力・精神力・判断力・決断力・体力	各 1	6.7
ジュニア期選手の体についての理解・外傷・障害の実態・物理療法・トレーニングの知識・チーム運営・実践を通じた知識・技術	各 1	6.7			

表5 不足していると感じる能力
Table 5. The ability to feel lacking

専門的能力	回答者数(名)	割合(%)	専門外能力	回答者数(名)	割合(%)
アスレティックリハビリテーション	7	46.7	コミュニケーション能力	6	40.0
解剖学的知識	5	33.3	判断力・決断力	2	13.3
救急処置	5	33.3	プランニング能力	2	13.3
テーピング	5	33.3	観察力	2	13.3
傷害に関する知識	5	33.3	指導力	1	6.7
知識技術全て	4	26.7	冷静さ	1	6.7
トレーニングの知識	3	20.0	集中力	1	6.7
検査測定と評価・徒手療法・トレーニング指導	各 2	13.3	礼儀・マナー	1	6.7
傷害予防・経験	各 1	6.7	予測する力	1	6.7
教育的指導力・データ処理能力	各 1	6.7	気づき・気配り	1	6.7
			最新の情報	1	6.7

表6 クラブに帯同することの良い点と大変な点
Table 6. Advantages and disadvantages of be entrained to the club

良かった点	回答者 数(名)	割合 (%)	大変な点	回答者 数(名)	割合 (%)
人間的成長	12	80.0	自分の時間が少ない	11	73.3
現場での実践経験・ フィードバック	10	66.7	タイムマネジメントが 難しい	3	20.0
人脈・交友関係の広がり	8	53.3	理想と現実とのギャップ	2	13.3
専門的知識や技術の獲得	7	46.7	お金がかかる	3	20.0
チームや選手への貢献	5	33.3	人間関係が複雑	3	20.0
モチベーションの向上	4	26.7	時にストレスを感じる	1	6.7
喜び・感動の共有	3	20.0			
新しい競技との出会い	2	13.3			

能力でもあるため、ここで足りていないと感じる能力は、個人によって異なっており、専門的能力と比べて回答項目にあまり偏りは見られなかった。(表5)

4. クラブに帯同することの良い点と大変な点

1) 良い点

15名中12名が「人間的成長」と回答しており、次いで、「現場での実践経験やフィードバック」と回答した者が15名中10名、「人脈・交友関係の広がり」と回答した者が15名中8名であった。

スポーツサポート研究会の定期活動だけでも、専門的な知識や技術は得られるが、スポーツ現場で活動する出ることによって、自分の知識を直にクラブや選手に還元することが出来、その内容が適切であったか否かのフィードバックも得られることが貴重な機会であると感じている学生トレーナーが多く見られた。また多くの人と関わることによって、人間関係の広がりを長所として挙げる者も多く見られた。(表6)

2) 大変な点

圧倒的に多く見られたのが、「自分の自由になる時間が少ない」で15名中11名、他にも「タイムマネジメントが難しい」と回答した者が15名中3

名で、ほとんどの学生トレーナーが、実際に行っている活動に対して多くの時間を費やし、そのタイムマネジメントに苦勞している現状が明らかとなった。他には「金銭面の負担」や「人間関係」を挙げているものが3名ずつ見られた。

学生トレーナーの活動は、練習前の準備から練習後のアフターケア、練習時間外の病院帯同にまで及ぶこともあり、時間に追われている現状が明らかとなった。(表6)

IV. まとめ

スポーツサポート研究会が2010年に設立されてから6年、それ以前より多くの学生トレーナーが東海大学においてトレーナー活動を行ってきた。日本体育協会が示す7つのATの役割に関しては、現状スポーツサポート研究会の活動において、学ぶことが出来ると思われる。しかし、学んだ知識や技術を選手に還元する機会が少なく、自身の能力をフィードバックしづらい環境にある。そのため、今後は選手と接する機会のある傷害相談において、積極的に選手にスポーツ傷害やアスレティックリハビリテーションに関する知識や技術を伝えたり、定期勉強会の中でシミュレーションを行

い、お互いにフィードバックする機会を多く設けたりすることで、学生トレーナーの質の向上が図れるのではないかとと思われる。

またクラブに帯同して活動する学生トレーナーは、より多くの人との関わりの中で、専門的な知識や技術の獲得だけでなく、役割を遂行する上で必要とされるコミュニケーション能力、ヒューマン・スキルを身につけていっていることが明らかとなった。また自分が行っている活動がクラブや選手に直接影響を与えることから、自分自身の能力レベルを把握し、勉強へのモチベーションに繋げることが出来ている。その一方で、実践経験を積むに従い知識や技術の未熟さや、時間調整の難しさを実感している現状にある。学生トレーナーにとって現場の経験は大変貴重なものであるが、ATとして活動していくための知識や技術は積み重ねによって獲得されていくものである。そのため、現場での活動時間とATの専門的知識・技術を獲得するための時間、また学生としての授業、休息、これらの時間調整を適切に行い、段階的にレベルアップしていく必要がある、そのための方向性を提示していくことで、より充実した学生トレーナーの活動が実施出来るのではないかとと思われる。

参考文献

- 1) 公益財団法人日本体育協会公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト第1巻アスレティックトレーナーの役割. 第1版. 文光堂. 2007. P 1-27.
- 2) 有賀誠司: 大学スポーツ選手に対するスポーツ医・科学サポート～東海大学における総合的サポートシステムの事例～. 体育の科学 Vol. 54 No. 4. 281-286, 2004.
- 3) 花岡美智子, 寺尾保, 中村豊, 宮崎誠司: 東海大学における過去5年間のスポーツサポート活動の報告と今後の展望について. 東海大学スポーツ医科学雑誌第27号81-89, 2015.