

強化戦略に関する医科学委員会からの提案

1. コンデショニングに関すること

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

2. トレーニングに関すること

- 強化委員会に協力して、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
- FISA コーチングカンファレンスの情報提供（日浦先生）