

令和8年度スポーツ医・科学サポート セレクトサポート事業実施要項

(1) 目的

2030 島根かみあり国スポに向けて、島根県で育てた選手を中心に総合優勝を目指すためには、長期的視点で計画的に選手を育成する必要がある。そのため、心身の成長過程にあって、スポーツ障害を引き起こしやすいジュニアアスリートのために、体づくり、障害予防、など多方面からサポート出来る体制を整え、選手やチーム等を育成・支援し競技力のさらなる向上を目指す。

(2) 効果

栄養面や身体面を医・科学的にサポートすることによって、パフォーマンスの向上やコンディショニングの維持を行う。さらに、学校や家庭等においても日々の練習や健康管理への意識、関心が高まる。

また、専門的な知識を持った県内の「支える人（医・科学的なサポートをする人）」の育成や体制づくりをすることで、「する人（選手・監督など）」と「支える人（医・科学的なサポートをする人）」との連携や連帯感が生まれ、「チーム島根」として地域に根ざした競技の普及・強化につながる。

さらに、このような「支える人たち」の活動が地域に浸透することにより、地域の理解が深まり、地域の選手として応援する環境づくりができ、地域の活性化にもつながることが期待できる。

(3) 期間

令和8年4月1日～令和9年2月28日

(4) 対象

- かみあり国スポ強化指定校（部活動）
- 県高体連専門部（個人指定）
- 競技団体（個人指定）※強化指定選手などの有望なジュニア選手

(5) 内容及び回数

チームや選手・監督に対してサポートスタッフを派遣し、身体面（トレーニング指導など）や栄養面（食事・栄養指導）の指導および、アンチ・ドーピング教育を行い選手のパフォーマンスの向上を図る。

派遣回数の上限は下記の通り。

職種	上限回数
トレーナー	10回
栄養士	2回
ファーマシスト	1回

※ファーマシスト（アンチ・ドーピング研修）は1回派遣を必須とする。

（公平でクリーンなスポーツの価値を守り、意図しない違反による自身の選手生命や名誉の喪失を防ぐため）

(6) 派遣者（サポートスタッフ）

トレーナー、栄養士、ファーマシスト（薬剤師）

※県スポーツ協会並びに協力団体（県AT協議会、県理学療法士会、県栄養士会、県薬剤師会）が認めたサポートスタッフのみの派遣とする。

(7) 派遣先

選手が活動拠点とする練習会場

※大会・遠征会場への派遣は行わない。

(8) サポート内容

① トレーナーのサポート例

・選手全体の評価

個別に選手のメディカル（柔軟性や痛みの有無などのチェック）、フィジカル（持久力や敏捷性などの評価・測定）評価を行い個々の問題点、改善点、強化ポイントを抽出します。

・トレーニング指導

筋力トレーニング、パフォーマンス改善トレーニング等個々のスポーツ特性に合わせ、必要となるトレーニングを指導します。

・ウォーミングアップ・クーリングダウンの指導

個々の競技特性を基に運動パフォーマンスを効率的に向上させるウォーミングアップ方法、評価結果を基に疲れを残さず、ケガの予防につながるストレッチ指導を行います。

・ケガの予防に対する指導

すでにケガをしている選手のコンディショニング調整、個別指導、テーピング等現存しているケガへの対処及び二次傷害出現の防止を行います。

※ケガの診断、治療を行うことは出来ません。

② 栄養士のサポート例

・食事・栄養指導

パフォーマンスを発揮する、またコンディショニングを維持するために「何を、いつ、どれだけ、どのように摂取するか」といった基本的なスポーツ栄養学や、より実践的なスポーツ栄養学など目的に合わせて指導を行います。

③ ファーマシストのサポート例

・アンチ・ドーピング教育・サプリメント指導

ドーピングに関する基本的な知識や、市販薬やサプリメント使用の注意点等の指導を行います。

(9) その他

・ 高等学校においては、本事業は学校長からの依頼に基づく学校管理下の課外指導（部活動）への派遣となります。

・ 競技団体においては、選手が活動中に起きるケガ等に備えるため、スポーツ安全保険などこれに相当する保険に加入してください。