

## 運動部活動におけるチームトレーナー導入の現状と課題

鳥取県立鳥取中央育英高等学校

桑 名 圭 司

## 1. はじめに

全国で最も人口の少ない鳥取県では、少子化による学校数や学級数の減少という影響を受けて、運動部活動に携わる高等学校の教員数は他県と比べて相対的に少ない状況にある。そのため高校運動部活動の現場における指導者や専門的な知識、指導力を持つ教員の数は十分とは言えず、文科省・スポーツ庁の勧める外部指導者が積極的に導入、利用されつつある。そのような状況の中、鳥取県教育委員会でも同県体育協会の協力を得て、チームトレーナー（以下「トレーナー」と略す）を高校運動部活動の現場へ派遣している。

しかしながら、トレーナーの派遣先が一部の高等学校に限定されている、また派遣されるトレーナーの人数が少ないという状況は否めない。また、高校運動部活動の現場からのニーズを踏まえた派遣方法（人数、活動頻度、サポート内容）等を改善する P D C A サイクルが十分機能しているとは言えない。さらに、多くの都道府県にある「スポーツ科学センター」といったスポーツ競技者が科学的に機能測定・診断を行う、トレーナー等の専門的なサポート受けることができる施設が鳥取県ではなく、トレーナーの派遣がない学校では運動部活動に携わる顧問、指導者が独自に何らかの手立てを考える必要性に迫られている。

そこで本研究では、2016 年度第 2 分科会「運動部活動におけるトレーナー活動の現状と課題」（佐賀県）の発表を参考にし、鳥取県の現状を改善するために県内の団体競技上位校を対象に運動部活動顧問へのアンケート調査を実施し、トレーナー導入の現状把握を調査し、それに伴う課題を検討することとした。

## 2. 研究方法

- (1) 方法 対象部活動顧問に対するアンケート調査
- (2) 調査期間 2019 年 5 月
- (3) 調査対象 2018 年度秋季選手権もしくは県新人戦において、  
県 Best 8 以上の団体競技男女チームの 2019 年度顧問  
種目：サッカー、バレーボール、バスケットボール、ソフトボール、ハンドボール、  
ラグビーフットボール、ホッケー
- (4) 回答総数 66 名（回答率 91.6%） サッカー 8、バレー 16、バスケット 14、  
ソフト 12、ハンド 12、ラグビー 2、  
ホッケー 2

## 3. 研究結果と考察

### (1) チーム及び顧問情報について

所属部員数は 11～20 人が全体の 47% であり最も多い割合であった。サッカーでは 8 チーム中 7 チームが 31 人以上の部員数であった。戦績は回答の 75% が全国大会と中国大会の上位大会出場であった。顧問の指導経験年数を調査したところ、21 年以上が 30% で最も多く、5 年未満が 14% で最も少ない割合であった。顧問の取得資格では、日体協アスレチックトレーナーを取得している指導者はなく、各種目の公認指導員もしくは公認コーチ資格は全回答者半分以上の 57% であった。また、何も資格を持っていない指導者が 33% であり、苦しい部活動顧問の現状も明らかになった。トレーナー導入の有無を調査したところ、「いる」が 23%、「いない」が 77% であった。

### (2) トレーナーが「いない」現状について

「いない」と回答した指導者のうち、トレーナーを「必要だと思う」との回答が 71%、「必要だと思わない」が 27% であった。現在トレーナーを導入していないが、導入したいチーム・指導者が非常に多いことがわかった。その理由について記述を求めたところ、大きく 4 つの要因に分類することができた。

#### ①費用不足

「謝金などが払えないから」「継続して関わっていただくための財源がないため」「トレーナーを依頼する資金等への不安」などの金銭的不安や財源不安の要因

#### ②人材不足

「適する人がいない（知らない）」「必要とは思っていないながら身近に契約できる方がいない」「つながりがないから」など、適任者不足や人材不足の要因。

#### ③導入・利用方法の情報不足

「必要性を感じながら設置の動きがとれていない」「導入の手順が不明」「どのようにコンタクトすれば良いか、分からぬいため」など、トレーナー導入の手順や利用方法がわからない要因。

#### ④必要性なし

「チームの今の活動状況にトレーナーは必要ではないから」「必要ないと私が考えているため」「そこまで無理をさせていぬいため」といった顧問自身がトレーナーを必要と思っていな要因。

### (3) トレーナーが「いる」現状について

#### ①トレーナーとのつながり

現在のトレーナーとのつながりについて聞いたところ、「個人的なつながり」と答えた顧問が73%、「前顧問の時から導入」が20%であった。このことから、トレーナー導入における人材は「顧問自らのネットワーク」に大きく依存している状況が分かった。

#### ②トレーナー活動頻度

トレーナーの活動頻度については、「週1回程度」が最も多く35%、次に多かったのが「2週間に1回程度」で24%であった。活動頻度は少なく、仕事との兼ね合いで頻繁には活動できない、またチームとしても費用の面を考えて頻度を抑えている状況であると考えることができる。

#### ③トレーナーを導入した期間

現在のトレーナーを導入した期間については「2・3年」が48%で約半数であった。「10年以上」も12%あり信頼関係が長期間続いているチームもあった。「不明」12%は、現顧問とのつながりではない状況であることが考えられる。

#### ④トレーナーの活動の場

「練習」が最も多く41%、次いで多かったのが「公式戦」で35%であった。「合宿」と答えた顧問はいなかった。「公式戦」は「中国大会」が50%、「県大会」が80%であった。しかしながら、「どのような場面でトレーナーの方に帯同していただきたいと感じていますか」においては、「練習に帯同し活動」が71%で最も多く、「公式戦に帯同し活動」59%、「合宿に帯同し活動」41%を上回った。顧問は「練習」でのトレーナー活動を強く希望していることがわかった。

#### ⑤トレーナー導入の必要性と実際の満足度

「どのようなことに対しての必要性を感じトレーナーを導入されましたか」と「トレーナーの活動の中で役に立ったと感じた活動」について聞いたところ、「ストレッチ指導」「筋力トレーニング指導」「傷害予防の指導」「傷害に対する処置への対応」「リハビリ指導」の項目で共通して「大いに感じた」の数値が高かった。導入の目的で期待していた項目が実際の活動で満足度が高い結果となった。半面、「スポーツの技術指導」については「大いに感じた」の数値が非常に低く、顧問はトレーナーに競技のコーチングを期待していない状況であることも示された。また、「栄養指導」や「メンタルトレーニング」も実際の活動で役に立っているという答えもあった。また、試合前や大会中にウォーミングアップなどのコンディショニングをトレーナーに任せ、顧問は戦術に集中できて助かっているという記述も印象的であった。

## ⑥活動に関する満足度

顧問のトレーナーへの満足度は「満足している」62%、「やや満足している」23%と回答し、このことからほとんどの顧問がトレーナーの活動に満足している状況であることがわかった。「やや不満である」15%の内容は、「できることなら毎週活動をお願いしたいがトレーナーの仕事や謝金などを考えると仕方ないところもある」といった頻度と費用への不満という意見が多くかった。「チームの選手はトレーナーの活動に満足していると思いますか」の問いは85%が満足で、選手の満足度はかなり高い傾向であり、「ケガした選手に対して個別に復帰するためのメニューを組んで相談にのってくれている」「整体に行かなくても良くなった」「生活改善となっている」などの効果も示された。

## ⑦トレーナーの諸費用

現在のトレーナーの費用面について聞いたところ、「県の外部指導者の活用における手当」「保護者会」がほとんどであり「生徒個人負担」「顧問負担」という意見もあった。県の外部指導者派遣制度を利用している部は、その補助で助かっているが、年額上限が決まっており、実際はそれ以上の活動となっている。その場合、トレーナーの無償ボランティアであったり、顧問負担、保護者会負担にならざるを得ない状況が明らかになった。

## (4) トレーナー導入部、及び、導入に前向きな指導者への調査

### ①トレーナー導入の必要性

「顧問の立場として、以下の指導に対し、チームトレーナーの方にどれくらいの指導を求めますか」（ストレッチ指導、筋力トレーニングの指導、技術的な指導、傷害予防の指導、傷害に対する処置への対応、栄養についての指導、リハビリテーションについての指導、メンタルトレーニングについての指導や精神面への対応、その他）の問いに、かなり指導して欲しい・指導して欲しい・あまり指導して欲しくない・全く指導して欲しくないという4段階で答えてもらったところ、「技術的な指導」以外の項目で「かなり指導して欲しい」「指導して欲しい」が90%以上を占める結果であった。この結果より、顧問はトレーナーに様々な要因を求め、トレーナーを必要としている状況が明らかになった。

### ②トレーナー導入の利点

トレーナー導入の利点としては、「自分にない専門的立場からの指導が期待できる」「けがの予防、治療、コンディショニングについて連携をとりながらできる」「科学的なトレーニング法によって効率の良い筋力アップやフィジカル全般の向上が期待できる」といった障害予防や体作りに役立っている、期待する意見が多数あった。また、「監督には言いにくいことなどトレーナーに相談し身体的にはもちろん精神的にも選手のケアをしてくれている」「選手のサポートに特化して支援していただけることで、顧問が大会運営に回ることが多いため大変ありがたい」など、トレーナー導入でチームスタッフが増え、チーム内の役割分担ができることによってそれぞれの負担が軽減され、試合結果に結びついたり、パフォーマンス向上につながった効果も示された。

### ③トレーナー導入の改善点

トレーナー導入の改善点では、「できれば毎日来てほしい」「仕事をされているので来て下さる日にちが不特定」といった活動頻度の改善を望む意見と、「予算がない」「生徒負担をかけたくない」「自己負担が相当かかる」など費用面での不安、改善を望む意見が多くあった。「トレーナーの必要性は感じるが、どのような手順で導入できるのか分からず」「マッチングの方法を教えてほしい」といった導入の手順を知りたいという意見もあった。

#### 4. まとめ

トレーナー導入についてのアンケート結果より、鳥取県の上位校でトレーナーを導入しているチームは23%、導入していないチームは77%であった。また、現在トレーナーがいないチームの顧問の71%は「トレーナーは必要だと思う」と答えた。しかしながら、トレーナーがいない理由は「費用不足」「人材不足」「導入方法・利用方法の情報不足」「必要性なし」に分類され、トレーナー導入に関して解決すべき項目が明らかとなった。

まず、「人材不足」については、トレーナーを導入しているチームは、顧問とトレーナーの「個人的なつながり」から導入したパターンがほとんどであり、顧問のネットワークが重要であることがわかった。そのネットワークがない顧問に対する情報提供や導入方法説明をいかにして行うかが課題であり、県教育委員会、県体育協会、県トレーナー協会の情報発信を期待し、改善することで解決に近づくと思われる。また、スポーツ科学センターなどの整備も重要であると考える。

「費用」については、県の外部指導者派遣事業は、技術指導のコーチのみならず、トレーナーも対象となっている。現在、トレーナーを導入しているチームもこの制度を利用して補助を受けているチームが多くある。しかし、満足いく補助額とは言えず、各顧問も苦慮しているのが現状である。また、「選手全員の整体代や治療費を考えると割安」といった意見もあり、「保護者会」から費用を捻出しているチームも多くあった。

トレーナー導入チームからは、練習や大会におけるパフォーマンス向上、ケガ・障害予防、心の成長（メンタルトレーニング、ケア）にチームトレーナーが絶大な力を発揮しており、高い貢献度が報告された。様々な課題はあるが、1つずつ解決し、高校運動部活動の健全たる活動のために、また、顧問の働き方改革のために、チームトレーナー導入が進められることを期待したい。