
■生涯学習部研修会

競技大会から学校や地域スポーツ活動の
支援の現状と展望について
—一般社団法人アスリートケアの取り組み—

(第4会場 1009 17:10 ~ 18:40)

講師 ◆ 野谷 優
(ガラシア病院)

競技大会から学校や地域スポーツ活動の支援の現状と展望について — 一般社団法人アスリートケアの取り組み —

ガラシア病院リハビリテーション科
一般社団法人アスリートケア 理事
野 谷 優

はじめに

我々の活動は1995年にスポーツ傷害の治療と予防に関心を持つ約20名の理学療法士により「スポーツ傷害理学療法研究会」を設立し、甲子園大会のメディカルサポートを実践したことから始まりました。設立当初は任意団体でしたが、2011年1月に一般社団法人の認可を受け「アスリートケア」として再出発することとなり、現在の会員数は全国で600名を超えています。また、甲子園大会のメディカルサポート活動から波及し、現在は高校の全クラブ活動を対象とした健康相談事業や、少年野球チームのメディカルチェックおよび傷害予防に関する講習会への講師派遣事業など活動の幅が広がってきています。研修会では甲子園大会と各事業の活動を紹介し、今後の展望についてお話し致します。

1. 甲子園大会¹⁾

1) 投手の肩・肘関節機能検診

地方大会で登板した投手全員と任意受診希望選手を対象に、整形外科医師とともに大会前に肩・肘関節機能検診を行っています。検診項目はX線検査、理学的検査、関節可動域測定であり、理学療法士は関節可動域を担当しています。検診結果は医師から選手自身と監督や部長などの指導者に説明が行われ、理学療法士はこれに基づいてストレッチングや筋力トレーニングの指導を行っています。

2) 試合に関わる処置

試合前にはチームの要請によりウォーミングアップやテーピングなどを実施しています。試合中はベンチ裏に待機し、デッドボールや自打球による打撲などの急性外傷に対して囑託医師の指示のもとに応急処置を実施し、必要に応じて試合終了後にも再処置を行っています。また、熱中症対策のためにベンチ内での飲水環境の整備と飲水を促すための声かけを行っています。

3) 試合後のクールダウン

登板投手は試合終了後に軽いチャッチボールを行い、その後に肩と肘のアイシングを実施します。マスコミの取材終了後、チームごとに理学療法士がストレッチングを実施しています。その際、野手は集団対応ですが、投手は個別にて対応しています。

4) コンディショニング

試合後や試合がない日にも、希望に応じて疲労回復を目的としたコンディショニングを実施しています。温熱療法や電気療法などの物理療法機器を配備し、ストレッチングやマッサージおよび各選手にセルフケアやトレーニング方法の具体的な指導も行っています。

2. 高校での健康相談事業

1) 大阪府立茨木高等学校

2010年10月から全クラブ活動を対象とした、健康相談と指導を毎月実施しています。今までのところ痛みに対しての相談が一番多く、痛みの原因の説明と対処および改善のためのトレーニング方法を指導しています。その中で重篤な症状を疑う場合は、医療機関の受診を勧め、担当教員へも報告しています。茨木高校のホームページにも掲載されていますので、一度ご覧ください。 <http://ibarakinew.sblo.jp/archives/201011-1.html>

2) 対象クラブ

全クラブが対象となっていますが、今まで相談に訪れたクラブは、陸上、バスケ、水泳、スキー、剣道、ラグビー、サッカー、野球、バドミントン、テニス、卓球、ハンドボール、吹奏楽など多岐にわたっています。

3) 介入効果の検証

介入前の傷害発生件数を事前に調査し、1年後の傷害発生件数と比較していく計画です。

3. 今後の展望

スポーツは成長過程における精神と身体の健全な育成のために重要であり、スポーツによる外傷をできる限りなくしていくことで、パフォーマンスも同時に向上するようなアプローチを目指しています。そして理学療法士が学校や地域のスポーツ活動に対して、日常的かつ継続的な活動を担って行ける存在になることを望みます。

引用文献

¹⁾小柳磨毅, 他: 高校野球甲子園大会における理学療法士のメディカルサポート. PT ジャーナル 40: 449-456, 2006