

取り組み紹介書

施設 浜松市リハビリテーション病院	団体名 スポーツ医学センター
----------------------	-------------------

【タイトル】 スポーツ医学センター講習会による傷害予防啓発への取り組み

【課題】

- ・スポーツによって怪我をし、スポーツ医学センターを利用した患者以外のスポーツ選手に対し、傷害予防に対する知識・技術の啓発ができていない。
- ・指導者・保護者が選手を守る意識が低い。(チーム単位での取り組みに繋がらない)

【目的】

- ・当センターを利用していない(怪我をしていない)スポーツ選手・保護者・指導者を対象に、スポーツ傷害予防に対する知識・技術を習得する機会を提供する。
- ・選手だけでなく、保護者・指導者の傷害予防に対する責任意識を高める。

【方法】

- ・『スポーツ医学センター講習会』の名称で、無料講習会を年3回開催した。
- ・内容
 - 1) 医師：各回のテーマに沿ってスポーツ傷害の病態説明
 - 2) リハビリ：①選手自身による身体コンディションのセルフチェックの実践
②問題把握～コンディション維持・改善のための運動指導
 - 3) 栄養科：成長期のアスリートの食改善の指導・相談
 - 4) 選手・指導者・保護者とのディスカッション

【結果・効果】

第18回を2018年2月17日に、第19回を2018年6月30日に、第20回を2018年11月10日に開催した。

それぞれの回で、選手・保護者・指導者合わせ、51名・47名・28名の参加を得た。

アンケート結果より、『医師からの病態説明で「痛み」の原因が理解できた』『子供の「痛み」を放置してはいけないと痛感した』や、『自分の体の弱点がわかった』『ストレッチ・トレーニングの実技が多く、明日から取り組める内容であった』と、傷害予防への意識向上に働きかけられる内容を提供できていた。また、栄養指導でも、『好き嫌いを克服する工夫がわかった』『試合前の食事のポイントがわかった』など、保護者からも好評を得られた。

【事業団内外の表彰実績(表彰されている場合)】

