

【研究資料】

モンゴル国立体育大学における アスレティックトレーニング教育支援

—JICA 短期ボランティアとして—

櫻井 規子

日本体育大学アスレティックトレーニング研究室

Support of athletic training education at Mongolia National Institute of Physical Education

—As a JICA short term Volunteer—

Noriko SAKURAI

(Received: October 29, 2014 Accepted: March 3, 2015)

Key words: Athletic training, Mongol, JICA, Volunteer

キーワード: アスレティックトレーニング, モンゴル, JICA, ボランティア活動

1. はじめに

本学は幅広い視野を育むために海外研修, 交換留学, 国際的なスポーツ交流を積極的に行っている。毎年, 多くのクラブ・サークル等が海外を訪れ, 合宿や試合, 研修などの実施や外国人アスリートの受入を行っている。また, ドイツスポーツ大学ケルン (ドイツ) をはじめ, 北京体育大学 (中国), 慶熙大学校 (韓国) の3校と既に国際交流協定を結んでいたが, 平成22年11月に第4校目となるモンゴルを代表する体育大学のモンゴル国立体育大学と「両国, 両大学の学術およびスポーツ交流の促進と発展」を目的とし新たに交流協定を結んだ。モンゴルには体育, スポーツの指導者を育成する大学が公立, 私立合わせて5校あるが, モンゴル国立体育大学は1997年からスポーツリハビリテーション指導学科を設置し, モンゴル国内で唯一アスレティックトレーナーに近い人材の育成を行っている大学である¹⁾。

今回, モンゴル国立体育大学へJICA短期ボランティアとして派遣された経緯は, 平成25年8月, 日本体育大学理事長がモンゴルへ訪問し, 故モンゴル国立体育大学前学長と面談した際, モンゴルの大学教員に対して日本のスポーツリハビリテーション (アスレティッ

クトレーニング) の指導法及び同分野で働く社会人向けの講習会を大学スタッフと協働で実施して欲しい旨の依頼を直接受けたことが始まりである。その後, 同年9月, モンゴル国立体育大学より独立行政法人国際協力機構 (以下 JICA) へ日本のアスレティックトレーナーの派遣を依頼する手続きがなされた。これに対し同年12月, 日本体育大学理事長, 学長より派遣要請が本学アスレティックトレーニング研究室にあり, 派遣要望条件に合致する人材として JICA 平成25年度第4回募集に応募し, 平成26年6月に書類, 面接等すべての選考が終了し派遣が正式に決まった。本学において現職の教員が JICA のボランティアとして海外に派遣されることは初めてのことであり, また, JICA においてもアスレティックトレーナーの海外派遣事業は初めての試みであった。5日間の研修を終え, 平成26年8月18日から9月29日まで JICA の短期派遣ボランティアとしてモンゴルの首都ウランバートル市に滞在, 8月25日より9月26日までモンゴル国立体育大学に赴任し活動を行ってきた。

今回, モンゴルにおいてアスレティックトレーナーとしてアスレティックトレーニングに関する教育支援を行ってきたので, ここに報告する。

2. モンゴルの概要

モンゴルは、ユーラシア大陸の内陸部にあり、海洋から遠く離れている。面積は156万4,100 km²で、日本の約4倍であり、北はロシア、東から南にかけて中国と接している。気候は、大陸性気候であり、酷寒、極乾燥が特色で、年間を通じ雨量が少ない。気温が最も高いのは7、8月で平均最高気温は34.5℃にもなるが、1月は最も寒く-38.6℃と非常に寒い。人口は286万8,000人で、人口密度が1.5人/km²と世界の中で最も低い国である。しかし、人口のおよそ半数近くが首都ウランバートルに集中しており、世界的に見ても都市への人口集中が高い国である。公用語はモンゴル語である^{1,2)}。また、1990年代前半に社会主義体制から自由経済へ移行し、社会体制は大きく変わりつつある。

首都ウランバートルは、四方を山に囲まれた標高1,351 mの盆地に位置している。面積は、約4,704 km²で、モンゴル総人口の約1/2 (1,287,100人)が居住している³⁾。街の東、南地区にはたくさん的高層住宅が建てられているが、北や西の地区では上下水道も敷設されていないゲルが乱立しており、貧困差が目立つ。

3. モンゴル国立体育大学の紹介

1) キャンパス周辺環境

モンゴル国立体育大学は、ウランバートルの町の中心から約1.5 km、車だと5分弱、徒歩では20分弱と中心街から近く、周辺には飲食店や商店もたくさんあり賑わったエリアに位置していた。

2) 施設・設備

大学のキャンパスは5階建てで、1、2階は校舎の半分を英語学校が使用しており、1、2階の半分と3、4、5階が大学の校舎として使われていた(図1)。1階にはス

ポーツリハビリテーション指導学科が使用する実習室と教室、スポーツドクターが開院しているケアルーム、フィットネスルーム、食堂、売店があり、2階には体育館が、3階以上は教室、図書館、研究室となっていた。教室は全部で20室あり、体育館はバスケットボール、バレーボールができるものが一つ、その他、キャンパスから徒歩5分ほど離れたところに柔道場、レスリング場、エアロビクス場があった。

フィットネスルームは、ランニングマシンが2台、ベンチプレス台が1台、ホーム用マルチマシンが1台、バランスボールが2個とシンプルなものであった。

ケアルームは、スポーツ医学研究室の教員(医師)が常駐しており、ロシア製や中国製の物理療法器機や衛生材料等が揃っていて、学生はこちらで医師によるチェックと治療、リハビリなどを行っていた。

運動施設については、体育館は体育大学としては驚くほど小さく、床もかなり老朽化していた。また、一つしかないため多くのクラブが月に1回開かれる会議によって使用日時を振り分けて使用せざるを得ないという環境であった。柔道場は1面しか取れない狭さのため、選手は各々外部の練習施設へ行き、稽古しているとのことであった。レスリング場は2面あり、いずれもビルの地下にあるが換気施設が整っており、シャワールームも完備されて比較的快適な環境であった(図2)。エアロビクス場は柔道場、レスリング場と同じところにあり、十分な広さが確保されているとは言えないまでも専有の練習場があるという点では恵まれている環境であった。

教室は、長机が並んでおり、壁には多くの展示物が貼られていた。各教室にはホワイトボード、プロジェクターが設置されており講義を行うには十分な施設であった(図3)。

図書館は、約10,000冊の蔵書があり、学生の閲覧席は150席用意されていた。



図1 校舎外観



図2 柔道、レスリング場



図3 教室

3) 学生とキャンパスの雰囲気

現在、約900名が在籍しており、教員数は40名。体育理論・方法論学科、伝統スポーツ・プロスポーツ学科、スポーツリハビリテーション指導学科の3学科に分かれている。

クラブ活動は、柔道、レスリング、モンゴル相撲、サンボ、エアロビクス、ボディビルディング、山岳、バスケットボール、バレーボール、陸上、サッカー、ボクシング、射撃があり、陸上や柔道などは障害者スポーツにも力を入れていた。

学生たちはとても明るく、廊下ですれ違うと担当外の学生でも気軽に挨拶をしてくれ、中には日本語で挨拶をしてくれる学生もおりととても友好的であった。クラスの雰囲気は男女混合クラスで、男女ともに仲が良く、積極的に授業に参加する学生が多かった。

また、学生の約半数はすでに子供を有しており、女子学生にいたっては妊娠中や、産休明けの者もあり、20代前半で出産することが多いというモンゴルの出産事情を考慮して母親と学生を両立しながら勉強できる環境が大学内で整えられていた。

卒業後の進路は、70～80%がスポーツの指導者、その他体育教員、インストラクター、病院での運動指導者などそれぞれの出身地に戻り就職するとのことであった。

4. 教育支援内容

モンゴルでは、民族スポーツ大会ナーダムで行われる「男の三種の競技」といわれる伝統スポーツ（相撲、競馬、弓射）^{5,6)}だけでなく、国際大会において多くのメダルを獲得しているレスリング、柔道、そして近年では指導者として日本人ボランティアによる支援も行われているバスケットボール、バレーボール、サッカーなど多くのスポーツが盛んに行われている^{1,6)}。モンゴル国立体育大学にも、多数クラブが存在しており、ス

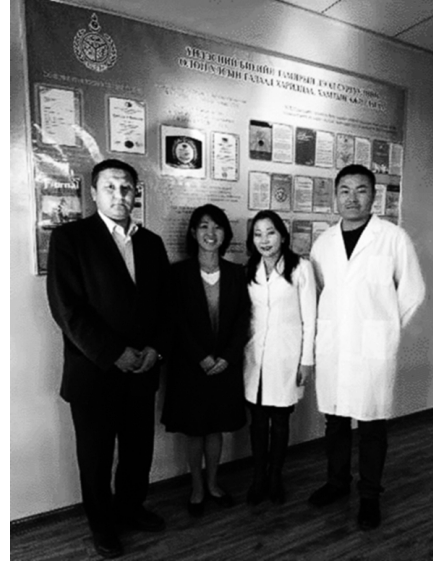


図4 スポーツ医学研究室のスタッフ

ポーツによるケガも多く発生している。しかし、スポーツ現場での応急処置や、アスレティックリハビリテーションの指導、ケガの予防法といった知識や技術は普及しておらず、指導できる専門的な人材も不足している¹⁾。そこで、将来指導者や教員を目指す学生たちにこのような知識、技術を与えたい、またこの分野の専門家としてアスレティックトレーナーを育成したいとモンゴル国立体育大学の前学長をはじめとする教員が考え、今回の派遣依頼が起こった。

しかしながら、赴任後、多くの方々とお会いする中でモンゴル国内ではアスレティックトレーナーというものの認知度はほとんどなく、知識、技術を伝えることの前にその役割や存在意義について紹介する必要がある、まずそこから始めることとなった。

1) スポーツ医学研究室のスタッフについて

今回、スポーツリハビリテーション指導学科のスポーツ医学研究室が私の配属先であった。現在、スポーツ医学研究室には4名在籍しており、その内訳は学科長（男性）1名、その他教員3名（男性2名、女性1名）、医師は学科長を含み2名である（図4）。

カウンターパートの学科長は、医師免許取得後14年目の外科系医師で、自身も障害者柔道のナショナルチームドクターを経験しており、アスレティックトレーナーの役割や必要性、他業種との違い等を最もよく理解している教員である。また、若手教員の二名はとても熱心で、学生と一緒に全ての授業に参加し、1ヶ月という短期間に自分たちも多くのことを吸収しようと一生懸命に学び、協力してくれた。

そして、平成24年度1年間本学に留学し、在籍中はトレーナー研究会でアスレティックトレーニングにつ

いて勉強していたモンゴル国立体育大学の卒業生で、このスポーツ医学研究室の卒業生が今回アシスタントとして私の全実習に参加し、サポートをしてくれた。

2) 対象学生

今回はスポーツリハビリテーション指導学科の2年生と4年生、他2学科の4年生（格闘技クラス、教職クラス、球技クラス）の5クラスを対象に、各クラス週1回の授業を3週間行った。

スポーツリハビリテーション指導学科の学生は、リハビリテーションや運動指導といったスポーツと医学分野の内容を勉強し、保健体育教員の資格は取れない。

卒業後の進路として、これまでは一般病院のリハビリテーション室や特別支援学校の運動機能訓練室で運動指導者として活躍してきた。しかし、近年、理学療法士の養成校ができ、国家資格を持つ理学療法士が入ってきたことから、医療資格のない彼らの就職先が激減してきた。これから自分たちの特色を生かすどのような分野で活躍していけるのかと模索中のところ、アスレティックトレーナーという職種を知る機会を得た。この分野で自分たちが活躍することにより、モンゴルのスポーツを広く支えることができると期待し、積極的に授業に参加してくれた。

3) 大学での授業

着任後、1週目はカウンターパートとどのような内容について授業を展開していくかということ話し合い、翌週より授業が開始された。1回目はアスレティックトレーナーの役割とスポーツ現場での応急処置について、2回目はテーピングについて、3回目はストレッチングについて行った。授業は180分間とし、前半90分は講義形式で理論を、後半90分は実技実習を行った。授業は現地大学が日本語を話せる通訳を用意してくれ、事前に日本語で作成した資料をモンゴル語に翻訳し、とてもスムーズに進めることができた。また、実習アシスタントとして参加してくれた卒業生は、技術的な指導だけでなく、通訳がうまく訳せない専門的な表現を伝えてくれとても助かった。

用品に関しては、アイシングの実習では、モンゴルには冷やすという習慣が無いのももちろん学内に製氷機もなく、その都度スーパーで氷を購入し、実習を行った(図5)。テーピングテープはモンゴル国内ではほとんど手に入らないため、カウンターパートが用意してくれたものはキネシオテープのみであった。日本ではまずホワイトテープから練習を始めることが多いので、日本より持参したものでデモンストレーションを行い、学生にはキネシオテープの使用法を紹介し実習を行った。しかし、モンゴルで手に入らないものば



図5 アイシングの実習



図6 テーピングの実習

かりを練習するのは現実的ではないので、テーピングの代用品となるようなものを現地ドラッグストアへ行って探し、バンテージや医療用絆創膏などを用いた固定法を実習した(図6)。今回の授業に対しすべての資料を現地大学が何不自由ない数量準備してくれたことは、「すべての学生たちに触れさせ、体験させたい」という大学の強い気持ちによるものだと考えられた。

学生にとって授業で聞くこと、見るもの、触れるものがすべて初めてのものばかりであったので、目を輝かせて、食い入るように授業を受ける姿はとても新鮮であった。

文化、習慣の違いや手に入る資材の問題もあり、今の日本のやり方全てをそのまま受け入れてもらうことは不可能であり、モンゴルの現状で限りなく日本に近い形で実施できる方法を学生たちと一緒に考えた。学生たちはアイシングやテーピング、ストレッチングなど今まで行ってこなかったものの必要性をしっかりと理解し、なんとか実施できる方法を工夫し、伝えてくれ



図7 スポーツリハビリテーション指導学科の学生たち



図8 講習会参加者の皆さん

た。これはモンゴルの文化や習慣を知る上でとてもいい経験になった(図7)。

全ての授業にスポーツ医学研究室のスタッフが出席し、一緒に授業をサポートして頂いた。また、他の教科の教員も時間があれば出席し、学生たちと一緒に講義を受け、実習にも参加してくれた。現地 JICA のスタッフが視察に来た際も、現地の教員が複数参加している様子を見て、他のボランティア活動先ではほとんど見られない光景だと驚いていた。

このように現地大学側が全面的に今回の活動に対し、準備し協力してくれたことは、彼らのアスレティックトレーニング教育に対する熱い思いの表れであると考えられた。

4) 学外対象の講習会の実施

活動最終週には卒業生や大学外の関連職種の方々、他大学の教員や学生を対象に講習会を実施した(図8)。平日にも関わらず約30名が参加し、アスレティックトレーナーの紹介と学生たちに行った授業全てをコンパクトにまとめた内容を半日で行った。限られた時間の中でたくさんの内容を通訳を介し行うことは、とても難しかった。

5) クラブ活動のサポート

赴任中に2つのクラブの活動のサポートを行った。ひとつはテコンドービクスといて、テコンドーの運動要素とエアロビクスが一緒になったもので、かなり運動強度が高い競技である。このクラブは海外遠征もするなど大学が力を入れているクラブの一つである。こちらでは膝関節や足関節の損傷が多かった。もうひとつはモンゴル相撲で、肩関節と肘関節、膝関節の損傷が多かった(図9)。どちらも状態を評価し、適切なテーピングやケア、またアスレティックリハビリテーションについてアドバイスを行った。

6) その他の活動

着任した翌日に女子レスリングのナショナルチーム合宿へ連れて行ってもらった。広い草原の中に合宿施設があり、そこでも選手のケガの評価と、テーピング、ケア、アスレティックリハビリテーションについてアドバイスを行った。こちらではチームに帯同しているドクター、看護師、コーチなどから多くの質問があり、テーピングの巻き方、ケガの予防法などについて話すことができた。

モンゴルのトップチームの活動を見学できただけで

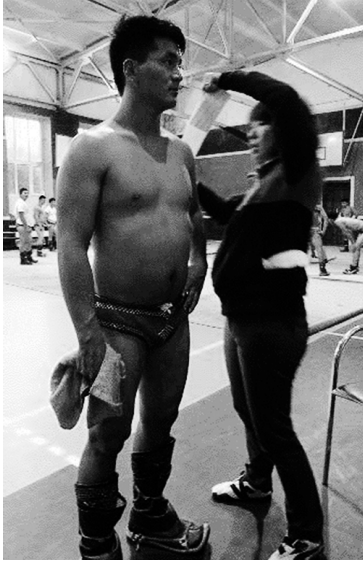


図9 モンゴル相撲のサポート



図10 スポーツ学校

なく、スタッフとディスカッションする時間や実際にサポートさせてもらえる機会を与えて頂けたことに深く感謝している。

また、国立のスポーツセンターへも連れて行ってもらい、小学4年生から入学できるスポーツ学校や各競技団体の練習施設、メディカルセンターなども見学させていただき、モンゴルにおけるスポーツ医科学サポートの現状など様々なお話を伺うことができた(図10)。

5. アスレティックトレーニング教育支援活動を終えて

今回のようにその国に住み、現地の人たちと生活を共にし、言葉の通じない同僚たちと一緒に活動することは予想していた以上に容易なことではなかった。

今回はJICAにとってアスレティックトレーナーのボランティア派遣は世界で初めてということもあり、「1ヶ月という短期間なので大きな成果は望まない、現状を見てきて欲しい」ということばに少しホッとして

出発したが、いざ赴任してみると現地の皆さんの熱い思い、学生たちの輝いた目に「なにか一つでも残して帰りたい」という気持ちになった。

離任の際に、現地大学の学長から「モンゴルのスポーツ界にアスレティックトレーナーという存在を知らすことができたというあなたの功績は大きい」と言われたことは、日本体育大学の教員としてモンゴルにおけるアスレティックトレーニング教育に足跡を残すことができたと考えられる。

何でも必要なものが手に入る環境で活動することが多かった今、途上国において、その国の文化・習慣に合ったやり方で、入手できる資材を使って、同程度の効果を出すということを考えることができたのはとてもいい経験になった。

今回の活動を通じ、1ヶ月半という短い期間であったが色々な価値観を変える必要もあり、現地の方々から影響を受けたことは数えきれない。その中で、一緒に活動したスタッフ、学生をはじめ多くのスポーツに関わるモンゴル人とアスレティックトレーナーをモンゴルに普及させたいという同じ気持ちになれたことは、モンゴルへ行き活動して良かったと思えることである。

そして、本学で1年間学んでいた卒業生が実習のアシスタントをしてくれたが、ともに授業を展開していく中で、彼が本学で得たものは知識・技術だけでなく、気配りや目配りといったアスレティックトレーナーに最も必要な要素をしっかりと身に付けていたことを確認することができた。

今後モンゴルでアスレティックトレーナーを育成していくためには、継続してボランティアの派遣が必要であるが、今回の派遣要望条件(体育系大学卒、日本体育協会公認アスレティックトレーナー、指導経験3年以上)と同等では継続的な派遣、人材確保は非常に厳しい。そこで現地大学のスタッフや学生、またモンゴルの体育、スポーツの指導者などが日本へ来て学べる環境を整備していくことも同時に進めていく必要があると考える。

6. 終わりに

JICAのボランティアとしてモンゴルへ体育教員、スポーツ指導者、柔道整復師、理学療法士などが継続して支援を行っており、それぞれの分野で成果を上げている⁷⁻¹⁰⁾。そして、今回初めてアスレティックトレーナーが派遣され、現地で活動を行った。やっとアスレティックトレーナーの養成へ一歩を踏み出せたが、現在継続的な支援はできていない。しかし、いつの日かモンゴルのナショナルチームにアスレティックトレーナーが帯同することを期待し、今後も有益な交流、支援を継続していく必要があると考える。

謝辞 貴重な機会を与えてくださった国際協力機構、モンゴル国立体育大学、本学理事長、学長に感謝するとともに、本稿作成に当たりご指導を賜りました本学アスレティックトレーニング研究室河野徳良先生に感謝いたします。

参考文献

- 1) ツェ・オルホントヤ. モンゴル初! アスレティックトレーナーの誕生に向けて. JICA 世界 HOT アングル. <http://www2.jica.go.jp/hotangle/asia/mongolia/001257.html>, (参照 2015-02-05).
- 2) 「地球の歩き方」編集室, 地球の歩き方 モンゴル 2013～2014 年版, 改訂第 14 版, 132-133, 株式会社ダイヤモンド・ビッグ社, 東京, 2013.
- 3) 独立行政法人 国際協力機構, 短期滞在者用国別情報, 1-2, 2012
- 4) 「地球の歩き方」編集室, 地球の歩き方 モンゴル 2013～2014 年版, 改訂第 14 版, 38, 株式会社ダイヤモンド・ビッグ社, 東京, 2013.
- 5) 早稲田大学スポーツ人類学研究室, モンゴルの民族スポーツ調査報告, スポーツ人類学研究, (1), 89-99, 1999.
- 6) バー・ボルドー. 内モンゴルにおける伝統スポーツから考える. MUSS モンゴル民族文化基金. [http://](http://www.mongol-ncf.com/mongoru.html)

www.mongol-ncf.com/mongoru.html, (参照 2015-02-05).

- 7) 中澤理恵ほか, モンゴル国における理学療法教育支援, 北関東医学, 61(4), 537-542, 2011.
- 8) 独立行政法人 国際協力機構. 草の根協力支援型平成 21 年度採択内定案件 日本伝統治療(柔道整復術)普及事業. 草の根技術協力事業. http://www.jica.go.jp/partner/kusanone/shien/mon_05.html, (参照 2015-02-05).
- 9) 独立行政法人 国際協力機構. 草の根パートナー型平成 22 年度第 2 回採択内定案件 日本伝統治療(柔道整復術)指導者育成・普及プロジェクト. 草の根技術協力事業. http://www.jica.go.jp/partner/kusanone/partner/mon_05.html, (参照 2015-02-05).
- 10) 独立行政法人 国際協力機構. ボランティアリスト. JICA ボランティア. http://www.jica.go.jp/volunteer/volunteer-list/pdf/1_AS_17_mg.pdf, (参照 2015-02-05).

〈連絡先〉

著者名: 櫻井規子

住 所: 神奈川県横浜市青葉区鴨志田町 1221-1

所 属: 日本体育大学アスレティックトレーニング研究室

E-mail アドレス: n-sakurai@nittai.ac.jp