

トップアスリートのグアム合宿レポート：その2  
グアム**強**化合宿の現場に行ってきました。

日本最速ライダー・秋吉耕佑選手の記者**会**見場でお目にかかった美容外科**医**の末武信宏先生にお願いして秋吉耕佑選手の**強**さの秘策を探るため、トレーニング風景を取材させていただくことになりました。



目を追うにつれ、バランス**感**覚が良くなっていることを  
**実**感するという秋吉耕佑選手。

レオパレスリゾートのジムに到着するとレオパレスリゾートの**担**当者が迎えてくださいました。話しをお聞きしてびっくり。「今日本のトップアスリートが**20**人ぐらいは来ていますよ。阪神の**桧山進次郎**、**浅井良**。レーシングドライバーの**脇坂寿一**、松浦孝亮、ゴルフ男子では上井邦浩、平塚哲二、ゴルフ女子では**桜井有希**、金田久美子、中村香織、藤本麻子、男子柔道**60**キロ級五輪三連覇の野村忠宏、そして秋吉耕佑、もっと知りたいですか？」日本のスポーツ界を代表する名前が続きます。何故、ここグアムにそんな各界のトップアスリートが集結しているのか？その**訳**が美容外科**医**の末武信宏先生にありました。



人生の全てをかけて戦うトップアスリートが  
より安心して長く選手生活を送り、  
素晴らしい成績を残せるよう  
万全の体制づくりに取り組む末武信宏先生。

**既存の常識が概念を越え、**  
新しいスポーツメディカルトレーナーの領域を切り開いています。

末武信宏先生には**沢山**の肩書きがあります。美容外科**医**として開業しているさかえクリニック院長の肩書き、順天堂大学**医学部所属医師**であり、トップアスリート株式**会**社代表取締役。末武信宏先生が籍を置くこれらの組織が上述のスポーツ選手をサポートしているのです。



最近**発**行された末武信宏先生の著書。

新しい**概**念で取り組む

美容とスポーツの世界でのアンチエイジングについて書かれています。

さまざまなスポーツの最前線で選手の活躍を支え、

選手達から絶大な**信**頼を得ている**様**子がうかがえます。

また、私たちが良く知るトップアスリートが故障や怪我に  
苦しんだ時の心境を垣間みれる**会**話なども綴られています。

「コンピュータでもハードとソフトがあるように、スポーツ選手の体も筋力や体力、**瞬**発力アップなどの肉体的能力の向上とそれぞれを操る**内**面的な機能の向上が欠かせません。トップアスリートに必要なことは**双**方のバランスを高いレベルで保ち、試合に臨み結果を出すということです。今まで、いや今もスポーツ界というと汗まみれで根性を鍛えるといったイメージ通りの考え方が**根**強く、怪我や故障をしても鍼灸師に**対**応を委ねられているのが**実**情です。トップアスリートは人生をかけて、中には命をかけて**戦**っているんですよ。ある選手との**出**会いをきっかけに、それでいいのですか、という**気**持ちが高まり、自分がやってきた**医**療のバックグラウンドを持つアンチエイジングの知識が役立つと確信し、スポーツ**医**療の世界に足を踏み入れました。」



秋吉耕佑選手の耳についている小さな装置が末武信宏先生のケアの基本となる情報をはじき出す自律神経機能測定システム。



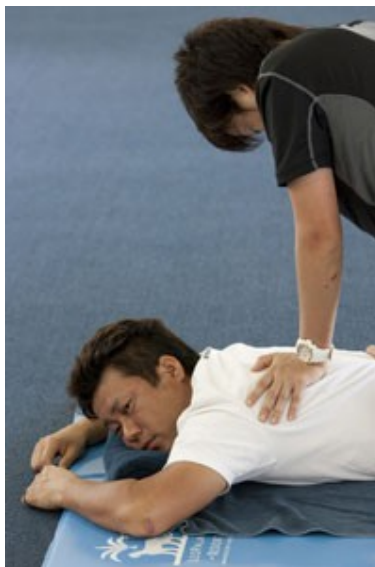
検査結果は瞬時に数値化され、コンピュータに表示されます。

交感神経と副交感神経の数値が高いレベルで  
バランスがとれているのが理想だそうです。

基本的に身体能力の高い秋吉耕佑選手は高い数値をキープしているものの、  
この日の副交感神経の数値はやや低め。

このところあまり良く眠れないという秋吉耕佑選手は  
副交感神経がやや低下しているのだそうです。

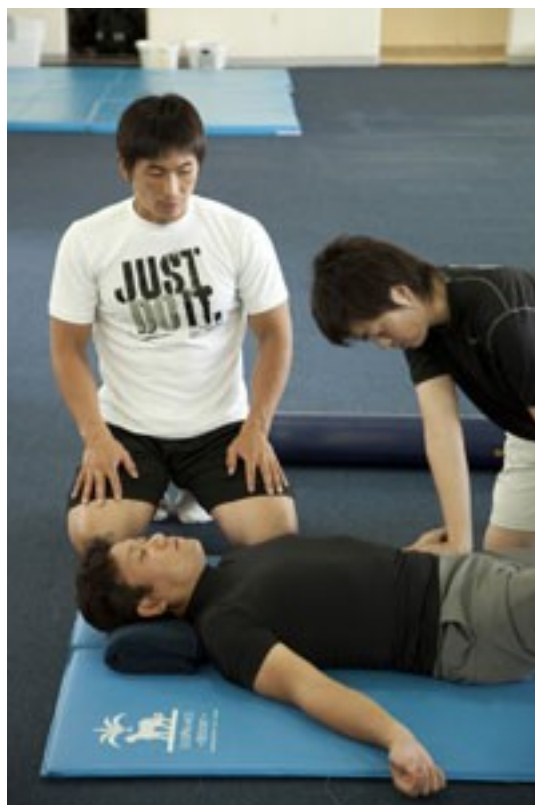
末武信宏先生がトップアスリートのメディカルサポーターとしてのケアに取り入れているものには多くの最先端科学技術があるようですが、中でも注目してほしいのが、バイオコムという自律神経機能測定システムだそうです。約5分、耳に端末を付けるだけで心拍間変動を測定します。終了の合図が出ると、高度な分析システムで交感神経と副交感神経の数値を瞬時に割り出し表示します。この検査では身体と心のバランスを捉え、トップアスリートの生体能力情報を把握することができるのだそうです。そして私たちの体を作る細胞に確実に酸素を送り届け、有効に活用するのを助ける活性酸素除去システムと呼吸法もトップアスリートの身体能力を高める大きな役割を果たしているようです。



ゆっくりとストレッチで始まったトレーニング。  
最初のうちは気持ち良さそうに体をほぐしていました



自分の調子を確認しながらストレッチは約30分続けました。



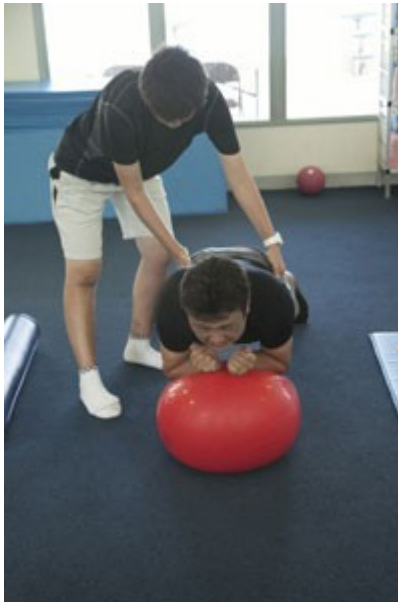
末武信宏先生とコンビを組むフィジカルトレーナーの仲田健トレーナー。  
選手の体のコンディションを見ながら、  
トレーニングの**内容**を瞬時に**変**えていきます。



気持ち良さそうに見えた表情が次第に**厳**しくなってきました。  
仲田健トレーナーは足を上げる高さや動かし方など細かく指示します。



後半はバランス感覚を養いながらの筋肉トレーニングが中心でした。  
さまざまなスポーツを知り尽くし、  
その選手に必要な身体能力を向上させるカリキュラムが組まれます。



秋吉耕佑選手が合宿当初苦勞した体感トレーニング。  
疲勞感は変わらないものの、バランスを取りやすくなってきた  
自分の体を実感しているそうです。

末武信宏先生がメディカルのバックグランドを持ち、アンチエイジングの実績を備え、トップアスリートのソフト面でのケアに当たるのに対し、もう一人大切な役割を果たしているのが仲田健トレーナーです。身体能力向上エクササイズをそれぞれのアスリートに合わせて作成、世界中のトップアスリートから熱い視線を受けるフィジカルトレーナーです。この日も仲田健トレーナーのもと、秋吉耕佑選手は体感トレーニングでたっぷり汗を流していました。



桧山進二郎選手のトレーニングを確認する仲田健トレーナー。  
トレーニングプログラムは選手によって、さらに日々変わっていきます。

末武信宏先生に説明を受けながら、秋吉耕佑選手のトレーニング風景を撮影していると阪神タイガースの桧山進次郎選手が隣りのマットでストレッチを始めました。ジムですでに筋肉トレーニングを済ませてきたという桧山選手。お肌つやつや、さわやかな笑顔です。36才の秋吉耕佑選手の右肩上がりの好調ぶり、代打の神様と呼ばれる41才の桧山選手の若さの秘訣と力強いプレーは、末武信宏先生と仲田健トレーナーのコンビが支える、科学的医学的アンチエイジングトレーニングが後押ししているようです。

秋吉耕佑選手のオフィシャルサイトはこちら。

<http://www.kosuke64.com/index.html>

仲田健トレーナーのオフィシャルサイトはこちら。

<http://www.horipro.co.jp/talent/SC099/>

末武信宏先生のオフィシャルサイトはこちら。

<http://www.sakae-clinic.com/>

トップアスリートが合宿をするレオパレスリゾートグアムのサイトはこちら。

<http://www.leopalaceresort.com/>

みなさんご自身のブログにグアム合宿の様子を書かれています。是非、ご覧ください。そして来週は、トップアスリートのグアム合宿リポート：その3最終回をお届けします。楽しみに。