



<電車でお越しの場合>

J R 外房線蘇我駅 徒歩 6 分

京成千原線千葉寺駅 徒歩 1 5 分

<バスでお越しの場合>

J R 千葉駅前バス停から小湊バスまたは千葉中央バス（末広町経由）
約 1 5 分 「千葉メディカルセンター」 下車

<お車でお越しの場合>

会場に駐車場がございますのでご利用下さい。

第7回千葉県サッカー医科学研究会

日時 : 平成29年2月4日(土) 15:00~

場所 : 千葉メディカルセンター 4F 会議室
千葉市中央区南町 1-7-1 Tel 043-261-5111

(例年と場所が異なりますのでお間違えの無いようお願いいたします)

共催 : 千葉県サッカー医科学研究会
公益社団法人 千葉県サッカー協会
久光製薬株式会社

会費 : 1,000 円

当日はご参加いただいた確認のため、ご施設名・ご芳名のご記帳をお願い申し上げます。
ご記帳いただいたご施設名・ご芳名は、医薬品の適正使用情報および医学・薬学に関する情報の提供のために利用させていただきます。何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

日本整形外科学会教育研修会単位取得される先生は必ず IC 会員カードをご持参ください

謹啓

時下、皆様におかれましては、益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。

さて、下記内容にて「第7回千葉県サッカー医科学研究会」を開催する運びとなりましたので、謹んでご案内申し上げます。

今回は特別講演を並木磨去光先生と高木博先生にお願いしました。並木先生は、長年育成年代の代表チームトレーナーとして活躍されており、その経験からセルフコンディショニングの重要性についてお話しいただきます。高木先生は、昨年のリオデジャネイロオリンピックに日本代表チームのドクターとして帯同していたことから、その帯同報告とサッカーの外傷・障害について、ご講演いただく予定です。メディアでは伝えられていない貴重なお話を伺えることと思います。

今回は昨年までとは異なり、千葉メディカルセンターで開催いたします。今回もサッカーに関心を持たれる方々の多くのご参加をお願い申し上げます。

謹白

14:50～ 【情報提供】 モーラスパップ XR について

久光製薬株式会社

15:00～ 【開会の辞】 千葉メディカルセンター 副院長

森川 嗣夫 先生

15:05～ 【一般演題】 (講演 8 分 質疑 4 分)

司会：千葉大学大学院医学研究院整形外科学 赤木 龍一郎 先生

演題 1 U12 少年サッカー選手における筋タイトネスと身長の間年変化量の検討

1) 千葉メディカルセンター リハビリテーション部、 2) 千葉メディカルセンター スポーツ医学センター

○栗木勝¹⁾、永瀬数馬¹⁾、岩崎潤一²⁾、森川嗣夫²⁾

本研究ではフィジカルチェックのデータを基に U12 少年サッカー選手における下肢の筋タイトネスと身長の間年増加量の関係について縦断的調査を行った。対象は 2014 年 3 月から 2016 年 9 月まで年間 2 回以上測定できた 30 名(男子 29 名、女子 1 名)である。測定項目は Finger Floor Distance(FFD)、Thomas test、Straight Leg Raising(SLR)、踵殿距離 (HBD)、足関節背屈角度として、各項目の変化量と身長の間年増加量の関係を分析した。結果は、Thomas test と U11-U12 の身長の間増加量、HBD と U10-U11 の身長の間増加量の間に関連関係を認めた。本研究結果より、U12 少年サッカー選手の筋タイトネスの出現する部位は身長の間増加量により各カテゴリーで異なる可能性が示唆された。予防対策を考案する上で一助と成り得ると考えた。

演題 2 育成年代サッカー選手へのストレッチング介入効果におけるアスレティックトレーナー(AT)の関与が与える影響について

1) 了徳寺大学健康科学部、2) 柏レイソル

○片岡義生¹⁾、大津正夫²⁾、近藤正史²⁾、池川直志²⁾、越田専太郎¹⁾、野田哲由¹⁾

本研究の目的は、育成年代サッカー選手へのセルフストレッチングプログラム介入におけるアスレティックトレーナー(AT)の観察および指導の効果について明らかにすることであった。対象は、千葉県某サッカーチーム(U-18)に所属している選手のうち、フィジカルチェックの結果、Heel Buttock Distance(HBD)陽性であった者23名であった。ATがストレッチング実施時に観察・指導を行う群(AT指導群)と対照群に群分けし、5週間のセルフストレッチングを実施させた。本研究の結果、AT指導群および対照群ともに、5週間の介入前後ではHBDの値は有意に低下した($P < 0.001$)。しかしながら、AT指導群と対照群の間に有意な差は認められなかった。短期間のセルフストレッチング介入では、ATの観察・指導がない環境であっても同様の筋タイトネス改善効果が期待できる。

演題 3 オルカ鴨川FCの傷害調査～傾向と来季に向けたトレーナーとしての対策～ 亀田メディカルセンター スポーツ医学科

○森本麻衣子、大内洋、山田慎、服部惣一、加藤有紀、市川颯

オルカ鴨川FCは今季チャレンジリーグに初参戦し、来季はなでしこ2部リーグに昇格する。2部リーグは試合数が増え、格上相手にスピード・フィジカルともに強度が高くなるため、傷害が増えると予想される。今季の傷害発生の特徴を明らかにし、その傾向をもとに、来季の対策を検討することを目的とした。

対象はシーズン(4月～10月)終了時点での在籍23選手とした。

方法は2016年の試合および練習により発生した傷害において発生件数、発生時期、発症部位を調査した。傷害は1日以上、練習or試合に参加しなかったものと定義した。

総傷害発生件数は20件、発生時期は2月が5件と最も多く、5月・7月・8月・10月が1件と最も少なかった。発症部位は膝関節と足関節が5件と最も多かった。

傷害発生件数は、オフ明けの鍛錬期である2月に多く、試合期終盤の7月・8月に少ない傾向にあった。オフ明けのコンディショニング不足、鍛錬期のオーバーユースによる傷害に対する予防的な取り組みが必要であると考えられる。

演題 4 高校女子サッカー選手の傷害調査

医療法人社団三水会 北千葉整形外科

○大橋優花、鈴木一世、熊谷知昭、大森章一、橋本佳宏、岡地光士郎、橋川拓史、土屋敢

近年、女子サッカー選手の競技人口の増加に伴いスポーツ傷害が増加している。本研究では、高校男女サッカー選手を対象に傷害調査を行い、女子サッカー選手の傷害の特徴を男子サッカー選手と比較し、女子サッカー選手における傷害の特徴を調査することで、傷害予防への介入に繋げる事を目的とした。

某私立高等学校サッカー部に在籍する女子選手22名(平均年齢 16.8 ± 1.1 歳、平均BMI 20.5 ± 1.5 、平均競技歴 9.5 ± 2.6 年)と男子選手92名(平均年齢 16.1 ± 0.8 歳、平均BMI 20.9 ± 1.6 、平均競技歴 10.1 ± 2.8 年)を対象とし、国際サッカー連盟の傷害調査項目を参考にインターネットアンケートツールを用いてアンケート調査を行った。

現在もしくは過去に傷害を有したことがある選手は、女子100%、男子90%であった。外傷・障害の内訳は女子が外傷77%、障害23%であり、男子は外傷74%、障害26%とほぼ同等の数値であった。外傷部位は、男女共に足関節が最も多く、女子が39%、男子が40%であった。次いで女子では大腿部23%、上肢21%、膝関節11%であった。男子は大腿部19%、上肢19%、膝関節10%となり、外傷の上位4つは同部位であった。障害部位は男女共に腰部が最も多く、男子が46%、女子が35%という結果であった。次いで女子では足趾29%、膝関節24%であった。男子は股関節27%、膝関節17%であった。

本調査では女子サッカー選手と男子サッカー選手の傷害の特徴を調査し比較した。傷害調査は、予防プログラム考案のための第一段階となる。女子サッカー選手において、早期の傷害予防介入が必要であるが、未だ確立されていないことが現状である。メカニズムやリスクファクターを明らかにし、効果的な予防プログラムを立案し提供していきたい。

【休憩】

16:00～ 【特別講演1】（講演50分 質疑10分）

司会：鍋島整形外科 矢後 和夫 先生

『育成年代サッカー選手のセルフコンディショニングの着地点
—育成年代表チームをふまえて—』

株式会社ナズー代表取締役
並木 磨去光 先生

17:00～ 【特別講演2】（講演50分 質疑10分）

司会：千葉メディカルセンター 副院長 森川 嗣夫 先生

『サッカー競技におけるスポーツ外傷・障害について
—リオオリンピック男子日本代表チームの帯同経験を中心に—』

昭和大学整形外科 講師
高木 博 先生

*認定単位 ・ 日本整形外科学会教育研修会 専門医資格継続単位(N)1単位
【2】外傷性疾患（スポーツ障害含む）
・ 日本整形外科学会スポーツ認定医単位

18:00～ 【閉会の辞】

北千葉整形外科美浜クリニック スポーツ医学・関節外科センター
センター長 土屋 敢 先生

尚、会終了後、情報交換会を予定しております。