

The Athlete Support Center WASEDA UNIVERSITY



早稲田大学スポーツ科学学術院アスリートサポートセンター

- スポーツ科学学術院に設置されている施設（プログラム）
- ワセダアスリートに対するサポート
- 測定，評価，相談，指導を主体としたサービスの提供
- 研究および教育の場としても活用

■ WASEDA
■ ATHLETE
■ SUPPORT
■ CENTER

スポーツ科学部の知見を
ワセダアスリートに還元する

Orthopedics 整形外科相談

- 整形外科的な問題に対する相談
- 他部門への連携

Nutrition ニュートリション相談

- 競技力向上のための栄養サポート
- 個別栄養相談
- 学生トレーナーへのアドバイス
- チーム単位での栄養講習会

Reconditioning リコンディショニング相談

- スポーツ外傷・障害およびリコンディショニングに関する相談・実践指導
- 適切な医師・医療機関の紹介
- 施設の管理及び運営

Athlete 選手

Mental Health メンタル相談

- スポーツに関連したメンタル面の問題（うつ状態、摂食障害、睡眠障害、人間関係の問題など）についての相談
- パフォーマンス向上についての相談・指導

Conditioning コンディショニング相談

- パフォーマンス向上と外傷・傷害予防のためのコンディショニングサポート
- 個人/チーム単位での長期トレーニング計画の相談・実践指導
- 各種フィジカルトレーニングの実技指導

Internal Medicine 内科相談

- 競技に支障のあるような疲労感や立ちくらみ等の内科的諸症状に関する相談
- 各種検査

WASEDA ATHLETE SUPPORT CENTER

サポート対象：

- 体育各部所属選手
- スポーツ科学部の学生

オブザーバー制度：

- スポーツ科学部の学生を対象としたトレーナー研修制度
- リコンディショニングおよびコンディショニング部門で実施

体育各部とクリニックの連携

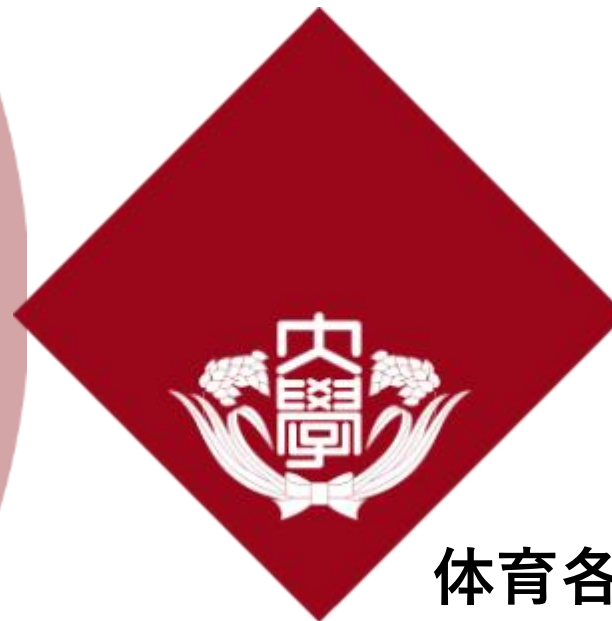


**WASEDA
ATHLETE
SUPPORT
CENTER**

アスリートサポートセンターを通じた
医科学サポート・アドバイス

学生アスリート

アスリートサポートセンター担当
スポーツ科学部教員
および専門スタッフ



体育各部

トレーナー研修制度

学生トレーナー

連携・情報共有

指導者・スタッフ

**WASEDA
ATHLETE
SUPPORT
CENTER**

アスリートサポートセンターからの メールによる情報発信



WASEDA
ATHLETE
SUPPORT
CENTER

各部のスタッフの皆様にメールにてご連絡する内容（不定期）

- ・ アスリートサポートセンター開室のお知らせ
- ・ アスリートサポートセンター主催の研修会や講習会のご案内
- ・ アスリートサポートセンター各部門からの情報提供
- ・ スポーツ医科学関連情報
- ・ アスリートサポートセンター企画講習会の講師依頼など

内科部門・整形外科部門

内科部門

方針：運動中の事故を予防し、健康かつ安全なスポーツ活動を支える

相談内容 疲労感や立ち眩みなどの内科的諸症状
アンチ・ドーピングについての相談

これまでの対応事例

- ・ 自覚症状に対する相談・指導
- ・ 健康診断等での結果から問診
- ・ オーバートレーニング症候群のチェック

**メディカルチェックによるハイリスク者の抽出
→フォローアップ**

整形外科部門

方針：運動器に関する障害の原因を特定し、適切な処置の提案

相談内容 運動器の痛みについての相談
スポーツ外傷・障害予防相談、機能評価

スポーツ傷害について相談

リコンディショニング部門評価

整形外科医師による
問診・評価

医療機関
の紹介

リコンディショニング部門
でのサポート



リコンディショニング部門

方針：スポーツ外傷・障害およびアスレティックリハビリテーションに関する相談・実践指導により、早期復帰や再発予防を目指す

相談内容・目的

- ・ スポーツ傷害（外傷・障害）に関する相談
- ・ 学生トレーナーの教育

対応内容

- ・ 傷害の評価、医師・医療機関の紹介
- ・ アスレティックリハビリテーション、競技復帰サポート



【急性期】

傷害の評価、応急処置



【亜急性期】

機能回復のトレーニング

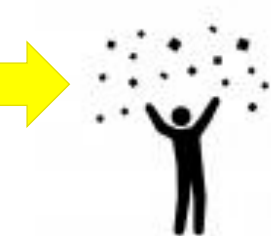


【回復期】

競技特性のトレーニング



**競技復帰
再発予防**



CENTER

コンディショニング部門

方針：アスリートのコンディショニングやトレーニングに関するサポートを実施しパフォーマンス向上と傷害予防をサポートする

相談内容・目的

- コンディショニングやトレーニング指導
- 学生トレーナー教育

対応内容

アスリート（チーム単位／個人単位）

- ニーズ分析（ヒアリングと身体機能の評価）
- プログラム作成（年間計画を含む）
- 実技指導

指導者／学生スタッフ

- コンディショニングやトレーニングに関する相談・助言



メンタル部門

方針：競技に関連した不安や緊張を取り除き、
メンタル面のサポートによりハイパフォーマンスへと導く

相談内容

メンタルサポート

- 眠れない、日中眠い
- 気分が落ち込む
- 急に不安になる
- 人間関係で困っている
- 食欲がない、またはむちゃ食いしてしまう

競技者サポート

- スポーツで高いパフォーマンスを発揮したい
- 競技成績が伸びず悩んでいる
- 緊張や不安に対処できるようになりたい
- ケガからの競技復帰をスムーズにしたい

スタッフサポート

- チーム力を向上させたい
- 競技続行や将来への迷い
- トレーナーや指導者として選手との関わり方

対応内容

公認心理師ならびにキャリアコンサルタント
による心理相談や、精神科医による問診・指導



ニュートリション部門

方針：食事指導により食生活の改善を図り、
アスリートの資本となる身体づくりを栄養面からサポートする

相談内容

- 競技力の向上やコンディション維持の食事、
身体づくりのための食事に関する相談

対応内容

- 選手への個別栄養相談
(身体づくり、貧血予防・改善、一人暮らしの食事など)
- 各部への栄養セミナー
- 献立作成 など

栄養アセスメントの実施
(現状の把握)

課題抽出、目標の設定

必要な栄養・食事に関する指導



The Athlete Support Center WASEDA UNIVERSITY



早稲田大学アスリートサポートセンター

<https://prj-wmedspo.w.waseda.jp>

アスリートサポートセンターHP



お知らせ LINE登録



WASEDA
ATHLETE
SUPPORT
CENTER

ご意見、お問い合わせ、メール配信に関するご連絡は
wasc-reception@list.waseda.jp までお願いします

The Athlete Support Center WASEDA UNIVERSITY

2026年度 担当教員

早稲田大学アスリートサポートセンター

<https://prj-wmedspo.w.waseda.jp>



WASEDA
ATHLETE
SUPPORT
CENTER

ご意見、お問い合わせ、メール配信に関するご連絡は
wasc-reception@list.waseda.jp までお願いします

内科部門

赤間 高雄

スポーツ科学学術院 教授

資格：医師（内科），日本スポーツ協会公認スポーツドクター

専門分野：スポーツ医学（内科）

スポーツ免疫，アンチ・ドーピング



気軽に相談してください。

- 体調に不安がある場合
- コンディション低下の原因がはっきりしない場合
- ドーピング禁止物質について

内科部門

鈴木 克彦

スポーツ科学学術院 教授



資格：医師（内科）

専門分野：スポーツ医学（内科）

予防医学，応用生理学，病態検査医学

- 新入生健康診断・血液検査のフォローアップのほか体調不良時の診察など担当しています。
- バドミントン部副部長、各部の血液検査・体調評価・各種相談など支援しています。
- 機能性食品、水分補給など筋損傷・臓器傷害予防や筋力・持久力向上の研究をしています。
- Editor of Exercise Immunology Review, Associate Editor of Frontiers in Physiology, Review Editor of Frontiers in Nutrition, Editor of Sports, 日本補完代替医療学会など編集委員をしています。

整形外科部門

鳥居 俊

スポーツ科学学術院 教授



資格：整形外科医，日本スポーツ協会公認スポーツドクター

専門分野：スポーツ医学，スポーツ整形外科学，ランニング障害
オーバートレーニング，RED s，脳振盪，発育発達学

スポーツ関連業務：早稲田大学米式蹴球部チームドクター

脳振盪やオーバートレーニングなどについても相談に乗ります

けがの相談だけでなく、再発予防をぜひ一緒に考えていきましょう

整形外科部門 熊井 司

スポーツ科学学術院 教授

資格：医師（整形外科），日本スポーツ協会公認スポーツドクター

日本整形外科学会専門医，認定運動器リハビリテーション医

専門分野：スポーツ医学，スポーツ整形外科学，足の外科学，低侵襲治療



スポーツ関連業務

- 日本オリンピック委員会強化スタッフ(医・科学)
- 日本バレーボール協会メディカルユニット
- 日本自転車競技連盟 選手強化医科学部会長
- チームドクター：自転車トラック競技ナショナルチーム、柏レイソル（Jリーグ）、ウルフドッグス名古屋（Vリーグ）
- 運動器の外傷・障害に関する診断や治療法について、疑問があれば何でもご相談ください。
- 運動療法だけでなく、低侵襲治療（エコーガイド下局所注入療法、体外衝撃波治療、関節鏡視下治療など）の詳細や具体策についても説明いたします。



整形外科部門 金岡 恒治

スポーツ科学学術院 教授

資格：医師（整形外科），日本整形外科学会専門医・脊椎脊髄病医，
日本スポーツ協会公認スポーツドクター

専門分野：スポーツ医学 スポーツ整形外科学，脊椎外科学

スポーツ関連活動：（公財）日本水泳連盟 参与・医事委員

（財）日本スポーツ協会スポーツ医・科学専門委員

（財）日本スポーツ協会アスレティックトレーナー部会員



腰痛や頸部痛などの脊椎障害の相談を担当します。
痛みの原因を明らかにして、再発の予防と共に競技パフォーマンス向上のための
運動療法を指導します！

リコンディショニング部門

広瀬 統一

スポーツ科学学術院 教授



資格：日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー

日本パラスポーツ協会公認中級障がい者スポーツ指導員

日本サッカー協会公認B級コーチ

専門分野：リコンディショニング&コンディショニング

- ケガからの競技復帰、そして再発を予防するための身体づくりへのサポートを得意としています。
- ケガをしたけど競技に適切に早く復帰したいかた、ケガをしないようにどうすればよいか悩んでいる皆さん、是非クリニックを活用してください。
- ケガからの競技復帰サポートや、再発予防サポート方法を学びたい学生も、是非クリニックで学んでください。

リコンディショニング部門 細川 由梨

スポーツ科学学術院 准教授
yurihosokawa@waseda.jp



資格：米国BOC公認アスレティックトレーナー（ATC）

専門分野：アスレティックトレーニング、スポーツセーフティ、環境運動生理学

- アスレティックリハビリテーションの他に、暑さに弱い選手や**熱中症後のリコンディショニング**の提案、競技特性に応じたチームで実践できる暑熱対策の提案を専門としています。
- 日米で**スポーツセーフティ**に関連する指針づくりを行っており、**労作性熱中症・心停止・脳振盪**に関連する予防対策や緊急時の体制整備（応急処置・教育）のサポートも得意としています。
- **学生トレーナーの実習・教育支援**の拡充に向けた取り組みも管理しています。学生トレーナーの学びの支援に関してご要望または実習先としてご賛同頂ける方はご連絡ください。

**WASEDA
ATHLETE
SUPPORT
CENTER**

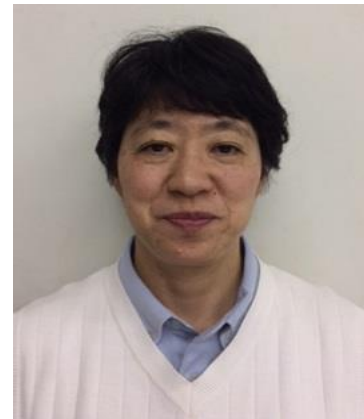


WASEDA ATHLETE SUPPORT CENTER

リコンディショニング部門

長瀬 エリカ

スポーツ科学学術院 非常勤講師



資格：中学・高校保健体育教諭，理学療法士

日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー

専門分野：アスレティック・リハビリテーション

スポーツ理学療法

関連業務：埼玉県スポーツ協会コーチング部会員・埼玉県理学療法士会国際競技対策委員 他

- 怪我の受傷直後の対応から、競技復帰までの**段階的なプログラム提供**と、適切なフォームの確認指導を行い、**パフォーマンスの向上**を目指します。
- **動画や画像**があると、状況や説明も分かり易く、具体的に指導を進められますのでご持参ください。
- 状態に合わせて、テーピング指導やインソール（足底板）作成、サポーターなどの相談にも応じています。

リコンディショニング部門

渡部 賢一

スポーツ科学学術院 客員准教授

資格：BOC-ATC, NSCA-CSCS, NASM-PES

専門分野：アスレティックトレーニング、スポーツパフォーマンス

スポーツ関連業務 経歴

- ・ Physiotherapy Associates Tempe SPORT Clinic (Arizona, USA) アスレティックトレーナー
- ・ 広島東洋カープ アスレティックトレーナー
- ・ 福岡ソフトバンクホークス メディカルディレクター
- ・ 東京ヤクルトスワローズ コンディショニングディレクター
- ・ Bリーグ琉球ゴールデンキングス アスレティックトレーニング&スポーツパフォーマンスディレクター

リコンディショニング部門

星川 精豪

スポーツ科学学術院 非常勤講師



資格：日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、鍼灸師

専門分野：アスレティックトレーニング、リコンディショニング、ユース育成

スポーツ関連業務、経歴：

- ・日本オリンピック委員会強化委員（医・科学スタッフ）
- ・日本バスケットボール協会 技術委員会 スポーツパフォーマンス部会 兼 ユース育成部会
- ・東京都バスケットボール協会 医科学委員長
- ・アスレティックトレーナー

早稲田大学ラグビー蹴球部、実践学園中学校男子バスケットボール部、聖路加国際病院整形外科、他

- ✓ それぞれの目的に応じたコンディショニング、またケガに対応したリコンディショニング、そこからのパフォーマンスアップを得意としています。
- ✓ これまで学生スタッフ（トレーナー、コーチ、マネージャー）の育成にも力を入れてきました、ぜひ一緒に勉強していきましょう。

リコンディショニング部門

筒井 俊春

スポーツ科学学術院 講師



資格：理学療法士

日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー

専門分野：スポーツ理学療法

アスレティック・リハビリテーション

- スポーツ現場や整形外科・クリニックで勤務していたため、選手の状態に則して術後～競技復帰まで幅広くリハビリテーションを展開することが可能です。
- 学部1年生から早稲田大学スポーツ医科学クリニックに携わっていた経験を踏まえて、選手だけでなく学生トレーナーの皆さんのサポートも行って参ります。気軽にご相談してください。

リコンディショニング部門

前道 俊宏

スポーツ科学学術院 助教



資格：日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー（JSPO-AT）

鍼灸あん摩マッサージ指圧師

日本トレーニング指導者協会認定トレーニング指導員（JATI-ATI）

専門分野：アスレティック・リハビリテーション

スポーツ鍼灸

スポーツ関連業務、経歴：早稲田大学・学習院大学男子ホッケー部アスレティックトレーナー

早稲田大学水泳部競泳部門アスレティックトレーナー 他

- ・ 選手の早期競技復帰、再発予防へ向け、日々スポーツ現場で活動しています。
- ・ 他大学の医療機関で鍼灸治療の経験を積み、現在もスポーツ現場で鍼灸治療を実施。

リコンディショニング部門

水田 良実

スポーツ科学学術院 助教



資格：理学療法士

専門分野：スポーツリハビリテーション

- ・スポーツ現場でのトレーナー活動や、整形外科のクリニックでリハビリテーションを行ってきました
- ・スポーツ外傷や障がいのリハビリテーション等、お気軽にご相談ください

リコンディショニング部門

泉 主馬

スポーツ科学学術院 助教



資格：日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー

専門分野：アスレティックトレーニング
スポーツ生理学

- ・スポーツ現場でのトレーナー活動を中心に行ってきました。
- ・急性期の対応から競技復帰，さらには再発予防まで幅広くサポートして参ります。

コンディショニング部門

岡田 純一

スポーツ科学学術院 教授



資格： NSCA認定ストレンクス&コンディショニングスペシャリスト

日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー

専門分野： Strength Training and Weightlifting

トレーニング科学

- 競技力向上に資する身体諸機能への取り組み（コンディショニング）において、とくに筋力を体力要素の重要な基盤として考え、種目特性に配慮したレジスタンストレーニングの指導を主軸としている。

WASEDA
ATHLETE
SUPPORT
CENTER

© Copyright 2025

WASEDA ATHLETE SUPPORT CENTER

コンディショニング部門 平山 邦明

スポーツ科学学術院 准教授

※特別研究期間のため、2025年度の担当はございません。

資格： NSCA認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト

NSCA認定パーソナルトレーナー

NSCAジャパンマスターコーチ

日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー



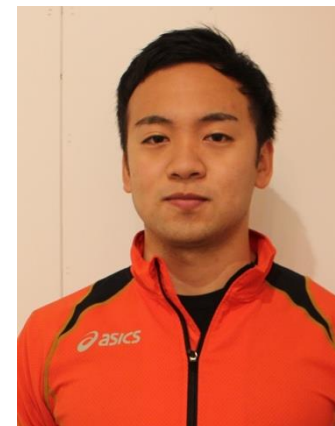
専門分野： ストレングストレーニング & コンディショニング

トレーニング科学

- パフォーマンス向上や外傷・障害予防を目的とした、トレーニング・コンディショニング全般の指導・サポートを行っています。
- パフォーマンス向上や外傷・障害予防について学びたい学生は、ぜひオブザーバーとして参加してください。

コンディショニング部門 佐々部 孝紀

スポーツ科学学術院 非常勤講師



資格 : CSCS、日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー

専門分野 : ストレngths & コンディショニング、ユース育成、測定分析

スポーツ関連業務、経歴 :

早稲田大学男子バスケットボール部 ヘッドトレーナー (2015-2017)

富士通アメリカンフットボール部 ヘッドS&Cコーチ (2018-2021)

国立スポーツ科学センター 非常勤トレーニング指導員 (2021-2025)

アルバルク東京 ユースヘッドS&Cコーチ、トップチームスポーツサイエンティスト (2022-現在)

- 適切な測定で各選手の成長を可視化するのが得意です。
- トレーニング指導に興味のある学生には実践的な学びも提供していきたいです。

コンディショニング部門

佐藤 颯真

スポーツ科学学術院 助手



資格：NSCA認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト
柔道整復師

専門分野：ストレングス&コンディショニング
トレーニング科学

- 身体運動パフォーマンス向上と外傷・障害予防を目的としたトレーニングやコンディショニングに関するサポートを行ってまいります。
- 選手に寄り添いながら、課題を共有し、共に考え続けることで、成長を支援していきたいと考えております。

コンディショニング部門

土黒 秀則

スポーツ科学学術院 非常勤講師



資格：NSCA認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト
NSCA認定パーソナルトレーナー
NSCAジャパンマスターコーチ
日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー
鍼灸師・あん摩マッサージ指圧師

専門分野：ストレングストレーニング&コンディショニング
身体調整&身体操作（コレクティブアプローチ；筋バランス調整）

- ・ 人は非対称性の体で必然的に左右差を持ち、競技特性の動きにより拮抗差も大きくなってしまいます。これらの差を最適な状態にコレクティブ（改善）してパフォーマンスに繋がる身体操作およびトレーニングを提供します。
- ・ 多くのアスリートを指導してきた経験と治療の面からアプローチします。

メンタル部門 堀野 博幸

スポーツ科学学術院 教授

資格：メンタルトレーニング指導士
日本サッカー協会（JFA）公認S級コーチ
JFA公認インストラクター

専門分野：コーチング心理学，コーチング科学



スポーツ関連事業

JFAアカデミー心理サポートスタッフ，彩の国スポーツ推進パートナー：メンタル部門

「早稲田スポーツで活動が続けていく中では、伸び悩みや人間関係など様々な“こころの課題”に直面すると思います。必要以上に一人で抱え込まず、仲間や周りの人たちに相談することで気持ちが楽になることもあります。私たちクリニックスタッフにも、気軽に相談してみてくださいね。いっしょに課題を改善していきましょう。」



メンタル部門

西多 昌規

スポーツ科学学術院 教授
早稲田大学睡眠研究所 所長



資格：精神科医師，日本精神神経学会認定専門医，
日本睡眠学会総合専門医，
日本スポーツ協会認定スポーツドクター 他

専門分野：精神医学，睡眠医学，スポーツ医学

- 競技や学生生活を充実させるには、「心の健康」が不可欠です。アスリートの特性と、「休息」「睡眠」に通じた精神科医が担当し、良いコンディショニングで臨むためのサポートを行います。
- 眠れない、突然不安になる、緊張すると腹痛がするなど、心身の不調かもしれないと思ったときは、気軽に相談してください。



メンタル部門 今井 恭子

スポーツ科学学術院 非常勤講師

imai.kyoko@aoni.waseda.jp



資格：公認心理師 キャリアコンサルタント 精神保健福祉士
アンガーマネジメントファシリテーター、ハラスメント防止アドバイザー

専門分野：スポーツ心理学，メンタルトレーニング，キャリア発達学

スポーツ関連業務：日本代表，社会人，プロ，学生，ジュニア，障害者アスリートへの心理相談，キャリア相談，研修講師

<対象となる方>

- ・ 選手
- ・ トレーナー
- ・ マネージャー／スタッフ
- ・ 指導者
- ・ 部単位（セミナー）

<競技力発揮，パフォーマンスの安定／向上のお手伝いをします>

- ・ 実力発揮を妨げる心のつまづき
- ・ 感情のコントロール
- ・ 競技との向き合い方
- ・ 心身の不調和
- ・ 競技内外のストレス
- ・ 試合への心理的準備
- ・ キャリアプラン
- ・ チームビルディング など

ご質問やご要望など，お気軽にご相談ください。

スポーツ科学，臨床心理学，キャリア発達学の3つの視点からサポートします

ニュートリション部門

田口 素子

スポーツ科学学術院 教授
早稲田大学スポーツ栄養研究所 所長

資格 公認スポーツ栄養士 管理栄養士 健康運動指導士
専門分野 スポーツ栄養学

スポーツ関連業務

- ・日本陸上競技連盟医事委員スポーツ栄養部 前部長
- ・バルセロナオリンピックでは日本初の代表選手専属管理栄養士として帯同



アスリートのコンディショニングと競技力向上のためには、適切な栄養摂取が欠かせません。実践研究の成果も踏まえながら、栄養面から早稲田スポーツの強化を支援します。日頃の食事・栄養に関するご質問やチームでの栄養サポートのご要望など、お気軽にご相談ください。

WASEDA
ATHLETE
SUPPORT
CENTER

アスリートのための朝食術 (書籍)



田口研究室 HP



Taguchi Lab

ニュートリション部門 三浦 希美

スポーツ科学学術院 助手
早稲田大学スポーツ栄養研究所 所員

資格：管理栄養士

専門分野：スポーツ栄養学



- ・ 個別の栄養相談、各部の栄養セミナー、栄養サポートを行っています。
- ・ 個人の目標達成に関するご相談や、各部の栄養・食事環境の整備などのご相談も受け付けています。
- ・ 食事・栄養についてお悩みのことがありましたら、お気軽にご相談ください。

The Athlete Support Center WASEDA UNIVERSITY



早稲田大学アスリートサポートセンター

<https://prj-wmedspo.w.waseda.jp>

アスリートサポートセンターHP



お知らせ LINE登録



WASEDA
ATHLETE
SUPPORT
CENTER

ご意見、お問い合わせ、メール配信に関するご連絡は
wasc-reception@list.waseda.jp までお願いします