

医科学委員会・技術委員会協働事業報告

第一回 国体選手（U-15）対象のスポーツ障害予防セミナー

2019年4月28日（日）、『第一回 国体選手（U-15）対象のスポーツ障害予防セミナー』が山口県サッカー協会医科学委員会協力の下、山口県サッカー協会技術委員会主催で小野田工業高等学校の体育館にて開催されました。



選手や保護者に対して、山口大学医学部附属病院の西田周泰先生より「腰椎分離症予防」について、関寿大先生より「膝関節の前十字靭帯損傷予防」についてお話ししていただきました。両症状とも若い選手、頑張る選手に多い障害で、選手は真剣なまなざしで講義を聴いていました。



次に宇部興産中央病院の大井トレーナーと他6人のトレーナーより、ストレッチ指導をして頂きました。選手達は、普段のトレーニングに活かすため真剣に講義を聞き、楽しみながら実技に取り組んでいました。ストレッチ効果などの説明をしてくださり、選手たちも次の日から実践できるような内容でした。

選手のプレー環境は人工芝の普及によって飛躍的によくなっております。ですが、その半面、まだ身体的に未完成な選手には、膝や腰などに障害を抱えてしまうことも多くなった環境でもあります。協会では、これからも医科学委員会と協働して、選手自らが自分の身体の状態を知り、コントロールできることを目的に、このような研修も行っていきたいと考えております。

