

プログラム

メインテーマ：『本学の目指すアスリート支援体制

—次世代のエビデンス創生を目指して—』

(1) コーディネーター

〔柔道整復学講座〕 教授 齊藤 昌久,〔看護学講座〕 講師 梶川 拓馬

(2) 演題発表

15:45～15:55

- ・スポーツ×データ アスリートサポートセンターの取り組み

〔鍼灸学部鍼灸学科〕 講師 谷口 剛志

15:55～16:05

- ・真の動作解析によるアスリートサポートの可能性

〔保健医療学部柔道整復学科〕 講師 木村 篤史

16:05～16:15

- ・本学におけるEAP作成についての一考察

〔保健医療学部救急救命学科〕 講師 原 貴大

16:15～16:25

- ・睡眠障害に焦点をあてたアスリート支援について

〔看護学部看護学科〕 教授 佐藤 裕見子

16:25～16:35

- ・「スポーツに怪我は付き物なのか？」

—本学の特性を活かしたスポーツ外傷・障害予防の更なる発展と連携について—

〔スポーツコーチ〕 准教授 小川 豊清, 准教授 三浦 重則

(3) 総合討論

16:35～17:00

『本学の目指すアスリート支援体制 —次世代のエビデンス創生を目指して—』

コーディネーター

齊藤 昌久¹⁾, 梶川 拓馬²⁾

¹⁾柔道整復学講座, ²⁾看護学講座

本学は、東西医学の融合を掲げ、社会が必要とし、社会から必要とされる真の医療人の育成をめざす医療系大学です。この強みを活かした「スポーツ振興プロジェクト」にも力が注がれています。

2020年に本国で広がったCOVID-19による影響は、現代の医療系大学に在籍するアスリート学生にも深刻な影響を与えました。競技・学業の両面で身体的・精神的にも負荷の強い状況下にあるアスリート学生の健康管理や競技力向上に対して、どのようなサポートが可能であるか、今一度振り返り、サイエンスの視点から新たな方針を見出す必要があるのではないのでしょうか。また、コーチと教育・研究者の間で十分な連携が取れてきたか、という点では十分とはいえないかもしれません。

そこで、本シンポジウムでは、谷口剛志先生（鍼灸学）、木村篤史先生（柔道整復学）、原貴大先生（救急救命学）、佐藤裕見子先生（看護学）が研究者の立場から、また小川豊清先生（柔道）、三浦重則先生（陸上競技・投擲）が競技スポーツコーチの立場からそれぞれの現状や課題などについて論じていただき、議論を深めます。本シンポジウムを契機に、コーチと教育・研究者の連携を図り、更なる競技力の向上と活発な研究・教育活動、さらに科学的知見に基づいたコーチング（Evidence Based of Sport Coaching）の継続的なサポートの礎になることを期待します。

スポーツ×データ アスリートサポートセンターの取り組み

谷口 剛志^{1), 2)}

¹⁾鍼灸学部, ²⁾Medical Athletic Trainer/Athlete Support Center 担当

IoT(Internet of Things)の発展により, アスリートのコンディションやパフォーマンスはビジュアル化・可視化され, これまで経験的・感覚的に行われてきたサポートの量・質が変化してきている。

本学においては2018年よりUNIVASから紹介された“ONE TAP SPORTS”システムを試験的に導入し, 主にアスリートサポートセンターで選手の傷害情報を一元管理, さらにコンディショニングやトレーニング情報なども共有できる機能が追加され, 2020年より全強化指定クラブに導入している。

今回のシンポジウムでは実際の導入例を御紹介し, スポーツ×データを用いた本学が目指すアスリート支援体制について述べさせていただきます。

真の動作解析によるアスリートサポートの可能性

木村 篤史

保健医療学部

陸上競技の男子100m世界記録保持者であるウサイン・ボルト選手は, スタートの一歩目着地までの股関節の屈曲運動に内旋運動を伴っていた。ボルト選手のコーチは「膝下が外を向いている。頭でコントロールしろ。」と内旋運動を動きで修正するように指導した。股関節の屈曲運動に内旋運動を伴っていた理由は何か? 実際の動きと脳内のbody imageの不一致なのか, 股関節周囲の筋力あるいは筋緊張の不均衡なのか, その理由は色々と推測されるがボルト選手のphysical assessmentを行って見ないと不明である。

“動作解析=動作を捉えること”と認識されがちであるが, 真の動作解析はその動作が生じている理由について, 動作を捉えた上でアスリートのphysical assessmentの情報を重ねて「考える」ことである。真の動作解析によるアスリートサポートの可能性についてご提示したい。

本学における EAP 作成についての一考察

原 貴大

保健医療学部

Emergency Action Plan (EAP) とは、有事の際に医療従事者やトレーナーが不在の際にも最善の処置や対応を行うことを目的に、救護体制を事前に計画することである。EAP では、競技特性に応じた傷病発生リスクの予測やそれに基づいた必要物品・連絡体制の整備を行うことが求められる。本学においてはアスリートサポートセンターにて競技者の安全管理を一元で対応を行っている一方で、同センターの対応時間外の事故への対応は各クラブでの対応が求められている。

このような状況下にあって、他大学や先進的な取り組みを行っている団体の現状から本学にあるべき EAP のあり方について考察する。

睡眠障害に焦点をあてたアスリート支援について

佐藤 裕見子

看護学部

睡眠は、労働や活動により疲労した脳やからだを回復し、明日によりよく活動するための準備時間の役割がある。

日本人の睡眠時間を世界的に比較すると、OECD 加盟国の中でいちばん短く、アメリカ、フランス、イギリスなどと比べても 1 時間ほど短い。

日本人が睡眠不足になる理由は、平日 1 日あたりの残業時間が米国やフランスの約 3 倍もあること、二つ目は 24 時間営業の店舗が多くあることやパソコン・スマートフォンの普及によって生活の夜型化が進み、就寝時間が次第に遅くなっていることがあげられる。

こうした生活環境に加えて、とりわけ大学生アスリートは、練習、試合、遠征に時間を取られ自由時間の短縮、部活動で激しい競争にさらされる中、不規則な生活やストレスによる睡眠への影響が危惧される。

今回、大学生アスリートの睡眠に関する研究論文をもとに睡眠障害の実態を明らかにし、その要因及び健康に及ぼす影響について検討した。こうしたエビデンスに基づいたアスリートの支援のあり方について述べたいと考える。

「スポーツに怪我は付き物なのか？」
—本学の特性を活かしたスポーツ外傷・障害予防の
更なる発展と連携について—

小川 豊清, 三浦 重則

スポーツコーチ

「スポーツに怪我は付き物」とよく言われます。初心者からトップアスリートまで怪我をすることはよくありますが、言葉どおり本当に「付き物」ならば誰も怖くてスポーツはできません。確かに、スポーツ（運動）による怪我は症状の大小に関わらず、かなりの頻度で発生し、ゼロにすることは不可能であるかも知れません。選手・指導者は、常に怪我発症に対する不安とともに勝利に向かって努力を重ねています。特に柔道のようなフルコンタクトスポーツなら尚更です。現在、スポーツ外傷・障害が発症した場合、本学の専門学科のご協力を得て熱心かつ万全な治療をしていただいております。ところが、もっと視野を広げていくと当然の事ながら予防策にたどり着きます。今回、本学女子柔道部のスポーツ外傷・障害発症例をもとに考察しました。スポーツ外傷・障害の予防は、本来、指導者と選手の責任とされる部分かと思いますが、本学の専門学科の特性を活かしたスポーツ外傷・障害予防に更なるお力添えをいただき、トップアスリートでありながら、戦わずして負けることのない選手育成を目指すことができるならば、本学の全スポーツクラブの競技力向上・発展に繋がるものと考えています。