

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【公表版*】
(オリンピック・パラリンピック)



(公社)日本ローイング協会(JARA)

2025年2月

*12月JARA理事会に提出された報告資料を原本として、
公表にあたって、機微な情報の削除などを行ったもの。

強化活動の総括(背景・目的)

1. 2024パリ大会以降の強化戦略を検討するにあたり、従来重点強化種目として位置付けてきた軽量級種目のオリンピック競技大会での打切りを踏まえ、これまでの活動を総括し、今後の国際競技力向上に関して、総合的な検討を行う。
2. JARAは、オリンピック競技とパラリンピック競技を一体的に推進している競技団体であり、オリンピック競技では2024年以降の軽量級種目の廃止、2028年ロス大会よりコースタル(ビーチスプリント)種目採用等の動きもあり、加速する少子化や社会情勢等を捉えつつ、時代の変化に柔軟に適応していく必要がある。
3. このような外的な環境の変化や進化の状況を踏まえ、2028年ロス大会、2032年ブリスベン大会へ向けた継続的な国際競技力の向上のためには、オリンピック競技とパラリンピック競技の一体的かつ戦略的な強化を図り、持続可能な国際競技力向上体制を構築するとともに、限りある財源を計画的・効率的に執行することが重要である。
4. 総括及び今後の方向性の策定には、前述の外的要因及び「JARA2020ビジョン」を前提に、クラシック、コースタル、パラローイング3種目を包含した総合的な考察を進め、JARAの中期戦略の策定に繋げる。
5. 本総括は、オリパラ競技大会後を目途に取りまとめを開始し、理事会での速やかな協議を実現すべく、準備を進めていく。

本総括に関するご質問・ご意見等ございましたら、2月28日までにお寄せください。

JARA企画・戦略委員会メールアドレス: senryaku@jara.or.jp

個人の場合は氏名・所属先等の情報を、所属団体の場合は代表者・所属団体名を記入してください(質問・意見の内容に不明点があった場合の連絡・確認のため使用)。

なお、意見の内容は、氏名及び所属名を除き、公表物に利用される場合があります。

強化活動の総括(検討プロセス・参考資料)

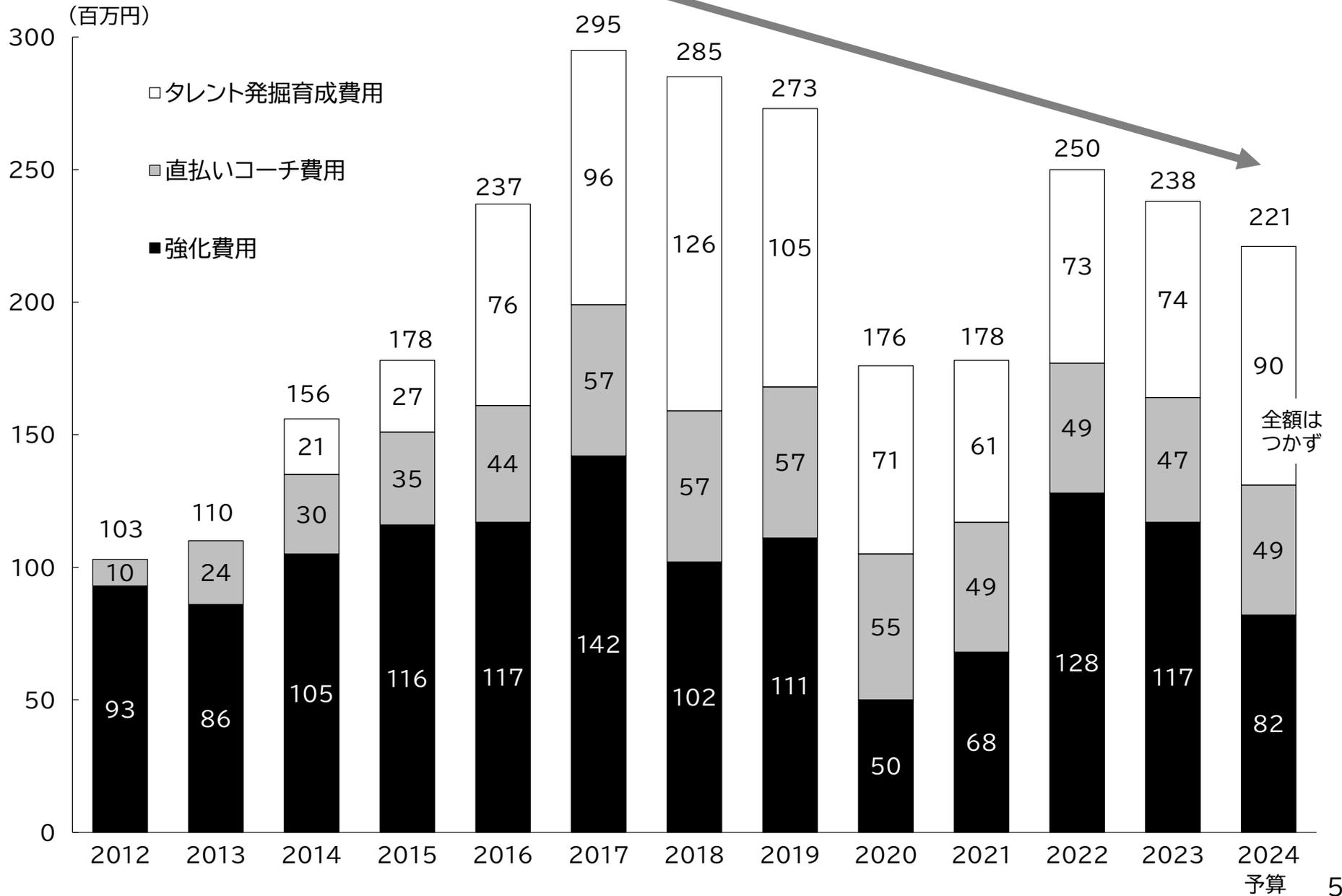
2024年7月17日	7月度JARA業務執行会議(強化活動の総括の実施について審議・承認)
2024年8月1日	合同ミーティング① (企画・戦略委員会、強化委員会、パラローイング委員会)
2024年8月22日	合同ミーティング② (企画・戦略委員会、強化委員会、パラローイング委員会)
2024年9月13日 ～10月19日	企画・戦略委員会からのヒアリング (代表選手・コーチ・スタッフ/オリンピック競技)
2024年9月25日	合同ミーティング③ (強化委員会、パラローイング委員会、企画・戦略委員会)
2024年9月27日	第2回JARA定例理事会(総括の論点及び中間報告)
2024年9月30日 ～10月15日	企画・戦略委員会からのアンケート調査 (強化活動に関わったコーチ・スタッフ18名対象*回答者12名)
2024年10月9日 ～11月30日	企画・戦略委員会からのヒアリング (代表選手・コーチ・スタッフ/パラリンピック競技)
2024年11月18日	総括(オリンピック)に関するミーティング(企画・戦略委員会、強化委員会)
2024年11月20日	11月度JARA業務執行会議:総括(オリンピック)に関する事前説明会
2024年12月11日	12月度JARA業務執行会議:総括(パラリンピック)に関する事前説明会
2024年12月20日	第3回JARA定例理事会(総括の結果を報告)

オリンピック	選考方針、強化戦略・強化方針、総括、強化戦略プラン、レビューシート、派遣選手一覧と競技成績、ヘッドコーチによる総括、代表選手エルゴデータ、JISSテストデータ、評価レース結果、選手ヒアリング結果、所属団体ヒアリング結果、コーチ・トレーナー・サポートコーチヒアリング結果、所属団体からの意見集約シート、など
パラリンピック	強化戦略プラン、強化指定選手選考要項、専任コーチ報告書、国際大会結果、など
その他	次世代トップコーチ育成プログラム成果報告書、など

1. パリ2024大会の競技成績をどのように評価するか。特に、2000年以降、日本が重点種目と位置付けてきた軽量級種目(LM2×、LW2×)の結果について、どのように考えるか。
2. これまでの強化活動における成果と課題を踏まえ、継続・変更・中止する取組、並びに新たに取り組む活動についてどのように考えるか。
 - ギザビエ氏が導入したフランス式トレーニングを今後も継続すべきか、否か。
 - 海外を含めた強化拠点の今後の利活用について、見直しが必要ではないか。
3. これまで個のパフォーマンスが高い選手を選考し、クルーを編成するという方法で実施してきたが、今後オープン種目およびコースタル種目の強化を進めるにあたり、これらの仮説についてどのように考えるか。
4. オリンピック出場選手5名のうち、2名は大学から競技を開始した選手である。当協会はタレント発掘プログラム及びJOCエリートアカデミーに参画し、ジュニア選手の発掘・育成に多額の投資をしてきたが、今後の選手育成の在り方についてどのように考えるか。

強化関連事業(オリンピック)の費用推移

オリンピック



競技力向上事業(オリンピック)に関する評価

オリンピック

JOC:令和5年度 競技力向上事業に関する評価(基礎的な観点)配分ランク(注)

ランク	協会名	協会数
特A	水泳、スキー、体操、スケート、レスリング、柔道	6
A	陸上、サッカー、バスケット、卓球、フェンシング、バドミントン、クライミング、カーリング、ワールドスケート	9
B	テニス、ホッケー、ボクシング、バレー、アイスホッケー、セーリング、ウェイトリフティング、自転車、馬術、ライフル、ラグビー、カヌー、アーチェリー、トライアスロン、テコンドー、ダンス、サーフィン	17
C	□ーイング(オリ)、ハンドボール(オリ)、ソフトテニス(アジア)、ソフトボール(前オリ)、近代五種(オリ)、空手(前オリ)、クレー射撃(オリ)、ボウリング(アジア)、ボブスレー(オリ)、野球(前オリ)、武術太極拳(アジア)、ゴルフ(オリ)、スカッシュ(アジア)、バイアスロン(オリ)	14
D	軟式野球(その他)、相撲(その他)、弓道(その他)、剣道(その他)、銃剣道(その他)、なぎなた(その他)、ビリヤード(その他)、ボディビル(その他)	8

(注)各競技のパフォーマンス(成績)及び資源(有望選手)及びプログラム(強化活動の実行性等)の基礎的な観点による評価に応じたランク

(出所)助成事業者:公益財団法人日本オリンピック委員会

「令和5年度競技力向上事業助成金の交付決定について」

競技成績の振り返り(シニア)

オリンピック

	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	
	オリンピック Rio	世界選手権 Sarasota	世界選手権 Plovdiv	世界選手権 Linz		オリンピック Tokyo	世界選手権 Racice	世界選手権 Belgrade	オリンピック Paris	
M1X		18位/40			中止	11位/31	7位/35	8位/47	9位/33	
LM1X			16位/19	18位/33			22位/27	12位/27		
W1X							15位/23	16位/31		
LW1X			17位/19	2位/17			18位/24	9位/20		
M2X				21位/31						
LM2X	15位/20	15位/24	12位/26	24位/32			-	21位/29	-	14位/16
LW2X	12位/20	-	10位/19	14位/27			10位/18	18位/24	-	15位/16
LM4X		5位/16								
LW4X		6位/9								

(注)順位の後の数字は参加国数。ハイライトは、**黒色**は最終順位が参加国中の上位2割、**グレー**は参加国中の上位5割に達したもの。

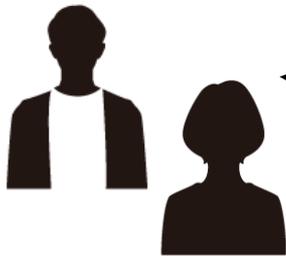
「パリ五輪に向けた基本的な考え方」(2021年10月策定)

目標達成には至らず

2. 目標および重点種目

(1) 目標: 2023年世界選手権でパリ五輪の出場枠を獲得し、五輪本大会で Final A に進出、メダル獲得を目指す。

(2) 重点種目: 軽量級ダブルスカル、オープンシングルスカル、ペアを継続強化する。但し、パリ五輪以降を見据えたスウィープ種目の強化基盤整備も推進する。



代表選手
ヒアリングより

- ✓ (特に軽量級種目の結果について) 選手の実力と比してもうまくかみあっておらず、本来の力が出せていない。
- ✓ 東京大会以降も世界のレベルがどんどん高まっていく(注)中で、波に乗れなかった。日本が置いて行かれた。

(注) リオ大会を最後にオリンピックでの軽量級種目でフォアが無くなったことで、軽量級の有力選手がダブルに集中し、レベルが高まっている。

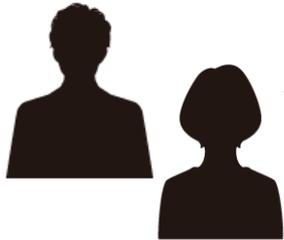
パリ大会結果について、選手は世界を相手によく健闘したが、目標(決勝進出、メダル獲得)は達成できなかった。特に軽量級種目(LM2×、LW2×)については非常に厳しい結果。世界との差は広がっていると言わざるを得ず、戦略の見直し(注)が必須。

(注) 目標設定、派遣種目と人数、選考プロセス、コーチ・スタッフ等の選定基準、強化体制(マネジメント含む)など。

U19、U23からシニアまで全てのカテゴリーにおいて、日本のローイングの全体的なレベルは国際レベルでの競争を望むには未だ不十分なままです。オリンピックにおいて要求されるレベルとの差はあまりにも大きく、現時点では私達のあらゆる努力にもかかわらず埋めることができていない状態です。



代表コーチ



代表選手
ヒアリングより

- ✓ 選手から見て代表チームとしての目標が明確ではない。そもそも、誰が代表チームとしての目標を立てているのか見えない。
- ✓ チームとして選手に求めるものが明確ではないため、選手としては、目指してきた道筋とは違うところに正しい取り組みがあるのではないかと葛藤の中で取り組むことになる。
- ✓ どういう段階でどういうことを達成すべきという基準をチームとしてより幅広く設定し、選手個人のモチベーションに依存することのない目標設定を可能にすべき。
- ✓ 選手から見るとコーチとの距離感が遠い。

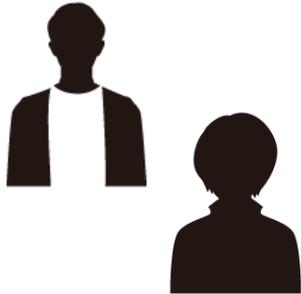
オリンピックでのメダル獲得に向けた目標の明確化が課題

- ✓ (代表チームについて)選手との個別ミーティングは行っているようだが、チーム全体への共通理解を促す時間が極めて少ない印象で、チームとして何を指すのかの提示がなされていない。
- ✓ 選手間の信頼関係を構築するための取り組みがなされていない。



所属団体
監督

代表チームの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いない
コーチや選手との距離感が遠く、チームとしての一体感が醸成されていない



代表選手
ヒアリングより

- ✓ チームが大所帯になると、コーチが回し切れていない。各自黙々と練習をするという感じで、チームの雰囲気も、一体感が醸成されず、悶々としてしまっている。
- ✓ 栄養学とか生理学の専門的知見のあるスタッフを（JISSのリソースとは別に）充実させてほしい。コーチにカバーしてもらうにも限界がある。
- ✓ 一つの合宿にトレーナーが複数人いて、以前に比べて頻繁に交代する。それぞれのトレーナーは良い方であるが、選手は何度も同じことを説明する必要があるため、負担であり、不安もある。

選手のコンディショニングに係る
関係者間の情報連携が課題

単純に人、モノ、金が足りていないため、大きなチームになると選手のレベルを引き上げるに十分な環境を提供することができなくなり、中途半端な結果を導くことになっていると感じている。



代表コーチ

代表チーム運営の体制充実は差し迫った課題。限りある資源を有効利用するため、代表派遣の選択と集中が必要

- 所謂フランス式トレーニングプログラムは、多くの国で取り入れられているものであり、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)を特徴としている
- フランス式トレーニングシステムの最大の特徴はB1(2×45、rate18、最大速度に対して75～80%の速度、血中乳酸濃度:2mmol/L)とB2(2×30、rate20、最大速度に対して80～85%の速度、乳酸値:4mmol/L)で技術的な効率性を毎回追求することにある。B1とB2は有酸素運動で、乳酸がほとんどたまらないもとの練習となり、4mmol/Lの血中乳酸濃度下での有酸素能力を高めることが目的である。
- しかし、乳酸はレース中にはエネルギーにもなるため、乳酸をエネルギーに転化する練習も必要である。そのために取り入れているトレーニングがC2トレーニングである。このトレーニングはサーキットトレーニングの一種であるが、血中乳酸濃度にして6～8 mmol/Lの負荷を与えるととても重要なトレーニングである。

いずれにせよ、必要とされるだけの非常に高度なテクニカル面を組み込んだ上で、低強度のトレーニング(B1タイプ)をボリューム多く行うことが必須なのですが、日本の選手の大半がこれを正しく実践できていないことを指摘したいと思います。



代表コーチ

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できる。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。

代表チーム選手の2000mエルゴスコアの推移

	2018	2021	2024	%IDT		2018	2021	2024	%IDT
全体平均	6:45.5	6:40.2	6:38.4	N.A.	W平均	7:02.5	6:52.9	6:52.3	N.A.
M平均	6:06.6	6:01.8	6:00.4	96.6%	W1	6:39.1	6:39.1	6:39.1	N.A.
M1	6:00.0	5:56.2	5:54.7	98.2%	W2	7:03.6	6:57.6	6:57.6	N.A.
M2	6:08.1	6:01.7	5:58.8	95.7%	W3	7:13.8	6:56.2	6:56.2	N.A.
M3	6:11.8	6:07.6	6:07.6	95.8%	W4	7:13.3	6:58.7	6:56.5	94.5%
LM平均	6:20.7	6:17.4	6:15.6	95.6%	LW平均	7:14.1	7:11.5	7:08.9	96.5%
LM1	6:21.2	6:13.8	6:10.0	96.9%	LW1	7:09.6	7:06.1	7:06.1	96.7%
LM2	6:20.8	6:18.4	6:18.4	94.9%	LW2	7:05.2	7:04.5	7:04.0	98.2%
LM3	6:24.9	6:21.6	6:19.5	94.8%	LW3	7:18.5	7:13.7	7:10.6	96.3%
LM4	6:15.8	6:15.8	6:14.6	95.8%	LW4	7:23.0	7:21.8	7:14.9	94.9%

世界へのチャレンジをめざす選手はエルゴ%IDT (Ideal Time:世界最高タイムに対する割合) 95%~97%は最低限必要(注)で、その上でローイングにおける効率的な技術を修得する必要がある。

(注)%IDTは、IDTの設定方法次第で水準が大きく変わることに留意が必要。

(注)数値は2018年以降継続して記録がある選手(計15名)の各時点の自己ベスト。2021,2024についてのシャドーはそれぞれ3年前と比べての自己ベスト更新。

一方、所属団体の一部には十分浸透していないほか、代表チーム内でも「フランス式」の利点・欠点について理解が共通化されず(腹落ちしておらず)、徹底されていたとは言い難い。日本版「フランス式」の構築・浸透が課題。

強化拠点についての課題

オリンピック



代表選手

強化拠点について生活環境の観点をより重視して欲しい。クルーをくんで遠隔地で軟禁状態になってしまうと、ボートの上だけではなく日常でも逃げ場がなく、苦しい。

	施設名	所在地	主なカテゴリー
国内	海の森水上競技場	東京都江東区	シニア・U23・U19
	福井県久々子漕艇場*	福井県三方郡美浜町久々子 26-30	シニア・U19・タレント
	田瀬湖漕艇場*	岩手県花巻市東和町田瀬6区	シニア
	本明川漕艇場*	長崎県諫早市	U19・タレント
	戸田ボート場	埼玉県戸田市戸田公園	シニア・U23、タレント・エリートアカデミー
	班蛇口湖ボート場	熊本県菊池市	U19・タレント
海外	フランス (エギュベレット)	1011 Route des Plages, 73470 Novalaise	シニア

海の森水上競技場の積極的な活用に向けて、スポーツ医・科学、情報による支援の在り方や環境整備について検討する必要

ロス大会やブリスベン大会に向けてヨーロッパ以外の海外拠点(米国やNZ、豪州など)も検討していく必要

* JOC認定競技別強化センター

強化拠点については、生活環境の観点が重要。また、代表選手として一貫したトレーニングが可能となるような拠点が必要であり、特に国内での活動では、海の森水上競技場の設備・環境を一段と強化するとともに、より積極的に活用すべき。



代表選手
ヒアリングより

- ✓ SBS:Small Boat Selection(*)については、本当に強い選手が選ばれることになっていないのではないか。
- ✓ 特にSBS後の評価レース(**)では、初めて組むような相手と1~2週間で調整して本来の力を示すことは難しい。
- ✓ 選手の側もSBSに過度に執着してしまう。合宿の段階からさまざまな点で選手を評価して選考した方が良い。SBSを重要視するにせよ、例えば、エルゴスコアなども(SBSでの足切りだけでなく)選考基準とした方がよい。
- ✓ SBS自体でもあまりにシステムチックに代表が決定されてしまっている。レースごとにコンディションも違うので、総合的にみてコーチが決めることにした方がよい。
- ✓ SBSのシングルスカル選考で勝ったからと言ってダブルスカルで勝てるわけではない。もっと早い段階からいろいろな選手の組み合わせを試し、ベストなクルーを選抜してもよかったのではないか。

(*)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上位者を組み替えて編成するダブルスカルでのレースによるシートレース。

代表に選出された選手たちからみても、納得度の高い選考方法とはなっていない

2024年シニアナショナルチーム選考のステップ

- ① 2023年12月16日(土)から24日(日)の間に測定した2000mエルゴの記録提出
- ② 2024年1月27日(土)から2月4日(日)の間に測定した2000mエルゴの記録提出
- ③ 2024年2月15日(木)シニアナショナルチーム選考レース予選タイムトライアル
- ④ 2024年2月26日(月)～28日(水)シニアナショナルチームチーム選考レース(SBS)
- ⑤ 2024年3月5日(火)～6日(水) 強化合宿での評価レース
- ⑥ 2024年4月以降 世界選手権に向けた強化合宿での評価レース

一部所属団体からはSBSへの支持がある一方、(強化合宿に参加せずとも代表選手になれるため)有力選手の合宿参加が必須とならず、一貫したトレーニングが行われない一因となっている可能性がある

強化合宿に全く参加していない選手でもSBSの結果で代表に選出される



代表選手

所属団体と代表チームのトレーニング手法が異なるため、練習量や強度を徐々に上げていくといった一貫したトレーニングができず、この違いのためにコンディションが上がらないまま世界戦にいてしまうといったケースもあった。

- ✓ SBSでは代表になるために個々がライバル意識が高い。この辺りのマインドを変えてチームとして成功するマインドを醸成する必要がある。
- ✓ SBS実施時期の弊害であると思うが、春先から突如組んだクルーでパフォーマンスを世界に通用するものにするには時間的に無理があると思う。



代表コーチ

チームボート(シングルスカル以外)の代表選考におけるSBSについて、選考の納得度やトレーニングへの影響などに課題があり、オープンに挑むにあたり修正の検討は不可避

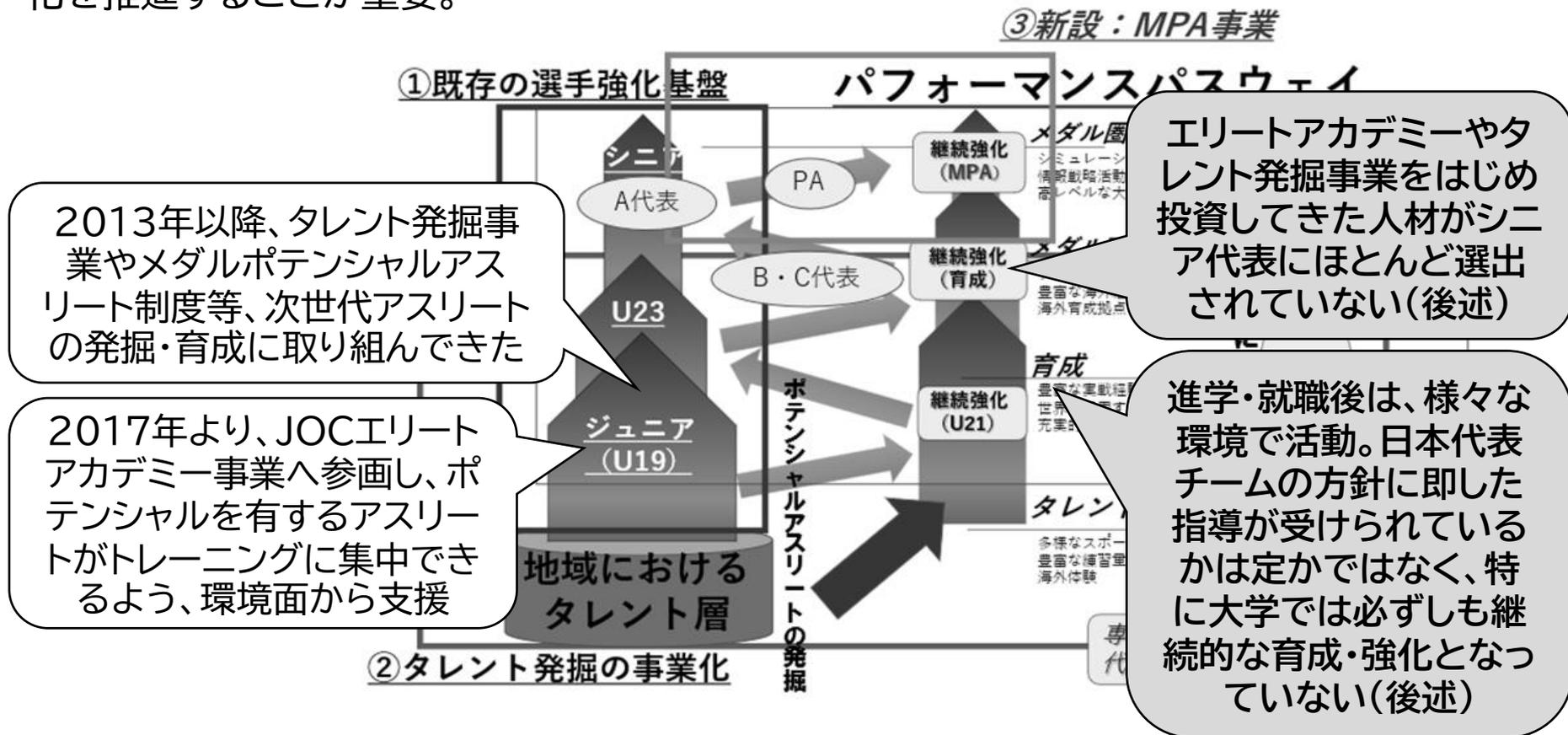
競技成績の振り返り(U23・U19)

オリンピック

		2016	2017	2018	2019	2021	2022	2023	2024
		世界選手権							
	U23 U19	Rotterdam	Plovdiv Trakai	Poznan Racice	Sarasota Tokyo	-	Varese	Plovdiv Paris	St. Cath.
M1X	U23				12位/24			10位/23	20位/23
	U19		20位/37	22位/37	16位/19		27位/29	17位/25	
LM1X	U23	17位/27	24位/34	16位/26	16位/21			16位/20	
W1X	U23						12位/19		
	U19	13位/23		21位/28	15位/19				
LW1X	U23	11位/20	9位/17		13位/15		15位/21		
M2X	U23				13位/13		-	14位/17	
	U19	25位/30		24位/29	23位/24		30位/32	22位/24	16位/19
LM2X	U23	18位/20	9位/22				12位/17		
W2X	U23		10位/14	14位/19					
	U19	21位/23	11位/28	8位/21	18位/22		12位/22	19位/24	
LW2X	U23	14位/17	10位/14		9位/10			9位/12	7位/9
M2-	U23						15位/16		16位/19
LM2-	U23	12位/15							
W2-	U23			15位/15	8位/14				
M4X	U19	23位/24			14位/17			16位/17	13位/14
LM4X	U23		10位/12	8位/12					
W4X	U19	15位/19		17位/17	13位/14				12位/12
LW4X	U23			5位/6					
LM4-	U23	5位/14							

(注)順位の後の数字は参加国数。ハイライトは、**黒色**は最終順位が参加国中の上位2割、**グレー**は参加国中の上位5割に達したものの16

オリンピックなどの国際大会におけるメダリストを育てるためには、一般的には10年以上の育成期間を要するといわれており、加えてローイング競技の特性を踏まえると、体格に優れたポテンシャルのある選手を発掘し、中長期レンジでシームレスかつ一貫性をもった育成・強化を推進することが重要。



JARAでは2014年度以降、アスリート育成パスウェイ体系の充実に努め、各段階で一定の成果をあげてきているが、すべて一貫性について課題が残っている。

タレント発掘・育成事業の収支の推移

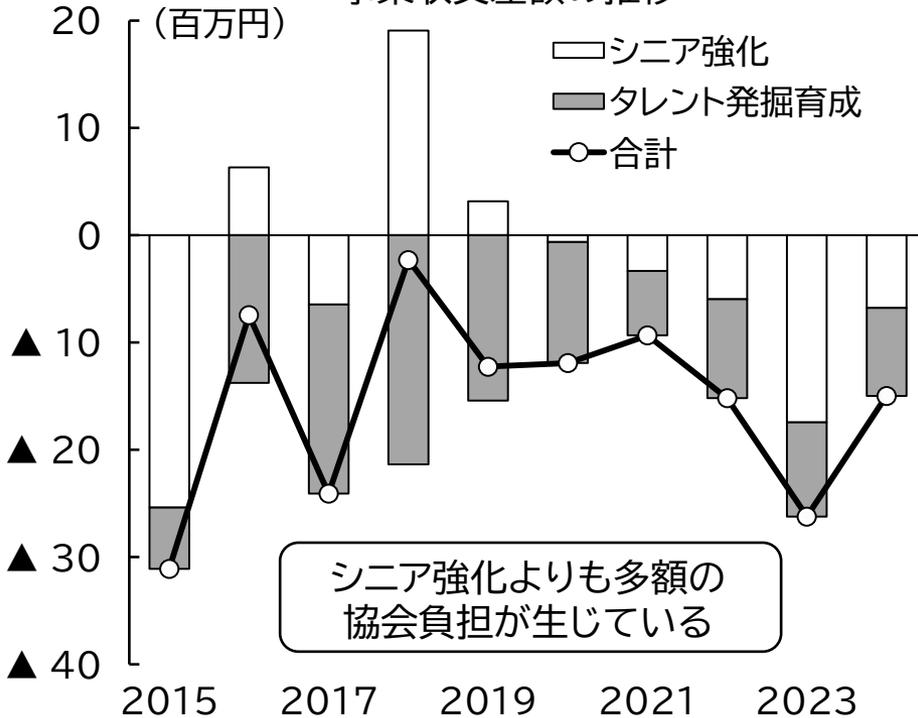
オリンピック

強化・タレント発掘・育成事業の収入・収支(単位:百万円)

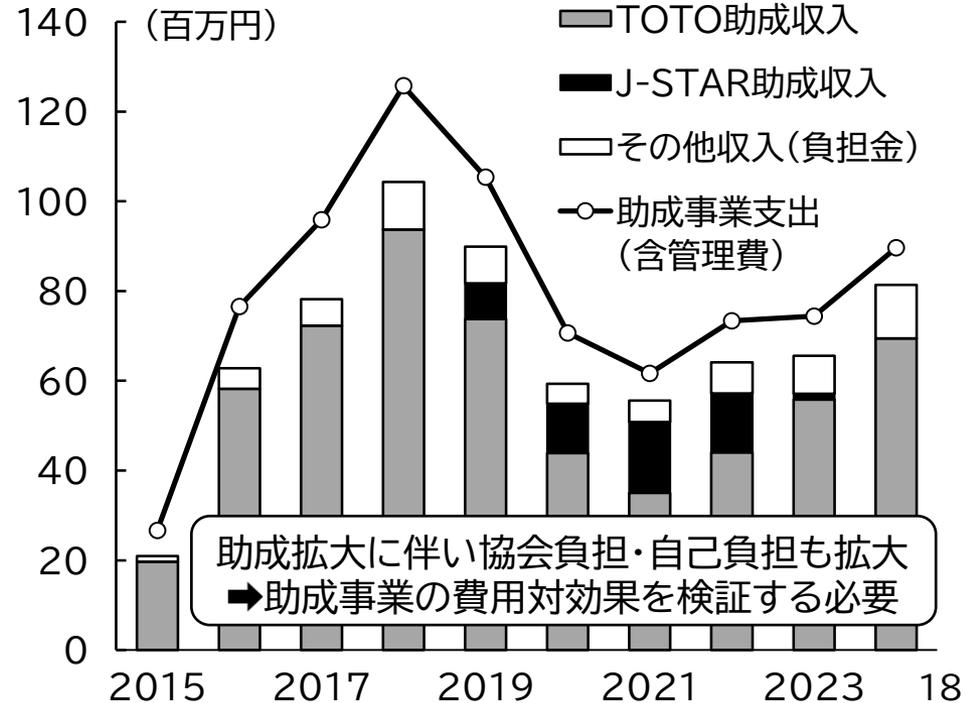
(注)2024年は予算。

		2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	合計
シニア強化	事業活動収入	90	123	136	121	114	50	65	122	99	76	996
	うち補助金	73	107	118	111	102	44	56	71	57	43	781
	事業活動支出	116	117	143	102	110	50	68	128	117	82	1,034
	事業収支差額	▲25	6	▲6	19	3	▲1	▲3	▲6	▲17	▲7	▲38
タレント発掘育成	事業活動収入	21	63	78	104	90	59	56	64	66	81	682
	うち補助金	20	58	72	94	82	55	51	57	57	69	615
	事業活動支出	27	77	96	126	105	71	62	73	74	90	800
	事業収支差額	▲6	▲14	▲18	▲21	▲15	▲11	▲6	▲9	▲9	▲8	▲117
合計	事業収支差額	▲31	▲7	▲24	▲2	▲12	▲12	▲9	▲15	▲26	▲15	▲155
(参考)特定寄付の充当等		22	0	21	0	25	15	20	0	7	2	111

事業収支差額の推移

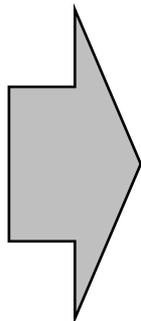


タレント助成収入・支出の推移



	タレント発掘		
	2017	2018	2019
エリートアカデミー	W1		
	M1		
		M2	
		W2	
			W3
タレント発掘認定選手育成選手A	M3		
	M4		
	W4		
	W5		
	W6		
	W7		
	W8		
	W9		
		W10	
		W11	
		W12	
			M5
			W13
			W14

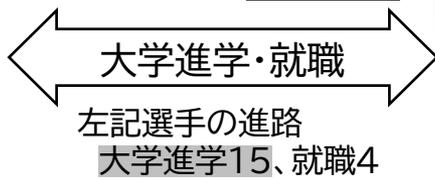
U19世界選手権代表				U23世界選手権代表			シニア
2017	2018	2019		2022	2023	2024	
M3	M1	M7	M10	W8	M11	W24	M16
W15	W1	W2	W18	M8	W8	W25	M17
W4	M4	M2	W19	M1	W23	M12	M18
	M6	M5	W20	W10	M8	M14	W26
	W9	W16	M11	M5	M12	M15	W27
	W10	W17	M12	M9	M13		M19
	W5	M8	W21	M4			W10
	W7	M1	W4	M10			
	W11	M4	W22				
	W12	M9					
		W9					
		W1					
		W13					
		W8					



エリートアカデミー・タレント発掘出身の代表選手に網掛け

エリートアカデミーやタレント発掘出身の選手は、U19代表選手にはなるが、その後、U23の代表にはなりきれていない（そのため、現状ではシニアチームに十分繋がっていない）

世界選手権 LW1X代表

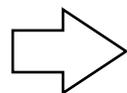


ジュニアの発掘・育成に多額の投資をしてきたが、現状ではシニアチームに十分繋がってはいない。特に大学進学後にも継続して強化することが課題であり、オリンピックでのメダル獲得という最終目標について、ジュニア期から浸透・共有が必要。

- ✓ コーチング体制については、人員不足のため引き続き厳しい状況にあります。
- ✓ 今シーズンは、一部の所属団体よりテクニカルコーチング面での大いなるご尽力、また国立スポーツ科学センター(JISS)からもかなりの人的サポートを頂きましたが、**現在世界のトップレベルで求められているものに対応するには、私達の体制はまだ脆弱すぎるものがあります。**



代表コーチ



一貫したアスリートの発掘・育成・強化を図るためには、JARA主導で次世代のナショナルコーチ候補者の発掘および育成に取り組む必要がある

(先行事例)次世代トップコーチ育成プログラム(2022年4月～)

1. 発掘	<ul style="list-style-type: none"> ・「ナショナルチーム体験プログラム」参加者の公募 ・選考会議により4名を発掘 	将来、ナショナルコーチとして活動する意思を持つ人材を把握するため、公募にて参加者を募った(7名が応募)
2. 検証	<ul style="list-style-type: none"> ・「ナショナルチーム体験プログラム」、実践型学習プログラムの実施 ・参加者本人による適正の見極め 	上記のプロセスにより決定した者を対象に、ナショナルコーチを体験するプログラム(JOCエリートアカデミーのトレーニングへの帯同など)を実施
3. 育成	<ul style="list-style-type: none"> ・「次世代トップコーチ育成プログラム」の実施 ・毎月第2土曜日に勉強会を実施(計30回) 	国際レベルを経験したアスリートをトップコーチや強化の現場をマネジメントする人材に育成する支援のための育成プログラムを実施
成果	・ナショナルコーチを志す3名の人材の発掘・育成に大きく貢献した。	

ナショナルチームコーチを志す意思ある人材を、どのように育成し、どう活かしていくかが問われている

ローイング界に多いとは言えない女性コーチの発掘・育成についても、重点的に取り組んでいく必要がある

1. パリ大会結果について、選手は世界を相手によく健闘したが、目標(決勝進出、メダル獲得)は達成できなかった。特に軽量級種目(LM2×、LW2×)については非常に厳しい結果。世界との差は広がっていると看做ざるを得ず、戦略の見直しが必須。
2. 「フランス式」トレーニングについては、特に育成段階のフィジカル向上の面からは、一定の効果があつたと評価。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。一方、所属団体の一部には十分浸透していないほか、代表チーム内でも「フランス式」の利点・欠点について理解が共通化されず(腹落ちしておらず)、徹底されていたとは言い難い。日本版「フランス式」の構築・浸透が課題。
3. 強化拠点については、練習環境のみならず、選手のメンタル面の問題につながるようなことがないよう、生活環境の観点が重要。代表選手として一貫したトレーニングが可能となるような拠点が必要であり、海の森水上競技場をより積極的に活用すべき。
4. SBS(注)については、所属団体から一定の支持がある一方、代表選手から(チームボートの選考手法として)納得度が低いなどの声が多く聞かれる。SBSでは合宿参加が考慮されないなどトレーニングの一貫性への影響のほか、個の重視が行き過ぎてチームの一体感低下につながっていると指摘もあり、修正の検討は不可避。
5. ジュニアの発掘・育成に多額の投資をしてきたが、現状ではシニアチームに十分繋がってはいない。特に大学進学後にも継続して強化することが課題であり、オリンピックでのメダル獲得という最終目標について、ジュニア期から浸透・共有が必要。

(注)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。 21

1. ロス大会・ブリスベン大会へ向けての競技力の向上、メダル獲得に向け、可及的速やかに新たな次期戦略(特に、ジュニア発掘・強化戦略の再構築)が必要
2. 強化委員会内部にとどまらず専門性の高い人材を活用すべく、JISS以外にも外部連携を強化するとともに、医科学委員会等の知見も十分に活用すべき
3. 総括およびスポーツ団体ガバナンスコードを踏まえ、従来以上に、強化に関する協会内の情報共有を行い、内部関係者の調整のみで意思決定が行われることのないような透明なプロセスにおいて、強化活動を検討する枠組みは必要
4. この10年で強化委員長は4度交代。強化委員会の体制に関わらず継続的な強化活動が行われるよう、協会全体のマネジメントとして強化に関与する(強化を孤立させない)体制の整備を検討すべき
5. 所属団体が日本代表派遣を目指すような環境づくり(強化活動に関するタイムリーな意思決定と所属団体へのフィードバックによるコミュニケーションなど)
6. 海外の動向を踏まえ、コースタルやインドアローイングも視野に入れる必要(今後コースタル/インドア強化を行うにあたり選手層が競合するため、選手が選択しやすい選考が必要であり、また、財政制約も高まることが見込まれる)
7. 広報活動:従来メディア取材に十分対応しておらず、パリ大会報道でも取り上げられなかった。多くの選手が日本代表を目指す意識を作る環境作りが必要

本総括に対し貴重な意見もあったことから、今後の強化戦略策定の参考としたい。

- 自己評価としては、パリ大会に向け試行錯誤してきた結果として、非常にうまくいったこと、成功したことなども多々あり、今回の総括に追記頂きたい内容もある。また、SBSとB・C代表については、これまでに一定の成果があって維持すべきとも考えている。
- 1996年のアトランタ大会に軽量級が導入されて以来、日本は軽量級種目に特化した選手強化を推進してきた。導入後の2000年シドニー大会、2004年アテネ大会ではLM2Xが6位と連続して入賞したがそれ以降は結果が出ていない。今後はオープン種目一本となることから、軽量級導入以降の総括も必要である。
- フランス式については医科学的見地からの理解も必須。今後の選手強化活動においては強化委員会と医科学委員会が密接に連携し、選手発掘からオリンピック選手までを継続的に、フィジカル面でのモニタリングなどを行う必要性がある。
- 以前の強化選手のアンケートで、コーチの選考手法・選考基準の明確化について問題提起があったと思うので、その点も検討事項としてはどうか。海外派遣クルー数が、国際ローイング連盟(World Rowing)加盟国160ヶ国中、参加数ランク2番目(12位~20位)と、世界レベルでみて非常に多いので、その費用対効果の検証も必要。
- 今回の総括は一次情報としても有用。これを契機に、選手強化に関するPDCA(報告-課題分析-改善策の検討-実行)を繰り返して、選択と集中を図るべき。
- クラシックとコースタルのどちらの方が世界で戦えるのか、といった視点も重要。
- 選手強化に向けた事務局の機能強化という観点からの振り返りと検証も必要。

競技成績の振り返り(パラローイング)

パラリンピック

パラローイング競技は2008年北京パラリンピックより正式種目として採用された。2017年には、1000mから健常者と同じ2000mに距離が変更。PR1、PR2、PR3の3つのクラスが設定されている。

世界との差は大きい
が、初の複数クルー
出場を果たし、今後
の競技発展に貢献

PR1M1x総合9位
(過去最高)の成績。
東京大会前からの
強化活動の成果

パリ大会では8位入
賞し過去最高成績で
あったが、世界との
差は詰まらず

	2016	2017	2018	2019	2021	2022	2023	2023	2024
	リオ大会	世界選手権	世界選手権	世界選手権	東京大会	世界選手権	世界選手権	アジア大会	パリ大会
TA Mix2X	12位/12	派遣なし							
PR1 W1X			7位/8	14位/14	11位/12		12位/12	4位/6	
PR1 M1X			15位/19	20位/24		9位/17	棄権	3位/6	8位/11
PR2 M1X			10位/11						
PR3 M2-			4位/5			5位/5			
PR3 Mix4+					14位/18	12位/12		4位/5	

PR1M1x
において銅
メダル獲得

パリ大会出場権は獲得できず。
遠征中のけが・体調不良者が続
出し、体調管理が大きな課題に

(注)順位の後の数字は参加クルー数。

PR1	体幹のスイングとレッグドライブの両方に影響する障がい。2017年以降、胸ベルトの扱い変更、フロート(浮き)の設定などが改定され、レースタイム短縮が加速(同一クラス内での障がい程度差による体幹部の可動域の違いが大きく影響)。
PR2	主にレッグドライブに影響するローイング特有の障がい以下肢を使うスライドシートは使えない。2017年以降、膝ベルトが義務ではなく任意となり、上体(体幹と腕)に加え、残存している下肢機能を上手く使う漕ぎへと変化してきている。
PR3	四肢に障がいがあるが、下肢・体幹・上肢を使いスライドシートを使って漕ぐ。または視覚障がい。パラローイングの中では最も障がいの軽いクラスとなり、世界的にも選手数が多い。PR3 Mix4+は男女2名ずつ、視覚障がいは2名まで。

設定した目標には到達しなかったものの、マイルストーンの地道な達成が、過去最高順位で入賞に繋がったと評価。ただし、PR1男子以外のクラスへは広がっていない

	各時点の目標設定	マイルストーン(強化戦略プラン)		結果	
2022	パリ大会(パラ) 男子決勝(6位)進出 女子出場	世界選手権	12位	9位	達成
		エルゴ数値	7:55	7:47.5	達成
		水上タイム	10:15	10:03.7	達成
2023	パリ大会(パラ) PR1M1xにて 銅メダル獲得	世界選手権	6位	棄権	未達
		エルゴ数値	7:40	7:37.7	達成
		水上タイム	9:40	9:57.29	未達
		アジアパラゲームズ	優勝	3位	未達
2024	パリ大会(パラ) PR1M1xにて A決勝進出 (6位以内)	アジア・オセアニア予選	1位	1位	達成
		パリパラリンピック	A決勝進出	B決勝 8位入賞	未達
		エルゴ数値	7:35	未計測(故障)	未達
		水上タイム	9:30	9:40.52	未達

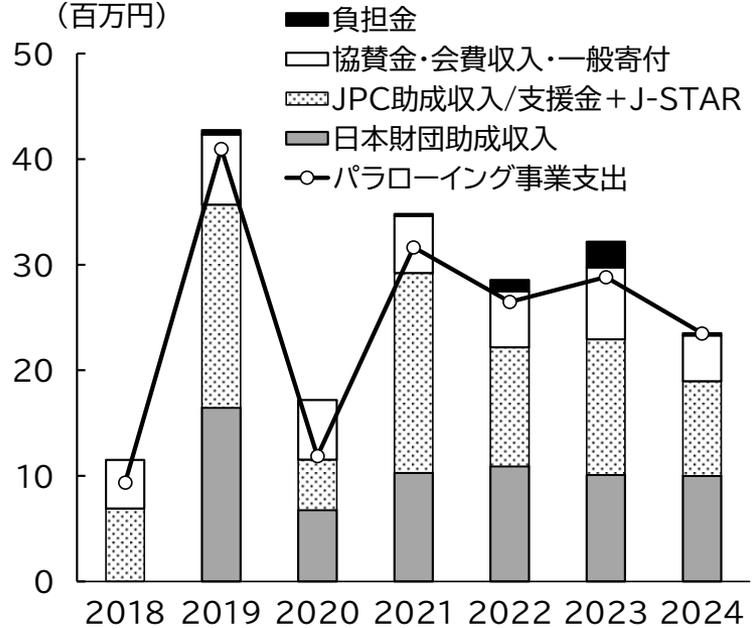
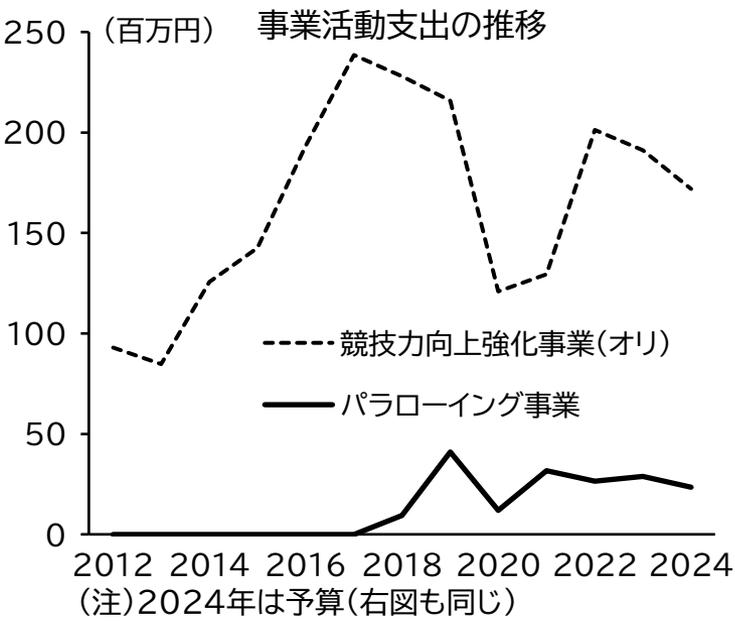
(注)マイルストーンのうち、水上タイムは過去の世界選手権等の国際大会の記録を基に算出したメダル獲得/決勝/順位決定進出ライン。エルゴ数値は2022年現在の世界記録を基準とし、フィジカル強化の向上状況を判断する指標を設定。

持続的な強化活動に向け、選手発掘が最大の課題であり、J-STAR活用だけでなく、競技転向アスリート受け入れのため、他競技との関係構築等に取り組む必要がある

代表選手が強化活動に専念できる環境を作るため、海の森のトレーニング設備やサポート充実、海外選手の利用促進を図るとともに、地方水域の拠点化を進める必要

	強化選手	専任(有償)コーチ	トレーニングへの対応
PR1	3名	不在 ヘッドコーチは実質的にHPD*が兼任	代表選手は地元のコーチがサポート(ボランティア)
PR2	なし		—
PR3	7名		公認指導者有資格者がサポート(ボランティア)

*ハイパフォーマンスディレクター:組織成果最大化のため、ビジネス側を巻き込みながら競技全体の強化促進を図る人材
 (注)強化/普及活動を手伝う・事務作業をするサポートスタッフやマーケティング活動(資金集め)をする人員も不足している



継続的な成果達成のため、コーチ体制の整備が必要。従来ボランティアで対応してきたが、今後は有償コーチ採用含め、選手専任のコーチング体制を整備すべき

