

## 東京 2020 パラリンピック競技大会 陸上競技総括

(一社)日本パラ陸上競技連盟 強化委員長 指宿 立

### 1. 陸上競技チームの大会前合宿

地元開催の利点を最大限活用するために、直前まで各選手の調整を最優先する形をとり、HPSC および個人の居住地あるいは合宿地より、各自の競技開始 3 日前をめどに選手村へ入村した。

2名の選手は国際クラス分け対象となっていたためクラス分けに合わせて選手村入りしたが、国際経験の少ない選手にとって長期間の選手村の生活は、ストレスになることも考慮し、HPSC に移動し再調整することとした。また、大会期間中も総務およびトレーナーを含むサポートスタッフを配置し、競技後半の選手は HPSC で調整し、その機能を活用した。

※HPSC・・・ハイパフォーマンススポーツセンター

### 2. 競技結果のふりかえり

#### (1) 立位短距離、リレー

立位短距離はもともと世界との差があったものの、近年若手選手の競技力向上から、入賞以上を設定していた。今大会では、種目ごとにみると調整不足と感じられた種目はあるが、多くの選手が1種目以上決勝に進出し、入賞していることから、目標とほぼ差異はなかった。若手の選手のさらなる強化により、メダルポテンシャルレベルに引き上げることが求められる。

ユニバーサルリレーは新種目であったがパラ陸上競技のシンボルと位置づけ、強化指定として専任スタッフの配置や HPS(映像分析)の活用などにより、重点的強化を行ってきた。結果的にメダル獲得の最低ラインは達成したが、中国の失格により救われた面は否定できず、上位 2 チームとのタイム差は大きい。今回の結果を評価するとともに、これまでに積み上げたデータを活かしながら、今後のリレー強化をさらに進めていきたい。

#### (2) 跳躍

複数の種目をメダルポテンシャルととらえ、重点強化を進めてきたが、メダル 0 個に終わった。要因に競技時の気象条件や他国選手らの記録向上が挙げられるが、たいへん残念な結果となった。COVID-19 の感染拡大による練習環境の調整が難しかったことも考えられるが、パリに向けての強化プログラムではコーチング体制なども含めて立て直しが必要と考えられる。

### (3) 立位中長距離

視覚障がい T11 クラスのトラック種目、マラソンにおいて複数のメダル獲得を果たすなど、強化が進んだ。選手、ガイドランナー、パーソナルコーチ等の連携が取れていたこともその要因と考えられる。今後は日本陸上競技連盟、実業団、地域陸上競技協会、スポーツ科学系大学などの健常の中長距離と協力体制も構築しながら、強化システムの整備を進めていきたい。

### (4) 投擲

立位投擲はアテネ大会以来出場がなかったが、本大会で 2 名の上肢障害の選手がやり投げに出場し、入賞したことはたいへん大きな成果であった。リオ以降の選手発掘の成果でもあり、20 代前半の選手が多く輩出されてきていることから、投擲の中でもやり投げを重点して強化を行い、競技環境の整備を行っていくことで、投擲種目強化体制の構築につなげていきたい。

### (5) 車いす

伊藤智也選手のクラス分け変更があったが、佐藤友祈選手の 2 種目金メダルなど、T52 クラスで 5 個のメダルを獲得し、立位中長距離と共に陸上競技チームをけん引した。一方、T54 クラスは、土田和歌子選手のマラソン 4 位を除いて、メダルレベルでの戦いができなかった。国際的な競技レベル向上や機材開発もあるが、フィジカルレベルが低かったことが推察される。技術や機材、戦術だけでなく、基礎となる身体能力強化をより徹底することが必要である。併せて、組織として今後強い危機感をもって、選手発掘から育成を進める必要がある

## 3. 暑熱対策

2018 年アジアパラ競技大会(インドネシア・ジャカルタ)での暑熱ストレスにより、選手の本来のパフォーマンスが十分に発揮されていなかったことを踏まえ、暑熱対策チームを編成した。暑熱対策では東京 2020 パラリンピック大会期間中の過去の気象データの分析および 1 年前のオリンピックスタジアム内の気象変化を測定、また、選手の脱水予防、身体冷却方法について検討し対策を具体化した。また暑熱対策の意識を高めるために、連盟ホームページにコラムを展開し、また、代表候補選手と当連盟オフィシャルトップパートナーの株式会社 明治様の管理栄養士と対談を行った。

暑熱対策のツールはオフィシャルパートナーである株式会社クレーマージャパン様とアイスベストを開発し今大会で活用、株式会社 明治様には経口飲料などのご提供をいただいた。

## 4. COVID-19 感染予防対策

組織委員会の Play Book および HPSC の感染予防対策に従って対応した。また大会前の合宿から大会期間中においては手指消毒、Physical distance の確保、マスク着用、用器具の消毒を励行したが、消毒液などは当連盟オフィシャルスポンサーの東京サラヤ株式会社様より提供受けた。また体調管理アプリも併用し体調不良者を早期に発見するよう取り組んだ。

## 5. パリに向けての課題

東京 2020 パラリンピック大会での陸上競技は 167 種目実施された。そして世界記録 70、パラリンピック記録 125、アジア記録 47 の記録更新がなされた。多くのメダル獲得が求められる競技ではあるが、中国、アメリカなどの一部の国を除いて、ほとんどの国が強化対象種目やクラスを絞って強化を図っている。例えば日本と同様の 3 個の金メダルを獲得しているオランダは、日本が 46 名の選手を派遣したのに対し、17 名と少数精鋭での戦略で効果的にメダルを獲得している。日本もより重点強化した種目に選手を特価する必要があるかもしれない。

若手選手の発掘はこれまで同様に重要であり、立位短距離や投擲などでみられる若手選手の発掘を今後も積極的に進めることが望ましい。特に視覚障がいでの男女のスプリンターの発掘と育成は急務である。また、選手発掘の際にクラス分けとのより密な連携が強く望まれる。この点においては、JPC、JSC、その他関係団体との連動と競技横断型の取り組みがパラスポーツには不可欠である。さらに、選手発掘と居住地トレーニングの充実のためには日本陸連を含めた関係団体との連携とネットワークの構築をさらに改善する必要がある。

陸上競技の選手枠配分が、直近の世界選手権やランキングなど、高い競技結果が求められる方法に徐々に変更されており、メダル獲得に向け、ベンチマーク大会や主要国際大会での結果も出していくとともに、基礎となるフィジカル強化をより徹底した強化方針が必要と考えている。

パリ 2024 大会は 3 年後に開催されるが、今回のメダル数を目標にするのではなく、2004 年アテネ大会のメダル獲得数を目標に強化プログラムを準備する必要がある。

以上