



# マラソン・競歩の札幌対応

# 1

Process to TOKYO 2020

## 東京2020までの過程

### 札幌開催の経緯

東京2020は本来の開催前年の2019年秋にマラソンと競歩を札幌で開催することが決められた。その前年に行われたドーハでの世界選手権で、高温下のレースで多数の途中棄権者が出たことにより、世界陸連やIOCは東京の高温多湿の環境下でのレースを避けたいという意図が反映された結果と考えられる。

### マラソン、競歩の代表選考

東京2020のマラソン代表はマラソングランドチャンピオンシップ (MGC) という代表選考レースによって男女2名ずつを決定し、残りの1名ずつをMGCファイナルチャレンジの結果を受けて決定するということとなった。また、男女とも代表候補選手を置くことも決まった。

予定通り、2020年3月8日に代表選手と代表候補選手が決定されたが、その後の新型コロナウイルスの感染拡大によって残念ながら開催が1年延期となった。

競歩については2020年5月25日に男子20kmと50kmの代表

医事委員会委員

鳥居 俊 TORII Suguru

3名と補欠2名、女子20kmの代表2名が決定したと通知があった。その後、男子50kmの代表となった1名はコンディションが整わないことで辞退し、補欠の1選手が代表に。また、女子は2021年7月にもう1名が代表に加えられた。

### 開催までの過程

代表選手は選考後も国内でのトレーニングや競技会参加をすることでコンディションを保ち、さらに競技力を高めることを目標にしていた。しかし、1年の延期により、選手たちは心身のコンディションを維持することに苦慮した。個々の選手の状態については個人情報になってしまうため記述を控えるが、屋外環境でのトレーニングがしにくい国内事情、海外での合宿も世界規模の感染拡大のもとでは渡航自体が制限され、非常事態下でのスポーツ活動に負い目を感じる選手もいたと思われる。

2020年秋頃よりようやく日本陸連主催の競技会が、無観客や観客を制限した形で少しずつ再開され、マラソンなどのロード種目も出場選手を制限、あるいは市民の参加はなし、という形で再開されるようになった。このような過去に経験したことのない特殊な状況での準備は、困難を極めたことと思われる。

# 2 Progress of athletes

## 東京2020に向けた選手の経過

MGCで内定を得たマラソンの男子、女子の代表選手各2名は、待機期間中にいくつかのランニング障害を受傷し、それぞれ数ヶ月単位の練習中止期間を必要とした。各選手の経過はチームのコーチと連絡をとり、国立スポーツ科学センター（以下、JISS）において診察、検査のうえ、治療を行った。女子の1名は2020年2月にハムストリングス起始腱損傷となり、長期間の治療と経過観察、段階的な復帰を要した。

コロナ感染拡大により、JISSも日本スポーツ振興センターの方針に従って、数ヶ月の間使用ができなくなり、治療中の選手は他の医療機関で経過観察しなければならなくなった。定期的なMRI検査は保険診療ではないJISSにおいては問題ないものの、一般医療機関では月1回であっても査定で認められないことが多く、トップアスリートの診療を現状の保険診療の範囲で実施することは苦難でもあった。

その後、PCR検査を受けて陰性確認をの受診との規則のもとで、医師も当日検査を受けて厳重な感染対策を実施した上で診療が再開されたが、リハビリ室では一度に多数の選手が使用することが禁止され、通常レベルに戻るのにはオリパラ後であった（もちろん、現在も検査実施しての利用、診療となっている）。

2021年に入り、男子マラソンの2選手がランニング障害により駅伝やマラソンレースに参加できない状況があり、JISSでの定期的な診療を行いながら経過を追った。

5月には札幌でハーフマラソンのテスト大会が開催され（図1）、海外を拠点とする1選手と故障の1選手以外の全員と補欠選手が参加した（写真1、2）。さらに、その後の3ヶ月の準備期間にも新たな故障の発生もあった。直前まで、マラソン担当のコーチ陣、プロジェクトリーダーらと毎週選手の状況に関するオンライン会議も重ね、さまざまな状況を想定しての対応を



写真1、2 スタートとゴール

図2 東京2020札幌参加選手のコンディション変化

項目	練習7.05	練習7.12	練習7.19	練習7.26	練習7.05	練習7.12	練習7.19	練習7.26	練習7.05	練習7.12	練習7.19	練習7.26	結果
競歩男子	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
競歩男子	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
競歩男子	2	2	2	2	1	0	0	0	1	0	0	0	0
競歩男子	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
競歩男子	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
競歩男子	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
競歩女子	1	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
競歩女子	2	2	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0
競歩女子	2	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
競歩女子	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
マラソン男子	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0
マラソン男子	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
マラソン男子	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
マラソン女子	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0
マラソン女子	2	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0

相談した。

競歩の代表選手は国内で2～4月に開催されたレースに参加して、準備状態を確認した。競歩選手はパフォーマンスに影響するような故障の発生はなく、小さな故障についてはJISSでの点検を行った。

7月以降のコンディションチェックの回答を図2に示す。

### 札幌入り後

メディカルスタッフは7月31日に札幌入りしたが、代表選手たちの選手村入りが直前に変更となり、バブル下の行動が義務付けられるため、選手村外のホテルで千歳での直前合宿中の選手たちを点検できるようにした。競歩選手は4日に選手村に入り、マラソン選手たちは前日に各々入る日程となった。選手村は札幌プリンスホテルであり、東京晴海の選手村とは異なり世界陸上の際に各国で準備されるホテルと同様に一般の客室を居住に使用した（写真3、4）

今大会は1Fから、no needle policyを徹底することが望まれ、またそのような要望が選手やコーチからもなく、鎮痛剤内服までの範囲での疼痛管理で予定した全選手が途中棄権することなくレースを完遂することとなった。

### 競歩・マラソンレース

5日夕刻に男子20km、6日朝に男子50km、夕刻に女子

20kmの競歩レースが行われた。札幌の気温は早朝から高く、東京とほぼ変わらない状況で、各国の選手たちはウォーミングアップ後にクーリングジャケットを着用する（写真5）、アイスバスに浸かるなどにより、高体温を避けるようにした。

それでも、レース中の途中棄権やレース後の熱中症が多発し、特に男子50kmのレース後のゴール地点医務室は修羅場のような状態であった。日本選手の1名は、意識は保たれていたものの熱中症症状があり、冷却治療を受けた（写真6）。選手はレース翌日には離村していった。

7日には女子マラソン、8日には男子マラソンが行われた。女子マラソンは前日夜にスタート時刻を1時間早めることが決定され、すでに就寝している選手もいたため不評であった。8日は曇りで、最高気温が7日ほどにはならないとの予想のもとに、スタート時刻は変えないことになった。

選手たちはレース前にアイスバスで冷却をして準備していたが（写真7）、高湿度やコースの途中で日差しを浴びる区間もあり、多数の途中棄権やゴール後の熱中症が発生した。日本選手の1名はレース後半に失速し、ぐらつくようなフォームで何とかゴールしたが、すぐに座り込み、車いすで医務室へ移動する途中に意識を失った。医務室到着時に直腸温は40.6度となり、発汗も停止していたため、アイスバスにより急速な冷却治療が行われた（写真8）。その結果、直腸温が下がってくるとともに意識状態も清明となり、自己飲水も可能な状態に回復できた。強い下肢筋痛のため歩行は困難であり、車いすによりチームテントを経て選手村に戻るようになった。

# 3 Looking back on this support

## 今回のサポートを振り返って

札幌入りまでは代表選手に発生した故障への対応、札幌では熱中症対応が重要事項となった。実際、予想したほど札幌の気温は下がらず、レース期間の最低、最高気温は東京とほぼ同じであった（図3）。前者については、全員がベストコンディションでレースに臨むことはできなかったものの、競歩ではメダル獲得と入賞、マラソンも入賞を得ることができ、全体としてはまずまずの成績であった。

その一方、トレーニングを続ける以上避けられないことではあるが、途中に発生した故障の診断、治療には選手が所属するチームとの密な連絡連携が重要であった。今回はコロナ禍で海外での合宿に出ることができなかったため、JISSで選手の検査や診察が可能であったが、これまでの通常時は海外で直前まで高所合宿に出ていて点検が直前（リオ五輪ではプリンス合宿で点検）になったことを考えると、週1回のコンディションチェックによって十分な体調情報が収集できていたか、課題もある。後者については、組織委員会が準備した暑熱対策チームの対応で選手は回復できたが、この時期に高温多湿の環境でのレースには危険が高いことを再認識することになった。

また、熱中症に陥らなかったと思われる選手たちも、レース後



写真7 アイスバスに浸かる選手 写真8 冷却療法を受ける日本選手

なお、東京2020では熱中症管理のため、医務室での治療を行った選手には当日中に血液検査を受けるようにとの指示があり、当初選手村の医務室で検査ができるだろうと言われて移動したが、その準備はなく、バブル下のため組織委員会の車での受診が義務付けられ、結局後方医療機関である北大病院救急部での検査と決定されるまで数時間を要した。その間、選手は医務室のベッドで横になっていたが、疲労困憊状態での待機は酷であった。東京の組織委員会と札幌のスタッフとの連携に問題があったと考えられる。

翌朝にはこの選手も自力歩行できており、無事に札幌を離れることができた。

かなり長期間にわたり体調が回復せず、予定していた国内の駅伝やマラソンへの参加が見送られ、半年近く経過してようやく好記録での復帰が確かめられた選手もいた。過酷な暑熱環境でのレース後の回復過程については慎重な体調チェックが必要であり、ドーハ世界選手権後にも体調不良が続いた選手がいることから、今後はレース後の体調チェック体制を作成する必要性を感じた。

図3 札幌の気温変化

