

この号の内容 >>>

令和3年1月24日（日）に
郡山市民交流プラザと
インターネット上で開催された
認定指定講座のご紹介です
本支部にとって初めての
リモート講座でした



東北支部通信

第13号

全日本鍼灸学会東北支部が開催した講座のお知らせです

講演のトピック >>>

成長期のスポーツ傷害を学ぶ

<< 講師紹介 >>

講演 1

福島県立医科大学
総合周産期母子医療センター
母体・胎児部門
講師 山口明子

講演 2・3

国立大学法人 筑波技術大学
保健科学部附属
東西医学統合医療センター
准教授 櫻庭 陽

インターネット配信成功

昨年の秋からインターネット配信ができるよう機材を揃え、マニュアルも作成し、ホームページで受付対応ができるように準備を進めてきました。

櫻庭先生のご講演は筑波からの配信で無事に成功となりました。



テーマ：ジュニアのスポーツ傷害の現状と鍼灸師の役割

講演 1「成長女子のスポーツ障害」

現在、女性アスリートの活躍はめざましく、その健康への効用もよく知られていますが、一方でアスリートの健康管理についての知識が不十分だとスポーツ自体が健康障害を起こすリスクとなってしまう可能性があります。女性アスリートの競技生活や健康を守るためには女性特有の症状への理解や長期的な視野を持った指導・サポートが重要で、以下の3つの要素をご紹介します。

1. 女性アスリートの三主徴 (Female Athlete Triad: FAT)
2. 月経周期とパフォーマンスの関係
3. 月経に付随する症状との付き合い方 -低用量ピルの使用-

1については、アスリート個人に任せるのではなく、指導者・医師・栄養士・運動療法士など多彩な方面の専門家がチームとしてサポートすることが必要であるとし、鍼灸師にも関われる分野として紹介されました。

講演 2・3「成長期のスポーツ傷害」の鍼灸治療（実技含）

鍼灸師は、スポーツの状況の進化と同様に、知識や技術をアップデートし続けることにより彼らの手助けとなり、未来のトップアスリートの育成に繋がると指摘されました。さらに、心身の成長期である彼らに対しては人任せにするのではなく、自分自身でカラダを守り、強くする意識と行動を育てることも大切も指摘され、これらが成長期のスポーツを支える私たち鍼灸師に必要な道だと示されました。

講演2では「成長期のスポーツ傷害」概要を紹介し、講演3の「成長期のスポーツ傷害に対する鍼灸治療」では、成長期のアスリートを対象とした鍼灸治療の実際として櫻庭先生が用いておられる M-Test が紹介され、活用方法もお話いただきました。さらに、モデルをご用意されて実技披露をし、先生の気をつけていることや考え方等を画面を通じて紹介されました。

二つの講演を通じて思ったのは、地域鍼灸師として成長期のスポーツ少女を支える心構えと知識と技術の必要性でした。