

ARFANEWS

発行所/スポーツ選手のためのリハビリテーション研究会 〒734-8551 広島県広島市南区霞1-2-3 広島大学大学院保健学研究科浦辺研究室 電話082-257-5405

★今回の封入物について

総会委任状を同封いたしました。総会に欠席される方は提出して下さい。締め切りは2月19日(月)必着です。

■総会開催のご案内

来る3月4日(日)の第2回講習会開催当日、今年度の定期総会を開催いたします。会員の皆様には是非ご出席いただきますようお願い申し上げます。なお欠席される方は同封の委任状(はがき)を提出(郵送)して下さい。

■総会議案

A.平成18年度事業報告

- (1) 総務部
- (2) 事業部
- (3) 委員会
- (4) その他

B.平成18年度会計報告

- (1) 一般会計
- (2) 事業会計

C.平成19年度事業計画

- (1) 予定事業は下記
(「総会議案資料」参照)
- (2) 各局・各委員会予定事業
(同上)

D.平成19年度予算案

E.その他

※総会議案資料は当日配布予定

■総会議案資料

(特に記されていないものは当日口頭にて発表予定)

A.平成18年度事業報告

1.研修会の開催・運営

●第24回研修会(東京)

研修会長:板倉尚子(日本女子体育大学 健康管理センター)

会期:平成18年11月4日(土)・5日(日)

会場:飯田橋レインボービル

テーマ:「スポーツ選手をケガから

守る～トレーナーの役割～」

後援:(財)日本体育協会、(財)日本オリンピック委員会

協賛企業:14社、展示企業:7社、書籍販売:2社、広告:4社

参加者:170名

2.講習会の開催・運営(年度内2回)

●平成18年度第1回講習会(愛知)

開催委員長:濱野武彦(トライデントスポーツ健康科学専門学校)

会期:平成18年5月14日(日)

会場:トライデントスポーツ健康科学専門学校

テーマ:「足関節捻挫後の慢性症状とその対策」

参加者:209名

●平成18年度 第2回講習会(東京)

開催委員長:増田雄一((有)リニアート)

会期:平成19年3月4日(日)

会場:東京体育館第1研修室

テーマ:「スポーツ選手の慢性痛とその対応」

3.ワークショップの開催・運営

●第22回ワークショップ(静岡)

開催委員長:鈴木信幸(渡辺病院)

会期:平成18年9月8日(土)・9日(日)

会場:渡辺病院

テーマ:「応急処置からスポーツ復帰まで」

参加者:21名

●第23回ワークショップ(鹿児島)

開催委員長:加賀谷善教(鹿屋体育大学 スポーツトレーニング教育研究センター)

会期:平成19年2月11日(土)・12日(日)

会場:鹿屋体育大学スポーツトレーニング教育研究センター

テーマ:「走・跳動作で生じるスポーツ外傷に対するアスレティックリハビリテーション」

後援:(財)日本体育協会、(財)日本オリンピック委員会

4.学術局

第24回研修会の一般演題審査を行った。「頑固な左踵部痛を呈する剣道選手へのアプローチ」を発表した鶴田整形外科の村中進先生ならびに「膝伸展運動における抵抗部位の違いが大腿四頭筋の筋活動におよぼす影響」を発表した南大阪スポーツ医学&リハビリテーションセンターの嶋坂彩先生が奨励賞に選ばれ表彰された。

(1) 総務部

①事務局(広島大学大学院保健学研究科、トータルケアシステム)

1. 公文書の発行・管理
2. 会員管理業務

【会員数】(平成18年12月27日現在)正会員301名、学生会員2名、特別会員3名、計306名

【平成18年度新規入会者】

正会員29名、学生会員2名、計31名

3. 会員カードの発行・管理
4. 各事業への事務的サポート
5. 理事会の開催準備、会議資料、議事録の作成、管理業務
6. 機器物品のメンテナンス、管理業務
7. 資料の管理
8. 各事業のビデオ・DVDによる記録・保存
9. 各事業への機器物品の貸出し業務

B.平成18年度会計報告

C.平成19年度事業計画

1. 研修会の開催（年1回）
2. 講習会の開催（年2回）
3. ワークショップの開催（年2回）

●各事業

・第25回研修会（大阪）の企画・開催

研修会長：大工谷新一（岸和田盈進会病院）

会期：平成19年11月10日（土）・11日（日）

テーマ：未定

・第1回講習会の企画・開催

・第2回講習会の企画・開催

平成20年3月頃に開催予定

・ワークショップの企画・開催

*その他、予定詳細はARFAニュース、ホームページにて通知予定

■平成18年度賛助会員リスト

【A会員】

オージー技研株式会社

【C会員】

酒井医療株式会社

日東メディカル株式会社

三進興産株式会社

有限会社トータルケアシステム

株式会社日本メディックス

有限会社ブックハウス・エイチディ

ミナト医科学株式会社

株式会社医道の日本社

インターリハ株式会社

三菱電機エンジニアリング株式会社

株式会社サカモト

伊藤超短波株式会社

有限会社インデックス

エムピージャパン株式会社

（全15社）

■事業報告

第22回ワークショップ開催報告

去る平成18年9月9日（土）、10日（日）の2日間にわたり、第22回ワークショップを静岡県富士市の渡辺病院にて開催いたしました。静岡県では初めてのワークショップ開催ということもあり、開催直前まで参加人数や運営面の心配を抱えておりましたが、21名の（会員15名、非

会員6名）の方々にご参加いただくことができました。

今回は「応急処置からスポーツ復帰まで」をテーマとし、これからスポーツ現場に出ようとしている人や、スポーツ選手に関わって行こうとする人に対し、選手への関わり方を学ぶ機会として講義を賜りました。

1日目は聖隷浜松病院の小林良充先生に「現場における応急処置の基本」として、医師の立場から、これまでに経験された様々な症例をもとにご講義いただきました。またリニアートの増田雄一先生には「現場で行われている応急処置—アイシング・テーピングの実際」として、基本的な部分から、実際の道具のご紹介までご講義いただきました。広島大学大学院の浦辺幸夫先生には「患部外および全身のエクササイズ」として、体幹のトレーニングを中心に、工夫されている様々なトレーニングの実技を中心にご講義いただきました。

2日目は（財）スポーツ医・科学研究所の岡戸敦男先生に「足関節捻挫後の筋力エクササイズの実際（下肢外傷後の筋力エクササイズの実際）」とし、足関節の機能解剖から、チューブを用いてのエクササイズについてご講義いただきました。野崎東病院の尾崎勝博先生には「上肢外傷後の筋力エクササイズの実際（肩、肘関節を中心に）」として、肩、肘、手関節の機能解剖から、実際のエクササイズについてご講義いただきました。聖隷クリストファー大学の横山茂樹先生には「効果的なウォームアップとクールダウン」として、実際に指導されているストレッチングを中心にご講義いただきました。

最後に、ご多忙の中、資料作成から当日の講義・実技をして頂きました講師の先生方に厚くお礼申し上げます。またワークショップ開催の企画、準備段階から様々なご指導とご尽力をいただいた当会理事の先生方にこの場を借りて深謝申し上げます。そして今回このようなワーク

ショップ開催にあたり、不慣れなわれわれスタッフの行き届かないところのあった事を深くお詫び申し上げますと共に、御協力いただいた方々に深くお礼申し上げます。

開催委員長 鈴木信幸

第22回ワークショップに参加して

平成18年9月9日（土）、10日（日）の2日間にわたり、第22回ワークショップが静岡県富士市 渡辺病院で開催されました。「応急処置からスポーツ復帰まで」というテーマで21名の受講者が参加し講義と実技を賜りました。最初に、「現場における応急処置の基本」について聖隷浜松病院 小林良充先生に講義していただきました。先生は、オートバイ、サッカー、ラグビー、バスケットボールのプロチームDrであり、実際に経験された症例をグラウンド内と、グラウンド外に分けて御提示いただきました。まずグラウンド外では、見逃しやすい症例として、ただの感冒と思っていたが、マイコプラズマ肺炎であったり、腋窩部の痛みが下肢の血栓（DVT）であったり、腹痛が、腹膜炎を起こしていたなど、人命にかかわる症例を、また、グラウンド内では大腿部の打撲や、コンパートメント症候群などの外傷を紹介していただきました。われわれトレーナーが、改めて、気を引き締めなければいけないことを痛感しました。

次に実技1「現場で行われている応急処置—アイシング・テーピングの実際」というテーマで リニアート 増田雄一先生に御指導を受けました。RICE+S アイシングとクーリングの違いや、足関節捻挫を想定し、アイスパックの作り方や当て方など実演。固定具の紹介では、バキュームスプリントや、エアースプリント、ネックカラーなどのご説明と、実際に取り扱い方を実習しました。脊損を想定し、ネックカラーの装着練習は意外に難しく、大変良い経験をさせていただきました。実技2では、当会代表の浦辺幸夫先生の

実技で、「患部外および全身のエクササイズ」をテーマに、腹筋背筋股関節周囲を中心にエクササイズをご指導していただきました。腹筋背筋は本来地味なトレーニングですが、今回は、スイスポールを使用し楽しくできる工夫を御提示いただきました。

実技3は、(財)スポーツ医・科学研究所 岡戸敦男先生で、「足関節捻挫後の筋力エクササイズの実際（下肢外傷後の筋力エクササイズの実際）」というテーマで、エクササイズプログラムの立て方を御提示いただきました。リスク管理の仕方や段階的エクササイズのバリエーションを、下肢複合関節連動エクササイズは、KBW、スクワット、エルゴメーターを、動作エクササイズの実際では、サイドステップ、ピポット動作からクロスオーバーステップなど指導していただきました。実技4「上肢外傷後の筋力エクササイズの実際（肩、肘関節を中心に）」野崎東病院 尾崎勝博先生は、上肢のエクササイズを筋力増強と関節可動域、関節協調性に分けそれぞれ御提示下さいました。スキルエクササイズでは、投球動作やタックル動作のチェックポイントをわかりやすくご指導下さいました。

実技4 聖隷クリストファー大学 横山茂樹先生「効果的なウォームアップとクールダウン」というテーマで御提示下さいました。ここでは、実際にチームが行っているウォームアップ動作に味付けの仕方と効果を引き出すポイントを実技されました。コアエクササイズ、筋機能向上エクササイズ、など専門動作エクササイズでは、ペットボトルを用いて投動作習得や、ストレッチポールなど道具をつかったのエクササイズを実技指導していただきました。今回のワークショップは、応急処置の方法、スポーツ復帰までの筋力トレーニング方法を学びました。RICE+Sでは、固定装具の紹介、実際の医学所見や機能評価などの結果から、問題やリスクを明確にし、エ

クササイズプログラムの作成の仕方、スポーツ復帰にあたっては、患部の回復、スポーツに必要な体力の回復、獲得方法、再発や、外傷発生のポイントなど、臨牀、スポーツ現場に必要な事例を教わり大変勉強になりました。今回御講演されました先生方、準備していただいたスタッフの方々大変ありがとうございました。この場を借りて感謝申し上げます。次回のワークショップも大変楽しみにしております。今後もよろしくお願いいたします。

ふくもり接骨院 福森繁明

第24回研修会報告

平成18年11月4日（土）・5日（日）の両日、飯田橋レインボービルにおいて第24回研修会を開催しました。研修会のテーマは「スポーツ選手をケガから守る～トレーナーの役割～」としました。当日はスポーツ現場でトレーナー活動を実践しておられる方々やトレーナーを目指す学生の方々など170名の参加者に恵まれ、盛況な会となりました。

1日目の基調講演では筑波大学大学院人間総合科学研究科 河野一郎先生に「トレーナーの社会貢献」と題してご講演をいただきました。スポーツの社会における役割をトレーナーが考え、自らの立ち位置を見極め、視野を広げて活動することが社会貢献へと結びつくとお話をいただきました。日頃、目の前の選手に対応する仕事を要求されることが多いトレーナーが、視野を広げられる転機となるご講演でした。

主題討議「スポーツ外傷の予防にトレーナーが果たす役割」では鹿屋体育大学 加賀谷善教先生、仙台大学体育学部体育学科 馬場宏輝先生、(有)ケアステーション 村木良博先生により、外傷予防のためにトレーナーがスポーツ現場で担う役割について討議していただきました。通常のトレーナー活動はコンディショニングやリハビリテーションのウエイトが高く、外傷予防のためにトレーナーがアプローチするのは困

難であるが、指導者とのディスカッション、選手への教育、エビデンスづくりなどを通してトレーナーが外傷予防に参加するよう積極的活動を続けていくことが必要ではないかと討議されました。

講演では国立スポーツ科学センター 奥脇透先生により「トップスポーツ選手へのリハビリテーションを考える～肉離れの発生要因と治療予測～」をご講演いただきました。受傷機転の動画やMRIなどの画像データなど、数々の貴重な資料を示され肉離れについて非常にわかりやすくお話をいただきました。

2日目の記念講演では東京大学名誉教授 黒田善雄先生に「我が国におけるスポーツ医学のあゆみ」と題してご講演をいただきました。日本でスポーツ医学がどのように芽生え、多くの先生方により育まれて現在に至ったのかを、その仕事に携わられた黒田先生よりお話を拝聴する機会となりました。我が国のスポーツ医学を、諸先輩より受け継いで、後輩へと引き継いでいくのが我々の役割であるという心構えを感じました。

会長講演では医療法人社団昇英会 はちすばクリニック 川野哲英先生により「機能的な視点によるスポーツ外傷の予防」と題してご講演をいただきました。川野会長からケガは何故起こるかをわけることが予防策に結びつくこと。そのための機能的な見方について具体的なスポーツ動作を交えながらお話していただきました。ケガが何故起こるのかをわかるためには、ケガした部分だけに捕らわれず、選手の動きを観察し原因を探る考え方が必要であると感じました。

主題発表では「スポーツ選手をケガから守る～トレーナーの取り組み」として代表的なスポーツを取り上げ、そのスポーツに特徴的な外傷とスポーツ動作の関係について、その外傷発生機転から外傷予防のための取り組みをご発表いただきました。ご発表は外傷予防を実践されている先生方をお招きし、サッカーの



基調講演での河野一郎先生



主題討議の講師の先生方

ステップにおける膝前十字靱帯損傷について国立スポーツ科学センター 松田直樹先生、バスケットボールのジャンプ動作における膝蓋靱帯炎について田淵整形外科クリニック 伊藤由美子先生、陸上競技のスプリントにおけるハムストリングスの肉離れについて川本整形外科 下山陽子先生、ラグビーのあたり動作における頸部外傷について筑波大学大学院人間総合科学研究科 竹村雅裕先生にご発表頂きました。4名の先生方はスポーツ現場で積極的にトレーナー活動に取り組まれており、外傷予防のために行われている貴重なご発表をしていただきました。

一般演題は14題の発表がありました。本研修会での演題募集では学術的な内容だけではなく、「スポーツ現場に役立つアイデア発表」として、スポーツや臨床の現場で実践している色々なアイデアについても募集し5題のエントリーがありました。発表では活発な質疑と意見交換がなされました。今年度は奨励賞として鶴田整形外科村中進先生、南大阪スポーツ医学&リハビリテーションセンター嶋坂彩先生が受賞されました。

例年は展示企業会場を別会場に設けておりましたが、メイン会場内に展示スペースを設けました。例年に比べて展示ブースが賑わい企業の方々からも好評な企画となりました。

1年間の準備期間を経て多くの参

加者に恵まれ、無事に第24回研修会を終えることができました。準備期間中は多くの方々にご指導とご協力をいただきました。運営委員を代表して皆さまへ心よりお礼申し上げます。

第24回研修会長 板倉尚子

第24回研修会に参加して

平成18年11月4日、5日に東京飯田橋レイナービルにて開催された第24回研修会に参加をいたしました。今回のプログラムの中で特に印象に残った先生方のご講演について感想を述べさせていただきます。筑波大学の河野一郎先生より「トレーナーの社会貢献」というテーマでの講演が、また山本利春（国際武道大学）、加賀谷善教（鹿屋体育大学）、馬場宏輝（仙台大学）、村木良博（ケアステーション）各先生により「スポーツ外傷の予防にトレーナーが果たす役割」についての発表が行われました。トレーナーが現在、社会の中で期待されるべき役割や存在意義、スポーツ選手のサポートシステムの中でのトレーナーの役割、トレーナーの社会的認知の向上について考える機会をいただきました。

また、川野哲英先生（はちすばクリニック）により「機能的視点によるスポーツ外傷の予防」というテーマで講演がありました。研究論文により示されているエビデンスのみに捉われず、目の前のスポーツ選手に

目をむけなければならないという先生のお言葉は、私自身強く心に留めなければならないと思っています。

ご講演をいただいた先生方、板倉尚子先生を始め準備に携わっていただいた諸先生、スタッフの方々にこの場をお借りしまして、御礼を申し上げます。

広島大学大学院保健学研究所
越田専太郎

第24回研修会後記

「スポーツ選手をケガから守る」と題して、トレーナーがどのような役割を担い、スポーツ現場でどのような取り組みを実践していくことが、ケガの予防に結びつくのかという板倉尚子研修会長の挨拶により始まった今回の研修会は、改めて「スポーツ選手のためには」を考えさせられた会であったと思います。基調講演、主題討議などで演者から話があった「予防するためにはどうしたらいいのか」、「スポーツとは何か」等の疑問に対する答えを演者、参加者含めて共に考え模索し、私の中では「選手のために何ができるのか、何をすることが選手のためになるのか」を考えることがその答えを導き出すキーワードではないかと思いました。川野会長から目の前にいるスポーツ選手全身を観察してアプローチをすることが重要であるとお話をいただき、私はこのような考え方ができるのも「選手のために何ができ



講演での奥脇透先生



記念講演での黒田善雄先生



川野哲英先生の実演



主題発表の講師の先生方

るのか」と考えられているからだと思いました。そして、スポーツ選手に携わるトレーナーとしては「選手のために本気になる」という気持ちを持つことが大事であり、これが「スポーツ選手のための」と掲げている本研究会メンバーとして持つスピリッツだと思いました。

国際武道大学 笠原政志

■今後の事業案内

第23回ワークショップのご案内

■開催要項

テーマ：「走・跳動作で生じるスポーツ外傷に対するアスレチックリハビリテーション」

期日：平成19年2月11日（日）、12日（祝）

会場：鹿屋体育大学（鹿児島県鹿屋市白水町）

プログラム：

【2月11日（日）】

9：00～9：45 受付

9：45～10：00 開講式

10：00～11：30（講義）

「スポーツ外傷に対する整形外科的対応とメディカルチェックの重要性」藤井康成（鹿屋体育大学保健管理センター）

11：40～13：10（講義）

「スポーツ外傷に対するリハビリテーションの基礎」日野邦彦（帝京大学福岡医療技術学部）

13：10～14：10 昼休み

14：10～16：10（実技）

「走・跳動作で生じるスポーツ外傷に対する機能評価」福田隆一（小倉記念病院）

16：20～18：20（実技）

「走・跳動作獲得に向けての段階的

アスレチックリハビリテーション」尾崎勝博（野崎東病院アスレチックリハビリテーションセンター）

19：00～ 懇親会

【2月12日（祝）】

9：00～10：30（講義）

「走・跳動作からみたスポーツ外傷の予防」平川信洋（鶴田整形外科）

10：50～12：50（実技）

「スピード・パワー向上のためのスキルトレーニング」金高宏文（鹿屋体育大学スポーツトレーニング教育研究センター）

12：50～13：00 閉講式

参加費：会員20,000円 一般35,000円

申し込み締切り：平成19年1月31日（水）

定員：30名（なお、定員になり次



奨励賞を受賞された村中進先生



奨励賞を受賞された嶋坂彩先生



盛大に行われた懇親会

第、受付終了とさせていただきます)
◎問い合わせ・連絡先:

〒860-8518鹿児島県鹿屋市白水町
1番地 鹿屋体育大学 スポーツ
トレーニング教育研究センター 加賀
谷善教

TEL&FAX.0994-46-5014

E-mail: wscanoya@yahoo.co.jp

※申込みは氏名、所属、住所、TEL、
FAX、会員番号(会員のみ)、懇親
会参加の有無をご明記の上メールま
たはFAXでお願いします。締切りが
近づいておりますので、早めにお申
し込み下さい。

平成18年度第2回講習会のお知らせ

下記の要項で平成18年度第2回
講習会を下記の要項で開催いたしま
す。今回の講習会のテーマは「ス
ポーツ選手の慢性痛とその対応」と

して、そのメカニズムおよび対応に
ついてご活躍の先生方にご講義いた
だきます。トピックスとして情報戦
略のスタッフとしてドーハでも活動
された国立スポーツ科学センター白
井克佳先生の「アジア大会報告」もご
ざいます。日頃あまり目にするこ
とはない強化としての情報戦略とし
ての活動についてお話いただく予定で
す。

また当日は平成18年度総会およ
び役員改選が行なわれます。プログ
ラムをご参照頂き、スタッフ一同多
くの会員皆様のご参加をお待ち申し
上げます。

■開催要項

日時:平成19年3月4日(日)

会場:東京体育館第1研修室(東京
都渋谷区:JR総武線千駄ヶ谷駅下車
徒歩1分)

参加費:会員5,000円、一般7,000円

申込受付:当日受付、予約不要

テーマ:「スポーツ選手の慢性痛と
その対応」

プログラム:

9:30~ 受付開始

10:00~11:30 基調講演「慢性痛
のメカニズム」鈴木重行(名古屋大)

11:40~12:10 トピックス「ア
ジア大会報告—情報戦略活動—」白
井克佳(国立スポーツ科学セン
ター)

13:10~14:00 総会

14:10~15:50 主題発表「ス
ポーツ選手の下肢慢性痛への対応」
物理療法/塩澤伸一郎(社会医学技
術学院)

徒手療法/講師折衝中

運動療法/小泉圭介(国立スポーツ
科学センター)

補装具療法/岡戸敦男(スポーツ
医・科学研究所)

*申し込みに関しましては当日受付
ですので、事前の申し込みは必要ご
ざいませぬ。問い合わせなどがあり
ましたら、下記までご連絡お願いい
たします。

開催委員長 増田雄一(有)リニアー
ト

FAX.03-5940-5519

E-mail: YQD01742@nifty.com

役員選挙

平成19年度は役員改正の年です。
定款細則第9条により理事に立候補
するものは、2月2日(金)の正午
までに浦辺代表に文書により届出を
行って下さい。