

2023年11月11日

日本水泳連盟関係者、指導者各位

キャリアトランジション勉強会についてのご案内

日本水泳連盟アスリート委員会
日本パラ水泳連盟アスリート委員会

アスリートのキャリア・トランジション支援は、長年日本スポーツ界の深刻な課題とされていますが、具体的な対応に乏しいのが現状です。水泳界でも年々、選手寿命が伸びている傾向にあり、選手たちの現役引退後の充実したトランジションのための支援策を考えることは、選手のメンタルヘルスや競技力向上に繋がるのみでなく、水泳界の人材育成の上でも重要であると考えます。

日水連アスリート委員会は昨年度から、準備段階として当委員会メンバーの理解を深めるためのアスリートのキャリア・トランジションに関する研修会を行ってまいりましたが、本年度より、現役選手を対象にキャリア・トランジションに関するリテラシーを高めることを目的として勉強会を企画いたしました。ご多忙の中恐縮ですが、多くの水連関係者の皆さまに選手への告知にご協力いただきたく、下記の通りご案内申し上げます。

記

日時	2023年11月12日(木) 20時から 21時半
主催	日本水泳連盟アスリート委員会、日本パラ水泳連盟アスリート委員会
研修内容	「アスリートのキャリアトランジションとは ～自分の引退後を考えることが競技力向上につながる研究から～」
講師	田中ウルヴェ京 氏

<講師プロフィール>1988年ソウル五輪シンクロ・デュエットで銅メダル獲得。10年間の日米仏の代表チームコーチ業とともに、6年半の米国大学院留学で修士号取得。2022年、慶應義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント博士号取得。日本スポーツ心理学会認定スポーツメンタルトレーニング上級指導士、国際オリンピック委員会(IOC)マーケティング委員、IOC認定アスリートキャリアプログラムトレーナー、アスリートが意味を考える学び場「iMiA イミア」主宰。トップアスリートをはじめアーティスト、経営者、研究者といったトップパフォーマーの心理コンサルティングに携わっている。報道番組のコメンテーターとしてレギュラー出演。

対象	当日研修会参加：競泳、飛込、水球、アーティスティックスイミング、オープンウォータースイミング、パラ水泳の全国大会出場経験のある高校生以上の現役選手 後日アーカイブ配信：国際標準突破者（競泳）または全競技の日本代表経験のある現役選手
研修方法	オンライン（Zoom）事前登録リンク
費用	無料
申し込み URL	https://forms.gle/uXhgfd54kGMrSUgN6 (登録後、開催日前日に zoom URL リンクが送られます)
担当	アスリート委員・田島 jsf.athlete2014@gmail.com

以上

水泳競技のトップアスリートたちに、「キャリア・トランジション」に関して思うことや経験を述べて頂きました。

寺内 健さん（飛込、2023 年 9 月引退）

- 引退後に関する不安が無かったと言えれば嘘になるが、引退を決めてから実際引退するまでに半年間あったため、気持ちの整理を含め、色々と準備する期間の中で多少の不安は解消することができた。
- 引退後のキャリアを考えていく上で、自分がアスリートとして培ってきた経験やスキルのうち、何が強みで何が弱みなのかを考えることにより、次のステップへの活力に少しずつ変えていくことができた。

志水 祐介さん（水球、東京オリンピックで引退）

- 現役時から、教育、企業、行政で仕事をしながら選手として競技をしていたため、社会・会社に関して常々考えながら生活をしていた。
- 引退を決める前から、引退後のキャリアの準備を数年かけて行なっていた。
- 多くのスポーツ選手がキャリア・トランジションの準備期間（キャリアを考え見つけ直す時間・学ぶ時間）が不足していると感じる。

乾 友紀子さん（AS、今年の福岡世界選手権後引退）

- 今まで目標を達成するために必死で、キャリアについて考える余裕がなかった。

- 引退時期について明確に決めていたわけではなかったため、あまり引退後のキャリアについて意識してこなかった。
- 今までやってきた競技に対してどう関わっていきたいのか、貢献できることは何なのかを今模索している。

金藤 理絵さん（競泳、リオ五輪後に引退）

- 現役時代に引退後のことを考えることイコール競技に集中できていないと捉えられるのではないかと不安に感じたことがある。
- 今後自分の特性をさらに活用していくには、具体的にアクションを起こす必要があると考えている。

入江 陵介選手（競泳、現役）

- 大学生の時には自分自身がいつまで現役を続けられるかが不明確だったため、その先の事を考える余裕があまりなかった。
- 現在は次のキャリアについて明確に考えることができている。

鈴木 聡美選手（競泳、現役）

- 引退後のことを考える機会はあったが、その度に競技に専念出来なくなるため「引退してから考えよう」と考える事を辞めざるを得ない状態であった。
- 引退後のやりたい事がほぼ決まっていないため、キャリアトランジションについて学ぶことにとても興味がある。

木村 敬一選手（パラ競泳、現役）

- 一つのことに夢中になれたことは、とても素晴らしいことであるが、目標に向けて、日々トレーニングに没頭するあまり、視野が狭くなりがちであると感じる。
- キャリアについて真剣に取り組むべきであり、キャリアトランジションの勉強会はとても有意義な時間になると思う。