

## 戸 祭 豊

先生

経験の深さが  
技術を鍛えあげ、厳しい要求にも応えて結果を出す  
という自信になっています

今回は、千葉市稲毛区にあるとまつり接骨院の院長戸祭豊先生です。総武線稲毛駅から徒歩5分ほどにある接骨院です。プロアスリートのトレーナーとして活躍されているだけでなく、一般の患者さんの治療もされています。治療家になられた経緯や、治療家として、またトレーナーとしてのお考えを伺いました。

●先生はオリンピックに出場するようなトップアスリートを多く治療され、またトレーナーとして遠征にも同行されています。そのような活動にいたる経緯をお聞かせください。

高校で短距離をやっていたので東海大学の体育学部に入りました。1年生は先輩たちのマッサージをするのですが、先輩方にうまいということで気に入られて、いろんな人から声がかかるようになりました。誰にならったわけでもなく独学だったのですけれど、体育学部だったので解剖学や生理学などの研究室もあっても勉強しようと思えばできるわけです。学校が休みの時で解剖学の勉強をさせてもらっていました。卒業後は研究室にいましたが、大学に来ていたマッサージの授業の先生が柔整師の先生で、その方のアドバイスで柔整学校に入りました。足立区の接骨院に住み込みで入り、修行しながらの書生生活でした。

●トレーナー活動はどのような

きさつで始められたのですか？修行していたとき、後輩を通じて足をみてもらいたいと陸上の選手が来たのです。それが瀬古監督のいるS Bの女子選手でした。トレーナーをしながら接骨院に4年間いたあと、そのままS Bのトレーナーになりました。トレーナーをやるなら鍼も、ということで夜鍼の学校に行きながらです。その頃はS Bが最も強い時期で、彼等を見させていただいたことは私にとって何事にも変えがたい経験になりました。

●選手は故障をおして試合に出ることもありますね。

今日怪我をしても、明日がオリンピックの選考会だったら、ぼくは這ってでも出るといいます。そして翌日に向けた調整をします。しかし1ヶ月後に大事な試合があるとすれば当面は我慢をさせます。みんなホント？って言うのですが、あさって走らせる今日のマッサージと、明日走らせる今日のマッサージは違うんです。

●具体的にどのような治療の違いですか？

圧の強さがもっとも違います。もっていき方によって、ここまでやるとあさってはよくても明日の動きに影響する、ということもわかっていますから、その微妙な加減が大切です。それが経験によって鍛えあげられた技術なのです。

●どの筋肉を狙うのですか？

どの筋肉ということはなく選手は浅部筋、深部筋すべてが張っていますから、すべてをほぐします。故障といっても彼等とはとにかくオーバーユースが常態であって、一般の人のような捻挫などはそんなにありません。とにかく選手というのはほとんどなくワガママでしてね。この痛みをすぐにとってくれというのはです。1回治療してまだ違和感が残ったりしていると帰らないんです。すぐにでも走れるようになるまで。そのためにはどんなハードな治療にも耐えるし、当然こちらも1回で痛みをとる技術を持つようになりました。

●さまざまなチームのトレーナーをしながら接骨院として開業もされているわけですが、一般の人とトップアスリートでは治療も全く違うのでしょうか。みなさん、トップアスリートの

〒263-0043  
千葉県稲毛区小仲台3-8-2-1F  
TEL&FAX 043-287-4976  
秋田県出身 昭和39年生

筋肉はふわふわで特別でしょう、と言われるのですが、そんなことはありません。もちろん完璧なケアを受けてベストな状態にもっていった筋肉はすばらしいものです。しかしトレーニング中の選手たちの筋肉の酷使は尋常ではありません。オーバーユースで当然ガチガチです。それを1回でとらなければならないのですから、治療はおのずと違ってきます。私はよくピラミッドの図をイメージしてもらいます。トップに日本一、世界一をめざす選手がいて、その下に社会人、大学生、高校生のレベルがあり、一般の方がいる。そのトップの人たちのからだだが治せれば、その下の層の人たちも治療するという点においては基本は同じなんです。ただ痛くしないとか、1回で痛みを追い込むようなハードな治療は避けますが。しかしスポーツ選手でも高校生、大学生の選手のレベルだけをみていたら、その上のレベルの人たちのからだに対応することは恐らく無理でしょう。しかしその逆は可能なのです。つまり経験の深さが技術を鍛えあげ、厳しい要求にも応えて結果を出すという自信になっています。だからこそ選手たちは飛行機に乗って、新幹線

に乗って、来てくれるのだと思います。

●20年以上トレーナーをされていて、トレーナーにとって何が一番大切だとお考えですか？

いかに選手のことを第一に考えて向かえるかどうかですね。自分のことは2の次です。選手が100%、120%の力を出せる状態を作り出す、その時の選手の喜びが自分の喜びになります。私たちは相手からさまざまな情報を得なければなりません。相手が何を望んでいるのか、それに対して自分は何をさせてもらえるのか。相手がどうしたらいいのかわからない状態であれば確かな指示を出してあげることも必要になります。うちの若い先生にも言うのですが、とにかく患者さんや選手に対してこれ以上はないくらい気を使い信頼関係が築けるように、と言っています。その上できちんと結果を出すことです。

●先生のところにはトレーナー志望の若い人たちが。指導は厳しいのでしょうか。

いやいや、そんなことはないで

すよ(笑い)。私は、見て覚える、というのが一番だと思っています。手取り足取りやっても覚えないうつは覚えないう。見て、覚えて、わからないところを聞いてくる、というのでなければ教えないうです。世界を相手に戦う選手たちを診たいのかどうか。志高く、自分はどうなりたいのか、そのためには自分をどういうところにおくべきか、どんな勉強がしたいのか？ その意味では、すばらしい選手たちが当たり前のように来るこの環境は得がたいものだと思います。それをやりたいと言ってくるのですから、多少厳しかろうが、何しようが(笑い)。

●セミナーをされていますが？ 技術的な話しが多いですね。先日セミナーに来られた方は私よりも年配の方で長く接骨院を開業されている方でした。私の技術を治療に活かしたいと。治療に対するその前向きな姿勢に接して、現状にあぐらをかいてはいけないうんだ、と私のほうが襟をただす思いでした。

たいへん気さくにお話をさせていただきました。そのお話からトレーナーとして乗り越えられてこられたいくつもの経験の大きさが想像されます。「自分自身がどんな事をしたいのか、その事を曖昧にしないで、その目標に向かって行動する気持ちを持つことが大切です」との言葉の中に先生の前向きで真摯な姿勢を感じました。

