

強化戦略計画

2025年 9月 26日 (金)

公益社団法人日本ローイング協会

強化戦略計画の位置づけ

本計画は、JARA2020ビジョンの理念に基づき、選手・指導者・関係団体が協働して取り組むべき方針を示すものです。競技力の向上は、組織的な支援体制の整備とともに、選手及び指導者の主体的な取組があってこそ実現されるものです。

JARAは、選手と指導者が最大限のパフォーマンスを発揮できる環境づくりに努め、一貫したアスリートの育成と強化を図ってまいります。このような環境の下で、選手や指導者が自らの成長に責任を持ち、競技に真摯に向き合う姿勢を持つことを期待しています。これは、選手や指導者を共に高みを目指すパートナーと捉えたうえでの、信頼と期待の表れです。

なお、本計画書は前後の文脈を含めた全体構成の中で意図を持って作成されたものであり、文章の一部のみを切り取って引用・解釈することは、誤解を招く可能性があります。文書の取り扱いには十分ご配慮いただきますようお願いいたします。

はじめに・・・一艇ありて一人無し

日本ローイング協会（JARA）は、ローイングのオリンピック競技とパラリンピック競技を統括する中央競技団体である。「すべての人に、あらゆるライフステージでローイングの機会を提供することによって、人々の心身の健全な発展と社会の進歩に貢献する」というビジョン*の下、5つの基本理念と6つ行動指針に則り日本ローイングの発展に向けた活動に取り組んでいる。※2021年、創立100周年事業により策定したビジョンを「JARA2020ビジョン」という。

JARA2020ビジョンの基本理念の一つ「幅広い選手の育成強化」については、2028年ロサンゼルス大会において、これまでJARAが重点を置いてきた軽量級種目のオリンピック種目廃止や新種別コースタルビーチスプリントの新規採用により、戦略の見直しが急務となった。JARAでは、このような状況に鑑み、わが国のパリ大会までの国際レースでの結果の評価を含め、2024年12月に「2024パリ大会後の国際競技力向上に向けて強化活動の総括」を取りまとめるとともに、新たな次期強化戦略計画の検討が必要であると判断した。

この強化戦略計画では、近年の国際オリンピック委員会（IOC）の動きを踏まえれば、全ての競技種別を包含した戦略を示す必要があるとの認識の下、JARAは2025年5月にタスクフォースを設置し、選手の育成強化に関する今後の戦略について議論を重ねてきた。

時代の変化は激しく、それに適応していくことが必要不可欠であることを常に念頭に置きながら、ローイング選手の国際大会での活躍への支援は当然のこと、ローイングの価値や魅力の向上、またスポーツ界全体の価値形成に寄与することも中央競技団体JARAの役割でもある。

本強化戦略計画は、JARA2020ビジョンの実現に向け、限りある資源を計画的かつ効率的に執行し、持続可能な競技力向上体制を構築するための具体的な対策や施策を盛り込んだ内容となっている。本強化戦略計画の着実な実行と目標達成のためには、国内ローイングコミュニティのすべての関係者のご理解・ご協力が不可欠であり、よろしくようお願い申し上げます。

ロジックモデルとタスクフォースの位置づけ (イメージ案)

ステークホルダー	インプット	アクティビティ	アウトプット	中期アウトカム	長期アウトカム	インパクト
加盟団体 (都道府県協会)	ヒト	競技普及	JARA登録者の増加	地域クラブ増加 財源の確保	ローイング 参画人口の増加	JARA2020 ビジョンの 実現
登録団体 (団体、クラブ)		選手の育成・ 強化活動	日本代表の 好成績	ローイングの 競技力向上		
登録者	モノ	競漕会の開催	競争・成果発表 の機会提供	ローイングの 満足度向上	ローイングの 魅力向上	
統括団体 (JSPO、JOC)		国際大会派遣	人材の活躍	日本の プレゼンス向上	中央競技団体 として社会か らの信頼向上	
学校・企業	カネ	競技規則・ 諸規定の制定等	競技規則の 周知・徹底	安心・安全な競技 環境の整備		
ボランティア		その他、 ガバナンス	透明性・公正性 の高い運営	信頼性の高い 組織運営		
地域社会 (メディア、行政)	情報					スポーツの 価値向上への 寄与
国際競技 連盟						

I. 基本的な考え方

I-i. 選択と集中

- ローイング競技のメダリストは、競技開始からメダル獲得に到達するまでおおよそ11.9年の期間を要する（児島ら、2022）。言うまでもなく、選手の育成・強化には長い時間が必要である。
- 近年の国際競争力の激化により、各競技団体は2大会もしくは3大会先を見据えた組織的な取組が求められるようになった。我が国では、“一貫指導システム”の概念が提唱されて20年余り経つが、「ジュニアからシニアチームに十分繋がってはいない」という総括結果からも残念ながらローイングは未だ途上の段階と言わざるを得ない。
- 今後の国際競技力向上のためには、選手が長期的かつ一貫した方針の下で競技活動を行うことが可能となるシステムやプログラムの整備が不可欠である。
- しかし、直近のオリンピック・パラリンピック競技大会（2028年ロサンゼルス大会）に向けた競争は既に始まっている。目の前の強化活動並びに国際大会派遣を止めることなく、選手の競技力向上を図り、2028年ロサンゼルス大会において過去最高成績を収めることができるよう組織が一丸となって取り組むことが最優先課題となる。
- JARAの国際競技力や資源、課題を踏まえ、身の丈を考慮した強化活動とするための選択と集中を図り、本強化戦略計画に基づく実効性の高い活動を推進する。

引用文献：

児島ら（2022）オリンピック競技メダリストにおける競技開始からメダル獲得に至るまでのトレーニング期間の特徴. Journal of High Performance Sport 10
(https://www.jpnsport.go.jp/hpsc/Portals/0/resources/jiss/info/doc/jhps/jhps_10_1-10r.pdf)

I. 基本的な考え方

I-ii. 強化戦略計画の位置づけ

- JARAのヒト、モノ、カネ、成績等の身の丈を考慮した強化活動を推進するため、今後の国際競技力向上に資する強化活動並びに選手育成については「選択と集中」という統一的な考えの下、以下の二つの計画を策定し、推進する。

①直近のオリンピック・パラリンピック競技大会に向けた強化計画（本計画）

2028年ロサンゼルス大会において過去最高成績を収めるため、日本代表クルーの競技力向上に資する具体的な施策をまとめた計画

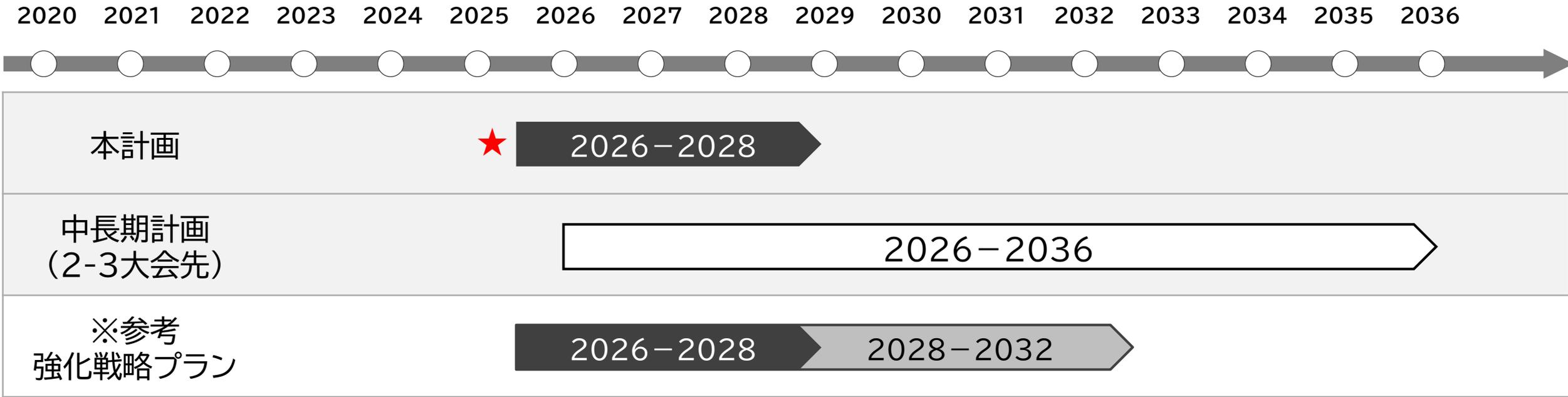
②国際競技力向上のためのシステム化・プログラム化に関する計画（中長期計画）

2大会及び3大会先のオリンピック・パラリンピック競技大会を見据え、国内競技者の競技力向上並びに持続可能な国際競技力向上体制を構築するためのシステム化及びプログラム化に関する長期計画

- 本タスクフォースでは、2028年ロサンゼルス大会（LA2028大会）を視野に置いた計画を策定し、目標達成に向けて集中的に取り組む。

I. 基本的な考え方

I-iii. 計画のロードマップ



※ 中央競技団体は、4年/8年の強化計画を策定することが求められている。国等は、強化戦略プランの計画性と実行性を評価し、強化費配分や重点支援競技の選定に活用。

表1. 2028年までの目標ロードマップ

競技種別		2027世界選手権／オリパラ予選	LA2028 大会
オリ	クラシック	6位以内／出場権獲得	過去最高成績(5位以内)
	コースタル	8位以内／出場権獲得	8位入賞
パラ	パラローイング	7位以内／出場権獲得	過去最高成績(6位以内)

目次

1. ナショナルチームの考え方
2. 選手を支えるコーチ及びマネジメント体制
3. 選手の発掘・育成・強化システム
4. 効果的な強化活動のための環境
5. 中長期的な課題

＜用語の定義＞

1. ナショナルチームの考え方①

ナショナルチーム編成の考え方

- パリ2024大会までの代表チームは、コミュニケーションにおいてコーチの意図が十分伝わっておらず、チームとしての一体感が醸成されていなかった。ナショナルチームとは、国の英知を結集し、その組織が一丸となって形成するものである。選手、コーチ、スタッフがそれぞれの役割を果たすチーム作りを重視すべき。
- 強化本部及びパラローイング本部は、本計画に紐づく強化方針の策定にあたり、LA2028大会に向けた強化活動の目的と目標を明確化し、ローイングコミュニティとの合意形成を図る必要がある。
- JARAがこれまで選手選考に用いてきたスモール・ボート・セレクション（SBS）は、所属団体から一定の支持を受けており、シングルスカルなどの個人能力の評価において公平性の高い手法である。今後は、インドアローイングによるエルゴタイムや選手のキャリア志向も参考にしながら、総合的な評価を行うことが重要である。
- オリンピック競技におけるチームボートの選考は、従来、SBSによる個人の選考を経て、短期間で編成されたクルーの評価・選抜を行い、国際大会へ派遣する方式が採用されてきたが、フェアプレーと相互理解の下、合理性と透明性の高い選考手法を用いて、チームの一体感やクルーの継続的な成長を促すことが重要である。
- チームボートの選考手法については見直す必要性が高いことから、JARAは今後策定する中長期計画の中で議論を深め、共に高め合い、成果を最大化できるチームの形成を明示することが求められる。
- 以上を踏まえ、JARAは代表派遣における選択と集中を行う。

1. ナショナルチームの考え方②

LA2028大会に向けた強化方針及び重点種目（シニア、U23、U19共通）

- JARAは、原則オリンピック・パラリンピック競技大会（オリ・パラ大会）でメダル獲得の可能性を有する選手（MPA）の強化に集中的に取り組む。全ての競技種別（クラシック、コースタル、パラローイング）全てのカテゴリー（シニア、U23、U19）の選手選考や派遣基準の枠組みを統一し、実施する。これをメダル・ポテンシャル・アスリート制度（MPA制度）とする。
- ただし、パラローイングは現行の制度変更等の状況を踏まえ、2027年度よりMPA制度へ移行する。
- LA2028大会に向け、JARAが重点的に強化する種目（重点種目）はシングルスカル／ソロとする。全競技種別・全カテゴリーを対象にスモール・ボート・セレクション（SBS）にて評価及び選考を行う。
- JARAは、重点種目以外の実戦機会を確保するため、チームボートを派遣種目と位置付け、一定基準を満たしたクルーを世界選手権等へ派遣する。各所属団体及び水域において、チームボートの育成強化に取り組む。
- 派遣種目については、強化本部においてブリスベン2032大会を見据えた中期的な視点の中で設定する。
- JARAは、2026アジア競技大会と2027世界選手権について、大会派遣の目的と目標を明確にし、派遣人数や派遣種目の考え方を定義する。その方針に基づき、強化本部並びにパラローイング本部において派遣種目と強化方針を策定し、理事会へ諮る。

1. ナショナルチームの考え方③

LA2028大会に向けた国際大会派遣について

- JARAは、原則オリ・パラ大会でメダル獲得の可能性を有する選手（MPA）を派遣する。シニアカテゴリーにおいて該当者がいない場合、育成目的の派遣についても検討する。
- JARAは、オリンピック競技の選考会参加選手に対し、種別選択の意思表示を求める。SBS評価上位者から各種別へ振り分けを行い、意思確認及び適性判断の上、最終派遣クルーを決定する。
- 強化本部は、U23及びU19カテゴリーの選手がハイレベルなレースを経験し、トップアスリートとしてのマインドが育成されるよう、SBS上位者による選抜クルーでの国際大会派遣を検討する。
- 強化本部は、チームボートの派遣基準を新たに定める。例えば、派遣選考の透明性や公平性を高める意味でも、全日本選手権などの国内大会を活用し、競争力を引き出す仕組みづくりを進める。
- チームボートで国際大会を目指す所属団体・選手は、各所属や水域にてクルーを編成するとともに育成強化を進め、派遣選考会へ参加する。
- パラローイングのチームボートの派遣については、シングルスカルによる個人能力の評価が困難なため、ナショナルチーム活動の中で評価を行い、選抜する。

表2. 重点種目と派遣の考え方整理

		重点種目(オリパラ共通)		派遣種目	
		MPA(世界選手権8位以上)	育成	オリンピック競技	パラリンピック競技
カテゴリー	シニア	M1×、W1×、CM1×、CW1× PR1M1×、PR1W1×	—	M4-、W4-(M2-、W2-) M2×、W2×	PR3:Mix2× PR3:Mix4+
	U23	—	BM1×、BW1× CM1×、CW1×	BM4-、BW4-※	
	U19	—	JM1×、JW1× CM1×、CW1×	JM4×、JW4×※	
選考手法		SBS	SBS	国内大会活用検討	ナショナルチーム活動の中で選抜
派遣の考え方		全額JARA負担が望ましい (海外遠征規程の見直し検討)	JARA負担	全額自己負担	JARA負担

※U23、U19の費用負担の在り方については、要検討

1. ナショナルチームの考え方④

LA2028大会に向けた強化予算の考え方

- JARAは、理事会等において、各競技種別の前年度の活動内容と成果、並びに当該年度の活動計画と見込まれる成果を評価する。その上で、各競技におけるJARAの強化予算配分額を決定する。成果の評価及び配分額原案は、強化本部並びにパラローイング本部が作成し、企画管理本部の協力を得て提出するものである。
- 強化活動を担う各委員会は、JARAの予算計画に基づき年間の活動計画を策定する。その際、各種活動の財源を明確にすることが求められる。また、JARA主催の選考会については、予算の効率的な執行を念頭に置き、計画的に実施することが重要である。
- 強化本部は、日本オリンピック委員会（JOC）から配分される助成金（競技力向上事業）を加味し、MPA選手数と前年度の競技実績に応じて各種別の予算額を決定する。派遣種目については、大会エントリーはJARAにて行い、派遣に関する手配及び費用負担は全て所属団体・選手が行う。
- JARAは、本計画の基本的な考え方「選択と集中」に基づき、MPA選手の国際大会派遣に係る費用負担の在り方について見直しを図る。

スモール・ボート・セレクション（SBS）に係る方針

- JARAは、すべての競技種別・カテゴリーの選手を対象に、SBSによって評価・選考を行う。実施手順やルール統一化、連絡窓口等の一本化のため、JARAは関係委員会の横連携を促す実行委員会の設置を検討する。
- 国際大会へ派遣するクルーの選定については、HPD及びヘッドコーチによる評価を行い、強化本部並びにパラローイング本部内で最終的な派遣クルーを決定し、理事会へ諮る。

スモール・ボート・セレクション (SBS) の手順

		オリンピック競技		パラリンピック競技
プロセス	時期	クラシック	コースタル	パラローイング
	10月中旬	派遣プロセス・選考基準の公表		
1次評価	11月～12月	SBS参加申込		
		意思表示、アセスメント		アセスメント、障がい申告
		ヘッドコーチ・ナショナルコーチによる巡回指導		
2次評価	1月～2月	インドアローイング大会(2000m/500mラップタイム含む)		
		フィットネスチェック※	フィットネスチェック※	フィットネスチェック※
		ヘッドコーチ・ナショナルコーチによる巡回指導		
最終評価	3月	レース形式による水上評価		
		面接		クラス分け、面接
派遣決定	4月	シングルスカル(男女1名) 補漕	ソロ(男女1名) 補漕	シングルスカル(男女1名) 補漕

※フィットネスチェックについて

所属団体・選手は、トレーニングの進捗確認や障害予防、コンディショニングの観点から、JISS又は居住地域のスポーツ医科学センター等にてフィットネスチェックを行い、その結果をJARAへ提出すること（基礎測定項目+種別毎の測定項目）

1. ナショナルチームの考え方⑤

表3. 各シーズンにおける重点種目の目標設定

競技	種別	2026シーズン		2027シーズン		2028シーズン	
		2025.10～ 2026.3	2026.4～ 2026.9	2026.10～ 2027.3	2027.4～ 2027.9	2027.10～ 2028.3	2028.4～ 2028.9
		派遣選考	世界選手権	派遣選考	世界選手権	派遣選考	オリパラ
オリンピック	クラシック	※確認中	6位以内	※確認中	6位以内	※確認中	5位以内 (過去最高成績)
	コースタル	エルゴ基準通過者	WRBSF8位以内	エルゴ基準通過者	・WRBSF8位以内 ・オリンピック予選 出場権獲得	エルゴ基準通過者	8位入賞
パラリンピック	パラ ローイング		6位以内	<ul style="list-style-type: none"> 前年世界選手権で当該種目のパラ出場国数を上回る順位 または出漕クルー数の3/4を上回る順位 	7位以内	<ul style="list-style-type: none"> 前年世界選手権で当該種目のパラ出場国数を上回る順位 または出漕クルー数の3/4を上回る順位 	大陸予選:1位 本大会:6位以内

2. 選手を支えるコーチ及びマネジメント体制①

強化活動推進体制について

- JARAのナショナルチーム運営の体制充実は急務である。限られた資源を踏まえた現実的な体制を整えるため、JARAは、オリンピック競技・パラリンピック競技を包括した本計画（Plan）に基づいて実行（Do）、成果を検証（Check）し、改善（Act）を重ねながら、実効性の高い取組推進の機能を強化する。
- オリンピック・パラリンピックの各競技を統括する強化本部及びパラローイング本部は、本計画の実行責任を有する。この統括責任者は、ハイパフォーマンスディレクター（HPD）とする。
- HPDは、各委員会の協働を促進し、ナショナルチームとマネジメントチームを管理・監督する。また、本計画のPDCAサイクルを回しながら効果的な活動を実施するとともに2大会先の戦略を立案する責任を有する。JARA内部に加え、JOC/JPC、国内の主要水域、自治体、企業との連携強化も重要な役割である。
- オリンピック競技のHPDは、クラシックとコースタルの両種別を統括し、チーム内の体制構築の権限を持つ。
- HPDは、ヘッドコーチ並びにコーチ、スタッフの役割と責任を明確にする。選定においては、プロフェッショナルな判断を必要とすることから、各委員会と連携し公募要件や選定基準を定める。
- HPDは、強化活動の企画、財務、総務などの機能を担うマネジメントチームの現状を踏まえ、業務の外部委託や他競技の専門人材の登用など、多様なリソースの活用を検討することが望ましい。これにより、業務の選択と集中が進み、より効率的な運営が期待できる。

2. 選手を支えるコーチ及びマネジメント体制②

ナショナルチーム体制と役割について

- ヘッドコーチは、強化現場の責任者として、シニア、U23、U19の日本代表選手の育成・強化に関する方針（強化方針）を定め、その内容が国内関係者に理解されるよう努めることが重要である。
- オリンピック競技のヘッドコーチは両種別を担当することが望ましいが、適任者がいない場合に限り、コースタル種別の現場責任はコースタル委員長が兼任する。
- 強化活動に従事するコーチは、ヘッドコーチが示す強化方針に則り、指導を行うことが重要である。各コーチは、自身の強みや専門性を活かし、メダル獲得という最終的な目標達成に貢献することが望ましい。
- 情報科学スタッフは、ヘッドコーチ及びコーチと協働し、ナショナルチームの競技力向上を科学的な側面から支援する役割を担っている。今後ハイパフォーマンススポーツセンター（HPSC）や医科学委員会と連携し、強化活動を通じて得られた情報や知見を医科学支援や研究にも活用できるよう取り組むことも重要である。
- JARAはナショナルチームに関わる人材の目標達成度や稼働率等の人事評価制度の在り方についても検討する。

持続可能な体制整備に向けて

- JARAは、各競技種別において一定水準のナショナルコーチを確保するため、サポートコーチ制度等を活用しながら、人材の戦略的な発掘・育成に取り組む。また並行して、ハイパフォーマンスアシスタントディレクターやタレント発掘のキーマンとなるようなマネジメント人材の育成にも着手することが望ましい。

表4. 強化活動推進体制（2026-2028）

活動領域	役割	オリンピック競技		パラリンピック競技
全体統括		(PDCAサイクルの実効性を高める取組を推進する機能を整備)		
		クラシック	コースタル	パラローイング
オリ・パラ競技統括		強化本部		パラローイング本部
統括責任者		HPD		HPD
ナショナル チーム	現場責任者	(ヘッドコーチ) ※コースタル委員長		(ヘッドコーチ)
	強化活動従事者	コーチ、情報科学スタッフ等	(コーチ)、情報科学スタッフ	コーチ、情報科学スタッフ等
		医科学スタッフ		
マネジメント チーム	管理責任	強化委員会	コースタル委員会	パラローイング委員会
	組織内連携	医科学委員会、アスリート委員会、国際委員会、指導者育成委員会、事務局		

※ 本計画公表時に未確定の機能・役職はカッコ書きにて表記。

2. 選手を支えるコーチ及びマネジメント体制③

ヘッドコーチ・コーチ等の公募要件と選定の考え方

- 強化本部並びにパラローイング本部は、公募の実施に向けて体制を整備する。トレーナーの選定については、医科学委員会が中心となって各委員会と連携を図り、公募・選定の上、ナショナルチームへ推薦する。

表5. 望ましい公募要件の枠組みと選定の考え方

		共通	オリンピック競技	パラリンピック競技
公募要件の 枠組み	ヘッドコーチ	実績(指導経験) 学歴(修士等) 資格(IF主催の研修会、語学)	<ul style="list-style-type: none"> オリンピックでの指導経験 体育学、スポーツ科学 WRコーチプログラム 	<ul style="list-style-type: none"> ローイング指導経験 体育学、スポーツ科学 WRコーチプログラム
	コーチ・ スタッフ 等	指導者資格 <ul style="list-style-type: none"> ▶ 日本スポーツ協会(JSPO) ▶ 日本パラスポーツ協会(JPSA) 能力(スポーツ科学知識、語学)	<ul style="list-style-type: none"> JOCナショナルコーチアカデミー修了 JSPOコーチ4 	<ul style="list-style-type: none"> JPSAパラスポーツコーチ JPSAパラスポーツ指導員 パラスポーツ指導経験
選定の考え方 (評価の観点)	ヘッドコーチ	書類選考 面接 プレゼンテーション	<ul style="list-style-type: none"> 哲学(ローイング) トレーニングの理論と実践、強化プログラムの考え方 	<ul style="list-style-type: none"> 哲学(パラローイング) トレーニングの理論と実践、強化プログラムの考え方
	コーチ・ スタッフ 等	書類選考 面接・アセスメント インテグリティ研修	<ul style="list-style-type: none"> コーチング能力 ローイング及びスポーツ医学の知識と理解 	<ul style="list-style-type: none"> コーチング能力 パラローイング及びスポーツ医学の知識と理解

3. 選手の発掘・育成・強化システム①

国際競技力向上のためのトレーニングについて

- JARAは、これまで強化委員会が行ってきたトレーニング1.0について、特に育成段階のフィジカル向上の面からは一定の効果があったと評価。ただし、十分な効果を得るためには正しく理解して実践する必要がある。
- JARAは、引き続きトレーニング1.0を基盤とした選手育成に取り組む。一方で、目先の結果や小手先の手法に捉われることのない、骨太となる考え方や理論の確立が大きな課題である。
- JARAは、トレーニング理論の確立に向け、日本の環境や課題に適した形で見直しを図り、最新のスポーツ科学や国際的なトレンドを取り込みながらトレーニング2.0を構築・浸透させる必要がある。
- 継続的な議論が必要な課題については、今後JARAにおいて全競技種別の強化活動を統括する新規タスクフォースの設置を検討し、議論を行う。選手の発掘・育成・強化の取組が、一貫した道すじ（パスウェイ）の中で進められるよう有識者や専門家の協力を得ながら、具体的な検討を行うことが重要である。
- タスクフォースの議論において「World Rowing（WR）掲出のトレーニングプログラムに取り組むべき」という提案を受け、今後専門家や有識者による議論を通じ、必要性を見極めることが望ましい。
- 競技力向上のためには、トレーニングに向き合う姿勢が重要である。JARAは、ジュニアからの一貫指導において、コーチや選手のリテラシーを高め、共通認識を持って取り組むための施策として、ナショナルコーチによる巡回指導や講習会の実施を検討する。

3. 選手の発掘・育成・強化システム②

パフォーマンス最大化、アッパーリミットの引き上げ

JARAはメダル獲得という最終的な目標達成に向け、強化対象となるMPAのパフォーマンス最大化、アッパーリミットの引き上げに集中的に取り組み、成功体験と実績を積む。

クラシック

- トレーニング1.0を積み上げ、国際大会にてFinal A進出等の実績が伴ってきた選手は、個別性を重視したトレーニングへ移行することが望ましい。
- JARAは質の高いトレーニングとマインドが維持できるよう海外実践研修や他競技との合同練習等の取組や環境整備を行う。

コースタル（ビーチスプリント）

- JARAは、クラシック種別のMPAと同等の国際競技力を有する選手を対象に、ビーチスプリントに特化したトレーニングや実践経験、環境への適応力を養うため、他国との合同合宿に積極的に参加する。

パラローイング

- JARAは質の高いトレーニングとマインドが維持できるよう海外実践研修や他競技との合同練習等の取組や環境整備を行う。

3. 選手の発掘・育成・強化システム③

タレント発掘について

- JARAは、オリンピック競技のジュニアの発掘・育成に多額の投資をしてきた。こうした取組が、オリ・パラ大会でのメダル獲得というJARAの最終目標に繋がるよう、中学高校大学のパスウェイを充分考慮してジュニア育成を考える必要がある。
- JARAが10年以上取り組んできたオリンピック競技のタレント発掘については、これまでの成果と課題を検証し、一貫したアスリートの発掘・育成・強化の取組となるよう再構築する。
- JARAは、オリンピック競技大会での軽量級種目の廃止に伴い、タレントの定義を早急に見直す必要がある。またシームレスな育成強化に向け、国内育成環境の実態調査・課題分析を行い、共通認識を持つ必要がある。
- 継続的な議論が必要な課題については、今後JARAにおいて全競技種別の強化活動を統括する新規タスクフォースの設置を検討し、議論を行う。選手の発掘・育成・強化の取組が、一貫した道すじ（パスウェイ）の中で進められるよう有識者や専門家の協力を得ながら、具体的な検討を行うことが重要である。（再掲）
- JARAは、発掘したタレントの育成過程における支援の在り方について、他の選手との公平性を確保し、納得性の高いプロセスとする必要がある。また居住地域における環境整備や育成を担う指導者養成も課題である。
- ローイングはスポーツとして簡単に経験できる場が少ない競技である。アスリートを増やす接点としてインドアローイングは重要。またタレント発掘と高校や大学の推薦枠、自治体とのコラボ等の取組も検討すべき。
- 以上を踏まえて、タレント発掘の在り方については中長期の検討課題とする。

4. 効果的な選手強化のための環境①

JARAの強化活動を推進するための拠点

- 代表選手として一貫して質の高いトレーニングを集中的かつ継続的に行うため、JARA主催の強化合宿並びに選手選考はNTC競技別強化拠点「海の森水上競技場」にて実施する。
- JARAは、海の森水上競技場を拠点に代表選手の強化活動を進めるにあたり、デジタル技術を用いた情報共有システムを構築し、選手のコンディショニングを支援する。また、暑熱環境下におけるトレーニングやレースに対応するため、スポーツ医科学を活用した対策を今後講じていく。
- JARAは、国及び東京都と連携し、NTC競技別強化拠点の機能強化に取り組む。
- 海の森水上競技場は、JARAが集中的かつ継続的に強化活動を行う強化拠点である。一方、国内競技者は埼玉県戸田市をはじめとする各水域を活動の拠点としている。戸田ボートコース及び各水域については選手が所属元で日常的に競技活動を行うトレーニング拠点と位置付けることが重要である。
- HPDは、すべての選手が所属元で効果的に競技活動を行えるよう、各地域のトレーニング拠点に求められる機能や設備を整理し、積極的に助言を行う。さらに、JARAの取組や最新情報を地域にスムーズに共有するとともに、地域からの実践的な知見や課題も中央に届ける仕組みづくりが重要である。
- JARAは、情報共有の仕組みや育成支援の体制を含めた具体的な議論を進めることが望ましい。
- ローイングの主戦場がヨーロッパであることも含め、JARAは海外拠点の在り方について検討を進める必要がある。

4. 効果的な選手強化のための環境②

スポーツ医科学、情報によるサポート

- 強化本部は内部の連携を強化し、アスリートの意見を十分に反映した活動とするように努めることが重要。
- HPD及びヘッドコーチは、専門性の高い人材を活用すべく、医科学委員会との連携を更に強化する。今後、JARAにおいてローイング競技におけるスポーツ医科学研究や国外の調査等に取り組むことが望ましい。

● コンディショニング

これまでは代表選手の海外遠征時、強化合宿時のサポートが中心であった。選手層の厚みを増すためにジュニアを含めてサポートの対象を広げる。

- 広くメディカルチェックの情報発信
- 代表選手・候補選手の定期的な体調チェック
- 幅広い層の選手に対するトレーナ活動（戸田で定期的開催）
- 体調管理に関するビデオ講義
 - 栄養、体組成
 - 整形外科的故障の予防:腰痛、腱鞘炎、体幹部痛
 - 女性アスリートの諸問題、貧血について
 - 運動誘発性呼吸器障害、オーバートレーニング症候群
- 故障などの相談窓口の設置
- ドーピングについて

● トレーニングに関すること

- トレーニングにおける生理学的データ(VO₂、血中乳酸値、心拍数)の計測、評価に関するアドバイス
- World Rowingコーチングカンファレンスの情報提供

4. 効果的な選手強化のための環境③

透明性の高い強化活動に向けて

- 2024パリ大会後の国際競技力向上に向けて強化活動の総括及び本タスクフォースの活動を通じ、国内ローイングコミュニティから多くの意見が寄せられた。JARAの従来の強化活動に対しては、合宿参加における選手負担金の在り方や、国際大会への派遣が本来の目的から逸れているとも指摘されている。選手の競技機会を広く確保し、主体的な成長を促す環境づくりに資するよう、強化活動の見直しが求められている。
- ガバナンスの観点から、限られた関係者のみで進められる意思決定を避け、協会全体における透明性の高いプロセスを通じて方針を検討することが望ましい。このような考え方にに基づき、JARAは全競技種別の強化活動を検討するための機能を整備していく。
- 本計画のフォローアップ及び中長期計画の策定は、今後の検討において解決すべき重要な課題である。
- JARAは、理事会等において、各競技種別の前年度の活動内容と成果、並びに当該年度の活動計画と見込まれる成果を評価する。その上で、各競技におけるJARAの強化予算配分額を決定する。成果の評価及び配分額原案は、強化本部並びにパラローイング本部が作成し、企画管理本部の協力を得て提出するものである。
(再掲)
- 強化本部及びパラローイング本部は、配分された強化費及び外部資金（共通）の効率的かつ効果的な執行に向けて、各年度の予算計画と収支を可視化し、理事会等へ報告する。
- JARAは、国際競技力のさらなる向上を目指し、日本代表選手の技術的特性やトレーニングの効果検証を含む知見等を体系的に蓄積・活用できる機能的な能力を整備することも考えられる。

5. 中長期の検討課題

JARAは、タスクフォース終了後、可及的速やかに中長期計画策定に取り組む。

- 総括において指摘された課題のうち、具体的対応の定まっていないものや今後JARA全体での幅広い議論が必要なものについては、継続的に検討を行う。
- 持続可能な競技力向上体制を構築し、公益性・透明性のある活動の推進に向け、PDCAサイクルを効果的に稼働させる仕組みづくりや新たな能力の整備等、強化本部を中心とした組織改変についての具体的検討が望まれる。
- 日本代表選手の円滑な競技活動を推進するためには、World Rowing主催大会の開催時期を考慮した国内大会スケジュールであることが望ましい。見直しに向けて、前向きに議論を進める。
- パラローイング選手が継続して強化活動を行うためには、安定した生活と活動の基盤が最重要課題となる。今後、教育機関や企業等と連携し、包括的な環境整備に向けた議論を進める必要がある。
- シームレスなアスリートの発掘・育成・強化に向け、パスウェイ上の阻害要因を調査し、解決すべき課題を明らかにする必要がある。また今後のタレント発掘については、インドアローイングや他競技の好事例（自治体との連携）を参考とする等、様々な可能性を踏まえて検討すべきである。
- ローイング競技におけるインテグリティ確保のため、オリンピズム教育やコンプライアンス研修を実施し、コミュニティ全体の資質向上に取り組む必要がある。
- 競技力向上と競技普及は両輪である。今後の普及施策については現状と課題を踏まえた戦略のアップデートが必要である。中学の部活動改革の動きも捉えながら、他のスポーツとの連携も含めて検討することが期待される。

<用語の定義>

強化戦略プラン	各中央競技団体(NF)が2大会先のオリンピック・パラリンピックにおける成果を見据えて策定する中長期の強化戦略を定めた計画
メダルポテンシャルアスリート	オリンピック・パラリンピックにおいてメダル獲得の可能性を有する選手 直近のベンチマーク大会(世界選手権等)で上位8位に入った選手・クルー ※MPAと略す
トレーニング1.0	ギザビエ氏が導入した「フランス式トレーニング」という呼称を改める
トレーニング2.0	「フランス式トレーニング」を日本の環境や課題に適した形で見直すとともに、最新のスポーツ科学や国際的なトレンドを取り込んだ新しい理論・手法
スモール・ボート・セレクション	最小単位の艇であるシングルスカルでのレースによって代表選手を選抜する手法 ※SBSと略す
チームボート	2名以上の選手が乗るボート(ダブルスカル、ペア、クオドルプル、フォア、エイト)

(参考) フランス式トレーニングとは

水上におけるB1およびB2トレーニング(低レートで一定時間漕ぎ続けることによる有酸素能力の向上、技術的な効率性を毎回のローイングで追求)、陸上におけるC2トレーニング(強度の高い運動を持続するためのサーキットトレーニングの一種)を特徴とするトレーニング理論及び手法である。