

# FA-MAS Inc. NEWS LETTER



YSCC フットサル ホームスタジアム（平沼記念体育館）



## F.LEAGUE Div2 「A-SYSTEM」が無敗優勝をサポート



フットサルリーグ（F2リーグ）無敗優勝を果たしたY.S.C.C.横浜フットサルとは、NPO法人Y.S.C.C.（横浜スポーツ&カルチャークラブ）のフットサル部門。「横浜本校エリア」を本拠地として、主にサッカー、女子サッカー、他スポーツアカデミーを運営。横浜初のFリーグ加盟クラブとして、フットサルを通じて横浜に夢・努力・憧れの創造と横浜文化の発信、新たな総合型スポーツクラブの価値観の実現を目指す団体として活動している。



YSCC フットサルチームNo.77 元フットサル日本代表 稲葉洸太郎選手

今シーズン、F.LEAGUE Division2 年間 MVP を受賞した、稲葉洸太郎選手から「A-SYSTEM」実施に関する感想をもらうことができました。

稲葉氏：今シーズン、「A-SYSTEM」を導入することによってチーム全体はもちろん、自分のコンディションを向上させチーム優勝、MVP を獲得することができました。シーズンが始まった頃は、諸問題を抱えており、思うようにパフォーマンスが出せなかったと感じています。しかし、シーズン半ばにメンタル強化の一環として問題に取り組み解決する動きをメンタルトレーニングコーチの小泉隆裕氏、A-SYSTEM チームと共に進めた結果、安定した状態を作ることができました。A-SYSTEM の結果から、問題解決の前と後で、大きく数値が変化することがわかりました。自分では気付いていない問題にアプローチすることもでき早期解決を実現することができました。メンタルの不安定性が身体に及ぼす影響力を身をもって体験させていただきました。結果にこだわるアスリートであれば、メンタル強化の必要性が分かると思うので、是非体験してもらいたいです。

公益財団法人日本サッカー協会、一般財団法人日本フットサル連盟主催による6月15日から開催されていたフットサルリーグ「F.LEAGUE 2019-2020 Division 2」に出場していたYSCC横浜が昨シーズンは10勝4負で惜しくも2位となり、F1昇格は叶いませんでしたが、今シーズン、無敗優勝を果たしました。今シーズンでは感情スキャナー「A-SYSTEM」を練習前に使用したり、ホーム試合の時は試合前、試合後に使用し、選手のストレス値などの感情を数値化して、メンタルトレーニングコーチの小泉隆裕氏と共にどのようなメンタルトレーニングをそれぞれ実施するのが良いか検討し、約6ヶ月間、チームに帯同しました。チームは個人の集まりであるため個人の状態が良いことが絶対条件になり、それぞれの悩みや問題として抱えている事柄が処理されなければ、良いトレーニングはもちろん、試合のパフォーマンスも低下してしまふため、的確なアドバイスが必要となり個別の解析結果からそれぞれフィードバックを行いました。小泉氏によると解析を行う中で、悪い状態にある選手もいたが、その時の状態を瞬時に可視化できるシステムであるため、その場で安定性が低下していることや、ストレス値が高いことを選手に伝え、メンタル処理を行うことができ、チーム全体のメンタル状態を保つことができた、とのこと。日本のスポーツ界にはまだ「メンタルトレーニング」という考え方がアメリカやヨーロッパに比べ、重要性が低く「練習時間の長さ」=「本番での強さ」という考えが未だに残っているのが現状です。メンタルトレーニングを導入することによって、自己コントロール能力を向上させることが容易になるという調査研究も近年日本でも多数発表されていることから、FA-MAS社ではオリンピックイヤーの今年、導入中の団体を含め、メンタル強化をサポートしていく考えです。

A system				A system			
名前	性別	年齢	所属	名前	性別	年齢	所属
稲葉洸太郎	男	2019-08-18 18歳.01	490/1000	稲葉洸太郎	男	2019-08-18 08.04	800/1000
身長	体重	心拍数	呼吸数	身長	体重	心拍数	呼吸数
490	100	130	100	800	100	100	100

  

A system				A system			
名前	性別	年齢	所属	名前	性別	年齢	所属
稲葉洸太郎	男	2019-08-18 18歳.01	490/1000	稲葉洸太郎	男	2019-08-18 08.04	800/1000
身長	体重	心拍数	呼吸数	身長	体重	心拍数	呼吸数
490	100	100	100	800	100	100	100

稲葉選手の問題解決前の A-SYSTEM データ

稲葉選手の問題解決後の A-SYSTEM データ



練習前に A-SYSTEM にて感情解析を行う稲葉選手



2019年12月13日放送フジテレビ系 めざましテレビ ココからメンタルトレーニングコーチ 小泉氏のコメント場面の抜粋