

〈研究資料〉

トレーナーインターンシップの実施報告

— 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーのカリキュラム改変に合わせた必修化に向けて —

松井健一* 倉持梨恵子** 吉田知史*** 篠原純司**

Report on campus Athletic Training Internship program at the Department of
Athletic Training and Conditioning in Chukyo University

Kenichi MATSUI *, Rieko KURAMOCHI **, Kazushi YOSHIDA ***, Junji SHINOHARA **

Abstract

The Japan Sports Association-approved new curriculum for certified athletic trainers (JSPO-AT) began in the year of 2022. The Department of Athletic Training and Conditioning in Chukyo University was considering making on campus Athletic Training Internship I (hereafter referred to as "internship") compulsory in conjunction with the introduction of the new curriculum from the 2024 academic year. The purpose of this study was to examine the current internship efforts to make better class management and teaching methods for the new curriculum.

We observed fifty-four sophomore and junior intern students who enrolled in the spring semester of the 2023 academic year. The main study topics of the internship were (1) involved in the reconditioning sessions provided by the department of athletics, (2) practice observation of the varsity teams, (3) studying and practicing basic practical skills as an athletic trainer, including lower and upper limbs functional anatomy, cardiopulmonary resuscitation (CPR) and automated external defibrillator (AED), partner stretching, ankle taping, RICE method. (4) passing practicum checkouts, and (5) participation in an internship debriefing session. All students completed all of the five study topics and the program generally operated without major problems.

Through the internship, some of the students commented, "It was a great experience for me to actually see and learn about the realistic work environment, which I could not learn from a textbook, including medical history taking for student athletes. The educational effectiveness of the internship will be enhanced by integrating actual field experience with what is learned in the classroom.

One of the issues to be considered when all students in the department take the internship after the 2024 academic year is that some students may be interested in other types of internships such as strength and conditioning. As a countermeasure, we would like to offer instructional content that can be utilized in the various area of physical training and exercises.

*中京大学スポーツ科学部、**中京大学スポーツ科学部、中京大学大学院スポーツ科学研究科

***中京大学大学院スポーツ科学研究科

抄録

本学スポーツ科学部では2021年度からトレーナー学科を新設し、選択必修科目として「トレーナーインターンシップⅠ（以下、インターンシップ）」を設置した。さらに、2024年度より日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー（以下、JSPO-AT）の新たなカリキュラムを導入することを予定しており、インターンシップの必修化を検討している。そこで、現在のインターンシップの取り組み状況を振り返り、今後のインターンシップ必修化に向けて、より良い授業運営や指導方法に反映させることを本報告の目的とした。

2023年度にインターンシップⅠを履修登録した102名の学生に対して希望調査をし、春・秋学期合計4セメスターに振り分けた。2023年度の春学期には2～3年次学生54名（以下、実習生）が参加した。主な学習項目は、①リコンディショニング実習、②部活動見学、③実践スキル確認試験（以下、チェックアウト）に向けた学習、④チェックアウト、⑤インターンシップ報告会への参加とした。履修者全員が全ての項目をクリアし、概ね問題なく運営された。

インターンシップを通じて、実習生からは「2年生の早い段階で、選手とのコミュニケーションをはじめ、教本では学べないリアルな現場を実際に見て学べたことがとてもいい経験になった。」といった感想が聞かれた。間近で選手指導をしている現場を経験することは、これまで机上で学んできていることが応用へと繋がるきっかけとなると考えられる。

2024年度以降の必修化により、トレーナー学科に所属する全学生が履修する際の検討事項として、JSPO-ATだけではなく、ストレングス&コンディショニング分野に興味を抱いている学生も履修が必須となるため興味の対象となる分野と異なる可能性が生じる。その対策や工夫として、志向は違っていても今後活用できるよう指導内容の準備を進めていきたい。

1. はじめに

1994年より養成を開始した日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー（以下、JSPO-AT）は、2006年に一度カリキュラム改定を行い、その後、「JSPO-ATの資格制度の背景変化」「スポーツ現場のニーズ拡大、求められる役割の変化」「スポーツ現場での誤った認識や指導を支える保険」「コンディショニング技術の高度化、国内専門職の教育高度化、関連資格の多様化」などの社会、スポーツ界の変化を受け、2022年より新たなカリキュラムでの養成を開始した¹⁾。

中京大学（以下、本学）では、スポーツ科学部トレーナー学科において、JSPO-ATの受験資格が得られる養成カリキュラム適応校の承認を受けている。日本スポーツ協会からのカリキュラム改定に応じて本学カリキュラムの改定について検討を重ね、新カリキュラムの導入を2024年度入学生から行う予定で準備を進めている。

JSPO-ATが新カリキュラムへ改定されると同時にコンピテンシーも変更され、1. スポーツ活動中の外傷・障害予防、2. コンディショニングやリコンディショニング、3. プレーヤーの安全管理と健康管理、4. 医療資格者に引き継ぐまでの救急対応、の4つに整理された。これを支える専門知識と実践力を体系的に確保した「スポーツをする人の安全と安心を確保したうえで、パフォーマンスの回復や向上を支援する指導者」がJSPO-ATとされている²⁾。

JSPO-ATのカリキュラムは、公認スポーツ指導者のコーチ³⁾と同等の共通科目の学習に加えて、専門基礎科目と専門科目、そして現場実習によって構成されている。適応校においてはスポーツ現場で実習を経験することがカリキュラムの特徴であり、更に新カリキュラムでは「現場実習で習得すべき技能の明確化とチェックリストによる教育課程内での習得技能の質保証」を求められている。現場実習は、再現することが困難である多様な条件下で応用的に学びのサイクルを身につけることを期待する

ことができ、更には JSPO-AT 有資格者の下で活動することで知識や技能に限らず、倫理観やプロフェッショナルリズムが身につくことも期待されている⁴⁾。

これまで本学では、現場実習の実施場所は体育会各部活動での学生トレーナー活動を中心に、部活動での負傷者が保健センターやリコンディショニングサポートシステムを利用した際の帯同などをしてきた。そのため、部活動に所属しない学生にとって、JSPO-AT が実際にアスリートへアプローチを行う場面を間近で学び取る機会は限られていた。

2021 年度よりトレーナー学科が新設学科として始まり、2022 年度には学科固有の選択必修科目として「トレーナーインターンシップ I (以下、インターンシップ)」が開講された。2022 年度の受講は 20 名程度であり、従来通り、体育会部活動で活動している学生トレーナーを対象に所定の課題を課して認定した。2023 年度よりもう一つの選択必修科目として「ストレンクス&コンディショニングインターンシップ」が同時に開講され、多くの学生が両科目を履修した。そして、2024 年度の JSPO-AT 新カリキュラム導入と同時にインターンシップを必修化することを検討している。講義科目を通じて得られた知識、実習科目で得られた技能、そしてこれらを応用として活用する場面をインターンシップにおいて経験することは、体育会各部活動でのサポート活動だけでなく、トレー

ナー学科の学生としての自己研鑽にも繋がることを期待される。そこで、今後のインターンシップ必修化に向けて、現在のインターンシップの取り組み状況について検討し、今後のより良い授業運営や指導方法に反映させることを本研究の目的とした。

2. 受講者と学習項目

2-1 受講者

2023 年度にインターンシップを履修登録した 102 名の学生に対して希望調査をし、春・秋学期合計 4 セメスターに振り分けた。1 セメスターは 5 週間の活動期間とした。春学期には 2～3 年次学生 54 名（以下、実習生）が参加した。開講に先立ち、インターンシップの概要について履修予定者へガイダンスを実施した。ガイダンスでは、主に今後のスケジュール、心構えや準備などを指導した。

2-2 学習項目について

インターンシップにおける主な学習項目は、①リコンディショニング実習、②部活動見学、③実践スキル確認試験（以下、チェックアウト）に向けた学習、④チェックアウトの実施、⑤インターンシップ報告会への参加、以上 5 項目とした（図 1）。

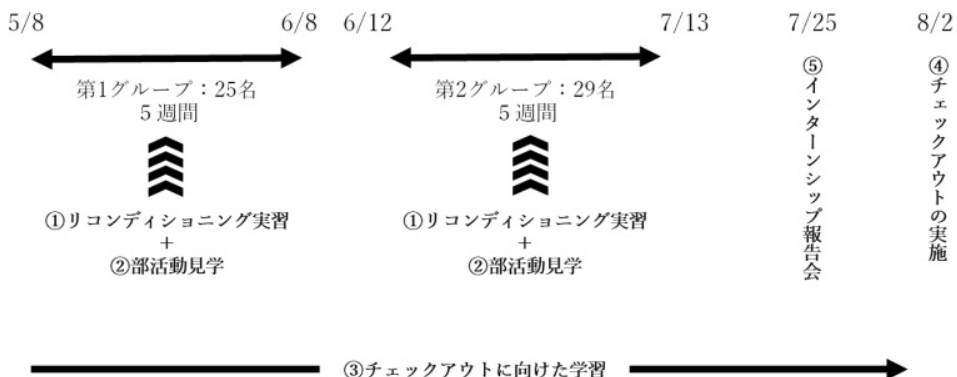


図 1. 2023 年春学期トレーナーインターンシップ I 学習項目のフローチャート

(1) 学習項目①リコンディショニング実習

実習生の活動期間内で計3日間、活動時間は、3時間/日とした。1日に受け入れ可能な実習生は8名までとし、JSPO-AT有資格者(以下、インターンシップ指導担当教員)の3名が担当曜日となる月曜日、水曜日、木曜日に割り振られての活動とした。実習を行う場所は、AT実習室とリコンディショニングルームとした(図2)。毎回の活動後、実習生は所定の書式にて報告書を作成し、当日の指導担当教員への提出を求めた。

リコンディショニング実習については、本学におけるリコンディショニングサポートシステム(以下、RSS)の見学およびサポートを実施した。RSSは、本学スポーツ科学部在籍学生と体育会所属学生を対象に、怪我から競技復帰までをアスレティックリハビリテーション、コンディショニングの側面からサポートするシステムとして展開しているものである。JSPO-AT資格を有する教員3名とスポーツ振興部職員2名が中心となり、怪我の状態の聞き取り、評価、トレーニング指導という流れでサポートを行っている。

(2) 学習項目②部活動見学

インターンシップの活動期間となる5週間のうち、計3回の部活動(本学体育会)見学日を設け、実習生はそのうち1回に参加とした。見学を行う部活動は、予め部長への相談を行い、許可を頂いた。今期は、水泳部、ラグビー部、アメリカンフットボール部、チアリーディング部に協力を頂いた。実習生には事前に希望を募

り、これまでに経験したことがないスポーツや直接見たことがないスポーツへの見学を促し、決定した。

実際に見学をした際には、「日頃は同時刻に部活動を実施しているため、他の部活動を見たことがなく大学に入って初めて」、または「体育会に所属していないため、部活動の練習を見るのは初めて」という実習生が多かった。実習生からは、「新鮮」「参考になった」「見ると面白いのがわかる」「もっと知りたい」という言葉が聞かれた。

見学終了後、実習生は所定の書式にて報告書を作成し、当日の指導担当教員への提出を求めた。

(3) 学習項目③チェックアウトに向けた学習

新カリキュラムの現場実習に関する指針に明記されている、「技能の明確化とチェックリスト」から、スポーツ現場での見学とサポートだけではなく、トレーナーに必要な基礎的実践スキルの修得も求められている。インターンシップでは、基礎的実践スキルを学習するための動画および資料を作成し、実習生が自宅等で閲覧できるようにした。また、学期末にチェックアウトを実施し、学生の理解度および技術の習得について確認を行った。

実習生は、学期末のチェックアウトに向けて動画と資料にて学習し、実習生同士で実技の練習を行った。学習内容は、1)機能解剖(上肢・体幹)、2)機能解剖(下肢)、3)心肺蘇生法、4)ストレッチング、5)テーピング(足関節)、6)応急手当(RICE処置)の6つとし、それ



図2. AT実習室(左)とリコンディショニングルーム(右)



図3. チェックアウトのレイアウトの様子

ぞれの内容に実技が含まれた。

(4) 学習項目④チェックアウトの実施

チェックアウトは、2023年8月2日に実施した。事前に、2人1組に割り振り、定められた時間に集合してチェックアウトを実施した(図3)。チェックアウトの内容は、事前に学習した6項目が対象となり、1人10分間(ペア20分間)で実施した。出題は、下記よりインターン担当教員から出題された。チェックアウトの可否は終了直後に伝え、不合格となった実習生にはその日のうちに再試験を実施した。具体的なチェックアウトの項目を図4に示した。

再試験となった実習生は、全体の1/3程度であった。事前にチェックアウト動画を確認していても、ランダムに出題される機能解剖(触診)では、再試験が多く発生した。ストレッチングやテーピングもしくはRICE処置では、部活動等で日常的に実施している実習生は手順がよく、トレーナー活動に慣れていない実習生では再試験が多かった。

(5) 学習項目⑤インターンシップ報告会への参加

報告会は、2023年7月25日に実施した。春学期に受講した54名のうち50名が出席した。欠席した4名のうち、2名は体調不良、残りの2名は部活動への参加が欠席理由であった。グループに分かれ、インターンシップを経験しての個別発表、疑問や気になる点に対するディスカッションを実施した(図5)。人数は、5～6名を1グループ、計9つのグループとした。

RSSの時間での会話の対象は選手、報告会では会話の対象が同じ立場で過ごしてきた仲間

チェックアウト項目・実施順	試験順(実習生A・B)	評価のポイント			
心肺蘇生法					
開始前指示 ・傷病者発見から開始 ・AEDが届くまで胸骨圧迫は続ける	A-B ※1人ずつ入室	・手順、手技の正しさ ・AEDの操作が可能 等			
ストレッチング(ペア)					
5つより1人1課題を提示 ・肩前面 ・腰背部 ・股関節 ・大腿前面 ・大腿後面	B-A	・課題部位へ実施しているか ・正しい手技か否か ・口頭指示 ・リスク管理			
テーピング(足関節) 応急手当(RICE処置)					
テーピングor応急手当を提示 テーピング 開始前指示 ・ヒールロック型テーピングで巻いてください 応急手当 開始前指示 ・足関節内反捻挫疑いの選手へRICE処置を実施してください	A-B	・3分以内での終了 ・正しい手技か否か ・リスク管理			
機能解剖(上肢・体幹) 機能解剖(下肢)					
課題 10問 (上肢5問/下肢5問) ※選択は右の一覧	同時 ※背中合わせて立つ	・全ての課題部位を正しく触診が可能か			
<table border="0"> <tr> <td>手順 課題部位は自身の身体を触診で示す</td> <td> <p>●(右側)①(右腕伸肘 上肢)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鎖骨・肩関節・肘関節・腕関節・肘関節・手関節・指関節・第一中手骨・手の骨格 <p>●(左側)②(左腕伸肘 上肢)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鎖骨・肩関節・肘関節・腕関節・肘関節・手関節・指関節・第一中手骨・手の骨格 </td> <td> <p>●(右側)③(右腕屈肘 下肢)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・股関節・膝関節・足関節・足底筋・アキレス腱・アキレス腱・アキレス腱 <p>●(左側)④(左腕屈肘 下肢)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・股関節・膝関節・足関節・足底筋・アキレス腱・アキレス腱・アキレス腱 </td> </tr> </table>			手順 課題部位は自身の身体を触診で示す	<p>●(右側)①(右腕伸肘 上肢)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鎖骨・肩関節・肘関節・腕関節・肘関節・手関節・指関節・第一中手骨・手の骨格 <p>●(左側)②(左腕伸肘 上肢)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鎖骨・肩関節・肘関節・腕関節・肘関節・手関節・指関節・第一中手骨・手の骨格 	<p>●(右側)③(右腕屈肘 下肢)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・股関節・膝関節・足関節・足底筋・アキレス腱・アキレス腱・アキレス腱 <p>●(左側)④(左腕屈肘 下肢)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・股関節・膝関節・足関節・足底筋・アキレス腱・アキレス腱・アキレス腱
手順 課題部位は自身の身体を触診で示す	<p>●(右側)①(右腕伸肘 上肢)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鎖骨・肩関節・肘関節・腕関節・肘関節・手関節・指関節・第一中手骨・手の骨格 <p>●(左側)②(左腕伸肘 上肢)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鎖骨・肩関節・肘関節・腕関節・肘関節・手関節・指関節・第一中手骨・手の骨格 	<p>●(右側)③(右腕屈肘 下肢)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・股関節・膝関節・足関節・足底筋・アキレス腱・アキレス腱・アキレス腱 <p>●(左側)④(左腕屈肘 下肢)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・股関節・膝関節・足関節・足底筋・アキレス腱・アキレス腱・アキレス腱 			

図4. チェックアウトの実施内容と流れ

へと変化しており、インターンシップの時間で見え感じ取った他人の感想を聞く時間は学生には好感触のようであった。また、同じトレーナー学科ではあるものの、会話をすることがない学生が多くいた。こうして、インターンシップという時間を通じて、授業や進路、部活動などに対する自由な情報交換の場は貴重な時間と



図5. 報告会の様子

なっていた。

3. インターンシップから得られたこと

3-1 実習生の受講状況

全ての受講生が予定された学習項目をクリアした。2022年度の受講生は日頃から体育会各部活動で学生トレーナー活動に参加している学生であったが、今年度は日頃トレーナー活動に従事していない学生も多かった。実践的な内容に対する経験の差や、受講態度への影響が懸念されたが、概ね問題なく実施することができた。2022年度は通年で20名程度の履修者であったのが、2023年度は春学期のみでも倍以上の実習生に人数を拡大できたことは、リコンディショニングルームが新たに設置され、AT実習室とともに2つの部屋を使用することで、RSS活動時の活動場所を分散できたことも要因となった。

3-2 教育目標に対する達成度

本学のRSSについて、この取り組みを知らない実習生も多かった。特に体育会部活動で学生トレーナーとして活動している実習生にとってインターンシップを通じてRSSに触れる機会となったことは、今後、RSSと体育会部活動、インターンシップ指導担当教員と学生トレーナーとの連携強化への足掛かりとなると考えられる。また、トレーナー業務の理解や指導力の基礎を育成するという点では、RSSに訪れる選手との距離感や会話、実際のトレーニング指導などを通じて実習生がそのやり取りを間近で学び取り、日常の実践へと活用できる気づ

きとなったと考えられる。報告会でも、「普段トレーナーがどのような仕事を行っているのか、選手との関わり方などを知ることができた」、「現場を近くで見ることで新しい発見や意識の仕方などを身につけることができた」という声が挙がっており、相手との距離感といったコミュニケーションに繋がる部分、知識や技術などの基礎の部分と同時に学ぶことができていた様子を窺えた。

3-3 実践的な場での教育の有効性

実習生が、インターンシップを経験することで、今後のトレーナー活動に対する意義や価値を見出すきっかけとなることも期待できるかもしれない。笠原ら⁵⁾は、在学中にアスレティックトレーナー教育を受けた者の進路および、その活動が卒業後に活かされているかを調査している。進路には、アスレティックトレーナー関連職以外に教員、一般企業会社員が多く、本学の進路とも類似している⁶⁾。アスレティックトレーナー教育の中で学びとなったことでは、課外活動、トレーナー組織での勉強会、トレーナーや医師による相談業務、リコンディショニングサポート、学内部活動でのトレーナー活動が多く、今回のRSSの見学及びサポートは現在に限らず、この先のキャリア形成に繋がってくるのではないかと期待できる。

実習生からは、「2年生の早い段階で、選手とのコミュニケーションをはじめ、教本では学べないリアルな現場を実際に見て学べたことがとてもいい経験になった」「現場を近くで見ることで新しい発見や意識の仕方などを身につけることができた」「トレーナーになる上での必

要なことを学ぶことができた」「選手とのコミュニケーションが大切で、ケガの状態などから、練習方法や、ケアの仕方などを考え、選手に伝える必要があると感じた」といった感想が多かった。2年生になり、部活動での責任ある立場での経験が増えることで、日頃の悩みや行き詰まりもあると想像でき、インターンシップの機会が悩みを解消する役割を果たすことも期待できる。RSS への相談に訪れる選手は、競技復帰に難渋しているケースが多く、心理的サポートも必要になる。このことは、学生トレーナーにとっても体育会活動で日々対峙している選手への対応策の参考になったと考えられる。体育会活動で外傷・障害を負った選手への対応や、外傷・障害予防のための対策、コンディショニングの最前線に立っているのは、学生であることが多い。インターンシップという機会を通じ、直接指導できる機会を早い段階で設けられることは、その後の実践現場での活動に対する教育効果に繋がると同時に、教員にとっても学生との対話を通じて日頃の活動の様子を知る好機にもなった。

また、部活動見学においても「今まで関わってこなかったスポーツを見学でき、スポーツ現場の実際を見ることで学びに繋がった」という声は多く、普段とは違う競技を見学することで部活動へ活用できるアイデアが浮かぶことや、発見することになったと考えられる。

3-4 今後の課題と展望

実習生の中では、内容は十分に満足を示しているものの難易度がかかなり高く感じていた学生も多くいたようだった。RSS の見学とサポートでは、身体評価、トレーニング指導などの実施内容に対する理解、解剖学や外傷・障害の理解、競技特性などの知識が必要となってくる。それら全てを、予め理解しておくことは困難であるが、トレーナーとして現場活動の経験値に差があることをインターンシップ指導担当教員も認識しながら実習生に応じた指導やフォローアップも必要となる。

また、報告書などの資料からも、部活動に所

属しているか否かにより経験の差や視点、積極性にも影響している様子が窺えた。インターンシップをきっかけに、部活動に関わる人材を育成することも将来的に必要であると思われる。

カリキュラムの観点からみると、1年次には解剖・生理学、トレーナー概論、スポーツ救急処置、2年次では機能解剖学、スポーツ医学、トレーニング論、コンディショニング論といった理論を吸収することになり、3年次以降では応用科目や展開科目として専門性の高い実習や演習が主となる科目が配置されている。学んできた理論を、どんな状況でどのように活用するのか、インターンシップが応用へ繋げる材料となることも期待できる。

今後、インターンシップが必修化することになれば、トレーナー学科に所属する全学生が履修することになる。全学生が受講することは、RSS への理解を図り、部活動に所属する選手への選択肢を広げることに繋がり有効なものとなる。その反面で、JSPO-AT への関心だけではなく、ストレングス&コンディショニング分野に興味を抱いている学生も履修が必須となるため、興味の対象となる分野と異なる可能性が生じる。2022年度、2023年度には JSPO-AT への関心が高い学生が履修を行っていたことを考えると、科目の運用方法、特に内容についてはどのような志向を持った学生にも履修している意味のある時間となるよう、今回の実施状況を踏まえ整理して準備を進めていきたい。

謝辞

本科目の運営について、ご協力をいただいた関係者の皆様に心から感謝申し上げます。

参考文献

- 1) 日本スポーツ協会. ATカリキュラムの改定について, <https://www.japan-sports.or.jp/coach/tabid1344.html>. (2023年9月1日閲覧)
- 2) 公益財団法人日本スポーツ協会. 公認アス

レティックトレーナー専門科目テキスト
[2022年カリキュラム対応] 第1巻アスレ
ティックトレーナーの役割. 第1章日本ス
ポーツ協会公認アスレティックトレーナー
(JSPO-AT) とは:2, 株式会社文光堂,
2022.

- 3) 日本スポーツ協会. スポーツ指導者養成講
習会 コーチ3, <https://www.japan-sports.or.jp/coach/tabid210.html>. (2023
年9月1日閲覧)
- 4) 公益財団法人日本スポーツ協会. 公認アス
レティックトレーナー専門科目テキスト
[2022年カリキュラム対応] 第1巻アスレ
ティックトレーナーの役割. 第1章日本ス
ポーツ協会公認アスレティックトレーナー
(JSPO-AT) とは:16-20, 株式会社文光
堂, 2022.
- 5) 笠原政志, 山本利春, 阿久津洋介. スポー
ツ医科学サポートを通じたアスレティック
トレーナー教育経験者の進路と社会人基礎
からみたその教育的意義. 日本アスレ
ティックトレーニング学会誌 2 (1): 51-
57, 2016.
- 6) 中京大学. 進路, https://www.chukyo-u.ac.jp/public_information/a7.html. (2023年11月20日閲覧)