

平成 25 年 度

茨城県スポーツ医・科学

報告書

(第 19 集)

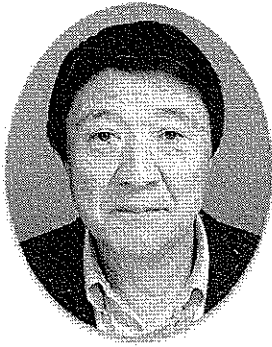
平成 26 年 3 月

公益財団法人茨城県体育協会

スポーツ医・科学委員会

目 次

発刊によせて	1	
I 平成25年度国民体育大会茨城県選手・監督健康診断（メディカルチェック）		
1 実施要項	2	
2 実施概要	3	
3 平成25年度国民体育大会選手・監督の健康アンケート結果	4	
4 平成25年度健康アンケート実施状況及び検診受診状況	13	
5 結果と考察	14	
II 平成25年度国民体育大会茨城県選手・監督の心理サポート	18	
<調査結果へのコメント>		
筑波大学体育系	中 込 四 郎	
筑波大学人間総合科学研究科博士課程体育科学専攻	鈴 木 敦	
III 第68回国民体育大会帯同ドクター報告	23	
本大会（会期前）	なめがた地域総合病院	清 水 顕
本大会（前期）	筑波大学医学医療系	鎌 田 浩 史
本大会（中期）	龍ヶ崎済生会病院	狩 野 真 士
本大会（後期）	県立中央病院	加 藤 穰
IV ドーピング防止教育・啓発活動講演概要	27	
筑波大学 体育系	渡 部 厚 一	
茨城県薬剤師会	種 村 閑	
V 2015年紀の国わかやま国体に向けて和歌山県と県立医大げんき開発研究所の試み	29	
和歌山県立医科大学げんき開発研究所	三 井 利 仁	
VI 茨城県内のスポーツ活動におけるメディカルサポート体制の構築	31	
一 国体候補選手を中心として一・小・中・高校生はどうする		
筑波大学 体育系	宮 川 俊 平	
VII 日本医師会認定健康スポーツ医名簿	34	
VIII 日本体育協会公認スポーツドクター等検索	37	
IX 平成25・26年度茨城県体育協会スポーツ医・科学委員会組織・名簿	39	



発 刊 に よ せ て

公益財団法人茨城県体育協会
スポーツ医・科学委員会
委員長 宮 川 俊 平

第 68 回国民体育大会「スポーツ祭東京 2013」においては、個人競技で陸上・水泳・レスリング・ライフル射撃の 4 競技で 6 名の選手が種目優勝するなどの活躍がみられました。天皇杯順位としては 29 位と昨年より良い順位となりました。ご承知のとおり 2019 年には茨城国体が開催されます。茨城県としては「茨城県競技力向上対策本部」を設置し、まず 2019 年に標準をあわせて各年代・各競技種目の「強化」を行いはじめました。これは 2019 年以降も茨城県内の県民の健全なスポーツによる育成と、生涯健康で生活できる「健康スポーツ」の普及をも目指しています。スポーツ医・科学委員会は競技選手の健康管理・スポーツ外傷・障害の予防と治療、そしてコンディション・メンタルサポートなどのスポーツ医学・科学の専門的な指導を必要とする選手を対象としてサポートを行って来ていますが、今後は選手の育成を踏まえて活動していきたいと考えます。

国体選手のメディカルチェックについてですが、本年度も「国体選手・監督の健康アンケート」を 1031 名に実施し、関係各位の協力により回収率は 100%となりました。ここ数年の傾向ですが、外傷・障害調査項目において記入が少なくなっている印象があります。他の項目については例年通りであり、選手や監督自身の健康管理の意識が高まっているものと考えます。これらのアンケート調査は横断的なものですが、今後は育成年代のサポートも視野に入れると縦断的なフォローが必要となってくるかと思えます。選手のアンケートによる情報をデータベース化して経年的に終えるシステムを構築する必要があるかと思えます。また、県北・県央・県西・鹿行・県南地区における地域でのメディカルサポートの体制も確立して行く必要があるかと思えます。また、各競技団体へのメディカルサポートももう少し踏み込んで行いたいと考えます。

アンチ・ドーピング委員会による「アンチ・ドーピング啓蒙活動」は年々選手・監督のみならず「少年」においてはご両親の意識も高まっているものと考えます。しかし海外においては「ドーピング」による不正が絶えない現状を考えるとここで手を抜くことはできません。地道な活動を今後も行っていきたいと考えます。

国体への帯同ドクターの派遣も軌道に乗り、大会時のメディカルサポートも安定してきたかと思えますが、各競技団体において、日体協の公認アスレティックトレーナーの配置は十分とは言えません。これも直近の課題かと思えます。一昨年より茨城県アスレティックトレーナー部会（茨城県体育協会スポーツ医・科学委員会の下部組織（予定））を設立し茨城県内の日体協公認アスレティックトレーナーやトレーナー活動を行っている方々のサポート体制も少しずつではありますが整備していききたいと思います。

最後になりましたが、ここに平成 25 年度の活動状況をご報告させて頂きます。関係の皆様の日々の取り組みに、些かなりとも参考にして頂ければ幸いです。日頃、本委員会のため何かとご配慮いただいております関係諸機関及び団体に対しまして厚く御礼申し上げ、挨拶といたします。

I 平成25年度国民体育大会茨城県選手・監督健康診断 (メディカルチェック)

1 実施要項

(1) 趣 旨

国民体育大会の参加資格としては、「健康診断を受け、健康であることを証明された者であること」とされている。

一般に、スポーツ選手は健康であるとの通念をもたれているが、ケガや故障など医学的な問題を抱えた者もあり、不幸にして競技中、死に至った事例もある。

このような状況から、本県においても代表選手の疾病・負傷を早期に発見し、発症の予防をすることにより、国民体育大会での事故を未然に防ぐため、代表選手・監督に対する健康アンケートと、その結果に基づく健康診断を実施するものとする。

(2) 主 催

茨城県教育委員会

公益財団法人茨城県体育協会

(3) 対象者

第68回国民体育大会・関東ブロック大会(冬季大会は第69回国民体育大会・関東ブロック大会及びフィギュア国体予選)

茨城県選手・監督

(4) 期 間

平成25年4月 ～ 平成26年2月

(5) 実施方法

ア 「健康アンケート」を配布する。

イ アンケートをもとにメディカルチェック委員会で判定をする。

ウ 要受診者に対して一次検診を勧告する。

エ 一次検診の異常者に対して二次検診を勧告する。

オ 二次検診の結果、メディカルチェック委員会で出場の可否を検討する。

(6) その他

公益財団法人茨城県体育協会スポーツ医・科学委員会メディカルチェック委員会の協力を得る。

2 実施概要

月/日	内 容	備 考
4/10	「健康アンケート」用紙印刷	1,400名(関プロ800名・本大会300名・予備300名)
4/12	競技団体関係者に協力依頼 「健康アンケート」説明・配布	選手強化本部会議 席上
4/24	(メディカルチェック委員会) 「健康アンケート」の判定 有所見者の検出・受診勧告	関プロ カヌー競技他
7/4 7/9	メディカルチェック委員会 「健康アンケート」の判定 有所見者の検出・受診勧告	関プロ ボート競技他
8/29 9/3	メディカルチェック委員会 「健康アンケート」の判定 有所見者の検出・受診勧告	本大会県締め切り 本大会 ストレート競技等
12/24 1/6	(メディカルチェック委員会) 「健康アンケート」の判定 有所見者の検出・受診勧告	冬季大会 スケート競技 アイスホッケー競技
1/21	(メディカルチェック委員会) 「健康アンケート」の判定 有所見者の検出・受診勧告	冬季大会(スキー) スキー競技
3/6	スポーツ医・科学委員会	事業総括 次年度計画検討等

3 平成25年度国体監督・選手の健康アンケート結果

平成26年1月31日現在

対象者	選手・監督数	回答数	回収率
関東ブロック大会出場選手・監督	713人	713人	100.0%
監督	79人	79人	100.0%
成年男子	187人	187人	100.0%
成年女子	126人	126人	100.0%
少年男子	190人	190人	100.0%
少年女子	131人	131人	100.0%
本国体直通選手・監督	238人	238人	100.0%
監督	28人	28人	100.0%
成年男子	62人	62人	100.0%
成年女子	28人	28人	100.0%
少年男子	93人	93人	100.0%
少年女子	27人	27人	100.0%
冬季・国体予選 関東ブロック大会出場選手・監督	52人	52人	100.0%
監督	4人	4人	100.0%
成年男子	25人	25人	100.0%
成年女子	2人	2人	100.0%
少年男子	19人	19人	100.0%
少年女子	2人	2人	100.0%
冬季・国体出場選手・監督	28人	28人	100.0%
監督	5人	5人	100.0%
成年男子	13人	13人	100.0%
成年女子	4人	4人	100.0%
少年男子	2人	2人	100.0%
少年女子	4人	4人	100.0%
監督計	116人	116人	100.0%
選手計	915人	915人	100.0%
合計	1,031人	1,031人	100.0%

選手総数	人
成年男子	287
成年女子	160
少年男子	304
少年女子	164
合計	915

Q1 これまでの主な病気、ケガについて

*Q1-1 以下の病気をしたことがあるか。

1: 貧血	合計 17人 監督 2人 成年男子 4人 成年女子 6人 少年男子 1人 少年女子 4人	2: 喘息	合計 43人 監督 3人 成年男子 9人 成年女子 10人 少年男子 20人 少年女子 1人	3: 高血圧	合計 7人 監督 3人 成年男子 3人 成年女子 0人 少年男子 1人 少年女子 0人
4: 心臓病	合計 0人 監督 0人 成年男子 0人 成年女子 0人 少年男子 0人 少年女子 0人	5: 川崎病	合計 4人 監督 1人 成年男子 0人 成年女子 0人 少年男子 3人 少年女子 0人	6: 腎炎	合計 2人 監督 1人 成年男子 0人 成年女子 0人 少年男子 1人 少年女子 0人
7: 肝炎	合計 1人 監督 0人 成年男子 1人 成年女子 0人 少年男子 0人 少年女子 0人	8: 胃・十二指腸潰瘍	合計 5人 監督 3人 成年男子 2人 成年女子 0人 少年男子 0人 少年女子 0人	9: てんかん	合計 1人 監督 0人 成年男子 0人 成年女子 0人 少年男子 1人 少年女子 0人
10: その他	合計 8人 監督 0人 成年男子 2人 成年女子 0人 少年男子 5人 少年女子 1人	11: 手術	合計 45人 監督 8人 成年男子 11人 成年女子 12人 少年男子 12人 少年女子 2人	12: 輸血	合計 2人 監督 2人 成年男子 0人 成年女子 0人 少年男子 0人 少年女子 0人
13: 薬物アレルギー	合計 6人 監督 0人 成年男子 2人 成年女子 3人 少年男子 0人 少年女子 1人	14: 食物アレルギー	合計 16人 監督 1人 成年男子 4人 成年女子 2人 少年男子 7人 少年女子 2人		

* Q1-2 練習中や試合中に脳しんとう(意識を失ったこと)を経験したことがあるか。

1: ない

監督	115	99.1 %
選手	887	96.9 %
成年男子	94.8 %	
成年女子	97.5 %	
少年男子	97.0 %	
少年女子	100.0 %	

2: ある

監督	1	0.9 %	人
選手	28	3.1 %	
成年男子	5.2 %	15	
成年女子	2.5 %	4	
少年男子	3.0 %	9	
少年女子	0.0 %	0	

Q2 現在の病気やケガについて

* Q2-1 現在、治療していたり、定期的に検査を受けている病気があるか。

1: なし

監督	106	91.4 %
選手	882	96.4 %
成年男子	97.2 %	
成年女子	93.1 %	
少年男子	96.7 %	
少年女子	97.6 %	

2: あり

監督	10	8.6 %	人
選手	33	3.6 %	
成年男子	2.8 %	8	
成年女子	6.9 %	11	
少年男子	3.3 %	10	
少年女子	2.4 %	4	

* Q2-2 Q2-1で「2:あり」と答えた方。その発症(受傷)はいつ(頃)か。

1: 西暦2013年内

監督	2	20.0 %
選手	12	36.4 %
成年男子	0.3 %	
成年女子	1.3 %	
少年男子	2.3 %	
少年女子	1.2 %	

2: 西暦2012年内

監督	0	0.0 %
選手	6	18.2 %
成年男子	1.4 %	
成年女子	0.6 %	
少年男子	0.0 %	
少年女子	0.6 %	

3: 以前

監督	7	70.0 %
選手	14	42.4 %
成年男子	1.0 %	
成年女子	21.2 %	
少年男子	9.1 %	
少年女子	3.0 %	

4: 無回答

監督	1	10.0%
選手	1	3.0%

* Q2-3 ふだん服用している薬があるか。

1: なし

監督	106	91.4 %
選手	885	96.7 %
成年男子	97.6 %	
成年女子	91.2 %	
少年男子	98.0 %	
少年女子	98.2 %	

2: あり

監督	10	8.6 %	人
選手	30	3.3 %	
成年男子	2.4 %	7	
成年女子	8.8 %	14	
少年男子	2.0 %	6	
少年女子	1.8 %	3	

Q2-4 ふだん服用している健康食品、栄養剤、ビタミン剤、滋養強壮剤などがありますか。

1: なし

	848	92.7 %
成年男子	91.3 %	
成年女子	98.1 %	
少年男子	89.5 %	
少年女子	95.7 %	

2: あり

	67	7.3 %	人
成年男子	8.7 %	25	
成年女子	1.9 %	3	
少年男子	10.5 %	32	
少年女子	4.3 %	7	

Q2-5 歯や口の中についての質問

a 虫歯はありますか。

1: ない

	828	90.5 %
成年男子	90.6 %	
成年女子	90.6 %	
少年男子	90.5 %	
少年女子	90.2 %	

2: あり

	87	9.5 %	人
成年男子	9.4 %	27	
成年女子	9.4 %	15	
少年男子	9.5 %	29	
少年女子	9.8 %	16	

b それは治療中ですか。

1: 治療中

	37	42.5 %
成年男子	48.1 %	
成年女子	46.7 %	
少年男子	48.3 %	
少年女子	18.8 %	

2: ない

	50	57.5 %	人
成年男子	51.9 %	14	
成年女子	53.3 %	8	
少年男子	51.7 %	15	
少年女子	81.2 %	13	

c. 歯や口の中を怪我したことがありますか。

1: ない

監督	881	96.3 %
選手	906	99.0 %
成年男子		96.5 %
成年女子		96.3 %
少年男子		95.1 %
少年女子		98.2 %

2: ある

監督	34	3.7 %	人
選手	6	0.7 %	
成年男子		3.5 %	10
成年女子		3.7 %	6
少年男子		4.9 %	15
少年女子		1.8 %	3

* d. 現在、歯に痛みなどがありますか。

1: ない

監督	115	99.1 %
選手	906	99.0 %
成年男子		99.4 %
成年女子		98.1 %
少年男子		99.3 %
少年女子		98.8 %

2: 歯が痛い

監督	1	0.9 %
選手	6	0.7 %
成年男子		0.3 %
成年女子		1.3 %
少年男子		0.7 %
少年女子		0.6 %

3: 歯がゆれる

監督	0	0.0 %
選手	2	0.2 %
成年男子		0.3 %
成年女子		0.6 %
少年男子		0.0 %
少年女子		0.0 %

4: 歯が折れている

監督	0	0.0 %
選手	1	0.1 %
成年男子		0.0 %
成年女子		0.0 %
少年男子		0.0 %
少年女子		0.6 %

* e. 歯ぐきについて何か異常がありますか。

1: ない

監督	116	100.0 %
選手	906	99.0 %
成年男子		98.7 %
成年女子		99.4 %
少年男子		99.3 %
少年女子		98.8 %

2: 歯ぐきが痛む

監督	0	0.0 %
選手	1	0.1 %
成年男子		0.3 %
成年女子		0.0 %
少年男子		0.0 %
少年女子		0.0 %

3: 歯ぐきが腫れている

監督	0	0.0 %
選手	2	0.2 %
成年男子		0.0 %
成年女子		0.6 %
少年男子		0.0 %
少年女子		0.6 %

4: 出血がある

監督	0	0.0 %
選手	6	0.7 %
成年男子		1.0 %
成年女子		0.0 %
少年男子		0.7 %
少年女子		0.6 %

* f. 噛み合わせについて何か異常がありますか。

1: ない

監督	114	98.2 %
選手	892	97.5 %
成年男子		99.0 %
成年女子		96.9 %
少年男子		96.0 %
少年女子		98.2 %

2: 歯ぎしりがある

監督	1	0.9 %
選手	10	1.1 %
成年男子		1.0 %
成年女子		2.5 %
少年男子		0.7 %
少年女子		0.6 %

3: 噛むとあごが痛い

監督	0	0.0 %
選手	0	0.0 %
成年男子		0.0 %
成年女子		0.0 %
少年男子		0.0 %
少年女子		0.0 %

4: 口が開けにくい

監督	0	0.0 %
選手	2	0.2 %
成年男子		0.0 %
成年女子		0.0 %
少年男子		0.7 %
少年女子		0.0 %

5: 矯正治療中

監督	1	0.9 %
選手	9	1.0 %
成年男子		0.0 %
成年女子		0.6 %
少年男子		2.3 %
少年女子		0.6 %

6: その他

監督	0	0.0 %
選手	2	0.2 %
成年男子		0.0 %
成年女子		0.0 %
少年男子		0.3 %
少年女子		0.6 %

Q3 自覚症状について

* Q3-1 以下の自覚症状があるか。

1: 胸痛

合計	0人
監督	0人
成年男子	0人
成年女子	0人
少年男子	0人
少年女子	0人

2: 呼吸困難

合計	1人
監督	0人
成年男子	0人
成年女子	1人
少年男子	0人
少年女子	0人

3: 動悸

合計	0人
監督	0人
成年男子	0人
成年女子	0人
少年男子	0人
少年女子	0人

4: 脈の乱れ

合計	1人
監督	0人
成年男子	0人
成年女子	0人
少年男子	1人
少年女子	0人

5: めまい

合計	8人
監督	2人
成年男子	0人
成年女子	2人
少年男子	2人
少年女子	2人

6: 失神

合計	0人
監督	0人
成年男子	0人
成年女子	0人
少年男子	0人
少年女子	0人

7: 全身けいれん

合計	0人
監督	0人
成年男子	0人
成年女子	0人
少年男子	0人
少年女子	0人

8: 全身的な倦怠

合計	1人
監督	0人
成年男子	0人
成年女子	0人
少年男子	0人
少年女子	1人

9: その他

合計	1人
監督	0人
成年男子	0人
成年女子	1人
少年男子	0人
少年女子	0人

Q4 現在のコンディションについて

Q4-1

練習意欲

旺盛

670	73.2 %
成年男子	67.9 %
成年女子	53.1 %
少年男子	84.5 %
少年女子	81.1 %

普通

243	26.6 %
成年男子	31.7 %
成年女子	46.9 %
少年男子	15.5 %
少年女子	18.3 %

ない

2	0.2 %
成年男子	0.3 %
成年女子	0.0 %
少年男子	0.0 %
少年女子	0.6 %

全くない

0	0.0 %
成年男子	0.0 %
成年女子	0.0 %
少年男子	0.0 %
少年女子	0.0 %

* 睡眠

良好

監督	74	63.8 %
選手	536	58.6 %
成年男子		55.4 %
成年女子		41.3 %
少年男子		67.4 %
少年女子		64.6 %

普通

監督	42	36.2 %
選手	363	39.7 %
成年男子		42.9 %
成年女子		56.9 %
少年男子		31.3 %
少年女子		32.9 %

不良

監督	0	0.0 %
選手	16	1.7 %
成年男子		1.7 %
成年女子		0.3 %
少年男子		0.4 %
少年女子		0.4 %

* 食欲

旺盛

監督	60	51.7 %
選手	568	62.1 %
成年男子		59.9 %
成年女子		42.5 %
少年男子		72.4 %
少年女子		65.9 %

普通

監督	56	48.3 %
選手	343	37.5 %
成年男子		39.4 %
成年女子		56.3 %
少年男子		27.6 %
少年女子		34.1 %

低下

監督	0	0.0 %
選手	4	0.4 %
成年男子		0.7 %
成年女子		1.3 %
少年男子		0.0 %
少年女子		0.0 %

* 便 通

良い

監督	110	94.8 %
選手	859	93.9 %
成年男子		93.0 %
成年女子		88.8 %
少年男子		97.0 %
少年女子		94.5 %

悪い

監督	6	5.2 %	人
選手	56	6.1 %	
成年男子		7.0 %	20
成年女子		11.3 %	18
少年男子		3.0 %	9
少年女子		5.5 %	9

* 全般的体調

極めて良い

監督	51	43.9 %
選手	447	48.9 %
成年男子		46.3 %
成年女子		25.6 %
少年男子		57.6 %
少年女子		59.8 %

良い

監督	43	37.1 %
選手	321	35.1 %
成年男子		35.5 %
成年女子		43.8 %
少年男子		31.9 %
少年女子		31.7 %

普通

監督	22	19.0 %
選手	143	15.6 %
成年男子		17.1 %
成年女子		5.2 %
少年男子		3.5 %
少年女子		1.5 %

悪い

監督	0	0.0 %
選手	3	0.3 %
成年男子		0.7 %
成年女子		0.6 %
少年男子		0.0 %
少年女子		0.0 %

最悪

監督	0	0.0 %
選手	1	0.1 %
成年男子		0.3 %
成年女子		0.0 %
少年男子		0.0 %
少年女子		0.0 %

Q5 家族の病気について

* Q5-1 両親・兄弟・姉妹に以下の病気があるか。

1: 突然死

合計	1人
監督	0人
成年男子	1人
成年女子	0人
少年男子	0人
少年女子	0人

2: 高血圧

合計	62人
監督	15人
成年男子	14人
成年女子	9人
少年男子	15人
少年女子	9人

3: 心臓病

合計	11人
監督	4人
成年男子	2人
成年女子	0人
少年男子	5人
少年女子	0人

4: 脳卒中

合計	11人
監督	4人
成年男子	1人
成年女子	4人
少年男子	1人
少年女子	1人

5: 糖尿病

合計	32人
監督	10人
成年男子	8人
成年女子	9人
少年男子	3人
少年女子	2人

6: 痛風

合計	10人
監督	2人
成年男子	0人
成年女子	2人
少年男子	5人
少年女子	1人

7: 結核

合計	0人
監督	0人
成年男子	0人
成年女子	0人
少年男子	0人
少年女子	0人

8: 肝炎

合計	2人
監督	0人
成年男子	1人
成年女子	0人
少年男子	1人
少年女子	0人

9: その他

合計	2人
監督	1人
成年男子	0人
成年女子	1人
少年男子	0人
少年女子	0人

Q6 女性の選手に対して (総数 324 名)

Q6-1 初潮はあったか。

1: なし	2	0.6 %	2: あり	322	99.4 %	※無回答	0	0.0 %
	成年女子	0.0 %		成年女子	100.0 %			
	少年女子	1.2 %		少年女子	98.8 %			

Q7-1で「2:あり」と答えた方の時期。

小学校3年	0.0%	中学校1年	26.1%	高校1年	0.6%
成年女子	0.0%	成年女子	26.9%	成年女子	1.3%
少年女子	0.0%	少年女子	25.3%	少年女子	0.0%
小学校4年	3.7%	中学校2年	17.1%	高校2年	0.6%
成年女子	5.0%	成年女子	17.5%	成年女子	0.0%
少年女子	2.5%	少年女子	16.7%	少年女子	1.2%
小学校5年	13.7%	中学校3年	10.9%	高校3年	0.0%
成年女子	10.6%	成年女子	10.6%	成年女子	0.0%
少年女子	16.7%	少年女子	11.1%	少年女子	0.0%
小学校6年	24.8%			無回答	2.5%
成年女子	26.9%			成年女子	1.3%
少年女子	22.8%			少年女子	3.7%

Q6-2 月経について

周期	1: 規則的	257	79.8%	2: 不規則	63	19.6%	3: 無月経	1	0.3%
	成年女子	134	83.8%	成年女子	25	15.6%	成年女子	0	0.0%
	少年女子	123	75.0%	少年女子	38	23.2%	少年女子	1	0.6%
	4: 閉経	1	0.3%	5: 無回答	0	0.0%			
	成年女子	1	0.6%	成年女子	0	0.0%			
	少年女子	0	0.0%	少年女子	0	0.0%			
出血量	1: 多い	51	15.9%	2: 普通	261	81.3%	3: 少ない	9	2.8%
	成年女子	31	19.4%	成年女子	125	78.1%	成年女子	3	1.9%
	少年女子	20	12.2%	少年女子	136	82.9%	少年女子	6	3.7%
							※無回答	0.0%	
痛み	1: ほとんどない	146	45.5%	2: 痛みはあるが、日常生活には支障なし	126	39.2%			
	成年女子	51	31.9%	成年女子	72	45.0%			
	少年女子	95	57.9%	少年女子	54	32.9%			
	3: 日常生活に支障はあるが、薬は服用しない	23	7.2%	4: 日常生活に著しく支障があり、薬を服用	25	7.8%			
	成年女子	19	11.9%	成年女子	16	10.0%			
	少年女子	4	2.4%	少年女子	9	5.5%			
	5: 寝込む	1	0.3%	6: ※無回答	0	0.0%			
	成年女子	1	0.6%						
	少年女子	0	0.0%						

Q7 体重減量について

Q7-1 競技に際しての体重減量はあるか。

1: なし	873	95.4 %	2: あり	42	4.6 %	人
	成年男子	95.1 %		成年男子	4.9 %	14
	成年女子	94.4 %		成年女子	5.6 %	9
	少年男子	96.7 %		少年男子	3.3 %	10
	少年女子	94.5 %		少年女子	5.5 %	9

Q7-2 Q6-1で「2:あり」と答えた方。スムーズに減量できるか。

1: はい	36	85.7 %	2: いいえ	6	14.3 %	人	※無回答	0	0.0 %
	成年男子	78.6 %		成年男子	21.4 %	3			
	成年女子	77.8 %		成年女子	22.2 %	2			
	少年男子	100.0 %		少年男子	0.0 %	0			
	少年女子	88.9 %		少年女子	11.1 %	1			

Q8 心理サポートについて

* Q8-1 競技を継続していく上で、専門家による心理サポートや相談が必要と感じたことがあるか。

1: なし

監督	105	90.5 %
選手	895	97.8 %
成年男子		97.6 %
成年女子		95.6 %
少年男子		98.7 %
少年女子		98.8 %

2: あり

監督	11	9.5 %
選手	20	2.2 %
成年男子		2.4 %
成年女子		4.4 %
少年男子		1.3 %
少年女子		1.2 %

* Q8-2 「ある」場合は、どのようなサポートが必要か。(主なもの)

- ・メンタルトレーニングの指導
- ・競技力向上につながるメンタルトレーニング
- ・体調管理面
- ・練習時のストレスケア
- ・チーム内のコミュニケーション
- ・ウエイトトレーニングの指導・食事
- ・練習通りの力を発揮するにはメンタルトレーニングが必要であり、監督としてどのような指導を行えば良いのか
- ・研修があると良い

* Q8-3 競技場面で心理的問題や課題を感じたことがあるか。

1: ない

監督	109	94.0 %
選手	889	97.2 %
成年男子		98.6 %
成年女子		93.1 %
少年男子		97.7 %
少年女子		97.6 %

2: ある

監督	7	6.0 %
選手	26	2.8 %
成年男子		1.4 %
成年女子		6.9 %
少年男子		2.3 %
少年女子		2.4 %

* Q8-4 「ある」場合は、どのような内容であるか。また、どのように解決したのか。(主なもの)

- ・学業(仕事・育児等)と競技との両立で悩み、周りの人に相談した
- ・プレッシャーに弱い
- ・うまくいかず落ち込んだ時に、周りの人がアドバイスをくれた
- ・試合中、弱気になってしまう
- ・すごく緊張してしまう
- ・睡眠時間の確保
- ・競技場面で辛くなると諦めが早いので、トレーニングで改善できないか

Q9 競技や練習に支障となったケガについて

○スポーツによるケガを具体的に

小学校	中学校	高校	大学・社会人
<ul style="list-style-type: none"> ・ 左膝剥離骨折 ・ 右足首骨折 ・ 左肩骨折 ・ 半月板損傷 ・ オスグット ・ 左足首骨折 ・ 左手首骨折 ・ 椎間板ヘルニア ・ 左手親指骨折 ・ 右手一指指・中指・薬指骨折 ・ 右肘脱臼靭帯断裂 ・ ジャンパー膝 ・ 左足首靭帯断裂 ・ 靭帯損傷 ・ アキレス腱損傷 ・ 親指骨折 ・ 手首ひび ・ 剥離骨折 ・ 野球肘 ・ 右足親指骨折 ・ 右肘痛 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 疲労骨折 ・ 左太もも肉離れ ・ 左手人さし指骨折 ・ 剥離骨折 ・ 足首捻挫 ・ 内側側副靭帯損傷 ・ 肩骨折 ・ 三角靭帯損傷 ・ 手首痛 ・ 圧迫骨折 ・ 左膝半月板損傷 ・ 左手小指骨折 ・ 右肘靭帯損傷 ・ 骨髄分離症すべり症 ・ オスグット ・ 親指骨折 ・ 右中指骨折 ・ 右肘骨折 ・ 右足首靭帯断裂 ・ 座骨骨折 ・ 右足首骨折 ・ ヘルニア ・ テニス肘 ・ 鎖骨・鎖骨・鎖骨骨折 ・ 開放性脱臼 ・ 鼻骨折 ・ 腰椎分離症 ・ 野球肩 ・ 右手首骨折 ・ 右足後十字靭帯損傷 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 疲労骨折 ・ 肉離れ ・ 前脛・足の付け根痛 ・ 指の骨折 ・ 縦隔気腫 ・ 左足首捻挫 ・ 鎖骨骨折 ・ 分離症 ・ 剥離骨折 ・ 外側半月板損傷 ・ 骨端線損傷 ・ 腓腹筋断裂 ・ シンスプリント ・ 右肩神経痛 ・ 左頬骨骨折 ・ 足・鼻骨折 ・ 親指骨折 ・ 右薬指骨折 ・ 右足首靭帯損傷 ・ 後十字靭帯断裂 ・ 左膝蜂窩織炎 ・ ジャンパー膝 ・ 右膝前十字靭帯損傷 ・ 左小指脱臼 ・ 左膝靭帯断裂 ・ 左手甲骨折 ・ 左足首靭帯断裂 ・ 右膝前十字損傷 ・ 肩関節脱臼 ・ 座骨傷 ・ 擦過傷 ・ 上腕二頭筋頭腱炎 ・ 肋骨のひび ・ 筋肉断裂 ・ 棚障害 ・ 眼下底骨折 ・ 脳震盪 ・ 腰椎疲労骨折 ・ 右肘脱臼 ・ 右手脱臼 ・ 顎骨折 ・ 腰打撲 ・ 左肩脱臼 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 右足首捻挫 ・ 足底・膝痛 ・ 肉離れ ・ 筋膜炎 ・ 疲労骨折 ・ 半月板損傷 ・ 足首捻挫 ・ 後十字肩脱臼 ・ 腱板損傷 ・ 右肩関節唇損傷 ・ 肩脱臼 ・ 右膝ACL損傷 ・ 指骨折 ・ 左手小指開放脱臼 ・ ぎっくり腰 ・ 椎間板ヘルニア ・ 右膝分裂膝外骨 ・ 前十字靭帯断裂 ・ 左足首捻挫 ・ 右内側靭帯損傷 ・ 右小指・中指脱臼 ・ 腰ヘルニア ・ テニス肘 ・ 外けい骨障害 ・ 靭帯損傷 ・ あばら骨折 ・ アキレス腱断裂 ・ 右肩脱臼 ・ 鼻骨折

	小 学 校	中 学 校	高 校	大 学・社 会 人
どこで 治療したか	1:病院 35 58.3% 2:接骨院 24 40.0% 3:放置 1 1.7% 4:その他 0 0.0% 計 60	1:病院 76 62.4% 2:接骨院 42 34.4% 3:放置 2 1.6% 4:その他 2 1.6% 計 122	1:病院 113 61.0% 2:接骨院 61 33.0% 3:放置 7 3.8% 4:その他 4 2.2% 計 185	1:病院 55 61.1% 2:接骨院 28 31.1% 3:放置 2 2.2% 4:その他 5 5.6% 計 90
ケガの 治り具合	1:治った 56 98.2% 2:不十分 0 0.0% 3:まだ治っていない 1 1.8% 計 57	1:治った 104 92.0% 2:不十分 7 6.2% 3:まだ治っていない 2 1.8% 計 113	1:治った 149 86.1% 2:不十分 14 8.1% 3:まだ治っていない 10 5.8% 計 173	1:治った 60 77.9% 2:不十分 11 14.3% 3:まだ治っていない 6 7.8% 計 77
ケガの影響	1:運動をやめた 30 52.7% 2:種目変更 0 0.0% 3:ペースを落とした 10 17.5% 4:完全復帰 17 29.8% 計 57	1:運動をやめた 41 36.3% 2:種目変更 1 0.9% 3:ペースを落とした 18 15.9% 4:完全復帰 53 46.9% 計 113	1:運動をやめた 80 46.2% 2:種目変更 0 0.0% 3:ペースを落とした 23 13.3% 4:完全復帰 70 40.5% 計 173	1:運動をやめた 34 44.1% 2:種目変更 0 0.0% 3:ペースを落とした 19 24.7% 4:完全復帰 24 31.2% 計 77

Q10 マルフアンテスト

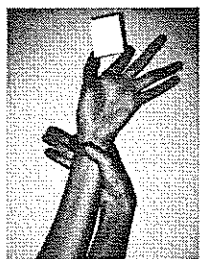
種別	テストA				テストB			
成年男子	1	○	69	24.0%	1	○	4	1.4%
	2	×	218	76.0%	2	×	283	98.6%
	計		287		計		287	
成年女子	1	○	105	65.6%	1	○	2	1.3%
	2	×	55	34.4%	2	×	158	98.7%
	計		160		計		160	
少年男子	1	○	114	37.5%	1	○	8	2.6%
	2	×	190	62.5%	2	×	296	97.4%
	計		304		計		304	
少女女子	1	○	86	52.4%	1	○	5	3.0%
	2	×	78	47.6%	2	×	159	97.0%
	計		164		計		164	

公益財団法人茨城県体育協会
スポーツ医・科学委員会

Q10 マルフアンテストについて

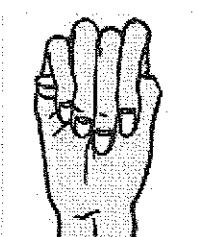
マルファン症候群（心血管系の病気）を察見する手がかりとなる簡易テストです。2つのテストの結果をQ10の欄に記入して下さい。

1 テスト-A



親指と人差し指が反対の手首をまわして触れる。

2 テスト-B



自然に握って、親指を内側に握った時、親指が小指から出て見える。

4 平成25年度健康アンケート実施状況及び検診受診状況

平成26年1月31日現在

		関東ブロック大会からの出場者						中央大会からの出場者						
競技名		配布	未回収	1次勧告	受診	2次勧告	受診	配布	未回収	1次勧告	受診	2次勧告	受診	
本大会	1 陸上	—	—	—	—	—	—	31	0	3	1	0	0	
	2 水泳(競泳)	水泳(競泳)	—	—	—	—	—	—	28	0	4	2	0	0
		水泳(飛込)	—	—	—	—	—	—	4	0	0	0	0	0
		水泳(水球)	12	0	1	0	0	0	—	—	—	—	—	—
		シンクロ	4	0	0	0	0	0	—	—	—	—	—	—
	3 サッカー	50	0	9	6	0	0	—	—	—	—	—	—	
	4 テニス	—	—	—	—	—	—	10	0	1	1	0	0	
	5 ボート	42	0	2	1	0	0	—	—	—	—	—	—	
	6 ホッケー	68	0	8	5	0	0	—	—	—	—	—	—	
	7 ボクシング	13	0	0	0	0	0	—	—	—	—	—	—	
	8 パレーボール	パレーボール	50	0	2	1	0	0	—	—	—	—	—	—
		ビーチパレー	6	0	0	0	0	0	—	—	—	—	—	—
	9 体操(競技)	体操(競技)	15	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0
		体操(新体操)	8	0	2	1	0	0	—	—	—	—	—	—
	10 バスケットボール	39	0	3	2	0	0	12	0	0	0	0	0	
	11 レスリング	—	—	—	—	—	—	14	0	0	0	0	0	
	12 セーリング	—	—	—	—	—	—	12	0	0	0	0	0	
	13 ウェイトリフティング	9	0	0	0	0	0	3	0	1	1	0	0	
	14 ハンドボール	52	0	2	1	0	0	—	—	—	—	—	—	
	15 自転車	—	—	—	—	—	—	11	0	0	0	0	0	
	16 ソフトテニス	21	0	2	2	0	0	9	0	0	0	0	0	
	17 卓球	13	0	0	0	0	0	7	0	1	1	0	0	
	18 軟式野球	16	0	2	1	0	0	—	0	0	0	0	0	
	19 相撲	—	—	—	—	—	—	13	0	0	0	0	0	
	20 馬術	14	0	1	0	0	0	—	—	—	—	—	—	
	21 フェンシング	12	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	
	22 柔道	14	0	3	2	0	0	6	0	1	1	0	0	
	23 ソフトボール	52	0	1	1	0	0	—	—	—	—	—	—	
	24 バドミントン	12	0	3	2	0	0	4	0	0	0	0	0	
	25 弓道	16	0	1	0	0	0	—	—	—	—	—	—	
	26 ライフル射撃	12	0	1	1	0	0	3	0	2	1	0	0	
	27 剣道	14	0	2	1	0	0	5	0	1	1	0	0	
	28 ラグビーフットボール	67	0	3	1	0	0	—	—	—	—	—	—	
	29 山岳	9	0	2	1	0	0	3	0	0	0	0	0	
	30 カヌー	16	0	1	0	0	0	—	—	—	—	—	—	
	31 アーチェリー	20	0	2	1	0	0	—	—	—	—	—	—	
	32 空手道	5	0	2	0	0	0	3	0	0	0	0	0	
33 銃剣道	4	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0		
34 クレー射撃	4	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0		
35 なぎなた	4	0	0	0	0	0	3	0	1	1	0	0		
36 ボウリング	16	0	3	2	0	0	—	—	—	—	—	—		
37 ゴルフ	4	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0		
38 高校野球(硬式)	高校野球(硬式)	—	—	—	—	—	18	0	0	0	0	0	0	
	高校野球(軟式)	—	—	—	—	—	15	0	0	0	0	0	0	
39 トライアスロン	—	—	—	—	—	—	2	0	0	0	0	0		
冬季大会	1 スケート(スピード)	—	—	—	—	—	8	0	0	0	0	0	0	
	スケート(フイギュア)	6	0	0	0	0	—	—	—	—	—	—	—	
	スケート(ショート)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
2 アイスホッケー	46	0	1	1	0	0	—	—	—	—	—	—		
3 スキー	—	—	—	—	—	—	20	0	0	0	0	0		
合計		765	0	59	33	0	0	266	0	15	10	0	0	
				回収率	勧告率	受診率			回収率	勧告率	受診率	勧告率	受診率	
				100.0%	7.7%	55.9%	0.0%	0.0%	100.0%	5.6%	66.7%	0.0%	0.0%	

※ スケート(フィギュア)は全国ブロック予選

※ 総数

合計	1,031	0	74	43	0	0	
			回収率	勧告率	受診率	勧告率	受診率
			100.0%	7.2%	58.1%	0.0%	0.0%

5 結果と考察

(1) アンケートの実施状況について

関東ブロック大会を含め、国民体育大会に出場する選手・監督及び各競技において出場の可能性がある選手も実施対象者に加え、合計1,031名に対して「国体選手・監督の健康アンケート」を実施した。回答については対象者全員から得ることができた。このことについては、各競技団体の協力体制と組織的な取り組みが個々の対象者の健康管理に対する意識の高まりへの表れと思われる。

平成15年度静岡国体からドーピングコントロールが導入され、ドーピング防止教育・啓発活動に対して、スポーツ医・科学委員会のアンチ・ドーピング委員会を中心に取り組んでいる。今年も、国体に出場する選手全員に「薬及びサプリメントに関する調査」を実施し、意識の高揚を図った。その結果、多くの選手からの問い合わせがあり、一部の薬品（漢方薬や輸入プロテイン等）の使用について控えていただいた。

国民体育大会茨城県選手・監督健康診断（メディカルチェック）実施要項に基づき、趣旨及び実施方法を第1回選手強化本部会議で各競技団体関係者に用紙を配布・説明したことにより、理解と協力の徹底が図られた。

アンケートの回収については、提出期限を関東ブロック大会・本大会・冬季大会の参加申込期日としたため、5月の関東ブロック大会から翌年2月の国民体育大会スキー競技会までの、ほぼ一年間を通じた作業となった。

(2) 一次受診勧告者の有所見状況について

メディカルチェック委員会においてアンケートの有所見を審査し、A「異常なし」、B「要観察」、C「受診が望ましい」、D「要受診」の4段階に判定した。その結果により、C判定以上の有所見者のうち本人及び監督に確認の上、必要と認められた74名（C判定67名、D判定7名）に対して、一次検診の受診勧告をした。（のべ89名、内15名は2科目該当）その内、受診したのが43名で受診率58.1%だった。

その状況を診療科目別にみると以下のとおりである。

(単位：人)

区分	成年男子	成年女子	少年男子	少年女子
整形外科(21)	0	9	8	4
内科(17)	3	4	6	4
婦人科(20)	—	12	—	8
歯科(31)	12	5	8	6
計(74)	15	30	22	22

① 整形外科的な有所見について

21名に受診勧告した。

部位別にみても、靭帯損傷、アキレス腱損傷等「膝・足首に関するもの」が8例、椎間板ヘルニア等「腰に関するもの」が3例、肘痛、肩痛等「肩・肘に関するもの」が6例ほか4例であった。

競技種目別ではサッカー競技やバレーボール競技、ラグビーフットボール競技等、動きが激しく運動量のある競技が多い。いずれの場合も受診結果で競技に支障がないとの報告を受けている。

競技や練習に支障となったケガについては、全体で457件の症例があげられた。ケガのなおり度合いを見ると完治は小学校で98.2%、中学校92.0%、高校86.1%、大学・社会人77.9%と推移し、年齢が高くなるにつれて、不十分と回答している数値が高くなっている。特に成年の選手は、仕事や学業等でなかなか通院や休養ができないことが推察できる。

整形外科的な症例には、スポーツの負荷に対する身体の対応能力が伴わないため発生するケースが多いようである。特に高校生でのケガが多く、1年生と3年生との体力や技術の差により、競技中に十分対応できずにケガにいたるケースが多い。基礎体力を高めるとともに十分な準備運動を実施し、練習や大会に臨む姿勢が指導者や選手に求められる。

② 内科的な有所見について

17名に受診勧告した。

自覚症状項目では「マルファン」と「喘息」が5例、「貧血」3例、他「血圧」2例があった。それぞれ症状の安定等により競技に支障が無いとの受診結果だった。特に「マルファン」については心エコーの受診を勧め、問題ないとの報告を受けた。

③ 婦人科的な有所見について

20名に受診勧告した。

内訳は大学・社会人12名、高校生8名だった。症状別は月経困難症や過多月経等が多く見られた。

各選手とも競技に支障が無いとの報告を受けている。

④ 歯科的な有所見について

31名に受診勧告した。

症状は虫歯がほとんどであった。「虫歯はありますか」の問いに対して87名が「あり」と回答しており、治療についても「治療はしていない」との回答が50名いた。昨年度よりも増加しており、今後競技を継続していく上で歯の健康の重要性について、研修会や講習会において意識改革していくことが必要であると思われる。

⑤ 心理サポートについて

心理サポートに関しては、選手の心理的な側面を把握しコンディショニングづくりに役立てることが重要である。また、監督についても、心理的なサポートを必要としている。

今後、筑波大学の中込四郎先生の分析結果（別項目掲載）を参考に、選手・監督・コーチ・競技団体の活動に十分生かせるようなサポート体制を考えていく必要がある。

(3) 二次検診について

二次検診について今回受診勧告者はいなかったが、二次検診を受けるべき選手が出た場合は、速やかに専門のドクターに相談し、大会への出場が可能かを判断できるよう受診体制を整えておくことが重要である。

現在良好な選手においても医師との連絡を深め、健康な状態で最高の競技力が発揮できるよう啓発していきたい。

(4) 今後の課題

① アンケート項目内容について

アンケートに対しての協力体制や健康管理に対する意識は高まってきているが、自覚症状を適切に回答しているとは言い難いものもある。健康アンケートが自分自身の健康状態を把握するものであり、自己の競技における最高のパフォーマンスを発揮するための一助となるものであるという意識づけを、会議等を通して各競技団体に浸透させたい。

なお、来年度に向けてアンケートの様式について、回答方法の仕方を改善し、分かりやすく工夫したい。

また、アンケートの中身は、多くの個人情報が含まれており、その取り扱いには十分注意をしていきたい。

② アンケートの対象者・回収方法・時期について

昨年同様強化合宿等を利用し、エントリー選手以外の候補選手に対してもアンケートを実施し、異常がみられれば代表選手・監督と同様、一次検診を勧告できるような配慮をした。そのため、参加申込後、選手交代があってもほとんど健康チェック済みの選手であり、再度、アンケートを実施する必要はなかった。

③ 受診勧告について

例年どおり、メディカルチェック委員会が判定したC「受診が望ましい」、及びD「要受診」の選手・監督に対して受診勧告をした。

本年度は74名の受診勧告に対し43名(58.1%)が受診し、昨年度の56.3%より受診率が高まった。今後も勧告された全員が受診するよう、受診勧告書の送付のみならず、電話等にて連絡・確認をする必要があると思われる。

④ ドーピング防止におけるドーピングコントロールについて

「ふだん服用している薬があるか」の問いに対して30名の選手が「あり」と回答した。また、国体参加の選手に「国体選手に対する薬及びサプリメントに関する調査」用紙を配布し、事前相談を行った。16名の選手から問い合わせがあり、アンチ・ドーピング委員会の指導により適切に対応した。

ドーピング防止教育・啓発活動により、ドーピングに対する選手・監督の意識改革は確実に進んでいるが、禁止薬物の追加・削除等により年々変更がなされている。その対応策の一つとして、本協会ホームページのドーピング防止関連の内容を整備し、選手・監督が的確に情報を入手しやすいよう充実を図っている。ドーピング防止講習会での啓発・教育活動の実施と、アンケートによるチェック体制の確立およびメディカルチェック委員会とアンチ・ドーピング委員会の連携により、より確実に、効果的に実践できており充実してきていると感じる。

⑤ 競技力向上への活用について

本県が、このアンケート方式を取り入れ、その後、改良を重ね数年が経過したが、アンケートの回収率は100%であり、これは選手・監督の健康に対する意識の高まりと考えられる。また、事前合宿においてもアンケートに記入してから合宿に入るため、以前に比べ監督・コーチが選手の体調を把握する際にも役立っていると同時に、何より選手自身が自分の健康に自信を持って安心して競技に望めていると思われる。

これまでケガ等をした場合に適確に治療やリハビリをしていただけるスポーツドクターやトレーナー等との連携が求められていた。それを受けて今年度から選手強化事業として「チームいばらきサポート事業」として、選手の競技パフォーマンスの向上を目的として、必要なドクター・トレーナー・その他チームに必要なサポートする人材を国体、関東ブロック大会、強化合宿等に派遣することができるようになった。派遣実績としては、のべ129名派遣し、選手に対して、マッサージの処置やテーピングによる処置、身体の調子を確認するメディカルサポートを行い、選手のコンディションをあげられたり、適切にサポートできる人材を帯同できたため、選手、監督の負担を軽減することができたりした。

今後は、アンケートだけでなく、選手に直接メディカルチェックを行える体制を整えるとともに、選手・監督が日頃から意識を高め、専門的な医学的側面からのアドバイスを取り入れて競技に専念することができる環境づくりや、メディカルサポートとしてスポーツ医・科学委員会を中心としたスポーツドクター及びトレーナー等の県内ネットワークを構築するなど一層確立していきたい。

Ⅱ 平成 25 年度国民体育大会茨城県監督・選手の心理サポート

<調査結果へのコメント>

中込四郎（筑波大学体育系）

鈴木 敦（筑波大学人間総合科学研究科博士課程体育科学専攻）

本年度も例年にならって、心理面に関する調査では、競技生活の中での「専門家による心理サポートの必要性」や「競技場面で心理的な問題や課題の自覚（経験）」の有無、ならびにそれぞれの具体的内容・対処方法についての記載を監督・選手の皆さんに求めました。わずかな情報ですので考察するには限界がありますが、「全体」の傾向、「性差」「種目差（個人・集団）」「年齢差（少年・成年）」の4つの観点から集計し、それぞれ結果を図表にまとめさせていただきました。図表中に記載されている数値（割合）は、調査対象者全員に対するものではなく、心理面からの2つの問い掛けにチェックした監督ならびに選手合計49名を対象として求められた値（比率）であることに注意していただきたい（全対象者での比率を求めると極めて低い値となる）。

部分的に昨年度の結果とも比較しながら分析・検討し、本年度は全体的な傾向のみを中心にやや特徴的と思われる側面について以下に説明いたしました（表1、図1・2・3・4）。性差、種目差、年齢差については、特に言及しませんでした。また、心理面でどのような問題を抱え、そしてそれらの問題への対処の現状については、その一部を掲載させていただきました（表2）。昨年度と同様に、本年度も心理的問題を抱えた時に、「周囲からのアドバイスを求めた」との回答内容が多く、選手自身を取り巻く指導者、チームメイト、スタッフなどの人的資源を活用（ソーシャルサポート）しながら解決しているケースの多いことが特徴として認められました。このようなソーシャルサポートの有効性については、昨年度の報告書に記載した内容に若干の加筆を行い、再度、本報告の後半でも述べさせていただきました。そこでは、恐縮ですが、調査結果の報告から逸脱してしまい、やや個人的な思いを述べさせていただきます。

いずれにせよ、今回の回答からもまた、心理面の問題や課題について専門的機関を利用した対処について言及されることはありませんでした。

本調査結果の全体傾向

分析対象者は「心理サポートの必要性：Q8-1」あるいは「心理的問題を感じたこと：Q8-3」のいずれかに「ある」と回答した者（全対象者1031名中の49名、4.8%、昨年は1023人中52名、5.1%）であり、昨年と比較してやや低い値でした。毎年、心理面からの問いに対して該当する回答は、このように全対象者における比率を求めると、低い値で推移していることがわかります。

心理サポートの必要性が「ある」と本調査に回答している監督は116名中12名（10.3%）そして選手は915名中20名（2.2%）でした。昨年度の結果（監督：110名中10名、9.1%、選手：913名中21名、2.3%）と同様、監督の方が選手よりも「心理サポートの必要性」をやや高く感じているようです。監督の方が高い値を示した背景には、指導する選手の事

だけでなく、自身の指導上の問題も含まれているのではないかと推察されます。また監督は、選手と比較してサポートを直接享受し難い状況に置かれていることが関係しているのかもしれませんが。全体の傾向としては、1031名のうち30名(2.9%)であり、昨年度と同様の割合を示しました。同種の類似する他資料を参照しないと確かなことは言えませんが、それほど高い値ではないように思われます。

上述のような低い値からは、身体面(技術、体力、栄養、他)での個々の専門性から直接選手のサポートを現場で担当している者が、かなり心理面におけるサポート機能を果たしているのではないかと推測されます。スポーツ選手の心理相談を20年以上経験するなかで、今ほどにはサポートの充実していなかった当時、スポーツ傷害がらみで来談するケースが多かったことを思い出します。リハビリ期間中のトレーナーや日常的に関わるストレングスコーチやテクニカルスタッフによるサポートの充実により、その後、その数がかなり減少していきました。今回の心理サポートの必要性の低さは、選手を取り巻く、フィジカル面でのサポート体制の充実が背景要因の一つと考えられます。

スポーツ心理学では、競技のストレス軽減、スポーツ傷害からの復帰の促進、リハビリへの専心性、バーンアウトの抑制などに対して、指導者、チームメイト、両親、他によるソーシャルサポート(社会的支援)の有効性が実証されています。このようなところから、まずは選手の心理サポートとして、選手を取り巻く人的支援環境を整えることが重要となります。選手自身もまた、日々の競技活動におけるソーシャルサポート資源をあらためて確認することにより、自身の競技生活にとってキーパーソンとなる人たちとの関係を大切に、さらに有効利用あるいは調整出来るのではないかと考えます。

さらに、心理サポートの必要性を表明した者に対して、その「サポート内容」について具体的な記述を求めました。その結果、監督と選手ともに、メンタルトレーニング(MT)を必要とする内容を他のカテゴリーよりも多く回答していることがわかります。

次に、「心理的な問題を感じた経験の有無」について、「ある」と回答した監督は10名(8.6%)そして選手は23名(2.5%)でした。全体では、33名(3.2%)であり、昨年の2.9%とほぼ同様の結果を示しました。さらに、そこでの心理的問題の内容について、表1のようなカテゴリーを設定し、分類したところ、監督そして選手ともに「緊張・不安」「実力発揮」において高い分布を示しました。そして選手においては、その他「学業・仕事との両立」が8名と高い回答が認められました。学業や仕事との両立においてスポーツ選手が問題を抱えることは、競技への集中や充実に強く関わる要因となっていき、競技成績を大きく左右することになります。

心理面の問題の把握や理解においては、身体面と異なり、「訴え」の背景をじっくり、多面的に聴いていく必要があります。そうすることによって、当初の訴えとは別の解決すべき問題や課題が見えてくる場合があります。例えば、競技場面での緊張・不安あるいはモチベーションの低下を訴える選手に、人間関係での問題や学業・仕事と競技の両立での迷いをその背景に抱えていることがあります。したがって、緊張・不安の問題を訴えているからといって、リラクゼーション関連の心理技法を適用するだけでは軽減できない選手のいるのも心得ておかねばなりません。また、訴えるあるいは観察される問題が、その選手にとって、どのような時期に生じたのか、今なぜ生じたのか、どうしたいのかといったように、因果的に捉えるよりも、その選手にとって訴えがどのような意味をもっているのかを周囲

の人たちが考えることも大切となります。このように、心理的な問題への対応においては、訴えられた問題がその選手にとってどのような意味があるのか、といった視点が重要となると考えています。そのためには、指導する側は選手の話や訴えをじっくり聴くこととなります。そしてそうした対応自体が、実は、選手自身の中に主体的な取り組みを生み出し、問題の軽減や解決へとつながっていくことを知っておいて欲しいと思います。このような経験の積み重ねが、さらに競技現場に般化していき、競技に対する姿勢の変化や「こころ」を鍛える機会としていくようです。

表2に本対象者らが記述した心理的問題の内容ならびにその解決法に関わる具体例の一部を掲載しました。選手や監督が心理面でどのような問題を抱えるのか、理解の手掛かりの一つとしていただきたい。抱えた問題への対処法についての本年度の特徴は、先にも記したように「先生やコーチにアドバイスをいただいた」「友人にアドバイスを求めた」「周囲の方に相談」といったような内容が多く認められ、それらはソーシャルサポートの活用と言い換えられます。一般に、身体面の問題と比較して、心理面の問題への偏見やその対処行動が遅れる傾向にあると指摘されています。周囲は支援的でもある反面、一部の選手にとっては、それが阻害的とも受け止められることがあり、両義的であると考えておかなばなりません。まずは、身近でのサポートが得られるような信頼関係の構築が大事のようです。

ところで、選手・監督の両者における「心理サポートの必要性」を有りと答えた者の多くが、サポートとしてMTを希望していると述べておきました。しかしながら、上述したように、「緊張・不安」や「実力発揮」の問題の背景にはMTにおける心理技法の学習では解決できないものが含まれる可能性も考慮する必要があります。また今回はわずかな回答数ではありましたが、「動機づけ」「人間関係」「引退」の問題については、MTの守備範囲とは言えません。

上述の結果からは、スポーツ選手の一部が、得られる心理サポートを競技力向上・実力発揮と直接係わる内容に限定して狭くとらえているのではないかと考えてみることもできます。問題を抱えた選手への対応を求められる監督は、心理技法を教えるMTよりもじっくり選手自身が置かれた状況を見つめ直すような場づくりを、自分との話し合いの場が機能するようにする必要があります。試合で実力発揮をするためには、質の高い良い練習そして充実した競技生活を長期にわたって継続ことが必須となり、そこでの心理サポートもまた重要となります。

以下では、調査結果から部分的に離れることとなりますが、スポーツカウンセラーとしての心理サポート体験に基づき、私見を述べさせていただきます。

先にも言及しましたように本年度の調査結果では、抱えた心理的問題への対処として、「周囲からのアドバイスを求める」といった回答の多さを特徴としていました。そこで、「ソーシャルサポート」(social support: 以下、SS と略記)についてさらに少し加えさせていただきます。

心理的問題を抱えた者の背景に見え隠れするのが、他者の存在をネガティブに強く意識(例えば、批判・否定される不安)することです。人が心の問題を抱えるのには、他者の存在が影響しておると、同時に、その問題の解決に他者の存在あるいは支援が大きな役割を担っているのも事実です。周囲の「人的資源」を上手く役立てられる(SS)と、心理

的問題の予防や改善につながると言われています。

SSは「ある人を取り巻く重要な他者（家族、友人、同僚、専門家など）から得られる様々な形の援助」と定義づけられています。この定義に従うと、「スポーツ選手を取り巻く周囲の他者（コーチ、監督、トレーナー、チームメイトなど）から得られるさまざまな援助」となります。先述したように、スポーツ心理学領域では、SSの効果として、バーンアウト予防、ストレス軽減、スポーツ傷害の軽減、負傷後のリハビリテーションへの専心性の促進、等について実証的確かめがなされています。問題を抱えたスポーツ選手が有効なSSを求めあるいは周囲から提供されることによって、問題の受け止め方（認知的評価）の変化や問題解決への対処の仕方（対処行動）の変化を引き起こすと考えられています。SSの具体的な内容としては、研究者によって名称が異なりますが、その主なものとして親愛サポート（情緒的支援）、娯楽関連サポート（気晴らし）、自尊サポート（尊重・評価）、指導サポートがあります。SSには「送り手」と「受け手」の関係で成立し、基本的には、受け手にとって支援的であることが前提となります。送り手が良かれと思って提供したSSであっても受け手にとって「役に立たない」ならばSSとは言えません。また、必要な時に有効なSSの提供を望むならば、日頃から、受け手である自身が良い送り手であらねばなりません。

毎年、この報告書の中で言及していることですが、スポーツ選手の心理サポートを役割とする日本スポーツ心理学会認定の「スポーツメンタルトレーニング指導士」の資格制度が平成12年度（2000年）より発足し、この13年の間に120名以上の指導士が認定されています。日本スポーツ心理学会のホームページを参照すると、身近で指導士を探せるかもしれません（<http://www.jssp.jp/>）。また、筑波大学の中に常設されている「筑波大学スポーツクリニック・メンタル部門」では、スポーツ選手の心理サポートを種々の側面から行っています。本来この機関は、学内のスポーツ系課外活動（部活動）を行っている学生のサポートを主な目的として開設されたものですが、若干名の学外者からの利用もなされています。数名の担当スタッフの中で余力があれば応ずることはできます（スポーツカウンセリングルーム：TEL029-853-5659、代表担当者・中込：029-853-2686）。さらに9年ほど前から、日本臨床心理身体運動学会（事務局：創元社）（<http://www.rinsinsin.jp/index.html>）が「認定スポーツカウンセラー」を60名弱認定しています。この資格取得者の多くは、臨床心理学（カウンセリング）の専門的トレーニングを受けた競技スポーツ経験者であり、一般のカウンセラーとは異なる対応をするはずですが、また、代表クラスの選手に対しては、国立スポーツ科学センター（通称JISS）のスポーツ心理学スタッフがメンタルトレーニングやカウンセリングの専門的対応を行っています。

こうしたメンタルトレーニングやカウンセリングの専門家からの心理サポートは、差し迫った問題を抱えた時だけに利用とするのではなく、技術・体力面の指導と同列に位置づけ、日常的な取り組みが必要と思われます。試合での実力発揮だけでなく、技術・体力トレーニングの充実による競技力向上に資するものとして心理サポートを位置づけてみるのも良いのではないのでしょうか。選手や監督の皆さんが、競技生活の充実にむけて心理サポートを積極的に利用されることを担当者として願っています。

表1 茨城体協:国体選手のアンケート

質問項目	属性	カテゴリー	監督		選手		性差				種目差				年齢差			
			n=12	%	n=37	%	男性		女性		個人競技		集団競技		少年		成年	
							n=19	%	n=18	%	n=25	%	n=12	%	n=14	%	n=23	%
有効回答を得た属性	性差	男性	3	33.3	19	51.4					10	40.0	9	75.0	9	64.3	10	43.5
		女性	8	66.7	18	48.6					15	60.0	3	25.0	5	35.7	13	56.5
	種目差	個人競技	8	66.7	25	67.6	10	52.6	15	83.3					9	64.3	16	69.6
		集団競技	3	33.3	12	32.4	9	47.4	3	16.7					5	35.7	7	30.4
	年齢差	少年	7	58.3	14	37.8	9	47.4	5	27.8	9	36.0	5	41.7				
		成年	5	41.7	23	62.2	10	52.6	13	72.2	16	64.0	7	58.3				
Q8-1	心理サポートの必要性	ある	10	83.3	20	54.0	11	57.9	9	50.0	14	56.0	6	50.0	6	42.8	14	60.7
Q8-2	心理サポートの種類 (Q8-1で「ある」の回答者) n=30	MT	7	58.3	14	37.8	7	36.8	7	38.8	11	44.0	3	25.0	4	28.6	10	43.4
		相談	2	16.7	4	10.8	3	15.8	1	5.6	2	8.0	2	16.7	1	7.1	3	13.0
		記入なし	1	8.3	2	5.4	1	5.3	1	5.6	1	4.0	1	8.3	1	7.1	1	4.3
Q8-3	心理的な問題を感じたこと	ある	7	58.3	26	70.2	12	63.2	14	77.9	19	76.0	7	58.2	11	78.5	15	65.2
Q8-4	心理的な問題の内容 (Q8-3で「ある」の回答者) n=33	緊張・不安	2	16.7	6	16.2	3	15.8	3	16.7	6	24.0	0	0.0	0	0.0	6	26.1
		実力発揮	2	16.7	7	18.9	2	10.5	5	27.8	6	24.0	1	8.3	3	21.4	4	17.4
		スランプ	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
		学業・仕事両立	1	8.3	8	21.6	3	15.8	5	27.8	4	16.0	4	33.3	5	35.6	3	13.0
		動機づけ	0	0.0	1	2.7	1	5.3	0	0.0	1	4.0	0	0.0	1	7.1	0	0.0
		人間関係	1	8.3	1	2.7	1	5.3	0	0.0	0	0.0	1	8.3	1	7.1	0	0.0
		引退不安	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
		記入なし	1	8.3	3	8.1	2	10.5	1	5.6	2	8.0	1	8.3	1	7.1	2	8.7

注) データは、全回答者(1,031)に対する割合、その他は質問項目ごとの人数の

表 2 監督・選手が抱えた心理的問題ならびにその対処の例

性	種目	年齢	抱えた心理的問題	その対処
女性A	集団	少年	学力向上、学校生活、競技等の両立	先生やコーチにアドバイスをいただき、解決した
男性A	集団	監督	チームの事	先生や先輩にアドバイスを求めた
女性B	個人	成年	スランプになり落ち込む	周りの人にアドバイスをもらった
女性C	個人	成年	勝負所での緊張	メンタル面の強化の必要性を感じた
女性D	個人	成年	極度の緊張	時間をおいて静まるのを待つ
男性B	個人	少年	競技会での気持ちのコントロール	友人にアドバイスを求めた
女性E	個人	監督	過度な緊張が身体を萎縮させる	イメージトレーニングが必要
女性F	個人	成年	周りの雰囲気にもまれる	自分に自信をもつこととプラスに考えるようにする
男性C	個人	少年	競技場面で辛くなると諦めが早い	トレーニングで改善できないか
女性G	個人	監督	選手の試合での緊張	メンタルサポートの利用
女性H	個人	少年	本番1本目からベストが出ない傾向にある	未記入
男性D	個人	成年	大会前の不安になって行く気持ちの支え	アドバイスをもらう
男性E	個人	成年	競技前の緊張	周りに相談した
男性F	個人	監督	精神面のコントロール	メンタルトレーニング書を読む
男性G	集団	成年	タイムが落ちているとき	未記入
女性I	個人	成年	競技と仕事の両立の悩み	周囲の方に相談

Ⅲ 第 68 回国民体育大会 スポーツ祭東京 2013 帯同ドクター報告（会期前）

なめがた地域総合病院
整形外科 清水 顕

平成 25 年 9 月 12 日から 15 日まで、東京都で開催された第 68 回国民体育大会「スポーツ祭東京 2013」の会期前実施競技帯同ドクターとして参加した。「東京に 多摩に 島々に 羽ばたけアスリート」をスローガンに掲げた大会で、47 都道府県の選手団・役員が参加した。

例年通り、アンチ・ドーピング委員でもあることから事前に帯同に使用する医薬品の確認（使用の可否、処分、追加購入の依頼等）を行い、帯同のトップバッターを担当した。今回の会期前実施競技は水泳競技とボート競技、公開競技のビーチバレーが開催された。

9/12（木）本日はボート競技が行われていたが、現場からの相談報告事項はなく、本部宿舎に 17 時着。ドクターズバックの受取りと、明日の行程の確認をした。

9/13（金）競泳と飛込競技の行われている水泳会場へ。会場となった東京辰巳国際水泳場は普段から日本選手権等開催される日本でも有数の施設を備えた室内水泳場だ。そういった意味では国体に出るようなレベルの選手は何度も競技で使用しているところで、慣れている競技場であったに違いない。成年女子 400m 自由形で木村選手が 3 位、少年男子 B100m バタフライで大塚選手が 3 位、少年男子 B リレーで 7 位入賞の成績であった。特に少年 B クラスの選手は、6 年後の茨城国体、7 年後の東京オリンピックで中心になる世代であり、今後の活躍に期待される。会期前国体では初めて、天皇陛下、皇后陛下がいらっしやった。

9/14（土）選手やスタッフに体調不良者や、故障者はなし。少年男子 50m バタフライで大塚選手が優勝した。国体の競泳で茨城県選手が優勝したのは 20 年振りで、チーム茨城は大いに盛り上がった。また、少年男子高飛込でも大久保選手が 6 位に入賞した。

9/15（日）台風の接近に伴い、天候が荒れた。ボート競技は中止になったが、水泳会場は室内のため通常通りに競技が進行した。しかし会場外のテントや待合場所は撤収され、店舗も閉店を余儀なくされていた。少年女子 B200m 個人メドレーで小野寺選手が 5 位、少年男子 B200m 個人メドレーで寺崎選手が 8 位に入賞した。

どの競技でも優勝となるとなかなか難しい点もあるが、是非とも水泳競技には競技種目ごとに毎回茨城の選手が決勝に残れるように頑張ってもらいたいと思った。6 年後の茨城国体へ向けて。

第68回国民体育大会 スポーツ祭東京2013 帯同ドクター報告（前期）

筑波大学 医学医療系 整形外科

鎌田 浩史

第68回国民体育大会『スポーツ祭東京2013』は平成25年9月28日から10月8日まで東京都にて行われた。水泳など数種目の会期前開催に清水先生，本大会11日間には鎌田，狩野先生，加藤先生が分担して帯同した。

私はまず開会式前日に行われているドクターズミーティングに参加した。ここでは第67回大会（岐阜大会）の医療・救護実績報告，本国体の医療・救護体制，東京都薬剤師会ドーピング防止活動が報告された。その他，頭頸部外傷に関する現場での指針，デンタルサポート，JADAプログラム，東京での国体選手の医・科学サポート，東京都競技力向上推進本部 医科学サポート事業の現状なども報告された。

中でも印象的だったのが東京都の中島先生が報告された「3大学連携医科学サポート事業」であった。地域の高校生をターゲットにメディカルチェックおよびスポーツテストなどを行い，継続して5年間サポートしたものである。

アウトカムに関してはまだまだ分からない点多かったが，これから茨城国体を迎えるにあたり，こういう取り組みでジュニア期を大事に育てていくことが大事であり参考になる事業と思われた。

毎年参加させていただいているが，本年も盛りだくさんの興味深い内容であり，有意義な会議であった。

私の帯同ドクターとしての仕事は開会式から始まった。暑い時間をさけての夕方以降の開会式であった。コンパクトにまとめられた開会式であり選手も少し楽だったのではないかと思われる。

翌日以降は，なぎなた，銃剣道，ラグビーなど競技の視察を行った。帯同の期間中大きな問題は発生せず無事に終了した。今回は東京であり不便に思うことは少なかったが，広い開催地の中で，帯同ドクターとしてどこにいて，何に対応すればよいかを今後も検討し，帯同を有意義なものにしなければならないと感じた。

第 68 回国民体育大会 スポーツ祭東京 2013 帯同ドクター報告（中期）

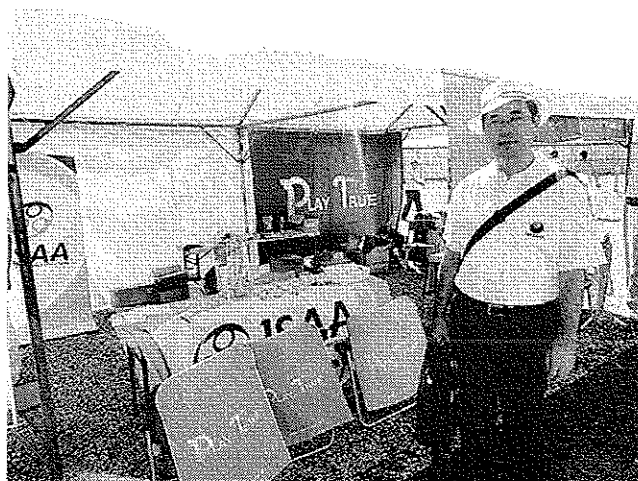
龍ヶ崎済生会病院 狩野 真士

第 68 回 秋季東京国体（スポーツ祭東京 2013）は平成 25 年 9 月 28 日から 10 月 8 日まで 11 日間にわたり開催された。私は 10 月 1 日から 10 月 4 日の大会中期を担当した。

9 月 27 日、開会式に先立ち行われたドクターズ・ミーティングではスポーツ祭東京 2013 医療・救護体制の紹介・東京都薬剤師会におけるドーピング防止活動・頭頸部外傷に関するガイドライン・国立スポーツ科学センター（JISS）プログラム・“JISS におけるデンタルサポート事業”・日本アンチ・ドーピング機構（JADA）プログラム・“最新のアンチ・ドーピング情報と JADA の教育・啓発活動について”・国体選手の医・科学サポート（東京都における取り組み）等が話し合われた。

今回の帯同では卓球、自転車、ボウリング、馬術、ハンドボール、山岳、バスケットの応援、視察に赴いた。各会場はおしなべて東京オリンピックが決定した直後ということもあり観客が多く活気があった。各競技会場間の移動は電車やバスを主に利用したが意外に時間がかかり比較的大変であった。

尚、帯同医として選手の治療に直接関わる機会は今年は無かった。その他、私の担当期間中選手、監督、役員を含めた関係者に大きな外傷、疾病の発生はなく今回もおおむね無事におわったことを報告する。



第 68 回国民体育大会 スポーツ祭東京 2013 帯同ドクター報告（後期）

茨城県立中央病院 循環器内科

加藤 穰

平成 25 年 9 月 28 日から 10 月 8 日までの間、東京都主催で開催された第 68 回国民体育大会のうち、10 月 5 日と 6 日の 2 日間、帯同ドクターとして活動した。今回の帯同期間中に治療が必要と報告された傷病者はいなかった。

ちょうど同年 9 月 8 日に 2020 年の東京オリンピック開催が決定したということもあり、今後競技会場は大きく変更される可能性はあるとはいえ、大会運営にあたっては将来的な予測を意識した部分が多くあったものと思われる。特に、同年 4 月にボストンマラソンで爆発事件があったことは、たとえスポーツ競技会という平和的な思想を含む環境においても、死傷者を生じるようなテロ活動は起こり得るといふ危険性を運営側に意識づけたようである。その意味で、警察や消防といった公的機関と密に連携をとっている印象が強かったように思われた。

今回は 5 日に京浜南運河でカヌーの視察に行ったが、会場の天候不良により競技の進行が遅れ、やむなく選手激励のみとなった。次にくにたち市民総合体育館へ移動してウェイトリフティングを視察した。6 日は東久留米市スポーツセンターで山岳（ボルダリング）を視察の後、日野市市民の森ふれあいホールへ移動してボクシングを視察した。最後に味の素スタジアムに移動して陸上競技の視察を行った。

競技会場が各自治体運営に委託されているためか、会場が東京都内でも分散されており、時として時間刻みでの移動も必要であった。しかしながら、電車やバスなどの公共交通機関はきちんと整備されており、アクティビティの高い視察が可能であった。土地面積の大きい本県においては会場の設置などに工夫が必要であると考えられた。

IV 2013年度 ドーピング防止教育・啓発活動について

筑波大学体育系 渡部 厚一

例年同様に、夏季競技に向けての教育・啓発講演は、2013年9月7日（土）の結団式後、水戸の茨城県武道館にて渡部厚一及び種村閑アンチ・ドーピング委員より1時間程度の講演を行った。参加選手数は88名であった。冬季競技については、2014年1月9日（木）に男子アイスホッケー競技を対象に種村閑アンチ・ドーピング委員が行った。講演の内容は、ドーピングの定義に始まり、ドーピング防止に関する規程、禁止表国際基準とTUE国際基準、ドーピング検査の種類と進め方などについてであった。

今年度より、講習会における習得知識の確認を行うため、講演後に5問からなるクイズを配布した。その結果、「漢方薬は植物由来の薬であり、サプリメントは法律上「食品」なので、使用してもドーピング違反にはならない」（正答：誤）の問いに対する回答者88名の正答率：95.5%、「禁止物質を使用しているも、検査の時、治療目的に使用していることを申告すれば、違反にはならない」（正答：誤）の正答率：63.6%、「ドーピング検査は国体や全国大会では実施されるが、未成年者や県大会レベルでは実施されない」（正答：誤）の正答率：89.8%、「競技会でドーピング検査になっても、予約した飛行機に間に合わない等の理由があれば検査を受けなくても良い」（正答：誤）の正答率：96.6%、「ドーピングの禁止物質は、1年ごとに見直され改定される」（正答：正）の正答率：93.2%であった。



ドーピング防止教育・啓発活動について

公益社団法人茨城県薬剤師会
事業課長 種村 閑

平成26年1月9日（木）に、冬季国体出場が決まった水戸啓明高校アイスホッケー部員19名を対象に、ドーピング防止教育啓発活動を実施した。

ドーピングに関する講習は全く初めての生徒ばかりだったので、「ドーピングとは何か?」、「ドーピングはなぜいけないのか?」、「だれがドーピングを取り締まっているのか?」といった初歩的な問いかけから講習をはじめた。「ドーピングはなぜいけないのか?」の問いに対しては、「ずるい」、「フェアじゃない」等の発言が出ていた。

また、何がドーピングに該当する物質なのかについては、禁止表を詳しく説明しても難しいので、特にうっかりドーピングになりやすい、かぜ薬、ぜんそく治療薬、サプリメントについて説明した。かぜ薬については、咳止め成分が興奮薬に該当することが多いこと、ぜんそく治療薬については、ぜんそく発作を抑える薬に禁止薬物が含まれることがあるので、現在ぜんそく治療をしている人は体育協会に相談してほしいこと、サプリメントについては、インターネットで購入する輸入サプリメントは注意が必要であることについて解説した。

また、日本での検査は年間約5,000件行われていることや、平成24年度は8名の違反事例が報告されており、うっかりドーピングが3名、競技力向上や隠蔽が4名、検査の拒否が1名であったことを説明した。

さらに、具体的な違反事例の紹介では、ぜんそく治療中だった陸上競技の高校生が、ベータ2作用薬のテルブタリンを服用していて違反となったが、意図的な服用ではないと判断され資格停止期間は2ヶ月と軽減された例、レスリング選手がインターネット通販で、タンパク同化ホルモンを含有したサプリメントを服用していて違反となり、資格停止期間が2年間となった例などを紹介した。



V 2015年紀の国わかやま国体に向けて

和歌山県と県立医大げんき開発研究所の試み

和歌山県立医科大学

げんき開発研究所

三井 利仁

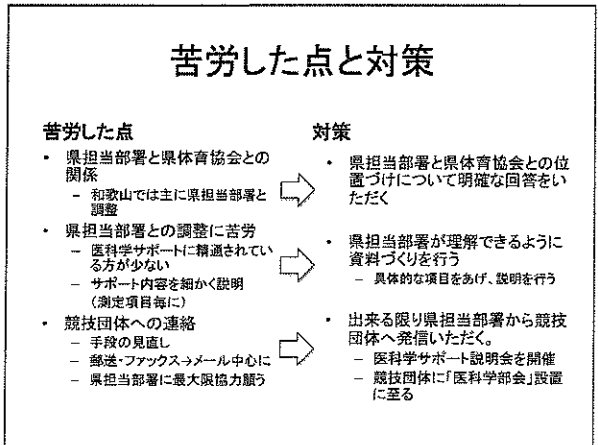
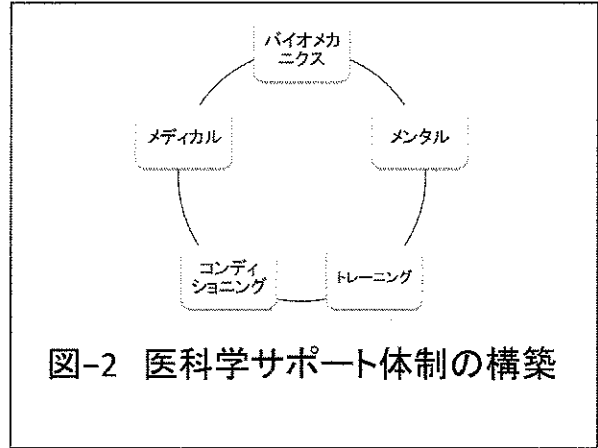
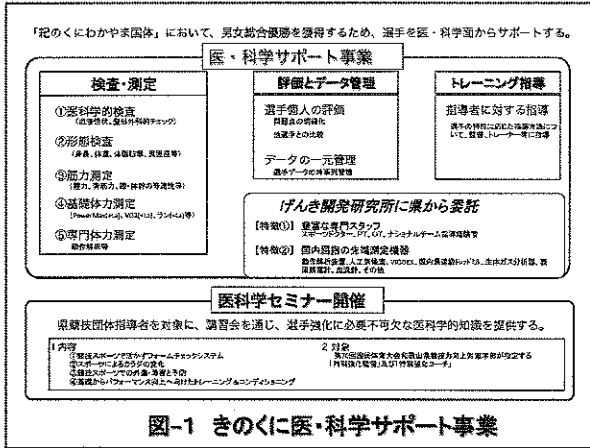
(和歌山県体育協会スポーツ医科学委員)

和歌山県では2015年紀の国わかやま国体での「男女総合優勝」に向け、県競技力向上対策本部が中心となり、県体育協会と連携を図りながら、様々な強化対策を講じている。2011年より「きのくに医・科学サポート事業」(図-1)を立ち上げ、スポーツ医科学面からのサポートの充実を図り、トップアスリート育成に向けた医・科学事業として、「和歌山県立医科大学みらい医療推進センターげんき開発研究所」の活用を開始し、その試みを報告する。

きのくに医・科学サポート事業は、2011・2012年度は医学的チェック、医・科学サポート、スポーツドクター・トレーナーネットワーク構築、国体トレーナー派遣、医科学セミナー開催を実施し、2013年からは医学的チェック、医・科学サポート、スポーツドクター・トレーナーネットワーク構築、国体トレーナー派遣を実施した。

特に医科学サポート体制は、和歌山県内でマルチサポートを実施するために本学研究所内に下記の担当スタッフを配置した。(図-2)また、「スポーツ医事・トレーニング相談」として選手の相談窓口を設けた。この窓口を設置したことで選手、競技団体、本学の連携を密にすることが可能になり、効果的に活用されている。





VI 茨城県内のスポーツ活動におけるメディカルサポート体制の構築

－国体候補選手を中心として－ 小・中・高校生はどうする

筑波大学体育系 宮川俊平

第30回茨城県スポーツ医学研究会において、茨城県内のスポーツ活動におけるメディカルサポート体制の構築について述べたが、今回はもう少し具体的な方法について言及した。茨城県広域スポーツセンター構想における医科学サポートは表1のようになっている。表2から6には協力医療機関が挙げられているが、今まで行ってきたアンケート調査による国体選手及び候補選手のメディカルチェックを各協力医療機関でアンケート調査用紙を見ながら直接検診を行うようにしたいと考える。ここ数年のアンケート調査の傾向であるが、外傷・障害調査の項目において記入が少なくなっている(表7)。実際に外傷・障害が減少傾向にあればもちろん喜ばしいことであるが、各医療機関や現場の様子からすると「記載していない」ことが予想される。アンケート調査の限界と考えられる。アンケート調査は「正直に回答」して頂くことが生命線ですが、これがうまくいかなくなってくると推察される場合、別の方法を考える必要性があると考えます。また2019年の茨城国体を見据えた育成を考えると中学生や高校生の医学サポートをどうするかも考える必要があります(表8)。中学・高校での定期的な運動器の健診を行う体制をできるだけ早く構築する必要があります。学校で行う健康診断時に運動器のチェックを行うことも視野に入れて「協力医療機関」を中心とした医学サポート体制をすこしずつ築き上げていく必要があるかと考えます。中央で行うメディカルサポートには限界があり費用もかかります(他県の例、神奈川県は中央での国体選手のサポートに数千万円を県の予算として計上している)。従って各地域でのあるいは、国体出場チームがキャンプするときにメディカルチェック等のサポートをキャンプする場所に近い協力医療機関で行えれば良いかと考える。

表 1

<p>茨城県広域スポーツセンターの活用</p> <ul style="list-style-type: none"> • スポーツ医科学サポート • 協力医療機関の活用 <ul style="list-style-type: none"> - 診療：スポーツ診療 - 相談：健康相談 - 講習：講習会等 - 講演：講演会 - MC：メディカルチェック - P：プログラミング - 啓発：啓発活動 - 帯同：帯同ドクター - 処方：運動処方 - 顧問：顧問ドクター
--

表 4

<p>協力医療機関 県東</p> <ul style="list-style-type: none"> • なめがた地域総合病院 • 小山記念病院 • 高須病院

表 2

<p>協力医療機関 県北</p> <ul style="list-style-type: none"> • 志村大宮病院 • 嶋崎病院 • 吉成病院 • 南高野病院 • やすらぎの丘温泉病院 • 川崎病院 • 内藤整形外科医院 • ないとうクリニック • 高萩協同病院？
--

表 5

<p>協力医療機関 県西</p> <ul style="list-style-type: none"> • 下條整形外科 • 県西総合病院 • 貞仁会酒井医院 • 結城病院
--

表 3

<p>協力医療機関 県央</p> <ul style="list-style-type: none"> • 小松整形外科医院 • 水戸赤十字病院 • 高木整形外科医院 • 水戸協同病院 • 日立製作所ひたちなか総合病院 • アクアクリニックおかざき • 石塚地方病院 • えびすいスポーツクリニック • 皆川整形外科医院 • 小野瀬医院 • 藤沢整形外科医院 • わたなべ整形外科 • 岡崎整形外科医院 • 植村整形外科クリニック • 神代内科医院 • 秋山整形外科医院 • 三霞クリニック
--

表 6

<p>協力医療機関 県南</p> <ul style="list-style-type: none"> • いちはら病院 • 都和病院 • 茨城県立医療大学附属病院 • いずみ内科医院 • 滝田整形外科 • 齊藤病院 • 菊地整形外科 • 自由が丘医院 • さとう内科・脳神経外科 • 総合守谷第一病院 • 筑波記念病院 • 土浦協同病院 • さくら整形外科
--

表 7

現況	
• 国体選手あるいは候補選手の	メディカルチェック
アンケート方式によるメディカルチェック	
利点：低コストで多人数の評価が可能	
欠点：質問事項が適切かどうか	
正直に答えてくれるかどうか	
↓	
ここ数年の傾向：正直に答えてくれない	
• 上記以外はまだまとまったサポート体制はない	

各競技団体のサポート（2） —個人の場合—	
—キャンプ時にもよりの協力医療機関でメディカルチェック：無料←現行のメディカルチェック用紙で！	
—居住地区のもよりの協力医療機関でメディカルチェック：無料←現行のメディカルチェック用紙で！	
—異常があればその場で診療：有料←県体協補助？	

表 8

2019年の茨城国体に向けて強化体制の構築	
• メディカルサポートも県単位・地域単位で構築する必要がある	
• →強化の対象が小学生から中・高校生にまでおよぶ	
• →小中高校生を対象とした強化が始まる	
• →成長期のスポーツ障害の予防体制が必要	
• →運動器のチェックを健康診断時に行う	

各競技団体のサポート（1） —チーム・団体の場合—	
—キャンプ時にもよりの協力医療機関でメディカルチェック：無料←現行のメディカルチェック用紙で！	
—異常があればその場で診療：有料←県体協補助？	

Ⅶ 日医認定健康スポーツ医名簿

NO.	氏名	医療機関名	〒	医療機関住所	医療機関電話番号	医療機関FAX番号	診療科目
1	菊地 達之	菊地整形外科	301-0021	龍ヶ崎市北方町633	0297-64-6111	0297-64-6722	整形外科
2	阿部 博幸	九段クリニック水戸	310-0841	水戸市酒門町955-1	029-240-0571	029-240-0572	循、内、消、リハビリ、放
3	伊坂 正明	龍ヶ崎済生会病院	301-0854	龍ヶ崎市中里1-1	0297-63-7111	0297-63-7163	
4	大石 充宏	住友金属工業株式会社鹿島製鉄所	314-0014	鹿嶋市光3	0299-84-2934	0299-84-2938	内、産、業、保、健
5	辻 真理子	きぬ医師会病院	303-0016	常総市新井木町13-3	0297-23-1771	0297-22-8111	麻、内
6	藤井 亜砂美	十王医院	319-1304	日立市十王町友部1584-1	0294-39-3266	0294-39-3336	内、皮、児、外、泌、耳、鼻、いんこう
7	鈴木 邦彦	志村大宮病院	319-2261	常陸大宮市上町313	0295-53-1111	0295-52-5315	消、胃、内、呼、循、児、神、内、肛、放
8	松田 敏裕	さくらクリニック	314-0006	鹿嶋市宮津台2346-38	0299-90-7722	0299-90-7723	内
9	松田 かおり	さくらクリニック	314-0006	鹿嶋市宮津台2346-38	0299-90-7722	0299-90-7723	内
10	飯泉 一世	つくば白亜クリニック	300-2656	つくば市真瀬918-1	029-837-0208	029-838-2295	内、児
11	池田 八郎	池田病院	301-0856	龍ヶ崎市貝塚町3690-2	0297-64-1152	0297-64-1151	精
12	神代 秀爾	神代内科医院	310-0853	水戸市平須町1820-80	029-241-0149	029-244-1221	内、呼、消、胃、循、児
13	菊地 清樹	菊地医院	311-4141	水戸市赤塚1-386-12	029-251-9311	029-254-5578	内、胃、外、放
14	近藤 福次	県西総合病院	309-1295	桜川市鍛冶604	0296-75-3171	0296-76-1201	泌尿器科
15	柚山 昌子	せいかん荘クリニック	309-1211	桜川市岩瀬1540	0296-75-1819	0296-76-2953	内、循
16	竹内 章	竹内医院	302-0121	守谷市みずき野5-11-1	0297-48-6077	0297-20-6633	内、児、放
17	千葉 成男	介護老人保健施設ノア	318-0013	高萩市高浜町3-154-1	0293-24-2100	0293-24-2411	内
18	内藤 茂	ないとうクリニック	317-0052	日立市東滑川町2-23-3	0294-23-5111	0294-87-6555	内、外、整、脳、外
19	藤枝 一雄	北水会記念病院	310-0035	水戸市東原3-2-1	029-303-3003	029-303-3004	内、呼
20	吉原 盛光	つくし野クリニック	300-4414	桜川市権尾2022	0296-20-7755	0296-20-7756	内、呼、消、循
21	石川 智彥	筑波学園病院	305-0854	つくば市上横場2573-1	029-836-1355	029-836-1590	外
22	石渡 東海	石渡眼科	315-0038	石岡市旭台1-3918-5	0299-27-0070	0299-27-0070	眼
23	小野寺 正行	根本産婦人科医院	309-1736	笠間市八雲1-4-21	0296-77-0431	0296-77-0475	産婦、麻酔
24	兼子 裕一	兼子内科クリニック	310-0041	水戸市上水戸1-7-25	029-222-5511	029-222-5522	内、呼、消、循、ア、小、放
25	木村 朋文	水府病院	311-4141	水戸市赤塚1-1	029-309-5000	029-309-5550	内、血液内科
26	廣瀬 久益	廣瀬クリニック	310-0913	水戸市見川町2352-3	029-244-1212	029-241-8651	心療内科、精、神、内
27	松本 尚志	松本クリニック	311-4143	水戸市大塚町1879-6	029-309-6655	029-309-6656	内、消、胃、循
28	山口 哲	山口クリニック	311-4152	水戸市河和田2-14-5	029-257-2311	029-309-5230	泌尿器科
29	藤沢 裕志	藤沢整形外科クリニック	310-0847	水戸市米沢町98-8	029-247-6833	029-247-6739	整
30	横倉 稔明	やすらぎの丘温泉病院	318-0003	高萩市下手綱1951-6	0293-24-1212	0293-24-0327	放、内、呼、消、皮
31	岩崎 秀生	岩崎病院	310-0852	水戸市笠原町1664-2	029-241-8700	029-244-2303	外、消、内
32	岩崎 まり子	岩崎病院	310-0852	水戸市笠原町1664-2	029-241-8700	029-244-2303	小、産婦人科
33	岡崎 泰之	アクアクリニックおかざき	310-0903	水戸市堀町520-10	029-300-2585	029-300-2587	リハビリ
34	久野 宗寛	下館胃腸科医院	308-0841	筑西市二本成1519	0296-24-8864	0296-22-6196	胃、内、外
35	菅谷 郁夫	総合守谷第一病院	302-0102	守谷市松前台1-17	0297-45-5111	0297-45-5050	整
36	村田 俊也	村田内科クリニック	300-1532	取手市谷中34-1	0297-83-4976	0297-83-4345	内、消、児、外
37	吉野 聡	筑波大学医学医療系	305-8575	つくば市天王台1-1-1	029-853-3210	029-853-6387	
38	佐藤 弘茂	さと内科・脳神経外科クリニック	302-0117	守谷市野木崎521-1	0297-21-1710	0297-21-1730	脳、外、外、整、放
39	小島 三佳	三愛クリニック	319-0325	水戸市小林町1186-60	029-259-1717	029-259-0055	内、消、糖尿病内科
40	小玉 裕子	こだま皮膚科	306-0003	古河市緑町54-33	0280-30-1113	0280-30-1114	皮
41	小松崎 雅彦	豊後狂病院	315-0112	石岡市部原760-1	0299-44-3211	0299-44-3219	内
42	酒井 健太郎	酒井医院	306-0126	古河市諸川430	0280-76-0063	0280-76-1268	内、循、アレルギー、リウマチ、異、リハビリ、放
43	内藤 隆志	筑波メディカルセンター つくば総合健診センター	305-0005	つくば市天久保1-2	029-856-3500	029-856-3515	内、呼、他
44	直江 哲郎	直江医院	308-0031	筑西市丙147	0296-22-3081	0296-22-3087	外、内、消、胃、肛、皮、泌、放
45	中山 静一	筑波東病院	300-0844	土浦市乙戸57-1	029-843-2121	029-843-4172	精
46	平野 篤	水戸協同病院	310-0015	水戸市宮町3-2-7	029-231-2371	029-221-5137	整
47	秋山 三郎	秋山クリニック	311-4146	水戸市中丸町609-1	029-252-3233	029-252-0843	内、消、外、整、肛
48	石川 晶久	日立製作所日立総合病院	317-0077	日立市城南町2-1-1	0294-23-1111	0294-23-8351	内、消
49	原田 繁	筑波学園病院	305-0854	つくば市上横場2573-1	029-836-1355	029-836-1590	整、リハ
50	安田 貢	水戸医療センター	311-3193	茨城町桜の郷280	029-240-7711	029-240-7788	脳、外、救急科

NO	氏名	医療機関名	〒	医療機関住所1	医療機関電話番号	医療機関FAX番号	診療科目
51	石原 恒星	並木内科クリニック	305-0044	つくば市並木4-4-2-203	029-869-6969	029-863-2727	内
52	横田 広夫	銚田病院	311-1504	銚田市安房1650-2	0291-32-3313	0291-32-3430	外,内,整,胃
53	小室 安宏	了徳寺大学	279-8567	千葉県浦安市明海5-8-1	047-382-2111	047-382-2017	外
54	小林 肇	小林医院	313-0213	常陸太田市町田町2093	0294-85-0010	0294-70-5521	内,消,胃,児,外
55	島倉 秀也	龍ヶ崎大徳ヘルシークリニック	301-0816	龍ヶ崎市大徳町1298-3	0297-64-3133	0297-64-3169	内,心内,呼,消,胃,循,糖尿病内科
56	竹下 浩	江戸崎ひかりクリニック	300-0504	稲敷市江戸崎甲3557-1	029-834-5777	029-834-5877	内,皮,児,外
57	中野 純樹	なかの循環器科内科クリニック	319-1559	北茨城市中郷町上桜井2829	0293-30-1002	0293-43-7301	内,循
58	持地 真行	札クリニック	311-2116	銚田市札622-2	0291-34-5555	0291-34-5558	内,消,外,リハ
59	矢数 とも子	一貫堂クリニック	319-2262	常陸大宮市下町3993	0295-54-7777	0295-53-7731	内
60	若林 健	ホスピタル坂東	306-0515	坂東市香嶽411	0297-44-2000	0297-44-2072	整
61	秋谷 孝子	優心会クリニック	306-0433	猿島郡境町193	0280-81-1617	0280-87-1223	内,循
62	秋谷 典裕	優心会クリニック	306-0433	猿島郡境町193	0280-81-1617	0280-87-1223	整,リハ,バ,リ,内
63	阿部 精二郎	阿部内科医院	310-0852	水戸市笠原町1967-1	029-241-8340	029-241-8747	内,アレルギー,児
64	石津 泰彦	東取手病院	302-0011	取手市井野字前土井246	0297-74-3333	0297-74-3338	内,麻
65	紅鷲 恒男	北茨城市立総合病院	319-1704	北茨城市大津町北町4-5-15	0293-46-1121	0293-46-6526	内,循
66	許斐 康司	高橋医院	306-0631	坂東市岩井4595	0297-35-1026	0297-35-1027	内,外,児,整,皮,耳
67	中馬 基武	木村医院	319-2102	那珂市瓜連1101	029-296-1165	029-296-2058	内,呼内
68	土田 博光	水戸病院	310-0055	水戸市袴塚3-2787-9	029-353-7077	029-291-3780	循内科,外,産科,リハ,バ,リ,救急科
69	松岡 正裕	松岡整形外科	300-4524	筑西市中上野724	0296-52-0068	0296-52-6225	整,外科,リウマチ,リハ,バ,リ
70	皆川 敦	皆川整形外科医院	310-0851	水戸市千波町901-1	029-243-3102	029-243-6367	整,外科
71	宮田 信之	宮田医院	308-0031	筑西市鷹場丙59	0296-22-2440	0296-24-7701	内,外,皮,泌
72	宮本 昭彦	内科宮本医院	300-4407	桜川市大字古城229-1	0296-55-0101	0296-55-0324	内,消,循,児
73	三輪 修嗣	湖南病院	304-0056	下妻市長塚48-1	0296-44-2556	0296-44-2866	消,内,心内
74	吉成 尚	吉成医院	319-3526	久慈郡大子町大子813-1	02957-2-0555	02957-2-0715	内,リウマチ,整,リハ,バ,リ,放
75	亀山 秀人	亀山医院	312-0012	ひたちなか市馬渡3283-2	029-272-3778	029-274-3662	内,児,外
76	斉藤 明宏	さいとう整形外科	308-0052	筑西市菅谷1138	0296-20-1800	0296-24-1871	整,内,リウマチ,外,リハ,バ,リ
77	千代田 和美	ひたち医療センター	316-8533	日立市鮎川町2-8-16	0294-36-2551	0294-35-7816	循
78	檜山 三府	桧山医院	315-0037	石岡市東石岡4-11-5	0299-26-3812	0299-26-3812	内,外,整
79	萩原 直木	とよさと病院	300-2615	つくば市田倉4725	029-847-2631	029-847-9590	内,精
80	村井 三哉	五郎台ファミリークリニック	314-0142	神栖市深芝南2-11-12	0299-92-6661	0299-92-6952	内
81	折野 陽一	川尻整形外科	319-1411	日立市川尻町3-19-13	0294-33-7819	0294-33-7829	内,整,リハ
82	石島 弘之	石島整形外科医院	310-0004	水戸市青柳町505	029-221-4821	029-225-7550	整,外科,内,リハ,バ,リ
83	今富 國夫	鳥山診療所	300-0836	土浦市鳥山2-530-386	0298-43-0331	0298-43-3264	内,循
84	川島 房宣	川島医院	300-0134	かずみがうら市深谷3656-1	0298-97-1237	0298-97-1947	内,児,放
85	小関 進	筑波記念病院	300-2622	つくば市要1187-299	029-864-1212	029-864-1131	内,循内科
86	齋藤 浩	斎藤病院	315-0038	石岡市旭台1-17-26	0299-26-2131	0299-26-6445	外,他
87	外間 道雄	石岡整形クリニック	315-0014	石岡市国府7-2-50	0299-23-3741	0299-23-1943	整,放,外,内,児,皮
88	陶 緒平	緑クリニック医院	300-2337	つくばみらい市谷井田2215-4	0297-58-5222	0297-58-5222	内,外,児,循,消,麻
89	山内 孝義	日立製作所ひたちなか総合病院	312-0057	ひたちなか市石川町20-1	029-272-5111	029-354-5925	内,循
90	佐藤 匡美	総合病院水戸協同病院	310-0015	水戸市宮町3-2-7	029-231-2371	029-221-5137	内
91	佐藤 悠吉	都和病院	300-0068	土浦市西並木町3690	0298-24-3434	0298-24-3410	内,リウマチ,整,リハ,バ,リ
92	高須 伸克	高須病院	311-1517	銚田市銚田2570	0291-33-2131	0291-33-2120	内,消,循,児
93	葉梨 圭美	葉梨外科内科	310-0836	水戸市元吉田376-8	029-247-2232	029-247-2239	外,内,胃,皮
94	早船 徳子	岡崎整形外科医院	310-0902	水戸市渡里町3255	029-231-4032	029-226-2995	整,外,放,リハ,バ,リ
95	見城 正剛	脳神経外科ブレインピア南太田	313-0043	常陸太田市谷河原町1183-1	0294-70-1711	0294-70-1712	循環器内科,呼吸器内科,内科
96	小林 幸雄	常総メディカル	300-2706	常総市新石下3926	0297-42-0200	0297-42-0218	内,消,外,整,外科,放
97	藤咲 裕	藤咲整形外科医院	312-0003	ひたちなか市足崎1474-257	029-275-0777	029-270-1552	整,リウマチ,内
98	石川 至	内科石川医院	310-0034	水戸市緑町1-8-21	029-233-2236	029-221-3971	内
99	白杵 祥江	二の宮眼科	305-0056	つくば市松野木26-2	029-836-8008	029-836-8690	眼
100	片野 素信	八千代病院	300-3551	結城郡八千代町栗山238	0296-48-1181	0296-49-3678	消,胃,外,肛

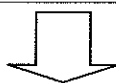
NO.	氏名	医療機関名	〒	医療機関住所	医療機関電話番号	医療機関FAX番号	診療科目
101	高梨 一紀	東日本旅客鉄道株式会社水戸鉄道健診センター	310-0011	水戸市三の丸1-4-47	029-221-3074	029-221-3119	他
102	藤原 靖之	城西病院	307-0001	結城市結城10745-24	0296-33-2111	0296-32-1937	内
103	吉橋 信一	慈翔会在宅医療部本部	105-0004	東京都港区新橋5-14-10新橋スクエアビル7階	03-3289-0606	03-3289-0607	内皮,精,整形外科
104	小沼 英史	小沼診療所	311-3832	行方市麻生1105-2	0299-72-0388	0299-77-9818	外,内,消,放
105	小松 満	小松整形外科医院	312-0032	ひたちなか市津田3245-1	029-275-4141	029-275-3782	整
106	鼓楽 佐代子	筑波記念病院	300-2622	つくば市要1187-299	029-864-1212	029-864-1131	内,消
107	奥田 英樹	奥田整形外科クリニック	300-1234	牛久市中央1-21-3	029-846-7788	029-830-8555	整,リハビリ
108	山海 知子	筑波大学医学医療系	305-8575	つくば市天王台1-1-1	029-853-3210	029-853-6387	産
109	松本 龍馬	ハートクリニック松本	312-0062	ひたちなか市高場1673-12	029-270-0101	029-270-0102	循,内,呼,消,児
110	林 宗泰	はやし整形外科クリニック	306-0013	古河市東本町4-2-2 小柳ビル3F	0280-30-8084	0280-30-8084	整,リハビリ,リウマチ
111	柳橋 互	柳橋医院	309-1635	笠間市稲田755	0296-74-2302	0296-74-2302	整,形成,内,リハビリ
112	山崎 雅文	山崎クリニック	311-1241	ひたちなか市赤坂1239-1	029-263-3621	029-263-3621	消,胃,外,肛,皮,整,内
113	島田 裕	島田外科医院	319-1221	日立市おおみか町2-13-18	0294-53-4888	0294-53-4889	内,外,整,皮
114	長岡 秀郎	友愛記念病院	306-0232	古河市東牛谷707	0290-97-3000	0290-97-3001	外
115	泉 憲治	いずみ内科医院	300-1221	牛久市牛久町165-1	029-830-8655	029-830-8657	内,心,内,呼,循,児,肛,皮,その他
116	田中 信一	田中医院	306-0037	古河市錦町5-3	0280-23-0600	0280-22-9233	消,胃,内
117	小関 淑子	筑波記念病院	300-2622	つくば市要1187-299	029-864-1212	029-864-1131	内
118	櫻井 淳一	県西総合病院	309-1295	桜川市鍛冶604	0296-75-3171	0296-76-1201	内,循
119	永井 直規	永井ひたちの森病院	319-1413	日立市小木津町966	0294-44-8800	0294-42-4843	内,精神
120	尾川 武	南高野医院	319-1224	日立市南高野町3-16-2	0294-52-2660	0294-54-2331	内,児
121	飯田 英信	取手池松耳鼻咽喉科	302-0004	取手市取手2-10-15 取手長谷ビル2階	0297-72-8741	0297-72-8611	耳鼻咽喉科
122	荒川 重光	山本整形外科	310-0851	水戸市千波町478-3	029-241-2020	029-241-2021	整
123	大塚 稔	茨城県立中央病院	309-1793	茨城県笠間市鯉淵6528	0296-77-1121	0296-77-2886	整
124	佐藤 友則	さとうクリニック	308-0031	筑西市丙92	0296-20-0310	0296-20-0313	麻,内
125	高野 裕	高野クリニック	306-0233	古河市西牛谷1015-7	0280-31-2333	0280-32-1705	整,内,外,麻
126	西田 清一	舟木クリニック	311-1501	鉾田市舟木179-3	0291-36-5288	0291-36-5358	消,胃,内,外,整
127	西宮 克明	西宮医院	310-0036	水戸市新荘2-9-9	029-224-5555	029-228-3377	内,外
128	松本 勉	古河赤十字病院	306-0014	古河市下山町1150	0280-23-7111	0280-23-7120	麻
129	大橋 昭	大橋病院	310-0913	水戸市見川町2131-1560	029-240-3300	029-240-3315	内,消,胃,外,肛
130	小林 禎	よしみ内科胃腸科医院	302-0110	守谷市百合ヶ丘2丁目2694-41	0297-48-4891	0297-48-5072	内,消,胃,児
131	中山 喬司	中山病院	312-0052	ひたちなか市東石川3-15-10	029-274-9955	029-275-3851	整
132	井上 宏司	アイビークリニック	312-0018	ひたちなか市笹野町1-3-1	029-274-1155	029-274-5139	外,内,循,消
133	小野瀬 好良	小野瀬医院	311-0111	那珂市後台1829-5	029-295-2221	0292-98-2566	整,内
134	松崎 信夫	取手整形外科医院	302-0024	取手市新町1-7-13	0297-72-0744	0297-72-1001	整
135	松原 宗明	茨城県立こども病院	311-4145	水戸市双葉台3-3-1	029-254-1151	029-254-2382	
136	武藤 京子	水戸中央病院	311-1135	水戸市六反田町1136-1	029-309-8600	029-309-8516	消,
137	本橋 歩	筑波記念病院つくばトータルヘルスプラザ	300-2622	つくば市要1187-299	029-864-3588	029-864-8585	
138	片田 正一	茨城県立中央病院	309-1793	笠間市鯉淵6528	0296-77-1121	0296-77-2886	

Ⅷ 公益財団法人日本体育協会公認スポーツドクター及びアンチ・ドーピング 関連リンクの検索について

公益財団法人日本体育協会公認スポーツドクター登録者のうち掲載の許可をいただいた方を「都道府県」、「スポーツ種目」、「診療科目」から検索することやアンチ・ドーピングについての知識や使用可能医薬品などを調べることができます。

公益財団法人 茨城県体育協会

<http://www.ibaraki-sports.or.jp/>



関連リンク集

<http://www.ibaraki-sports.or.jp/06link/index.htm>



スポーツドクター検索

<http://www.japan-sports.or.jp/doctor/>

アンチ・ドーピング

<http://www.ibaraki-sports.or.jp/06link/0605.htm>

※ 携帯電話（QRコード）からもアクセスできますので、ご利用ください。（一部の機種では、ご覧いただけない場合がございます。）

（スポーツドクター検索）



（使用可能医薬品の例）



公益財団法人 日本アンチ・ドーピング機構



■JADAってなに？

公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構 (JADA) は、スポーツの価値を守るためアンチ・ドーピングに関する教育・啓発活動を推進し、ドーピング検査等を実施する機関です。

■アンチ・ドーピングってなに？

アンチ・ドーピングとは、競技力を高めるために禁止された薬物や方法を使用せず、公正で公平なスポーツに参加するというアスリートの権利を守り、人間の可能性を極限まで追求するスポーツの価値を守る活動です。スポーツを通して人や社会の発展を目的とし、全ての人々が関わり、促進していくべき活動でもあります。

室伏 広治さん
(陸上・ハンマー投げ)

田辺 晴子さん
(柔道)

**JADA
アスリート委員**
アスリートを代表して、
アンチ・ドーピング活動を
推進中!!



アスリートの ドーピング スプレイング

JADAアスリートサイト

FOR THE REAL CHAMPION アスリートにとって必要な情報が入手できます!

Real Winner

アスリートの「良き助言者」役となって、アンチ・ドーピングに関する9つのストーリーを体験できる、Eラーニング・プログラムです。

<http://www.realchampion.jp/start/e-learning>

教育教材

アンチ・ドーピングを通して考える～スポーツのフェアとは何か～

私たちが守りたい大切なスポーツの価値、努力するからこそ得られる本当の勝利について、フェアの観点を通して学びます。

アンチ・ドーピングガイドブック

アンチ・ドーピングガイドブックWEB版、およびAndroid、iPhoneアプリには、ガイドブック全ての内容が掲載されています。マンガやクイズ形式を用いてアンチ・ドーピングをより詳しく、分かりやすく学べます。

WEB版
<http://www.realchampion.jp/start/comic>

Android版
<https://play.google.com/store/apps/details?id=org.playtruejapan.antidoping>

iPhone版
<https://itunes.apple.com/jp/app/play-true/id649670270>

<http://www.playtruejapan.org/>



真のチャンピオンのために、JADA
公益財団法人 日本アンチ・ドーピング機構
文部科学省委託事業

Ⅸ 平成25・26年度茨城県体育協会 スポーツ医・科学委員会組織・名簿について

1 スポーツ医・科学委員会

総括委員長	宮 川 俊 平					
総括副委員長	中 込 四 郎	向 井 直 樹	小 松 満			
委 員	目 崎 登	池 田 八 郎	池 田 耕太郎			
	金 岡 恒 治	狩 野 真 士	石 井 朝 夫			
	山 内 孝 義	佐々木 純 一	平 野 篤 律			
	富 樫 泰 一	鯨 坂 隆 一	小 林 不 律			
	上 牧 裕	夏 井 裕 明	渡 部 厚 一			
	椎 名 逸 雄	鎌 田 浩 史	清 水 顕 重			
	加 藤 穰	蒲 原 一 之	荻 野 義 重			
	種 村 閑	竹 村 雅 裕				

2 小委員会

(1) メディカルチェック委員会

国体選手及び県強化選手の健康管理(メディカルチェック)を行う。

委 員 長	向 井 直 樹					
委 員	目 崎 登	金 岡 恒 治	池 田 耕太郎			
	石 井 朝 夫	山 内 孝 義	狩 野 真 士			
	平 野 篤 律	佐々木 純 一	鯨 坂 隆 一			
	小 林 不 律	鎌 田 浩 史	清 水 顕 重			
	椎 名 逸 雄	渡 部 厚 一	加 藤 穰			
	蒲 原 一 之	荻 野 義 重	種 村 閑			

(2) 学術委員会

スポーツ医学に関する学術講演会・研究発表の企画運営を行う。

委 員 長	向 井 直 樹					
委 員	目 崎 登	小 松 満	蒲 原 一 之			

(3) スポーツ科学委員会

選手強化に対しての科学的助言やフィットネスチェックを行う。

委 員 長	中 込 四 郎					
委 員	池 田 八 郎	富 樫 泰 一	竹 村 雅 裕			

(4) アンチ・ドーピング委員会

ドーピング防止に関しての普及・啓発活動を行う。

委 員 長	渡 部 厚 一					
委 員	向 井 直 樹	夏 井 裕 明	上 牧 裕			
	清 水 顕 重	蒲 原 一 之	種 村 閑			

平成25年度茨城県スポーツ医・科学
報告書(第19集)

発行 平成26年3月

発行者 公益財団法人茨城県体育協会
スポーツ医・科学委員会
委員長 宮川俊平

〒310-0911 水戸市見和1-356-2
茨城県水戸生涯学習センター分館内
公益財団法人茨城県体育協会

TEL 029-226-9972

FAX 029-226-9973

E-mail: ibarakiken@japan-sports.or.jp



平成31年茨城国体を成功させよう！

