

risei + trip

vol.
12



特集

知りたい！
プロトレーナーの世界。

特集

知りたい！ プロトレーナーの世界。

昨年12月のオープンキャンパスに、
プロ野球1軍トレーナーとして活躍する
本校理学療法学科の卒業生2人が緊急凱旋。
会場に詰めかけた高校生や在校生たちを前に、
「トレーナーの最前線」を語り合いました。



梅津祐輔さん
北海道日本ハムファイターズ
1軍トレーナー



影石言光さん
元NPBプロ野球チーム
1軍トレーナー



Photographs by Noriko Yoshimura



(写真右)昨年12月19日に行われたトークイベント。(左上)聞き手を務めたのは本校教員の木下拓真先生。お三方は理学療法学科の一期生。「僕たちの頃は昼間部と夜間部の間で盛んに交流があり、仲が良かった」など、学生時代の話に花が咲く場面もあり、会場は終始和やかなムードに

——プロ野球チームでトレーナー職にたずさわるまでの経緯を教えてください。

影石 僕が履正社を卒業した頃はトレーナーの一般募集がなく、チャンス求めてつながりを探していました。そんな時、勤めていた病院で同僚だった人が西武ライオンズで働くことになり、その方を頼ってキャンプに同行させてもらいました。その際、いろんな方にご挨拶する機会を得られたことで、後日、ある球団に声をかけていただき、9年間在籍しました。

梅津 僕の場合は公募があり、採用試験を受けました。今ほどの球団もホームページ上で募集があるし、インターン制度を導入する球団も出てきています。自分でアンテナを張って、チャンスをつかんでほしいですね。——**どういった採用試験だったんですか？**

梅津 最終的に僕を含め2名採用されたのですが、300人が応募したと聞いています。最終選考には4名が残り、千葉にあるファームで実技試験がありました。トレーナーの方を相手に評価(※1)を行いました。

選手と球団の最適解を考え抜く。

——トレーナーの役割や人員構成は球団ごとに違うものですか。

影石 僕がいた球団はS&C(※2)コーチの資格を持ち、トレーニングメニューを考える「アシレティックトレーナー」、鍼灸やマッサージ、ストレッチを行う「メディカルトレーナー」、ケガをした選手をサポートする「リハビリトレーナー」がいました。

梅津 僕のところもほぼ同じで、大きく3つ。選手の体を「鍛える」AT(※3)とS&Cコーチ、「ほぐす」鍼灸師と柔道整復師、「正常に戻す」理学療法士です。

——自分が選手とどんな風に関わりたいかがイメージできていれば、学科も選びやすくなりそうですね。理学療法士として選手のリハビリを担当するお二人の場合は、どんな関わり方をしていますか。

影石 最近だと、肘の手術をした投手のリハビリに関わりました。通常だと3カ月かかるのを、どうやって2カ月で復帰させるのか。回復の度合いでキャッチボールやピッチングの内容を考えたり、どの試合で何イニング投げるのかをコーチや監督に進言します。

梅津 僕の場合、今は1軍担当なのでリハビリをする選手は基本、いません。ただ、身体に違和感を覚えた選手が訴える言葉の意味を察知・理解し、選手にとっても球団にとってもベストなアプローチを考えます。

一喜一憂を共有する仕事。

——お二人にとって、仕事のやりがいは何ですか。

梅津 人の役に立てたときは常にやりがいを感じます。中でもリハビリ期間を経て、ケガからの復帰を果たした選手を試合へ送り出したときは感慨深いものがあります。

影石 僕の場合は自分が思い描いている回復へのイメージを、いいことも悪いことも含めて一喜一憂しながら選手と一緒に共感し、共有できたときです。

——逆に、大変なことは？

梅津 仕事の性質上、どうしても1日の勤務時間が長くなりがちなんです。けれど、それ以上にやりがいがあるし、オフの期間はしっかり休めます。

——**高校生のみなさんに、メッセージをお願いします。**
影石 トレーナーになるための学びは専門的でとても深いので、もし入学を決めたならしっかり勉強してほしいです。1人でも多くの後輩がスポーツ現場に赴ける環境を作り、つなげていきたいと思っています。

梅津 まずは自分がどんな場所で、何をしたいのか考えてみてください。将来への明確なビジョンを描くことです。ブレない信念を持ち大切にすれば、それが支えになり、いつか良い形で自分に還ってきますから。

(※1) 理学療法士が患者の体の状態を把握するために行う検査のこと (※2) ストレngths&コンディショニングのこと (※3) アスレティックトレーナーのこと