

スポーツ・教育振興調査特別委員会会議記録

スポーツ・教育振興調査特別委員会委員長 名須川 晋

- 1 日時
平成 28 年 1 月 14 日（木曜日）
午前 10 時 1 分開会、午前 11 時 47 分散会
- 2 場所
第 4 委員会室
- 3 出席委員
名須川晋委員長、千葉絢子副委員長、郷右近浩委員、高橋但馬委員、
菅野ひろのり委員、樋下正信委員、城内よしひこ委員、佐々木努委員、中平均委員、
吉田敬子委員、臼澤勉委員
- 4 欠席委員
佐々木茂光委員
- 5 事務局職員
今担当書記、伊藤担当書記
- 6 説明のため出席した者
県教育委員会事務局スポーツ健康課 スポーツ健康科学担当専任スーパーバイザー
作山正美氏
- 7 一般傍聴者
1 名
- 8 会議に付した事件
 - (1) 調査
「岩手におけるスポーツ医・科学の現状と未来」
 - (2) その他
 - ア 委員会県内調査について
 - イ 次回の委員会運営について
- 9 議事の内容

○名須川晋委員長 おはようございます。ただいまからスポーツ・教育振興調査特別委員会を開会いたします。なお、佐々木茂光委員は欠席ですので、御了承願います。

これより本日の会議を開きます。本日は、お手元に配付いたしております日程のとおり、本県におけるスポーツ医・科学サポートへの取り組み状況等について調査を行いたいと思います。

講師として、県教育委員会事務局スポーツ健康課スポーツ健康科学担当、専任スーパーバイザー作山正美様をお招きいたしておりますので、御紹介いたします。

○**作山正美講師** 作山です。よろしくお願いいたします。

○**名須川晋委員長** 作山様の略歴等につきましては、お手元に配付している資料のとおりでございます。

本日は、「岩手におけるスポーツ医・科学の現状と未来」と題しまして、本県におけるスポーツ医・科学サポートに関する取り組み状況やその重要性、今後の課題等についてお話をいただくこととしております。

作山様におかれましては、御多忙のところ、このたびの御講演を快くお引き受けいただきましたことに改めて感謝申し上げます。

これから講師のお話をいただくことといたしますが、後ほど作山様を交えての質疑、意見交換の時間を設けておりますので、御了承願いたいと思います。

それでは、作山様、よろしくお願いいたします。

○**作山正美講師** それでは、よろしくお願いいたします。きょうは、このような席を設けていただき、お招きいただきましてありがとうございます。スポーツ医・科学とはどういったものか、あるいは岩手県でどのような状況にあるのかということをしてできるだけ写真等を使いながらお話しさせていただきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

きょうお話しさせていただきますのは、3テーマに分けております。一つは、スポーツ医・科学とスポーツ医・科学サポート、それからスポーツ医・科学とはどういったものかということをお話ししたいと思います。次に、岩手県におけるスポーツ医・科学サポートの現状はどうか、それから3番目に国体後のスポーツ医・科学はどうあればよいかということで、3番目は申しわけございませんが、私のひとり言ということで聞いていただければ、それはできるだけ反映していけるようにしたいと思っておりますけれども、いろいろな状況で変わってくると思いますので、ひとり言ということで聞いていただければと思います。

それでは、最初にスポーツ医・科学とスポーツ医・科学サポートということについてお話しさせていただきます。スポーツ医・科学とは何かといいますと、運動とスポーツ、これが媒体になります。運動とスポーツを医学的及び科学的な見地から多面的に研究して、その成果を社会に還元する役割を担っている応用科学である、文章で言えばちょっとあれですし、人によって捉え方が微妙に違ったりします。

それから、スポーツ医・科学というのは難しい表現ですけれども、具体的にどういったものかといいますと、スポーツ技術や体力、これはアスリートの場合ですけれども、測定して評価をするということがあります。それから、トレーニング方法の改善や指導があります。あとは心理面、栄養面などの改善や指導、岩手県ではこの心理面、特に選手の場合に問題がありますので、力を入れているところです。それから、スポーツ外傷、障がいの予防、診療、けがや障がいからの復帰のための回復訓練、あるいはコンディショニング、いかにコンディションを整えて本番に臨むかということ、それから運動するために健康の

状態、体力がどうかという診断・評価、健康や体力向上のための指導、ほかにもありますけれども、大体このようなものがあると考えています。

それを図にしますと、スポーツ医学の場合は臨床系などいろいろあるわけですが、運動スポーツにかかわって内科的、外科的、予防医学的なものを扱う、スポーツ医学、スポーツ科学はここに挙げた体に関するもののほかに、社会学、経営学、歴史などの社会科学的なものを除いたこういった領域がスポーツ医・科学の範囲になるかと思えます。ただ、これは若干個人差がありまして、いやこういうものも含めるほうがよいかいろいろありますけれども、大体このようなものからなっています。

では、スポーツ医・科学サポートとは何かということですが、できるだけ単純化して申し上げれば、いろいろなスポーツ医・科学の成果がありますけれども、その背景として安全で効果的なスポーツ活動へのサポート、あるいは安全で効果的な健康づくり活動へのサポートがスポーツ医・科学サポートだというように考えています。

では、安全で効果的なスポーツ活動へのサポートとは、具体的にどのようなものがあるかということをお話ししたいと思います。これは、サポートの具体例ですが、ホッケー選手が仲間でミーティングをしながら心理的に盛り上げたり、安定させたりということをしているものです。スポーツ心理で一番多いのは上がる、本番で上がるということがありますので、どのように上がることを抑えるかというのはスポーツ心理の範囲になります。野球でイチロー選手がバッターボックスにいるときのあのポーズ、あれは自分の心を落ちつけながら集中させていく、ラグビーでいえば五郎丸選手もそうです。ああいった感じのもの、それは人それぞれ違います。また、そういうことをしなくてもよい人もいますので、全く無頓着、だけれども失敗するという人もいます。いろいろな人がいますので、そういったことをつかんでもらうのがスポーツ心理ということになります。あと先生方が発言される時は、しっかり呼吸を整えてから発言すると思えますけれども、スポーツ心理ではこういった研究もして、それを反映させるということになっています。

それから、これはスポーツ栄養にかかわる話ですが、生きるために必要な分、日常生活に必要な分、これは誰でも共通します。ただ、スポーツ選手の場合は、スポーツをする分と日々成長する分、筋肥大などが起きますので、その分も余計にとる必要がある。それをなおざりにしている子供たち、選手もいますから、そういうことも大事ですよといったことを勉強していきます。

それから、栄養、特に女子の長距離系といいますか、スタミナがかかる種目の選手、それから、体重制限がある、体重保存をしなければならない種目がありますけれども、その選手を中心にエネルギー不足、食生活でちょっと抑えるというか。それからごく普通の中高生ですと、見た目などを考えますので、エネルギー不足になってくる。それが運動性の無月経になったり骨粗鬆症の大きな原因であったりするというので、これは今、日本体育協会や国立スポーツ科学センターも一生懸命、我々のほうに来ていますし、我々も勉強会をしたりして、なるべくこういうことは防ぎたいということで進めている、こういった

ことが問題。

それから、運動、スポーツにおいて外傷あるいは障がいを起こすことがあります。それは、スポーツ医学の範囲でもありますし、こういった歯の外傷はスポーツ歯科。先生方の資料に歯科と書いてありますけれども、最近はスポーツ歯学という領域もありますので、どちらでもいい、と言ったら歯科医師の先生に怒られますので、歯学というふうに御理解いただいて、ただスポーツ歯科は診療としてあります。あとはアスレティックトレーナーが、こういった外傷や障がいに関係しているということになります。

それから、トレーニング学あるいはトレーニング科学という分野がありまして、トレーニングと休養と栄養、この三つのバランスがとれているときは非常によい状態ですけれども、例えばトレーニングが過多になっている場合にはオーバートレーニング症候群、疲労が蓄積し過ぎてしまってもううまくいかない、あるいはバーンアウトという燃え尽き症候群、もうやるのが嫌になってしまう、スポーツ少年団などでよく言われます。スポーツ少年団を一生懸命やって、とにかく勝て、勝てとやって、中学校に行ったらもうやりたくない、というのを見ますけれども、もちろん大人でもたくさんバーンアウトということで、この辺のバランスがうまくいかないというようなことです。こういったことに気をつけようということも取り上げられている。

あとはスポーツ薬学というものがありまして、去年の秋、ロシアで問題がありました。ロシアの陸上競技連盟が、ことしのオリンピックに出られないという問題です。これは、組織的なドーピング違反の問題があったのではないかということです。おとしですか、ソチ冬季五輪のほかに陸上、水泳、柔道と世界選手権がたくさんありまして、どうもモスクワの検査が怪しいという指摘が国際アンチ・ドーピング機関からあり、調べようとしたら何と1,417検体を破棄していたという問題などいろいろなことがありました。これはロシアに限ったことではありませんけれども、選手の健康を守ろうという意味で、こういった問題も出てきているということです。

日本においては、国立スポーツ科学センターが、スポーツ医学、スポーツ歯学、スポーツ科学、全体をひっくるめた形でトップに君臨しています。ここでは、スポーツ医・科学支援事業、スポーツ医・科学研究事業、スポーツ診療事業を行っています。

今お話したような栄養サポートや心理サポートは、この支援事業に入ります。そのほかにメディカルチェックやフィットネスサポート、これは体力検査、測定をして、それに対してどうしていけばよいかということを行う部門、それからスポーツ医・科学研究事業、この競技にはどういったことをすればよいか、共通の基盤になる体力はどうあればよいか、心理状態はどうあればよいかということ科学的に研究する部門です。それと、スポーツ診療事業は、内科、整形外科、婦人科、歯科といろいろあります。アス・リハというのは、選手がけがをして、そこからリハビリを受けて現場復帰していくということに関してトレーナーや理学療法士が指導していく。外傷が治ってすぐに復帰して、またけがをするということは結構多いです。それに対して十分な段階を踏むということ、こういったことを国

立スポーツ科学センターが行っています。

スポーツ科学の中に、スポーツ医学もスポーツ歯学も入っているという考え方もあります。ただ、スポーツ医・科学としたほうがわかりやすいだろうということで、スポーツ医・科学という形で使っています。スポーツ活動、選手に対するものだけではなく、安全で効果的な健康づくり活動、こういうこともスポーツ医・科学の範囲です。

これは、ちょっと暗くて申しわけありませんけれども、プールで歩いています。県立大東病院で震災前まで行っていたもので、それほど大きくないプールですけれども、ほかに小さな体育館もあって、リハビリにも使えるし、健康づくりにも使っていました。どのような運動プログラムにすればよいかということで、頼まれて何回か指導したこともあります。そこは歩くプールもある。実は、これは平成元年から始めたものです。これがうまくいけば、県南だけでなく県北などにも広げられたかもしれませんが、お金がかかります。プールを一年中、室温も水温も三十一、二度に、というのは温度差がありますと、患者さんが体調を崩すものですから、プールにこの辺まで入って下が 32 度、上が 27 度とかですと血流に問題が起きたりしますので、どうしても同じにしなければならない。これは、東日本大震災津波を機に閉鎖になりました。

これは、朝早く起きて、ジョギングとウォーキングとサイクリング、一番多い普通の健康づくりのケースです。こういったものに対してどういことをすればよいかということもスポーツ医・科学の範囲になります。

これは、ある地域での勉強会、肥満教室です。講義のようになって申しわけないのですが、健康の三要素は運動と栄養と休養です。この三つのバランスがとれると、健康の維持、増進ということになりまして、その中で運動が今スポットライトを浴びています。多分一番お金がかからない、効果もあるということだと思のですけれども、スポーツ選手と健康づくりの体力はどこが違うかといいますと、スポーツ選手ですと体力要素がいっぱいあります。特に筋パワー、スピード系の種目は筋パワーが非常に重視されます。それからスタミナ。スポーツ科学では重視されるわけですけれども、健康づくりでは必要な運動量を確保するという程度である程度のスタミナ、要するに選手ではないですから、高いレベルは必要がないわけで、その年齢に応じたレベルのものを持っていけばよい。それから、自分で自分のことができる程度の筋の働きが必要、昔から、考えるときはよく姿勢を正してと言われました。こうしていると眠くなりますよね、脊柱起立筋が弱まります。そうすると、脳に覚醒信号が行かなくなる。脊柱をきちんとすることによって脳に目覚めの信号を送りますので、人間として自分の姿勢をきちんと保てるくらいの筋の働きを持つ必要があるわけです。また、関節の可動域が狭いと階段を上るときにつまずく、ちょっとした段差でも危ない。それは柔軟性とも関係があります。

健康にかかわる運動はこういったものがよい、というのは世界中のデータ、私どもの研究成果です。健康づくりのために、どういことをするかというのがスポーツ医・科学の健康に関する分野ということになります。バランスのとれた栄養や適切な休養といったこ

ともかわります。

これは筋力トレーニングをしている例、ごく一般の方、それほど重くせずにやっている、これは歩いたりして持久力を高める、これは柔軟性、ストレッチをしています。こういった教室もあります。あとは、気分転換としてミニスポーツをする、あるいはスポーツを通して健康づくりをするということもある、いろいろなやり方でそれぞれに応じてやっていけばよい。

厚生労働省は、2013年に健康づくりのための身体活動基準 2013 というものを出しました。例えば18歳から64歳は、3メッツ以上の強度の身体活動を毎日60分を行うことを目標にしましょうと言っているのですが、3メッツ以上とはどういったものかということ、今皆さんが座ってエネルギーを使っているのが1メッツ、というのがアメリカの考え方で、日本は基礎代謝という言い方をしますけれども、これが1メッツでエネルギーを使っている。その3倍、イメージすると、階段をとんとん、とんとんとおりにしているのが3メッツ、あるいはごく普通に歩いているのが3メッツです。そういった3メッツ以上の身体活動というのは運動だけではなくて、掃除をしたり、洗濯をしたり、車を洗ったり、雪かき——私けさ雪かきをしました。隣近所のほうまで頑張って、ちょっと量が少なかったので大した運動にならなかったのですがやりました——こういった体を動かすことを毎日60分やりましょう、その中で1週間に60分、息が弾む程度の運動を行うことを目標にしましょう、そういうことを厚生労働省が打ち出している。これも世界中の文献を集めて、こういったものがよいだろうということを出されたものです。

あとは、栄養の場合ですと、朝昼晩バランスよく食べる。要するに、大体同じくらいの量を食べるということ。それから、寝る前は食べないようにしましょう、できれば3時間くらいあけましょうと、いろいろな研究結果がある。よくかんだほうが食べ過ぎないで済む、こういうこともあると思います。これは、スポーツ栄養の方に、具だくさんのみそ汁ということで、お願いしてつくっていただきました。

それから休養の場合、お風呂に入って体温が上がって、そこから水分を補給して軽くストレッチをすると体温が下がってきますので、そうすると寝やすい。そのときにずっと寝たほうがよい。それから、メラトニンという脳内ホルモンが出ると眠くなってくるのですが、寝るぎりぎりまでゲームやテレビでブルーライトを浴びると、その働きを低下させますので、これはだめですよと。私の健康教室で、どうやって快適に寝るかということをお勧めたりしています。最近、私はだめですね。起きてすっきりするかといったら、先生方はどうですか、けさ、すっきりされましたか。私はもう年をとってきたせいで、どうもだめで、人に言っておいて自分はどうだと言われると困るのですけれども、難しいところがあります。

ちょっと余計なことを話し過ぎました。では、岩手県は実際どうなのか、岩手県の状況についてお話ししたいと思います。これまでの岩手県のスポーツ医・科学サポートがどういう状況にあったのか、それから私の所属するところが中心になって行っているスポーツ

健康科学サポート推進事業を御紹介させていただきます。

岩手県でスポーツ医・科学にかかわるのは、大学、私は大学時代にスポーツ医・科学の研究をしました。それから、スポーツドクター、有名な先生もいらっしゃいます。あとは、歯科医師、トレーナー、この方々が個々に行っていたのですけれども、岩手県体育協会の中にスポーツ医・科学委員会というものがありまして、そこが中心に向かう、そうすると大学が中心に向かうというような形です。日本体育協会公認のスポーツドクターや、私どもがいるスポーツ科学の研究、栄養の研究、アスレティックトレーナー、普通の医師もいらっしゃるし、スポーツ歯学の歯科医師もいらっしゃるし、薬剤師の方も、こういった方々が入ってスポーツ医・科学委員会をつくっています。

どういったことを行っているかといいますと、医事部会では、選手のメディカルチェックやチームドクター制の検討、国体の種目に合わせて日本体育協会公認スポーツドクターの方々にできるだけ相談に応じてもらえるようにということいろいろ調査して、この先生はこの競技だったら面倒を見てあげられますよというものをつくって、各競技団体に配置したりしました。けれども、ドクターとうまくくっついて協力をもろうということが下手な競技団体もありまして、一生懸命に、この先生方と協力していただきますよということを案内しています。

指導・研修部会では、勉強会を開いたりトレーニング指導をしたり、いろいろな測定をしたりしています。

アンチ・ドーピング部会では——ドーピングを反ドーピングと言ったらいいですか、最初はドーピング部会がいいのではないかと言ったら、ドーピングをさせるような部会ならダメですということで、ちょっと長いのですがアンチ・ドーピング部会という形にしました——もし、ドーピングでひっかかって違反になれば、例えばサッカーでせっかく勝ったのに、その中の一人の選手が違反になると、その得点はなしとなったりしますので、一生懸命になって、日常の風邪薬でもひっかかりますから、どうしても風邪薬を使わなければダメだということがある場合は、きちんと申請して許可を得て使うというようなことも勉強させています。後で御紹介したいと思います。

あとはトレーナー。岩手県ではトレーナーを非常に重視しておりまして、彼らにうまく働いてもらえるよう、選手のコンディショニングやトレーニングといったことを指導する。先生方も御存じだと思いますが、いわてアスレティックトレーナーを、私たち、あるいは日本体育協会公認のトレーナーが養成しました。すごい時間をかけて、2年ずつかけて、月に一、二回の勉強会をして、理学療法士、作業療法士といった医療系の方々にさらにスポーツ医・科学を勉強していただいて、選手の面倒を見ていただいている。非常に協力的で、ボランティアで一生懸命やっただけでいる、そういったことです。

ほかには、栄養の先生方をつくっていただいている栄養部会があります。

こうしたメディカルチェックや障がい予防には、スポーツドクターもかかわりますし、アスレティックトレーナーもかかわる。というのは、トレーナーは足首がぐらぐらすると

ころを見て、テーピングをどうするかということをやっているわけです。この選手は、優秀なハンドボールの選手だったのですけれども、中学校で投げ過ぎてしまって、手がかして痛みがある。これを何とかしなければならぬということ、いろいろとあります。こういったことを予防するのも非常に大事で、このようにアスレティックトレーナーが活動しています。なぜ岩手版のアスレティックトレーナーを養成して、彼らに各競技で協力いただいているかといいますと、一番お金がかからないという言い方はおかしいですね。私は、優秀な指導者をつけるということは、一番大事なことだと思うのです。選手と信頼関係を持つと、選手が相談に来て、そうすると体のケアができるし、心の安定とかいろいろなことができますので、岩手版のアスレティックトレーナーを養成して、彼らに協力いただいているということです。

それから、歯科医師にもスポーツデンティストという形で、これは、平舘高等学校の相撲部の選手の診療をしています。いわてスーパーキッズは虫歯の罹患率が普通の小学生よりずっと高い。指摘されまして、えっ、いやあと思ったのですけれども、調べたら、大会にたくさん出ますよね。そうすると、甘いもの、スポーツドリンクとか、本当は水でいいところもスポーツドリンクを飲んだりするので、どうもそれが歯をだめにしているというケースもあるようです。スポーツドリンクがだめということではありません。甘いものをとり過ぎると、そういうことが多いのではないかとということです。

あとはスポーツ栄養士。こういった食事を出してあなたはどう思いますかとか、実際に700円を渡して昼食をバランスよく買ってこられるかとか、いろいろなことをやっています。このみそ汁のおわんにふたがあるのはちょっとまずいのですけれども、具たくさんあれば問題はない。それから、貧血の人はスタミナが低下します。これは、私の研究なのですけれども、貧血、ヘモグロビンが減った、そうすると酸素を運べない、ということはスタミナが低下するということで、ちゃんとした食事をとらないとだめですといったことも勉強させています。私たちはこういった役割も担っています。

あとは、アンチ・ドーピングです。スポーツファーマシスト、岩手県で薬剤師の方が100人くらい資格をお取りになって、協力いただいている。要するに、この薬を使ってよいですかどうですかということきちんと確認しないとまずいので協力いただいているということで、こういう活動もしています。

先ほどちょっとお話ししたのですけれども、去年の11月15日の日曜日に、この選手が日本で2位になって、結構いい記録を出したのですが、実はこの方は2年間、ドーピング違反ということで出場停止になった。なぜかというと、貧血治療の目的で薬を投与されたけれども、これを届けていなかった。こういうことは今すごく厳しいですから、こういうことをしてはもうだめだということで2年間の出場停止になりました。出場停止期間があけて、頑張って好成績を出したのですが、日本ではうっかりドーピングが多いです。私たちは、岩手県の国体選手には絶対出さないようにしたいということで、勉強会——いろいろ測定するとか、何かやるたびに薬剤師さんに来ていただいて、こういったことのないよ

うにということもやっています。去年から出場停止期間が最高4年間になりました。4年間出られないということは、選手生命がほぼ終わるということですので、そういったことも心配しています。

いわてスーパーキッズのトレーニングの中身も実はスポーツ医・科学の分野であって、医・科学にのっとった形で進めています。

先生方のところにあるハンドブック。3年ほど前に、競技力向上のために啓蒙するということで私たちがつくりました。いろいろ活用していただいているのですが、実はその10年前に1回つくりました。国体もあるということで全面的に改訂して、選手や指導者の方々に活用してもらって進めていこうということで、これは全て先生方にボランティアで原稿を書いていただいたものです。御苦労さまでしたということで、先生に3冊しかあげていません。これがお礼です。でも、皆さん気持ちよく御協力いただきました。こういった活動もしております。

今までの話が岩手県の全体的なところですが、国体等に合わせて県教育委員会のスポーツ健康課スポーツ健康科学担当ができて、スポーツ健康科学サポート推進事業を始めることになりました。その経緯を簡単にお話ししたいと思います。むしろ先生方のほうが詳しいと思いますが、国体を契機にスポーツ健康科学センター——仮称ですが、それから多目的屋内練習施設——ドームです、これをつくるという計画がありました。先生方にお認めいただいて、平成23年度に着工、たしか工事が始まるのは夏くらいだったと思いますが、平成25年度に完成、そのような計画でした。

スポーツ医・科学サポートの拠点ということで、その役割ですが、スポーツ選手の競技力向上のサポート、一般県民の健康づくりのサポート、この二枚看板です。それから、多目的屋内練習施設、ドームですが、北国でないのは岩手県くらいだと思います。小さなものはありますが、サッカー場くらいのスペースのものが無いのは岩手県くらいです。全国でもかなり持っていて、南のほうでも持っています。岩手県はありませんでした。これは、長年のスポーツ関係者の夢で、うまく結集、合体させてということで認めていただき、できるはずだったので、残念ながら東日本大震災津波があって凍結することになりました。ただ、そのときに、私はすぐに当時の教育長に、エコノミークラス症候群が起きますよとお話したのです。要するに、狭いところに避難していると、新潟県や神戸市でもあった例で、血流が悪くなってそういうことが起きることが予想されます。健康障がいも運動不足で起きます。実際に起きています。それから、児童生徒の体力低下も予想されますので、施設は余り要らないから、スポーツや運動の指導者を派遣して被災地支援をしたほうがよいのではないですかということを言いました。なかなかすぐには実施できなくて、いろいろな調整があったと思うのですが、その間に国体もやろうということになりまして、その国体をスポーツ医・科学の面で支援するということと、被災地支援を合わせてということで、スポーツ健康科学センター構想の一部を始めたのが平成25年の4月で、スポーツ健康科学担当という私が今いる部署ができたということにな

ります。そこで、国体強化や被災地支援などのいろいろな活動を行っているということになります。

これは、ごらんになった先生方もいらっしゃると思いますけれども、県営スケート場の2階、向かって左の建物の、もともとは食堂棟があった2階のフロアです。スタッフとして、常勤が主任指導主事、指導主事、主事、それからスポーツ医・科学専門員が2人で、日本体育協会のアスレティックトレーナー、一人はアメリカの資格を持っていますし、もう一人は厚生労働省関係の資格を持っている優秀な者がいます。ただ、残念ながら期限つきの職員ですから、これを何とかできないかと考えています。

こういったスタッフで運営しておりまして、どのようなことを行っているかといいますと、スポーツ医・科学スタッフスキルアップ事業、要するに、いわてアスレティックトレーナーの方や日本体育協会のトレーナーの方に、できるだけいろいろな経験や勉強をしていただいて、その能力を上げるのだと。それから、スタッフを国体やいろいろなところに派遣する、もちろん被災地にも派遣する。それから、競技力を向上させる、被災地のスポーツ活動も支援するという行っています。岩手県に日本体育協会の資格を持った方が10名ほどおります。その中で、どうしても仕事の都合などで協力できない方もいらっしゃって、大体8名くらいの方に協力いただいていますし、いわてアスレティックトレーナーのうち7名の方に協力いただいて、国体に行ったり、ミニ国体だったり、ふだんの合宿のときに協力していただくという行っています。こういった勉強会をしたり、被災地支援をしたり、栄養、メンタル面やコンディショニングということもしたり、選手の体力測定もしたり、いろいろ行っています。

これは、アスレティックトレーナーの研修会、年に三、四回行いますけれども、研修会をして、さらに現地でいろいろする、こういうこともやっています。これはスポーツ医・科学講習会です。それぞれの専門分野の方が話をして、選手と勉強会をする、被災地支援としては、被災地の中高校生アスリートを対象とした運動指導と測定、スポーツ医・科学専門員が2人おりますけれども、彼らを中心に、ほかの方にも協力していただいて派遣する。それから、仮設住宅などでの運動支援、スポーツ医・科学専門員を派遣しています。これは、つい1週間ぐらい前ですか、河北新報に載りましたし、岩手日報でも何回か取り上げられたと思いますけれども、そのようなことを行っています。

これは、実際に仮設住宅で、こちらは、高等学校で、単発ではなくて継続して何回も行う。単発よりは継続してやってほしいということで、できるだけ同じようなところで継続して行うということを考えて進めています。

あとは各分野でスポーツ栄養士の方、スポーツファーマシストの方、それからアスレティックトレーナーの方などがいろいろ支援しているという状況です。これは花巻市での講習会と相談ですけれども、ことしは北上市と山田町でも行いまして、3月には久慈市で行う、現地の体育協会と一緒に進めて、これを県内くまなく進めていきたいと考えています。

それから、ごらんになった先生がいらっしゃるかわかりませんが、2年前から岩

手日報に、隔週の木曜日にスポーツ医・科学講座というものを出版していました。実は、私が全部中身をチェックして、中にはこれに書いて資料だけください、という人もいて、国体の冬季大会の委員長ですから、もうとてもつき合っていられませんので、去年の12月を最後に51回でやめました。将来的には、健康づくりのスポーツ医・科学講座のようなものをつくりたいと思っていますけれども、余命幾ばくばかりということではできないでしょうから、口だけにしておきたいと思います。

長々話してきて飽きたらと思います。最後に、国体後のスポーツ医・科学、望まれるスポーツ医・科学のあり方ということで、勝手なことを話しますので、そういう意味で聞いていただいて、けれども、これは取り入れられるということは、ぜひお考えいただければ。講義のようで申しわけございませんが、これをごらんください。私たちの一生の中で、どの時期にどういう状態で体力づくりをしたり健康づくりをしたり、あるいはスポーツにかかわったりするのかということをも模式化したものです。まず、乳幼児期は動きづくり、私たちは生理的早産で生まれてきますから、脳の発達があつていろいろなことができるようになる。馬などは違う、馬はすぐに立ち上がっておっぱいを飲んだりしますけれども、私たちにはできません。脳の発達に合わせてですから、ここでいろいろなことを覚えることが大事。この段階では上手、下手はない、同じ経験をしている。小学校くらいから徐々に体力づくりが入ってきます。一番よい成年期、これは体力、健康づくり、ただ、徐々に低下が始まってくる。最近、プロ野球で50歳まで選手だった人もいますけれども、彼らでも少しは落ちているのです。あとはテクニックとかいろいろなことでやっていると思います。中年期に入ってくると、体力づくりは健康と体力づくりくらい、要するに中身がちょっと変わってこなければならないということです。高年期になってくると健康づくりが中心、だからここでは上手になろうということはないわけで、私の目標はぴんぴんころりです。そのために体を動かすということで、私の父親は3日で亡くなりました、ぴんぴんころり、亡くなったその年までスケート場でスケートをしていた。どこかで見た人がいると思ったら、私の親父、プールでも泳いでいるのです。私はあそこまでできるかわかりませんが、できればぴんぴんころり、朝起きてこなかったというのが理想です。子供が泣いたっていいですものね、泣くのはすぐ忘れますから。

これに対して、どう支援するかということです。スポーツ医・科学的な支援をするには、年代によって違ってきます。いろいろな運動をして体力を持てば最後まで維持するし、途中で運動をしても高いものを維持できますし、何もしなければちょっと、余りこれを下げてしまうと申しわけない、ちょっと上げました。すごく個人差は大きいです。年をとればとるほど個人差が出てきますので、ここをできるだけうまく進めたいというのが基本的な考え方です。

よく生涯スポーツといいます。健康づくりでも、どういった支援があるのか、する必要はあるのかということですが、例えば熱中症のときの水分の補給、あれもスポーツ医・科学の研究成果です。私は、小さいときは水を飲むな、多分先生方はそういう経験があると

思うのですが、しょうがないからうがいをするふりをして、ごくんと飲んだ。あれはスポーツ医・科学の研究成果で、体力テストをすると、喉が渇き切った状態と、きちんと水分補給をした状態とでは差があるのです。そういったことをしてわかってきました。

スポーツ活動支援と健康づくり支援、県民の豊かで健康的な生活を支援するという立場で、私は大きく二つを考えています。

一つは、スポーツ活動支援は、安全で効果的なスポーツ活動をサポートする。これは、健康のためのスポーツをする人もいれば、クラブ活動や地域での活動もあるので、広く支援するのだと。それから、トップ選手が頑張るって活躍するということは、県民により影響を与えますので、ある程度の競技力向上のサポートも必要だろうという、この二つ。

健康づくり支援では、安全で効果的な健康づくりサポート、健康運動はこのようにやればよいですよ、それから健康体力を測定、体脂肪をはかって、このくらいですと。それに対して、運動処方というのは、話し合いながら、あなたは近くにプールがあるからプールを使ってくださいとか、プールがないので歩いてくださいとか、そうやってプログラムをつくって、では数カ月後にどうになりましたかと、体脂肪減りましたねということをしてあげればよいというのが安全で効果的な健康づくりサポート。それから、ここに出前と書いていますけれども、要するにどこかのホームグラウンドで全部行うのではなく、岩手県は広いですから、市町村体育協会や教育委員会、学校と協力しながら行う。地域・団体の健康づくり、健康経営をサポートするということも考えています。そうしないと岩手県全体を網羅できない。だから、ある程度本部は欲しいのですけれども、すごい本部でなくても、出かけて行って岩手県全体に還元しようではないかというのが基本的な私の考え方です。

例えば、安全で効果的な活動では、指導者の勉強会を行う、それから学校のクラブ活動をサポートする、場合によってはローテーションしながら進行するということもできるし、今実際に一部行われています。

競技力向上では、選手の体力測定、けがからの復帰、けが予防といろいろなことをする。

それから、健康づくり講習会、これはさきほどお話した大東病院の小さな体育館で持久力テストを実施していた。これは私が某町でメタボリック対策教室を10回シリーズ、私は1回ぼっきりというのは嫌いなので、やるなら10回と、半年間で10回実施して、どういう成果があったかということを行った。これが被災地へ行って、これはトレーナーです、優秀なトレーナーですけれども、彼が行って、あとこれは学校、こういったようなことをすると。

ちょっと見にくいのですが、これは私がある町で——さきほどの町とは違う町で、たしか行政区が20あるところ、その20に健康づくりのリーダーをつくりたいという相談を受けました。20のところになくとも5人ぐらいは置きたいということで、では5年間かけてやろうと。5年間のうち5日間を使って地域リーダーをつくらうということを行いました。こういう運動がなぜ必要かとか、食生活をどうするかとか、ドクターに来ていただい

て生活対策とは何かとか、運動習慣を継続するとか、食事をどうするかというようなこと、それと実技を合わせて、健康づくりのためのいろいろな運動をして、彼らが地域のリーダーになる。2期生を育てるときに、1期生に来てもらって、どんな活動をして、今何か悩みがありますかという勉強をする、3期生を育てるときに、1期生、2期生に来てもらってみんなで相談するというようなことをして、5年間で140人くらい育てたのですけれども、こういったことが私の考えている出前とか健康サポートで、一つのどこかに対してこのようなプログラム、1回きりではなくて、何回かシリーズにして歩く。それを岩手県のいろいろなところでできればよいなというのが私の考えです。

ここでひとり言、さらに大きいひとり言なのですけれども、今、私たちはスポーツ健康科学担当という名前で仕事をしています。それは、国体の後にぜひ継続させたい。スタッフを充実、安定させて、安定というのは期限付きの職員もいるものですから、それをできるだけ安定させていきたい。一遍に、前のようにセンターが欲しいということではなく、徐々に発展させていきたい。当面は現在地でスタートして、徐々にいろいろな人たちが集まりやすく、ある程度の基礎的な指導、研修ができる場所に移っていくとよいだろう。ただ、集まりやすいところでないとい子供たちも簡単に来られませんので、そういったことが必要ではないか。センター化になればよいのではないかというふうにひとり言。

それから、事業内容ですけれども、今は国体強化中心になっている。それをもう少しスポーツ活動全体が安全で効果的な活動になるように、それから安全で効果的な健康づくり活動になるように、徐々にできるもの、今実施しているもの、あるいはできるものから少しずつ移行していく、一気に実施するのではなくて、お金とかいろいろなものを要するので、そういったようなことが必要だと。それから、市町村や市町村体育協会、教育委員会、学校などと連携し合う、先ほど申しましたけれども、出前の事業をできるだけふやす、そうすると、何も立派なホームグラウンドがなくなたって、ある程度のレベルの指導者を何人か足してもらって、その彼らが一緒になって出かけて行って、地域と一緒に実施するというのも私は非常に大事なことだと思っています。それはスポーツ健康課でも話していますし、こういうことを考えながら、できるものを精査して、多分政策に出てくるだろうと思います。

最後に、長々としゃべりまして大変申しわけございませんでした。岩手県におけるスポーツ医・科学の現状と未来ということで、未来というか、ひとり言ですけれども、話しまして、まとめとします。

スポーツ医・科学サポートは、スポーツ医・科学を背景にして、安全で効果的なスポーツ活動及び効果的な健康づくり活動をサポートすることです。国体で少しずつ盛り上がっていますけれども、県民のスポーツに対する機運は一気に盛り上がると。これを逃さずに、スポーツ医・科学の成果を還元して、県民の豊かで健康的な生活を支援することが必要だろうと考えていますので、ここは私のお願いですけれども、先生方の御支援をいただければと思います。

そういうことで、長々と話しましたけれども、私の話はこれで終わりにさせていただきます。どうもありがとうございました。

○**名須川晋委員長** 作山先生、大変貴重なお話ありがとうございました。

これより質疑、意見交換を行います。ただいまお話しいただきましたことに関し、質疑、御意見等がありましたらお願いいたします。

○**郷右近浩委員** 本日は、作山先生、本当にどうもありがとうございました。何点か質問させていただければと思います。質問になるのか、自分の思いになるのかですけれども。御講演いただいた中で、やはり私自身も、屋内練習施設、そしてそれにセットするような形のスポーツ健康科学センターの凍結を早く解くような形で何とかなればという思いとともに、とにかくにも国体、これを何とかしていただいて、将来的にスポーツ医・科学といった分野をきちんと未来のためにつくっていききたいという思いである中において、先生がこれまで取り組まれてきた、いわてスーパーキッズの立ち上げなど、そうした御活躍を本当にありがたく思いながら、きょうもまた改めてお話を聞かせていただきました。

そこでですけれども、特にも最後の部分です。先生が、将来こうなればいいなといったひとり言の部分でございますけれども、私も同じような思いを持っております。その中で、これまではアスリートというか、スポーツ選手といったものに岩手県は主に目を向けてきたと。しかしながら、全体的に、県内の子供たちの肥満度であったり、またさらに運動不足であったり、そうしたことを考えると、やはり県内全域の子供たちに、蓄積されたスポーツ医・科学という中での考え方といったものを与えなければならぬだろうと。それは、やはりふだんからの食事や、子供の環境を見ている親御さんたちを含めてです。スポーツ指導者が話を聞きに来て、それをきちんと子供たちに伝え切れているのか、さらにはきちんと子供たちが理解してくれているのか、そうするとやはり親御さんにも話す機会が必要なだろうと。くしくも先ほどお話しがありました市町村体育協会であったり、といいますのも、岩手県のスポーツ医・科学という部分に関しては、岩手県体育協会であったり、県教育委員会がいろいろな形でかかわってきている中で、それぞれの地区に対して半ば強制といったら変ですけれども、そういった形で子供たちを取り巻く環境自体を含め、きちんとこういった指導をしていくことが必要ではないかと。そして、それ自体が、アスリートとして何かの選手になる子供だけではなく、全体の底上げであったり、健全な育成であったり、そこにつながってくるのではないかと思っていますが、そうした展開について先生の御所見を、また改めてお話しいただければと思います。

○**作山正美講師** 私は、先生のお考えと全く同じで、賛成です。センターが欲しいというのは、そういった面をできるだけ支援していく。ただ、それを強制的にやるのがよいのか、こういうことも協力できます、どなたか手を挙げてくださいとやるのがよいのか、あるいは、この地域はちょっと取り組みが弱いようだから、何かの形で一緒にやりませんかというように声をかけるのがよいのか。小学校には先生方がいらっしゃって、それを越えて行くわけにはいかないの、その先生方が、例えばこういう運動がよいと、私たちは専門家

の集団ですから、先生方にこういったものを通して行えばよろしいですよとか、あるいはその学校でモデル的に実施して、これだと子供たちは喜んでやるよねといったところをバックアップできればよいし、大人の健康づくりでも同じように考えて、そういう司令塔になるところが必要ではないかと考えておりますので、先生のおっしゃることは全くそうです。ですから、出前もしたいというのはそういうところにあります。

○郷右近浩委員 ありがとうございます。何とか凍結を解くようなことも含めて、私自身も取り組んでいきたいと思えますし、ただ、その中で、やはり先ほど50代で、いよいよカーブも下り坂のほうに入ったなと思いながら聞かせていただいたわけですが、逆に若年層の部分ですけれども、昨年から、いわてスーパーキッズの募集は4年生からと1学年下げたということで、私自身の考えとしてはもっと下げていいのだろうと。一つの目標である国体については、もう目の前に来てしまったということですが、この次に来る例えば東京オリンピックだって、さらにその次、その次とつながっていくスポーツシーンの中での子供たちの育成という部分について、もっと低年齢化というか、下から見ような部分をやっていくべきではないかと思っています。そのために、もちろんスポーツ健康科学センターなり、きちんとコントロールができるところと、さらに職員であったり、かかわる方々であったり、そういったスタッフの配置というのも必要だと思いますが、どのくらい的人数がいて、どのくらいの規模で動ける感じになれば、そこがケアできるというか、先生のお考えになられている将来像というか、これは夢の部分で結構でございますので、お話ししたい。

○作山正美講師 非常に難しいことございまして、どういう規模でやるかにもかかわってきます。私は、多分15人前後とか最大20人以内、やろうと思えば10人でも構いません。今よりはちょっとふやして、県内をいろいろ歩くためには、どうしてももう少し人材は必要だし、栄養などの分野も、もうちょっと違う分野も専門、専任としてほしい、そうするとくまなく歩ける。今は、栄養の先生にお願いして、時間を割いて来ていただいていますから、土日に限られてしまっています。学校やいろいろな地域を回るときに、平日というのめかなり出てくると思っていますので、やはりある程度の専任も抱える必要があります。とりあえずは15人前後で。

あと、子供の部分ですけれども、いわてスーパーキッズは1学年下げましたけれども、もっと下までいくとどうかというのは、果たしてその選んだ子供がずっと続けていけるかという課題があります。もっと下げてよいかどうかというのは、今、スポーツ健康課では、低学年の勉強、スポーツを選んでやるのではなくて、この地域にありますよ、集まってきて10回というようなことを実施していますので、そういったことを完成させていくべきと。そこから専門的にやりたいという人は、いわてスーパーキッズのようなものをやる。音楽であったり、美術であったり、何でもよいと思うのです、英語であっても何でもよいのですけれども、自分はこれだったら取り組める、そうすると喜んで勉強ができますとなりますから、スポーツに限らず、こういったものやっていたらいいだろう、それはもっと後

から、小学校5、6年生くらいでよいのではないかとこのように私は考えます。

あと、ついからですから、私は、本当はドームが欲しいのですけれども、あれは四十数億円でしたね。今だと多分60億円、70億円になると思いますので、それはもっと後でよいのではないかと。まず、センター的な機能を残して、還元すると。まずそこでやって、県民の皆さんにこれは大事だよねと思ってもらった段階で、もっとセンター的なドームも必要ではないかというように言ってもらえるように、地道に。本当は欲しくてしようがなく、私は会議のときは、運動公園のドームをつくるはずだったところの前を通っています。最初の1年間は悔しい思いをしました。でも、まあしようがないよな、岩手県全部が変わっていけばよいのだし、むしろ地道にやっていくことが大事で、それからそういったものに行けばよいのではないかとこのように私の考えです。

○樋下正信委員 きょうは、大変ありがとうございます。一つは、ドクター、歯科の先生方ですけれども、実は私の診療をしてくださっている先生が講習を受けて、それなりのスポーツ選手の各種大会とかに派遣とか、登録とかということになるような話ですけれども、もっとその先生方が活躍できる場面とか、もちろん何かなければその先生方は必要ないということにはなるのでしょうけれども、もう少しその辺の連携が密になってもよいのではないかとこのように話を歯医の先生に言われまして、そこを1点聞きたいと思います。

それから、私も61歳になりまして、これは県議会でも質問しているのですけれども、いろいろな生涯スポーツがある中で、私も40歳を過ぎたときの健康診断で、このままいけば成人病になるよと、薬を飲むか、もしくはウォーキングがよいのではないかとこのように私は歩いています。

歩いて感じることは、逆に先生にもお願いするものですが、トイレや休憩するところ、都市化されて道路も歩道も広がってきて、歩いている人たちもよく目にするのですけれども、そういう人たちがどんどん高齢といますか、年をとった方々が歩いて表に出ることによって防犯にもつながる、健康にもよいということで、トイレや休憩するところなどがあればよいのではないかとこのように話を県議会ですべてしております。その辺のところについて御所見があればお聞きしたいと思います。

○作山正美講師 最初に、スポーツ歯科の先生方のお話ですけれども、日本体育協会の中にスポーツデンティストをつくりまして、できて間もない、岩手県ではお二人くらいだと思います。それではまずいということで、岩手県歯科医師会が、国体もあるし、協力したいということで、私のところに相談に来まして、岩手版の勉強会を実施しようということになりまして、100人くらいの先生方が参加されました。今度また実施しますけれども、選手の体力測定とか、そんなことをやったときに、スポーツ歯科の先生に歯もチェックしていただいて、こうしたほうがよいなどのアドバイスをしてもらおうといったこともどんどん広げていく。この後2、3回、また測定をやりますので、その都度来ていただいて、ドーピングの話と、そういう歯の話も全部一体的にやっています。一気にとはいきませんが、徐々に。

国体に関して言えば、国体のいろいろな会場の支援をする形、ドクターと歯科医師の先生方が一緒になって支援をするような形になっていくと思いますので、そういったことも含めて、歯科医師の先生方は勉強会をされたと思います。

それから、私もいろいろなところで見っていますが、公園を中心にして歩くという形があります。私のところにも立派な公園がありまして、必ずトイレがありますから、やはりその近辺を歩く、当面はそういうところで。私、実は盛岡市の総合計画審議会の委員でしたので、今の話をもっと前に聞いて、それを言えばよかったなと思ったのですが、まちづくりというのは先生がおっしゃるようなところに優しいといえますか、駅前から来るときに滑って転ぶようではまずいので、こういうところを何とかしていかないと、一体化してやらなければならないのではないかと。何か機会がありましたら、私も声を上げさせていただきます。よろしくお願いします。

○中平均委員 どうもありがとうございました。正直、スポーツは余り得意ではないので、国体に対しても郷右近委員ほどの思いはありません。悪い意味ではなくて。きょうのお話を聞いていても、スポーツ医・科学、国体というどうしても国体のためだけに今まで予算をつけてやってきたのではないかとというのがどうしても拭い切れない、そういった意味においては、きょうのお話を聞いて、このスポーツ医・科学の、今実施している成果を地域におろして行って、これからの高齢化社会に向けての健康づくり、元気で長生きをするということにつながっていくとお聞きして、非常に感銘を受け、私も認識を新たにしたいところでございます。ありがとうございます。

それで、さきほど先生から、センター機能を継続して地域に還元していくと、私は久慈市出身ですが、久慈市のほうでは特別養護老人ホームだとか、やはりこれからの高齢化社会に向けてぜひ必要なことだと思います。でも、ひとり言ということで話をされたところが、岩手県の施策としてちょっと弱いところでもあるのかなと感じたところですが、実際のところ国体で終わりではなく続けていく、しかも直接県民の生活に密着していくというところに関してどうなのでしょう、さきほどのひとり言が具体的にになっていくかどうかといったところはどのように感じているのでしょうか。

○作山正美講師 私は、いけるのではないかなと思っています。継続できるように何とかしていきたいし、少しずつシフトして行って、ひとり言が実現できるように、今度はひとり言だけではなくて、私が所属するところの先生方にもお話しして、ただ、すぐにできないとか予算とか、いろいろなことがありますので少しずつ、そういう形で進めたいと思います。逆に、先生方にぜひ御支援いただいて、何回も言いますが、立派な建物が欲しいとかそういうことではなくて、活動、行動できるようなスタッフを集めて、組織を何とか拡充していけたらと思います。まずそれが第一歩だと思います。それが国体の遺産といえますか、この国体を実施した契機というのは、スポーツをする人もいるし、しない人でも健康とかいろいろな面に向けて、それを習慣にしていくということが大事なことはないかなと思っています。よろしくお願いします。

○中平均委員 ありがとうございます。久慈市では体育協会などがいろいろやっているけれども、なかなかスポーツ医・科学の話であるとか、各競技に関してもうまく連携がとれていないということもあると思います。いろいろな施設、運動する設備があって、若い年代の人たちは行っているけれども、では年をとった人たちが使っているかということ、見ている限りそうではないという実態もある中で、予算がかかるというのはそうなのですが、地域に根差した形で、例えば各コミュニティ単位にベンチプレスまでは要らないでしょうけれども、自分の体重を使ってのトレーニングやほかの何かがあって、そこで定期的にウォーキングもできる、そういったことを充実させていくことが必要ではないかと私自身は考えています。実際に指導してくれる方がいて、各地域のノウハウをどんどん伝えていくということだと思うのです。今、被災地を中心にやられていて、全県に広げていくとした場合、センターがあって、そこに各広域圏から何人か来てもらって——これは市町村単位なのかもしれませんが、簡単に市町村単位というと全県で50人、60人くらいはやっぱり必要かとも思うのですが、人数的にはそういう——そこからまたさらに下というか、組織型に、ピラミッド型にやっていくという形だと思うのですけれども、そういったことをやろうとした場合どうなのでしょう、ざくっとした感じでよろしいのですけれども、もしわかれば、具体的に予算的なものはどれくらいかかるのでしょうか。

○作山正美講師 私は夢を語るのは好きですが、現実的にやるのはちょっと弱いのですけれども、今は国体強化で3億円とかかかっていますが、何千万円とか、その予算の範囲でやればいいことです。ただ、人件費は別にさせていただきたいのですが、そういう範囲で私はできると。

参考になるかどうかわかりませんが、新潟県の健康づくり・スポーツ医科学センターはすばらしい、サッカーの強いチームとかいろいろ持っていて、その面倒を見ながら、ドクターなども入って一般の方も見たりするのですけれども、そこは3億円。センター長さんとお話ししたら、知事から1億円を削られたとあって、1億円、スポンサーを見なければならぬと騒いでいるのですが、私は多分全部入ってだと思っております。ドクターの人件費から全部入っている。私は、地道なほうに変わってきまして、それほどお金がかからないところからやって、まずやって理解してもらいながら、どんどんふやしていく方がよいのではないかと思います。

ドームが欲しくないわけではなく、欲しいのですけれども、今はまだ時期ではないだろう、もうちょっと我慢しなければならぬかなど。欲しいには欲しいのですが、ただ、今はちょっと我慢して、しかるべきときにと感じています。

○中平均委員 ありがとうございます。健康寿命をどうやって延ばしていくか、介護保険の関係で年齢が高くなって介護料も高くなってきていると思うので、例えば一つ二つ成果を出していったら、あとは、例えば岩手県単独でやるのではなくて、自治体から1人ずつ職員を派遣してもらって、そこで一緒になってノウハウを伝達していくというやり方もあるのかなど。それが、将来的に見れば各自治体にとっても、さっきのびんびんころりではな

いですが、費用が減っていくと思いますので、そういったものを含めてまた勉強させていただければと思いますし、先生のほうからもいろいろな提言を岩手県のほうなりにしていただければと思います。よろしくお願いします。

○吉田敬子委員 ありがとうございます。私は、凍結になっているスポーツ健康科学センターと、県営野球場の老朽化の件を県議会で取り上げていて、野球場に限らない多目的なドーム型の屋内施設が盛岡市にできたらいいなと思い、まだあきらめていないのですが、一つ目は、新潟県の健康づくり・スポーツ医科学センターは素晴らしいというお話があったのですが、もしほかに全国的に素晴らしいスポーツ医・科学センターがあれば教えていただければと思います。

二つ目は、いわてスーパーキッズと、40代、50代以降の人たちの健康づくりは大事だと思いますが、20代、30代、40代でもうちょっとスポーツに親しむ環境をつくることで、実際に先ほど樋下委員は40歳になったときの健康診断がきっかけで始められたというお話だったので、若いときにもっとやっておけば、その時期になったときにもふだんからやれる環境になると思うので、私は、20代から40代のときに、スポーツだけではなく、スポーツ医・科学サポートも含めた環境に親しめればよいのかなと思っています。お話しがあったところだと出前講座は高齢者向け、あとは学校ですけれども、そういった私たち世代のところでは身近に出前講座とか、実際に行けるところがあるのかどうか。私もランニングとかをやるのですが、そういった大会を主催している仲間がいて、実際にマラソンの大会に出ているような男性もいて、あと、女性は栄養士の資格も持っています。その子が実際に、今回こういった資格を取って、自分たちの大会、七時雨山のトレイルランニングの大会を運営しているメンバーで、今年度は自分たちでもそういうことをやっていると考えているのですが、せっかくこういう方々がいらっしゃるので、もっと身近に感じられるようにしたいと思うのですが、もしも何か事例があれば教えていただきたいと思っています。

最後に、最近、岩手県と大塚製薬が健康支援の面で連携するというニュースを見て、大塚製薬さんは実際には病気の予防とかの部分だと思うのですが、私はもっと企業と一緒にやっていけたらよいと思うのですが、実際に大塚製薬さんとスポーツ医・科学の部分で具体的に一緒にやっていくというものがあれば教えていただければと思います。

○作山正美講師 最近物忘れがひどいものですから、もし順番とか中身が違ったら済みません。スポーツ医・科学センターは、たくさんあります。新潟県もそうですが、やはり一番素晴らしいのは神奈川県です、ドクターの診療分野がいろいろあります。秋田県にもありますし、うまく機能しているかどうかは別として、いろいろなところにあります。岩手県にはありません、ということがまず一つ。

○吉田敬子委員 東北でないのは岩手県。

○作山正美講師 岩手県だけではないです。ただ、ほぼあると思います。

それから二つ目に、いろいろ出前をするという話の中で、すぐにできるかどうかは別と

して、例えばどこかの団体、会社、あるいは健康組合、そういったところで何か、というときに、そこに参加するということはあり得る。それから、例えばこういうグループをつくってやっているのだけれども、こういうことを教えてほしいということがあれば、時間が合うならトレーナーを派遣する、栄養士を派遣するということは十分に、年代は関係ない、そこにうまく合えばできるわけですから、そういう活動をしているところに、個人だと来ていただいてということになりますけれども、そういったことは可能です。

あともう一つ、大塚製薬、多分、熱中症の予防が中心だと思います。大塚製薬は国体のメーンスポンサーの一つであるし、それから日本体育協会のメーンスポンサーでもあるし、その関係で岩手県体育協会もそういうアシストをしてもらっている。実は、岩手県にいらっしゃる日本体育協会公認のスポーツドクターも、国体に対して協力していただきたいということもあって2回ほど勉強会をさせていただきました。だから、いろいろなところで協力いただいています。そことだけ組むかどうかというのはちょっとまた別ですけども、そういうことで、いろいろなところで支援いただきながら一緒にやっていくということは必要だと思います。

○吉田敬子委員 最後に、先ほど樋下委員もお話しされていましたが、歩いているときのトイレという話がありました。首都圏だとランニングスポットという場所があって、トイレだけではなく着がえもできる場所を各地に置いて、それを企業が支援しているところがある、公園だけでなく、そういったスポットが首都圏ではあるようなので、もし市町村でまちづくりを考えると、もちろん岩手県全体でやってもらいたいのですが、市町村単位でもそういったお話をするときがあれば、よろしく願いいたします。

○作山正美講師 機会があったら、私も年をとってきて近くなりましたので、あるとよいと思いますし、それからコンビニエンスストアとうまく協力し合うということは考えなければならぬと思っています。非常に重要だと思います。あとはコンビニのないところも結構多いものですから、徐々に進めていければと思います。

○城内よしひこ委員 本当にきょうは大変勉強になりました。ありがとうございました。もう少し先生の講義を若いころに聞いていれば、僕もトップアスリートになれたのではないかなと、今ちょっと錯覚をしております。

私はスポーツ少年団にかかわっているのですが、県内には、スポーツ医・科学の知識を持った指導者が少ないような気がします。ましてや、少子化になってきて、有能な才能を持った子供をいろいろな競技で奪い合うような時代になってきていますので、スポーツ医・科学の重要性を、もう少し、スポーツ少年団といった部分に特化して落とし込みができないものかと思っております。そういった手だては行ってらっしゃるのかどうかを1点目でお伺いしたいと思います。

また、各地域に体育協会があるわけですが、学校もそうですけれども、そういったところに対するアプローチもしていかないと、体育協会は子供たちだけではなくて全体をやるということもしていますし、県教育委員会も全体的なことを見回す立場でありますので、

その辺の取り組み状況はどうなっているのかお伺いしたいと思います。

○**作山正美講師** スポーツ少年団に関しては、岩手県体育協会もそういった支援をしていますし、市町村の体育協会でもしているし、私も呼ばれて勉強会をしましたし、それから、この前実施したスポーツ医・科学講習会と相談は、北上市の場合はスポーツ少年団の指導者も集めて、それから、久慈市で3月に実施しますけれども、スポーツ少年団の指導者や、小学校、中学校の先生方にも来ていただいて、一方では子供たちに実際に来てもらって、子供たちに指導するところを見てもらう、子供たちだけの勉強会をして、実際に大学の先生とか、うちのアスレティックトレーナーを連れていきますので、実際のところを見てもらう。そういったことを徐々にいろいろなところで行いたいと思って、二戸市の体育協会さんからも声があったのですけれども、日にちが合わなくてできませんでしたが、国体が終わって機能が存続できるのであれば、ぜひそういったことをどんどん広げたいと強く思っています。それは、中心的にやらなければならないかなと。

○**城内よしひこ委員** そこで、やはり必要性というか、トレーニング方法も含めてですけども、トップアスリートを育てるという点でも、スポーツ医・科学は大事だと思います。先ほど歯科医師のお話をされましたけれども、実は私の娘もそういったスポーツをしまして、マウスピースをつくって力を発揮、10%とか15%とかという話だったりしますけれども、そういうことが必要だということを、もっと啓蒙というか、スポーツをする上で知っておけば才能が開花するのではないかと思いますし、あわせてドーピングの件も、スポーツ少年団のレベルから、早くからやっておくとうっかりということがないだろうと。娘の話をする、たまに家に帰ってくるのですけれども、むやみに食べたりしないのです。食べて、電話をして、ファクスで何を食べたかといった資料を送るような、そういった厳しさがあるとうっかりということがなくなるだろうということも含めて、私は必要性をわかっていますけれども、先生方の活動をもう少しみんなに知ってほしいと思うのですが、その辺の啓蒙は今後どのように取り組んでいくかということ再度お伺いしたいと思います。

○**作山正美講師** まず一つ、基本構想は、何をもって実際の施策を打ち出していくかという、施策を中心に動くのではなくて、基本的に何をするのか、県民の皆さんにこういったことをするのだ、そのためにこれをやるのだという形でまず訴えなければならぬし、一方では成果を出す、被災地の方々にすごくよかった、おもしろいと言われたりします。それは、単発ではなくて継続して実施しているからということもあると思います。そういったことを通しながら、両面で訴えても、実際にこのような成果があるところを見ていただかなければならないと思いますので、両方でやる。あとは先生方にも御支援いただくとか、いろいろなところで声を出していきたいと思います。今はとりあえず国体があるものですから、ただ、その裏では着々とやっていますので、考えてみます。構想を練ります。よろしくお願いします。

○**白澤勉委員** 大変貴重な御講演をありがとうございました。私から大きく2点、城内委

員の質問に関連するのですけれども、まず1点目は、私はスポーツ少年団に限らず、小学校、中学校の監督指導者、その指導者への指導、この辺をこのスポーツ医・科学の面からきちっとやっていく、そういうことが重要ではないかと。私もスポーツ少年団の監督であったり、息子もいわてスーパーキッズ等でいろいろ御指導いただいております、皆様方の取り組みは十分理解している部分があるのですけれども、現場で経験している中では、けがの予防対策、指導者への指導という観点からいくと、そういったけが予防、幼少期とか、小学生は特に、あるいは中学生でも傷めたりして、スポーツ競技人生を断念せざるを得ないという子供たちもおりますので、ぜひ、けが予防についての指導者への指導を進めていく必要がある。

そして、もう一つの観点は心の育て方、このスポーツ医・科学の範疇に、スポーツ心理の要素も入るといって、まさにスポーツを通じて心を育てるといって、それがすごく大事な要素だと。トップアスリートになる方は、本当に限られています。そういった意味でも、指導者への指導、この辺の取り組み、これを今後どのように、あるいは現状でどうしているのか、改めてお聞きしたいと思います。

それから、二つ目が、健康づくりの部分で、スポーツを通じた将来的な医療費の予防であったり、ぴんぴんころりというような形でみんなが元気な社会をつくっていくためであったり、そういった意味合いもあって、国体は、まず競技をして何位になるという目標はいいと思いますが、それ以上に、今後岩手県として、国体から何を残していくのか、まさにこういったスポーツ医・科学の面から大事になるといいますので、その辺について改めて先生の力強いお言葉をお聞きしたいと思います。

○作山正美講師 けがをしないということは非常に大事なことだと思います。特に小さいとき、選手になっても、一生を棒に振りますので。実は、私も野球で肩をだめにして、ピッチャーだったのですが、だめだよと、高校1年生の春ですぐレギュラーで出た時代でしたから、だめになって、人生終わったなと思ったのですけれども、陸上に転向して、3年生の春の最後のとき、今度はハイジャンプで脊椎分離してしまって、一生を棒に振りました。もうスポーツはやめなさいと言われて、それからむらむらと、スポーツ医・科学の道に走ってしまい、高等学校に入ったときは弁護士になりたいというのが夢でした。それが、もう一回スポーツをやりたいという。

スポーツが好きなのに、なぜスポーツでけがをしなければならないのということが根本にありまして、アスレティックトレーナーに頑張ってもらっているのは、まさにけがをしないような動きづくりとか体づくりとか、そういうことは小さい人も選手もお年寄りも同じです。彼らは、結構指導能力があります。いろいろなことを知っています。病気の人たち、けがをした人を治すにはどうすればいいのか。彼らをぜひ使いたい、というのは、そういう人たちを使うことによって、そういうことを防げるのです。全て防げるとは言いませんけれども、かなり改善される。

それから、国体で残せるもの、先生がおっしゃるようにスポーツ医・科学の成果を何と

か残して、これを県民の方々に還元していきたい。私が 100 回話してもしょうがないので、ぜひいろいろな方々に御支援をいただきたいし、変な話ですけれども、岩手県のスポーツ選手はどうあるべきか、というのが十数年前にありまして、県教育委員会の中でそういう委員会もできまして、私はそのときの委員でした。その中に、スポーツ医・科学のセンター、それからドーム、陸上競技場、体育館、この四つが岩手県に必要だろうというのが 15 年くらい前、ちょっと細かいことは忘れちゃったけれども、そういった話が出ました。それから、国体の話が 10 年くらい前から少しずつ出てきたときに、まずスポーツ医・科学センターとドームを併せたものがよいのではないかという、だけれども、前の体制のときには、岩手県には新しい施設はつくらないのだと、つくらないで国体に臨む、それも変わって、子供たちにスポーツ医・科学センターとドームがセットになったものを残すのがよいのではないかという話が出て、これが動き出して現実化してきたところに東日本大震災津波、私もその間いろいろなことを提言してきたのですが、変わってきたのは、施設よりもまずやることだ。そのためには、スタッフをちゃんと集めて、出前でいろいろなところと協力し合って、市町村とか体育協会とかいろいろなところとやることがまず必要だと。それから徐々に施設にいけばよいというようになってきている。私が何とか動けるうちに日の目を見るようにしたいなど、そうしないと引退できないと思って、早く引退させてくださいというのはおかしいのですけれども、やりたいと思っていますので、ぜひよろしくお願ひします。

○名須川晋委員長 ほかにどうぞ、よろしいですか。では、済みません、私から。障がい者への指導がどのようになっているかということで、私はかねがね言っているのですが、普通のアスリート、体育関係は教育委員会になりますし、障がい者スポーツは障がい者福祉の分野になるということで、やはりここに相入れないところがあるので、一元化が必要だということを訴えているのですが、このスポーツ医・科学と障がい者スポーツは、どのようなかわりがあるのかということで、多分障がいをお持ちの方には、もっと繊細な指導が必要になってくるのかなと思うのですが、希望郷いわて大会や、2020 年のパラリンピックに向けた取り組みがどのようになっているかについて、お知らせいただければと思います。

○作山正美講師 実は、そっちのほうは余り詳しくないのですが、ただ、私たちの仲間、仲間というのは職員という意味ではなくて、スポーツ医・科学の仲間、日本体育協会が公認アスレティックトレーナーを持っているのですけれども、障がい者に関する勉強に行かれています方がいらっしゃいます。その方は多分、資格をとると思います。その方が第一号になって、その方を中心に動かれると。それから、障がい者の体力づくり。あるトレーナーは大学生のときにパラリンピック開催に関して面倒を見たという人もいる、ただ、まだそれは部分的なものですから、いずれは一緒に行かなければならないと思って、今の段階で私個人とすれば、障がい者のスポーツ指導員の資格取得の講師などいろいろしてきましたので、多少はわかりますけれども、組織としてやっていくのはこれからになってくる

と。

多分それは、知事部局かどこかにそういった組織ができて、スポーツ庁みたいなものができたときに、完全にそこに入ってくるのだらうと思いますけれども、今の段階では個々にはやっけていても、組織としてはまだ入れない形になっていると思います。答えになっていないかもしれませんが。

○名須川晋委員長 ありがとうございます。

よろしいですか。

〔「なし」と呼ぶ者あり〕

○名須川晋委員長 それでは、作山先生、大変貴重なお話ありがとうございました。

ほかにはないので、本日の調査はこれをもって終了いたします。

作山先生、本日はお忙しいところ、まことにありがとうございました。改めて拍手でお送りしたいと思います。

〔拍手〕

○名須川晋委員長 委員の皆様には次回の委員会運営等について御相談がありますので、しばしお残り願います。

次に、1月26日に予定されております当委員会の県内調査についてであります。盛岡市、花巻市及び北上市において調査を行います。よろしく願いいたします。

次に、4月に予定されております次回の当委員会の調査事項についてであります。御意見等がありますか。

〔「なし」と呼ぶ者あり〕

○名須川晋委員長 特に御意見等がなければ、当職に御一任願いたいと思いますが、これに御異議ございませんか。

〔「異議なし」と呼ぶ者あり〕

○名須川晋委員長 御異議なしと認め、さよう決定いたしました。

以上をもって本日の日程は全部終了いたしました。本日はこれをもって散会いたします。