

もくじ

プロローグ

「スポーツトレーナー」としてオリンピックを目指そう！

第1章 スポーツトレーナーを知ろう

「あなたの「生きがい」となる仕事、スポーツトレーナーの基礎知識

■ 大相撲史上初の快挙を支えたスポーツトレーナーの奇跡

■ 多様な職種が続々と登場している「スポーツ選手を支える仕事」

■ スポーツトレーナーに求められる3つの役割

■ スポーツトレーナーに必要な資格、有利な資格、貴重な資格とは

■ 医学知識にもとづいた治療をおこなう「メディカルトレーナー」

■ トレーニング指導とコンディショニング調整をおこなう「フィジカルトレーナー」

■ 選手の心を強くしなやかに鍛え上げる「メンタルトレーナー」

■ スポーツトレーナーになるには複数のルートがある

- プロスポーツチームから病院、学校、アイドル事務所まで広がる活躍の場…………… 43
- 「魅力的な就職先」としても脚光を浴びるスポーツトレーナー…………… 47

第2章 戦うアスリートたちが秘めた「栄光の裏側」の物語

- ↳ スポーツトレーナーの【症例レポート】…………… 51
- 大相撲力士の奇跡的戦果を実現した治療とは？…………… 51
- アスリートを救うのは、古くて新しい「スポーツ活法」…………… 55
- アスリートたちの声が表示「結果を出せるスポーツトレーナー」の条件…………… 59
- 「スポーツ活法」の何がアスリートを惹きつけるのか…………… 63
- プロサッカーリーグ、即効性治療で甦った選手が放った決勝ゴール…………… 68
- プロ野球1軍主力選手が陥った「長期離脱」の危機…………… 71
- バラリンピック義足の銀メダリストが教えてくれたこと…………… 75
- アスリートたちの本当の厳しさに触れるとき…………… 78

第3章 スポーツトレーナーに柔道整復師が最適な理由

↳ 柔道整復術は日本の伝統的スポーツ医療↳

- 柔道整復術は「手当て」の語源となった手技療法…………… 81
- 真価が見直される「手技がもたらす癒しの技」…………… 83
- 柔道整復師は日本古来のスポーツトレーナー…………… 87
- 大きく異なる「国家資格の柔道整復師」と「民間資格の整体師」…………… 90
- スポーツ選手にとって、ケガは人生を左右する一大事…………… 92
- 「現場で医療処置をおこなえる」という絶対的な強み…………… 94
- 日常的なケアがスポーツ障害を予防し選手生命を延長する…………… 97
- 「3日後の試合に出たい」という願いをかなえる即効性…………… 100
- 背骨の治療で、手、肘、腰の問題から内臓の不調まで治っていく…………… 102
- 医療・福祉からスポーツ・芸能界まで幅広い現場で活躍できる…………… 104
- 最高の「師」を見つけて勤務しながら腕を磨く道…………… 106
- 独立開業して世の中に大きく貢献し、自分も大きな成功を実現する…………… 109
- 病院に勤務して「チーム医療」に参加する…………… 112

- 介護・福祉施設からは絶大なオフアールがある…………… 114
- 柔道整復師の明るい将来を担う2つの道…………… 118

第4章 選ばれるスポーツトレーナーになる方法

- ↳ 「小林式背骨・骨盤矯正法」から「スポーツ活法」へ…………… 120
- アスリートがトレーナーに求める2つの実力…………… 120
- どの術式を採用するかが実力を決める鍵になる…………… 123
- 「治せない苦悩」と「治療することの恐怖」を知った出来事…………… 125
- 治療家としての命運を決めた「治せる術式」との出会い…………… 130
- 改良した「小林式背骨・骨盤矯正法」…………… 134
- 「秘伝レベルの技術」だからこそ、独占してはいけない…………… 140
- 「スポーツ活法」でオリンピックを目指す新たな挑戦…………… 142

エピソード

- ↳ あなたに「本当の幸せ」をもたらしてくれるものは何か…………… 146