

# 第9回 長崎県春季招待水泳公認記録会 帯同

場所：長崎総合市民プール（長崎県）

帯同者：渡辺 裕介 リハビリテーション部副部長

期間：2月21日～23日



目的

松田 丈志選手、入江 陵介選手の大会中のコンディショニング、サポートを行う。

## 松田 丈志選手



当院がサポートするオリンピックメダリスト。

ロンドンオリンピック

200m バタフライ 銅メダル

100m メドレーリレー 銀メダル

## 入江 陵介選手



4歳からスイミングスクールに通い始め、中学から本格的に背泳ぎに転向。中学3年時に100m、200m共に中学記録を樹立（当時）。その後、高校新記録、日本新記録を連発。高校時代の成績は常にトップクラスで、文武両道のスポーツ選手としても知られる。またペットボトルを額に乗せたまま背泳ぎができる程のバランスが取れたフォームは、世界でも注目の的である。

ロンドンオリンピック 100m 背泳ぎ 銅メダル

200m 背泳ぎ 銀メダル

100m メドレーリレー 銀メダル

スケジュール

2月21日

合流日 松田 丈志選手、入江 陵介選手、久世コーチ、道浦コーチと合流し、その日の夜は、両選手の全身状態のチェックを兼ねてコンディショニングを実施しました。

2月22日 大会 1日目

長崎県春季招待記録会とは・・・

長崎水泳連盟が、長水路プールのある長崎総合市民プールを利用して大会を開こうと企画し、実行した大会です。参加者に基本制限はなく、長崎市のスイミングクラブ以外にも九州を中心に様々な選手や大学、社会人チームも参加されておりました。例年の参加人数は400人前後でしたが、今回は600人を超す大規模な大会になりました。松田選手、入江選手は、招待選手として参加され、両選手が泳いだ後は、会場からたくさんの拍手が送られました。



## 参加種目

松田 丈志選手

200m バタフライ 決勝 1 位 Time 1:56.45

50m バタフライ 決勝 1 位 Time 24.51

入江 陵介選手

200m 背泳ぎ 決勝 1 位 Time 1:54.67

松田選手は 2 種目エントリーし、予選も含め 4 回泳ぎました。入江選手は、1 種目エントリーし、予選も含め 2 回泳ぎました。入江選手にとって 54 秒のタイムが出たのは 1 年ぶり、「やっとスタートラインに立てた。」と、本人も納得の泳ぎでした。

予選と決勝の間は長く、私は試合の間のコンディショニングも余裕をもって行う事が出来ました。



## 2 月 23 日

### 参加種目

松田 丈志選手

100m バタフライ 決勝 2 位 Time 53.40

100m 自由形 決勝 1 位 Time 50.17

入江 陵介選手

100m 背泳ぎ 決勝 1 位 Time 53.47

今日も、松田選手は 2 種目エントリーし、予選も含め 4 回泳ぎました。入江選手は、1 種目エントリーし、予選も含め 2 回泳ぎました。

試合の間と試合後のコンディショニングを行いました。試合の間のコンディショニングは、選手やコーチと対談し、以前から気になるポイントとしていた部位や動きに左右差を認める部位を中心にコンディショニングを行いました。特に、松田選手は試合と試合との間隔が短く、食事やウォーミングアップ、スイムダウン、コンディショニングのタイミングが難しかったです。自身の出場する試合から逆算し、いつ食事をとり、どの程度、コンディショニングに当ててるのかを計算されながら行いました。

## 感想

本大会へ、両選手が参加した目的は、4月に行われる日本選手権に向けて調節の意味も含めた試合でした。昨年は、両選手とも不振に苦しんだ年であったため、復調の兆しが見えた本大会は、大変有意義なものであったとのことでした。

コーチ陣も記録を観て、ほっとする場面がありましたが、最大の山場である日本選手権へ、むけてどのようにメニューを組んでいくかと、常に先を見据えていました。

松田選手も入江選手も試合の後、試合の後はずぐに自身のビデオ分析や、修正点や各セッションでのタイムを確認し反省を行い、次の試合での課題を考えられておりました。

私自身、試合とコンディショニングが重なり全ての試合を観る事は出来ませんでした。歩き方やアップやダウンの時の泳ぎ方を参考にしながら、出来る限り疲労を除去するように努めました。

試合前日、試合当日の試合間、試合後と、何度も選手と接する機会がありました。前日のコンディショニングは、翌日の試合の立ち上げ方を意識して行いました。試合と試合の間のコンディショニングは、身体の軸を緩めないように意識しながら可能な範囲での疲労の除去を目標に行いました。試合後のコンディショニングは、疲労や張りの除去を最優先に考え、長めのコンディショニングを行う事が出来ました。

今回の結果に、私自身がどこまでサポート出来たかは分かりません。しかし、両選手のコンディションや状況を考えながらコンディショニング出来た事は、一つの自信につながりました。

彼らが、さらなる飛躍を遂げるように、私自身も、もっともっと精進していきたいと思っています。



松田選手、入江選手、  
日本選手権頑張ってください！！