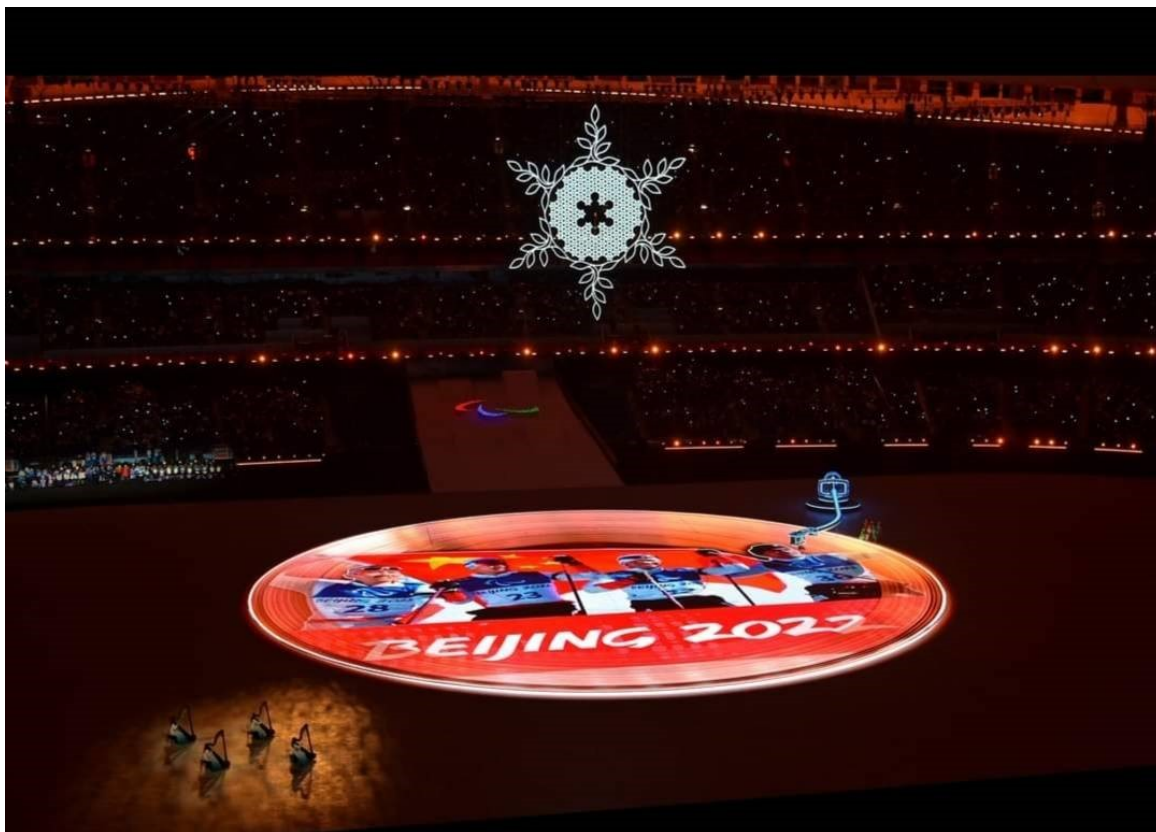


ま、あ、よんでみて！

第 **33** 号
2023年3月

コロナ禍における理学療法士の活躍



【特集】

- ・北京2022パラリンピック冬季競技大会 活動報告

【活動報告】

- ・車いすテニスのコンディショニングサポート
- ・中級障がい者スポーツ指導員養成講習会

発行：（公社）大阪府理学療法士会 公益事業部

〒540-0028 大阪府中央区常盤町1-4-12-301 TEL 06-6942-7233

E-mail: disabled@physiotherapist-osk.or.jp

印刷所：障がい者支援施設 大阪ワークセンター

〒594-0031 和泉市伏屋町5-10-11 TEL 0725-57-0883

まあ、よんでみて！

特集：北京2022パラリンピック競技大会 活動報告

自国開催で大きな盛り上がりを見せた「東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会」から約半年。夏季、冬季のパラリンピックを開催した史上初の都市、中国・北京にて北京2022パラリンピック冬季競技大会が2022年3月4日～13日にかけて開催されました。

今回は日本選手団スタッフとして参加された理学療法士の先生に、貴重なお話を伺いました。

北京パラリンピックでの活動報告：東山 学史 先生（大阪回生病院）



東山 先生

氏名：東山学史（ひがしやま さとし）先生

所属：大阪回生病院 リハビリテーションセンター

日本障害者スキー連盟 スノーボード

主な活動歴：

- ・平昌2018冬季パラリンピック競技大会 日本選手団
- ・2019 World Para Snowboard Championship (Pyha/Finland)
- ・東京2020オリンピック大会 メディカルスタッフ

●大会概要

【大会名称】

北京2022パラリンピック冬季競技大会「Beijing 2022 Paralympic Winter Games」

【大会期間】

2022年3月4日（金）開会式 ～3月13日（日）閉会式（10日間）

【開催地】

中華人民共和国 北京市・延慶区・張家口市

【開催規模】

全6競技（アルペンスキー・クロスカントリースキー・バイアスロン、スノーボード、アイスホッケー、車いすカーリング）、男女合わせて計78種目が実施。参加選手数736名（前回大会670名）。

【参加国数】

46カ国（前回大会49カ国）。開会式直前のロシアのウクライナ侵略に伴い、国際パラリンピック委員会（IPC）は、ロシアパラリンピック委員会（RPC）、ベラルーシ選手団の出場を否決。



開会式



選手村（張家口）

●日本選手団

日本代表選手団は、実施6競技中アルペンスキー、クロスカントリースキー、バイアスロン、スノーボードの雪上系4競技にエントリーしました。氷上競技のアイスホッケーと車いすカーリングは残念ながら出場権を獲得できませんでした。

選手団の構成は選手29名、競技パートナー(ガイド)1名、競技スタッフ29名（理学療法士は2名）、本部スタッフ14名の合計73名。この選手団規模は参加国の内、5番目に大きいものでした。選手の出場回数は初出場から日本人冬季パラ最多となる7回までと幅広いものでした。



パラスノーボード日本代表



日本選手団 DrとPT

日本選手団の成績は金メダル4、銀メダル1、銅メダル2の合計7個のメダルを獲得。これは海外で開催された冬季パラ大会においては最多の金メダル数となりました。金メダルランキングも9位で、前回の平昌パラ大会と同じランキング。メダル総数は平昌パラ大会の10個から3個減少しましたが入賞数は34と、平昌パラ大会の2.5倍となりました。このことから全体としてのレベルの底上げができていていると思います。

まあ、よんでみて！



選手村のポリクリニック（建物入口と理学療法室）

●理学療法士としての活動報告

私はパラスノーボードチームのトレーナー・メディカルスタッフとして活動し、その内容は下記5項目に整理しました。パラスポーツ現場では多様性が大事だと感じております。

パラスノーボードチームの日本代表選手は6名で、障害としては大腿切断、下腿切断、上腕切断、下肢麻痺のアスリートです。平均年齢は 37.2 ± 4.7 歳、性別は全て男性。

アルペンスキー、クロスカントリースキー、バイアスロンにも各1名ずつトレーナーが帯同。日本選手団の各チームトレーナーに加えて、日本スポーツ振興センター（JSC）からもケアサポートスタッフが3名帯同し、各選手村（張家口選、延慶）にてサポート体制が整っておりました。

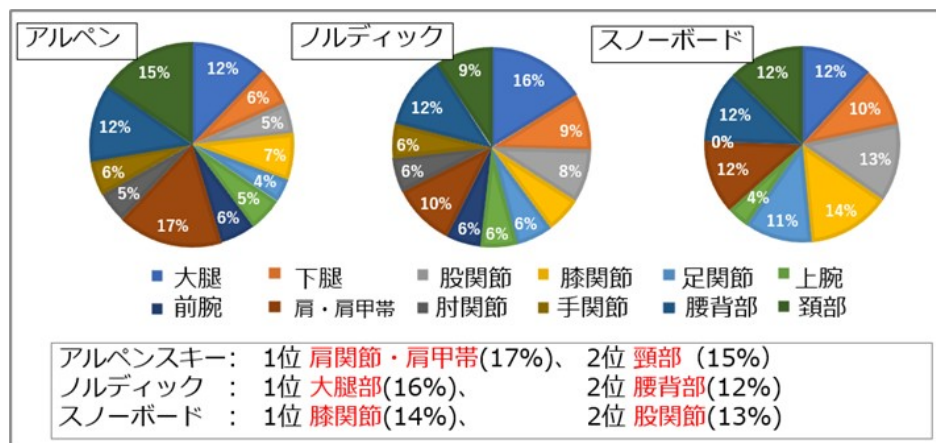
【コンディショニング・ケア対応】

大会期間中は主に選手村にて、練習や試合前後の選手へ毎日ケア対応をしました。試合日にはゲレンデのスタート地点にて、試合直前まで選手のケア対応をすることもありました。また、渡航前より痛みを抱えている選手もいたため、メディカル的な問題について日本選手団の医師へ報告、相談。一緒に選手を評価し、今後の介入方針を決めることも多々ありました。

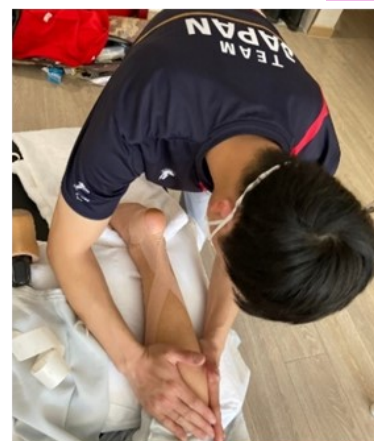
物療機器やケア用品についてはJSCより必要物品の事前聴取がありました。現場では必要な物品を全て用意して頂けたことで、選手へは日本と変わらぬ環境で最善のサポートが出来ました。

【緊急時対応】

試合会場では公式トレーニング中に日本人選手1名が転倒し、緊急時対応が必要となりました。足関節を強く痛めており救急車にて搬送、私自身も同乗。車内では日本選手団の医師へ連絡し、選手の現状とアセスメント内容を共有。搬送先は選手村の医療機関（ポリクリニック）ではなく、近隣の大学付属病院。病院がクローズドループエリア外であったため、医師が到着するまでかなりの時間を要しました。それまで救急医との連携は私が行い、受付、精密検査の依頼、診察結果の説明、検査データの共有依頼、大会出場の有無、リスクなどを確認しました。



北京パラにおけるケア部位（競技別）



選手のケア対応①



公式トレーニング中の転倒



受傷時の緊急搬送

診断結果は足関節捻挫、三角靱帯損傷。損傷は幸いなことに比較的軽度であったため、選手・医師とも相談しながら、試合に向けて段階的にコンディションを調整しました。ケア対応では物療機器や徒手療法にて介入、滑走時にはテーピングにて関節固定。滑走前後での患部チェック、アセスメント内容を医師に随時報告。レース間も雪上にてテーピング対応など徹底して管理・介入しました。

【感染予防対策】

新型コロナウイルスの世界的な拡大を受けて、東京2020パラリンピック競技大会と同様に本大会についても徹底した感染症対策が講じられる中での大会となりました。基本的感染症対策の内容が書かれた「Playbook」に則り、大会が運営されました。本大会は原則として無観客で実施され、クローズドループシステムという隔離環境内で大会関係者以外との接触はない状況でした。

現場では選手村での毎日のPCR検査とアプリでの行動・健康管理が行われました。私は理学療法士としてチームでの感染対策管理者を勤めました。PCR検査やアプリ入力に忘れがないかを確認、また選手のコンディショニング管理のため、毎日のケア時に心身疲労度・睡眠・食事などを問診してカルテに記載。経過を含めてコーチと随時コンディションの変化を共有しました。

まあ、よんでみて！

【連携】

選手だけでなく、医師、コーチ、専門スタッフ（映像等）など多くの職種と連携できることは、理学療法士の強みだと感じてます。大会前より怪我が抱えていた選手や現地で受傷した選手など、コンディションに問題を抱えていた選手が多かったのも、特に医師とはメディカル、フィジカルについて密に連携をとることが出来ました。選手には今できる最大のパフォーマンスを発揮してもらえるように取り組めたと思います。



選手のケア対応②



半月板損傷後の選手に対して
DrとPTでアセスメント



毎日実施されるPCR検査

【アンチ・ドーピング】

全選手には事前に現在使用している、もしくは使用する可能性のある医薬品、サプリメント、プロテイン等を確認。選手団で全選手分をリスト化して管理しました。現地ではドーピングコントロールの対象となった際に選手と帯同。また医療行為で鎮痛薬やステロイドなどの一部禁止物質を使用する可能性がある選手には、TUE（治療使用特例）の申請を医師との連携の中で準備しました。また競技会場では、選手の飲食物を徹底管理。個人では保有せず、一つにまとめて必ずトレーナー、スタッフの目が届く場所にて管理。禁止物質混入の対策をとりました。

参考、引用文献：

- ・北京2022パラリンピック冬季競技大会 報告書, 日本パラスポーツ協会日本パラリンピック委員会,2022年3月31日
- ・No Limit Vol.90,日本パラスポーツ協会,2022年5月
- ・日本パラリンピック委員会HP <https://www.parasports.or.jp/paralympic/beijing2022/>
- ・日本財団パラスポーツサポートセンターHP <https://www.parasapo.tokyo/paralympic/beijing2022>

活動報告：車いすテニスのコンディショニングサポート

(公社)大阪府理学療法士会 公益事業部では、以前から車いすテニスのコンディショニングサポート(以下、コンディショニング)を実施していました。しかしコロナ禍で大会中止が続き、今年度ようやく3年ぶりに大会が開催され、コンディショニングを実施することができました。感染予防対策を含め、その様子を報告します。

大会は2022年9月22日(木)から25日(日)の4日間で開催されました。大会参加にあたり、選手およびスタッフは直近14日間の体調チェックシートを記載し、大会当日は検温を実施し会場に入りました。

コンディショニング実施の感染予防対策として、利用者1人当たりの時間を15分に設定し、十分な換気の下実施しました。スタッフはN95マスク・ゴーグル・適宜グローブやエプロン着用・消毒を行い、コンディショニングにあたりました(写真)。普段から各施設で感染予防対策を実施しているので、大会期間は皆さん落ち着いて対応できていたかと思います。実際の選手の反応については、コロナ禍以前と変わらず好評で、感謝の言葉を数多く頂きました。

コンディショニングについては公益事業部部員の他に、府士会会員のボランティアの先生方の協力の下、実施しました。コロナ禍で職場外での活動が制限される中、4日間で延べ16名の先生方に参加頂きました。例年に比べボランティアの人数が少ない中、参加頂いた先生方のおかげで、利用者数は4日間でメディカルタイムアウト9件、コンディショニング144件、アイシング44件以上、テーピング25件以上で例年以上の大盛況となりました。参加して頂いた先生方、本当にありがとうございました！



コンディショニングの様子①



コンディショニングの様子②

まあ、よんでみて！

活動報告：

中級障がい者スポーツ指導員養成講習会の開催報告

後援：（公財）日本パラスポーツ協会、（公社）日本理学療法士協会

共催：（公社）大阪府理学療法士会、大阪府障がい者スポーツ協会

協力：ファインプラザ大阪（大阪府障がい者スポーツ交流センター）

対象：（公社）日本理学療法士協会会員

日時：令和4年11月19日・20日と26日・27日の4日間

会場：ファインプラザ大阪（大阪府障がい者スポーツ交流センター）

大阪府障がい者スポーツ協会との共催で、中級障がい者スポーツ指導員養成講習会を開催しました。本講習会の修了者は、（公財）日本パラスポーツ協会公認の「中級障がい者スポーツ指導員」の資格取得申請が可能となっており、大阪府内28名と大阪府外17名の計45名の受講者が参加されました。大阪府外からは、北は北海道から、南は鹿児島まで各地から受講申込された、（公社）日本理学療法士協会会員の方々がお集まりになりました。

また、障がい者スポーツの競技団体ですすでにご活躍の方から、これから障がい者スポーツに携わりたいとお考えの方まで、受講者の経験年数や関わり・興味のある競技の種類も様々で、皆さん資格取得申請に向けて障がい者スポーツに関するカリキュラムを受講されました。

カリキュラムは、講義から実技・実習まで29.5時間に及び、講義で障がい特性や障がい者スポーツに関する内容についての学習や、実際に障がい特性を踏まえた実技の体験や指導方法の実習など、多くの学習と経験ができる内容となっています。

＜講義＞	＜実技＞
①障がい各論（5h）	①視覚障がい者とスポーツ（2h）
②スポーツの意義と価値（1.5h）	②補装具（スポーツ用）を用いたスポーツ（2h）
③スポーツ心理学（1.5h）	③重度障がい者のスポーツ（2h）
④トレーニングの基礎知識（1.5h）	④全国障害者スポーツ大会実施競技（6h）
⑤障がい者スポーツと理学療法士（1.5h）	＜活動実績報告＞
⑥地域における障がい者スポーツ振興（1.5h）	講習会終了後、個別に地域での障がい者スポーツに関わる活動をし、その内容をレポートにまとめる。
⑦全国障害者スポーツ大会の概要（1.5h）	
⑧全国障害者スポーツ大会の障害区分（1.5h）	
⑨障がい者のスポーツ指導上の留意点と工夫（2h）	

いくつかの講義や実技についての参加者の声をご紹介します。

今後の府士会主催の本講習会開催については未定ですが、興味のある方は（公社）日本理学療法士協会のホームページ等で受講案内が掲載されておりますのでご参照いただき、是非受講についてご検討ください。

～受講者の声～

●障がい各論「視覚障がいの概要」と視覚障がい者のスポーツ実習

- ・講義で学習した、視覚障がいの方の見えにくさや、動作をイメージすることの難しさを、実際にアイマスクを付けての実技を体験できたことで、より理解が深まった。
- ・動作を指導する際の留意点や工夫について、視覚障がいの程度や種類ごとの段階に合わせた指導方法があること、スモールステップを踏むことの重要性を学ぶことができた。



●障がい者スポーツと理学療法士

- ・障がい者スポーツの現場における、理学療法士の強みについて考える機会を得ることができた。医学的知識やアンチドーピング（疾患に対する投薬の情報確認）、義肢装具や医療機器の知識、車いすのシーティングや身体機能に対する客観的な評価などの知識や技術が強みにあげられた。
- ・現場で専門性を発揮するためには、非常に多くの知識や技術を習得する必要があり、自分自身を鼓舞する良い機会となった。
- ・ディスカッションでは、同志である理学療法士の方の活動状況や課題などを聞いたことで、自分自身の立場に置き換えて、普段の活動について改めて考えることができた。



まあ、よんでみて！

●全国障害者スポーツ大会実施競技の実習

(陸上・フライングディスク・サウンドテーブルテニス・ボッチャ)

・障がい者が安全に競技を楽しめること、誰でも競技や競技会への参加に挑戦しやすいようにルールを考えられていることを知ることができた。また、競技が日常生活に活かすことができるように、ルールを変化させてきたことを踏まえて実際に競技を体験できたことで、日常の臨床にも活かせることが多く、たいへん勉強になった。

・実際に競技を体験することで、障害の有無に関わらず、誰にでも参加しやすいスポーツである一方で、難しさや奥深い競技性の高い一面もあることが分かった。対象者によってルール等を工夫することで、レクレーションから競技性の高いスポーツとしてまで、あらゆる対象者や場面で導入できると感じた。



●補装具（スポーツ用）を用いたスポーツ実習

・普段の業務で触れている装具や義足から、触れたことのない競技用の車いすや義足などを体験することができた。大腿切断者用の義足を実際に装着して、膝折れや転倒の危険性がありバランスの取り方の難しさが分かった。PTとして指導するにあたり、言語化して相手に伝えることが改めて難しいと感じた。

・競技用の補装具の1つ1つがエンジニアの知識と知恵の結集であり、パラスポーツ選手のパフォーマンスや競技成績に直接影響のある分野であることが分かった。

・機器の工夫や技術の進化を遂げることで、人類と義足の無限の可能性を感じた。



謝辞：本誌の作成にあたり、快くご協力頂きました方々に心から感謝します。

編集委員：井上拓弥、植田良、木村公英、朽木友佳子、河野竜也、須藤由佳、高森宣行、西之原隆宏、東山学史、藤野文崇、

松並耀平、山川雅史（50音順）