

アスリートを支える

スポーツを支える医療・健康の専門家たち

2026年秋、愛知・名古屋でアジア競技大会・アジアパラ競技大会が開催されます。

選手たちの活躍に注目が集まる一方で、その舞台裏には、選手の身体や健康を支える多くの専門家たちの存在があります。ケガからの復帰を支える理学療法士、健康管理を担う看護師、食事でコンディションを整える管理栄養士——。

この展示では、アスリートを支える人々の仕事と、その学びの世界を紹介します。

1. 理学療法士が支える

リハビリやトレーニング、競技用具(義足・車いすなど)への適合支援など

理学療法士は、スポーツ理学療法の知識や技術を用いて、けがや病気によって活動を中断したスポーツ選手の競技復帰を支援するリハビリテーションを行います。さらに、けがの予防やパフォーマンス向上を目的としたエクササイズやトレーニングの指導、パラスポーツ選手への支援など、幅広い活動を行っています。

そのために、筋肉や骨、関節の構造や働き、けがの発生や回復のしくみなどについて学びます。また、選手の動きを観察・分析し、各競技の特性を理解したうえで、一人ひとりに合わせた支援を行っています。

2. 看護師が支える

健康管理、救急医療、熱中症対策、障がい者支援など

看護師は、競技中のけがや体調不良への対応だけでなく、選手や大会関係者、来場者の健康管理や救護活動を通して大会を支えています。

愛知・名古屋アジア競技大会・アジアパラ競技大会でも、練習会場や選手団宿泊施設での応急処置に加え、大会全体の医療運営や会場ごとの調整業務などが予定されています。

華やかなアスリートの活躍の裏で、看護師は大会の安全と安心を支える重要な役割を担っています。

3. 管理栄養士が支える

スポーツ栄養学

管理栄養士は、アスリートが最高のパフォーマンスを発揮し、健康を維持できるよう、競技特性やトレーニング内容に応じた栄養管理や食事指導を行います。

試合前後の食事や水分補給の計画、サプリメントの利用に関する助言などを通して、コンディションづくりを支援します。

また、疲労骨折や貧血、月経などスポーツ医学上の課題にも配慮しながら健康管理を行うほか、オフシーズンやけがによる活動休止期には、回復や競技復帰につながる身体づくりを支えています。

4. パラ競技大会を支える 専門家たち

パラ競技大会では、医療・リハビリテーション・栄養・心理など、さまざまな分野の専門家がチームとなって選手を支えています。

競技用車いすや義足などの活用支援も重要な役割の一つです。理学療法士や看護師、管理栄養士、医師などがチームとなり、障がい特性に応じたサポートや競技環境の整備を行うことで、選手が安全に競技できる環境づくりに取り組んでいます。

2026年に開催される愛知・名古屋アジアパラ競技大会でも、多くの専門職が大会の舞台裏を支えます。選手たちの活躍の陰には、こうした専門家たちの力があるのです。

やってみよう！

筋肉の“音”！？ 聞けるかな？



耳に人差し指を入れてふさいで、残りの指でゆっくりグーを作ります。その時に聞こえるゴロゴロとした音が「筋音」と呼ばれるものです。筋肉の微細な振動によって作り出された「音」だそうです。

参考文献



	書名	著者名	出版者	出版年	請求記号
1	熱中症、脱水症に役立つ経口補水療法ハンドブック：脱水症状を改善する「飲む点滴」の活用法, 改訂版	谷口英喜著	日本医療企画	2013	493.12/6
2	トップアスリートの動きは何が違うのか：スポーツ科学でわかる一流選手の秘密	山田憲政著	化学同人	2011	780/1012
3	スポーツの世界史	坂上康博 [ほか] 編著	一色出版	2018	780/1074
4	1964年の東京パラリンピック：すべての原点となった大会	佐藤次郎著	紀伊國屋書店	2020	780/1098
5	筋肉まるわかり大事典：石井直方最終講義	石井直方 [著]	ベースボール・マガジン社	2025	780/1114
6	今より強く!を目指して：アスリートの身体づくりと食のエッセンス	日本陸上競技連盟医事委員会編著	ライフサイエンス出版	2019	780.19/17
7	エビデンスに基づく競技別・対象別スポーツ栄養	高田和子, 田口素子編著; 浜野純 [ほか] 共著	建帛社	2021	780.19/19
8	フルカラーでやさしくわかる!テーピングの基本	大内洋編著	日本医事新報社	2022	780.19/27
9	スポーツ栄養学がわかる：パフォーマンス向上から健康維持まで	杉浦克己著	大修館書店	2021	780.19/36
10	ケガをしないカラダづくり：イラストで見るスポーツ医学とトレーニング	広瀬統一 [ほか] 編著	東洋館出版社	2023	780.19/44
11	絵と図でよくわかる筋肉の科学：健康な体をつくる新常識	ニュートン編集部編著	ニュートンプレス	2023	780.19/46
12	スポーツ理学療法学	加賀谷善教責任編集	中山書店	2024	780.19/53
13	筋肉の科学知識：健康な体を維持するための正しい体づくりのヒントが満載, 体づくり編		ニュートンプレス	2023	780.19/54
14	筋肉とスポーツの科学：筋肉を効率よく鍛えるには?：一流アスリートの凄さとは?		ニュートンプレス	2024	780.19/55
15	がまんさせないスポーツ栄養指導法：心理学でアプローチ	笹竹英穂編著; 杉島有希 [ほか] 執筆	大修館書店	2025	780.19/57
16	スポーツ栄養学：科学の基礎から「なぜ?」にこたえる	寺田新著	東京大学出版会	2024	780.19/59
17	スポーツ運動医学	編著高澤祐治, 小松孝行	文光堂	2025	780.19/65
18	筋肉かるた	筋肉かるた制作委員会編	ラウンドフラット	2013	S4/22159
19	もしものときにすぐ動ける応急処置52シーン：事故・災害時, 駅・路上・旅行先・イベント会場などどんな場面でも	三上剛人, 田口裕紀子編	日本看護協会出版会	2023	S4/22296
20	栄養士・管理栄養士ってこんな仕事しています：13人のリアルストーリー	油井陽 [ほか] 著	女子栄養大学出版部	2024	S4/24231
21	"パラスポーツを支える技術". 子供の科学. 89(6), 2026.6, pp.12-23				
22	"【公式】第20回アジア競技大会 (2026/愛知・名古屋)". 愛知・名古屋アジア・アジアパラ競技大会組織委員会. https://www.aichi-nagoya2026.org/ , (参照2026/6/9)				
23	"【公式】第5回アジアパラ競技大会(2026/愛知・名古屋)". 愛知・名古屋アジア・アジアパラ競技大会組織委員会. https://www.asianparagames-2026.org/ , (参照2026/6/9)				
24	野嶋 琢也. "Smarter Interfaceの開発". 研究調査助成報告書(電気通信普及財団). https://www.taf.or.jp/files/items/572/File/044.pdf , (参照2026/6/9)				
25	Masaharu Yagi, Ryoji Kasanami, Yoko Tarumi, and Kenji Dohi. "Medical Care Management Based on Disaster Medicine for the Triathlon Events at the XXXII Olympiad and Tokyo 2020 Paralympic Games". https://www.mdpi.com/1660-4601/20/19/6891?utm_source=chatgpt.com (参照2026/6/10)				